



103年3月份幹事部會議要點

103.03.21(五)

- 一、新春團拜已於2/16(日)假中和區國防管理學院辦理完畢，感謝活動組及全體幹事部及支援教練的辛勞與付出，使活動圓滿達成。
- 二、年度第1次教練團會議已於3/9(日)1400時假會所2樓召開完畢，感謝教練團及訓練組周詳準備，各泳訓班總教練選任狀況良好，惟自強游泳池以外班隊尚有空缺，請鼓勵教練踴躍擔任。
- 三、除表訂開辦泳訓班外，如有意願另行開班者，可與教練團及訓練組接洽。
- 四、3/22(六)為春季旅遊活動，請活動組備好行程準備，並請急救組與機動組支援安全維護。
- 五、日月潭長泳為本會年度重大任務，請活動組速完成經費概算、活動行程、工作人員需求、應繳費用等工作等，以利任務達成。
- 六、3/23(日)急救員複訓班開訓，請急救組備好課程準備。
- 七、4/13(日)舟艇訓練及年度第1次搜救隊複訓，預定於新店下龜山橋水域實施，請機動組及搜救隊加強準備，並感謝器材組已於3/16日完成器材第一次檢整工作。
- 八、4/24(四)將召開救生班總教練協調會，請訓練組備好開會準備，並於4/11(五)前將自強一期救生員班的開班申請表呈交市分會承辦。
- 九、總會於4/26(六)將舉行第14期救生教練入訓測驗，請訓練組備好本隊入訓學員資格資料及名冊準備。
- 十、請訓練組對今年度各泳訓班，所須的紅布條、DM、或其他文宣等，做好整理及準備，若需經費補助的部份，可提出建議。
- 十一、4/27(日)實施大豹溪勘溪活動及器材運送，請服務組及器材組做好準備，並與各救生站商家做好聯絡，另請機動組派10人支援救生站開設。
- 十二、時序已近夏令季節，各項泳訓班訓練及大豹溪防溺協勤將陸續展開，請各組及會員全力配合，完成各項預定任務。
- 十三、近期工作重點：
 - (一)4月份會所值勤由服務組擔任。
 - (二)4/13(日)辦理「舟艇訓練及年度第1次搜救隊複訓」。
 - (三)4/20(日)完成大豹溪開站器材整備。
 - (四)4/24(四)召開救生班總教練協調會。
 - (五)4/25(五)1930時四月份幹事部會議。
 - (六)4/27(日)大豹溪勘溪活動及協調會。
 - (七)5/11(日)自強一期救生員班開訓。
 - (八)5/12(一)自強一期救生員複訓班開訓。





聯合會公告

中華民國紅十字總會志工表揚名單

103年總會志工表揚，本會符合資格會員名單如下，如有遺漏會員請告知文書組，尚未繳年費者，請儘速繳交，俾利陳報總會表揚。

5年						
文 歡	王兆宇	王村丞	江肯輔	江雨桐	江慶旭	江蔡素娥
吳秀美	李佩霜	李泰彬	沈惠芬	林致廷	林家雋	林泰戎
柯敏龍	洪結常	翁浩恩	張春香	張英瀚	張慧玲	梁志銘
梁嘉云	許良榮	陳冠薇	陳美芳	陳晨曦	陳錦華	莊麗芳
曾佳怡	黃玉璋	黃忠正	黃柔婉	黃瑞明	黃麗美	葉昱德
廖俊凱	趙駿業	劉芸鳳	鄭清淳	謝孟涵	羅文係	

10年						
王 艾	王君傑	古珮妤	江美燕	池旺融	吳家煌	呂理金
李亦民	李培俊	李震榮	阮雅凰	周禹丞	林恆雄	林秋榕
林清其	林聖國	張建雄	許晴媿	陳俊安	陳信儒	曾心怡
曾博揚	黃琦茹	楊重德				

