

# 04 月份 會訊



- 三月份幹事部會議紀錄
- 第一次教練團會議紀錄
- 各組重要公告
  - 水上安全救生課程統一教學研習營
  - 救生教練、救生員證換發、救生員複訓班訓練公告
  - 第13期游泳教練訓練班
  - 2016年水安泳訓開班行事曆
  - 服務組服勤事項公告
  - 大豹溪執勤指導輪值表
  - 2016年第五屆台日成人游泳交流集訓營
  - 105年高級急救員訓練計畫
- 人物專訪
  - 專訪林月綉教練
  - 我所認識的李美玉教練
  - 希望每年都辦 急救組 候梅嬌
  - 太陽底下的辛苦 廖欣怡
- 四月份壽星



三月份幹事部會議



第一次教練團會議



水安搜救隊受邀演講



水安搜救隊聯合演練

紅十字總會新北市水上安全工作大隊  
 紅十字會台北市分會水上安全工作大隊  
 新北市救護員教育服務推廣協會  
 中和區體育會游泳委員會自強旱泳會  
**聯合會新春團拜**



● 105年水上安全工作大隊新春團拜

# 105年紅十字會水上安全工作大隊新春團拜



# 大豹溪勘溪





## 105年3月份幹事部會議紀錄

105.03.18(五)

1. 本年度105年新春團拜已於3/6(日)假中和區市民活動中心辦理完畢，再次謝謝各位的付出。
2. 第1次教練團會議已於3/13(日)0900時假會所2樓召開完畢，會議及開班遴選總教練順利圓滿，惟世紀皇家初中級泳訓班總教練空缺，請本會教練能踴躍認班。
3. 今年度四月起有增加台科大新地點，有想於自強結束後繼續在台科大泳池進行早泳，可與校方進行協調商討配合方案。
4. 各組承辦活動後，請儘速將「服務時數申請表」E-mail或掃描交給總幹事，以利統計。活動所有照片請統一傳資訊組由資訊組統籌規畫公告活動照片於官網及臉書。
5. 3/8(二)配合消防局勘溪，今年如期值勤，惟東眼橋變化較大，將於4/24(日)進行實地探勘及進行探測水深。
6. 4/24(日)實施大豹溪實地探勘及器材運送，請服務組動員至大豹溪服務站集合先做清掃整潔工作，並與各救生站商家做好聯絡。機動組與器材組配合準備好大豹溪開站各項所需物品載往大豹溪服務站，另請機動組派10人支援救生站開設。
7. 請服務組至少一名於救生班總教練會議時出席，提出結訓同學上大豹溪，請總教練配合事宜。
8. 服務組排定今年大豹溪督導輪值表，請於3/25日前造冊提出方便刊登會訊。
9. 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。
10. 救生教練繼續再教育及救生教練證換證、救生員複訓等相關事宜請陸續佈達公告注意事項及規範。

**說明：急救証過期無法換證等相關事宜，請與急救組長商討處理因應對策，尋找可行辦法辦理。**

11. 請開班總教練務必上繼續再教育課程，請訓練組務必詳查。
12. 所有參訓繼續再教育教練請攜帶泳具、浮潛三寶全天均為實作課，均於水中操作。
13. 4/22(五)將召開救生班總教練協調會，請訓練組備好開會資料，並於4/8(五)前將自強一期救生員班的開班申請表呈交承辦單位。
14. 請訓練組對今年度各泳訓班，所需的紅布條、DM可開始準備設計印製，以利提早可提供總教練拿取，方便招生事宜。





說明：自強5班救生班一起做，掛設地點預計在1.自強泳池司令台2.消防局鐵絲網  
3.謝會長照相館4.林裕峰教練公司5.豫溪街小公園。

外圍則是總教練所需掛設點製作數量。救生班總教練亦可自行自費印製。

15. 今年泳訓班比照去年，教練團成員需造冊給業者製作名牌，進場出示名牌入場，煩請總教練事宜導給教練團教練知悉，以避免造成不必要的困擾。

16. 第15期救生教練意願及資格評比，請訓練組長備妥完整名冊，以利後續聯絡事宜。

說明：組長將於3/20先以MAIL呈報會長、總幹事。

17. 教練班前期訓練於4/18台科大泳池進行，總教練：莊子華。

18. 日月潭長泳為本會年度重大任務，請活動組可進行經費概算、活動行程、工作人員需求、應繳費用等事宜，以利順利進行。

19. 龍舟隊招募人才及各項職位安排請活動組全權處理。

20. 謝會長攝影研討班請活動組配合協辦。

說明：暫定十月份開立，將再與謝會長延擬辦法。

21. 本隊志工保險方案及相關投保金額、費用、保險內容，已報請會長。

22. 105年總會志工表揚名冊，請呈報服務滿30、20、10、5年會員名單，其資格經審核遴選後，請研訓組持續公佈於3月份會訊、官網、臉書社團上，避免發生漏報會員的遺憾，再請聯絡組於呈報總會前(約四月)聯繫造冊欲出席教練名冊再呈報總會表揚。

23. 『衛生福利志願服務獎勵』、『志願服務紀錄冊』、『志工榮譽卡』三項申請，請研訓組持續向會員宣導，期限內協助申報作業。

24. 高級急救員班，日期：4/17、4/23、4/24，請各位教練協助招生並公告，已通知102年度高級急救員未參與急救教練之同學參與訓練。

25. 急救員複訓班，日期3/26，請持續公告以利後續會員及教練換證事宜。

26. 於3/20假城林橋土城堤防進行”低所救出演練”有關出席人員保險已完成。

27. 所需器材：長背板2個，全身假人1-2個。如遇下雨應變方式:取消，星期日凌晨決定，如取消會以簡訊通知。

28. 請機動組配合整備有關4月舟艇訓練的裝備整備工作，備隊旗。

說明：請先提報所有參訓名單。

29. 近期工作重點：略

30. 臨時動議





文書組組長報告：因安隆印刷四月份清明連假，刊登相關內容請於3/20前提供。

財務組組長報告：請各開訓單位事前提供參訓名單，以方便先查驗是否繳交年費事宜，繳交年費為參訓人員應盡義務，請教練配合。

### 會長總結：

1. 第十五期救生教練班學員名冊請訓練組盡快列出來，急流救生員證為必備條件，如沒有証可以參加上課，但需要補上急流救生員証
2. 急救証有效期限截止前半年，請盡速申請換証。
3. 今年增加台科大的場地，請競賽組確認有無需求到台科大訓練，避免自強場地過小，造成訓練上的不便。
4. 舟艇訓名單，請機動組再提供。
5. 因水安無永久會所，請各位先進大家如有較適合的地方請提供。
6. 救生班的急救訓練內容還是照原本的課程。

總召：請張洸輝前會長說明4/21-4/22 5:30-0700台科大研習的內容

張洸輝回覆：

項目：救生浮標，接近法，自救與求生，深水起岸，浮潛三寶，救生板，長背板

總召補充：今年開立救生員班之總教練/副總建議必需參加，副總及管理至少各一名參加

總幹事補充：今年初有先期與總會承辦人員討論過是否由本隊自行辦理再教育課程，得知目前還是須以總會統一辦理，目前針對本會教練先辦理”統一課程教學研習”。再呈報總會建議書提報總會知悉。

