

No. 461

民國114年7月出刊

熱血

雜誌

中華民國67年5月創刊

身體之河

血液探索之旅



特別企劃

《身體之河：血液探索之旅》
開啟全民血液素養新對話
用熱血書寫責任，讓知識轉化為行動力



特別企劃

國血國用更安心
全民健康有保障

你的熱血， 是生命的禮物



捐血時請記得攜帶身分證，謝謝您！



就在6月，捐血事業有兩件值得分享給大家的創新突破，一是國血製劑第二代已在台灣供應，6月12日台灣血液基金會辦理「國血國用更安心 全民健康有保障」記者會，特別請到台灣神經免疫醫學會理事長葉建宏醫師、重症肌無力病友許秀美小姐來做分享，食品藥物管理署藥品組林建良組長也特別到記者會來向國人說明國血國用政策的重要性。

二是台灣血液基金會為了要將捐血救人觀念向下扎根，在112年發行了台灣首創的血液知識科普圖文書《小大人的血液課》之後，今年我們發行了血液通識書《身體之河：血液探索之旅》，並在世界捐血人日的6月14日辦理新書發表會；將讀者年齡層提高到高中、大學以上，增加知識濃度，讓捐血的生命教育再次透過書籍擴散出去。

我國醫療用血目前已經完全達到自給自足、供應無虞；但血液製劑目前仍多仰賴國外進口產品，國血國用目標的達成仍有努力的空間。為了達到國家期許的百分之百國血製劑供應，台灣血液基金會亦正做最大的努力，為保障國民的健康及用藥安全，積極的勸募血液以及尋求第二代工廠。「國血國用」是確保國人用血安全的核心策略。透過政策推動、醫界支持與臨床驗證三方協力，



國血製劑自給自足正穩步向前，未來也期望能提升我國醫療體系的整體韌性。

《身體之河：血液探索之旅》的記者會，感謝衛生福利部醫事司的郭威中專門委員特別在假日前來參與，也謝謝國立陽明交通大學林奇宏校長來擔任受贈代表，台灣血液基金會將致贈全國大專院校149所及各公共圖書館341所。記者會聚集超過六十位的讀者，其中不乏年輕人以及長期的捐血人，也有從外縣市來的老師，特別肯定我們，也將安排學生們透過閱讀及實地到捐血室參訪，深化捐血救人的觀念。

今年的世界捐血人日，世界衛生組織將主題訂為「捐血、給出希望——我們一起守護生命（Give blood, give hope: together we save lives）」；在這一天除了感謝所有的捐血人外，也期待大家能響應世界捐血人日，一起捐血救人。

發行人 侯勝茂



目錄

1 發行人的話

特別企劃

- 4 《身體之河：血液探索之旅》開啟全民血液素養新對話
用熱血書寫責任，讓知識轉化為行動力
- 9 國血國用更安心 全民健康有保障

熱血推手

- 14 國際佛光會中華總會
「人間實踐 慈悲願行」 黃怡君
- 18 陽光滿滿慈善協會
以捐血活動及善行 為社會帶來滿滿陽光 蘇晏
- 22 歡慶雙甲子院慶
中興熱血仁醫齊心獻愛 張郁梵
- 26 臺北市碧湖獅子會
用愛心×韌性×耐性 推動捐血傳愛 李祖翔



33 天母晨泳會救生助人
喜迎第一百場捐血！ 張郁梵

39 關懷生命 分享愛
台電輸工處用捐血傳遞溫暖 周永悅

43 公益嘉年華 + 一年一度捐血活動
扶輪日快樂發揚服務精神 蘇晏

人物誌

47 楊雅婷的公益哲學
貫徹實踐走出一條愉悅大道 黃怡君、杜文靖

58 17歲的熱血青春 侯建廷捐血助人讓愛延續 連雅婷

61 化小愛為大愛，兒子離世
成為邱慧珍持續辦捐血的動力 蘇晏



動態報導

67 嘉彰集團五度捐獻定點捐血車 公園號熱血再啟航 連雅婷

70 千千的首捐圓夢之旅 一實踐愛的行動，永不嫌遲車 周永悅

發行人／侯勝茂

總編輯／王宗曦（秘書長）

編務長／黎蕾（宣傳組長）

主編／杜文靖

特約採訪／李祖翔 周永悅 張郁梵

黃怡君 蘇宇翎 蘇晏

編輯企劃／林尚賢 林容琪 陳伊純

鍾采芳

特約美編／林秀虹

發行所／社團法人中華捐血運動協會

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

本刊訊

《身體之河：血液探索之旅》開啟全民血液素養新對話 用熱血書寫責任， 讓知識轉化為行動力

科技與醫療不斷進步，血液的珍貴價值與捐血制度的重要性不言可喻，繼112年發行《小大人的血液課》後，台灣血液基金會與親子天下再次攜手出版全新血液知識書籍《身體之河：血液

探索之旅》，喚醒年輕世代的認知與關注，並於6月14日上午11點舉辦新書發表會。台灣血液基金會侯勝茂董事長、衛生福利部醫事司郭威中專門委員、陽明交通大學林奇宏校長以及知名



前排左起親子天下品牌部總監李佳穎、知名作家凱莉哥、台灣血液基金會執行長王宗曦、國立陽明交通大學校長林奇宏、台灣血液基金會董事長侯勝茂、衛生福利部醫事司專門委員郭威中、台灣血液基金會顧問醫師洪正昇、業務處長洪英聖、公關處長黎蕾。

部落客村子裡的凱莉哥等貴賓們於此次新書發表會上齊聚一堂，與年輕世代共同踏上跨越醫學、教育與社會關懷的重要旅程。

台灣血液基金會侯勝茂董事長表示，在醫療最前線見證無數生命生死交關的時刻，深知當血源不足時，醫療體系便可能陷入危機，因此再次發行《身體之河：血液探索之旅》一書，期望喚起社會各界對血液教育的重視。侯勝茂董事長特別指出，台灣雖以高國民捐血率聞名，但面對高齡化與年輕世代捐血率下滑的現況，不能只是慶幸曾經的成就，更要正視未來的隱憂。侯勝茂董事長強調，捐血從來不是單一善行，而是現代社會中每位公民都應理解與實踐的公共責任。

讓熱血成為選擇，也是一種責任。這不僅是一本科普通識書，更是一位外科醫師獻給下一代的生命對話。侯勝茂董事長期待透過文字能讓民眾認識血液的結構、功能與輸用邏輯，使捐血行動不再只是口號，而是出於理解與認同的選擇；書中還講述了血型與遺傳、免疫系統與疾病防治的知識，也說明捐血制度背後的安全機制與科技演進，希望讓更多年輕人了解到——捐血，不只是救人，更是人人都可參與的具體行動。

國立陽明交通大學林奇宏校長也特別鼓勵年輕人要勇敢挽袖捐血，面對社會結構改



侯勝茂董事長在醫療最前線見證無數生命生死交關的時刻，強調捐血從來不是單一善行，而是現代社會中每位公民都應理解與實踐的公共責任。



國立陽明交通大學校長林奇宏鼓勵大學生們加入捐血行列。

變，血源或許緊縮，但大學生們如果都能有正確的捐血觀念，對於醫療用血的供需平衡還是很重要的起手式。衛生福利部醫事司專門委員郭威中特別以血氧為例，經過新冠疫情這幾年，國人也對於血氧有概念，身體中攜帶氧氣的就是圓盤狀的紅血球，血液如同我們呼吸般



衛生福利部醫事司專門委員郭威中肯定《身體之河》是生命教育重要的課題。



親子天下品牌部總監李佳穎感謝再次的合作，讓捐血觀念的向下扎根成為使命。



凱莉哥表示能捐血助人是幸福的，鼓勵大家一起來捐血。

重要，這本書正好帶給我們最正確的知識，衛福部近年也在推廣生命教育，而《身體之河》也正是生命教育重要的課題。

繼112年的《小大人的血液課》後，再度與親子天下合作《身體之河：血液探索之旅》，親子天下品牌部總監李佳穎也感到很有使命感，透過書籍中的知識傳遞，讓自己不曾想過的問題，不斷從書上得到驚喜，重新對捐血有不同的認識。更期待能從雙方的合作中，擴展捐血救人的觀念以及將觀念向下扎根。

記者會中邀請到知名作家「村子裡的凱莉哥」參與新書與談，凱莉哥以及家人一直都有定期捐血的習慣，這次看到新書《身體之河》，解開許多心中疑惑，透過閱讀獲得更多血液的知識，也希望有更多的讀者也能藉此更瞭解血液的重要性。她分享自己的捐血經驗，來自母親和護理師妹妹的影響極大，從小就知道母親定期在捐血，從事護理師工作的妹妹邀她一起去捐血，特別說到如果血液庫存不足，有的病人可能要延遲輸血，所以她也開始加入定期捐血的行列。剛好凱莉哥也收到了可以捐血的簡訊，「今天又是世界捐血人日，記者會結束後就會去捐血。」

董事長特別鼓勵大家，能捐血代表身體健康，在疫情期間就是有賴於定期捐血的護



新書與談由親子天下品牌部總監李佳穎（右）主持，由凱莉哥（左）與台灣血液基金會董事長侯勝茂（中）與談交流。

國菩薩們，需要用血的病患才得以有血使用；如果不能捐血，也可以鼓勵身邊的親朋好友去捐血，或是路過捐血車、看到捐血人，向他比一個讚、向他致敬，因為他們，我們的醫療體系才能如常運作。

現場參與的讀者，有剛跑完全馬40公里的年輕人直接跑到現場參與；也有熱血的老師希望能在下學期安排一堂課程，讓學生瞭解捐血；也有分離術捐血逾2,000次的讀者專程前來，也有事先買好書做了功課，現場簽書的讀者提問非常踴躍，但時間有限，希望未來有機會能再一一回答讀者們的問題。



本書將贈致全國所有的大專院校，由台灣血液基金會董事長侯勝茂（左）致贈，國立陽明交通大學校長（右）代表受贈。

《身體之河：血液探索之旅》這本書也將致贈全國大專院校149所及各公共圖書館341所，記者會上邀請到陽明交通大學林奇宏校長做為受贈代表，林校長也肯定本書的實用性，也希望透過大學辦理捐血活動，讓學生們有更多機會參與捐血活動，進而養成捐血的習慣。



血液，是身體的河流。它的流動不只是生命的象徵，更是一種社會的連結。唯有從源頭做起，讓社會大眾真正理解血液的科學知識，才能使這股熱血從心而發，進而在社會中長流不息。《身體之河：血液探索之旅》一書特別為大家打造一條清晰易讀的「血液素養地圖」，將複雜的醫學概念轉化為可親的知識旅程，並透過插圖與專欄設計，提升知識的吸收與延伸影響力。更重要的是，這本書也是一次向青年世代傳遞公共參與價值的嘗試，希望喚起更多年輕世代對醫療體系與社會福祉的關注。

新書發表會當天同時也是世界捐血人日，世界衛生組織將今年的主題訂為「捐血、給出希望——我們一起守護生命（Give blood, give hope: together we save lives）」；在這一天除了感謝所有的捐血人外，也期待大家能響應世界捐血人日，一起捐血救人。



《身體之河：血液探索之旅》專書網頁：
https://site.parenting.com.tw/topic/campaign_blood-1685

（博客來及親子天下均有販售。）



世界捐血人日2025年的主題為「捐血、給出希望——我們一起守護生命（Give blood, give hope: together we save lives）」

本刊訊

國血國用更安心 全民健康有保障

台灣血液基金會114年6月12日辦理「國血國用更安心 全民健康有保障」記者會，聚焦我國血液製劑自給能力，並呼籲持續強化國血製劑的自主供

應體系。邀請到食品藥物管理署藥品組林建良組長、台灣神經免疫醫學會理事長葉建宏醫師、重症肌無力病友許秀美小姐、澳洲辦事處代表Mr. Robert



記者會邀請到政府、醫界代表與產業專家與會，前排左起澳洲辦事處代表Mr. Robert Fergusso、病友許秀美小姐、台灣免疫醫學會理事長葉建宏醫師、食品藥物管理署藥品組組長林建良、台灣血液基金會董事長侯勝茂、台灣血液基金會執行長王宗曦、中華捐血運動協會副理事長魏昇堂、台灣血液基金會顧問醫師洪正昇、台中捐血中心負責醫師林啟靈。

Fergusso等政府、醫界代表與產業專家與會，展現我國在血液資源自給、用藥與臨床應用上的積極作為。

依「國血國用」衛生政策，「國血」定義包含由國人自願無償捐血而得之血液以及其所製造之血液製劑。透過民眾和社會各界的努力，我國醫療用血已經完全達到自給自足、供應無虞；但血液製劑目前仍多仰賴國外進口產品，國血國用目標的達成仍有努力的空間。國際上各國均致力於國血國用政策，推廣使用國血製劑產品，其中一項原因在於可避免外國傳染病感染源及其他不必要之風險。同時，衛生福利部頒訂「血液製劑條例」，第六條中明定中央主管機關應訂定「血液製劑發展方案」，確

保血液製劑安全、品質及穩定供應，並促進血液製劑安全性技術之研發及發展國內血液製劑產業。

配合「血液製劑條例」公布施行，台灣血液基金會自96年1月起，辦理血漿原料收集，委託澳洲CSL血漿分離工廠製成國血製劑，目前已有多項血液製劑供應國內醫療使用，並依規定取得相關許可。目前包括有「20%人血清白蛋白」、「人類免疫球蛋白」及「第八凝血因子」三種製劑，供應國內醫療院所病人輸用並為國人健康挹注心力。

台灣血液基金會董事長侯勝茂指出，「國血國用」不僅是一句政策口號，更是台灣醫療韌性的具體展現。為

台灣血液基金會董事長侯勝茂指出，「國血國用」不僅是一句政策口號，更是台灣醫療韌性的具體展現。





食品藥物管理署藥品組組長林建良提到當國際發生緊急狀況，無法及時跨國供應時，「國血國用」可保國內供應充足，同時也可降低相關疾病傳播風險。

也提到，當國際發生緊急狀況，無法及時跨國供應時，「國血國用」可保國內供應充足，同時也可降低相關疾病傳播風險。聲明國家推動國血國用，主

主要是希望全民可以使用到由國人無償捐出的血液，品質更加安全、更有保障的血液，以及用這些血液所生產出來的白蛋白、免疫球蛋白等國血製劑，讓民眾用得更加地安心。

建立國血製劑缺藥預防機制，除掌握國內市場需求趨勢外，更建立國內庫存機制，例如維持國血製劑免疫球蛋白至少2個批號、6個月以上庫存量，目前也積極洽詢並規劃多來源之血液製劑製造廠，以因應緊急突發之狀況。

為穩定需求，基金會已全面推動血漿運用效率與製程技術提升。近年來，國血免疫球蛋白製程持續精進，包含品質、安全、透過國際製程與品質管理，可室溫儲藏等，擴增更多適應症並通過國家核可，嘉惠更多病患。所以侯董事長特別提到：「第二代新的免疫球蛋白（IVIG）技術突破以往需要冷藏的限制，不只濃度更好，還可用於室溫傳送。第一代的它必須要冷藏，所以在運送上面是較不方便的。」

記者會邀請到台灣神經免疫醫學會理事長葉建宏醫師進行專題說明，提及近年第二代國產免疫球蛋白製劑在製程上的進展，例如在病毒過濾、蛋白純化及安定性方面的技術持續調整與優化，也讓產品在品質管理與供應層面更具可參考性。

市場上大多數免疫球蛋白產品，經臨床醫師專業評估後，可應用於血液及風濕免疫，因原發性或續發性免疫球蛋白低下，以及多種自體免疫引發的神經免疫疾病的治療，如重症肌

食品藥物管理署藥品組組長林建良



葉醫師分享免疫球蛋白在神經免疫疾病的臨床應用現況，說明該類製劑在醫療上的角色與重要性。

無力 (Myasthenia Gravis)、慢性發炎性脫髓鞘性多發性神經病變 (CIDP)、多灶性運動神經病變 (Multifocal Motor Neuropathy)、格林-巴利症候群 (Guillain-Barré Syndrome) 等。由於神經免疫類疾病的病程變化大、治療挑戰高，臨床對藥品的品質一致性與供應穩定性具有高度需求，產品來源與使用依據亦需謹慎考量，以確保治療連續性與病患照護品質。

