

團隊合作

愛心服務

寬廣胸懷

精緻教育



▲第 13 屆校刊編輯群及素雲老師

《同在》期刊來自第十三屆校刊編輯群的靈感；
從〈當我們同在一起〉這首歌詞簡單，旋律歡快的歌曲開始發想，希望所有同濟人都能夠藉由校刊了解同濟，看見同濟，並希望透過這份刊物的發行，讓大家拿起自己的筆來，或按下相機快門，為自己留下青春的故事。

轉眼間，從春暖花開來到了五月，窗外是青青校樹，萋萋庭草，不禁頑皮地偷改了韓愈老先生的詩。詩云：

同街好雨潤如酥，草色遙看近卻無。

最是一年春好處，絕勝煙柳滿覺都。

但於同濟覺宮，不只有四季景物變換所帶來視覺衝擊，還有屬於我們的青春場景，就如每週三社團時間的高二甲教室，只要走近點，你也可以聽見那陣陣的鍵盤敲打聲，和嘖嘖的電扇聲，還有編輯群們熱烈且節制的討論聲，只希望透過校刊的改版，讓《同在》與大家同在，讓大家於風聲、雨聲、讀書聲之外，還能校事、國事、天下事，事事關心。

賀！

▼全國高級中學閱讀心得寫作 第 1101010 梯次

年級	班級	作者	作品標題	閱讀書名	名次
高二	甲	蕭微臻	第一套入手的書	混血營英雄：迷路英雄	甲等
高三	甲	林建碩	鯨頭鶴之王讀後感：鯨頭鶴啣來的啟示	鯨頭鶴之王	甲等

▼全國高級中學閱讀心得寫作 第 1110310 梯次

年級	班級	作者	作品標題	閱讀書名	名次
高一	甲	葉又綸	《接受不完美的勇氣：阿德勒的 100 句人生革命》讀後心得	接受不完美的勇氣：阿德勒的 100 句人生革命	優等
高一	甲	余韋霖	佛法給我的人生體悟	年年三好三願	甲等
高一	甲	王力民	《孫子》讀後思考與應用	孫子	優等
高二	甲	黃珍諾	我所認為第一爐香裡的那些事	第一爐香：張愛玲短篇小說集之二	甲等

※2022 本校繁星錄取率高達 93% 高於全國錄取率 63%

高婉馨	國立成功大學	護理學系
張家瑩	國立台灣師範大學	數學系
陳政楷	國立中興大學	土木工程學系
郭紹琦	國立暨南大學	土木工程學系
簡辰晏	國立嘉義大學	電子物理學系
邱翔詰	國立宜蘭大學	環境工程學系
陳虹云	中山醫學大學	營養學系
劉于甄	亞洲大學	護理學系臨床照護組
曾柄維	長庚大學	電機工程學系
陳家瑩	逢甲大學	運輸與物流學系
陳好涵	世新大學	社會心理學系
林建碩	東海大學	中國文學系
李宛秦	銘傳大學	新聞學系（台北校區）
楊竣翔	靜宜大學	中國文學系



▲ 本校照顧服務科三年級莫芷昀同學，參加第 22 屆「台新青少年志工菁英甄選」，自逾 2000 位報名同學中脫穎而出，榮獲全國僅 30 位之「傑出志工獎」殊榮，受邀至總統府，由副總統賴清德先生親自接見！

隨著叮咚叮咚的敲打聲響起，一根根營釘釘入大地，撐起一頂頂帳篷，一根根木頭架起的營火堆……。大伙的辛勤努力是前奏，是為著接下來的副歌鋪陳有趣又快樂的旋律。隨著副歌的開始，營火暖暖升起，意味著活動進入高潮。一首首象徵童軍精神的歌曲，搭配著傳承的舞步，我們跟隨著經驗豐富的學長姐們一起唱跳，就這樣唱著、跳著，展現出我們身為一個童軍該有的活力。



對學弟妹們的期許

童軍活動是由英國的貝登堡爵士所創立，自此遍傳世界各地。童軍的教育訓練內容是非常著重團隊合作、服務熱誠與爭取榮譽，幫助各地的兒童及青少年成長，建立積極進取的人生觀。期盼每一位學弟妹們，在經歷了童軍課程教育後，能透過三天兩夜的露營訓練活動，在師長、羅浮童軍，以及同濟童軍團的伙伴服務陪伴下，學習積極、正確、負責的人生態度，並將所學延伸運用於課業、為人處世及建立良好的品德之上，讓自己成為一個優秀青年。

寒訓的用意是為了驗收學弟妹們在童軍課的學習成果，營期之中服務員和師長的角色，是給予學弟妹們適時的幫助與心靈上的支持，更重要的是領導學弟妹在活動中的思維，藉此找出自己所擅長的技能並多訓練，從而實踐利他的精神來幫助他人。

童軍是重紀律的，不只是活動過程，甚至在日常生活都要謹記童軍的十二條規律並實踐三條諾言。

童軍活動是重準備的，在寒訓開始前，學長姐們在露營前幾個月就用心地安排活動，準備裝置，並在活動前一二天開始在營地進行前置作業。

2022 年寒訓露營較為特別，有國一的學弟妹陪伴國二同學一起完成這三天的總驗收。第一天早上的營地建設，是第一個大考驗，同學們必須用竹子與繩子打造出餐桌及炊事架，主要考驗同學的繩結與團隊合作的能力，但過程中並不順利，因為國一的同學學過的繩結並不多，在搭建這兩項工程顯得較為困難，但是在學長姊的強力支援下也成功完成了任務。

再來三餐炊事也是他們的困難之一，因為生火這項技能學弟妹也還不太熟練，但是子瑩老師和許多學長姊也會給予他們最大的幫助。



第一天晚上的夜間教育，是寒訓露營中不可或缺的一項活動，用意是為了讓同學在寂靜黑暗的大自然中，克服自己心中的恐懼並考驗各種感官的能力（嗅覺、觸覺、聽覺、視覺、味覺）。突破難關，則主要是訓練童軍技能及許多團隊的能力，例如：在風聲鶴唳的關卡中，許多同學都認為，這需要團隊合作的力量，才能將戰車架上的鍋碗瓢盆碰撞的聲響降到最低分貝，例如：國二第三小隊賴辰宗同學便體會到，「要先顧好自己負責的那部分，再去處理中間大家共同的部分，便能將聲音降到最低，也是完成這個關卡的最好方法，生活中其實也是如此。」

第二天晚上的營火晚會，大家都把自己準備已久的節目表現出來，而服務員也準備了一系列的表演節目呈現給學弟妹們觀賞。從溫馨的香舞，到肅穆的拜火，接著是朝氣蓬勃的旗舞，都代表了傳承及感動，因為這些都是學長姊們從寒訓前很長一段時間就開始準備，他們不管受了多少傷，吃了多少苦，都希望能將最好的表現展現在大家面前，這也是他們在這麼長時間努力下來成果驗收。



在營火晚會的尾聲是爐邊談話，許多師長與畢業的學長姊，都會回來跟同學們分享過去的感動與經驗，並勉勵大家再接再厲。

第三天主要是回饋營地，和分享在這三天的成長。從在開始到結束，彼此也許會有許多的碰撞與不愉快，但是這些必將會成為我們一生當中無法忘懷的美好回憶與成長的養分。

當我們覺得累了，想一想，還有伙伴、老師與學長姐陪伴你我們一起向前邁進！即使遇到困難，或是不會的事情都可以勇於嘗試。就像在這三天的營期中，有一位老師一直在旁默默地幫助大家，那位老師就是子瑩老師，即使她可能有些地方不太會，但她會去摸索，或是詢問在場的行義夥伴，老師一直保持著「做中學，學中做」的精神，是值得大家學習的榜樣！



國一甲 第一小隊 鄭依采

第一天印象深刻的是「夜教」，一開始走出校門時，大家都傻傻的不知道要往哪裡走，後來才發現會有學長指路。走進學校附近的住宅區時還有路燈，但慢慢的就沒有了，又加上不認識路，大家都很害怕，所以我們就一起用唱歌來緩解恐懼。一路上大家的歌聲都沒有停過，有時還會用報數來確認人數是否正確，唱著唱著，突然被草叢裡跳出來的學長嚇得半死，實在有夠恐怖！

第二天印象深刻的是營火。傍晚，學姊帶大家去中廊參加「虔敬集會」，聽校長介紹貝登堡爺爺，校長還說她其實也擔心疫情變嚴重，而導致大家無法參加這次的寒訓。然後，校長說了一句話讓我印象深刻的話，她說：「不要因為怕萬一，而放棄那 9999 的可能。」我覺得校長說得很有道理。