張洸輝會長補充：總會高級教練，體委會救生員之急救的順序改為”叫叫ABC”，確認環境是否安全？叫患者，路人拿AED，確認患者(數秒1001.1002.1003-1007)

器材室有充氣式的長背板，在適當時機可拿出來使用。

會長回覆：長背板屬急救組負責之器材，如有，請急救組與器材室拿取保管以便交接下一年度。





## 105年第一次教練團會議會議記錄暨決議事項

105.03.13(日)

- 一. 本次會議已於105.03.13(日)09:00-12:00時，假會所二樓召開，由教練團總召徐健軒主持，會長、理事長、總幹事、自強早泳會會長均列席，全體教練(救生、急救、游泳)共39員參加。
- 二. 會長致詞：林欽鐘會長…略
- 三. 主席報告暨教練團介紹：略
- 四. 年度訓練計劃：  
訓練組王敬皓教練：
  1. 承襲以往慣例有初、中級、自救班。在自強、滬江、世紀皇家。  
另外今年多了台科大、板橋潤泰，各開一初級班及中級班，皆是早上班。只有世紀皇家夜班。
  2. 行事曆從五月底六月初開始，間隔兩個禮拜開班，開會通知背面皆有資料。  
希望九、十、十一期的教練都能踴躍認班，以今天到場的教練為優先。
  3. 總幹事(陳美芳教練)補充說明：
    - a. 台科大泳池位於基隆路上，學校希望泳池使用率普及。
    - b. 十月自強泳池結束後可到台科大游泳，開班至八月底。
    - c. 今後像是競賽組或教練有意願想去那邊使用晨泳，皆可提出，隊上協商。
    - d. 自強早泳莊會長為該校傑出校友，門票針對會上教練會員以50元計。
    - e. 將於4/18開始，欲前往使用可洽訓練組報名，方便訓練組製作名冊。
    - f. 開班學員入場費50元計，帶班教練不需要費用。
    - g. 無論是上課或是帶班，請總教練製作一份名冊提供給學校，方便學校掌握情況與人數。
    - h. 提供使用時段以早上為主，5:00-8:00。
  4. 自強早泳會會長(莊子華教練)補充說明：
    - a. 停車部分，在學校旁邊以前有個叫台大動物醫院，中間道路(基隆路三段155巷)非主要幹道路邊黃線皆可停車，學校說違規停車拖吊在九點之後，故教練可開車前往。





- b. 泳池半露天、兩邊130公分中間220公分、費用特別以專案處理。
- c. 滬江班在羅斯福路，跟基隆路只是一個轉角，這幾年也不斷在成長。希望台科大這個場地，經過水安隊大家的努力，慢慢把班隊開出來，今後多加一個場地選項，對我們爾後的訓練工作一定會有幫助。

## 五. 推選各級泳訓班、救生班總教練

參考附件。

## 六. 檢討與建議

### 1. 進行水上訓練時給予學員食物應注意事項（提案人：鄭茂鴻教練）

說明：不希望在長泳溪訓海訓時拿東西給學員吃，如丟小黃瓜，學員都是第一次開放水域訓練，萬一吃小黃瓜噎到，那會是甚麼反應？可能連喊的機會都沒有，雖不一定會發生，但有可能發生，對教練團來說是個隱憂，我們要有一個安全的訓練，不要去製造一個會發生的事情。希望嚴禁在水中吃東西，上岸再盡情飲食即可，保護可愛學員，喝水亦同，禁止邊游邊飲食；若扶浮標停游，教練在旁照護才可飲水。

決議：一致附議通過並於各泳訓班總教練協調會加強宣導

### 2. 泳池地滑無論任何時間任何理由均不可推人下水（提案人：鄭茂鴻教練）

說明：套用企業家講的話：魔鬼藏在細節裡，容易歡樂中忘掉可能會發生的意外，網路中經常看到在游泳池跑跳、嬉鬧、推、造成意外傷害，成一輩子的遺憾；結訓時，常有推教練、丟教練，真的很危險學員會把教練的言行刻在心中，所以要謹言慎行，莫讓遺憾發生在歡樂中，請由我們做起。

決議：一致附議通過並於各泳訓班總教練協調會加強宣導

### 3. 救生班開放水域訓練時下水時程討論及建議（提案人：鄭茂鴻教練）

說明：僅供參考，一切安排仍由總教練決定：野外課對學員來說都是第一次，學員因為是初次不熟悉都會怕，何況不論是碧潭還是海邊，一眼望去大海茫茫，一定心中充滿不安與恐懼，七點八點下水時，水溫低，體力精神也還不是很好。如果改成九點十點下水是不是會比較好？在地與人的環境都比較好的情況下下水，是不是學員更有保障？





站在學員的立場去想，等對環境和心境都比較平穩下來時，再進行訓練，對學員與教練是否會比較好？這是建議。

決議：此提案僅屬建議，列為參考。由教練在學員下水前詢問，狀況是否良好，不要勉強學員下水。下水時辰則由總教練決定。

4. 救生班結訓時除將相關資料送訓練組外，建議將學員名單製作一份與服務組，以利大豹溪服勤時不會因字跡潦草而時數登錄錯誤(提案人:羅井茂教練)

說明：結訓前，當然我們送件資料會很齊備，但當天結訓時去大豹溪人數一定很多，服務組分配也需耗費時間。而簽字若潦草無法辨識，更會增添無法準確登報時數的困擾，造成彼此不愉快。

決議：結訓至大豹溪服勤前須製作學員名冊與服務組，並服從服務組的安排

5. 出入水域人員掌握要確實 (提案人: 張洸輝教練)

說明：教練熱心教學，但是否有確實執行出入水域的點名動作？例如小朋友去上個廁所，回來卻跑錯到別班沒人發現；不必一一點名，但要點人頭是否符合，到課人數多少？上岸人數多少？每次進出水域都要點一下；重點是以安全為主要，技術問題就由現場教練去執行。

決議：一致附議通過並於各泳訓班總教練協調會加強宣導

6. 敦請本隊高級教練主導完成救生課程修正教學暨製作影片以為範本，以期教學統一 (提案人：徐健軒教練)

說明：總會辦再教育訓練，像是救生浮標、救生板、深水起岸、長背板、接近法、求生與自救等，單看課本的說明不容易理解，看圖也還會產生差異，總會再教育也很注重這幾個科目，是否自己製作演示，來統一教學。

決議：敦請本隊高級教練擇期演示指導統一教學。

## 七. 臨時動議

Q1.鄧朝興教練：

- a. 泳池教練有收費嗎?收費歸我們嗎？
- b. 如果收費不歸我們，那我們沒必要集中在自強
- c. 可請競賽組移師台科大，可空出水道。游泳教練班是否也可到台科大上課。

