4 月份 會訊

中華民國紅十字會
水上安全工作大隊

April, 2020

國內郵資已付
板橋郵局許可證
板橋字第341號
印刷品

勇於承擔 樂於傳承

不群聚　戴口罩　勤洗手　多消毒

親愛的會員午安：

日前為了因應新冠肺炎的疫情，將3月的泳訓課程延期，經過這段時間的觀察，確診案例一再增加仍未見趨緩態勢，訓練過程中不論水裡陸上都會有群聚的狀況，為了眾人安全衛生考量，不得不做出暫停班隊的決定，何時恢復正常訓練將視疫情發展而定，對於已認班或決定參訓的會員們造成不便敬請見諒，在此時期請會員們自我管理，非必要不去人多密閉場所、不出國、戴口罩、勤洗手、多消毒，一同成為抵抗病毒最堅強防線。

會長 王敬皓 特此報告

人人會游泳　個個能救生

INDEX
本期內容摘要

- 目錄
- 第一次教練團會議紀錄
- 幹事部會議紀錄
- 幹事部公告
- 督導輪值表
- 服務組簡介
- 急救組簡介
- 器材組簡介
- 聯絡組簡介
- 總教練現身說法
- 相約大豹溪
- 舟艇訓報導-水上救生，水安相艇
- 舟艇訓學員心得
- 急救員複訓班
- 急救教育推廣-北投親子館
- 急救教育推廣-山野協會
- 四月壽星名單

109年度第一次教練團會議紀錄

一、會議時間：109年03月08日(星期日) 09:00～ 12:00
二、會議地點：中和區和城路一段(水安會所)
三、主持人：余炳輝總召
四、列席人員：

會長：王敬皓

副會長：許銘樑

總幹事：江謝瑞

新北市訓練組長：李宏仁

台北市訓練組長：林繼祥

急救組長： 施安容等

五、記錄：陳闞棆
六、主席致詞：

因為受新冠病毒疫情影響，這次會議讓大家都戴上口罩開會，為了保護自己也是保護他人安全。本次會議議程主要是年度計劃報告，推選各級泳訓班、救生班、急救班的總教練，並請有開過泳訓班、救生班、急救班的總教練提出寶貴經驗分享，臨時動議也歡迎各位教練提出開班狀況的檢討與建議，以及會長在會務推動工作上的指導。

七、會長致詞：

因為新冠病毒疫情延燒，我們的防疫工作必須提升，戴口罩、拱手不握手、勤洗手做好個人清潔。因應疫情本隊三月份的室內泳訓工作決定延期，受影響的班隊有【台北市分會救生教練班】、【捷仰姿勢矯正班】、【競賽組四式專精班】，暫時延至四月份，先觀察情況再決定是否開班，以安全為優先，也歡迎各位教練踴躍認班。

＊受疫情影響，目前到五月底都不開班＊

八、年度訓練計畫報告

1.訓練權責區分：

★訓練「計畫」之策訂→幹事部。

★訓練工作之「執行」→訓練組。

★訓練工作之「考核」→教練團。

2.本會教練概況：

★「高級救生教練」：15員。

★「救生教練」：292員。

★「游泳教練」：329員。

★「高級急救教練」：7員。

★「急救教練」：67員。

★ 扣除身份重疊總計439員。

★資料統計迄108.12.31止，連續三年未繳年費者不在此列。

★教練任用資格，請參考年刊第96、98、99頁

3.重要訓練指示宣達：

★各級泳訓班教練團之任用資格與學員入訓資格，請依本會教練任用資格及受訓學員入訓條件辦理。

★繳交「年費」是會員的義務，未繳年費不得納入各泳訓班教練團，不得參加高級班、游泳訓練班、十式班訓練及各項班隊訓練，亦不受理證照換發作業。

★救生教練證到期時，要定時辦理換證，以免影響開班、帶班資格與權益。

★急救、救生教練需參加急救、救生教練的繼續教育，始具開班及授課的資格。

★救生班授課教練必須參加「救生教練繼續教育」，並具有救生班副總教練以上資格者，始可擔任。

★同一時段教練只能帶「一個」班，不要重複影響教學效果。

★非本會會員、未完成本會救生員訓練者，不得參加「高級班」(含)以上班隊受訓。

★未具本會游泳教練資格者不得擔任初、中級班副總教練(含) 以上之職務。

★各訓練班隊召開協調會，務必請會長、總幹事、總召及訓練組長參加，以適時轉達本會規定協助解決各班隊問題。

★為強化會員對本會向心，在高級班課程安排上要將「認識水安隊」、「落實志工理念」 及「綜合座談」列入必修課程，這三堂課要全員到齊，文化傳承比技術訓練重要，缺課者不予取證。

★各級泳訓班雨天不上課之認定：是以台北市、新北市發布「不上班或不上課」，符合其中一項即可。惟學員可考量當時天候與路況，以安全為前提，逕行決定是否前來。

★為利帶班教練識別，擔任值星教練一律戴紅便帽。

救生教練證換證注意事項：

1.急救證有效期需6個月以上。

2.救生教練證有效期為三年。

3.連續2年繳交年費。

4.連續三年每年至少參與水上安全救生訓練教學或水上安全救生服務24小時以上(例大豹溪服勤）且無不良記錄者。

★各班隊入訓條件，請參考年刊第97頁

★總會108年度救生員班訓練分成兩個部分，一個部分是志工訓練（維持原本訓練方式惟課程已經改新訓練辦法）。另一部分是體育署救生訓練參加者須年滿18歲，受訓合格後授予教育部體育

署救生員訓練合格證，必須於訓練後一年內參加體育署救生員檢定。因應教育部體育署救生員訓練增加兩性平等教育及安全講習課程，總會已於108年1月19日水上安全教育訓練委員會決議納入本會救生員訓練辦法。

