

104年12月 第二十期

願樂翁老

半年刊

樂觀開朗喜歡唱歌的「aniki」竹興哥

雖然竹興阿公因為生理功能退化，
日常生活皆需照服員協助，
但他不因生理上的限制而沮喪，
總是抱持開朗樂觀的態度，
真是值得我們學習。



本中心長者參加

104年「創齡~銀向樂活」

全國老人福利機構運動會

榮獲金牌獎

賀

目錄

封面人物



護理科

竹興阿公現住3E長照區，是該區少數尚能與他人互動的長者之一，聽說他早年是在廟前賣金紙，或許因此造就他樂觀開朗的個性，這也是讓他有好人緣的原因，大家總是親切地稱呼他

「aniki」（日語大哥的意思），他的笑容非常可愛，如陽光般的燦爛！常常哼著他的成名曲「愛拼才會贏」，而且尾音可以拉得很長，如此賣力忘我的歌唱，常贏得第一線工作同仁的掌聲及喝采，也讓長照區感受到歡樂的氣氛！雖然竹興阿公現在因為生理功能退化，日常生活皆需照服員協助，但他不因生理上的限制而沮喪，總是抱持開朗樂觀的態度，真是值得我們學習。

專題探討

臺灣地區失智症機構照顧服務模式與輔具的變化..... 1

照護專欄

本中心失智專區籌備開辦歷程及服務..... 7
輕鬆做運動預防跌倒..... 9
輔具簡介暨維修及適配與申辦補助服務..... 13

社工專欄

社區照顧關懷據點服務情形分享..... 15
幸福的感動時刻..... 16
臨終關懷之推動..... 17
臨終關懷照護系列活動 -
老人生命歷程關懷團體..... 19

心靈饗宴

我的圓夢計畫~
日本山形縣西川保健福祉會實務研習..... 21
彰老心生活..... 24
今年夏天，我在彰老..... 25
無題..... 26

活動花絮

懷舊電影月..... 27
住民秋季旅遊活動..... 29
「相招逗陣行」-美學藝術觀摩社區活動
心得..... 31
參加創齡-銀向樂活運動會分得分享..... 33

圓夢傳愛

老吳-阿榮伯圓夢計畫の心得分享..... 35
高鐵台北圓夢之旅..... 37

摯愛無盡

模範家屬表揚..... 40

畫說照護

畫說照護心得..... 43

大事紀

..... 44

活動照片

..... 47

人與事

..... 49

徵信錄

..... 50

臺灣地區失智症機構 照顧服務模式與輔具的變化

亞洲大學社會工作學系助理教授 / 曾竹寧

專

題

探

討

臺灣地區失智症機構照顧服務模式與輔具的變化

壹 前言

根 據內政部(2013)的統計，截至2013年的十年間，臺灣地區長照機構使用率達74.33%，顯示雖然老人的主觀意願並不一定願意入住機構，但伴隨失能程度與失能人數的增長，入住機構仍是長輩與家庭必須考量的最終選擇。行政院經建會(2009)推估我國長期照護需求，認為失能人口到115年時將增加到90萬人。此外，失智症人口逐年增加已是全球共同關注的議題。臺灣自82年邁入高齡化社會，人口結構呈現「先快速少子化，再快速高齡化」的趨勢，102年底老人人口已達全國的11.5%，人口的老化指數為80.5%（內政部統計處，2014）。其中失智症人口數推估超過19萬人（台灣失智症協會，2012）。

關於失智症個案的照顧，1970年到1980年間，臺灣地區主要採取機構收容的方式，將智障者、失智老人及疑似精

神異常遊民收容至遊民收容所；1980年衛生署參考國外的政策，提出了團體家屋型態將精神疾病的預防列為醫療政策重點：到了1991年，仍以混合型照護為主要的失智照顧方式，失智與失能老人安置於同一機構，並接受相同的服務，之後陸續推動日間照顧、失智照顧專區、團體家屋等多種服務型態。但現今的雙薪家庭所能提供的照顧薄弱，失智症長期照護相對的更為仰賴機構，照顧方式與照顧品質的重要性也就越發凸顯。衛生福利部2004年的統計資料顯示，台灣失智症盛行率於於安養機構為26.8%、養護機構為61.8%、護理之家為64.5%，隱約顯示失能程度越高的長輩，越容易有失智症的問題發生，面對入住機構長輩失智人數的增加，如何因應大量照護需求，提供符合長者的照護服務，成為老人照顧機構必須要及早規劃與面對的重要課題。



專

題

探

討

臺灣地區失智症機構照顧服務模式與輔具的變化

貳 失智症的照顧困擾與負荷

在照顧過程中經常會因為失智症症狀特殊性而產生困擾。湯麗玉、毛嘉舫、陳榮基、劉秀枝(1992)指出，讓照顧者最困擾的七項症狀為：1. 無故半夜醒來、2. 尿失禁、3. 大便失禁、4. 重複問同樣的問題、5. 獨自外出會迷路、6. 遺失東西，把東西放錯地方、7. 重複同樣的動作。另外，研究也顯示約七到九成的失智症個案有一種以上的問題行為或是精神症狀，而這些失智症特殊的問題行為或精神症狀，是照顧者感到最難處理、負擔最大的部分（台灣失智症協會，2007）。照顧失智症個案是非常辛苦的工作，照顧者會受到個案認知及行為情緒問題，導致許多負向的照顧負荷，對照顧者的身心健康、家庭關係、社會生活、經濟、工作等等層面產生影響（Brodaty & Dokin, 2009；林敬程，2000；陳燕禎，2007）。

參 失智症照顧的相關理念

「案主中心」及「個別化服務」內涵

近年來長期照顧服務的發展趨勢，以長者為中心的個別化照顧服務為主要潮流，其核心概念在於透過個別化的服務計畫，提供失能長者更多的自主權和社會參與的機會，降低失能或失智長輩

在生理、心理、社會等面向的退化狀態，並達到提升長輩們生活品質、提升生活滿意度、降低照顧者壓力的多重目標。

社會工作所稱的「案主中心」(client-center)及「個別化服務」(individualized service)，可以幫助工作者建立與案主的互信。由於「案主中心」觀點重視個人對於周遭事物的覺知，並在真誠、同理與關懷的基礎上與個案互動，希望協助降低案主的不安，幫助個人建立生活方向(林萬億，2013；梅陳玉嬋、楊培珊，2010)，因此非常適合用來幫助老人進行入住機構或生理功能變化的調適；「個別化服務」則是為每位長者，依其生理、心理、社會與適應的差異，衡量其不同的失能狀況，規劃與提供符合個別身心需求及環境變化的服務。當機構發展出以失智長輩為中心的個別化服務，不但可以根據老人的老化與失智階段，發覺其特質與需要，提供適當的照顧活動；同時也能促進工作團隊及家屬的溝通，整合雙邊的期待，並有效提升機構對失智長輩的照顧服務效益。



肆 失智症照顧實務

一、傳統機構照顧所遭遇的困難

在照顧實務面上，相關研究發現機構對長者的服務重點仍著重在生理面向，如日常生活功能的維持、避免壓瘡、跌倒，或是強調硬體設備的標準新穎，社會參與層面上最多不過著墨文康或休閒活動的團體活動(陳淑雯、湯雅芳、黃瓊萱，2002；董曉婷，2007)。只是，這種整體化、標準化、形式化的群體生活，實在難以合乎失智症長輩在生理、心智認知的差異需求，更無法顧及長輩因不同生活背景而出現的習慣喜好。厲寶蘭(2009)認為，這樣制式化的機構服務，雖然生理上的需求都有顧及，但其實也是一種危機，因為在接受機構標準化的服務過程中，失智長輩置身於不熟悉的環境場域，將感受到諸多壓力，造成其身心更嚴重的失衡。

二、團體家屋與小單元照顧的發展

2007年行政院實施團體家屋試辦計畫，在當時是一種新的照顧模式，此模式強調失智症患者的照護應符合照護與居住環境兩方面；希望能透過家庭式的生活型態，保留個案的基本生活能力及發揮個案剩餘能力。

三、行動科技與創新方案的引進

(一)不再是科幻

除了藥物治療外，機構也採取非藥物治療來改善失智長輩的認知功能，例如現實導向訓練(reality orientation)、懷舊治療(remembrance therapy)、感官功能治療(multi-sensory therapy)、園藝治療(horticulture therapy)與音樂療法(Music therapy)等。此外，照護環境的適當規劃配置也會延緩失智的退化速率，由於非藥物治療的副作用較少，近年來開始廣泛採用，多重感官治療室(multi-sensory room)已成為機構的標準建置，但目前相關設施大多是靜態裝置，較難引發失智長輩投入活動的動機，有可能因為個案的離開導致服務中斷而成效不彰(Hope, 1998)。研究顯示，對於失智者而言，能夠感覺互動的觸控式平板電腦相對有趣，也更容易引發他們投入活動的意願(Astell et al., 2010)。因此，以智慧型手機、平板電腦以及其他各種形式的行動裝置為基礎的互動式、個人化的攜帶式行動科技就成為失智老人照顧服務的最新利器。另外，針對失智者行動能力下降、功能障礙等問題，如果可以將搭配感測技術的個人行動裝置與機構空間內的各式家電用品整合控制，將有助於提供失智者日常活動輔助與安全管理，協助維持獨立生活，並且能夠及時發現異常事件，減輕照顧負擔與壓力。

專

題

探

討

臺灣地區失智症機構照顧服務模式與輔具的變化

(二)不只適用於幼兒

原本蒙特梭利活動理論是由Dr. Maria Montessori為了開拓教育孩童所發展的新型教育理念，由於成效卓著，被廣泛應用於0~6歲孩童的學齡前教育，蒙特梭利教育理念強調選擇活動或任務的自由，並以孩童感受舒適的步調進行。著重於「什麼是可能改變的」，而非學習上的障礙，因此課程著重日常活動功能的活動設計與動作技能(motor skills)的學習，強調要透過程序性記憶與無意識學習來提升孩童自主學習的意願與行為。但後來有實務工作者發現，蒙特梭利活動的理念中，有許多方面呼應失智症長輩的需求，因此開始有人嘗試將蒙特梭利活動運用到失智與失能長輩的照顧服務中，並獲得相當的成效。亞洲大學護理系主任吳樺姍教授(2015)在其所進行的實證研究中發現，當機構運用蒙特梭利活動照顧的失智長輩後，出現下列成效：

1. 輕、中度失智個體雖有明顯語意及情節記憶損傷，然而，其程序性記憶的功能是被保留的。
2. 降低活動中問題行為頻率，並有較多建構性投入行為(Constructive engagement)。
3. 對活動有動作或語言反應，較少被動性投入行為。

4. 降低淡漠表現、較多愉悅情緒
5. 顯著地降低躁動行為、攻擊行為、身體的非攻擊行為，照顧困難度降低。

(三)到床服務的行動概念

「流動遊戲車」緣於歐洲教育改革為改善城市兒童之遊戲環境與藝術教育而發起實踐之服務與教育行動(范育成，2007)。當社會人口結構高齡化後，針對兒童提供服務的「流動遊戲車」逐漸轉型為「流動高齡車」，開始與安養機構、老人相關機構、社政單位合作，提供歷史活動、營養主題、放鬆練習、休閒教育等相關服務內容(范育成，2007)。

爾後，實務工作者開始思索，在基於「服務彈性」、「個別化」與促進「社會參與」的信念下，是否能夠透過行動服務的概念，將原本需要積極參與的團體方案活動，提供給有需要卻或不能離床，或是單純的不願意參與團體的老人。因此有學者主張將原本的「行動遊戲車」該稱為「行動學具車」或「床邊服務車」。

王明鳳(2015)指出行動學具車對長者可產生以下活動效益：

1. 生理上的需求滿足：行動學具車可以提供行動不便或缺乏社會互動意願的長輩的主動參與活動的機會，來維持長者現有能力及減緩身體功能衰退。

專

題

探

討

臺灣地區失智症機構照顧服務模式與輔具的變化

05

2. 心理上的需求滿足：行動學具車採取「育教於樂」、尊重案主自決的精神，在床邊服務的互動過程中，讓長者感受到被關懷、被接納的管道。能提供失能長者一個管道去回應生活中的限制與不確定性，從中協助長者去找尋生命意義與改善他們處境的機會，同時亦可延緩長者的認知退化速率，增加其生活樂趣，減少心情低落的發生機率。
3. 社會關係的需求滿足：行動學具車可以做為交流互動的輔具，縮減照顧者與長者的距離，增加跟他人的社交互動，並藉以協助長者找尋生命意義，提昇生活品質。

伍 結論

對於失智症的照顧，從過去著重於症狀的控制，到現今強調能力的維持，不論照顧模式怎樣演進，成功服務的關鍵因素都始終在「人」。機構在提供失智症個案照顧服務時，是由跨越行政科層體系的專業團隊通力合作，各個專業間彼此相互支持，而非競爭，如此方能達成有效的服務，雖然每個專業都有其專業養成的背景以及工作職掌，但正因為跨專業的共同合作提供服務，更需要大家凝聚共識、相互支持與討論，並以

個案的最佳利益為主，才能達到最佳的服務成果。不管採取團體家屋或是小單元照顧，不管是失智專區還是混合式照顧，也不管採用的是哪幾種非藥物治療方式，有沒有運用行動輔具或科技設備，機構工作團隊所追求的，一直是希望能夠達到「品質」、「照顧」和「生活」三者兼顧的目標。這三個概念不僅是評估指標，也是一種主觀感受的呈現，因此不能夠只靠量化的指標數據或統計上的顯著性來評估，更重要的是被照顧服務的失智長輩，以及提供照顧服務的工作伙伴，還有將失智長輩委託給機構的家庭成員，他們的想法與感受。Kitwood and Bradin's (1992) 指出「目前老人照顧工作的困境是在臨床上、教學上和政治上都相當無力」，期待未來，能夠有更多的資源與關注投入於失智照顧的議題上，也期待透過實務界照顧經驗的累積與學術界邏輯資料的整理，能夠在失智症照顧服務議題上，盡快找出滿足多元需求與期待的運作模式。



