

# 7

## 月份 會訊



板橋郵局許可證  
橋橋字第341號  
印刷刷品

- 6月份幹事部會議要點
- 本會體育署「游泳池救生員檢定」輔導作法
- 人物專訪—救生班自強二學員受訓心得分享
- 各組重要公告
  - 教練團公告
  - 新北市志願服務獎勵辦法公告
  - 滬江高級班(夜)開班公告
  - 水安30攝影比賽簡章
  - 水安歷史古文物 募集中
- 捐贈芳名錄
- 服務&服勤 時數統計表
- 104年水安隊各泳訓班(含救生班)開班狀況表。
- 7月份壽星



自強一初級班-呂欣明 總教練



自強二初級班-陳金財 總教練



自強三初級班-王敬皓 總教練



自強四初級班-魏芳文總教練



2015年水安龍舟隊-混合組勇奪第六

# 新北市四大藥師公會關懷本會活動





## 104年6月份幹事部會議要點

104.06.18(四)

- 一、新北市侯友宜副市長於6/14率市府相關主管視察大豹溪本隊大有社區駐點站，現場除勉勵駐守人員辛勞外，也指示將結合觀光旅遊局、警察局及消防局組成水安聯合稽查小組，加強對違規且不聽勸的民眾，依發展觀光條例規定開罰1萬元以上、5萬元以下的罰鍰。會中慰勞各救生單位西瓜及飲料等，由本隊總幹事代表受贈，會後侯副市長與所有人員合影留念。
- 二、新北市四大藥業團體(新北市藥師公會，西藥商商業同業公會，藥劑生公會和西藥服務職業工會)為感謝每年夏天都在大豹溪義務執勤救生工作保護民眾戲水安全的新北市水上安全工作大隊，繼4月份在本會第三期吳明慧教練所屬藥師公會率先捐助醫藥用品一批後，6/14(日)由四大藥業理事長代表再度捐贈救生浮標一批，並率領藥師會員一起到大豹溪為第一線辛苦執勤的本會救生員志工加油打氣!
- 三、6/17(三) 1930台北市分會楊昌達總幹事蒞部座談，由會長、總召、副總召、台北市隊長、副隊長及建雄教練陪同，先由總幹事實施「簡報」，再由市分會總幹事提出未來構想、各隊配合事項，並對本會會務十分肯定，從他深入、認真的態度中，感受到熱情親切的處事風格，令人受益良多。
- 四、自強1期救生員班已於6/7(日)結束訓練，讓維護水域安全任務又加入新的一批生力軍，感謝林潘淑美總教練及所有參與訓練的伙伴，讓水安注入活潑的新血輪，請訓練組務必造冊保險。
- 五、第2期(捷、仰)姿勢矯正班於6/1(一)開訓，預訂6/27(六)結訓。聘請前會長鄧朝興擔任總教練，對增進會員情感，及提升泳技助益甚大。
- 六、自強1初級班已6/1-6/13開班結束，從6月份開始每週開1期，請訓練組確實掌控開、結訓時間，並建立聊天群組方便溝通，提前提醒開班各個行政作業注意事項。
- 七、自強2期救生員班已於6/7(日)開訓，請訓練組、器材組、急救組給與救生班所需的軟硬體支援，並督促確實做好訓練安全宣導及野外課保險名單登錄。
- 八、6月份各泳訓班陸續開班，為利自強泳池訓練場地規劃調度，請遵守5/21協會內容，如有問題請向總幹事反映處理。
  - (一)初級班每週開1期，故同時有2期開班
    - 1、6/29葫蘆池未開放前，第1週於圓池訓練，第2週移至大池淺水。
    - 2、6/29日以後至實施第1週於葫蘆池後半部，第2週移至大池淺水區訓練。
  - (二)中級班於6/29(一)開訓後使用葫蘆池前半部。
  - (三)自救班7/20(一)開訓後使用圓池，並利用救生班課程講授時，可使用第8水道。
  - (四)救生班使用7、8水道，高級班及游泳教練班，使用5、6水道。
- 九、「第2期救生員複訓班」總教練徐健軒，預訂於6/29-7/4假自強游泳池開訓，請今年欲換證人員務必參加，請於6/29日0530前逕自到自強泳池報到。
- 十、各泳訓班、救生班於學員報到一週內，請儘速收齊行政費、保證金及其他費用，連同名冊繳交至財務組；並於結訓前3天將學員名冊及到勤記錄，分送訓練組及財務組以利證書(照)製作及退還保證金。





- 十一、年度「日月潭長泳」活動，各項行政工作皆已陸續完成，感謝活動組的積極作業，今年參加名額已屆滿額。
- 十二、請各組將當月要公告之事項，於幹事部會議結束一週內，轉達總幹事，以利文書組出刊作業。
- 十三、水安龍舟隊即將在6/20參加第五屆新北市議長盃龍舟比賽，感謝張俊晃隊長的全程督導訓練及全體龍舟隊員教練平日辛苦操練，期望此次龍舟隊能創造佳績，為我水安爭光。
- 十四、本會承新北市消防局指示，分別在7/11與8/15，時間9時至12時30分在大豹溪東眼橋駐點站實施水域自救觀摩與宣導，屆時請搜救組遴選教練安排施教，競賽組協助輔導學員。
- 十五、本會承新北市消防局指示，於7/24-7/26支援貢寮海洋音樂祭水上安全勤務，請機動組慎選成員參與，務必圓滿完成任務。
- 十六、本會會員從事志願服務工作，依志願服務紀錄冊登載服務時數3000、5000、8000小時以上，符合資格之會員，請備妥印章、紀錄冊正本，身分證影本，立即告知並將前述文件繳至沈惠芬教練，俾製作申獎文件，本會訂於6/26完成文件製作，並送達主管機關。
- 十七、轉達總會(104.06.03)104年第4次水上安全教練團會議內容指示：  
凡未參加繼續教育或未完成繼續教育之教練不得擔任授課教練或與操作課程有關之職務。今(104)年無故未報到或未完成繼續教育人員，明年不得參與線上報名。請各隊辦理換證時，以各隊整體辦理為原則，需檢附急救證書之證件，同時急救證明需要要有6個月以上之有效期限，若不足6個月之有效期限，請先完成補證動作(註明上課時間及繳至總會換證時間，以利查對)。各隊辦理各項課程訓練，於課程結束後兩週檢附訓練成果(含名冊及相片電子檔)申請各項證書。請各隊積極培訓好手參加明年救生教練班，但先取得急流救生員資格後報名參訓為佳。
- 十八、近期工作重點：
  - (一) 7月份會所值勤由競賽組擔任。
  - (二) 6/22(一)自強四初級班(早)開訓。
  - (三) 6/29(一)第2期救生員複訓班開訓(六天)、自強1中級班開訓。
  - (四) 6/29(一)自強5初級班、八秀1初級(早)班及八秀2初級(夜)班、八秀1中級(夜)班開訓。
  - (五) 7/5(日)自強2期救生班結訓、自強3期救生班、自強(夜)救生班、滬江救生班、自強第1期高級班開訓。
  - (六) 7/6(一)自強6初級班、滬江初級(夜)班、世紀皇家初級(夜)班開訓。
  - (七) 7/24、25、26日支援貢寮海洋音樂祭活動。
  - (八) 7/13(一)自強7初級班開訓。
  - (九) 7/20(一)自強8初級班、自強2中級班、八秀3初級(夜)班、八秀2中級班(早)、滬江中級(夜)班、自強1自救班、八秀自救夜班開訓。
  - (十) 7/17(五)7月份幹事部會議。
  - (十一) 7/27(一)自強9初級班、世紀皇家中級(夜)班開訓。