虔敬集會結束，學姊就安靜的帶著大家到營火場入座。第一個表演是香舞，香舞的歌真的很好聽，而且學姊們也跳得很棒，不管看學姊們跳多少次還是百看不厭。之後是學長跳拜火雖然看過學長他們練習時的樣子，但當他們一瞬間膝蓋著地跪下去，發出齊一的聲響時，我還是會被嚇到，就會不自覺的摸一摸自己的膝蓋替他們疼痛起來，只能說學長為了榮譽感真的是全身心投入啊！當各組小隊出來表演，表演到一半時，大家會跟著上去跳，因為要一邊看一邊跳，而且大部分的動作我都跟不上，但我還是很開心！

第三天要恢復場地，帳篷要收，炊事架與餐桌要搬去竹木場放，最後是打掃。大家要回家時，學長姐們還在做善後工作，真的很謝謝學長姐！因為我們是國一，很多的繩結還不會打，露營該做什麼的也還不了解，比如：第一天搭建炊事架與餐桌，我們都傻站在那裡，不知道要先從哪部分動作開始，還好學長姐有來教我們怎麼打繩結，不過，我們這一組的學長姐可能工作太忙，匆匆交代幾句就走了，然後大家又什麼都不會，不過最後我們還是勉強完成了，但餐桌來不及完全搭好，學長要我們有空時搭好，但我們都沒有空，第二天，餐桌就歪掉了，還好沒有塌……。

第一次當隊長因缺乏經驗，第一天帶的真的很糟糕，我不會帶隊友，不會分配任務，也不會分配時間……。當時我真的很慌，但後來慢慢的好起來了！希望到我們國二寒訓時，大家可以做得更好！



國一甲 第三小隊 楊雅淇

時間過得真快，寒訓露營一下子就結束了，雖然只有三天，但是我在這段期間內學到了很多很多，而這次的露營也深深烙印在我的心中。其中令我印象深刻的是第一天的宣誓和第二天的營火。

寒訓的第一天早上是雨天，但不影響我們進行活動，所以我們的開幕典禮就在雨中進行，因為要宣誓，所以我非常的緊張，害怕宣誓過程中出糗，但是我在宣誓過程中想著：「宣誓完我就是真正的童軍了！」等我穩穩的講完諾言之後，團長幫我戴上領巾，跟我左握，宣誓完後，覺得自己身上又多了一項任務，而我也要慢慢的去實踐，畢竟「一日童軍，終生童軍。」

接下來是第二天的營火，大概這三天就營火讓我抱著最大的期待！到了下午時，學長姐就已經開始佈置營火的場地了，而天氣也開始轉涼，趁這個時間，我們也把要表演的舞蹈再練習多次一點，等吃完晚餐後，我們到了中廊開始「重溫諾言」，接著就帶隊到場地坐下，大家圍成一個圈，就好像一家人團圓一樣。我們唱著「營火燒著」慢慢拉開營火的序幕，印象最深刻的是學姐們的香舞，再來是學長們的拜火，我覺得他們都超棒的！為了帶來很好的表現，從很久之前就開始練習，身上都背負著多處的瘀青。大家的表演也超精采的，氣氛整個超嗨，我的身體也都熱起來了。最後，我們大家圍在營火附近，聽著老師、畢業的學長姐們分享事情。大家唱完「晚禱」之後，就準備就寢睡覺了。

這幾天的活動裡，每個人都努力做好自己的角色，謝謝這次主辦的學長姐們，有你們才有這次這麼完美的活動。在這之中，我學到了分工合作和守時，必須在時間內做好該做的事，才不會拖延到下一個行程。而我也希望我自己能以學長姐為榜樣，繼續傳承童軍的精神！「有了童軍夥伴，絕對無敵！」

國二第 3 小隊 賴辰宗

國中三年只有一次的寒訓露營，在我們的努力中結束了。

這次寒訓，我學到了如何分配人力還有時間管理。我在小隊中擔任的是小隊長，隊長的工作就是把學長姐給的任務交代給隊員們，並仔細的按照每個隊員的能力去安排適當的工作給他們，這就是我認為當隊長的要領。

最讓我印象深刻的活動是闖關活動中的一個關卡——風聲鶴唳。在這個關卡，我們必須抬著由竹架和各種鍋碗瓢盆組成的「大家伙」，然後從一樓爬上二樓，再從二樓走回一樓，途中必須讓聲音盡量小聲一點，否則就算失敗；這極其考驗我們的耐心與默契，因此我們必須慢慢來，才有勝算。

我希望我們小隊之後可以擁有團結合作的能力，不是只單靠紛爭來解決問題，這樣不僅可以事半功倍，做任何事情也會很有效率。最後，我要謝謝幫助我們的團長們、學長姐們、老師們，還有夥伴們，謝謝您們！



國一甲 第三小隊 蕭雯勻

第一天令我印象最深刻的是「夜教」。開始要出發之前，祈福關學長先講了一個故事，接下來講完準備要出發的時候，學姊就給我們一人一個十字架和一條童軍繩，當我們走到校門口時，我還慶幸一路都有學長跟著我們，結果到了住宅區，發現學長早就不見了！然後慢慢的沒了路燈，整個超黑！大家都很害怕，所以我們就緊緊抓著童軍繩，小心翼翼的走到第一關。第一關是嗅覺，因為要聞味道猜是什麼，因為沒人敢試，所以我就第一個試，雖然有點恐懼，但我還是完成了任務。

值得一提的是，一開始大家完全不知道學長他們會站在某處等我們出現，所以就完全沒有防備的往前走，再加上路上很黑，要手電筒照的地方才看得到，突然看到身影，來不及反應，我跟雅淇就被嚇哭兩次。

第二天，讓我印象最深刻的是「營火」。在一個只有攝氏 11 度的夜晚，親身體驗到身邊周遭人的體溫，還有營火的溫暖。那首《謝謝你》讓我在激情中得到緩和，可以以緩慢的節奏和大家交流，聽著令大家開心且幸福的旋律，讓我覺得再累的身軀都可以繼續向前行。

第三天，讓我印象深刻的是「回饋營地」。像前兩天一樣，一樣被寒冷的空氣給叫醒，但一心想想要吃到溫暖早餐的我，立刻把周圍的人叫起來，並整理好周圍環境，把自己的能量調高，迎向回饋的一天。冰冷的火灶，讓我們難以升起那微弱的火苗，但不知為何，嘗試幾次就點起來了。早晨的霧氣與柴火的濃煙混和，營造出一種朦朧的感覺，讓我迷迷糊糊地吃完早餐，繼續地收拾我們的營地。

回饋同時讓我感謝，感謝這片土地讓我可以安心地踩在上面。聽著大家分享三天來的酸甜苦辣，感受著陽光給我的溫暖，那種大家圍繞在一起的感覺，讓我覺得有滿足感，儘管很累，但聽到大家的分享，感受到大家的陪伴，看著被摧殘的雙手，每道未癒合傷痕都是成長的痕跡，這次的寒訓讓我心靈成長不少。



高一甲 服務員 涂宇凱

三天兩夜的童軍露營雖然一眨眼就過了，卻讓我留下了許許多多的美好回憶。即使 2022 年才開始不久，我想，這應該是我這一年當中最值得紀念的事了。在寒訓營裡跟著老師與夥伴們一起完成這三天兩夜的任務，雖然身體疲累，但心靈能量滋長，真是再快樂不過的事了。

想到這裡，我的鼻頭就開始酸了，彷彿現在的我又回到了那三天的美好時光裡。寒訓營當中，最讓我印象深刻的是搭旗桿。我們為了要搭旗桿，就耗了非常多的時間與精力，只為了要把它立得整齊好看，在立的過程當中，只要有一些許的誤差，在美觀上就會變得突兀而奇怪，不過幸好有學長姐的幫忙與教導，最後我們順順利利的把它立了起來！雖然在立的過程當中耗費很多時間與精力，不過當國旗、校旗、團旗在旗桿上飄揚時，心中總會浮現一種肯定自我、愉悅的感覺，我想那就是人們所說的成就感吧！



校 慶 運 動 會

▼運動員宣誓



同濟高中創校 61 年了，但正逢新冠疫情肆虐，2022 年 4 月 9 日的校運會，為防疫之故，沒有特別邀請外賓及校友參與。此外，和以往截然不同，校運會不僅合併班際籃球賽，還添加了趣味競賽和拔河比賽。整體而言，少了外賓的冗長致詞，多了師生同場競技的歡樂，氣氛雖低調，卻又溫馨而熱烈。

看同學們在紅泥跑道上，揮灑著青春的汗水，為了班級榮譽拼盡全力拉住繩索不放，在籃球場上激烈攻防……，完成一項又一項的比賽。雖然，比賽有輸有贏，但可不能輸了運動家精神！接下來，讓我們看看他們參與後的心得吧！

