



113年上半年

全國替代役役男

藝文競賽

作品選集

目錄

徵文組



4

27

- 第 1 名 陳皓澤 | 榮耀的守護者：榮民服務處的點滴情懷
- 第 2 名 楊儒晟 | 調解，作為服務與責任的實踐
- 第 3 名 邱俊維 | 帶著「金」神「役」起向前

佳作

- 葉治辰 | 心靈上的旅人
- 王柏涵 | 從服務中學到的事
- 范睿翔 | 記「役」畫布
- 林以得 | 雨之國度，與你度過
- 何鎧全 | 替代役載金城
- 張浩綸 | 南竿服役誌
- 廖昱翔 | 生命的重量
- 朱軒立 | 後山新故鄉—榮民患者服務記敘

攝影



28

38

- 第 1 名 邱俊維 | 以愛相「拌」
- 第 2 名 林以得 | 字句相伴
- 第 3 名 顏孝丞 | 仁愛樂讀「役」相伴

佳作

- 何鎧全 | 役起動起來
- 楊儒晟 | 十刻平安
- 施尚武 | 種一棵樹，綠役片天
- 留筠家 | 人生無所畏懼
- 李政潔 | 公役捐血
- 林佳翰 | 心心向榮
- 陳皓澤 | 墨下致敬

微電影組



39

40

- 第 1 名 李銘曜 | 我的回憶錄





徵文組



榮耀的守護者：榮民服務處的點滴情懷

國軍退除役官兵輔導委員會

徵文組

國軍退除役官兵輔導委員會南投縣榮民服務處

第一名

陳皓澤

在榮民服務處裡，每一天的例行公事都彷彿是一首忠誠的歌曲，每一個動作都蘊含著無盡的情懷。然而，這裡的工作並非只是簡單地傳遞公文、升降國旗，而是充滿了忠誠與熱情。

「服務」是榮服處的初衷，更是使命。舉辦服務座談會是我們工作中最重要的一個環節，這不僅是提供最新退撫資訊的場合，也是榮民伯伯們彼此交流、分享和凝聚情感的難得時刻。每當在這個場合看著榮民伯伯們開心的神情，那些此起彼落的寒暄，總是會勾起我內心深處對於生命的感慨與珍惜，期許日後還能夠再次看到伯伯們健健康康的在榮服處裡談笑風生。

「服務」是溫暖祝福，熱情相伴。記得剛下單位至南投縣榮服處的第一個月，身為替代役的我就在這裡體會到很深刻的溫暖與幸福。在這裡的每個月初，役男都需要親手摺著祝賀榮民的生日賀卡，乍聽之下可能是件枯燥乏味的工作，然而在摺賀卡的過程中，或許是暖色系賀卡在視覺上提供的溫柔感受，抑或許是體會到承載在這些賀卡上的真摯祝福，令我忘卻了原先枯燥乏味的刻板印象，取而代之的是一股能夠祝福他人的溫暖與感動。這也讓我初次體會到，榮服處的角色不僅僅是一份單純的工作，而是作為榮民伯伯們生命中的關懷，一個溫柔的陪伴。

「服務」是無遠弗屆，更是隨時戒備。榮服處需要時時關心高齡榮民與偏遠地區榮民的生活情況，尤其是在天災來臨時。4月3日的大地震，震醒了人們內心深處對921大地震的恐懼和不安，這彷彿是一個無情的警醒，提醒著我們生命的脆弱和無常。正當人們還深深愣在地震後的恐慌情緒時，榮服處早已全程戒備，一一與榮民們通電詢問情況，甚至毫

不猶豫地親自前往現場勘災。這點也令我再次對榮服處的職員們感到由衷的敬佩。

「服務」是自始自終，永不懈怠。遇到榮民離世的消息，每一次都是一場心靈上的震撼。在榮服處替離世的榮民書寫輓聯是替代役的任務之一。雖然我與他們可能素昧平生，但每一次將沾滿墨水的毛筆畫落在輓聯的同時，心裡也會默默地感念起他們過去為台灣這塊土地的種種付出，用心將一筆一劃畫可能寫到端正，為的是能讓榮民光榮地走上最後一哩路，並由衷地為他們祈福，為他們的一生致上最後的敬意。

榮服處就像是榮民的第二個歸屬，從每位榮民的開始到結束，榮服處一直都親力親為的給予輔助。不論是退休官兵的就業輔導、就養、就醫、就學等，抑或是誕辰與辭世，榮服處始終不曾缺席。儘管遇到突如其來的天災，榮服處也都為了榮民的安全挺身而出。在榮民服務處的每一天，我們都在默默地付出著，用心去感受每一位榮民的需求和心情。我們是他們生命中的守護者，用我們的辛勤與愛心，為他們帶來一絲絲溫暖和安慰，並讓他們知道，他們永遠不會孤單。「這是我們的職責，也是我們的榮耀，更是榮民們應受到的禮遇。」



榮耀的守護者：調解，作為服務與責任的實踐

臺中市政府民政局

徵文組 臺中市太平區公所

第二名 楊儒晟

“An eye for an eye only ends up making the whole world blind.”

這是印度聖雄甘地（Mahatma Gandhi）曾說過的經點名言。中文意思是「以眼還眼，最終只會讓整個世界失明。」從成功領結訓後，我的服勤處所是太平區公所調解委員會。何謂調解？調，和也；解，判也。換而言之，調解的本意在於和平、和諧地將事情做出一個判斷。看似簡單的工作，過程中卻充滿著人情世故與故事。

我的工作項目當中最重要的一項就是服務來調解的民眾。民眾來自四面八方、社會各個階層，可謂形形色色者皆有，但是讓我印象最深刻的是一位名為黛西之印度籍媽媽的交通事故。外籍人士在我們調解會並不算少見，但因多為移工，大多會請雇主、仲介或同鄉擔任翻譯協同調解。然而，黛西並不會中文，調解會的委員們對英文也不熟悉，這時調解秘書請我協助擔任黛西的翻譯。事故內容就不再贅述，調解結果因雙方意見不一致而不成立。在調解的過程中我發現黛西因為這場交通事故，腹中的小孩意外早產住進加護病房，自己也因語言、社會文化的差異產生焦慮，身心都倍感煎熬。儘管在調解不成立之後，我仍自告奮勇地留在調解室協助黛西申請相關保險給付與提出車禍鑑定。

人飢己飢、人溺己溺，如果今天是我在異地方生交通事故，我會怎麼做？協助完之後，我的內心感到格外舒暢。我深刻體會到「服務」與「責任」的重要，以及這個過程所帶來的成就與快樂。身為替代役男，我能善用語言專長協助民眾能順利走完調解流程，並不會因為語言隔閡而產生無語可表的不正義。同時，在事情無法圓滿解決後，我亦能協助民眾處理後續事項，盡可能提供後續其所需資源。我認為這是身為替代役男展現盡責的態度。

