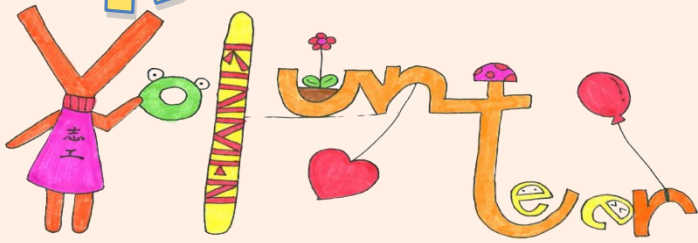


活島心 志工情



發行單位:金門縣志願服務推廣中心

編輯:黃佳蓉、何淨蓉

地址:金門縣金湖鎮瓊徑路35號2樓

電話:082-318823#67570

「銀領風潮健康Show場」創意志工隊競賽

一場由金門縣政府社會處志願服務推廣中心舉辦的「銀領風潮健康Show場」創意志工隊競賽，於8月26日下午在金門縣社會福利館演藝廳登場，共十一支志工隊伍參賽，每支隊伍發揮各自創意，表現出志工們追求健康、活力的熱情。比賽結果由金湖鎮信義新村社區綜合福利服務隊獲得好評，奪下冠軍。



「銀領風潮健康Show場」創意志工隊競賽在社福館登場，十一支隊伍以銀髮族健康操（健康舞）為主軸的競賽，提供志工們一個展現健康活力與生命價值的平台。而活動過程中，副縣長李文良、社會處長陳世保、婦女會理事長王秀玉議員、政風處長陳宗強、銀髮族協會王添泉、塔后社區陳秀嵐、青岐社區洪正雄、下莊社區薛逸璞、新市社區林麗芬及武德新莊社區辛寬得等理事長到場欣賞，為志工們加油打氣。

這項比賽是由志工隊們以自創輕鬆健康、充滿創意的健康操（或健康舞），來塑造各志工隊與眾不同的特殊風格，同時可加強地區志願服務團體之間的聯繫及情感交流。社會處表示，參賽的十一支隊伍分別有金湖鎮塔后社區綜合福利服務志工隊、金門縣婦女會—金鳳凰志工隊、金門縣政府政風處廉政志工隊、金門縣銀髮族祥和志工隊、烈嶼鄉青岐社區岐心志工隊、金湖鎮下莊社區志工隊、金湖國小志工隊、金湖鎮新市社區綜合福利服務隊、金湖鎮信義新村社區綜合福利服務隊、金湖鎮武德新莊祥和志工隊及金湖鎮山外社區綜合福利服務隊等。

副縣長李文良給予現場與會志工高度肯定，表示過程中各隊伍的表演讓他笑開懷。李文良說，全縣總共129隊志工隊，11隊願意接受挑戰積極參賽，值得嘉許。他同時期望未來能有更多的志工隊報名參加，共襄盛舉，並開玩笑的說若參賽隊伍有所成長，屆時獎金也應該要有所成長才是。同時，李文良認為比賽過程是很美好的回憶，他除恭喜得獎隊伍之外，也對與獎無緣的隊伍喊話，不論得獎與否，每支隊伍都獲得了「快樂」與「健康」。最後感謝志工對縣府各項活動的支持與貢獻，企盼日後能彼此攜手，為鄉親提供更多元的服務。

陳世保說，志願服務推廣中心辦理以銀髮族為主軸的志工健康操競賽，是希望藉志工的自我創意燃燒汗水和熱情吶喊，凝聚志工服務的向心力，展現志工的潛能與建立各團隊間的橫向溝通，促使地區的志願服務團隊各志工夥伴相互交流及認識，結合資源擴大服務範疇；藉競賽促進志工們的生理、心理及社會之健康，進而鼓勵志工隊培養團結一心的精神與激發創意的潛能，適時多走出戶外結交新朋友，建立良好人際互動關係。

比賽邀請洪春復、蔡佈曦、洪心怡等人進行評審，比賽評分項目包含創意、具未來推廣性、團隊展現、整體造型、團隊組成（高齡及性別比率），加分項則為運用自創環保道具、搭配自創或無版權音樂、解說等。比賽結果，冠軍為金湖鎮信義新村社區綜合福利服務隊、亞軍為烈嶼鄉青岐社區岐心志工隊、季軍為金湖鎮武德新莊祥和志工隊；另最佳帶勁獎則為金門縣婦女會金鳳凰志工隊，獲獎隊伍由李文良親自頒獎。

