

主題專欄

「歡喜作伙來，快樂做志工」
國際志工日
2017 臺北世大運，全民志工動起來

金鑽故事館

內湖區戶政志工隊、謝婉芬、王勝欽
廖素玉、劉燕茶、蘇淑滿

社區服務廣播站

中山區朱厝寮
文山區木柵復活堂
內湖區湖光教會

愛心放大鏡

聯合醫院陽明院區志工 吳婉玲
聯合醫院和平婦幼院區志工 葉美秀

活動花絮 & 培訓事件簿

105 年活動剪影
106 年培訓事項



臺北 志工



No.20
2016.12





1 **主題專欄**

「歡喜作伙來，快樂做志工」 國際志工日
2017 臺北世大運，全民志工動起來

5 **金鑽故事館**

內湖區戶政志工隊、謝婉芬、王勝欽、
廖素玉、劉燕茶、蘇淑滿

16 **社區服務廣播站**

中山區朱厝崙、文山區木柵復活堂
內湖區湖光教會

22 **愛心放大鏡**

聯合醫院陽明院區志工 吳婉玲
聯合醫院和平婦幼院區志工 葉美秀

30 **活動花絮 & 培訓事件簿**

105 年活動剪影

106 年培訓事項



主題專欄

「歡喜作伙來，快樂做志工」 國際志工日



柯市長頒發社會福利與綜合類志願服務單位績優獎

1985年12月聯合國正式宣布每年12月5日為國際志工日(International Volunteer Day)，肯定志工們為社會無私奉獻的偉大，並建議各國政府舉辦慶祝國際志工日活動。

志願服務精神是社會穩定發展與進步的重要動力之一，一個國家的人民投入在志願服務的程度，更代表著國家社會資本的累積是否充足。從事志願服務的人員遍及各行各業，不論宗教、階級、種族、黨派，只要有心奉獻，人人都是最好的志工！

臺北市政府為凝聚志工夥伴們服務



的精神，並感謝平日為社會默默服務的志工們，在每年的國際志工日前後，都曾舉辦各種慶祝與感恩的活動，也許每一年度的辦理方式不同，但感謝的心意不曾削減與間斷，因為有各位志工夥伴，讓臺北又向美好的「志工城市」更進一步。🍊



2017 臺北世大運 全民志工 動起來

2015韓國光州世界大學
運動會聖火傳遞儀式

什麼是「世界大學運動會」？

世界大學運動會為全球大學青年運動員參加的國際綜合性運動賽會，參賽國家及選手人數僅次於奧運，素有「小奧運」之稱。大會名稱主要係由大學（University）及奧林匹亞（Olympiade）兩字結合而成，為國際大學運動總會（International University Sports Federation，

FISU）主辦，提供大學生運動員參加的國際綜合性運動賽會。

不能不知道的 「2017臺北世大運」！ 申辦過程

2017年臺北世大運是第29屆世大運，此屆世大運共有2個城市申辦，分

世大運歷史小常識

西元1923年，舉辦首屆World University Games (WUG)。

西元1949年，International University Sports Federation (FISU)成立，並於義大利舉辦首屆FISU Games。

西元1957年，於法國舉辦的World University Sports Championship邀請東西方陣營參賽，目的讓全世界的大學生都能參與。

西元1959年，於義大利舉辦的World University Games，FISU會旗、會歌、標誌雛型及‘Universiade’名稱首次出現。而自這年起，世大運分為夏季世大運及冬季世大運，每兩年之單數年分別由不同之城市舉辦夏季及冬季世大運。



大家好，我是熊讚



熊讚歡迎大家到臺北作客

別為臺北與巴西。2011年11月29日晚間7時（臺北時間30日凌晨2時），國際大學運動總會（FISU）宣布，臺北市獲得2017年夏季世界大學運動會主辦權。

比賽種類

本屆世大運共包含14項必辦的運動種類：田徑、籃球、跳水、擊劍、足球、競技體操、韻律體操、柔道、游泳、桌球、跆拳道、網球、排球、水球，7項選辦項目：射箭、棒球、羽球、高爾夫、滑輪溜冰、舉重、武術，以及1項示範項目：撞球。

吉祥物：最可愛的代言人——「熊讚 Bravo」

臺北世大運除了有充滿活力的選手們，身為世大運的最佳代言「熊」，充滿青春活潑又可愛動人的「熊讚 Bravo」，自然也是全身精力用不完；自從接下臺北世大運的代言後，在臺北的

各個角落幾乎都可能看見牠的身影，不論是學校運動會、電玩資訊展、工作籌備會議，甚至電視台綜藝節目都有牠的「熊」影，不愧為「萬中選一」的最佳代言！

「熊讚」的原型是臺灣最具代表力量及膽識的原生動物「臺灣黑熊」，胸前的白色V字搭配象徵勝利之金牌，代表運動員挑戰自我、追求卓越之精神。友善親切的熊讚是賽場上重要的啦啦隊隊長，除了傳遞希望和歡樂給所有的參與者外，更歡迎來自世界各地的運動員來臺北作客。

全民來當「世大運志工」

志工一直是全世界各種大小賽會的最佳推手，也是支援賽會的最大動力，歷屆世界大學運動會中志工人力的妥善規劃及運用，亦是賽會中不可或缺的成功環節之一。

世界大學運動會志工的工作內容，



世大運志工特殊訓練



有你當志工，世大運必成功



世大運333倒數，全民I DO 做志工

是以協助世大運賽會活動進行為主，而志工招募與運用管理單位的重要任務，就是使志工能夠樂在服務，並且保障志工該有的權益。

「2017臺北世界大學運動會」將不只是臺北的世大運，更是全民的世大運，一起來擔任世大運志工吧！讓我們一同用志願服務的精神，讓世界看見臺北、看見臺灣！🍊

招 募 內 容

種類區分	服 務 內 容
行政志工	協助支援各場館相關行政工作。
	協助賽會相關資訊服務工作。
場館志工	提供簡易諮詢、場館內區域出入管控及引導、失物招領、人員協尋及物品寄存等服務。
	協助各場館賽事售票及驗票工作、引導觀眾進退場動線、維持秩序等服務。
	協助各醫療站一般性事務。（非屬專業性人員，僅一般性事務協助）
	協助維安人員一般性事務。（非屬專業性人員，僅一般性事務協助）
文化志工	協助賽務相關行政作業及支援後勤相關事務等。（非屬專業性人員，僅一般性事務協助）
	協助收集國內外報導、拍攝志工活動影像、媒體接待及媒體相關活動等工作。
接待志工	協助辦理選手村歡迎儀式、開閉幕活動等。
	國內外貴賓、企業參與貴賓、技術裁判及代表團接待服務、協助貴賓室、會議與宴會會場駐點翻譯等。
	協助認證中心人員進行資格審查工作。
服務志工	協助各場館頒獎典禮流程之進行。（非屬專業性人員，僅一般性事務協助）
	協助配置各場館、貴賓室及宴會場地餐飲服務。
	協助貴賓各地區住宿及餐飲服務駐點聯繫。
	協助接送機、辦理車輛進出管制、停車證發送與管理等。
	協助各場館及選手村環境清理工作。
	協助倉儲管理與物資配送。