20年						
向靜玉	吳瑞明	林石源	周國金	俞佳宏	張哲銘	莊振春
陳忠慶	陳秋蘭	陳清雲	馮阿春	黃澤華	楊仁德	劉麗江
蔡親偉	呂忠義					

※ 以上名單若有遺漏請洽 總幹事：林欽鐘 0937-503-452，Email：a793866@yahoo.com.tw

財務組公告

* 感恩芳名錄 *

感謝李美玉資深教練捐贈200箱礦泉水供大豹溪服勤時使用





訓練組公告

※換證資訊

※救生員証

請務必參加救生員複訓訓練班，救生證有效期屆滿前半年內參加12小時複訓班複訓，成績合格始可換證（救生員證逾期即失效，必須重訓）。

一、救生員證換發證條件：

連續2年（102年/103年）繳交年費者。

二年內服務時數滿60小時（含野外服勤48小時）。

二、救生員換證資料：

一吋半身脫帽照片2張。

救生員證有效證書正反影本。

救生員簽證費：500元。

急救證或EMT證照正反影本。（注意：有效期需6個月以上）

※救生教練證

一、換發證條件：需連續2年（102年/103年）繳交年費者。

二、換證資料：

填寫"救生教練換證申請表"。

一吋半身脫帽照片2張。

救生教練證有效證書正反影本。

急救證或EMT證照正反影本。（注意：有效期需6個月以上）

三、換證期間：

總會辦理月份為四月及十月，請於4月底前備期資料送交訓練組。

四、注意事項：

今年度需換證之期別為2、5、8、11期，請救生班開班總教練特別注意您的證件到期月份，以利開班順利。

※訓練資訊

一、103年度救生教練再教育

日期:6/7(六)、8(日)、14(六)、15(日)(擇一日期)向新北市訓練組登記報





名上課，即日起接受登記報名喔!請本年度欲開班及帶班救生教練，務必報名救生教練再教育之課程。

二、第14期救生教練入訓:

將於4/26(六)舉行入訓測驗，訓練期間5/3(六)至6/1(日)止。

請參與訓練的夥伴將時間空出來。救生教練入學甄試要點，請參閱會內網站：<http://lspesa.org/xoops/modules/tadnews/index.php?nsn=133#A>

三、急流救生先期繩結訓練

參與各梯次急流救生夥伴，請務必於4/10(四)晚上7點整至自強會所二樓上繩結課程。

四、水上救生員訓練及複訓

(1.) 自強一期救生員班：

5/11(日)至6/8(日) AM05:20~07:00

總教練：陳秋蘭 0919-948879

(2.) 救生員複訓班第一梯次：

5/12(一)至5/17(六) AM 05:15~07:15

總教練:李震榮

(3.) 救生員複訓班第二梯次：

6/30(一)至7/05(六) AM05:15~07:15

總教練:徐健軒

※換證及訓練相關表格請上協會網站下載(<http://www.lspesa.org>)

※以上訓練報名及換證資料繳交：

1. 來電約定時間拿取。(訓練組長陳美芳 0935-030-990 dona1999_1@hotmail.com)
2. 週五晚上19:30~21:00至自強二樓會所，繳交給訓練組。(請事先來電告知(02)2243-3049或0935-030-990陳美芳)
3. 將資料用牛皮紙袋或信封裝釘好請託至：新北市中和區中山路2段205號佳欣照相館(02)2248-9900、(02)2248-9911。
4. 未繳年費者請洽財務組組長林潘淑美教練0933-692-429
5. 陸上急救證過期或複訓者請洽急救組組長譚國斌教練0919-349-709