社會處說，該處會在賽後將獲獎團隊健康舞（或健康操）影片剪輯成影片，公開於縣府網站以提供各社區運用，讓長者一同養成運動的好習慣，樂活健康，並會邀請獲獎隊伍擔任「健康Show場大使」，配合未來表演或拍攝影片宣傳。



志工教育訓練課程 談正念思維與平衡身心

為提升高齡志工志願服務品質，增進志工的專業知能並充實服務內涵，金門縣志願服務推廣中心於8月20、21日分別於金門縣政府及金沙鎮公所多媒體簡報室辦理「志」在學習 | 心靈成長教育訓練課程活動，邀請華人正念減壓中心講師林彩媚主講「培養靈性健康的助己助人關係」與「活出好齡感：正念覺察與高齡者靈性關懷照顧」，二場次共計一百四十多位志工幹部及志工參加，參與的志工均表示獲益良多。



「志」在學習 | 志工幹部心靈成長教育訓練首於8月20日辦理，主講「培養靈性健康的助己助人關係」，此課程主要參訓的對象多為高齡志工幹部，講師林彩媚提醒志工應不忘服務初衷，更應該打破慣性，用嶄新的方式看待自己、志工團隊、運用單位和服務關係，並分享如何促進靈性健康關懷與成長，有助成功老化目標達成的撇步。

講師林彩媚祝福學員不論處於愉快或不愉快，掌控或失控的處境中，都願意去面對生活中的變化，運用這些親身經歷、想法和感受，做為自我療癒，並藉此強化自身力量，學習以嶄新的方式看待自己和世界，以嶄新的方式和自己的身體、情緒、想法和平相處，學習在維持身心平衡的同時，也能對所有事物笑笑面對，更能將輕鬆氛圍帶給受服務的對象。

至於8月21日的課程則安排「活出好齡感：正念覺察與高齡者靈性關懷照顧」，講師林彩媚勉勵高齡志工要活出好齡感的樂活人生，並分享靈性發展對高齡者的重要性及靈性關懷志工的多元服務，課程內容非常豐富和多樣化，強調正念是培育照顧好自己的能力，不論在任何情況下，以最好的方式善待自己，已經將一天的精力給了別人、工作，所以每天都要吸收溫暖的能量充電、滋養自己，讓照顧好自己成為一種習慣。

社會處表示，縣長陳福海非常重視長者的健康，高齡者就近參與發揮各項專才加入志工隊服務他人；希望透過此次靈性關懷服務課程，推廣志工們建立全人照顧理念，包括生理、心理、社會及心靈層面，藉由課程培訓讓高齡志工，共同學習樂觀積極面對生理病痛及生命歷程中的各種酸甜苦辣。另外，鼓勵活到老學到老，並呼籲高齡志工們健康樂活，快樂學習。（以上資料、照片由金門縣志願服務推廣中心提供）

環保志工群英會地方初賽 環保尖兵隊摘下總冠軍

(以下資料、照片摘要自金門日報)

由金門縣環保局舉辦的一一二年金門縣環保志(義)工群英會地方初賽於8月5日登場,計有來自全縣各鄉鎮十支社區環保志工隊參與競賽,透過趣味闖關的競賽方式,且寓教於樂推動重要環境政策與環境保護議題,也藉由比賽展現環保志(義)工關懷環境的熱情與活力並凝聚團結向心力。金門縣政府秘書長謝世傑特地到場為參賽社區環保志工隊鼓勵,並與環保局長楊建立、裁判長金門縣環境教育學會理事長林英生頒獎表揚各績優獲勝社區環保志工隊,其中將選出三支隊伍代表金門縣前進台南,參加十月份全國環保志(義)工群英會競賽,為金門縣爭取佳績和榮耀。



縣政府秘書長謝世傑頒獎致詞表示,十支社區參與競賽環保志工隊在四項比賽都進入PK賽,代表著各支隊伍對於環境政策與環境保護議題素質都很高,且實力在伯仲之間,相信選出的三支金門縣代表隊,在台南舉辦的全國環保志(義)工群英會競賽一定能得摘得最佳成績,抱回冠亞季軍與為金門縣爭榮譽,主持人也高喊「當然好啊!」

謝世傑說,環保志(義)工在平時除對環境的付出外,也透過群英會地方初賽達到寓教於樂,且在交流和學習,並代表縣長陳福海感謝志(義)工在推動環境保護的過程中,一直是不遺餘力,讓本縣在全國各項環境保護工作評比上皆是名列前茅;而如此優秀的成果,不光只是依靠縣府及環保局的政策宣導與執行,還仰賴眾多環保志工夥伴為我們金門在地環境默默地付出跟耕耘努力,因此環保志工在協助金門環境永續推動的路上,是相當重要的一環,也是我們最珍貴的夥伴。

