

### 109年12月捐款芳名錄

日期	姓名	金額	指定對象
12.03	陳碧霞	5000	急難劃撥
12.03	維他露基金會	100000	桌球隊
12.03	鄭鈞婷	3000	
12.03	藍樹美	1000	
12.03	吳阿完	1000	
12.03	白寶丹	1000	
12.04	蔡尚運	300	郵政劃撥
12.06	黃麒麟	13000	講師費
12.07	廖劉秀梅	200	
12.08	劉彥伶	200	
12.09	吳麗雪	10000	日照計畫
12.10	侯國欽 / 侯姚玉華 / 侯孟宏 / 顏詩婷	400	急難救助
12.14	吉迪護康科技(股)公司	2400	會訊
12.14	楊寶明	3000	3000
12.24	愛心人士	100	
12.14	陳宥莢	10000	
12.14	許德吉	5000	
12.14	許瀚殷	5000	
12.14	陳永宗	10000	
12.14	賴木照	10000	
12.14	周慶賢	10000	
12.14	盧金祥	10000	
12.22	曾惠珠	6000	郵政劃撥
12.28	陳泓毅	1000	
12.31	賴文雄	5000	歌唱班制服及設
12.31	祝思琪	2000	
12.31	張淑惠	2000	
12.31	楊雅倫	1000	
12.31	陳鳳美	1000	
12.31	謝秋美	1000	
12.31	廖劉秀梅	1000	
12.31	游翠糸盾	1000	
12.31	陳麒安	1000	
12.31	何尚學	1000	
12.31	姚思宇	1000	

### 110年01月捐款芳名錄

日期	姓名	金額	指定對象
01.07	張馨予	5000	歌唱班制服及設備
01.07	善心人	3000	
01.07	高垂景	1000	
01.07	楊美滿	1000	
01.07	張淑美	1000	
01.07	陳佑民	200	
01.07	謝見成	1000	
01.07	羅雲洲	5000	
01.07	廖崇郁	1000	
01.07	王鳳玲	1000	
01.07	楊德麟	1000	

### 110年01月捐款芳名錄

日期	姓名	金額	指定對象
01.07	謝曉竹	1000	歌唱班制服及設備
01.12	勁久外勞仲介有限公司	10000	
01.12	中福地板冰壺隊全體隊員	5100	冰壺隊
01.12	善心人士	100	
01.14	陳淑芳	1000	
01.14	陳素蓮	1000	
01.14	朱村田	1000	
01.14	謝世川	1000	
01.14	羅倫權	3000	
01.14	郭隆程	10000	
01.14	立鍵企業(股)公司	500	
01.14	張云菁	500	
01.14	卓家菱	1000	
01.14	洪榮桂	1000	
01.14	侯國欽 / 侯姚玉華 / 侯孟宏 / 顏詩婷	400	急難救助
01.16	張淑惠	2000	
01.16	李家菱 / 王百裕	300	急難救助
01.16	紀海進	2000	
01.16	何文海	2000	冰壺隊
01.26	勁久外勞仲介(有)公司	2400	會訊
01.26	陳明和	8000	歌唱班講師費

### 110年02月捐款芳名錄

日期	姓名	金額	指定對象
02.01	鄭佩欣	1000	
02.01	鄭斯評	1000	
02.01	謝素月	1000	
02.01	賴宣仔	1000	
02.01	吳俞萍	1000	
02.03	侯國欽 / 侯姚玉華 / 侯孟宏 / 顏詩婷	400	急難救助
02.04	黃慧玲	10000	急難救助
02.08	台中縣傑人會	10000	冰壺隊
02.08	侯至祥	3000	冰壺隊
02.18	李飛南	8000	郵政劃撥
02.20	賴秀珠	1000	
02.20	黃達榮	200	郵政劃撥
02.20	張碧娥	200	郵政劃撥
02.23	善心人士	100	
02.25	徐合柏	1000	急難救助
02.25	陳明和	2000	歌唱班講師費

捐款劃撥帳號 : 02692525

## 中福球隊事蹟

### 台中首創身障冰壺運動

撰文者：雷桂娜

台中市身障福利協進會特訂於 110 年 2 月 6 日下午 1 點至 5 點為冰壺運動舉辦創立開幕典禮，屆時歡迎各屆貴賓撥冗蒞會指導並適時給予支持與鼓勵，更歡迎有興趣的朋友可以至現場體驗地板冰壺運動。

身心障礙者普遍運動量不足，同時也面臨不易尋得適合身障者的運動項目。有鑑於此台中市身障福利協進會承蒙運動局的支持以及台中縣傑人會的捐款購買冰壺運動器材，特別創立了適合身心障礙人士的地板冰壺運動。

