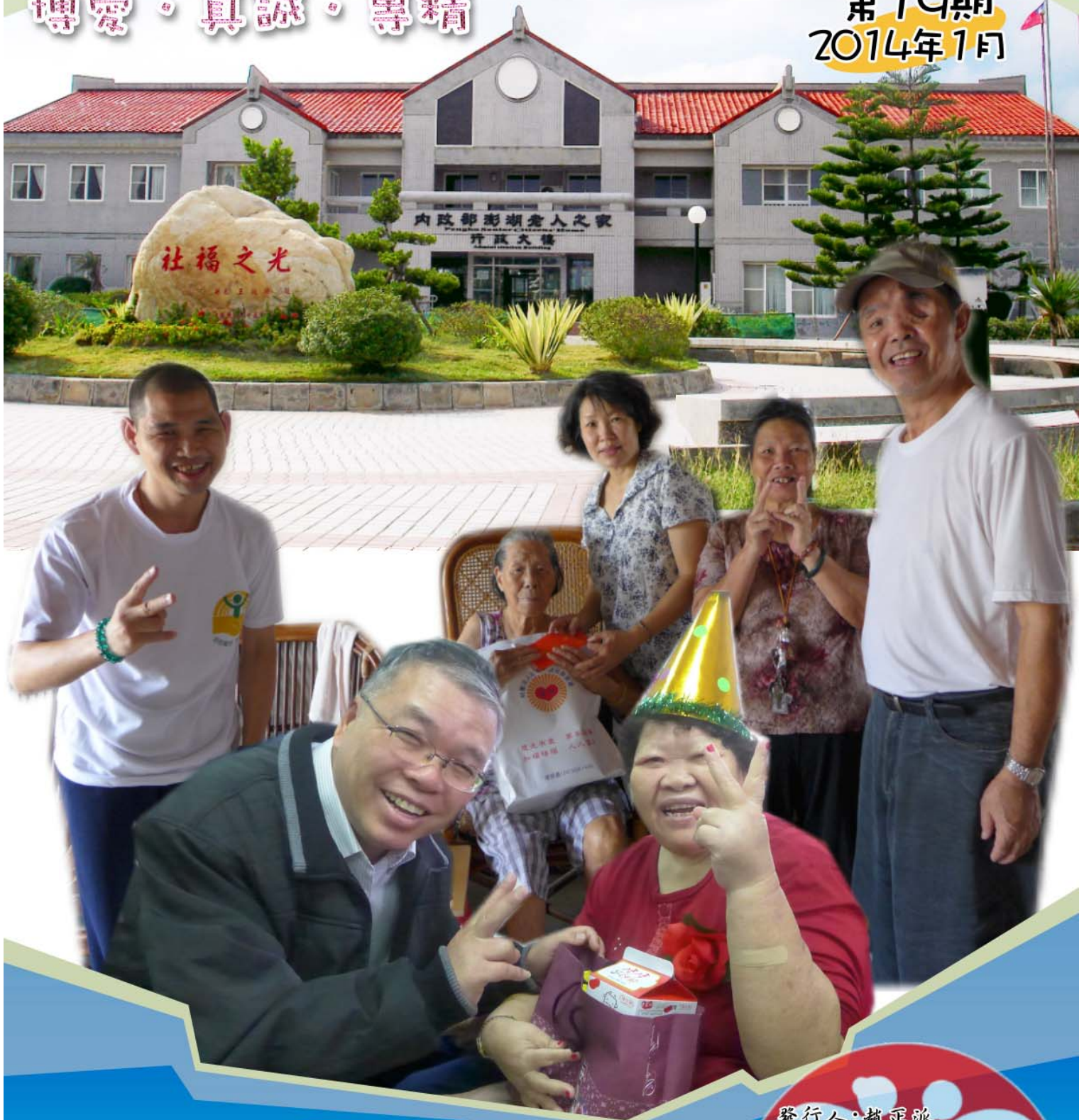




菊苑

博愛 · 真誠 · 專精

第19期
2014年1月



衛生福利部澎湖老人之家

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

主任的話

如何做個稱職的公務員

據銓敘部統計，每年有幾十萬人考公職，但近三年每年都有超過千人請辭，去〔102〕年就有一千兩百位公務員辭職，揮別人人稱羨的鐵飯碗，經媒體報載後，此事件引發考試院關院長的關注與重視，於本〔103〕年1月24日接受平面媒體專訪時指出，公務人員文化中有保守〔守舊〕、鄉愿、和稀泥、虛應故事、名實不符等「惡質文化」，讓具有理想及使命感的公務人員感到失望與痛心，也背負著惡名。再據銓敘部針對辭職的原因分析發現，中、新世代離職，主要無法融入公部門文化，也有「錢不嫌多」，覺得待遇不如預期另謀高就。資深公務員離職則大多被民間企業挖角，但也有無法忍受公部門官僚、顛預、效率不彰等，此議題值得我們公務員關注並力求改進。

適值馬年伊始，如何扭轉社會大眾普遍對公務員不良的刻板印象，提升公務人員的地位，做個稱職的公務員，個人以為公務員應有以下的積極作為與體認，茲分述如下：

- 一、要專業，才能贏得尊嚴：公務員被民眾常常批評為米蟲、恐龍等不雅字眼，捫心自問？我們公務員絕大多數是非常專業且優秀，但不可否認，仍有極少數的公務員，做事不夠積極，對主管業務或法規也甚不瞭解或曲解，因此，在處理公務時，往往讓民眾感到失望與痛心，因此，為期贏得民眾的尊敬，我們要對於主管業務或法規不僅要熟稔，更要精通，才能應用自如。
- 二、要有同理心，才能拉進與民眾間的距離：依法行政是公務員處理公務最高的指導原則，而民眾的需求，往往會隨著時代進步而與日俱增，而法規增〔修〕速度卻往往趕不上，造成法規與現況有極大的落差，這也造成公務員成為眾矢之的。因此，公

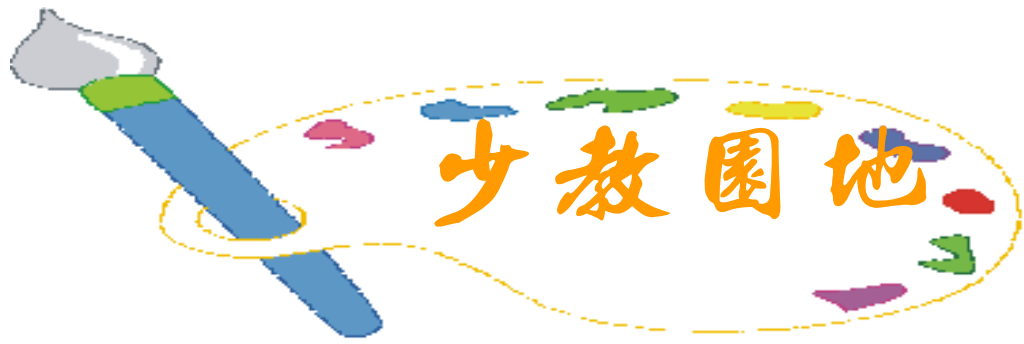
務員遇主管的法規與現況不合時，應主動建議主管機關配合修正，才不會引發制度殺人的民怨。

三、要有高尚品操，贏得民眾尊敬：政治清廉一直是世界各國評量一個國家是否進步或是否前往投資的重要指標之一，因為公務人員操守出現瑕疵，民眾對政府公權力的正當性、公平性也會產生諸多疑慮，進而影響政府公信力，同時也會降低其他國家來此投資意願，因此，政府將公務員操守作為陞任重要考量就不言而喻。

四、將工作視為志業，才能全心全力投入：目前公務員在錄取率極低的情況，能夠脫穎而出，相信都是一時之選，曾幾何時，當時報考公職的初衷，已不復存在，而僅把它當成謀生的工具，而非「志業」，由於企圖心不足，進而影響服務熱誠與成效。為提升公務人員地位，公務員應將從事的工作視為崇高理想的實踐，無怨無悔全心全力投入工作，才能扭轉頹勢，贏得民眾信任。

五、要常保笑臉迎人，展現服務熱誠：公務員每天面對民眾，要時時表現出歡喜做、甘願受，不論工作上遭遇任何挫折與沮喪也要保持笑口常開，不要把個人情緒帶到職場上。所以，公務員必須養成常保笑臉迎人，視洽公民眾為親人般的給予協助，甚至於表現出雞婆的赤子之心關心民眾的需求。

為挽救公務員日益低落地位，身為公務人員的我們，有責無旁貸的責任，不論外界對公務員的評價如何？深究其原因，有些責任歸屬也非基層公務員能力所及。針對前述考試院關院長所談及公務人員文化中有五種「惡質文化」，以及民眾普遍存在對公務員的不良刻板印象等，遑論其批評或看法所持的理由為何？不過身為公務員也要有雅量接受各界檢驗，當然有則改之，無則嘉勉，特藉此機會反躬自省外，並與本家工作夥伴共勉之！



家庭發展-愛與美

少教課生輔員：陳寶桂

藉由婚姻儀式，相愛的情侶變成了夫妻，他們共同創造了一個長相廝守的客觀環境——家。然後伴隨著子女的出生、長大、結婚與掌理家計大權，家庭也隨之發展。在家庭發展過程中，家庭財務的興衰影響甚鉅，可是一家人親情之愛的存亡，卻更直接造成家庭的破碎與幸福。只要還有親情存在，這個家就有重建的可能性；只要還有一人存有親情之愛，這個家就有可能發展成幸福家庭；只要我們去愛每一個家人、愛這個家，一家人的親情就會油然滋長。至於要怎麼「愛」，才能讓全家人幸福洋溢、共享天倫之樂呢？心理學林昆輝老師提出經營幸福美滿家庭的三個方法：



一、愛自己—讓自己更美

愛家人、愛這個家的先決條件，就是必須先學如何愛自己。愛就是美，美就是我，想盡辦法，讓自己愈來愈美，讓自己的身體、相貌、聲音、動作、語言、語言、心情、心靈與生活的每一片段都愈來愈美，美之又美。

很多人，在結婚之後，為了照顧家人，沒有把自己照顧好，在家庭之中，把自己弄得蓬頭垢面、粗魯難耐，身體不健康、身材沒打理、心情不舒暢、自我不滿意…等現象，污穢了自己的美、自己的自我與自己的人生。雖說千萬個理由——為了家人而犧牲，可是一個不美又不照顧自己的人，以愛為名的奉獻，卻是所有家人都無法承受的

「愛」。愛是共榮，你枯我榮，於心何忍？你榮我枯，又如何相配互愛呢？

二、愛家人—讓家人更美

「親情之愛」是家人之美的激勵與融通，包括相互契合、相互發現、相互成長與相互享受。以自己的美，照亮這個家庭，才能引發家人之美，此美與彼美才能相互滋長。我們先要妝扮自己的心靈、動機、行為與形象，才進而去妝扮家人的心靈、動機、行為與形象，帶領全家人一起創造與領受美感的經驗、心情、對話與活動，讓自己是美、家人是美，家就是美。

「愛家人」就是要主動去察覺每位家人的身心狀態，積極去探索家人的家庭角色滿意度與需求，然後努力調整自己的角色；在滿足對方角色需求的先決條件下，讓每個家人都因為我的身心狀態、我說的話、我所做的行動，而變得更美、更好，更進一步去引領家人，互相激勵，讓對方更美更好。只要把「美」當作衡量每一個家人的標準，透過適當的語言和行動，每一個人都可以有效的愛家人—讓家人更美。

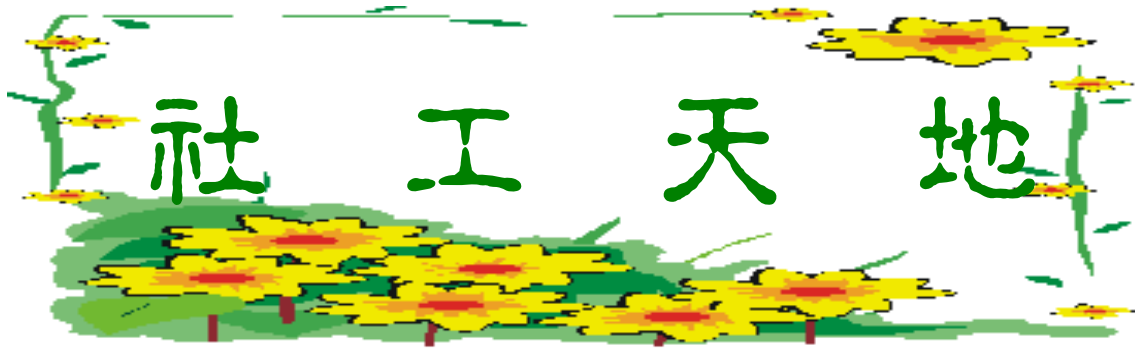
三、愛這個家—讓我們家更美

愛自己、愛每一個家人，以及愛這個家，恰好是三個不同的階段。愛每一個家人，並不等於愛這個家，就如同完形心理學的基本概念—部份之和不等於全體。家是一個集合的、整體的格式塔