103年各游泳池開班統計表

自強游泳池

班別	訓練週期	上課日期	總教練	連絡電話	備考
自強1初級班(早)	二週	6/2~6/14	莊麗芳	0939565278	
自強2初級班(早)	二週	6/9~6/21	張仲皓	0930895797	
自強3初級班(早)	二週	6/16~6/28	張國輝	0930296397	
自強4初級班(早)	二週	6/23~7/5	陳焜基	0932060897	
自強5初級班(早)	二週	6/30~7/12	林欽鐘	0937503452	
自強6初級班(早)	二週	7/7~7/19	陳巧凌	0912706600	
自強7初級班(早)	二週	7/14~7/26	陳代祐	0932125548	
自強8初級班(早)	二週	7/21~8/2	曾佳怡	0921837929	
自強9初級班(早)	二週	7/28~8/9	賴貴麗	0935523967	
自強10初級班(早)	二週	8/4~8/16	劉胤希	0970188880	
自強11初級班(早)	二週	8/11~8/23	陳正吉	0938666978	
自強12初級班(早)	二週	8/18~8/30	劉胤希	0970188880	
自強1中級班(早)	三週	6/30~7/18	侯采伶	0933856520	
自強2中級班(早)	三週	7/21~8/8	李昆峰	0937514017	
自強3中級班(早)	三週	8/11~8/29	蔡孟昆	0935194511	
自強1自救班(早)	二週	7/21~8/1	王康睿	0937565325	
自強2自救班(早)	二週	8/11~8/22	蔡素娥	0910234502	
姿勢矯正班(蛙、蝶)	四週	5/5~5/30	劉慧明	0933004380	
姿勢矯正班(捷、仰)	四週	6/2~6/27	林忠漢	0928801818	
救生員複訓班(一)	六天	5/12~5/17	李震榮	0935903522	換證會員
救生員複訓班(二)	六天	6/30~7/5	徐健軒	0933805921	要參加





103年各游泳池開班統計表

自強游泳池

班別	訓練週期	上課日期	總教練	連絡電話	備考
自強1救生班(早)	四週	5/11~6/8	陳秋蘭	0919948879	
自強2救生班(早)	四週	6/8~7/6	王臣扶	0933844079	
自強3救生班(早)	四週	7/6~8/3	譚國斌	0919349709	
自強4救生班(早)	四週	8/3~8/31	林建富	0912034685	
自強3救生班(夜)	四週	7/6~8/3	陳嘉宏	0935124473	
自強1高級班(早)	四週	7/6~8/2	林潘淑美	0933692429	
自強2高級班(早)	四週	8/3~8/30	江美燕	0952369545	
自強3高級班(早)	四週	8/31~9/27	蔡明儒	0961277373	
第11期游泳教練班	四週	8/31~9/28	莊子華	0988020666	

八秀游泳池

班別	訓練週期	上課日期	總教練	連絡電話	備考
八秀1初級班(早)	三週	6/30~7/18			
八秀2初級班(晚)	三週	6/30~7/18	張仲皓	0930895797	
八秀3初級班(晚)	三週	7/21~8/8	余淑華	0932919758	
八秀4初級班(晚)	三週	8/11~8/29	林維德	0937000536	
八秀1中級班(晚)	三週	6/30~7/18	陳瑞元	0928788384	
八秀2中級班(早)	三週	7/21~8/8			
八秀3中級班(晚)	三週	8/11~8/29	陳焜基	0932060897	
八秀自救班(晚)	二週	7/21~8/1			
八秀自救班(早)	二週	8/11~8/22	王臣扶	0933844079	





103年各游泳池開班統計表

滬江中學游泳池

班別	訓練週期	上課日期	總教練	備考
滬江中學初級班(早)	三週	7/7~7/25		預定開班時間， 若異動另行公告
滬江中學中級班(早)	三週	7/28~8/15		預定開班時間， 若異動另行公告
滬江中學救生班(早)	三週	7/7~8/3		預定開班時間， 若異動另行公告

世紀皇家

班別	訓練週期	上課日期	總教練	備考
世紀皇家初級班(晚)	三週	7/7~7/25		預定開班時間， 若異動另行公告
世紀皇家中級班(晚)	三週	7/28~8/15		預定開班時間， 若異動另行公告

◀ (服務組公告) ▶

103年大豹溪服勤訂於5/1(四)勞動節開始，本會為了鼓勵會員到大報溪服勤，會員凡於5、6月份至大豹溪服勤3次，贈送實用遮陽帽一頂，爾後服勤每單次補助油資50元硬幣一枚/天。端午節連休假期[5/31(六)、6/1(日)、6/2(一)]三天，上大豹溪服勤之會員除了服勤時數外，加計服務時數。為了夏季戲水民眾的安全，請各位親愛的伙伴，發揮愛心，共襄盛舉、相糾大夥上大豹溪。

