

2013幸福如山~健康真好母親節系列活動

本會為了迎接溫馨五月，感恩母親的偉大，今年以健康為主題規劃豐富多元活動內容，讓媽媽們過一個健康的母親節，特舉辦一系列動、靜態的慶祝活動。

本系列活動約205人參與，包括社區長輩、婦女及家屬等互動交流，使家庭及社區對於女性長者的辛勞與付出，能予以尊重與肯定。(社工員/甘美如)



▲4月26日舉辦【媽媽動一動，健康更輕鬆】音樂律動-活力瑜珈操，由張月雲老師設計一套全身運動的瑜珈帶動操。

育英護校居家服務實習心得

從居服實習中我學到了真正的關心與關懷，在照顧過程中，除了熟練技術外，更要有好的態度，透過社會局得到照顧的服務資源，多與長輩談話，透過家務整理及餐食服務，問候長輩的健康及飲食狀況，最開心遇到很健談、和善又好客的長輩。

我覺得居家服務的時間大多較彈性，需要更多的照服員來照顧長輩，還好有我們的照服員大哥大姐及社員工服務他們，讓長輩們覺得生活中處處有人關心，同時達到精神也覺得一起安心。

這幾天的實習，讓我學到用心照顧和真心服務，與長輩之間互動，感覺就像是在照顧自己的爺爺奶奶。(育英實習生/李芷珣)



▲育英實習生協助長者補充水分。

社會役男張皓然服役退伍心得

當兵前完全沒接觸過老人福利，分派在濟興服役，一切覺得很新鮮，我是負責爬梯機的役男，用爬梯機協助行動不便無法上下樓梯的老人家們就醫。使用爬梯機只有少數是中年或年輕老人，雖有社福制度，但還是非常缺乏資源，需要幫助的人實在太多。

濟興是居服單位也是慈善單位，不時有善心人士捐助物資及輔具，趁爬梯機出勤時順帶一些物資給生活辛苦需要援手的人，看到他們歡喜，也讓我很有成就感。在服役的這一年間，學習到許多寶貴的經驗，看到很多以前所不知道的事以及社會的另一面，這是我人生中珍貴的旅程。(替代役/張皓然)



▲從爬梯機換到輪椅準備搭乘復康巴士就醫。



填妥剪下後，即可至郵局對摺使用。

98-04-43-04	郵政劃撥儲金存款單	收款帳號	42014001	金額新台幣(小)	1	億	仟	萬	佰	萬	仟	佰	拾	元
通訊欄(限與本次存款有關事項)														
◎請勾填本劃撥款項用途														
☐ 濟興長青園建園暨設施設備														
☐ 清寒邊緣老人生活照護服務(送餐、居家服務、協醫)														
☐ 其他														
收款戶名	財團法人濟興長青基金會													
寄款人	☐ 他人存款 ☐ 本戶存款													
姓名	主寄：													
地址	☐ ☐ ☐ - ☐ ☐ ☐													
電話	經辦局收款戳													
虛線內備供機器印錄用請勿填寫														



公開徵信欄

一分錢一份物力，感謝您的愛心奉獻與支持護老服務

捐款明細

期間：102年4月1日-102年5月31日

濟興慈善會

常年會費 共\$19,100 1,200 / 田台君 蔡成輝 呂秀花 賴進財 郭家財 陳淑娟 陳金振 張月雲 張秀滿 張乃元 張益彰 呂永松 黃烏甜 郭光澤 200 / 吳碧珠 吳依庭 李宜琦 李益宏 王彩豐 黃文清 楊慶仁 楊翔宇 楊巧姿 楊林秋桂 100 / 孫愛嬌

行政贊助收入 共\$8,000 8,000 / 林太平

捐贈收入 共\$35,500 10,000 / 許慶豪 劉明潭 5,000 / 邱茂祥 丁秋仁 黃陳金蓮 500 / 蔡雯嬌

濟興基金會

捐贈收入 共\$12,245 老人餐食 \$12,245 5,500 / 林佩瑩 4,245 / 陳俐佳 500 / 黃柏維 黃柏華 黃思嘉 林淑貞 黃春松

建園專款收入 共\$172,525 40,000 / 劉明潭 10,000 / 翁鳳英 林麗月 華春營造有限公司 5,810 / 張仁輪 5,000 / 李明男 朱麗霞 葉俊亨 顏清榮 3,000 / 許士木 呂春明 無名氏 2,200 / 靖海加油站股份有限公司 2,000 / 謝祥弘 童聲如 吳慧明 張鳳娟 黃健治 黃瓊瑩 1,600 / 陳佩詠 1,500 / 李興根 江青峰 1,200 / 賴榮全 1,100 / 王智民 1,000 / 黃春田 陳豪猛 董雪美 傅仰德 劉信亨 陳建猛 蕭敬敏 蘇孟愛 黃春華 陳梅娟 盧錦勝 黃烏甜 羅文昌 陳寶娟 陳瑞婷 林琴中 壽唯然 600 / 龔阿時 林岱登 蕭晴瑞 蕭晴瑞 張瑞月 邱月魯 董敬慧 500 / 張小姐 呂宜亨 洪小雯 洪偉翔 蕭耀文 顏裕榮 倉顯陽 邱 英 潘宗明 黃陳幼 400 / 陳秋淑 洪基鄉 張秀定 郭昭麟 郭昭宏 方淑貞 簡美枝 郭泓毅 350 / 邱文平 邱吳春葉 300 / 陳明提 林振德 廖錦呈 朱仁鐘 郭琇玉 王煥舜 洪秋玉 200 / 楊先生 陳寶春 郭明通 郭金全 郭明豪 郭吉利 郭純宜 楊淑雅 王慧琴 吳秋月 李思蓉 劉杰翰 鄭雲鳳 鄭宇珊 鄭雲燕 簡 興 蔡林金蓮 陳玉真珠 鄭陳淑清 115 / 林韻姿 100 / 梁小姐 李家志 郭先生 莊先生 蔣先生 涂小姐 黃立堯 吳佳偉 吳逸豐 文懿婕 許玉輝 陳章溫 林根運 邵宗隆 陳 春 200 / 無名氏(發票) 8,800 / 國稅局捐贈發票 73,000 / momo購物台

