

臺南市白河區公所 電子報 第三十六期





白河區公所電子報目錄

- 一、 蓮花季活動報導
 - 友達蓮結《2018 白河蓮花季》「看見白河」攝影比賽----- 01
- 二、 活動快報
 - 歡慶父親節，白河表揚 2 位模範父親----- 02
- 三、 社區專欄
 - 阿嬤的手作料理，綠竹筍包----- 03
- 四、 福利小站
 - 高雄善款溢注呷飯廳----- 04
- 五、 防災學堂
 - (一) 臺南市白河區 10 年度民防團隊常年教育訓練----- 05
 - (二) 24 里多元化防災宣導----- 06
 - (三) 蔡總統關心白河豪雨災情，至河東里西勢尾勘災----- 07
 - (四) 嚴防西南氣流劇烈降雨，代理市長巡視本區河東里----- 08
- 六、 環保專區
 - 0822 豪雨過後清理家園，維護白河環境衛生----- 09
- 七、 圖書園地
 - (一) 白河區圖書館 9 月活動預告----- 10
 - (二) 白河區圖書館 9 月 4 日起開放時間調整----- 11
- 八、 訊息公告
 - (一) 賀白河區果農獲 107 年全國紅龍果優質果品----- 12
 - (二) 請勿任意棄置垃圾，小心被開罰！----- 13
 - (三) 國家防災日，健走顧健康----- 14
 - (四) 兒童視力及口腔保健宣導----- 15
 - (五) 衛教宣導-吸菸與心臟的關係暨口腔癌防治宣導----- 16
 - (六) 白河區公所歡喜祝福，新生兒賀禮到您家----- 17

英語教室 – 英文佳句
Keep on going never give up.
(勇往直前，絕不放棄。)

友達蓮結 《2018白河蓮花季》 2018看見白河攝影比賽

本所舉辦「看見白河」2018白河蓮花季攝影比賽，已於8月22日舉行評審。今年每位參賽者需送交三張作品，作品要互相輝映，並且帶有連貫和故事性，大大增加評選難度。本次邀請台南應用科技大學藝術學院美術系所蕭培賢老師、長榮大學蔡坤洲老師、台南市農村再生社區營造協會吳長庚理事長及公所同仁參與評選，共選取出前5名及佳作15名。前5名分別為第1名陳美惠小姐、第2名張子榮先生、第3名孫仲義先生、第4名陳坤明先生、第5名薛明福先生。佳作名單亦公佈於白河區公所官網(<http://www.baihe.gov.tw/>)及白河蓮花季官方網站(網址：<http://lotus.baihe.gov.tw/>)。

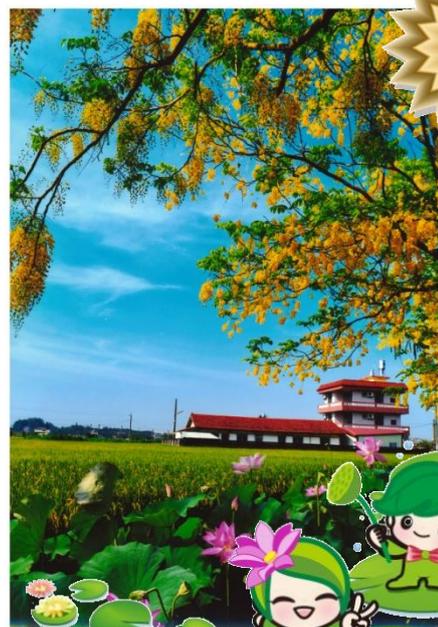


採蓮蓬、蓮潭里
第一名陳美惠

農忙剝蓮子、山仔腳
第一名陳美惠



第一名陳美惠
「蓮鄉風光~玉豐里」



白河表揚26位模範父親



為慶祝父親節，本所於7月28日上午於滿庭園宴會廣場舉辦「白河區107年模範父親表揚大會」，感謝偉大的父親一生為家庭、子女無怨無悔地犧牲奉獻。各里模範父親偕同家屬一早來到會場，場面歡欣熱鬧。

現場有立法委員、臺南市議會議長、諸位臺南市議員、白河區各級學校校長及各里里長到場祝賀，由蕭區長致贈賀匾給每位模範父親，本所亦設宴款待模範父親及家屬。

今年本區各里，共推薦26位模範父親，其中晶鑽爸爸周博尚先生、大樹爸爸張金木先生更於8月5日參加新營民治市政中心南瀛堂舉辦「Super一級爸 幸福一路發」代表白河區接受臺南市政府表揚。蕭區長福清亦親赴會場，向接受市政府表揚的模範父親當面祝賀，場面充滿喜悅溫馨。