※大豹溪服勤注意事項：

- 一、服勤期間：5/1(四)至9/28(日)。
- 二、服勤時間：每週六、日、端午節、中秋節等國定假日，08：00至17：00時。





三、報到與簽退：每次服勤於有木里活動中心指揮中心報到(簽3份表簿)，再等候分發各救生站服勤；下午17：00下哨返回指揮中心簽退(簽3份表簿)。

四、服裝：紅領白上衣、紅短褲、本會紅便帽、配哨子(如有須要可穿防滑鞋)，避免穿著其它便服服勤。

五、上哨服勤注意事項：

- 1、到站後應先下水探測水深，瞭解水域狀況，以方便救溺工作。
- 2、上哨必須2人以上，不可單獨1人上哨服勤。
- 3、將攔截繩掛上，以維遊客安全。
- 4、上哨時不可擅自離站，如有急事必須離開，應告知站長或其他成員。
- 5、依服務組分配上哨，不可隨自己意識選擇服勤地點。
- 6、服勤時不得任意調換站哨地點，如有必要可協調「指揮中心」調整。
- 7、服勤時不得飲酒、烤肉、睡覺。
- 8、服勤時不得用做開會、聚餐等活動。
- 9、服勤時間不得遲到、早退。

六、新進救生班學員服勤作法：

- 1、新進救生員第一次服勤時，請先到有木里活動中心指揮中心集合後，再由總教練轉交由服務組分發上哨。
- 2、當期帶班教練不得強制要求與學員在同一站，統一由服務組分發上哨。
- 3、新進救生員必須服從救生站站長指揮，不得擅自離站，站長負有指導之責。

七、便當發放原則：

- 1、上午服勤報到時，必須告知所須數量及葷、素食，以便統計訂購。
- 2、如需增加便當請於10點前告知指揮中心服務組人員。

八、服勤時數計算與登記：

- 1、從上午08：30至下午17：00時止，計1日12小時。
- 2、遲到、早退其時數，依離到時間予以扣除。

九、值勤時如逢豪、大雨，是否退哨？依指揮中心通知方可離哨。





103年大豹溪值勤指導輪值表

指導	日期	指 導 教 練				
05/01	07/19	李震榮	王明山	羅井茂	曾光亮	林錦繡
05/03	07/20	莊子華	吳家煌	呂理金	張建雄	林恆雄
05/04	07/26	鄧朝興	余淑華	俞佳宏	孫文雄	林育慈
05/10	07/27	林文正	涂振全	陳秋蘭	許堯舜	張鈞晃
05/11	08/02	劉慧明	林月綉	羅鎂慧	陳信富	張欽銘
05/17	08/03	鄭茂鴻	吳聰旗	陳清雲	張麗雪	曾美瑛
05/18	08/09	林瑞新	余啟源	金文華	沈鳳燮	陳忠慶
05/24	08/10	謝萬取	楊仁德	洪允在	陳榮華	阮雅凰
05/25	08/16	楊金明	莊振春	陳要然	林裕峰	李亦民
05/31	08/17	林忠漢	劉德謀	陳信儒	查迎冬	宋政晏
06/01	08/23	陳才正	蔡榮駿	邱沛龍	楊重德	黃美施
06/02	08/24	吳治政	趙文懷	沈國政	陳獻銘	沈建和
06/07	08/30	葉德成	吳桂雲	劉鼎盛	顏有成	賴一心
06/08	08/31	牟建文	徐盛柱	曾進發	李振明	戴炫鏡
06/14	09/06	周正忠	余有田	吳明慧	林柏成	劉玉聯
06/15	09/07	童宜雄	林福田	王清儀	林懷生	李賢漢
06/21	09/08	高水	蔡憶潔	丁玉盞	王水吉	朱浩宸
06/22	09/13	潘文川	林錦繡	沈光輝	李金榮	陳壽祺
06/28	09/14	楊錦昌	邱啟章	簡信正	林錦龍	林清其
06/29	09/20	李美玉	李錦章	張雪英	楊健生	陳漢隆
07/05	09/21	劉崑雲	向靜玉	陳佛賓	魏孫平	馮阿春
07/06	09/27	張洸輝	趙月女	項巨源	劉克威	蕭權斌
07/12	09/28	林幸雄	曾麗媚	侯采伶	徐健軒	張清貴
07/13		林寬城	陳吉順	魏顯權	許德安	李培俊





