

點一盞希望的明燈

黃志立

葳怡，今年十八歲，暑假甫高職畢業，準備前往美國繼續升學，她是透納氏患者，從確認病症至結束療程，迄今，超過六年的時間，六年的光陰，為父母者歷經了心靈上的懊惱、消極、折磨，面對事實的接受，感激與積極的人生，真是一段不平凡的經歷與體驗，生命的奧妙，使我們學會了愛惜生命，謙虛與堅強。

源於葳怡於國小六年級時，身高與同儕相比矮了一截，經觀察且未見增長，經過多方的求診，最後在台中榮總徐山靜醫師處得到了答案，證實她是透納氏的患者，震驚、莫名的懊悔，希望的幻滅，生活的目的？生命意義的追尋？無以名狀的念頭，一陣陣衝擊而來，多麼的無奈！

在理性的認知，接受事實與面對，經過了長時間的療程，我們感同身受與了解患者小孩及家長在生理及心理上都必需承受一段時間的掙扎與艱苦的煎熬，才能走出陰霾。在這一個階段中，個人有二點感想，或許可以提出大家來參考：

1.國內對於罕見疾病的研究，可以說是剛在萌芽的階段，例如透納氏症，國內的研究極少，有

的都是外國的文獻報告。葳怡小時候，有先天性的髖關節脫臼，而導致學步時常摔倒，台中有兩家頗具規模的醫院，醫師即誤判為腦性麻痺或營養不均衡，但這都是透納氏症小孩可能會發生的併發症。

2.葳怡在接受療程的階段中，產生脊椎側彎的現象，原因不明？是先天？亦或後天產生，未有定論。脊椎側彎經過開刀後矯正，再繼續接受透納氏症的治療，脊椎側彎的情況仍然出現，這樣的病癥，應該是本項醫學領域研究的學科。

中華民國兒童生長協會，在民國八十五年成立，在前任理事長徐山靜女士的領導下，默默耕耘，為生長遲緩的病童或家長，以及醫學界研究方向點燃一盞希望的明燈，俗語說：“萬事起頭難”，接任的牛道明理事長，具服務的熱誠，學養及經驗豐富，正踏著前任理事長的腳步，戮力經營本會會務，個人忝為本會之理事，自當追隨理事長，貢獻心力，服務會員。也盼望全體之會員，能休戚與共，共同來關懷這個大家庭。



淺論施打延遲青春期製劑

林洲榮 2002.10.06

我兒林雋身高已有 165.4cm，對於一個施打生長激素六年的小孩，是一個算不錯的成績。但於十月五日的門診時，與林雋的主治大夫談話中，隱約得知某些生長正常的小孩，因身高較矮，於是透過某些醫師先施打延遲青春期製劑，再施打生長激素的療程，以達到身高變長的目的；這樣的作法，是有待商榷的。

相信我們生長協會的會員，應該都知道會施打生長激素的對象有三種：其一是特發性生長激素不足，其二是腦瘤病變，其三是透納氏症；不論是哪一種都是生理方面有明顯的缺陷。但近聞某些生長正常，只是身高較不理想的成員，為了達到他們的理想，於是採用了一些看似有醫學理論，卻尚未有完整的臨床實驗報告的療法；其中在中國大陸有所謂的斷骨增高法，而在臺灣有這種先施打延遲青春期製劑，再施打生長激素的療程，以達到身高變長的作法；中國大陸的斷骨增高法，因本人是從電視媒體得知片斷，故無從論起；而臺灣這種施打延遲青春期製劑的作法，經馬偕醫院的李燕晉醫師說明後，本人不禁要對身高的迷思，提出一些淺短的看法：

1. 現在接受健保局補助而施打生長激素的小孩，所用的藥及療程，是經過多年的臨床實驗，才通過的一種較安全的方法；但是它畢竟是一種新藥，多年以後是否有明顯的負面的副作用（譬如糖尿病），連主治醫師也不敢保證；所以雖是安全的方法，卻也必須擔起負面作用的風險。

2. 而臺灣這種施打延遲青春期製劑的作法，是一種必須自費，而且尚無完整的臨床實驗報告的療法，也許對某些欲達到身高理想的成員是一種誘因，但它所要擔起負面副作用的風險卻是更高；因為施打延遲青春期製劑，必須在延遲青春期間，一個月施打一次，然後再每天施打生長激素，若是生長板癒合，那麼所有的療程效果，可能就不明顯了；而日後的負面副作用的風險，一樣要負擔。（有一些孩子遲遲不進入青春期，不是因為他們僅僅是發育得慢，而是因為他們的身體真的有問題。因為，青春期延遲的原因很複雜，有先天遺傳方面的，也有後天的營養和疾病因素等。先天因素有：一、先天體質因素、二、垂體促性腺激素異常因素、三、先天性甲狀腺素缺乏、四、先天促性腺激素缺乏、五、先天性腺發育障礙。後天因素是多方面的，它與疾病有直接關係，如血吸蟲病、營養代謝障礙、腦炎、腦外傷、腦垂體的腫瘤等，均可導致青春期延遲。）

