

No. 450

民國111年10月出刊

熱血

雜誌

中華民國67年5月創刊

／ 部隊.大專院校.高中職限定活動 /

當個 守首捐族

肯定 有好運



動態報導

採用國際最新穎病毒檢驗儀器
提升血液檢驗品質
與世界接軌



專輯

捐血人代表
前進總統府(上)

熱血，我捐！



最萌捐血大使

廢柴 



www.blood.org.tw



請加入官方帳號



FB捐血情報站



柴語錄
SHIBA SAYS

© 2022, Shibasays Licensed by Rexy Int., Ltd.



醫療財團法人

台灣血液基金會

捐血救人

Taiwan Blood Services Foundation

捐血事業，除了社會各界的鼎力相助外，重要的還是希望捐血人能長長久久的支持和實際行動。

這期雜誌專訪了110年度晉見總統的捐血人代表，每位之所以能如此執著、擇善固執，都有專屬於每位的故事，我們也謝謝他們，願意和大家分享這些故事，進而讓更多的人想來捐血。不論是單純助人、家裡有親人輸血或自己曾經輸過血等等，每每讀到，總是欽佩和感動。捐血，看起來似乎不是什麼特別難的事情，只要身體健康、符合捐血條件、挽起手臂，都可以做得到；但要長年不間斷的定期捐血，卻是不容易的事，但從捐血人代表們的故事裡可以看到，捐血，已成為他們的生活習慣，救人，更是一種平凡的日常。

在起起落落的疫情中，協助辦理捐血活動的各企業團體等單位，也是重要推手；每當疫情再起，捐血活動的辦理首當其衝，避免群聚以及民眾染疫增加無法捐血或受到親友染疫影響必須緩捐的情形重覆發生，對於每天都有需求的



用血量無疑是一個打擊。但許多熱心的團體還是繼續辦理捐血活動、繼續幫我們宣傳，在募血工作上幫了我們大忙，有了社會各種資源的支持，捐血運動仍然可以被看見。

前進總統府，是一種榮耀；但捐血，已經是自帶光環，是受到崇敬的。希望捐血能透過更多的捐血人和社會各界的挹注，持續發揚光大，讓血源綿延不斷，生命獲得滋養。

發行人

葉金川

版權所有，本刊圖文未經同意不得轉載。

目錄

1 發行人的話

專題 晉見總統之績優捐血人代表

- 4 捐血人代表 前進總統府（上）
- 5 林春鴻勇敢面對人生低潮
無所求的付出最為長久 程雪兒
- 8 捐血助人無法擋 呂卓泓堅持付出換得支持 周永悅
- 11 陳素雲困苦獨居依然堅強面對人生，
用笑容迎接陽光 周永悅
- 14 王延昌退而不休 靠定期捐血擺脫高血壓！ 張郁梵
- 18 退而不休 熱血消防員詹志明 鍾采芳
- 20 找回捐血初心 陸軍教官古芳如 鍾采芳
- 23 有願就有力，堅持做對的事 周永悅
- 26 捐血中心服務27載
林雀薇健康捐血傳遞正能量 周永悅
- 29 一生做好一件事
捐血就是王首發想持續做的事 蘇茵慧
- 32 努力成為捐血前輩！
越挫越勇的全能超商店長吳旻倩 蘇茵慧





- 35 周州榮行善助人
用故鄉距離成就捐血之始 蘇茵慧
- 38 穆永能讓捐血成為好習慣 堅持下去就對了！ 蘇茵慧
- 41 用捐血延續生命之路 補路人王昭智的志業 蘇茵慧
- 44 超馬達人李金龍 盡己所能捐血助人 蘇茵慧
- 47 最好的抗老保養品
黃寶慧用捐血保持健康活力 蘇茵慧

熱血推手

- 50 羅東博愛醫院攜手42單位救血庫
16場馬拉松捐血活動 募集逾1,700袋血成果斐然 吳榮邦
- 55 亞洲航空不只修飛機 疫情之下挺血庫不間斷 蘇茵慧
- 58 暈血也要捐！
麗明董座熱血獻「聲」再創募血紀錄 張郁梵
- 64 願自己的心意 成為別人雨天的太陽 周永悅



動態報導

- 68 採用國際最新穎病毒檢驗儀器
提升血液檢驗品質 與世界接軌 陳明鴻
- 72 當肯、KID林柏昇聯手 盼年輕學子力行捐血



發行人／葉金川（理事長）
總編輯／魏昇堂（秘書長）
編務統籌／黎蕾（宣傳組長）
編務長／黎蕾（宣傳組長）
主編／杜文靖
特約採訪／吳榮邦 周永悅 程雪兒
 張郁梵 蘇茵慧
企劃／田心思 杜文靖 林尚賢
 林容琪 陳伊純 鍾采芳
特約美編／林秀虹

發行所／中華捐血運動協會
電話／02-2351-1600
地址／100231台北市中正區南海路3號3樓
網址／www.cbda.org.tw/magazine/

服務電話／0800-099-519
投稿專用信箱／can@blood.org.tw
 （請於信件主旨註明投稿）

本雜誌使用環保大豆油墨 



熱血雜誌

捐血人代表

前進總統府

(上)



一年一度的捐血人代表晉見總統府將於本年度第四季辦理，110年度晉見代表包括台北捐血中心的張敬弦、林春鴻、呂卓泓、陳思寬、劉傑耀、林志彥、江衍逢、王延昌、林志福、楊佳璋、陳素雲；新竹捐血中心的梅洲瑜、詹志明、古芳如、游富綾、謝振興、洪文峰；台中捐血中心的劉安得、趙政忠、黃益盛、趙建業、曾國興、陳銀富、林雀薇；台南捐血中心的王鍾馨、王首發、吳旻倩、黃經世、周州榮、周淵；高雄捐血中心的穆永能、黃永春、陳建利、王昭智、方文村、李金龍、周鳴鶴、黃寶慧。

晉見總統的活動，一直以來都成為許多捐血人的個人捐血目標，也是一種肯定和榮譽；也因此，《熱血雜誌》每年邀請晉見代表們接受專訪，將個人捐血軌跡作為紀錄，為其傳述，刊登於雜誌上，將是永恆的見證。

本次受訪內容較多，我們不想錯過任何一篇美好的故事；但礙於篇幅限制，故分為兩期刊登，請受訪的晉見代表們見諒。

林春鴻勇敢面對人生低潮 無所求的付出最為長久

採訪撰文、攝影 / 程雪兒

「父親說他不想拖累我，想早點離開」、「我聽到主治醫師責備護士怎麼輸血輸到滿地血！病人現在最需要血！我那時才明白血液有多重要！」林春鴻努力忍住喉頭的哽咽與臉上顫抖的肌肉，斷斷續續地一字一句努力嘗試把話說得完整。

週週南往北返600里捐血， 還是喜歡家的感覺！

戴著眼鏡的眼角因微笑而蹙成一彎彎的皺褶，受訪當天的林春鴻正坐在捐血椅上，朝著門口輕輕揮動因插著採血針而不是太自由的手臂。林春鴻緩緩遞上名片，上頭印著銀行業字樣，當時身在台北的他，名片地址卻在台南，正以為是拿錯名片之時，一問之下才驚覺林春鴻確確實實每週辛勤地往返工作地台南與台北住處，並固定安排兩週一次的「返家捐血行程」。原來，讓他每週往返南北600公里卻



在台南工作的林春鴻不辭辛勞每2週返回台北捐血。

不喊累的理由是：「還是喜歡家的感覺！」

用血換來的成績？翹課扣操行！ 決定用捐血挽救成績

民國72年，就讀大學一年級的林春鴻是個很注重成績的好學生，但某天因為抱著教授不常點名的僥倖心態難得翹了一堂課，卻讓他碰上了整學期罕見的點名被扣了操行分數，他當時相當懊悔著急，一心只煩惱著該如何向家裡的父親交代？學期成績受影響該怎麼挽救？於是忽地想起

當時學校正推廣捐血，凡捐血的同學可記小功一支，這成了他當時眼前的「救命浮木」，於是他不做多想就在環境設備非常陽春的校內，就地躺在課桌上毫無畏懼地捐出人生第一袋血！

憶起這段青澀過往，林春鴻說，捐血挨針當下，記小功獎勵的喜悅勝過第一次捐血的害怕與擔憂；然而為了加分而捐血的動機卻無法持久，在校內捐兩次任務達成後，捐血的熱情便很快地消退，隨著時日的淡忘後就沒再想起，萬萬沒想到等他再度返回捐血行列時，一轉眼已過了16年。

長年高壓遇父中風驟逝， 突破低潮之繭，用血延續愛

時間軸來到民國88年，在許多人的記憶中這一年發生了震驚全球的921大地震，震盪了許多人的一生，然而這一年更

在林春鴻腦海中留下難以抹滅的印記。林春鴻因著上一輩留下的複雜家庭習題，自小便承受了不少負擔和壓力。

本因擔任照顧者角色的母親多年來敗光了家產，父親被氣到中風，家中的兄弟姐妹也在低氣壓中逃離家，剩他一人照顧父親；同時銀行業的工作壓力更是可想而知。下了班回到家，他無法像一般人兩手一攤在沙發耍廢放鬆，因為他得繼續撐住自己照顧中風長達一年的父親，讓本就被壓力籠罩的他更是備感艱辛，但命運的低潮沒有給他停下腳步喘息的機會。某天，父親因氣溫驟降身體不適緊急送醫急救，一瞬間走下坡的病情如同窗外的氣溫，曲線不斷直直落下，隔天便轉進加護病房，死神步步緊逼下，父親三天後便離世了。

大受打擊的林春鴻面對父親的驟然離

捐血不僅讓林春鴻（左）越活越健康，還與兒子林雨霆（右）牽起了家庭的連結，父子檔常一同捐血後相約用餐，感情融洽。



世，頓時陷入另一波更黑更深的低潮，然而還沒能好好梳理悲傷思緒，一回神，緊跟著父親身後事接踵而來的還有素未謀面上門爭家產的「遠親」，有如八點檔般的複雜劇情不斷在生活中輪番上演，太太害怕他撐不過低潮會想不開，一直陪在他身邊。

父親走後，有一天他回想起父親為了怕久病拖累他，在醫院拒絕輸血，掙脫、撒了滿地血的椎心經歷，他深知血液對於延續生命的寶貴，決定往後用自己的血液幫助更多人、拯救更多生命！於是在時隔16年後再次挽起袖口，這次捐血不再為小功也不再為加分，只想著實踐眼前這份有意義的使命，不求任何回報，這就維持了20多年。

定期捐血改變生活面貌， 不再追求數字，求長遠健康

自從開始定期捐血後，林春鴻的生活出現許多轉變，他先是一步步改掉熬夜晚睡的不良習慣；每天12點前就寢，飲食也開始注意油脂含量，甚至會自主查詢營養成分的相關資訊補充保健品，應酬次數也隨之逐年下降，還隨身配戴監測步數的手錶維持日走9,000步的活動量，透過兩週一次的捐血，他比別人更有機會審視自己的健康項目，及早發現健康疑慮並一一補強，生活因著捐血越來越規律、越來越健康。

林春鴻甚至還拉著妻兒一同認識捐血，一家人加入捐熱血的行列！他坦承剛



走出人生低潮的林春鴻，用捐血實踐助人的理念。

開始捐血會以衝高捐血次數為目標，甚至透過報導看到前總統馬英九也堅持多年捐血，更激起他的勝負欲，立下豪誓登上全國捐血排行！但隨著捐血成了自然而然的日常，他的使命也從追求數字轉變為追求更應重視的健康，才能讓這條捐血路走得更遠更長久！

人生自有困難習題， 唯勇敢面對接受，才不悔人生

走過約莫一甲子，嚐了人生甘苦，林春鴻體會過家庭難題，身處銀行業多年，也看了不少家庭為錢撕破臉的劇碼，不禁讓人感嘆，為何留著相同血脈的親人會為了金錢利益不惜毀情斷義；卻也有人願意一次次捐出熱血救助非親非故的陌生人。看待人生與生活，林春鴻形容，每段人生都有各自的困難與磨練，但最終都得克服抗壓、勇敢面對，凡事盡力後一切隨緣，無法改變的事就轉念去接受它，每一次的選擇得經過深思熟慮後才不會後悔！

捐血助人無法擋 呂卓泓堅持付出換得支持

採訪撰文、攝影 / 周永悅

在汐止捐血室被暱稱為「大魔王」的呂卓泓，長得不魁梧，也不兇狠可怕；相反的，他是個客氣健談又風趣的人。

小時候的呂卓泓，體型瘦小，先天就是個藥罐子，一變天就很容易支氣管感染，動不動就得去看醫生。

54年次的他，專五時捐血車進了學校辦捐血活動。當時他完全沒有什麼特別的想法，就是單純覺得捐血後下午就能放榮譽假不用上課，就自告奮勇了。當時他的體重在捐血標準50公斤的邊緣，勉強過關；但捐完血回到班上時，臉色蒼白的他讓同學又驚又笑的說彷彿看到鬼，還揶揄他是不是得再回捐血車上請護理師把血輸回去給他。自此之後，他就沒有再特別去捐血，這

麼一隔，竟然就隔十多年了。

和捐血的緣分未了， 為助人願忍痛扎針也不為苦

大學唸土木系，之後在營造業工作的他，在關渡的總公司上班。民國89年的某一天中午，他正



呂卓泓年輕時捐血後，曾中斷了許多年；沒想到因為一個隨性的想法，重新牽起了他和捐血的緣分。（照片提供／呂卓泓）

在思索午餐要吃什麼好；當時在承德路七段加油站旁，有一輛捐血車，他想：既然不知道要吃什麼，而捐血車上會提供飲料點心，何不就去捐個血順便吃午餐呢？

沒想到這隔了十幾年後捐的第二次，就再度牽起了他和「捐血」的緣分，並激起了他的熱情，認定自己行善的方向。

因為天生血管較為細小，許多護理師都無法順利的找到他的血管，有時甚至挨了好幾針也無法順利上好針，不但他會痛，護理師也會有挫折感。曾經有一次，他左右兩手一共被扎了6針，最後才找到血管；也曾經發生過已經到最尾聲了，但發現手黑掉了，原來針還是跑掉了，血沒有順利回流進去，只好再重新扎針。因此護理師們都視為呂卓泓上針為一個極大的挑戰，不但稱他的血管是「考試級」的，還替他取了一個綽號「大魔王」。

捐血室的護理師甚至為了改善這個情況，排班時特地配合他捐血的時段，由她親自上針，讓他覺得很感動。呂卓泓說，他不怕多扎幾針，也不在乎痛，他的忍受度是很高的，因為這些外在的傷口都是很快就能恢復的，唯獨怕的就是不能捐。為了能讓護理師放心，不要有壓力，他在洗手時一定做到兩隻手都清潔乾淨，並且讓護理師主動選擇適合的手臂扎針，只要能夠找到血管就好。幸好後來護理師

也想出一個方法，即使是夏天，也一定給他熱水袋握在手上，幫助擴充血管，就算是燙手的溫度，他都願意忍耐，在這樣互相配合之下，捐血就幾乎可以順利。

自小身體不好的他，知道運動比吃藥好，唸專科時就開始打球和游泳；現在他一年用不到一次健保，幾乎不感冒，就算有點不舒服，也都是喝熱開水達到自癒，不打針吃藥以保有能定時捐血的好體質。年輕的時候他的血小板量非常充足，對自己的身體也很有把握，捐血前不需特別吃什麼補充的料理；但近年來曾出現過血紅素不足的情況，其實也是在提醒他當年紀到了一定的程度，勢必還是需要做一些生活上的調整與食物的補充，例如充足的睡眠，吃一些能補充鐵質的食物，都有助於改善這個問題。現在他對自己的身體狀況很有信心，一切都掌控得很好，所以妻子也不再擔心了。