在調解會，我不僅提供服務，也是跟著學習。某次調解過程中，一對姊妹

因父親生前財產流動產生爭議，雙方一言不和便大打出手、互扯頭髮。我耳聞吵架聲後便立即衝進調解室將兩人拉開，也請同仁盡快報警、派員前來處理。事後發現調解委員在勸阻的過程中手部遭受波及而有擦挫傷。完成筆錄後，我陪同調解委員去就醫。還記得那天正下著大雨，我幫委員撐著雨傘穿過馬路，詢問委員「當下都沒發現受傷嗎？」委員回答我，他只想著如何讓雙方冷靜下來溝通，同時也努力勸阻，根本顧不了這麼多。當下我在內心便讚嘆「哇！這是多麼讓人讚嘆、值得我學習的精神！」如何避免受到負面情緒的影響，還要能夠冷靜客觀地提出建議，並且將自己的使命擺在優位。這位委員的身教，是我努力學習的目標。

綜上所述，在調解委員會的服務讓我深刻體會到了溝通與協調的重要性。作為調解協助人員，我常常需要跟民眾說明調解流程、和解內容、解釋法律規定；並協助民眾尋求適宜的救濟管道。這需要具備良好的溝通能力和耐心。在溝通協商的過程中，我學會了如何站在中立的角度去理解雙方的立場，尋求解決糾紛的最佳方案。這種能力的培養對我未來的人際關係和工作都大有裨益。以眼還眼難以解決紛爭，唯有透過溝通、協調方能展開另一片窗，迎向光亮的前方。我想，這正是呼應甘地的精神，勇於承擔，同時也呼應了替代役的精神標誌：對社會的愛心、對民眾的服務、對自身的責任，以及自我紀律的展現。



帶著「金」神「役」起向前

衛生福利部社會及家庭署

徵文組 屏東縣政府社會處財團法人屏東縣私立椰子園老人養護之家

第三名 邱俊維

柔和的陽光灑入社家署專訓教室，上課鐘聲將剛離開成功嶺的放鬆發條再度拴緊，每位役男坐的直挺挺地並緊盯講者，深怕錯過上課的內容，科長先是詢問了現場役男，對養老院是否了解？第一時間鴉雀無聲，陸續舉手回答的役男卻幾乎都帶著負面觀點，我亦同，但到服勤單位服役的那天起，一張張的負面標籤漸漸撕下，刷新我觀念的是一椰子園老人養護之家。

第一天報到時發現與想像中的大不同，小小的養護之家卻提供多種功能，除基本照護及醫療資源外，也安排許多活動，來提升長輩自主生活能力。雖然那時常關上的大門，宣判著入住長者日後的食衣住行都將改變，但所有工作人員努力地將這裡打造成長輩們的家一般，每日在屋裡噓寒問暖、互動、互助並感動著彼此。

服役時光白駒過隙，回首過去 4 個月，我參與了長輩們的各種活動，起初因不熟悉大家的個性，於是細心觀察他們的需求、從溝通與互動中了解，並換位思考體會他們的心情。其中，有位令我印象深刻的阿公—阿金，個性固執且常有自己的想法，並帶著命令式的口氣、無任何情感的說：「少年仔，地板掃一掃」、「掃這樣根本不乾淨」，我如同他的專屬僕人般。

阿金阿公雖坐在輪椅上卻十分靈活，協助機構澆花，一整天除了吃飯及休息，大多都會待在機構的門口旁，對每位員工都非常熟悉，像極了機構警衛；有時我會在警衛室值班，通常會將大門關起，藉此防止長輩們離開機構，他都會協助我掌握機構內外的動態，並提醒著：少年仔，門記得要關。

我知道外表嚴肅、冷酷的他，其實有著一顆炙熱的心，我時常主動攀談：「你吃飽了嗎？」、「菸不要抽這麼多」等；他也常依賴著我，想要回到機構內就大喊：「少年仔推我回去」，雖然我會被機構內的復健師唸一頓：

「你這樣不是愛他，是在害他」復健師斥責。

「別叫我推你，等等又要被唸了。」我開著玩笑向阿公訴說著。

「不會！推就對了」阿公拍胸骨保證並要求著。

我聽從阿金阿公的指令，把握這短短的路程，與他暢聊，分享著週末生活及未來規劃等，每到電梯口我會在他耳邊說掰掰，他也會熱情的跟我說再見，但這些日常全在清明連假後變了調。

清明連假後，上班未見他的背影，接著「阿金阿公往生了」這 7 字傳入我耳裡，「什麼？」我心中震驚並開始翻著腦中的記憶簿，憶起最後一次與他近距離交談是畫畫課時，這堂課的主題是「潔牙的重要性」，當時因為他拆不開牙刷的包裝，我向前協助，卻沒想到那次是最後一次，我慶幸當初沒有屈服於復健師的臭罵中，仍把握機會推著他回到機構。阿金阿公的離開，原本想避而不談的我，直到那天他的好朋友來找我.....

「阿進阿公，你最近怎麼都沒有下樓繞一繞？」我問。

「阿金不在了，下樓很無聊」他聽著南無阿彌陀佛的歌曲，同時哽咽、眼角泛有淚光地說著。

我當下不知所措，心就像被針扎了一下，立刻轉移話題「等一下要吃午餐囉...」，害怕控制不好自己的情緒，影響到他。

如今我獨自走進警衛室，腦海裡，翻閱那些日子疊起的回憶，再也聽不到大喊「少年仔」的宏亮聲音；也沒有那內心撒嬌著「推我回去」的嚴肅嗓音；有時在警衛室頭往左轉，看向那專屬於你的位置，告訴自己「在剩下的役期裡，要繼續帶著你熱心助人的精神服務大家。」貫徹著替代役特別答數「愛心、服務、責任、紀律」。

也許有些人會認為替代役役男無足輕重，能協助的事務不多，但我卻不這麼認為。我們奮不顧身伸出助人的雙手、熱衷於服務且抱持著愛心，闖入他人的生命中留下痕跡，雖然付出的，不一定會有實質回報，但看見對方的笑容、感受到人與人間的溫暖流動著，我想就已足夠。就像那天，有位阿嬤來到我身邊，倒數著我退伍的日子並說道：「有你真好，真捨不得，我們快少了一個朋友了。」



心靈上的旅人

桃園市政府民政局

徵文組 桃園市中壢區公所

佳作 葉治辰

還記得那天早晨的一場雨如蠶絲一般，又輕又細，聽不見淅瀝淅瀝的雨聲，感受不到雨澆的淋漓，只覺得好似潮濕的煙霧，沒有形狀，也不出半點聲響，就這樣默默地滋潤著大地和我的心田。手裡握著黑色雨傘，免強呼吸著空氣中潮濕且混濁的氣味，每一處感官靜靜感受四周的各種景色，只有我的雙眸痴痴地望著前方老舊的建築，嘴巴不由的嘆了一口氣，這是我最後一次來接蔡爺爺去社區據點陪伴與關懷，也是我結束服勤生涯的最後一天。

