

# 尖銳物品扎傷 或血體液暴觸之處理

秀傳醫療社團法人秀傳紀念醫院 /  
王惠珍感管師

專

題

探

討

尖銳物品扎傷或血體液暴觸之處理

## 壹、前言

「尖銳物品扎傷」是醫療工作人員最常見的職業傷害，「針扎」的潛在性危險主要來自血液性或體液性的病原菌傳染，且大部分醫院及醫療照護工作者 (HCWs) 都忽略其重要性；台灣地區醫院工作人員中有 87% 被針扎傷過，但有 80% 沒通報，因此發生尖銳物扎傷後除立即處理與事後追蹤外，更應作到確實通報。

## 名詞定義

◎針頭或銳物扎傷：執行醫療相關職務時受針頭或其他尖銳物，如刀片、縫合針、玻璃碎片等穿刺、切割或刮傷而導致皮膚或黏膜之穿透。

◎血液或體液暴觸：執行醫療相關職務時發生眼、口、黏膜或缺損之皮膚接觸到病患之血液或體液（痰液、尿液及唾液）。

## 貳、經由血、體液傳染之疾病或病原菌

會經由血、體液傳染之疾病或病原菌如下：

- B 型肝炎病毒 (Hepatitis B virus)
- 瘧疾 (Malaria)
- C 型肝炎病毒 (Hepatitis C virus)
- 白喉 (Diphtheria)
- 愛滋病 (AIDS)
- 弓漿蟲症 (Toxoplasmosis)
- 梅毒 (Syphilis)
- 黴漿菌病 (Mycoplasma caviae)
- 淋病 (Cutaneous gonorrhoea)
- 芽生菌病 (Blastomycosis)
- 單純及帶狀皰疹 (Herpes)
- 布魯氏桿菌 (Brucellosis)
- 結核病 (Tuberculosis)
- 分枝桿菌症 (Mycobacteriosis)
- 嚴重急性呼吸道症候群 (SARS)
- 化膿鏈球菌 (Streptococcus pyogenes)
- 庫賈氏症 (Creutzfeldt-Jacob disease, CJD)
- 金黃色葡萄球菌 (Staphylococcus aureus)



專

題

探

討

尖銳物品扎傷或血體液暴觸之處理

## 參、尖銳物扎傷或血體液暴觸易造成之感染

### ■ 暴露 (exposure) 與感染 (infection)

- 大多數的暴露不會造成感染；
- 是否造成感染的決定因素：
  1. 何種體液、體液量的多寡；
  2. 針扎的深度、針頭的大小；
  3. 是否戴手套 (手套可減少 45-85% 的體液刺入)；
  4. 血中感染病原菌數量；
  5. 宿主本身的抵抗力；
  6. 暴露後是否接受治療。

### ■ 扎傷或血體液暴觸造成感染之比率

- B 型肝炎病毒 (HBV) 佔 20-40% (約 30%)；
- C 型肝炎病毒 (HCV) 佔 1-10% (約 3%)；
- 人類免疫缺乏病毒 (HIV) 感染佔 0.1-0.4% (約 0.3%)：
  1. 穿透皮膚的銳器扎傷約為 0.3%；
  2. 經黏膜接觸造成傳染約為 0.09%

- HIV 陽轉危險因子包括：深層傷害、帶血液的器械刺傷、扎傷來源患者為末期愛滋病患。



## 肆、扎傷或血體液暴觸之處理流程

### 一、立即處理

1. 立刻擠壓傷口讓血液流出，並於流動水下清洗傷口至少 5 分鐘。
2. 病患之血流或體液接觸黏膜時
  - \* 口腔－以流動水清洗 5 分鐘；
  - \* 黏膜－以流動水或 0.9% 生理食鹽水清洗 5 分鐘。

### 二、當天處理

1. 向單位主管及機構內負責窗口報備，依機構規定填寫「尖銳物扎傷或血體液暴觸紀錄單」或相關單張，且最好 24 小時內完成。
2. 到負責勞保之單位拿「勞工保險職業傷病門診就診單」到醫院就診。
3. 到醫院掛號看診 (感染、腸胃或家醫科門診)，最好取得患者及扎傷或暴觸人員之血液；檢驗項目包括 HBsAg、HBsAb、Anti-HIV、Anti-HCV、VDRL、TPHA、GOT 及 GPT 共 8 項。

### 三、後續處理、追蹤

1. 「尖銳物扎傷或血體液暴觸紀錄單」務必填寫完整，之後交給負責窗口以利統計分析，作為改善之依據。
2. 負責窗口應依追蹤時程通知扎傷人員定期抽血檢驗追蹤，建議時程如下：

- 住民 (患者) 及扎傷人員當時檢驗無異常，追蹤 6 個月；
- 住民及扎傷人員當時檢驗異常或感染源不詳時，建議追蹤 1 年。

## 伍、扎傷或血體液暴觸後之醫療處置

- 一、當工作人員 HBsAg、HBsAb 皆為陰性，暴露來源 HBsAg 為陽性時，須 24 小時內注射免疫球蛋白（HBIG），並完成三劑 B 型肝炎疫苗注射（第一或第二次療程），於暴露後滿 6 及 12 個月驗 HBsAg、HBsAb、GOT、GPT；若工作人員 HBsAg 或 HBsAb 為陽性，暴露來源 HBsAg 為陽性時，則不需注射 HBIG 或疫苗，於暴露後滿 6 個月驗 HBsAg、HBsAb、GOT、GPT。
- 二、當暴露來源 Anti-HCV 為陽性，工作人員 Anti-HCV 陰性時，建議肝膽胃腸科門診就醫，定期追蹤檢驗 Anti-HCV、GOT、GPT，如確定感染可使用干擾素治療（須由醫師決定）；若工作人員 Anti-HCV 陽性時，建議至胃腸科就診，於暴露後滿 3 及 6 個月驗 GOT、GPT。
- 三、當扎傷或暴露來源 VDRL 為陽性、TPHA  $\geq 80 \times$  時，建議至感染科就診，必要時醫師給預防性用藥（Benzathine Penicillin G 240 萬單位），於暴露後滿 1 及 6 個月時驗 VDRL、TPHA，一年內無症狀者可停止追蹤。
- 四、當暴露來源 Anti-HIV 為陽性時，應立即至人類免疫缺乏病毒指定醫院之感染科就診，由該醫師與疾管局 1922 專線醫師共同評估是否使用預防性用藥，於暴露後滿 6 周、3 及 6 個月驗 Anti-HIV；當工作人員 Anti-HCV 陽轉時，

則須延長追蹤時間至一年。

- 五、若不知暴露來源或無法取得住民（患者）之檢驗報告時，則依工作人員當時之抽血檢驗報告做治療或處置，並於暴露後滿 3、6 及 12 個月驗 HBsAg、HBsAb、Anti-HCV、Anti-HIV、VDRL、GOT 及 GPT，追蹤期間若有症狀或不適，請先自行就醫處理。

## 陸、扎傷或血體液暴觸之預防措施

- 一、照護住民（患者）應遵循標準防護措施，並遵從手部衛生與配戴適當防護裝備（口罩、手套、護目鏡、隔離衣、防水圍裙等）。
- 二、使用尖銳物品或執行侵入性治療時，應隨時提高警覺從容不迫，做到眼到、手到及心到。
- 三、避免患者於注射過程中或注射完成時突然的移動，必要時有人協助或做適當約束。
- 四、應盡速處理使用過的針頭，採取針頭不回套、不彎曲針頭等危險動作。
- 五、尖銳物品不可隨意放置或丟棄，應放置隨手可丟之堅固收集容器中。
- 六、尖銳物品傳遞時，應以彎盆或堅固之容器裝置，不可徒手。
- 七、血液注入試管或容器應輕輕推入，切勿用力過猛，以防噴濺。
- 八、抽血時盡量使用真空採血器，以取代多次分裝動作。



專

題

探

討

尖銳物品扎傷或血體液暴觸之處理

- 九、清洗含血液、體液之器械或物品時應有適當防護。
- 十、處理尖銳物品時光線應充足，空間、動線規劃應適當。
- 十一、尖銳物品收集器八分滿時，即應蓋妥蓋子集中處理。
- 十二、收集及清理運送尖銳物品收集器時須小心處理，並依規定銷毀。
- 十三、針對工作人員舉辦扎傷暨血液體液暴觸相關議題之職前及在職教育。
- 十四、為預防遭受感染，鼓勵未曾接受 B 型肝炎疫苗注射，且 B 型肝炎表面抗原 (HBsAg) 及抗體 (HBsAb) 皆為陰性之工作人員注射三劑 B 型肝炎疫苗，於第三劑滿一個月即可檢驗是否有抗體，若無抗體產生，即再補一劑 B 肝疫苗，滿一個月再驗抗體，若仍無抗體產生，可採「0-1-6 個月」之時程，接續完成第二、三劑疫苗；如經第二療程之疫苗注射仍無法產生抗體，則無須再接再種。
- 十五、建立扎傷暨血液體液暴觸通報處理流程及後續追蹤機制，以供工作人員參考遵循。
- 十六、若有感染高危險性患者（如愛滋病、病毒性肝炎、血液傳染性疾病及藥物濫用），可選擇

使用安全針具，減少感染機會。

## 染、扎傷或血體液暴觸通報的重要性

- 一、完整的尖銳物品扎傷通報系統可確實掌握發生的對象與造成尖銳物品扎傷行為，訂定有效對策，以預防並保護醫療工作人員。
- 二、因扎傷或血體液暴觸導致之感染，未通報者會影響職業疾病之認定，損及自身權益。

## 捌、結語

避免受到血液感染源感染的三要件，包括避免及預防暴露於感染源、鼓勵盡早接種疫苗以產生抗體及儘速的進行暴露於感染源後的預防性處理；因此疾管局要求醫療機構對於員工要做到提醒、規勸、保護的責任，以提供一個安全的就業環境。以下共勉之~

處理尖銳物品請小心  
作好萬全準備不分心  
避免人為疏失多用心  
帶有 B 肝抗體較安心



# 惱人的 腰酸背痛

物理治療員 / 劉桂如

**陳伯伯** 因為工作關係需長期負重造成姿勢不良，近來感覺腰背部疼痛且下傳到大腿後側並有麻刺痛、熱燙、麻痺、觸電的感覺以及腳軟乏力，常以「疼痛不是病，痛起來要人命」來形容這種疼痛，且已影響行動、睡眠與工作，經診斷為坐骨神經痛。“坐骨神經痛”是指穿行於腰背部然後通過臀部分佈到腿部的坐骨神經受損後產生的疼痛。

坐骨神經痛只是一個症狀的描述而並非一個病症。引發出現坐骨神經痛的成因很多，常見的原因為神經根病變，例如：椎間盤突出、腰椎退化症、脊椎管狹窄、腫瘤等受到壓迫而產生症狀。或因肌膜疼痛而引發劇烈的疼痛。至於症狀在初期患者通常會有背部酸痛，無法直立的情形，嚴重會有間歇性跛行的情況產生，如果放任不管會使坐骨神經的壓迫程度加重，會出現腳部麻木及肌肉萎縮等症狀嚴重影響到日常的生活。

在治療方面，應先找骨科醫師檢查，以確定診斷，其中輕者可以藥物治療，通常藥物需配合復健及物理治療，而藥物治療的原則以減輕病人的疼痛、肌肉放鬆，使復健及物理治療時效果會更好，包括止痛藥、肌肉鬆弛劑等等…。有一半坐骨神經痛的病人於發生疼痛後六週可以緩解症狀，不到五%的病人需要接受手術治療，而治療的原則主要取決於症狀的嚴重度及持續的時間，大多仍以較少副作用的藥物及保守療法做為優先的治療原則。

復健治療原則上是用保守療法，可以選擇短波、熱敷、腰椎牽引、磁場治療、電刺激、向量干擾波等。這些治療模式有針對肌肉放鬆的，有針對減輕局部神經壓迫的症狀，也有直接針對疼痛來治療的。至於治療性運動則是經由運動的處方，設法回復正常的生物力學特性，避免神經受到不



