# 苗栗縣身心障礙發展中心

https://barrier.miaoli.gov.tw

2020

109年6月

# 無礙季刊

關懷｜創新｜希望｜永續

62期

# 目錄


（無礙訊息）

| | |
|---|---|
| 身心障礙社區日間作業設施-851 工坊~ 無聲中邁向陽光的君君 | 2 |
| 109 年身心障礙者家庭托顧服務據點來囉!!! | 3 |
| 歡迎聽語障朋友申請手語翻譯及同步聽打服務 | 4 |
| 『期待成為手心向下的人』~<br>苗栗縣優先採購身障福利機構及團體之商品與服務 | 5 |
| 身心障礙者權利公約宣導~身心障礙者權利公約 CRPD 條例 | 6 |

（活動訊息）

| | |
|---|---|
| 法律扶助基金會苗栗分會為身心障礙者駐點法律諮詢…… | 7 |
| 109 年度身心障礙者職業訓練<br>直播社群行銷暨商品拍攝美編班簡易招生簡章…… | 8 |
| 苗栗縣身心障礙者自立生活支持服務…… | 9 |
| 身心障礙者視障生活重建服務…… | 10 |

（交流園地）

| | |
|---|---|
| 蠶豆症患者，也可過正常生活…… 江媽媽口述/吳新勳整理 | 11 |
| 用包容代替訓斥……謝永華 | 13 |
| 事情的真相是甚麼? ……吳克威 | 14 |
| 幸福的婚姻是怎麼來的? ……黃太郎 | 15 |
| 彩虹雖美麗，卻太短暫……匿名 | 16 |
| 病榻三十六天……吳新勳 | 17 |



指導單位：苗栗縣政府
發行單位：苗栗縣政府社會處
社團法人苗栗縣肢體傷殘自強協會
發 行 人：徐耀昌 縣長
編輯顧問：楊文志 處長
李文清 理事長

總 編 輯：羅幸蘭
執行編輯：吳新勳．吳昆謀
編 輯：何珮儀．林昌志．方姵文


◎無礙季刊線上閱讀及收聽：

1. 苗栗縣政府身心障礙發展中心：https://barrier.miaoli.gov.tw
2. 愛苗電台 FM102.3 調頻頻道每週日下午時 4 至 6 時
   CALL IN 電話：037-470505

# 身心障礙社區日間作業設施-851 工坊~無聲中邁向陽光的君君

君君在家中排行老么，高中畢業於台中市立啟聰學校，畢業後的君君順利在職場工作，君君後來發現在職場中與同儕互動無法融入產生癥結點，於是君君退出職場，在家中休息；民國 108 年，君君的姊姊透過本縣網路瞭解身心障礙者使用服務資源，姐姐親自帶著君君前往 851 工坊詢問有關身心障礙者使用社區日間設施服務，家屬希望君君白天有一個環境讓君君可以學習技能和人際的互動。

君君在聲暉小作 851 工坊中，專業教保人員會使用手語與君君溝通，且同儕中也有 1 位聽障者，君君在 851 工坊覺得像家的感覺，君君表示專業服務員及同儕都很關心她，大家一起討論分享願望及學習事項；君君的願望想要獨立有一份工作及穩定收入。

君君每日早晨自行獨立搭公車前往 851 工坊，路程約四十分鐘抵達小做所，君君在 851 工坊學習清潔打掃及代工..等作業活動; 君君在作業活動初期需要工作人員細心教導與學習技巧建立工作事項規則及注意安全，經過幾個月學習，很明顯看到君君作業技能進步及人際交流互動很密切，笑容也變多了。

在 108 年 11 月份竹南衛生所經由優先採購網路資訊平台(衛生福利部設立【優先採購網路資訊平台】提供各級政府機關、公立學校、公營事業機構做優先採購)告知 851 工坊有一個時段清潔打掃的工作機會，每周工作五天，每次二小時，因該項工作機會離君君家很近，詢問家長及君君意願後，君君很願意前往該所進行清潔打掃工作，於是在同年 11 月底先由媽媽陪同在本縣竹南衛生所打掃環境清潔的工作。

在工作中也因衛生所工作人員都很和善，也會看到君君掃地的困難，幫他購買可以將地上毛髮打掃乾淨的工具，讓君君每天都很期待可以前往該所擔任清潔打掃的工作，雖然有時候打掃的乾淨度仍需要叮嚀，但可以看到君君在工作上有成就，臉上散發出自信，君君每當回到家中情緒穩定也很好，君君領到第一份薪水時，還會先數數有多少錢，然後放進自己的包包，君君也主動跟工作人員用手語表示”會認真工作”，看到君君從一個滿臉愁容的孩子變成有自信且笑容滿面的孩子，這中間的過程需要多方的協助，包含家長的支持，851 工坊工作人員的引導，衛生所工作人員和善的對待，更重要的是君君自己願意邁出家門認真看待工作這件事。

苗栗縣政府委託轄內身障機構及社團，針對無法進入庇護性就業服務場所之身心障礙者，辦理社區日間作業設施(簡稱小做所)，提供的服務，以作業活動為主，自立生活及休閒文康為輔導。

如您的家中或社區有接受服務需求者，可洽詢本府四處服務單位:

1. 苗栗市-社團法人苗栗縣聲暉協進會(851 工坊)聯繫電話：037-275-336 /
   住址：苗栗市經國路四段 851 號 3 樓
2. 苗栗市-財團法人苗栗縣私立幼安教養院(幼愛工坊)聯繫電話：037-366-995 /
   住址：苗栗市新英里 17 鄰新英 105 之 1 號
3. 頭份市-社團法人苗栗縣智障福利協進會(566 工坊)聯繫電話：037-368-611 /
   住址：頭份市民族路 566 號
4. 竹南鎮-社團法人苗栗縣身心障礙福利協進會(栗子工坊聯繫電話：037-630-273 /
   住址：竹南鎮照南里崇明街 47 號

