

慈濟醫療誌

慈濟醫療六院一家

日日上演著無數動人的溫馨故事

真善美志工與同仁用感恩心

見證慈濟醫療人文之美

- ◆在小年夜的中午，醫療志業大家長林副總與花蓮慈院石院長南下至玉里、關山，除了確定年節期間的分院運作，更要為固守兩分院的同仁送上祝福；三位美國人醫會醫師也把握因緣加入「送溫馨的行列」……
- ◆年關將近之際，是關山、玉里慈院同仁忙於送上物資，關懷附近獨居或貧病者的時間；關山慈院同仁還特地樂捐送米給聖十字架療養院，而玉里慈院則發動同仁為獨居盲者打掃居家，讓他也能過個好年……
- ◆二月五日一早，台中慈院同仁就忙不迭地向上人辭歲，接著請全院病人、家屬與鄉親一齊來，先在台中慈院這個家圍爐，歡度小年夜……
- ◆年節剛過，台北慈院營養師教民眾謹記五點拋開「游泳圈」，邊頌唐詩，邊跳起減肥體操，逗趣又有效……
- ◆社區營造有成，讓大林慈院大愛農場承租耕地，慈院醫護也下田當起農夫來。今年度，在二月十七日這一天，起了個大早，要插新秧苗了……

台北

二月十九日

拋開泳圈 登鶴雀樓

農曆年假結束不久，元宵節又即將來臨，一顆顆飽滿圓潤的湯圓誘人，稍不注意，身材也跟著「團圓」起來。台北慈院營養師們有感於此，特別在元宵節的前夕舉辦「年後甩油大作戰，讓您飄飄欲『纖』」的衛教活動，教導民眾如何正確瘦身，重新迎接曼妙體態。

營養師陳正育表示，想甩開肚子上的那層游泳圈，就要謹記下面五點：

一、丟掉春節所有應景的零食。應景的零食包括瓜子、開心果、腰果、糕

餅、蜜餞、可樂、汽水等高熱量的垃圾食物，想減重就別因怕浪費而全往嘴裡塞。

二、過分地「惜福」是「發胖」的兇手。老一輩的觀念總是認為剩菜不可以浪費，於是將年菜反覆烹煮，其實不新鮮的年菜在反覆調理下，更加不健康。為了「惜福」反而會攝取更多的熱量，使得體重直線飆升。

三、晚餐要節制，不宜大吃大喝。人體的新陳代謝率在白天比較高，到了晚上則逐漸下降，所以晚餐若吃太多就易造成脂肪囤積。建議晚餐最好吃清淡一些，盡量以七分飽為原則，並且要強迫自己只能吃三餐，絕不吃宵夜或任何點心。



大家跟著營養師學作簡單有趣的體操。



不少民衆排隊等著品嚐美味的湯圓。

量攝取，可以選擇無餡或鹹湯圓；加入高纖的食材也是不錯的方法，如寒天、白木耳、蒟蒻、椰果等低熱量食物。

方怡婷營養師也在現場示範如何自己做健康低熱量的湯圓，有民衆學得很快，立

四、改掉暴食暴食的習慣。許多人在忙碌或壓力過大時，會吃得較快，而進食較快往往也會不知不覺吃下太多東西，這也就是為什麼吃飯較快的人總是比較胖的原因。

五、運動過後，切勿吃任何食物。運動是消耗身體熱量最佳的方法之一，然而運動過後會產生「代償作用」，也就是在運動完後會找藉口吃東西以補償運動所耗費的「體力」。其結果是運動所消耗的熱量還不足以抵銷後來補充的熱量，造成運動減重老是失敗。

只要知道湯圓的熱量和基本常識，即使在減肥，還是可以享受元宵湯圓。湯圓屬於食物六大類的五穀根莖類，算是主食類，而市面上販售的湯圓口味眾多，熱量也不容小覷。一碗4顆的芝麻湯圓約等於一到一碗半的飯，所以吃了湯圓就要少吃一點飯，以免熱量太高。另外，如果想吃得健康，就要減低熱

量注意起湯圓的熱量來，陳正育營養師請大家別擔心，這一顆湯圓約只有三十大卡，比市售湯圓的熱量還少一半。現場民衆反應熱烈，不一會盛著滿滿湯圓的鍋子就見底了。

在民衆品嚐完慈院自製的「紫米紅豆寒天湯圓」、「抹茶地瓜湯圓」、「鹹素肉湯圓」後，陳正裕營養師也用唐詩「登鶴雀樓」結合體操，輕鬆瘦身。

白日依山盡(雙手手心朝上高舉過頭，腳尖踮起)，黃河入海流(兩手臂向左右打直畫圓)，欲窮千里目(一手放肚子，一手放眉上作探看狀，身體前後彎曲)，更上一層樓(像是要原地跑步的樣子，左右腳互換高抬，越貼近胸越好，速度不宜太快)。