影響青春期發育的因素，一般分為兩大類：即遺傳和環境因素。遺傳因素包括種族和家庭。環境因素包括氣候、營養、體育運動等多方面。本人對這樣子的療程，認知其實也是有限；也許醫學的進步，本就是需要一些較前衛的、較大膽的作法，這樣造福人類的速度才會加快；但同意這種論點的人，本就要負擔起更大的風險，不知各位先進看法如何？

相見歡 喜相逢

林秀芳

懷著一份見習生的身份，帶著女兒參加協會所舉辦的年度大會。三月十日當天早上六點半多，兩輛遊覽車載著我們從台中出發到台中和大夥會合。雖然是第一次參加，可是我們並不陌生，像是和好朋友約會一樣。

看見協會裡從徐主任，牛主任和許多大夫們及幕後義務性付出的大小朋友們，我真的很感謝他們所做的一切。“無私的心和愛”我在這裡得到最佳見證。容許我在這兒向他們說聲：“謝謝你們”！

會後；我們一行人轉往士林官邸，參觀那曾經是蔣家的大宅門，眼前的景物真讓我們這些升斗小民嘖嘖稱羨。之後我們來到熱鬧的淡水，說它熱鬧；一點都不誇張，從淡水捷運站附近的市集，簡直可以用萬人空巷

來形容，來往的遊客幾乎是促擁而行，這和近期媒體報載的經濟不景氣，有著極大的出入。嚐遍琳瑯滿目各式各樣的小吃，也為今日的行程畫下圓滿的休止符。

最後；感謝孩子們讓我們相逢、相聚、相識在一起。

（人比花嬌吧！）—於蔣家大宅們內
玫瑰園

難忘的台中榮總行

陽明大學醫學系六年級
蔡奉芳 2002.09.14

我共有五個兄弟姊妹，因為年齡相近，從小打打鬧鬧，開開心心的成長，也因為大家都蠻健康的，從沒有

想過其他同年齡的小朋友可能會有生長方面的問題。進了醫學院求學，從基礎知識到臨床訓練，關於這種特殊

的疾病可能只是上課時幾百張投影片中的小部分，也可能因為人數少而無法充分瞭解，總覺得陌生而遙遠。但在大學中，我有幸能認識一個好朋友，更進一步與他二姐家的成員有了互動。也因為他二姐和二姐夫之積極推廣和誠意邀約，我能參與了去年在台中榮總舉行的生長協會大會。其實第一次知道林雋身為生長協會的一員時，我蠻驚訝的。我總覺得同年紀的孩子生長曲線本就不同，想到現在還都被爸爸嘲笑長得太矮呢！從我開始認識林雋，就覺得他很活潑，也很可愛，當天還上台表演歌曲。我想張二姐和二姐夫為了他一定花了很多的心力和精神。在活動當天我看見了好多健健康康的大孩子小孩子都上台開開心心的表演各項才藝，不論是歌唱，樂器表演都非常精采，就覺得父母辛苦的堅持都是值得的，也會打從心底覺得作父母者真的很偉大。

其實因為我自覺長得不夠高，在生長協會大會當中，我很感興趣的向理事長打聽我打生長激素是否能長高？但是她給了我一個令人失望的答案，因為我已經過了生長期，骨頭已經不會再增長了。最近我恰好在小兒科見習，終於知道如果

我們生長激素沒有異常但還是不滿意自己身高的人，可以在尚未進入青春時期時，以一面施打延遲青春期製劑，一面施打生長激素的方式讓自己長高。成果可是很令人興奮的喔！美國研究顯示平均起來，女生可以長高八公分，男生則可以再增長十公分呢！一開始老師介紹時真令我躍躍欲試。不過在興奮的同時，需要的時間以及金錢的投資真是令我卻步，因為施打的時間要持續二到三年，而投資的金額要高達兩三百萬！！我想是因為所有疾病的治療都需要很多的研究和臨床試驗，所需要的成本很高。所以真的可以稱作是眾人智慧的結晶！

雖然參加生長協會的活動不多，但是我可以充分的感覺到所有病友以及會員對我們都非常的親切以及友善，希望下次還有時間多參加這類的活動。



參加台中榮總活動之後

陽明大學醫學系六年級
張家穎 2002.8.26

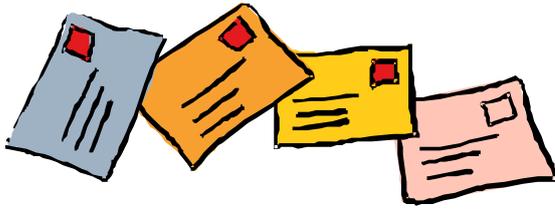
每次總是聽姐姐在我耳邊講，生長協會去了哪裡哪裡玩，又辦了哪些有趣的活動！讓我覺得，咦！這是個旅遊團體嗎？直到兩年前才親自參與了生長協會所辦的活動。這次活動在台中榮總舉行，上午是進行醫師講解以及各個家庭小朋友所提供的各項表演節目。那一次林雋、林永羞答答地像個大姑娘地在台上表演英文歌曲，因為緊張所以唱得七零八落的，但是最後大家還是給予他們溫暖熱情的掌聲，中場休息時，大夥就像多日不見的親朋好友，互相詢問彼此小朋友的近況，也會利用機會詢問醫師孩子身體的近況。

