



### ●青年志工 / 蔡寧

在一場馬拉松之中，主角除了跑者之外，從工作人員、贊助廠商到沿路的觀眾和志工，人人都是這場馬拉松的重要參與者，這次的志工服務性質與我之前的都不一樣，因同學的邀約抱著好玩的心情與回饋家鄉的心情去做志工服務，參與遠東航空所舉辦的(第四屆)馬拉松路跑活動，另一方面也想從不同的角度體驗這項盛會。

這個由澎湖縣政府和遠東航空公司所主辦的賽事，雖然不像台灣本島的其他比賽那樣歷史悠久，但是因行銷操作成熟，設計亮點吸睛，如：宣傳賽道沿途美麗的風光、辦理華麗的選手之夜、海洋嘉年華party、提供機票折價券、海洋風選手紀念衫、空服員加油合照、澎湖風味補給站、獎金等福利，因此從第一屆起就一箭上垛，吸引了各國跑者、及估計5千人潮的觀光效益。這樣的大型活動，對於志工的訓練及要求也是慎重嚴謹毫不馬虎的。志工上線前必須做好萬全的準備及訓練，從前置作業的賽道規劃說明、動線安全提醒、舉辦路線試跑、補給站的設置等都是經過好幾次的跟相關單位開會討論，再一一提醒志工服勤重點，尤其是安全部分的回報機制，更是志工訓練的重要項目。原本在訓練聽講的過程中覺得當志工服務並不讓我覺得有什麼困難的，感覺一切都很新鮮，但是到了當天的正式服務後，我深刻體會到志工的辛苦。從天未亮到烈日當中的服務，真的非常辛勞。

清早氣溫低抵達會場，進行著工作分配提

醒及宣導，天色微微亮起選手們也陸續進場，志工們也就位準備迎接挑戰。這次分成全馬組(42K)、半馬組(21K)、挑戰組(10K)、健走組(5K)。看到跑友們起跑往前衝，心中真的會很激昂，而健走的鄉民以愉快的步伐出發了。

志工的工作項目，大略分成舞台組(協助頒獎、表演、貴賓接待、道具定位)、服務台組(協助賽事行政事務、摸彩品發放、獎盃發放)、完跑禮發放組(選手紀念品分裝及發放)、成績列印組(協助選手列印成績證明)、寄物組(協助選手寄放物品、領取物品)等，另外尚有機動工作如：要幫忙搬桌子、搬水補給物資，幫忙倒水，幫選手加油打氣，甚至於還要留意選手狀況，車輛管制補給品的發放...等等，在我發放補給品的時候，有些選手氣喘吁吁的，不忘和我們志工們說聲：「謝謝」，聽到這簡短的感謝，把我一身的疲累都拋到九霄雲外，感受到服務的快樂和參與志願服務的光榮。

現在一回想起來，我們這群志工朋友對這次活動貢獻的真的不少，但其實也學習體會到很多，尤其感受到主辦單位對安全的重視，為了維護選手的安全，對於一些安全措施等細節必需不計成本的堅持做到位，想到曾經參與過這樣正式的賽事志工服務，就感到一股莫名的開心與成就感，志工的一小步，讓自己更進步！



好事須相讓，惡事莫相推。

～王梵志《全唐詩補逸》

徵稿主題包含：

1. 志願服務政策、法令宣導。
2. 活動公告欄：含近期活動預告、上期活動成果剪輯。
3. 經驗分享：志互投稿或承辦人員經驗分享。
4. 其他：含優質電影、書刊、文章推薦、保健常識等。

補助單位：衛生福利部、澎湖縣政府

菊島志工心報 第27期

即將開始 徵稿

～歡迎志工踴躍投稿～



發行人/縣長賴峰偉  
總編輯/社會處處長陳賜豐  
副編輯/社會處副處長陳怡豪  
編輯小組/  
社會處福利科科長薛皆音  
志願服務督導蔡惠卿  
志願服務承辦人陳書豪

衛生福利部/澎湖縣政府 補助

## 人間處處有溫情

### ●青年志工 吳璦真

在升學過程中，經常從書本或他人口中得知自己當志工的經驗，當志工其實是人類的一大美德，人們付出自己的時間、精力，來關懷別人。那怕只有一個人做起，可他那看似小小的愛心，卻已在別人身上種下大大的溫暖，如果每個人都願意奉獻一點點的力量，爭相行善、猶恐不及，就能聚沙成塔，讓我們生活更加美好。

有一次在一個醫療活動中當志工，這個活動著重於偏鄉地區，主要是服務年長者，當我看到那些年長者行動不便、身體不適，才意識到這個活動是多麼的重要。我常省思，為甚麼我要去當志工，難道是因為我很有愛心？但我發現我錯了，我會喜歡去當志工，是因為我想要看到被幫助過後的人臉上流露幸福的表情，每次做完收穫都會非常多，感受到其實不是我幫助了什麼？而是因著志願服務，我其實是得到了很多難以言喻的快樂。

