

N.08

2020 Apr.
2020 Sep.

晨 露。

morning dew

一座會呼吸的智慧建築

這裡有樹木花草、蟲鳴鳥叫、流水微風

智慧科技拉近人與自然的微妙距離

讓現代與綠意 和平共存

讓建築為城市 繁花盛開



【企業焦點】

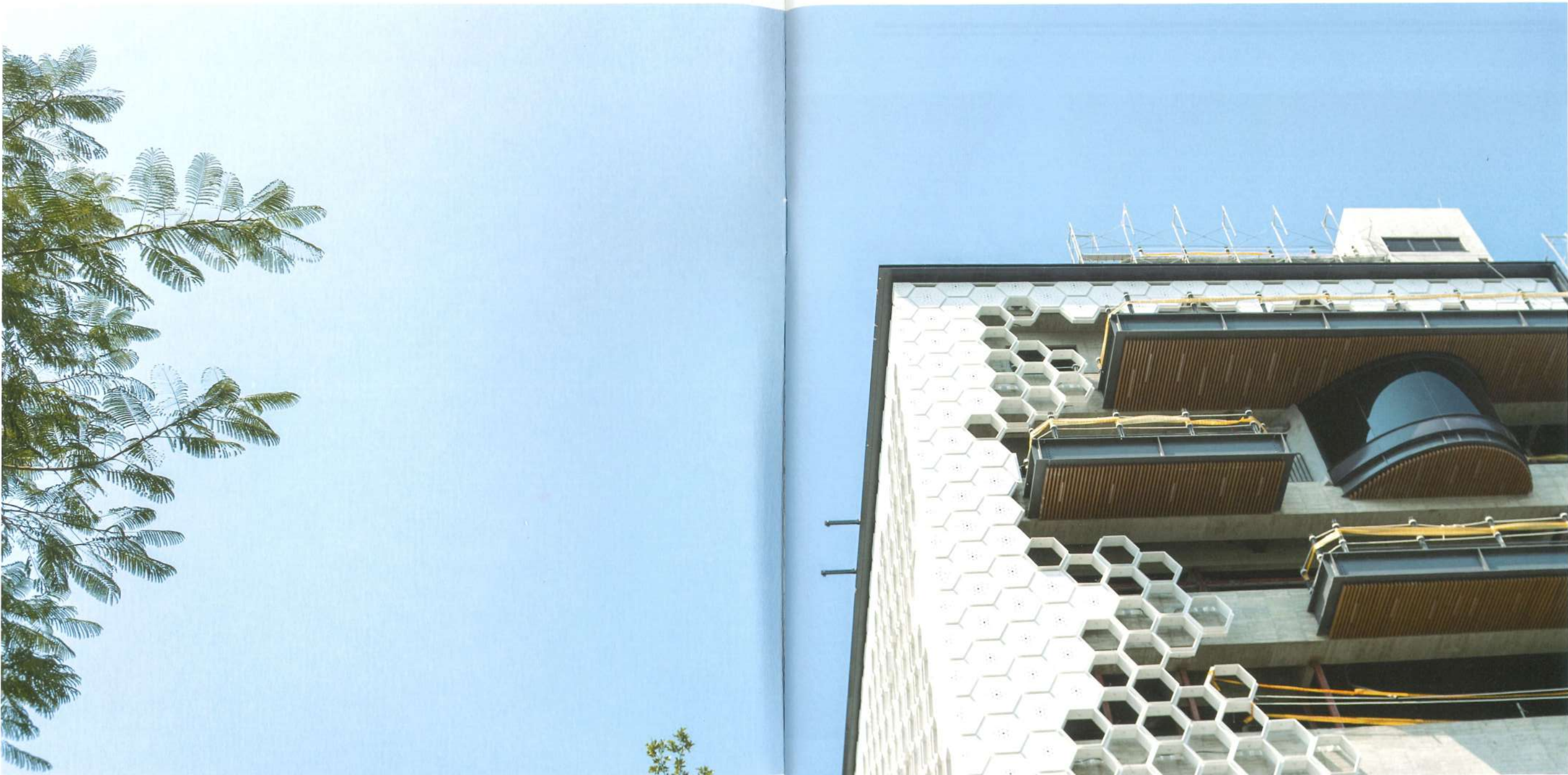
晨禎總部「丰二三」即將落成

台中梅川溪畔蜂巢式植栽綠牆

榮獲智慧建築&美國LEED綠建築雙認證

期待與您見面~

 晨禎營造



精彩回顧 & 新聞預告
晨式新聞

33

NEWS

《你的強大，就是你的自由》
晨式選書

31

BOOK

台中老食光
台中生活

27

LIFE & STYLE

歡迎進入 Hank 的微縮「視」界
焦點人物

21

工程合作，不怕「神對手」
「晨禎營造，您好」

17 19

晨式團隊

PEOPLE

做自己的追夢人
領導統御的藝術
慈善為懷，用愛補漏

09 11 13

晨式文化

大千風景，盡在「手二三」
企業焦點

03

FOCUS

總經理的話

01

CONTENTS



花若盛開，蝴蝶自來

總經理 王水樹

王水樹

興建總部，是企業展現永續經營的決心，傳遞企業文化的精神，同時體現經營者心中堅持的建築理念。漫步台中市梅川西路、大墩文化中心綠帶上，細心的您會發現，有一棟造型獨特的蜂巢式建築物聳立於此，歷經兩年孵化打造，晨禎營造及子公司麗晨建設企業總部「丰二三」（台中市西區梅川西街一段23號），即將於今年年底正式落成，與您見面。

總部啟用，象徵「晨式家族」將展開另一新里程碑。「晨禎營造」十餘年來，專注為國內多家知名大廠興建廠辦大樓，「麗晨建設」創立也十年有成，我們秉持營造專業與對建築理念的堅持，不停思索如何創造獨一無二的空間體驗，讓每位員工、合作夥伴與社會大眾對晨禎留下深刻的印象。在滿足企業營運與高效辦公的環境之餘，又同時開放部分空間供更多人使用，以體現企業社會責任的一環。

我們決定向自然學習，讓風光水綠與智慧建築交織共存。走進地下3樓、地上11樓的「丰二三」總部中，大面積的綠化空間與水池造景，拉近人與自然的親密尺度；建築物外層Double



Skin的蜂巢式植生外牆設計，像是給總部穿上一件華麗的綠衣裳，每一格蜂巢中，設置專利可手動旋轉的植栽槽，遮陽降溫又能讓室內綠意盎然，兼具通風與採光的功能。整棟大樓在資訊通信、系統整合與各項設施管理上，皆採用智慧科技管理，讓總部在門禁安全性與營運管理上更為便利與人性。

「丰二三」聰明創造好空氣、好採光、好環境，分別榮獲美國LEED綠建築白金級認證與智慧建築鑽石級雙認證的殊榮肯定。我們用建築為這座城市造一座智慧花園，未來邀請您一探究竟，感受晨禎總部帶來的豐富五感體驗。



合作團隊



土心木田設計事務所 黃志東設計總監



晨詮機電 林豐期經理



泓電精密工業 梁進忠總經理



中台綠景 楊宸欣總經理

大千風景，盡在「丰二三」

晨禎企業總部 即將落成

什麼是理想的現代企業建築？擁有多多年營造專業的晨禎營造，與堅守「築於心·塑於綠」人本建築理念的麗晨建設，跳脫傳統玻璃帷幕辦公大樓建築形式，以兩年的光陰，孕育出一座會呼吸的企業總部「丰二三」。現代智慧與自然環境共生，商業辦公與藝術人文共存，期待透過空間氛圍的塑造，激發員工與每位來訪貴賓，對建築與生活更多美好的想像。

蓋一座不一樣的總部

晨禎營造專注於國內知名大廠廠辦興建工程，在成就別人的同時，王水樹總經理亦潛心打造自己的企業總部，希望揚棄現代前衛、科技宏偉的總部風格，同時將綠建築、智慧建築、宜居建築的概念融於一體，跳脫建築只是硬體的思維，昇華為都市藝術形式，為水泥叢林中，綻放出一朵美麗的花。不只純美，更具豐富多元的樣

貌，成為商業辦公、藝術人文與自然平衡的載體。

本次總部由「土心木田」設計總監黃志東建築師操刀，其擅長與自然共舞的建築風格，和「麗晨建設」品牌精神不謀而合。2014年首次合作建案「朗朗」榮獲全球卓越建設獎銀獎，之後「朵也」、「卓爾」的公共空間設計皆出自他手。本次「丰二三」建築設計上最大吸睛亮點，在於建築物外層3樓至

11樓壯觀的蜂巢式植生牆設計。在建築空間設計上，王總和黃志東建築師不斷地溝通與探究，企業總部是否能創造不同生活態度的可能與想像？

在這座蜂巢中，不僅有“嗡嗡嗡嗡勤做工”的晨式家族夥伴們在此辦公，1樓文創藝文咖啡廳，讓您品飲香醇咖啡的同時，視覺上也能一覽藝術作品之美。1、2樓挑高十米階梯式設計，為可容納257人的多功能展演廳，除高解析度投影機可做電影欣賞之用，另設立300吋大型LED螢幕，雙螢幕切換，可進