生長協會的小朋友，雖然在出生時帶著上帝不小心搞錯的小缺陷來到父母身邊，但父母無怨無尤地付出加上醫師縝密地診斷及給予治療。讓這些小朋友能和其他同年齡的小孩一樣地”長大”，他們臉上的自信笑容，我想是父母醫師心中最大的安慰。在外甥林雋還沒有接受生長激素療法時，想最尷尬的事情莫過於和他的表弟玩在一起時了，那時總是好像矮了那麼一截，但現在接受生長激素後，阿雋也能抬頭挺胸地跟表哥比身高了呢！姐姐家有一道牆上劃滿了高高低低的刻度，都是阿雋量身高時劃的，

但也記錄著姐姐全家陪阿雋一路走來的辛苦歷程。

生長協會也包括了其他罕見疾病，但由於這些疾病較少見，所以父母剛接觸時不免茫然，在那天中午的餐桌上，有一個第一次參加活動的媽媽，就焦急地詢問自己兒子的情形，但其他媽媽們熱心地提供自己的資料以及經驗，再加上看到一個三十歲打了生長激素長了。公分的實例，我想這位媽媽會對將來所要走的路大概會遇到的情形較有一個了解。姐姐也常從其他協會的家長醫師得到很實用的資訊－其他小朋友的成績如何Y？長到什麼時候就不會長了Y？

那次參加協會的活動，讓我了解到一個團體如何互相照顧扶持，小朋友個個活潑可愛，林雋、林永對上次表演的英文歌曲，在”私底下”時可是唱得熱情有勁，我想看到小朋友能開心地成長，也是姐姐、姐夫心中最大的喜悅。不過也希望還不了解這個疾病，但卻有這個問題的小朋友，也能及時地接受治療，讓他們能長到他們該有的身高，那就有賴大家的宣傳囉！！



遠方來的信

德翰媽媽

你們好，收訊平安，來到紐西蘭已有半年多了，德翰已經十三歲了，他在此地，由於氣候良好，空氣清新，沒有了課業的壓力，他才來半年就長高了 6 公分，現在他已經 158 公分了，又高又壯的德翰在校也因英文進步快速得到了學校的獎勵，這些都是在台灣他一直無法擁有的自信，或許此地真的是適合他，至少他十分快樂且健康、獨立。

在此，我要特別謝謝生長協會，給予的幫助及支持，前天榮總醫院的癌病中心主任顏上惠醫生，過經紐西蘭，還來訪看視德翰，德翰有這麼多人關心，真是他的福氣。

昨日，翻開此地中文報紙，赫然發現了生長協會的文章，其中有提及徐山靜醫師的文章內容，提醒家長提早發現生長遲緩的孩童，殊不知，在異鄉也能看到曾經接觸過的協會會訊及人，那是多麼高興！

在此，也請黃小姐特別問候大家好，謝永慶經理，謝謝當初介紹我入協會並協助我取得藥物，禮來公司藥物針筒的提供 (Tim)，高麗斐的資訊，教會我注射的陳小姐，開會時徐醫師的付出，黃小姐妳的細心都使得協會十分有意義及“有看頭”，更幫助不少病患，真是感恩！

林雋的林爸爸及惠琳，佩瑜媽媽，王文清家人，張雄家人，李芳謀家人等人，因此協會的活動開會，令我家人倍感這條路走來有伴、有情、有愛，很想念你們，希望這封信在開會時能讓你們看到，更希望、期盼你們有朝一日帶孩子來紐西蘭玩，來找我們，這是一個“天堂”似的地方，很美、很寧靜。

P.S.附上德翰在紐西蘭上帆船課的相片（此地的教育不只是唸書，還教會你如何生存，生活，獨立，駕船出海，騎馬，在叢林走徑 (hiking)，訓練攀爬技能，木工，煮食…)

以下是我的連絡方式：

陳德翰 Teddy Chen

30 John Stokes Tce.

Remuera Auckland New Zealand

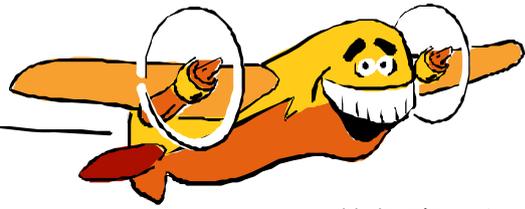
(H)Tel: 09-529-7878

敬祝

協會一切順利！病童健康快樂，日漸康復！

陳太太 敬上

西遊記



莊凱惠 姐姐

此次去洛杉磯充電，季節卻選在夏天且一待就是一個半月；對我妹妹而言，是欣喜若狂，因為她從未待在美國如此久，又很嚮往在美國的生活，但對媽媽而言可就頭痛了，因為要準備的東西實在是太多了。

