

座右銘

不要輕言放棄，否則對不起自己。



黃信翰

117 梯次

役別：環保役

需用機關：經濟部水利署

服勤單位：經濟部水利署

優良事蹟

- 協辦經濟部水利署台中辦公區同仁捐贈愛心物品到南投信義鄉，展現服務精神。
- 積極參與台中聾人協會手語教學課程，努力盡責，獲得好評。
- 協助辦理「102年水利維護替代役役男溫馨關懷學童暑假期間課後照顧實施計畫」。

用心體會美好的事物

希望每個役男都別小看自己，好好發揮自身的才能，每一個人都能扮演獨特的替代役……

揮灑青春的汗水

在服勤單位經過長時間的學習後，使我瞭解服務的精神，不是嘴上說的那麼輕鬆簡單，或許我們不像國軍一樣操體能保家衛國，不過我們卻為社會盡了許多心力。臉頰滑落的汗水一點一滴落在育幼院的四處，抬起輪椅、攙扶、戴護具、洗澡等。另外，我也參與聾人協會所舉辦的公益活動，例如教里民手語、打保齡球、烤肉，其實他們做的事都跟大家差不多，多用心去體會，就能感受到週遭不同美好的事物，而這些不起眼的事物，正是支持我們持續付出的動力。

以替代役為榮

我在單位裡的主要工作為遞送公文、整理會議資料、佈置會場，擔任管理幹部協助役男們的生活問題，學習與役男保持良好的溝通。因為大部分的問題都能透過討論找到最好的解決辦法，所以瞭解各位役男的想法是非常重要的。擔任管理幹部，使我更拉近與役男之間的距離，也一起分享服勤內容，使得大家的感情猶如家人，可以談心，互相理解，若有困難大家會一起想辦法解決，不會讓幹部與役男們有距離感，更可以同勉勵。「希望每個役男都別小看自己，好好發揮自身的才能，每一個人都能扮演獨特的替代役，每一個人都能為社會付出一份心力。最後大家要以當替代役為榮，當替代役一點都不丟臉。」這是役政署長官幫我們上課最後叮嚀的幾句話，卻深深影響我的服役旅程，雖然只是一些微不足道的小事，但只要肯付出，就是為社會盡一份心力，也是「愛心、服務、責任、紀律」的具體實現。

座右銘

努力，是因為你真的在乎，而不是你那可有可無的態度。



鄭國平

120 梯次

役別：經濟安全役

需用機關：經濟部智慧財產局

服勤單位：經濟部光碟聯合查核小組

優良事蹟

- 協助保護智慧財產大隊進行網路盜版查緝相關業務，成效卓著。
- 熱心參與公益活動，如安養院敬老活動、育幼院陪伴身障院生，堪為嘉許。
- 協助單位軟硬體設備維護，多次救援網頁伺服器成功。

樂觀面對人生關卡

那都是不同的學習契機，以樂觀的心情來面對每一次的難關，或許可以從中得到意外的收穫.....

有聲有色的新訓生活

從大學、研究所一路走來，時常可以聽到已退伍的朋友談及多彩多姿軍旅生活，唱軍歌、站哨，每次都覺得這種生活還輪不到我，直到它降臨在面前時，卻又覺得來得好匆促完全還沒準備好。在成功嶺受訓的前幾天，說實在的，還蠻不習慣軍事化的教育與團體生活。但隨著區、分隊長們有條不紊的帶領，漸漸的，我發現原來在鐵與血的紀律下，生活也可以過得如此有聲有色。

學習時間管理

很快的，新訓的生活結束了，下派至各個服勤單位之後，在學長的孜孜教誨下，努力學習單位裡的各項勤務。由於這梯次的同袍人數短缺，每個人所負責的勤務量大增，人手不足、進度落後的窘境時常發生。回憶起前一兩個月的生活，還真的可以用焦頭爛額來形容。但也因為如此，我學會了如何妥善的去分配工作時間、與同袍協調工作勤務，也因此，我結交到了一群來自五湖四海個性不同但很麻吉的朋友。悄然回首，服役已過了半載，我逐漸瞭解到，不管遇到什麼樣情況，是艱苦還是身不由己，那都是不同的學習契機，以樂觀的心情來面對每一次的難關，或許可以從中得到意外的收穫。

座右銘

以人為本，教育路才可長可久；以人為本，才能幾度桃李又春風。



青春劃破寂寥

一陣靜默，突然小楊的歌聲劃破了寂寥，頓時，我發現他在唱歌時有如璞玉渾金般的無邪……

社會的暖流

替代役使社會多了一道暖流，使得人與人間的隔閡崩落，再現互助互愛、守望相助的景象。專訓後，因為本身具有輔導專長，因而選擇「楊梅國中秀才分校」作為服勤處所。這是一間專收家庭功能不彰、經濟弱勢、中輟之虞的孩子的中學。選擇此學校，是希望可以發揮所學，運用過去的教育知識與原理。初到秀才的第一個任務就令我印象深刻。小楊是班上的孩子，因為與導師起衝突而被帶到訓導處。在班級門口與小楊談了許久，只見他斗大淚珠直直掉落，好不容易將他帶離教室，坐在花圃間談話，不過五分鐘，一陣靜默，突然小楊的歌聲劃破了寂寥，頓時，我發現他在唱歌時有如璞玉渾金般的無邪，因此，歌唱便成為他穩定情緒的方式。輔導青少年的情緒，本來就是件漫長又不見得有成效的工作，身為輔導者，應接用心陪伴每一個獨特的孩子。

豐富的人生體驗

每年的七、八月正是孩子們的黃金假期，對孩子們來說，是可以短暫拋開制式教育、豐富與充實各種不同於學校以外的體驗機會。然而，我的服勤處所，那群慈輝班的孩子，並無法如同尋常孩子一樣參與活動，故身為教育役男的我，辦理暑期溫馨關懷活動，為的是想帶給這群孩子不一樣的暑期生活，增強孩子的抗壓性及人際關係。參與夏令營就像生活在一個小型的社會圈裡，可以學習與人與人之間的相處與尊重，更可以鼓勵孩子透過參與活動來放鬆身心並培養團隊責任。表面上是我為孩子們付出，但實際上是他們給予我更豐富的人生體驗，感謝慈輝班的孩子，使我服役這年的收穫滿滿。

胡菖顯

118 梯次

役別：教育服務役

需用機關：教育部

服勤單位：桃園縣立楊梅國民中學秀才分校

優良事蹟

- 積極辦理楊梅國中秀才分校暑期營隊活動，活動內容多元，有效提升學童多元學習能力。
- 擔任管理幹部，主動關心役男並適時提供協助，成功促進役男間的團結互助。
- 熱心參與捐血、關懷老人等公益活動，服務熱忱，表現優異。

座右銘

與其苟且偷生，不如死而無憾。



林禹安

118 梯次

役別：公共行政役
需用機關：國防部
服勤單位：國防醫學院

優良事蹟

- 協助國軍「災難醫學研習營」，執行成效優異，圓滿達成任務。
- 輔助「空中醫療救護專業人員基礎訓練課程」，執行成效優異。
- 協助「美國心臟學會心血管急救訓練課程」，認真盡責，值得嘉獎。

提升內在 回饋社會

服役期前思考如何充實自己，提升自己的內在和回饋社會……

學習緊急救護課程

記得剛從專業訓練撥交的時候，那種滿懷忐忑不安的心情。我的服勤單位是國防部軍醫局，來接我們的是士官班長坐的軍車。路途上，班長跟我們說：「國防醫學院嗎？這是你們自己的選擇。」那時真的覺得從五股憲兵學校到內湖國防醫學院的路程真的好遠。抵達服勤單位後，我知道我來到了一個業務量非常高的單位。因為我們的責任跟使命是非常重大的。我們負責訓練國軍的救護醫療人員考取緊急救護執照EMT1、EMT2至EMTP。此外，還有許多的救護課程，不管是高山災難救護，空中醫療救護，戰術醫療甚至是美國心臟協會的考試。這些專業課程我們不僅要支援教具和場地的佈置，甚至還要實際擔任學員，瞭解課程之專業知識，否則有太多的醫療器械是我們不理解的。藉由各種課程不斷學習，現在的我已經能提供受訓的國軍士官兵更多的協助和支援。

秉持替代役信念

另外因為國防醫學院跟內湖三軍總醫院是合在一起的，時常也需要送公文到三軍總醫院的行政單位。在路上，我們會遇到許多迷路的病患或家屬，此時我總會想起替代役的四大信念「愛心、服務、責任、紀律」，我們雖不是正統軍人，但仍可以為社會盡一份心力。因此，我們總會熱心指引那些迷路的家屬，解決當下的問題。當看到他們的問題被解決後，微笑說聲謝謝，這都讓我覺付出的一切相當得值得。人家說當兵是浪費時間，當兵無聊，但對我而言，與其在軍旅生涯裡浪費時間，還不如思考如何充實自己，提升自己的內在和回饋社會。與其苟且偷生，不如死而無憾。

座右銘

開心去接受現有一切，寬心去面對未來挑戰。



宗楓軒

120 梯次

役別：文化服務役

需用機關：文化部

服勤單位：文化部

優良事蹟

- 協助文化部接待美國外賓在台訪問期間之導覽與翻譯，表現深獲肯定。
- 協助辦理103年度全國演藝團隊進駐演藝場所媒合補助案申請文件、列表及建檔。
- 代表文化部參加102年度文化服務役「文役盃」籃球全國大賽獲得第三名。

學習與成長

在文化部看到許多、學到許多、也得到許多，一直保有著隨時吸收及愉快的心情.....

