



| | | |
|---|------------------------|--|
| 98-04-43-04 | 郵政劃撥儲金存款單 | ◎寄款人請注意背面說明 ◎本收據由電腦印錄請勿填寫 郵政劃撥儲金存款收據 |
| 收款帳號: 5 0 2 8 9 9 1 4 | 金額: 德(仟萬佰萬拾萬萬) 仟 佰 拾 元 | 財團法人育田社會福利慈善基金會 |
| 通訊欄 (限與本次存款有關事項) 收據: <input type="checkbox"/> 電子申報 <input type="checkbox"/> 年寄 <input type="checkbox"/> 逐次寄 <input type="checkbox"/> 免寄 | 收款戶名: 財團法人育田社會福利慈善基金會 | 財團法人育田社會福利慈善基金會 |
| 抬頭: _____ | 姓名: _____ | 收款帳號戶名: _____ |
| 身分證字號: _____ | 地址: _____ | 存款金額: _____ |
| 免費刊物: <input type="checkbox"/> 要 <input type="checkbox"/> 不要 | 地址: _____ | 電腦記錄: _____ |
| 寄發地址: <input type="checkbox"/> 同右 <input type="checkbox"/> 口口 | 電話: _____ | 主管: _____ |
| 備註: _____ | _____ | 經辦局收款章戳 |



| | | |
|---|------------------------|--|
| 98-04-43-04 | 郵政劃撥儲金存款單 | ◎寄款人請注意背面說明 ◎本收據由電腦印錄請勿填寫 郵政劃撥儲金存款收據 |
| 收款帳號: 5 0 2 8 9 9 1 4 | 金額: 德(仟萬佰萬拾萬萬) 仟 佰 拾 元 | 財團法人育田社會福利慈善基金會 |
| 通訊欄 (限與本次存款有關事項) 收據: <input type="checkbox"/> 電子申報 <input type="checkbox"/> 年寄 <input type="checkbox"/> 逐次寄 <input type="checkbox"/> 免寄 | 收款戶名: 財團法人育田社會福利慈善基金會 | 財團法人育田社會福利慈善基金會 |
| 抬頭: _____ | 姓名: _____ | 收款帳號戶名: _____ |
| 身分證字號: _____ | 地址: _____ | 存款金額: _____ |
| 免費刊物: <input type="checkbox"/> 要 <input type="checkbox"/> 不要 | 地址: _____ | 電腦記錄: _____ |
| 寄發地址: <input type="checkbox"/> 同右 <input type="checkbox"/> 口口 | 電話: _____ | 主管: _____ |
| 備註: _____ | _____ | 經辦局收款章戳 |

守護您的每一份託付： 走進基金會的資源審核幕後

秘書處/衣萍

在基金會的日常工作中，我們最常收到捐款人的一句話是：「希望此善款得以善加利用、幫助所需之家庭、讓愛延續。」

這份託付，對社工處及秘書處而言，是沉甸甸的責任。為了不辜負這份信任，我們建立了一套看似「嚴冷」的審核機制，但這份堅持的背後，其實是為了守護每一份得來不易的資源，確保它們能在最關鍵的時刻，成為為癌友家庭擋雨的一把傘。

很多人會問，為什麼申請補助需要準備這麼多證明文件？為什麼審核流程不能再簡化？事實上，癌症治療是一場長期抗戰，資源的分配必須精確。放寬了標準，或許能讓更多人得到微小的幫助，但也可能導致那些正處於生命懸崖邊緣、真正斷糧缺醫的家庭，因為資源稀釋而失去機會。

我們的審核流程不只是一張紙的往返，而是專業的層層把關：

踏實耕耘、扎實付出、服務弱勢、在你身旁

育秧 mercyland

{Apr.2026 }

Vol.44



因為您的愛心託付

育田走進審核幕後，確保資源精準接應阮姊與單親媽等困境家庭。我們不僅守護孩子溫飽，更透過營養補鐵與身心療癒注入穩定能量；當抗癌韌性化作巡迴展的藝術色彩，我們正接住每顆破碎的心，陪他們在裂縫中向光而生，重組生命的勇氣。



