

財團法人愛心第二春文教基金會



臺北市內湖社區大學 承辦單位

用愛深耕內湖

雜誌版

11

期

發行 / 2015年1月10日



回顧與展望

內湖社大校長 / 林金銘

財團法人愛心第二春文教基金會接受臺北市政府教育局，委託辦理內湖社區大學，已有12年的時間，在基金會董監事會大力支持及充分授權下，經過創辦人王建煊前院長及榮譽校長高希均教授的領導，為內湖社大奠下良好的基礎；本人有幸於民國97年參與社大的經營，並在民國99年4月接任校長一職，透過工作同仁、全體講師、志工夥伴及所有參與學習的學員和社區民眾共同努力下，不論課程、選課人次、教學和社區參與各方面，都能維持逐步穩健的成長。

在開課數上，由創立當時約一百門課程，成長至日前超過兩百門；選課學員人次也成長了2.5倍，本學期已突破5,300人次，且學員對本校師資及教學的滿意度都持肯定的看法。在社區方面，本校每年皆主動規劃和參與社區各項公共議題和各類型活動的辦理，與社區內相關機關、團體，皆維持良好的互動關係，深獲各公私立機關肯定。

內湖社區大學多年的辦學成果，除已發展相當齊全的生態環境與健康課程外，音樂藝術類的課程，也已發展近乎完備；未來的中長期發展，則將結合內湖科技園區的經濟發展動力，並整合社區大學學員及

社區民眾投入公益活動和社區公共參與，導引成為社會企業之育成平臺，開設系列與社會企業相關主題之課程，將內湖社大與內湖社區未來朝向社會企業創業與育成的特色發展。期望這樣的耕耘，有拋磚引玉的效果，讓內湖地區未來不止內湖科技園區為國內經濟之馬首，社會企業的蓬勃發展，也能成為國人另一注目的焦點。

以長遠的角度來看，社區大學的社區推廣工作，亦應漸漸擺脫傳統之文宣宣傳，替代以區民對社區大學的信賴與口碑；所以社區的推廣應該基於平時對社區的服務，透過舉辦各類型的社區活動，來凝聚居民的向心力，各項表演和演

講，激勵區民的學習慾望。推動志工服務與訓練，使愛與關懷能深入社區每一角落，也使社區大學能融入社區的發展中，成為社區的一份子，隨時關心社區的各項議題及發展。

內湖社區大學希望在高齡化和超獨居時代的社會趨勢下，依循財團法人愛心第二春文教基金會「有愛走遍天下」的理念來經營校務，秉持「用愛深耕內湖」的辦學使命，透過提供社區終身學習的機會，藉以提升學員人文素養，培養熱心參與公共事務及社區服務的精神，使內湖地區充滿愛及學習氣氛，成為安全健康而有遠景的社區。🌍



● 右為前教育局長林奕華，左是林金銘校長

目錄

校長的話

2 回顧與展望／林金銘

社會企業專題報導

4 願「社會企業」開啟「熟齡者」下半場人生的春天／張瓊齡

5 婚趴籌備暨執行過程心得分享／王煦慧、任麗卿、林梅芬、張淑麗、邱如冰

11 「愛你一世」紅寶石婚禮——再次看見愛的本質／黃麟傑

學習成長園地

12 風情東石文化之旅／劉郁敏

14 在攝影的路程上／陳美蓉

16 鄒族部落aveo veo yo 熱情分享／鄭安庭

內湖社區焦點

19 湖新社姐妹，和樂融融／趙二娟

20 齊心協力，爭取第3度國際「安全社區」認證／李明珠

22 戶政小志工，服務作前鋒／謝宗翰

23 悠遊好生活——揮別忘記帶錢包的「問」／俞瑟琴

24 藝術公寓——秀繡內湖／黃莉莉

社大分享

26 玩髮玩造型，美麗妳的人生／胡芳玉

27 愛心的百合，溫暖老人院／許麗娜

愛心園丁

28 走過十年／詹清壽

29 愛基會，有你真好！／黎惠梅

30 為什麼要去緬甸？／林美香

封底／社大行政同仁新年祝福

用愛深耕內湖【雜誌版—No. 11】

發行日期：2015年1月10日

發行人：林金銘

總編輯：張芳德

執行編輯：陳金讚

美術編輯：程蕙君

刊頭題字：沈榮槐

發行單位：財團法人愛心第二春文教基金會
臺北市內湖社區大學

地址：114 臺北市內湖區內湖路一段520號

電話：(02) 8751-1587

傳真：(02) 8751-1586

網址：<http://www.nhcc.org.tw>

電子信箱：infos@nhcc.org.tw

印刷廠：盛新印刷事業有限公司

電話：(02) 2932-7891

【有愛走遍天下·用愛深耕內湖】

免費贈閱 / 歡迎助印 / 踴躍賜稿

徵稿啓示

社大人的大小事

生為現代人

不再只是為自己活著

你的存在便對環境有了影響

你進了社大

社大因有你而改變

你的一句話可以改變別人一生

何不將你的故事伊過來

他的故事也可

博君一粲或賺人熱淚皆行

歡迎投稿

有學習抵用券獎勵喔



願「社會企業」開啟 「熟齡者」下半場人生的春天

—以籌辦【愛你一世，紅寶石婚禮Party】為範例

文／張瓊齡（內湖社大教育部公益創業人才培育計畫 執行長）

把推動「社會企業」跟「熟齡者」掛靠在一起，是內湖社大在2012年春天，決定切入社會企業領域的重要決定。

「社會企業」的適用對象，並無年齡層的限制；然而，內湖社大作為成人終身學習的基地，「熟齡者」一直是這個基地最主要的參與者及服務對象，實有必要優先考量其需求及興趣，才可能從中陸續催發出各種類型的「社會企業」。

長年身在這領域的我們發現，單單只是終身學習，不足以讓已有學習習慣的資深學習者感到滿足，不少懂得運用社會各項資源的「熟齡者」，早已多元涉足各類體制內外的學習機制充實自己，甚至已透過擔任各式各樣的志工參與社會，然而，我們依然從這些人的反饋得知：他們還想讓自己活得更加有價值，不只是小確幸地活在自己的舒適圈中。因此，內湖社大在這個階段

導入「社會企業」，作為師生共同探索的課題，的確引發了好奇及興趣。

推動了兩年的社會企業理念，為讓全校師生能夠透過具體活動與實質參與對「社會企業」有感，我們籌畫了【愛你一世，紅寶石婚禮Party】，最主要的用意，是讓大家看到，校內既有課程，只要經過主題式的串聯，就可以形成有機的工作團隊，基於師生的情誼，則能夠打造出量身訂做的服務，也並非市面上一般商業機制所能比擬。從本次參與活動的十二對舊愛佳偶身上，我們的確看出「熟齡者二度婚禮」有著潛在的市場，的確值得列為銀髮社企開發的項目之一。

以下透過五位深度參與本次活動的社會企業班級學員之眼，帶大家回顧【愛你一世，紅寶石婚禮Party】的幕後籌備工作、活動當天剪影，以及她們從中得到的學習及寶貴領悟。🌈



婚趴籌備暨執行過程心得分享



文／王煦慧（內湖社大社會企業班 學員）

今年5月份，參與【紅寶石婚趴】籌備會議，我們5個社企班舊生自願擔任「婚禮顧問」，搭配志工訪問參加的夫婦。最不擅長與陌生人交談的我，還好搭檔陳宗志大哥準備周全，加上首次訪問對象——日語歌謠班王映智老師提供豐富的資料，在歡樂的氣氛中進行訪談；有了好的開始，隨後與另外兩對夫妻，便像熟識的朋友般暢所欲言。訪談後的紀錄撰寫，雖是全新經驗，為了不辜負受訪者，深覺有義務將故事完整紀錄，後續負責主持的「口才訓練班」同學們，才能掌握精華做介紹，彰顯活動的意義。

透過訪談的三對夫妻，我深刻體認到「家庭價值」。縱然經營家庭的方式全然不同，但呈現出來的凝聚力及向心力，卻是殊途同歸。每個人都是獨立的個體，一旦結為夫妻，生活的瑣事及「柴米油鹽醬醋茶」的考驗與責任，才是讓這個「緣」延續的關鍵，兩個方方正正的個體，如何揉和成圓滿的一體，當事人才能體驗箇中滋味。結婚20年的我，自覺和先生還只是兩個去掉四角的個體，藉由這次訪談，更能反思己身在婚姻這條路上，兩人如何牽手才會更平坦及順暢，夫妻互為依靠牽手一生，是我還需要學習的課題。

這場「社企婚禮」專為社大師生舉辦，參加者廣義來說都是師生及同學關係，若就一個企業則是：「顧客與商家的關係」，我們扮演的「婚

顧角色」代表商家，也是參加者與學校間的橋樑。很高興的是訪談的三對夫婦，有任何事情都會向我反應，「信任」關係在訪談過程中建立。「信任」是重要的指標，當訪談者相信透過我們會將衍生的問題解決，除了有助於活動的呈現，同時也讓主辦單位了解忽略的細節或盲點。這種雙贏的局面，在這次活動中也有所呈現，雖有瑕疵，但在大家的努力下，設法填補不完美的部分，我也因此體悟到：主動關心「顧客」，是一個企業進步的不二法門。

拍攝婚紗照時，到碧湖公園到處取景，每對新人彷彿回到少男少女時代，不論夫妻自拍或與其他參加者合拍，全然放下矜持，充滿青春氣息，連我這個旁觀者愉悅的心境，也不下於這些新人，短短幾小時的拍攝，讓我們回到「人不輕狂枉少年」的意境，同享浪漫。

攝影班廖家鴻老師拍攝時，不斷的調整相機，有時突然聽他說：「有感覺了！」當時不能體會，直到看到相片，說不出的莫名感動油然而生——原來這就是放感情進去的藝術品！當下立刻明白這次婚紗照拍攝不是商業行為，老師義務並用心拍攝，除了攝影技巧外，還包含對人事物的情感及尊重，這才了解藝術創作何以令人感動。

10月28日，婚趴活動荷槍實彈上場，每對佳偶臉上的雀躍，恐怕比30、40年前結婚時更喜形



於色，12對佳偶除了互相感染歡樂的氣氛，更可貴的是互相扶持的行動，當新娘之一的郭黃寶玉化妝時，中風的郭伯伯的餵飯工作就由其他新娘自動接手；當新娘們忙著補妝時，新郎們就接棒餵飯，這畫面是其他婚禮看不見的。若把這真善美的景象定格下來，人生真是可以無欲無求，社會上的紛紛擾擾，相較之下更顯渺小。