同袍學習的對象

剛入伍成功嶺時，因為本身年紀較長及歷練，所以成為中隊上的話題，並成為其他同袍的學習對象。在經歷一生一死的新訓後，感覺有回到以前球隊練球時的團隊概念，一個口令一個動作，只是地點是換到部隊裡。在文化服務役專業訓時，成為照顧及服務大家的中隊長，時常在大家集合前幫忙一些同袍們摺棉被，以免被扣分。因此我看到有著各種不同生活習慣的同袍，而我也很享受服務大家的忙碌。專訓期間，認識更多同袍，也建立最佳的友誼，現在也一直透過線上通訊來互相連絡及了解各地服勤狀況。「這是你們自己的選擇。」那時真的覺得從五股憲兵學校到內湖國防醫學院的路程真的好遠。抵達服勤單位後，我知道我來到了一個業務量非常高的單位。因為我們的責任跟使命是非常重大的。我們負責訓練國軍的救護醫療人員考取緊急救護執照EMT1、EMT2至EMTP。此外，還有許多的救護課程，不管是高山災難救護，空中醫療救護，戰術醫療甚至是美國心臟協會的考試。這些專業課程我們不僅要支援教具和場地的佈置，甚至還要實際擔任學員，瞭解課程之專業知識，否則有太多的醫療器械是我們不理解的。藉由各種課程不斷學習，現在的我已經能提供受訓的國軍士官兵更多的協助和支援。

成長的機會

專業訓練結束時，我選擇文化服務役的中央單位－「文化部」，因為想看看能不能在文化部多學習平常地方單位沒法接觸的事物。到文化部後，分發到了自己的專長部門－「藝術發展司」。在部裡長官們的照顧下學到了許多，也參與許多部長會議，更難得有機會參與文化部與交通部的合作案。第一次進到總統府內參與藝術銀行記者會，並難得有機會近距離看到馬總統。在文化部看到許多、學到許多、也得到許多，一直保有著隨時吸收及愉快的心情，讓我覺得時間過得有點太快，雖然離退役還有四個月，但我已經有退役時的不捨心情與感覺。

役別：司法行政役

需用機關：法務部行政執行署

服勤單位：法務部行政執行署彰化分署

優良事蹟

- 協助法務部資訊安全外部稽核，主動粉刷老舊牆壁，精神值得讚許。
- 協同檢查彰化分署之電腦是否符合資訊安全規範，同時幫助同仁瞭解資訊安全須知。
- 法務部資訊安全稽核當日，擔任引導與招待工作，認真盡責，獲得長官好評。



走進人群 服務社會

稽核的結果超出大家的預期，得到非常優異的成果，頓時覺得一切的辛勞、努力都值得了……

重新找回人生意義

就讀電子所的兩年期間，我不斷反問自己：「難道這就是我憧憬的生活嗎？」。也許薪資高是科技業的優點，但卻與人群、社會疏遠，陪伴自己的只有機器。編寫國外期刊時，我向學校提出休學一年，讓自己找回人生的意義。等待入伍的期間，剛好是一般資格替代的申請期間，而我認為服替代役可以走進人群、服務社會，於是我提出申請，展開與眾人不同的經歷。專訓結束後，選擇了彰化分署，因所學科系背景，被分配到統計室支援資訊以及統計業務。我跟著資訊工程師學習，學習到許多實務面的技術。?這是你們自己的選擇。」那時真的覺得從五股憲兵學校到內湖國防醫學院的路程真的好遠。抵達服勤單位後，我知道我來到了一個業務量非常高的單位。因為我們的責任跟使命是非常重大的。我們負責訓練國軍的救護醫療人員考取緊急救護執照EMT1、EMT2至EMTP。此外，還有許多的救護課程，不管是高山災難救護，空中醫療救護，戰術醫療甚至是美國心臟協會的考試。這些專業課程我們不僅要支援教具和場地的佈置，甚至還要實際擔任學員，瞭解課程之專業知識，否則有太多的醫療器械是我們不理解的。藉由各種課程不斷學習，現在的我已經能提供受訓的國軍士官兵更多的協助和支援。

全力準備資安稽核

進入彰化分署的第二個月，馬上就面臨到法務部的資安稽核，同仁們抱著不成功便成仁的態度，全力準備稽核所需的種種事務。我負責製作各類文件、整理並核對各項資料，也負責打掃稽核的重點稽核項目－伺服器機房。在正式稽核的前兩天，深怕各位長官、學姊或役男會出錯，那兩天瘋狂地複查大家的電腦、資料、抽背同仁們資安要點，即便已到下班時間，也要確認大家都熟背資安要點、個資加密都沒問題後才敢下班。這段期間，對我來說是個煎熬，晚上入眠時都會害怕哪個環節出錯。幾週後，稽核的結果超出大家的預期，得到非常優異的成果，頓時覺得一切的辛勞、努力都值得了!回想起替代役的精神：愛心、服務、責任、紀律，只要秉持著這四大信念來服務社會，我相信一定會有收穫。最後，我要感謝彰化分署的各位主任、長官、學姊、學長的照顧，也要感謝我的神，祂常在我疲憊時，用話語提醒我：「甘心侍奉，好像服事主，不像服事人。」

世界上最難的事就是堅持做最簡單的事。



點滴累積生命體驗

心裏不由得有一些不捨，也許在我心中早已對花蓮地檢的人、事、物留下了情.....

學習與歷練的機會

剛進入服勤機關的我，如同稚嫩的雛兒，多虧長官和學長的諄諄教誨而慢慢進入狀況。回想起過去服役的日子，到現在擔任管理幹部一職，我始終堅持的原則就是仔細將服勤單位交辦的事情，盡自己能做到最好。很幸運進入總務科，複雜的業務型態，讓我增加了許多學習和歷練的機會，其中除協助贓證物新收及銷毀外，也協助物品和財產的管理、從旁協助各種活動及緊急事件支援等，看似繁瑣的程序，卻讓我從中體會到管理是由平常一點一滴慢慢累積起來的。：「難道這就是我憧憬的生活嗎？」。也許薪資高是科技業的優點，但卻與人群、社會疏遠，陪伴自己的只有機器。編寫國外期刊時，我向學校提出休學一年，讓自己找回人生的意義。等待入伍的期間，剛好是一般資格替代的申請期間，而我認為服替代役可以走進人群、服務社會，於是我提出申請，展開與眾人不同的經歷。專訓結束後，選擇了彰化分署，因所學科系背景，被分配到統計室支援資訊以及統計業務。我跟著資訊工程師學習，學習到許多實務面的技術。?這是你們自己的選擇。」那時真的覺得從五股憲兵學校到內湖國防醫學院的路程真的好遠。抵達服勤單位後，我知道我來到了一個業務量非常高的單位。因為我們的責任跟使命是非常重大的。我們負責訓練國軍的救護醫療人員考取緊急救護執照EMT1、EMT2至EMTP。此外，還有許多的救護課程，不管是高山災難救護，空中醫療救護，戰術醫療甚至是美國心臟協會的考試。這些專業課程我們不僅要支援教具和場地的佈置，甚至還要實際擔任學員，瞭解課程之專業知識，否則有太多的醫療器械是我們不理解的。藉由各種課程不斷學習，現在的我已經能提供受訓的國軍士官兵更多的協助和支援。

珍惜每一天

業務處理過程中，讓我學習到能更有條理的規劃及處理事情，並瞭解不論是人或是一件事情，若能用更多不同的角度、態度去對待，得到的結果可能就截然不同，這點大大影響我未來對於整體事情的看法。如今一步一步接近訴說離情的日子，雖然我還在服勤單位，服役的時間仍久，但隨著日子一天一天消逝，所餘的役期逐漸減少，心裏不由得有一些不捨，也許在我心中早已對花蓮地檢的人、事、物留下了情。在這僅剩不到80天的時間，我會更加認真過每一天並珍惜與大家相處的日子。!回想起替代役的精神：愛心、服務、責任、紀律，只要秉持著這四大信念來服務社會，我相信一定會有收穫。最後，我要感謝彰化分署的各位主任、長官、學姊、學長的照顧，也要感謝我的神，祂常在我疲憊時，用話語提醒我：「甘心侍奉，好像服事主，不像服事人。」

役別：司法行政役

需用機關：臺灣高等法院檢察署

服勤單位：臺灣花蓮地方法院檢察署

優良事蹟

- 服勤期間擔任幹部，認真負責、領導有方，頗獲同僚及長官好評。
- 對於交辦之勤務，均能不待督促，如期達成任務。
- 熱心參與公益活動，積極投入捐血行列，展現役男公益精神。



役別：警察役

需用機關：法務部矯正署

服勤單位：法務部矯正署高雄戒治所

優良事蹟

- 協助高雄戒治所業務評鑑準備工作及所內業務相關資料整理，積極認真。
- 協助高雄戒治所應變演習相關準備工作，並負責拍攝活動過程之影片，獲得長官好評。
- 參與拍攝微電影「不願說再見的地方」，於劇中擔任主角演出，協助宣導防治毒品的重要性。

監所裡的百態人生

人生的機會是可以自己去掌握的，就算不小心失敗跌倒了，選擇站起來或是放棄一切都是自己能決定的.....

