

發行人：李安妤
總編輯：曾麗玲
編輯：謝秋鳳、張菊英
地址：新竹縣竹北市縣政九路146號

電話：03-5510201
網址：www.hchcc.gov.tw
創刊日期：92年6月25日
出刊日期：110年6月30日

新竹縣政府文化局志願服務隊



當我們同在一起！ 「當我們同在一起，真好！」 當我們同在一起！



「當我們同在一起，真好！」

不論是美術館、縣史館、圖書館或是演藝廳，還是桐花祭、義民祭、板凳電影院、鄧雨賢音樂會與客家藝術節，總能看到志工朋友們辛勤又可靠的身影，因為有您們發自內心的付出，用知識、體能、勞力、經驗、技術和時間，貢獻社會與服務他人，彌補了政府資源的不足，總能讓每一場活動或表演，更加盡善盡美。

2020年因為新冠肺炎疫情，改變了每個人的日常作息，也加重志工朋友們許多的工作，量測體溫、消毒雙手、還要隨時注意民眾有無配戴口罩，因為有大家的協助，才能讓文化局大小活動順利推展，也因為大家一起協助防疫工作，讓來到文化局園區內的民眾，都能夠安心與放心地欣賞表演、看書與上課。

特別感謝曾隊長與幹部的奉獻，以及所有志工朋友們的協助，去年文化局志願隊的共有5位夥伴榮獲文化部第27屆全國績優文化志工表揚，可見志願隊的付出受到大家的肯定。

2021年辛丑牛年，期許大家都能享受服務的過程，平安健康、牛轉乾坤！



文化局局長 李安妤

樂在服務～

學習就是成長～

給自己一個不設限的人生，如果你不試著挑戰自己、挑戰人生，你的人生就不會有任何改變；前任隊長銀濤稱職帶領團隊二年，有目共睹，但因身居要職公司工作忙碌，再三叮嚀一再交代勿再提名連任參選；因此初生之犢不畏虎的我憑藉著一股熱情與衝動，挑戰自我毅然接任隊長一職，看著歷任隊長帶領團隊的績效，沒壓力是騙人的，才疏學淺平凡的我凡事都還在摸索中，疏失犯錯在所難免，也請夥伴多包容，私下不吝指正；團隊更需要建議替代批評會更感恩。

【學習就是成長、付出就是收穫】建立自信看待事物積極樂觀，做你我生命中的貴人！生命會因付出更寬、更深、更美！從幹部邀請過程中，感受到情義相挺、背後支持協助的夥伴，感謝您們！讓我激發出更多的熱情與活力，有您們真好～

服務學習面面觀，志工之路會做得長久、做得快樂，始終抱持著用歡喜的心境看待志工所賦予的工作，遇到困難時，當作是學習與磨練，凡事要先從喜歡自己開始，隨時調整自己的心境，進而自然喜歡所接觸的事物，也就更喜歡這個團隊大家庭了，參與義務服務，在付出過程中獲得喜悅和滿足會是最好的回饋，「施比受更有福」，付出的同時，我珍惜這一份緣分，同時也願意和夥伴們快樂分享服務經驗與反思。

面對社會的改變，未來的2年新的挑戰！如何提升大家的認同與付出？如何與夥伴們同步成長？期許你我盡一己之力，把握當下堅守崗位，希望伙伴們能一本初衷，繼續支持志工隊完成使命，讓我們心連心、手牽手共創溫馨優質的文化局志工團隊，感謝大家！

敬祝 平安喜樂

隊長 曾麗玲 敬上



亮麗的魏來時魏來路的小小心得

劉榮輝



一眼望去展場地～無論舞台、人物、動線的規劃～
均震撼人心，是一本讓人驚嘆不已的好書…

用心用力的讓觀眾可以了解魏老師生於鶯歌眷村，從小的好奇勇敢，勇於改變創新，深耕傳統的養份的心路歷程。魏老師演這麼多的角色，她把每次的演出都當作是第一次的演出，將不可能的事變為可能，著重在每一次的演出、每一個小動作、一舉手、一投足間，所有的經歷轉變～面對困難，當下盡心盡力盡人事，踏實樂觀；因而孕育出人生的智慧，並呈現出現在的自信多元面貌的老師，她把自己的生命過得很充實飽滿、尊重生命、把握時間並往前看，看到正向的光明，且是利益眾生的，值得我們學習敬佩的好老師。

