

第 14 屆推動職業安全衛生 優良工程金安獎頒獎典禮

締造連續兩年頒發特優獎記錄 立下勞資共榮與安全保證工程最高典範

採訪撰文/黃敏惠



勞動部長許銘春 (右 3)、勞動部職安署長鄒子廉 (左 4) 與第 14 屆公共工程特優獎工程團隊合影

第 14 屆推動職業安全衛生優良工程金安獎於今 (109) 年 5 月受理報名，除歡迎追求卓越的施工團隊踴躍報名參選之外，勞動部職業安全衛生署 (以下簡稱職安署) 表示，今年選拔活動的特色，除維持原公共工程參選機制，及持續秉持愛地球、重環保的精神，採線上報名參選、行程線上通知、得獎案例下載等系統化之全無紙張作業，以減少參選單位紙張的浪費及負擔外，特別擴大優良工程金安獎參選範圍，首次納入施工進度達 80% 以上的大型民間工程，鼓勵推動施工安全衛生優良的民間工程挑戰工安桂冠之獎項，作為民間工程觀摩的典範及公共工程標竿學習的對象。此外，今年也擴

增得獎人員的獎勵額度，獲獎的優等人員將發給 5,000 元等值獎品的實質獎勵，並敦請所屬單位給予記功獎勵。期待政府及民間工程共同參與，爭取推動職業安全衛生優良工程的最高榮譽，以提升整體營造施工安全文化。

今年「優良工程金安獎」選拔第一關經資格審查通過的參選工程共有 68 件、優良人員計有 8 位，經過初審及決審學者專家嚴格把關。職安署於 7 月辦理首場初審實地評審，另「推動職業安全衛生優良工程人員」初審會議，則於 8 月中旬召開，就施工現場及安全衛生管理文件進行評審，工程團隊須從工

程規劃階段實施風險評估、選用安全工法、規劃相關安全衛生設施至施工階段落實安全衛生管理等，建立完整系統化的職業安全衛生管理機制，以爭取施工安全最高榮譽金安獎。歷經近 2 個月評審期程，今年獲選優良工程計有 1 件特優、16 件優等、19 件佳作工程，優良人員 1 人優等、3 人甲等，其中，公共工程特優獎「湖山水庫第二原水管工程」，施工團隊結合物聯網技術，建立避免人、機碰撞的作業空間管制，民間工程優等獎「巨大機械總部新建工程」，業主巨大機械公司落實照顧勞工企業責任，核實安衛經費，並與監造建築師積極落實職業安全衛生管理；另，最值得肯定的是優良人員優等獎－喻台生建築師，除親力親為落實施工安全監造外，更成立事務所職安中心，研討訂定總體安衛政策並負責執行及督導。

本屆金安獎頒獎典禮於今年 11 月 20 日首度移師到高雄舉辦，與熱情的南部民眾一起分享得獎者的榮耀，除了對於獲獎工程施工團隊及績優事業單位，擴大展示獲獎事蹟、交流分享得獎單位推動職場安全衛生的優良成果外，另現場為因應 Covid-19 疫情，於頒獎典禮採取紅外線自動量測體溫、戴用口罩及室內保持一定距離等防疫作為，以保護參加人員的健康安全。勞動部長許銘春致詞時表示，金安獎開辦 14 年來，首度接受優良民間工程參選，讓政府與民間工程共同參與，爭取推動職業安全衛生優良工程的最高榮譽，以提升整體營造施工安全文化，勞動部除希望能將獲獎安全衛生文化擴散於全國

工地及各個場域外，亦希望提升全產業安全衛生管理水準，讓所有勞工在更安全、更健康的環境下工作，創造勞資共榮與安全保證的工程典範。

部長許銘春感性表示，「感謝工程人員付出」、「感恩勞工家屬支持」、「共同分享得獎榮耀」，尤其今年受疫情衝擊，但在國人的努力下，防疫有漂亮的成績，讓所有勞工朋友在更有尊嚴、更安全的環境下工作與發展。

「公共工程特優獎」 - 湖山水庫第二原水管工程 結合物聯網技術 建立機具碰撞三防線 提供勞工多層保障

湖山水庫位於雲林縣斗六市東南方約 10 公里處，水庫集水面積約 6.58 平方公里，於 105 年 4 月 2 日啟用，主要用途為提供雲林縣民生用水。榮獲本屆唯一一件金安獎「特優」獎項－「湖山水庫第二原水管工程」奉行政院 106 年 7 月 10 日院臺經字第 1060022824 號函核定，納入前瞻基礎建設計畫辦理，工程起點自北側既有之湖山壩施工導水隧道開始，主要包括輸水路工程、出口工程、下游連接管路工程及橋梁工程等。藉由改建湖山水庫導水隧道，增加湖山水庫原水管備援能力及防淤功能，防止第一原水管因故無法正常供水，影響公共給水之需，提升水庫應變功能，降低水庫營運風險。

