

忠貞報

為何而戰
為中華民國生存發展而戰
為誰而戰
為臺澎金馬百姓安全福祉而戰



歡迎加入中華民國憲兵指揮部



JOIN US!!

投稿信箱：
mp1040101@gmail.com
歡迎踴躍投稿

中華民國憲兵指揮部

中華民國44年8月16日創刊
信箱：mpnews@webmail.mil.tw

發行人：余照明 組長：彭志偉 出版：文宣心戰組
國防部軍中報刊登證(85)國報字第002號 責任編輯：鄭尹翔 湯上嫻 莊好嬋 胡沁玟

炎日精訓堅實戰力 風險管控首重安全



【本報訊】為瞭解所屬部隊訓練實況，指揮官黃中將日前在憲訓中心指揮官李上校等幹部陪同下，前往安平營區及憲訓中心戰鬥教練場視導，強調訓練首重「安全」，相關設施應於課前完成整備，落實風險管控作為，杜絕訓練危安因子，以達「人安、物安、零危安」之要求。

指揮官慰勉參與關鍵戰力評鑑官兵時表示，集訓期間處於高壓力狀態，復因天候炎熱，體能消耗相對較大，應注意養分及水分的補充，以確維人員安全及堅穩訓練成效；此外，全體官兵為國軍與憲兵的關鍵戰力，應具高度使命感與榮譽心，持恆訓練保持最佳狀態，以有效發揮戰力。

隨後，指揮官一行緊接視導志願士兵 109-3 梯次單兵戰鬥綜合訓練課程，工作指導時鼓勵所有訓員勇於接受挑戰，秉持初衷堅持到底，如遇問題主動尋求幹部協處，各級幹部則應秉持耐心、愛心及

同理心關懷訓員，並主動積極掌握各項狀況，有效消弭訓練危安風險因素；此外，期勉依志趣轉任士官或軍官，並設定以士官長階及上校階以上為目標，專注努力投入工作，成就不凡的自己，以軍人的榮譽光耀眷屬。

行程最後，指揮官特別叮囑，軍紀嚴明的部隊才有戰力，全體官兵務須貫徹各項軍（法）紀要求，尤其身為憲兵部隊的一分子，更應以高標準自我要求，謹言慎行、嚴以律己，以確維軍譽；另時值酷暑，各單位應貫徹熱傷害防治作為，以確保訓練安全與訓效，鞏固部隊整體戰力。



提要

2 版

指揮官勉「憲」出熱血展大愛

4 版

基地訓練專題

8 版

嘉義縣、市後備憲兵荷松協會 109 年自強大會

說出煩惱，無論開心傷心，我們用心聆聽。

指揮官勉「憲」出熱血展大愛



【本報訊】為響應「捐血一袋，救人一命」公益捐血活動，本部日前與臺北市捐血中心「line 主題巡迴捐血車」合作，假忠貞營區辦理「忠貞熱血」捐血活動，指揮官黃中將親自到場參與，一同挽袖捐輸熱血。活動在官兵的熱情響應下，順利募得近百袋熱血。

指揮官表示，日前因「嚴重特殊傳染性肺炎」疫情關係，大幅降低民眾出門捐血意，致醫療血庫存量告急，期藉辦理「忠貞熱血」活動，達到拋磚引玉的效果，讓官兵體悟「施比受更有福」的道理，以及從事公益活動的熱情與感動，期使社會更溫暖和諧。

首次參與捐血活動的范上尉表示，鮮少有機會參與公益活動，這次捐血巡迴車進入營區，和連隊官兵一起用行動實踐「化小愛為大愛」，感覺特別「熱血澎湃」，那一袋袋救命的鮮血，也是另一種寶貴的生命教育。

