百億圓夢計畫助力營 參與心得

文與圖：馬祖高中　許睿倫

這次非常難得的可以參加這次的百億圓夢計畫，也感謝木柵高工的每位老師及校長的教學還有照顧，讓我在此行獲益良多，從第一天踏進校園開始，我就感受到這三天的課絕對不簡單，特別是最後一天的成果報告，從以前就很懼怕上台，這次不僅要面對同學還要面對教授，但對我來說是種突破，提早適應面試的感覺，第一天參與英文課與AI應用課程，早上開放式的上課方式讓我在第一天就緩解與其他人的尷尬，下午的AI課程更是深入學習了AI的使用方法，老師介紹了很多好用的AI工具網站，讓我更好的運用且活用AI。

第二天是我覺得最有趣的一天，除了SDGS的探究課程，科學議題的探究更是令我映像深刻，物理老師生動的上課方式以及有趣的實驗，讓我學到的不僅僅是實驗，更多的是問題的探討方式。最後，我利用這三天所學得，包括AI工具以及第二天認識的SDGS議題，做出了一份有關SDGS議題探究簡報，雖然上台時很緊張整個身體也在不停的顫抖，短短五分鐘就讓我感受到前所未有的恐懼，但最終我順利的報告完了。

最後，就算這次的圓夢計畫很具有挑戰性，但對我來說就是一個難得的學習機會，就算這次落選了，我還是學到很多平常學校上課不會上的，並且這次成長營在我的人生中是一個很棒的經驗，讓我有更多的勇氣及自信面對上台。

學生園地　每週六、日刊出

適時轉彎

文：馬祖高中　林郁傑

記憶中好像聽過這麼一句話：「我生命中的火車從來不會錯軌，它允許大雪、風暴、泥濘甚至荒謬。」我想，若這句話是真的，那我過去那段固執己見的經歷，便也能成爲如今學會適時轉彎的養分。

回顧過往，我有不少過於固執的經驗。有些時候，是因爲驕傲而說不出口的尷尬；有些時候，是因爲太執著於自己的想法，反而錯過了更好的機會。而其中最讓我印象深刻的，是小學三年級時那段「早餐時光孩子氣」的回憶。

那是一個最愜意的週休二日，全家像是被陽光叫醒一般，慢慢起床，準備一起去買早餐。那原本應該是個輕鬆、溫暖、可以好好談心的早晨，可是因爲我沒有搶到和弟弟一起分食的那塊炸薯餅，心情瞬間跌落谷底，最後甚至和弟弟吵了起來。當時爸媽看到我們兄弟倆又叫又鬧，便把自己的早餐分給我，還對我說：「你是哥哥，要讓弟弟，不可以太小氣。」也許正是這句話，讓當時年幼又倔強的我，心裡升起一股說不出的委屈，甚至賭氣地想：「我以後再也不要吃你們準備的飯了。」

那段時間，我真的開始自己準備三餐，自己去買麵包，自己煎蛋，自己倒牛奶，甚至有時候還故意在他們面前裝作若無其事地吃零食，或者乾脆少吃一點。表面上看起來，我好像在訓練自己的獨立，實際上卻只是想用這種方式讓爸媽知道：我也有我的感受，我也希望被重視。只是那時候的我，不懂得用好好說話的方式表達，只會用沉默和固執，逼著大人注意我的想法。

一個星期、兩個星期，這場無聲的對抗沒有很快結束。八歲的倔強的老人，卻像個守著自己那一死點點自尊，連餓了也不願先低頭。我一直以爲，只要我繼續撐下去，爸媽就會來理解我、安慰我，或者至少主動問我到底怎麼了。可是後來我才明白，真正的解決方法，不是彼此僵持，而是願意停下來，重新面對問題。

於是，我慢慢學會轉彎。當我先放下那股不服輸的情緒，願意和爸媽好好說話時，我才發現，原來他們並不是不在乎我，只是那時候也不知道怎麼處理我的倔強。原來當我不再把自己關進死角，事情就有了新的出口。我也因此懂得，很多時候，適時轉彎不是認輸，而是讓關係有機會繼續前進。

而這份體會，也在我最近參與的科展中再次被驗證，並化爲具體的前進力量。當時，我和兩位隊友正卡在研究進度的瓶頸裡。眼看截稿日期逼近，大家卻對實驗方向各執一詞，討論室裡的空氣像被凍結一樣，時間一分一秒過去，進度卻依然停在原地。看著爭得面紅耳赤的隊友，以及同樣感到焦躁、緊握著自己提案不放的自己，那一刻，我腦海中突然閃過小學時那場「早餐風波」的畫面。我突然意識到，眼前的僵局與當年的任性如出一轍——當每個人都死守著自己的死角不願意轉彎，團隊這台火車就只能原地空轉。

於是，我決定做那個先踩煞車、嘗試轉彎的人。我主動放下了自己原本堅持的架構，不再去爭論誰的理論更完美，而是提議讓每位隊友有條理地把想法完整說完。當我靜下心傾聽，才驚覺盲點其實一直存在於自己的盲目堅持中。我們開始把各自的優點揉合，將原本衝突的觀點轉化爲互補的實驗步驟。當大家都不再把「自我」放得比「目標」更高時，原本卡住的科展題目竟然奇蹟似地找到了突破口。這次的落實讓我深刻明白，適時轉彎不只是人際關係的潤滑劑，更是打破思維盲區、激發團隊智慧的關鍵鑰匙。