當音樂響起，新人走在紅毯上，感覺到雙方就是依附關係，少不了彼此；在主持人的訪問

下，有人依然靦腆、羞澀，有人風趣，侃侃而談，整體氛圍溫馨，令人感動。當郭伯伯出場，一個日常生活需要坐輪椅的人，堅持在親友攙扶下，與妻子共同走在紅毯上，相信現場的每個人，都被他的意志力感動，更為他想完成太太的夢想所做的努力加油。此時此刻，我早已淚流滿面，人世間還有什麼比這個畫面還要美好？這是參與紅寶石婚趴的最大收穫。🌈



文／任麗卿（內湖社大社會企業班 學員）

得知內湖社大要辦理紅寶石婚趴，覺得學校很勇於嘗新，感覺很新奇，於是主動報名婚顧志工。開了第一次籌備會，才知工程浩大，雖然忐忑不安，但看到那麼多老師熱情參與討論，也激勵自己一定要全力以赴。起初主動參與者不多，但校方展現魄力，果真促成12對師生參加，也讓我見識到學校的行動力與執行力。

籌備期間，我負責訪談三對夫婦。第一對是郭純一、黃寶玉夫婦。郭媽媽連生4個女兒，承受很多壓力；之後，公婆相繼中風，郭伯伯如今已中風11年，家庭經濟也靠郭媽媽經營小吃，或做家庭

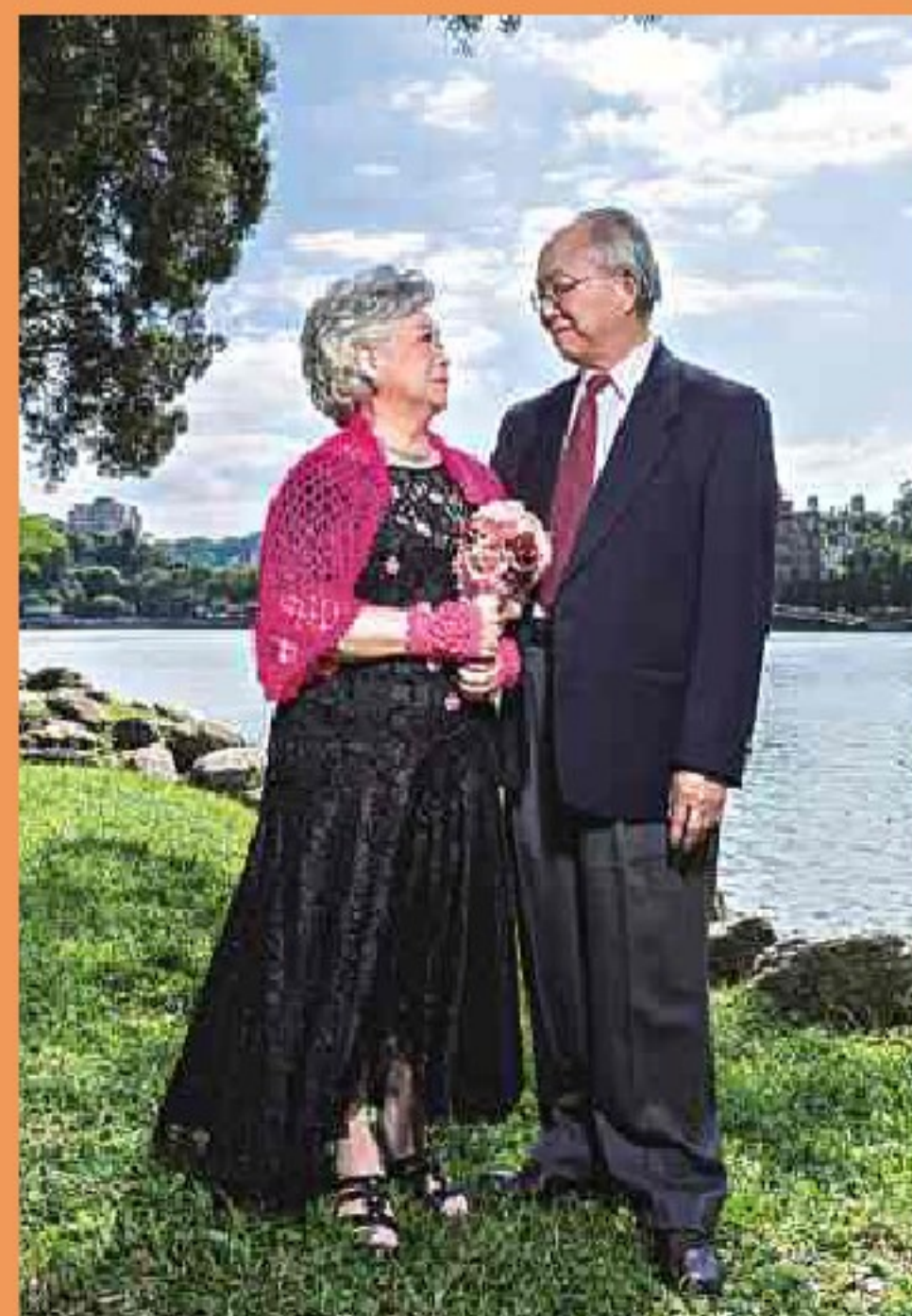
保母維持，郭媽媽這一生有許多歲月在照顧病人、小孩，其間的辛苦不足與外人道，所幸女兒們很孝順，輪流照顧爸爸，也每年規劃家庭旅遊，讓媽媽可以外出學習成長，郭媽媽還擔任鄰長，熱心公益。我看到的是凝聚力好強的一家人，好堅強的郭媽媽！如此逆境下，還這麼樂觀，真是好榜樣！

第二對是針織班的陳美華老師夫婦。本性內向的師丈原本不大認同，淑麗同學先分享自己為父母重披婚紗的經歷，打開師丈心門，接著我們聽到了精彩的生命故事。師丈、師母皆來自大家族；八十幾歲的美華老師，實踐家專第一屆畢業生，在那年

● 梁啟源&彭景雲

● 王映智&王陳靜子

● 楊進祥&陳美華



代是知識份子，也是校花，但婚姻是父母做主，媒妁之言，婚前不曾下廚的她，婚後立刻輪流煮飯給20餘人的大家族享用，也要伺候年長的奶奶。

陪伴兒女到美國讀書時，他們家是留學生們流連忘返的地方。留學生遇到困難，身為家長會長的美華老師為他們解決問題，當時在留學生界很有名氣。在國內時，美華老師注意到很多婦女，靠著家庭手工貼補家用，工資低、時間長；於是運用所長，教會許多婦女針織方法，並找尋外銷成衣的工廠合作，讓她們增加收入。美華老師說：「我是一個哪裡有困難，就往哪裡走的人！」好有氣魄的一句話，這提醒了我遇事多用心，少抱怨，很多事都可解決！

第三對是資深學員、內湖國小退休主任彭景雲夫婦。彭主任是我舊識，我與夥伴祁芳直接到家訪問，一進門就被滿屋的書法、國畫及獎章、獎盃吸引。彭主任退休後，就在內湖社大學習，參加書

法、國畫、合唱團，牆上皆是她的作品，氣勢非凡。逾80歲的她，既使腳受傷，仍然不輕易中斷學習。訪談中，真性情的彭主任夫妻，有話直說，由於瞭解彼此個性，再也不會因為直言而動氣了！隨後在碧湖公園拍照時，這位新郎痴痴的望著太太，被我發現予以調侃，他竟說好久沒看老婆化妝了，沒想到化妝起來，還是這麼美麗！

活動落幕了，但感動在心中！校方能用有限的經費及人力達成，非常難得；若事前能讓佳偶加入籌備工作，更瞭解整個過程，又可像部分老師貢獻自己所長，相信結果更能符合當事人需求。

參與這場婚趴，讓我深深感受到社大在社會扮演多麼重要的角色，學員在此學習知識、充實生活，跟得上時代的動脈，勇於嚐新，又可以交到知心好友；看到日語班這次有五對師生參與活動，一起歡笑，一起學習，這正是銀髮生活的最佳寫照！



文／林梅芬（內湖社大社會企業班學員／自願擔任幕後總籌）

籌備多時，在眾人引頸企盼下，【愛你一世，紅寶石婚禮Party】終於在10月28日晚上登場了，事實上前一天就已陸續揭開序幕從會場佈

置、桌椅的擺放、燈光、音響器材的定位，到活動流程的彩排，無不盡力求好。

當天下午2點，各路人馬（12對新人、志工

● 郭純一 & 郭黃寶玉

● 陳文欣 & 林美慧

● 周峰男 & 曾金桂





群、化妝&髮型團隊、藝術汽球、花藝團隊、茶點團隊、攝影團隊、音控人員……等)齊聚社大，各就各位，約莫5點我到達現場，不算大的空間，滿滿的人潮，各自忙碌著；電話聲、招呼聲、談話聲、笑聲、走動聲，從沒斷過。人聲鼎沸，熱鬧滾滾，完全不足以形容其盛況！

稍後隨著人群移往4樓活動中心的主場地，果然主場優勢發揮得淋漓盡致，摩肩擦踵而至的人潮一波波湧到，讓接待志工們忙得不可開交，收禮金、發禮物餐盤，邀請簽名、引座帶位，紛雜喧鬧的現場掩不住眾人雀躍期待的心！

婚樂響起，主持人宣布婚禮開始，頓時全場安靜下來，屏息注目第一對新人的進場，緩慢的步伐、甜蜜喜悅的笑容、閃爍不停的喀嚓拍照聲，來

賓熱情的拍掌聲，竟然忽視螢幕動態圖檔對新人過往及現況的介紹，直至新人上到舞臺中央接受訪問，才將眼目調回到舞台及兩旁的螢幕上。

可惜音響音效與龐大的會場不相稱，無法聽清楚精心策劃且具爆點的男女主角最想和對方說的話。好不容易12對新人全上臺接受主婚人——前教育局林奕華局長的祝福，選舉前夕各路競選人馬更抓緊機會插上一腳，致詞祝福。餐點過後，燈光放暗，律動國標舞引動新人們起舞，舞池旁同時有賓、主穿梭會場忙著合照，儘想抓住溫馨、歡樂婚趴的餘韻並締造永恆美好的回憶！

這項活動縱橫連結了跨領域約二十門課程的社大師生和家屬和來賓，有別於例行的學習成果發表會，只能單一班級輪流上場展演，往往演出者與觀眾重疊。以結果導向論來說：這場婚禮趴是成功的溫馨感人不失輕鬆活潑又歡樂，儘管過程有些不盡人意，卻瑕不掩瑜。