我們到了出門當天，爸爸打電話來聲聲提醒，怕的是我們有任何遺漏或忘記帶的東西，以免到時又要再跑一趟，等到我們出發時，除了行李護照之外，最重要的還有我妹妹的藥品，因為這次沒有像以前去紐約一樣只有數天而已，帶的藥品數量很多，媽媽特別用防漏水的保護袋放置藥品又用塑膠袋包著大量的冰塊堆積在藥品周圍，最後用一個餅乾的圓筒放置這些物品，如此大費周章，只求藥品能保持一定的溫度。當我們浩浩蕩蕩的出門平安抵達機場時，媽媽百密一疏，居然用紙袋包著藥品，紙袋也不給面子，就這樣“破”了。怎麼辦呢？只好到免稅商店去問問看囉！我負責顧藥，媽媽和妹妹負責去要，總算要到了，好加在，不然的話，還要等一小時多，真不知道該怎麼辦才好？



因為前幾次的出國經驗，讓我們一登機就將藥品交由空中

姐，請他們冷藏；等到快到達目的地時再將藥品交還給我們，這讓我們輕鬆了不少也方便了許多。在長途搭乘後，終到達洛杉磯了，小姑來接我們回到之後要待上個半月的家，一到家，媽媽二話不說，將藥品快快拿出來給小姑，請小姑冰上，這才卸下心中一塊大石頭。

就這樣，在洛杉磯開始一段長期且規律的“美式生活”，妹妹除了一、三、五下午要上英文課外，其他時間就是複習在台灣所上的數學課程，有表哥親自上陣指導，而我當助教；在週末時，小姑更是精心規劃每週帶我們到 Universal Studio、Disney Land 及各地 Sopping Mall 遊玩一番，也去看了 Austin Powers in Gold member 和 Singes 兩部新片，彌補了妹妹總是在喊著沒法子參加生長協會八月三日所舉辦東勢林夏令營的遺憾。原以為在美國一待就是一個半月一定會很漫長，但快樂的時光總是很快渡過，一下子就到八月十幾日，又該打包行李回台灣去了。

此次去洛杉磯，除了妹妹對念書方法的改變，英文上的進步和國際觀的增廣見聞，對於未來的規劃，也有一番不錯的打算，此次西遊記，圓滿成功！

東勢林場的收穫



張惠琳

今年生長協會的夏令營活動是在東勢林場舉行，而且可以“闔家光臨”，於是我們就來個全家都到—公婆亦同行前往。參加這個活動可以陪二老出去玩，又兼具旅遊親子同樂，又可和病童家長醫師交流研究孩子的身體狀況，真是一趟“三合一”之旅呢！

頂著大太陽坐了一早上的車來到了東勢林場，下了車大家早已饑腸轆轆，幾近中午時分大家開始了第一個活動—大樹下烤肉，公公一向內向又害羞，一人坐在大石頭上看著大家烤肉，婆婆說自己是“升火高手”，還幫忙別組升火去，等她升好了火回到自己這組，看到大家人手一塊肉，她也餓得“火大”了，劈頭就向同組的人抱怨道：“喂！你們烤好了有得吃，該起來換人烤了！”口氣差，臉色也不怎麼好看，也不想聽別人解釋！事後我找個時機向同組的人解釋並致歉意。接下來婆婆又頻頻抱怨東抱怨西的，乍聽之下實在有點火冒三丈，因為想到自己真是“吃力不討好！”後來想想她老人家沒有飽讀詩書，沒過過團體生活，聽不太懂國語，根本搞不清楚大家在做什麼，說什麼！心裡就稍稍釋懷。接著我就試著講一些她能懂的，我告訴她協會的由來，告訴她沒有這些醫師，義工，及

熱心的家長，每個月我們可能要花費數萬元來支付生長激素，我告訴她這些活動的經費大都是藥商，善心人士，及熱心家長捐獻的。

第一天晚餐用完之後，在走回小木屋的路上，婆婆又發牢騷道：“跟著進香團全省吃透透，至少都是八菜一湯！”公公一旁隨即補道：“回去之後妳捐個幾萬塊，下次就有龍蝦可吃了！”婆婆噗嗤一笑，我更在一旁叫好！

第二天一早，來到吃飯的餐廳，看見婆婆幫著同桌的人盛稀飯，還幫同桌的老爺爺夾菜，我心想她看了一天，心裡可能有所領悟了，接下來的活動，她也較能融入這個團體了。

我問老公，既然早就料到會出現一些尷尬的情況，為什麼硬是要邀他倆同行？老公說要讓他爸媽看看“能付出，能助人最是快樂！”看看社會上閃亮的一面，看看有這麼多有愛心願意幫助人，願意互相扶持的好心人—那就是“中華民國兒童生長協會”。