參考書目

- 內政部(2013)。老人安養養護機構。檢索日期：2013/11/30。取自<http://sowf.moi.gov.tw/stat/year/list.htm>。
- 王明鳳(2015)機構臥床長者個別化照顧服務方案成效評估-以行動學具車為例。國立屏東科技大學社會工作系、社團法人台灣福利厚生學會、感恩基金會及台灣社會工作教育學會共同辦理，2015參與、實踐與培力：社會工作學術暨實務研討會。屏東科技大學2015年5月27日。
- 行政院經建會人力規劃處(2009)。我國長期照護需求推估及服務供給現況。台灣經濟論衡，7，54-71。
- 吳樺姍(Wu, Hua-Shan), 林麗嬋(Lin, LC)、廖妙涓(Liao, MY)，國科會，長期照護機構失憶型輕度認知障礙住民之調查與工作記憶訓練介入之成效探討(1/2)，2014. 8. 1~2015. 7. 31。
- 林秀蓉、邱啟潤(2004)。護理人員對失能病患主要照顧者出院需求處理自信及相關因素探討。護理雜誌，51(2)，48-56。
- 林萬億(2013)。當代社會工作：理論與方法(三版)。台北：五南。
- 洪秀吉(2005)。居家失能老人病患主要照顧者之需求。於陳清惠等編著，長期照護(三版，301-327)。臺中：華格那。
- 范育成(2007)。歐洲「流動遊戲車」之休閒與教育行動之發展。立德學報，5(1)，37-53。
- 徐業良(2015)。以行動科技為基礎的互動式高齡失智者治療與照護環境之創新設計。福祉科技與服務管理學刊3(2)，2015，145~150。
- 高潔純(2003)。蒙特梭利活動方案對改善機構失智長者問題行為之成效。陽明大學臨床護理研究所碩士論文。
- 梅陳玉嬋、楊培珊(2010)。台灣老人社會工作—理論與實務。台北：雙葉書廊。
- 許芳惠、林麗娟、宋惠娟(2011)。運用Watson關懷理論照顧失能老人及其主要照顧者之護理經驗。志為護理，11(1)，119-128。
- 陳淑雯、湯雅芳、黃瓊萱(2002)。機構老人之活動設計。長期照護雜誌，6(1)，89-96。
- 黃雅如(2007)。蒙特梭利活動方案對改善機構失智長者進食困難成效之前趨研究。陽明大學臨床暨社區護理研究所碩士論文。
- 楊秋燕、李美玲(2013)。機構失智老人懷舊團體介入對憂鬱程度改善之研究。聯合勸募論壇，2(2)，73-96。
- 董曉婷(2007)。音樂療法於改善機構失智老人之認知、行為及情緒之成效探討。未發表的碩士論文，輔英科大護理系：高雄。
- 厲寶蘭(2009)。失智症長者「懷舊團體工作」行動研究：以屏東縣某仁愛之家為對象。未發表的碩士論文，美和技術學院健康照顧研究所：屏東。
- 羅月英(2009)。蒙特梭利活動介入對改善機構失智老人之憂鬱症狀與日常生活功能成效之探討。雲林科技大學健康產業管理研究所碩士論文。
- 藺寶珍(2010)。失能老人的生活品質及其相關因素—以居家及機構之老人為例。未發表的碩士論文，高雄醫學大學護理學系：高雄。
- Granger, C.V., & Gresham, G.E. (1984). Functional assessment in rehabilitation medicine. Baltimore: Williams & Wilkins.
- Hamilton, B. B., Granger, C. V., Sherwin, F. S., Zielezny, M., & Tashman, J. S. (1987). A uniform national data system for medical rehabilitation. In M. Fuhrer (Ed.), Rehabilitation outcomes: Analysis and measurement (pp. 137-147). Baltimore: Paul H. Brookes.
- Kemper, P. (1988). Overview of the findings. Health Service Research, 23, 161-174.
- Williams, J., Lyons, B., & Rowland, D. (1997). Unmet long-term care needs of elderly people in the community: A review of the literature. Home Health Care Services Quarterly, 16(1/2), 93-119.



專

題

探

討

臺灣地區失智症機構照顧服務模式與輔具的變化

本中心失智專區

籌備開辦歷程及服務

護理長 / 邱湘鈞

照

護

專

欄

本中心失智專區籌備開辦歷程及服務

07

依據世界衛生組織資料顯示，全球有 4,750 萬名失智症患者，且以每年增加 770 萬人的速度成長，也就是每 4 秒鐘就有一名新罹病者，且失智人口數每 20 年成長一倍，2050 年將超過 1 億 3,550 萬人。中心為提供失能及失智老人多元、可近、連續之服務，積極籌備失智單元性照護專區，主要營造「家」的氛圍，讓失智住民對家的情感連結仍然持續，以在家的照顧觀點陪伴、帶領住民去回顧人生中的點點滴滴並延遲其退化是中心失智單元性照護的重點。

本中心失智照顧專區以原有建築物改建，委由內政部營建署協助規劃及發包，行政室在整個改建案中扮演了相當重要的角色，也感謝許多單位的協助才成就了目前的照顧專區-康樂家園，另外在設備方面，需符合老人照顧需求，因此在設備挑選時也著實用心。

猶記當初大家都無照護具行動能力失智住民之經驗，為了招募優秀的團隊，採用了一對一會談方式，在充分溝通

後，我們招募到了合適的人選，在教育訓練方面，所有專區的工作人員都參加失智專業訓練課程，我們也派了好幾個梯次的同仁到失智症照顧的標竿機構如聖若瑟失智老人養護中心及雙連安養中心學習，另也參訪了許多失智症照顧機構，邀請專家學者前來機構上課等，都是期望能增加同仁照顧的能量。另外自 103 年 1 月開始，每月召開失智照顧小組會議，從收案標準、評估方式、契約內容、各式紀錄及評估表格、照顧模式、日常活動帶領內容、開辦期程、人員配置等等照顧上的細項，都從模糊的概念經由不斷的收集資料及討論而慢慢有了清晰及具體的結論。在專區命名方面，為了要有一個有意義又具代表性的好名字，我們邀請家屬、住民及工作同仁參與，經由提案及票選，將專區命名為「康樂家園」，而各小區又細分為「健康の家、幸福の家、快樂の家」。

在經過工程完工、建照使照核發及開辦計畫奉核定後，於今年 8 月 12 日本中心正式開辦失智照顧服務，受理失智

照

護

專

欄

本中心失智專區籌備開辦歷程及服務

床位申請，隨後由照護人員共同執行環境清潔打掃、檢視硬體須整備之處、設備及物品開始定位，另一方面著手準備照護人員有關表單之標準書寫、活動帶領方式、環境佈置、設備操作等事項，其中有苦有樂，還記得在教導照服員書寫單張時，有位照服員因為看到表單內容繁雜擔心自己學不會，加上又無照護失智住民經驗的心理壓力下向我反映想離開工作團隊，此時的我真的也很擔心，於是帶著這位工作同仁採一對一教導，並給予信心，如今他也成長了，留下來和大家一起打拼。看著大家各司其職，善於活動帶領的同仁會主動將帶領活動的注意事項分享給大家，善於文書、環境佈置之同仁也盡心盡力協助單位整備，在柑仔店的規劃方面為了更具懷舊風還有照服員捐出50年代的收銀機，真令人感動。

終於在9月2日第一位住民進住了，照護人員除了秉持失智照護的理念外更將日本竹內教授倡導治療失智症的「飲水、營養、排便及活動」四大照護要素納入其中，目前住民陸續進住，每位住民皆有不同需注意的情況，工作人員也盡力觀察、評估，提供適合的照顧方式，看著住民們從進住時的陌生、不適應，到現在可以規律地參加活動，是對工作人員最好的鼓勵。期待將來我們提供給失智住民的服務除了陪伴外更能因著我們的用心使其得到舒適的、有尊嚴的照護，照護團隊以細心、用心、耐心、愛心及恆心一路陪伴及引導失智住民欣

賞她(他)人生風景閱歷，因為有你們，這裡是一個幸福の家，如同葵花以「愛向陽光」正面積極的精神帶領我們共同迎向失智照顧之新紀元。



輕鬆做運動

預防跌倒

物理治療員 / 林志芳



照

護

專

欄

輕鬆做運動預防跌倒

一、前言

人體的運動功能須具備健全的骨骼、關節、肌肉及神經系統，才能使動作協調流暢及平穩，運動自如。但年紀漸增後，常會發生跌倒而引起傷害和功能障礙，跌倒是老年人發生意外的主要原因，而老人家因跌倒而受傷的機率很高，姑且不管傷勢的嚴重程度如何，復原的情形會比較差，導致身體健康逐漸惡化，進而影響身體的活動功能。

造成跌倒的原因主要分為環境因素和個人因素。環境因素包括地面有障礙物、不平整的地面、場所光線昏暗等；個人因素則包括動作功能變差、跌倒時的保護反應變慢、罹患影響行動功能的疾病，如視力障礙、失智症、服用藥物、中風或帕金森氏症等，都會增加跌倒機會。

基本上，要預防跌倒的發生，應謹慎且周詳評估以減少危險因子才能奏效，包括注意個人健康保健、用藥指導、改變生活行為、營養、從事復健治療、

指導正確使用輔具／護具、運動課程、平衡訓練、改善居家及公共環境等等。

二、跌倒的定義與原因

根據世界衛生組織的定義，跌倒是指當一個人非自願地從一個姿勢倒在地上或是比原先所在位置低的地方。根據這個定義，會造成跌倒的主要原因有四種：第一種是被外力撞擊，例如被車撞到而跌倒；第二種是因為意識突然喪失而跌倒在地；第三種是重大疾病發作或突然肢體無力，例如中風發生時；最後一種是因為姿勢不穩或失去平衡而導致的跌倒，在機構中以此類居多。

造成跌倒的主要原因來自兩個層面：個人身心狀況以及外在環境。所謂個人身心狀況，是指身體健康情形、身體功能以及精神與心智狀態；而外在環境就是所謂四周環境，像是地面、家具、燈光或是所進行的活動等等。但是假如各項條件中有一個出問題，跌倒的機率自然就提高。

危險因子一覽表

身心危險因子	環境危險因子
1. 身體健康情況較差	1. 家具問題--沒有固定、擺設位置不佳
2. 服用多種藥物	2. 地面危險
3. 日常活動能力受限	3. 有障礙物
4. 平衡功能退化	4. 照明不足
5. 步行能力差	5. 身上衣物不合適--褲子太長、鞋子太滑
6. 肌肉無力、關節僵硬	6. 行走輔具使用錯誤
7. 視線不良--光線敏感度差、光線調整能力差	7. 危險狀況
8. 頭暈	
9. 酒醉	
10. 認知功能障礙	
11. 特殊個性與精神狀況	

三、如何防範跌倒

曾經發生過跌倒的人容易再度發生跌倒，他們都屬於高危險群，因此我們應多加防範他們再度發生跌倒機會。由於造成跌倒的因素很多，初次發生跌倒後應立即檢查身體功能包括步態功能及平衡功能，若未曾跌倒則可給予基本衛教，提供相關防護措施；防護考量應包括健康生活型式、疾病控制與服藥、運動、改善環境等4大項。

1、健康生活型式

日常生活作息正常，早睡早起，衣物鞋具皆合適安全，均衡飲食，注意骨骼保健，日常飲食攝取足量鈣和維生素D。戒菸，戒酒。

2、疾病控制與服藥

基本疾病需控制及改善，改善身體上的功能障礙，心理上的障礙，定期接受身體和眼睛檢查，並適當控制。遵守服藥規則，詢問關於藥物的副作用，藥物標示須明確，放在明亮的地方。

3、運動

諮詢醫師或物理治療師相關的運動設計，可從事平衡訓練，姿勢訓練，活動調整等，進而改善平衡功能，協調功能和肌力，但須注意運動時的安全性，避免跌倒。



照

護

專

欄

輕鬆做運動預防跌倒

4、改善環境

改善居家環境及公共場所環境，加裝保護設施(如扶手桿)，通道及室內照明需足夠，地面及通道不可堆放雜物，容易造成跌倒的地面應選用防滑材質且最好為白色，浴室及廚房應保持乾燥及乾淨。

四、運動原則

綜合上述原因，那物理治療師可以幫上什麼忙？就是設計適合老年人的運動計畫，研究發現，最有效降低跌倒發生率的運動為平衡訓練以及中等強度的運動。肌力訓練、平衡與步態訓練、太極拳也都已被證實能有效預防跌倒，至於柔軟度、耐力訓練則也應納入計畫，但不宜單獨執行。另有研究顯示，一對一的運動介入、團體運動以及居家運動都被證實能有效預防跌倒。

教導老年人做運動，口令必須簡單、清楚，且須重複說明，一個動作要分數個分解動作慢慢教，運動本身要易學、易做、易記，才能增強運動的動機，也可採團體的方式更容易引起老年人的興趣。

1.肌力訓練

身體的每個動作都是要靠肌肉收縮才能產生動作，肌肉愈有力量活動力就愈強，足夠的力量才能在失去平衡或快要跌倒時產生反應及穩住身體。肌力會隨著年齡增加而降低，導致平衡

能力差而容易跌倒。肌力訓練的專一性很高，只有訓練到的肌肉，它的肌力才會增加，以下將介紹幫助平衡的肌肉力量訓練動作。





(6)靠牆半蹲



(7)小腿肚：雙腳墊腳尖



2-3單腳站立

2.平衡訓練

平衡是與跌倒最直接及最相關的身體功能，因為當身體失去平衡，但無法恢復平衡才會造成跌倒，所以良好的平衡功能是預防跌倒的關鍵。以下將介紹幫助平衡的肌肉訓練動作。



(1)重心轉移訓練



(2)增加平衡感訓練

2-1踩不平坦的接觸面 2-2雙腳支撐(底面積變小)

五、結語

老年人常因跌倒而受傷或死亡，只要稍加留意及預防即可以減少跌倒事件發生，預防跌倒的策略應該從多方面進行，內容包括：營養、藥物、生活行為、運動、物理治療（訓練體能、步態及平衡功能評估和訓練），改善危險因子和居家環境等。以適當、規律的運動來維持良好的身體、心理功能，積極參與活動，建立自信心，才能有健康的老年生活。

六、參考文獻

1. 林桑伊(2009)。老人跌倒預防，合記圖書出版社。
2. 楊榮森(2008)。老年人的跌倒與骨折預防，台灣老年醫學暨老年學雜誌 2008；3(2)：78-90。
3. 胡家珍(1991)。神經肌肉系統之老化與其因應之物理治療。中華物療誌 第16卷第2期。

輔具簡介暨維修及適配與申辦補助服務

物理治療師 / 張郁歆

照

護

專

欄

輔具簡介暨維修及適配與申辦補助服務

當年紀漸長，身體功能慢慢退化，執行日常生活各項事務漸漸使不上力，耗時費力甚至可能造成危險時，輔具可以助我們一臂之力，是長輩的好夥伴。但為什麼長輩常覺得難用呢？或許是沒有選到符合需求，符合身體尺寸的輔具，或許是因為沒有經過調整及充分的使用訓練和練習，又或許是居家生活環境沒有依據長輩及輔具使用者的需求做調整，使得輔具使用變得不方便而且危險。那麼，要如何才能讓輔具成為長輩及照顧者心目中最好用最貼心的好夥伴呢？

讓我們回想一下長輩每天的生活：起床後要進行一連串動作：翻身坐起，起身離床，如廁梳洗，著裝吃飯。晨起時手腳無力又不靈活，身體僵硬，頭暈目眩時該怎麼辦呢？一張高度合適的床是很重要的，太低會使長輩起身不易，太高踩不到地面也可能造成危險。再視長輩身體狀況、使用習慣及需求搭配軟硬適中的床墊、穩固的床欄、床旁扶手、轉移位板、移位滑墊、移位腰帶等輔具，協助長輩安全的自行翻身坐起轉移位，或由照顧者協助起身離床。離床後，依行動能力不同，可能需要拐杖、助行器、助步車、輪椅等輔具。到廁所、走道、客廳、飯廳或廚房、大門口的動線要明確且光線明亮，不要堆積雜物，牆壁裝設高度合適且穩固的扶手以協助移行，地面平坦防滑，門檻打平，避免