2017 臺北世大運官方網站：<http://www.taipei2017.com.tw/home.php>

世大運志工招募資訊請上：<https://volunteer.2017.taipei/>

《熊讚 Bravo》官方粉絲頁：<https://www.facebook.com/bravotaipei/>



金鑽故事館

內湖區公所戶政志工隊

內湖戶政志工隊的微笑，就像冬天的太陽一樣溫暖人心。

每天，在內湖區公所三樓的戶政事務所大門口有一群人，隨時將微笑掛在臉上，還沒踏進戶政事務所前就能夠聽到親切的問候：「您好，請問今天需要什麼服務？」

成立於民國85年的內湖戶政志工隊，最初只是鄰近市民運用退休後的時間，希望能夠用一己之力為地方做點服務，於是來到戶政事務所擔任志工，做做簡單的環境清掃、接待民眾等等工作；隨著參與的志工越來越多，戶政事務所發現有了志工的參與，民眾對於整體的服務的滿意度也有提升，相較於辦事員在業務上的忙碌，也許會忽略了與民眾的互動，而志工們的加入正好為這一部分提供了很大的幫助，親切的志工們對於戶政事務的了解，讓民眾在第一

次踏進戶政事務所時就能夠準確地找到自己需要辦理或填寫的文件，大大節省了民眾辦理的時間，也讓辦事員能夠精準地提供民眾正確的服務內容，在龐大戶政工作系統中看似擔任小螺絲釘的志工，卻是提升整體工作品質不可或缺的重大功臣呢！

現任的志工隊長施仁智大哥，因為西元2010年參與了台北花博的志工，認為從事志願服務工作很有意義，所以在2012年退休後便投入戶政志工的行列，服務迄今也有四年多。據說在他服務期間裡幾乎是志工隊裡的「寶」，因為整個志工隊包含他在內，總共只有三位男性志工，所以他比其他人更加珍惜這樣難得的經驗，在這裡他有著比別人更多學習的機會。施大哥也分享從事戶政志



曹富華以及盧碧玉夫婦覺得民眾的回饋就是最好的鼓勵。

工的心得，他說：「戶政是從出生到死亡的工作，而戶政志工就是從生到死的服務；做志工也是要選擇自己喜歡的工作，才能夠做得長、做得久，更能做得開心。」

同樣在戶政志工隊裡服務四、五年的，還有曹富華以及盧碧玉夫婦，他們也在退休之後希望能夠為社會盡一己之力，剛好知道在戶政事務所這邊

有缺戶政志工，因此投入志工隊的服務中，儘管曹大哥和曹大嫂的身體健康狀況並不是非常理想，但他們燦爛的笑容就像治病的良藥一樣，在他們身上完全看不出有任何病痛的痕跡，好像隨時



現任志工隊長施仁智大哥，
是志工隊裡的「寶」。

都散發著正能量一般，當問到他們在這邊服務最大的感動是什麼？曹大嫂毫不猶豫地說：「民眾的回饋就是最大的鼓勵！」

戶政事務所的陳冠伶主任說，戶政志工隊的服務對整個單位，甚至是鄰近

社區的貢獻相當大，從早期的奉茶、迎賓服務，到現在成立志工隊開始進行「戶政小志工」的培訓，整個志工隊的成長是有目共睹的，尤其是小志工的栽培，更代表著戶政志工服務精神的傳承，別看他們雖然年紀小、對戶政事務不甚了解，但他們還是可以拿著抹布、酒精小心翼翼為辦公室裡的桌椅清潔消毒，認真的模樣一點都不輸給大人們喔！

陳主任表示感謝臺北優良志工金鑽獎的鼓勵，內湖戶政志工隊會持續的努力與成長，未來不只會持續發展小志工的培育，也計畫結合華山基金會讓戶政志工隊走入社區，也能夠為社區服務成為大家的志工。👉



戶政志工是提供民眾戶政服務的第一線

「我為人人，人人為我」 做志工實踐幸福生活

■臺北醫學大學附設醫院 謝婉芬

夜裡的急診室，掛號櫃台前，站著一名急湊著醫藥費的外籍中年男子，正掏著口袋裡的零錢，就差200塊錢；而休息區，則坐著9個不滿3歲的幼兒，外加三名20歲左右的年輕母親及一名年輕男子，吃喝著手上的食物，卻任由小孩在地上嬉戲喧鬧，只因等待另一名嬰兒因發燒昏厥，正由醫生搶救中；在檢傷區裡躺著剛一位無依的老人，意識不清的呻吟著；此時救護車又送來，一名被機車撞倒的中年婦人，大聲哀嚎痛楚難



慈濟大愛電視專訪「低碳醫院」環保節能，志工扮演之角色

耐，及撞傷人的機車騎士，臉部正滲流出大量鮮血，默默的等待診查；眼看急診室即將滿載，醫護人員忙進忙出，呼喊著病患姓名，核對基本資料，雖是忙中有序，口氣也少有溫柔。此時X光照



外語服務(右一)



志工幹部訓練營 (左一)

射區，傳來叫罵聲，為何不是被撞傷的婦人應該優先照X光，而是機車騎士優先照呢？櫃台區的中年男子則拜託著是否可先欠款？此時喧鬧聲更大了，氣氛吵雜，讓意識模糊的老人也難以忍受，霎時也大聲喊叫；此時門口走進來一位即將臨盆的女子，下體出血不止，此時停住了所有人的目光，叫罵聲、嬉鬧聲迅速靜了下來。

