



長照升級 北榮鳳林分院頤園開幕

卓揆親往嘉勉 嚴德發主委主持揭牌典禮

【本刊訊】輔導會長照量能再升級，行政院長卓榮泰五月二十九日視察臺北榮總鳳林分院附設「頤園」住居長照機構，除感謝鳳林分院長年在花東地區提供醫療服務，也期望「頤園」未來能提供更精緻化、多樣化的服務，讓在地長者獲得更多陪伴，真正感受新家帶來的溫暖。

「頤園」甫於五月二十七日開幕，卓院長二十九日即前往視察並嘉勉，足見中央政府對住居型長照服務發展之高度重視。院長在輔導會副主委吳志揚等人陪同下，實地視察並聽取「頤園」智慧健康照護與沐浴設備介紹、空間規劃、照護服務與長照設施設置情形等。

「頤園」共設置一百八十床，五月二十七日舉行開幕典禮，象徵花蓮中區的住居長期照護服務邁入全新里程碑。輔導會主任委員嚴德發、衛生福利部長照司長祝健芳、臺北榮總院長陳威明及花蓮地方各界貴賓，共同出席見證，展現中央與地方攜手推動長照政策、深化偏鄉醫療照護資源的決心，期盼透過完善長照服務體系，讓長者獲得妥善照顧。



行政院長卓榮泰（前左四）由輔導會副主委吳志揚（前左一）、花蓮縣政府秘書長饒忠（前右四）陪同視導頤園。（圖/北榮鳳林分院）

鳳林分院院長胡宗明介紹，「頤園」提供花蓮中區長者更舒適、安全且具尊嚴的居住環境，以滿足日益增長之長照需求。未來將持續秉持「溫柔陪伴、安心託付」理念，打造兼具幸福、健康與尊嚴的長照環境，讓每位長者都能在熟悉土地上安心生活、幸福安老。

【本刊訊】為有效提高東部地區農林剩餘產物去化問題，國立屏東科技大學與輔導會臺東農場合作，結合豐迪企業及公東高工，於臺東池上建置生質綠能產物轉化示範場域，以及池上小提琴文化與農林循環體驗基地。輔導會副主委傅正誠五月二十九日特別到池上參加開幕儀式，肯定生質綠能、小提琴文化與農林循環三合一基地展現循環經濟的精神。

臺東農場表示，基於未來淨零碳排與固碳發展，生質能將是重要的一環，因此在輔導會主任秘書楊長政規劃推動下，輔導會完成法規修正，正式將生質能納入發展項目。

在臺東農場、屏科大及豐迪企業共同努力下，結合東部豐富的林地與木材資源，經過近一年的規劃，終於有了成果，未來此處將成為東部綠能、文化與循環經濟的重要基地。

輔導會副主委傅正誠（右四）及臺東農場場長高國書（右一）等人，共同為小提琴文化與農林循環體驗基地揭牌。

【連線報導】因應超高齡社會來臨，輔導會力推「社區榮民照護數位轉型工作」，要求榮民服務處整合當地醫療、長照與地方資源，照顧「孤獨老」榮民，副主任委員陳進廣日前前往苗栗縣及南投縣榮民服務處，實地驗證執行情形，對榮民服務處表現相當滿意。

陳副主委率輔導會服務處、就醫處、榮總高齡醫學中心、榮家與地方政府社政、衛政單位人員，還有苗栗縣榮民服務處處長陳立中、南投縣榮民服務處處長李毓錫深入榮民家中訪視，實地了解「社區榮民照護數位目標」。

愛國教育東區座談 共同守護國家安全

【本刊訊】輔導會與國防部五月二十七日共同於空軍第五聯隊辦理「民國一五五年愛國教育東區座談會」，會中說明輔導會各項服務照顧工作，也針對當前國防防衛訓練工作，力需求進步，國防部政戰局副局長鄭上將、國防部政戰局副局長胡少將，及東區退伍軍人社團代表等貴賓出席，並安排收視「守護家園：厚植國防防衛韌性」影片，透過影像呈現榮民袍澤長年奉獻，以

座談由輔導會主任委員嚴德發主持，邀請戰略顧問劉上將、空軍司令鄭上將、國防部政戰局副局長胡少將，及東區退伍軍人社團代表等貴賓出席，並安排收視「守護家園：厚植國防防衛韌性」影片，透過影像呈現榮民袍澤長年奉獻，以

愛國教育東區座談會後，全體與會人員於空軍花蓮基地合影留念。

【連線報導】因應超高齡社會來臨，輔導會力推「社區榮民照護數位轉型工作」，要求榮民服務處整合當地醫療、長照與地方資源，照顧「孤獨老」榮民，副主任委員陳進廣日前前往苗栗縣及南投縣榮民服務處，實地驗證執行情形，對榮民服務處表現相當滿意。

在南投地區，團隊視察獨居榮民洪伯伯及九十一歲遺孀陳奶奶。榮服處結合榮院及長照資源，提供到宅健康檢查、長者功能評估及遠距居家照護服務，並協助申請長照2.0居家服務，由居服員定期到宅協助備餐、環境整理與生活照護，提升長者居家安全與生活品質。

陳副主委表示，「社區榮民照護數位轉型平台」以個案為核心，透過資訊整合與即時通報機制，串聯榮服處、醫療院所、榮家、地方政府及民間社團團體，當個案發生狀況時，各單位可即時分工合作，提供完整且周延的服務支持，落實「一點生變、全面應援」的整合照護目標。

顧，也讓國民感受幸福與安心。主任委員表示，配合長照3.0正式推動，未來將持續整合榮總、分院、榮家及榮服處等資源，建構完整醫養整合服務網絡，強化偏鄉住居長照資源布建，提供榮民、眷屬及一般民眾更優質、便利且有溫度之長期照護服務，讓長照政策真正落實於社區與家庭，提升人民幸福感受與生活安全感。

北榮院長陳威明指出，「頤園」開幕不僅代表硬體建設完成，更象徵對長照政策之具體實踐與承諾。長照服務不只是生活照顧，更關乎長者生活品質與生命尊嚴。透過醫養整合與智慧醫療服務導入，讓長者在人生不同階段都能獲得完善照顧，也讓家庭照顧者減輕壓力，提升整體社會幸福。

【本刊訊】輔導會與國防部五月二十七日共同於空軍第五聯隊辦理「民國一五五年愛國教育東區座談會」，會中說明輔導會各項服務照顧工作，也針對當前國防防衛訓練工作，力需求進步，國防部政戰局副局長鄭上將、國防部政戰局副局長胡少將，及東區退伍軍人社團代表等貴賓出席，並安排收視「守護家園：厚植國防防衛韌性」影片，透過影像呈現榮民袍澤長年奉獻，以

座談由輔導會主任委員嚴德發主持，邀請戰略顧問劉上將、空軍司令鄭上將、國防部政戰局副局長胡少將，及東區退伍軍人社團代表等貴賓出席，並安排收視「守護家園：厚植國防防衛韌性」影片，透過影像呈現榮民袍澤長年奉獻，以

愛國教育東區座談會後，全體與會人員於空軍花蓮基地合影留念。

【連線報導】因應超高齡社會來臨，輔導會力推「社區榮民照護數位轉型工作」，要求榮民服務處整合當地醫療、長照與地方資源，照顧「孤獨老」榮民，副主任委員陳進廣日前前往苗栗縣及南投縣榮民服務處，實地驗證執行情形，對榮民服務處表現相當滿意。

