

地震後可望有新家

慈濟與縣府合建144戶中繼永久屋

花蓮訊／〇四〇三花蓮地震至今屆滿兩個月，花蓮地區黃單與紅單受損建物超過百間，上百戶家庭還無法安心安居。六月二日，花蓮縣府與慈濟基金會分別由縣長徐榛蔚、執行長顏博文代表簽立合作契約。慈濟基金會與花蓮縣府將共同合作，由縣府提供土地，慈濟出資興建一百四十四戶「中繼永久屋」，為花蓮地震受災鄉親提供兩年三年的中繼居所，待落成後，將依低收入、中低收入、領有身心障礙生活補助、獨居長者或雙老長者、單親家庭、領有身心障礙手冊者及房屋所有權人的排序，先後讓有需求的災民入住。之後「中繼永久屋」產權將歸花蓮縣府所有。

徐榛蔚縣長表示，縣府自四月九日起即啟動中繼屋需求調查，經過多次確認，計有一百零九戶、三百零七人有入住中繼永久屋意願。

顏博文執行長強調，因應花蓮地震，這次興建中繼永久屋耐震強度將高於一般法規標準。慈濟基金會也將與志工們及所有夥伴一起讓花蓮更好。

慈濟基金會營運處主任張正助就「中繼永久屋」規劃構想向住戶說明，中繼永久屋目前選址在花蓮市廣東街與信義街口，採低樓層設計的集合式住宅，初步規劃為五樓建物，預計興建套房共一百一十二間、雙房共三十二間，可容納三百五十二人，社區內設置社區中心、汽機車停車位、電梯等，附近生活機能良好且交通方便。

遭震毀的天王星大樓林姓住戶對於中繼永久屋，期待之情溢於言表；林小姐感恩表示，慈濟在規劃過程中對於家中老人家、小孩的空閒需求，詢問得很仔細，相信會貼心將這些需求併入設計。（文：慈濟基金會）

慈濟

週報

第35期

Tzu Chi Weekly

2024年6月10日 星期一



花蓮郵局許可證
花蓮字第 149 號
無法投遞免退回



電子報訂閱
QRcode



▲花蓮縣府與慈濟基金會分別由縣長徐榛蔚（左）、執行長顏博文（右）代表簽立「中繼永久屋」合作契約。（圖：慈濟基金會）

▲慈濟基金會規劃興建的中繼永久屋，為集合式社區住宅。（圖：慈濟基金會）

潮境公園走山驚心動魄 志工急赴現場與醫院關懷

基隆訊／六月三日下午，位於基隆市的潮境公園附近發生土石崩落意外，造成停車場車輛受困及民眾輕傷。慈濟志工得知訊息，準備了礦泉水、麵包送往現場提供給救災人員使用；另有一群志工則前往基隆長庚醫院，關懷送往該院的受傷民眾。

傍晚五點左右，確定已無人員需救援，慈濟志工即隨新北市與臺北市消防人員先行撤離，由基隆消防人員進行現場警戒，慈濟基金會表示將根據後續需求，提供協助與關懷。

（文：李佩璇）



▲志工從群組得知落石崩場訊息，隨即召集十二名志工前往關懷。（圖：慈濟基金會）



▲抵達現場的志工，儘管各個白髮蒼蒼，也使勁扛起礦泉水等物資為現場救災人員補充體力。（圖：慈濟基金會）



信願篤行菩薩道 成佛地就在人間

利益人間才是真正做人的大道理，佛陀教導我們這一條道——菩薩道，從現在開始，我們要重新來學習。我們一定要好好學「道」，好好學習做人的道理。人生來人間就要發揮價值，價值就是為人間付出，這才是真的人的價值。

