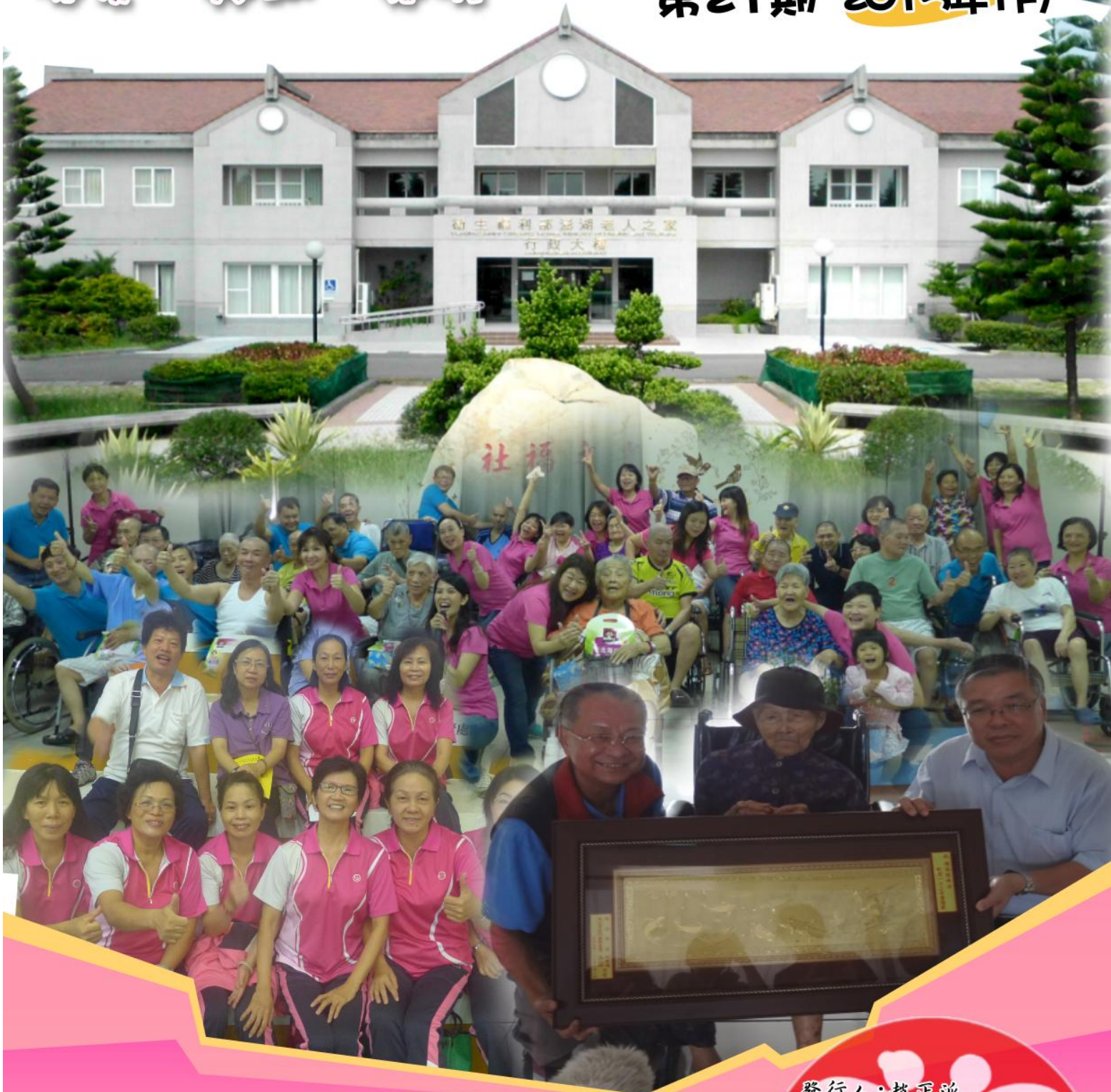




菊苑

博愛 · 真誠 · 專精

第21期 2015年1月



衛生福利部澎湖老人之家

發行人：趙正派
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

主任 趙正派



你可以不一樣

在旅館或觀光業赫赫有名的前亞都麗緻飯店總裁嚴長壽先生，這幾年他藉由演講和著作，將他從傳達小弟成為總裁的心路歷程及多年來經營旅館的心得與讀者分享，由於他沒有高學歷也沒有背景，對於年輕人具有鼓舞與激勵效果，所以他出版的書，如《總裁獅子心》、《御風而上》、《做自己與別人生命中的天使》、《我所看見的未來》，以及《你可以不一樣》等，都成為該當年度暢銷書。去（99）年出版的《你可以不一樣》一書，他期許只要你重新觀照自心，自會找尋到自身的使命與價值，可以使自己平凡不必平庸，微小也可以偉大，每個人，都能不一樣，因此他呼籲只要在自己工作崗位努力不懈，你也可以變得不一樣。茲將本書讀後心得，藉由本刊以本家各位工作夥伴們相互勉勵。

一、要發揮本職最高價值：嚴長壽曾引用一位飯店大亨的名言：「一家旅館是由人及石頭建造起來的（A Hotel is made by men and stone.）」同樣政府部門是由法規制度與人所組成，因此不論在哪一個部門，如何讓服務對象感受政府的用心至為重要。本家為本縣唯一公立社會福利機構，肩負著照顧本縣孤苦無依之老人、少年、兒童之責任，所以各位夥伴同仁在工作崗位發揮最大的力量，給予

每位受託者最大的溫暖與關懷。

二、培養院民一家親，患難與共：有一位外國的企業總裁庫克先生，每年來台二、三次，從沒換過飯店，二十年來大概都住亞都飯店將近40次。有一次，台北市納利颱風亞都淹水，他和飯店員工捲起袖子舀水幾個小時。最主要他每遇到服務人員都會叫他名字使他十分感動，有一次帶太太來台，一進房門發現寫著歡迎太太卡片及插著太太喜歡的鮮花，有賓至如歸之感。本家也是服務業，每位夥伴同仁對於受託者給予同理心、視老人及兒少為親人，做出感動的服務，使同仁和院民成為一家人，有患難與共之感。

三、利他共生，創造服務新價值：從本書中可瞭解嚴總裁對提拔的亞都董事長周賴秀端與夫婿周志榮人一直懷著感思之心，相差20幾歲也成為忘年之交。他和亞都董事會之間和諧、尊重，以利他共生相處。本家雖然是公立機構，對院民也要有利他共生的想法，只有院民受到良好照顧，願意來此受託，本家才有存在的價值與意義。

四、要給服務對象留下美好的回憶：從美國前總統福特私人管家來電：「早餐水果要有草莓！」亞都總經理蘇國圭動用關係自香港空運來台；晚宴，前總統福特忽然對太太說要是有個胡桃口味冰淇淋那麼多棒，嚴總裁趁空打了電語回亞都，當福特夫婦回亞都飯店，他們發現他們期待的胡桃口味冰淇淋已經在房間了。國際巨星法國明星狄巴厄有早上跑步習慣晚間十點亞都范副總經理希平騎著摩托車至士林夜市買回來將近一小時就面交大鼻子情聖。能滿足顧客需求，並能給予驚喜舉動，將會在他的人生中留下美好的回憶。

五、要有服務的熱忱：嚴總裁認為管理只能管理貨品、支票、

財物，「人」是不能用來管理的，人要帶頭示範與領導的；開幕三個月第1任外籍總經理離開，嚴總裁長達一年的時間住在旅館，而且每天換不同的房間，瞭解住宿者的需求；走進廚房和大廚請益；站在大門口親自為客人開車門等。他認為能不能有服務的心靈，要看你是不是對人有服務的熱忱，也不應該僅對你付錢的人才熱忱。如果常保服務熱忱的態度，人與人間的隔閡也就不見了！工作團隊就能一條心緊密結合在一起。

亞都飯店的成功，表面上是以服務來感動客人，其實最重要的是每一位員工都能找到屬於自己存在的價值。本家是政府單位，薪水固定、福利優渥，每個夥伴除賺錢養家糊口外，行有餘力能否發揮您的愛心與創意，使自己變成平凡而不平庸，微小卻也能偉大，成為不一樣的自己，以此共勉之！

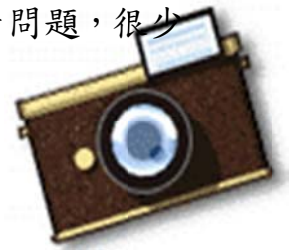
你的人生有讓你遺憾的事嗎

報告人：鄭鳳真

1 位照顧垂死病患多年的澳洲護士整理他們臨終對生命的回顧，發現即將往生者的遺憾重覆性高。魏爾（Bronnie Ware）專門在安寧病房照顧不久於人世的病患，她將自己對病患的觀察與心得記錄在部落格，受到矚目，並集結出書，名為「垂死者的 5 大人生憾事」。

第 1 憾事：莫過於後悔自己未勇於追求夢想。

魏爾說，許多病人被問到一生最遺憾的事，很多答案都很雷同，其中最多的憾事是後悔沒有勇氣忠於自己去追夢，而活在別人的期望裡，許多人甚至連一半的夢想都沒有達成就離開人世。對健康問題，很少人了解它的重要性，直到自己病了才明白。