(gestalt)，部分 gestalt 之和並不等於整個 gestalt，家是社會組織中最小的社會實體，是由家人、住所、陳設、使用物件所組成，尤其是以「我們一家人」的概念為核心所結構而成，人們常指稱—這是我家，可是家不是那棟房子、不是那個住址，家—就在家人的心理。

所以，家人們聊天說話時，要主動的、密集的使用兩句口頭禪—「我們家」與「我們一家人」。在家庭中，有一個人帶頭常說這兩句話，就會引領全家人漸漸也常用這兩句話。嘴裡常說，心裡就會長存，行為就會有明確的指標。從「我好美」、「你好美」、一直到「我們家好美」、「我們一家人都好美」，適當的正向溝通語言，將帶領每一個家庭登入幸福之門。





社工科科長：吳有諒

向儒道思想學情緒管理

壹、前言

《易傳》言「形而上者謂之道，形而下者謂之器」。人生的道路是在上下，而不是東西南北，所以形而上，形而下。我們人生的道路是存在的決擇，分分秒秒我們都在決定自己一生要走的路是成就道行呢？還是成就器用？而所謂知識分子也都自我期許要能學究天人，自我的追尋與超越，達到孔子所稱的「下學而上達」。孟子說：「盡其心者知其性，知其性則知天矣。」心是心靈的我，通過心靈的我展現生命的光輝，此即「人性」。同時知道天之所為和人之所為，亦即《莊子·大宗師》所謂「知天之所為，知人知所為者，至矣。」的最高境界。

王邦雄教授認為學究天人是哲學，道貫古今是史學，自成一家則是文學，其所撰寫的「向儒道思想學情緒管理」全書 239 頁，分為上、下卷，共 10 講。針對現代人最關注十個講題，上卷有六講，以人生的智慧，自我的追尋與超越，心中有道、回家有路，道家思想與EQ管理，水窮處即雲起時，煩惱的化解與昇華為講題，主張用儒家和道家的傳統因應「這世界變化快」的人生。下卷則以生命的大智慧，一命二運三緣分，傳統與現代的對話，儒道法三家思想之比較等講題，試圖從經典中找尋智慧突破困境，開創新時代的願景，並且轉化以我們這個世代的觀點陳述。

貳、重點整理

第一講 人生的智慧

談人生的智慧，第一是「人」的問題，要把自己活出來；第二是「生」的問題；我們活在世界上每天都要有新的東西、新的情意、新

的理想、新的感受、新的體驗，生命中有新的火花這叫「生」。第三就是要有「智慧」，人活著的過程中，不斷的經驗累積，塑造出個人的行為模式，來解決日常生活中需要技術性的人生課題。而透過讀書吸收前人的經驗及汲取新知，可以幫助我們更快速解決生活所需，像是謀生技能，與人互動技巧，然後再經過時間的淬煉，將常識及知識升華成人生的智慧，如此人生才算真正活過來。

從天、人、物來說的話，天可靠、物可愛，可靠求神可愛找物。落在人自身，家人可靠，朋友可愛，現在不管朋友或家人都在人間，那麼我們不管是人物或是人間，皆可通過儒道二家的修養，將兩個修養合而為一，使每個人既可靠又可愛。我們希望幾千年的中國智慧支持每一個現代的人生，面對世界的變化快，面對人生可能的風險，每一分每一秒的人生都有幾千年的支持，讓我們永遠變成一個可靠同時可愛的人。

第二講 自我的追尋與超越

「自我」如何定位？墨家的「兼愛」和楊朱的「為我」，兩者分別是兩種極端的人生哲學。儒家走中庸之道，講的是修身、齊家、治國、平天下，從個人出發，以自身德性去影響天下，所以才說「君子之德風，小人之德草，草上之風必偃」，先修養好自身德性，再來投身於天下，就有如順勢而推，水到渠成。

天下之所以有意義就是因為有「我」，透過自我追尋價值觀念上的我，追尋自我價值的實現。自我的追尋就是「人」，自我的超越就是「天」。在「人」來說，就是肉體的我，人人各異，古今不同，暨無法打破人我間，亦無法穿越時空背景；在「天」則是心靈的我，為人人本具的靈性，同出一源，故能通人我，貫古今。

第三講 道家思想與 EQ 管理

知識力、道德力都是 IQ，是競爭力，比誰知識比較高、誰道德比較高。不同於 IQ 的競爭力，EQ 是全然的包容，國家社會不能只有競爭力而沒有包容力，競爭力需建立在相互包容上，才能夠長久，才不會互相抵消力量，且 EQ 無法速成的，需要透過平日的修養、修行、涵養，並透過宗教家、哲學家來建立起人生觀、社會觀，增長自身內涵，有了世界觀、價值觀、人生觀，如此才能看透事情的真相，能包容缺陷、能等到未來。

老子認為，「道」又有又無，而道又「有象」、「有物」、「有精」，而能產生天地萬物。「有」可以帶給人們便利，能夠發揮功能，可是「有」卻是源於「無」，以「有」為用，以「無」為體，「有」與「無」實為「道」的兩面，而在於「有為」與「無為」間。老子主張「無所為而為」、「無為而無不為」；「上德不德，是以有德；下德

不失德，是以無德。上德無為而無以為；下德為之而有以為。」，當存心要去求德，反而不是德；而順道行事的人，本身就有德了。

台灣社會的 IQ 沒有問題，缺乏的是「包容」。EQ 要「有點黏又不黏」；要「有心」，有愛心、責任感、理想性，有那一份關懷；但又要「無心」，不要那麼在乎。「有心」就是老實地作好人、好事，好子女、好父母、好學生、好老師，或好公民等所有的「好」，這是「有點黏」，就是放在心上，人生就是如此，就是做人、交朋友、工作、參與社會；但又要「無心」，不要有太大的壓力。

第四講 心中有道、回家有路

「家是道場」，天下最需要修養的人，即是為人父母者。所謂「天下父母心」並不是從天上掉下來的，而是在人間修行得來的、在家中的道場修練出來的。要達成「心中有道，回家有路」，必需經過三個進程：「在家」、「出家」、「回家」，以一個媽媽來說，若只是忙於家務，很容易迷失於「為誰而忙，為誰而活」。在先生上班、兒女上學後，從家走出來，投身於社會公益或自我進修，從中得「道」，於是心中有「道」，把「道」帶回家，於是回家就有路了。

所以「在家」是見山是山，見水是水；「出家」是見山不是山，見水不是水；「回家」是見山只是山，見水只是水。也是從「我就是我」、「我不是我」達到「我更是我」，不只圓滿物質生活，更提升了心靈世界。

第五講 水窮處即雲起時

「山窮水盡疑無路，柳暗花明又一村。」行到「命」窮處，坐看「緣」起，每個人的命都有窮盡的，沒有人是十全十美的。每個人的命都是有限的，都是命定的，最重要的是自己的認知。認命不是消極，相反地，是英雄豪傑才認命。人生最大的懦弱、最大的逃避是不認自己，寄望自己是別人，總期望在算命裡面算出奇蹟。但是天下沒有白吃的午餐，我們要能夠「坐看」，必定是先前做了努力，打下了基礎，才能「坐看」享受成果，修行也是一樣，像禪宗六祖慧能這樣，只因聽了金剛經一句「因無所住而生其心」就頓悟，有史以來並無第二人，所以平時漸進式，一步一腳印，日積月累，等待時機成熟那一刻再頓悟，再來「坐看」，才是可行之道。

其次，行到水窮處的「處」講的是空間，坐看雲起時的「時」是一個時間點，我們所處的世界是四度空間，沒必要把所有事物都集中在同一座標，我們可以把時間軸拉長，這樣發揮的空間就變大了，可能性也就增加了。人要把心裡的塵垢汙染清洗掉，讓心靈像一面鏡子一樣，才會開始看到真情和真相。

第三，水窮之後雲起。人生在世，必定要經歷苦難的磨練，方能成大器，只要人生不斷往前推進，突破種種難關，每一個關卡都是逼我們更上一層樓的契機。

第四，「窮」是終點、終站，而「起」是起點。當人生一個階段結束，代表著另一個階段的開始。人生從出生開始，歷經孩童期、青春期、中老年期，在「生命發展週期」裡每個階段都有不同的任務，不必感傷時間的流逝，只要能夠活在當下，好好把握，下個階段的起點都是值得期待。人生就是不斷的改變，才得以不斷進步，只要保持平常心，心生善緣，即使人生有許多水窮處，也不用擔心害怕，因為我們會有「雲起時」的到來。

第六講 煩惱的化解與昇華

老子說：「吾之所以有大患者，為吾有身。」「大患」乃是心頭重擔，「為吾有身」就是執著我自己。所以，人生最大的憂患就是因為執著自我，希望榮耀、光彩、亮麗，但願全天下的好都在自己身上，讓自己永遠功成名就！人生最大的煩惱就在此。老子又說：「及吾無身，吾有何患？」等到那一天把自己放下來，覺得自己不一定要獨享榮耀，要打敗別人，不一定要證明自己是最好的時候，就會覺得海闊天空，人生的路好遼闊。

老子：「為無為；事無事；味無味。」所為的是無為；所事的是無事；所味的是無味。人生一定要有所作為，但要無心的為、無心的去做，沒有一定要品什麼味，與味同在，在無味中去品出味來。何時我們若能感受無形的親情、美感、善意的美好，這樣才能進入生命昇華的境界，否則有形的東西都是負擔。

「天下事要回歸自我」，每個人要重新調整自己的價值觀念，我們把對天下人的付出奉獻，都回歸自己的身上來思考，我愛別人均是為了自我的實現，人性即是如此。自我實現，人我共成，化被動為主動，與身邊的人創造人生共有的好，這就是昇華。化解只是讓煩惱平息，昇華則是讓價值展現，凸顯自己存在的價值，讓自己一生沒有白活。

第七講 生命的大智慧

人人身上一部經典，我們每一個人的人生體驗，存在的感受與內涵，也因著關心而看到不同層次的哲理，甚至隨著成長，而看到不同的境界。莊子說：「吾生也有涯，而知也無涯。」在人生百年，這是自我的有限性。想要突破，只有一個可能，那就是從自己走出來，走到天下，而天下開闊。但人們以「吾生也有涯」的有限性；面對「而知也無涯」的複雜性，心知的執著，心裡想要的越多，那就給自己難題越多。《老子》「歧者不立，跨者不行。」自我要立，天下要行，要站起來！要走出去！但是「歧者不立」腳尖著地是人為造作，是背離

自然，只有自然才長久，我們在人間漫步卻可以一路走下去，芭蕾舞舞者的那個姿態，卻無法跳一天一夜！我們希望自己可以超前領先，走得快，也走得更遠，但是「跨者不行」，跨者違反自然會適得其反，反而走不久，也走不遠。再大的理想總是要一步一腳印，才可能實現。

「善閉無關鍵而不可開，善結無繩約而不可解。」老子的「善」，是無心自然，真正會鎖門、會打結的人，是用「無」形的關鍵跟繩索，關鍵在「無」。而所謂的「無」就是在我們的心。你心裡面有他，他心裡面有你，兩個人自然天長地久。不然的話，你限制我，我限制你；你約束我，我約束你。兩個人耗到最後，愈來愈疏離，愈來愈受不了對方；還不如放開，給他空間，反而兩個人之間存在著那條無形的鎖鍊，可以永遠的維繫在一起。

第八講 一命二運三緣份

福報來自德行才能長久。「緣」與「命」實際上是一個可用來解釋人生的福報的觀念，傳統說「一命、二運、三風水、四積德、五讀書」，但「風水」是靜態的，它只是一個存在的時空，「緣分」是人跟人心靈的激盪，生命的感應，生命的激發。風水是排物的位置不會有感應，最重要的是排人的位置，親子間的位置、同事間的位置、夫妻間的位置、長官部屬間的位置，才是人生美好依附的關鍵點。所以可以用「緣分」來取代「風水」；把積陰德、讀書消化在所謂的「緣分」的「分」裡。

老子有三寶「一曰慈，二曰儉，三曰不敢為天下先。」「慈」就是無心的意思，天地是無心的，「無限的包容」。儒家講孝是從兒女心的自覺，道家講慈是從天下父母心，是無心自然的「無」。「二曰儉」，「儉」是一種儉約的智慧，你能夠「無」，能夠無掉執著，放下分別，不要只看見名利權勢，那你的生命智慧豁然開顯。三曰「不敢為天下先」，「不敢為天下先」把自己放在最後面，反而會得到支持擁戴，而居於最前面的位置，原來「後」同時也可以是「先」，這是「玄」。