校運會最美好的風景

吳哲宇

跑向籃球場，耳邊不斷傳來慷慨激昂的吶喊聲，模糊的觀眾也逐漸清晰起來。場下的球員們盼著上場的機會，各個摩拳擦掌；場上的球員們互不禮讓，發揮 120% 的力量。

我在場下目不轉睛地注視著，心中充滿敬佩，球員們不斷地跑動，卻絲毫不見疲憊，為了自己、為了班級的榮譽，不斷拚命，但在球員身後也有為他們加油的後盾。場上、場下都因得分、失分而緊張到歡呼或嘆息，空氣中和人群中傳出陣陣加油聲。

比賽結束了，一個球場兩樣情，雖然贏了歡欣鼓舞也不能自滿，即使輸了也不用氣餒，因為還有下一場比賽在等待著，空氣中仍瀰漫著劍拔弩張的氣味，不容鬆懈。

比賽就像「台上一分鐘」，背後的努力如「台下十年功」，雖然努力的結果不一定是美好，但失敗也能成為學習的經驗，成長的養分。而且在比賽過程中，我發現除了勝負也有人情之美，那就是同學、朋友彼此加油、互相安慰的感動——是今年運動會所見到的最美好的風景。



跑大隊接力之我思 ◎毅星

校運會上，高中組大隊接力比賽即將開始。披上第一棒的衣服，拉伸著自己雙腿的肌肉，讓它們維持在最佳狀態，懷著忐忑和不安的內心，我踏上了第一道跑道。

紅土跑道的特性，讓我非常擔心、惶恐，我重複的嘗試著起跑姿勢，以及在腦中無數次的思考著最佳的起跑角度，裁判喊道：「各就各位——」我慢慢地蹲下身，眼帶殺氣的直視前方，準備迎接屬於我的主場……。

槍聲響起，三道身影迅速衝出，風颳在我臉上，像是一把把小刀割著我臉頰，我努力地向前衝，一開始的彎道非常的順利通過，並且超越了其他兩名選手，但就在此時，最害怕的事情發生了！因為速度過快，身體又沒有傾斜角度夠多，我慢慢地往對手的跑道靠過去，就在快要踩到對方跑道，眼看要被判犯規的時候，緊急的把腳收回來，驚險地避開風險，但這也導致我的重心不穩，險些跌倒，我趕緊放慢自己的速度，穩住腳步，幸好事情沒有往最壞的方向發展，我繼續往前衝，努力跑完我的任務。

順利把接力棒交給隊友後，我慢慢地放慢速度離開跑道，心中慶幸任務完成了！看著隊友接過棒子，奮力往前衝出，我拚命吶喊為他們加油。

就這樣一棒接著一棒，隊友們一一完成了自己的任務，並為拿下第二名聚在一起歡呼慶祝。對我來說，這並不只是一場接力賽，更是隊友之間的相互傳承，一棒一棒的接力，象徵著交付，更因彼此的信任，讓這次接力賽可以順利地完成。

在這次的接力賽中，我發現有一個問題需要解決，那就是接棒的流暢度及默契。因為平常的練習時間少，不夠熟練影響成績，希望我們班可以提早規畫開始練習，我相信凡事有準備，成功不是難事，明年必能拿下那個屬於我們的第一名！



崛

品

文

學

文 / 葉又綸 黃昱勝

「崛起文學」設立之由來：

校刊文編組在《種心云集》第二期的內容中，看到崛起文學獎的緣起。素雲老師說：101 級畢業的學長姐催生了校內文學獎的設立，並在他們的腦力激盪之下，命名為「崛起」。「崛起」有突起之意，「崛起」二字其實隱含著高度的期許，期許透過文學獎的鼓勵，校刊的刊登，發「掘」更多好作品，並期能讓更多同濟人「覺」醒，拿起自己的筆與相機，就著夢和月光的吸墨紙，捕抓並紀錄下更多屬於同濟少年的青春夢想與飛揚神采……。

雖然，現在已經不再舉辦崛起文學獎的徵文比賽了，但校刊這方園地，還是需要同濟人拿起自己的筆，為自己的青春歲月寫下精彩的一頁。

※ 新詩

※ 攝影

忒修斯之船

◎帥哥小可愛

在體內 早已
航行
不可數的周
時常換下那些
破舊的桅、傷損的艙、風化的樑、浸爛的
甲板
卻總有一股混沌之力
分明不了 吹 使船
無從 又換下那些
沖蝕的舷、遲鈍的舵、腐壞的檣、褪色的
艙
觸礁 才得知
帆 網羅一切的
風

作者：簡定睿

題目：因風轉動

作品敘述：
旋轉發電的風車，
是風給予的力量，
人生亦同，需要轉動的力量，
才能讓自己有能量點亮世界。
那麼，轉動我的力量是什麼？



作者：簡定睿（提供照片）、王力民（文字創作）

題目：陪伴

照片敘述：
蹣跚的腳步，
有我一生的經歷，
攜著妳的小手，
陪著妳。

好書推薦→《飢餓遊戲首部曲》

文 / 蔡昕諺

「願機會永遠對你有利」，是出自電影《飢餓遊戲》中的金句。它是一部改編自小說的電影，本篇將介紹小說《飢餓遊戲首部曲》。本書的作者蘇珊·柯林斯，曾被美國《時代雜誌》評選為年度「百大影響力人物」，而《飢餓遊戲》則是她的作品中最為人知曉的系列。



▲蘇珊·柯林斯早年是從事電視編劇的工作，後來受到經典名著《愛麗絲夢遊仙境》的啟發，構思出「地底王國」(The Underland Chronicles)系列。不只蟬聯《紐約時報》排行榜，更獲選為《紐約時報》最佳讀物、「紐約公共圖書館100本值得閱讀與分享的好書」、「新大西洋獨立書商協會(NAIBA)」年度最佳小說等多項大獎。

圖片來源：<https://i.linkeddb.com/person2/82d5/5eff/eec8faa5be3ca8db8f80bed6.jpg>

據說故事靈感是這樣來的——作者某天在切換電視頻道的過程中，看到了真人實境節目以及有關戰爭的報導，她說：「兩者以令人不安的形式交織在一起……。」於是，《飢餓遊戲》誕生了。

故事發生在經歷過一場大災難後的北美洲，一個自廢墟建立起的國家「施惠國」，建立了十三個行政區，並以「都城」為中心實施統治，各個行政區都必須向都城提供各種資源、產品，每區都負責不同項目。在施惠國建立不久後，各行政區便發起叛變，進入「黑暗時期」。然而，都城以高科技武力及軍隊優勢迅速鎮壓並殲滅叛軍，第十三區則被視為叛亂中心，都城以核武器摧毀之，第十三區從此不復存在。

都城為了懲罰其他行政區，要求所有行政區每年都必須派出一對少年少女「貢品」到競技場參加「飢餓遊戲」，同時透過電視轉播，播出「貢品」們的比賽過程，藉以打擊行政區的反抗意識，避免再度掀起叛亂，這就是飢餓遊戲的由來。

遊戲規則除了比賽開始前六十秒不可離開原地，以及不能吃人之外，沒有任何限制，包括偷竊掠奪殺人，簡單來說，就是個至死方休的獵殺遊戲。最後存活、勝出的貢品從此一生衣食無憂。本書的女主角凱妮絲與男主角比德即為第七十四屆的第十二區「貢品」。

這本書有很多值得探討的主題，像是貧窮、戰爭、高壓統治，甚至是愛情，沉浸在劇情之中的同時，也能引發種種思考，書中很多事物所象徵的意涵，幾乎都能一一對應到現實世界，可以看出，作者很重視現實世界曾經發生，或正在發生的許多問題。

本篇介紹的是《飢餓遊戲》三部曲中的首部曲，而後兩部《飢餓遊戲：星火燎原》以及《飢餓遊戲：自由幻夢》也都相當精彩，若是感興趣，可以自行翻閱書籍，相信種種精彩的情節一定會令你欲罷不能。



◀《飢餓遊戲》三部曲(The Hunger Games trilogy)。首部曲《飢餓遊戲》(The Hunger Games)、二部曲《星火燎原》(Catching Fire)與三部曲《自由幻夢》(Mockingjay)。飢餓遊戲三部曲一出版便收獲好評。《飢餓遊戲》與《星火燎原》更是連續榮登紐約時報暢銷書榜之中。

圖片來源：
<http://tenthousandyears.blogspot.com/2012/04/blog-post.html>

國人十大死因之首！帶您瞭解癌症的成因

文 / 廖英傑、江育綸

癌症又名為惡性腫瘤，是細胞不正常增生的現象，特徵是會侵犯身體的其他部分。常見症狀有長期咳嗽、不明腫塊或是莫名的體重下降，而癌症肇因通常來自於不正常的生活方式，如飲食不佳、肥胖、運動不足等等，或是長期接觸致癌物質，如輻射、香煙、酒精。

