

桃園市政府衛生局

# 衛生保健志工年刊

Annual Report:  
Volunreer Health Workers in the Public Health Bureau,  
Taoyuan Counry Government

第27期



105年12月



## 目錄 CONTENTS

### 序言

局長的勉勵 志在奉獻 守護桃園 01

### 第一篇 衛生局業務推展介紹

第一章 業務推展情形 03

第二章 成效展現 05

### 第二篇 志工心得分享

第一章 重新找到人生的新方向 桃園市政府衛生局志工隊 李瑞麟 07

第二章 珍惜擁有的歲月，生命不要留白 桃園市政府衛生局志工隊 楊金雀 09

第三章 人老心不老 天晟醫院志工 盧瑞月 11

第四章 我們來開扇窗吧！ 桃園長庚醫院 陳玉真 13

第五章 助人為快樂之本 長庚護理之家 林茗利 15

第六章 特別的母親節，在懷寧護理之家 懷寧醫院志工隊團長 趙以選 17

第七章 生命的價值 敏盛綜合醫院 蔣百先 18

第八章 愛心與熱忱 敏盛綜合醫院 何秀齡 21

第九章 一句「謝謝」的感動 敏盛綜合醫院 盧玉華 22

第十章 不滅的熱情 敏盛綜合醫院志工 廖子榕 23

第十一章 做志工也是一種人生的交流 敏盛綜合醫院 鄭詠萱 25

第十二章 感受生命的地方 敏盛綜合醫院 吳仕群 卓逸揚 27

第十三章 觀察與關懷 敏盛綜合醫院學生志工 朱家緯 28

第十四章 做志工也是一件很特別的事情 敏盛綜合醫院學生志工 蔡曉薇 葉巧蓉 29

第十五章 態度 敏盛綜合醫院學生志工 鍾佳享 30

第十六章 服務他人 敏盛綜合醫院學生志工 范家豪 31

### 第三篇 衛生教育宣導 33

## 志在奉獻 守護桃園

各位衛生保健志工夥伴們好：

年近歲末，首先感謝志工們這一年來的付出，因為有您，讓桃園這塊土地成為最美的風景。那是因為志工夥伴願意分享，願意成為照耀他人生命的一道光。您們的雙手扶持時那掌心的厚繭，您們的微笑泛起時那歲月的痕跡，讓人感受到您們為了守護桃園市民的健康、默默付出的辛勞，讓桃園市遍地充滿溫情。



桃園市衛生保健志工夥伴們的優秀與努力，大家有目共睹，今年舉辦的衛生保健績優志工表揚大會，頒發特殊貢獻獎18名、資深保健志工-終身楷模獎77名及6家績優志工團隊。另本市的臺北榮民總醫院桃園分院今年更是榮獲衛生福利部頒發的績優志工團隊獎項，這一切的榮耀皆是因為各位全力投入志願服務及各運用單位努力耕耘，因為您們的默默付出與無私奉獻，讓志願服務工作更優質，市民健康福祉更有保障。

志願服務工作雖不注重「報酬」，但不表示沒有「回饋」。往往民眾一個鼓勵的眼神，或是一句簡單的謝謝，即是最好的「酬勞」。在服務的過程中，志工自身的成長，結交志同道合的朋友等各方面的收穫則是最佳的回饋，而身為衛生保健志工最大的「福利」就是有服務民眾的機會，將付出當作是種榮耀，讓服務成為快樂的事！

感謝所有衛生保健志工們貢獻己力，發揮大愛讓桃園市的醫療照護系統更為有效運作。各位志工夥伴們願意做那位「分享」的人，實屬難能可貴。希望各位志工夥伴們未來也能持續為本市衛生保健志願服務工作付出熱情。最後由衷地向各位志工朋友們表達感謝！

桃園市政府衛生局 局長



## 衛生保健志工業務推展

### 第一章 業務推展情形

本市105年衛生保健志工團隊共計35隊，分別為衛生局2隊、衛生所13隊、醫院19隊及民間單位1隊，共計3,320人，全市105年上半年(1月至6月)志工服務時數為250,826小時，服務人次為4,440,764人次，衛生保健志願服務推動成效卓越。

為了提昇志願服務工作人員的服務品質，首要重點就是建立正確的服務觀念，本局今年度辦理衛生保健志工特殊教育訓練及成長教育訓練等共4場次，藉以提升志工專業服務能力，並且協助各運用單位績優志工參與衛生福利部、桃園市政府社會局及本局辦理之表揚推薦作業，另外也持續辦理運用單位聯繫會報及志工運用單位績效評核，於今年度推薦本市臺北榮民總醫院桃園分院志工隊，代表本市衛生保健志願服務參加衛生福利部「全國績優志工團隊」獲獎，可見本市衛生保健志工之傑出深獲外界肯定。

#### (一) 志工運用單位績效評核

依據「志願服務法」第十九條規定及本局衛生保健志工年度計畫辦理。

目的：

1. 協助志願服務運用單位順利推展志願服務工作，落實志願服務法。
2. 鼓勵志工對志願服務能自我肯定，增進志工服務樂趣，振奮服務士氣。
3. 藉由績效考核進而達成對運用單位輔導、考核之目的，提升志工團隊整體運作效能。

105年度績效評核成績：

#### 1. 醫療組優等單位：

長庚醫療財團法人林口長庚紀念醫院

敏盛綜合醫院

臺北榮民總醫院桃園分院

#### 2. 衛生組優等單位：

桃園市大溪區衛生所

桃園市平鎮區衛生所

桃園市蘆竹區衛生所



## (二) 105年度志工教育訓練(共4場)

為發揚志願服務美德，鼓勵大眾積極投入社會服務、人文關懷及社會公益，本年度共辦理4場特殊教育訓練，合計455人次參加，整體活動滿意度高達98.46%。藉以期許志工夥伴發揮正向的社會影響力，共同推動志願服務精神。

辦理日期	課程內容	地點	參加人次	整體滿意度
105年5月21日(六)	特殊教育訓練	壠新醫院	118	98.53%
105年6月23日(四)	特殊教育訓練	桃園市政府衛生局	125	99.52%
105年7月15日(五)	特殊教育訓練	懷寧醫院	92	97.56%
105年8月20日(六)	特殊教育訓練	敏盛綜合醫院	120	98.23%
合計人數			455	98.46%



壠新醫院羅瑞瑜資深感控護理師講解感染控制基本認識



懷寧醫院辦理特殊教育訓練課程



桃園市政府衛生局邀請陳永隆老師講授創新服務，台下學員認真互動



敏盛綜合醫院辦理特殊教育訓練課程

## 第二章 成效展現

### 2016衛生保健績優志工表揚大會

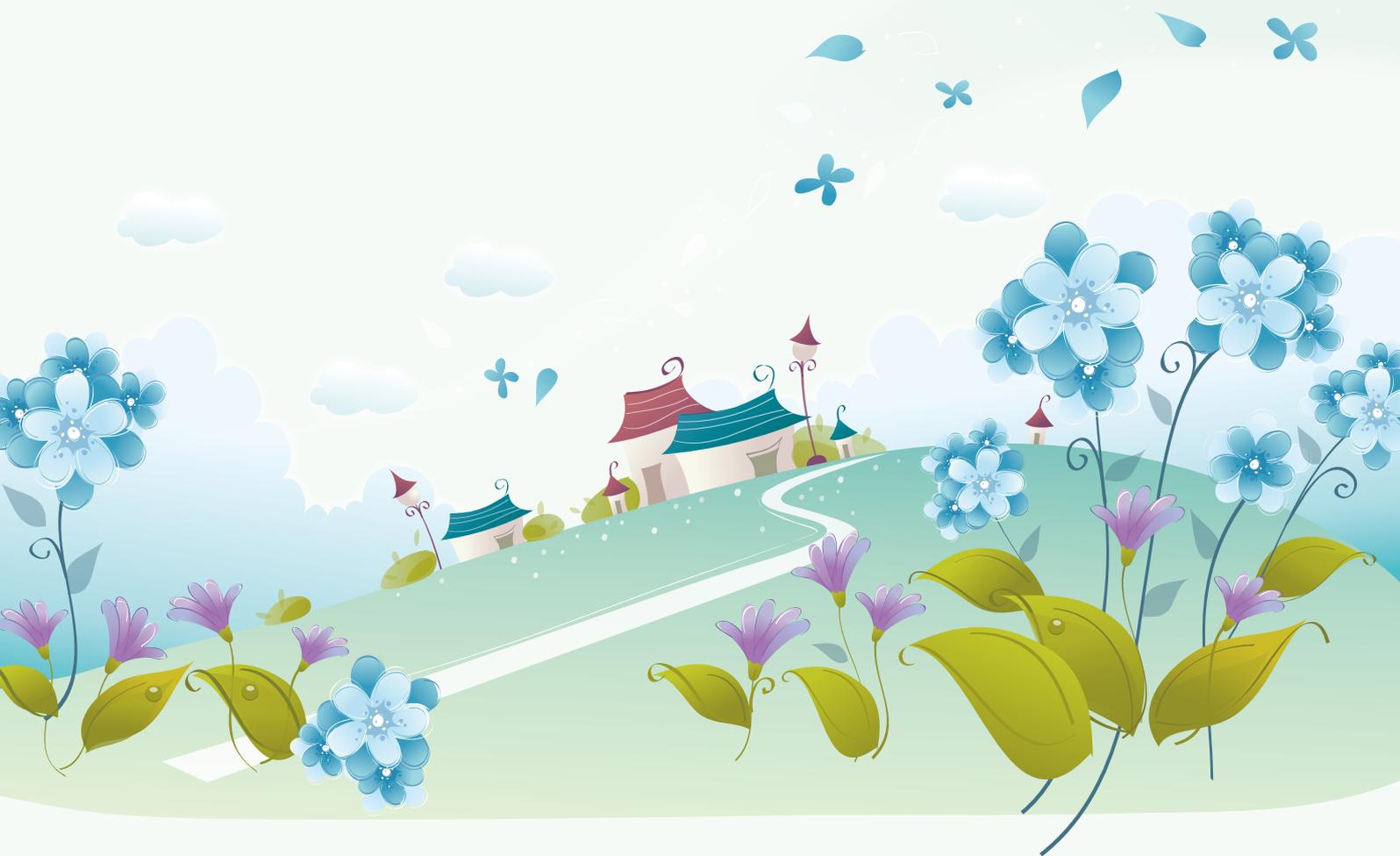
本局於105年9月13日假桃園市婦女館辦理「2016衛生保健績優志工表揚大會」，活動當日共計表揚713位志工及8家志工績優團隊(衛生保健績效評核優等單位)。鄭文燦市長特別讚賞本市衛生保健志工積極投入志願服務，將志願服務當成終身志業，默默奉獻，弘揚志願服務工作及彰顯績優志工之真情付出，此次獲獎者感人故事眾多，也成就了桃園市最美的風景。



