

優秀校友介紹

胡鈞順



各位學弟妹好，我是在2022年畢業於關西高中資訊應用學程的胡鈞順，就讀於國立政治大學金融系四年級（日前已推甄錄取台大國企所）。或許你們會以為我在求學的路上一帆風順，不過其實我的學習路途十分曲折。國中時，我的第一志願是新竹高商的國際貿易科，但在會考失利後我幾乎放棄了走入商科的領域。直到在高一下因緣際會遇見了劉炫明老師後，我才毅然決然地從社會組轉到資應學程，雖然這個決定等於是白費了過去在社會組所準備的時間，且必須從0開始重新學習商科，不過後來想想，當時有勇敢做出這個選擇真是太好了。

進入資應學程後，起初我對新領域還不太能適應，但幸好有劉炫明老師專業的教學，使我們在學習經濟和商概時毫無阻礙，每當遇到瓶頸時，老師都會用淺顯易懂的說法使我們快速理

解。另外也必須感謝會計老師蔡文圳耐心的指導，除了幫助我們考取許多商業證照外，也啟發了我對於會計學的深厚興趣。其實讀書無疑是辛苦的，有時甚至顯得乏味，但在關高的環境下，我認為不管是國英數還是專業科目，都能找到學習的意義。

最後在各老師的教導和自身的不懈努力下，我在統測中獲得了全國前三的好成績（72級分），並在政大二階面試中打敗了當年的榜首，如願進入了商管群統測生的第一志願，這個結果對我來說曾經是個遙不可及的夢想。如今，我也有了新的目標，畢竟統測只是人生路上的一個里程碑，而我將繼續以高中三年所培養的態度努力向前，也祝福各位學弟妹們能在統測中大放異彩，考上自己的夢想校系。

就近入學典範經驗分享

賴品彥

時間退回三年前，當初選擇關高的原因有兩個，其一是離家近，其二是會考成績不盡我所期望。剛進關高時，還不太了解繁星的運作方式，那時的我並未將此升學管道視為我的優勢，因此沒有特別專注於課業，成績曾在校排名第一至十餘名間波動。直到高二，我才逐漸意識到繁星的重要性，並開始努力彌補高一的不足，在數學及自然科下了許多功夫，終於在高三時，收穫了我所努力的結果，也就是拚回繁星1%。

當然，學測成績也是相當重要的，在

高二升高三的暑假是最重要的時刻，因為在此之前，我並沒有進行過所謂「總複習」，因此在這段時間便是抓到讀書節奏的關鍵。四次模擬考期間，自然會遇到各種挫折，時常會有努力與成績不成正相關的情況發生，甚至最終的學測成績雖然在可接受的範圍內，但仍然達不到原先的目標。不過幸運的是，在四科49級分的情況下，我仍然有機會使用繁星1%填上台大二類的科系。

也許人生就是如此，命運不會將我安排到當下認為最好的路，而是「差一點」、繞一點路，但堅持繼續邁步向前，仍然會有更廣闊的世界讓我選擇。



關高教師介紹

特教科教師 | 許芳芝

大家好，我是許芳芝，大學畢業於台北市立大學球類運動學系，在大學時接觸到特殊教育領域，因此開始踏上特殊教育的旅程。由於本身為體育專長，特教與體育結合而成的適應體育是自己想再多琢磨的一個方向，尤其在融合教育趨勢下更顯重要，期望自己透過適應體育能夠讓特殊需求學生提升動作發展與身體協調，情緒調節與壓力釋放，增加自信心與自我效能等，尤其體育課往往是特殊需求學生最容易展現優勢與成就感的場域。來到關西高中任教第三年，除了感受到濃濃的當地特色之外，也看見老師、學生們對自己專業的投入與展現，很開心進入這個大家庭，期盼自己在關西高中能帶領特殊需求學生有豐富的高中生涯，自己也能藉此學習與成長。