「你們不只是走到，不是去觀光，是真的在行經、行道；你們是走『經』的道路，你們走到了，而且清淨佛國……」

到了佛陀的故鄉，慈濟人走到了，不是只有身體走到，而且把慈濟的法、菩薩法行入世間，身體力行去教導，教導人人做好事，人人都可以去度化苦難，你們做到了。」

生下來要喝奶，總是要跪著，知道要感恩媽媽授乳養育牠，這是牠們的生態。可是人沒有這樣的生態，總是有人受父母養育，卻不知道回饋。」

得少欲知足，找回清淨本性；而行菩薩道的過程，是度人，更是自度。「你們身體力行，應該是學到了——人因為遠離了本具的佛性，才變成了凡夫心。利益人間才是真正做人的大道理，佛陀教導我們這一條道——菩薩道，從現在開始，我們要重新來學習。」

進去……而我們自己所住的地方，從外面進來，抬頭挺胸；夏天有冷氣，冬天有暖氣，這是我們的生活，本來以為是理所當然，回歸到佛陀故鄉才得以見苦，才真正地見到這種『人生是苦』。」

「因為見苦，所以不捨，所以啟發悲心想要改變他的苦，但如何改變？要從心地清淨，心腦清淨。不然，以前在富有的國度裡，都覺得福是理所當然，求好還要再好，永遠不滿足；所以就會有一點點不如意，會有這種的『心叛逆』。」

回饋佛陀故鄉，是證嚴上人一直以來的心願，靜思弟子秉持佛心師志，行入印度、尼泊爾苦難處落實菩薩法門，弘法利生。二〇二四年六月一日，在印度深耕慈濟志業的新加坡、馬來西亞慈濟志工及當地本土慈濟志工回花蓮與上人溫馨座談，分享行菩薩道的見聞及法喜；上人讚歎那是真正的菩薩湧現在人間，慈示人間菩薩道，就是「成佛之道」。

小羊躬身跪母恩 以境教孝啟發善

五月是孝親感恩的月份，上人教導弟子行孝、行善不能等，新馬慈濟志工把握因緣，在殊勝的五月，透過活動，教孩子演繹《跪羊圖》，也帶動孩子為雙親浴足，將孝道深植孩子心中。

人人群見苦知福 菩薩行成佛之道

「不只是有形的做到，無形的教育，你們也身體力行做到了。如何報父母恩？《跪羊圖》中，小羊跪下來喝奶，牠

人入苦處，見苦知福，也才明白佛法真理，懂得少欲知足，找回清淨本性；而行菩薩道的過程，是度人，更是自度。

「這一條道你們走到了、見到了——看到尼泊爾的苦，看到苦的生活，是怎麼樣的生活。你們走入村莊裡面去，他的房子矮矮的，你們進去是要蹲著、爬著鑽

「佛陀來人間的一大事就是要教菩薩法，看

人入苦處，見苦知福，也才明白佛法真理，懂得

「這一條道你們走到了、見到了——看到尼泊爾的苦，看到苦的生活，是怎麼樣的生活。你們走入村莊裡面去，他的房子矮矮的，你們進去是要蹲著、爬著鑽

「這一條道你們走到了、見到了——看到尼泊爾的苦，看到苦的生活，是怎麼樣的生活。你們走入村莊裡面去，他的房子矮矮的，你們進去是要蹲著、爬著鑽

「這一條道你們走到了、見到了——看到尼泊爾的苦，看到苦的生活，是怎麼樣的生活。你們走入村莊裡面去，他的房子矮矮的，你們進去是要蹲著、爬著鑽



地藏經講述

靜思法藏

地藏菩薩發大願
眾生度盡、方證菩提；
地獄不空、誓不成佛。
久遠劫來，為何眾生仍在受苦，
輪迴六道，流落生死？
閱讀《地藏經》，
瞭解為何受災殃？
如何轉業緣？如何得福報？



釋證嚴 講述



靜思書軒



靜思網路書軒



HyRead

緬甸高溫48度 村民水荒 慈濟緊急供水



▲消防局與慈濟合作供應生活用水，兩輛供水車（左），每輛車可供應約一萬兩千公升的水，並派發瓶裝飲用水作應急（右）。
（攝影：陳勇珽）

緬甸訊／二〇二四年四月底，熱浪席捲亞洲，緬甸也難以倖免。由於電力短缺及戰亂破壞，許多民眾無法使用風扇和空調，加上上海上天然氣儲量減少與昂貴的柴油價格，許多人無法使用發電機。