第 2 大遺憾：是後悔自己花太多的時間工作。

幾乎所有的男病患都有同樣的遺憾，後悔自己為了工作錯過小孩成長，沒有陪伴另一半。

第 3 個最普遍的遺憾：是後悔自己沒有勇氣表達內心的情感。

魏爾發現，很多人為了和別人和平相處抑制自己的感情，無法成為真正的自己，內心長期痛苦使他們罹患慢性疾病。

第 4 個最常被提到的遺憾：則是後悔自己沒有和老朋友保持連絡。很多人在病逝前懷念起自己的老友，卻因為沒有常保持連絡而無法再見面，悔恨沒有把握機會和他們相處。

排名第5的人生憾事：是後悔自己沒有快樂些。魏爾說，這個答案的普遍性令她感到驚訝，許多人直到將踏上人生最後一程，才明白自己一生陷在習慣的模式裡，擔心改變而欺騙自己與他人，佯裝快樂，悔不當初。

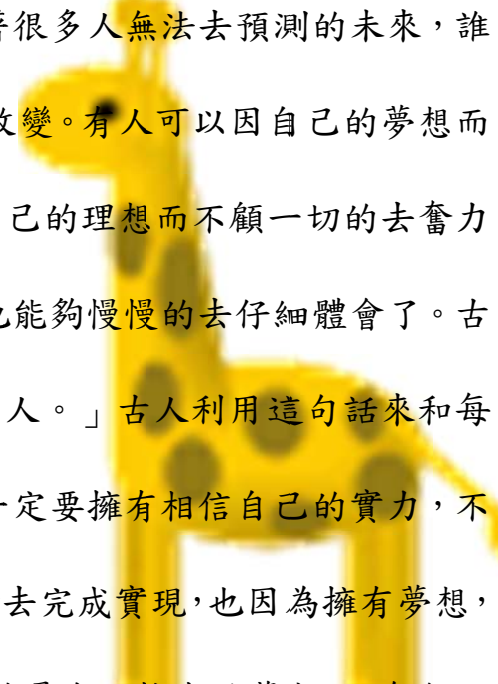
讀大學時，修了臨終關懷一書，其中關於人的一生的在幾歲到幾歲會有的身心反應，真的，隨著時光的流逝，一點一點的，走著一樣的路。不免就要想著，這會人類一致性的反應，如果能更早一些明白過程及結果，這條路會不會更順一點，會不會遺憾少一點，能不能不只走入還可以延途欣賞美麗風景。以實例來自問自答著自己的答案，修正自己的路線，期待的是快樂一點，不要遺憾太多了，加油啊。



我的夢想


養護科 顏華嵐

相信每個人的爸爸和媽媽對自己的孩子都有許許多多的期望和夢想。「人生有夢，築夢踏實。」「夢想」隨著年紀會有不同的變化，有些人長大想當老師、醫生及當科學家等等…為什麼有些人實現夢想，更多人卻而無法達成心中的夢想呢？原來這對於不努力的自己來說，夢想是不可能實現的，不肯腳踏實地的努力，這是遙不可及的天方夜譚。而我的夢想則是當一位老師，因為我對小孩子非常有興趣，我十分嚮往小孩子世界，所以很努力的學習，為了達成我的夢想，不讓它成為空想。「坐而言不如起而行」可以利用假日的時間閱讀相關的書籍，以充實這方面的專業知識，並努力朝著目標前進，實現我多年以來的夢想，相信未來我一定會達成這個夢想，成為一名名符其實老師。我要讓我心目中的夢想「夢想高飛」，有了夢想，就要去實現，達成了一個夢想，就代表你有志氣的成功了。人的心理夢想不只一個，如果夢想全部達成，那麼你就是真正的成功了！所謂「萬丈高樓平地起」，今天一點一滴的努力，就能化成日後成功的基礎，「天下無難事，只怕有心人。」用這句話和每一個人共同勉勵。每一個人都隨著年齡一年一年的改變，每個人的夢想一定會有一些差異，即使是這樣，也要努力的向前行，才不會一直停留在原地遲遲不走。




夢想就像是明天一樣，它擁有著很多人無法去預測的未來，誰也都不曉得明天到底會發生什麼樣的改變。有人可以因自己的夢想而使自己更加的偉大，那是因為他抱著自己的理想而不顧一切的去奮力往自己心中的目標去勇敢的前進，我也能夠慢慢的去仔細體會了。古人曾經說過：「天下無難事，只怕有心人。」古人利用這句話來和每一個人共同勉勵。我覺得每一件事都一定要擁有相信自己的實力，不可去小看自己的實力，這樣的夢想才會去完成實現，也因為擁有夢想，才會更有勇氣，才可以鍥而不捨的去追尋自己擁有的夢想。每個人都有夢想，老師有夢想，同學也有夢想，警察有夢想，犯人也有夢想，老闆有夢想，員工也有夢想，每個人都有夢想，有了夢想才有希望，有人說：「人類因為夢想而偉大。」大家同樣灑下汗水，把荒原灌溉成沃土，期待夢想的種子，茁壯成開花結果的大樹。你有沒有什麼夢想呢？讓我們一起分享青春之夢吧！每個人的夢想都不一樣，但大家同樣花了心血去完成夢想，我有個大夢想。在奮鬥的過程中，難免有失敗的時候，可能會有失敗的痛苦，也可能會有挫折的打擊，但是這些都阻止不了我，我會咬牙撐過。如果遇到金融海嘯，我也會舉步維艱，衝過風雨和黑暗，當再度見到太陽時，我會開心的微笑。夢想不只是，夢想，以智慧做藍圖，夢想，靠毅力做樑柱。偉大的夢想為人類創造幸福，我的夢想，留下努力的汗水，我的夢想，閃爍著汗水的

光芒，拍動夢想的翅膀，飛到遙遠的天邊，期待美夢成真的一天。「人生有夢，築夢踏實。」每個人的心中都隱藏著一個夢想，若你努力去實現它，即使沒有成功，過程也一定是美好的。有人想當設計師；有人想當個作家；有人想當個廚師，也有人想要當老師，或許大家的夢想都不同，但只要勇敢追夢，不論是哪一個夢想，都有實現的可能。

而我的夢想，就是當個老師！

考古與博物館基礎入門篇

養護科陳貴銀

初次深入了解博物館為觀看電視兒童頻道介紹「十三行文化博物館」，說明關於「考古」；經常看到的考古現場，多數是已將土地開挖成類似整齊的小田埂，它們常分為 1. 表土層 2. 貝塚 3. 灰坑等，再以所獲得證據加上想像力的發揮，經過整理分類→分析→還原的過程；再以發現到遺址當時的最小的地名為命名！比如：台北縣八里鄉的「十三行文化遺址」就以此而命名！

依據何傳坤老師講解澎湖考古史：目前由考古中所挖掘出來的證據顯示，澎湖至少有 5000 年歷史，其中以「菓葉貝塚」最大、最聞名，其次是鎖港。我們的老祖先們將吃完魚、肉的骨頭放置現場，留言 5000 年後的我們，訴說記錄他們曾經如何生活過的遺跡，非常認真交代他們當時的努力！反觀於 5000 年後的我們，號稱擁有現代科技文明，最會做的就是破壞祖先們的遺言和遺跡，打算留給後世子孫們的遺產恐怕只剩下萬年不化的塑膠和被催毀殆盡的大自然奇景！



再以林崇熙老師帶領實地參訪「海洋資源館」為例：從單純的參訪者角度出發，經由老師提點和會後討論，成果頗豐；學習博物館的責任是要告訴大家，傳統器具的智慧文化與結晶：

1. 例如：放魚苗之漁具設計，是千百年來集結歷代先祖們所激發出累積的想像力，歷經過無數次的實際操作後，演進成最好使用、處理魚苗的解決方法。
2. 再例如：澎湖共有 400 多個大大小小石滬！這牽涉龐大的社會組織、石頭堆疊方法、技術和巡滬的功夫；當然更需要懂得海流、魚群的等的專業知識。

所以博物館辦展設計者，可先將觀眾設定在國中程度，應是以讓所有人都看得懂的方式來呈現；可以一隻定住的蒼蠅為腳色來觀察觀眾的行為；掌握住：研究→典藏→展示→教育與推廣為原則；復以博物館與特產行或服裝商店之比較差異為例：

博 物 館	特 產 行 或 服 裝 商 店
<ol style="list-style-type: none"> 1. 研究內容是否夠豐富做。 2. 展示→是否耳目一新！親身體驗的意義在何處！其實就在於啟發感動。 3. 要非常懂商品包裝，包含別家的；不僅要做研究，更要懂觀眾，讓觀眾感受空間感；比如說→試乘……。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 不做說明。 2. 不研究：為什麼！單純因流行顧客群的喜好。 3. 那些商品就只是擺在架上的那些東西，不包含著其他意義！