「你來啦！」聽見這再熟悉不過的聲音把我從沉悶的氛圍中拉了回來，是蔡大姊推著蔡爺爺從眼前這棟公寓內緩慢地走了出來，大姊是爺爺的女兒，一直以來都會帶著爺爺到附近的社區關懷據點做活動，但有時因為早上需要到工廠上班的緣故所以起初據點負責人請學長幫忙接下大姊的職務，而如今這個重責大任落在我的手中也好一段日子了。在簡單的打過招呼後大姊熟悉的將裝有便當盒、藥盒與小水壺的袋子交給我，並叮囑爺爺要按時服藥後，便放心的將爺爺託付給我，我一邊撐著傘，一邊慢慢地推著輪椅前進，深怕在雨天出了什麼差錯，說實話每次接送的這段路程說長不長，但也累積了許多與蔡爺爺相處和陪伴的種種回憶，也因為這些回憶的積累造就如今的我和蔡爺爺的友誼，成為彼此的忘年之交。

回想起第一次與蔡爺爺見面的那一天，我還是個懵懂無知、剛從成功嶺回鄉服務的家因役男，在首次見到爺爺的時候，我只是輕聲地問了一句「爺爺有吃飽嗎？」卻只見爺爺冷漠的低著頭不發一語，此時學長連忙湊上前和我說爺爺的個性不常與人交談，當下我滿腦子只有疑惑和挫折，殊不知這一切其實是有原因的，爺爺也有他說不出的苦衷……。

直到某天在做社區服務時，突如其來的發現使我對蔡爺爺的印象有了徹底的改變，爺爺開始會回應我和其他位役男，並且緩慢的張開嘴巴並努力地發出咿咿呀呀的聲音，在了解蔡爺爺心中累積許久的情緒後，頓時我內心最深層的悸動如瀑布般瞬間傾瀉而出。原來爺爺並非不願與我們說話，而是隨著年紀的增長與老化，談吐和講話已經不如以往健朗，如今的他手腳肌肉無力只能依靠輪椅行動，起身活動時更是需要人去攙扶，但即便如此，爺爺還是很努力參與據點大大小小的活動，伴隨著相處時間的累積，溝通不再困難後，我們逐漸找到對彼此的默契，即使是常有的體適能運動亦或是靜態的繪畫課程蔡爺爺在我們役男的幫助下都盡力去配合，一次次地握著他的手輕輕地做身體延展、一次次的帶著他畫出面前每一幅動人的畫作，我這雙眼睛看到的是努力揮舞手臂、擺動雙腳的蔡爺爺在生命的晚年依然活得如此精彩的模樣，心底著實被這份情感所撼動，我也從中學習到其實擔任照顧者並不是表面上看到的那樣一無反顧的付出，自己也能在付出關愛的旅程中找到內心的平靜與祥和，如同我在幫助蔡爺爺的同時也對生命有著另一個程度的體悟與感受。就這樣，我與蔡爺爺在這短短相處的四個月成了彼此心靈上的旅人。

嘴巴不由得嘆了一口氣，實則內心很不捨即將退役的我無法再推著蔡爺爺到據點做服務，或許我們都只是在蔡爺爺和無數長輩晚年生命的陪伴過程當中扮演一位旅人，在名為公益服務的旅途上漂泊，但我們交織出的故事還在繼續譜寫，期望透過替代役男的服務將這份愛繼續傳遞下去。

在這四個月服役期間，因為一場緣份，我們一肩扛起了學長傳承下來的使命，深刻參與了好多項志願服務，回首過去，我們為每個社區的長者奉獻了我們微薄的心力，將愛心與活力灌注於大大小小的社區據點，見證每一個微笑背後所賦予的感動，雖然蔡爺爺只是其中一位長輩，但我相信透過與蔡爺爺的相處，我能更了解我們替代役所努力的方向並將這些經驗與故事化作往後服務的力量傳承下去，並持續為長輩們帶來溫暖與關愛，體現最初替代役愛心、責任、服務、紀律的精神。



從服務中學到的事

彰化縣政府

徵文組 彰化縣田中鎮公所

佳作 王柏涵

猶記得是溽暑的尾聲，空氣中滿是溼悶與燠熱，我揹著黑色大背包，心中忐忑地來到撥交單位——彰化縣田中鎮公所。

初入公所，這幢巍然屹立的機關，並未因為我的闖入而掀起任何動靜。穿堂裡，鍵盤的敲擊聲不絕於耳；洽公的民眾魚貫而入，人員有條不紊地協助民眾辦理公務，倒是初來乍到，不曉得能做些什麼的自己盡顯格格不入。

在兵役課大姐的帶領下，我向同仁們倉促地進行了自我介紹，言談間才發現，鎮公所已經很久沒出現過替代役，未來也很可能只有我一個役男，想到自己將肩負起眾人對替代役的印象，心裡便不敢再因撥交而鬆懈。

隨後，我被安排在社會行政課的第一線櫃檯，協助民眾辦理簡單的公務，多數是社會福利的申請與諮詢。除此之外，只要鎮公所舉辦活動，我都有機會協同支援。記得是抵達單位後一個多月，課室的大哥忽然叫上我，說是有發放物資的活動需要我幫忙。

來到會場我才驚覺，場外竟然已大排長龍，而會場內部更為一眾身著整齊制服的人員布置妥當，最顯眼的莫過於兩旁堆積如山的米袋，以及望不到盡頭的物資箱。大哥這才向我解釋，其實一直會有慈善團體與鎮公所合作，向鎮上登記在冊的中、低收入戶，按年節發放金援與物資，公所人員的職責就是協助這些團體作業。

與慈善夥伴打過招呼，各自就位後活動正式開始，排隊已久的民眾登時一擁而入，紛紛拿著單據要請領物資。民眾們十有八九是病軀老弱，少數甚至已行動不便，拄著拐杖、推著輪椅艱難地來到會場，見狀，我趕緊協助他們搬運大米、物資。來回穿梭於人群之間，耳邊迴盪著民眾的連聲稱謝，然而越是被感激，越覺得於心有愧，自己所能付出的也不過是丁點勞力，偶然協

助將物資發送至需要的人手中，哪裡有資格接受這番感謝之情？

會後，團體中的一位大哥向我搭話，問起了我在公所的庶務情形，聽我時常接觸民眾，大哥向我提醒一句：「做公好布施。」想是多數職業與民眾接觸的機會有限，無法像在鎮公所這樣的基層單位一樣，一天可能就接觸數十位大眾，甚者一個活動就能與成百上千人互動。而每一次結緣，也都是自我提升的機會，友善地與人解惑；熱心地為人服務；仔細地忠人之事，於人於己都是一種良善的累積。

