

# 6

月份  
會訊



證 許 局 郵 局 局 局 局  
號 3 4 1 號 號 號 號 號  
品 刷 印 板 板 板 板 板

June, 2017

## 大豹溪 最美的五月風景

大豹溪五月事件簿 / 年年一百箱礦泉水 / 總會王清峰會長視察大豹溪  
— 馨想事成～倍感溫馨～有心也有愛的媽媽節



## 精彩一夏 從初級開始

文：文書組小編／圖：滬江班

水安第一班泳訓初級班正式開班了，滬江初級班5/15 ~ 5/27 由蔡景德總教練及楊仁德教練，展開今年最早的游泳初階教學。

初級泳訓一直是救生員的搖籃，從最基本的捷式與水性養成，讓參訓的同學喜歡玩水、懂水，就像是把一個剛出生的小嬰兒用心捏把長大，再上小學、中學、大學，最後把所學回饋給社會。如此生生不息，也是水安每一位教練心裡最大的收穫了。

雖說是第一班，教練的人數與熱忱絲毫不減，每天準時到場，為泳訓付出最誠執也最無所求的力量。

接下來，水安還有豐富而精彩的泳訓，2017水上安全工作大隊開班行事曆上，滿滿的訓練課程，等著每一位學員一起學習水上安全及游泳技術。為社會盡力，為自己修築最美的人生！





# INDEX

## 本期內容摘要



- 精彩一夏從初級開始
- 五月份幹部會議
- 公告
  - 財務組、研訊組、急救組、訓練組  
競賽組、服務組、活動組
  - 大豹溪服動得折疊椅 / 急救教練繼續教育名單  
日月潭長泳報名 / 競賽組報名資訊
- 2017開班行事曆
- 封面故事 大豹溪五月事件簿
  - 熱血的水安夥伴們 大豹溪開「站」啦！
  - 「水藍天一救生班」開訓特別報導
  - 紅十字總會會長巡視大豹溪特別報導
  - 水安人的生活/林家儒先生專欄
  - 高級急救員受訓心得
  - 期待我們的新會所
- 祝六月份壽星 生日快樂
- 魔鬼藏在細節裡@矯正班
- 泳訓班總教練協調會





## 106年5月份幹事部會議要點

106.05.19(五)

- 一、【聯合會】台北分會將於5/25日(四)，下午6:30分，假台北市新生北路2段28號2樓，錦華樓餐廳，頒發台北市幹部聘書。請聯絡組協助聯絡:台北市隊長、台北市副隊長、台北市訓練組、台北市機動組、台北市服務組出席參加。統計出席人數後回報台北市分會。
- 二、【聯合會】5/8中和區公所來函公文：有關自強游泳池拆除一案，區公所預計106年7月份起開始拆除。自強泳池從此將走入歷史，自強二樓會所內，所有物品也被要求於106年6月30日前全數清空。目前會所內尚留有四台冷氣及會內少許物品，經榮華會長與水藍天一余炳輝總教練協商後，將麻煩水藍天一的學員協助幫忙清空會所，屆時也請各組組長及成員能撥冗協助。感謝炳輝總教練及各組組長及成員。
- 三、【聯合會】關於本隊承租新北市中和區台貿段1246地號高架橋下空間，在會長張榮華及前會長林瑞新、前會長林欽鐘、王建中教練...等教練的努力下，預計於5月底前放置三只40呎貨櫃屋，完成建置新會所及器材室初步的規劃。同時榮華會長也已發函給新北市消防局，希望能該局能夠協助該地段，申請水電接用的核發許可。在貨櫃進駐之後，後續還有相當多的器





材及裝備需要整理及放置。屆時還需各位組長及組員及所有會員的全力支援，為了水安隊未來的新會所、新器材室共同努力。

- 四、【聯合會】關於本會今年承租中和國中泳池一案，近日在榮華會長商請陳前會長才正的協助下，已經完成簽約手續。中和國中的班隊將於6/5(一)由楊健生總教練（初級一）及黃美惠總教練（救生員複訓班）當先鋒，開始進行訓練。當在自強游泳池確定拆除後，中和國中目前為我隊唯一的初、中、自救泳訓班訓練基地，希望所有會員們都能夠多加珍惜這得來不易的場地，遵守校方的一切規定：進出時間5：30（進校）~7：00（離校）、摩托車熄火後牽進及牽出校園再發動...等等規定，也請訓練組長及各組長及幹事部成員能夠幫忙多加公告宣導。另因應今年中和國中場地租金的提高，也請各位組長能串連起各組組員，在FB及line群組中，協助公告各個班隊總教練的招生事宜及宣傳。感謝大家今年辛苦的付出。
- 五、【財務組】中和國中各個班隊訓練活動自6/5(一)開始，門票收費方式將比照台科大及其他訓練泳池，採一次性的收費方式。請總教練在開班後將學員人數造冊並收齊門票費用後繳交財務組，不再販賣單一門票。同時泳池開門、關門及相關事宜將委由各班隊總教練們來負責，請各班總教練相互協調，辛苦大家。
- 六、【訓練組】勇於任事的蔡景德教練，開疆闢地，第一次在滬江高中早上開立初級泳訓班。並於5/15(一)開訓時開出紅盤，感謝景德總教練的付出，恭禧景德總教練。同時也請訓練組長，盡力協助其開、結訓時相關事宜。
- 七、【訓練組、機動組】中和國中進場管控機制，請訓練組告知所有會員，充分說明需特別注意的事項。並請機動組，負責人力的派遣，協助在校門口站崗引導及加強宣導保持安靜，勿有擾鄰情況及造成校方學生不安全的事宜發生。
- 八、【訓練組】中和國中、滬江高中六月份各個班隊開班的時間如下：
1. 5/29(一)~6/16(五)滬江高中第一期中級泳訓班開訓，總教練：蔡親偉。
  2. 6/5(一)~6/30(五)捷、仰姿勢矯正班，總教練：吳家煌。
  3. 6/5(一)~6/10(六)第1期救生員複訓班如期開訓，總教練：黃美惠。
  4. 6/5(一)~6/17(六)中和國中第1期初級泳訓班開訓，總教練：楊健生。
  5. 6/12(一)~6/24(六)中和國中第2期初級泳訓班開訓，總教練：蔡景德。
  6. 6/19(一)~7/1(六)中和國中第3期初級泳訓班開訓，總教練：楊健生。
  7. 6/23(一)~7/8(六)中和國中第4期初級泳訓班開訓，總教練：蘇庚瑩。
  8. 6/26(一)~7/14(六)中和國中第1期中級泳訓班開訓，總教練：邱炳榮。
  9. 6/26(一)第2期救生員複訓班如期開訓（總教練：吳桂雲）。
- 九、【訓練組】5/7(日)水藍天第1期救生員班隆重開訓。在余炳輝總教練的努力招生下，順利開出紅盤，感謝炳輝教練的辛勤付出。救生班將於5/13、5/21、28進行野外溪訓、海訓及急救課程。請訓練組、器材組、急救組給予所需的軟硬體上的支援。並請訓練組督促，確實做好訓練安全的宣導及野外課保險名單的登錄。