# 六月份幹事部會議





## 本會對體育署「游泳池救生員檢定」輔導作法

壹、依據：依本會訓練實際需要辦理。

貳、辦理單位：

- 一、主辦單位：教練團。
- 二、協辦單位：訓練組、急救組。

參、具體作法：

- 一、輔導人員：本會報名體育署「游泳池救生員檢定」人員。
- 二、輔導日期：104年7月13日-24日止。(體育署檢定前兩週)
- 三、輔導時間：週一至週六0530-0700止。
- 四、報到時間：7/13(一)0530時至自強游泳池報到。
- 五、輔導項目：
  - (一)救生四式游泳，各游50公尺，5分30秒內完成。
  - (二)徒手游泳25公尺，帶假人游泳25公尺，1分40秒內完成
  - (三)徒手潛泳20公尺。
  - (四)水域脊椎受傷處理。
  - (五)急救能力：心肺復甦術、異物哽塞處理、復甦姿勢、自動體外電擊去顫器(AED)操作。

六、輔導進度：

- (一)週一-週五：
  - 0600-0630：救生四式游泳、帶假人游泳、徒手潛泳。
  - 0540-0600、0630-0650：週一-週三：水域脊椎受傷處理(長背板練習)。
  - 週四-週五：急救能力複習。
- (二)週六：輔導測驗。

肆、一般規定：

- 一、體育署「游泳池救生員檢定」預定於104年7月25日(星期日)實施(檢定地點另訂)
- 二、請訓練組於7/10前將體育署「游泳池救生員檢定」人員名冊送「教練團」參考。
- 三、輔導教練編組3-4員(另編)，另由學員選出學員長、副學員及班長。
- 四、本班管理採「自治幹部管理方式」，每日集合帶操後由學員長主持，再將隊伍交給值星教練。
- 五、每日輪值一員學員值星指揮隊伍，2-3員值日負責上課器材搬運(如假人、安妮及長背板)及一般勤務。
- 六、報到當天編隊完成後實施「入訓測驗」，以並作為爾後訓練參考
- 七、每週六實施輔導測驗，受測成績提供訓練組、教練團參考。

伍、本作法如有未盡事宜，另行補充之。





附表

### 救生班參加體育署「游泳池救生員檢定」輔導測驗表

受測人：學號 \_\_\_\_\_ 姓名 \_\_\_\_\_

類 別	項 目	動作要領	備考
救援能力	一、救生四式游法(抬頭捷泳、抬頭蛙泳、側泳、基本仰泳)分別各游50公尺，5分30秒內完成。	<input type="checkbox"/> 合格 <input type="checkbox"/> 不合格	____分____秒
	二、徒手游泳25公尺，帶假人游泳25公尺，1分40秒內完成。	<input type="checkbox"/> 合格 <input type="checkbox"/> 不合格	____分____秒
	三、徒手潛泳20公尺。。	<input type="checkbox"/> 合格 <input type="checkbox"/> 不合格	
<p>受測日期： _____年 _____月 _____日 測驗官(簽名) _____</p>			

救援能力	四、水域脊椎受傷處理。	<input type="checkbox"/> 合格 <input type="checkbox"/> 不合格	
	(一)呼叫求援：呼叫助手，撥打電話向「119」求援。		
	(二)靜式入水，謹慎接近溺者。 (不可製造更多的波浪)	<input type="checkbox"/> 合格 <input type="checkbox"/> 不合格	
	(三)使溺者臉部向上露出水面： 1、雙臂固定旋轉法：用於水深在救者胸部以下淺水域。 2、胸骨脊椎固定旋轉法：用於水深在救者胸部以上淺水域。	<input type="checkbox"/> 合格 <input type="checkbox"/> 不合格	
	(四)用長背板固定溺者上岸：(動作是否確實?)	<input type="checkbox"/> 合格 <input type="checkbox"/> 不合格	

受測日期： \_\_\_\_\_年 \_\_\_\_\_月 \_\_\_\_\_日 測驗官(簽名) \_\_\_\_\_

備註：

- 一、各項游泳姿勢動作依據「中華民國紅十字會水上安全救生訓練教材」做為評量標準。
- 二、各單項動作要領不合格者，不予計算成績。





## 人物專訪--救生班自強二學員受訓心得分享

行百里者，半九十

學員：楊楚治 學號：2號



時間過得真快，一轉眼在自強2已經度過了第三周，回想起當初會報名是因為公司關島旅遊時，和一位同事夫妻與我老婆，小兒子在飯店泳池游泳時聊到他們夫妻都是89年自強救生班畢業生，因此推薦我小兒子去報名訓練泳技，於是回台灣後我就打算幫我小兒子報名，而我因為要陪小兒子所以也一起報名了，結果因為有年齡限制需大於16歲且要測試200公尺捷式與蛙式，剛滿15歲的小兒子只好改參加初級班，我就這樣參加了救生班的4周旅程。

人生真的充滿很多緣份與巧合，我打電話報名的廖欣怡教練後來在臉書上發現是我妹妹小學好朋友，我和廖教練超過30年沒見，透過104自強2的機緣又連起來了，由於我平日上班非常忙碌，常常每天回到家都快晚上9點，所以這一個月的泳訓對我來說真是體力的一大考驗，救生班的課程很緊湊，從一開始每天強迫自己一早4:30睡意濃濃起床到現在每天4:30自然就醒了，不知不覺也成為了晨行人，也開始享受每天游泳的樂趣，救生四式的抬頭捷與側泳一直是我的弱項，怎麼也游不好，救生班的教練群們都很熱心，每當我問任何一位教練請求指導時，不論他(她)們如何忙碌，都會細心的指導並糾正我的姿勢，水岸隊就像個大家庭一樣，在林欽鐘總教練的帶領與堅強的教練群的教學下，我相信，104自強2的每位同學都有所感動並且都能將所學得一身救生的好功夫用來貢獻一己之力，服務社會，譚教練說：『行百里者，半九十』，這是我新的座右銘，自強2的訓練也是我今年最大的收穫。