想用輕盈的身心迎接金鼠年，就要重新安排飲食習慣、營養均衡多運動，最好的減肥方法就是避免肥胖，想在短時間內恢復身材絕非夢事。(文、攝影 / 林詩婕)

關山

一月十一日至十五日

寒冬送暖人性美

農曆年前的寒流，慢慢的帶來濃濃年味；民眾都說冷一點才有過年的氣氛。而讓醫護人員最掛心的就是長久關懷的幾位獨居長者。關山慈院分兩梯次關懷老人，除了持續進行第六年和關山獅子會一起寒冬送暖居家關懷的活動之外，也由潘永謙院長帶領同仁，到聖十字架療養院關懷修女和院民，藉由關懷能讓長者不孤單，愛心物資讓寒冬添溫暖。

育殘子棄工作 社區關懷暖年節

家住關山六十八歲的潘姓伯伯，獨立照顧從小患腦膜炎而無自理能力的養子，因為將養子視如己出，所以沒有結婚。該養子是潘伯伯的弟弟所生，八個月大時腦膜炎發高燒，造成智能障礙及感官系統失調，聽不懂也不會說話，無



關山慈院丘昭蓉醫師帶著醫院同仁，關懷潘伯伯和他的養子。

法分辨冷熱，大小便無法控制，亦不會用手拿東西喝水吃飯；為防養子亂跑，早期曾將養子綁在家裡而外出工作，但因怕違法，就放棄工作，專心照顧養子，這樣一路下來，一晃眼就過了二十五年。

隨著年紀增長，潘伯伯逐漸老邁，現在擔心的是「以後不在了，這孩子怎麼辦？」還好熱心的黃昭仁里長除了定期送米，也一直為他們奔波爭取社會資源，關山獅子會與慈濟基金會獲知訊息，趕在十一日過年前立即帶著物資前往關懷，丘昭蓉醫師此行也幫潘伯伯量血壓，血壓正常，潘伯伯說他會氣喘，丘醫師建議應到醫院追蹤診療，或是孩子有病痛亦可向醫院請求協助載送，范錦蓮師姊亦協助通知婦女會等團體匯聚力量協助。

隨後一行人陸續至振興、紅石部落關懷獨居的長者及病患，贈送餅乾、衣服、暖暖包、鞋子等物資及農會提供的關山米，期待他們能過一個溫馨的新年。

海外修女為楷模 體會人性真善美

聖十字架療養院去年獲得團體與個人醫療奉獻獎殊榮，修女們於關山默默奉獻三十餘年，關山慈院醫護同仁除了引為學習楷模外，病患轉診往診接送，同仁們更是義不容辭協助，盼為偏遠醫療盡一微薄之力。十五日潘院長率領同仁，以及秀琴師姊志工群帶著同仁們捐款所購的一百二十公斤白米到療養院關



懷院民及感恩修女和員工；院長提醒修女天氣寒冷要注意保暖，部份志工第一次來到療養院，所以奉獻獎得主斐修女帶領大家至三樓活動室，一行人分別向長者問好，祝福每位長者都能平安吉祥。潘院長和所有同仁一起表演「我們都是一家人」手語和院民互動，最後在秀琴師姊悠美的山地歌聲中結束這次

關山慈院潘永謙院長與同仁、志工在贈送米糧關懷之後，也為聖十字架療養院院民表演手語歌「我們都是一家人」。

台東聖十字架療養院修女們的真心關懷，是關山慈院醫護與志工們學習的楷模。

的關懷，秀琴師姊向斐修女發願，每月來一次療養院與院民互動，帶給院民歡樂。

而這兩次的冬季關懷之行，參與的院內同仁也從不同的長者身上學習到人性的真誠，反而收穫最多。不論是平凡的老伯伯無怨無悔的照顧養子，或是遠度重洋到台東奉獻的修女，他們真誠無所求的付出，也讓參與關懷的同仁在感動之餘，更感受到寒冬的溫馨和優美人性所散發出來的真善美。(文 / 楊柏勳 攝影 / 林祈佑)