在南投地區，團隊視察獨居榮民洪伯伯及九十一歲遺孀陳奶奶。榮服處結合榮院及長照資源，提供到宅健康檢查、長者功能評估及遠距居家照護服務，並協助申請長照2.0居家服務，由居服員定期到宅協助備餐、環境整理與生活照護，提升長者居家安全與生活品質。

陳副主委表示，「社區榮民照護數位轉型平台」以個案為核心，透過資訊整合與即時通報機制，串聯榮服處、醫療院所、榮家、地方政府及民間社團團體，當個案發生狀況時，各單位可即時分工合作，提供完整且周延的服務支持，落實「一點生變、全面應援」的整合照護目標。

贈閱 歡迎訂閱 電子報

國內郵資已付
臺北郵局特准掛號
臺北字第1697號

地址異動或需停寄紙本者，請逕洽讀者專線：(02) 八六四三三九三二；服務時間為上班日上午九時到十二時、下午一時三十分到八時。如欲改訂電子報，請掃描下方QR Code。

堅定愛國信念 守護國家安全

重點提要

- 榮家慶祝佛誕節
- 輔導會助遺眷圓夢
- 府城中西區文創巡禮
- 聰明吃粽子
- 長輩智慧令何明娟感動

人事快訊

新北市榮服處處長陳立中就職

【本刊訊】輔導會副主任委員陳進廣五月二十八日主持新北市榮服處處長陳立中布達交接典禮，他致詞肯定新任處長陳立中履歷完整，此次調任新北市榮服處處長，必能全力推動輔導會服務照顧工作，使新北地區退除役官兵及榮眷能感受到主動、積極、用心的服務。

輔導會服務處處長羅麗美、人事處處長林秀美、臺北榮家主任陳玉麟、板橋榮家主任陳桂美、臺北榮服處副處長徐木生、臺北榮總社工室主任溫信學，及新北市政府、多個退伍軍人社團均派代表出席觀禮。

陳立中處長已於五月二十六日就任新職。

陳立中：陸軍官校七十六年班、陸軍學院八十六年班。

在輔導會副主委陳進廣（中）監交下，新處長陳立中（右）自前處長林振生（左）手中接過印信。（圖/林建榮）

輔導會各榮資格之榮民眷及一般民
板橋
★新北市大觀路2
★TEL:02-
臺北
★新北市白雞路
★TEL:02-
桃園
★桃園市興豐路
★TEL:03-
八德
★桃園市榮興路
★TEL:03-
新竹
★新竹市57巷
★TEL:03-
中彰
★彰化市公園路2
★TEL:04-
彰化
★彰化縣中南路二
★TEL:04-
雲林
★雲林縣榮發路
★TEL:05-
白河
★臺南市仙草里仙
★TEL:06-
佳里
★臺南市三股里
★TEL:06-
臺南
★臺南市555
★TEL:06-
高雄
★高雄市加昌路
★TEL:07-
岡山
★高雄市成功路
★TEL:07-
屏東
★屏東縣建興村
★TEL:08-
花蓮
★花蓮市府
★TEL:03-
馬蘭
★臺東市101
★TEL:089-
「廣植」
★財團法人基金會
★戶名：榮民榮植
★銀合作金忠孝
★銀行捐
5078-765
★郵
5008



榮家慶祝佛誕節 浴佛淨心祈平安

【連線報導】農曆四月八日是「佛誕節」，佛教信徒藉由浴佛紀念佛陀誕生，多所榮家也邀請佛教團體到家區，安排住民虔誠禮佛，心念：「做好事、說好話、存好心。」

桃園榮家：慈濟基金會到榮家舉辦浴佛活動，由桃園第二聯區組隊、八德人文員善美團隊策辦，陪伴長輩淨化心靈、祈求平安。為讓行動不便及臥床長輩也能參與祈福，另安排「行動浴佛車」前往養護堂，陪伴長輩完成浴佛儀式，再分享「吉祥壽桃」。

中彰榮家：慈濟基金會彰化分會志工到中彰榮家中正堂舉辦浴佛大典，隨著「讚佛偈」樂聲響起，在慈濟志工的引導下，與會者雙手合十、依序浴佛，獲得心靈撫慰。

彰化榮家：慈濟志工到家區中正堂舉辦浴佛活動，由志工精心布置莊嚴的浴佛臺，以清淨花香與柔和音樂營造寧靜氛圍，慈濟師兄師姐特別走入各堂隊推輪椅，陪伴長輩前往中正堂浴佛，領取壽桃。

雲林榮家：邀請佛光山雲林講堂慧策法師主法，大家齊唱〈當我們在一起〉。隨後誦念祈願文，依序浴佛。儀式後發送壽桃、礦泉水及燕麥奶。

白河榮家：帶領住民前往「大仙寺」浴佛。長輩們在莊嚴肅穆環境中，手白香湯，灌沐佛身，祈願身體健康、家區平安。

佳里榮家：佛光山福國寺及國際佛光會中華總會臺南北區分會志工，到佳里榮家



志工協助行動不便長輩參與浴佛祈福。(圖/屏東榮家)

辦理「雲水浴佛」活動，由福國寺住持妙靖法師偕妙居法師主法，引領住民誦念祈福經文，獻花並浴佛，也領取結緣品及大藍丸清水。

高雄榮家：佛光山南屏別院妙樂法師主法，榮家主任郭豫臨以三勺水，澆在悉達多太子（釋迦牟尼出家前的稱謂）的肩膀上，念道：「浴右肩，我願做好事；浴左肩，我願說好話；浴背後，我願存好心。」百餘位安養及養護堂長輩排隊浴佛。

岡山榮家：邀請慈濟基金會橋頭台氣組長楊碧華師姐等十位志工，辦理「行動浴佛」，先在育智堂多功能教室進行，結束後至育智堂、育樂及育善堂，以行動浴佛方式方便長輩浴佛。只見長輩們不論是坐在輪椅上或是榻前，各個滿心虔誠，合掌祈禱。

屏東榮家：邀佛光山有林法師引領榮家長輩與全體同仁恭誦《佛誕祈願文》，並在悉達多太子像前合十禮拜，以香湯沐浴佛身，祈求眾生健康平安。佛光志工並分贈佛誕餅。

花蓮榮家：花蓮慈濟基金會安排「行動浴佛車」到榮家，讓住民在梵音中同誦法喜，沐浴佛恩。浴佛車內安奉佛像，先後停駐於安養堂及養護堂，讓長者在區區完成浴佛。

馬蘭榮家：浴佛儀式由臺東佛光山日光寺慧法師主持，榮家主任張揚興、臺東縣榮服處處長張立良出席，榮家馬蘭健康快樂園區全體職員及住民與會，心念：「做好事、說好話、存好心」。



高雄榮家「榮光快樂非洲鼓」在三聖壇前廣場熱情演出。(圖/高雄榮家)

【本刊訊】高雄榮家「榮光快樂非洲鼓」長輩及工作人員，受邀前往嘉義縣東石地區參與港口宮媽祖祈福繞境活動，以鼓舞及舞蹈傳遞祝福，展現長者活力與地方文化的融合。

「榮光快樂非洲鼓」團隊由高雄榮家主任郭豫臨帶領，首日來到嘉義縣東石地區森林公園，進行環境教育體驗，長輩們在導覽人員帶領下觀看影片介紹，認識濕地生態與候鳥棲地；榮家由此讓長輩們親近自然、放鬆身心，留下深刻而愉快的回憶。