照

護

專

欄

惱人的腰酸背痛

## 簡易的腰部伸展運動

活動腰椎 (雙側轉動)：仰臥，屈起雙膝，向左右慢慢擺動，來回 10-20 次。



活動腰椎 (單側轉動)：仰臥，屈起右膝，慢慢把右腳放在左膝旁，用左手將右膝緩緩拉向左方，停留 10 秒後放鬆，連續 5 次。換左膝，重複上述動作。



仰臥抱膝：仰臥，屈起雙膝，雙手抱膝，壓向胸口，停留 10 秒後放鬆，重覆 5-10 次。



俯臥背伸 (症狀適用椎間盤突出患者，其他如脊椎滑脫勿做)：躺下俯臥，手放肩旁，然後手慢慢伸直，將上半身撐起，腰背要放鬆，停留 2 秒後放鬆，重覆 5-10 次。



伸展梨狀肌：(症狀適用臀部附近的酸痛) 此圖示範為右邊梨狀肌，平躺且雙手抱膝，要彎曲大於 90 度，可將右腳跨過左膝，雙手抱右膝往左上方拉 (朝左肩方向)，拉到有酸酸的感覺，不要有疼痛感，持續 10-15 秒，兩邊各作 15-20 下。



社會役役男 林賜委示範

正常的刺激，這一部分可請教專業的骨科醫師或物理治療師，以獲得正確的資訊與運動的方式。

在此介紹簡單的腰背部伸展運動如左圖示範及圖說，如在練習過程中，發覺疼痛加劇或停止運動後亦仍有不適，應停止並請教物理治療師。

如何預防疼痛的產生呢？平時日常生活中應注意的事項如下：

1. 儘量避免提重物。
2. 避免激烈的腰部運動。
3. 平時坐姿、站姿要端正。
4. 避免長期使用彎腰的姿勢，維持正確的姿勢，不要彎腰太久，需使用膝蓋彎曲取代彎腰的姿勢來預防腰部的使用機率。
5. 避免穿高跟的鞋子，應穿柔軟的平底鞋。
6. 疼痛時應儘量臥床休息。
7. 平時不可睡彈簧床或海綿床，應睡軟硬適中的床，讓身體獲得適當支撐。

8. 多吃蔬果，以避免便秘。
9. 病情較重者，平時可穿上束腹或背架以保護腰部。

由於坐骨神經痛成因眾多，所以需先確診是甚麼原因引起的疼痛，再針對其疾病來治療，案例陳伯伯因配合治療也從日常生活中養成正確的習慣例如：站姿、坐姿、睡姿、搬東西的姿勢都非常注意，學習腰背運動，保持脊椎健康，減少坐骨神經痛復發，所以預後良好。「預防勝於治療」，有了正確的姿態及強有力的腹、背肌，是預防再復發最有效的利器。及早發現問題的根源，並尋求正確的診治，才能預防病情惡化。

參考資料：

1. 蔡正鳴物理治療師 / 坐骨神經痛 / 國家網路醫院網。
2. 坐骨神經痛 / 台中市長沅復健科診所衛教網。
3. 坐骨神經痛 / 啓康物理治療中心物理治療專題。
4. 徐少克醫師 / 坐骨神經痛 / 童綜合醫院國際脊椎微創中心網。



照

護

專

欄

退化性關節炎

# 退化性關節炎

護理師 / 曾惠英

**一般**而言人過了 50 歲以後身體各方面功能開始退化，就有可能發生退化性關節炎。根據內政部統計處公布 99 年男性平均餘命為 79.24 歲，女性平均餘命為 82.66 歲，因此這個疾病可能陪伴著每個人長達 30 年的時光，值得大家進一步認識。

退化性關節炎是人類關節疾病中最普通的一種，它跟年齡老化有直接的關聯，主要病變的地方是兩個骨頭的關節接觸面（關節軟骨）。經由 X 光的察看，可看到關節軟骨受到傷害及磨損，關節表面凹凸不平和關節腔變窄以及骨刺的產生。

由於膝關節承受的壓力大（承受的重量是體重的 1 倍），是人體最容易衍生退化性關節炎（Osteoarthritis，簡稱 OA）的部位。退化性膝關節炎不是銀髮族的專利，膝關節的機械性壓力較大（如肥胖、經常負重者）、過度使用膝蓋或關節

受過傷（如職業運動員）等等，這些因素都可能加速關節軟骨磨損，導致退化性膝關節炎。

關節退化通常是由關節軟骨磨損開始，以膝關節為例，內側的關節軟骨因磨損而產生龜裂的現象，此時關節常會有痠軟，僵硬的感覺；關節軟骨進一步的磨損，還包括了內側半月軟骨，在破損部位已經有部分的骨質暴露出來，到後來關節軟骨就變成四處坑坑洞洞，而軟骨下層的骨頭也因此暴露出來，關節上下由於缺乏關節軟骨做為緩衝，局部壓力就會增加，而導致疼痛發炎等症狀。

退化性關節炎一般好發於膝、髖、腰椎、頸椎及手指末端關節，有關節疼痛、僵硬、腫大、變形的症狀。好發於老年人、停經婦女、體重過重、肥胖或經常搬重物者、有關節受傷病史者（職業或運動傷害）、骨折、細菌感染及過度使用關節者，例如經常走、站、登高、跳躍者或運動員。

## 治療方式

### 一、保守療法

#### (一) 復健：物理治療 (熱療、經皮電刺激、向量干擾波、股四頭肌強化)

1. 熱療：包括深部熱療 (短波、或治療性超音波)，及一般的表淺熱療 (熱敷包、水療、或紅外線燈)。其作用在鬆弛肌肉、增進局部組織循環、減輕疼痛。
2. 經皮電刺激 (Transcutaneous Electric Nerve Stimulation 簡稱 TENS)：利用低量的電刺激，讓我們的神經 "忽略" 掉痛覺，是一種很安全的治療，對某些患者的效果不錯。
3. 向量干擾波：與經皮電刺激類似，但它可刺激更深層的肌肉有改善局部血液循環、鬆弛膝蓋肌肉並減輕疼痛之效果。
4. 股四頭肌強化運動：每天二次，每次 15-20 回。(1) 平躺著，膝蓋底下放個枕頭，將小腿抬高膝蓋打直，5 秒放下。但睡眠時切勿在膝部下方墊毛巾，雖然如此可感覺較舒服，但是卻很可能會造成更嚴重的畸型。(2) 在地板上平坐，兩腿伸直；然後儘量用力將足部背屈，並且大腿肌肉用力，挺直腿部，使膝關節著地。維持此姿勢並數到 5，然後再放鬆。(3) 躺在地板上，然後保持膝部伸直

且抬腿離開地面約 5 ~ 8 公分。維持該姿勢並數到 5，然後再放下。(4) 在床緣或椅子上坐下，將其中一膝伸直並維持數到 5，然後再放下。

#### (二) 藥物

1. Acetaminophen (普拿疼)。
2. NSAID、COX-2 NSAID 非類固醇抗發炎：較不刺激胃。
3. Hyaluronic acid (玻尿酸製劑)：有效率 70%，安全性高，適用輕度關節炎。
4. Glucosamine (葡萄糖胺)：有效率 70%，安全性高，適用輕、中度關節炎。
5. Intraarticular steroid (關節內類固醇注射)：只適用重度關節炎，兩個月以上可打一次，暫時治標的方法。

#### (三) 其他：減輕體重、手杖、護膝。

### 二、手術治療：膝關節鏡手術、切骨矯正術、半膝關節置換術、全膝關節置換術。



照

護

專

欄

退化性關節炎

## 如何預防

1. 避免傷害膝關節的動作：盡量少蹲、少坐太矮的椅子、上下樓梯慢一點、走路慢一點。
2. 甩掉贅肉、減輕膝蓋壓力。
3. 避免跪著擦地板、盤腿坐。
4. 改正錯誤姿勢，以免增加關節變形機率。
5. 勿反覆做同一動作或長時間維持相同姿勢，以免造成肌肉或關節的過度負荷，長久下來會引發慢性傷害或疼痛。
6. 保持關節活動度及足夠的肌力，可做適度的有氧運動，如游泳、水中走路、散步、快走、騎腳踏車。

## 結語

預防勝於治療是千古不變的健康之道，只要及早善待自己的膝蓋，適當補充營養，配合運動，就能避開退化性膝關節炎，也才能擁有良好的生活品質。



## 參考資料

- 劉華昌 (2008)。骨質疏鬆症 V.S. 退化性關節炎。台大醫網，45，13-14。
- 蔡清霖 (2008)。玻尿酸與退化性關節炎。台大醫網，45，15-17。
- 陳佩玲 (2009)。不堪負荷的痛，營養您的膝關節。中國醫訊，71，28-31。
- 陳佩玲 (2010)。膝關節疼痛，非創傷性的四大原因。中國醫訊，85，20-22。
- 林天送 (2010)。營養補充品解說，甲殼質與葡萄糖胺。健康世界，36-40。
- 林芝安 (2010)。膝蓋沒力，該怎麼選葡萄糖胺。康健雜誌，143，96-100。
- 蔡清霖 (2011)。我該不該換人工關節。好健康，15，32-38。
- 黃柏豪 (2011)。擁有好關節才有好心情。中國醫訊，91，28-29。
- 陳崇桓。退化性膝關節的全方位治療。高雄醫學大學：骨科。

# 談機構老人之 性照護

護理師 / 李宜澄

## 壹、前言

人的一生都有性表達的需求，不會因為環境的因素而受到阻礙。性需求的表現不只是單純的顯露性器官或與異性之間的交媾，即使有目的的撫摸對方肌膚或是因為接觸照顧者的肌膚而引發的生理反應，都是性需求的一種表現。安養或養護機構老人的性需求照護一直是很棘手的問題，機構的環境因素和住民認知功能障礙常使老人性表達受到阻礙。而照護人員在性照護的價值觀和能力若不足，在面臨老人（尤其是失智老人）的性問題時更顯得無所適從，甚至因處理不當造成彼此的傷害，危及專業的照護關係。故應加強護理教育，建立照護人員正確的性知識和性態度，以減少照護時衝突的發生。

## 貳、老人性慾之概念

老化不代表無慾，大多數老人並沒有喪失性的活躍性，老人與年輕人同樣需要親密感。對老人而言，性已不具生殖功能，而是一種娛樂與親密的活動表現，藉由一些動作或行為來表達感受，例如：握手、擁抱、親吻、談論、注視等行為，更重要的是情感上的合諧與依戀（靈性）。

## 參、機構老人性需求之困境

老人進住機構後，往往因為團體生活以及環境設備，使其性需求出現困境，常見的有以下幾點：

- 一、環境限制（缺乏隱私的環境，常出現尷尬的場面）。
- 二、感到孤單（沒被了解）。
- 三、很難向照顧者啓齒談論情感或性方面的需要。



照

護

專

欄

談機構老人之性照護

四、很難與家屬溝通有關性方面的問題。

如何突破困境幫助老人滿足其所需，照護人員正確的觀念及態度非常重要，面對老人出現性需求的表現時的專業態度與處理方法，將會影響日後老人在機構生活時的滿意度，以及對照護人員的信任度。

#### 肆、照護人員性的正確認知

照護人員自身對性的認知，會影響在性照護時的態度，如果認知不正確，將會導向錯誤的照護態度，進而產生老人對機構的不滿與不信任。性的正確認知有以下幾點：

- 一、破除迷信（鼓勵照護人員檢視自己的價值觀及態度）。
- 二、處理問題時，必須讓老人感到是有尊嚴而且是受尊重的、被瞭解的。
- 三、處理老人性問題上是扮演多重角色的（如：溝通者、維護者、教導者等等）。
- 四、瞭解個人面對性的獨特性及個別性、宗教背景及文化不同的差異性。
- 五、舉辦失智老人性照護訓練和討論。

