

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：
mpcmd0116@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
國防部軍中報刊登證（85）國報字第002號

發行人：余照明 出版：文宣心戰組
責任編輯：沈育豪 湯上嫻 莊好嬋 胡沁玟

指揮官主持 憲兵隊長職務講習

勉勵以身作則 共同維護憲譽



【本報訊】指揮官黃中將日前至草山營區視導憲兵隊長職務講習，指揮官實施精神講話時表示，單位主官應以自身為榜樣，身先士卒帶領官兵同仁執行各項任務與訓練，確保官兵權益及生活照顧，並時刻與官兵生活在一起，訓練在一起，掌握所屬人員心緒及生活狀況。

指揮官亦提醒，憲兵隊具有「軍、司法警察」職權，更要時時刻刻叮嚀所屬，恪遵各項軍紀要求，以身作則才得以要求別人，所謂「己身不正，何以正人」，應將守法重紀的觀念一點一滴灌輸予每位同仁，以達「人安、物安、零危安」，並期許所屬，共同維護部隊安全與憲兵榮譽。



指揮官視導 宜蘭憲兵隊

貫徹軍紀要求

鼓勵突破自我



【本報訊】指揮官黃中日前在政戰主任余少將及 205 指揮部指揮官文上校等重要幹部陪同下，視導宜蘭憲兵隊暨實施軍（法）紀宣教，除慰勉官兵戰備、執勤辛勞外，並要求各級幹部應以身作則，擔任領頭羊的角色，落實基本體能訓練，凝聚部隊向心力，進而培養官兵革命情感，型塑優質的憲兵部隊。

指揮官強調，官兵應以身為「憲兵」為榮，謹言慎行、愛惜羽毛，恪遵各項營規及軍紀要求，並勉勵官兵運用公餘時間，從事終身學習取得學歷與證照，提升自我競爭力，期許每位官兵皆能成為單位不斷進步的動力。



提要

2 版

指揮官主持
政戰幹部講習工作指導

4 版

社團專題
花蓮憲兵隊戰技社

8 版

新竹市後備憲兵荷松協會
自強大會

指揮官主持政戰幹部講習工作指導



【本報訊】指揮官黃中將日前主持「109 年度政戰幹部講習」精神講話，以自身 30 多年軍旅經驗進行分享。指揮官提到，印象最深刻部分即為由嚴肅的連長轉變為處處噓寒問暖的輔導長，深刻瞭解輔導長在單位中的角色定位有多重要，期勉各位政戰同仁要落實走動式管理、掌握機先，以消弭各項危安因素。

其次，指揮官表示，擔任政戰幹部負責心理輔導工作，自身要有強大的心理素質及健康的體魄，以面對官兵的各種負面情緒及壓力，並透過組織方式解決基層官兵問題，以凝聚官兵向心、激發團隊士氣，建構優質部隊。



指揮官主持志願士兵暨儲備士官班精神講話 勉奉獻所學 突破自我



【本報訊】指揮官黃中將日前視導憲兵訓練中心，實施志願士兵 109 — 4 梯暨儲備士官班 42 期精神講話，勉勵學員把握受訓時光，充實自我本職學能，完成軍旅階段目標，並於結訓後發揮所學，提升單位戰力。



指揮官首先對參訓學員願意跨出舒適圈、突破自我給予肯定，並期許同仁應保持學習的腳步，設立遠、中、近程之目標，為自己奠定良好基礎，成就更精彩的人生；指揮官另表示憲兵具備軍、司法警察之身份，官兵應將「守法重紀」之信念內化於心，維護身為「三軍表率」之榮譽。



正向「心」思維 鍛健康優質勁旅

國防部響應世界心理健康日，以「防疫『新』生活運動—愛自己、護同袍」為主題，辦理心理健康宣教活動，希望藉以提升官兵心理健康概念，強化正向思考及抗壓力，打造活力四射的健康優質部隊。

每年 10 月 10 日是世界心理健康日，世界衛生組織提醒世人，身心健康才是完整的全人健康，應將心理健康視為人權，人人都有責任投資並管理自己的心理健康，讓自己擁有正向、樂觀、堅毅、自信的心態，迎向幸福圓滿的人生。

配合心理健康日，國軍積極推出多元互動齊抗壓的心理健康宣教活動，透過實體和網路雙軌並進的心理健康促進方案，打造一個激勵人心、充滿陽光的大環境，匯聚熱情的正向能量，共創強心健體的部隊工作環境；更希望啟動官兵互相鼓舞、正向思考及抗壓韌性，從內心煥發熱情，互助關懷。