經濟部水利署中區水資源局（以下簡稱中水局）局長陳弘由表示：「好的設計加上好

的監造及施工團隊，才能造就好的工程。」中水局於工程事前評估與準備重點辦理以下作為：

1. 選擇優良方案。
2. 落實風險評估。
3. 使用營建四化。
4. 選擇優良廠商。
5. 落實風險傳遞及危害告知。
6. 確實審查職安相關計畫。
7. 確實執行抽查。
8. 培養專業化人員。
9. 領導階層參與。
10. 參與職安署相關計畫。



109年8月21日湖山水庫第二原水管工程辦理工程觀摩，輸水路工程鋼管運輸作業解說

各司其職盡心盡力 環環相扣每個細節

中水局於該工程採購評選時，項目納入廠商職安相關能力，並與職安署中區職業安全衛生中心簽署安全伙伴計畫，同時鼓勵同仁取得職業安全衛生相關證照，中水局工程業務相關主管共 15 位，已有 14 位取得職安證照。設計單位 - 黎明工程顧問股份有限公司於設計階段藉由方案評選，迴避居民交通事故風險，且第二原水管工程與第一原水管工

程銜接部分採用包覆式工法，減少鄰水作業與停水時間，減低居民生活之不便，達到友善鄉里之目的。監造單位 - 中水局湖山水庫第二原水管工程監造工務所，除了建立監造安衛抽查工具包，更設立勞安獎勵機制，鼓勵落實職安管理之同仁。



108年5月23日中水局與職安署中區職業安全衛生中心簽署安全伙伴計畫

施工單位 - 義力營造股份有限公司，自公司創立 26 年以來，每一個工地都用「全員工安」的最高標準作為要求，董事長劉進輝強調「安全就是公司的宗旨」，而營造業即是良心產業，要兼具工程品質、期程安排、及施工安全。然而，金安獎對營造業來說是非常不容易的殊榮，去年金安獎義力營造有 5 個工地參賽，均拿下獎項肯定，同時職安室主任李書萍也獲得個人甲等獎殊榮，劉董事長表示義力營造近年多利用機械取代人力，在工法上改變，透過設計規劃時就預先進行風險評估，加強管理機制，同時也可提早與包商、協力商討論。他帶著義力營造從小包商一路轉型成接下各種公共工程，要求每一個主管注意每一個細節，並認為要讓員工改變心態，把工作當作自己事業，將每



義力營造股份有限公司歷年榮獲多項獎項肯定

一個案子的績效分潤、在結案後半年分給員工，平均讓員工加薪 3 個月。劉董事長表示：「當所有員工知道工作付出心力有實質回報時，每個人心態就會調整，連一根螺絲都不會浪費。」

「湖山水庫第二原水管工程」以輸水管路施作、水工機械安裝及橋梁改建為主，工區呈現帶狀分布並且有施作空間狹小及局限空間作業等特性。同時，工程門禁管制建立模組化，達到門禁管制系統拆裝快速及移動便利性等特點，優化帶狀工區管理之能力。全線約兩公里之管路安裝擁有局限空間作業特性，施工風險之工程控制上，以建立局限空間模組化的方式，控制作業中缺氧危害之風險，並且符合工程特性所需，保持機動性及便利性。有鑑於近兩年國內機具碰撞災害居高不下。施工團隊結合物聯網技術，建立機具碰撞三防線（作業空間圍圍、機具環景系統及人員接近自動警示），給予勞工多層保障。

同時，今年因遭 Covid-19 疫情影響，中水局為中部重要的水資源開發單位之一，為降低疫情影響，使工程順利進行，辦理多項

防疫作為，例如訂定分區辦公執行注意事項，將辦公處所及人員作劃分，避免同仁遭隔離或檢疫時，影響整體公務正常運作，並訂定居家辦公工作規範，若疫情期間同仁有確診個案或有特殊狀況導致辦公環境有感染風險，立即啟動居家辦公。並發放防疫包，防疫包內有口罩套、乾洗手液等，讓同仁能隨時消毒。同時採用視訊會議，讓課室主管在辦公桌前就可參與會議，避免人員聚集。另外並設立公文交換櫃，當同仁有公文要交換時，可放置交換櫃中，且交換櫃設有紫外線消毒。本案工程著重於環環相扣的細節，對於職業安全的用心程度面面俱到，得到本屆特優獎殊榮，可說是實至名歸。