之前跟隨媽媽下離島，當小志工協助「身心障礙者家庭托顧服務」社工員拓展離島家托點。所謂「身心障礙者家庭托顧服務」就類似以前人們將嬰兒送到保母家一樣，只因現在政府更加重視身心障礙者的被照顧品質，因此衍生出此項服務，讓身心障礙者能夠到家托點，接受家托員的服務。我們到了離島家托點的時候發現原來這種服務是發揮很大的功用的，設立家庭托顧點其實是為了讓身心障礙者接受如同在家裡一般的生活照顧，白天接受照顧，晚上再回到自己家，這樣一來家屬就可以兼顧工作和家庭。然而要完成這項服務是需要托顧服務員細心照料，以及

願意提供自己的住宅做為家托點，家托員的服務內容包含「身體照顧服務」例如協助如廁、穿換衣服、進食等等……，「日常生活照顧服務」例如：陪同或代購生活必需品、陪同就醫或聯絡醫療機構、文康休閒及協助參與社區活動等服務，這些服務員也真的是很辛苦，要讓服務對象在自己的家中被服務，尤其在偏鄉的離島，醫療資源及物資提供都是一大考驗。離島的年輕人必須外出打拼工作賺錢，但是身障者卻礙於身體的殘缺就業相對困難，在社區中他是弱勢的一環，且大多不被家庭其他成員及鄰舍所關注，所以更需要家托員愛的關懷與協助照顧，來減輕家人的負荷。

小小志工能發揮自己一小份的心力，也能學習到如何協助社工員關心這些家庭，協助搬運物資、分門別類清點整理要分送到個案家的物品，在陪同社工員家訪時，學習到用心傾聽的重要性，體會到原來耐心的傾聽其實就能讓家屬感覺到被支持，這些對我來說真的是比在學校上課體會更多。期許我們的國家及社會大家都能重視志願服務的學習與付出，讓社會有愛、人間處處有溫情。



因為投入，所以深入；  
因為付出，所以傑出；  
因為關懷，所以暖懷。  
～黃乃輝～

## 溫暖的效應

●青年志工 / 陳曉崙

還記得，當初開啓我的志工之路的契機是小時候參加妙雲兒童成長營，隊輔哥哥姊姊們細心的照顧，使我感受到那種無私付出的溫暖，可惜的是，當時的我要升上國一了，成長營的招收對象是國小生，因此在營隊結束時我非常的失落，總想著沒有機會再去成長營了，但後來我靈機一動，不如以志工的身分參與吧？於是隔年開始我報名志工，最初是報名幕後志工，那時的我懵懵懂懂，也沒有勇氣自己能成為像隊輔哥哥姐姐一般的獨當一面，而後到了第六年的時候，心裡的渴望有如種子般的破土而出，再也壓抑不住，我便毅然決然地主動報名隊輔，我想，有些事，若是不去試著做看看，日後肯定會留下遺憾吧！於是就這樣走著走著，從最一開始的幕後志工到獨當一面的隊輔，轉眼間就過去了八年，支持我堅持不懈怠的，是小朋友歡快的笑容，而這，也就是我心靈富有的泉源。

後來，我在因緣際會下開始接觸到年長的身心障礙者，還記得當初的我多麼不適應，總擔心自己無法給予他們最好的服務，只能聽懂簡單台語的我也常常鬧了不少笑話，但隨著經驗的累積、前輩的指點，我開始懂得如何與身心障礙者相處，設身處地的思考他們的需求，與先前服務小朋友經驗相同的是，身心障礙者同樣會報以快樂的笑容，那一刻，好似尋找到人生的意義，我想，這就是一種自我實現吧！

在志願服務的過程中，其實也是一種學習，我開始了解到各種活動其實都有其目的性，像是社區關懷據點所辦理的各項活動，主要是希望能夠促進長者的身心健康，但長者分為積極與消極兩種狀態，有些長者有意願參與並自主動手完成，也有些長者願意參與，但不願意動手完成，我想除了活動內容外，或許跟氛圍有很大的關係，若有較多的長者有意願且積極參與，可能就會慢慢帶動其餘長者加入，否則長者若只是在旁觀看並不主動參與，便失去了辦理活動的意義，從這點就可以發現，其實志願服務也是一門學問，如何增加長者的意願、提高參與感以及活動內容的吸引程度等等，都是需要志工們的集思廣益，而這一點一滴，終將成為自己知識的財富。

一路走來，不禁開始回想起當志工的初衷，竟然只是隊輔哥哥姊姊們給予我的溫暖，便開啓了我的志工之路，這個社會那麼大，有數也數不完的人需要溫暖、等待別人的溫暖，不論是獨居的年長者、對生活失去意義的人等等，與其消極地等待別人的付出，不如從自身做起，也期許現在的我，在有能力的時候能貢獻自己的力量，溫暖他人、溫暖整個社會，讓我們開始付出，形成一個溫暖的效應，讓這份愛的力量擴散出去，我相信在未來的某一天，也會有個人在你需要的時候，給予你溫暖。