透過了志工的協助，孕婦立刻由醫護人員護送至產房待產；昏厥的嬰兒被接上了點滴及氧氣，逐漸恢復活力，經過志工的勸說，請生病嬰兒的母親留下照顧即可，而其他年輕媽媽與9名幼兒應消毒洗手，簡易清洗乾淨速速離開，避免感染病菌；無人陪伴的老人經過仔細確認個人病歷資料，加上志工的安撫，接受診治，也逐漸安定下來；被撞的中年婦人與家屬，透過了志工的說

明，解釋了急診治療的流程順序，緩和了情緒，由護理人員安排檢查診治中。留著鮮血的騎士，先照了X光，經志工協助，被送至手術室縫合傷口；有了外語志工的轉介，加上社工師的協助，運用急難救助基金，也解決了外籍中年男子的燃眉之急，於是一切恢復了平和。

因為志工站在第一線的發現問題與協助，如果我們能夠教導教育民眾就醫碰到急難時，可以請求社會福利單位的協助，暫時解決給付醫療費用的窘境；如果能夠透過媒體的宣導，健康幼兒應遠離充滿病源的醫療院所；如果能夠多宣導急診就醫，應尊重標準檢傷順序，認識正確急診流程；如果能夠配合學校衛生教育，深化民眾重視對自我及家人的健康管理，對親人的健康能夠適時關心與陪伴，可以加快診療速度；如果能夠……體現志工實踐幸福生活。❤️

志工利人利己，增加生活廣度 也是互動學習，光彩生命深度

■臺北市松山區健康服務中心 王勝欽

在萌起提前退休想法那一年，志願服務法剛公布，且新聞報章也不斷報導，原本陌生倒也增進一些認識。隔年遞出辭呈，並給自己訂了退休生活方向：一、當志工；二、進社區大學培養找回失落的興趣，迄目前十數年來不曾間斷。

真正的體認「志工」，要感謝松山社區大學。92年春季松山社大創校我去選課，也加入社大志工行列，完整的「快樂志工營」培訓，讓我充分了解志

工精義。當年秋季社大鼓勵我籌組社大志工社，就如此這般我成了創社社長。而在那幾年間，全國社區大學促進會辦理「全國社大志工列車」，更有了彼此觀摩學習機會，讓我成長不少更嫻熟於志工領域。

「快樂志工」一直是我遵奉圭臬，「快樂」來自內心不亢不卑、不求聞達、不伎不求，尤其在聽了陳武雄教授的演講，更堅定我的信念。但我不太認同有人說，志工付出是一種偉大情操，

因為「付出」是與生俱來優質人格，只是環境與時機未及開發，一切皆雲淡風輕早於他人展露而已。

朋友引薦加入松山健康中心志工，到目前我經常向退休朋友推薦。除了到社區的健康服務量血壓、協助填表格，登革熱防

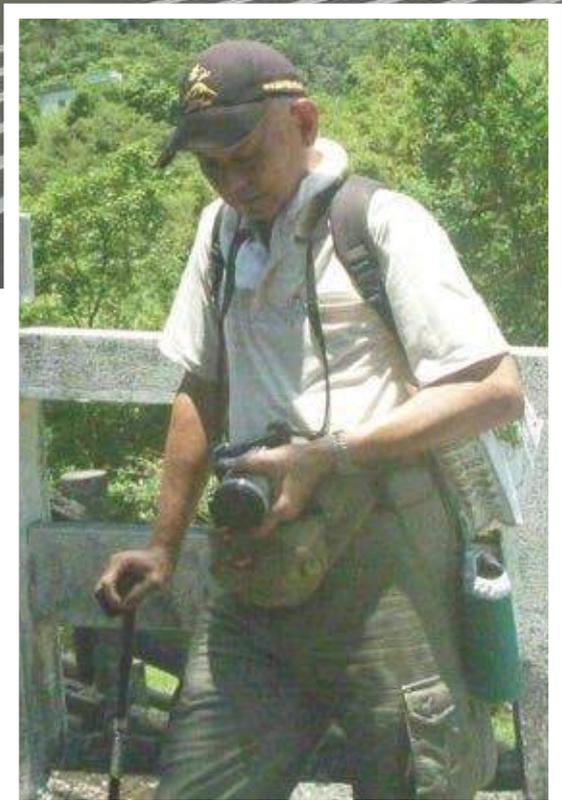


健康活動「來呷台灣米」演出



疫宣導、清除病媒蚊等等之外，志工月會經常辦理健康講座，還有一些專案活動既是服務也參與學習，這對退休的人太重要了，一魚兩吃利人利己，何樂不為。尤其糖尿病友「錫口甜心園」這個團體活動最多，每年參加長青活力秀演出，都獲得不錯成績。最有趣的是比賽結束後，這些大哥大姊常會問，什麼時候還會集體團練，真的是健康樂活。

97秋季參加松山社大「我愛基隆河-志工培力」課程，這又是一新的嘗試，次年成立「基隆河錫口巡守隊」擔任隊長迄今。除了自主性巡守之外，也加入市府水環境巡守隊伍編組，配合政府水環境守護活動。這個隊伍雖人數不多，但排班巡守檢測水質績效優異，近年市



府評比屢獲特優，這要歸功於全體隊員致力守護家園的努力，期待有更多有志之士加入，壯大我們陣容守護家園。

目前我固守這三個不同領域，將時間做有效應用，自己留白的時間是有必要的，總不能忽略休息是一種充實，以及自己人際，「快樂志工就是我」。

快樂的志工家庭

■ 臺北市立介壽國中 廖素玉

我和鳳雅倆是小姑和二嫂的姻親關係，我們都來自於健康、幸福的傳統小家庭；雖然我們沒有血緣關係，但是我們有著相同的倫理道德觀念，更具有相同的樂觀、進取、熱心、誠懇的待處世態度；30多年來我們不曾發生過姑嫂衝突的情形，更甚的，街坊鄰居因為我們



經常同進同出，笑稱我倆是師公、聖杯，焦不離孟、孟不離焦，比親姊妹還親。

鳳雅是個孝順的好媳婦，夫家祖父、祖母及公婆都很長壽，均到8、90多歲才過世，之間公公中風十多年長期臥病在床、婆婆則長期洗腎，也完全由她獨自肩挑起在家侍候兩老，負責照料、晨昏定省，並陪同進出醫院就醫照顧的重責大任，無怨無尤。





