

國立臺灣海洋大學學生事務處諮商輔導組活動成果彙報表

活動名稱	小太陽志工團-點心烘焙教學 黑糖粉圓製作	辦理日期	111年11月9日 下午18:00至20:00
主辦單位	海洋大學諮商輔導組	協辦單位	
活動經費		經費來源	學務處業務費

活動要點摘錄

一、活動流程

1. 製作流程說明
2. 介紹壓力與紓解壓力方法
3. 分組製作黑糖粉圓
4. 品嚐各組製作的黑糖粉圓

二、活動人次與回饋調查

- 參加人次：學生 28 人，老師 3 人。
- 回饋調查：填寫回饋單者 19 人。

		非常同意	同意	不同意	非常不同意
1	對本活動內容感到滿意	16(84%)	3(16%)	0	0
2	您對講者或帶領者的帶領方式感到滿意	15(68%)	4(32%)	0	0
3	您對於本活動的場地、空間感到滿意	12(63%)	7(37%)	0	0
4	參與本次的活動讓我有所收穫	14(74%)	5(26%)	0	0
5	整體而言，我對這次活動感到滿意	15(79%)	4(21%)	0	0
6	我支持未來持續辦理類似的活動	15(79%)	4(21%)	0	0

➤ 參與本次活動帶來什麼收穫

1. 做不用動腦的事好放鬆
2. 一起搓珍珠很有趣
3. 好吃的黑糖珍珠
4. 學會做珍珠
5. 小太陽可以增設 KTV 週，希望不要拉肚子

6. 很放鬆
7. 珍珠很好吃也好放鬆
8. 藉由珍珠來消除壓力，和組員們更熟識
9. 珍珠很好吃也好好的放鬆了期中考的壓力
10. 學會做黑糖珍珠～
11. 滿足的肚子 和與他人相處時可以放鬆
12. 練習和他人合作的能力
13. 藉由珍珠來消除壓力，和組員們更熟識

未來改進意見

本次活動考量每位學員下課時間可能有所差異，加上從各系所前來的路程長短不一，因此等待的時間較長，然而黑糖珍珠粉圓的製作過程需每位成員以手工進行製作，其程序較為繁瑣，因此製作過程也需花費較長時間，加上後續場地的還原與烹煮器具的清洗過程稍長，導致活動時間超時約 20 分鐘。建議未來倘若需製作手工的點心，可先評估全程可能需要花費的時間，甚至可以請部分學員 5 點下課後直接過來，以縮短等待學員前來的時間。

活動照片

製作流程說明



紓解壓力方法



分組製作黑糖粉圓



小組品嚐黑糖粉圓



承辦人

單位主管

學務長