資技學程教師 | 田育台

回顧101年到104年在關高兼課的日子，我的心中充滿感激。那段時間讓我深刻體會到教育的真諦，這不僅是知識的傳遞，更是一種心靈的託付。四年前，當我考回關高時，內心更是充滿著無限喜悅。教育是「心靈塑造的藝術」，正如蘇格拉底所言：「教育的根是苦的，但其果實是甜的。」每當看到學生們在成長中取得進步，或是在挑戰中展現韌性，我的內心便會湧起深深的感動。在傳授知識的過程中，我也從學生身上學會了無限的可能性與希望，這是一種美妙的互動。這兩年新竹縣市的教育環境有著急遽的變化，本校115學年度的增調科班，在前教務主任承珊主任及文隆主任和整體行政團隊的共同努力下，即將展開全新的面貌，資訊技術學程將轉型設立



電機科。感謝一路走來所有幫助我的貴人，解瑋老師幫我在關高種下一顆萌芽的種子；年亮主任的悉心指導，讓我在關高未來的教學生涯愈來愈精彩。穩定前行，不輕言放棄。

食品加工科教師 | 陳昱昇

我是陳昱昇，畢業於國立臺灣大學。來到關高不知不覺已屆三年，校園裡學子的純真與朝氣，始終激勵著我的教學熱忱。我始終認為，學習的本質是培養「解決問題的能力」，並塑造一份帶得走的視野。過往的求學經歷教會我：優秀不是一種偶然的行為，而是一種持續的習慣，更是將志向付諸行動的嘔心瀝血。我期許能將這份對卓越的追求，轉化為陪伴大家成長的動力。學習過程或許枯燥，但世界寬廣遼闊。現在的努力，是為了讓未來的你有更多選擇的權利。保持好奇心，往往勝過追求標準答案。



輔導科教師 | 曾泰竣

安安～我是輔導老師泰竣（寫成山部峻就不要跟我說話）AKA關高李到現（覺得不像？是大家有眼無珠）、AKA蘆洲米津玄師（因為我知道如何正確唱出Lemon）、AKA仙草王子（仙草加芋圓畢生最愛）。

是個有點過動、鬼點子很多讓人第一眼不會猜學心理的老師，興趣是唱歌、畫圖、打排球、演戲，在關高日子不長也不短，會繼續在這片土地成長與實踐目標！目前同步進修中原臨床心理所，雖然自己非常喜歡心理學專業，但也會跟各位一樣讀書時非常想要逃避。連學習喜歡的事物都會痛苦，更何況是沒有目標，或是根本不喜歡的學習內容呢～所以鼓勵大家好好花時間找到目標，既然學習都是不容易的，那為了喜歡的事情付出痛苦不是更值得嗎？希望大家這三年能知道自己喜歡、想做什麼！那就有緣輔導處見囉！



農業類畜產保健職種金手獎第一名 | 楊宜珈

開學之後的專業課我們抽離去學習學科內容，晚上留校練習飼料鏡檢、上課、自習。到10月中開始專注培訓，這段期間晚上回家後、假日仍到校不斷讀學科練術科，每天都很焦慮，覺得書讀不完、技藝競賽完蛋了、如果沒得名我辜負了好多人的期待，好像每天都是沒有目標的努力。

10月底交流賽後，因為成績不錯，對我來說是一次鼓勵，但也很怕接下來這段時間有鬆懈會讓名次掉落，經過交流賽之後的心態改變很多，明顯感覺到心靜下來了。到了11月，各種術科都已經練習了一段時間，仍然會出錯，還有臨近比賽，壓力還是持續增加。

到了競賽場地，我非常緊張，不只心跳變快，甚至顫抖，在自習、通勤的時間，我都在聽音樂，想讓自己放鬆一點，緩解緊張。第一天學科考試後我們沒有馬上對答案，擔心影響隔天發揮，只有回飯店重複看課本重點。第二天術科結束後，我知道自己錯了很多題目，當時覺得名次不會太好，在車上、沒有人看得到的地方都默默的流淚，一回飯店房間還崩潰的大哭。

頒獎當日早上搭接駁車、頒獎典禮時，也是控制不住的哭、緊張，害怕自己沒有獲獎，浪費了好幾個月的時光。公布畜產保健職種的時候，因為更緊張我又哭得更厲害，直到我的名字出來的前一刻，我害怕自己落榜，要回學校重新讀統測。得知獲獎後，當下心情非常複雜、知道自己這幾個月的努力沒有白費，還有成功圓夢了。