誠然，心理學研究的，是組成一個人心理狀態的認知、情緒、行為三元素，所以，只要從正向理性的認知思維、正念減壓的情緒 EQ、正增強的行動力著手，都有助於促進個人心理功能充分發揮，掌握心理健康。

人的心態，決定處事態度與作為。正向健康的心態，能讓人堅定意志、克服逆境、達成目標。如何學習正向心理學，以鍛鍊心志、調整心態，提升自己正向「心」思維，進而激勵他人也從「心」得力，正是世界心理健康日的宗旨。而國軍宣導新興科學心理學的知識與技能，設計多元

活動，讓官兵有機會認識實證科學的現代心理學，進而以專業角度解析心理現象，並做出自我調節與改變，可使官兵更具適應與抗壓能力。

在相關活動中，國防部特別安排前進營區，面對面開啟「心」派對，讓官兵往內觀看，覺察自己的內在心理狀態與外顯行為，並設法解析內在認知觀點是否正向理性、情緒狀態是否快樂滿足、外顯行為是否採取正確行動朝向目標。舉例來說，「心靈享樂」身心紓壓多元方法體驗教學，透過「AI 聲紋情緒辨識」器，讓看不見的情緒經驗進入意識；「療心紓壓」APP 及「舒心療癒手作坊」，結合科技與手作 DIY，喚起官兵建立穩定心情與紓壓的方法；發送「平安口糧」、「活動福袋」，提醒以互相關懷祝福平安、知足感恩練習。凡此，俱能有效建立人際關係「愛的存摺」，提升正念樂活「心」資源。

國防部另透過網路推廣活動「E 起翻轉『心』思維」，並於「莒光園地」製播系列心靈輔導電視劇帶狀節目，也有助深耕國軍心理衛生宣教效果。而安排「名人開講」、「心輔共識營」等專業研習，更可提升幹部及心輔人員的心理健康意識與養心技能；加碼建置的「自助福利社」、「助人『心』野臺」、「歡喜聽講堂」及「你我站做伙」等多元連結的互助部署，則可鼓勵官兵自助助人，懂得善用心理衛生專業資源，強化正向思維幫助自我調適，促進正向心理健康。

常言道：「人生不如意十之八九，常想一二。」

正因生命中，不如意的事占了絕大部分，但扣除八九成的不如意，至少還有一、二成是如意的、快樂的、欣慰的。要過快樂人生，就要常想那一、二成好事，這樣就會感到慶幸、懂得珍惜，不致被八九成的不如意所打倒。換言之，面對生活現實數不清的壓力與逆境，只要能夠隨時隨地保持正向平衡認知、情緒與行為，就能妥善因應壓力，調節自我保持正向樂觀，讓堅毅的心幫助自己從心得力，跨越逆境；也終會體悟「原來如意或不如意，並不會決定人生的際遇，而是取決於思想的瞬間」。

過去，心理學界曾發現，與其花費太多心力，檢驗與防治憂鬱等負向情緒，不如轉向看重正向心理學，專注於激發正向情感與正向功能，讓堅毅性格，成為最佳心理防禦機轉；讓人無論何種情況，都能保持熱情、毅力，堅定達成目標。如此一來，即使歷經失敗，也能自我鼓舞接受挫敗、堅持投入目標永不放棄，創造能夠接受挫折、又能繼續投入目標的復元力，讓人從低谷中帶著豐沛情感，勇於承擔風險、迎向挑戰。

只要能堅定追求長程有意義的人生目標，就能讓人在逆境中不短視近利、不放棄希望，堅持到充分發揮潛能，直至使命完成，這正是國軍心理健康宣教活動的目標。期望官兵都能從心理啟動正向認知信念，以積極堅毅之心，迎向未來。

（轉載自青年日報 109 年 10 月 14 日社論）

政戰主任主持心輔講座暨政戰幹部講習綜合座談

【本報訊】政戰主任余少將日前主持心輔講座暨 109 年政戰幹部講習綜合座談。講座邀請臺北醫學大學韓德彥副教授以「看電影，學心理」為主題，與同仁分享自殺防治之正確觀念；另在座談中由營、連級輔導長分享個人工作經驗與心得，交換彼此經驗。