#### 伍、老人性問題的照護原則及注意事項

照護人員建立正確的性認知後，在照護的原則及注意事項有以下幾點：

##### 照護原則：

- 一、雙向溝通（勿只有你說我聽或是我說你聽）。
- 二、環境要求（具隱私性、自我控制的條件）。
- 三、調整自我錯誤的性觀念。
- 四、避免性騷擾（觸犯法律）。
- 五、評估老人性問題時保持不批判、莊重、關懷、支持的態度。
- 六、不要故作幽默來掩飾不安。
- 七、不做任何道德的判斷。
- 八、鼓勵老人參與機構舉辦的各項活動（轉移注意力）。



## 注意事項：

- 一、增加適當的身體接觸（如拍拍肩膀、握手）。
- 二、改變機構環境（具備有隱私的房間，工作人員應該在進入房間前先通知住民，增加其自主權和隱私權）。
- 三、有耐心和技巧的對待住民（專業的照護關係）。
- 四、找出行為背後的原因，避免不恰當的猜疑。
- 五、不適當性行為出現時應召開團隊會議（機構管理者、護理人員、照服員、社工人員、藥師，必要時請醫師介入看診）、家庭會議（請家屬提供住民過去相關資料，若家屬可接受住民與他人親密的關係和性表達的行為，團隊計畫將會提供必要的幫助，若無法接受，將會使用鼓勵參加活動以轉移注意力等技巧或用其他方式滿足住民需求，例如請家屬帶外出，避免在機構發生不適當行為），並持續的評估（可視需要再召開團隊會議，擬定最恰當的措施解決問題）。

## 陸、結語

長期照護機構在老人（失智老人）性照護上最主要的挑戰有：隱私的限制（環境）、評估有認知障礙的老人性表達行為的判斷和選擇的能力，以及照護人員對性的價值觀。促進老人的性表達可以提高住民的生活滿意度，改善自我照顧、行為能力，進而提高生活品質。機構中照護人員執行性照護時，須先釐清個人的態度價值觀，還需處理倫理問題、培養非批判性的態度和溝通的技巧。照護人員應隨時修正自己的照護行為，遇有疑問或困難時應立即尋求協助，並隨時充實自己的照護知識。任何照護情境下都有可能挑戰專業的照護關係，尤其是性照護更顯不易，照護者必須謹言慎行，避免長期的照護關係中出現裂縫，而在專業的職業生涯中留下遺憾。

## 參考資料

- 林婉婷、林麗嬋 (2004)。機構失智老人之性照護。長期照護雜誌。7(3)，317-326。
- 陳月枝等 (2003)。護理專業問題研討。華杏。
- 林慧珍 (2001)。老年護理學。台北：匯華。
- 謝瀛華 (1995)。性老化與老人性問題。台灣性學學刊，1 (1)，99-102。
- 林燕卿 (1993)。癡呆老人的性學問題。健康教育。72，16-19
- 王冠今。老人性需求。取自 [www.tlcda.org.tw](http://www.tlcda.org.tw)。

照

護

專

欄

談機構老人之性照護





社

工

專

欄

# 快樂學習 · 重新出發



志工督導 / 李素花

**正值**酷熱的夏季，艷陽高照，辦理一年一度的志工機構觀摩研習暨家屬聯誼活動，對於參與的人來說是辛苦了點，但中心志工們的熱情更勝於炎熱的天氣，7月22日一早個個神情愉悅、滿心歡喜由中心出發，展開為期2天的學習之旅。

南台灣風和日麗的天氣與志工的熱情相輝映，參訪途中前往台南奇美博物館，志工們聚精會神的觀賞館內豐富的典藏，欣賞世界各地的文化精髓，飽餐文化饗宴後，「氣質」在臉上顯現。一行人帶著快樂的心情，前往「財團法人台灣省私立高雄仁愛之家」參觀，該家養護中心座落於高雄市大寮區，於民國79年通過興建計畫，除自籌款項並接受內政部補助興建而成，環境清幽；主要服務包含長期養護、失智照顧、日間託老、喘息服務、中風療養、復健服務等項目，該家社工人員為我們做詳盡的介紹及實地參訪，讓我們貼近其養護住民，志工們隨即展現其服務的熱忱與專長，瞬間即與該家住民熱烈的互動。

參訪結束隨即進行志工在職教育，由該家社工組馮組長意苙為志工講授「與長者溝通的技巧」，馮組長用生動活潑的方式與志工互動，為使現場志工明瞭溝通的重要，以及如何達到有效的溝通，課堂中亦穿插練習，時而笑聲不斷，引發現場志工熱烈的迴響，顯見這個議題讓志工感同身受且受益良多。也要特別感謝該家董事會秘書于小榮女士及家主任鄭美心女士的盛情接待。



實地演練

快樂學習  
重新出發



高雄玫瑰聖母殿主教座堂

參訪及講習結束後，順道遊歷坐落於南台灣高雄市，清咸豐年間建立，台灣最大主教座堂－「高雄玫瑰聖母聖殿主教座堂」，也是亞洲三大聖堂之一，是一座極具美學特色、混合哥德式與羅馬式風格的尖塔建築，置身其中彷彿感受到天主的祝福，幸福之感油然而生；聞名遐邇的「愛河」是情侶嚮往的地方，但遇上我們這些可愛又活潑的志工們，也能沉浸其中，嬉鬧一番；夜闖六合夜市，品嚐心目中的美食，三五好友吃吃喝喝，好不快樂。

早起的鳥兒有蟲吃，志工們有個好習慣，不管前一天玩到多晚，第二天一定起個大早，舒舒服服的享用早餐，然後從容的迎接一天的行程，先到柴山走一遭，原先個個期盼能遇到「台灣獼猴」，然路途中有一群登山常客卻說昨天下雨獼猴不會下山來，

讓我們給它有一點點失望，來到義大世界購物廣場大家一掃陰霾，每個人的臉上換上喜悅的表情，在這裡購物、觀光、休閒、文化、遊樂、美食均包括，可以滿足每個人的需求，一行人最後在隆田酒廠，品嚐屢獲世界酒類評選金質獎的好酒，志工機構觀摩在此畫下句點。

本中心藉由志願服務人員觀摩其他機構之經驗，拓展志工服務領域及視野，除志工外也邀請志工家屬參與，期盼志工平時在中心的服務獲家屬的支持與認同，當然，強化志工間支持系統也非常重要，牽繫著團隊的合作與發展；另外不可或缺的是在職訓練，透過不斷的學習提升專業知能、激發持續服務之熱忱，使志工自我成長、更加投入服務工作，也才能提供更適切的服務，嘉惠中心的長者。



高雄義大世界



社

工

專

欄

作伙學習

用心疼惜咱們的寶

臺日老人健康照護實務交流研習會

# 作伙學習 用心疼惜咱們的寶

## 臺日老人健康照護實務交流研習會

社工實習生 / 林岳玫

**當今** 臺灣社會已邁入人口高齡化的現象，在老年人口急速增加之下，使得老人照顧的重要性與日俱增。有鑑於此，內政部彰化老人養護中心於今年6月15日，舉辦社區服務老人照顧者研習訓練，透過內政部東區老人之家的引介，特別邀請「日本社會福利法人新町元氣村特別養護老人之家」本部長八木秀明與介護員根岸広英蒞臨中心講授日本老人長期照護實務經驗與技巧，希望藉由他們豐富的實務經驗，增進老人福利機構工作人員照顧知能及服務品質，以提升我國老人照顧服務的層次與品質。



八木本部長為現場提問者解答

首先，八木秀明本部長以「日本老人介護現狀」為題為學員們講授日本老人介護現狀與相關照護實務。此日間服務機構的特色在於以較少的人數做為區分介護單位的unit care（生活單位型照護），將全部居室都予以個室化。八木本部長介紹其機構照顧服務基本方針共有三點，第一點即是「普通生活」，意指「不管有沒有身心障礙，都要盡可能做到尊重其個人、給予援助，使其能在原居住地過著與健康者無異的生活。」第二點是「尊重個人的人權和尊嚴」，意指重視個人的尊嚴與人權維護，房間以個室為原則。最後一點是「專業介護能力的擁有」，意指要擁有與自立支援



本中心田主任基武致詞為研習會揭開序幕

相關的理論與介護技術。八木本部長指出，日本自2000年開始導入「介護保險」，至今已有十年的時間，從「一貫作業式照顧」到重視個人介護的「個別化照顧」型態的轉變，並不是國家造成的，而是一群「現場的職員們」所造成的。不過，「介護職員的共通言語」目前仍未達到成立的狀態，在世界上還是無法獲得大家的共識，所以希望未來能成立「介護學」這個基礎學論。八木本部長認為尊重與照顧老人是美德，應倡導大家去做，並尊重照顧者這個角色，同樣地，介護專業化的成果是，為了達到讓介護員對於高齡者的狀態能夠自發性的發現問題並得以改善之目的。然而，更重要的是提供職員進修的時間以及施以人材育成的過程，加上反覆練習以獲得技術，期待從培養職員的技術開始，讓老人能獲得更好的照顧。

接著，介護員根岸広英以「『自立支援照護理論』於日本老人長期照



介護員根岸先生現場示範改良式  
移位法的重點動作

護機構之運用」為題，他大力倡導「體力復健」的重要性，此「自立支援理論」，是從「竹內理論」與「最高級專業介護技術」習得而來，運用「強力復健」等方法的使用，能使得長者的症狀獲得穩定。他認為如同會打電腦與彈鋼琴的人一樣，會記住肢體的動作，所以要讓長輩們能重新喚起對肢體運用的記憶，改善其日常生活行為，活動自己的肢體。根岸先生強調體力復健並非鍛鍊肌肉，而是讓長者透過醫療健身器材進行復健，藉此達到活動自己身體的效果，促使大腦活用自身肢體的記憶。所以最終目標是讓長者能在不使用尿布、可以自行步行的情況之下，減輕家族負擔，在支援自立的情況下，享受自在的人生。根岸先生亦表示，機構為了支援自立，提出「三項沒有」，即是「沒有臥床（癱瘓）不起」、「沒有束縛身體」與「沒有使用尿布」，這是為了支持長者能自立照顧；所謂支援自立照顧、就是要充分的進行ADL(Activity of Daily Living) 日常生活



介護員根岸先生實際操作說明日本使用之  
「改良式移位法」



社

工

專

欄

作伙學習

用心疼惜咱們的寶

臺日老人健康照護實務交流研習會

活活動功能)的照顧、提昇入住者的QOL(Quality of Life 生活品質)水準。所以，根岸先生認為，身為以「成為照顧專業人員」為目標的人，能以最適切的方法達到改善之目的才是專家，才能進一步達到預防發生與克服廢用症候群，以維護其個人的尊嚴，更是恢復自我的第一步。

日本比我們更早邁入高齡化的社會，此次的研習會藉由他們的照護實務經驗與技術能讓我們有所成長與收穫。經過這次的研習交流，讓我充分感受到日本人做事的態度是如此細心與用心，透過參考國外老人機構照護經驗，能使老人照顧者反思目前提供的服務模式，以利提昇其照顧知能及服務品質。雖然此機構提出的「沒有臥床不起」、「沒有束縛身體」與「沒有使用尿布」的「三沒有」政策看起來相當的理想化，透過「三沒有」政策，除了能維持受照顧者生活品質與社會互動，亦能增加其自立照顧的機會，同時也能藉以紓解及支持家庭主照顧者之心理壓力，但相對的是照顧成本較高；反觀國內，在老人照顧機構普遍維持在法定人力適法

最低標準的情況之下，若要達到如此理想的狀況，仍有相當的困難度存在。除此之外，內政部彰化老人養護中心亦期待能藉此將養護老人工作由機構式照顧模式推廣至社區、家庭模式之照顧，落實福利社區化，讓居家養護老人能獲得更妥適之照顧。

編者按：

作者現為國防大學政治作戰學院  
心理及社會工作學系

社會工作碩士班 研究生

實習期間：

100年6月13日至

100年8月10日



花好月圓人團聚一

## 中秋月光晚會



課員 / 吳壬淑

在阿公阿嬤的期盼下，一年一度的中秋賞月聯歡晚會終於要上場了，多年來社團法人彰化縣富友慈善會及相關公益團體總是不忘陪伴阿公阿嬤們渡過這個溫暖的節日，今年的活動於9月9日辦理，無極聖安宮也提供應景食物文旦與香腸與老人同樂，月餅則是本中心志工伙伴的精心傑作，他們努力製作出長輩喜愛的口味，增添不少佳節氣氛。

