



國內

台東郵局許可證
台東字第15號

雜誌

台東誌字第13號
執照登記為雜誌交寄
發行人/呂立漢

台東立案證書：府社兒婦字第1050141742號

電話：089-223194 傳真：089-227641

地址：954臺東縣卑南鄉賓朗路260號

E-mail：ho.ansf@msa.hinet.net

南投設立許可證：府社工婦幼字第1050143876號

電話：049-2926811 傳真：049-2927631

地址：545南投縣埔里鎮東潤路33之2號

E-mail：ansf.nantou@msa.hinet.net

法人設立許可證：法人登記證書109證他字第46號



Kidsalive®
INTERNATIONAL

Christian Care for Children at Risk

財團法人私立台東 基督教阿尼色弗兒童之家



雙月刊

200
期

2024年03月~04月

教養孩童，使他走當行的道，就是到老也不偏離。 -聖經-

<http://www.kidsalive.org.tw>



地震

台灣今年從三月份開始，就一直有「地震」的搖擺不停，只是搖的不太大，但是也是一種信號作用，提醒社會大眾：「大家要小心」！嚴格說來，「寶島」幾乎每天都有或大或小的地殼活動發生。對於人們而言，就是「有感」或是「無感」的分別而已！

4月3日早上7點58分時的全島一陣天搖地動，造成了花蓮及附近地區的嚴重傷害。有人員死傷、失蹤、樓房倒塌、公路中斷、財產損失不計其數，真令人傷痛。翻開台灣歷史，細數幾百年來，就是「地震」、「颱風」等天然災害，一路都是常伴隨著我們的生活。猶記得前內政部長李鴻源老師，是一位地質與水土保持的專業人士，曾提及有研究報告指出台灣的地質是比較破碎成面的。所以在台灣高樓大廈的建築，相對而言，危險指數的風險是比較大的。雖然這次101大樓的耐震與表現，真的是令國際間的許多專業人士「刮目相看」，可是若是剛好在地震帶中心發生呢？當然「天災」有時是人類只能「聽天由命」的境界，人是不能勝天的。

在舊約聖經的創世紀有提及巴別塔之例，在神學領域的各個學派，有各個目的見解，例如驕傲、合併、分散等等，這是聖經內首次提及神親自做對眾人阻擾、破壞的工作。讓人不得不去想，一直往高處建構發展，是否需要謹慎省思一番？上帝所創造的大自然有它一定的法則和限度的。地震的頻率高，再再都是在提醒我們要多方小心，用謙卑態度來面對大自然的變化。

另外，近期以來，台灣「食安」問題，也是困擾我們大家的一個大麻煩，各地皆陸續傳出案情，甚至造成死亡。我們藉這些事件來各反省警惕，提醒大眾小心注意，讓我們的生活更趨於美善、良好的境界。

祝

以馬內利

您的朋友 呂立漢 上

長留在內心的聲音

作者 / 小妍



生活中有成千上萬種的聲音：下課和朋友的嬉笑聲、時鐘滴答滴答聲、風扇轉動的聲音、鳥鳴的啾啾聲、老師放下粉筆的聲音、早晨的鬧鐘聲、風吹草動的聲音，這些聲音都充斥在我們生活裡，再正常不過的。但令我念念不忘的卻是再簡單不過的聲音，那就是一媽媽的嘮叨聲。

媽媽的聲音讓我印象深刻！因為媽媽的嘮叨聲並不像其他家的媽媽一樣，我媽媽的嘮叨是有如風輕輕撫摸小草的臉，有如太陽溫暖著大地，是溫柔的，是溫暖我心底深處的。我們常常犯錯，媽媽不打也不罵，就只會唸我們、教導我們正確的觀念，以免我們重蹈覆轍，再犯同一樣的錯。可是媽媽過世以後，沒辦法再聽到了，但這個聲音我會永遠銘記在心，到死也不會忘記。

另外一個讓我印象深刻的聲音，是焚化爐燃燒的聲音，因為人死後有些家屬會選擇火化，當然我們家也不例外。爺爺過世的時候、媽媽過世的時候，全部都是火化，當媽媽被推進去開始燃燒的時候，我連聽都不敢聽，那是多麼難過的一件事啊！雖然人死後是不會有任何感覺的，但光聽焚化爐的聲音，就覺得好痛，彷彿自己就置身在裡面被燒一樣，全身都在發熱，真是像極了面前有一場熊熊烈火。

