



# 菊苑

博愛 · 真誠 · 專精

第13期  
2011年1月



內政部澎湖老人之家

發行人: 趙正淑  
執行編輯: 吳有諒  
澎湖縣馬公市光華里123號  
TEL 06-9217056  
<http://www.pheh.gov.tw>

# 主任的話

## 職場的基本態度與信念

主任 趙正派

你是否想過在職場的旅程中，為什麼有的人有志難伸，直到退休時，仍無法獲得滿意的陞遷的機會而鬱鬱寡歡，最後只好黯然離開職場；而有些人卻能縱橫職場，獲得機關首長青睞，不僅榮升主管，甚至成為企業領導人，除個人機緣外，在人才濟濟之下，如何從「兵」升到「士」，再由「士」升到「將」，必須具備以下的態度與信念，特藉本刊以饗讀者。

一、一步一腳印，避免產生豆芽現象：豆芽的質地脆弱，內裡纖維含量不高，之所以能夠在短期內抽高，並非內裡堅實，實為充斥大量水分，所以一彈即破。相對而言，一年才成長一、兩公分的植物—檜木，質地十分堅韌，內裡的纖維既粗狀又密實，雖長得很慢，卻以深耕密植之勢，依序逐步成長，且愈長根基愈顯隱固，與豆芽的脆弱，恰成鮮明對比。所以必須時時提醒自己要詳加檢視成長背後的內涵，在成長過程力求其穩健與紮實度。只要實力夠紮實，不怕外在環境如何的變化以及任何挑戰。

二、培養實力，等待機會：所謂公車理論是比喻實力與機會的關係。你一定要走到公車站，車子來了，才搭得上。我們遇到的情況，大都是到了公車站，必得等候片刻，車子才會來；另一個幸運的情況是，到了公車站，車子隨即過來，這樣的機運相對微小；還有一種狀況是，離公車站只差六、七公尺，車子來了，你當下跑步追上公車。而如果你和公車差距二十公尺，那班公車你是搭不上的。此公車理論是提醒「培養實力、等待機會」，機會是不等人的，透過公車理論使我們更瞭解機會一來，如果你準備不及，可能會錯失良機。

三、對職掌業務要達到熟能生巧的境界：一個人在某一個領域學習成長過程，大致可以分為五個等級，分別稱之為：不會、會、熟、精、通。當我們接觸到一件新的事物時，沒有人是天生就會的，所以必定是從「不會」的階段開始，透過學習，知道了基本的方法與步驟，於是學「會」了

這件事，經過一段時間之後，進步到可以把這件事做得有效率、做得好，則能夠稱之為「熟」，但「熟」充其量也只是在依樣畫葫蘆，知其然，而不知其所以然，「熟」的往上一級是「精」在職場上，唯有達到這個等級的能力，才能有資格當一家公司基層主管的職位。一個人在同一個領域中，經歷過兩種類型以上的事物，能分析不同類型之間的差異，加以去異求同可稱之「通」。

四、養成系統思考的習慣：系統思考就是面對一項事物時，能先掌握整體，再進入分析組成部件及其關聯性，再由個別部件往下拆散、分析更小的部件，整個掌握事物的結構與層次，才能透徹了解整個事物的內涵。相對而言，單點思考就是直接由某一部位思考，以至於看不到整體，也考慮不到與其他部件的相互影響關係，所以判斷易發生盲點，難免掛一漏萬。因此，主管同仁對於主管業務必須能全盤瞭解，唯有能多運用「系統能力」，才不會造成以偏概全或以管窺天的窘境。

五、時時為民眾著想，適時修改不合時宜法規：所有公司的制度、辦法、規定，背後都有其政策目的、精神以及經驗的道理。一個積極、追根究底者，在理解制度、辦法及規定時，必會先理解其背後的政策精神，不但理解、學習到這些寶貴的道理，實際執行時，更因已抓住精神，而很快運用自如。然而不求甚解的任事態度，只能用公司規定來搪塞。一切典章制度都是人訂出來的，而法規與現況無法配合時，應酌作修正，才不會發生制度殺人的民怨。

六、多溝通、多協調，減少阻力，增添助力：尤其政府部門第一線公務人員每天要面對民眾，由於民眾形形色色，對於政府規定並不瞭解，假如承辦人對於主管業務都不清楚，向民眾說明的也不明不白，當然會造成誤解。輕者衍生口角，爭得面紅耳赤，嚴重的話可能引發強烈抗爭，影響機關形象。

面對 21 世紀知識爆炸時代，如何在人才濟濟的職場能脫穎而出，除秉持以上態度與理念外，隨時充實自己學識與智能，等待機會，準備上車，才不致於有機會，卻因自己不及準備好而錯失良機的窘境。期勉每位公務同仁能儘早打好根基，做好上車的準備，迎接自己璀璨的人生！

# 安老園地

## 聽到來自故鄉的聲音

安老課課長 紀慧卿



是風捎來遙遠故鄉大海的聲音，是海豚追逐軟絲而來的悸動，是村裡宮廟供奉神明傳來的感應，是家鄉參雜著鹹味泥土的呼喚，就是如此莫名的牽引，讓阿彬伯喃喃自語著：村子此時正在建醮而熱鬧，該回家給天上的阿母上一炷香，還得看看著一直以來關心照顧他的，那位八旬老大嫂，怎忙的都沒時間來看他。



大嫂是童養媳，從小就得照顧自幼重度智障，到處嬉戲玩耍不知回家，及長則四處遊走並順手牽羊，一直都是更生人的阿彬，養父母囑托已是兄嫂的養姊，必須情深照顧。八十好幾的高齡，雖背已有些佝僂，仍可下海至潮間帶撿撿螺絲，或到砵咕石牆邊的旱田裡種些花生、地瓜等作物，農閒時間就會帶著麵茶前來探望，這是阿彬伯最喜歡、最得意的時刻，每每望著老大嫂走向車站回家的身影，孤單中有一絲蹣跚的牽絆。



仲秋早晨耀眼的陽光，催化阿彬伯躁動的回鄉情緒，陪著他乘車回家吧！

說是要回家了，就自行先換了一身乾淨又整齊的服裝，穿上鞋子，如赴宴會般的盛裝打扮，便急著上車，很英氣的告訴司機大哥，別擔心，他會帶路的。



阿彬伯如孩童要遠足般的興奮，讓心情好雀躍的一路不停的介紹，沿路經過的村落，有著古老的傳說故事，有國民學校唸書的回憶，還有派出所主管請他喝茶的經歷，說著說著，還不忘提醒司機大哥該轉彎了，進入村子裡印入眼簾的，是路邊隨著海風不停飄動，廟裡王爺的旗幟，果真建醮唱大戲，沒騙人呢！又是誰告訴他的呢？





到家門口急忙下車，用衝的跑進家門，大聲尋找阿嫂，就是要在祖先牌位前燒一炷香，告訴阿母住在老人之家頤養，所有工作人員都很照顧他，一切安好，並且不會再四處七逃，答應會乖乖的，不要擔心他；接著帶領參觀屋裡的一切，當走進他的房間，咦！怎堆放著剛採收的花生，也只能倖倖然。

在這季節裡，好久不曾相聚家中，阿嫂高興激動的擁抱阿彬，叨唸著這輩子一直重複的叮嚀，但也一直被重複的遺忘。慎重的將從廟裡祭拜回來，有著神明庇護，神聖又可口的糕餅，裝滿提袋，加上阿嫂的關愛，讓阿彬伯帶回享用，姊弟倆歡喜的模樣，猶如回到天真無邪的年少歲月。

再次雙掌合十恭敬的像阿母稟告，要回老人之家用午餐了，草草熟稔的巡禮家裡一切的不變，又匆匆頭也不回的要出家門，讓阿嫂罵了一聲猴樣的，就笑嘻嘻的跳上車，催著要吃飯了。

車子開動了，阿彬伯卻寂靜了，不再嘻笑，不再聒噪，不說一語的，安靜望著窗外被拋離的生長地方，鎖著眉頭悠悠眼神裡，似乎遙看到老大嫂正忙著曝曬花生，在沒有他的干擾，更能平靜的過著日子。所以雖離家了，但心是輕安的，懷裡緊抱著那一袋糕餅，深怕被人奪去，那份屬於他自己心深處的感動與慰藉。

所以世故的笑著感謝工作人員，見著了人必興高采烈的訴說返鄉情景，遇見了哪些鄰人，並帶回了親友給的祝福，還跟阿母上香歡欣說說話了，說在老家接受頤養，一切都是美好的，了卻夢中才能傾訴的孺慕之情，尤其更炫耀別人都沒有的，阿嫂給的那包糕餅，滿滿的喜悅洋溢在迴廊間，久久不去，被壓抑的渴望親情心靈展開了。阿彬柏躁鬱的情緒，也不藥而癒了好長一段時間。

來自故鄉的聲音是亙古不停息的海風，呼喚著遊子遠離的心，牽引著回鄉的路。



# 少教園地

## 讓天賦自由

少教所輔導員 許總辦



首先以『讓天賦自由』一書於讀書會分享，次撰於本家菊苑稿，其一為現本身之工作面對正值求學過程中的孩子，再者教育方式已時不相及，現今教育之體制，都著重在智育方面，致使孩子壓力明顯變大，每天眼睛張開，要面對的就是學校大大小小的課業輔導和考試，因此，對於現在的教育體系，有太多發人省思的地方，太著重於學科的發展，反而忽略了才藝教育的重要。所以我們應該做為孩子的發現者，而不要做個阻撓者。若發現孩子的興趣與優點，就給予適當的鼓勵與支持，讓其天賦自由。

本書共 11 章篇幅不及記載，今半年刊摘錄第一章找出天賦與熱情，第六章你願意付出多少代價？第七章幸運來自你的態度，第十章當興趣不能糊口時及結語，轉述心得與諸君分享。

### 第一章、找出天賦與熱情

天賦就是結合天生資質與個人熱情，如何發掘自己的天賦？這並沒有固定公式，天賦因人而異，是結合天資、熱情、態度與機會。這四個關鍵因素決定是否能活出自己：

1. 有些人暫時無法發現天命，仍在尋覓，有三個限制因素：

- (1) 我們並不了解人類才能的廣度。
- (2) 我們不了解人類的各種能力乃是息息相關。
- (3) 我們不了解人類擁有多少成長與改變的潛力。

但最大的一個限制因素，是每個人都會遇到的一教育。





## 2.教育出了什麼問題？

學校教育忽視了孩子的天賦熱情，在校成績、品行不良者，會自動被歸類到『壞學生』，並未有人真正去了解，這些孩子們需要的是什麼？或者有什麼特別的才能或在哪些領域能有發展，而獲得大家認同讓其自由發展。

教育教導了孩子狹隘的『智力』與『能力』，讓孩子們誤以為只要認真唸書並考上最好的學校，走傳統的路線，就會有美好的將來，間接也忽略了其他能力開發的重要性。教育隱藏太多問題，沒有真正去找出原因並改進，某些體制每況愈下，是全球共通的。

## 3.天命為何物？

天命兩大成分是『天資』、『熱情』，兩個先決條件是『態度』、『機會』，歸屬於天命的順序是：我有、我愛、我要、在哪？我們要先了解自己有的能力是什麼，才能知道要成為怎樣的人，也要對某樣事物有熱情，並下定決心投入全部的心力，你如何解讀周遭環境、如何創造、把握機會，就取決於對自己的期望。

## 第六章、你願意付出多少代價？

作者尋找天命的阻礙看成三個『障礙同心圓』，分別是個人、社會、文化。

### 1.個人的障礙

殘疾並不一定是障礙，但如果失去『態度』就一定會是成功路上的障礙，因為當自己有強烈意識希望能夠實現自我，便能堅持下去，否則即使身體沒有任何缺憾，也可能會處於劣勢。

### 2.社會的障礙

恐懼他人否定、恐懼被人發現自己的缺陷，這兩種通常出現在最親近的人間，他們可能強烈認為你該做什麼、不該做什麼，或許不是故意要阻礙你，而是你選擇的路會對他們造成一些困擾或是不想處理的問題，亦是社會傳統對你的角色已有定位，因而以無形的力量限制了你的抱負。





### 3.文化障礙

文化是一個尋求許可的系統，若你不了解文化習俗，可能會讓人留下不好印象，文化有『傳染行為』，尤其是口音與方言最能突顯我們仿效、從眾的傾向。我們的世界觀受到文化的影響，不僅是觀念上，甚至實際影響到你看見的影響，文化環境對每個人都有潛移默化的作用。

在實現自我、追尋天命的同時，你必須要考慮到個人、社會、文化這三因素所可能產生的影響，有時為了要達成目的，必須要設法去排除很多的限制，就算面對再困難的阻力也不能失去自己對未來的憧憬，偶而也必須要離鄉背井，或是脫離原本最熟悉的生活，去投入另一個適合自己發展的環境，也許在成功的過程中，有很多的荊棘或石頭，我們必須一一剔除，『你願意付出多少代價？』就是你能否成功的籌碼，在途中也許有很多的困難必須解決，但只要成功了之後，一切將會非常的順利。

### 第七章、幸運來自你的態度

生命並非由過程中的遭遇來決定，而是你面對遭遇時所採取的態度，況且所有的人都有身懷獨特的天賦與熱情，能夠驅使我們創造超乎想像的成就。一旦意識到這一點，一切都將改變。心理學家詹姆士認為人類可能因為思考而陷入枷鎖，也有可能因而獲得解放。人類可以因為心態轉變，而使人生轉彎，常言道：山不轉路轉、路不轉人轉、人不轉心轉，是故，只要改變心態就能改變生命。

#### 1.以積極的態度『走運』

幸運的人常能讓運氣發揮最大效益，他們懂得聆聽自己的直覺，絕不會輕易的被惡運箝制，敞開心胸、接受新機會的方法之一，就是『刻意』用不同角度看待尋常的情況，將世界看成一個充滿可能性的地方，並善加利用某些大有可為的機會，如果關注的焦點太狹隘，可能會錯失身邊出現的機會。







## 2.以堅強意志跨越限制

發現機會時緊緊抓住，採取行動時又創造更多的機會，或許能培養好運氣的態度，就是堅持不懈的意志。生命中的情境與現實狀況，都由自己塑造，能夠找到天命的人，較能朝清楚目標前進，因為他們知道天命與熱情很重要，也知道面對際遇及面對自己的態度，可以決定自己是否找到天命並活在其中。