清寒邊緣老人照護服務基金 共\$228,878 10,000 / 陳秀鳳 陳 遜 5,000 / 鄧茂松 李淑珍 蔡秀瑋 溫瑞婷 曾逸晉 巫國福 周敦敦 劉陳婉娥 王謝金英 3,000 / 顏健文 林亞宣 牟美智 柯美如 羅翠珊 趙雅琴 林佳華 Rowland Heights 2,500 / 王姿蓉 2,000 / 仲雅竹 詹載慧 莊劉錦 莊子家 蔣文琪 屠慧珍 孫敏敏 趙沛然 徐 帆 吳伊何 紀玉鳳 榮沛文 邱怡文 蔡惠明 1,500 / 駱欣梅 阮 盟 阮 勻 1,000 / 王丹綺 王敏姿 王琮勝 伍宜蓉 吳宛真 沈方茹 林婉馨 鄧 馨 邱伊文 金佳蓉 姜曉芳 孫 誠 徐愛莉 張心華 張文銘 張惠珍 張順國 張綺莊 莊宛妮 許珮琳 許智亮 許詩宜 郭美滿 郭麗美 陳文祥 陳有豐 陳宏志 陳岡佑 陳明志 陳致樺 陳鈞楷 陳婉鈺 無名氏 黃仲兵 黃竹村 黃政義 黃冠欽 楊 惠 黃曉萍 趙雲霞 劉松婷 劉榮仁 劉榮進 潘秀琴 蔡秀琴 蔡宇心 鄭進富 謝存益 謝萍華 羅今宏 蘇千惠 蘇育琴 王兆民 張博雅 蔡光雄 彭范甜妹 王善心人士 蔡善心人士 光網實業有限公司 創意新視像企業社 700 / 黃品衡 600 / 楊育樺 林蔡根 李怡和 孫昌華 吳佳蓉 姚立倫園家 偉能有限公司 500 / 李曾好 李照娥 洪德行 梁永定 梁永達 方田松 王心怡 王振強 王世琳 石惠宇 吳明峰 吳彥霖 宋靜雅 李金葉 李有潔 李麗玲 卓美儀 林月卿 林明傳 林淑玲 林煥婕 邱愛悅 施玉修 范翰勻 徐 玉 徐梅青 高淑貞 張庭軒 張弘斌 連慧媛 陳君萍 陳淑英 陳盈君 陳淑珠 陳煥婷 黃人傑 黃子倩 黃文茹 劉杰翰 蔡馨嫻 鄭茜文 鍾淑娟 莊志華 王梁玉枝 謝善心人士 弘聖國際有限公司 400 / 林詠智 王雅慧 林小佳 陳樹文 300 / 尤政華 王如玉 王進國 王煥舜 朱仁鐘 吳曼娟 呂雅倫 李盈慧 林惠婷 邱 波 秦佩蘭 許慎汝 曾怡璇 游雯茹 黃如璽 楊宜嘉 楊曜彰 廖錦呈 戴秋玲 譚宇伶 龔哲白 戴善心人士 丞寶企業公司 250 / 陳昶帆 200 / 李志宏 李有宜 孟昶祺 林承岳 林莊巡 邱雪芳 翁雅倫 張福財 郭柏廷 郭惠蘭 陳章均 陳建好 陳富平 曾婉婷 游富登 黃國書 楊雪美 萬潔如 劉于瑄 盧麗如 顏錦裕 鄭雲鳳 鄭宇珊 鄭雲燕 鄭陳淑清 戴善心人士 meyo 168 / 林慈毅 150 / 蕭易騰 曹景章 曹陳阿春 110 / 陳仁煌 100 / 王于庭 王湘傑 向筠函 吳佩柔 吳佑儀 吳增均 呂紋慧 李佩如 李青蓉 沈婉婷 林家仁 邱淑惠 洪宜君 紀惠雯 徐瑛潭 張全綫 張伯璋 張金蓮 張書萍 郭佩芸 郭蓬松 陳文琪 陳依寧 傅玉秋 曾寶瓊 無名氏 黃彥凱 楊玉玉 葉律均 劉曉義 羅筱薇

清寒邊緣老人照護服務基金 共\$228,878 10,000 / 陳秀鳳 陳 遜 5,000 / 鄧茂松 李淑珍 蔡秀瑋 溫瑞婷 曾逸晉 巫國福 周敦敦 劉陳婉娥 王謝金英 3,000 / 顏健文 林亞宣 牟美智 柯美如 羅翠珊 趙雅琴 林佳華 Rowland Heights 2,500 / 王姿蓉 2,000 / 仲雅竹 詹載慧 莊劉錦 莊子家 蔣文琪 屠慧珍 孫敏敏 趙沛然 徐 帆 吳伊何 紀玉鳳 榮沛文 邱怡文 蔡惠明 1,500 / 駱欣梅 阮 盟 阮 勻 1,000 / 王丹綺 王敏姿 王琮勝 伍宜蓉 吳宛真 沈方茹 林婉馨 鄧 馨 邱伊文 金佳蓉 姜曉芳 孫 誠 徐愛莉 張心華 張文銘 張惠珍 張順國 張綺莊 莊宛妮 許珮琳 許智亮 許詩宜 郭美滿 郭麗美 陳文祥 陳有豐 陳宏志 陳岡佑 陳明志 陳致樺 陳鈞楷 陳婉鈺 無名氏 黃仲兵 黃竹村 黃政義 黃冠欽 楊 惠 黃曉萍 趙雲霞 劉松婷 劉榮仁 劉榮進 潘秀琴 蔡秀琴 蔡宇心 鄭進富 謝存益 謝萍華 羅今宏 蘇千惠 蘇育琴 王兆民 張博雅 蔡光雄 彭范甜妹 王善心人士 蔡善心人士 光網實業有限公司 創意新視像企業社 700 / 黃品衡 600 / 楊育樺 林蔡根 李怡和 孫昌華 吳佳蓉 姚立倫園家 偉能有限公司 500 / 李曾好 李照娥 洪德行 梁永定 梁永達 方田松 王心怡 王振強 王世琳 石惠宇 吳明峰 吳彥霖 宋靜雅 李金葉 李有潔 李麗玲 卓美儀 林月卿 林明傳 林淑玲 林煥婕 邱愛悅 施玉修 范翰勻 徐 玉 徐梅青 高淑貞 張庭軒 張弘斌 連慧媛 陳君萍 陳淑英 陳盈君 陳淑珠 陳煥婷 黃人傑 黃子倩 黃文茹 劉杰翰 蔡馨嫻 鄭茜文 鍾淑娟 莊志華 王梁玉枝 謝善心人士 弘聖國際有限公司 400 / 林詠智 王雅慧 林小佳 陳樹文 300 / 尤政華 王如玉 王進國 王煥舜 朱仁鐘 吳曼娟 呂雅倫 李盈慧 林惠婷 邱 波 秦佩蘭 許慎汝 曾怡璇 游雯茹 黃如璽 楊宜嘉 楊曜彰 廖錦呈 戴秋玲 譚宇伶 龔哲白 戴善心人士 丞寶企業公司 250 / 陳昶帆 200 / 李志宏 李有宜 孟昶祺 林承岳 林莊巡 邱雪芳 翁雅倫 張福財 郭柏廷 郭惠蘭 陳章均 陳建好 陳富平 曾婉婷 游富登 黃國書 楊雪美 萬潔如 劉于瑄 盧麗如 顏錦裕 鄭雲鳳 鄭宇珊 鄭雲燕 鄭陳淑清 戴善心人士 meyo 168 / 林慈毅 150 / 蕭易騰 曹景章 曹陳阿春 110 / 陳仁煌 100 / 王于庭 王湘傑 向筠函 吳佩柔 吳佑儀 吳增均 呂紋慧 李佩如 李青蓉 沈婉婷 林家仁 邱淑惠 洪宜君 紀惠雯 徐瑛潭 張全綫 張伯璋 張金蓮 張書萍 郭佩芸 郭蓬松 陳文琪 陳依寧 傅玉秋 曾寶瓊 無名氏 黃彥凱 楊玉玉 葉律均 劉曉義 羅筱薇