冰壺運動礙於冰上場地所限，在沒有真冰的環境下進行，於是改良為在地板上便可進行的運動，目前已是冬季奧運的正式比賽項目。這項最近在台灣很夯的新興休閒活動，具有便利性高、活動量溫和的特性，門檻不高，是非常適合任合障別的身心障礙者參與並且可以彈性的選擇自己適合的運動輔具。而且也是老少咸宜；沒有年齡、身高、性別限制，適合各年齡層人人都可以參與的運動項目。

冰壺的規則淺顯易懂，是一項多元共融的運動，兼具團隊合作的技術、速度與趣味，且方便於室內進行，運動員只要將對方石壺擊走，並把自己隊上石壺留在比賽場地的圓心中即獲勝，尤其雙方在等待得分中，常常會乾坤扭轉，可能會逆轉勝或勝轉敗，其中的奧妙和雙方交戰的對策真的難以捉摸，除非身歷其運動中，你才能體會它的樂趣和好處。

### 中福桌球隊簡介

台中市身障福利協進會從 85 年起進軍國際，推動許多身障選手登上國際舞台實現夢想，培育訓練身障選手也超過 30 年，在維他露基金會常年支持贊助之下，今日中福維他露桌球隊已是全國最大的身障桌球團體，也培育了不少登上國際的身障選手，中福維他露桌球隊已是台中市身障桌球運動代名詞。

此次 109 年台東全運會桌球項目，台中市代表隊共獲得獎牌數為：團體賽 5 金 1 銀，個人賽 4 金 5 銀 1 銅，但是你知道嗎，其中，中福桌球隊獲得的獎牌數：團體賽 4 金 1 銀，個人賽 3 金 4 銀 1 銅，也就是說，中福維他露桌球隊就是台中市的金庫也不為過，中福維他露桌球隊真的是台中市的榮耀與驕傲。

而球隊的未來展望與目標將朝向：1. 競技競賽、追求卓越 2. 運動休閒、促進健康 3. 推展桌球運動培養新人等三大目標邁進，讓中福維他露桌球隊能持續成長與茁壯，戮力於成為愛好桌球運動，身障者身心健康的養成基地。

**勁久外勞仲介有限公司**  
Chin Chiu man power Agent Co., Ltd.

經理 **謝秋蘋**  
0938-699766

電話：04-23166559 (代表) 傳真：04-23164766  
台中市西屯區漢成六街47號 統一編號：80410548  
Mail: ilove.p168@msa.hinet.net Skype: apple4770

**世界最輕 電動代步車**

輕 汽 火 郵 飛  
鬆 車 車 輪 機  
上

折騰後

訂購專線 **0912-604563**

古迪護康科技股份有限公司  
GD LifeCare Tech. Co., Ltd.

吉迪樓梯升降椅 304不銹鋼製椅台與軌道

**林志昌**  
0908-830609

41163 台中市太平區新平路二段11號  
TEL: 04-22770680 統編：54767851  
FAX: 04-22770680 LINE：0908830609  
E-mail: peterlin89@gmail.com

## 110 第二期會訊 印刷品

發行人：謝秋蘋 本期主編：羅耀民  
總編輯：理監事 本期美編：張桂祥

# 中福會訊

## 社團法人台中市身障福利協進會

Taichung Welfare Promotion Association For The Disabled

立案字號：府社行字 139529 號 (74.07.28) 會址：408 台中市南屯區東興路一段 450 號  
電話：04-24757057 傳真：04-24711160 郵政劃撥：02692525 統一編號：77972761  
電子信箱：vqiqz8@ms62.hinet.net 網 站：http://www.cometcf.org.tw



## 協會活動

### ◎ 110 年身障家庭攜手創造新生活計畫 (詳情請見背頁)

活動日期：110 年 05 月 30 日 (星期日)  
活動地點：苗栗縣  
人 數：110 人 (含會員、志工、陪同及家屬)  
為公平起見一通電話僅限報名一人 (會員本人) +1 人 (家屬或陪同)  
費 用：會員 \$ 950/ 人、家屬 \$ 1100/ 人 (限攜帶家屬一名)  
報名時間：110/04/28 (三) 及 04/29 (四) 兩日上午 09:30 至 12:00  
報名電話：04-24757057 洽秘書處

