

忠貞報

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：吳長風 組長：陳博暉 出版：文宣心戰組

總編輯：劉冠隆



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

指揮官主持軍人節表揚大會暨晉任授階典禮

期勉薪傳忠貞精神 厚植衛戍作戰能力



通訊員曾志華／臺北報導

指揮部指揮官鄭中將日前主持本部 115 年軍人節表揚大會暨 9 月份晉任授階典禮，向晉任及獲獎人員表達祝賀。（相關報導見第 4 版）



圖／指揮官表揚晉任官兵

提要

2 版

指揮官主持 8 月份
戰訓整備會議

4 版

本部 115 年軍人節表揚大
會暨 9 月份晉任授階典禮

6 版

九三榮光映忠貞
憲兵薪火護家國

8 版

新北市後備憲兵荷松協會
舉辦 115 年度自強大會



說出煩惱，無論開心傷心，我們用心聆聽。

指揮官主持 8 月份戰訓整備會議

通訊員曾志華／臺北報導

指揮官鄭中將日前主持 8 月份戰訓整備會議，期勉各級幹部堅守使命、貫徹忠貞軍風，以身作則帶領官兵，凝聚單位向心力與團結意志，共同肩負建軍備戰重任。鄭指揮官指出，面對敵灰色地帶襲擾、認知作戰滲透及人工智慧等新興科技衍生的複合式威脅，各單位應精進教育訓練，強化官兵敵情觀念、科技素養與心防韌性，提升臨機應變能力，確保中樞安全。

鄭指揮官強調，各級部隊須持續朝「新訓練、新思維、新裝備、新科技」目標邁進，透過實戰化演練驗證戰備效能，精進平戰轉換與去中心化指管機制，並依貼近實戰的標準發掘問題、即時檢討修正，持續精進戰術戰法與整備作為，全面厚植衛戍防衛作戰能量，以堅實戰力守護國家安全。



圖／指揮官勉勵幹部精進戰訓整備

指揮官視導北部地區憲兵部隊

通訊員劉璟瑜／新北報導

指揮官鄭中將日前至北部地區部隊視導，針對單位任務特性、內部管理、裝備維保及勤務輪值等面向進行驗證，並提出工作指導，期勉官兵落實自律要求，共同維護部隊紀律與戰備整備。

鄭指揮官視導中指出，單位駐地任務為固守重要處所，具有目標性明確、任務屬性單一等特點，所屬官兵於日常生活及勤務執行更應自律要求，以消弭危安因子。另強調，官兵平時須互相照應，共同扶持；幹部應採走動式管理，若發現不法情事，即斷然處置與回報，方能第一時間掌握風險，維護內部管理純淨。最後期勉各級幹部持續落實內部管理要求，確保部隊紀律嚴明，同時重視官兵生活需求，營造正向營區氛圍，共同守護國家安全。



圖／指揮官勉勵官兵持恆戰訓本務

政戰主任慰問國慶展演訓練官兵

通訊員呂宸兆／臺北報導

政戰主任吳少將日前慰問執行國慶展演訓練的快速反應連官兵，實地瞭解訓練進度與人員狀況，並肯定全體官兵積極投入、反覆操練的辛勞，期勉持續精進展演動作與團隊默契。

吳主任提醒，部隊移地訓練期間應落實安全管理及風險管控，隨時掌握人員身體狀況與飲水補充；另祝賀快速反應連獲選 115 年國軍模範團體，肯定此項榮譽是全體官兵共同努力的成果，並期勉持續保持團隊精神，平安順利完成國慶展演任務。



圖／政戰主任頒贈慰問品

憲兵第202指揮部指揮官主持8月份晉任典禮

通訊員羅宇雯／臺北報導

憲兵第 202 指揮部指揮官李少將日前主持 115 年 8 月份晉任典禮，親自為晉任官兵授階並致贈禮品，肯定其平日努力與成長表現。李指揮官表示，晉任不僅象徵個人努力獲得肯定，也代表肩負更重要的職責與使命，期勉晉任官兵以更高標準自我要求，持續

精進本職學能，將過往經驗融入工作，展現幹部應有的專業與擔當。

李指揮官勉勵全體官兵保持主動積極態度，勇於接受挑戰，從各項任務中累積實務經驗、提升領導能力，充分發揮個人所長，並以團隊合作精神齊心投入工作，為提升部隊整體戰力貢獻心力。



