



財團法人私立台東

教養孩童，使他走當行的道，
就是到老也不偏離。-聖經-

基督教阿尼色弗兒童之家

Christmas
Merry and Happy New Year!



180 期雙月刊
2020/11月~12月



台東郵局許可證
台東字第15號

法人設立許可證：法人登記證書105證他字第32號 網址／<http://www.kidsalive.org.tw>

台東立案證書：府社兒婦字第1050141742號 郵撥帳號／0648170-3 E-mail／ho.anf@msa.hinet.net
地址／954台東縣卑南鄉賓朗路260號 電話／089-223194 傳真／089-227641

台東誌字第13號
執照登記為雜誌寄
發行人／呂立漢

南投設立許可證：府社工婦幼字第1050143876號 郵撥帳號／2276067-0 E-mail／ansf.nantou@msa.hinet.net
地址／545南投縣埔里鎮東潤路33之2號 電話／049-2926811 傳真／049-2927631

『民宿』？一棵名樹！

為了要完成籌劃了好多年的心願，要帶孩子們從南投仁愛蘆山屯原，翻越「中央山脈」到花蓮的秀林銅門－能高越嶺古道，給予孩子們精神上、體力上、意志力、謙卑、克服困難的毅力、合作力種種的挑戰，橫跨台灣的高山，考驗自己實力的功課。我們積極的持續給予孩子們各種的重訓，包括：跑步、登山、競走、腳踏車等等訓練。

談到了登山，從去年開始，埔里分院的孩子們在台中南光扶輪社友的多位朋友們的指導幫助下，爬過了玉山、水社大山、都蘭山、金龍山等很多的點。台東的孩子們也不遑多讓，馬拉松的比賽、登山露營、每星期的跑步訓練等等，也去爬了很多的山。其中特別要去攻上號稱「天使的眼淚－嘉明湖」。已經去了兩次，到了半路上的「民宿」（一顆「名樹」）－長在一堆怪石上面的玉山圓柏。蒼勁有力的樹枝，在山風與歲月堆積下，雕塑出來的美麗樹形，真的是一棵「名樹」，但是非常好笑的是，常常會被人誤以為是「民宿」，哈哈哈，這變成登山的小插曲。這美麗的樹形，正如象徵著人生路途上的種種挑戰，一定要有毅力、堅忍不拔、克服難關、學習承受在各種寒冷、強風、缺水、營養不足的壓力下，還能頂立住而顯得生意盎然，青翠蒼勁有力，這正是我們要鼓勵和教育孩子們了解明白的重要啟示。

今年的1月9日，我們的工務組長－毛哥，也是我們阿尼色弗院內長大的孩子，要再次帶領孩子進行第三次的翻越山頂，去拜訪「嘉明湖」，訓練體力等等都為了一圓多年的夢想。我們已經確定在1月26日到28日要實現這個壯舉，橫跨中央山脈，從南投翻山越嶺到花蓮，給予孩子們不同的視野，登高而小天下，站在雲海之上，鼓勵孩子們在未來的人生道路上，磨練心志，學習克服種種難關，登高望遠的大志向。

當然，我們為了這一個活動目標，費盡心力的籌備和計劃許多的小細節。也請了專業的登山嚮導隨行。懇求各位親朋好友、弟兄姊妹們為我們代禱記念。求 神保守賜福給予我們團隊在各種裝備上、事務上、天氣的變化上，一切盡都順利成行。因為在七年前，我們已經到達埔里了，

卻被天氣颱風阻擋而未能成行。祈求天上的父神，賞賜我們成行的機會，得以完成這次的挑戰。
榮耀歸 神。



祝 以馬內利

您的朋友 呂立漢 敬上

2020+1 我們愛在一起

聖誕節及跨年系列活動



余○卿

12月18日是阿尼色弗最重要的日子，就是一年一度的聖誕晚會，讓我興奮又期待。

在當天的晚上，大家都很期待當天晚上的表演，我覺得這次聖誕晚會真的很不一樣也很特別，因為『COVID-19』的關係，所以不能邀請貴賓來陪我們。當天晚上很嗨，我就是帶大家動起來的那個人，我很喜歡的表演是南投和台東的舞蹈，因為南投跳舞的時候，台東還上台和他們一起互動，讓晚會的氣氛到達了高潮，我也心血來潮和他們跳起舞來，在跳舞的過程中，看到肢體不協調的人跳舞，真的笑到肚子痛。