社論

國軍聞聲救苦 護民援外受肯定

行政院「國家搜救指揮中心」日前舉行「搜救有功及資深辛勞人員」表揚活動，曾在海上事故成功獲救的「洄瀾一號」船員張旭晶，親自出席並獻花致謝當時不畏海象惡劣，將他救起的空軍救護隊飛行官鄭育騰少校。這個感恩和感人的故事，僅是國軍歷年間聲救苦投入救難救災任務之一，卻足以彰顯官兵不畏艱險，善盡保國衛民職責的守護精神。

去年參與國際帆船越洋賽的「洄瀾一號」，從日本石垣島航向基隆途中，在距離臺灣約 45 哩處，船身突然進水。接獲通知的空勤總隊，立即派遣直升機前往救援，因海象惡劣，吊掛纜繩纏住帆船桅杆，導致鋼纜斷裂；空勤直升機立即返場維修，空軍救護隊接手後續救援行動。空軍救護人員不畏危險，馳援執行任務，救回所有受難者。正是因為受到國軍執勤精神感動，張旭晶決定親自到場表揚現場，表達內心最誠摯的謝意。

事實上，過去數十年來，救苦救難的作為，已成為國軍堅守戰備崗位捍衛國安之外，力行保護人民職志的常態工作。例如去年 10 月，受到社會矚目的南方澳跨海大橋坍塌，造成十

餘人傷亡事件，國軍聞訊後，立即投入救災。當時現場水面布滿船體被支解的木塊、木屑與油污，造成在海中救援官兵很大的困難與不適。但所有人員秉持救人第一原則，全力搜救可能的生還者。又如發生於 2015 年的復興航空墜河事件，雖然災難現場潛水環境不佳，國軍搜救人員仍冒著極大危險下水；且為了把握救援黃金時期，搶救失蹤乘客，投入逾 1,000 人次及無數機具。即使生還機率渺茫，但國軍堅持和時間賽跑。

國軍聞聲救苦的精神，也從國內延伸到海外，將人溺己溺、民胞物與情懷，傳遞到國際上。過去數年，國軍曾經執行多起國際救援任務，包括 2010 年友邦海地發生大地震，國軍派出 C-130 運輸機，過境美國運送救援物資；2013 年菲律賓受到海燕颱風侵襲，造成重大傷亡，國軍同樣出動 C-130 型運輸機，進行人道救援物資運輸任務；2014 年馬來西亞航空班機空難事件，我國在第一時間，與美國等國家派出搜救隊伍協助搜尋；2017 年宏都拉斯籍貨櫃輪「MING AN」在高雄港外海進水沉船，國軍派員馳援，救起所有船員…這些國際

救援與搜救任務，不僅讓我國獲得掌聲，也向全世界展現中華民國國軍的救援能量與專業精神。

這些大大小小救難任務，以及歷年逢颱風、地震造成災情，國軍不待命令立即投入救災的表現，更是贏得國人高度肯定與尊敬。2016 年南臺灣發生大地震，造成人員傷亡等重大災情，國軍在殘磚敗瓦中搜尋災民，以及協助重建的精神，讓時任臺南市長、現任副總統賴清德深為感動，並表示「只要臺南遭逢困境，8 軍團始終和臺南市民站在一起」、「感謝你們（國軍）永遠和民眾在一起！」不僅政府官員肯定國軍，一般庶民也豎起大拇指。2016 年國家發展委員會發布「民眾對臺南地震救災及重建等相關議題的看法」民意調查結果，結果發現，社會大眾對於國軍動員人力投入救災的表現，有高達 9 成 3 受訪者表示滿意。

如此高的民意支持度，顯示國軍雖樂於扮演默默執行任務的無名英雄角色，但官兵的表現，人民全都看在眼裡。這也是何以近年來雖然兩岸關係出現僵局，中共加劇騷擾我國周邊海空域，並透過針對性強烈的各式

