

活動紀實

2015 老年學研究及教學新趨勢國際研討會

如何做好一位司儀

王友惠¹

一. 意外的開始

老年學研究所第一次舉辦國際研討會，讓我幸運的遇上了，對於尚無經驗的我來說，是很好的磨練機會。在慧卿老師的帶領下，事前準備工作如火如荼的展開，包含工作人員分工、流程規劃、場地動線安排等，必須一再修改與確認。所有碩一的同學們全體動員，大家一起為了老年所而努力，從中看到同學們各個發揮所長，互相填補不足，一起加油打氣和成長。

某天，慧卿老師突然請我到會議室，並請我唸一段英文，念完後，老師說：「就是你了！與慧寧學姊一同擔任研討會當天司儀。」，我一開始連忙說：「我英文不好，擔心搞砸」老師說：「這是可以訓練的！」從那天開始，在慧卿老師大力的協助與支持下，積極的自我訓練，為的是在研討會當天做出最好的表現。

二. 訓練過程

在接下這項任務時，有種使命感，雖然從未接觸過，但既然被選中，勢必要盡力完成，做到最好。在短短的兩週內，開始進行緊湊的「司儀養成計劃」。由慧卿老師負責指導，學習研擬司儀講稿(詳細司儀稿如附件一)，熟悉並詳記活動流程、開場白、活動場控、以及臨機應變之能力。講稿也在慧卿老師與聖育老師的協助下，進行修改及校稿，做最適當的說法與用詞。

此外在過程中，也不斷請教慧寧學姊，學姊的不吝賜教，使我精進英文能力，以及處變不驚的態度。我認為只要有心一定能做到，鼓勵並監督自己。在僅存的兩週內，透過上網搜尋有關司儀的影片，學習模仿說話的技巧、音調，

¹國立成功大學老年學研究所碩士生

並錄製自己說話的表情與聲音，不斷修正自己不自然的樣子，以及注意肢體語言的落落大方，我彷彿再次回到大學時期，擔任親善大使，訓練應對技巧及儀態端莊。「司儀」-看似簡單，但卻相當重要且需要訓練的能力之一。

三. 研討會當天

經過兩週緊湊的「司儀養成計劃」後，最緊張的時刻來臨了，在會場中看見眾多的來賓，心跳總是不由自主的變快、手心也是直冒汗，慧卿老師看到我緊張的樣子，便對我說「別擔心，只要把自己的部分說好，剩下的交給每場的主持人應對就好。」頓時像服下定心丸，真得還好有老師！

與學姊共同擔任主持人，我重新調整緊張的心情，盡力將自己的部分做到最好，但並不是任何事都在預料之中，身為司儀必須依當時情況的改變，隨時掌控場內環境，並告知場內來賓。由於我過度緊張，無法將非稿子上的文字說明清楚，鬧了烏龍!相較之下，學姊台風穩健，並且掌握場內情況，適時進行修正。當下我便告訴自己，自己還需要更努力!

四. 自我省思與檢討

如何做好一位司儀，以下列點說明:

1. 必須事前研擬活動流程之講稿，並詳細了解內容
2. 口條流利順暢，切勿一直看講稿
3. 清楚介紹講著之稱謂、姓名及主題
4. 清楚掌握活動的流程，及場內的情況
5. 遇到突發狀況時，有沉著、隨機應變之能力
6. 活動結束後，自我省思哪些部分還可以再改進，使未來表現更加出色。

本次為「司儀的初體驗」，必須在短時間內，提升自己的能力，並且將出錯的機率降到「零」，過程中了解到所謂「台上一分鐘，台下十年功」。雖然在家勤練習，但如何在當天將自己的狀態做到最好，這是需要磨練的。很感謝有這個機會，唯有不斷的嘗試，才知道自己的不足，也才有成長的機會。