行音樂表演、演講等多功能使用。視聽設備器材斥資2000多萬精心打造，並委請成大教授擔任聲學顧問，針對可變迴響百葉進行電子聲學與建築聲學實測模擬，務求能盡善盡美地提供一個優質專業的展演空間，未來可做為「晨露文化藝術基金會」活動空間之一，亦希望提供給非主流藝術團體表演使用。

3樓設有健身房、瑜珈教室、桌球室，忙碌工作之餘，可來此舒展筋骨、強身健體。在4樓圖書館內，館藏來自全球建築、空間設計、生活美學相關領域書籍及期

刊；料理教室和兒童閱覽室，歡迎員工或貴賓攜家帶眷，與家人一同做料理、親子共讀，享受家人互動的美好時光。頂樓的茶屋會所，則開放VIP貴賓與員工預約鐵板燒料理，招待親友品嚐美味佳餚。

「健身後大汗淋漓、身心暢快，加上書香、咖啡香與料理的香氣，勾動起人們對工作與生活平衡的美好想像，再以藝術為佐料，賦予靈魂滿足的精神糧食。」王水樹總經理道出他內心深處，對總部環境氛圍與機能規劃上的期許。



1F 戶外水景藝術創作



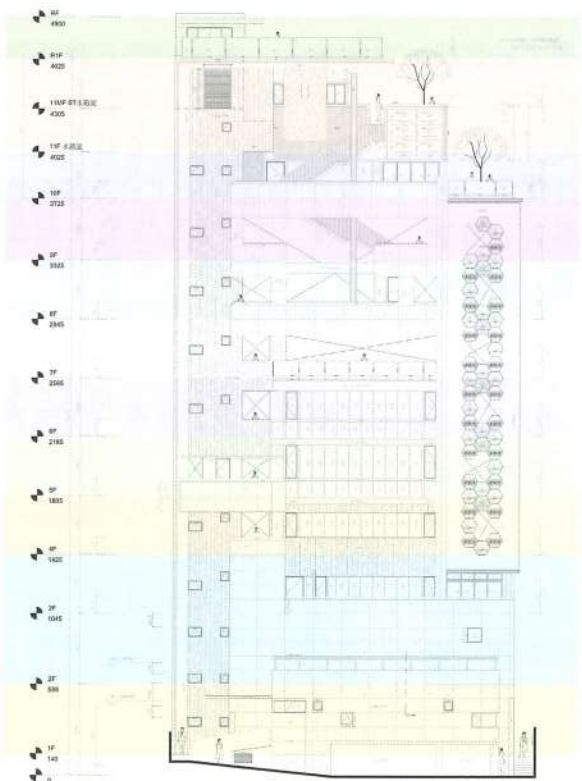
1F 2F 多功能展演廳



3F 健身房



4F 圖書館



- 樓層簡介**
- RF 邀月亭
 - 10F 茶屋會所
 - 9F 大型會議廳
 - 8F 總經理室/管理部/財務部
 - 7F 工程處/BIM中心/建材展示室/腦力激盪區
 - 6F 採發部/估價部/業務部
 - 5F 創研會議室/麗晨辦公室
 - 4F 麗晨建設/銷售中心/VR展示區
 - 3F 圖書館/兒童遊戲閱覽室/料理教室
 - 2F 晨露文化藝術基金會/瑜珈教室/桌球室
健身房/多功能展演廳(座位257席)
 - 1F 文創藝廊咖啡/多功能展演廳入口



**Double Skin
蜂巢複式帷幕
為建築穿上綠衣裳**

「丰二三」榮獲美國 LEED綠建築「白金級」與智慧建築「鑽石級」雙冠王認證，是國內企業建築少見的標竿代表之作。在外觀結構上，採用歐美建築物常會使用到的一種表現手法「Double Skin」，讓建築物擁有雙層皮層(雙牆)，第一層是RC建築物自身的力學構面，第二層則使用金屬藝術化呈現的蜂巢設計，並結合綠化節能的植生牆，完成雙層立面。

3樓至11樓的複式外牆，

由上千個經氟碳烤漆的不鏽鋼骨架打造而成的蜂巢，耐候抗酸鹼，其中622個為植栽蜂格，將挑選多年生植物與蜜源植物栽種其中，形成一座城市中的蜂巢花園，吸引

蜜蜂、蝴蝶自然親近，讓建築物融合生態，成為一座垂直綠化的建築藝術。

專利研發的手動旋轉植栽槽設計，可美化植生牆外觀，





同時阻擋陽光直射，避開西曬影響，並讓門窗和蜂窩形成通風對口，增加空氣自然流通。串連雙立面的工作走道，便於日後植生牆修繕維護，除可讓植栽享受陽光普照，旋轉後亦能讓室內享有自然綠意。

總部每一樓層，皆設有水景及大面積植栽綠意，讓整體建築充滿生命力。黃志東建築師表示，「王總不惜成本採用複層外牆，突破傳統玻璃帷幕大樓的平面感及密閉感，加深建築物的層次面

貌，讓人更能感受空間塑造的光影魅力。」總部每樓層皆退縮1/3的空間進行綠化，更具有提高阻熱功能、降低空調負荷、提高自然採光、誘導通風以降低熱島效應等實質功能。

蜂巢外牆在製作上，巧妙地將金屬帷幕與視覺藝術融合。泓電精密梁進忠總經理細細拆解，每一格蜂巢皆由1.2公尺寬的不鏽鋼管焊接而成六角結構，為追求最低公差，還特別訂製焊接模具，施工時更精準量測定位，務求工程品質能保持在正負3毫米以內。

若細心觀察整片設計結構，蜂巢配置與鏤空蜂巢板的組合搭配，可增加視覺協調感，且每一格蜂巢間保留4毫米的脫縫距離，適度的留白可增加空間的穿透感。泓電梁進忠總經理更進一步指出，為了讓植物更有層次的律動，變化出萬千韻味，每一層植栽槽的位置，皆非同一平面呈現，而是前後錯落配置。蜂巢交錯複雜的滴灌系統，也以3D模擬規劃，搭配雨水回收再進行澆置，確保每一盆植物都能雨露均霑。

智慧建築， 聰明管理環保更節能

台中空污問題嚴重，如何讓室內空氣換新，以減少「病態建築症候群」反映在人體健康上的危害？負責總部機電工程的「晨詮機電」林豐期經理指出，總部在每一樓層不同的室內空間，皆設有空氣品質偵測感應器，可即時針對二氧化碳濃度、PM2.5、溫濕度進行監控，呼應內政部智慧建築非住宅類評估的八大指標中，節能管理與健康舒適的部分。

若室內二氧化碳濃度超標時，會自動啟動該樓層的全熱交換機，將戶外新鮮空氣引到地下室筏基，經水池降溫與兩道空氣濾淨率達95%的淨化後，引入乾淨空氣至室內，同時排出不好的空氣，為員工打造隱形防護罩，守護大家呼吸的健康。藉由空調系統，維持室內在60%以下的舒適濕度狀態，以智慧管理系統，控制室內的「氣環境」、「水環境」與「熱環境」，節能環保又健康。加上Double Skin的建築設計，亦可降低眩光光害並減少交通噪音，搭配每一樓層的戶外水景，營造令人身心放鬆的白噪音。

針對門禁安全管理部分，採用智慧雙系統辨識。未來員

工或訪客可透過動態影像人臉辨識技術進行身分辨識，不必站在特定掃描儀器前，便能輕鬆完成「認臉」程序。或可選擇下載HID行動卡片App，只需打開手機藍芽裝置，便可自動感應辨識身分與開放樓層權限。在停車管理部分，入口處會架設車牌辨識系統，透過影像擷取車牌並搭配RFID車輛管理，可清楚即時地告知您所預約的專屬停車格停放位置，同時搭配在席偵測，進行系統化的車輛管理，即時回饋停放資訊，避免車輛停放位置錯誤，讓停車格的運用達到效率最大化。

未來總部將靈活應用BIM 3D建模軟體技術，並在

資產管理、設施維修管理與公設管理上，廣泛進行智慧管理。舉例來說，盤點整棟大樓的設備資產、耗材備料、維修紀錄等資訊，經3D建模後將資訊數位化與視覺化呈現，同仁只需透過簡單的直覺化操作介面，就能清楚得知該項設備器材的品牌名稱、維修廠商及維修頻率，日後可作為故障的判斷依據，取代過去紙本化管理的繁複，並提升資訊的完整與即時性。

誠摯邀請您走進「丰二三」，這裡不只是一座智慧綠建築企業總部，更是一處能感受水的舞動、風的吹拂、光的印象與心的感動之所，期待未來與您相遇。





慈善為懷 用愛補漏

無償為中區老人之家修復居所

做公益，一直是晨禎營造堅守的企業價值之一。民國102年成立的「晨禎團」，主要協助「弱勢中的弱勢」私人機構進行修繕工程，此次在台中市黃守達議員的穿針引線下，首度為公部門機構「中區老人之家」進行無償的修繕工程。

讓長輩住的舒適、舒心又安全

民國63年成立的中區老人之家，占地3.5公頃，服務項目含括安養、養護、長照與遊民收容四大類。衛服部中區老人之家陳淑美主任在捐贈簽約儀式上致詞時表示，「很多人認為機構已有政府資源的挹注，經費來源相對穩定，但整筆預算涵蓋服務對象食衣住行及營運管理所有項目，軟硬體的需求與維護確實不易全面兼顧，僅能就最迫切需求部分進行優先修繕。感謝晨禎營造王總在了解實情後，二話不說的提出修繕贊助，希望未來可讓長輩們能擁有更