演習，對我國進行武嚇，但臺灣民眾從來無須擔憂國家安全的原因。因為所有的救難與救災行動，就是「非戰爭軍事行動」，也是國軍平常訓練的臨機隨堂考。國軍歷年來的表現，證明早已做好隨時因應挑戰的準備，不論天災或人禍，無論再大的威脅，國軍都有能力接受挑戰。這不是自我吹噓，而是經過一次又一次的考驗；事實證明，國軍不僅通過了考驗，而且還取得高分。

《國防法》第 2 條：「中華民國之國防，以……建立國防武力，協助災害防救，達成保衛國家與人民安全……之目的。」這條規定將國軍使命與任務，區分為因應戰爭發生的「建軍備戰」工作，與平常時期因應非戰爭災情的「救災救難」行動。從範圍與內容來看，可以了解這是涵蓋面向非常廣，且需要投入巨大心力、必要時更須犧牲性命的工作，但國軍從來都是赴湯蹈火，在所不辭，誓死達成任務。只要國人持續給予國軍支持與鼓勵，國軍就有絕對的信心和能力，承擔保國衛民重責大任。

（轉載自青年日報 109 年 7 月 28 日社論）

參謀長表揚模範父親 邱士官督導長勉強化領導統御

【本報訊】參謀長陳少將日前由憲兵第 205 指揮部指揮官文上校等幹部陪同，至基隆憲兵隊上士陳履欽家宅，恭賀其父陳志銘先生當選憲兵指揮部模範父親，並致贈「父德楷模」賀屏，表彰其教子有方、熱心公益，現場氣氛溫馨。

參謀長表示，陳父從事藥師工作，平時除協助客人領藥及教導正確用藥觀念外，並在疫情期間協助分發口罩不遺餘力，更時常參與安養院物資捐贈等社會公益活動，期透過表揚活動，弘揚熱心助人、服務社會的價值，型塑社會優良典範。

參謀長另強調，陳父撫育子女、熱心公益之事蹟足堪表率，期許陳上士抱持感恩的心，戮力本務工作，持續精進本職學能，以回報父親教養之恩，同時鼓勵向陳父學習，熱心協助社會弱勢族群，以傳承其父「取之社會，用之社會」的服務精神。

【本報訊】為落實士官親考親教，本部士官督導長邱士官長日前至憲兵第 202 指揮部第 239 營主持士官幹部座談，分享領導統御經驗，強調士官幹部扮演部隊穩定發展的關鍵，是軍官與士兵間的橋樑，尤須嚴以律己，持恆精進專業職能。

邱士官長表示，資深士官幹部應運用個人軍旅經驗，協助部隊長執行各項任務，同時應善盡照顧及教育士官兵的責任，才能團結向心，奠定部隊堅實戰力；同時叮嚀作士官兵的表率，恪遵軍紀營規，以維憲兵忠貞軍風。

邱士官長並指出，因應近期嚴重特殊傳染性肺炎疫情未減緩，防疫工作切勿鬆懈，叮嚀官兵休假在外避免進出人群聚集場所，落實防疫工作，共維部隊戰力。



203 指揮部 視導基訓部隊



【通訊員／李品蓉】為瞭解基訓部隊生活及訓練實況，憲兵第 203 指揮部指揮官張上校日前往慧敏營區視導暨慰勉所屬基訓中隊，肯定官兵戮力勤訓的辛勞。

張指揮官表示，訓練成效非一蹴可幾，應逐步扎實累積，切勿操之過急，徒增訓練風險；另近期午後陣雨頻繁，應視當日天氣狀況適切調整授課場地及方式，以落實風險管控。此外，張指揮官特別叮嚀官兵恪遵各項軍紀要求事項，強調軍紀為一切的根本、戰力的泉源。

204 指揮部 視導花蓮憲兵隊



【通訊員／邱女真】為關心所屬基層部隊官兵生活及執行任（勤）務實況，憲兵第 204 指揮部指揮官成上校日前視導花蓮憲兵隊，肯定官兵平日戮力戰訓及各項任務的辛勞，並期勉同仁善用公餘時間從事進修，努力提升自我價值。此外，成指揮官以「軍紀是軍隊的命脈」再三叮嚀官兵，唯有落實各項軍紀要求的部隊，戰力才得以穩固，才是一支堅實、可靠的部隊；另強調，對於違反規定者，將依法辦理、決不寬貸，以共同維護憲兵團體榮譽及戰力。

