出國報告書（沖繩 ICSST 研討會）

一、 基本資料表

研究生姓名	洪嘉均
身分類別	□ 博士班研究生　　☑ 碩士班研究生
就讀校院 (科系所)	臺北市立大學 運動健康科學系
時間	2026-04-24 ~ 2026-04-25
會議地點	日本沖繩
會議名稱	**(中文)** 國際運動科學與科技研討會 **(英文)** International Conference on Sport Science and Technology (ICSST)
發表論文題目	**(中文)** 客製化鞋墊對氣手槍射擊過程中下肢神經肌肉疲勞進程之影響 **(英文)** Effects of Custom Insoles on Lower-Limb Neuromuscular Fatigue Progression during Air Pistol Shooting

二、 參加會議經過

本屆「國際運動科學與科技研討會 (ICSST)」於日本沖繩舉行，研討會期間，大會安排了多場精彩的主題演講與專題論壇，深入探討如何將新興科技與傳統運動訓練、臨床矯正指導進行深度融合。這在未來可能是著重發展的內容，不同領域的結合讓我有非常大的啟發。

在本次會議中，我於特定的學術發表時段進行了**學術海報發表**，並同步參與了 **一分鐘閃電演講**的口頭簡報。在有限的時間內，我向與會的國際專家學者闡述了我的研究核心，並在海報展示區與不同國家的與會學者進行探討。

三、 與會心得

這是我人生中第一次國際研討會參與經驗，整體過程無論在視野的開拓或語言表達上，都帶來了極大的挑戰與豐碩的收穫。

由於此研討會為全英文發表，從前期的摘要撰寫、投影片與海報設計，到現場進行一分鐘閃電講的講稿演練，對我而言都是一項高強度的學習。這段過程讓我在英文學術寫作與國際口頭表達能力上，有非常大的提升。

除了完成自己的發表外，在場聆聽其他學者的演講更讓我收穫許多，不管是增進自身的知識或是學習其他講者的表達能力，期望有一天我也能站上大舞台進行發表。

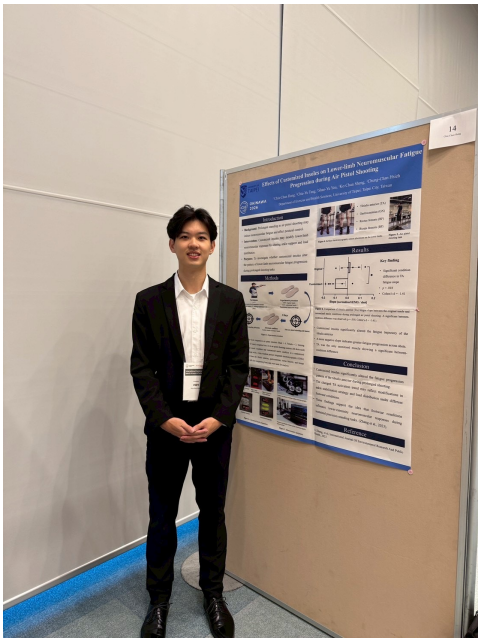
透過與現場專家的交流，我意識到未來在進行研究時，可以更進一步導入更多元的穿戴式感測器或實驗方式，以提升數據的即時性與應用價值。

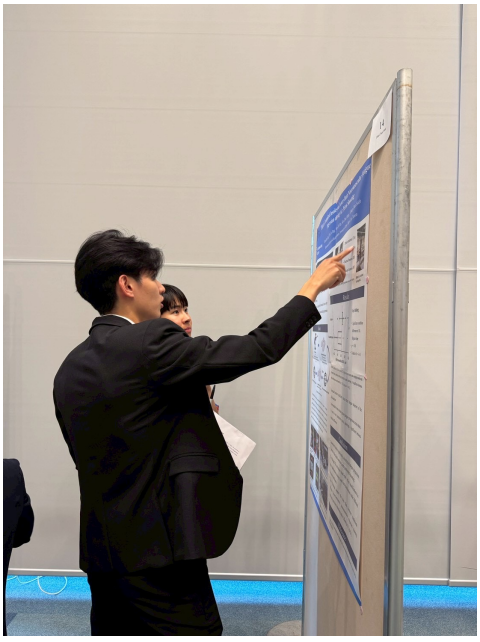
這次的沖繩之行，不僅驗證了自己在研究所階段累積的學術成果，更堅定了我未來學習與研究方向持續鑽研、深耕的決心。

五、 其他（論文發表之照片紀錄）



照片說明：作者於 ICSST 研討會會場進行一分鐘閃電講（Lightning Talk）之口頭報告實況。





照片說明：作者於海報展示區（Poster Session）向與會國際學者進行研究解說與學術交流之合照。