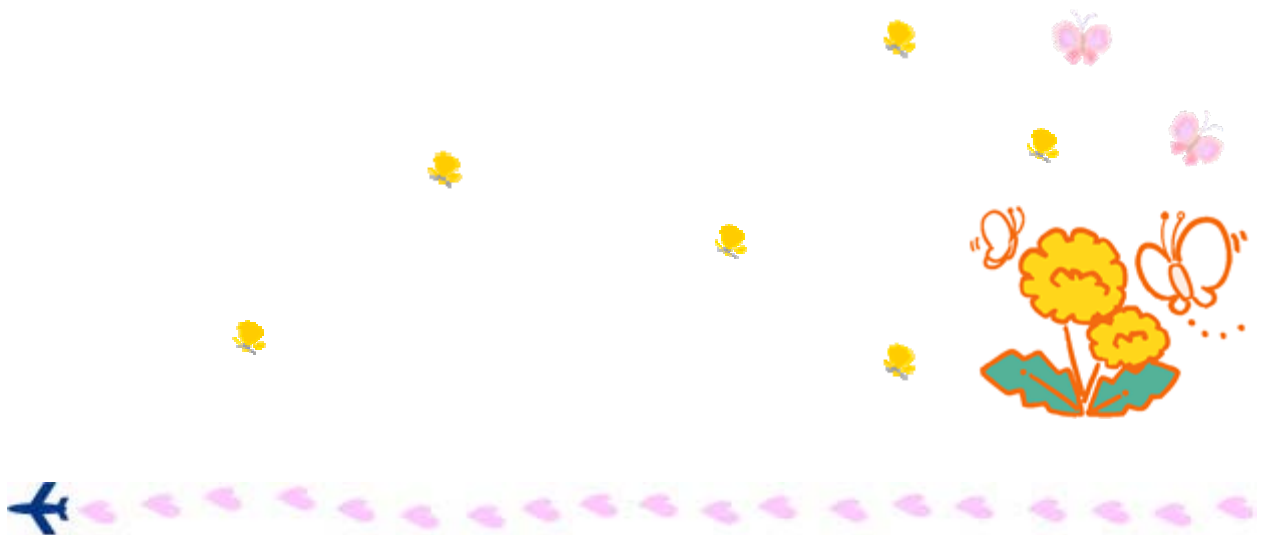
### 第十章、當興趣不能糊口時

#### 1.生命的轉化

找到天命之後你不但能獲得均衡而滿足的生活，還能更了解真正的自我，天命歸屬可以讓生命的每分鐘更豐富，如果能夠做自己喜歡又擅長的事，即便一周只有幾個小時，其他時間所做的事情也會因而更有意義，甚至促成難以想像的轉變。

#### 2.天命帶來快樂

從事育樂活動，目的是讓我們的生命更均衡，也就是在維持生計和開創人生之間取得平衡。不論你是否能長時間與天命歸屬結合，都必須在某個時間點、透過某種方式與心中真正的熱情接軌，才能讓生命更圓滿。天命的概念就是有動力、完整的人生，生命的各個元素並非彼此完全隔離，而是彼此互動、彼此影響。不論你在生命的哪階段進入天命，不論佔據你所有時間或只是一部分生活，都能讓你因而重新認識自己，並影響你的整個人生，以及身邊眾人的生命。





## 結語

由這本書理會出天資＋熱情＋態度＋機會＝你的黃金人生。亦即找到自己「喜歡又擅長做的事」，就能感受活出天賦的踏實與活力。「天資」與「熱情」是天賦的兩大成分，「態度」與「機會」是先決條件；透過「我有、我愛、我要、在哪？」的步驟，就能將四者結合為一。

◎我有：天資是你與生俱來的某種天分，讓你靠直覺就能感受或理解某個學問的本質、道理及用途。當你瞭解自己有能力做什麼，就能知道自己要成為怎樣的人。

◎我愛：讓天賦自由的人，都認為工作就是深刻喜悅的來源。許多人在某方面有天生的能力，卻不認為那就是自己的天職。因此不僅要有天資，還需要熱情。

◎我要：「態度」是指你如何如何解讀周遭環境、如何創造機會與把握機會。熱愛工作的人常說自己很幸運，自認沒有成就的人反倒會說自己運氣不好。

◎在哪：若缺乏適當機會，你可能永遠也不知道自己天資何在，或這份天資能創造多高的成就，而機會端看你能否獲得、創造，及如何把握、是否把握。

其實在《讓天賦自由》一書中作者強調，沒有人能準確預測未來的面貌，迎接未來的唯一辦法，就是「找到個人天資與熱情結合之處」，在自己熱愛且擅長的領域發展，便能締造更高的成就與自我實現，藉以培養更強的應變能力。畢竟，人在社會上求生存，碰到挫折是本分，是本分就不可以抱怨；而事事順利則是福份，是福份就要感恩。人不自怨自艾就能看到解決困難的方式，能感恩日子就會過得快樂。



# 社工天地

## 影片心得-「深夜加油站遇見蘇格拉底」

社工課社工員：蕭麗珠



故事敘述一名少年得志奪牌無數的大學體操運動員，遇上了良師益友蘇格拉底，才重新打開他的視野與獲得新的體悟...

奧運體操選手丹米爾曼是大學裡的風雲人物，他擁有人人稱羨的完美體能、優秀的學習成績、家境富裕，然而卻在每個晚上都被惡夢驚醒。在某個深夜又被惡夢嚇醒的丹走進一家 24 小時營業的加油站，他遇見一位身懷絕技並充滿智慧的神祕老人，老人在丹一個不留神時，竟然忽然地從地面跳到屋頂，丹被老人突如其來的驚人跳躍能力給嚇到，於是丹請求老人把其中的秘密告訴他，希望能夠幫助他得到奧運體操項目的冠軍...

老人的出現讓丹的命運起了決定性轉折，因為他充滿哲理的話語與神秘的行事作風，使得丹將他稱之為「蘇格拉底」。蘇格拉底教丹一個全然不同的訓練方式，他要丹先改變他的飲食方式和生活模式，因為蘇格拉底認為丹一直以來慣有的生活型態，已經無形中嚴重毀壞了他的生活，不僅讓他失去朋友，也無法認真的談戀愛，並且危害到他的體操生涯。蘇格拉底要他徹底改變自己，才能有所突破，正當丹從輕蔑轉為相信時，一場突來的車禍將他的人生打入谷底，在絕望中丹接受蘇格拉底的指導，進入苦修...這一連串的訓練，讓丹粉碎了他對很多事情既有的觀念，不論是在學業、體操，還有對於成功的定義上。

藉由蘇格拉底的引導，丹開始產生一個全新的思想觀念—『人們應該將個人意志凌駕於智慧之上，發揮思想靈魂而不是一味的訓練身體的強度。』丹放下他所有對未知的期待，真正的活在當下！





他的心境越來越平和，人生的意義也越來越清晰，失去的體能也逐漸恢復本質在強調『忘』，涉及『專心』以及『自然』。作為一個生命的個體，我們應該做的就是順應自然，逆來順受。該是我們的，我們就接受；不該是我們的，不管我們如何去強求也沒有用。這就是道家所謂的『自然』。我們所必須學習的，除了『忘』以外還有『自然』。不要被一時的『意外』擾亂了人生。就老莊的思想來說，我們所謂的『意外』也只是自然萬物循環的一個小階段，誰說那就是意外呢？誰說那不是理所當然就應該發生在你身上的呢？我們不知道我們的人生會發生什麼樣的事，所以我們不能任意肯定或否定任何發生在我們身上的一切。唯有忘了過去，掙脫各式各樣的束縛，活在當下，我們才能找到我們真正的樂園，才能了解所謂的快樂。

"人生就是不斷的選擇"

"幻象:生命本身是個謎團,別花力氣去瞭解"

"幽默感:保持幽默感,尤其是跟自己有關的事物,這是所有力量的來源"

"改變:沒有事物能永遠保持不變"

"情緒就像無常的天氣"

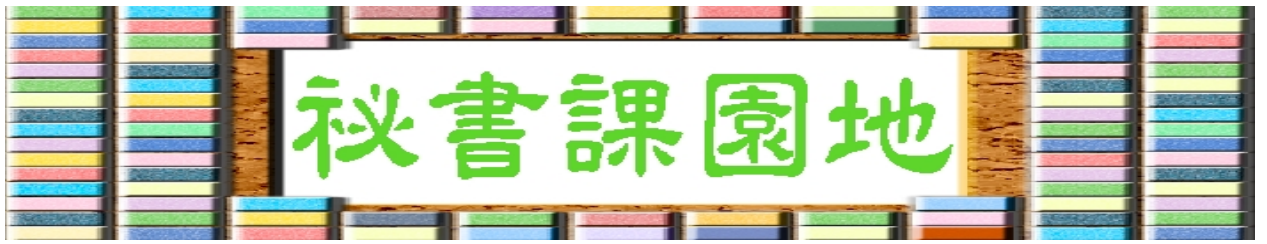
在電影中，當丹不相信蘇格拉底，一昧的照著自己的想法在行事的時候，心中有的只是更多的煩躁與空虛；當他生命因為車禍有了 180 度的大轉變後，他用盡全部的心力相信蘇格拉底的引導，他的生命也產生了極大的轉變；當所有的人都不看好他，放棄他時，只有蘇格拉底幫助他重新回到體操的訓練，最後更讓他發現了自己原本所追求的奧運金牌其實只是一個結果之一，但那並不是生命真正的目標，蘇格拉底交給丹的，不僅僅只是如何把體操練好然後得到金牌，他給丹的是生命存在的意義最佳的指南與方向。

※每個時刻都是不平凡的時刻。

※沒有開始或是結束，只有行動。

※戰士不會放棄自己所熱愛的事物，他會從所做所為中找到愛。






## 讀書心得-「點一盞心燈」

秘書課課員 楊熊男




在人生的每個階段都有屬於它的課程，而我們現在正位於最多元、最豐富的階段，每個人的差異性也在這裡出現明顯的差異，他站生命的部份不算長但卻最深，作者是這麼說的：「這本書是寫給青春看的。」 正因為青春時期是最豐富的但也是有最多誘因的時期，走的不好甚至會不慎誤入歧途，而這種例子在每天的報章雜誌以及電視新聞都多多少少可以看到，有些甚至會做出讓人不可置信的行為；或者犯下重罪，這些駭人聽聞的頭條，凶嫌竟然未成年或者二十來歲而已，鑒於這些社會事件，作者以自身經驗加上處事的智慧寫作這本【點一盞心燈】就是要讓正值青春期的青年學子藉由書中的各個小故事來告誡自己，並從中學得處事的道理與心態，作者認為如果能在心中點一盞燈，那便可以照亮心中的世界，不會迷失；在心中點一盞燈，便能照亮自己的道路，通向最明亮的未來。

「點一盞燈，使它非但能照亮你，而且不會留下你的身影，就可以通悟了！」讀完這句話，我發現我們時常太依賴別人來幫我鋪路了，從小到大，父母幫我們安排幼稚園、老師安排我們課程、國家安排我們學習的大項、方向，所以要到幾歲我們才要自己替自己安排、替自己思考呢？如果哪天沒有他們為我們提燈，那該怎麼辦呢，留下的黑影是茫然，因為從未試著自己安排生活，替自己思考未來，許多人或許就是這樣迷失的吧。





我想我應該要多看看自己，了解自己，不因為他人言語而盲目的追求，不為他人行為而偏差自我，更不因為要別人喜歡自己而刻意去作做，燈海就像人世間的每個人，一生都去應付別人，把每個人都照亮了，但自己卻不曾明亮。

 燈愈多，影子也愈多。她困惑了，卻已經沒有師父可以問，因為師父早已死去，自己也將不久人世。她圓寂了，據說就在死前終於通悟。她沒有在萬燈之間找到一生尋求的東西，卻在黑暗的禪房裡悟道，她發覺身外的成就再高，燈再亮，卻只能造成身後的影子。唯有一個方法，能使自己皎然澄澈，心無掛礙。她點了一盞心燈！

是阿，我們不明白時總是求別人給我們答案，卻從不先試著自己找答案，但是對我來說，現在還不晚，至少我還沒圓寂。





## 影片心得-從「危機總動員」看新興或再浮現傳染病

保健課護士 蔡惠燕



一、電影名稱：危機總動員 (Outbreak)，中文解釋為「爆發」(個人覺得蠻名副其實的)。

二、上映時間：1995 年

三、影片內容摘要：

一九六七年，薩伊莫塔巴谷地中作戰的傭兵營，突然傳開了一種前所未聞的傳染病，患者初期的症狀有點像感冒，會咳嗽、發燒及嘔吐，在兩三天之內則會產生內出血並全身潰爛死亡。美國軍方負責病毒研究的單位派員前來調查，但也束手無策，在無藥可救又唯恐這種快速致死的病症傳播開來的狀況下，軍方決定用炸彈摧毀整個營區以消滅病毒，連帶營區未染病毒的軍人也成為犧牲品，當然研究人員已經先採集了病毒樣品作研究。然而，這種可怕的病毒並未如軍方所願完全被摧毀，它們正在一群帶原的猴子身上存活著，隨時準備找到新的宿主伺機而動。

在一九九五年，薩伊的某個部落竟然又爆發了類似的傳染病，美國陸軍傳染病研究中心緊急派出山姆·丹尼爾上校前往勘察，調查病源，不料該病毒卻隱藏在猴子的體內而來到美國，在各種的巧合下，此種疾病像瘟疫般在北加州的小鎮傳開。而且，一波未平、一波又起，病原體在猴子身上突變成另一種更兇猛的病毒，使其病源由原先的接觸(血液)傳染轉變成由空氣傳染，軍方高層人員除了對病患徹底隔離外，為防止疫情蔓延至小鎮外，決定進行全面的清除行動，準備將整個小鎮完全摧毀，就像他們三十年前在薩伊傭兵營所作的一樣……。





開始之前--

記得第一次看「危機總動員」時，首先是被其驚心動魄、高潮迭起之劇情及劇中演員精湛的演技所吸引，其次，因為當時還是護專生，所以，對影片裡的情節-致病源（Ebola viruses）傳播之迅速及造成人們嚴重致死率之高（幾乎 100%），心理之恐懼及震撼，久久無法平復--想著希望劇中的情節，在現實中不要發生（能避免嗎？！）。

而第二次再看此片，是在 91 年讀二技上流行病學時，老師所指定要看的教學片，看完後，於課堂上同學間之討論，亦是「熱鬧萬分、欲罷不能」。但是，最後大家所想的還是一點--傳染病一旦發生大流行，未及時控制，那所造成的影響，是無法想像的。誰知-----92 年我們即發生了 SARS。

