

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 總編輯：劉宸璋 責任編輯：沈育豪 莊好嫻 莊秉堃 詹淑君

發行人：唐明德 組長：洪志宏 出版：文宣心戰組

指揮官主持聯合作戰計畫演練規劃提報會議

落實勤前教育 確維部隊安全



圖／指揮官叮囑幹部須落實勤前教育、熟稔狀況排除，確保人、車安全。

本報訊／臺北報導

指揮官周中將8日主持聯合作戰計畫演練規劃提報會議，指出單位演練內容需符戰場景況，以「實兵、實裝、實地、實作」方式進行，據以驗證指參作業程序、部隊指管機制、聯戰計畫可行性及建制裝備熟悉度，有效強化部隊衛戍作戰能量。

指揮官表示，鑒於梅雨季節影響，天候不定因素增加，單位執行戰備演訓前，務須完成車輛檢整及車長、駕駛教育訓練，確使人員熟稔狀況排除，並叮囑幹部落實勤前教育，要求所屬如行經雨區應保持行車安全距離，增加視距及警告前後方來車，確保人、車安全。

指揮官強調，天候濕熱，人員易生疲勞及情緒浮動，幹部需注意人員管教問題，並善用建制組織，不拘形式晤談官兵，綿密關懷所屬營內、外生活動態，詳實掌握人員心緒狀況，如有異常徵候應盡速回報、妥處，以消弭單位安全罅隙。



提要

2 版

指揮官主持本部
母親節慶祝活動

4 版

常備兵役軍事訓練
167 梯戰技驗收

6 版

國防部 112008 號軍紀通報

8 版

宜蘭縣後備憲兵荷松
協會理事長交接典禮
暨自強大會

指揮官主持
母親節慶祝茶會

慰勉母職同仁辛勞 預祝佳節愉快



圖／指揮官與母職同仁合影。

本報訊／臺北報導

為感念母職同仁辛勤付出，本部 11 日辦理母親節慶祝茶會，茶會期間，指揮官周中將逐一贈代表無私母愛的康乃馨，指出近年性別平權意識普及，亦有為數不少女性同仁投入部隊服務，成為保家衛國的中堅戰力，特別代表憲兵全體官兵向每位偉大的母親表達崇高敬意，並預祝同仁母親節快樂。

此外，指揮官強調，女性官兵除戮力戰訓本務外，同時肩負生育兒女重要責任，如何兼顧職場壓力及家庭負擔著實不易，希冀官兵做好個人健康照護，並叮囑男性同仁需多加關懷伴侶需要，彼此扶持及經營家庭，共同教養、陪伴子女成長，建立良好家庭氣氛，進而奠定國家競爭力堅實基礎。

指揮官接待中科院副院長拜會

加深交流合作機制 厚植國防自主能量

本報訊／臺北報導



政戰主任至憲兵第 202 指揮部親教親考

強化內部管理 發揮建制功能

通訊員范宜君／臺北報導

政戰主任唐少將 9 日至憲兵第 202 指揮部親教親考暨工作指導，瞭解各單位任務推展概況，並指導各項政戰工作要求事項。政戰主任指出，莒光日教學及政治課程為精神教育之基礎，各級政戰主管應落實課程整備及執行，以達精神教育之效。

此外，政戰主任提醒各單位強化內部管理、善盡督管職責，以「四清兩點五查三找」為原則，發揮建制組織功能，儘早覺察單位潛在危安。

最後，政戰主任強調，執行各項工作需以「服務」為導向，並期勉政戰幹部應落實人員輔導，照顧官兵生活，以堅實部隊戰力。



圖／政戰主任強調，執行各項工作需以「服務」為導向。

嚴密督管機制 杜絕資訊外洩

本報訊／臺北報導

副參謀長呂上校 5 日主持 5 月份第 1 週參謀會報，表示年度演習將屆，各單位應先期完成硬體設施整備，執行系統測通及故障排除，同

時落實執勤人員保密教育，嚴密門禁督管機制，有效保護機密資訊安全。

此外，副參謀長強調，各級主管應建立團隊目標，運用建制組織，親身帶領官兵推動各項

任務，並要求幹部持續推動公餘進修及雙語政策，鼓勵官兵善用經費補助，精進個人本職學能，據以形塑良好服役環境，提升人員留營意願，強化部隊人力素質。

副參謀長主持 5 月份第 1 週參謀會報



圖／副參謀長強調應落實執勤人員保密教育，嚴密門禁督管機制。

士官督導長實施士官實務工作輔訪

掌握氣候狀況 確保訓練維安

通訊員李婉榕／臺北報導

士官督導長陳士官長 8 日至憲兵第 202 指揮部第 239 營實施士官實務工作輔訪，肯定官兵平時戰訓辛勞，並提醒單位幹部進行訓練時務必注意人身安全及天候狀況，加強水分補充。