目前已知會出現在人體上的癌症共有一百多種。根據衛生福利部109年的最新資訊可知，十大癌症死亡率依序為：氣管、支氣管和肺癌、肝和肝內膽管癌、結腸、直腸和肛門癌、女性乳癌、前列腺(攝護腺)癌、口腔癌、胰臟癌、胃癌、食道癌、卵巢癌。

死亡率最高的癌症 --- 肺癌

台灣最常見的癌症 --- 大腸癌

109年十大癌症死因

癌症別	死亡人數(人)		死亡率(每十萬人口)		標準化死亡率(每十萬人口)	
		年增率(%)		年增率(%)		年增率(%)
所有癌症死亡原因	50,161	-0.1	212.7	-0.1	117.3	-3.3
1.氣管、支氣管和肺癌	9,629	-0.7	40.8	-0.7	21.8	-4.4
2.肝和肝內膽管癌	7,773	-1.4	33.0	-1.3	18.0	-4.6
3.結腸、直腸和肛門癌	6,489	0.8	27.5	0.9	14.6	-2.2
4.女性乳癌	2,655	0.8	22.3	0.8	12.8	-2.4
5.前列腺(攝護腺)癌	1,730	12.5	14.8	12.7	7.8	9.9
6.口腔癌	3,380	-1.3	14.3	-1.3	8.6	-3.8
7.胰臟癌	2,450	-1.9	10.4	-1.8	5.7	-4.4
8.胃癌	2,339	-1.7	9.9	-1.6	5.2	-4.4
9.食道癌	1,954	-1.5	8.3	-1.4	4.9	-3.3
10.卵巢癌	724	6.0	6.1	6.0	3.6	5.2

肺癌是目前死亡率最高的癌症，第一期肺癌在經過治療後，存活率約僅60%-80%。致病原因包含長期吸煙、空氣污染等等，需要注意的是，肺癌的患者不一定有長期吸煙的習慣，但可能因為工作或家庭因素而長期暴露在二手菸及其他致癌物的危害下。

肺癌主要能分成「小細胞肺癌」和「非小細胞肺癌」兩大類，前者生長快速，容易造成擴散轉移，一般無法以手術移除，所以治療上主要以全身性的藥物療法為主。相較之下，後者雖佔全部的八成五左右，但其生長和擴散速度不及前者。話雖如此，能直接切除的患者也僅有不到四分之一，且術後仍可能發生復發或轉移，所以多數依然以藥物及放射線等方式進行治療。

隨著現代人逐漸西化的飲食習慣，大腸癌發生的機率越攀越高，約在民國九十五年的時候首次超越肝癌成為台灣發生機率最高的癌症。雖然，早期的大腸癌經過妥善治療後存活率有90%以上，但整體死亡率仍高達27.5%，且有逐年上升的趨勢，好發年齡也逐年降低，我們應該抱持及早發現及早治療的心態，定期到醫院進行檢查。

大腸癌的初期症狀並不明顯，如果發現自己有不明原因的體重減少、腹部長期不適、糞便帶血等等情況，應儘早尋求專業醫生的協助。

目前對大腸癌的治療方式以手術切除為主，但仍會依照病人本身的身體狀況、疾病期別等因素在術後加上化療、放射線治療等等進行輔助。

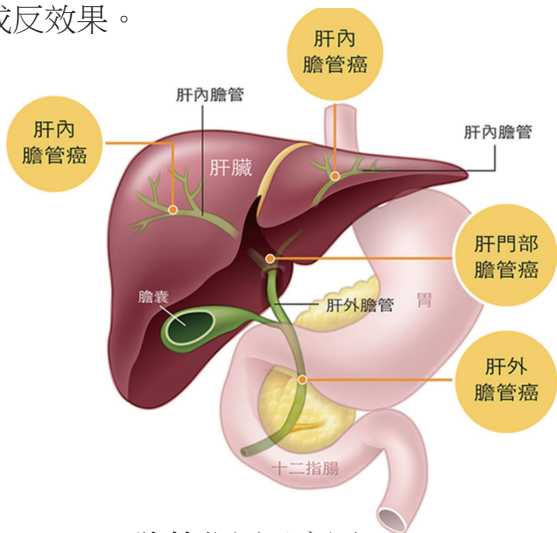
圖片來源：https://www.mohw.gov.tw/cp-5017-61533-1.html?fbclid=IwAR1sOHhjmpHksvlyPCdx9rQhFvTEkd9L3kMGNtFUel tHZbb7vI4yEe_YzXM

容易被忽略的殺手 --- 膽管癌

在說癌症之前我們先來了解膽管是什麼？膽管又被稱作膽道，是輸送膽汁的管道，膽管癌可分為肝內膽管癌及肝外膽管癌，而肝外膽管癌又包含肝門及總膽管癌。大約一成的膽管癌是肝內膽管癌，六七成是肝門膽管癌，而二三成是總膽管癌。

膽囊的位置在肝臟下方，當你吃下有油的食物後，膽囊就會收縮擠壓，再透過膽管輸送到其他管道，但是裡面尚還有很多雜質需要萃取出來做利用。而膽管癌的主要位置是肝內，肝門周圍。再者就是位於左右肝管二級分支的近端。至於膽管癌會那麼恐怖的原因，是因為它很少見，且症狀不明顯，因而導致大家不太去重視膽管癌。

膽管癌可以透過飲食去預防，比如：蔬菜、水果、葉酸、不溶性纖維及維生素C等都可以預防。除了以上這些食物之外，還是需要請專業的營養師來做調整，如果自己對這些食物有過敏症狀的話，反而會造成反效果。



▲膽管位置示意圖

圖片來源：<https://www.liver.org.tw/uploadfiles/images/28%283%29.jpg>

菸酒檳榔不離口的後果 ---- 口腔癌

台灣近年來口腔癌也躍升為國人十大癌症死因之一，從八十二年起已上升為男性癌症死亡率之第五位，同時每年更以超過百分之十的增加率快速爬升中，更令人擔憂的是發病之年齡層卻有逐漸下降的可能，口腔癌生成的主要原因與國人嗜好嚼食檳榔之習慣有關。

為什麼會得口腔癌？長期慢性刺激是口腔癌發生的主要成因，其中以嚼食檳榔為最主要（約九成口腔癌）患者都有嚼檳榔的習慣，其它像吸菸、喝酒、陽光照射過度、尖銳的蛀牙或殘根、製作不當的假牙、假牙套及長期營養不良等都是造成口腔癌可能發生的原因。

口腔癌的治療方法：由於醫學發達，癌症已經不再是過去一般所認為的絕症，而是絕對可以經由正規治療而治癒的疾病，尤其是口腔癌患者、更是早期診斷、早期治療，治癒率可高達80%以上，但相反的，對於末期口腔癌患者而言，其五年存活率則劇降至百分之二十以下，而目前口腔癌治療仍以手術治療為主，其主要原則是要將癌細胞百分之百徹底清除，不能殘留任何癌細胞。手術方法包括廣泛性腫瘤切除、頸部淋巴廓清術、及組織缺損之重建等。一般早期患者只需做手術治療就可以，但對於晚期口腔癌患者通常會採取手術及輔助化學藥物治療與放射性治療之合併療法，另外無法手術及預後不良等末期口腔癌則只能接受化學藥物或放射性治療等姑息療法。

而姑息療法的目的僅是減輕患者的痛苦，延長患者的生命，使腫瘤縮塊或有縮小，但不能完全去除，患者一般情況差，不能使用姑息療法，姑息療法可有暫時的效果，但患者以後多半還因腫瘤復發、轉移而死於腫瘤。

德瑪爾·德羅展：當眼淚流盡的時候，留下的應該是堅強

文 / 張睿晨

德瑪爾·德羅展 (DeMar DeRozan) 綽號：龍王，出生於1989年8月7號的加利福尼亞州康普頓。現今32歲、身高198公分、體重100公斤、臂展206公分，現為美國NBA職業籃球運動員，目前效力於NBA芝加哥公牛隊，主打得分後衛（持球進攻）兼小前鋒（突破上籃），最為擅長中距投籃和各種背框單打，合稱峰衛搖擺人。

德羅展的出身地——康普頓是全美國治安最不佳的小鎮，是幫派林立，槍聲不斷的危險地區，據他自述，家族中的叔叔、舅舅，就是在街頭因黑道錯認被殺，而DeMar這個名字，就是德羅展的母親為了紀念她被槍殺的哥哥。