善的意念匯集，無私為長者貢獻己長，攜手促成本次修繕贊助。

舒適、更明亮安全的居住環境。」

「晨禎團」於去年11月實地走訪後發現，需要修繕的範圍太廣，幾經評估討論後，優先選定長輩經常做交誼使用的文康室(含屋頂)、延年里與益壽里1樓、2樓浴室及長廊牆面、佛堂屋頂與走廊等處，大刀闊斧進行抓漏、壁癌、排水與防水、油漆粉刷等修繕工程，總計耗資超過百萬元。

經為期兩個月的快速拆除、施作，已於農曆年前全數完工。居住在此多年的長輩，開心地對陳淑美主任說：「住這裡這麼久，第一次看到企業團隊贊助修繕院舍，還提供這麼完整的整修服務，終於不用再看到牆面斑駁與壁癌粉塵，住起來心情更愉快了！」

公益贊助修繕，工程品質不打折

陳美淑主任感謝民間企業慷慨的伸出援手，



年久失修的文康室，壁癌造成牆面磁磚破損嚴重。



經抓漏、壁癌修繕與重新粉刷的室內環境，煥然一新。



進行浴室地坪防水試水檢測，確保工程品質滴水不漏。

整個修繕過程中，對晨禎團隊「施作快速，品質良好」印象深刻。負責本次專案的晨禎修繕組組長陳國宏表示，本次修繕工程最大的挑戰，就是如何在還有人生活使用的空間中，用最快的時間處理完畢，做到對長輩最小的打擾與困擾。

例如在進行浴室修繕時，先全力把二樓浴室趕緊做好，此時住民還能到一樓盥洗，這樣就能減少對生活上產生的不便；在尚未施工前，會在即時通訊軟體群組中，溫馨提醒老人之家同仁並先與長輩溝通今日要進行的工程項目，清楚交代哪天要分區管理禁止通行等。

在工程專業度上，晨禎出品，讓人分外驚喜。負責修繕專案的老人之家同仁表示，晨禎是用高標準工程的規格執行修繕服務，屋頂方面採用先進的防水工法，並鋪上4公分厚的隔熱磚，連導水溝、伸縮縫、洩水坡度都很注意也抓得很好，「晨禎的施工團隊還會確實檢查工程是否有瑕疵，更令我們意外的是，捐贈修繕竟還提供兩年保固的服務！這真的讓我們十分驚訝與感動。」

陳淑美主任相信，社福界中很多機構都有相同的困境，她期盼更多企業能和晨禎營造一同實踐企業社會責任，將愛心散播到社會上更多角落。



領導統御的藝術

本次「晨講學」邀請企業培訓有近30年經驗的楊紹強老師，分享主管如何透過不斷反思覺察來學習「領導」技能？部屬又該如何化不可能為可能，培養職場紅人的「被領導」能力？

楊紹強老師開宗明義表示，領導是雙向互動的影響過程。很多主管會誤以為帶領出一支「優秀團隊」，只需做到擇優汰弱即可。事實上，主管的本事與價值，是要能把能力參差不齊的人，透過領導統御達到知人善任、定位明確，最後整合成一個高績效的團隊。

不可能的任務？團隊協作辦得到！

「你們相信，用兩根手指就能把人抬起來？」楊紹強老師邀請10名晨禎同仁上台，分兩組完成日前全球風靡的“Finger Lift Challenge”挑戰。大家聽到指令後，紛紛懷疑四人8支指

頭，如何才能把壯漢抬起？第一回合，因受力不平均導致失敗，最後同仁決定兩人負責抬腋窩、兩人負責抬膝蓋窩，將食指合併緊握，四人同時發力，沒想到竟然可把人抬起離開地面！

挑戰之所以成功的原因，來自物理學「衝量原理」。一開始，大家摸不著頭緒，故力量無法集中，但當四個支點平均一起發力往上時，便能得到最大力量。轉化到職場上，團隊協作力量大，當面對主管指派“不可能的任務”時，請用「高兩階」的視角去思考，主管的核心目標是什麼？你能運用的資源有哪些？有哪些模糊地帶需溝通協調？楊紹強老師提醒，被領導者面對工作目標的達成，除努力外更需正確地理解上意、用對方法，才能事半功倍。

領導，從了解部屬開始

領導的心法，在「覺察」二字。當部屬績效不佳，好的領導者不是先去指責，而是懂得盤點、分析目前員工的狀態為何，找對原因才能提升績效。楊紹強老師進一步解釋，員工的工作能力與態度意願有高低之分，領導者必須清楚地覺察、了解，才能做好領導統御。

針對「能力低、態度消極」的員工，建議先懇談、規勸，無效後透過懲戒、調職、資遣方式解決；對剛進公司的新人，往往會經歷「能力低、態度積極」的卡關階段，可透過SOP指導、教育培訓或工作輪調等方式，漸進式啟發員工；面對「能力強、態度消極」的資深同仁，可提出保證、激勵，帶動員工繼續走下去；當員工「有能力、態度積極」，但因整體景氣、公司制度或法規限定等環境因素，讓他們發展受阻，領導者可透過重用、獎賞或升遷，把對的人擺到對的位置上。



練就一身「軟實力+硬功夫」

領導是一種軟實力，透過啟發、誘導、激勵等方式，發揮影響力並引領部屬前行；統御則是一種硬功夫，透過 SOP讓工作變得節奏分明、更有章法，管理者也必須要有真本事、身先士卒的帶頭向前衝。正所謂「火車的速度，來自火車頭」，口號治理或上級壓下級，是無法凝聚向心力，更難以形塑優質的企業文化。

激勵，則是為企業添薪加柴、跑得更順暢的關鍵。管理者該如何做？楊紹強老師分享，有效的激勵是由「吸力」與「推力」兩股力量交織而成，前者包含有形的獎金、升遷、標竿，以及無形的鼓勵、讚美、榮譽，吸引部屬百尺竿頭，更進一步。但光有胡蘿蔔吸引人往前是不夠的，畢竟人還是會有惰性與彈性疲乏，因此訂定客觀、明確、數字化的KPI標準，透過考核、比較等推力來達成目標。

楊紹強老師最後建議，主管的管理能量，應多放在表現中等的部屬身上，對表現優異的員工，只需關心大方向與掌握進度即可。而企業激勵的資源，則要多投注在這群前段班員工身上，不僅可激發其創造更多的績效表現，也能成為組織標竿學習的對象，激發眾人「有為者亦若是」的團隊士氣。



做自己的追夢人

工程處工程師/林筠

鄰家女孩氣息十足的林筠(Abby)，28歲年紀輕輕的她，已擁有「土木、結構」雙技師牌照。工作時，她沉穩、專業的態度，贏得同仁們的信賴；下班後，個性獨立又活力十足的她，興趣範疇可說是「上天下海」、「動靜皆宜」相當多元。

好奇心，讓人生拼圖更完整

獨自一人去夏威夷跳傘、和朋友到紐西蘭開露營車旅行、回台灣考紅牌重機駕照...這些都是她在研究所畢業到進入晨禎前的這半年內，瘋狂實踐的夢想清單。

「我習慣把時間和精力，全情投入鎖定在一個方向與目標上，這才有可能會做得好。」研究所時期她專心念書，碩二考取土木技師證照；畢業後等待結構技師放榜的期間，內心忐忑焦慮、不太敢面對成績公布，於是選擇遠走

About Off學

由日本管理學大師大前研一提出，上班時拼命衝刺「ON」，下班關機「OFF」後積極規劃休閒娛樂，讓自己生活多采多姿，成為會工作、也會玩樂的超級生活達人。



夏威夷，一圓高空跳傘的夢想。「看似是極限挑戰，但真的沒有想像中可怕，反而高空彈跳的墜落感，至今我還不敢嘗試呢。」Abby在跳下飛機的那一刻，她感到前所未有的自由與無畏，期待自己去迎接下一個職場人生的開始。

熱愛旅行的她，喜歡以自助行的方式，真實體驗這個世界。她的個人興趣十分多元與「跳Tone」，從排球、高爾夫球、跑步、衝浪到騎重機，「如果行有餘力，我希望能重拾兒時學過的芭蕾舞，溫故知新地把它學好。」給人大刺刺的印象、喜歡戶外運動的Abby，萬萬沒想到會與優雅代名詞芭蕾舞有關？她笑說：「我的人生沒有太多框架去侷限自己，越說我做不到的，我越會想去拚拚看。」

活力十足的她，對新奇事物充滿好奇心。「如果人生是一張拼圖，那麼生命中所經驗到的點點滴滴，都是完成這份作品時所需要的小片拼圖。」Abby對自我探索抱持積極的態度，想趁年輕有衝勁、有體力時，努力開拓人生的廣度。

工作與生活的平衡，關鍵在心態

回歸日常工作，她習慣每天早晨起床喝一杯水，這是她對養身的堅持。面對繁忙的工程

事務，她全神貫注地投入工作，用理性控制一切，就事論事、公私分明，邏輯清晰地掌握每一項數據與進度，雖進晨禎只有三年，但她的專業能力獲得公司同仁與外部監造的一致肯定。