205 指揮部 士官工作會報精神講話



【通訊員／張鴻舉】為強化士官幹部本職學能，凝聚部隊團結向心，憲兵第 205 指揮部指揮官文上校日前主持該部「第三季士官工作會報」精神講話，除肯定各級士官的辛勞，更強調士官是執行各項任務的中堅角色，同時也是主官與部屬間溝通最穩固的橋樑，應重視自我角色功能。此外，文指揮官殷切指導幹部與官兵「生活在一起，訓練在一起」，並藉由社團活動、體能訓練等時機，凝聚團體共識，同時給予官兵妥慎的生活照顧，共同營造良好、團結向心的工作環境。

心輔專線 02-58050503 心輔官 江少校

203、205 指揮部 基地訓練期中戰力鑑測

練膽練心練戰技 從嚴從難鞏戰力

205 指揮部



圖/受測官兵專注實施機槍射擊

【本報訊】為驗證基訓部隊訓練成效，憲兵第 203 及 205 指揮部基訓中隊，日前分別由南投憲兵隊中隊長魏上尉及基隆憲兵隊中隊長廖上尉率領所屬基地訓練官兵，進行為期三天的期中戰力鑑測，針對「手槍應變戰鬥射擊」、「手、步槍多孔射擊」及「手、步槍轉換色彈射擊」、「三項體能」、「五百公尺障礙超越」及「限制空間戰鬥」等項目進行測驗。

203 指揮部

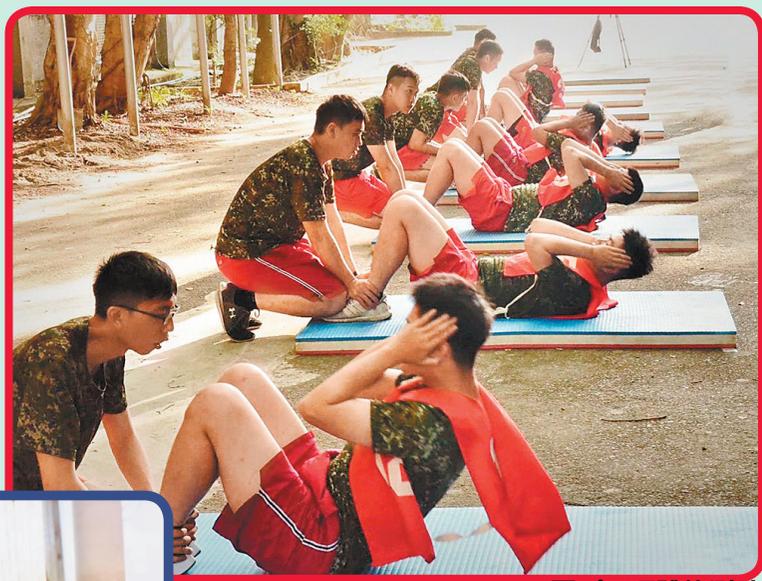


圖/五百公尺障礙超越



圖/手槍戰鬥射擊

廖中隊長對受測官兵實施精神鼓舞時表示，基訓中隊雖由不同的憲兵隊混編而成，然基訓中隊即是 205 指揮部之代表，全體同仁務必互相扶持、彼此鼓勵，在嚴守訓練安全之原則下，展現訓練成果，為指揮部爭取佳績。



圖/三項體能測驗



圖/機槍 175 公尺防護面具射擊

魏中隊長於測驗前叮囑官兵謹守測驗紀律，另近期天氣炎熱，在爭取個人及團隊成績時，亦應隨時注意水分補充並留意個人及鄰兵身體狀況，慎防熱傷害情事，確維風險管控，以消弭訓練危安，維持部隊整體戰力。