4.年度訓練計畫報告：待疫情穩定後，另行公告。

5.未來工作重點：

★4/24：救生班總教練協調會，將延期至5/22再召開。

★5/8：初、中級班、自救班總教練協調會。

★6~8月份：初、中級班、自救班開班。

★6~8月份：救生班開班。

★6~8月份：高級班開班

★8/30：第16期游泳教練班開訓。

★10/11：第二次教練團會議。

九、開班經驗分享檢討與建議：

許景陽教練：

去年開初級班，開班前的協調會是重要的，工作分配好開訓時才會條理有序，教練各司其職，總教練不需要一手統包，做太多反而做不好事情，初級班女性成人學員大約7-8成遠多於男性成人學員，小朋友也多，教練的安排需要做即時的應變，我認為男性成人學員在學習游泳的意願可能較低，初級班裡女性教練最好能佔一半以上。

林文賢教練：

我去年開潤泰自救班，因為沒有開班經驗，找了我救生班總教練侯梅嬌教練當教學指導，梅嬌教練教導我如何做事前準備，教練團尋找是重要的，自救班是承接初、中級班學員，小朋友很多，我安排自救與求生的課程，教導學員遇到溺水時如何自救，像是總會去年在推的「自救四技」以及初級急救課程，我認為自救班應該加入上述元素，可以增加課程的豐富性。開班總教練是忙於開班前的籌備，開班時由副總教練、管理教練、助理教練去執行教學工作，總教練要注意細節及安全，最後感謝去年的總召美惠教練給我機會，讓我開班歷練。

陳巧凌教練：

我去年開班救生班，事前的準備工作很重要例如學生的來源，找來的教練夠強，在課程的安排及學員安全上就不需要總教練擔心，還有錢的準備，平時多參與隊上活動打好人際關係，比較容易找到好的授課教練，就算是臨時要找也比較容易找到。

總召：

由幾位開班教練的分享可以得知開班並不是那麼的困難，有很多的前輩會給予協助，有開班意願的教練可以找訓練組或總召給予安排，現在也開放網路認班，讓各位教練可以藉由多元管道達成認班。

王成華顧問：

這是我第一次參加教練團會議，我帶著學習的心態來觀摩每個團隊的帶隊方式，今年看到了不同的流程及規劃，在新北市的其他團隊若有機會應該到水安隊觀摩，新北市的其他團隊生態各異，面臨傳承斷層

問題，水安隊一直延續每一年都會有不同的東西出現，今年發現水安隊的作業流程及事務處理都做得很好，希望下次水安隊有這樣的會議時，其他團隊可以來此觀摩。

呂欣明教練：

我去年遇到的狀況是有一些朋友要來參加中級班，但他們不會游泳，於是推薦他們到初級班，初級班上完有些教練覺得這些學員程度不錯就推薦到救生班，當我開中級班時，人數就變少了，成人學員去救生班，只留下小朋友學員到中級班，自救班還是只有小朋友學員，幫救生班招生的想法是好的，但可能會害到救生班總教練，因這些學員不會蛙式，他們到了救生班學習踩水這類游泳技術就會有很大困擾，雖然讓救生班多了人數，但班隊訓練進度因此而改變，帶班教練推薦學員到救生班去，要思考一下不要急就章。

總召：

我們的訓練是循序漸進的，初級班教捷式、中級班教蛙式與仰式、自救班是救生班的跳板，希望多鼓勵學員按部就班的學習，因為救生班的課程相當密集每天課程都不同，因此我們希望學員們能按部就班初級、中級、自救、救生班再到更高階的班隊上去，這是最好的。

十、 臨時動議：無。

十一、主席結論

今年的第一次教練團會議主要目的是讓各位教練認班，也代表我們各級泳訓要開始了，雖然新冠肺炎影響，我們還是將各級泳訓班隊安排好，感謝各位參與的教練踴躍認班，讓我們將今年的會務完成， 認班情況將公布於水安隊FB。

十二、會長工作指導

1.這次認班與過去不同是救生班只剩一班尚未有人認班，初中級泳訓班若有教練沒出席但符合資格者，請同學告知他讓他有機會參與認班。

2.因為新冠肺炎影響，學校部分及潤泰泳池因為換經營業者，我們會再與業者進行簽約，五月份召開泳訓班協調會時會將結果告知。

3.從108年救生員制度改成志工訓練與體育署救生訓練，志工訓練結訓並不能參加體育署救生員檢定考試，所以我們去年救生員人數因此變少，此一制度今年繼續沿用，但體育署也發現救生員人數變少，由每年近三千人剩一千餘人，影響各級泳池救生員人數，所以體育署決議將體育署救生訓練後六個月內，放寬為一年內需參加體育署救生員檢定，檢定費用也降低。但我們救生班的泳訓是志工訓練，各救生班總教練需要對參加訓練的學員清楚說明。

4.救生班開班、授課教練需接受繼續教育才符合授課資格，今年訓練為模組3舟艇訓練，訓練地點預定為明光碼頭，今年救生班海訓也暫訂為明光碼頭，救生班教練請提前一個月向訓練組提出申請。

5.總會原預計於3/14開救生教練資格認證班，因為疫情關係延期或取消我們會持續追蹤。

6.台北市分會救生教練先修班因為疫情關係延期，救生教練班跟著延期。

7.隊上優秀教練很多，但希望每一期的教練都能出來帶班多多歷練，有的教練可能一年帶三個班，有的教練可能一個班都沒帶，希望大家都能有歷練的機會。

十三、其他問題反映

呂欣明教練：

會長提到每個教練都應該出來帶班多多歷練，這是訓練組與總召應該注意的問題，沒被審核到的教練也是希望出來幫忙只是沒詢問到，這些教練應該被安排到班隊裡。

會長：

今年繼祥組長有針對此狀況做調查之後會安排媒合，教練團會議是公開的，有意願的教練可以來報名，在座教練若知道有優秀教練沒被諮詢到的，可以提供給訓練組，由訓練組提供名單給總召，最後決定人選由總召處理。