仰光氣溫高達四十五點九度，使八百萬人口的城市更加悶熱。民眾湧向公園、碼頭及河堤避暑。受到聖嬰現象影響，緬甸從四月至五月中下旬面臨持續高溫，部分地區更出現異常降雨、風暴頻發及乾旱等極端天氣。

德拉區發展緩慢，沒有自來水供應，居民只能依靠儲存雨水過活。二〇一〇年，慈濟人曾前往當地學校發放文具。今年，異常高溫、季風降雨延遲及土地鹽化，讓德拉區的缺水問題惡化。卡南昌華村五個蓄水池中，四個因海水滲透受污染，全村僅剩一個可用的水池，需經過兩個月沉澱才能使用。

仰光消防局因佛誕節參與慈濟的「一把米供熱食」活動，將德拉區的情況知會慈濟。經了解並評估後，慈濟決定安排供水。

五月廿三日，鄉親們聽聞有團體供水，紛紛帶著水桶排隊。消防車與慈濟合作供應生活用水，並派發瓶裝飲用水作應急。兩輛供水車，每輛車可供應約一萬兩千公升的水，分裝到八百個十八公升的塑料桶中，供應給鄉親。這次的供水共計七百個家庭，約三千人受惠。

鄉親請求慈濟協助改造唯一可用的水池，鋪設防水布以防海水滲透。慈濟團隊計劃趕在雨季前完成，以便儲水。通過這些努力，慈濟緩解了德拉區的水荒，幫助居民度過難關。

（文：慈濟基金會）



▲慈濟志工應鄉親請求，將協助改造唯一可用的水池。
（攝影：陳勇珽）



▲卡南昌華村五個蓄水池中，全村僅剩一個未被海水滲透的水池（左），取水後還要沉澱（中），需經兩個月後才可使用（右）。
（圖：慈濟基金會）

跨宗教跨萬里 墨西哥修女帶動慈濟竹筒愛心

墨西哥訊／愛的號召力可以跨越空間距離、超越種族與宗教之別。距離臺灣一萬三千里遠的墨西哥，聖救世會修女開始帶動阿卡普爾科地區居民，響應慈濟「竹筒歲月」精神，啟發人人愛心。四月初，當得知臺灣花蓮發生強震，竹筒愛心短短數天即募得十五萬新臺幣，對當地收入相當有限的居民而言，這些點滴累積的愛心相當可觀。

去年阿卡普爾科地區遭遇重大風災，一百零七萬人需要援助，慈濟前往災區最嚴重地區展開三場發放，三千八百一十四戶家庭受惠。聖救世會修女們不分晝夜協助慈濟志工列出受災戶名單，並關懷受災家庭。米雪兒修女更向慈濟志工表達感謝，讓她們走出修道院，走入周邊幫助需要幫助的苦難人。

（文：慈濟基金會）



▲修女帶動當地人，響應「竹筒歲月」精神，匯聚點滴愛心為行動。
（圖：慈濟基金會）

臺灣以愛為寶 總統肯定慈濟貢獻

臺北訊 / 六月二日上午

總統賴清德在總統府接見「世界和平基金會」主席尤韋·莫拉韋茨 (Uwe Morawetz)、國立臺灣大學校長陳文章、慈濟基金會執行長顏博文、臺灣路竹會醫師林士涵等人。訪賓一行由國家發展委員會主任委員劉鏡清、外交部次長田中光陪同。

「世界和平基金會」將與臺灣大學合作推動「臺灣橋樑計畫」，邀請物理、醫學、化學、經濟等六位諾貝爾獎得主來臺進行訪問，以加深臺灣與國際間的學術交流，啟發青年學子，藉此深化臺灣與國際間連結，並以促進世界和平為目標，賴總統對此，表達至深感謝。

總統也向慈濟基金會及臺灣路竹會表達歡迎之意。他表示，多年來，臺灣發生災難時，都可以看到慈濟人以迅速的行動，提供撫慰人心的支持，包括今年四〇三花蓮震災，慈濟也設立應變中心及避難收容所，協助受災民眾。而臺灣路竹會則是長期以來在偏遠及醫療缺乏地區提供醫療及物資支援，如今足跡已經遍布五十個國家與地區，提供超過四百梯次的義診服務，令人欽佩。