人世間愛為什麼不能長久？因為執著而把愛變成是負擔，原來，我們被自己的愛壓垮。所以，要有道家「無」的智慧，才有「玄」，「玄」代表又有又無，「玄之又玄」乃為「眾妙之門」。

儒家說此身是命，道家說心中的愛才是命，講命的時候，我們先講「認命」，再講「知命」。莊子說「子之愛親，命也」，不僅認命，還認同生我們的父母，而直接呈現就是愛他。孔子講「知命」，「不知命，無以為君子」，知道命限，正是人生可能的起點，知道什麼「不可能」，才知道什麼「可能」，所以「認命」之外，還要「知命」。

「運」是什麼？「運」就是要活出來，要去靈活的運轉，人生百年怎麼過？我們可以寫出自己的生命樂章，我們可以活出自己想要的

內涵，那叫「常名」，你可以走出屬於你自己的道路，那叫「常道」。「運」是可以把最真實的自己、最美好的自己活出來。所以，孟子講「立命」，走向積極，不是命來限制我，是我來立命，我來決定命的走向。另外，莊子講「安命」，「安之若命」，安天下的義若自我的命，把人間的不公正等同天生的不平等。「立命」、「安命」是在「運」的範疇裡面，一方面可以「知命」、「立命」，一方面可以「安命」。

人的生命週期歷程中有其不同的發展任務與體驗。為什麼我們會相遇？或許命裡有彼此感應與交集，因此，緣分也是後天的修養。「一命二運三緣分」，一是「無」，雖「天生命定」，卻不會抗拒，也不怨歎，反而去「認命」、「知命」；二是「有」，無了才有，有了百年人生，「未定之天」要「立命」跟「安命」去有它；三是「緣分」，兩個人的命是天生的，叫天作，他們在人間相遇，在人間長久相處，這是天作之合。所以，「無」是修行，「有」是福報，「玄」是神通，「妙」是靈驗。這樣，我們就可以通過修養功夫，用道的德行來保證人間的福報，也可以說是生命的實踐。

第九講 傳統與現代的對話

儒道兩家的天道，只賦予人的德性，而不管人間的福報，而將福報歸之於命。孔子說「死生有命」而窮達也是命；莊子也說死生窮達是「事之變，命之行也」。命是天生的氣稟材質，牽動了人生的走向與成長的可能空間，然而，氣運總在人間展開，幸運與遇合的人間緣會，也主導了人生的福報。故「命定」之外，又有「緣起」之說。孔子「君子有三戒，少之時，血氣未定，戒之在色；及其壯也，血氣方剛，戒之在鬥；及其老也，血氣已衰，戒之在得」。又說：「吾十有五而志於學，三十而立，四十而不惑，五十而知天命，六十而耳順，七十而從心所欲，不逾矩。」少年要「志於學」的成長，而不被青春迷惑；中年要「不惑」的創業，而不會惡性競爭；老年要「耳順」的隱退，而不要想抓住不放，從「自我成長」，推廣而為「天下的事業」，再翻越而上「天地的境界」，不僅過關且修成正果。「戒」之扭轉之道，就在人生有心，心生善緣，而緣造好命。

生命的美好，就在每一當下互發的光亮，雖說人間緣會不定，而世事生滅無常，然發自真性情的生命火花，卻長留天壤間。萍水相逢，頓成知己，心靈交會而天各一方，沒有流連，也沒有遺憾，一個守得住，一個走得開，真的是你記得也好，最好把我忘記，無須帶走一片雲彩。

現代新禪七。七不是打坐七天，而是開門七件事的柴米油鹽醬醋茶；禪不是禪定，而是茶中有道；開門七件事既繁瑣又庸俗，問題是你不能不要它，只有化解柴米油鹽的煙火氣，而品出醬醋的味道；而茶則是可有可無又有又無的妙品。老子講生活之道「挫其銳，解其紛，

和其光，同其塵。」喫茶等同道行，「龍井」風姿伸展如飛龍在天，而霸氣韻味如甘泉湧現，但茶道有一段修行的進程，龍井之後喝「烏龍」，「挫其銳」要挫損自己的高貴；烏龍之後喝「武夷」，「解其紛」要放下自己的尊嚴，把武功放平，散掉自己的功力；武夷之後喝「鐵觀音」，「和其光」要解消自己的亮麗光彩，涵藏自己的光彩；武夷之後喝「普洱」，「同其塵」要與世俗民間同行。

第十講 儒道法家思想之比較

從「天道觀」看各家思想

從天道觀約略可分為三個不同類型：一是宗教主宰之天（天意、天志），屬宗教範疇，以墨子為代表；墨家認為天有意志，主賞罰，是超絕的，不內在於人，也就不可能承認人性本善。二是形上義理之天（天道、天理），屬哲學範疇，孔、孟、老、莊為代表；孔孟、老莊的天道觀是「既超越又內在」。因內在於人性，所以不是「超絕」，而是「超越」。三是現象自然之天（天氣、天象），屬科學範疇，荀子、慎到為代表；荀子由儒入法，慎到由道入法，關鍵就在將「天」視為自然現象的「天」。

從「治道觀」論三家思想

儒家認為仁是價值的根源；義是價值的判斷；禮是價值的規範；而智則是價值的權衡。「勢待賢乃治」是儒家的觀點，主張權力要交給堯舜聖賢，以成賢德之治。道家絕仁棄義、絕聖棄智，不是本質的否定，而是辯證的超越，「絕」、「棄」就是不執著，「絕聖而後聖功全，棄仁而後仁德厚。」「勢因於自然則治」是道家的觀點，權力回歸無心自然，是謂無為而治。以免人為操弄，造成權力的氾濫。法家荀子把老莊的「虛靜心」用在認知，也就是現今的虛心學習。另韓非說：「依法而不求智，固術而不慕信。」意指天下所有智慧集結在國家體制上，不必靠個人的才智或貞信。「抱法處勢則治」是法家的觀點，要法律賞利罰害，依制度而行即可平治天下。

各家所抱持的「心」大有不同：孔孟的德性心，貞定了道德的善；老莊的虛靜心，朗現了藝術的美；荀韓的認知心，證成了知識的真。儒家理想須靠制度才能實現；道家自我解消的智慧，方不致使命感太強而走向威權；天下事通過法家制度去落實，這是千百年的大業。

參、讀後心得

當面對人生絕境時，我們該選擇放棄還是勇於面對？當每天為生活打轉，事情一件件接踵而來，我們如何在忙忙碌碌中尋得片刻悠閒？面對教養孩的煩惱和生活、工作上的考驗，我們如何才能化解煩惱，活出自我？當「行到水窮處」時，面對人生困境還能淡定地「坐看雲起時」，不致於一籌莫展、坐困愁城，是我選讀此書時最深的期待，本書雖名為「學習情緒管理」，然而卻是針對現代人最關注的問

題，從人生智慧的追尋、自我超越、到尋找生命方向、學習情緒管理等，以深入淺出的方式，從孔子、孟子、莊子、老子等思想中，萃取出讓我們找到安身立命的目標，待人接物的方法，更學會自我情緒管理，化解心中的煩惱與不安，調適自我心境，成為可靠又可愛之人。可謂為古典今詮，中學為用，當作最佳個人修養的經典。茲就讀後心得與建議略述如下幾點，以為共勉。

- 一、應體悟孔子「吾十有五而志於學，三十而立，四十而不惑，五十而知天命，六十而耳順，七十而從心所欲，不逾矩」的意義。除了瞭解生命發展週期所負予的階段性任務，理解各階段應有的作為與態度，並且能夠觀照各階段可能產生的罣礙，學習扭轉之道，心生善緣，而緣造好命。
- 二、應體會「行到水窮處，坐看雲起時」的人生智慧。瞭解自我的「可能」與「不可能」，不可能之處隨緣發展，可能之處則平日加強修養，俟時機大展鴻圖，活出自己的權利，把自己活出來；所以不要把心思放在痛悔過去，而要把心思放在開創未來。「水窮處」不是意謂人一定要走到生命的低潮，要遭遇挫折困難，可以是自己的修養，要內斂含藏。在一帆風順時，也要韜光養晦化絢爛為平淡，把自己放下來，然後才能「坐看雲起時」，一切的「有」從「無」中生出來。
- 三、要明白道家的「無心」。人生之所以憂患就是因為執著自我，希望全天下的好都在自己身上，讓自己永遠功成名就！我們若能放下自我的心，放棄執著、放棄獨享榮耀，如此則生活海闊天空，心情自由自在。「無」是一種修養的觀念，是一個修行的功夫，「無為」不是什麼都不做，是為所應當為的為。《老子》「知人者智，自知者明；勝人者有力，自勝者強；知足者富，強行者有志。不失其所者久，死而不亡者壽。」我們與其把力氣用在勝人，不如把力氣凝聚以自勝，所以，如果我們能有自知之明，能夠戰勝自己，能夠自我凝聚，才是真正的強者，才可以達到自我的追尋與超越。
- 四、要建立自信，生成好命。相信我們的好是靠我們自己打拚出來的，是我們給自己的，是我們自己的好。重新調整自己的價值觀念，把對天下人的付出奉獻，都回歸是為了自我的實現。學習道家的創意，儒家的務實。為求好而不斷努力，有感動才有生命的勁道。讓我們的心維持在一個虛靜的空靈，如此人格純淨、單純，便會專注凝聚，成為一種擔當的真誠。人生就是在活著的每一天活出自己，而且要「生」一點東西，好命就是自我實現，善緣就是人我共成。

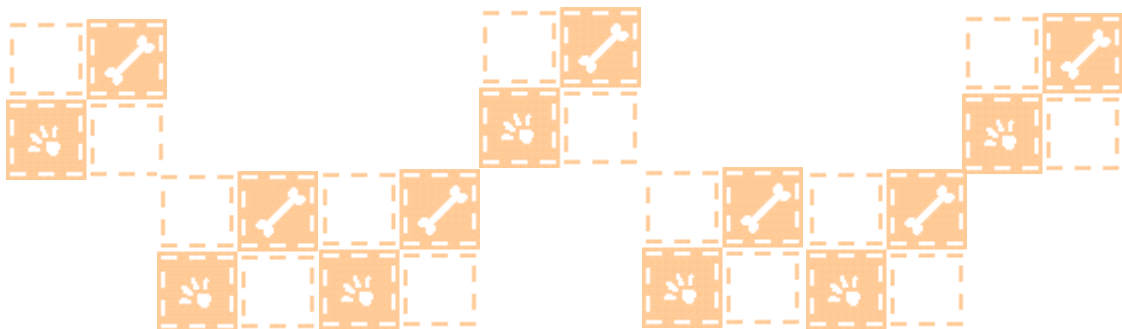
- 五、要學習當「好人」，改善人際關係。孔孟讓我們做好人，老莊讓我們忘掉我是好人，用老莊支持孔孟，用忘掉自己是好人來做好人。人可以因為正直而有很好的朋友，但是假定我的正直而交不到朋友，代表正直有問題，那不叫正直而叫尖銳，試想「持才傲物」、「目中無人」，又如何能被人接受？。老子：「挫其銳，解其紛，和其光，同其塵。」挫損自己的鋒銳，避免因為口才犀利尖銳、反應霸道強勢，而帶來紛擾。圓融自己的光芒，跟別人站在一起，這樣才可以融入群體。我們的好別人一定會放在心裡，好一定會感動人的，假定我們的好沒有被別人接受，沒有共鳴，一定是表達方式出了問題。或許換個角度從欣賞別人做起，我們要學習在別人看到自己的好之前，先看到人家的好，而且不吝給予讚賞，如此人際關係一定可以改善。另外還要肯定人生的意義就在我們的付出，領悟好心本身就是好報，在做好事的時候，就自然感覺到它的好，覺得今天沒有白過，今天很充實，很有成就感。從「人與道」的角度看問題，除了是非對錯之外，還為了「圓融」與「和諧」，以求得「圓滿」，有才能雖然是一件好事，但要讓大家都支持你，這才是高竿，因為你不但有才能，而且還有人緣，表示你是一位懂得謙虛的人，而且是一位求圓滿、和諧的人，這樣才是真正有「本事」的人。
- 六、發揮人生智慧，做好情緒管理。《論語》「學而時習之，不亦悅乎；有朋自遠方來，不亦樂乎；人不知而不慍，不亦君子乎！」人生最大的喜悅是成長，「學而時習」不但是學理上的理解，我們更需要功夫的實踐，才能養成真正的EQ，生成人生的智慧。「有朋自遠方來」是一個生命理想的交會，是一種情義的感應。人生最感人的就是坦然面對面，把我們心裡的情義、理想，跟我們的朋友交會，彼此間有著心靈感應。再者，「人不知而不慍」，世事不如意十常八九，或許被孤立在人間的一個角落，儘管天下人不了解，我也不會生氣，而自我放逐，反而需要不斷的學習，充實自己也提升自己，加強人際關係，如此做好情緒管理，才能活出自己的其實美好。
- 七、要重視「家庭教育」，培養子女的人格發展。家庭是影響人格塑造最深遠的地方，和諧的社會（區），來自於家庭環境的培養，現在的教育從幼稚園開始就教電腦、學英文…，孩子什麼都學，就是不學「德性」，少了應對進退的教育。儒家強調人要品性端正，因為「正德」之後，才能「利用厚生」。其實，沒有人在意學歷如何？卻會在意有沒有教養！現代人才的培育分「品德」與「才能」，它可能是德才兼備、可能是無德有才、可能是無德無才、可能是有德無才；然用人唯德，寧用才末而德本，不用有才