圖／李指揮官與全體晉任同仁合影

憲兵第203指揮部指揮官約見新職人員

通訊員蔡思民／臺中報導

憲兵第 203 指揮部指揮官潘少將日前主持「115 年 9 月份新職人員約見」，透過面對面交流，瞭解人員受訓期間的學習成果，並勉勵結合既有實務經驗，將所學運用於工作中。潘指揮官表示，接任新職不僅是歷練的延伸，更代表責任與使命的承擔，期勉同仁善用過往經驗及專業所長，儘速掌握單位任務特性與工作重點，強化上下溝通及橫向協調，確保各項業務順利銜接。

潘指揮官期許，新職人員應秉持軍人應有的責任感與使命感，在既有經驗基礎上持續精進本職學能，主動發掘問題、妥善研擬處置作為，並以身作則、凝聚團隊向心，將個人歷練轉化為推動單位進步的力量，共同提升部隊整體工作效能與任務遂行能力。



圖／潘指揮官與新職人員晤談

憲兵訓練中心指揮官主持教官試講試教

憲兵第 204 指揮部指揮官視導臺東憲兵隊

通訊員薛采君／臺東報導

憲兵第 204 指揮部指揮官楊少將日前視導臺東憲兵隊，期間實地檢視莒光教學園地布置及教育內容，並批閱官兵「軍旅手札」，瞭解官兵近期心情、生活適應與工作心得，藉此掌握人員服勤及身心狀況，展現對基層官兵的關懷。

楊指揮官提醒全體官兵，應提高行車安全意識，確實遵守交通規則；理財方面則須秉持量入為出原則，審慎評估借貸需求，避免因不當借貸影響生活及工作。另強調軍紀安全攸關部隊形象與任務遂行，全體人員應恪遵紀律規範、落實風險管控，共同維護個人與團隊安全。



圖／楊指揮官要求官兵恪遵軍紀



圖／各教官針對教學方法實施討論

通訊員李婉榕／新北報導

憲兵訓練中心指揮官莊上校日前主持教官試講試教，參訓教官依教案實施授課演練，針對教材編排、口語表達、時間掌握與課堂引導等項目實施研討，透過教官師資相互觀摩，精進授課技巧及臨場應變能力。

莊指揮官表示，教官是教育訓練的重要核心，除應具備紮實專業知識，更須善用教學技巧，依課程目標有系統地傳授內容，使官兵易於理解及實際運用；期勉全體教官持續透過試講試教、觀摩交流與經驗分享，精進教學專業、提升教學品質。

本部 115 年軍人節表揚大會暨 9 月份晉任授階典禮

通訊員曾志華／臺北報導

指揮官鄭中將日前主持本部 115 年軍人節表揚大會暨 9 月份晉任授階典禮，為晉任幹部佩掛肩飾、致贈禮品，並頒發憲兵楷模及模範團體等獎項，肯定獲獎人員優異表現，勉勵持續精進本職學能。鄭指揮官亦感謝眷屬長期支持，使官兵能安心投入戰備任務。

鄭指揮官表示，九三軍人節亦為全民國防教育日，全體官兵應薪傳忠貞精神，落實保國衛民職責；並肯定官兵完成漢光 42 號演習各項任務，驗證衛戍作戰訓練成效。面對後續重大維安任務，各級應提前完成整備，恪遵依法行政、超然中立，以嚴整紀律確保任務圓滿達成。



憲兵模範團體



憲兵楷模



心輔工作暨危安
徵候防處有功人員



漢光演習有功人員



部隊軍歌推廣績優單位
軍有紀律



漢光演習有功人員



基隆憲兵隊參加「熱血捐愛心」公益活動



圖／官兵挽袖捐血響應公益活動

通訊員楊奕峰／基隆報導

為發揚國軍愛民精神，基隆憲兵隊日前響應基隆港通大樓「熱血捐愛心」公益活動，官兵踴躍挽袖捐血，並設置全民國防及人才招募攤位，展現憲兵親民愛民、深耕地方的良好形象。

隊長黃中校表示，憲兵除肩負軍紀維護與衛戍任務，也長期關懷地方、投入公益，同時持續推動國防宣導及愛民助民活動，凝聚軍民團結力量。



圖／活動合影

憲兵第 651 排實施實彈射擊訓練

通訊員莊景華／屏東報導

為精進官兵射擊技能及臨戰應變能力，憲兵第 204 指揮部第 651 排日前實施實彈射擊訓練。訓練期間，官兵在幹部全程督導下，落實靶場安全規定與射擊紀律，熟稔武器操作程序，藉以驗證平日訓練成效，提升射擊精準度及戰