使用地毯，保留足夠的空間讓長輩及照顧者使用步行輔具或輪椅時通行無阻，方便轉向或迴轉。

浴室的門檻盡量打平，門寬和浴室內空間要足夠，地面要平坦防滑，保持通風乾燥，加裝穩固的浴廁扶手，讓長輩能安全地使用步行輔具或輪椅進出如廁梳洗。馬桶的高度若太低，長輩坐下去後站不起來，需要馬桶增高墊、穩固的馬桶及浴廁扶手。若是從床移動至浴室內馬桶有困難或常常來不及，便盆椅可以幫上一些忙。梳洗時若使用一般梳子和牙刷不容易，可以選擇長柄梳及較粗握柄的牙刷。著裝打扮可以在床上或輪椅上進行，挑選較寬鬆易穿脫的衣物鞋襪，搭配穿衣輔具扣扣子、拉拉鍊、穿脫鞋襪。梳洗著裝完成準備用餐，合適高度的桌椅，好抓握、好舀取的湯匙，不會滑落、方便舀取食物的碗盤等可以協助長輩更有效率的自行進食。

為服務中心長輩，自104年起本中心物理治療人員與護理師、照顧服務員、社工人員合作提供輔具維修及輔具適配服務，並與彰化縣輔具資源服務中心的專業輔具評估人員和輔具維修人員配合，期待能提供完整更完整的輔具服務，讓長輩用得安全、舒適、安心。

輔具維修服務簡介

對於中心長輩來說，除了床以外，每天最重要的輔具就是輪椅了。在中心

內四處移動找人聊天、參加活動、外出曬太陽散散心，都少不了它。每天頻繁的使用，總是會有些變形和損壞情形。最常見的就是剎車鬆脫、坐墊、背墊塌陷、踏板破損、輪軸卡卡不易推行，這些問題如果置之不理，會使長輩乘坐輪椅時不舒適，長期下來更可能造成關節變形、疼痛，或在使用過程中跌落輪椅。除了日常清潔維護要注意之外，定期維修也是非常重要的！另外，在長輩日常生活中扮演重要角色的照顧床、沐浴床、便盆／沐浴椅等輔具也會有損壞情形，同樣需要定期的維修保養，以確保使用安全。

有鑑於此，本中心與彰化縣輔具資源服務中心合作，請輔具維修人員每月一次到本中心進行定點輔具維修服務。物理治療師彙整各護理區輔具維修單，檢視待修輔具狀況，與輔具維修人員溝通，把塌陷的坐墊、背墊換掉；加裝或更換骨盆帶、胸帶等固定帶；更換破損的輪胎；鎖緊輪軸螺絲、更換前後輪軸承、上油及調校前後輪；調整剎車讓剎車好操作又穩固；調校無法收合的輪椅；調整踏板高度、更換踏板；更換破損的扶手等。若經輔具維修人員檢視後確定無法維修且使用上可能造成危險，則協助更換新輔具給長輩。定期的維修調整，和日常的輔具保養維護相輔相成，讓長輩使用輔具更安全有效率。

輔具適配及補助申辦服務簡介：

準備購買輔具時總是會湧上許多疑問：什麼狀況會需要輔具呢？要怎麼選擇輔具？什麼樣的輔具符合長輩需求？輔具百百款，光是手動輪椅就叫人眼花

撩亂，輕量化材質、方便轉移位、空中傾倒、仰躺功能是什麼？我需要這樣的功能嗎？好不容易買了台看起來很厲害的輪椅，但是坐起來卻不舒服。買了拐杖、助行器，卻覺得用起來不稱手，久了變衣架或放在家裡角落占空間。要選到符合需求的輔具，要考慮的面向很多，包含使用者本身的病史、對輔具的看法、接受度、預算、身體尺寸、肌肉力量、關節活動度、使用輔具的環境等因素。挑選時全方面考量很重要，購買後的調整、使用訓練也是非常重要的。新的輔具是新的工具，剛開始會歷經一些挫折，需要一段時間學習和適應才能上手，但購買輔具之後常常沒有合適的調整、衛教和使用訓練服務，及時的協助解決使用時的各種問題，導致使用者因不熟練而在使用過程中受傷，進而影響使用意願。

為協助中心長輩購買符合需求的輔具、協助調整及衛教使用方式，本中心提供輔具適配服務，對於因功能狀態改變影響日常生活的長輩，經物理治療師評估住民使用輔具可促進活動及參與表現、改善或維護身體功能、降低照顧者負擔，且住民或照顧者可在使用訓練後有效使用，建議適配輔具之長輩，協助彙整資料聯繫彰化縣輔具資源服務中心，安排輔具專業評估，由社會工作人員協助申辦直轄市、縣(市)政府審核。中心物理治療師對於住民的生活環境、身體功能狀況較為熟悉，可在輔具購買後提供輔具簡易調整、衛教及使用訓練，並協助解決新輔具使用過程產生的問題，搭配輔具維修服務，希望讓長輩能更安全順利的使用輔具，生活更自在！



社區照顧關懷據點

服務情形分享

社工員 / 劉育婷

社

工

專

欄

社區照顧關懷據點服務情形分享

為使社區長者與弱勢族群能熟習居住環境，享有鄰里溫暖照應，本中心依據「衛生福利部所屬老人福利機構多機能綜合服務中程個案計畫」於99年3月設立社區照顧關懷據點迄今，服務對象包括中心住民及社區之獨居長者，提供關懷訪視、電話問安與諮詢轉介及健康促進活動等服務。

本中心為落實資源共享的機構願景，運用中心專業人員並結合志願服務隊志工成立社區照顧關懷據點，提供關懷訪視、電話問安、諮詢轉介服務及健康促進活動等項目，自99年3月份起運作至今服務已達2萬人次，成績斐然。

在社區，本中心志願服務隊志工定期前往獨居長者家中關懷探視，提供情緒支持與陪伴；為讓長者感受佳節氣氛，於春節、端午節與重陽節前往獨居長者家中致贈慰問食品；另為促成本中心長者與社區長者互動、交流，每年透過踏青活動之辦理，讓長者走出戶外，拓

展人際互動。在中心，為豐富長者生活，除辦理各式節慶、休閒及體適能活動，也特別依據長者專長及興趣，安排縫製祝福娃娃、葉拓書籤製作及數字彩繪等，讓長者從中完成獨一無二之作品，進而提升自信心，落實樂活銀髮之目標。

本中心是社區的一份子，也是社區的好厝邊，為讓社區民眾認識社會資源及共享就近性及便利性服務，中心設有04-7254192諮詢服務專線，提供有興趣且有需求民眾諮詢。



幸福的感動時刻

社區照顧關懷據點關懷長者之家屬 / Jen

某個下雨天回家看母親時，發現母親坐在門口處不時的往門外望去，盼望的眼神令我好奇的問她，媽你在等誰呢？媽媽說在等俐妘和碧真，原來媽媽在等待的是幸福的時刻！

俐妘姐和碧真姐早在很久以前就會來家裡看媽媽，陪媽媽聊天，幫媽媽量血壓，關心媽媽的身體健康，一發現媽媽的身體微恙就會通知我，還會帶好吃的料理給媽媽吃，每逢過年過節養護中心都會特別準備很豐盛的年菜、補品，尤其在重陽節也會準備特別的禮品，由中心主任領軍到家裡探望母親，讓家裡非常熱鬧，媽媽還會特意的打扮，並露出滿足的笑容呢！不僅如此每年還會安排郊遊踏青，每次看著出遊的

照片害我都想放下工作跟去玩呢！而且這樣的關懷是風雨無阻的，並且在不知不覺中持續了十幾年了，這樣的用心的真誠的關懷實在太讓我們做子女的感動了！

幸福的感動時刻，成為媽媽的期盼、媽媽的依賴，感謝有您的陪伴照顧與關懷，讓媽媽感受到幸福的依賴，也讓我們子女能更安心，感謝您們！愛您們！也祝福大家都能擁有這幸福的感動時刻！



中心重陽慰問

臨終關懷之推動

社工員 / 顏珮純

社
工
專
欄

臨終關懷之推動

「死亡」是每個人發展的最後階段，死亡或臨終不一定是長者的專利，年輕人也有可能。死亡對於每一個人有不同的意義，年輕人可能因死亡代表「中斷理想與目標」而畏懼死亡；而長者可能因「失去照顧他人的能力」、「擔心死亡對其他人的衝擊」或是「害怕失去身體」而畏懼死亡。對長者而言，他們除了將「死」視為一種失落之外，重視「每一天的生活方式」，遠比以「計劃未來的目標」來調整自己的生活更為重要。「臨終關懷」是在1967年由英國桑德斯(Dr. Cicely Saunders)首先提出的，目的是希望幫助末期病人瞭解死亡，且進而接納死亡的事實，並使自己活得更像真實的自己，另一方面，則是希望給予病患家屬精神上的鼓勵與支持

，幫助他們承受事實的力量，進而坦然接受一切即將面對的問題。

本中心於99年起依據「衛生福利部所屬老人福利機構多機能綜合服務中程個案計畫」辦理臨終關懷照護系列活動，針對專業人員辦理臨終關懷教育訓練及安排實地參訪，藉此讓中心照護團隊能清楚臨終關懷之活動意義，進而協助長者於生命最後旅程可以活得精采且無遺憾；在家屬方面，除辦理教育訓練，本中心於家屬座談會之專題講座將臨終關懷議題納入宣導範圍，邀請中山醫學大學附設醫院安寧緩和病房周希誠醫師講授安寧療護、預立醫囑DNR簽署議題，藉此讓家屬了解相關議題；在長者方面，辦理長者生命歷程關懷團體，另曾邀請彰化基督教醫院安寧緩和療護科黃馨葆醫師與長者宣導放棄急救同意書(DNR)簽署議題。



長者生命歷程關懷團體

長者對死亡的態度與恐懼的表達，要比年輕人內斂而不明顯，不輕易說出害怕死亡，故有時「抑鬱或不願意說話」易被誤視為長者「準備死亡」的一部分，所以面對長者必須保持敏感及開放的態度，從長者的角度瞭解他們，若因避免談及死亡，反而會阻礙了長者希望談論死亡議題的需要。長者對生命及死亡的態度「愈趨向正向者」，較能實現生命目標而不懼怕死亡；態度「愈趨向負向或消極者」，則會害怕死亡。老人期的個體對死亡的概念是：長者通常會在絕望中，只感覺到什麼東西都不存在，自己是虛無的，即使死亡也不足為奇，對長者而言，死亡為既定的事實，應對死亡的關注化為具體行動，開始籌劃財產的分配、身邊事物的處理及回憶生平各種事蹟，故中心辦理長者生命歷程關懷團體協助長者說出生命中未竟事項，提供圓夢服務。

透過「臨終關懷」的概念，讓「死亡」議題不再是禁忌，長者或家屬在面對死亡的情境中渡過，如何在不可避免的死亡來臨前，讓長者於生命最後的旅程可以生活得精彩而又有品質，家屬也無遺憾。



家屬座談會－周希誠醫師講授安寧療護、預立醫囑DNR簽署議題



實地參訪－財團法人佛教慈濟綜合醫院台中分院心蓮病房



教育訓練－余紅甘老師講授如何做好臨終前準備與實務演練、死亡自主與臨終關懷實境演練

參考文獻

1. 胡文郁等（2007）。臨終關懷與實務。國立空大。
2. 老人問題與臨終關懷。2015年10月18日，取自 <http://life.nthu.edu.tw/~labpr1/%B2M%A4j-%A5%CD%AA%AB%AD%DB%B2z%BE%7/%C1%BF%B8q/14%C1%7B%B2%D7.htm>

臨終關懷照護系列活動

老人生命歷程關懷團體 社工員 / 黃虹甄

社

工

專

欄

臨終關懷照護系列活動——老人生命歷程關懷團體

19

本年度生命歷程關懷團體自7月30日至8月11日辦理，參與成員共計7名長者，由社工員擔任領導者，協助者包括社工員3人、志工7人、實習生2人及替代役男1人。

第1單元「憶童年」：

說明團體目的、規範及建立成員彼此關係，另藉由懷舊歌曲、圖片讓成員回憶童年時光品嚐的美食及生活樂趣。

第2單元「話說當年勇」：

回顧前次團體內容後，藉由各種職業相關圖片讓成員分享青壯年時期的工作經驗以及戀愛史。

第3單元「生命中的禮物」：

回顧第一次團體童年時期及第二次團體青壯年時期，透過「獾的禮物」繪本說故事方式，引導成員分享幼時至今道謝、道歉、道愛。

第4單元「珍重再見」：

回顧前3次團體，透過卡片的製作，讓成員把思念或感謝親人、友人化做文字，並請成員分享卡片內容及參與此團體之感想。

成員在團體分享道謝、道愛

◆蔡阿嬤出生於彰化市，受過日本小學教育，阿嬤分享最懷念父母，感謝他們的照顧，父親因為生病較早過世，當時看過很多醫生，也感謝醫生的盡力協助，另外感謝子女們相當孝順。

◆陳阿公出生於臺中市大肚區，阿公分享他免費幫別人收驚，能夠幫助他人感覺很高興，居住於中心的生活很充實，感謝工作同仁及志工的協助與照顧。

◆姚阿嬤說明雖然自己鮮少幫助他人，但曾經接受他人幫助，家中農田採收缺乏人力時，鄰居會協助幫忙，阿嬤表示感謝鄰居，阿嬤也表示懷念先生，當渠生病時，先生總是會帶阿嬤看醫，且經常載她出門，阿嬤感謝兒女、媳婦、孫子常至中心探視她，另也會打電話關心。

◆林阿嬤分享與父親相處的點點滴滴，父親從小相當疼愛及照顧阿嬤，雖然現在父親不在了，但阿嬤十分懷念及感謝父親，她於中心過得很好，希冀父母親能夠放心，也感謝中心的工作同仁的照顧及志工同仁協助推送輪椅參與活動。

◆江阿嬤分享友人較為貧困，先生與她會協助對方，例如提供三餐及贈予衣物，另外自己也會餵食流浪貓狗，另外自身亦曾接受幫助，剛結婚時生活較為困苦，先生的友人會提供米及奶粉，感謝媳婦在她生病不舒服時，帶她就醫，另也感謝中心工作同仁、志工的照顧及關懷，以讓她盡快適應中心的生活。

◆馬阿公分享他會攙扶長者過馬路，另他自身曾接受他人幫助，當種植農作物時倘遇枯萎，會請教他人，感謝太太及兒子經常至中心探望自己。

◆鄭林阿嬤分享感謝兒女及媳婦，因為小兒子尚未結婚，故比較擔憂此事，希冀小兒子能夠結婚成家，有個伴可以照顧他，另也感謝中心同仁的協助。

從呱呱墜地到年華老去，從辛苦奮鬥到清閒怡然，時間總在臉龐上寂靜地刻鑿，但每位成員心中種植許多喧譁的記憶，為瞭解成員對於臨終議題之概念，辦理老人生命歷程團體，團體活動總共分為四單元，從童年時期、青壯年時期到老年時期，每個單元利用多種方式引導成員從不同階段分享自身的經驗、夢想及生命歷程，進而談論對死亡的想法、喪葬的處理等，活動中團體成員大多能夠正向且樂觀的態度分享，即使提

及較為悲傷、艱苦、挫折的事物亦能夠以輕鬆口吻表達或自我調侃。

成員分享童年時期回憶，例如懷舊歌曲、傳統美食等，尤其製作各種糕時更為熱烈討論；每個人成長後都為了工作、家庭而忙碌著，其中成員分享各自的工作類型及經驗，另也道出那些酸甜苦辣的戀愛史，成員提及自己的先生、太太時臉上總是充滿幸福及羞澀模樣；透過繪本「獾的禮物」引導成員思考禮物的意義及死亡的看法，成員分享曾經接受他人幫助或幫助他人的經驗，也討論自身如何看待死亡之事，其中有成員分享死亡為每個人皆須面對的，此生願望皆完成，另已與家人討論相關喪葬事宜；雖然成員無法具體行動表示但利用製作卡片表達對於親情、友情的感謝、珍惜以及說愛。