這次的晚會結束，首先我要先感謝周叔叔賢伉儷每年送我們聖誕禮物，更要也謝謝廚房阿姨準備的食材，還有小家的水果，讓我們吃得很飽，這次的活動也圓滿結束，希望『COVID-19』能夠早點消失，讓更多人來參加我們的晚會。

凍○

今年我們和以前不一樣，我們今年要和寒風對抗，在HO廣場跨年，今年我們的幹部討論要到張惠妹的跨年演唱會，但因為病毒越來越強，所以只好看直播，這也有大家庭的溫暖。這一天，大家抱著興奮的心情，我一回來洗便當，就聽到歌聲。所以大家都趕快做完家務、穿襪子，聽從保母的指示，來到HO廣場。活動流程分為吃東西、有獎徵答、看電影和跨年直播。其中最喜歡看電影，因為大家能聚在一起蓋棉被，一起倒數，真得好溫暖。

謝謝社工、幹部、保母們，這次的跨年晚會，顯現了您們的辛苦。





高○芸

在12月31日的前幾天，超緊張的，因為我的舞蹈還沒有練好，怕那時會很尷尬，而且烤肉完，我的體重可能要不理想了吧？

到了當天，大家都匆匆忙忙的回到家，希望可以快點進行今天的晚會，吃到好吃的烤肉。在活動還未開始前，我帶著我的團友做最後的練習和調整，很快活動開始了，大家各自入座，在活動的中間，就是我的重頭戲了。

表演結束後，開始有小小的影片，那時我抬頭向天空，在遠方張惠妹也在祝福新年的到來，到了快結束的時候，我們看著直播一起跨年，大家同聲喊起倒數來迎接新的一年。

在這些活動中，都是青年會幹部所籌劃的，我非常謝謝他們，也希望在新的一年中，大家都過得平安快樂，把自己訂的新年新希望達成。

盧○香

今年很不一樣，今年是疫情的年，雖然台東有舉辦演唱會，我們沒去，但是我們在院內烤肉看直播，感覺我們也像在現場一樣。

我負責烤肉，烤肉很好，因為那天溫度直接最低，就算我穿了四件，我還是覺得冷，冷到的嘴巴都發抖了，所以前面我都躲在烤肉架取暖，順便幫大家烤肉，之後就有看了一場我最愛的電影，是柯震東演的，雖然很冷，但是大家圍在一起看電影的感覺很好，冷到不行，直接跑去車上看，看了最後的直播，一起倒數5、4、3、2、1，就這樣，2021年來了。

我2021年的期許就是，希望我在四月份的全中運能夠拿下好成績，也希望我的家人能夠平安，把2020年不好的過往和一切都扔走，樂觀的面對2021年的生活和挑戰。

郭○琴

這年雖然有發生一些不好的事情，讓全世界的人都緊張及害怕，也要感謝一些人捐給我們口罩。

我們在2020年的最後一天辦了跨年活動，當天的我們都很期待，可是那天，天氣超級冷的，感謝我們的毛哥把車子開過來，幫大家擋風，我們大女生的有些美女們，在2020的最後一天有表演，想說我們可以把氣氛變High，但好像只有我們在High，可是也要謝謝我們這些跳舞的人，因為我們星期一才練，所以有點急。

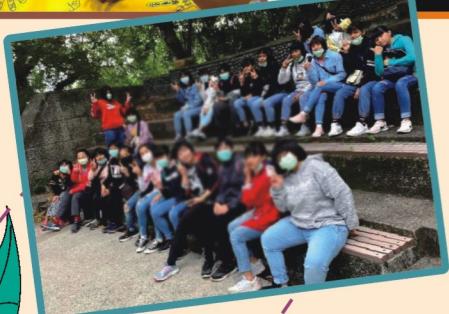
也謝謝這些青年會幹部，幫大家烤肉，雖然這次的跨年，沒辦法邀請外面人來參加，但我們的心永遠同在。喜歡這次的跨年，也是我在這裡第一次跨年，讓我印象深刻，我們有看各民族的文化，我覺得布農族的人都很活潑、可愛，衣服也很好看，也讓我知道一些族的傳統理念。希望大家在新的一年，可以平平安安、快快樂樂。

