

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 責任編輯：李怡庭



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 11 月份晉任授階典禮

通訊員劉冠隆／臺北報導

指揮官鄭中將日前主持 11 月份晉任授階典禮，肯定晉任幹部優異的工作表現，期許同仁精益求精，不忘終身學習，深化個人學識涵養，更要勇於挑戰自我，引領官兵向前邁進。

鄭指揮官表示，晉任象徵榮譽與責任的提升，更代表長官對幹部平日表現與領導能力的肯定。身為部隊幹部，應以身作則，恪遵軍紀，秉持忠誠、負責與奉獻的態度，發揮向心與凝聚力量，帶領部屬勇於任事、追求卓越；領導者不僅要有專業能力，更要具備同理心與溝通力，懂得傾聽

與指導，才能建立信任，凝聚團隊向心。

最後，鄭指揮官指出，現今部隊任務多元，幹部除須精進本職學能，亦應具備前瞻思維與應變能力，面對挑戰時能冷靜分析、果斷決策，以行動展現領導風範，並勉勵全體晉任人員珍惜榮譽、砥礪自我，在各自崗位上持續發揮專業能量，傳承憲兵堅毅剛正的精神，成為部隊穩定與進步的核心力量，共同為維護國軍紀律與國家安全貢獻心力。



圖／眷屬為晉任同仁佩掛肩飾



提要

2 版

指揮官視導
北部地區部隊

4 版

本部辦理民國 114 年
政戰幹部講習

6 版

緬懷國父
繼志承烈永護家園

8 版

澎湖縣後備憲兵荷松協會
114 年度自強大會



圖／指揮官實地瞭解伙食品質

指揮官視導北部地區部隊

通訊員王璟岳、張登瑜／臺北報導

指揮官鄭中將日前視導北部地區部隊，實地瞭解官兵生活設施與勤務環境，並關懷基層官兵生活現況。

鄭指揮官指出，各單位應持續優化官兵住宿與生活空間，打造整潔、安全、舒適的環境，使弟兄姊妹能以充沛精神投入勤務，並要求各級幹部應精進伙食規劃與菜色設計，兼顧營養均衡與多樣化選擇，讓官兵在日常用餐中感受部隊的用心與關懷。

最後，鄭指揮官勉勵全體官兵於各項勤務中發揮團隊戰力，持續提升整體效能，確保任務圓滿達成，展現憲兵部隊優質形象與堅強戰力。



圖／指揮官與官兵交流

參謀長主持戰情輪值人員講習

通訊員劉冠隆／臺北報導

本部日前舉辦「戰情輪值人員講習」，由參謀長文少將主持，針對戰情輪值規定及突發狀況應變作為進行重點指導。文參謀長指出，戰情輪值人員應熟稔處置流程，確保在第一時間妥適應對，避免延誤時機，影響整體指揮鏈運作效能。

文參謀長強調，戰情中各項電話紀錄、回報與資料呈送均須依規定程序辦理，務必確保資訊傳遞順暢、資料真實無誤，同時提醒值勤人員應堅守崗位、恪遵職責，培養冷靜判斷與沉著應變的專業能力，不斷精進參謀素養與敏銳度，以提升本部戰情人員運作與處置效能。



圖／參謀長強調戰情輪值人員營時刻堅守崗位

政戰主任視導澎湖憲兵隊

通訊員楊誠志／澎湖報導

政戰主任吳少將日前至澎湖憲兵隊實施視導，慰勉外離島官兵辛勞，強調外島地區為國家防衛重點，面對敵對勢力滲透與情報威脅，官兵須保持高度警覺，確實落實保密作為，並主動通報可疑動態，確保營區與周邊安全。

吳主任提醒，近年詐騙與高風險投資層出不窮，官兵應培養正確理財觀念，避免受不法誘導，採取穩健儲蓄與長期投資方式，保障個人財務安全；針對澎湖地區環境與天候特性，亦指示各單位加強生活設施維護，後續家具與陣營具汰換應以「耐用、實用」為原則，持續完善官兵生活照顧，展現部隊穩健發展與專業形象。



圖／政戰主任強調單位應注重營區設施維護

憲兵第202指揮部10月份戰訓整備會議

通訊員連庭樂、張登瑜／臺北報導

憲兵第202指揮部指揮官張少將日前主持「10月份戰訓整備會議」，召集各單位主官及幹部與會，針對留營成效、年度工作進度及後續任務規劃進行檢討與研討，並由各科室報告近期重點業務，藉以強化組織協調與任務整合效能。

張指揮官於會中指導各級幹部應落實官兵生活照顧，強化內部管理與安全維護作為。會中播放國慶執勤紀實影片，讓官兵共同回顧任務成果與辛勞付出，張指揮官藉此勉勵全體人員秉持專業精神，精實戰訓整備，持續展現憲兵部隊嚴整風紀與堅實戰力。