清寒邊緣老人照護服務基金 共\$228,878 10,000 / 陳秀鳳 陳 遜 5,000 / 鄧茂松 李淑珍 蔡秀瑋 溫瑞婷 曾逸晉 巫國福 周敦敦 劉陳婉娥 王謝金英 3,000 / 顏健文 林亞宣 牟美智 柯美如 羅翠珊 趙雅琴 林佳華 Rowland Heights 2,500 / 王姿蓉 2,000 / 仲雅竹 詹載慧 莊劉錦 莊子家 蔣文琪 屠慧珍 孫敏敏 趙沛然 徐 帆 吳伊何 紀玉鳳 榮沛文 邱怡文 蔡惠明 1,500 / 駱欣梅 阮 盟 阮 勻 1,000 / 王丹綺 王敏姿 王琮勝 伍宜蓉 吳宛真 沈方茹 林婉馨 鄧 馨 邱伊文 金佳蓉 姜曉芳 孫 誠 徐愛莉 張心華 張文銘 張惠珍 張順國 張綺莊 莊宛妮 許珮琳 許智亮 許詩宜 郭美滿 郭麗美 陳文祥 陳有豐 陳宏志 陳岡佑 陳明志 陳致樺 陳鈞楷 陳婉鈺 無名氏 黃仲兵 黃竹村 黃政義 黃冠欽 楊 惠 黃曉萍 趙雲霞 劉松婷 劉榮仁 劉榮進 潘秀琴 蔡秀琴 蔡宇心 鄭進富 謝存益 謝萍華 羅今宏 蘇千惠 蘇育琴 王兆民 張博雅 蔡光雄 彭范甜妹 王善心人士 蔡善心人士 光網實業有限公司 創意新視像企業社 700 / 黃品衡 600 / 楊育樺 林蔡根 李怡和 孫昌華 吳佳蓉 姚立倫園家 偉能有限公司 500 / 李曾好 李照娥 洪德行 梁永定 梁永達 方田松 王心怡 王振強 王世琳 石惠宇 吳明峰 吳彥霖 宋靜雅 李金葉 李有潔 李麗玲 卓美儀 林月卿 林明傳 林淑玲 林煥婕 邱愛悅 施玉修 范翰勻 徐 玉 徐梅青 高淑貞 張庭軒 張弘斌 連慧媛 陳君萍 陳淑英 陳盈君 陳淑珠 陳煥婷 黃人傑 黃子倩 黃文茹 劉杰翰 蔡馨嫻 鄭茜文 鍾淑娟 莊志華 王梁玉枝 謝善心人士 弘聖國際有限公司 400 / 林詠智 王雅慧 林小佳 陳樹文 300 / 尤政華 王如玉 王進國 王煥舜 朱仁鐘 吳曼娟 呂雅倫 李盈慧 林惠婷 邱 波 秦佩蘭 許慎汝 曾怡璇 游雯茹 黃如璽 楊宜嘉 楊曜彰 廖錦呈 戴秋玲 譚宇伶 龔哲白 戴善心人士 丞寶企業公司 250 / 陳昶帆 200 / 李志宏 李有宜 孟昶祺 林承岳 林莊巡 邱雪芳 翁雅倫 張福財 郭柏廷 郭惠蘭 陳章均 陳建好 陳富平 曾婉婷 游富登 黃國書 楊雪美 萬潔如 劉于瑄 盧麗如 顏錦裕 鄭雲鳳 鄭宇珊 鄭雲燕 鄭陳淑清 戴善心人士 meyo 168 / 林慈毅 150 / 蕭易騰 曹景章 曹陳阿春 110 / 陳仁煌 100 / 王于庭 王湘傑 向筠函 吳佩柔 吳佑儀 吳增均 呂紋慧 李佩如 李青蓉 沈婉婷 林家仁 邱淑惠 洪宜君 紀惠雯 徐瑛潭 張全綫 張伯璋 張金蓮 張書萍 郭佩芸 郭蓬松 陳文琪 陳依寧 傅玉秋 曾寶瓊 無名氏 黃彥凱 楊玉玉 葉律均 劉曉義 羅筱薇

清寒邊緣老人照護服務基金 共\$228,878 10,000 / 陳秀鳳 陳 遜 5,000 / 鄧茂松 李淑珍 蔡秀瑋 溫瑞婷 曾逸晉 巫國福 周敦敦 劉陳婉娥 王謝金英 3,000 / 顏健文 林亞宣 牟美智 柯美如 羅翠珊 趙雅琴 林佳華 Rowland Heights 2,500 / 王姿蓉 2,000 / 仲雅竹 詹載慧 莊劉錦 莊子家 蔣文琪 屠慧珍 孫敏敏 趙沛然 徐 帆 吳伊何 紀玉鳳 榮沛文 邱怡文 蔡惠明 1,500 / 駱欣梅 阮 盟 阮 勻 1,000 / 王丹綺 王敏姿 王琮勝 伍宜蓉 吳宛真 沈方茹 林婉馨 鄧 馨 邱伊文 金佳蓉 姜曉芳 孫 誠 徐愛莉 張心華 張文銘 張惠珍 張順國 張綺莊 莊宛妮 許珮琳 許智亮 許詩宜 郭美滿 郭麗美 陳文祥 陳有豐 陳宏志 陳岡佑 陳明志 陳致樺 陳鈞楷 陳婉鈺 無名氏 黃仲兵 黃竹村 黃政義 黃冠欽 楊 惠 黃曉萍 趙雲霞 劉松婷 劉榮仁 劉榮進 潘秀琴 蔡秀琴 蔡宇心 鄭進富 謝存益 謝萍華 羅今宏 蘇千惠 蘇育琴 王兆民 張博雅 蔡光雄 彭范甜妹 王善心人士 蔡善心人士 光網實業有限公司 創意新視像企業社 700 / 黃品衡 600 / 楊育樺 林蔡根 李怡和 孫昌華 吳佳蓉 姚立倫園家 偉能有限公司 500 / 李曾好 李照娥 洪德行 梁永定 梁永達 方田松 王心怡 王振強 王世琳 石惠宇 吳明峰 吳彥霖 宋靜雅 李金葉 李有潔 李麗玲 卓美儀 林月卿 林明傳 林淑玲 林煥婕 邱愛悅 施玉修 范翰勻 徐 玉 徐梅青 高淑貞 張庭軒 張弘斌 連慧媛 陳君萍 陳淑英 陳盈君 陳淑珠 陳煥婷 黃人傑 黃子倩 黃文茹 劉杰翰 蔡馨嫻 鄭茜文 鍾淑娟 莊志華 王梁玉枝 謝善心人士 弘聖國際有限公司 400 / 林詠智 王雅慧 林小佳 陳樹文 300 / 尤政華 王如玉 王進國 王煥舜 朱仁鐘 吳曼娟 呂雅倫 李盈慧 林惠婷 邱 波 秦佩蘭 許慎汝 曾怡璇 游雯茹 黃如璽 楊宜嘉 楊曜彰 廖錦呈 戴秋玲 譚宇伶 龔哲白 戴善心人士 丞寶企業公司 250 / 陳昶帆 200 / 李志宏 李有宜 孟昶祺 林承岳 林莊巡 邱雪芳 翁雅倫 張福財 郭柏廷 郭惠蘭 陳章均 陳建好 陳富平 曾婉婷 游富登 黃國書 楊雪美 萬潔如 劉于瑄 盧麗如 顏錦裕 鄭雲鳳 鄭宇珊 鄭雲燕 鄭陳淑清 戴善心人士 meyo 168 / 林慈毅 150 / 蕭易騰 曹景章 曹陳阿春 110 / 陳仁煌 100 / 王于庭 王湘傑 向筠函 吳佩柔 吳佑儀 吳增均 呂紋慧 李佩如 李青蓉 沈婉婷 林家仁 邱淑惠 洪宜君 紀惠雯 徐瑛潭 張全綫 張伯璋 張金蓮 張書萍 郭佩芸 郭蓬松 陳文琪 陳依寧 傅玉秋 曾寶瓊 無名氏 黃彥凱 楊玉玉 葉律均 劉曉義 羅筱薇