衛生保健志工與市長一同傳遞愛的志工精神



全體終身楷模志工與桃園市鄭文燦市長及衛生局蔡紫君局長共同留影





## 重新找到人生的新方向

桃園市政府衛生局志工隊 李瑞麟

很多人看到我，都很好奇，我如何想到衛生局做志工，這要從前一段醫院志工說起。

基於地緣關係，在志願服務法尚未實施以前（九十年），看到虎頭山下桃園榮民醫院興建（現已改台北榮總桃園分院），這段期間看到報紙登載一位醫院社工室主任，在醫院演講的片段（演講精萃），主題是醫院志工能為病人做些什麼，看了以後很有感觸，因此興起到醫院做志工念頭，待醫院建成後在榮光周刊看到招募志工，在工作之餘（航空業）利用輪休時間到醫院做志工，來為病患服務，持續至今未曾間斷。



有一次在衛生局舉辦醫療院所的宣導活動中，了解衛生局概況在活動結束時有個問卷填寫，在最後一項有問到是否願意參加衛生局志工行列，當下即填寫願意，但註明需到退休的時候。

五年前從職場上退休，開始加入衛生局志工團隊，認識很多志工夥伴增加社會活動，平日（輪值時）在服務台值班與有前來洽公的民眾，答覆詢問或指引，並參加局裡舉辦的各類活動及宣傳走出戶外，更有很多學習機會，諸如各項進階訓練，包括心靈成長、食品安全、用藥常識、醫療新知、法律知識、老人照顧等等，增加見識及經驗，擴大視野與心態和豐富生活內涵，也不致與社會脫節，因此志工是我退休生活的重要環節，我會持續下去，盡我所能貢獻自己的力量為社會服務，也樂在其中，相對地感受到愛與付出，而獲得的歸屬和滿足感。

志願服務發展已有一段不算短的時間，同時也是社會文明和人與人相互和



諧的指標，很高興經過多年，各方面的努力，不論是政府、社團或企業，他們提供資源與場地，加上志願工作者的付出，使得我們(台灣地區)志願服務，有追上歐美國家的情勢，但是我們仍要努力推廣。

所以我們每個人，尤其是退休人員，都有能力也有時間，可以加入志工，來助人助己，或許就能找到人生中的新方向或成就。

志工心得分享





## 珍惜擁有的歲月，生命不留白

桃園市政府衛生局志工隊 楊金雀

志工心得分享

光陰似箭，加入志工行列已15個年頭，持有重大傷病卡的我，感恩上蒼老天賜我康復，能繼續服務人群，在有生之年不會退縮，去幫助需要幫助的人，也感恩運用單位，給我們這些老而不廢的老人家，有發揮所能的機會，我會好好珍惜~

做志工接觸到形形色色的人，才知道可憐的人比比皆是.....

舉例來說：有位先生不算老，60歲未到，中風、沒結婚，無子無女，每天都很努力的來醫院做復健，他家車程距離醫院常人5分鐘的路程，他勢必走20幾分鐘，好天氣還好，要是下雨天就可憐，就是幫他穿上雨衣，回去也沒辦法脫下來。因他獨居，沒人幫他，我看了很不忍心，於是自告奮勇，用輪椅送他回去，每次他的鄰居看到我都會說：「阿姨你年紀那麼大，又下那麼大雨，還送他回來」，我只能說：「他行動不便，我還行，為什麼要計較年齡的大小呢！」

夥伴們都規勸我，管太多，反而會出事，還嗆我，出事的話，吃不完兜著走。我不是不知道這個道理呀！但我以志工精神為傲，就是不能不管！也是因為施比受更有福，每次平安的把那位先生送到家，那種付出的喜悅，讓我幾乎忘了我自己也是持有重大傷病卡的人。

若遇到與我有相同處境的朋友，我都會開導他們，要配合醫生的囑咐，自己的身心也要調理，注意飲食、心胸要開闊，不輕易的生氣，要走出來看看外面的世界，不要窩在家裡、鑽牛角尖.....

俗話說：「神仙難救，無命人」，許多人得知生病後，都發現的太晚了，



而百般遺憾，所以我常常說，要好好把握、珍惜當下。

我常奉勸年輕的伙伴們，不要虛度光陰，要珍惜當下，行善要及時、施比受更有福，我們的付出雖不求回報，但冥冥中，還是會有福報回饋喔！以我為例，幾次的大難，都是因為這些福報，讓我皆逃過劫難，讓我還能繼續擔任志工、繼續付出。

我的子孫們都對我很孝順，四個媳婦比兒子們還貼心，只要是我喜歡用的、吃的，都不吝嗇付出，我很幸福、知足，也希望年輕朋友們，應該多關心親人、朋友，給人幫助，自己也會得到幸福的滋味！





## 人老心不老

天晟醫院志工 詹瑞月

屈指數來，投入志願服務工作已有16個年頭了。一路走來，未曾後悔。記得民國89年2月從么妹口中得知中壢天晟醫院剛成立，急需有意願的民眾加入志工服務行列，於是我們四姊妹相邀並同時加入天晟醫院志工隊。

一開始，身為志工的我們只是在服務台為民眾做簡單諮詢或是引導的服務，從「做中學」的我們，一方面要接受民眾的抱怨，說醫院這個東西不足，那個標示不清楚，一方面也要將民眾的意見反映給院方。就這樣一來一往，漸漸地我們發現來看診的民眾怨言少了，笑容變多了，如此更堅定我們熱心服務的念頭。

隨著醫院的擴建，對於民眾服務的內容也更為廣泛，像是在血壓檯幫忙民眾量血壓、在癌篩檯幫忙民眾填資料、在急診室協助民眾掛號、安撫病患及家屬的情緒...等，不勝枚舉。在服務過程中，常有病患或家屬說：「要不是有你們志工帶路，真的找不到方向呢！」。遇到行動不便或沒有家屬陪同者，我們主動陪伴批價、領藥，甚至幫忙叫車讓對方能安心返家等，從他們平和的眼神以及含笑的嘴角，我讀到了滿滿的感謝。

從穿上淺藍色志工背心那一刻起，助人的使命感油然而生，不論我們在醫院的任何角落，只要身邊傳來一聲「能不能當我的拐杖？」、「我不會搭電梯，可以陪我嗎？」、「可以幫忙我脫褲子上廁所嗎？」，我們聽到後立即給予協助，非常樂意當病患的左右手。他們總是說：「有你們真好！」、「辛苦了，謝謝你！」、「你們做志工的會有福報」，聽到如此的勉勵、嘉許，彷彿春風拂過臉龐，帶給我們極大的服務動力。

服務期間，十分感謝院方提供豐富且充實的在職教育訓練，諸如服務禮儀和技巧、壓力調適、人際互動、養身保健、安寧療護等課程，還有許多健康講



座，無形中提昇了我們的服務品質，更增加了我們的醫學知識。我們也積極參與院外的社區活動，如成人健檢、施打流感疫苗、體適能檢測、戒菸檳酒宣導活動等。令人印象深刻的是：民國93年走過SARS風暴，當時人心惶惶，身為志工的我們必須忍受風寒站在醫院大廳，為每位來院的民眾量測耳溫，即使身體感到疲累，然而服務的熱忱絲毫不打折扣，十分感恩大家都能平安度過。另外，民國103年3月，衛生局與院方攜手於中壢市公所舉辦的千人整篩活動，當時動員了許多的醫護人員及志工，可說是盛況空前。還有衛生局每次舉辦的志工嘉年華會，展現志工的熱情、活力，我也不輕易缺席。