- 十、【訓練組】6/4(日)台科大第一期及師大第一期救生員班，將同時開訓。訓練地點：台科大及師大游泳池。請訓練組長確認開班申請事宜，也請財務組、器材組、急救組，全力支援兩班開班所需相關器材、裝備...等相關事宜。
- 十一、【訓練組】106年度十式班入訓資格及條件，再三地強調需完全符合，方可參與入訓，尤其是大豹溪服動的時數，務必完全合乎規定，方能入訓。請準備上十式班的教練們，掌握機會多上大豹溪服動，完成規定的時數。並請訓練組長對於相關規定，多加佈達。
- 十二、【服務組】5/1(一)，106年度大豹溪服動任務正式開始，服動人數堪稱歷年來最多的一次，當天上大豹溪的人員多達90餘位，再次感謝會員、教練們的踴躍參與。更感謝秀碧、國業、親偉三位組長，在他們的努力號召下大大的提高了大豹溪 勤率。有了好的開始，也需要有好的結果，在今年5月~9月份的大豹溪執勤上，仍需所有會員、教練們大家再接再厲，多多出席參與大豹溪值勤。也請各幹事部、組長能多多鼓勵，提倡假日會員教練上大豹溪服動。
- 十三、【服務組】大豹溪服動5次禮“高腳露營摺疊椅”，單一顏色，單一款式。計算期間為5/1(一)~7/2(日)，（需扣除先前所積欠的時數）。採大豹溪服動五次就送一張，以此類推。另加碼端午節四天連假(5/27~5/30)，連續服動4天就贈送一張。期望大家都能踴躍上大豹溪來達標，不怕您來領、只怕您不來。
- 十四、【服務、活動組】活動組與服務組計畫於端午節5/30(二)當天，在大豹溪舉辦“吃粽子、送香包”活動。準備了粽子及香包，邀請各幹事部成員及組員，攜家帶眷，踴躍上山歡慶共渡佳節。
- 十五、【服務組】每月捐款或捐贈物資在記錄後，請盡量於每月20日前提出，以利文書組會訊刊登。
- 十六、【活動組】組長報告日月潭活動各項人員、行程安排事宜。並將行程、費用、報名方式、報名表公告於會訊上。
- 十七、臨時動議：
- 十八、近期工作重點：
  - 6月份會所值勤由活動組擔任。
  - 6/4(日)水藍天一救生員班結訓。
  - 6/4(日)台科大一、師大一救生員班開訓。
  - 6/5(一)捷、仰姿勢矯正班開訓（總教練：吳家煌）。
  - 6/5(一)中和國中初級一開訓（總教練：楊健生）。
  - 5/27(四)大豹溪端午“吃粽子送香包”，一連四天慶佳節活動。
  - 6/12(一)中和國中初級二開訓（總教練：蔡景德）。
  - 6/19(一)中和國中初級三開訓（總教練：楊健生）。
  - 6/26(一)中和國中初級四開訓（總教練：蘇庚螢）。
  - 6/26(一)第2期救生員複訓班如期開訓（總教練：吳桂雲）。





## ◀ 訓練組公告 ▶

### ※ 救生員複訓換證。

按總會訂定救生員換證要點，救生證有效期屆滿前半年內參加12小時複訓班訓練，成績合格始可換證（救生證逾期即失效，必須重訓）。

第一期救生員複訓班6月5日至6月10日六天，時間AM05：15~AM07：15。

總教練：黃美惠0933-219-761或以電話搜尋Line留言；訓練地點：中和國中。

第二期救生員複訓班6月26日至7月1日六天，時間AM05：15~AM07：15。

總教練：吳桂雲0937-514-378；訓練地點：中和國中。

### ● 救生員複訓班入訓條件：

1. 本會救生員，且連續2年（105/106年）繳交年費者。
2. 2年內服務時數滿60小時（含野外服勤48小時）。
3. 總會急救證或EMT證照有效期限在6個月以上。

### ● 應備換證資料：

1. 一寸半身脫帽照片2張。
2. 有效救生證正反影本。
3. 有效急救證或EMT證正反影本。
4. 救生證簽證費500元。



~救生班總教練協調會~ 感謝各位教練無私的付出，有你真好~





## 2017年水上安全工作大隊泳訓班開班行事曆

班別	班級名	上課日期	總教練	聯絡電話	備註
救生班總教練協調會		4月14日	張仲皓	0930-895-797	新北市訓練組長
泳訓班總教練協調會		5月12日	許銘樑	0912-579-939	台北市訓練組長
初級班 (兩週)	滬江初	5/15~5/27	蔡景德	0911-249-784	滬江高中
	滬江初	7/3~7/14	古春華	0956-619-355	滬江高中
	初級一	6/5~6/17	楊健生	0932-551-993	中和國中
	初級二	6/12~6/24	蔡景德	0911-249-784	中和國中
	初級三	6/19~7/1	楊健生	0932-551-993	中和國中
	初級四	6/26~7/8	蘇庚螢	0910-332-776	中和國中
	初級五	7/3~7/15	侯梅嬌	0988-080-958	中和國中
	潤泰初	7/3~7/15	林麗花	0987-961-489	潤泰社區
	初級六	7/10~7/22	余淑華	0932-919-758	中和國中
	初級七	7/17~7/29	孫文雄	0952-889-968	中和國中
	初級八	7/24~8/5	黃美惠	0933-219-761	中和國中
	初級九	7/31~8/12	吳愛珉	0936-124-376	中和國中
	初級十	8/7~8/19	羅鎂慧	0933-818-613	中和國中
中級班 (三週)	滬江中	5/29~6/16	蔡親偉	0912-286-041	滬江高中
	中級一	6/26~7/14	邱炳榮	0916-744-188	中和國中
	中級二	7/17~8/4	侯梅嬌	0988-080-958	中和國中
	潤泰中	7/17~8/4	黃莉婷	0939-257-617	潤泰社區
	中級三	8/7~8/25	余淑華	0932-919-758	中和國中
自救班 (兩週)	自救一	7/17~7/28	侯采伶	0933-856-520	中和國中
	滬江自	6/19~7/1	林錫忠	0918-017-119	滬江高中
	潤泰自	8/7~8/18	林麗花	0987-961-489	潤泰社區
	自救二	8/14~8/25	張仲皓	0930-895-797	中和國中
救生班 (四週)	水藍天一	5/7~6/4	余炳輝	0936-050-869	水藍天
	台科大一	6/4~7/2	陳美芳	0935-030-990	台科大
	台科大二	7/2~7/30	莊子華	0988-020-666	台科大
	師大一	6/4~7/2	魏芳文	0937-937-781	師大
	師大二	7/2~7/30	李宏仁	0937-059-437	師大
	水藍天二	7/30~8/27	呂欣明	0936-674-050	水藍天
高級班 (四週)	高級一	7/2~7/30	江蔡素娥	0910-234-502	中和國中
	高級二	7/30~8/27	林秋榕	0963-070-495	中和國中
十式班		8/27~9/23	張榮華	0938-345-456	中和國中
姿勢矯正班	蝶蛙	5/1~5/26	張鈞晃	0911-883-855	台科大
	捷仰	6/5~6/30	吳家煌	0958-117-897	中和國中
救生員複訓	1	6/5~6/10	黃美惠	0933-219-761	中和國中
	2	6/26~7/1	吳桂雲	0937-514-378	中和國中
日月潭長泳		9/23~9/24	江謝瑞	0916-091-855	活動組組長
教練團會議	1	3/12(日)	馮阿春	0921-950-979	教練團總召
	2	10/15(日)			教練團總召