妻子由不解轉為支持， 愛的力量讓他更堅持下去

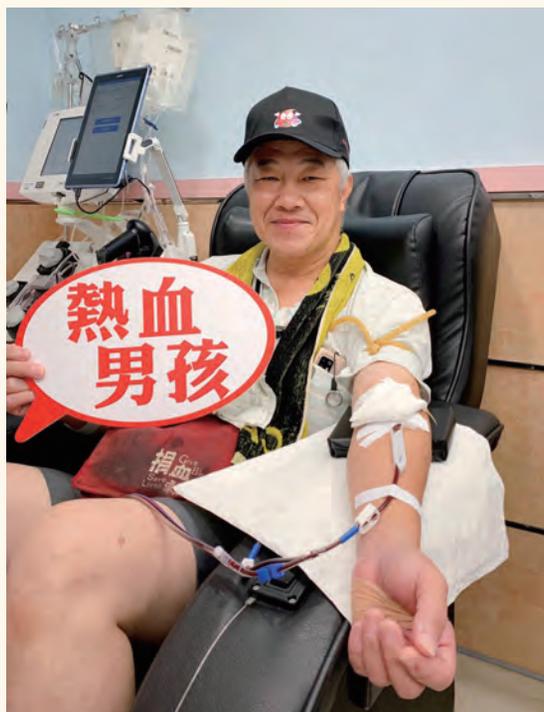
提到妻子，呂卓泓說其實當初又開始捐血時，她其實是有微詞的。除了一般人想像裡的「共用針頭」、「捐血就是失血」的錯誤訊息外，她覺得假日陪伴家人是很重要的，但為什麼自己的先生還要每兩週去花那麼多時間捐血而犧牲陪孩子的時間？他知道太太是出自善意的關心，也知道假日捐血的確有時會影響家庭出遊的計畫；但他始終覺得這是他的使命、他一

生中熱愛做的事情、也是一件功德；如果他一年能分24次救人，那為什麼只選3次？

經過不斷努力的溝通，妻子也親身感受到他的善心與堅持，終於也慢慢軟化、改變態度，進而轉為支持了。現在每當捐血的日期快到了，妻子還會提醒他，而他對於另一半這樣的轉變，也非常的欣慰與感動！因為妻子終於了解為什麼他要這麼做，不但接受了他的堅持，更進而支持、鼓勵他，這是他覺得最最開心的事。

在這二十一年的捐血過程中，呂卓泓認為志工的影響力是頗大的。每次來到汐止捐血室捐血，這裡的志工總會很熱情的和他聊天、分享自己的心得，這樣的互動，不但能讓初次來的捐血者卸下心中的緊張感，和經常來捐血的人更早已成為朋友，彼此鼓勵關心。和其他眾多的捐血人一樣，呂卓泓也期望自己能繼續捐血到不能捐為止。

他說，有心要做這個志業，就要好好保持身體的健康，維持在一個良好的狀



就如同手舉牌上寫的，呂卓泓就是個熱血的人，這份助人的心從他重新開始捐血後就沒有再停止過。

態。這次能因為捐血進總統府表揚，他很驚訝，也很開心。原來他期盼捐滿1,000次的表揚因故取消，也就沒有再想著有什麼特別的機會能為自己留作紀念。沒想到今年能獲得這樣的機會，除了覺得榮幸之外，也在第一時間分享給家人，他們覺得與有榮焉。除了感謝父母給他這樣的身體能夠幫助別人，感謝妻子後來的理解並全力支持，更重要的是他自己這一路上的堅持；先天條件上他或許不是那麼好，但靠著後天的努力，他完成了自己的心願，什麼樣的苦，他都不覺得苦了。

陳素雲困苦獨居依然堅強面對人生， 用笑容迎接陽光

採訪撰文、攝影 / 周永悅

在關渡捐血室初見到陳素雲，看著她遲緩而小心翼翼的步伐，心中不免有些疑惑，如此艱難前行的她是如何從家裡來到捐血室捐血；在訪談中，瞭解她的生命故事之後，對她抱懷著無限的感動與敬佩。

今年58歲的陳素雲，從年輕時就是虔誠的佛教徒，因為參加了佛光山的佛光會，17歲時跟著會友一起擔任捐血活動的志工；看到許多人上車捲起衣袖捐血，她想想自己為什麼不也付諸行動呢？就這樣開始了她長達40年的熱血人生。一直笑說自己是傻傻的就上了車捐血，完全沒有懼怕；因為她有的，就只有一顆單純而充滿熱忱的心，從以前到現在，未曾改變。

一場意外造成眼盲， 但仍堅強面對人生

她參加創價學會擔任志工，經常隨隊至各地服務。數年前在台北市台泥大樓附近的人行道上掃地，在脫袖套時不慎勾到掃把，踢到人行道的緣石，重重的摔了一



只要時間一到，陳素雲就會準時來關渡捐血室報到。對她來說，這已經是生活中的一部分了。

跤。近視一千多度的眼鏡砸破了，整個右眼也腫了起來。當時沒有人發現，而她也沒有求援。原本想去醫院就診，但一想到可能要花很多錢，擔心付不出醫藥費而打消就醫的念頭。



在等公車的時候，陳素雲看著手機上LINE的訊息。不難看出她是非常吃力的在用殘剩的視力看東西。

不料回家之後，眼睛越腫越大，視力也越來越模糊，她誤以為是自己的近視變深了。等到眼睛腫得跟李子一樣大，才驚覺事態嚴重，到榮總就醫。此時卻為時已晚，錯過了治療的黃金期，右眼就因此全盲。而左眼也因青光眼、白內障眼疾的影響也僅剩微弱視力。她幾乎是貼著手機螢幕看LINE訊息，行走也沒有使用輔助用具，不難想像她出一趟門有多麼的辛苦與不方便。她卻笑著說：「不會不方便啦！去捐血一趟公車就到了，走慢一點就好了。」住在北投的她，每次都是搭公車到關渡捐血室捐血，這一段看似不遠的路程，對她來說，卻不容易。

養父母的愛與教養， 讓她成為一個善良熱心的人

陳素雲有一段坎坷的身世。她出生四個月大時，父母因為沒有能力再扶養她，只好將她托付給養父母。當時只是個小嬰兒的她體弱多病，養父母非常辛苦地一湯匙一湯匙的餵藥，才把她的命救了回來。養父母只有她這麼一個女兒，不僅視如己出也很疼愛她。在得知她去捐血時，非常的欣慰說「捐血是一件很有功德的事」；父母良好的身教言教影響了陳素雲，讓她有一顆善良、熱誠及助人的心。

父母皆已過世，陳素雲自己一個人住，生活也都自己打理。由於行動緩慢她多次被雇主嫌棄解雇，自信也深受打擊；找工作不易，40幾歲後就沒有在職場工作，因而成為低收入戶接受政府救濟。好在住家附近的鄰居、洗髮店的老闆偶爾會拿一些食物給她，里長也會前往關懷，讓她感受到社會的溫暖。即便嚐盡了人情冷暖，她依然樂觀、隨遇而安。

不怨天尤人， 宗教信仰給自己力量與信念

她慶幸自己還有健康的身體能捐血；相比那些病痛纏身，甚至在醫院裏與死神搏鬥的人，是何其有幸。身為虔誠佛教徒的她，也奉行慈濟人「做就對了」的行動力，宗教的心靈寄託也讓她即使在人生路上遇到困頓，仍然能正向的面對。而「捐血一袋，救人一命」更在她心裡是個不變的信念；這不

只是個口號，而是實實在在落實在她的生活、生命中40年。

由於最近體重下降，她這次只能捐250C.C.。每次來捐血，都期待自己能發揮最大的效益，如果能捐500C.C.，她就會很開心。只要身體狀況允許，她一定會捐到年齡的最上限為止。對她來說，捐血不僅是身體力行的一個習慣，同時也讓她覺得自己還能對社會有些貢獻。此次代表績優捐血人晉見總統，已捐血154次的她直說：「太不可思議了！」認為自己只是市井小民，沒有顯赫的背景和成就，沒想過有晉見總統的機會。



雖然物質生活不富裕，但陳素雲的樂觀與熱心，豐富了她的人生。

多久可以捐一次血?

最佳捐血間隔

捐血250ml者，下次捐血應間隔2個月以上；
捐血500ml者，下次捐血應間隔3個月以上。



捐血前後請多喝水



請在捐血前、
捐血後多喝水，
補充足夠的水分！



預防捐血後瘀血

1 捐血後請用手指壓住紗布，
直接加壓扎針處5~10分鐘，
同時可伸展並抬高手臂。



2 扎針處彈性繃帶，
請30分鐘後再拆除。



3 扎針手臂於24小時內，
請盡量減少出力，
並避免提舉任何重物。



王延昌退而不休 靠定期捐血擺脫高血壓！

採訪撰文 / 張郁梵 照片提供 / 王延昌

俗話說「做牛毋驚無犁通拖」，意思是人只要不怕辛苦，絕對可以找得到工作，這句耳熟能詳的閩南語俗諺，是許多長輩對在異鄉打拚的子女深切的叮嚀和勉勵，是捐血人王延昌的最佳寫照。

大環境不景氣，相較於在民間企業工作可能會面臨較高的裁員和中年失業風險，俗稱「鐵飯碗」的公務員福利好又穩

定，每年總會吸引許多人搶破頭報考，但如果將時光往回倒退三十年，大多數的父母卻不鼓勵子女考公職，因為在那個經濟起飛的年代，不論做什麼行業，賺的似乎都比公務員還要多。

出生於民國43年的王延昌就是在這樣的時空背景下，進入公家機關服務，在他二十多年的公職生涯裡，前前後後一共

王延昌曾經嘗試分離術捐血，但後來因體質改變，導致血小板低下，所以都改捐全血，至今已捐了超過三十年！



換了五個單位，包括工務局、警政署、行政署、環保局和焚化廠。

作為一名喜歡嚐鮮的雙子座，王延昌跟許多人一樣不喜歡公務員呆板的工作性質，他形容自己適應力很強、喜歡單兵獨鬥、勇於接受挑戰和冒險，所以當初在因緣際會下走進機械工程領域後，他又輾轉跑至環保領域發展，並利用假日空閒時前往空中大學攻讀進修班，順利從一名優秀技工升職成為專職技術人員，即便後來退休了，他也沒有讓「公職」成為人生職涯的終點站，而是選擇到私人機構繼續發揮所長。

盡人事聽天命， 「人和」才能處事情

59歲那年退休至今快十年，王延昌雖然換了很多工作，但都是在環保界跟勞安界服務，處理工程施工、營建勞安、污水處理等相關事宜。很多人好奇他都已經退休了，怎麼還在工作？但王延昌認為，不論窩在家裡耍廢，還是到處遊山玩水，生活都很單調，比起這些，他更喜歡退而不休地突破自我，繼續在職場發揮餘熱，因為這不僅是實現自我價值的好方法，也是保持社會參與度的最佳管道，而且最重要的是，「上班還可以跟年輕人互動，看看時下年輕人現在在流行什麼，多好！」

不過，雖說是迎接事業第二春，但對王延昌來說，這十年的工作經歷反而更像

是「回鍋」，因為許多工作機會都是以前曾經追隨過的長官主動聯繫，有時礙於公司和住家距離遙遠，基於通勤考量，王延昌只好忍痛婉拒。有別於許多人中年失業或退休後謀職不易，王延昌即便退休了，工作也沒有間斷過，談到這裡，他很謙虛地說：「我算運氣好，在公職期間經常碰到很多很照顧我的長官，很賞識我，也都很願意提拔我！」

在職場打滾多年，難免會遇到不順心的時候，每當此時，王延昌總會勉勵自己：「盡人事聽天命，世事豈能盡如人意，只求問心無愧就好了！」畢竟很多事情只要處理起來是公允的，行得正、走得端，自然就不用怕閒言閒語！

王延昌的求學之路走的並不是很順利，大學沒念完就轉去念專科，儘管他並不擅長讀書，卻很勇於嘗試，只要在同樣的工作崗位做久了就會想轉換跑道，熱愛突破的他在工作之餘也不忘自我精進，對於主管委託交辦的事項，王延昌也總會使命必達！「做牛不怕沒有犁可以拖，想要坐轎子就要有人抬轎，我是屬牛的，比較任命，我們這種人就是甘願做牛的！」

王延昌的求學之路走的並不是很順利，大學沒念完就轉去念專科，好不容易才從專科畢業，好加在儘管他並不擅長讀書，卻很勇於嘗試，只要在同樣的工作崗位做久了就會想轉換跑道，熱愛突破的他

在工作之餘也不忘自我精進，對於主管委託交辦的事項，王延昌也總會使命必達！

「做牛不怕沒有犁可以拖，想要坐轎子就要有人抬轎，我是屬牛的，比較任命，我們這種人就是甘願做牛的！」

定期捐血 幫助審視自己的健康

初次接觸捐血後，王延昌發現捐血除了可以幫助他人，也能夠注重身體健康，後來只要看到捐血車，他就會很本能的上車去捐；平時王延昌也會鼓勵親友捐血，並經常分享自己的經驗，希望能藉此拋磚引玉。

由於家住桃園，王延昌只要三個月時間一到，有空就會跑去桃園捐血站，到台北工作後，也依舊沒有停止捐血習慣。某次他按照慣例前往位於西門町的峨嵋號捐血車時，卻在捐血前被負責檢測的護理師詢問：「剛剛是不是跑步過來的？」納悶不已的他才知道，原來自己患有高血壓。

40歲是高血壓的分水嶺，王延昌在40歲過後，便經常在捐血前被護理師告知血壓過高，「一開始還可以透過休息調整狀態，讓血壓回復正常，但後來就沒有用了，經常無法捐！」王延昌笑說，平時公司的員工健檢都是一到兩年一次，反觀捐血三個月就可以體檢一次，除了捐血前面談，完成捐血後的檢驗，等於是做定期檢查的概念，在幫助別人的同時，還可以督促自己注意健康，一舉多得。

事實上，一直到兩、三年前，王延昌都還有在服用降血壓和降血糖藥物，後來靠著運動、飲食和生活習慣調整，才順利擺脫高血壓，「不過現在血糖還是偏高，所以還是有在吃降血糖藥物。」

由於小時候經常跟著父親去捐血室，王延昌的兩個女兒對捐血並不陌生，長大後也都跟隨父親的腳步，成為定期挽袖的捐血人，大女兒還在英國拿到捐血證，父女三人經常會彼此分享「捐血經」。

王延昌提到，小女兒現在人在日本工作，前陣子想要捐血，卻連續被退貨兩次，「她還生氣地說



王延昌兩名女兒也都是捐血人，妻子則因為體重沒有達到捐血門檻，而無法加入捐血行列。（照片提供／王延昌）

以後都不捐了！好像是因為血紅素不夠，我就鼓勵她食補，當然能不能補得上來是一回事，但至少努力試過！」想起小女兒在電話另一端抱怨的聲音，王延昌笑說，年輕人捐全血檢測不過，大多都是血紅素不足，「我也安慰她，其實一般大家捐一百次，也會有三分之一到一半的機會是不能成功的，她才稍微釋懷一點！」

對子女教育開明， 身教比什麼都重要！

王延昌很重視孩子的身教，平時除了監督子女的行為外，也會以開明接納的態度，讓兩個女兒自由發展，兩名女兒也都遺傳到父親喜歡冒險的性格，大學畢業後努力工作存錢，並自行上網找資料，報考國外的研究所，一圓留學夢。

「大家聽到我兩個女兒都在國外唸書，都很訝異，以為我花很多錢，其實我只幫她們出三分之二的學費，剩下三分之一是她們自己出的，生活費也是她們在那邊打工自己賺！」王延昌說，大女兒在英國倫敦藝術大學攻讀碩士，畢業後定居在當地，現在已經結婚，還生下了一個可愛的混血寶寶；小女兒則是在美國波士頓大學念研究所，並在今年三月獨自飛往日本東京工作。

少了養兒育女的包袱，如今王延昌休假時，最喜歡的休閒娛樂就是騎腳踏車，「以前在烏來石門水庫服務時，我也會從



騎腳踏車是王延昌休假最喜歡的消遣娛樂，最遠曾經騎到宜蘭，也經常騎回桃園老家探望高齡92歲的老母親。（照片提供／王延昌）

台北住家騎到烏來上班，一個禮拜會騎個一、兩天，單程大概一個小時，有時候也會順道騎去看一些朋友。」現在王延昌則會先選定目的地，盡量讓自己騎半天以上，「這樣運動量才會夠！」偶爾他也會從台北騎到宜蘭或桃園觀音，「媽媽年紀大，已經92歲了，還住在桃園老家，所以現在週末，我都是一天陪老婆，一天回桃園當孝子陪媽媽聊天。」