109 年 8 月 21 日湖山水庫第二原水管工程辦理工程觀摩，分享局限空間作業職安優良作為

中水局長陳弘出表示：「特優獎是專家對我們在職安方面努力的肯定，同時也是一種壓力，職安是不斷 P(規劃)、D(執行)、C(檢討)及 A(改善)的流程作業，我們在職安方面的相關作為從基礎著手，期望能成為國內水利工程的職安模範生，使水利工程職安更上一層樓。」

「推動職業安全衛生優良工程人員優等獎」- 建築師喻台生 推動零職災 37 年從不間斷

本屆榮獲推動職業安全衛生優良工程人員優等獎 - 建築師喻台生，自 72 年創立喻台生建築師事務所以來，致力於各類工程之諮詢、設計監造、專案管理、職業安全衛生管理，具有中華工程仲裁協會仲裁人、營建管理協會秘書長、新北市政府工程查核委員等經歷。他秉持由上而下的工程文化理念，由最高層宣示目標帶頭做起。對內長年推動職業安全衛生業務，使其合於法令，優於法令，並落實執行，亦自辦職業安全衛生研討會，提升工地作業安全。對外協助業主及業界，鼓勵工地全體參與，非僅要求職業安全衛生人員，而是人人都要參與其中。常與承攬廠商溝通

觀念，推動「宣導、檢查、輔導」三合一策略，讓人人瞭解、人人參與，將職業安全衛生成為公司文化。喻建築師認為推動零職災，等同做功德，因此長期以來推動職業安全衛生教育訓練不遺餘力，自 100 年至今參與職業安全衛生論壇或擔任相關課程講座講師，協助辦理數十場職業安全衛生宣導。

喻建築師表示職業安全衛生與品質，無關工程盈虧。他認為與所有參與工程人員的溝通協調非常重要，應投入相對的資源擴大參與，才能加強職業安全衛生自主管理。他更表示尊重每一個寶貴的生命，要時時關懷勞工，才能建構安全性、人性化的勞動環境。鼓勵並推動「宣導、檢查、輔導」三合一策略，希望藉由「職業安全衛生工作本質化」，



勞動部長許銘春(中)、職安署長鄒子廉(左1)與榮獲優良工程人員優等獎-建築師喻台生(右1)合影

增進施工團隊正確觀念，才能避免職災發生。值得一提的是，喻建築師設立事務所職安中心，並訂定總體安衛政策與執行督導，人人得以瞭解並參與，養成正確的好習慣，以安全工地零職災為唯一也是最終目標。除了要求自己的工程師之外，他積極協助機關推動，也順勢推動至營造廠，訂定職業安全衛生宣言，讓機關帶著整個工作團隊，訂下目標及宣言，朝向零職災邁進。最特別的是，從工程初期到完工，他常利用周末親至工地督導，不定期督導工程各階段之進度、品質及職業安全衛生，並製作「進度、品質、安全」專輯，請各工地下載參考，自 100 年起執行至今已逾 200 冊以上。

以零工安為目標 追求高水準職業安全衛生績效

堅持零工安的喻建築師成績斐然，歷屆參選金安獎共 21 項工程案，共獲 19 座獎項，包括公共工程優等獎 11 座、公共工程佳作獎 7 座、個人獎優等 1 座，能擁有如此多項肯定，憑藉的就是「落實」兩字。擔任事務所總指揮的他，掌控所有委託技術服務案之職業安全衛生管理及重大協調事項，並指派專責人員執行工作。同時自辦研討會、建立知識庫經驗傳承、安排優良工地觀摩參訪、每週辦理職業安全衛生宣導、要求塔吊及施工電梯設備進場前驗廠。從業 37 年以來，他首要重視風險管理，參訪優良工地精進學習，建立資源經驗傳承，確實稽核檢討品質，並要求完工驗收結案，啟用無縫接軌，他不僅要求自己，同時也要求旗下建築師、工務部、