林繼祥組長：

希望給予更多的教練機會，但最終還是要尊重總教練的選擇。訓練組透過調查讓有意願帶班的教練，依照個人的時間選擇泳訓班，做成候選教練名單，提供給總教練選擇聯絡。每班的教練團如果有三分之一是透過訓練組提供的名單被邀請，那麼未來水安的教練團一定會更加龐大且有實力。

王成華顧問：

關於體育署救生訓練班，每個協會只負責訓練，考試由體育署統一舉辦，今年開專班的教練必須清楚知道有那些游泳動作是目前教學裡沒教到的，目前會上有安排示範教練做這一部分，這是開班總教練要注意的。

張建雄教練：

感謝會長今年針對高級急救員邀請開班，自102年開始已經累積了60位急救教練，因為歷任會長的支持相關課程及制度已經趨近完善，急救員訓練已經制度化，急救教練的分級與晉升也有明確制度，有利於急救教育推廣，希望未來會上長官能將急救課程加入泳訓班，例如初、中級與自救班，讓未來參加我們泳訓的學員除了學得泳技也學得急救的方法，以達到去年昆峯會長提出的新願景 【人人會游泳 個個能救生 家家學急救 戶戶保平安】。

總召：

建雄教練的建議很好，將責成台北市訓練組安排，例如中和國中若一次四個泳訓班開課，可選擇一天統一開急救課程，希望急救種子可以往下扎根。

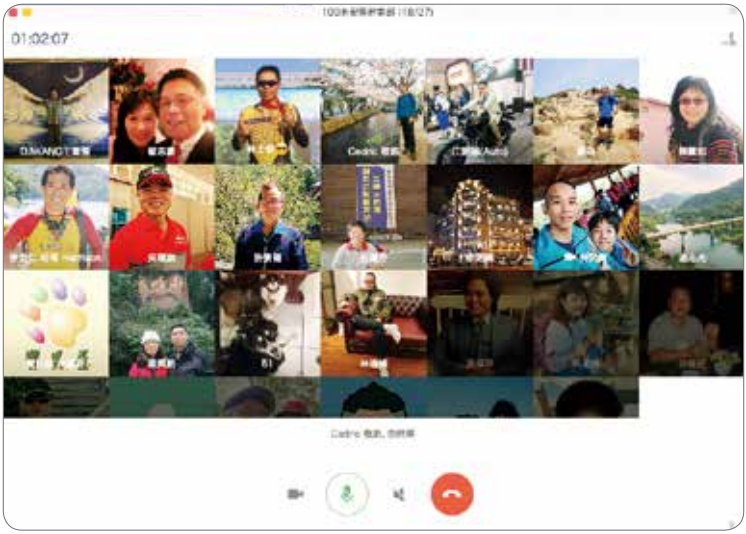
十四、會議結束！

109年3月份幹事部會議要點

109.03.19(四)

1.【教練團】本年度第一次教練團會議已在3/8(日)09:00~12:00，於新會所召開。感謝總召以及兩位訓練組長的事先規畫，才能讓會議能順利圓滿完成。也在各位教練踴躍的認班下，讓泳訓工作得以順利推展。
2.【教練團及訓練組】今年的訓練場地，計有中和國中、台灣科大、板橋潤泰、中和水藍天、滬江高中等五個泳池，因新冠肺炎疫情目前還在協調中，請總召及訓練組長持續公布各泳池相關規定細節及需注意的事項，並請注意教練團與學員人數的比例配置，避免教練團比學員人數多的情形發生，另外泳池費用若採統收方式收費，總費用應為”訓練天數*單次入場費*學員人數”請假缺席者也需收費。
3.【研訓組】109年【世界紅十字日志工獎勵表揚】原預訂於5月9日(六)因新冠肺炎疫情目前暫停舉行。另本隊志工保險及相關投保金額、保險內容、費用，日前已將資料公告，謝謝組長。
4.【活動組】9月份日月潭長泳為本會年度重大任務，請活動組開始進行經費概算、活動行程的安排、工作人員的需求、應繳費用等工作，以利任務的達成。
5.【急救組】
   a.感謝安容組長已在3/1(日)完成急救員複訓班。3/14日完成心肺復甦術8小時訓練班，結訓後請盡速呈報成果，辦理核證作業。
   b.3/28(六)、3/29(日)初級急救課程，4/18、19、25、26高級急救員班，因武漢肺炎疫情影響，暫緩開班，請組長代為轉達歉意。
6.【機動組】完成3/14(六)舟艇訓練，謝謝士傑組長與祥安組長、搜救隊長、張會長、鄧會長、各船艇長以及出席協助的幹部會員們，雖然天候狀況不佳但不減隊員學習的熱情，本年度舟艇訓暨搜救隊複訓在寒風細雨下平安完成訓練，謝謝各位幹部的協助，感恩！
7.【新北市訓練組】
   a.自辦109年度救生教練繼續教育訂於4/11(六)、4/18(六)，因新冠肺炎疫情影響，暫緩開班，請組長公告取消訊息。
   b.原定5/3~5/31 由銘樑理事長開班之水藍一救生班，協調是否改成6/28~7/26 台科二救生班。
   c.原定4/24(五)將召開各救生班總教練協調會，將延期至5/22(五)請組長準備好開會的資料，並於5/1(五)前將第一期救生員班的開班申請表呈交總會教育訓練處承辦。
   ＊請視新冠肺炎疫情狀況做彈性調整
8.【新北市及台北市訓練組】請訓練組針對今年度的各泳訓班，所需的紅布條、宣傳文宣、DM、海報…等，及早做好應變措施及準備，若有需經費補助的部份，可提出建議。