工地工程師，腦力與體力常需要高效運轉，面對高工作強度，如何能做到工作與生活的平衡？Abby認為，平衡並非是在於時間比例，或一定要出國度假，更多時候，是要練就在心態上達到平衡。

她舉例，當工作獲得成就感、贏得他人信賴時，自然就覺得工作沒有那麼辛(心)苦。她坦言工作結束後，並沒多餘體力去從事休閒娛樂，時而發呆放空，時而邊跑步邊思考工作上的狀況，或去逛逛員工宿舍附近的超市賣場，去書店翻翻書，這些小確幸，便足以放鬆充電。等工作忙到一段落，放長假出國去旅行，是她給自己認真工作的大犒賞。

未來職涯規劃，Abby期許能朝專業技師的目標前進；生活實踐方面，她還想去玩衝浪、跑全馬、學滑雪，爬上祕魯天空之城馬丘比丘。想做的事情很多，真的都能如願以償？她帶著淺淺笑容篤定的回答：「有夢就要去追，想做什麼，那就去試試看，就算最後鎩羽而歸，至少不負此生啊！」

不好意思

山溜滴 即將落成。
說好陪你，一起看花開…

在新綠綻芽、花樹繽紛的日子裡
你細細閱讀過人間好時節嗎
跟著春天的腳步，感知季節的變化…

久等了!山溜滴即將落成
看見一棵樹，一扇窗，一道廊
感知生活的溫度，看見家的無限可能

歡迎來山溜滴
我們一起看花開
綻放心中的願望與風景



拒絕理所當然的53坪
04-2375-2028

久等了

家的可能性 誕生



填問卷，抽好獎！

打造屬於你的「阿宅的房間場景組」



2020全球防疫
非常時期

宅在家裡
的時間變多了

此時最適合
細細閱讀《晨露》

利用空餘時間
體驗微縮世界的療癒與美好



現在掃描右方QR Code
為你的閱讀感受發聲~

就有機會抽中微縮達人Hank限量推出1/6比例
「阿宅的房間場景組」微縮模型 (市價\$6,500)
內附說明書和基本工具
可自行組裝、上漆、布置成你喜歡的房間風格



- 》本活動採線上填寫問卷，請於109年8月12日0:00前，上網填寫完畢並成功送出。
- 》線上隨機抽獎，於109年8月17日「晨式生活」粉絲專頁中，公布得獎名單。





「晨禎營造，您好～」

模範
員工

羅亦廷 / 管理部專員

2015年進入晨禎營造，負責總機及管理部行政事務，工作座右銘：「凡事不要太計較，傻人有傻福！」

公司總機電話響起，這句開場白，是羅亦廷每天要重複說上百次的話。

很多人認為，櫃台總機的工作，不就是負責接電話？然而，他們就像默默守護企業形象的守門員，應對進退間形塑外界對公司最直接的品牌體驗與印象。職場上每個螺絲釘都很重要！五年前進入晨禎擔任總機一職的羅亦廷，有感而發的笑說：「總機就像一家公司裡的大內總管，什麼都要會！」

一心多用的八爪魚

這份看似單純的行政工作，從收發公文、簽收貨運、帶貴賓到會議室、為客人準備茶水點心、重要會議事前布置與事後收拾場地、代叫計程車與餐點、機動處理同事代辦事宜、帶領新人認識公司環境、清點公共消耗品文具等庫存量並補貨，還需要「眼觀四處，耳聽八方」，隨時掌握同仁在公司進出的動態，便於能即時回覆相關詢問。當公司有任何公物損壞時，也要第一時間化身總務，出手救援。

「我經常要一邊接電話，一邊整理同事交辦的公文簽呈，還要趕緊招待洽公的貴賓訪客。」羅亦廷說，很多人的工作需要專注一心，但我需

要的是練就八爪章魚一心多用、多任務處理事情的能力，用高EQ、耐心地去處理各式繁雜瑣碎的庶務工作。有副古道熱腸，喜歡幫忙同事，個性溫婉和善、隨遇而安的她，默默扮演大家的最佳後援，貼心地主動伸出援手，對交辦事項使命必達的認真態度，獲選本次晨禎模範員工的肯定。

善於聆聽，贏得同仁信任

回想剛進晨禎的第一年，她每天都在挫折中前進。「王總希望我熟記訪客資訊，記住每一個廠商代表的名字與臉孔，但這對念中文系的我來說，一開始無法理解與記住許多從未聽過的工程項目。再加上直屬主管在帶訪客、接聽電話上，期許建立專業的標準作業流程，同時要對訊息的輕重緩急具有判斷能力，這些都讓從未有總機相關工作經驗的我壓力頗大。」

除櫃檯事務外，她也要負責出缺勤、收發文、人事系統等行政事務。五年來，她在晨禎營造不僅收穫了行政工作上的歷練、結識了人生伴侶，更成為內業與外業間很好的溝通橋樑，讓櫃台不僅是負責接聽電話、招待訪客的工作站，同樣也是同仁最快了解公司今日動態的「訊

息交流站」。暖心又善於聆聽的她，贏得大家的信賴，當同仁工作不順利經過櫃台時，會想主動找她一吐苦水、舒緩工作壓力，在得到溫柔的理解後，重新滿血復活，回到工作崗位上繼續奮戰。

總機工作，是每天解決許多繁雜小事的總和。羅亦廷相信，每個人在內心深處，都有「被需要的需要」，她能做的，就是扮演好自己的角色，用人與人之間的善念，去協助、去聆聽，幫助同仁或公司行政工作運轉得更順暢、更協調，這就是她在晨禎所追求的工作價值體現。





長榮鋼鐵 蔡昀凌主任

工程合作， 不怕「神對手」

長榮鋼鐵股份有限公司

合作工程 | 百和工業(彰化縣和美鎮)

獲選原因 | 前置清圖作業配合度高、標案階段提供價工分析

承包項目 | 鋼構工程

位於台南新營工業區內的「長榮鋼鐵」(前身為長榮重工)，為長榮集團旗下上市櫃公司，主要業務有鋼構工程、貨櫃維修、環保工程等，提供設計、製造、施工一條龍服務，為國內前五大主力鋼構廠之一。

嚴謹的前置清圖作業

長榮鋼鐵與晨禎營造首度合作的「百和工業」案場，目前工程項目已全部完成。負責現場調度指揮的長榮鋼鐵蔡昀凌主任，從業十九年來，蓋過國內無數知名廠辦與高樓建築，即便累積了豐富的工程經驗，但他仍認為，沒有一個工地是一樣的！每次案場的所有鋼構樑柱，都需量身打造，且影響工程品質至關重要的，莫過於設計部門的前置清圖作業。

「萬丈高樓平地起，千萬別小看這個施工前期作業，一個執行徹底又即時的清圖報告，可大幅降低工程中產生失敗的風險。」蔡昀凌主任詳細說明，長榮鋼鐵在承攬工程後，設計部門的同仁會針對建築執照圖與結構圖，進行縝密的審圖作業，以了解工程中所有相關圖說、說明、規定與規範，再透過AUTOCAD軟體進行工種或工項的圖層套繪，並召集製造部門、運輸部門與施工部門



認真以待，確實檢查每處螺栓是否鎖牢。

進行圖面檢討，集體檢查是否有衝突、矛盾之處，不斷地與晨禎營造進行密切討論，務求施工前修正以減少設計繪圖的錯誤率，更利於後續製造與施工上降低誤差，有效減少成本浪費、縮短時程與提升工程品質。

蔡昀凌主任透露，鋼構工程承攬後，設計部門需經一個月的時間進行繪圖送審，製造部門約需兩個月的構件製作與塗裝加工，隨後品管部門嚴格把關外形是否變形，以降低誤差值，直到最後現場安裝，鋼骨接合的精準度與電焊施工品質等，每個環節皆牽一髮動全身，影響整體工程品質。

精準的價工分析

成立已38年的長榮鋼鐵在工程管理上，落實「價值工程法」(Value Engineering)，營業部門可快速、精準的彙整設計、製造、品管及工地施

工等成本數字，經統計分析後，提出以最低總成本(壽命周期成本)，可靠地完成工程的必要功能。且每個月內部會針對工程錯誤進行案例檢討，以累積更多寶貴的工程經驗 Know-how來維持競爭優勢。

本次獲得晨禎營造優良廠商的肯定，蔡昀凌主任感到與有榮焉。在合作過程中，他發現晨禎工務所內的所長與主任們都非常專業、問不倒，並嚴格按照SOP去管理工程，其中最讓他印象深刻的，是晨禎的王總相當重視員工專業，此次還特別安排工程人員前往長榮鋼鐵台南廠進行教育訓練，全面精進員工對鋼構工程的相關知識，「所以當工地現場發生一些狀況，不需我主動提出問題，晨禎就知道該怎麼處理了。」蔡昀凌主任誠心對此感