1.第一線的實地了解：

透過社工與醫院端、癌友的聯繫，確認癌友最真實的生活困境。

2.多維度的資格評估：

我們協助訂定嚴謹的經濟邊緣戶標準，不只看帳面收入，更考量治療負擔與家庭支持系統。

3.公正的複審機制：

每一筆補助金的發放，都需經過內部稽核小組審議，確保程序合法、分配公正。

在會計帳目上，我們看見的是撥款金額與收據；但在秘書處眼中，那是病友的營養品、是孩子餐食費，更是整個家庭重新站起來的勇氣。

在114年度，育田共計幫助了532個家庭，提供763萬元的經濟扶助。

嚴謹的流程，是我們對捐款人透明的交代，更是對病友最深層的守護。

感謝您成為我們的後盾，讓我們能理性地分配資源，感性地傳遞希望。

癌症單親媽媽陷困境

育田基金會伸出援手守護孩子溫飽

社工處/居禮

在社會的角落裡，有許多家庭正默默承受生活的重擔。小惠(化名)便是其中之一。她已婚，但因與丈夫感情不睦，兩人早已分居多年。多年來，小惠獨自扶養一名仍在國中就學的兒子，母子相依為命。

過去，小惠在一間飲食店擔任店員，收入雖不豐厚，但仍能勉強維持母子生活。然而，命運卻在此時帶來沉重打擊——小惠不幸罹患癌症。自從確診後，她因身體狀況無法繼續工作，不僅失去經濟來源，還必須承擔高額醫療費用，生活頓時陷入困境。

小惠並無自有住宅，每月需支付7,000元房租。失去工作後，她已無力負擔租金。更艱難的是，由於治療需求，她必須長期往返台北就醫，交通費用累積成為另一筆沉重開支，讓本就困頓的生活雪上加霜。

在住院治療期間，小惠的兒子只能獨自在家生活。由於缺乏照顧與經濟支持，孩子經常無法正常用餐，營養狀況令人憂心。

當陽光照進裂縫： 阮姊與她的向光之路

社工處/德德

裂縫的花朵，如同處於社會邊緣的家庭，承擔著那冷漠、無光的壓力，仍步步前行、漸漸成長，本會服務個案之一的阮姊就是在如此環境下，仍然向前行的人。

阮姊是越南人，來台灣多年，共有兩段婚姻，育有兩女，前夫過世多年後，和現任丈夫結婚，並共同生活，生活也算過得去。然天不遂人願，阮姊幾年前診斷乳癌，丈夫則罹患大腸癌，兩人因此不得不放下工作專心治療，導致家中經濟負擔沉重，雖後續治療完成，阮姊也能回歸職場，但丈夫體況則日漸不佳，難以外出工作。而阮姊尚能工作，故尚能勉強支應生活

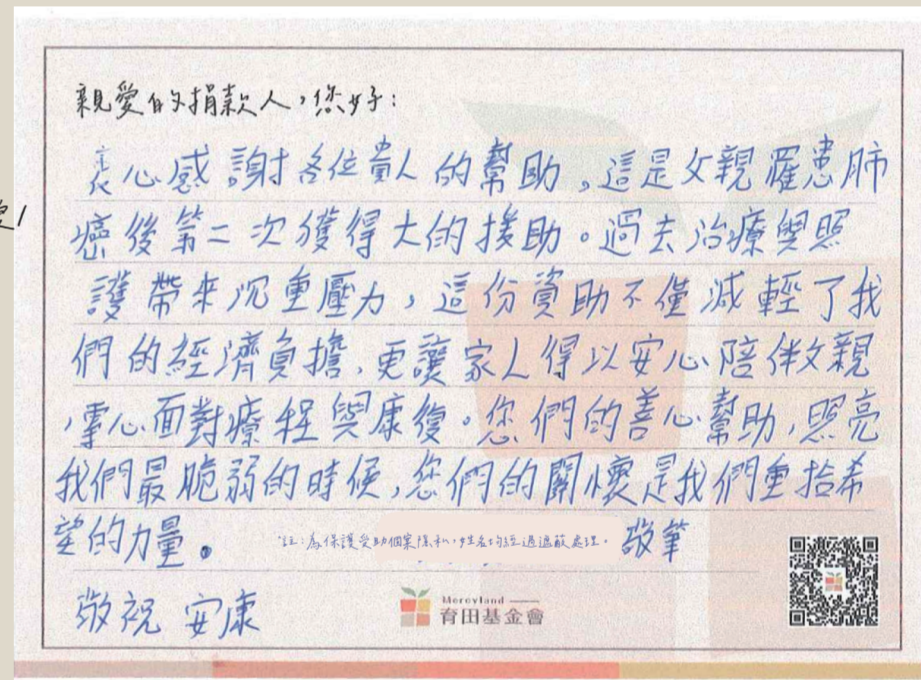
可惜好景不常，丈夫因體況惡化(多重器官腫瘍)，於前年手術後，已全臥床，需他人照顧，此外阮姊小女兒先前未成年時所生的孩子，經社會局判定母親無照顧能力而被安置兩年，近期再次評估小女兒的經濟狀況仍未穩定，故未通過，阮姊因不捨，因此在去年中接回家中照顧，原以為努力些總能過得去，未料阮姊今年初癌症復發……