簡○順

今年的跨年有許多的活動比上次還有趣，有吃烤肉、看電影、倒數、看張惠妹的線上直播，因為這次疫情的關係就沒有到現場聽她唱歌，這次的活動都要感謝青年會幹部，因為他們每次的開會，都是在討論這次的跨年活動，雖然幾次的失敗，但他們卻不輕易放棄，成功不是一次就能做到的事情，而是在每次的努力和失敗中學習成長不是輕易的就放棄，也要看你的決心。

有些愛心人士都在默默的為我們付出，不是他們理所當然要幫助我們，而是他們有這份心想為我們付出，所以我們要心存感恩，不要計較誰的好、誰的不好，有得吃就好了，甚至有些國家都經常有戰爭，讓許多居民傷亡了，甚至別的國家沒有食物，都吃剩下的廚餘，耶穌是創造宇宙萬物的神，為我們所犯的罪釘死在十字架上，用祂的寶血洗淨我們的罪惡。

去年2020所做過的事情，藉由2021改過自新，從今年開始做一個人見人愛的人，如果出社會的時候，用小小的金錢幫一些比我更需要的人。希望長大以後，可以把這份心意傳遞出去，讓下一代的子孫過得更好，也讓這個社會變得更和平，不要因為一個小小的事情就引起了紛爭，有人需幫忙的時候也伸出援手，幫助更貧困的人。



張○庭

12月18日是我們一年一度最期待的一天。

今晚是個美麗並且熱鬧的晚會，每個人都打扮得很紳士、很淑女，這時我們的阿弗民雄哥出場，每個人看到阿弗民雄哥，似乎像看到明星一樣的興奮，所以今天的阿弗出了一句話：「阿弗出的都是壯元，壯元不但長的帥並且又溫柔；阿弗也出小女神，女神不但長得美又會唱歌」。直到南投家園的出場，晚會的氣氛似乎又熱鬧了起來，南投跳著跳著不知何時身邊出現了一堆人在旁邊跟著跳，看來他們的熱情也傳到了我們心裡，接下來由我們阿弗宋慧喬帶領的阿弗韓團表演，她們的抖音大串燒也讓舞台下的我們也跟嗨起來了，再來是重頭戲囉，就是十年以上的摸彩，抽到的保姆都是在阿弗留下青春歲月的保姆，他們一天一天看著我們長大，而我卻不知感恩，可是保姆們還是留下來愛我們。晚會進入了尾聲了，每個人也都累了，而且薑母鴨也被吃的差不多。



我要感謝這些陪我走過光陰的大人，不管我們有多調皮，但大人們給我們的愛卻是無比的多。

鄭○源

今天是一個大家都迫不及待的事，因為可以烤肉、看電影，也可以不用睡覺，撐到半夜12點，等待新的一年到來。

這整個活動中，我最喜歡的是吃烤肉，因為可以吃到青年會幹部煮的東西，也可以吃到我最喜歡吃的食物；第二個是看電影，因為那時候有四輛汽車圍繞著我們，感覺很像一家人一樣；第三個是一定不能少的一個，半夜快到12點的時候倒數，因為快倒數的時候很緊張，感覺心臟要飛出來了。

這次的活動很好玩，謝謝那些青年會幹部的人舉辦這個活動，也希望我以後當會長的時候，也可以舉辦像這樣的活動。



鄭○心

今年過的超快的，就一年過去了，我記得明明才剛跨年，結果又要跨年了。2020年的最後一天晚。我好期待2021年，而且，那天很冷，16度，我們全院的人講話，嘴巴都冒出白煙，那天我們大家很開心，因為是大家最期待的跨年晚會。晚上，我們看了電影，電影名稱叫「打噴嚏」，內容很精采，在電影播放之前，我們大家在抽新年心願卡，每個人的心願卡都很豐富。在活動進行時，我也吃了很多東西，真的很好吃，也讓我吃得很飽！