總統表示，慈濟基金會與臺灣路竹會都充分展現臺灣的良善力量，也跟世界和平基金會的理念相符。期盼未來，大家在國際上都能有更多的交流合作。

(文：慈濟基金會)

◀「世界和平基金會」主席尤韋·莫拉韋茨 (Uwe Morawetz) (右七) 將與臺灣大學合作推動「臺灣橋樑計畫」。

(圖：總統府提供)



◀總統賴清德(右一)向慈濟基金會執行長顏博文(左二)握手表達誠摯歡迎之意。(圖：總統府提供)

總統也向慈濟基金會及臺灣路竹會表達歡迎之意。他表示，多年來，臺灣發生災難時，都可以看到慈濟人以迅速的行動，提供撫慰人心的支持，包括今年四〇三花蓮震災，慈濟也設立應變中心及避難收容所，協助受災民眾。而臺灣



端午佳節素粽香

臺中慈濟人造福員警20年

臺中訊 / 「蘋果代表平平安安，粽子四角有形，象徵人民保母勇敢不畏艱難，勇於執法。」臺中烏日區慈濟志工賴美婷忙著將分裝的蘋果和包好的粽子，準備讓志工帶往分局、派出所慰勞員警，送上心意滿滿的端午祝福。

收到粽子的李建林警官表示，每年課室都會收到一整籃的粽子和蘋果，令值勤員警感到溫暖無比。

烏日區志工包素粽傳統至今超過二十年了，從志工的互相邀約，到現在街坊鄰居透過群組訊息互動支援，綁素粽形成了一個共識團隊，非常有意思。今年烏日區志工動員近七十位志工，大家分工合作，儘管忙到汗流浹背，還是笑容滿面，大家互相合作，共同成就善緣。今年至今已包完超過五千六百顆粽子。

用果的福。蘋果的祝福。員警快樂。慈濟人感恩端午快樂。(攝影：許順興)



▶糯米餡料和竹葉緊密結合成一顆顆有稜有角的愛心粽子。(攝影：許順興)

73歲嫗義賣百斤炒麵 艱苦人知福造福

▼慈濟大小義賣活動，涂烏金總擔綱大廚，即便做到引發頸椎骨刺疼痛，仍然做得很歡喜。(圖：慈濟基金會)



臺中訊 / 涂烏金是慈濟臺中大甲聯絡處手藝馳名的香積志工，她為義賣做的百斤炒麵瞬間被秒殺，買不到的人還會問：「有沒有鍋巴可以賣？」七十三歲的涂烏金，平時參與訪視、手語隊、醫院志工，且每逢義賣幾乎無役不與，甚至媳婦生產當天，也忙著做義賣點心；她把握機會做慈善，因為她對人生的苦難感受特別深刻。

涂烏金是長女，從小幫忙外婆打理家務，國小畢業就到工廠當女工。十三、四歲時，臺中外埔鄉廊子村老家被大水淹沒，為重建家屋，一家大小得挑石頭做粗工存錢。不忍家人受苦，涂烏金瞞著家人搭火車到臺北找工作；她幫人煮餐，賺得每月兩千塊錢，全寄回家，也因此練就一身好廚藝。涂烏金二十歲結婚，嫁入大家庭，生活一樣勞碌，只能藉著做家庭代工時邊聽收音機裡法師宣講佛法來放鬆心靈。「有一天，聽到花蓮有一位修行很好的法師是清上人，我覺得很親切，心裡很想去看他，就這麼，涂烏金和慈濟結下緣分，踏上了慈濟行善路，四十一歲受證成為慈濟委員，至今日日奉行證嚴上人的教導，珍惜付出的機緣。現在的她，覺得自己的人生，真的很幸福。」(文：許秉瑜)



▲內湖夜間環保二十週年感恩會，大家歡喜相聚，相約一起繼續做下去。

(攝影：陳俊郎)

◀內湖夜間環保二十週年感恩會，在慈濟內湖園區舉行，一百多位社區環保志工參加。

(攝影：陳俊郎)