從18歲初次捐血到現在68歲了，「應該再捐不到十次就差不多了！」如今，王延昌以平常心捐血，對於很多人因為害怕扎針，而遲遲不敢跨出捐血的第一步，他也鼓勵大家，「捐血就跟打針、打疫苗是一樣的，只要放開胸懷就可以捐！」而且只要試過一次，就會發現，其實「捐血」並沒有想像中那麼難！

退而不休 熱血消防員詹志明

採訪撰文、攝影 / 鍾采芳

擔任消防員30年的詹志明，看過太多生死離別，感嘆生命的脆弱與渺小，「身體健康允許，就去捐個血吧！」詹志明說，自己第一次捐血是當兵的時候，當時的排長一直鼓勵我們去捐血，所以在軍中捐了一次。退伍後在鶯歌上班，有一次在桃園火車站看見捐血車，期間又捐了一、兩次，之後就停了好久沒捐，所以，從來沒想過捐血變成自己的生活日常。

詹志明會持續捐血，是在回到新竹上班後，當時新竹捐血中心就在住家附近，感覺像是提醒自己定期捐血。一開始捐全血，後來護理師建議可以試試看分離術血小板捐血，起初沒有答應，因為分離術捐血需要花費比較多的時間，捐一次大約需要一個多小時才能完成，所以拒絕了。聊起這段回憶，詹志明滿感謝當時護理師張靜芳的鼓勵，不厭其煩的一次兩次慢慢跟他說明此種捐血方式的好處，如果可以順利捐血可以幫助更多人，從此踏上每2星期捐血一次的旅程。

採訪當天正好遇到當時的護理師張靜芳，詹志明與其合影留念。



許多人捐血第100次、200次都會拍照留念，為人低調的詹志明，採訪過程中說，自己捐血這麼多年，但從來沒有拍過任何一張捐血的照片。這次採訪是第一次拍照，滿開心的，是難得的紀念。

**無論捐了多少次，
那都是一件好事！**

81年開始捐分離術血小板，因為擔任消防員，是排班制，通常會特地排休去捐血。至今捐血達1,364單位，從來沒有中斷過，因為習慣了。所以只要有一次沒

完成捐血就覺得怪怪的。

為了完成每一次的捐血，自己養成定期運動的習慣，像是騎單車及跑步等。目前已經退休的他，回憶起自己擔任30年的消防員生涯，「因為消防員的職業，親身經歷過大大小小的意外及重大災難，更了解充足醫療用血的重要性。」

第一次執行救護工作時，當時是車禍事件，傷患下肢開放性的傷口，流非常多血，當晚詹志明反覆睡不著，他第一個閃過的念頭就是，真的要定期去捐血，萬一病患需要輸血時，無血可用，可能生命就不保了。



退而不休的詹志明，總是準時到新竹捐血中心西大捐血室報到。

此外，也經歷過921大地震、大園空難等大型災難；「大園空難飛機的機體遺骸四散各地，抵達現場時，腳下踩的都是罹難者的屍塊，很難具體的形容，只能說慘不忍睹。還有921大地震，現場的消防員只能徒手挖掘，尋找任何一個可能存活下來的人。」種種的救援、生離死別幾乎每天上演，讓他感嘆生命的渺小；但這也是讓他堅持捐下去的動力，因為意外和明天不知道誰先來，把握每一天更重要。

詹志明會當消防員真的是緣分，也可能是上天給的使命。76年他還是一名導遊，跑的路線以大陸為主，當時因飛機老舊，造成幾件失事意外，心裡忐忑不安，於是興起轉換跑道的念頭。當時新竹消防局在招考，沒想到就考上了，且一踏入就是30年的救護生涯。

「身體健康可以的話就來捐血吧！」「我經常鼓勵身邊的親朋好友去捐血，我的爸爸今年80多歲，他快60歲的時候，在我的鼓勵下踏出第一步開始捐血，我經常帶著他一起去捐血，雖然次數不多，但他也持續捐到65歲畢業。」

對於捐血，從來沒有為自己訂定目標，從81年開始捐，一步一腳印走到現在。之前就知道有晉見總統的活動，今年接到電話覺得很榮幸，也算是給自己公益路上的一種肯定。今年已經60歲的詹志明，接下來的期許，就是保持身體健康，持續捐下去。希望透過自己的經驗，多和朋友分享；「捐血不追求次數，低調平凡可以救人就好！」

找回捐血初心 陸軍教官古芳如

採訪撰文 / 鍾采芳 照片提供 / 陸軍後勤訓練中心、古芳如

無論是讀書、工作或者生活中，遇到比較煩心的時候，捐血總是能帶給我內心的平靜。今年晉見總統代表之一的古芳如，目前任職於陸軍後勤訓練中心，擔任教官一職。除了自己捐血，在帶領弟兄，幫他們上課時也經常分享捐血的好處。

首次捐血是媽媽生日當天，「第一次捐血是高中17歲時，印象很深刻，那天是媽媽生日，剛好捐血車進入校園，心想媽媽生給我這麼健康的身體，當然要捐血助人，那天很難忘也別具意義。」此

外，她的捐血日常都會分享在個人社群，無論是捐血照片、紀念品、感謝狀等。記錄自己的捐血歷程外，也希望有更多人定期捐血，愛上捐血。

就讀龍潭高中期間，只要學校有安排捐血活動，就一定會捐血。畢業後到台北讀書，因為生活周遭沒有固定的捐血點，所以古芳如開始尋找，希望可以繼續捐血。當時每週放假她都會搭車回家，揹著大背包，經過台北車站轉運站，發現那邊有個捷運捐血室，「那邊的護理同仁都很熱情！」所以也讓我更有持續捐下去的動力，就這樣古芳如又開始定期捐血。

捐血人古芳如為今年晉見總統捐血人代表之一。（照片提供／陸軍後勤訓練中心）





只要陸軍後勤訓練中心有辦理捐血活動，就可以看見古芳如教官的身影。（照片提供／陸軍後勤訓練中心）

有一年剛好全血年捐血量滿了，猶豫要不要換個方式改捐分離術血小板，古芳如透過網路，搜尋相關資訊，發現滿多人都在捐血小板，對自己來說也是一個全新的挑戰，於是就去捐了，自此從沒中斷過。定期捐血也和護理師變成超級好朋友，她說每次捐血都像是跟老朋友敘舊般，非常開心。目前捐血1,032單位的古芳如，跟我們分享，幫她扎第1針跟第1,000次都是同一位護理師。捐血滿千的那天，她專程約時間到第一次捐血的台北南海捐血室，抵達現場再跟林護理長說今天是自己第1,000次捐血，這對她來說非常珍貴的回憶。

剛開始接觸捐血時，不知道捐血前飲食要控制。有一次吃太飽跑去捐血，結果血太油被退貨，才知道不是每個人都可以捐血。吃得清淡點，不只是為了捐血，對健康也很有幫助，年輕還有快速代謝的本錢，年紀大就不一定了。現在維持運動的習慣，捐血前的飲食也會特別



古芳如經常將捐血紀錄卡、感謝狀及紀念品放置個人社群與大家分享。（照片提供／古芳如）



古芳如捐血1,000單位，與林護理長合影留念。（照片提供／古芳如）

注意，就是希望可以順利完成每一次的捐血。

由於是軍職身分，平時工作繁忙。但堅持捐下去的原因，是捐血的當下，都會有一種很寧靜的感覺。「回到初心」，當自己有煩惱的時候，最喜歡去捐血，所以自己從17歲開始捐血到現在沒有停過。之前讀研究所時，經常要看資料，覺得心煩讀不下去時，就會到附近的捐血室，捐血順便把書帶去看。可能因為是在做好事，心裡有個寄託，邊捐血邊看書，心靈上反而得到寧靜。「所以我經常跟教授請假，跟他說我先去捐血，兩小時後就回來，教授也非常支持。」

無論是讀書或者出社會工作後，幾乎都是因為捐血才會請假。如果有緊急的事情跟捐血日期撞期，還是先以處理急事為優先，之後再找時間把捐血這件事完成就好，並不會執著於2星期一定就要捐血。因為捐血對古芳如來說，並不是為了追求次數，她認為捐血雖是救人，其實最大受益者是自己。從一開始捐血就沒有給自己設定目標，中壢捐血室或者龍岡捐血室，哪邊有空檔可以預約捐血就到哪邊捐，方便就好。就這樣一步步捐到現在。她說最感謝護理長的鼓勵，每一次完成捐血就是下一次的原動力。

談起家人對於捐血的看法，古芳如說全家對捐血非常支持，弟弟跟她一起捐分



喜歡用照片記錄生活，古芳如與捐血中心護理同仁合影記錄捐血歷程。（照片提供／古芳如）

離術血小板，姐姐和妹妹則是捐全血，全家都是快樂捐血人。之前就知道有晉見總統的活動，這次接到電話，一開始原本是拒絕的，因為覺得有更多更優秀的人，後來部隊長官知道她有這樣的機會，鼓勵她參加，希望透過她的經驗分享，讓更多人知道捐血的好處。所以有了這次的機會，一切都是緣分。

但古芳如還是強調，捐血對她來說就只是平凡生活而已，求一個心理的寧靜及持續的原動力。「每一次捐血都捐得很開心，這就是我的日常。」捐血有很多好處，但沒有去涉略及了解就永遠不會知道，真的要親身體驗才知道捐血助人的快樂，希望自己可以持續保持健康，持續捐下去。

有願就有力，堅持做對的事

採訪撰文、攝影 / 周永悅

今年獲邀晉見總統的捐血人趙政忠，從一個單純的捐血青年、農作者，到做社區改造、台中市大肚區大東里里長、關懷弱勢、愛心冰箱等，這一路走來，他抱持的就是做利他的事，能幫助別人，自己就快樂。

看到「紅卡」激發捐血助人之心，一做就是34年

記得在16、7歲時，他看到一個鄰居來家裡跟哥哥借一張「紅卡」，不知道那是什麼東西，也不知道那代表什麼意思。問過哥哥後，才發現原來哥哥有在捐血，而那張卡就是捐血卡，如果自己或朋友家人有需要，能用這張卡優先領用血液，概念就像是存摺一樣。同時哥哥也告訴他捐血的好處，除了能助人，對自己的身體狀況也能更了解。所以滿18歲的那個月，他就自己跑去台中公園的捐血車捐血，心裡有滿滿的歡喜。

33歲左右，有一天捐血中心的護理師打電話給他，說台中榮總有一位老伯伯



趙政忠和太太都是熱血又快樂的捐血一族，良好的身教言教也影響了下一代，兒女也都固定捐血。

經過配對後，需要請他去捐分離術血小板，他幾乎想都沒想就答應了。在他的心裡，能救人最重要，所以約好時間就去了。在上針前護理師照例說了很多注意事項，但他只說：「沒關係，其實我也記不住那麼多，但我信任妳，你們不會害我，

我的身上既然有東西能幫助別人，你們就拿去用吧。」

由於老伯伯一星期要輸血一次，因此捐血中心還找了另一位捐血人和趙政忠配合，一起幫助這位病患，持續了半年。在這段期間，護理師總是跟他不斷的囑咐：不要感冒、不要吃藥、要睡好吃好、身體要顧好，他都能背起來了，當然也很注意自己的健康，畢竟要這樣，才能幫助到老伯伯啊！

善心有善緣， 從個人行善逐漸擴展至社區鄉里

大概過了半年左右，有一天他做了一個夢。一個模糊的形象，看起來是一位老先生，默默的站在門口，跟他鞠了一個躬之後，慢慢的離開了。醒來之後，他越想越不對，覺得應該有什麼狀況，於是打電話去捐血中心問。經過查詢之後，發現老

伯伯在3天前過世。這樣神奇的際遇，他自己也無法解釋，但他寧願相信是老伯伯來跟他道謝自己在過去的這半年幫助他。而在那之後，他也就開始捐分離術，直到現在。

雖然他笑著說自認唯一的功能就是捐血助人，但其實他所做的，比他說得還多。因為父親車禍往生，他必須接下父親的工作—種植水稻；在農事不忙時，發現居住的社區裡需要有人寫文案、電腦打字遞送公文，就這樣他一頭栽進了社區發展協會，從幫忙慢慢變成總幹事。接觸了這一塊後，有很多機會去一些得獎的社區觀摩，一開始他也不懂什麼是「社區」，「社區」要怎麼做；請教了這些得獎社區的總幹事後，他們也給了一個很抽象的概念，說要「做」社區就要「玩」社區，但要如何「玩」？他們又說：「怎麼玩？那就做啊！」

大東里成立愛心冰箱，是趙政忠將「剩食變盛食」由理想化為行動的具體表現。（照片提供／趙政忠）



這兩段彷彿繞口令的話，讓他深思了許久。於是他決定參加課程，問老師實際執行的方法，從關懷面先做起，重點先放在獨居年長者和弱勢族群。當基礎建立起來，再慢慢的擴展項目。在經營社區發展有成後，自然也成就了趙政忠競選里長的條件了。從108年擔任台中市大東里里長至今，他一向都是親力親為，劍及履及的在做事。他常說一句話，「做就對了！」其實他遇到的困難和問題很多，但是坐著絕對沒辦法解決，只是想而不行動，對事情完全沒有幫助。行動力超強的他，永遠都是「去做才有希望」。記得當初他發現里裡面許多獨居的老人家因為節儉，常常一頓飯拆做三頓吃，生活品質非常不好，讓他覺得自己應該來做關懷據點，在里活動中心舉辦共食的食堂，將這些長輩聚集在一起吃頓午餐。但市政府相關部門說一定要收費，為了這個要求一直僵持不下，最後他跟科長說：「就算你們不讓我做，我還是會做；如果不給我支援，我自己來扛。」在他來說，他看到的是問題，有問題就要去解決，排名或獎金並不在他的考量範圍裡。最後市政府同意撥放經費，現在大東里的共食食堂一星期開放兩天，由志工煮餐，長輩們如果行動方便可以來食堂免費用餐，還能參加老人課程或運動；另外在這裡順便還能量血壓、做血糖檢測，由護理人員輔導衛教，也可以為年長的里民建立一套健康檢測系統。

同時他也將觸角延伸到身心障礙族

群。在里民活動中心設置了身心障礙據點，和老人關懷據點不同樓層；除了陪伴他們，也安排一些簡單的課程或活動，鼓勵他們與人群接觸融合。每個月辦慶生會時，他們也會讓身心障礙的朋友做一個小小的表演給長輩看，與他們同樂，這樣無形之中也提升了他們的信心，使他們慢慢能走出來，心情也會比較愉快。

行動派里長關懷長輩與弱勢，家人里民深受感動一同付出心力

其實很多里長都不願意碰這一塊，因為吃力不討好，連趙太太都笑說她的先生是個憨人，做這個實在很辛苦；但也是因為愛他、肯定他，所以也跟著他一起做，夫唱婦隨。大東里的志工也是如此，隨著志工數量漸增，鄰居朋友互揪一起為自己的家園盡一份心力，有著3,800人的大東里現在也有一百多位志工了。前不久成立的「愛心冰箱」，更是把愛從里推廣到整個大肚區，「剩食變盛食」的概念，讓趙政忠穿針引線，成立這個平台，集結物資、通路、志工，不但惜物又助人。

天生就是個行動派的趙政忠，笑說自己就是個雞婆的人；全家大小，從自己、太太到兒子女兒，每個都是捐血人，他也總是隨時隨地鼓勵朋友和周遭的人捐血，提倡捐血的好處。他一直覺得，「事情來了，緣分到了，就做下去吧！有願就有力，如果你相信，你就能做到。」