9.【服務組及器材組】
a.4/19(日) 將進行大豹溪器材整備與保養，請預先做好準備。
b.4/26(日) 將實施三峽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。＊請視新冠肺炎疫情狀況做彈性調整。
10.【器材組】2/25器材室向中和區清潔隊申請須接自來水源公文已經核准下來,討論後續增設獨立水表及水源配置。
11.【服務組】請服務組於救生班總教練會議時務必配合出席。討論救生班結訓同學上大豹溪時，救生班總教練需配合的事宜。
12.【財務組】
a.請將物料清單備妥，以利開班物料及大豹溪勘溪禮的準備。
b.年度生日禮備妥後請公告讓會員可以領取。
c.經費核銷流程：
申請人檢附單據填寫「支出證明單」=> 總幹事或會長簽名確認 => 提前告知財務組何時前往請款=> 財務組出納窗口核銷取款。
d.提供有繳年費的會員名單,以利後續辦理夏日保險
13.時序已近夏令季節，各項泳訓班訓練及大豹溪防溺協勤工作將陸續展開，請各組組長及會員能全力配合，完成今年會內各項預定的任務。
14.近期工作重點：
(一) 4/17(五) 四月份幹事部會議，請服務組準備點心。
(二) 4/19(日) 大豹溪器材整備與保養。
(三) 4/26(日) 大豹溪開站器材整備運送及探勘水域
(四) 5/02(六) 大豹溪服勤開始。
(五) 完成各級泳訓班招生DM、海報、及紅布條。



●特別的幹事部合照：防疫視同作戰，避免群聚，利用線上會議召開幹事部會議。

教練團公告

首先感謝，今年認班的教練勇於承擔，延續水安隊優良的傳統。由於疫情未見趨緩，經與會長、總幹事討論後，今年5月底以前的班隊先暫停，對於已認班的教練深感抱歉。何時才能恢復正常訓練將視疫情發展而定，這段期間請會員們自我管理共同抵抗病毒。

新北市訓練組公告

1、提醒今年教練證即將到期的教練們務必記得換證，換證時請備好兩張一吋相片、救生教練證正反面影本、急救證正反面影本、填妥之換證申請書，與新北市訓練組組長聯繫。

★本年度向總會提出換證時間僅有5月份及10月份兩次機會， 請各位教練務必把握時間與機會。

2、【總會109年體育署救生員安全講習實施計劃】

說　　明：充實水上安全救生員專業知能，提升水上救生員品質，加強水上安全救生員工作安全之目的

講習地點：總會401教室（台北市萬華區艋舺大道303號）

講習時間：109年4月18日(六)

報名資格：具教育部體育署有效期限內之游泳池或開放水域救生員證

報名截止日：4月3日(五)

訓　練　費：本會志工700元

報名請洽新北市訓練組長，細節詳見水安隊臉書公告。

3.、新北市訓練組長 李宏仁　電話：0937-059-437　LINE：HarrisonLee0720

急救組公告

一、因應新冠肺炎疫情延燒

109年3月28,29日的初級急救班　★延期辦理(時間未定)

109年4月高級急救員班，第二梯次急救常訓　★取消

二、「急救教練」換證通知：

以下急救教練，按年分推算今年需換證 ：

【106年】陳美芳、余淑華、王當傑、林清輝、林榮宗、孫嘉蔚
梁興新、薛蘭香、陳天生、廖彩雲、蔡佳諺、溫俊輝

【103年】李立忠、張郁莉、魏芳文、吳聰旗、黃美惠、張國輝

【100年】呂忠民

★應備文件：

1. 證書換發申請表(請至FB自行下載，並請填寫近三年服務紀錄)
2. 一吋照片兩張(以上資料未齊概不受理)

請送至廖彩雲教練處統一受理

地址：新北市永和區永和路二段314號1樓(0939-004-566)

★換證時間：
1. 04/07(二) 19:00~21:00　2. 04/12(日) 14:00~16:00
★請急救教練查看證件效期，若有急救組未能及時察知急救證到期的教練，也請比照辦理 ！

研訓組公告

主旨：109年本會申請 “新北市政府志願服務獎勵”事由

說明：一、志工之獎勵等次如下：

(一)累計服務年資滿二年且服務時數六百小時以上者，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數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數一千八百小時以上者，頒授金心服務徽章及得獎證書。

前條第一項各款獎項之頒授，以每人一次為限；已獲頒較高等次之獎項者，不得再頒授較低等次之獎項。

二、資格：

(1)完繳本會109年年費會員。

(2)擁有志願服務紀錄冊。並持續參與新北市志願服務工作滿二年之志工

(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96年7月9日起至108年12月31日之服務時數。

三、準備資料：

志願手冊正本、印章、英文名字、聯絡地址、手機號碼、生日備妥後將資料轉給研訓組來申請

四、截止時間：

請於109年4月20日中午12:00前繳交，逾時無法辦理。

以上若有申請問題請洽：

研訓組長 陳麗如 Line ID：prodsu　0922-811-088

財務組公告

●109年2、3月物資捐贈芳名錄

日期	班別	姓名	金額/物資	備註
2月28日		王月寶	$6,000	大豹溪專款專用
3月1日		108年台科一	額溫槍2支	防疫用
3月1日	信	張孟書	環保餐具乙批	