那次活動後沒多久，我在公所獲得了一項新的職務，就是鎮上新開放的鎮民活動中心——田馨館，平時的開關門與維護將由我協助。田馨館是一座提供鎮民休憩、幼兒育樂的複合型場域，經過翻修後，裡頭新添置了許多圖書童玩，甚至還設有熱帶魚缸。此後我每天值勤的第一件事，就是敞開場館大門，餵餵小魚、幫牠們清潔家園，整理好環境以迎接小朋友們的到來；而每天的最後一件事，就是去館內巡視整理，或短暫地陪伴還在場內的民眾。

在這之中，有一名母親總會帶著兩位讀幼兒園的孩子，在閉館前夕姍姍來遲，每每閉館提示響起，忍不住與玩具分離的孩子不免情緒躁動，有時甚至會滾地痛哭。我琢磨時間，誠然他們能來遊戲的時長也不過十多分鐘，而這或許已是他們勉為其難能來訪的機會了吧？

偶然間，我想起先前那位大哥的提醒，在有餘力的情況下何妨多付出一些，我們的棉薄之力，可能恰恰是他人所需。在徵得承辦主管的同意下，日後只要遇到這一家人，我總會和孩子約定延後十分鐘閉館，看著小朋友心滿意足的笑靨，自己晚歸個十分鐘又算得上什麼？

隨後才發現，能身在第一線為民眾排憂解難，誠是難能可貴的機會，自己能做的事情也絕非例行公事而已。共同生活在社會之中，我們未必要富貴榮華才有能力幫助群眾；日常間的友善微笑，乃至於每次貼心的協助，都是在用我們微小的力量，為社會帶來更多溫暖的循環。

有幸成為替代役的一分子，有幸分發至基層機關的最前線，才體會隊部教導的「愛心、服務、責任、紀律」，不僅僅是服役時的精神口號，而是得以真切落實於生命中的目標。



記「役」畫布

桃園市政府民政局

徵文組 桃園市中壢區公所

佳作 范睿翔

當兵，對男人來說是一段成長的旅程。然而大家對替代役的印象卻不像國軍弟兄穿著迷彩服在訓練場上揮灑汗水，甚至被笑稱「草莓兵」。一開始我也覺得當兵浪費時間，就算是輕鬆的家因替代役也保持著得過且過的心態。然而，在中壢區公所服役的期間，卻讓我收穫許多意想不到的成長與體驗。

通常替代役工作大多為遞送公文、協助業務等。而在中壢區公所，藉由管理員的大力推動下，替代役男每日早晨前往各里的社區活動中心或社福據點，陪伴長輩參與各種長青課程。每天最開心的時候就是抵達據點時與長者打招呼。一開始我並沒有特別感覺，但隨著與各據點的長者愈加熟識，我也回應他們熱情的招呼，來開啟服務的一天。後來我才了解，原來我們役男對長者來說就如同孫子一般，我們的到來猶如注入一股年輕的活力，因此他們也非常歡迎我們多來據點。有時看到同梯開心地聊天與長輩高興的笑容；或是每次看到據點承辦人員分享長者的回饋給我們時，長者們都會說有替代役真好、有你們來參加課程比較好玩、很開心看到我們役男來等等，內心充滿感動與成就感。因為付出的努力與時間有所回報，原來我們的陪伴對長者來說非常珍貴且重要，這正是公益服務最純粹的真諦。

此外我們也會自己設計教案為長者提供更多元的體驗，例如我為中山里據點設計的是律動課程。這是我第一次教課，而且還是教導我從未接觸過的律動。雖然一開始準備前期非常緊張，因為我完全沒有跳舞的基礎，但是當天教課時看到長者開心的笑容，同梯役男也非常投入地在跳舞，我就放下心中的憂慮，也跳得越來越好。課後甚至有一位奶奶稱讚我教課教得很好，讓他們除了可以運動流汗，也可以享受律動舞蹈的快樂，希望下次我可以再帶她們跳不一樣的舞蹈。長者的回饋與鼓勵對我來說是極大的肯定，從沒想過服

役期間能突破我自己的極限，挑戰從未嘗試過的律動課程。感謝管理員一直不斷鼓勵我們踏出舒適圈，不只讓我多了一些不同經驗，也開發不同的技能！

我們的服務對象不只是高齡長者，也有包含各年齡層的幼童，其中最讓我印象深刻的是在龍福幼兒園服務的經驗。在幼兒園中，我主要負責的班級是長頸鹿班，從第一次的校外教學護送到最後一次的說故事，在遊玩與陪伴的過程中，我與長頸鹿班的小朋友建立深厚的友誼。每次聽到小朋友們大喊：「睿翔哥哥！」「哥哥跟我玩！」我都感到很欣慰，他們雖然只是小小孩，但是大家都還記得我，所以我也很珍惜跟他們玩耍的時間。尤其是最後一次服務要離開時，他們還一直抓著我不放手，其實我內心也很捨不得，雖然只有數次的相處機會，但是我們一起玩的時候都很開心。他們長大後或許不會記得我是誰，但是這段服務的經驗卻會在我的人生中留下深刻美好的回憶。

除了服務各據點的長者幼兒，在年節期間，我們特別與華山基金會合作，協助發送年菜給獨居長輩，讓他們在過年也能感受到社會的溫暖。在訪問時，我們會先問候長輩是否吃午餐、是否服用慢性藥物，也提醒他們天氣變化大要多穿衣服多喝熱水，並且介紹年菜及水果禮盒的內容物。其實送年菜時內心充滿感慨，雖然我本身也要照顧自家的長者，但是至少我們可以常常見面。然而今天拜訪的許多長者不只住在狹小擁擠的房間，子女也不常回來探望，讓人不勝唏噓。雖然我們只是來送餐也沒有做甚麼了不起的事情，但我們的到來也有為他們帶來一點關懷吧！

透過以上服務經驗，我更加了解自我也發現自己擅長的面向，例如面對長輩或幼兒時，我發現自己仍可以保持細心，耐心地面對這些需要照顧的人，並且心中也樂意真誠地為他們服務，這幫助我發掘並肯定自身的價值。除了個人價值，我們的公益服務也展現替代役對於社會的價值，而這種價值其實是一種善的循環，我們對長者付出善心與關懷，讓他們感受到社會的善心；而相對地我們也透過他們的感謝獲得內心的感動與成就感，所以我們付出的善心都會以各種方式回到我們身上，形成一種互相互補的關係。我認為替代役在公益服務時，最重要的關鍵就是「愛」。沒有愛心，在面對據點的長輩或幼兒時就不會有足夠的耐心陪伴他們；沒有愛心，就不會細心發現長者的需求來協助他們；沒有愛心，就沒有動力支持自己去服務更多人。唯有心中