影片之後--

或許大家有些疑惑--為何要以「危機總動員」這部影片來做此主題之開場？！其實，如果是較細心者一定不難發現，影片中有很多的場景或內容，與 92 年發生的 SARS 及 98 年的 H1N1 發生時的情況有很多相似之處--不管是疾病造成的影響或人們的反應。

首先先來瞭解，何謂「新興（再浮現）傳染病」？

一、新興傳染病：

是指近二十年來，新出現在人類身上的傳染病。而該傳染病除有發生率快速增加之趨勢，地理分佈有擴張的情形外，甚至發展出新的抗藥性機制。

如：

1.92 年的 SARS；

2.伊波拉病毒出血熱（Ebola viruse）；

3.NDM-1 超級細菌。







## 二、再浮現傳染病：

指過去已知且被控制，但有再度流行趨勢的疾病。如，

- 1.登革熱：台灣曾於 1942 年發生大流行，當時約有 5/6 的人口數被感染，經過 40 年之沉寂後，至 1980 年起台灣又開始流行（尤以台灣南部）。
- 2.肺結核：近幾年來罹病人數又開始攀伸且有年輕化趨勢。

要談「新興（再浮現）傳染病」發生的原因之前，我們應該要先知道的一點--傳染病與人類的文明是息息相關的：

- 1.以此影片為例：Ebola viruse 原本只是在一個偏遠的軍營中發生，之後，又帶原在猴子體內，又在因緣際會中，帶原的猴子被攜入美國境內，而造成了大規模之傳染。
- 2.以 92 年 SARS 為例：SARS viruse 為一種新發現的冠狀 viruse，其在中國大陸廣東的果子狸身上亦發現有相似的病毒，此病毒除了造成中國大規模的流行，也造成了全世界數個國家的流行，台灣亦無倖免於難。
- 3.以 AIDS 為例：AIDS viruse (HIV) 的病毒，在中非西部叢林猩猩的體內可發現，由於當時的淘金熱需求，而開闢了伸入叢林的公路，也因此造成了 AIDS 由此漫延出去。
- 4.以去年 H1N1A 型流感為例：此病毒與 1918 年造成全世界 4000 萬人死亡之西班牙大流感是相同的病毒，而且原是造成豬生病的病毒，所以又稱為豬流感。由於基因的洗牌之後亦造成了人類的大流行。
- 5.以 H5N1 禽流感病毒為例：此病毒雖然目前只存在於禽鳥身上，經由人類與帶有致病源之禽鳥有接觸後，再傳染予人類。但根據國外的研究報告顯示，此病毒可能在 5-10 年間會變異為人傳人的病毒，屆時，造成之影響，真是不能想像。





因此，經由以上的幾個實例，我們可發現所謂「新興的」或是「再浮現」的傳染病的發生原因，不外乎和：

- 1.生態環境改變與農業發展、
- 2.人類行為及人口學的改變、
- 3.國際間旅遊及貿易之頻繁、
- 4.科技技術及工業的發展、
- 5.微生物的適應及改變、
- 6.公共衛生措施的瓦解及設施的缺乏（貧窮落後的地區）等等相關。

所以，要因應傳染病之發生，我們可以這樣做：

#### 一、重新建立健康的生活習慣：

- 1.戴口罩、勤洗手，這些看來簡單的習慣，卻是防範傳染病的根本之道。
- 2.傳染病不外就是經口傳染、飛沫傳染和空氣傳染。
- 3.空氣傳染很難預防。
- 4.經口傳染的疾病:只要勤洗手即可降低感染的風險。
- 5.飛沫傳染:只要戴上口罩即可避免傳給他人，像感冒患者就應該自己戴起口罩。

#### 二、養成良好的就醫行為：



- 1.固定在一家醫院看病。
- 2.改變「逛醫院」的習慣，畢竟醫院的細菌或病毒本就比較多。
- 3.«逛醫院»不但會增加自己被感染的風險，也會成為院際間感染的媒介。

傳染病之流行，不僅僅浪費龐大的醫療成本，更是使得人心惶惶、社會動盪不安，更甚者更影響經濟發展，即所謂之“勞民又傷財”。





現處於 21 世紀地球村的我們，或許今天正在非洲流行的一個病毒，可能明天就可以傳染到台灣，亦可能在一夕之間即傳染到全球各地。所以，當一個傳染病正在大流行時（尤其是新興傳染病），任何一個國家可能都無法避免、都可能擋不掉，此時除了自己被感染外，疫苗之接種亦是最有效的方法。

「健康的社會來自健康的人，每一個人都是傳染病流行網上的一個節點」，前衛生署署長陳建仁先生在《瘟疫與人》一書之導讀中指出，如果能從個人做好一些措施，用知識與行動消除無知帶來的恐慌與盲動，加起來就是一張強固的防疫網。這個意思即說，如果大家能夠配合政府之防疫措施--即都有來自自然感染或預防注射的免疫力，而且確實做好隔離檢疫工作，那麼社會爆發傳染病流行的可能性或衝擊性極可能愈低。



# 人事專欄

人事室 歐楚意



## 壹、【人事法規宣導】

1. 行政院人事行政局函以，各機關奉派至國外出差人員，如其加班時數經服務機關覈實審認者，得依規定請領加班費或補休假。
2. 行政院人事行政局 99 年 8 月 25 日局給字第 0990064126 號函，有關公務人員退休法業經 總統明令修正公布，其修正條文自 100 年 1 月 1 日施行。
3. 行政院人事行政局函以，有關機關首長就任前，已任職於所屬機關臨時人員之配偶及三親等以內血親、姻親等親屬，因渠等人員進用時，該長官尚無用人權限，自無從違反迴避進用規定，且顧及勞動契約履行之信賴保護，及參照公務人員任用法第 26 條第 2 項規定，應迴避進用之臨時人員，在各機關首長就任前進用者，不受迴避進用規定之限制。
4. 公務人員保障暨培訓委員會為提供各機關（構）洽辦公務人員保障及培訓業務多元服務措施，業已建置完成「保障培訓 e 點通」專區，並定期以 Skype 進行保障及培訓業務諮詢服務。
5. 行政院人事行政局函以，為強化「終身學習入口網站」應用系統資訊安全及提供使用者更彈性的選擇，「終身學習網站」自 99 年 12 月 1 日提供自訂帳號登入，檢附「終身學習入口網站—自訂帳號修改使用說明」1 份。如有操作問題請洽該局資訊客服專線(049-2359108)。



## 貳、【人事動態訊息】

姓名	動態 原因	原職機關或單位職稱	新職機關或單位職稱	到(離)職 日期	備考
謝妍葶	調任	本家 社會工作人員	中區老人之家 社會工作人員	99.10.15	
譚長秀	調升	本家 護士	澎湖縣政府 護理師	99.10.15	
陳其哲	調任	本家人事科員 (中辦支援)	澎湖縣榮民服務處 輔導員	99.11.01	
許進瑩	退休	本家秘書課 課長	退休	99.12.02	
楊珠呈	新進	澎湖縣衛生局 約僱	本家護士	99.12.02	



參、【獎懲】(99年7月至12月)

服務單位	職稱	姓名	獎懲內容	獎懲額度	適用獎懲 依據條款	備 註
社工課	輔導員	吳有諒	辦理「98年度兒童及少年安置及教養機構聯合評鑑」受評工作，績效良好。	記功1次	內政部所屬公務人員平時獎懲標準表第2點第5款	
社工課	社工員	蕭麗珠	辦理「98年度兒童及少年安置及教養機構聯合評鑑」受評工作，績效良好。	記功1次	內政部所屬公務人員平時獎懲標準表第2點第5款	
社工課	社工課	謝妍葶	辦理「98年度兒童及少年安置及教養機構聯合評鑑」受評工作，辛勞得力。	嘉獎2次	內政部所屬公務人員平時獎懲標準表第1點第6款	
少教所	課長	鄭啟信	辦理「98年度兒童及少年安置及教養機構聯合評鑑」受評工作，績效良好。	記功1次	內政部所屬公務人員平時獎懲標準表第2點第5款	
少教所	輔導員	黃淑姬	辦理「98年度兒童及少年安置及教養機構聯合評鑑」受評工作，績效良好。	記功1次	內政部所屬公務人員平時獎懲標準表第2點第5款	
少教所	輔導員	許總辦	辦理「98年度兒童及少年安置及教養機構聯合評鑑」受	記功1次	內政部所屬公務人員平時獎懲標準	

			評工作，績效良好。		表第 2 點第 5 款
少教所	輔導員	歐楚意	辦理「98 年度兒童及少年安置及教養機構聯合評鑑」受評工作，績效良好。	記功 1 次	內政部所屬公務人員平時獎懲標準表第 2 點第 5 款
少教所	輔導員	張桂香	辦理「98 年度兒童及少年安置及教養機構聯合評鑑」受評工作，績效良好。	記功 1 次	內政部所屬公務人員平時獎懲標準表第 2 點第 5 款
少教所	輔導員	曾慶榮	辦理「98 年度兒童及少年安置及教養機構聯合評鑑」受評工作，績效良好。	記功 1 次	內政部所屬公務人員平時獎懲標準表第 2 點第 5 款
秘書課	課長	許進瑩	辦理「98 年度兒童及少年安置及教養機構聯合評鑑」受評工作，備極辛勞。	嘉獎 2 次	內政部所屬公務人員平時獎懲標準表第 1 點第 6 款
秘書課	課員	鄭鳳真	辦理「98 年度兒童及少年安置及教養機構聯合評鑑」受評工作，備極辛勞。	嘉獎 2 次	內政部所屬公務人員平時獎懲標準表第 1 點第 6 款
秘書課	課員	楊能男	辦理「98 年度兒童及少年安置及教養機構聯合評鑑」受評工作，辛勞得力。	嘉獎 2 次	內政部所屬公務人員平時獎懲標準表第 1 點第 6 款
保健課	護士	蔡惠燕	辦理「98 年度兒童及少年安置及教養	嘉獎 2 次	內政部所屬公務人員平

			機構聯合評鑑」受評工作，備極辛勞。		時獎懲標準表第1點第6款
保健課	護士	郭美涼	辦理「98年度兒童及少年安置及教養機構聯合評鑑」受評工作，備極辛勞。	嘉獎2次	內政部所屬公務人員平時獎懲標準表第1點第6款
保健課	護士	譚長秀	辦理「98年度兒童及少年安置及教養機構聯合評鑑」受評工作，備極辛勞。	嘉獎2次	內政部所屬公務人員平時獎懲標準表第1點第6款
秘書課	課長	許進瑩	辦理98年執行「政府機關及學校全面節能減碳措施」工作，備極辛勞。	嘉獎2次	內政部所屬公務人員平時獎懲標準表第1點第6款
秘書課	課員	鄭鳳真	辦理98年執行「政府機關及學校全面節能減碳措施」工作，備極辛勞。	嘉獎2次	內政部所屬公務人員平時獎懲標準表第1點第6款
社工課	社工員	謝妍葶	辦理院民收容工作（自98年7月至99年8月止累計收容人數10人），備極辛勞。	嘉獎2次	內政部所屬公務人員平時獎懲標準表第1點第6款
社工課	社工員	蕭麗珠	辦理院童收容工作（自98年7月至99年8月止累計收容人數24人），績效良好。	記功1次	內政部所屬公務人員平時獎懲標準表第2點第5款



社工課	輔導員	吳有諒	督辦「澎湖縣 99 年度志願服務評鑑」工作，辛勞得力。	嘉獎 1 次	內政部所屬公務人員平時獎懲標準表第 1 點第 6 款
社工課	社工員	蕭麗珠	主辦「澎湖縣 99 年度志願服務評鑑」工作，備極辛勞。	嘉獎 2 次	內政部所屬公務人員平時獎懲標準表第 1 點第 6 款
安老課	輔導員	鄭彩萍	協辦「澎湖縣 99 年度志願服務評鑑」工作，辛勞得力。	嘉獎 1 次	內政部所屬公務人員平時獎懲標準表第 1 點第 6 款
秘書課	課長	許進瑩	辦理 98 年度優先採購身心障礙福利機構團體或庇護工場生產物品達成採購比率 5%，執行成效良好。	嘉獎 1 次	依據內政部 99 年 11 月 8 日內授中社字第 0990718450 號函辦理。
少教所	輔導員	張桂香	辦理 98 年度優先採購身心障礙福利機構團體或庇護工場生產物品達成採購比率 5%，執行成效良好。	嘉獎 2 次	依據內政部 99 年 11 月 8 日內授中社字第 0990718450 號函辦理。

# 會計專欄

會計室主任 陳惠貞

100 年度修訂版：原始憑證審核程序

(一) 外來憑證——統一發票

審核項目	審核重點
發票類型	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 二聯式統一發票：應檢送收執聯。</li> <li>2. 三聯式及電子計算機統一發票：應檢送收執聯(第三聯)，如有扣抵聯(第二聯)得一併附上。扣抵聯均不得以任何理由(如收執聯遺失等)單獨報支。</li> <li>3. 收銀機統一發票：應檢送收執聯。</li> </ol>
日期	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 應核對確為經費列支之當年度或次年截止支付日前開立者。(各機關在 12 月 31 日前已發生之債務或契約責任，無論本年度或以前年度，經主辦會計人員詳加審核後，各機關應於次年 1 月 15 日截止支付，國防部所管軍費支出得延至次年 1 月 20 日截止支付。)</li> <li>2. 應與案據、申請單核對，判定其合理性。如在案據或申請單核准前開立者，應請請購單位註明理由。</li> <li>3. 報支時間過久者，應請總務單位註明收件日期及理由。</li> </ol>
買受人	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 二聯式及三聯式及電子計算機統一發票應有「機關名稱」或「機關名稱 xxx (各單位)」之抬頭。收銀機統一發票，則免抬頭，應輸入各機關統一編號(無統一編號得以扣繳憑單編號替代)，若未輸入統一編號，應請廠商加註買受人名稱或統一編號後，加蓋統一發票專用章，或由經手人加註上開資料後蓋章負責。</li> <li>2. 如為委辦費或補助費，二聯式、三聯式及電子計算機統一發票買受人應為受委辦單位或受補助單位。如有扣抵聯(第二聯)得一併附上。</li> <li>3. 買受人欄空白、書寫員工個人姓名或無「機關名稱」字樣之抬頭或無機關「統一編號」(機關名稱及機關統一編號應擇一具備)，均屬無效，應通知補正，不能補正者，應由經手人詳</li> </ol>