A1.林欽鐘會長：







- a. 與競賽組組長提議過，組長有意願
- b. 游泳教練班我會跟翁輝國會長再商量一下
- c. 原本業者今年要收會所使用費一個月一萬,游泳池費用另外算。協商結果：會所免費繼續使用，門票錢歸業者，不設限。
- d. 業者如果再有過分要求，預計移師至中和或台科大。
- e. 感謝莊會長為我們爭取了台科大泳池這麼好的場地，長遠之計可考慮移師的建議。
- f. 下個月江委員找了體育處在中和區公所和業者進行協商，改善泳池清潔，擬出一個方向。
- g. 拉開競賽組與游泳教練班，可讓高級班等學員有更大使用空間，但仍需尊重開班教練，等商討之後再做決定。

#### 八. 會長工作指導

1. 救生員複訓取證，紅會規定十二小時以上才可取證。
2. 救生員證是六十個小時以上。
3. 繼續教育的費用，不管陸上水上，我們隊上的總教練皆由會裡來支出。
4. 剛才鄭會長提到的小黃瓜問題，這個很重要，請開班教練要特別注意。
5. 岸邊推人、嬉戲，這些都很危險。不只救生員班，初、中、高，自救班也都要嚴令禁止。
6. 有關下水時機，到時候會請訓練組跟總教練研究一下。
7. 救生班訓練期間是總教練負責，結訓後則應交由服務組處理，不應干擾阻礙服務組的分配與執行。
8. 大豹溪會請服務組就變更的部分註明上去，包括由於颱風所造成的地形改變。
9. 出入水域人員的掌控，請各管理負責護航教練出入水點名簽到，另外教練就負責學生的出入水點名。初中級班與自救班，以前帶班原則就是下課後就禁止再下水。
10. 陳才正會長所提游泳教練班的服裝，我們會請總教練再考量。

#### 九. 會議結束





## 教練團、訓練組聯合公告

### (一)水上安全救生課程統一教學研習營

- 一、主旨：為求各救生員班教學課程內容的統一，會內將辦理「救生課程統一教學研習」。
- 二、主辦單位：水安隊教練團
- 三、協辦單位：新北市訓練組
- 四、統籌單位：水安隊高級水上救生教練團
- 五、日期：105年04月21、22日
- 六、時間：AM05:30~07:00
- 七、地點：台科大游泳池
- 八、費用：入場費\$50(自理)，其他無須任何費用。
- 九、研習課程：依據總會救生教練繼教育課程核定之內容。
- 十、參訓資格：本會已繳交今年度年費之救生教練。
- 十一、務必參訓人員：今年度救生班開班總教練及帶班教練團副總教練、管理教練(至少各一名)。

請有意參訓的教練及開班總教練，即日起向新北市訓練組登記報名。

報名截止日期：105年4月18日。以利造冊。

詳情請洽新北市訓練組長：李昆峰 0937-514017

### (二)新北市訓練組公告

#### ● 救生教練、救生員證換發、救生員複訓班訓練公告

今年救生員證需換証或即將到期，請您務必參加救生員複訓訓練班，按總會規定救生員換証要點，**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**）。

救生員複訓班第一梯次5月09日至5月14日 AM05:15~AM07:15 總教練：楊金明

救生員複訓班第二梯次6月27日至7月02日 AM05:15~AM07:15 總教練：張光輝

救生員證換發證條件：

- 1.連續2年（104年/105年）繳交年費者。
- 2.二年內服務時數滿60小時（含野外服勤48小時）。

救生員換證資料：

- 1.一寸半身脫帽照片2張。
- 2.救生員證有效證書正反影本。
- 3.救生員簽證費：500元。
- 4.急救證或EMT證照正反影本。(注意：有效期需6個月以上)

救生員複訓報名：

新北市訓練組長 李昆峰 電話：0937514017 andy0329@symbolicpak.com.tw





### 救生教練證換發證條件：

- 1.需連續2年（104年/105年）繳交年費者。
- 2.需連續三年每年至少參與水上安全救生訓練教學工作或水上安全救生服務24小時以上且無不良記錄者（例大豹溪服勤）。
- 3.需參加紅十字總會辦理救生教練繼續教育，始具開班及授課資格。
- 4.105年度救生教練換證，辦理月份預計為四月及十月，請欲開救生班之總教練及欲參與救生班之教練團教練特別注意您的證件到期月份，以利開班順利。（溫馨提醒，第九期、第十二期救生教練，需要換證了喔!）

### 換證資料：

- 1.填寫”救生教練換證申請表”。
- 2.一寸半身脫帽照片2張。
- 3.救生教練證有效證書正反影本。
- 4.急救證或EMT證照正反影本。(注意：有效期需6個月以上)

以上備妥相關資料，請於交給訓練組以利造冊。相關表格請上協會網站下載(<http://www.lsespa.org>)詳情請洽新北市訓練組長 李昆峰 電話:0937514017。

換證資料繳交處：新北市中和區中山路2段205號佳欣照相館22489900、22489911

### ● 中華民國紅十字會總會105年水上安全救生教練繼續教育訓練公告

中華民國紅十字會總會105年水上安全救生教練繼續教育訓練，已於105年4月1日報名截止。

請有報名的救生教練，根據您報名的梯次(名單公佈於水上安全大隊官網)，攜帶救生教練證正本及新台幣600元，準時報到。

此次活動皆需下水實作，請務必攜帶泳裝及泳具，並請攜帶三寶：面鏡、呼吸管、蛙鞋。

(一)訓練地點：台北海洋技術學院游泳池（台北市士林區延平北路九段212號）

(二)訓練時間：

第一梯次：105年4月16日（星期六）上午8時至下午17時30分。

第二梯次：105年4月17日（星期日）上午8時至下午17時30分。

第四梯次：105年4月24日（星期日）上午8時至下午17時30分。

詳情請洽新北市訓練組長：李昆峰教練

電話：0937514017。Email:andy0329@symbolicpak.com.tw

### (三)台北市訓練組公告

#### ● 第13期游泳教練訓練班

- 一、8/28開訓，8/14向教練團報名。
- 二、連續2年繳交年費者。(104年、105年)
- 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104、105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104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)