圖一 與慧寧學姊(右)擔任司儀合影



圖二 2015 老年學研究新趨勢國際研討會與會貴賓合影

附件一

2015 International Conference on Gerontological Research and Education

Time	Topic	Speaker	Chair
08:30-09:00	Registration		
<p>Ladies and gentlemen, the opening ceremony will begin at 9:00. Please take your seat .Meanwhile, please turn off your cell phone. Thank you for your cooperation.</p> <p>各位來賓您好，開幕式即將開始，請各位來賓盡早就座，並請您將隨身攜帶的行動電話關機，以免影響場內會議的進行，謝謝您的合作。</p> <p>Good morning distinguished guests, dear colleagues, ladies and gentlemen, welcome to “International Conference on Gerontological Research and Education”</p> <p>We would like to thank all of our sponsors without whom this event could not be possible. We would like to thank the Taiwan Association of Gerontology and Geriatrics, Formosan Association of Care and Education for the Seniors, and 林中清 Educational Foundation for their generous support and endorsement of this Conference.</p> <p>Now, please welcome the chair of conference, the Director of Institute of Gerontology, NCKU, Dr. Feng-Hwa Lu to lecture for the opening remark.</p> <p>各位來賓您好，歡迎您蒞臨由國立成功大學醫學院老年學研究所主辦的老年學研究及教學新趨勢國際研討會，感謝台灣老年學暨老年醫學會、台灣高齡照護暨教育協會以及財團法人林中清文教基金會協辦。現在會議正式開始，我們有請這次大會主席國立成功大學老年學研究所盧豐華所長為我們主持開幕式。</p>			
09:00-09:10	Opening Remarks	Jun-Yan Zhang (Dean, College of Medicine, NCKU)	Feng-Hwa Lu (Head, Institute of Gerontology, NCKU)

Thanks for President Chang' s encouragement.Now we are going to take a group photo, our speakers and all the teachers please come to the front, thank you.

感謝張院長的勉勵與鼓勵，讓我們以熱烈的掌聲再次謝謝張院長！

現在我們要拍大合照，請各位貴賓以及老師到前台，謝謝

This first section is Envision of Gerontological Research in Taiwan. The chairperson of this section is Dr. Lu, the head of Institute of Gerontology, NCKU. Please welcome Dr. Lu!

第一場演講是台灣老年學研究規劃及展望，主持人是國立成功大學醫學院老年學研究所盧豐華所長，讓我們掌聲歡迎盧所長！

09:10-10:10	Envision of Gerontological Research in Taiwan	Zhao Xiong (Director, National Health Research Institute of Population Health Sciences)	Feng-Hwa Lu (Head, Institute of Gerontology, NCKU)
-------------	---	--	---

Thank you for this very insightful keynote speech. We will have a coffee break from now on till 10:30. Please move to the lobby. The second section will begin at 10:30. Please come back in time. Thank you, and please enjoy the coffee break.

再次謝謝熊所長以及盧所長！現在開始至 10 點 30 分為茶敘時間，場外備有茶點，歡迎各位來賓自行取用。第二場將於 10 點 30 分開始，請各位準時就座，謝謝。

10:10-10:30	Tea Break
-------------	-----------

The second section is about to begin. Please take your seat.

第二場即將開始，請各位來賓入座，謝謝。

Ladies and Gentlemen! Welcome to the second keynote speech:

Gerontology: Yesterday, Today and Tomorrow. To introduce the Keynote Speaker will be Prof.慶餘 陳. Prof. Chen is from Family medicine department of National Taiwan University Hospital.

Please welcome Prof. Chen.

各位來賓，第二場演講為老年學的過去、現在及未來，主持人是國立台灣大

學醫學院家庭醫學科陳慶餘教授，讓我們掌聲歡迎陳教授			
10:30-11:30	Gerontology: Yesterday, Today and Tomorrow	Edward Schneider (Emeritus professor, Davis School of Gerontology, University of Southern California)	Qing-Yu Chen (Professor, Family medicine, National Taiwan University Hospital)
<p>Many thanks to Prof. Schneider and Prof. Chen for the insightful keynote speech.</p> <p>謝謝 Dr. Schneider 與陳教授為我們帶來精彩的演講。</p> <p>Next we will move on to our first panel discussion . Please welcome Dr. Lu .</p> <p>接下來我們進行問題與討論，我們有請老年學研究所盧所長為我們主持。</p>			
11:30-12:00	Discussion		Feng-Hwa Lu (Head, Institute of Gerontology, NCKU)
<p>Thank you for your participation. We will have lunch till 1:30. Please move to lobby, or follow the instruction. The third session will begin at 1:30. Please come back in time. Thank you.</p> <p>早上的演講到這裡告一段落，非常謝謝各位來賓的參與，現在開始至 1 點 30 分為用餐時間，請各位貴賓至場外用餐，煩請工作人員協助引導，謝謝。下午的演講將於 1 點 30 開始，請各位貴賓準時入座。</p>			
12:00-13:30	Lunch		
<p>The Third session is about to begin. Please take your seat in the lecture hall.</p> <p>下午的演講即將開始，請各位來賓入座，謝謝</p> <p>Ladies and Gentlemen! Welcome to the third keynote speech: Universal Design: Supporting Older Adults at Home & Students in the Classroom. The chairperson of this section is Prof. 慧卿翁. Prof. Weng is from Institute of Gerontology, NCKU. Please welcome Prof. 翁.</p>			