--感謝各位總教練、帶班教練熱心無私的付出--







## 競賽組公告

### 2017年度六月份競賽組報名開始了

- 一、班 別：競賽組四式專精班
- 二、主 旨：本課程以訓練為原則，依照游泳能力分A.B.C組，針對想提升游泳四式（蝶、仰、蛙、捷泳）技巧、競速的學員並培育優秀游泳技能人才，所提供的訓練課程。
- 三、訓練日期：2017.06.01 – 08.31
- 四、入訓測驗：2017.06.05(一)：50m仰式  
水 考 官：黃敬仰、張鈞晃、張伯丞、楊新旺、趙駿業…等
- 五、訓練時段：每星期一～五早上05:30～07:00
- 六、訓練地點：新北市中和區興南路二段3巷17號（中和國中）

### 2017年度六月份矯正班報名開始了

- 一、班 別：仰捷矯正班
- 二、主 旨：本課程以訓練為原則，依照游泳能力分A.B.C組，針對想提升游泳四式（仰、捷泳）技巧、競速的學員並培育優秀游泳技能人才，所提供的訓練課程。
- 三、訓練日期：2017.06.01 – 06.30
- 四、入訓測驗：2017.06.05(一)：50m仰式  
水 考 官：吳家煌、黃敬仰、張鈞晃、張伯丞、楊新旺、趙駿業…等
- 五、訓練時段：每星期一～五早上05:30～07:00
- 六、訓練地點：新北市中和區興南路二段3巷17號（中和國中）





## 活動組公告

### 2017年 9月23日~9月24日 萬人泳渡日月潭嘉年華兩天一夜之旅

- ◆活動對象：本會會員及眷屬（預估總人數168人）
- ◆報名日期：5月15日～6月15日額滿為止
- ◆報名費用：\$4,100（不下水\$3,000）
  1. 費用明細：費用包含早餐x2 / 午餐x2 / 晚餐x2 / 門票DIY活動等
  2. 長泳報名費：\$1,000 加保險\$100，經向主辦單位【埔里四季早泳會】徵詢了解後獲悉2017年泳渡報名費用將會比2016年調漲200元
  3. 兩天一夜之早、中、晚餐（第二天中午不吃便當改吃合菜）
  4. 飯店住宿：住四人房，景盛樓飯店
  5. 遊覽車車資
  6. 行程另規劃：DIY活動與鐵馬行日月潭遊船等
- ◆報名方式：1、紙本報名表 2、線上報名（公佈於水安隊FB粉絲團）
- ◆泳渡地點：自日月潭朝霧碼頭出發至伊達邵部落（德化社），全程3,300公尺
- ◆救生浮標：為維護泳渡者之生命安全，依大會規定，未攜帶救生浮標者不准下水，故請自備救生浮標。若需向本會租借者，保證金500元，使用費100元。若不慎遺失，照價賠償。
- ◆參加年齡：10歲以上（民國 96 年 9 月 24 日前出生）至 75 歲以下（民國 31 年 9 月 25 日後出生）
- ◆長泳資格：
  1. 凡本會會員、教練，身體健康、具長泳能力者。
  2. 患有心臟病、高血壓、羊癲癇、蜂窩性組織炎、高燒等疾病或不適長泳者，請勿報名。





## 2017年萬人橫渡日月潭之旅 報名表

水安隊班別： \_\_\_\_\_ 救生班--年： \_\_\_\_\_ 班： \_\_\_\_\_

姓 名		身 分 證 號		生 日	年 月 日
住家電話		行動電話		公司電話	
緊 急 聯 絡 人		緊急連絡電話		性 別 / 其 它	<input type="checkbox"/> 男 <input type="checkbox"/> 女 <input type="checkbox"/> 身障
通訊地址	省 市 / 縣 區				
飲 食	葷 <input type="checkbox"/> 素 <input type="checkbox"/>				
衣服尺寸	S <input type="checkbox"/> M <input type="checkbox"/> L <input type="checkbox"/> XL <input type="checkbox"/> 2L <input type="checkbox"/> 3L <input type="checkbox"/> (大會若有贈送紀念衫)				
如果有機會您是否願意擔任身障者的護航員 <input type="checkbox"/> 是，專業救生員在此 <input type="checkbox"/> 否					
請選擇參加方案：租借救生浮標600元(500保證金)					
A 不下水 \$3,000 <input type="checkbox"/> B 下水不借浮標 \$4,100 <input type="checkbox"/> C 下水借浮標 \$4,700					
繳納費用	是 <input type="checkbox"/> 否 <input type="checkbox"/> 總計 新台幣 _____ 元				
備註：希望和誰住同房(四人房)： _____ : _____ _____ : _____					
<b>切 結 書</b>					
茲保證本人 _____ (簽名) 身心健康，無任何不適長泳之疾病，游泳能力及體力確實能游畢全程；活動期間如發生任何意外情事，本人願自負全責。					
切結人簽名：		法定代理人：		(未成年必簽)	
身分證字號：		身分證字號：			
中 華 民 國 一 〇 六 年 _____ 月 _____ 日					

繳費確認單：

本人：\_\_\_\_\_ 於 \_\_\_\_\_ 年 \_\_\_\_\_ 月 \_\_\_\_\_ 日已繳交 新台幣 \_\_\_\_\_ 元整

租借救生浮標是  否  收費者：\_\_\_\_\_ 報名完成加LINE







## 財務組公告

### 捐贈芳名錄

項次	月份	姓名	金額（物資）	備註
1	4月	沈光輝	現金12,000元整	
2	5月	廖世霆	現金30,000元整	購買防滑鞋
3	5月	吳杰勝賢伉儷	現金30,000元整	

## 急救組公告

106年水安隊參加急救繼續教育名單：

李培俊、張建雄、黃美惠、陳英琪、林宏利、林繼祥、吳桂雲、紀貴元、莊麗芳、施安容、劉景琪、黃素貞、陳金財、李立忠、吳聰旗、曾佳怡、鄔建國、陳昱臻、魏芳文、陳佩榮、張國輝、張仲皓、林彥宏、李宏仁、林錫忠、侯梅嬌、譚國斌、陳麗如、黃宥寧、呂欣明、張筱挺（一般會員）共計31人

