

北科大宋恭源獎學金

2000 字以內之心得報告與社會關懷活動照片

姓名：陳俞臻

科系年級：互動設計系三年級

心得：

2024 年初至今，我參與了多項社會服務，每個服務都帶給我深刻的感受。寒假期間，我與蒨羽規劃了在彰化田中的兩個不同類型的服務，分別是三潭非營利幼兒園的特殊孩童照護和仁美護理之家的高齡長者照護。這兩處服務讓我收穫了截然不同的感受與反思。

在三潭非營利幼兒園服務前與園長短暫交流過，他跟我們提到每個班裡都有一些比較「特別」的小孩，例如過動、自閉、智力障礙等，希望我們可以利用所長來關懷和陪伴這些孩子。在幼兒園期間，我與蒨羽被分配到不同的班級，在這幾天輔助原班的老師陪伴孩子們，陪他們玩耍、整理教室以及教他們美勞繪圖。其中有些孩子無法順利自理如廁及吃飯等日常活動，我也協助老師們幫忙照顧這些孩子。在與他們實際接觸後，我發現很多小孩都有著各自的小症狀，即使如此仍是用盡力氣努力聽話和學習。我也發現與他們相處時多一點耐心跟陪伴，不僅孩子們感到開心，也給我自身帶來莫大的快樂。

相比起幼兒園的陪伴，在仁美護理之家的照護經驗令我感觸更深。仁美的許多長者因年齡或疾病因素被家人送來接受照護，大部分長者需要坐輪椅，行動不便，很多時候只能坐在輪椅上，待在窗邊或電視前發呆。當我們與他們相處時，長者們常自嘲自己是被孩子遺棄才來到這裡，甚至開著「反正我死了也沒關係」這樣濃烈的負面玩笑。他們大多非自願來此，家人也逐漸減少探望的次數，每日孤獨地待在不願待的地方，導致他們更加不願主動交流。護理之家的護工們了解長者的心情，經常舉辦一些活動讓長者們參與，例如邀請小學生來園區表演或讓長者們動手做紅龜粿等。在這幾次的活動與交流中我發現，爺爺奶奶們的心情有明顯變好，會主動跟我們聊天，並分享年輕時的過往回憶。這段難忘的志工經驗深深觸動了我的心，也讓我明白，世間最重要的事物莫過於關心與陪伴，而溫暖的相伴可以讓人充滿生活下去的力量。

三月開始，我與蒨羽、秉逸同學一同擔任展翼視障天使協力車協會「輕鬆騎」活動的陪伴志工。這次的志工活動比以往更具挑戰，從未做過盲友陪伴志工的我們，帶著忐忑的心情參加活動前一週的練騎台訓練，學習基礎的盲友引導與協力車教學。

在訓練那天，前來的視障朋友們年齡與我們相近。志工需要在捷運站引導盲友們到訓練場地，或許是看出我的緊張，我的盲友搭檔主動與我分享他的日常生活，並在路途中不斷鼓勵我，說我引導得很好。他是一位全盲的視障盲友，面對比我們更多的困難，但他仍用自己的溫暖相信我。

「輕鬆騎」活動當天，展翼的理事長出發前特地向我們介紹了引導盲友的詳細技巧。透過「問、拍、引、報」的肢體與話語表達，帶領盲友並成為他們的雙眼。秉逸的關懷導師清祺老師也特地前來關心我們，一同了解詳細的引導方法。這次活動中，我的盲友搭檔是一位國中老師，熱愛戶外活動，也參加過展翼協會的其他戶外活動。看到他不太需要引導仍能穩健行走，我才了解到他是半盲的視障朋友。我們一同騎著協力車，從社子島到大稻埕再到龍山寺，停留片刻後返回基地，全程 33 公里。健談開朗的他旅途中不斷主動與我交流，聊自己的工作生活，也向我分享自身半盲的狀況。從他身上，我感受到溫柔善意與對生活每一天的積極。這次活動中，我接觸到許多不同的視障朋友和志工，每個人都帶著不一樣的故事，卻都散發出暖心的溫柔與關懷，治癒在場的所有人。這次的志工服務比以往更加特別，不僅在於交流的人群或陪伴的服務，還因這是我從未接觸過的挑戰。正因如此，我才看到更多來自不同視角的溫暖。我覺得，這或許就是陳主委及宋學長期望我們理解的社會關懷的意義——**理解不同角度的社會並傳遞更多的愛與關懷。**

「輕鬆騎」活動結束後，展翼理事長夫婦邀請我們到附近的咖啡廳。他們分享了展翼初期為合唱團以及後期建立協力車協會的原因，並談到展翼舉辦戶外活動的初衷是為了通過爬山或騎車活動，提升視障朋友們的身體健康。這些活動需要大量志工的協助，特別是年輕活力的新血。我們希望將展翼的活動推廣給恭源家族的同學們，一同加入展翼志工團隊，不僅鍛鍊自身體魄，還能幫助盲友們獲得心靈上的充實和成長。