# 109 年身心障礙者家庭托顧服務據點來囉!!!

家庭托顧服務係為新型創新服務，一種介於居家與社區照顧間服務方式，於日間協助照顧身心障礙者，每日收托時間 8 小時為主，如同保母在自家照顧幼兒般，我們將家中身心障礙者送至家托據點接受照料，家庭照顧者亦可外出就業，使其獲得喘息支持；而家托員亦因照顧服務而有穩定收入。因此，本府積極申請公益彩券回饋金補助辦理家庭托顧服務計畫，本年度由社團法人苗栗縣智障福利協進會承接，說明如下：

1. 服務對象：設籍及實際居住苗栗縣年滿 18 歲以上，並領有身心障礙證明者，經社工需求評估有家庭托顧服務需求者。
2. 服務據點如表列：
   竹南 1 處、頭份 4 處、苗栗 4 處、公館 2 處、頭屋 2 處、苑裡 1 處，計 14 處據點，共 14 名家托員提供服務，每一據點可收托人數為 3 人，目前使用人數為 13 人，尚可收托人數為 29 人。

109 年家庭托顧服務據點列表

| 據點數 | 服務據點 | 據點地址 | 服務人數 | 尚可收托人數 |
|---|---|---|---|---|
| 1 | 竹南大厝點 | 竹南鎮大厝里 | 2 | 1 |
| 2 | 頭份中山點 | 頭份市中山路 | 2 | 1 |
| 3 | 頭份新華點 | 頭份市新華里 | 1 | 2 |
| 4 | 頭份新興點 | 頭份市新興街 | 1 | 2 |
| 5 | 頭份成功點 | 頭份市成功里 | 0 | 3 |
| 6 | 苗栗北苗點 | 苗栗市北苗里 | 1 | 2 |
| 7 | 苗栗自治點 | 苗栗市自治路 | 0 | 3 |
| 8 | 苗栗福麗點 | 苗栗市福麗里 | 1 | 2 |
| 9 | 苗栗勝利點 | 苗栗市勝利里 | 1 | 2 |
| 10 | 公館館中點 | 公館鄉館中村 | 0 | 3 |
| 11 | 公館福星點 | 公館鄉福星村 | 0 | 3 |
| 12 | 頭屋中華點 | 頭屋鄉頭屋村 | 3 | 0 |
| 13 | 頭屋明德點 | 頭屋鄉明德村 | 1 | 2 |
| 14 | 苑裡南房點 | 苑裡鎮房裡里 | 0 | 3 |

3. 服務內容：
(1)身體照顧服務：
包含協助如廁、沐浴、穿換衣服、口腔清潔、進食、服藥、上下床、陪同運動、協助使用日常生活輔具器具及其他服務。
(2)日常生活照顧服務：
包含換洗衣物之洗滌、文書服務、備餐服務、陪同就醫或聯絡醫療機構、文康活動及協助參與社區活動等服務。
(3)安全性照顧：
注意異常狀況、緊急通報醫療機構、協助危機事故處理及其他相關服務。

4. 服務收費標準：

| 身份別 / 收費標準 | 低收入戶(100%) | | 中低收入戶及2.5倍身障補助(85%) | | 一般戶(75%) | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | 補助上限 | 自費標準 | 補助上限 | 自費標準 | 補助上限 | 自費標準 |
| 全日托 | 760元 | 0元 | 646元 | 114元 | 570元 | 190元 |
| 半日托 | 380元 | 0元 | 323元 | 57元 | 285元 | 95元 |

5. 承辦單位聯繫資訊：社團法人苗栗縣智障福利協進會黃社工 037-368611(苗栗縣苗栗市勝利里金龍街 188 號)。

本府希冀透過家庭托顧服務，將服務輸送到照顧支持系統不足的家庭，提供服務給服務對象並且緩和家庭照顧者照顧負荷藉以陪伴與支持。若您或您身邊的身障朋友有家庭托顧服務需求，歡迎逕洽承辦單位!

## 歡迎聽語障朋友申請手語翻譯及同步聽打服務

本府為協助聽語障者有效溝通，公平參與社會生活，特委託社團法人苗栗縣聲暉協進會辦理本縣手語翻譯、手語視訊服務、同步聽打服務，提供陪同翻譯服務及急迫性洽公、諮詢服務，並於每週一至週五上午 9 時至 12 時，每周一延長服務至下午 1 時，於本府第二辦公大樓一樓設置駐點櫃檯提供手語翻譯服務，以協助聽語障者於洽公、溝通協調、緊急或其他事故時，得到即時協助，提升聽語障者公平、尊嚴參與社會之權益，落實聽語障者無障礙生活環境。

申請陪同翻譯服務者，於活動前七天以親送或傳真申請表並檢附會議或活動相關資料，向社團法人苗栗縣聲暉協進會(電話 037-275336，傳真 037-277180)或至手語翻譯駐點櫃檯（苗栗縣政府身心障礙服務櫃檯），地址：苗栗市府前路 1 號，提出申請，如有任何疑問，請撥洽詢專線(037-559653、傳真：367213 李小姐)。

# 『期待成為手心向下的人』
# 苗栗縣優先採購身障福利機構及團體之商品與服務

2020 新的年度開始，一切充滿希望歡欣的時刻，身心障礙朋友們依然捲起衣袖認真努力在崗位上，雖然動作慢了些，但每個成品都是這些慢飛朋友最真誠的禮物，苗栗縣參與優先採購網路資訊平台 (http://www.815179.com.tw/news.php) 之身障機構、庇護工場共有 5 個單位，皆在平台上協助慢飛天使提供愛心商品及服務，歡迎公私部門、企業及社會大眾透過優先採購平台訂購商品及服務，給慢飛天使一個工作舞台與機會，一同分享愛與溫暖。您的訂購並協助宣導都是一份愛的力量，讓我們一起守護身障天使，守護愛與希望。