葉醫師也分享病患案例，分享免疫球蛋白在神經免疫疾病的臨床應用現況，說明該類製劑在醫療上的角色與重要性。他強調，「產品來源透明、供應穩定、臨床證據可信」已成為醫師治療決策的重要依據，並肯定



重症肌無力病友許秀美小姐分享罹病的痛苦經驗，免疫球蛋白的治療方式，卻改善了她的生活。

台灣血液基金會在推動國產血液製劑臨床連結與醫界溝通上的努力。

記者會另邀請到重症肌無力病友許秀美小姐分享14年前的那段痛苦記憶，罹病後眼皮下垂、講話講久了沒有力氣，甚至手都舉不起來，在經歷胸腺切除術、呼吸衰竭等治療，過程苦不堪言，都沒有好轉跡象。「讓我驚訝的是，免疫球蛋白的

治療方式，比我預期的溫和許多，就像打點滴一樣，沒有血漿置換的那種讓人極度虛弱的副作用，整個療程也比較短，我的病情很快地穩定下來。」

許小姐改用免疫球蛋白製劑後病情好轉，現第二代免疫球蛋白產品，經臨床醫師評估後，可以用在血液及風溼免疫，以及多種自體免疫引發的神經疾病治療，讓病友的生活品質，能夠大幅提升。

澳洲辦事處代表 Mr. Robert Fergusso 表示，澳洲為全世界推行「國血國用」政策最成功的國家，希望能透過雙方的合作、分享更多成功的經驗。很榮幸澳洲能替台灣代工生產第二代優異產品，希望未來透過與基金會的繼續代工合作，能達到此提升雙方生技產業的目標。

台灣血液基金會強調，「國血國用」

是確保國人用血安全的核心策略。透過政策推動、醫界支持與臨床驗證三方協力，國血製劑自給自足正穩步向前，未來也期望能提升我國醫療體系的整體韌性。

同時，台灣血液基金會也呼籲全民一同加入捐血行列。捐血不僅是一項公益行動，更是支撐台灣醫療永續、守護全體國人健康的重要參與。每一袋捐得的血液，都是國血國用的血液製劑生產的來源，也是急重症與罕病患者延續希望的關鍵力量。

台灣的自願無償捐血已然成為成功的社會運動，百分之百供應醫療院所無虞；國血製劑依照國家法規，透過國際先進製程將國人血液製成醫療產品，提供國人臨床使用所需。國血製劑更是國人捐出的血液，以高端科技製造，提供病患更安全又有效能的治療。邀請大家用實際行動捐血救人，定期捐血，響應「國血國用」政策，讓病患重獲新生。



澳洲辦事處代表 Mr. Robert Fergusso 表示，澳洲為全世界推行「國血國用」政策最成功的國家，希望能透過雙方的合作、分享更多成功的經驗。

採訪撰文 / 黃怡君 照片提供 / 國際佛光會中華總會

國際佛光會中華總會 「人間實踐 慈悲願行」

捐血，表現於外是行動，回歸於心是信念，對佛光人而言，更是人間佛教的實踐。

民國80年2月，星雲大師為讓在家眾也能修習佛法，在台灣成立佛光會，同年開啟推動捐血序幕，至今25年，累計111萬袋、約當2.78億cc血液，這是萬千人間菩薩之慈悲願行。

去（113）年12月接任國際佛光會中華總會會長潘維剛，親自出席年度績優捐

血團體表揚；她指出，捐血不僅是單純的公益行為，也是佛教「無緣大慈、同體大悲」的一種精神力量的展現，反觀現在的社會更需要推廣慈悲同理心，我們的捐血才能永續。

受獎前，潘維剛請教佛光會人員這25年來的捐血成果，忍不住讚歎：「是不是很驚人的成就？但他們完全不張揚，這種不求回報的態度，正是佛光人的特質，不是為了名聲或讚揚而做，而是

捐血是人間佛教的實踐，慈悲願行。



國際佛光會中華總會會長潘維剛揭露佛光會推動捐血25年累積驚人的募血成果。

113年度捐血績優表揚大會，總會長潘維剛親自出席受獎。

出於內心的信念和願力。雖然佛光人一向低調，但我認為有必要對外多作說明。」

捐血報恩說

當年，星雲大師為彰顯捐血的意義，以及協助佛光人規律捐血，特別將佛教的三大節日－佛寶節、法寶節、僧寶節，佛法僧三寶的重要日子，訂為「捐血報恩日」，以此實踐佛教「上報四重恩」，報佛恩、報師長恩、報父母恩及報眾生恩，既實踐佛教意義，也是提醒捐血的好方法。

因此，佛法僧三寶日一到，各分會自動自發地舉辦捐血活動，駕輕就熟，民國99年至109年，年平均募得6萬袋，除疫情發



生的那幾年受到影響有所減少，但疫情過去後立刻回復往常的成果。最初籌辦的過程也遇到不少困難，但大家內心存在「有佛法就有辦法」的信念，任何問題一起思考對策，設法解決，合力圓滿達成使命。

「捐血的舉辦需要許多人一起幫忙，還要有成千上萬的人捐出自己的血液，印證佛教說的因緣聚合，所以心存感激，更要報恩，懷著感恩與報恩的心，回饋社會，利益眾生。」

無緣大慈 同體大悲

「很多人以為我退隱了，潛心修行，其實沒有退，政壇和佛壇，都在人間，照樣為民服務。和佛光會的因緣不可思議，緣起於30幾年前加州國際佛光會世界總會成立時，所以我很早就是佛光人了，難以想像吧？從小信奉天主教、上教會，從未想過會皈依成為佛教徒！」潘維剛說。



是捐血也是報恩，眾人合力而成，心存感恩。

潘維剛大學唸社會福利，26歲參與人生第一次選舉，正式成為民意代表；30歲成立現代婦女基金會，致力婦女權益；35歲選上立委，進入國會殿堂，也在這年接觸佛光會，聽星雲大師說人間佛教，深受感動，觀照自己為實現理想投入政壇，她明白所選擇的路並沒有錯，原來在實踐佛法，人間是最好的修行，堅定心念，不再徬徨。

早期女性政治人物並不多見，她帶著牡半座的衝勁毫不畏懼地在男性當道的政壇興起女力，為推進幾項攸關保障女性的法案，特意進入立院司法委員會，提案並立法通過「性侵害防治法」、「家庭暴力防治法」及「性騷擾防治法」，給予婦女在法令上明確保障，為婦女羅織起社會安全防護網，提高女性受尊重的程度，避免更多不幸發生。由她發起創辦的現代婦女基金會，則積極推升家庭暴力防治、性別正義的意識，首創台灣第一個婦女保護中心，協助受暴婦幼的安置及諮詢服務。

認真問政有目共睹，交出亮眼的成績，連任三屆台北市議員，轉戰國會後，連續出任六屆立委的紀錄無人能敵。過去在國會殿堂衝鋒陷陣、為民生謀福利，卸下民意代表的身分後，鮮少於媒體出現，直到接任國際佛光會中華總會長的消息披露，外界以為她不再過問世事，其實是更進階地從人心改變環境和社會，她笑說，

「沒有所謂入世、出世的分別，都在幫助人、服務人，就在人間修行。」

擁有良好的家世和教育，潘維剛屬於人生勝利組，可以獨善其身、輕鬆度日，但她選擇一條艱難地道路勇往直前，社會有需要的不足之處需由立法補足，為不負立委的使命，她重返校園進修公共政策與法學知識，並取得台灣師範大學法學博士學位，始終具有高度的社會責任感，做為民意代表時要有「無緣大慈、同體大悲」的心懷，離開政壇來到佛光會，更懷抱此精神繼續為社會為眾生服務，「人飢己飢、人溺己溺」，持續貢獻所長幫助社會。

與佛法僧三寶同一節日，佛光人永遠不會忘記捐血，佛光會義工、捐血1,015次的資深捐血人王培義說，若要解釋「無緣大慈、同體大悲」延伸在捐血上的意義，「雖然我不認識你，但是我謝謝你！」這



捐血展現「無緣大慈、同體大悲」精神。



每一場捐血活動，佛光人不論老少，總是熱切響應。

句由已故藝人孫越拍攝的捐血宣導短片中的經典台詞即是最佳註解。

捐血利人利己，能夠促進新陳代謝，又能得到一次血液檢查，王培義常用這個利己的角度勸年輕人多捐血，維持身體健康，但對他們有更大的好處是默默形成對人的關懷與愛，「慈悲、愛心、捐血人」，捐血使人歡喜，能夠創造被利用的價值，確定身體有健康的血液可以捐出，內心自在輕安，也實踐了佛法的四給：「給人信心、給人歡喜、給人希望、給人方便。」

慈悲常住 捐血長駐

凡是有利於人間的就是人間佛教，人人可修習，非僅出家眾之專利，佛光會法師與我們說一大師公案，象徵「法寶」的藏經樓終在大師圓寂前落成，落成前眾法師討論山門（中間一大門及兩旁各一小門）的



捐血需要傳承，佛光青年接力學習辦理捐血活動，也挽袖捐血。

題字，「菩提」、「般若」、「慈悲」順序如何置放？座中有人提出藏經樓珍藏經書並作為傳授佛學、培育人才之地，是不是將代表智慧的「般若」置於中門？大師搖搖頭說，「『慈悲』是根本，要放中間，有了慈悲，才生智慧及發菩提心，一個人什麼都可以沒有，但不能沒有慈悲心！」

人間菩薩捐出的血液，融合了慈悲、報恩、利他、共生，奉持佛陀本懷的精神，佛光會會無止盡地推廣捐血，度化更多人發慈悲無私的願，朝淨化的、善美的人間堅定前行。

採訪撰文 / 蘇曇 照片提供 / 陽光滿滿慈善協會

陽光滿滿慈善協會

以捐血活動及善行 為社會帶來滿滿陽光

陽光滿滿慈善協會由慶璉集團創辦人王光彬於112年成立，其宗旨為「協助弱勢家庭、個人自立，讓陽光照亮社會角落」。原先如若身邊的人遇到急難或有急需，王光彬總是不吝伸出援手。成立協會後，他接觸到了社會各個角落中更多需要幫助的人，也藉此邀請更多朋友一同來做公益、發揮愛心。

陽光滿滿慈善協會雖然是個還很年輕的單位，但於台中已有的捐血定點如三民捐血室、新光三越捐血車、海線捐血室，及其他捐血點舉辦的捐血活動，目前累計總募血量已達3,988袋，成績十分可觀。

多方影響促成多個捐血點 支援贊助

陽光滿滿慈善協會執行長蔣美齡分享，會開始舉辦捐血活動，實在是多方因緣影響交互作用下的結果。

協會一開始捐贈了復康巴士，而後打算捐贈救護車時發現，社會上真的有許多默默的善意與愛心，如台中每年想捐救護車的企業，就遠比救護車汰換所需的數量還多上許多。因此想捐救護車，還需要排隊等候。

後來在報章媒體中偶爾會看到缺血的新聞，經過新光三越時也會看到捐血車，再加上協會的會員們大多已過中年或步入老年，身邊難免會遇到有些親友、員工等因意外或疾病需要輸血的故事，知道血液至今仍無法用任何人工方式合成、製造出來，因此捐血的重要性無可替代，而向台中捐血中心詢問捐贈捐血車相關事宜。在得知基於環保考量，捐血中心正逐步減少傳統需加油的燃料型車輛，而改以電車或油電車取代，而油電車需配合接電樁設置，基本上會在固定巡迴捐血點設置，生出了「那或許可以試著在定點協助

舉辦捐血活動」的念頭。

做公益的單位或許總會面臨這樣的狀況：世上永遠不缺需要幫助的人，但重要的是先評估自身能力，做自己能力能做到的事。蔣美齡就說：「我們第一次是在三民捐血室辦捐血，在動員、現場學習過後，感到這個方式是我們的人力、物力做得到的事，也很有意義，所以覺得可以往這個方向來做做看。」

由於時常經過新光三越，覺得在人潮聚集的地方辦捐血，可以發揮更大的效果，於是也偶爾會在新光三越捐血車舉辦捐血活動；而後又得知位在梧棲的海線捐血室即將開幕，正巧協會理事長夫人便是土生土長的梧棲在地人，也不時在海線捐血室舉辦捐血活動。並會在一些協會人力不便抵達的捐血場次，以及附近里長舉辦捐血活動時，盡量贊助物資。

蔣美齡提到，理事長給捐血項目初步定下的目標是「先達到一萬袋再說」。為此，團隊很努力地在朝這個目標邁進。

從宣傳到活動舉辦， 每個環節都用心

認養點多且分散，代表協會在宣傳時也需多費點心力。提到這點，蔣美齡非常感謝在座的兩位小秘書趙雅琳與葉逸婷，除了知會里長、張貼海報外，還協助使用



113年10月，陽光滿滿慈善協會於海線捐血室舉辦捐血活動。



113年11月，陽光滿滿慈善協會於台中新光三越捐血車舉辦捐血活動。現場民眾十分踴躍，當天也達到了260袋的好成績。

網路宣傳。年紀才二十多剛三十歲的她們，為了將在不同捐血點的捐血資訊有效地發布到各個地方，加入了不少網路上的地方社團。「能夠動員更多的人，就能幫助更多的人，自然是我們樂見的；同時每次舉辦捐血活動，協會的工作人員、志工等都會在那邊待上一整天，自然是有愈多的人來，我們愈高興。」

當排隊的人愈來愈多，有些人早上來之後沒辦法在早上捐到血，只能放棄離開，也會讓工作人員深感遺憾。也有在新光三

越的捐血點常見民眾等待時去逛百貨公司，回來後就過號只能重排的情形，他們也很認真地和捐血中心商量出解決方法，希望能盡力讓每一個滿懷心意前來的捐血者都滿意而歸。

一群樂於捐血的人， 一起招攬更多人來捐血

當天受訪的執行長蔣美齡，與祕書趙雅琳、葉逸婷三人其實也都是捐血人，蔣美齡分享，從前經過捐血車時，也有幾次想要響應，但都因為血紅素不足而無法捐血。「奇妙的就是，在協會辦捐血活動大概一年之後，畢竟自己在辦，還是會想要再去試試看體檢能不能通過，結果就可以了！真的很開心，自己的血液也能有被需要和被利用的機會。」

而且，她身邊有不少並不排斥捐血，但一直以來可能沒注意到捐血訊息，因而一直沒捐過血的朋友，在知道協會舉辦捐血活動後，都開開心心地來了。甚至還有人是帶上兒子、女兒及媳婦，一家人浩浩蕩蕩地來捐血的。

祕書趙雅琳是高雄人，她早在高中時就開始捐血。「當時高雄的前鎮捷運站裡就有一個捐血室，旁邊還有讀書室，我們同學一起去唸書的時候都會看到。剛好有個同學有捐過血，她就找我一起去。我們假日去唸書的時候，如果遇到可以再捐血

了，就會去捐。」

大學時，有捐血車來到校園的話，她也很樂意共襄盛舉。直到現在自家協會一年舉辦多場捐血活動，當然更要捧場啦。

另一位祕書葉逸婷，同樣是高中時就開始捐血。當時她在學校裡，因為覺得這似乎是件可以幫助人的不錯的事情，就大大方方地去捐血了，也同樣是後來斷斷續續一直保持捐血習慣，直到現在會在自家場次捐好捐滿。

蔣美齡說：「現代社會大家都很忙，我覺得有時候不是不願意做，而是沒有碰到適當的時機。通常得到捐血活動相關資訊後，許多人也很有意願分享給親友一起來做好事。所以我覺得是剛好有這樣的機會，讓大家知道活動時間很重要。」

協會不少志工，或慶璉集團的員工，也是在協助活動辦理的過程中鼓起勇氣，



114年1月，陽光滿滿慈善協會於寶積林居士林舉辦捐血活動。圖為協會執行長蔣美齡捐完血後在車上休息。

有了第一次捐血的嘗試。協會有位快65歲的會員，在一次捐血活動中說：「這是我人生中最後一次捐血，我要趕快把握。」捐血活動對平時沒什麼機會碰面的協會會員們而言，有時就像個親切的小小聯誼會，大家來這裡一起做好事，也見個面聊聊天聯絡感情。