水上救生訓練的日子實在令人難忘

學員：馬茂志 學號：9號



直到現在伏案寫結訓心得，我還在問自己：我怎麼就參加了104年自強二水上安全救生員訓練班，好似冥冥中有一股力量召喚著我加入這「水安」大家庭。

一直以來親近水，喜愛水上的活動，年少時在泳池邊亂划亂游的，年輕時揹瓶潛水，近中年海邊浮潛，對「水」一直未曾疏遠過，此次參加受訓，初衷起始於自我要求(那日益臃腫，肌力快速流失的身軀)，也有感於從未有系統的接受水上







救生訓練，一來加強水上安全的技能，可自救亦可救人。二來可藉此訓練加強本身泳技與體力。

這四週的水上救生訓練，我慶幸當初勇敢，貿然的決定是對的，感謝教練團們無私無怨的付出與耐心、溫柔的教導，也感謝總教練給我們這一機會，在這即將結訓的時刻，我也感覺到，昔日水中矯捷的身影漸回（哼！不信青春喚不回！？）加入水上救生訓練的日子實在令人難忘，也叫人收穫滿滿，結訓後我會繼續參加高級班，我也希望我有毅力能繼續的接受「水安」一階階的學程，我更期許自己有能力、熱忱貢獻給「水安」這大家庭。

## 有您們的鼓勵，是我能夠繼續的動力

學員：張智鈞 學號：32號



別看現在胖胖的身材，從小運動神經就很好的我，對任何的運動都很喜歡嘗試，但唯獨「游泳」是我不會想要去接觸的運動項目，或許對溺過水的我而言有陰影吧，但矛盾的是，我又敢玩水上的活動，在認識顏豪志教練後，跟他提過想學游泳，也不知道當時哪來的勇氣，就在103年參加了紅十字會水上安全工作大隊開的初級班，對一個完完全全對水沒安全感又跟他很陌生的人來說，放手泳池游泳是一件很可怕又很恐懼的事情，壓力真的超大，當時教我的教練也是我第一個游泳教練，阮雅凰教練，他很有耐心且很神奇的讓我克服了，放手泳池游泳的第一步，後來接著又上了一次初級班與中級班，一步一步的讓自己對游泳產生了興趣，參加104年自強2的訓練，不是我所預期的，因為我沒想過要上救生員班，因為我連跨過去深水池道游泳都不敢，5月的時候林欽鐘總教練、侯梅嬌副總，看我在泳池游泳，問我要不要上自強班，當時我拒絕了，因為我連踩水都不會外加上一些因素，但他們不放棄，帶我到深水池練習踩水，就在入訓測的前一天，我鼓起勇氣，請廖欣怡教練帶我到深水池游泳（初次的深水池游泳）就這樣一腳踏進了104自強2的訓練，很感謝每位教練的教導，我是一個很笨拙且在水中放不輕鬆的一個學員，讓我在這一個月，有很深的體會也學到很多，雖然不是很優秀技巧也不純熟，但我很努力的跟上每個人的腳步，有句話說：男兒有淚不輕彈，但在訓練的過程中，我還是流下了，因為壓力，跟自我的期許吧，但不管最後如何，現在我撐過來了，再次的感謝每位教導過我的教練（欽鐘總教練、美惠副總、采伶副總、昆峰副總、梅嬌副總、端華教練、豪志教練、安容教練、鼎皓教練、詩非教練、佩宜教練、秀穎教練、欣怡教練等等太多了無法一一唸出）以及104年自強2的每位可愛的學員，因為有您們的鼓勵，是我能夠繼續的動力。





自己跟自己比，每天進步一點，不要放棄

學員：江倩怡 學號：36號



哇！好快喔！一個月的受訓就剩最後的考試了，一開始在許玉梅教練的推薦下參加了自強2，六月初第1次到自強游泳池，總教練在看我游個幾式後，給了我一些指導與建議後，就這樣每天早上來自強喝水喝到飽，偶爾有不大情願吃的蛋糕可以搭配下，也快樂學習，收穫滿滿的快要完成課程!!

從先修班的期待每天早上到泳池裡游游泳、玩玩水、消消暑氣，到中期開始有點覺得自己撐得下去嗎？有時想放自己幾天的假，睡個飽、放放鬆的，但每每的就是時間到就醒來，翻來覆去也不見得賴的了床，算了！包包拿著乖乖到自強報到!!!要感謝這個月的授課教練，每位都將自己豐富的經驗及熟練的技術，沒有藏私的傳授予我們，並在一而再再而三的示範下，提點我們各種應該且必須要知道、注意、小心了解的地方，其中最令我印象深刻的是大軒教練、然叔及素素教練的教學方式，生動活潑、有趣豐富的上課內容，且在他們以開玩笑及加重辭的方式下，總是讓我很快就能了解並且加深印象，在對練、下水時能夠很快的進入狀況；也要謝謝每天辛苦陪伴我們的各位副總及教練們，犧牲了睡眠時間，志願式的來教導、支援我們，並且在課後也很願意在池中與我們分享各位教練的經驗，還陪我們對練!!!及讓我們兩次的野外課，驚喜連連，體驗不少！而這之中我要特別感謝，欣怡、梅嬌、采伶、孟昆、阿雪、安容、佩怡、秀穎教練，在我第一次長泳不順、氣自己氣到哭時，在旁邊適時的給我加油打氣，要我自己跟自己比，每天進步一點，不要放棄，在之後的上課期間也會三不五時的接受她們關愛的眼神，真是很感動呢!!!也要感謝豪志教練這段期間來，又要充當示範教練又要充當攝影師，把我們每個人上課的狀況做一個紀錄，讓大家每天都是最佳男女“水角”，我想這之後都將是滿滿甜美的回憶！嘿嘿！最重要的就是要感謝我們的頭頭-林欽鐘啦，謝謝總教練找來這麼優秀的師資陣容，這麼熱心有耐性的教練團們，使得每天都能大有展獲！

如同總教練說的火車、公車…等交通工具，每天都有好幾班，但104自強2永遠只有一班，很開心在這班認識了各路英雄好漢、女中豪傑，大家一起學習成長、喝水腳抽筋的，套句鄭茂鴻前會長講的一句話-第一次心驚驚.第二次心疼疼.第三次任爸老娘跟你拼，相信在這個月的洗禮下，我們每個人都收穫滿滿，在之後的游泳及救生上有很大的幫助，且有拼勁挺進高級班及之後的各種課程!!!!