從小的困境磨練未必不好，反而是未來美好的資糧…



2019 黃山之旅

作者：林育蓮

明朝徐霞客曾兩次登臨黃山，讚嘆曰：「五嶽歸來不看山，黃山歸來不看嶽」，對於喜愛大自然美景的人來說，被世人譽為「天下第一奇山」的黃山，是多麼令人嚮往可以親臨其間、立於連雲疊嶂中，但礙於體力與腿力，一直不敢付諸行動！

2019 秋，終於鼓起勇氣，懷著忐忑不安的心情，既期待又怕受傷害的踏上旅程；這與過去每次的出遊，總是抱著雀躍的心情，如脫韁野馬般的放肆，是如此的截然不同！



因為這次黃山溫泉深度七日遊，有四天三夜的行程，都要靠自己的雙腳，遊走在黃山的怪石嶙峋中，深怕自己走不動、爬不了、進退維谷，拖累了領隊、導遊及其他團員，真是越想越不安啊！

2019/09/07 晚間抵達舊稱徽州的黃山市，隔天一早驅車前往素有情人谷之稱的「翡翠谷」，是電影臥虎藏龍的拍攝地點，其間的彩池、瀑布、迴清倒影，都是黃山世界自然遺產的重要組成，也是這趟黃山行的開胃小菜、飯前酒，走起來倒也輕鬆自在！

午餐後，搭乘雲谷纜車，8 分鐘的時間，置身在穿雲破霧的纜車中，驚艷於奇峰羅列、層巒疊嶂的黃山奇景，轉瞬間即抵達白鵝嶺站！

下了纜車，黃山的鐵腿行程～自始信峰的奇松、怪石開始！（登山至此，始信黃山之奇，故而名之）

所謂「不上始信峰、不見黃山松」沿途奇松怪石：豎琴松、黑虎松、探海松、飛龍松、臥龍松、猴子觀海、夢筆生花、筆架峰、仙人採藥等等，所謂三分相像、七分想像，像不像？就各憑想像囉！

當晚夜宿後山云海飯店，一夜好眠。隔天早上(9/9)在飯店悠閒用完早餐，整個進入備戰狀態，導遊說：以難易、辛苦程度區分：滿級分為五分，昨日的開胃菜為一分，今日為三分，為了這三分可得打起精神了！

西海大峽谷又稱白雲谷、夢幻景區，據說過去旅行團較少安排此路線，因為沿途都是貼著絕壁建造的騰空步道，奇險與神秘是它的突出特點！全程除了階梯還是階梯，我是走得步步為營、如履薄冰，深怕一步不慎，不知要滾到哪兒停止？會連累多少人？部分路段除了近 90 度的陡峭、還只容一人通過，走不動也沒有轎夫可幫忙。



進入大峽谷後經過一環、二環，沿途危峰兀立、千巖萬壑、壁立千仞，令人嘆為觀止，走這趟險峻路程，真是不虛此行，也讚嘆前人開路的智慧與辛勞！

上午自云海飯店一路陡下，走到西海大峽谷排雲溪站，回程以逸代勞，搭乘 2013 年 7 月啟用的地軌纜車，以仰視角度側看峰林，4 分鐘直上天海站，過去全程步行遊歷西海夢幻景區需時 5 小時，如今 3 小時以內完成，大幅度縮減時間與體力的消耗，難怪近年來團體旅遊也都會安排此路線，地軌纜車的建造，真是造福好多滷肉腳啊！