次日清晨，郭主任帶領長輩們於東石鄉三聖壇祭拜主神天上聖母，為廟會祈福揭開序幕，清晨六時三十分自臥龍港代天府出發，隨後在三聖壇用早餐及整隊，七時整以鼓聲起駕，活動沿途至港口宮進行首場非洲鼓擊鼓演出，接著轉往建安宮進行第二場演出，以精簡而有力的節奏展現團隊默契，中午時分再回到三聖壇進行組曲表演，吸引眾多信眾駐足欣賞，現場掌聲不斷。

參與團員之一的陳伯伯分享，小時候常在鄉下參加廟會活動，但已有近五十年未曾參與了，如今能再次投入熱鬧的廟會氛圍，並與團員們一同擊鼓祈福，內心感到格外歡喜與感動。

高雄榮家非洲鼓隊廟會演出

宗教團體支持照顧榮民 榮服處向佛、道教致謝

【本刊訊】感謝宗教團體長期支持服務照顧退除役官兵（眷），雲林縣榮服處副處長蔡榮源、總幹事薛家玲及榮欣志、郭章仁隊長等參加佛光山的行腳托鉢祈福活動，又拜訪道教的北港朝天宮，表達謝意。

佛光山最近慶祝開山六十周年，舉辦傳授國際萬佛三壇大戒，行腳托鉢祈福，日前行腳至雲林縣北港鎮，雲林縣榮服處副處長蔡榮源、總幹事薛家玲及榮欣志、郭章仁隊長等應邀參加，與法師、信眾及地方人士共同步行，為退除役官兵（眷）祈福，祝願平安健康，並接受佛光山住持心保和尚授贈行腳紀念。

活動過程中，雲林縣榮服處參與人員懷抱虔誠之心完成行腳祈福，現場氣氛莊嚴溫馨。榮服處副處長蔡榮源表示，感謝佛光山多年來持續支持榮民服務工作，讓許多需要關懷的榮民（眷）感受到社會溫暖與善意。

宗教團體長期投入公益服務，不僅安定人心，也成為社會正向力量的重要推手。蔡副處長於活動結束後，轉往長期捐助物資嘉惠榮民的朝天宮，拜訪何宗霖總幹事，表達對朝天宮董事及工作人員的感謝，期望未來共同持續發揚神恩。

佛光山住持心保和尚（左一）贈行腳紀念品給薛家玲總幹事（前右一）。(圖/雲林縣榮服處)

歡迎參觀會屬三大高山農場

輔導會所屬清境、武陵、福壽山農場日前參加在臺北市世貿展覽館舉行的第20屆「台北國際觀光博覽會」，向國人推廣這三大高山農場的壯美風景及特色農特產品，包括武陵農場的紅茶、杭菊及茶糖；清境農場的白玉羊乳片、宮廷玉香膏；福壽山農場的蘋果醬、西瓜李醋、烏龍茶酒等，歡迎國人踴躍到農場參觀及選購。(圖/林建業 文/本刊編輯部)



善用輔導會補助 修得碩士 任職鴻海

【本刊訊】第一類退除役官兵吳榮軒於民國一〇一年退伍後，在輔導會提供的「就業考試進修補助」，及「就業補助生活津貼及獎勵」支持下，修得碩士學位，並投入科技產業，最近他進入鴻海集團旗下富智康國際公司擔任硬體工程師，投入人形機器人與自主移動機器人研發，又向輔導會申請到「推介就業穩定津貼」，穩定職涯發展。

吳榮軒於民國一〇六年入伍，服役於陸軍後勤指揮部，於四年軍旅生涯中，培養出嚴謹執行力與高度抗壓性。退伍初期，他先於新創物聯網公司擔任軟體工程師，同時立下報考研究所的目標，為兼顧工作與學習，他善用輔導會提供的「就業考試進修補助」，於下班時間全力備考，順利錄取國立臺灣師範大學機電工程學系碩士班。

求學期間，輔導會透過「就業補助生活津貼及獎勵」全額補助學雜費，減輕他的經濟負擔。而他在四個學期中，有三個學期獲得「成績優異獎勵」，展現卓越學業。

吳榮軒取得碩士學位，並進入鴻海集團服務。(圖/新北市榮服處)

從受助到助人 榮民遺孤善的循環

【本刊訊】花蓮縣一位〇六年，他的三個孩子由曾姓榮民於民國一〇五年，花蓮縣榮服處核認為受助病故，家庭頓失依靠，一養失怙學子，么女當時才九歲。如今三兄妹陸續完成學業，長子任職花蓮鐵路警察、長女自一四一四年慈濟大學護理系畢業，取得護理師資格，之後兩人都開始捐款支持榮服處認養榮民遺孤，長女並加入榮欣志志願服務隊，展現了榮民照顧榮民的「善的循環」。

曾姓榮民去世後，三個子女由母親獨自扶養，她是越南籍，工作不穩定，子女成長過程面臨經濟壓力、情感困擾、教育挑戰。

曾家長子和長女就業後，都捐款榮服處，照顧榮民遺孤。長女於一四一四年加入花蓮縣榮服處榮欣志志願服務隊，在馬太鞍溪堰壩湖造成災復災時，擔任救濟站志願服務隊，為受災鄉親及第一線救災者（鏟子超人）提供傷口清洗、包紮服務。

杏林天地

博登醫電 捐贈北榮智能生理監視器

【本刊訊】為協助提升臨牀照護品質與病人安全，博登醫電公司慷慨捐贈臺北榮總十部智能生理監視器 (AI Monitor)，總價值新臺幣三〇萬元，協助第一線醫療團隊即時掌握病人生命徵象，強化整體醫療服務量能。捐贈儀式日前舉行，由博登醫電榮譽董事長郭守仁代表捐贈，北榮由副院長曾令民代表受贈。

反覆腹瀉久治不癒 糞菌移植重建腸道健康

【本刊訊】近來七十四歲港星洪金寶靠「糞菌移植」重獲健康，而臺中榮總近期也為一名臥床逾三十年的林先生進行「糞菌移植」，成功治療他因反覆腹瀉、血便長達十個月的痛苦日子，重拾乾爽生活。

五十六歲的林先生因吞食推受傷須長期臥床導致腹瀉，皮膚傷口多次反覆感染，頻繁接受抗生素治療，造成腸道正常菌叢逐漸失衡，日前他反覆腹瀉、血便，嚴重時一天拉肚子超過十次，進一步檢查確認為困難梭狀桿菌感染，即使接受多線抗生素治療仍難以控制，直到林先生接受「糞菌移植治療」，以內視鏡植入由捐贈者健康糞便處理製成的冷凍糞菌液，四天後即改善腹瀉，後續追蹤至今，腹瀉及血便的情況都未再發生。

【本刊訊】感謝宗教團體長期支持服務照顧退除役官兵（眷），雲林縣榮服處副處長蔡榮源、總幹事薛家玲及榮欣志、郭章仁隊長等參加佛光山的行腳托鉢祈福活動，又拜訪道教的北港朝天宮，表達謝意。

佛光山最近慶祝開山六十周年，舉辦傳授國際萬佛三壇大戒，行腳托鉢祈福，日前行腳至雲林縣北港鎮，雲林縣榮服處副處長蔡榮源、總幹事薛家玲及榮欣志、郭章仁隊長等應邀參加，與法師、信眾及地方人士共同步行，為退除役官兵（眷）祈福，祝願平安健康，並接受佛光山住持心保和尚授贈行腳紀念。