### ◎ 槌球隊招募

活動時間：每週六 9:00~12:30，健康公園  
活動地點：台中市南區美村南路忠明南路口  
攜伴健康公園、享受陽光綠地。報名請洽中福秘書處。

## 課程公告

### ◎ 04/12 (一) 晚 7-9 點烏克麗麗班開課

身障者彈奏烏克麗麗優點：

1. 樂器攜帶方便，也可培養身障者左右手合諧及透過大腦指揮而能達到自彈自唱及手、腦、臉的復健效果。
2. 彈奏烏克麗麗的手部運動是可以促進血液循環和新陳代謝的方法之一。
3. 幫助身障者建立自信。

真的有那麼神奇？試試就知道！趕快加入我們吧

### ◎ 06/05 (六) 早 9:30-11:30 園藝課程開課

1. 學員帶著幸福快樂的心來，所有材料由講師準備。
2. 請學員每次課程攜帶袋子裝作品
3. 請學員每次課程攜帶大張報紙 2 張 / 墊桌上用

### ◎ 中福咖啡班已於今年三月份開課

授課老師：王神寶老師  
《現任》珈神生技有限公司經理  
《學歷》國立中興大學食品暨應用生物科技所 碩士  
《經歷》咖啡產業經營與咖啡文化推廣、2008 年 / 2010 年兩屆台中咖啡評鑑 評審、2011 年全國原住民有機咖啡評鑑 評審



會員李銘生

社工於 3/13 接獲會員通報，即行電話聯繫—李大哥表示 3/12 在家中跌倒，左大腿骨折，馬上要進行開刀，有泳隊楊教練陪同；社工先祝其開刀順利，後續再問候。

3/16 下午代表協會帶雞精禮盒到中國醫藥學院附設醫院訪視，表示協會的關心與問候，也了解其狀況（手術順利，預定星期五出院）與需求；還好李大哥早期有做保險規劃，所以暫無經濟之虞。請其安心養傷，祝早日康復！

協會提醒會員 --- 在家中行動仍須使用輔具，多加小心；在經濟負擔範圍內，做些保險規劃，以降低意外及疾病造成的經濟損失。謝謝



會員張程皓

社工於 3/11 接獲會員通報。

3/12 電聯會員張程皓 --- 告知 3/9 因褥瘡住榮總，3/12 要開刀清創。有家人陪伴；先祝其手術順利。因榮總有探病人數限制，後社工和張淑惠理事於 3/19 日上午帶營養品禮盒，代表協會到院訪視 --- 程皓精神狀況不錯，配合治療等下星期出院；也期待盡快回歸正常生活，能再回球隊打球。協會提醒會員，有工作有加入勞保者，被保險人遭遇普通傷害或普通疾病住院診療，不能工作，以致未能取得原有薪資，正在治療中者，自不能工作之第 4 日起，得請領普通傷病補助費，門診或在家療養期間均不在給付範圍。協會希望大家都能平安健康快樂！謝謝



會員姚玉媛

3/11 與會員聯絡 --- 姚大姊告知 3/10 乳癌開刀，3/12 即將出院。

3/23 急難救助小組成員—謝理事長、黃麒麟監事、雷桂娜、陳麒安、張淑惠理事等委員帶水果禮盒到會員家中訪視與關懷。姚大姊積極面對病情，不向環境低頭；開刀後即投入協會活動參與，樂觀享受退休生活，讓人欽佩！

協會關心會員：平日要多注意身體，有狀況應盡速就醫確認勿延誤病情；凡事面對、接受、解決，勿鑽牛角尖；積極樂觀是生活良方！謝謝

血虛乎？氣虛乎？

撰文者 中醫師 洪添祥

甲去看中醫：「醫生啊，我頭暈目眩，腳尾手尾冷冰冰，眼睛模糊，容易疲勞，要怎麼辦？」

這時醫生的處方中一定有包含一個藥方，對！那就是四物湯，因為甲的症狀是血虛的典型症候，而四物湯正是治療血虛的基本處方，也是補血的重要處方，冬天燉補，四物雞可是很少錯過的！

乙去看中醫：「醫生啊，我臉色蒼白，食慾不振，走起路來就氣喘吁吁，白天沒精神，晚上沒氣力，要怎麼辦？」

這時醫生的處方中一定有一個藥方，叫做四君子湯，因為乙是氣虛的典型症狀，而四君子湯就是補氣的基本處方。

四物湯的組成藥物是：當歸、熟地、白芍、川芎。

四君子湯的組成藥物是：人參、白朮、茯苓、甘草。

血虛用四物湯，氣虛用四君子湯，如氣血兩虛就四物湯合四君子湯加起來就叫八珍湯，若要大補氣血就再加黃耆、肉桂，就變成十全大補湯了。

如果你有機會去看中醫，把這四個處方的變化告訴醫生，醫生一定會很驚訝並且會很認真仔細地診察你的症候，因為他知道你有中醫底子，略懂中醫藥，必可獲得更優質的醫療照顧，祝大家新年快樂，身心健康！