陽光滿滿慈善協會 為需要的人送去溫暖

蔣美齡說：「我們救助的對象，主要是透過各里里長了解；有些人也許不符合政府的中低收入戶補助資格，但又可能的確需要幫助。看看在這樣的時刻，我們有沒有機會去提供一些幫助。我們可能也沒辦法滿足他整個家庭的需要，但只是希望能讓他們感受到社會上還有溫暖，藉由這樣一點點的心意，希望他們不要因此失去努力生活的鬥志。」

陽光滿滿慈善協會盡自己的力量，為這社會需要出錢出力、需要關懷的角落送去暖

意。讓人不禁覺得，如果有一天這個社會真能「陽光滿滿」，那一定是因為每個人都做自己能做到的善事，都先成為了一個小太陽的緣故吧。



「光亮新視界」經濟弱勢學童免費配鏡計畫與寶島眼鏡簽約後，於協會合影留念。



113年10月，陽光滿滿慈善協會於台中市太平區進行里民關懷。



陽光滿滿慈善協會113年在南屯區的國小捐贈獎助學金，小朋友熱情地帶來舞獅表演。

採訪撰文 / 張郁梵 照片提供 / 中興醫院

歡慶雙甲子院慶 中興熱血仁醫齊心獻愛

坐落於台北市鄭州路的台北市聯合醫院中興院區，前身為「日本赤十字社台灣支部病院」（簡稱「赤十字病院」），是臺灣第一所教學醫院，更是國內開設公立醫院的發源醫院。多年來，中興院區秉持

「以病人為中心」的創院理念為民眾服務，不僅在SARS期間，承擔臺北市南區醫療重責，於急診室外設立全台第一座「發燒篩檢站」，全面抗煞成功，表現深獲各界肯定；新冠肺炎疫情期間更是率先整備，開設全台第一個快篩站「萬華專案—中興篩檢站」，並成為北市第一間提供防疫急門診服務的醫療院所。



作為台北市聯合醫院中興院區大家長，只要院內舉辦捐血活動，蔡景耀院長總會親自挽袖宣傳，但只有熟識的人才知道，他其實非常害怕打針。

從「赤十字病院」到「台北市聯合醫院中興院區」，每年週年慶，醫院上下都會全體總動員，由各科室自行舉辦院慶週活動。今年適逢創院120週年，院方特別在2月20日醫院生日當天舉辦捐血活動，院長蔡景耀醫師作為大家長更是義不容辭，特地身著「中興120」紀念背心到場親自挽袖，以行動鼓勵院內同仁與社會大眾共同響應，展現熱血仁醫的堅忍精神！

最好的宣導就是以身作則

蔡景耀坦言，自己初次捐血就是在中

興院區，事實上，在醫院服務多年，每次看到捐血車，他都會刻意躲開，直到當了院長以後才不得不在同仁的期待下嘗試捐血，「之前我完全沒捐過，而且很怕打針！」蔡景耀笑說，熟識他的人都知道，由於先天體質，他的血管很難打，每次抽血或打點滴時，經常找不到血管或是跑針，老是得扎三、四針後才能成功扎針。

直到民國109年4月接任中興院區院長後，為了鼓勵同仁踴躍響應院內捐血活動，他才在同仁的鼓吹下上了捐血車，捐出人生第一袋熱血。蔡景耀回憶初次捐血，一開始心裡也很忐忑，真的是趕鴨子上架、在大家的期望下硬著頭皮捐的，捐完之後發現不僅沒有頭暈，而且採血護理師還會很親切地在過程中跟你聊天、放鬆你緊繃的情緒，加上有了初體驗後，知道是怎麼回事，後來也就漸漸地不那麼緊張了，久而久之習慣成自然，害怕的感覺也愈來愈少，更加覺得自己身為院長，應該以身作則帶領同仁。

「其實到現在，每次我去捐血都還是會提醒，我的血管很難打喔！好在捐血中心的護理師都很專業，雖然我的血管不好打、針頭口徑又粗，每次採血的人也都不一樣，但他們技術都很好，每次都是一針就中，讓人安心！」談起採血護理師的專業，蔡景耀邊說邊豎起大拇指表示肯定。他也分享，迄今為止他已累積超過五次捐血紀錄，均是在中興院區的捐血活動中完成，前陣子他還拿到了血液基金會寄來的感謝狀。



最好的宣導就是以身作則！去年台北市聯合醫院總院長王智弘醫師（左）來中興院區時，得知院內舉辦捐血活動，主動上車挽袖。

負責辦理院內捐血活動的檢驗科醫事檢驗師蔡佩芳很感謝蔡景耀院長的力挺，「我從101年就開始在辦捐血活動，蔡院長是第一個院長級以身作則來捐，而且每年都參加。」她還記得，院長第一次捐血也很害怕，就像小孩子要去打針，但儘管如此他還是硬著頭皮，親自捐血幫忙宣導，而且幾乎只要醫院有辦捐血活動，蔡景耀都會撥冗參加，並拍下捐血畫面，於完捐後傳到院內同仁聊天室，以行動鼓勵院內同仁與社會大眾共同響應，甚至經常在活動當天忙到一個階段後，主動關心同仁捐血狀況，如果捐血人潮不如預期，他就會加緊宣傳推廣，呼籲大家踴躍支持！



檢驗科醫事檢驗師蔡佩芳主任辦理捐血活動多年，在忙碌工作中抽空挽袖捐血。

蔡景耀的親身參與，不僅展現了領導者的榜樣精神，也進一步凝聚院內同仁對捐血運動的支持與熱情。對蔡景耀來說，推廣捐血活動最好的方法就是以身作則，「這是應該做的事！」他提到，去年王智弘總院長上任後來醫院，剛好那天有捐血車來，總院長聽到後馬上就去捐了，後來他才知道，原來總院長平時就有捐血習慣，讓他更加深刻感受到「當主管有示範的模樣，對同仁而言就是很好的鼓勵。」

中興120，大家健康呷百二

自民國70年9月4日首次舉辦捐血活動以來，中興院區始終秉持「醫者仁心、回饋社會」的精神，每年固

定舉辦1~2場捐血活動，邀請院內同仁與社會大眾挽袖支持。負責主辦捐血活動的蔡佩芳檢驗師補充，每年一、二月是主場，一定會排除萬難舉辦，之後就是六、七月，偶爾遇到缺血，也會在年底多加辦一個場次。

每次舉辦捐血活動，檢驗科都會製做海報宣傳，並在活動當天張貼於院內角落；總務科也會在活動進行中，每小時全院廣播一次；社工科則會貼心準備茶水、點心和實用的小禮物，像是微波碗、保溫杯、旅行袋、跳繩、手機架。蔡佩芳提到，考量捐血有難度，不是想捐就能捐，尤其冬天被退貨的機率比較高，每次看到同仁滿腔熱血上車，被拒絕後心情沮喪的模樣都令人很心疼，因此，除了捐血感謝禮外，也會特別準備參加禮，只要來參加都有份，以此鼓勵想捐不能捐的夥伴：「就算被退貨也沒關係，捐血是一輩子的事，一時沒過、暫時沒辦法捐還有下一次！」

由於中興院區緊鄰大馬路邊，不像忠孝、仁愛和陽明院區被住宅區環繞，三分鐘之內步行可以抵達的住家很少，附近鄰近的社區也不多，民眾要路過停放在醫院大門旁的捐血車很難，所以這幾年辦下來，大部分捐血主力都是以院內醫護人員為主。每思及此，蔡佩芳都很感念同仁在百忙之中仍願意抽空捐血，也許是在醫院工作，深知臨床用血需求量大，血源取得不易，大家都很願意挽袖奉獻愛心，甚至還有同仁因為血紅素不足被退貨，而心不甘情不願地回實驗室拿體檢報告去理論。



由於中興院區周圍住家不多，捐血活動還是以院內醫護人員為主，充分展現熱血仁醫的無私精神。

不過，儘管鮮少有附近鄰里來捐血，每次院內辦理捐血活動，蔡佩芳還是會拜託附近里長推廣，希望能讓周圍居民成功接收到活動訊息，里長們也很熱情回應，只要有空就會特地來捐血，並協助拍照宣傳，動員更多人共襄盛舉。

走過雙甲子，中興院區經歷了無數次變革與轉型，唯一不變的是始終保持熱血初心，守護著市民健康。即便在新冠肺炎（COVID-19）疫情期間，醫療資源承受極大壓力，中興院區仍依照原訂計畫如期舉辦捐血活動，持續支持血庫穩定供應，為有需要的病患提供即時幫助。這份堅持展現了醫護人員的無私精神與醫院對社會責任的承諾。

台灣捐血成績全球有目共睹，作為專業醫療人員，蔡景耀院長也以自身經驗鼓勵大家，無論是平常就害怕打針抽血、還是對捐血心懷恐懼的



秉持「醫者仁心、回饋社會」的精神，台北市聯合醫院中興院區自民國70年9月4日首次舉辦捐血活動以來，每年固定舉辦1~2場捐血活動，邀請院內同仁與社會大眾挽袖支持。

人，都該嘗試捐一次血，試了以後就會發現其實沒有想像中可怕，而且適當捐血還可以幫助新陳代謝，不但身體健康，還可以為自己積攢福份，是一種簡單卻深具意義的善行，每一袋血液都可能拯救生命，呼籲大家一起加入這場愛的行動。

採訪撰文 / 李祖翔 攝影 / 碧湖獅子會、李祖翔

臺北市碧湖獅子會

用愛心 × 韌性 × 耐性 推動捐血傳愛

由一群滿懷熱忱、甘願為公益奉獻的媽媽們帶頭，她們走在西門町熙來攘往的街頭，高舉宣傳牌親切地向路人「拜託捐血」，不畏日曬風雨，只為喚起更多人對捐血的重視；還有一隻會向民眾做拜託動作的可愛狗狗，成了最溫暖的街頭風景。碧湖獅子會以響亮的口號——「捐血救人」團結了整個社團的向心力，並號召鄰里商家共襄盛舉。他們將「捐血」視為一

場發自內心、需要接力行動的使命。

國際獅子會300A3區碧湖獅子會（下文簡稱碧湖），是一個由內湖在地人，尤其是以媽媽為主所組成的社團。民國94年4月12日首次於內湖碧湖郵局旁辦理捐血活動，募集到82袋熱血，此後便致力推動捐血風氣。除了曾在碧湖郵局旁辦理，也會配合在峨嵋號、大安號、南海捐血室、東湖國小、七海餐廳前辦理，是少數具備高度機動性與配合度的承辦單位。

捐血活動最初每年辦理2至3場捐血活動，自112年起大幅提升參與頻率，每月定期



國際獅子會300A3區碧湖獅子會是一個由內湖在地人，尤其是媽媽為主組成的社團，具備強烈的母愛特質。



碧湖獅子會榮獲113年捐血績優表揚。

舉辦1至2場，全年共辦理17場次，募集達1,598袋血液。113年再創高峰，活動頻率提升至每月2至3場，全年總計舉辦30場，募集高達3,613袋，成績斐然，更獲得台北捐血中心「績優捐血團體」表揚肯定。這樣的努力，也使碧湖獅子會榮獲112年度國際獅子會A3區「募血冠軍」的殊榮，更因極高的行動力與配合度，被台北捐血中心列為「緊急捐血支援團體」，成為最值得信賴的愛心夥伴。

為生命奔走， 碧湖媽媽們的熱血行動

這樣一個團隊，團員背景都不同，從家庭主婦到各行各業的老闆、台商，差異度極高，卻能安排出時間為大眾服務，都是因為「母愛」，這是一個以媽媽為主的社團。他們在台北市67個獅子會中，創下許多年度第一，如獲頒傑出專區主席獎、傑出分區主席獎、傑出分會獎，還擴

大會員數，更從最低潮的15名會員擴增到45名，箇中曲折要聽榮譽創會人章曉輝娓娓道來。

「碧湖有顯著的成長，是源自每一位會員的奉獻。」章曉輝說，「每一位會員」不是一句客套詞而是「共識」。碧湖的捐血活動，最初並非偉大志向，只是想提升團員凝聚力、增加城市的溫度，並從自己和身邊人做起。

碧湖是許多「捨不得看到新聞說血庫告急」的媽媽組成，例如新聞報導國中生割頸案時，受害者送醫、輸了6萬cc的血，仍宣告不治，雖然遺憾，卻也讓團員震撼，意識到一場急救竟然可以輸到超過200多袋血，「那麼一天、一星期、一個月、一個季度需要多少血？難怪會鬧缺血。」

於是他們不再只是某某同學的媽媽、某間學校的志工或鄰里間的親朋好友，他



碧湖獅子會在內湖七海餐廳前邀約宣傳，吸引大人小孩關注。

們撥出空閒的時間，甚至是將重要會客延後，讓捐血活動優先，在農曆春節、清明等連假期間，因為長假民眾返鄉或安排旅遊，捐血人數大幅衰退，犧牲假期為募血奔走；成為了推動城市社會服務的民間力量。

從一人衝鋒到團隊接力的發想

「我加入碧湖三年，最感動的是宋媽宋淑珍，她可以一個人舉牌就衝入人群。」宋媽舉著牌子、沿途叫喊，其勇敢背影就走入了現任會長吳美香的心，讓她也卯起勁來宣傳。

吳美香認為一個人走實在太孤單，便發動所有獅友，誰有空就跟著走。她的號召產生了效應，加上導護志工及說故事媽媽22年的經驗，還有帶著會舉拜託手勢的狗狗「小Q」出勤，許多大人小孩的



宋媽宋淑珍（右）總是一個人衝入人群，要找她常常得費一番功夫。宣導捐血義無反顧的精神讓現任會長吳美香有感而發，組織團隊接力。左為一路相挺的獅友。

心防都被卸除，受到鼓勵走上捐血車。

「我們主動走入人群，拉攏人群，吸引人群！」漸漸這個地區的青少年、大人都習慣了捐血這件日常。

母愛與責任並行，讓團隊成為驕傲

碧湖從各自舉牌宣導捐血、相互感染凝聚，變為三五成群、團結宣傳。除了基本的母性溫柔力量，後來入會的男性獅友也都有著好脾氣、好親近等特質，例如其中獅子會A3區榮譽副總監王燦煌，本來與客人約好在家中泡茶談天，吳美香一句「快來！」他就延期、迅速飛奔現場。

加入獅子會42年的王燦煌，一向熱心地方公益，包括捐血。他個人年度使命認捐500個空血袋給捐血中心。對於碧湖在捐血服務上做出成績，他表示：「捐血的人可以那麼多，確實是每個會員用心的緣故，也是會長領導有方，她的熱情給了大家向心力。」對碧湖他沒有第二句話，心願是讓碧湖成為驕傲。

油然而生的感動，做善事不隱藏

碧湖獅子會榮譽理事陳俊郎，是這屆會長聯誼會執行長也是贊助人，散發陽光般的魅力，支持團員服務。「我十幾二十年前就在做捐助，秉持取之於社會、用之於社會的想法，在大陸做生意時也參與育幼院、安養院的活動。」近年他在自家社



碧湖獅子會榮譽理事陳俊郎（左），是這屆會長聯誼會執行長也是活動贊助人，散發陽光般的魅力。包括現任會長吳美香（右）在內的獅友都很感激。

區發現一群大媽拿著牌子、帶上小狗號召捐血，讓他心生感動而加入。

他提供了1,000多個動漫正版授權的馬克杯，幫忙吸引年輕人目光，他說「這不是錢的問題，只是基於油然而生的感動」，所以他成為了碧湖的好夥伴。長期下來發現施比受更有福，不禁有感而發：

「人們常說積善之家必有餘慶，我們今天做善事是為了讓自己過得更好，讓心態更往正向去。我認為做善事不再要為善不欲人知，而要所有人知道、拉更多人來，我們一起做好事。」

年輕世代加入，熱血傳承不停歇

每次碧湖有捐血活動就有人買好吃便當、烘焙蛋糕、飲料或玉米來補充大家的體力，受吸引而來的還有兩位年輕人：莊哲旻與廖宏逸。

就讀文化大學法律系三年級的莊哲旻，笑稱是被會長熱情拐來的。為了出社會更順遂，他很早就投入保險業，鍛鍊社交能力、培養人脈，一次與廖宏逸要拜訪客戶，經過捐血車起了捐血的念頭，「我們想，應該不會耽誤太久時間吧？」就踏入了首捐族的行列。



