



國內
郵資已付

台北郵局許可證
台北字第1589號

水！沙子！攪攪！

專題討論

- 當我們出現在賽道，世界就知道我們的存在！
- 適應體育一幫特殊需求孩子打開一扇窗
- 適應體育一跨出障礙·滾出新視野
- 運動！台灣～身心障礙運動體驗野
- 帶星兒單車環島





封面作品說明

蘇亦禾／

豐富的生態天堂

2022 第 11 屆全國心智障礙者才藝
大賽全國總決賽
平面繪畫青少年組優等

中華民國 81 年 10 月創刊
中華民國 112 年 5 月出刊 (90 期)
發行人／劉貞鳳
發行所／中華民國智障者家長總會
會 址／台北市建國南路一段 285 號 3 樓
電 話／02-27017271
傳 真／02-27547250
美 編／申朗創意
印 刷／南海興業
封面題字／楊偉仁
行政院新聞局出版事業登記證／局版臺
誌字第 8789 號
中華郵政台北雜字第 1364 號執照登記為
雜誌交寄
郵政捐款帳戶／中華民國智障者家長總會
劃撥帳號／15896084

版權所有，請勿隨意轉載。如需資料內
容請向本會申請使用授權。All Rights
Reserved.

專題討論

- 當我們出現在賽道，世界就知道我們的存在！／
中華民國智障者家長總會秘書處…………… 01
- 適應體育—幫特殊需求孩子打開一扇窗／楊詠菘…………… 04
- 適應體育—跨出障礙·滾出新視野／林玉嫦…………… 08
- 運動 i 台灣～身心障礙運動體驗野／南投縣智障者家長協會…………… 12
- 帶星兒單車環島／陳惠玲…………… 14

活動報導

- 在最熱烈的掌聲中落幕賀！／闕雅萍…………… 18

捐款芳名錄

- 2022.11-2023.02…………… 20

我們期待這份刊物能引發您對智障者福利、
權益的關懷，
推動智障福利政策，
為這社會注入一波波暖暖的清流。

當我們出現在賽道， 世界就知道我們的存在！

—— 重視運動平權，就是重視你我的健康權

文／中華民國智障者家長總會秘書處

早年，心智障礙者沒有機會參加運動賽事，在學校也經常是體育課的局外人，為了想讓每一個心智障礙者擁有與一般人一樣享受運動賽事帶來的成就感，智總從 1995 年開始舉辦「全國心智障礙者親子運動大會」，每屆賽事平均全國三千人參與，以適應體育的精神規劃運動賽事，包括：田徑、球類、游泳等運動賽事，規劃親子趣味競賽、家長競走接力等兩天一夜的運動賽事，也透過適應體育運動指導員的培訓，將適應體育的精神帶入身心障礙機構。

適應體育（adapted physical education）一詞，是 1974 年美國健康體育與運動休閒協會（American Alliance for Health, Physical Education, and Recreation）的健康教育委員會提出，適應體育指的是隨著參與者不同身心狀態需求，透過適當的調整運動方式及器材，讓身心障礙者可以享有全人的健康生活及品質。

運動風氣在國內逐漸盛行，國民運動中心的各項課程，各種公開的路跑活動、鐵人活動、運動賽事，讓許多國人愛上運動享受自我挑戰，及團體參與的樂趣，在這些活動中，身心障礙者有機會參與嗎？從教育制度中，身心障礙者要上一堂體育課，有哪些挑戰？從學校畢業後，想要讓身心障礙者持續培養運動習慣，可以從哪些方面著手？

在推動融合教育的基礎下，身心障礙者就讀普通學校比例高達九成，體育課被忽視或剝奪的情形更加嚴重。從學校畢業後，參與體育活動的機會與空間在哪裡？





現階段有幾項挑戰：

1. 在教育階段，體育老師與特教老師的專業知能不同，體育老師雖具備基礎特教知能，但在教學現場上面對各類特殊生之需求充滿挑戰。
2. 特教老師養成教育中並未強調體育教學能力，體育教學的品質與成效有大幅進步的空間。雙方專業如何針對不同特教生提供適合的課程，是目前適應體育發展的重點。
3. 家長如何倡議運動平權，並參與孩子的體適能活動，建立彼此的運動習慣？

針對此項議題，智總於2021年9月，邀請國立台灣師範大學姜義村教授分享適應體育在臺灣推動的現況，以及現有的資源平台。

倡議「運動平權」， 一起為障礙者撐出參與空間

世界知名的馬拉松賽事包括：波士頓、倫敦、柏林、芝加哥、紐約、東京，皆設有身心障礙組，近兩年，在姜義村老師團隊的爭取與不放棄下，台北富邦馬拉松、高雄富邦馬拉松加入了視障組、輪椅組與運動輪椅組，打破身心障礙者需要保護的迷思。同時，藉由規劃與心智障礙者、視障者、肢體障礙者一起挑戰三鐵運動賽事，也讓更多的參與者及陪伴者看見，在運動賽事中，障礙者的體能表現與一般運動員不相上下，甚至更優異傑出。





「運動 i 台灣」家長團體 及身心障礙團體一起動起來

在教育部體育署推動「運動 i 台灣」的計畫下，鼓勵各地方民間團體自組運動團隊，藉由定期、規律的課程，融入身心障礙者的日間作業活動中，也漸漸看見成效，身心障礙團體的體育活動變得多元豐富，本期會訊也特別邀請相關團體分享經驗。

家長團體若要保有倡議運動平權的意識，家長要先動起來，然後帶著孩子一起參與體育活動，若遇到歧視不平等的事件發生，要積極的反應，並聯合團體共同發聲。

當活動將身心障礙者的需求納入舉辦的必要條件時，不僅擴大參與範圍，也讓身心障礙者的家人、親友可以一起同樂，促成平權共融的價值，同時提升



活動及企業形象。在政策推動之外，民間、企業共同努力持續規劃辦理，為身心障礙者撐出參與空間，期盼真正的「運動平權」早日到來，將會是全民之福。

「適應體育數位平台」 資源共享零距離

為了要整合資源，教育部體育署於國立臺灣師範大學設置「適應體育發展中心」，並成立「適應體育數位平台」，串連特殊需求學生、家長、特教教師、體育教師、學者專家，整合適應體育相關資源，包括：適應體育數位教學資源、全國各縣市運動場地、輔具與器材等資源的分享平台，並提供交流對話的共享資源，也希望大家可以多運用，一起為運動平權努力。



「適應體育數位平台」：<https://www.ape4all.tw/>

適應體育—— 幫特殊需求孩子打開一扇窗

文／楊詠菘（台北市木柵國小特教班教師）

透過適應體育，我們看到學生們在學習、人際互動和成長方面的巨大進步。凝視著這可貴的成長，不僅讓我深受感動，也讓我對適應體育的價值深信不疑。

適應體育幫助孩子一起學習共融

當我們談論適應體育時，指的是一種為所有人提供平等機會的運動環境，雖然大眾乍聽可能會以為適應體育是專指符合身心障礙者需求的運動項目，其實，每個人都可能因為受傷、身體狀況，產生特別的運動需求。比如《灌籃高手》作者井上雄彥的作品《REAL》，故事環繞著優異的短跑選手因骨肉瘤切除右小腿、自恃甚高的籃球選手因車禍造成半身不遂及因愧疚感而想成為運動員來贖罪的三個角色，參加「輪椅籃球」後面對人生的故事，由此可見適應體育對每個人而言都至關重要。回到教育現場，適應體育的精神在於「透過合理地調整運動規則、進行方式和環境，讓每個人