第20屆「優良志工家庭金鑽獎」頒獎（左一廖素玉，中間黃鳳雅）

99年我(素玉)自介壽國中出納組長的職務退休。由於在校時即經常看到特教老師們，吃力地使出十八般武藝照應著不同類型的身心障礙學生；也看過在小學二年級已經割腕自殘，迫切需要關注的孩子；故而一退休就加入學校特教學習陪伴志工組，參與特教身心障礙孩子的愛心陪讀，並擔任學習陪伴組組長5年多，組員請假均親自代理或協調同組成員或到校服務；也延攬了社區中具有特教經驗的特殊美術專才人士進入志工團，幫助特教學生做藝術指導及治療。

鳳雅因家中老人都已於100年8月相繼仙逝，本身又是個極富愛心、熱心助人的人，更二話不說，立即隨之加入介壽志工學陪組行列，也肩負副組長之責

至今，主動積極參與各項校內、校外動機服務，諸如：協助在校生社區服務、校慶義賣活動、新生報到及學用品採買、新生健康檢查、全校師生預防針注射、各項會議前置作業及簽到退、畢業班高中職能訓練帶領引導、特殊生各期次（含聖誕節）模擬升學闖關訓練等；且與特教班老師保持良善之溝通、密切合作，實為志工不可多得之典範。

此次我倆有幸能獲頒第20屆優良志工家庭金鑽獎，頒獎典禮上驚喜看到兄弟姊妹、子女及可愛孫子全家總動員來觀禮；由衷感謝正因為有著大家的背後支持，讓我們沒有後顧之憂，得以做個快樂的志工。👍

志工 一堂10年的學習課

■臺北市士林區健康服務中心 劉燕茶

從民國92年起，因為工作退休了，兒女們也都成家立業，有次和朋友閒聊時，分享當志工的經驗給我聽，當下也覺得想做點事回饋社會，又擔心自己能力不足而躊躇不前，但在我先生及家人強力鼓勵及支持下，就決定盡自己棉薄之力加入士林區健康服務中心保健志工大隊，中心的長官及護士們都很熱情也很熱心，也因此認識很多志工夥伴，就像是個大家庭，大家感情都很好，相互幫忙，有一次我請假個幾天，大家都還在猜想我是不是發生什麼事了呢！呵呵，所以我現在都不敢隨便請假了。

我的個性比較不會推託或選擇志工服務的內涵，所以我服務過很多，像是：登革熱防疫工作、社區癌症篩檢活動、母乳支持團體、兒童篩檢活動、宣導傳染病防治及社區施打流感疫苗等等，每一種志工服務都相當有趣的，像是在登革熱密度調查時，每個大街小巷都得挨家挨戶的宣導，身體還要包著像「採茶」一樣緊緊的，真的很特別的經驗。最讓我印象最深刻的是擔任母乳哺育親善大使，母乳是對寶貝最好的，



有次參加團體遇到新手媽媽脹奶的問題，她相當挫折及無助，我和護理師直接到家中協助幫忙，讓個案感受即時性協助及支持，個案也持續哺餵純母乳到6個月，我覺得相當有成就感，但有時也會有遇到挫折的，像是在做癌症篩檢電話催檢時，常常需要苦口婆心勸說，卻經常被民眾當作詐騙集團而被掛電話或口出惡言，心裡會遭受打擊，會難過有挫折感，我會和志工夥伴或護理師們聊一聊，轉個念因為民眾不瞭解正確觀念，為了民眾健康，仍堅持一通通電話「催」下去。

當志工的這10幾年時間，真的學習到很多社會的學問，讓我退休而不休，生活相當的充實多采多姿，也結交了很多志工夥伴，又可以為自己積福報，是一個相當有意義的服務，我真的很鼓勵大家來加入保健志工，也希望透過自己經驗分享能有更多新進志工加入。🍊

服務開拓 生命的廣度

■ 臺北市立聯合醫院中興院區 蘇淑滿

民國87年，我初次加入志工活動，首先我在臺北市立中興醫院供應室幫忙，主要是有關醫療的前置作業，折衣服、包裝衛材等。雖然不像一般志工有對外與人接觸，但是這些工作卻減輕了醫療人員部分負擔，讓他們有多餘的時間休息與思考病情。

民國90年，我再接了大同衛生所的志工，主要是協助病患量血壓、引導病患就醫流程順暢。後來衛生所每年固定的小朋友預防針疫苗施打、老人健康檢查與流感疫苗施打等，我都有參加協助。

慢慢地我參加的志工活動越來越多，儼然成為我生活中的一部分。陸陸續續我都義務去協助中興醫院的社區義診活動、門診大廳服務工作協助行動不便的人士就醫引導與輪椅借用。

民國100年，我參加婦宣義消志工，訪視與宣導用火用電安全，學到了家中電源電線要如何整理才是安全。也參加了河邊巡視志工活動，看看河邊路燈是否故障與周遭垃圾通報清除。前幾年臺北市舉辦花博展覽，我也去參加志工活



動，協助展覽圓滿成功。

禮運大同：「力惡其不出於身，也不必為己」，感謝大家給我機會從事志工服務，人生沒有用不到的經歷，參加志工讓我的見識更加廣闊也讓生活、生命更加多采多姿。 🍊

社區服務廣播站

中山區朱厝崙社區照顧

關懷據點

走進朱厝崙社區照顧關懷據點，映入眼簾的是一群紮著穩健弓箭步、聚精會神的爺爺奶奶，仔細詢問下才知道，原來這是朱厝崙社區照顧關懷據點為長輩們開設的太極拳課程。為了讓社區內的長輩們能夠有活動與交流的機會，正好與區民活動中心比鄰的關懷據點，經常開設許多有益於長輩身心健康的活動課程，除了太極拳外，還有伸展操、卡拉OK等等，甚至在每個月最後一個星

期天舉辦當月壽星的慶生會活動，讓爺爺奶奶們感受到備受關懷的溫暖。

朱厝崙社區照顧關懷據點目前有陪伴長者及社區服務志工約60多位，平日輪流陪伴長者進行活動課程，在逢年過節的重大節慶時也會到長者家中進行訪視活動，志工夥伴們多來自朱厝崙社區，雖說志工的平均年齡約莫在65-歲左右，但從青年志工到銀髮志工都有，志工們在受過基礎訓練與特殊訓練後，