阿嬤的手作料理-綠竹筍包

107 年度蓮花季推廣在地產業文化系列活動，於 7 月 28 日由 虎山社區 辦理「手作綠竹筍包」DIY 活動，透過社區媽媽的指導，從高雄來遊玩的朋友們將已炒香的竹筍、香菇及紅蔥頭包進餅皮裡作成月亮形狀，即完成了阿嬤的手作點心。可不要小看今日的主角綠竹筍，這可是今日清晨所採摘的，非常新鮮，而竹筍更是虎山社區最大宗的農特產之一喔！



經過蒸煮後，陣陣的竹香撲鼻而來，一個個飽滿的竹筍包終於出爐了！大家滿心期待爭相品嚐，瞬間秒殺，口齒留香，每個人都露出幸福滿足的笑容，紛紛表示不虛此行，明年還會再次參加。



近年來食品安全問題受到重視，大家若有食安相關問題，可至衛生福利部食品藥物管理署食安資訊百貨專櫃查詢，網址：

<https://fadobook.fda.gov.tw/foodsafetystore/>



高雄善款溢注呷飯廳

本區自 104 年 12 月開辦「呷飯皇帝大供餐計畫」至今已邁入第 4 年，在各界人力、財力、物力齊心努力之下，已多達 15 個呷飯廳，每日約有 550 位長者受益。惟隨著呷飯廳及受益人次的增加，所需經費也日趨龐大，目前每日供餐費用約 2 萬元，每月 22 萬元，整年度需支付高達 264 萬元餐費給團膳公司。

本所於 8 月 1 日收到來自高雄黃先生之善款，黃先生原為白河區廣安里居民，後來移居至高雄市定居，但每年都會捐款給呷飯廳、學校等單位，回饋在地鄉民，發揮愛心！本所感謝各界支持「呷飯皇帝大供餐計畫」，我們會更加努力讓更多老人家每天快樂地走出家門，享用豐盛的午餐，營造出幸福、溫暖的白河大家庭。





GO

臺南市白河區 107 年度

民防團隊常年教育訓練



本所於 8 月 1 日下午辦理白河區 107 年度民防團隊常年教育訓練，課程內容包含：1. 全民國防及反恐宣導課程 2. 民防相關法令及組訓作業流程 3. 災後心理復健及 CPR、AED 實務訓練課程 4. 火災及地震逃生避難應變習。蕭區長也以團長身分，帶頭操作 CPR 及 AED，希望建立民防團隊專業、效能形象，落實民防團隊編組，增進民防專業知識，精進民防工作技能，提升民防團隊運作功能，以達平時結合各種災害防救工作、全民防衛動員準備及戰時有效支援軍事勤務之任務。

防災、急救相關資訊可至內政部消防署全球資訊網查詢：

<https://www.nfa.gov.tw/cht/index.php?code=list&ids=64>



白河區 24 里多元防災宣導

8月3日本所結合臺南市政府衛生局「偏遠地區行動醫院-巡迴醫療」，來到大竹里的活動中心，由林主任曉璞為里民看診，守護里民健康，公所亦宣導地震保命3步驟(趴下、掩護、穩住-抓住桌腳)及避難背包家戶備、自救救人全方面的觀念並宣導防災的知識及預防登革熱，告知長輩們要做好巡、倒、清、刷等步驟，捍衛家園大家一起來。

區長蕭福清表示，災害防救是具有整合性、持續性業務，屬跨領域工作，藉由同仁走入社區宣導，將更能帶領民眾提升防災智能，只要區民能跟著公所的脚步一起走，就更能保障居家生命財產安全哦！



地震時一定要保護好頭部。



防治登革熱，滅蚊根本有四招

巡 倒 清 刷 不可少



蔡總統關心白河豪雨災情 至河東里西勢尾勘災



8月24日，熱帶性低氣壓挾帶暴雨，造成本區河東里西勢尾部分區域嚴重淹水，災情慘重。為關心白河災情，待大雨稍停，總統蔡英文於8月26日上午便來到西勢尾勘災，並聽取臺南市環保局及國軍第203旅向總統做簡報。



隨後蔡總統親自巡視受災區域，聆聽受災戶的心聲，並向正在協助災民清理環境的國軍弟兄致敬，白河公所亦感謝國軍派出近一百六十名弟兄到白河各受災地區協助清理環境，無私的付出讓災民得以早日恢復正常生活。