公益電影初體驗

在服役期間裡除了一般勤務，還體驗了許多各種不同的活動，如「關懷長者公益活動」，我們一起去參訪社區各個老人的住戶，關心周圍弱勢低收入長者，提供慰問金及生活必需品，並詢問是否需要幫忙清潔環境。另外還有參與拍攝微電影「不願說再見的地方」，並且在劇中擔任主角演出，在自己的人生裡從來沒有擔任過演員這件事，當開始拍攝時因為沒有經驗，對於演技的展現總是有些許生疏，經過多次的嘗試以及導演的指導之後，逐漸融入於劇情之中，終於克服了這道難關。經過幾個禮拜的努力，微電影終於完成了，當自己在驗收拍攝結果時，看到影片中演出的自己雖然有些許害羞，但還是很高興的能看到電影拍攝成功。現在這部影片每天都會在所內播放，向民眾推廣宣導防治毒品的重要性。：「難道這就是我憧憬的生活嗎？」。也許薪資高是科技業的優點，但卻與人群、社會疏遠，陪伴自己的只有機器。編寫國外期刊時，我向學校提出休學一年，讓自己找回人生的意義。等待入伍的期間，剛好是一般資格替代的申請期間，而我認為服替代役可以走進人群、服務社會，於是我提出申請，展開與眾人不同的經歷。專訓結束後，選擇了彰化分署，因所學科系背景，被分配到統計室支援資訊以及統計業務。我跟著資訊工程師學習，學習到許多實務面的技術。?這是你們自己的選擇。」那時真的覺得從五股憲兵學校到內湖國防醫學院的路程真的好遠。抵達服勤單位後，我知道我來到了一個業務量非常高的單位。因為我們的責任跟使命是非常重大的。我們負責訓練國軍的救護醫療人員考取緊急救護執照EMT1、EMT2至EMTP。此外，還有許多的救護課程，不管是高山災難救護，空中醫療救護，戰術醫療甚至是美國心臟協會的考試。這些專業課程我們不僅要支援教具和場地的佈置，甚至還要實際擔任學員，瞭解課程之專業知識，否則有太多的醫療器械是我們不理解的。藉由各種課程不斷學習，現在的我已經能提供受訓的國軍士官兵更多的協助和支援。

人生更精彩

以往對於收容人的訊息大多是來自新聞媒體，資訊經過許多修飾，然而經過親身的體驗後，改變許多我過去的認知。有許多因為一時犯錯而被判刑的受刑人，有部分在服刑期間裡會真正反省，所表現的態度令人感覺十分誠懇；相反地仍有許多不知悔改，其大半的下場就是一直在監所服刑。這兩大類不同的人讓我深刻體會到，人生的機會是可以自己去掌握的，就算一時之間不小心失敗跌倒了，要選擇站起來或是從此放棄一切，都是自己能決定的，在監所裡的人生百態都值得讓我去學習。以往矯正役總是被認為是最差的役別之一，原因在於它的工作環境及性質或許不是最理想的，服役期間雖然辛苦，但是我仍然很慶幸有機會能體驗這不一樣的一年，相信這寶貴的經驗能自己的人生更精彩。!回想起替代役的精神：愛心、服務、責任、紀律，只要秉持著這四大信念來服務社會，我相信一定會有所收穫。最後，我要感謝彰化分署的各位主任、長官、學姊、學長的照顧，也要感謝我的神，祂常在我疲憊時，用話語提醒我：「甘心侍奉，好像服事主，不像服事人。」

人生如羽，莫失初心。



役別：農業服務役

需用機關：行政院農業委員會林務局

服勤單位：羅東林區管理處

優良事蹟

- 協助監看明池駐在所車牌辨識系統，工作勤奮、服務認真。
- 值勤認真努力，通報有功，協助破獲多起竊盜國有珍貴林木案。
- 堅守崗位，察有異狀時立刻通報林管處人員，有效嚇阻不當獵殺野生動物事件。

保衛山林的勇士

有幸可以在兵役節接受表揚，是對這段日子很大的鼓勵，相信對於未來出社會之後也會有幫助.....

慶幸能服替代役

剛來到羅東林管處的時候，因為不會煮飯而煩惱著飲食，雖然主食還是以加熱料理包為主，但還是多瞭解了一兩道料理。這裡的工作在非假日時並不吃重，雖然假日車子很多，紀錄工作十分吃重，但下班之後還是有時間可以做自己的事情，我很慶幸能有這個機會來替代役服務。：「難道這就是我憧憬的生活嗎?」。也許薪資高是科技業的優點，但卻與人群、社會疏遠，陪伴自己的只有機器。編寫國外期刊時，我向學校提出休學一年，讓自己找回人生的意義。等待入伍的期間，剛好是一般資格替代的申請期間，而我認為服替代役可以走進人群、服務社會，於是我提出申請，展開與眾人不同的經歷。專訓結束後，選擇了彰化分署，因所學科系背景，被分配到統計室支援資訊以及統計業務。我跟著資訊工程師學習，學習到許多實務面的技術。?這是你們自己的選擇。」那時真的覺得從五股憲兵學校到內湖國防醫學院的路程真的好遠。抵達服勤單位後，我知道我來到了一個業務量非常高的單位。因為我們的責任跟使命是非常重大的。我們負責訓練國軍的救護醫療人員考取緊急救護執照EMT1、EMT2至EMTP。此外，還有許多的救護課程，不管是高山災難救護，空中醫療救護，戰術醫療甚至是美國心臟協會的考試。這些專業課程我們不僅要支援教具和場地的佈置，甚至還要實際擔任學員，瞭解課程之專業知識，否則有太多的醫療器械是我們不理解的。藉由各種課程不斷學習，現在的我已經能提供受訓的國軍士官兵更多的協助和支援。

逐漸步上軌道

本來對於協助監控與注意可疑車輛實在不怎麼擅長，某天，這裡發生盜伐案件，我執行過濾車輛的工作，將兩次盜伐時間點附近的可疑車子給找出來，後來找出的這部車子果真是來搬運木材的犯罪車輛。經過這個事件，我才對出入時間可疑的車輛慢慢變得比較敏銳，工作也漸漸習慣了。之後新的替代役學弟來報到，讓我對於教導新人，有了首次的經驗，這真是需要耐心和容忍的工作，對人與人的相處很有幫助。今天有幸可以在兵役節接受表揚，是對這段日子很大的鼓勵，相信對於未來出社會之後也會有幫助。雖然服役的日子已經接近尾聲，但在退伍前，我也要繼續做好這裡的工作。!回想起替代役的精神: 愛心、服務、責任、紀律，只要秉持著這四大信念來服務社會，我相信一定會有所收穫。最後，我要感謝彰化分署的各位主任、長官、學姊、學長的照顧，也要感謝我的神，祂常在我疲憊時，用話語提醒我:「甘心侍奉，好像服事主，不像服事人。」

沒有不可能的事，只有不願意去做的藉口。



學習與成長

謝謝讓我服務過的長輩們，因為你們，我才有機會讓自己更好.....

培養耐性

我的服勤單位是白河榮譽國民之家，很幸運選到離家較近的單位，這個單位的主要宗旨是照顧退役的榮民伯伯的生活。服役期間內容包含清潔綠美化環境，還有協助各位長輩們的生活所需。到榮民之家後才更深刻瞭解與長輩們的相處與溝通是需要相當多耐心，每一位榮民伯伯都有不同的病痛，有些在戰場上為國家犧牲奉獻，也因為這些奉獻讓他們都有些生活上的不便，有的重聽、行動不便，有時候會需要推著輪椅帶榮民伯伯長輩去剪頭髮，或者送他們看診，這當中有時會遇到他們鬧脾氣，甚至對你破口大罵。我覺得過程之中最需要的就是耐心，剛開始很擔心自己會耐不住性子而抗拒這樣的工作，但開始工作之後很感謝隊部的大哥們以及單位裡長官職員們教導與提點，使我總能克服自己脾氣不好的缺點。：「難道這就是我憧憬的生活嗎?」。也許薪資高是科技業的優點，但卻與人群、社會疏遠，陪伴自己的只有機器。編寫國外期刊時，我向學校提出休學一年，讓自己找回人生的意義。等待入伍的期間，剛好是一般資格替代的申請期間，而我認為服替代役可以走進人群、服務社會，於是我提出申請，展開與眾人不同的經歷。專訓結束後，選擇了彰化分署，因所學科系背景，被分配到統計室支援資訊以及統計業務。我跟著資訊工程師學習，學習到許多實務面的技術。?這是你們自己的選擇。」那時真的覺得從五股憲兵學校到內湖國防醫學院的路程真的好遠。抵達服勤單位後，我知道我來到了一個業務量非常高的單位。因為我們的責任跟使命是非常重大的。我們負責訓練國軍的救護醫療人員考取緊急救護執照EMT1、EMT2至EMTP。此外，還有許多的救護課程，不管是高山災難救護，空中醫療救護，戰術醫療甚至是美國心臟協會的考試。這些專業課程我們不僅要支援教具和場地的佈置，甚至還要實際擔任學員，瞭解課程之專業知識，否則有太多的醫療器械是我們不理解的。藉由各種課程不斷學習，現在的我已經能提供受訓的國軍士官兵更多的協助和支援。