以下提供縣內機構資訊，請上網或致電查詢其提供之各項產品及服務資訊，歡迎您的愛心訂購：

1. 幼安教養院

   http://www.yuan.org.tw/

   聯繫電話：037-366995

2. 新苗發展中心

   http://www.hsinmiao.artcom.tw/ap/index.aspx

   聯繫電話：037-430430

3. 聲暉協進會

   https://sites.google.com/site/maimolsound/

   聯繫電話：　037-275336

4. 多元創業就業開發協會

   苗栗縣多元創業就業開發協會

   聯繫電話：037-253776　0919-365572(練小姐)

5. 阿昌清潔庇護工場

   和宸企業社附設阿昌清潔庇護工場

   聯繫電話:037-370996

# 身心障礙者權利公約宣導~身心障礙者權利公約 CRPD 條例

## 身心障礙兒童(第 7 條)

- ✓ 締約國應採取所有必要措施，確保身心障礙兒童在與其他兒童平等基礎上，充分享有所有人權與基本自由。
- ✓ 於所有關於身心障礙兒童之行動中，應以兒童最佳利益為首要考量。
- ✓ 締約國應確保身心障礙兒童有權在與其他兒童平等基礎上，就所有影響本人之事項自由表達意見，並獲得適合其身心障礙狀況及年齡之協助措施以實現此項權利，身心障礙兒童之意見應按其年齡與成熟程度適當予以考量。

## 意識提升(第 8 條)

- ✓ 締約國承諾採取立即有效與適當措施，以便:
  - (A) 提高整個社會，包括家庭，對身心障礙者之認識，促進對身心障礙者權利與尊嚴之尊重。
  - (B) 於生活各個方面對抗對身心障礙者之成見、偏見與有害作法，包括基於性別及年齡之成見、偏見及有害作法。
  - (C) 提高對身心障礙者能力與貢獻之認識。
- ✓ 為此目的採取之措施包括:
  - (A) 發起與持續進行有效之宣傳活動，提高公眾認識，以便:
    - (a) 培養接受身心障礙者權利之態度。
    - (b) 促進積極看待身心障礙者，提高社會對身心障礙者之瞭解。
    - (c) 促進承認身心障礙者之技能、才華與能力以及其對職場與勞動市場貢獻。
  - (B) 於各級教育體系，包括學齡前教育，培養尊重身心障礙者權利之態度。
  - (C) 鼓勵所有媒體機構以符合本公約宗旨之方式報導身心障礙者;
  - (D) 推行瞭解身心障礙者及其權利之培訓方案。

資料來源：CRPD 身心障礙者權利公約網站(http://crpd.sfaa.gov.tw/)

**苗栗縣政府~身心障礙者權益諮詢及申訴管道:**

★縣民熱縣:1999
★縣長信箱: (https://service.miaoli.gov.tw/sps/SWSF/SWSF01009.aspx)
★苗栗縣政府社會處身障服務科:037-559648

# 法律扶助基金會苗栗分會
# 爲身心障礙者 駐點法律諮詢
# 地點：苗栗縣身心障礙發展中心 2 樓
## (苗栗市嘉新里經國路四段 851 號)

| | |
|---|---|
| 服務時間 | 每月第三週 星期五<br>上午 9 時 30 分至 12 時 |
| 日期 | 1/17、2/21、3/20、4/17<br>5/22、6/19、7/24、8/21<br>9/18、10/23、11/20、12/18 |
| ☎：037-368001 | |

**法扶提供全國聾人(聽覺障礙者)的服務**
**有提供手翻和聽打喔～需事先預約**

1.請加入Line 帳號：加入後請提出您的需求，本會將有專人回覆您。
(專人回覆時間爲 10:00~16:00。國定假日、例假日未提供服務)

2. 請直接填寫線上 google 表單預約法律諮詢或申請扶助
（表單連結：https://goo.gl/forms/L7hfjobYlUJ3nuV52）
「您填寫完本表單後，尚未完成預約。本會將於收到表單資訊後，由專人聯繫您與您所在地之分會，確認服務時間與需求後，始完成預約。請依本會專人為您最後確認的時間，前往各分會據點進行法律諮詢／申請律師。」

3. 請寫下您的姓名、聯絡方式以及您想問的問題 email 到 legalaid@laf.org.tw 或傳眞到 02-2322-5289，本會將有專人回覆您。

※請注意，以上功能僅限於聾人(聽覺障礙者)使用，且僅供表達需求，無法直接法律諮詢或申請扶助。
※手語翻譯服務、同步聽打服務皆為免費服務，您無須負擔任何費用。

**訴訟案件需協助　有衛福部專案～**
衛福部專案(需領新制身心殘障證明或手冊之本人案件)
全戶共同居住之親屬 107 年度所得清單、財產清單及案件資料。
(全戶收入及財產未超過本會無資力標準的 1.5 倍之規定)

# 社團法人苗栗縣同心身心障礙服務協進會
# 接受苗栗縣政府委託辦理

## 109 年度身心障礙者職業訓練—直播社群行銷暨商品拍攝美編班簡易招生簡章

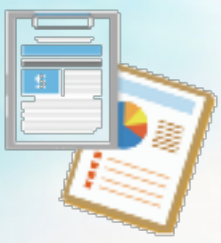
| 課程名稱 | 內容 | 時數 | 課程名稱 | 內容 | 時數 | 課程名稱 | 內容 | 時數 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 一般課程 | 開訓典禮 | | 專業學科 | 心靈動力團體 | 18 | 專業術科 | 故事行銷與商品 EDM 撰寫 | 48 |
| | | | | | | | 網路社群行銷實務技巧 | 24 |
| | 結訓典禮、成果展 | | | 資訊素養 | 2 | | 直播拍賣實作與社群經營 | 72 |
| 就業準備課程 | 工作態度與認知 | 6 | 專業術科 | 商品美編設計與修圖 | 72 | | LINE 商家 2.0 行銷與生活圈 | 18 |
| | 求職技巧、職場安全 | 6 | | Line 貼圖設計上架與數位行銷 | 18 | | 商品影片拍攝及 Youtube 頻道實作 | 30 |
| | 性別平等、性侵害防治專業訓練 | 6 | | 網路商家與 Google 免費資源應用 | 30 | | 手機 APP 拍攝及影片剪輯後製 | 48 |
| | 職場現況與職涯規劃 | 12 | | 視覺美感設計與數位應用 | 36 | | 電商風險管理與危機處理 | 12 |
| | | | | 銷售與客戶服務技巧 | 36 | | 資訊安全與網路詐騙防範 | 6 |

