

「希望之苗・綻放活栗」
2015 全國生命線年會系列活動報導

目 錄

刊頭語	2
★「希望之苗・綻放活栗」—2015 全國生命線年會系列活動報導	2
◎頒獎典禮及晚會	3
◎家庭議題與人我關係研討會	3
◎第 20 屆第 1 次會員代表大會	4
會議及活動	5
★【高雄市大高雄生命線】『2015 年弱勢家庭社區嘉年華』	5
★【高雄市大高雄生命線】第 9 屆第 1 次會員代表大會、理監事改選暨 104 年志工授證	6
★【台東縣生命線】第 11、12 屆理事長交接暨第 12 屆理監事就職典禮	7
志工園地	8
★【高雄市生命線】40 屆志工儲訓	8
★【高雄市生命線】志工訓練 8 場次	8
活動預告	8
附件一《生命似舞 躍動港都》高雄市生命線 45 週年慶 系列活動	9

刊頭語

★「希望之苗·綻放活粟」—2015 全國生命線年會系列活動報導



全國 24 生命線協會領隊合照

生命線在 50 年前由澳洲 Alan Walker 牧師創立，在全國目前有 24 個協會。生命線提供協談電話服務，也以危機處理自許，並因應社會以及當地縣市需求，而發展出其他類型的服務。每年，為感謝這些長期 24 小時默默無私付出的志工，並促進各協會專業知能的交流，而舉辦年會讓大家可以彼此交流。今年年會系列活動於 3/27-3/29 為期三天，共分為三個部份，有家庭議題及人我關係研討會、頒獎典禮及晚會、以及第 20 屆第 1 次會員代表大會，共有近千名來自全台各地的生命線理監事、工作人員及志工參加。令人高興的是，最新成立同時也是全



與會者參與中

台第 24 個生命線協會—金門縣生命線協會由創會理事長、金門大學創校校長李金振首次率團參加。這次，金門總共有 7 位夥伴一同共襄盛舉，感受到各友會的溫馨接代及支持，希望藉由這樣的盛會能夠吸取經驗及與友會多多交流，將經驗帶回金門，讓金門生命線能夠更加茁壯。

◎頒獎典禮及晚會

此次活動，除了頒發 40 年資獎等殊榮以表揚生命線志工外，亦特別邀請聯合國 NGO 世界公民總會、演唱家南賢天等多項演出來讚賞對生命的熱愛。苗栗縣長徐耀昌也特別至會場與會，鼓勵及肯定志工們的辛勞付出。晚間生命之夜活動中，副總統吳敦義頒發國際生命線台灣總會理監事感謝狀，



他肯定生命線成立至今 45 年，已接、打 400 萬通以上電話，協助維護許多寶貴生命，成效逐年提升，值得肯定。更表示，2006 年國內自殺人數逾 4400 人，是自殺高峰期，2009 年已大幅減至 3500 人以下，2010 年更首度將自殺踢出國內死亡十大死因之外，締造台灣重要維護生命的奇蹟。

副總統吳敦義與 19 屆理監事合照

除了各界的肯定之外，生命之夜表演更安排全國十大傑出青年劉銘老師做「人生好好」專題演說分享人生經驗，及所帶領的混障綜藝團為生命之夜表演



生命鬥士的精粹，透過這些生命鬥士的分享，不僅讓我們看到生命的光輝及韌性，也讓我們敬佩他們的努力，現場參與者有許多人都感動的掉下眼淚，為他們加油，他們不放棄的精神是值得我們學習的。第二天的五行健康操，讓參與的夥伴在一早就有滿滿的活力。期待每一位參與的伙伴，能激盪出更多生命的價值意義，並帶著滿滿正向的能量、對生命的熱愛回到崗

與會貴賓與混障綜藝團一同合唱感恩的心位上，回饋於生命線的各項社會服務中。

◎家庭議題與人我關係研討會

本研討會特別選在擁有五星級稱號的苗栗縣政府衛生局辦理，特別邀請到黃敏偉（衛生福利部八里療養院副院長）及張蕊仙（苗栗縣政府衛生局科長）來做專題演講，分別介紹「現代和諧家庭建立與情緒管理技巧」及「104 苗栗縣心理健康促進暨自殺防治展望」，還有 7 篇論文發表及 15 篇經驗分享及