此外，士官督導長提醒，單位幹部需藉由晤談或批改軍旅手札時機，掌握人員心緒狀況，及時官兵解決問題。

最後，士官督導長強調，各級幹部需落實走動式管理，以消弭營區死角，並強調每位官兵均為單位重要的一份子，需妥善安排人員晉升、派任，讓官兵能夠適才所用，並鼓勵所屬人員向上發展，有效提升部隊效能。



圖／士官督導長提醒單位進行訓練時務必注意人身安全及天候狀況，加強水分補充。



圖／役男實施奪刀操演。



圖／役男實施奪槍操演。

常備兵役軍事訓練 167 梯戰技驗收

通訊員鄭尹翔／臺北報導

為強化役男戰技和體能，驗證訓練成效，憲兵第 202 指揮部日前辦理常備兵役軍事訓練 167 梯戰技驗收，本次驗收項目計有擒拿、奪刀、奪槍及交通指揮手勢等課目，過程中役男們各個精神抖擻，以高昂士氣配合臺前指揮，動作整齊劃一，秉持不怕苦、不畏難之精神，充分展現服役期間精實訓練成果。

連長張上尉表示，每一位役男都是一塊璞玉，需要藉由全體接訓幹部的精雕細琢，才能使其展現不凡的光彩，在這四個月的軍旅生涯中，每個人都盡忠職守、兢兢業業，努力成為一位中華民國的憲兵。期許將來役男們退伍回歸社會之後，都能在各自的領域發揮長才，成為國家強而有力的後盾。



圖／役男實施奪刀操演。

官兵大家談



曹名君 二兵

剛下部隊的時候，心情非常緊張，畢竟對憲兵很陌生，但在部隊的輔導下，壓力得到了釋放。雖然帶訓的長官和幹部很嚴格，但正因如此，才能造就我們精實的體格，我們日以繼夜的練習，努力完成戰技操演，也為我們的軍旅生涯，畫下完美的句點。

最後我想說，雖然大家各奔東西，但身為軍事訓練役 167 梯的驕傲與榮譽，將會永遠留存在我們心中，將來也要繼續加油！



胡宇祈 二兵

很榮幸能夠成為 167 梯軍事訓練役的一員，當兵前總是很擔心軍中生活，但是真正進入軍中，才發現自己的煩惱都是多餘的。在軍中我學到了團結與忍耐，在團體生活中必須要互相合作，才能順利完成每一項任務，而忍耐能夠磨練一個人的品性，讓結訓後的我變成一個全新的自己。

圖／役男實施交通指揮手勢操演。

憲兵第 203 指揮部雲林憲兵隊勤務召集訓練

強化召員專業技能 蓄積後備動員能量

通訊員張嘉堯／雲林報導

為提升後備部隊素質，憲兵第 203 指揮部雲林憲兵隊 5 日於公正營區辦理勤務召集訓練，共計召訓 116 員，採「分組輪訓、實物實作為主，相互教學、分堂講授為輔」，置重點於軍事勤務、災害防救、戰傷救護及戰場經營等項目，俾有效達成支援軍事勤務之任務。單位排定「軍（法）紀教育」、「心肺復甦」、「

「災害防救」及「認知作戰」等訓練課程，強化召員專業技能，蓄積後備動員能量。

隊長賴中校表示，透過教官原則講解及示範，執行實作演練，以強化召員個人技能及協調合作觀念，期望透過勤務召集訓練，強化個人的專長訓練，以有效支援軍事作戰，並進一步推廣全民國防理念，展現「在營為良兵，在鄉為良民」的精神。



圖／雲林憲兵隊幹部與召員合影。

憲兵第 205 指揮部新竹憲兵隊參加 112 年全民防衛動員暨災害防救演習

軍民連心衛家邦 守衛國土戰力強



圖／新竹憲兵隊依照狀況想定追捕暴民。

通訊員陳沅漪／新竹報導

為強化動員準備具體作為，保障國民生命財產安全，憲兵第 205 指揮部新竹憲兵隊日前於新竹漁港參加「112 年全民防衛動員暨災害防救演習」，並於災難救護想定中納入戰爭元素，展現軍民聯合災害救援及反恐應變能量。