## 開啟另一段人生

學員：項之悅 學號：50號



從小就耳濡目染在爸爸口中的紅十字會，加上喜歡游泳，於是就在考完大學的空檔加入了自強救生班，也算是實現心中的其中一個小夢想。

再次踏入了兒時記憶中的自強游泳池，心中除了興奮還是興奮，初日的入水考體會了深水池的奇特感覺，並在過度緊張的狀態下完成了測驗，那天下著小雨，看著教練們毫不影響的繼續考試，豪志教練拿著單眼相機教我側泳xD，還有陣仗超浩大的同學們，那時第六感就告訴我：這個月一定會超級酷炫精彩！

時間比我想像的快太多，一個月倏忽即逝，每天從‘彩霞’的清晨開始，耳中傳來教練團活力朝氣的訓練聲、集合上課時大家清一亮紅色的隊伍、詩非豪志教練瘋狂的拍照時刻、水中吃早餐操課的精神飽滿的同學們，還有充斥整個自強的熱血氣息。緊湊豐富的課程接踵而至，而相對應的我們也不停的成長，先學會了救生四式，再來接觸了各種入水法、帥氣的接近、防衛、解脫、帶人法，還有許多河海常識，讓我知道除了靠力氣外，身為救生員知識也是不可或缺的！

星期六的陸上急救，有了然叔跟素素教練團隊的加持變得更專業更活潑，而最期待的兩次野外課，徹底讓我了解什麼是「跟一般人選擇不同的路，才會看到不一樣的風光」，除了救生板救生艇魚雷浮標……等的操作讓我驚奇，教練們不求回報的付出使人動容，而大家團結合作搬運布置的熱心，讓我了解為什麼很多教練都說加入紅十字會，人生就會有所蛻變！

只有我們才懂得 凌晨4:10起床的興奮

只有我們才看到 早上5:20水中的藍天

只有我們能體會 碧潭萬里不再只是個景點

無數次暴雨烈日 都趕不走我們的熱情

還有無盡的感動 教練團全是志工超有愛

今年六月太精采 一個月真的太少太少

當初踏入只知道救生員這三個字，現在將要離開，而我也不再在乎它

自強二小小學生下台一鞠躬 謝謝所有上緊我發條的教練們，辛苦了！

救生員真的只是個開始 謝謝自強二開啟我另一段人生





## 教練不會放棄同學，所以同學也不要放棄教練

學員：林家琳 學號：55號



去年的夏天我開始學游泳，從初級到中級一路來到自救班。原本我對游泳完全沒有信心，只覺得只要學會換氣勉強游完25公尺就好，沒想到這一學竟然學到救生班。相隔一年才碰水，去年的水感已經消失，先修班的第一天，踩水踩得亂七八糟，捷式連25公尺都游不完，很擔心入訓考試會考不過，甚至有打退堂鼓的念頭，不敢參加救生班了，幸好教練們都很有耐心而且超級會鼓勵人的，教練的一句話：[教練不會放棄同學，所以同學也不要放棄教練]，感動了我，於是我撐下來了，經過先修班一個禮拜的訓練，入訓測驗真的是小菜一碟不算什麼，真正的好戲才準備要登場。

第一天的抬頭捷泳與抬頭蛙，頭總是抬不起來；第二天的自救與求生泳勉強通過；第三天的入水法，我跳水跳得好開心，接下來的每一天都有新東西要學習，我只能利用下課時間不斷的練習。一個禮拜過去我的抬頭捷與抬頭蛙終於能抬頭，並且游完50公尺了，自己也從第八水道來到了第七水道，到了第三週我也開始體會放鬆的感覺，身體放鬆踩水真的不會累。只是拿著蛋糕(磚頭)側泳還是無法游好，教練說的對千萬別冒然下水救人，因為帶溺者游泳真的很危險。

我從來都沒想過也不敢想自己會學到救生班，因為我很膽小也很怕水，教練對我們的鼓勵和信心，讓我咬著牙勇敢接受訓練，所以我盡量不扒邊，不抓水道繩，一個月後我看到了我的成長，也打敗了那弱懦的自己，游了碧潭也游了萬里，還開了船也翻了艇，第一次覺得自己這麼厲害!非常感謝教練團們的不離不棄，讓我堅持到最後，教練們真的很辛苦，我衷心感謝。不管未來我會不會繼續往上學習游泳，我都會永遠記著教練們的教誨，以及這個月努力的自己與全體104自強二的同學們，大家辛苦了，謝謝你。





## 教練團公告

游泳教練班、十式班即將於8/2、8/30開訓，有意參加而「經歷」、「服勤時數」不足會員，請儘速補齊，摘轉入訓條件及注意事項供大家參考：

### 壹、游泳教練班：

- 一、8/2開訓，7/22前向教練團報名。
- 二、連續2年繳交年會者。
- 三、高級班結訓持有證照者。
- 四、曾任初、中級班帶班教練2次者【初、中級各1次，或初（中）級班2次者】
- 五、2年內大豹溪服勤須達48小時以上。
  - (一)2年：係指103、104年。
  - (二)服勤48小時，不含救生班、高級班結訓須各服48小時。  
(如果你是103年救生班、高級班，大豹溪服勤總時數紀錄須達48 + 48 + 48 = 144小時)

### 貳、十式班：

- 一、8/30開訓，8/20前向教練團報名。
- 二、連續2年繳交年會者。
- 三、高級班結訓持有證照者。
- 四、2年內服務時數須達200小時，內含大豹溪服勤96小時以上。
  - (一)2年：係指103、104年。
  - (二)服勤96小時，不含救生班、高級班結訓須各服48小時。  
(如果你是103年救生班、高級班，大豹溪服勤總時數紀錄須達96 + 48 + 48 = 192小時)

※如有疑問請向教練團總召 李美玉教練反映，或電詢副總召陳漢隆(0935-143-459)。





## 附表一

紅十字會水上安全工作大隊104年游泳教練班報名表						
姓名		班別		年費	<input type="checkbox"/> 已繳	<input type="checkbox"/> 未繳
聯絡電話			E-mail			
高級班	年	期	總教練		結訓證書	<input type="checkbox"/> 有 <input type="checkbox"/> 無
大豹溪服勤時數	103年	小時	104年	小時	合計	小時
帶班經歷	總教練	初級班： 中級班：		初級班： 中級班：		
入訓測驗：			結訓測驗：			
捷泳：_____蛙泳：_____			捷泳：_____蛙泳：_____			
仰泳：_____蝶泳：_____			仰泳：_____蝶泳：_____			
合計：_____			合計：_____			
測驗教練(簽名)：_____			測驗教練(簽名)：_____			
測驗日期			測驗日期			