參加技藝競賽對我來說是非常大的挑戰，也是非常重要的決定，因為能透過技藝競賽進入獸醫系的保送名額只有一個，必須成為最頂尖的那一個人。過程中的訓練很辛苦，數不清的挫折與壓力、身體變得虛弱、課業落後許多。但是如果再選擇一次，我還是會盡我的全力爭取擔任選手，跟著老師們一起練習，在比賽中競爭最好的成績。

家事類膳食製作職種金手獎第四名 | 王曉媛

站上頒獎台的那一刻，我才真正明白，原來成長是一步步跌跌撞撞換來的。其實我並不擅長料理，一年級第一堂中餐課就切到手，刀工生疏、成品粗碎。



優秀學生

膳食製作

金手獎第一名

校名：國立關西高級中學

得獎選手：劉筠筠

指導老師：陳以淵

選手獎金：56,000 / 點將家投資股份有限公司

老師獎金：24,000 / 點將家投資股份有限公司

頒獎地點：點將家投資股份有限公司

頒獎時間：11月11日

頒獎地點：點將家投資股份有限公司

頒獎時間：11月11日

頒獎地點：點將家投資股份有限公司

頒獎時間：11月11日

頒獎地點：點將家投資股份有限公司

頒獎時間：11月11日

頒獎地點：點將家投資股份有限公司

頒獎時間：11月11日

頒獎地點：點將家投資股份有限公司

頒獎時間：11月11日

頒獎地點：點將家投資股份有限公司

頒獎時間：11月11日

頒獎地點：點將家投資股份有限公司

頒獎時間：11月11日

頒獎地點：點將家投資股份有限公司

頒獎時間：11月11日

頒獎地點：點將家投資股份有限公司

頒獎時間：11月11日

頒獎地點：點將家投資股份有限公司

頒獎時間：11月11日

頒獎地點：點將家投資股份有限公司

頒獎時間：11月11日

頒獎地點：點將家投資股份有限公司

頒獎時間：11月11日

頒獎地點：點將家投資股份有限公司

頒獎時間：11月11日

頒獎地點：點將家投資股份有限公司

頒獎時間：11月11日

頒獎地點：點將家投資股份有限公司

頒獎時間：11月11日

頒獎地點：點將家投資股份有限公司

頒獎時間：11月11日

頒獎地點：點將家投資股份有限公司

頒獎時間：11月11日

頒獎地點：點將家投資股份有限公司

頒獎時間：11月11日

頒獎地點：點將家投資股份有限公司

頒獎時間：11月11日

頒獎地點：點將家投資股份有限公司

頒獎時間：11月11日

頒獎地點：點將家投資股份有限公司

頒獎時間：11月11日

頒獎地點：點將家投資股份有限公司

頒獎時間：11月11日

頒獎地點：點將家投資股份有限公司

頒獎時間：11月11日

頒獎地點：點將家投資股份有限公司

頒獎時間：11月11日

頒獎地點：點將家投資股份有限公司

頒獎時間：11月11日

頒獎地點：點將家投資股份有限公司

頒獎時間：11月11日

頒獎地點：點將家投資股份有限公司

頒獎時間：11月11日

頒獎地點：點將家投資股份有限公司

頒獎時間：11月11日

頒獎地點：點將家投資股份有限公司

頒獎時間：11月11日

頒獎地點：點將家投資股份有限公司

頒獎時間：11月11日

頒獎地點：點將家投資股份有限公司

頒獎時間：11月11日

頒獎地點：點將家投資股份有限公司

頒獎時間：11月11日

頒獎地點：點將家投資股份有限公司

頒獎時間：11月11日

頒獎地點：點將家投資股份有限公司

頒獎時間：11月11日

頒獎地點：點將家投資股份有限公司

頒獎時間：11月11日