育田基金會在得知小惠母子的困境後，立即啟動急難救助機制，為這個家庭提供及時援助。基金會首先提供一筆急難救助金，協助小惠暫時度過眼前的經濟難關，減輕生活壓力。

同時，為了確保孩子在成長階段能夠獲得足夠的營養，基金會也特別為小惠就讀國中的兒子提供為期六個月、每月3,000元的餐食補助，讓孩子能安心用餐、專心求學。

當家庭遭遇突如其來的疾病與變故時，往往最需要的是社會的一份溫暖支持。育田基金會透過急難救助，希望為陷入困境的家庭帶來一絲喘息與希望，讓孩子在逆境中依然能健康成長。

在社會各界的關懷與支持下，小惠母子不再孤單。每一份善意，都可能成為照亮困境家庭的一盞燈。

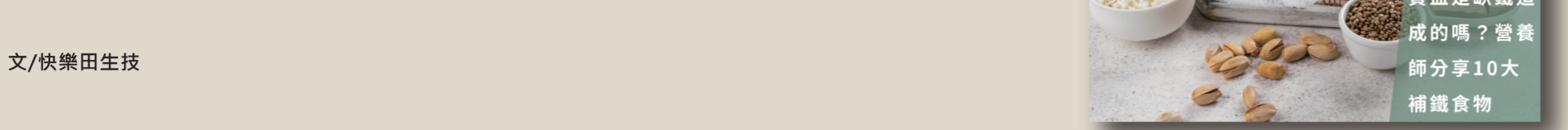


育田在接到轉介後，透過急難救助的方式協助阮姊一家，讓其能緩解治療期間無法工作的經濟壓力，並評估家中尚有年幼小孩，且阮姊兩女兒的經濟狀況不佳，大女兒也有兩小孩需照顧，小女兒仍舊無穩定工作，難以提供阮姊經濟支持，為預防家中經濟緊缺，影響小孩營養狀況，本會也提供為期六個月，每月3000元的子女餐食補助，確保小孩在成長階段能有充足營養。

疾病總是突如其來，迫使家庭處於社會的裂縫中，掙扎求生，此時需要是一份支持、理解，如同一道光照進裂縫中，看見陷入困境的家庭，為其帶來一絲溫暖和希望。育田希冀透過經濟補助，能為這些家庭提供協助，如同陽光照進裂縫的花朵，讓家庭能夠在困境中依然能夠向光而生。

在社會各界的支持下，能使如阮姊一家的家庭們能夠感受溫暖，每一份支持、每一份溫暖，都如同一道道光，照進這些家庭的心理。

貧血是缺鐵造成的嗎？ 營養師分享10大補鐵食物



文/快樂田生技

貧血是什麼？鐵有什麼功用？
貧血的原因包含紅血球不足或血紅素不足，紅血球就像是身體的「運輸車」，負責將氧氣送到全身各組織；一旦正常紅血球不足或血紅素不足，氧氣運送效率下降，就可能出現疲倦、頭暈、注意力無法集中等症狀。最常見就是「缺鐵性貧血」。

鐵質對人體相當重要，是構成血紅素與肌紅蛋白的重要成分，有助於正常紅血球的形成，也有助於氧氣的輸送與利用，維持能量代謝與免疫功能。

除了鐵質之外還要多攝取什麼？

「吃對食物」絕對是日常生活中最簡單也最有效的補給方式！
營養師為大家整理了生活中常見的「十大補鐵食物」。我們可以發現，補鐵不一定要靠紅肉，蔬食界的紫菜以每 100 公克含有 56.2 毫克的驚人鐵含量位居榜首；而台灣人餐桌常見的豬血(28.0 毫克)與鴨血(15.6 毫克)則是效率極高的動物性鐵質來源。