經過一整個上午的比賽後,各項目競賽成績揭曉分別披露如后,其中環保尖兵隊摘下五個獎項,是此次環保志(義)工群英會地方初賽最大的贏家:

- 環保金頭腦:第一名-環保尖兵隊、第二名-信義環保志工隊、第三名-富康金城隊。
- 資源分類王:第一名-金沙隊、第二名-山外社區隊、第三名-環保尖兵隊。
- 資源灌籃高手:第一名-山外社區隊、第二名-環保尖兵隊、第三名-金沙隊。
- 環境保衛戰:優勝-環保尖兵隊。
- 最佳活力獎:古寧頭社區志工隊、下莊社區環保志工隊。
- 努力表現獎:四埔社區隊、金城水環境巡守隊。
- 團隊合作獎:塔后社區幸福隊。
- 總冠軍:環保尖兵隊。

此外,環保局指出,環保志(義)工群英會地方初賽遴選出總積分前三名的隊伍,將於十月廿九日代表金門縣參加由環保署在臺南市嘉南藥理大學紹宗體育館辦理的全國決賽,緊接著將整合隊伍並緊鑼密鼓加緊練習,屆時與來自全國廿二縣市的環保志工代表隊齊聚一堂、同臺較量,期許金門縣代表隊伍旗開得勝,為金門縣爭取榮耀。

活躍老化冠軍隊伍 金鳳凰將參加全國賽

為鼓勵長者社會參與學習及提升長者健康運動知識，金門縣衛生局8月12日上午在金城國中藝文中心舉辦「112年金門縣長者活躍老化競賽活動」，共有社區團體9隊報名參賽，現場載歌載舞，最後是由「社團法人金門婦女會」金鳳凰志工隊獲得第一，將代表本縣赴台參加由國民健康署辦理的112年長者活躍老化競賽活動。

副縣長李文良致詞時代表陳福海縣長及縣府團隊表達祝賀與祝福，他說，為了健康，上了年紀後保持動態生活形態是很重要的，縣府也非常支持與鼓勵民眾上了年紀能保持動態的生活，養成持續運動與參與動態活動的習慣。

婦女會理事長王秀玉議員說，在活動中長者們展現活力，不管比賽是否得到好成績，但是長輩們走出來參與，就是最好的肯定。

本次參賽隊伍成員每隊20至25人、年齡55歲以上，各隊自行設計參賽歌曲及表演內容，表演主軸以「活力」為主題，除了競賽，現場也有「我的餐盤健康操」。在二個多鐘頭的比賽後，各組成績出爐，由李文良副縣長頒獎表揚，其中，金牌獎為社團法人金門婦女會，獲頒發獎牌及獎金新台幣八千元；銀牌獎為金城鎮衛生所及北門社區，頒發獎牌及獎金七千元；銅牌獎為金門太極拳運動委員會，頒發獎牌及獎金六千元。另最佳團隊獎金湖鎮山外社區發展協會、最佳活力獎金沙區太極拳社、最佳精神獎金門縣銀髮族協會等三個團隊各頒發獎牌及獎金五千元。還有最佳創意獎金湖新市活力秀、最佳造型獎西門社區發展協會、最佳表演獎盤山村社區發展協會等三個團隊各頒發獎牌及獎金四千元。

評審許瑞芬校長說，競賽中服裝整齊劃一、融入金門的精神與特色很重要。每一表演團體各有特色，展現多樣化、豐富性。

衛生局指出，希望藉由本次的長者活躍老化競賽活動，讓長者積極參與健康休閒活動，不僅凝聚了社區長輩向心力，也激發了長者的創意、活力與學習力，落實對長者身心靈健康的照護，鼓勵長者們作伙走出家裡，走出社區，逗陣來交心作朋友，增加人際關係及社會參與的機會，延緩老化，讓生活更豐富更精彩、更充滿活力健康。



志工活動時刻分享

(以下資料、照片摘要自金門日報)



金城鎮公所於8月2日，結合軍民投入大量的人力進行颱風後清理。公所清潔隊除了運用清潔隊人力，結合軍方支援和協力單位共同展開災後復原外，金城鎮長李誠智感謝前水頭社區等十三個社區的志工主動參與環境復原工作。鎮長表示，有清潔隊、軍方支援、再加上社區志工投入，真正實現了災後復原的「三合一」力量的正式結合，除了表示感謝更提醒大家注意安全。