備註：

- 一、測驗當天請攜帶泳帽、泳鏡、泳褲(衣)。
- 二、身體不適、請假者請先報備，否則以棄權或無故曠課論處。





## 附表二

## 紅十字會水上安全工作大隊104年十式班報名表

姓 名		班 別		年 費	<input type="checkbox"/> 已繳	<input type="checkbox"/> 未繳
聯絡電話			E-mail			
高級班	年 期	總教練			結訓 證書	<input type="checkbox"/> 有 <input type="checkbox"/> 無
103年	服務時數： 服勤時數：	小時 小時	104年	服務時數： 服勤時數：	小時 小時	
合計	服務：	小時	服勤：	小時		

入訓測驗：

捷泳：\_\_\_\_\_蛙泳：\_\_\_\_\_仰泳：\_\_\_\_\_蝶泳：\_\_\_\_\_

測驗教練(簽名)：\_\_\_\_\_

結訓測驗：

捷泳：\_\_\_\_\_蛙泳：\_\_\_\_\_仰泳：\_\_\_\_\_蝶泳：\_\_\_\_\_

側泳：\_\_\_\_\_揮臂側泳：\_\_\_\_\_基本仰泳：\_\_\_\_\_

反蛙泳：\_\_\_\_\_特萊琴爬泳：\_\_\_\_\_特萊琴踩爬泳：\_\_\_\_\_

測驗教練(簽名)：\_\_\_\_\_





# 志工隊公告

## 新北市志願服務獎勵辦法公告

壹、主旨：本會領有志願服務紀錄冊，並持續參與新北市志願服務工作二年以上之會員，依「志願服務法」及「新北市志願服務獎勵辦法」頒授徽章獎勵之。

貳、說明：本辦法依志願服務法第十九條第 項規定訂定之。獎 等次如下：

- 一、累計服務年資滿二年且服務時 六百小時以上者，頒授銅心服務徽章及得獎證書。
- 二、累計服務年資滿四年且服務時 一千二百小時以上者，頒授銀心服務徽章及得獎證書。
- 三、累計服務年資滿六年且服務時 一千八百小時以上者，頒授金心服務徽章及得獎證書。
- 四、各款獎項之頒授，以每人一次為限；以獲頒較高等次之獎項者，不得再頒授較低等次之獎項。
- 五、服務時數與年資計算之起迄為90年1月20日至104年6月30日止，於新北市境內服務之年資與時數。

參：辦法：

符合資格會員，請備妥印章、紀錄冊正本，身分證影本，立即告知並將前述文件繳至沈惠芬教練，俾製作申獎文件，本會訂於7/15完成文件製作，並送達主管機關。

志工督導 李培俊教練 0910-072-752 志工隊長 沈惠芬教練 0920-221-397

# 訓練組公告

## 全國中、小學學生游泳與自救能力基本指標 (五級)

圖騰	級數	游泳能力	自救能力	備註
	第一級	★ 在水中拾物2次 ★ 蹬牆漂浮3公尺後站立	★ 站立韻律呼吸20次 ★ 水母漂10秒	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 撥除之物品約整十元硬幣大小</li> <li>• 韻律呼吸連續完成</li> <li>• 韻律呼吸畢、雙腳著地皆可</li> <li>• 未打漂1秒不可換氣</li> </ul>
	第二級	★ 打水前進10公尺 ★ 游泳前進15公尺 (換氣3次以上)	★ 浮具漂浮60秒 ★ 水母漂20秒(可換氣) ★ 仰漂15秒	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 浮具意指浮板、浮球、浮球等</li> <li>• 腳底可貼膠</li> </ul>
	第三級	★ 游泳前進25公尺 (換氣5次以上)	★ 水母漂30秒，每10秒換氣一次 ★ 仰漂30秒	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 腳底可貼膠</li> </ul>
	第四級	★ 仰、蛙、蝶、捷任選一式完成50公尺	★ 立泳30秒 ★ 仰漂60秒	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 以不著地持續完成30公尺</li> <li>• 未達30公尺者需包含轉身</li> <li>• 腳底可貼膠</li> </ul>
	第五級	★ 持續游泳100公尺	★ 立泳60秒 ★ 仰漂120秒	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 不限泳姿，不著地持續完成100公尺</li> <li>• 未達30公尺者需包含轉身</li> <li>• 腳底可貼膠</li> </ul>

教育部印製







## 「2015水安30攝影比賽」簡章

一、宗旨：為讓2015水安隊的訓練及大豹溪救生活動留下永恆的記憶，特辦理攝影比賽，希望透過攝影鏡頭的詮釋，將水安人的精彩，留下不朽的回憶，得獎作品將於年底年會時公開頒獎及展出。

**瞬間的感動，描繪2015水安30的精彩，與我們分享你眼中的水安之美。**

二、參加資格：本會合格會員，愛好攝影人士。

三、作品規格：

1. 作品請沖洗成4 X 6相片參賽，不得白邊、裝裱、翻拍、格放、合成。
2. 獲得入選以上作品須放大8 X 12繳交
3. 每件作品背面須浮貼報名表及各項資料，報名後恕不退件。

四、收件日期：2015年9月30日截止

五、獎項：

- ★金牌1名、銀牌2名、銅牌3名 以上每名頒發獎盃一座  
(以上金、銀、銅牌獎，同一人限得一座獎盃)
- ★優選6名 以上頒發獎牌一個
- ★佳作10名 以上頒發獎狀一只
- ★入選15名 以上頒發獎狀一只

六、評審：邀請專家組成評審小組進行公開評選。

七、注意事項：

1. 不得拷貝他人作品
2. 參賽作品主辦單位有公开展示及刊登權利，不另給酬
3. 作品背面浮貼

照片主題	
作者	
地址	
電話	
備註事項	

4. 希望水安隊會員踴躍報名參加，若參加人數或參選件數太少，主辦單位有權調整頒發獎項數量。





# 水安三十編輯小組

## 水安歷史古文物 募集中

雲彩，曾在青天繽紛過  
 微風，曾在臉頰親吻過  
 雷電，曾在天際撕裂過  
 雨水，曾在窗前洗滌過  
 記憶，曾在心頭微笑過  
 歲月曾在你我的臉上刻劃過