嚴防西南氣流劇烈降雨

代理市長巡視本區河東里



8月23日的一場豪雨，重創本區多處，損失慘重，2天後雖然雨勢開始減緩，但又面臨到後續西南氣流的降雨問題。李代理市長孟諺因擔心災區受災戶的安危，於8月28日巡視本區河東里，除關心受災戶的人身安全、安撫民心外，更感謝國軍弟兄、消防、救護、環境衛生、社會福利、里長、區公所等協助災害救助的團體及個人的努力，並提醒大家不可鬆懈，後續的救災、重建、環境清潔等工作還需有關單位的積極協助，代理市長也將跟大家一起繼續努力。

待降雨停止後，環境衛生問題需要所有人一起動手整理家園，本所也將持續協助相關需求，與大家一同渡過艱難時刻，白河區公所關心您。



0822 豪雨過後清理家園 維護白河環境衛生



8月22日，一場超乎所有人預料的大雨，無情的入侵全台，

亦對本區造成諸多重大災情，連日大風大雨肆虐，豪雨致使本區多處積淹水，部分地區民房慘遭滅頂，直到8月25日上午，積水消退且天氣轉好，大家才能儘速整理家園，

清掃斷枝落葉、消毒環境，並傾倒積水容器，防治登革熱。本所在此感謝國軍第203旅的弟兄們，一大早就趕到甘宅里民宅及活動中心幫助里民清除淤泥、清理環境，因為有國軍弟兄的付出，讓我們加快災後復原的速度。

登革熱防治 蚊防四寶

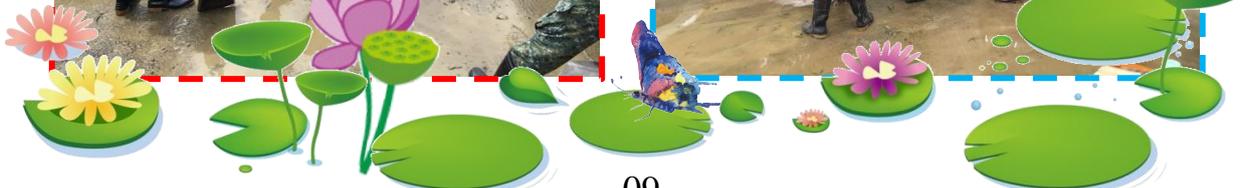
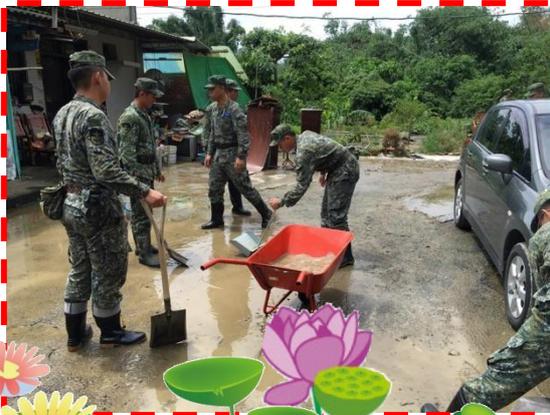
第1寶 容器刷洗，乾的好!
家戶內盛水容器，不用時倒置，使用時加蓋，並記得每週刷洗！

第2寶 植物花瓶，清理妙!
水生植物花瓶及盆栽底盤積水，需時常清理換水，防止孳蟲產生。

第3寶 內外積水，勤清掃!
戶外水溝保持清潔暢通，室內地下室應保持乾燥、避免積水。

第4寶 容器丟棄，先打包!
大型廢棄容器、廢輪胎，如果無法自行處理，要通知清潔隊運走。

衛生福利部疾病管制署 TAIWAN CDC
www.cdc.gov.tw
1922 防疫專線
www.facebook.com/1922CDC 疫情通報及關懷專線：1922