許多人步入老年時期必須面對諸多有形或無形的問題，但成員們一方面需要適應與調整居住中心的生活，另一方面也需克服生理問題，機構式照顧不只要在乎長者的生理，亦需注重心理層次的滿足，老人生命歷程團體即為促進成員思考其一生的色彩，讓其感受自身的價值，並且抱持積極、享受的態度面對晚年生活。



我的圓夢計畫~

日本山形縣 西川保健福祉會實務研習

照服員 / 吳姿儀

心

靈

饗

宴

我的圓夢計畫~日本山形縣西川保健福祉會實務研習

21

因為「長期照護專業協會」的促成，讓我有機會可以去完成夢想，所以我就拖著行李。帶著忐忑的心及一點點的日文能力，很勇敢的踏出了我圓夢的第一步。

第一天到「西川保健福祉」特養單位實習時，剛好遇到發點心時間，發現長者吃點心時竟然也能享受飛機座艙服務，除了布丁、米餅外，工作人員會使用點餐單讓長者們選擇自己想喝的飲料（飲料至少有4種），長者們點飲料時眼睛都發亮，露出快樂的笑容，讓我想起在台灣大部分的機構都只是統一的點心（如紅豆湯）沒有飲料，長者們無法享受這樣的樂趣和口福，從這些小細節就可以看出注重服務的個別性。

在備餐方面，台灣的機構準備餐食的時候，常會發生營養師與廚師意見相左的情形或營養的餐食一定不可口，但在西川保健福祉會裡，營養師將餐食的製備與住民餐食分類詳細的介紹，從完

整的食物到細碎、軟食及流質等，都能根據長者的吞嚥能力來調製；機構每天提供的三餐餐點，全院員工都輪流試吃並評分，所以食物即便是切碎但烹調味道仍然非常好，長者們都吃得津津有味。

在台灣，家屬及長輩普遍都重視飲食，因此他們的作法是蠻值得學習的，還有他們處理膳食的員工除了有國家證照，每個月還必須檢查 stool culture 以防感染，可見非常重視廚房管理。



心

靈

饗

宴

我的圓夢計畫：日本山形縣西川保健福祉會實務研習

Care-worker工作的價值與存在感

在台灣care - worker訓練約130小時即可工作，被視為低階的勞動者。但事實上，在照顧產業裡，卻是非常重要的且需被提昇的一群人。在西川保健福祉協會內，看到每個專業人員間協同合作無間，也無階層分別，care-worker在工作環境中受到專業的尊重。日本政府在建立護士的訓練與國家證照上已有完善的制度，目前台灣政府也努力在推動。

在Maslow的needs of theory中，長者們的基本生理需求是應優先被滿足，洗澡看似只是維持外觀清潔的工作，卻能讓我看到長者們臉上的幸福感。機構與在宅沐浴研修期間，讓我印象最深刻的是care-worker照服人員井然有序的工作流程及幫長者洗澡時的細心，從頭到腳縫、腳跟，都是那麼的輕柔，那麼的仔細，甚至洗完澡後浴室的每一項設備都重新刷洗維持環境的清潔，這都讓我很吃驚，而且他們也願意花時間讓長者們享受泡澡的樂趣，這對我們來說仍須有很大的努力空間。

來到這裡讓我覺得最有挑戰性的工作就是帶活動，因為語言不通所以第一次在day care日間照護帶活動時心裡是非常的緊張，但是活動一開始後看到所有長者跟工作人員用親切的臉對我微笑，讓我的緊張感消失了，尤其是當這

些長者也很努力地配合旋律哼著熟悉的兒歌時，那一霎那讓我感動的眼淚已經快要掉下來了，雖然每天報到後都會接收到不同的指令，每晚都得絞盡腦汁的搜尋歌曲，想適合的動作等，但這些對我來說卻都是我人生歷程裡新的挑戰、新的成長，也看到在機構裡的長者也可以這麼快樂。



是否真的老而無用？

已開發國家平均壽命延長，退休年齡被迫延後，在台灣很多人一到退休在家，常常不知道要做些什麼？由於收入減少，而產生經濟不安全感，限制人的社交活動（減少花費）。研修期間，在特養看到已退休人員來做 care-worker，不但不嫌棄做勞務的工作（洗澡、換尿布），還運用自己的專長帶領活動，讓老人進行機能鍛鍊及娛樂身心。可見日本已徹底實現銀髮生產再造。

日本的民族性是個非常注重禮節及講究傳統文化的國家，故國民守法精神非常高，在這裡每一個員工都能謹守機構服務理念與宗旨，並在實務工作中落實，讓人非常欽佩。

觀察中發現所有員工對待長輩的服務態度都很友善，做任何事之前都會先了解長輩需求並且花時間溝通，同仁工作流程一致性非常高，西川保健福祉會各部門主管常告訴我緊密的團隊討論、溝通及規劃非常重要，且重視團隊間給的建議，我也很認同機構管理有這個模式非常重要。

設施長告訴我員工是很重要的資產，這點我非常認同，沒有員工也就無法讓機構運作下去。這裡的員工年資都非常資深，所以經驗相對成熟，且技術操作上都很熟練，其中居家服務及備餐的過程是最讓人感動，細心了解每一個個案家庭背景與環境，非全責制度且落實交班，每一個部門員工都必須要清楚掌握每一個案動態，服務過程展現團隊合作，一趟出門讓我再一次洗滌心靈，找到在長期照護服務的動力。

心

靈

饗

宴

我的圓夢計畫？日本山形縣西川保健福祉會實務研習





在 選擇實習機構時，自己相當確定要往老人服務領域的方向尋找，不同於期中實習的居家服務以及日間照顧，為了讓自己能夠學到更多，因此，選擇從未接觸過的機構式照顧服務模式，考量之後，決定到組織完善且服務績效優良的「彰化老人養護中心」實習。

剛到彰老時，發現自己所觀察到的與過去所聽聞的老人機構有些不同，而逐漸地打破自我起初的想法，原先以為住在機構中的長輩會過得很不快樂，並對生活抱持著消極的態度，但在中心看到的長輩卻不如所想，長輩們都相當的活潑，見到工作人員，甚至是不熟悉的實習生，都會開心地與我們打招呼，在與長輩互動的過程中，也能讓我感受到積極、樂觀的態度，且充滿活力。

在兩個月的過程中，有很多初次的體驗，例如：接待民眾諮詢、參與團體並擔任協同領導者與觀察者、參與各項活動以及行政上的實務操作，有這樣的

學習經驗感到特別地充實，亦從中學到很多專業知識、實務工作的操作以及人際溝通的技巧與方式，同時，藉此不斷地去挑戰自己的極限，瞭解自我的限制與優缺點，並且在這場域中更主動地去釐清自己的疑問。

最後，很感謝社工科的同仁們對我的照顧與指導，不僅了解我的學習狀況，在我碰到困難時，也會給予建議或是分享一些看法和實務經驗，讓我思考並調整自己的做法，另外，特別感謝督導鼓勵我從「問」和「做」中學習，不必擔心自己不夠好、不夠專業，作為實習生的角色，主動積極的詢問更能有成長和收穫。自己覺得相當幸運能在一個充滿歡樂的地方學習，很感謝中心和社工科提供一個良好、舒適的學習環境，給我一個很棒的學習經驗！



今年夏天，我在彰老

實習生 / 張婷芳

心

靈

饗

宴

今年夏天，我在彰老

起初，來到彰化老人養護中心時，一切都還不太適應。這間養護中心位於彰化市的八卦山風景區，蠻特別的，真正踏進這片土地時，彷彿來到世外桃源，感受這裡環境清幽，空氣清新，一大片地是住民們踏青的好去處，讓人遠離塵囂，享受自然，身心自然洗淨了。

彰老令我訝異的是，這裡的阿公、阿嬤們，活力有朝氣，生氣勃勃，使我們很喜歡與他們一起相處、聊聊天、做很多活動。和我在日常生活中看到的年長者很相似，並沒有太大差別。但養護中心的住民不是沒家人陪在身邊嗎？不過，他們臉上依然充滿笑容、如此快樂無比，心想這裡一定有什麼秘密寶物。

果然，這裡的服務人員們，真的很棒、很偉大。工作不單單只是個工作，而是需要更多一份用心、耐心與細心。首先，他們的任務是服務銀髮族，這些

銀髮族們，皆是各個家庭們的心肝。而這裡的照護人員真的很好，在餵食老人家們吃飯時，他們的互動有如家人般親切，讓人感到溫暖、舒服。而單單只是將老人扶到床上的動作，也是要受訓過，由於養護中心老人們幾乎九成是輪椅代步，所以扶上床這動作，是要特別注意的，才不會讓老人家受傷。這裡的團隊包括，護理師、照顧服務員、社工人員、營養師、物理治療師、藥師等，廚師和替代役們也盡心付出。



心
靈
饗
宴

今年夏天，我在彰老

無題

我是營養系的實習生，實習這兩個多月來，獲益良多，從營養配方奶開始調配起，熟悉住民的管灌配方。團體衛教，學習如何將我們所擁有的專業知識轉變成阿公、阿嬤們日常話語，並且可以加以運用，這真不是件簡單的任務，尤其本身不會講台語，比起其他人會顯得吃力些。一個人營養狀況為何，會先看進食的量來評估，所以我們有一個多月，中午都會去看老人吃飯，發現到部分長輩吃得量不多，也容易挑食，所以要特別在旁邊衛教他們。

很開心來到彰老大家庭裡，每一位人員很善良、很認真在崗位上工作，相信阿公、阿嬤們的家人，感受到長輩們在生活的愉快和美好，心中一定很感恩。也很感謝我有這機會在彰老實習，讓我看到充滿人情味的養護中心，讓我不知道原來在養護中心服務的人員，都是獨一無二的，期待我將來的職業生涯也是很有意義和寶貴的。



營養衛生教育

無
題

退休員工家屬／林文郁

衛護老者懂技巧，
生活起居排的妙，
福安健康需訣竅，
利人利己好微妙，
部門職司很重要，
彰德善行已明瞭，
化身菩薩孰照料，
老人柔弱需醫療，
人溺己溺可知曉？
養心修性勤身教，
護老之心勿藐藐，
中流砥柱先定調，
心存善念萬事了。
全年無休服務好，
體會愛心非閒聊，
同甘共苦形象雕，
仁人之士最逍遙，
讚賞美德家戶曉。





活

動

花

絮

懷
舊
電
影
月

對 現代人來說，到電影院看電影是一件再容易不過的事；但對彰老的長輩們來說，到電影院看電影是一件很不容易的大工程。今年九月，籌備已久的懷舊系列活動－懷舊電影院正式開跑，消息一放出，長輩們都非常期待著影院開幕的那天到來。為了給長輩們最棒的回憶，在整個活動的策劃上下了許多苦心，除了擬真電影票的製作、懷舊小吃的選擇，還有影片的類型，每一環節都仔細思考及篩選，就是希望長輩們能有難忘的體驗。

電影院開始的第一天，長輩們都起了個大早，在各自的交誼區等待志工們的推送，彼此也互相討論以今天要播放的電影，手上也拿著我們交給護理人員的電影票。開播前半小時，志工們陸續至護理區推送長者，阿公阿嬤們都帶著期待的心情到達電影院的門口。我們安排了一位志工在門口為長輩們撕票根，長輩們都說：以前也有小姐在剪票呢。從門口進到影院，長者們馬上發現一個小攤位，有志工正在忙進忙出，長輩們

好奇的問：這攤是在幹嘛？志工們帶著微笑回答說：這攤是煎香腸啦！等一下會分給你們吃喔！一說完，阿公阿嬤們都露出開心的微笑說：真好！真好！有得看還有得吃。



第一個禮拜的電影，我們播放了黃梅調的「梁山伯與祝英台」以及「安平追想曲」，開播後，長輩們聚精會神的盯著螢幕，深怕自己漏看了任何一幕劇情。長輩們也跟著電影的劇情歡笑、哭泣、憤怒和興奮。看著長輩們那生動的表情，覺得籌備活動的辛苦很值得。播放途中，中心主任親自為長輩們分發好吃的烤香腸，長輩們開心的接過烤香腸，配著電影，慢慢的品嚐起來。有些長

活
動
花
絮

懷
舊
電
影
月

輩們親自到香腸攤前用骰子和志工們「賭」香腸，結果是雙手滿載，還分送好幾根給予其他長輩們，大家都很滿足。第二個禮拜我們播放了「龍門客棧」以及「王哥柳哥007」，不同類型的片子，原本以為參加的長輩不會很踴躍，結果超乎我們的預期，兩場次都爆滿。這次搭配的點心是水煎包與小酥餅，長輩們依然吃得津津有味。第三個禮拜我們播放了「我是一片雲」以及黃梅調的「花木蘭」，文藝氣息的「我是一片雲」和耳熟能詳的「花木蘭」，依舊場場爆滿。這禮拜我們也準備了好吃又可口的蘿蔔糕和軟嫩的杯子蛋糕，長輩們一口接著一口，笑的合不攏嘴，直說：看電影配小吃，啾讚！最後一個禮拜，我們選擇了兩部長輩們希望再次觀賞的影片，分別是「安平追想曲」和「王哥柳

哥007」，雖然已經觀賞過，但是長輩們依然很踴躍的前來觀賞，看到激動處還是會跟著劇情落淚，這禮拜中心為長輩準備了芋頭糕，志工秋香大姐也為長輩準備懷舊烤地瓜，長輩們一進到影院，聞到芋頭香及地瓜香，紛紛向志工們問說：可以先來一份地瓜嗎？那副嘴饞的模樣，真的很可愛。

為期一個月的懷舊電影月在播完最後一場次的電影之後吹起了熄燈號，但是看到長輩們每次看完電影後那種滿足的神情，會讓自己覺得自己的努力很值得，陪著長輩們一起歡笑，心靈也感受到了幸福感。長輩們也很捧場，直說下次如果還有電影，一定要趕快通知，她們還想繼續觀看電影。



活

動

花

絮

住民秋季旅遊活動

住民秋季旅遊活動

護理師 / 李名媛

哇！阿公阿嬤秋季旅遊開鑼了，活動前幾天有巨爵颱風侵襲菲律賓後北轉的攪局，工作同仁及長輩們正擔心著天候不佳而影響此次活動，好感恩老天爺給了個風和日麗的好天氣，阿嬤們一早就起床，裝扮得妖嬌美麗，並戴起了耳環，穿上了新衣，每位長者都精神奕奕，雀躍之情溢於言表。

在車上長者們除了欣賞沿途風景，也同時歡唱卡拉OK，個個眉開眼笑，充滿了歡樂的氣氛，路程不遠，很快的就抵達了中心為阿公阿嬤們籌劃的民俗人文之旅，秋遊首站－南投竹山紫南宮，紫南宮是以祀奉福德正神為主，也就是俗稱的土地公，據傳非常靈驗，香火鼎盛，遊客眾多，是全國最知名土地公廟宇之一，更是有名的南投旅遊景點。一下車，步行一小段路就看到建築外觀設計成竹筍外型，紫南宮斥資千萬建造的七星級公共廁所，尤其是內部設備新穎典雅，有噴泉流水、加上柔和的光線、配上音樂與陶瓷壁畫，讓長者們深深地感受到如廁是一種享受。