莊哲旻（左）與廖宏逸（右）是法律系大三的高材生，在積極拓展人脈與鍛鍊業務能力之餘，也加入獅子會，傳承熱血。



莊哲旻對邀請路人捐血很有想法，圖為邀孩子與會長的狗狗「小Q」互動，駐足捐血攤位，讓父母表達對捐血的支持。

助人也幫到自己：真的能轉運！

有一回，一位路人遇到車禍糾紛，不知道怎麼處理，經過捐血車十幾回，會長邀他捐血，他拒絕，會長卻說「捐血可以轉運喔」。半信半疑的上車捐了。恰巧會長遇到哲旻，請他給這位先生一點建議，哲旻竟直接幫他處理，順利調解成功。那人震撼道：「原來真的可以轉運喔！」

廖宏逸則是輔仁大學法律系三年級，與哲旻是保險業同事。他也是典型的高帥男孩，嘴也甜。加入獅子會與個人夢想有關，他從小加入童軍團、做創世基金會捐發票救助植物人的志工，夢想當醫生，可惜天不從人願，轉讀了法律系，用不同方式助人。他感謝碧湖「永遠18歲的姐姐」給他大家庭、家人般的照顧，延續助人夢想，也很有歸屬感。

榮譽創會人章曉輝是一位出錢出力、

在業界頗獲讚譽的成功企業人士，但她認為碧湖能有現在的規模與捐血成績，都是姐妹們的熱情團結，與個人的力量無關，這一點現任會長吳美香就有好多故事能佐證。

吳美香分享，宣導時有店家表示無人顧店，獅友周饒玉香立即就說：「你去捐，我可以幫你顧。」而老闆真的放心給她顧，很不可思議；還有人被幫忙、捐了血後歡喜地把爸爸、兒子、乾兒子、乾女兒都叫來捐血。

心懷感恩，好事一樁接一樁

「我們也打從心底相信捐血有福報。」吳美香分享，獅友陳玲玲接到在寮國騎重機的先生來電，說發生意外了大家都受傷只有他沒事，正在協助捐血活動的玲玲就說，這個福報來得真快。好幾次她聚餐赴約，念頭一想到這邊不好停車，一

個坐在重機上抽菸的年輕人就說，「抽完這個位置就給妳。」日前她母親腦溢血，整整四天她南下到高雄陪伴，本來醫生宣佈死亡，結果安然出院，她



榮譽創會人章曉輝（左）是成功企業人士，為碧湖獅子會創下許多紀錄，也是為碧湖立下捐血目標要一年超過一年的人，認為目前的成績不是一個人的力量，而是靠整個團隊。

因此更相信善有善報，「也許這功德不是報在我身上，而是我的家人。」

突破再超越， 捐血願景推向新高度

只要捐血中心一通電話來，說哪邊血庫告急，碧湖的配合度是非常直接的，「不只是人，動物也配合！」他們對未來的期許，第一是每年捐血量都要突破，期待一年超過一年。」第二是讓大家知道每個人都可以組團來捐血、做好事。第三是期許三年內會員達到100人，讓捐血版圖再擴大。

章曉輝說，「在碧湖，可以出錢、出力，不出錢不出力也沒關係，因為我們訂了規矩，會費的一半就是捐出來做公益。」而一個團隊沒有誰大誰小、神仙打架，因此他們有了不成文的規定：無論會員出自多麼大的企業，身居高位，都要挺會長。「這不是權威，是讓所有人目標一致，能快狠準地執行公益行動。」

碧湖獅子會還有許多細節處值得挖掘，例如在捐血車旁的這群媽媽們，一位背心寫著「創會人」的人物，正是碧湖獅子會的創會人簡鳳美。碧湖獅子會走了21屆，她可以不離不棄的參與，實屬難得。

章曉輝說，「創會人就像一塊海綿，能吸收、包容這麼多愛調皮搗蛋的獅友，



碧湖獅子會的創會人簡鳳美（左1）不離不棄的參與，實屬難得。

而一個領導就該如此，凡事用冷靜方式處理，不跟任何人有矛盾。」吳美香也說，「創會人都默默地做，讓大家看到她為公益的續航力，感覺我們必須要跟著她一起這樣做，我常覺得她是世界上最好心的人。」

在群體中，能相知相惜最可貴，不少會員都是起於一份疼惜、肝膽相照而來，如在碧湖會員人數突然降低，章曉輝二話不說出任該年度專區主席，協助碧湖及其專區體系出錢、出力，創下國際獅子會300A3區許多記錄。

一點時間、多點熱情， 改變世界就有力

現場有位獅友楊惠娟，長年在大陸經商，20年前與吳美香同為孩子學校的志工，因疫情返台後，發現吳美香在孩子長大後還持續擔任志工，而且有聲有色，忍不



楊惠娟（左）在活動現場捐血相挺，右為碧湖獅子會第17屆會長高淑芳。

往去電：「妳怎麼可以那麼棒?!」吳美香反問她：「我當了碧湖獅子會會長，妳要不要挺我?」了解獅子會的現況後，惠娟笑說：「我本來只要贊助一年的錢，現在要服務一輩子了，妳真是我的貴人哪。」

在捐血這條公益之路上，前會長高淑芳多年來默默擔任碧湖獅子會與捐血中心之間的重要橋梁。她做事一絲不苟，總是以滿腔熱情、親切笑容與高度責任感投入每一次活動。無論是協助籌畫、安排細節，還是面對臨時的加場需求，她總能耐心說服會長配合捐血中心的機動安排，確保每一場捐血活動皆能圓滿進行。她的夫婿周芳平獅友也始終站在她身旁，並肩參與這份愛的行動。

現任會長吳美香說，她很感恩，這每一個人的背後就有一個家庭，每一份事業就有無數個能做善事的連結，一個人撐不



前會長高淑芳（右）與夫婿周芳平（左）以實際行動支持捐血公益。

起輝煌的舞台，但若每個人願意為助人信念挪出一點時間、熱情，一切就有可能！也請大家別忘了創會人簡鳳美說的「捐血服務是最能凝聚大家溫度的事！」一起加入熱血行列吧。



「捐血服務是最能凝聚大家溫度的事！」碧湖獅子會第21屆會長吳美香（中）鼓勵大家一起加入熱血行列。

採訪撰文 / 張郁梵

天母晨泳會救生助人 喜迎第一百場捐血！

緊鄰天母棒球場、位於台北市士林區忠誠路與士東路交叉口的大葉高島屋，每到假日總是吸引不少居民前來採購，是天母人逛街的好去處。看準周圍人流聚集，天母晨泳會每隔三個月就會在大葉高島屋對面舉辦捐血活動，二十四年來深耕在地、

獲得社區居民高度肯定，已成為天母地區重要的固定捐血點，並在今年5月25日迎來第一百場捐血活動。儘管活動當日天氣不作美，天空不斷飄著綿綿細雨，但仍有不少在地民眾風雨無阻前來，用行動為社會注入滿滿暖流，齊心展現天母人的熱情！



天母晨泳會熱衷捐血二十四年如一日，並在今年五月迎來第一百場捐血活動。
(攝影／張郁梵)

一群熱衷捐血的游泳愛好者

談起天母晨泳會創立緣起，作為創始會員、同時也是第20屆會長及捐血活動聯絡人的楊添旺回憶，早期游泳池沒有溫水，想要冬泳就必須透過團體名義租借泳池，天母晨泳會就是在這樣的時空背景下，於民國72年創立，成為隸屬於「中華民國成人游泳協會」的民間社團。

天母晨泳會成立後，會員們每天早上都會相揪聚集在天母游泳池（後改建為克強公園游泳池，並於民國113年改建體育館）一起晨泳，因為是抽取地下水，從士東路底的水脈一路引到泳池，冬暖夏涼的水溫乘載著會員們共同的記憶。楊添旺笑說，天母晨泳會剛創立的時候，台北天氣很冷，冬天偶爾會出現一、兩度的低溫，「我們都是五點開始游泳，清晨天還很昏暗，但泳池燈光很亮，水上會冒著煙，地下水水溫約二十度上下，游起來特別舒服！」

在天母晨泳會成立第十九年後，時任會長蕭永輝（已往生）發現，許多會員都有長期捐血的習慣，但因當年士林、北投地區沒有固定的捐血點，只能靠自己算時間勤勞點東奔西跑去找地方捐血，於是便提議由會員們自主樂捐舉辦捐血活動，沒想到民國90年10月20日首次舉辦捐血活動，便展現出強大的號召力與行動力，當日即成功募集177袋熱血，激勵了會友們

持續投入公益的決心，開始每隔三個月定期舉辦捐血活動。

除了每年固定在2月、5月、8月及11月第三周的禮拜天辦理四場捐血活動以外，天母晨泳會也會因應農曆新年等血庫吃緊的時刻，應捐血中心要求加辦場次。楊添旺表示，剛開始辦理捐血活動並沒有固定地點，曾在新公園歷史博物館、天母棒球場舉辦，直到隔年考量人流，會友們才決定選在大葉高島屋對面，作為捐血據點，希望透過定期定時定點，將捐血理念深入社區，同時也推廣游泳運動，號召更多居民加入助人利己的行列。

成為天母在地人的捐血站

為了打造天母在地人的捐血站，天母晨泳會起初辦理捐血活動時，都會準備五台捷安特腳踏車，只要成功完捐就能領取抽獎券，並在活動結束後當場抽，費用全由會員自掏腰包樂捐，慷慨程度曾讓不少接到電話的中獎人誤以為是詐騙集團。不過，楊添旺坦言，大家心裡也明白，捐血送禮不是長久之計，所以在送了五年、總計送出一百台腳踏車以後，就沒在捐血時舉辦過抽獎活動，但偶爾有會員贊助物品，隔壁LA NEW偶爾也會贊助贈品券。

「一開始辦抽獎是為了讓更多在地人知道這裡會有固定捐血點，隨著時間推移，居民們開始習慣定期來這裡捐血以



民國90年天母晨泳會於新公園歷史博物館首次舉辦捐血活動，隔年為了營造社區捐血風氣，便將捐血據點定在現址迄今。（前排右為第十九屆會長蕭永輝，左為現任捐血組張明德組長）（圖片提供／楊添旺）

後，我們就不再特別宣揚，想要捐的人時間到了自然就會來捐！」有別於其他團體習慣準備完捐禮獎勵捐血人，天母晨泳會希望來捐血的居民都是本著利人利己的出發點，打從心裡真正認同捐血理念，「用標新立異的方式，一次性地衝高捐血量沒有意義，我們是期許可以長期穩定地辦下去，也希望捐血人持續捐下去，而不是因為想要得到禮物才來。」

每次辦理捐血活動，均由第32屆會長賴致祥統籌活動器材，並向主管機關申請路權和停車格；捐血組張明德組長則會在活動前一週來路口掛上紅布條，提醒路過居民三個月一次的捐血時間已到。會友王儷璇雖已搬居台南，但只要天母晨泳會舉辦捐血活動，她總會自費搭高鐵北上幫忙，從不缺席，在捐血車旁喊著「捐血一袋，救人一命」，廣邀社區居民踴躍參與。

活動當天，捐血組的成員也會提前一小時抵達現場架設帳篷，方便捐血車一到就能馬上作業。張明德組長補充，「這個據點已經成為士林、北投地區固定的捐血常駐站，剛好全血每隔三個月就能捐一次，有在定期捐血的人都知道，時間到了來這裡就能捐。」也因此，許多經常到捐血活動現場幫忙的會員們，早已和不少長期穩定捐血的當地居民打成一片。

會友們也會盡量把活動現場弄的很熱鬧，「會員們來來去去，人很多，現場大概都會有至少十幾人左右。」偶爾碰到地方媽媽想捐血，但是沒有人照顧孩子，會友們就會主動提議幫忙照看；如果遇到開車來的捐血人，會友們也會變身泊車小弟幫忙顧車；還有遇過居民遛狗，路過看到捐血車，臨時起意上車捐，大家就會幫忙看狗。

深信有人氣才會有人潮，天母晨泳會每次辦捐血活動，現場總會聚集十多名會員齊聚幫忙。（攝影／何萬枝）

張明德笑說，雖然沒有準備捐血紀念品，但會友們總會自發性地帶很多咖啡、點心來探班，大家聚在一起邊聊天邊品嚐美食，還曾因為太多人聚集在這裡吃東西，而被路人

詢問在賣什麼好吃的，「每當此時，我們就會邀請對方一起加入，所以很多捐血人都說，我們這裏比較有人情味！」當年還有其他團體在此協辦捐血，但都已早早收攤了。

最難忘的是有一次辦捐血活動還碰到台北下雪，「在這裡就可以看到雪積在山上白白的一大片，真的太冷了，我們就架火爐，大家圍在一起取暖，很好玩！」不只寒流帶來酷寒，會友們還得時常面臨狂風帶來的考驗，楊添旺進一步提到，「這個路口剛好是風口，海邊的風吹過山頭衝下來就是這裡。有一次風很大，一口氣吹斷了兩根帳篷支架，所以現在我們都會在帳篷四個支架上掛水袋，但儘管如此，器材折損率還是很大，大概兩年就要買一次帳篷。」

有人願意捐，我們就提供管道！

不論天氣好壞、颶風下雪，天母晨泳



會二十四年如一日，每隔三個月定期辦理捐血活動，夏天熱到受不了就吃冰，冬天冷到不行就烤火，在會友們持續不懈的努力下，捐血量屢創新高，還曾創下單次活動募集超過三百袋的驚人紀錄，讓會友們大受鼓舞！

然而樹大招風，楊添旺無奈指出，早期也曾被抗議過，「說我們佔據人行道，導致行人走路不方便，也曾被其他社團檢舉，質疑我們是不是有用一些傷風敗俗的方式吸引人潮，結果還真的有派人來監視……」所幸後來會友們在活動裡汲取經驗，做中學、學中覺，慢慢找到平衡點，盡量不造成用路人的困擾。

「其實，跟到我們的護理人員都很辛苦，沒有時間吃東西、上廁所，所以我們一來就會跟附近店家打點好，讓他們來可以跟店家借廁所。有時人太多，護理

長還要跑下車來量血壓。」辦捐血活動不僅需要人力，還要有足夠的熱忱，尤其活動當天，張明德組長和組員魏致祥一定要早早準備器材運送，結束還要將器材歸位，超過十小時的忙碌，雖然累，但他們甘之如飴，「過程有苦有甜，也意外在社區結交到很多朋友，捐血對身體很好，還可以幫助人，有能力就繼續辦下去。」

截至民國114年6月為止，天母晨泳會總共募集高達兩萬袋寶貴血液，這份持續不懈的愛心與行動，值得記錄與傳頌。特別是在民國109至110年新冠疫情最嚴峻的期間，當多數團體紛紛取消或延後活動時，天母晨泳會依然堅定舉辦不退縮，按照原排定的計畫持續辦理、熱血相挺，協助台北捐血中心募集血液。

「有些事情當下沒感覺，事後回想才

驚覺我們怎麼這麼勇敢。」楊添旺笑著提及，「當時想法很簡單，疫情期間醫療用血需求不減，有人願意捐，我們就應該要提供管道給他，畢竟如果這邊他們都不敢來，醫院就更不用講了！況且來這邊捐血的人，基本上還是在地人比較多。」

傳承救生助人的使命

除了深耕社區推廣捐血，早期天母晨泳會也很熱衷水上救生活動，會友們會集資購買水上摩托車，在週末前往位於新北市石門區의白沙灣海水浴場駐站救生，「我們都是義務志工，沒有收錢，想著週末在那裡駐站救生，還可以順便帶老婆、小孩去玩，後來政府把救生外包出去變成僱傭制後，我們就沒興趣參加了！」楊添旺說，會友們喜歡不受約束、自由自在的發揮，大家也很有理想，不是為了錢，只是單純喜歡水上活動、想要利用自身專長優勢來幫助人。