充滿愛心，才能將溫暖散佈到社會的角落；才能徹底落實替代役「愛心、服務、責任、紀律」的精神。

快樂時光總是轉瞬即逝，不論是在服務時或是整個役期感覺一下子就結束了。一開始還不想當兵，覺得浪費時間；但現在還沒退伍就已經開始感傷。因為我知道這段充實且快樂的生活即將結束，雖然每天都有許多任務要完成，每天都要前往許多據點服務，但我還是樂在其中，因為我知道這些是有意義有價值的事情。回憶如絲，與長者、同梯和管理員的關係就像絲線一樣，共同編織成一幅幅美麗的畫布與回憶。我捨不得離開服務的長者們，也捨不得離開朝夕相處的同梯夥伴，更捨不得離開這個讓我留下許多美好回憶的地方。



雨之國度，與你度過

國軍退除役官兵輔導委員會

徵文組 臺北榮民總醫院蘇澳分院

佳作 林以得

下著雨的蘇澳，濕鹹的海風吹拂著，已經不知道是下了第幾天的雨了，我埋怨的哀嘆著。

「早安！」帶有爽朗的聲音，慢慢地舉起手對著我打招呼，那是總是笑臉迎人的「阿全伯伯」。只是簡單一句有力的問好，就把我從抱怨的情緒中給帶了出來。我在醫院的護理之家服務，裡頭住著的大部分都是榮民伯伯，聽社工師講說，裡面有很多都是將近 100 歲的伯伯，我們常聽到的經典戰役，像是 823 砲戰、古寧頭戰役等等，這些榮民伯伯們都有參與過。而其中，個性爽朗又健談的阿全伯伯是我在服役期間，不可或缺的夥伴。

還記著第一天，踏進護理之家的時候的震撼感，空氣裡參雜著消毒水、食物、排泄物、潮濕的味道，剛吃完早餐的我立馬有反胃的感覺，但是我勉強忍住了。學長帶著我介紹護理之家，講解每天的工作事項，像是幫伯伯掛號、帶伯伯去看醫生等等。在學長帶我逛著護理之家的同時，我注意到有一個坐著輪椅伯伯一直在跟著我們，起初我並沒有太在乎，但是逛完了一圈後，發現那位伯伯也跟著我們一整圈。我問了學長才知道，原來他是住在這邊十幾年，大家聊天的好夥伴阿全伯伯。學長說：「因為你是新人，想要找你聊聊天啦！」我立馬蹲下跟他打招呼介紹自己是新來的替代役，他也笑笑地對我說道：「你不錯不錯，又來一個年輕小夥仔了！」

在之後的日常服役生活，無論是在帶伯伯掛號、看醫生的時候，阿全伯伯時常跟我分享他的人生經歷，從在金門當兵的單打雙不打的作戰生活，再到修築東西橫貫公路的造路生活，每天都在開闢未知的道路，攀爬陡峭的山壁，從伯伯的眼裡，彷彿可以真的體會他當時經歷過的一切。而我往往聽完後，內心總是非常的感慨，心想要不是當初有這些榮民伯伯付出的血淚，哪有我

們現在的和平生活呢？他們那時候經歷過的日子是如此的辛苦，但是在伯伯的話語中，彷彿感覺不到那種苦，只是將他人生的每一筆一畫笑笑輕描淡寫的訴說給我聽。但這些風風雨雨的故事，卻是永遠的烙記在我心底，讓我時時刻刻告知自己，要懂的感恩知足，並且對這些榮民伯伯由衷地感到敬佩！

在一次機構舉辦的兒孫探訪活動，正當大家都在享受含飴弄孫之情時，我看到伯伯一個人孤零零地坐在角落，心想可能是兒孫沒有空回來找他吧。於是，我便過去問伯伯要不要去前面餐桌吃個飯。在吃飯時，伯伯突然和我分享起其實他也有一個孫子，年紀跟我差不多，只是他在外縣市工作，沒辦法常常來探望他，他內心是很希望孫子能回來找他的，伯伯帶著感傷之情講道。我心想，或許這就是伯伯這麼喜歡找我們替代役聊天的原因吧，我們和他的孫子年齡相近，在聊天的過程中能讓他找回熟悉的親切感吧。於是，我和伯伯說：「如果你以後想孫子的話，你就來找我聊聊天，我也還想再聽你分享之前的故事呢！」伯伯笑了，豪朗的答應：「好！」那天的聚餐又聽伯伯笑著講訴了好多好多的故事，詳細的內容是什麼我也不太記得了，只記得那天外面依然刮著海風下著雨，但我們內心都是充溢著無比的溫暖。

回首成為替代役的日子，離開舒適圈到一直下雨的國度，遇見一個很有趣的伯伯，聽他分享了很多的人生經歷，讓我更深刻理解替代役的精神「愛心」「服務」「責任」「紀律」。以「愛心」的精神「服務」每位曾經對這片土地作出巨大貢獻的榮民伯伯，而我們能回饋給伯伯們的，是平常有「責任」並有「紀律」的做好替代役的工作，無論是幫伯伯掛號、帶伯伯看醫生，或甚至是陪伯伯聊天，讓伯伯們能揮著手笑著對我們說謝謝，我就知道，我做對了！在蘇澳服役的這六個月，雖然短暫但卻是人生中最特別的體會，我永遠會記得這份與伯伯之間的溫暖，也會記得這片土地背後的故事與得來不易，讓我在未來能以更廣闊的角度去認識世界，將承載了更豐厚的愛心與更熱切的服務精神繼續在我的人生中傳遞下去。



替代役載金城

徵文組 國軍退除役官兵輔導委員會
佳作 何鎧全

現代的年輕人，生於安樂，對於從軍的榮耀和國防安全的重視逐漸式微，似非如同家父的時代，總是把軍中的生活放在嘴邊，侃侃而談當年勇。這幾年，總能聽聞服兵役是件浪費生命、破壞生涯規劃的一段經歷。我想，這和軍事訓練的規劃內容有很大的關係。曾數度詢問他人「義務役給你最深的印象及收穫是什麼？」，他們總異口同聲地說：「不是在掃地、除草；就是一些反覆沒有意義的勞力活。」後來，因為政府制度轉變的關係，我成為替代役。重新打聽了一番，大家都說替代役沒什麼，不像國軍一樣辛苦，但一樣是浪費時間、無限打雜、學不到東西的一段時光。在三十三歲這年，內心已有上述的準備，進入成功嶺。