紫南宮以求發財金聞名，來到這裏到處都看得到金元寶及金雞的蹤影；看到阿公及阿嬤忍不住停下來摸一下金元寶、金雞及金蛋沾沾喜（財）氣的畫面，還挺有趣的。紫南宮香火鼎盛，長者們誠心上香祭拜，阿公及阿嬤嘴裡念念有詞，不知是在祈求身體健康，家人幸福平安，還是國運昌隆，相信土地公會讓長者誠心的祈求一一靈驗。



拜拜後帶著長者到附近的市集逛逛，竹山什麼最有名？當然就是地瓜囉，用地瓜所製作成的蜜地瓜、蕃薯餅、竹筍包等看起來就非常可口，阿公阿嬤逛的不亦樂乎，也開始大包小包的採買，準備回中心後與其他未能夠一同出遊的長者分享此次出遊的喜悅。



到了吃飯時間，格外飢腸轆轆，當然要先讓長輩用餐才有體力接續下午的行程，中午就在紫南宮旁的吉祥樓用餐，餐廳的菜餚用料實在，菜餚軟硬適中大家都吃得津津有味，長者的臉上洋溢著笑容，說明了佳餚實在太棒了【喔呀系餒】！

下午來到了緊鄰南投市區的中興新村，這裡曾是台灣省政府的所在地，這次帶長者參訪的國史館台灣文獻館，是位在中興新村較邊陲的區域，也最靠近南投市市區，館前廣大的廣場，假日就有很多人喜歡到這裡，是散步的好地方，哈哈～我也不例外，因為我家在南投市區離國史館很近。位在正中央的文物大樓，仿歐洲文藝復興式的建築是其特色，我們在典雅的大樓前拍了團體照留念。



長輩們進入大廳後，麗雪阿姨驚喜的叫聲，吸引大家的目光抬頭往上一看，由幾何圖型及鮮豔色彩組成的圓頂式天花板讓人驚豔，館內導覽志工詳細為長者解說陳列的台灣相關歷史文物、重建台灣復古景致，豐富的台灣古籍典藏、日本統治時的台灣檔案，台灣歷史文化的發展演進時程。也詳細說明台灣民俗的特色介紹，如：台灣民俗主要源頭－原住民文化、大陸閩粵民俗、本地獨特風俗及外來文化影響、農村曲、漁村即景包括養殖、曬鹽…日常起居古物展、建築形式、風水格局，藉由深入的解說，讓長輩們更進一步了解台灣在地的歷史文化，同時勾起了年輕時代的回憶。



這次知性之旅時間過得特別快，回程途中秘書特地請大家享用位於中興新村第三市場內有名的正典牛乳大王的冰磚，今日阿公阿嬤帶著愉快的心情，滿載而歸返回中心後，中心主任親自在大門口迎接長者，秘書發送伴手禮古早味爆米香給長者及工作同仁，讓本次旅遊畫下完美句點。



相招逗陣行 美學藝術觀摩 社區活動心得

護理師 / 曾惠英、照服員 / 褚春滿

「相招逗陣行」住民社區活動是從今年5月開始由各護理區輪流辦理的活動，主要是分上、下午2個梯次，每梯次3位住民（因重陽節甫獲獅子會捐贈1台復康巴士，未來還能視派車情況讓更多住民參加），由工作人員及志工陪伴，依長者的意願到鄰近社區中的傳統市場、生鮮超市、大賣場、縣立美術館、美學館，天氣涼爽時還可以到戶外景點，享受逛街、購物、欣賞展覽或大自然風光，舒展身心。

9月份由本(2C)區辦理，訂於10日到「國立彰化生活美學館」及「國立彰化藝術高中」參觀，本次活動計有兩梯次各3位行動不便的阿公、阿嬤，有隨行的護理師、照服員、志工一起陪著阿公阿嬤們一起參加。出發前中心主任、秘書特地前來提醒安全及注意事項，大伙帶著雀躍的心情搭車前往參觀地點。

行程的第一站是「國立生活美學館」，我們搭乘院內的復康巴士遠遠便看到宏偉的美學館建築矗立在前方，抵達美學館大門便有美學館志工前來作導覽服務，本次的導覽人員剛好是中心前幾年剛退休的唐華芬護理長。略作寒暄之後，唐護理長親切、熱誠又專業引導我們循著身心障礙導覽動線，為我們做導覽解說服務。

今天館內有三個展覽展出，循著動線先參觀「許世恭詩文國畫展」，首先觀賞影片介紹後，就到第1、2展廳欣賞許大師畫作及詩文作品。許大師是彰化子弟，他特別將幼時所處之家鄉山水形構與理想中的美感情境，注入藝術作品之中，本次展出作品主要以傳統水墨畫為本，透過題款詩作於畫中展現「畫中有詩」為其最大特色。接下來轉往第3展廳A參觀「生活中的靜謐-李玫俶油畫展」，李老師以我們四周常見的生活用

活

動

花

絮

「相招逗陣行」——美學藝術觀摩社區活動心得



活動花絮

「相招逗陣行」——美學藝術觀摩社區活動心得

品(如家具、扇子等)為主題，運用明亮的色彩將生活中常見的點滴融入畫中，展現出家庭溫馨的感覺，讓人覺得心情舒緩。繼續前往第3展廳B室參觀黃明珠老師「書法藝術生活化」的書法、彩墨作品，作者結合社會議題、話題新聞等，將在地生活融入詩、書、畫意境，於古典書道中看到現代技巧，可說是韻味獨具。

離開了清涼舒適的美學館從旁邊的步道往上走就是今天的第二站～藝術高中，今天晴空萬里、陽光普照，還好坡道旁有著陰涼的樹蔭與徐徐的涼風讓人覺得心曠神怡，雖然如此推著輪椅走完坡道後，大家在側門口稍作休息，免得氣喘吁吁地。這兒花草樹木多，為避免阿公阿嬤們被蚊蟲叮咬，我們準備的防蚊液在這兒剛好派得上用場，幫我們阿公阿嬤們好好塗抹一番。請工作人員協助打開大門進入藝術高中後，一夥人漫步推著輪椅走在充滿花草、綠葉與芬多精的校園中，大家興奮地大聲談論著眼前的美景時，突然發現旁邊的教室中還

有學生正在上課，當下立即鴉雀無聲，靜悄悄走過並感受這舒服的綠林環境。藝術高校園中由老舊軍營改建的校舍看起來古色古香，加上充足的綠化與低遮蔽率讓這裡的戶外非常舒服，有別於都市裡那水泥叢林與繁忙緊張的感覺。

藉著這次出遊的機會，大家陪著住民至生活美學館欣賞精采的創作，並享受這難得的藝術氣息，從現代藝術建築的美學館到老舊兵營改建的藝術高中，這兩個緊鄰又充滿不同藝術氛圍的單位，加上周邊充滿綠化的休閒空間，讓住民可以得到充分的休閒又不至於太過疲累，還能讓阿公、阿嬤重溫到學生下課時充滿青春活力與熱情的氛圍，並吸收芬多精放鬆與舒緩心情。雖然出遊對阿公阿嬤的體力是一大挑戰，但活動時大家臉上露出的笑容讓我知道其實老人家們是很期待出遊的，不管出遊地點是哪裡，對於長年活動都侷限在養護中心一隅的住民來說，在身、心、靈各方面都有超乎想像的滋養功效。



參加創齡-

銀向樂活運動會

心得分享

護理師 / 葉麗慈

活

動

花

絮

參加創齡 | 銀向樂活運動會心得分享

9月9日，這天讓我們期盼了好久...「104年度銀向樂活全國老人福利機構運動大會」終於到來。身為啦啦隊長的我，當然一大早就來準備迎接今天的挑戰，看的出來我們的選手阿公及阿嬤都帶著些許緊張且愉悅的心情準備迎戰，我們坐上了復康大巴後，護理長先在車上幫各位阿公阿嬤們緩緩緊張的情緒，也不斷提醒我們中心主任的叮嚀「不要在意比賽的輸贏，只要帶著熱情、愉快的心情參加運動會，享受比賽熱鬧、歡喜的過程就好」，阿公阿嬤們嘴上回應說好，但是臉上似仍露出那在意的表情。

抵達烏日高鐵展覽館的運動會場，協助每位長者下車時，衛生福利部社會及家庭署田主秘及中心主任、秘書都一起迎接著我們抵達運動會場，熱情地問候大家，田主秘一一的向阿公阿嬤們加

油打氣，充滿歡樂的氣氛。賽前由我帶著阿公阿嬤們做暖身運動，疏鬆筋骨，並談談心中感受舒緩阿公阿嬤緊張的壓力，東卿阿公自信又肯定的語氣說「一定會得獎」，雄毅阿公也自信滿滿的笑著說「會全力以赴」，每位老人家都神情看似輕鬆，但他們的心裡都帶著堅強的戰鬥意識，迎接這次的挑戰。

開幕式前，由一群年輕有活力的學生勁歌熱舞帶動現場氣氛，再由進財阿公代表全體運動員宣誓，我們的進財阿公展現他大將之風的氣勢，英姿簡直帥到不可言喻。

比賽開始了～第一項比賽：輪椅接力賽，現場阿公阿嬤及工作人員大聲加油歡呼，阿公阿嬤們更是奮力推輪椅衝到終點。第二項比賽：吹箭，阿公深吸一口氣後屏住，用力朝中心點吹射，很有趣的是大家的情緒都會跟著箭沈住在

活動花絮

參加創齡—銀向樂活運動會分得分享

標靶上，不敢大聲喊加油，擔心阿公受影響。第三項比賽：門球，這是今年新項目，由清敏阿嬤擔任守門員，全副武裝穿戴安全帽，運用雙手抵擋對方的球，左擋右擋，上擋下擋，就是不讓你得分，真是厲害，每個球都擋的漂亮。換我方進攻，東卿阿公拿著球，上下左右揮舞著，試圖讓對方猜不到球會從何處發，真是高招！第四項比賽：九宮格，阿公阿嬤們手抓著球，轉動肩膀，使勁的將球擲出，這一項我們拿到滿分九分。第五項比賽：桌上保齡球，瞄準後將球用力推出，好一個全倒！最後一項比賽：排球，阿公阿嬤專注著球的方向，技巧性又敏捷的將球打到對方場內，沒有觸網和越界，哇！得分又得分了，大家讚不絕口的歡呼，太棒了，打得好，打得精彩，真是厲害，打得對方落花流水，你說，我們是不是強棒出擊呢！

整場比賽下來，比看大聯盟棒球賽還來的緊張刺激，工作人員都喊到聲音沙啞都還樂此不疲，每位阿公阿嬤都像

我們的超級偶像，大會協助人員說「你們彰老工作人員都比阿公阿嬤還緊張、還要興奮」。

成績公佈…我們阿公阿嬤們真是厲害，也都像阿公阿嬤們的自信的預言一樣，我們彰老再次勇奪「金牌獎」，真是令人開心振奮！這喜訊讓我們興奮的等不及先打電話回來中心，告訴大家「我們又得金牌啦」，讓大家一起分享這份喜悅與榮耀！

回到中心後志工、同仁、阿公阿嬤們都等待著凱旋歸來，獻上最高的喝采，拉炮、花圈、熱情的搖鈴及掌聲…，由中心主任替每位參賽選手戴上金牌並贈上最透心涼的鮮果汁茶飲和餐盒，讓阿公阿嬤們享受著超級偶像般的風光。

隨著比賽的結束，也漸沉澱心中的激昂，覺得協助阿公阿嬤們這場運動會活動，非常有意義，阿公阿嬤的運動精神令我佩服，那努力又專注的眼神，絕對會讓你牢牢地記住，也會讓你有難以忘懷的感動！



老吳-阿榮伯

圓夢計畫の心得分享

護理師 / 吳靜宛

圓

夢

傳

愛

老吳-阿榮伯圓夢計畫の心得分享

記得老是愛”烙英文”、愛說笑又很會唱歌的阿榮阿公，褪去愛開玩笑的外表，夜深人靜時，阿公總輾轉難眠、難掩落寞，說他想家、想他的船、想鹿港，阿公說：「如果可以的話，還要開船帶著你們一起出海玩，去抓些海產煮來吃！我很會煮蚵仔煎歐！」說話常常顛三倒四的阿公，總能精準無誤的向工作人員背出老家住址，言談間也總提起以前出海捕魚的種種，對老家、海邊總有無限地思念。

5月13日，保健科來電告知今年度抽血異常報告，阿榮阿公的血色素異常低，去電聯絡案長女帶外診，診斷疑似食道癌。阿榮阿公與案妻離婚，共有三女一男，入住兩年多來，除了大女兒外較少看到其他家屬來訪，突如其來的噩耗，也加速了我們圓夢計畫的進行。記得那天，我打電話與案長女討論圓夢計畫的路線時，也好希望他們能一同前來，與護理長商量是否可配合家屬休假時間，感謝護理長從中協調及司機大哥的配合，順利選定休假日一起為阿公圓夢。

6月6日星期六，一早天空黑壓壓地下著大雨，連日來的大雨讓我好擔心，所幸中午過後天空終於短暫放晴了！下午兩點，案長女準時出現在護理站，我們整理好阿榮阿公的儀容及所需物品就前往中心門口與司機大哥會合。一到門口時，我不禁驚呼一聲，阿榮阿公的兒女們都來了，女婿媳婦也來了，小孫子甚至是與阿公離婚多年的阿嬤也一同來了！阿榮阿公忙著跟女兒們聊天，我忙著為他們拍照記錄下這一刻，很是溫馨感動。下午2點20分，一行人浩浩蕩蕩的出發了。



圓

夢

傳

愛

老吳—阿榮伯圓夢計畫的心得分享

第一站來到阿榮阿公中風前居住的福興鄉管嶼厝，門口停泊著阿公以前的膠管漁船，聽說這漁船是阿公自己搭建的，以前船上還有間小木屋呢！阿公又說了很多出海捕魚的趣事給我們聽。回到老厝，大家都相當懷念，這裡人情味濃厚，路過幾位阿公的故交，住對面的阿姨、騎腳踏車經過的阿嬤、騎機車的阿公，都特地繞進來與阿公敘舊一番，看他們熱絡的擁抱、握手、激動的神情，都是久別重逢的思念啊！離開古厝前，阿榮阿公默默的拭淚，麗汝姊握著他的手給他安慰支持。



離開古厝後，我們跟隨著案子的車，順利來到阿公以前捕魚的海邊，阿公感慨的說：「這裡變好多！」遙望海邊，阿榮阿公一臉懷念感傷。海濱建設了美麗的木棧道，讓我們可以順利的推阿公在海濱散步，阿公看著海一邊吃著案

