

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：唐明德 組長：李宗展 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 貴陽營區落成啟用典禮

通訊員江金祐、張登瑜／臺北報導

指揮官鄭中將日前主持「貴陽營區落成典禮」，並邀請後備憲兵荷松總會長張進發先生等貴賓及單位代表共襄盛舉，共同見證憲兵戮力改善官兵住用空間、營造優質服役環境的努力與成果。



憲兵第二〇二指揮部

提要

2 版

指揮官主持
母親節感恩茶會

4 版

母親節特輯

6 版

憲兵訓練中心忠貞
963 梯戰技擒拿課程

8 版

臺中市後備憲兵荷松協會
114 年模範母親表揚大會

指揮官主持母親節感恩茶會

本報訊／臺北報導

為感念母親無私奉獻，本部日前舉辦「母親節感恩茶會」，由指揮官鄭中將主持，邀請單位中兼顧職場與家庭責任的軍職及聘雇人員母親代表參與，現場氣氛溫馨感人。

鄭指揮官表示，母親的愛不分晝夜、無私奉獻，而身為軍職母親，更須承受與孩子分隔兩地的思念與辛勞，令人敬佩。此次特別舉辦茶會，旨在向所有母親致上最高敬意，也期勉全體官兵珍惜親情、及時行孝，將母愛銘記於心，經營溫暖家庭，並在穩固的家庭支持下持續在職場上精進，以實際行動回報母親深恩。



圖／指揮官及重要幹部與軍職及聘雇人員母親合影

指揮官慰勉 5 月份壽星人員

本報訊／臺北報導

指揮官鄭中將日前主持 5 月份壽星慶生活動，除親自向壽星同仁表達祝賀之意外，並致贈生日禮品，場面溫馨熱絡，洋溢歡慶氣氛。

鄭指揮官表示，同仁平日辛勤投入崗位，為部隊發展盡心盡力，藉由此活動傳遞關懷與祝福，讓大家在工作之餘也能感受到單位的溫暖與重視，期許持續發揮專業，共同精進戰力、爭取榮耀。

鄭指揮官進一步勉勵全體同仁應積極規劃職涯，秉持正向信念與進取態度，持續充實自我、迎接挑戰，朝著「堅持理想、永不放棄」的目標邁進，創造豐富精彩的軍旅人生。



圖／指揮官向壽星人員握手致意

政戰主任至馬祖憲兵隊實施視導

通訊員吳栢仰／馬祖報導

政戰主任唐少將日前至馬祖憲兵隊實施視導，由隊長朱中校全程陪同，對官兵戮力戰訓本務所付出的辛勞表達肯定與慰勉。

唐主任提醒，單位幹部應帶頭遵法守紀，並強化案例宣導，提醒官兵避免因不當言語或舉止導致軍紀事件，損及憲兵榮譽。

最後，唐主任強調，幹部應妥善規劃並建立完善的招募制度，以穩定編現比，編制精簡的單位，更需營造團結互助的良好氛圍，主官應主動傾聽官兵心聲，凝聚共識，攜手推動戰訓本務落實精進。



圖／指揮官鼓勵學員持續充實本職學能

說出煩惱，無心難過，我們用心聆聽。

憲兵第 202 指揮部指揮官主持 忠貞 955 梯離營座談

通訊員顏啟洲／臺北報導

憲兵第 202 指揮部指揮官陳少將日前主持忠貞第 955 梯役男離營座談，肯定役男在軍旅期間對單位的付出與努力，並期勉役男善用服役期間於不同崗位累積的經驗與回憶，轉化為人生旅途中

的寶貴資產。

陳指揮官表示，中共滲透手法層出不窮，退伍後亦須持續落實保密責任，共同守護國家安全，並期許所有與會役男退伍後能延續「一日憲兵，終生憲兵」的精神，持續為社會盡一份心力。