那年匆匆  
 記憶卻停留在猶新的夢境  
 醒觸在晨光夢醒的床頭前

三十年水安的歷史  
 需要你和我一起留下故事的斑駁

還有什麼？曾經陪著水安隊一起度過這三十年歲月。  
 我們期待，用水安的歷史文物，說水安的故事。

如果你有水安隊的任何歷史古文物  
 請洽水安三十編輯小組~

張建雄教練0930-777-168、莊麗芳教練0939-565-278

凡提供即贈送~水安30紀念百變頭巾乙條



**\* 捐贈芳名錄 \***

6月	陳新達	貳萬元整	高雄港都扶輪社
	新生命小組教會	參千元整	
	李培俊	伍千元整	端午節加菜金
	李美玉	參萬元整	製作教練黑短褲
	新北市藥劑生工會	伍千元整	
	新北市西藥商同業工會	伍千元整	
	新北市西藥服務職業工會	伍千元整	

**服務&服勤 時數統計表 (累計至6/30底止)**

班別	姓名	彙總	服務	服勤	班別	姓名	彙總	服務	服勤
忠	王政宗	168	24	144	忠	張仲皓	48	36	12
忠	江佳芸	104	44	60	忠	張益明	48	12	36
忠	江謝瑞	61	37	24	忠	張榮華	159	51	108
忠	何世玉	92	44	48	忠	許世凡	60	12	48
忠	余炳輝	182	50	132	忠	陳明珠	12	0	12
忠	吳興財	39	27	12	忠	陳群元	8	8	0
忠	李立忠	52	28	24	忠	陳贊文	54	54	0
忠	李佩霜	52	52	0	忠	黃秀英	56	56	0
忠	李美玉	41	29	12	忠	黃信凱	14	14	0
忠	林月綉	21	9	12	忠	黃美惠	80	80	0
忠	林永清	120	12	108	忠	黃振剛	48	48	0
忠	林啟濤	128	56	72	忠	楊新旺	24	24	0
忠	林欽鐘	33	33	0	忠	鄔建國	91	67	24
忠	林福田	12	0	12	忠	廖元隆	124	28	96
忠	邱勝楠	48	12	36	忠	趙新記	126	30	96
忠	侯梅嬌	108	60	48	忠	劉玫樞	72	12	60
忠	姚慧珍	62	2	60	忠	劉芸鳳	50	38	12
忠	洪麗美	120	12	108	忠	劉福興	12	0	12
忠	紀貴元	3	3	0	忠	劉慧明	12	0	12
忠	孫嘉蔚	2	2	0	忠	鄭燕宗	2	2	0
忠	張方瑜	12	0	12	忠	賴丰培	29	29	0





班別	姓名	彙總	服務	服勤
忠	戴士軒	104	44	60
孝	王秋琪	36	36	0
孝	王祥安	131	47	84
孝	王敬皓	82.5	46.5	36
孝	史慧貞	101.5	41.5	60
孝	石秀碧	40	16	24
孝	吳玉屏	62	14	48
孝	吳愛珉	209	41	168
孝	李志龍	128	56	72
孝	李秀蓉	78	42	36
孝	李典謙	2	2	0
孝	李震岳	2.5	2.5	0
孝	林岳勳	154	46	108
孝	林忠漢	2	2	0
孝	林阿雪	48	0	48
孝	林泰斌	60	12	48
孝	林國傑	14	14	0
孝	林鈺棋	48	12	36
孝	林麗花	188	56	132
孝	俞佳宏	60	0	60
孝	姜仁弘	33	33	0
孝	施安容	12	0	12
孝	洪玉琴	20	8	12
孝	洪祥義	35	11	24
孝	徐世緯	10	10	0
孝	徐意晴	95	47	48
孝	高全勝	36	12	24
孝	張文賢	108	36	72
孝	張清貴	12	0	12
孝	張清潭	2	2	0
孝	張瑞釗	57	21	36
孝	陳佳惠	97	49	48

班別	姓名	彙總	服務	服勤
孝	陳威志	4	4	0
孝	陳秋蘭	38.5	2.5	36
孝	陳倍浦	2	2	0
孝	陳焜基	13	13	0
孝	陳新川	272	56	216
孝	陳瑞元	28.5	4.5	24
孝	陳榮華	32	32	0
孝	黃正銘	26	2	24
孝	黃宜蓁	48	0	48
孝	黃勝昌	8	8	0
孝	葉德成	2.5	2.5	0
孝	翟志豪	89	41	48
孝	劉文振	12	0	12
孝	劉景琪	71	23	48
孝	蔡淑芬	90	54	36
孝	蕭吏孜	72	24	48
孝	謝萬取	7	7	0
孝	簡信正	48	0	48
仁	王啟宗	63	15	48
仁	朱建源	51	15	36
仁	吳秉洋	24	0	24
仁	吳宥霖	16.5	16.5	0
仁	吳家煌	155	59	96
仁	呂理金	22	22	0
仁	李亦民	8	8	0
仁	李宏仁	2	2	0
仁	李震榮	14	2	12
仁	林裕峰	7	7	0
仁	邱育鈴	157	37	120
仁	翁茂昇	2	2	0
仁	馬端華	12	12	0
仁	張建雄	78	66	12





班別	姓名	彙總	服務	服勤
仁	張國輝	233.5	65.5	168
仁	張錦閔	24	12	12
仁	陳佩宜	4	4	0
仁	陳冠祐	3	3	0
仁	陳要然	10	10	0
仁	陳家豪	30	30	0
仁	陳壽祺	186	30	156
仁	陳樹仁	12	0	12
仁	劉議心	42.5	42.5	0
仁	蔡文全	2.5	2.5	0
仁	蔡憶潔	12	0	12
仁	鄭茂鴻	2	2	0
仁	賴貴麗	2	2	0
仁	簡子寧	2	2	0
仁	顏豪志	14	2	12
愛	王艾	74	14	60
愛	江絨	24	12	12
愛	吳桂雲	38	2	36
愛	吳軒豪	50	50	0
愛	李捷瑩	12	0	12
愛	李振明	12	0	12
愛	李培俊	3	3	0
愛	李錦章	2.5	2.5	0
愛	周正忠	6	6	0
愛	周銘中	6	6	0
愛	林文正	2	2	0
愛	林佳慧	84	36	48
愛	林幸雄	12	0	12
愛	徐國証	8	8	0
愛	徐盛柱	4	4	0
愛	高素蘭	132	12	120
愛	張素惠	27	27	0