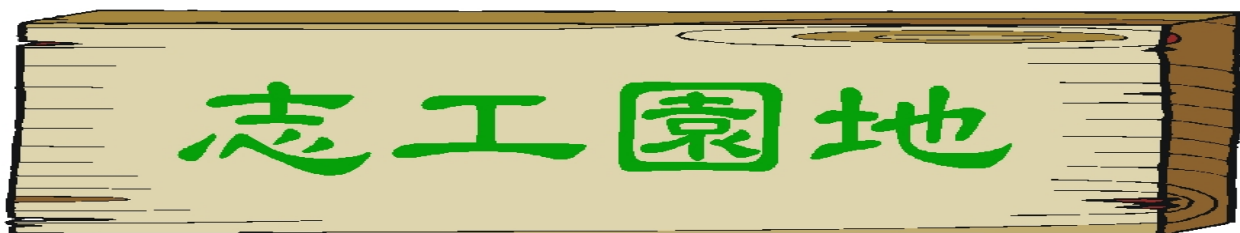
	細註明，並簽名或蓋章證明。
	4. 公務車修繕費及外縣市加油費：統一發票買受人欄應打印機關名稱及註明車號。無車號者，應通知補正，不能補正者，應由經手人詳細註明，並簽名或蓋章證明。
統一編號	1. 機關無統一編號，得以扣繳憑單編號「XXX」替代。 2. 本欄適用加值型營業稅之國營事業均應填列。
地址	1. 二聯式、三聯式及電子計算機統一發票，有無填列地址，均不予限制。 2. 收銀機統一發票，無地址欄，故免填。
品名	1. 二聯式、三聯式及電子計算機統一發票，均應書寫或列印貨品名稱。 2. 收銀機或計算機器開具之統一發票，僅有貨品代號者，應由經手人加註貨品名稱並簽名。 3. 如其他相關憑證已記載採購事項及貨品名稱者，得免加註。
數量 單價 金額	1. 各種統一發票，除單筆（項）支出得僅列金額外，餘均應列示數量、單價、金額。 2. 應複核單價、數量及總金額之乘算及加總是否正確。 3. 應複核單價、數量是否與請購單、估價單或其他案據相符。 4. 總計欄之阿拉伯數字與中文大寫是否相符。 5. 阿拉伯數字與中文大寫數不符者，應退還承辦人交廠商補正。無法補正者，以大寫數額為準。
備註	實付金額不得超過合計之中文大寫數。實付數如小於合計之中文大寫數時，應將實付金額列註於備註欄內，並由經手人簽名或蓋章。
營業人蓋用 統一發票專 用章	1. 二、三聯式及電子計算機統一發票未蓋用統一發票專用章者，不得報支。但收銀機統一發票，列有賣方之公司名稱、統一編號及住址者，免蓋用本章。 2. 統一發票專用章應列明：營業人名稱、統一編號、地址及「統一發票專用章」字樣。 3. 該章蓋不清晰者，應由經手人當場洽請賣方重複蓋明。事後發現者，亦得洽請或退還承辦人處理。
其他	1. 審核章不宜蓋在發票編號處，俾利製票。 2. 多張發票一併報銷時，粘貼時應避免難以辨識開立日期等相關資料。
	國外出具之支出憑證，如有不能完全符合本要點之有關規定者，應依其慣例提出相關憑證，並由申請人或經手人加註說明（支出憑證處理要點第 24 點）。

## 原始憑證審核程序

### (二) 外來憑證——收據

審核項目	審核重點
收據之要件	<p>1. 商店收據：(1)「收據」名稱。(2)買受人之抬頭。(3)開立收據之日期。(4)摘要(品名)。(5)數量。(6)單價。(7)總價(金額)。(8)合計之中文大寫數。(9)店章。(10)商店地址(店章內未載明者)。(11)營利事業統一編號(店章內未載明者)。</p> <p>2. 個人及非營利團體：(1)「收據」名稱。(2)買受人之抬頭及支付機關名稱。(3)開立收據之日期或受領年月日。(4)摘要(品名)或受領事由。(5)實收金額。(6)合計之中文大寫數。(7)非營利團體印章或受領人簽章。(8)受領人戶籍地址(個人收據)。(9)受領人身份證統一字號(個人收據)。(10)非營利團體負責人、會計及出納簽章。(如未設置會計或出納專責人員，未設置者得免簽章)</p> <p>3. 規費：            (1) 收據：a. 「自行收納款項統一收據」名稱，第一聯：收據。b. 開立機關名稱。c. 開立日期。d. 字號。e. 繳款人。f. 收入科目。g. 事由。h. 金額(大寫)。i. 經手人簽章。j. 主辦出納或由其授權代簽人簽章。k. 主辦會計或由其授權代簽人簽章。l. 機關長官或由其授權代簽人簽章。            (2) 繳費證明：a. 開立機關名稱。b. 「收據」或「繳費證明單」字樣(存根聯)c. 字號。d. 金額。e. 經辦人簽章。            (3) 規費聯單：a. 開立機關名稱。b. 費用別。c. 金額。d. 取得第一聯。e. 編號。f. 日期。g. 收費戳記。</p> <p>4. 缺漏上述收據之要件，應退由承辦人補正。未補正者，不予報支。</p>
買受人	<p>1. 收據應有「機關名稱」或「機關名稱xxx(各單位)」之抬頭。(國外出差出差人交通費-機票部分，旅行業代收轉付收據得以個人姓名為抬頭)</p> <p>2. 若屬委辦或補助計畫費用，由受委辦或受補助單位取得之收據，買受人得為受委辦或受補助單位名稱。</p>
日期或受領年月日	<p>1. 應核對確為經費列支之當年度或次年截止支付日前開立者。(各機關在12月31日前已發生之債務或契約責任，無論本年度或以前年度，經主辦會計人員詳加審核後，各機關應於次年1月15日截止支付，國防部所管軍費支出得延至次年1月20日截止支付。)</p>

	<p>2. 應與案據，申請單核對，判定其合理性。如在案據或申請單核准前開立者，應請請購單位註明原因。</p> <p>3. 報支時間過久者，應請申請單位註明收件日期及理由。</p>
摘要 (品名)	<p>1. 商店及非營利團體開立之收據有摘要欄者應書明領款事項或貨品名稱。</p> <p>2. 本欄與後附申請單或案據核對是否相符。</p> <p>3. 如其他相關憑證已記載採購事項及貨品名稱者，得免加註。</p>
受領事由	<p>1. 個人及非營利團體之收據無摘要欄者應載明受領事由。</p> <p>2. 本欄與後附案據核對是否相符。</p>
數量 單價 總價 (金額)	<p>1. 均應列示數量、單價及金額。但如數量無法計列者，得免予填列。</p> <p>2. 應複核單價乘以數量，是否與總價 (金額) 相符。</p> <p>3. 應複核數量、金額是否與請購單、估價單或其他案據相符。</p> <p>4. 總計欄之阿拉伯數字與中文大寫數是否相符。</p>
合計	<p>1. 合計之中文大寫數應與總價 (金額) 欄之阿拉伯數字核對。</p> <p>2. 阿拉伯數字與中文大寫數不符者，應退還承辦人補正。無法補正者，以中文大寫金額為準。</p>
店章或受領人簽章	<p>1. 收據除個人及非營利之團體開立者，均應蓋用店章。店章應列明店名、地址及營利事業統一編號，店章內未有上述內容者，應補填。</p> <p>2. 受領人如為個人者，除應填列受領人姓名、戶籍地址、暨國民身分證字號外，並應由受領人親自簽名或蓋章；其非本國人者應填列外僑護照號碼。</p>
備註	<p>1. 實付金額不得超過合計之中文大寫數。實付數如小於合計之中文大寫數時，應將實付金額列註於備註欄內，並由經手人簽名或蓋章。</p> <p>2. 國外出具之支出憑證，如有不能完全符合規定者，應依其慣例提出相關憑證，並由申請人或經手人加註說明。 (支出憑證處理要點第 24 點)</p>



## 老幹新枝錄

心緣志工隊志工：歐基石



樹木之來源本出於【根】，薪火相傳綿延不斷；俗云：【呷果子拜樹頭】，保持感恩的心，溫暖滿人間。冬至滿圓添新歲，歲次福虎年已盡尾聲，迎接2011年，民國100年歲次辛卯金兔年，滿懷熱忱心態，願本家99年度第四次志工會議，所產生的新枝(許隊長彩雲)，能堅持老幹(前任蔡隊長素端)理念與報負；未來辛卯金兔年能大展所才，知人善任，把本家服務之大愛精神發揮淋漓盡致。

2011年為「辛卯」兔年、也稱金兔年，是充滿契機的一年，卯有冒出、茂盛的意思，不過天干的辛金會衝剋地支的印木，天剋地！願本家所有長官同仁及志工大德們，把握契機、除舊佈新、念茲在茲、否極泰來——永遠健康快樂；簡單說來，就是「好上加好」、「樂上加樂」、「助人更加快樂」。

辛卯金兔年之“木”是代表服務業，也意味著在辛卯年服務業將更加競爭，汰弱換強，新思維新創意，更容易給大眾接受。所以，本家服務社會大眾之精神，更應該集思廣益，所謂的狡兔三窟，舉一反三更加勝於十；故老幹新枝前輩們，希望您們更加出類拔萃，創造【內政部澎湖老人之家】更美好的明天。

辛卯金兔年之“金”是代表金融與電子業，金會洩掉土的氣，也代表秀出，不過地支的木將剋掉土的氣，所以房地產區塊將是強著恆強，弱者更弱，意味著高價區更高價，一般住宅價位卻有機會稍微往下探。故所有志工大德們，您們的愛心無遠弗屆，價位如天之所驕、地之所生，永遠服務本家老人及兒童，擴大愛心服務社會大眾，您們是本家所有同仁的【巧克力】。





今（12月25日）信手瀏覽網路命理理念，簡單分述如下，願與大家共同分享之：2011年辛卯金兔年，三煞在西方，所以是大利南北、不利西，座西房子不宜安香。七入中宮、七赤：五行屬金，應破軍之宿，號為肅煞，其色赤紅，有小人之狀，為盜賊之精；紫白訣云：「破軍赤名，肅殺劍鋒之象。」五黃位於震宮、東方：五黃屬土，土位鎮中央，應廉貞之宿，號為正關煞，其色黃；宜靜不宜動，動則終凶；宜化不宜剋，剋之則禍疊，定主傷人。二黑在丙午丁方，二黑：五行屬土，巨門之宿，號為病符，其色黑；飛星賦云：「若夫申尖興訟。」注意：如果二黑、五黃與宅星二黑、五黃有重疊又開門，最好用物品化煞。四綠文昌入西南方，四綠：五行屬木，應文曲之宿，號為（文昌），當其旺，為文章蓋世，科甲聯芳，女子容貌端妍，聯婚貴族；其色青綠；當其旺主登科甲第、君子加官、小人進產。一白官星入艮宮。一白星代表官星，利於考試、升官，得貴人提攜。所謂【君子坦蕩蕩、小人長戚戚】，君子問禍不問福，二黑五黃提示大家參考，要考試著也可利用書奏宮位努力加分，四一同宮、準發科名之顯。九七合轍（穿途），常遭回祿之災。二五交加，損主並生疾病。三七疊至，被劫盜更見官災。

感念本家所有長官同仁及心緣志工大德們，不棄嫌小弟基石之所失，令小弟更加銘感五內；基石所有煩心雜事皆已拋之九霄雲外，努力修持【EQ】管理，盡畢生之所學，無怨無悔，【歡喜心，甘願受】，捫心自問所學才淺，自當修心、修身、修德，以不負志工之名。

新的一年，新的開始，希望新出爐的許隊長彩雲大姐，在您的歡喜聲、吆喝聲、有肉聲、聲聲入扣下；歲次辛卯金兔年，【內政部澎湖老人之家】所有業務獨占鰲頭，令所有志工團體刮目相看，有好料、有看頭，更加隨心所欲、迎刃而解。本家趙主任正派先生，您真是一個好長官，令基石欽佩不已，您的諄諄教誨心所承拜，民國100年元月12日，基石招集書法協會英雄好漢，信手揮毫春聯，願春聯之【福】、【春】、【滿】及對聯吉語；能帶給本家所有長官同仁及心緣志工大德們，新的一年永遠【福】、【祿】、【壽】——【長長久久】。





# 少教園地



## 大學生活心得

少教所院童 夏新傑



時間過的真快，轉眼間，就過了半年。回想起這一學期的日子，我覺得自己什麼都沒有學到，相反地，就連高中建立的學習態度也都不見了，每天渾渾噩噩的過日子，混的一天比一天兇，有時真不知自己在幹些什麼。

大學呀~就剛進去會有學長姐帶你 相信你會在她們身上認識老師，如哪一個老師上的課可以翹，哪些老師是出了名的好老師，記得多跟學長姐聊聊天，知道一下系上的現況，這算是白天方面的事啦！

進高海的時候，對輪機工程系抱著輕鬆簡單的態度，總以為物理、電學都是之前高中就學過的東西，所以就沒有很認真的在聽，結果成績都考得不太理想。

我已經浪費了自己半年的時間，我覺得真是對不起自己，因為當初我本來是不能讀大學的，因為媽媽覺得去外面唸書浪費時間和金錢，總是希望我能快去工作，但是經過我努力的爭取與抗戰，我才能順利的當個大學生，但是，我卻虛度了半年的時間，有時回頭想想，真不知當初這麼極力爭取為的是什麼，不過幸好我才虛度了半年，我還有三年的時光可以好好的利用。

當個學生，總難免會期許自己下一次會更好，所以我也要好好的期許自己，雖然晚上還要上班很辛苦，但是看了看下學期的課表，就沒有什麼課是在高中就學過的，而且還有恐怖的力學及工程數學，這二科聽起來就是很難







唸的科目，如果我再不好好把握二上的話，那我一定會被當的很難看，所以我要好好的念書了，因為我也不喜歡這種過了一年都不知道自己在幹些什麼的日子。

我也認識不少朋友，他有教我讀書的方法，希望我下學期可以照著他教的讀書方法，讓自己更加的進步，雖然不求有獎學金，但至少也要有及格。

在未來的規劃上，我期許自己成為一位不斷學習向上且求新的學生，希望能學習到專業領域的知識及產業實作的培養。拓寬國際視野奠定自己的實力為自己理想開創一條寬闊的道路。

在學校的產攜課程中，經過各位教授和老師的分析講解，讓我得知航運領域的未來發展及潛力，加上本身興趣，所以讓我決定了升學的方向，未來在技職大學畢業後，希望能當一位德術兼備優秀的海事人員。





# 少教園地



## 影片心得「臥虎藏龍」

少教所院童 吳永健



最近有一個偶然機會，我和朋友一起觀賞李安導演的電影——「臥虎藏龍」，李安的「臥虎藏龍」被我歸類為「唯美」的電影。無論是場景、意境、人物、音樂、對白都有非凡的格局和境界，真是美極了！