今年晚會中最特別的節目是中心14位長者組成的「千歲合唱團」的演出，我們的千歲合唱團邀請到彰化地區頗負盛名的陳玲珠老師指導，由喜歡唱歌的阿公阿嬤組團練唱，因為長輩們年紀加起來超過1千歲，因而命名。為了公開演出，阿公阿嬤們可是用心勤練好幾天，在演唱「望春風」、「思慕的人」2首歌曲後，大獲滿堂彩，讓阿公阿嬤信心滿滿，體會美夢成真的感動。除此之外，當日節目內容還有富友才藝隊員

獻唱老人們熟悉的「天公疼憨人」、「挽仙桃」、「後山姑娘」等歌曲，而長輩們

最愛的志工土風舞小組也表演了「歡喜攞再來」、「舞池」等舞蹈，精彩豐富的節目，讓長輩與家屬們度過一個難忘的中秋佳節。



月圓人團圓的月光晚會中，中心主任帶領主管們於舞台上向全體長輩請安，同仁們也都留下來陪伴長輩過節；另精心安排了溫馨時間，由社團嘉賓一一送上飲料請阿公阿嬤飲用，再由阿公阿嬤回送神秘小禮物，這份讓與會來賓驚艷動容的小禮物是阿公阿嬤們親手製作的「葉拓書籤」，這張獨一無二的葉拓書籤，是中心巫物理治療員素芝帶領長輩們製作的，素材都是摘採自中心庭園的植物葉片，從無到有一點一滴都是阿公阿嬤們的心意與創意，書籤上面有勉勵的話語及阿公阿嬤對嘉賓滿滿的祝福，就像中秋夜的月亮一樣，圓圓滿滿光采動人。

感謝新唐人亞太電視台記者葉錫鴻先生當晚的採訪，讓我們精彩的活動剪影透過網路這個媒介得以分享給更多關心長者及支持中心的朋友們，如果您也想一睹千歲合唱團的風采，可上網蒐尋「千歲合唱團」。

社

工

專

欄

花好月圓人團聚

中秋月光晚會



社

工

專

欄

熱情相挺新朋友——新進住老人生活適應團體

# 熱情相挺新朋友

## 新進住老人生活適應團體

社工員 / 顏珮純

**每個人** 在年輕時對環境的適應能力較有彈性，但年長後因身心狀況影響愈覺得缺少面對新環境或應付環境變化的能力，以致內心產生衝突並有不如意的感覺，對於因慢性疾病或突發狀況致身體功能耗損生活無法自理須他人協助而進住機構的長者而言，因居住環境遷移衍生的焦慮感更甚，因此，為使養護中心新進住長者能認識、熟悉中心環境及有效適應團體生活，中心舉辦「新進住老人生活適應團體」，由社工人員規劃、執行及帶領，以團體工作方式關懷新進住長者，協助長者認識環境及個人調適，促進良好生活適應。活動規劃1年辦理4梯次，每梯次各有4個單元，以下僅就帶領100年第2梯次活動經驗與大家分享。

該梯次活動自7月18日至7月27日辦理，參與成員共有8名長者（包含適應良好長者2名），協助者有社工員1人、志工1人及實習生7人，第1單元「**真想認識你**」主要目標在讓成員間互相認識及介紹環境，活動過程中大部分成員為第一次見面，所以成員間較無互動，聊天談話較局限於身旁協助志工及學生，在發現每位成員的注意力皆不在同一區塊時，領導者便改變原先一對一問答方式，採

以開放式問答引導成員互動及專心聆聽他人發言；第2單元「**快樂的一天**」則是希望讓成員了解在中心一天的生活作息，並請護理長、營養員、藥師、復健員及社工員等各專業人員說明服務內容，成員對於各專業人員解說皆能仔細聆聽並給予回饋，尤在飲食及照顧方面反應熱烈，不論成員給予的是正面或負面評價，都是最確切的鼓勵與改進方向；第3單元「**有你做伴真好**」邀請2位在養護中心居住較久適應良好的長者分享生活情形，藉此過程成員也分享了參與活動的經驗、認識工作人員或住民、給予分享者經驗談之回饋…等；第4單元「**期待再相會**」則回顧前3次單元活動、為團體結束作道別、由成員中最高齡之長者代表切蛋糕慶祝「畢業了」，並頒發獎狀鼓勵成員在此4次團體活動的付出與樂於分享。



在團體進行前及團體結束後，透過活動前後測量表評估長者參與團體後對於了解本身狀況及對中心之了解程度是否有所提升，評估項目內容包括：能清楚介紹自己的姓名、性別及原居住地、能清楚介紹自己過去的職業、興趣及嗜好、清楚自己於本中心住房樓層、認識同區的住民3人以上、認識本中心工作人員3人以上、願意於本中心接受照顧與生活、家人是關心我的、我會關心家人等8項，以非常同意（5分）、同意（4分）、普通（3分）、不同意（2分）、非常不同意（1分）作為選項。問卷施測結果6位成員前測分數加總共計159分、後測分數加總共計194分，其中以「清楚自己於本中心住房樓層」及「認識本中心工作人員3人以上」為大部分成員之提升項目。

團體活動過程中，有位阿公因分心而答非所問引起其他成員哄堂大笑，在領導者引導下阿公明白大家笑聲四起的原因後，也不以為意的跟著大笑，像是樂意成為大家的開心果一般。回顧帶領這次團體的經驗，雖然團體一開始尚無法達到每位成員皆融入活動中，但從四次單元活動觀察紀錄中發現，成員能透過談話方式增進彼此互

動，由一開始需由陪伴的志工或社工實習生聯繫成員間的被動互動，變為成員間稍微熟悉的靦腆互動，最後可以感受帶領者與成員、志工及社工實習生在活動中笑聲不斷，成員間主動相互回饋並給予支持，更期待下次團體的到來。此外，在帶領認識環境及各專業人員說明服務內容下，成員了解可獲得的服務及遇到問題時可尋求協助之管道，讓他們都能留下深刻印象，可見經由參與新進住適應團體活動，帶給長者的助益是不容小覷的。

住宅絕不只是空空的一個殼子，搬家也不是將物品從一個盒子放到另一個盒子裡，每個人都需要一個熟悉的生活地點，能夠遮風避雨、每天醒來能看到一個熟悉的空間、連續做昨天未完成的事、有一個緊密的社會支持，這些熟悉、連續的生活空間，可以讓人的生命可以繼續向前。個案工作的主要任務在協助服務使用者獲得問題的解決、需求的滿足與幸福感的提升，鑑於接受機構照顧之長者其生命歷程的最後階段多半在機構中度過，所以我們更冀望長輩們在中心的照顧下都能感受到被尊重及受關愛，也期待藉由生活適應團體的辦理，協助長者儘速融入中心生活。





社

工

專

欄

快樂的一天

居家出遊樂無窮

## 快樂的一天

# 居家出遊樂無窮

社工員 / 王郁茹

**時光** 荏苒，又逢一年一度的居家服務戶外踏青活動，99年因應中心社區照顧關懷據點設立，遂將原戶外踏青活動併入揭牌儀式系列活動辦理，也因間隔一年未辦理踏青活動，常會聽到居家服務組志工轉達長者們的詢問，中心何時能再帶領他們一同出遊。為讓居家長者走出戶外，增進人際互動並拓展社會支持系統，今年中心除依往例帶領居家長者出遊，更首度邀請中心5位長者一同參與，希望促成中心與居家長者互動與交流。

活動當日因南瑪都颱風過境引發之西南氣流，一大早即大雨滂沱，在評估安全無虞之下，於是依原計畫出發。一路上，儘管車外下著大雨，參與活動之長者、志工與工作人員仍是興致未減，除有中心主任與志工隊長為大家高歌一曲，阿英阿嬤、阿儒阿嬤與阿市阿嬤等亦為大家獻唱拿手之日、台語歌曲，旅途中，說說唱唱，好不快樂！

活動首站來到了台中國立自然科學博物館，適逢該館辦理「流動的女神 - 台灣媽祖進香文化特展」，展場內囊括來自國內11間媽祖名廟的文物，參觀過程只見阿市阿嬤雙手合十，對媽祖的敬崇與虔誠表露無遺；在導覽人員帶領下，陸續參觀了中國人心靈生活－萬福宮，以及動物園標本區，藉由實體展示，讓長者獲取不少生物知識。因行程安排的關係，科博館停留時間並不長，因此，也讓許多長者感到意猶未盡，如阿儒阿嬤除一直詢問自行前往該如何搭車，表示有機會將自備午餐至科博館好好參觀一番。

中午安排懷舊餐廳用餐，藉由合菜享用，除提供志工與工作人員服務長者之機會，亦是藉由用餐過程促成長者彼此交流與互動，而隨著道道佳餚上桌，如：雙色米糕、蹄膀與百菇燉全雞等，長者臉上盡是滿足的笑容，甚至有長者分享，自己從未品嚐過如此豐盛的餐點。懷舊餐廳之選

社

工

專

欄

快樂的一天

居家出遊樂無窮

擇，原是希望讓長者與服務之志工、工作人員於懷舊氛圍下進行美食饗宴，讓長者邊享用美食邊回憶過往，然用餐後才發現，對於懷舊氛圍感到最興奮的是服務的志工與工作人員，對於勤儉長者而言，打包辦桌後之菜尾似乎才是長者樂趣之所在。

餐後接著帶領長者前往鄰近之大賣場購物，阿吉阿公除表示要購買水果、餅乾與工作人員享用，更牽掛著欲添購一雙新鞋，在工作人員與店員的陪同下，阿公對自己試穿過的每雙鞋子皆感到愛不釋手，經過仔細挑選與比較，最終選到一雙便宜又符合期待的鞋子，除阿公外，其他阿嬤手上亦或多或少添購些「戰利品」，看到長者對於購物的成就與笑容，亦讓我們備感開心。

歡樂的時光總是感覺過得比較快，很快的活動也接近尾聲，一天的活動，感謝中心田主任與同仁於業務繁忙之際仍陪同帶領長者出遊；尤其是曾護士馨儀發揮了白衣天使的精神，在長者臨時便秘不適、腹痛難耐，適時做了緊急處置，讓該名長者綻放舒暢的笑靨，大家也才都鬆了一口氣；也要感謝我們最可愛的志工伙伴們辛苦的於大雨中協助長者上下車與移動，最後更要感謝所有一起出遊的長者，因為有你們，我們的服務與付出更顯意義與價值，也希望明年居家長者都能再健康的參與活動，共創美好回憶！



出遊長者與中心志工及同仁於台中自然科學博物館合影留念



休

閒

采

風

秋遊月眉糖廠



時序進入中秋，秋高氣爽是最適合出遊的季節，中心在每年的春、秋二季各舉辦一次「住民自強活動」，這活動對中心住民來說可是一大盛事，由於身體的退化、健康....等因素，老人家入住養護機構後就很少有機會坐遊覽車去「遊覽」。

我們這幾個養護課菜鳥主辦人，帶著老人家殷切的期待及先進們中肯的叮嚀，四處勘查找尋適合老人家們外出活動的地點，希望能夠讓出遊的老人家都能盡興一遊，留下愉快又難以忘懷的回憶。經過多處、多次的實地勘察並綜合各項條件後，我們選擇了一處兼顧娛樂以及懷舊的最佳地點—台中后里月眉糖廠。

10月12日期待已久的日子終於來臨了，一大早縣府司機黃大哥開著全新的復康巴士來到中心協助老人家們出遊，黃大哥得意的說這新車很

讚，今年6月縣府才新購入的，各項設備都考量到不便長者的需求~~ㄟ實在足感心了ㄟ，我們的阿公阿嬤搭上縣府的這台設備齊全的新車，在這趟旅途中更加舒適愉快。

在車上，坐在我後面的94歲貴春阿嬤，她超開心，臉上帶著滿足的笑容，一再對我說：「我活到這麼多歲，今天能夠跟你們出來玩，實在是大福氣。」聽到老人家這番喜悅的話語，再看看他們的笑容溢於言表，剎那間，內心充滿了感動與滿足，覺得再多的辛苦也都值得。





