



## 銀髮義工 感恩與回饋

2010-03-27 記者 黃滇尹 報導



《台北的老人義工們》紀錄片封面。(圖片來源/淡江大學圖書館)

當長輩從職場上退休，卸下工作戰袍和家庭重擔的他們可以做些什麼，來充實自己最後這一段人生？全景映像工作室的楊重鳴導演，利用兩年的時間拍攝出這一部《台北的老人義工們》，用紀錄片的手法呈現五位長輩所熱愛的義工生活。服務的種類很多，年齡不是距離，對象不是問題，不斷地付出和學習，生命將會更加快樂圓滿。

全景映像工作室(後更名為全景傳播基金會)曾經發行許多紀錄片，都是以關懷生命和社會為主題，這一部《台北的老人義工們》是受公視的委託，以年長的觀眾群為對象所拍攝的作品。導演楊重鳴也在二〇〇三年參與九二一大地震紀錄片，全景創辦人吳乙峰執導的《生命》，在工作團隊中擔任攝影。

這五個溫馨故事的背景，是一九九六年的台北市，整部片的鏡頭從台北市公車開始。公車是老人義工們的交通工具，導演在片中巧妙地利用公車，作為不同人物故事的轉場。

### 故事人物 溫馨登場

高秋霞阿嬤，67歲，大家都稱呼她先生嬤。在台北市榮星花園、大安森林公園和青年公園等大型公園，免費開班教授老人健身體操，學員多達數百位。

先生嬤在50歲那一年深受五十肩的病症所擾，於是結束營業多年的自助餐店，每天早上到公園去跟著老師做體操，幾年下來，不但五十肩的症狀完全消除，也改善了自己的身體狀況。有感於此，先生嬤決定在台北市各大公園開班免費教學，希望透過推廣簡單的體操，讓更多老人家保持健康和身體的靈活度。先生嬤表示人老了更不能躲在家裡，要走到外面活動筋骨，才能遠離病痛。先生嬤特地設計了老人家的體操動作，人人都可以做得到，消除長輩們的心理障礙。許多阿公阿嬤去做運動，順便結交朋友，時常一起聊天、出外踏青，除了讓自己更快樂，家裡的晚輩也可以放心老人家的身體狀況。每當得到學員的回饋時，先生嬤說這就是讓她「做不厭」的最大原因。活到老，學到老，為了讓聽不懂的阿公阿嬤也可以一起做體操，先生嬤特地到國中報名補校，學習國語。在鏡頭底下的先生嬤似乎一刻也閒不下來，推廣老人運動樂此不疲。

尹繼善爺爺，76歲，來自四川的退休榮民，加入台北市長青服務隊15年。

尹爺爺對於義工服務很有規劃：星期一在榮總檢驗科當義工；星期二到勵馨基金會幫忙整理文書；星期三在台灣世界展望會；星期四則是到福音運動中心。而本片主要是關注尹爺爺在榮總的義工服務，除了幫忙行動不便或者不清楚醫院作業流程的老人家，尹爺爺還負責榮總的病房借還書服務，推著書車在各個樓層巡迴，方便住院的病患借還書。鏡頭隨著尹爺爺回到家裡，尹奶奶很自豪地說老伴在年輕時就很樂於助人，想不到這麼老了還是熱心停不下來。尹爺爺表示，榮總的病患很多都是以前一起上戰場的袍，現在步入老年之後，自己比別人幸運一點擁有健康，所以幫助別人是理所當然的。而且尹爺爺還強調：「付出，可以讓自己更快樂。」

媒體歷屆廣告

### 推薦文章

- 變化自如 幕後的聲音演員
- 那些年 爸爸與芭樂的回憶

- 關余廣色 我想說的事

總編輯的話 / 郭穎慈



本期共有十九篇稿件。頭題〈夢想配方 攝影甜點與咖啡〉忠實刻劃一位科技新貴勇敢出走，開設一間攝影風格咖啡廳的歷程和堅持。

本期頭題王 / 洪詩宸



嗨，我是詩宸。雖然個子很小，但是很好動，常常靜不下來。興趣是看各式各樣的小說，和拿著相機四處拍，四處旅行。喜歡用相機紀錄下感動，或值得紀念的人事。覺得不論是風景還是人物，每個快門的...