活動過程中，雲林縣榮服處參與人員懷抱虔誠之心完成行腳祈福，現場氣氛莊嚴溫馨。榮服處副處長蔡榮源表示，感謝佛光山多年來持續支持榮民服務工作，讓許多需要關懷的榮民（眷）感受到社會溫暖與善意。

宗教團體長期投入公益服務，不僅安定人心，也成為社會正向力量的重要推手。蔡副處長於活動結束後，轉往長期捐助物資嘉惠榮民的朝天宮，拜訪何宗霖總幹事，表達對朝天宮董事及工作人員的感謝，期望未來共同持續發揚神恩。

佛光山住持心保和尚（左一）贈行腳紀念品給薛家玲總幹事（前右一）。(圖/雲林縣榮服處)

【本刊訊】高雄榮家「榮光快樂非洲鼓」長輩及工作人員，受邀前往嘉義縣東石地區參與港口宮媽祖祈福繞境活動，以鼓舞及舞蹈傳遞祝福，展現長者活力與地方文化的融合。



社區榮民照護數位轉型推動成果

月亮代表我的心 輔導會助遺眷圓夢

【本刊訊】一首〈月亮代表我的心〉，唱進了榮家長輩心裡，也圓了榮民遺眷呂翠琴女士深藏多年的心願。雲林榮家五月十三日舉辦春風劇團關懷活動，一位坐著輪椅登臺演唱的身影，為現場增添溫暖與感動。

春風劇團成員多為榮民(眷)，呂翠琴女士為彰化縣榮服處「社區榮民照護數位轉型」工作「推動成果」及「線同(仁)對榮民(眷)」的服務照顧情形，訪視過程中得知呂翠琴女士長期懷抱登臺演唱的心願，深受感動，隨即請雲林榮家協助規劃演出，希望協助她圓夢。

活動當天，在彰化縣榮服處處長邱文俊陪同下，呂女士來到雲林榮家。雖然演出前一度緊張，但隨著音樂響起，她神情逐漸安定，接連演唱〈意難忘〉、〈甜蜜蜜〉及〈月亮代表我的心〉等經典歌曲，現場長輩輕聲跟唱並打拍子，有人眼眶泛紅，也有人露出笑容，氣氛溫馨感人。

許多住民長輩表示，呂女士的歌聲不僅動聽，更傳遞出對人生不放棄的力量。演出結束後，呂女士表示，感謝陳副主委協助完成多年的心願，「今天是我人生最快樂的一天。」

活動最後，榮民榮眷基金會秘書長劉協慶頒贈呂女士演出獎勵金，她隨即將獎勵金全數轉贈雲林榮家，並發言感謝輔導會長期對榮民榮眷的服務照顧，瞬間將這份善意回饋社會。



全場觀眾專注觀看基金會《微光·希望》微電影，內容溫馨感人。(圖/雲林榮家)

【本刊訊】榮民榮眷基金會「大愛永傳，讓善循環」系列活動日前開跑，並將持續舉辦。首站於雲林榮家舉行，基金會秘書長劉協慶向榮家長輩們表達深切關懷，榮家特別安排「春風劇團」演出，播映微電影及舉辦「大愛榮民」致敬儀式，陪伴長輩共度難忘午後。

活動最具意義的環節，是向「大愛榮民」前輩致敬，感念他們一生簡樸堅毅，並在離世前將畢生積蓄託付給基金會，以照顧遺孤與榮民(眷)，這份大愛並化為「善的循環」，讓現場參與者無不肅然起敬。

活動開始前，劉秘書長、榮家及基金會同仁前往榮家家祠，向歷年奉獻國家與遺愛人間的榮民前輩致敬。隨後的藝文饗宴播映微電影《微光·希望》，講述臺東榮民遺孤姜可心小妹妹克服喪父困境，站上全中運舞臺的動人故事，深刻展現社會扶持的力量。

劉秘書長致詞肯定雲林榮家在資源連結上的用心，讓長輩獲得生活上的照顧，及心靈的慰藉。雲林榮家主任張筱貞表示，榮民前輩們身後遺愛社會的壯舉，是榮家服務最堅實的榜樣，未來將持續與基金會攜手，落實「老有所終」的服務理念，讓前輩們的大愛匯聚成炬，世代延續。

榮服處偕志工清掃 改善長者居家環境

【連線報導】基隆市榮服處與雲林縣榮服處近日分別結合榮欣志工隊及社福資源，深入社區，對年邁獨居及雙老家庭進行居家環境清掃，以改善長者居住環境，傳遞溫暖與關懷。

基隆市仁愛區曾爺爺平日依靠就養金生活，偶爾透過資源回收貼補家用，由於居住空間潮溼，家中又缺乏抽油煙設備，牆壁、天花板及電風扇累積大量油垢，影響居住品質。去年底女兒病故後，他因年邁、重聽及行動不便，更需要外界支持與照顧，仁愛區社區組長林志文協助他申請到慈濟居家關懷服務。

基隆市榮服處處長方正日前偕責任區輔導員、林志文組長及榮欣志工安隊共十二人，前往曾爺爺家大掃除，包括清洗浴室、寢室及牆面，讓原本老舊髒亂的住所煥然一新，慈濟志工林小姐也參與服務，曾爺爺頻頻表達感謝。

另外，雲林縣大埤鄉九十歲劉爺爺與太太的雙老家庭，子女長年在外地工作，無法時常陪伴左右。近期他因健康不佳、體力衰退，庭院與居家周邊雜草叢生，又堆放雜物，他們無力整理，生活起居也受到影響。

雲林縣榮服處發現後，結合榮欣志工隊前往清掃，包括整理庭院雜物、清除雜草，細心打掃，使庭院變得乾淨整潔，劉爺爺夫婦頻頻向志工們道謝，溫馨畫面令人動容。

藝術治療讓失智長輩重拾成就感

【連線報導】為提升失智長輩的生活品質與情感支持，佳里榮家與彰化榮家近日透過陶藝創作、彩繪拼貼及感恩卡片製作等活動，喚醒長輩深層的記憶並表達情感，也讓照顧現場充滿溫暖與歡笑。

佳里榮家失智專區攜手高雄榮家總高齡醫學中心及安平陶坊，推動陶藝創作活動，由專業團隊帶領中度失智長輩以雙手揉捏陶土、刻畫紋路，製作劍獅、陶杯及陶盤等作品。活動特別融入臺南平安的「劍獅」文化意象，不少長輩因熟悉的文化記憶被喚起，開始分享年輕時的生活故事與家庭回憶，原本較為冷漠或躁動的情緒也逐漸穩定下來。

彰化榮家在長青堂舉辦藝術治療活動，透過老歌播放、復古素材及手作康乃馨卡片，鼓勵長輩以圖畫與色彩表達內心情感。許多長輩在創作過程中，回憶起幼年時與母親相處的點滴。九十七歲的張爺爺分享，他母親年輕時在清晨準備一家的飲食，即使生活困苦也不喊累；陳奶奶則回憶母親在她生病時整夜守候。

高雄榮家總高齡醫學中心團隊表示，藝術治療對輕中度失智者具有正向效益，不僅能透過手部操作刺激感官與腦部功能，還有助於緩解焦慮與抑鬱情緒，降低冷漠及躁動行為，更能藉由創作歷程喚醒記憶，重拾自我認同與成就感。