103年大豹溪各班幹部名冊

班別	班長	副班長	備考
忠	劉玫欏	劉芸鳳	
孝	黃瑞明	陳焜基	
仁	王康睿	張國輝	
愛	賴素素	許玉梅	
信	吳擎圳	陳嫻榮	
義	潘春燕	林英作	
和	陳正吉	林維德	
平	陳錦華	陳代佑	

急救組公告

- 一、謝謝水安隊夥伴們的踴躍參與，讓3/23(日)的急救員複訓班一切順利、圓滿完成。感謝每一位參與教學的急救教練們，有您的付出，讓水安隊的急救訓練更上一層樓！
- 二、急救教練繼續教練總會宣達事項：
 1. 根據102年1月16日總統公告「緊急醫療救護法」增修條文-第十四條之二：「救護人員以外之人，為免除他人生命之急迫危險，使用緊急救護設備或施予急救措施者，適用民法、刑法緊急避難免責之規定。.....救護人員於非值勤期間，前項規定亦適用之。」對於志工進行緊急救護，又增添一層保護。
 2. 行政院衛生福利部訂定的「公共場所必要緊急救護設備管理辦法」，公共場所必須設置「自動體外心臟電擊去顫器(AED)」，並需要指定AED管理員以及該場所70%員工完成AED相關訓練。總會接受委託辦理102年度「急救教育推廣計畫」中，增設了CPR+AED的簡易版(90分鐘)、完整版(180分鐘)及管理員(220分鐘)的教學課程。





3. 根據「103年總會訓練規章修正條文」：救生員訓練課程要求之16小時急救員訓練，將修改為8小時基本救命術訓練。水安隊急救組仍鼓勵救生班開設急救員班的訓練，以銜接日後高級急救員班、急救教練班的進階課程。
4. 自今年度起，所有水上救生及急救訓練教材，依照總會的規定，將開始進行收費。

研訊組公告

- 一、新北市金志獎獎勵資料幕集中，手冊服務時數滿二年及600、1200、1800小時者，請繳交紀錄冊影本及私章，以便幫您辦理。志願服務獎勵幕集中，手冊總時數滿3000、5000、8000的會員，請繳交紀錄冊影本及私章，以便幫您辦理。
- 二、欲申請志工紀錄冊的會員，請繳交志工基礎訓練結訓證明及二張照片，以便幫您辦理。
- 三、欲申請榮譽卡的會員，請繳交紀錄冊影本，以便幫您辦理。
即日起收件至四月底截止。
去年時數條，未領或有問題的會員，請提出申請，以便早日幫您修正。

如有其它疑問請洽研訓組 周禹丞 0920-125-782

* 器材組年初訓練器材整訓 *

器材組組長：呂學維

即將踏入103年水安隊訓練期間，首先訓練課程為4月13日舟艇訓，接下來開始的大豹溪執勤以及今年在碧潭舉行的教練教育訓練，還有5月份開始的救生班訓練緊鑼密鼓的訓練活動期間，為了確保器材可正常的的使用，於3月份做器材整訓。

今年器材整訓內容重點為確認各船外機正常運轉，橡皮艇清潔及整頓，划槳堪用與否，器材室清潔，訓練器材再次清點及整理清潔，帶領服務組人員清點大豹溪使用之器材整理，帶領機動組人員整理船外機及試車，帶領急救組整理急救袋……等。另外將橡皮艇固定用之船板重新寫字