109年度大豹溪執勤指導輪值表							
日期	指導教練			日期	指導教練		
5/2 (六)	翁輝國	林錦繡	林潘淑美	7/12 (日)	翁輝國	林錦繡	林潘淑美
5/3 (日)	陳才正	江慶旭	黃美施	7/18 (六)	陳巧凌	董正雄	吳聰旗
5/9 (六)	陳巧凌	董正雄	吳聰旗	7/19 (日)	陳才正	江慶旭	黃美施
5/10 (日)	楊金明	楊建生	李宏仁	7/25 (六)	楊金明	楊建生	李宏仁
5/16 (六)	吳治政	陳要然	黃美惠	7/26 (日)	吳治政	陳要然	黃美惠
5/17 (日)	林瑞新	許堯舜	余淑華	8/1 (六)	林瑞新	曾光亮	余淑華
5/23 (六)	鄭茂鴻	曾光亮	邱啟章	8/2 (日)	鄭茂鴻	許堯舜	邱啟章
5/24 (日)	李震榮	魏芳文	俞佳宏	8/8 (六)	李震榮	魏芳文	俞佳宏
5/30 (六)	林文正	楊仁德	劉鼎盛	8/9 (日)	林文正	楊仁德	劉鼎盛
5/31 (日)	林欽鐘	馮阿春	廖欣怡	8/15 (六)	林欽鐘	馮阿春	廖欣怡
6/6 (六)	張洸輝	陳瑞元	張仲皓	8/16 (日)	張洸輝	陳瑞元	張仲皓
6/7 (日)	鄧朝興	侯梅嬌	林建富	8/22 (六)	羅井茂	侯梅嬌	林建富
6/13 (六)	張榮華	徐健軒	侯采伶	8/23 (日)	莊子華	徐健軒	侯采伶
6/14 (日)	莊子華	顏有成	項巨源	8/29 (六)	張榮華	顏有成	項巨源
6/21 (日)	蔡親偉	林月綉	李美玉	8/30 (日)	蔡親偉	林月綉	李美玉
6/25 (四)	陳美芳	朱浩宸	林裕峰	9/5 (六)	陳美芳	朱浩宸	林裕峰
6/26 (五)	吳家煌	張欽銘	劉克威	9/6 (日)	吳家煌	張欽銘	劉克威
6/27 (六)	劉慧明	李昆峰	張建雄	9/12 (六)	劉慧明	李昆峰	張建雄
6/28 (日)	陳清雲	林錦龍	譚國斌	9/13 (日)	陳清雲	林錦龍	譚國斌
7/4 (六)	曾美瑛	簡信正	呂理金	9/19 (六)	曾美瑛	簡信正	呂理金
7/5 (日)	沈光輝	陳獻銘	黃琦茹	9/20 (日)	陳嘉宏	陳獻銘	黃琦茹
7/11 (六)	周正忠	張雪英	呂欣明	9/27 (日)	周正忠	張雪英	呂欣明

服務組簡介

目前工作職掌：

1.大豹溪救生站開設與撤收。
2.定點救生站假日出勤表之編定、執行及成果彙整。
3.大豹溪救生站之後勤支援。
4.配合活動組辦理救溺英雄表揚活動。
5.負責與消防局聯繫、溝通、開會。
6.接待蒞臨大豹溪視察的貴賓。

今年工作重點：

1.所屬救生站全數準時開設。
2.強化宣導與預防，目標：大豹溪救生站零事故。
3.將救生班出勤實習之聯繫工作標準化、表格化。
4.開心上哨服勤，快樂平安回家。

聯合會服務組組長莊麗芳之水安資歷

98年錦和救生班
第7期游泳教練
第13期救生教練
101年急救教練
104年新北市訓練組組長
102/109年服務組組長
102/103年初級班/104年自救班/105年中級班 總教練

新北市服務組組長連志光之水安資歷

98年錦和救生班
第7期游泳教練
第13期救生教練
107/108/109年新北市服務組組長

台北市服務組組長許景陽之水安資歷

104年自強一救生班
第13期游泳教練
第16期救生教練
108年初級班總教練
109年台北市服務組組長

急救組簡介

目前工作職掌

1.審查急救員班（複訓班）課程編排與時數 是否符合總會要求。
2.協助製作開班、結訓、訓練事宜等各項行政作業，並提供所需表格。
3.審查急救員班、急救員複訓班開班申請、結訓申報，將資料呈送總會。
4.協助總教練邀請授課教練並協調資源。
5.服務時數審核、彙整、申報。
6.各種證件收發（急救員證、高級急救員證、急救教練證、高級急救教練證）。
7.急救教練班入訓資格、資料審核，申辦報考手續以及建立急救教練履歷資料庫。
8.高級急救教練、急救訓練、繼續教育受理報名、名單呈報總會。
9.負責統計年度訓練成果、報告訓練成效、建立急救班學員名冊。
10.管理急救器材、設備以及急救藥品，協助大豹溪急救藥品的供應。
11.對外勸募急救器材、設備以及急救藥品。
12.對外推廣急救教育，支援大型活動設置急救站。

今年工作重點

1.將工作分為四大類：
器材、訓練、推廣及文書，各請託一名資深教練指導帶領。
2.器材班：
2.1 器材、藥品倉庫管理，借出歸還都入帳管制。
2.2 保持器材清潔
2.3 維護器材妥善，可使用。
3.訓練班：
3.1 籌辦常訓活動
3.2 服務急救教練技術練習
3.3 技能更新及提升
4.推廣班：
4.1 對外急救教育的授課安排
4.2 安排外界急救教育的邀請
4.3 宣傳急救教育的推廣服務
5.文書班：
5.1 將文書作業、表格標準化
5.2 建立急救人才資料庫
5.3 審核各類文書作業

急救組組長施安容之水安資歷

101年自強二救生班
102年急救教練
第10期游泳教練
第14期救生教練
105年、108年急救員班總教練
109年急救組組長

器材組簡介

目前工作職掌

1.救生、通訊、野外訓練急救箱、炊具等設備，登記、保管、維護。
2.其他有關物料、器材，借出、收回及管理等事務。
3.盡量提供足額且堪用的器具給學員使用，以達訓練需求。
4.管理、供應訓練所需器材，並協助點交裝車，卸貨點收。
5.管理器材室，保持清潔有序。

今年工作重點

1.定期維護保養器材設備。
2.維修、整補老舊損壞器材。
3.報廢不堪使用的設備。
4.訓練組員，培養接班梯隊。
5.責成訓練班隊器材負責人回報器材使用異常狀況，以便管理修復保持堪用，讓每個班隊都可以正常訓練。