金門縣農業試驗所致力於推廣金門農業文化，鼓勵民眾積極參與農業體驗，結合在地農戶及社區辦理一場次「2023金門農業體驗半日遊-農遊金門瘋收一夏」活動，在官澳社區發展協會社區的志工媽媽們帶領下，體驗大黍草掃帚DIY活動，並進行社區導覽，講述著官澳社區的故事和歷史，讓參加者對於這片土地的多彩風光有更多的認識。



金湖鎮公所於8月3日辦理112年度志願服務績效評鑑頒獎典禮，由鎮長陳文顧主持並表達了對得獎社區的祝賀和對志願服務的重視，鼓勵各社區參與評鑑。期望各社區將志願服務落實社區每個角落，社區在平時都積極落實志願服務，建立社區福利機制，照顧當地的鄉親。



寧中小學、金鼎國小與古城國小三校師生於8月6日，與校友、愛校志工們一同整理颱風過境後的環境，大家不分彼此鼎力相助，讓校園能在最短的時間整理復舊，重新呈現活力滿點的園地。



金湖鎮公所於8月6日舉辦「社區清潔日」活動，鎮長陳文顧率同金湖鎮公所環保課課長李博豪參與「金湖鎮社區環境清潔日」活動，與社區志工一起來東村社區和庵邊社區，親自參與打掃環境的工作。讓金湖鎮的環境得到改善，這次「社區清潔日」活動中，共有21個社區的志工總動員參與，也展現了社區共同維護的團結精神，一起守護金湖鎮美好大家園。



金寧鄉衛生所今年度3至8月結合古寧村辦公處、古寧頭社區發展協會、后盤村辦公處、后沙隴口社區發展協會與社區村長、理事長、耆老及古道熱腸的志工伙伴共同推動健康促進推動「社區健康促進站」，運用高齡同儕力量揪團運動，讓長者於熟悉的環境增加社會參與，提升凝聚力，建立健康社區生活的概念。



金湖鎮信義新村社區發展協會於8月7日舉辦父親節慶祝活動，有社區志工與長輩們帶來的精彩表演「不老活力秀」，並在會後一起享用快樂漢堡餐，讓長輩們歡度佳節，留下特別的回憶。社區發展協會理事長吳建業、志工隊長林紅緞說明，傳達祝福心意之餘，讓長輩們和社區之間能有更多的交流和互動。



金門縣青少年暨兒童關懷協會於8月8日辦理「饗受廚房」活動，帶領與會兒少製作一系列美味料理，並前往社區關懷據點和長者分享互動。社團法人金門縣青少年暨兒童關懷協會表示，希望透過活動，培養兒童及少年自行料理的能力，透過分組討論分工處理食材和烹調時，亦能培養團隊分工合作精神，逐漸培養兒少自立。



正義與南門社區於8月8日社區志工與長輩一同慶祝父親節。金湖鎮正義社區發展協會理事長陳金城表達了對所有參加餐會的父親們和社區志工的感謝之情。金城鎮公所秘書陳欽進、鎮公所社會課課長盧玉美代表鎮長李誠智到場祝賀，金城鎮民代表許燕輝特別前往共慶佳節並祝福社區的各位爸爸「父親節快樂」。



社團法人中華身心障礙運動休閒服務協會主辦，金門縣政府教育處及金城國中協辦的「金讚友善 有你真棒」暑期融合營於8月9日在金城國中舉辦。營隊以自主學習、人際關係及團隊精神為活動主軸，透過輕鬆互動方式，陪伴特殊生在快樂中學習成長！



金門縣政府廉政志工隊一一二年度專業訓練於8月11日舉辦一天活動課程，法務部廉政署署長莊榮松感謝廉政志工的貢獻，使廉潔誠信教育更深化，展現建構廉潔家園的用心與決心。縣府政風處處長陳宗強表示透過廉政志工專業訓練及隊務會議的舉行相信能有效建構貪瀆防護網，落實本縣行政清廉形象。



為防治失智症、提供照護，以及改善醫療保健和社區生活的質量，已成為全球共同關心的議題。金門縣安岐多元照顧中心於8月13日舉辦失智友善社區推廣活動系列公共識能教育訓練課程，並邀請東門里里長周偉義、社區幹部、鄉親、協會志工及中心長輩共同參與活動，共同度過快樂的時光。