圖／張指揮官勉勵官兵精進專業

憲兵訓練中心志願役士兵114-3梯結訓典禮

通訊員范嘉芸／新北報導

憲兵訓練中心副指揮官林上校日前主持志願役士兵114-3梯結訓典禮，頒發結訓證書與獎狀，肯定全體學兵在訓期中展現的努力與成長。

林上校勉勵：「不當憲兵則已，當了憲兵就不能隨便一點。」期許大家以憲兵的榮譽為榮，恪遵紀律、以身作則，堅守崗位本分，延續憲兵優良傳統，讓軍旅生涯在奉獻與榮耀中綻放光芒。



圖／林副指揮官勉勵學兵精益求精

憲兵203指揮部11月份晉任授階典禮

通訊員黃俊綺／臺中報導

憲兵第203指揮部指揮官李少將日前主持11月份晉任授階典禮，親自為晉任官兵授予新階並頒發禮盒，肯定其在本職學能與任務執行上的優異表現。

李指揮官表示，晉任不僅是榮譽

的象徵，更代表責任與使命的承擔。此次獲晉升人員皆於崗位上盡忠職守、表現卓越，深獲肯定，並期勉官兵持續秉持忠誠奉獻精神，發揮領導示範與標竿作用，凝聚團隊向心，精進部隊整體戰力，延續憲兵優良傳統。

憲兵第204指揮部指揮官主持營區車禍現場處置示範

通訊員陳宥靜／高雄報導

憲兵第204指揮部指揮官楊少將日前主持「營區車禍現場處置示範演練」，並由屏東憲兵隊官兵擔任示範。演練涵蓋事故通報、現場封鎖警戒及蒐證拍照等重點流程，過程中官兵分工明確、處置迅速，展現平日扎實訓練成果與高度專業素養。

楊指揮官表示，憲兵除肩負軍事警察勤務外，亦經常第一時間投入突發事故處置，必須在安全與專業原則下冷靜應變、妥善協處，期勉各單位精進勤務能力，以確保任務圓滿達成。



圖／楊指揮官視導演練實況

本部辦理政戰幹部講習



通訊員周君盈／臺北報導

政戰主任吳少將日前主持「114 年基層政戰幹部講習」，旨在強化基層幹部專業知能，課程內容涵蓋媒體識讀、心理輔導及戰訓本務等重點領域，邀請專業講師授課，結合理論與實務，精進工作能力，學員間實施心得交流，皆感受益頗豐。

講習尾聲，吳主任感謝基層政戰幹部平時辛勞，勉勵持續充實本職學能，強化部隊政戰基礎，並肯定第 202 指揮部現場設置政戰工作展示區，展現各項成果與創新作為，有效促進經驗交流，為深化政戰能量與強化部隊凝聚力奠定基礎。



充實本職學能 促進部隊團結



臺中憲兵隊實施小部隊戰術演練

通訊員楊明智／臺中報導

臺中憲兵隊日前實施基地訓練，因應現代戰爭型態轉變，採小部隊編組進行戰術演練，強化官兵作戰能力。課程聚焦前進、搜索與指揮程序等要領，強調通訊協調、掩護與行動節奏控制，確保任務執行安全有效。

隊長史上校表示，此次訓練著重臨場應變與團隊協同，並透過訓後檢討修正不足，精進官兵戰術運用與領導統御，期使全體官兵在各項任務中發揮專業本能，展現憲兵堅實戰力。

圖／訓練實況



圖／實施警戒

臺北憲兵隊舉辦車禍事故處理講習

通訊員陳怡君／臺北報導

為提升官兵交通安全意識與事故處理能力，臺北憲兵隊日前邀請臺北市警察局交通大隊中山分隊陳佳霖小隊長至中華營區講授「車禍事故處理」專題課程。課程內容包含事故通報、蒐證及現場處置要領，並透過分組實作與案例研討，強化軍偵組官兵專業知能，深化交通安全觀念。

參謀主任陳中校表示，此次講習有助官兵熟稔事故處置流程與相關法規，建立正確應變觀念與執勤態度，確保行車安全與勤務順遂，展現部隊嚴謹紀律與專業精神。



圖／車禍現場模擬

基隆憲兵隊實施無人機訓練



圖／課程講解

通訊員袁孝慈／基隆報導

基隆憲兵隊日前於南勢埔靶場實施無人機訓練，針對無人機實施機體性能講解與操控示範，有效完善官兵學能，增進單位作戰能力。

課程中，由教官陳士官長實施授課，透過結合現地景物地貌，讓官兵實際操作定點起降、四面停懸等課目，藉以強化飛行程序熟悉與操作安全觀念，確保熟稔各項課目。

隊長林中校表示，從紅海衝突到烏俄戰爭，無人機已充分發揮不對稱戰力，憲兵隊今年已編裝監偵型無人機，未來將以「人人都是無人機操作員」為目標，落實教育訓練，全面普及到每位官兵，藉以來提升憲兵的整體戰力。

