

# 臺中市立葫蘆墩文化中心志工隊月訊

Monthly News of Taichung City Huludun Cultural Center Volunteer Service

發行所：臺中市立葫蘆墩文化中心  
 指導：陳富滿 蕭淑君 簡沛緹 蔡苑妮 林耿鋒  
 總編輯：江碩彥 編輯小組：行政組團隊  
 投稿：soyen40@yahoo.com.tw

發行人：謝嘉屏 顧問：蕭靜萍  
 執行：謝嘉屏 余松根 吳典玲 黃貞淑 林素綢 黃珮淳 陳玉麗  
 地址：臺中市豐原區圓環東路782號  
 網址：www.huludun.taichung.gov.tw

## 團歌

林純香詞

我來輕輕唱 你來拍拍手 我們相聚在一堂  
 你來輕輕唱 我來拍拍手 我們歡笑在一起  
 我們有愛心 有耐心 還有崇高的理想  
 讓我們社會更加安祥 快樂笑呵呵

我來輕輕唱 你來拍拍手 做個志工真快樂  
 你來輕輕唱 我來拍拍手 歡樂在你我心中  
 服務人群 志工大家做 獻出你我的愛心  
 大家同心協力 一起做個 快樂的志工



## ☆ 7月份壽星 Happy Birthday ☆

詹麗香 07.03 楊張秀珠 07.03 張瓊文 07.04 徐微斯 07.07  
 陳湘玉 07.10 羅鳳和 07.10 鄭芬宜 07.11 鄭壽密 07.16  
 楊滿 07.22 黃滄芳 07.23 游仙珠 07.24 陳明賢 07.29  
 李 苓 07.30

沒有五彩的鮮花，沒有浪漫的詩句，沒有貴重的禮物，沒有興奮的驚喜，只有輕輕的祝福，祝你~~~~生日快樂！

願所有的快樂、所有的幸福、所有的溫馨、所有的好運圍在你身邊。

## 102年度7月行事曆

星期日	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
	1	2	3	4	5	6 館支小組會議
7	8	9 幹部會議	10	11	12	13
14	15	16	17 校稿	18	19	20
21 館支小組聯誼	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

## 志工資訊站

### 中心志工承辦人 耿鋒：

- 今年度參與大型活動列入績優志工考核，但大型活動雖所需人力眾多，但經費有限不可能讓所有伙伴都參與，尚請伙伴們見諒。
- 文化局原預定10月份將在本中心辦理特殊訓練課程，但因本中心場地使用滿檔，故取消原計畫。

**隊長 嘉屏：**伙伴反應：志工在不連續值班狀態下，常無處可休息等待下一個值班時間的到來，可否請中心規劃一處可供志工休息用餐等待之處。(中心承辦人答覆：會反應盡量協調出方案。)

### 館室支援組組長 素綢：

- 6/2 中午送餐便當太慢了(11:55)，請中心訂餐人員轉知業者儘可能在11:30前送達。
- 每月的月例會日期，請PO在志工網站，以利沒參加月例會的伙伴查詢。
- 7/6(日)館支組小組會議。
- 7/21(日)館支組第二次小組聯誼(馬武督探索森林)，每人950元(含3餐、保險、點心、門票)。
- 6/1(六)伙伴顏貴英在值勤回家途中發生車禍，併發肺炎送台中榮總加護病房治療，6/23已轉普通病房，夥伴們祝她早日康復。
- 有志工夥伴(蘇玉祥)提問中心有無替志工辦理保險？(中心承辦人答覆：有授證的志工夥伴皆有保意外險。)
- 有志工夥伴提問：一天中若有連續值班，可否一次即全部簽到簽退？且若一人值班時無人可留守，無法去簽到簽退，可有解決方法？(中心承辦人答覆：因中心系統問題，不可一次全部簽到簽退，還是要按時簽到簽退，若僅一人值班時，可請保全或中心人員暫時代班。)

**活動支援組組長 玉麗：**6月份有10個場次，有些場次尚欠支援志工，請各組多宣導夥伴支援。

### 導覽組組長 珮淳：

- 7月份說故事讀書會是在7/6。
- 下半年度的編織學苑開始報名了，有興趣的伙伴請把握時間儘快報名。
- 導覽組與行政組訂於9/22(日)聯合舉辦小組聯誼(地點：台北三峽滿月圓國家森林遊樂區)，歡迎各位夥伴一起去玩。