當歸的傳奇故事

撰文者 中醫師 洪添祥

假如你到市井隨機問問路人說，如果提到中藥第一個你會想到什麼藥？十之八九回答的是：當歸。沒錯！當歸與我們的日常生活息息相關，今天就來談談當歸的傳奇故事。

當歸詩云：「望夫處，恨悠悠！化為石，不回頭。江邊日日風和雨，行人歸來石應語！」

傳說在很久很久以前，在黃河東岸有位富豪，田地廣大，豪宅壯麗，僕者數十人，但他沒有兒子，只有一個女兒這女兒生下來就體弱多病，看了很多郎中都無濟於事，有一個寒冷的冬天忽然臥病不起，於是這位員外就昭告天下，誰能治癒他女兒的病，就把女兒許配給他，並由他繼承家產。

有位牧童在黃河泛濫的時候救了一條鯉魚，當天夜裏牧童做了個夢，有位身材魁梧的金盔武士說，山嶺上有一種開白色小花的藥草，用那藥草的根煎湯給富豪女兒服下，她的病就會慢慢好轉的，這位武士就是鯉魚為了報恩化身而來的。隔天牧童就採了很多藥草的根來給富豪，富豪半信半疑，但也無奈，只能死馬當活馬醫試試看囉！果然治好了小姐的病。但是富豪嫌貧愛富，並未履行承諾依約把女兒許配給牧童，只送他幾隻羊就把他打發走了。

富豪的女兒身體康復後，知道她的父親竟然背信悔婚，心裏非常難過，後來舊病復發，富豪差人挖了一些藥草煎給她服用，她也不吃，只是成天面無表情神色悵然地說：「他應當歸來的！他應當歸來的！」

後來人們為了憐念她，就把這種藥草稱為當歸，當歸也是婦女調經藥，能促進血液循環，能補血和血，使氣血各有所歸，故名當歸。

◎ 110 年身障家庭攜手創造新生活計畫

日期：110.05.30(星期日)

- 7:00-7:30 集合報到(愛心家園)  
- 7:30 準時出發(四輛復康巴士 共計 110 人)
- 08:45 抵達四方鮮乳牧場  
- 9:00-12:00 (1) DIY 奶酪  
(2) 救國團帶領團康活動  
(3) 餵小牛喝 ㄋㄟ ㄋㄟ / 青青草原



- 12:00-13:00 享受美味午餐~ 鄉村餐廳(自助式) 
- 13:30-14:30 抵達竹南啤酒廠    
由老煙囪改造而成 18 生啤酒裝置藝術



- 15:00-17:00 抵達雅聞七里香玫瑰森林    
玫瑰花牆 / 夢幻玻璃屋 / 歐式花園  
與蕭敬騰觀賞世界經典玫瑰



- 17:40-18:30 享受客家風味晚餐~ 喜尚園風味餐廳   
準備回程
- 約 20:00 回到愛心家園



\* 報名事項 ~

活動日期：110 年 05 月 30 日(星期日)

活動地點：苗栗縣

人數：110 人(含會員、志工、陪同及家屬)

為公平起見一通電話僅限報名一人(會員本人)+1 人(家屬或陪同)

費用：會員 \$ 950/ 人、家屬 \$ 1100/ 人(限攜帶家屬一名)

報名時間：110/04/28(三)及 04/29(四)兩日上午 09:30 至 12:00

報名電話：04-24757057 洽秘書處

報名方式：請會員確實遵照報名方式進行報名 ~

1. 以電話報名為限，採先登記後統一抽籤的方式。
2. 並於 110/04/29(四)晚上 5:00 於協會辦公室由活動組理事抽出入選名單(取至備取前 10 名)，協會將會嚴謹監督抽出入選名單，再以電話通知入選者，未入選者不另通知(歡迎報名會員於當日蒞臨觀看協會 FB(臉書 中福中福)抽籤作業流程)。

\* 注意事項 ~

1. 此行程活動各定點間需要距離移動，請會員視自身情況可攜帶一般輪椅或電動輪椅，當日是否需要乘坐大復康車與葷/素者請報名時務必告知，謝謝！
2. 費用請於報名後在 110 年 05 月 07 日(五)前繳清，逾期視同放棄，活動資源難得寶貴若臨時無法參加者請於 110 年 05 月 14 日(五)前通知協會，逾期不予退費。

PS~ 請完成報名會員活動當日攜帶身障證明證件

報名參加者請準時報到勿遲到，請自重以免影響您與他人參與的權益。