本次韓副教授以生動活潑方式分享心輔相關知識，內容引人入勝，同仁獲益良多。而在座談會中，主任勉勵同仁要當單位裡的「潤滑劑」、「黏著劑」及「防腐劑」，使單位相處和諧、上下同心，齊心協助主官達成部隊各項任務。



邱士官長主持憲兵第 203 指揮部士官兵生活座談



【本報訊】為提升士官幹部本職學能及強化訓練成效，本部士官督導長邱士官長日前至憲兵第 203 指揮部八德營區實施部隊輔訪暨士官兵座談，除了解士官兵生活執勤狀況，予以協助，並要求所屬士官兵恪遵各項軍紀要求。

邱士官長強調，幹部未能掌握官兵心緒或疏於防範等風險管控作為，係導致肇生違法犯紀情事之主因，身為士官幹部尤應以身作則，運用組織管理所屬，協助主官執行部隊戰（演）訓任務及推動各項事務工作，維護單位榮譽；邱士官長另鼓勵士官兵參加公餘進修，提升自我學識與本職學能，強化部隊戰力。

203 指揮部 南投隊新任隊長布達典禮



【通訊員／陳榮哲】憲兵第 203 指揮部指揮官張上校日前在政戰主任張上校及指揮部林士官督導長等重要幹部陪同下，至仁愛營區主持南投憲兵隊隊長任職布達交接典禮。

張指揮官表示南投憲兵隊是一支重榮譽、守紀律的部隊，然而成果累積不易，需透過全體官兵共同努力維持，期勉單位服從新任隊長林中校的帶領，在原先良好之基礎下，保持單位優異表現，並戮力投入訓練，全力完成即將到來的駐地鑑測，在「安全第一」的原則下，展現平時訓練成果，為單位爭取亮眼佳績。

204 指揮部 性別平等座談會



【通訊員／蔡佩容】憲兵第 204 指揮部日前舉辦 109 年度性別平等座談會，由指揮官成上校主持，並邀請國軍 802 總醫院社會服務組廖紀華組長擔任講師，透過生動地實務經驗分享，建立官兵「性別友善尊重，正向和平溝通」之觀念，保持互相尊重態度，營造和諧的工作環境。

成指揮官表示，人人生而平等，人際互動不應以性別、長相等因素批評他人，期透過此次座談會，建立官兵正確性別觀念，面對彼此差異能抱有健康、成熟之態度，進而建構友善職場環境。

205 指揮部 宜蘭隊新任隊長布達典禮



【通訊員／張鴻舉】憲兵第 205 指揮部指揮官文上校日前主持宜蘭憲兵隊新任隊長任職布達典禮，除肯定原任隊長孫中校於任內戮力完成各項任務，更期許在新任隊長徐中校的領導下，繼續開創單位優異成果。

文指揮官致詞時表示，全體官兵落實戰訓整備，從平時的精訓勤練奠定根基，建立良好的溝通管道，營造和諧工作環境，使同仁上下一心，齊力達成上級所交付之任務；最後期勉全體同仁勿忘憲兵「三軍表率」之身份，同仁應恪遵各項軍紀要求，共同維護憲兵榮譽。



花蓮憲兵隊
戰技社

社團
專題



應變防身技高超 強健體魄展榮耀

導言：

「憲兵近戰綜合格鬥」源自於古代傳統人身攻防技術，融合摔角、擒拿、莒拳、柔道等戰技，並應用於憲兵執行勤務時之制敵時機。為結合部隊訓練暨推廣憲兵格鬥戰技，花蓮憲兵隊於民國 100 年創立戰技隊，後於 109 年改名戰技社，運用社團活動，將戰技訓練在單位內加以推廣，運用具專長官兵，進行技巧講授，除了使隊員能強身健體，亦可增加團結向心力。

以戰技展演推廣全民國防

社員朱信哲上尉表示，戰技社不僅可以強身健體，更能使每個人在危急以及突發狀況時，提升應變制變的能力，並藉社員彼此切磋，研討可運用之技法，引發人員興趣，進而凝聚單位向心。此外，戰技社更將社團學習成果轉化為全民國防展演節目，參加多場政府及校園展演活動，透過平時扎實訓練，向民眾展示高超格鬥技巧，不僅增進民眾對憲兵之認識，社員更藉此獲得成就感，進而再投入戰技鑽研，提升相關技能。