憲兵訓練中心辦理軍事訓練役 244 梯懇親會暨招募嘉年華

憲兵訓練中心常備兵役軍事訓練244梯次懇親會

通訊員李群翔／新北報導

憲兵訓練中心日前舉辦「軍事訓練役第244梯懇親會暨招募嘉年華」活動，由大隊長洪少校主持，現場氣氛熱絡溫馨，官兵與家屬齊聚一堂，共同見證役男在訓期間的成長與蛻變。活動內容多采多姿，除安排深受官兵喜愛的憲兵娃娃舞蹈表演外，並有警衛大隊精湛的八極拳展示及緝毒犬靈活敏捷的嗅聞演示，充分展現憲兵部隊剛毅沉穩與專業精實的形象。

洪大隊長於活動尾聲特別感謝家屬的支持

與鼓勵，期盼藉此活動增進親子情感連結，讓寶眷更加認識國軍多元職能與完善照顧措施，並為役男服役歷程留下難忘回憶。



圖／家眷合影



緬懷國父 繼志承烈永護家園



圖／國父胸像

洞察苦難 民主啟蒙

國父姓孫名文，號逸仙，廣東省香山縣人，出生農家的他，對滿清末年的民生疾苦有深刻體認，早年曾前往夏威夷檀香山求學，並先後於廣州與香港習醫，接觸西方教育，對現代教育、民主法治有了啟蒙，因在日本宣傳革命時，以「中山樵」自稱，後國人習稱「中山先生」。甲午戰爭爆發前夕，清廷已是積弱不振，每況愈下，清光緒 20 年（西元 1894 年），國父向李鴻章上「萬言書」，大聲疾呼「人盡其才、地盡其利、物盡其用、貨暢其流」的救國大計，但病入膏肓的清廷卻依然麻木封建不願改變，甲午戰爭慘敗，中國成了任人瓜分的俎上之肉，至此，國父斷絕了對清廷的幻想，「革新」救國轉為「革命運動」。

首倡革命 創建民國

諫言一途無效，國父於清光緒 20 年（西元 1894 年）在美國檀香山創立興中會，揭示振興中華的宗旨，開始革命救國大業，清光緒 31 年（西元 1905 年）於日本東京改組成立同盟會，並正式提出「民族、民權、民生」三大主義作為建國理想，歷經 10 次革命失敗，在宣統 3 年 10 月 10 日時，武昌起義終告成功，一舉推翻中國兩千多年來的君權統治，孫中山先生於西元 1911 年 12 月 29 日被推選為中華民國臨時大總統，並訂立隔年（西元 1912 年）為民國元年，亞洲第一個民主共和國——中華民國正式誕生；有感於革命受挫，主因缺乏信仰之革命武力，孫中山先生於民國 3 年廣州軍大本營創建憲兵，以培植思想革命軍力。

傳承使命 犧牲奉獻

今年 11 月 12 日是國父孫中山先生誕辰 158 週年紀念日，也是中華文化復興節，國人除緬懷國父的人格風範及其救國救民的志業精神外，亦應飲水思源，善盡保存與發揚的義務，維繫我固有的優良傳統。國父畢生為民主憲政奮鬥，為國家大業奔忙，其一生的事功偉業，不求「一時之榮」，在造「萬世之業」，常思「創業維艱，守成不易」，國父孫中山先生追求的「天下為公」精神與道德風範，仍需我們與國人時時踐行、傳承實踐，不可須臾忘記！



圖／國父紀念館



冬令期間酒駕防制宣導—立冬進補篇

立冬進補這一味 可是會醉的喔！

食用含酒或酒類烹調的食物 就不開車上路

親友接送、代駕、搭乘大眾運輸 讓你酒駕平安到家

料酒

危機 從這裡開始

飲酒過後勿駕駛車輛

珍惜相聚的每一刻 別讓酒駕成為最後一刻

健康樂活

顧健康 保活力 要用「心」!