但好在有堅如磐石的家庭守護著他，特別是影響他最深遠的父母親。

德羅展是家中獨生子，父親弗蘭克身長190公分，非常喜歡打籃球，位置是中後衛。一到週末，他便會和父親前往球場。他們去過很多地方磨練球技，盧德斯公園、岡薩雷斯公園、威爾森公園、康普頓大學等等。所謂籃球上無父子，父親在面對德羅展時絕不手軟，狠狠的蓋上一記大火鍋，猛烈的把德羅展撞倒在地上，是他們的練球日常。父親還一再告訴他說：「對手不會在乎你的情緒！」

母親戴安則以身教教會他尊重他人，他回憶說：「我的母親一直告訴我，絕對不要嘲笑別人，因為你不會知道他們曾經經歷了什麼。從我小時候開始，我就從未這樣做過。我不在意身材、長相、種族、任何什麼。我用相同的方式對待每個人。」

無常總是令人猝不及防。德羅展七年級（相當於國中一年級）時的某天，父親載著他去看同父異母的弟弟。在這段路程中，他發現父親只用右手開車，他感到奇怪，卻沒多想。沒想到隔天放學，得知父親中風的消息！

父親躺在醫院病床上無法動彈，看見平日嚴肅的父親哭了，德羅展內心大受衝擊。更沒想到噩耗一波未平一波又起，高中時，母親也罹患紅斑性狼瘡！父母雙雙病倒，讓他的人生陷入谷底，頂著這些壓力以及痛楚，德羅展並未被打敗，他銘記父親曾說過的「籃球場上的錯誤」，清楚自己是父母唯一的希望，他必須藉著天賦與努力，才能將家人帶出康普頓，脫離貧病的深淵。

德羅展就讀康普頓高中階段，在籃球場上擁有場均26.1分8.4籃板的數據，在高四時更提高了自身素質，達到場均29.2分7.9籃板的數據，並連續兩年豪奪摩爾聯賽總冠軍，因而在2008年4月收到來至喬丹品牌菁英賽的邀請。

2008年，剛完成高中學業的，立即進入南加州大學就讀，並在隔年，美國紐約市NBA選秀中，被加拿大的籃球巨頭：多倫多暴龍球隊（簡稱：暴龍）以第九順位相中。效力暴龍9年後，輾轉到美國德克薩斯州聖安東尼奧馬刺（簡稱：馬刺）隊效力，3年後又到了籃球之神麥可·喬丹的王朝；芝加哥公牛隊效力至今。

2018年2月18日的深夜，德羅展在個人推特上說：「憂鬱症逼出最好的我。」當時已功成名就他，說出很年輕時就罹患憂鬱症的事實，但面對憂鬱症，他不曾倒下，因為他是家人的希望。

「當眼淚流盡的時候，留下的應該是堅強。」這句話可說是德羅展生涯發展的註解。父親帶領他進入籃球的世界，母親給他正確的人生信念，並守護了他的童年，避免他誤入歧途，或者死於街頭的槍林彈雨。當家庭出現重大危機，從小在關愛中成長的他，並未因此而怨天尤人，自暴自棄，他堅強面對。或許，也因為「籃球」是他與父親愛的連結，讓他在人生最困厄時，精神上有所寄託，有所期望。最後，更讓他在籃球場上得以自由發展天賦，大施拳腳！欣賞他球技的同時，他堅強面對人生橫逆的故事更激勵了我。



圖片來源：<https://www.google.com/imgres>

<https://www.google.com/imgres?imgurl>

閃光燈的背後，少年仍是少年。

文 / 卓士程、朱珈靚

來自四面八方的少年們，因為熱愛因為夢想聚集在一起，他們就是時代少年團。時代少年團是時代峰峻旗下的男團，他們的師兄是 TFBOYS，師弟則是還未出道的訓練生三代。

時代少年團的前身是台風少年團，而後經歷過了台風蛻變之戰，改名為時代少年團。其實，他們的成軍過程幾經波折，比如說：原本預計只有五人出道的團隊，卻因少年們的堅持，以及丁程鑫不斷和節目組的爭取，最終改變了規則，改由粉絲投票決定是要五個人出道，還是七個人出道？最後粉絲投票決定由 7 人出道，這就是現在的時代少年團。出道的人員有丁程鑫、馬嘉祺、張真源、宋亞軒、賀峻霖、嚴浩翔、劉耀文等七位成員。

時代少年團成員的平均年齡只有 17 歲，雖然年紀比其他的團體來得小，但是不管是歌唱實力，亦或是舞蹈能力，都能從他們身上看到累積出來的努力。剛出道的他們總是被稱為「TFBOYS 的師弟」，很少有人知道他們真正的團名，甚至說他們是靠師兄而紅。但是，這些言論並沒有影響到這群少年的初心，他們透過一次又一次的舞台和作品，讓世人看見他們。後來越來越多人知道他們的團名，也得到許多的認可，像是年度潛力組合、最佳新銳組合、年度人氣團體以及年度人氣音樂作品等，許多大型活動也開始邀請他們，包括跨年演唱會、微博之夜和 2022 年北京衛視春晚等。慢慢地時代少年團越來越被大眾所知，代言商品及活動如水流般不斷湧來，有些團員也成為綜藝節目的固定班底，例如：快樂大本營、王牌對王牌、萌探探探案等，都能看見他們的身影，丁程鑫和張真源甚至還入選冬奧志工。

在別人眼裡的他們年少成名，許多人說：他們必須做好榜樣，必須成為完美的小孩。在這樣的壓力下，皇天不負苦心人，團員中的丁程鑫和張真源在高考中考出了亮眼的成績，分別錄取是北京電影學院，以及中央戲劇學院。相對的馬嘉祺卻因為考試失利，而被許多網友惡意攻擊及質疑：是否這樣年紀的小孩適合成為藝人？

在許多紀錄片裡，我們時常可以看到團員們在練習舞蹈的休息時間及拍綜藝拍廣告的空閒時間裡，拿著書猛 k，或是寫著作業，明顯看出，在如此繁忙的工作時間裡，除去藝人身份的他們，依然沒有忘記作為學生的本分。

成名或許能收穫許多喜愛，但同時也會遭受到許多惡意的言語傷害，不過少年們並沒有因為這些打擊而迷失了自己，他們在質疑聲裡用實力去告訴大家他們是時代少年團，在每次的新作品及新舞台裡告訴大家他們不會停止進步，不會因為現在的名和利而忘記自己當初想成為的模樣。閃光燈的背後，有著少年們日夜的練習，有著少年們不屈服的決心，有著少年們無數的汗水及堅毅，他們依舊是那群擁抱著熱愛及夢想的少年。



▲ 隊長：馬嘉祺 生日：12/12 粉絲名：小氣球



▲ 舞擔：丁程鑫 生日：2/24 粉絲名：比鄰星



▲ 主唱：張真源 生日：4/16 粉絲名：真知棒

▼ rap 擔、忙內：劉耀文
生日：9/23
粉絲名：滿月▼ 舞擔、MC：賀峻霖
生日：6/15
粉絲名：深海▲ 主唱：宋亞軒 生日：3/4
粉絲名：小海螺▲ rap 擔：嚴浩翔
生日：8/16
粉絲名：鹽汽水

《殭屍校園》到底在紅什麼？一起進入被殭屍追趕的世界吧！

文 / 黃珍諾、劉宜璇

繼 2016 年《屍速列車》播出爆紅後，韓國近幾年不斷地推出喪屍劇，掀起全球一波波的喪屍迷潮。而說到 2022 年初，最有話題度的戲劇非在 Netflix 上線的《殭屍校園》莫屬了！

《殭屍校園》(All of Us are Dead) 劇情改編自韓國漫畫家朱東根連載於 Webtoon 的同名網路漫畫《極度恐慌》。

故事發生在韓國孝山高中，一名科學老師李炳燦的兒子——真秀在校園長期遭到霸凌，甚至想尋死。李炳燦屢次向學校高層反應卻遭到漠視，讓他對這個社會感到絕望。

不忍兒子遭受痛苦，希望兒子能擁有強大的能力反擊，因此將實驗室研發出的約納斯病毒注射到兒子身上，沒想到病毒失控使真秀變成宛如殭屍的「怪物」，連自己的媽媽都咬，李炳燦不得不搬到鄉下無人居住的地方，並且把他們綁起來，並持續的錄下自己敘述的病毒感染進度。

而事情的爆發點是一名女學生無意中被實驗病毒用的白老鼠咬到，李炳燦本想隱瞞，不料女學生掙脫出去，造成校園爆發大規模感染。感染途徑甚至擴大到校外，造成社會動亂……。而孝山高中裡等待救援的學生，為了生存必須團結起來一起奮鬥，但他們和救援人員同樣面臨許多人性考驗的問題。