與會者認真聆聽

交流，內容豐富。現場參與者來自各地生命線、心理衛生相關單位、教育相關單位等，上下午場合計超過 160 人次。生命線的服務日益多元化，助人工作者從實務中也累積許多寶貴的經驗，以「千里一線牽，幫助在耳邊」為服務宗旨，2014 年服務更超過 16 萬人次。從求助問題我們可以看到服務不再只是針對個人，其背後家庭議題更適需要被處理的，包含有夫妻關係、婚姻關係、親子關係、就業議題、族群與文



張蕊仙科長演講
化等議題，這些議題皆是每個家庭常遇到的問題，亦是這些年來被廣為討論的顯學。

研討會第一次創舉是收集整理國內外自殺防治相關文章，國外文章將由協會



黃敏偉副院長演講

與志工、專工相互合作，加上過去的方案工作、專業經驗、並統整出一些觀念及想法供大家參考，予以分享及整理。文章透過整理變成可傳遞之知識，讓助人工作者可以整理第一線的實務經驗及吸取國外經驗，藉由研討會達到資料收集及議題討論。大家收穫滿滿！

◎第 20 屆第 1 次會員代表大會

會員代表大會每年舉行一次，本次為第 20 屆第 1 次會員代表大會於 2015 年 3 月 28 日下午 3 點於西湖渡假村米蘭會議廳召開，會中審議 103 年度財務情形以及 104 年預算編列，本年度的會務工作計畫報告，讓全台各地的會員代表更瞭解總會狀況，會中也順利選出第 20 屆理監事。緊接著全體理監事立即分別召開了理監事會議，由張春玉女士當選第 20 屆理事長、



會員代表大會宣讀生命線宣言
常務監事為張秀輝先生、第一副理事長為黃敏偉先生以及第二副理事長由陳清鏗先生擔任、還有另外四位常務理事郭文榮先生、施明宏先生、李明義先生、李榮鏗先生。全體理監事將帶領生命線進入另一階段。



3/29 年會在西湖渡假村進入尾聲，也在彼此的祝福及告別聲中，彼此祝福相約明年桃園見。感謝苗栗縣生命線陳宗聖理事長所帶領的辛勞的工作人員們，讓大家留下溫馨及美好的回憶，期待明年桃園再相見~

會員代表大會主席致詞

[【回到目錄】](#)

會議及活動

★【高雄市大高雄生命線】『2015 年弱勢家庭社區嘉年華』

彌陀社福中心主辦「彌走春天分享愛-2015 年弱勢家庭社區嘉年華」活動，主要是針對彌陀地區弱勢家庭的成員舉辦的活動，為凝聚家庭情感並增進與社區互動。所以，特別邀請本會去現場設攤宣導，本會透過 BSRS 量表的評估工具、拼圖的遊戲，讓參與者更能認識生命線功能。並透過宣導 DM 傳發的方式，加深大家對 1995 專線及服務內

容的印象；針對小朋友採遊戲的方式做宣導，透過拼圖的過程及最後將拼圖內容唸出，來加深小朋友對 1995 專線的認識，並讓他們清楚知道當遇到困難或心情不好時，有 1995 自殺防治專線的求助管道；而在大人部份則是透過 BSRS 量表的作篩檢，以瞭解服務對象於一週的心情狀況，在檢測完畢後，說明 1995 專線的用意，期望服務對象在遇到困難或是挫折時，多一個抒發情緒管道。



志工及家長一起協助讓小朋友進行拼圖遊戲完成後，並請小朋友將拼圖的內容唸出來，以加深小朋友對 1995 專線的認識，讓他們知道當自己如果心情不好可以撥打 1995 專線來尋求協助。



志工透過 BSRS 量表的評估工具，檢測服務對象近期的狀況，發現本服務對象分數皆高達 15 分以上，再由總幹事與其做進一步的說明瞭解及留下聯絡方式，將與彌陀社福單位聯繫瞭解與提供相關服務。



總幹事透過 DM 與現場民眾來宣導 1995 自殺防治專線功能。以加深參與者對 1995 自殺防治專線的認知，以期當參與者面臨生活上的困擾時，能夠在關鍵時刻撥打 1995 專線來尋求協助。

[【回到目錄】](#)

★【高雄市大高雄生命線】第 9 屆第 1 次會員代表大會、理監事改選暨 104 年志工授證

當日感謝多方來賓蒞臨指導，有高雄市政府社會局專員、總會輔導理事長陳宇嘉、岡山區長、及市議員數位，分別給予本會極大的鼓舞及肯定，相信本會在各界的相挺下，能夠持續在自殺防治的道路上前進。