16年來的志工生涯點滴、酸甜苦辣，難以道盡。從一開始民眾稱呼我為「志工小姐、大姊」，乃至現在的「志工媽媽、阿姨」，我都欣然接受。即使有一天民眾稱呼我「志工阿嬤、奶奶」，我也不以為意。只要心境年輕，容貌的衰老，實際的年齡又算什麼呢，畢竟「人老心不老」嘛！如今已過耳順之年的我，依然熱情洋溢，樂在做志工。

今年9月13日榮獲衛生局頒發衛生保健特殊貢獻獎，是肯定我們家庭成員心手相連，共同的付出。我們將更努力地奉獻服務直到退休。做志工，一級棒！我們全家都喜歡！





## 我們來開扇窗吧！

桃園長庚醫院志工 陳玉真

加入桃園長庚小太陽志工隊已滿十年了，這是我的第二「志業」，以前在教育界面對的是活潑可愛的小朋友，現在當「病探」(病探是兩人一組服勤)服務病友，聽故事語人生，讓我對生命有了更深一層的體悟。

有位病友問我：「你們當志工一天賺多少錢？」我回答她：「我們是利用空餘出的時間來為病友服務」；也有一位中風癱瘓的病人，用羨慕的語氣對我們說：「等我病好了，也要來當志工」，我想漫漫人生路，計畫總趕不上變化，要好好的把握當下。

我們探望一位七十幾歲的阿嬤，她拍打著疼痛腫脹的腿，用台語說：「都是這隻腳害我的！把它剝下來好了！」我用台語對阿嬤說：「這隻腳讓您用了七十幾年，陪您走了好多路，我們要給它惜惜！」我安慰她：「把心交給菩薩，把身體交給醫生」，阿嬤聽了破涕為笑；有個出生才三個月的小女嬰，來院接受唇顎裂手術，年輕的媽媽說：「醫生曾問我們要不要把這個孩子生下來？我是基督徒，我知道孩子自己有帶米糧來」，偉大的母愛令人動容。

十年志工生涯從做中學，承蒙夥伴們器重，我曾任兩年的志工隊隊長，任內桃園長庚也榮獲前桃園縣縣長吳志揚頒發「最佳進步獎」；也榮任兩年長庚志工園地總編輯，圖文並茂忠實的呈現全臺十三個志工團隊成長茁壯的樣貌。

記得隊長任內，小太陽志工辦公室搬遷，因位處地下二樓，夥伴說：「沒有窗戶怎麼辦？」我說：「讓我們來開扇窗吧！」我們在牆上掛上幾幅世界名畫，哇！浩瀚的原野馬上就在眼前呢！門口的「同心圓」是我們的精神象徵，志工服務不僅豐富了生活內涵，也拓展了我們的視野。





▲玉真時任桃庚志工隊長，歡喜接受林秀峰處長頒發熱心奉獻獎。



▲感謝家人支持我(前排中抱著小孫子)；志工人生，快樂向前行！



## 助人為快樂之本

長庚護理之家志工林茗利口述 張芮芸採訪

「助人為快樂之本，感謝主，賜我健康的身體，才能讓我走上志工之路」。這是虔誠基督信仰茗利姐堅信的價值；過去她的工作是位看護，與志工的服務態度，「熱心、耐心、愛心」雷同，所不同的是不求回報且主動提供服務他人，她覺得有能力服務他人是一種幸福，尤其是需長期被照顧的老人，因此她決定退休後以志工的身分繼續關懷他們。

在一次旅遊中，茗利姐巧遇當時在護理之家擔任志工隊長的雲霞姐，兩人時常閒話家常，得知茗利姐有志於服務護理之家，於是在民國99年推薦茗利姐加入了護理之家志工隊，成為志工隊的生力軍。

服務期間，茗利姐看到住民們多為臥床及行動不便，心想或許音樂能讓住民放鬆心情，且藉由點歌的方式讓住民更有參與感。因此主動與文宏督導提議討論，並安排她在每週一、四的上午以床邊口琴音樂關懷無法離床之住民，果然護理之家長輩們的反應都很不錯。

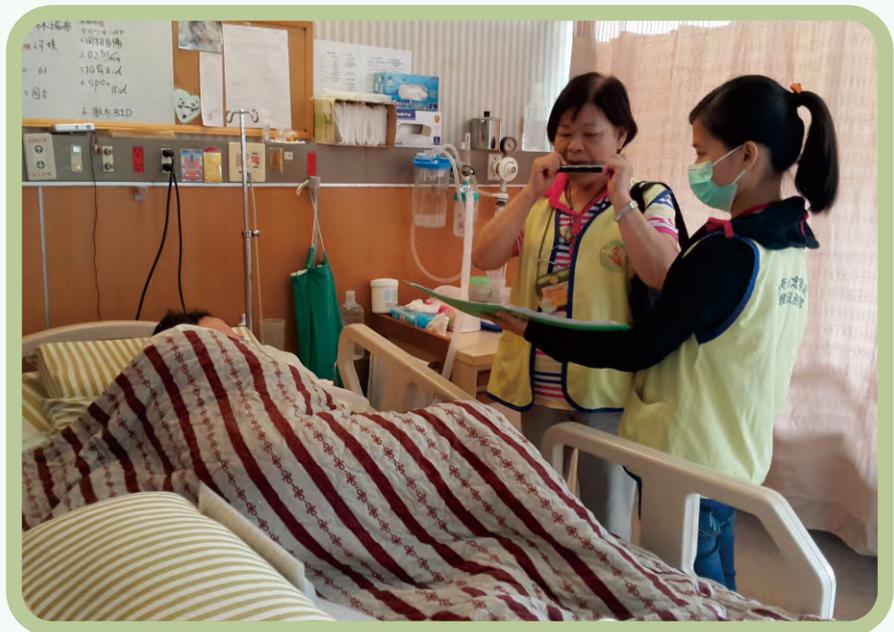
在口琴音樂關懷的服務過程中，有些住民回憶起過去和家人的相處時光或年輕時的往事，都會不禁隨著口琴的旋律一起哼唱起來，身旁的家屬或工作人員也會一起合唱，形成一幅美麗又感人的畫面。就在那時，住民長輩們似乎忘卻一切煩悶與病痛，沉浸在悠揚美妙的琴聲音樂裡，讓茗利姐看到了住民長輩的笑容，還有在逐床服務結束後，長輩們盼望下次床邊口琴音樂的表情，讓她覺得很開心也很有成就感。

茗利姐在護理之家六年多來的志工服務，她的熱心助人，除了來自宗教的力量，還有她樂觀的處事態度，讓她擔任音樂志工的服務中充滿了歡喜及成就感。





▲ 茗利姐邀請長輩點歌並以口琴吹奏讓住民欣賞每週二次的活動辦理，因為服務多為年長的住民，所以茗利姐最常吹奏的曲目是住民長輩們最愛聽是老歌，有「望春風」、「雨夜花」、「綠島小夜曲」、「月亮代表我的心」、「夜來香」、「甜蜜蜜」等耳熟能詳曲目，若是基督弟兄姊妹，她會為特別吹奏聖歌以滿足宗教心靈。



▲ 實習生曾巧君與茗利姐一同參與床邊音樂備感溫馨



## 特別的母親節，在懷寧護理之家

懷寧醫院志工隊團長 趙以選

在105年5月8日母親節的當天早上，一群新生護專的學生來到懷寧護理之家，接待人員介紹護理之家設立的宗旨：「在於人生的終點前，住民可以得到應有的尊重與照顧。」志工團長說明，現在我們走的路，是他們鋪過的，走的橋，是他們蓋的，吃過的飯，是他們煮的...住民在進護理之家之前，曾經，他們的人生旅途是為我們服務著。

現今的他們智力或許不及七歲、或許不到五歲或者更低，但一路走來，每一個人都有自己的故事，一篇篇歷史的痕跡，在輪椅滾動中流走。

懷寧護理之家與國家政府都可以給住民更完善的照顧，但護理之家與政府，不能給這群住民的是這群年輕學生們的青春朝氣。這群學生到了每一層樓去跳舞唱歌給老人家聽，一首接著一首的歌曲，帶著住民揮著手、打著拍子，學生們也很喜歡跟爺爺奶奶們互動，因為可以從他們的身上學到課本中無法學習的人生經驗。

這些學生們知道，自己的父母有一日也會面臨到年老衰弱的模樣，將來他們也需要長期照護的幫助。因為人口老化已是不爭的事實，將來只會有更多的人口需要長期照護的幫助，而又會是誰給他們醫療或是生活上的照顧，或是帶給他們日常中的歡樂呢？懷寧醫院很感謝新生護專的同學們，陪伴住民度過一個有意義且不同的母親節！

志工心得分享



## 生命的價值

敏盛綜合醫院志工隊 蔣百先

近30年的公務生涯結束，退休以後，便自然地加入不事生產、卻可坐領退休俸給行列之中，成了輿論、媒體、政客們茶餘飯後最愛聲討的「米蟲」一員，心想，難道這未來的日子，就將揹負著此一污名隨波逐流，坐實尊嚴掃地的宿命？那麼想當年滿腔熱血、一心報國而志業從公，臨老卻依然逃不過後輩踐踏，到頭來還是落得一身晚節不保，豈不令人情何以堪？