訓練班別及時間：

| 訓練班別 | 人數 | 時數 | 訓練期間 | 上課時間 |
|---|---|---|---|---|
| 直播社群行銷暨商品拍攝美編班 | 15 | 500 | 109.07.01-109.10.29 | 週一至週五 09:00-16:00 |

（一）電話報名：(037) 482403　梁小姐
（二）傳真報名：(037) 482975
（三）報名日期：即日起-109 年 6 月 15 日(星期一)下午 5 時止。
（四）報名地點：社團法人苗栗縣同心身心障礙服務協進會
(竹南鎮中華里 16 鄰南寶街 47 號)
（五）甄試日期：109 年 6 月 22 日(星期一)上午 9 時
（六）甄試及上課地點：苗栗縣身心障礙發展中心
(苗栗縣苗栗市經國路 4 段 851 號 5 樓)

### 繳交資料



1.身心障礙證明
2.身份證正反面影本 1 份
3.相片 2 張，1 吋或 2 吋均可
4.勞工保險投保明細表 1 份
(本人持身份證及印章至勞保局苗栗辦事處開立)
5.相關失業證明

# 苗栗縣身心障礙者自立生活支持服務

## 身心障礙者自我選擇、自我決定、自我負責，在社區生活並平等參與社會

◎服務宗旨

依身心障礙者的需求，與同儕支持員共同擬定自立生活計畫，提供身心障礙者在社區居住、生活、參與各項活動之協助，及其他社會資源的連結，使身心障礙者可以自我決定、選擇及負責，在均等機會的前提下，選擇合適住所，融入社區自主生活，達到平等參與社會。

考量個人助理和同儕支持員媒合不易，身心障礙者及社會大眾對自立生活概念尚待培力，衛生福利部擬於 109 年建置「自立生活資源平台」，透過人才資料庫媒合功能，協助障礙者選用個人助理及同儕支持員，並增設地方政府發佈教育訓練訊息、線上報名及影音宣導專區等各項功能，設置自立生活整合性資訊網站，以強化自立生活服務的普及性及可近性。

### 壹、服務對象及資格限制：

一、居住或戶籍設於本縣，年滿 18 歲之中度以上身心障礙者。

二、經評估有自立生活意願及需求之中度以上身心障礙者。

三、未接受機構安置、未聘雇看護(傭)、未領有政府提供之特別照顧津貼、日間照顧費或其他照顧費用補助者。(但接受衛生單位之機構喘息服務補助者，不在此限。)

四、領有身心障礙證明(手冊)之身心障礙者，接受「身心障礙者補助使用居家照顧服務計畫」補助之 18 歲以上中度以上，經評估有自立生活意願及需求之身心障礙者。

### 貳、服務補助時數：

一、極重度者每月最高補助 60 小時。

二、中重度者每月最高補助 30 小時。

三、家庭總收入平均分配全家人口之金額達當年度每人每月最低生活費 1.5 倍以上未達 2.5 倍者，補助 90%。

四、一般戶補助 70%。

五、低收入戶或中低收入戶免費。

六、時數費用：每小時 200 元。

### 參、同儕支持員服務內容包含：

一、居住處所、居住空間的規劃安排。

二、居家生活協助事項，居家照顧服務資源的連結。

三、社會參與活動的協助，包括個人助理的安排，交通資訊等。

四、同儕（身心障礙者）團體的參與及組織，自我充權計畫。

五、輔具使用與規劃……等。

六、相關生涯階段之轉銜服務。

### 肆、個人助理員服務內容：

一、個人協助：例如(如廁、進食、沐浴、簡易被動式肢體關節活動…等)。

二、家事協助：例如(打掃、洗衣、煮飯…等)。

三、其他協助：例如(購物、就醫、讀報、就業、就學…等)。

伍、資源使用協助(輔具、財務、交通、無礙環境…等)。

◎主辦單位:苗栗縣政府　◎承辦單位:社團法人苗栗縣肢體傷殘自強協會

◎服務聯絡窗口:037-268687　傳真：269172　林秀蕊、賴家恩社工

◎地址:苗栗縣身心障礙發展中心(苗栗市嘉新里經國路 4 段 851 號 2 樓)

◎協會臉書:lcw.o5050@gmail.com。　本專案由公益彩券回饋金補助

## 身心障礙者視障生活重建服務

您家中有因意外或生病造成的身心障礙家屬受生活困擾或無法自理的問題而需要協助嗎?苗栗縣政府為協助中途致障之視障朋友，特委託社團法人苗栗縣視覺障礙者福利協進會辦理視覺功能障礙者生活重建服務，透過個案管理的方式提供多元的服務，為視覺障礙者擬定適切的個別服務計畫，連結所需的資源協助，減少家庭其他成員的負擔，能擁有生活基本能力，避免被社會隔離或排除，致與社會脫節。