會員代表大會結束後，舉行理監事改選投票，順利選出後立即召開第 9 屆第 1 次理監事聯席會議，改選本會理事長，由現任理事長葉漢連先生連任。

今年度志工授聘人數為 86 人，並表揚 103 年度表現優異的志工，如忠勤獎—全年服務時數前 10 名、勤學獎—全年在職進修時數前 5 名、熱心服務獎—全年支援行政及活動時數前 10 名……等等。

此次理事長特別準備了自拍神器當做獎品，期待每位志工在參與本會活動時都能夠透過鏡頭，補抓自己服務的感人身影。



召開第 9 屆第 1 次理監事會



頒發理監事功勳獎



志工團團長交接由理事長監交

[【回到目錄】](#)

★【台東縣生命線】第 11、12 屆理事長交接暨第 12 屆理監事就職典禮

舉行日期：104 年 3 月 1 日(日)。舉行地點：台東娜路彎大酒店(臺東市連航路 66 號)。參加對象：台東縣縣長、市長、縣議員、本會理監事、永久會員、服務中心人員及志工。共計 50 人。



第 11、12 屆理事長印信交接



大合照

[【回到目錄】](#)

志工園地

★【高雄市生命線】40 屆志工儲訓

40 屆志工儲訓於 3/7 開始，共 28 名報名者，課程內容包括認識生命線，同理心，自殺防治，志願服務倫理及自我探索等。

第一堂課大家互相認識

[【回到目錄】](#)



★【高雄市生命線】志工訓練 8 場次

共 20 小時，參與人數達 261 人次，內容含蓋
※隱藏在銀髮下的危機-認識老年精神疾病※性
平議題：性別談下一代教育。※長者自殺議題探
討※再現笑顏，活出自我。※精神疾患的家屬自
我照顧秘笈※喜歡自己，成就別人。

陳正生醫師談認識老年精神疾病

[【回到目錄】](#)



活動預告

編號	時間	地點	活動名稱
1	4 月 25 日 (六)11:00-15:00	高雄市新興區聯合里民 活動中心	『呷出厝味!』家庭成員交流 促進活動 簡章如 附件一
2	4 月 25 日 (六)09:30-11:00	高雄市新興區聯合里民 活動中心	2015 年會員大會

[【回到目錄】](#)

《生命似舞 躍動港都》高雄市生命線 45 週年慶 系列活動

呷出「厝味」

~邀您端出「家」餚吃在嘴裡，暖在心頭~



還記得小時候
阿公阿嬤從老廚房裡端出那祖傳秘方的滋味？

還記得出嫁後
回娘家時父母總把家裡的好料通通端上桌
彷彿怕妳在外頭餓著了？

還記得逢年過節時
大夥兒快樂地相聚圍爐
桌上琳瑯滿目的菜餚中
就有那麼一碟 讓你百嚐不厭？

記憶裡老有那麼一道菜讓你懷念再三，每每聞到它的氣味就讓你想到「家」

歡迎您邀請家人一同報名參賽，說出你心中的「厝味」故事
就有機會接受生命線免費招待 辦桌美食
品嚐十大**家**餚 更有機會得大獎!!

◎活動辦法

- 即日起至 4/7，歡迎以家庭為單位報名，一起發想「最能讓你想起家的滋味」的一道菜餚，並填妥下頁報名表後，傳真或 Email 至本會，報名後請來電 07-2819595 確認報名成功。
- 本會將針對報名者報名資料進行初步審核，並選出十名參賽作品進入 4/25(六) 決賽評選，評選後將個別通知。決賽當日由本會特聘主廚重現入選之十大「家」餚，並邀請入圍之參賽者免費圍爐，享受本會招待的美食饗宴！
- 入圍之參賽團隊需於決賽當天上台講述「關於這道菜餚的故事」，由本會聘請之評審進行評選，將評選出前三名及現場人氣王並頒獎。

◎決賽日期：2015. 4. 25(六)11:00~15:00

◎決賽地點：高雄市新興區聯合里活動中心(忠孝一路 417 號)

