



# 社團法人 新竹市自閉症協進會會訊

發行所：社團法人新竹市自閉症協進會

會址：新竹市東南街 142 巷 28 號 2 樓

發行人：陳盈宏電話：(03) 5611095

聯絡人：周芳慧、劉琇竹 Email：[autismhs@gmail.com](mailto:autismhs@gmail.com)

郵政劃撥(捐款)帳號：18545752 113 年 7 月出刊

網址：<http://www.autism-hsinchu.org.tw/> 中華郵政新竹誌第 0001 號登記為雜誌交寄

**【電子發票愛心碼：936 揪善友!936 助善友!發票請捐 936 感謝您~】**

113 年 7 月份

聯合勸募補助本會自閉症者  
就業及照顧者支持服務方案

預留空白 貼名條



國內  
郵資已付

新竹誌第 0001 號  
雜誌



財政部關心您

新竹市公益彩券盈餘  
分配基金補助印製  
[廣告]



## 重要訊息

### 113 年運動 i 臺灣 2.0 計畫

#### 【暑期游泳體驗營】

本活動得到體育署「113 年運動 i 臺灣 2.0 計畫」的補助，提供早鴨子及有興趣者來體驗游泳的優游自在，同時培訓孩子的游泳技巧及強健體魄，促使孩子為健康而運動~

§日期：113/8/5-8/9，每週一~五，共 5 堂

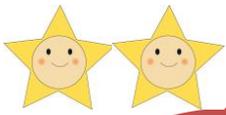
§時間：下午 5:40-6:40

§地點：伊藤萬游泳學校

§對象：本會自閉症者，限 15 人，額滿為止

§費用：免費





## 【藝術創作繪畫課程】

繽紛的色彩可以帶來無限的想像，徜徉在幻想的天馬行空中。除了可以激發創造能力，更可以讓孩子用多元的方式表達自己的心情，歡迎大家踴躍報名，一起加入幻想的世界吧！

§日期：113/8/19-8/30，週一~五，共 10 堂(20 時)

§時間：上午 9:30-11:30

§地點：本會教室

§講師：林滿足老師

§費用：每人 1,000 元+400 元(材料費)

§對象：國小以上自閉症者及手足，共 12 人



### 林滿足老師

學歷：國立清華大學中國語文學系學系

現任：個人工作室:小小米畫室

新竹智障福利協進會恆星學坊(日照中心) 藝術創作指導老師

出版品：流光璀璨—小小米詩畫

璀璨之美—恆星學坊學員作品展

展歷：【耕藝書畫會聯展】1998 年 8 月，南投縣文化中心

【鄭武鈺師生陶藝聯展】1999 年 1 月，新竹社教館

【湖畔畫會聯展】2000 年 7 月，交通大學圖書館

【耕藝藝術協會賑災義賣聯展】2001 年 10 月，臺北淡水



### 【諮商輔導服務專案】

協會為促進會員及其家庭的身心健康，享受更美好的生活，提供諮商輔導服務，協助您打開心房、紓解壓力，歡迎有需求的會員及家屬來申請。

1. 報名對象：本會會員及家屬(身心障礙者、家長、手足)
2. 諮商方式：原則上每人諮商 6 次，每次 50 分鐘，視諮商結果得增減諮商次數。

#### 3. 報名費用：

- 個人諮商 **3,600 元**(600 元 X6 次)
- 家庭諮商 **7,200 元**(1200 元 X6 次)

※補助說明：從 112 年開始諮商所調整諮商費，說明如下：

1. 個人諮商費：諮商所定價 **1,600 元/次**(6 次共 9,600 元)；  
協會補助 1,000 元，六次共補助 6,000 元。
2. 家庭諮商費：諮商所定價 **3,000 元/次**(6 次共 18,000 元)；  
協會補助 1,800 元，六次共補助 10,800 元。
3. 心理師的費用若高於 \$1,600 元，需自付差額給諮商所。
4. 服務期限：即日起至 113 年 11 月 30 日止，逾期或經費使用完畢本會即不再補助。
5. 報名專線：03-5611095



## 『星光閃亮園地』專欄

本專欄提供家長、孩子投稿文章，凡是好書推薦或孩子生活的小日記，或是您覺得可以鼓舞人心的生活點滴都可以踴躍投稿。期待能藉由彼此分享，讓我們在教養孩子路上彼此鼓勵，相互扶持！

即使只有螢火微光，我也要把它捧出來照亮這個世界.....