▲漫畫《極度恐慌》的封面

為什麼《殭屍校園》會掀起一陣風潮？帶您了解以下看點：

1. 開播前創造的話題度足夠：改編原本在網路就有討論度的漫畫，而殭屍題材吸引讀者有興趣點開來看。
2. 新的概念加入：不同以往的殭屍戲劇，劇中還加入了「半屍」的角色，使劇情不會只有普通的殭屍在打打殺殺，而感到無聊沒有新的東西，以往沒有出現過的角色型態可以更吸引觀眾。
3. 鎖定年輕觀眾：劇中飾演角色的大多都是新生代的年輕演員，平均年齡只有 20 多歲，本劇大多的觀眾為年輕人，這樣劇情的帶入感更強，也更貼近年輕族群的生活。
4. 議題融入劇情：劇裡帶入許多議題引人思考，例如：友情、親情、愛情、校園霸凌、人性考驗等問題。



▲《殭屍校園》團體照

《殭屍校園》小編觀後感：

這部劇，可以說是以「殭屍危機」來包裝各種生命議題的校園青春劇。內容非常貼近我們的生活，雖然我們大約不會遇到殭屍病毒這種事，但它卻涵蓋了許多我們平常所需要面對的問題在裡面，我想它不應只是被當作娛樂消遣用的戲劇，而是可以引發我們思考許多問題的一部好作品。

因劇情的主軸是在講述殭屍，時常會出現較驚悚的畫面，但我感受到的是人性比殭屍更可怕，當人變成殭屍就喪失了自我意識，他們沒有辦法思考，不像以往帶理智，只是想要滿足自己咬人的慾望，卻也只是這樣單純的行為，而人類呢？在劇中可看到，有些人為了活下去不擇手段，不顧同學情誼，把對方當成犧牲品，甚至當同學被咬時表情充滿著「你不要靠近我！你不是被咬了？」但剛被咬的人還沒變異，他們是感受得到這份恐懼及厭惡的，無辜被咬還被這樣對待，任何人都會感到心寒吧？一如面對新冠疫情，不幸染疫的人，或醫護人員，常被過度恐懼的人指責或排斥一樣。

有人陷入危機，急需要幫助的時候，你會怎麼做？是幫助對方，或者不管他們呢？劇中呈現了許多需要面臨人性選擇的時刻，這也能讓我們看出每個人的個性，更可以試想當我們是劇中的角色會怎麼做，或者當我們居住的世界真的出現了「殭屍」，你又會怎麼做呢？我想這是值得我們思考的。

看完了以上的介紹，有沒有很心動的感覺呢？是不是想要馬上點開來看？別急別急，在觀看之前，請先準備一顆強大的心臟，因為這部劇不只是驚悚，還很感人，看劇時心情的幅度就像坐雲霄飛車一樣，而且劇情引人入勝，會讓你忍不住想一口氣追完全劇，所以，請算準時機，千萬別在期中考前，一失「眼」成千古恨！

《殭屍校園》只有短短的 12 集，但因為開放性結局，留下了許多伏筆，也引起網友猜測，會不會出第二季？當然囉，如果你也被《殭屍校園》迷住了，不妨跟小編一起期待第二季上映！

《殭屍校園》主要角色介紹：



▲南溫召（女主角）：孝山高中二年五班學生，父親是消防人員，她課業不好，但開朗的性格讓她贏得好人緣。父親平日傳授的救援知識，則在逃亡中幫了大忙。



▲李青山（男主角）：機智聰明、身手矯健的青山，是溫召的青梅竹馬和同班同學，暗戀著溫召。在逃離學校的過程中不時付出奉獻，令人感動。



▲崔南拉（女二）：孝山高中二年五班班長，聰明且性格冷靜（漠），不喜歡與人交談以至於沒有朋友，但卻在逃亡中與大家袒露心聲而結交到了朋友，意外被奎男咬到成為半屍，常在危機時刻救了大家。



▲李秀赫（男二）：青山的好友，默默喜歡著班長，本來是不良少年，但為了當軍人的夢想而改過自新，在逃亡裡展現驚人的運動能力，也常為了朋友奮不顧身。

參考資料：<https://www.hk01.com>
<https://www.gq.com.tw/entertainment/article>
<https://img.ddm.com.tw>
<https://i.beauty321.com>
<https://s3-ap-northeast-1.amazonaws.com>

新興詞彙知多少——你，跟上潮流了嗎？

文 / 張庭瑋

常關注新聞的同學們一定見過「區塊鏈」、「挖礦」、「NFT」……等字眼，這些都是什麼？如果你還不清楚的話一定別錯過這篇專欄！下文將帶各位一一認識它們！

雜湊運算 (Hash)：

雜湊，又叫「哈希」，能將任何輸入資料轉成固定的長度和格式，它們通常以數字和字母混合而成。例如：空文字的 SHA-1 雜湊值，它看起來就像這樣：da39a3ee5e6b4b0d3255bfef95601890afd80709

Hash 一詞來自「薯餅」(Hash Brown)，在製作薯餅時，要先將馬鈴薯分成小碎塊，再重新組合起來，製成形狀、大小相同的薯餅，這個過程涉及雜湊的運算原理，因此得名。

運算雜湊的過程中會破壞數據，所以我們沒辦法從結果推算原始值，像是這樣：

$17 \div 11$ 餘 6

$391 \div 11$ 餘 6

$589 \div 11$ 餘 6...

即使我們知道答案是 6，依然無法得知原始的輸入是 7、391 還是 589 ...

這樣的特性使得雜湊很適合用在密碼學上，畢竟有誰能拒絕猜不出來的密碼呢？

但是這樣還不夠，除了無法被猜出來之外我們還要保證隨時能驗算答案正不正確，所以運算雜湊的步驟必須固定，相同的輸入就應該得到相同的輸出。

在鍵盤上輸入密碼時，電腦實際保存的是你「密碼的雜湊」，下一次再輸入密碼時，只要把這次密碼的雜湊和上次對比，如果相同就代表輸入正確。而且，就算電腦的資料被人偷走，對方拿到雜湊碼也無從得知帳號真正的密碼，可說是相當安全了——真的是這樣嗎？

正在閱讀這篇文章的你，如果有認真把雜湊原理搞懂的話，應該會發現：「輸入 17 和 391 都會得到 6 啊！？」

「那就算別人不知道我的密碼，是不是有機會嘗試成功呢？」

這種情況叫做「碰撞」，碰撞就是多個不同的值對應到了相同的雜湊，這顯然不被允許。所以好的雜湊函式應該避免這個問題，多次使用取餘、交換、刪去等方式使得雜湊更加複雜，例如：

fox 和 fix 只差一個字母，但兩者的 SHA-1 雜湊卻截然不同：

fox - ff0f0a8b656f0b44c26933acd2e367b6c1211290

fix - 99f707ef02f096ed1e08d922e18da99b31d43e4f

這叫「雪崩效應」，即使輸入發生最微小的改變，也應該導致輸出變得不可區分。現在，你可以放心的把密碼交給電腦了！

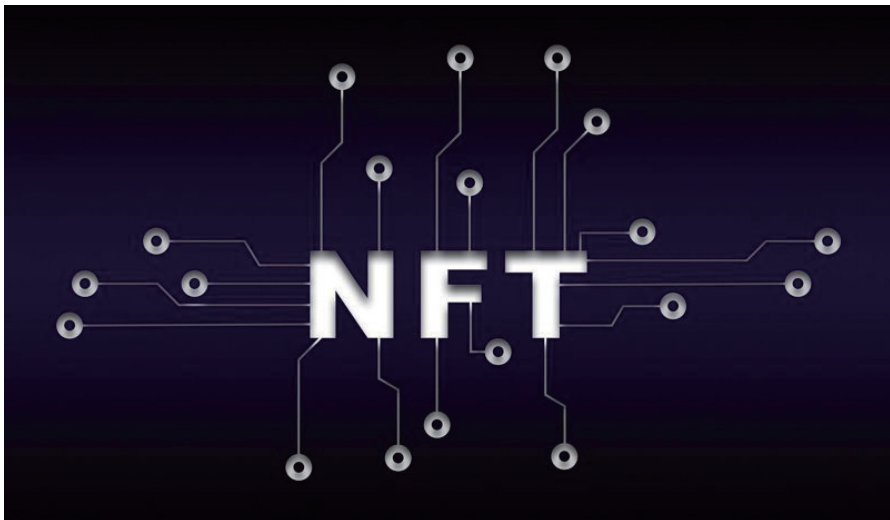
非同質化代幣 (Non-Fungible Token, NFT)：

在了解 NFT 是什麼之前，我們要先知道「同質化」是什麼意思，例如：比特幣、美元，這些屬於「同質化代幣」，它們具有「可拆分性」，百元鈔能換成十個十元硬幣，每個十元硬幣又能再換成十個一元硬幣，每枚硬幣的價值相等，具有「可交換性」。