▼把握兩、三個小時的短暫時間，內湖志工林正雄下班後參加夜間環保，幫忙資源回收。

(攝影：林炎煌)

內湖夜間環保20年 港墘據點三班制守護地球



本刊訊 / 一九九〇年八月廿三日，證嚴上人第一次呼籲志工與民眾用鼓掌的雙手做資源回收，以減輕臺灣的垃圾問題起，內湖環保就從「一點」開始逐漸拓展。初時的社區環保只在白天活動，後因應臺北市每週三晚上不收垃圾、無資源回收的政策，因此二〇〇四年便開始了每星期三的夜間環保活動，雖然只有兩、三個小時，卻滿足了許多上班族得以做志工的意願。

二〇〇四年成立的內湖港墘路環保據點，從下午兩點開始整理，直到晚上八點多結束。據點志工林慈致笑說：「我們是自然變成三班制的！沒有上班的人，下午兩點左右就會來整理；早一點下班的人，四、五點會來接棒；許多人是下班後，大約七點左右過來。」巧妙的點是，每個時段剛好間隔兩至三小時左右，所以必須回家煮飯的、要去學校接小孩的……大家就陸續去來並接力，完成當天的回收物整理。

志工林正雄回憶起當年參加夜間環保時才二十幾歲，雙親要他退

休了再做志工。但是自己親身參與後，每次出車時，都會跟坐在旁邊的志工們聊天，聽到很多濃縮版的人生故事，中間更包括他們走過的一些坎坷與困難，學習到什麼叫做「智慧」。

林正雄的太太李惠雯說起內湖夜間環保，是因為先生發現有個地方，晚上亮亮的，似乎頗熱鬧，才知道有週三夜間環保活動。李惠雯提到每次做環保時，都令她非常開心。因為她不僅認識了許多不同年齡層的志工，而且做環保非常紓壓。全家人都來參加二十週年感恩會，滿滿的回憶和感動。

內湖週三夜間環保回收持續至今，已有二十個年頭，巔峰時期曾超過三十個據點；歷經疫情暫停回收，現在每週三出動六部環保車，前往社區鄰里共十一個環保點載回收物。雖然志工們出現年齡漸長或凋零……等問題，即使動作變慢了，體力變差了，大家仍為守護環境持續堅持與努力。

(文：施金秀、蔡佳芳、林正元)



◀因新冠疫情而暫停的每週三夜間環保資源回收，二〇二一年九月一日重啟。志工從各據點載回一車又一車的回收物。(攝影：鐘嘉新)

▲夜間時段，民眾與志工在內湖區東湖二號公園做環保。(攝影：黃金同)



▲二〇〇四年，內湖開始推展夜間環保，志工與社區民眾利用騎樓，在晚上將回收物分類集中，等環保車來載走。(攝影：洪易辰)

腎臟內科主任陳一心(右)十年不懈努力，為雙腎切除的林先生(左)尋找長期低血壓解方，兩人培養出濃厚的醫病關係。(攝影：卓冠伶)



男子自煮中藥茶補身 黃疸飆升差點要換肝

臺中訊 / 四十幾歲的林先生，在工廠做大夜班，老闖貼心買了何首烏、黃耆、紅棗、枸杞等中藥材，想讓員工調養身體。林先生每天煮藥材當茶飲用，一個月後，家人同事注意到林先生眼白與皮膚泛黃，但他沒有感到不舒服，直到觀察尿液變成咖啡色，才到住家附近的地區醫院檢查，結果顯示林先生的黃疸

指數飆破正常值的二十五倍，地區醫院趕緊轉診到臺中慈濟醫院做進一步檢查與治療。肝膽腸胃科主任廖光福說明，林先生轉診時的黃疸指數以臨床經驗判斷已經是猛爆性肝衰竭，急診檢測肝功能(GPT)指數也超出正常值的四十倍，若出現肝昏迷就必須通報一般外科準備換肝！廖主任仔細詢問林先生