器材組組長梁興新之水安資歷

105年自強二救生班
第14期游泳教練
第16期救生教練
106年急救教練
108/109年器材組組長

聯絡組簡介

目前工作職掌

1.例、常會議相關出席人員之聯絡、確認、掌握。
2.各項比賽、活動相關人員之聯絡。
3.參與上級單位之會議、活動等人員聯絡與安排。

今年工作重點

1.採精實政策，與組員共同完成聯絡任務。
2.主動服務，配合主辦單位完成工作。
3.善用工具：利用自媒體、社群、簡訊、電話等工具，妥善完成任務。
4.依照計畫，協助安排人員順序，準確有效完成活動。

聯絡組組長翟志豪之水安資歷

103年自強一救生班
第12期游泳教練
第16期救生教練
109年聯絡組組長

總教練現身說法

文/王品源

哈囉！我是第13期游泳教練王品源，也可以叫我阿布，是一名神經大條、外向、不怕生的游泳教練，沒錯！你沒看錯就是神經大條，但該認真的時候就會十分的認真，是一名活動公關的活動企劃人員，同時也是一位平面設計師吃苦耐勞，有話直說是我的本質，熱愛戶外、熱愛交友，我不可怕，很善良、很樂觀、很活潑....如果你們也愛游泳，不如一起來游泳吧！

水安資歷：104救生班/第13期游泳教練。

去年開班初體驗

開班是我從救生班到游泳教練班的願望，就在去年我完成了我想開班的願望，覺得很開心，很不一樣的新鮮感，人生第一次，大家坐在台下而你在站在台上，大家認真聽你訴說游泳的奧秘，以往都是自己坐在台下聆聽課程，這次則是換自己站在台上與大家分享，看著大家都在仔細聆聽，你講解的每一步游泳的分解動作，看到大家都很認真的模樣，自己也覺得莫名的開心起來。

為何會想再開班?開2班有何想法?

因為我想繼續分享游泳的奧秘，讓更多人知道讓更多人了解學習游泳並不難，讓更多人可以一起與我們同樂互相學習，技術交流，也讓不會游泳或者害怕游泳的他們與我們可以從頭來過，這樣的學習會讓他們及我們都可以更邁進一步，今年會打算開兩班原因，是因為去年只有開一個初級班，自己想了想初級班及中級班，兩個課程要一起上一起教才完整，所以在今年才決定大膽一次兩班一起開，讓上完初級班的學員能接著跟上中級班的腳步，讓他們的泳技可以更上一層，學習到更完整的游泳技能。

我開班的原則，常會與學員說「快樂學習、快樂成長，你們就像我的小孩一樣，只要你們開心，我就開心，只要你們快樂，我就很快樂」，看到他們一點一滴的成長，讓我感到很欣慰，看到他們勇敢克服心中的恐懼游出那一刻，我為他們驕傲。

秉持著「活到老學到老，人人會游泳，個個會救生」精神不斷努力。

【2020~大豹溪服務~熱情一夏】

圖/文 蔡親偉

春分起響，不平靜的初春在新冠病毒席捲全球的風暴下，讓所有的活動都進入全面警戒防護的狀態，而所有室內群聚活動都一一暫緩，室外的活動成了鬱悶心情的最佳紓解。如果隨著氣溫漸升，疫情得以緩解，管制得以寬鬆，那麼大豹溪服勤序曲，即將在五月展開，屆時歡迎大家投入大豹溪的防溺服務工作，一起守護戲水民眾的生命安全，期待您我熱情共同參與!

＊大豹溪防溺勤務通告＊

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至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

2.當期救生班帶班教練服勤時，不得要求與學員同一站哨，由服務組統一分發上哨

3.上哨服勤時新救生員必需遵從站長分配勤務，不得擅自離站

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，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

大有社區活動中心簡介

五到九月的假日, 水安隊三峽大豹溪防溺勤務的最大集結點,位於北114鄉號道3公里處,岔路口右彎即到,緊鄰插角25號咖啡餐廳,右斜對面為插角國小正門口。利豐煤礦簡介~停業20年~

大有活動中心相距不到300公尺的前一公車站旁,有著過往全國規模最大的一處採煤礦坑, 而在1997吳念真 台灣念真情節目曾介紹過此為最現代化的一座礦場,但隨著國際時空的因素而在民國89年10月31日畫上休止符,現已完全荒廢於草叢中,名氣也不如平溪煤礦,殊為可惜。

水上救生，水安相艇

文/圖 文書組

救生員班受訓時，經常有這樣的遺憾，看著教練嫻熟的駕船，心想我也要跟他一樣，但因為天候、海象、學員人數..等的關係，沒有上動力小艇或操作的油門都還沒熱呼就換人了，僅有的一堂課很快就結束，下了船只能看著船望洋興嘆。

為了彌補會員的遺憾，也為了培養動力小艇的操控能力，水安隊率先開設了整天舟艇訓的課程，邀請資深教練授課，請託機動組辦理整個活動、器材組協助器材設備的整備載運以及委派艇長引領學員水上操作，實際體驗動力小艇的駕馭感、速度感、水上的風浪感，這堂專業課也是會內課程的大熱門，一開放報名就秒殺額滿。

機動組組長王祥安、林士傑，二月就開始規劃活動、申請場地、計算器材、場地勘察以及訓練的課程運行。器材組組長梁興新也早早就帶領組員們，把器材設備整理就緒，以協助各項訓練順利的進行，圓滿地完成。當日器材組、機動組的組員，不到六點，天還黑著，就到了器材室，清點數量，搬運裝車，滿滿的一大車，還不能有遺漏，否則就會影響訓練的品質，二個組長和組員，完美的協同互助，讓器材車完整而準時出發。器材組的組員很多是專程來協助裝車，只為了服務會員能夠順利的完成訓練，真是令人十分的感動！

意外隨時都會發生，救人也不能挑時間、地點、氣候，所以老天就給了我們一次很好的體驗，雨時不時的飄著，風一陣陣的吹著，微寒的溫度，學員們都套上雨衣防雨擋風，但還是冷到打哆嗦，幸好會長已經預料到寒風苦雨的狀況，前一天特別拜託薛蘭香教練熬了薑湯，還帶上瓦斯桶、快速爐跟湯桶，加熱薑湯，多虧了熱薑湯的加持，大夥才能支撐到最後。