一、服務對象：

(一) 設籍或居住於本縣且領有身心障礙證明之視覺障礙者或含視覺障礙之多重障礙者。

(二) 服務優先順序如下：

1.新領證明且中途致障者。

2.中途致障且未接受過定向訓練者。

3.中途致障且具生活重建、生活自理需求者。

4.現未安置或未曾安置於各類身心障礙福利單位或特殊學校者。

5.其他：有就業、就學或其他需求者，經受任人評估須優先接受訓練者。

二、服務內容：

(一) 個案管理專業模式。

(二) 定向行動訓練。

(三) 生活自理能力訓練。

(四) 資訊與文書訓練(盲用電腦/智慧型手機操作/點字)。

(五) 功能性視覺評估及視光學評估。

(六) 輔具評估。

(七) 社會暨心理評估與處遇。

(八) 成長團體課程。

(九) 技藝、體能及休閒服務活動。

(十) 提供相關資源訊息或進行轉介。

三、教學方式：提供一對一的訓練服務與到宅式個別化訓練（免費)。

四、服務時間：週一至週五　08：00-12：00，13：00-17：00。

五、服務單位：社團法人苗栗縣視覺障礙者福利協進會。

六、如有相關諮詢或使用需求，歡迎洽詢專線：　037-269478(林社工)。

# 蠶豆症患者，也可過正常生活

江媽媽口述/吳新勳整理

有一天，江媽媽帶著承翰和承德（化名）兩位小孩來我家串門子。老婆拿出一些零食請他們吃，江媽媽一看，馬上面有難色，老婆一臉錯愕的看著我，我也感到茫然。這時，江媽媽抓了一把糖果給小孩，說：「你們和威威（我兒子）到房間去玩。」他們進入房間後，江媽媽才很不好意思的說：「實在很抱歉，承德患有蠶豆症，我是擔心他吃到蠶豆。」我一看桌上，果然有一盤蠶豆酥，老婆趕忙把它收起來，說：「對不起，我不知道承德有蠶豆症。」經過這一番波折，我們的話題自然而然的圍繞在這裡。

江媽媽嘆口氣說：「為了全心全意照顧承德，我辭去了工作。」我問：「看他好好的，哪裡不好照顧？」江媽媽苦笑說：「表面上看不出來，其實要無時無刻留意著他，避免他接觸某些食物，如蠶豆、加磺胺劑的食物，以及藥物，像抗瘧疾藥物、阿斯匹靈類藥物等，同時也要接受抗病疫苗注射，如 A 型肝炎疫苗，以防止發病。所以，我每天都活在戰戰兢兢中。」

曾就讀食品營養系的老婆說：「磺胺劑不是一種動物用藥品，添加在飼料或飲水中口服、皮膚注射或肌肉注射用來預防、治療動物疾病嗎？一般家禽家畜，如：雞、豬、牛、羊等肉類都可能有殘留，那承德是吃素嗎？」江媽媽說：「我問過醫生了，一般市面上的肉類很少有磺胺素殘留，而且我也會控制他的食用量。」我好奇的問：「還有哪些東西，他不能碰觸？」江媽媽如數家珍的說：「像蠶豆、樟腦丸、薄荷、紫藥水，還有促使血液氧化的中藥材，如：金銀花、丹皮、生地、柴胡和虎杖等，都可能誘發蠶豆症患者的溶血反應。」她突然緊張的問：「威威的衣櫃有放樟腦丸嗎？」老婆說：「威威房間沒有衣櫃。」江媽媽聽了才鬆了一口氣。

老婆關心的問：「蠶豆症是遺傳性疾病，還是後天遭病菌感染的？」江媽媽說：「蠶豆症，是一種常見的先天遺傳性疾病。患者由於遺傳基因的先天缺陷，無法正常的分解葡萄糖，而使患者出現急性溶血反應，症狀包括黃疸、精神不佳，嚴重時會出現呼吸急速、心臟衰竭，甚至會出現休克而有生命危險。」她吸了一口氣，又說：「蠶豆症是屬於先天性 6-磷酸葡萄糖去氫酵素缺乏症，簡稱為 G6PD，是 X 染色體聯鎖遺傳性疾病，而男性只得一條 X-染色體，所以病症幾乎只出現於男性身上。」我說：「江

媽媽，妳怎麼懂這麼多？」老婆瞥了我一眼，說：「自己孩子患了這種病，怎麼可能不去了解呢？」江媽媽說：「知道孩子患了蠶豆症時，我很著急，賴著醫生仔細解說，也上 google 去查，還到書店去買相關的書籍研讀。我先生說我可以當蠶豆患者的顧問了。」

我問：「醫生是什麼時候發現承德罹患蠶豆症的？」江媽媽說：「承德出生滿一天時，全身皮膚即呈現泛黃色，醫師告訴我先生承德患有新生兒黃疸，抽血檢查結果發現是肇因於Ｇ６ＰＤ缺乏而引起之急性溶血，也就是蠶豆症。由於承德出現嚴重的溶血性黃疸，醫生經過我們同意後，立即給予換血治療，才撿回一命。」老婆點頭說：「幸好妳是在大醫院生產，有足夠的醫療資源。」她繼續說：「是啊！承德出院時，醫院發給承德一張蠶豆症提醒卡，建議若生病就醫時，直接將提醒卡交給醫生，幫助提醒醫生，避免不安全的用藥。」我說：「有提醒卡的確比較有保障，其他還需要注意什麼嗎？」

江媽媽又嘆口氣說：「多得很，像居家環境、衣櫥、廁所內都要避免使用樟腦丸；薄荷也不能碰；受傷時或口腔唸珠菌感染時，不能使用含有龍膽紫的藥水，如紫藥水，而且要避免吃蠶豆及其製品。我最擔心的是，許多公廁都會放置樟腦丸，另外，很多零食都摻有蠶豆成分，小孩子不容易分辨。」我說：「要防範的那麼多，承德又還小，妳都怎麼做？」江媽媽雙手一攤，說：「還能怎麼辦！只能盡人事，聽天命。我都是不斷的做機會教育，提醒他，教育他。而他也曾因誤食蠶豆製品而住院過，知道生病的痛苦。」老婆問：「難道沒有藥可完全醫治嗎？」江媽媽搖頭說：「很不幸，由於這種先天代謝的疾病是染色體基因異常，導致紅血球內葡萄糖六磷酸鹽脫氫鎢缺乏所致，所以至今還沒有藥物可以完全治療。」