白河區圖書館 9 月 活動預告

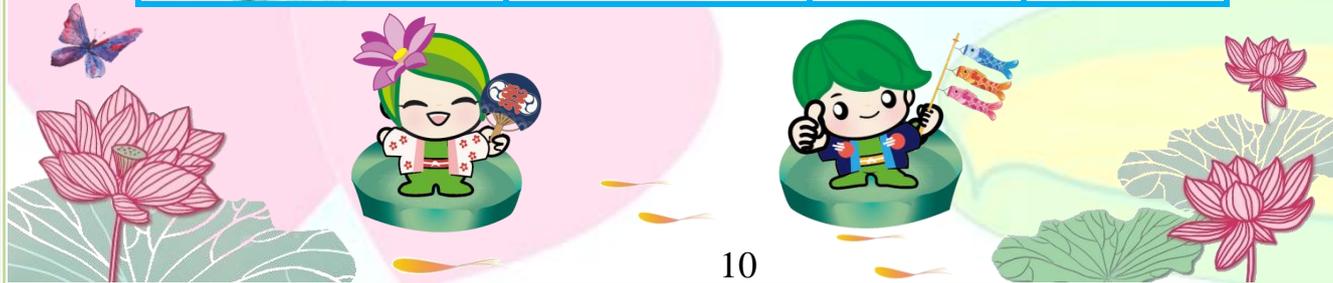


白河區圖書館，為健全年輕學子的身心靈發展，進入校園與本地的莘莘學子們互動，特別辦理青少年講座，以深入淺出的方法傳遞內心深處的聲音，給青少年內心發聲，聆聽青少年們的心聲。

為縮短城鄉差距，給予學童們更新、更快的數位資訊，白河區公所圖書館邀請數位資源資料庫前進校園，深根本區各級國小，幫助學童們資訊升級，學習更有效率。

白河區圖書館 9 月份活動預告

課程	內容	日期	地點
青少年講座	非！常！心事！	9/3 13:10-14:50	白河國中
數位資源資料庫研習	數位資源資料庫前進校園，培育轄區內小學生使用數位資源，縮小城鄉差距。	9/11(二) 8:40-9:20	關嶺國小
		9:30-10:15	仙草國小
		14:20-15:00	河東國小
		15:20-16:00	六溪國小
		9/18(二) 8:00-8:40	竹門國小
9:30-10:10	內角國小		
13:30-14:10	玉豐國小		
14:20-15:00	大竹國小		



白河區圖書館 9 月 4 日起



調整開放時間



白河區圖書館為因應民眾需求，符合讀者期待，自 107 年 9 月 4 日起調整開放時間如下：

- 一、週二-週五 08:00-17:00(中午不休息)。
- 二、週六、日上午 08:00-12:00，下午 13:00-17:00。

不便之處盼請見諒，白河區圖書館公告。



公告

白河區圖書館自9/4日起調整開放時間
週二-週五8:00-17:00(中午不休息)
週六、日上午08:00-12:00，
下午13:00-17:00

不便之處請見諒
白河區圖書館



賀白河區果農獲107年全國紅龍果優質果品

本區果農張博皓及張祿棠兄弟檔，代表白河區參加行政院農業委員會農業試驗所鳳山熱帶園藝試驗分所於7月底舉辦「107年全國紅龍果優質果品評鑑」，榮獲紅肉組紅龍果冠軍及優勝。

白河區長蕭福清、農業及建設課長陳冠翰等人得知喜訊後立及前往祝賀。全國的火龍果農友非常重視紅龍果的優質果品評鑑會，代表本區參加紅肉組的張博皓榮獲冠軍「全國果王」。兄弟種植紅龍果僅3年多，第一次報名就由今年100組參賽中獲得冠軍殊榮，殊屬不易。



張氏兄弟主要能掌握栽培管理的要領，堅持生態果園，不用化學農藥，並在去年在台南市農業局的鼓勵下，改種有機栽培，目前已取得有機轉型期的驗證，銷售通路也以其自有品牌直銷訂購方式為主，紅龍果有產銷履歷、台灣農產品生產追(QR Code)品質的保證。



請勿任意棄置垃圾 小心被開罰！

本所於 7 月 31 日接獲民眾通報草店里有民眾惡意棄置廢棄物，經本所與環保局稽查人員當場抓到行為人，由稽查人員開單勸導。為維護本區環境整潔，請民眾勿任意棄置垃圾，一般垃圾請交由清潔隊處理，如有大型家具可聯絡本區清潔隊回收，請不要隨手亂丟。近日本區常發生有民眾任意傾倒垃圾之情事，請大家發揮公德心，一起維護本區環境品質，也請民眾如發現有任意傾倒垃圾、廢棄物、營建土石等情事可立即通報環保局稽查小組 6572813 轉 222 通報。依據廢棄物清理法 50 條規定可罰 1200 至 6000 元罰鍰，經限期改善，屆期仍未完成改善者，按日連續處罰；46 條規定事業廢棄物更得併科新台幣 1500 萬元以下罰金。