社區長輩們參加由關懷據點開設的太極拳課程，專注的眼神和態度讓人不禁佩服。



貼心的育兒友善園，讓社區關懷據點不僅有長輩們的歡笑，也充滿小朋友們開心的笑聲。



社區專職的林松年大哥，每到共餐日，總是他最忙碌的日子。

申請取得志願服務紀錄冊的人數更高達八、九成之多，相信有了這本記錄冊後，更能方便志工們將服務的感動具體化，作為自己難得的服務成長紀錄。

社區關懷據點另一項貼心的服務特色，就是「育兒友善園」。有鑑於現代家庭結構大多是雙薪家庭，在爸爸媽媽都必須出門賺錢養家的情況下，照顧小朋友的重責大任自然就容易落在家中長輩的身上。關懷據點為了讓這些爺爺、奶奶能夠放心地來活動和學習，於是開設了育兒友善園的服務，社區長輩們可以帶著家中0-6歲的小朋友來到這裡，由專業的幼兒園老

師與志工帶領做探索式教學，然後安心地參與據點的課程和活動，真的是十分貼心的服務呢！

林松年大哥是負責關懷據點的專職人員，每到據點的共餐日時，就是他最忙碌的日子，要是沒有志工協助的話，領餐、打菜、清洗餐具樣樣都得自己來；這些工作對他來說雖然辛苦但只要能夠看到長輩們開心用餐，就能夠感受到幸福和滿足。忙完共餐的準備後，林大哥帶領我們參觀社區的「開心農場」，讓人驚豔的是在這個佔地不大的小陽台，竟然充滿著蓬勃的生機。林大哥說，社區據點裡的爺爺奶奶們、以有機方式栽種的秋葵、茄子等各種蔬菜水果，



據點長輩們以有機栽種的秋葵長得又高又壯，讓據點顯得生氣蓬勃。

即使沒有市場裡的蔬果那種頗具賣像的外表，但卻是每一位長輩用最認真的態度所培育出來的，一定是非常美味，也歡迎大家有機會能夠到朱厝崙走走。🍷

木柵復活堂

關懷據點



顯眼的招牌、充滿活力和色彩的門口佈置，散發著「家」的愉悅氣息。

若不是門口掛著大大的「社區照顧關懷據點」招牌，第一次接觸位於文山區的木柵復活堂，也許很難聯想到這是一個老人照護的機構據點，或許用「家」來形容可能更貼切一些。這個家有個很特別的名字，叫做「永安長青文康小站」，就是在這裡能夠永保安康，而且大家都像松柏一樣長青的意思！這樣有趣的創意不只在據點的命名上能夠

發現，在據點所開設的課程中，也能夠略知一二。

復活堂據點的專職人員劉湘齡小姐熱切地與我分享目前這裡的特色，就是參與課程的這些長輩們，不僅是據點所服務的對象，同時也是照顧其他人的服務提供者，簡單的說，就是服務者同時也是被服務者的概念，原來這就是據點沒有一點「老」氣的原因！令人驚訝的



每一位復活堂裡的長輩都充滿著活力與笑容，祝福他們永遠健康快樂！

是，復活堂裡的志工組成大多是銀髮志工為主，平均年齡甚至達到60歲以上，但在彼此之間相互學習和服務的狀況下，這裡的長輩各個充滿著活



年輕的老師帶著長輩們一起「動手動腳」！

力與笑容，真是讓人不得不感嘆志願服務的魔力。

湘齡姐也說，在復活堂設計的課程活動中，都是以長者為出發點，仔細地去推敲老人可能遇到的問題，例如：失智、食安、防癌等等主題，也會鼓勵長者帶著自己的家人一起來學習，以失智的主題來說，除了對長者的親人提供如何發現長者的失智狀況、如何預防和改善長者的失智問題，也提供長者自我發

現和自我觀察的知識，讓失智的問題能夠得到全方位的照顧。

全年無休的共餐服務平日約有30多人來食用，有時候也會有80至90左右的人潮湧入，面對這麼龐大的共餐人潮，全仰賴復活堂裡整潔乾淨的廚房以及熱心付出的志工夥伴，每逢準備共餐的時間一到，現場幾乎沒有人可以停得下來，也正因為有這些熱心的志工夥伴，才能夠讓復活堂的長者們個個都能吃得健康又愉快！

湘齡除了介紹據點的各種特色外，也特別感謝「社區照顧關懷據點5.0」計畫的推動，由於有計畫的補助，讓據點能夠不必煩惱據點的專職人力，雖然計畫也只是部分補助，但對社區據點的運作而言，能夠有這樣的資源已經是相當大的幫助，希望未來也能夠持續推動這樣的計畫。 🍊



每一張海報就是一堂充滿創意的課程，讓據點裡的長輩們時時都有新鮮事。

湖光教會

關 懷 據 點

離開捷運港墘站，沿著內湖路像東走300公尺左右，一座醒目的基督教堂聳立眼前，「莊嚴、肅穆」是對這座教堂的第一印象，但如果單用外表去看「湖光教會關懷據點」，那還真的會錯失許多有趣的故事了！

到了約定訪問的時間，程廣恩傳道禮貌客氣地打開大門，用著和外頭陽光

一樣溫暖的笑容歡迎我，原以為教會裡的神職人員都會是慈祥和藹的爺爺或爸爸，可眼前出現的這位鄰家大哥著實令我大吃一驚，完全顛覆了我過去對神職人員的印象與想像；但也或許是因為有這樣一位年輕的傳道在這裡付出，才能規劃出讓長輩們更加活躍、也更樂於學習的據點課程吧？

具有社工背景的程大哥，不僅擔任教會裡的傳道，也是社區關懷據點的專職社工人員，因此據點裡的各種大小事都由他一手進行規劃，包含了指揮和分配在據點裡服務的16位志工工作、每周二100多人的社區長輩與民眾共餐服務、據點裡的所有課程設計安排等等，雖然工作項目非常多，但從程傳道的臉上卻不見一點倦容，或許是這服務奉獻的工作充實了他的心、讓他能夠獲得更多前進的力量。

湖光教會據點的特色除了宏偉的建築、活力的社工外，最吸引人的還是這



位於內湖路旁的湖光基督教會教堂，莊嚴肅穆的外表，內部卻充滿活力和溫馨的故事。



公佈欄上周一到周五每天都有各種不同的趣味課程，提供長輩們多元的選擇。



據點內的長輩們正在進行英文歌曲的學習，長輩們精準的發音讓人驚豔。

裡多元的課程內容，例如與社區大學結合的毛線編織課、帶領年長者一同進行的桌上遊戲課、讓長者們盡情發揮的歌唱課程等，其中最令我感興趣的是，帶領據點長輩們一同製作「生命繪本」的課程。

