ϡ ȳ Ӣ ȳ ї ϩ ڀ , Ϯ ڀ ȳ ї ϩ ڀM ї ϯ

ڀ Ł Ӣ ȳ ї ϩ ڀŸ ϰ ϡ ϡ Ш ň o Ϣ— ň Ạ Ė Ŷ ŵ ϩ c ϩ ϡ Ц Ӣ
П ȳ ї ϩ ڀ ϖ ڀ 7 ϫ 100 Т 2 Ь ڭ ِ ̃ ق Ḃ ϯ Ŷ Ӣ ' ϩ ق ї ϩ ї ̃ M ї ِ Ẇ ɔ Ч
ȳ ї ϩ ڀM ї Ŷ ϩ ̄ ϖ ϩ ڀ , ϩ c Ꞓ ȳ ї ِ Ạ II ϯ

ȳ ї ϩ ڀM ї 2 ╥ Ӣ ' ϩ ц ϩ⅘ Ŷ Ӣ ' ϩ ϩ Ӣ ϩ Ö Ω ȳ Ӣ
▲ ȳ Ӣ ȳ ≡ ϩ ȳ ╬ ̂ Ṯ Ḥ ц ȳ 7 ϩ ȳ ϫ ϩ⅘ ϩ ẇ Ϩ ϩ Ö Ӣ
Т Ϩ ϩ Ö ḱ = ϖ ڀ ϫ 3 ц 4 ϩ ẇ ϩ ŋ ї ȳ ї ȳ Ц W ϕ ȳ ї ϩ ї ϩ Ӣ
ج ϕ ڀ ϖ ڀ Ŷ Ã t Ӣ ت ا Ӣ ي ϩ ȳ ϩ ȳ ϩ ϩ ȳ Ш ... ȳ ϩ ȳ ϩ ϩ
П Ӣ ϩ ȳ ї ϩ ϱ ϫ ϩ ň ϫ Ϫ ϩ ц Ạ ϫ ạ ⇔ Ŷ Ã t Ӣ 7 ϫ ϯ

ȳ ї ϩ ڀM ї
̃ db γ Ϫ ı ї Ї ї ϩ ϩ 117 2~4 (Ẵ Æ ϩ ϩ Ɔ)
M ї ϖ db http://osa.nccu.edu.tw/tw/
^ ϩ db Ӣ ' ϩ ϖ ڀ Ϯ 02 ϯ 8237-7424 / health@nccu.edu.tw
ї ϩ ї ڀ Ϯ 02 ϯ 8237-7409 / counsel@nccu.edu.tw
ϩ⅘ ڀ Ϯ 02 ϯ 8237-7417 / resource@nccu.edu.tw

A ȳ Ӣ ' ϩ ϖ ڀ Ю ف

1. ϫ ϩ ϯ Є ϩ ї ϩ ڀ

Ł ϫ ϩ ϯ Є ″ H ϩ ї Ạ ϩ ڀ ″ Ϩ ϩ Ŷ ϱ ف ظ ă ẃ ″ ϫ Ł ϫ Ϣ B ϩ ڀ Є Rs Ạ ϩ ڀ ڀ M
ї Ŷ Ϫ ı Ч ِ Ľ ̊ ϯ Є ى Ч ج Ŷ ϩ ẇ в Ẑ Т ȳ ϫ Т ȳ ö Т ȳ ي Т Ш ц L Т
ϖ ڀ ϯ Є ϩ ϫ Ц Ӣ ϱ ϩ ' ϰ ِ G ' Y ї Λ ش Ŷ v Ϫ ű ϫ g ı ج ḗ ج G
. П ϩ Ŷ ϱ Ϫ ů ɔ › ϩ ϩ ج ϕ ج ϯ

Ж ı Ч ِ Ľ ى ϯ Є ج
̃ ϖ db γ Ϫ ı ї Ї ї ϩ ϩ 117 1
db 8237-7441 ȳ 8237-7444
ϕ ج ̆ db https://reurl.cc/LndX6x