結論；參觀博物館，為何實體物要讓大家更有感覺？有何更佳辦法可以吸引更多觀眾再入館參觀嗎？其具體方式可參考如下辦法：

1. 在常設展中做小設展。
2. 每星期至戶外舉行實地體驗活動，並且轉化為創意比賽。
3. 儘可能將方向導引到生活中，經思辯後呈現為智慧與知識的寶庫。

博物館的特性到底是甚麼？就是太過於熟悉的東西，常人不想看！而熟悉的東西要做到→我怎麼沒想到……那就接近成功了！！



博物館不再只是與生活空間疏離的設施設備，開始會讓耳朵張開仔細聽、睜大眼睛慢慢瞧，觀察、欣賞設計與設置中的長優點與挑剔不足處；思考如何將生活空間當成博物館來經營；如何將日常生活器物經過實作、練習；如何展示文物與應用空間，使觀眾感受文化智慧傳承與成就→讓物件呈現出它最深、最美的價值感。

恙蟲病簡介

養護科(護理)護士 吳碧真

一、何謂恙蟲病

恙蟲病又稱叢林型斑疹傷寒，或稱紅蟲病，其致病主要為被帶有恙蟲病立克次體(*Orientia tsutsugamushi*)的恙幼蟲叮咬而感染的急性熱病。被具傳染性的恙幼蟲叮咬，經由其唾液使宿主感染立克次體，一般而言老鼠是恙蟲最常見的宿主。據疾管局歷年統計，恙蟲病病例數在4~5月會開始攀升，7月達最高峰。



二、傳染方式

會罹患恙蟲病，是必須被帶有立克次體的恙蟲叮咬後方始感染。經由其唾液使宿主感染立克次體。幼蟲常群集於地上形成恙蟲島，或爬行至離地面數公分之小草及茅草頂端等待宿主。

一旦宿主坐臥停棲或穿越草叢時幼蟲即爬行到宿主身上，並逐漸爬行尋找皮膚柔軟隱密處所將口器刺入皮下組織內，所需時間約需1-2天。選擇適宜處所後即將唾液注入皮下組織中，除將組織溶解以便吸食外，同時有麻痺之功能，以防吸飽前被宿主發現。

三、寄生部位

以人類而言寄生部位包括：後頭髮緣、頸部前後、前肩、前臂、乳房、腋下、肚臍周圍、腹股溝、膝關節、足踝及外陰，在鼠身上，則多集中在耳殼內。



四、感染途徑

恙蟲的幼蟲行寄生性，在高溫潮濕且雜草叢生處所(如山區、草地、田園等)與野生動物形成流行島；而人為偶然宿主，若至該處活動即受帶立克次體之恙蟲幼蟲叮咬而致病。

五、主要臨床症狀



1. 潛伏期約 9 至 12 天，特徵為在螫口處形成特有的無痛性洞穿式潰瘍性焦痂 (eschar)。
2. 發高燒(39°C 以上甚至 40.5°C)，若未治療高燒可持續約 14 天。
3. 局部淋巴腺發炎腫大。
4. 自發病日起 4-5 天開始，軀幹先出現紅疹繼而擴散至四肢及臉，約第 9-10 病日間會消退。
5. 常伴有頭痛、出汗、結膜充血、昏迷、末期心跳衰竭、休克等症狀。本病的死亡率依地區、立克次體株、感染史與治療與否有關，有 1-60% 之差異，但若經正確診斷、適當用藥，則死亡率可低於 1%。

五、防治方法

恙蟲病的病媒是帶立克次體的恙蟲幼蟲，因此防治最有效方法為消滅其宿主、降低恙蟲密度及儘可能避免長期進入恙蟲活動地區，或於活動後立即洗澡更衣減少被叮咬機會。

六、預防措施



1. 鏟除雜草，特別在住處附近、村莊內外，道路兩旁以及田埂等處，人群接觸頻繁的草地應先鏟除，減少恙蟲棲息場所與密度。
2. 個人防護方面，在野外旅遊或工作時，請儘量不要進入草叢地帶。若進入危險區域時應穿著長袖、長褲、長靴、手套等保護性衣物。
3. 在衣服及皮膚暴露處塗佈驅蟲劑，防止恙蟲叮咬。
4. 離開易感染地後儘快沐浴換洗全部衣物。
5. 實施滅鼠工作。
6. 身體不適有發燒現象時立即就醫並抽血檢驗。

影片心得： **活著**

少教所學生 陳家有

本片描述中國在 1940 年代至 1960 年代的一連串動盪，藉由故事的主角福貴及其家人來反射時代所加諸於人們，難以承受之重。故事中描述一個大少爺徐福貴嗜賭成性，妻子家珍一次又一次的勸導，但卻沒有達到任何效果，因此懷著身孕的家珍帶著女兒鳳霞回娘家。當天夜晚福貴輸光全部家產，父親被他氣死。一年後，家珍手抱的男嬰有慶回家，福貴痛改前非，走埠演皮影戲維生，而劇中一箱皮影戲陪伴劇中人物福貴的各種生命轉折。在福貴早年得意時，皮影戲只是玩票性質，而在敗光家產之後，皮影戲的角色轉變為賴以維生的工具。後來剛好遇到國共內戰，福貴先被國民黨拉俘當兵，後來又被俘擄。好不容易獲得釋放回到了家鄉，慶幸一家人終於團圓。後來，福貴因家產輸光未被劃入地主成分，但在之後的運動中，生活讓他失去了兒女等親人，最後剩下的惟有活著…。 這部影片，以一個小老百姓的大喜大悲，反映時代的動盪。《活著》福貴是個農夫，在電影中的福貴改成市井小民，作者以一位民歌收集者的身份，來到鄉間，聽一位老農，回憶他的過往，福貴輕飄飄的敘述那辛酸的歲月，坦然面對自己所走過的，只留下輕輕的淡然。

劇中以「小雞長大會變成鵝，鵝長大會變成羊，羊長大會變成牛，牛長大了，饅頭也長大了。」來描述“人只要活著，就有希望，而且，生活會越變越好”，只要對自己有信心，及使遇到了再大的困難也都能夠迎面而解的，放棄只是為了逃避，沒辦法只是一種藉口，人生就要效仿劇中的主角般，以正面的角度來面對問題，而令我最深刻的一句話是“饅頭長大了，日子會越來越好了”，這彷彿在他的人生中又多了希望，面對以後的種種問題和挫折，都能勇敢面對，



永不放棄。

劇情結束後，螢幕上打出「以後…」，對照著饅頭、小雞以及福貴的回答——小雞長大會變成牛等等的片段，綜合起來，說明，生命固然是嚴酷的，是人的宿命，無法擺脫，只能坦然以對，但是，強韌來自柔軟，生命終將生生不息。

影片改編自于華的小說《活著》，雖然兩者的呈現有些不同，在于華的小說中福貴是個老農夫，而在影片中，福貴改為市井小民，但所涵蘊的本質是相同的，那就是，生命的無常，以及歷經風雪的蒼勁。這部片其實是很苦悶的，充斥著死亡與離別的悲劇，導演將所有的大時代悲情都擠壓在福貴這個小市民身上，以便擴展劇情的張力，賺人熱淚，雖然不盡合理，但也只是想以福貴這面鏡子，希望在短短的兩個小時內，盡量的展現生之無奈。



我覺得人活著為的是面對人生的挑戰，面對不同的困難，以不逃避、不害怕的態度來面對人生，人活著是為了讓某些事情變的有意義，雖然死後你也不會再記得曾發生過什麼，曾做過什麼，但以後的人會記得，我們現在這個樣子，也是那些曾經活過的人所創造出來的！人活著就是為了五個目標打拚。

1. 金子：追求物質的享受，富裕而不虞匱乏的生活。
2. 車子：擁有引以為傲的代步工具，成為眾人羨慕的目光。
3. 妻子（或凱子）：與你共度此生，分享榮耀、相依相守的另一半。
4. 孩子：能夠繼承衣鉢的傳人，向人炫耀的傀儡。
5. 房子：能夠遮風避雨的地方，最好是金碧輝煌的殿堂。如

果金子夠多，其他四個目標就更容易達成了。所以身為一個人，一直在做別人中的人，。例如：出生時，要做一個人見人愛的小貝比，稍長一兩歲就要逢迎拍馬，看到比爸爸小的要叫叔叔，看到比媽媽小的要叫阿姨，還有阿公、阿媽、伯伯、姑姑.... 為的是要大人說：你好乖哦！ 求學時，要做一個德智體群美的好學生，最好功課比別人棒，身體比別人強壯，做一個人見人愛的同班同學。為得是父母能向別的親朋好友炫耀他們的孩子有多行。成年後，要交男女朋友，最後要結婚，生活要美滿。為了養活這個家庭要努力工作，有時不眠不休，為的是要「五子登科」。這一生我們都在做別人眼中的自己，世俗眼中的好兒女、好學生、好男(女)人、好爸爸(媽媽)、好公公(婆婆).... 等。看故事中它以一次次的死亡來達成對「活著」的言說，面對著歷史真切的荒誕，保持著一種正面的態度，不迴避，不掩飾，而在悲痛的個人史中，保持著對人性的信心。人生不是如此，只要有信心，及便有再大的困境，也會勇敢的生活下去，而在現今的社會中，人人常會為了一些小事，挫折而自殺，並且總是害怕自己揹負著責任，這已成了現今社會的一種新現象，普遍都受不了社會給的壓力，受到一點挫折就逃避，沒有勇氣跟信心