## 器材組公告

器材組增加生力軍，邀請李志龍教練擔任副組長。





## 研訓組公告

主旨：106年本會申請“衛生福利志願服務獎勵”事由  
說明：

- 一、依據「志願服務獎勵辦法」（以下簡稱本辦法）規定辦理。
- 二、依本辦法第2條規定，本辦法獎勵之志工為從事志願服務工作，服務時數3,000小時以上，持有志願服務績效證明書者；依第5條規定，服務時數達3,000、5000、8000小時以上，持有志願服務績效證明書者，均得分別申請頒授志願服務績優銅牌、銀牌、金牌獎及得獎證書。前項獎勵同等次徽章及得獎證書之頒授，以每人一次，每次以一種獎勵等次為限。
- 三、資格：
  - (1) 完繳本會106年年費會員。
  - (2) 擁有志願服務紀錄冊。
  - (3) 已完成本會志工登錄者。
  - (4) 志工服務時數計算起迄時間自90年1月22日起至106年5月31日之服務時數。

四、截止時間：申請者請於106年6月7日前

繳交(1)個人印章

(2)志願服務紀錄冊封面、內頁影印本（A4格式）

(3)志願服務績效證明書（非水安時數須檢附）。

以上若有申請問題請洽：研訓組長 陳麗如 0922-811-088

mail : prodsu@gmail.com





## 服務組公告

### 不一樣的「五月天」～大豹溪服務～

五月天樂團站上了表演舞台，賦予流行音樂另一種生命；而水安隊的熱情五月天，從游泳池的訓練活動開始，也即將由大豹溪的防溺水服務工作展開，整整五個月的每個例假天，在這水域活動的超級大平台，守護戲水民衆的生命安全，相信這份使命感是您我所共同追求！

### \* 大豹溪防溺水勤務通告 \*

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8：00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：於每次服勤時必需穿紅領上衣，紅短褲，戴上紅帽，配哨，不可穿著其它便服服勤。
- 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. 分發上哨時不得選擇服勤站哨，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. 服勤時間不得飲酒，烤肉，睡覺。
  7. 上哨服勤時間不得不能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，由總教練轉交服務組分發上哨。







## 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，含交通往返總計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。

## \* 大豹溪服勤獎勵 \*

「椅」天屠龍記,夏日大作戰,為了鼓勵及慰勞會員上大豹溪服勤之辛勞,會上訂於5/1~7/2 期間服勤滿五次(60小時)、端午四天連假(5/27~5/30)連續服勤四次(48小時)者,提供高腳露營折疊椅二張(單一款式與顏色),上大豹溪10次送二張無限張數,總幹事大放送,讓上溪協勤教練們開心,請會員們把握機會,踴躍上溪守護遊客玩水安全。

備註：會員需先將大豹溪積欠的服勤時數補足，才可列入服勤時數





## 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	林欽鐘	7月15日	童宜雄	吳治政	林欽鐘
5月 6日	陳才正	楊仁德	黃美施	7月16日	陳才正	楊仁德	黃美施
5月 7日	林忠漢	吳聰旗	陳美芳	7月22日	林忠漢	吳聰旗	陳美芳
5月13日	楊金明	項巨源	江慶旭	7月23日	楊金明	項巨源	江慶旭
5月14日	謝萬取	林月綉	黃美惠	7月29日	謝萬取	林月綉	黃美惠
5月20日	林瑞新	許堯舜	余淑華	7月30日	林瑞新	許堯舜	余淑華
5月21日	鄭茂鴻	顏有成	邱啟章	8月5日	鄭茂鴻	顏有成	邱啟章
5月27日	劉慧明	林裕峰	俞佳宏	8月6日	劉慧明	林裕峰	俞佳宏
5月28日	林文正	黃琦茹	馮阿春	8月12日	林文正	黃琦茹	馮阿春
5月29日	張洸輝	曾光亮	張仲皓	8月13日	張洸輝	曾光亮	張仲皓
5月30日	鄧朝興	侯梅嬌	朱浩宸	8月19日	鄧朝興	侯梅嬌	朱浩宸
6月 4日	李美玉	陳漢隆	曾美瑛	8月20日	李美玉	陳漢隆	曾美瑛
6月10日	李震榮	徐健軒	侯采伶	8月26日	李震榮	徐健軒	侯采伶
6月11日	翁輝國	林錦龍	呂理金	8月27日	翁輝國	林錦龍	呂理金
6月17日	吳家煌	張欽銘	劉克威	9月2日	吳家煌	張欽銘	劉克威
6月18日	莊子華	林潘淑美	林錦繡	9月3日	莊子華	林潘淑美	林錦繡
6月24日	陳清雲	曾光亮	譚國斌	9月9日	陳清雲	曾光亮	譚國斌
6月25日	陳秋蘭	王臣扶	陳嘉宏	9月10日	陳秋蘭	王臣扶	陳嘉宏
7月 1日	林恒雄	林建富	張建雄	9月16日	林恒雄	林建富	張建雄
7月 2日	沈光輝	廖欣怡	陳獻銘	9月17日	沈光輝	廖欣怡	陳獻銘
7月 8日	蔡憶潔	劉鼎盛	簡信正	9月23日	蔡憶潔	劉鼎盛	簡信正
7月 9日	葉德成	陳要然	阮雅凰	9月24日	葉德成	陳要然	阮雅凰





## 5月大豹溪時數

班別	姓	名	時數
忠	王	政宗	60
忠	江	謝瑞	12
忠	李	美玉	36
忠	周	國金	12
忠	林	月綉	24
忠	林	永清	24
忠	林	宏利	12
忠	林	啟濤	48
忠	林	欽鐘	12
忠	林	繼祥	48
忠	侯	梅嬌	24
忠	洪	麗美	36
忠	孫	嘉蔚	60
忠	張	榮華	48
忠	梁	興新	24
忠	黃	美惠	12
忠	楊	小芬	12
忠	廖	元隆	36
忠	趙	新記	60
忠	顏	有成	12
孝	王	祥安	12
孝	王	敬皓	24
孝	石	秀碧	48
孝	何	天仕	24
孝	吳	愛珉	84
孝	李	志龍	12
孝	林	岳勳	48
孝	林	忠漢	12
孝	林	阿雪	24
孝	林	泰荊	84
孝	林	麗花	48
孝	施	安容	12
孝	洪	玉琴	12
孝	洪	祥義	12
孝	張	文賢	12
孝	張	家豪	12
孝	陳	新川	48
孝	黃	宜蓁	24
孝	翟	志豪	12
孝	簡	信家	48
仁	吳	正煌	12
仁	邱	炳榮	36
仁	徐	德國	12
仁	張	國輝	36
仁	許	景陽	36