捐血中心服務27載 林雀薇健康捐血傳遞正能量

採訪撰文、攝影 / 周永悅



訪問當天，林雀薇感覺就像回娘家一樣的親切。

對於林雀薇來說，來台中捐血中心接受採訪，就像是回老家一樣，因為她就是106年從這裡的護理師職位退休的。

民國63年從台中護校畢業後，林雀薇隔年進入台北榮總工作。有一天剛好經過228公園（當時稱新公園）裡面的捐血車，覺得自己身體的狀況應該還不錯，而且也不怕打針，就上去捐血了。

血管太細增加捐血困難度， 不畏艱難想方設法解決問題

然而，這首捐的經驗並不十分順利。因為她的血管很細，不易找到適當的血管，印象中被扎了兩次以上仍無法流滿250C.C.。花了很長的時間，費了很多力氣，護理師滿懷愧疚的連聲向她道歉，但這袋沒採滿的血，確定是不能用了。這第一次，也應該是唯一在台北的一次捐血經驗，讓林雀薇了解到自己如果未來要順利的捐血，可能要想一些方法才行。

另一次經驗是任職於台中仁愛醫院時，捐血中心派了一輛中型捐血車（配備4張採血椅）辦活動；但又是因為她血流不順，導致後面大排長龍，短時間無法消化排隊的熱心捐血人；最後護理師們實在沒辦法，只好再打電話請求支援，捐血中心再派車輛與人力來應急。

林雀薇知道自已的問題，不在於體重或血紅素不夠，就是天生血管太細又較沒彈性，因此捐了好幾次後，有些護理師看到她又要來捐，其實是會有挫折感的。自己身為護理師，她當然能了解、體會這種心情。所以後來進了台中捐血中心工作之後，她都會抓空檔捐，並且會先做前置準備。

首先她會將兩隻手臂撐在桌上加壓，讓血管充血；接下來她會請護理師將壓脈帶綁久一點，有時甚至會綁兩條，等血管充血夠了，才會比較好扎針，採血也才能比較順；否則就會看到機器一直出現alarm的警告，那就糗了！

在捐中長達27年的職涯中，林雀薇總是樂觀開朗又認真努力的面對工作以及前來捐血的民眾。曾經有一次，有位先生帶著小小孩一起來捐血，按照慣例林雀薇需要在體檢室詢問一些問題。其間小朋友因為無聊，在小小的空間裡，門就成了他的玩具，於是就一直不停的開關診間的門；她先試著好聲好氣的規勸他，但未見

父親阻止，後來她只好說：「弟弟，不要這樣喔！這樣的話要打屁股喔！」依然不奏效，最後她只好加強了語氣說：「那這樣褲子脫下來！」沒想到爸爸反而嚇到，條地的跳起來說：「他上次捐就沒這樣！」霎時讓她哭笑不得！

其實不論是捐血或打針，林雀薇以專業護理師的角度來看，都希望民眾能平常心看待「扎針」這件事。在醫院服務的時候，她總是看到很多父母帶孩子來打針，卻要他們把眼睛閉起來，這樣無形中其實是灌輸了一個「打針就是一件可怕的事」的觀念。長期下來，孩子只要扎針，不是撇過頭就是眼睛緊緊閉上，心理上自然產生畏懼或排斥。她只要看到這樣的情況，就會勸說並教育父母換個角度想；父母的觀念正確了，孩子就不會從小就懼怕打針了。

退休生活多采多姿， 運動和捐血保持身體健康

退休後的林雀薇，依舊沒有讓自己閒下來；健走、騎單車、游泳、寫書法等活動，填滿了她的生活，豐富且充實。她只要去游泳池，就能一直繞著圈不著地的連續游一小時。雖然三十多歲才學會游泳，但她能領悟到：要能親近水、在水中自在，才能學好游泳。現在無論是蛙式、仰式或自由式都難不倒她，去游泳走路來回各半小時，在水裡一小時，均勻的運動量讓她始終能保有好體態與好氣色。



孝順的林雀薇（左二）退休後更常會帶著女兒（左一）和妹妹（右一）陪媽媽出門散心。（照片提供／林雀薇）

自稱坐下來不動就很容易打瞌睡的她，除了游泳，還常看YouTube 學運動，頗有心得；不但自己做得愉快，還能教周邊的親朋好友，一舉數得。尤其現在政府也常會有一些免費的或樂齡的課程，她也會去尋找自己喜歡或適合自己的去參加。例如她9月要重新去上扯鈴課，因為之前學了但疏於練習，技巧生疏很多，她決定要重新學習，好好的再把它練起來。

68歲的她，看起來依然十分年輕又有活力。剛捐完第143單位全血，她對自己的期許就是在滿70歲前能夠捐滿150單位。因此，她會更珍惜接下來每一次捐血的機會，弟弟和女兒也都受了她的影響成為熱血的捐血一族，這份愛的擴張和延續，說明了林雀薇的滿滿正能量是有強大渲染力的。



已捐全血143單位的林雀薇，對自己的期望是70歲前能捐滿150單位。（照片提供／林雀薇）

一生做好一件事

捐血就是王首發想持續做的事

採訪撰文、攝影 / 蘇茵慧

王首發是今年晉見總統績優代表人之一，42歲的他，統計至今分離術次數已達1300多次，但誰又能料到，在這些次數背後，他曾經被護理師勸退，捐血過程說不上順利，但他並沒就此放棄，反而一次次嘗試挑戰。

他自述：「高中時捐血車開進校園，我和同學相約一起捐血，結果檢驗不過。

當兵在新訓中心時，又有捐血的機會，這次扎針了，但看著別人十分鐘就完成一袋血，但我為了一袋血卻坐了半小時，只能說為了捐血有諸多波折啊！」事後回想原因，王首發認為應該是當時水分補充不足導致。

爾後，王首發下部隊到馬祖當兵，他還是想再嘗試捐血。當時捐血不僅要配合休假時間，加上馬祖、基隆來返船班的時段大多深夜，捐血地點難找外，睡眠不足亦影響血紅素數量，不得已狀況下，他只能暫時放棄捐血念頭。



1,300次的背後，代表的都是王首發初心的堅持。



王首發面對鏡頭笑得很開心，對於捐血他一向風雨無阻，一次都不想被耽擱。

但，王首發的捐血故事並沒有結束在這裡。

受一篇報紙啟發 重燃捐血動力

直至退伍回到台灣，開始進到科技廠工作後，王首發對捐血這件事幾乎快要淡忘，偶然看見一篇中華日報報導，上頭描述有位捐血者故事，寫著該捐血者會趁跑業務空檔去捐血，捐血次數累計多，榮獲表揚。

王首發想起過去也曾捐過血，考量自己目前工作性質與業務相似，做二休二的輪班狀態，捐血或許可以再次嘗試。他再次前往捐血站，數值一切合格後，順利開始捐全血。

捐過幾次後，王首發自己發現捐血站內有兩種捐血機器，詢問過護理師後得知，原來捐血還有全血跟分離術之分，了解分離術的好處後，他主動向護理師表達

想捐分離術的意願。雖然分離術捐血時間較久，但王首發就當成休息，只要能捐更多單位、幫助更多人，在能力範圍許可下，他都不覺得麻煩。

像個憨人持續捐下去 認定了就好好實踐

「我可能對捐血有強迫症吧！」王首發笑著分析自己對捐血的態度，繼續說道：「我覺得一旦開始了，就不會想要放棄，不要用可有可無的心態來面對捐血，自然就可以堅持做下去。」

因此，即便遇到同事婚宴、母親住院需要有人照護，王首發會特別保留捐血時間，避免有事耽擱影響捐血進度，甚至後來因職務調整，他在幾經考量下，為了能夠持續捐血不受影響，他選擇一份彈性自由時間的工作。

「我認為工作就是養家糊口，若為了

賺更多錢而犧牲生活品質，失去時間彈性，影響我想堅持做的事情，對我來說不是賺到，反而是失去。」這便是王首發對捐血的堅持。

同時，王首發舉出多位社會上值得敬佩的人物，從陳樹菊、莊朱玉女、骨科醫師杜元坤等人，侃侃而談這些人在社會公益及專業上的理念。他認為這些人都有「憨人精神」，助人不計後果、沒有縝密心計，單純覺得有人需要幫助。對他而言，捐血者跟憨人精神差不多，只要能幫助到人，扎一針、痛一下都無妨。

人生里程碑之一 未來路長捐血不相棄

每位捐血人通常都有保養身體的秘訣或幫助捐血檢驗過關的撇步，原以為王首發也有自己的一套方法，沒想到他說：

「我不喜歡運動，下班就是宅在家。不過我很喜歡騎車，那種騎車到處跑跑走走的感觉很好，這大概就是我最唯一喜歡做的事情吧！」

採訪當天王首發一如他 所言，騎著他的愛車來到現場，藍色的125機車出產於民國87年，駕駛至今已經有二十多年時間，但車況極新、表面一點灰塵都沒有，踩踏發動處光亮潔淨，雖令

人難以置信機車的年紀，但絕對足以證明王首發對這台機車的呵護。

「我跟這台機車還曾經環島過，東西買來就是要用，但也一樣要照顧，這台車陪伴我很久，希望未來日子裡，這輛車子依然可以帶我到處去，不只看遍台灣更多美景，還能陪我到捐血室來貢獻自己。」一如他所說，他很珍惜可以一直捐血的機會，雖然他並非狂熱運動者，但為了捐血，他會好好照自己的身體，從王首發對機車的感情就能印證。

得知自己是今年績優代表人，王首發開心終於達到原先設定目標，更表示獲此殊榮只是人生里程碑之一，捐血一路並不會因此而停滯。他援引李國修「一輩子做好一件事」名言，告訴自己生活會繼續、捐血一樣會繼續。



車是工具，可以帶著王首發看見美景；捐血不計得失，讓王首發的生活充滿熱忱。

努力成為捐血前輩！ 越挫越勇的全能超商店長吳旻倩

採訪撰文、攝影 / 蘇茵慧

「叮咚！歡迎光臨。」玻璃門一開，走進超商裡，馬上就能聽到熟悉的背景聲與店員熱情的招呼聲，對台灣民眾來說，超商已經是生活中不可取代的好幫手。無論早晚，舉凡購物、三餐、料理食物、代繳費、領包裹，甚至近幾年的買口罩、快篩試劑，都和超商緊密相依，有時遇到長輩不會操作機器，店員還會耐心地指導，若按照「千金買房，萬金買鄰」的理論，便利超商絕對是大部分人都喜歡的好厝邊。

110年度晉見總統的績優捐血人代表一吳旻倩，擔任嘉義市7-ELEVEN鈺順門市店長，今年41歲的她，分離術紀錄超過900次，從生理女性的角度而言，此累計次數相當難得，若再加上她需換班



在吳旻倩記憶裡，父親也是捐血一員，但父親從未提及此事，但也默默影響自己，她希望能繼續延續捐血助人的行動。

輪值的工作性質，卻還能堅持兩週一次的分離術捐血，其精神更令人敬佩。

我不認識您 但我願意捐血給您

孫越叔叔的捐血公益廣告深植人心，其中經典句子「捐血一袋、救人一命」以及「我不認識您，但我謝謝您」至今仍是大眾瑯瑯上口的句子，這些廣告亦影響了吳旻倩。她自述當時雖未達捐血年齡，但

常常在電視上看到這些公益廣告，讓她不由自主對捐血懷著莫名熱忱與憧憬，期待未來的某一天，自己也能成為挽袖捐血的一份子。

在吳旻倩就讀台南家專（今台南應用科技大學）時，盼啊盼著終於等到年齡剛剛好，又遇到捐血車駛入校園，她說什麼都要馬上體驗看看，馬上邀班上同學一起共襄盛舉。

「第一次捐血時，我根本不知道流程，感覺很快就捐完了！而且這種捐血的感覺還滿好的，讓我想要繼續捐下去。」吳旻倩說起這段往事，眉眼間散發出神采奕奕，話鋒一轉，她俏皮笑說：「不過學生時期愛熬夜，作息不正常、血紅素不足，有一段期間我總是被退貨。」

幸好在作息調整後，吳旻倩重返捐血行列，正因為喜歡捐血助人的感覺，後來與醫護交談後得知分離術的特性，她決定在身體許可下，從全血改捐分離術，同時她替自己設定捐血目標，按部就班、規律地兩星期捐一次分離術，順利的話應該能在40歲那年可以達到千次紀錄。但計畫趕不上變化，吳旻倩去年因為血紅素不足而被護理師勸退，請她暫停捐血。

「我不甘心啊，所以只要有時間，就會跑去垂楊捐血室驗一下血紅素。後來就注意飲食，吃鐵劑保養，讓血紅素穩定，



吳旻倩認為捐血就是為了幫助別人，因此很享受捐血的過程。

因為這樣，我40歲那一年都沒辦法捐血，害我的千次計畫就此破功。」吳旻倩語帶惋惜繼續說：「還有一次，因為我血小板數值超標，連續三次後，被通知要去大醫院檢查，等血液分析報告時真的很緊張，很怕又不能捐血。」幸好在一波三折後，血檢顯示身體無虞，這才讓吳旻倩安心。

輪班生活甘之如飴 捐血有伴更熱血

任職超商店長一職，吳旻倩說在超商工作幾乎要十項全能，除了檔期安排、商品陳列、她還負責員工排班，偶爾還要處理員工的情緒跟客訴，萬一遇到人手不足或人力短缺補不上，她還得自己輪大夜班，有幾次是她大夜下班後就來捐血，問她不累嗎？她笑笑說就當作邊捐邊休息。

本來吳旻倩想爭取舉辦捐血活動，但礙於超商店門口的空間不足，詢問之後只



員工、朋友們受到吳旻倩的鼓勵，受其影響開始成為捐血一員。（照片提供／吳旻倩）



吳旻倩因為阿妹而愛上台東，從此每年都會到台東旅遊，希望有朝一日能到台東捐分離術。（照片提供／吳旻倩）

好作罷，不過身為店長的她，常常跟員工和客人們分享捐血的好處，在推廣捐血的宣傳上不遺餘力，員工捐完血還會跟她回饋報告。

「大部分的人對於助人還是很樂意，只是大家對捐血比較陌生，如果可以多分享捐血的好處，找到機會就和員工溝通，有意願的人就會想嘗試，我就是那個背後的推手，默默鼓勵他們去捐血。」不只員工、客人受到影響，吳旻倩說她還有一位住台中好朋友，在她多次鼓勵後，這位朋友不只捐了全血，還進階捐分離術，兩人上次還相約來嘉義捐血。

努力成為捐血前輩！影響更多人

吳旻倩在訪談時總是笑嘻嘻回應，樂觀開朗的個性頗具親和力，她還是不折不扣的阿妹粉絲，為了追星每年元旦都會到

台東參加慶典，還曾想著要到台東捐分離術，看看各地捐血室有何不同。

這次獲得晉見總統的殊榮後，問吳旻倩有沒有新的目標，她熱情地笑著回應：「這種機會難得，一生一次的機會我很珍惜。我想，之後我要努力繼續捐，成為捐血的前輩，繼續分享捐血的好處，影響更多人，讓大家一起來捐血。」

在吳旻倩身上，見證了她越挫越勇、無所畏懼的精神，為了捐血，即便過程遭遇不順，她仍未放棄，這種發自內心的熱情與積極，深深感染身旁的人，以言語和行動影響眾人，在社會一角發光。

周州榮行善助人 用故鄉距離成就捐血之始

採訪撰文、攝影 / 蘇茵慧 照片提供 / 周州榮

「捐血前，我考慮非常久，心情很猶豫又很好奇。」周州榮描述第一次捐血時的心情狀態，說當時觀察捐血車許久時間，最後懷著又期待又怕受傷害的狀態，勇敢踏上捐血車。此去便再也沒有回頭路，捐血依傍著生命開展，種子緩慢茁壯成長，一路將邁入捐血生涯四十年。

57年次的周州榮，出生台南後壁鄉下地區，在民國72年間服役於台南大內新訓中心，大概因為體格勇健等原因，被國防部挑中至總統府擔任高級將領駕駛，服務過國父後代孫治強、副參謀總長、總政治作戰部第三處等高官，沒有出車時他會在總統府五樓介壽館休