在片中，出現了許許多多的武打場面，在拍攝上運用了很多不一樣的鏡頭，有著拉遠的長鏡頭等等的，讓武打動作的畫面上看起來更加跟其動作結合成完美又真實的畫面，使其更完美。


「臥虎藏龍」是屬於很傳統的武打片，只是採用了倒敘的方式在拍攝，例如從第一幕起，是先使用現在進行式的方式去運轉，等到了羅小虎出現在玉嬌龍房間後，便開始使用倒敘法繼續的運轉，然後再轉回當下繼續故事的進行，故事架構也很明顯順暢。

這部電影有幾位主要的主角——

### 【李慕白】

江湖上赫赫有名的大俠，表面上練的是道家的「玄牝」劍法，學的是老莊，但骨子裡卻是被傳統和禮教牢牢綁住，性格上充滿許多執著的儒教信徒。好友死了，不敢娶他的未亡人。師父被殺，執意要為師報仇。是非對錯公理正義分得一清二楚，完全服膺于社會主流的意識型態之下，根本不像老莊。雖然口頭上把老莊說得頭頭是道，但在行為表現上，李慕白與碧眼狐狸，一個大俠與一個大壞蛋，是劇裡執著最重的兩個人，處處看不破、放不下。最終兩人也同樣的都因為過份執著於玉嬌龍而賠上性命。





### 【俞秀蓮】

個性柔韌，心思細密，體貼周到，總是為別人設想。面對困難一肩承擔，而且任勞任怨，是劇中最具有「母性」的角色，「玄牝」一詞本來應該指的是俞秀蓮吧？但身為一位武藝、能力、智慧、勇氣都更勝於男人的女豪傑，她也因此失去了很多女人味。她的手因練刀、工作留下的繭，令李慕白不敢觸摸。

### 【玉嬌龍】

主角中的主角，天資聰慧，悟性極高，小小年紀就能領悟道家劍法心訣，而且連身邊所有最親近的人，她都能沈得住氣，不說出口，天生就是老子信徒。她有最自由無繫的心靈，沒有任何繩子可以綁得住她。她不受任何傳統的束縛，而她的父母也以老子的方法養育她，對她「不塞其源，不禁其性」。

### 【碧眼狐狸】

心術不正的小人，總是藏身暗處，打不過人就使用餵了毒的暗器。一出手就是要置敵人於死地。這種人能力未必很強但破壞力十足，有可能造成與他敵對的一方無可彌補的極大傷害，千萬不可小看他們的存在。

看完「臥虎藏龍」後，發現了一個很大的大道理，那就是人外有人，天外有天，在這世界上不論你的能力財力是多麼的厲害、有能耐、學歷多高、條件多好，在另外一處一定都會有比你更好更強更高的人，而且為人如果像片中的玉嬌龍一樣，不聽他人的意見，一意孤行，一直如此必會有大難發生在你身上，因為有許多事情都很容易產生當局者迷的現象，反而卻是旁人比較可以看得清楚事情其中的原由，可以更了解其間的條理，即使那人的學歷，地位、身分條件、能力不及於你，但是那或許也只是因為你跟他之間所存在的能力領域及發展空間不同而已。

所以在不同的事件中多多的聽取他人的意見，多多吸取他人的經歷，這樣子或許可以得到更多更好的歷練。千萬別讓自己跟劇中的玉嬌龍一樣，在失去後才後悔、失落，等到最終連同自己的生命、生活也賠上，去換取那一個原本只要再輕輕的踏出一步便能夠到達的美好生活。或許如果她當初多多的聽取他人的意見，將是另一種完美的結局。



# 役男服役



# 心得

社工課役男 洪聖祐

轉眼間已在本家服役近半年過去了，記得剛入家時，隨即面對管理所有役男的社工課吳課長，當時吳課長向我們講解了關於役男的責任與義務，吳課長及本家裡的大哥、大姊都希望我們役男要能夠好好的照顧自己的身體，子曰：「身體髮膚，受之父母，不敢毀傷，孝之始也；」這是出自於《孝經》裡孔子與曾子有關孝道的一段對話，當然其中的道理不會很難理解，就是在教我們如何盡孝道而已，別讓我們的父母親擔心。另外吳課長要我們役男不要把在此服勤的這份任務當作只是來這簡單的服完役期就好；要當作是一份工作經驗的累積，將自己工作的態度徹底地展現出來。也可以當作初入社會的一小步，以便適應退伍後進入職場的環境。正因為課長這席話讓我在本家服役的這段日子沒有因此虛度光陰，這些話也是在我服役期間一直在警惕自己的話。

起初我是分配在屬於安老課的養護大樓執行勤務，協助在養護大樓工作的照顧服務員的相關工作，役男所扮演的角色就是協助這裡的大哥、大姊照顧居住在養護大樓的院民生活起居。之後，在因緣際會下我進入了社工課，在此我扮演的角色就是協助社工課裡的社工員處理有關院民童入出院及提供院民童在此居所碰到的問題。儘管在社工課裡頭的役男工作只是協助、輔助性質，但我並沒有因此把自己的態度降低，每天還是很認真的盡我所能將交代下來的事情辦妥。雖然也曾經發生過一些疏忽，把一件明明是我能力所及的事情做的不妥當，說實話我很擔心自己做的不夠好，因為我的疏忽造成

別人的負擔。這時候有人告訴我如果真的做不好她自己會再處理，殊不知這是最害怕、擔憂的，因為我是會要求自己的人，從小到大就被家裡的長輩教導自己要為自己負責，不能依靠別人、不能逃避問題。所以當別人這樣說時，反而會讓我覺得有一股無形的壓力隨之而來，讓我產生一定要把事情做完整的念頭，也因此得到許多不曾有過的經歷。記得先前聽長輩說過：「態度決定一個人的高度」，只要肯做事，沒有事情是辦不到的，當一個人的態度不好，學經歷再怎麼好也沒有人會欣賞你的。

歷史一再告訴我們，一個人會不會成功不在於他聰不聰明、知識的多寡，而是在於本身的態度和想法。以往我們不斷被灌輸錯誤的觀念，會接受別人協助的人就是自己能力不夠，亦非也，從近年許多職場上成功的案例中，可以發現它們之所以會成功就是因為採取團隊合作的方式、互相彌補，相信在本家服替代役學習到的經歷，讓我有機會學習到如何維持人與人之間良好關係的關鍵。



# 役男服役



# 心得

安老課役男 葉宇晨

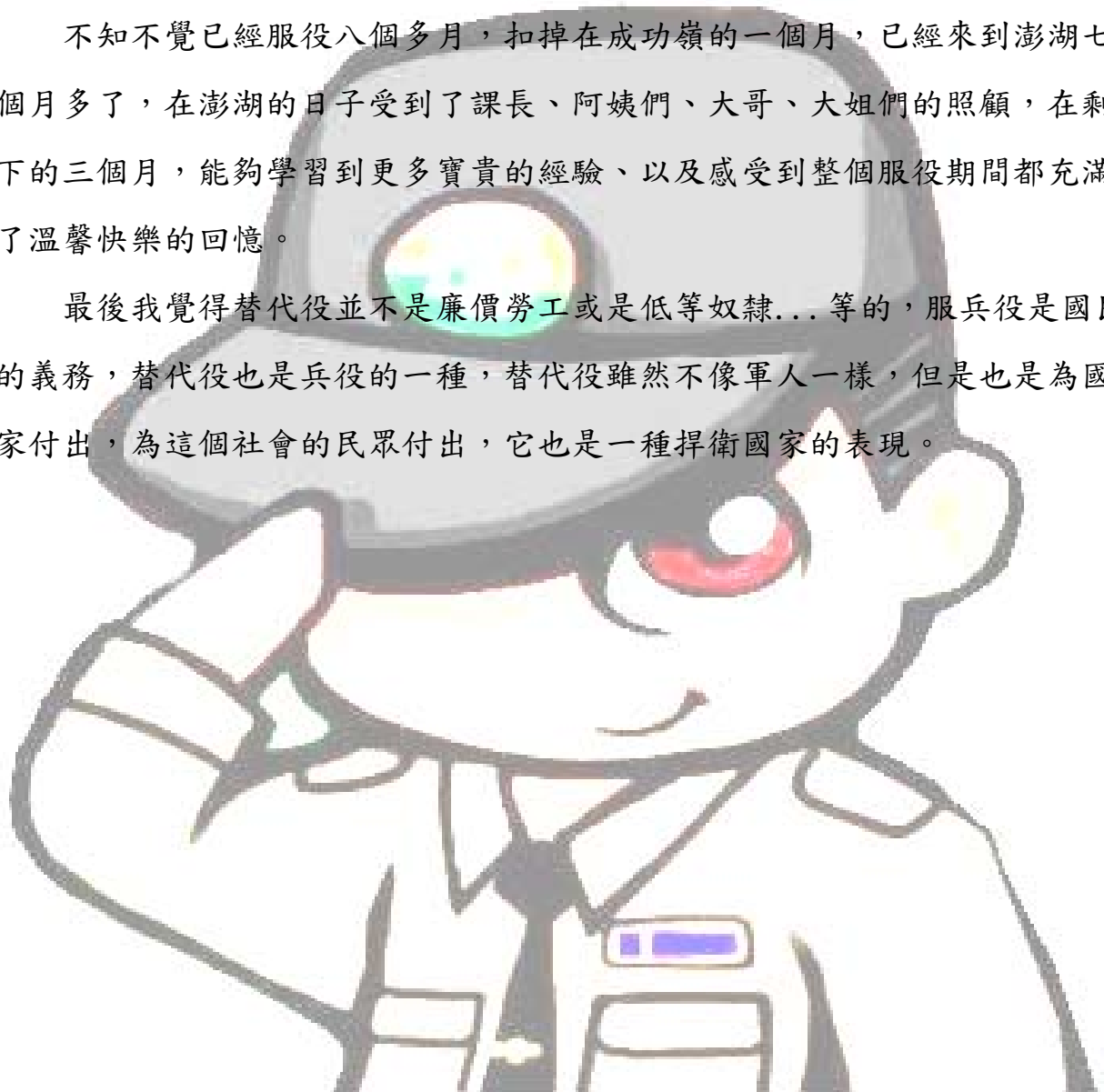
自專科畢業後，過幾個月兵單就來了，剛到成功嶺的時候感覺有點恐懼，畢竟這是生平第一次服兵役，後來進到部隊後，也認識了許多同梯好友，每天吃飯、睡覺、洗澡、連上廁所都一起去，這種一起生活的經驗或許只有在當兵的時候才能體驗的到吧。在成功嶺的日子裡，每天的生活作息都很規律，每天早上跑步、掃地、吃飯、洗碗、操課，很充實的度過。在分發役別的時候，同梯好友們各自選了自己所想要的役別，原本想選醫療役的，但是我們這梯剛好沒有醫療役的缺額，所以我選擇了跟醫療相關一點的社會役，與成功嶺的同梯好友各奔東西的離開了成功嶺。離開成功嶺後到了南投接受了社會役的專業訓練，在專訓裡每天也是一樣規律的生活作息，在經過專訓的八天課程後，我分發到澎湖的老人之家服役。

剛來到澎湖的時候，感覺澎湖是個很陌生的地方，畢竟第一次來的緣故吧。到這裡的第一天，學長帶我們認識整個園區的環境和事物，第一天開始在養護室工作時，真的是有點緊張，雖然以前實習的時候有去過類似的養護機構實習，但是畢竟還是第一次來到這個環境中。第一天學長們介紹了工作的環境以及工作的內容，我很努力的拿出筆記把學長講的跟阿姨大哥大姊們所教的點都記下來，畢竟要盡早熟悉這裡的環境以及熟練工作的內容，這樣對未來的日子才能過更習慣一些。剛開始光是記老人的名字、房間位置、床位、餐位、以及每天洗澡的名單就花了將近一個星期的時間去記，每天小心翼翼的抱著老人上下床，也是膽顫心驚的，害怕抱不動、害怕不小心讓這些

老人受傷，所以開始的兩個禮拜的時間，真的是每天動腦又動腦，整個不習慣到了極點。過了兩個禮拜後，開始慢慢習慣了每天的工作內容，也記住了所有老人的名字、房間位置、床位、餐位、以及每天洗澡的名單，經過了一個月後，工作慢慢順手了，終於稍微可以跟上學長們的腳步了，後來漸漸的接觸這些院民，與他們聊天、熟悉他們的個性、了解他們的一舉一動所表達的意思。經過兩個月後，不知不覺的我當了學長，因為有新的學弟加入了，所以我又有了新的任務，就是把我這兩個月來所學到的、以及每天慢慢累積的經驗，通通教給新來的學弟，讓他們能盡早熟悉這裡的環境以及每天的工作，最後希望學弟也可以把他們所學到的教給以後的學弟，讓學弟們在工作上輕鬆許多，也讓老人們更安全。

不知不覺已經服役八個多月，扣掉在成功嶺的一個月，已經來到澎湖七個月多了，在澎湖的日子受到了課長、阿姨們、大哥、大姐們的照顧，在剩下的三個月，能夠學習到更多寶貴的經驗、以及感受到整個服役期間都充滿了溫馨快樂的回憶。

最後我覺得替代役並不是廉價勞工或是低等奴隸...等的，服兵役是國民的義務，替代役也是兵役的一種，替代役雖然不像軍人一樣，但是也是為國家付出，為這個社會的民眾付出，它也是一種捍衛國家的表現。



# 役男服役



# 心得



安老課役男 張佑銓

民國 99 年 5 月 3 日清晨 7 點半，從桃園各地集結了一群無知的羔羊，隨著不認識的帶領者上了車，莫名其妙到了『成功嶺』，莫名其妙當了 21 天的兵，又莫名其妙的選了役別，最後莫名其妙的上了車，然後莫名其妙到了南投草屯社會福利工作人員研習中心上了 8 天課，然而在人生的轉捩點上我做了一場“豪賭”!!與才認識 8 天的室友一起選了離島(因為打賭輸了)的『內政部澎湖老人之家』服未來 11 個月的役期，11 個月說長不長說短也不短，到了分發日，在中心等待著單位派來的接領人，每個人都議論紛紛，有的在互相道別或會開開玩笑說到單位後會被學長怎樣怎樣…看著各個縣市的役男一一被他們所屬單位帶走，而自己的單位都還沒有人來，心中的緊張感莫名的增加，突然中心學長叫了澎湖老人之家，哇！終於來了(心中浮現)，和其他 2 人提起行李袋跟著走過去，一跟帶領人見面，就分配了工作，當知道自己被分配的工作是要在後方協助照服員從事照顧老人的工作，當然一開始根本不知道工作性質是什麼，也不會去多想，一路只想等等搭飛機的感覺是怎樣？會發生什麼事？因為第一次搭飛機，心中的緊張感早就大過自己未來的工作性質是什麼。還好一切順利到達澎湖馬公機場。