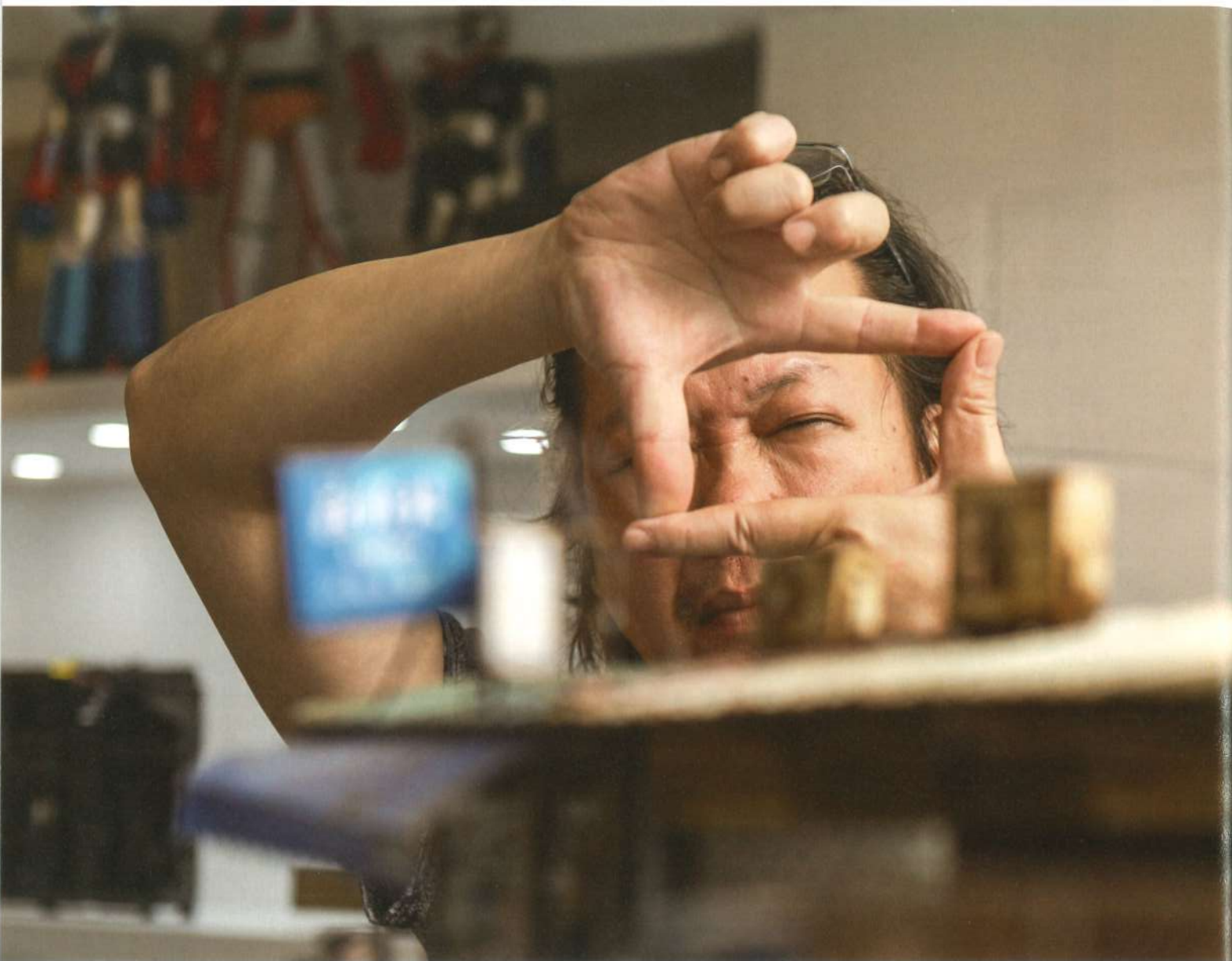
到佩服。

他觀察晨禎也較不會以「業主心態」進行互動，而是以協同合作的角度去做事。他笑說，在眾多合作的業主中，晨禎屬於「神對手」，用尊重、用專業進行對話，而不是既不專業又有業主心態的「豬隊友」，不會出現業主說了算、動不動扣款或罰錢、遇事便要承攬工程廠商自己想辦法解決的情況發生。

如切如磋，如琢如磨。「兩家有管理、有制度的公司進行合作，自然在做事與思考邏輯上氣味相投，可以互相學習更多。」他期許未來長榮鋼鐵和晨禎營造能有更多合作機會，共同秉持精益求精的態度，力求工程品質更臻完美。



鋼構工程在整個工程生命週期中，扮演領頭羊角色，完工後其他工項隨即登場。



日本人都驚呼：「Sugoi」(厲害)。

很難想像，這位無師自通、擁有全球粉絲的中年大叔，獲獎前接觸微縮模型製作的資歷竟未滿8個月？！在他極致魔手下，完成超過數十件擬真度極高的場景，都是在有先天弱視、嚴重視差的情況下完成？！本次《晨露》邀請Hank現身說法，一起打開想像力的開關，進入他的微縮「視」界。

「不瘋魔，不成佛」 無所不學的人生

微縮模型師，是Hank廣為人知的一個身分，目前他是「物外不遷」設計工作室主持人，從事過的工作種類十分多元，「斜槓」程度讓人乍舌！

「我做過漫畫家、廣告腳本分鏡師、咖啡店廚師、AV錄影帶店櫃台、電影美術指導、平面設計師、印刷及大圖輸出公司負責人、空間設計師、命理分析師、微縮創作者、作家……」1969年出生的Hank，對職涯規劃從未精心設計過。繪畫天分極高的他，幼稚園時期就能以紙透過光線，描繪出樹影、房子，最得意的還是小學五年級學畫鈔票，騙過哥哥的同學。在玩模型、迷戀機器人、臨摹漫畫中，度過了沒有框架限制的快樂童年。

國中時，發現左眼先天弱視加上遠視，看遠時總是隱約模糊，生活上並未造成大困擾，好處就是不用服兵役。復興美工畢業後，他決定隻身前往日本東京鑽研插畫。留學四年期間，他認真學日文、學繪畫，無畏異鄉生活，課後的各種打工經驗，增加了他與當地人交流的機會，也開啟他對事物的好奇心與細膩觀察力。

回到台灣，畫了幾年插畫，隨後與平面設計朋友合夥成立工作室，承接插畫、平面廣告、印刷等案子。一年後，朋友選擇回歸廣告公司，Hank硬著頭皮花了兩個月的時間，自學平面設計軟體接續做下去。2010年景氣低迷之際，無心插柳意外開始承接室內設計的案子。「雖然我對空間設計有基礎概念，但還是要學習報價、鑽研看圖與施工的技巧。」工作狂人的他，幾乎全年無休。

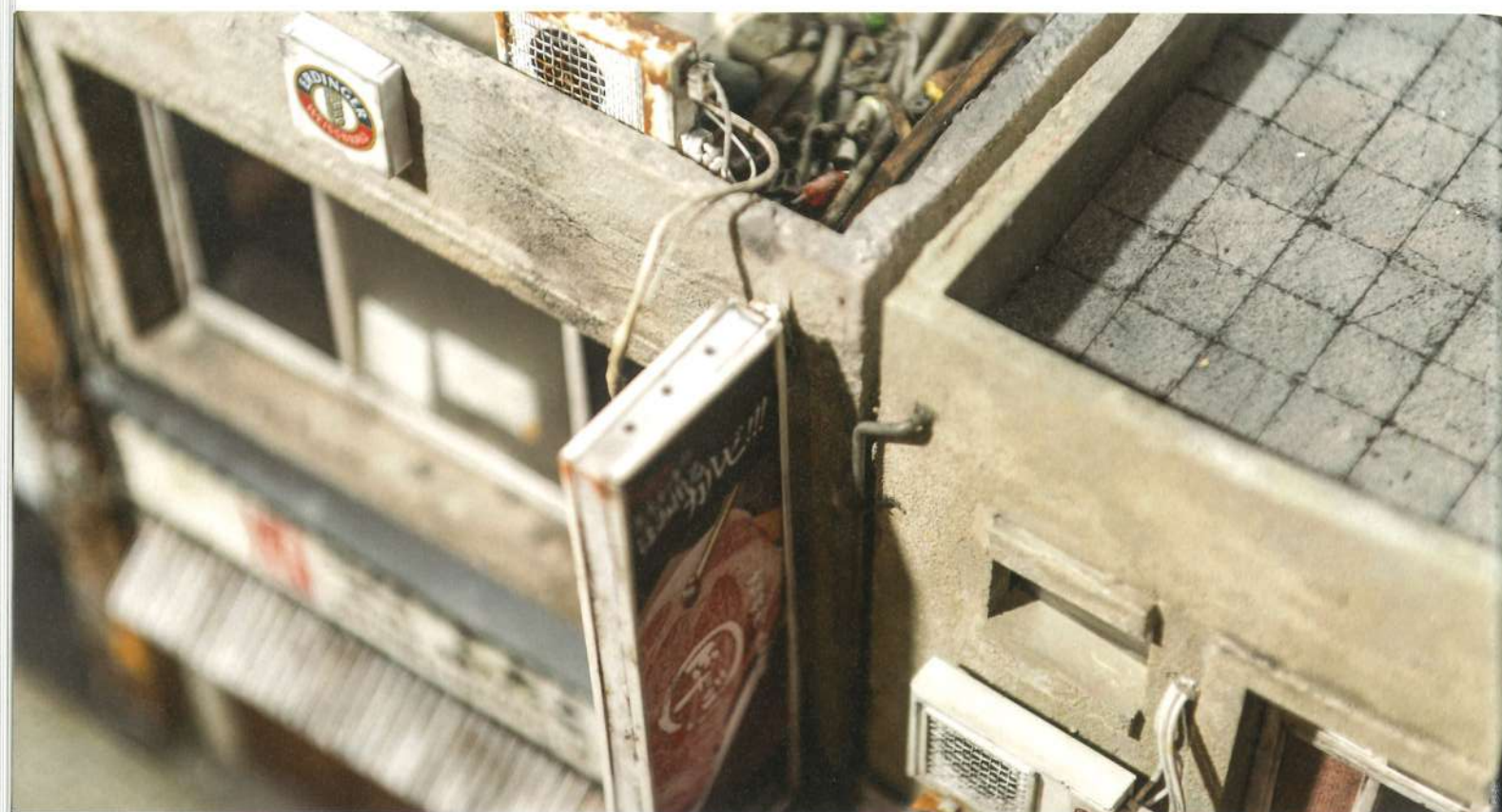
喜愛動腦思考與動手做東西「閒不住」的Hank，2015年被邀請加入玩具社團，他被日本場景師荒木智的一張作品照片給騙了，「極度擬真的場景，巧妙將機器人和昭和時期老房屋組合於一處，原來模型可以這樣玩的啊~」熱愛挑戰的Hank，挑起躍躍欲試的創作神經，意外展開他的微縮創作之路。