入伍後，意識到在成功嶺的軍事訓練並不馬虎，緊湊的課程按表操課，尚習得新制的 EMT-1 課程。此外，吃飯、打掃，被壓縮的洗打時間，許多在新兵日記，或是心得分享的情景，一一浮現。「原來這就是當兵啊！」聽聞數十年，終於親身體悟到此感覺。在鄰兵們紛紛喊著「我們是不願役」的氛圍中，我經常反思能使自己有何成長？又從中習得什麼？因此，只要有各種的公差，都會自告奮勇。「做了或許無果，但不做一定停滯不前」為我秉持的初衷。還記得擔任肉檢組，陪同長官將伙食送至委外單位檢驗；並以中隊代表的身份參與伙食會議，數度的發言，提供自身的專業。此外，尚擔任替歌小老師排舞的重責。在新訓尾聲，正逢春節喜慶之時，我與具藝術天份的夥伴們將中隊改頭換面。替代役的宗旨是「愛心、服務、責任、紀律。」，而我則是一一透過積極嘗試，尋找如何體現、實踐該宗旨的精髓。在選擇「退輔會」後，因緣際會使我找到作為替代役的意義和價值。讓我深深地認定，替代役可以是個千載難逢的人生轉捩點。

在退輔會服役滿一個月時，一位學長回來演講，分享服役過程的收穫。他提到，有一個見學的行程，是讓役男們得至退輔會所屬的不同單位，並實際參與各項業務。能藉此熟悉其所屬的榮民總醫院、榮民服務處、榮民之家，以及高山（清淨、福壽山、武陵）和平地農場等組織的運作。而學長則因土木專長，為清境和福壽山農場解決許多問題。即便退伍，仍然與廠長們保持良好關係，時不時主動幫忙，徹底地發揮自身所長的價值。「這不就是我想找的答案嗎？」深深地被他打動。嗣後方知，此為馮世寬主委所力推的一項計畫。

到退輔會的第五週，與兩位學長一同組成編輯團隊，利用業餘時間協助編修記載馮世寬主委其一生的自傳。過程中，讓我見證一位成功人士是如何被培育、被淬鍊出來。還記得，書中提到主委擔任美國武官時，如何謀略，協助 F16 的軍售案進行，並順水推舟，使多名飛官藉此至美國受訓。其更是要求將訓練基地轉換到路克基地，使飛官們可以和全世界的飛行員一同訓練，累積國際人脈。最後，更是完成一項創舉——「把飛機從美國飛回台灣」。從這些故事中，深刻地感受到一名大將的深謀遠慮，如何佈局、如何推動。就如同前述的見學計畫，我們並非走馬看花而已。每個人都被要求撰寫報告，並親自向主委報告。有一次輾轉得知，主委還將役男們的專長延伸至輔佐改善國防政策，甚至推動由替代役組成的「智囊團」來協助推動全民國防。

你說，若不是替代役，豈會此機會，徹底地瞭解一個政府機關的運作，並藉由自身專長反饋社會。這讓我回想到王永慶《球僮》的省思。若不是此一段機緣，我們何能有機會接觸到這些一代梟雄，並在交流的過程中，將其人格特質以及決策的手法內化，使自己成長茁壯。不僅如此，在這裡接觸到的同袍，各個不是碩士就是博士，皆學有專精。透過廣結善緣，得以在服役期間，融合所有人的智慧，成就一個博學多聞的自己。我認為，替代役可以是每個人的「黃金城」。無論你身處何地，都可以堆起金磚，滿載退役！



南竿服役誌

衛生福利部社會及家庭署

徵文組 連江縣政府民政社會處

佳作 張浩綸

現代的年輕人，生於安樂，對於從軍的榮耀和國防安全的重視逐漸式隨著螺旋槳嗡嗡作響，機身的晃動也逐漸越來越劇烈，突然的加速度使身體被慣性往後一拉，服貼在椅背上。起飛後短暫的失重感提醒自己飛機已到達航行高度，自己也正在邁向服役生涯的下個階段。隨著空服員的機上服務一結束，機長隨即廣播班機即將降落，並預告著南竿島上目前的天氣。攝氏十八度左右的溫度比這時臺灣本島的溫度更加冷冽一點，壟罩著薄霧但仍適航天氣就像我對這座島嶼的認識，雖然知曉這座島嶼的地理環境，卻對這裡的風土民情一知半解。一陣衝擊伴隨著置物箱的行李相撞的聲響，機翼上旋轉的扇葉逐漸靜止，走下登機梯，「馬祖南竿航空站」映入眼簾，我社會役的生活也正式開始。

例行的公文派送，從社會福利科的辦公室拿著不同顏色的卷宗在縣政府各處室穿梭是日常，又或是偶爾騎著公務機車在島上的各個機關、郵局、港口之間移動，寄出或是收取來自各個島嶼的公文。每個月的祝壽活動是最期待、有趣的行程，帶著一籃籃用喜氣的紅色包裝紙包裹的賀禮，去為當天生日的耆老祝壽。每位老人家總會開心的與長官們聊起過往的事蹟，又或是牽起南竿島上交織複雜的人際網，誰與誰是國高中同學，誰與誰的父親一起工作，誰與誰的老家又同是在另一座島嶼。每次短短十五分鐘到半小時的拜訪，彷彿就能拼湊出馬祖近半世紀的野史。拿出每年祝壽與長官的合影，並細數著上次到訪發生的種種事蹟，實在很難看出每個開心拿著照片聊著天的長輩已是高齡八十以上。每場祝壽的歡喜氣氛，總是使當日染上開心喜氣的氣息，每個參與祝壽的人都為每位耆老的健朗感到欣喜以及敬佩。行程結束後，幸

福的笑靨仍長掛在每個人的臉上。

下班後的時間，因緣際會發現家扶中心正在徵課輔老師的公告，每週兩次的課輔時間讓我有與就讀國中小的小朋友接觸的機會。每位課輔志工不分背景都以「老師」互稱，有就讀高中下課後來幫忙的老師，有來自憲兵隊的老師，也有小孩曾受家扶中心課輔計畫的幫忙，小孩長大後自己下班後的空閒時間也來當課輔志工的老師。檢查作業、陪讀以及解題是主要的服務項目，小朋友作業完成後也會帶著小朋友一起玩遊戲。自己身為 Z 世代的數位原住民，面對這群更熟系 3C 產品的 α 世代，會以為他們的休閒娛樂無非是圍繞在手機或是平板之上。但在與小朋友相處過後發現，只要一枝筆跟一張紙，仍然可以創造出一個全新的世界。參考手機遊戲的遊玩機制，區分不同陣營後考慮遊戲平衡跟趣味性，用紙筆創造出屬於自己的小怪獸以及士兵，自己拿著小怪獸並把士兵分給我後便可以開始一場以書桌為場景的塔防遊戲。遊玩的過程，也彷彿看到國小時與同學分享著一本筆記本，在上面畫上屬於各自的角色，每天養成角色玩著角色扮演遊戲的自己。看到小朋友玩得不亦樂乎的模樣，不免在心中露出老氣的口吻想著「這些我以前也玩過嘛」。也體悟到小孩子仍充滿無限的可能與想像力，而 3C 產品以及爆炸量的資訊構築著他們從小的生活，因此更需要大人的陪伴，需要嚮導去引導他們探索這個世界。