去面對解決，讓自己永遠活在受保護溫室裡，但回頭想想人一旦失去了勇氣和信心後，豈不是苟且偷生，而人活在世上沒有困難和挫折的點綴，人生又如何活的精采，如何活的有自信呢。人生是一段美麗的時期，從翻開扉頁開始到最後一頁，沒有仔細摸索的話，是沒有資格闔上書離去的。活著，真的很好。用盡自己所有的時間，也要用自己的生命來渲染自己的那一片天空，舞動自己的青春，人生不能留白，歲月如梭，我還有好多好多的事情要做…活著是去創造一份記憶。

八月十六日 - 「你是誰」

社工科 黃昱仁

選擇了這本書，純粹只是這樣的標題吸引著我，也覺得博客來的簡介很不錯，至於吸引我的地方，我想應該是書裡的一段愛因斯坦的話，把每天都當成奇蹟而過活。對我而言，我願意相信這就是奇蹟。

『每一次呼吸，你就多活了一點。每一次轉念，你都更自由一些。愛的奧秘，生命的珍貴，就在你已經擁有的事物裡。』（摘文）

呼吸，對常人而言，在簡單平凡不過了，但對於有些人而言，或許都算是種奢侈。在於完成初稿後，沉澱了許多天，又再度起筆，意欲寫下近來的一些感受，卻難於將此感受流轉於筆下。




深深吸上一口氣，緩緩將其吐出，這是我遇到困惑時的習慣，我也經常提醒著自己「深呼吸」。許多事情，發生的當下，或許感到困擾，煩惱的起伏，意念的流轉，時而將自己置身於天堂，亦將自己置身於地獄。或許萬事皆由心起，自然也當由心滅，透過反覆在於呼與吸之間，逐漸使自己趨於平衡。

若干年後，雲淡風輕，回頭再看過去，許多事已不復記憶，早忘

了困擾著自己的是什麼，但也莫名奇妙的一路走到現在，那時候感覺自己一定過不了的難關，怎麼也就跌跌撞撞的過了。那些執著不放的過去，時候到了，仍終要放手，笑笑的揮揮衣袖，什麼也留不住，什麼也帶不走。

惟一能留下的，只有那些年酸甜苦辣的回憶，每每至此總不禁思考，怎樣才是我往後想過的人生，畢竟往者不可諫，來者猶可追。但所幸不論身處於任何環境，我們都將有所選擇，擁有自由意志，或許我們無法改變環境，但是卻能轉換自己的念頭。

每深吸一口氣，慶幸每件事情都仍有轉圜與選擇的餘地。每緩吐一口氣，感恩每件事情都不如想像中的嚴重。告訴自己，一念天堂，一念地獄，去選擇自己想過的生活，在逆境裡尋求向上的動力，在順境裡感念眾人的協助，期望自己看見每件事物的珍貴與真實，其實一切都很簡單，只在於呼吸之間。

只是，心不靜、不定時，便會被外在的聲音影響，但也因此幻化無常的世界，而不斷的淬鍊己心，使其能堅定不移。當我們看見越多不平，越能平淡視之。當我們經歷越多變化，越能隨境變化，越能去體會生命存在的本身，就是種奇蹟，我們因為自己的選擇，而有無限多種的可能性。

『一月二十四日-萬事皆奇蹟，有兩種方式過生活。一種是看任何事都不認為是奇蹟。另一種則是：看一切都像是奇蹟。——愛因斯坦』(摘文)



如果把生活當作是種奇蹟，我相信我會非常感恩，目前所擁有的一切，所以我願意將我的生活看作一種奇蹟。雖然每天早上醒來，總覺得似乎還沒睡飽，但很高興的是我還能醒來，還能繼續賴一下床。擁有一份工作，知道今天該何去何從，有一份薪水，足以養活自己，進而有能力去幫助他人。看似如此平凡，卻是種奇蹟，我很感念這一路走來，總是有許多人的幫助，有些人給了我重頭再來過的人生；有些人給了我一份工作的機會；有些人拒絕了我，卻也令我有所成長；有些人對我嚴厲，卻也教會了我許多能力；有些人還有聯繫，有些人卻以斷了音訊，有些人陪伴我走過一段旅程，接下來了旅程不在有所陪伴。人與人的偶遇，或長或短都是種奇蹟，有時候不能左右這長短，卻期望能在有限的時間裡，好好珍惜每個偶遇的當下，因為明天與意外，沒有人知道哪個會先到來，但也無須去擔憂著未來，反而更該學會活在當下。

『擔憂是沒有盡頭的。因為我們目光有限，凡視野不能及的事物也是沒有盡頭的。擔憂只是一種賭博，賭著什麼可能發生，什麼可能

不會發生。』(摘文)


想想自己當擁有第一份工作時，曾以為我會永遠待在同一個地方，直到後來我選擇離開，這是我的一個意外。離開後，我把時間寄託在學業裡，卻也擔慮著下一站該往何處。畢業在即，運氣很好的找到一份短期工作，卻也明瞭這不長久。此時，運氣很好的又轉任臨時人員，穩定了卻擔慮著薪資微薄。我迷惘著將來該如何安身立命，漫步在黃金海岸上，卻遇見一人開啟了我擠身公職之路。隨後，運氣很好的考取公職，似乎一切都圓滿了，但我卻開始煩惱，什麼時候才有機會能請調回台。



擔憂如同星火，雖小卻足以燎原。如果時時刻刻都活在未來，那如何能活於當下。未來始於每個當下的累積，每個階段的練習與考驗，是惟一能支持自己向前的動力。我們可以編織著未來的夢想，但確實踐卻在每個當下，一點一滴的去發生，直到建構出一個未來的雛形。或許，有些人對於未來很迷惘，當然我自己也是，但我相信每個階段，遇見的每個人，發生的每件事，都有存在的意義，這觸動著未來的脈絡，導引著我們的方向。迷惘是個必經的旅程，在這旅程裡，逐漸的發現，想尋找的答案，原來都藏在自己的心中，而不在於任何人的口中。

我想會擔慮著未來的人，都是對於生活有所期待的人，害怕著一切不如自己所期望的那樣發生，或許現在很多事情並不如我所願，但也或許此刻的我，尚且無力承接我所期待的一切，在這漫漫的歲月中，是為了歷練自己，令自己俱足承擔的力量，我相信我此刻有面臨的一切，都是為了將來有能力承擔，我的想望。此刻，我惟一能做的，僅有把自己的身心安頓好，令自己有更多的精神去學習、去實踐。

凡我需要的都將來到我面前，我一直如此的相信。如同，這本書給我的感覺，這不是一本適合從頭讀到尾的書，因為我沒有讀完，太多的文字、詞句無法被閱讀，而是需要被體會、被經驗，我猜想這也是作者以「365 篇日常生活的冥想與頓悟」作為書名的用意，每天、每天的去練習、去經歷、去體驗、去實現，透過冥想與頓悟去發現自己、覺察自己、接受自己、改變自己。

當我拿到這本書時，我並沒有辦法讓自己安住下來閱讀，太多東西無法被閱讀，於是拿起又放下、放下又拿起，只是讀完就忘記，一直如此的重複著，直到我改變了閱讀的方式，不再以閱讀完畢為目的，而是以此過程去體驗文字所代表的意義，於是我經驗著文字所要帶給我的想法，去感受文字要告訴我的東西，在於日常生活中的每一刻，也在於我感到時，信手翻閱的某一頁，總會那麼適時的給我一些

提示。

前一陣子，突然有感，自己該當如何的付出，為何出自於好意、關心，仍是傷人傷己，對此感到迷惑。無意翻閱起此書，好奇猜想我的生日那一天，究竟寫著些什麼，於是時間來到了八月份，我閱讀完了那一天，才發現雖然過去已聽聞過這話，但卻都沒有如此刻感受深刻，深感好多事情總要經歷過，哪天幕然回首才會發現原來是這樣的感覺。

『八月十六日-傾囊相授，有治療之效的是「你是誰」，而非「你知道什麼」。就算我足夠理解了要讓自己在生活中宛如海綿的道理，但只要親愛的人受傷而來，我又想要傾囊相授，翻出自己懂得、有助於那人的東西。而每一次，他們真正想要的只是我能夠如海綿般敞開心胸，他們只想要有人聽他們說，並且被擁抱。』（摘文）

或許個性使然，總想為人付出，卻忽略了對方真正需要的是什麼，往往自己掏心掏肺，卻不被人所接納，其實我看過許多人是如此，但偏偏我也是與他們相仿，我見人是如此辛苦，卻也見自己如此辛苦，在我大學那最後的一年，有位老師開了「自殺防治」的課程，我聽聞老師的丰采，而神往許久，特選修了她的課，那時候我經驗了許多令自己煩惱的事，唯有透過每一次的課程，而令我有所收穫，也解決了