職安中心務必落實，例如施工前先全面瞭解，施工特殊性、各類問題、施工風險評估，定期巡檢施工中工地，評估工地職業安全衛生狀況，適時邀集施工團隊，聘請專業人員舉辦研討會，檢討缺失、提出改進作為。而工地人員（含業主）也須參與，積極討論學習，研討解決工地施工問題，提升專業能力。並以各工地職安同仁為單位，橫向聯繫則建立職業安全衛生聯盟 LINE 群組，由事務所職安中心及各工地職安人員參與討論，以求迅速、確實傳達。事後研討會成果亦出版專輯，並將資料建檔，以供後續同類型工地參考，為的就是要把寶貴的經驗繼續傳承下去。



建築師喻台生常利用週末親至工地督導

喻建築師表示：「進度、品質可以改善，安全卻無法挽回。」做好職業安全衛生就是做功德，這是身為建築師一輩子的志業，未來仍會全力投入。

第50屆全國技能競賽優勝選手專題報導

一技在身受用無窮 築夢踏實接軌未來

採訪撰文/黃敏惠



總統蔡英文（前排左3）與勞動部長許銘春（前排右2），蒞臨第50屆全國技能競賽閉幕暨頒獎典禮現場致詞頒獎，並向本屆優勝選手及入圍國手道賀與勉勵

勞動部「第50屆全國技能競賽」已於今(109)年9月圓滿落幕，今年適逢第50屆全國技能競賽，特別比照國際規格舉辦50年來規模最

大的技能競賽。近千位來自各縣市優秀選手努力拼鬥，將平時苦練成果發揮出來。歷經3天的激戰後，終於產生青年組52職類、青少年13職類的優勝選手。其中高雄市的選手表現優異，得牌數獨占鰲頭，共獲得11金、14銀、10銅，計35面獎牌，第二為臺中市共獲得12金、7銀、10銅，計29面獎牌，第三為臺北市共獲得9金、13銀、6銅，計28面獎牌。同時，各職類選出前5名優勝選手與佳作，青年組另選出46職類入圍國手，繼續參加10月



第50屆全國技能競賽

THE 50TH NATIONAL SKILLS COMPETITION



21日至23日舉辦的第2階段國手選拔賽，正取國手將代表我國參加110年在上海舉辦之第46屆國際技能競賽。

總統蔡英文與勞動部長許銘春蒞臨閉幕暨頒獎典禮現場致詞，同時為前3名選手頒獎，並向本屆優勝選手及入圍國手道賀與勉勵。總統蔡英文於致詞時表示，各種專業技能支撐起百工百業，也支撐起全國國民日常生活的關鍵，在接待外賓的時候，國宴上都有年輕朋友的參與，用美食和服務向世界展現出臺灣的特色。在疫情的挑戰下，因為機械技術人才的付出，建置防疫物資產線，撐起一個又一個國家隊，實踐 Taiwan Can Help 的理念，用技能貢獻世界，讓世界變得更好，就是學習技能發展的意義，期許所有參加技能競賽的朋友，透過比賽累積經驗，持續磨練技能，一定能在各自的專

業領域，擁有自己的一片天。

部長許銘春表示，這次競賽總共有65項職類948位選手參加，要在眾多選手中脫穎而出實在很不容易，選手能從分區賽脫穎而出，都是一時之選，非常優秀也值得肯定。並表示競賽不是終點，期望各位選手都能把比賽當成進步的力量，吸收來自裁判老師、競爭對手的經驗，不斷學習精進，不管是未來繼續升學或是進入企業服務，甚至是自行創業，都能夠學以致用。

人生需要有夢想和希望，而成功是必須靠努力和實踐才能獲得，本期特別專訪第50屆全國技能競賽優勝選手，深入他們的內心世界，了解如何築夢踏實的心路歷程。



今年適逢第50屆全國技能競賽，特別比照國際規格舉辦50年來規模最大的技能競賽





第50屆全國技能競賽

第50屆全國技能競賽優勝選手專題報導

漆向美好未來 令人刮目相看的賽事嬌點

油漆裝潢(漆作)職類金牌—李佳玲

採訪撰文/黃敏惠



18歲，正值高三，有的人埋首在書海裡為升學打拚，也有人肩負起生活家計努力工作，或是打扮得漂亮時髦，到五光十色的舞臺上秀出自信。現年18歲的李佳玲畢業於新營育德工家，目前就讀南台科技大學多媒體與電腦娛樂科學系1年級，在今(109)年9月甫拿下人生中第一面全國技能競賽油漆裝潢(漆作)職類金牌肯定。她從小就喜歡閱讀小說、漫畫，關於動漫更是如數家珍，喜歡學習不同領域專長的她，非常享受投入、專注在一件事情上的感覺，李佳玲最大的夢想就是希望未來能設計動漫遊戲，也希望能用油漆做出動漫人物，為了圓夢，她積極地參與油漆裝潢選手訓練，如今，她離自己的夢想更進一步了。