對所有投身其中的夥伴來說，因著參與一切都深具意義與價值，參與者的生命都被觸動和激勵，雖然現實社會環境顯得動盪不安，內心深處卻有篤定平靜，抱持愛與美善的情懷，堅定共同的理想與目標，我們各盡其職又能攜手合作，終能順利圓滿達成任務。🌈

● 余俊傑&趙文敏

● 杜德傳&陳麗花

● 葉倫沐&黃素雅






文／張淑麗（內湖社大社會企業班學員）

參與【愛你一世紅寶石婚禮】的過程，彷彿參加了一次大銀幕的演出；幕後的過程，遠比臺上的演出還更精彩！數百人活動的籌劃與執行到圓滿完成，從領導者到志工都誠心在耕耘，是內湖社大真、善、美的具體實現！

以下，是我個人依據佳偶們的特色及出場序，認為他們實至名歸的獎項：

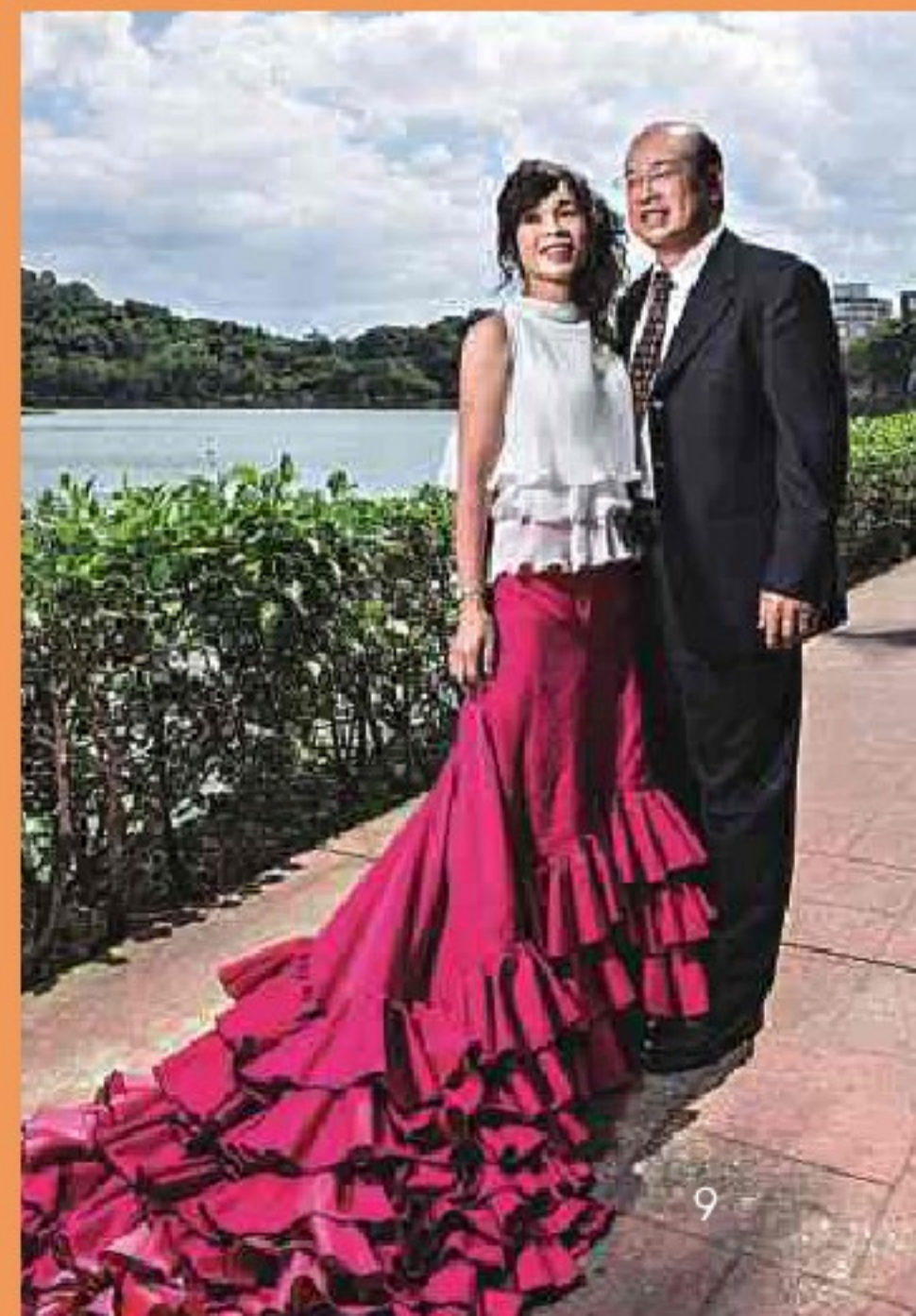
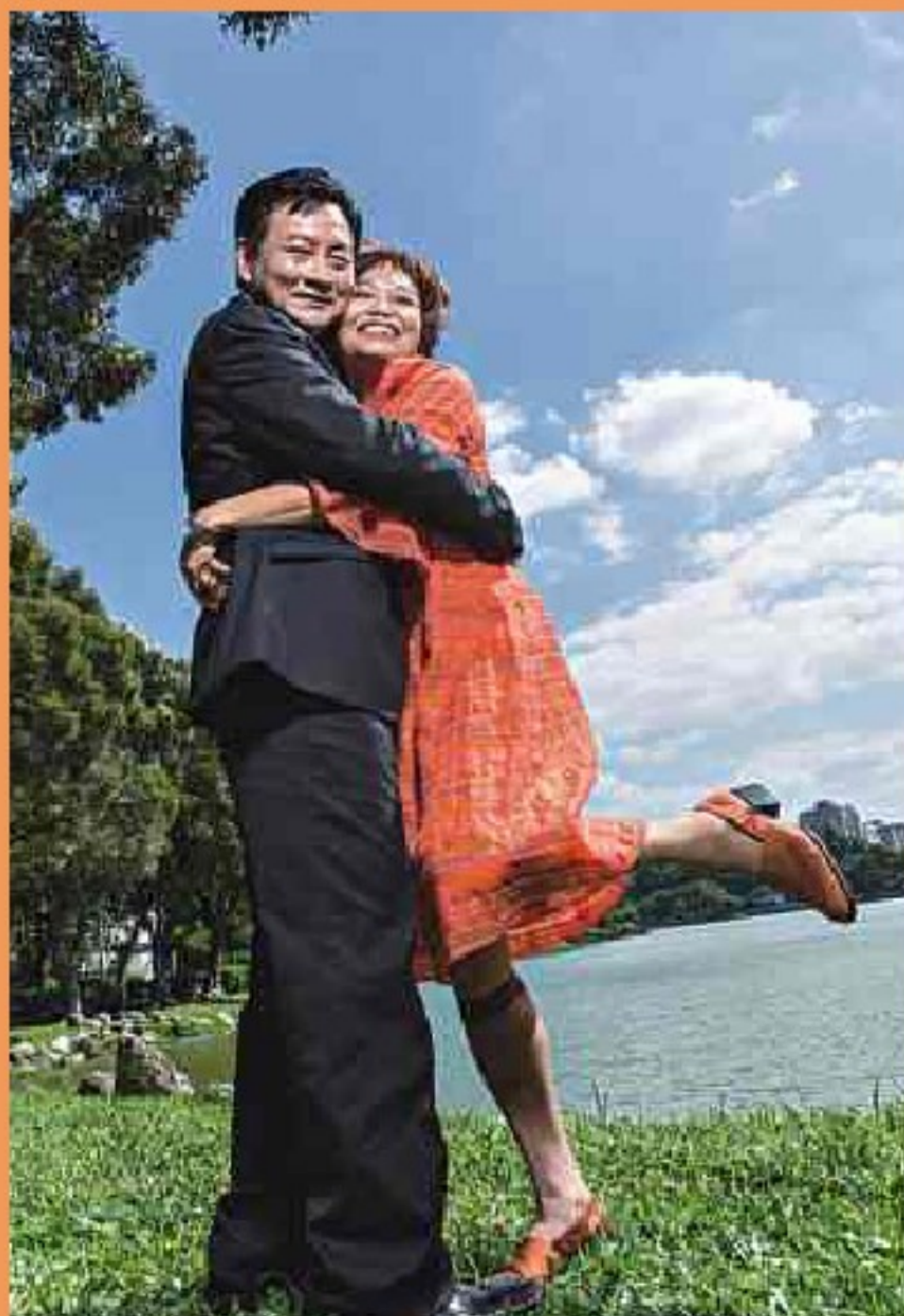
- 特優牽手獎：鍾育恆、聶依蘭
- 最佳回春獎：陳明仁、莊雅雯
- 浪漫新人獎：李德賜、黃麗容

- 最佳關愛獎：葉倫沐、黃素雅
- 超帥帥新人獎：杜德傳、陳麗花
- 最佳服裝造型獎：周峰男、曾金桂
- 豪氣新人獎：林美慧、陳文欣
- 卡哇伊新人獎：陳美華、楊進祥
- 安娜達新人獎：王映智、陳靜子
- 最佳勇氣獎：郭純一、郭黃寶玉
- 資深古典新人獎：彭景雲、梁啟源
- 最佳長春獎：余俊傑、趙文敏 

● 鍾育恆&聶伊蘭

● 陳明仁&莊雅雯

● 李德賜&黃麗容





文／邱如冰（內湖社大社會企業班學員及社大志工）

婚趴結束後，在臉書上依然見到新人與其親友們的興奮與感動。林美慧老師說：「…讓老夫老妻，重溫當年新婚的甜蜜，在五百多位賓客祝福下，再披婚紗走過紅毯。這是一場別開生面，溫馨感人，終身難忘的甜美回憶。」美慧老師的乾女兒李絲絲，也提起：「…親耳聽到互相守候一生一世，來世還要再嫁再娶一次的你（妳），已感動到淚眼模糊。…」多麼地令人動容啊！

剛開始，聽到社大要舉辦社企婚趴，我確實也不清楚一場婚趴活動和社會企業的推展有什麼關係？直到看見工作人員的名單，才恍然大悟認知到社會企業精神，在這場婚趴活動中所佔的重要性。