踏上澎湖這塊土地心中是既期待又怕受傷害，儘管在中心說到離島就跟出去玩一樣，但還是會因陌生而感到不安，等到司機來接我們到未來要服勤 11 個月的單位地點，第一眼看到澎湖老人之家，感覺心中不安也減少許多，



第一天辦完手續就到安老課，熟悉未來的工作性質、認識課長和各個工作人員，當天晚上請鄰房學長給我們看看每天工作內容，每各時間該做什麼？該注意什麼，面對隔天的工作。古人說“知己知彼 百戰百勝”嘛!!哈哈！有兩個字就是”禮貌”，這兩個字是我一開始被大哥阿姨們深深刻在我心中的，也是我們以後等到新學弟，第一要交代給他們的工作態度，也許我們兩個服役的時期不對吧，來兩天就有三個學長退伍，剛工作兩天就這麼刻苦剩下一個學長加兩隻菜鳥，不知道是適應力強還是只會傻傻的做，在一個禮拜就習慣三人工作，也要感謝大哥阿姨們的幫忙。

工作內容早上幫忙老人上下床，協助照顧服務員幫老人洗澡換床組，上餐桌板添飯發飯給老人，有些老人還需要餵食，最後收拾碗盤讓老人回房，之後打掃餐廳、巡視房間，看看老人有無異狀之後才能休息，下午只有星期一、四需要洗澡其餘工作都跟早上一樣，八月終於當學長換我們要教學弟做事，當然第一件就是禮貌態度(始終如一)，然後就是工作的內容和認識所有老人的名字與習慣，也許我們剛到時只有三個役男的緣故，所以對學弟們都要求比較多，畢竟要求他們萬一出錯誰也沒辦法負責，送院民就醫也是要教，一開始我也不熟悉，因為根本沒什麼機會到大醫院的急診、門診、復健、拿藥等等一推事情，從本家到醫院的路程也很重要，想到我第一次自己騎車到醫院拿藥居然在第三漁港迷路的事件，“路程”就變成要交給學弟們的重點之一。

跟老人的互動，現在又多了與老人下棋還有玩老鼠牌，不然以前只是問老人家以前是在作什麼事？家裡有多少人在哪做事？例：某位院民常常說自己十三歲就跟著父親一起出海捕魚。還有我們家最年輕的院民，每天都「阿伯、阿伯」的叫我們，有的是只記的小時候的事情，常常說「母叫我快點回

去吃飯阿」，每次都要哄他吃飯，讓人好氣又好笑。

不知不覺一月了，再過兩個多月我們也終於從替代役這所學校畢業，這短短幾個月我看了很多事情，也學了很多，當作錯事情只要勇於認錯不要多做一些無謂的辯解，事情總是可以解決，這是之前學長親身經歷的例子，雖然是不好的示範，不過看在眼裡也能知道怎樣處理比較妥當，阿姨說過：「就算是學長，做錯也要勇敢說出來不要因為他是學長就不敢去糾正他」，有學長說過我們役男是廉價的勞工，但我認為那只是個人的觀感，對我來說，替代役讓我體會到工作該有的態度和專業，想必這對以後出社會都有用，最後在這裡我要感謝課長和叔叔阿姨大哥大姐們這幾個月的照顧，雖然時間很短但是我不會忘了和大家一起工作的種種回憶。



# 役男服役



# 心得

安老課役男 蔡崇偉

來到澎湖算一算也已經經過了五個月，而且正在邁向第六個月，回想起從鄉公所一路到成功嶺，再從成功嶺的二十一天基本訓練，到了南投訓練中心接受八天的專業訓練，再從南投訓練中心選擇了「內政部澎湖老人之家」，我的役期也過了大半。從剛到成功嶺的活老百姓，到澎湖的社會役役男，我想這是一個很大的轉變，

雖然在南投的時候，在選服勤單位時掙扎了一下，但是我還是毅然的選擇了澎湖，在來到澎湖的第一天，老實說那是我第一次坐飛機，雖然高中開始就一直是住在學校宿舍，但是「澎湖」真是一個讓人感覺遙遠的地方，因為要坐飛機前往，就令人感覺遙遠，而且令人有一種漂洋過海的感覺，但是來到澎湖以後，才發現其實澎湖就跟其他縣市沒啥兩樣，只是地理環境不同而已。

第一天來到澎湖，就令我感覺澎湖真是一個充滿溫暖的地方，來到安老課，安老課的各位也是充滿笑容的迎接我們，雖然我們負責的工作是照顧老人，這讓從未接觸相關工作的我內心忐忑不安，擔心自己做不好，但是經過這一段日子以來學長的教導，照服員們的指導，還有阿公阿嬤們的笑容，讓我不禁感覺，來澎湖真是對了，在養護室工作的日子裡，我們總是受到很多人的照顧，安老課的紀課長，彩萍姐、貴銀姐，還有養護室的所有照服員，還有行政大樓的各位，當然最不能忘記的，就是我們辛苦犧牲自己的時間來

幫忙的志工阿姨們，在此讓我們謝謝心緣志工隊的阿姨們，他們總是花費很多時間來幫忙，也花費時間安排一些活動，我想這是值得大家學習的。

由於我們工作的內容是老人照護，因此總是少不了與老人家們的接觸，在一段日子的相處以來，從一開始的不知所措，到如今的可以與老人一起閒話家常，我想每天工作時最高興的事，便是可以看到他們開心的笑容吧！像是有趣的金崑阿嬤、總是噘著一張嘴的許麵阿嬤、總是不喜歡說話的芍藥阿嬤、總是哭的跟孩子一樣的鄭選阿嬤、還有笑的時候眯著一雙眼睛的見智阿公、還有喜歡搖高床頭的朝逢阿公、還有好多好多的公阿嬤，雖然有些阿公阿嬤像小孩子一樣喜歡耍小性子，但是看到他們高興時候的笑臉，這一切的辛苦都是值得的。

在南投訓練中心時，長官們說的話裡我記得最清楚的是「要成長」，我想在老人之家的日子裡我學到了好多東西，也許就在這時間的消逝裡，我也獲得了成長，雖然一開始也有遇到不順，但是就如在海上的船一樣，旅途上是沒有所謂的一帆風順的，總是會有不少的風浪，但是風雨過去以後看到的彩虹總是最美麗的，所以我想我做了一個我不會後悔的決定，如果你問我後悔來到這裡嗎？我會回答如果讓我再選一次，我還是會選擇澎湖老人之家。



# 役男服役



# 心得

秘書課役男 蔡季誠

澎湖，一個我打從娘胎開始，就與我有著密不可分關係。歌手潘安邦的一首「外婆的澎湖灣」，道出了我與這美麗島嶼的淵源。雖然隨著物換星移的轉換下，兒時記憶的澎湖灣，與近年所見的菊島風光，有著許多不同的蛻變與新樣貌。但，我深信唯一不變的，是一股存在咕咾石與馬約利卡磁磚中，屬於澎湖獨有的氣息與人情味。於是，帶著期待與雀躍的心情，站在南投專訓的禮堂上，對著麥克風喊出服役地點：「內政部澎湖老人之家」。當下開始，我已經準備好奔向熱情的陽光、白皙的沙灘與蔚藍海岸的懷抱，並也在心裡大喊著：「出發，澎湖，我來了！」。

在本家，我隸屬的單位是秘書課，工作主要內容主要為門禁管控、環境整理與協助公文發送至各課室。工作內容其實相較之下較為單純。而剛入本家服役之時，也適逢三年一度的評鑑工作，於是也投入協助評鑑相關之資料整理。雖然那段時間，每天忙的團團轉，但是卻也給了我很多機會跟時間跟不同的長者聊聊天與短暫的進行互動。身為後輩的我，也總是從許多相關紀錄或與他們的互動交談的過程中，學習到許多不同的人生經驗與體悟。

我相信，每個人背後都有屬於自己的故事，而故事中的媒介與素材也源自人與環境交互影響之下的產物。如同居住在本家的長者一樣，不論他們的過去是個怎麼樣的歷程，對於他們而言，自己的生命地圖都是獨特、與別人

與眾不同，也都具有他們精采的腳本。或許有些長者無法能具有清楚表達的方式，但是未嘗在他們的腦海中，也正在播送屬於他自己的人生電影。

來到本家服役，其實是很幸福的。感謝主任、課長們、職員們與照顧服務服員們總是給予我們許多的照顧與溫暖。時常不忘叮嚀我們要多照顧自己的身體，也常傳授我們許多在職場上應對進退的處事原則。謝謝大家，這些照顧與溫暖的關心，讓即使身在離島的我們，也總是感受到家一樣的溫暖。

最後，我想說的是很高興能跟這一群替代役夥伴們一起共事，大家都來自不同的地方，但卻也因緣際會之下來到澎湖老人之家共事。每天晚上警衛室的熱鬧氣氛，總是夾雜的彼此起落的歡笑聲。從七年三班到八年一班，年紀雖然有「些微」的差距，但是相同的是，卻是大家真誠互動的那一顆心。

這一趟澎湖服役之旅，對我而言是一趟滿載而歸的旅程，認識了許多人，學習到許多的事情，更重要的也認識了不少的好伙伴與前輩們，謝謝在澎湖老人之家的你們，在這一段時間對我的照顧與包容。帶著滿載收穫的行囊，也隨即於兩個多月的時間，開始要往下一段旅程出發。以後，當我再回澎湖時，絕對不會忘記，回到這個充滿許多回憶的單位走走看看。謝謝大家。



# 役男服役



# 心得



## 秘書課沒男 段慶禹

我是段慶禹，想當初時間過的超快的，一轉眼的時間我就從大學畢業了。畢業後沒多久我就收到兵單，這比我想像中收到兵單的日子還要快。但這是必經之路沒得選擇只好接受。入伍當天抱著忐忑不安的心情抵達成功嶺，為期 16 天的新訓生活就這樣開始。

剛開始入伍受訓時，發現以前的我不受約束，新訓的日子讓我發現我以前的散漫，男生真的需要接受當兵的日子才能成長，剛踏入成功嶺的我，接受一連串的自我管理跟基教課，我發現我不是做不到而是懶得做，新訓的大越野這是基本的訓練體能外加上基本教練課更是苦上加苦早上六點起床開始大越野讓我的腳痛到不行，接著是整理內務，短短幾分鐘內要整理好棉被又要刷牙根本是在追時間跑，吃完早餐後再來是上課，上課有夠辛苦阿不能睡覺又要坐的挺，腰都痛了。

基教課的基本動作在太陽底下幾乎常被曬傷，洗澡時常遇到剛打開水就聽到外面在叫「裡面洗澡的快點」，常常一個動作做不好就被隊長們罵的很慘，但是新訓也在轉眼間就結束了。

由於我選擇的役別是社會役，在成功嶺打包完行李就被載往南投草屯去接受專訓，八天的受訓日子過得比在成功嶺輕鬆整天都在上課，不過就是有點無聊，到了正式選服勤單位，由於同房的弟兄嘴巴很神準在前兩天就對我

說：「慶禹阿!!我覺得你會被分到澎湖捏！」非常酷的完全照他劇本走，當我知道我選到澎湖老人之家時有點驚訝，但是既然選到了，就好好的服完這一年役，在八月四日我正式踏上澎湖的土地，到達澎湖老人之家後對澎湖這邊的食物似乎有點不太習慣，花了點時間適應這裡，還有澎湖的風比台灣那邊大很多，騎車需要特別注意，而冬天這裡的風更是大到無法想像，整個像颱風一樣，雖然裡面的役男們沒有辦法一起放假出去玩，但是有放假的學長還是會帶我們到澎湖景點去走走晃晃，像是跨海大橋、觀音亭、林投公園等等。裡面公務人員也都對我們很好，常提醒我們天冷要多穿衣服等等，而裡面辦的活動、吃飯、中秋烤肉、尾牙都有算役男們一份，在老人之家我被分到秘書課所管理的警衛室，而我的工作就是門禁管制，還有送公文跟清潔環境，來到這邊也過了快六個月，漸漸習慣了這邊的生活，剩下幾個月的時間就要退役了，要把握在老人之家服役的時間，好好想想退伍後所要做的事情。





# 專題講座

## 性侵害防治

澎湖縣馬公市衛生所

護士 涂慧真

### 何謂性侵害：

凡是任何涉及性的意涵之行為，均被視為性侵害。嚴重的性侵害行為包括性交、口交、體外射精、性器官接觸、性猥褻，其他輕微的包括展示色情圖片、口語上的性騷擾、強迫觀賞色情影片、不斷撫摸女（男）性身體、窺視等，都屬於性侵害的範圍。

### 性侵害的迷思

- 只有強暴才算性侵害-凡是任何涉及性的意涵之行為，均被設為性侵害。
- 性侵害的發生都是臨時起意的-事實上，有的性侵害事件是加害人長時間、有計畫的「預謀事件」。
- 對於「兩相情願」的性關係，哪裡算是性侵害呢？法律保護任何人享有性的自主權，不因彼此熟識、或家人關係，就漠視被害人對自己身體的控制權，以及拒絕他人傷害的權利。
- 只有發育成熟、穿著暴露的年輕女子才會遭到性侵害-事實上，從六個月大的嬰兒到八十歲的老嫗，都可能成為被害人

- 只有女性才會遭到性侵害。根據研究顯示，女性雖為高危險群，但男性、小男孩也無法避免遭到性侵害。
- 只要被害人奮力抵抗，就能夠避免性侵害的發生。性侵害的發生常伴隨其他暴力形式：例如誘騙、肢體暴力、名譽威脅、生命威脅、職權威脅等，不是被害人抵抗就能夠避免的。
- 被害人會為了某些原因（如報復或獲取利益），謊稱受到性侵害。性侵害對被害人的傷害相當深重，若有被害人蓄意捏造遭到性侵害，所受到的身心壓力更勝於性侵害的控告。

### 危機處理

- 保持鎮定：不要說刺激對方的話，也不要回打，設法讓他也冷靜下來，以免火上加油。
- 保護自己：尤其是頭、臉、頸、胸、腹等主要身體部分。
- 適時攻擊：如果決定以攻擊來作為逃脫的方法，要找適當的時機，全力一擊，不可猶豫。
- 大聲呼救：請家人、鄰居幫忙。
- 快點避開：離開現場或到親戚、鄰居、朋友家，或到處理家庭暴力的機構。
- 去找警察：請警察出面制止施暴或送醫，或送庇護中心。
- 趕快到一個安全的地方或請親友支援。
- 牢記歹徒各項特徵。
- 保持現場，不要移動或觸摸任何現場器物。