天母晨泳會每隔三個月就會在大葉高島屋對面舉辦捐血活動，是天母地區固定的常駐捐血點，即便疫情嚴峻期間也未曾停辦。（攝影／張郁梵）

第15屆會長、現任泳會總幹事賴晉朗則認為，天母晨泳會就像一個大家庭，大家都很珍惜週末聚在一起聊天打屁的時光，對許多會友們來說，這裏就是一個轉換心情和工作壓力的場所，和一群志同道合的朋友相處三、四十年，彼此感情比兄弟還要親，「我們男生在泳池游完泳，洗澡都脫光光，很多事情都可以討論，能幫忙就互相幫忙，吵架也沒關係，隔天解釋開就好了，也是情緒發洩，有些沒辦法跟家裡太太、小孩講的事情，就來這邊吼一吼，抒發一下。」

從最初的七人小組，天母晨泳會一路發揚，最蓬勃時會員人數一度超過一百五十人，直到現在四十二年過去，隨著年齡增長，有人離世，加上少了固定游泳的地方，會員來來去去，如今剩下七十

多人，平均年齡超過75歲，很多會員初次捐血都在這裡捐，現在雖然早已過了捐血年齡，但只要舉辦捐血活動，還是會回來幫忙。

「大家會利用這個時間來聊天，畢竟以前每天早上晨泳都會見面，後來泳池翻新改建後，大家都各自鳥獸散，現在捐血這裡就像是隱形會址，方便會員聚會。」楊添旺笑稱，如今捐血活動，已變成大家三個月一次固定聊天的場所，未來能辦幾年也不知道，「看我們體力到哪裡！」

張明德說，現在有慢慢傳承給下一代，「今天我孫子有來，雖然還小不能捐，但我讓他現在開始見習，出點體力。捐血是好事，所以我們都有鼓勵小孩來捐，告訴他們，來捐血是為你好！」也希望

在資深會員引退後，子女們能接替下去，讓好不容易打造而成的天母捐血站能繼續匯聚在地人的愛心。



天母晨泳會由一群熱愛游泳的人組成，不只捐血，早期會友們也很熱衷水上救生，每週末固定前往白沙灣做志工。（照片提供／楊添旺）

採訪撰文、攝影 / 周永悅

關懷生命 分享愛

台電輸工處用捐血傳遞溫暖

擁有將近三萬名員工的台電，肩負著從民生、科技到國家建設的多重責任。而身為最重要的國營事業之一，除了專注於專業領域外，照顧員工的身心健康與實踐社會責任，更是責無旁貸。此次藉由輸變電工程處舉辦的捐血活動，訪問到張涵曦處長，以及多位參與捐血的同仁，

實際了解台電在關懷員工與社會公益上的努力。

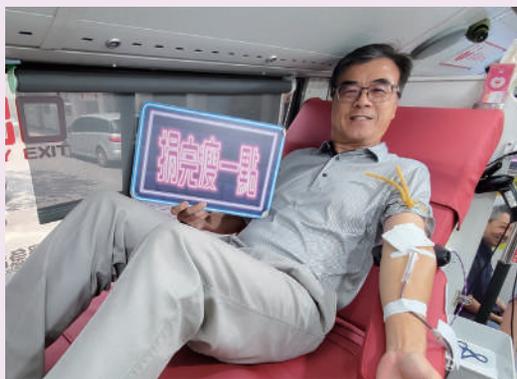
**由關懷員工出發，進而關懷社會，
以捐血實踐愛的真諦**

組織相當龐大的台電，早在民國77年設立「同心園地」，初衷是希望能在



台電輸工處的捐血活動活力與笑聲滿滿。此次的捐血活動為了迎接輸工處教保中心的小朋友，特別請出了人氣旺旺的吉祥物「電寶」。處長張涵曦（後排左3）總是鼓勵大家要踴躍參與，同心園地園長劉彥宏（後排右2）使命必達，期盼每一次都能有更多同仁發揮愛心。

台電輸工處的同仁集結力量，捐血助人，希望在這寒冬裡，能給社會一份溫暖。



有定期捐血習慣的張涵曦處長，至今已捐血67次。（照片提供／台電輸工處）

第一線解決員工工作、生活、情緒上的問題。提供心理支持與諮詢服務，類似當時救國團「張老師」的角色。「關懷生命分享愛」是他們的宗旨，以小我為出發，進而將這樣的愛心擴及至社會；因此民國88年，台電輸變電工程處同心園地開始和捐血中心合作，舉辦捐血活動。

「我們希望找到一個既能凝聚員工向心力，又能帶來正面社會影響的活

動，而捐血正好能實現這些目標。」輸工處處長張涵曦（以下簡稱張處長）說，「從小我們都常聽到『捐血一袋，救人一命』這句話。雖然我們不知道捐的血能救到誰，但是心裡總會覺得這是很有意義的付出。」

目前輸工處有七位「園丁」（即員工協助員），每年統籌舉辦至少兩次的捐血活動，甚至在情況允許下，張處長鼓勵多辦一場，同時激勵更多年輕同仁加入，這樣一來剛好也能讓大家將一年的量捐好捐滿。

從民國81年到現在，張涵曦處長的捐血歷史也步入第33年；而他的首捐還是在太太的鼓勵下一起去的，對他來說，意義非凡。「其實我蠻怕扎針的，尤其是扎手指那一下」直到現在，他在扎手指之前還是得要小小克服那不到一秒鐘的忐忑，「但是那一秒鐘過去之後，就只有捐血舒暢開心的感

覺，而且只要克服了第一次的心理障礙，接下來就習慣了。」助人，是能夠持續下去的動力；只要有捐血活動，張處長絕對義不容辭，也因如此，他才更能有說服力鼓勵同仁參與。「有人會擔心捐血對身體究竟好不好？這個時候我就會現身說法，破除他們的疑慮。」他笑著說，「而且我一定會堅持到屆齡不能再捐為止！」

以身作則為模範， 將社會責任視為己任

輸工處對捐血公益非常重視，在宣傳方面，除了網頁內部公告、聯繫單管理系統、單位主管群組，並還會海報和廣播的方式加強印象及提醒。張處長更是以身作則，希望自己能成為一個良好的示範；只要當天可以捐血，他必定是第一個完成，之後即利用廣播系統呼籲號召同仁一起響

應，鼓勵大家參與這個有意義的活動。不僅如此，他們也特別協調採用「富邦號電動捐血車」進行這項任務。

綠能減碳是現在全球的要務之一，台電希望能成為榜樣，同時也顧慮到廢氣排放和噪音影響員工工作以及附屬幼兒園的師生上課，這樣的運用也才能符合企業形象和社會責任。這次的捐血活動除了請台電的可愛吉祥物「電寶」陪同輸變電工程處教保中心的小朋友了解活動內容外，於112年獲得Openbook好書獎的《小大人的血液課》也在當天致贈給老師們，期盼以更符合小小孩們的理解範圍，讓他們知道血液與捐血的重要性，回家後也可以和家人分享心得。

默默的在捐血公益上耕耘26年，台



輸工處教保中心的小朋友在老師的帶領之下聽《小大人的血液課》，對血液和捐血的重要性有多一層的認識。

電輸工處始終在這條漫漫長路上努力付出，就連Covid疫情肆虐之際，也未曾缺席退縮過。張處長說這二十多年來大家捐血都已習慣了，每次到了可以捐的時候，都是抱持著期待的心情迎接活動的到來。何況當時台電採取了比一般更嚴格的防疫措施與規定，所以在環境上是相對安全的，在那樣醫療量能吃緊的情況下，同仁們更希望能盡一份自己的心力幫助社會，共度難關。

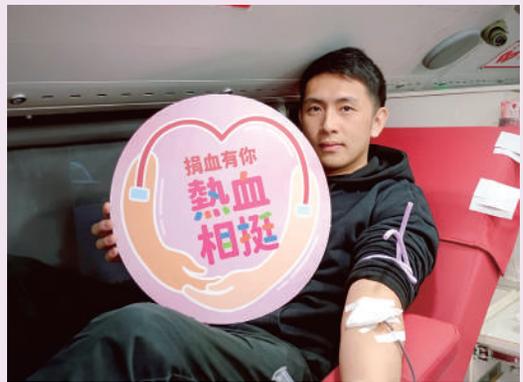
鼓勵新血加入， 期盼傳承一代接一代

每年都在招募新血的台電，目前員工的平均年齡為42歲，輸工處在辦捐血活動時，也更會鼓勵新進的同仁捐血，養成良好習慣。「我們希望能好好把握這個優勢，多鼓勵他們，做好傳承。」每一次的捐血活動，幾乎都可見到首捐的夥伴；其中的一位同仁林峰永就是最佳例子，他在輸工處完成了人生中的第一次捐血，十年來養成定期捐血習慣，只要有辦活動，他必不缺席。雖然很怕打針，但只要想著捐血是健康的人才能完成的事，助人為樂，心裡的障礙就能突破過去。尤其處長的激勵、同心園地的園丁們熱情的策劃互勉，讓他更覺得自己的付出很有意義。

張處長希望，透過捐血這樣的公益活動，不但能幫助別人，也能在員工間建立更多相互支持與體諒的連結，營造出更溫暖的職場氛圍。每一位同仁的付出都能聚沙成塔，形塑成強大的力量！



林峰永深受張處長的感召與激勵，也期許每次能以此幫助別人，盡一份自己的心力。



第二次捐血的謝旻傑，之前對捐血沒有概念，但上次因為同事邀約共襄盛舉，覺得能夠因此幫助到別人，是很開心的事。



只要身體狀況允許，羅詩美一定會來報到。從小就陪著媽媽去捐血，她對此並不感到陌生。曾經因為體重不夠無法捐血，現在能捐血反而覺得自己很有福氣。

採訪撰文、攝影 / 蘇曇

公益嘉年華十一年一度捐血活動 扶輪日快樂發揚服務精神

114年1月5日星期日的早上，鹿港鎮立體育場偌大的操場上出現了上百個攤位，人潮往來不斷，十分熱鬧，即將開幕的「扶輪3462地區親子公益嘉年華」讓在場的人們都非常期待。

在停車場旁的廣場上，由鹿港東區扶輪社主辦的捐血活動，一樣是人氣超旺。早上六點多就有人來排隊，等著拿八點半

才開始發放的號碼牌。開始發放半個小時內，甚至前頭的嘉年華活動開幕式還沒有開始，上百個號碼牌就已經全數被拿完了。

鹿港東區扶輪社 一年一度捐血活動，與扶輪日合辦

鹿港東區扶輪社，自創社之始便每年舉辦一次捐血活動。至今是第19屆，已舉辦過20次捐血活動。原先在鹿港鎮公



當天鹿港鎮立體育場的操場上共有約120個攤位，因天氣不錯，許多民眾都扶老攜幼來逛園遊會。

所前的廣場舉辦，每次一台捐血車，幾年前才移到鎮立體育場來舉辦，每次出動兩台捐血車。每年通常在10月舉辦，這回為了響應1月5日扶輪日活動，而將113年10月的場次移到了這一天。

活動當天，操場那邊的舞台區和園遊會人聲鼎沸，而停車場這邊的捐血活動，不僅號碼牌早早發放完畢，等候區也是始終坐得滿滿的。如果想要先逛個園遊會再來捐血，就只能向隅啦！

公益嘉年華：有吃有喝有玩的 扶輪社3462地區成果展示

體育場的操場區，不僅是有上百個攤位的園遊會，事實上，它也是扶輪3462地區的成果發表場地。會場中彰化縣教育局的反毒專車、衛生局的視力檢查車，及C肝檢查和糖尿病檢查的攤位、消防局的

AED（自動體外心臟電擊去顫器）展演攤位、鹿港分局的反詐騙宣導攤位等，都是3462地區歷年來參加的服務項目。

在公益嘉年華的開幕式上，鹿港東區扶輪社的扶輪日主委陳錕一表示，台灣扶輪社創立以來，扶輪日活動還是第一次辦在鹿港。鹿港的冬天呼嘯的海風，是當地人都知道的「名產」之一，最終要感謝今日天公作美，才有了這麼圓滿熱鬧的場面。他談起前幾天準備工作時發生的狀況，仍有滿滿無奈：「星期五早上八點半，我跟我們的承包商在體育場前面開工拜拜，開始搭鷹架。中午鷹架搭好，四個工人要把帳篷拉上去，結果一陣風來，我眼睜睜看著帳篷飛走，又掉下來，然後就停工休息，因為風太大了。我那時心想慘了，扶輪日是要邀請大家來鹿港喝海風嗎？好在今天的天氣很好，風也不會太大。」

鹿港東區扶輪社原先每年在鹿港鎮公所前的廣場舉辦捐血活動，近幾年才移到鎮立體育場舉辦。不變的是依然受到鹿港鄉親們熱烈支持。



3462地區總監楊曜聰也表示，政府的力量有限，民間的力量無窮，扶輪社配合了政府的許多計畫，希望能和政府一起完成讓更多人幸福生活的社會安全網。彰化縣長王惠美也出席活動，簡單說明縣政府過去和扶輪社這幾個項目的搭配，並祝福活動圓滿成功。

民眾踴躍參與、東區扶輪社認真辦理，成就每場捐血活動

而停車場旁的廣場這頭，由於早早便已發放號碼牌，民眾大致都能清楚知道幾點時會輪到自己，捐血活動進行始終井然有序。

鹿港東區扶輪社的社長林世民說，自己因身體因素無法捐血，但加入扶輪社、協助舉辦捐血活動多年，捐血民眾們的熱情，每每令他感動。「我們是盡我們的力量去辦這些事情，但是有他們來，事情才能成功。」



彰化縣長王惠美（左）與扶輪社3462地區總監楊曜聰（右）在公益嘉年華開幕式中致詞，細數3462地區這些年來與政府配合服務的項目與成果。

本屆捐血主委林季宏則回憶，自己二十五、六歲時第一次捐血，也是因為有社團在路邊辦捐血活動。那時他還沒有加入扶輪社，首次捐血過後，就不太想起捐血這件事了。直到後來加入扶輪社，因為每年都會舉辦捐血活動，因此重新拾回捐血的習慣。

後來因父親癌症化療，數度接受輸血之故，讓他對捐血活動更有認同感。「會覺得這件事是很可以去做的事情，因此參與度也比較高。但所謂的『參與』，

一大早拿到號碼牌後，民眾們各自按照預定時間前來現場等候捐血。



不一定就是我自己去捐，辦捐血活動讓更多人能參與，也算是達到我的目的。」

雖然目前為止，每年鹿港東區扶輪社舉辦捐血活動，大多都能順利達到原先設定的目標，增加到兩台捐血車，開始發放號碼牌以來，更是每年號碼牌都早早被拿完，但林季宏坦承，增加到兩台車的募血量，壓力的確比一台車時要大上一些。「像昨天才聽說一個獅子會的活動，也在



年近四十的林季宏坦言，身邊同齡的朋友中有在捐血的非常少，但因為父親癌症時接受輸血一事，讓他對捐血格外有認同感。



鹿港東區扶輪社成員，也是下任預定捐血主委的周備智認為捐血是件有意義的好事，也總是很樂意和朋友分享捐血資訊。

鹿港這邊，總共募得三百多袋，那昨天捐過血的人今天就都不可能再來了，所以多少還是會有一點壓力。」但知道冬天向來特別容易缺血，當然還是要盡力而為。也幸好號碼牌當天早早發完，讓林季宏懸著的心得以很快放下。

捐血是有意義的好事， 會好好辦理下去

鹿港東區扶輪社成員，也是下任預定捐血主委的周備智則說，自己從事營造業，工作繁忙，雖然有看過「捐血一袋，救人一命」的廣告，但平時實在沒有心力去注意這些事情。

他退伍後加入後備憲兵協會，協會每年舉辦一次捐血活動，周備智因此才有了捐血經驗。再來加入扶輪社後，多次協助舉辦捐血活動，因而有了固定捐血的習慣。

雖然爸媽是老一輩的觀念，總是對他說：「自己吃下去的（營養）都不夠了，還捐出來給別人！」但他不以為意，仍會和朋友分享自己參加的社團所舉辦的捐血活動。「我自己捐了血，身體都會感覺比較輕鬆。我知道這是一件有意義的好事，這樣就夠了。」