張洸輝前會長講解了船外機的知識與駕船的技巧後，學員就分成二批，一批由吳聰旗隊長指導繩結、架設等的搜救課程。另一批直接上船實際操舟，駕船跟騎車的操控是不同方式，如前進方向的控制，剛好相反，又如單手控方向兼油門，也是不太容易習慣的手法，另外水面上風浪還跑來亂湊熱鬧，幫新手菜鳥證明了河是彎的，所以船走不直。但是練習的時間久了，大家就逐漸抓到感覺，可以跟船溝通，讓它稍稍聽話，不會自己亂跑，有的學員控制得好，可以加速度，讓船頭微微翹起來，害同船的夥伴緊張一下。基礎的技術就在操作的興奮與緊張中熟悉上手，駕馭動力小艇，不再令人生畏，不再遙不可及。

一年一年的舟艇訓，讓操控動力小艇的技巧不斷精進，讓幹事部協同互助的能力持續成長，不僅是技能上的延續，也是文化上的傳承。感謝敬皓會長全程陪同指導，洸輝前會長、朝興前會長、聰旗隊長、親偉教練的指導，策劃活動的祥安組長、士傑組長及機動組組員，整備器材的興新組長及器材組組員，擔任艇長的景德教練、志龍教練、志豪教練、興新教練、當傑教練協助訓練。

舟艇訓心情分享

文/雲小珍 圖/文書組

又到了一年一度的舟艇訓, 滿心期待這次的參與，畢竟距離上次實際操控救生艇已將近一年了。 也是時候再重新複習所學的知識，為了參加此次活動，開始要求自己要早起。去年早晨泳訓時雖已習慣早起，但隨著天氣的變化而慢慢回歸懶散的生活，加上美好的新年長假，吃吃喝喝的團圓過日子，早已把建立起的好習慣歸零，因新冠肺炎延後了開學，更讓我的早起目標順延，哈哈!!

好佳在同學慧敏、郁婷的邀約，讓我開始有了動力早起游泳。但很明顯力不從心，囤積過多的脂肪讓我在水裡運動好不自在，也開始懷疑自己可否順利完成舟艇訓練的能力?! 加上天氣一變冷，我們早起的心就受動搖而提早取消已約好的相聚。前一天晚上輾轉反側難以入眠，三月十四日的凌晨更是頻頻起床查看鬧鐘，就怕睡過頭，超級緊張呀！

除了早起的難度之外，天氣也是不可抗力的因素，開訓前幾天新聞預報氣候不佳，會下雨而且氣溫很低。儘管如此我們同學之間還是相互勉勵，希望能順利達成任務。感謝志霖姐姐願意讓我們搭順風車到集合地點：蘆洲微風運河，雖然咱們也借用了谷歌的幫忙才順利到達目的地，但車上的歡樂談天及相揪上課或帶課的話題，逐漸讓我的緊張度降低，開始受到感染而有點熱血沸騰，期許再找回與去年相同的體力與毅力。

到達集合地前，遠遠看到教練群已分工合作地卸裝備。我們趕緊上前幫忙，在天冷下的搬運，讓全身溫暖起來，甚至還冒了汗，重點是現場還有準備熱薑湯, 暖和了大家的身心，真是萬分感謝!!

上課期間下雨了，大家各自穿上輕便雨衣，認真在帳棚內認真學習船外機，複習繩結，覺得重新當學生的感覺真好，同學們嘰嘰喳喳的討論、發問與練習，中午在一起用餐，好不快樂呀~ 好笑的是自己上繩結課時，好像新生一樣，成功一次之後，再練又失敗，有點沮喪，不知是否隨著年紀增長而學習效率變差了。

運河上的駕駛飆速十分過癮，其實不是我飆的快，是不自覺緊張就狂催油門，感謝翟志豪教練及同艇組員的包容，他們應該嚇壞了吧！行駛在寬廣河面，無障礙物時，我沒問題, 但在繞八字圈時，三不五時與其他船艇太過接近，那顆心臟噗通噗通狂跳, 同艇也叫出聲，好像自由落體的體驗，有點嗨也!! 心裡也準備好隨時拔插銷，讓船外機動力停止，還好最終沒有上這一招。但也證明了我，每年舟艇訓都應該報到加強練習。

總而言之, 此次受益甚多, 謝謝會長及各位教練們！

複訓輕鬆學、急救知識不陌生

圖/文 急救組

一年一度的急救複訓終於圓滿達成了！3月1日也是二二八連續假期的最後一日，共計有超過40位的會員報名上課，顯見近年來隊上教練們對急救知識求知求新的高漲。

考量初級急救員班的複訓是每位會員的權益，透過FB、LINE等各通訊軟體，讓有複訓資格的會員們都能收到第一手消息，更由於上課人數踴躍，嚴格執行防疫措施、教室座椅安排、報到程序、環境清潔、上課花絮拍攝等等，務必讓參加複訓的每位會員都能在安全健康的上課環境安心學習並滿載而歸。

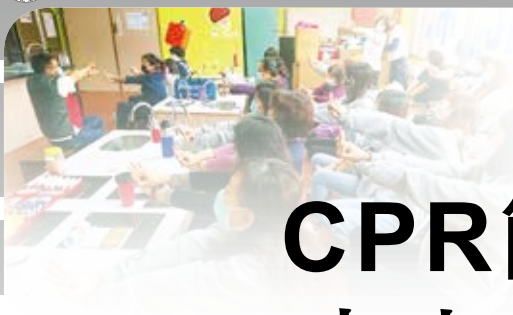
★雖然是連續假期，但是上課人數踴躍，學員認真的學習急救技術★

★莊子華與吳家煌前會長練習包紮技術

感謝李培俊、吳聰旗、蔡佳諺、鄭依婷等授課教練在有限的時間準備豐富、生動、活潑等有趣的課程內容及實務操作練習，讓會員們在歡樂、輕鬆中溫故知新。當然，用心認真學習的學員們，因為有你們的熱忱回饋，讓這場複訓課程歡笑連連。最特別的是莊子華、吳家煌、林欽鐘三位前會長全程參與，在在顯示長官們對急救知識教育推廣的肯定，認真的精神讓人佩服，更以身作則示範了最好的學習態度，值得大家仿效。