分隊長鄭上士表示，此次負責民生必需品配售及支援軍事作戰準備，假定重要目標遭敵特工滲透，即刻派遣支援兵力前往打擊，確保重要區域各項安全。鄭分隊

長認為，唯有平時紮實的訓練，方能在演練或戰時發揮功能，帶領組員在戰術與戰技的配合下，圓滿達成任務。

隊長林中校指出，今年演練項目新增反敵特工滲透破壞的課題演練，不僅彰顯我憲兵參與災害防救的決心，也是驗證作戰計畫及訓練成效的最佳時機，期望藉由這次演習，整合政府及民間資源，驗證全民防衛動員能量，達災害防救及軍事作戰目的，共同維護市民生命財產安全。

憲兵訓練中心指揮官主持常備兵役軍事訓練 171 梯精神講話暨軍法紀教育

秉持忠貞榮耀 成就不凡人生

通訊員陳貴恆／新北報導

憲兵訓練中心指揮官袁上校 1 日主持常備兵役軍事訓練 171 梯精神講話暨軍法紀教育，袁指揮官首先歡迎役男們來到憲兵訓練中心接受為期四個月的訓練，並勉勵以最高標準要求自我惕勵，為單位爭取榮譽，在人生留下璀璨的回憶。

座談過程中，袁指揮官除了關心役男受訓心緒及體適能狀況外，同時也引用近期軍紀案例提醒切勿以身試法，除造成家人與部隊蒙羞，個人亦須接受法律制裁，得不償失。最後，袁指揮官期勉所屬在安全且順利的前提下，戮力完成各項訓練及測驗，矢志成為一名忠貞不渝的憲兵。



圖／袁指揮官勉勵役男以最高標準要求自我惕勵。

國防部112008號軍紀通報

「夏令期間暨端午節連續假期」軍紀安全要求事項



時序進入夏季，24 節氣之「夏至」即將來臨，氣候漸趨悶熱潮濕，易造成官兵心浮氣躁、思慮不周及情緒管控不佳，進而影響部隊管理、人員安全且致生違法（紀）情事；另因天氣炎熱，常有官兵休假

要求事項：

一、適時援例宣導，強化法治觀念：

各級幹部應透由建制組織功能，將酒駕防制作為落實於平常生活與工作中，教育官兵避免誤觸法網。

二、注意防衛駕駛，落實行車安全：

夏季官兵心緒較浮躁，各級應藉行車安全教育時機，並反覆叮嚀所屬注意防衛駕駛。

三、參與正當活動，遠離危安場所：

夏季多會舉辦各項活動（春吶、音樂祭等），常伴隨涉毒、鬥毆及酒後失序情事，各級應鼓勵官兵避免前往上述地點，確保個人安全。

四、加強溝通技巧，防範管教失當：

少數幹部於氣溫較高時，無法做好情緒控管，常衍生管教失當情事，故各級幹部應秉持耐心及合理之態度教導官兵。

五、慎選活動場域，避免意外肇生：

官兵休假期間常前往山區登山遊玩或海（溪）邊戲水，各級應教育所屬不可獨自前往，避免意外事件肇生。

六、重視操課安全，嚴防中暑事件：

期間前往山區登山遊玩或海邊戲水，稍不注意可能發生意外事件。鑑此，特摘述相關案例、肇因分析及防處作為，並臚列要求注意事項供各單位參據，強化風險管控及妥採預防作為，以維軍紀安全。

盛夏期間各級應注意人員安全，針對「熱暈厥」、「熱痙攣」、「熱衰竭」及「熱中暑」等 4 類情形應列為防範重點，以防範中暑事件發生。

七、落實用電管理，防止火災意外：

各級應全面檢視電器設備情形，避免電力超過負荷，衍生電線走火等意外。

八、注意飲食衛生，維護官兵健康：

夏令溫熱食物保存不易，各級應要求炊事人員養成良好衛生習慣，以維官兵飲食健康。



資料來源：國防部軍紀督察處

忠貞法令宣教
「特種勤務條例第3條」

本條例用詞，定義如下：

一、特種勤務：

指為維持本條例安全維護對象之安全為目的，由主管機關協調、督導、管制特種勤務相關編組機關（構）、單位，對特勤安全維護對象之預謀或意外之危害、滋擾等，所採取之安全維護作為；勤前整訓、實彈演習及勤後人員裝備之撤收等相關特種勤務作為，亦屬之。

二、特勤人員：

指國家安全局特種勤務指揮中心（以下簡稱特勤中心）、總統府侍衛室、內政部警政署保安警察第六總隊第一警官大隊及國防部憲兵指揮部警衛大隊等特種勤務專責單位所屬，負責策畫及執行特種勤務相關工作之人員。