玉里

二月三日

清掃盲家點心燈

住在花蓮縣瑞穗鄉雙眼全盲的羅阿公是玉里慈院居家關懷的對象，一個人獨自住在不到十坪大的房子內，無論燒菜、煮飯全都由他一個人打理。雖然眼睛看不見，但他卻可以清楚告訴醫護同仁和志工現在是幾點鐘，讓大家對他印象深刻。

關懷膚慰無國界 美國人醫一起來

年關將近，為了讓羅阿公能過個乾淨舒適的新年，張玉麟院長脫下醫師袍換上藍天白雲志工服與同仁們在年節前夕，帶著打掃工具和禦寒衣物前往阿公家中。

前來玉里慈院看診，來自美國人醫會的林元清醫師聽到這個消息，也自願加入今天的活動。不僅如此，還邀請了同是美國人醫會的黃都博醫師和蔡潤瓊醫師一起加入。

經過半個小時的車程，來到了羅阿公的家。打掃前張院長細心的叮嚀大家，整理居家環境時如需移動物品，一定要事先告知，以免阿公找不到物品或因此發生危險。之後，大夥依照分配區域開始了打掃工作，在廚房區的就負責刷洗鍋碗



上圖：張玉麟院長(左)和美國人醫會蔡潤瓊醫師合力替羅阿公家換上全新的寢具。

中圖：為了避免意外發生，同仁貼心的將木材鋸成統一長度，擺放整齊。

下圖：大夥兒臨走前，羅阿公握著美國人醫會林元清醫師的手，表達內心的無限的感恩。

瓢盆和清理爐灶，臥室區的負責清理走道和整理床鋪，工務組的便負責修補門窗和粉刷牆壁。原本冷清的小房子也因為如此一下子熱鬧了起來，充滿了暖暖的愛和不分國界的關懷。

這輩子最舒服的床

由於羅阿公家中還是以爐灶炊煮，屋內堆放了大量的木材，佔據了屋內走道，相當危險。爲了怕阿公因此跌倒受傷，同仁和志工們貼心的將木材鋸成適當的大小，整齊的排放在屋內，讓他能就近取用，又不致於發生意外。

打掃工作告一段落，大家帶著羅阿公重新認識屋內的環境。張院長握著阿公的手，從屋外到屋內仔細的摸過一遍，過程中阿公的臉上充滿笑容。當摸

到床上的棉被時，阿公感動的說：「從小到大從沒睡過這樣的棉被，這是第一次有這樣舒服的床可以睡。」這句話，讓大家相當的感動，卻也紅了眼眶。最後，大家在門前和羅阿公一起留下愛的記憶，也爲今日的活動畫下了完美的句點。（文、攝影／陳世淵）

台中

二月五日

圍爐茶會喜過年

天氣開始轉冷，一夜降雨後冷凜凍人的清晨六點，台中慈院七樓合心會議室暖烘烘，因爲醫院同仁與志工們要在晨間人文講座向上人與全球慈濟人辭歲，特別的是陳玉美師姊帶著孫子與新田三區大愛媽媽的兒女，總共六位可愛的小朋友也早起來參加難得的辭歲活動。

許文林院長一早集合參加晨間人文講座的同仁，做最後的排練。兩側同仁高舉莊副院長請人文室準備的八盞紅燈籠，代表「四大志業、八大腳印」，大家齊心一致唸出新年祝願：「金鼠報喜智慧開、心開運通福到來、孝順行善莫等待、人醫典範功德海、心寬念純多自在、同仁志工互關懷、敬天愛地聚福緣！恭祝上人法體平安又安康！」

許院長表示，這是台中慈院第二次跟上人辭歲，想到歲月匆匆，一定要把握時間跟同仁一起努力，讓台中慈院的醫



玉里慈院同仁們開心的和羅阿公合照，為今日的關懷之旅畫下完美的句點。



台中慈院的小年夜，由醫護同仁與志工們邀請病人與家屬參加圍爐茶會，一同歡慶鼠年。

很客氣的不敢入座，在師姊力邀下，十八桌圓桌人氣旺旺，大家圍著熱湯，享用餐點，終於打開氣氛。王金福師兄帶來阿弟仔與財神爺的吉祥話，還有師姊的老歌演唱，江俊廷醫師、陳慶元主

療水準更專業、服務品質更高、更要加強慈濟人文。

小年夜的清晨法喜充滿，下午更是年味滿盈，在志工們精心佈置下，大廳喜氣洋洋，四點鐘各病房區的住院病人與家屬，受到社服室邀請，紛紛前來參加「歡慶鼠年·小年夜感恩圍爐茶會」。也許鄉親還不習慣這樣的活動，大家都