清寒邊緣老人照護服務基金 共\$228,878 10,000 / 陳秀鳳 陳 遜 5,000 / 鄧茂松 李淑珍 蔡秀瑋 溫瑞婷 曾逸晉 巫國福 周敦敦 劉陳婉娥 王謝金英 3,000 / 顏健文 林亞宣 牟美智 柯美如 羅翠珊 趙雅琴 林佳華 Rowland Heights 2,500 / 王姿蓉 2,000 / 仲雅竹 詹載慧 莊劉錦 莊子家 蔣文琪 屠慧珍 孫敏敏 趙沛然 徐 帆 吳伊何 紀玉鳳 榮沛文 邱怡文 蔡惠明 1,500 / 駱欣梅 阮 盟 阮 勻 1,000 / 王丹綺 王敏姿 王琮勝 伍宜蓉 吳宛真 沈方茹 林婉馨 鄧 馨 邱伊文 金佳蓉 姜曉芳 孫 誠 徐愛莉 張心華 張文銘 張惠珍 張順國 張綺莊 莊宛妮 許珮琳 許智亮 許詩宜 郭美滿 郭麗美 陳文祥 陳有豐 陳宏志 陳岡佑 陳明志 陳致樺 陳鈞楷 陳婉鈺 無名氏 黃仲兵 黃竹村 黃政義 黃冠欽 楊 惠 黃曉萍 趙雲霞 劉松婷 劉榮仁 劉榮進 潘秀琴 蔡秀琴 蔡宇心 鄭進富 謝存益 謝萍華 羅今宏 蘇千惠 蘇育琴 王兆民 張博雅 蔡光雄 彭范甜妹 王善心人士 蔡善心人士 光網實業有限公司 創意新視像企業社 700 / 黃品衡 600 / 楊育樺 林蔡根 李怡和 孫昌華 吳佳蓉 姚立倫園家 偉能有限公司 500 / 李曾好 李照娥 洪德行 梁永定 梁永達 方田松 王心怡 王振強 王世琳 石惠宇 吳明峰 吳彥霖 宋靜雅 李金葉 李有潔 李麗玲 卓美儀 林月卿 林明傳 林淑玲 林煥婕 邱愛悅 施玉修 范翰勻 徐 玉 徐梅青 高淑貞 張庭軒 張弘斌 連慧媛 陳君萍 陳淑英 陳盈君 陳淑珠 陳煥婷 黃人傑 黃子倩 黃文茹 劉杰翰 蔡馨嫻 鄭茜文 鍾淑娟 莊志華 王梁玉枝 謝善心人士 弘聖國際有限公司 400 / 林詠智 王雅慧 林小佳 陳樹文 300 / 尤政華 王如玉 王進國 王煥舜 朱仁鐘 吳曼娟 呂雅倫 李盈慧 林惠婷 邱 波 秦佩蘭 許慎汝 曾怡璇 游雯茹 黃如璽 楊宜嘉 楊曜彰 廖錦呈 戴秋玲 譚宇伶 龔哲白 戴善心人士 丞寶企業公司 250 / 陳昶帆 200 / 李志宏 李有宜 孟昶祺 林承岳 林莊巡 邱雪芳 翁雅倫 張福財 郭柏廷 郭惠蘭 陳章均 陳建好 陳富平 曾婉婷 游富登 黃國書 楊雪美 萬潔如 劉于瑄 盧麗如 顏錦裕 鄭雲鳳 鄭宇珊 鄭雲燕 鄭陳淑清 戴善心人士 meyo 168 / 林慈毅 150 / 蕭易騰 曹景章 曹陳阿春 110 / 陳仁煌 100 / 王于庭 王湘傑 向筠函 吳佩柔 吳佑儀 吳增均 呂紋慧 李佩如 李青蓉 沈婉婷 林家仁 邱淑惠 洪宜君 紀惠雯 徐瑛潭 張全綫 張伯璋 張金蓮 張書萍 郭佩芸 郭蓬松 陳文琪 陳依寧 傅玉秋 曾寶瓊 無名氏 黃彥凱 楊玉玉 葉律均 劉曉義 羅筱薇