而無德的人。因為有德無才，可以訓練培育；無德之人，則可能對社會、組織或企業造成嚴重傷害。因此，身為父母的我們應重視子女的「人格教育」，培養進退應對之道、忠恕之道、倫常之道。

- 八、以「平常心」對待我們所關心的人。「善閉無關鍵而不可開，善結無繩約而不可解。」老子的「善」，是無心自然，真正會鎖門、會打結的人，是用「無」形的關鍵跟繩索，關鍵在我們的「心」。夫妻間、親子間、男女間、朋友間，你心裡有他，他心裡有你，兩個人自然天長地久。因此，要以「平常心」相對待，「有點黏」「又不太黏」。可以把最好的給他，但不要希望他成為世界最好的或者企圖回饋，心裡若構成一個理想的圖像，便是「著像」。執著會產生「得失」，得失就會「患得患失」，這是人生的大患。還不如放開，反而兩個人之間存在著那條無形的鎖鍊，可以永遠的維繫在一起。
- 九、要培養溝通的技巧。一言不中，千言無用。溝通三部曲，由情入理、讓他講理、依法辦理。第一句話，其實就是投石問路（情），有效的溝通是以情入手，再依理行事，最後才於法有據。有效的溝通需先瞭解人性，先搏感情，再談事情，設身處地先以對方的立場想問題，萬不可先瞧不起人，或者堅持己見，那會落入無效的溝通，最後各說各話你求他也沒用。口才好，不如口德好。多講好話，讚美他人的優點，自然能「政通人和」。
- 十、學習做好管理工作。綜觀儒、道、法各家「治道」，我認為領導者除了德術兼備之外，最重要就是要用「關心」的方式讓被領導者「開心」，領導者要懂得察言觀色，關心部屬，帶人要帶心的道理；其次，建立組織運作機制，人心不同各如其面，尤其在知識爆炸的多元社會，人的思想趨向更複雜，相對的忠誠度變差，領導者若不能建立組織機制，讓每位員工各司其職、各守本份，而事必躬親落於人制的話，則領導者可能輪落疲於奔命而一事無成；再其次，領導者應善用「獎與懲」，「獎與懲」在組織之重要性，如同陰陽兩儀之於天地，它可以是引導組織向上提昇的動力，獎優懲劣、信賞必罰，讓全體員工有所依循參照，形塑公平、正義、公開、透明的組織文化，乃至「無為而至」的境界；最後，很多人會說用人要「一視同仁」，但「一視同仁」的結果，可能很多工作都會變得沒有人做；沒有人願意為組織盡心盡力。用人需視個別差異且要親疏有別，如此才會「近悅遠服」，才会有左右手；否則人才再多也無法產生力量。

肆、結論

儒家講正面思維，道家講反向思考，這一正一反的思想，創造出一個「圓」的思維。人生不如意之事，十常八九，人生沒有永遠是順境的，沒有事事圓滿的。在順境時我們要學習儒家「天行健，君子以自強不息」的態度；而身處在逆境時我們要懂得道家「放下」的道理，體悟陰柔退讓的可貴，避開人生負面時的傷害，要懂得調整才能「謙沖致和」。因此，人生是一個學習的過程，有智慧的人，是多吸收前人的經驗、智慧；平凡的人，是靠自己摸索、體會；愚蠢的人，是不斷地重蹈覆轍，不懂得記取教訓。關鍵時刻，做關鍵的事，何時該禮讓為先，何時要展現魄力，所謂因時、因地、制宜？這就是智慧。讓我們都能成為有智慧的人，不斷吸取前人的智慧，透過儒家禮樂教化及道家崇法自然的清靜智慧，成為可靠又可愛的人，正所謂「窮則獨善其身，達則兼善天下。」



行政室園地

行政課員 楊能男

今我來思



剛剛在北宜公路上試完車後，然後才滿意的將車子轉進了國道3號，打算從中和交流道回家。此時的時速雖已逼近170公里，他仍只是適意的將手輕搭在方向盤上。在國道上駕馭自己精心改裝的愛車，這樣的速度實在不具有任何的挑戰性。

就在他正打算將車子滑進交流道時，突然瞥見一輛車正在左邊的後視鏡裏迅速的放大、接近，直覺這是一個可敬的對手。戰鬥的天性、奔騰的血液瞬間竄流全身，幾乎不需要思考，就直接將油門踩底，然後聽到車子引擎的怒吼聲，瞬間就被遠遠的拋在自己的排氣管後面。

可是追逐才僅僅不到八公里的距離，就失去了對方的後尾燈...。

自從五年前為自己買進第一輛二手「三門喜美」起，他就醉心於改裝。但是他有三個堅持——

一，絕不盲目迷信「貴」就是「好」；二，安全唯要，來路不明的零件絕對不用；三，絕不用家裏的錢。

他最看不起那些只聽信改裝廠老闆，大把灑錢蒐羅昂貴套件的敗家小鬼。有如手中空有「倚天」、「干將」，卻只有三流的身手一般，令人為之氣結。「巴」這種車子，他是從來都不會客氣的。

比如，他會在經過反覆計算、測試後，選擇將引擎的扭力及馬力綜合只提升 23%，而不是 28% 甚至更高，這樣車子在進入彎道和出彎的表現會最完美；鋁圈尺寸只比原廠加大兩碼，重量輕了 4.4 公斤。如此，會遠比加大三碼、重量卻一樣，要來得更省錢而且更有效率。

當初會用市價接收爸爸的這部賓士 S350，是因為一來，他能理解爸爸的心情，並且覺得安全也是對家人負責任的一種態度；二來，改裝這種車對任何人來說，都是極大的挑戰。這牽涉到原廠複雜的電腦系統、市面改裝零件選擇少又昂貴，而且取得不易...

這一年多來，他就這樣邊存錢，邊學習、改裝、測試。直到上個月才忍痛買了一套 AMG 的懸吊系統零件，剛剛自西德空運來台。他原想，只要這套零件一到位，這部車子就臻至最後的完美了。誰知甫一裝上，就遇到這樣的對手。

剛才雖只是電光火石般的一瞥，他仍然肯定自己沒看錯，是和他同型的 S350，而且從外觀上看不出有任何的改裝。但是尾隨其後，看對方不斷的利用「速差」，精準的變換車道，能夠如此行雲流水般進行「空間」的移動，又非一般泛泛的改裝功力能夠辦得到的。

可惜沒能...。

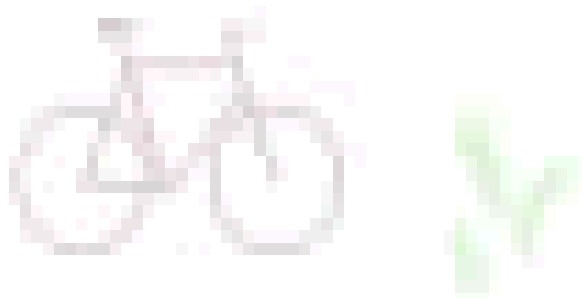
雖有滿腹的狐疑與不甘，也只能被迫頹然放棄。就在進入休息站，準備掉頭北返之際，才又赫然看見對方就站在車子旁邊悠閒的抽菸...。

他誠心的驅前「能不能...，請教你是如何改裝車子的？」。

對方先是一愣，然後再看看他停在一旁的車子，方始用理解、禮貌而且有教養的微笑「其實，我只改了一個地方！」。

「只改了一個地方?怎... 怎麼可能?」他因為吃驚，而顯得有一些結巴。

「我只是將後行李廂蓋上的『S600』改成『S350』！」。




養護天地

養護科(護理)護士 顏秀妃

醫學常識

✚ 慢性疾病-高血壓

 什麼是血壓？血液由心臟送出，循環體內一周，到流回心臟的時間，大概是十到二十秒。其間經過的距離其實相當長，但速度仍如此快，顯見心臟「運輸能力」之強勁！至於這強大運送力的根源，當然就是心臟的壓縮與搏動而血管則不斷被流經過的血液衝動擊，血管壁受到的血液壓力便稱為「血壓」。再者，血壓是血液壓迫動脈血管壁所造成的力量。每個人必須有這種血壓，血液才能到達器官與肌肉。高血壓分為兩類「繼發性高血壓」主要是由腎臟病所造成，但偶爾也出現因為主動脈狹窄、某些荷爾蒙分泌過多，以及與腦垂體腎上腺腎臟腫瘤腦部或血流壓縮有關的病症所引起。「原發性(secondary)高血壓」定義是原因不明，不過已經知道很多引起原發性高血壓的重要病因，只要及早排除這些原因也能有效降低血壓。

高血壓的併發症持續性的高血壓必須要治療，因為長期血壓偏高就會發生嚴重的併發症。造成腦、眼、心腎等器官的損害，輕者半身不遂，器官功能喪失，重者危害性命，不可不注意。高血壓如何引起併發症血液由心臟送出血流的壓力高於血管所能承受的壓力時，就會發生兩種結果：一種是高壓導致血管壁受損，表面脫落的碎屑阻塞血管，另一種是高壓導致血管破裂，造成溢血的現象。這就是高血壓損害血管及體內器官的

原因,我們稱這些作用為「阻塞作用」及「破裂效應」。

阻塞作用可以發生:

心臟

如果冠狀動脈提供心臟血液的部份阻塞,在爬坡或上樓時胸部前方便會疼痛;這也就是心絞痛。如冠狀動脈血栓症或心肌梗塞等。

主動脈

主動脈是體內最大的血管,其內膜組織會因蠟狀物質堆積而變得粗糙不平,逐漸隆起腫脹、形成動脈瘤。這些腫瘤血塊可能分離成血栓,流入通往腎臟或大腿的動脈,阻礙腎臟或腿部的血液循環。

腿與腳

如果蠟狀物質造成身體下半部或大腿動脈的部份阻塞,則患者在爬坡時小腿會感到疼痛。若腿部動脈完全阻塞,則會引起腳趾或腳掌生壞疽。腦部

頸動脈內部組織因血壓過高如果變得粗糙,就可能產生大的血塊,這些血塊向上流入腦部,則可能完全阻礙血液輸送至腦部的某一部份,導致栓塞性中風。

眼睛

高血壓患者比一般人更容易產生眼部動脈栓塞現象、眼部靜脈阻塞或視網膜剝離等症狀。

其他器官

事實上,身體其他器官的血液供輸量都可能因高血壓所造成的血管阻塞而減低,甚至完全停止。

二. 破裂效應

心臟

血壓升高會大大增加心臟的負擔,因為此時動脈系統變得狹窄緊縮,阻力因而加大,所以心臟很難將血液打入動脈。最後,如果左心室輸出血液的速度突然無法趕上血液由右心室流回肺部的速度,就會導致嚴重的心臟衰竭,這種類型的心臟衰竭並非真的由破裂效應所造成過程相似所以把它列在這裡。

主動脈

如先前於阻塞效應中所述,主動脈可能產生動脈瘤。如果血壓

非常高，且動脈瘤壁很脆弱的時候，動脈瘤就可能破裂。動脈瘤破裂通常分成兩個階段：第一階段，動脈內膜組織裂開，血液湧入主動脈壁的中層組織中；此時會有劇烈的胸部疼痛，因此容易被誤診為冠狀動脈性心臟病發作。第二個階段是主動脈壁的外層破裂，數秒內或數分鐘內即會致命。

腦部

腦部的動脈瘤是指在動脈血管壁上形成的泡泡狀小血瘤，產生的原因包括天生血管壁較脆弱，或高血壓使正常的血管壁膨脹所致；發生的部位包括腦部表面（通常為先天型的血管瘤）或在腦的內部（一般為高血壓所引起的血管瘤）。

如果腦部表面的動脈瘤破裂，血液會流入腦脊髓中，稱為蛛網膜下出血，患者會覺得頭痛得厲害，不過不會立即失去意識或中風。破裂的是腦內動脈瘤（腦內出血），會破壞腦組織的一部份，有時候會失去意識，會立即或在一、二個小時之內發展成身體半邊癱瘓的中風，也就是半身不遂。