上午安排的行程主要是觀賞馬戲團表演，當車門打開準備下車之際，馬戲團的小丑就前來熱情迎接阿公阿嬤們下車，讓我們這群老客人又驚又喜，觀賞特技表演活動過程中，每位阿公阿嬤都目不轉睛的驚呼連連。

中午我們是採用合桌方式用餐，菜色非常豐富，特別幫老人家們準備了燉蹄筋、蒸圓鱈……等等，營養又適合老人家的料理，老圓阿公吃了好幾碗，還豎起大拇指表示好吃好吃，德發阿公頻頻找袋子，要坐於旁邊的工作人員趕緊打包，說是要帶回中心跟大家分享，錦鸞阿嬤也說我吃的素食餐太好吃了，吃得很飽。

午飯過後，特別商請糖廠的解說員帶領我們參觀百年糖廠，娓娓道來糖廠的歷史、早期製糖的設備及過程，這些年代久遠的機具與建築，正是阿公阿嬤們年輕時熟悉的景物，每個人彷彿都走入了時光隧道，回憶著從前苦難的生活與得意的故事。臨

走之前炳文阿公一直比著糖廠的舊設備，告訴我「甘蔗，就是從這兒進去，從那兒出來。」可見這是一趟深具意義的知性之旅。

來到糖廠怎能不品嚐最具特色的美食—冰棒呢，嘿嘿！找人請客～當然找院長卡油，然而院長早已想到，不待我開口就帶著我跟季陵護理長買枝仔冰，並且一一分送給每位老人家和工作人員，這當中人氣最高的是紅豆冰、米糕冰、花生冰及鳳梨冰。吃完冰棒後，大家心滿意足又依依不捨的踏上回家的路途，燈明阿公開玩笑的說「我們明天再來啦。」一句玩笑話卻也為這次活動的成功，留下了強而有力的見證。

最後，我要藉此再次向當天參與及協助的每一位同仁說聲：「謝謝」，因為有您們的幫忙，才能使這次活動的意義得以實現並且圓滿成功。



休

閒

采

風

秋遊月眉糖廠



休

閒

采

風

探訪玉龍雪山——麗江之旅

## 探訪玉龍雪山 麗江之旅

巫媬

2009年秋末又是旅遊的季節，特別想去探訪雪山。我想當我喚山而山不來，我則應走向山，有心動則馬上行動。這次旅行沒有伙伴，因為我的朋友怕得高山症，他們是心中嚮往、望之卻步，所以千山我獨行，我用隨遇而安的心情出發，就當作是對山的朝聖之旅。一路上邂逅無數雪山，其中最令我念念不忘的是位於雲南麗江境內的玉龍雪山，在麗江旅遊總是繞著它轉，任何角落只要一抬頭它總是與你同在。

玉龍雪山位在中國青藏高原與雲貴高原的交界處，是北半球最南端終年積雪的山脈，也是離赤道最近的雪山群，由13座連綿山峰組成，海拔5596公尺的扇型主峰有如龍首，後

面峰峰相連、並排聳立、連綿35公里宛如玉龍橫臥。又因半山腰常常雲霧飄緲，遠遠望去猶如一條騰空飛舞的銀色蛟龍，因而得名「玉龍雪山」。

在麗江流傳著一個神奇的故事，傳說玉龍雪山和哈巴雪山是一對孿生兄弟，他們相依為命，在金沙江淘金度日。有一天從北方突然來了一個凶惡的魔王，他霸占了金沙江，不准人們淘金。玉龍、哈巴兄弟倆大怒，揮動寶劍與魔王拼殺，哈巴弟弟力氣不支，不幸被惡魔砍斷了頭，玉龍哥哥則與魔王大戰數回合，一連砍缺了13把寶劍，終於把魔王趕走了。從此，哈巴弟弟變成了無頭的哈巴雪山，玉龍哥哥為了防止惡魔再次侵擾，日夜高舉著13把寶劍，後來也變成了13座雪峰，



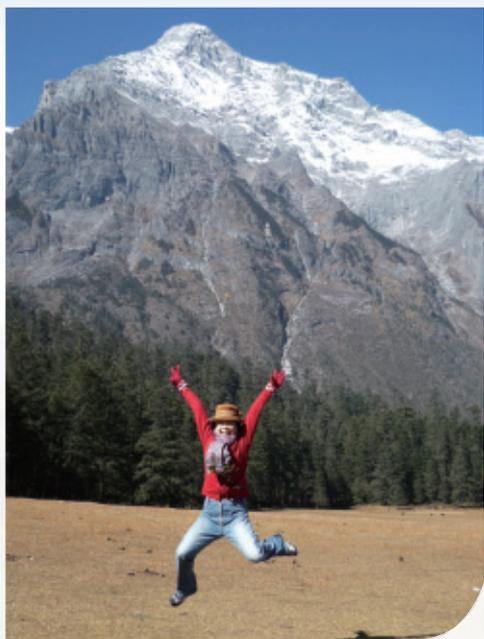
休

閒

采

風

探訪玉龍雪山——麗江之旅



日夜保護著納西族，所以納西人把玉龍雪山奉為神山。直至如今玉龍雪山主峰仍是一座尚未被攻頂的高山，主因是扇型主峰屬石灰岩地質，又是萬年冰川，陡峭難攀，據說曾有一支外國登山隊帶著高科技登山器具已快要靠近峰頂，著急不已的納西人不斷對山神祈禱，不久晴朗的天空突然刮起狂風、下起暴雪，於是攻頂行動功虧一簣。

想要欣賞玉龍雪山的美，一定要去雲杉坪。我在山腳下搭乘索道纜車，再轉搭電瓶車前往，途中是滿山錯落有致的杉樹，沿著森林小徑走去，出現一片寬闊美麗的草坪就到了。海拔 3240 公尺的雲杉坪是一處高原小牧場，周圍被雲杉林圍繞，玉龍雪山近在眼前，在藍天的襯托下，更顯得氣勢磅礴、潔白壯麗。在這裏可以一邊遙望玉龍雪山的美麗風景，一邊聽著雪山的淒美故事。相傳在很久以前，相愛的納西族青年男女，若因家庭反對不能

締結良緣，便相約來到雲杉坪對著玉龍雪山一起自盡殉情，因此雲杉坪是納西族殉情男女的魂歸之處、殉情之鄉，納西人管它叫「玉龍第三國」，相當於人間、地獄以外的天堂，是納西族人心中的聖潔之地。

觀賞「印象麗江」應該算是此趟旅行的重頭戲之一，是由名導演張藝謀執導的大型實景演出秀，這個天然圓型的劇場，設在玉龍雪山海拔 3200 公尺的地方，可以容納 2000 名觀眾，前方舞台是用象徵雲南高原紅土的紅色砂石砌成的，象徵著茶馬古道，而背景則是覆蓋一大片皚皚白雪的玉龍雪山山頭，整個場景運用了雪山的特色，讓表演與大自然結合，可以感受到劇場的宏偉大氣。我運氣不錯，天氣超晴朗，一整片藍藍的天，更讓玉龍雪山美到不行。

演出的這些人都不是專業的演員，只是由在地的少數民族所組成的，所以整場演出都是很隨興不做作，從頭至尾就是詮釋生活在雪山下





休

閒

采

風

探訪玉龍雪山  
——麗江之旅

納西、摩梭、藏族等少數民族的生活點滴和古老傳說。首先一群演出人員騎著馬，從四面八方奔馳進場時，聲勢之浩大真是讓人驚心動魄，加上 500 多人的歌舞大排場與雪山的氣勢壯觀相呼應，光是場面就夠讓人感動。故事大致上是描述千百年來，納西人在茶馬古道的辛酸，背著竹簍的納西女子們，任勞任怨、終年辛苦的勞動著，粗獷的馬幫漢子在雲南高原上奔馳著，各族同伴一起手牽手載歌載舞，表達最真實的情感及原始之美，當下我很認同張藝謀導演說的：「藝術的最高境界就是感動，而印象麗江讓我為之動容」。

節目尾聲演員帶領觀眾一起雙手合十，祈求世界和平、大家平安健康、順心如意。最後所有的演員站在舞台上，感性的向觀眾說出「我們在玉龍雪山下為您祈福，在雪山下... 等您回來。」令人忍不住鼻酸，我馬上熱淚盈眶，感動的情緒瀰漫成關不住的眼淚。

我永遠無法忘記這趟旅程，玉龍雪山有豐富的自然景觀與人文氣息，有許多的故事與傳說。天地有多寬闊，只有親臨才能感受，雲南之行我感受玉龍雪山的磅礴氣勢和周圍渾然天成的自然景致。我觀賞麗江少數民族演出的歌舞秀，身歷其境感受「印象麗江」的震撼力，我帶著滿滿的感動，依依不捨的離開，麗江風光讓我永生難忘。



印象麗江劇場設在海拔 3200 公尺的地方，背景是玉龍雪山。



印象麗江 - 少數民族歌舞秀



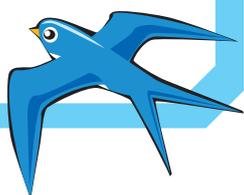


## 燕窩與雞蛋布丁

務農的老王因土地重劃而發了一筆財。某日興高采烈的邀請老婆到餐廳吃飯；餐畢老婆意猶未盡提議來一份比較特殊的餐點。

老王雖然生性節儉，但還是答應了，並詢問在旁的服務生；服務生聽畢便介紹「冰糖燕窩」給老王。怎知老王猶疑了一下，便順口說他不喜歡吃動物口中吐出來的東西，並隨即向服務生點了份雞蛋布丁。

等服務生剛走開，王太太很高興的問老王：「你知道雞蛋是從雞的什麼器官生出來的嗎？」老王一時無言以對。

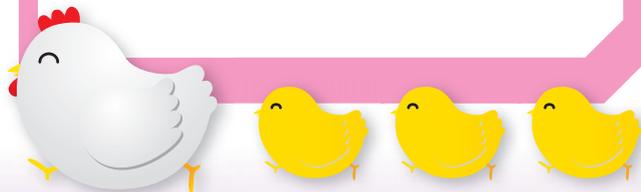


家屬 / 林文郁

## 一顆紅蛋

小華生日當天和親友到卡拉ok店歡唱；席間有位朋友點了一首「一顆紅蛋」的歌，但是等了很久就是沒顯示出來，於是請來服務生想探究一下原因。

服務生很快就來了，並詢問何事需要幫忙。小華即告訴服務生點歌的事；不料才說到：「點一顆紅蛋」，服務生即插嘴說：「很抱歉，我們只賣茶葉蛋，不賣紅蛋，而且每次至少三顆是五十元」言畢，室內一片靜寂。



燕窩與雞蛋布丁 / 一顆紅蛋



# 感受

照顧服務員 / 林楊寶珠



今天的天空依然晴朗，  
東方的太陽已稍稍升起，  
無聲無息明亮耀眼。

早起的人也為工作而忙碌著，  
騎乘數年不變的交通工具，  
進入擁擠的車潮，  
由喧嘩至平靜，  
剎那間鳥語花香，  
驚醒了枯燥乏味的行程。

靜靜地聆聽清脆的鳥語，  
默默地深聞濃郁的花香，  
那熟悉優雅的環境即在眼前，  
一天的工作即將開始。

喜歡運動的院民，  
已三五成群散佈在庭院間，  
親切的問候、熱忱的扶持，  
拉近了每一天相處的距離，  
一句『您好』、一句『早安』，  
內心頓覺感激和溫馨。