清寒邊緣老人照護服務基金 共\$228,878 10,000 / 陳秀鳳 陳 遜 5,000 / 鄧茂松 李淑珍 蔡秀瑋 溫瑞婷 曾逸晉 巫國福 周敦敦 劉陳婉娥 王謝金英 3,000 / 顏健文 林亞宣 牟美智 柯美如 羅翠珊 趙雅琴 林佳華 Rowland Heights 2,500 / 王姿蓉 2,000 / 仲雅竹 詹載慧 莊劉錦 莊子家 蔣文琪 屠慧珍 孫敏敏 趙沛然 徐 帆 吳伊何 紀玉鳳 榮沛文 邱怡文 蔡惠明 1,500 / 駱欣梅 阮 盟 阮 勻 1,000 / 王丹綺 王敏姿 王琮勝 伍宜蓉 吳宛真 沈方茹 林婉馨 鄧 馨 邱伊文 金佳蓉 姜曉芳 孫 誠 徐愛莉 張心華 張文銘 張惠珍 張順國 張綺莊 莊宛妮 許珮琳 許智亮 許詩宜 郭美滿 郭麗美 陳文祥 陳有豐 陳宏志 陳岡佑 陳明志 陳致樺 陳鈞楷 陳婉鈺 無名氏 黃仲兵 黃竹村 黃政義 黃冠欽 楊 惠 黃曉萍 趙雲霞 劉松婷 劉榮仁 劉榮進 潘秀琴 蔡秀琴 蔡宇心 鄭進富 謝存益 謝萍華 羅今宏 蘇千惠 蘇育琴 王兆民 張博雅 蔡光雄 彭范甜妹 王善心人士 蔡善心人士 光網實業有限公司 創意新視像企業社 700 / 黃品衡 600 / 楊育樺 林蔡根 李怡和 孫昌華 吳佳蓉 姚立倫園家 偉能有限公司 500 / 李曾好 李照娥 洪德行 梁永定 梁永達 方田松 王心怡 王振強 王世琳 石惠宇 吳明峰 吳彥霖 宋靜雅 李金葉 李有潔 李麗玲 卓美儀 林月卿 林明傳 林淑玲 林煥婕 邱愛悅 施玉修 范翰勻 徐 玉 徐梅青 高淑貞 張庭軒 張弘斌 連慧媛 陳君萍 陳淑英 陳盈君 陳淑珠 陳煥婷 黃人傑 黃子倩 黃文茹 劉杰翰 蔡馨嫻 鄭茜文 鍾淑娟 莊志華 王梁玉枝 謝善心人士 弘聖國際有限公司 400 / 林詠智 王雅慧 林小佳 陳樹文 300 / 尤政華 王如玉 王進國 王煥舜 朱仁鐘 吳曼娟 呂雅倫 李盈慧 林惠婷 邱 波 秦佩蘭 許慎汝 曾怡璇 游雯茹 黃如璽 楊宜嘉 楊曜彰 廖錦呈 戴秋玲 譚宇伶 龔哲白 戴善心人士 丞寶企業公司 250 / 陳昶帆 200 / 李志宏 李有宜 孟昶祺 林承岳 林莊巡 邱雪芳 翁雅倫 張福財 郭柏廷 郭惠蘭 陳章均 陳建好 陳富平 曾婉婷 游富登 黃國書 楊雪美 萬潔如 劉于瑄 盧麗如 顏錦裕 鄭雲鳳 鄭宇珊 鄭雲燕 鄭陳淑清 戴善心人士 meyo 168 / 林慈毅 150 / 蕭易騰 曹景章 曹陳阿春 110 / 陳仁煌 100 / 王于庭 王湘傑 向筠函 吳佩柔 吳佑儀 吳增均 呂紋慧 李佩如 李青蓉 沈婉婷 林家仁 邱淑惠 洪宜君 紀惠雯 徐瑛潭 張全綫 張伯璋 張金蓮 張書萍 郭佩芸 郭蓬松 陳文琪 陳依寧 傅玉秋 曾寶瓊 無名氏 黃彥凱 楊玉玉 葉律均 劉曉義 羅筱薇

清寒邊緣老人照護服務基金 共\$228,878 10,000 / 陳秀鳳 陳 遜 5,000 / 鄧茂松 李淑珍 蔡秀瑋 溫瑞婷 曾逸晉 巫國福 周敦敦 劉陳婉娥 王謝金英 3,000 / 顏健文 林亞宣 牟美智 柯美如 羅翠珊 趙雅琴 林佳華 Rowland Heights 2,500 / 王姿蓉 2,000 / 仲雅竹 詹載慧 莊劉錦 莊子家 蔣文琪 屠慧珍 孫敏敏 趙沛然 徐 帆 吳伊何 紀玉鳳 榮沛文 邱怡文 蔡惠明 1,500 / 駱欣梅 阮 盟 阮 勻 1,000 / 王丹綺 王敏姿 王琮勝 伍宜蓉 吳宛真 沈方茹 林婉馨 鄧 馨 邱伊文 金佳蓉 姜曉芳 孫 誠 徐愛莉 張心華 張文銘 張惠珍 張順國 張綺莊 莊宛妮 許珮琳 許智亮 許詩宜 郭美滿 郭麗美 陳文祥 陳有豐 陳宏志 陳岡佑 陳明志 陳致樺 陳鈞楷 陳婉鈺 無名氏 黃仲兵 黃竹村 黃政義 黃冠欽 楊 惠 黃曉萍 趙雲霞 劉松婷 劉榮仁 劉榮進 潘秀琴 蔡秀琴 蔡宇心 鄭進富 謝存益 謝萍華 羅今宏 蘇千惠 蘇育琴 王兆民 張博雅 蔡光雄 彭范甜妹 王善心人士 蔡善心人士 光網實業有限公司 創意新視像企業社 700 / 黃品衡 600 / 楊育樺 林蔡根 李怡和 孫昌華 吳佳蓉 姚立倫園家 偉能有限公司 500 / 李曾好 李照娥 洪德行 梁永定 梁永達 方田松 王心怡 王振強 王世琳 石惠宇 吳明峰 吳彥霖 宋靜雅 李金葉 李有潔 李麗玲 卓美儀 林月卿 林明傳 林淑玲 林煥婕 邱愛悅 施玉修 范翰勻 徐 玉 徐梅青 高淑貞 張庭軒 張弘斌 連慧媛 陳君萍 陳淑英 陳盈君 陳淑珠 陳煥婷 黃人傑 黃子倩 黃文茹 劉杰翰 蔡馨嫻 鄭茜文 鍾淑娟 莊志華 王梁玉枝 謝善心人士 弘聖國際有限公司 400 / 林詠智 王雅慧 林小佳 陳樹文 300 / 尤政華 王如玉 王進國 王煥舜 朱仁鐘 吳曼娟 呂雅倫 李盈慧 林惠婷 邱 波 秦佩蘭 許慎汝 曾怡璇 游雯茹 黃如璽 楊宜嘉 楊曜彰 廖錦呈 戴秋玲 譚宇伶 龔哲白 戴善心人士 丞寶企業公司 250 / 陳昶帆 200 / 李志宏 李有宜 孟昶祺 林承岳 林莊巡 邱雪芳 翁雅倫 張福財 郭柏廷 郭惠蘭 陳章均 陳建好 陳富平 曾婉婷 游富登 黃國書 楊雪美 萬潔如 劉于瑄 盧麗如 顏錦裕 鄭雲鳳 鄭宇珊 鄭雲燕 鄭陳淑清 戴善心人士 meyo 168 / 林慈毅 150 / 蕭易騰 曹景章 曹陳阿春 110 / 陳仁煌 100 / 王于庭 王湘傑 向筠函 吳佩柔 吳佑儀 吳增均 呂紋慧 李佩如 李青蓉 沈婉婷 林家仁 邱淑惠 洪宜君 紀惠雯 徐瑛潭 張全綫 張伯璋 張金蓮 張書萍 郭佩芸 郭蓬松 陳文琪 陳依寧 傅玉秋 曾寶瓊 無名氏 黃彥凱 楊玉玉 葉律均 劉曉義 羅筱薇