眼睛

血壓非常高的時候（指舒張壓超過 120 mmHg），這些小動脈便會滲出液體，流入視網膜內，造成視線不清如果大幅升高的血壓並沒有於數小時之內下降，則視網膜的小動脈就可能會出血，對視力造成永久性的損害。

腎臟

血壓很高的時候，腎臟的小動脈會以和視網膜動脈一樣的方式破裂，導致腎功能快速喪失，患者在幾個星期或幾個月未接受治療，可能會變成無法補救的腎衰竭。

如何控制高血壓：

有些人可以只靠改變運動與飲食的方式來控制血壓，您的朋友中就有可能只靠減輕體重與減少鹽份攝取來控制血壓。雖然生活型態的改變對治療很重要，但對很多人而言是不夠的。您的醫師會決定您是否需要服藥，所以在控制血壓上，我們分為「非藥物治療」與「藥物治療」二方面來說明；



在非藥物治療方面

1. 調整生活習慣作息要規律
2. 消除壓力：利用平日的運動、假日的休閒活動來消除壓力。經營自己的興趣、保持好心情，更能達到消除壓力的目的。

3. 運動：保持心臟強健，心臟是肌肉組成的。和其他肌肉一樣，它們也要保持活力。這是為什麼運動對維持健康如此重要。您應詢問醫師什麼運動適合您？最常被用來作為心臟健康目標的是一週三次，每次 20 分鐘的適度運動。很多人發現一開始他們都很能運動，但不久後找個藉口就停止了。所以如果找個喜歡的運動就比較容易維持在運動計劃中，且這活動也會幫助維持下去。比如說一週作長一點散步一至兩次，及週末與朋友們打打網球。做多樣化的活動與喜歡的運動，不要開始的太突然，總而言之要覺得是一種享受！
4. 飲食避免過多的鹽份：鹽份使我們需要更多水份。當鹽中的鈉離子跑到血液中，會把水份拉進來。額外的液體會增加血壓，增加心臟的負擔，使心臟比它所需的工作更辛苦。所以秘訣是注意鹽類的攝取。
5. 戒煙：您可能聽過也與醫師討論過吸煙會增加心臟病的危險；如果吸煙，肺部疾病與某些癌症的發生機率也會提高，所以，您一定要戒煙。



在藥物治療方面，按〈時〉醫師處方服藥六類主要治療高血壓藥物，分別為：利尿劑(diuretics)、乙型阻斷劑(β -blockers)、鈣離子阻斷劑(calcium antagonists)，血管收縮素轉化酶抑制(ACEI)，血管收縮素酶接受體拮抗劑，甲型阻斷劑。

目前主要是依藥性副作用及醫師的經驗來選藥。降壓劑並不是治療高血壓這種疾病的藥，而是持續控制血壓低於標準。患者可能要長期吃藥，切忌擅自停藥，任何副作用都要報告醫師。現有主要六類降壓藥劑，大部份都有副作用，有些明顯使病人不舒服，但有些已發生在病人身上確不自覺。例如：服用血管收縮素轉化抑制劑的病人，最典型的副作用是乾咳，根據台灣醫師的臨床經驗發生比率高達三成。鈣離子阻斷劑常出現的副作用包括，腳水腫，面紅潮等，腳水腫多在傍晚，乙型阻斷劑的副作用是心跳變慢，血管收縮素接受體拮抗劑，是目前發現的降壓劑中，副作用最小的一種。不過每個人對各藥品副作用的適應性以及效果都不一樣，因此服藥血壓不降，副作用不舒服時，勤與醫師聯絡找出最適合自己的藥，至為重要，按時服藥，提高生活品質。

人事專欄

人事管理員 歐楚意



壹、【人事法規宣導】

- 一、衛生福利部暨所屬機關（構）員工關懷服務實施計畫，自 102 年 7 月 23 日生效。
- 二、退休（伍）軍公教人員年終慰問金發給辦法，於 102 年 9 月 5 日行政院院授人給字第 10200470391 號令訂定發布全文 8 條，自發布日施行。
- 三、公務人員行政中立宣導—行政中立，全民得益；依法行政，公平公正！公務人員保障暨培訓委員會提醒您。
- 四、公務人員-公務倫理與公義社會宣導—「公務人員應關懷弱勢族群，促進族群和諧，維護社會公平正義」、「公務人員五大核心價值-廉正、忠誠、專業、效能、關懷」公務人員保障暨培訓委員會提醒您。
- 五、「衛生福利部推動性別主流化實施計畫」業經衛生福利部 102 年 9 月 9 日衛部人字第 1022280574 號函訂定，並自 102 年 7 月 23 日生效。
- 六、「薦任公務人員晉升簡任官等訓練等 5 項晉升官等（資位）訓練辦法」業已於 102 年 11 月 25 日修正。請有需求之同仁逕行上網參考運用，網址為：
<http://www.csptc.gov.tw/pages/detail.aspx?Node=594&Page=7707&Index=4>



貳、【本家人事法規修訂】

- 一、修訂本家「性騷擾及疑似性侵害防治申訴調查及懲處處理要點」。(經本家 102 年 9 月份家務會議審議通過)
- 二、訂定本家「禁止工作場所性騷擾之書面聲明」。(經本家 102 年 9 月份家務會議審議通過)



參、【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
趙正派	機關修編	內政部澎湖老人之家主任	衛生福利部澎湖老人之家主任	102.07.23	
紀慧卿	機關修編	內政部澎湖老人之家秘書兼室主任	衛生福利部澎湖老人之家秘書兼室主任	102.07.23	
吳有諒	機關修編	內政部澎湖老人之家課長	衛生福利部澎湖老人之家科長	102.07.23	
蕭麗珠	機關修編	內政部澎湖老人之家課長	衛生福利部澎湖老人之家科長	102.07.23	
鄭啟信	機關修編	內政部澎湖老人之家課長	衛生福利部澎湖老人之家科長	102.07.23	
陳惠貞	機關修編	內政部澎湖老人之家會計主任	衛生福利部澎湖老人之家會計主任	102.07.23	
陳綉美	機關修編	內政部澎湖老人之家社會工作人員	衛生福利部澎湖老人之家社會工作人員	102.07.23	
蔡惠燕	機關修編	內政部澎湖老人之家護理師	衛生福利部澎湖老人之家護理師	102.07.23	
楊珠呈	機關修編	內政部澎湖老人之家護理師	衛生福利部澎湖老人之家護理師	102.07.23	
吳碧真	機關修編	內政部澎湖老人之家護士	衛生福利部澎湖老人之家護士	102.07.23	
許總辦	機關修編	內政部澎湖老人之家輔導員	衛生福利部澎湖老人之家輔導員	102.07.23	

曾慶榮	機關編修	內政部澎湖老人之家輔導員	衛生福利部澎湖老人之家輔導員	102.07.23
張桂香	機關編修	內政部澎湖老人之家輔導員	衛生福利部澎湖老人之家輔導員	102.07.23
葉明宗	機關編修	內政部澎湖老人之家助理員	衛生福利部澎湖老人之家助理員	102.07.23
黃昱仁	考試分發	無	衛生福利部澎湖老人之家助理員	102.07.23
鄭鳳真	機關編修	內政部澎湖老人之家課員	衛生福利部澎湖老人之家科員	102.07.23
許淑芳	機關編修	內政部澎湖老人之家課員	衛生福利部澎湖老人之家科員	102.07.23
楊能男	機關編修	內政部澎湖老人之家課員	衛生福利部澎湖老人之家科員	102.07.23
歐楚意	機關編修	內政部澎湖老人之家人事管理員	衛生福利部澎湖老人之家人事管理員	102.07.23
黃昱仁	派代	無	衛生福利部澎湖老人之家助理員	102.11.23

實訓期滿成績合格及派代。



肆、【獎懲】（102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
秘書室	秘書兼室主任	紀慧卿	督辦本家101年度機關綠色採購績效評核成果榮獲優等，績效良好。	嘉獎2次	衛生福利部及所屬機關人員獎懲要點第4點第8款。	
少教科	輔導員	張桂香	辦理本家101年度機關綠色採購績效評核成果榮獲優等，績效良好。	記功1次	衛生福利部及所屬機關人員獎懲要點第3點第9款。	

主計室	科員	許淑芳	辦理本家101年度預算之內部審核工作，負責盡職，圓滿達成任務。	嘉獎1次	衛生福利部及所屬機關人員獎懲要點第4點第10款。
少教科	助理員	葉明宗	任職雲林縣斗六市公所期間，辦理100及101年度社區發展工作績效榮獲甲等，負責盡職，圓滿達成任務。	嘉獎2次	衛生福利部及所屬機關人員獎懲要點第4點第10款。
秘書室	秘書兼室主任	紀慧卿	102年度終身學習時數及參與本家自辦研習課程，學習成果顯著，具標竿學習之楷模。	嘉獎2次	衛生福利部及所屬機關人員獎懲要點第4點第10款。
養護科	科長	蕭麗珠	102年度終身學習時數及參與本家自辦研習課程，學習成果顯著，具標竿學習之楷模。	嘉獎1次	衛生福利部及所屬機關人員獎懲要點第4點第10款。
社工科	社工員	陳綉美	102年度終身學習時數及參與本家自辦研習課程，學習成果顯著，具標竿學習之楷模。	嘉獎1次	衛生福利部及所屬機關人員獎懲要點第4點第10款。
行政室	科員	鄭鳳真	101年度進用身心障礙人員，本家進用比例達獎勵標準，有功人員，辛勞得力。	嘉獎1次	衛生福利部及所屬機關人員獎懲要點第4點第10款。
行政室	科員	楊能男	101年度進用身心障礙人員，本家進用比例達獎勵標準，有功人員，辛勞得力。	嘉獎1次	衛生福利部及所屬機關人員獎懲要點第4點第10款。
主計室	會計主任	陳惠貞	任職內政部澎湖老人之家期間，督導辦理該機構101年度會計報告之編製在期間內完成，圓滿達成任務。	嘉獎1次	主計人員獎懲辦法第5條第7款。
主計室	會計主任	陳惠貞	任職內政部澎湖老人之家期間，督導辦理該機構102年度預算之編製在期間內完成，圓滿達成任務。	嘉獎1次	主計人員獎懲辦法第5條第5款。
主計室	會計主任	陳惠貞	任職內政部澎湖老人之家期間，督導辦理該機構101年度決算之編製在期間內完成，圓滿達成任務。	嘉獎1次	主計人員獎懲辦法第5條第6款。

會計專欄

主計主任 陳惠貞

會計法規動態



◎ 為期能達成 102 年度中央政府總決算平衡目標，訂頒「中央政府 102 年度預算執行節約措施」

為有效擷節支出，並達成 102 年度中央政府總決算平衡目標，行政院於 102 年 9 月 5 日以院授主會公字第 1020500631 號函訂頒「中央政府 102 年度預算執行節約措施」，請各機關除資本支出仍本擷節原則加強執行，以提振景氣外，應切結依節約措施規定辦理。該節約措施主要內容如下：

施主要內容如下：



- (一) 各機關截至 8 月底止已分配尚未支用之經常支出餘額，除已發生債務關係或契約責任者外，應予凍結。
- (二) 業務費、獎補助費等經常支出，除法律義務應支出者外，9 至 12 月份之分配預算數應控留百分之十。
- (三) 第一及第二預備金非絕對必要，不得申請動支；已撥之預備金及統籌科目經費，如有節餘，應辦理收回。
- (四) 各特種基金應強化營運績效，務必達成或超過預算盈（賸）餘及繳庫目標；特別公積原訂用途已達成或已消失，或無立即辦理之急迫性，原則應轉列分配繳庫。





志工 歐懿文

11/8 首次參加老人之家縣外觀摩活動，姐妹們開心出遊，感謝南區老人之家三天來派車接送各行程，首站直達南老，環境雖沒老家好，可整體設備齊全院區空間設計良好，志工團隊分組分工清楚，活潑熱情，積極主動，參與度高，還有專屬志工休息室。可增加志工聚會機會，凝聚力強。感謝南老對準備豐盛午餐招待，非常好吃，感恩準備料理的所有志工大哥大姐。

11/9 一早到南區兒童之家，聽簡報介紹、參觀環境活動空間多元化、院童樂觀開朗，主動問候，打招呼，很有禮貌，以小家庭分產，志工分工課輔。陪伴，清潔打掃院童，自主能力強。

三天行程非常感謝主任，課長熱心招待，南老各主管及司機帥哥，志工團的美女帥哥們熱心款待。





志工 林彩雲

感謝趙主任和吳課長的促成讓我們志工姐妹在短短一個月時間內結合 10 個姐妹(包含訂購機票、飯店、行程安排一次搞定)。第一天謝謝屏東衛生福利部南區老人之家的蕭主任派司機前往機場接機，讓我們免去叫車，在台灣三天全程配合接送，真是辛苦了(連放假日也不能休息)真是感恩啊。

