



臺南市白河區公所

電子報

第二十三期



白河區公所電子報目錄

一、蓮花季系列活動報導

蓮花季「萬歲(瑞智)拚頭殼賽」活動 7月1日促咪登場——3

二、社區專欄

(一) 106年福利化社區旗艦型計畫系列活動----- 5

(二) 106年白河區小旗艦計畫系列活動----- 6

(三) 106年社區營造計畫----- 7

三、福利小站

嘉義妙善念佛會送愛到白河 弱勢家戶暖心懷-----8

四、役路有你

熱鬧滾滾 役政署來訪替代役與兒少長者齊聚呷飯廳-----9

五、防災學堂

(一) 社造替代役 暑期課後防災防疫教育宣導----- 10

(二) 關嶺里防災看板及指示牌變更----- 11

(三) 白河運動公園增設為防災公園----- 12

六、環保專區

(一) 持續落實防疫觀念 打擊登革熱病媒蚊----- 13

(二) 白河區 106年一般環境衛生消毒工作預計施作時程表----- 14

七、訊息公告

(一) 白河區圖書館多元閱讀推廣活動 我的第一本童話故事書----- 15

(二) 臺南市節電「區域」自願性節電競賽----- 16

(三) 臺南尚青●為荷來《2017白河樂活蓮花季》夏日蓮の小食堂----- 17

英語教室 - 英文佳句

It is more blessed to give than to receive.



蓮花季「萬歲(瑞智)拈頭殼賽」活動

7月1日「促味」登場



為增強長輩社交活動以促進身心健康，白河區公所特別配合蓮花節活動於7月1日上午假白河國小活動中心舉辦『萬歲(瑞智)拈頭殼』益智撿紅點活動。本次活動約200多位長者共聚一堂，精神抖擻

的參與各項活動及競賽。

議長賴美惠、議員張世賢、賴惠員、李退之、蔡育輝、立委秘書、白河區長及轄內各里里長、理事長也來共襄盛舉。大賽中，議員及里長們更加入戰局與阿公阿嬤同樂，彼此互相交流、切磋競技，場邊加油聲也不間斷，場面氣氛十分熱絡。



蓮花季系列活動報導

這次的瑞智拚頭殼大賽係以益智遊戲「撿紅點」為比賽項目，而阿公阿嫲們的牌技都非常精湛成熟，在歷經好幾輪廝殺比賽後，比賽結



果總算出爐，最終由場內的女中豪傑吳問勇得冠軍，亞軍則由好手郭正文、李金和及黃秀香摘下。

本次活動除結合替代役在社區推廣的健康操及呷飯廳的社區供餐之要素外，也讓長者們在比賽之餘，能活絡筋骨，且兼

具趣味性、娛樂性與安全性的前提下，帶來健康與歡樂。

近年來老年人口比率急速攀升，老人福利議題日益受到重視，亦是全民需一同努力的目標。而適合長者們參加的活動，亦能促進長輩身心健康，達到提升長輩能力、活力的效果，這樣的拚頭殼的活動日後將



在各社區延續推動，未來將持續推出「PART-2 象棋大賽」，讓長者更愛參與活動、勇於走出家門，不再有孤獨的感覺。



106 年福利化社區旗艦型計畫 -

打造跨世代橋樑把愛說出來

輔具車來了~長者基本照顧能力訓練在永安

長者基本照顧能力訓練-「安全扶抱、體位擺放及有關輔助器材」課程由卓冠妤老師教導舉辦於永安社區，卓老師為專業的護理人員，現職在台中榮總嘉義分院，卓老師用心的準備齊全又專業的課程內容，將各種重點一一詳細解說，使得參與者、家庭照顧者能更快了解及吸收知識，還有[搭配政府的網站](#)來介紹給各位，像是所需的輔具可以在課程介紹的網站買到政府所允許販售的輔具，而永安社區更用心的準備了**輔具車到現場教學及介紹**，參與者及家庭照顧者因為社區的用心更是認真聽講，以及主動向卓老師以及輔具車工作人員提出問題詢問，讓這場專業課程更加有意義性。