所謂的「生命繪本」就是透過課程教師的帶領，讓長者們回想自己的生命故事，並將這些寶貴的生命經驗，以小小朋友們熟悉的繪本，一一記錄下來；「生命繪本」的用意在於整合長者們的生命歷程，不論是人生中的順境、逆境

(例如：戰亂)都給予肯定，讓長者在這樣的過程中重新發現自己的價值，減少因環境不友善而對長者們造成心理和生理的壓力。此外，製作生命繪本也是一種「傳承藝術」，長者們可以使用繪本說故事給小朋友們聽，青年朋友們可以透過這樣一件作品，去了解一位長者過去的故事，將不同世代的故事一代一代紀錄與傳承，成為珍貴的瑰寶。

離開湖光教會據點，清澈的天空撒下燦爛陽光，彷彿是據點裡開心歡笑的長輩們，將他們智慧照耀在這片土地。🍊

愛心放大鏡

志願服務「服務志尚」

臺北市立聯合醫院陽明院區
志工吳婉玲

■臺北市立聯合醫院社工室 周原均

民國八十二年在國內還沒有志願服務法以前，臺北市立聯合醫院陽明院區志工吳婉玲即開始投入志願服務，熱衷的程度讓她的孩子都開玩笑戲稱自己的媽媽是在醫院上班。

吳婉玲說，一開始在醫院只參與門診跟診服務，後來醫院因著病人的需要、成立佛堂，篤信佛教的她協助規劃，日後只要是醫院佛堂的活動，都由她號召其他志工夥伴共同完成，讓來院看病的民眾，有宗教靈性上的安慰。

有人曾經問過吳婉玲當志工要承擔這樣的活動、壓力是否太大？她笑著表示壓力是一定會有，也曾經因為要辦活動睡不好，但是心裡很感恩醫院的信任、交付這樣的任務，而且有一群志同道合的志工夥伴一起工作，對於一個家庭主婦來說，是個可以發揮、又可以助人的機會。積極樂觀的她做每一件事情都可以找到它的樂趣，例如在市醫陽明院區皮膚科醫美提供給民眾的浴帽，都被吳婉玲摺成一朵朵粉紅色的玫瑰花，十分美麗，讓到院就診的民眾使用時賞心悅目。



吳婉玲說，擔任志工雖沒有實質上的回饋，但無形、冥冥之中，總有些意外的收穫：幾年前有個朋友脖子上長個硬塊，在其他大醫院看了兩個醫生、診斷卻不同，原本這個朋友選擇相信自己沒事、不需開刀的診斷，當她知道後極力遊說朋友務必到市醫陽明院區就診，檢查之後發現是惡性腫瘤、趕緊進行手術，朋友的情況恢復相當良好。吳婉玲感慨地說，如果我沒有在醫院服務、耳



濡目染醫學常識，可能我現在就會失去這個朋友。

在市醫陽明院區服務多年的婉玲，覺得志工在醫院就像是病人和醫院間的橋梁，有些病人習慣性會找志工協助，許多年長、獨自就醫的長輩，透過志工細心的說明、耐心的陪伴，得以順利完成每個就醫的流程。吳婉玲還分享到，因著臺北市立聯合醫院黃勝堅總院長熱切的推動，志工隨著醫護團隊進到社區病家服務，有位獨居的老婆婆家裡有好多醫院的藥袋，但因為視力極為不好，弄不清楚這些藥要怎麼吃，她靈機一動，測試婆婆可以用手摸出藥盒上面字體的差異，醫院就提供藥盒、幫婆婆將藥分配好到藥盒內，之後團隊再到婆

婆家訪視時，婆婆很高興自己終於吃對藥、身體舒適很多，吳婉玲表示雖然婆婆不是市醫陽明院區的就診病人，但是和醫療團隊一起提供這樣的服務，自己覺得倍受感動、有意義。

吳婉玲擔任市醫陽明院區的志工不單單對就診民眾付出，長期服務下來也發現志工本身也需要被關心，亦開始關照其他志工夥伴，並促成敦煌舞的志工社團，讓志工除了服務工作，也可以在社團中學習、交流，志工學習敦煌舞不僅運動和心靈的撫慰，站上舞台演出也得到成就感。吳婉玲感性地說，自己很珍惜、也很喜愛在市醫陽明院區的服務，希望大家可以加入志工隊、喜歡團隊，開心共同在這裡成長和付出。❤️

生命在生病後轉彎

臺北市立聯合醫院和平婦幼院區志工葉美秀

■臺北市立聯合醫院社工室 周原均

訪談前，看見在臺北市立聯合醫院和平婦幼院區婦幼第二大樓門診，陪伴就診民眾的志工葉美秀，她亮麗、熱情的身影，讓人完全無法感受到她曾經是個罹癌的病友，也讓在場原本焦慮的罹癌病友，見證成功治療後的情況，為他們茫茫治療的路途植入希望的種子。

十四年前葉美秀本身是個乳癌患者，親身經驗被醫師「宣判」罹癌的不知所措，以及化療過程的不適應，不論

身體和心裡都感到撐不下去、熬不過去，當時僅能藉著門診時間短暫地和其他病友交流，但因為各自都還在治療過程中，幾乎都是自顧不暇的窘境。某次療程，美秀在醫師面前無法自己地沮喪落淚、覺得自己已經走到了盡頭，她回憶說慶幸當時醫師堅定地握住自己的手、鼓勵自己一定可以，她深刻感觸在治療的過程中，病人實在很需要有人陪伴、支持、傾聽，所以在民國98年聽到





陳火木醫師號召康復的乳癌病友擔任志工，即響應投入。

藉著自身罹癌的經驗，以及志工服務過程中病友的回饋，她的志願服務工作從原本只有陳火木醫師門診的服務，增加血液腫瘤門診的志工服務，後來觀察到家人支持的重要性，她也適時調整服務病人和家屬的比重。美秀說以前治療過程沒有過來人的陪伴，感覺在整個過程中漫漫長路沒有盡頭、身心非常疲憊、沒有希望，現在從其他病友的回饋中知道，有康復的病友志工陪伴打氣，每次化療的副作用3-4天，只要撐過就好，彷彿可以預見前面的曙光。