大兵現身說 中士陳永傑



我是宜蘭憲兵隊中士陳永傑，目前基地訓練期程已過半，期許與同袍繼續努力，在接下來的期末測驗中，展現平時勤訓精練的成果，讓我們一起努力爭取榮耀吧！



圖/手槍戰鬥射擊

憲兵第211營第1連步槍實彈射擊訓練

【通訊員／李光桓】憲兵第211營第1連日前實施步槍射擊訓練，連長唐上尉下達安全規定時強調，全連官兵務須恪遵靶場紀律，並適時補充水分，慎防訓練危安情事肇生。唐連長另指出，編制武器射擊是每一位官兵必備的專業專長，官兵務須藉由寶貴的實彈射擊訓練、幹部指導以及袍澤間教學相長，期能獲得最佳的訓練效能，俾強化整體戰力。



嘉義憲兵隊實施綜合體能訓練

【通訊員／李品蓉】為強化官兵體能，嘉義憲兵隊隊長徐中校日前率領官兵至嘉義體育場實施體能訓練，希藉此培養官兵良好運動風氣，同時增進袍澤情誼，凝聚團隊向心力。

參與本次體能訓練的宋柏叡下士表示，鄰近的嘉義體育場擁有良好的訓練環境，不同於「繞圈式」的跑步訓練，寬敞的場地結合有氧與核心肌群的多元訓練，不僅能加強心肺功能，也能抒解官兵同仁平日執行任（勤）務的辛勞，提升大家的運動意願，使同仁更專注於本務工作。



志願士兵109-3梯手榴彈基本投擲訓練

【通訊員／韓雅巨】憲兵訓練中心志願士兵109-3梯日前實施手榴彈基本投擲訓練課程。操課前，中隊長詹上尉下達安全規定，再三叮囑落實各項暖身運動，確依教官指導要領完成投擲訓練，避免造成訓練傷害。

過程中，學兵把握每一次練習的機會，依序完成手榴彈投擲訓練，並由教官個別指導姿勢及協調性不佳的學兵，期藉適度練習與經驗分享，提升渠等投擲技巧，以強化專業專長，朝成為一名合格的憲兵為目標邁進。



憲兵第651排實施士官團教育

【通訊員／邱女真】憲兵第204指揮部士官督導長曹士官長日前前往憲兵第651排實施士官團教育。過程中，曹士官長殷切垂詢士官兵生活及執行任（勤）務狀況，並提醒士官幹部應發揮熱忱，主動關懷袍澤，協助部屬解決疑難，以凝聚士氣與向心力，共建團結和諧團隊；此外，曹士官長強調，官兵不論休假或在營，應嚴格遵守各項軍紀要求事項，切勿心存僥倖而毀誤個人前程，同時使家庭與單位蒙羞，時時謹守「慎獨」觀念，俾維護憲兵優良形象。



憲兵訓練中心志願士兵109-1梯成果驗收暨結訓典禮



【通訊員／韓雅巨】憲兵訓練中心日前辦理「志願士兵109-1梯成果驗收暨結訓典禮」，由中心副指揮官鄒上校主持。鄒副指揮官致詞時，肯定學兵在訓期間扎實訓練的成果，並以「要怎麼收穫，先怎麼栽」勉勵全體官兵，期勉分發部隊後，仍能戮力學習實務工作，方能有所收穫。

「不當憲兵則已，當了憲兵就不能隨便一點」，鄒副指揮官要求所屬謹守「慎獨」觀念，時刻以身為憲兵的一員為榮，並努力充實個人軍旅生涯。



我憲兵我驕傲 憲兵第 651 排

壘球社「揮」灑青春熱血

「憲」出你/妳的



座右銘

生活中多一些愛，
言語中多點關心，
世界將更加和諧美好。



【通訊員／劉宗彥】憲兵第 651 排壘球社日前辦理對抗賽，由排長羅中尉率領社員進行比賽。活動由社團成員分為兩組相互較勁，比賽中各隊伍成員精神抖擻、拼盡全力，爭取佳績。