任等大醫王與白衣大士都上台獻唱。本期醫療志工也出動三位師兄、四位師姊，一起帶動跳「我們都是一家人」，把氣氛帶到最高潮。

許院長告訴大家，小年夜跟大德與家屬圍爐，就是感恩與回饋，雖然不能回家，但也要讓大家在醫院有「家」的感覺，台中慈院希望為大家健康把關，真

正能做好預防醫學，讓鄉親都是到醫院看健康！

午後的陰雨天，絲毫沒有影響到大家分享平安與幸福的心情，台中慈院大家庭用真心與付出，把愛傳遞出去！（文／謝明錦 攝影／賴廷翰）

花蓮

二月五日

感恩賀歲向南行 小年夜送溫馨

二月五日小年夜，陰雨綿綿的濕冷天氣在中午突然放晴，彷彿提醒大家，這可是年節送禮的好時機，林碧玉副總、石明煌院長心繫玉里、關山二家分院的同仁，不知道過年人力安排好了嗎？中午匆匆用過午餐，十二點半就整裝出發，載著滿滿的禮物往南行，除了司機菩薩，還有一位從去年就預約要跟著再去送禮物的慈中何同學，加上公傳室曾慶方師姊。

新年老人來送禮 玉里滿院溫馨

一到玉里分院才發現張玉麟院長與三位神秘嘉賓早就恭候多時了。三位嘉賓是美國慈濟人醫會的醫師菩薩，微笑師伯骨科林元清師兄、小兒科黃都博醫師、牙科蔡潤瓊醫師，他們三位在玉里參與居家訪視與看診，也到關山分院參訪，正準備從玉里分院回精舍，選時



美國人醫會林元清醫師、蔡潤瓊醫師、黃都博醫師(上圖左起三位)也加入林碧玉副總、石明煌院長，到玉里關山慈院賀年，當起新年老公公、老婆婆，送給同仁滿手禮物、滿心祝福。

不如把握因緣，也加入發送新年禮的行列，分送歡喜分送愛。

一到護理站，大家很驚訝，今年的「新年老公公、老婆婆」怎麼這麼多位？林元清醫師手捧棗子，自創賀詞，逢人就說：「吃棗年年好！」蔡潤瓊醫師發糖果時則說：「甲甜甜，讓你結好厝邊！」黃都博醫師捧著橘子則是說：「吉祥如意！」同仁滿手禮物，滿心歡喜與感恩！

在開刀房，剛巧總院骨科支援的林紹錚醫師剛做完手術，副總鼓勵林紹錚醫師可以和前輩林元清醫師多學習，二人

相約下回一起進開刀房為病患服務。

這一次好浩浩蕩蕩的送暖隊伍，可是讓大家笑得合不攏嘴。不過也要感恩後勤補給隊伍的辛勞，亦步亦趨的忙著補禮到托盤與提籃。婦產科詹文宗醫師正在看門診，趕緊把握機會跟大家合影留念。到了急診室，發現外科楊穎勤醫師正在準備為病患打石膏，副總關心詢問：

「多久沒睡覺啦？」原來楊醫師剛參與花蓮與台北慈院二例器官捐贈者的摘取與移植手術，玉里急診班是他拜託其他醫師先來代班，他於二月四日上午進花蓮慈院開刀房，接著搭下午五點多飛機飛台北，再進手術房後，五日凌晨三點多將台北捐者的一枚腎臟帶回花蓮，接著趕回玉里慈院值急診班，他靦腆的回答：「已經超過三十個小時沒睡了！」副總與石院長對他深表嘉許，也感恩他為了搶救病患，不辭辛勞的奔波付出。

在一樓門診區巧遇趕來醫院處理交通事故的警察先生與來看診的出家師父，大家都以虔誠的心獻上祝福。

溫馨的時光總是過得特別快，與三位人醫一一道別，人醫們北返精舍過年，副總、石院長則繼續往南行，出發到關山慈院送溫馨。

一週年假三週忙 關山醫護守健康

台九線沿路廢棄鐵道邊，油菜花田綿延，遊人如織，美景如畫，不多時就



上圖：來到關山慈院，護理同仁與醫檢師們忙著調整空間，以因應過年急診需求。(上)
下圖：花蓮總院石院長(中)與潘永謙院長(左)一同慰勞值班同仁。(下)