葉美秀說志願服務的過程有喜有悲，和自己的人生一樣精采。她曾經服務一位男性乳癌病友，該病友70多歲、自己洗澡的時候發現硬塊，由女兒陪同就診一、兩次，之後都自己到院就診，很樂觀、調適很好，她對於這個病友的生命態度感到很欽佩。也曾經陪伴一位年約40歲漂亮的姐妹，雖然美秀努力勸

說、鼓勵這病友參與治療，但這病友就是堅持不肯化療，在這病友住院期間、連母親陪伴在旁也對自己女兒愛莫能助，葉美秀後來知道這位病友因顧及男友的觀感，怕自己掉髮、面貌改變，讓美秀看了對於該病友為愛情放棄自己治癒的機會感到遺憾、惋惜，最後聽到這病友過世的消息，讓她每次想到、心裡都有份缺憾。

她說自己生病後，看到家人無條件地支持，讓美秀覺得自己很好命，有感：生病也是種祝福。以前覺得自己很能幹、什麼都能做，生病讓自己學習到謙虛，清楚自己的個性，幫自己設界線。她也為了讓自己保有當志工的初衷、服務熱誠，每週只排班一次，生活安排多元。生病後她知道運動的重要，每天運動、持之以恆，更愛上運動，積極推廣運動、參與教學，例如：元極舞、排舞，美秀說運動會讓人快樂，而且預防勝於治療，希望讓大家身體都愈來愈健康！ 🍊



集時行動 挺志工

時間銀行方案與愛心商家簡介

說明

為了鼓勵市民踴躍從事志願服務，臺北市政府特地規劃了集『時』行動，讓從事志願服務除了服務他人之外，還可以享有消費優惠，分享愛心以及學習成長。

活動內容

Mission A. 集時享『樂』

1. 領有志願服務紀錄冊，憑藉著當年度的服務紀錄即可在特約商家享有消費優惠。
2. 憑服務紀錄冊及當年度服務紀錄來志願服務推廣中心來兌換「幸福兌換券」，憑兌換券可以享有消費優惠。

Mission B. 集時換『愛』

志工們可以累積服務時數，透過志願服務推廣中心存入愛心廠商中，兌換愛心物資或服務來造福更多的人。

Mission C. 集時『教』援

志工運用單位累積服務時數後，可以透過志願服務推廣中心換取志工講師的服務或授課。



強力徵求

幸福商家

願意鼓勵擔任志工，並提供優惠給擁有志願服務紀錄冊，並從事服務之志工的幸福商家。

愛心廠商

願意提供物資或服務，透過志工累積的時數來兌換並幫助弱勢的愛心廠商。

熱心達人

邀請具有特殊專長達人，願意用專長來鼓勵志工從事志願服務，志工透過服務時數的累積來做技藝的交換。

專案聯絡人

魏祿諺 專員

TEL : (02) 2302-3993

E-mail : cv101.taipei@mail.taipei.gov.tw





Caffè masi 咖啡 慢騎

地址

111 臺北市士林區天母東路 95 號

優惠

本人憑有登載今年於臺北市服務時數之志願服務記錄冊至店家消費可享 9 折優惠

Funball 歡樂泡泡足球



地址

105 臺北市松山區八德路四段 138 號京華城 2F

優惠

本人憑有登載今年於臺北市服務時數之志願服務記錄冊至店家消費可享 9 折優惠



樂樹下書店

地址

106 臺北市大安區溫州街 24 號

優惠

本人憑志願服務紀錄冊來店消費享 9 折優惠



曼都髮型

臺北市 新北市 基隆市

共計 129 間門市

<https://goo.gl/yq4ccY>

優惠

本人憑志願服務紀錄冊來店消費享 9 折優惠

達文西攀岩館

Da Vinci Rock Climbing Gym



地址

112 臺北市北投區石牌路一段 39 巷 100 號 2 樓

優惠

本人憑有登載今年於臺北市服務時數之志願服務記錄冊至店家消費可享 9 折優惠

ANNY Nail Bar

易格國際股份有限公司



地址

105 臺北市松山區延壽街 330 巷 12 號

優惠

本人憑志願服務紀錄冊來店消費享 9 折優惠



救國團運動中心 臺北市轄內

臺北市中山運動中心

104 臺北市中山區中山北路二段 44 巷 2 號

臺北市南港運動中心

115 臺北市南港區玉成街 69 號

臺北市大安運動中心

106 臺北市大安區辛亥路 3 段 55 號

臺北市信義運動中心

110 臺北市信義區松勤街 100 號

臺北市文山運動中心

116 臺北市文山區興隆路三段 222 號

優惠

本人憑志願服務記錄冊正本至志推中心兌換折價券於臺北市服務之時數 200 小時兌換 1 張折價券於游泳池或健身房消費折抵 20 元

活動花絮 & 培訓事件簿



105年度成長訓練成員團體照

桃園市政府勞動局志工參訪觀摩活動





成長訓練服務
學習課程-1



105年度領導訓練



「服務·閱讀·愛」志願服務書展



「集時行動」活動開始囉！柯市長頒發幸福商家標章

社會局長官與協辦的紅十字總會及華倫提爾青年志工大使





柯文哲市長蒞臨野餐日活動



民眾以服務時數兌換想念飛飛演唱會門票

幸福商家ANNY NAIL BAR 於現場提供兌換服務時數的民眾體驗美甲服務



臺北市志願服務推廣中心

106 年辦理訓練簡介

為推廣市民了解志願服務，志願服務推廣中心將舉辦基礎訓練、特殊訓練等各種培訓課程，歡迎市民志願服務夥伴們踴躍關注本中心官方網站喔！（網址：<http://www.cv101.org.tw/>）

基礎訓練課程

12 小時的基礎訓練

讓您清楚了解志願服務的內涵！

培 訓 主 題	培 訓 時 數
志願服務的內涵	2 小時
志願服務倫理	2 小時
自我了解與自我肯定 / 快樂志工就是我（二選一）	2 小時
志願服務經驗分享	2 小時
志願服務法規之認識	2 小時
志願服務發展趨勢	2 小時
共 計	12 小時