歡迎進入Hank的微縮「視」界

專訪台灣微縮達人 鄭鴻展

在台灣微縮模型界中，被稱為「神人等級」的鄭鴻展(Hank Cheng)，2016年憑著作品「謝謝你的照顧」，勇奪場景模型殿堂的日本靜岡「第五屆濱松微縮大賽」，「自由創

作部門」與「現場人氣票選」雙料冠軍，得獎作品與世界級傳奇模型師山田卓司的作品共同展出一年，成功吸引全球微縮迷的注目，作品內有乾坤的精細陳設，連追求極致細節的



以假亂真的微縮場景

他起初始投入心力去摸索「微縮」(Diorama)時發現，亞太地區並無太多相關書籍可供學習，市面上大多還是偏向浪漫、夢幻風格，1:12比例的「袖珍」娃娃屋為主，這非他想學習的重點，且建築物製作的教材幾乎找不到。「與其裹足不前，不如邁步向前試試看。」Hank決定以他曾在新竹市勝利路上裝潢過的空間設計案為原型，縮小為1:24的比例製作，創作出第一件作品「大阪燒肉」。

他僅以豪卡板、飛機木、塑膠板和黏土等基本材料，架構出建築結構與街景，搭配現成模型物件，並巧思運用生活中不起眼的素材，如：紅色圖釘加上迴紋針，做出台味十足的紅色圓凳；用光碟片的中心圓形部位，做成分離式冷氣機的排風口，再用五金行買來的紗窗做外罩，外殼則以塑膠板裁切膠合而

成，上色舊化出斑駁鏽蝕感。

當時Hank在日本模型社團中分享這兩台冷氣，沒想到竟吸引他的微縮啟蒙偶像荒木智先生留言讚美說：「好可愛-這個太厲害！」這個作品中完整呈現道地台灣街景元素，像是老舊電表牽出雜亂的電線、貼滿廣告貼紙的牆面、骯髒的鐵捲門，還有頂樓常見的堆積廢棄物，造成排水口堵塞的一景，就連隔熱磚的伸縮縫也細膩呈現，令人會心一笑。

變態的內裝場景細節

雙料冠軍作品「謝謝你的照顧」，是Hank最難忘也意義最為重大的一件「感謝」之作。在玩具社團中認識了忘年之交芝原秀夫先生，歐吉桑不僅欣賞他的作品，還特地寄送蒐藏的小人偶與鐵皮玩具給他，並溫柔堅定地婉拒回禮。為表達感謝之意，Hank善

用Google地圖，搜尋到芝原先生在名古屋經營已有三十多年歷史的鰻魚店，透過街景截圖與芝原先生拍攝提供的二十幾張屋內照片，經反覆交叉比對超過上萬次後，最後完成作品並在比賽中突圍而出。

Hank分析能夠出奇制勝的關鍵，在於很多微縮創作品，大多表現建築物和屋外風景居多，建築內構、屋內家具和小物件因比例小不好表現，有些作家會用黑色蓋板遮住房子剖面來收尾。他覺得這樣太可惜了，於是結合多年來繪畫、平面設計與室內空間設計的功力，上網研究各類實物的結構作法，如：屋頂木造屋樑結構、隔間牆、日式收納櫃、餐廳廚房配置等，就連烤爐前的窗戶玻璃上，都能看見日積月累的油垢痕跡，最後他將作品放置轉台上，現場呈現360度的立體美學視角，創造更讓人難忘的觀賞經驗。

微縮模型藝術，縮小了比例，複製了現實。Hank透過出神入化的舊化塗裝技術，以精細擬真的場景與充滿溫度的故事張力，勾動每個人心中的集體記憶，時而讚嘆巧奪天工，時而幽默會心一笑。

像是作品「快樂時光」，他虛擬打造一間Hank's Bar場景，外牆上噴著塗鴉，室外堆滿廢棄酒箱、回收雜物，還有隨意擺放的停車告示牌；店內大叔們酒酣耳熱間暢快享受酒菜，轉身走進狹小髒亂的廁所中，光從視覺都能感受到臭氣沖天。更讓朋友驚呼「太變態」的是，他連抽水馬桶水箱內的細節都做了出來！Hank狡詭一笑地說：「製作一些別人不會注意到的細節，並用視覺創造騙術，這都為我帶來很大的創作樂趣。」



不只是像！美學涵養帶入作品

場景設計，除了還原真實現場的配置外，有些作品更是用感動與想像力騰空而出。好比「回收伯的夏天」場景，在台灣街頭巷尾並不陌生，他想傳達台灣是垃圾回收大國，低價進口影響本地長者的生計，烈日當頭下，他向辛勤工作的回收者們致敬。「男人的浪漫」作品中，可一窺他幽默的與台灣時事貼合，呈現總統選舉宣傳布旗、美食外送車、違規亂停的貨車等景像。

整體而言，Hank認為微縮作品的美感，最終還是建立在繪畫基礎之上。好比視角如何選擇？空間配置上如何擺放物品才有美感？更重要的是，正確的比例換算。他解釋，微縮在製作比例上，有1：6、1：12、1：24、1：32、1：35甚至到1：3000都可供選擇，很多玩家作品裡的物件都很細膩，但細觀房子、門、桌子和椅子的相對高度，就會出現比例不一的問題。

外表一絲不苟有日本職人精神的Hank，近年來透過推出限量「垃圾場景組」與「阿宅的房間場景組」微縮模型商品化的方式，附上需動手製作的原始素材、黏著膠劑與壓克力顏料等，紙箱要自己折，寶特瓶與易開罐拉環要自己黏好，還有牆面與地板也需自行刷塗。曾有初學玩家向Hank反應：「短短六頁的說明書，很像一本微縮教科書。除了教人釣魚，還教人怎麼吃魚。」

「微縮創作並非是高深莫測、很難的一件事，只要你敢想、敢動手去跨出第一步，你就會擁有屬於你自己的作品。」Hank期許自己能成為一個引路人，帶領更多人進入這個微小美妙的世界中，透過微縮來重新發現真實生活中值得玩味的細節，藉由手作過程中培養耐心，利用想像力與幽默感自我療癒，不要想太多，就很快樂！

>> 更多作品，臉書請搜尋：





台中
老食光

一方水土養一方人，台灣雖不大，但南北在口味偏好與烹調方式上，有著地域上的差異。濁水溪是台灣南北飲食文化的分水嶺，位居中間地帶的台中，融全台傳統小吃於一爐，飲食風格上沒有南北強烈的個性標誌，傾向兼容並蓄、可鹹可甜的中間路線。

曾有美食家形容，台中飲食文化創意十足，但底蘊薄弱，也因此開展出「只有台中獨有」的特色古早味食品，如：另類名產之光的「東泉辣椒醬」、有濃郁鹹味的「大

麵焿」、夏日解暑止飢的「麻荳湯」、在地傳統退火茶飲「羅氏秋水茶」等。還發明了清新口感的「豐仁冰」、鹹香帶甘甜味的「清水排骨酥麵」、庶民炸物小吃「菱角酥」等。當然「台中Style」的獨特臭豆腐與炸肉圓的吃法也相映成趣，成為代表台中的飲食習慣。

透過本期《晨露》編輯團隊巷弄走訪，為讀者勾勒出台中特色飲食文化的輪廓，帶領您一同重溫集體記憶中的美好「食」光。



謝氏早點豆花專賣店

📍 | 台中市區繼光街136號
🕒 | 05:00~12:00

老城區內60年歷史的謝氏早點，第二代老闆娘劉大姊說，店內招牌豆漿、豆花、蛋餅、厚切蘿蔔糕等，每日現磨現做，古早味現煎蛋餅，不容錯過。一口豆花配一口油條，再點盤台中人愛吃的炒麵，豪邁地淋上「東泉辣椒醬」才符合台中人的正確吃法，一次滿足啖燒啖冷、鹹甜混搭的口腹之慾。