這次的活動裡一開始有點不協調的婆婆，後來竟然有些許的改變，我看到她不會再老是苛求別人要為她什麼？自己竟也能為別人做些什麼！活動之後，相信大家都有屬於自己的收穫了！

長高的滋味

林建宏

我叫林建宏，今年十五歲，就讀師大附中一年級。我已經打了五年的生長激素，從 126 公分的小毛頭，長到現在 164 公分的小大人，心中十分的高興。

小時候，大家都嘲笑我長不高，我煩惱，媽媽也煩惱。就在一次的機緣中，知道了生長激素，媽媽就立刻帶我到榮總求更進一步的瞭解，就在牛道明醫師熱心的協助下，終於開始接受治療了。當時的我，已經做過數種的檢查，一聽到要天天打針，差點昏倒！但是為了長高，受一點痛又算什麼？到時候，我要大家叫我“喬丹”！

如今，160 公分對我來說已不構成威脅，從前的惡夢已消失無蹤，且升學的路上也沒有煩惱和障礙阻擾我，是“生長激素”幫我鋪了進入師大附中的大道。當然，也非常感謝牛道明醫師，讓我嘗到了長高的滋味。



我畢業了， 也得獎了

沈明昌

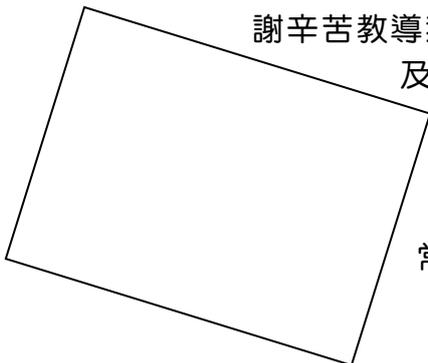
轉眼間三年已過去，我畢業了，記得國中畢業時我不知道要讀什麼學校，後來爸爸就幫我做決定讀志仁家商。

今年六月也就是我畢業的日子，非常的高興學校幫我們全校三年級去餐廳開辦謝師宴，慶祝畢業了，也感謝辛苦教導我們的老師

及教官，學弟妹們也來歡送我們，真是非常熱鬧。我也

得獎了，得到台北市府獎，獎狀一張及獎盃一座，且與馬英九市長合影留念。這真是我難忘且光榮的一刻。

我高職畢業了，也參加四技二專的考試，但是成績不理想，希望能有學校可以讀，不管錄取的學校遠近我和同學都想去讀，但媽媽說：“去太遠讀她會不放心”。後來爸爸勸說後，就同意讓我去，媽媽叫我要多保重身體，要獨立要會照顧自己。假如真的沒有學校讀，我就只好找個工作做了，就專心就業了。



東勢林場二日遊

王韋婷

在我們期盼之下，我們終於能如願以償，跟著朋友一起向東勢林場出發，路上跟朋友聊一下近況，發現大家都長高了，一直到了目的地，我們抱著雀躍的心情，走向我們的房間3338室。

到了房間以後，我們忍不住玩起枕頭仗來了，全部人玩得不亦樂乎，個個精疲力盡，等到晚上，每個人食指大動，把桌上的佳肴一掃而空，休息一下，全部小孩往林間教室走去，準備和Y M C A的大哥哥，姐姐玩緊張刺激的遊戲，最後是精采的摸獎，協會這次準備了許多的獎金，大家得到後都笑容滿面，好像中了樂透一樣，回到寢室後，全部人圍到電視機前收看“麻辣鮮師”，看完後，大家

也就寢進入夢鄉。隔天展開一場知性之旅，我們隨著解說員參觀了許多，認識了許多植物、昆蟲，到了下午，我們才依依不捨得踏上歸途。

這次二日遊我們玩得很高興，尤其是見到久違的好朋友，又在東勢林場瘋狂的玩了兩天，煩惱都拋到九霄雲外了，這種心情真是難以言喻，朋友！讓我們一起期待下次的旅行吧！



快樂之旅－東勢林場

林雋的妹妹林永

坐了好久的遊覽車，終於到了目的地－東勢林場，中午了，大家放好行李，就到烤肉區，自己烤肉吃，烤肉區那邊，有很多桌子、椅子都是石頭做成的，坐起來會有點不舒服，有

些人也和我們一組，剛開始起火，就有點失敗，所以爸爸就叫我們去撿乾樹枝來燒，當我們拿回來燒時，爸爸卻又說不是，但爸爸去撿時，我們就把火升起來了，爸爸回來時，才開始

幫忙烤吃的，架子上有雞翅膀、玉米……，還有土司可以配來吃，還有涼爽的仙草冰可以喝。

後來，我們拿到旅館的鑰匙，就進旅館了，我們的旅館是一間獨立在若干棵大樹下的房間，是一間比其它大的白色小木屋，打開了門，裡面有一張雙人床，兩張單人床，爸爸和媽媽住，哥哥、阿嬤、阿公和我住。