志工心得分享

當然，為國家奉獻了30年的人生精華歲月，退休後得享無斷炊之虞的基本生活照顧，也沒什麼違背良心或不德不義！大可以眼不見、耳不聽那些高談謬論，每天就是睡到自然醒，蒔花遛狗，三不五時就出去旅遊走走看看又何妨？話雖如此，但在我內心深處，卻始終響起聲聲呼喚，驅策著我可以再去做一些事，讓生命更增添意義，生活更充實豐富。

不過，也許是我的熱情還不夠強烈，要我再像過去在職工作時那樣拼上老命地趕車打卡、擔負重任，目前是絕對不想也做不到，所以在我設定能夠自主決定時間、地點、工作方式的前提下，放眼望去與住處徒步可以到達的距離，又能夠幫助到大量真正需要協助的不特定人們，敏盛醫院就成了吸引我投入志願服務工作之不二選擇。進入敏盛的大家庭後，才知道這裡的志工團隊是如此龐大，而且受到院方決策階層的禮遇及重視，看到許多年長熟齡卻熱血不減的志工前輩，以及不少活潑陽光的中學生青年志工，還有無數行動不便、或傷或病、或暫失方寸而前來就醫的人們，個個都是可以請益的典範、處處都有可以學習的地方，更加堅定了我的選擇是正確的。

醫院大門前及大廳裡，協助那些上下車與輪椅都需要人揹負、托抱的老、殘、疾、障患者及家屬們，即使一點點的扶持，都能夠讓他們再三道謝。

帶領住院患者上下好幾個樓層，依序進行量身高、體重血壓、照X光、抽血檢驗、心電圖、手術麻醉衛教等等準備流程，再帶到病房報到，過程中逐站預告提點該階段概略進行之內容，使其心裡有備而不至於慌亂瞎猜，或適時以自身(親友)類似手術經驗分享，讓他們忐忑的心降低些許不安，特別是沒有親友家屬陪伴而獨自入院的患者，看到他們放寬心住進病房靜候，我自己也會跟著鬆一口氣。

急診室更是重頭戲，要隨時注意救護車的鳴笛聲，笛聲逼近時就必須繃緊神經進入備戰狀態，消防人員打開車門抬出擔架時，協助將病患由擔架換上病床，接下來視病況緊迫程度把病床推到診療室內讓醫師處理，每一分每一秒都可能攸關生死，不可稍有耽誤。

輪值醫院大廳服務櫃台則須處理五花八門的即時狀況、臨櫃求助或詢問電話，只要耐心、同理心給予協助，引導其朝正確方向洽辦，見到他們滿意的離開，自己內心的滿足感同時也會隨之油然而生。此外，宣導政府福利政策，鼓勵民眾定期健檢與預防篩檢，為自己的健康把關，或響應相關政府機構舉辦之戶外健走、騎腳踏車活動，都是促進全民身體健康的好事，既能遠離醫院內所接觸的傷病氛圍，做起來又具意義。

我常常在想，或許正因為我是志願服務工作者，會站在那些來院就醫的患者與家屬立場去思考，所以能夠跟他們看到與想到的比較接近，遂便於做出貼近他們需求的協助或服務，滿足了他們在某個當口的需要而使其產生印象，也因此常常碰到病人後來順利出院返家時，搭電梯相遇，或在醫院大廳，甚至在地下停車場，雖然我已記憶模糊，他們總是會主動上前向我打招呼，並毫不吝惜致謝，讓我窩心感動萬分，這也更加印證了，只要發自內心去做幫助別人的

事，我們自己的心中就會更加踏實，沒有所圖、不為自己，反而更能發揮出光與熱的生命價值，與其說是幫助別人，其實更是救贖了自己！

志工心得分享





## 愛心與熱忱

敏盛綜合醫院志工隊 何秀齡

風雨擋不住民眾賞燈的興緻，寒冬刺骨不減志工服務的忠心，一年一度的台灣燈會在桃園。2016年的桃園高鐵青埔站，在馬英九總統與鄭文燦市長及多位嘉賓的蒞臨下，揭開了2月22到3月6日為期十四天的「金猴獻桃」。

敏盛醫院志工團隊，認領了開幕當日2月22日(元宵節)至2月25日一連四天的晚間時段，派出了12位志工參加市府的燈會說明會，那一天的說明會，看了15處的服務台分置在32公頃的東西南北處，第一眼看見導覽圖，以為自己已經懂了，確不知道放眼望去，看不完的現場，展覽範圍之廣大！加上滿眼五彩繽紛的大小燈景，真的是進入科技領域，不知身在何處啊！幸好市府團隊的籌備組給予我們臨陣磨槍且耐心的解說，以至於有了不同以往燈會志工的新體驗。

而這幾天的燈會志工體驗，最常遇到民眾問：「主燈怎麼走？」、「我要回中壢怎麼搭車？」、「請問哪裡的洗手間最近？」、「美食街怎麼走？」、「拜託！拜託！我要找我的孩子」、「請教你！哪裡最好看？」、「接駁車怎麼搭？」。雖然問題眾多且繁雜，但充滿愛心與熱忱的志工們，總是耐著性子、一一回覆。常常志工身上濕漉漉的雨衣還沒有脫下，就看見擠滿服務台的民眾前來詢問。而在參觀民眾有限的時間裡，志工們無不希望可以盡可能地滿足他們的賞燈興趣而忙得不可開交。等到換班空檔才能抽空吃的便當，讓冰冷的食物嚐起來卻是充滿暖暖的愛。



## 一句「謝謝」的感動

敏盛綜合醫院志工隊 詹玉華

我加入敏盛醫院志工行列，服務社區的弱勢族群義剪工作已有10年的時間，每次義剪時間還沒到，阿公、阿嬤及身障朋友們，早就來排隊了！他們說等久一點也願意且值得！對我們志工們讚不絕口。社區的里長及主委都說，義剪為他們住戶帶來互動及彼此感情交流，是社區很好的聯誼活動。以前她們的活動中心很少有互動，但是因為義剪活動帶來人潮，更是帶給身障朋友及老人家們極大的方便。住戶們在剪完頭髮，看似微小且無為不奇地一句「謝謝」，卻帶給我們更多的感動。

為了方便社區作業，義剪行程安排了整年度的日期。志工們很辛苦，必須犧牲假日、風雨無阻，以服務的精神奉獻，有的專剪男仕，有的專剪女仕，有的男女都會剪，不會剪的幫忙掃地，推輪椅上下爬坡接送，敏盛志工也有幫忙量血壓及維持秩序。有些老人有巴金森氏症，頭會抖動。阿嬤說：「要幫我的頭扶好，我會亂動哦！」讓大家笑得很開心！覺得阿嬤很風趣。

剪髮中常會遇到幾個特殊的例子：像是不喜歡剪髮的阿嬤、坐著輪椅、插著鼻胃管、綁著尿袋的行動不便者，甚至是要捐長髮義賣的女生，這都是因為社區義剪的口碑良好，家喻戶曉，樹立志工隊良好的形象。

有時遇到社區辦活動，社區主委和里長們都說：「敏盛的義剪志工們，很辛苦幫忙剪髮，非常棒！」大家稱讚志工們都很有耐心。我們義剪志工們團結，大家也用同理心對待阿公、阿嬤及身障朋友，讓人看了心靈溫暖許多，也留下了美好的句點。





## 不滅的熱情

敏盛綜合醫院志工 廖子榕

以前都覺得做「志工」是一件吃力不討好的事情，又花時間又沒有薪水，真的不了解會去擔任志工服務的心情。而這次會去從事志工的原因，若不是因為學校的需要，我想我也不會有這樣體驗的機會。

第一天報到，我被安排在住院服務組，目的是幫忙要住院的病人，協助他們到該住院樓層，同時也幫忙要去檢查的病人，指引他們一樓是X光檢查，二樓是抽血檢驗處，六樓是麻醉科等。每當他們有哪裡地方需要幫忙，就是我該協助的時候。有一次，遇到一位婆婆，她忘記她的朋友的病房號碼，我幫她提著東西去詢問護理站，終於探視到住院的友人，原本找不著人焦慮的神情，轉而開朗的笑容，而這時我嘴角也淡淡仰起一抹微笑，原來，這就是助人為快樂之本的意義所在阿！

又有一天，我被調到問卷調查組，問卷的內容是關懷銀髮族的問題。題目有問到他和親人的關係、對自己的想法、自己認為別人對自己的想法、和生活的快不快樂。有一次，我問到一位伯伯，他說他已經看不太到了，每次出門在外都要有人在旁協助，若要問快不快樂，那又是一體兩面的事情了。一方面，可以不用去賺錢，睡的也挺安穩，而另一方面，是什麼都無法自己親自做的這件事讓他非常的沮喪，而這也同時是別人的麻煩。訪談到最後時他的老婆來接他，看著他們互相扶著對方的情景，一起搭上車的背影，此時此刻，又是另一幅溫馨的畫。