讓自己更好

從當初害怕與榮民長輩們接觸，到後來能順利協助他們生活上的不便，幫助他們將生活環境整理好，我從中學習到了許多；服勤期間也參與送愛心便當，以及粉刷榮家環境的活動。在這樣的工作中同時也是讓自己學習，很感謝服役至今幫助過我的大哥及長官們，也謝謝讓我服務過的長輩們，因為你們，我才有機會讓自己更好。!回想起替代役的精神: 愛心、服務、責任、紀律，只要秉持著這四大信念來服務社會，我相信一定會有所收穫。最後，我要感謝彰化分署的各位主任、長官、學姊、學長的照顧，也要感謝我的神，祂常在我疲憊時，用話語提醒我:「甘心侍奉，好像服事主，不像服事人。」

役別：社會役

需用機關：國軍退除役官兵輔導委員會

服勤單位：白河榮譽國民之家

優良事蹟

- 參與仙草社區獨居老人關懷照顧，服務深受肯定。
- 熱心協助行動不便的榮民前往榮家保健中心看診，細心負責值得嘉許。
- 協助辦理多項榮民活動及服務榮民，如慶生會、藝能競賽活動等，積極富熱忱，深獲嘉許。

座右銘

與其為失敗找藉口，不如為成功找方法。



何宇凡

117 梯次

役別：醫療役

需用機關：衛生福利部

服勤單位：衛生福利部

優良事蹟

- 協助設計衛生福利部AED官方圖示，並為市民大眾提供相關衛教服務，表現深獲肯定。
- 輔助衛生福利部英文翻譯並公告「全國緊急醫療救護流程」於官方網站，專業盡責。
- 協助處理全國醫療役役男業務，積極用心。

不可思議的服役之旅

真心感謝一路上陪伴我走過這段路的弟兄與長官，謝謝你們令我的返鄉之旅過得無比快樂與豐富……

協助推廣AED

在衛生福利部醫事司的緊急醫療科裡，我有幸參與「AED - 自動體外心臟去顫器」在台灣的相關推廣活動。我在深刻瞭解AED對提升急救成功率的成效之後，即不遺餘力地協助本科同仁，為完成民國104年底達到每10萬人口設置44部AED的目標而努力。另外，協助本部各項會議的資料彙整及簡報撰寫也是我的工作之一，過程中我學習到許多台灣醫療環境的現況與未來發展，不管是從政策面到執行面，都令我受益良多。我主要的勤務內容是輔助本部醫療役承辦人處理每年全國的醫療替代役業務。身為醫療役的需用機關，每天要處理從全國不同服勤單位所送來的醫療役相關案件，且每項業務複雜性不均，但都極具重要，輔助這些業務令我感到責任重大。：「難道這就是我憧憬的生活嗎？」。也許薪資高是科技業的優點，但卻與人群、社會疏遠，陪伴自己的只有機器。編寫國外期刊時，我向學校提出休學一年，讓自己找回人生的意義。等待入伍的期間，剛好是一般資格替代的申請期間，而我認為服替代役可以走進人群、服務社會，於是我提出申請，展開與眾人不同的經歷。專訓結束後，選擇了彰化分署，因所學科系背景，被分配到統計室支援資訊以及統計業務。我跟著資訊工程師學習，學習到許多實務面的技術。?這是你們自己的選擇。」那時真的覺得從五股憲兵學校到內湖國防醫學院的路程真的好遠。抵達服勤單位後，我知道我來到了一個業務量非常高的單位。因為我們的責任跟使命是非常重大的。我們負責訓練國軍的救護醫療人員考取緊急救護執照EMT1、EMT2至EMTP。此外，還有許多的救護課程，不管是高山災難救護，空中醫療救護，戰術醫療甚至是美國心臟協會的考試。這些專業課程我們不僅要支援教具和場地的佈置，甚至還要實際擔任學員，瞭解課程之專業知識，否則有太多的醫療器械是我們不理解的。藉由各種課程不斷學習，現在的我已經能提供受訓的國軍士官兵更多的協助和支援。

真心感謝

對一個從小就移民到國外的我而言，台灣是陌生的。去（102）年1月底從英國回來，同年2月便進入成功嶺，依稀記得那國語不輪轉的日子，聽不懂長官的指示也只能裝懂，到現在下了單位，能夠獨立協助處理公文，陪同長官出差執行業務，回想這一切還是覺得不可思議。真心感謝一路上陪伴我走過這段路的弟兄與長官們，謝謝你們令我這趟返鄉之旅過得無比快樂與豐富，而我也會在剩下的役期裡繼續努力，化口號為行動，表現替代役「愛心、服務、責任、紀律」的四大信念。!回想起替代役的精神：愛心、服務、責任、紀律，只要秉持著這四大信念來服務社會，我相信一定會有所收穫。最後，我要感謝彰化分署的各位主任、長官、學姊、學長的照顧，也要感謝我的神，祂常在我疲憊時，用話語提醒我：「甘心侍奉，好像服事主，不像服事人。」



役別：社會役

需用機關：衛生福利部社會及家庭署

服勤單位：臺北市政府社會局（老人自費安養中心）

優良事蹟

- 投入服勤處所的老人「音樂介入團體」臨床實務，推動該方案建構證據基礎與文化適切性。
- 協助安養院內自傷老人的危機介入，提供情緒支持、陪同就醫和協助入院，順利化解危機。
- 協助處理管理中心長者健康狀況資料，製作統計報表呈現縱貫性變化、處遇需求，認真負責。

超越的轉機

在人性、生命與能動性之間，具體化出各種老年圖像，驚嘆韌性的奧秘.....

重回田野場域

服勤處所曾經是我碩士論文的研究田野，現在是我服替代役的地方。從參與式觀察的研究者、到役男身份，從有特定研究主題的視野、到朝八晚五的完全浸淫，相隔一年回來，所見、所思、所聞超乎預期的深入。刻意選擇熟悉的城市與單位服役，是想彌足畢業返鄉的地方依附斷裂，但又忖度太眷戀心理舒適圈是否浪費？所以剛回來雖是鬆了一口氣，卻也存有忐忑。一開始我抱持著全職工作前，最後一段喘息的態度，預計被動地服替代役，未料這樣飄渺的心態，在服勤的前兩個月並未如計畫般的「放空腦袋」—無論是宿舍適應、管理風格或公部門組織文化的磨合，一時讓我頓悟到社會現實裡「放鬆」是不簡單的人格特質。雖然我與服務對象看似親近無界線，但是我在對待自己各種身份整合的堅硬，讓我一時失去方向。不過，看過上百位中心老人如何書寫生命，我內心的魑魅魍魎竟化為超越的轉機。-自動體外心臟去顫器」在台灣的相關推廣活動。我在深刻瞭解AED對提升急救成功率的成效之後，即不遺餘力地協助本科同仁，為完成民國104年底達到每10萬人口設置44部AED的目標而努力。另外，協助本部各項會議的資料彙整及簡報撰寫也是我的工作之一，過程中我學習到許多台灣醫療環境的現況與未來發展，不管是從政策面到執行面，都令我受益良多。我主要的勤務內容是輔助本部醫療役承辦人處理每年全國的醫療替代役業務。身為醫療役的需用機關，每天要處理從全國不同服勤單位所送來的醫療役相關案件，且每項業務複雜性不均，但都極具重要，輔助這些業務令我感到責任重大。：「難道這就是我憧憬的生活嗎？」。也許薪資高是科技業的優點，但卻與人群、社會疏遠，陪伴自己的只有機器。編寫國外期刊時，我向學校提出休學一年，讓自己找回人生的意義。等待入伍的期間，剛好是一般資格替代的申請期間，而我認為服替代役可以走進人群、服務社會，於是我提出申請，展開與眾人不同的經歷。專訓結束後，選擇了彰化分署，因所學科系背景，被分配到統計室支援資訊以及統計業務。我跟著資訊工程師學習，學習到許多實務面的技術。?這是你們自己的選擇。」那時真的覺得從五股憲兵學校到內湖國防醫學院的路程真的好遠。抵達服勤單位後，我知道我來到了一個業務量非常高的單位。因為我們的責任跟使命是非常重大的。我們負責訓練國軍的救護醫療人員考取緊急救護執照EMT1、EMT2至EMTP。此外，還有許多的救護課程，不管是高山災難救護，空中醫療救護，戰術醫療甚至是美國心臟協會的考試。這些專業課程我們不僅要支援教具和場地的佈置，甚至還要實際擔任學員，瞭解課程之專業知識，否則有太多的醫療器械是我們不理解的。藉由各種課程不斷學習，現在的我已經能提供受訓的國軍士官兵更多的協助和支援。