這時候，小孩們在房間玩累了，承德倚在江媽媽身邊說：「媽，我想回家了。」江媽媽用手帕替他擦乾汗水，憐愛的說：「好，我們也打擾吳爸爸、吳媽媽很久了，該回家了，和他們說再見吧！也謝謝威威陪你們玩，歡迎威威到我家玩。」

江媽媽他們離開後，我和老婆都沉默不語，心裡很沉重，祈願承德能夠平安健康，和一般孩子一樣快快樂樂的長大。

# 用包容代替訓斥

謝永華

在一次親友的聚會中，我深深的感受到何謂「用包容代替訓斥」。當餐廳還沒上菜，親友們嘰哩瓜啦的你一言我一語，比菜市場還嘈雜，我怕吵，但為了不傷和氣，我只好忍耐著。而此時，我那「田喬子」的姨媽正在誇耀她高貴的牛皮手提包：「這是我在法國旅遊時在一家名店買到的，是限量款。」她要大家摸摸那手提包，繼續說：「這手提包的款式和柔軟令人愛不釋手。下次我再去法國時，我也會去買限量款的，真的是物超所值。」我一向不喜歡她那暴發戶的嘴臉，因此，不客氣的說：「姨媽，您最好收起來，萬一待會沾到湯汁，您就又要去法國一趟了，而且也找不到相同的。」姨媽很豪氣的說：「有甚麼關係，大不了買個新的，反正法國的名牌手提包多的是。」

可是表妹臉色一變說：「媽，不要再說的，收起來吧！」姨媽假意白了她一眼，把名牌包放在膝蓋了。

我真的是烏鴉嘴，上到第五道蒸鱸魚時，服務生一不小心，盤子一斜，湯汁濺到姨媽高貴的手提包上，姨媽驚叫出聲，怒瞪服務生，眼看就要咆哮起來，服務生更是嚇得臉色泛白，頻頻道歉。只見表妹迅速的向姨媽施了一個眼色，遞給她一包面紙，然後站起來，對服務生柔聲說：「沒事，回家洗洗就好了。你去忙你的，真的沒關係，不必放在心上。」服務生這時臉色稍好些，說聲「對不起」才離開。表妹坐下後對姨媽說：「以前我在學校實驗室裡撞翻一台昂貴的儀器，我嚇得臉色泛白，可是老師非但沒有責備我，還關心問我有沒有受傷。媽，既然別人能原諒您的女兒，您也應該原諒犯錯的人，他們也是別人家的孩子啊！」

姨媽頭低了下去，親友都豎起大拇指，我也感覺到「用包容代替訓斥」，不是皆大歡喜嗎？

人生本來就像一場戲，當然有悲有喜。好脾氣帶來好運氣，用包容代替訓斥，凡事看開一點，處世以以和為貴，做人不要動不動就暴跳如雷，經常以平和的心態對待他人，少生氣，學會自制，自然就能減少許多不必要的是非與紛擾。

《尼各馬科倫理學》中有這樣一句話：「任何人都可能發脾氣，但要做到為正當的目的，以適宜的方式，對適當的對象，適時適度地發脾氣，可不是容易的事。」能夠輕鬆自如地駕馭自己憤怒的情緒，這是一個人好修養的表現。

在日常生活中，當別人對不起我們，我們覺得很無辜、很無奈時，應該如何面對呢？是針鋒相對，怒目相視，睚眥必報呢？還是寬容豁達，原諒他人呢？所謂「忍一時風平浪靜，退一步海闊天空」，面對這樣而噴發出來的憤怒之火，既會傷到無辜的人，也會燒到自己頭上。這時，管理好自己的情緒，少怪罪別人，多檢討自己，再深呼吸一下，調整心態，看法改變，不滿就會消失，向壞心情說再見，不要做無謂的埋怨和惋惜。

## 事情的真相是甚麼？ 吳克威

曾聽過一個故事：有個小孩很羨慕鄰居是個穿金戴銀、出入乘坐大轎車的富翁，他很想知道富翁為什麼那麼富有。於是，他偷偷觀察富翁的行蹤，發現富翁都會在傍晚到河邊走走。有一天，他鼓起勇氣走上前，問：「請問您為什麼那麼有錢？」富翁笑了笑，從褲袋裡拿出一個銅板，和藹的說：「小時候父親給我一個銅板，我拿去買一些少見的文具，然後用比較高的價錢賣給同學，因此我賺了一個銅板，如此我就以這種方法，慢慢的累積財富。」小孩似懂非懂的點了點頭。富翁突然呵呵大笑，說：「你懂個屁，我這麼有錢，真正的原因是我父親留下龐大的遺產給我。」富翁說完，慢慢的離去，留下目瞪口呆的小孩。

小時候，老師總是要求我們看名人、偉人、成功者的傳記，說可以透過他們的經驗，我們也可能做到。那時我就有疑問，為什麼老師不看呢？他們看了，不也是可以成為那些人嗎？因此反抗性很強的我，把這些傳記都擺在一旁，也就是束之高閣。後來，讀了一些歷史書後，更加了解，其實世界上很多事情的真相早已被當事者或特定人士所美化，他們的缺點也經過刻意的潤飾淡化；而成功者的自傳只會告訴我們，他是如何辛苦、努力、獨具慧眼，又怎會告訴我們他成功的背後曾經做過哪些污穢不堪或奸詐的事。

## 很棒的批註

●胸口摸得著的尺寸叫——胸圍；胸口摸不到的尺寸叫——胸懷。
●眼睛看得到的地方叫——視線；眼睛看不到的地方叫——視野。
●嘴裡說得出來的話叫——內容；嘴裡說不出來的話叫——內涵。
●手上比劃出來的動作叫——手勢；手上比劃不出來的動作叫——手段。
●腦子裡測得出的東西叫——智商；腦子裡測不出來的東西叫——智慧。

