

# 第一屆中國醫藥大學全國河洛話中醫藥歌訣朗誦比賽

壹、比賽宗旨：推廣中醫藥知識與中醫藥歌訣美韻欣賞，增進國人中醫藥養生觀念。

貳、主辦單位：中國醫藥大學 立夫中醫藥博物館(以下簡稱本館)

參、比賽分組：

- (一) 國小國中組：國小及國中具學生身份之參賽者，以學生證為憑。
- (二) 高中大專組：高中及大專(含)以上具學生身份之參賽者，以學生證為憑。
- (三) 社會組：除上述兩組規定之身份外，各界人士均得參加。

肆、比賽地點：

中國醫藥大學 立夫教學大樓 11 樓 第 1 至第 4 討論室(依組別安排)

伍、內容及範圍：

- (一) 分為自選內容及指定內容。
- (二) 歌訣題材將事先公佈於本館官網及臉書粉絲專頁。
- (三) 自選內容請於本館公佈之歌訣題材中選取。
- (四) 指定內容屬本館準備、且未公佈之題材，比賽時參賽者在未明示內容下自行抽取。

陸、比賽規範：

- (一) 各組比賽採自選 1 則(附錄二)、指定 2 則；指定內容將於現場自行抽取公佈。
- (二) 各組每人均限 5 分鐘內完成朗誦。
- (三) 各組比賽期程，請參照本簡章第拾壹點。
- (四) 適逢新冠肺炎防疫時期，請配合相關防疫措施與安排。

柒、比賽評判標準：

本館將邀請國內著名專家、學者教授擔任評審委員。

- (一) 語音咬字(發音、聲調)：佔 45%
- (二) 聲情(語調、語氣、節奏)：佔 45%
- (三) 臺風(儀容、態度、表情)：佔 10%
- (四) 時間：超過(含)30 秒扣總分數 1 分，未達 30 秒，扣總分 0.5 分。
- (五) 若遇同組同分，則計算成積至小數點 2 位數，若仍為同分，則並列同名次。

捌、獎額：各組取前五名，頒發獎座、獎狀及《中醫藥精隨一筆墨神韻》乙本。

玖、報名日期：即日起至民國 109 年 7 月 15 日止

#### 拾、報名方式：

採線上報名或紙本報名方式。若參賽者需參賽證明，請於報名時一併申請。

(一) 線上報名：報名期限內，請至本館官網公告，或於該網址

<https://forms.gle/ACW9mUKB15o7y2Jc7> 填寫資料，逾時不受理報名！

(二) 紙本報名：報名期限內，請自行列印本簡章「附錄一」之報名表，或至本館官網公告下載、列印。填妥後寄至以下的指定地點。

地址：**(404)台中市北區學士路 91 號 互助大樓 1 樓 立夫中醫藥博物館**

電話：**04-22053366 分機 1677 賴小姐**

注意！以郵戳為憑，逾時不受理報名！

#### 拾壹、作業期程：

作業階段	預定時程	備註
報名期間	即日起至 109 年 7 月 15 日(三)止	於本館官網公告，並於臉書粉絲專頁張貼公告連結。
比賽日期	國小國中組、高中大專組、社會組皆預定於 109 年 8 月 16 日(日)9:00 起舉行 日期如有異動，將另行通知。	1. 各組參賽者將依序號進場比賽(如：高中組 001~010 於 9:00~9:30 比賽)，正確時間待比賽前一週於官網、臉書粉絲團、mail 公佈，不以電話另行通知，請參賽者注意。 2. 比賽當日請攜帶身份證、或健保卡等能證明身份及出生日期之證件。 3. 獲獎名單當日晚上(最晚隔日早上)將於本館官網、臉書粉絲團公告，並個別通知。
頒獎典禮	預定於 109 年 8 月 24 日(一)	得獎者將受邀至本館頒發獎座、獎狀及《中醫藥精隨一筆墨神韻》乙本，團體朗誦合照。

註：作業期程如有更動，以主辦單位通知為準，並即時於本館官網公告。

#### 拾貳、附則及注意事項

(一) 若各組報名參賽者少於 20 名，取消該組比賽。

(二) 參賽者應遵守注意事項，且應準時完成報到手續，逾報到時間即不受理報到，並以棄權論。

(三) 參賽者臨時發生事故，確定不能入場參加競賽時，應事先向主辦單位報備棄權。

(四) 參賽者本次競賽之影音、影像、著作及肖像權等歸屬主辦單位所有。

(五) 主辦單位保有修改及終止比賽之權利，如有任何變動將公布於本館官網、臉書粉絲團，恕不另行通知。

## 第一屆中國醫藥大學全國河洛話中醫藥歌訣朗誦比賽

報名表			
參加組別	<input type="checkbox"/> 國小國中組 <input type="checkbox"/> 高中大專組 <input type="checkbox"/> 社會組	參賽編號 <small>此區由主辦單位填寫</small>	
姓名		出生年月日	
就讀學校／ 服務單位		身分證字號／ 護照號碼	
聯絡方式	市話	手機	
通訊地址			
電子信箱			
<p>紙本報名者，請填妥本報名表並寄至以下的指定地點。</p> <p>地址：(404)台中市北區學士路 91 號(互助大樓 1 樓 立夫中醫藥博物館)</p> <p>電話：04-22053366 分機 1677 賴小姐</p> <p><b>注意！以郵戳為憑，逾時不受理報名！</b></p> <p><b>報名期限僅到民國 109 年 7 月 15 日</b></p>			