驚嘆韌性的奧秘

以前悲觀地以為老人拖戲式的生活如何計數，直到服務的這幾個月，緩緩地觀察拼湊、推敲瞭解生命軌跡，才在人性、生命與能動性之間，具體化出各種老年圖像，驚嘆韌性的奧秘。年輕氣盛曾讓我高估動機的重量，殊不知能對生命機運能從容以對才是堅強。以前我也輕忽情緒，殊不知老人晚年的情緒與靈性力量，往往決定了他們如何詮釋、接納或困滯在一連串無可避免的得與失。十分感謝服替代役的這一年，提早「學老」將影響我一輩子！!回想起替代役的精神：愛心、服務、責任、紀律，

只要秉持著這四大信念來服務社會，我相信一定會有所收穫。最後，我要感謝彰化分署的各位主任、長官、學姊、學長的照顧，也要感謝我的神，祂常在我疲憊時，用話語提醒我：「甘心侍奉，好像服事主，不像服事人。」



役別：環保役

需用機關：行政院環境保護署

服勤單位：行政院環境保護署

優良事蹟

- 擔任義光育幼院聖誕晚會音樂節目負責人，使節目順利進行，獲得好評。
- 積極參與義光育幼院募款活動，足為嘉許。
- 發揮役男愛心精神，協助身心障礙者就醫。

機會是留給準備好的人

上級交待的事情要盡量達成，和公益有關的事情一定要參加，役男應該將愛心傳遞到整個社會……

充滿變數的人生

尚未入伍前，應該有很多役男跟我一樣，總覺得這一階段的人生充滿變數，不知道會不會適應不良？以後會分發到哪裡？退伍以後又要去哪裡？我當時以專長資格役進入環保役，算是比其他同學幸運，能早一點知道未來的服勤處所，在分發的時候也很幸運靠專訓的成績進入到環保署，至少離家比較近，省去返家通車的麻煩。機會是留給準備好的人，如果當初我沒有時時留意役政署的替代役資料和網站，也許今天我能在役期利用的自由時間不會像現在一樣。- 自動體外心臟去顫器」在台灣的相關推廣活動。我在深刻瞭解AED對提升急救成功率的成效之後，即不遺餘力地協助本科同仁，為完成民國104年底達到每10萬人口設置44部AED的目標而努力。另外，協助本部各項會議的資料彙整及簡報撰寫也是我的工作之一，過程中我學習到許多台灣醫療環境的現況與未來發展，不管是從政策面到執行面，都令我受益良多。我主要的勤務內容是輔助本部醫療役承辦人處理每年全國的醫療替代役業務。身為醫療役的需用機關，每天要處理從全國不同服勤單位所送來的醫療役相關案件，且每項業務複雜性不均，但都極具重要，輔助這些業務令我感到責任重大。：「難道這就是我憧憬的生活嗎？」。也許薪資高是科技業的優點，但卻與人群、社會疏遠，陪伴自己的只有機器。編寫國外期刊時，我向學校提出休學一年，讓自己找回人生的意義。等待入伍的期間，剛好是一般資格替代的申請期間，而我認為服替代役可以走進人群、服務社會，於是我提出申請，展開與眾不同的經歷。專訓結束後，選擇了彰化分署，因所學科系背景，被分配到統計室支援資訊以及統計業務。我跟著資訊工程師學習，學習到許多實務面的技術。?這是你們自己的選擇。」那時真的覺得從五股憲兵學校到內湖國防醫學院的路程真的好遠。抵達服勤單位後，我知道我來到了一個業務量非常高的單位。因為我們的責任跟使命是非常重大的。我們負責訓練國軍的救護醫療人員考取緊急救護執照EMT1、EMT2至EMTP。此外，還有許多的救護課程，不管是高山災難救護，空中醫療救護，戰術醫療甚至是美國心臟協會的考試。這些專業課程我們不僅要支援教具和場地的佈置，甚至還要實際擔任學員，瞭解課程之專業知識，否則有太多的醫療器械是我們不理解的。藉由各種課程不斷學習，現在的我已經能提供受訓的國軍士官兵更多的協助和支援。

盡己所能

環保署的內的業務算相當多，以前學生時代，也不會想到我的生活會跟立法院開會、社會關注的環保事件例如：墾丁悠活渡假村、看見台灣影片等事情有關。只要有重大事件，業務就相對地增加，不過也是因為業務多，表現的機會多，才有可能被長官看到而得到績優替代役男的獎勵，說真的，第一次拿到政府頒發的獎，我很開心。在公家單位服役，我告訴自己就當作職場前訓練，以後也是有可能會進入其他類似的工作場合。環保署服役的感覺真的很有 存在感 ，雖然事情不少，但是也可以認識很多長官和役男。最後分享一下我的做事態度，雖然不一定正確，但至少能讓整個業務順利，跟各個長官相處也很融洽。我認為來當兵，上級交待的事情要盡量達成，和公益有關的事情一定要參加，替代役男應該將愛心傳遞到整個社會。!回想起替代役的精神: 愛心、服務、責任、紀律，只要秉持著這四大信念來服務社會，我相信一定會有所收穫。最後，我要感謝彰

化分署的各位主任、長官、學姊、學長的照顧，也要感謝我的神，祂常在我疲憊時，用話語提醒我：「甘心侍奉，好像服事主，不像服事人。」



役別：觀光服務役

需用機關：內政部營建署

服勤單位：臺中都會公園管理站

優良事蹟

- 參與「友善樂齡幸福台中－阿公阿嬤健康活力Show大賽」公益活動，認真負責，獲得讚許。
- 協助臺中都會公園處理各項役男業務及生活事務，深獲單位主管肯定。
- 執勤期間主動服務遊客處理各項特殊事件，頻獲遊客好評。

感動服務，莫忘初衷

雖然只是一個小小的舉動，但獲得許多的讚許與回饋，除了感動他人，更感動自己……

保持服務的心

選擇服替代役並不是想輕鬆完成國民義務，而是為了尋求更多直接服務民眾的機會。服役前初入公部門，工作崗位在面對民眾的第一線，時常會遇到各式各樣的問題，要如何處理？如何應對？這服役的10個月中有了滿滿的收穫。服務遊客的過程，除了提供協助，更期許使其產生感動，哪怕只是一句小小的問候或貼心的舉動。服役期間遇到許多突發狀況，舉凡走失協尋、受傷處理等。記得有一次，一位媽媽帶著正在大聲哭鬧的小朋友來到服務台，詢問後得知是父母與小朋友在遊戲時，不慎將其心愛的皮球丟擲太高而卡在建築物高處，稍作安撫後以長梯攀爬至高處將皮球取下，當把皮球親手交予小朋友時，他停止無理般的哭鬧，開心的笑了，雖然只是一個小小的舉動，但獲得許多的讚許與回饋，除了感動他人，更感動自己。期許自己能保持著這顆服務的心，服務更多民眾。- 自動體外心臟去顫器」在台灣的相關推廣活動。我在深刻瞭解AED對提升急救成功率的成效之後，即不遺餘力地協助本科同仁，為完成民國104年底達到每10萬人口設置44部AED的目標而努力。另外，協助本部各項會議的資料彙整及簡報撰寫也是我的工作之一，過程中我學習到許多台灣醫療環境的現況與未來發展，不管是從政策面到執行面，都令我受益良多。我主要的勤務內容是輔助本部醫療役承辦人處理每年全國的醫療替代役業務。身為醫療役的需用機關，每天要處理從全國不同服勤單位所送來的醫療役相關案件，且每項業務複雜性不均，但都極具重要，輔助這些業務令我感到責任重大。：「難道這就是我憧憬的生活嗎？」。也許薪資高是科技業的優點，但卻與人群、社會疏遠，陪伴自己的只有機器。編寫國外期刊時，我向學校提出休學一年，讓自己找回人生的意義。等待入伍的期間，剛好是一般資格替代的申請期間，而我認為服替代役可以走進人群、服務社會，於是我提出申請，展開與眾人不同的經歷。專訓結束後，選擇了彰化分署，因所學科系背景，被分配到統計室支援資訊以及統計業務。我跟著資訊工程師學習，學習到許多實務面的技術。?這是你們自己的選擇。」那時真的覺得從五股憲兵學校到內湖國防醫學院的路程真的好遠。抵達服勤單位後，我知道我來到了一個業務量非常高的單位。因為我們的責任跟使命是非常重大的。我們負責訓練國軍的救護醫療人員考取緊急救護執照EMT1、EMT2至EMTP。此外，還有許多的救護課程，不管是高山災難救護，空中醫療救護，戰術醫療甚至是美國心臟協會的考試。這些專業課程我們不僅要支援教具和場地的佈置，甚至還要實際擔任學員，瞭解課程之專業知識，否則有太多的醫療器械是我們不理解的。藉由各種課程不斷學習，現在的我已經能提供受訓的國軍士官兵更多的協助和支援。