到了屏東南區老人之家的大門，就接受了主任、秘書、行政、社工、少教的科長職員和志工歐隊長麗枝的歡迎，真是有緣一家人，受到她(他們)詳細的介紹和導覽參觀園區各位置也和老人家面對面的打招呼和介紹。中午安排與本家老人視訊，更享用南區老人之家志工姐妹一人一道美食、卡拉 OK 的聯誼，難怪她們會得到內政部模範第一名，真是大開眼界，值得好好學習，230 老人只有 160 位志工姐妹的陪伴。下午順道回屏東娘家看望兩老，老媽煮了美味的油飯，老爸則準備椰子水招待我們，看到兩老的身體健康就安心了。夜宿高雄英雄館，晚上自由行動各姐妹結伴逛夜市，好快樂的志工。

第二天早上 8:20 分司機準時接往高雄左營兒童之家，雖然佔地不寬，但麻雀雖小，五臟俱全，也受到主任和科長職員老師小朋友熱烈的介紹，好天真一群孩子，小小年紀(國小、幼稚園)竟然自己整理自己的寢室、居住環境，還會整理廁所(這是多麼難的事，連我小時

候和自己的孩子都無法做到的事)一見到我們一行人齊聲叫阿姨、叔叔，真是汗顏。

下午到鼓山旗津看古蹟(砲台、燈塔)、西子灣浪漲浪退、貨輪進出。第三天佛光山朝拜，大雄寶殿的莊嚴、佛陀館的壯麗，件件都是人工那麼費心費神，工程浩大，造就一處人間佛門的聖地。時間急促的過，讓我們不得離開這麼漂亮宏偉的地方，懷著依依不捨的心情返澎，心中默默許下次再返行，也會盡快安排時間，回屏東帶兩老一遊此地，多陪伴老人家盡一下子女的本分。



少教園地

我的生活計畫

少教科院童 簡安浩

現在是大一上學期，環境認識了，課業方面也都熟悉了，目前學習重點都是以好基礎為主，也體會到大學並不是由你玩四年，而是必須花更多的心思在自己的課業上。

大一開始都是為基本能力課程為必修的課程，而選修方面都還不及，目前只要先學習好基本的相關知識打好基礎，為二、三年級鋪好路，而博雅涵養課程，學校的用意則是基於培育兼具人文素養的健康科技人才之理念而開設，專業必修課程，分為基礎能力→基礎專業→



進階專業→研究能力，這些都為重要課程，多為二年級的課需在營養實習前修畢，這些專業課程都有修課順序，專業選修課程，是強化我們的考照能力，學校



著重整體性及連貫性，所以他們的安排都是由淺到深，從基礎到進階，一二年級只要先將必修科目

讀好即可。

接下來則是營養師實習課程：科目、分數、時數，都必須達到及格，營養師考試中五個科目都必須要及格，不及格不行修習，學校也會舉行一次大會考，成績必須滿 60 以上，當這些都通過了，就按照成績的高低選擇我要去實習的醫院，而實習時間為四年級上學期的時候，我們營養師實習課程，時數共 504 小時。所有事情都準備妥當後，就等高等考了。

這就是我未來四年的規劃，而我正努力地朝我的目標前進著，我想我一定會成功的。

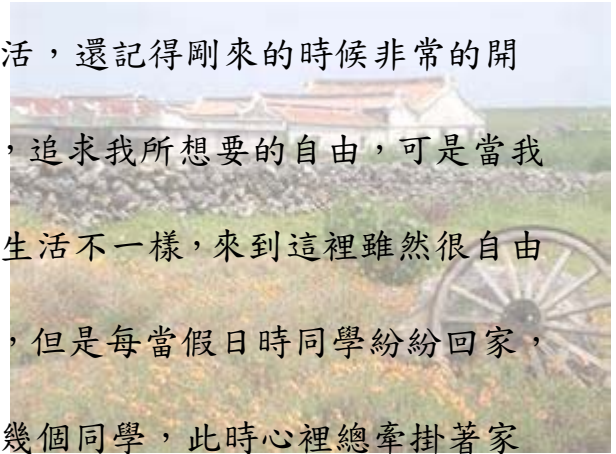


少教園地

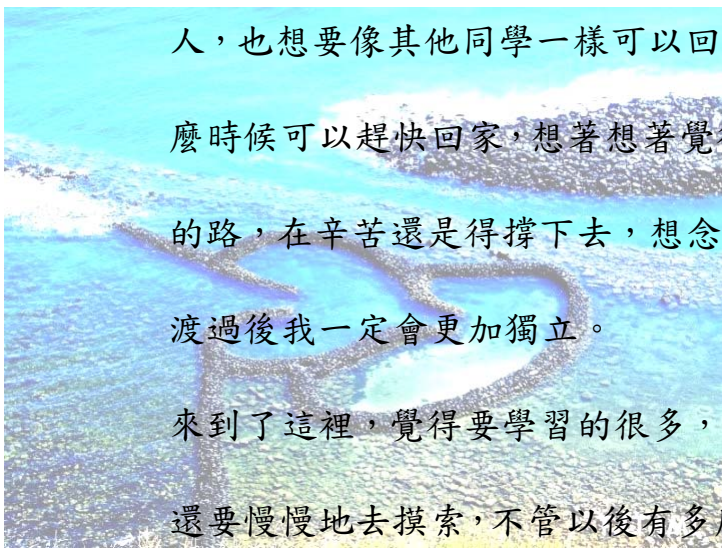
思鄉

少教科院童 周子絮

冷冷的天氣裡，想著自己剛來這裡時，對這裡充滿陌生感總覺得不適應，直到現在漸漸的習慣這裡的生活，還記得剛來的時候非常的開心，來到自己夢寐以求的大學生活，追求我所想要的自由，可是當我來到這裡時才發現原來跟我想像的生活不一樣，來到這裡雖然很自由也沒有人管，想要去哪玩就去哪玩，但是每當假日時同學紛紛回家，宿舍裡突然變得空蕩蕩只剩下我和幾個同學，此時心裡總牽掛著家



人，也想要像其他同學一樣可以回家和家裡的人聚在一起，總想著甚麼時候可以趕快回家，想著想著覺得自己還是得堅強畢竟這是我選擇的路，在辛苦還是得撐下去，想念是一定會但我相信這是一個過程，渡過後我一定會更加獨立。



來到了這裡，覺得要學習的很多，對很多事物有許多不懂，還要慢慢地去摸索，不管以後有多麼的辛苦我一定會一一去

克服它。



役男服役



心得

養護科 119 梯 役男：王立行

入伍至今，說長不長說短不短也過了八個多月，回想起當時在機場準備往台中成功嶺的時候那種忐忑不安的心情，到營中接受三個禮拜軍事訓練，與一個禮拜的專業訓練，也接受了分發，回到澎湖的老人之家，這裡跟當初想像的樣子沒差多少，雖然一開始很不適應，但是漸漸地在學長們的教導下，慢慢適應這個新的環境，直到現在。

在澎湖老人之家服役的這段期間，學到了很多也了解到社會福利機構所提供的服務及內部的營運，台灣目前已經漸漸地邁向高齡化社會，老人福利機構則是日後不可或缺的一個組織，在這裡跟我所學雖然相差甚遠，但是能學習不一樣的事物及了解不同機構的營運也是一個很好的經驗，在往後求職的路上也多少能幫上一點忙。

破百，這對每個中華民國服役青年而言，是個重要的指標，意思指的是離退五只剩下一百天，當然這也是提醒自己要開始規劃退伍之

後的出路，不管是往後的工作、生活方向及往後的路，退伍之後我們正式要面對台灣這個大社會的環境，也是正式的出社會了，這一路走來真的很不順，這段日子裡，不斷的出事生病出事生病，一件又一件的事情，接連不斷的發生，把我的生活及工作都打得亂七八糟，不管是身體上的疼痛，或是精神上的打擊，都是不斷的在上演，而我也不想去受這些折磨，不管是之後的日子或是往後的人生，因為這樣不只打亂了生活也連累工作上的夥伴，既然發生了我也就只能默默的接受，慢慢地去治療慢慢地讓他去康復，讓身體、精神、心靈都慢慢地去調適，在這一連串事中站起來，面對往後的一百天，及退伍之後的人生。



役男服役



心得

養護科 125 梯 役男：崔智超

現在的我，很滿足、很快樂、很充實，一切都要謝謝澎湖老人之家。這個單位讓我學到很多東西，不像舊有的國軍體制，只會不斷的教人墨守成規，貴單位讓我了解到公家機關人員每天為人民做了什麼事，如何創造人民的最大利益。

記得初入老人之家的時候，對於不熟悉的環境感到非常擔心，同時在進入老人之家當替代役之前，心裡總覺得滿害怕的，感覺照顧老人家是一份謹慎且要相當專注的工作，但隨著日子一天一天過去，令我想通許多事情，也成長不少。想通的，在單位服務不只是服兵役而已，成長的也不僅僅是服從而已，對我來說，那是一個從男孩成為男人的改變，是一種成熟的過程。

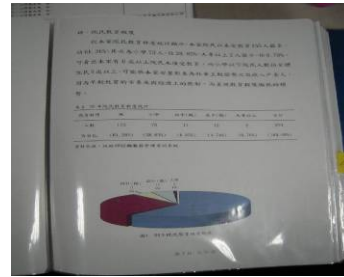
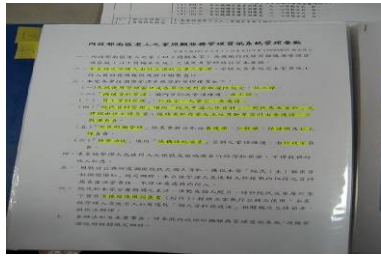
重點是在進入老人之家之後，一切都全部改觀了，跟心理想的完全不同，長官都對我們很好，也沒有學長欺負學弟的事情，吃飯睡覺的設備也都不會太差；更高興的是在老人之家的替代役生涯，還可以

發揮自己學到的東西，去服務別人，感覺生命充實多了。我的工作就是行政方面，除了可以認真學習公文的撰寫方式，也可以學到公家機關如何認真，設身處地的為人民著想，為老人與小孩增取福利，同時在閒暇之餘還有時間可以讀書，且長官學長們都很好相處。

在老人之家當替代役的時候，還有一個很重大的收穫，就是可以好好思考未來的路，畢竟退役後就要正式踏入社會，不如趁這一年，認真思考自己的人生方向。所以要感謝上天多給我這一年在老人之家服務，讓我可以有時間準備未來要做什麼？

有人說當兵的日子雖然苦，但那卻是每個男人心中共有的甘甜回憶，我想，等到我退役之後，我也會再次回到服勤單位，體會過往的一切，因為，我也曾是個替代役。最後我想說的是我做的最正確決定，就是選擇社會役，選擇為自己最愛的澎湖鄉親服務，選擇來澎湖老人之家。