我那一陣子的困惑，我仍記得老師說，「他人是重要的，自己也是重要的，兩者一樣重要」。

如同完形祈禱文所描述的，『我做我的事，你做你的事。我在這世界不是為了要實現你的期望而活，而你在這世界也不是為了我的希望而存活。你是你，我是我。如果偶然地我們發現彼此，那很美好。如果沒有，那也是沒有辦法的事。』，若以我過去的認知，乍看之下，我會覺得似乎很自私，但最後才發現，或許這不能說是自私，愛他人勝己，難道對自己不算是種自私嗎？

愛自己多的人，顯得自私，愛他人多的人，無法自愛。那到底該是愛自己或是愛他人，很多人容易陷入這樣的兩難，其實說穿了，為什麼這世上只有二分法，難道不能在有能力的時候，去多愛他人一點，當自己需要的時候，多愛自己一點，我後來茅塞頓悟，驚覺自己的世界僅是黑與白，我無法去接受灰色的地帶，然而灰色才是所有的彈性所在，我們能有所選擇，而非只有對或錯、是與非，而是不全然對，也不全然錯，端看環境變化，這是我過去所服務的機構主任告訴我的，只是那時我無從體會起。

過去，因為人付出，而以為我為他人做了許多，但卻未能得到所期待的回應。爾後，不再隨口為人付出，反而告知自己一切所為，皆

非為他人，而僅為己。在於他人與己身之兩端，如何尋求一個平衡，最後才逐漸尋得自己的答案，走過兩個極端，才能懂得中庸。簡言之，不因誰而活，但能力所及之處，仍選擇為人付出，懂得自己有心為他人付出，但所有一切皆是自己所選而為，且為自己之決定承擔。

走上助人工作的路，或許是個意外，曾經我是接受幫助的一方，帶領我的主任，曾說過助人工作是令對方有所不同，所以助人者很重要，影響的是一個人的一生。我對此感到卻步，深怕自己的一個決定，而不知道是幫人或者是害人，直到後來我們都在彼此的歷練中，不斷的推翻了自己的想法，而擁有了新的答案。

即便是慈悲，也需要智慧去運用，若以他人的一生當作自己的責任，那對方的責任又該在哪裡，我經常這樣質問自己，即便我不知道自己的所為是對或錯，曾經我也以為難道要犧牲他人，來換取成就自己，只是後來我在生活中發現，我傳達了錯誤的資訊，的確是犧牲了一些人，但是我更兢兢業業的去了解更多，希望能協助更多人，希望這樣的成就是有價值的。

給對方想要的，而非我要給的，在助人工作的路程上，我感覺是很重要的事情，太多時候我們一廂情願，以為自己給的是好的，以愛為名的強諸在他人身上，而非顧慮到對方是否有能力消化，特別在兩



個人的相處上，更容易去發現這樣的特質，然而太多時候，對方需要的不是解決問題、不是分析情境、不是給予建議，而只是想要有個人陪伴、有個人傾聽、有個人訴說，僅僅如此而已。

只是從來沒有真正的能同理過對方的感受，所謂的同理該是站在與對方同樣的高度、同樣的角度去看待對方眼裡所見的一切，但說起來容易，做起來卻不簡單，有時後固執己見，為求展現自己所能，而忽略的對方的感受與需求。付出的人辛苦，接受的人痛苦，煩惱就此而生。

我感恩我面臨的所有一切，透過許多人與事，去教導我生活中的經驗，在冉冉歲月中，不斷的去修煉自己，去改變自己的習氣，直到能變得柔軟、變得慈悲、變得有愛。

直到開始接觸輔導工作後，我發現原來我沒有改變誰，反而是被改變了，用不同的眼光與角度去看待我的服務對象，或許他們的行為並非符合我的標準，也或許在我眼裡他們有太多需要修正的地方，但日漸相處下，我發現他們身上有我需要學習的地方，也發現了我所擁有的價值觀不見得都是正確的。

從來都沒有誰能改變得了誰，而是被影響、被潛移默化，我想不論是助人工作也好，或許人與人之間的相處也好，我們總有著想改變

他人的心，直到履試屢敗後，才驚覺原來最該改變的是自己，無法改變環境，就試著去改變自己的心態，既然有不喜歡的地方，自然也就有喜歡的地方，端視自己眼中所見為何。

做一個助人工作者，最需要的是去接納眼前的人，去接受他目前的現狀，而非僅只是改變他，給他時間去經驗、去發現，但卻又不是種放任，這其中的分寸拿捏，至今我仍在學習，一個人會出現問題，絕對不是個人的問題，若能去了解對方所經歷的一切，那些看不見的背後故事，當我們能理解時，慈悲就油然而起。

回頭省思自己所為人的付出，究竟是為自己而做，還是為了他人的好處而做，亦或是為了博得大家的喜歡而做，又或者是為了讓大家都記得你而做，當有了這些心態，有所求，自然有所煩惱。付出沒有回應而感到煩惱，付出沒有得到好處而感到煩惱，付出沒有獲取喜愛而煩惱，付出被眾人所遺忘而煩惱。諸多煩惱由此而生。

雖然，這些話能幫助我們建立助人時的良好心態，但卻也並非不顧自己的能耐，而不斷的付出，直到自己消耗殆盡。知道自己是誰，去做自己能力所及的事情，但人有人的極限，有些事情是自己無法接受的，也要能接受自己不能接受的那一部份，知道自己的有限性，才能去做無限的事情，隨緣隨分的付出，宛如涓涓細水，能長能久，若

超出自己的能力所及，往往挫敗過幾次，就從此放棄，反而本末倒置。雖然惻隱之心人皆有之，若不得其法也是傷人傷己，所以慈悲若無智慧所用，如汪洋之舟，不知何去何從。而智慧需要時間淬鍊，去懂得觀察機緣，我想這是需要一直練習的課題。

我們如同一盞燈，照亮自己，也能照亮他人，漸漸的使他人亦能照亮自己，同樣也照亮他人，如此輾轉流動良善的種子，借力使力去實現助人的工作，讓每個角落都能擁有光亮，或許這是太理想化的想法，有時後也想著自己太過天真，但也是如此才需要抱持著正確的心態，去持續這樣的旅程，才不至於受到阻礙而心灰意冷，但也必須透過這些逆境，練習著自己不退心。

即便，許多道理都能朗朗上口，說得頭頭是道，而這些從不是拿來說，而是拿來做的，實踐的過程中，總是令人感到非常挫折，但也因此而更能有所體悟，每個煩惱的當下，都是能生出智慧的剎那，處於如何的環境當中，自然而然就能長出適應環境所需的能力，相信自己的能力，進而去欣賞自己的優點，因為我們都很幸運，擁有如此難得的人身，更該珍惜這樣的福分，特別是當走在黑暗中，能尋得一絲的光明，於心中已是莫大的欣慰。

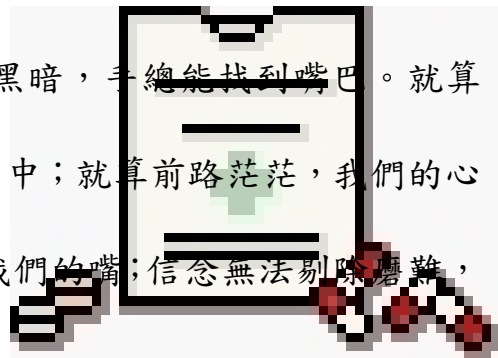
這使我相信凡事總有最好的安排，每個決定的當下，都是最適合

的答案，這世界上永遠都沒有最好，唯有適合自己的每個當下，此時此刻所經歷的一切，都將是為我們的未來鋪陳，雖然我們無法明白祂的旨意，但求本著自己最真實的心靈，去傾聽自己內在的聲音，即便有多麼黑暗，需要的不是抗拒，而是擁抱著這份真實。

擁有堅強的信念，雖無法令人免於磨難，但卻能支持自己走過荊棘，當一個人身處黑暗之中，當一個人走孤獨的路，我們唯有靜靜的等待著天亮，唯有學會與自己真正的獨處，才能安住那不安的心，若無法時時刻刻安住自己的心，無論在遇到怎樣的人，經歷怎樣的事，最終仍會發現過去的種種，總一再重複發生在自己眼前，而自己能做的僅有眼睜睜的看著發生，經由一再反覆練習，直到有天能接受、放下，並因此而學會溫柔對待他人，也能溫柔對待自己。

最後，我想以本書的一段話來做為總結。

『一月八日-餵養心靈，無論多麼黑暗，手總能找到嘴巴。就算漆黑一片，我們的手總能將食物餵入口中；就算前路茫茫，我們的心依舊跳動。手不能抹滅黑暗，卻能找到我們的嘴；信念無法剔除磨難，卻能支撐我們的心靈。』（摘文）