三、特勤編組人員：

指前款以外，於本條例第七條第一項所屬，依本條例於特種勤務生效時，納入特種勤務任務編組執行特種勤務相關工作之人員。

健全心理健康知能 綿密互助機制



時序進入炎熱夏季，人心易煩躁焦慮。對此，國軍心理衛生單位建議，袍澤間相處，一旦發現同袍心緒起伏過大或情緒低落憂鬱，可採取互助互教負向情緒調節、振奮正向情緒方式，將心理思維具象化，強化心理健康風險偵測敏覺性與可行性，綿密自殺防治互助網，共度低潮期。

身處壓力困擾情境的人，想法可能較負面，或認定自己受制於人、無法停止被找麻煩，或相信誰也幫不上忙、只有讓自己消失才能結束痛苦；此時，他已被以偏概全的悲觀負向認知綁架，鑽牛角尖的

想法迫使自己走向死胡同。其實，只要透過與他人諮商對話的回饋，就有機會敏覺並重建合理思維的正向認知；也可善用心理評估工具，偵測其非理性認知，進而學習擴展心理彈性思維，例如選擇合理認知觀點告訴自己「有人找麻煩，也有人給關愛」，跳脫讓自己受苦的認知信念，以因應壓力。

一般而言，以簡式心理健康量表或心率變異儀組（HRV）進行情緒健檢，能大致檢測出須高度關懷的同袍。惟心理學者亦發現，即使未偵測出負向情緒者，抑或平時不憂鬱也不快樂的無感之人，一旦遭遇逆境，因為缺少正向情緒經驗保護力，往往難以發現已陷入低潮憂鬱，甚至可能出現自我傷害危機，特別值得關注。我們可從正向心理健康促進幸福保護力的觀點，偵測官兵弟兄姊妹是否擁有正向人際支持親密感、正念情緒平靜感、正向認同意義價值感等心理健康幸福感，並協助建構緩解心理風險的正向情緒。

其實，透過外顯行為即可敏覺個人心理健康風險，如透過社群媒體外顯訊息，關注了解官兵行為舉止

是否如常，一旦發覺反常脫序行為，即展開「發覺、回報、轉介、輔導」程序，全力協助關注其心緒健康，同時關注並全力協助照護其生活上或家中親友可能出現之急、難、病、痛、苦，建構綿密互挺、度過心理危機的互助網絡，即時給予協助。

「國軍心理衛生工作要點」中提示，適切與家屬聯繫主動關懷，對於家庭支持薄弱人員，應聯繫其重要他人，適時送暖提供互助；確認官兵收假後心緒狀況，了解休假期間，遭逢外部重大生活事件，對其日常外顯行為舉止的干擾，以完備全面協處照護力量；對於高風險武器操作人員，則應隨時關切其身心狀況，對方遭遇困難時主動協處，並適時調整訓練任務。

「事在人為，人定勝天」，國軍已建構完善之心理健康管理機制，只要各部隊善用建制組織，就能強化「生活、學習、安全、戰鬥」互助精神，主動關懷袍澤心緒，做好認知、情緒、行為上的心理健康與風險管理，必能營造良好的訓練與生活氛圍，鍛鑄鋼鐵勁旅。

（民國 112 年 5 月 9 日青年日報社論）

【母親我愛您】憲兵第 211 營 黃靖雯少尉

把燈提高一點 照亮更多的人

「媽媽，您是一棵大樹，我是樹上的小毛蟲，我每天吃樹上的葉子，媽媽也沒有怨言……」還記得在幼兒園的母親節才藝表演，懵懂的我在臺上唱著這首童謠，小時候不懂其中的深遠寓意，而如今，我已長大成人，每當旋律響起，就會想起那在舞臺下歡欣喝采的母親。

從小到大，母親總是最保護我的人，儘可能地讓我不受到一絲絲傷害。然而，在成長過程中，有時叛逆，有時不聽勸，讓愛我的母親不捨又傷透腦筋。儘管如此，母親從未放棄教導我，對我的愛也並未因此而減少，當每一次跌倒、害怕的時候，抹去臉上的淚水回頭看，母親總會在那裡，默默地守護、關心著我，就像冬陽般煦煦照亮我歷經狂風暴雨的世界。

母親常說：「把燈提高一點，照亮更多的人。」母親的個性樂善好施、也從不計較，對身為老師的

母親而言，學生們在學習上的快樂是她最大的成就感。面對逃避學習的學生們，母親總能循循善誘讓他們在學習上擁有自信，從不拒學進而喜歡上學。對我而言，母親是我成長過程中的典範、生命的良師，「善良及豁達」是母親默默耕耘的原則，「溫柔而堅定」則是她待人處事的態度。