本區民眾如家中有大型傢俱、大型物品須丟棄，請聯絡白河區清潔隊，排定時間後再行處理，電話：06-6853340。



感謝相關單位到場稽查，
更感謝熱心民眾的通報。

921是全臺難以忘記的慘痛經驗，糖尿病則是全臺十大死因之一，為健全國民防災新觀念、提升全民健康，鼓勵多運動，本所邀請大家一起去臺南動一動。

訊息公告



宗旨

為強化市民及企業正確地震防災的觀念與地震初期緊急避難及應變能力，提醒市民朋友平時要居安思危，當地震發生時千萬不要驚慌，做好地震初期緊急避難及自我人身安全的保護，做到保命三步驟「趴下、掩護、穩住」。同時配合全民健走活動一起宣導糖尿病之預防及糖尿病的認識，糖尿病已公認是一種全球流行病，糖尿病防治需要多多健走運動，以增進市民及企業員工身心健康，達到全民防災及健康保健的目的。

健走路線

台南都會公園北側出發→文華路二段→文華路三段→文華一街→中華醫事科技大學→仁德滯洪池→文華一街→文華路三段→文華路二段→台南都會公園北側(如附圖)，約10公里。

參加對象

一般民眾、企業廠商、團體、志工、工作人員等(預計2,800人)，採網路報名方式。

報名時間

報名時間即日起至8月28日截止，恕不接受團體報名。

報名方式

1. 一律採網路報名，報名截止後以公開方式由電腦隨機抽出2,000位幸運參加者，備取名單100位，於8月31日在伊貝特網站公布幸運參加名單，報名網址：伊貝特報名網址 <http://bao-ming.com/tainan921safego>
2. 幸運抽中參加者，經伊貝特網站通知後，不得更換人名、衣服尺寸，如遇尺寸短缺，主辦機關有權以其他尺寸代替；幸運抽中者，如無法參加棄權，請於9月7日前向伊貝特網站回覆，由備取名單依序遞補。

報到方式

1. 參加健走活動幸運抽中者，事前應自行下載「回執單號」，當天應於7時30分前至會場報到，憑回執單號領取活動T恤及摸彩券，逾時視同放棄。
2. 響應節能減碳，主辦機關在台鐵保安車站當天6時起備有免費接駁車，歡迎搭乘，12時活動結束，亦接駁至保安車站。

備註：

1. 活動報名查詢專線06-2933892-6#203、501。
2. 停車場地點：台一南停車場、台一北停車場、文華停車場等三處，按次收費每次60元，機車不收費。



活動相關內容可至臺南市政府全球資訊網查詢，網址：
<https://www.tainan.gov.tw/tainan/>

兒童視力及口腔保健宣導



幼兒視力保健小訣竅：

- 孩子未滿 2 歲不要觀看螢幕，2 歲以上每天看螢幕不超過 1 小時。
- 使用 30 分鐘，要休息 10 分鐘，避免長時間近距離用眼，傷害視力。
- 實證研究發現，每天戶外活動 2-3 小時，可減緩兒童近視的發生和惡化。
- 每年固定一至二次視力檢查。

少看螢幕多運動，還可節能減碳



如果您家中有 6~12 歲的小朋友，請注意小朋友的牙齒還在長，最容易發生蛀牙喔！

要記得二要二不、才能預防蛀牙！

- ◆一不：睡前一定要刷牙，一天至少刷兩次。
 - ◆二要：要有氟，使用含氟牙膏、每半年接受牙醫師塗氟及口腔檢查。
 - ◆一不：少甜食，多漱口，絕對不要含食物糖果或奶瓶睡覺。
 - ◆二不：不要以口餵食，家長們自己咀嚼過的食物不要再餵食寶寶。
- 白河區公所關心您家寶貝的健康。