106年白河區小旗艦計畫~系列活動

電腦簡易操作技巧 一網打盡



小旗艦相關活動精采可期，社區幹部培力課程特別在大竹國小電腦教室舉辦，由大竹國小學務組長兼網管吳鈞洋老師授課，教導社區幹部、志工，甚至第一次接觸電腦資訊軟體的阿公阿嬤們，學習簡易的滑鼠點擊使用、LINE 電腦版的操

作等實用技能。

吳鈞洋老師上課方式生動活潑，不只用闖關遊戲的方式讓大家練習用滑鼠點擊、選擇等，還教大家如何備份手機裡的相片、LINE 的對話紀錄上傳到電腦雲端儲存備份等，讓大家最頭痛的檔案遺失問題迎刃而解！再也不怕珍貴的相片資料等遺失卻找不回來了。



課堂上，大家都稱讚老師用心指導，不管什麼問題或疑難雜症都難不倒他，有問必答，大家爭相排著長長的隊伍，很好學的想跟老師請教問題呢！



106 年社區營造計畫 -



～在地食材上桌～

由白河農村再生協會理事長吳長庚老師，為社區講授「發展白河在地食材與上桌」，課程內容從白河在地特色農產品蓮藕粉、內角紅鴨蛋、虎山綠竹筍開始，並結合社區農村小旅行，發展社區觀光並推展社區特色產業，再佐以鄰近地區如柳營、東山、後壁等社區成果展現方式，來給社區們借鏡，課程中老師活潑的講授，跟社區互動，啟發大家對美食與旅遊結合的。



～社區劇場動感開課～

社造計畫第二場「社區劇場實務」接著開課囉！由新營社區大學劉秀香老師帶領2位「新營有故事劇團」團員，來到白河教社區志工們實際演練劇場演技及基礎訓練內容，過程豐富有趣，從生澀到熟練，社區媽媽們都非常賣力與投入，個個展現了看家本領「戲胞」，你來我往，好不歡樂。



嘉義妙善念佛會送愛到白河

弱勢家戶暖心懷



為關懷社會弱勢族群，白河區公所與嘉義妙善念佛會攜手合作，於6月30日上午發送民生用品及紅包加菜金給區內共計210戶低收入戶及弱勢家庭。

白河在地居民張英火及王秋菊夫妻熱心公益，關懷鄉里，加入嘉義妙善念佛會志工行列已20餘載，係媒合本次活動的重要推手，並促成嘉義妙善念佛會與白河區公所合作，於公所旁的育樂中心舉行捐贈物資及紅包加菜金活動，發放的物資包括關廟麵1袋、新竹米粉1包、方塊酥1罐、進口玉米粒2罐、鯖魚罐頭1罐、白人牙膏1盒、餅乾2包等豐富的日常用品，關心弱勢民眾基本需求，讓他們感受到社會暖暖的愛心與關懷。



白河區公所致贈嘉義妙善念佛會感謝狀並感謝其每年的善舉，多年來持續照顧在地弱勢家庭，協助弱勢民眾度過難關。期盼未來能有更多民間慈善單位成為白河區公所的夥伴，一同為弱勢民眾帶來溫暖與希望。



熱鬧滾滾~

役政署來訪替代役與兒少長者齊聚呷飯廳

7月7日的詔安呷飯廳可說是熱鬧滾滾，呷飯皇帝大~暑期弱勢兒少共餐活動」辦理至當日已是第五天，目前約有20位學童分布在7個呷飯廳與長者齊聚共餐。



替代役們在忙完「瑞智拚頭殼大賽」後也馬不停蹄地接續到各社區帶領健康操活動，並身穿老人裝體驗長者行動不便、感官退化等各種生理感受，現場亦準備了棒球九宮格、套圈圈、彈珠臺等古早味童玩，讓來參與共餐的長者、小朋友們在用餐前也能活動身體，玩得不亦樂乎。