也正是在母親的耳濡目染之下，我成為一個溫暖的人，在同儕間就如同小太陽般，是身邊朋友們的開心果，也是心情的抒發管道。母親獨立善良的性格，使我們更懂得取之社會、回饋社會的態度，是我毅然決然就讀軍校、踏上軍旅生涯的原因。永遠記得當我對媽媽說：「媽媽，我要去報考軍校！」母親的眼中是又驚又喜，而更多的是對女兒就要離開身邊的捨不得。入伍訓練親會時，母親將我擁入懷中對我說：「妳是媽媽的驕傲！」那是身為一位母親對女兒的肯定，也是對女兒即將振翅翱翔的祝福。

「媽媽，您這一棵大樹，還是不停地長出新葉子，使我成長、使我茁壯，媽媽我們感恩您。」隨著時間流逝，我已長大成人，而歲月也在母親的頭髮上留下白雪的痕跡，母親的愛是我永遠的後盾，支持、鼓勵我成為更好的自己。在這康乃馨的季節，我要對母親說聲：「媽媽您辛苦了！我永遠愛您！」



「憲」出妳的



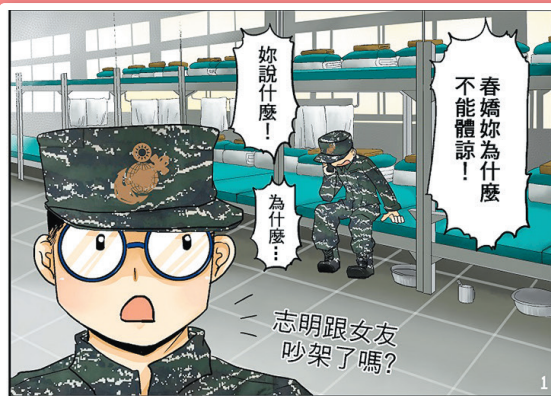
憲兵指揮部 勤務連 上兵李蕙宇

座右銘

擁有夢想只是一種智力，
實現夢想才是一種能力。

心輔專欄

勇敢愛·好好分



(轉載自政治作戰局心理衛生中心)



免費服務電話：0800-000-032
881 營站電話：02-25855893

(廣告)

宜蘭縣後備憲兵荷松協會第十、十一屆理事長交接典禮暨自強大會

發揚梅荷志節 傳承忠貞軍風

通訊員蘇俊吉／宜蘭報導

宜蘭縣後備憲兵荷松協會 7 日辦理第十、十一屆理事長交接典禮暨自強大會，由中華民國後備憲兵荷松總會總會長謝立賢先生主持，並邀請指揮官周中將等重要貴賓一同與會，展現同仁緊密情誼，更象徵梅荷精神永續薪傳。謝總會長首先感謝原任理事長許錫奎先生

任期間盡心盡力為協會統籌事務，熱心推展各項公益活動，也期許新任理事長陳忠志先生能夠承先啟後、再創高峰，讓協會更加成長茁壯。陳理事長表示接任後將秉持憲兵之忠貞精神帶領團隊，積極投入地方社區服務以及支援現役官兵，持續發揚梅荷志節，傳承忠貞軍風。



圖／謝總會長主持印信交接。



圖／謝總會長與宜蘭縣後備憲兵荷松協會重要幹部合影

嘉義市後備憲兵荷松協會辦理捐血活動

忠貞熱血「憲」愛心 軍民合力一家親



圖／蔡理事長與嘉義市後備憲兵荷松協會成員合影。

通訊員莊孟豪／嘉義報導

嘉義市後備憲兵荷松協會 6 日舉辦「獻愛心，為健康助力」捐血活動，由嘉義市後備憲兵荷松協會理事長蔡長城先生主持，希望能夠藉由協會的力量，鼓勵大家積極參與捐血行動，憲兵第

203 指揮部嘉義憲兵隊的同仁們亦發揮捐血助人的愛心，熱烈響應此次活動，展現「捐血一袋，救人一命」的精神。

蔡理事長表示，本次捐血活動，充分展現「前憲後憲一家親」的大愛精神，提高社會大眾對捐

血活動的關注度，也有助於推廣愛心公益事業，讓更多人參與其中。此外，嘉義憲兵隊沈上士表示，捐血活動不僅可以增進袍澤情誼也能幫助需要的民眾，為醫療付出一份心力，展現國軍愛民助民精神。