榮家初夏微旅行 滿載笑聲與回憶

【連線報導】五月初夏，各地榮家紛紛規劃住民微旅行，包括生態體驗、國防教育與休閒觀光，讓長輩在旅途中開拓視野，也留下溫馨難忘的回憶。

白河榮家由主任姚辰蕙及副主任洪富珍帶隊，前往嘉義縣梅山鄉咖啡莊園踏青。住民漫步山林秘境，品嚐高山咖啡與手作糕點，並在農場主人導覽下認識蜜蜂生態、體驗蜂蜜採收，感受田園自然之美。活動兼具食農教育與療癒效果，長輩們也在梅山農會超市採買特色農產，滿載而歸。

板橋榮家舉辦「國防巡禮」微旅行，由主任陳桂美偕長輩參訪陸軍航空第六〇一旅及中山科學研究院。許多曾戍守前線的榮民前輩，近距離接觸現代化直升機與國產飛彈科技後，對國防自主成

岡山榮家則舉辦嘉義一日遊，帶領八十二位長輩前往「歐樂沃築夢城堡」、「梅間屋梅子元氣館」及「品皇咖啡觀光工廠」。長輩們欣賞金箔打造的歐

岡山榮家樂齡舞蹈團在「歐樂沃築夢城堡」，表演原住民舞。 (圖/岡山榮家)

果深感震撼與驕傲。透過專業導覽，長輩們見證國軍科技跨世代進步，也重新感受身為「衛國英雄」的榮耀。

板橋榮家長輩參訪陸軍航空第601旅的軍事裝備。(圖/板橋榮家)

榮家長輩於通霄精鹽廠開體驗足湯設施，樂活自在。(圖/八德榮家)

榮家 榮服處 百歲慶生

【本刊訊】一一五年五月十六日至五月二十九日，各榮服處服務的榮民共有譚炎卿、廖漢章爺爺、李許八奶奶等，各榮家的住民則有陳玉濤、曾昭英爺爺等榮登百歲人瑞，獲得賴清德總統、行政院長卓榮泰的祝賀壽屏，及主委嚴德發代表輔導會致贈的祝壽金飾，表達國家對榮民保國衛民的崇高敬意。



▲臺南市榮服處：廖漢章爺爺家庭和睦，親情融洽。
→金門縣榮服處：李許八奶奶開枝散葉，子孫繁衍近百人。

各地榮家

基隆市	★基隆市中區光復北路11號	★TEL:02-2412-1111
臺北市	★臺北市光復北路11號	★TEL:02-2412-1111
新北市	★新北市實踐路	★TEL:02-2412-1111
宜蘭縣	★宜蘭市	★TEL:03-2412-1111
桃園市	★桃園市中區東路二段	★TEL:03-2412-1111
新竹市	★新竹市建功路	★TEL:03-2412-1111
苗栗縣	★苗栗市	★TEL:03-2412-1111
臺中市	★臺中市青海路	★TEL:04-2412-1111
彰化縣	★彰化市	★TEL:04-2412-1111
南投縣	★南投市	★TEL:04-2412-1111
雲林縣	★雲林縣	★TEL:05-2412-1111
嘉義縣	★嘉義市	★TEL:05-2412-1111
臺南市	★臺南市	★TEL:06-2412-1111
高雄市	★高雄市	★TEL:07-2412-1111
屏東縣	★屏東市	★TEL:08-2412-1111
花蓮縣	★花蓮市	★TEL:09-2412-1111
臺東縣	★臺東市	★TEL:09-2412-1111
澎湖縣	★澎湖縣	★TEL:06-2412-1111
金門縣	★金門縣	★TEL:08-2412-1111
各地	★彰化	★TEL:04-2412-1111
	★新竹	★TEL:03-2412-1111
	★臺東	★TEL:09-2412-1111
	★武陵	★TEL:04-2412-1111
	★福壽山	★TEL:04-2412-1111
	★清境	★TEL:04-2412-1111



府城中西區文創巡禮

文／吳佩瑜
圖／本刊編輯部

臺南是臺灣歷史上最早開發的城市，擁有「文化古都」與「府城」之稱，但若仔細品味，會發現這裡老舊的建築軀殼正被注入當代設計的血液，展現出有機的生命力。讓我們走進臺南市中西區，用雙腳慢行，帶著好奇心，一同揭開這場新舊交織的城市文創巡禮。

時代下的藝文對話：國立臺灣文學館

國立臺灣文學館前身是日據時代的「臺南州廳」，如今是國定古蹟，自臺南火車站沿中山路直行至南門路、中正路口圓環即達，也就是臺南市民熟知的那棟老市政府那棟建築。它落成於一九一六年，由當時的總督府技師森山松之助設計，建築本身就是巨大的藝術品。走進這棟展現西方歷史式樣的對稱建築，厚實的承重磚牆、洗石子上立面與簡樸有勁的圓柱，撐起了歷史的重量，但內部的展覽卻極具現代感。策展團隊將文字、透過現代設計、互動遊戲區與視覺藝術，轉譯得生動有趣。在這裡，文學不再是束之高閣的典籍，而是能與當代社會對話的活水。

臺南市美術館建築為一九三一年落成的臺南警察署舊址，現為臺南市市定古蹟。



國立臺灣文學館為我國第一座國家級的文學博物館，如今已完美融合了新舊交替的風華，成為臺南最重要的文學地景。

21世紀的全民美學：臺南市美術館

臺南市美術館在臺灣文學館旁的南門路上，原是日據時代的臺南警察署，建築師巧妙地保留了當時流行的裝飾藝術風格。外牆為赭紅色的十二溝面磚裝飾建材，在南臺灣的陽光下閃耀著溫潤光澤。走入中庭，巨大的老榕樹像是時光的守護者，為這座靜謐的展覽空間增添一抹綠意。



臺南市美術館中庭有一株巨大的榕樹，自融入建築景觀。以鳳凰花為設計概念。

緊接著，來到原來的臺南市美術館二館，此館已於今年一月一日起改由文化部所屬的臺南國家美術館籌備處承接營運管理，成為國家級美術館，地點在臺南市中西區忠義路二段一號。這是一座現代純白建築，由普立茲克建築獎得主坂茂操刀，抬頭就能看見以鳳凰花為概念的五角形碎片屋頂。實際走進館內，陽光透過屋頂縫隙，自然地灑落在白色的階梯和展間裡，隨著時間產生光影變化。整棟建築一共十七間展間，空間非常寬敞，沿著動線一間間慢慢逛，無論是感受建築空間還是欣賞藝術品，都是十分舒適的觀展體驗。

從臺南市美術館到臺南國家美術館，不過短短幾百公尺的距離，我們彷彿穿越了一個世紀，也從這兩座場館看見臺南對於「新舊並存」，展現截然不同的空間美學與文化包容力。



民國八十七年，臺南市政府公告「原林百貨」為市定古蹟。

摩登時代的華麗轉身：林百貨

沿著中正路前行，可至忠義路二段口那棟俗稱「五棧樓仔」的林百貨，這是臺南文創最具代表性的地標，也是地方創生成功的商業案例之一。民國二十一年開幕時，它是南臺灣第一家擁有電梯的現代化百貨公司，承載了當時臺南人對於「摩登」的想像，經歷了二戰的戰火洗禮與數十年的荒廢傾頹，林百貨近年經過修復與重新定位，以「臺南生活型