除此之外，還有另外一個令我印象深刻的聲音，也是我最深藏在我心靈的聲音，那就是——幼小的我的聲音。為什麼會說它是最深的聲音呢？那是因為大部份的人都應該會有一個快樂童年，而且也是父母陪伴在身邊最多時間的時候，可是我並沒有。我的童年，說好不好，說不好也沒有多不好，我是跟阿公、阿嬤一起住，爸爸、媽媽跟兄弟姊妹都不在我的身邊，媽媽也是這個時候駕返瑤池了。我每次一想到就哭得不能自己，所以我幼小的心靈受了傷，只要每次遇到類似的事情或者是遇到挫

折的時候，小小的我就會對自己說：「現在你要勇敢起來，遇到了困難不要害怕，要想辦法解決，不可以一直拖，一直拖下去的後果不堪設想，所以你振作起來，別忘了媽媽臨走前叮囑你的話，媽媽知道你又這樣總是不敢處理、害怕處理，媽媽怎麼會放心呢？拜託你了，請你振作」。每當這個聲音響起，我就知道我不應該頹廢下去了，找出問題的根源，並且處理好所有該解決的事情，小小的我，從此變成我心靈的支柱，也是我的人生導師，引導我走正確的路，而不是走違背良心、傷害別人的路，它已經成為我生活裡不可或缺的一部份。

藉由前面三種的聲音，讓我體會到母愛的偉大。養育我們也不是一件輕鬆的事，除了家事以外，很多事都要教導，做錯事了不要只會懂得責罵，也可以用簡單的觀念去教導孩子們正確的方法，孩子們也就可以比較知道怎麼做是對的，什麼事是錯的，就不會一錯再錯，重蹈覆轍。

出生和死亡都是再正常不過的事情，身為人都一定會死，因為你永遠都不會知道明天和意外哪一個會先來，我覺得我們不應害怕死亡，而應坦然的面對。不是每個人都有一個幸福的童年，也不是每個人都有一帆風順的人生，所以不要再糾結在過去，敞開心胸坦然接受，才是最重要的，我相信沒有任何父母會想要自己的孩子有個不快樂也不幸福的童年吧！所以我以後一定讓我的小孩有個快樂、幸福的童年，並且開開心心地長大。

一日職人體驗

南投家園-○儒

「新動線健身工作室」-是我這一次職場體驗的場所，讓我這個愛運動的人見識到什麼是健身房，發現除了愛運動的人會來強健身體外，也會有為了替自己預防肌少症的人來健身，我學到所謂的“肌少症”問題，就是當一個人很少去活絡自己身上的肌肉，漸漸的肌肉會很難使力，可能走路走沒多久，腳就沒力了。

我們年輕人有年輕人的本錢，可以有很多的體力去使用，學各樣的運動，但年長者也需要運動，卻又不像年輕人一樣在各樣球場上活棒亂跳，這時，健身是一個很好的替代方案，可以消耗較小的體力下，有著相同效果，而不一樣的器材所鍛鍊的肌肉是不一樣的，其實都不輕鬆喔！

透過專業教練的指導下，有嘗試了許多從來沒碰過的器材，像是槓鈴、TRX懸吊等，非常的新鮮...而同樣的動作，會因為姿勢不同或坐下標準，效果會變得很差；而練的每一個不一樣的動作時，試著把動作放慢下來，更能增加自己肌肉的肌耐力程度，而鍛鍊的效果也會大幅提升。在這次的健身房體驗下來之後，發現身體有很多的地方開始痠痛，也增長運動相關的知識，更明白健身需要相對耐性，想要變強壯就需要持之以恆，期待下次的職場體驗。





南投家園-○晶

這次的拜訪的公司是做網頁設計的（用益網路科技公司），體驗當中，我學會了關鍵的網設結構基本要素，第一是產品頁，一個網站最精華的頁面，是顧客能否願意花費的主要重點，讓來消費的人清楚產品的所有資訊，第二是案例頁，有些人可能是逛逛網站並不了解產品或品牌，透過一些生活化的例子，讓顧客更深層的體會產品的好處，第三是關於自我頁，內容主要是公司的聯絡方式和一些關於公司的故事和歷史，讓顧客更容易找到展現體貼，第四是主旨頁，寫下公司秉持著甚麼信念或者以甚麼為主軸讓顧客看見一份堅持，最重要的如果有關食品販賣的網站，一定必須多加證明頁，用來放一些食品證明，提升產品的信任度和安全性。

除了這些，令我印象較為深刻的是在工作期間要公私分明，不論是碰到個人的問題或同事有些細節沒做好，未達到目標必須立刻提醒彼此，也直接點出錯誤，不用刻意在乎對方的心情，因為這就是工作，工作是工作，至於個人感情和人際又是另外一回事，工作場中只有對事不對人，才能使一家公司一起向上一共進步，這次職場體驗真的認識非常多的新事物，希望下次能有機會再參加一次。