班別	姓	名	時數
仁	陳	培方	24
仁	陳	壽祺	24
仁	陳	德威	12
仁	陳	樹仁	12
仁	陳	獻銘	12
仁	黃	素貞	36
仁	廖	修偉	12
仁	廖	彩雲	36
仁	劉	議心	12
仁	蔡	佳諺	48
仁	薛	蘭香	24
愛	王	柏堯	24
愛	林	士傑	36
愛	林	忠亮	12
愛	林	春根	36
愛	高	素蘭	60
愛	高	翠麗	12
愛	張	文成	12
愛	張	伯丞	12
愛	陳	春桂	60
愛	陳	彩鳳	12
愛	廖	欣怡	12
愛	蔡	親偉	84
信	李	昆峰	48
信	杜	國業	84
信	林	明志	12
信	林	明秋	24
信	洪	居華	48
信	孫	璋辰	24
信	張	仙助	48
信	張	慧玲	12
信	連	凱儀	60
信	陳	加欣	24
信	陳	忠慶	12
信	陳	佩榮	36
信	黃	莉婷	48
信	黃	舒涵	12
信	葉	淑嫻	12
信	翟	威晨	24
信	蔡	勝源	12
信	蕭	貴月	24
義	王	建中	24
義	王	當傑	12
義	池	旺融	24

班別	姓	名	時數
義	余	啟源	48
義	余	淑華	24
義	李	信賢	12
義	林	瑞新	12
義	林	錦龍	24
義	邱	啟章	12
義	馬	茂志	60
義	溫	奕泯	12
義	黃	玉璋	24
義	楊	仁德	36
義	蔡	明儒	24
義	蔡	景德	12
義	燕	家豪	24
義	燕	睿成	24
和	方	宏瀟	24
和	方	麗華	12
和	古	春華	12
和	朱	明義	12
和	吳	聰旗	12
和	李	怡寧	24
和	沈	惠芬	12
和	林	禕虹	12
和	林	錫忠	24
和	張	雪英	36
和	陳	佛賓	48
和	陳	嘉宏	24
和	黃	建博	12
和	董	建成	12
和	謝	孟光	12
平	王	慶華	36
平	江	雪旭	48
平	江	蔡素娥	48
平	林	以茵	12
平	林	家琳	24
平	侯	采伶	36
平	徐	健軒	36
平	張	智鈞	24
平	陳	宥伊	24
平	陳	美芳	24
平	陳	素嫦	60
平	陳	錦華	12
平	羅	井茂	84
平	羅	喬鈴	48







## 5月大豹溪贊助物資捐贈名冊

日期	姓名	捐贈物資	日期	姓名	捐贈物資
5/1	李美玉 教美練	大西瓜一個	5/13	江慶旭 教慶練	番石榴、小批 番茄一批
	徐健軒 教健練	大西瓜一個		江蔡素娥 教蔡練	
	陳美芳 理美長	大西瓜一個		黃美惠 教惠練	飲料二箱
	林麗花 教麗練	鳳梨、芭樂一批	5/20	孫嘉蔚 教嘉練	包子一批
	林欽鐘 前會長	餅乾一批		江慶旭 教慶練	番石榴一批
	高素蘭 教素練	不鏽鋼餐具一批		江蔡素娥 教蔡練	
	李美玉 教美練	礦泉水100箱		林瑞新 前會長	飲料5箱
	李俊寬 教俊練	千層、蜂蜜 蛋糕一批		陳獻銘 教獻練	
	陳嘉宏 教嘉練	刨刀、砧板一組		張榮華 會榮長	蘋果一批
5/6	楊仁德 教仁練	500現金(母親節)	5/21	李昆峰 總幹事	冰淇淋、零食一批
	羅井茂 教井練	手電筒200支		連志光 教志練	西瓜二顆
5/7	紅十字會 總字會	飲料16箱		陳錦華 教錦練	
	林忠漢 前會長	大西瓜一個			
	陳美芳 理美長	大西瓜一個 飲料二箱			





# 大豹溪五月事件簿

5月1日夏日來臨大豹溪開站，感謝器材組、機動組、財務組、服務組等水安的每一位夥伴們，因為你們無私的付出，大家同心協力的完成任務，讓大豹溪的游客才能安心、放心的渡過美好假期

小編在此為大家整理五月開站以來，大豹溪畔的水安故事，有動人的、暖心的故事，默默的在溪畔寫下最美的五月天！

## 年年一百箱礦泉水，解大豹溪的渴

秀碧教練感恩發言：

5/1在大家的幫忙下，今天才能圓滿完成大豹溪開站的任務。總計出席90餘位，是歷年來5/1開站人數最多的一次，順利開出紅盤，感謝大家的努力！努力號召！再次深深一鞠躬，感謝大家！

大愛教練—美玉教練，年年都送提供100箱礦泉水給大豹溪的志工



5月7日總會王清峰會長，將視察大豹溪流域各隊各站執行狀況



大豹溪細雨紛飛中的愜意協勤



春雨中大豹溪畔的江爸和江媽

秀碧教練：

江爸今年首次督導  
 春雷陣雨攪局  
 依然勇往直前  
 沒有打退堂鼓呦~夫唱婦隨  
 跟江媽倆很有膽識  
 一大早就衝上大豹溪讚\*\*







## 5月13日馨想事成~倍感溫馨~有心也有愛的媽媽節

水安團隊的用心，致平日最為辛勞的偉大媽媽們，在這一年一度的歡慶節日裡，享有滿滿無限的祝福。感謝今日督導美惠教練與先生一起陪同分送美味蛋糕，江媽&江爸分送美麗的康乃馨花束。同時前總召仁德教練的陪同以及活動組長的規劃，讓服務組與總幹事及會長能成就水安在大豹溪的一份用心。





## 熱血的水安夥伴們 大豹溪開「站」啦！

五月初就是「立夏」，也宣示夏天正式到來，在服務組秀碧組長努力的號召下，5/1當天有多達90位志工上大豹溪協勤，可說開出「紅盤」。

一早大家聚集在指揮所，經過一個冬天，許久不見的老朋友們開心的互相打招呼，看的出有些教練在冬眠期間屯積了不少的脂肪，必須利用夏天好好來消脂了；服務組準備了豐富的三牲祭品，由會長及理事長、總幹事等帶領著大家焚香祈禱，祈求協勤的教練及在大豹溪的遊客們都能平安、快樂的度過這個夏天。

5/1大豹溪開站日，總計出席90餘位，是歷年來開站人數最多的一次，榮華會長與昆峰總幹事為了讓大家快樂協勤有個專屬自己的椅子，經過開會討論，特別委請







團購專家敬皓組長 Cedric Wang幫忙，（PS：敬皓帥哥還未婚喔，總幹事有意幫忙招婚想當媒人）咦？（最近會訊快成「我愛紅娘」了！）。在敬皓組長的精挑細選下，特選出超優質的輕便戶外休閒椅，該椅在前總召采伶、健軒教練夫婦的試坐下，證實了特勞固的，心動了嗎？只要水安教練們在5、6、7月期間上大豹溪5次以上就可獲得（PS：有欠時數的需先扣除喔），大家快相邀上大豹溪吧！