態」為主題重新開幕。搭乘那復古的指針式電梯上樓，你會發現這裡販售的是品味與文化選品，從一樓的在地特色伴手禮、二樓的臺灣文創設計品牌，到高樓層的傳統工藝品與復古咖啡廳，每一個樓層都經過策劃規劃。頂樓保留著一戰機槍掃射的彈孔與全臺唯一的頂樓神社「末廣社」，著實是一棟走過歲月、充滿真實故事的老建築。



林百貨展售許多文創商品。在巷弄間尋找日常詩意：蝸牛巷



蝸牛巷內的磚造舊樓，揉合新潮簡約風格，極具特色。

臺灣文學家葉石濤曾如此形容：「臺南是一個適合人們作夢、幹活、戀愛、結婚、悠然過日子的好地方。」位於永福路、民生路、西門路、中正路包圍街區內的蝸牛巷，正是以他在《往事如雲》提及的故居為靈感

友愛街與友愛市場，慢條斯理的迷人步調。



友愛街與友愛市場，白天是一個充滿柴米油鹽氣息的傳統市場，婆婆媽媽們在這裡挑選著最新鮮的魚肉蔬果，老舊的磨石子攤位上滿載著市井的喧嘩。然而，隨著時代的演進，曾經面臨老化的市場，迎來了蛻變。當夜幕低垂時，傳統攤商拉下鐵捲門後，友愛市場的另一面才正要甦醒。一盞盞充滿設計感的

所打造。文學作品實體化後，旅人得以走進這窄巷中，腳步不自覺地放慢。紅磚牆上、老屋的屋簷下，隱藏著許多充滿文青風格的裝置藝術與老文章的隻字片語。這裡充滿了獨立咖啡館、手作烘焙坊、職人工作室與靜謐的民宿，有著老屋的鐵花窗、斑駁的木門，與新移居至此的年輕創業者形成了微妙的平衡。穿梭在錯綜複雜的巷弄裡，尋找那些或停留在牆頭、或躲在盆栽旁的蝸牛實體裝置，就像是一場安靜的尋寶遊戲。體驗後可以發現，這裡並沒有因為文創進駐而變得過度商業化或嘈雜，反而充滿日常煙火氣息，沒有刻意討好觀光客，轉個彎，或許還會遇見在地長輩坐在門口藤椅上，乘涼，真實展現府城慢條斯理的迷人步調。

市井氣息與青創活力：友愛街與友愛市場

友愛街與友愛市場，白天是一個充滿柴米油鹽氣息的傳統市場，婆婆媽媽們在這裡挑選著最新鮮的魚肉蔬果，老舊的磨石子攤位上滿載著市井的喧嘩。然而，隨著時代的演進，曾經面臨老化的市場，迎來了蛻變。當夜幕低垂時，傳統攤商拉下鐵捲門後，友愛市場的另一面才正要甦醒。一盞盞充滿設計感的



友愛市場買氣興旺，市場附近商業繁華。

國立臺灣文學館建築興建於1916年，即國定古蹟「臺南州廳」舊址。



歡迎加入 輔導會LINE官方帳號 第一手掌握您的權益與福利！

服務 歡迎符合 (壽)、遺 眾申請入住
榮家 板橋區 段32號 22755157
榮家 三峽區 127號 26731201
榮家 八德區 1217號 3681140
榮家 八德區 1100號 3651285
榮家 板橋區 41號 5213292
榮家 桃源里 段301號 7222187
榮家 田中鎮 段421號 8747647
榮家 斗六市 160號 5324100
榮家 白河區 草63號 6852164
榮家 七股區 147號 7880664
榮家 東區裕永路 號 2690418
榮家 楠梓區 631號 3652828
榮家 燕巢區 路1號 6161214
榮家 內埔鄉 100號 7701621
榮家 前路29號 8223111
榮家 更生路 0號 9-22417
福田 榮民榮眷 團贈專戶 財團法人 善基金會 行： 庫銀行 分行 收帳號： 520-000 局： 劃撥帳號 2111



聰明吃粽子 過個健康的端午節

文／王明揚
(高雄榮總營養師)



▲粽子是端午節最應景的美食。(圖／本刊編輯部)

每年端午節最令人期待也最應景的美食，非好吃的粽子莫屬。清香的粽葉包裹著豐富餡料，撥開油亮亮的糯米，滿滿的花生、栗子、蛋黃和五花肉等各種香味撲鼻而來，讓人還沒開始品嚐，口水就快流下來了。

許多人還會搭配醬油膏、甜辣醬，或是添加花生粉，讓風味更上一層樓，美味得彷彿再來十個都不是問題。但是，讓我們在此先暫停一下，讓營養師陪你好好拆解這一個個熱量炸彈，並講解挑選的技巧，讓你的禱頭在美食轟炸後依然不緊繃。

拆解肉粽的熱量占比

傳統肉粽的熱量約五百至六百大卡／二百至二百五十公克。當中常見的材料有：糯米、五花肉、花生、鹹蛋黃、香菇、栗子、蝦米、油蔥酥，而各個食材的熱量的占比，糯米約六〇至七〇％，五花肉約十五％，花生及鹹蛋黃約十％，其他占比約五％。

健康均衡聰明搭配

隨著時代變遷，外食人口增加，如今相較於自己製作，更多人選擇購買現成的粽子，而市面上常見的粽子種類及每一百公克熱量約為：北部粽二六八大卡、南部粽一七五五大卡、五穀粽一八〇大卡、素粽一九九大卡、客家粽二二四四大卡、甜粽(豆沙)二二九大卡、鹼粽一三四大卡，以上的數據是參考多家賣場的營養標示，但實際的熱量會因為各家店的用料配方、食材重量的不同而有所差異。所以與其在每家店斤斤計較熱量，不如了解飲食搭配的大原則。

粽子熱量高，建議吃粽子時搭配當季蔬菜及鳳梨等水果。

(圖／王明揚)

首先，很多人會想著把糯米換成五穀米就可以放心地吃，但根據衛生福利部的資料：長糯米三六一一大卡／一〇〇公克；五穀米三五八大卡／一〇〇公克；蓬萊米(白米)三五四大卡／一〇〇公克。可以發現各種米食的热量差異其實不大，因此若是為了降低攝取熱量而更改米食種類，其幫助甚微，如果想降低攝取熱量，必須從根本的「量」著手，建議製作時直接減少二三三



成糯米飯的使用量。其次，內餡的部分，建議採用口感相近並富含蛋白質的毛豆(二二九大卡／一〇〇公克)取代花生(五五八大卡／一〇〇公克)，這樣在提高蛋白質攝取的同時還能降低熱量。內餡還能選擇低熱量的各式蔬菜，如香菇、杏鮑菇、竹筍、玉米筍或筍白筍等，可以增加膳食纖維含量。五花肉則可以使用低脂的瘦肉、海鮮(鮭魚、干貝)或富含蛋白質的豆干取代。

最後，建議採南部粽「只炒內餡，不炒米」的製作方式，米飯以蒸或水煮的方式代替炒熱，可以減去炒米時添加的油。如此高蛋白質、高纖維、低熱量的健康粽就完成了。此時的你是否擔心粽子傳統的靈魂與風味會消失？但其實只要餡料適人味、炒出香氣，即使替換食材，一樣能保有豐富的粽葉香、米香、醬香。