社會福利類特殊訓練課程

想讓自己在服務中有更多的發揮？

來參加特殊訓練吧！

志推中心開課培訓主題	培 訓 時 數
社會福利概述	2 小時
社會資源與志願服務	2 小時
人際關係、說話藝術及團康活動（三選一）	2 小時
綜合討論－集思廣益論方法	2 小時
共 計	8 小時

志工運用單位開課培訓主題	培 訓 時 數
志願服務運用單位業務簡介	2 小時
志願服務工作內容說明及實習	2 小時
共 計	4 小時

PS：特殊訓練完整課程係包含志推中心開課（8 小時）及志工運用單位訓練（4 小時），合計 12 小時。

培訓訊息與報名平台

為了提倡環保減碳，志願服務推廣中心將採用「網路報名平台」方式，在官方網站上提供各類型、場次的報名網頁，歡迎市民朋友們能夠經常瀏覽網站，獲取最新的報名資訊喔！

相關培訓資料請至：志推中心官網：<http://www.cv101.org.tw/>，【志工專區】項下查詢。

如在報名過程中有任何疑惑，煩請致電本中心 02-23023993，或逕至臺北市萬華區艋舺大道 303 號洽詢。

106 年志願服務訓練

類別	梯次	日期
基礎訓練	第 1 梯次	2 月 9 日 (四)、2 月 10 日 (五)
特殊訓練	第 1 梯次	2 月 18 日 (六)
基礎訓練	第 2 梯次	3 月 11 日 (六)、3 月 12 日 (日)
特殊訓練	第 2 梯次	4 月 15 日 (六)
基礎訓練	第 3 梯次	5 月 9 日 (二)、5 月 10 日 (三)
特殊訓練	第 3 梯次	5 月 24 日 (三)
基礎訓練	第 4 梯次	6 月 24 日 (六)、6 月 25 日 (日)
特殊訓練	第 4 梯次	7 月 29 日 (六)
基礎訓練	第 5 梯次	8 月 16 日 (三)、8 月 17 日 (四)
特殊訓練	第 5 梯次	9 月 6 日 (三)
基礎訓練	第 6 梯次	10 月 14 日 (六)、10 月 15 日 (日)
特殊訓練	第 6 梯次	11 月 18 日 (六)

註：本表僅作參考用，實際辦理日期將視講師邀請狀況，於訓練開辦前 2 週於官方網頁上開放報名。



臺北市志願服務推廣中心 簡介

臺北市政府社會局於 2006 年設立「臺北市志願服務推廣中心」，以服務各社區組織、志願服務運用單位、志工及有興趣投入志願服務之市民為主，2016 年 4 月始由中華民國紅十字會總會承接辦理，期許透過連續性專業的服務，共同營造臺北市成為夢想、希望的「全民志工」城。

目前本中心提供之服務項目如下：

服務宣導與行銷推廣

- 發行電子報及志願服務半年刊。
- 設立志願服務諮詢專線與網路交流平台。

志工教育培力

- 辦理志願服務基礎、社會福利類特殊訓練及初、進階督導訓練。
- 配合社會局政策重點，代辦教育訓練，提升服務知能。

志工人力媒合與獎勵表揚

- 經營「志願服務人力媒合平台」，提升志願服務的參與率及服務的普及度。
- 協辦志願服務榮譽卡與志願服務紀錄冊申請業務。
- 協辦志工個人及團體表揚活動。



官方網站
www.cv101.org.tw



官方臉書粉絲頁





徵稿啓示

為鼓勵志工夥伴紀錄服務過程中的各種心情點滴，相互分享心得、交流心情，我們非常需要夥伴們分享熱情，將您對服務的熱忱作為捲動社會大眾投入志願服務的動力，一同打造臺北成為美好的「志工城市」。

投稿主題

投稿文章

志工團隊：各類別團隊介紹、團隊活動心得花絮等。

志工個人服務：志願服務 / 心得、觀摩參訪、服務啟發等。

一般民眾：文章主題需與志願服務相關，或是接受服務的心得感想。

稿件格式

投稿字數：1,000 ~ 1,500 字以內。

投稿文章另附照片 3 ~ 4 張。請以夾帶圖檔方式提供電子檔 (照片像素 1000×1000 以上或解析度為 300dpi 以上) 。

投稿主題請註明「志工專刊—投稿文章」

截稿日期：本專刊長期徵稿，第 21 期截稿日為 106 年 5 月 1 日。

版權聲明

投稿前請確定您的著作無侵權之虞，遵守著作權之規範及學術倫理。

投稿稿件須是未曾出版或發表過的文章，其版權屬於本單位與作者所共有，複製、散佈及轉載須經文章作者同意。

本單位有潤稿之權力，若不願潤稿者敬請註明，一旦投稿，即表示同意此聲明。

注意事項

來信請註明真實姓名、連絡電話 / 手機、聯絡地址、志願服務運用單位、職稱及 E-mail 。

未經錄用之稿件本中心將不另行退件，建議請自行保留原稿。

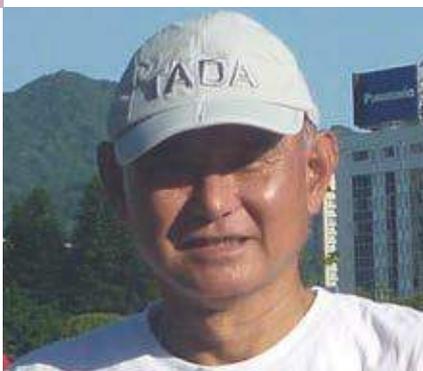
稿費：選定錄用之稿件以刊登於本刊之字數為計算準則，每字 0.5 元計算 (含標點符號) 。

投稿方式

請將您的稿件及照片電子檔 E-mail 至 cv101.taipei@mail.taipei.gov.tw 或 郵寄至 臺北市萬華區艋舺大道 303 號 臺北市志願服務推廣中心 收 (照片電子檔請另寄 e-mail)，主旨請註明「志工專刊—投稿文章」。

聯絡人：郭先生 02-2302-3993





臺北市志願服務推廣中心
Taipei Volunteer Service Development Center



臺北市政府社會局委託



中華民國紅十字會總會 辦理
THE RED CROSS SOCIETY OF
THE REPUBLIC OF CHINA/TAIWAN

諮詢專線：02-23023993

傳真：02-23639646

地址：10855 臺北市萬華區艋舺大道 303 號

網址：www.cv101.org.tw

E-mail：cv101.taipei@mail.taipei.gov.tw