### ※幸福的起點※

嘉誠、嘉瑄媽媽



教養特殊生多年後我才漸漸明白幸福不一定是來自於優秀孩子讓我驕傲與滿足；而是我們自己內心的善良才是幸福真正的起點。

#### 〔緣起〕

貌似人生勝利組的我在享受五子登科甜蜜氛圍下，突然被告知我可愛的龍鳳胎居然都有資格領取殘障手冊，民國 97 年元旦我收到了 2 張改變命運的自閉症重度殘障手冊。

慌亂無助不知所措的我，只好含著眼淚拖著疲累的脚步，每天讓忙碌的早療麻痺自己生命，唯一能做的就是捲起袖子咬著牙一步步拖向無盡灰暗的未來。

#### 〔把爛牌打成好牌〕

不想再做困獸之鬥；不想要人生就這樣漸漸熄滅...我知道我唯一翻轉生命的機會就是學習！我一定要讓自己變幸福，這樣我才有機會把幸福帶給家人。因為媽媽就像氣象台，掌握著全家人心情狀態。只有媽媽幸福，全家才有可能圍繞在幸福的氛圍中。

於是我開始學習心靈成長，剛開始只是單純的轉移注意力，趁著小孩早療時刻給自己一週一次的放風~心靈充電課程。隨著一次次的學習，我發現原來一件事有不同的角度。想對了就開心；想錯了就痛苦。

我一直看不慣孩子自閉症的特質，大叫.滾地.繞圈圈.無法控制自己....我把自己不能幸福的所有原因都歸咎在孩子身上。我不能幸福全部都是老公孩子的過錯，都是他們害我不能幸福快樂....但...真的是這樣嗎？透過學習，我漸漸發現我好像錯了....



## 〔陪伴成長~轉念〕

孩子不是來拖垮我，孩子是來成就我的。我開始練習用不同的角度看著孩子與眾不同的自閉症特質。孩子倒在客廳上我不生氣，我也試著躺在他身邊體會他的感受；當他大叫時我會引導他深呼吸讓情緒找到出口.... 當我慢慢練習接納包容孩子原本自閉症特質時，我覺察到我居然憤怒減少了；當我願意用一顆探索的心去理解他的時候，我不再呵斥他奇怪的行為；當我願意用一顆同理的心去關懷他的時候；我心中只有不捨，不捨他的痛苦與無助.... 我發現存在彼此間的對立不見了！這是一種好神奇的經驗！

我和孩子之間變得如此和諧幸福。我不再害怕帶他出門；我不再懼怕別人異樣的眼光；我們一起上市場買菜時，他會幫我提菜籃；我們一起散步一起逛街陪伴彼此；我們也一起去種樹和淨灘，一起歡喜做善事。

慢慢地我才體會到...不是我單方面照顧他，而是他也在引導我看到不同的世界樣貌，是他帶著我領悟不同的生命現象。

## 〔珍惜當下〕

孩子是來報恩？還是報怨？取決於他會不會讓我成長！感恩誠誠和瑄瑄小天使出現在我生命裡，讓我有機會學習，有機會拓展視野，有機會練習用一顆更寬廣的心來看待世間的種種不如意；也讓我練習用一顆發現美的眼睛，看到世界的美好。而這些都是透過學習而來...

幸福哪裡來？

幸福來自於我們內心的善良..縱然孩子一樣保有他自閉症特質，我依然可以感受幸福.... 因為幸福來自於我的心；我沒辦法改變外境，但我是有能力可以改變心境；我可以學習變幸福的！謝謝孩子出現在我的生命中陪伴我學習增長... 雖然這樣的轉念真的不容易，也會常常失敗。所以我更要堅持練習堅持學習讓失敗狀況越來越少。