● 2016年水安泳訓開班行事曆

2016年水安泳訓開班行事曆					
		上課日期	總教練	聯絡電話	備註
前期教練班訓練	台科大	4/18~4/29	莊子華	0988-020-666	
救生班總教練協調會		4月22日	李昆峰	0937-514-017	
泳訓班總教練協調會		5月13日	王敬皓	0910-040-243	
初級班 (兩週)	自強1	5/30~6/11	劉謙心	0938-510-821	
	台科大	5/30~6/11	鄭茂鴻	0932-033-050	
	自強2	6/6~6/18	蔡易讓	0922-535-275	
	自強3	6/13~6/25	溫奕泯	0917-613-917	
	自強4	6/20~7/2	石秀碧	0932-012-981	
	自強5	6/27~7/9	江謝瑞	0916-091-855	
	自強6	7/4~7/16	林潘淑美	0933-692-429	
	滬江初	7/4~7/16	方麗華	0928-823-041	
	潤泰	7/4~7/16	王秋琪	0920-840-559	
	世紀皇家	7/4~7/22	謝卓美秀	02-2954-3921	
	自強7	7/11~7/23	李立忠	0932-306-043	
	自強8	7/18~7/30	王祥安	0975-023-682	
	自強9	7/25~8/6	魏芳文	0937-937-781	
中級班 (三週)	自強10	8/1~8/13	施安蓉	0937-015-293	
	自強11	8/8~8/20	顏豪志	0936-221-072	
	自強12	8/15~8/27	邱育鈴	0917-672-671	
	台科大	6/13~7/01	蔡親偉	0912-286-041	
	1	6/27~7/15	莊麗芳	0939-565-278	
	2	7/18~8/5	林錦鏞	0912-154-833	
	滬江中	7/18~8/5	陳添武	0910-249-759	
	潤泰	7/18~8/5	呂欣明	0936-674-050	
	世紀皇家	7/25~8/11	謝卓美秀	02-2954-3921	
	3	8/8~8/26	侯采伶	0933-856-520	
自救班 (兩週)	1	7/18~7/29	余炳輝	0936-050-869	
	滬江中	8/8~8/19	古春華	0956-619-355	
	2	8/15~8/26	柯敏龍	0988-000-478	
救生班 (四週)	1	5/8~6/5	侯梅嬌	0988-080-958	
	2	6/5~7/3	黃美惠	0933-219-761	
	3	7/3~7/31	莊子華	0988-020-666	
	自強夜	7/3~7/31	張仲皓	0930-895-797	
	滬江班	7/3~7/31	朱浩宸	0989-785-892	
	台科大	7/3~7/31	張建雄	0930-777-168	
高級班 (四週)	4	7/31~8/28	江慶旭	0910-234-502	
	1	7/3~7/31	阮雅凰	0922-871-607	
	2	7/31~8/28	李亦民	0919-905-181	
	台科大	7/31~8/28	吳家煌	0958-117-897	
第13期游泳教練班		8/28~9/24	翁輝國	0932-225-960	
姿勢矯正班	1	5/2~5/27	林瑞新	0937-015-024	蛙、蝶、踩水
	2	5/30~6/24	鄧朝興	0919-766-229	捷、仰
救生員複訓	1	5/9~5/14	楊金明	0921-810-620	
	2	6/27~7/2	張洸輝	0932-062-242	





## 服務組公告

### \* 大豹溪防溺水勤務公告 \*

#### \*104年度補足大豹溪值勤時數通知\*

去年度因蘇迪勒颱風重創大豹溪流域，8月中至9月底全面停止值勤，造成各救生班隊，高級班，十式班以及12期游泳教練班部份學員之取證和結訓資格所需大豹溪值勤時數不足；故請104年度以上班隊之總教練及學員長轉知所有學員，今年自5月初開始，踴躍前往大豹溪服勤，補足所需時數，以確保受訓學員之權益。

#### \*大豹溪值勤服務需注意事項\*

- 一.期間：五月初至九月底
- 二.時間：每逢星期例假日，早上 8:00 至下午 5:00
- 三.報到與簽退：每次服勤時於大有社區活動中心指揮站報到，報到時須簽三份表簿，再等候分發前往救生站點上哨，下午 5:00 下哨時需至指揮站簽退三份表簿才得離開
- 四.服裝：每次服勤標準服裝，紅領上衣，紅短褲，戴上紅帽，配哨，不可穿著其它便服。

#### 五.上哨服勤應注意事項：

1. 到站時應下水探測水深，瞭解水域環境，以方便救溺工作
2. 上哨時必需兩人以上，不可單獨一人上哨服勤
3. 上哨期間不得擅自離站，如有急事離開應告知站長或當站其他人員
4. 分發上哨時不可選擇服勤站哨，一切聽從工作人員分發
5. 服勤時不得任意調換站哨，有必要調換站哨時，請協調勤務中心指揮站
6. 服勤時間不可飲酒，烤肉，睡覺
7. 上哨服勤時間不可利用來開會聚餐慶生
8. 服勤時間請勿遲到、早退

#### 六.當期救生班服勤注意事項：

1. 當期新救生員第一次服勤時，請先在大有社區活動中心指揮站集合後，由總教練整隊轉交服務組統籌分發上哨
2. 當期救生班帶班教練服勤時，不可要求與學員同一站哨，由服務組統籌分發上哨
3. 上哨服勤時新救生員必需遵從站長分配勤務，不可擅自離站

#### 七.服勤時數計算方式

1. 從早上8:00至下午5:00 計一天時間，共計12小時
2. 遲到或早退情況其時數將依到退時間予以扣除，以維持團隊之紀律及公平性

#### 八.服勤時間便當發放準則

1. 早上報到服勤時，必需告知指揮站工作人員所需的便當數量及其葷素以便於統計
2. 如要再加便當請於早上10點前告知指揮站工作人員以確定便當數量

#### 九.值勤時適逢大豪雨時是否退哨，請各站等候與勤務中心指揮站聯絡後才得離哨





## ~服務組大豹溪執勤指導輪值表~

日期	指導教練			日期	指導教練		
5月1日	童宜雄	吳治政	張麗雪	7月17日	童宜雄	吳治政	張麗雪
5月7日	陳才正	楊仁德	黃美施	7月23日	陳才正	楊仁德	黃美施
5月8日	林忠漢	吳聰旗	董正雄	7月24日	林忠漢	吳聰旗	董正雄
5月14日	楊金明	項巨源	陳忠慶	7月30日	楊金明	項巨源	陳忠慶
5月15日	謝萬取	陳要然	劉玉聯	7月31日	莊子華	張建雄	林裕峰
5月21日	林瑞新	許堯舜	余淑華	8月6日	謝萬取	陳要然	劉玉聯
5月22日	鄭茂鴻	顏有成	邱啟章	8月7日	林瑞新	許堯舜	余淑華
5月28日	劉慧明	林裕峰	俞佳宏	8月13日	鄭茂鴻	顏有成	邱啟章
5月29日	林文正	黃琦茹	馮阿春	8月14日	劉慧明	林裕峰	俞佳宏
6月5日	張光輝	曾光亮	王水吉	8月20日	林文正	黃琦茹	馮阿春
6月9日	鄧朝興	陳漢隆	陳榮華	8月21日	張光輝	曾光亮	王水吉
6月10日	莊子華	李美玉	曾美瑛	8月27日	鄧朝興	陳漢隆	陳榮華
6月11日	李震榮	張榮華	侯采伶	8月28日	阮雅凰	李美玉	曾美瑛
6月12日	翁輝國	林錦龍	呂理金	9月3日	李震榮	張榮華	侯采伶
6月18日	吳家煌	張欽銘	劉克威	9月4日	翁輝國	林錦龍	呂理金
6月19日	周正忠	林潘淑美	林錦繡	9月11日	吳家煌	張欽銘	劉克威
6月25日	陳清雲	曾光亮	譚國斌	9月15日	周正忠	林潘淑美	林錦繡
6月26日	陳秋蘭	王臣扶	陳嘉宏	9月16日	陳清雲	曾光亮	譚國斌
7月2日	張奕鴻	林建富	張建雄	9月17日	陳秋蘭	王臣扶	陳嘉宏
7月3日	沈光輝	廖欣怡	劉崑雲	9月18日	張奕鴻	林建富	林月綉
7月9日	劉鼎盛	吳桂雲	簡信正	9月24日	沈光輝	廖欣怡	陳獻銘
7月10日	葉德成	阮雅凰	林月綉	9月25日	劉鼎盛	吳桂雲	簡信正
7月16日	蔡憶潔	陳獻銘	鄭燕宗				