歸類，讓教練在使用上可以更容易區分，所有器材大部份是熱心人士捐贈請會員妥善保護使用。

這次整理器材共有5組船外機試車發動皆正常，感謝去年總幹事陳漢隆指示，在年底將有問題之船外機皆送修保養，也感謝器材組顧問呂理金協助運送船外機至保養廠維修保養，這次舟艇訓可讓各教練盡情操作使用。

感謝器材組同仁及熱心的會員大力幫忙，熱心公益的精神令人感動，在此向器材組同仁及幫忙的會員表示敬意，犧牲假日時間服務於水安隊。



▲救生衣及救生浮標整理歸類整齊

* 水安春季旅遊心得 *

王敬皓



時序走到春分，白日漸長，氣溫回暖，沉寂休養了好幾個月的身體與作息，隨著這次水安的淡水單車一日遊而甦醒，除了身體達到運動的效果更重要的是全體教練同學的凝結，準備為了五月開始的泳訓推廣預作暖身。

大家依照規劃的時間，於10點整在淡水捷運站集合出發，多日不見的大夥把握機會的寒暄拍照打卡好不熱鬧，在活動組的帶領下，單車大隊聲勢浩大的沿著河岸自行車道穿過每到假日總是人群熙來攘往的商店街，前往滬尾砲台。

滬尾砲台為建造於1886年的火炮砲台。目的為捍衛淡水港，避免入侵外人可以長驅直入台北城，興建者為台灣第一位巡撫劉銘傳，該砲台隨著時代的演變雖已停用多年，但因為長期屬軍事要塞，因此保留狀態頗佳，不但門額上仍留存劉銘傳親筆所題之「北門鎖鑰」石碑，也保留了砲台旁兩道城牆及砲台數座。前總幹事漢隆教練還曾經在此當過營輔導長，舊地重遊回憶往事。

在滬尾砲台的旁邊有一座雅致的日式建築，吸引著大家的目光，原來是民國100年才對外開放的「一滴水紀念館」，一滴水紀念館是日本已故文豪水上勉之父親於日本福井縣所蓋一棟日式木造古屋，基於台日兩國同受地震之苦的情誼，並透過多位熱心人士、苦力群志工協助，將建築拆解重





建於淡水現址，因水上勉一生承襲日本「滴水」禪師宗思想，崇尚珍惜萬物理念，以及感念移築過程中所有熱心人士、志工每人所付出之小如一滴水之心力，故命名為「一滴水紀念館」。

接下來大家繼續往北騎去，前往漁人碼頭。以往只有在傍晚或夜間才會來到這欣賞夕陽或光雕大橋，這次正中午來到漁人碼頭少了擁擠人潮，靜靜的在橋上看著漁船忙碌的進出，同樣的地點不同的時間竟然有著如此差別的感受，如同我們服務的大豹溪，沁涼消暑的水流若經過大雨之後也會轉變成兇猛駭人的泥流。

時間到了中午，大家離開了漁人碼頭繼續前往最後一個景點，在莊前會長的慷慨相助下，提供了位於淡海新市鎮的繪生活樣品屋讓大家休息用餐，門口有著時下最夯的大貓熊，大朋友小朋友都興奮的要合照，入內後代銷人員已幫忙準備好大家的午餐，雖然不是大飯店的五星級美食，但是大夥一桌桌的吃飯聊天，比起外面餐廳的用餐還要快活，餐後在會長與諸位前會長的勉勵下，期許今年的水安泳訓工作可以推展的更順利，如同這次的單車一日遊圓滿成功。

* 春季旅遊--淡水單車之旅 *

陳漢隆 103.03.22(六)

也有好幾年沒舉辦過『春季旅遊』了，幾聲春雷驚醒沉睡中的大地，今天是『春季旅遊』的日子，地點是淡水，早上起來沒有令人擔心的寒流與下雨，真是個騎車的好天氣，七點鐘與從未騎超過20公里的老婆挑戰淡水，越過華中橋左轉接上「淡水河文化水岸自行車道」，經過大稻埕、洲美橋、關渡到淡水，早上的河岸非常熱鬧，途中還遇到騎協力車載著視障人士的車隊，車長一面騎一面介紹風景與人群動態，讓他們感受速度與風的感覺，台北的活力在此充份展現。