這場婚趴活動所有籌備事務和活動所需人

員，都是由社大的工作人員，和各個相關藝能班的師生，一起參與完成。譬如場地的插花和氣球佈置，是由花藝班和氣球班的師生負責；攝影部分，有兩個攝影班師生分別擔任事前的婚紗拍攝與當天的攝影記錄；餐點則由四個餐飲班師生共同製作；典禮主持就交由口才班的師生負責啦，至於社企班的同學們，則是從一開始的籌畫就加入，直到最後活動結束。

這場婚趴活動，不單單成就了這些婚齡，約在32~53年的夫妻們；同時，也藉由他們見證了美滿婚姻的價值與可貴，更讓在社大習得各種技藝的學員們，有了一個集體主題式的展現舞台，真是何其難得的舞臺呀！內湖社大，終於辦到了！



「愛你一世」紅寶石婚禮

—再次看見愛的本質

文／黃麟傑（內湖社大 社區專員）

十月二十八的下午，內湖社大四樓禮堂，工作人員進進出出，為了籌備已久的紅寶石婚禮，所有人員做好最後的確認，準備彩排。三個月以前承接這項活動，從連絡十幾個班級開始，動員社大所有資源，一切付出都在活動結束後得到很好的回響。

過程中，先由社會企業組志工，幫忙訪問及收集12對24個人的資料，以方便後續作業。為了深入了解，訪問期間長達一個月。服裝設計班接著為每一位新娘子量身，討論布料、設計款式。資訊組人員把訪問的照片、資料，製作成影片，接著設計邀請卡與謝卡。我忙著設計活動流程，與各個廠商聯絡簽約。

11月16日拍攝婚紗照，看得出來每一對新人的興奮心情。拍攝地點在內湖社大今年主辦的大型公共裝置藝術—碧湖織屋。廖家鴻老師帶著他的專業團隊，一早就到現場去勘場。化妝組學員在社大分工合作，快速地幫每一位新人彩妝。看著新娘重新上妝，重新披上婚紗，心情非常感動。彭景雲老師跟我說：「謝謝給我這麼難忘的一次經驗，以前都沒有戶外拍婚紗照這種安排，只有在照相館拍一拍而已」。陳明仁老師也在影片裡說：「謝謝老婆，願意再跟我結婚一次」。

拍攝當天，我開車接送每一位往返社大跟碧湖公園；在車上，他們掩飾不住開心的心情，很興奮的一直跟我們道謝，讓他們有一次難忘的體驗。聽到每一位學員的鼓勵，即使之前再繁雜的工作，一切都值得了。

社大是一個溫馨的團隊，辦公室同仁只會問我說：「還有什麼可以幫忙的」，志工跟我說：「活動當天，會全部的人都到齊，不用擔心。」讓我在做事情沒有後顧之憂，非常的放心。藉由不同領域專長的統合奏效，在事情發展的效率方面，得到非常好的回應。

活動當天，現場燈光優美，搭配現場抒情的音樂，相信五百多位與會嘉賓，也都感受到不一樣的氣氛。當第一隊鍾育恆老師一走入會場，馬上受到熱烈的歡迎，鎂光燈絡繹不絕。在等待的每一對新人的心情，也都十分緊張。上臺以後主持人的訪問，新人感性的回答，每每讓臺下泛紅眼眶。第11對郭純一、郭黃寶玉夫婦，因為郭阿公的行動不便，即使是在拍攝婚紗照當天，也是全程坐著輪椅；婚禮當天，他堅持要陪郭媽媽走完紅毯全程。郭阿公在眾人的攙扶跟注視下，慢慢的走著，隨著他的腳步，現場觀眾的眼淚也慢慢落下，此起彼落的加油聲，推著郭阿公順利的走完全程。

經過這一次活動的經驗，讓我再一次感受到，愛情也許不是現在的我，所能認識的模樣，也許我還只是粗淺的，自以為是的了解愛情。這12對阿公阿媽，讓我體會到愛是可以恆久的；其中，結婚婚齡最久的，已經有53年了，人生的一大半，完全付出給對方。看著他們的故事，他們的影片，你知道他們一起經歷過許多，也一起克服的走過。那種完全了解對方的眼神，在每一對的眼睛裡，一覽無遺！



風情東石文化之旅

文／劉郁敏（內湖社大 發現臺灣鄉土之美班 學員）

圖／陳鵬宇

不去阿里山，不知嘉義還有什麼地方好玩？不去名勝，嘉義一樣好玩！臺灣的鄉間純樸自然，存在著許多潔淨無華的美麗村莊，等我們去探訪，待我們去發掘，這是第4次參加內湖社大「發現臺灣鄉土之美」班的戶外課程，陳金讚老師要帶我們去哪裡？原來在嘉義靠海邊的地方，有一個聽了熟悉，卻又陌生的東石鄉，那裡有漁港，有朴子溪流過，有鮭魚返鄉的遊子回到家鄉重建故里，那裡住著一群愛鄉里、有理想的居民，我一如以往懷著尋寶的心情，跟隨老師探訪臺灣鄉土……

出發，意外的浪漫前菜在遊覽車上

一早的遊覽車上，眼尖的我隨即發現最前座，正坐定一對年輕的男女，熟悉的臉孔，分別是班長與財務長的千金與公子，他們不都是在五個月前，互不認識的參加了社大苗栗三義泰安之旅？心中有疑問、有猜測；果不其然，車子啟動，班長請吃喜餅，並發佈了令人震驚又歡欣的佳音，這對年輕人，已在出發前一星期訂下了終身大事。原來，月老就在五個月前的社大之旅，把他們牢牢牽了紅線，不知情的陳老師恍然大悟，自己在非專業領域裡，竟然也做了一件善事，成就了一樁好姻緣。而這也是我今年遇到最浪漫、最溫馨、最令人津津樂道的妙事。

● 船仔頭團照／陳韻雅攝

嘉年華在船仔頭

東石鄉船仔頭藝術村，一個目前只有20戶人家，原為人口外流的沒落典型散村；19年前，謝敏政先生不忘故鄉常在的心願，回鄉成立船仔頭藝術文教基金會，推動社區營造再出發，加入有心人士賦予新生命，以休閒藝術村重新找到自己的定位。

這一天，村莊舉辦社區營造的第19週年紀念活動，陳老師呼應策動帶來了每人一個創意造型道具，以夢想嘉年華的踩街活動方式，參與其中；有人忙裝扮，有人愛拍照，有人好奇的到處探索，寂靜的船仔頭藝術村，頓時熱鬧喧天，感覺因我們的到來漾起了生命與活力。最精采的裝束，當陳老師莫屬了，一身阿娜多姿反串性感女郎粉墨登場，驚艷全村，踩著臺灣少見的六公斤重的彈跳高翹，絕非一般角色可媲美。

大家就地練起了歌舞步伐，伴著藝術村裡的志工敲起鑼聲，一行幾十人浩浩蕩蕩繞境全村，華麗創意的隊伍與純樸的三合院和田野芬芳，共譜一曲既衝突又諧和的現代文化饗宴；音樂聲、歡樂聲、曼妙的舞姿，迴盪在船仔頭的天空，想必又是一段佳話留下關於都市與鄉間的溫馨交流。

溪流是孕育地方的命脈，整治後的朴子溪風光

● 粉墨登場於船仔頭藝術村／黃美婷攝





●外傘頂洲合影留念

明媚，水量豐沛，划龍舟與獨木舟是來此必體驗的活動；我們分成兩隊，當場PK。午後的陽光，映照在每個人的臉上，泛起快樂又幸福的笑意。

晚餐是村子裡頭，最自然又獨特的風味餐，不論廚師與跑堂，都是村裡的居民，備感溫馨與親切；宵夜聚在三合院，大人聊天喝茶聽故事，一旁小孩碳烤著我這輩子吃過最鮮嫩與甜美的青蚵仔。

這裡沒有豪華住宿，重要的是我們貼近了居民的生活，有的住三合院，有的住透天厝雅房，聽著他們建立民宿的故事，享受夜裡與清晨的靜好與清新；一早起來，還有豐盛美味的早餐，頗有來去鄉下外婆家住一晚的味道。

蒜頭糖廠憶舊

臺灣製糖廠曾經風光一時，因國外的低價競爭，已紛紛轉型為觀光休閒產業，蒜頭糖廠亦不例外；推出的五分車供遊客搭乘遊覽最具吸引力，解說員的舌燦蓮花，字字無縫，句句引人發噱。

外傘頂洲驚艷

位於嘉義與雲林間的外海，一個即將消失的移動國土；隔天中午，坐了近一個小時的竹划船，我

●玩龍舟體驗／黃美婷攝



●嘉義蒜頭糖廠觀光列車

們在船上吃現炒的午餐，別有一番風味，有炒米粉、炒蝦、炒高麗菜、炒蚵仔、蛤蜊湯等等，家常又好吃，齒頰留香。外傘頂洲是個無人沙洲，假日遊人多；這頭的海邊停佇遊船，下了船往那頭的海邊去，光著腳踩著細沙，讓海水愛戀腳丫，讓海風親吻臉龐，一陣陣被大自然呵護的感覺。秋天的外傘頂洲，為我們留住最愜意的回憶。

回到東石漁港，悠閒漫步在陣陣烤香的堤邊，望著大海、蚵架與往來船隻，緊緊抓住旅程最後的尾巴，東石的美麗與精采，已深深烙印在我的記憶腦海裡...。🚢





在攝影的路程上

文·圖片提供／陳美蓉（視覺映像攝影班 學員）

在攝影的路上，幸運的獲得一個小小的肯定，我知道這是很多學習攝影的同學所希望的；但也有人不在乎拿獎這件事，仍然能一起快樂玩攝影…。因為老師的認真態度，因為老師的不斷鼓勵，因為看到同學一個個的得獎消息；自己也想到，既然在攝影上，仍然保持著興趣和溫度，

試看看，這都是一種過程，和一種機會。

從一開始的一知不解，一直到現在，對於凡假日出門，十之八九，總是跟攝影有關。這事有過商榷，因為用精神、用體力，也用荷包；但是攝影總能在轉彎處，發現讓人驚奇的畫面。為了拍照，一出門總是戴著重重的相機裝備，無論是炎夏或寒冬，別人輕鬆尋幽訪勝，攝影卻是常常執著於某處風景而拍到深處無怨尤，一整天到了最後背酸腳痛，好不輕鬆！所以每每問自己需不需要這樣找碴，卻每每都覺得這是興趣，是工作中無法得到的樂趣，好像可以帶來不同的精神能量補給。