## 競賽組公告

### 2016年 第五屆台日成人游泳交流集訓營

- 一、宗旨：日籍教練為了感謝台灣在東日本大地震中的捐款，以及 台日兩國成人游泳協會以泳會友，藉由游泳集訓營，增進台日兩國民間交流及參加者游泳技巧，因而籌辦本次 台日成人游泳交流集訓營。
- 二、主辦單位：SSports & Co Ltd. (負責人 坂 敏之)  
台灣主辦人：陳榮坤  
台灣游泳教練：黃敬仰  
日文翻譯員：施安蓉
- 三、協辦單位：台北市松山運動中心(計劃) 105 臺北市松山區敦化北路 1 號
- 四、講習時地：2016 年 5 月 28(六)-29(日)  
報到時間：07:30  
訓練時間 上午 08:00-10:00  
下午 02:00-04:30
- 五、報名資格：1.年滿 18 歲以上(或者是參加者的孩子)。  
2.能夠接受間歇訓練的泳者。
- 六、報名手續：1.台灣方面採用網路報名(報名明表請至水安網頁下載)，填寫完畢後請寄至 E-mail: ali0117@hotmail.com Tel: 0932-244-372  
SSports 台灣協同人員：湯學莉
- 2.報名費(收續費參加者負擔)  
交流訓營報名費 2,200 元  
交流聚餐報名費 700 元  
精美便當費 180 元
- 3.填寫報名表及報名費合計匯款至玉山銀行三重分行  
帳號 0255-966-139478 戶名: 湯學莉
- 七、報名日期：自即日起至 2016 年 3 月 31 日星期四止。(備註：本次活動如在報名截止前達到既定人數，將提早截止報名，還請多多包涵)
- 八、附則：1.請自行出具免責同意書及自行投保意外保險 2 百萬元。  
2.附報名表、課程表各乙份，如不敷使用，請自行影印。  
3.入場費用一人早上 150 元、下午 150 元(請使用悠遊卡)。
- 九、交流聚餐：28 日晚上舉辦交流聚餐  
聚餐地點：北平萬珍樓台北市敦化北路 120 巷 11 號  
教練介紹：坂 敏之(SSports 代表)  
2004 年至今台灣成人泳協全國大賽連續 11 年參加  
2006 年 2007 年中華民國成人游泳協會教練講習擔任講師  
備註：1.水安隊報名台日游泳交流集訓人員，請在報名表服務單位欄註明「水安隊」。  
2.水安隊參與人員將由競賽組長黃敬仰，統一帶隊參加。  
3.若有相關問題請洽水安隊競賽組黃敬仰組長：0930-041- 272  
Line ID:jason022274





# 活動組公告

- 感謝水安各位會長及教練們熱情提供新春禮品使的本次活動熱鬧非凡,增添新春活力。(名冊如附件)

PS.未領取禮品的教練們,可以於上班時間09:00~18:00到台北市林森北路五巷十二之一號一樓或是五月自強泳池開始後於二樓會所領取。

- 龍舟隊招募隊員

105年度龍舟隊招募隊員,分為男女混合組及長青組共二組。

本次主要以推廣合協團隊運動為出發點,邀請水安的教練會員們一同來報名,大家先來熱身運動嚕!!!請打電話連絡0987056055 祥義 即可,謝謝!!

活動組歡迎您~~~~

## 活動組附件新春禮品造冊

1	頂極38分鑽石	乙個	林瑞新	用品	15	健康氣炸鍋 (Philips)	乙台	莊子華	電器
2	42吋液晶電視	乙台	林欽鐘	電器	16	健康氣炸鍋 (Philips)	乙台	莊子華	電器
3	G plus 7吋平板	乙台	張榮華	電器	17	健康氣炸鍋 (Philips)	乙台	莊子華	電器
4	三洋吸塵器	乙台	林欽鐘	電器	18	旋風式氣炸鍋 (Princess)	乙台	莊子華	電器
5	三洋吸塵器	乙台	林欽鐘	電器	19	旋風式氣炸鍋 (Princess)	乙台	莊子華	電器
6	三洋吸塵器	乙台	林欽鐘	電器	20	多功能料理鍋	乙台	陳威志	用品
7	三洋吸塵器	乙台	林欽鐘	電器	21	全自動製麵機	乙台	陳麗如	電器
8	三洋吸塵器	乙台	林欽鐘	電器	22	煮咖啡機	乙組	杜國業	用品
9	葉片式電暖器	乙台	林忠漢	電器	23	蒸火鍋器	乙組	廖元隆	用品
10	果汁機(Philips)	乙台	莊子華	電器	24	奈米光殺菌 空氣淨化機	乙台	呂理金 呂學維	電器
11	果汁機(Philips)	乙台	莊子華	電器					
12	果汁機(Philips)	乙台	莊子華	電器					
13	果汁機(Philips)	乙台	莊子華	電器					
14	健康氣炸鍋 (Philips)	乙台	莊子華	電器					







25	奈米光殺菌 空氣淨化機	乙台	呂理金 呂學維	電器	46	特級保鮮盒	乙個	陳美芳	用品
26	奈米光殺菌 空氣淨化機	乙台	呂理金 呂學維	電器	47	一體成形原木 糖果盒	乙個	洪祥義	用品
27	行車記錄器	乙台	張建雄	電器	48	一體成形原木 糖果盒	乙個	洪祥義	用品
28	行車記錄器	乙台	張建雄	電器	49	蓮蓬頭沐浴器	乙組	王敬皓	電器
29	LEGO星際大戰沙 漠風爆戰將手錶	乙支	陳美芳	用品	50	LED桌燈	乙台	謝萬取	電器
30	LEGO星際大戰黑 武士手錶	乙支	陳美芳	用品	51	LED燈	乙個	張國輝	電器
31	Ipad mine保護貼	乙個	李昆峰	用品	52	LED燈	乙個	張國輝	電器
32	Ipad mine保護貼	乙個	李昆峰	用品	53	LED燈	乙個	張國輝	電器
33	Ipad mine保護貼	乙個	李昆峰	用品	54	嚴選集郵冊	乙組	林文正	用品
34	可愛熊-行動電源	乙隻	張仲皓	電器	55	嚴選集郵冊	乙組	林文正	用品
35	可愛熊-行動電源	乙隻	張仲皓	電器	56	手工皂禮盒	乙組	石秀碧	用品
36	高級茶具組	乙組	黃美惠	用品	57	手工皂禮盒	乙組	石秀碧	用品
37	保鮮盒	乙個	鄭茂鴻	用品	58	手工皂禮盒	乙組	石秀碧	用品
38	保鮮盒	乙個	鄭茂鴻	用品	59	手工皂禮盒	乙組	石秀碧	用品
39	保鮮盒	乙個	鄭茂鴻	用品	60	手工皂禮盒	乙組	石秀碧	用品
40	保鮮盒	乙個	鄭茂鴻	用品	61	手工皂禮盒	乙組	石秀碧	用品
41	保溫杯	乙個	鄭茂鴻	用品	62	私藏老酒	乙瓶	陳壽祺	用品
42	真空保溫杯	乙個	鄭燕宗	用品	63	名人傳記	乙本	張國輝	用品
43	真空保溫杯	乙個	鄭燕宗	用品	64	烏來湯卷(東風館)	二張	蔡景德	用品
44	真空保溫杯	乙個	鄭燕宗	用品	65	烏來湯卷(東風館)	二張	蔡景德	用品
45	真空保溫杯	乙個	鄭燕宗	用品	66	烏來湯卷(東風館)	二張	蔡景德	用品
					67	烏來湯卷(東風館)	二張	蔡景德	用品
					68	烏來湯卷(東風館)	二張	蔡景德	用品
					69	新春紅包	1000元	林恆雄	現金