給我一個支點 撐起一個世界

你可能想像不到，身高152公分體重40公斤的李佳玲，居然可以搬起5加侖的油漆桶與原木門板，可能有些人沒什麼概念，舉例來說，就是搬運自己體重一半左右的重物，這對於一般女生來說是非常吃力的，但對於李佳玲而言，這是每日訓練的例行公事。多數人好奇一個小女生怎麼會想從事如此粗重的行業，李

佳玲表示在練習視覺傳達丙級證照時，理解圖形並依規定尺寸製圖出來，能夠填上飽滿的色塊，字型能畫出符合老師的標準，當時高職導師認為她學習能力很快，並有足夠的耐心，很能耐操吃苦，於是推薦她去參加勞動力發展署雲嘉南分署(以下簡稱雲嘉南分署)營建館訓練油漆裝潢的項目。

油漆訓練時常常需要搬大型木板、油漆桶等重物，李佳玲每天站著刷漆練習足足11小時，然而女生在體能上天生不如男生，所以她常透過跑操場、做伏地挺身及跳繩等運動來增強體能。她表示：「女生從事油漆行業也有其優勢，我們相對細心、注重整潔，雖然施作過程辛苦，雙手也會變得粗糙，但看到努力的成果，就會覺得很有成就感，一切都值得了。」雲嘉南分署指導老師林裕強認為，李佳玲平常練習注重每個細節，調整及修正的速度也很快，素質非常好，是難得的好選手。為什麼李佳玲會如此努力，願意埋首在油漆的世界裡，這就要提到夢想這兩個字了，原來李佳玲希望自己未來能設計動漫遊戲，更希望能用油漆做出動漫人物，所以趁著還年輕，努力建構自己

的夢想世界。

全國第一傲人成績 來自於訓練的強度與細膩度

本屆競賽雲嘉南分署勇奪 15 金、13 銀、15 銅、27 優勝及 14 佳作，站穩全國第一的寶座，如此傲人的成績，來自於指導訓練師的堅持，李佳玲回想賽事訓練時的情形表示，油漆有一個項目是競速，需要兼顧速度與品質，在剛開始訓練時，林裕強老師就給所有參與訓練的選手下馬威，無論會不會或懂不懂，在老師一聲令下，要求大家立刻開始動工。可想而知，選手們不僅感到慌亂，甚至於有挫折感，老師趁機在過程中不斷的修正選手們的動作。經過幾次高強度訓練後，選手們不僅熟悉程序，速度也隨之加快，作品品質也跟著提升，直到另一批新的選手加入後，先一步訓練的選手觀察新進選手們的動作，欣喜的發現原來自己進步的幅度很大，李佳玲這才明白老師的苦心，也明白自己所付出的一切，並沒有白費。

此外，李佳玲也著重於專注力訓練，由於在館內有多項職類一起進行訓練，現場有許多雜音互相干擾，她習慣戴上耳塞，隔絕不必要

的聲音，較不容易分心，自然能提升細節工作的品質。然而，女性天生比男性吃虧的，不光是體力，當賽事期間恰巧遇到生理期來臨，李佳玲坦言可能無法發揮平日水準，若是不得已遇到賽事，她便會吃藥延遲經期，期望能發揮最佳實力。除此之外，在油漆職類選手中，就屬李佳玲身材最為嬌小，她充分運用梯子或是水桶等工具，來彌補身高不足之問題。

從未參與全國性賽事的李佳玲，為了本屆賽事，她在雲嘉南分署投入訓練整整 3 年，李佳玲很感謝雲嘉南分署所提供的所有資源，更表示在分署能放心的投入訓練，充分的作好任何準備。她認為研習職類技能對於未來生涯規劃及發展有很大的幫助，像是圖案的排版設計、色彩搭配、了解圖案構造，深入研習後，就能大膽地嘗試各種方法，也能學習時間管理，速度與品質都能兼顧。另外，她也感謝陳秀雯主任、孫志成主任、林裕強老師，還有人們給予最大的支持與鼓勵，除了默默地協助排除問題，也指導許多專業技術與知識，即使平日訓練非常吃重，但他們都是最有力的後盾，不斷支持著李佳玲勇往直前。