許多人一起盡自己的力量做好事，相信這是慶祝扶輪日最好的方式之一。



楊雅婷具牡羊座使命必達的特質，快樂自在地悠遊於公益中。圖為宏利發建設於112年4月12日捐贈台北市身心障礙者復康小巴「雅婷號」，讓企業社會責任落實在這個城市。

採訪撰文 / 黃怡君、杜文靖
照片提供 / 宏利發建設公司

楊雅婷的公益哲學 貫徹實踐走出一條愉悅大道

「任何事都比不上做公益來得快樂！」宏利發董事長楊雅婷談及從小至今親自參與和執行的無數場公益活動，每一場的特色、發生的故事等點滴信手拈來、滔滔不絕，臉上流淌愉快的神情。陪同受訪的先生陳君毅總經理，在妻子熱愛的公益路上無役不與，極為肯定地說：「她是真正發自內心的快樂！」

楊雅婷是牡羊座，充滿赤子之心、具無限想像力，設定目標、勇往直前；陳君毅則是擅長規劃、講究細節的處女座，執行創意天馬行

空與接地氣的天作之合，共同完成一場又一場且多面向的公益活動，三個小孩更是楊雅婷的助力，在這個家庭裡，公益，等於日常。

我的父母親 公益啟萌導師

「父母親是我從事公益的啟萌導師，從有記憶以來，跟著他們出入公益活動現場無數次，小時候沒能幫上什麼忙，在旁看著好多人來參加，只覺得爸爸媽媽好厲害，怎麼有辦法號召這麼多人。」

父親楊燦煌總裁出身於新北市蘆洲的農家，白手起家從建設出發，打造成盛發建設集團，在地方上享負盛名，曾任地方代表、新北市議員、獅子會總監，「爸爸待人處世以誠信至上，熱於助人」。母親楊陳玉霞更獲頒新北市模範母親及112年榮獲新北市好人好事代表。

楊雅婷說，爸爸在事業有成之際更不忘行善，助人的事蹟不勝枚舉，例如為藏於蜿蜒小路中的廟宇開路，方便信眾朝聖，省去尋路之不便。偶見新聞報導，南投新豐國小的棒球隊欠缺經費赴日本比賽，當下立即決定提供幫助，考量到孩子們出門在外也需要生活旅費，於是匯了超過當時校方所募的費用。

後來楊雅婷得知孩子們在日本贏得世界冠



新豐國小在日本贏得2024年軟式少棒世界冠軍，楊雅婷很開心且欣慰，伸出的援手真的幫到了這群愛棒球的孩子們。

軍，她興奮地打電話告知好消息，爸爸很開心，但只淡淡的回應，其實結果並不是他在意的，重點是能夠幫助孩子們圓夢，在最需要的時刻伸出援手，結果只是其次。

樂善好施 世代傳承的家風

所以，捐血救人始終不能怠慢，一直是父親最重視的，從民國94年開始至今，身為長子的父親率楊氏家族陸續捐贈7台捐血車予台灣血液基金會運用，共耗資4,700萬元打造，為史上來自同一家族捐贈車輛次數最多的記錄，其中較早捐贈的前面4台在使用10年後分別於104年4月至111年3月間功成身退，總計募得100萬袋以上，第7台捐血車也在第4台退役前夕遞補上，以祖父母的字命名「淵文玉霞」號，感念上一代的樸實良善造就積善人家，樹立行善門風，代代相傳。

除捐贈捐血車，楊燦煌總裁偕同國際獅子會成員固定舉辦捐血活動，而捐血活動在楊雅婷的成長過程中未曾消逝過，小時候在蘆洲的土地公廟前、長大後在父親公司所在地蘆洲、成家立業後落腳台北市天母地區，也定期在公司附近舉辦捐血活動，111年第一場捐血活動特地選在4月12日



楊燦煌總裁率家族在94年至111年間捐助7台捐血車，貢獻良多。左為燦煌號捐贈儀式，楊雅婷的大兒子和和大女兒也參與了儀式，右為宗翰號捐贈儀式，楊雅婷的小女兒參加了盛會，家族的公益傳承，孩子們都不會錯過。

生日那一天舉辦，別具意義；同年7月4日出動「淵文玉霞」號，邀請父親和母親出席，三代同堂齊聚，攜手血脈相承的公益志業，楊雅婷強調，「最喜歡和父母親、先生及孩子們一起做公益，也是最深受感動的時刻！」

父親傳授楊雅婷行善公益的不二法門，不在於舉辦的技巧，也非外界認為憑藉其地位介紹相關資源給兒女使用，而是要他們親至現場，打開五官去感受，陳君毅說，「這是真的，爸爸總是告訴我們，人來就對了，就算沒有被分配到工作，光是站在旁邊看就夠了。」楊雅婷說，等到自己真正涉入公益的舉辦過程，才明白當時只是在旁觀看，感動卻油然而生，因為難得這麼多人的心是一致的，為共同目標無私地奉獻，多麼地難能可貴！



111年淵文玉霞號的捐贈儀式，楊雅婷的父親楊燦煌（右2）以及母親楊陳玉霞（右1）與台灣血液基金會董事長侯勝茂（左2）及董事長夫人劉秀雯（左1）合影。

天母的首場捐血活動便獲得許多商家的協助，以及居民的支持，得以延續年年舉辦，強化她加強深耕此地的決心。111年於春季和夏季各辦一場，接著112年辦了三場，9月那場選擇了先生生日那天舉辦，夫妻倆有志一同地用捐血來為生日重下定義，許下畢生力行公益的心願。

112年就在楊雅婷生日當天，在公司附近的賣場前辦理捐血活動，蘭興里里長林文龍（前排左1）以及台北市議員張斯綱（左4）都前來響應。



棉花糖的點子吸引孩子前來，從小灌輸捐血救人的觀念。



辦理捐血活動時，小女兒是最佳志工。



辦捐血活動時，楊雅婷總是想著要好好回饋捐血人，除了提供實用的民生好禮，現場還有熱咖啡讓捐血人享用。每場活動不只凝聚家族的力量，員工也受到楊董事長的影響，讓向心力成為更大的影響力。



棉花糖的心機 灌輸捐血從小做起

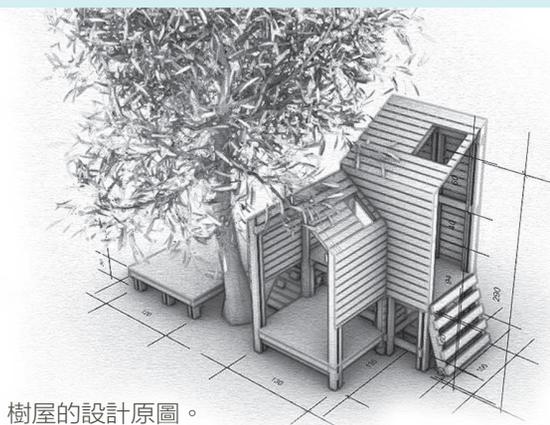
捐血活動是最好的生命教育課程，楊雅婷以自身出席捐血活動的體驗，近身瞭解捐血的意義，以及捐血為何不能間斷，因為關係到許許多多的生命必須延續，所以捐血必須傳承，也明白為何父親要求他們到現場的用意，在他們長大後自然會去捐血並協助募血。

楊雅婷希望自己舉辦的捐血活動是大人和小孩都能參加，小孩雖然還未達捐血的年齡，但可以授予捐血科普知識，「如果辦得有趣，孩子們直接拉著爸媽到現場來，請大人挽袖捐血，成為募血小尖兵也很棒！」她想起多年前在夜市認識一位賣棉花糖的阿伯，覺得活動現場擺起棉花糖攤子一定很吸睛，和同仁討論後獲一致贊同，便邀請阿伯到現場製作棉花糖，果不

其然，吸引很多小朋友牽著爸爸媽媽的手走過來，開口詢問如何拿到棉花糖，我們便趁機為父母和小孩簡單上了一堂捐血課，令人感動的是很多爸爸媽媽不用等我們勸說，就主動填寫資料加入等候隊伍，給小孩做了最好的身教，相信在孩子的心中留下深刻的記憶點，不管何時回想起來都會是和爸爸媽媽一起做好事的愉快畫面，捐血也會成為他人一生中美好的事。

為孩子蓋一座 都市叢林裡的樹屋

「我小時候也有一個樹屋夢」楊雅婷說，繼在新北市新店區山上蓋了樹屋後，心想若都市裡也能有樹屋讓孩子們爬上爬下，開心地玩，該有多好！但在高樓林立的都市裡根本不可能實現，儘管如此，赤子情懷依然存在。士林蘭雅國小幼兒裡矗立著一棟高聳的芒果樹，藍校長夢想著如



樹屋的設計原圖。

果有一間樹屋給孩子們玩耍該有多好，但礙於經費問題，一直以來就只能望樹興嘆。沒想到遇到楊雅婷，竟然一拍即合，二人的都市樹屋夢，就因為這份奇妙的緣份而築夢踏實。

陳君毅總經理指出，蘭雅幼兒園的教育很不一樣，有許多積木讓小朋友發揮創意動手堆疊，有些孩子的作品令人驚訝，尚未學習任何工程、力學等建築相關知識，小小的手堆出來的模型已有建築的雛



小朋友認真學習，克服使用器械的恐懼，蓋自己的樹屋，興致盎然。

樹屋落成，小朋友們無比興奮。



小朋友畫下夢想中的樹屋，期待著真實的樹屋完成。

型，看在大人的眼裡更覺得要好好培育優秀的下一代。

除認同學校的教育理念，楊雅婷夫妻倆決定透過蓋樹屋給小朋友進行建築教學，好好的認識房子建造的過程，舉凡從設計開始到興建，完全比照正常房子的程序和規模起造。

「小朋友很可愛，每天都來關心進

度，可以感受到他們熱切的期待，使我們更加嚴謹監造樹屋，也刻意設計給孩子們親手施工，體驗一下蓋房子的感覺，而且自己動作做過會對樹屋更有感情。」

與實境工地現場一樣，小朋友戴上安全帽、手套，在工作人員的陪同指導下，拿起鐵鎚和釘子敲敲打打，臉上充滿成就感，有小朋友害怕鋸子聲音，不敢行動，同仁不厭其煩地鼓勵她勇於嘗試，帶著她拿起鋸子成功鋸下木板，克服了恐懼，然後也看見這孩子的轉變，從此不再害怕機具，反而當起小老師教起其他小朋友；孩子們願意自己付出行動和學習，親手參與搭建樹屋，舉辦這個活動的收穫非凡。

蘭雅國小校長藍惠美，一直在教育路上有許多創新的理念；做為教育者，不只是用最大的包容，讓孩子們發揮無限的潛

能，還輔以穩定支持的力量，讓孩子們在學習中找到樂趣，也找到啟發。自己也是身教實踐者，因為平常就會捐血，遇到楊雅婷在社區鄰里辦捐血活動，一定會安排空檔去捐血；也因為定期捐血的習慣，總會問捐血車下次什麼時候還會再來。

淨灘 教會孩子摒除偏見

環保意識的普及和推廣，淨灘也是一項需要經年累月進行的海洋維護工作，但在一次淨灘的過程中，楊雅婷看到這項公益活動讓孩子摒除偏見，進而開啟更大的視野的實例。

那次，車子載著參加淨灘活動的人群來到淡水八里一帶的海岸，紛紛準備下車淨灘，有位小朋友鬧著脾氣，堅持不肯下車，他的理由是「垃圾很髒，為什麼要去碰？」

楊雅婷說，孩子的想法不難理解，在都市裡長大的小孩沒有常碰泥土，眼前烏黑的、佈滿垃圾的沙灘對他來說當然是髒的，但當下很



蘭雅國小校長藍惠美是位定期捐血人，每當楊雅婷舉辦捐血活動，一定到場捐血，用行動來支持。

難對一個小孩解釋清楚淨灘的意義和功用，於是對他施行利誘，告訴他撿愈多獎品愈多，他聽了立刻拖著爸爸媽媽下車，興奮地拿著夾子在沙灘上撿起可以換成獎品的「垃圾寶貝」。



寓教於樂，引導孩子體會淨灘的意義。

該場活動在大家努力下拾起的垃圾多達180公斤，也當場對孩子進行環保教育，海洋垃圾的由來、對海洋生物的傷害，我們每個人平常應該怎麼做垃圾的分類和減量，小孩有點恍然大悟，「我相信有幫助到他改變對垃圾的看法，應該不會再嫌垃圾髒了。」楊雅婷講起那天趣味的過程，開心地笑了。

楊雅婷表示，她所做的公益計畫和活動，大多與孩子有關，因為孩子的潛能無限，只是需要啟發。楊雅婷至今舉辦過無數場不同主題和領域的公益活動，看似毫無關連，其實息息



當年還是高中生的大女兒在公司圖書館親手包裝花束。

相關，她自許是一個觸媒，發動孩子學習的引擎，也是一位播種者，並從幼苗培育起。

子女仨人的公益基因

做為母親，最大的喜悅莫過於孩子體貼她的用心，而且血液裡流淌公益的基因，自動自發地去開發、規劃和執行。

「大女兒曾經做到讓人當場掏錢捐款。」楊雅婷帶著一絲驕傲分享女兒的公益插曲，原來女兒學會永生花製作後，在高中時期和同學成立「繁花妍」非營利社團，不定期帶著親手製作的花束到公園送給路人，希望收到的人都能感到溫暖、快樂，用花傳遞幸福，其中一位老先生收下花束後非常感動，除說著要帶回家送給親愛的老婆外，從口袋掏出2千元堅持要他們收下，表示贊助花束的製作經費，期許他們繼續製作更多花束傳遞溫暖，那天大女兒回家時帶著滿滿的、開心的正能量，因為她們創造了一個善的循環。繁花妍社團臉書粉絲頁上有一段話清楚表明對於公益的想法：「我們靠得到什麼來維持生計，我們靠付出來創造生活。We make a living by what we get, but we make a life by we give.」

小女兒第一次的公益行動，獻給公司舉辦的聖誕老公公夢想郵筒的活動。活動的發想人正是楊雅婷本人，初心是想要保留那份純真，即使長大了還是可以許願，讓她來幫忙實現願望。

特別購置的黃色郵筒在公司一樓門口登場後，起初被投擲最多的是便當店傳單，後來陸續有國小低年級小朋友來信，還有一位國小老師看到海報，來電詢問可否讓班上的每位小朋友都參加，並且希望真的回信給小朋友，不要讓他們失望；老師在得到允諾的隔天即送來40封信，連同先前收到的，總計需回覆的信件有150多封。

「小女兒陪著讀信，遇到小朋友的用詞或注音符號實在難懂的時候，同為國小生的她一下子就解讀完成，並且志願幫忙回信，以及協助採購小朋友喜歡的貼紙和文具，稱職擔任起聖誕婆婆的角色。」

小朋友們童言童語地寫下單純的願望，像是有兩個小女孩寫下相同的願望，

想在聖誕節那天去對方家裡玩，還有小朋友拜託聖誕老公公讓他弟弟乖一點……。想不到的千奇百怪的各種願望都有。楊雅婷、小女兒和同仁們真的一一親筆回覆，活動結束後，收到不少家長的回饋，有個小女孩的聖誕願望是養一隻狗，我們送她一隻玩具絨毛絨代替，家長寄來她抱著禮物超級開心的照片，所有的辛苦都在孩子的笑容裡化解了。

大兒子對人的體恤與尊重則令楊雅婷萬分驚喜。贈送街友便當活動的前一晚，她叮嚀兒子記得要到台北車站給遊民送便當，兒子義正辭嚴地提醒她使用遊民這個字眼並不恰當，每個街友都有他們的故事，有些也曾經是大老闆，可能只是一時不順而暫時成為街友，我們不該輕易地稱呼他們遊民。