活動花絮



102.07.08 至南老參訪



102.07.17 西藏南管社慰訪

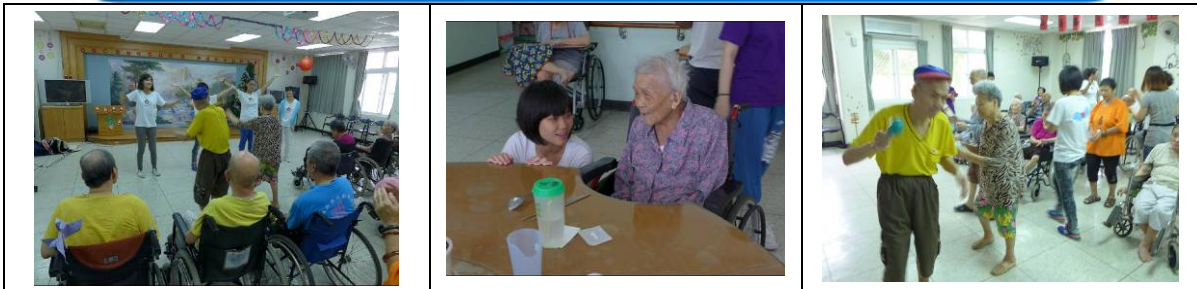


102.07.17 菊島關懷協會慰訪



102.07.19 靈糧福音中心慰訪

活動花絮



102.07.20 敦安社福基金會



102.07.26 靈糧福音中心慰訪



102.08.08 懇親會暨父親節活動

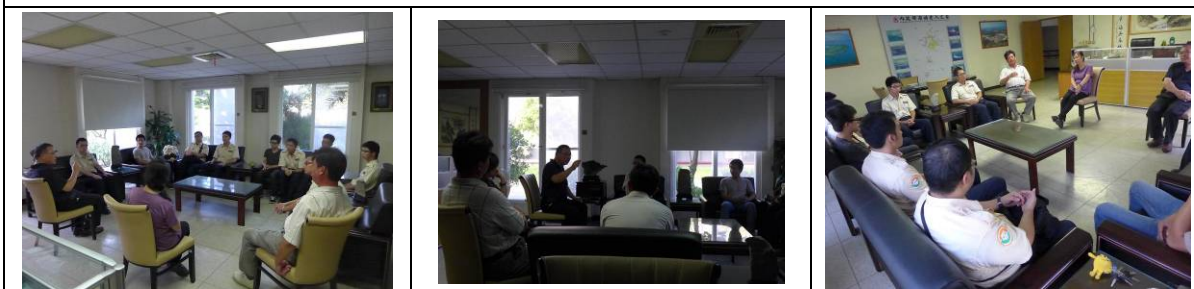


102.08.12 專業督導講座

活動花絮



102. 08. 13 澎坊慰訪



102. 09. 06 主任與役男有約



102. 09. 06 學生志工佈置作品

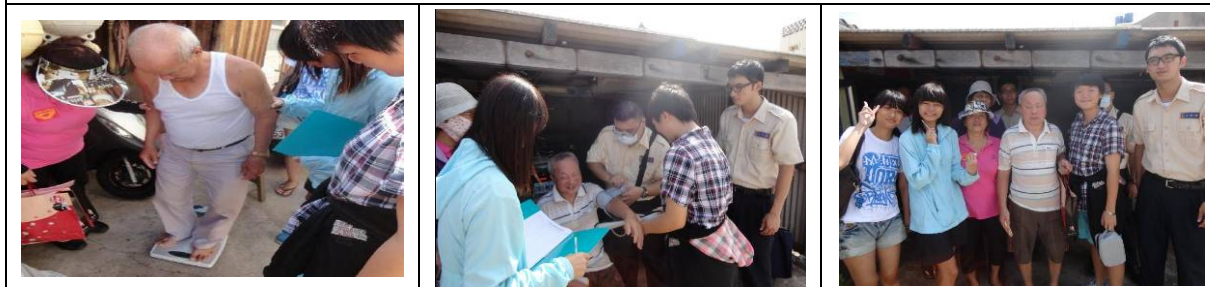


102. 09. 12 私立馬幼幼兒園

活動花絮



102. 09. 13 護理督導



102. 09. 15 志工院童役男外展



102. 09. 16 中秋聯歡晚會



102. 09. 17 肢傷殘協會慰訪

活動花絮



102. 09. 18 市長致贈匾額



102. 09. 27 役男公益



102. 10. 08 志工訓練拼布活動



102. 10. 11 志工作槓子頭

活動花絮



102.10.12 志工重陽節活動



102.10.15 志工訓練拼布活動



102.10.16 院民卡啦OK活動



102.10.22 志工訓練拼布成果

活動花絮



102. 10. 28 性向測驗



102. 10. 30 興趣測驗



102. 10. 31 憂鬱量表



102. 11. 01 馬公教會慰訪

活動花絮



102.11.06 山水社區外展



102.11.07 志工觀摩暨自強活動



102.11.23 古箏學會慰訪



102.11.23 志工做饅頭

活動花絮



102.11.24 身障園遊會賣饅頭



102.11.24 帶著鋼琴去旅行



102.12.02 學生輔導諮商中心



102.12.09 志工做包子

活動花絮



102. 12. 10 日照評鑑



102. 12. 11 尖山發電廠慰訪



102. 12. 14 國際同濟會慰訪



102. 12. 14 社區外展活動

活動花絮



102.12.15 院民童耶誕聯誼



102.12.15 院童耶誕看電影、餐敘



102.12.16 專業督導講座



102.12.17 志工聚餐暨摸彩活動

活動花絮



102.12.17 平安日照外展



102.12.25 白沙幼兒園、港子國小慰訪



102.12.26 耕讀幼兒園慰訪

衛生福利部澎湖老人之家 102 年度 7 月至 9 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
102.07.02	謝 ○ 氣	胡瓜 2.9 公斤、青椒 2 公斤	218	轉交養護科膳委會	
102.07.02	社團法人澎湖縣慈光慈善會	小王子麵 4 箱	1,128	轉交少教科	
102.07.03	許 ○ 綸	白米 30 公斤	1,050	轉交養護科膳委會	
102.07.12	行政院農業委員會	香蕉 30 公斤	900	轉交養護科	
102.07.15	黃蔡 ○ 桂	愛美力涵纖 130 罐、愛美力 72 罐、新越莓兮 127 包、人康 57 包、濕紙巾 4 包	15,359	轉交養護科	
102.07.16	謝 ○ 氣	青椒 5.5 公斤	319	轉交養護科膳委會	
102.07.17	社團法人高雄市善護關愛協會	銀川白米 40 公斤、銀川糙米 40 公斤	9,000	轉交養護科膳委會	
102.07.22	無名氏	按摩器 2 台	9,400	轉交養護科（護理）	
102.07.22	翁李 ○ 玉	亞培 10 罐、佳倍優 9 罐	1,235	轉交養護科	
102.07.26	無名氏	手錶 18 支	3,600	轉交養護科	
102.07.30	澎湖縣社會慈善促進會	白米 157.2 公斤	9,500	轉交養護科膳委會	
102.08.01	謝陳 ○ 玉	愛美力涵纖 63 罐、愛美力 48 罐、濕紙巾 40 包	7,677	轉交養護科	
102.08.05	丁 ○ 洲	愛攝氏 120 罐、紙尿布 3 包、生理食鹽水 3 罐、橡膠手套 3 盒	9,800	轉交養護科	
102.08.06	許 ○ 綸	白米 30 公斤	1,050	轉交養護科膳委會	
102.08.08	海天佛剎妙義法師	發熱內衣 2 件	598	轉交養護科	
102.08.12	翁 ○ 源、翁李 ○ 玉、翁 ○ 駿	白米 30 公斤	1,200	轉交養護科膳委會	
102.08.12	莊 ○ 國、翁 ○ 惠、莊 ○ 綦、莊 ○ 宗	白米 30 公斤	1,200	轉交養護科膳委會	
102.08.12	鄭 ○ 利、翁 ○ 媚、鄭 ○ 杰、鄭 ○ 銘	白米 30 公斤	1,200	轉交養護科膳委會	
合計			74,434		

衛生福利部澎湖老人之家 102 年度 7 月至 9 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
102.08.12	楊○連、楊李○ 花、楊○鴻	白米 30 公斤	1,200	轉交養護科膳委會	
102.08.12	呂○華、楊○萍 呂○德、呂○樟	白米 30 公斤	1,200	轉交養護科膳委會	
102.08.12	歐 ○ 儀	飲料 145 罐	2,175	轉交養護科	
102.08.20	孟顏○雲	亞培（倍力素）11 罐	1,045	轉交養護科	
102.08.20	莫王○桂	白米 210 公斤	7,980	轉交養護科膳委會	
102.08.26	樊 ○ 隆	白米 60 公斤	2,200	轉交養護科膳委會	
102.08.27	澎湖潮音寺 釋法華	白米 162 公斤、大 統健康油 18 罐	10,116	轉交養護科膳委會	
102.08.28	項 ○ 生	白米 30 公斤	1,150	轉交養護科膳委會	
102.08.28	項 ○ 蓉	白米 60 公斤	2,300	轉交養護科膳委會	
102.08.28	陳 ○ 嫻	白米 30 公斤	1,150	轉交養護科膳委會	
102.08.28	李 ○ 緯	白米 30 公斤	1,150	轉交養護科膳委會	
102.09.02	謝 ○ 生	白米 5 公斤	190	轉交養護科膳委會	
102.09.02	陳 張 ○	白米 5 公斤	190	轉交養護科膳委會	
102.09.02	陳 ○ 藝	白米 5 公斤	190	轉交養護科膳委會	
102.09.02	莊 ○ 志	白米 5 公斤	190	轉交養護科膳委會	
102.09.02	黃蔡○桂	白米 5 公斤	190	轉交養護科膳委會	
102.09.02	蔡 ○ 藥	白米 5 公斤	190	轉交養護科膳委會	
102.09.02	陳 蘇 ○	白米 5 公斤	190	轉交養護科膳委會	
102.09.02	蔡 ○	白米 5 公斤	190	轉交養護科膳委會	
102.09.02	陳 ○ 恩	白米 5 公斤	190	轉交養護科膳委會	
102.09.02	魏吳○崑	白米 5 公斤	190	轉交養護科膳委會	
102.09.02	蔡 ○ 川	白米 5 公斤	190	轉交養護科膳委會	
102.09.02	劉 陳 ○	白米 5 公斤	190	轉交養護科膳委會	
合計			33,946		

衛生福利部澎湖老人之家 102 年度 7 月至 9 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
102.09.02	葉 ○ 築	白米 5 公斤	190	轉交養護科膳委會	
102.09.02	王 ○ 馬	白米 5 公斤	190	轉交養護科膳委會	
102.09.02	謝 ○ 彰	白米 5 公斤	190	轉交養護科膳委會	
102.09.02	方 ○ 誠	白米 5 公斤	190	轉交養護科膳委會	
102.09.02	郭 ○ 山	白米 5 公斤	190	轉交養護科膳委會	
102.09.02	無名氏	白米 5 公斤	190	轉交養護科膳委會	
102.09.02	澎湖新聞記者協會	南方松花架 1 座、 變葉木 4 盆、九穹 2 盆、日日春 4 盆	12,000	轉交養護科	
102.09.05	觀鴻宮	白米 54.4 公斤	2,176	轉交養護科膳委會	
102.09.09	孟顏○雲	牲禮 1 付、花蟹 1 盤、魚 1 盤、排骨 1 盤、炸丸子 1 盤、 肉捲 1 盤、果凍 1 盒、冷盤 2 盤	3,000	轉交養護科膳委會	
102.09.11	總統府	中秋月餅 60 盒	30,000	轉交養護、少教科	
102.09.11	許 ○ 綸	白米 30 公斤	1,050	轉交養護科膳委會	
102.09.25	澎湖縣社會慈善促進會	柚子 10 箱	3,000	轉交養護科	
102.09.25	莉朵手感麵包	麵包 160 份	32,000	轉交養護、少教科	
102.09.25	鄭 ○ 行	紅茶 27 罐、三明治 27 份	1,755	轉交養護科	
合計			86,121		
總計			194,501		

衛生福利部澎湖老人之家 102 年度 7 月至 9 月份外界捐款徵信錄

日期	捐贈者	金額	用途	備註
102.07.01	邱○諒	300	院民加菜金	
102.07.01	邱蔡○赫	300	院民加菜金	
102.07.01	邱○敏	300	院民加菜金	
102.07.01	張○	2,000	院民加菜金	
102.07.01	潘○明	600	院民加菜金	
102.07.01	蔡○綾	1,000	院民加菜金	
102.07.01	陳○維	200	院民加菜金	
102.07.01	陳○琳	10,000	院民加菜金 7,000 元 教保人員加菜金 3,000 元	
102.07.01	臺灣房屋	2,200	院民加菜金	
102.07.02	洪○麗	100	院民加菜金	
102.07.02	葉○國	100	院民加菜金	
102.07.02	葉○伸	100	院民加菜金	
102.07.02	葉○葳	200	院民加菜金	
102.07.04	洪永豐	1,000	院童慰問金	
102.07.04	洪長麟	300	院童慰問金	
102.07.04	洪惠鈴	300	院童慰問金	
102.07.04	洪福志	300	院童慰問金	
102.07.04	洪王美蓮	100	院民加菜金	
102.07.15	邵○菁	2,000	院民加菜金	
102.07.17	張○雄	12,000	院童慰問金	

衛生福利部澎湖老人之家 102 年度 7 月至 9 月份外界捐款徵信錄

日期	捐贈者	金額	用途	備註
合計		33,400		
102.07.18	蔡 ○ 蓮	1,000	院民加菜金	
102.08.02	新北市警察之友會汐止辦事處長安警友站	5,000	院民加菜金 4,000 元 教保人員加菜金 1,000 元	
102.08.05	邱 ○ 諒	300	院民加菜金	
102.08.05	邱蔡○赫	300	院民加菜金	
102.08.05	邱 ○ 敏	300	院民加菜金	
102.08.06	洪 ○ 麗	100	院民加菜金	
102.08.06	葉 ○ 國	100	院民加菜金	
102.08.06	葉 ○ 伸	100	院民加菜金	
102.08.06	葉 ○ 葳	200	院民加菜金	
102.08.06	洪永豐	1,000	院童慰問金	
102.08.06	洪長麟	300	院童慰問金	
102.08.06	洪惠鈴	300	院童慰問金	
102.08.06	洪福志	300	院童慰問金	
102.08.06	洪王美蓮	100	院民加菜金	
102.08.12	蔡 ○ 蓮	1,000	院民加菜金	
102.08.22	無名氏	1,500	院童加菜金	
102.08.26	高 ○ 華	33,000	院民加菜金 15,000 元、院童慰問金 10,000 元、教保人員加菜金 8,000 元	
102.09.03	葉 ○ 國	100	院民加菜金	
102.09.03	洪 ○ 麗	100	院民加菜金	
102.09.03	葉 ○ 伸	100	院民加菜金	
102.09.03	葉 ○ 葳	200	院民加菜金	