感謝所有一路上陪伴我們的老師朋友們，讓我們能順利走到現在... 未來期許我們也要一路順暢平安快樂地體驗幸福的感覺~

最後想要告訴大家... 幸福難不難？不難！因為幸福來自於我們內心的善良！一群人一起學習可以讓我更容易做到。謝謝所有出現在我生命中的朋友讓我體會幸福。



感謝您的愛心捐助

如黑暗之光 如沙漠甘霖 點滴在心頭…

名冊若有疏誤，敬請來電指正。謝謝您！

## 113年1-6月捐款芳名錄



日期	姓名/單位	捐款金額	收據編號	捐款方式
113/01/02	林双福	17,500	12976	現金
113/01/02	林芳郁	17,500	12977	現金
113/01/02	廖四農	10,000	12978	現金
113/01/03	鄭利鴻	2,600	12979	現金
113/01/07	江俊儀	500	12980	現金
113/01/08	吳歡蓮	2,700	12981	現金
113/01/09	黃梓豪	1,000	12982	現金
113/01/09	黃梓甯	1,000	12983	現金
113/01/15	張淑盈	2,500	12984	現金
113/01/17	史娟貞	3,000	12985	現金
113/01/18	吳歡蓮	10,000	12986	現金
113/01/11	徐千嵐	300	12987	劃撥
113/01/22	柯怡甄	300	12998	信用卡
113/01/22	張烜	3,000	12999	信用卡
113/01/22	林凱倫	300	13000	信用卡
113/01/24	朱晉緯	3,000	12988	現金
113/01/24	朱格正	2,000	12989	現金
113/01/25	吳歡蓮	1,800	12990	現金
113/01/26	許米蓁	3,000	12991	現金
113/01/26	黃美華	800	12992	現金
113/01/31	江俊儀	600	12993	現金
113/01/31	林蓮君	600	12994	現金
113/01/31	蘇瓊齡	5,000	13005	劃撥

日期	姓名/單位	捐款金額	收據編號	捐款方式
113/02/02	黃美華	900	12995	現金
113/02/05	廖英郎	15,000	12996	現金
113/02/05	廖晁竑	5,000	12997	現金
113/02/05	黃美華	800	13001	現金
113/02/06	黃美華	900	13002	現金
113/02/07	林淑擘	200	13003	現金
113/02/07	吳歡蓮	3,100	13004	現金
113/02/15	張建華	100	13006	現金
113/02/16	徐千嵐	300	13007	劃撥
113/02/15	林凱倫	300	13008	信用卡
113/02/15	張烜	3,000	13010	信用卡
113/02/27	薛雅儷	1,000	13011	信用卡
113/02/27	林宸樂	1,000	13012	信用卡
113/03/05	劉燕玉	1,000	13013	現金
113/03/05	陳介凡	5,000	13015	現金
113/03/14	黃政漢	3,000	13016	現金
113/03/14	黃雉穎	1,000	13017	現金
113/03/14	黃智林	1,000	13018	現金
113/03/14	黃筱媛	1,000	13019	現金
113/03/14	黃國軒	1,000	13020	現金
113/03/14	劉瑞澄	1,000	13021	現金
113/03/14	徐珮君	1,000	13022	現金
113/03/14	朱雅玲	1,000	13023	現金
113/03/15	萬梅鳳	200	13024	現金
113/03/18	吳歡蓮	4,660	13025	現金
113/03/18	邱敏棋	10,000	13026	現金
113/03/19	社團法人新竹市精神健康協會	1,000	13027	現金
113/03/19	社團法人新竹市至愛協會	1,000	13028	現金
113/03/19	社團法人新竹市腎友協會	1,000	13029	現金
113/03/21	蕭閔銓	10,000	13030	現金
113/03/14	徐千嵐	300	13031	劃撥