心臟屬於人體的生命核心，無時無刻收縮跳動，輸送血液到各個器官組織，而血管則是血液傳遞的管道，總長達 10 萬公里，可以繞地球赤道兩圈半，

由此可知兩者器官的重要性，近期天候變化甚大，本報特整理預防心血管疾病的方法，讓我們一起用「心」顧健康。



戒菸

抽菸是導致冠狀動脈心臟病的主因，研究指出，戒菸一年罹患心肌梗塞的風險相較於一般人就會減少一半。



減少飲酒量

男性一天建議不要超過兩瓶啤酒，女性則不超過一瓶，否則三酸甘油酯及血壓容易升高，增加罹患心臟病的風險。



規律運動

養成規律運動習慣，可以降低罹患心臟病的風險。衛生福利部建議，每週累積 150 分鐘的中等強度活動，例如：快走、慢跑、騎單車、游泳。



控制體重

體重過重會增加罹患心臟病機率，維持營養均衡、少油少糖的飲食，均衡攝取蔬果，控制每餐熱量攝取。



多吃含纖維的食物

專家建議至少一日攝取 30 克纖維。纖維可以從不同的食物中取得，例如：全穀食品、燕麥、各類蔬菜水果。



減少攝取飽和脂肪

攝取過多的飽和脂肪，會增加血中膽固醇，增加心臟病風險；因此，建議多攝取瘦肉，烹調用油以植物油代替動物油等健康的飲食方法。



減少鹽份攝取

攝取過多鹽份容易導致高血壓，衛福部建議，成人每日鈉總攝取量不宜超過 2400 毫克，建議減少食用泡麵、洋芋片等高鈉的食品之外，平常飲食中減少過度的調味添加、醃漬的加工食品。



(資料提供：後勤處)

雙語園地

Myanmar Junta Expands Airborne Assault Tactics With Deadly Paraglider Strike



At least 20 people were killed when Myanmar's junta used a motorized paraglider to drop bombs on festival-goers in Sagaing region. Witnesses said it was among the deadliest paramotor attacks to date, showing the junta's growing use of airborne assaults against civilians.

緬甸軍政府在實皆地區以動力滑翔傘向節慶人群投彈，造成至少 20 人死亡。目擊者表示，這是至今最嚴重的滑翔傘攻擊之一，顯示軍政府對平民的空中攻勢持續升級。

(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

心輔 LINE 帳號

市話：02-2585-0593

梅荷心語

傳真：02-2591-6747

ID：@yk10468g



福利櫃窗

國軍福利站網路商店

福利e指GO!



優質商品

滿699免運費

限持國軍福利證會員購買

福利處 <https://shop.gwsn.gov.tw/>

零距離

網路商店會員註冊方法：

快速

便利

①連結網路商店，點選右上角「會員中心」→「註冊」。
②填寫會員資訊及勾選「我接受隱私政策」後點選下方註冊。
③顯示註冊已成功完成（畫面顯示系統寄出驗證碼）。
④至電子信箱收取驗證信函，點擊「此處」啟用帳戶。
⑤返回網路商店頁面顯示「帳戶已啟用」字樣，即可開始購物。

(廣告)

澎湖縣後備憲兵荷松協會 114 年度自強大會



通訊員楊誠志／澎湖報導

澎湖縣後備憲兵荷松協會日前 114 年自強大會，由理事長胡見壽先生主持，邀請指揮官鄭中將、總會長張進發先生、政戰主任吳少將與澎防部指揮官

陳中將等貴賓亦親臨致意，現場氣氛熱絡。

胡理事長致詞時表示，澎湖後憲長年投入民防協勤與公益服務，展現堅定信念與行動力，期盼持續發揮組織能量，凝聚地方向心，共同促進社會安定。

鄭指揮官則肯定後憲成員對國防安全的長期奉獻，強調現役與後備體系緊密相連，盼雙方深化合作，攜手強化全民防衛力量。

彰化縣後備憲兵荷松協會舉辦淨山公益活動

通訊員陳姿佑／彰化報導

彰化縣後備憲兵荷松協會日前偕同彰化憲兵隊，於員林市藤山步道舉辦淨山公益活動，攜手以實際行動展現軍民團結、守護環境的決心。現場氣氛熱絡融洽，後憲學長與官兵們齊心協力，沿途撿拾步道垃圾，為維護地方環境整潔盡一份心力。

理事長林世杰表示，後備憲兵長期以來秉持「服務社會、關懷鄉里」的宗旨，持續推動公益活動，此次與現役單位共同參與，不僅深化彼此情誼，也讓眷屬及子弟們親身體驗環保的重要。



嘉義市後備憲兵荷松協會辦理關懷弱勢公益活動

通信員湯勝閔／嘉義報導

嘉義市後備憲兵荷松協會秉持關懷弱勢、回饋社會的宗旨，日前聯合榮譽理事長黃金財先生及嘉義憲兵隊，共同辦理公益關懷活動，前往民雄鄉「仲埔教養院」與鹿草鄉「嘉義教養院」進行慰問，以實際行動展現憲兵「服務社會、守護家園」的精神。

蔡理事長表示，希望藉由此次活動拋磚引玉，喚起社會各界對弱勢族群的重視與關懷，持續傳遞正向能量，勉勵後憲弟兄秉持憲兵榮譽傳統，發揮團隊互助精神，讓社會充滿更多溫情與希望。