認識攝影，是從陳春隆老師的視覺映像攝影初階班開始；一路過來，這不是唯一選擇的攝影老師和課程。但無庸置疑，我們曾經一起在這裏感受視覺與聽覺上的激盪，那樣的佩服老師，在教學上永遠保持著熱情，不斷地給我們啟發，給我們的不只十八般武藝，讓我們知道攝影還有這麼多種可能性！所以，每每有學生說老師是神。在攝影班的時候，總期待星期四上課，幾乎風雨無阻的從不缺席；一直上了二個初階與兩個進階課程之後，這個班暫時需告一個段落，當要告別這個攝影班時，許多不捨心情湧上心頭；然而，這是一個最初的心，最單純的學習，也獲得了最多歡樂和感動！

這是我學習攝影的啟航點，再認識其它不同的攝影風格是有必要的；後來，也報過了二次其它攝影課程，我必需說並不是很熱衷在所有攝影課程上面，拍的也不勤，常見的夜間晨昏、風景攝影，或是黑白攝影，並沒有多所著墨，也很少



●與臺南市長賴清德合影



● 陳美蓉得獎作品

拍，我也見到覺得值得學習的老師；但是老實說，只有在陳老師班級是最認真的！我要說的是，大家知道，學習攝影就是從模仿開始，外拍時候先模仿取景構圖，然後總是接著問到多少光圈、快門…，後來老師說的要能舉一反三，久而久之或許能發現自己的擅長，找出自己的風格與路線，至於能否表現讓別人看到是你作品的味道，只能看個人的領悟力和智慧。

時常聽到攝影前輩、老師，強調要有自己的特色，不要作品看起來都是別人的影子；這聽起來雖然沒錯，但我說了，學攝影從模仿開始。我覺得有一點更要提醒自己的是，我看到了當攝影者到了某個程度，或許有了點心得成就，或者已走出自己的一片天，忘記了初衷，忘記了曾經的感恩，而出現自我放大的言論！

記得那年初學攝影的幸福，精彩絕倫的上課內容，作品講評常是一針見血，攝影內容廣泛地結合各種可能與不可能的創作，應用多種手法創作，廣告顏料、漂白水、反光板、蒙太奇繪

畫…，總是發現驚奇內容。而許許多多的地方，也都是因攝影而第一次的造訪。接著外拍之後，便要過濾篩選裝滿記憶卡中的照片，如果懶得整理就會越積越多，也經常因要繳作業和評選而好幾天在趕工，這些過程，雖然也有很多挫折，如果在評選中獲得好成績，內心就能不自覺微笑，而在漸漸的進步中為自己加分！這個愉快的學習氛圍，是老師、同學扮演著要角，所以我認為能夠保持著謙卑的心，也能夠肯定別人的努力，那是一種修為。儘管所學仍微不足道，但希望未來能夠提醒自己！

所以必須說，從這裡學習到的，是我在攝影上最重要的一個根源，雖然我對攝影只是抱持著興趣，而不是有特別的目標；但盡量用積極樂觀的態度面對，讓自己增添生活的意義。人的渺小，不足以改變什麼，但可以讓自己的世界精彩。所學永遠不足，希望我能持續保持著一份謙虛，帶著熱誠去瞭解與學習！🌍

鄒族部落 aveo veo yo 熱情分享

文／鄭安庭（內湖社大發現臺灣鄉土之美班 學員）

圖／陳鵬宇

阿里山的小火車已有百年歷史，為了拜訪阿里山南鄒族山美部落及茶山部落，我們特地搭乘阿里山小火車上山，來一趟懷舊之旅；途中經過交力坪車站，仍可見到古早雜貨店，早期交通不便村民在這平坦地方，交互接手提運貨物。

奮起湖站是森林鐵路的中繼站，有「南臺灣九份」之稱，鐵路便當是旅客的最愛，我們當然不會錯過當地美食。奮起湖到阿里山路段，目前尚未通車，我們在奮起湖駐足片刻，再轉搭乘遊覽車，下至茶山部落。阿里山森林鐵路，果然不

同凡響，自1986年與日本大井川鐵道結為姐妹鐵路之後，已成為世界少有的登山鐵路之一。

茶山村是阿里山鄉最南端的部落，與高雄市那瑪夏區為鄰；每年11月時，舉辦充滿鄒族文化特色的涼亭節。涼亭由木頭、茅草搭造，鄒語稱涼亭為hu fu。部落中心三岔路面醒目的圖騰，顯示茶山部落已融合了漢人、鄒族及布農族群。來到李玉燕前村長家要先敲竹筒製的門鈴，她說：「五年前的八八風災之後，3年內部落有遊客駕臨。」看到我們來訪，她唱了一首歡迎歌，大家都感受到她的熱情。她說：「aveo veo yo是來自分享的喜悅，因為分享內心好感動、好



●奮起湖車站合照



●茅草為頂的涼亭



●向天神借火儀式

喜悅。」李村長回想她小時候——有一次，爸爸上山抓到一頭山豬，幾個族人上山幫忙把山豬帶回部落；留在部落的人，把她家的hu fu 打掃得乾乾淨淨，等待山豬帶回來hu fu。柴火升好了，部落的大小小成員和小狗都已經在那裡靜待。烹煮的族人，趕緊把山豬處理好，煮的煮，烤的烤，全部落的人一起分享；她的父親不會說這是我抓到的山豬，必須留一條山豬腿給我，而是全部的分享大家。

李村長在任內，蓋了很多的涼亭；涼亭節時，村民都會掛上芭蕉分享，民眾可自由取用，但別忘了要先說：「aveo veo yu」；分享不等於獨享，有村民向村長抱怨，少數的民眾會獨自一人拿走整串的芭蕉，所以他們不想懸掛芭蕉了。

鄒族部落獨特的傳承文化，是向天神借取火種；我們手拿長竹材火把，摸黑朝向水火同源聖地取火；沿著小山路往上走，螢火蟲三三兩兩從眼



●嘉義蘭潭一月影潭心裝置藝術前合影

前飛過，滿天星斗陪伴著我們，心裡不再害怕。到了聖地，取火儀式首先進行歌唱，由3位遊客充當頭目，率先點火；之後，大家互相引火，代表薪火相傳。由於村長一再叮嚀拿火把的技巧，大家都平安的取火回到部落。

有「高山 魚的故鄉」之稱的達娜伊谷，就位於山美部落。八八風災之後，溪谷裡的魚幾乎都被沖走；在各界幫助與鼓勵之下，族人重拾復育

動力，重新護魚保育工作。我們這次很幸運看到許多的魚，悠游於溪流中；陽光照射在魚鱗上，反射出的銀光點點，不愧為臺灣特有種。鄒族的歌舞表演更是精彩萬分，表現出力與美；《高山青》這首歌詞，形容得最貼切「阿里山的姑娘，美如水呀！阿里山的少年，壯如山。」於10年前，山美部落同樣的跟內湖區，一起獲得國際性的「安全社區」認證。



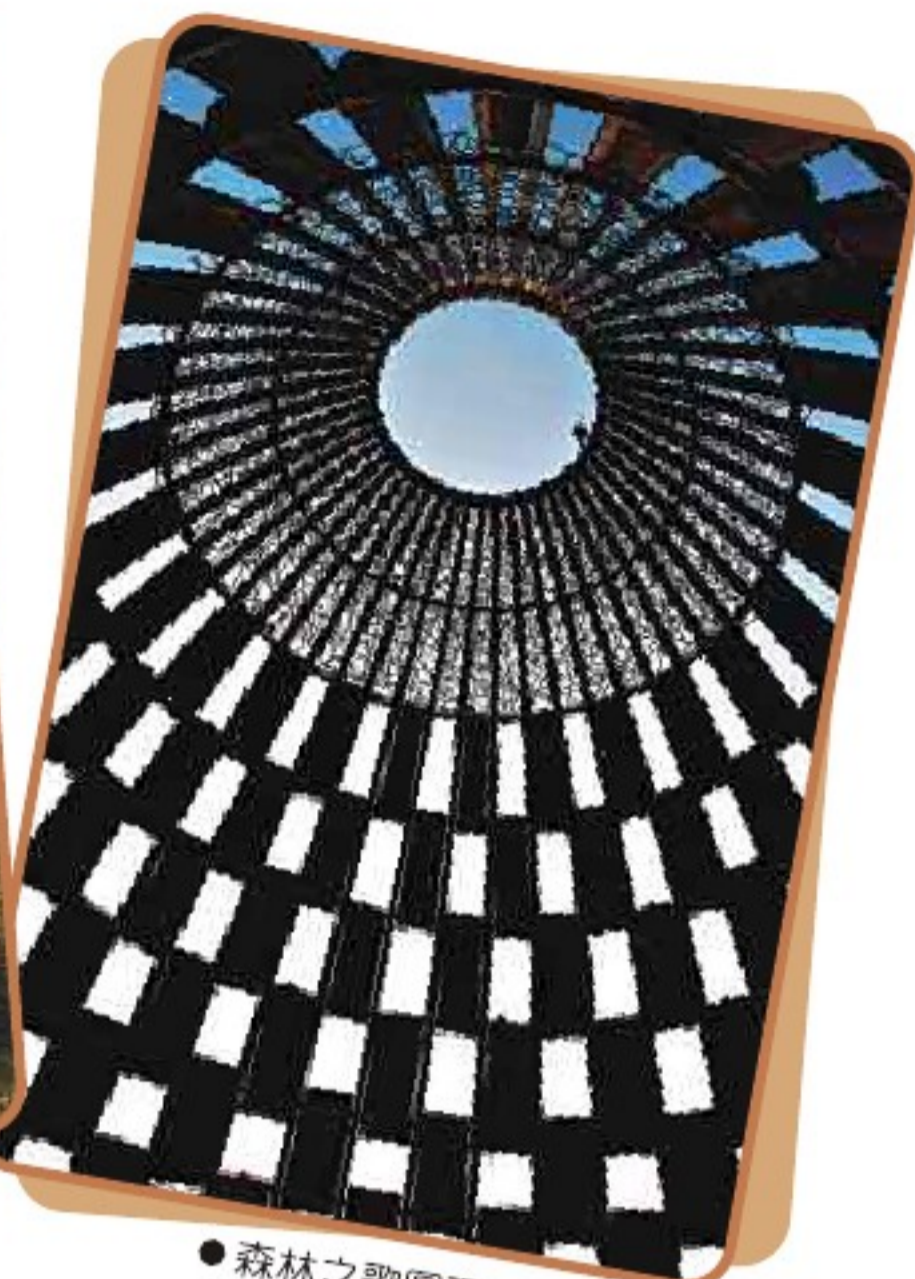
●營火晚會



●部落導覽



●森林之歌裝置藝術前合影



●森林之歌圓頂天窗景觀

午餐地點，就位在溪谷上方，清風徐來，品嚐美食是一種享受；烤魚這道菜色最具特殊，魚身只塗一層鹽巴，直接下去烘烤。簡單的料理，卻能保留魚肉的鮮甜味。飯後，漫步走走，欣賞福美吊橋及曾文溪山谷美麗風光。