都能享受運動」，這種運動環境可以幫助孩子們建立自信、學習新技能，並參與學校以至於社區的主流活動，與同儕間建立更緊密的聯繫，在生活中獲得更多的樂趣。

我是一位長期致力於推動適應體育的特殊教育工作者，協助中華腦性麻痺協會及中華地板滾球運動協會在國內投入推廣「地板滾球」運動，至今已有十幾年的時間。地板滾球是一項實踐適應體育精神，是「為所有人提供平等機會的運動環境」的運動，這項運動打破性別、年齡及生理條件的限制，採通用化的設計，無論是心智障礙、感官障礙、肢體障礙者或各類型的特殊需求者，都能夠在透過輔具的支持下，順利的參與，是一項少數能真正達到「無障礙」的運動。協會每年固定辦理全國性地板滾球比賽，提供特殊需求人士參與比賽的機會，透過這樣的運動競賽，參與者能夠增強自我效能、培養自我管理能力、養

成規律運動習慣。當滾球比賽進行時，教練只能壁上觀，無法指導與協助，然而每一球都需要透過團隊溝通來決定擲球策略，因此孩子從中長出領導與服從，判斷與決策，並且學習到團隊合作的重要性。

從小紮根零拒絕的學習運動權

我曾在國小的特教班任教十餘年間，帶過包含腦性麻痺、自閉症、智能障礙、多重障礙類型的孩子，這些孩子在生理及心理條件受到限制下，無法像一般人一樣享受運動所帶來的樂趣。《國際體育運動憲章》（International Charter of Physical Education and Sport）提出「運動與體育是基本人權」的概念，除了一般大眾所熟知運動所帶來的各種益處，我認為，運動的價值在於促使個體發現「在運動中，我所能做到的最好。」而提供運動選擇時，應符合特殊奧林匹克運動會的兩大主張：包容（Inclusion）和無障礙（Accessibility）。地板滾球運動為這些孩子帶來了一道曙光，透過這項

運動，特殊需求的孩子得到了平等的運動權。

2022 年全國地板滾球錦標賽開放組團體賽的銀牌 – 秀峰高中滾球隊領隊王叔雲曾說：「這樣的孩子走在路上人家都用異樣的眼光看我們，參加這個活動之後，孩子們彼此間有相互的認同和凝聚力，孩子才有活動的機會，孩子們多自在，沒有人用奇怪的眼神看我們，在這種環境都沒有壓力。」

因此，在學校教育中落實適應體育，對於特殊需求的孩子來說非常重要。只有從學校開始形塑，他們才能接受到完整運動觀念和習慣養成教育，並在成人之後轉化為從事適應性身體活動，因為對於成年人來說，建立和維持規律的運動習慣對生活品質及老年健康有著極大的影響，特殊需求的孩子也不例外。

根據教育部體育署「充實全民運動環境計畫」中指出，我國即將邁入超高齡社會，推動全民運動、鼓勵大眾積極參與運動，養成運動習慣，無異為減少國人不健康存活年數、降低醫療支出最





有效之方法。近幾年在臺北市西區特教資源中心的努力下，推動就讀普通班身心障礙學生之適應體育教學合作模式，透過跨域的團隊合作模式，在適應體育種子教師、個管老師、普通班導師、體育科任老師之間的通力合作下，因應個別差異與需求，提供特殊需求學生「融合式」的適應體育課程，享受與同班同學一起上體育課的權利，讓他們能夠更好地參與校園生活，並習慣運動。

融合運動讓團隊一起成長

小宏是一位腦性麻痺的孩子，天生肢體動作控制困難，平時需靠助行器才能移動。他心中期待跟同班同學一起上體育課，但受限於自己的肢體動作能力及外在環境的種種限制，一直無法參與學校的體育課程。在個管老師向西區特教資源中心申請適應體育教學入校合作模式的協助，針對體育課程內容、教材、教法及環境進行適合的調整後，小宏開始參與融合式適應體育課程。課程的內容不僅讓小宏對於體育課充滿熱切的渴望，變得更加自信和開朗，校園生活多了一份可以追求的事物，在運動中，世界彷彿沒有任何限制，萬物在眼前開展，事事皆有可能。與此同時，同儕也因獲得新認知而受益，課程經過適切的修正，體育課的學習內容變得更簡單易懂，他們學會了如何調整自己，與不同能力、特質的同儕進行互動。特殊奧林匹克運動會工作人員 Andrea Standecker 觀察「融

合運動」(Unified Sports)時曾說：「你會發現，整個團隊是一起成長的，即便一開始成員們彼此間看起來非常不同，他們也會在這個比賽過程中逐漸凝聚向心力。」我曾帶領過特教班的孩子參與全國地板滾球運動會，數度得到冠軍，而比獎盃還鮮明的記憶的是孩子們的笑容，在訓練、競賽過程中，我看見孩子生活中增長的自信和人際效能，他們在場上互動與合作的默契，就像是一幅美好的風景在眼前展開。

西區特教資源中心的適應體育教學入校合作模式，不僅是臺北市特殊教育發展的重要成果，更為適應體育教育提供了一項有效且可行的運作模式參考。我們相信，在各方的共同努力下，特殊需求學生的運動參與程度和能力會逐漸提升，孩子能夠更好的融入社會，能享受運動帶來的可能與選擇，生活因此明亮。

最後，我想強調的是，適應體育不僅僅是一種概念，它代表的是一種價值觀和一種社會文化。讓我們一起努力，為創建一個更包容、更多元化的社會而努力。讓每個人都能夠在運動中找到自己的位置，站在這個位置上，凝視著這個多彩多姿的世界。

參考資料：

1. 滕西華、汪育儒、林恩淇、李盈萱、張嘉玲。《身心障礙者的休閒與運動權～聯合國身心障礙者權利公約(CRPD)第30條第5項在臺灣的實踐》。
2. 「地板滾球」第一場比賽秀峰高中獲勝，球員多半不是唸秀峰。
3. 地球圖輯隊。「運動應是人人皆可享有的權利」特殊奧林匹克運動會打破社會障礙。<https://dq.yam.com/post/15229>



適應體育—— 跨出障礙 · 滾出新視野

文／林玉嫦（二林喜樂保育院院長）

用腳圓夢～地板滾球／蔡憶婷

雖然我不太能控制我的身體
雖然吃飯、洗澡、上廁所等都需
有人協助
但我仍然希望有機會挑戰自己
有自己的舞台…
藉著地板滾球
我看見自己無限的潛能
因著輔具及專業人員的協助
我能盡情在球場上發揮
有一股動力在我身體裡面
告訴我要勇往直前，努力不放棄
我想站上世界的舞台
實現奧運夢想

二林喜樂保育院由美籍瑪喜樂女士於 1965 年創立，早期以收容教養小兒麻痺與貧困兒童為主要服務對象，1991 年轉型托育養護智能障礙與多重障礙兒童

及成人服務，提供 24 小時全日型生活照顧、復健服務、健康照護、技藝陶冶、作業活動、與休閒活動等服務，並重視其生活品質，榮獲衛福部評鑑為優等機構，立案服務人數 240 人。我們尊崇服事的價值、敬神愛人，更認為以基督的愛疼惜弱勢者的初衷是一份社會責任，針對所服務的大小孩子，了解個別需求而提供服務，以彰顯人道精神，實踐信仰使命，並確保所服務的每個生命都是充實、健康、喜樂的。

多元適應體育活動， 強化信心與社群融合

為發展服務對象適應體育，院內除了日常體適能課程外，平日針對近 20 位服務對象也另外提供徑賽活動的練習，陸續帶隊參加「亞特盃心智障礙運動會」參與體育運動的機會，並報名參加有氧登階、籃球原地運球、籃球籃下投籃、壘球擲遠等競賽項目，也都獲得好成績，