役男服役



心得

社工科 役男 李博文

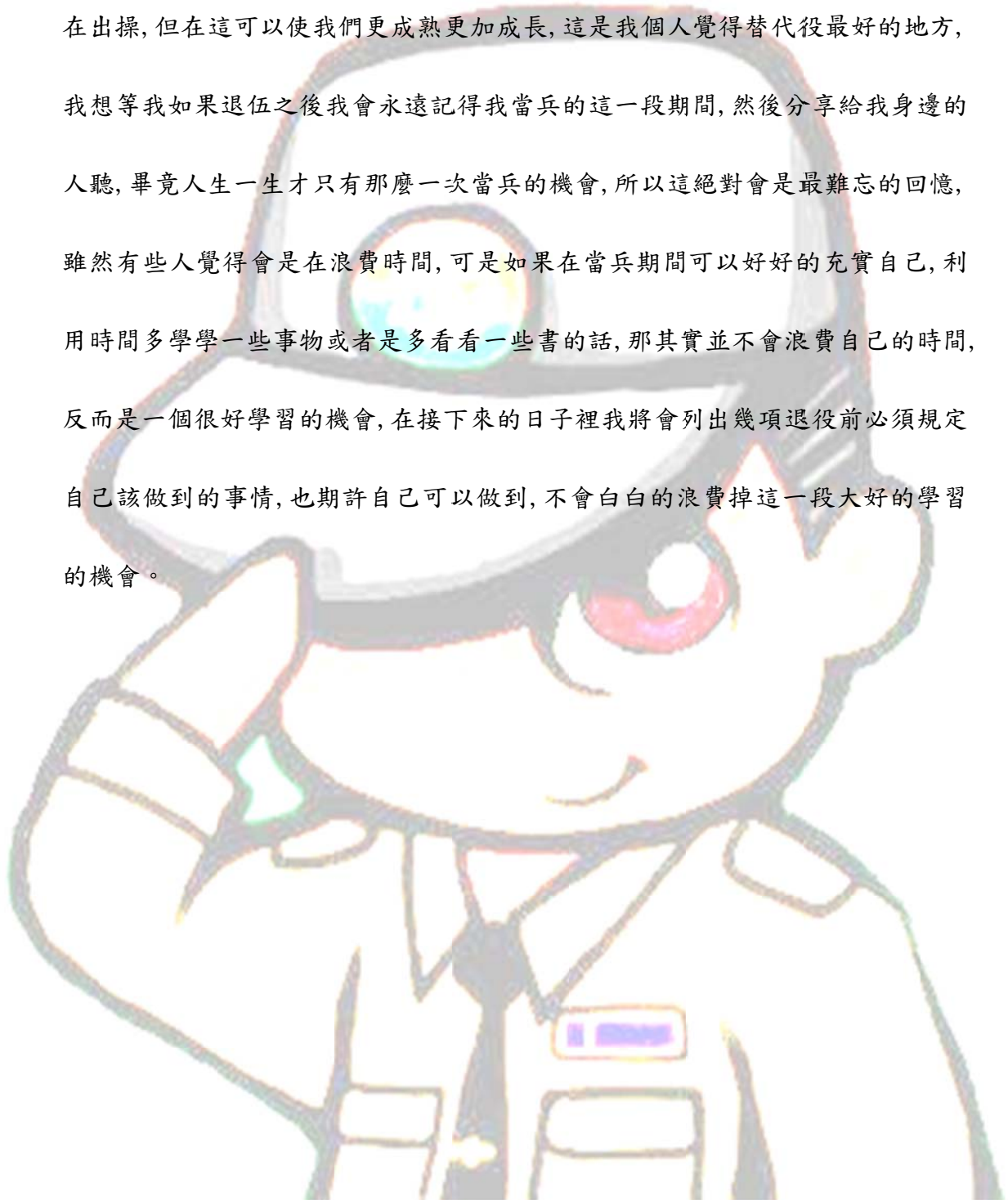
當我一知道我可以當替代役時，我心裡充滿萬分的喜悅，一方面是可以不用像軍人一樣的出操，一方面是覺得可以利用當替代役的時間學些東西而不會感到浪費時間，當然地在我進成功嶺的前一天是多麼的期待又怕傷害，因為知道要面臨人生的下一階段，不知道前面有多少的人、事、物等著我，而我該又要如何的去面對，在我心中自然而然的會產生小小的恐懼，時間終於來臨了，一進成功嶺的當天自尊、尊嚴一律丟一邊，首先要學會的就是服從、紀律、團體生活，剛開始之的會很不能適應，但時間一長習慣了反而沒那麼的可怕還會覺得蠻有趣的，在這過程中認識了許許多多來自四面八方不同的人，大家就像親兄弟一樣那麼的團結，這也是讓我覺得最感動的地方，但總是該有說離別的時候，那就是選役別每個人都有自己所嚮往的役別，而我選擇了社會役，目的就是想要多去關懷及幫助這個社會的弱勢團體，讓自己在當兵的這段時間可以更有意義。

終於到了選擇單位的時候了，通常大多數的人會選擇離家近的單位，而我試覺得如果一直待在家中好像不會有所成長，所以我下定決心選擇了澎湖老人之家的單位，一方面可以幫助到別人一方面可以去別的城鎮走走看看體驗當地的人文風格，讓自己的是也可以開闊得更廣，也算是當兵的另一種收穫，當然地家人多多少少會有有人出現反對或阻止的聲音，而我也試著去跟他們溝通讓他們可以瞭解我

的想法,最後家人雖然說不是可以很體會我,但還是尊重我所中的決定,畢竟也只是幾個月的時間,而我也非常感謝支持我的家人讓我不會有任何的後顧之憂,相反的至於反對的我只能盡力做好我自己所說的想得到的經驗跟視野,起碼我對得起我自己的內心而不會感到愧疚,當我到達了新的單位時一切對我來說都是非常新鮮的很多事都是我第一次碰到的,幸好跟其他的學長相處得還不錯,學長們也都很熱心的教我如何去做好每一件工作跟長官們相處的模式以及我們役男們的生活規矩,到目前為止我個人是還滿可以是應這裡的生活步調和工作內容,大致上只要把該做的工作做好,其實也沒甚麼困難辛苦的地方,而役男基本上就手好自己的本分不要想要去多做怪就不太會有所謂的麻煩找上身,自然而然的在這服役工作就不會感到有甚麼不愉悅的地方,這樣工做起來也會比較輕鬆快樂。

在這個單位不知不覺也待了三、四個月的時間了,慢慢的我又點開始喜歡這裡,放假時還可以出去走走看看澎湖在地的觀光特色,遠離都市的喧嘩也是一種生命的享受,享受都市所沒有的寧靜,當心情煩雜時去聽聽海吹吹風看看沒有光害的遼闊星空讓心情可以海快的就放鬆下來煩惱也就都跟著飄到九霄雲外去,而在這單位裡我也學到許多事,不管是工作上的人際關係相處或是處理事情上的方法以及態度,這都是讓我在未來的工作上有不少的幫助,提升自己在職場上的經驗使自己在服役這段期間不會感到荒度時間,不管未來的工作是如何,這些都是做事最基本的態度跟元素,在這單位未來剩下的日子裡我會好好的把握與每個人所相處的時光,在這服役的一個最大好處就是大家都像是一家人一樣,會互相的照顧

關心,讓我深深的感覺到這裡的熱情與溫暖,即使我們沒有像真正的軍人一樣的在出操,但在這可以使我們更成熟更加成長,這是我個人覺得替代役最好的地方,我想等我如果退伍之後我會永遠記得我當兵的這一段期間,然後分享給我身邊的人聽,畢竟人生一生才只有那麼一次當兵的機會,所以這絕對會是最難忘的回憶,雖然有些人覺得會是在浪費時間,可是如果在當兵期間可以好好的充實自己,利用時間多學學一些事物或者是多看看一些書的話,那其實並不會浪費自己的時間,反而是一個很好學習的機會,在接下來的日子裡我將會列出幾項退役前必須規定自己該做到的事情,也期許自己可以做到,不會白白的浪費掉這一段大好的學習的機會。



役男服役



心得

養護科 役男 陳裕翔

還記得入伍的日期是年底，十二月的成功嶺上非常的冷，風也很大，氣溫大約只有十多度左右，跟澎湖差不多。我們是最後一批到成功嶺的役男，因為搭乘飛機的關係，所以時間上延遲了一些，接下來便是一連串的忙碌：填寫基本資料、健康檢查、理頭髮、領裝備、分配寢室…等等。過程中伴隨著管理幹部的喧囂叫罵，不斷的催促我們動作快，以免影響到接下來的行程；最後在洗完三分鐘戰鬥澡後，九點左右就早早上床就寢了，腦子裡都還來不及消化一天發生的事，就沉沉的睡去了。

在成功嶺每天都有既定的課表，不管是體能訓練、救護訓練、服役規定講解、學習防身術、聽演講、軍歌教唱…等等，當然中間也包含了吃飯洗澡跟站崗，每天行程也都大同小異，但隨著時間一天天過去，發現自己學習的知識慢慢增長，跟同袍之間感情也日漸深厚。過程中幹部們也提醒我們，針對自己的興趣與所學去選擇自己未來想要服役的役別。在成功嶺的最後一天是與同袍們各奔東西的時候，在那之前也依照了各自的筆試與體能測驗成績選取了所想要的役別。我選擇了社會役，於是我們很快地就搭上了往南投草屯訓練中心的巴士前往目的地，準備迎接未來一周的專長訓練。