一天的活力澎湃洶湧，並蓄勢待發。  
可以想像今天的工作必定勝任愉快。

看似簡單卻需付出相當大心力的  
工作，

情況要掌握，應變要靈活。

肢體不便者 --- 扶持她（他）；

心智減退者 --- 叮嚀她（他）

多重障礙者 --- 照護她（他）。

為了把痛苦減輕、為了把安康提升，  
但願今天能比昨天更好。

一切優質的成果即是豐富經驗的  
累積，

付出的越多，收穫也就越多，

也僅有如此相對待，

彼此的心靈才會更充實、心情也  
才會更加愉悅。



心

靈

響

宴

感受

# 豁達看老死 活得有尊嚴

吳育政

生老病死是人生必走之路，然而，生是父母親所決定，病在現代醫學的治療下，絕大部分可以痊癒或得到適當的控制，似乎我們也不需要擔憂。因此，扣掉不能決定及不用擔憂的生與病，剩下必走的老與死，這才是我們要關心的，並且是我們可以決定如何去面對的。

一般而言，人的體能在二十五歲左右達到顛峰，接著就漸漸走下坡，經過五十年之後，也就是七十五歲時，因為器官老化而死亡，從大自然的規律來看實屬合理。

拜全民健保所賜，台灣人比世界大多數的人享有更好的醫療品質，並且費用還算低廉。在沒有沈重經濟負擔及完善醫療環境的支持下，台灣人越來越長壽，但是畢竟器官老化是生命的宿命，為了抗衡老化，避免死亡，用機器或藥物來替代器官的功能，進而維持生命就成了唯一的方法。所以，肺臟老化可用呼吸器來替

代；腎臟老化可用洗腎機來取代它的功用；腸胃道老化可用藉由靜脈營養來取代；免疫功能老化也可用強力的抗生素來殺死細菌；甚至心臟老化都可用葉克膜來替代它的功能。

這樣與大自然規律背道而馳的結果，使得台灣因老化依賴呼吸器、洗腎機、葉克膜、靜脈營養而維持生命的人越來越多，抗藥性的細菌比例也越來越高，昏迷不醒植物人的比例更是排名世界第一。

我們似乎應該好好的反思：這樣的醫療是讓人過得更好，更有尊嚴，更幸福呢？或是已經違反了自然的法則，而遠離了尊嚴與幸福。

自然有規律，生命有宿命，人活著要有品質，有快樂，有尊嚴。豁達看老死，不恐不懼，順天應命，時候到了，快樂有尊嚴的歸去一是我們可以決定並且做得到的！

編者按：作者現職為彰化基督教醫院鹿基分院重症醫學科主治醫師。



心

靈

饗

宴

情比姊妹深

## 情比姊妹深

護理長 / 李季陵

**某天** 將要下班前，習慣性的再進院舍區繞一繞，跟阿公阿嬤說再見，就在即將巡畢之際，沒想到竟然讓我看到如此令人動容的畫面：二位阿嬤正分工合作的一起餵另一位阿嬤吃肉圓，三位阿嬤分別是89、86、85歲，一個再平常不過的餵食動作，在此時此刻卻是那麼的令人感動！我趕緊找來相機留下這溫馨動人的一幕。

在中心裡，常常都會見到這二位銀髮阿嬤，她們相偕散步的身影，即使下雨天，她們也會在走廊上散步，她們總是推著輪椅，笑臉迎面的和路過的每個人親切問好，看到她們如此開朗樂觀，不禁想到她們已為「活得久，還要活得好」做了最好的見證。

其中玉英阿嬤氣質出眾，說話總是輕聲細語，雖高齡89歲，但總是把自己打理得整整齊齊、乾乾淨淨；而素琴阿嬤熱情活潑、充滿朝氣，身材嬌小的她穿著自己喜愛的衣服更顯得精神抖擻。在房舍內她們總是一起聊天、一起分享家人為她們準備的點心

及水果，甚至每日相約一起看歌仔戲。

過去，「老伴」是指婚姻關係裡的配偶，是孩子的爹娘。如今，社會結構改變，老年喪偶的情形也不在少數，「老伴」應泛指「老來作伴」的親朋好友，而不再單指家中的老夫老妻。作家吳娟瑜老師就建議銀髮族一定要走出家門、走進社區、參與社會的脈動，更重要的是去結交「老伴」。下次有機會在中心見到這一對相互陪伴、相互扶持的姐妹花，還請大家一定要給予最親切的問候喔！



知足常樂心情開 老友老伴情誼長

## 外展服務

# 讓一輩子不後悔

志工 / 開心果



由於養護中心的精心策劃，活力滿滿的志工隊能在行有餘力中擴大服務領域，推動外展服務－居家關懷，使得服務觸角延伸到被遺忘或不被留意的角落，因此，志工夥伴們配合著挪出時間，造訪陪伴獨居長者，聊聊天、解解悶，期待能達到轉念舒壓並祛除心中陰霾，偶爾也協助整理環境、清除髒亂，實現為長者分憂解勞的要求，轉眼間已逾12年。記得最早承接的個案，是志工夥伴同心協力踏進晦暗難聞的獨居

長者屋內，借用屋縫透光，傾全力掃淨乾糞巴及酸尿味，終換得清新舒適的住屋；接著，推展多元化服務，舉如節慶慰問、景點踏青，在在是貼心的關懷。

中心田主任對長者特別用心，今年在其精挑細選下重陽節的慰問食品有別以往，是可以讓長輩補氣、補身、補健康的養氣人蔘，以及三餐不可或缺的肉鬆。田主任帶領著社工人





服

務

點

滴

外展服務

讓一輩子不後悔

員及志工夥伴們在重陽節這個專屬長者的節日前夕到每位居家服務個案家中探訪，看著阿公阿嬤們開心的喝下人蔘滋補液，大家彷彿都感受到了一股暖意，原來心中那份暖流是更甚食補的；有幾個阿嬤為了我們的到訪精心打扮，整個人都精神了起來，還真差點認不得她們了呢！

戶外踏青活動讓許多長者引頸企盼，幾年前，養護中心為讓長者感受科技的進步，特別安排一趟高鐵新竹體驗之旅。當得知訊息，志工即走訪力邀，但有長者遲疑不定，經一番勸說：若不參加會後悔一輩子，終於欣然同遊，事後長者果真告訴我有這次的體驗他將一輩子不後悔。今年安排的是台中懷舊體驗之旅，有人回應：久久未能暢遊台中，好期待見識縣市合併升格後究竟變化有多少？馮阿公礙於身體狀況無法作主，深恐耽擱大家的行程，因而作罷，但感嘆：即將轉往他地就養，此番遲來的特殊

歡樂之旅，也許是今生最後唯一的出遊機會。讓我聽了為之鼻酸。

我投注最多時間長期服務關懷的個案，他的住所是聳立於八卦山腰的獨立屋，方圓百尺乏鄰相伴，時常探視是必要的，每逢大風豪雨後，總要及時協助他作妥當簡易維修。某天，上山與其研討〈楞嚴經〉跋的問題時，阿公突然昏迷，在仰倒之際，我適時扶了他一把，托老天的福，真是慶幸，沒想到居家服務竟能化解意外危機，避免憾事發生。

志工們投入外展居家服務的機動與彈性，能適時填補社會關懷的缺口及救助資源的不足，但重要的是要感謝有內政部彰化老人養護中心穩固的內部基盤做為後盾，方能發揮服務效能，內外兼備，更要感謝讓我有機會學習的每位老菩薩，其實是你們用生命經驗照亮了我的人生過程。未來我會更珍惜每一次與你們相聚的時光，也讓我一輩子不後悔。



# 我在彰老的日子

社會役役男 / 楊博涵



「像螞蟻，默默做自己，貢獻每個小小心力，集結成奇蹟」，這是大家比較不熟悉的替代役之歌歌詞。替代役不是以保家衛國作為主要任務，而是正如這幾句歌詞所寫，我們分散於社會的每個角落，走入社區為大眾貢獻自己微小的心力。

我於民國 100 年 3 月中正式加入替代役這個大家庭，經過成功嶺和草屯一連串的訓練後，最終選擇內政部彰化老人養護中心作為我貢獻心力的處所，這裡的阿公阿嬤把役男當做孫子一般，早上都會很開心的跟每位役男打招呼，看到他們的熱情，即便是壞心情也都好了一半。此外，午晚餐時段也是另一個與老人有親密接觸的時刻，有些老人因行動不便需要別人幫忙餵食，而餵食者的心情也會影響老人的食慾，即便是一個小小的微笑，都能產生意想不到的結果，甚至有老人會在你餵食完畢之後，把你的手舉起，然後再給你一個大大的香吻以表感激之意，這樣的舉動讓我打從

心底得到一種幸福感。

過去我不懂得如何與長輩相處，現在回家已比較懂得表達對家人的關心之意，也期許自己在未來不僅能帶給彰老的老人們更多快樂，自己也更懂得珍惜與孝順。另一方面，服兵役是踏入社會前的最後一步，在這裡人人都是平等的，也正因為如此，如何與不同背景、想法的人共處就變得十分重要，讓自己從零出發，試著放下過去的矜持與身段，重新審視每個人的優缺點，培養待人處事與負責任的態度，讓當兵這段期間不再只是倒數退伍的日子，而是將當兵歷程轉化未來進入職場的試金石。





服

務

點

滴

心聲

# 心聲

社會役役男 / 鄭鈺達

**我**是立志想來這邊照顧老人！4個月過了，我的心，我的理想沒有一絲動搖，這種感觸反而是越來越深刻，越來越濃烈

在這段期間我陪他們做復健，協助餵食，帶他們出去散散心，幫忙他們洗澡穿衣服…等，那些都是從來不曾有過的體會，使我印象深刻，在陪一些老人聊天後，才體會到老了之後原來是這麼的無奈與無助，渴望自己的心聲能夠被別人傾聽，又矛盾的保衛著自己最後的一道尊嚴，此時此刻我覺得自己很渺小很渺茫，我問自己能夠替這些銀髮長者做些什麼嗎？我們真的會了解他們的心聲嗎？

一個長者如果連洗澡吃飯都需要別人協助，內心會擁有什麼樣的感傷呢？我想這是非常無奈與無助吧！曾經他們也是像我們一樣，如今躺在這張床上望著天空，他們在思索著什麼呢？當他們一直望著門一語不發的樣子，彷彿像是門口隨時會有他們盼望的人走進來探望他們一樣，看到這種

情景的當下，我的眼角不禁泛出淚光。

我知道我可以做的真的不多，但是我會用我最多的心思時間去陪他們，帶著他們出去走走多看看外面的天空、雲、還有閃耀著溫暖的陽光，或許有人會說這樣子做是沒有用的，等我退伍後他們不會記得我，但人生本來就有很多事情是無需計較得失不是嗎？只要他們當下可以感受到這份溫暖與關懷，不是就足夠了嗎？

人老了並不可怕，可怕的是漸漸的被遺忘，缺少了那份證明自己活著的價值，而我們可以給於他們的，不就是一如親顧的關懷，讓他們感受到沒有被遺忘的溫暖。



## 這一年，感謝阿公阿嬤的陪伴

服

務

點

滴

社會役役男 / 楊仁銘



**其實**一開始的時候，對於在養護中心的職務內容並沒有特別的感覺，每一天，就是做著例行的工作，遇到與長者眼神相對時，偶而點頭回應，過了一陣子，覺得似乎服役生涯大概就這麼過了，總覺得不擅與阿公阿嬤相處，與阿公阿嬤談話時也坐不久，心中總有一股莫名的焦慮感；工作時也常有阿公阿嬤不斷熱心提醒、催促，但耐心幾乎總被消磨殆盡，內心沒有熱誠，感覺是很無力的，在這個環境之下似乎沒有任何新鮮事，似乎只是等待一個結束……。

從什麼時候開始的我也不知道了，開始會跟阿公阿嬤聊天，坐在他們身旁，聽著從前的故事。一位阿公說他坐在屋簷下看著日軍飛機被打落，看著他的眼神，彷彿看得見那一刻的飛機與子彈；另一位阿公在大陸與共軍爭戰過，曾經刀光劍影的緊張度日，現在平靜地享受老年生活；一位阿嬤一人獨自扶養三個兒子，含辛茹苦的拉拔長大。原來在這些溫柔慈愛眼神的後面，都有著許多的故事，他們的世界其實是敞開的，是願意、希望別人來參與分享的，而漸漸的，