周州榮曾經在總統府服役擔任駕駛兵，很期待這次重回總統府領獎。

息，對總統府的一切相當熟悉。

這次能成為晉見總統的績優捐血人，他形容說是「舊地重遊」，以一種懷念的心情期待著。過去，他服役時就在總統府工作，跟隨著官員們出差奔波到各地，起早貪黑、與長官脾性磨合狀況時常有之，退役後想再返工作崗位敘舊可說是難上加難；這次趁著捐血表揚機會，意外能夠再到總統府一遊，也算是驚喜圓夢了！

見證戒嚴與解嚴的臨界期 峨嵋號上的捐血經驗

民國76年，蔣經國總統宣布於7月15日正式解嚴，在此之前，周州榮服役於總統府期間，見證了戒嚴年代嚴肅的社會氛圍，以及偶爾出現在總統府周邊、在交通部附近抗議的黨外人士，他第一次捐血就是在這樣的時代背景下。

「我們以前是星期六中午後可以休假，若要從台北再回到後壁，光車程來回假期都浪費了，加上台北也沒什麼親朋好友，通常休假我就會待在台北。那時候部隊有免費的電影票，可以直接去台北市電影院看影片，院線票、二輪片隨便挑都行，那時我們還有交流中心，這場看完到交流中心去換票，就可以再看下一場。」周州榮說起這段往事，充滿雀躍神色，懷念之情顯露臉上。

正因為台北與後壁的距離，讓周州榮有了第一次捐血體驗。他說那時在西門町看完電影百般無聊，發現峨嵋號停在路邊，幾次經過讓他對捐血產生好奇，但在傳統觀念跟嘗試心態的夾縫中，周州榮可是相當躊躇忐忑的。

「要是有人陪同、起鬨，要踏上捐血車還容易些。」他開玩笑說，一個人要走進捐血車還真

有點不安，「以前後壁哪有什麼捐血車，也是到了台北後大開眼界，加上在台北常聽到捐血口號，才有機會接觸。」周州榮說雖然台北地區對捐血好似比較普遍些，但當時捐血風氣並不盛行，他的第一次亦是考慮許久，在緊張中完成任務。

退伍回家鄉 偏避地區仍不忘捐血行善

捐血完畢後，周州榮領到牛奶餅乾當補給品，對當時的他來說，等於是一頓免費的午餐。有了這次不錯的體驗後，他回到部隊裡也會鼓勵同梯一起嘗試，之後部隊為了鼓勵大家捐血，還祭出半天榮譽假為誘因，對周州榮來說更是福利。

周州榮退伍後回到故鄉，便接掌家中麵攤生意，與妻子一起努力打拚，但捐血亦不落人後，回首捐血生涯，從第一次捐血至今，將要邁入四十個年頭。過去僅有



克服第一次捐血緊張後，周州榮體驗到捐血助人的快樂。

周州榮一家都是捐血人，兒子受到他的影響，對捐血相當習慣。



因開刀手術緣故，有了中斷一年記錄，否則他都是準時報到，要嘛到新營捐血室、要嘛就選擇嘉義捐血站，兩處擇一捐血。

「以前兩、三個月可以捐一次，時間到了、身體自然會有感覺，後來手術後不能捐血，那種感覺好彆扭，渾身都不適應。本來我也曾經想過要嘗試分離術捐血，沒想到一檢驗下去，報告顯示身體有發炎現象，直接被打槍。」他笑笑說起這段往事，認為大概自己與分離術無緣，加上工作時間不固定，要長時間坐在捐血床上也不容易。

一家五口不遺餘力 捐血家庭當之無愧

婚後，周州榮與妻子育有三子，最小的兒子現在亦已經出社會工作。大概因為他以身作則，從兒子小時就帶著一起去捐血室看他捐血，現在周州榮一家可是名符

其實的捐血家庭。

他相當自豪說：「我大兒子當職業軍人、二兒子在義大工作、小兒子是台積電工程師，包括我太太在內，我們都有在捐血。我還記得有一次我們全家出動，拿回來的贊助品堆滿客廳的桌子，實在驚人！」今年剛當阿公的周州榮，說起家人洋溢著驕傲，三個兒子都有好工作、太太身體健康並負責掌管麵攤生意，而他現在則忙碌於檳榔葉批發業務，一週四天在台南彰化往返運送。

遙遠的故鄉距離，成就了周州榮近四十年的捐血成績，在他捐血這麼長的時間裡，後來又與佛教結緣，讓他認為捐血能救人一命，更是默默行善做好事，其累計的捐血成績只是附加，即便不認識對方，但能因一袋血而有新開始，才是捐血最重要的意義。

穆永能讓捐血成為好習慣 堅持下去就對了！

採訪撰文、攝影 / 蘇茵慧

從社群平台臉書上搜尋「穆永能」，映入眼前的大頭貼是張個人獨照，照片裡的他已有滿頭白髮，斯文眼鏡後頭有雙冷靜眉眼，隱約散發一絲不苟的氣息，感覺非常嚴肅，這個第一印象或許與他擔任公司主管一職有關。更讓人在意的，他身著黑色上衣，脖頸還掛著單眼相機的揹繩，不難猜測他對攝影有一定程度上的熱衷。

除此之外，穆永能喜歡到處旅遊，在行程中拍下眼前美景分享給朋友，照片裡有著盛開滿綻的粉嫩櫻花、停靠在港邊漁

船充滿藍色張力、果貿社區獨特的建築美學、氣勢宏偉的衛武營國家藝術文化中心等，或有時畫面裡只有一抹楓紅上光影、灶台上打盹的貓，都濃縮在穆永能鏡頭裡，成為他每次出遊的記憶，更看得出他對影像美學的要求。

穆永能是今年度晉見總統的績優捐血人，總是寡言短語的他初次聽見這消息時，露出驚訝且意外的表情。他思索了一下後說：「我知道這樣殊榮與機會，一輩子就這麼一次，但還是有點不可置信。仔



攝影是穆永能興趣，喜歡用影像記錄出遊時的良辰美景。

家中成員對穆永能捐血都大力支持，認為捐血助人也助己。



細算一算，沒想到我已經捐了這麼多次了，終於輪到我要前往總統府了！」穆永能也把這好消息跟家人分享，家人們都相當期待。

首捐在部隊 三十歲後才再續血緣

憶起第一次捐血，穆永能說，那是在台南當兵時，剛好捐血車進部隊募血，在長官帶領下，大家集體捐血，當時只要體力許可的，都得上去捐。他說：「捐完血還是要繼續出操，現在想想年輕時體力真好！」

捐血初體驗的印象深刻，雖然有點半強迫式，但穆永能並無反感，因為在當時他就已經知道捐血助人的意義，所以內心是非常支持，只是過去苦無機會接觸，藉

著這個機會在軍中嘗試捐血，像是注定要被推一把，與捐血真正產生連結。

話雖如此，穆永能從第一次捐血後，大概又隔了快十年才繼續有捐血的動機，自己雖然不排斥捐血，但可能時間不湊巧、缺少動力，才對捐血這件事情逐漸遺忘；一直到三十歲的某一日，他聽到廣播傳來缺血訊息，號召民眾捐血，在這樣的起心動念下，穆永能開始繼續捐血，再也沒中斷過，從捐全血一年多後，在護理師鼓勵下，開始轉捐分離術。

不似捐全血的快速，分離術待在機台上的時間較久，但穆永能還是願意犧牲假日時間，每兩週就到捐血室報到，在近幾年遇到疫情嚴峻狀況下，他仍堅持捐血。他笑說：「不用怕，防護安全最重要，捐

數字是身體健康最誠實的反饋，穆永能重視每一項數值，督促自己養好身體。



血中心都保護得很好，我們只要來捐就可以了。偶爾感冒生病中斷幾次，反而覺得身體不自在，還是來捐血比較好。」

從捐血學會保養身體 好習慣就是要持續下去

若要說全血跟分離術最大的差異，除了時間之外，穆永能認為分離術對身體健康的要求更高。捐全血時，只要有睡飽、作息正常，不太會被拒捐，但分離術對健康的標準更嚴格，讓他不得不正視自己身體素質，督促他關注健康，是意外的好收穫。

「如果吃太油膩，很容易被退貨，如果當天來不能完成捐血，我心情就會滿低落的，後來我就開始重視自己日常生活，吃的、睡眠、勞累程度等，沒想到會因為捐血，讓我身體更健康。」穆永能說他是從捐分離術後才開始重視身體保健，像是血壓、血脂、血紅素等，這些都是分離術注重的指標，若要改善就得從日常生活裡慢慢改變飲食跟習慣。

同時，穆永能保持假日快走運動，像是蓮池潭、左營美術館周邊，都是他常運動的場所，或是到柴山爬山，透過一點一

滴的累積養好身體，就是為了能達到兩星期捐一次的目標。

問起這二十多年來捐血的動力，穆永能陷入苦思，彷彿從未思考過；最後他說：「捐血對我來說就是生活習慣。像第一次捐血時，我感覺就是生活裡的小插曲、一個事件，後來真的持續捐，把偶爾變成常常、變成一種無意識的慣性行為時，那就不需要靠動力，那就是習慣。」讓捐血變成好習慣，積久養成只需要靠堅持，大概就是穆永能的秘訣吧！

或許正因為穆永能持續的捐血舉動，默默影響了大女兒，他跟大女兒都是捐血成員。捐血早已是穆永能生活不可或缺的一部分，能獲此殊榮更是他始料未及，榮耀都是錦上添花，更重要是未來日子裡，繼續保持好習慣，讓自己的小小舉動，造福更多人。

用捐血延續生命之路 補路人王昭智的志業

採訪撰文、攝影 / 蘇茵慧

一路暢行無阻礙的康莊大道人人都愛，無論開車、騎車或走路，都不用擔心路面有窟窿顛簸，把大家震得人仰馬翻，更無須擔心下雨積水，被行駛而過的車子噴出一身濕漉漉；然而在我們現實生活中，路面窟窿處處有，無論是市區或是山區，在天災或人為因素影響下，難免讓路面高低不平，危害用路人安全。

遇到這樣狀況，除了通報市府養工單位外，還有些善心人士會自主出動補路，特別像是偏遠山區或三不管地帶，就有賴他們協助。不過，補路工程比想像還要細緻，需得先行場勘、確認路面損害狀況，再募集志工、選擇天晴的日子到場修繕。

在毒辣的日頭下，這群善心補路者戴



不起眼的補路工作者，卻肩負著用路安全的重責大任，讓人們都能有條安全回家的道路。（圖片提供／王昭智）

著斗笠、帽子，用頭巾把自己裹得密不透風，手裡拿著鐵鍬、鏟子等補路工具，找到路面凹陷處後，會趴在地上細細將瀝青抹平，就是為了能讓用路人有一條安全回家的路面。在這群補路人裡，王昭智就是其中之一，而他亦是今年度晉見總統的績優代表人。

受佛教經書啟發 重返捐血助人之路

第一眼看到王昭智，只覺他皮膚白皙、瘦小，說話聲音輕聲細語，實在很難將他與體力活補路修繕聯想一起。但認真仔細一瞧，身穿白色短袖上衣的他，不僅手臂肌肉線條明顯，臂膀上隱約顯露出灰藍色的圖騰刺青，他不諱言的表示：「過去我曾經太愛玩、犯錯，讓家人傷心，所以待在獄中反省許久，而我第一次捐血就是在監獄，當時由獄方主辦、有捐血車進駐。」

青春年少的記憶隨著幾載光陰褪色後，王昭智重回社會體制，他笑著說：「在



截至目前為止，王昭智累計分離術1,306次。

裡頭太久，出來後發現社會變化太多，忙著適應跟學習，後來捐血這件事情就逐漸被拋諸腦後。」直至他三十多歲後，才又成為捐血者，並且開始嘗試分離術。

他分享重返捐血的起因：「我是因為宗教信仰，看了許多佛教經書，裡頭都有提到佈施助人，像是外財施就是以金錢助人，而內財施就是當志願者，以自己的體力、智力、時間、能力等來幫助人，甚至用微笑、言語鼓勵他人也算是。我自己僅能用身體生命來助人，那捐血就是我可以做到的。」

除了兩星期一次的分離術捐血外，王昭智固定在高雄市阿彌陀佛慈善會當志工，主要服務區域有屏東、高雄及台南等地，像是修繕、補路造橋、扶助弱勢等，都是慈善會的日常。王昭智說：「當初就是騎著腳踏車閒晃，來到慈善會門口，上頭寫著『補路隊』，詢問之後我加入他們成為志工，一路就到現在，我想應該是佛教的緣分牽引。」

茹素者亦能捐血 飲食均衡多運動

和一般捐血者較不同的是，王昭智是茹素者，因此對於維持身體健康、確保捐血品質更是注重。他選擇天天跑操場、假日爬山健行，運動絲毫不懈怠；曾經有一陣子因血紅素不足，他屢遭護理師勸退，幾度非常苦惱。

王昭智每天運動健身，注意飲食攝取，就是希望捐血紀錄不輕易中斷。



後來捐血前輩與王昭智分享，可以多吃蔬菜水果，像是紅蘿蔔、花椰菜、蘋果、火龍果等，甚至可以購買女性B群補充營養，透過飲食攝取跟改變，現在他可以很驕傲說：「吃素者捐血也是沒問題的。」

現在家人中，除了王昭智有捐血習慣，他也影響姊姊對捐血的認知，且用身教言教鼓勵女兒一起捐血。過去姊姊認為捐血對身體會有不好影響，經過他解釋後，姊姊現在也是捐血者；後來王昭智女兒也一同加入，這種家人都是捐血者的感覺，王昭智笑著說：「很棒，大家一起健康、一起幫助需要的人。」至於這次成為績優代表人，王昭智露出調皮的神情，神祕地說：「我都還沒跟家人分享，打算從台北回來後，拿照片給他們看，我

女兒一定會嚇到！」

路是人走出來的 現在開始不嫌晚

訪談最後，王昭智用「走錯路」來形容年少不懂事，而今的他參與了補路志工，時常要到偏遠區域填補路面上的窟窿凹處，同時他也用捐血來連結他人生命之路，時光在一來一往間，彷彿彌補了曾經遺憾。

王昭智特殊的捐血經驗，並不是所有人都能坦然出口，他卻毫無保留，只希望透過自己的生命故事，能鼓勵大家即便走錯路，及時發現修正就好；做錯事的人，還是有機會成為有用的人，就像補路志工、捐血助人已是他的志業，只要有心，現在開始也不嫌晚。

超馬達人李金龍 盡己所能捐血助人

採訪撰文、攝影 / 蘇茵慧

「我第一次捐血是在高中時期，在這之前對捐血認識不深，直到捐血後，看了資料以及護理師講解，才知道捐血除了幫助人，對自己的健康也很好。」李金龍雖然戴著口罩，但一雙炯炯有神的眼睛，傳遞出堅定的立場，接著他說：「退休之

後，除了每天運動，就是定期捐血，我自己感覺每次捐血完後去運動，身體格外有活力，可能有助新陳代謝循環吧！」

今年62歲的李金龍，於警察分局主管職務退休，過去熱衷鐵人三項，馬拉松、腳踏車、游泳都擅長，在2013年國際環台超級馬拉松賽事中，曾得過前十強的好成績，被譽為警界的超馬達人；而他亦是今年晉見總統的績優代表人，以全血213次數記錄獲此殊榮。

健康身體自己守護 越健康就越能助人

清晨四點東方露出魚肚白，光影若有似無，萬物正準備甦醒，此時李金龍已經在澄清湖風景區裡慢跑，每天兩小時、每次十公里，這是他長期一直以來的習慣，即便退休後他也不懈怠；有時慢跑運動會搭配健身房的有氧課程跟飛輪訓練，提升肌耐力，看重平常訓練，是為了在賽場上突破自己。



李金龍為全血績優捐血人代表，每次捐血都捐500 C.C.。

李金龍為全血績優代表，每次捐血都捐500C.C.。(照片提供／李金龍)