頒獎地點：點將家投資股份有限公司

頒獎時間：11月11日

頒獎地點：點將家投資股份有限公司

頒獎時間：11月11日

頒獎地點：點將家投資股份有限公司

頒獎時間：11月11日

頒獎地點：點將家投資股份有限公司

頒獎時間：11月11日

頒獎地點：點將家投資股份有限公司

頒獎時間：11月11日

復刊號 第 4 期



國立關西高級中學
NATIONAL KUAN HSI SENIOR HIGH SCHOOL

發行人：邱宇捷

編輯委員：吳承珊、易星萍、呂建興
楊智超、陳憶平、楊雪慈
楊淑惠

刊頭題字：張秉正

校址：新竹縣關西鎮中山東路二號

電話：(03)5872049 # 801

網址：www.khsh.hcc.edu.tw

財團法人國立關西高級中學文教基金會贊助刊印

百花爭鳴—關高多元教育的風景

在不同的賽道上，看見每一個孩子綻放光芒

近年來，我常在校園裡看見許多令人動容的風景。有人在實作教室專注琢磨技藝，有人在圖書館反覆研習，為學測、統測、全民英檢與多益積蓄能量；也有人在製茶所討論小論文與專題，嘗試將學科所學融入真實場域，轉化為思考與創造的養分。

看著孩子們的努力，我愈加確信——教育的本質，不在於讓所有人奔赴同一終點，而在於陪伴他們找尋屬於自己的方向。唯有在各自的節奏與天賦中穩定前行，方能走出從容而深刻的人生軌跡。

在關西高中，我們不分普高、技高、綜高的界線，而以「多元共榮」為教育圖景。學生透過多元升學進

路，在不同舞台上綻放自我：技能、技藝、專題製作、科學展覽，自主學習與學習歷程成果發表；國語文競賽、閩客文學獎、藝文創作、閱讀心得與小論文；運動競賽、社團展演、國際教育交流。每一個舞台，都是孩子發光的起點；每一次歷程，也都是他們認識自我、累積生命力量的重要篇章。

我們同時將文化資產保存與地方學融入課程。關西製茶所的再生，不只是歷史空間的修復，更是一場教育與土地的深度對話。學生在此進行專題研究，追尋客庄文化與地方產業脈絡，在土地故事中理解歷史、文化與未來的連結。當學習與土地相互呼

應，教育便不再只是知識的傳遞，而是一種對文化的體悟、對公共的關懷，以及對未來的承擔。

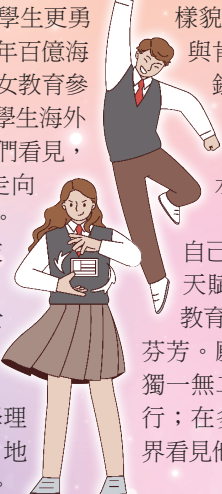
近年來，關高在多元升學與各類競賽上屢創佳績：特殊選才持續突破，學測與統測穩步提升；學生更勇於站上國際舞台——從「青年百億海外圓夢計畫」到「新住民子女教育參訪」，再到「技藝競賽獲獎學生海外專業研習」。這些身影讓我們看見，關高青年正以自信與行動走向世界，書寫屬於自己的篇章。

我們始終相信——技職不是備案，普高也不是獨徑。教育的價值，在於讓每一條道路都能通往成長與意義。群科教育深化實作力，普通科教育厚植學理基礎；多元活動拓展視野，地方學與文化教育涵養根柢。

當各種學習路徑彼此交織，教育便成為多元共生的圖景，讓孩子在自己的節奏裡茁壯成長。因此，我們努力讓關西高中成為一所「百花爭鳴」的學校。教育的使命，不是塑造單一成功樣貌，而是讓每一種才能都被看見與肯定。有人在競賽舞台摘金奪銀，有人在藝文創作中綻放靈思；有人在學術研究中求索真理，也有人在運動場上以汗水詮釋團隊精神。

當每一個孩子都能在屬於自己的賽道上全力奔跑，當每一種天賦都被尊重與滋養——那便是教育最美的風景：百花競放，各自芬芳。願關高的每一位學子，在人生獨一無二的旅程中勇敢逐夢，篤實前行；在多元世界裡找到自己，也讓世界看見他們的光。