團結力量大

一個人的力量有限，彼此共同努力能讓將事情做得盡善盡美。記得潭美颱風來襲，為防淹水，所有役男合力清除宿舍旁水溝與排水孔的淤泥與落葉，並帶領同袍自行製作沙包防堵淹水。過程中除了目標的達成，無形中更凝聚了團隊的情感與向心力，如同專訓時學長們對我們的叮嚀：「我們是一個團隊，要團結、互相合作。」也因為這份情感，讓我的服役生涯更豐富與精彩，也期許所有一同服役的同袍們在退伍後都能夠追夢成功。!回想起替代役的精神：愛心、服務、責任、紀律，只要秉持著這四大信念來服務社會，我相信一定會有所收穫。最後，我要感謝彰化分署的各位主任、長官、學姊、學長的照顧，也要感謝

我的神，祂常在我疲憊時，用話語提醒我：「甘心侍奉，好像服事主，不像服事人。」

座右銘

如果夢想不曾墜落懸崖千鈞一髮，又怎會曉得執著的人擁有隱形翅膀。



王弘丞

119 梯次

役別：警察役

需用機關：內政部警政署

服勤單位：高雄市政府警察局楠梓分局

優良事蹟

- 積極參與弱勢家庭國小兒童之課後輔導活動，發揮役男公益精神。
- 協助楠梓警察分局加昌派出所處理重大刑案，認真負責。
- 協助監視器畫面之調閱，有效協助公務進行，堪為嘉許。

態度決定人生的高度

你可以安安穩穩走過，也可以像鳳凰般活得耀眼.....

我可以做得更多更好

步入成功嶺時的忐忑不安，如今仍記憶猶新；在保一總隊的酸甜苦辣，也依舊歷歷在目。當初許多朋友曾對著我說：「替代役就是涼兵啊，根本就是爽缺！」但經歷將近十個月的役期，讓我對替代役有了不同的體悟，不！應該是正確的體悟。替代役原本的用意在於解決兵源過剩，使原本應服常備役的役男進到社會服務大眾。服役這段期間讓我真正詮釋替代役的角色，當然我可以渾渾噩噩渡過每一天，數著饅頭等退伍，但我放棄那樣消極的作法，我知道自己可以做得更多，我選擇讓警察役有不一樣的表現方式。- 自動體外心臟去顫器」在台灣的相關推廣活動。我在深刻瞭解AED對提升急救成功率的成效之後，即不遺餘力地協助本科同仁，為完成民國104年底達到每10萬人口設置44部AED的目標而努力。另外，協助本部各項會議的資料彙整及簡報撰寫也是我的工作之一，過程中我學習到許多台灣醫療環境的現況與未來發展，不管是從政策面到執行面，都令我受益良多。我主要的勤務內容是輔助本部醫療役承辦人處理每年全國的醫療替代役業務。身為醫療役的需用機關，每天要處理從全國不同服勤單位所送來的醫療役相關案件，且每項業務複雜性不均，但都極具重要，輔助這些業務令我感到責任重大。：「難道這就是我憧憬的生活嗎？」。也許薪資高是科技業的優點，但卻與人群、社會疏遠，陪伴自己的只有機器。編寫國外期刊時，我向學校提出休學一年，讓自己找回人生的意義。等待入伍的期間，剛好是一般資格替代的申請期間，而我認為服替代役可以走進人群、服務社會，於是我提出申請，展開與眾人不同的經歷。專訓結束後，選擇了彰化分署，因所學科系背景，被分配到統計室支援資訊以及統計業務。我跟著資訊工程師學習，學習到許多實務面的技術。?這是你們自己的選擇。」那時真的覺得從五股憲兵學校到內湖國防醫學院的路程真的好遠。抵達服勤單位後，我知道我來到了一個業務量非常高的單位。因為我們的責任跟使命是非常重大的。我們負責訓練國軍的救護醫療人員考取緊急救護執照EMT1、EMT2至EMTP。此外，還有許多的救護課程，不管是高山災難救護，空中醫療救護，戰術醫療甚至是美國心臟協會的考試。這些專業課程我們不僅要支援教具和場地的佈置，甚至還要實際擔任學員，瞭解課程之專業知識，否則有太多的醫療器械是我們不理解的。藉由各種課程不斷學習，現在的我已經能提供受訓的國軍士官兵更多的協助和支援。

付出使得一切有意義

平日跟著學長們巡邏社區維持治安，另外我也擔任國小課輔老師，真正幫助需要協助的孩子。雖然與小朋友相處時難免有些摩擦，必須花費更多時間去輔導他們。儘管曾經疲憊，但看著小朋友的課業與行為逐漸步入正軌，都讓我覺得付出的一切都有意義。從孩子們的身上我學會到許多事情都需要耐心與毅力。非常感謝加昌派出所給我這個機會，我相信一件事情可以有許多做法，你可以不以為意看待，也可以平庸無奇做完，但你更可以不遺餘力地將這件事表現得淋漓盡致。同一件事抱持的態度不同，表現的結果就不同。人生也一樣，你可以安安穩穩走過，也可以像鳳凰般活得耀眼。我不敢說自己很好，但在服役期間，我真的體會到：「你想要有什麼結果，那就抱持什麼態度吧！」!回想起替代役的精神：愛心、服務、責任、紀律，只要秉

持著這四大信念來服務社會，我相信一定會有所收穫。最後，我要感謝彰化分署的各位主任、長官、學姊、學長的照顧，也要感謝我的神，祂常在我疲憊時，用話語提醒我：「甘心侍奉，好像服事主，不像服事人。」

座右銘

世事豈能盡如人意，但求無愧於心。



張峻璋

120 梯次

役別：社會役

需用機關：內政部空中勤務總隊

服勤單位：內政部空中勤務總隊

優良事蹟

- 擔任空中勤務總隊總隊部替代役管理幹部，發揮領導能力，獲得同袍好評。
- 積極參與「失親兒基金會」公益活動，能設身處地為他人著想，堪為表率。
- 積極參與「華山基金會」公益活動，發揮役男愛心精神。

施比受更有福

看著長輩的身影，就像是在照顧自己的外公外婆一樣，我想這就是無緣大慈，同體大悲的感覺吧……

但求無愧於心

因為我從小是在單親家庭長大，母親在我小時候為了賺錢扶養我跟哥哥，並不常待在家裡；而我從國中開始半工半讀的生活，也是希望能減輕家裡的經濟負擔。在同年齡的同學裡，我算是比較早接觸到社會的。但我是個比較想法樂天的人，所以不管遇到什麼挫折，只要心裡秉持著「世事豈能盡如人意，但求無愧於心」這句話，我也都能很快的重新爬起來，因此在替代役的生活中，一些可能發生的事情、遭遇、情況等，在服役前遇到過許多了，真要說有些心得，應該是投身公益服務的經驗。- 自動體外心臟去顫器」在台灣的相關推廣活動。我在深刻瞭解AED對提升急救成功率的成效之後，即不遺餘力地協助本科同仁，為完成民國104年底達到每10萬人口設置44部AED的目標而努力。另外，協助本部各項會議的資料彙整及簡報撰寫也是我的工作之一，過程中我學習到許多台灣醫療環境的現況與未來發展，不管是從政策面到執行面，都令我受益良多。我主要的勤務內容是輔助本部醫療役承辦人處理每年全國的醫療替代役業務。身為醫療役的需用機關，每天要處理從全國不同服勤單位所送來的醫療役相關案件，且每項業務複雜性不均，但都極具重要，輔助這些業務令我感到責任重大。：「難道這就是我憧憬的生活嗎？」。也許薪資高是科技業的優點，但卻與人群、社會疏遠，陪伴自己的只有機器。編寫國外期刊時，我向學校提出休學一年，讓自己找回人生的意義。等待入伍的期間，剛好是一般資格替代的申請期間，而我認為服替代役可以走進人群、服務社會，於是我提出申請，展開與眾人不同的經歷。專訓結束後，選擇了彰化分署，因所學科系背景，被分配到統計室支援資訊以及統計業務。我跟著資訊工程師學習，學習到許多實務面的技術。?這是你們自己的選擇。」那時真的覺得從五股憲兵學校到內湖國防醫學院的路程真的好遠。抵達服勤單位後，我知道我來到了一個業務量非常高的單位。因為我們的責任跟使命是非常重要的。我們負責訓練國軍的救護醫療人員考取緊急救護執照EMT1、EMT2至EMTP。此外，還有許多的救護課程，不管是高山災難救護，空中醫療救護，戰術醫療甚至是美國心臟協會的考試。這些專業課程我們不僅要支援教具和場地的佈置，甚至還要實際擔任學員，瞭解課程之專業知識，否則有太多的醫療器械是我們不理解的。藉由各種課程不斷學習，現在的我已經能提供受訓的國軍士官兵更多的協助和支援。

無緣大慈，同體大悲

說到公益服務，由於「施比受更為有福」這句話從小就深深地刻在我腦子裡，因此當我有更多能力幫助他人時，我一直是很踴躍參與的。服役期間，我到過華山基金會與失親兒基金會這兩個社福團體服務，其中最讓我印象深刻的是華山基金會的關懷獨居長者活動。我們扛著善心人捐贈的補給品，挨家挨戶到各個獨居長者的家裡，跟他們閒話家常，關心他們的近況。因為小時候母親幾乎不在家裡，算是給外婆拉拔大的我，對於長輩們有著更深切的感情。看著長輩的身影，就像是在照顧自己的外公外婆一樣，我想這就是無緣大慈，同體大悲的感覺吧。!回想起替代役的精神：愛心、服務、責任、紀律，只要秉持著這四大信念來服務社會，我相信一定會有收穫。最後，我要感謝彰化分署的各位主任、長官、學姊、學長的照顧，也要感謝我的神，祂常在我疲憊時，用話語提醒我：「甘心侍奉，好像服事主，不像服事人。」

看到限制就看到可能性。



役別：警察役

需用機關：內政部入出國及移民署

服勤單位：收容事務大隊臺北收容所

優良事蹟

- 協助製作收容人脫逃緊急應變攔截圍捕演練影片，努力盡責，獲得好評。
- 協助製作臺北收容所防火暨防制挾持狀況演練影片，認真負責。
- 辦理內政部入出國及移民署102年度（首屆）多國語文歌唱大會啦啦隊競賽，深獲長官好評。

站哨的體悟

你要能化光為影，化喧囂為靜謐，化燥火為止水，成了，便多偷得一些體力，敗了，便多吞一些維他命B.....