那天下午，青年會幹部在幫全院烤肉及準備跨年要用的器具。我很感謝青年會幹部，也謝謝跟著一起幫忙的大人們，大家都非常開心！

鄭○禧

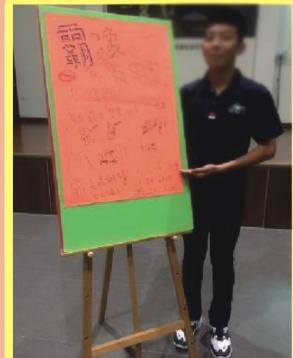
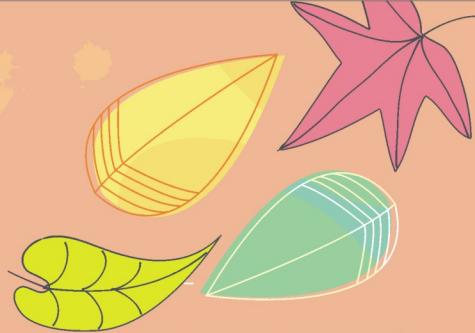
今年最後一天，在HO廣場跨年。去年的我國中一年級，犯下的錯很像三年級，希望再2021的我能有步，並成為更有能力的國中生！這次非常謝謝青年會的幹部，因為活動的流程非常難規劃，多了會長、會員的討論，長時間的預備，才有這樣好玩的晚會！讓全院都嗨得不行！真是好玩！期待今年有更好的一年！

凍○慈

12月31日是2020年的最後一天，也是我在2020年最期待的一天，因為我們有辦跨年晚會，今年的跨年和我以往在阿弗跨年的方式有所不同，因為這次的跨年晚會是在HO廣場辦，所以感覺特別些。

六點五十分全院的院童和一些工作人員在HO廣場集合準備開始跨年晚會。令我印象深的是最後倒數的時候，我心裡非常緊張，因為是2020年的最後一天，會有點不想過完今年，因為我又老了一歲，大家都即將老了一歲，所以不太想要過完今年，但這也是沒辦法的事啊！唉～最不想過的時間來了，可是就算來了，我也無法倒轉時間啊！雖然不想過，但也得過，所以只好面帶笑臉一起倒數5、4、3、2、1、新年快樂，2020過了，2021來了，我雖然是不甘願的，但還得面對現實，2021的我要繼續加油喔！

今年跨年非常不同，2020有很多美好的回憶，但不代表2021沒有好回憶，希望2021的我能夠完成自己定的目標。



賴○笙

今年跨年非常特別，因為新冠肺炎的關係所以在自己家跨年。

今年青年會舉辦了一個烤肉外加跨年活動的一個晚會，內容非常豐富，除了烤肉之外，還有看電影有獎徵答等一些活動，而這些活動內容最喜歡的是在星空下看電影，雖然非常冷，但大家圍在一起看電影加上營火的溫暖，就不會太冷，這種感覺好像在過年一起圍爐的感覺一樣非常溫暖。今年的活動很好玩，也辛苦青年會幹部，希望明年更精彩。

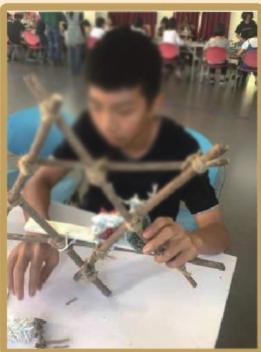


山城派對馬拉松

南投宗園 王○晶

這次的馬拉松路跑，是我人生第一次的體驗，也是我最期待的活動，早早起床的我們步行一同到了比賽集合地點，心裡的刺激感又一再的衝了上來。

等到了真正要開始的十五分鐘前有一場毛毛雨，但一會兒就停了，不知不覺來到了倒數兩分鐘，空氣一下子凝固彷彿吸不到了氧氣，雖然跑出去了兩公里，看見了補給站時我沒停，因為心裡的我告訴自己今天是驗收成果，就把它當練習，反正練習時也沒有補給站哈哈。跑著跑著，到了哲學步道的入口，我一口氣直接加快，成功連看你一眼也不會；而真正努力、付出的人，如果真的不被幸運之草籠照，但是否想想你已付出得經過所學的寶貴知識，這些是一般人沒有的，此時你已比別人成功了，成功不一定要被別人看見，成功是你學會了一件事，也許只是掃地，一些不起眼的工作，但你在那樣才能中成功了一大段。