九點半終於到達「淡水捷運站」，活動組已展開會員報到及單車租借工作，今天的行程計劃從淡水河畔經過紅毛城，先參觀滬尾砲台，再到漁人碼頭，然後到達淡水新市鎮莊會長工地用餐，預計使用3~4小時。「淡水」昔稱「滬尾」因地處淡水河口，為漁民設石滬篩撈魚貨的末端故稱之；又有一說，東北季風從金山大屯山吹過來，帶來豐沛的雨量，到達淡





水已是「雨的尾巴」了，故稱「雨尾」、「滬尾」（用台語唸唸看），是不是呢？「捷運站」東側還有「原英商嘉士洋行倉庫」的縣定古蹟，光緒20年（1894年），英商范嘉士租斷改建為儲存油品的倉庫，其濃重的臭味，被淡水人稱為「臭油棧」；另倉庫旁的軍營，河畔是日據時期的「淡水水上機場」，聽陳新川教練說童年時還看過飛機起降，淡水到處都是古蹟。

10點20分車隊出發，一行約70餘人沿淡水老街的河岸前進，遊客不多尚能通行，從淡水郵局出來接上中正路，經過紅毛城，不久就到達通往「淡水高爾夫球場」的岔路，右轉騎上去約500公尺的緩坡，我們在「新北市忠烈祠」旁平台集結，會員或騎或牽慢慢上來，這個區域有兩個景點，我們先參觀位於「淡水高爾夫球場」前的「一滴水紀念館」。

這棟建築乍看之下，除了是一座典型的日式古建築外，其實也沒什麼特別。不過它背後卻有一個令人感動的故事，故事緣起於民國84年日本板神大地震，當時台灣紛紛組隊前往救難，神戶「御藏社區」民眾非常感謝，銘記在心。當南投921大地震時「御藏社區」民眾，同樣組隊前來救災，就這樣彼此間建立起深厚的友誼。板神大地震時，「御藏社區」接受了一間百年老房子，於是決定將此象徵「重建家園」的古宅獻給台灣，做為兩國民間合作的紀念，也鼓勵災民站起來。雖然「法國博物館」也爭取這棟古宅，但「御藏社區」居民認為古宅檜木來自台灣，日本人在殖民時代從台灣拿走太多東西了，雖然我們還不起一座山，至少還給台灣一間古宅。記得民國99年到香格里拉旅遊時，導遊說「有一位喇嘛問：如何讓水永不乾涸？」大家都猜不出來，答案是：「就讓他流到大海」，一滴水讓它留在台灣，其實也是一種永恆，不是嗎？

回到「滬尾砲台」我們事先預約導覽人員詳細介紹，但我還是選擇到處看看，都30年了，30年前我就在這裡服役當時官拜上尉，經過門洞後左邊最裡面那間就是的寢室，現在是工作人員休息室，這裡還保持當年的樣子，好懷念！

「滬尾砲台」位於淡水五虎崗第一崗山上，建於清光緒12年（西元1886年），砲台坐北朝南，西為新北市忠烈祠、東為台灣高爾夫球場。四週有土垣圍繞，整個砲台由土垣（又稱母牆）、壕溝、子牆、被覆、砲座、甬道、廣場組成。我比較喜歡將砲台區分外牆（土垣）、內牆（包含子牆、被覆及甬道）、砲台及廣場四部份。砲台呈「回」字型建築，土垣高6.5公尺、壕溝寬8公尺、子牆厚4.3公尺、高7公尺、週長340公尺，設有四個砲座，主砲座位於砲台西北角。





剛才進入砲台兩側高地是環繞砲台的土垣，是保護砲台避免讓敵軍直接摧燬的土堆，大概與子牆同高約有8-10公尺，具隱蔽、掩蔽效果。從新北市忠烈祠往右看，誰知道山坡樹林後是「砲台」呢？因為有樹林及土垣遮蔽，不易發現，易守難攻，故「滬尾砲台」又有「暗砲台」之稱，屬國家二級古蹟，我們在這裡停留到12點才離開。