總統蔡英文與油漆裝潢（漆作）職類金牌選手李佳玲合影

第50屆全國技能競賽優勝選手專題報導

逐夢踏實 步上安穩放心的職場之道

CNC 銑床職類金牌 - 陳柏勳

採訪撰文/黃敏惠



相信有很多人在畢業後找不到人生方向，甚至迷惘未來的出路。國外的教育體系，學生在求學期間可以盡情自我探索興趣與專長，反觀國內，學生大部分時間則都埋首在書海之中，為了升學與未來成就而努力。陳柏勳在國中畢業後，由於找不到自己的興趣，索性選擇資訊科就讀，但在入學後才發現，該科系所學與他的想像相差甚遠，擔心自己再次選錯科系，因此高中畢業後選擇直接就業，不再繼續升學。初到車床工廠，陳柏勳擔任上下料作業員，從事了一段時間，覺得這個行業很神奇，讓他很有成就感。但業界人人為了求得安穩的飯碗，很少人會把技術傳授給外人，在與爸爸討論之後，陳柏勳決定到勞動力發展署中彰投分署（以下簡稱中彰投分署）的職前訓練班受訓，希望自己可以習得更多在外面學不到的技巧。

陳柏勳到了職前訓練班後，銑床學得比車床還要多，從此發現銑床比車床更有趣，在學基礎技術時，多了車床一個軸向，便開始鑽研更細膩的技術，即使下了課，他的熱情絲毫不減，還私下找老師繼續學習，某次與老師討論加工技巧時，意外地被陳暉立注意到，陳暉立目前擔任中彰投分署設計製造股副訓練師，同

時也是 CNC 銑床選手的培訓老師，因為陳柏勳自發好學，讓陳暉立看出他有選手的特質，決定將他帶入全國技能競賽這個圈子，之後，陳柏勳順利錄取產學訓專班，也被遴選成為重點培訓選手，順勢敲開夢想大門。

從自信到自滿 從自滿到自省

踏上選手之路，陳柏勳一開始練習的蠻順遂，志得意滿的他，覺得自己可以輕易征服 CNC 銑床這個職類，萬萬沒想到，最大的挫敗也隨之到來。某次與同屆選手進行模擬測驗時，陳柏勳太有自信，最後導致成品不堪入目。從那次之後，他重新檢視思考自己的態度，不應該過度自我膨脹，之後不時地提醒自己要細心，不要走回頭路。在經歷失敗之後，陳柏勳成長不少，行事更為謹慎，本屆競賽因受到新冠肺炎疫情影響，他一方面擔心自己的第一次全國競賽，無法順利進行，另一方面聽說不少同職類選手，都是歷屆好手，擔心自己實力不如人。於是在開始練習決賽時，加長比賽時間，發現自己體力不好，常常在測驗到快結束時，專注力快速下降，無法做好每個細節，甚至有時會無法冷靜判斷，在跟指導老師討論後，決定開始慢跑訓練體能，讓自己在長

時間的比賽環境下，可以冷靜思考判斷。

為了本屆競賽，無論體能、心理、技術，陳柏勳都作足了準備，當一踏入賽事現場時，一眼望去，比照國際賽辦理的舒適場地與全新的機具，讓他感受到國際賽事的臨場感，他感謝政府提供一個可以大顯身手的舞臺，讓各方好手齊聚一堂，相互切磋展現實力，讓更多人看見他的努力，對於投入技職學習的人，是最大的支持與鼓勵。首次參與賽事，難免會感到緊張，陳柏勳在第一天的賽事便犯下失誤，心中幾度萌生放棄念頭，但當他看到圍觀的群眾時，告訴自己可以參與第50屆全國技能競賽，是人生中很特別的一站，也是最大的收穫，於是重新振作，決定完成賽事。

生命 是待你雕琢的無價寶石

重新振作後的陳柏勳重拾信心，在眾多好手激戰的殿堂，順利取得金牌榮耀，更在10月21日至23日舉辦的第2階段國手選拔賽，奪得正取國手資格，將代表我國參加110年在上海舉辦之第46屆國際技能競賽。身為

CNC銑床職類正取國手的陳柏勳謙虛表示，若因為新冠肺炎疫情而無法出國比賽，還是會持續練習，若是未來能在國際賽事獲得好成績，回國會把大學讀完，再評估研讀研究所的可能性，或是回到職場工作，繼續精進技術與能力。

回首過去，陳柏勳從分區到全國，一路到國手選拔競賽，一路上的困難，都是靠自己勇敢嘗試努力克服，雖然歷屆學長與學姐給予許多幫助，讓他少走一些冤枉路，但很多時候，同齡的朋友出門逛街玩樂，而他卻是獨自一個人待在實習工廠裡默默練習，陳柏勳表示要有堅定的決心與毅力，才可以走完這段漫長的練習過程，而競賽可以磨練自己，增進應對能力，也能加強耐心及抗壓性。他希望未來的學弟妹可以仔細評估，自己有沒有決心與熱情，而不是投入時間與資源後，才半途而廢。