- 先換穿一件外套或大衣，不要換衣物。
- 不要清洗陰道以便採得施暴者毛髮、精液。
- 向有關的諮商中心求救。
- 復建：在復健的過程，無論在生理或心理上，都需要時間癒合，應該和專業人員充分配合，不要半途而廢。

## 性侵害被害人權益保障

### 一、處理性騷擾的方式

- 明白對騷擾者表示抗議，大聲說「不」！要求其立即停止騷擾行為並道歉。
- 可聯合其他受到相同騷擾的被害人一起勇敢採取行動。
- 相信自己的直覺，不要忽視或懷疑自己，理直氣壯的表達自己的憤怒，向在場的人大聲說自己的遭遇，阻止騷擾者繼續其騷擾行為，如未來欲提出申訴時，才有人證可以證明騷擾行為確實發生。
- 拒絕的態度要嚴肅明確，前後一致。
- 避免與性騷擾加害者的再次接觸，在公事及私事間劃清界線。
- 將自己的遭遇告訴他人，不僅可以避免自己被孤立、獲得情緒上支持，還可和有相同經驗或願意幫忙的朋友一起想辦法，阻止性騷擾的繼續發生。
- 勿期待或要求特別的待遇，天下沒有白吃的午餐。
- 不要與可能的騷擾者(客戶)共飲，減少應酬或見面的可能性。
- 沉著冷靜，並出其不意的掙脫。使用防身技巧，保護自己，掙脫後並可用各種方式引起旁人注意，利用群眾嚇退、制止騷擾者。

## 二、性騷擾基本防範知識

- 了解區辨潛在騷擾者之警訊指標，並與其保持適度距離
- 清晰的溝通：當事人對於潛在的加害人，在溝通上必須十分清楚地表達自己真正的想法，以減少因誤解而產生的性騷擾。
- 對性騷擾堅決地說「不」：如果對方強行施予不受歡迎的行為，當事人應該立刻表達出來，以適時制止。
- 必要時應採取行動：對於性騷擾者的行為，隱忍並不能解決問題，甚而會姑息養奸，使得情況變本加厲。因之，當事人應在衡量輕重後，於適當時機採取積極行動，而由於受害者常不只一個，是以其可以聯合其他受到相同騷擾的受害者一起行動。

# 專題講座

## 壓力調適

署立澎湖醫院精神科專科醫師

醫師 郭昭麟

何謂「壓力」？

通常要對一個名詞下一個定義是困難的，一般而言，壓力有物理和心理的意義：壓力就物理的意義係指：壓力（ $p$ ）是單位面積（ $A$ ）承受外在力量（ $F$ ）的結果。使我們覺得緊張的外來壓迫，壓力本身沒有絕對的好壞。

常見原因有下列幾種：

- 來自學業或工作
- 來自生活（如家庭功能、支持系統、環境之不全或改變等）
- 來自個人性格（如不能自我肯定、追求完美）

青少年常見壓力表象

- 學業壓力：父母親要求考第一名的期望與心態。
- 家庭壓力 來自父母的要求與期待、親子溝通和手足相處問題，青少年孩子開始追求自我獨立，表現反抗行為等。
- 兩性關係：對青少年孩子來說是很重視。

- 生活壓力：根據崔珮玲(民 92) 研究發現青少年面臨最多的生活壓力事件，依序為：「自我期望事件」、「課業與溝通事件」、「自我表現事件」、「生活環境與人際關係事件」。日常生活上，例如政治的亂象、社會價值的混亂、補習才藝、上網問題…等也是長期慢性壓力的來源。

### 壓力造成的不舒服

- 壓力造成的症狀：
- 情緒不穩、緊張、焦慮、憂鬱、不安、頭暈、心跳不規律、無法放鬆
- 不正常的飲食習慣，生活習慣—如抽菸喝酒等，行為障礙
- 喘不過氣來、胃潰瘍、十二指腸潰瘍、高血壓等。

### 青少年的壓力

- 壓力調適困難時，情緒波動是最直接的表現
- 更容易以衝動、煩躁不安、強烈憤怒來表達
- 家長常無法理解「只是一點小事為何發那麼大脾氣」。
- 也可能以徹底放棄的方式來逃避自己無法處理的困境，例如課業壓力重就  
5. 乾脆不去學校、交友不順就徹底封閉自己
- 睡眠和飲食的變化也相當常見，失眠、茶飯不思，終日嗜眠、暴飲暴食
- 有興趣之事提不起勁去做、覺得無望無助、甚至想傷害自己，都可能是壓力調適困難的現象。

### 壓力調適方法

## ● 行為方法

1. 充足的睡眠
2. 均衡的飲食
3. 適當的運動
4. 時間管理

## 練習放鬆方法

## ● 心理調適

1. 提升自我肯定感：建立正確的生活目標
2. 打破求完美的行為模式：如先「有」再「好」，從「固定品質」的想法轉為「固定時間」
3. 時時注意情緒
4. 促進青少年與父母親之有效溝通

## 放鬆方法

## ● 腹式呼吸

1. 自我暗示放鬆訓練
2. 漸進式肌肉放鬆法

## ● 腹式呼吸

- (1) 能放鬆情緒，適用情緒：憤怒、緊張、憂鬱。
- (2) 吸氣和吐氣的速度盡量放慢，達到你自己覺得放鬆了，才是正確的速度。

## 自我暗示放鬆訓練

## ● 步驟：

1. 暗示放鬆訓練—降低生理壓力
2. 身體左右兩邊的重量的平衡
3. 力轉移到心跳，嘗試著感覺你的心跳
4. 力轉移到呼吸，輕鬆的吸進來，慢慢的吐出去
5. 力轉移到手掌心，讓我的手心溫暖起來

## 漸進式肌肉放鬆法

- 拉緊某一塊肌肉數秒後，再放鬆該塊肌肉的方式，來分辨身體肌肉分別處於緊張與放鬆狀態時的差別，進而能抓出身體緊張的部位，使其放鬆，以解除無意識下身體持續維持緊繃以至可能引致身心疾患的壓力狀態。
- 生理效應—因為肌肉過度緊張所造成的問題，即使無法完全消除，至少也能得到舒解。
- 心理效應—可以經由肌肉的鬆弛，達到生理適度調節與情緒的舒緩。

## 原則與技巧。

- 二十到三十分鐘左右。
- 緊張與放鬆的比率 3: 5，或是 5 秒緊張，40 秒放鬆。
- 重點是放鬆。
- 練習至少數星期以上。
- 手—頭—頸—胸—肩—腳。
- 每組兩次。

## 結語



● 減壓四口訣：說、唱、做、寫

說：要能談出來，找信任的人把心情和情緒說出來。

唱：藉由唱歌舒發情緒，讓胸腔肌肉有個運動。

做：一週最少做幾次出汗運動，做一個減壓的腹式呼吸。

寫：透過寫，整理思緒、釐清不高興的原因。

● 壓力管理的方式，總結是從以下著手：

從「頭」做起：正面積極思考與控制自我。

從「心」出發：表達自我與建立支援關係。

從「生活」立基：組織管理與正確做決定。

從「身體」放鬆：主掌自己的身體。

從「習慣」養成：保持自身健康。

# 活動花絮



99.06.24 照顧兒少罹患人類免疫缺乏病毒感染者照顧技術訓練



99.07.02 少教所 98 年度第二次團體座談會



99.07.03 澎湖縣社區大學結業式暨成果發表會



99.07.05 心緣志工隊餐點製作(水餃)

# 活動花絮



99.07.05 心緣志工隊志工評鑑優等頒獎



99.07.14 澎湖家庭扶助中心來訪



99.07.17 財團法人天主教失智老人社會福利基金會-  
大腦保健操社區宣導暨失智症篩檢活動



99.07.26 區域教育訓練-身心機能活化運動體驗研習

# 活動花絮



99. 07. 27 團體活動-光陰的故事



99. 07. 28 外界捐贈訪問



99. 07. 29 團體活動-光陰的故事 2



99. 7. 30 社工外部團督-如何進行服務方案之設計與評估

# 活動花絮



99.08.01 本家少教所院童參觀生活博物館活動



99.08.08 團體活動-光陰的故事 3



99.08.11 人事業務績效考核



99.08.18 澎湖縣政府 99 年推動民眾上網-澎科大至本家教電腦

# 活動花絮



99. 08. 20 澎湖縣政府 99 年推動民眾上網-澎科大至本家教電腦 2



99. 08. 21 自殺宣導



99. 8. 25 本家養護院民外出購物



99. 8. 27、28、29 區域教育訓練-護理服務與管理

# 活動花絮



99. 8. 27 人事讀書會



99. 8. 9、10 本家赴台觀摩日間照顧



99. 9. 5 第三次志願服務座談暨聯誼會



99. 9. 13、14、27、28 財團法人台灣愛克曼兒童及青少年體驗學習協會  
- 「夢想奇航」專案服務

# 活動花絮



99.9.14 吉他演奏



99.9.15 月亮有情更生有愛-更生人、受保護管束人、社會勞動人中秋節一日志工活動



99.9.17 澎湖縣水噹噹婦幼會慶祝中秋聯歡晚會



99.9.17 心緣志工隊中秋節外訪獨居老人



# 活動花絮



99. 9. 21 社工外部團督-團體活動之設計與帶領



99. 9. 21 院民慶生暨慶祝中秋節加菜活動



99. 10. 12 文康活動



99. 10. 13 何歡劇團蒞家表演

# 活動花絮



99.10.15 光華社區重陽敬老辦桌活動



99.10.15 安老課懇親會暨課親職講座



99.10.26 陳基益老師吉他演奏



99.11.5 社工外部團督-照顧服務人員應有之態度與認知

# 活動花絮



99. 11. 07 馬公國中童軍社蒞家慰訪院民



99. 11. 08 捐贈物資



99. 11. 9 澎湖科技大學服務業經營管理研究所訪視



99. 11. 10 失智基金會

# 活動花絮



99. 11. 15 第二次院民童個案研討暨兒少專業外部團督-如何強化個案生活記錄



99. 11. 16 澎湖科技大學磐石社及文光國中社服社蒞家慰訪院民



99. 11. 17 縣府查核



99. 11. 18 院民卡拉 OK 活動

# 活動花絮



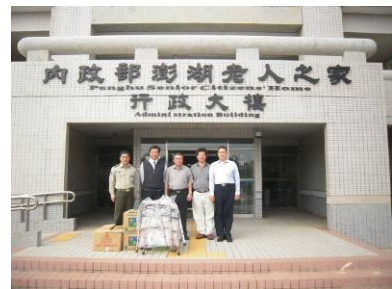
99.11.18 青少年成長團體



99.11.23 澎湖縣肢體傷殘協會古月樂團蒞家表演



99.12.2 中興國小蒞家慰訪院民



99.12.06 澎湖憲兵隊物資捐贈

# 活動花絮



99. 12. 08 中正國小附設幼稚園蒞家慰訪院民



99. 12. 15 明圓托兒所蒞家慰訪院民



99. 12. 18 內政部澎湖老人之家年終餐敘



99. 12. 20 耕讀托兒所蒞家慰訪院民

內政部澎湖老人之家 99 年度 7 月至 12 月份外界捐款徵信錄

日期	捐贈者	金額	用途	備註
99.07.05	邱有諒	300	院民加菜金	
99.07.05	邱蔡春赫	300	院民加菜金	
99.07.07	洪永豐	1,000	院童慰問金	
99.07.07	洪長麟	300	院童慰問金	
99.07.07	洪惠玲	300	院童慰問金	
99.07.07	洪福志	300	院童慰問金	
99.07.07	洪淑麗	100	院民加菜金	
99.07.07	葉興國	100	院民加菜金	
99.07.09	陳苓娟	4,600	院民加菜金	
99.07.19	顏公坪	12,000	院童慰問金	
99.07.22	蔡碧蓮	1,000	院民加菜金	
99.07.28	歐福吉	10,000	院民加菜金	
99.07.28	陳順壹	10,000	院童慰問金	
99.07.28	張全一	10,000	院童慰問金新台幣貳萬元整、教保人員加菜金新台幣貳萬元整，由張全一、高欽龍、劉文彬、薛元富等 4 人各捐新台幣 1 萬元整	
99.07.28	高欽龍	10,000		
99.07.28	劉文彬	10,000		
99.07.28	薛元富	10,000		
99.08.02	邱有諒	300	院民加菜金	
99.08.02	邱蔡春赫	300	院民加菜金	
99.08.06	洪永豐	1,000	院童慰問金	
99.08.06	洪長麟	300	院童慰問金	

內政部澎湖老人之家 99 年度 7 月至 12 月份外界捐款徵信錄

日期	捐贈者	金額	用途	備註
小計		82,200		
99.08.06	洪惠玲	300	院童慰問金	
99.08.06	洪福志	300	院童慰問金	
99.08.06	洪淑麗	100	院民加菜金	
99.08.06	葉興國	100	院民加菜金	
99.08.07	財團法人青年 領航基金會	8,000	院民加菜金	
99.08.13	黃孫	20,000	院童慰問金	
99.08.16	蔡碧蓮	1,000	院民加菜金	
99.09.08	洪永豐	1,000	院童慰問金	
99.09.08	洪長麟	300	院童慰問金	
99.09.08	洪惠玲	300	院童慰問金	
99.09.08	洪福志	300	院童慰問金	
99.09.08	洪淑麗	100	院民加菜金	
99.09.08	葉興國	100	院民加菜金	
99.09.10	趙正派	10,800	院民慰問金	
99.09.13	邱有諒	500	院民加菜金	
99.09.13	邱蔡春赫	500	院民加菜金	
99.09.20	蔡碧蓮	1,000	院民加菜金	
99.10.04	邱有諒	300	院民加菜金	
99.10.04	邱蔡春赫	300	院民加菜金	