由衷感激

站哨是一件完全不需動腦的簡易勞動，這樣的勞動背負著與各種慣常作對的宿命，這宿命讓你看見最幽微處，那熠熠發光或黯淡無光的人性角落。你必須挑戰無斷變動的作息，不管你凌晨一點睡、四點睡、甚或早上八點才睡，身體都要能有瞬時進入休息模式的能力，在這沒有固定的作息時刻供你適應。你還必須與其他勤務役男持續斡旋，他們的作息永遠與你的完全抵觸，你必須切斷所有感官能力，要能化光為影，化喧囂為靜謐，化燥火為止水，成了，便多偷得一些體力，敗了，便多吞一些維他命B。你知道這些役男夥伴們個個優秀，都是好兄弟，素來幫了你不少忙也逗你開心，你也知道他們並沒有自行選擇勤務的權利，但你仍易怒、動怒、大聲吆喝，覺得自己不過區區凡人，修不出聖賢脾性，可他們又何嘗不是。我終究沒能悟得溫順之道，幸而他們處處忍讓體諒，我真的由衷感激。- 自動體外心臟去顫器」在台灣的相關推廣活動。我在深刻瞭解AED對提升急救成功率的成效之後，即不遺餘力地協助本科同仁，為完成民國104年底達到每10萬人口設置44部AED的目標而努力。另外，協助本部各項會議的資料彙整及簡報撰寫也是我的工作之一，過程中我學習到許多台灣醫療環境的現況與未來發展，不管是從政策面到執行面，都令我受益良多。我主要的勤務內容是輔助本部醫療役承辦人處理每年全國的醫療替代役業務。身為醫療役的需用機關，每天要處理從全國不同服勤單位所送來的醫療役相關案件，且每項業務複雜性不均，但都極具重要，輔助這些業務令我感到責任重大。：「難道這就是我憧憬的生活嗎？」。也許薪資高是科技業的優點，但卻與人群、社會疏遠，陪伴自己的只有機器。編寫國外期刊時，我向學校提出休學一年，讓自己找回人生的意義。等待入伍的期間，剛好是一般資格替代的申請期間，而我認為服替代役可以走進人群、服務社會，於是我提出申請，展開與眾人不同的經歷。專訓結束後，選擇了彰化分署，因所學科系背景，被分配到統計室支援資訊以及統計業務。我跟著資訊工程師學習，學習到許多實務面的技術。?這是你們自己的選擇。」那時真的覺得從五股憲兵學校到內湖國防醫學院的路程真的好遠。抵達服勤單位後，我知道我來到了一個業務量非常高的單位。因為我們的責任跟使命是非常重大的。我們負責訓練國軍的救護醫療人員考取緊急救護執照EMT1、EMT2至EMTP。此外，還有許多的救護課程，不管是高山災難救護，空中醫療救護，戰術醫療甚至是美國心臟協會的考試。這些專業課程我們不僅要支援教具和場地的佈置，甚至還要實際擔任學員，瞭解課程之專業知識，否則有太多的醫療器械是我們不理解的。藉由各種課程不斷學習，現在的我已經能提供受訓的國軍士官兵更多的協助和支援。

學以致用

被選為績優役男，是我的所學派上用場，這當然是一個眼球經濟的時代，我主修廣電，懂點影像製作，就順理成章為國家單位攝製影像。在二部影片的拍攝過程中，我真正了解到何謂落實自身勤務，意思是，你只能不斷要求自己，與自己妥協，你的工作絕對不是如何能讓團隊成果最傑出，而是如何能讓團隊看起來像個樣子，在重重限制之下找出有效運作的可能性，總算片子差強人意，雖然這樣的作品我自己不敢多看一眼，但也確實盡心，俯仰無愧了。一年時間，白駒過隙，心得，就這些吧！回想起替代役的精神：愛心、服務、責任、紀律，只要秉持著這四大信念來服務社會，我相信一定會有所收穫。最後，我

要感謝彰化分署的各位主任、長官、學姊、學長的照顧，也要感謝我的神，祂常在我疲憊時，用話語提醒我：「甘心侍奉，好像服事主，不像服事人。」

座右銘

把自己當傻瓜，不懂就問，你會學得更多。



周柏均

119 梯次

役別：公共行政役
需用機關：基隆市政府
服勤單位：基隆市政府

優良事蹟

- 參與「傷殘退伍（役）全、半癱人員生活協助」工作，熱心積極，成果深獲家屬認同。
- 協助「102年替代役役男溫馨關懷學童暑假期間課後照顧活動」熱心積極，圓滿達成任務。
- 輔助基隆市政府役政業務、役男權益申請作業，做事服務態度親切熱忱。

充實的服役旅程

有人說當兵就是浪費一年的歲月，現在我可以很確定地說，浪費於否，完全取決在你自己.....

期待與不安的心情

還記得當初在回單位的遊覽車上首次聽到自己的服勤地點時，第一個反應是怎麼會這麼遠，當初想也想不到這個我在入營集合時才第一次聽過的地方，竟會成為往後服役的地點。第一天上班時，我懷著期待與不安交雜的心情自家裡出發，途中還搭錯公車，多走了二十分鐘才到達，幸好沒有遲到。之後承蒙各位學長和科員們的照顧，也開始慢慢適應服勤單位的業務與生活，連一開始不太得要領的傷殘軍人照護工作，也在學長和家屬們的包容下漸漸步上軌道。-自動體外心臟去顫器」在台灣的相關推廣活動。我在深刻瞭解AED對提升急救成功率的成效之後，即不遺餘力地協助本科同仁，為完成民國104年底達到每10萬人口設置44部AED的目標而努力。另外，協助本部各項會議的資料彙整及簡報撰寫也是我的工作之一，過程中我學習到許多台灣醫療環境的現況與未來發展，不管是從政策面到執行面，都令我受益良多。我主要的勤務內容是輔助本部醫療役承辦人處理每年全國的醫療替代役業務。身為醫療役的需用機關，每天要處理從全國不同服勤單位所送來的醫療役相關案件，且每項業務複雜性不均，但都極具重要，輔助這些業務令我感到責任重大。：「難道這就是我憧憬的生活嗎？」。也許薪資高是科技業的優點，但卻與人群、社會疏遠，陪伴自己的只有機器。編寫國外期刊時，我向學校提出休學一年，讓自己找回人生的意義。等待入伍的期間，剛好是一般資格替代的申請期間，而我認為服替代役可以走進人群、服務社會，於是我提出申請，展開與眾人不同的經歷。專訓結束後，選擇了彰化分署，因所學科系背景，被分配到統計室支援資訊以及統計業務。我跟著資訊工程師學習，學習到許多實務面的技術。?這是你們自己的選擇。」那時真的覺得從五股憲兵學校到內湖國防醫學院的路程真的好遠。抵達服勤單位後，我知道我來到了一個業務量非常高的單位。因為我們的責任跟使命是非常重大的。我們負責訓練國軍的救護醫療人員考取緊急救護執照EMT1、EMT2至EMTP。此外，還有許多的救護課程，不管是高山災難救護，空中醫療救護，戰術醫療甚至是美國心臟協會的考試。這些專業課程我們不僅要支援教具和場地的佈置，甚至還要實際擔任學員，瞭解課程之專業知識，否則有太多的醫療器械是我們不理解的。藉由各種課程不斷學習，現在的我已經能提供受訓的國軍士官兵更多的協助和支援。

教學相長

在這之後，學長們陸續退伍，我也迎接第一位初來報到的學弟。這一次變成自己站在教導的立場，才發現原來平常自認為駕輕就熟的業務，其實還存在著許多尚能改進的空間。在教導的過程中，自己也學到許多。服役的期間，有幸遇到了許多人，每個人都有我值得學習的地方，對於同一件事也都有著不同的觀點，讓我學會了用不同的角度去看待事情，使我經歷了一段充實的日子。常有人說，當兵就是叫你浪費一年的歲月，現在我可以很確定地說，浪費於否，完全取決在你自己。!回想起替代役的精神：愛心、服務、責任、紀律，只要秉持著這四大信念來服務社會，我相信一定會有所收穫。最後，我要感謝彰化分署的各位主任、長官、學姊、學長的照顧，也要感謝我的神，祂常在我疲憊時，用話語提醒我：「甘心侍奉，好像服事主，不像服事人。」

座右銘

沒有崎嶇的礁石，怎能激起美麗的浪花。



黃皓昌

119 梯次

役別：公共行政役

需用機關：內政部役政署

服勤單位：替代役訓練班

優良事蹟

- 協助替代役訓練班尿檢事宜，並協助後續追蹤，認真盡責。
- 鼓勵役男進行捐血活動，役男捐血率過七成，為台中捐血中心的血荒克盡心力。
- 積極推動役男施打流感疫苗，疫苗施打率過九成，確實預防流感的群聚感染。

最苦最硬的旅程

很多訓練的規矩在我受訓的時候完全不明白，站到管理者的位置後，我才發現它背後的理由.....