接著騎往「漁人碼頭」，其實兩地距離不遠，它位於淡水河出海口，舊名淡水第二漁港，完成於民國76年；淡水漁人碼頭東連大屯山、西隔淡水河與觀音山相峙，最有名的是『淡江夕照』所以現在來這裡並非最佳時刻，不過騎騎車兜兜風也不錯，漁人碼頭邊停滿了許多漁船及遊輪，這裡最著名的景點，就是長330多公尺的木棧道、跨海大橋和超大的港區公園，構成一個環狀動線，在這裡可以遠眺觀音山及淡海出海口，景色優美令人流連忘返。

在此停留約莫半小時，便北騎往淡水新市鎮，沿途高樓林立，想當年這裡是一大片稻田，現在改變許多，車行約10分鐘便到達位於淡水新市鎮東側莊會長的建築基地，這裡工作人員非常熱心接待，令人賓至如歸，就在接待中心二樓設宴，依現有桌椅每桌擺了七、八道菜，回憶一下好像有炒飯、炒米粉、蘆筍沙拉、雞捲、高麗菜、波菜、燒肉、蘿蔔炒蛋及貢丸湯之類的，人坐滿就開動，飲料、咖啡無限暢飲，莊會長還擔心大家吃不夠，人員陸續到達算算大約有100多人，好不熱鬧！

餐敘中會長首先恭喜東道主莊會長，取得高級救生教練資格，並感謝致贈會所冷氣及今日款待；另外，並感謝接待人員及活動組全體組員，當然更要感謝全體人員的參加。餐敘進行中還安排童宜雄、陳要然、鄭茂鴻、張洸輝、楊仁德等教練上場助興，我也有幸上台，但感謝的話都被前面說完了，想了半天，覺得大家能相聚就是有緣，佛說：「前世500次回眸，只換得今生一次擦肩而過」，更何況我們在一起游泳，一起做志工，更是幾世修得的福份，大家要好好珍惜！更希望今年大家要出來帶班，到大豹溪值勤。

整個活動一直進行到下午二點半結束，臨行前莊會長還贈送大家一隻貓熊及一盒精緻西點，真感心！不過最該感謝的就是活動組宥霖組長及端華、蓓珍、貴麗、麗芳、小馬等團隊，今日牛刀小試，果然一鳴驚人，謝謝你們辦得真好。





Happy Birthday **4月份壽星**
 ~祝 您 生日快樂~

- | | | | |
|-------|-------|-------|-------|
| 王 秋 琪 | 林 福 田 | 陳 昱 佑 | 蕭 秋 寶 |
| 王 振 聲 | 林 蔚 如 | 陳 要 然 | 賴 一 心 |
| 王 璟 妤 | 金 文 華 | 陳 添 武 | 薛 螢 隆 |
| 古 珮 妤 | 洪 貫 倫 | 陳 博 榆 | 顏 必 成 |
| 甘 蓓 珍 | 徐 藝 瑄 | 曾 文 賢 | 顏 有 成 |
| 池 旺 融 | 馬 正 為 | 黃 品 瑀 | 顏 苾 盈 |
| 吳 芷 欣 | 馬 壯 為 | 黃 彥 皓 | 譚 國 斌 |
| 吳 雪 燕 | 高 水 | 黃 郁 婷 | |
| 沈 鳳 燮 | 張 仙 助 | 黃 淑 美 | |
| 周 俊 宏 | 張 志 成 | 黃 勝 昌 | |
| 周 修 璋 | 張 春 香 | 楊 偉 智 | |
| 林 佳 音 | 張 蔣 揆 | 葉 燕 珠 | |
| 林 忠 漢 | 許 玉 梅 | 廖 元 隆 | |
| 林 俊 甫 | 許 蕙 婷 | 歐 少 棠 | |
| 林 威 騰 | 陳 才 正 | 潘 佳 吟 | |
| 林 昱 如 | 陳 金 財 | 蕭 仲 晴 | |
| 林 清 其 | 陳 冠 華 | 蕭 宇 成 | |