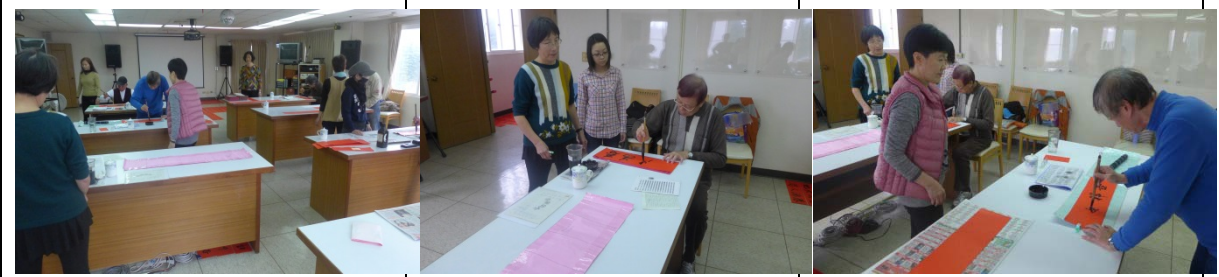
在南投的一周期間，幹部們請到了社會役領域上的講師與長官們為我們上課

與講授專業知識，讓我們對社會役有更深層的了解，也認知到未來一年服役的內容與工作情形。最後一天選擇單位時，我選擇回到戶籍地服役，也就是現在服勤的單位「衛生福利部澎湖老人之家」。在與同袍們道別後，便與管理人一同搭乘飛機前往澎湖，開始接下來一年的服役生涯。

雖然在澎湖求學過一段時間，但對於服勤的單位卻是一知半解，在與單位學長們以及照顧服務員（以下簡稱照服員）和長官們相處一段時間之後，才漸漸了解單位的重要性及其使命。在服勤的內容上，基本以照護老人為主，役男們負責輔助照服員的業務內容，包含了為長者：環境整理、協助沐浴更衣、協助上下床、餵食餐食、辦理康樂活動、陪同就診…等等。在單位裡也學到很多照護老人的技巧與知識，單位也會不定期舉辦研習，透過傳授經驗與交流讓大家學習。我覺得十分的實用，對於自己家裡也有長者的我來說，是非常受用且難得的經驗。

時間過得非常快，到單位服勤也已經半年有餘，在這段時間裡有歡笑也有淚水，為長者們服務的過程中是開心的，陪著他們笑、陪著他們哭，雖然有時還是會經歷傷痛，但我相信自己問心無愧的付出，他們一定都可以感受的到。有一天我們也會老，我們也希望會有良好的環境，子孫們也能善待自己。最後我很開心能選擇服此役別，過程中我學習很多、也感觸很多，也謝謝長官與學長們的照顧。

活動花絮



104.01.12 志工寫春聯



104.01.13 中正國小附幼慰訪



104.01.22 海軍馬公支援指揮部



104.01.29 議長慰訪

活動花絮



104. 01. 31 澎湖縣澎湖國際同濟會



104. 02. 05 馬幼稚園



104. 02. 06 縣長慰訪



104. 02. 07 中國國民黨部、婦女展望會、俏女狼慰訪

活動花絮



104.02.09 明圓幼兒園



104.03.13 志工作點心



104.03.18 詹雅雯慰訪



104.03.31 獅子會慰訪

活動花絮



104. 04. 08 郵局慰訪



104. 04. 09 澎湖縣真善美聯誼會



104. 04. 30 社區外展服務(竹灣)



104. 04. 30 提標館捐贈慰訪

活動花絮



104.05.09 模範母親園遊會擺攤



104.05.09 興仁家政班慰訪



104.05.14 國際佛光會



104.05.16 社團法人中華真快樂公益服務協會

活動花絮



104.05.17 準提佛苑



104.05.22 照顧服務員督考



104.05.26 惠民啟智中心慰訪



104.05.29-05.31 104 年度社工專業訓練

活動花絮



104.06.02 日照照顧服務外督



104.06.05-06.07 104年第一次照服員訓練



104.06.10 少教初評



104.06.15 李爾軒&白任涓演奏慰訪

活動花絮



104.06.26 望安國小慰訪



104.06.27 養護(護理)外督

衛生福利部澎湖老人之家 103 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
103.07.04	洪 ○ 麗	100	院民加菜金	
103.07.04	葉 ○ 國	100	院民加菜金	
103.07.04	葉 ○ 伸	100	院民加菜金	
103.07.04	葉 ○ 葳	200	院民加菜金	
103.07.08	蔡碧蓮	300	院民加菜金	
103.07.08	邱有諒	300	院民加菜金	
103.07.08	邱蔡春赫	300	院民加菜金	
103.07.08	邱麗敏	400	院民加菜金	
103.07.09	洪永豐	1,000	院童慰問金	
103.07.09	洪長麟	300	院童慰問金	
103.07.09	洪惠鈴	300	院童慰問金	
103.07.09	洪福志	300	院童慰問金	
103.07.09	洪王美蓮	100	院民加菜金	
103.07.22	張正雄	12,000	院童慰問金	
103.07.24	小林百貨興業 有限公司	600	院民加菜金	
103.08.04	洪 ○ 麗	100	院民加菜金	
103.08.04	葉 ○ 國	100	院民加菜金	
103.08.04	葉 ○ 伸	100	院民加菜金	
103.08.04	葉 ○ 葳	200	院民加菜金	

衛生福利部澎湖老人之家 103 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
103.08.07	邱有諒	500	院民加菜金	
合計		17,400		
103.08.07	邱蔡春赫	500	院民加菜金	
103.08.07	邱麗敏	500	院民加菜金	
103.08.08	洪永豐	1,000	院童慰問金	
103.08.08	洪長麟	300	院童慰問金	
103.08.08	洪惠鈴	300	院童慰問金	
103.08.08	洪福志	300	院童慰問金	
103.08.08	洪王美蓮	100	院民加菜金	
103.08.11	蔡○儀	500	院民慰問金	
103.08.12	呂朝城	3,200	院民加菜金	
103.08.13	蔡碧蓮	300	院民加菜金	
103.08.20	洪○筑	2,000	院民加菜金	
103.08.20	小林百貨興業有限公司	600	院民加菜金	
103.08.21	無名氏	2,000	院民加菜金 1,000 元、院童慰問金 1,000 元	
103.08.22	陳怡筆	6,000	院民加菜金	
103.08.25	高麗華	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	
103.08.25	高○雄	20,000	院民加菜金 10,000 元、院童慰問金 5,000 元、院童加菜金 5,000 元	
103.09.01	趙正派	14,000	院民慰問金	
103.09.03	洪○麗	100	院民加菜金	
103.09.03	葉○國	100	院民加菜金	
103.09.03	葉○伸	100	院民加菜金	

衛生福利部澎湖老人之家 103 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
103.09.03	葉○葳	200	院民加菜金	
合計		85,100		
103.09.03	許信鴻	5,000	院民慰問金	
103.09.04	蔡碧蓮	300	院民加菜金	
103.09.05	邱有諒	500	院民加菜金	
103.09.05	邱蔡春赫	500	院民加菜金	
103.09.05	邱麗敏	500	院民加菜金	
103.09.09	洪永豐	1,000	院童慰問金	
103.09.09	洪長麟	300	院童慰問金	
103.09.09	洪惠鈴	300	院童慰問金	
103.09.09	洪福志	300	院童慰問金	
103.09.09	洪王美蓮	100	院民加菜金	
103.09.15	蔡○儀	500	院民慰問金	
103.09.15	林進通	3,000	院民慰問金	
103.09.24	小林百貨興業 有限公司	600	院民加菜金	
103.09.30	陳忠發	10,000	院民加菜金	
103.09.30	台電澎湖區 營業處	34,000	院民加菜金 10,000 元、院民慰問金 10,000 元、院童加菜金 10,000 元教保 人員加菜金 4,000 元	
合計		56,900		

衛生福利部澎湖老人之家 103 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
總計		159,400		

衛生福利部澎湖老人之家 103 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
103.07.03	辛春蘭	紙尿片 25 片	320	轉交養護科	
103.07.03	海靈殿	白米 210 公斤	7,980	轉交養護科膳委會	
103.07.04	張游冬涼	白米 12 公斤、沙拉油 1 罐	538	轉交養護科膳委會	
103.07.04	莊建志	白米 12 公斤、沙拉油 1 罐	538	轉交養護科膳委會	
103.07.04	蔡洪丹英	紙尿布 2 包、濕紙巾 8 包、看護墊 2 包	1,054	轉交養護科	
103.07.22	永豐煙火製造企業股份有限公司	芒果 7 顆	500	轉交養護科	
103.08.01	許祐綸	白米 30 公斤	1,100	轉交養護科膳委會	
103.08.04	許祐綸	白米 30 公斤	1,100	轉交養護科膳委會	
103.08.11	莫王○桂	白米 210 公斤	8,400	轉交養護科膳委會	
103.08.13	何○中	飲料 600 罐、餅乾 80 盒	14,000	轉交養護科膳委會	
103.08.26	觀鴻宮	克寧銀養奶粉 5 罐、餅乾 34 包、桂格完膳營養素 24 罐、台糖燕麥片 10 包、愛之味牛奶花生 36 罐、飲料 4 箱、養生餅乾 2 盒、雪里菜 1 包、杏仁粉 6 包、龜苓膏軟糖 2 包、味全芝麻黑豆 3 袋、洛神花 1 包、海鮮味拉麵 18 包、大茂土豆麵筋 12 罐、味全菜心 2 罐、紅鷹海底鷄 2 罐、高野家 3A 鮪魚塊 1 罐、玉米罐 3 罐、鹽 8 包、砂糖 1 包、沙拉油 3 罐、5 珍寶 3 罐、葵花油 12 罐、香菇素蠔油 3 罐、醬油 3 罐、白米 91.7 公斤、餅乾 33 包、鬼太郎 1 箱、蛋黃派 8 包、味味排骨雞湯麵 24 包、味味麵 4 包、乖乖綜合包 2 包	22,119	轉交養護科、養護科膳委會、少教科	