到了關山慈院。潘永謙院長、丘昭蓉醫師、朱新凱醫師、護理長、楊柏勳主任都在大門迎接。副總與石院長帶來上人的祝福，也同時關心院務。而一樓門診區護理人員與醫檢師充當庶務人員，調整候診椅的排放，要空出空間安置急診床位，以因應過年急診業務。

會談途中，潘院長還離席去看門診。副總聽聞家醫科蕭敬楓醫師、還有總院支援的麻醉科楊曜臨都在宿舍準備趕火車，一行人趕忙到宿舍送上祝福。神經

外科楊震醫師的家人也正好在關山陪伴楊醫師過年，二個身著粉紅色衣服的女兒天真地在庭園中遊玩，也很大方跟大家問好。

回到大廳，同仁早已聚集，拿到期待已久的年禮，大家手拿禮物，甜在心底，感恩醫護同仁年節值班守護鄉親健康。來自精舍滿滿的愛溫暖了大家的心頭。急診病患等著打針，看見禮物，就呼叫潘院長，「潘院長我也要禮物！」副總送上發糕，病患開心得忘了病痛。

感恩所有同仁後，潘院長說，「其實大家放一個星期的年假，我要忙三個星期！先是過年前一週，要趕著看門診讓病人拿好藥安心過年；過年那一週則是忙著顧急診、開緊急手術；過年後一週，又要忙著幫結束渡假返家的鄉親看診。所以年假放一週，醫護要忙三週。」

臨行前，副總步行到急診門外，關心剛完成的防風牆的功效。大家都說，既美觀又實用，玻璃上的靜思語題字「人間菩薩如農夫，誠正信實如大地，智慧妙法如清水，廣邀善士勤耕耘。」傳承慈濟人文，可以廣昭天下善士，也阻擋強風庇佑急診醫護與病患。

懷著感恩的心，在小年夜的傍晚，林副總與石院長一行人踏上歸途，每個人心頭暖暖的，感恩玉里、關山慈院同仁駐守花東縱谷，為團聚圍爐的鄉親提供最堅實、最溫馨的醫療保障，祈願人人平安吉祥，健康喜迎金鼠年！（文、攝影 / 慈藝）

大林

二月十七日

體驗插秧樂 力行護地球

溫煦陽光普照，一掃前幾日的寒冷天氣，大林慈院同仁擇於今日插秧，一行人浩浩盪盪從慈院出發至上林里，距離院區約十幾分鐘的路程。

轉入羊腸小徑，沿著小徑直走到底，彷彿與世隔絕，映入眼簾的美景一覽無遺。埤塘湖光山色，水天倒影，水鴨戲水於埤塘間，魚兒悠遊於水中，水田、竹林，直可稱世外桃源，見此美景，各個讚嘆不已。但文明世界的產物卻讓這美景沾上一層灰，寶特瓶、飲料罐、塑膠袋，釣魚客方便的習慣，讓這塊地變得雜亂，讓它失去原本的光澤。

「今年租地一甲二分，除了插秧，更要美化這埤塘，感恩社區民眾的護持，祝福今年大地豐收。」大林慈院林俊龍院長提到今年租地變廣，感恩社區民眾護持，讓同仁除了體驗插秧的樂趣外，更藉此機會帶著一家大小接觸大地，。

同仁在工作分配之後，各個拿起工具開始動手力行環保護地球，有的沿著埤塘拾起「別人不要的福氣」，還擔心嚇到釣魚客的魚兒，小心翼翼地走著，不敢發出一語；有的走進竹林，為這片竹林清理過路客不小心遺忘的垃圾；有的清理雜草叢生的農地，種上野薑花、金露花、桂花、梔子花等花木，為這塊土

地增添一些色彩。

「感恩醫院辦這樣的活動，讓我們有機會帶著小朋友一起來種花木，當小朋友第一次自己挖到蚯蚓，第一次找到蝸牛，那驚奇的表情，真得很開心可以和孩子一起享受和體驗。」研究部專員林秀蓉興奮地分享著和孩子在這次活動中許多有趣的第一次。當孩子知道要來種花時，就自備小鏟子，耐心地挖著土，當挖到肥肥的蚯蚓時，他們的驚訝及開心的表情，都深深牽引著秀蓉；種下花時，孩子擔心花沒有水喝，拿著自備小小澆水器，來回裝水走了好幾回，跑得臉紅通通的，仍是樂此不疲，看在秀蓉眼裡，和孩子一起同享種花樂趣勝於一切，直說感恩有這樣的機會可以共享天倫之樂。