無論是國內古都馬拉松、中寮山超馬、台中港馬拉松、合歡山馬拉松、台灣祈福100公里等賽事，還是國外馬拉松賽事，都有他的身影，並成立「旗山警愛跑」隊，鼓勵下屬參與、號召警察同仁一起健身跑步，共同報名賽事獲得好成績，同仁還曾在練跑過程中抓到小偷，成為趣聞。在跑友眼中，李金龍堅持、有毅力，為了身體及比賽，李金龍把退休生活過得健康又充實。

捐血亦是李金龍從高中就養成的習慣，警大畢業後他曾面臨肝臟數值異常，因此暫停了一年左右期間，經定期追蹤檢查無虞後，再度開始捐全血。他說工作再怎麼忙，還是想要定期捐血，總感覺每次捐血完，精神特別好，能幫助身體新陳代謝又沒害處，還能幫助需要的人，何樂不為？只是警察工作忙碌，還得日夜輪值，作息、飲食難免不正常，捐血時偶爾血壓過高，就只能過幾日再找機會嘗試。

由於警察工作調動頻繁，李金龍捐血足跡從台北、台南、屏東、高雄都有紀錄，唯獨惋惜分離術捐血時間費時久，至今一直無法嘗試。訪談過程中，他提及在警大念書、澎湖工作時，有兩度到醫院協助過捐血，特別是像澎湖外島，血量常常不足，加上早年捐血風氣不盛，往往都是緊急狀況急需用血，回想四十年前，往事猶在目。

對生命處之泰然 盡己之力無愧即可

大部分的績優捐血人得知表揚地點在總統府時，內心充滿雀躍，而李金龍說：「知道這次要去總統府，我的心裡很平靜，倒是還好。」因過往救災指揮有功，李金龍已有去過總統府的經歷。

好奇詢問下，李金龍緩緩說出生死關頭之事。那年莫拉克颱風侵台，李金龍時任旗山分局長，八月八日大水淹進旗山區，幾近斷絕聯外道路，李金龍收到同仁



經歷重大事件，李金龍對生命有另一層體悟。

呼救，趕忙前往淹水區域查看。當時大水淹蓋了低窪區，連警車都泡在水中，同仁們站在車頂上等待救援。李金龍想著自己有救生員執照，嘗試游泳過去救援，此時大水已淹至胸口，加上路邊電線桿傾倒漏電，他在水面被電了幾次，差點暈厥，振作之後匆匆抱住香蕉樹，在水中漂流兩個小時，幸而獲救。



挑戰自我、一次又一次突破，李金龍騎腳踏車環島。（照片提供／李金龍）

他形容這個遭遇宛如鬼門關前走一遭，死裡逃生的經驗加上當時目睹災區慘烈的狀況，至今仍深刻於心，說起此事眼裡還有著悸動。「在大自然之下，人們是渺小的，生命無常都是一瞬間，發生了就只能面對，走過傷痛，過了會更堅強吧！」

「身體健康比什麼都重要，是我近年來的體悟。」李金龍申請早退，說自己在警界接觸形形色色的人，加上高壓的工作性質，又曾經歷過九死一生，面對生命無常都泰然處之，只要無愧於心即可。

退而不休 盡己所能捐血助人

人的經歷終將成為生命旅途的重要錨點，正因為過往種種，讓李金龍現在更注重身體健康，維持穩定的運動、定期捐血助人，透過捐血檢視自己健康數值，有空

就到處旅遊、環島，欣賞台灣美景，精彩每一日。退而不休的日子裡，李金龍用興趣開創天地，直至捐血年限屆滿前，他都會盡己所能助人，樂意付出。

最好的抗老保養品

黃寶慧用捐血保持健康活力

採訪撰文、攝影 / 蘇茵慧

「捐血」一詞，是何時開始進入捐血人的生命呢？有些人是看著長輩捐血，從小就知道捐血的意義；有些人是在青春期邁入成年時，在同儕的影響下有了初體驗；而有人是在部隊、亦有人是受到公益廣告驅使，開始認識捐血，並實際讓捐血變成動詞。



黃寶慧為了母親的手術去領血，才改變她對捐血的看法。

今年63歲的黃寶慧，是高雄區晉見總統績優代表之一，由檔案庫資料顯示，她第一次捐血是民國86年，當時她已38歲，與其他績優捐血者相比，可說是較晚才加入捐血行列。

是什麼原因讓她突然開始捐血，並且持續維持至今呢？

破除對捐血狹隘認識 感謝眾多人士的熱血

黃寶慧自述：「以前曾看過國外報導，好像是說捐血是為了賣血，影響我對捐血的印象。一直到三十幾歲時，家裡母親剛好面臨大手術，需要領血備用，由我負責去捐血中心領血，才知道原來捐血與我想像中的不同。」

為了領血，黃寶慧前往屏東捐血站，在現場有跟她一樣等待領血的民眾，還有許多人正等待著捐血，這讓黃寶慧禁不住好奇，詢問現場的護理人員：「請問，這些血是怎麼來的？為何這些血能提供我們使用呢？」

在護理人員的解釋下，黃寶慧才知道她領用的這些血袋，都是出自社會大眾的熱血援手，正因為有人無私付出，才能幫助需要的人延續生命，且護理人員還耐心跟她解釋，捐血除了可以助人外，還能助己增加身體新陳代謝，有益身體循環。

在正確的衛教知識後，黃寶慧從此對捐血澈底改觀。領完血後，她暗暗下定決心，等到母親手術成功後，她也要成為無私付出的捐血者，希望能將這份大愛繼續傳播下去。黃寶慧說到做到，從那時到現在，從屏東捐到高雄，她履行自己的諾言，捐血不中斷。

「每次捐血時間一到就會自動到捐血站報到，我覺得自己挺瘋狂的，愛上捐血的感覺，家人都虧我是『血牛』，我也不以為意。」黃寶慧想起當初捐血的情景，笑意從眼神裡漫出，相當具說服力，而正因她太常出現在捐血站，屏東捐血站護理人員無一不熟，而她也見證了屏東捐血站遷移的軌跡，見證當時剛從護校畢業的護理師、結婚生子到退休，彼此成為好朋友，從偶爾見面到相約出遊，友誼長存。

捐血是我的抗老保養品 鼓勵朋友一起捐

臉上常掛著笑容的黃寶慧，個性隨和又健談，宛如親切的鄰家媽媽，從第一眼判斷，很難相信她已經六十多歲，似乎才五字頭，身邊朋友常懷疑她吃抗氧化保健品、擦了厲害保養品，黃寶慧會正經八百地告訴朋友：「哪有什麼保養品，捐血就是我最好的抗老保養品啦！我越捐越健康耶！」

在黃寶慧的個人臉書頁面，手指在螢幕上滑著滑著，固定頻率就能看見她捐血自拍照及在捐血站打卡紀錄，朋友常常在貼文底下回覆她：「讚喔！又捐血了。」「妳捐血真勤勞。」「我上個月也剛捐。」等留言。黃寶慧喜歡把捐血照片分享到臉書上，除了幫自己紀錄外，更重要是希望能



黃寶慧認為捐血是最好的抗老保養品，讓她能重視健康、樂觀生活。

讓更多人看見，進而影響大家、提高捐血的意願。

透過她長期分享，果然讓朋友們對捐血產生好奇心，紛紛詢問捐血的用途，她亦不吝告知捐血對自身的好處，鼓勵朋友成為捐血者，一起為健康努力，同時也能用自己的力量回饋社會、幫助人。

「我就是個家庭主婦，每天生活都很固定，其實說要做善事、回饋社會什麼的大事，肯定超出我能力範圍，但捐個250CC還是沒問題的，隨時可以做、簡單就能辦到的，我就做好這件事情就夠了。」在她親身見證、口碑相傳下，一己之力終有望眾木成林，現在有越來越多朋友加入她的行列。

改變自己是自救 影響別人是救人

不只大力號召朋友，黃寶慧說自己的兒子亦是捐血者，她也常跟女兒的四個孩子說：「捐血很棒，而且不會痛，以後長大一定要來捐血。」孫子每次知道她要去捐血，還會對她喊：「加油！加油！」

在樂觀正向的黃寶慧身上，有著她對捐血的熱忱，並且深刻地影響周遭的朋友親人，甚至讓捐血扎根下一代。早點捐、晚來捐，都是救人助己，黃寶慧雖然晚了一些才發現捐血的好處，那又何妨呢，她正努力實踐價值，以言行鼓舞身邊的人，改變自己是自救 影響別人是救人，而黃寶慧都做到了。



第一時間接到表揚通知電話時，黃寶慧還以為是詐騙集團，經回電確認後發現事實，馬上與家人分享喜悅。

羅許基金會副執行長盧進德（左一）、台灣血液基金會執行長魏昇堂（左二）等人共同完成募血血袋拼圖。



採訪撰文、攝影 / 吳榮邦

羅東博愛醫院攜手42單位 16場馬拉松捐血活動募集

有鑒於今年因疫情影響血液庫存量嚴重短缺，羅許基金會羅東博愛醫院6月16日起號召宜蘭各醫事工會等團體響應捐血活動，期間贊助資金、物資與動員捐血的機關單位與民間團體超過40家，截至7月28日，募集高達1,762袋熱血，共計440,500c.c.，成績斐然。7月29日羅東博愛醫院於宜蘭捐血站舉辦成果發表會與加碼抽獎活動，台灣血液基金會執行長魏昇堂與台北捐血中心業務組長角志宏亦到場力挺，共同表達對於宜蘭民眾踴躍捐血的感動與感謝。

疫情加劇血庫告急 宜蘭挹注台北捐血中心 成全台血液庫存之最

台灣血液基金會執行長魏昇堂表示，今年四月起疫情再起，最嚴重時每天有七、八萬人確診，而確診或隔離中就必須緩捐，確診者除須隔離兩週，加上緩捐兩週，等於整整一個月無法捐血；全台有四、五百萬人確診，其密切接觸者更多，這些人也必須隔離七天、緩捐兩週，等於21天無法捐血，因此這段時間，有很多人是想捐血但不能捐。



救血庫 逾1,700袋血成果斐然

因此，有羅許基金會這樣有心的單位出來登高一呼，真是意義非凡。這期間有宜蘭地區的挹注，台北捐血中心的安全庫存量已是全台最高。正常的安全庫存量必須維持在7天，在中南部地區的血庫都僅有4天的安全庫存情況之下，顯得難能可貴。但在全台僅4.6天的平均之下，代表缺血的危機還沒有解除，因此他也呼籲大家繼續響應捐血，讓台灣能處於安全的用

▲羅許基金會羅東博愛醫院於宜蘭捐血站舉辦馬拉松捐血成果發表，台北捐血中心業務組長角志宏（左一）、宜蘭站前站長盧紹華（左二）、台灣血液基金會執行長魏昇堂（左三）、羅許基金會副執行長盧進德（左四）及羅東博愛醫院院長葉文凌（左五）等人共襄盛舉並參與抽獎，感謝與鼓勵民眾熱情捐血。

羅東鎮長吳秋齡帶頭捐血。
（照片提供／羅東博愛醫院）



血供應狀況。魏執行長除了感謝已經為血庫捐出熱血的捐血人與其愛心，也希望能再感動更多人，一起來共襄盛舉。



羅東博愛醫院院長葉文凌帶頭捐血。（照片提供／羅東博愛醫院）



台灣血液基金會執行長魏昇堂致詞感謝羅許基金會以及熱情參與的各方單位與民眾。

吹響捐血號角

羅東博愛醫院感謝42單位熱情相挺

羅許基金會副執行長盧進德表示，基金會旗下羅東博愛醫院最近成立一個公益委員會，主旨是結合公益與醫療，這次的捐血活動是該單位初試啼聲的嘗試，因醫院本身有很多醫事團體的資源，加上一些公部門單位如警察局、消防局等等，希望透過公益活動的發起，結合更多的團體來解決缺血的問題。

這次活動，羅東博愛醫院作為一個吹響號角的領航員，若沒有全縣各個單位的響應與支持，全台血庫庫存量勢必持續緊張、病人的治療將受到影響，因此對於全縣同心、眾志成城，一次獲得42個友好單位的相挺支持，是這場捐血活動中最難能可貴的禮物。

未來羅許基金會將持續推動結合公益與健康，扶植弱勢團體與醫療結合，除了提供獎學金給護校，也結合偏鄉關懷，結合國中應屆生就讀醫事學校，讓他們未來可以到醫院服務，形成一個善的循環。而捐血活動也會細水長流，持續舉辦。



台灣血液基金會執行長魏昇堂（右一）致贈羅許基金會副執行長盧進德（右二）捐血救人感謝錦旗。



台灣血液基金會魏昇堂執行長（右一）致贈羅東博愛醫院院長葉文凌（右二）捐血救人感謝錦旗。



羅許基金會盧進德副執行長感謝各方單位團體熱情支持捐血活動。



7月23日五結慈濟捐血場次中安排癌篩、骨鬆檢測與心房顫動的健康闖關活動，讓現場慈濟志工們挽袖捐血的同時，也透過各項篩檢關注自己的健康狀態。（照片提供／羅東博愛醫院）



宜蘭縣警察局林新晃局長（二排左四）率領員警親臨宜蘭捐血站響應活動，並接受博愛安親班小朋友獻上向日葵。（照片提供／羅東博愛醫院）

結合醫療與捐血資源 擴大活動公益與健康意義

除了號召捐血救血庫，羅東博愛醫院更善盡社會責任，擴大捐血活動的公益及健康意涵與影響，分別在7月23日的五結慈濟捐血場次中安排癌篩、骨鬆檢測與心房顫動的健康闖關活動，讓現場慈濟志工們挽袖捐血的同時，也透過各項篩檢關注自己的健康狀態；並於7月25日邀請國小學童實地拜訪宜蘭捐血站，透過宜蘭捐血站長戴靜宜的解說，充分教育下一代理解捐血的意義，並從小建立小朋友捐血救人的熱血精神。現場正逢宜蘭縣



宜蘭縣消防局長徐松奕（前排左二）7月27日號召消防員現身宜蘭捐血站，大批穿著紅色制服的消防隊員，吸引民眾一起加入捐血行列。（照片提供／羅東博愛醫院）

警察局林新晃局長率領員警親臨宜蘭捐血站響應活動，小朋友們看著警察叔叔挽袖捐血，忍不住直呼：「好酷喔！」

響應捐血，宜蘭縣消防局長徐松突也不落人後，7月27日號召消防員現身宜蘭捐血站，大批穿著紅色制服的消防隊員非常搶眼吸睛，更吸引民眾主動加入捐血行列。其他熱情相挺的單位還包含宜蘭活力關懷協會與藝人瑋霏與陳彥廷、宜蘭縣國際青年商會、羅東西區扶輪社，以及21世紀不動產-宏鎰集團蔡智燦副總帶領旗下50多位同仁參與捐血，期許用行動支持，成為全台血庫最強後盾。

盧前站長以藝術家身分回娘家 用繪畫響應捐血

身為在地藝術家與宜蘭捐血站前站長的盧紹華，除了回娘家，實際挽袖捐血之外，更捐出價值三萬元的《宜蘭文學館》畫作及十本簽名畫冊做為抽獎品項，用以



宜蘭捐血站前站長盧紹華（右一）捐出畫作響應公益，羅許基金會盧進德副執行長（右二）除以個人名義買下，將善款捐出，同時致贈感謝狀。

鼓勵民眾多多參與公益捐血活動。盧進德副執行長了解藝術畫作的珍貴，擔心《宜蘭文學館》畫作用來當摸彩品有損其珍貴性，便以個人名義買下畫作收藏，並再將三萬元畫款以藝術家盧紹華的名義捐給宜蘭弱勢團體，希望藉此讓善循環得以淵远流長，「把畫作放在我辦公室，目的就是，以後大家來我辦公室看到畫作就知道要捐血，並持續支持公益活動。」

舉辦抽獎 吸引更多民眾加入捐血行列

回饋熱情捐血民眾，只要上網登記並實際出席捐血成功者，便獲得抽獎資格；透過本次活動帶起的精神，期望繼續號召更多民眾加入公益捐血的行列。台灣血液基金會執行長魏昇堂與台北捐血中心業務組長角志宏，除了到場表達對羅東博愛醫院與宜蘭縣民的感謝，也一同參與加碼抽獎活動，為這次響應捐血的民眾抽出超值好禮，也為活動畫下完美句點。