但是 NFT 不可拆分，也不能交換，你總不能把《蒙娜麗莎》切成一塊塊來賣，或是把它拿去和《星夜》交換，對吧？

包括但不限於遊戲存檔、影音、圖像、文本……等等，這些獨一無二，具有一定價值，而且無法分成其他基本單位來討論其價格的，都可以是 NFT。

《蒙娜麗莎》擁有許多複本，但我們都知道它的正本在羅浮宮；同樣地，網路上的資源可以任意下載而且無法控制，但是即使你複製了別人的 NFT，你也只能留著自己欣賞，無權使用、轉讓、販售它。這是因為每一個 NFT 被購買時，它的交易記錄就會被留在區塊鏈上，任何人都能知道這個 NFT 被你所擁有，也是因為這樣，才不斷地有人出高價買下藝術 NFT，就算只是一張圖片，因為全世界都知道你買了，其收藏和炫耀意義大於實際價值——這就是時下有錢人間最夯的「展示自我」的方式。



挖礦 (Mining) 和區塊鏈 (Block Chain)：

區塊鏈，顧名思義就是「區塊」和「鏈」，所有數據被打包一個又一個的區塊中，每個區塊包含三個部分：數據、這個區塊的雜湊、上個區塊的雜湊——通過這種方式，可以將網路上的區塊一個個連接起來，就稱為區塊鏈。

一旦區塊內部的數據遭到篡改，區塊的雜湊就會發生變化，在它之後的區塊沒辦法「指向」這個區塊，這個區塊會立即失效，並不再被網路上的其他裝置認可。

我們要了解一個觀念：區塊鏈不等於虛擬貨幣。它是一項技術，能以公開的、可靠的方式在網路上儲存數據，是實現虛擬貨幣的背後基礎。

用簡單的例子帶大家了解虛擬貨幣如何運作：

「菠蘿村」的人們習慣把交易記錄都寫在帳本上。

但是每個人的帳本都不一樣，要比對很困難，這就帶給村民們很多困擾。最後，大家決定每天把自己的帳本統計完之後，統一交到村長那裡，由村長把大家的帳本整理好，以大家昨天的餘額開頭，以大家今天的餘額作結，如此反覆，公告在村口的佈告欄上，如果看完沒有問題，大家就把帳本抄一份帶回家。

就這樣，菠蘿村的每個人都有了一份天天更新的帳本。

但是，村長成天就忙著記帳了，都沒辦法工作，生活怎麼辦？

於是大家協議好，每當村長完成一份交易就給他一些錢，讓他不用擔心收入問題，可是人們越發覺得不對勁，整天在工地裡搬磚賺的還比一個記帳的少，大家都想當記帳先生，村子也就亂了套。最後村長提議每天用「拋硬幣」的方式決定今天誰來當記帳先生，規則是每人拋 20 次，誰的正面次數多，就讓誰當。

大家聽完覺得很公平，也很認同這個規則，最終達成了共識。

這裡的拋硬幣可以理解為一種選舉機制，因為大家是「共識的」，所以也被稱為共識機制，在區塊鏈中，人們便是透過共識機制，選出區塊的「記帳者」。

現在又碰上了一個問題，有些人住的離佈告欄很遠，無法天天跑去村口抄帳本，他可以跟鄰居借來抄，鄰居又能跟他的鄰居借來抄——每個人都變成一個「節點」，通過「點對點」技術 (Peer to Peer, P2P) 可以快速將帳本更新到每個人手上，不受距離限制。

現實中，虛擬貨幣就是這樣運作的，任何人都能「挖掘」網路上的區塊，每當一個新區塊被挖出來，礦工就會向全網「廣播」，其他人在接收到區塊之後，就會停止打撈，開始驗證它。如果能取得共識，這個區塊就會被加入到區塊鏈的末尾，大家開始挖掘新的區塊。

你有發現嗎？如果礦工的設備越好，單位時間內能產出越多區塊，他便能佔據「記錄區塊鏈」的權能，為所欲為，虛擬貨幣的初衷也就被破壞了。因此，便誕生了一個規則叫「工作量證明」(Proof of Work, PoW)。例如：比特幣設定 10 分鐘、以太坊設定 15 秒……等等，伺服器向每個人發送一段雜湊碼，並設定計算範圍，大家要算出符合要求的內容（這個答案可能不止一個）成功「命中」，才能產出區塊。

由於我們無法反推得知雜湊的原始值，電腦只能「亂猜」，這個過程中會消耗大量的算力、能源和時間，以此為代價，作為擔保，確保每個人都有把算力運用在正當的用途上，而不是企圖擾亂交易秩序。

這也使得偽造和篡改區塊鏈變得非常困難，由於區塊中的數據改變會影響其雜湊碼，使得後續的區塊無法指向它，變得失效，所以我們也要篡改後續的區塊，而每個區塊的產出都需要時間，在你嘗試改寫區塊鏈的時候，其他人也在同時增加它的長度，你以一己之力對抗所有人，如果沒有掌握全網 51% 的算力，這是不可能達到的，而掌握全網 51% 的算力，進行「51% 攻擊」本身也是難以達成的事情。虛擬貨幣的可信度就是利用這些機制獲得的。

時尚妳懂嗎？

文 / 江東燕、陳嘉麟



SWEET 是現今日本年輕女孩們穿搭時尚指標。新的一年到來，以展現全新自己為主題。

Seivson 22SS 中空系列的解構式西裝長版外套。將裡外關係顛倒的同時進行破壞性的重組，打破原來時裝規矩感，打造出複雜的層次結構，讓視覺產生一種特別得時尚美。

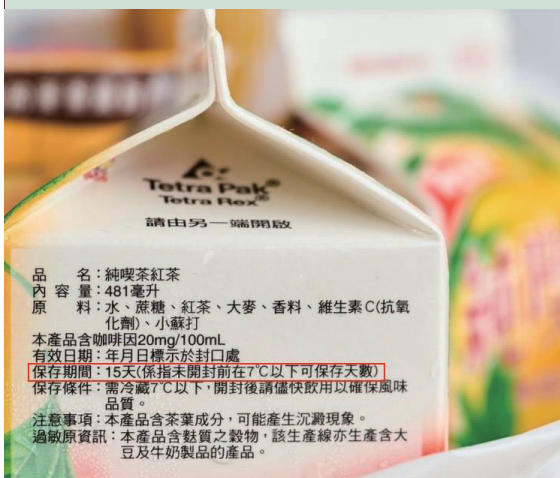
這款長版西裝外套中空的感覺，結合成新的時裝風格。將中規中矩的西裝和休閒的襯衫做結合，2種不同材質拼接，模糊正裝與休閒的界線，層次感up，保持原始不收邊設計並加入網紗與織帶，細膩細節讓人有許多意想不到的驚喜。



▲設計師 IG：tzu_chin_shen

參考來源：<https://www.instagram.com/p/CYGnOVsveks/?igshid=YmMyMTA2M2Y=>

神奇小包裝！



大家常常購買純喫茶你們真的瞭解它嗎？

Try it 這個英文大家都很熟悉吧，它就是純喫茶上一句話而它的意思是「試試看，不試怎麼知道不可能」非常的激勵人心，那除了這個你是否有在純喫茶的開口發現「新鮮屋」這三個字，那麼你了解為什麼他叫新鮮屋嗎？

在近況許多的網友紛紛在網路上討論「新鮮屋為何叫新鮮屋？」「我以前都叫它紙盒裝的」那其實新鮮屋紙盒屬於利樂包裝的其中一種，是以單純的紙類原料製成，以達到阻絕氧氣、日照影響，並擁有足夠的抗氧化能力保留飲品風味，現今市面上許多鮮奶、豆漿、茶飲料都採用新鮮屋紙盒，就是為了能達到更好的保鮮效果。

網友也有提出一個問題：「新鮮屋紙盒飲料為何不做成寶特瓶裝？」許多飲料的包裝都使用寶特瓶，但像「純喫茶」只推出新鮮屋紙盒包裝，讓人好奇「為什麼不做寶特瓶？」引起熱議，許多網友回答「冷藏茶用紙盒啊，為了保鮮」、「紙盒喝起來感覺比較新鮮」、「是因為15天新鮮賞味期限吧」，也說明了茶飲料使用新鮮屋包材的背後原因，就是為了讓茶飲口感更好。另外，絕大多數的寶特瓶飲料是使用高溫度、長時間的方式來滅菌，較容易熱破壞原本的營養物質或口感風味。