內政部澎湖老人之家 99 年度 7 月至 12 月份外界捐款徵信錄

日期	捐贈者	金額	用途	備註
99.10.06	內政部 老人之家暨 澎湖就業服務站 有限責任 澎湖就業者 員生消費合作社	16,319	院民加菜金	
小計		30,819		
99.10.08	洪永豐	1,000	院童慰問金	
99.10.08	洪長麟	300	院童慰問金	
99.10.08	洪惠玲	300	院童慰問金	
99.10.08	洪福志	300	院童慰問金	
99.10.08	葉興國	100	院民加菜金	
99.10.08	洪淑麗	100	院民加菜金	
99.10.11	台電澎湖區營業處	30,000	九九重陽節老人加菜金(院民)	
99.10.18	陳保棋	3,600	院民加菜金	
99.10.19	王建築	333	院民加菜金	
99.11.04	蔡碧蓮	1,000	院民加菜金	
99.11.04	張先生	10,000	院民加菜金	
99.11.08	邱有諒	300	院民加菜金	
99.11.08	邱蔡春赫	300	院民加菜金	
99.11.08	洪永豐	1,000	院童慰問金	
99.11.08	洪長麟	300	院童慰問金	
99.11.08	洪惠玲	300	院童慰問金	
99.11.08	洪福志	300	院童慰問金	
99.11.08	葉興國	100	院民加菜金	

內政部澎湖老人之家 99 年度 7 月至 12 月份外界捐款徵信錄

日期	捐贈者	金額	用途	備註
99.11.08	洪淑麗	100	院民加菜金	
99.11.17	蔡碧蓮	1,000	院民加菜金	
99.11.29	楊惠華	1,000	院民加菜金	
小計		51,733		
99.12.01	邱有諒	300	院民加菜金	
99.12.01	邱蔡春赫	300	院民加菜金	
99.12.07	洪永豐	1,000	院童慰問金	
99.12.07	洪長麟	300	院童慰問金	
99.12.07	洪惠玲	300	院童慰問金	
99.12.07	洪福志	300	院童慰問金	
99.12.07	葉興國	100	院民加菜金	
99.12.07	洪淑麗	100	院民加菜金	
99.12.10	蔡碧蓮	1,000	院民加菜金	
99.12.16	澎湖縣澎湖 國際同濟會	22,000	院民慰問金	
99.12.22	呂財隆	2,000	院民加菜金	
99.12.23	張耀琨	5,000	院民慰問金	
99.12.23	張期富	5,000	院民慰問金	
小計		37,700		
總計		233,252		

內政部澎湖老人之家 99 年度 7 月至 12 月份外界捐贈（物品）徵信錄

日期	捐贈者	物品	折合現金	用途	備註
99.07.05	王伶君	紙尿褲 12 包	2,640	轉交安老課院民食	
99.07.07	行政院農委會農糧署	香蕉 30 公斤	750	轉交安老課院民食	
99.07.14	青海無上師會	素食便當 122 個	4,758	轉交安老課、少教所院民、童食用	
99.07.26	台北縣農會	香蕉 30 公斤	640	轉交安老課院民食	
99.07.28	許元泰	三洋液晶顯示器 1 台、元泰等總價 4 萬 4 千元整	10,000	轉交安老課院民食	
99.07.28	陳明傳		10,000		
99.07.28	鄭錫欽		10,000		
99.07.28	吳進亨		10,000		
99.07.28	吳泰平	安箱安紙尿褲 8	10,000	轉交安老課院民食	
99.07.28	蔡文玉	安箱安看護墊 10	10,000	轉交安老課院民食	
99.07.28	高燁珍	古木桌椅組 1 組、會客椅組 1 組、會客桌+椅組 2 組、休閒椅 6 張、訂製木長條椅 2 張，由高燁珍等 6 人合購，總價新台幣 10 萬元整	10,000	轉交安老課院民食	
99.07.28	李富源		10,000		
99.07.28	許朝來		10,000		
99.07.28	徐東生		10,000		
99.07.28	吳見良		10,000		
99.07.28	葉志雄		10,000		
99.08.05	李足女	沐浴乳 26 罐、洗髮乳 5 罐、牙膏 8 支	2,210	轉交安老課院民食	
99.08.06	無名氏	葡萄、勝納、立攝、紙尿褲、箱包 10 適 1 3	3,310	轉交安老課院民食	
99.08.19	趙文書	洗髮精 42 罐、沐浴乳 73 罐	26,335	轉交安老課用	
99.08.30	莫王玉桂	餅乾 16 包、白米 210 公斤	8,700	轉交安老課、膳委會院民食	

內政部澎湖老人之家 99 年度 7 月至 12 月份外界捐贈（物品）徵信錄

日期	捐贈者	物品	折合現金	用途	備註
小計			169,343		
99.08.30	基泰營造有限公司	白米 16 公 斤、餅乾 11 包、魚罐頭 12 罐、飲料 4 箱	2,318	轉交安老課、膳委會 院民食用	
99.09.03	台灣創價學會	小蝸牛 16 入 禮盒 26 盒	17,160	轉交安老課、少教所 院民、童食用	
99.09.08	大內慈安宮	白米 5 公斤	200	轉交安老課膳委會 院民食用	
99.09.08	陳煌如	白米 5 公斤	200	轉交安老課膳委會 院民食用	
99.09.08	李碧鳳	白米 5 公斤	200	轉交安老課膳委會 院民食用	
99.09.08	姚靜雲	白米 5 公斤	200	轉交安老課膳委會 院民食用	
99.09.08	蔡文姿	白米 5 公斤	200	轉交安老課膳委會 院民食用	
99.09.08	李金枝	白米 5 公斤	200	轉交安老課膳委會 院民食用	
99.09.08	陳郭月枝	白米 5 公斤	200	轉交安老課膳委會 院民食用	
99.09.08	陳福義	白米 5 公斤	200	轉交安老課膳委會 院民食用	
99.09.08	陳月寶	白米 5 公斤	200	轉交安老課膳委會 院民食用	
99.09.08	陳鳴鵬	白米 5 公斤	200	轉交安老課膳委會 院民食用	
99.09.08	陳宏祥	白米 5 公斤	200	轉交安老課膳委會 院民食用	
99.09.08	陳秀婷	白米 5 公斤	200	轉交安老課膳委會 院民食用	
99.09.08	陳珈璟	白米 5 公斤	200	轉交安老課膳委會 院民食用	
99.09.08	陳冠學	白米 5 公斤	200	轉交安老課膳委會 院民食用	
99.09.08	陳國雄	白米 5 公斤	200	轉交安老課膳委會 院民食用	
99.09.08	陳張瑞雲	白米 5 公斤	200	轉交安老課膳委會 院民食用	
99.09.08	陳煌如	白米 5 公斤	200	轉交安老課膳委會 院民食用	

內政部澎湖老人之家 99 年度 7 月至 12 月份外界捐贈（物品）徵信錄

日期	捐贈者	物品	折合現金	用途	備註
99.09.08	馮博揚	白米 5 公斤	200	轉交安老課膳委會 院民食用	
小計			23,078		
99.09.08	陳智信	白米 5 公斤	200	轉交安老課膳委會 院民食用	
99.09.08	翁添丁	白米 5 公斤	200	轉交安老課膳委會 院民食用	
99.09.08	陳美銀	白米 5 公斤	200	轉交安老課膳委會 院民食用	
99.09.08	陳榮彬	白米 5 公斤	200	轉交安老課膳委會 院民食用	
99.09.08	莊秋珠	白米 5 公斤	200	轉交安老課膳委會 院民食用	
99.09.08	郭碧瑛	白米 5 公斤	200	轉交安老課膳委會 院民食用	
99.09.08	洪秋娟	白米 25 公斤	1,000	轉交安老課膳委會 院民食用	
99.09.08	陳來巧	白米 5 公斤	200	轉交安老課膳委會 院民食用	
99.09.08	蔡清榮	白米 5 公斤	200	轉交安老課膳委會 院民食用	
99.09.08	陳淑芳	白米 15 公斤	600	轉交安老課膳委會 院民食用	
99.09.08	施家財	白米 15 公斤	600	轉交安老課膳委會 院民食用	
99.09.08	朱珈誼	白米 5 公斤	200	轉交安老課膳委會 院民食用	
99.09.08	范毅翔	白米 5 公斤	200	轉交安老課膳委會 院民食用	
99.09.08	范智光	白米 5 公斤	200	轉交安老課膳委會 院民食用	
99.09.08	郭碧燕	白米 5 公斤	200	轉交安老課膳委會 院民食用	
99.09.08	范進龍	白米 5 公斤	200	轉交安老課膳委會 院民食用	
99.09.08	黃建雄	白米 15 公斤	600	轉交安老課膳委會 院民食用	
99.09.08	楊秀香	白米 15 公斤	600	轉交安老課膳委會 院民食用	
99.09.08	黃家豪	白米 5 公斤	200	轉交安老課膳委會 院民食用	

內政部澎湖老人之家 99 年度 7 月至 12 月份外界捐贈（物品）徵信錄

日期	捐贈者	物品	折合現金	用途	備註
99.09.08	黃家偉	白米 5 公斤	200	轉交安老課膳委會 院民食用	
小計			6,400		
99.09.08	無名氏	白米 50 公斤	2,000	轉交安老課膳委會 院民食用	
99.09.09	無名氏	可口奶滋 8 包、 旺旺仙貝 5 包	1,500	轉交安老課、少教所 院民、童食用	
99.09.15	許朝鑒	蔭油露 3 箱	3,240	轉交安老課膳委會 院民食用	
99.09.15	台灣更生保分 護會澎湖會	月餅 70 份	2,240	轉交安老課院民食 用	
99.09.16	蔡武智	月餅 60 盒、柚 子 60 個	5,100	轉交安老課院民食 用	
99.09.17	財團法人 台灣省和 中市廣濟 宮	風信子攝影筆雙 記書桐花側背包 喜桐星心相 6 個、盒 30 提歐 印盒禮、盒 25 盒 香斤、木瓜 24 公	23,900	轉交安老課、少教所 院民、童食用	
99.09.20	行政院農委會 農糧署	紙尿褲 2 包、 漱口水 1 罐	1,740	轉交安老課院民食 用	
99.09.20	馬公市公所 蘇市長	甜桃 1 箱	1,500	轉交安老課院民食 用	
99.10.13	無名氏	紙尿褲 2 包、 漱口水 1 罐	490	轉交安老課院民用	
99.10.13	普化紫 玄鸞堂	素配酥 3 罐、豆 油麵 2 包、石斛 漿餅 1 2 包、拉 麵 6 包	3,650	轉交安老課院民食 用	
99.11.01	普化紫 玄鸞堂	白米 6 包、沙 拉油 6 罐	1,920	轉交安老課膳委會 院民食用	
99.11.08	海靈殿兼善 堂慈善會	安安紙尿褲 10 0 箱	135,000	轉交安老課院民用	
99.12.01	蔡恭	白米 4.5 公 斤、醬油 1 罐	185	轉交安老課膳委會 院民食用	
99.12.01	鄭米粉	白米 4.5 公 斤、醬油 1 罐	185	轉交安老課膳委會 院民食用	
99.12.01	陳金六	白米 4.5 公 斤、醬油 1 罐	185	轉交安老課膳委會 院民食用	

內政部澎湖老人之家 99 年度 7 月至 12 月份外界捐贈（物品）徵信錄

日期	捐贈者	物品	折合現金	用途	備註
99.12.01	蔡芍藥	白米 4.5 公 斤、醬油 1 罐	185	轉交安老課膳委會 院民食用	
99.12.01	唐阿環	白米 4.5 公 斤、醬油 1 罐	185	轉交安老課膳委會 院民食用	
99.12.01	葉大成	白米 4.5 公 斤、醬油 1 罐	185	轉交安老課膳委會 院民食用	
99.12.01	艾蕭阿柳	白米 4.5 公 斤、醬油 1 罐	185	轉交安老課膳委會 院民食用	
小計			183,575		
99.12.01	黃正義	白米 4.5 公 斤、醬油 1 罐	185	轉交安老課膳委會 院民食用	
99.12.01	顏陳丁坐	白米 4.5 公 斤、醬油 1 罐	185	轉交安老課膳委會 院民食用	
99.12.01	顏見智	白米 4.5 公 斤、醬油 1 罐	185	轉交安老課膳委會 院民食用	
99.12.01	李寶堅	白米 4.5 公 斤、醬油 1 罐	185	轉交安老課膳委會 院民食用	
99.12.01	陳安信	白米 4.5 公 斤、醬油 1 罐	185	轉交安老課膳委會 院民食用	
99.12.01	魏吳金崑	白米 4.5 公 斤、醬油 1 罐	185	轉交安老課膳委會 院民食用	
99.12.01	陳文謙	白米 4.5 公 斤、醬油 1 罐	185	轉交安老課膳委會 院民食用	
99.12.01	高萊芝	白米 4.5 公 斤、醬油 1 罐	185	轉交安老課膳委會 院民食用	
99.12.01	張學富	白米 4.5 公 斤、醬油 1 罐	185	轉交安老課膳委會 院民食用	
99.12.01	蔡吉川	白米 4.5 公斤	150	轉交安老課膳委會 院民食用	
99.12.01	胡見興	白米 4.5 公 斤、醬油 1 罐	185	轉交安老課膳委會 院民食用	
99.12.06	澎湖憲兵隊	餅乾 1 箱、礦 泉水 6 箱(拐 支、柳丁 3 箱)	6,348	轉交安老課、少教 院所、保健課院民、童	
99.12.08	澎湖縣馬公民 市中正國設幼 小學附設稚園	孔雀餅乾 2 箱	1,000	轉交安老課院民食 用	
99.12.10	陳順壹	牙刷 336 支	6,720	轉交安老課、少教所 院民、童用	
99.12.16	行政院農委會 農糧署	包心白菜 20.8 公斤、青蔥 5.	2,506.40	轉交安老課膳委會 院民食用	

內政部澎湖老人之家 99 年度 7 月至 12 月份外界捐贈（物品）徵信錄

日期	捐贈者	物品	折合現金	用途	備註
		2 公斤、甘藍 5 2 公斤			
99.12.17	莫王玉桂	餅乾 2 包、糖果 2 包	1,800	轉交安老課、少教所 院民、童食用	
99.12.20	陳金六 等 33 人	白米 396 公斤	15,048	轉交安老課膳委會 院民食用	
99.12.20	謝陳翠玉	白米 4.5 公 斤、醬油 1 罐	185	轉交安老課膳委會 院民食用	
99.12.22	陳金六等 25 人	白米 300 公 斤、沙拉油 25 罐	16,150	轉交安老課膳委會 院民食用	
小計			51,757.4		
99.12.29	蔡文合	紙尿褲 40 包、看護墊 10 7 包	20,000	轉交安老課院民用	
99.12.30	泰銓汽車 貨運行	餅乾 20 箱	6,300	轉交安老課、少教所 院民、童食用	
99.12.31	清海無上師 世界會	素食便當 114 個	4,560	轉交安老課、少教所 院民、童食用	
小計			30,860		
總計			465,013.40		