和孩子們一起做公益也學到很多，楊雅婷說，表面上是我在帶著他們，實際上是他們推著我前進，不僅沒有理由鬆懈，還要做得更好！

兩姐妹認真發送愛心便當，姐姐帶著親手做的花束遞上溫暖和祝福。



捐助復康巴士予台北市，全家一起見證光榮時刻，台北市市長蔣萬安特別撥冗出席捐贈儀式以表達感謝。



夢想中的房子畫畫比賽，楊雅婷行善公益多面向，公益之路不設限，為社會啟發更多愛的動能。



長期關懷病童。4月兒童節赴台大兒童醫院，邀請魔術師及小丑到醫院表演帶給病童歡樂，台大兒童醫院院長李旺祚特到場頒贈感謝狀。



貼近社會需求 愈挫愈勇

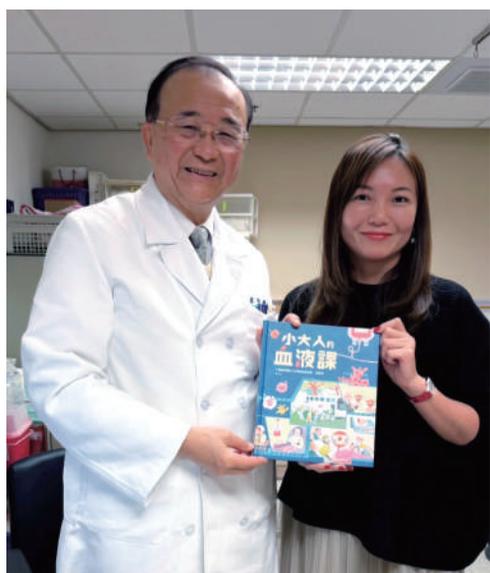
民間企業行善，補足政府力有未逮之處，楊雅婷的公益之路行得愈遠，對社會需求的瞭解愈透徹。有感於復康巴士的不足，她以公司的名義捐贈一台復康巴士予台北市政府，盼能協助載送更多需要的人。公司裡連同她自己和同仁都開心參與處理公益事務，除了本業的工作之外，她盡量親力親為，簡化作業的程序和時間，加速決策的執行，也因此能夠多元化地進行各項公益計畫。

投身公益之後，她更加感念父母親給予良好的家教和觀念，低調行善、不求回饋；只求付出、不計結果。捐血一袋，救人一命，她期許未來也能夠捐贈捐血車輛給捐血中心，父親也常提點著我，公益路上「量力而為」，在沒有壓力下

的行善才能做到不求。

「我後來了解，這條公益之路是要走得長遠，不必急於一時，而且因為公益，反而驅使我更加努力經營，有盈餘後才能讓我推行更多公益計畫。」公益之於楊雅婷的意義，就是貫徹到底，走出一條愉悅大道，人生因此快樂滿足！」

平時就喜愛閱讀的楊雅婷，在收到台灣血液基金會出版的血液科普圖文書《小大人的血液課》後，特別感謝侯董事長；教育是重要的事，書籍也正好能夠讓知識傳達到孩子們的腦海中，是對捐血最好的宣導。

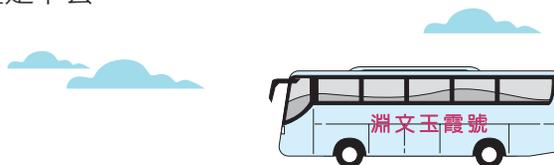


楊雅婷董事長與台灣血液基金會董事長侯勝茂合影留念。

楊雅婷的公益哲學，分享在新書《讓愛無止盡流動 公益教會我的19堂暖心課》中，每一件親力親為的公益行動，透過書中的文字，都能傳達溫暖的感動以及更多對於教育、社會和人們的關注與關懷。



楊雅婷繼承了父親楊燦煌的公益心路，家族所捐贈的大型捐血車總共七輛，截至113年底共承載募集了1,348,843袋血液；目前「宗翰號」、「久久健康號」、「淵文玉霞號」尚在役，募集的血量還會再持續增加，就像楊雅婷的公益行動，會有更多的創新、也會一直一直走下去。

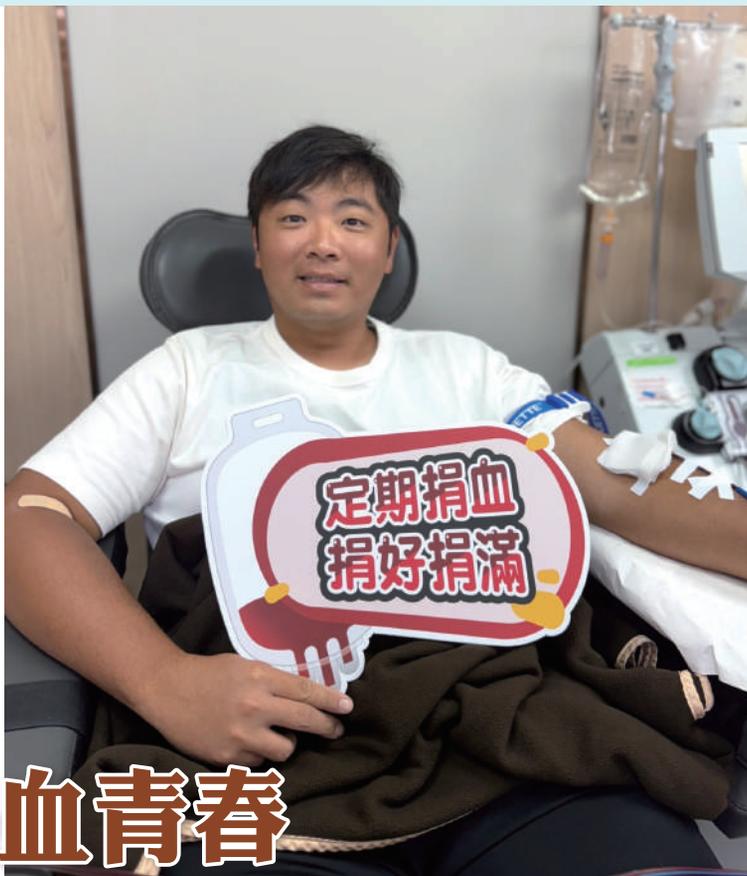


	名稱	捐贈年度	捐血量
1	明誠號	94	271,974
2	玉霞號	95	236,359
3	燦煌號	99	235,129
4	成功號	100	206,049
5	宗翰號	107	175,684
6	久久健康號	108	134,900
7	淵文玉霞號	111	88,748
	合計		1,348,843



人物誌

侯建廷一有空就到南海捐血室捐血。



採訪撰文、攝影 / 連雅婷

17歲的熱血青春 侯建廷捐血助人讓愛延續

侯建廷國中時期，因為貪玩想參與露營活動，誤打誤撞加入了童軍社。那段日子不僅教會他如何搭帳篷、照顧自己，更重要的是，童軍社的銘言「準備、日行一善、人生以服務為目的」深深影響了他。這些信念像一顆善的種子，在侯建廷心中悄悄萌芽，成為日後投入公益、持續捐血的原動力。現在他始終相信「一日捐血人，終身熱血魂」，這份信念早已融入他的生活。

捐血開啟奉獻之旅

17歲那年，第一次遇見捐血車的志工，告知「17歲就能捐血」時，腦海立刻浮現「捐血一袋，救人一命」的標語。當下與朋友互相慫恿，鼓起勇氣挽起袖子，完成了人生第一次捐血，那一刻便開啟了捐血人生。

隨著年齡增長，捐血已不再只是單一行動，而是成為生活的一部分。高中時，

當捐血車再次開進校園，立刻與朋友一起捐血。進入大學後，不論校內外，只要身體健康狀況允許、時間合適，他都會主動捐血。同時，也積極參與各類社團與志願服務，像是辦理新生訓練、品格教育、偏鄉服務、樂山教養院志工等，使他在服務中不斷成長。

「在樂山教養院服務時，記得當時有一位小朋友，儘管無法用語言表達自己，但他用最純粹的方式，擁抱及牽著我的手。」這份熱情讓他深受觸動並體會到，服務的真諦不只是付出，更是自我成長與心靈的豐盈，這些經歷讓他明白，真正的助人，不僅是行動上的幫助，也讓他更加珍惜每一次無私奉獻的機會。

大學畢業後，建廷選擇到偏鄉擔任教育替代役。即使忙碌，依然堅持捐血，因為他深知，捐血是一項不能間斷的愛心行動。雖然出社會後因長期出國一度暫停捐血，但每當回到台灣時，他都會再次走進捐血室，延續這份愛。

捐血愛無限

能夠在表揚大會上代表捐血人分享自己的經驗，感到非常榮幸，希望能藉此鼓勵更多年輕朋友加入這項有意義的行動。

「每次在南海捐血室捐血時，都會發現年輕捐血人相對較少、比例相當低，一間捐血室18位裡面僅有2到3位與我年紀相仿的人。我記得護理人員曾告訴我，血液是有保存期限的，每天都需要有血液捐入，



在台北捐血中心的捐血績優表揚大會上，主持人陳淑麗訪問捐血人侯建廷。（照片提供／台北捐血中心）



侯建廷說：「要持續捐血，捐到無法捐血為止。」

平日捐血也很重要。」因此，他大多會選擇在平日捐血。

每次捐血時他都會好奇自己的血液去了哪裡？直到有一天，捐血時看到宣傳影片，看到許德英飛官的故事，他在大型事故後前後接受了14次手術，並輸了7,000cc的血液，這些血液救了他的生命。後來，飛官也成為熱心捐血人，這個故事讓侯建廷十分感動，並更加堅信自己是在做一件有意義的事情，捐血雖然是一件小事，卻能延續他人的生命，傳遞無限希望。

年輕人慶祝跨年的方式有許多形式，而他選

擇在跨年當天捐血，則成了一種獨特又充滿儀式感的習慣。這象徵著用行動迎接嶄新的一年，也像是將健康與正能量傳遞給社會上有需要的人。

為了維持這份習慣，平時會特別注重健康管理，像是保持充足的睡眠、多喝水、均衡飲食，並以樂觀的心態面對生活。這些簡單的生活調整，不僅讓身體更有活力，也讓心情更加愉快，對於持續參與捐血充滿信心。捐血是舉手之勞，卻能為他人帶來希望，讓愛與善意在社會中持續流動。他希望能與所有熱血的前輩們一樣，捐到自己不能捐血為止，因為捐血是一份寶貴的生命禮物。

年紀輕輕便自行創業的髮先Hair Salon
老闆娘邱慧珍。

採訪撰文、攝影 / 蘇晏
照片提供 / 邱慧珍



化小愛為大愛，兒子離世 成為邱慧珍持續辦捐血的動力

每年的11月，位於台中清水的「髮先Hair Salon」都會舉辦捐血活動。除一般捐血以外，當天的營業所得則會全數捐給捐血中心，用以購買空血袋。從110年開始，到113年已經是第四度舉辦。

113年11月12日這一天，很不巧的早上突然停電。活動開始時，民眾們井然有序地等候捐血，店內則在緊急聯繫已預約的顧客，將時



髮先Hair Salon的捐血活動於113年已是第四度舉辦，當天一早便有許多民眾在等候捐血。圖中身著淺藍色志工背心的，則是「王睿穎家族熱血志工團」的成員。

間改到下午恢復供電後，希望盡量不影響因無法捐血，而想要透過這個方式共襄盛舉的顧客。因為許多客人都是因為知道當天來消費，能夠一起做點好事，而特地將預約安排在這一天。

這一看似平常的公益舉動，背後卻是一個母親將對已逝兒子的祝福，轉為回饋社會的大愛。

大手牽小手，母子情深的過往

今年才40多歲的髮先Hair Salon老闆娘邱慧珍，年紀輕輕就出社會，從洗頭小妹做起，24歲便已開了自己的美髮沙龍。

後來她和前夫離婚，才6、7歲大，還在讀幼稚園大班的兒子王睿穎就跟著她生活。剛開店時請不到人，邱慧珍一人獨立撐持店面並拉拔孩子長大，王睿穎也十分乖巧，總是自己在旁邊做功課、玩耍，默默陪伴著她。

美髮業的工作時間十分不固定，遇到染髮、燙髮的客人因髮質等緣故，藥水一直吃不進去，需要不斷重上藥劑確認效果。下班時間早已過了一、兩個小時，店內還有頭上上了髮捲、頂著罩子、塗著染劑的客人，是非常常見的事情。小小的王睿穎這時就會自己找個旁邊的空位寫作

業、玩耍，也有時等著媽媽下班，等著等著就睡著了。母子倆一路相伴走來，感情始終十分親厚。

黑髮人送黑髮人

王睿穎滿18歲時，馬上去考了機車駕照。幾個月後，他在某天的下班時段發生車禍。當時被他載的同學沒事，他卻生命垂危。邱慧珍接到通知趕到醫院時，兒子已經在開刀房動手術急救了。

邱慧珍回憶道：「當天晚上到大約十點，手術才結束。但醫師跟我們說，睿穎的腹部還不斷在出血，由於怕孩子的身體負荷不了，只能先處理到這裡，再過兩天如果狀況好一些，再接著開刀。」

轉入加護病房時，睿穎身上雖然插著滿滿的管路，但氣色還可以，終於見到兒子的面的邱慧珍這才稍稍放下了一直懸著的心。但沒過幾個小時，當天凌晨便又接到急救的通知。「護理人員跟我們說，他的狀況很差，輸血的速度根本趕不上他失血的速度，幾乎要把醫院血庫的B型血都用完了。雖然會繼續幫他輸血，但也要我好好想想，如果情況真的危急，是否要放棄急救。我當時也是就像八點檔演的一樣，捲起袖子就跟他們說，我跟睿穎一樣都是B型，可以抽我的血去用。」

當晚，邱慧珍一直守在加護病房外念經，祈求所有想得到的神佛保佑兒子平安無事。到了凌晨四點多，她忍不住按下病房外的對講機詢問狀況，得知情況完全沒有好轉、急救一直在持續中，她要求再見兒子一面。「那時候再看到他，整個臉都已經白了，上肢也都浮腫了，我實在不忍心，終於告訴自己：不要再折磨他了，放棄吧；我跟他說，下輩子他一定要再來當我的孩子，然後我就出去簽了放棄急救同意書。」

一直以來懂事又貼心的寶貝兒子就這樣離開了人世。默默承受錐心之痛的邱慧珍，幾個月後驅車經過台灣大道上的台中捐血中心時，突然再一次想起了那時的事情：「我心裡想說，雖然最後他還是離開了，但當時要不是有那一袋一袋的血，可能他連再堅持一下給我緩衝的時間也熬不下去。所以我就想，或許可以做點什麼來回饋和感謝社會。另一方面也是比較傳統的、道教的說法說，人過世以後的前三年，多做一些好事迴向給他，可以保佑他投胎比較順利。」

化小愛為大愛，開始舉辦捐血活動

於是，在那一年（110年）的11月，邱慧珍在自家的髮先Hair Salon辦了第一場捐血活動。會選擇固定辦在11月，是因為兒子王睿穎的生日在11月13日。

邱慧珍說，雖然想要回饋社會，但是沒辦

過這種活動，心裡很沒底：「第一年辦的時候我很緊張，還印了海報請別人在附近幫忙發，好在後來一天下來也有180袋左右。」

從那時走到現在，每年夏天開始，以兒子之名為名的「王睿穎家族熱血志工團」便會默默啟動，開始為捐血活動做準備。志工團的成員有三分之二是髮先Hair Salon的員工，其他則是認識的美髮人、認同活動理念的美髮保養品廠商，甚至是熟客及邱慧珍的朋友等。連離職的員工也都還



110年初次舉辦活動，邱慧珍注意到現場有些亂、動線安排考量不夠周到；這些問題她在後續幾年中始終記得，並不斷改進狀況。（照片提供／邱慧珍）

會每年回來幫忙舉辦活動，就可以看出眾人對這個活動的認同。

影響逐步擴及身邊的人

不僅幫忙的人多，特地來參加的也不少。邱慧珍說，比如住在台北的表姐，一直以來都有固定捐血，知道她舉辦這個活動後，每年都會預留一次捐血，特地跑到台中來參加；還有一個沙龍的熟客，也是每年都會來捐血，即使後來已經搬去台南，每年的這時還是會特地回來。另外，有個阿姨動過多次手術，覺得自