女遞過來的零食，一邊回味著當年捕魚的情形，好不愜意。案三女推著阿公在木棧道走著、聊著，旁邊圍繞著所有的家人，笑聲滿滿，幸福滿滿。



風雨欲來，我們也不敢久留，看著阿榮阿公意猶未盡，不願那麼快返回中心，案子提議大家一起去鹿港吃麵線糊，阿公看見招牌，急著跟我介紹—王罔麵線糊，鹿港很有名，開店有80年了，我們甫坐下開始享用美食時，就下起傾盆大雨，這場雨，讓阿公又多了一些時間跟兒女們相處，看他們有一搭沒一搭的聊天，有一點許久未見的生疏卻又相當熟悉的互動，看得我感觸良多。離開前，與案長女在旁討論阿榮阿公的疾病治療方針，案長女感動滿滿，很高興中心這計畫能讓她遠在各地的家人重新聚在一起，重遊舊地，讓他們的心又聚在一起了。很高興這次的圓夢計畫獲得家屬那麼多行動上的支持，讓阿公的心又更圓滿了。



編者按：圓夢傳愛需及時，阿榮伯業於104年11月29日因病辭世，祝阿榮伯在西方極樂世界無牽無掛。

高鐵台北圓夢之旅 護理科



近年來中心推動各式住民活動不遺餘力，帶住民搭高鐵的想法其實已經醞釀很久了，這次是因為中心主任大力的支持及推動，經過幾次的會議，從工作人員的討論、工作人員向長輩們詳細介紹勘查路線結果及讓長輩們自行選擇圓夢地點，約1個多月的籌劃及等待，帶長者搭高鐵到台北圓旅遊夢的日子終於來到，當天一早有長者等不及工作人員的帶領，就自行到大門口集合，7點半在大門口集合留影後，由中心主任與秘書帶隊分別搭乘中心的復康巴士前往高鐵台中站，在2樓大廳由高鐵台中站的副站長代表接受本中心的感謝狀，本次能成行，要感謝台灣高鐵公司大力贊助車票，讓我們能利用有限的經費來辦這個活動，老人家們對這個活動期待已久，聽說還有不少長輩昨晚徹夜難眠呢！在體驗高鐵的300公里時速後，不到1小時就到達台北，高鐵還派專人引導我們轉搭捷運呢！本次活動因長者不同的選擇，我們分為淡水、陽明山、市區（龍山寺、西門町、101大樓）3個路線，讓我們與各小組一同去旅遊吧！

淡水之旅

進到台北火車站，慶洲阿公望著偌大的購票大廳時，馬上大聲的發出讚嘆的聲音，說“改得好讚，很高很闊，以前這裡是矮矮小小的”，我們搭捷運來到淡水老街，吃著當地的老店阿給，當然也不忘鐵蛋、蝦酥、魚酥，長輩都露出滿足的笑容。

為了讓阿公阿嬤不虛此行，工作人員奮力推著輪椅翻山越嶺地將長輩帶上淡水的小白宮。“哇！”，阿公阿嬤一聲驚呼，很興奮從未來過的地方，外觀似美國小白宮造型的建築，依舊保存得完好美麗，在藍天綠地的襯托之下勾勒出如畫的風情景緻，看到了5對新人在此拍攝婚紗，我們也不落人後的拍了好

圓

夢

傳

愛

高
鐵
台
北
圓
夢
之
旅

圓

夢

傳

愛

高鐵台北圓夢之旅

幾張照片，之後沿著淡江中學進到真理大學，在牛津學堂、大教堂前合影，這裡的建築和景觀非常優雅獨特，充滿了文化的氣息。



都上山了，當然也要下個海，我們從紅毛城搭乘低底盤公車來到了漁人碼頭，再轉搭渡輪回淡水老街，渡輪的船員熱心協助將長輩連人帶輪椅的抬上船，像抬媽祖似的，讓阿嬤覺得緊張又刺激。在船上慶洲阿公靜靜地望著窗外風景，往事歷歷在目，一會兒滔滔不絕地訴說著陳年往事：「年輕時跟著兄弟姐妹在淡水如何打拼，認識了多少朋友，又到過台北哪些地方居住工作，直到退休才回彰化老家。」聊著聊著我們就回到了老街，熱情的阿嬤為了跟中心的朋友們分享出遊的喜悅，在老街大肆採購，回程在高鐵上，應慶洲阿公的要求，大家陪著他一起吃著台鐵便當，阿公整個食慾大開，吃到便當見底。搭著車回中心的路上，阿公依然捨不得闔眼休息

，阿公阿嬤訴說著這次的台北之旅，既愉悅又充實，當晚大家都累到早早就睡了。

陽明山之旅

「很想聽台北熱鬧的聲音，也想去陽明山買些山產」，照男阿公從小視障，愛聽廣播的他未曾到過台北，但透過廣播感覺台北是個不錯的地方，尤其是陽明山，所以我們就為了他加開了路線。從台北站出發後我們搭乘捷運淡水線來到北投，轉乘小9公車直達阿男阿公朝思暮想的夢幻之地 - 竹子湖，下車感受到晚秋山上微冷的寒意，還好有熱心人士李秀英小姐前一天的細心叮嚀，我們多帶了衣物及雨具。漫步在煙雨濛濛的陽明山上，有如神仙般騰雲駕霧的感覺，沿途向阿公介紹所有的一景一物，讓其感受到新鮮空氣、花香、鳥語、潺潺流水聲。



李小姐引介的「發現生活園藝」餐廳是當地湖田里里長開設的，里長親切招待適合長輩食用的美味山產佳餚，好吃得讓阿公說不出話了，實在是“喔咿系餒”！里長不僅精通廚藝，親手佈置的餐廳景觀、園藝設計也很棒唷！真所謂景色美、氣氛佳，胃口也跟著好了起來。探路時得知此次活動而願意提供交通服務的熱心人士李小姐提早 1 小時結束市場鮮花生意，全家動員開著 9 人座車，來餐廳用餐接長者一同至小油坑，讓阿公聞聞瀰漫在空氣中純天然硫磺味、聽聽可將蛋煮熟的滾滾溫泉聲，解說著芒花如何製作成掃把等。又帶我們到冷水坑體驗泡腳的樂趣，阿公可開心的呢！雙腳不停地搖動，撥弄溫泉，高興得都不想起來了，瞧阿公每張照片都笑開懷的比「讚」。

感謝李小姐全家的溫馨伴遊接送，犧牲睡眠。也謝謝里長美味的午餐，還致贈海芋帽子，讓阿公此次圓夢之旅增添許多美好回憶。

龍山寺、西門町、101 之旅

本次 8 位住民中，有 5 位選擇了市區線，其中有許多位長者是舊地重遊的，一路上可以向工作人員介紹有哪些是老店，好吃的古早味在哪裡，也有長輩們感歎台北變了好多，進步得很快，一下子就將往日的記憶與話匣子打開，其

中的阿山阿公更是要求要去看他熟悉的地方，所以中途由同仁陪伴離隊前往，本線先到了龍山寺，大家虔誠地上香祈求平安，隨後轉往西門町，參觀了紅樓，也品嚐了美食，最後終於到了嚮往已久的 101 大樓，原本想上觀景台欣賞台北景觀，但是因為遊客太多而作罷，本線最大的心得就是，乘坐輪椅搭捷運不容易，尤其是要搭乘電梯上上下下相當不方便，壓縮了許多時間，也讓工作人員很辛勞，如果電梯車廂能再大一些，動線再順一點，就會玩得更盡興。



後記：本次活動能順利完成，要感謝很多人，從方護理長的提議、中心主任及秘書的支持、劉護理長的規劃聯繫、高鐵的大力贊助，到一路上高鐵工作人員親切的服務與在車站的引導、北捷工作人員及一路上所有協助的人，尤其是陽明山線的李小姐一家人與里長，當然還有本中心的工作同仁，劉護理長的先生也自費帶著單眼相機全程協助拍攝。本次活動最大的感動除了讓長者們圓了旅遊夢之外，也讓我們欣賞了台灣最美麗的風景-人。

摯愛無盡 模範家屬表揚

摯

愛

無

盡

摯愛無盡 模範家屬表揚

為表彰家屬尊親敬老之行為，鼓勵家屬親至中心探視長者，中心辦理模範家屬表揚今年邁入第5年，深獲家屬、志工及工作人員之認同，今年度經由中心審核小組通過，計有親子檔13組、姊妹檔1組、祖孫檔1組、另1組含夫妻、親子組，共16組獲選模範家屬，於10月18日重陽節園遊會公開表揚，獲選人員除了定期至中心陪伴關懷外，也發揮愛屋及烏精神關愛其他住民。



受推薦人姓名：張純冠 推薦人：鄭護理師迺慧

具體事蹟

張小姐的婆婆入住中心約3年多，婆婆剛入住時身體功能欠佳需人協助，張小姐常來探視陪伴、陪同至台中看診，近兩年婆婆日常生活自理漸佳，生活作息規律，晨起可外出運動，食慾及精神好。張小姐於下班後來探視，每周約1-2次，陪伴婆婆噓寒問暖，在話家常之餘常伴有歡樂氣氛，遇節日時家屬則陪同長者外出用餐，享受全家歡聚時光，其孝行讓人感動。

受推薦人姓名：劉恩賜 推薦人：陳護理師慧琳

具體事蹟

劉先生的父親入住中心約10年，劉先生固定每週日會帶外食來探望父親，陪同用餐、戶外散步曬太陽、話家常，並按時協助領取長期口服藥，對於外送就醫時配合度佳，父親因疾病致表達能力較被動，對照護偶易不配合，劉先生可在旁細心安撫其情緒，以利工作人員進行照護活動。

劉先生於工作之餘，除陪伴父親盡孝心外，更將這份心力往外擴展，每星期三來中心當志工，推送長者參加宗教靈性活動，讓長者心靈得以慰藉、平靜，如此大愛足為楷模。

受推薦人姓名：張連慶 推薦人：謝護理師佳惠

具體事蹟

張先生的母親入住中心約1年多，母親入住後，因疾病致日趨不愛進食，張先生每日會帶母親喜愛之食物（如：碗粿、蛋糕、麵食）及營養補充飲品（安素），並協助餵食，也常推坐輪椅的母親戶外散步曬太陽，舒活筋骨，聊天話家常，準備泡好的茶水予母親飲用，讓阿嬤心情愉快，如此孝心，讓人稱讚不已，值得我們效仿。



受推薦人姓名：**王平** 推薦人：**林護理師美榕**

具體事蹟

王先生的父親今年五月新進住中心，剛開始還在適應期，王先生幾乎每天前來探視父親，知道父親有失智傾向，時常忘東忘西且情緒起伏大，並不嫌煩，有耐心地陪伴聊天，還買了電話卡寄放於護理區，表示若父親想聽他聲音，就請工作人員協助打電話給他。知道畫畫是父親最自豪的事情，偶利用空檔時間來陪伴父親畫畫轉移注意力，兩個人坐著雖然無對談，但觀察案子看著父親畫畫時佩服的眼神，及對父親的作品讚不絕口，著實讓人感到非常窩心。王先生說：「雖然媽媽還在，但因為父親失智症狀常使她不勝其擾，兩人關係因此緊張，一邊希望媽媽能放鬆心情享受人生，一邊希望父親在中心也能得到完善照顧，自己忙一點沒關係，也好在太太及孩子們都能夠同心體諒。」因為王先生的貼心孝行，也讓工作人員發現住民適應情形越來越好。



摯

愛

無

盡

受推薦人姓名：**林志鴻** 推薦人：**顏社工員珮純**

具體事蹟

林先生的父親入住中心已1年多，每週前來探視1次，父親身體狀況不佳時，經護理區通知可完全配合協助就醫相關事宜，如父親有想吃的食物，林先生二話不說買來讓父親食用，另也會攜帶自家種的酪梨供其他長者一同品嚐。父親曾表示想在中心種酪梨樹，經中心同意及工作人員協助聯繫後，林先生即購買酪梨樹種子，讓父親一圓此夢，從林先生盡心盡力去滿足父親各項需求的過程中，可看出林先生對父親的孝心及重視。



摯愛無盡，模範家屬表揚

受推薦人姓名：**蔡德偉** 推薦人：**林護理師美榕**

具體事蹟

蔡先生的母親入住中心已10個月，蔡先生個性溫文儒雅，待人親切好相處，告訴工作人員母親本身個性熱情外向，除了鼓勵有空可多參加中心活動之外，自己平時也常於下班後來中心陪伴母親閒話家常，同享天樂。母親偶而因疾病因素感到腰痠、下肢麻痛，蔡先生來訪時偶會陪伴讓母親扶著輪椅練習走路活動筋骨，且每次一定會幫母親足部按摩，小腿放鬆，並用熱毛巾熱敷緩減不適，使母親感到無比放鬆舒暢，身心靈都能感受到兒子的孝心，令人感動。



受推薦人姓名：**張沛琳** 推薦人：**林護理師美榕**

具體事蹟

張小姐每個禮拜皆會來中心探視母親，每次探視母親時也會帶母親愛吃的食物（如：水果、地瓜、糕餅…等其他食物）並和中心其他長者同桌分享、且親切的嘘寒問暖，增進長者間的良好關係。張小姐對母親的關心也不在話下，若母親有情緒上反應或身體不適，都會盡快找時間前來探視，並非只是在電話中要求工作人員幫忙安撫，張小姐說：「自己的母親當然要關心，讓她一個人來這邊住是不得已，也很捨不得，自己沒結婚就是為了照顧母親，不會嫌累！」時常扮演母親與工作人員或其他長者間的溝通橋樑，讓母親適應中心生活，貼心的孝行讓人感動。



專

題

探

討

摯愛無盡，模範家屬表揚

受推薦人姓名：**陳嘉明** 推薦人：**蔡護理師淑娟**

具體事蹟

陳先生為父親的次子，待人親切有禮，每週日都帶著家人前來中心陪伴父親。父親因退化，說話音量小且難具體回應關心，但陳先生總是耐心的與住民閒話家常，說些趣事逗父親開心，讓父親能有含飴弄孫的滿足心情，那三代同堂溫馨畫面總是令人欣羨不已。每當父親身體不適需外診時，陳先生都事必躬親前來中心協助陪伴就醫，讓父親感受到兒子的陪伴，陳先生的孝心能讓父親忘記病痛的折磨，在父親臉上總是露出的都是滿足又安詳的笑容。



受推薦人姓名：**黃錫仁** 推薦人：**劉社工員育婷**

具體事蹟

黃先生的母親入住中心已8個多月，父親過世40多年，母親獨自扶養其與兄弟長大，幾乎每天能見到黃先生前來陪伴母親，並推母親在院區散步，彼此互動佳。雖然母親血管型失智症，僅能簡單言語，但母子互動中可看見溫馨、簡單及自然的畫面。在母親入住中心這段期間，黃先生也參與DVD業務簡介拍攝和配合中心事項，黃先生的妻子是管弦樂老師，知道中心開辦失智照顧服務，主動提供失智症音樂治療教材。關於母親的身體狀況，黃先生會主動向護理人員詢問和討論，能盡力做到的事情，都會親自為之，孝行令人感動。



受推薦人姓名：**黃蔡昆 黃蔡玉寶 黃梅春** 推薦人：**劉社工員育婷**
黃儀成 劉珍鳳 黃儀忠

具體事蹟

黃家的大家長入住中心已4個月，長輩於去年第3次中風後無法繼續從事樂手工作，也無法再住小琉球家鄉讓妻子照顧，在家屬思量下安排入住中心。兒媳、女兒幾乎每日輪流前來中心陪伴，妻子每個月都會從小琉球舟車勞頓搭船、轉車，再由媳婦或女兒接送到中心陪伴先生，情感真摯，為之動容。家屬主動關心長輩身體狀況並能配合中心事項，這段期間家屬也參與中心家屬座談會、DVD業務簡介拍攝等重要活動，從彼此互動中流露家屬與長輩間深厚和真誠的情感。