英才大麵焿

📍 | 台中市北區英才路215號
🕒 | 09:30~18:30

台中獨有特色小吃，麵體加入大量鹼粉，久煮膨脹又Q軟不爛，黃色麵湯呈現獨特「鹼味」，吃不慣的外地人亦有人在。舀起一大碗滑溜鹼麵，再佐以油蔥酥、韭菜段或蝦米、菜脯，香氣十足，做早餐、午餐、下午茶點心皆宜。為增加飽足感與豐富度，亦可搭配燒肉、炸豆腐、炸韭菜一起食用。



研香所

📍 | 台中市南屯區萬和路一段94號
🕒 | 11:00~18:00 (週一、週二公休)



中部夏日限定消暑止飢的「麻荳湯」，是老台中人記憶中的味道。南屯老街上擁有154年歷史的「林金生餅舖」，將麻荳融入糕點製作，並於2015年開幕的「研香所」餐飲空間，推出麻荳冰茶、麻荳歐蕾、麻荳戚風蛋糕、麻荳果凍等創意產品，巧妙地讓麻荳的苦味與甜品相得益彰，一年四季都能品嚐得到。



豐仁冰創始店

📍 | 台中市北區雙十路2段15號

🕒 | 08:30~22:30

台中發明的「豐仁冰」，有紅茶、鳳梨、酸梅三種口味，手工熬煮不加化學添加物，搭配香甜軟爛的大紅豆及一球香草冰淇淋，滋味簡單卻莫名和諧。創始店第二代經營者透露，老一輩的台中人最喜歡紅茶口味，與冰淇淋攪和在一起吃，很像在喝奶茶冰沙般，炎炎夏日，最適合用傳統冰品消暑氣。

清水排骨麵店

📍 | 台中市豐原區中正路167巷2之10號

🕒 | 11:00~00:00

清水排骨麵的由來，不在清水而來自豐原廟東。創始人陳清水，單賣排骨酥這一味，飄香40餘年！軟排經醃漬後酥炸，排排放入小鐵盅內清蒸數小時，湯頭鮮美、肉香濃郁，出餐前直接倒入油麵或米粉中，撒上海蔥酥、胡椒粉、香菜稍加提味，放入豆芽菜增加脆度口感，吃完吮指回味！



廟東菱角酥

📍 | 台中市豐原區中正路167巷1號

🕒 | 10:30~23:30

來到豐原廟東夜市，入口處的菱角酥攤位，是中部街頭銅板美食代表之一，即使非假日也是大排長龍，熱賣超過40年。蔡家人分工俐落地將完整剝下的菱角，依序裹上麵衣下鍋油炸，待金黃色澤後撈起，趁熱咬下，酥脆外殼下是口感鬆軟又綿香的菱角肉，風味十分獨特。

羅氏秋水茶(進安商號)

📍 | 台中市南區正義街72號

🕒 | 07:00~20:00

什麼是「羅氏秋水茶」？這是台中流傳七十餘年的涼茶老品牌：「培蘭堂涼品茶莊」，以祖傳祕方仙草、苦瓜、薄荷、仙楂、陳皮等熬煮後，選用南投烏龍茶製作而成的專屬台中退火飲品，有罐裝、鋁箔包及沖泡茶包任君選擇，目前在傳統小吃攤、檳榔攤或雜貨鋪中，仍可一見芳蹤（鋁箔包為台中限定款）。



花蓮瑞穗臭豆腐

📍 | 台中市東區自由路三段151號

🕒 | 14:00~19:30 (週二公休)

臭豆腐，台灣街頭巷尾特色小吃之一，蒸、煮、炸、炒料理方式多元，台中人會在臭豆腐中央戳洞，把泡菜、醬油、蒜泥、辣椒醬全部精華塞進去，大口咬下，爆漿滿足，這才是正宗台中人獨樹一格的吃法啊！店家也鮮少出現斜切成三角形，或切剪成小方塊後油炸的做法。

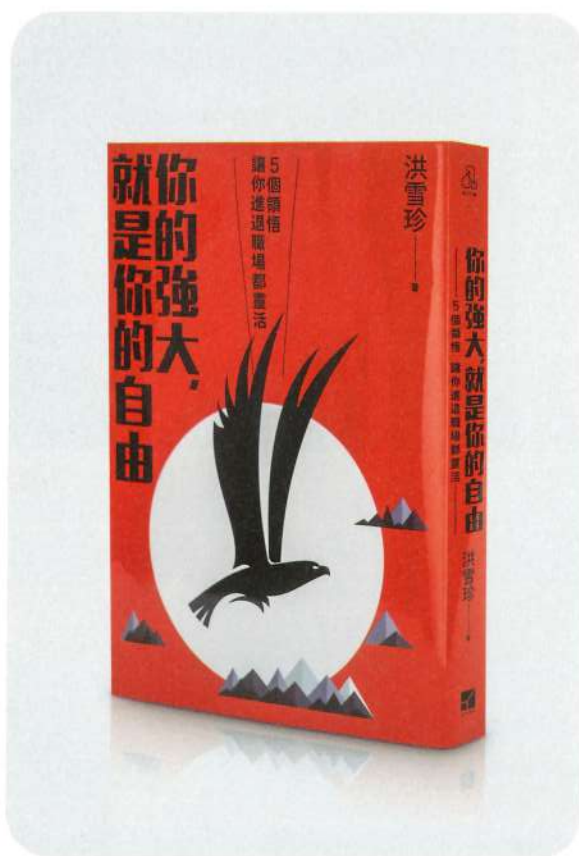
正老牌豐原肉丸

📍 | 台中市豐原區中正路167巷2-7號

🕒 | 10:00~22:00 (週二公休)

肉圓清蒸或油炸，喜好參半，大體而言，北部與中部偏好油炸，南部偏好清蒸。每家內餡包料、烹調方式及獨家醬汁皆有不同，細心觀察，在台中販售油炸肉圓的店家，常會貼心附上一壺高湯在桌上，讓客人可先吃軟Q肉圓皮，將留下來的鹹香內餡，添入高湯後喝下，形成「一圓二吃」的獨到吃法。





《你的強大，就是你的自由》 5個領悟， 讓你進退職場都靈活

做你自己之前，你先要有選擇的自由

想要有選擇的自由，唯有強大！

五個終極領悟

讓你進退職場，隨心所欲

領悟 1 認清自己的能力與價值

每個人的自卑痛點都不一樣，請客觀地去看自己，不要被「完美」綁架，完美並不存在，學習性和發展性遠比完美來的重要！勇敢去犯錯，大膽去失敗，你會學到與得到更多，也別讓家庭背景影響你的生涯選擇，請大膽想像未來。

在社群媒體蓬勃發展的今天，天底下應該沒有懷才不遇這種人，除非懷的不是才。中國首富、萬達集團總裁王健林說：「懷才像懷孕，懷久了就會被看見。」當你努力練習得夠多、被拒絕得夠多時，「才」自然磨得出來。

當你有選擇時，夢想最大；當工作無法滿足生活時，賺錢最大！應該要認清自己的條件、接受既存現實、放棄執著，管它是不是夢想，抱持向上躍升的進取心，或許更有助於走出貧窮的陰影。

領悟 2 看透職場眉角— 選擇適合自己的戰場

選擇比努力重要，站在風口，豬都會飛！要會看產業趨勢，盡量選擇明星產業，站到風口，跟著大勢飛揚，事半功倍。但在埋首苦幹之

餘，也要記得抬頭觀察天色的變化。

請記得，只要是公司給的，公司就拿得回去，應該要思考「是公司比較需要你？還是你比較需要公司？」長居久安的工作，有時不過是熟能生巧罷了，不要只會抱怨工作，建議至少每一年投遞一次履歷，幫你客觀評估自己的市場價值，是否符合現在的就業市場需求。

公司設立的目的是生存與獲利，不是追求公平正義。實力強的人，永遠有特權可享，認清這就是「一般員工」與「關鍵人才」的差異。一般員工離職主因，大多和勞逸不均及敘薪不公有關，薪資是看未來性而非看過去，同一職稱與層級的人，不一定會領相同的薪水，這點必須要想得通。

領悟 3 強化戰鬥力— 職場就是江湖

江湖險惡，學好一套防身功夫。面對職場八卦，別加入自己的情緒和意見攪成一團。側面告知「聽說」誰對你有意見時，可請對方指教哪裡不足？哪裡可以做的更好？不讓搬弄是非的「職場黃鼠狼」有機可趁。

職場中沒有永遠的朋友，也沒有永遠的敵人，辦公室中最需要防備的人，不是對自己最不友善的那個人，或責罵自己最兇的老闆、主管，而是那個跟你背景條件相似的人，請務必比他更強，拉大差距將相似性降至最低。

遇到職場霸凌時，溫良恭儉讓並沒有用，善用反問句去反擊對方，提出令他感受到尊重的請教。也別因不會表達而吃大虧，美國加州大學洛杉磯分校(UCLA)心理學教授亞伯特·馬赫藍比(Albert Mehrabian)提出「73855」定律，當你在說話時，別人是否喜歡，只有7%取決於說話的內容，38%在於說話時的口氣、手勢等肢體語言，卻有55%來自你外表給人的感受。