己受到社會很多幫助，但因身體因素無法捐血，因此每年活動當天，都會預約來店裡剪髮。

包括邱慧珍自己，原先並沒有捐血的習慣，也是在舉辦活動後，才首次嘗試捐血。「第一年辦的時候，我因為剛刺青過，不能捐血，第二年才開始捐。」說到捐血的感覺，邱慧珍坦承：「其實有點緊張、有點怕，因為那一支針滿粗的。但就是每年自家的場子，想說還是要捧場一下。我也會覺得我是號召人，每年都應該帶頭捐一下血。」

而她也因為自身經歷及辦活動的緣故，從原先對捐血一無所知，到現在十分鼓勵身體狀況許可的人都一起來捐血，一點小小的付出就能幫助更多的人。

從「決定只辦三年」 到「要一直辦下去」的心路歷程

活動辦到現在，成效一直不錯，112年開始甚至都有破200袋的好成績。但邱慧珍說，原本捐血就只打算辦三年，畢竟當初就是希望兒子能順利投胎。

那麼，是什麼讓她改變了主意呢？

「睿穎離開以後，我就一直有個念頭，就是我想和現在的老公再把他生回



兒子王睿穎離世後，邱慧珍將他離去的日期與名字刺在身上，永誌不忘。

來。可是我已經40幾歲，算高齡產婦了。一開始我有去做手術，但是手術失敗。後來我又去做試管，大概經歷了兩年多才好不容易成功懷上。但是懷孕到中期，大概四、五個月的時候，發現羊水晶片檢查是異常的。」

「我還記得那一天，醫院打電話跟我說檢查有異常，要我們夫妻明天再去抽血檢驗；如果有問題，就不能再讓這個胚胎發育下去。」

「那天我很難過，我已經努力那麼久了，而且我覺得肚子裡的這個就是睿穎。從辦捐血開始，我覺得這三年下來，對我自己也有影響，好像運氣比較好了，然後試管也成功了。所以我就跟老天爺說，如果這次讓我過關，讓我順利把這個孩子生下來，我就會把捐血這件好事一直延續下去。」

很幸運的，後續檢查判定沒有問題，112年的12月，邱慧珍順利產下一個可愛的女嬰。

懷胎八個多月， 挺孕肚也要辦活動

邱慧珍笑著分享，112年11月捐血活動舉辦時，她挺著已經八個多月的孕肚，堅持要把活動辦下去。「那時候我的醫生



112年11月舉辦捐血活動時，邱慧珍（左2）挺著八個多月的孕肚，雖然不能捐血，但從頭到尾都守在現場。她說，其實累是活動結束以後才感覺到的，當下真的不覺得累。（照片提供／邱慧珍）

很反對我辦活動，因為已經八個多月了，肚子也很大了，怕還要辦活動會太過勞累。」

「可是我已經答應老天爺，會把這個活動一直辦下去。而且我也相信，做好的事情，老天爺會給我好的回報。」

雖然多年來，沙龍每一個半月就會去附近的長照機構幫老人家義剪，也算是在做好事，但這個捐血活動對邱慧珍的意義畢竟是不同的。還好志工團的成員們都很挺她，大家也知道這個孩子得來不易，從籌備期開始，就有許多人自願接下了大部分任務，盡量不麻煩她。當天，她就挺著

113年11月12日，附近民眾們踴躍響應髮先Hair Salon所舉辦的捐血活動。

孕肚在這裡陪伴大家一整天，最後也順利取得破200袋的好成績。

邱慧珍說，其實辦捐血活動真的沒有想像的困難。除了捐血中心會提供很多協助，也會承擔一部分的宣傳以外，每個店家都有自己的客人、員工、同行，大家又都會有自己的親友，號召起來也十分可觀。

她微微苦笑了一下。就像對她自己來說，辦活動其實不難，真正困難的是每年都要再去回想一次當時的狀況。「我其實不避諱跟大家分享我的故事。我覺得如果可以透過睿穎的事情，讓更多人來捐血，然後救了更多人的生命，那是很有意義的。只是每次有人來問，我就會需要再去回想一次那天的狀況。」



也因為真摯的故事有力量，邱慧珍總是會收到不少願意加碼贊助的協助。像這次的活動，就有民眾加碼衛生紙、樂透彩、燒肉兌換券等等，合作的美髮保養品廠商也加碼贊助產品。還有她的一位朋友，同樣因為車禍失去了孩子，這次親自做了一百多個茶葉蛋到現場發送。這些美意都讓她十分感謝，也讓參與的民眾更有動力。

看著現場來來去去、響應捐血的民眾，邱慧珍很認真地說，自己每年辦完活動，都會不斷去想動線規劃，怎樣改進會更好。不斷有更多民眾願意參與，將兒子的離去變成一件能夠造福無數人的好事，對她來說，就是最值得欣慰且最有意義的了。

嘉彰集團五度捐獻定點捐血車 公園號熱血再啟航

撰文、攝影 / 連雅婷

在愛心與公益的路上，嘉彰集團始終堅定前行，成為企業善盡社會責任的典範。今年，嘉彰集團第五度捐贈定點捐血車，讓已服務16年的「公園號」重獲新生，繼續擔負拯救生命的使命。

從草創到大愛 嘉彰集團的公益堅持

嘉彰集團總裁陳蒼海，早在公司草創時期就決定支持捐血車計畫。他始終堅信：「公益不該等企業獲利後才開始，而是與企業發展並行的責任。」即

便在公司發展初期資源有限，他依舊堅持捐贈捐血車，讓更多人能參與捐血行動。

從89年迄今，嘉彰集團已累計捐贈五輛定點捐血車給台北捐血中心，捐血車建置經費從180萬飛漲至800萬。即便如此，嘉彰集團得知「公園號」已使用16年，設備老舊需汰換時，立即承諾捐助，親自參與設計與監工，確保新車符合現代化需求，並能為捐血者提供更舒適的環境。



公園號捐贈儀式由嘉彰集團總裁陳蒼海（右2）、台北捐血中心主任林敏昌（右3）、臺北市衛生局副局長李碧慧（左3）、嘉彰集團董事長宋貴修（左2）、財務長鄭力銓（左1）、臺北市衛生局醫事科科長陳怡龍（右1）出席。



公園號全新啟航 捐贈儀式各界參與

全新「公園號」捐血車於3月12日正式啟用，嘉彰集團與捐血中心進行多次規劃與設計，從階梯高度、座椅舒適度、車內動線等細節逐一改善，務求提供最佳的捐血體驗。車身外觀更結合可愛的「血寶」形象，讓捐血活動更加親民，吸引更多人參與。

是日嘉彰集團與各界貴賓齊聚現場，共同見證「公園號」的全新啟航。



臺北市衛生局副局長李碧慧感性表示，公園號是台北市民熟悉的捐血地點，感謝嘉彰集團的捐贈，讓市民有更好的捐血環境。



嘉彰集團總裁陳蒼海表示，嘉彰集團共捐了五輛定點捐血車，希望能讓更多人加入捐血行列。

出席嘉賓包括台北市衛生局副局長李碧慧及醫事管理科科長陳怡龍、嘉彰集團總裁陳蒼海及董事長宋貴修等人。

台北市衛生局副局長李碧慧感性表示：「公園號自民國67年設立以來，一直是台北市民熟悉的捐血地點。嘉彰集團的善舉不僅讓捐血環境更加完善，也讓更多市民願意投入捐血行列，為醫療體系提供穩定的血液供應。」

嘉彰集團總裁陳蒼海則強調，捐血救人是企業長期推動的公益行動。嘉彰已捐贈了五輛捐血車，其中包含「台大號」、「忠孝號」以及今日正式啟用的「公園號」，累計募集近50萬袋血液，希望這份愛能夠不斷傳遞，讓更多人加入捐血行列。

嘉彰集團董事長宋貴修進一步說明：「捐血是一項延續生命的善舉，每一袋血液背後，都蘊藏著愛與無私的奉



嘉彰集團董事長宋貴修致詞表示，嘉彰將推動更多公益計畫，履行社會責任。



台北捐血中心主任林敏昌感謝嘉彰集團的支持。

獻。我們將持續履行企業社會責任，推動更多公益計畫，讓這份溫暖持續擴散。」

台北捐血中心主任林敏昌則呼籲：「血液無法人工製造，每一袋血都來自民眾的愛心。台灣的捐血文化全球名列前茅，但我們仍需不間斷的愛心接力，感謝嘉彰集團的支持，讓公園號能繼續為社會提供穩定的血液供應。」

嘉彰集團企業文化 熱血奉獻回饋社會

嘉彰集團不僅捐贈捐血車，更在企業內部推動捐血文化。許多員工遠從桃園趕來捐血，甚至司儀王慈薇與董事長的兒子宋永晟也是長期捐血人。

總管理處經理王慈薇分享：「剛開始我其實害怕打針，但加入嘉彰集團後，負責規劃捐血活動，讓我決定克服恐懼，並在自己的首場活動中成功捐

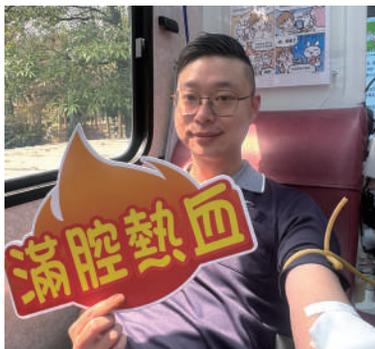
血，從此成為固定捐血者，也熱心鼓勵同事參與，我很開心能成為這場愛心行動的一份子。」

專案經理宋永晟則談到自己從大學時期開始捐血，即便留學期間曾短暫中斷，回國後立刻恢復捐血習慣。他說：「現在公司每年舉辦兩次捐血日，我總是第一時間挽袖捐血，然後再去外出跑業務，讓這份愛從自己做起。」

生命無法重來，但血液可以再生；只要你願意伸出手臂，就能夠拯救一個家庭，捐血行動需要更多人的持續加入。感謝嘉彰集團透過慨捐全新「公園號」，讓這份熱血精神能傳承不息。



經理王慈薇以行動支持捐血。



專案經理宋永晟挽袖捐血，響應集團活動。

千千的首捐圓夢之旅

—實踐愛的行動，永不嫌遲

採訪撰文 / 周永悅 攝影 / 簡吟潔

動態報導

擁有超過185萬訂閱的YouTuber 千千，不只是以大胃王美食形象深入人心，更曾有過三年護理師的背景。然而，就在今（114）年4月7日，她終於實現了多年來的一個願望—首次捐血。除了開心與感動，她也有許多小故事想要分享給大家。



開心拿到自己首次熱騰騰的血液。

「被拒捐」因而努力改善體質， 讓自己能夠健康的捐血

在唸護校的時候，每個學期捐血車總會進到校園裡募血，而身旁的同學們熱情的呼朋引伴響應這個有意義的活動。千千一開始也是興高采烈的和同學去排隊，卻因為她的血紅素太低，沒有辦法實現願望。因此每當學校舉辦捐血活動的時候，她只能眼睜睜看著同學們相揪去捐血，感覺很落寞。這個心願她始終放在心底未曾忘記，雖然她以食量大著稱，YouTube影片也都是以美食為主軸，但她很注重自己的健康，這些年來也為捐血做了很多的準備。

兩年前做身體檢查時發現自己仍然有血紅素不足的問題，更讓她決心要把這個問題改善。因此她特別留意攝取肉類、菠菜等富含鐵質的食物，以及多食用含有維他命C的食物來增進鐵質吸收，為身體打好底。熬夜剪片雖是YouTuber的日常，但為了可以捐血



千千在前一晚也特別早睡，希望能捐血成功。

專業又溫柔的引導， 讓首捐感覺輕鬆而溫暖

這次能捐血成功，對千千來說意義非凡。雖然曾經當過護理師，對於捐血的流程她並不了解，因此這所有的一切對她都是很特別又陌生的。她也發現到一些令人感動的小細節：在捐血前她並沒有吃太多東西，所以護理師會提醒她先喝一些含糖飲料、吃一點餅乾補充熱量；另外她的手腳比較冰冷，護理師貼心的給她一個小熱水袋握住以幫助血液循環。這樣的體驗是和自己以往在醫院幫病患抽血的經歷是非常不同的，也讓她體會到捐血和一般抽血的差異性。

對於首捐族而言，捐血的經歷都會在心裡留下深刻的記憶。千千很感謝自己能遇到溫柔且專業的護理師，親切的態度讓她減去了心中的小忐忑，也讓她更期待下一次的捐血。

回想起自己在醫院實習的時候，由於沒有經驗，因此對抽血感到十分緊張。第一次幫病患抽血，扎了三次卻都還是抽不到血，她就很不好意思的說還是請學姊來幫忙好了；沒想到

大哥卻說「沒關係！學生就是要多練習！」鼓勵她再試試看。最後幸好抽血成功，但是直到現在，她依然很感謝當初有那樣一位病患，能夠不因為她的緊張而發怒，而是用耐心和鼓勵讓她獨力完成了自己第一次抽血的任務。此外實習生也需要詢問病患許多問題，一般都會遇到許多挫折，但這位病患感受到她的緊張，反而親切的問她「那妳今天要問我什麼問題？」這樣的際遇，讓她在從事護理工作時，是一個很溫暖並印象深刻的起始點。就像這一次在新光號捐血車的初體驗，輕鬆的氛圍讓她不感覺恐怖，這樣順利的捐血經驗，她也想分享並鼓勵年輕人能夠一起加入響應。

血液能救命， 捐血不但很酷而且能助人無數

「我記得在外科病房曾經遇過一位病人，每天都必須輸兩、三袋血。他的狀況其實很不好，有一度甚至被發了病危通知；但是一週之後他奇蹟似的慢慢恢復，而且復原得很好，讓我深深體會到血液對病患的幫助真的非常重要！」千千想到過去在醫院裡，曾經親身經歷過許多類似這樣的案例，「或許我們覺得一袋血不過250cc沒有什麼，可是當這每一份小小的心意匯集起來，就能夠幫助到許多需要的人。」每當遇

捐血的過程中聽著護理師敘述愛的叮嚀。



到天災時，很多人的第一個念頭就是捐錢；但年輕人經濟上較不充裕，又想貢獻心力要怎麼辦呢？「我覺得其實捐血是一個很棒的方法，因為既能促進新陳代謝，又能付出愛心，真是好處多多。」之前那麼長一段時間因為身體因素無法捐血，此刻的她能用血液幫助別人，完成了多年以來的心願，體會真的最深。

除此之外，千千也提供了一個小撇步給想要捐血但仍在卻步的人。「我的個性其實是遇到新奇事物也不太敢嘗試，就算今天知道血紅素夠了，如果沒有人一起，我提不起勇氣一個人來捐血，所以我建議想捐血的人可以互揪一起來。如果捐血時會緊張，要怎麼辦呢？我有一個方法就是捐血的人請另一位用指尖輕輕的敲他

（她）的頭頂。因為頭部這裡和眼耳的共鳴很近，感受力強，敲頭頂的時候可以適當的轉移注意力；我有一個朋友抽血時都會暈針，是這樣克服的！」分享了自己的小秘方和經驗，她鼓勵大家，尤其是年輕的朋友，能夠輕鬆的把捐血當作是生活的一部分；捐血其實是一件很酷又有意義的善行，希望有越來越多人可以多了解、參與，並且把它當成一個習慣，「一袋血或許看起來微不足道，但當大家的心意聚集在一起，就能拯救許多生命！」



2025 世界捐血人日
14 JUNE 2025
WORLD BLOOD DONOR DAY

**GIVE
BLOOD
GIVE HOPE**
TOGETHER WE SAVE LIVES

捐血、給出希望

我們一起守護生命

了解血液，就是了解自己與這個世界

一堂關於血液、生命與信任的公民素養必修課

自十七世紀以來，人類持續探索血液的奧秘，
從發現血型、建立輸血規則，
到打造今日嚴謹的捐血與用血制度。
《身體之河》以系統化方式，
帶領讀者掌握血型、免疫、捐血、疾病防治等關鍵知識，
並思考——我能如何用知識，為自己與他人出一份力。

★榮獲 2023 Openbook 好書獎、台北市醫師公會好書獎
的《小大人的血液課》原班人馬，針對大學生再度聯手打造
全新血液科普書！