比賽於鵬園園區舉辦，社員在場上竭力打擊、傳球、跑壘，也在場邊歡呼、喝采、相互鼓舞，在盡情揮灑汗水的同時，讓彼此間的關係更加緊密，也提升團隊士氣與同仁默契。

本次壘球對抗賽，所有社員鬥志高昂、全力以赴，發揮團隊默契及整體戰術，在相互激勵、齊心競賽的同時，比賽勝負已非活動的焦點。

羅排長表示，官兵平時全力投入戰備整備，面對剛強的部隊任務，社團活動便是調劑身心的抒壓管道，鼓勵同仁在公餘穿起球衣、舉起球棒，盡力「揮」灑青春熱血，為自己擊出一記漂亮的「紅不讓」。



憲兵第 204 指揮部臺南憲兵隊
下士黃芯媛

嚴禁貪瀆不法 確遵廉能風尚

憲兵指揮部通作連 吳宥德中尉

慾望，對人來說是無窮無盡的，因此我們不斷透過教育，提醒人們要控制住自己的貪念，分清楚「想要」與「需要」的不同，然而當龐大卻不應獲得的利益擺在眼前，能否謹記師長的耳提面命，在道德的天枰上戰勝貪婪，還是會落入萬丈深淵，犯下後悔莫及的決定。

源自於電影《蜘蛛人》的名句，原文是「With great power comes great responsibility.」，大部分的人都譯為「能力愈大，責任愈大」，然而若放在政治，更準確的意思應是「權力愈大，責任愈大」，在上位者，有權力更改政策的制定，界定何謂「合法」或「非法」，進而影響層面更廣的人或事，因此想當然所身負的責任也就愈大，若利用職務之便，企圖謀取私利，便構成貪污之嫌。

而國軍部分單位有機會接觸各類採購案，便容易遭到利益的誘惑，因此承辦人員除應熟稔相關法令規章，在經手各項作業時，更應將平日各級長官三令五

申的「公勤廉能」4 字內化於心，並重視「慎獨」工夫、謹言慎行，才不致淪陷在暴利與威脅之下，甚而觸及法網。

近期媒體報導國軍某單位發包近 30 億元打造的抗炸新建大樓，竟傳出得標的建築公司涉嫌浮報施工費用，與下包商聯手行賄高階幹部，相關人員已被檢方約談，全案朝貪污罪擴大偵辦中。歷年來國軍所涉嫌貪瀆的弊案，大多屬此類案件，因職務關係，需與廠商接洽，若遇到不肖商人利誘，自己也沒有守住道德底線，便容易身陷囹圄。

根據貪污治罪條例：第 5 條第 3 款：凡有「對於職務上之行為，要求、期約或收受賄賂或其他不正利益」者，處 7 年以上有期徒刑，得併科新臺幣 6 千萬元以下罰金。除了刑責之外，軍人若犯下類似案件，將使涉案人員身敗名裂，嚴重者更破壞國軍長年用心經營的形象，所造成的後果不堪設想，因此我們應該時刻提醒自己，勿因小失大，以身試法。

尊重生命價值 杜絕酒後駕車

憲兵指揮部勤務連 鄭珈儀中尉

近年來，政府為達到「酒駕零容忍」目標，不斷修法，加重酒後駕車罰金及刑責，但酒駕及其所造成的嚴重傷害，仍無法徹底終結。針對酒駕修法，立法院 108 年 3 月 26 日三讀通過《道路交通管理處罰條例》及刑法修正案，行政罰除加重累犯、拒測罰責及增訂「共乘者連坐」等條款，酒駕懲罰與時俱進加重，正是社會大眾對酒駕罪犯最強烈的警告。