增強了服務對象的體能及自信心與促進社群的融合。

喜樂保育院團隊思考著，適合重度障礙者的適應體育項目是甚麼？讓運動不再是遙遠的夢想並能增進重障者的社會參與項目是甚麼？地板滾球（Boccia）緣起於古希臘投擲球遊戲，經過改良修正後，成為一種使用極少的肢體動作，卻需要運用策略和技巧的活動，是特別針對重度動作控制困難的身心障礙者所設計的競賽活動，也是最適合重度障礙者的運動，更是身障者全新的運動選擇。

設定目標陪伴選手挑戰， 展現生命價值

2005 年院內開始了地板滾球的練習與訓練，更於 2014 年起成立「適應體育發展小組」，服務對象社員 29 人（極重度 10 人、重度障礙者 15 人、中度障礙者 5 人），並由物理治療師、護理人員、社工人員、教保人員等跨專業組員主責不同任務，擬定短、中、長期目標，短期目標以評估服務對象合適之運動體育項目與課程規劃及培養團隊合作精神，

中期目標以規律執行各項運動之訓練，培養服務對象運動精神及積極培訓精進技巧，帶隊參加各項運動體育賽事，而長期目標則是培育參賽選手具備國際競賽的實力進軍國際運動賽事，展現服務對象生命價值。

2021 年訂定「地板滾球國手培訓計畫」，外聘專業教練，重點培育二位選手並完成體位分級鑑定，其中 1 位是腦性麻痺選手蔡憶婷用腳踢滾球，比賽時要有運動助理員協助，另 1 位是肌肉萎縮選手簡宗賢，因無法有效抓握或投出地滾球，須依靠軌道輔具投擲，比賽時也要有軌道助理員協助，故配置投入賽事相關人力的支持更顯需要，機構也規劃專用練習空間場地及增購相關設施設備等經費，加強提升服務對象精進球技及戰術運用策略，增進服務對象國內外參賽經驗，拓展人際互動，成就熱愛地板滾球與實現自我的想望，期許透過培訓計畫為重度障礙者開闢獨有的舞台人生，因地地板滾球突破創新而生命精彩，他日能站上國際舞台，為自己爭光、為喜樂爭光、為台灣爭光。



適應體育帶領選手前進國際舞台， 找到生命亮點

流淚灑種的，必歡呼收割。回顧自2005年推展適應體育地板滾球，從很陽春的自製改造水管當成訓練的軌道設備、進步到木頭改造、再進階到使用專業軌道，服務對象年齡從年少到中年，從未曾出國到踏出國門，從沒得過獎到南征北討如今已是穿金戴銀（冠軍亞軍）的常勝軍，一路歷程令人感動與激勵和驕傲。特別是患有腦性麻痺的憶婷，5歲開始入住喜樂，吃飯、如廁等生活自理需依賴旁人照顧，在國中時期，發現憶婷對地板滾球產生興趣與意願，於是團隊開發其運動潛能及協助克服障礙，物理治療師進行復健不讓她的肌肉緊繃僵化並加強肌耐力，而憶婷總是咬牙忍痛、揮汗如雨的積極復健，加上她的樂觀進取與不服輸的特質，終於透過地板滾球運動，

找到了自己的亮點，也兩次入選國家隊，代表台灣前往大陸廣州及巴林王國參賽，目前也已取得準帕運選手的資格，進軍帕拉林匹克運動會站上世界舞台的夢想不遠了。

台灣2014年施行身心障礙者權利公約(CRPD)，第30條有關「參與文化生活、康樂、休閒與體育活動」之規範，促使身心障礙者在參與主流運動賽事及活動之權利更容易被看見，也更能營造社會支持的推動氛圍，喜樂保育院深感歡喜及早推廣與紮根適應體育相關的活動，與CRPD的精神不謀而合，確保了慢飛天使享受運動樂趣與滿足的權利和尊嚴。

推展體育適應與長期培植選手需要經費與各項資源的投入，機構竭力支持身心障礙者儘可能充分地參加體育活動，更邀請社會大眾視為共同的責任，一同重視與支持。



後記

2022(民國 111 年) 預定參加地滾競技賽事，因 covid-19 新冠肺炎疫情擾局而暫停四個月的練習時間，但選手仍完成參加 1 場國際賽及 3 場國內比賽，也獲得 4 面冠軍、3 面亞軍的傲人成績。



時間	賽事名稱	成績
111 年 04 月 09-12 日	111 全國身心障礙 國民運動會 - 地板滾球比賽	1.BC1 女子組個人賽第二名—蔡憶婷 2.BC3 男子組個人賽第二名—簡宗賢 3.BC3 雙人賽第一名—簡宗賢、簡杏如
111 年 05 月 14-15 日	111 全國身心障礙者 會長盃地板滾球錦標賽暨 2022 國際賽事國家代表隊選拔賽	1.BC1 女子組個人賽第一名—蔡憶婷 2.BC3 男子組個人賽第一名—簡宗賢
111 年 11 月 03-15 日	2022 巴林地板滾球世界盃 (Bahrain 2022 World Boccia Cup)	1.BC1 女子組個人賽第五名—蔡憶婷 2.BC3 男子組個人賽第十三名—簡宗賢
111 年 12 月 24-25 日	2022 台灣地板滾球運動邀請賽	1.BC1 女子組個人賽第一名—蔡憶婷 2.BC3 男子組個人賽第二名—簡宗賢



「天使農夫太鼓隊」 結合律動及體適能，展現自信與力量

文／南投縣智障者家長協會

過去的思維裡認為心智障礙者應該在家好好休息、在教室裡休息，不要參與戶外運動，對自己與對他人比較安全，是影響身心障礙者參與運動的最大原因之一。

為了幫助心智障礙孩子延緩老化、透過運動增強身心健康，南投縣智障者家長協會（以下簡稱本會）自 2011 年起開始申請教育部體育署「運動發展基金計畫－身心障礙者運動體驗營」；2012~2015 年打造運動計畫；2016~2010 年「運動 i 台灣 - 身心障礙運動樂活計畫」；2022 年~2023 年「運動 i 台灣 2.0 版」。連續 13 年蒙教育部體育署及南投縣政府的經費支持，讓本會可以持續推廣特殊需求者運動的機會與環境，讓學員有更多元有趣的體驗來強健身心，增進與人群互動的機會！

「天使農夫太鼓隊」結合律動、 體適能，鼓勵學員展現自我

智能障礙者普遍有專注力短暫、手眼協調及身體律動感差的特性，因教育部體育署「運動發展基金計畫－身心障礙者運動體驗營」的機會，本會開始在小作所導入太鼓的運動課程，太鼓是結合音樂、體能與節奏的運動，我們觀察到學員透過學習打擊太鼓不但笑容變多了，專注力、持續力、體能也提升了。

2011 年成立了「天使農夫太鼓隊」，讓學員可以長期透過學習太鼓及律動技巧與知能，增進與社會互動的機會，讓更多人認識這一群社會上不可或缺的特殊需求者；同時也帶動南投縣特殊需求者太鼓、音樂律動之運動水準及風氣。





「天使農夫太鼓隊」2012年開始參加中華民國智障者家長總會舉辦的「全國心智障礙者才藝大賽」，在舞台上看到成員們勇於展現自己、臉上綻放出亮麗的光彩，因為掌聲及肯定也讓他們長出自信心。堅持讓學員長期參與運動是件不容易的事，看到他們的成長及享受過程，讓我們倍感欣慰。

每個學員天生擁有不同特質，有的學員全身充滿表演細胞，喜歡唱唱跳跳；有的學員則是遇到音樂、律動等表演，總是遠遠的躲著……，我們希望透過音樂、律動、體適能等各種有趣的活動，引導學員體認，每個人都可以是個運動家、表演家，只要積極努力與展現自信，一定能成為自己生命中的大明星！