南投家園-○瑜

當天我一進到「陳文喬骨科診所」時，看到椅子上坐一排滿滿掛號的人，此時的我開始有緊張的心情出現，後來就有一位護士姐姐跟我說，當我們看到一些不禮貌的客人時，務必要注意「言多必失」，不然會很難處理事情。

護士姐姐介紹診所的服務項目以及很多復健的機器，我看到那幾台機器覺得很酷，也超級喜歡那些幫患者復健的機器。

當我開始在幫忙做任務時，發現一位很沒禮貌的阿嬤，因為我在用熱敷袋時，她就一直在碎碎唸，我就有點不高興，而且別人提醒她進診所要戴口罩時，她都一直不聽，我超級不想幫她拿東西，但不幫她又覺得我很沒禮貌，所以我覺得有點「寸步難移」，但是我還是有幫她完成任務啦！事後回想這個阿嬤讓我學會了一個新的功課：溝通與表達。雖然跟別人說話需要耐心，且要讓別人聽得懂我想表達的事情，真是一門學問。

在職場中我體驗到和別人溝通的耐心需要很多，且要有禮貌的和別人相處溝通，我很開心能參加到這次的一日體驗。謝謝南光社友提供職場讓我們體驗，學習不同的功課，也謝謝那位客人讓我學習有耐心的和他人溝通，在這一次的一日體驗裡，可以讓我學習到不一樣功課及開拓新視野。





南投家園-○涵

南投家園-○瑄

我在職場體驗中覺得收穫滿滿呀！讓我述說給你聽.....

這次被派任到「車寶貝汽車精品」，雖然只是幫忙補貨上架和擺放物品的工作，但我們依然學到很多的小知識，剛開始我心裡滿緊張的，因為超害怕自己的不小心做錯事情，還好它們總從最簡單的補貨開始，從當中就可以看出自己的細心以及耐心度了，雖然在擺放的過程中，還是會有出錯的時候，但我們有去積極主動去詢問負責的店員姊姊，我覺得我們這點做得很不錯呢！（主動詢問很重要）。

操作中我覺得最大的困難點就是幫忙貼標籤，不要小看這個工作，其實這也是需要很大的專注力，而且還要很有細心，因為我剛學習時，有好幾次都貼錯價格，到後來慢慢了解就比較少出差錯了，我最感到有成就的事情是排列物品上架，因為我有被稱讚上架排列很棒喔！一日下來看著維修部的哥哥們修車，百貨部的姐姐們幫忙結帳和服務客人，我終於了解到這個行業的辛苦，也非常感謝姊姊們耐心的教導與說明，在忙碌中，還要顧慮到我們的中餐情況，特別感謝也很榮幸有機會參加職場一日體驗喔！

這一次的一日職場體驗，我到了"新科包裝"公司，這是一間製造各大公司產品的包裝紙袋，而且會為顧客定做客製化商品，以提升顧客的獨特性。

在這方面我學到了，尊重各種顧客商品，給予獨特設計的重要性，可以提升公司給別人的評價，讓大家知道新科包裝是間以顧客為重的公司，我體驗的這間公司，除了製作專屬顧客製成商品外，同時也可以環境回收保特瓶原料製作"環保沙袋"紙袋也是採用FSC環保樹，環境汙染是全球一大問題，所以在這方面我又學到了環保的重要，生活中也用的到我們可以買有FSC商品，來為地球盡力。

因為一日的體驗，所以我能做的是有限，我幫忙黏一些紙袋，動作雖然都一樣，過程中體會細心和耐心都很重要。新科包裝也走在國際道路上，和國內外的顧客都有聯繫，所以語言也是一個大課題，若要走在國際上，英文是必要的，所以這激勵努力讀英文，在我國三的模擬考中也有大大的進步，從C變B。相信如果我繼續持之以恆一定也可以走向國際化，體驗各國文化，提升自我經驗，未來求職也能順利很多。

謝謝這次新科包裝的社友，帶我了解公司的運作方式和職場上會遇到的困難，期待我能帶著我所學所看的成為一位受重用的人。



南投家園-○旻

職場一日體驗，我被安排去青年高中的圖書館，當我知道是去圖書館的時候，我感到很開心，因為我一直都很喜歡圖書館的氣氛，一個人靜靜的地在圖書館一角做事，那種感覺真棒！也感到很文青。

當天，圖書館的姐姐讓我負責把新書的條碼貼上保護貼，並且蓋上所屬機構的印章，看起來很簡單，但是新書的數量很多，蓋印這件事又沒那麼簡單了，過程真的很需要耐心和毅力，不斷的重複一樣的事情，而且還要找可以蓋印章的頁面，書側也需要蓋，一個不小心就會蓋歪，或是沒蓋好，都需要很小心才行，有些書甚至空白的頁面都沒有，只能放著交給圖書館姐姐處理了。