領悟 4 鍛鍊強大素質— 就算迷茫也要往前走

每個人在漫長職涯中，難免會有迷茫時，恐懼改變、不敢選擇、懷疑自己，但最重要的事是活下來，不要跟別人比較，釐清自己是不是正在做自己認為最重要的事。

培養「獵人性格」，目標導向，心無旁騖，專注眼前的獵物，雜訊少、干擾少、情緒少，不容易被不重要的事情影響；避免「獵物性格」，

視線範圍太寬廣，老去注意無關緊要的小事，心思容易受到情緒牽動，愛面子、在意他人眼光，最後忘了要達成的目標為何。

面對挑戰或挫折時，必須在敏感與鈍感間找到平衡點。工作只要危及健康、家庭，或已經感到極度不快樂，不論多大的頭銜或多高的薪水，都必須要放下。活著，就有機會！不要放棄。

領悟 5 勇敢行動— 你的決定，你的自由

每份工作都是一條S曲線，走過成長期、成就期、成熟期、下滑期，最適合拉出第二曲線的是成熟期，不要等下滑期被資遣、被裁員、被失業後，才想到換跑道與轉業。不是勸你離職，而是要有第二份收入、第二份工作、第二種身分或第二個舞台…，做什麼都可以，就是別把雞蛋全部放在同一個籃子裡，不要等到已經失業了，才來想失業的問題。

人生是一連串選擇的結果，人不是神，不可能有全知的觀點，因此一定會做錯選擇。即使如此，人生也不會就此崩塌，因為選擇之後，仍然有不斷調整的機會，所以要充滿信心，不要害怕選擇。

精采回顧



臺中市中促安衛盃羽球聯誼競賽 108/11/02

「營造業中區職業安全衛生促進會」舉辦的「108年臺中市中促安衛盃羽球聯誼競賽」，期盼廣邀同業會員以球會友，共同在球場上揮灑友誼的汗水，也透過本次羽球互動，聯繫同仁情感並加深團隊合作的情誼，同時鼓勵職工從事健康休閒活動。



十方啟能中心報佳音 108/11/12

晨禎與「十方啟能中心」結識數年，每年在聖誕佳節來臨前，十方的社工人員會帶上院生自製的手工餅乾，領著這群可愛的孩子們到各處報佳音，輔以樂器合奏為大家帶來暖心的互動。晨禎「社會服務社」在活動結束後，回贈孩子們聖誕小禮物，共同締造美好的回憶。



晨禎五鐵-岱宇全馬馬拉松 108/11/03

「晨禎五鐵」是晨式家族每年度的重要鐵人賽事，今年全馬馬拉松路線難度再次提升，一路從台中市政府跑到藍色公路底再折返，總計完成全馬賽事的同仁共11位，其中又於時間內完賽者共9人，大家戰勝自己的毅力與決心，貫徹鐵人精神，令人欽佩。



晨禎盃三對三門牛籃球友誼賽 108/12/01

晨式家族於去年12月1日，首次舉辦了「晨禎盃三對三門牛籃球友誼賽」，這場無心插柳下產生的聯誼性質賽事，燃起了籃球愛好者的籃球魂，賽事結束後共同催生長禎籃球社的成立，目前每週都會固定舉辦社團活動，歡迎喜歡籃球的同仁們踴躍報名。



台中高工土木科參訪活動 108/12/12

首先帶領同學一行人至「麗晨會館」進行企業簡報，讓同學們初步認識整體企業文化與經營理念，隨後率同學深入麗晨「山·溜滴」案場，第一線了解營造產業的實務面，落實產學零落差，締造優質正向的互動及交流，相信當日參訪學生收穫滿滿。



年度運動企業認證 108/11/04

由教育部體育署所辦理的「運動企業認證」，藉此鼓勵企業推廣運動風氣，期盼職工皆能透過運動來提升身體健康，在職場表現上充滿活力，同時亦能增進企業凝聚力。多年來致力推動企業內部運動風氣的「晨禎營造」，再度榮獲運動企業認證肯定。

新聞預告



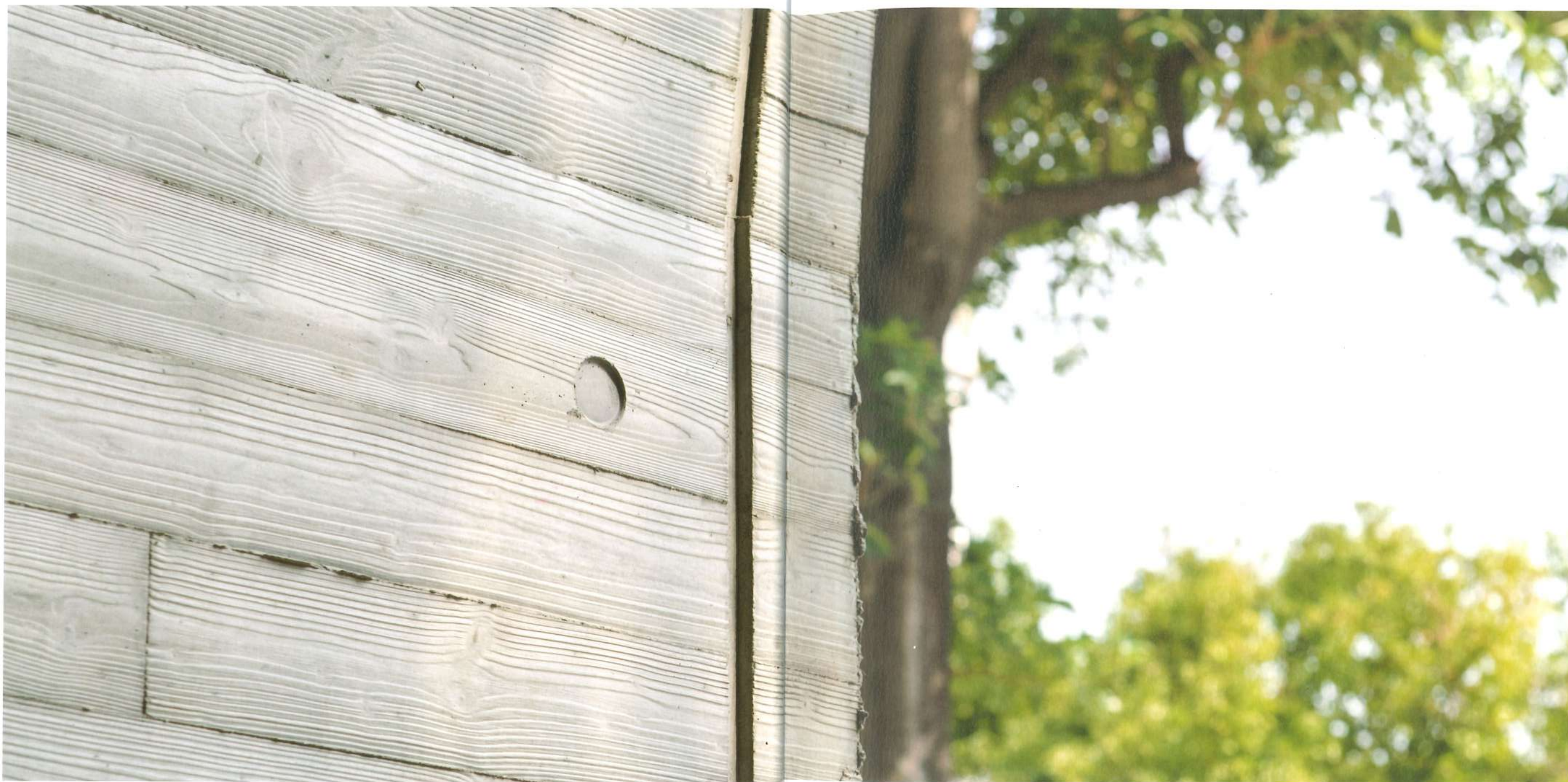
晨禎盃第三屆羽球公開賽 109/08/29

羽球社是晨禎第一個創社的運動社團，感謝各界給予大力支持及參與，「晨禎盃」一路從對內聯誼性質的羽球賽，到今年已邁入第三屆公開賽，預計於8月29日（六）開打，邀請並歡迎各界羽球愛好者，一同共襄盛舉！（同一機關即可報名）



第五屆晨藝會 109/11/07

晨藝會致力於藝文推廣已邁入第五屆，感謝各界支持，歷年活動皆迴響熱烈，許多粉絲也紛紛回應，期盼能再次舉辦民歌演唱會。第五屆晨藝會預計109年11月7日於國立中興大學惠孫堂，擴大舉辦民歌45周年活動，歡迎各界好友共襄盛舉。



「建築是與我們最接近的一種藝術，也是最不被注意的藝術形式。」

～台灣知名建築大師漢寶德

晨 露。
morning dew

發行人 | 張秀叻
編輯撰文 | 張愛玲
平面設計 | 樸石創意有限公司
攝影 | HANDY 林煒庭
封面插畫 | 陳淳涵
發行所 | 晨禎營造股份有限公司
地址 | 404 台中市北區五權路375號5樓
TEL | 04-2203-8688
FAX | 04-2207-3588
www.truedreams.com.tw/

晨禎珍愛地球，本刊採用環保紙及大豆油墨印刷
版權所有，本刊圖文未經本公司書面同意，請勿節錄或轉載

晨露。

morning dew



築於心，塑於綠。
用同理心專注每一個夢想
砌造風光水綠的生態建築
讓自然與生活的和諧姿態
陶然在你我的笑語之間

晨式生活
粉絲專頁