不只豐富的活動內容讓呷飯廳的長者及學童們玩得笑呵呵，當日更有役政署的沈副署長到來勘查長照替代役們在社區推展長者照顧的服務情形。



在此同時也透過民視與公視記者的接連採訪，將在呷飯廳發生這些的美事——替代役、長者及學童們的分享，讓現今的臺灣能更重視關懷長者、兒少的議題。



GO

公所社造替代役~

暑期課後防災防疫教育宣導

防災防疫觀念 從小建立

區公所社造替代役到白河國小進行學童暑假期間課後照顧於11日安排「防災防疫宣導教育」課程活動，首先透過防災、防疫宣導短片吸引學童目光，再利用簡報講解增加學童的防災防疫印象，介紹白河區災害類型說明如何預防災害、躲災避難及1991 留言平台的操作使用，平時應從日常生活中做好「巡、倒、清、刷」防疫工作，透過問題搶答方式互動交流，課程內容活潑生動，藉由學習中提升學童們防災防疫概念。



GO

關嶺里防災看板及指示牌

變更囉~

防災準備 大家一起來！



因防災避難收容考量，配合今年(106)3月刪除關嶺里活動中心一處避難收容處所，於仙草國小關嶺分校從原只規劃操場做為「**室外**」避難收容處所，新增視聽教室為「**室內**」避難收容處所，可收容人數33人。

✧ 關嶺里防災地圖已更新完成，並公布在公所官網可提供民眾下載閱覽喔。

(http://www.baihe.gov.tw/index.php?mode=public&act=preventi&id=13&public_id=1774)

GO

白河運動公園增設為防災公園

防災設施已完成增設～

防災準備 大家一起來！



白河運動公園平時是讓市民運動健身、遊憩及散步的好地方，為維護民眾生命安全特將其轉為防災公園，並增設防災看板、避難方向指示牌、維生儲水槽、臨時廁所專用水槽等設備，以提供地震災害發生後，公園即可轉換為臨時指揮場所兼具集合、避難、收容等功能，期能將避災離災發揮到最大效益。



天氣漸漸炎熱且伴隨著大雨，適合病媒蚊孳生，請民眾別忘了繼續落實「**巡、倒、清、刷**」4步驟，一起打擊登革熱病媒蚊，徹底清除居家周邊的積水容器，乾淨你我環境，杜絕病媒蚊。

容器
減量

對抗
致命



登革熱



民眾自我檢查表

愛社區，愛家園，
您我應該這樣做!!

桶、缸、甕、盆



☐有 ☐無
☐馬上清除

瓶、各式底盤



☐有 ☐無
☐馬上清除

杯、瓶、碗、罐、盒



☐有 ☐無
☐馬上清除

水栽植物



☐有 ☐無
☐馬上清除

未使用的馬桶



☐有 ☐無
☐馬上清除

保麗龍



☐有 ☐無
☐馬上清除

帆布、塑膠布



☐有 ☐無
☐馬上清除

水溝



☐有 ☐無
☐馬上清除

輪胎



☐有 ☐無
☐馬上清除

金爐



☐有 ☐無
☐馬上清除

水泥旗竿座



☐有 ☐無
☐馬上清除

冷卻水箱



☐有 ☐無
☐馬上清除

民眾未主動清除病媒孳生源，經查獲依法可處新台幣3千至1萬5千元以下罰鍰

防疫諮詢專線：06-3366366

白河區公所專線：06-6854314

臺南市政府白河區公所

關心你

白河區 106 年一般環境衛生消毒工作預計施作時程表

近來天候多變，夏季高溫伴隨午後陣雨，為預防登革熱疫情，白河區定於 **106 年 7 月 18 日起至 8 月 9 日** 再次辦理全區環境衛生消毒。環境衛生噴藥前，各里辦公處將預先廣播請里民整理家戶四周環境，勿將食品、衣服置於戶外，水溝蓋上物品須移除。



白河區公所特別呼籲區民，**利用雨後空檔、假日巡檢室內外，徹底清除積水容器，並將容易忽略的屋後溝、屋簷下排水槽、遮雨塑膠棚等處積水掃除**，讓登革熱病媒蚊無從孳生，給家人和自己一個安心舒適的無蚊空間。

本次消毒採各里時間預定如下：

編號	里別	人口數	施作天數	預定施作日期
1	秀祐里	1,053	1	7/18(二)全天
2	永安里	3,447	1.5	7/19(三)下午 7/20(四)全天
3	外角里	1,637	1.5	7/21(五)全天 7/22(六)上午
4	庄內里	1,919	1.5	7/22(六)下午 7/23(日)全天
5	白河里	2,026	1.5	7/24(一)全天 7/19(三)上午
6	河東里	1,502	1.5	7/25(二)全天 7/26(三)上午
7	崑頭里	431	0.5	7/26(三)下午
8	大林里	681	0.5	7/27(四)上午
9	六溪里	610	0.5	7/27(四)下午
10	玉豐里	1,422	1.5	7/28(五)全天 7/29(六)上午
11	大竹里	1,719	1.5	7/29(六)下午 7/30(日)全天
12	紹安里	1,004	0.5	7/31(一)上午