抵達白雲賓館午餐後小睡片刻，午後跟著導遊領隊，去探探 1988 年建成的步仙橋。

黃山主體乃花崗岩構成，因此無論走到哪？都是人工沿著山壁、稜線一鑿一斧開闢出來的步道，想要賞奇景，辛苦是必經過程！白雲賓館至步仙橋，雖然路程不遠，但依然是近乎垂直陡下的階梯，走得我是膽戰心驚，好容易遠遠的鳥瞰，見到了一座小小的拱橋，座落在兩座峭壁之間懸空而架，橋下是萬丈深淵，十分險峻又引人入勝，就是傳說中的步仙橋啦！

小小的步仙橋將夢幻景區和天海、白雲景區連接在一起，作為繞谷路線地標，是許多愛冒險的遊客必到之處！

因是午後到訪，遊客不多，我們可以盡情享受這辛苦後的美景！

回首來時路～來時一路陡下，驚險萬分，回程就是一路陡上，氣喘吁吁！兩天下來，雖然辛苦，成就感十足，9/9 夜宿白雲賓館，明日還有此行的重頭戲～光明頂日出～黃山最高峰 1864 蓮花峰要挑戰，期待～～～





我的環島小旅行

作者：余淑郡



期盼已久的全家暑期環島小旅行終於到來！出發前夕，卻天公不作美，遇上颱風來搗亂，只好取消原訂第一站的嘉義行程，我們晚了一天才出發。第一站，改為文化美食古都臺南行，前往安平古堡。好奇怪呀！怎麼已經放暑假，卻沒什麼遊客！？沿著城牆走向大門口，看到公告上寫著：因颱風來襲，休園一天，啊～真是太掃興了！只好轉往附近朝聖人氣美食安平豆花和周氏蝦捲，暖暖胃打打牙祭。用餐後，浙瀝浙瀝的雨仍然一直下著，我們只好前往市區的台南孔廟及全臺南的第一家百貨公司林百貨走走逛逛，欣賞著古建築之絕代風華。

第二天 翻山越嶺的越過南迴公路，抵達久違的美麗後山：台東，沿途欣賞著藍天大海，海面波光粼粼的景色，心情好舒暢！隨後我們到達全台最美的火車站：多良車站，佇立於觀景台上，海天連成一線，景色真美！寬廣又遼闊的無敵海景，盡收我們眼底。此時火車正緩緩的進站，眼前的美景就好似一幅平靜的畫般，美極了！隨後，我們前往台東森林公園及琵琶湖，沿路風景秀麗，空氣好清新，湖水好清澈，頃刻間讓人忘卻城市的煩惱與喧囂。第三天開車前往鹿野高台，我們首次朝聖遠近馳名的台東國際熱氣球嘉年華會，會場有著一大片綠意的滑草場，現場人山人海，有著五花八門及各式各樣色彩繽紛的熱氣球，看著它冉冉升起，場面好壯觀，心中莫名的感動！當晚現場氣氛好 High，更加碼演出絢爛奪目的光雕秀，場面熱鬧滾滾，令人大開眼界，真是不虛此行！！

第四天的行程前往著名的池上伯朗大道和金城武樹，我們欣賞著一大片綠油油的稻田與稻浪的變化，感覺好放鬆好舒暢，看著周邊山嵐景緻的變化，更是美不勝收！我們悠閒的騎著協力車，在這片田原景緻的懷抱下，感受著夏日美好的休閒時光。午后，帶著愉快滿足的心情前往好山好水的花蓮赤柯山賞金針花，隨著地勢愈高，沿途山林景緻，令人心曠神怡，但卻遍尋不著金針花海，只看到一區一區稀稀疏疏的金針花朵，詢問當地居民才知，原來下周才是花期，無緣欣賞到一大片的美麗花海，頓時間覺得好失落！旅行的最後一天，我們來到花蓮吉安的古蹟：慶修院，參觀這座日式寺院，那兒環境清幽，濃厚的日式建築，讓人彷彿置身異國。隨後，我們前往松園別館，在木造日式建築氛圍下，一旁圍繞著大葉欖仁，松樹，榕樹等老樹群，點杯咖啡悠閒的坐在松樹下發呆，享受著這趟旅途的小確幸時光，感到好愜意！