清寒邊緣老人照護服務基金 共\$228,878 10,000 / 陳秀鳳 陳 遜 5,000 / 鄧茂松 李淑珍 蔡秀瑋 溫瑞婷 曾逸晉 巫國福 周敦敦 劉陳婉娥 王謝金英 3,000 / 顏健文 林亞宣 牟美智 柯美如 羅翠珊 趙雅琴 林佳華 Rowland Heights 2,500 / 王姿蓉 2,000 / 仲雅竹 詹載慧 莊劉錦 莊子家 蔣文琪 屠慧珍 孫敏敏 趙沛然 徐 帆 吳伊何 紀玉鳳 榮沛文 邱怡文 蔡惠明 1,500 / 駱欣梅 阮 盟 阮 勻 1,000 / 王丹綺 王敏姿 王琮勝 伍宜蓉 吳宛真 沈方茹 林婉馨 鄧 馨 邱伊文 金佳蓉 姜曉芳 孫 誠 徐愛莉 張心華 張文銘 張惠珍 張順國 張綺莊 莊宛妮 許珮琳 許智亮 許詩宜 郭美滿 郭麗美 陳文祥 陳有豐 陳宏志 陳岡佑 陳明志 陳致樺 陳鈞楷 陳婉鈺 無名氏 黃仲兵 黃竹村 黃政義 黃冠欽 楊 惠 黃曉萍 趙雲霞 劉松婷 劉榮仁 劉榮進 潘秀琴 蔡秀琴 蔡宇心 鄭進富 謝存益 謝萍華 羅今宏 蘇千惠 蘇育琴 王兆民 張博雅 蔡光雄 彭范甜妹 王善心人士 蔡善心人士 光網實業有限公司 創意新視像企業社 700 / 黃品衡 600 / 楊育樺 林蔡根 李怡和 孫昌華 吳佳蓉 姚立倫園家 偉能有限公司 500 / 李曾好 李照娥 洪德行 梁永定 梁永達 方田松 王心怡 王振強 王世琳 石惠宇 吳明峰 吳彥霖 宋靜雅 李金葉 李有潔 李麗玲 卓美儀 林月卿 林明傳 林淑玲 林煥婕 邱愛悅 施玉修 范翰勻 徐 玉 徐梅青 高淑貞 張庭軒 張弘斌 連慧媛 陳君萍 陳淑英 陳盈君 陳淑珠 陳煥婷 黃人傑 黃子倩 黃文茹 劉杰翰 蔡馨嫻 鄭茜文 鍾淑娟 莊志華 王梁玉枝 謝善心人士 弘聖國際有限公司 400 / 林詠智 王雅慧 林小佳 陳樹文 300 / 尤政華 王如玉 王進國 王煥舜 朱仁鐘 吳曼娟 呂雅倫 李盈慧 林惠婷 邱 波 秦佩蘭 許慎汝 曾怡璇 游雯茹 黃如璽 楊宜嘉 楊曜彰 廖錦呈 戴秋玲 譚宇伶 龔哲白 戴善心人士 丞寶企業公司 250 / 陳昶帆 200 / 李志宏 李有宜 孟昶祺 林承岳 林莊巡 邱雪芳 翁雅倫 張福財 郭柏廷 郭惠蘭 陳章均 陳建好 陳富平 曾婉婷 游富登 黃國書 楊雪美 萬潔如 劉于瑄 盧麗如 顏錦裕 鄭雲鳳 鄭宇珊 鄭雲燕 鄭陳淑清 戴善心人士 meyo 168 / 林慈毅 150 / 蕭易騰 曹景章 曹陳阿春 110 / 陳仁煌 100 / 王于庭 王湘傑 向筠函 吳佩柔 吳佑儀 吳增均 呂紋慧 李佩如 李青蓉 沈婉婷 林家仁 邱淑惠 洪宜君 紀惠雯 徐瑛潭 張全綫 張伯璋 張金蓮 張書萍 郭佩芸 郭蓬松 陳文琪 陳依寧 傅玉秋 曾寶瓊 無名氏 黃彥凱 楊玉玉 葉律均 劉曉義 羅筱薇

清寒邊緣老人照護服務基金 共\$228,878 10,000 / 陳秀鳳 陳 遜 5,000 / 鄧

護老踏青之旅～高雄市立社會教育館半日遊

為鼓勵長輩們多參與戶外休閒活動，彼此分享生活大小事，建立一個相互支持的環境，並增加生活滿足感，於4/25辦理「高雄市立社會教育館」半日遊活動。

社區長輩參觀高雄市圖夢美術推廣畫展，作品有水彩、油彩、粉蠟筆、漫畫、素描…等多媒材，長輩看畫展回憶起自己過去生活的點點滴滴，讓長輩重新找尋自我認同感。

於活動中穿插由實習生協力進行帶動唱、大顯身手練投籃和實果樂的小遊戲，在活動過程中培養長輩手眼協調能力和集中注意力，藉此提昇長輩間的互動關係，進而達到互相勉勵和支持的功能。(社工員／陳佩詠)



▲輔英科大實習生陪同社區長輩參觀畫展。 ▲社區長輩快樂帶動唱。

粽情意 愛香隨-愛心粽關懷弱勢不停歇

炎熱夏日的端午前夕，家家戶戶忙著準備粽子、麻糬等過節食品時，濟興沒有忘記社區長期需要關心的長輩。

今年分別與兩個單位合作，準時於端午節前夕開跑：與老人福利聯盟合作準備800粒愛心粽，發放給社區400位長者，由育英護校老服科實習生及志工合力包裝，分送到長者家中進行問暖關懷；另本會配合慈善團體聯合總會方案「看見希望宅急便服」，出動會內工作人員及志工，發放食物券、白米及粽子給生活較困難之長者與家庭，藉社會資源的整合與串連，讓困難家庭也能擁有端午過節氣氛。

本會除了在佳節時刻做到簡單關懷外，更希望喚起社會對弱老的注意與瞭解，並將善與愛傳播到社會的每個角落。(社工員／許碧紋 林以紳)