這天的體驗結束後，我覺得自己好像很適合在圖書館工作，因為我在過程中做得很順手，同時也很自在，如魚得水一般。雖然有些書我沒蓋好，但會激發我在下一本時，要蓋得更好、或者是找到可以蓋好的方法，期待未來找尋工作時可以有這樣的機會。



意志力的磨練

體能訓練挑戰



台東院區-○芸

為了讓我們體力提升，也讓我們可以順利的爬完我們的目標-嘉明湖，所以安排了爬山訓練，我自己是第一次爬都蘭山，所以很緊張，怕自己會在中途放棄，導致我整個晚上都在胡思亂想睡不著。

檢查完需要帶的裝備後我們就出發，一路上看著海景，此時的我還十分的舒服，還沒有預想到後面的疲憊，到了入山口，開始有點不自在。一路上我盡量放鬆自己的心情，好讓我可以比較輕鬆的爬，但是我發現如果我很安靜的爬，會比和別人聊天還要累，可能是可以分散注意力吧！爬到最後差點崩潰，因

為毛哥一直說快到了，我又很想喝水，但始終看不到目的地，幸好我挺住了，到達頂端甚至都要哭了，覺得自己做到了，在上面吃著泡麵都感覺很幸福。休息一下，我們就準備下山了。

下坡總是比上坡輕鬆，但是需要比較多技巧，在路途中看到很多人滑倒，心都多跳了一拍，終於回到入山口，我的心情也平復了許多。

經過了這次的訓練，我開始期待下次的訓練。但是還是要再更努力一點，因為這次爬得很累。





台東院區-○松

我期待已久的馬拉松，終於完成了，我在這項運動中學到了很多，也讓自己有不少的目標在預備中，希望自己能在一項運動中發光發熱，這次的比賽，讓我有一個成就，雖然一開始比賽前我是很緊張的，但是我告訴自己要專心去完成這項比賽，過程中有很多的難關，像是爬坡的部分就有點困難，我有不斷的禱告，來幫助我渡過難關，感謝自己努力這麼多，才有這些美好的收穫，比賽吃了很多的補給站，有不同的食物，像是水果、飲料、炸物等等都很美味，補給站的人也辛苦，要幫我們這些跑者準備這麼多的能量，是多麼辛苦的一件事，所以要珍惜這些補給，謝謝工作人員及毛哥為我準備這場比賽。

台東院區-○昌

這次的比賽是在關山鎮，早上清晨四五點就已經開始跑了，而我們是22公里組，路非常寬廣，跑起來非常舒服，在路上也可以看看山，看看美麗的山谷。

跑在路上曾有兩次想放棄但最終還是沒放棄，因為沒到終點就回不了家了、更大的原因是有上帝的陪伴，我才能順利的跑完這場22公里的馬拉松，我希望之後可以多跑幾場，目標五場完之後的實力應該就可以去比45公里的馬拉松了，謝謝自己，也謝謝大家的讚美和努力，我才能跑到現在，希望下一次還能再跑一次埔里山城馬拉松，去跟南投的人比較一下實力。加油！

台東院區-○鋒

我這一個月有去比南橫超級馬拉松，我覺得我比的很好，有前五名。

在比賽那一天，我們有跑45公里的跟22公里的，而我是跑22公里的，在跑22公里時我覺得很難，因為是跑上跑下的，在剛要跑時我只有想跑完的想法，所以我跑在很後面，但跑到第二個休息站，我就有一種想要得名的感覺，所以在那一站我就全力的跑，跑到折返點我就已經追到第八名了，到終點時我就已經追到第四名了。

這一場比賽我覺得很難，可是被我跑的很簡單，希望可以再跑一次南橫超級馬拉松。



療心時刻

「哥哥」是女孩對機構社工的稱呼，她總是希望能依賴著「哥哥」，且表達自己不想長大，想永遠給機構照顧。這樣的想法是令人感到窒息的，尤其女孩出現利用傷害自己的方式來博取照顧，最終讓她去到了杜鵑窩。

女孩數次出入杜鵑窩的日子，是機構全體同工用上最大的極限支撐著，她在機構的時間需擔心著會有什麼傷害自己的行為，她在杜鵑窩晚間來的電話總希望有人關心她。機構社工、其他同工和院長都承受女孩的願望，並給予支持和鼓勵，但效果僅只於此。而此時女孩的姊姊願意照顧她，並表示會尋找租屋處，能接回女孩一起住，正當希望曙光出現時，無奈疫情攪局，讓眾人措手不及，機構同工們無法好好的向女孩說再見，至少耳聞女孩與姊姊的相處不錯，終於取得了一個平衡點，而機構社工偶爾回想起被女孩稱作「哥哥」的時光，並想著是否有盡到自己最大的努力呢？