ϩ ڀM ї 2 ů ϱ Ґ 1 ϩ ẇ ŭ ц ϩ ϩ ϩ ă П ϩ Ŷ ϱ ϫ ϩ , ϕ ڀ ϩ
Ω ȳ ╬ ̂ ϩ ڀ ϩ ڀ ϩ ϖ ڀ ϩ ى ϩ ڀ ϖ ڀ ϩ ϩ ϩ DIY ϩ ϩ Ŷ Б ╗ ϫ П ڀ
П ȳ ِ ȳ ̃ ȳ ϱ ϯ

2. ц ɔ Ӣ ϩ ڀ ▲ ȳ ڀ ϩ ϩ ڀ ϩ ϩ ϱ ″ Ϩ ϩ

ِ ї ϩ ڀM ї ̊ è Т › ϩ Ӣ ϯ ´ ϫ ϩ ϩ Ŷ Ϫ = ϩ ϩ ″ H П ▲ ϩ
̃ ϩ Ŷ ů ̃ ″ H ϩ ẇ Ạ ϱ ϩ 3 II ȳ ϯ ϩ 2 II Ạ ϩ ϩ ▲ ϖ ڀ M Ŷ ů ϱ ϯ ϩ 1 II ϯ
F ϫ ϫ ̃ Є ϩ ϩ Ŷ ̃ ̊ Ľ Л ϩ ̃ L ϩ ϱ ϩ ϩ ϯ ϩ ″ H Ϫ ϩ ϱ
https://reurl.cc/RzazK6 ▲ ϩ Ш ϩ ڀ ▲ ϩ ϩ Ŷ ϱ ϩ ẇ health@nccu.edu.tw — ẇ ϫ Ӣ
ϱ ϯ

3. ۶ ي , ھ ۽

ţ ï ۶ ي M ï è ד Ṽ ⅄ Ӣ ۶ ي Ḗ ц ۶ ي ق Ỳ ۽ ۶ ي , ˜ ھ ۽ Ỳ ح ⅄ Ţ ŋ ц ,
ŋ .. a o Ӣ س Ö ھ ۽ Ỳ ѿ ħ M ۴ Ỳ ۴ M ŋ Ϣ ת Ỳ سمد c ⅄ Ӣ ۶ ي ˜ ˝ Ỳ ⊃ ^ ۶ ي
۽ Ɛ ц ˝ Ƨ Ỳ ∂ Ч ۶ ي P Ł ц ӣ ὺ w ۽ Ӣ ھ ۶ ي M ï 2 سمد W ۶ ي DIY ں ذ Ϣ
ي Ỳ Ϣ ي ӡ Ҕ ƶ ȣ ţ ۷ ȳ ˜ ȳ BMI ȳ п ц Ă˜ ⅄ Ӣ Ϣ ي ۶ ç سمد W لخم ȳ ḍ ц ≡
س Ҕ ۱ ӣ Ỳ ѿ ц ≡ ˚ س Ϣ ي ۶

4. ˜ Ӣ ▲

Ă˜ Ӣ Ш ⅄ è ╟˜ в Ӣ ▲ Ỳ ц Л ث فح ▲ ɹ è Т ˝ ˜ в نم
ج ۱ ۷ ض Ỳ ц ۱ ۹ ئ بر Ӣ خ ۷ Ц Л ɹ ڭ ۱ ۷ Ӣ ئ Ạ è Т ئ ˜ в ц
˝ Ш ⅄ Ӣ لج 8 Нь ۶
˜ в لى ⅄ ۵ 460 γ Ж Ỳ Ă M ï è 3 ۱ Ь ỗ ڈ ' К ╟ مخي Є غ Ỳ ц
۱ ۽ بر ئ Ж خ ۷ Ц Л ۶

5. ≡ Ϣ ي

Ł سمد Ϣ س ⅄ Ӣ ≡ س ˜ ˝ Ỳ Ă M ï ث فح ئ ≡ س ≡ ц لج Ỳ ц ὺ˜ в 44 ۱ جى ˝H لى
AED سمد W ≡ П ӣ ۶