校長 邱宇捷



以運動為橋，連結彼此的心

大家好，我是林銘傑，現任關西高中家長會長，也是一位熱愛運動的人。

在我眼中，運動不只是鍛鍊體能，更是一種自然流動的交流方式。當我們在球場上揮拍、在操場上奔跑，不需要太多言語，彼此的默契、鼓勵與信任，早已在一次次互動中悄悄建立。運動，就像一種無聲的語言，讓人與人之間的距離，在汗水與笑容中慢慢拉近。

忙碌的日常裡，運動為我們創造了相遇的契機。一

次傳球、一聲加油，讓陌生轉為熟悉，也讓校園多了一份溫暖的連結。它不僅讓身體更健康，也讓心靈在互動中找到共鳴。

我始終相信，當我們把運動視為一座橋樑，它所連結的，不只是活動與競技，而是情感、理解與陪伴。期盼透過運動，讓關西高中的校園充滿活力與笑聲，讓每一位師生與家長，都能在交流中感受到歸屬，在互動中找到快樂。

家長會長 林銘傑



善意從不會落空，會生生不息

家長會前會長 周清俊先生(112-113學年度) 學務處



周會長任內積極參與學校各項重大活動，包括：包中祈福、高三學測/統測、校慶、校務會議、敬師聯誼等，強化校園正向氛圍，激勵親師生共同邁向卓越發展。貼心的會長參加升學祈福活動，特致贈每位畢業生印章一枚，除彰顯對學生成年禮的重視，更期勉學子承擔責任、開創未來，深具教育意涵。

會長素來對教育工作給予高度肯定與支

持，凝聚校務推動向心力不遺餘力，長期關注學校發展需求，百年校慶籌備期間拋磚引玉挹注經費共約60萬，更慷慨捐助多項經費，致力提升學生學習環境（例如：認捐樹人堂冷氣兩台20萬）。圖書館申辦114學年度「充實學生自主學習空間及設施」計畫，會長發揮專長（室內設計）提供3D示意圖，使本案順利獲得160萬專案經費。

喜歡打籃球的會長，十分支持學校籃球隊訓練與相關競賽，多次參與學生校外競賽活動並提供獎勵金，鼓勵學生多元發展；會長任內對各處室總是關心、支持與協助，十分謝謝慷慨、熱情的周會長！據會長所述，當了會長後對教育議題更有興趣了，因此今年付諸行動報考了教育研究所，會長的所言所行真是我們的典範與楷模。



115學年度大學繁星榜單

姓名	學校名稱	校系名稱
賴品蓁	國立臺灣大學	機械工程學系
羅巧心	國立清華大學	竹師教育學院學士班
張侑暄	國立成功大學	中國文學系
劉薰涵	國立政治大學	歐洲語文學系德文組
黃忻儒	國立中正大學	哲學系
龍維佑	國立臺灣師範大學	公民教育與活動領導學系
郭宇傑	國立臺灣海洋大學	電機工程學系
黃承濤	國立東華大學	財務金融學系
蔡朋育	國立高雄大學	土木與環境工程學系環境工程組
何柔瑩	國立嘉義大學	電子物理學系
黃玟綺	國立臺北大學	財政學系
余儀珊	國立臺北教育大學	教育經營與管理學系
詹子嫻	國立臺南大學	戲劇創作與應用學系
李彥儒	國立聯合大學	電機工程學系
謝葦帆	臺北市立大學	歷史與地理學系
劉怡辰	大同大學	電機工程學系
呂家誼	中山醫學大學	應用外國語言學系
江庭瑤	中原大學	生物醫學工程學系
蔡意萱	中原大學	應用華語文學系
余其諭	世新大學	新聞學系
范詩宜	亞洲大學	聽力暨語言治療學系
徐鈞奕	東吳大學	政治學系
鄧仁魁	東海大學	應用物理學系
陳芊菱	長庚大學	電子工程學系
蘇奎宇	高雄醫學大學	公共衛生學系
黃麗蓉	逢甲大學	化學工程學系
李子嫻	淡江大學	財務金融學系
沈姿岑	輔仁大學	臨床心理學系
危可苓	銘傳大學	廣告暨策略行銷學系(臺北校區)