1. 紙本報名請以黑筆或藍筆正楷填寫，姓名、地址尤須正確。
2. 報名表格可自行影印填寫，亦可至主辦單位相關網站下載使用。
3. 本館於報名期間備有紙本報名表，歡迎至櫃台索取。

拾肆、附錄二：河洛話中醫藥歌訣自選題，共計 30 題。

編號	方劑名稱	湯頭歌訣
01	升陽益胃湯	升陽益胃參朮耆，黃連半夏草陳皮， 苓瀉防風羌獨活，柴胡白芍棗薑隨。
02	秦艽鱉甲散	秦艽鱉甲治風勞，地骨柴胡及青蒿； 當歸知母烏梅合，止嗽除蒸斂汗高。
03	葛根湯	葛根湯內麻黃裏，二味加入桂枝湯， 輕可去實因無汗，有汗加葛無麻黃。
04	麻黃附子細辛湯	麻黃附子細辛湯，發表溫經兩法彰， 若非表裡相兼治，少陰反熱曷能康。
05	木香檳榔丸	木香檳榔青陳皮，枳殼柏連綾殼隨， 大黃黑醜兼香附，芒硝水丸量服之， 一切實積能推蕩，瀉痢食瘧用鹹宜。
06	溫脾湯	溫脾參附與乾薑，甘草當歸硝大黃， 寒熱並行治寒積，臍腹絞結痛非常。
07	黃連湯	黃連湯內用乾薑，半夏人參甘草藏， 更用桂枝兼大棗，寒熱平調嘔痛忘。
08	六和湯	六和藿朴杏砂呈，半夏木瓜赤茯苓， 朮參扁豆同甘草，薑棗煎之六氣平， 或益香薷或蘇葉，傷寒傷暑用須明。
09	防風通聖散	防風通聖大黃硝，荊芥麻黃梔芍翹， 甘桔芎歸膏滑石，薄荷芩朮力偏饒， 表裏交攻陽熱盛，外科瘍毒總能消。
10	枳實消痞丸	枳實消痞四君全，麥芽夏麴朴薑連， 蒸餅糊丸消積滿，清熱破結補虛痊。
11	葛花解酲湯	葛花解酲香砂仁，二苓參朮蔻青陳， 神麴乾薑兼澤瀉，溫中利濕酒傷珍。
12	烏藥順氣湯	烏藥順氣芎芷薑，橘紅枳桔及麻黃， 僵蠶炙草薑煎服，中氣厥逆此方詳。
13	橘皮竹茹湯	橘皮竹茹治嘔呃，參甘半夏枇杷麥， 赤茯再加薑棗煎，方由金匱此開闢。

14	當歸四逆湯	當歸四逆桂枝芍，細辛甘草木通著， 再加大棗治陰厥，脈細陽虛由血弱， 內有久寒加薑朮，發表溫中通經脈， 不用附子及乾薑，助陽過劑陰反灼。
15	小蓳飲子	小蓳飲子藕蒲黃，木通滑石生地裏， 歸草黑梔淡竹葉，血淋熱結服之良。
16	地黃飲子	地黃飲子山茱斛，麥味菖蒲遠志茯， 菴蓉桂附巴戟天，少入薄荷薑棗服， 瘡厥風痺能治之，火歸水中水生木。
17	上中下通用痛風方	黃柏蒼朮天南星，桂枝防己及威靈， 桃仁紅花龍膽草，羌芷川芎神麴停， 痛風濕熱與痰血，上中下通用之聽。
18	吳茱萸湯	吳茱萸湯人參棗，重用生薑溫胃好， 陽明寒嘔少陰利，厥陰頭痛皆能保。
19	厚朴溫中湯	厚朴溫中陳草苓，乾薑草蔻木香停， 煎服加薑治腹痛，虛寒脹滿用皆靈。
20	實脾飲	實脾苓朮與木瓜，甘草木香大腹加， 草蔻附薑兼厚朴，虛寒陰水效堪誇。
21	大橘皮湯	大橘皮湯治濕熱，五苓六一二方綴， 陳皮木香檳榔增，能消水腫及瀉泄。
22	滋燥養營湯	滋燥養榮兩地黃，苓甘歸芍及芫防， 爪枯膚燥兼風秘，火燥金傷血液亡。
23	升陽散火湯	升陽散火葛升柴，羌獨防風參芍儕， 生炙二草加薑棗，陽經火鬱發之佳。
24	涼膈散	涼膈硝黃梔子翹，黃芩甘草薄荷饒， 竹葉蜜煎療膈上，中焦燥實服之消。
25	礞石滾痰丸	滾痰丸用青礞石，大黃黃芩沉水香， 百病多因痰作祟，頑痰怪證力能匡。
26	真人養臟湯	真人養臟訶栗殼，肉蔻當歸桂木香， 朮芍參甘為瀉劑，脫肛久痢早煎嘗。
27	柏子仁丸	柏子仁丸人參朮，麥麩牡蠣麻黃根， 再加半夏五味子，陰虛盜汗棗丸吞。

28	托裡十補散	托裡十補參耆芎，歸桂白芷及防風， 甘桔厚朴酒調服，癰瘍脈弱賴之充。
29	膠艾湯	膠艾湯中四物先，阿膠艾葉甘草全， 婦人良方單膠艾，胎動血漏腹痛痊， 膠艾四物加香附，方名婦寶調經專。
30	牡丹皮散	牡丹皮散延胡索，歸尾桂心赤芍藥， 牛膝棱莪酒水煎，氣行瘀散血瘀消。