台灣血液基金會執行長魏昇堂（左一）為活動抽出幸運中獎民眾。

亞洲航空總部位於台南仁德，以維修飛機起家。



亞洲航空不只修飛機 疫情之下挺血庫不間斷

採訪 / 蘇茵慧 照片提供 / 亞洲航空

你有多久沒有搭飛機了呢？在疫情之前，搭乘飛機出國、到離島旅遊都非難事，看著機窗外的藍天白雲，那種搭乘時的雀躍與期待，都讓人懷念嚮往；然而在疫情來襲後，搭乘飛機顯得遙不可及，更一度讓機場與飛機都顯得寂寥，國內外航線都受到劇烈衝擊，雖然搭乘人數變少，但飛機定期保養無法荒廢，檢修仍要繼續。在台南仁德就有一家專門維修飛機的企業總部，同時亦是亞洲第一家獲得美國聯邦航空總署所頒發的維修廠證照。

不受疫情干擾 亞航捐血活動持續舉辦

離開台南市區往高雄的一號省道上，除了有台南機場、奇美食

品幸福工廠、十鼓仁糖文創園區及奇美博物館等著名地標景點外，在機場附近還有一間擁有豐富飛機維修經驗的亞洲航空，入口處雖不起眼，但廠區占地寬廣，並有飛機維修廠、直升機維修廠、發動機暨附件維修廠等。

走進亞洲航空的廠區內，一架架飛機排列整齊，裡頭除了有著各國的民航機，亦有台灣軍機，事關機密因此人員管制相當嚴格，只見維修人員仔細檢查每個零件，不同飛機還有各自細節要注意，確保飛機在天空飛行時能夠安全。難怪大家都說地勤維修是飛機安全的第一守護者，而亞洲航空不僅守護、保養飛機，在疫情期間仍以企業力量呼籲同仁捐血，一起相挺為血庫。



只要廠內舉辦捐血活動，董事長盧天麟若在台南廠區便會挽袖捐血。

亞航董事長帶頭捐血 加碼鼓勵員工齊參與

亞洲航空與捐血中心緣份甚早，往年每年舉辦三次捐血活動，每次皆半天時間；108年後改為一年兩次至今，即便是疫情期間捐血活動未曾間斷，可說是捐血中心的長期夥伴。

亞洲航空董事長盧天麟受訪時表示：「捐血是利人利己的行為，能幫助別人更能讓自己身體健康。只要我們亞航有舉辦捐血活動，當天我在台南廠區工作，我就會安排時間去捐血，當然也希望能帶動同仁多參與。」他分享自己觀察今年三月份捐血活動的心得，並指出許多主動來捐血的人不在乎禮品的價值，但這並不表示不用對這些捐血人給予鼓勵，無論是小禮品或獎勵金，只要企業端可以給予的獎勵，他都贊成。

因此，他特別交代廠內主辦捐血活動的護理人員，除了公司本來就有的捐血獎勵，董事長額外再加碼獎勵，希望能提高同仁們捐血的意願，在多方訊息的宣傳下，廠內同仁的捐血參與度提高，半日的捐血活動達成率達170%，更是超過台南捐血中心預估的血量。

未來規劃亞航捐血日 結合社會大眾一起做公益

對此結果，盧天麟認為可以更好，因此找來護理人員討論改善方針，希望找出



亞航同仁們會利用工作空檔參與抽血。

吸引大家投入的動力。亞航廠內護理人員張育菁說：「董事長對捐血活動相當支持，有了上次的經驗後，他鼓勵我們可以針對捐血活動內容做點不一樣的設計，未來有機會可以推出亞航捐血日，除了我們企業同仁外，結合社會大眾一起參與，可以讓更多人來支撐血庫。」

不僅如此，盧天麟笑著補充說：「像是園遊會啊、辦活動啊，可以吸引人來的項目都可以，每次送的禮品可以採購不同的，襪子啦、營養品啦，這些實用的禮品最受歡迎，如果是食物的話，記得要可以讓捐血者好保存的。」

此番話聽起來經驗老道，原來董事長盧天麟本身就有捐血習慣，而且一家子都是捐血人士。他說自己第一次捐血是在大

學時期，當時是想在女朋友面前掙面子，炫耀自己身體好，沒想到也就慢慢就習慣捐血了。在捐血多年的過程裡，盧天麟提及一件往事，家人在某次意外下急需輸血，正因他曾捐過血，所以在獲得血品及調運血品時格外順利，這件事情讓他非常感動，體會到血液之珍貴；爾後自己擔任公職，只要時間跟健康允許，他就會挽袖支持。

說話開朗風趣的盧天麟，在分享捐血觀念時，有些話語聽起來帶著些許霸氣，但不難發現在這些言語下都是他單純期盼。他希望能讓更多人知道，捐血一袋可以救人一命，捐血還是對自己健康有幫助，在助人助己的雙重好處下，代表著人與人互助美好精神，更代表著社會的正向循環，他更期待未來亞洲航空不只是維修飛機的代表，還能參與社會公益、回饋社會。

會暈血的吳春山董事長，辦捐血活動二十多年，總是克服心理障礙、帶頭捐血。

採訪撰文 / 張郁梵

照片提供 / 麗明營造股份有限公司

暈血也要捐！ 麗明董座熱血獻「聲」 再創募血紀錄



伴隨著悠揚的樂聲，麗明營造董事長吳春山嘹亮的嗓音在空氣中瀰漫著，時而高亢悠揚、時而渾厚低沉，吸引不少路過的民眾駐足圍觀，歡樂輕鬆的氛圍，更讓許多初次挽袖的捐血人感到放鬆！麗明營造第21屆公益捐血活動8月17日熱鬧登場，短短三天就募集1,561袋熱血，不僅是歷年來募血成績最高的一次，也是麗明營造舉辦捐血活動二十多年來，首次突破1,500袋，一舉創下台中捐血中心募血活動的最佳紀錄！誰都想不到，這場輝煌戰績的幕後推手——麗明營造大家長——吳春山董事長，其實有暈血症！

見血暈針 仍連二十一年辦捐血活動

吳春山出身彰化員林農家，年輕時因老闆的兒子還在學走路時頑皮爬上桌，結果不慎跌落摔到地上，瞬間血流如注，心急不已的他見狀趕緊放下工作，將孩子抱起衝往鄰近的外科診所急救，等到把孩子平安放到病床上以後，低頭看才發現自己滿手都是血。

那個年代沒有行動電話，吳春山到了診所以後，好不容易才連絡上老闆娘，「結果老闆娘到醫院以後，我一看到她就

昏倒了！瞬間沒有力氣、一陣暈眩慘白的那種，從此以後我就對血很敏感，看到血就會怕！」至今回想起這段往事，吳春山仍心有餘悸。

也許是親眼見到年幼的孩子流血的畫面太過震撼，也或許是雙手沾滿鮮血的心裡衝擊太大，這場意外過後，吳春山只要看到血就會暈針，但即便如此，他還是捐血多年，就連麗明營造二十一年來舉辦的每場捐血活動，他都是打頭陣第一個捐血！

談起捐血初體驗，吳春山坦言，之所以會捐血是受岳父影響！原來岳父身體健壯，長期都有在固定捐血，「結婚後住在鄉下，他都會要我載他去捐，我去了也不知道要做什麼，就跟著一起捐了！」沒想到第一次嘗試捐了250毫升以後，吳春山就感覺一陣頭暈目眩，「我一捐完就在車上躺了一陣子，我岳父說我整個臉色很蒼白！」

俗話說「一回生二回熟」，有了幾次經驗後，現在吳春山每回捐血，都會在護理師扎針採血時，把臉別過去，閉上眼睛不要看，並且想辦法跟旁邊的人聊天，藉此分散注意力。

用嘉年華的規格舉辦捐血活動

許多人好奇，吳春山明明這麼怕血，為什麼還對捐血這麼熱衷？而且麗明營造

捐血活動一辦就是二十多年，每年還持續增加企業與公益團體加入，共襄盛舉？吳春山回憶起這段緣分。

時光回溯至民國90年，吳春山在因緣際會下聽前台中捐血中心主任郭獻生提及，每到暑假，學生放假返鄉，是交通意外事故發生的高峰期，偏偏暑假在農曆7月，台灣民間俗稱「鬼月」，傳統習俗禁忌多，願意捐血的人卻很少，造成每年暑假血庫經常缺血，難以支應，「我就問郭主任說那怎麼辦？他說民間也可以辦捐血活動，所以我就想說不然我們來辦辦看！」

「社會服務」曾一度被形容為「扶輪的心跳」，是扶輪社員最根本的目標之一，吳春山加入扶輪社多年，下定決心：「麗明回饋社會做好事，不怕禁忌。」於是那一年暑假，麗明營造試辦了第一場公益捐血活動，並將時間選在農曆七月的禮拜三，「因為禮拜三是扶輪社的例會。」希望能結合扶輪社，邀請更多社友一起響應公益。

萬事起頭難，第一屆麗明營造捐血活動因團隊缺乏經驗，加上協辦單位少，成效不如預期，一整天下來僅募集125袋。隔年，吳春山因父親身體微恙，為了照顧陪伴生病的老父親走完人生最後一哩路，不得不停辦捐血活動，「後來爸爸走了以後，我就想說要繼續來辦，所以今年雖然

每次的捐血活動，員工都熱情參與，在現場服務捐血民眾，齊做公益，實踐麗明捐血活動的精神。



是第21屆，但我們應該是從二十二年前就開始。」

吳春山提到，父親往生後，麗明營造每年都固定會在農曆七月的某個禮拜三舉辦捐血活動，並由公司福委會籌劃，二十餘年來沒有間斷過，偶爾碰到對於「鬼月捐血」心存疑慮的人，吳春山甚至還會勸服對方：「主動捐血等於化解了血光之災，反倒心安理得，否極泰來，而且還做了一次免費的健康檢查呀！」

由於麗明營造總公司設於台中市七期，鄰近台中市政府和台中市議會，因此

不論市府前廣場還是議會前廣場，都有麗明營造舉辦捐血活動的足跡。有一年因附近在施工蓋地下通道，吳春山還特地將捐血活動挪到公司投資的餐廳門口舉辦，「總之辦在哪裡不重要，但一定要想辦法辦！」好在同仁愈辦愈有經驗，規模也愈來愈盛大，慢慢地從一台捐血車增加到兩台、三台、四台，巔峰時期還曾在同一時間請來六台捐血車為民眾服務。

一個人的力量有限，但團隊的力量無窮，吳春山深知光靠公司內部成員和扶輪社，能號召前來捐血的人數不多，於是在疫情爆發前，麗明營造開始邀請往來的銀

行、建築同業及仲介業者加入，漸漸地愈來愈多團體主動表態願意成為協辦單位，希望能貢獻心力，「結果某一年就變成像在辦嘉年華會了！」

「當你願意做善事，全世界就會有很多人去呼應你，許多團體也會陸續加進來！」回首這二十年來舉辦的每一場捐血活動，吳春山笑說，在籌辦的過程當中結交到很多朋友，「很多人都是利用這一天才有機會在這個場合碰面，可能一年就見這一次面，好加在我們每一年都有辦，每一次都可以相見歡！」他也很感謝台中捐血中心曾頒發感謝狀表揚，肯定麗明營造支持公益捐血的決心。

疫情挑戰，募血活動不停歇！

109年全球爆發新冠肺炎疫情，所幸台灣一直成功阻擋病毒入侵，並維持4月

至12月連續八個月本土感染零確診的記錄，那年暑假，麗明營造仍舊依照慣例在農曆七月舉辦捐血活動，「那一次我們也是六台車，不過感覺大家有比較緊張一點，都有遵守防疫規定戴口罩，社交安全距離也都有盡量拉比較長一點。」然而，礙於疫情考驗，加上夏天氣候本就炎熱，許多人在大太陽底下，排隊排到一半就心浮氣躁，耐不住性子而轉身離開，但「那一年募集到1,135袋！」仍然比前兩年都增加了，也是相當不容易。

隔年五月中旬，台灣本土確診個案迅速攀升，中央流行疫情指揮中心宣佈提升疫情警戒至第三級，餐廳禁止內用、教育部也公告停止學生到校上課，「疫情下不允許群聚，我們還要辦嗎？」負責籌辦捐血活動的福委會主委林秀芬思索幾日後，



吳春山董事長現場獻聲助興，張力國老師吹奏薩克斯風，讓捐血活動現場更熱鬧，熱血沸騰。

向吳春山提議，將原本一天六台捐血車的募血活動改成三天，這樣每天只要出動兩台捐血車，可以分散前來捐血的人潮，減少群聚機會。

除了將一天的活動延長變成三天以外，麗明營造總部前也搭起了彩棚與舞台，連續三天邀請「台灣梧桐弦樂團」以及「Smooth樂團的張力國（阿國）老師與江欣晏老師」以吉他、長笛、電子琴、薩克斯風做現場義演，在現場為熱血民眾演奏，舒緩情緒，熱愛唱歌的吳春山也喜悅獻「聲」，為會場助興，渾厚嘹亮的嗓音讓台下欣賞的觀眾，忍不住在曲聲結束後連喊安可。

吳春山不好意思地微笑解釋，公司地下室長期無償借給「台灣梧桐」團練，為了表示感謝，「他們主動提議要來做公益演出回饋，於是我們就在一樓搭了一個舞台！如果沒有人唱歌，他們就音樂伴奏，

大家心情也比較開朗一點！沒想到去年這樣實施以後，給我們很大的鼓舞，一下子就比前年多了三百多袋！」總計三天活動下來，共募集了1,417袋熱血！

打開公司大門， 今年成績更耀眼！

本以為去年的成績已經夠輝煌了，「沒想到今年更厲害，是1,561袋！」吳春山開心之餘，也不忘審視活動之所以如此成功的關鍵因素；他分析，「今年會比較好是因為我們有把動線規劃地更完美！」考量去年捐血人都在戶外曬太陽，天氣很悶熱，今年麗明營造把公司地下室大門打開，並開放會議室、拉下投影布幕，同步轉播一樓舞台的表演畫面，讓民眾可以安心坐在裡面邊吹冷氣邊欣賞演出，悠閒地等候捐血時光。此外，現場也提供咖啡和茶點，希望每位前來付出愛心的捐血人都能感到身心愉悅，有個難忘的捐血經驗。



愛豬成癡的吳春山，收藏了一萬兩千多件豬展品，堪稱是全台最大的豬博物館。

貼心準備的伴手禮，有各單位贊助的日用小物或食品，捐血人在捐完血還能獲得意外驚喜。



想起去年很多民眾都是排隊到一半就放棄，吳春山一直反思該如何縮短等待時間？後來他想起，捐血車上有六個位置，「delay的時間可能會卡在問診的時候」，吳春山希望捐血中心加派一名護理師協助作業，明年會再與捐血中心詳細討論，讓活動能進行更順利。

吳春山愛豬成癡，麗明營造總部地下室偌大的展示空間，擺放著來自世界各國的豬藝術品，材質包括木質、金屬、陶器、玻璃各式各樣，三十多年來共收藏了一萬兩千多件豬展品，堪稱是全台最大的豬博物館。不少捐血人走進地下室看到滿坑滿谷的豬收藏都忍不住拍照，看到笑口常開的可愛豬，心情也跟著喜氣洋洋。

除了營造舒適宜人的捐血環境，麗明營造每年都會請來攝影師替活動拍攝紀錄照片，民眾捐血成功後，還有工作人員為其拍照，還可以拿到印有照片的感謝狀，而且為了讓捐血人有耳目一新的感覺，每年感謝狀的設計都不一樣，「我們每年都會有不同的主視覺設計，很多朋友都會跟我分享他已經拿到了幾張，還說來我們這