**活動企畫組副組長 國書：**6/9端午節活動各幹部請宣導參與活動值勤時，配合帶隊幹部之工作分配，勿造成帶隊幹部之困擾。

### 行政組組長 貞淑：

- 麻煩各組申請費用時，先知會副組長通知組長領取基金。
- 7/17(三)行政小組會議。
- 活支組王宗賢夥伴電話變更為<0976-656516>。

**總編 碩彥：**7/17(三)校稿。還要麻煩各位幹部幫忙催稿件。

文化報報

※導覽組夥伴【林秀瓊師生生活美學展】7/6~8/11，地點：神岡區圖書館3F神韻藝廊，歡迎夥伴前往參觀。

# 志工心語

## 健康小叮嚀

### 志工園地

擁有身心的健康，才是生命中最大的財富，珍惜生命，為自己加油。  
只要心平氣和，生活便能快樂。快樂的心情，無私的付出。

科學家提出了『三個半分鐘』：

- > 1. 醒過來不要馬上起床，在床上躺半分鐘。
- > 2. 坐起來後又坐半分鐘。
- > 3. 兩條腿垂在床沿又等半分鐘。

經過這三個半分鐘，不花一分錢，腦不會缺血，心臟不會驟停，減少了很多不必要的猝死，不必要的心肌梗塞，不必要的腦中風。

## 解決問題的智慧

館室支援組 陳世宗

志工隊的隊長〈謝嘉屏〉在二月二十二日月例會中，勉勵我們：「過了年我們都多了一歲，也要增長智慧」，使我想到了三個小故事，和大家分享。

壹、有位老人死後留下了 17 頭牛，及一張遺囑給他的三個兒子，依照遺囑劃分，老大可以得到一半數量的牛，老二可以得到三分之一，老三則是九分之一；這下問題來了，17 頭不能整除 2、3、9，勢必要將牛宰殺了，分割才可以，三兄弟爲了這問題傷腦筋，甚至鬧得兄弟鬩牆，最後沒辦法，只好請求長輩解決，長輩了解情況後，很高興的說：爲了要讓兄弟和睦相處，決定送一頭給他們，湊成 18 頭，剛好可以整除，老大得了 9 頭，老二和老三，分別得到 6 頭和 2 頭。有趣的是，三兄弟的牛加起來還是 17 頭，多的那頭牛仍舊回到長輩手中。

貳、演講名嘴也是前教育部常委何進財先生，他也曾發生了一段有趣的故事，原來何先生老家在嘉義縣新港鄉，如果從台北坐火車到嘉義，還要花兩百元，坐計程車到新港；有一次何先生坐火車返鄉，在嘉義搭計程車的時候，突然想到，一個人搭車兩百元，三個人坐也是這價錢，爲何不再找兩位鄉親免費讓他們搭車呢！果然稍微詢問之後，找到兩位一同坐車回新港，在返鄉路上，三個人難免寒暄客套，一聊之下，才發現何先生在中央政府任職，素爲鄉人所敬重，此時原先免費搭車的兩位鄉親齊聲說道：「何桑，剛才不認識所以讓你出錢請我們，現在已經認識你了，就讓我們出錢請你吧！」何先生連忙搖手謙讓，三個人都搶著要出錢，這時計程車司機說話了：「各位鄉親，我也是新港人，這樣好了，你們每人各出壹佰元，也讓我多拿壹佰元，這樣每個人都賺壹佰元。」在車內歡笑中，大家一致同意。

參、有一農場，養了 300 多隻的母雞，和一隻公雞，有一天農場主人，心想老公雞已年老力衰，就挑選了一隻雄糾糾、氣昂昂的年輕公雞，替代老公雞，老公雞看在眼裡，很不是滋味，就邀年輕的公雞比體力，老公雞說，我跑你追，你能追上我，我就把農場全部的母雞交給你，老公雞認真的跑，年輕的公雞拚命的追，把整個農場弄得雞飛狗跳，人仰馬翻，農場主人看不下去，以爲年輕公雞同性戀，怎麼連老公雞都窮追不捨。於是打消了主意，繼續重用老公雞。

真佩服長輩，原來要送一頭牛，給三個兄弟，才能解決問題，如今完璧歸趙，牛又回到他手中，先捨而後得，一點也不吃虧。而司機先生善用「加法」思考，讓大家多付出一點，營造大家都贏的場面，使大家皆大歡喜。老公雞也展現他的智慧，免於被淘汰的命運；3 則故事中，長輩、司機和公雞，都運用了他們最高的智慧，所以我們多了一歲，我們也要增長智慧。

## 新丁板節的新體驗

行政組 惠

「新丁板」是啥東西？客家鄉親肯定比閩南子弟清楚的。102 年東勢山城盛大的慶典[新丁板節]，熱鬧滾滾。活動有：傳統板模及歷年吉祥物特展，行春祈福、祈天疏文求子還願儀式，求文昌解小兒關煞戴綦儀式，板模雕刻技術傳承示範，120 斤超級丁板擲筊祈福，千人踩街嘉年華---等等。