70	新春紅包	1000元	林恆雄	現金	97	新春紅包	500元	楊金明	現金
71	新春紅包	600元	徐健軒	現金	98	手壓式旋轉淨巧拖	乙台	陳錦錠 議員	用品
72	新春紅包	600元	徐健軒	現金	99	手壓式旋轉淨巧拖	乙台	陳錦錠 議員	用品
73	新春紅包	600元	徐健軒	現金	100	聲寶16吋立扇	乙台	黃敬仰	電器
74	新春紅包	600元	徐健軒	現金	101	水安紅外套	乙件	陳新川	用品
75	新春紅包	600元	徐健軒	現金	102	水安紅外套	乙件	陳新川	用品
76	新春紅包	500元	江慶旭	現金	103	新東陽禮券	1000元	翁輝國	禮券
77	新春紅包	500元	江慶旭	現金	104	新東陽禮券	1000元	翁輝國	禮券
78	新春紅包	500元	江慶旭	現金	105	新東陽禮券	1000元	翁輝國	禮券
79	新春紅包	500元	江慶旭	現金	106	新東陽禮券	1000元	翁輝國	禮券
80	新春紅包	500元	江慶旭	現金	107	新東陽禮券	1000元	翁輝國	禮券
81	新春紅包	500元	江慶旭	現金	108	精緻禮盒	乙件	江永昌 立法委員	用品
82	新春紅包	500元	蔡素娥	現金	109	精緻禮盒	乙件	江永昌 立法委員	用品
83	新春紅包	500元	蔡素娥	現金	110	精緻禮盒	乙件	江永昌 立法委員	用品
84	新春紅包	500元	蔡素娥	現金	111	精緻禮盒	乙件	江永昌 立法委員	用品
85	新春紅包	500元	蔡素娥	現金	112	新春紅包	600元	吳玉桂	現金
86	新春紅包	500元	蔡素娥	現金	113	新春紅包	600元	吳玉桂	現金
87	新春紅包	500元	蔡素娥	現金	114	新春紅包	600元	吳玉桂	現金
88	新春紅包	500元	候梅嬌	現金	115	新春紅包	600元	吳玉桂	現金
89	新春紅包	500元	候梅嬌	現金	116	新春紅包	600元	吳玉桂	現金
90	新春紅包	500元	候梅嬌	現金	117	新春紅包	600元	吳玉桂	現金
91	新春紅包	500元	候梅嬌	現金	118	新春紅包	600元	吳玉桂	現金
92	新春紅包	500元	傅榮裕	現金					
93	新春紅包	500元	傅榮裕	現金					
94	新春紅包	500元	傅榮裕	現金					
95	新春紅包	500元	傅榮裕	現金					
96	新春紅包	500元	楊金明	現金					





119	新春紅包	600元	吳玉桂	現金	143	藍芽音響	乙件	陳瑞元	用品
120	新春紅包	600元	吳玉桂	現金	144	家樂福禮券一張	1000元	吳隆海	禮券
121	新春紅包	600元	吳玉桂	現金	145	家樂福禮券一張	1000元	林美梅	禮券
122	新春紅包	600元	吳玉桂	現金	146	四季茶包	乙盒	沈惠芬	用品
123	新春紅包	600元	吳玉桂	現金	147	梨山茶包	乙盒	沈惠芬	用品
124	新春紅包	600元	吳玉桂	現金	148	梨山茶包	乙盒	沈惠芬	用品
125	新春紅包	600元	吳玉桂	現金	149	新春紅包	600元	王成華	現金
126	新春紅包	600元	吳玉桂	現金	150	新春紅包	600元	王成華	現金
127	新春紅包	600元	吳玉桂	現金	151	新春紅包	500元	吳家煌	現金
128	新春紅包	600元	吳玉桂	現金	152	新春紅包	500元	吳家煌	現金
129	新春紅包	600元	吳玉桂	現金	153	新春紅包	500元	吳家煌	現金
130	新春紅包	600元	吳玉桂	現金	154	新春紅包	500元	吳家煌	現金
131	新春紅包	600元	吳玉桂	現金	155	新春紅包	500元	吳家煌	現金
132	新春紅包	600元	林錦繡	現金	156	新春紅包	500元	吳家煌	現金
133	鐵板萬用鍋	乙台	楊景龍	用品	157	新春紅包	500元	李震榮	現金
134	象淨水壺	乙台	楊景龍	用品	158	新春紅包	500元	李震榮	現金
135	philips電動咖啡機	乙台	楊景龍	用品	159	新春紅包	500元	李震榮	現金
136	新春紅包	500元	劉慧明	現金	160	新春紅包	500元	李震榮	現金
137	新春紅包	500元	劉慧明	現金	161	新春紅包	1000元	鄭茂鴻	現金
138	新春紅包	500元	劉鼎盛 吳桂雲	現金	162	新春紅包	1000元	鄭茂鴻	現金
139	不鏽鋼保溫提鍋	乙件	劉鼎盛 吳桂雲	用品	163	新春紅包	1000元	鄭茂鴻	現金
140	不鏽鋼水壺*2只	乙件	劉鼎盛 吳桂雲	用品	164	新春紅包	600元	陳才正	現金
141	新春紅包	1000元	童宜雄	現金	165	新春紅包	600元	陳才正	現金
142	隨意咖啡機	乙台	蔡親偉	用品	166	新春紅包	600元	陳才正	現金
					167	新春紅包	600元	陳才正	現金
					168	新春紅包	600元	陳才正	現金
					169	新光三越禮券	1000元	吳治政	禮券
					170	新光三越禮券	1000元	吳治政	禮券