回想起當初認為「志工」對我的意義是什麼的時候，不禁覺得當初的想法是多麼的膚淺。經過這次的經驗，雖然我沒有得到任何的實質酬勞，但我卻有滿滿的收穫。若是要說那收穫是什麼，我也無法說明，也許就是得到快樂的滿足感，讓人意猶未盡！



總結來說，這次的志工體驗讓我滿載而歸，也認識了新朋友們。雖然結束這一次的志工，但不會熄滅我對志願服務的熱情，有朝一日，我也還會繼續做志工！

志工心得分享





## 做志工也是一種人生的交流

敏盛綜合醫院青年志工 鄭詠馨

志工心得分享

自幼，因為住在敏盛綜合醫院的附近，時常仰望著這棟高聳的建築，使我在就讀社工系之後，選擇了做為我從事公益服務的起點。雖然不是第一次做志工了，但是在區域醫院中做服務，還是使我懷抱著興奮又期待的心情。

進到了志工室，印入眼簾的是一派和氣的畫面，較年長資深的志工們，招呼著我這個新手，熱情地告訴我哪裡可以簽到、指引我各個不同科



別的方向，溫馨的彷彿是一個大家庭。那天的工作是做一項問卷，是針對銀髮族的心理健康進行調查，這無疑對我來說是一項大挑戰，因為我的台語不是很好，怕不能清楚的表達做這份調查的目的。於是帶著忐忑的心情，我小心翼翼的問了我第一個見到面的阿嬤，但是很不幸的事情是那位阿嬤在趕時間等批價領藥，於是我吃了第一個閉門羹。因為缺乏觀察，這樣的挫折讓我在醫院大廳中渡步了許久，終於在下定決心之後，我又鼓起勇氣去問了一位在等門診的阿嬤，這次我主動地問了阿嬤有沒有空，有沒有趕時間，結果阿嬤出乎意料的和善，聽著我一條條的念著問卷問題，一邊告訴我她的人生觀，告訴我她過得很不錯，因為她懂得對這個人生感到知足，子孫都在身邊，她感到十分滿足，原來在請民眾填滿意度調查表之中，也能意外的收穫這麼多！第二個阿嬤的生活就過得很辛苦了，因為兒子腦震盪，她吃不好也睡不著覺，身心俱疲，在言詞中我聽出阿嬤的不捨與疲憊，我的心情也跟著盪到谷底。原來，做志工也是一種人生的交流...

在不斷的經驗累積中，我慢慢地抓到調查的技巧，好幾個阿公阿嬤，都願



意給我這個新手一個機會。調查之中，也會聽到很多很多的人生故事，默默的收藏心底，成為我心中的一種支持與鼓勵！有些阿公跟我說了許多人生坦然的道理，我深感佩服，有些阿嬤告訴我她人生的瘡疤，我心疼不已。做志工讓我心靈豐富，與不同的人交流，在原本平行的人生中，有著短暫的相會交流，我滿足不已。因為做了志工服務，我成長、我知足、我感恩。

志  
工  
心  
得  
分  
享





## 感受生命的地方

敏盛綜合醫院青年志工 吳仕群 卓逸揚

志工心得分享

醫院是一個我們平常不會常去的地方，透過這次擔任志工的機會，我了解到在這裡除了能感受到生命無常，更多的是生之喜悅。

也許平常身為高中生的我們，在家中和長輩相處會因為熟悉而淡漠，然而藉由這次做問卷的機會，讓我們感受到一股之前從未感受到的欣喜。



和長輩聊聊天，不僅自己受用無窮，亦能感受到長輩所散發出的那種「可愛」、「和藹」，也許活到了他們那個年紀，最渴望的不是無盡的財富、長久的壽命或是兒孫滿堂，而是身邊有一個人能夠陪著他，和他接觸、對話。簡單的幾句「早安，吃飽了沒」、「晚安，早點休息」，都能夠讓他們暖在心頭。

俗語說「家有一老，如有一寶」，來到醫院後才發現健康的重要，趁著長輩還健康的時候，多關心他們一點吧！



## 觀察與關懷

敏盛綜合醫院學生志工 朱永緯

從小，在教育體制及家長的教育下，我們都被教導著要有關懷他人的精神，也別吝於對有需要的人伸出援手；但大多數人都十分幸運地在父母的庇蔭下舒適的成長，在這樣的情況下我們如何有機會切身的體會到需要關懷者的心境呢？在台北醫學大學專業服務課程的安排下，我有機會前往桃園敏盛經國院區擔任志工，讓我得以在第一線上觀察到病人的需求，也親身體會到主動關懷他人並不僅僅只有物質上的幫助，更多的是心靈上的慰藉。

第一天我被分派到的是問卷調查的工作，但由於我的服務位置是在急診室，大多數病人都有急需解決的生理問題，我不好意思上前打擾詢問是否可以做問卷調查，而是改替需要前往掛號的病人完成掛號，或是協助行動不便的病人進行就醫服務。儘管大多數病人或是行走匆忙，或是身體不適所以較難開口說話，但他們仍會停下腳步或開口表示謝意；在這樣的互動過程中，我得到日常生活中所得不到的成就感，也發現了人性本善的一面。

第二、三天我則是到血壓測量站及四癌篩檢站服務，我因此認識了一位樂於主動協助他人的志工叔叔，儘管他沉默時看起來十分嚴肅，但積極主動關懷就診病人的行動以及時不時的關切問候，仍能讓周遭的人體會他古道熱腸的精神。

這幾天的服務學習下來，我有了與病人面對面接觸的機會，從病人的眼神裡，我看見了遭受歲月或病魔折磨下的無助，這是課本裡無法用文字描述的事；再次重返學校學習的日子裡，這會是我更認真學習、希冀能解決病人痛苦的原動力。



## 做志工是一件很特別的事情

敏盛綜合醫院學生志工 蔡曉薇 葉巧蓉

今天來到敏盛醫院體驗一日志工，一開始是因為學校的服務學習課程，到後面才開始體會到，學校要求這門課的意義。在這裡可以學到很多事情，雖然在學校念了很多書，但是到了這要學的卻是截然不同的體驗。在醫院擔任志工的時候，要很有耐心關懷每一位病人，看到每個人臉上都掛著憂愁與疼痛的表情時，要有同理心真心關懷他們。希望他們因為看到志工用微笑面對每個人，讓他們看到我們的笑容也可以跟著心情好起來。

在這裡可以學習到很多不一樣的新事物，一開始，當病人問我們問題不知道該如何回答時，會有點挫折，但是到後面慢慢瞭解醫院內的服務流程，就可以正確的回答到他們的問題，有服務到他們的需要時，心情就會不由自主的開心起來。志工做的事情雖然沒有很困難，卻可以在其中獲得感動。

做志工是一件很特別的事情，要真正去做才能體會，要當志工很簡單，只要有心，人人都可以當志工。當別人幫助我們時我會感恩，當我幫助別人時我會獲得感動，有付出才能獲得回報。未來我也期許自己能夠持續的擔任志工，即使沒在做志工的情況下，也可以幫助到週遭的人，做個服務大眾的志工。



## 態度

敏盛綜合醫院學生志工 鍾佳亨

3月17日，一個太陽耀武揚威的日子，也是我參與志工活動的日子。

一大早到達醫院，督導便開始分派工作，因為經驗的緣故，我仍是負責掛號繳費機器服務的崗位。面對著同樣的工作，同樣的景象，我的內心卻有不同的想法。

我希望所有面帶憂愁，前往掛號的民眾，能夠在排隊繳費時露出笑容。我希望孩童能停下折千羽鶴的手，打開門扉，在夕陽的街道上追逐、嬉戲。我希望這兒的病人能夠因我的服務而減低痛苦，進而對醫院產生信心。

下午是與上午迥然不同的經驗，我們前往附近的社區，去進行各種有關健康的宣導，我看見不只我們，更有許多與我年紀相仿的同學，將自己的時間奉獻給社會；我也看見所有參加活動的志工都積極扮演好自己的角色，都希望能給參加的民眾一次快樂的經驗。我發現為了他人幸福的笑容，就算辛苦也是值得的道理。我希望所有民眾能因這次的活動而有所收穫，積極管理自己的健康。我希望未來的我能多參與這樣的活動，努力回饋社會。

最後，這次的志工經驗讓我學到許多，不僅是技術及經驗，我更學到各種待人處世的技巧和做人的態度。



## 服務他人

敏盛綜合醫院學生志工 范豪豪

剛開始對於「做志工」這件事，我是有嚴重的刻板印象，認為應該是相當枯燥乏味且吃力不討好的事情，所以遲遲未在「擔任志工」這方面有所行動，直到高三時才驚覺我應該具備「服務他人」這項能力，因此我參與了這次活動。在此我學習到了「人飢己飢、人溺己溺」的精神。因為這句話不應該只出現在書中，而是應該實際的落實，從這次的經驗中我更體會到向民眾做問卷不是一件簡單的事。