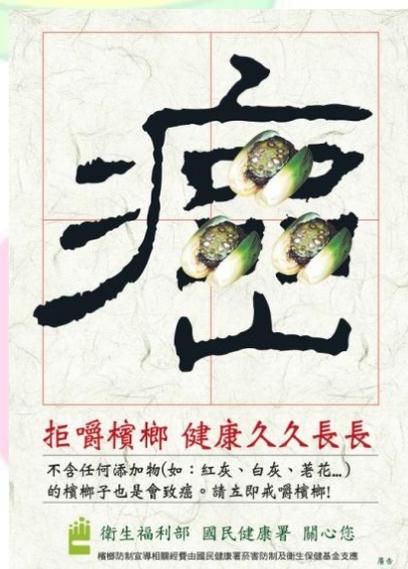
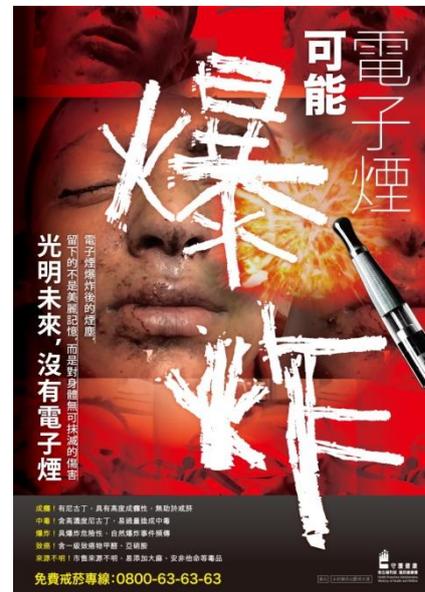
衛教宣導—吸菸與心臟的關係 暨口腔癌防治宣導

眾所周知，吸菸對於自身的健康有許多負面的影響，吸食電子煙亦同，吸入菸霧後由於尼古丁影響神經系統，會引致心跳加速及血管收縮、血壓上升這兩種即時反應；而增加高血壓及血管栓塞的機會。菸霧中的一氧化碳減低血液攜氧能力，心臟需要更大的能量才能供應足夠氧氣，造成心臟負擔。吸菸同時亦對血液造成長久影響，血液中的膽固醇及纖維蛋白素原增加，因而容易造成血凝塊阻塞血管，引起**心肌梗塞**。

吸菸者的體內暗藏許多毒素，造成體內的氧化壓力；容易引發**心血管疾病與癌症**。吸菸引致的疾病包括：**冠狀動脈心臟病（冠心病）、動脈瘤、末梢血管病(PVD)、中風、血管週邊疾病、破壞血液循環系統，甚至導致柏格式症(Buerger's disease)造成壞疽(身體組織的壞死)而截肢..等等。**

吸菸令膽固醇上升，而吸菸者血液中高物度膽固醇(好膽固醇)與低密度膽固醇(壞膽固醇)比例較非吸菸者低；吸菸亦會增加纖維蛋白素原(一種令血液凝固的蛋白質)，令血液更具黏性；以上所有因素增加血液流動的困難，血塊有可能會於較狹窄的血管內形成，繼而引發心臟病及中風。

國人十大死因第一名為癌症，吃檳榔即使不加配料也會導致癌症。30歲以上嚼檳榔(含戒檳者)或吸菸者、18-29歲原住民有嚼檳榔習慣者，**每兩年一次口腔黏膜檢查**，請持健保卡至衛生所或合約院所篩檢。白河區公所關心您的健康。



拒絕菸、酒、檳榔，健康向前行。





白河區公所歡喜祝福



新生兒賀禮到您家

本所為鼓勵生育，祝賀新生兒的降臨並宣導「兒女都是手中寶，育兒服役不煩惱」、「社宅都更齊努力，成家育兒好容易」、「攜手厝邊新住民，放眼國際拼經濟」等人口政策重點，特別準備了一份新生兒賀禮給本區 107 年度出生的寶寶們。

本所於 8 月 24 日在蕭區長福清的帶領下，至本區民眾葉偉杉先生府上拜訪，給這位剛剛降臨葉家的小天使送上祝福。小朋友休息時安詳的臉龐、父母慈愛的細心呵護，國家未來的棟樑正在一點一滴的茁壯。

凡於 107 年度出生且設籍於白河區的新生兒，家長憑 登記完成之戶口名簿 便可至區公所服務台填寫資料後即可領取一份新生兒成長賀禮，數量有限，送完為止。

提醒您，自 107 年 8 月 1 日起，即使父母雙方就業，也可申請育兒津貼。若針對新制育兒津貼有任何疑問，請撥打「1957」福利諮詢專線，將有專人替您解答！



項目	0-2歲育兒津貼
申請條件	1. 家戶綜合所得稅率未達20%。 2. 請領期間未領取育嬰留職停薪津貼者。 3. 未領取托育補助者。
補助金額(每名每月)	1. 一般戶：2,500元 2. 中低收入戶：4,000元 3. 低收入戶：5,000元 4. 第三名以上子女加發1,000元。 5. 9月底前申請得追溯至107年8月發給。
申請地點	幼兒戶籍所在地區公所社會課
檢附文件	父母雙方身分證及印章、其中一方郵局存摺影本、幼兒戶口名簿。