園遊會內容豐富，DIY 活動精采，每攤都很吸引人。手工縫製裝箸的套子，採用客家特色的花布很受青睞，擠滿了人得耐心的排隊，等前面的人離座才能領材料學習。爲了趕時間，忙亂中被針刺了幾下；老師和藹可親一再的鼓勵，就算縫的很差，她總是說：「不錯！不錯！」，經她整理熨燙過後，每位都心滿意足的拿著自己的作品奔向下一攤。當到拓印攤已接近午休時刻，向老師深深一鞠躬答應了，趕緊印模塗上芨水，把紙鋪上再用吹風機烘乾，老師示範沾墨敲拓的動作，拼命敲、用心拓。同伴急急的催集合，總算完成了【迎春接福】一幅。午後兩點，DIY 又開始了；彩繪面紙套，這是精工細活的技術，老師示範畫蝦，但是畫來畫去卻成蝦花。

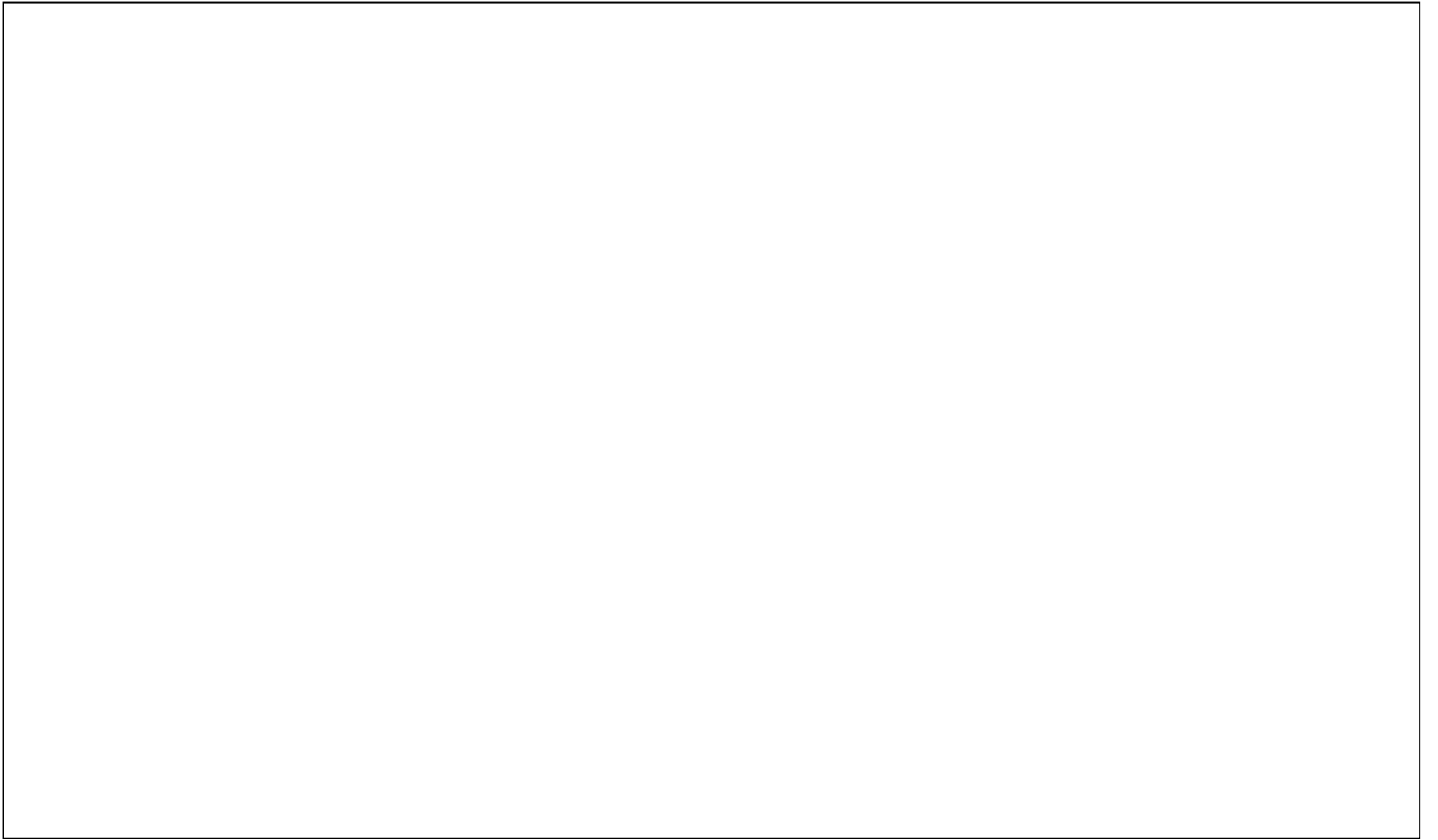
下午 5 點 30 分踩街出發，兩個超級大的新丁板，擺在出口處供人觀賞；心想在這豐衣足食的現代，要多少人才能一口氣把它吃完。隊伍綿長，一路鑼鼓喧天。我隊後面是某舞蹈社的行列，沿途載歌載舞，又有可愛的小仙女送喜糖。兩旁觀眾引領而望，拿著相機「卡喳！卡喳！」。隊伍走走停停繞進文化街夜市，每攤都是創意造型的客家經典小吃；糯米糕製成的小龍活靈活現，很是耐看；更有竹頭雕成的小動物，栩栩如生，讓人愛不釋手。當歡天喜地回到原點，舞台上客家樂音嘹亮，時辰已過晚上 8 點，搭車回到家，月兒已高高掛在天上，真是過了不平凡的一天。