四月開始的週六，我先後去了兩處不同的機構進行志工服務。

首先，我協助長照促進協會舉辦母親節公益活動。與來自不同地區的長者們交流，感受到他們的活力與能量。志工小姐告訴我，協會經常與社區長者互動，並舉辦各種活動。而我也預計在 6 月繼續參與協助協會的長者同樂活動。其次，我參加了位於新莊思賢國小籃球場每週六上午 10 點舉辦的自閉症孩童週末籃球營。在這的三次服務中，我遇到許多活潑的自閉症孩子。雖然他們有時會分心，但經由耐心的陪伴與引導，他們願意突破自己的難處。當他們成功時，那份滿足感也感染了我。這讓我明白，在想放棄時，只要想想這些孩子們，會更加有力堅持下去。

這學期中每次的志工服務經驗都帶給我莫大的收穫，不僅是體能上的進步，更是精神上的昇華。每一次的付出和關懷都讓我從心底感到滿足，再次深刻體會到「施比受更有福」的快樂，今後，我想繼續為這個社會付出更多的服務，讓這份愛繼續循環下去。



【三潭非營利幼兒園 服務紀錄】



【仁美護理之家 服務紀錄】



【展翼視障天使協力車協會 服務紀錄】



【自閉症適應體育休閒促進會 服務紀錄】



【長照智慧健康照顧促進協會 服務紀錄】

三潭非營利幼兒園（委託彰化縣愛兒教育
協會辦理）
服務時數證明

茲證明 陳俞臻 同學

自 113 年 1 月 15 日 至 113 年 1 月 17 日，進行服務
學習 每日 8 小時，共計 24 小時，特此證明。

服務單位：三潭非營利幼兒園（委託彰化縣愛兒教育協會
辦理）

職稱：

園長 陳嵐儀

中華民國 113 年 1 月 18 日



仁美庭園護理之家

服務學習證明

國立臺北科技大學互動設計系三年級-陳俞臻同學，於113年1月19日、1月30日、1月31日、2月1日及2月2日日本家擔任志工，服務共計40小時，帶領住民活動，住民倍感溫馨，愛心奉獻不遺餘力。

特致此狀，以表謝忱。

中華民國 113 年 02 月 02 日



服務時數證明書

茲證明 陳俞臻、出生日期：2003.01.10。
參加台灣展翼視障天使協力車協會舉辦之攜盲登山及騎協力車活動，
總計時數為 玖 (大寫)小時。

日期	活動名稱	時數
2024.03.10	【練騎台訓練】盲友騎協力車訓練與評估	3H
2024.03.16	【輕鬆騎】龍山寺嚐美食	6H

特此證明

單位主管簽章：黃世雲



單位名稱：台灣展翼視障天使協力車協會

電話：0988-956077

請加蓋機關(單位)章於下：



中華民國 113 年 03 月 20 日



服務證明書

台內團字第1120019453號

陳俞臻同學自民國113年4月28日參加 社團法人長照智慧健康照顧促進協會 公益活動-行政協助，志願服務證明。

此證

基本資料	服務項目	服務內容	服務日期	服務時數
姓名：陳俞臻 性別：女 身份證號： N226519348 承辦單位： 社團法人長照智慧健康照顧促進協會 	綜合服務	活動協助	113/4/28	共 1 小時 

中華民國 113 年 4 月 28 日

陳俞臻(N226519348)
綜合服務 活動協助

113年4月28日
共 1 小時

孫維欣





中華民國自閉症適應體育休閒促進會

立案字號：〈105.05.28〉臺內團字第 1050052067 號

服務證明書

字號：〈113.04.20〉適休志服字第 1130420999 號

陳俞臻 君

於 113 年 04 月 20 日上午 10-12 時
假本會辦理自閉症孩童週末籃球營活動

執行志願服務工作計 2 小時

認真負責 積極主動 助益極大

特頒此書 以資證明

理事長 **李東琳**



中華民國 113 年 04 月 20 日



中華民國自閉症適應體育休閒促進會

立案字號：〈105.05.28〉臺內團字第 1050052067 號

服務證明書

字號：〈113.05.04〉適休志服字第 1130504999 號

陳俞臻 君

於 113 年 05 月 04 日上午 10-12 時
假本會辦理自閉症孩童週末籃球營活動
執行志願服務工作計 2 小時
認真負責 積極主動 助益極大
特頒此書 以資證明

理事長 **李東琳**



中華民國 113 年 05 月 04 日



中華民國自閉症適應體育休閒促進會

立案字號：〈105.05.28〉臺內團字第 1050052067 號

服務證明書

字號：〈113.05.11〉適休志服字第 1130511999 號

陳俞臻 君

於 113 年 05 月 11 日上午 10-12 時
假本會辦理自閉症孩童週末籃球營活動
執行志願服務工作計 2 小時
認真負責 積極主動 助益極大
特頒此書 以資證明

理事長 **李東琳**



中華民國 113 年 05 月 11 日