反而是我不斷的被給予，阿公阿嬤溫柔的問候、真心關懷的話語，讓我感到溫暖，當我的手被阿公阿嬤握住時，我突然了解到慈愛這個詞的意思，於是我的內心反而被敞開了，開始願意更去了解阿公阿嬤的需要，願意負擔他們的心情。

聖經裡有一段經文寫著「在白髮的人面前，你要站起來，也要尊敬老人，又要敬畏你的上帝，我是耶和華。」神將老年人與祂放在一起，代表老年人是榮耀的、尊貴的。在要結束役期前，我才了解到，阿公阿嬤不是無力的、軟弱的，他們是很有力量的，能給予愛心和關懷的，他們的身體也許脆弱，但是一個眼神，一句話，就能安慰你的心。

一開始沒想過會被回饋這麼多，要離開了竟會不捨阿公阿嬤們，我想我被給予的反大於我所付出的，對我來說其實是有點挫折的狀況，因為被給予的反而比付出的多，代表自己還不夠能力幫助人，阿公阿嬤給我上了寶貴的一課，讓我能夠拾起對人的熱誠，重新學習對人付出。這一年感謝阿公阿嬤的陪伴。

這一年，感謝阿公阿嬤的陪伴



# 無辜的爺爺

◎小蟲繪

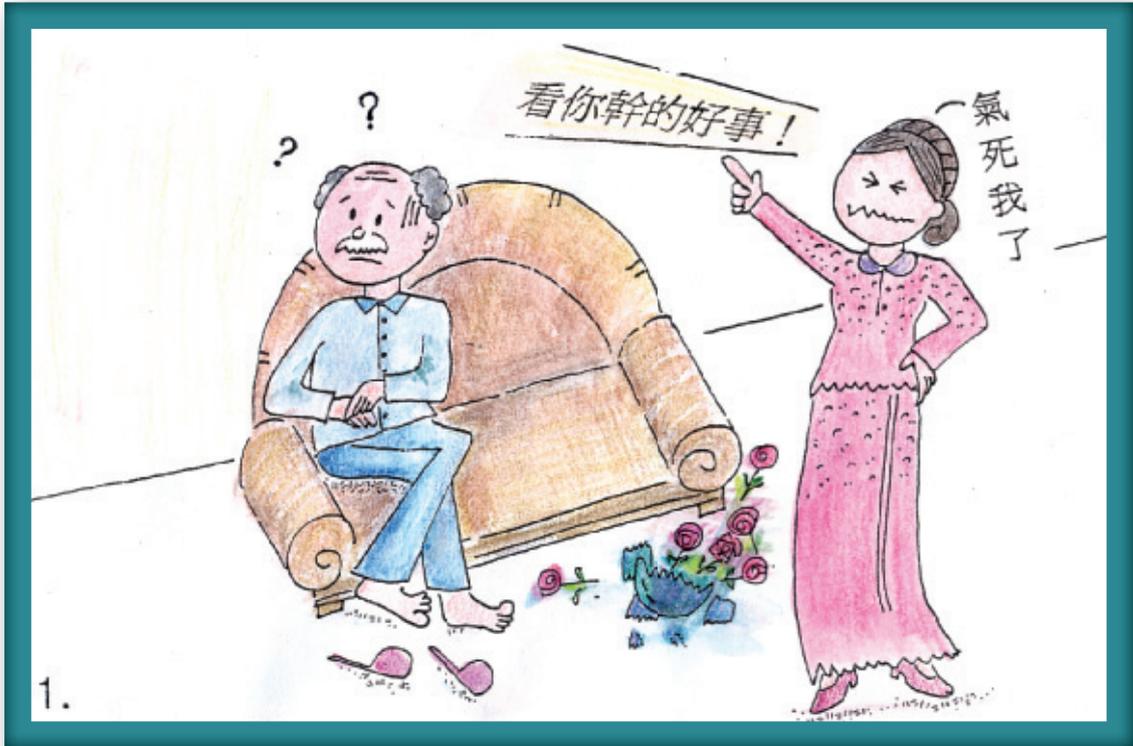
養

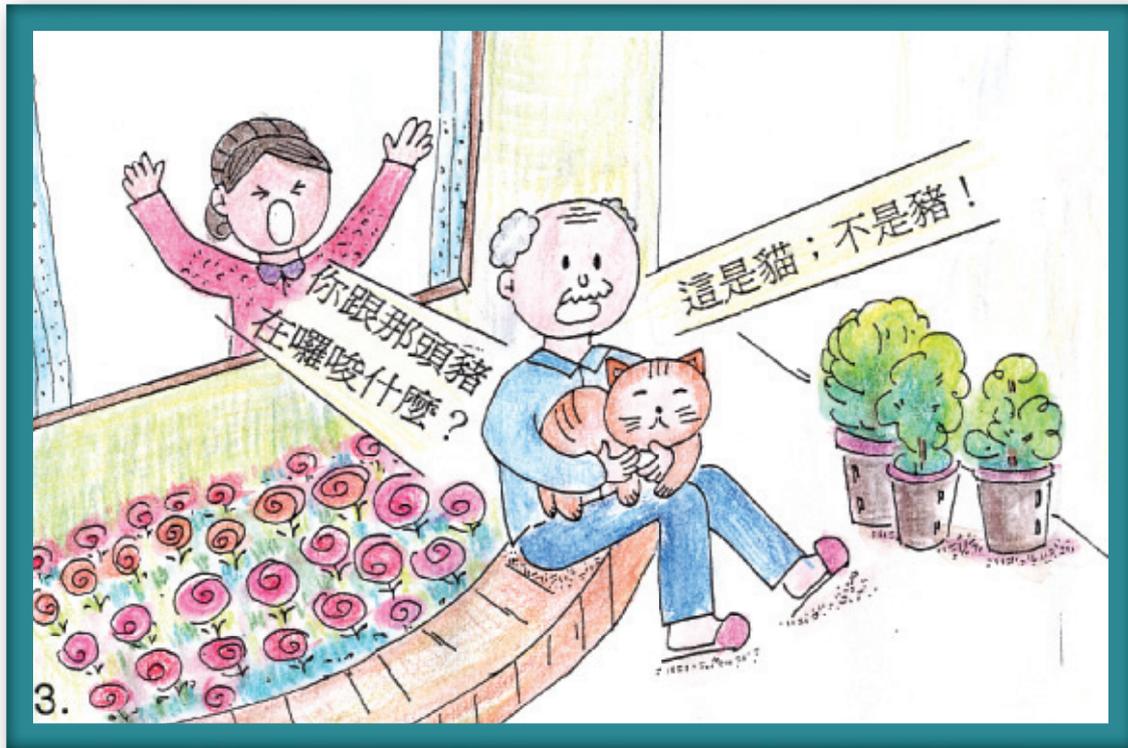
護

漫

畫

無辜的爺爺







愛

的

報

報

寶貝，最愛還是您

模範家屬表揚

# 寶貝，最愛還是您～ 模範家屬表揚

社工課

為弘揚敬老美德，鼓勵家屬時常探望長輩，本中心於 100 年特別舉辦模範家屬選拔，經過中心審核通過，計有 3 組夫妻檔、3 組母女檔、2 組祖孫檔等 8 人獲選模範家屬，獲選人員除了例行定期至中心關懷探視外，也會主動關心照顧其他住民，並熱心協助中心業務推動及參與活動，獲獎人員及事蹟如下：



## 李志雄先生

李先生 45 歲，是位基督徒，祖母入住中心近 3 年，這期間常來陪伴、散步、聊天及做復健，深深體認住民對家屬前來探視的期盼。

有次假日探望祖母時，有其他長者邀請他唱歌，李先生得知住民們喜歡唱歌；之後常利用假日時間來陪伴老人，由長者點歌，他唱歌給老人聽，漸漸的住民們也會期待著李先生假日的 KTV 時間。李先生會吹口琴，也常吹給住民聽，帶給住民們歡樂的氣氛。



模範家屬李志雄先生於復健室演奏口琴與復健住民同樂



100 年模範家屬重陽節接受表揚



## 賴龍吉先生

賴先生的祖母入住中心已經 6 年多，祖母高齡 93 歲仍偏好米食但咀嚼較慢，所以每日中餐及晚餐時，他或妻子皆會前來陪伴祖母用餐。

用餐時間也會幫助同在休閒區用餐的住民拿餐盤，並鼓勵及協助用餐；飯後會推祖母至中庭散步，感受到親人的關懷與溫暖。其跟工作人員互動佳，會主動討論祖母的照顧問題。



## 陳怡君女士

陳女士經常關懷探視陪伴母親，尤其在母親剛入住期間，每天都來鼓勵關懷，親自協助沐浴更衣等日常生活事宜，增加其安全感，協助適應機構生活。

3 年來每遇母親有不適症狀，即刻妥適協助就診及參與後續照護。探視時間遇住民們用餐時段，即協助其



模範家屬賴龍吉伉儷與長輩合影

他活動功能缺損住民備餐及餵食，曾協助同鄉新住民適應，亦常關懷陪伴其他長者聊天，並熱心將所帶之古早味美食分享給其他住民。

## 黃美治女士

黃女士固定每天前來探視關懷陪伴母親 2 次，與長者互動佳，會親自協助母親沐浴更衣等日常生活事宜，增加其安全感，入住 1 年來適應頗佳。

每日探視皆留至用餐時段，熱心並協助其他功能缺損長輩備餐及餵食，亦會關懷陪伴其他長者聊天，熱心服務他人的精神，令人感佩。

## 張武滿先生

張先生為鐵路局退休人員，待人親切和善，自妻子進住後每日皆會來中心探視，風雨無阻，鶼鶼情深。

妻子入住中心 1 年多，張先生除陪伴作定期的復健、協助下床，推輪椅至戶外庭園，曬曬太陽、聽聽鳥叫蟲鳴，接觸到大自然外，更會細心地隨時注意妻子的清潔，為她輕輕的擦拭，處處展現關愛之情。

## 黃恩菲女士

黃女士的母親入住中心已經 7 年多了，每天下班時都會見到她來探視母親，和母親說說話外並親自執行扣背、灌食...等照顧工作，讓母親感受到舒適

及溫暖，對母親的照顧是盡心盡力。

無意間得知黃女士是阿嬤的養女，雖為養女其所付出的心力及時間，卻比其他手足要更多、更用心，反哺之情確實令人感動。

## 黃淵淥先生

黃先生是位書法老師，每天早上都會來探視臥床的妻子，8 年來從不間斷，天氣好的時候，就會推妻子在院區散步，然後再去上課。

妻子中風已多年導致無法表達，但當看到丈夫時的眼神似乎透露著甜蜜的期待，帶她出去散步。黃先生表示，太太早年對家庭的付出極為辛勞，尚未享到清福就倒下，感到很不捨，承諾身體還可以時，一定會每天陪陪她。

## 施金標先生

施先生現年 83 歲，妻子自 98 年生病迄今皆由他照顧，去年 6 月入住本中心後，每日早晚都會前來探視，陪伴參與復健、幫忙翻身、按摩及餵食稀飯，輕聲聊天給予關懷、安撫不安的情緒，夫妻鶼鶼情深令人欽羨不已。

施先生態度和善有禮，與工作人員互動融洽，亦曾分享其個人收藏的日語 CD 供住民們聆聽，堪稱為該區的模範家屬。



模範家屬陳怡君女士與黃美治女士與長輩合影



模範家屬張武滿先生



## 100年7-12月·中心大事紀

- 6月14日 舉辦本中心員工健康檢查
- 6月17日 舉辦本中心員工健康檢查
- 7月29日 戶外庭園暨人行步道整修完工紀念－投珠仔活動
- 8月10日 舉辦本中心100年度第3次員工擴大會報；地震防災教育及緊急避難演練
- 8月11日 中元普渡
- 8月26日 地藏王菩薩佛辰頌經
- 9月9日 中秋節賞月聯歡晚會
- 10月2日 「歡樂壹佰·溫馨久久」重陽節園遊會
- 11月10日 內政部100年度執行長期照護機構評鑑整合評鑑指標試評
- 11月30日 舉辦本中心100年度第4次員工擴大會報；自衛消防編組訓練暨實地驗證