反覆練習逐步提升體適能， 放鬆身心

體適能老師以輕鬆、活潑的方式指導學員，運用多元的教（器）材來提升他們的肢體靈活度、反應力及動作伸展……，促進身體動作的協調性與肌耐力，同時，可預防及延緩心智障礙者老退化的速度；更透過音樂的陶冶，讓學員穩定情緒，從中感受音樂節奏的美妙找到學習的樂趣。環境、器材操作的安全性是運動場域最重要的，上課時所使用到每一種器材，體適能老師必定會反覆示範，並耐心的給予協助與鼓勵，讓學員們能漸漸地放鬆緊繃的身心來參與活動。



就以本會常年申請並執行「運動 i 台灣」為例，我們看到是多贏的成績，帶動增加運動人口，對特殊需求者更是助益很大，學員不論在身心的喜悅、體態柔軟度與協調性、人際互動，都明顯增長，也看到他們在運動過程中所產生之成就感、樂趣，陪同老師一起加入運動，舒緩工作人員的壓力。

在辦理節慶活動或外賓來訪時，

無論是體適能、音樂律動、太鼓表演都是最佳的媒介，學員活潑、開朗的自信心渲染在場的每一個人，讓會場的氣氛 high 到最高點。本會也積極爭取演出機會，看到觀眾給予熱烈的掌聲，原本羞怯退縮的學員充滿了信心，家長看到自己子女的改變，也覺得欣慰，心中的喜悅難以言喻！



帶星兒單車環島



文／陳惠玲（中華民國自閉症總會理事長）

「星兒」是自閉症者的美稱，星兒的特質經常是人們討論的議題，星兒多數都會有社會互動及溝通障礙的問題，沒辦法順利的表達需求及想法，造成一般人對他們的言語或行為不甚瞭解，他們就像來自外太空的訪客……。

自閉症的特質有哪些？

1. 社交互動缺損、情緒困擾
2. 重複且侷限的行為、興趣或活動
3. 口語溝通表達的困難

自閉症者因與生具來的障礙，讓他們缺乏學習認識自己與他人的關係、基本社交應對的能力，難以體會別人的情緒和感受。也會因為自閉症特質能從事的運動項目會受限制，例如：籃球是一種具組織性、目的性和團體合作的運動，有些自閉症者投籃很準，卻因不懂籃球規則無法判定隊員的動向與傳球的意圖，

打不出一場好球。大部份的人認為單車是個人運動，其實單車也可以是團隊運動，也是個較簡單上手、門檻較低、較不需要社交、不用猜測他人的意圖，適合自閉症學習騎乘單車，達到紓解身心並建立自信。

騎單車的運動量可讓自閉症者情緒穩定，但又必需考量不能過量及在騎乘過程中需有變化的因素，單車環島是一項很好的活動。中華民國自閉症總會於1997年舉辦「第一屆同星協力轉動愛－自行車環島活動」，邀請自閉症家庭一同騎上單車，在長達近1000公里的旅途中，期待能鼓勵自閉症家庭參與戶外活動增加社會參與，也讓自閉症者的能力被社會大眾看見，增加與自閉症者的良性互動經驗，共同建立友善融合的環境。

「2022 第五屆同星協力轉動愛－自行車環島活動」，共有六組自閉症者家庭及教練、中華民國自閉症總會工作人



員一起踏上旅程，回憶起這十一天我帶著六位星兒單車環島每天狀況百出，趣事、鳥事一籬筐。

第一天真的是「狀」況百出，最興致勃勃要參加單車環島的阿皇，帶著「老大」的「氣口」，第一天就與沒有家長陪同的老弟發生口角，差一點就打了起來，幸好我很瞭解這些孩子，第一時間就化解兩人之間的衝突及情緒狀況。中午用餐時阿皇告訴我，他要回家，原因竟然是女朋友找他，經與教練討論，一拖再延終於把他留下來與大夥繼續環島的行程。阿皇是比較社會化的星兒，一下想偷溜、一下又想去找妹，容易生氣又想動手打人，鬧氣到處請客，若不是零用錢放我這兒，應該一天就花光了！

小每是參加過十二年前的第三屆單車環島的前輩，也是我們前三屆唯一的女孩，雖然眼睛有一隻受損而且畏光，一旦她上車，騎車的拼勁是不輸任何一位男生。也因為小每太專注騎車，在大家閃過行人的時候，她就從兩位穿越單車道的行人中間穿越過去，造成兩位行人都受傷了，待處理完成送醫後，我們

就錯過餐廳午餐時間，幸好餐廳願意多等我們一會。

小文是十二年前參加過單車環島的星兒，當時他才小學六年級，此後就愛上騎單車，從國中一直到高職畢業都騎單車，上下學從未間斷過，因為他也不太會換檔，爸爸經常為他換車，越換越輕，讓他不用換檔也可以騎上山坡，還年年帶著他單車環島。

年紀最小的小穎，目前就讀高職，是位單純又守規矩的大男孩，途中也發生了許多趣事，也只有他破胎兩次，並因沒保持距離而撞上小弈的媽媽；在花蓮過夜時，忘了帶走洗衣粉而要求飯店幫他寄回，事後媽媽說郵資都比洗衣粉貴好幾倍呢！這就是星兒的「堅持」，因為他考慮的是洗衣粉沒帶回來怕被媽媽罵，而不是想到郵資的費用問題。

體能女王小心，2022年參加自行車環島時所向披靡，男團員都被在腦後看不到她的車尾燈，今年卻有點反常，一開始騎時速只能五公里一再落後，要讓她上保姆車就哭了，問明原因後，才



知道前一天爸爸帶她跑了田中馬的半馬 21K，沒有足夠休息，兩條腿都瘀青還要繼續騎車，但不讓她騎就傷心的哭泣。和媽媽討論後，因為小心堅持要騎完 22 縣市，就讓她騎每一段的前後 5 公里，小心才終於破涕而笑

最後介紹小弈，他應該是本屆最令人傷腦筋的星兒，比較我行我素、不懂得察言觀色、人際規則，就像活在自己的世界。

要如何讓星兒瞭解有很多事情，不是像有保護傘的家或學校那樣，可以做自己想做的事，因此單車環島從路線、住宿、餐食、補給支援、訓練等，要如何規劃出適合星兒及家庭的旅程，讓閉總工作人員煞費苦心，這次在食宿方面，就規劃幾次住很棒的飯店、幾次體驗克難一點的環境，希望讓他們了解「團隊合作」的重要，要考量許多事情、要配合團隊、及聽從教練及領隊的指導，才能安全、快樂、順利的完成這趟環島旅程。

單車環島的過程中，跟著雙輪奔馳，



我們感受到旅程帶來的驚喜與收穫，爬坡是訓練肌耐力和騎車技巧，下坡是訓練服從性，天氣炎熱和颶風下雨都是不同的體驗。這十一天下來，雖然騎車又苦又累，爬坡很艱難，我們都一一克服，這些都要靠星兒的勇氣和體力，也考驗隨行者的支援能力和應變能力。感謝全各地協會的支持協助，讓星兒在單車環島過程中貼近台灣的美麗景致，瞭解這塊美麗的土地，也體驗到大受歡迎的感覺，這或許是他們在校園中從未有過的經驗。環島一趟下來，我觀察到孩子進步很多，除了學會配合團隊活動時間與指令、學會了尊重他人成長不少，個個都想再來一次，希望這些孩子，在這次旅程中學到的部分技能，有助於他們就業與自立生活。