班別	姓名	彙總	服務	服勤
愛	莊麗芳	169	61	108
愛	許玉梅	18	6	12
愛	許堯舜	5.5	5.5	0
愛	連志光	48	24	24
愛	陳昆賢	12	12	0
愛	陳昇暉	12	12	0
愛	陳清雲	15	3	12
愛	廖欣怡	12	12	0
愛	廖國隆	12	0	12
愛	趙駿業	51	51	0
愛	劉鼎盛	24	0	24
愛	潘佳吟	17.5	17.5	0
愛	潘美麗	10	10	0
愛	蔡親偉	202	46	156
愛	賴素素	8	8	0
信	王昭蘋	98	38	60
信	吳佳蓓	65.5	29.5	36
信	李昆峰	2	2	0
信	李建翰	47	47	0
信	杜國業	254	38	216
信	林明志	12	0	12
信	林明秋	94	34	60
信	林進祿	160	76	84
信	孫文雄	2	2	0
信	張仙助	132	24	108
信	張慧玲	12	0	12
信	莊振春	24	0	24
信	陳加欣	108	24	84
信	陳忠慶	36	0	36
信	陳金財	34	34	0
信	陳恒毅	60	24	36
信	陳虹安	24	0	24





班別	姓名	彙總	服務	服勤
信	黃莉婷	166	46	120
信	黃鼎皓	2	2	0
信	楊啟賢	24	0	24
信	翟威晨	16	4	12
信	劉修能	98	38	60
信	劉書吟	42	42	0
信	蔡孟昆	2	2	0
信	鄧朝興	6	6	0
信	蕭貴月	16	4	12
信	賴沐德	12	0	12
信	譚國斌	46	34	12
義	王祖屏	18.5	6.5	12
義	王新達	74	62	12
義	池旺融	72	12	60
義	余啟源	60	12	48
義	吳明宗	24	0	24
義	吳俊縊	14	14	0
義	林俊佑	24	0	24
義	林瑞新	14	2	12
義	林錦龍	24	0	24
義	柯敏龍	3	3	0
義	徐藝瑄	14	2	12
義	張鈞晃	62	62	0
義	張飾存	12	0	12
義	陳才正	6.5	6.5	0
義	陳王麥	2	2	0
義	陳佳慧	38	38	0
義	陳麗如	13	13	0
義	陸忠勤	24	0	24
義	溫奕泯	87	63	24
義	黃玉璋	192	36	156
義	黃聖鈞	12	0	12
義	楊仁德	46	22	24

班別	姓名	彙總	服務	服勤
義	楊竣名	16	16	0
義	劉家權	24	12	12
義	潘春燕	12	0	12
義	蔡明儒	42	30	12
義	蔡易諤	2	2	0
義	蔡景德	87	39	48
義	謝孟涵	2	2	0
義	魏芳文	92	68	24
和	方麗華	48	12	36
和	古春華	46	10	36
和	向靜玉	24	12	12
和	朱明義	26	2	24
和	吳聰旗	112	52	60
和	呂忠民	12	0	12
和	呂學維	2	2	0
和	李怡寧	14	2	12
和	李冠樺	26	26	0
和	李奎霖	12	0	12
和	沈惠芬	21	21	0
和	阮雅凰	14	2	12
和	林廷文	8	8	0
和	林維德	52	16	36
和	林錫忠	72	12	60
和	張雪英	102	30	72
和	陳正吉	2	2	0
和	陳佛賓	156	24	132
和	陳范玉玫	12	0	12
和	陳添武	36	12	24
和	陳嘉宏	60	0	60
和	曾美瑛	216	36	180
和	黃敬仰	52	52	0
和	黃德福	38	2	36
和	劉崑雲	24	12	12





班別	姓名	彙總	服務	服勤
和	劉蓮潔	66	54	12
和	謝美足	10	10	0
平	江慶旭	26	2	24
平	江蔡素娥	14	2	12
平	吳玉桂	12	0	12
平	吳亮昕	36	12	24
平	呂欣明	47	47	0
平	李廣鴻	15	3	12
平	林彥宏	36	24	12
平	林秋榕	4	4	0
平	林潘淑美	113	17	96
平	林錦繡	97	25	72
平	侯采伶	13.5	13.5	0
平	徐健軒	40	28	12
平	張郁莉	67	55	12
平	莊子華	6	6	0
平	許銘樑	20	8	12
平	陳子翔	3	3	0
平	陳仁堉	3	3	0
平	陳昱臻	19	19	0
平	陳漢隆	68.5	44.5	24
平	陳錦華	26	14	12
平	曾佳怡	73	25	48
平	黃琦茹	34	34	0
平	黃澤華	4	4	0
平	楊霽珉	39	3	36
平	劉如碧	11	11	0
平	鄭治宏	12	0	12
平	蕭建文	24	24	0
平	羅井茂	254	62	192
自強一	吳柏廷	60	12	48
自強一	林又恩	84	24	60
自強一	林衍融	48	0	48

班別	姓名	彙總	服務	服勤
自強一	林聖凱	24	0	24
自強一	林輝挺	48	12	36
自強一	邱炳榮	60	12	48
自強一	徐德芳	60	12	48
自強一	涂詠淳	24	0	24
自強一	高豪廷	60	12	48
自強一	高駿宇	48	0	48
自強一	商鍾瀚	72	24	48
自強一	張慶平	24	0	24
自強一	張慶安	36	0	36
自強一	許景陽	144	36	108
自強一	陳彥翔	60	12	48
自強一	陳惠英	84	24	60
自強一	陳德威	72	24	48
自強一	彭智煒	72	24	48
自強一	黃致喬	84	36	48
自強一	黃素貞	72	0	72
自強一	楊景龍	96	24	72
自強一	廖修偉	144	36	108
自強一	劉政揚	72	24	48
自強一	劉耀中	60	12	48
自強一	蔡之浩	48	0	48
自強一	戴振錦	24	0	24
自強一	顏翠萱	36	12	24