日期	姓名/單位	捐款金額	收據編號	捐款方式
113/03/21	社團法人新竹市推廣無障礙協會	1,000	13032	現金
113/03/21	邱秀玲	500	13033	現金
113/03/23	曾治乾	2,000	13034	現金
113/03/23	黃崇岳	2,000	13035	現金
113/03/23	陳盈宏	2,000	13036	現金
113/03/23	簡瓊霞	1,000	13037	現金
113/03/23	社團法人新竹市聲暉協會	1,000	13038	現金
113/03/23	王靜怡	1,000	13040	現金
113/03/23	莊美珍	2,000	13041	現金
113/03/23	黃淑茵	20,000	13042	現金
113/03/23	陳睿崧	2,000	13044	現金
113/03/23	彭康鳳	3,000	13045	現金
113/03/23	林宛蓁	2,000	13046	現金
113/03/23	劉蕙欣	2,000	13047	現金
113/03/23	社團法人新竹市智障福利協進會	1,000	13048	現金
113/03/23	許志錄	2,000	13049	現金
113/03/23	黃子星	1,000	13050	現金
113/03/23	游嘉誠	500	13701	現金
113/03/23	社團法人新竹市身心障礙者聯合 就業協會	1,000	13702	現金
113/03/27	陳佳吟	1,200	13703	現金
113/03/27	江俊儀	1,200	13704	現金
113/03/27	林蓮君	1,200	13705	現金
113/03/21	社團法人新竹市陽光仁愛協會	2,000	13706	劃撥
113/03/23	社團法人中華民國自閉症總會	2,000	13709	現金
113/03/15	財團法人萬海航運社會福利慈善 事業基金會	92,160	13718	轉帳
113/04/02	吳歡蓮	4,200	13707	現金
113/04/02	吳歡蓮	4,200	13708	現金
113/04/10	張福棋	10,000	13710	劃撥
113/04/16	林芳郁	200	13711	現金

日期	姓名/單位	捐款金額	收據編號	捐款方式
113/04/16	毛先生	2,410	13712	現金
113/04/18	林碧雲	236	13713	現金
113/04/11	徐千嵐	300	13714	劃撥
113/04/25	吳歡蓮	1,150	13716	現金
113/04/25	吳歡蓮	1,150	13717	現金
113/04/24	張建華	1,200	13719	現金
113/04/24	林蓮君	1,200	13720	現金
113/04/24	江俊儀	1,200	13721	現金
113/04/30	力旺電子股份有限公司	144,450	13724	轉帳
113/05/10	吳歡蓮	1,550	13728	現金
113/05/11	吳歡蓮	1,500	13729	現金
113/05/11	徐承賜	4,000	13731	現金
113/05/13	黃美華	600	13732	現金
113/05/17	溫月紅	1,000	13733	現金
113/05/08	葉政頡	3,000	13734	劃撥
113/05/08	劉名權	1,000	13735	劃撥
113/05/09	徐千嵐	300	13736	劃撥
113/05/17	吳歡蓮	600	13737	現金
113/05/18	曾意清	9,600	13738	現金
113/05/23	楊金龍、蔡玉琴	1,000	13739	現金
113/05/25	黃美華	400	13740	現金
113/05/25	曾意清	19,200	13741	現金
113/05/31	史娟貞	3,000	13742	現金
113/06/06	何淑美	1,000	13743	現金
113/06/06	曾志祥	1,000	13744	現金
113/06/06	何茗青	2,000	13745	現金
113/06/07	吳歡蓮	3,000	13746	現金
113/06/07	吳歡蓮	3,545	13747	現金
113/06/13	胡添進	6,000	13803	現金
113/06/13	吳麟慶	2,000	13804	現金
113/06/17	張啟隆	700	13805	現金

日期	姓名/單位	捐款金額	收據編號	捐款方式
113/06/11	徐千嵐	300	13806	劃撥
113/06/21	池宗陽	1,000	13812	現金
113/06/21	徐仁昶	500	13814	劃撥
113/06/29	陳玉鈴	2,000	13815	現金
113/06/29	許鈞儒	6,655	13816	現金
113/06/26	愛心人士	500	13820	轉帳

※勸募專案-【星願健康運動指導團】※

113年3-6月份捐款芳名錄

日期	姓名/單位	捐款金額	收據編號	捐款方式
113/03/07	張烜	3,000	13725	信用卡
113/03/07	林凱倫	300	13726	信用卡
113/03/06	藍新科技	1	13727	轉帳
113/05/01	呂衍昇	500	13723	信用卡
113/05/17	謝宜妤	200	13749	定期定額
113/06/05	Yi chu Huang	222	13750	信用卡
113/06/06	吳適齊	10,000	13801	信用卡
113/06/15	謝宜妤	200	13821	定期定額
113/06/16	林詩晴	1,200	13807	條碼
113/06/21	王維菁	5,500	13802	信用卡
113/06/23	張堡棋	60,000	13808	信用卡
113/06/26	張雅昀	300	13809	信用卡
113/06/27	林宸樂	1,000	13810	信用卡
113/06/27	薛雅儷	1,500	13811	信用卡



感謝您~