場應處能力。

排長賴上尉表示，勤訓精練是厚植部隊戰力的根本，官兵唯有落實每項操作程序，持續精進射擊技能，方能將訓練成果轉化為臨戰應變能力，確保任務順利遂行。



圖／官兵依程序完成射擊課目

憲兵訓練中心志願役士兵 115-4 梯 五百公尺障礙超越

通訊員許詩涵／新北報導

為強化志願役士兵第 115-4 梯入伍生體能素質與戰場應變能力，單位日前實施 500 公尺障礙超越課程。入伍生依序通過板牆、壕溝及獨木橋等設施，在連續體能考驗下掌握動作要領與通過技巧，鍛鍊速度、爆發力及協調性；幹部則全程掌握訓練狀況，適時提醒並給予鼓勵，引導入伍生維持穩定節奏、勇於挑戰自我。

中隊長顏上尉表示，500 公尺障礙超越訓練除能強化入伍生體能與意志力，也能培養相互扶持、堅持到底的團隊精神；每一次跨越障礙，都是對自我極限的挑戰，也為後續訓練奠定良好基礎。



圖／入伍生依動作要領跨越障礙

憲兵第 211 營辦理家屬懇親會



圖／官兵與眷屬合影

通訊員黃浩維／臺北報導

憲兵第 211 營日前辦理忠貞 976 梯懇親會，邀請家屬入營參訪，透過幹部介紹及綜合座談，使家屬瞭解官兵生活、訓練與勤務情形，並說明官兵近期參與漢光演習相關任務，增進家屬對部隊任務的認識。

營長王中校表示，官兵執行各項任務須落實保密規定、嚴守軍紀並恪遵勤務要求，確保任務順遂與部隊安全；另感謝眷屬撥冗參與，家屬的支持與鼓勵是官兵安心服役的重要力量，期盼藉由懇親活動增進部隊與家屬間交流互信，使官兵無後顧之憂投入訓練與勤務。

圖／入伍生奮力爬竿

九三榮光映忠貞 憲兵薪火護家國

每年九月三日為軍人節，是向全體國軍官兵致敬的重要節日，其意義與抗戰勝利的歷史記憶緊密相連。民國三十四年，中華民國歷經八年艱苦抗戰，終於迎來勝利；翌年政府將九月三日訂為抗戰勝利紀念日，民國四十四年再定為軍人節，以紀念國軍將士保國衛民的犧牲奉獻，彰顯三軍一體、軍民同心的精神。

回望抗戰歲月，憲兵官兵亦在艱困環境中堅守崗位，與各軍將士共同承擔保國衛民的責任。面對嚴峻戰局，官兵仍恪守職責、奮勇任事，以行動實踐忠貞精神，展現軍人應有的使命與擔當。

抗戰勝利後，戰爭雖告終結，軍人守護國家與人民的責任並未停止。憲兵部隊持續因應任務需要，恪守崗位、維護秩序，讓忠貞精神從戰時延續至和平時期，並隨國家安全需求持續傳承。

時代更迭，今日安全環境與昔日不同，但守護家園的使命從未改變。面對區域情勢變化、灰色地帶侵擾及各類安全威脅，國軍持續強化戰備整備；憲兵則肩負衛戍中樞、重要目標防護、軍司法警察及支援國土防衛等任務，以嚴謹訓練與日常戰備守護國家安全。

九三軍人節不僅是對歷史的回望，更提醒每一位軍人肩負保衛和平的責任。一代軍人有一代軍人的戰場，一代憲兵也有一代憲兵的使命。從抗戰歲月到今日衛戍中樞，改變的是時代與任務，不變的是忠於國家、堅守崗位的初心。值此九三軍人節，憲兵官兵將持續承續先烈精神，以忠貞為念、以使命為志，精進戰訓本務，在每一次戰備、每一項勤務中落實責任，以實際行動延續前人榮光，守護國家安全與社會安定。



調適戰鬥壓力 打造心理健康網絡



部隊戰備任務講求高度專注與持續投入，從戰備值班、基地訓練、體能鑑測，到各項演習及輪班勤務，官兵不僅承受體能負荷，也可能累積不易察覺的心理壓力。身體疲勞可藉休息恢復，情緒耗損卻常需要更細緻的自我調適與支持。若壓力長期未被看見，可能進一步影響專注、判斷、人際互動及勤務品質。因此，強化心理韌性與建構完善支持網絡，與精進戰

技、提升體能同樣重要，也是維護訓練安全與部隊戰力不可忽視的一環。

軍旅生活中的壓力來源多元，除了操課與任務，尚有裝備保養、考核評比、單位互動、駐地適應、家庭牽掛、經濟或感情問題等。當多項壓力同時出現，官兵容易陷入焦躁、挫折或自我否定。面對困難，與其反覆追問「為什麼是我」，不如先思考「下一步能做什么」，把龐大的問題拆成幾項可以完成的小目標，依序處理。每完成一項任務，就能重新建立掌握感；面對檢討，也應把它視為修正作法的依據，而不是否定自身能力。適度壓力可以提升警覺與反應，關鍵在於能否以正向、務實的態度加以轉化。