5/1勞動節，很多教練特別請假上大豹溪，當天亦是淑華教練生日，教練以行動支持水安，在大豹溪度過了一個有意義的生日（秀碧組長說要補一個蛋糕給淑華教練）。

夏日炎炎正好眠，有空來上大豹，便當好吃西瓜甜（這不是重點），泡在水裡做志工（兼消暑）；噓-小聲說，便當真的不錯吃！有心上大豹溪但交通有問題的夥伴們，可事前與秀碧組長聯繫幫忙媒合座車，開車的教練如車位有空，願意讓水安夥伴搭乘的亦請聯繫秀碧大美女，讓大夥能夠順利至大豹溪協勤，只能說「水安有你們真好」！





攝影 / 顏豪志

## 「水藍天一救生班」開訓特別報導

五月天艷陽天，夏天是玩水的季節，水安隊也展開了救生員的訓練，首發團是是由余炳輝總教練於水藍天泳池開訓！清晨時雖然仍有寒意，但學員們的熱情不減，計有十九位同學報到，參與人士有學生、社會精英、家庭主婦，展現出水安隊的包容性，5月7日當天測驗完學員們捷、蛙成績後開始了為期近一個月的魔鬼訓練。

余總教練對學員們說的話：「去年就決定要在今年開救生班，為什麼會開第一期呢？因為我本身是在96年參加自強一救生班，算一算也將近10年了，因為看見隊上的教練無私的奉獻，讓我覺的自己也該奉獻的時候了，水安隊是一個充滿人情味的團體，只要你想開班，就會有很多教練跳出來幫你，讓你沒有後顧之憂。這一次的招生跟我預期的差不多，更重要的是有教練團的幫忙，讓開班很順利成功，每個教練都很盡責，學員也都很認真的學習，期許水安隊水藍天第一期救生班同學，經過一個月的訓練後，能夠脫胎換骨，變成真正的救生員，繼續參加會上的高級班，游泳





教練班，十式班然後救生教練班，把我們水安隊的優良傳統繼續的傳承下去。」

看到余總教練對學員們的付出，及對水安的熱愛，相信能讓新進的水安夥伴們感受到，也能傳承水安的理念，繼續發揮紅十字會濟世救人的精神！



攝影 / 王敬皓







## 紅十字會會長巡視大豹溪特別報導

三峽大豹溪全長22公里，水溫差異大、漩渦多，有高達19個以上的暗漩，水底下還有尖銳暗石，早被列為危險水域，常有不知情的民眾誤以為水不深而貿然下水，造成溺斃事件頻傳，因此紅會安排了救生員於大豹溪各站駐點，協助消防員救溺勤務。

紅十字總會會長王清峰於5月7日，蒞臨大豹溪視察流域各隊各站執行狀況，並由會長張榮華、理事長陳美芳及各隊教練等陪同巡視服勤狀況。

首先來到天佛寺服務站，此站由土城救生隊吳李麵隊長帶隊守護水域安全，話說這位阿嬤隊長，可是老當益壯，六度參加野柳跳港、八度泳渡日月潭，年輕人都自嘆不如，感謝辛苦的土城救生隊水安志工們！

接著來到金龍橋服務站，隊長浦武興帶領樹林救生隊，浦隊長不但協助守護水域安全，還把環境打掃乾淨，讓大家能愉快服勤。

第3站來到樂源仙境服務站，水安大隊前隊長林清雄向王會長解說水域暗流多危險性高，王清峰總會長除關心水域安全，也關心志工的安全，一再詢問遮陽傘夠不夠？要避免被曬傷！

第4站來到東眼橋服務站，東眼橋之前常發生溺水事件，在水安隊的守護水域安全之下，去年零溺水事件！

第5站來到東陽橋服務站，永和救生隊隊長林順源帶領著隊員守護水域安全，溪流邊也是民眾喜歡烤肉的地方，得隨時注意水域安全或下雨時的溪流暴漲。





第6站來到青山谷服務站，林明秋夫婦及黃玉璋教練等不怕烈日曬，非常盡責的守護在岸邊，守護著遊客們的安全。

第7站來到鴛鴦谷服務站，此時只見嘉蔚教練飛奔過去擁抱王會長，原來兩人是老友了，聽說王會長有著過人的記憶，只要見過一次面，下次再見一定叫得出名字，厲害

第8站來到蟾蜍山谷服務站，只見教練們站在溪流中間，堅毅的守護民眾安全，還有可愛的母女檔一起加入水安志工團隊！

第9站來到八仙橋下游服務站，此站由清水救生隊守護水域安全，水中嬉戲要注意暗流、滑石，自身安全最重要，防溺永遠勝於救溺，才能「玩不膩，泳不溺」！

第10站來到八仙橋上游服務站，三鶯救生隊隊長陳嘉豪年紀輕輕才三十歲，已有大將之風，帶領著隊員守護水域安全，服務人群；八仙橋上游路段難走，王清峰會長陪著大家勇敢往前行，水安志工們感到感謝跟鼓勵！

第11站來到蜜蜂世界服務站，每逢週六、日都會有水安志工輪值，勸導民眾勿涉危險水域或進行危險戲水行為。

第12站來到山中傳奇服務站，以往大豹溪常發生溺水事件，死亡率高居全國之冠，紅十字會將大豹溪列為重點防溺流域，去年零死亡。

第13站來到熊空水壩服務站，由浮洲救生隊守護水域安全，志工們可提供水安諮詢，必要時協助緊急救援任務，一旦發現有民眾體力不支或不諳水性，水安志工們可協助消防員預防意外發生。



去年小編還是個菜鳥，第一次服勤，當天下午突然暴雨，此時新聞傳出坪林溪水暴漲，許多人遇難，嚇的小編差點打退堂鼓，真是危險的工作啊，但此時我們應該要秉持著「敬水、畏水、知己知彼」，不斷的學習、精進，遇到危難時才能克服、解決問題，祝大家服勤愉快！





# 事業 水安人的生活

水安教練成就非凡的人生經歷！

## 撰寫者：

中文姓名：林家僑

英文姓名：LIN CHIA CHUN (KO)