在最熱烈的掌聲中落幕

2022 第 11 屆全國心智障礙者才藝大賽全國總決賽

文／關雅萍（中華民國智障者家長總會公關專員）

12月18日（日）「2022第11屆全國心智障礙者才藝大賽全國總決賽」圓滿落幕，感謝各界熱烈的支持與踴躍的參與，本屆參賽人數超過2,000人，參賽年齡層也分布相當廣，年齡最長為69歲，最小為6歲，透過多元的藝術創作，讓他們內心的精采與無限可能，被世界看見。

把不可能變可能的舞台

第一次來參加才藝大賽的朋友，總是會小小聲的問我們：「參賽者的表演真是太精彩、太好看了，他們真的都是障礙者嗎？好開心有來才藝賽現場欣賞他們的表演，打破我們對智能障礙者什麼都不會，都需要別人照顧的印象，而且明明這是場比賽，現場氣氛卻是很溫馨，大家都相互欣賞、加油。我好喜歡這個活動，下次還可以再來嗎？」。聽了朋友這番話，讓我想到才藝大賽像是

把「不可能變可能」的魔術師，這個舞台讓喜愛藝術創作的朋友在這裡大展身手，建構出特殊美學與生命的尊嚴，也翻轉大眾認知的限制。

陪孩子長出自信和勇氣

上、下台走位對一般人來說並不困難，但對心智障礙者而言，上、下台走位的動作卻需經歷練習、忘記、再練習反覆的過程，直到完全熟記並綻放出笑容為止。中區初賽有位參賽者上台表演時，媽媽躲在舞台布幕後眼眶泛淚驕傲的看著孩子，她說：這是孩子第一次參加比賽，他知道小孩的演奏技巧不是特別好、也不確定他自己可否獨自彈完曲目，但還是想把握這個機會，陪著他挑戰首次的比賽，希望讓他更有勇氣與信心，父母的支持、老師們用心的付出，這份愛的力量，也是參賽者最堅強、最有力的後盾。



在藝術的世界裡， 所有的特殊都可以化為特色

「全國心智障礙者才藝大賽」秉持鼓勵參賽者獨立完成創作的核心精神，期許在藝術的世界裡，所有的特殊都可以化為特色，也帶領他們看見自己的美麗。無論是初賽或總決賽場場都精彩，每一位參賽者將心靈寄託在藝術創作的感情及豐沛的生命力，都令台下觀眾而感動不已，而觀眾的掌聲及肯定，更是參賽者最大的溫暖與激發自己前進力量！感謝四區初賽承辦單位的用心，以及衛生福利部社會及家庭署、台北市文化局、台灣社會發展推動協會、建豐工業、東和鋼鐵、新光吳火獅基金會、和泰汽車、社團法人中華民國牙醫師公會全國聯合會、公益信託王長庚社會福利

基金、富邦慈善基金會的經費及資源的挹注，給心智障礙朋友們得以在這個專屬屬於他們的舞台，有學習和努力的機會，在過程中享受困難，也在成果中看見自身價值並開展自信的羽翼！

2022 第 11 屆全國心智障礙者 才藝大賽參賽者問卷回饋

1. 看到孩子的獨立自主、自信和受肯定的笑容和能力，很值得。
2. 才藝大賽對表演形式、樂器組合不設限制，對無法學習古典室內樂編制的心智障礙者來說非常友善，讓我們能夠用較簡單、易上手的樂器配置參賽，並且有站上舞台的機會，大大提升了參賽者的自信心。



▲ 台東縣寶桑國小特教班的孩子歷屆都會參賽，孩子在舞台上演出，熠熠生輝

3. 帶服務對象到活動現場領 並觀看表演，讓大家都覺得很驚喜，我們決定下屆擴大參賽，讓更多的服務對象擁有展現自己的機會。
4. 每一次參賽都能看到讓人驚艷的對手，名次與輸贏不是重點，而是用心去欣賞每一位參賽者的精彩表演。
5. 「得獎，讓我的畫畫越畫越有成就感」。
6. 看到孩子面對比賽的緊張，與獲得名次之後的笑容。

7. 能與許多參賽者互動，無論是老朋友還是新朋友，是非常難能可貴的事；尤其是自編的帶動唱演出，讓參賽者和觀眾不只是坐著看表演，大家一起互動。
8. 評審老師的評語與回饋令人很感動，大大鼓勵參賽者及指導老師。

才藝大賽參賽者的意見回饋，對我們而言都是寶藏，都是才藝大賽成長的養份，前進的方向，讓我們相約 2024 歡喜再相見！



▲ 在展出作品前，駐足欣賞細節，感受他們的創作能量



▲ 愛與支持，是參賽者前進的動力



▲ 音樂兒童個人組表演馬林巴琴，精湛的演奏及技巧，獲得評審一致稱讚



▲ 衛福部社會及家庭署簡慧娟署頒發父母深情獎





▲ 李銘軒的特優作品「飛」在展覽現場極受注目

▲ 楊皓宇的「基隆市公車」也是特優作品，非常細膩



▲ 賽後同樂時間，歡迎所有參賽者上台跳舞





▲ 參賽家長看見孩子的作品被展示，拍照留念



▲ 參觀民眾看見優秀的作品趕緊拍照

名稱	捐款金額
許朝貴	778069
臺灣期貨交易所(股)公司	300000
財團法人王詹樣社會福利慈善基金會	142155
施建志、欽佳材料有限公司	100000
吳幸芬、宏泰電工股份有限公司	60000
永續環保股份有限公司、李長康、林鴻津	50000
無名氏	45488
匿名	40188
厝味文化股份有限公司	35000
瑞賢實業股份有限公司	28000
賢實業股份有限公司	28000
王明禮、加桐投資有限公司、朱小綺、朱瓊芳、李雅淳、林永頌、高佳麟、張*丰、黃敏生、誠瀛法律事務所、劉*枝、劉貞鳳	20000
秦建譜	16000
劉振陪	15000
王麗香、何在光、邵梅華、陳永一	12000
王夢蘭、呂宛錚、李阿土、林則棻、林宣麟、邱瓊萱、洪秀娟、孫一信、高慈容、張鈺、郭箐、陳惠怡、黃純德、劉凱蒂、嚴張勳	10000
不具名、林彥君、陳月英、詹承儒、廖世傑、鄭*凱	8000
黃純雅	7000
黃仕維	6600
王先生、洪明儒、張元玫、張素貞、郭鳳春、陳炳宏、程敬哲、蔡梅子	6000

名稱	捐款金額
財團法人富邦慈善基金會	5922
張倍禎	5800
無	5400
888、朱澤民、何*中、吳淑玲、吳靜伶、呂玉琴、林仲豪、邱麟翔、威倫電子股份有限公司、春豪漁業股份有限公司、許金德、陳凱、游佳穎、游明泰、游凱筑、楊政憲、劉居立、劉詠菁、蔡孟倫、謝明峯、謝英傑、簡敦誠	5000
周秉進、鄧凱云、謝佳男	4800
何彩鳳	4500
杜耀楠	4300
王	4200
王建傑、朱家齊、李靜芬、李靜雯、林洛軍、林益文、林惠芳、林曉芳、施柏丞、洪俞芳、張斌倫、莊景名、郭淑倅、陳*盛、陳建昕、陳睿宸、彭文芳、游秉憲、黃美燕、楊孟達、歐芸茜、鄭志驊、鄭聖暘、鄭兆恆、鄭仲旂、盧桂蘭、賴玟君、謝*伶、謝博民、顏銘樹、寶昕股份有限公司、蘇秋旭、龔郁涵	4000
林建富、陳弘毅	3600
威肯環境有限公司	3500
林美華、陳盈潔	3200
陳小姐	3100
王育瑜、周*霖、施岳宏、張*、麥克、黃念慈、黃瑞章、黃鴻章、楊志鉞、葉正弘、蘇士芬	3000

