

養生文化村試住之經驗分享

◎王大成 (Eileen)

2014

年 10 月 12 日自金門飛回台北松山機場，搭計程車至養生文化村，約 30 分鐘。之前住在養生村的朋友已先幫我預定房間：一房二廳，約 72 平方米，有客廳、廚房和衛浴，每晚台幣 1,530 元（約美金 50 元），有供應盥洗用具和每日換毛巾，但比旅館住的舒服寬敞。

來這的前十天旅遊，包括環島和金門，每天換旅館，天氣熱又走很多路，左腳趾已有些發炎，旅遊的疲憊讓我當晚倒頭就睡，一覺睡了七個鐘頭。

隔日吃完早餐下樓到大廳跟著住民做晨操，之後到 2 樓美容院洗頭和按摩，台幣 170 元（約美金 5.6 元）。然後再去洗衣服，把所有的髒衣服放進洗衣機，台幣 20 元，烘衣 40 分鐘台幣 25 元。接著去健康管理室尋求掛號協助，到長庚醫院處理腳趾發炎的狀況。中午去餐廳吃套餐五菜一湯，主食有魚或肉類任選一樣，還有養生紫米飯，只要台幣 70 元（約美金 2.5 元）。大廳可享用免費 Wi-Fi，每天下午固定有志工協助解答手機或電腦使用問題。

離開台灣 55 年後，第一次在台灣看病，醫院很大，病人也很多，但醫師非常和氣，我沒有健保所以自費，全部花

台幣 330 元（約美金 11 元），一時傻了眼，怪不得台灣的健保要虧本了。

第三天早飯和晨操後，去參加旅遊講習會，主辦單位提出幾個一日遊方案，包含交通、門票、中餐及所有的活動，價錢在台幣 1,200 ~ 1,400 元間，美金 50 元不到，這種活動如果在美國一定要美金 100 元以上，感覺在台灣生活真好。這天還參加一些社團活動，有太極、國畫、國劇、卡拉 OK、合唱團、麻將等，還有不同宗教聚會的地方，如基督教、天主教、佛教等。

第四天一樣再到餐廳用完早餐後，去參加保健講座，老師熱心又幽默，有準備好的講義及當場示範運動，非常有意義。下午到戶外去活動，天氣好、風景美，可惜我的腳還不太好，不能夠爬上山去看更美的風景。

第五天早晨七點半，前一天預約的計程車接我去機場，約 30 分鐘的車程，台幣 600 元（約美金 20 元），退房時值班小姐交給我一包早點，打開一看是燒餅油條和一杯熱氣騰騰的豆漿，猜想一定是朋友送的，令人非常感動。短短幾天的試住，卻感受親切舒適，謝謝養生文化村。🍵