## 履歷：

林家僑先生創業目前已滿12年

旗下經營項目有：

日昇昌環球貿易股份有限公司

亞昇環球科技股份有限公司

佳泰股份有限公司

得宇貿易股份有限公司

先峰公關顧問股份有限公司

北京日昇昌股份有限公司

香港得宇貿易股份有限公司

杭州可英商貿集團

廈門匯晉投資集團

等創辦人與共同創辦人

中華二岸文化經濟交流協會秘書長

SLP創業協會 MENTOR 台灣大學 北科大

中國科技大學 創業導師

中國北京台協青年團



## 過往經歷：

林家僑先生主要負責與經營各類型商業模式與商業執行短中長期規劃與監督控管，目前有原物料 不動產與資產管理物業金融 珠寶 3C 生活雜貨 資金投資管理 公關活動與品牌和代理經銷的國內外銷售、貿易、策略統籌、內外部流程規劃、行銷業務通路之推廣與執行、新事業體的規劃與執行。

林先生平時積極參與紅十字會、創業創新組織、與各志工團隊並且擔任各大團隊領導與執行統籌。

林先生畢業於台北科技大學經營管理系

繼續進修 台灣大學在職專班 企業管理系

繼續進修 北京大學創業與管理珠海特訓班



**專長項目：**

企業經營管理與金融風險管理

**專案管理：**

資金募集與投資項目管理

**0-1團隊建立：**

國際貿易與國際貿易情報分析與收集

**紅會專欄：****創業家與志工的結合（愛）**

從我18歲那年參加紅十字會後，我的人生每年都有很大的成長，紅會不只是一個志工團隊，更像是我另外一個家，一個充滿愛的大家庭，我在紅會的日子裡，學習到做人做事，更學習到如何愛這個社會與愛這個團隊，在懵懵懂懂的年輕歲月，看到救生員就覺得真帥，當上救生員後整個責任感大爆發，覺得我要好好幫這個社會做點事，去大豹溪值勤的第一次，應該是所有紅會救生員都不會忘記的一天，我印象很深，當天下者小雨，當第一次站上自己位置，就眼睛一直看者來遊玩的遊客，一直到下哨的那一刻，中午吃者便當，跟同學聊天打屁，這樣的感覺，讓我除了有榮譽感，更有家人再一起的感覺，後來繼續當上各項教練和活動組長，也讓我體會到一個協會要運作，是多麼的不容易，更何況我們是一個純志工組織，從活動的設計和規劃，和執行各項的專案與細節，找人與計算費用，這些都是深深影響到我在經營企業與創業的過程，除了滿滿的感恩紅會外，沒有第二個字可以形容，紅會對我的影響有多大。

15歲家裡破產後，我就必須要一直打工工作，做過工地、速食店、加油站、擺地攤、賣A貨、酒店少爺、酒吧小弟、調酒師，我大概全部都幹過了，後來進入了職場後，發現我學歷不夠，只能做業務型的工作，但我小時候因為家裡破產的原因，我有非常嚴重的社會脫節和交友問題，腦袋裡面都只有錢錢錢和工作，必須努力的活下去，但是參加紅會後，每天早上的訓練讓我充滿了能量和目標，每天下水的那個冷卻感，和每個教練的認真和付出真的讓我感到無比的溫暖與感動，我的創業可以說是苦逼到了極點，從第一間公司一開起來就被人倒了100萬，到後面調整方向，切入到客戶需求，才正式拿下第一筆訂單，就這樣經過了12年創業的路。

如果我當初沒有參加紅會，我的人生會不一樣，會上教導我太多做人處事的道理與領導統御的經驗，創業這條路是很辛苦的，因為苦只有你自己體會，外在的人他無法參加，就像我們在游泳池一樣，你必須學會靠自己解決問題與動腦，每當我開一間公司後，我都會想起我在泳池裡，當我要學會下一個動作時，我要付出多少努力和學習，當每一筆資金或是投資人或生意在你手上誕生，就像你學會一個動作與力量，每一次的努力就像肌肉每一次的撕裂！比喻訓練跟創業！在某種形式上其實是一樣的！

如果你選擇創業，就要享受每一場肌肉撕裂的感覺，你會碰到無數的挑戰和困難，並且會跌跤與流血，在每一場挑戰中，我希望你可以跟我一樣，想想你受過的訓練和這麼多愛，讓你有力量繼續往下推進，讓你有信心可以接受挑戰，讓你有未來，讓你爬到更高的領域，感謝會長邀我這次寫專欄！希望大家聽完我的故事，可以在人生中想想我們愛的每個人，和我們在紅會得到的一切愛！





## 高級急救員班學員心得

【03號 何錦龍】

自從美惠教練於106年01月22日在105自強二群組內發布消息後，小弟就立馬第一個報名，並於三天之內完成了繳費及報名程序。

當去年參加了救生班之後，深深發覺到自己本身的急救觀念及技巧非常不足，卻也苦無門路可尋，剛好美惠教練及時發出此課程的訊息，於是才能順利的搶到一席上課門票。但是天有不測風雲，原本的受訓時間剛好跟出差西班牙衝突，只好忍痛多花錢，將出差回國時間控制在二週上課的中間；4/16上完最後一堂課直奔機場，4/20飛回台灣。

經過三天的課程洗禮，除了精彩的課程內容及強大的講師群之外，最令我感動的是主辦這次活動的教練群及在台下一起聽課的資深教練們，每一堂課都是互動良好、欲罷不能。也十分感謝能借到這麼優質的頂溪國小來上課。

急救的方式及觀念是一直在變，也需要一直不斷的學習及吸收最新資訊，高級急救員的課程結束了，但是急救學習的路才剛剛開始。年底的急救教練訓練就是最好保持學習張力的機會，但願這次也能幸運的報名成功，繼續往自助助人的路上前進。

再次感謝默默付出的教練群及工作夥伴！有你〈妳〉們真好！



【28號 張其忠】



十多年前曾目睹一件嚴重的車禍，一輛自用轎車與一名學生的機車相撞，機車上的學生飛的很遠，安全帽整個脫離學生頭部，學生全身是血，一動也不動，我只能在一旁大聲呼救，並叫別人幫忙打 119 叫救護車，雖然救護車很快的就到達現場，但我仍然被這個場景震撼著，對我的無能為力感到無助，只能在現場持續發呆著…救護車來到現場的這段時間，現場有很多人在圍觀，但卻沒有一人對這學生進行 CPR





（當時沒有 AED），然而這事故發生的前一周，我才在某個活動場合看義消示範說明如何進行 CPR，當時我也有實際操作，但因為人命關天，而我對 CPR 也不熟悉，不敢直接對同學進行急救，只能大聲呼救，還好這事故發生在市區，救護車很快就到達現場，這學生應該不會有事，應該吧…