參考來源：<https://dailyview.tw/Popular/Detail/12881>

娛樂小天地

文 / 郭暄吟

日本「動物心理測驗」前言

你也覺得心理測驗很準嗎？心理測驗很符合自己的現狀嗎？這一切都是因為「巴哈姆效應」，是由心理學家一佛瑞所提出，在陳述的時候以較模糊或者普遍的描述，就可以廣泛的讓我們認為和自身的事情十分貼近，像是在說自己一樣，且對號入座，使心理測驗或者星座解說可以那麼貼近大部分的人。

參考來源：<https://www.beauty321.com/post/35641>

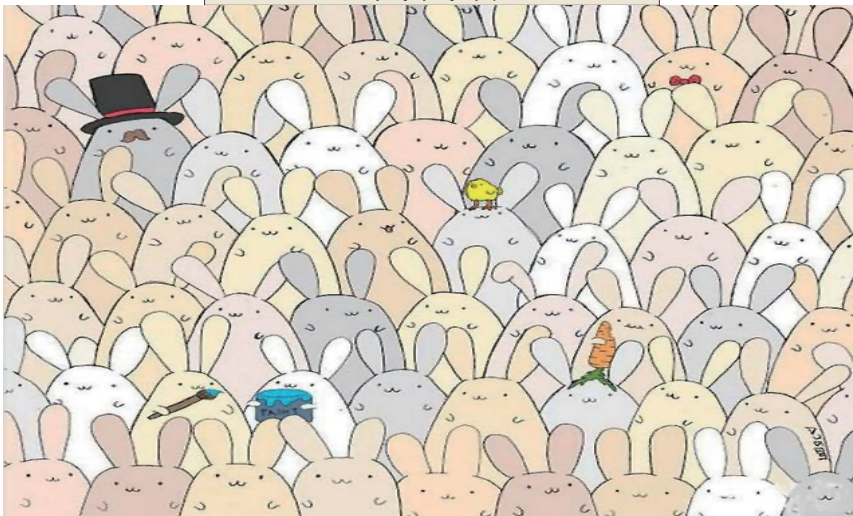
請大家先選一隻喜歡的猴子



數獨

		3				5		
	2		1		8		3	
7				9				4
	8						9	
		6		1		7		
	4						1	
9				8				1
	7		5		2		4	
		4				8		

找找看



答案在下頁揭曉！

娛樂小天地

文 / 郭暄吟

1 號猴子

你的表面看起來開朗陽光，因此你的朋友很多，桃花運也極強，但是當你脆弱的時候其實更喜歡獨處、躲在自己的小角落裡療傷。你是一個很通透的人，能看透許多事情，卻不會說破，個性灑脫、內心卻有自己的堅持和固執。平時的你聰明又風趣，可以是人來瘋但也可以很安靜，雖然表面交友廣闊，但是看起來不孤獨的你往往也最寂寞。

3 號猴子

雖然你的外表看起來比較難以親近，但是其實你總是刀子嘴、豆腐心，只要是放在心上的人，你總是會很珍惜。你在外人面前看起來理性、獨立又強勢，但是其實有一顆柔軟的心，看起來很堅強，但是你也脆弱、需要被呵護的一面。

5 號猴子

你是一個處事理性、外表高冷的人，善於察言觀色也很細心，對於愛的人能夠無私奉獻。平時看起來內斂，但是你的溫柔是藏在心底的，願意為另一半默默付出、不求回報。你勇於承擔的個性也讓你成為另一半依靠的對象。

2 號猴子

你是一個單純善良的人，不論是面對友情還是愛情，都很願意交付真心，不過也更容易被傷害。在感情中你也是一個比較放不下的人，面對朋友和另一半的要求，通常都會一概接受，也願意為了他們犧牲自己。不過你也容易患得患失，深陷在感情中而沒辦法輕易走出來。

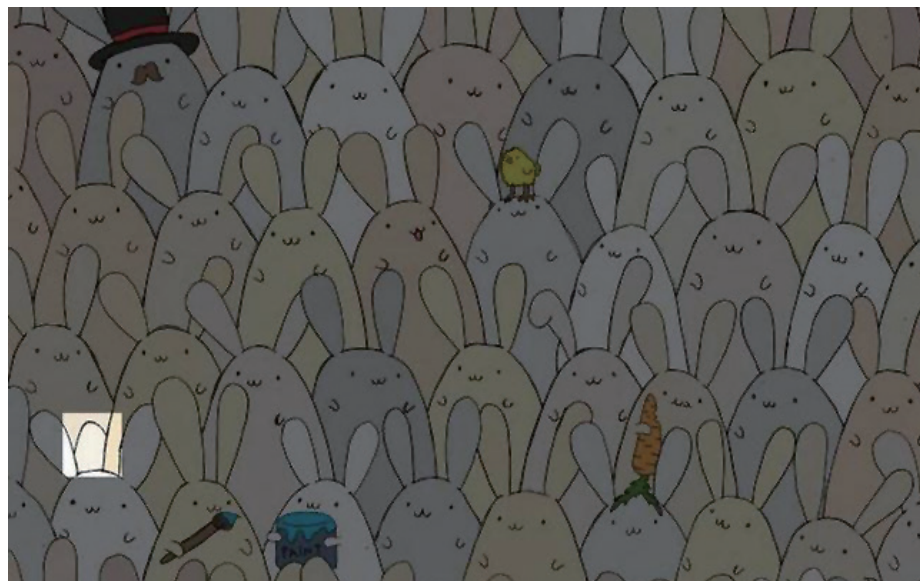
4 號猴子

選擇 4 號猴子的你是一個沉著冷靜的人，並且是一個能夠傾聽對方聲音的人，因此很多朋友喜歡將你當成訴苦的對象。你的直覺和第六感很強，但是不會衝動行事，在做決斷時能夠理性判斷、分析。你交朋友沒有太多眉角跟限制，個性直爽、對朋友們也很講義氣，是個值得深交的人

數獨解答

6	1	3	2	4	7	5	8	9
4	2	9	1	5	8	6	3	7
7	5	8	3	9	6	1	2	4
1	8	2	7	3	5	4	9	6
3	9	6	8	1	4	7	5	2
5	4	7	6	2	9	3	1	8
9	6	5	4	8	3	2	7	1
8	7	1	5	6	2	9	4	3
2	3	4	9	7	1	8	6	5

找找看



圖片來源：<https://tw.appledaily.com/lifestyle/20171109/THUYCPQNF66WVR7BXZIBSDFOUI/>
<https://kknews.cc/news/3835p8y.html>

肚子餓自己來！

今天來製作一個免烤箱甜點。只能說提拉米蘇真的是經典中的經典，綿密的奶酪加上苦甜可可粉讓人一口接一口，怎麼也停不下來。這次特別加了酸甜草莓醬，有更豐富的味覺享受。

第二個小點心起司蝦球，剛氣炸完的表皮酥酥脆，咬下去起司內餡瞬間爆出來，嘴裡滿滿的香濃起司味揮之不去，沈浸在其中無法自拔。

草莓提拉米蘇食譜：

材料：

1. 草莓數顆
2. 草莓泥 50g
3. 奶油乳酪 150g
4. 鮮奶油 130ml
5. 砂糖 30g
6. 手指餅乾（麵包店買得到）

做法：

1. 草莓數顆打成泥狀
2. 奶油乳酪攪拌到滑順再加入草莓泥拌勻
3. 鮮奶油加砂糖打發到有小彎勾
4. 倒進奶油乳酪糊中拌勻
5. 草莓切片貼在模具邊
6. 手指餅乾沾黑咖啡
7. 一層手指餅乾一層奶油乳酪糊
8. 拿去冷藏半小時
9. 拿出來撒可可粉裝飾就完成嘍



兩個豬女孩旅遊食記 IG: twopigs_travel_food ▲

起司蝦球：

材料：

1. 酥皮 4 片（看蝦子數量）
2. 蝦蝦 8 隻（主要看自己要幾隻）
3. 起司 適量

做法：

1. 準備白蝦去頭、剝殼，留蝦尾！
2. 蝦蝦比較大隻酥皮對半切（小隻的蝦就酥皮切四份）
3. 把白蝦、起司包進去酥皮裡包起來露尾巴
4. 放到烤盤上
5. 氣炸烤箱 200 度 10 分鐘（氣炸鍋用 180 度 10 分鐘）
6. 拿出來就完成啦



參考來源：https://www.instagram.com/p/CYTZP3_A2pV/?igshid=YmMyMTA2M2Y=
<https://www.instagram.com/p/CVm4AtEPGpm/?igshid=YmMyMTA2M2Y=>

主編：蕭微臻 文編：黃珍諾、張庭瑋、廖英傑、卓士程、鍾沅廷、張睿晨、廖博穎、劉宜璇、郭暄吟、葉又綸、黃昱勝、陳明廷、陳嘉麟、江育綸 美編：蕭微臻、朱珈靚、江東燕、涂宇凱、簡廷勻