因為一般人遇到陌生人會呈現防備心，況且有些病人根本不會有心情，因為他們處在未知的狀態下，並且害怕未來的結果，更不用說做問卷了，因此我必須要用更多的誠意和笑容來面對生病的民眾或是陌生人群，用笑容打破彼此的藩籬、用誠意仔細為病人服務使其暫緩放心，雖然不容易，但我學到了為人服務的能力，並且重新對志工有了改觀，在過程中我發現雖然服務他人很累，但看到病人一張張填的問卷我就覺得一切都值得了。

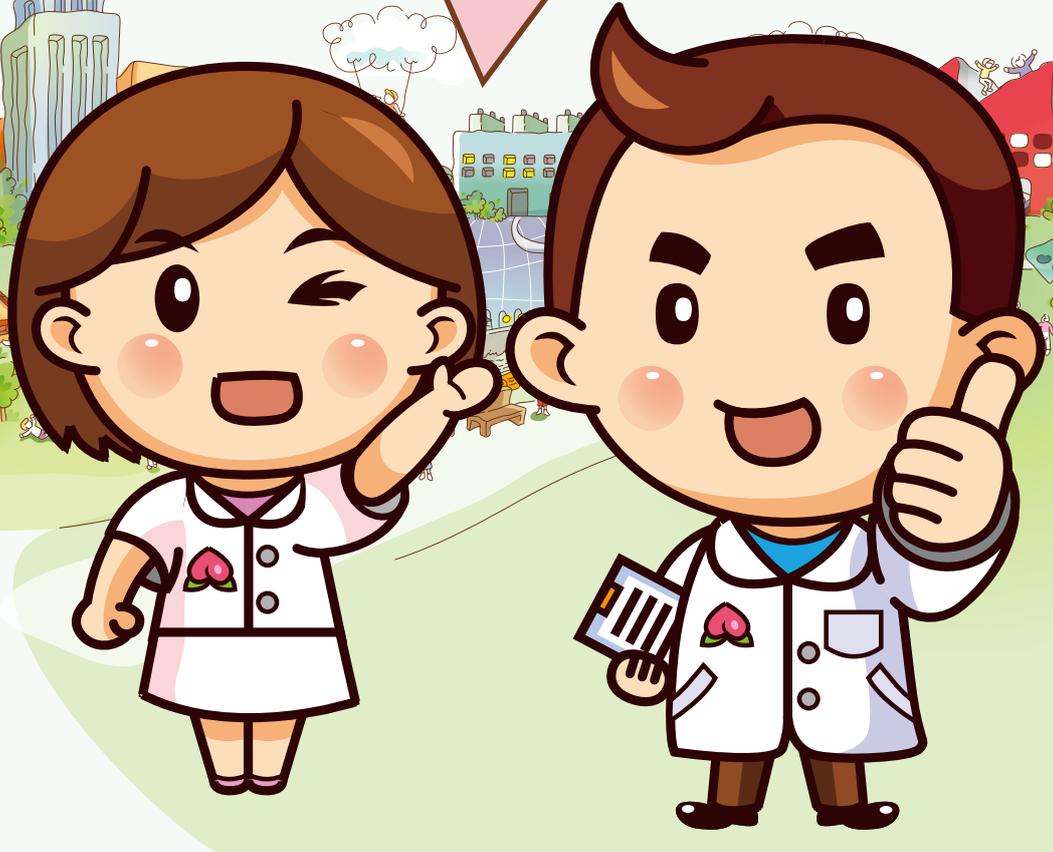
最後，感謝敏盛醫院給我這次難忘的經驗，使我能為這個社會盡些微薄之力。





桃園市政府衛生局粉絲專頁  
幫我們按個讚吧!!

f 桃園市政府衛生局





**轉診轉檢**

**藥事服務**

**預防保健**

**24小時專線**

**醫療小管家 照護您全家**

桃園醫療小管家

**服務內容**

- + 24小時醫療專線諮詢
- + 慢性病照護
- + 門診轉診轉檢
- + 藥事服務
- + 健康促進

**服務對象**

- + 獨居老人
- + 高血壓、糖尿病個案

(設籍桃園市)

**24小時諮詢專線 & 合作責任醫院一覽表**

合作責任醫院	24小時諮詢專線
天成醫療社團法人天晟醫院	0800-555-150
敏盛綜合醫院	0975-082356
衛生福利部桃園醫院	0905-722025
壠新醫院	0800-365990

衛生教育宣導



桃園市政府  
Taoyuan City Government

臺灣第一站 世界看經脈  
The World's Gateway to Taiwan

市民諮詢服務熱線 **1999**

桃園市政府衛生局醫療小管家服務專線 **03-3349563**

桃園市政府衛生局 網址：<http://www.tychb.gov.tw/>

廣告



日期：104年12月



## 基因改造食品標示作伙來瞭解 **基因改造食品篇**



包裝食品



散裝食品



食品添加物

只要有使用基因改造食品原料，就應標示「基因改造」或「含基因改造」字樣！  
 註：字體大小不得小於2mm，並應與其他文字明顯區分  
 散裝食品倘使用標籤以外之標示方式，字體大小不得小於2cm



高層次加工品

應標示「基因改造」或「本產品為基因改造加工製成，但已不含基因改造成分」等字樣。

目前取得我國基因改造食品原料查驗登記許可流通之基因改造食品項目有：  
**黃豆、玉米、棉花、油菜**

桃園市政府衛生局 關心您

歡迎加入桃園市政府衛生局FB粉絲團

## 基因改造食品標示作伙來瞭解 **非基因改造食品篇**



國際上已審核通過可種植或作為食品原料之基因改造食品原料  
 包含：黃豆、玉米、棉花、油菜、甜菜、苜蓿、木瓜、南瓜、茄子



非基因改造黃豆可自願標示「非基因改造」或「不是基因改造」字樣。



目前國際上並沒有基因改造芭樂，因此芭樂不能標示「非基因改造」或「不是基因改造」字樣。

### 非基因改造食品原料



非故意攙雜率  $\leq 3\%$

可自願標示「符合OO(國家)標準(或等同意義字樣)」或以實際攙雜率標示



非故意攙雜率  $> 3\%$

基因改造食品原料

非故意攙雜率  $\leq 3\%$

註：非故意攙雜率，是指「非」基因改造食品原料，可能因非故意、偶發性且無法預防之因素，如：採收、儲運等，而攙雜到基因改造食品原料。

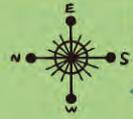
桃園市政府衛生局 關心您

歡迎加入桃園市政府衛生局FB粉絲團

衛生教育宣導



# 食品安全歷險記



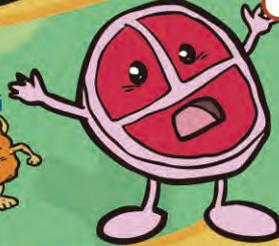
小朋友，讓我們依照下列五個方法遠離細菌和病毒，一起安全過關囉！



2 要新鮮



3 生的熟的  
食物要分開



1 要洗手



4 要煮熟



5 要放進冰箱



歷險起點



食品安全

桃園市政府衛生局 關心您

歡迎加入桃園市政府衛生局FB粉絲團

廣告

衛生教育宣導



# 預防食品中毒「五要」原則



- 要洗手 調理時，手部要清潔，傷口要包紮。
- 要新鮮 食材要新鮮，用水要衛生。
- 要生熟食分開 生熟食器具應分開，避免交互污染。
- 要徹底加熱 食品中心溫度應超過70°C。
- 要低溫保存 冷凍-18°C，冷藏7°C以下凍結點以上。

衛生教育宣導





把握**黃金期**寶貝生長暨發展狀況

## 嬰幼兒發展里程碑

▼年齡

▼粗動作

▼細動作

▼語言溝通

▼身邊處理及社會性

<p><b>4個月</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>俯臥時骨盆平貼於床面，頭、胸部可抬離床面</li> <li>拉扶坐起，只有輕微的頭部落後</li> <li>坐姿扶持，頭部幾乎一直抬起</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>手會自動張開</li> <li>常舉手作「凝視手部」</li> <li>當搖鈴被放到手中，會握住約一分鐘</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>轉頭偏向音源</li> <li>有人向他說話會咿呀作聲</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>雙眼可凝視人物並追尋移動之物</li> <li>會對媽媽親切露出微笑</li> </ul>
<p><b>6個月</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>抱直時，脖子豎直，頭保持在中央</li> <li>會自己翻身（由俯臥翻成仰臥）</li> <li>可以自己坐在有靠背的椅子上</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>雙手互握在一起</li> <li>手能伸向物體</li> <li>自己會拉開在他臉上的手帕</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>哭鬧時，會自己因媽媽的安慰而停哭</li> <li>看他時，會回看你的眼睛</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>這他會微笑</li> <li>跟他吃奶時，會張口或用其他的動作表示要吃</li> </ul>
<p><b>9個月</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>不須扶持，可坐穩</li> <li>獨立自己爬（腹部貼地、匍匐前進）</li> <li>坐時，會移動身體腳向所要的物體</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>將東西由一手換到另一手</li> <li>用兩手拿小杯子</li> <li>自己會抓住東西往嘴裡送</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>轉向聲源</li> <li>會發出單音（如nY、yY）</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>自己能拿餅乾</li> <li>會怕陌生人</li> </ul>
<p><b>12個月</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>雙手扶著傢俱會走幾步</li> <li>雙手拉著會移幾步</li> <li>扶著物體自己會站起來</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>會拍手</li> <li>會把一些小東西放入杯子</li> <li>會撕紙</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>以揮手表示再見</li> <li>會模仿簡單的聲音</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>叫他，他會來</li> <li>會說帽子</li> </ul>
<p><b>18個月</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>可以走的很快</li> <li>走的很穩</li> <li>牽著他或扶著欄杆可以走上樓梯</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>會用筆亂塗</li> <li>會把瓶子的蓋子打開</li> <li>已開始較常用特定一邊的手</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>有意義的叫爸爸、媽媽</li> <li>會跟著或主動說出一個單字</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>會雙手端著杯子喝水</li> <li>替他穿衣服會自動伸出胳膊或腿</li> </ul>
<p><b>24個月</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>會自己上下樓梯</li> <li>會自己由椅子上爬下</li> <li>會踢球（一腳站立另一腳踢）</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>重疊兩塊積木</li> <li>會一頁一頁的翻圖書</li> <li>會將杯子的水倒到另一個杯子</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>能指出身體的一部分</li> <li>至少會講十個單字</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>自己會脫去衣服</li> <li>會打開糖果紙</li> </ul>