的生活史，林先生回想煮中藥茶那段期間，一天平均喝五百到一千毫升，確認真的是補過頭了。找出病因後，廖主任安排大量點滴加快代謝、補充營養與藥物治療，順利降低黃疸指數，肝功能也逐漸恢復。廖光福主任提醒，中藥確實能幫助身體健康，但使用中藥處方，必須依照中醫師指示，千萬不要自己調配與過量食用，以免導致猛爆性肝衰竭，陷入危及生命的風險。(文：陳彥儒)

發現黃疸治療流程

治療黃疸需要找出病源，才能有效治療。(圖：陳彥儒)

過動藥可治透析低血壓 臺中慈院造福全球腎友

臺中訊 / 臺中慈濟醫院腎臟內科主任陳一心十年不懈努力，尋找解決雙腎切除病人長期低血壓的解方，發現治療過動症藥物阿托莫西汀(Atomoxetine)，能改善病人透析低血壓問題。研究成果通過SCI期刊的美國國家腎臟基金會期刊《腎臟醫學》(Kidney Medicine)審核發表，將幫助全臺九萬名及全球約三百萬名透析病人。林先生因遺傳性多囊腎病引發敗血症，只能手術切除雙側腎臟，但手術後卻出現嚴重低血壓，症狀嚴重影響生活。透析低血壓休克送急診已司空見慣，洗腎室只能固定安排護理師守在他身旁確保安全。陳主任嘗試以各種常規升

壓治療，但效果都不理想，甚至尋求腎臟學領域專家也沒有具體建議。進一步安排病人做一系列功能檢查後，確定是因自主神經功能異常導致低血壓，治療策略因此改變。陳主任研究醫學文獻，找到在國外使用過動症藥物阿托莫西汀治療神經退化性疾病的案例。陳主任開始讓林先生以安全劑量服用阿托莫西汀，服用藥物一週後，透析期間的血壓不僅變得穩定，透析後的血壓也獲得有效控制。林先生持續服用藥物兩年來血壓穩定，他感謝陳主任十年來沒有放棄他，期盼自己的經歷，能夠透過陳主任的研究走向國際，為更多受透析低血壓困擾的病人帶來新希望。(文：卓冠伶)

常常胃痛嗎？花慈中醫教您按壓「益胃穴」

中醫穴位調養中，最常用於調理脾胃的穴位，就是十總穴裡又被稱之為「益胃穴」的「公孫穴」。(攝影：黃思齊)



花蓮訊 / 現代社會中，許多人因為工作繁忙、生活壓力大，容易發生腸胃脹痛，甚至胃食道逆流，這時候位於足太陰脾經上的「公孫穴」就能發揮用處。找到腳掌內側大腳趾關節基底的隆起，從隆起後的凹陷處再沿著腳掌內側緣向後，大約一個大拇指橫寬(一吋長)的距離處，緊貼腳骨下方的凹陷處就是公孫穴。找到之後，可以用食指或拇指指腹順時針輕輕按壓，力道以出現痠脹感為準。中醫的理論中，脾胃是互為表裡的臟腑，一起統籌大多數消化相關的疾病，因此與脾胃經絡相通的公孫穴，對於胃脹、胃痛、消化不良、腹痛有一定的療效；同時公孫穴又與衝脈相連接，衝脈是一個與氣逆上衝諸症相關的經脈，所以，腹脹急痛、經痛等症狀，也可以經由公孫穴緩解症狀。花蓮慈濟醫院中醫部黃咨博醫師表示，公孫穴除了能調養脾胃功能，也能緩解月經造成的不適。另外，由於胎兒主要是靠著母體的血液滋養，所以，輕輕地按摩公孫穴還有保養胎兒的功效。(文：黃思齊)

熱血小騎士勇闖10km 花慈小三生尋訪家鄉之美

花蓮訊 / 五月廿五日，花蓮慈大附小舉辦單車小騎士挑戰任務，讓學生們透過實地訪查，進行一場有意義的探索之旅。親師生騎乘腳踏車，以環保的方式探訪家鄉，除了前往富康長照中心，還拜訪家鄉行政機構，更特別前往消防局，感謝地震時特種搜救大隊的付出，守護花蓮鄉親的安全。