如今的我，已經不再是那個會因爲一塊炸薯餅而賭氣很久的小孩了。從家庭的餐桌到科展的討論桌，每一次的「轉彎」，都讓我看見更寬廣的風景。我知道有些原則值得堅守，但有些時候，懂得在適當的時機修正軌道，才是真正成熟的開始。

人生的火車不一定總會照著直線前進，但只要帶著這份願意調整的彈性與智慧，我們終究能越過風暴與泥濘，駛向更開闊、更適合自己的方向。

馬祖日報 生活情報站

MA TSU DAILY NEWS

06/15~06/21 天氣概況

Matsu Weather Station

連江縣	06/15 星期一	06/16 星期二	06/17 星期三	06/18 星期四	06/19 星期五	06/20 星期六	06/21 星期日
白天	24 - 27°C	24 - 27°C	25 - 28°C	25 - 29°C	25 - 30°C	25 - 30°C	26 - 29°C
晚上	24 - 25°C	24 - 25°C	25 - 26°C	25 - 27°C	25 - 27°C	25 - 27°C	25 - 27°C
體感溫度	23 - 26°C	22 - 28°C	22 - 27°C	22 - 28°C	23 - 28°C	24 - 28°C	24 - 28°C

115 年 6 月連江縣立醫院門診時間表

科　別	星期一 上午	星期一 下午	星期一 急診	星期二 上午	星期二 下午	星期二 夜診	星期三 上午	星期三 下午	星期三 急診	星期四 上午	星期四 下午	星期四 夜診	星期五 上午	星期五 下午	星期五 急診	星期六 上午	星期六 急診
家醫科	陳紹宇	曹玉舲		王格	陳紹宇		陳君鼎	謝春福		劉增應	張志華		陳君鼎	王格		排班醫師	
外科一診	陳行鑫	劉瑞文		陳行鑫	劉瑞文		陳行鑫	許智凱		許智凱	劉瑞文		許智凱	許智凱		排班醫師	
婦產科					李浩			李浩					李浩				
小兒科		排班醫師											邱和聖				
骨科	陳俊諱			陳俊諱	潘韋綱		陳俊諱	潘韋綱		潘韋綱			潘韋綱			潘韋綱	
復健科		陳志嘉			併超音波(限約診)						陳志嘉						
疼痛科				劉瑞軒							劉瑞軒(限約診)						
皮膚科	馬軍	馬軍			馬軍												
腸胃內科	(併家醫科)				(併家醫科)												
新陳代謝科				(併家醫科)										(併家醫科)			
泌尿科		(併外科)			(併外科)						(併外科)						
眼科		林文智						林文智		林文智							
新冠疫苗							(併小兒科)										
牙科一診	牙科醫師	牙科醫師		牙科醫師	牙科醫師(身心障礙門診)		牙科醫師	牙科醫師		牙科醫師	牙科醫師(身心障礙門診)		牙科醫師	牙科醫師(身心障礙門診)		牙科醫師	
牙科二診	支援醫師	支援醫師		支援醫師	支援醫師		支援醫師	支援醫師		支援醫師	支援醫師		支援醫師	支援醫師			
戒煙門診	(併家醫)			(併糖尿病)	(併家醫)			(併家醫科)		(併糖尿病)	(併家醫)						
糖尿病				謝春福						陳紹宇	王格						
超音波	陳君鼎			陳紹宇	陳志嘉		支援醫師	王格		陳君鼎	劉增應		謝春福				
腸胃內視鏡	陳君鼎									陳君鼎			陳紹宇				
體檢門診							陳志嘉	曹玉舲									
國際旅遊醫學門診							併體檢門診	併體檢門診									
急診一線	支援醫師	支援醫師	值班醫師	支援醫師	支援醫師	值班醫師	支援醫師	支援醫師	值班醫師	支援醫師	支援醫師	值班醫師	支援醫師	支援醫師	值班醫師	支援醫師 值班醫師	值班醫師
急診病房二線	陳志嘉	劉瑞軒		曹玉舲	陳俊諱		林文智	陳行鑫		王格	陳君鼎		劉瑞文	陳紹宇			

*家醫科門診接受一般內科醫療諮詢及超音波預約。 *婦產科門診可實施子宮頸抹片檢查，並接受乳房X光攝影預約。 *小兒科門診可實施小兒預防注射及小兒預防保健。

網路掛號：連江縣立醫院首頁（網址為：http://www.matsuh.gov.tw/）。 門診當日當診次掛號時間內不接受預約掛號(包括電話預約)，僅接受現場掛號。

各項超音波與胃腸鏡等檢查請親至門診預約。

牙科門診預約專線：23995 轉 1218(於上班時間內皆可預約)。

掛號時間：週一至週六上午 8 時至 11 時 30 分。週一至週五下午 13 時 20 分至 17 時。

門診時間：週一至週六上午 8 時 40 分至 12 時,(掛號病患最遲於 11 時 40 分前需到診間)。週一至週五下午 14 時至 17 時 30 分,(掛號病患最遲於五時十分前需到診間)。

本院自 111 年 1 月起推廣高齡友善照護環境，若您或您的家人符合 85 歲以上敬老對象，請於看診時先向診間護理人員報到，以便安排優先看診(需本人親自在場)。

本院宗旨：便捷貼心，優質醫療，關懷社區，促進健康。

申訴專線：23995 分機 1300