畫說照護心得

照服員 / 邱世基

畫

說

照

護

畫說照護心得

協助上下床



創作緣由：

抱阿公上下床，總是讓我累得氣喘如牛，忍不住開玩笑問：「阿公你到底是190公斤還是190公分」，阿公以慎重的態度說：「不是啦！」教我不要搞錯了。

本中心住民「創齡～銀向樂活」競賽活動



創作緣由：

本中心住民代表參加「創齡～銀向樂活」活動連續2年都獲得金牌，為了讓更多住民都能享受競賽時的刺激與樂趣，中心內部會先辦理「熱身賽」，這是競賽時大家歡樂的畫面。

大

104年7-12月大事紀

中心大事紀

- 7月13日 參加衛生福利部疾病管制署「2015守護台灣：薪火相傳」手部衛生接力活動榮獲長期照顧機構「畢力同心獎」第一名
- 8月12日 開辦失智照顧服務
- 8月24日 中元普渡
- 9月25日 中秋聯歡晚會
- 10月18日 重陽節園遊會
- 10月20日 居家關懷個案重陽節關懷慰問
- 11月12、13日 與台灣長期照護專業協會合辦「104年度老人福利機構護理人員品質監測指標工作坊」
- 11月27日 獲衛生福利部國民健康署「高齡友善健康照護機構」認證
- 12月10日 歲末平安戲

外界機關、團體參訪關懷

- 7月 1日 內政部役政署輔導役男關懷服務
- 7月23日 臺北市生產力促進協會偕同大陸珠海市老人協會參訪
- 7月31日 彰化縣青果加工職業工會關懷慰問服務
- 8月12日 永福教會-青年團契獻詩
- 8月20日 台灣金控集團委託蘋果市集-魔術表演關懷服務
- 8月31日 彰化市阿夷社區發展協會台語歌唱班關懷服務
- 10月 8日 外交部亞西及非洲司安排史瓦濟蘭王國副總理戴保羅 (Paul Dlamini) 一行參訪
- 11月20日 南華大學應用社會學系師生參訪
- 12月25日 中臺科技大學護理學院老人照顧學系師生參訪

住民活動

- 7月13日 長者識字班結業典禮暨成果發表會
- 7月21日 夏季庭園活動
- 7月27日 辦理本中心住民「創齡～銀向樂活」競賽活動
- 7月27日 2D社區活動「相招逗陣行」-華陽市場、全聯、裕毛屋
- 8月 5日 3C、3D社區活動「相招逗陣行」-家樂福、美學館
- 8月 6日 健康講座(骨質疏鬆症飲食須知)
- 8月10日 健康講座(認識關節炎)

中心大事紀

大

事

紀

中心大事紀

- 9月 2日~9月24日 懷舊電影月活動
- 9月 9日 參加全國老人福利機構運動會第二屆「創齡~銀向樂活」活動
- 9月10日 地藏王菩薩誕辰-誦經祈福
- 9月10日 2C社區活動「相招逗陣行」-美學館、彰化藝術高中
- 9月16日 秋季庭園活動
- 10月 2日 2D社區活動「相招逗陣行」-全聯、華陽市場及裕毛屋
- 10月 6日 參加中彰榮家音樂會(老歌、民謠演唱)
- 10月22日 辦理第1梯次秋季住民旅遊活動前往竹山紫南宮及中興新村國史館
- 10月27日 參加中彰榮家音樂會(老歌演唱)
- 10月28日 辦理第2梯次秋季住民旅遊活動前往竹山紫南宮及中興新村國史館
- 11月23日 威勝信望愛基金會-慶祝聖誕節活動
- 11月24日 辦理公費住民搭乘高鐵台北一日遊圓夢活動
- 11月27日 2E社區活動「相招逗陣行」-茉莉花壇夢想館
- 11月16日~12月28日 彰化社區大學鄉土歌謠班
- 12月 7日 財團法人錠崙藍鵲社會福利慈善事業基金會-懷舊電影播放
- 12月 9日 冬季庭園活動
- 12月16日 卡拉OK教唱班結業式
- 12月23日 天主教聖十字架堂-聖誕彌撒
- 12月23日 永福教會彩虹媽媽慶祝聖誕節活動
- 12月24日 結合彰化市農會陶笛班辦理慶祝聖誕節活動

定期性活動

- 星期一下午 DIY快樂餐(每月2次)
- 星期一下午 長者識字班(7/13結業式~成果發表會)
- 星期二中午 在地美食快樂餐(每月1次)
- 星期三下午 永福教會基督教團契(每月2-3次)
- 星期三下午 卡拉OK歌唱班教唱(3-12月每月2次)
- 星期二/五下午 妙法寺/雪心文教基金會—佛學講座
- 星期四上午 大連美髮型沙龍個別化理容服務(每月第3週)
- 星期四下午 重度失能住民感官認知功能刺激小團體活動(每月第2、4週)
- 快樂動起來-體適能促進活動(每月第1、3週)
- 住民、或環境清潔住民獎勵金(每月第3週)
- 每月第3週星期四 慶生會活動
- 星期五上午 彰化聖十字架堂教友探訪
- 星期五上午 威盛信望愛基金會帶領唱詩歌、講聖經故事(每月2次)
- 星期五上午 志工快樂餐
- 星期五下午 香功活動
- 每週星期五 懷舊快樂餐

志工會議與活動

- | | |
|---------------|--|
| 7月17日 | 參與彰化縣政府104年度志願服務績效評鑑 |
| 7月31日 | 第2次幹部會議 |
| 10月1日 | 第3次居家服務組會議暨個案研討 |
| 11月7日 | 副隊長劉月娥女士接受第25屆金駝獎頒獎表揚，本中心志願服務隊獲邀志願服務歌帶動唱表演 |
| 11月11日~11月27日 | 志工第2次各小組會議 |
| 11月14日~15日 | 志工大會師及觀摩活動 |
| 11月25日 | 社區關懷據點研習 |
| 11月26日 | 第2次生活關懷組小組會議暨個案研討 |
| 11月28日 | 彰化縣志願服務隊104年志工表揚大會 |
| 12月3日 | 志願服務隊幹部改選暨第2次隊員大會 |
| 12月3日 | 第3次幹部會議 |

研訓活動

- | | |
|----------|------------------------------|
| 7月21日 | 在職教育-如何預防及避免職業傷害 |
| 8月26日 | 在職教育-傷口照護及敷料使用 |
| 9月16日 | 在職教育-認識流感、肺結核、MERS等傳染疾病及防範措施 |
| 9月25日 | 第3次個案研討暨護理業務團督 |
| 10月6、13日 | 心肺復甦術(含AED操作)訓練 |
| 10月20日 | 在職教育-照護相關法律問題 |
| 11月17日 | 在職教育-呼吸照護、抽痰及給氧評估 |
| 11月23日 | 績優機構觀摩參訪-青松護理之家與光田護理之家 |
| 11月30日 | 績優機構觀摩參訪-新北市八里愛心教養院 |
| 12月10日 | 第4次個案研討會 |
| 12月11日 | 績優機構觀摩參訪-雲林同仁仁愛之家 |
| 12月14日 | 第3次社工團督-長期照顧服務法與活躍老化成功老化 |
| 12月18日 | 第4次護理業務團督 |

大

事

紀

中心大事紀

活動照片

活動照片

活動照片



104.07.13

長者識字班結業典禮暨
成果發表會



104.07.17

參加104年度中央對彰化縣政府
執行志願服務績效實地考核



104.07.21

夏季庭園活動



104.07.23

大陸珠海市老人協會交流
考察團參訪



104.7.27

社區活動「相招逗陣行」-
全聯



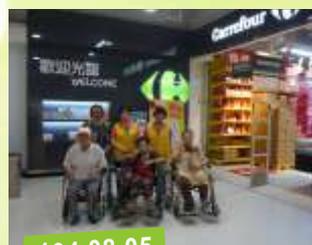
104.07.30

健康體適能促進活動



104.07.31

彰化縣青果加工職業工會
關懷慰問-果雕活動



104.08.05

3D社區活動
「相招逗陣行」-家樂福



104.08.05

新進住生活適應團體活動



104.08.06

感官刺激小團體活動



104.08.07

快樂餐-紫米粥



104.08.10

關節炎衛教



104.08.12

永福教會青年團契



104.08.14

雪心念佛會-
志工製做月餅供長者品嚐



104.08.19

卡拉OK教唱



104.08.20

台灣金控集團關懷慰問



104.08.20

義剪美甲



104.08.24

中元普渡



104.08.25

在地美食快樂餐



104.08.31

彰化市阿夷社區發展協會
台語歌唱班關懷服務

活動照片

活
動
照
片

活
動
照
片



104.09.03

懷舊電影月活動



104.09.09

第二屆創齡~銀向樂活
全國老人福利機構運動會



104.09.10

2C社區活動「相招逗陣行」
-美學館



104.09.10

地藏王菩薩誕辰誦經



104.09.11

志工快樂餐-杏仁油條



104.09.25

中秋聯歡晚會



104.09.30

在地美食快樂餐



104.10.02

2D社區活動「相招逗陣行」
-華陽市場



104.08.10

史瓦濟蘭副總理參訪



104.10.08

感官刺激小團體活動



104.10.14

跌倒衛教(3C)



104.10.18

重陽節慶祝活動



104.10.20

居家重陽慰問



104.10.23

快樂餐-麻油雞



104.10.27

參加中彰榮家音樂會



104.11.07

志工劉月娥榮獲金駝獎殊榮



104.11.12-13

與台灣長期照護專業協會合辦
「104年度老人福利機構護理
人員品質監測指標工作坊」



104.11.14-15

104年全國志工大會師



104.12.03

志願服務隊104年度
第2次隊員大會



104.12.07

財團法人錠崙藍鵲
基金會播放老電影

人事動態

- ◇ 護理師黃虹霏於104年7月7日辭職。
- ◇ 林志芳小姐於104年7月6日調至本中心保健科擔任物理治療員。
- ◇ 陳玉惠小姐於104年7月14日調至本中心護理科擔任科員。
- ◇ 護士黃麗如於104年8月1日榮退。
- ◇ 護理師楊佩容於104年8月12日辭職。
- ◇ 護理師陳憶秋於104年10月1日榮退。
- ◇ 張君培先生於104年10月12日調至本中心社會工作科擔任社會工作人員。
- ◇ 張森厚先生於104年10月19日調至本中心行政室擔任技士。
- ◇ 鄭英裕先生於104年11月6日分發至本中心社會工作科擔任社會工作人員。

榮譽榜

- ◇ 志願服務隊副隊長劉月娥榮獲全國志工最高榮譽「金駝獎」殊榮。
- ◇ 志願服務隊李房枝榮獲104年全國志願服務獎勵金牌。
- ◇ 志願服務隊許燕惠、莊鳳英、何賴繡富榮獲104年全國志願服務獎勵銀牌。
- ◇ 志願服務隊謝偉賢、許燕慧、陳錦麟榮獲104年全國志願服務獎勵銅牌。
- ◇ 志願服務隊陳淑焄、莊月利、程添德、劉月娥、呂美枝、廖早、楊吳完、鄭鈴美、許燕惠、張緞、黃嬌容、洪秋香、施蔡淑梅、黃阿足榮獲104年彰化縣志願服務獎勵金牌。
- ◇ 志願服務隊黃阿猜、許燕慧、林採藝、施文政、朱淑霞榮獲104年彰化縣志願服務獎勵銀牌。
- ◇ 志願服務隊郭彩霞、楊映煖、鄭富美、陳錦麟、施秀雲、楊素珠、李碧真、蘇珠琴、林炳榮、吳張月裡、李美滿榮獲104年彰化縣志願服務獎勵銅牌。
- ◇ 志願服務隊蔡明珠榮獲104年彰化縣志願服務獎勵績優貢獻獎。
- ◇ 志願服務隊董祝秋、許燕慧、黃素珍、謝偉賢榮獲104年衛生福利部志願服務獎勵金牌。
- ◇ 志願服務隊陳淑焄、許燕惠、吳玉珍、楊素珠、洪金鈴、楊素珍 榮獲104年衛生福利部志願服務獎勵銀牌。
- ◇ 志願服務隊莊月利、廖早、黃阿猜、莊鳳英、張緞、鄭富美、林採藝、李惠真、施文政榮獲104年衛生福利部志願服務獎勵銅牌。

人

與

事

人事動態與榮譽榜

104年7月至104年12月捐款明細

日期	捐贈者	金額	收據號碼	備註
104/09/02	來絡企業股份有限公司	30,000	000210	院民中秋節加菜金
104/09/09	南投縣政府	600	000211	中秋節慰問金
104/09/17	沈○林	500	000212	院民加菜金
104/09/17	蘇○鈴	500	000213	院民加菜金
104/09/17	沈○榛	500	000214	院民加菜金
104/09/17	沈○綺	500	000215	院民加菜金
104/09/17	沈○馨	500	000216	院民加菜金
104/09/17	游○樺	500	000218	院民加菜金
104/09/17	沈○渝	500	000219	院民加菜金
104/09/17	沈○賢	500	000220	院民加菜金
總計		34,600		

104年7月至12月份接受各界人士致贈慰問品徵信清冊

收據號碼	日期	慰問單位	慰問品名稱	備註
311	104/06/23	梁○土先生	荔枝10斤	長者用
312	104/07/08	柯○忠先生	白米1包	長者用
313	104/08/07	巫○文先生	芒果60斤	長者用
314	104/08/12	柯○忠先生	白米1包	長者用
316	104/08/12	林○來先生	倍力素20罐、健力體8罐、安素13罐	長者用
317	104/08/12	林○來先生	紙尿褲M80片、尿片100片、看護墊10片	長者用
318	104/08/21	臺灣金融控股股份有限公司	保溫杯305個	長者用
319	104/08/21	臺灣銀行黎明分行	肉鬆400罐、素肉鬆25罐	長者用
320	104/09/11	張○麗女士	白米2包、醬油1瓶、素蠔油1瓶、調和油1瓶、大豆沙拉油1瓶	長者用
321	104/09/16	總統府	月餅90盒	長者用
323	104/09/18	財團法人中視慈善愛心基金會	鳳梨酥禮盒68盒	長者用
324	104/09/21	林○鑫先生	蛋糕2盒	長者用
325	104/09/21	衛生福利部玉里醫院	手工餅乾禮盒1盒	長者用
326	104/09/22	童綜合醫療社團法人童綜合醫院	小林煎餅禮盒1盒	長者用
327	104/09/25	衛生福利部彰化醫院	金瓜酥禮盒4盒	長者用
328	104/09/25	無極勝安宮	小果汁31箱、柚子20斤、香腸20斤、綠豆椪130顆	長者用
329	104/09/25	寶珍香食品有限公司	桂圓蛋糕160顆	長者用
330	104/09/30	黛眼鏡館	老花眼鏡5支	長者用
331	104/10/01	彰化縣富友慈善會	手推車1台	長者用
332	104/10/01	劉○明先生	白米10包	長者用
333	104/10/14	賴○綾女士	羊脂潤膚乳液50瓶	長者用
334	104/10/14	李○長先生	羊脂潤膚乳液50瓶	長者用
335	104/10/14	董○玲女士	羊脂潤膚乳液50瓶	長者用
337	104/10/15	財團法人玄門法師文教基金會	水壺144個、直板襪200雙	長者用
338	104/10/16	台中市正大墩獅子會	肉鬆190包、素肉鬆10罐	長者用
339	104/10/18	陳○民先生	復康巴士1台	長者用
340	104/10/26	潘○來先生	輪椅1張	長者用