圖／陳指揮官鼓勵役男從不同事物中汲取經驗

憲兵第 204 指揮部指揮官 視導狙擊隊集訓隊員



圖／文指揮官頒贈慰問品

通訊員伍育萱／高雄報導

憲兵第 204 指揮部指揮官文少將日前至陸軍南測中心狙擊隊集訓官兵，透過親切互動鼓舞士氣，並期勉隊員把握最後訓練時光，調整至最佳狀態，爭取團隊最高榮譽。

文指揮官強調，面對現今對岸持續的恫嚇與威脅，我軍須以積極態度強化戰備，而狙擊手在戰場上往往扮演決定勝負的關鍵角色，期許隊員深刻認知自身的重要性，持之以恆強化專業訓練，為打造堅實憲兵戰力貢獻一己之力。

憲兵第 205 指揮部指揮官 主持情偵工作研討會

通訊員黃健宗／桃園報導

憲兵第 205 指揮部指揮官潘上校日前主持情偵工作研討會，除關心各單位任務執行情形外，亦對長期投入軍事偵防工作的同仁表達肯定與感謝，並期勉持續精進專業，共同強化執勤效能。

潘指揮官指出，本次研討會旨在透過案例檢討與經驗交流，針對過往違失中汲取教訓，確保偵辦過程依法嚴謹、保密到位，並呼籲所有同仁發揮關鍵少數的專業價值，持續為維護國家安全與社會治安貢獻心力。



圖／潘指揮官勉勵官兵持續精進專業

憲兵訓練中心指揮官 主持母親節感恩活動

通訊員范嘉芸／新北報導

憲兵訓練中心指揮官李上校日前主持「母親節感恩活動」，邀請單位內肩負家庭與工作責任的母職同仁共同參與，並由指揮官逐一贈康乃馨表達敬意。現場氣氛溫馨感人，展現對母親角色的深切感謝與尊重。

李指揮官表示，感謝母職官兵長期以來在家庭與崗位上的辛勤付出，透過此次活動，讓大家銘記母親養育之恩，並向全體母職同仁致上誠摯祝福，感謝她們的辛勞與奉獻，並祝願每一位媽媽身體健康、佳節愉快。



圖／李指揮官與軍職母親合影

國防部模範母親



臺中憲兵隊 李品學士官長 吳秀琴女士

弘揚母儀典範
感念母愛慈暉

憲指部模範母親



勤務連 林俊昌上士 林淑芬女士

憲指部模範母親

憲訓中心 吳冠緯上士 蔡秀娟女士

憲指部模範母親

憲指部模範母親

人軍處長 林秋明上校 陳月美女士

桃園憲兵隊 宗俊傑中士 金春妹女士

憲指部模範母親



204 指揮部 盛子薇士官長 李玉秋女士

憲指部模範母親



第 261 營 吳尚佑士官長 曾聖景女士

感念慈暉 報答親恩

母親節的意涵

感念母教懿德 傳承孝道文化

慈母春暉，如溫暖的冬陽照拂大地，象徵「母愛」康乃馨，淡淡花香將五月綻放得格外溫馨。「母親節」是全球共同的節慶，於西元 1907 年由美國費城安娜·賈維斯（Anna Jarvis）女士為懷念逝世母親而發起，直至 1914 年，美國國會將「母親節」訂於五月第二個星期日，成為法定節日。

我國以孝道立國，自民國 42 年起，與世界各地一同慶祝母親節。而節日制定的意義，一是表彰母親對家庭、社會及國家的貢獻，二是希望子女能在母親健在時及時盡孝，傳承家庭倫理親情。



圖／母親節發起人—安娜·賈維斯。

恢弘慈母大愛 展現柔性力量

母親是孕育生命的搖籃，也是每位軍人背後最重要的精神支柱，在國軍的建軍史上，如抽離這股溫柔堅定的力量，便無法成就那一段可歌可泣的忠烈紀事。為弘揚母儀，國軍在母親節前夕都會舉辦模範母親選拔暨表揚活動，以彰顯母親的懿德典範，亦藉此教育官兵傳承固有孝道倫理。回顧歷年來榮獲表揚的模範母親，每位都是國軍改革與進步的重要推手，這群偉大的女性，