<p>各位來賓您好，今天的第三場演講為老年學研究新趨勢：通用設計-支持老年人在家及學生在教室的設計，主持人為國立成功大學醫學院老年學研究所翁慧卿教授，讓我們歡迎翁教授！</p>			
13:30-14:30	<p>Universal Design: Supporting Older Adults at Home & Students in the Classroom</p>	<p>Anna Nguyen (Associate director, Fall prevention center, Davis School of Gerontology, University of Southern California)</p>	<p>Hui-Qing Weng (Professor, Institute of Gerontology, NCKU)</p>
<p>Thank you for this very insightful keynote speech. We will have a coffee break from now on till 2:50. Please move to the lobby. The next section will begin at 2:50. Please come back in time. Thank you, and please enjoy the coffee break.</p> <p>再次謝謝 Director Nguyen 與翁教授！現在開始至 2 點 50 分為茶敘時間，場外備有茶點，歡迎各位來賓自行取用。下午第二場演講將於 2 點 50 分開始，請各位準時就座，謝謝。</p>			
14:30-14:50	<p>Tea Break</p>		
<p>The next speech is about to begin. Please take your seat in the lecture hall.</p> <p>下午第二場演講即將開始，請各位來賓入座，謝謝</p> <p>Ladies and Gentlemen! Welcome to the second keynote speech in the afternoon. To introduce the Keynote Speaker will be President 家銘張. Dr. Chang is the president of Formosan Association of Care and Education for the Seniors which in sort is FACES. He is also the director of Division of Geriatrics and Gerontology, and associate professor in Department of Medicine and Institute of Gerontology, National Cheng Kung University. Please welcome Dr.Chang.</p> <p>各位來賓您好，今天的第四場演講為台灣的老年學研究所教育，主持人為台灣高齡照護暨教育協會張家銘理事長，張理事長同時也是國立成功大學醫學院附設醫院內科部老年科主任以及國立成功大學醫學系及老年學研究所副教授，讓我們掌聲歡迎張理事長！</p>			

14:50-15:50	Graduate Education of Gerontology in Taiwan	Feng-Hwa Lu (Head, Institute of Gerontology, NCKU)	Jia-Ming Zhang (Director, Formosan Association of Care and Education for the Seniors, FACES)
<p>Many thanks for the insightful keynote speech. Next we will move on to panel discussion . Please welcome Prof. Weng. 再次謝謝盧所長與張理事長！接下來我們進行問題與討論，我們有請老年學研究所翁教授為我們主持。</p>			
15:50-16:20	Discussion		Hui-Qing Weng (Professor, Institute of Gerontology, NCKU)
<p>The closing remarks is about to start. Please welcome Dr. Lu 閉幕式即將開始，我們有請國立成功大學醫學院老年學研究所盧豐華所長為我們致詞</p>			
16:20-16:40	Closing Remarks	Feng-Hwa Lu (Head, Institute of Gerontology, NCKU)	
<p>Distinguished guests, ladies and gentlemen,. the organizers would like to express their deepest appreciation for your attendance at the conference. It is your participation that has resulted in the successful ending of the conference. We hope you have enjoyed the discussions and have found the topics to be useful and insightful. Thank you . 感謝各位來賓的參與，老年學研究及教學新趨勢國際研討會到此圓滿結束，請各位來賓將回饋單交給工作人員，並可到報到處領取學習認證，再次感謝您，再會。</p>			