「有些事情還是需要嘗試過，才能深刻體會技術的可能性，未來，也是如此。」陳柏勳表示。



總統蔡英文與 CNC 銑床職類金牌選手陳柏勳合影



第50屆全國技能競賽

第50屆全國技能競賽優勝選手專題報導

人小志氣高 女生也能板出一片天

板金職類銀牌 - 張芷芸

採訪撰文/黃敏惠



一般女生在求學時，除了自身興趣之外，若考量到未來轉銜職場的可能性，多半會選擇較利於女性職場發展的科系，例如國貿、會計、外文等科系，現年僅 17 歲的張芷芸，打破舊有框架，選擇走另一條截然不同的人生道路。在國小 5 年級時，張芷芸的母親送她去學網球，場中打網球的學員都以男生居多，看到學長們不僅動作標準，球技更是一流，讓張芷芸心生嚮往。為了能像他們一樣，她積極苦練，卻從不喊苦，更曾拿下新竹市軟式網球比賽第一名的佳績。也許是運動員的資歷，成為她在學習路上的一股助力，她在國中三年級參加技藝教育學程，選擇機械及電子電機課程，更在技藝競賽中榮獲電子電機職群第三名的優異成績，原本高中想繼續選讀電機科，但在老師的建議下，透過特色招生進入新竹高工板金科就讀，與爸爸選擇一樣的職涯出路。

重視時間管理 不再重蹈覆轍

受到從事機械產業父親的影響，張芷芸從小就非常喜歡手作，踏入板金科便立定志向成為選手，高一下學期開始，老師就透過系統性

的出題，要求同學畫手繪、電繪及製作模型各 100 題的方式，選出適合擔任板金培訓選手的人選，過程中有許多同學退出，最後只剩下張芷芸及另一名同學堅持下來。除了性別之外，嬌小的身材也曾被質疑不適合學板金，張芷芸表示自己曾是網球選手，手勁不是問題，但剛開始練習時，因為鐵板太硬，力氣尚未到位，導致每次成形效率不彰，後來透過多次練習與平時的體能訓練，加強鍛鍊肌耐力，後來就愈來愈順手了。

儘管在培訓過程吃過苦，也碰到練習不順沮喪的時候，張芷芸也從未打退堂鼓，印象中最深刻的事，是因為自己的龜毛個性而吃盡苦頭，她很要求自己的工作品質，有一次練習做分區賽的題目，未能在時間內做完，導致最後的焊接只有用氬焊點著固定，正當要給學長量工件時，學長看似開玩笑地說了一句：「沒有做完，不能量工件。」當下張芷芸就哭了，在那之後，她牢牢記取教訓，重視時間管理，不再重蹈覆轍。

克服心魔跨越自我 有好心態就有好技能

成為創校唯一拿到板金全國銀牌的女生，張芷芸謙虛表示：「最大的敵人是自己，是心理障礙。」事實上，無論是何種職類選手，在比賽期間心理壓力巨大，不言而喻。張芷芸在比賽開始時，還一度緊張到手僵，過程中也一直擔心自己的作品做不好會被扣分，同時因為進度太慢，覺得自己也許無法完成作品而感到害怕，在比賽完的第一天晚上，她躺在床上大哭，發洩累積多時的情緒。指導張芷芸近3年的新竹高工板金科陳奇明主任，深知她的個性，不斷鼓勵並告訴她一定做得完，陳奇明主任表示：「張芷芸具備運動員的底子，非常適合擔任選手，板金非常吃力氣，且每個程序及動作都要重複練習，對於曾經擔任網球選手的她不是難事。」儘管張芷芸是參賽選手中個子最嬌小的，但她的韌性與力氣卻不輸男生，細

心且龜毛的態度，讓她的作品擁有很高的水準，同時也是致勝關鍵。最後張芷芸真的做完了，比賽過程難免會緊張，但她還是努力克服，當聽到成績公布時，師生倆人真的非常開心，張芷芸認為這次競賽的最大收穫，就是有很多人相信她可以做到。