衛生福利部澎湖老人之家 102 年度 7 月至 9 月份外界捐款徵信錄

日期	捐贈者	金額	用途	備註
合計		45,400		
102.09.05	陳 ○ 筆	6,000	院民加菜金	
102.09.06	邱 ○ 諒	300	院民加菜金	
102.09.06	邱蔡○赫	300	院民加菜金	
102.09.06	邱 ○ 敏	300	院民加菜金	
102.09.06	蔡 ○ 蓮	1,000	院民加菜金	
102.09.09	洪永豐	1,000	院童慰問金	
102.09.09	洪長麟	300	院童慰問金	
102.09.09	洪惠鈴	300	院童慰問金	
102.09.09	洪福志	300	院童慰問金	
102.09.09	洪王美蓮	100	院民加菜金	
102.09.09	趙 ○ 派	13,800	院民慰問金	
102.09.12	私立馬幼幼兒園 全園師生	5,000	院民加菜金	
102.09.12	嘉里大榮物流股 份有限公司	3,000	院民加菜金	
102.09.17	許 ○ 鴻	5,000	院民加菜金	
102.09.25	澎湖縣社會慈善 促進會	5,000	院民加菜金	
102.09.25	辛 ○ 鈴	3,000	院民慰問金 1,500 元 院童慰問金 1,500 元	
合計		44,700		
總計		123,500		

衛生福利部澎湖老人之家 102 年度 10 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
102.10.01	魏吳○崑	圍裙 20 條	3,000	轉交養護科	
102.10.01	許○綸	白米 30 公斤	1,050	轉交養護科膳委會	
102.10.01	陳○民	三好米 13.6 公斤、台灣好米 14 公斤、冬粉 1 包、寶素齋調理油 2 罐、金蘭醬油 2 罐、豪油 3 罐、康寶鮮味炒手 1 罐	2,056	轉交養護科膳委會	
102.10.14	洪○貝	壽桃 68 個、牛奶 68 罐	2,210	轉交養護科	
102.10.14	富勝食品企業行	麵茶 40 包	4,800	轉交養護科	
102.10.16	魏吳○崑	腎補納 181 罐、安素 48 罐、葡勝納 15 罐、愛速康 15 罐、濕紙巾 19 包	18,566	轉交養護科	
102.10.23	陳○妃	白米 30 公斤	1,100	轉交養護科膳委會	
102.10.23	蔡○芬	白米 30 公斤	1,100	轉交養護科膳委會	
102.10.23	劉○文	白米 30 公斤	1,100	轉交養護科膳委會	
102.10.23	陳○章	內褲 134 件	21,440	轉交少教科	
102.10.24	陳○民	麵包 20 個、寶素齋葵花油 4 罐、醬油 3 罐、統一油膏 3 罐、白米 10.8 公斤、麵 2 包	1,948	轉交養護科、養護科膳委會	
102.10.28	許○成	肉鬆 3 包、橘子 12 斤、黑糖糕 1 個、飲料 16 罐	1,490	轉交養護科	
102.10.29	高○珍	書櫃 1 組、無霸凌校園 1 本、是情緒糟不是你很糟 1 本、藝術治療心理專業手冊 1 本、青少年藝術治療 1 本、藝術治療團體實務手冊 1 本、兒童人際發展活動手冊 1 本、生涯輔導與咨商 1 本、生涯規劃概論 1 本、創意式遊戲治療 1 本、ADHD 學生的教育與輔導 1 本、是躁鬱不是叛逆 1 本	6,000	轉交少教科	

衛生福利部澎湖老人之家 102 年度 10 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
合計			65,860		
102.10.29	龔○慧、項○騰 龔徐○英、項○ 生	白米 300 公斤	11,400	轉交養護科膳委會	
102.10.29	項○音、洪○雯 洪○勇	白米 270 公斤	10,260	轉交養護科膳委會	
102.10.29	項○信、項○蓉 項○宜	白米 180 公斤	6,840	轉交養護科膳委會	
102.10.29	陳○宏、陳○昀	白米 60 公斤	2,280	轉交養護科膳委會	
102.10.29	施公祠	白米 180 公斤	6,840	轉交養護科膳委會	
102.10.29	陳○嫻、呂○雲 李○隆、李○緯	白米 144 公斤	5,472	轉交養護科膳委會	
102.10.29	陳 ○ 麗	白米 36 公斤	1,368	轉交養護科膳委會	
102.10.29	劉○星、劉○翔	白米 150 公斤	5,700	轉交養護科膳委會	
102.10.29	劉○文、吳○芸	白米 150 公斤	5,700	轉交養護科膳委會	
102.10.29	張○婷、張○璋 張○嚴、張○祿 黃○惠、張○恩	白米 300 公斤	11,400	轉交養護科膳委會	
102.10.29	紀○香、洪○澤 洪○富、洪○含	白米 300 公斤	11,400	轉交養護科膳委會	
102.11.04	許 ○ 綸	白米 30 公斤	1,050	轉交養護科膳委會	
102.11.07	蘆薈園企業行	蘆薈洗面凝露 152 罐	45,600	轉交少教科	
102.11.07	陳 ○ 州	電動床 1 床、氣墊 床 1 床	19,800	轉交養護科、養護科（護理）	
102.11.12	啟發行	粉圓 2 包、刀削麵 16 包	1,500	轉交養護科膳委會	
102.11.12	陳 ○ 章	內褲 40 件、衛生褲 4 件、衛生衣 5 件、 亞培 7 罐	9,105	轉交少教科、養護科	
102.11.18	翁 陳 說	替換式尿片 1 包、 看護墊 1 包、尿布 2 包、濕紙巾 4 包	892	轉交養護科	
102.11.22	顏 ○ 輝	味味麵 30 箱、冬粉 30 條、米粉 100 包 關麵 20 包、沙拉油 10 箱、豆皮 10 條、 砂糖 100 包、味王 味素 20 包、肉 49 斤、豬腳 10 斤	36,780	轉交養護科膳委會	

衛生福利部澎湖老人之家 102 年度 10 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
102.11.25	蔡 ○ 筠	圍巾 10 條	1,000	轉交養護科	
合計			194,387		
102.11.25	施 ○ 耀	圍巾 30 條	3,000	轉交養護科	
102.11.25	吳 ○ 義	圍巾 30 條	3,000	轉交養護科	
102.12.02	馬公市東洋舞蹈 研究會	點心 74 份	2,220	轉交養護科	
102.12.02	呂 ○ 勳	白米 30 公斤	1,100	轉交養護科膳委會	
102.12.04	許 ○ 綸	白米 30 公斤	1,100	轉交養護科膳委會	
102.12.06	澎湖大網聚	安安紙尿褲 121 包	26,500	轉交養護科	
102.12.09	澎湖公廟三官殿	白米 150 公斤	5,500	轉交養護科膳委會	
102.12.11	台灣尖山發電廠	乳液 12 罐、復健褲 60 包、康復墊 96 包、替換式紙尿片 30 包	29,460	轉交養護科	
102.12.16	澎湖縣澎湖 國際同濟會	桂格大燕麥片 40 罐、濕紙巾 20 包、 衛生紙 20 串、看護 墊 50 包	11,180	轉交養護科	
102.12.18	無名氏	白米 18 公斤	684	轉交養護科膳委會	
102.12.18	濟公廟管理 委員會	白米 36 公斤	1,368	轉交養護科膳委會	
102.12.18	陳 ○ 六	白米 12 公斤	456	轉交養護科膳委會	
102.12.18	謝 ○ 生	白米 12 公斤	456	轉交養護科膳委會	
102.12.18	陳 ○ 枝	白米 12 公斤	456	轉交養護科膳委會	
102.12.18	莊 ○ 志	白米 12 公斤	456	轉交養護科膳委會	
102.12.18	蔡 ○ 藥	白米 12 公斤	456	轉交養護科膳委會	
102.12.18	陳 ○ 青	白米 12 公斤	456	轉交養護科膳委會	
102.12.18	蔡 恭	白米 12 公斤	456	轉交養護科膳委會	
102.12.18	陳 ○ 恩	白米 12 公斤	456	轉交養護科膳委會	
102.12.18	蔡 ○ 川	白米 12 公斤	456	轉交養護科膳委會	

衛生福利部澎湖老人之家 102 年度 10 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
102.12.18	謝 ○ 彰	白米 12 公斤	456	轉交養護科膳委會	
合計			89,672		
102.12.18	方 ○ 誠	白米 12 公斤	456	轉交養護科膳委會	
102.12.18	郭 ○ 山	白米 12 公斤	456	轉交養護科膳委會	
102.12.18	王 ○ 馬	白米 12 公斤	456	轉交養護科膳委會	
102.12.27	蘇 ○ 發	安安尿布 30 包	6,750	轉交養護科	
102.12.27	吳黃◎桂	安安尿片 14 包	3,150	轉交養護科	
102.12.31	蔡 ○ 合	安安尿褲 60 包	13,500	轉交養護科	
102.12.31	蔡 ○ 合	來復易尿片 48 包	6,500	轉交養護科	
102.12.31	方 先生	方塊燒 55 份	1,650	轉交養護科	
合計			32,918		
總計			382,837		

衛生福利部澎湖老人之家 102 年度 10 月至 12 月份外界捐款徵信錄

日期	捐贈者	金額	用途	備註
102.10.01	王 ○ 榮	500	院民加菜金	
102.10.04	洪 ○ 麗	100	院民加菜金	
102.10.04	葉 ○ 國	100	院民加菜金	
102.10.04	葉 ○ 伸	100	院民加菜金	
102.10.04	葉 ○ 葳	200	院民加菜金	
102.10.07	洪永豐	1,000	院童慰問金	
102.10.07	洪長麟	300	院童慰問金	
102.10.07	洪惠鈴	300	院童慰問金	
102.10.07	洪福志	300	院童慰問金	
102.10.07	洪王美蓮	100	院民加菜金	
102.10.09	黃 ○ 卿	527	院民加菜金	
102.10.11	邱 ○ 諒	300	院民加菜金	
102.10.11	邱蔡○赫	300	院民加菜金	
102.10.11	邱 ○ 敏	300	院民加菜金	
102.10.14	白沙鄉樂齡學習中心	5,000	院民加菜金	
102.10.21	蔡 ○ 蓮	1,000	院民加菜金	
102.10.23	呂 ○ 鴻	1,000	院民加菜金	
102.10.25	黃春燕議員、陳保棋代表聯合服務處	3,600	院民加菜金	
102.10.30	無名氏	2,000	院童慰問金 1,000 元 院民加菜金 1,000 元	
102.11.05	顏 ○ 珠	10,000	院民加菜金 5,000 元 教保人員加菜金 5,000 元	

衛生福利部澎湖老人之家 102 年度 10 月至 12 月份外界捐款徵信錄

日期	捐贈者	金額	用途	備註
合計		27,027		
102.11.06	洪 ○ 麗	100	院民加菜金	
102.11.06	葉 ○ 國	100	院民加菜金	
102.11.06	葉 ○ 伸	100	院民加菜金	
102.11.06	葉 ○ 葳	300	院民加菜金	
102.11.07	洪永豐	1,000	院童慰問金	
102.11.07	洪長麟	300	院童慰問金	
102.11.07	洪惠鈴	300	院童慰問金	
102.11.07	洪福志	300	院童慰問金	
102.11.07	洪王美蓮	100	院民加菜金	
102.11.12	邱 ○ 諒	300	院民加菜金	
102.11.12	邱 ○ 敏	300	院民加菜金	
102.11.12	邱蔡○赫	300	院民加菜金	
102.11.13	蔡 ○ 蓮	1,000	院民加菜金	
102.12.02	蔡 ○ 壽	6,000	院民加菜金 4,000 元 教保人員加菜金 2,000 元	
102.12.02	馬公市東洋舞蹈 研究會	5,000	院民加菜金	
102.12.03	洪 ○ 麗	100	院民加菜金	
102.12.03	葉 ○ 國	100	院民加菜金	
102.12.03	葉 ○ 伸	100	院民加菜金	
102.12.03	葉 ○ 葳	200	院民加菜金	
102.12.06	蔡 ○ 蓮	1,000	院民加菜金	
102.12.06	洪永豐	1,000	院童慰問金	

衛生福利部澎湖老人之家 102 年度 10 月至 12 月份外界捐款徵信錄

日期	捐贈者	金額	用途	備註
合計		18,000		