♥ 捐款芳名錄

2022.11-2023.02

名稱	捐款金額
丁巧蕾、張耀文、劉進花	2500
王彤光、林星宏、張麗華 曾瓊慧 曾瓊君 林怡君 林伽盈 林正宗、郭金正、陳素真、黃見志、蘇偉智	2400
李蕙娟、顧煥鳳	2200
Lee、王大展、王秀雲、王素梅、王舜裕、王顯瑜、朱*莉、何文達、何秀萍、何素玲、余天白、吳志方、吳玫芬、吳金和、呂仲杰、李*玲、李小姐、李月碧、李侑靚、李祁宸、李睿羲、辛炳隆、林士雍、林玉燕、林志豪、林明發、林素華、林基聖、林惠嬌、林雅婷、林廉峻、施金享、施財杰、施琦玉、胡長茵、徐永家、馬海霞、馬豪懌、張楚甯、張簡郁萱、張繼尹、郭水、陳宋玉美、陳志豐 張陳品好 陳佳愉、陳宗祺、陳昕好、陳金英、陳娟娟、陳淑娟、陳淑馨、陳想容、陳慧文、陳麗娟、曾志強、曾崇熙、曾陵珍、馮筑君、黃、黃文賢、黃月桂、黃淑華、黃聖洪、葉永嬌、葉洪、廖宸纓、廖錦里、熊純姿、蔡廷岳、蔡忠銘、蔡雅惠、鄭*玲、蕭*威、賴美珍、謝*茹、謝松勳、簡子渝、羅*怡、蘇星宇、蘇靖惠	2000
辛益年、林宗賢、張倩瑜、蘇文宏	1800
Annisie、丁子晴、林乙臻、社會人士、洪森浩、黃世星、謝*潔	1600
王維靖、吳*麗、吳黃淑紅、周勉、孫*芳、莫玉婕、陳思吟、黃資明、謝宗周	1500
葉淑玲、潘芷薰	1400
王美珠、王雅珍、王興中、玉涵林、吳蔡淑彥、李*允、汪建東、阮子晴、林秀美 劉秉燁、林宥伊、俞家維、施惠馨、范宸豪、張育璋、張淑惠、章雅媚、許品齡、許雪芬、郭庭維、陳*光、陳彥圻、陳柏燕 陳佩吟、陳浩綸、陳夢依、黃*芬、黃運宣、黃麗華、楊雅媛、鄒景隆、廖玉若、蔡宜宸、顏大淵	1200
蕭碧霜	1128
李佳嬅	1120

名稱	捐款金額
張小姐、葉家華	1100
陳玉華	1050
123、.com.com、Benjamin、leek、Ryan Wang、x、一強電梯公司、一強電梯業股份有限公司、尤映茹、方未艾、王舒芸、王詠智、王麗晴、卡蜜拉、甘哲璋、禾朵室內設計工作室、立源資訊股份有限公司、伍旭祥、池舜田、何育嬋、何秋樺、何晏慈、余志謙、吳沛婕、吳易軒、吳歐洲、呂美蓮、呂慧敏、宋玉美、李文元、李佳霖、李美雲、李晉福、李浩均、李淑玲、李雯琪、李豪章、辰易全業有限公司、阮美芬、周怡君、周峻暉、官仁偉、林OO、林上傑、林子萱、林秀燕、林坤信、林昌樂、林明儒、林美智、林韋廷、林淑方、林淑蓉、邱小姐、侯安宮、胡元銘、胡彩鈴、徐敏宸、馬素華、高維敏、張*琦、張好涵、張東源、張修哲、張海妹、張陳金英、張景淳、張雅芳、張歆好、張薇薇、張耀仁、粘避花、莊*宏、許先生、許美惠、許景翔楊家瑜、許瑜珊、連國禎、郭秀倩、郭銘章、陳*恩、陳正揚、陳玉涵、陳亦昕、陳宏斌、陳佩蓉、陳佳祺、陳佳鈴、陳宜凡、陳奕臣、陳建璋、陳瑜玲、陳瑞臻、陳詩偉、陳鈺荃、陳端陽、陳慧蘭、陳慶仔、陳龍淵、陳韻竹、彭詩軒、曾柏睿、曾祥維、程、黃心沛、黃玉儀、黃界能、黃郁晴、黃偉綸、楊沛霖、楊慧雯、葉惠芳、詹淑媛、詹雅嵐、廖志龍、廖筱萍、劉佳育、劉幸珍、劉思好、劉郁潔、劉婉美、劉澤英、潘兆蕙、蔡*龍、蔡孟潔、蔡尚秦、蔡美琪、蔡喻安、鄭東澤、鄭耿忠、鄭喻償、鄭皓中、鄭筑云、鄭慧玲、盧智文、賴千楷、賴林素戀、賴韋鏞、鍾佳庭、簡若昕、顏柏杰	1000
王洪金枝、吳	900
富吉	827
王巧文、吳佩芸、吳怡慧、李俞慧、林羿維、柯佑麟、洪*珍、徐雅玲、高楊鳴咲、許雅涵、郭宛宜、郭宜沄、陳俞君、陳美秀、陳美蘭、陳家蘭、黃家鳳、楊雅芬、葉振福、董曉萍、銘傑行銷企業社、劉*嫻、劉娜娟、藍文沅、(空白)	800

名稱	捐款金額
木易羊	707
宋建宏、李欽章、張乃文、蘇涵盈	700
OH 買辣	660
林采媛	650
YAYA、王志隆、王家洋、王渝清、王寶鳳、古家、古國廷、四面佛(神)、有勝不動產有限公司、江子揚、江玉絹、江瓊雯、何佩倚、吳佩吟、吳柏霖、吳智鈴、宋怡君、巫碧霞、李秀虹、杜曉茹、汪哲弘、周亭攸、林、林小姐、林老菲 林老章 林陳梅、林宜儒、林俊魁、林勁志、林奕萱、林姿伶、洪阡瑩、紀西明、徐家琪、高文彬、張至成、張家芝、張祐銘、曹晨晞、許艸嘉蔚、許哲銘、郭晉廷、陳少頤、陳秉睿、陳秉澤、陳品榆、陳焯榮、陳嘉敏、程禎霖、黃秋掬、黃通琪、黃瓊兒、楊子瑩、楊雅雯、楊雯茜、楊麗菁、劉怡君、劉晉良、劉翔名、劉礎綾、歐寶妮、潘明宏、蔡錦娥、鄭明山、鄭耕昊、賴文煌、靜好工作室、默香好日、羅美智	600
300、hh、will、三峽祖師廟、方文琦、牛鵬程、王中、王昱升、王惠雯、名歲不動產仲介經紀有限公司、朱子晴、江志聰、吳*綺、吳志偉、吳育綺、吳育霽、呂靜怡、李佳蕙、李明瑾、李佩誼、李無名氏、林德時、邱美月、長春四面佛、施姿羽、洪*萍、洪先生、胡証鈞、夏又昀、徐明隆、徐碩均、馬燕慧、高先生、張大有、張妙如、張益銘、張琬暄、張舜智、梁敏惠、莊小姐、莊竣翔、許哲輝、許琇惠、許嘉長、郭允、陳孟好、陳柏志、陳偉宸、陳敏瑄、陳森、彭武龍、曾翔暉、溫錦洲、黃金台、黃柏欽、黃顯揚全家、詹詹茹蔚、廖*慈、廖卉菁、福德宮、劉佳宜、潘素鳳、蔡淑鳳、鄧嚴戊生、鄭君豪、鄭賢德、盧銀田 盧林翠媛 盧宜祜 盧泳瑞、蕭、蕭后芳、蕭寶勝、譚學儒、賴怡伶、賴欽龍、謝雅惠、鍾璇、蘇景盟	500