# 急救組公告

## 公告一：105年高級急救員訓練實施計畫

課程日期：04/17(日)、04/23(六)、04/24(日) 08:00~18:00共3天(備有中餐)。

訓練地點：新北市中和區中山路二段64巷9號!自強游泳池地下室(請由側門進入)。

課程內容：急救概述、中毒、過熱與過冷的影響、休克與普通

急症、傷患運送、人體的構造、急救箱及敷料的使用、包紮、特殊創傷、心肺復甦術  
加自動體外電擊去顫器(AED)、人工呼吸及氧氣之使用、特殊骨折、交通事故處理。

一、報名方式：

請上水安隊網頁下載填寫報名表，報名表請交急救組長：侯梅嬌

二、報名截止日期：04/03(日)止

三、訓練名額：30名，額滿將提前截止，恕不受理現場報名。

※20人(含)以上開班，課程內容若有變動，以新課程內容為主。

四、課程費用：酌收教材費及中英文證照費(3年有效期)，共計【新台幣2,500元整】。

PS：已領有高級急救員證在有效期限內者，上課費用另計。

五、攜帶物品：

1.報名表

2.一寸照片2張(背面請註明-中英文姓名、身分證字號)

3.急救員證正反面影本

4.報名費

六、備註：

1.因故不克參加要求退費者，應於上課一週前以電話告知，退報名費80%；  
報名後未報到上課者，費用轉為一般捐款，不予退還；開課後或中途退訓  
或訓練不合格者不予退費。

2.為響應環保，請自備環保杯。

3.為操作方便，女生請穿著長褲，勿穿低領口上衣。

※提醒若要換發救生教練證或救生員證之會員其急救員證，須為具有有效期限內半年以上之急救員資格!

以上，如有任何疑問，請洽：急救組長：侯梅嬌教練:0988-080-958

Line~ID:melenie080958

### 救人乃在一念之間，救命則需一技在身!

## 公告二：高級急救"需複訓換證名單

以下名單是今年"高級急救"需複訓換證名單教練：

李雲嬌、李志龍、劉議心、溫俊輝、李銘禧、王敬皓、顏豪志、陳威志、陳子玲、  
黃振剛、羅井茂、張國輝、李立忠、丁偉、洪祥義、李佩霜、鐘詩非、李震岳、  
楊秀穎、林潘淑美、林錦繡、林威良、李永壽、李順正

請以上需換證教練有意願報名請洽：

張建雄總教練:0930-777-168 急救組侯梅嬌組長 ~0988-080-958

Line~ID~melenie080958





## 人物專訪~林月綉教練

文/林家琳、溫玉娟

民國90年誕生了一位救生員—林月綉教練，資歷跟我一樣淺的人可能會對教練感到些許陌生，她就是謝前會長萬取的夫人。與月綉教練聊起學游泳的過程，她說自己很怕水、怕冷，又膽小，在救生員班裡是出了名的扒邊公主，因為太怕水途中曾想過要放棄，但身為教練兼好友的秋蘭教練，幾乎每天來鼓勵著月綉教練去上課，因秋蘭教練的關心並秉持著「學游泳一定要學救生」的精神，終於完成了救生員的訓練，也成為了隊上第九期的救生教練。



月綉教練目前在隊裡擔任財務組出納一職，談起財務組教練很有自信的表示，隊上的財務制度非常健全且嚴謹，提領款都要經過層層關卡，帳目進出記載的非常詳細，所以在隊上不會出現中飽私囊的情況發生，因為財務組長及組員們嚴守著前輩教練們的財務制度，所以大家可以放心。聊著聊著教練拿出她專用的小書包，裡頭裝著各種單據憑證，依序分門別類有條理的存放著，她說自己開著店離自強又近，大家來店裡找她領錢繳交資料也方便，有時也會把器材寄放在店裡，無形中這裡成為了會員來來去去接洽的地方好不熱鬧，彷彿是對上的第二會所一樣。我問教練這十幾年來每天都要為會裡忙進忙出，自己的時間都被綁在店裡，會不會感到疲憊？教練笑著回答我說：「不會累啦！雖然忙但是我忙得很快樂。」，我想是因為這份快樂支持著月綉教練繼續為水安服務。

除了出納工作之外，教練及她的教練好友們也會幫隊裡準備餐點，像是每年的新春團拜，還有不知各位會員們是否還記得上救生班野外課時，那香噴噴令人垂涎三尺的午飯，當然也是出自於教練及好友們之手，大家可能不知道這一餐，教練們要花上三天來採買食材，天氣冷有熱湯喝，天氣熱有甜點吃，教練們就像媽媽一樣不怕辛苦的照顧水安救生班學員，所以大家下次別忘了要謝謝這些頂著太陽默默為大家付出的教練們喔！

最後月綉教練及謝前會長提到水安是一個很好的學習環境，隊裡有很多救生知識與游泳技巧都不吝與大家分享，這裡就像一個大家庭，每個人都很好且熱心公益，但在做志工的同時也必須顧及到自己的本業—家庭與事業，這兩者要放在第一位，當心有餘且力足夠時再來做志工，這才是為水安為大眾服務之道。





## 我所認識的李美玉教練

文/陳漢隆

第一次看到美玉教練，是在民國93年自強2救生班開訓典禮上，總教練周明松介紹「教學顧問」時，當時我們已被自強泳池的水嗆到頭昏腦脹，怎麼會知道這個人是誰？

第2年我擔任財務組幹事，在資料中無意間發現居然有人與我同一天生日，除了驚訝與好奇外，沒有特別印象。

由於她在會中人緣很好，經常擔任各班隊「教學顧問」或「教學指導」，算是很受歡迎的資深教練。民國99年我擔任自強2救生班總教練時還刻意避開，聘請同是第一期的蔡憶潔教練擔任我的「教學顧問」。

直到民國102年我擔任總幹事，她是「台北市隊長」，共事一年才真正認識她，這一年她幫忙很多，工作認真、謹守本份，對台北市水安隊工作推展不遺餘力，讓我們無後顧之憂，能專注於聯合會會務上。

有人說她財大氣粗沒有本事，但在一次閒談中，聽到她對最基本的高麗菜及肉品選購，把選購時機、要領、重點及注意事項講得頭頭是道；另對公司一次突發狀況處理的圓圓滿滿，既不偏失又兼顧人情，還讓肇事部屬銘謝五內，這沒有兩把刷子是做不到的，讓我覺得這個人不簡單。果然就在她接任「總召」之初，就提出編撰「教練團實務工作手冊」的構想，將教練團的沿革、任務、職掌、重要規定、數據及實務工作等該做的事，講得清清楚楚，讓大家有所依循，使工作執行上簡單、易行、有效。

尤其她對「工作管制」特別重視，每逢測考或重大工作執行時，對工作作法及進度，總是追根究底詢問再三，還問有沒有備案，我們想摸魚門都沒有。

『會』中訓練測考工作，對她來說並非強項，但知人善任、勇於負責，帶領我們達成任務的領導風格，是毋庸置疑的。雖然對我們要求很嚴格，但照顧組員卻無微不至，各項福利從不間斷，羨煞了其他各組，讓我們忙碌之餘倍感溫馨。