## 學生志工之服務與學習

●社團法人澎湖縣照顧服務協會

「志工伙伴們『服務』了什麼？還是其實是『學習』了什麼呢？」這是10多年前我在「耕莘山學團」懷著熱血、認為能服務原住民小朋友時，最被衝擊、也一直思索至今的話。科普一下耕莘山學團，民國56年原名「耕莘山地服務團」，由張志宏神父創立，那是原住民物資缺乏、還處於弱勢的年代，那年代的志工們自發性的上尖石山付出，達成幫助原住民的階段性任務。時移世易，原住民早脫離了「弱勢」的迷思，一些暑期大學生們，還是懷著熱血上山對原住民「付出」，然後開始發現，其實是學習到了文化交流、是交到了朋友、是在深山中被單純的快樂感動。於是開始自問是服務還是學習？有先問被服務對象需要這樣的「服務」嗎？秉著一種自省，於民國82年改名為耕莘山地「學習工作」團，每年招收約50名大學生培訓半年，再上山服勤為期3週（住在山上3週）。比較特別的是耕莘山學團是以揹著登山包「徒步上山」的方式進入部落服勤工作，而且限制手機金錢，並且服勤期間不可以送山上小朋友禮物（部落長老基於教育理念，不願意小朋友習於收受禮物）。相對

## 高齡志工在龍門

●社團法人澎湖縣照顧服務協會

「各位鄉親大家好，龍門據點已經開張囉！歡迎大家一起來泡茶呷飯抬槓喔……。」因應長照2.0政策，縣府積極推廣、輔導社區照顧關懷據點普及化，期望達到1村里1據點之目標。澎湖縣龍門村，老人人口比例高達18.2%，這個靠海的社區照顧關懷據點於107年9月正式開張，是澎湖第37個揭牌運作的社區照顧關懷據點。龍門據點由社團法人澎湖縣照顧服務協會承辦，與當地志工伙伴一起辦理，提供長輩在地化的共餐、量血壓、家電訪、健康促進活動等服務。

志工伙伴是據點的靈魂，對於據點的氣氛營造及各項服務扮演至關重要角色。龍門社區人口約2022人，65歲以上長者有368人，此長者偏高的現象也反映在志工隊年齡結構上，雖然龍門志工隊高齡志工比例偏高（最高齡達81歲），但那靈活的身手、人脈資源連結的通達、做事時捨我其誰的衝勁，實在讓年輕志工自嘆不如。龍門志工隊提供長輩在地化服務，讓長輩有一個泡茶、聊天、唱卡拉OK、玩桌遊（發揚國粹）的去處，中午並由志工協助烹飪美味餐食、及配合特殊節令

辦理應景活動。而一些不方便外出的長輩，志工伙伴還得主動出擊，定期電話問安、或至長輩家關懷訪視，目的就是讓長輩們在自己住的社區中能使用到照顧資源，在地老化，自在生活。

龍門據點從開張以來，參與據點活動的長輩人數屢屢創新高，真難想

像這藏身大廟旁的小小舊建築內，竟能擠下那麼多人！由此可見此村的人情味和村里長輩們的人脈連結多麼緊密團結。每見龍門志工夥伴們動作利索、笑聲爽朗，那招呼的大嗓門和忙得不亦樂乎的身影，讓人彷彿回到農業時代大灶煮飯的溫暖。這樣的忙碌，有時間不在家看電視睡午覺，偏偏跑來據點流汗（大小聲），對自己有何好處呢？我想，答案都在志工伙伴們的心中，是嗎？那在地的人情味，走遍各五星飯店也比不上的親切熟悉招呼聲，這就是據點人情味，也是在地志工無可取代的價值。



於很多開車上山、辦活動發送物資的志工團體，「徒步上山」不只是「傳統」那麼簡單，其實懷著對山的謙卑和敬意。

學生志工的熱忱是可貴的，尤其是現在的學生，放棄了補習、冷氣房電動手機打工賺錢等利誘，願意到山上無酬勞動、學習付出，已經是難能可貴，這樣的學生志工其實為數不少，他們的起心動念為何呢？學習了什麼呢？交流了什麼呢？到底來這深山能做些什麼呢？能改變什麼呢？學生志工的工作大約分成：學童課輔組、部落家戶關懷、跨部落運動會、農務勞動、部落活動參與等，在部落的勞務互動中，學習另一種生活模式、交換截然不同的價值觀。

當初我懷著興奮好奇上山，好多的問號和不確定，完全無法預料山中旅程，山上的星空和雲霧繚繞讓人似懂非懂，而「願意提問」其實是學生志工很珍貴的價值。到底服務了什麼？到底花時間來服勤為了什麼？看了什麼？有思考有關心才會有問號，雖然不一定會有解答，但找尋解答的過程本身、所碰撞的思維衝擊，其實就是一種學習。「學生志工」其實還真幫不了太多忙，但是服務的熱忱本身、那睜亮的好奇雙眼、提出的出人意表問題，那好奇心就是價值。祝福最近開始暑期服勤的學生志工們，祝福你們能有所收穫。