光線從窗戶灑落在床鋪上，在南竿島上每天被自然光叫醒的我，對於逐漸熟系的生活感到充實以及滿足。在公部門像顆小螺絲協助社會福利事務的推行，騎著機車在島上感染著島上獨有的人情味，孩童課後的笑聲更是能為我下一個明天補足電力。我想在南竿島上的服役生活定會成為我人生篇章中特別的一段。



生命的重量

徵文組 桃園市政府民政局

佳作 廖昱翔

畢業後不久，便收到了那來自區公所的兵單，當初僅是因為替代役相對自由度較高才自願申請，然而我沒預想到的是下單位後我們所做的工作是如此的有重量，讓我在短短的一個多月中便感受到生命的變化能讓生活改變如此巨大，也讓我憶起兩年前那讓我從夢中驚醒的一張診斷書。

在渡過漫長的成功嶺新訓和專訓後，成為了桃園市政府民政局中的生活協助工作，我們每位役男均需各自負責一位生活不便的榮民，而我所照顧的是一位全身癱瘓的邱大哥，在開始服務之前打了通招呼的電話，電話另一頭傳來的聲音並不清晰，儘管仍聽得懂大哥的語句，但卻已感受到大哥光是說話可能就花費了一番氣力，簡單自我介紹說明之後將過去服務後，大哥客氣的跟我說著謝謝，然而電話卻遲遲沒有掛斷，日後到府服務大哥後我才恍然，大哥那全癱的身體，光是伸手觸碰按下結束通話鍵都難以行動。

服務的第一天，小心翼翼地踏入大哥家門，當我以為眼前癱坐在病床上的便是邱大哥時，卻被告知那位是邱大哥的弟弟，大哥在隔壁的房門裡，原來邱大哥和他的弟弟均是全身癱瘓的病患，讓我難以想像大哥一家的生活究竟有多辛苦。一進房門看到邱大哥後開始和看護協助邱大哥往輪椅上移動以方便出門，經由第一次這樣協助癱瘓的大哥，心裡多少有些衝擊感，究竟這樣無法靠自己意志行動的身軀生活了三、四十年會是什麼樣的感覺？儘管內心有些難過，但我卻也不想認定大哥可憐，畢竟大哥仍然擁抱著這樣殘酷的世界持續生活中，並且在每一次服務過程，我持續能感受到大哥對喜愛事物的熱情，雖然大哥不能自由地前往各個地方角落，但大哥透過網路資訊和每一次在公園利用雙眼所見、雙耳所聽，填滿自己的所見所聞。

每天在公園坐著和大哥聊天時，大哥總是能分辨周遭鳥聲是何種鳥類，看到其他居民的手機也常能辨認出手機型號和價錢，此外也常跟我分享其他鄰居的故事，令我不由自主地感到大哥的知識量真是豐富。另外大哥也時常在空閒時間學習印尼文，以方便和印尼籍看護溝通，我由衷地覺得大哥對於非親非故的我和看護都是真心相待，在我心中大哥真是非常善良又聰慧的好人。

在服務大哥的過程總讓我想起兩年前我的阿嬤腦中風時的情形，當時在新竹讀書的我半夜收到家裡通知，沒想到竟是一則噩耗，隔天直接搭著最早的火車回家，並去到醫院探望，望著阿嬤躺在病床上無法動作，講話也很困難，儘管不斷的和牠聊天卻也常常得不到回應，心中產生的疲倦感讓我開始後悔平時沒有再花更多的時間陪伴阿嬤。

而現在在替代役期間關懷大哥，儘管大哥也是動作困難，但說出的語句還算清晰，或許這段相遇是讓我彌補當初無法和阿嬤好好聊天的日子，儘管我是來負責生活協助大哥的，但或許我才是那受到最多幫助的人。

「究竟是明天先到，還是無常先來。」，生命是所有歲月的累積，但無常的到來卻總能無情的傷害甚至帶走生命，透過自身的經歷和替代役的服役期間，我感受到生命的重量是如此重如泰山，期許自己日後都能更把握每一天的時光累積自己的重量，並且也更珍惜身旁的所有人，畢竟我們永遠無法預知明天會發生甚麼事，我們所能做的就只有掌握當下的日子。



後山新故鄉——榮民患者服務記敘

國軍退除役官兵輔導委員會

徵文組 臺北榮民總醫院玉里分院

佳作 朱軒立

「我們是國民革命的先鋒／我們是身經百戰的英雄／解甲歸田增產報國再立功。」——〈退輔會會歌〉

遠在後山的玉里榮總，榮民患者已經不再佔據多數，但隨著服役時間一天天累積，我逐漸能夠在等候室的人群裡辨認出他們的身影。他們總是一個人——即便身旁有子女陪同，還是看起來像一個人。被年歲和精神疾病暈開的記憶裡，依舊存放著四十年前的槍聲。

「先生，你要抽血嗎？」患者姓張，八十二歲，我蹲下身子，剛好和他拄著拐杖的佝僂身軀一樣高。「班長好！」張先生微微抬起右手，似乎想要對我行禮。「哎呦，爸，來我們抽血。」張先生試圖揮開女兒，直到我扶住他的手腕。「很棒喔，馬上就好了，很好一。」

在專長訓練期間，退輔會某位簡任秘書將榮民福利定義為弱勢照顧：「退除役官兵習慣了『一個口令一個動作』的工作，退伍後能銜接社會嗎？能養活自己嗎？軍隊讓他們很容易成為弱勢族群，因此我們要幫助他們退伍後的生活。」這段溫暖的話語，真切地反映出軍隊的致病性，將他困在這裡的不只是疾病，更是他效忠了一生的國家。

「伯伯，你從哪裡來呀？」用閒談來化解患者緊張，這是教科書上明確記載的臨床技巧，對於慢性精神障礙的患者未必有用，但如果患者曾經徒步走過二次世界大戰前後的歷史歷程，就一定不會忘記他的故鄉。「我從溫州來啊。」「真的喔，我是麗水人，我們老家很近喔。」張士官長半開的嘴型停留在半空中，似乎正試圖在記憶裡檢索類似的場景，如果我和他來自同一個地方，而我仍然是二十多歲的模樣，那麼在他的時間軸裡，他是不是還住在

當初那個家鄉？

「伯伯住哪裡啊，尿液檢體如果之後再送過來方便嗎？」「我們住瑞穗。」張先生的女兒回答：「他從小時候就過來花蓮了，根本沒住過溫州，真是的。」「我知道。」我笑著回應，一邊用手指著他健保卡上U開頭的身分證字號：「還是住在東部好吧，空氣好。」「是啊，就是看病很麻煩。」女兒拍了拍他父親的肩膀：「爸，走吧，回家。」