將自己訓練成生命鬥士，為家庭奉獻青春歲月，教化子女蔚為國用，在軍中各領域都有傑出亮眼的表現。隨著時代的演進，近年來有許多女性加入國軍，同時扮演軍人及母親的角色，兢兢業業應對家庭與工作上的各種挑戰，對國家社會的貢獻不讓鬚眉，這些堪稱巾幗英雄的女性軍人，值得學習效法。

媽媽我愛你

HAPPY MOTHER'S DAY

實踐武德內涵 報答育化親恩

孝仁為本，是倫理道德的本源，我國自古以來自古以來強調「忠臣出於孝子之門」，軍人 是個特殊志業，必須體認「移孝作忠」之道，即盡忠職守、守法守紀、無忝所生。憲兵同仁在慶祝母親節

的同時，應感念母親生育養育的辛勞，以崇本務實的精神專注戰訓本務，不斷充實本職學能，切勿做出有損軍譽、影響部隊是緝獲讓父母擔憂掛心之事，將自己在軍中的成就獻給母親，在佳節為母親增添光彩、榮耀。

溫柔而堅定的力量

做兒女成長的臂膀

THE STRONGEST POWER

（本文節錄自青年日報）



憲兵訓練中心忠貞 963 梯戰技擒拿課程

通訊員范嘉芸／新北報導

憲兵訓練中心義務役忠貞 963 梯日前實施戰技擒拿課程，旨在提升單兵作戰能力與執勤安全性，期使官兵在面對突發狀況時，具備有效應處能力。

中隊長顏上尉表示，專長戰技為憲兵必經歷練，藉由反覆操作，有助提升反應速度與臨場應變能力，不僅奠定戰力基礎與武德精神，更是忠貞憲兵立身之本。



圖／教官進行動作講解



圖／訓員實際操作



圖／止血帶操作訓練

憲兵第 601 連家庭日 參加馬拉松路跑活動

通訊員黃健宗／臺北報導

連長盧上尉表示，此次路跑活動不

僅增進官兵與眷屬之間的情誼，也鼓勵同仁養成良好運動習慣。未來將持續舉辦淨灘、路跑等活動，深化彼此及家屬共同奔跑，在汗水與歡笑中展現團結向心的溫馨氛圍。

僅增進官兵與眷屬之間的情誼，也鼓勵同仁養成良好運動習慣。未來將持續舉辦淨灘、路跑等活動，深化彼此及家屬共同奔跑，在汗水與歡笑中展現團結向心的溫馨氛圍。



圖／官兵路跑合影

苗栗憲兵隊 基訓中隊戰傷救護課程

通訊員張峻毓／苗栗報導

苗栗憲兵隊基訓中隊日前於龍昌營區實施戰傷救護與自救互救課程，官兵除學習單兵急救包使用方式外，亦藉由模擬戰場傷情實施出血控制演練，有效強化在敵火環境下自救與互救能力。

課程中，教官詳述止血帶、填塞止血敷料及加壓止血彈繃等器材之操作原則，並安排分組實作演練，幫助官兵熟練戰傷應變要領。士官督導長徐士官長表示，藉由情境模擬與重複操演，能有效鞏固救護技巧，提升課程實用效益。



圖／懇親會活動合影

憲兵第 229 營辦理 114 年上半年家屬懇親會

通訊員王翊芳／臺北報導

為促進部隊與家屬間的情感交流，建立良好溝通機制，憲兵第 229 營日前舉辦 114 年上半年家屬懇親會，活動氣氛溫馨熱絡。

本次活動結合母親節主題，特別規劃「寫信紙摺愛心」橋段，官兵透過手寫信件摺成愛心，傳遞對家人的感謝與思念，拉近彼此距離，營造感人

氛圍；現場亦同步推廣官方通訊帳號，期強化雙向聯繫、建立即時互動橋樑。

營長邱中校表示，懇親會特別選於母親節前夕舉辦，藉此向辛勞付出的家屬們致上最高敬意。官兵能無後顧之憂、全力投入訓練與勤務，背後都仰賴家人的理解與支持，他也期勉持續深化軍民情感，共同守護部隊榮譽與戰力。