學務處 體育組

關西高中籃球隊



專注、效率、極致：關西高中籃球隊的「兩小時奇蹟」

國立關西高中籃球隊，在強調磨練體能與體力的基層籃壇中，宛如一股清流。他們不走耗時耗力的傳統苦練路線，而是堅守每天僅2小時的精兵準則。這並非減少負擔，而是將訓練強度濃縮至極致，讓每一滴汗水都發揮超額價值。

關鍵訓練內容：將「質」轉化為「力」

- 為了在有限時間內與頂尖球隊抗衡，關西高中的訓練重點環繞著以下核心：
- 120分鐘的「全神貫注計畫」：訓練內容細化至分鐘。不同於長時間的單調投籃，球隊採取模擬實戰投籃，要求球員在心肺負荷極限下完成定點與急停跳投，確保在比賽末段體力流失時，依然保有穩定的命中率。
 - 高頻率的防守輪轉（Defensive Rotation）：針對5對5賽事，教練團設計了「多打少」的瞬時防守演練。球員必須在幾秒內判斷對手空位，透過高質量的溝通與補位彌補體格上的差距，這正是他們橫掃新竹縣乙級奪得聯賽冠軍的鐵血基石。
 - 街頭智慧與1對1應變：為了應對總統盃3對3的快節奏，訓練中融入了大量的「空間拆解」與「擋拆後判斷」。強調球員的單兵作戰能力與瞬間決策力，培養出這群精兵在街頭賽場也能隨機應變的「籃球智商」。

成績，是「智慧訓練」的最佳註解

這種拒絕疲勞轟炸、強調「精準打擊」的風格，在今年開出了燦爛的花朵。關西高中不僅在五全場賽事展現強大統治力，勇奪新竹縣乙級聯賽冠軍，更在全國風城盃、縣長盃及青埔盃等高壓賽事中連奪三座亞軍獎牌。

更令人動容的是，這群孩子在跨界挑戰總統盃3對3時，展現出靈動且具創造力的球風，一舉躍上全國頒獎台。

「我們不比誰練得久，我們比誰在球場上的每一秒更專注。」

關西高中籃球隊證明了：成功的秘訣不在於無止盡的重複，而在於訓練時的高度自律與求勝意志。他們在球場上拚搏，在課業上堅持，用行動定義了當代「文武雙全」的新典範。這群閃耀的精兵，正以智慧與汗水，續寫屬於關西高中的傳奇篇章。



114學年度日本教育旅行專欄

每一步的開始，都來自於那小小的勇氣。規劃前往南九州，除了是沖繩教育旅行的延續之外，更是歷史文化的連結。期待讓國際教育的脈絡是一種更加完整，更加銜接的教育活動，而非只是一般的觀光與玩樂。我想這才是教育旅行的真諦。

搭乘向日葵薩摩號，從大阪揚帆航向目的地。路上雖多有顛簸，但這也是體驗海洋教育的其中一環。當抵達港口之時，志布志高校的渡邊校長早已恭候多時。這樣的禮節讓我們受寵若驚。隨著車子駛進校門，一排製作精美的標語「歡迎國立關西高級中學」赫然在我們眼前現身，這一刻的我們，早已經模糊了眼眶，兩校的友誼，就此拉開序幕。

我們學校的同學首先帶來精彩的表演，特別是畜保科的劉同學，其花式扯鈴讓日本同學驚呼連連。二甲呂同學和二丁林同學聯袂帶來的舞蹈也

獲得滿堂喝采。志布志的同學相當熱情，精心準備各式的文化體驗。也活力元氣十足，我們的同學也非常的融入，帶來許多台灣的特色小物。結交朋友的同时也無形展開外交工作，這樣真誠的互動，令人暖心。

看到學生們如此的融洽，很快就打成一片。一同在課堂教室學習、互動、增進彼此之間的感情。我想這就是身為教育工作者最感欣慰的事情。同學都非常喜悅且感到意猶未盡，然而寶貴的時間是有限的。旅途還要繼續下去。

真的要向志布志高中渡邊校長、立和名副校長、上玉利老師以及任何接待或準備此次接待的老師們致上最高的敬意。當然還有志布志高中元氣滿滿的各位同學們。希望未來有機會能夠有更多的機會能夠互動交流，也希望未來他們能夠有機會能夠來台灣走一走，體會品嚐新竹的美好。