社團成果

108. 01. 01 至吉安鄉客家文藝中心元旦表演

108. 10. 10 至吉安台開心農場國慶表演

109. 06. 11 至空軍第五聯隊實施戰技交流



與友軍切磋，持續突破自我

戰技社除將學習成果向國人展示之外，更受邀至空軍第五聯隊擔任戰技教官，與不同軍種進行交流，互相切磋砥礪，共同研討戰技之運用實務。戰技社教官黃聖傑士官長表示，透過與友軍單位相互學習，讓社員知道自己所不足的地方並加以強化，亦能從互動的過程中將憲兵戰技推廣，建立起自身對於單位及軍種的榮譽感。戰技社未來將持續戮力人員訓練，並持續向國人及友軍推廣格鬥戰技，並保持與各軍種間之交流學習，期能突破自我，使社團活動成果更上層樓！



憲兵第202指揮部基訓連先期測驗



【通訊員／李婉榕】憲兵第202指揮部基訓連日前實施基地訓練先期測驗，由副指揮官陳上校親赴慧敏營區慰問受測官兵，為同仁加油打氣，期許官兵發揮駐地訓練成果，以高昂士氣展開基地訓練的序章。

陳副指揮官表示，訓練首重安全，各級幹部應盡照顧及管理官兵之責，把關各項訓練安全工作，達到「人安、物安、零危安」之要求，而本次測驗不僅驗收訓練成果，更是展現單位團結向心的最佳時機，期勉官兵上下齊心，發揮「一加一，大於二」之氣勢，勇敢面對未來各項挑戰！

憲兵第204指揮部勤支連烘焙社造型車輪餅「憲」創意訓練

【通訊員／蔡佩容】憲兵第204指揮部勤務支援連烘焙社平時利用社團時間進行麵包、餅乾及各式西點之製作課程，獲得普遍官兵喜愛，近期更運用巧思研發「創意造型車輪餅」，社員運用手工調製之麵糊及餡料製作而成，並於表面烙印「憲兵徽」圖案，使官兵享用美味同時，亦能感受其中用心樂趣。

烘焙社不僅提供糕點製作之體驗，更與鄰近學校合作辦理證照培訓，藉由專業師資的教學提升專業技能，期許同仁在享用健康美味的同時，亦能習得專長，發揮所學讓更多同仁可以品嚐「幸福的滋味」。



新北憲兵隊主動協處交通事故

【通訊員／張鴻舉】新北市板橋區民生路及民享街路口日前發生民車擦撞事故，新北憲兵隊值日官呂士官長見狀後，立即通報警方，並通知待命班協助交通管制，並由警察及救護人員協助受傷民眾治療傷口，熱心助人受到民眾肯定。

新北憲兵隊隊長蔣上校表示，車禍意外發生當下車流量較大，易肇生二次交通事故，單位獲悉後，立即由待命組馳赴現場，協助疏導車流，避免造成二次傷害。本次突發事件，除驗證單位平時訓練成果，更實踐「軍愛民」之精神。



憲訓中心辦理「常備兵役軍事訓練121梯」接訓作業



【通訊員／韓雅巨】憲兵訓練中心日前辦理「常備兵役軍事訓練121梯」接訓作業，由憲訓中心李指揮官親自督導，要求單位務必秉持熱情服務的態度，協助相關作業執行，並於過程中注意防疫相關工作，落實人車消毒及強化衛勤教育，達到滴水不漏的防護效果，以利接訓任務推展順遂。

李指揮官表示，役男甫進入團體生活，身、心理仍需調適時間，幹部應落實生活照護並予以適切輔導；另應在「安全第一」之原則下，落實各項科目之訓練，使役男在營期間強化本職學能，提升整體國防能量。

苗栗及嘉義憲兵隊基訓混編中隊手槍射擊訓練

【通訊員／陳榮哲】憲兵第203指揮部苗栗及嘉義憲兵隊基訓混編中隊日前至憲訓靶場實施手槍實彈射擊訓練，由中隊長楊上尉擔任射擊指揮官，藉由落實射擊訓練，提升人員射擊技能。

楊中隊長表示，射擊是官兵基本戰鬥技能，透過具專長師資同仁進行教學，使官兵掌握射擊要領及槍枝操作之熟悉程度，另射擊過程中，秉持「訓練安全」之原則，完成各項安全整備，期許官兵能在安全無虞的狀況下習得射擊技能，並在基訓期末鑑測中，展現訓練成果，爭取單位團隊榮譽。