# 幸福的婚姻是怎麼來的？ 黃太郎

有些人有一些錯誤的想法，認為身心障礙朋友因相知相惜，婚姻比較穩固，其實不然，他們和一般人沒有兩樣，同樣有美滿的，也有不幸的，尤其是一個健康，一個有障礙，更是屬於高危險群，更應該用高智慧來相處。

每一個人都嚮往美好的愛情，但是卻都忘記現實中的愛情，是需要經過彼此充分的認識、溝通及相互的包容，才會有完美的幸福結局。而現在的社會，夫妻因種種因素，離婚率已超過三分之一，這可以說明很多人在選擇另一半時犯了嚴重的錯誤。那麼我們該如何慎選自己的另一半呢？又該如何經營才能擁有令人稱羨的幸福婚姻呢？讓我們來深入討論吧！因為婚姻會發生問題，一定是有跡可循的。

一、首先是沒有相同的人生目標及規劃。在婚前，就必須深入了解雙方對未來的規劃，有了共識後才結婚。婚後，要同心協力對彼此都認同的理念努力去打拚。假如婚前對對方的生活理念沒辦法認同，即使到了婚後，也不可能因為其他因素而改變。畢竟雙方是來自不同環境的兩個獨立個體，都有各自堅持的理念與想法。

二、其次一定要給對方情感上足夠的安全感，一般來說，若是地基沒打好，儘管再堅固的房屋也會倒塌。不過，所謂「安全感」是給對方信任感與責任感，而不是讓對方感覺是在彼此控制，因為控制慾往往是讓人無法忍受的原因。在愛情的國度中，相互給彼此一個自由的空間是非常重要的。一味的限制對方，企圖去改變對方的想法，無形間是給對方難以忍受的傷害。

三、再來，面對生活上發生的問題，都應該好好的討論。雖然討論有時會因為理念不和而爭吵，但若是為了避免爭吵的發生，而隱忍不說，這不但不是解決事情的辦法，而是會讓對方感覺到不被尊重。事實上，結婚前，應該好好思考兩人在處理事情上的不同。若是有一方沒有坦誠相對的勇氣，彼此間的心結也會一直揮之不去，甚至釀成更不可收拾的後果。

四、有時在交往期間，相互打得火熱時，常會有表裡不一的雙面個性，對彼此的了解有所受限，若是此時一味的縱容，而期望婚後會改變，如此距離幸

福之路將是難上加難。結婚後，一個人的個性、行為舉止，慢慢都會顯現出來，你就會想到對方是不是可以用一生來相許的那個真愛。到了那時，恐怕連後悔的機會都沒有了。

五、最後，想先了解一個人，對方的家庭背景及成長環境一定要搞清楚，可經由拜訪對方家人，從談話、生活中仔細的觀察，應該就可以略知一二。若是對方是一個沒有主見的人，對家人的意見言聽計從，完全忽視你的感受，如此，這個人將不會是值得你真心為他付出一生的對象。因為在對方想法裡，家人的意見總是高於他自己或你。這樣你又如何追求家庭的幸福呢？實現你的理想呢？

對一般人來說，婚姻固然重要，但如果所託非人，一天到晚爭吵不休，或對方做出傷害你的事情，或是為了子女勉強生活在一起，而犧牲了一生的幸福，這樣的婚姻比不結婚還要來得痛苦，因此，婚前一定要睜大眼睛，確實了解對方再做決定，尤其是身心障礙朋友，更要慎重選擇，否則要再來一次，恐怕就不是那麼容易了。

## 彩虹雖美麗，卻太短暫

你像一道絢麗的彩虹，高掛在天空，看得見，卻摸不著。當我們剛成為朋友時，你卻迅速地消失得無影無蹤，讓我措手不及而惋惜悵惘。

很多人都羨慕你，因為你除了雙腳不良於行外，卻有一雙細膩的巧手，所捏塑的工藝品，頻頻獲獎；你也是個彈吉他的好手，記得嗎？我曾在燦爛的星空下，聽你彈了一晚上的吉他，連隔壁鄰居的女學生都拿著課本在窗口聆聽。

然而你的感情生活卻是空白的，因為你自知身體的不便，執意要娶一個身體健康的女人，可以在日常生活上幫助你，但是這種女人哪裡找呢？但你又認為儘管你多有才華，即使有女人喜歡你，但也很難通過女方父母親友這一關。我不同意你的想法，為此我們還爭論得臉紅脖子粗。

前不久，得知你罹患了胰臟癌，躺在醫院的病床上。我卻因另有要事，遲至那一天，我買了營養品去到醫院的病房，卻只看見清潔人員在換床單、被套。詢問之下，你竟然在清晨離開了這多彩的世界，結束了短暫卻充滿光芒的人生。我真的很後悔，就差那一步，我錯過了你這道絢麗的彩虹。（匿名）

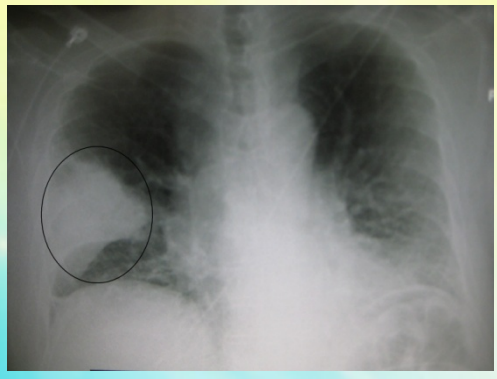
# 病榻三十六天

吳新勳

習慣上，我喜歡熬夜寫作，數十年如一日，結婚後，依然故我，老婆經常好言相勸，甚至怒聲指責，我還是狗改不了吃屎，完全無動於衷。我身體好好的，熬夜有甚麼關係？簡直是多管閒事。客家人有句俗語：「飯可以亂吃，話不可以亂講。」沒想到卻印證到我身上，差點讓我魂歸離恨天。