原則一：搭配蔬菜 (二十五大卡／一〇〇公克) 大家都知道粽子熱量高，不要吃太多，但吃完沒多久就餓了，此時桌上的零食、麵包等容易取得的加工食物，反而造成更高的熱量攝取。建議吃粽子時應該搭配當季蔬菜，如苦瓜、絲瓜、冬瓜、空心菜、麻竹筍、秋葵或小黃瓜，不論是要煮湯、清炒、涼拌皆可，除了低熱量、高飽足、高膳食纖維，也具備降火的功效。重點是粽子要減量，青菜吃到飽。

原則二：搭配水果 飯後水果最推薦鳳梨跟木瓜，除了端午時節正值當季，口感香甜、價格便宜外，當中富含的鳳梨酵素與木瓜酵素，可以幫助消化，緩解因粽子不易消化造成的腹脹。比起當季的芒果及荔枝的燥熱性，或是西瓜、水梨的寒涼性，鳳梨與木瓜不熱也不寒，適合各個族群。建議每天攝取約兩個拳頭大小的份量。

原則三：搭配合適醬料與飲品 粽子常見的吃法，包含撒上花生粉(五一六大卡／一〇〇公克)、淋上醬油膏(一〇三大卡／一〇〇公克)或是甜辣醬(一一六大卡／一〇〇公克)。建議醬料不要直接

淋在粽子上，改為以小碟子盛裝或倒在碗盤邊緣，可以避免攝取過多的熱量及鈉；另外花生粉建議使用香柔、肉桂粉、胡椒粉取代，降低熱量的同時還能增加風味。飲品推薦綠茶或烏龍茶，可去油膩同時輕微緩解脂肪上升，請注意是緩解脂肪上升，並不是幫你降低脂肪，重點仍是不能吃太多。

雖然運動非常重要，但一天二十四小時中，多數人真正運動的時間可能只有三十分鐘到兩小時，因此在整體熱量消耗中的比例，其實沒有想像中那麼高。所以除了運動之外，我們仍需留意日常生活活動時避免久坐，才能將熱量消耗最大化。

▲蔬菜乃低熱量、高飽足、高膳食纖維，也具備降火功效。(圖／林建榮)



▲喝茶比喝市售的甜味飲料清爽又健康。(圖／本刊編輯部)

最後特別提醒，以上文章建議內容，適合一般健康民眾，若有慢性或特殊疾病時，建議回診時與醫師或營養師討論合適的飲食與運動方式。

(圖／本刊編輯部)



長輩的生命智慧

文/鍾祖豪

讓何明娟滿心感動

前些年在榮家辦活動時，常遇到長輩消極地說：「參加活動太累了！」到如今長輩主動詢問：「下次活動是什麼時候？」尤其是李遠丹伯伯那句：「我要活到百歲，明娟，你要幫我辦百歲壽宴。」讓何明娟深受鼓舞，覺得又可以充滿動力地擔任民長輩服務了。

長期照顧榮家住民，何明娟欣賞長輩的彩繪燈籠作品，滿心歡喜。



(圖/板橋榮家)

板橋榮家經常舉辦多姿多采的各類活動，在人群中，總能看見輔導員何明娟活潑的身影，她盡力炒熱現場氣氛，與榮家長輩們打成一片。

回憶民國八十九年，南投在九二一地震的重創下待援，那是板橋榮家輔導員何明娟展開服務工作的起點。當時她投入災後生活重建工作，不分族群地穿梭於各個家庭，為受災民眾提供及時的協助。這段艱辛的歷程，不僅為她奠定了服務弱勢族群的深厚基礎，更打開了她多元學習的視角。

民國一〇三年，何明娟通過高職公職社工師考試類科，憑著一份純粹的服務心志，選擇到板橋榮家服務。進入後才發現，當時榮家正值改建疏遷的關鍵期，長輩們散居在社區、桃園榮家或八德榮家，服務關係難以建立。另外，長輩們南腔北調的濃重鄉音，也讓初來乍到的何明娟感到苦惱，只能透過耐心傾聽，從破碎的字句中拼湊出長輩的需求，或求助同仁翻譯，她相信語言或許有隔閡，但關懷的心意沒有距離。

在眾多服務個案中，單身榮民丁明陽伯伯的身影最令何明娟感念。丁伯伯是活動中的「最佳男主角」，性格開朗的他從不缺席任何演出，無言是邀請他穿上裙子反串，或是大方地扮鬼臉逗樂眾人，他總是全力配合，沒有任何事能難倒這位赤子心腸的長輩。然而，當丁伯伯九十三歲時因身體虛弱在榮家安寧時，榮家的服務也從動態的康樂轉為靜心陪伴。考量到丁伯伯虔誠的佛教信仰，特別協調直師師父來到病榻前，帶領他念佛，安定心神，在佛號的溫暖包圍與勸導下，丁伯伯最後帶著安詳的神情與世長辭。看著丁伯伯圓滿謝幕的模樣，讓何明娟更加堅信，社工的意義不僅在於陪伴長輩活得精采，更在於守護他們走得尊嚴無憾。

何明娟(前左二)陪伴長輩到臺北表演藝術中心觀看表演。(圖/板橋榮家)



(圖/板橋榮家)

在何明娟眼中，榮家每位長輩都是她的「貴人」。「每當工作遇到瓶頸或疲累時，只要與長輩聊聊天，聽聽他們在大時代洪流中淘洗出的生命智慧，自己的煩惱便顯得微不足道。」長輩們的鼓勵與對她的關懷，讓這份工作超越職責，昇華為親人般的陪伴。因著這份投入，何明娟於一〇七年第三季榮獲輔導會優秀基層員工的肯定，她也特別感謝家人的支持，讓她能無後顧之憂地將心力奉獻給榮家。

今年是何明娟來到板橋榮家的第十二個年頭。回首過往，「感謝長輩讓我接觸更多文化、藝術與人文的薰陶，開創豐富自己的生命體驗。」她寄語榮家的每一位長輩，持續「開放自己」、接觸新事物，就像名劇作家蕭伯納所說：「人不是因為老了才停止玩樂，而是因為停止玩樂才變老。」期許長輩，當心開了，生活就寬了，身體自然能獲得放鬆與滋養，更能在板橋榮家這個大家庭裡，安心到老。

我在空軍第一聯隊基地勤務大隊設施中隊擔任輔導長，單位任務是負責基地內水電空調妥善、機場跑道及各項燈光照明設施維護，在戰時負責跑道搶修及攔截網架設，擔任空防任務的後勤支援。

在公設分隊的興安專案辦公室，總有一位大姐有條不紊地處理各項工程人員的差旅與經費請購案，新進人員在她的指導下順利步入正軌。她是侯美伶大姐，當我偶然在社群媒體中看到她擔任空服士時，接受芭光園地採訪的影片後，我決定要撰寫她的精采故事。

侯姐是臺南人，航校學院女性專業士官班八十九年班畢業，她當初看到招募廣告，覺得當個帥氣挺拔的軍人是好的生涯規劃，於是決定投入軍中。她選擇的專長是飛機修理，每天必須通車往返介壽與

巨輪校區，當時女性同仁較少，她備受長官與同儕關注。畢業後，她分發到位於臺中水湳機場的空軍第二後勤指揮部，負責螺旋槳航空器(C-119、T-34教練機等)的維修任務；九十四年二指部遭撤，侯姐分發至屏東一指部勤務。侯美伶(右)執行任務後，獲空軍前司令張哲平上將發給慰問紅包。(圖/高志揚)