名稱	捐款金額
陳駿豪	450
江歐腰、余宛蓉、吳秀穎、呂鞍華、李丞恩、李怡蕙、李雪菁、李蕙貞、周旻萱、林佰馨、林姍姍、林宜倩、林祐紳、林智偉、林湘庭、林筠淮、林興 林黃金蘭、林櫻玫、邱柔珉、邵詒珊、范瑜亮、孫義理、張昭如、張家菁、張家憲、張瑞玲、盛德利商行、莊榕萱、許峻銜、許凱鈞、陳佩昀、陳怡秀、陳明源、陳建銘、陳淑芬、彭金芝、曾怡禎、黃于恩、黃卉萱、黃建益、黃楷杰、黃溙伊、楊凌惠、詹正昌、劉*、蔡明達、蔡嘉珉、鄭妍臻、蕭珮好、謝毓濱、鍾美玲、羅元暉、嚴令傑、龔珮慈	400
林昱	350
8、j、y、Yu Mao 火火木、王怡婷、王蘊皓、余哲榮、吳佩璇 許富閔、吳寓勝、李竹旋、林國強、邱立運、洪冠玉、范志杰、高雁詒、張文科、張素燕、張寶云、許峻益、陳如琪、陳易瑜 胡美芳 陳科鴻、游惠渝、童子哲、黃星耀、黃國禎、楊正修 楊雨芯、鉸泰不動產仲介有限公司、蔡佩珊、蔡佳容、蔡宛玲、蔡國仁、鄭世璿、鄭育閑、蕭育杏、蕭緯妤、	300
吳瑞展、楊子謙	250
徐怡樂	222
7、Hans、jeeny、no、人緣油、尤宥程、方廷宇、王子睿、王羽卉、王志義、王婷柔、王智瑩黃瑞晃黃春龍楊快黃成發施樹蘭黃錡凱、王意茹、王筱琪、王靖淳、王鳳儀、王翰偉、王韻潔、北斗歐圖義式廚房、向又立、朱小姐、朱金枝、朱凱榆、江王怡智、江弘凱、江雅筠、何志勇、何志遠、何信德、余文宏、吳*立、吳小姐、吳沛青、吳佳璇、吳怡紅、吳敏菁、吳惠容、吳慧雅、吳靜婷、呂千鳳、呂奕緯、呂維婕、宋玉如、我我我、李育德、李岱蓉、李明駿、李易樺、李欣怡、李欣潔、李玟慧、李冠緯、李建興、李柏昇、李家綺、李龍志、李曜全、李豐杉、周姿芬、	200

捐款芳名錄

2022.11-2023.02

名稱	捐款金額
周敏惠、周翊薰、官子齊、東南戰鷹、林火桐、林巧雲、林立修、林旭紳、林竹君、林佑縉、林志宏、林宜寬、林泓毅、林秉謙、林姮儀、林柏昇、林柏政、林家暖、林峻逸、林恩韻、林華翎、林楷哲、林嘉瑜、林興璋、林靜慈、林靜黛、林馥俐、邱、邱文娟、邱玉芬、邱作慶、邱佩瑩、邱建銘、邱梅軒、邱淑榕、邱靖芸、邱睿緹、姜中偉、施?寶、施楷政、柯佩君、柯亭伊、柯懿軒、洪子嬭、洪子嵐、洪珮瑄、洪竣晟、洪黃志、洪識雯、孫佳羽、徐啟宏、高韻喬、高廣、張全河、張秀美、張亞薇、張佳莉、張美華、張哲璋、	200
張珮涵、張雅樺、張慈芸、張靖琦、張榮庭、張黛伶、張瓊文、張麗娟、晨樺科技有限公司、莊思翔、莊晴婷、許庭瑄、許惠嵐、許筑涓、許詩敏、許靜宜、許獻文、郭岱宜、郭晉綸、郭嘉津、郭瓊竹、陳以心、陳玉霞、陳立中、陳先生、陳育琛、陳佳君、陳昆憲、陳信凱、陳冠宏、陳品好、陳彥佑、陳映潔、陳昱如、陳昶志、陳盈榛、陳祈樂、陳禹伶、陳禹榛、陳貞朱、陳家葦、陳偉珊、陳湘閔、陳皖昀、陳蕙菁、陳熾羽、陳瓊解、彭宇正、彭康強、曾詩婷、湯詩媛、順隆、黃千綺、黃小姐、黃心玫、黃文玲、黃玉雲、黃妘妍、黃怡晴、黃艾菁、黃俐銘、黃冠勳、黃建璋、黃秋勳、黃竝達、黃韋霖、黃偉智、黃惠如、黃逸華、黃鈺婷、黃靖雯、黃鎮淇、黃譯鋒、楊仲瑜、楊爭錚、楊綺真、葉伊帆、葉芳瑜、葉媛、鄔宜容、廖永富、廖劭寧、廖汶萍、蒲聖淇、劉昕岡、劉政奇、劉家安、劉龍鴻、潘家鷹、蔡月圓、蔡辰儀、蔡芳榮、蔡瑞玉、蔡瓊儀、蔡麗麗、鄧佳昀、鄧凱文、鄭柏清、鄭婷穎、鄭惠菁、鄭舜仁、鄭雲真、鄭鈺群、黎怡旻、黎冠瑛、盧志岡、蕭子翔、蕭友銓、蕭家瑜、蕭森榮、蕭曉薇、賴宛渝、賴怡如、戴婷婷、謝宏盈、謝宏鑫、謝美誼、簡小姐、簡秋玲、簡麗芳、顏佑勳、顏秀臻、顏蒂怡、魏聿宣、羅永鉉、蘇語嫣、鐘渝廷、顧佳馨	200

名稱	捐款金額
王沛瑄、呂振嘉	150
劉馥甄	120
8888888888、hung、l、丁治中、王正杰、王玉貞、王凱弘、王嘉龍、好心人、江家儀、至尊、吳黃、呂威德、呂美嫻、李育嘉、李宜宣、李泓慧、李威雄、李紹綦、李雅婷、汪小姐、沈品豪、林*寬、林文祥、林立翔、林辰燁、林宜嘉、林欣筠、林雨虹、林崑城、邱明珠、邱信佑、邱昱智、南無地藏菩薩、柯品程、洪琦翔、范玫瑰、孫璋豪、徐翊涵、徐慈柔、泓寶號、馬劭璋、高旭謙、張亞巨、張宥宥、張家銘、張家鴻、張淑鳳、張竣虛、張鉉苧、張鴻哲、莊妮勻、莊溪富、許禾橙、許傳偉、連廖李、郭岳霖、陳安祺、陳見民、陳怡君、陳俊旭、陳冠鳳、陳建章、陳家瑩、陳國雄、陳淑慧、陳嘉祐、陳福壽、陸筱涵、彭朋鋒、曾子馨、曾品嘉、曾素香、曾嘉葦、游雅寒、湯弘君、程小姐、黃緯翔、黃翰文、楊沐心、詹黃牡丹、趙、劉先生、劉吳玉玲、劉邦彥、劉恣汎、劉清賓、劉睿淇、潘治修、潘建仲、潘柏軒、蔡旼儒、蔡瀚震、鄭亦涵、鄭旭倫、蕭小姐、蕭先生、蕭智銘、賴志揚、賴筱琪、謝子蓉、謝佩芸、謝佳芳、謝秉妍、鍾淑涵、魏金川、蘇歆婷、鐘心宏	100
十方菩薩	50
楊士承闔家	13