## 逆向開展自己

總編 水石摘自網路

羅馬時代有一傳說，一戶人家的佣人，在廚房不小心打破一瓶油，驚嚇的他嘗試用手把油再搥回去。當時做飯都是燒木柴或麥梗，因此地板上的灰屑，也一起被佣人的手搥收起來。事後，佣人到井邊洗手，卻發現雙手去污神速，這個小錯誤卻意外的促成肥皂的誕生。原來，油加上草木灰中的鹼成分，具有去污功能。一般人都不喜歡手油膩膩的，會想盡辦法「去掉」油，但是若在油中「添加」鹼的成分，反而會讓「油」變成「去油」的額外功能。

這故事給了一個啓示，有時候「不減、不去」以逆向使用「添加」的方式，反而會讓一件事，多出了四面八方的發展空間。











### 解決問題的智慧

館室支援組 陳世宗

志工隊長〈謝嘉屏〉在二月二十二日月例會中，勉勵我們：「過了年我們都多了一歲，也要增長智慧」，使我想到了三個小故事，和大家分享。

肆、 有位老人死後留下了 17 頭牛，及一張遺囑給他的三個兒子，依照遺囑劃分，老大可以得到一半數量的牛，老二可以得到三分之一，老三則是九分之一；這下問題來了，17 頭不能整除 2、3、9，誓必要將牛宰殺了，分割才可以，三兄弟爲了這問題傷腦筋，甚至鬧得兄弟鬩牆，最後沒辦法，只好請求長輩解決，長輩了解情況後，很高興的說：爲了要讓兄弟和睦相處，決定送一頭給他們，湊成 18 頭，剛好可以整除，老大得了 9 頭，老二和老三，分別得到 6 頭和 2 頭。有趣的是，三兄弟的牛加起來還是 17 頭，多的那頭牛仍舊回到長輩手中。

伍、 演講名嘴也是前教育部常委何進財先生，他也曾發生了一段有趣的故事，原來何先生老家在嘉義縣新港鄉，如果從台北坐火車到嘉義，還要花兩百元，坐計程車到新港；有一次何先生坐火車返鄉，在嘉義搭計程車的時候，突然想到，一個人搭車兩百元，三個人坐也是這價錢，爲何不再找兩位鄉親免費讓他們搭車呢！果然稍微詢問之後，找到兩位一同坐車回新港，在返鄉路上，三個人難免寒暄客套，一聊之下，才發現何先生在中央政府任職，素爲鄉人所敬重，此時原先免費搭車的兩位鄉親齊聲說道：「何桑，剛才不認識所以讓你出錢請我們，現在已經認識你了，就讓我們出錢請你吧！」何先生連忙搖手謙讓，三個人都搶著要出錢，這時計程車司機說話了：「各位鄉親，我也是新港人，這樣好了，你們每人各出壹佰元，也讓我多拿壹佰元，這樣每個人都賺壹佰元。」在車內歡笑中，大家一致同意。

陸、 有一農場，養了 300 多隻的母雞，和一隻公雞，有一天農場主人，心想老公雞已年老力衰，就挑選了一隻雄糾糾、氣昂昂的年輕公雞，替代老公雞，老公雞看在眼裡，很不是滋味，就邀年輕的公雞比體力，老公雞說，我跑你追，你能追上我，我就把農場全部的母雞交給你，老公雞認真的跑，年輕的公雞拚命的追，把整個農場弄得雞飛狗跳，人仰馬翻，農場主人看不下去，以爲年輕公雞同性戀，怎麼連老公雞都窮追不捨。於是打消了主意，繼續重用老公雞。

真佩服長輩，原來要送一頭牛，給三個兄弟，才能解決問題，如今完璧歸趙，牛又回到他手中，先捨而後得，一點也不吃虧。而司機先生善用「加法」思考，讓大家多付出一點，營造大家都贏的場面，使大家皆大歡喜。老公雞也展現他的智慧，免於被淘汰的命運；3 則故事中，長輩、司機和公雞，都運用了他們最高的智慧，所以我們多了一歲，我們也要增長智慧。