## 104年水安隊各泳訓班(含救生班)開班狀況表。(6月份更新版)

自強游泳池(新北市中和區中山路二段)					
初級班1	二週	6/1~6/13	呂欣明	0936-674050	
初級班2	二週	6/8~6/20	陳金財	0928-109008	
初級班3	二週	6/15~6/27	王敬皓	0910-040243	
初級班4	二週	6/22~7/4	魏芳文	0937-937781	
初級班5	二週	6/29~7/11	孫文雄	0952-889968	
初級班6	二週	7/6~7/18	鄔建國	0910-214904	
初級班7	二週	7/13~7/25	侯梅嬌	0988-080958	
初級班8	二週	7/20~8/1	譚國斌	0919-349709	
初級班9	二週	7/27~8/8	王祖屏	0922-800675	
初級班10	二週	8/3~8/15	曾佳怡	0921-837929	
初級班11	二週	8/10~8/22	侯采伶	0933-856520	
初級班12	二週	8/17~8/29	李亦民	0955-836675	
中級班1	三週	6/29~7/17	蔡親偉	0912-286-041	
中級班2	三週	7/20~8/7	紀貴元	0988-260318	
中級班3	三週	8/10~8/28			
自救班1	二週	7/20~7/31	莊麗芳	0939-565278	
自救班2	二週	8/10~8/21	柯敏龍	0988-000478	
姿勢矯正班 (蛙、蝶)	四週	5/4~5/30	陳獻銘	0936-094293	
姿勢矯正班 (捷、仰)	四週	6/1~6/27	鄧朝興	0919-766229	
救生員複訓班(一)	六天	5/11~5/16	張建雄	0922-897180	
救生員複訓班(二)	六天	6/29~7/4	徐健軒	0933-805921	
自強1救生班(早)	四週	5/10~6/7	林潘淑美	0933-692429	
自強2救生班(早)	四週	6/7~7/5	林欽鐘	0937-503452	
自強3救生班(早)	四週	7/5~8/2	林秋榕	0963-070495	
自強4救生班(早)	四週	8/2~8/30	阮雅凰	0922-871607	
自強救生班(夜)	三週	7/5~7/26	張榮華	0938-345456	
高級一班	四週	7/5~8/2	吳桂雲	0937-514378	

高級二班	四週	8/2~8/29	李宏仁	0937-059437	
第12期 游泳教練班	四週	8/2~8/30	李震榮	0935-903522	
十式班	四週	8/30~9/26	吳家煌	0958-117897	
八秀游泳池(新北市中和區成功路一段)					
初級班1(晚)	三週	6/29~7/17	李建翰	0918-393807	
初級班2(早)	三週	7/6~7/24			
初級班3(晚)	三週	7/20~8/7	余淑華	0932-919758	
初級班4(晚)	三週	8/10~8/28	林維德	0937-000536	
中級班1(晚)	三週	6/29~7/17	林錦龍	0933-767885	
中級班2(晚)	三週	7/20~8/7			
中級班3(早)	三週	7/27~8/14			
中級班4(晚)	三週	8/10~8/28			
自救班1(晚)	二週	7/20~8/7			
自救班2(早)	二週	8/17~8/28			
滬江高中游泳池(台北市文山區羅斯福路六段)					
初級班(夜)	二週	7/6~7/18	廖欣怡	0928-885447	
中級班(夜)	三週	7/20~8/14	林明秋	0916-201727	
救生班(夜)	四週	7/5~8/2	黃琦茹	0968-866762	
世紀皇家(新北市中和區連勝街)					
初級班(晚)	二週	7/6~7/17	蘇庚瑩	0910-332776	
中級班(晚)	二週	7/20~7/31	魏芳文	0937-937781	
權世界(新北市板橋區縣民大道二段)					
初級班(晚)	三週	7/6~7/24	暫定		
中級班(晚)	三週	7/27~8/14	暫定		
夏威夷社社區(新北市中和區南山路)					
初級班(晚)	二週	7/6~7/17	李文福	0918-381617	

(如有異動,另行公告)

## 104年自強游泳池入池須知

泳池晨泳開放時間:自民國104年5月1日起至104年9月30日止,每日早上5:00至7:40。

自強游泳業者晨泳收費方式:當日購票入場,每張新台幣50元整,限當日晨泳使用。

當月月票(30張),每本新台幣1200元整,限當月月晨泳使用。

當年年票(60張),每本新台幣1800元整,限當年度晨泳使用。

半年票:(有效期限5月1日至9月30日)

本會教練及幹事部成員:新台幣2500元整。年度繳費會員:新台幣3000元整。

非本會會員:新台幣3500元整。★現場仍請依業者實際作業規範為準入池★







# Happy Birthday 07月份壽星

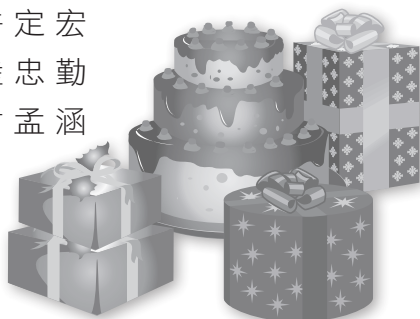
## ~祝 您 生日快樂~

李群瑩  
姚慧珍  
許添瑞  
黃世杰  
楊幸倫  
歐育織  
林泰斌  
林鈺棋  
范文嘉  
涂振全  
陳永順  
陳茂盛  
陳倍浦  
陳泰霖  
陳益國  
陳新川  
陳瑞元  
黃大維  
廖彥誠  
劉俊偉  
劉俊園  
蔡岩昕  
吳家瑞

李宏仁  
李嘉烜  
沈太原  
林裕峰  
邱沛龍  
張芷榕  
陳子德  
陳沛華  
黃詠智  
盧建宏  
簡佩文  
李培俊  
周正忠  
陳昇暉  
游文華  
葉肇翔  
劉人溥  
劉展羽  
潘美麗  
蔣義和  
朱鍵林  
余馨如  
李建翰

林石源  
林秀珠  
林育慈  
林韋丞  
張永勳  
張哲源  
張達璋  
陳君豪  
陳忠慶  
陳奕宇  
蔡丁民  
王君傑  
吳治政  
吳修廷  
洪士焱  
馬啟原  
莊幃傑  
許定宏  
陸忠勤  
謝孟涵

朱綾蘭  
李昱廷  
李學舜  
馬立偉  
陳正吉  
陳鴻翔  
黃敬仰  
黃德福  
盧思穎  
謝美足  
林錦繡  
郭旻鑫  
陳冠薇  
楊宗翰





# 水安龍舟隊再創佳績



## 關鍵最後一役，成果大考驗...



皇天不負苦心人.....。辛勤訓練，歡喜收割!!



# 侯友宜副市長 蒞臨大豹溪駐點慰問



# 台北市分會總幹事蒞臨指導



# 六月份大豹溪協勤花絮



紅十字會總會新北市水上安全工作大隊  
發行單位：紅十字會台北市分會水上安全工作大隊 聯合會  
新北市救生員教育服務推廣協會  
中和區體育會游泳委員會自強早泳會

發行人：吳家煌 編審指導：張榮華

主編：鄧建國 編輯小組：文書組

文書組e-mail：a9104039@gmail.com

發行日期：中華民國104年07月10日

會所地址：新北市中和區中山路二段64巷9號二樓

電話：(02)2243-3049 每週五晚上7時30分～9時有專人服務

郵政信箱：中和郵政1-215號信箱 網址：<http://www.lsespa.org>

排版印刷：安隆彩色印刷製版公司 (02)2226-4888