你願意，人生就會值得

願意，才是人生改變的起點

文／尤文遠少尉

蔡康永的《你願意，人生就會值得》延續其情商課系列風格，以溫柔卻犀利的語氣，深入探討現代人在日常生活中對自我價值與情緒需求的忽視與壓抑。全書圍繞一個簡單卻有力的命題——「願意」，唯有內心願意，人生才真正有轉變的可能。

書中一句「拒絕他人無聊的要求，是對自己最好的溫柔」，道出許多人在人際互動中常陷入的困境：為了迎合而壓抑自己，最後與真正的自我漸行漸遠。蔡康永不採艱深理論，而是用日常實例、溫和語氣，引導讀者看見情緒背後的原因與需求。

這本書最大的特點，是不提供標準答案，而是溫柔提問：當你感到不適、失落、困頓，是否真正傾聽過內心的聲音？書中語句貼近日常，讓情緒管理變得親切，成為每個人都能實踐的生活態度。

《你願意，人生就會值得》不只是一本自我成長書，更像一位成熟的朋友，在你迷惘時輕聲提醒：選擇自己，並不是自私，而是理解與照顧的開始。這是一部溫潤有力的作品，適合每一位尋找內在力量的讀者細細品讀。



正念減壓4步驟降低焦慮



呼吸觀察

身體掃描



正念伸展

正念行走



(資料來源：自由健康網)



雙語
園地

Philippines buys 40 fast patrol craft worth US\$450 million for its coastguard

The Philippines yesterday said its coast guard would acquire 40 fast patrol craft from France, with plans to deploy some of them in disputed areas of the South China Sea.

菲律賓日前表示，該國海巡署將向法國採購 40 艘快速巡邏艇，並計畫將其中數艘部署在南海具爭議性地區。

(資料來源：看軍聞學英語)

憲兵指揮部
心理衛生中心

軍線：691105

手機：0932493172

市話：02-2585-0593



福利櫥窗

國防部福利事業管理處

電子商城 家電特賣

即日起至113/5/22止，歡迎至福利站、軍中營站或電子商城線上訂購



夏普6L自動除菌除濕機

DW-LT1HT-W 原價：7999元

特價\$5488

奇美385公升變頻三門冰箱

UR-P38VC1-D 原價：36000元

特價\$28888

夏普31公升HEALSIO水波爐

AX-X35T-W 洋蔥白 原價：29900元

特價\$19999

(廣告)

臺中市後備憲兵荷松協會 114 年模範母親表揚大會

通訊員孫湧崴／臺中報導

為弘揚母儀典範，臺中市後備憲兵荷松協會日前舉辦 114 年模範母親表揚大會，由臺中市後備憲兵荷松協會理事長林永裕先生主持，會中邀請總會會長張進發先生、臺中憲兵隊隊長史芳源上校及模範母親代表共襄盛舉，場面隆重盛大。



彰化縣鹿港區後備憲兵荷松協會 辦理捐血活動

本報訊／桃園報導

彰化鹿港後憲荷松協會與日前於鹿港鎮公所辦理捐血活動，邀請各方鄉親襄盛舉，共同捲袖獻出熱血，響應「捐血一袋、救人一命」精神。

彰化憲兵隊隊長洪中校亦帶領現役弟兄到場支持，並表示捐血不僅有益身心健康，亦可幫助重大傷病患者，挽救寶貴生命，藉

實際的行動，積極回饋社會，每一次的捐血，都是一次對生命的守護。

主委林世杰先生表示，全體後備憲兵都能團結一心、同心協力，就是後憲在整個彰化縣能夠永續經營的動力，也感謝民間各方的協助與指導，期許擦亮「彰化後憲招牌」，為社會貢獻正面能量。



台北市後備憲兵荷松協會參與貴陽營區落成典禮

本報訊／臺北報導

指揮官鄭中將日前主持貴陽營區落成典禮，邀請中華民國後備憲兵荷松總會總會會長張進發先生、台北市後備憲兵荷松協會理事長曾華山先生、榮譽理事長張欽育先生等貴賓蒞臨剪綵。

典禮中，曾理事長代表組織致贈「八駿像」紀念品，由憲兵第 202 指揮部政戰主任潘上校代表接受，並祝賀全體同仁未來發揚如同千里馬在戰無不勝、攻無不克的精神。