▲透過愛心粽的發放，關懷社區的長者。 ▲居家服務員協助愛心粽的發放。

銀髮農園「粽葉飄香,歡渡端午」社區聯誼活動

農端午佳節即將來臨，本會於6月8日星期六，在農園舉辦社區聯誼活動，邀請農園耕種長者、社區弱勢家庭與鄰近社區民眾一同參與活動。

活動當天一早，20多位義工響應農園委員黃靖紋的號召，挑戰快手包粽，總計生產了400多顆粽子，現場炊煮，滿園飄香，與會者在難得的都會田園裡一起分享鮮美粽香。

社會局副局長謝琯珩與多位長官貴賓一起參與本次活動，並向義工們致謝，更感謝藍田里張春美里長的熱心協助，讓與會里民無差別地度過一個滿園馨香又溫馨的端午佳節。

包粽義工表示，從活動前幾天開始就有約4百顆的粽子分送給參與活動者，忙著準備粽子內餡，當天透早5點多就開工洗米、洗粽葉等前置預備工作，雖然天氣炎熱，大家不分鄰我同心合作，忙得非常開心，在最近毒澇粉、過期粽子等黑心風暴的影響下，自己包最安心也吃的健康。

農園園長許慶章表示，這次總共準備有約4百顆的粽子分送給參與活動者，忙著準備粽子內餡，當天透早5點多就開工洗米、洗粽葉等前置預備工作，雖然天氣炎熱，大家不分鄰我同心合作，忙得非常開心，在最近毒澇粉、過期粽子等黑心風暴的影響下，自己包最安心也吃的健康。

農園園長許慶章表示，這次總共準備有約4百顆的粽子分送給參與活動者，忙著準備粽子內餡，當天透早5點多就開工洗米、洗粽葉等前置預備工作，雖然天氣炎熱，大家不分鄰我同心合作，忙得非常開心，在最近毒澇粉、過期粽子等黑心風暴的影響下，自己包最安心也吃的健康。



▲社會局副局長謝琯珩贈愛心粽給弱勢居民。 ▲藍田里張春美里長與當地里民。

社區服務

賀! 濟興中流砥柱 呂國柱 獲國際鐵人三項第二名

本會董事呂國柱參加「2013年5月4日CHALLENGE TAIWAN台灣台東226公里國際超級鐵人三項比賽」，以15小時14分02秒完成競賽，並獲得男子55~59歲組第二名。

30年歷史的歐洲國際鐵人三項賽事組織「Challenge Family」，首次在台灣舉辦比賽，全程226公里包含游泳3.8公里、騎自行車180公里、長跑42公里。

呂董事在身體和心靈意志上的突出表現，不僅是個人運動家之榮耀，也是濟興精神之展現，持續超耐力15小時的體力消耗，需克服的不只是肉體表象的極限，更需堅韌的意志破除一道又一道無形的障礙，及平時經年累月的持續鍛鍊，強健如呂董事，實為運動與慈善之雙料鐵人，猶如濟興長青園歷時18年的堅持，跨越隨時間而來的壓力積累與各式變數，才有今日成績。本會全體理、董監事及所有會員、同仁 同賀！(研發公關組／王慧琴)



▲本會董事呂國柱參加「2013年5月4日CHALLENGE TAIWAN台灣台東226公里國際超級鐵人三項比賽」，以15小時14分02秒完成競賽，並獲得男子55~59歲組第二名。

賀! 本會董事蘇金樹當選102年高雄市模範勞工暨第13屆慈善聯誼會會長

從事機械事業的蘇金樹，在精密機械界擁有一席之地，也跨足慈善界及音樂界並小有知名度。在慈善界除了是濟興董事同時也是天心慈善會的首任理事長，私底下愛好音樂，具登台演奏電吉他之實力與背景，同時也是講座與談人和活動主持人，多才多藝又「允文允武」的蘇董事，今年即獲高雄音樂職業業工會推薦，當選102年度高雄模範勞工，同時「雙喜臨門」於七月接任第13屆慈善團體理事長聯誼會會長。如此「全能多才」，是為濟興軟實力的代表之一，亦為會內同仁的學習標準。本會全體理、監事及所有會員、同仁 同賀！(研發公關組／王慧琴)



▲本會董事蘇金樹當選102年高雄模範勞工。 ▲左起蘇金樹伉儷、高雄市副市長陳啟豐、高雄勞工局長鍾孔昭。

凡走過必留下痕跡... 102年4月1日~102年5月31日大事記

日期	事項
4/9	南鼓山老人活動中心於孝心安養中心辦理「社區關懷列車」，由輔英科技大學護理系師生帶給中心長者健康衛教與福利宣導，共計服務30人次。
4/11	本會於南鼓山老人活動中心辦理「社區銀髮劇團」社區宣導失智症預防話劇宣導活動，共計參與35人次。
4/12	北區銀髮族市民農園舉辦「互助聯誼委員會」，當天共計參與14人次。
4/19	南鼓山老人活動中心辦理「茶心小館」，邀請高雄市中大學-再法法師談「美麗人生」，共計參與42人次。
4/21	本會參與國稅局於夢時購物中心辦理之「統一發票盃」路跑活動，參與國稅局路跑活動募集發票，並於現場宣導老人福利，共計服務400人次。
4/22	南鼓山老人活動中心辦理「銀髮健康服務站」，服務社區長者銀髮義剪、血壓與BMI檢測，共計服務20人次。
4/23	北區銀髮族市民農園舉辦「有機蔬菜栽培與管理」耕種教學活動，邀請農友種苗張光顯講師主講，課程共計參與35人次。
4/25	本會辦理「護老踏青」活動，帶領7名社區長者參觀高雄市社教館設施與美術展覽。
5/4	南鼓山老人活動中心辦理「2013幸福如山-健康真好」母親節系列活動，帶來養生素食餐飲示範、活力瑜珈操帶動等同樂活動，共計參與94人次。
5/20	本會於南鼓山老人活動中心辦理照顧者「感官課程」邀請本會志工暨傳承大使蔡秋姝老師教授8社社區民眾DIY毛巾狗。
5/21	本會於南鼓山老人活動中心辦理失智症「專業志工」培訓課程，共計18名學員參與。
5/22	南鼓山老人活動中心於鼓山第一公有市場辦理健康營造社區宣導~「癌症預防」，共計參與21人次。
5/24	南鼓山老人活動中心辦理「茶心小館」，由本會甘美如社工員帶領社區民眾談「施與受」，共計參與32人次。
5/28	高雄大學與輔英科大共50名師生參訪北區銀髮族市民農園。

第3版 濟興 樂活園地

呷茶、配話、講人生 濟興茶心小館心靈講座集錦錄

主題／美麗人生 主講人／再法法師

主講人 再法法師

什麼是美麗人生？

身體是軀體，當生命結束，什麼都無法帶走。富人身價百億，當真想一有一、想十有十，亦或只是空中樓閣？人道苦樂參半，世上有不同道門(阿修羅、餓鬼道...)人生多逢吉，故有久旱逢甘霖、金榜題名時、他鄉遇故知等樂事。每個人都有佛性，因為我們前世也有不錯的修持，故今世得以為人。史上的24孝其實愚孝較多，意為勸人事奉雙親以「孝」和「順」對待。