編號	里別	人口數	施作天數	預定施作日期
13	廣安里	737	0.5	7/31(一)下午
14	蓬潭里	1,008	0.5	8/1(二)上午
15	竹門里	1,027	1	8/2(三)全天
16	內角里	799	0.5	8/1(二)下午
17	草店里	983	0.5	8/3(四)上午
18	甘宅里	675	0.5	8/3(四)下午
19	虎山里	506	0.5	8/4(五)上午
20	昇安里	1,625	1.5	8/4(五)下午 8/5(六)全天
21	汴頭里	853	0.5	8/6(日)上午
22	崎內里	831	0.5	8/6(日)下午
23	仙草里	1,542	1.5	8/7(一)全天 8/8(二)上午
24	關嶺里	1,199	1.5	8/8(二)下午 8/9(三)全天





白河圖書館多元閱讀推廣活動～我的第一本童話故事書



白河圖書館多元閱讀推廣活動
～我的第一本童話故事書，以「荷花池」這本故事書為主軸，讓從各地來朋友、從公所、圖書館粉絲專頁得知消息專程參與活動約 50 名朋友們，一邊聽故事，一邊瞭解蓮鄉產業文化。也由故事媽媽精彩演出更深層的認識蓮花、荷葉及蓮子生

態，成就蓮鄉深度旅遊。聽完故事後親手手作屬於自己的第一本童話故事書，豐富的內容讓大家快樂的 Fun 暑假。



臺南市節電「區域」自願性節電競賽



一、目的

為使我國能朝向充足、穩定、可靠、低碳的電力供應，以及有效率的電力使用模式兩大方向，行政院將全國能源會議中有高度共識的「節電」議題，採取更具體而可行的行動，轉變政策思維，以「資訊公開」、「創意募集」、「公民意識」、「公眾監督」的精神，落實並推展各種創新的節電行動計畫。

經濟部於今(106)年持續辦理「夏月·節電中」計畫，透過宣導與競賽活動喚起民眾的節電意識與熱情，使每個人都能身體力行，做到「自己的電自己省」。臺南市除了各部門動起來，特推動「節電區動，市民競賽」活動，以帶動區里市民共同節電，希望全體市民共同挑戰節電任務！



二、活動對象及範疇界定

- (一)活動對象：臺南市37個行政區。
- (二)競賽期間：106年7月至106年9月底止。
- (三)節電績效計算：以台電公司公告各行政區內所轄村里(包含轄內機關、住宅、服務部門)，於指定期間(106年7月到9月底止)之總用電量與去年同期(105年6月到9月底)用電量相比之節電率為準。

三、活動經費

本活動經費預計以新臺幣22萬元做為節電激勵金，行政區節電績效前3名者，可獲得節電激勵金。

節電績效激勵金：於106年9月30日競賽期間結束後，進行各行政區節電績效結算，全區節電績效前3名，頒發節電激勵金，並公開表揚(預計106年12月)。(節電競賽激勵金核發標準如下表)

節電績效名次	節電激勵金(新臺幣)
第一名	10萬元
第二名	7萬元
第三名	5萬元



蓮筒青(荷葉)為荷來《2017白河樂活蓮花季》夏日蓮の小食堂

創意養生蓮花餐教學影片出爐囉~

為推廣蓮鄉在地好食材，白河區公所繼「創意養生蓮筒便當料理」之後再次邀請國宴主廚劉邦傳師父研發「蓮子養生創意套餐料理」並辦理研習課程，菜色更加多元豐富。為了讓更多民眾能夠分享學習，公所特別將課程製作成教學影片。歡迎有興趣的朋友們趕快自己動手做出簡單美味的創意蓮筒養生餐吧!!

影片連結:<https://youtu.be/2ow6KH9-q90>