智障者家長總會在困境中努力前進、不輕言放棄，為智障者爭取權益這條路還很長，需要您的長期支持，讓我們可以持續為更多的心智障礙者努力。

歡迎您利用以下方式幫助智總，募得款項將定期於智總官網公開徵信。

1. 郵政劃撥：

帳號：15896084

戶名：中華民國智障者家長總會

3. 其他捐款方式：

請見官網 <https://www.papmh.org.tw/>

2. 線上信用卡／行動支付捐款

(線上信用卡刷卡／LINE Pay)：



4. 信用卡傳真捐款：

請您填妥下列授權書，填完傳真至 02-27547250 或郵寄至回「106 臺北市建國南路一段 285 號 3 樓 中華民國智障者家長總會收」，我們將盡速為您辦理，並妥善保管您的資料。

捐款表

姓名：_____ 生日：_____ 年 _____ 月 _____ 日

聯絡電話：_____ 手機：_____

身份證字號／統一編號：_____ (將捐款資料上傳至國稅局，採網路申報時免附收據)

E-mail：_____

通訊地址：□ □ □ - □ □ _____

收據抬頭：_____

收據寄發：年度彙總(隔年一月寄發) 每月寄送 不需收據

徵信查詢(捐款記錄)：公開 不公開

我願意 定期定額 _____ 元／或單筆捐款 _____ 元

願意捐款支持的原因：_____

(您有什麼想告訴我們的話嗎？歡迎留言告訴我們)

信用卡別： VISA CARD MASTER CARD 聯合信用卡 JCB 卡 銀行別

信用卡卡號：_____ - _____ - _____ - _____

信用卡有效期限：_____ 月／_____ 年(西元)

持卡人簽名：_____ (需與信用卡背面簽名欄簽名相同)

謝謝您的回饋，我們會努力做得更好。

未來「推波引水」紙本出刊後，刊物的內容也將同步在智總官網刊登，並發布電子報，歡迎訂閱智總電子報，或隨時到官網，了解智總最新動態。

捐款支持智總，
幫助更多心智障礙家庭



智總官網



訂閱電子報，定期
收到智總相關訊息



折疊線

廣告回信

台北郵局登記證

台北廣字第3366號

平信免貼郵票寄回

106 台北市大安區建國南路一段二八五號三樓

中華民國智障者家長總會 收

沿虛線剪下



中華民國智障者家長總會—全國團體會員通訊錄

	協會名稱	TEL	FAX	地址
1	台北市智障者家長協會	(02)27555690	(02)27550654	(106) 台北市建國南路一段 321 號 2 樓
2	基隆市智障者家長協會	(02)24249459	(02)24289123	(200) 基隆市仁愛區龍安街 198 巷 25 號 6 樓
3	中華民國唐氏症關愛者協會	(02)22789888	(02)22787833	(241) 新北市三重區重新路五段 609 巷 14 號 2 樓之 5
4	台北市自閉症家長協會	(02)25953937	(02)25947374	(103) 台北市延平北路四段 115 號 1 樓
5	台北市身心障礙者關愛協會	(02)23460801	(02)23462515	(116) 台北市文山區羅斯福路五段 255 號 2 樓
6	新北市智障者家長協會	(02)22553771	(02)22553764	(220) 新北市板橋區文化路二段 486 號 10 樓之 2
7	新北市自閉症服務協進會	(02)89857688	(02)89855764	(241) 新北市三重區溪尾街 109 號 3 樓
8	桃園市智障者家長協會	(03)3699135	(03)3705844	(330) 桃園市桃園區延壽街 143 巷 12 號 1 樓
9	桃園市自閉症協進會	(03)2170919	(03)3920351	(330) 桃園市桃園區中山路 1000-1 號 2 樓之 2
10	新竹市智障福利協進會	(03)5626684	(03)5626687	(300) 新竹市南大路 672 巷 3 弄 22 號
11	新竹市自閉症協進會	(03)5611095	(03)5619305	(300) 新竹市東南街 142 巷 28 號 2 樓
12	新竹縣智障福利協進會	(03)5104057	(03)5100440	(310) 新竹縣竹東鎮中豐路二段 380 號
13	苗栗縣智障福利協進會	(03)7368611	(03)7361662	(360) 苗栗市勝利里 36 鄰金龍街 188 號
14	台中市山海屯啟智協會	(042)5296453	(042)5286747	(420) 台中市豐原區成功路 626 號 / 小作所 673 號
15	台中市啟智協進會	(042)4721845	(042)4722093	(408) 台中市南屯區東興路一段 450 號
16	台中市自閉症教育協進會	(042)4723219	(042)4723214	(408) 台中市南屯區東興路一段 450 號
17	台中市智障者家長協會	(04)23551095	(042)3553095	407 台中市西屯區玉寶路 155 號
18	彰化縣啟智協進會	(04)7760006	(04)7749587	(505) 彰化縣鹿港鎮東崎里彰鹿路五段 2 巷 53 號
19	彰化縣自閉症肯納家長協會	(04)7284865	(04)7202851	(500) 彰化縣彰化市陳稜路 207 號
20	南投縣智障者家長協會	(049)2760612	(049)2761914	(552) 南投縣集集鎮吳厝里育才街 135 號
21	雲林縣啟智協會	(05)5571311	(05)5572722	(640) 雲林縣斗六市梅林里埤頭路 60 號
22	嘉義市啟智協會	(05)2710882	(05)2779140	(600) 嘉義市林森東路 707 巷 76 號
23	台南市智障者福利家長協進會	(06)3562060	(06)3562064	(709) 台南市安南區安昌街 222 巷 60 號
24	臺南市中心智障礙關顧協會	(06)2013217	(06)2333315	(710) 台南市永康區富強路二段 301 號
25	高雄市啟智協進會	07-3870538	(07)3870539	(807) 高雄市三民區九如一路 61 號 8 樓之 1
26	高雄市調色板協會	(07)2518208	(07)2517940	(802) 高雄市苓雅區海邊路 96 號 3 樓之 4
27	高雄市自閉症協進會	(07)2367763	(07)2363775	(800) 高雄市中正三路 28 號 9 樓
28	高雄市心智障礙服務協進會	(07)7199982	(07)7689525	(830) 高雄市鳳山區福誠二街 168 號 5 樓
29	屏東縣啟智協進會	(08)7383015	(08)7382456	(900) 屏東市公德街 98 號
30	屏東縣自閉症協進會	(08)7351024	(08)7351025	(900) 屏東市建豐路 180 巷 35 號 5 樓
31	宜蘭縣智障者權益促進會	(03)9545471	(03)9549175	(265) 宜蘭縣羅東鎮天祥路 52 號 1 樓
32	宜蘭縣自閉症協會	(03)9356672	(03)9333794	(260) 宜蘭市神農里民權街一段 65 號 4 樓
33	花蓮縣智障福利協進會	(03)8237756	(03)8224728	(970) 花蓮市球崙二路 238 號
34	台東縣智障者家長協會	(08)9238668	(08)9238267	(950) 台東市中興路二段 200 巷 7 號
35	金門縣身心障礙者家長協會	(082)337393	(082)337594	(891) 金門縣金湖鎮武德新莊 15 號
36	高雄市小太陽協會	(07)6253957	(07)6214119	(820) 高雄市岡山區新樂街 1-1 號
37	基隆市自閉症家長協會	(02)24229680	(02)24229680	(202) 基隆市中正區義一路 67-7 號 3 樓
38	臺東縣自閉症協進會	(089)238698	(089)238596	(950) 台東市中興路一段 398 號 4 樓

一個平凡家庭主婦，一篇篇披荊斬棘、動人的真實故事
也一窺台灣四十年來社福環境與制度的精彩轉變



為愛，竭盡所能

弱勢權益推手陳節如的奮戰之路

我知道哀傷如何消磨人的意志，也知道沮喪如何破壞人的希望，
因我知道，孩子需要我，只能往前衝。