國軍部隊嚴格貫徹酒駕零容忍政策，軍官、士官酒駕肇事即核予撤職懲罰；志願士兵因酒駕肇事者，得一次核予記大過三次。此外，國防部為掌握國軍人員酒駕情形，協調內政部警政署及公路總局等相關單位建立通報平臺，期有效杜絕隱匿酒駕情事。

身為保家衛國的國軍，守法守紀、拒絕酒駕，維護社會安全是我們的責任。平時單位利用各項集會時機宣導酒駕相關規範與案例外，更加強向所屬教育「酒精殘值」概念，任何酒精飲料或含有酒精菜餚（如薑母鴨、羊

肉爐等），飲用及食用愈多，血液中酒精濃度愈高，代謝酒精的時間相對需拉長，因此推廣官兵建立「酒前酒後不開車」觀念，並多加利用代駕服務，以避免在酒精的催眠下肇生憾事。

身為守護家園的國軍成員，應有保護民眾、愛惜生命之價值觀，是以對酒後駕車的認知，不應只有被動式的法條束縛，而應由內心體認生命的價值出發，在心中形成強而有力的行為圭臬，試想，倘若本應保家衛國的軍人，不僅無法執行原有的任務及發揮自我價值，反倒成為社會的危安因子，將導致國軍全體同仁的努力付之一炬，同時也將失去國人的信賴。因此，大家須瞭解酒駕所帶來的傷害，並且共同監督周遭同仁及強化自律，方能完全防堵酒駕情事。

酒後駕車導致交通事故，不僅會造成人員、財產的損失，其對單位榮譽及士氣的影響，更是難以挽救，因此注意自身行車安全，堅拒酒駕，才能達到零危安、零違紀目標。

日頭赤炎炎 慎防高溫中暑

預防篇

-  避免於 1000-1400 時在太陽下長時間工作，並規劃熱適應時間，循序調整工作量
-  有痼疾、服用藥物影響身體循環及機能者，避免高溫下工作
-  飲水少量多次（可加少許鹽），水溫在 10-15°C，不要太熱太冰，避喝酒、大量糖分飲料

症狀篇

輕度

- 熱痙攣：抽筋
- 熱昏厥：短暫暈眩昏厥

重度

- 熱衰竭：嚴重脫水、頭暈、虛弱、噁心、嘔吐、脈搏快而弱、臉色蒼白，嚴重可能失去意識
- 中暑：極高體溫、全身紅熱、皮膚乾燥無汗、脈搏快而強、頭痛、噁心、躁動、嗜睡、運動失調、昏迷

處理篇

- 陰涼** 移動患者至陰涼處。
- 脫衣** 鬆脫衣服，但應注意熱痙攣患者，切勿強力按摩或拉扯。
- 散熱** 用水擦拭身體或搧風，必要時潑灑冷水。
- 喝水** 意識清楚可補充水分。
- 送醫** 意識不清勿進食，盡速就醫。

(資料來源/衛福部國民健康署)

軍法紀小叮嚀

戲水不玩笑 死亡不生效

防溺水十招

生命無價！教育部再次呼籲並提醒家長，多一份關心，多一點叮嚀，切勿輕忽任何可能發生的危險，避免溺水事件悲劇再次發生，讓我們共同守護學生生命安全！

教育部 關心您

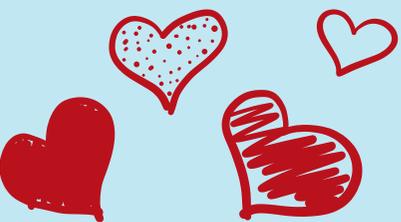


- 第一招** 戲水地點需合法，要有救生設備與人員
- 第二招** 避免做出危險行為，不要跳水
- 第三招** 湖泊溪流落差變化大，戲水游泳格外小心
- 第四招** 不要落單，隨時注意同伴狀況位置
- 第五招** 下水前先暖身，不可穿著牛仔褲下水
- 第六招** 不可在水中嬉鬧惡作劇
- 第七招** 身體疲累狀況不佳，不要戲水游泳
- 第八招** 不要長時間浸泡在水中，小心失溫
- 第九招** 注意氣象報告，現場氣候不佳不要戲水
- 第十招** 加強游泳漂浮技巧，不幸落水保持冷靜放鬆