社區營造有成 租地因緣一線牽

大林慈濟醫院於二〇〇三年因協助上林里外籍配偶小朋友課輔的因緣，與當地民眾有著密切的互動，開始與當地有著社區營造的計劃。

因上林里多為農稼生活，地方上有著許多的大埤塘，作為調洪灌溉之用，但部分埤塘因遭人傾倒垃圾，造成環境污染，以致許多地方已用水泥封地，讓原本自然的大埤塘不再美麗，當地民眾擔心不已，隨之與大林慈院社區營造合作，一同保護這大地。

恰逢大林慈院大愛農場需要長期耕作的土地，社區醫療部同仁經由上林里民孫家榕的介紹，找到這塊未經開發的

世外桃源，因不捨美景不在，不捨大地受毀傷，大林慈院承租這一甲二的農地。

因為地主夫婦也是慈院的患者，所以很喜歡慈濟，說到承租給慈濟，而且種的稻米都是要跟全球的人結緣的，邱阿公義不容辭地答應。

天公作美 一家大小插秧樂

穿上雨鞋，抱著放有秧苗的小盆子，大家紛紛下田，看著大家在鬆軟的泥土間行走，猶如走在鋼索上，雙手張開，搖搖晃晃地；有的則是舉步維艱，一直在原地踏步，看著每個人不協調的動作，真是讓不自覺地噗嗤一笑，但大家卻不放棄，更是有信心、有毅力，自己尋找解決的方法。院長更是可愛，利用木頭充當助行器，讓他在田間方便移動。

一開始大家下田時，場面可稱混亂，各個方向不一，有的走橫向的，有的走縱向。看著社區民眾彎著腰，手不停地將秧苗往土裡種，方向不偏不移，反觀同仁，真可說米飯人人會吃，但稻米不見得人人會種。但慈濟人就是會邊走邊整隊，用心即是專業，有著典範在前，同仁們很快有模有樣的學著，方向漸漸一致，連秧苗也不再東倒西歪了。

親子情深 田園喜樂

「幸好不是靠這個吃飯的。」家醫科主任林名男醫師笑著說，看著社區民眾動作如此迅速，而自己才種個短短十



稻田泥濘難以行走，大林慈院醫護、志工與社區民衆一同體會插秧樂。圖前為骨科簡瑞騰醫師。

行，就要花上一、二個小時的時間，真體驗到農夫的辛勞。一家大小都住在台南的林主任，因平時工作忙碌，僅有假日才能回台南陪伴孩子，爲了讓孩子亦能體驗這插秧的樂趣，林醫師一家今早六點從台南出發回到大林，趕上這場別具意義的活動。大女兒林家安分享道，「早上這麼早起床原本很不開心，但一到現場，這麼多人插秧，而且可以幫忙撿垃圾，種植花樹，心情自然就開朗了，而且深深感受以後吃飯不能剩下。」全家人更也合種好幾棵野薑花，期待下回再來時，已見它長高、開花。

神經外科主任陳金城醫師特地帶著全家大小一同體驗插秧樂趣，看著孩子在

一旁插秧，教導如何插秧，更仔細叮嚀每個細節，小朋友一舉手一投足，果然有乃父之風。稍後種植花木，看著陳小弟弟興高采烈地指著一棵棵植栽，高興地說著：「這都是我種的欸！都是第一棵哦！」單純地笑臉，天真地笑聲就是孩子給父母最好的禮物。

骨科主任簡瑞騰醫師一家大小常常參與醫院舉辦的人文活動，此次插秧，大女兒簡怡嘉更有著親身的體驗，看著孩子在泥濘的泥土間踉蹌走著，簡主任的雙手總是會在旁守護著，給著女兒一個安全的依靠，讓她知道「當她要跌倒時，將有一雙大手會緊緊握住著她」。

溫馨的畫面時時在這田園間浮現，親子情誼更在這天地之間加深濃厚。

短短兩排的秧苗，「鋤禾日當午，汗滴禾下土」的畫面更在大家的腦海中閃過。沒有親身經歷過耕作的辛苦，無法體會這兩句話當中所描述的深切意涵。

祈求風調雨順，根本之道就在於人人

心態的調整，對於生活態度的改變。「不要輕視自己小小的動作，愛惜資源、珍惜物命，就從自己做起！」（文、攝影／曾雅雯）



此次活動，近有二百多人參與，大家站滿田埂，一同為歷史作見證。