此外，張芷芸特別感謝勞動力發展署桃竹苗分署，在培訓期間提供相關保險及關懷輔導，還有職訓師資技術指導等協助，提供長期培訓資源，積極又正面的她表示：「學姐可以辦得到，相信學弟妹們也可以，堅持與努力，針對板金訓練過程要不斷的改善及解決問題，人品及態度是技能的核心價值，有良好的心態就會有好的技能。」



勞動部長許銘春與板金職類銀牌選手張芷芸合影



第50屆全國技能競賽

第50屆全國技能競賽優勝選手專題報導

鐸為自我 接軌未來 獲獎即是成長實證

鐸接職類銅牌 - 江祐安

採訪撰文/黃敏惠



基隆市是臺灣最北端的都市，位於市中心的基隆港是北臺灣首要航運樞紐，基隆港的存在吸引了很多港埠相關的基礎產業，由港口船舶製造修理帶動的產業，以機械電子工業最為重要。也因此，基隆市重視技職教育，長年以來，於國高中積極推動生涯發展教育，深化技藝教育課程，基隆腹地雖小，卻是技職學校最為密集的都市。畢業於木柵高級工業職業學校配管科的江祐安，自小在基隆成長，他曾獲得「第45屆全國技能競賽」分區賽「配管與暖氣」職類銀牌，考量到生涯規劃，在全國技能競賽金牌選手丁啟原學長的引導下，轉戰「鐸接」職類，進入勞動力發展署北基宜花金馬分署（以下簡稱北基宜花金馬分署）「基隆職業訓練場」從頭開始學習鐸接技術，在多位鐸接

國手前輩的指導下，每天練習超過10小時，從一開始的手忙腳亂、經常燒破衣褲，到熟練掌握實作技巧。正因為他的堅持，在去(108)年榮獲第49屆全國技能競賽第5名。

歷經撞牆期 轉變關鍵在於心理調適

然而，人總會在生命某個片刻卡關，事實上江祐安在本屆賽前練習時，並不太順利，在某次練習，他居然輸給只練了1年的學弟，而且還是兩次，江祐安開始質疑起自己，認為自己沒有天分，甚至於想回頭練習過去較為擅長的項目，他面臨到所有選手最不願意面對的狀況 - 「撞牆期」。當生理與心理都發生極度的變化，江祐安深知首先要調適自己的心理，這樣才能讓生理狀況重新活過來。於是他開始重新檢視自己，為了精進技術，江祐安不放棄練習，更不放過任何成長機會，積極參與相關講座。



北基宜花金馬分署「基隆職業訓練場」辦訓非常用心，曾辦理多場技職達人實作技巧講座，更邀請「第25屆國際技能競賽」冷作職類銅牌國手，並多次擔任國際競賽裁判及全

國技能競賽銲接職類裁判長 - 陳志鵬演講，與銲接班學員分享銲接、冷作實務技巧，以及參與國手培訓、參賽期間的心路歷程與經驗。江祐安表示：「可以吸收裁判長的寶貴經驗，還能與參加全國技能競賽的選手們交流，互通有無，能讓我更了解銲接技巧的複雜多元，也更能掌握細節，面對未來的比賽。」

展望未來積極實習 縮短就業落差

銲接職類環境不但高溫、高噪音，還須穿上厚重的防護裝備，每天汗如雨下密集練習超過 10 小時，江祐安表示：「從訓練過程中無數的錯誤與失敗汲取教訓累積經驗，幸好，我所有的汗水都沒有白流。」為了本屆賽事，江祐安特別加強鋁合金不鏽鋼銲接技巧，他表示自己盡了最大的努力投入練習，累積了扎實的基本功，希望比賽時能保持冷靜發揮應有的水準，奪得佳績、推甄進入科大繼續升學。事

實證明，江祐安做到了，在眾多好手激戰的時刻，順利取得銲接職類銅牌佳績，更在 10 月 21 日至 23 日舉辦的第 2 階段國手選拔賽，奪得正取國手資格，將代表我國參加 110 年在上海舉辦之第 46 屆國際技能競賽。

精進訓練的這段時間，讓江祐安的思路變得更加活躍，關於未來再進階研習的計畫也更為鮮明清晰。針對未來生涯規劃，由於學校教育和實際就業間有極大的落差，江祐安與指導老師翁敏富深入討論後，認為有必要到企業實習，透過實際接觸職場，才能學習到該職業領域上的專業和應用，補足在校園中所無法習得技術能力。江祐安非常感謝翁老師提供最大的支持與鼓勵，他表示：「老師常常說盡力就好，但也要感謝當時看不起我的人，給了我很大的動力。」



勞動部長許銘春與銲接職類銅牌選手江祐安合影