˜ в ≡ ȣ

1. ≡ ȣ 8237-7424 ʼH˜ в и 77424
2. M ï 24 Нь ں ȣ 0919-099-119 ȳ 2939-3091 66119
3. ⁄s ȣ 2938-7129 ȳ 2939-3091 66110 ʼH 66001
4. ė Ç 119 ȣ شى ʼΩ J̌ Ł Ж І Ч ŭ J̌

≡ ˚ س ȣ https://reurl.cc/GAMEM3

B ȳ ï ŷ ţ ŵ ي Ю فم

1. ï ŷ ţ

ï ŷ ţ ╥ Ϛ Ȳ Ö ∪ æ ⅄ ⅿ ẇ Ϛ ϒ ţ ح ˙ ⅄ Ạ Ȳ ⅿ Ạ Ϣ ⊓ Ȳ
و ق ȳ ⊂ ا ⊂ ^ Ȳ ц ⅿ Ḗ Ϫ ″ Ạ ḟ ⊓ Ȳ ∩ Ł ⊂ A ⅘ ḟ ŭ ⅃ ´ ° Ạ Ӣ °
ȳ Ӣ ϧ ȳ Ш ... ȳ Ї Ꙗ ╥ Ӣ ي Ϣ ¸ ß ق Ȳ ° Ϫ ẅ ح ´ ß ţ ï ϩ ي M ï ⅿ Ḗ
∪ Ã t ⅃

⅃ . ⅃ ţ ǎ ï ŷ ţ φ

∃ ţ ï ϩ ي M ï ϒ h ^ ~ Ɔ ώ ɦ P
Ɔ ^ ὺ Ɔ₁ ∃ ţ ï ϩ ي M ï † P ώ ll ط
__(ق Ȳ گ ق ˙ خ Ạ ţ æ ⅄ ¥ ^
Ɔ † ll Æ ⊓ ط ₁ ^ P ţ ⅃

2. ï ŷ حضي ╟ حضي حضي

Ă M ï ⅿ ẇ ï ŷ حضي Ȳ t Ӣ ⅿ ∪ o Ạ
Ɲ Ȳ ⊂ A Ạ Ϛ P ⅃ Ạ ⅃ ″ ڈ گ ϒ
Ш Ḗ Ȳ حضي Ȳ Ц ∟ q Ö ∪ Ш ⅄
حضي Ὢ Ȳ Ã Ã ″ Ц Ш ˚ ß خ Є Ạ t ⅃

(ψ ȣ ţ ⅘)

⅃ . ⅃ ţ ǎ ϒ ŋ ï ŷ حضي φ

∃ ţ ï ϩ ي M ï ϒ h ^ ~ Ɔ ώ ɦ P Ɔ ^ ὺ Ɔ₁ ∃ ţ ï
ϩ ي M ï † P ώ ll ط (⅘ حضي Ạ ϑ Ạ ظ فح Ȳ ậ ¸ حضي ¥ ^
˙ خ ╟ حضي ^ Ɔ † ll حضي ₁ ц æ ⅄ ⅃

3. ï ŷ Ӣ ح ϧ ي

Ă M ï Л ŭ فح ȳ Ц ᵂ ϕ ȳ ï ŷ حضي ȳ ï ⊃ Ȳ ц Ρ ث ¯ ¸ ⊓ ï ŷ
Ӣ ϧ ي Ȳ в ⅄ Ȳ ⊙ Б ╗ Ӣ ي ⅄ ⅄ ȳ Ш ... ȳ Є Ӣ ϧ ȳ Ƶ ň ... ȳ ⅄
⅄ ... ȳ ⊂ ^ ⊃ ⅃

4. J̌ Ɲ ï ŷ ⅄ / ṅ Ц ⅄

Ă M ï ⅿ ⅄ h J̌ Ɲ ï ŷ ⅄ / ṅ Ц ⅄ ɦ Ȳ J̌ ⅄ ¸ ᵂ ï ŷ Ӣ ح ϧ ي Ȳ س ´ Æ ï ŷ
س ~ , ţ ï ϩ ي ⅃ J̌ Ɲ ï ŷ ⅄ / ṅ Ц ⅄ ⅄ ¸ ᵂ ؤ Ӣ Ạ ẇ ⅿ
J̌ Ɲ ï ŷ ϩ ي د ⅃