空軍空服士侯美伶的故事

童年往事，記憶依稀；三歲那年，母親彭氏患肺癆，我愛睡在她懷抱，並未感染。一個殘冬的深夜，母親忽咳驚動全家。晨起，三姊弟成了孤兒！父親是基督徒，在青島任公職，電報堂兄：歲尾交通壅塞，無法回家治喪；盼春節前禮安靈。

我失去母親，又排斥保母，還怕鬼！燈光通霄亮著，姊弟窩在一牀，壯膽取暖。

大舅抱我瞻仰遺容，母親眼半開，舅按摩其雙眼，道：「大妹！請先閉眼休息，莫等妹夫見最後一面；三個外甥，我會全力照顧。」蓋棺時母親眼目安眠，大舅、姨媽淚眼相對，然後安慰我們：「孩子！別難過！今年在大舅家過年，清明節，姨媽陪同回鄉掃墓祭祖。」

戰亂連年，爸失業多年，媽開源節流；種菜、飼豬、養鴨；我十歲學做雜務事，媽媽好開心！家藏珍物多，媽精選二大箱，服裝為主，疏散到彭氏大舅家，不幸被土匪搶光，「十年內全家不必添新衣」的心願落空；媽很難過；爸則安慰：「主佑親友平安、萬幸！」

勝利後，我赴長沙升學，媽賣豬湊學費。我木訥難表心意；媽罹五十肩症，離家前仍為我剃髮，我感動而落淚；媽誤認是她手顫抖、刮傷頭皮。我吐衷言：「謝謝媽媽！把孩兒帶大，沒有報答媽的恩惠，求學出遠門，請爸爸多保重！」內戰烽火無情，我輟學隨岳母，我的第三位母親，澎湖許氏望族，同意其千金與我締結盟約。我調左營軍區，登記集團結婚，迎親時，清明時節雨紛紛，華航停飛，臺澎輪客滿。兩位陌生陸戰隊友，憐我婚禮趕場，讓出船票。阿母掏錢叮嚀女兒先美容。客輪靠岸，新娘沒化妝，急披婚紗，忘了高跟鞋，二八佳人自然美，登花邊新聞。喜宴時，驚喜阿母帶二內弟趕到，訂

務中隊軍管分隊擔任軍駕士，後調任品標課，又赴軍電廠學習維護航空器儀表板。直到九十七年，侯姐得知松山機場有招募空服士的職缺，侯姐也想一嘗擁抱藍天的滋味，趁著年輕給自己不一樣的人生體驗，於是報考並受三個月的空服專長訓練，經過泳訓、山訓、航空生理訓及OJT的艱難訓練後，順利至松山基地指揮部專機隊執行空服任務。

松指部專機隊任務真的是包羅萬象，舉凡基本的接待府方任務(總統、副總統、院長專機)、外賓參訪、軍方任務(少將含以上)；也有特殊任務：如飛機失事後護送烈士忠骸返鄉、退役老帥參加空軍的回娘軍家活動。



少年尋好夢，向晚小有成，堪慰雙親的期望。離家四十五年，清明節攜眷探親，遊子恨遲歸！跪抱父母三合悠悠，春暉何時報？無語問蒼天！

岳母，我的第三位母親，澎湖許氏望族，同意其千金與我締結盟約。我調左營軍區，登記集團結婚，迎親時，清明時節雨紛紛，華航停飛，臺澎輪客滿。兩位陌生陸戰隊友，憐我婚禮趕場，讓出船票。阿母掏錢叮嚀女兒先美容。客輪靠岸，新娘沒化妝，急披婚紗，忘了高跟鞋，二八佳人自然美，登花邊新聞。喜宴時，驚喜阿母帶二內弟趕到，訂

軍來臺。西望神州，夢裡家園路迢迢！「文革」時，窮迫我去向。媽淚述：「滿患在長沙讀書，解放前，瞞著家人，隨中央軍去臺灣，想再升學，從此無音信；身為母親，春秋兩祭孤魂。門前梧桐樹，有滿患「十歲生日快樂」刻字，伐木製靈位，總覺滿患仍在我身邊；「老媽一席話，「反革命家屬」才獲平反。」

侯姐認為，空服士的工作必須要做好萬全的準備，面對不

同身分的外賓，給予相對的尊重與賓至如歸的服務，遇到困難也需要努力克服，她深信身穿空服士的制服不僅代表專機隊，也以身為空軍為榮。

一〇一年回到熟悉的屏東軍電廠，她與同是軍職的先生結婚，育有兩子的她，家庭和樂；一〇三年再調到新竹空軍第二聯隊基地勤務大隊基地勤務中隊，跟她先生一起生活。

侯姐於一〇五年考上空軍松山基地指揮部專機隊空服士士官長職缺，第二度延續空服士的職務，任職期間有幸服務許多長官，其中印象深刻的是軍人之友社的李棟棟理事長。每逢節日，總是看到理事長走訪各個國軍單位，帶著禮物慰勞大家，並與駐守山之嶺、海之濱的官兵一一握手。飛機上，理事長也總是親切地問候機組人員，有一次理事長詢問

製的旗袍，派上用場，外島岳父閱晚報，更喜樂！

而今岳父母「永息主懷」，葬大寮「橄欖園」，逢中西節日，敬禮獻花追思。征夫白髮，退不休、老不朽。感恩三位慈母血濃於水的親情，春暉盈盈，和風熙熙，永育兩岸龍的傳人。

【作者速寫】葛治平、政戰學校七期政治系畢業、歷任海軍陸戰隊基層輔導長、師、團、海軍一軍區監察官，後令部少校退伍轉任公職，高雄市中正文化中心主任退休。

侯姐是哪裡人？得知她是臺南同鄉，理事長馬上開心地說：「我是學中人。」兩人的距離瞬間拉近不少。有一次準備的T-34專機突然故障，便改由備用機T-34型機執行任務，理事長並沒有抱怨飛機較小，只說：「空服員，妳們辛苦了！」彬彬有禮的涵養，讓侯姐難以忘懷。

我從未看過侯姐在工作中有任何抱怨，總是以認真負責的態度且溫和堅定的溝通技巧，帶給所有同仁正面的能量。侯姐勉勵現在的年輕人應勇於挑戰自我，凡事不需糾結，笑口常開，福氣自來。

【作者速寫】高志揚，東南科技大學工業管理研究所、空軍指參學院一三三年班，曾任教官、輔導長。

國軍同袍儲蓄會第507次儲蓄獎券中獎號碼單

開獎日期：中華民國 115 年 5 月 28 日 (自 114 年 06 月 01 日至 115 年 5 月 26 日止售出之儲券均適用)
領獎期限：本儲蓄獎券中獎獎金得自開獎後次月 1 日起至到期後 6 個月止，未領取且未開立綜合儲蓄存款帳戶者，逾期不再發給。

第 12108 組	10881 (新竹售出)	第 12059 組	30701 (北區售出)	第 12125 組	73796 (儲蓄部售出)	第 12195 組	80954 (新北售出)	第 12228 組	53710 (嘉義售出)	第 12238 組	58555 (南區售出)
頭獎 (獎別1)		17270									
二獎 (獎別2)		82725 90143									
三獎 (獎別3)		02573 17912 25866 29548 46194									
四獎 (獎別4)		48591 61695 76845 79426 88987									
五獎 (獎別5)		412 861									

★一、115年06月份，軍人儲蓄獎券銷售至當月25日截止。
二、中獎號碼單以國軍同袍儲蓄會公告為主。