當天下午，行程到達嘉義市蘭潭，陳金讚老師特別邀請以裝置編織藝術聞名的王文志大師（也是內湖「碧湖織屋」的創作者）前來，請他解說位在蘭潭的「月影潭心」作品。他說明因作品要永久保留下來，場地又在水庫旁邊，所以作品重量不能太重，選擇金屬中最輕的鋁片材質編織鏤空主題結構；接著介紹作品內涵，王老師說到嘉義市古名「桃城」，所以中間鳥巢上半部造型做了一個桃子意象。作品還未完成之前，遊湖人潮那麼多，這件作品完成之後，很多

遊客都慕名前來，他感到很高興的。

下一站前往另一作品「森林之歌」，王老師以阿里山廢棄枕木、黃藤等材料，設計出象徵阿里山神木再現的巨塔。塔的最上方用黃藤為材料，做成太陽的意象。會這樣的設計，是為了維修方便考量；如果木頭腐壞時，可以重新更換。為什麼稱為「森林之歌」呢？進入裡面，中間有一塊很大的木頭，站在上面講話，會有迴音產生；有同學實際測試，大笑三聲，果然迴音出現。

傍晚時分，坐上遊覽車，準備返回台北。在車上，同學們把握時間唱起卡拉OK，唱到一半時，突然出現刺耳的怪聲音，音頻極高，很多同學都摀住耳朵，魔音般穿腦任誰都受不了。時間分秒的過去，司機、老師、同學都在找尋原

因，卻遍尋不著；就在千鈞一髮之際，同學的大學生兒子幫忙解決了惱人問題，大家熱烈的掌聲致謝。原因是有同學疑似到車輛下層講手機，誤觸到安全門開關，才會如此發出警笛聲，最後總算可鬆了一口氣。

歡樂的時光，總是過得特別的快；二天一夜豐富的旅程，充實又快樂，不但了解原住民部落文化，又有藝術家的現場加持，讓我們滿載而歸。夜宿時，有同學拿鑰匙開錯房間，難怪打不開而成為笑點。雖然有意外誤觸警報器的小插曲，也讓我們對遊覽車設備，有更深一層的了解。大家都平平安安的返回內湖社大，陳老師肩上的重責壓力，也頓時釋放了；感謝老師及班長辛苦的付出，為這趟旅程劃下完美的句點。🌈

湖新社姐妹，和樂融融

文／趙二娟（湖新社社長） 圖／湖新社提供

「湖新社」為內湖新移民社團的簡稱，在內湖區公所的推動和扶持下，於101年3月29日成立。社員由草創之初的二、三十位，到如今的兩百多位；成員來自中國大陸各地、香港、泰國、越南、緬甸、印尼、馬來西亞和韓國等國家姐妹們，被有些朋友戲稱為小聯合國。目前的社長，是趙二娟擔任，副社長為張麗娜和翁光輝。

新移民，尤其是初到臺灣的姐妹，因為人生地不熟，倍感孤單；來到湖新社大家庭，很快就能認識不少的新朋友，在大家的相互幫助、互相扶持，共同學習下，都能較快的融入到臺灣的社會。在臺灣，除了想找到適合的工作之外，姐妹們更需要心靈的支持。湖新社，每週聚會一次，曾經學習製做手工零錢包、蝶谷巴特、燙鑽、手工肥皂、乳液及護唇膏，也學攝影、基本的注音符號等課程；當然，還有各種異國料理，講師有很多是由社員姐妹擔當，也有很多臺灣的朋友義務支援。

因為大家來自不同的國家、地區，所以湖新社的姐妹們，也相互分享彼此的美食、風俗文化等，以開拓大家的視野，學習到更多不同的新知與技藝。

社團在茁壯的同時，姐妹們也在不斷的成長。到當今，已經有不少姐妹找到了適合自己的工作，也有不少姐妹自行創業——有緬甸的姐妹，開了泰緬滇餐廳；有姐妹，開了首爾韓食



館。經由姐妹們幫忙宣傳和捧場，生意越來越好。也有姐妹做清潔公司，人手不足時，社團的姐妹大力協助；有姐妹做有機農場，將自己栽種的有機蔬菜，和大家分享，大家也幫忙做力所能及的好事。

在此同時，姐妹們還積極參與志工的行列，將自己所學回饋社會。在學習由胡四妹老師指導的彩妝班之後，有十幾位姐妹考取了美容丙級證照；於姐妹們演出時，義務的幫忙化妝。剪髮班的學員，也在社區進行多次的義剪活動。合唱團的姐妹們，也參與公益性演出，將自己美妙的歌聲，散播出去。

湖新社，不僅是內湖新移民姐妹們的心靈加油站，更是姊妹們共同的娘家；一起出遊凝聚姊妹們的向心力，辦活動更是帶動了很多家庭參與，彼此認識，相互交流，更促進家庭的和樂。希望在新的一年里，湖新社在大家的努力下，能有新的發展，我們也期待更多元的成長。



齊心協力，爭取第3度國際「安全社區」認證

文／李明珠（內湖社區安全與健康協進會 理事長）

今年，在即將接受第3度向世界衛生組織社區安全推廣協進中心（WHOCCCSP）申請認證前夕，特別延續內湖是「由社會投資的幸福社區」之核心精神與永續經營目標。要在簽署第3次國際認證意願書前，向大家宣稱我們內湖安全社區的最大資產，就在「韌性」制度，是臺灣唯一能持續，且連結跨部門推廣15年的安全社區。

本協進會是一個公益的社團，結合產、官、學、民力量，致力於推展社區安全工作。明年，



● 內湖社大舞蹈表演



● 李理事長致詞神情

若是認證通過，內湖區會成為全球少數通過三次認證的國際安全社區。本會將一本初衷，持續向前邁進；此時，更需要全體區民的熱情支持。

內湖安全社區，邀請大家一起來推動減少各種意外或故意性的傷害，營造安全的環境，促進人際和諧，增進每個人身體、心理與社會，全面的安適。協進會於2012年，發起救人救己、從心出發，募集內湖區每校一臺AED（自動體外心臟電擊去顫器），可將沒有心跳的患者存活率，從百分之七，提升到百分之三十八，提供師生最基本

● 全體來賓舉手宣誓第3次國際認證意願





● 婦宣隊做居家安全宣導演出

的安全健康保障；也透過此設備，再教育CPR+AED基礎訓練，成為安全的種子，進而在任何場合發揮緊急救護的功能。

多年來，本會推動許多交通安全方案，包括「推動餐廳代客叫車服務——防制酒駕」、「人行道、天橋不安全點檢核」、「透過學校推動禮讓行人文化」、「進行自行車安全宣導考照」等方案。今年，又增加「推行安全防護反光背包——行人及自行車夜間交通安全促進」方案，藉以減少各種意外及傷害的發生，提高各年齡層夜間行走及騎乘自行車之可見度及安全性。此外，安全防護反光背包，尚有「緊急聯絡卡」之設計，旨意是在識別「特殊病史」、「過敏藥物」和預防銀髮族失智症走失功能；原有連結的「安全愛心商店」，一同加入預防老人走失及協尋的行列外，更期望內湖區民若發現失智老人時，都可以伸出援手，主動協助關心，讓我們一起守護失智的長輩。

內湖安全社區成果展，從民國101年迄今，已持續舉辦了第三年；第一年舉辦時，邀請桃園市平鎮區社區營造協會近80位社區夥伴，前來觀摩與交流，彰顯我們無私的分享。第二年舉辦時，以「社區幸福力」為活動主軸；刻意培訓康寧護專和文德女中的學生，擔任接待與頒獎典禮各項志工服務，讓與會來賓感受到新世代的共同參與熱情及傳承願景。

「2014 內湖傳遞幸福——成果分享暨歲末感恩音樂會」，是為了分享安全社區美好的理念與作為；同時，也要特別感謝各方志工無私的奉獻。推展社區安全的永續工作，需要更多人來參



● 聲樂家簡文秀與貴賓合影

與；當每一位志工，都能對安全有更積極的認知與做法後，進而成為有創造力、生產力的志工，並能以具體行動，實踐安全社區七大準則。期望這樣的推廣經驗分享，能累積更多愛的能量，守護自己的社區。社區人做社區事，你我都是社區改變的力量。

內湖安全社區已跨越13年了，誠心感謝每一位好朋友的參與及見證；本次「2014內湖國際安全社區成果分享暨歲末感恩音樂會」，榮獲大家熱情的肯定與支持，才能促成內湖「公民力」與「公益志」的凝聚。讓內湖社區大小事，經由我們的付出，而獲得更佳的改善；這一份互助的力量，是內湖安全社區的實踐動力，也是我們最大的資產。🎵



● 古典吉他方銘健教授與聲樂家陳明虔共同演出

戶政小志工，服務作前鋒

文／謝宗翰（內湖區戶政事務所 課員）

圖／內湖戶政事務所 提供

「您好，歡迎光臨，請用茶！」耳邊傳來一陣既青稚又活潑的招呼聲，暑假期間踏進臺北市內湖區戶政事務所的民眾，可能會有這樣的小驚喜——穿著特製志工小背心的小小志工們，正熱情地跟著志工媽媽服務前來洽公的民眾，讓剛從豔陽下，走進涼爽室內的民眾，一進門就有解渴的茶水；要離開前，還會貼心的提供小紙袋。

臺北市內湖區戶政事務所，於103年8月12日起至8月29日止，舉辦為期三週的「戶政小志工」體驗活動，徵求幼稚園中班至國小2年級的小朋友，與戶所志工隊的爺爺奶奶們一同擔任志願服務的工作，培養服務人群的精神；在暑假的尾聲中，留下一個難忘的美好回憶。

妍姍及妍芸兩個小妹妹，是第一次參與志願服務；就讀國小5年級的姐姐妍姍，為了協助今年剛升國小1年級的妹妹妍芸，完成志願服務的初體驗，自告奮勇地請求戶政事務所，讓她也能參與這一次的活動，兩人就在戶所的同意及安排下，接下了「戶政小志工」體驗活動頭號小尖兵的重要任務。