裡捐血就可以拿到感謝狀，有種搜集紀念品的樂趣！」

麗明營造公益捐血活動還有相當豐盛的伴手禮，在各單位共襄盛舉之下，民眾只要捐完血，就可以拿到最近竄起的食物界新星「春拌麵」、實用的酒精瓶、日光溫泉體驗券、杯墊等。

「以往捐血活動只有一天，很多人可能想要參加，但剛好有事無法前來，改成三天後，大家就可以從中選一天比較方便的時間過來，成效也出乎意料的好！」吳春山強調，雖然辦捐血活動需要付出很多心力，同仁也都要額外增加工作量，但因為是做善事，大家都樂此不疲，不會去計較做多做少，因此未來「我們還是會延續同樣的模式，持續且積極地辦下去！」他也訂下目標，期許明年能再創佳績，突破一千六百袋熱血！

捐血27年，楊世和除了覺得這是盡自己的一份心力之外，也希望能夠以身作則，鼓勵麥胞們一同響應這樣的善行，回饋社會。

採訪撰文 / 周永悅
照片提供 / 麥當勞



願自己的心意 成為別人雨天的太陽

8月22日，烈日驕陽下，228公園裡的公園號捐血車前聚集了許多人。這一天，麥當勞的營運副總裁楊世和陪著好幾位麥胞，也就是麥當勞的員工，一同來捐血；特別的是，裡面有兩位是即將升大三的首捐族，讓這個活動更具有特別的意義。

捐血邁入第27年， 自己盡心也期待更多人響應

今年已經是楊世和捐血的第27年，

陪著新世代的麥胞，一起為捐血盡一份心力，一直是他努力的目標，也是他長期以來始終在企業裡推動的方向。去年的10月1號至3號，麥當勞和台灣血液基金會合作，在62個捐血站共募集到2萬2千多袋血，帶給他與全體員工極大的鼓勵，因此也讓他們醞釀了要在今年繼續舉辦活動的動力和計畫。

由於去年是第一次合作，採取的是較傳統的方式，以短天數配上固定捐血點進



行活動；但因為麥當勞的明星商品大麥克吸引力所向無敵，讓活動順利圓滿的完成，這一年來公關部門的夥伴們也一直在做腦力激盪，思考著今年要如何更有效率的把活動辦得更好。從去年的活動中發現，捐血人口中，年輕的首捐族群其實是非常重要的關鍵；然而因為少子化、疫情影響，以及欠缺吸引力和刺激，這一個缺口始終無法有效的被填補



從9月15日開始，為期45天的活動，大麥克的魅力要進駐校園，鼓勵全台大專院校的同學們，一起做個超酷的熱血青年！

起來。因此今年的活動就改變策略，不但拉長天數從3天變為45天，在開學後的9月15日陸續開始；並且主動出擊，將捐血車開進大專院校，提供一共2萬5千份的大麥克兌換券，期望透過這樣的方式吸引學生首捐族響應，讓他們藉由人生的第一次捐血，就此養成習慣。

好成績要再接再厲， 期許每位員工都能成為最佳代言人

楊世和說，去年的好成績實在是一個很大的鼓勵；但就算沒有，這仍然是一件很正面的事。超過預估當然代表成效超過預期，所以要做；如果沒有超過，那代表努力不夠，所以更要做！他很高興麥當勞的品牌號召力是很強的，而他也期許每位員工都是最佳代言人，能持續傳遞這樣的訊息，所以今年自然會繼續用相同的精神，往前走下去。

他不諱言的說，以做生意的角度來說，一個活動的聲量總希望能在第一、二天就能衝上去，因此

親和力超強的楊世和，在捐血前還不斷問同行的麥胞是否吃過早餐了；兩位麥胞首捐族王禕禎（左二）和吳東陽（右一）知道這次捐血Jerry哥（楊世和）會一起參加，深感榮幸。另外這次活動的宣傳布條、海報及手拿板也都是精心設計的，希望能吸引更多年輕人響應。



宣傳是非常重要的，而今天做的宣傳，也都是為了讓接下來為期45天的活動能進行得更順利。面對現今的Z世代，要拉近他們的心，讓他們成為首捐族，並不是件容易的事。要了解他們的想法，知道他們的喜好，是這次活動的重點。除了一般活動前的新聞稿、麥當勞本身的官網、粉絲頁、自己內部員工的app「麥胞小尖兵」會發布消息外，串連學校的社團、FB、社群及Dcard，在IG發起「輪到你」的活動鼓勵捐血打卡上傳蓋樓，用年輕人的語言跟他們做溝通，讓他們覺得捐血是件很酷的事，才能獲得共鳴，得到迴響。

致力推動社會公益， 關懷兒童是企業目標

麥當勞在社會公益、關懷兒童上，一

向是不遺餘力的。麥當勞叔叔之家提供了一個中途站，讓需要遠距醫療的孩子與他們的家人有一個暫時休息的安全場域；4月4日兒童節隨餐附贈的讀本Home，是一本獲得國內外金獎的優質雙語繪本，讓孩子在用餐之餘，也能經由故事內容，傳遞家的溫暖美好。同時，麥當勞也捐贈了7,200本給家扶基金會，請社工老師帶著小朋友導讀，期望透過這樣的方式，在幼教教育上盡一份心力。

楊世和帶領著兩萬多名麥胞，也就是麥當勞大家庭的成員，親如家人的感情，讓他時時刻刻保持靈活與開放的態度去面對這群跨越世代的龐大家族。33年前的他，就是這樣進入這個大家庭被呵護的，現在他也希望自己成為一把大傘，照顧幹部，而幹部們也能像他一樣



在麥當勞裡的麥胞，心中都有滿滿的愛，期待自己能用這一份愛，也感染周圍的人，形塑善美的循環。

撐起自己的那把傘，照顧麥胞。麥當勞的企業文化核心價值就是員工優先、重視員工。員工被保護，就會覺得有愛；心裡有愛，在服務的過程中，也才能同等的把愛傳遞出去。這種價值觀的建立，是員工訓練中極為重要的一環；而這樣的深植扎根，潛移默化，是讓整個大家庭凝聚力強的關鍵。這樣的精神和氣質的形成及培育並不簡單，很難用言語形容，只能意會。楊世和笑著說，「如果要親身體會，來當麥胞就知道了！」除此之外，有系統的、嚴謹的教育訓練依然非常重要，在有形的制度規範中加入無形的愛與關懷，才能讓麥當勞成為一個成功的企業。

看到一起去捐血的麥胞首捐族在捐血後自拍，楊世和相信他們自己應該已經

上傳IG打卡了，而每位麥胞都有的麥胞小尖兵app裡，很快的也就會有相關的消息。這是一個和年輕人互動很好的平台，捐血這樣的概念，在麥當勞內部也逐漸在發芽生根。

從去年開始，楊世和帶著麥胞一同前往南海捐血室捐血，就是希望大家能夠慢慢的把捐血變成一個習慣；這不但是血的循環，也是善的循環。他所做的，就是個拋磚引玉的動作，期待這樣的方式能激起漣漪，鼓勵家族裡的成員能共同響應參與，實踐關懷社會的目標。截止目前為止，全台已有120所大專院校響應這個活動，開學後即將陸續看到捐血車在校園裡，等待著熱情青春的熱血一族伸出他們的手，展現出Z世代的power，讓這善的循環力量更強大！



採用國際最新穎病毒檢驗儀器 提升血液檢驗品質 與世界接軌

撰文 / 陳明鴻 (台北捐血中心技術組長)

攝影 / 林容琪、簡吟潔、劉俊宏、郭佳真、陳明鴻

台灣血液基金會一直以來秉持永續精進精神，並以維護病患用血安全及最高品質為目標，其中持續致力提升血液檢驗品質部分，台灣血液基金會於今年度分別將病毒核酸檢驗及免疫檢驗分析儀器汰換為Grifols Panther System及Abbott Alinity s System，此兩座新設備皆為目

前世界先進國家的血液中心採用之主流檢驗儀器，此更新讓台灣捐血中心血液檢驗與之齊頭並進。

今(111)年4月16日啟用新型病毒核酸檢驗設備，由原先Grifols TIGRIS System轉換為Grifols Panther

台灣血液基金會董事長侯勝茂親臨台北捐血中心檢驗課視察 Grifols Panther System核酸檢驗儀器啟用情形。





表1：Grifols TIGRIS System與Grifols Panther System比較表

機型 比較內容	Grifols TIGRIS System	Grifols Panther System
設備圖示		
檢測項目	HBV DNA、HCV RNA、 HIV-1 RNA	HBV DNA、HCV RNA、 HIV-1 RNA、HIV-2 RNA
95%檢測敏感度	HBV DNA 3.4IU/mL HCV RNA 5.4 IU/mL HIV-1 RNA 21.2 IU/mL	HBV DNA 4.3IU/mL HCV RNA 3.0 IU/mL HIV-1 RNA 18.0 IU/mL HIV-2 RNA 10.4 IU/mL
報告方式	批次檢驗	連續式檢驗
各項試劑、耗材 及報告狀態監控	1.電腦頁面監控所有品項。 2.試劑耗材不足有警示。 3.更換試劑需停機。	1.電腦頁面監控所有品項。 2.試劑耗材不足有警示。 3.更換試劑不需停機。

System，此設備配合試劑除保留原先B型肝炎病毒（HBV）、C型肝炎病毒（HCV）及第一型人類免疫缺乏病毒（HIV-1）檢驗外，並增加第二型人類免疫缺乏病毒（HIV-2）檢驗；雖然此病毒主要盛行於非洲部分國家，鑑於國際間往來交通便利及交流頻繁，且新興傳染疾病擴散速度快速（例如目前正流行之猴痘病毒），確實有檢測第二型人類免疫缺乏病毒（HIV-2）之必要性，且檢測敏感度也較先前設備更佳（如表1）；檢驗報告也從批次轉變為連續性，可縮短檢驗時效，於醫院緊急用血時亦可紓緩醫院端之等待時效。目前此系統使用於日本、南韓、紐

澳血液中心，歐美也有超過一半以上的先進國家採用本系統。

另外，今（111）年7月1日啟用亞培最新型捐血篩檢化學冷光微粒免疫法分析儀器Abbott Alinity s System，本系統目前澳洲及荷蘭血液中心已採用，日本也正評估於近年轉換；台北及高雄捐血中心檢驗課已於7月1日完成梅毒檢驗（Syphilis）項目由傳統凝集法（TPPA）改由Abbott Alinity s System進行檢驗；9月1日開始將B型肝炎病毒表面抗原（HBsAg）、C型肝炎病毒抗體（Anti-HCV）、人類嗜T細胞病毒抗體

亞培最新型捐血篩檢化學冷光微粒免疫法分析儀器Abbott Alinity s System，本系統僅使用於世界各國血液中心。



(Anti-HTLV I/II) 及第一及二型人類免疫缺乏病毒抗體 (Anti-HIV 1.2.O) 檢驗由傳統酵素盤式免疫檢驗改由Abbott Alinity s System作業。此系統所檢驗對第一及二型人類免疫缺乏病毒抗體外，也同時可檢測其抗原；B型肝炎表面抗原確認試驗，也由原先Abbott Architect i1000SR系統，一併整合至此系統（如

表2），將大幅提升台灣捐血中心檢驗之品質及效能，用血病患也更加有保障。

今（111）年是台灣血液基金會檢驗品質大躍進的一年，台灣血液基金會除持續提升並改善檢驗設備外，也陸續將各單位設備轉換為更先進及自動化設備，降低人為錯誤率及血液成品製程更趨近一致性。



台北捐血中心主任林敏昌（右二）陪同董事長侯勝茂（右一）及業務處長洪英聖（左二）了解台北捐血中心檢驗課免疫檢驗儀器Alinity s 啟用情形。（左一為台北捐血中心保品組長白舜仲，左二為技術組長陳明鴻）

表2：TECAN EVOLyzer (DiaSorin Murex Assay) 與 Abbott Alinity s System (Abbott Alinity s Reagent) 比較表

機 型 比較內容	TECAN EVOLyzer	Abbott Alinity s System
設備圖示		
方法學	酵素免疫分析法 (ELISA)	化學冷光微粒免疫法 (CMIA)
試劑	DiaSorin Murex	Abbott Alinity s
檢測項目	HbsAg、Anti-HCV、Anti-HTLV I/II、Anti-HIV 1.2.O	HBsAg、HBsAg confirmatory、Anti-HCV、Anti-HTLV I/II、HIV Ag/Ab combo (增加抗原檢測)、Syphilis
報告方式	盤式批次檢驗	連續式檢驗
各項試劑、耗材及報告狀態監控	1. 電腦頁面僅呈現反應相關時間，其餘無。 2. 試劑耗材不足無警示。 3. 更換試劑需停機，作業過程手臂移動不建議。	1. 電腦頁面監控所有品項。 2. 試劑耗材不足有警示。 3. 更換試劑不需停機。
儀器檢效能	低通量 (352檢測數 / 3.5小時 / 每台)	高通量 (570檢測數 / 1小時 / 每台)

註：梅毒檢驗 (Syphilis) 及B型肝炎表面抗原確認試驗 (HBsAg confirmatory) 原先分屬不同檢驗系統，亦一併整合至Abbott Alinity s System。



測試籌備許久的新系統上線，台北 (左) 及高雄 (右) 兩大檢驗課的同仁都雀躍不已，是捐血中心檢驗作業的新里程碑。

當肯、KID林柏昇聯手 盼年輕學子力行捐血

記得108年曾經在校園現身的「當你肯捐血」—當肯捐血車嗎？今年血液基金會再次與當肯合作，發起「當個『守』捐族，肯定有好運」校園限定活動，邀請KID林柏昇一起響應並實際走訪忠孝捐血室拍攝影片呼籲，KID更是親身挽袖捐出500C.C.，鼓勵年輕人們一起熱血。

身兼Youtube影像創作者與藝人身分的KID，對於捐血可是一點都不陌生。有感於台灣年輕人捐血意願降低，縱使有心要捐血但常遲遲未能行動，KID說：「身體健康時就要捐血，如果大家都能養

成定期捐血的習慣，病人才能有血輸用。現在人雜務太多，所以可能想說『OK呀，我這禮拜六就去捐血』，殊不知當天可能臨時有約就忘了。『捐血』這件事似乎不是最重要的事，所以我覺得若把捐血這件事的順序，擺前面一點，血庫就不會缺血。」

為使觀眾輕易理解捐血的重要性，KID將「募血」擬作一個實驗，邀請朋友一同加入捐血的行列，縱使滿腔熱血，但能不能成功捐血呢？答案就在影片中，將於「野人七號部落」頻道公開。



Youtuber KID林柏昇（左）獲圖文作家當肯（右）的邀請，聯手呼籲年輕學子挽袖捐血。（圖片來源：圖片授權提供／YT頻道「野人七號部落」）

「當個『守』捐族，肯定有好運」校園限定活動自111年9月1日起至12月31日辦理，凡於專案活動場次內捐血成功者即可獲得「當肯好運御守」，共有身體健康、桃花滿滿、心想事成、財源滾滾4種好運祝福；場次將公告於5捐血中心官方Facebook、Instagram社群頻道。

│ 部隊.大專院校.高中職限定活動 │

當個守首捐族

肯定有好運

台灣血液基金會為鼓勵莘莘學子捲起袖子捐熱血，再度聯手當肯，邀請你鼓起勇氣當個「首」捐族，更要當個持續捐血、守護台灣醫療的「守」捐族！

111年 9月1日
- 12月31日

於專案場次捐血成功
即贈 當肯好運御守！

財富滾滾、身體健康、心想事成、桃花滿滿
4款祝福，為你帶來好運！

場次請見各捐血中心
官方FB/IG。



醫療財團法人

台灣血液基金會

捐血救人

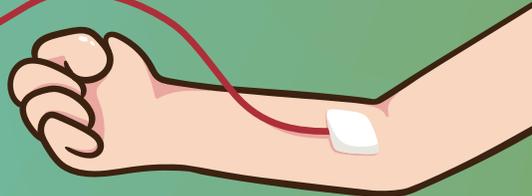
Taiwan Blood Services Foundation

▲款式以現場提供為主，數量有限、贈完為止。

112年捐血月

111.12.20~112.01.20

捐血有愛 因為你在



醫療財團法人

台灣血液基金會

捐血救人

Taiwan Blood Services Foundation