第二間的交流學校是宮崎縣的高鍋農業高校，這間學校的性質和關西高中殊途同歸。日本的11月又稱霜月，本是將要入冬的季節。但高鍋農高的熱情之火，讓霜月不再凍結，反成赤炎烈火。

甫一到校，就受到高鍋同學們的熱烈歡迎。一進入禮堂，全部的師長同學都出來迎接，場面盛大歡樂。和志布志不同的是，高鍋因為是農校，運動部門的學生很多，他們不太擅長英文，但使用簡單的語言加上浮誇的手勢，竟然也可以進行溝通。原來年輕的心靈是可以跨越國界的。

第一堂課高鍋同學帶我們一起製作今日的午餐，煎餃和味噌湯這樣經典的日式料理組合。當製作完成一起進餐時。外圍好奇的同學屢屢進來探頭探腦，元氣活潑的樣態讓人忍俊不禁。也突破了以往我對於日本同學嚴謹拘束的想像。

下午的課程是參觀他們的農牧場，牧場礙於法規，只能於車內觀看。但農場和食品加工廠就能夠身歷其境。本團園藝、畜保、加工的同學眾多，參訪完後都有著深刻的啟示和反思。對於日本專門學校以就業為導向的技術培育，對比台灣，實在是有著更多發人深省的問題。

本次交流從早上九點一直到下午四點，整整七個小時，其實早就超過了放學時間。感謝高鍋的老師們，特別是高鍋學生會，不辭勞苦一直陪在我們身邊。這兩次交流也讓我感受到原來日本同學也是有著我們不為人知的熱烈的一面。同時也在交流的過程無形之中理解差異，比照異同，反思自我，增進理解，促進大同的教育意義。

有朋自遠方來 不亦樂乎，如是也。

學務處 翁閔璋



114學年度全國技藝競賽 獲全國雙第一 大放異彩

114學年度全國技藝競賽本校榮獲三金手九優勝以及兩個團體獎，尤其是家政科「膳食製作」及畜保科「畜產保健」職種奪全國雙第一，同時各獲團體獎第一

名，創歷年最佳記錄。感謝各科主任及指導老師辛勞培訓，才能有如此佳績，也要恭喜獲獎同學，努力爭取最高榮譽，成就更好的自己。

實習處



職類	職種	姓名	指導老師	個人名次	團體名次
家事類	膳食製作	劉筠筠	陳以淵	金手獎第1名	團體第1名
		王曉媛		金手獎第4名	
	飾品製作	王翌庭	張昭琴	優勝第7名	
		吳旻軒		優勝第12名	
農業類	烘焙	葉美琦	蔡慶煌	優勝第21名	
	園藝	薛宇夏	藍秋月	優勝第16名	
		曾慶榕	陳嘉政	優勝第18名	
	造園景觀	何奇恩	彭寶儀 白軒寧	優勝第14名	團體第1名
	畜產保健	楊宜珈	黃愛禎 陳茵茵	金手獎第1名	
		鍾翊瑄	黃子嘉 王素貞	優勝第7名	
	食品檢驗分析	謝昕妤	陳昱昇 劉好孜	優勝第11名	
	食品加工	董是耘	陳凱如 吳建勳	優勝第9名	



產學合作-關西高中食農教育推廣

實習處



關西高中致力於發展在地化的食農教育特色課程，結合園藝、畜產保健、食品加工、家政科及餐飲學專業，強調「從產地到餐桌」的體驗學習。內容包括學生親自種植作物、製作桔子醬與柑橘甜點，並與農會合作推廣在地農特產品，實踐友善環境與教育向下扎根的理念。

關西高中的食農教育並非單一學科，而是結合了校內多個專業科系。例如園藝科負責前端的農業生產教育，畜產保健科

推廣從友善飼養到動物保健的觀念；食品加工科不僅將農業產出的原料進行適當加工，更涵蓋食品科學、微生物檢驗與食安管理；而家政科與餐飲學則負責後端的餐飲製備與飲食文化推廣。例如與關西鎮農會及社區農場合作舉辦「食農教育甜點日」，由餐飲學同學帶領幼兒園小朋友將關西在地盛產的農特產品製作成桔子醬餅乾、草莓蛋糕、柑橘貝殼蛋糕等甜點，體驗在地幸福滋味。