憲指部督察室關心您 (圖/督察室提供)

有口皆「杯」

國軍讚



即日起至9月3日持軍人證或國軍福利證至以下商家，可享下列優惠！



漢堡王

購買任一超值量套餐(含主打星)享免費升級大薯條與大可樂優惠

新東陽

國防部福利事業管理處



有口皆杯 國軍讚

2020/7/1-2020/9/3

活動期間持軍人證或福利證至新東陽食品館及百貨專櫃即享

新東陽品牌產品 9折優惠

(特價品、鮑魚除外，且不與其他優惠或折價券併用)

新東陽 HSIN TUNG YANG

森師傅

至門市購買冬檸茶享買一送一優惠。

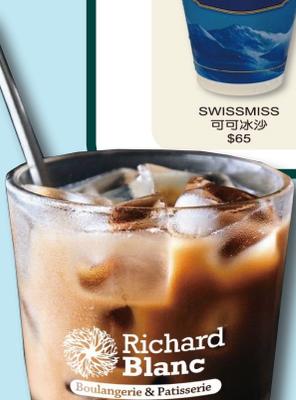
\$銅板價只要 = 20元



即日起至9月3日憑軍人證或持有國軍圖案馬克杯(或相關容器)至下列商家消費可享優惠。

萊爾富

購買指定飲品單件特價 39元



大兵麵包

購買飲品 & 招牌鮮奶布丁享杯杯 85折。

(資料來源/國防部福利事業管理處臉書)

嘉義縣、市後備憲兵荷松協會 109 年自強大會



圖／嘉義市後憲學長捐助墨寶義賣所得予社會福利

【通訊員／李品蓉】嘉義縣、市後備憲兵荷松協會日前辦理年度自強大會，由呂登鈺理事長及陳木寅理事長共同主持，邀請後備憲兵荷松總會總會長謝慶堂先生、榮譽總會會長蔡國司先生、彭瑞德先生、王國立先生、憲兵指揮部指揮官黃中將伉儷以及後憲同仁共襄盛舉，大會簡單隆重、氣氛熱絡，袍澤情誼充分展現。

謝總會長致詞時，對嘉義縣、市後備憲兵荷松協會每位同仁

的付出表達高度肯定之意，並期許日後在各項事務的推展上持續不遺餘力，秉持「一日憲兵，終生憲兵」的精神，繼續協力維護地方治安，作為安定民心的一股重要力量。

指揮官受邀與會，並致贈績優後憲同仁榮譽狀，致詞時感謝後憲同仁利用工作之餘奉獻心力於各項公益活動，為現役官兵樹立良好典範，期許未來仍能秉持「前憲後憲，連成一線」精神，永續傳承憲兵忠貞梅荷精神。

臺北市後備憲兵荷松協會公益捐血活動



【本報訊】臺北市後備憲兵荷松協會日前以「捐熱血、獻愛心、展真情」為號召，舉辦「就是憲在」愛心捐血活動，由理事長周溫培先生主持，邀請協會同仁及寶眷一同挽袖獻愛，臺北及士林憲兵隊官兵也熱情參與，將愛心付諸實際行動，展現關懷社會的正向力量。

周理事長表示，活動當天雖然陰雨綿綿，但是後備憲兵同仁及民眾仍然熱情參與，紛紛獻身公益，當日一共募得 158 多袋熱血，充分展現後備憲兵與前線官兵的無私助民精神，更期藉此活動拋磚引玉，邀請更多協會同仁及民眾一同獻身社會公益，幫助更多需要幫助的人。



承天忠貞