全程十公里，第一站拜訪富康老人長照中心，行前，學生們透過課程，了解來臺移工的辛苦，特別利用此次到訪，送上自製的卡片，感謝移工阿姨們用愛照顧長者。

而在消防分隊，簡弘承特搜大隊大隊長介紹了搜救犬的訓練及特搜大隊的工作，學生們興致盎然地不斷提問，了解到特搜人員的辛苦與不容易，冒著生命危險守護大家的安全，學生們獻上自己用心繪製的畫作，表達對搜救大隊無限的敬佩與感恩。

學生們在吉安鄉進行了家鄉踏查任務，認識行政機構與古蹟。在戶政事務所親身體驗抽號碼牌辦理各項事務的過程，孩子們表示，這次體驗讓他們了解了家長日常需要處理的繁瑣事務，也讓他們感受到了一絲大人的責任感。

這次的單車小騎士挑戰任務，培養了孩子們的獨立性，也藉由實地探訪，增進他們對家鄉的了解。

(文：花蓮慈大附小)

環保教育車前進校園 學子現場導覽教學相長

桃園訊 / 慈濟行動環保教育車，五月廿八日起至五月卅日接連三天，在桃園福豐國中進行行動環保宣導，福豐國中近一千位師生，在慈濟志工與福豐學生聯手導覽中，透過解說與體驗，了解環境保護的重要性。

志工劉美嬌是「慈濟行動環保教育車」進校園的接洽窗口，在建德國小舉

辦行動環保教育宣導時，國小對面的福豐國中校長陳寶慧也過來參觀，看了之後，她非常讚同地說：

「太好了！這簡直是行動教室來推廣環保教育。」因此跟劉美嬌預約，促成了這次的行動環保教育行。這次活動最大的特色，是由九年級的學生做導覽與引導人員，學校在學生會考後，請他們來當導覽

小志工。這些導覽學生，在志工愛的陪伴下，不但給學弟妹最正確的環境保護概念，自己在教學相長中，也做出興越來。

福豐國中校長陳寶慧說：「非常感謝建德國小校長及慈濟志工的邀請，師長、學生還有我自己，都覺得收穫滿滿，這麼有意義的活動，我希望全臺各學校都能有機會體驗；透過體驗，環保議題就可以深植孩子的心中，進一步促成環境保育的實際行動。」

（文：葉美瑛）

九年級的導覽學生，在志工愛的陪伴下，不但給學弟妹最正確的環境保護概念，自己在教學相長中，也做出興越來。



(攝影：葉美瑛)



親師生騎乘腳踏車，以環保的方式探訪家鄉。

(圖：花蓮慈大附小)



學生獻上繪製的圖畫，表達對特搜人員的敬佩與感恩。

(圖：花蓮慈大附小)

印尼慈濟供免費早餐 助清寒學生上課不挨餓

慈濟志工與本札令安鎮軍警合作，在拉烏拉圖勒伊蘭學校 (Madrasah Ibtidaiyah Raudlatul Islamiyah)，為學生提供健康早餐。

(攝影：Anand Yahya)

印尼訊 / 教育是孩子未來的希望，同時也是協助弱勢家庭脫離貧困的跳板。眼下仍有很多貧困家庭的孩子營養不良，為幫助清寒學生改善這個問題，慈濟印尼分會開始推動「健康早餐計畫」，將為北雅加達本札令安鎮 (Penjaringan) 的數間校園，提供學生們麵包和牛奶。



自五月十四日起，慈濟志工與本札令安鎮軍警合作，在拉烏拉圖勒伊蘭學校 (Madrasah Ibtidaiyah Raudlatul Islamiyah)，每個上課日為學生提供早餐。志工黃明華表示，幾乎所有拉烏拉圖勒伊蘭學校的學生都來自清寒家庭，「健康早餐計畫」主要是為了改善孩子們的營養攝取，期待能有助於提升他們學習的專注度，進而讓功課進步。

慈濟在印尼首次推行的「健康早餐計畫」，日後將嘉惠其他學校，期許能繼續造福更多學生，讓清寒家庭的孩子們能攝取到足夠的營養。

(文：Anand Yahya)