剛開始兩個小朋友可能對新環境感到陌生，所以略顯羞澀；但是在媽媽、戶政人員與志工阿姨的鼓勵下，妍姍及妍芸開始展露出服務人群的熱忱。九十度的鞠躬問好，是姐姐的即時創意，



妹妹看了也開始依樣的畫葫蘆，在一旁跟著姐姐向來戶所的民眾問安；後來，甚至還主動推著小推車走到等待區座位中奉茶，可愛的模樣，吸引了在場所有人的目光。最後，在民眾此起彼落的讚美及鼓勵中，兩位小朋友開心地完成了任務，並從戶所主任陳冠伶手中，獲頒精美的個人獎狀及小禮物；離開時，還不斷向媽媽請求希望下次還能再來。

臺北市內湖區戶政事務所主任陳冠伶表示，「戶政小志工」體驗活動，藉由「戶政業務小認識」、「小小志工服務證DIY」、「今日任務講解」、「親子模擬演練」、「服務實作」等流程，讓小志工們了解志願服務的工作意涵，並可從小建立起對社會的責任與使命感；此外，更可以將這份為民服務的初衷，感染我們身邊的每一個人。🌟





悠遊好生活——揮別忘記帶錢包的「問」

文／俞瑟琴（內湖戶政事務所 課員）

圖／內湖戶政事務所 提供

相信您一定有忘記帶錢包的窘境！還記得上了公車，翻遍皮包就是找不到錢包，只好鼓起勇氣厚著臉皮，輕輕的羞紅著臉告訴司機先生：「因為早上換皮包，匆忙間忘了帶錢包，真是不好意思，下回一定會加倍奉還…」漲紅了臉，悄悄的離去，恨不得有個洞可以鑽進去。

某一天早晨，剛結束本所的開工儀式，一位穿著制服的同學走向我的櫃檯，想要辦理戶籍謄本申請學校的補助，列印完戶籍謄本，將申請書交由當事人簽名後，告知工本費一份15元；學生開始很認真的找尋錢包，翻書包、便當袋、外套…，全部都找了一遍，滿頭大汗，楞在那好一會，嘴巴張得開開的，但輕輕的對我說：「我忘了帶錢包」。

同學又說：「早上，為了辦理謄本的事，已經被媽媽唸了一早晨；老師說申請補助今天最後一天，一定要大家在今天最後期限內繳交謄本，過了今天就不可以再申請了。因之前忘了告訴媽媽要去申請謄本，今天要交了，媽媽非常的生氣，叫我自己請假去申請，提醒我要準備身分證；又因很

久沒用身分證，在家又找了很久，等到找到身分證，完全忘記錢包放在運動外套口袋裡，便氣呼呼的出門了。」

想想同學的境遇，告知同學我先代墊，請同學有空再還我，便將謄本交給同學；同學非常感激的正要離去，聽到隔壁櫃檯的民眾詢問：是否可使用悠遊卡，同學興奮異常說：

「可以用悠遊卡付費嗎？」，我回答：「可以。」同學不再沮喪、面露笑容且驕傲的拿出悠遊卡說：「我得救了，雖然沒帶錢包，但我有帶悠遊卡，可以自己付費了。」

臺北市政府的悠遊卡繳費便民措施，讓民眾可以輕鬆、悠遊、自在出門，揮別忘記帶錢包的「問」。🚇



●使用悠遊卡消費情形

藝術公寓——秀繡內湖

文·圖片提供／黃莉莉（魔莉繡坊 主持人）

很多人知道藝術村，參訪過藝術村，看看藝術家生活、創作的環境及過程。一般民眾對藝術的觀感，彷彿藝術是另一個世界，而藝術家是異類人士，思想行為略是怪怪的；但其實人人都有藝術天份，只是缺乏啟發，而且距離生活太遙遠了。

如果，藝術就在公寓裡？藝術就在我家隔壁？「臺灣種子文化協會」執行「藝術公寓」案，企圖在社區裡、街弄中，為社區打造一座「藝術公寓」。藝術家可以在真實的生活中，與居民共同「呼吸」，一起學習欣賞，培養美感，接受藝術的滋養，甚至一同創作，小小的藝術種子開始發芽；而社區感染了藝術氣息，相信也會變得更美、更不一樣了！

因此，「藝術公寓」計畫，企圖從藝術出發，將藝術融入社區，打開客廳迎接訪客；在街弄之中，打造一座藝術公寓，用這座充滿神秘又展現熱情的藝術公寓，為社區與藝術帶來新的連結。

Lily曾有多次藝術駐村的經歷，包括臺北國際藝術村（草山）、臺南左鎮駐村，以及擔任過宜蘭國立傳統藝術中心的駐村藝術家。感謝陳金讚老師的引介，「臺灣種子文化協會」



的「藝術公寓」專案，能由Lily的「魔莉繡坊」來承辦，並獲得內湖社區大學、內湖文化史工作室、紫陽里辦公處、世界郭氏宗親總會（郭子儀紀念堂）等單位的協辦，落實社區生活藝術的美學涵養，以行動擁抱街坊鄰居，社區居民不用出遠門參訪藝術村；因為，藝術就在巷弄間，藝術就在生活裡。

本藝術公寓專案訴求主題為疼惜內湖、秀繡內湖、擁抱內湖。計劃執行的方針，包括觀察社區的自然人文事物，認識社區現在進行的事物及過去的歷史文化，體驗走進社區的藝文自然空間，創作將體驗及感動化為藝術品。執行的活





動，包含了數次鄰近熱門景點的互動，有碧湖織屋、郭子儀紀念堂、文德社區公園、紫陽社區公園，以及數次魔莉繡坊的室內參觀、教學、分享及創作活動。

活動全程為公益活動，帶領街坊鄰居好友，進入現代刺繡藝術的世界，演義心靈的、慢活的藝術；體驗藝術在現代生活的沉潛能量，用眼睛看，用耳朵聽，並且動手創作，跟參與者分享多采多姿的藝文生活。整個活動總計，有親子、藝術愛好者、文史觀查學習者、街坊鄰居及訪客等，近500人次參與。

「碧湖織屋」創作體驗據點

「碧湖織屋」串連內湖地區古早的竹編工藝手法，結合社區朋友一起參與，由國寶級藝術家王文志帶領，成就碧湖公園最美的一座公共裝置藝術。呼應「碧湖織屋」大型的戶外公共藝術建置，源於刺繡，也是傳統工藝編織的一環；藉此交流過程，也編織出最單純的美好記憶，找回人與人之間最質樸原始的感動。

參訪活動的大小朋友，一邊觀察織屋的編織格式，一邊欣賞光影的變化，可以把觀察變成刺繡，動手體驗藝術的工藝之美；整個下午時光，熱鬧非凡。

郭子儀紀念堂創作體驗據點

位於內湖高中對面，民國88年，公告為臺北市定古蹟；難得一群人，在此結合藝術與人文，認識古樓房的結構、建築美學、歷史故事，並享

受創作、手作刺繡的樂趣。內湖社大徐信義老師，帶領攝影班學員前來學習，是一次成功的文化交流活動。

紫陽公園創作體驗據點

位於文德捷運站後方，緊鄰內湖高中，有圓形劇場，經常舉辦音樂會及社區活動的公園，環境清幽，廣植樹木，鬧中取靜，是都會難得的小公園。創作體驗活動，吸引了紫陽里里長夫婦和許多社區親子暨家庭主婦的參與，連路過的路人，也甚為驚豔。

魔莉繡坊創作體驗據點

Lily的繡坊工作室，就在文德捷運站旁，鄰近碧湖公園、郭子儀紀念堂，平日也常對外開放；歡迎對刺繡藝術有興趣的朋友，蒞臨參觀。本計畫由「打開話匣子」公寓開始，熱鬧展開，落實「藝術公寓」計劃的實現，座談、互動、分享、參觀和手作。感謝陳金讚老師的內湖文史觀察小旅行，帶領臺師大文創參訪團到訪。

本藝術創作活動，終於圓滿的完成，留下了影像、文字、刺繡等成果記錄；但是，這些並非結束，而是「藝術公寓」新的開始，新的旅程。秉持公益精神，分享、追求真善美。刺繡藝術，是一個用心、用情，全神貫注的儀式，是最美的呈現。Lily的「魔莉繡坊」，希望是街坊鄰居藝文生活的分享據點，希望是永遠的「藝術公寓」，願與大家一起玩味藝術人生，一起圓滿共舞「心」旅程。

玩髮玩造型，美麗妳的人生

文·圖片提供／胡芳玉（玩髮玩造型—時尚剪髮班 講師）



● 授課講解

首先，非常的感謝內湖社大，提供了美好的環境，讓我有機會與社大學員教學相長。個人從事美髮及整體造型工作，已有二十餘年了，也擁有自己的美髮造型工作室。平日，除了服務客戶外，也在不同的職校和美髮工會，擔任整體造型及美髮的教學課程。

由於長久以來，我所教學的對象全部是在職專業人員；內湖社大除了少數學員是在職人員

外，其他學員幾乎都是第一次接觸美髮課程。同樣是第一次的我，在不同的領域和對象下，要傳達創作技巧與美的靈感時，備課除了運用本身專業技術外，更需要考慮學員的接受程度，讓教材更為流暢，激發學習能力；同時，也讓我提昇了不同的教學經驗。

2012年，在內湖社大的第一堂課時，嘗試讓學員了解在每個不同的生活領域，只要運用一些簡單的技巧，搭配當今的流行，優雅、浪漫的時尚，讓妳可以很輕易的呈現不同的風格。編髮，是一項最基礎的美髮工作，它也是最迅速，且可增添不同的樣貌效果；所以，選擇編髮單元，跟學員做為美髮入門的見面禮，藉以激發學員的學習興趣。

在個人美髮生涯中，編髮創作是我的鍾愛之一；其實編髮的技巧，可以顯現不同的風格，甚至由不同的編髮效果，可反映出當天不同的心情。歷經一年的編

髮教學，非常感激週遭的好友，給我的鼓勵，以及學員們認真的學習態度，也覺得充滿成就感。

2014年，應學員的需求而開了剪髮新班；除了之前玩髮玩造型的舊生外，另外增加了不同領域的學員參加，有里長夫人、退休老師、學校志工、公務員、上班族群、新住民及家庭主婦等，大家有志一同的一起來玩髮玩造型。課堂中，特別安排造型、認識毛髮學理及基本保養；另外，介紹不同造型搭配的服飾與彩妝，讓學員更了解多元的整體造型。今年10月28日，由內湖社大舉辦的「紅寶石婚趴」中，難得有此機會，讓學員能學以致用，幫忙12對新人的整體造型經驗。