吃完晚餐以後，哥哥和我到YMCA玩，爸媽去開會了！在YMCA上，潘營長剛開始問我們長大要讀大學的舉手，接下來，研究所，到美國留學的舉手，剎那間我舉手了，哥哥還說我臭屁咧！我們玩完了YMCA的各種遊戲，輪到猜拳拿禮物了，結果我和哥哥都沒拿到，就沮喪的回去了。

第二天一大早，我們把行李放到團體房，然後到農推大樓集合，外面的雨，不怎麼大，也不怎麼小，但總是要拿雨傘的啦！

媽媽幫我買了一把傘，讓我和哥哥一起撐把傘，解說員就帶著大家前往森林了，一路上，四面八方都是花草樹木，仔細聽，只有鳥叫聲，風吹來的聲，都只有大自然裡的聲音，值得讓人來寫生。

我們看到紅瓶刷、粉紅色的花、紫色的花、紅色的花，綠色的萼、莖、葉，黃色的花蕊，七彩繽紛，開始上坡了，剛開始只是小小的，高一點的

植物，漸漸的樹越來越大，甚至連大大的楠樹被雀榕纏繞都看到了，我們也欣賞了各個恐龍酷酷的姿勢，還像小泰山一樣，抓著繩子盪來盪去，最後又走了，走了五十幾步後，又看見一隻超巨大的暴龍哩！

慢慢的，和大夥兒走到農產品銷售中心，裡面還有古時候用的東西，全都是石頭、木頭做成的，讓我們感到很新鮮，有古時候的味道。

回去了，吃飯了，雖然吃飯的時間還沒到，但我們還是逛一下，附近有間“中山亭”，我們就在那兒聊天，而我拿著雨傘到處玩一玩，逛一逛。

一點時，都吃完了，大夥兒的肚子脹脹的，還是費盡力氣爬上去拿行李到車上。

“再見了！東勢林場”，心裡有著依依不捨，這裡非常好玩，也吸收了很多知識，沒有白來一場，是快快樂樂的東勢林場之旅，快樂的時光，要好好珍惜，這次雖然感冒發燒，卻感到很好玩，很新鮮。東勢林場裡的花園，讓我感受到真正大自然的味道，望著東勢林場，離我愈來愈遠，在雨中離開，就想到裡面的花園，想著東勢林場的各種情景，但是，現在只能說“再見了”！



我看東勢林場

陳俐安

我最期待生長協會辦的活動終於來臨了！

今天要去的地方是東勢林場，東勢林場－東部的陽明山，台灣最美的森林花園，土地面積二一二公頃，在彰化縣農會精心擘劃下，秉持“親切、自然”的理念，採森林多角化經營，將東勢林場建設成為台灣中部的遊憩重鎮，也是國內森林遊樂和休閒農業的示範園區。

夏天的東勢林場綠意盎然，生機蓬勃，初夏杜鵑花仍在盛開，螢火蟲在四月份悄悄登場，滿山遍野螢光點點，到了四月底油桐花盛開，白色的花海鋪陳林間，像下雪一般。夏季的野生花卉很多，相繼登場，把東勢林場的夏天點綴得更加繽紛燦爛。

東勢林場在造林時廣植鳥植物，長年的經營創造了天然鳥園的景象。在林場住宿早上不同 morning call，有小鳥叫你起床，晨起賞鳥不用望遠鏡，各類小鳥跳躍在枝頭上與你親近，形成人鳥共處的和諧世界。

這次到東勢林場，讓我看到一些在都市看不到的東西，讓我覺得住在都市雖然很方便，但是不能看到一些自然的生物，真是美中不足啊！



東勢之旅與回想

林侑謙

這次的東勢林場之旅是我參加生長協會的第二次戶外旅遊活動，回想我在小學二年級的時候爸媽就覺得我的生長速度比一般小朋友慢，當時媽媽帶著我到台中榮總做了一連串的检查，醫師告訴媽媽說，因我年紀還小，且骨齡更小，所以暫不急著做治療，不過要觀察身高生長的速度，直到小

學五年級我的身高每年還是長不過 4 公分，所以媽媽又帶我就近到台北榮總做徹底檢查，確認是生長激素缺乏，因為已經五年級了，醫師建議我要打生長激素，由於從小我對打針就有很深的恐懼感，且所有認識我的老師及同學常說我是全校最小，所以他們都覺得我好可愛，因此我跟爸媽

說，如果打了針後臉沒變，但身體卻一直長高，那不就變得不可愛了嗎？媽媽說：身體只要長大，臉的比例也會跟著變，甚至會變帥，不用擔心！剛開始打針時我會緊張得全身僵硬，發抖，但日子久了以後也就較適應了，甚至父母親出國時我也可以自己動手打針，雖然仍有些壓力，不過也有些成就感。