金門縣政府於8月14、15日在金湖社會福利中心會議室辦理「老人保護家庭關懷訪視員培力教育訓練」，特別邀請金門大學社會工作學系系主任黃誌坤為有意願擔任老人保護家庭關懷訪視員的社區防暴宣導講師、志工、相關系所學生等17名學員講授老年期特質、服務倫理，以及家庭關懷訪視溝通技巧等職前教育訓練。



金門話為金門的本土語言，但隨著時間的流逝，金門話與傳統文化卻逐漸沒落。金門縣文化局為營造醫療院所的友善環境，首創在金城衛生所提供金門話的服務，於8月24日（四）邀請許主任，為金門話志工分享「銀髮族常見疾病」及「長者用藥安全」等主題，以及金城衛生所常見的求診問題，透過金門話志工的進駐，讓求診者可以透過熟悉的語言做溝通，營造友善的醫療環境。



慶祝祖父母節，華山基金會8月24日邀請五位服務的獨居長輩參訪一條根文化館，享受足療泡腳與筋絡按摩服務。在王大夫員工與服務志工們力道適中的揉捏下，舒緩了他們緊繃的肩頸，接受服務的長輩們紛紛直呼「金舒適」。



因應即將到來的總統副總統、立委選舉，政風處結合廉政志工啟航宣導列車，分別至新市社區、金酒公司、小徑社區及東林社區，辦理112年度廉潔反貪反賄選系列宣導活動，此次廉政宣導重點為鼓勵檢舉妨害選舉要點修正內容及台美21世紀貿易倡議，活動以簡報、有獎徵答及風獅爺彩繪杯墊宣導品等寓教於樂方式，將反賄選及廉潔概念深植民心，喚起民眾對貪污採取「零容忍」態度，共同攜手建立廉能政府。



結束了長達2個月的暑假，8月30日是各級學校開學日，為維護學生們的安全，金門縣警察局金城分局啟動「護童專案」，結合學校保全人員及導護志工老師等民力共同執勤，協助維持校園周邊交通，引導學生過馬路，守護孩子們上、下學的安全，讓學童及家長都感到十分貼心。



西口國小結合樂齡祖孫日，辦理「多人同心，其利斷金」迎新系列趣味活動，現場30多位家長與志工們攜手15位小一及幼兒園新生共同參與「傳遞乒乓球」默契考驗，象徵「傳承」與「合作」。緊接著，在志工們及學校師長及護理師帶領下，新生探索校園環境、以及學習使用飲水機等生活技能。



新學期開學日，金湖國小舉辦「初心展翅，夢想起飛」迎新入學儀式，由湖小志工隊擔任關主，在活動前並邀請父母與祖父母大手牽小手，共同參與「初心展翅，夢想起飛」闖關活動。最後由湖小家長會會長林嘉森、湖小志工隊隊長林好蓁與校長陳為信致贈小一新生相見歡禮物。

(以上資料、照片摘要自金門日報)

金門縣績優(優秀)志願服務人員推薦

推薦方式及標準

- (一) 前開符合資格志願服務團隊，金防部、中央駐金單位、各目的事業主管機關得擇優推薦所屬轄下志工一名；社政志工隊每隊得擇優推薦所屬志工一名。
- (二) 被推薦之志工需領有志願服務紀錄冊且從事志願服務工作需滿2年以上，服務時數累計300小時以上，且本年度(1/1~7/31)服務時數累計達30小時以上，品德優良、無不良紀錄，並具備下列條件之一者：

1. 積極、主動、熱心、負責，對服務對象有具體幫助者。
 2. 服務行為表現優異並積極參與各項志願服務活動者。
 3. 研提創新意見或作法，有助於志願服務之推動改進者。
- 惟前揭志工倘五年以內得過該獎項者及獲得各關懷據點績優志工者，不得重複推薦；另推薦志工個人所在志工隊務須正常(定期改選及召開年度隊員大會)，若有資格不符或佐證資料不足等，主辦單位與評審得為從缺之決定。

想要發表您的志工服務感言嗎？
想要分享您從事志工的經驗嗎？
想要將志工隊成果展現出來嗎？
想要給予各位志工鼓勵的話嗎？

心動不如馬上行動！

趕緊拿起你的紙筆或打開你的電腦寫下來寄至指定信箱
(Rong1125@mail.kinmen.gov.tw，字數以500字為限)，
把您的愛心分享給更多人看。

(投稿請附上1-2張照片)

就是您！
請不要懷疑

投稿經審核刊登，將致贈宣導品一份，感謝您的分享。