### 兒童發展篩檢暨聯合評估醫療單位

醫院名稱	地址	諮詢專線
衛生福利部桃園醫院	桃園市桃園區中山路1492號	(03)3699721分機1203
衛生福利部桃園療養院	桃園市桃園區龍壽街71號	(03)3698553分機4108
敏盛綜合醫院(三民院區)	桃園市桃園區三民路三段106號	(03)3379340分機520
長庚醫療財團法人林口長庚紀念醫院	桃園市龜山區公西里復興街5號	(03)3281200分機8147
歷新醫院	桃園市平鎮區廣泰路77號	(03)4941234分機8271
國軍桃園總醫院	桃園市龍潭區中興路168號	(03)4799595分機325143
天成醫療社團法人天晟醫院	桃園市中壢區延平路155號	(03)4629292分機22210



衛生局  
兒童發展篩檢



衛生局  
聯合評估醫療單位



桃園市政府衛生局 關心您

1999  
桃園市民諮詢服務熱線  
105.09.1.000 (廣告)

衛生教育宣導



健康及高齡友善城市  
Tao Yuan Healthy and Age-friendly City

廣告

# 為孩子打造一座**安全**的城堡

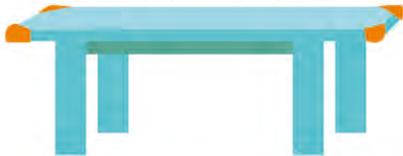


## 找出家中的危險因子

❶ 不使用的插座附上防護蓋，  
避免兒童玩弄觸電。



❷ 家具有尖銳角邊應防護，  
避免兒童撞傷。



❸ 窗戶、陽台宜加高，樓梯  
間隔應加裝防護。

❹ 爐火、熱水多留意，  
防止幼童燙燒、燒傷。



❺ 家中藥品、清潔劑、酒、鈕扣  
應放置孩子拿不到的地方，  
以免孩子吞食、中毒。

❻ 窗簾繩子應收納好，窗旁勿放置  
桌椅，以避免兒童爬高墜落。



在生活中，有許多隨手可得的小方式，  
只要稍微動動腦，都可以改善居家安全喔！



歡迎加入  
桃園市政府  
Facebook 粉絲團



歡迎加入  
桃園市遊藝  
券、獎券  
Facebook 粉絲團



桃園市政府衛生局 關心您

1999  
桃園市民諮詢服務熱線

105.09.40.000 廣告

衛生教育宣導



## 105年桃園市腸保健康 無痛性大腸鏡檢查補助計畫

- 補助期間** 自即日起至105年12月31日或經費用罄為止。
- 補助項目** 無痛性大腸鏡檢查。
- 補助金額** 新臺幣**2,000**元整。  
(尚須繳納自費差額，金額依各合約醫療院所之收費標準而定)
- 補助對象** 需同時符合下列條件
  - ◆ 設籍**桃園市**，50歲至未滿75歲者。
  - ◆ 於104年10月1日起至105年12月31日止接受**預防保健定量免疫法糞便潛血檢查**結果為陽性。
- 證明文件** 需同時攜帶下列文件
  - ◆ 身分證及正反面影本。
  - ◆ 健保卡。
  - ◆ 轉診單或定量免疫法糞便潛血檢查報告單。
- 合約院所** 符合補助對象，請攜帶證明文件至合約醫療院所接受檢查。

合約醫療院所	地址	連絡電話	合約醫療院所	地址	連絡電話
衛生福利部 桃園醫院	桃園區中山路1492號	(03)369-9721 轉分機1290	壠新醫院	平鎮區廣泰路77號	(03)494-1234 轉分機2959
敏盛綜合醫院	桃園區經國路168號	(03)317-9599 轉分機2069	怡仁綜合醫院	楊梅區楊新北路321巷30號	(03)485-5566 轉分機6128
臺北榮民總醫院 桃園分院	桃園區成功路3段100號	(03)338-4889 轉分機2118	龍潭敏盛醫院	龍潭區中豐路168號	(03)479-4151 轉分機5503
沙爾德聖保祿修女會 醫療財團法人 聖保祿醫院	桃園區建新街123號	(03)361-3141 轉分機3155	國軍桃園總醫院附 設民眾診療服務處	龍潭區中興路168號	(03)479-9595 轉分機325737
陳治平診所	桃園區中山路800號	(03)360-2100	蘆竹現代診所	龜山區南祥路40號2樓	(03)321-7998

若有相關問題，請洽詢桃園市政府衛生局及各區衛生所電話

衛生局(所)	電話	衛生局(所)	電話	衛生局(所)	電話
桃園市政府 衛生局	(03)336-0570	平鎮區衛生所	(03)457-6624	大園區衛生所	(03)386-2024
		楊梅區衛生所	(03)475-0151	龍潭區衛生所	(03)479-2033
桃園區衛生所	(03)379-1888	大溪區衛生所	(03)388-2401	新屋區衛生所	(03)477-2018
中壢區衛生所	(03)435-2666	龜山區衛生所	(03)329-9645	觀音區衛生所	(03)473-2031
八德區衛生所	(03)366-2781	蘆竹區衛生所	(03)352-5303	復興區衛生所	(03)382-2325

## 定期大腸癌篩檢及大腸鏡檢查 健康無煩惱



歡迎加入  
桃園市政府  
FB粉絲團



歡迎加入  
桃園市政府  
衛生局  
FB粉絲團



桃園市政府衛生局 關心您

健康及高齡 友善城市  
Taoyuan Healthy and Age-friendly City



桃園市民諮詢服務熱線  
105.09.13.000 [廣告]



# 正確用藥 五大核心能力



衛生教育宣導



桃園市政府衛生局  
Department of Public Health, Taoyuan

關心您

桃園健康暨高齡友善城市  
桃園市民諮詢服務熱線1999



廣告



# 藥安全

全民健康保險門診交付處方箋

特約醫院診所 服務機構代號及名稱			
一般處方箋	連續處方箋	檢驗(查)	物理治療
特定治療項目代號: 1. 2. 3. 4. 案件分類:			
身分證字號:		出生日期: 年 月 日	
就醫日期: 年 月 日		健保卡就醫序號: 給藥日份:	
症候:		免部分負擔代碼及原因:	
碼: 1. 3.			
名稱及規格(劑型)		用法	
診治醫師 代號:		特約醫院診所 代號:	
處方醫院診所 代號:		特約醫院診所 代號:	
		慢性病連續處方箋專用	