後來每次張先生來抽血時，都會對我敬禮，大喊「班長好！」而我會回以一聲「好！」或許這會讓他想起年輕時的家鄉，無論那到底是哪個地方。



攝影組

攝影組 第一名



以愛相「拌」

邱俊維

衛生福利部社會及家庭署

屏東縣政府社會處財團法人屏東縣私立椰子園老人養護之家

攝影組 第二名



字句相伴
林以得

國軍退除役官兵輔導委員會 / 臺北榮民總醫院蘇澳分院

攝影組 第三名

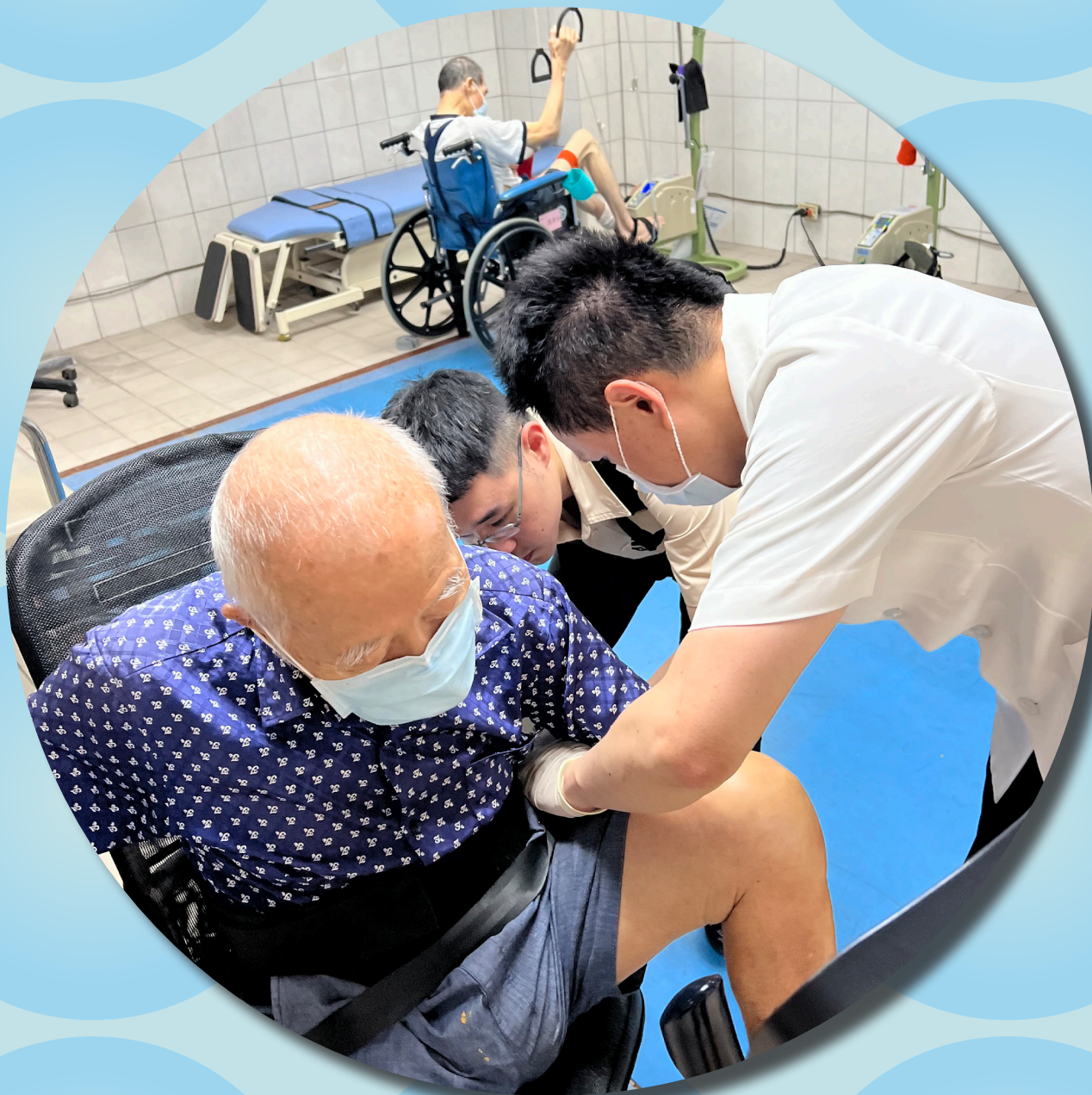


仁愛樂讀「役」相伴

顏孝丞

內政部替代役訓練及管理中心

攝影組 佳作



役起動起來

何鎧全

國軍退除役官兵輔導委員會

攝影組 佳作



十刻平安

楊儒晟

臺中市政府民政局 / 臺中市太平區公所

攝影組 佳作



種一棵樹，綠役片天

施尚武

國軍退除役官兵輔導委員會

攝影組 佳作



人生無所畏懼

留筠家

內政部替代役訓練及管理中心 / 替代役訓練班幹訓中隊

攝影組 佳作



公役捐血

李政潔

臺南市政府民政局 / 臺南市永康區公所

攝影組 佳作



心心向榮

林佳翰

國軍退除役官兵輔導委員會 / 臺中市榮民服務處

攝影組 佳作



墨下致敬

陳皓澤

國軍退除役官兵輔導委員會
國軍退除役官兵輔導委員會南投縣榮民服務處

The background features a sunburst pattern with rays radiating from the center, alternating between light blue and pale yellow. Scattered throughout are several four-pointed stars in shades of orange, yellow, and light green. The text '微電影組' is centered in a bold, orange-outlined font.

微電影組



微電影組

第一名

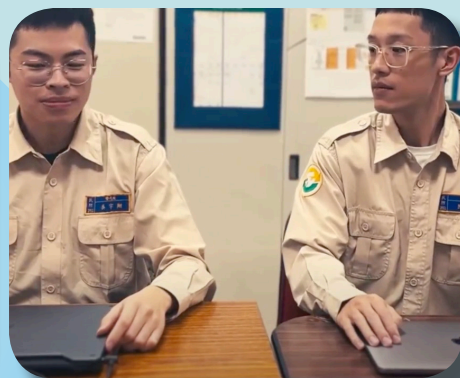
我的回憶錄

李銘曜

桃園市政府民政局桃園市中壢區公所



作品傳達了我們在中壢區公所服役的一天。影片可以分為三個部分。第一個部分是用第一視角拍攝役男前往區公所服役的路途，這段畫面捕捉了役男第一天上班緊張與擔心的心情。第二段轉到役男服役的日常。電影最後用替代役男的視角，進一步描繪用愛心服務大眾的過程。我們也加上在地長輩的訪問以呈現替代役持續深耕於各鄰里。三大段落以直敘式的手法表達我身為替代役男的心路歷程。影像無法傳遞的情緒，我用文字旁白更清楚的告訴你們。



編輯委員

沈哲芳 卓煥新 張水木 李承明

鐘啓銘 洪綵霞 陳淑梅 陳致岷 林芳宇 林怡珍 李朕軒

美術設計

黃晉文

◆本書文字、圖片，非經本單位同意禁止翻印、剽竊否則依法追究。