規矩存在的理由

當初役別甄選決定成為管理幹部時，身旁有許多人充滿疑惑，為何不選擇較輕鬆的職缺，而是最苦最硬的管理幹部訓練班？現在回想起來，我很高興也很滿意自己做了這個選擇，管理幹部的訓練的確比較嚴格，有些規矩甚至不近乎人情，我懵懵懂懂咬牙撐完了8週的專訓，結訓後因為表現傑出，留在管幹班成為幹訓的幹部，這時我才發現這些不盡乎人情的規矩一直存在的理由是什麼，我也曾經想改變作風，讓役男有較多發揮空間，但是得到的卻是雜亂無章、一盤散沙的團隊，若想再把他們凝聚起來就要花更多的力氣，如果一開始有嚴格要求，就會有既定的型態存在，這時再放手也不用擔心有脫序的行為。- 自動體外心臟去顫器」在台灣的相關推廣活動。我在深刻瞭解AED對提升急救成功率的成效之後，即不遺餘力地協助本科同仁，為完成民國104年底達到每10萬人口設置44部AED的目標而努力。另外，協助本部各項會議的資料彙整及簡報撰寫也是我的工作之一，過程中我學習到許多台灣醫療環境的現況與未來發展，不管是從政策面到執行面，都令我受益良多。我主要的勤務內容是輔助本部醫療役承辦人處理每年全國的醫療替代役業務。身為醫療役的需用機關，每天要處理從全國不同服勤單位所送來的醫療役相關案件，且每項業務複雜性不均，但都極具重要，輔助這些業務令我感到責任重大。：「難道這就是我憧憬的生活嗎？」。也許薪資高是科技業的優點，但卻與人群、社會疏遠，陪伴自己的只有機器。編寫國外期刊時，我向學校提出休學一年，讓自己找回人生的意義。等待入伍的期間，剛好是一般資格替代的申請期間，而我認為服替代役可以走進人群、服務社會，於是我提出申請，展開與眾人不同的經歷。專訓結束後，選擇了彰化分署，因所學科系背景，被分配到統計室支援資訊以及統計業務。我跟著資訊工程師學習，學習到許多實務面的技術。?這是你們自己的選擇。」那時真的覺得從五股憲兵學校到內湖國防醫學院的路程真的好遠。抵達服勤單位後，我知道我來到了一個業務量非常高的單位。因為我們的責任跟使命是非常重大的。我們負責訓練國軍的救護醫療人員考取緊急救護執照EMT1、EMT2至EMTP。此外，還有許多的救護課程，不管是高山災難救護，空中醫療救護，戰術醫療甚至是美國心臟協會的考試。這些專業課程我們不僅要支援教具和場地的佈置，甚至還要實際擔任學員，瞭解課程之專業知識，否則有太多的醫療器械是我們不理解的。藉由各種課程不斷學習，現在的我已經能提供受訓的國軍士官兵更多的協助和支援。

學習解決新課題

很多訓練的規矩在我受訓的時候完全不明白，只會一味的抱怨和反彈，等到自己的角色不一樣了，站到管理者的位置後，我才發現它背後的理由，到目前為止我參與了3期訓練，因為環境的改變，每期新進的役男抗壓程度也各不相同，如何得到他們的理解和配合，我想這又是我現在所面臨的新的課題了！!回想起替代役的精神：愛心、服務、責任、紀律，只要秉持著這四大信念來服務社會，我相信一定會有所收穫。最後，我要感謝彰化分署的各位主任、長官、學姊、學長的照顧，也要感謝我的神，祂常在我疲憊時，用話語提醒我：「甘心侍奉，好像服事主，不像服事人。」



役別：公共行政役

需用機關：內政部役政署

服勤單位：役政署管理組

優良事蹟

- 發揮心輔專長，對役男提供諮商關懷與鼓勵，使其能正向積極面對服役生活，有效解決問題。
- 積極參加南投仁愛之家育幼院之院童課後輔導，擔公益服務小組長，表現獲得好評。
- 服役期間與同儕互動熱絡，關心周遭友伴，慷慨參與各項公共事務，展現服役璀璨人生。

既來之則安之

非常開心在服役期間遇到了一起走過這段日子的夥伴及使我成長的大小事，願這些日子長存我心.....

珍惜每一位遇見的人

常備役體位的我，透過申請替代役的管道，順利加入了替代役的大家庭，成為了118梯的一份子。回想起新訓時的點點滴滴，到現在還是會莞爾一笑。役別甄選前，抱著一顆忐忑不安的心，與新訓的同胞們期待著明天到底會選到什麼樣的大獎，區隊長瞧見大伙的緊張，在睡前為大家打下強心劑，告訴我們，依照自己的專長、看好役別甄選資格順序就沒問題，腦袋不停想著這些話語，變成了單調的安眠曲，不知不覺已坐在役別甄選的桌前，並順利來到了內政部役政署管理組輔導科服役。- 自動體外心臟去顫器」在台灣的相關推廣活動。我在深刻瞭解AED對提升急救成功率的成效之後，即不遺餘力地協助本科同仁，為完成民國104年底達到每10萬人口設置44部AED的目標而努力。另外，協助本部各項會議的資料彙整及簡報撰寫也是我的工作之一，過程中我學習到許多台灣醫療環境的現況與未來發展，不管是從政策面到執行面，都令我受益良多。我主要的勤務內容是輔助本部醫療役承辦人處理每年全國的醫療替代役業務。身為醫療役的需用機關，每天要處理從全國不同服勤單位所送來的醫療役相關案件，且每項業務複雜性不均，但都極具重要，輔助這些業務令我感到責任重大。：「難道這就是我憧憬的生活嗎?」。也許薪資高是科技業的優點，但卻與人群、社會疏遠，陪伴自己的只有機器。編寫國外期刊時，我向學校提出休學一年，讓自己找回人生的意義。等待入伍的期間，剛好是一般資格替代的申請期間，而我認為服替代役可以走進人群、服務社會，於是我提出申請，展開與眾人不同的經歷。專訓結束後，選擇了彰化分署，因所學科系背景，被分配到統計室支援資訊以及統計業務。我跟著資訊工程師學習，學習到許多實務面的技術。?這是你們自己的選擇。」那時真的覺得從五股憲兵學校到內湖國防醫學院的路程真的好遠。抵達服勤單位後，我知道我來到了一個業務量非常高的單位。因為我們的責任跟使命是非常重要的。我們負責訓練國軍的救護醫療人員考取緊急救護執照EMT1、EMT2至EMTP。此外，還有許多的救護課程，不管是高山災難救護，空中醫療救護，戰術醫療甚至是美國心臟協會的考試。這些專業課程我們不僅要支援教具和場地的佈置，甚至還要實際擔任學員，瞭解課程之專業知識，否則有太多的醫療器械是我們不理解的。藉由各種課程不斷學習，現在的我已經能提供受訓的國軍士官兵更多的協助和支援。

他們都是生命中的貴人

初來乍到，懵懵懂懂，很幸運被學長推薦承接了公益服務的工作，每一次到伯伯家幫忙除草都是一次與昆蟲的世紀大戰，輸了一些血液與汗水，卻贏得了不少葉綠素以及伯伯的笑容；育幼院所的課後輔導更是挑戰自己的最高級任務，每一次的拜訪，都絞盡腦汁想著可以用什麼方式讓院童更願意學習與提升實力。在科室內與職員們與役男同伴相處歡樂無比，且大家專長雖說都是心輔，但各自都擁有許多不一樣的技能，在各方面都受惠於他們，讓每天的感謝說也說不完。非常開心在服役期間遇到了一起走過這段日子的夥伴及使我成長的大小事，願這些日子長存我心。!回想起替代役的精神：愛心、服務、責任、紀律，只要秉持著這四大信念來服務社會，我相信一定會有所收穫。最後，我要感謝彰化分署的各位主任、長官、學姊、學長的照顧，也要感謝我的神，祂常在我疲憊時，用話語提醒我：「甘心侍奉，好像服事主，不像服事人。」