我憲兵我驕傲
馬祖憲兵隊愛心服務社

實際行動「憲」愛心



【通訊員／林智煒】馬祖憲兵隊於今年成立愛心服務社，運用社團活動時間，投入當地各項社會公益活動，例如營區周邊愛民打掃、淨灘活動，以及定期於每週二、四至家扶中心陪伴孩童課業輔導等，透過實際行動傳播正向能量，並藉此教育官兵珍惜身邊所有，並運用一己之力幫助他人。

社長張士官長表示，希望透過本社創立，為當地社區挹注正面力量，藉由每週定期召開社團幹部會議，共同研討服務內容及協調相關工作，並於社團活動時機投入公益活動，社團成立至今，社團成果不僅獲得當地居民肯定，亦透過活動過程，凝聚單位向心，培養同仁和諧氣氛。

隊長吳中校則表示，鼓勵所屬官兵利用社團活動或公餘時間，參與各項公益活動，不僅可有效紓解平時工作壓力，更藉身體力行方式，帶給社會正面影響，實踐憲兵「愛民助民」精神。



「憲」出你/妳的

自信笑容



座右銘

憲兵第239營
中士施孟偉

當一個人停止嘗試，
就是失敗的時候。

毒品包裝多元 切勿輕易嘗試

憲兵第229營 周康立群少尉

毒品的種類與型態層出不窮，2019年2月行政院公告「恰特草、卡痛葉」等5種列管新興毒品，這類自然毒物對中樞神經具刺激作用，會出現情緒亢奮、煩躁多汗等現象，甚至會產生幻覺、攻擊性、暴力自殘等失去理智行為，服用過量會導人員致死。相關毒物知識不足容易忽略此類新興毒品，形成社會危安漏洞。另一方面，在資訊流通快速的現今社會，有心人士藉由網路自學，於自宅種植大麻等二級毒品，供稱為排解工作壓力，自己吸食使用，同屬製造、運輸、販賣第二級毒品，依「毒品危害防制條例」可處以無期徒刑或十年以上有期徒刑，得併科新臺幣一千五百萬元以下罰金。毒品造成家庭破碎，影響社會生產力，販毒集團產製多樣性的毒品包裝型態，常見有將新興毒品研磨混合分裝的咖

啡即溶包、糖果等，試圖混淆真偽辨別藉此規避警方查緝，從中牟取暴利。

毒品對於社會所造成之危害在於吸食者對毒品所產生之生理與心理的依賴，販毒集團藉此「成癮」特性控制吸食者行動，衍生暴力、搶劫、竊盜、敲詐勒索或殺人等犯罪案件。同仁們應謹記「免費的最貴」，時刻保持警惕，不因好奇而嘗試、不出入高風險的聲色場所。平日培養正向積極的休閒活動，迎向陽光、走向戶外，掌握自己人生的主導權，不讓毒品有機可趁。

身為捍衛家邦的憲兵，面對毒品應保持「零容忍」態度，不僅要嚴格律己，更要時時保持警覺、要求身邊同袍，絕不讓毒品進入部隊，如此方能保持部隊純淨、維持我軍整體戰力，贏得國人尊敬與肯定。

投入社會公益 注入正向能量

憲兵訓練中心 林恆如上士

孟子曾云：「人皆有不忍人之心。先王有不忍人之心，斯有不忍人之政矣。以不忍人之心，行不忍人之政，治天下可運之掌上。」簡短幾句話告訴我們，身而為人皆存有同情心，且執政者若保有如此的慈愛之心，便能順利治理國家，顯見「慈悲憐憫」的重要性。

相信大家都曾經有過走在路上遇見需要幫忙的對象，便想上前伸出援手的經驗，這代表每個人都有「惻隱之心」；而身為擁有武裝力量的國軍，更應該具備這種仁民愛物的同理心；試想，若手執槍砲武器，卻毫無仁愛之心，後果將不堪設想。因此，與百姓站在一起的我們，更該深刻體會「仁民愛物」的內涵。

那麼，該如何做到仁民愛物呢，回想起我曾經與同袍前往安養機構參加公益活動，協助長者照護，當我看到這些長者因為我們的陪伴與關心，而

露出滿足的笑容，心裡也同時感受到簡單卻不平凡的幸福，因為自己將長者們視為家中的長輩，便能因他們的笑容而感到快樂，我想這便是「仁民愛物」的實踐了。

而不僅是人力照護，我們也可以透過捐血、物資捐贈或愛民打掃等方式，感受幫助他人的幸福感，並展現部隊熱心助民的決心，藉由這些作為，除促進社會對國軍的瞭解，更可藉身體力行，感受幫助他人的正向能量，進而為自我身心加入繽紛色彩。軍人的職責，不只是戍守前線、保衛家園，更應作為引領社會向善的領頭羊，帶動社會良善風氣，因此，每為位同仁心中皆應存有「仁愛之心」，並透過實際行動將其發揚，貢獻一己之力，將正向力量推廣至社會每個需要幫助的角落，透過自我實現之成就感，建立個人價值，為社會挹注正向能量，也為自己的人生開創不凡扉頁。