歷史上的「一週」

(6月10日至6月16日)

2017.06.10

花蓮縣豐濱鄉發生直升機墜毀事件，導演齊柏林等3人罹難；慈濟啟動關懷機制，靜思精舍師父與志工為亡者助念並陪伴家屬。

2012.06.11

受到西南氣流鋒面影響，連續豪雨使臺灣各地傳出災情，慈濟志工11日起展開熱食發放暨關懷行動，至23日共動員志工2,877人次，提供物資及熱食逾8,000份。

2011.06.12

慈濟基金會向農糧署申請「糧食人道援外白米」，其中120公噸送達南非；德本慈濟志工結合冬令發放，是日在Folweni地區發放白米及毛毯，嘉惠208戶。

2008.06.13

緬甸納吉斯風災援助，慈濟第二梯次賑災團出發，為各項後續救助工作評估，並前往重災區坤仰公江章村及卡瑪巴村發放物資。

2022.06.14

慈濟在波蘭華沙慈幼會教堂舉行「大愛繞全球跨宗教祈福會」，邀請烏克蘭難民及天主教慈幼會、靈醫會等機構成員參與，共同祈願戰爭早日平息。

2000.06.15

慈濟在馬來西亞沙巴蘇愛達拉村舉行慈濟大愛橋啟用儀式。

2013.06.16

納吉斯風災援建學校後續，慈濟援建緬甸雅倫第四高中和馬揚貢第一高中校舍陸續完工，是日移交給緬甸教育部。

【勸誤公告】

第34期第一版圖說應為「志工為消防救難人員清理臉上的髒污」，誤植為「志工為撤離的住戶清理臉上的髒污」，特此更正。



▲靜思精舍每年端午節至少會包五、六千顆粽子，分送給照顧戶、社福機構及志業體同仁等。



▲五月廿九日一早，靜思精舍師父帶領志工包粽子，至少要包好五千顆。

「您吃粽子了嗎？」 靜思家風 粽貫全臺慶端午

局、消防局致贈素粽、蘋果，同時也為警消人員量血壓、健康檢查，以感恩警消人員維護社會平安的辛勞。
花蓮靜思精舍五月下旬起都聞得到粽葉香，預告著端午節即將來臨。
每年端午節前，靜思精舍至少會包五、六千顆粽子，曾經有過高達八千多顆的紀錄；由於粽子數量很多，加上每道作

業流程都有要求，從洗粽葉、炒米、炒餡料，然後包粽子、煮熟、冷卻，整個作業完畢，至少需時一個星期的時間。
五月廿九日一早，靜思精舍的齋堂已經架兩列長棍，粽串棉繩已編製吊掛好，一條一條的繩子隨風輕擺；一張張粽葉還有點溫水的熱氣，乾淨柔軟。看著精舍師父端出粽米和豐富的餡料，就知道精舍綁粽子的重頭戲，即將登場。德瑩師父表

示，預計包綁至少五千顆粽子；過幾天還會再包鹹粽。
德澡師父分享經驗，綁粽的過程可領會技巧，得到箇中訣竅，也領悟到證嚴上人教導的「做中學、學中覺、覺中悟、悟中行」，只要用心當下就能體會。
上人常用粽串來比喻慈濟組織與志業運作，「慈濟的靜思法脈綱領就像一整串粽子的總

靜思法脈，粽串精神，期勉人人為靜思家風而耕耘，一代傳一代。
(圖/文：慈濟基金會)



▶精舍師父指導粽繩不可過長，不然容易打結，餡料的量也要適當。

科學好難？其實好好玩！

瘋狂科學家

Eureka! The Fun Science Zone

趣味科學特展

跟隨科學史上重要科學家的腳步，一同踏入電學、光學、力學、生理醫學等實驗室及科學的桂冠，一起動手玩科學！

2024 6/15 - 11/17

地點：慈濟安平聯絡處
臺南市安平區國平路211號 06-2989111

開放體驗時間：每日上午九點至下午四點
歡迎團體參訪，敬請事先預約

歡迎參訪 免費體驗



團體參訪預約