本期疾速王 / 吳建勳



大家好，我是吳建勳，淡水人，喜歡看電影、聽音樂跟拍照，嚮往無憂無慮的生活。

### 本期熱門排行



夢想配方 攝影甜點與咖啡  
洪詩宸 / 人物



橙色的季節 唯美「柿」界  
陳思享 / 照片故事



老驥伏櫪 馬躍八方  
許翔 / 人物



追本溯源 探究大地之聲  
劉雨婕 / 人物



變化自如 幕後的聲音演員  
張婷芳 / 人物

高玉女阿姨，61歲，先生因癌症早逝，高阿姨獨自扶養四個兒女長大。

因為曾經身為病患家屬，高阿姨希望可以藉由自己的經驗幫助更多有相同遭遇的朋友，因此她到了榮總志工隊，也在那裡結交許多義工朋友。只可惜隨著兒子搬家到距離榮總路途遙遠的新店之後，就不方便再天天到醫院去當志工，不習慣沒事做的高阿姨決定再找一個義工工作。她在朋友的介紹之下來到了少輔會，高阿姨花了不少時間適應在這裡的新生活，不像在榮總那樣的熱鬧，卻是少輔會員工衝鋒陷陣時的後援。不管做什麼義工，高阿姨覺得只要有事做、有地方可以走動，就很快樂。做義工，不像替別人工作，做義工是沒有壓力的，是單純為了別人和自己的快樂而做。



紀錄片拍攝側拍，照片中右三為剛下公車尹繼善爺爺。（圖片來源／公視網路商城）

許麗卿阿嬤，62歲，先生早逝，獨自扶養兒女長大，因為走過好幾年喪偶的悲痛，許阿嬤致力於老年人的心理諮詢服務。

平時許阿嬤在大安老人服務中心擔任懇談專線志工，專門排解和安置老人家心理方面的疑難雜症，不只在電話裡服務，由於老人服務中心是隸屬於社會局的機構，許阿嬤偶爾也需要出外勤任務，到獨居或行動不便的老人家裡探訪，看看他們需要什麼樣的幫助。除了社會局之外，許阿嬤還參加一葉蘭喪偶協會，並發起談心園的工作坊。許阿嬤說自己在先生過世後，有五年都是在行屍走肉中度過，最後是許多朋友拉她一把，許阿嬤才走出來，而且一走出來就看到很多朋友需要幫助，就像她曾經走過的那樣。「就是要回饋社會，用自己的經驗去幫助別人，因為自己走過的路，別人現在可能正在走、正在痛苦。」從許多個案的身上，許阿嬤也學習到如何改善與家人之間的關係。在新時代要有新觀念，退休了不要躲在家裡，出來當義工除了幫助別人，心裡面很快樂，還可以學習新知識讓自己跟得上時代。

陳坤塗爺爺，67歲，擔任紅十字會水上救生教練義務指導員十五年，直接間接的學生已經超過一千人。

有感於台灣每年都有數百人在水中罹難，令人難過，陳爺爺自己的叔叔也是在18歲的時候就溺斃，種種現象都讓喜愛游泳的陳爺爺覺得自己應該要投入推廣水上救生技術的工作，除了擔任義務指導員，陳爺爺在週末也會到溪邊值班當救生員。每天天未亮就要出門游泳的陳爺爺自己也經營了小型鈕扣工廠，多年前到坪林露營時，碰巧兩個小男生溺水，陳爺爺雖然把他們平安救上岸，卻也強烈感受到自己水上救生技術的不足，因此選擇加入紅十字會救生訓練，希望能夠減少悲劇的發生。看著一班班學生從救生訓練班結業，陳爺爺希望更多像他這樣年齡的游泳愛好者，也投入推廣水上救生的義工行列。

### 真實故事更具感染力

每一位義工長輩的背後，都有許多平凡卻偉大的人生故事。在去除了工作和養兒育女的重擔之後，他們將自己的專業還有人生經驗回饋到社會上，用各種不同的方式、各種不同的角度，卻都是出自同樣善良熱情的心。用最單純快樂的服務工作，來充實自己人生的最後一段路，《台北的老人義工們》提供觀眾許多思考的角度，關於志願服務的方式、管道和態度，透過真實故事的動人篇章，期待能夠感動更多人共襄盛舉，讓社會更美好。



橙色的季節 唯美「柿」界

新竹九降風吹起陣陣柿香，一片澄黃映入眼簾，那既是辛苦的結晶，也既是甜美的滋味。