衛生福利部澎湖老人之家 103 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
合計			57,649		
103.08.28	總統府	中秋月餅 41 盒	24,600	轉交養護科、少教科	
103.08.30	趙玉雀	芒果 2 個、蘋果 2 個、柚子 2 個、香吉士 2 個、餅乾 2 盒	360	轉交養護科	
103.09.03	法務部矯正署 澎湖監獄	綠豆椪 14 盒 蛋黃酥 14 盒	6,720	轉交養護科、少教科	
103.09.03	趙榮華	白米 240 公斤	9,600	轉交養護科膳委會	
103.09.18	戴志龍	四腳輔助器 1 支 (舊)	350	轉交養護科(護理)	
103.09.22	陳玉霞	愛攝適 51 罐、濕紙 巾 25 包	4,872	轉交養護科	
103.09.22	呂孟鴻、呂羿慧 呂宜勳、陳麗妃	白米 120 公斤	4,600	轉交養護科膳委會	
103.09.24	陳玉樹	葡勝納 24 罐、安素 雙卡 6 罐、蔓越莓 1 00 包、濕紙巾 9 包	4,496	轉交養護科	
103.09.24	許祐綸	白米 30 公斤	1,100	轉交養護科膳委會	
103.09.30	馬公陰陽堂	白米 420 公斤	16,800	轉交養護科膳委會	
合計			73,498		
總計			131,147		

衛生福利部澎湖老人之家 103 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
103.10.03	邱有諒	500	院民加菜金	
103.10.03	邱蔡春赫	500	院民加菜金	
103.10.03	邱麗敏	500	院民加菜金	
103.10.03	洪○麗	100	院民加菜金	
103.10.03	葉○國	100	院民加菜金	
103.10.03	葉○伸	100	院民加菜金	
103.10.03	葉○葳	200	院民加菜金	
103.10.06	洪永豐	1,000	院童慰問金	
103.10.06	洪長麟	300	院童慰問金	
103.10.06	洪惠鈴	300	院童慰問金	
103.10.06	洪福志	300	院童慰問金	
103.10.06	洪王美蓮	100	院民加菜金	
103.10.08	蔡碧蓮	300	院民加菜金	
103.10.08	吳國禎	1,000	院民慰問金	
103.10.13	蔡○儀	500	院民慰問金	
103.10.13	吳○利	500	院童慰問金	
103.10.14	葉長青	50,000	院民加菜金 13,000 元、院民慰問金 12,000 元、院童加菜金 10,000 元、院童慰問金 10,000 元、教保人員加菜金 5,000 元	
103.10.17	小林百貨興業有限公司	600	院民加菜金	
103.10.20	無名氏	2,000	院民加菜金 1,000 元整 院童慰問金 1,000 元整	

衛生福利部澎湖老人之家 103 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
103.10.21	洪鈺筑	3,000	院民加菜金	
合計		61,900		
103.10.23	陳禹築	1,000	院民慰問金	
103.11.03	洪鈺筑	3,000	院民加菜金	
103.11.03	洪○麗	100	院民加菜金	
103.11.03	葉○國	100	院民加菜金	
103.11.03	葉○伸	100	院民加菜金	
103.11.03	葉○葳	200	院民加菜金	
103.11.06	洪永豐	1,000	院童慰問金	
103.11.06	洪長麟	300	院童慰問金	
103.11.06	洪惠鈴	300	院童慰問金	
103.11.06	洪福志	300	院童慰問金	
103.11.06	洪王美蓮	100	院民加菜金	
103.11.07	吳國禎	1,000	院民慰問金	
103.11.10	小林百貨興業有限公司	600	院民加菜金	
103.11.10	邱有諒	500	院民加菜金	
103.11.10	邱蔡春赫	500	院民加菜金	
103.11.10	邱麗敏	500	院民加菜金	
103.11.10	吳○利	500	院童慰問金	
103.11.10	蔡○儀	500	院民慰問金	
103.11.10	蔡碧蓮	300	院民加菜金	

衛生福利部澎湖老人之家 103 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
103.11.20	澎湖縣農會	3,000	院民慰問金	
103.11.21	鄭錦樑	2,500	院民加菜金	
合計		16,400		
103.11.25	衛生福利部社會及家庭署	50,000	院民加菜金 25,000 元整、院童加菜金 20,000 元整、教保人員加菜金 5,000 元整	
103.11.26	瑋氏實業有限公司	20,000	院童加菜金	
103.11.27	李啟聰	10,000	院民加菜金 7,000 元整 教保人員加菜金 3,000 元整	
103.12.01	洪鈺筑	3,000	院民加菜金	
103.12.03	蔡碧蓮	300	院民加菜金	
103.12.04	洪永豐	1,000	院童慰問金	
103.12.04	洪長麟	300	院童慰問金	
103.12.04	洪惠鈴	300	院童慰問金	
103.12.04	洪福志	300	院童慰問金	
103.12.04	洪王美蓮	100	院民加菜金	
103.12.04	吳國禎	1,000	院民慰問金	
103.12.05	邱有諒	500	院民加菜金	
103.12.05	邱蔡春赫	500	院民加菜金	
103.12.05	邱麗敏	500	院民加菜金	
103.12.05	洪○麗	100	院民加菜金	
103.12.05	葉○國	100	院民加菜金	

衛生福利部澎湖老人之家 103 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
103.12.05	葉 ○ 伸	100	院民加菜金	
103.12.05	葉 ○ 葳	200	院民加菜金	
103.12.12	小林百貨興業有限公司	600	院民加菜金	
103.12.15	蔡 ○ 儀	500	院民慰問金	
合計		89,400		
103.12.15	吳 ○ 利	500	院童慰問金	
合計		500		
總計		168,200		

衛生福利部澎湖老人之家 103 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
103.10.06	蘇陳○雲	安安紙尿褲 13 箱	15,000	轉交養護科	
103.10.16	許祐綸	白米 30 公斤	1,100	轉交養護科膳委會	
103.10.17	臺灣銀行 澎湖分行	濕巾補充包 5 箱、 哈樂刮鬍刀 2000 支、移位滑墊 1 床	16,180	轉交養護科	
103.10.22	許水神	飲料 263 罐、餅乾 32 盒、香檳 3 罐	6,460	轉交養護科	
103.10.23	懋靈殿普善堂	紙尿褲 M11 包、紙 尿褲 L6 包	3,458	轉交養護科	
103.10.30	李果芬 解佳萍	圍巾 15 條	1,500	轉交養護科	
103.10.30	鄭雅蕙	圍巾 20 條	2,000	轉交養護科	
103.10.30	李家豪	圍巾 10 條	1,000	轉交養護科	
103.11.07	許祐綸	白米 30 公斤	1,100	轉交養護科膳委會	
103.11.10	無名氏	白米 60 公斤、蘆筍 汁 16 罐、醬油 6 罐、味味 A 泡麵 35 包、愛之味脆瓜 8 瓶、青葉麵筋 18 罐、味丹青草茶 24 罐	4,238	轉交養護科、養護科膳委會	
103.11.13	李啟聰	亞培安素 4 箱	5,320	轉交養護科	
103.11.26	瑋氏實業 有限公司	沐浴床 1 台、紙尿 褲 10 箱	120,000	轉交養護科	
103.11.27	趙榮華	白米 240 公斤	9,600	轉交養護科膳委會	
103.12.03	許祐綸	白米 30 公斤	1,100	轉交養護科膳委會	
103.12.05	無名氏	紙尿褲 2 箱	2,400	轉交養護科	
103.12.15	陳聖和	燒仙草 100 碗	3,500	轉交養護、少教科院民、童食用	
103.12.15	陳合泰	攪拌機 3 貫 1 台	50,000	轉交少教科院童用	
103.12.17	蔡洪柿	多功能型復健機 1 台	9,000	轉交養護科	
103.12.23	趙文書	洗髮精 153 罐、沐 浴乳 153 罐、洗面 乳 153 罐	73,287	轉交養護、少教科院民、童用	

衛生福利部澎湖老人之家 103 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
103.12.24	陳成版	營養素 1 包、毛毯 (舊) 2 件、飲料 111 罐	2,165	轉交養護科	
合計			328,408		
	許金桂	麵條 14 箱	3,080	轉交養護科膳委會	
合計			3,080		
總計			331,488		