對於素食或是偏好植物性蛋白質的朋友，熟黑芝麻(10.3 毫克)、紅苜荳(8.5 毫克)與紅豆(7.1 毫克)都是非常優質的選擇。若習慣攝取肉類，除了內臟類的豬肝(10.2 毫克)外，腓力牛排(3.4 毫克)、櫻桃鴨胸與牛腱心(皆約 3.0 毫克)也都能提供穩定的鐵質。

最後，別忘了許多人印象中補鐵的菠菜(2.9毫克)，雖然排名第十，但依然是日常配菜中很棒的營養選擇。

參考資料：

- 衛生福利部國民健康署>服務園地>本署新聞>新聞>112年>我國約2成育齡婦女有貧血現象 儲鐵4招準媽咪「孕」籌帷幄
<https://www.hpa.gov.tw/Pages/Detail.aspx?nodeid=4705&pid=16721>
- Auerbach M, DeLoughery TG, Tirnauer JS. Iron Deficiency in Adults: A Review. JAMA. 2025 May 27;333(20):1813-1823. doi: 10.1001/jama.2025.0452. PMID: 40159291.
- 食品營養成分資料庫(新版)

活動預告

| | | | |
|--|---|---|---|
| 癡友與陪伴者拼貼畫展 | 當家人生病時，我該怎麼辦？ 培養同理心與溝通技巧 講座 | 身心營養時光@37cafe | 企業公益日展售 |
| 林口長庚紀念醫院—3/27-5/4 新竹國泰綜合醫院—5/15-7/17 | *本講座由合作單位統一報名，不開放個別報名，部分單位不對外開放，敬請見諒。 若貴單位(20人以上)有興趣申請本講座，歡迎與我們聯繫。 | 從一餐開始，陪你走過照顧日常 4/10—深度休息： 找回一夜好眠的香氣儀式 5/8—溫柔陪伴： 那些臨終我想先知道的事 | 預約企業公益日!歡迎 ESG 與福委會洽談，與育田共創溫暖的職場公益文化。 5/14—瀉海土城 5/21—瀉海竹科 |
| 歡迎全台各大醫院、企業等單位邀約展出，只要您單位設有藝廊或公共展示空間，皆歡迎支持本會拼貼畫巡迴展。 | 臺北市育達高中輔導室—5/15 | 透過專業精油引導與簡單按摩，教您溫柔釋放長期照顧的沉重壓力，在芬香中找回內在平衡，給疲憊的身心一個深呼吸的機會。 | |



◆立即報名，學會同理溝通！

讓藝術接住生命： 育田基金會長庚巡迴展與生命拼貼紀實

社資處/晏平

對於正在與癌症搏鬥的病友而言，醫院不僅是治療的場域，更是情緒最為波動的交會點。育田基金會深信，藝術不應只存在於遙遠的美術館，更應該走進白色巨塔的長廊。我們堅持推動醫院巡迴展的理念非常單純：希望能讓病友在「就近看展」的過程中，從他人的生命碎片裡看見自己的光。透過拼貼畫的溫度，將沉重的候診空間轉化為療癒藝廊，讓每一位剛走出診間、心神疲累的病友，都能在轉角處遇見一份支撐的力量。

今年巡迴展首站來到嘉義長庚。展區中最令人動容的，是連續兩屆獲獎的病友「奏花露」。從 2024 年銀牌作品《我的百萬夜景》到2025年佳作《癌·癡·愛》，她紀錄了抗癌十年的心境轉折。即便面臨癌症轉移至腦部的重擊，她仍透過畫筆與碎紙，在黑暗中為自己點亮燈火。這不僅是她的創作，更是她對生命的告白。許多在院內就診的癌友紛紛表示，看見奏花露的作品，就像是看見了勇敢前行的自己，這份「同

儕陪伴」的力量，正是育田最想傳遞的價值。

每一幅拼貼畫，都是一場動人的生命對話。育田基金會未來將持續深耕公共空間，不僅限於醫療院所，更積極尋求各類異業合作的機會。我們期許透過更多元的展出平台，增加癌友作品的曝光度，讓社會大眾有機會透過藝術，撕掉疾病的標籤，看見創作者背後的韌性與才華。我們誠摯邀請更多場域加入我們的行列，讓這份「從碎片到完整」的生命勇氣，能在城市的各個角落溫暖綻放。

社資處/晏平

在長期的照護路上，照顧者往往是「燃燒自己」的代名詞。育田基金會深知，唯有身心俱足，才能走得長遠。今年春天，我們在 37CAFE 啟動了系列講座，透過跨專業的對話，為疲憊的靈魂注滿活水。