東勢林場想像中應該沒什麼好玩的，不過還好有哥哥做伴，至少不會無聊，到達目的地之後，用完午餐我們先去參觀養蜂場，實際了解蜂蜜產製過程，後來同行的長輩送我一顆陀螺，陀螺雖然很可愛，但對沒打過陀螺的我，還真是不容易！經過爸爸指

導後，再加上不斷的練習體會技巧，我終於也可以把陀螺打得很好，也算是意外收穫。

晚上大人參加協會舉辦的座談會，我們小朋友則再由Y M C A大哥哥大姐姐們帶著玩遊戲，活動結束後依照慣例排隊打針，跟以往不一樣的是打完針的人可以玩一次戳戳樂，想不到我戳到最大獎二百元，真是太幸運了！這一次的活動讓我覺得滿意又快樂，不虛此行！真謝謝協會籌辦人員及各位義工媽媽，您們辛苦了！希望我也能正常快樂的長高。

珍貴的友誼

黃佩瑜

人的一生中除了父母、家人外，和我們關係最密切的就是朋友了。人的一生當中不能沒有朋友，因為朋友可以在你成功的時候和你一起分享喜悅。在你失意時鼓勵你、安慰你，讓你重拾信心，勇敢的堅持下去，不向命運屈服。在你有困難時幫助你。在課業上彼此研究討論，一起解決問題。在待人處世上當你犯錯時好言規勸，互相扶持，這樣的友誼才能長長久久有意義。這樣的人生才會過



得充實且多采多姿。

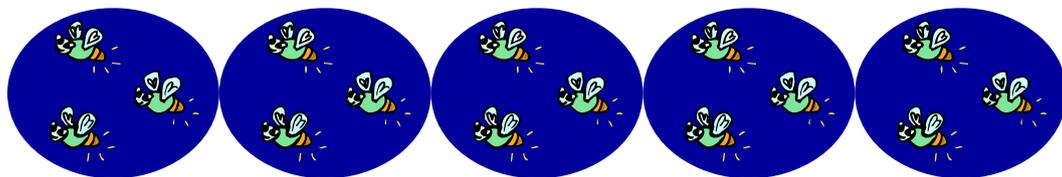
友誼是建立在真心誠意、互相扶持上，不為錢財，也不為個人的自私自利，而是“有福同享，有難同當”。沒有友誼的人生，到處呈現寂寞與孤獨，要讓人生充滿光采、有意義，朋友可是非常重要的。

自從我參加生長協會的活動之後，也讓我認識了很多人，交到很多好朋友，回想起每一次參加活動的情形，至今還令我記憶猶新，無法忘懷。大家也在一起會互相幫忙，我非常感謝她們。雖然我們見面的機會不多，相處時間也不很長，但我永遠無法忘

懷每次我們相聚時的情形及點點滴滴，希望你們的心情也能和我一樣珍惜，將這些美好的回憶長存妳們心中。

這次的相會，我們在東勢林場一起烤肉，晚會中小么哥哥賣力的帶領

我們玩遊戲，還有好玩的戳戳樂。哇！我戳中了一百元，真是太棒了！第一天我享受了森林浴，認識了螢火蟲及植物的生態，這次的相聚更讓我珍惜我們的友誼。



東勢林場快樂遊

王伯晏

今天，爸爸帶著我們全家人參加生長協會東勢林場二日遊的活動，我盼望許久的朋友也有參加，在車上我們有說有笑，大家邊看風景邊聊著學校裡的生活，實在有趣呀！時間也很快的過去了，不知不覺已來到東勢林場，車門一開大家也忍不住衝了下去，心情也由不得的雀躍起來，領了分配的房間鑰匙，一窩蜂的人往前衝去，我們也走向了自己的房間，大家歡聲齊呼，萬歲啦！

大家將自己的行李收拾一下，便也開始跳上跳下有如從籠子裡放出來的小鳥一般，大夥也按耐不住玩起枕頭戰來，一不小心就被遠方的枕頭打了正著，當然男生也不甘示弱回打過去，直到對方放下枕頭為止，彼此在笑聲中也

玩得精疲力盡，東倒西歪，到了晚餐大家忍不住狼吞虎嚥，大快朵頤的盡情享受美味，吃飯後在Y M C A大哥哥大姐姐的帶隊之下，高高興興的玩著遊戲，這次協會也準備了許多大獎的抽抽樂活動，各個通通有獎，也在大家的期待之下許多人抽中獎金，有如中了樂透一樣的快樂，大家也玩得不亦樂乎，節目就在一片歡笑中結束。

回程的路途中，大家唱著自己點播的歌曲，唱著流行歌有如K T V一般，有人唱歌也有人伴唱，也有人已經不支倒地呼呼大睡，最後在周華健的朋友歌聲中，說一聲再見了大家，後會有期。