去年才加入水安隊並成為菜鳥救生員的我，「救護」這兩個字已開始在我心中萌芽，聽到水安隊今年會開高級急救班，而且這課程並不常開班，當然沒道理不參加啊！在實際參與課程後，除了對於各位講師的專業程度感到讚嘆外，課程內容更是字字珠璣，場場課程都讓我獲益良多、收穫滿滿。本以為休克就是昏迷，但現在對休克有更清楚的認識，知道這可是死亡前的徵兆、救人的黃金時間，甚至是傷患的最後機會，此時急救的判定及處理方式影響之大，不可不慎！高源教練明確的教導我們，當火災或地震發生時，第一件事不是要想著去救人，而是先要保護自己及大聲警示其他人。家谷教練僅在短短一堂課的時間，就讓我們對人體各大器官、各大系統的構造與功能了解的清清楚楚，尤其是心臟的運作方式更是淺顯易懂。建雄總教練讓我們對 CPR 及 AED 有更熟悉的認知及操作。要然教練實際示範交通事故發生後，如何將傷者移出車外及使用長背板運送的過程說明的十分清楚。還有更多的還有… 總之，所有課程都很豐富精彩而且絕對有用！尤其王浴護理長推廣的安寧療護，更是我從來沒有思考過的，這堂課給了我很大的啟發，原來救人不只是要一味的救生，適時放手也是另一個應慎重思考的課題。

本來只是對急救有初淺認知的我，三天的課程下來，功力頓時增加不少，雖然目前我的能力離實際救人還有段距離，卻也讓我們清楚知道「急救」不再只是醫護人員的責任，而是人人都應該具備的常識，若無法人人都會，至少也要推廣到每個家庭至少要有一人懂，才能將其災害降至最低。而我也因為上完這幾天的課程，開始對自己的能力有進一步信心，在我不斷的進修後，期望有一天，不但我能夠成為家人朋友間的守護者，當有意外事故在我前面發生時，我也能夠在第一時間勇於承擔，做那守護傷患的天使，不讓遺憾發生。





## 高級急救員班學員心得

【07號 蔡佳諺】

在急救組長美惠教練盛情邀約下，還有我的老婆彩雲強力的催促下，終於下定決心，和她一起來上今年張建雄總教練的高級急救員班，雖然了解急救的技能，在日常生活並非馬上就會遭遇，但是一旦碰上就非常、非常的重要。



但總是缺少那麼一份熱誠，也一直都沒有這樣一個時機，讓我下定決心去學習，因為總認為，不會..那麼倒楣馬上碰到，所以也儘可能一延再延。所以這一次，也就排除萬難，非常配合的，有一點點勉強自己的，非常用心地完成所有的課程。

好在，上完所有的課程後，其實收穫真的非常非常的多，也導正了過去很多錯誤的觀念，像十幾年前學的急救是『叫叫ABC』，現在的流程是『叫叫CAB』，而且了解，第一時間看人昏倒，最重要的是找到最近的AED並施行急救，在黃金時間去顛，並且全力CPR配合AED的監控直到醫療人員到達現場交接換手，才是最正確的急救。

現在我終於了解，在實際有效的急救技術，並配合適當正確的救援行動。應用最新有效的急救技能才能真正的幫助急需救助的人，同時也避免遺憾的發生，感謝總教練、教練團們的用心教導。







## 期待我們的新會所 新會所貨櫃屋吊放作業

5月25日，應該說是5月26日吧！午夜時分，由會長及總幹事帶領徹夜未眠的水安弟兄姐妹們，一起到中和二高橋下，也就是器材室對面新租借的場地，進行貨櫃吊掛作業。未來的日子裡，這個地方將會是水安隊的會所、訓練場、器材儲備空間。

雖然今年水安隊特別忙碌，相關事務也特別多，不過大家都能同心協力，一起把該做的事、該上的課、該付出的心，一點也不少的完美達成。期待新會所整備完成後，大家能有個安定的家，一起手牽手心連心，邁向水上安全的傳承及服務之路！

文書組特派記者現場報導：

拖吊過程緊張刺激，濤哥及溫哥冒著生命危險上去交流道指揮車輛，避免碰撞，甚至招來了警察、救護車，雖然造成小小回堵。看似龐大的貨櫃屋，只見堆高機師傅靈巧的挪來挪去就定位了，相信這是會長、總幹事及前會長欽鐘等事前的完善規劃，且在現場指揮若定，才能這麼順利完成，還有數位教練犧牲時間來幫忙，最後於凌晨00:00順利完成作業。大家準備慶祝新會所「開張大吉」啦！





# Happy Birthday 06月份壽星

## ~祝 您 生日快樂~

李佩霜  
周月英  
林明潼  
林玠廷  
林家萱  
林健寓  
孫銘修  
許芳名  
郭蔡宗  
羅宏勳  
何天益  
林秉仕  
林清泓  
林清輝  
邱榮宗  
張文賢  
陳宏基  
黃正銘  
黃筠晴  
葉德成  
蔡元智  
吳柏廷  
李桐豪  
林楚珩  
翁茂昇  
高世禹  
張育慈  
張耀邦

陳冠仲  
陳家豪  
陳詩雨  
程志愷  
鄭茂鴻  
戴振錦  
何賴素  
李承翰  
李錦章  
林文正  
林佳慧  
林河瀚  
林新乾  
邱博軒  
高于淵  
盛偉倫  
許陳銘  
楊嘉瓊  
廖國隆  
蔡宜臻  
賴素素  
譚玉風  
吳建昌  
林建君  
林珏如  
張志成  
張慧玲

陳俊安  
陳思穎  
陳曜弋  
黃舒涵  
葉宥好  
葛文豪  
蔡勝源  
曹世良  
陳巧凌  
陳佳慧  
陳明慶  
陳進祥  
陳奕泯  
溫奕賢  
廖育恩  
田依維  
呂學仲  
沈柏廷  
林廷文  
林寬璋  
林維德

張碧珠  
陳如心  
董建  
鄔思  
蒲琦  
劉邦  
潘星  
王雪  
江慶  
吳采  
李明  
張芮  
許嘉  
郭旻  
陳代  
陳盈  
林俊  
吳秀  
蔡佳芳



# 魔鬼藏在細節裡 @ 矯正班



文：文書組小編／圖：競賽組提供

每年一度的姿勢矯正班上場了，一談到矯正班就會想到台灣第一大老闆郭董公司鑲在樓梯上的那句話：「魔鬼藏在細節裡。」而水安獨有的矯正班，就是要把你在游泳上的魔鬼一個一個找出來，訓化成天使，再回到美妙的水中，成為泳者的好伙伴。

矯正班分成蝶蛙及捷仰二種班別，依照不同游泳姿勢特性設計有系統的訓練課程，相信上過課的同學及教練，一定能體會到經過再修練與再磨練後的一個月，不論在體力或技巧上都有長足的進步。不知不覺中，有些原本生疏的技巧與動作，自然而然的熟練，說不定還修成正果了呢！

同時上場的，還有四式精進班，各位一定要記得，每年此時來把魔鬼幻化成天使！





# 泳訓班總教練協調會

傳播愛的種子·種下安全的樹苗



紅十字會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  
發行單位：紅十字會新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：張榮華 編審指導：李昆峰

主編：李立忠 編輯小組：文書組

文書組：e-mail: redcross520@gmail.com

發行日期：中華民國106年6月10日

會所地址：新北市中和區景新街323之2號B1

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