3/20【安頓身心】：在焦慮中找回心理剛強

首場活動中，文珍心理師引導學員練習「放下，回到呼吸」。面對高敏感的特質與情緒勒索的困境，我們學習劃出溫柔的邊界。現場不僅有淑華芳療師手把手教學舒壓技巧，更結合了營養照護觀念，強調在高壓環境下，攝取優質蛋白質與維生素的重要性，讓身體擁有支撐情緒的基礎。

每一幅拼貼畫，都是一場動人的生命對話。育田基金會未來將持續深耕公共空間，不僅限於醫療院所，更積極尋求各類異業合作的機會。我們期許透過更多元的展出平台，增加癌友作品的曝光度，讓社會大眾有機會透過藝術，撕掉疾病的標籤，看見創作者背後的韌性與才華。我們誠摯邀請更多場域加入我們的行列，讓這份「從碎片到完整」的生命勇氣，能在城市的各個角落溫暖綻放。

每一幅拼貼畫，都是一場動人的生命對話。育田基金會未來將持續深耕公共空間，不僅限於醫療院所，更積極尋求各類異業合作的機會。我們期許透過更多元的展出平台，增加癌友作品的曝光度，讓社會大眾有機會透過藝術，撕掉疾病的標籤，看見創作者背後的韌性與才華。我們誠摯邀請更多場域加入我們的行列，讓這份「從碎片到完整」的生命勇氣，能在城市的各個角落溫暖綻放。

社資處/晏平

4/10【深度休息】：建立專屬的好眠儀式

針對照顧者常見的淺眠與入睡困難，第二場講座聚焦於修復。我們引導學員建立香氣儀式，並針對「孤獨照顧者」開發單人可操作的按摩手法。在營養面向，我們分享了「好眠飲食法」，提醒大家適時補充鈣與鎂，讓神經系統在深夜獲得真正的鬆弛。

育田小語：讓活水流回自己身上
兩場活動的回饋中，最令人動容的是照顧者們終於被「看見」了。在 37CAFE 的暖心午餐中，營養不僅是食物的攝取，更是被愛與專業接住的體感。育田會持續陪伴每位育秧人，練習不讓責任完全自己扛，讓自我照顧成爲一種務實的陪伴。

| |
|-----------------------------------|
| 收入 |
| 捐贈收入 4,045,811 |
| 利息收入 1,038,116 |
| 其他收入 2,000 |
| 經費收入合計 5,085,927 |
| 支出 |
| 業務支出-癌友協助 1,591,964 |
| 會務支出 200,551 |
| 經費支出合計 1,792,515 |
| 本期餘蝕 3,293,412 |

115年 第1季 補助概況 弱勢癌友家庭扶助計畫

營養品提供
協助157名脆弱癌友/家庭，共發放28,608罐營養品
*感謝快樂田生技及善心人士贊助

經濟扶助
協助137名脆弱癌友/家庭，共發放1,000,000元急難救助金

創刊日期 2015年07月
發行日期 2026年04月
本刊免費寄贈，歡迎索取，
非經同意請勿轉載刊物內容

發行所 財團法人育田社會福利慈善基金會
發行人 杜秀姬
總編輯 林晏平

編輯團隊
董事長 杜秀姬
董 事 杜秀姬、王月娥、江婕鈴、吳玲璋、林鼎凱、姜宸如、陳思涵、陳偉羣、羅怡芸
(依姓名筆畫順序排列)

總 會 社資資源處:林晏平
秘書處:謝青蓉、羅衣萍
社工具:余秉德

地址:333-006 桃園市龜山區
文東五街37巷37號2樓
電話:03-328-5188
傳真:03-328-7258
e-mail:
account@mercyland.org.tw

東區辦事處 主任:周居禮
地址:970-013 花蓮縣花蓮市
自由街150號三樓之5
電話:03-863-0007

育田小語：讓活水流回自己身上

兩場活動的回饋中，最令人動容的是照顧者們終於被「看見」了。在 37CAFE 的暖心午餐中，營養不僅是食物的攝取，更是被愛與專業接住的體感。育田會持續陪伴每位育秧人，練習不讓責任完全自己扛，讓自我照顧成爲一種務實的陪伴。

＼公開微信/

＼掃我！扶助辦法，活動訊息，線上捐款/