教育部活動・心得分享

青年百億海外圓夢基金計畫

對我而言，僅有半學期的相關經歷，讓我在準備初期感到無從下手，內心充滿擔心與害怕，總覺得自己無法與他人競爭，甚至懷疑是否該繼續嘗試。然而，在詢問朋友與師長的意見後，我最終決定勇敢一次，挑戰自己從未做過的事物。在籌備計畫的過程中，我主動向班導師尋求協助，因為我從未撰寫過正式的計畫書，一切都必須從零開始學習，即使內心充滿焦慮，我仍嘗試克服眼前陌生的事物。課餘時間中，我必須同時兼顧課業與計畫準備，壓力隨之而來，也正是在這籌備的過程中，我深刻體會到平時多參與競賽、累積經驗的重要性，這些經歷都會在關鍵時刻成為支撐自己的力量。

在參與計畫的過程中，我有機會認識來自各地、不同領域的優秀夥伴，許多人的實力與經驗都遠遠超過自己。也正是在這樣的環境中，我開始真正意識到自身的渺小，這也讓我看見更廣闊的世界，促使我產生更多向前邁進、勇於挑戰自我的勇氣。第一周的課程是在當地學校進行，以實作課程為主，內容涵蓋日式料理、西餐、甜點，甚至包含法國料理，不僅有專業實作課程外，我們也有小組形式進入班級上課，實際體驗日本高中生的上課模式，也認識了許多日本學伴。

接下來的第二週，我們的行程多以參觀與工廠體驗課程以及享受日本文化為主。其中，最令我印象深刻的是手工製麵的參訪，師傅全

程堅持以純手工製作素麵，一道道繁複且講究的製作流程在我們眼前展開時，我深刻感受到他在這個講求效率與大量生產的時代，仍選擇不妥協品質、堅守傳統的堅持。

參與圓夢計畫後，我得以深入理解多元的日式文化與料理內涵，這段經歷不僅拓展了我的視野，也讓我產生更多勇於挑戰與跳脫舒適圈的動力。透過實際參與與觀察，我逐漸意識到，成長並非來自於停留在熟悉的環境，而是來自一次次嘗試未知的過程。我不希望讓自己停留在原地踏步，而是期許自己持續探索更多可能性，主動嘗試不同的事物，累積更豐富、特別的學習經驗。

三丁餐 葉美琦



教育部活動・心得分享

新住民子女 國際職場體驗



很榮幸有這個機會可以參加這次的國際職場體驗活動，透過這七天的實地走訪，我更深入的瞭解到自己身為新住民子女所擁有的優勢以及體驗了越南許多在地的文化。其中令我印象深刻的是參訪鋒明國際有限公司的行程，在那我們不是只聽著導覽員的解說，更是親自上陣到生產線實習，雖說產品內容不是自己本科所學的食品，但有這個機會接觸到食品以外的世界也是非常難得的。在這七天中，交通住宿與行程安排都非常周到，讓我們能沉浸投入在體驗與學習，唯一美中不足的是實習的部分只佔了兩天我覺得稍顯不足，如果能多加個一天我認為會非常剛好。

工三 連楷杰

透過新住民子女國際職場體驗營的計畫，讓我深入了解越南文化習俗，也學習到不同企業的職場精神與工作態度。我發現語言能力是跨國發展中最基礎且關鍵的能力，也意識到國際化人才往往擁有更多發展與升遷的機會。在實際參與工廠實習與企業參訪的過程中，我觀察到越南產業漸漸與國際接軌，無論在生產流程管理或工作紀律上，都展現高度專業與效率。這讓我更加確信，培養跨文化溝通能力與專業實力，是未來走向國際的重要基礎。同時，我也感受到身為新住民子女在語言與文化背景上的優勢，只要善加發揮就能在國際環境中展現競爭力。這次經驗不僅拓展了我的國際視野、增長見識，也留下許多難忘的回憶與寶貴的學習收穫，讓我對未來的人生規劃有更明確的方向。

工三 葉珈汝