東勢林場一遊

王鈺雯

今天是一個大晴天，也是我們兩天一夜的東勢林場的出遊天。雖然如此，但早上 5 點多就得被挖起來出門去，也未免太辛苦了吧！

6:30 上車？出發心情是 ，不過早餐還不錯（因為有飲料啦！），等大家都上車後，我們的旅行就開始了。

睡夢中到了一號休息站－龍潭休息服務區。欸！人還真不少哩！真是所謂的中國人的旅遊－上車睡覺，下車尿尿。想當然爾，我們也不能免俗的依照慣例，等大家解放後繼續出發。

過了許久又到了二號休息站，這回我是下去逛逛。要上車時遇到了熟人，原來是學校的老師啊！她們也趁著假日和前校長一起出遊，我和她們聊了一下就告別上車去了。

終於到了東勢林場，首先要先登記。可我們竟走錯路，到烤肉區來了，於是老爸提著大包小包又趕回去登記。接著我們分組在那裡烤肉，我老爸可是高手三兩下就有香噴噴的烤肉吃。只是天氣太熱讓我快受不了！終於熬到三點可以回小木屋。可路超遠的，到木屋開門一看，欸！一張雙人床，一個小梳妝台，一台電視機，又濕又熱又超悶的空氣，外加不怎麼乾的地板，打開櫥櫃，一條迷你單人小涼被，浴室又沒熱水，花了兩千多元的小木屋竟是這種樣子，還好有冷氣，不會變成烤鴨，不然我真會發瘋。

下午到處去逛逛，然後小睡一下。晚上到林場的餐廳吃飯，飯後就

跟著爸媽搬飲料到會場去佈置，飲料有立頓巧克力奶茶和礦泉水（妳知道嗎？我很愛喝奶茶，但我很討厭喝調味奶茶，因為我覺得那種奶茶味道很噁心，又會胖，建議下回換成低糖飲料）。本想留下聽演講，但我噴藥時效過了，所以就先和老爸回木屋去，洗了澡，看看電視，大約十點多就上床睡覺。

第二天我們一早就起來吃了飯，然後去爬山。由於昨天晚上大雨，因此路面又濕又滑，加上超級陡的山路，還有一隻死蛇，真是快嚇死人。好不容易下了山去參觀養蜂場，在那裡有介紹蜜蜂的生態，如何辨別蜂蜜的好壞．．．等等。之後又到精品區買了兩大條的“抹草肥皂”和“檜木肥皂”，但老爸要把行李寄放在登記處，偏偏我肚子餓又加下大雨，最後決定我和妹妹，媽媽留在咖啡屋吃點心，老爸一人去執行此任務（心中有點不忍）；在等待中我們點了一份蜂蜜鬆餅和一壺茶，味道不錯哩！

時間過得好快，又到說再見的時候。大家在回程的車上狂唱卡拉OK，哇！想不到我們這一車這麼厲害，下回可以辦個卡拉OK大賽，大家可一較高下呢！這時的我又開始期待下一次的活動了。





難忘的東勢 林場之旅

林雋

星期六一大早，全家人整理好行李，出門走到捷運站，再搭到台北車站，到了車站，找到集合的地點，等待全部的人到齊後，就坐遊覽車前往台中的東勢林場。

到了那兒，已經十一點了，我們到報到處報到後，把行李放在那裡，我們就到烤肉區烤肉吃，那裡的椅子是石頭和木頭，坐起來有點不舒服，但因為在樹下，所以較陰涼。烤肉最困難的步驟，應該就是升火，我們升了好久才升起火來，升起火來，就把要烤的食物拿來烤一烤，不知道是我太餓了，還是幫忙烤的人太會烤了，吃起來真好吃。吃飽了之後，回報到處拿行李和小木屋的鑰匙，找到小木屋把行李放好，我們就休息了，因為吃得太飽，我們一直休息，把“森林浴”這個活動給忘了，下午三點多，我們到我們房間右上方的一間螢火蟲館參觀參觀，裡面有介紹螢火蟲的影片，看完之後，讓我對螢火蟲有進一步的了解，然後我們就在裡面買了冰淇淋和冰棒吃，吃完後，我們回房間休息，爸爸媽媽就去開會。

爸爸媽媽開完會，就是晚餐時間，吃完晚餐，YMCA的潘營長又來帶活動了！大家都很高興，當場的小朋友大約有五、六十人，遊戲到快結束，營長要大家猜拳，最後十六位的小朋友可以得到冰桶一個，結果我沒得到，真是可惜啊！結束後，就是打針時間，打完後，要回房前可以免費抽一次洞洞樂，結果我抽到了一張百元鈔票和兩個小玩具，真奇怪！為什麼會有這種洞洞樂呢？原來是義工黃阿姨好心為大家做的，幾乎每個洞都有一張鈔票，有三種鈔票，有兩百元、一百元、五十元，五十元較多，兩百元較少，真是非常的謝謝義工黃阿姨。抽完後，我就回房睡覺，等待明天的到來！

第二天，吃完早餐，又有一個解說的活動，活動結束，吃完午餐，就背著行李上遊覽車回台北了！我覺得生長協會辦的活動都很不錯，每次都能讓人滿載而歸，難忘不已！