指導單位 高雄市政府社會局

主辦單位 社團法人高雄市生命線協會

協辦單位 高雄市各區家庭福利服務中心

《生命似舞 躍動港都》高雄市生命線 45 週年慶 系列活動

呷出「厝味」報名表

姓名 (自參賽團隊中 選出一名代表)	聯絡電話	手機： (H)：
	團隊人數 (3-5 名)	
聯絡地址	(方便本會寄送活動通知相關文宣)	
參賽菜餚名稱		
菜餚製作備料 (請詳列原料及其 數量 ex. 豬肉半斤)		
菜餚製作方式 (請詳列烹調步驟)		

<p>關於這道菜的</p> <p>一段故事</p> <p>(100 字以上)</p>	
--	--

※填妥報名表後請傳真至 07-2169595 或以電子檔傳至 klla.kh@msa.hinet.net

◎參考範例一：大骨粥

如果時光可以倒帶，我想我會在病床邊摸著她那細瘦的手，輕聲告訴她：「謝謝妳。」

我出生在一個雙薪家庭，自幼因為父母忙於工作，對我來說，第一個有記憶的「家」，並不是和親生父母居住的那房子，反而是：褓姆的家。那家裡總飄散著明星花露水的味道，還有嬰幼兒爽身粉的香氣。不過，最讓我難以忘懷的，卻是每天近中午時，那燉著豬骨、紅蘿蔔、蔬菜及魚碎肉的「濃濃大骨粥」。那日復一日，隨著熱氣蒸騰而散發的氣味，使我安心，甚至在那整理備料的過程中，那麼年幼的我已經深深體會到一種愛的溫度：有一個人，願意為我付出這麼多。

多年後長大的我，不再對褓姆有過往的依戀，甚至在青少年時期還一度對於過往的記憶感到某種不自在的尷尬，彷彿心底抗拒被貼上「幼稚」或「長不大」的標籤。於是，在褓姆患病的最後一段日子，我仍然刻意保持著距離，不曾親親她、或再抱抱她。只是，在送她走的最後一程，我的心裡仍然閃過一幕幕，在那小廚房裡飄出炊煙的氣味，融合著肉香、菜香—還有一份愛的滋味。

◎大骨粥食譜

1. 食材: 豬大骨、紅蘿蔔、高麗菜、鯛魚片、白米

2. 料理步驟:

第一步: 豬大骨用水川燙(為了去血水及油脂等髒污)

第二步: 在放豬大骨的鍋子裡倒入 8 杯水、外鍋 1 杯水，按下開關後等電鍋跳起，再一次在外鍋放一杯水，總共煮兩次

第三步: 將大骨湯冷藏後，去掉浮在湯上面的一層油脂

第四步: 將一杯白米、紅蘿蔔、高麗菜、鯛魚片放入去油的大骨湯中，再放入電鍋，外鍋放 1 杯水，跳起就煮完囉！

◎參考範例二：粉蒸排骨

我有個身體非常硬朗的奶奶，她也是我們家的「大家長」，九十多歲但非常瘦的她，至今還能打毛線、穿針，甚至做手編的包包送給媳婦。

記得小時候，奶奶曾有一段時間與我們同住。她是個河南人、爺爺是山東人，因此家裡常常出現很多在台灣不常吃到的「外省好料」。像是佛跳牆、腐皮豆芽捲、紅豆糕點、羹湯等等，而我最喜歡的一道菜，就是熱騰騰的「粉蒸排骨」！

第一次吃到它時，我就對它獨特的口感深深著迷，加上奶奶精心醃漬的過程，更讓我的味蕾得到非常大的滿足。因此每逢回家見了奶奶，我總繞著她，嚷著「我要吃粉蒸排骨！」看著我這麼捧場，飯桌上也真的三不五時就出現這道菜餚。久而久之，它就成了我對「家」回憶的一部份。

◎粉蒸排骨食譜

1. 食材：豬排骨、醬油、醬油膏、胡椒、蒸肉粉

2. 料理步驟:

第一步：排骨切塊，用醬油加少許的醬油膏醃過，視排骨大小醃 20 分鐘

第二步：把蒸肉粉倒在盤子上，拿排骨滾一滾，放進小鍋子裡用電鍋蒸二次

呷出「厝味」只要參加就有獎！

讓你和親愛的家人團圓吃飽飽

前 30 名報名者可以攜兩位家人一起參加吃辦桌，還可以

獲得神秘小禮物喔！

歡迎您或您的朋友報名參加，目前所剩優惠名額

報名截止日期:4 月 7 日止

[【回到目錄】](#)