## 5 不 原則

**不聽信  
別人推薦的藥**

**不信  
有神奇療效的藥**

**不吃別人  
贈送的藥**

**不買地攤、  
夜市、遊覽車上  
所販賣的藥**

**不要推薦藥品  
給其他人**



生病找醫師 用藥找藥師  
醫師開的處方箋在藥局配藥或買藥才安全可靠



桃園市政府衛生局  
Department of Public Health, Taoyuan

關心您

衛生教育宣導



調配藥膳或節令進補，  
請慎選保存條件良好且道地的中藥材，  
才能真正吃出元氣與健康。

**合法** 藥局及中藥房購買

一定要到  
選用中藥材

勿買來源不明藥品

衛生教育宣導

桃園市政府衛生局 關心您  
Department of Public Health, Taoyuan



# 看中醫、使用中藥時請

**停**止不當看病、購藥及用藥行為

**看**病請找合格中醫師診治，  
並應向醫師說清楚

**聽**專業醫、藥師說明

**選**購安全、有效中醫藥品

**用**中藥時應遵醫囑講方法



 桃園市政府衛生局 關心您  
Department of Public Health, Taoyuan

桃園健康暨高齡友善城市  
桃園市民諮詢服務熱線1999





# 企業現形犯

企業無良，黑心商品氾濫，消費者應該抵制拒買  
確保每個人的健康和安

## 有畸麵包

溴酸鉀、色素、人造黃油，反式脂肪酸  
長期服用可能導致癌症

黑蕃茄  
農藥殘留



## 重組肉

重組肉含量88%，以阿摩尼亞處理  
長期服用可能導致血管阻塞

人工菜  
人工化學高麗菜

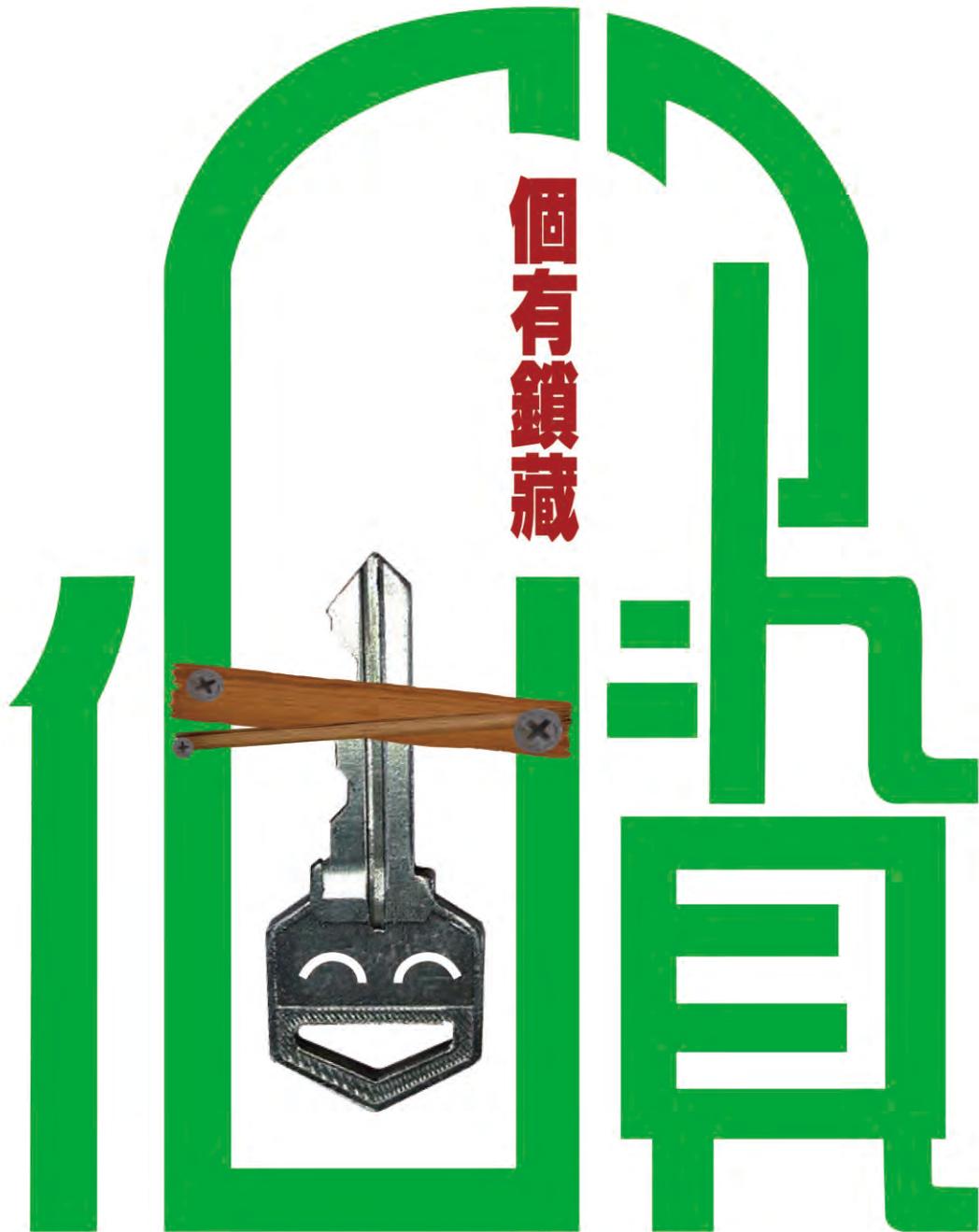
衛生教育宣導



「105年桃園市高中職學校廉政服務海報徵稿活動」  
特優 新興高中 蘇昱綺  
指導單位：桃園市政府、公平交易委員會  
主辦單位：桃園市政府政風處、桃園市政府教育局、桃園市政府建築管理處  
桃園市政府環境清潔稽查大隊

廣告





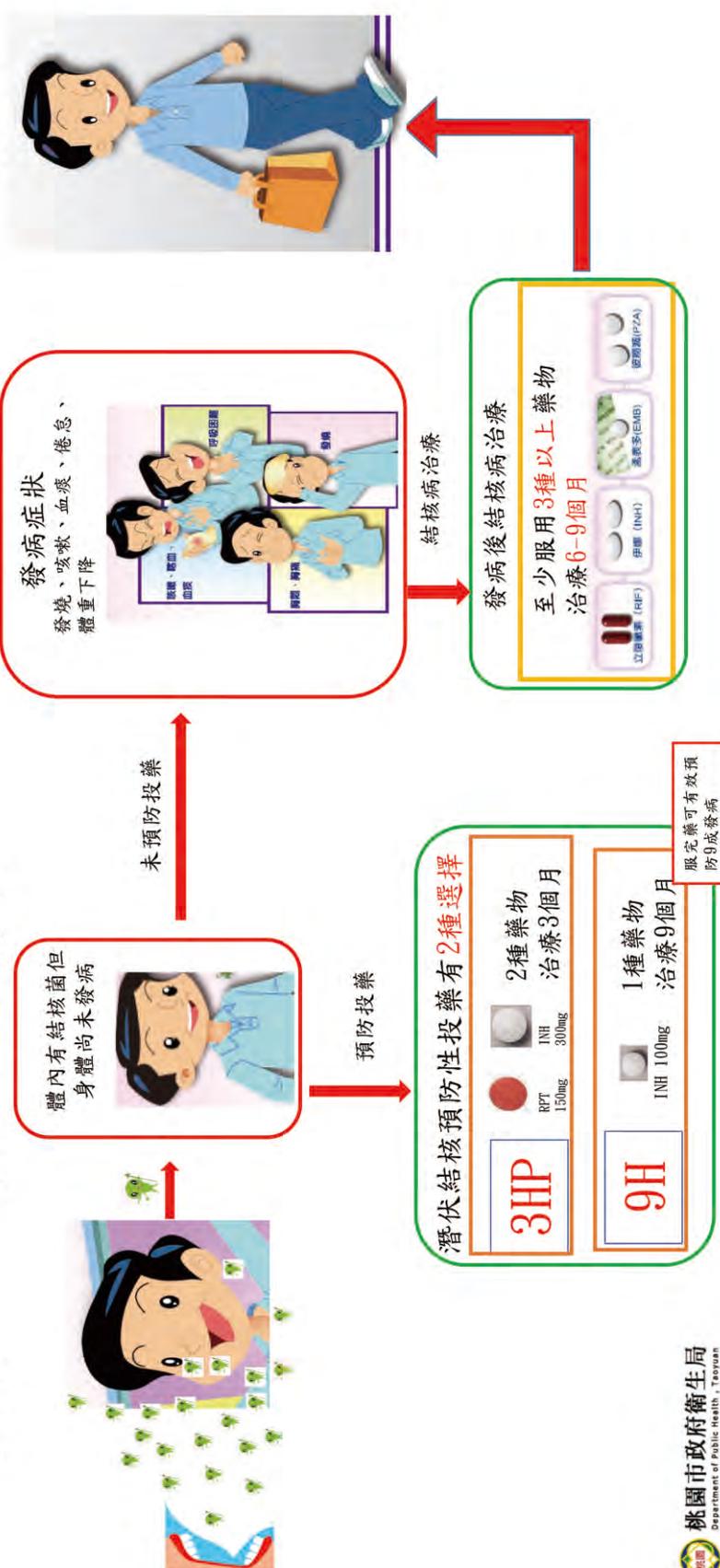
## 請落實個人資料保護法

個資法的核心是為了避免人格權受侵害  
無論是政府單位、私人機構抑或是個人，都與個資法息息相關。  
尤其身處現代危險的網路世界中，應加謹慎，  
很有可能一不小心就洩漏了自己的個資，而遭到冒用，或是不小心就觸犯個資法。  
因此對於個人資料更應小心，聰明的自我防護，  
落實維護個人隱私、保護個人資料。

廣告

# 結核病感染及治療圖示

接觸 潛伏結核感染 發病 康復





## 桃園市政府衛生局衛生保健志工年刊第27期

出版機關：桃園市政府衛生局

編 印：桃園市政府衛生局

地 址：桃園市桃園區縣府路55號

網 址：[www.tychb.gov.tw](http://www.tychb.gov.tw)

電 話：03-3340935

出版年月：中華民國105年12月

創刊年月：中華民國92年12月

年 刊

定 價：新臺幣60元整

G P N：2009205708

I S S N：2311-1062

本書保留所有權利。

欲利用本刊全部或部分內容者，需徵求桃園市政府衛生局同意或書面授權。

請洽本局綜合企劃科，電話:03-3340935

ISSN 2311-1062



9 7 7 2 3 1 1 1 0 6 2 4 5