一場活動的圓滿完成來自於多方面的元素，感謝當日所有參與的教練團、授課教練及認真的學員，因為你們對急救知識教育的認同與重視，才能在浪漫的櫻花季節能完美成就複訓課程！感謝大家！

★莫忘初衷，一年一度的"急救員複訓班"圓滿完成



CPR簡單又實用 大人小孩都受惠

文/急救組

3月14日浪漫的白色情人節，又適逢台北杜鵑花季節的第一天，即使是濕冷的星期六，但在有著濃濃溫泉味的北投遇到青春洋溢的幼兒園老師，整個心情也跟著暖呼呼的。

原本【心肺復甦術及異物梗塞】的急救推廣都是以3.5小時的課程為主，然而這次推廣的單位是服務照顧0～6歲嬰幼兒的中山托嬰中心及北投親子館，依照總會規定8小時的「心肺復甦術」課程當中，需針對『成人、兒童、嬰兒』等三種不同年齡層的深入推廣分享，廣度深度都須顧及，對受邀的講師也是一大挑戰！

另一個挑戰就是每次推廣都會遇到的-上課場地硬體設備鬧情緒。當日第一次嘗試使用QCPR，感謝張家豪教練熱心支援解除了網路連線的狀況，讓第一次亮相的QCPR能讓學員感受真實觸感及效率回饋。透過張建雄高級急救教練精彩豐富的成人CPR+AED講解、黃素貞教練輕鬆互動的兒童及嬰兒CPR+AED以及施安容組長機動熟練的成人及嬰兒安妮的示範表演，讓年輕有活力的幼教老師個個滿載而歸。

非常感謝莊子華前會長熱心捐贈隊上5台QCPR，透過擬真訓練及充滿趣味的電玩遊戲，讓學員們真實體驗【高品質CPR】的用力壓、快快壓、胸回彈、莫中斷，讓CPR成為你我生活中，理所當然的救命技能。

台灣山野樂活協會急救員班-專業中的專業

文/圖 魏芳文

「台灣山野樂活協會」是一個以推廣登山、健行、溯溪、國內外山野旅遊等活動，並兼顧登山安全教育與生態文史教育為宗旨的一個社團。是同時舉辦登山嚮導、文史解說與講習服務培訓的極少數社團之一。

這次的急救員班是二個半個月的“初級嚮導“課程之一，是第10期也是第10年了，一直以來都是委託會上李培俊教練協助完成訓練。

山野樂活的朋友，個個是愛好登山涉水，喜歡挑戰自己，個性活潑開朗、熱忱又喜愛學習的優秀伙伴，尤其以急救相關的專業技能，對於一個登山嚮導非常實用，所以特別感興趣、特別需要瞭解。學會這些急救相關專業技巧，才可放心悠遊於山林中，保障隊友生命安全，也是合格嚮導應俱備條件之一。

三角巾包紮、骨骼包紮是一般學員最感頭痛的技能，但是對山友來說卻相對簡單好玩，因為各種結繩技巧，也是山友要熟練的項目之一，打繩結不會卡關，包紮更是順心順手。宣佈第二天下午會有學科、術科考試，大家都很認真的借三角巾回去練習，下課、中午時間也不忘練習，相當的認真，身為教練的我看到這種學習精神、態度，心裡非常安慰讚賞！

由於培俊教練在開課前一晚，因身體突發不適緊急住院，打電話請我跟彥宏教練，協助完成課程，當下讓我有些錯愕，但基於任務必須完成也就答應了。預祝培俊教練早日康復！

在此感謝陳天生教練前一晚的文書資料協助。梁興新、薛蘭香、鄭依婷、雲莉雅、林彥宏教練的協助，全力圓滿這班。特別一提的是：依婷和莉雅教練的包紮教學，每一細節、動作技巧、口述都讓人非常的清楚，建議可以來拍個示範影片，俾利統一教學傳承哦！

讓學員學習到專業知識是我們的責任，完成推廣急救任務是最開心的事！

Happy Birthday 04月份壽星

～祝您生日快樂～

江佳芸
東偉修
周俊宏
金文華
廖元隆
顏有成
王秋琪
陳美芬
周禹丞
陳要然
許玉梅
潘佳吟
張仙助
許新發
陳加欣
翟威晨
蔡閔如
池旺融
陳才正
鄭旭芳
謝孟光
江倩怡
張智鈞
潘宣彤
林昱如
邱綉慧
張　粧
許敏柔

譚國斌
林欣怡
林敬倫
曾翊庭
楊桂林
王正治
林麗娟
蔡佩珊
盧琇玲
賴建同
陳俊維
蔡芃萱
曾奕融
陳志明
陳旭吟
林倢安
洪承佑
王偉祥
邱珮瑜
劉奕和
馬正為
葉燕珠
陳怡禎
陳科宇
張珣怡
蘇琳喻
陳金財
蕭貴月

高　水
楊安禮
潘宏義
郭秉鑫
康立人
張詠駿
曾睿瑩

全力推廣，無所不至

家家學急救　戶戶保平安

操舟迎風雨 駕艇精實訓

發行單位：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隊
紅十字會新北市分會水上安全工作大隊
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
聯合會

發 行 人：王敬皓 編審指導：江謝瑞、陳春桂
主　　編：王當傑 編輯小組：文書組
文 書 組：e-mail : redcross520@gmail.com
發行日期：中華民國109年4月10日
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