心理調適也應落實於日常。規律睡眠、均衡飲食、適度運動，以及在任務空檔短暫深呼吸、整理思緒，都有助於降低緊繃感。官兵也可記錄每天完成的工作與值得感謝的小事，把注意力從無法控制的情況，轉回仍能掌握的生活部分。這些看似簡單的習慣，長期累積便能成為面對高壓環境的心理準備，使人在遭遇突發任務或挫折時，仍能維持穩定判斷與行動能力。

然而，正向思考並不等於獨自硬撐。懂得主動求助，就是一種積極、負責任的表現，當情緒低落、失眠、易怒、失去興趣或人際退縮持續兩週以上，或已明顯影響生活與勤務，就應及早向幹部、心輔人員或醫療專業求助。國軍現有初級預防、專業輔導及醫療處遇等支持機制，官兵亦可利用 1985 諮詢服務專線、「e 心守護」App，以及每年最多 6 次免費專業諮商。求助不是脆弱，更不應成為被標籤或責備的理由；越早說出困難，越能降低問題惡化的風險。

各級幹部除掌握任務進度，也應主動關心部屬的作息、情緒與互動狀況，發現沉默寡言、士氣低落或行為明顯改變時，應以傾聽與同理提供協助，必要時儘速轉介。同袍之間亦可透過日常觀察與真誠問候，讓有需要的人知道身旁有人願意接住他。唯有官兵自我照顧、同袍彼此扶持、幹部適時介入，才能形成可靠的心理健康防護網，將壓力轉化為持續前進的力量，進而鞏固部隊士氣、維護任務安全，厚植整體戰備能量。

（整理自青年日報社論）



相關優惠內容如有調整，以企業門市公告內容為準。詳細內容請參閱福利處網站 www.gwsn.gov.tw



憑證享優惠

餐飲

商圈

零售

旅宿

市場

夜市

新北市後備憲兵荷松協會 舉辦 115 年度自強大會



新北市後備

通訊員劉珈瑄／新北報導

新北市後備憲兵荷松協會日前舉辦 115 年度自強大會，邀請各縣市後備憲兵荷松協會代表、歷任幹部及梅荷夫人共襄盛舉，指揮官鄭中將亦應邀出席。活動透過會務交流與經驗分享，凝聚各地後憲組織共識，展現前後憲攜手傳承忠貞精神的堅定情誼。

徐理事長表示，感謝後憲學長長期以來對協會的支持與付出，即使離開軍旅崗位，仍秉持憲兵忠貞精神，在繁忙工作之餘積極投入社會公益、社區服務及敬軍慰問等活動，以實際行動關懷地方、回饋社會，落實「退伍不褪色、服務不間斷」的精神，持續為社會注入溫暖與正向力量。



花蓮縣後備憲兵荷松協會花蓮市分會辦理匹克球教學

通訊員閻懷恩／花蓮報導

花蓮縣後備憲兵荷松協會花蓮市分會日前辦理「115 年匹克球教學活動」，由會長曾俊翔先生主持。活動透過規則講解、動作示範、分組練習及實際對打，帶領參與人員熟悉球具操作與擊球技巧，並在運動過程中增進互動及團隊默契。

曾會長表示，期盼藉由多元休閒活動，鼓勵後憲袍澤培養規律運動習慣、維持健康生活，同時深化彼此交流聯繫，延續「一日憲兵、終生憲兵」精神，展現後憲團結互助的優良傳統。



臺中市後備憲兵荷松協會辦理模範父親表揚大會



通訊員楊明智／臺中報導

臺中市後備憲兵荷松協會日前辦理模範父親表揚大會，並結合全民國防宣導與聯合捐血公益活動，由理事長陳輝明先生主持，邀請指揮官鄭中將等貴賓蒞臨與會，共同向長年為家庭無私奉獻

的模範父親以及熱心會務、服務社會的績優後憲表達肯定與祝賀。陳理事長表示，期盼透過表揚活動傳承典範、凝聚向心，並鼓勵後憲袍澤及民眾踴躍挽袖捐血，以實際行動關懷社會。

鄭指揮官亦肯定臺中市後備憲兵荷松協會長期

支持國防事務、投入公益服務及凝聚後憲袍澤情誼的努力，期盼全體後憲袍澤持續發揚忠貞軍風，積極投入全民國防及社會公益，將關懷化為行動、責任化為力量，共同為國家安全與社會安定貢獻心力。