徵

信

錄

捐款、捐物一覽表

徵

信

錄

捐款、捐物一覽表

收據號碼	日期	慰問單位	慰問品名稱	備註
341	104/10/27	台中國際聯青社	魚鬆50份	園遊會活動用
342	104/10/27	台中國際聯青社	肉鬆50份	園遊會活動用
343	104/10/27	台中市長青國際聯青社	洛神花茶、饅頭共98份	園遊會活動用
344	104/10/27	台中市長青國際聯青社	綜合滷味、鮮肉包共98份	園遊會活動用
345	104/10/27	台中市長春國際聯青社	有機全麥饅頭109份	園遊會活動用
346	104/10/27	台中市長春國際聯青社	老婆餅100份	園遊會活動用
347	104/10/27	南投縣草屯國際聯青社	土豆100份	園遊會活動用
348	104/10/27	南投縣草屯國際聯青社	麵筋、大茂蔭瓜、飯友滷肉飯(素)共161份	園遊會活動用
349	104/10/27	台中市長榮國際聯青社	麥維他麥片159份	園遊會活動用
350	104/10/27	台中市長榮國際聯青社	芥末口味餅乾80份	園遊會活動用
351	104/10/27	台中市長榮國際聯青社	胡椒餅乾82份	園遊會活動用
352	104/10/27	台中市長松國際聯青社	喜瑞爾燕麥片100份	園遊會活動用
353	104/10/27	台中市長松國際聯青社	阿杜蘿蔔糕100份	園遊會活動用
354	104/10/27	台中市長松國際聯青社	菊平屋海苔醬100份	園遊會活動用
356	104/10/27	台中市大業國際聯青社	波蜜果菜汁167份	園遊會活動用
357	104/10/27	台中市大業國際聯青社	掬水軒胚芽穀餅100份	園遊會活動用
358	104/10/27	台中市大業國際聯青社	桂格燕麥片100份	園遊會活動用
359	104/10/27	台中市長虹國際聯青社	泰山八寶粥133份	園遊會活動用
360	104/10/27	台中市長虹國際聯青社	肉粽110份	園遊會活動用
361	104/10/27	台中市長興國際聯青社	掬水軒軒福餅乾100份	園遊會活動用
363	104/10/27	台中市長興國際聯青社	妞妞甜八寶、蔭瓜罐共295份	園遊會活動用
364	104/10/27	台中市長興國際聯青社	桂格三合一麥片72份	園遊會活動用
365	104/10/27	冠遠建設股份有限公司	老虎牙子125份	園遊會活動用
366	104/10/27	冠遠建設股份有限公司	愛之味濃醇燕麥167份	園遊會活動用
367	104/10/27	財團法人玄門法師文教基金會	麵線糊(268份)、涼丸(100份)	園遊會活動用
368	104/10/27	財團法人玄門法師文教基金會	綠豆湯(148份)、米粉(198份)	園遊會活動用
369	104/10/27	中華宏德慈善會	素粽167份	園遊會活動用
370	104/10/27	台中市西區獅子會	橘平屋海苔100份	園遊會活動用
371	104/10/27	台中市台中獅子會	牛奶200份	園遊會活動用
372	104/10/27	台中市中央獅子會	豆腐乳 168份	園遊會活動用
373	104/10/27	台中市東南獅子會	素菜捲100份	園遊會活動用
374	104/10/27	台中市城中獅子會	紅豆餅167份	園遊會活動用
375	104/10/27	台中市中正獅子會	碗粿80份	園遊會活動用
376	104/10/27	台中市南區獅子會	土豆麵筋100份	園遊會活動用
377	104/10/27	台中市北台中獅子會	麵包100份	園遊會活動用
378	104/10/27	台中市中區獅子會	麵、湯101份	園遊會活動用
379	104/10/27	台中市東區獅子會	霜淇淋200份	園遊會活動用
380	104/10/27	台中市青溪獅子會	木瓜牛奶125份	園遊會活動用
381	104/10/27	台中市北屯獅子會	腰果100份	園遊會活動用
382	104/10/27	台中市西南獅子會	小蛋糕108份	園遊會活動用
383	104/10/27	台中市光華獅子會	茶葉蛋125份	園遊會活動用
384	104/10/27	台中市金龍獅子會	蘿蔔糕125份	園遊會活動用
385	104/10/27	台中市梅花立群獅子會	手工豆腐乳115份	園遊會活動用
386	104/10/27	台中市自強獅子會	茶葉200份	園遊會活動用
387	104/10/27	台中市自強獅子會	牙膏(140)、蘇打餅(50)190份	園遊會活動用
388	104/10/27	台中市國光獅子會	香腸250份	園遊會活動用
389	104/10/27	台中市仁愛獅子會	章魚小丸子145份	園遊會活動用
390	104/10/27	台中市東山獅子會	烏蛋250份	園遊會活動用
391	104/10/27	台中市大和獅子會	烤肉串130份	園遊會活動用
392	104/10/27	台中市自治獅子會	麵包92份	園遊會活動用



徵

信

錄

捐款、捐物一覽表

收據號碼	日期	慰問單位	慰問品名稱	備註
393	104/10/27	台中市省都獅子會	土豆(50份)、仙草凍(50份)	園遊會活動用
394	104/10/27	台中市崇倫獅子會	波士頓蛋糕105份	園遊會活動用
395	104/10/27	台中市和平獅子會	海苔醬100份	園遊會活動用
396	104/10/27	台中市金蘭獅子會	蝦捲100份	園遊會活動用
397	104/10/27	台中市德馨獅子會	肉粽105份	園遊會活動用
398	104/10/27	台中市仁美獅子會	肉鬆、咖哩蛋共113份	園遊會活動用
399	104/10/27	台中市福星獅子會	包子96份	園遊會活動用
400	104/10/27	台中市民權獅子會	雞捲100份	園遊會活動用
401	104/10/27	台中市精誠獅子會	紅豆鹼粽100份	園遊會活動用
402	104/10/27	台中市時代獅子會	肉圓125份	園遊會活動用
403	104/10/27	台中市紅玉獅子會	肉粽82份	園遊會活動用
404	104/10/27	台中市東美獅子會	愛之味蔭瓜143份	園遊會活動用
405	104/10/27	台中市東興獅子會	口酥餅100份	園遊會活動用
406	104/10/27	台中市祥和獅子會	童玩63份	園遊會活動用
407	104/10/27	台中市東方獅子會	奶茶100份	園遊會活動用
408	104/10/27	台中市廣福獅子會	鼠殼粿100份	園遊會活動用
409	104/10/27	台中市青山獅子會	杏仁露120份	園遊會活動用
410	104/10/27	台中市廣煜姊妹獅子會	豆標、紅豆餅共100份	園遊會活動用
411	104/10/27	台中市真善美獅子會	麵包100份	園遊會活動用
412	104/10/27	台中市向上獅子會	炒麵、滷蛋共125份	園遊會活動用
413	104/10/27	台中市長榮獅子會	鱈龍魚湯(補腎湯)92份	園遊會活動用
414	104/10/27	台中市榮華獅子會	涼圓148份	園遊會活動用
415	104/10/27	台中市亞太獅子會	素圓100份	園遊會活動用
416	104/10/27	台中市群英獅子會	罐頭、金針菇共130份	園遊會活動用
417	104/10/27	台中市民泰獅子會	紅茶141份	園遊會活動用
418	104/10/27	台中市瑞寶獅子會	碗粿90份	園遊會活動用
419	104/10/27	台中市立人獅子會	臭豆腐125份	園遊會活動用
420	104/10/27	台中市瑞成獅子會	肉粽53份	園遊會活動用
421	104/10/27	台中市名人獅子會	麵包100份	園遊會活動用
422	104/10/27	台中市同心獅子會	養身餅95份	園遊會活動用
423	104/10/27	台中市正義獅子會	西瓜汁200份	園遊會活動用
424	104/10/27	台中市四季獅子會	罐頭、燕麥、餅乾共141份	園遊會活動用
425	104/10/27	台中市義工獅子會	菜頭粿127份	園遊會活動用
426	104/10/27	台中市大家庭獅子會	壽桃180份	園遊會活動用
427	104/10/27	台中市中美獅子會	肉鬆50份	園遊會活動用
430	104/10/27	台中市民意獅子會	竹筍包、粽子共121份	園遊會活動用
431	104/10/27	台中市玉山獅子會	大腸包小腸125份	園遊會活動用
432	104/10/27	台中市福倫獅子會	養身麵包50份	園遊會活動用
433	104/10/27	國際獅子會300-C1區 左耀陵總監	重陽節祝壽蛋糕1份	園遊會活動用
434	104/10/27	國際聯青社中區委員會朱德華總監	重陽節祝壽蛋糕1份	園遊會活動用
435	104/10/27	彰化縣妙因慈善會	租借舞台車1次	園遊會活動用
436	104/10/27	台中市長松國際聯青社	台酒紅麴養生番茄汁100份	園遊會活動用
437	104/10/27	台中市長興國際聯青社	紅薏仁黑豆粉(38份)、五穀奶(18份)	園遊會活動用
438	104/10/27	台中市惠文獅子會	壽司100份	園遊會活動用
439	104/10/27	台中市嘉鎂獅子會	嫩仙草100份	園遊會活動用
440	104/11/06	立凱電能科技(股)公司	書籍2本	長者用
442	104/11/17	周○惠女士	交替式氣墊床	長者用
443	104/11/18	張○龍先生	交替式氣墊床	長者用
444	104/11/19	台中市仁美獅子會	鬥雞肉鬆	長者用

長者居家消防安全診斷表

請逐項檢視您～居家防火安全是否合格，並在 打

- 臥室應裝備獨立式住宅用火警警器，並定期測試。(指引領指引標誌)
- 樓梯間無放置雜物，阻礙逃生。
- 樓梯間加裝扶手，並注意安全。
- 緊急避難必須預備逃生出口，並經常檢視是否可以開啟。
- 應確保二方向避難動線，並熟悉避難動線。
- 家中明顯處備有滅火器，並熟悉滅火器「提、拉、握、壓」之操作過程。
- 屋內加裝有聲光警報器，每月測試一次。
- 瓦斯爐頭、排油煙機應隨時清潔。
- 廚房在烹煮食物時，不可離開，須隨時離開，務必關閉火爐。
- 年紀大或行動不方便者，應預備一種緊急逃生出口之開關。
- 浴室應使用止滑墊預防滑倒及跌傷，以防受傷。
- 家中應備有大量危險物品，如有少量存放，應注意妥善存放。
- 睡前應檢查電燈較差等項小火源及確認瓦斯是否關閉。

- 利用定時器來幫助關閉電器。
- 使用電器時，線路應可懸吊於牆壁保持一定高度以上並加保護，且不可作為烘乾衣物。
- 電鍋、烤箱、電熱水器、微波爐、電吹風、電熨斗應於使用後立即關閉，並避免同時使用。
- 電器應於定期清潔測試；電線表皮應老化、破損、斷裂。
- 應選擇使用附有保護裝置之延長線，且須關閉電源以免產生高熱造成火災。
- 應備有手電筒，定期檢查電池，並應知其正確位置。
- 傢俱物品應固定，防止搖動掉落。
- 應活、鮮果或腐敗、避免使用蠟火，其會成「人籠火盆」的危險。
- 夜間應使用大開口且具深淺之煙灰缸。
- 年長者應了解地點通達明顯建築，並會撥打119報警。
- 依電業法第43條規定，每3年至少檢查家中線路之用電設備1次。
- 大門附近勿堆放雜物，以防礙火源剛燃起時逃生。
- 應請消防人員或志工來查驗並檢視防火安全。

彰化縣消防局 關心您

居家小叮嚀

- 防止一氧化碳中毒
- 注意可疑防止縱火
- 預留出口逃生無礙

- 及早警報早逃生
- 消防常識保生命
- 電話異常是警訊

服務類型

- 一、日間照顧：養護、長期照護。提供週一至週五上午8時至下午5時30分之日間照顧服務(交通接送須自理)；每日收費300元(保證金12,000元)。
- 二、臨時照顧(定有期限以3個月為限)：養護、長期照護。提供24小時全天候照顧服務；每日收費700元(1個月以內保證金21,000元，超過1個月則收取42,000元)。
- 三、全日照顧：養護、長期照護、失智照顧(單元照顧模式)。養護、長期照護每月收費21,000元(保證金42,000元)，失智照顧每月收費30,000元(保證金60,000元)。

服務對象

- 一、公費：經直轄市、縣(市)政府轉介列冊中低、低收入戶，年滿65歲以上，且符合下列條件之一：
 - (一)養護服務：生活自理能力缺損需他人照顧，或需鼻胃管、導尿管護理服務需求者。
 - (二)長期照護服務：罹患長期慢性病，且需要醫護服務者。
 - (三)失智照顧服務：神經內科或精神科等專科醫師診斷為失智症中度以上，具行動能力，且需受照顧者。
- 二、自費：中華民國國民年滿60歲以上，符合前點條件之一，自願負擔費用者。
- 三、其他情況特殊或遭遇重大災變，依相關法令應予臨時收容者。
- 四、有下列情事之一者，非本中心服務對象：
 - (一)罹患法定傳染病，入住有引起群聚感染之虞。
 - (二)罹患「精神病患照顧體系權責劃分表分類標準」第1至4類精神疾病。

申請須檢附文件

照顧服務申請表、中低、低收入戶證明(限公費)、國民身分證影本、全戶戶籍謄本(限公費)、失智症中度以上之醫師診斷證明或身心障礙證明(限申請失智照顧服務者)、最近三個月內公立或區域級以上醫院體格檢查表，體檢項目至少包含胸部X光檢查、桿菌性痢疾、阿米巴痢疾及寄生蟲感染之糞便檢查等(入住前檢附)、其他相關證明。

收費類別

公費者照顧費用由政府負擔，自費者照顧費用需自行負擔。

彰化客運時刻表

- 彰化站往六股路站 ◆06:50 ◆09:30 ◆12:30 ◆15:30 ◆17:30
- 六股路站往彰化站 ◆07:15 ◆09:55 ◆12:55 ◆15:55 ◆17:55



※前來本中心請搭 (彰化-六股路站) 路線，於養護中心站下車。

頤樂彰老半年刊 第二十期 104年12月

發行單位：衛生福利部彰化老人養護中心

發行人：譚志皓

審稿：王淑真

主編：盧盈秀

執行編輯：劉育婷

編輯委員：李承道、周寶璉、游豪勝、林麗文、陳嘉鳳

創刊年月：95年6月

本刊同時登載於本中心網站，路徑為首頁 / 出版品目錄

設計印刷：泰和興企業有限公司



衛生福利部彰化老人養護中心

Changhua Nursing Home, Ministry of Health and Welfare

電話：04-7258131 傳真：04-7247214

地址：彰化市桃源里虎崗路1號

網址：<http://chnh.mohw.gov.tw>

本刊經費來自菸品健康福利捐

ISSN 2309-3617



GPN: 2009504706
工本費：32元

廣告