希望藉由社大所提供優質的教學環境，除了給部分業界人員的訓練外，也能讓社會人士接觸到這另類的技藝；由不同的創作及新的嘗試，讓每一位女性都能創造出更多的幸福。🌸



● 編髮示範與學員合影



● 彩妝走秀後合影留念

愛心的百合，溫暖老人院

文·圖片提供／許麗娜（百合愛心歌舞表演團 執行長）

把記憶拉回11年前…，在內湖社大參加歌唱研習班，有幸認識了一位同學——鄧紹蓓（蓓蓓）女士；由於她的關係，讓我接觸到社會的另一層面，更感受到人性的溫暖及生命的價值。

人生，當以服務為宗旨，老吾老以及人之老；當時，蓓蓓看到在社會中，每個老人院裡都有一群老人，默默守候著那薄暮西山的歲月！這是一塊需要眾人的愛心，去關懷、去照亮的角落！她古道熱腸到各班級，四處奔走延攬團員；在她熱忱的感召下，很快的『百合愛心歌舞表演團』成立了。

在筆路藍縷的草創期，團員祇有5～6名；到目前，已發展成了30～40人的社團。由生澀的表現，蛻變成熟練的演出；更由當初打電話毛遂自薦自我推銷，而成為現今老人院主動邀約不斷，名聲遠播的表演愛心團體。老人們當中，有鰥，有寡，有孤，有獨；在老人院中的每場表演，都是一種感動。院內老人家，看到我們不計酬勞的演出，有熱淚盈眶，有歡笑，有感恩，有回憶…。每當表演進入尾聲，看到老人家緊握的雙手，眼裡述說的盡是歡愉、感謝與不捨！我們知道：這微薄的付出與辛勞，是很值得的！

這幾年來，雖然蓓蓓不在身邊陪伴著我們；



但我們深信，她就像身邊的小天使，一直在保護我們，並肯定團員們繼續熱情的投入在各個表演場次上。謝謝她創立了這個舞台，讓我們有機會學習回饋及感恩，而我們所有團員，除了要有更精進的演出外，內心的熱情，更是一刻不能熄滅的。

在此，我們更要感謝內湖社大，它孕育了太多的種子；讓這些種子，傳播到社會每個角落，溫暖了人心。取之於社會，用之於社會。相信有內湖社大當做後盾，以後不僅有百合，還會有更多的愛心團體，會如雨後春筍般的冒出；讓我們繼續為這社會奉獻微薄的心力，使社會充滿溫馨祥和的氛圍，家庭和樂，父慈子孝，生生不息。🌈



【主任的話】

走過十年

文／詹清壽（愛基會花蓮分事務所 主任）

財團法人愛心第二春文教基金會（簡稱愛基會），在花蓮辦理國中小課業輔導，已然十年了；這些年來，所見種種，令人感慨萬千。我們發現留在部落的家庭，大多是非常的弱勢，少有結構健全的；因此，一般學童能享有的教育條件，遠不如城市的孩子。許多學童，因為缺少家人的陪伴和指引，根本沒有課後讀書的習慣；我們辦理課輔的目的，即在於提供穩定的學習環境，彌補這些缺憾。

另外，為了改善閱讀環境、培養閱讀素養；多年來，也投入大筆的經費，協助逾90所花東學校，更新圖書室硬體設備。更由於部落學童家境普遍不理想，非常需要多元學習的機會，我們陸續為他們開設了品格班和才藝班，期望藉由這兩個項目的教導，培育身心健全的未來公民。

從去年起，考量偏鄉資源匱乏，特別成立假日作文班和接軌國際英文班，聘請資深老師進入部落授課，其精彩的內容及活潑的教學方式，備受學生的喜愛，激起廣泛的迴響。今年，為了提高學生學習興趣，達成立即回饋的教學效果，並讓不同程度的學生，按照自己的步調學習，我們提供了Ipad，讓學生在夜輔時間線上答題，從學生認真做題的樣貌，以及得分後的喜悅神情，不

難看出此計畫，的確深受學生們的喜愛。

再邁入下一個十年，祈願在「有愛走遍天下，一切為了孩子」的工作宗旨下，我們所做的一切努力，能帶給下一代有不一樣的改變。

愛基會課輔班 簡介

愛基會課輔班，主要是借用學校教室、教會和村里辦公室，並聘請對教育工作有熱忱之教師，每週3~5天，每天2~3小時，針對國語、數學、英文等科目加強輔導，提昇偏鄉地區學子的學業成就。

目前，服務範圍：北至吉安，南至瑞穗，西至萬榮，東至豐濱，橫互約75公里，包含23所中小學，本學期參加學生超過500人。從課輔班開辦至今，依學期計，目前，已有超過12,200餘人次的學生受益。



●才藝班 烏克麗麗上課情形



●英文班 學生反應熱烈



●愛心晚餐 孩子們吃得津

【老師的話】

愛基會，有你真好！

文／黎惠梅

小高是花蓮縣政府社會處因家暴案件，轉寄養在親友家的孩子；因為家暴的父親，仍住在同一村莊，三不五時，酒後就會去騷擾他。小高一年級剛入學時，脾氣就像緊繃的氣球，隨時有爆發的可能；同時，在學習能力上，也明顯落後於班上的同學。另外，長時期被忽視照顧的他，身高體重都比一般同齡的孩子來得瘦弱。

好在有愛基會，長期關心部落學童，適時提供孩子早餐，讓小高每天有熱騰騰的早餐可以食用；升上三年級後，他也參加了愛基會的夜間課輔。放學之後的功課都有老師的指導，並有愛基會的愛心晚餐，讓小高忙於農事的親友也能安心。



● 愛心早餐 孩子快樂用餐

小高在課輔班上，都會乖乖把作業寫完，所以課業持續穩定地進步；到了四年級時，數學已經穩坐全班前三名的榮譽寶座。他的改變，雖然有師長和親友的陪伴；但是，愛基會在生活安定與學習環境上給予的支持，居功厥偉。所以說，愛基會，有你真好！

教師小檔案

黎惠梅老師，花蓮縣萬榮鄉見晴國小教師。童年時，因家境清寒，立志要刻苦向學；爾後，一路考取師範學院，成為小學老師。有鑒於自身的例子，她對教育工作，有著一份責任與執著；對於校內一些家庭功能不彰的原住民學生來說，她不僅是一位老師，更是一位嚴格中帶著慈愛的母親。

愛基會人員拜訪見晴國小時，總能見到黎老師對孩子耳提面命、諄諄教誨的情景，其精神令人動容；也因為黎老師的積極態度，見晴國小成為跟本會合作得最好的學校之一。



津有味



● 課輔班 學生安靜寫作業



● 課輔班 學生專注於線上學習

無子西瓜基金會

為什麼要去緬甸？

文／林美香

因著王建煊前院長夫婦的熱心，我經歷神蹟了！

2012年8月，我接受王院長夫婦的委託，與聖光中學李老師二人，一起到緬甸東北方臘戍，看看基金會要到緬甸助貧行動，可能設立的地方在哪裡？

我心中禱告著，若是美事，神啊！你就成就吧！這可關係著臺灣人要對緬甸的行善祝福！救救這些正面臨需要的人吧！他們需要乾淨的水！他們需要食物！歷經多人的幫助，果真第一個辦公室就在臘戍成立了！

10月份，在仰光也發生奇妙的情況，也完成仰光第二個辦公室的地點。

我住在窮人區當中

起初，我很天真的想法，到第三國家，應該住得起別墅；況且，也是比較安全的居住方式！但院長一句話：我們做窮人的工作。所以，我們要住在窮人當中！心想；的確！這是一個需要掏心的真實挑戰！

因緬甸房租很貴，一年一付，平均每年漲50%，租屋者常常在搬家！真是感恩，如今有固定的辦公室，也感動心中有愛，就可走遍天下的實際啊！

基金會在緬甸的名字（英）：I love you foundation，緬音：親密達（大愛），英文意思是「我愛你基金會」，緬文：豐富愛的基金會。這是王院長與當地緬甸華人一起討論思考的名字，我們都很滿意！



● 認養尼姑院孤兒

一切只為了服務貧窮人

緬甸過去鎖國50年，與世界隔絕；目前，正在開放門戶，城鄉差距大，但人性還很可愛。2012年2月，因聖光李老師對王院長的呼聲：聽說你在中國幫助很多人，可否轉到緬甸來看一看我們的需要？

這個呼聲，叫這位言語正直，心中有愛的王



● 水來了好高興



● 一碗粥的幫助

院長睡不著，於是就召集一些去緬甸的人士，並且利用年假走了一趟緬甸。因此，揭開了有愛走遍緬甸的計畫；因此，我樂意加入這幾項慈善計畫：

A. 給偏鄉需要者喝乾淨的水

1. 有電區，挖掘地層水，供應馬達給學校、孤兒院及醫院。
2. 在山區，連接山泉水，給歷年來需要至少步行1~2小時取水的村民喝。
3. 沒電區，挖掘人工式壓水器，解決用水之苦。

B. 給貧窮孩子一碗稀飯吃

緬甸臘戍窮人，每天只能吃二餐；孩子清晨上學沒錢吃早餐，要餓到中午以後；所以，會有人



● 認養孤兒

餓到暈倒。於是，我們就發起在學校給貧窮孩子早上一碗粥計畫，如今已有一千多人受益！

C. 認養孤兒

緬甸家庭沒有節育觀念，年紀很輕就結婚了，家家至少生6個以上的孩子；加上內戰頻繁，邊境外戰多。因此，難民、孤兒特別多，唯一要活下去的出路，就是出家當和尚、尼姑，每天化緣才有得飯吃，念經也可以認識文字。

若是被牧師帶回的孤兒，這可困苦了！教會已都是一群窮人，還要養邊境帶回來的孤兒；王院長經當地委員介紹，也親自視察，不分宗教及族群，也認養了58人。

有愛走遍天下，如今臺灣愛心，已走入了緬甸！這是我們臺灣人的驕傲！



● 到深谷找水源



● 台灣人到緬甸認養井

恭賀 羊 年 豐 稔

財團法人愛心第二春文教基金會接受臺北市政府教育局委託辦理內湖社區大學，已有12年的時間，在全體講師、志工夥伴、所有參與學習的學員及工作同仁和社區民衆共同努力下，不論課程、選課人次、教學和社區參與各方面，都能維持逐步穩健的成長；端此 申表謝意。

在2015新的一年，祝福 諸君——

樣樣如意 羊年得意