去年的八月六日晚上，突然覺得有點不適，開了冷氣，早早就去夢周公。可是一直輾轉反側，無法成眠。好不容易捱到第二天早上七點，老婆起床，我也滿眼金星掙扎要爬起來，可是努力了幾次，還是爬不起來，所幸老婆看了，伸手拉了我一把。勉強漱洗完畢，老婆已經出門去後龍作田野調查了。泡了一杯咖啡後，一陣頭昏眼花，心想：「我病了，必須馬上看醫生。」順手拿起平日外出的手提袋，扶著手扶梯，慢慢走下四樓，用手機叫了部計程車，直奔某醫院的急診室。

醫生立刻要我照了 X 光，他一看片子，肺部的兩邊一片白，馬上斷定是罹患了肺炎，要進加護病房，並叫我把叫家人找來簽切結書。



那時我還很清醒，問醫生：「我沒有感冒，為什麼會得肺炎呢？」醫生耐心的說：「你們都誤解了，其實我們身體裡面都有一些壞細菌，當你身體虛弱時，它就會侵襲你的臟器。你目前就是這種情形。」我又問：「很嚴重嗎？」醫生聳聳肩，不置可否。我繼續問：「會傳染嗎？」醫生搖頭說：「肺炎是不會的，肺結核才會。」醫生說完，老婆和弟弟也趕來。

送進加護病房後，裡面的醫生說要插管。這時我和老婆記起來，為了有尊嚴的面對死亡，我們都在 2016 年於健保卡上簽署了病重時不插管、不急救及不電擊，因為這些急救只能延長一些時日，卻幾乎無法治癒，那又何必多此一舉，不僅折磨病人，也折磨照顧病人的人。因此，醫生一出口，我們都予以拒絕。醫生不知何故，在一旁危言聳聽，說每年有多少人死亡肺炎，幸好我老婆堅持，因為旁邊兩床插管的病人都奄奄一息，臉部瘦得像窟窿頭，幾天後，他們就在輕輕的誦經聲離開了加護病房。

接下來，在 21 天的加護病房期間，我已陷入半昏迷狀態，以下是由老婆轉述：我大部份的時間都呈現意志混亂中，除了偶爾清醒之外，幾乎都在狂亂中，大吼大叫、亂說話、極力掙扎、辱罵醫護人員、採取不合作運動，據說我氣走四位醫護人員，被稱為「四大惡人」。至於我的身體，起初是每況愈下，我老婆每天都心驚膽跳，因為她在七天之內被緊急通知三次，要心裡有所準備，隨時準備我的後事問題，我兒子和老婆的心裡整天七上八下，食不知味，坐立不安，真是難為他們。我也需要替自己說話，我大都都在睡覺，不然就是睜著眼睛，望著天花板和耀眼的日光燈發呆，因為我平時有在睡前吃安眠藥的習慣，家人忘了告訴醫生，醫生也沒有開藥，所以猛然的「安眠

藥戒斷症」，讓我根本無法闔眼，而鄰床的病友一一蒙主寵照，那時已完全沒有任何感覺了，就如我老婆所說的:「你現在也是爛命一條。」我還在乎些甚麼呢?

21 天後，爛命竟然還存在，加護病房的醫生認為我生命跡象穩定，要我轉到普通病房。前三天神智依然混亂，胡言亂語，也睡不著。聰明的兒子查了一下 Google，原來是「加護病房症候群」，要求醫生給我打一針鎮定劑，讓我睡覺、休息，這一招果然奏效，我睡了 19 小時以後，慢慢的恢復了清醒，飲食也從牛奶改為稀飯，感謝家人無微不至的日夜照顧，以及親朋好友不時的探望，在此一併致上無限的謝意。

緊接是密集的復建，如走路、爬樓梯、腰部運動、起床、上廁所等等。其中發生一個小插曲，有一天，一位嬌小的女復健師來帶我去做爬樓梯訓練。她實在太看得起我了，我才能走一小段平路，當然問題就發生了，我一腳還沒有踏上第一階，雙腳一軟，整個人往後倒。復健師死命的拉著我的褲子後頭，讓我的股溝裂開，痛得呲牙咧嘴。而禍不單行的是，第二天練習走路時，又雙膝跪地，五、六個護理師又七手八腳用同種方式把我拉起，使我股溝的傷口更加的嚴重。更離譜的是，護士竟然拿「非炎」（一種痠痛藥膏）給我擦，那種「清涼刺激」的滋味讓我痛徹心扉，還好老婆機警，向護士反應，才換過正確的膏藥。

時代不同了，大家都在忙，親朋好友要聚在一起把酒言歡，也不是件容易的事，然而在我臥病期間，妻子兒子隨侍在側，照顧有加，好友從四面八方趕來為我加油打氣，使我這條「爛命」得以重生，只能用「銘感五內」來形容。

## 我們一起想一想「忘」與「記」

「記」是聰明;「忘」是智慧，是修養。

年幼時，我以為記得牢是真本事，過目不忘的大腦，真是天才啊!

中年以後，我終於領悟到忘得掉才是真幸福；忘不了別人的閒言閒語，人生會披上一層灰色的陰影；忘不掉傷心的往事，人格會逐漸扭曲。

壯年以後，我開始向神求「健忘」之恩。

忘掉過去的輝煌，這是謙卑；忘掉以往的失敗，這是勇氣；忘掉朋友的不周，這是大方；忘掉仇敵的攻擊，這是愛心。

「忘」比「記」難多了。「記」是聰明;「忘」是智慧，是修養。

攝於：頭屋明德水庫

社團法人苗栗縣肢體傷殘自強協會
臉書qrcode

苗栗縣身心障礙發展中心
臉書qrcode

## 苗栗縣政府

360苗栗市府前路1號 037-559648

www.miaoli.gov.tw/social_affairs

## 社團法人苗栗縣肢體傷殘自強協會

360苗栗市勝利里國福路6號 037-334792

lcw.o5050@msa.hinet.net

## 苗栗縣身心障礙發展中心

360苗栗市經國路4段851號 037-269031

barrier.miaoli.gov.tw