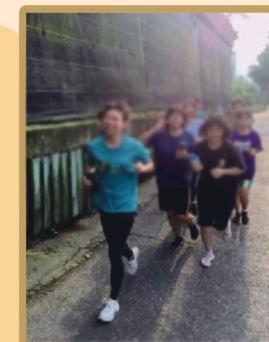


南投宗園 王○涵

這次的埔里山城派對，本來報名到的是 6 公里，但因為有可以替換的名額，所以就換到了 9.8 公里，路程上差不多就跟平常練習時一樣，只是過程中要跑上虎頭山的小坡，有點吃力。一開始路跑成員○儒跑不太起來，好像是肚子不舒服吧，所以我就在旁邊一直鼓勵他，不然就讓他轉移注意力，結果才跑過了一個虎頭山，不知道為什麼他突然精力旺盛，反而是我在後面一直追著他跑。總之，在過程中，我發現有同伴的感覺真的不一樣，自己一個人跑的話會想偷懶，但有人在旁邊的話，好像跑步就不是一件累人的事，反而還能從中找到樂趣！雖然我自認是個體力不錯的人，也許跑完全程對我而言並不困難，不過沒人鼓勵自己或陪自己聊天轉移注意力，還是會覺得自己在這段不長的路上跑得特別辛苦和沒動力，所以非常感謝在這次路跑中一路陪伴我的夥伴，替我這次的經驗留下很好的回憶。

這次的比賽中有人拿到不錯的名次、也有人差一點點就進前 5 名，因此而氣餒。不過我覺得那沒有關係，畢竟最重要的不是名次，名次只是讓他們能夠因為這次的成就感而對路跑充滿熱忱，最重要的是，在這次的活動中，他們學習到了什麼。

希望我們每個人都能好好記住每次路跑的經驗，並從中了解自己需要加強或維持的部分！還有這次陪同的大人，謝謝他們用心的帶領、陪伴著我們，與我們共同分享喜悅和各種情緒！希望自己即使到了畢業，離開了阿尼色弗這個大家庭，依然能像一些畢業生一樣，回到阿弗一起參加各樣的比賽、活動，並把自己的經驗和感想帶給他們！





南投宗園 蕭○雲

我是第一次參加路跑比賽，當時的我非常緊張，因為第一次看到這麼多人跑馬拉松比賽，我看到每個人都已經準備好了，而我在比賽的前幾天，就非常緊張很怕我追不上，自己的體力都沒有，但是我們平常的練習的公里都比這次我參加的健康組6K還要長，我們平常的練習是7到10公里之間，而這次的路跑只有6公里，所以平常有好好練，就不怕自己的體力。

姐姐也很常告訴我們，當一個人把自己的態度拿出來，不會跑不下去，姐姐要看的不是我們多厲害，是看我們的態度和堅持力。有很多很會跑的人，他們也是付出一段時間，才能練出這樣的好結果，我們也不可太驕傲，太驕傲的人，不管他是不是很會跑，還是會被看不起的，所以要有謙卑的心。比賽的那一天，我是和○晶一起跑的，○晶一直在鼓勵我，我就慢慢的跑，那時我本來想要跑到一半就用走的，○晶就說要堅持下去，我就沒有用走的。慢慢的跑完六公里，不放棄，雖然沒有進到名次裡面，只要有努力的完成它，就是成功的一部份。我們只要把平常練習的堅持與態度拿出來，就一定會有成就感，而平常我們不斷的練習一些技巧，例如：核心訓練，重訓，自主訓練，如果不這樣練習體力會不太好，所以要一直練習，也希望我下次再跑一次不同公里數，而且一定要好好的堅持下去，不可放棄，我可以慢慢跑完它，就是不能用走的，不然平時的練習就浪費了。我們辛苦的練，就希望有好的結果，而且主任阿姨說明年有橫跨中央山脈的大計劃，更要好好的練習，這是我的大目標，所以我要好好加油，永不放棄！。