最令我佩服的是她「心存感恩、樂善好施」，除了經常捐款及補助救生班開班經費外，每年並贊助大豹溪服勤所需礦泉水，從不間斷，我覺得做善事很容易，但要持之以恆卻很難，特別是今年1月23日響應「萬華刈包吉宴請街友活動」，捐助350個便當及2000顆紅蛋，並親自發送街友，讓他們在寒風中深感溫暖，這種義行真令人感動！也讓自己過一個很特別的生日。



她常說：人要心存善念，多做好事自然就會有好報，也就是居於這種理念，加入水安隊的志工團隊，而且積極參與會務及社會公益活動，一路走來就是30年，這種精神值得我們後輩學習。其實我們當志工的，只要積極行善，堅守原則，常保一顆歡樂的心，也是一件快樂的事。





## 希望每年都辦

急救組長 / 侯梅嬌

這是第一次由 張洸輝前會長籌辦、王成華顧問指導的基搜復訓，由我們水安的搜救組主辦並且有急救組&機動組參與聯合的盛大演練！

看到原本連續下那麼多天的延綿細雨，正當大家都在擔心著隔天無法演練時沒想到老天爺也看到了我們水安隊的努力和苦心(呵呵!!!)，天公於是也很熱血的來相挺和幫忙，這一天派了一個好天氣來報到！也讓我們的今天的救災演練非常順利呦！

有鑑於近年來台灣幾次動輒造成嚴重災損(以2015年復興航空 & 2016年台南的維冠大樓倒塌造成民眾重大傷亡事件為例)，身為台灣的一份子，我們水安救災隊也當然無法置身於事外，也因此搜救組特別陸續規劃一系列的救災救援的訓練，來強化我們水安搜救隊在面對災害來臨時的救援能力。

我們這次的科目是：配合救災隊支援斜坡下有人受傷作下降救人，及傷患繩索吊掛上升，專業術語叫做(省力系統低所救出)，也讓隊員們更加熟習災害的認識以及救災的技巧和設備使用時機。這次訓練地點是選在：城林橋土城側堤防斜坡。這是在此次演訓活動前，經過現場多次探勘以及再三確認現場安全無虞後，終於拍板敲定為今年的訓練場地。

在今天的聯合演練裡，我們準備了救生擔架、安全護具，繩索，鉤環等等...救援裝備、架設動力系統演訓，希望藉由協同演練，來提升我們水安搜救隊實際參與救災的能力。透過教練們的解說與實際操作，也讓我們今日參與的每一位隊員都能明白在面對災害時，如何配合動員和救災，也熟悉了相關救援的技巧和器具設備的操作…。

最後我要感謝前會長 洸輝教練在今年為水安救災隊員精心規劃訓練，也感謝 王成華、王艾指導教練能將本身所累積下來的救災經驗無私地傳承和分享，也感謝 孟涵教練為大家提醒活動注意事項和訓練保險事宜.....還有眾多支持和前來參與的所有教練們，感謝大家，因為你們，才會今天的複訓非常圓滿順利成功，感恩!!!





## 太陽底下的辛苦

文/ 廖欣怡

從天一亮，就開始了忙碌的一天，為了這個年度水安新春團拜的盛會活動，辛苦的伙房人員們，一大清早就要早起，準備食材，切菜煮飯，必須要在活動還沒進入尾聲前，就要把一切的東西，擺入定位。好讓所有與會的水安會員們，可以在準時的時間吃到餐點。所以說，每一場成功的演出的幕後人員，都是十分辛苦的，人們總是看到在舞台前，表演光鮮亮麗的演出者，卻往往都忘記了，另外這些在背後默默付出的伙房教練們。



當我們台前的新春團拜節目一一展開，熱歌熱舞精彩活動熱鬧了整個會場吸引了全場每一個人的目光同時，在台後另一頭太陽底下的廚房裡頭也是處於「戰鬥模式」，每一個人也都卯起來趕工，像資深教練如 余淑華教練，連前會長夫人 明珠教練也都捲起袖子來幫忙，還有，玉梅教練也一大早就開車去採買必備的食材，另外還有劉玫瑰教練...等等，當然還有許多的優秀教練們也都是會在會場廚房裡忙進忙出的....!! 為的就是要趕在活動結束前把所有熱騰騰的美食佳餚一道道端出來，讓所有與會的水安會員們都可以享用....

看著您們在沒有蓬子的屋簷底下，頂著在大太陽底下揮汗的煮飯炒菜熬湯，真的令人感動。或許也就是這樣如此無私的貢獻和分享的精神所以才更緊緊團聚了我們水安隊的每一位成員，讓水安成為了讓大家互相彼此細心照顧，彼此呵護的第二個家!

辛苦了，煮飯的工作人員，辛苦了，您們總是在背後的默默付出和用心良苦，才能成就了一次次我們水安每一場次盛大的活動演出，也就是這樣的元素，才讓我們水安這個大家庭更牢牢地團結在一起!! 謝謝您們，我愛您們!!!







# 水安年會幕後的功臣推手\_主廚教練群





# Happy Birthday 04月份壽星

## ~祝 您 生日快樂~

江佳芸	周禹丞	陳加欣	陳泰暉
吳協韋	張志成	陳金財	陳添武
周俊宏	陳要然	游勝洵	葉士楷
林福田	陳博榆	翟威晨	劉蓮潔
金文華	黃彥皓	蕭仲晴	古瑞蘭
馬正為	蔡宗倫	蕭貴月	江倩怡
廖元隆	甘蓓珍	薛螢隆	吳雪燕
賴一心	沈鳳燮	譚國斌	林佳音
顏有成	林昱如	王信凱	張智鈞
蘇靜婷	許玉梅	池旺融	曾文賢
王秋琪	游茗鈇	徐藝瑄	溫玉娟
全正中	黃郁婷	陳才正	蕭宇成
李秀蓉	潘佳吟	陳昱佑	
李博文	鄭家侑	黃淑美	
林忠漢	王元伶	楊偉智	
林清其	王振聲	劉奕和	
馬壯為	吳芷欣	蕭秋寶	
陳佳惠	林威騰	林蔚如	
黃勝昌	林柏廷	高水	
葉燕珠	張仙助	張春香	



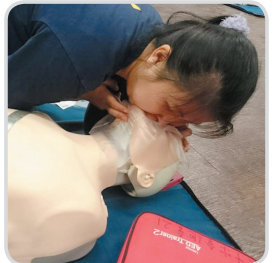


# 2016第一梯次急救教練繼續教育





# 2016第二梯次急救教練繼續教育



## 三月份幹事部會議



## 第一次教練團會議



## 初級急救復訓 總教練 賴素素



# 水安搜救隊受邀東區扶輪社演講 隊長張洸輝



## 水安搜救隊聯合演練



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：林欽鐘 編審指導：陳美芳  
主編：鄔建國 編輯小組：文書組

文書組e-mail：a9104039@gmail.com

發行日期：中華民國105年04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