◀再法法師為茶心小館帶來「美麗人生」。

理 事 王玉桂

大林浦有很多封閉社區，成立協會後，舉辦活動、帶動健康操等，使社區更快樂美麗。

社 工 員 李雅

有夢就會美，每天朝著目標、思考成果如何達成，每天就過得開心。

居服督導員 依庭

從小辛苦，一路上跌跌撞撞，如今擔任居服督導工作，開始美麗人生，會繼續努力打拼，為長者服務。

來 賓 林良吉

感謝提供成長的機會。世俗之人，如何營造一個祥和家庭才是重要。

師 姐 黃昌滿

不同年齡有不同的學習目標。保持每天學習，就是美麗人生。

店小二 曾煒友

目標是正面的，有波折仍勇往直前才是美麗人生。

社 工 員 儀真

很高興能在會裡學習，分享布袋和尚的開示：手把青秧插滿田，低頭便見水中天。六根清靜方為道，退步原來是向前。

主題／施與受 主講人／甘美如，林秀美

主講者 美如

「施」與「受」是一體的存在，沒有一方能單獨存在，施者不應該有傲慢心，受者也不需要懷有愧疚的心，施與受者皆無煩惱。自己曾有許多貴人幫助，從中學習累積經驗和能量，當他人有需要幫助時，自己要回饋，做別人生命中的貴人。

春陽協會總幹事 林清平

在「施給」的時候不要有投資報酬率的想法。

來 賓 蔡太太

搭車時經常受到年輕人的讓位，有時自己又會遇到更年長的長輩讓座給對方，我們本身是「施者」也是「受者」。

督 導 依庭

「施」有財、物、行動和口(關懷和溫暖)的佈施，不能用施捨的心對待他人，才能平常以對。

社 工 兆民

不願接受別人幫助的長輩，我們要尊重其想法和感受，自以為的愛心，並不是恰到好處的愛心。

主講者 秀美

平常過著省吃儉用生活的台東菜師陳樹菊，樂於奉獻所得，十多年來捐款已達上千萬，深深瞭解到真正的幸福是自己無私的奉獻，讓別人快樂是一種慈悲，讓自己快樂，是一種智慧，分享是一種幸福，懂得分享就是最快樂的人。

社 工 儀真

七種不用花錢的佈施~

一、心施：為人設想，體貼眾生的佈施；

二、言施：說好話，勸人做好事；

三、身施：身體力行，幫助別人；

四、眼施：用慈愛和氣的眼神待人；

五、顏施：常以笑臉對待他人；

六、察施：觀察對方的需求；

七、座施：讓座位給老弱婦孺坐。

輔英科大老師 筑平

在醫院接觸許多病人，他們因身體病痛而心情不佳，盡力協助病患度過難關，看到對方的笑容，自己也會覺得很快樂。

輔英科大學生 瓊文

原本認為「施」比「受」更有福，在家訪的過程中，對長輩關懷和陪伴，瞭解到助人為快樂之本，故「施」與「受」都有福。

活動預告

活動內容

活動日期

活動地點

102年度感恩募款餐會

7月26日(五)晚上6:30~9:30

香蕉碼頭海宴會館(高雄市鼓山區蓬萊路23號)

102年度第2期長青苑開招生

8月5日起陸續開課

南鼓山老人活動中心
社交舞基礎班、金曲懷念老歌歌唱班、日本進階演歌班(一)(二)、國台語歌唱班、活力瑜珈班、經絡保健班、輕鬆園夢美術班、書法教學班、盆景園藝班。

郵政劃撥存款收據注意事項

一、本收據請詳加核對並妥為保管，以便日後查考。

二、如欲查詢存款入帳詳情時，請檢附本收據及已填妥之查詢函向各連線郵局辦理。

三、本收據各項金額、數字係機器印製，如非機器列印或經塗改或無收款郵局收訖章者無效。

簡單運動保健康 抗老化又防失智

本次金山社區宣導透過運動實際體會降低失智症發生的方法，活動中處處可見長輩們臉上開心的笑容，互動間時時可感受到長輩們生命的喜悅。

許多研究顯示，能夠多參與社交及智能活動、停止抽煙、規律監測並控制血壓、預防和控制糖尿病及其他血管腎臟的危險因子、保護頭部、預防頭部外傷、維持良好的睡眠品質、充足但不過量的睡眠等，都是預防失智症的方法。

失智的原因之一是腦部的血液循環不良所引起，運動可以促進腦部的血液循環，增加大腦的氧氣供應，以藉此減少腦細胞的死亡，改善腦及心血管循環、刺激腦細胞成長及存活。運動與降低失智症罹患率有關，是預防失智症保健之道。好處確實相當多。(社工員／陳儀真)



▲學員認真學習肢體動作，老師細心地——指導。 ▲長輩們參與社交活動，腦袋愈來愈靈活、手腳越來越利落。



▲透過哈哈大笑操，身心都獲得了放鬆。 ▲老師專業解說音樂加律動對身心獲得的好處。

富邦家庭照顧者支持計劃課程 認識失智症

失智症是什麼？失智症是一種疾病現象而非正常老化；失智症不是單一疾病的名稱，而是一群症狀(症候群)的組合。

除了記憶力的減退，還會影響到其他認知功能，包括語言能力、空間感、計算力、判斷力、抽象思考能力、注意力等方面的功能退化，同時可能出現干擾行為、個性改變、妄想或幻覺等症狀，這些症狀的嚴重程度足以影響其人際關係與工作能力。

預防失智症發生，均衡的飲食與充足的睡眠及適當的運動為最簡單防制措施。(社工員／冉世全)

失智症與正常老化的區別	
老 化	失 智
可能突然忘記某事,但事後會想起來。若做記憶測試,可能會無法完全記住測試中的物品。	對於自己說過的話、做過的事,完全忘記。無法記住記憶測試中的物品,甚至完全忘記自己做過測試。

富邦家庭照顧者支持計畫



▲家庭照顧者支持計畫上課情形。 ▲講師授課學員仔細聆聽。

請寄款人注意

一、帳號、戶名及寄款人姓名通訊處各欄請詳細填明，以免誤寄；抵付票據之存款，務請於交換前一天存入。

二、每筆存款至少須在新台幣十五元以上，且限填至元位為止。

三、倘金額塗改時請更換存款單重新填寫。

四、本存款單不得黏貼或附寄任何文件。

五、本存款金額業經電腦登帳後，不得申請撤回。

六、本存款單僅供電腦影像處理，請以正楷工整書寫並請勿摺疊。帳戶如需自印存款單，各欄文字及規格必須與本單完全相符；如有不符，各局應婉請寄款人更換郵局印製之存款單填寫，以利處理。

七、本存款單帳號與金額欄請以阿拉伯數字書寫。

八、帳戶本人在「付款局」所在直轄市或縣(市)以外之行政區域存款，需由帳戶內扣收手續費。

交易代號：0501、0502 現金存款 0503票據存款 2212 劃撥託收票據存款

本聯由儲匯處存 210 X 110 mm (80 g/m²)壹佰零五年