軍法（紀）小叮嚀

交友詐騙要小心 謹慎防範停看聽



圖／取自網路新聞



圖／取自網路新聞

認清詐騙關鍵字 你也是破案高手

歹徒會說的詐騙關鍵字：

- 女網友主動邀約見面！
- 見面前要去自動提款機！
- 以自動提款機匯交費！
- 要辨識身分
- 自動提款機操作錯誤！
- 黑道分子恐嚇要配合更正錯誤！



資料來源／督察室

刑事警察局
CRIMINAL INVESTIGATION BUREAU

遊戲點數詐騙處理步驟



屏東縣後備憲兵荷松協會 慰問教育召集後備 716 連



【通訊員／蔡佩容】屏東縣後備憲兵荷松協會日前由理事長鍾東珍先生帶領協會同仁，與中華民國後備憲兵荷松總會副總會長許嘉富先生等貴賓，慰問後備 716 連教育召集。



鍾理事長勉勵召員同仁，參與教育召集係為實現全民國防之重要環節，同仁應把握訓練期間，熟稔個人專長，穩固國防實力。

屏東憲兵隊隊長許中校表示，感謝後憲先進的全力支持與相挺，未來將戮力推動教育召集相關工作執行，使召員能秉持「在營為良兵，在鄉為良民」的信念，為後備動員挹注堅強戰力。

臺中市後備憲兵羽球錦標賽 以球會友，誰「羽」爭鋒



【通訊員／葉育珊】臺中市後備憲兵荷松協會日前辦理「109 年臺中市後備憲兵羽球錦標賽」，由理事長賴義鏗先生主持，參賽隊伍皆卯足全力，展現高昂士氣。



賴理事長表示，本次競賽邀請臺中市各區後憲同仁及眷屬參加，藉由切磋球技，凝聚後憲家庭的情誼，並帶動正向運動風氣；比賽結果，由梧棲區獲得冠軍，西屯區、霧峰區分獲亞軍及季軍，期待明年同仁能繼續努力爭取佳績，活動最後在頒獎表揚的掌聲中，劃下圓滿的句點，期待來年同仁再次齊聚球場，相互較勁。

新竹市後備憲兵荷松協會 109 年自強大會

感 謝 誠 意 歡 迎 大 家 光 臨



【通訊員／許毓焄】新竹市後備憲兵荷松協會 109 年度自強大會日前盛大舉辦，由理事長彭金樹先生主持，並邀請中華民國後備憲兵荷松總會總會長謝慶堂先生、本部指揮官黃中將、政戰主任余少將等貴賓與各區後憲同仁共襄盛舉。

彭理事長表示，新竹市後備憲兵荷松協會以提倡地區善良社會風

氣、推展社會公益活動及聯繫後備憲兵及眷屬為目標，以實際行動帶動社會正面的力量，扮演社會安定的重要角色。

指揮官表示，後憲同仁雖已退役多年，然仍維持高度紀律與凝聚力，積極投入各項服務工作，秉持「一日憲兵，終生憲兵」的精神，共同保衛家園。

宜蘭縣後備憲兵荷松協會 109 年自強大會



【通訊員／許毓焄】宜蘭縣後備憲兵荷松協會日前舉辦 109 年自強大會，由理事長許錫奎先生主持，並邀請中華民國後備憲兵荷松總會總會長謝慶堂先生及本部指揮官黃中將、政戰主任余少將等貴賓一同出席，場面隆重盛大。

許理事長致詞時表示，感謝後憲同仁平時在工作繁忙之餘協力

維護治安，「一日憲兵，終生憲兵」並非口號，而是團結的象徵，未來應持續投入各項工作，為現役官兵建立良好典範。

活動後，黃指揮官與後憲學長們一同慢跑運動，過程中，黃指揮官指出，體能訓練是每日的工作，期望以實際行動，帶領正向運動風氣，以強身健體，常保青春。