台灣真的是塊美麗的寶島啊！好多的山林美景，都值得我們一一造訪。歡樂的時光總過得特別快！五天的環島小旅行，在好山好水的花蓮劃下句點。常言道：行萬里路更勝讀萬卷書，旅行的過程中，不僅可開拓不同的視野，同時在大自然的懷抱下，帶給我們滿滿的感動與正能量，留下人生中許許多多的美好回憶。朋友們，你是否也正期待著規劃著，來場別具意義的環島小旅行……！？



做料理過生活

精彩人生由自己創造

作者：徐素珍



涼拌花生川耳

天氣漸漸熱了 輕鬆做料理 和家人一起享受健康美食

要準備的食材有：

泡軟的川耳一碗、熟花生半碗、紅蘿蔔三片切小丁、小黃瓜兩條切丁、醬油膏 2 大匙、蒜末 2 顆、辣椒末少許、白芝麻少許、香油一大匙。

做 法：

1. 燒一鍋水將木耳和花生、紅蘿蔔丁川燙 3~5 分鐘撈起放入容器中備用。
2. 將小黃瓜丁、醬油膏、蒜末、辣椒末、糖放入攪拌，最後加入香油拌勻灑上白芝麻即可擺盤上桌享用了。

* 素食的朋友可將蒜末改成薑末即可

* 喜歡香菜或九層塔也可以拌入增加風味

是不是很简单呢！

木耳有清血作用 花生是長生果 都健康食材喔！



～素珍手作小廚房～

2019與社區同樂



社區長壽俱樂部，鄭理事長費苦心，首辦慶生及健檢，凝聚向心團結力。別出心裁求變化，勤邀美女添光彩。麗秋一肩挑重擔，群組好友來相挺；上班上課兩頭忙。集訓時間喬不定，配合場地的空檔，單周二來雙周三。酬謝好友的幫忙，次次團練備餐點，雖無全員到齊日，個個奮力勤練習。幸得利奇馬攪局，佳家活動來錯開，女加入生力軍，增添舞力及媚點。

八月十日轉眼到，七點三十人潮聚，健檢人龍長又長，備有仙草涼冰沙，節目準時十點起，海草搖搖一起來，猜拳比賽搶獎品、客家本色手語歌、美美歌聲滿行囊、全員來個練武功、我們都是一家人、壓軸帶到最高點。大江全場跑透透，錄影拍照留記錄，麗玲主持功一流，台上台下樂融融。贏得滿堂的喝采，社區同樂真是讚！



110上半年度活動回顧

- | | |
|--------------------|---|
| 01/18 美術館志工值勤教育訓練 | 04/10 支援吳濁流文藝營暨興生活水岸音樂會 |
| 01/22 圖書館志工值勤教育訓練 | 04/21 2021 台積心築藝術季〔魏'來時/魏'來路 - 魏海敏舞台故事特展〕導覽教育訓練 |
| 01/25 志工 110 年度大會 | 04/25 志工隊走春聯誼 |
| 03/06 圖書館好書交換 | 05/03 美術館志工陶藝賞析及 DIY 捏陶活動 |
| 03/13.14 演藝廳嘉義觀摩參訪 | 05/07 圖書館新進志工值勤教育訓練 |
| 03/22 月例會 | |

環保宣導暨走春活動



【編後語】

在被 COVID-19 綁架的年代裡，上至政府、局裡、館方，下至家庭，乃至個人處處都受到制肘；不管是身心靈，或多或少、在有形無形之中，都受到極大的莫名的壓力，擔憂恐懼的情緒時時浮現；希望能藉由夥伴過往的遊記與活動，療慰禁錮的心靈，期望這段困苦的日子趕緊結束，讓一切回歸正常～