## 100年7-12月·外界機關、團體參訪關懷

- 7月7日 內政部役政署輔導役男關懷服務
- 7月13日 天主教基督生活團社會關懷生活體驗
- 7月22日 福成音樂教室音樂演奏關懷服務
- 8月5日 內政部役政署輔導役男關懷服務
- 8月24日 中華民國全國歌舞藝能服務人員職業工會聯合總工會公益演出
- 8月26日 內政部社會福利工作人員研習中心社會役役男參訪
- 9月6日 嘉義縣水上鄉公所參訪
- 9月19日 彰化市立圖書館文馨讀書會關懷服務
- 9月19日 新北市板橋區社會奉獻服務協會參訪慰問
- 10月6日 彰化縣立彰興國民中學 關懷服務
- 10月8日 國立彰化高級中學 關懷服務
- 11月12日 內政部臺南教養院參訪
- 11月21日 新北市板橋區社會奉獻服務協會參訪慰問
- 11月22日 靜宜大學社會工作與兒童少年福利學系參訪
- 12月9日 國際佛光會彰化南方分會關懷慰問(致贈臘八粥)
- 12月10日 朝陽科技大學社會工作系碩士班參訪
- 12月15日 弘光科技大學老人福利與事業系參觀學習
- 12月22日 弘光科技大學老人福利與事業系參觀學習

## 100年7-12月·院民活動

- 7月7日 懷舊系列 - 印糕仔
- 7月14日 社區用藥安全宣導 - 彰化藥師公會李忠瑩藥師蒞臨講解
- 7月15日 快樂餐 - 蘿蔔糕
- 7月19日 卡拉OK 歌唱班教唱
- 7月19日 圓夢活動－染髮
- 7月20日 圓夢活動－染髮
- 7月21日 大連美髮型沙龍個別化理容服務

大

事

紀

中心大事紀

- 7月25日 小型快樂餐 - 胡瓜餅 (1D)
- 7月27日 基督教永福教會聖餐禮拜
- 8月 2日 卡拉 OK 歌唱班教唱
- 8月 8日 懷舊系列 - 糖畫
- 8月12日 快樂餐 - 芋頭鹹粥
- 8月15日 阿公阿嬤遊台灣團體活動、小型快樂餐 - 胡瓜餅 (2C)
- 8月16日 卡拉 OK 歌唱班教唱
- 8月17日 舊愛這樣玩懷舊團體活動 (一)
- 8月18日 大連美髮型沙龍個別化理容服務
- 8月19日 舊愛這樣玩懷舊團體活動 (二)
- 8月22日 小型快樂餐 - 胡瓜餅 (3D)、舊愛這樣玩懷舊團體活動 (三)
- 8月24日 舊愛這樣玩懷舊團體活動 (四)
- 9月 5日 小型快樂餐 - 絲瓜麵線 (3C)
- 9月 6日 卡拉 OK 歌唱班教唱
- 9月15日 大連美髮型沙龍個別化理容服務
- 9月19日 小型快樂餐 - 絲瓜麵線 (2D)
- 9月20日 卡拉 OK 歌唱班教唱
- 9月22日 園藝系列活動 - 四季遊園導覽 (秋)
- 10月 4日 卡拉 OK 歌唱班教唱
- 10月 4日 圓夢活動 - 煮綠豆湯
- 10月 7日 圓夢活動 - 回家
- 10月11日 新進住老人適應團體
- 10月12日 住民秋季自強活動 - 台中月眉觀光糖廠
- 10月14日 快樂餐 - 麵線糊
- 10月17日 小型快樂餐 - 絲瓜麵線 (1D)
- 10月18日 新進住老人適應團體
- 10月24日 小型快樂餐 - 絲瓜麵線 (2C)
- 10月26日 老人生命歷程關懷團體 (一)
- 11月 2日 老人生命歷程關懷團體 (二)
- 11月 9日 老人生命歷程關懷團體 (三)
- 11月14日 小型快樂餐 - 絲瓜麵線 (3D)
- 11月16日 老人生命歷程關懷團體 (四)
- 11月18日 快樂餐 - 蔬菜海鮮餅
- 11月28日 小型快樂餐 - 藥膳羊肉麵線 (3C)
- 11月30日 慶祝聖誕節 - 威盛信望愛基金會
- 12月 2日 歲末平安戲 - 布袋戲
- 12月12日 小型快樂餐 - 藥膳羊肉麵線 (2D)
- 12月14日 園藝系列活動 - 四季遊園導覽 (冬)
- 12月19日 小型快樂餐 - 藥膳羊肉麵線 (1D)
- 12月16日 快樂餐 - 杏仁油條
- 12月21日 慶祝聖誕節 - 永福教會松年團契
- 12月23日 歡慶聖誕節活動



- 12月26日 小型快樂餐 - 藥膳羊肉麵線 (1D)
- 12月29日 快樂音樂 Do Ri Mi
- 12月30日 慶祝聖誕節 - 天主教聖十字架堂

## 100年7-12月·研訓活動

- 7月11日 團體衛教－洗手
- 7月18日 社工團體督導－「老人福利機構工作人員組織認同、情緒支持與工作激勵」
- 7月28日 在職教育－談機構老人之性照護
- 8月9日 團體衛教－牙周病，拜拜
- 8月23日 機構住民人際互動衝突問題個案研討
- 8月25日 在職教育－退化性關節炎
- 9月7日 團體衛教－流感與預防接種
- 9月14日 團康活動－套圈圈
- 9月28日 在職教育－腸道傳染病及尖銳物品扎傷處理
- 10月6日 團體衛教－保命防跌大作戰
- 10月13日 團康活動－弘光玉玲瓏
- 10月19日 在職教育－猝死可以預防
- 10月20日 臨終關懷照護團隊在職教育第1梯次
- 10月27日 臨終關懷照護團隊在職教育第2梯次
- 10月31日 失智症照顧專業人員教育訓練
- 11月1日 臨終關懷照護團隊在職教育第3梯次
- 11月10日 臨終關懷照護團隊在職教育第4梯次
- 11月16日 臨終關懷照護團隊參訪活動第1梯次
- 11月23日 臨終關懷照護團隊參訪活動第2梯次
- 12月27日 社工團體督導－「臨終關懷服務」
- 12月28日 住民精神問題行為之照護個案研討

## 100年7-12月·志工會議與活動

- 7月22~23日 100年度志願服務人員機構觀摩研習暨家屬聯誼活動
- 8月9日 居家服務組會議暨個案研討
- 8月23日 居家服務戶外踏青活動
- 9月22日 居家服務組會議暨個案研討
- 9月29日 居家服務重陽節慰問活動
- 11月25日 第2次宗教靈性組佛學講座小組、休閒活動－土風舞小組、香功小組會議
- 11月29日 第2次幹部會議、行政庶務組會議
- 12月1日 第2次參訪導覽組會議、往生關懷組會議
- 12月6日 幹部改選、第2次隊員大會、生活關懷組會議暨個案研討
- 12月14日 宗教靈性組 - 基督教團契小組會議
- 12月26日 志工在職訓練

大

事

紀

中心大事紀

# 活動照片

活

動

照

片

活動照片



100.06.12  
晶采歌仔戲曲社公益演出



100.06.15  
老人照顧者研習



100.06.16  
大連美義剪



100.06.17  
快樂餐 - 鵝肉冬粉



100.06.18  
家屬座談會



100.06.18  
家屬教育課程



100.06.18  
慶生會



100.07.07  
懷舊活動 - 印糕仔



100.07.15  
快樂餐 - 蘿蔔糕



100.07.27  
永福教會 - 守聖餐



100.07.29  
戶外庭園暨人行步道整修完工紀念



100.08.05  
役政署役男關懷服務



活  
動  
照  
片

活動照片



100.08.08  
懷舊活動 - 糖畫



100.08.11  
中元普渡



100.08.15  
小型快樂餐 2c



100.08.15  
阿公阿嬤遊台灣團體活動



100.08.24  
中華民國歌舞藝能服務人員職業工會聯合總會公益表演



100.08.26  
地藏王菩薩佛辰



100.08.26  
役男參訪



100.08.31  
社區照顧關懷據點服務 - 居家戶外踏青活動



100.09.05  
水上鄉公所參訪



100.09.05  
卡拉 ok 歌唱班



100.09.09  
中秋晚會



100.09.19  
文馨讀書會關懷住民活動



100.09.22

四季遊園 - 秋季



100.09.29

居家服務重陽節慰問



100.10.02

園遊會住民兌換喜愛的小吃



100.10.02

重陽節千歲合唱團



100.10.02

園遊會阿公阿嬤作品展示



100.10.04

喜巧兒幼兒園參訪



100.10.06

彰興國中參訪關懷住民



100.11.18

快樂餐 - 蔬菜海鮮餅



100.11.22

靜宜大學社工系參訪



100.11.30

威盛信望愛聖誕活動



100.12.02

歲末平安戲 - 布袋戲



100.12.09

佛光會致贈臘八粥



## 人事動態

- ◇ 陳柏奇先生於 100 年 7 月 1 日由大甲高工調任本中心行政室書記。
- ◇ 陳正忠先生於 100 年 7 月 14 日由行政院海巡署調任本中心行政室課員。
- ◇ 課長洪有舜小姐於 100 年 7 月 26 日榮退。
- ◇ 護士張釋文小姐於 100 年 7 月 26 日榮退。
- ◇ 徐悌殷小姐於 100 年 7 月 26 日由台中市政府社會局調任本中心社工課社會工作人員。
- ◇ 技士梁世明先生於 100 年 8 月 16 日榮退。
- ◇ 課員袁同蓮小姐於 100 年 8 月 18 日調至彰化市民生國小服務。
- ◇ 護士蔡鈴敏小姐於 100 年 9 月 2 日榮退。
- ◇ 室主任林木村先生於 100 年 9 月 5 日榮退。
- ◇ 護理長周寶璉小姐於 100 年 9 月 16 日調陞本中心保健課課長。
- ◇ 游蒙勝先生於 100 年 9 月 23 日由中區老人之家調任本中心行政室室主任。
- ◇ 復健員柯燕玲小姐於 100 年 10 月 3 日榮退。
- ◇ 會計主任陳惠華小姐於 100 年 10 月 20 日調至內政部役政署服務。
- ◇ 林麗文小姐於 100 年 11 月 22 日由警政署保安警察第四總隊調任本中心會計員。
- ◇ 柯靜嫩小姐於 100 年 11 月 24 日由永靖高工調任本中心行政室助理員。



## 榮譽榜



- ◇ 協助推介老人進住，王護士少君敘嘉獎 1 次。
- ◇ 辦理本中心 99 年度之採購由中小企業承包或分包比率，達行政院公共工程委員會目標金額比率，梁前技士世明敘嘉獎 2 次。
- ◇ 辦理本中心 99 年度電話禮貌測試作業，榮獲內政部評列優等，鞠課員筱麗敘嘉獎 1 次。
- ◇ 辦理本中心 99 年度替代役業務，著有績效，張課長政傑敘嘉獎 2 次、許課員莉華等 3 人各敘嘉獎 1 次。
- ◇ 辦理本中心「99 年度老人福利機構評鑑」業務，經內政部評鑑優等，陳秘書淑美等 26 人辦理敘獎。
- ◇ 主動協助建立本中心跌倒、約束、非計畫住院指標監測小組統計報表自動計算功能，節省相關人員審核時間，方護士柔諺敘嘉獎 1 次。
- ◇ 於借調內政部南區老人之家期間，協辦該家「99 年度老人福利機構評鑑」業務，經內政部評鑑優等，鄭護士迺慧等 2 人各敘嘉獎 1 次。
- ◇ 於借調內政部中區老人之家期間，協辦該家「99 年度老人福利機構評鑑」責任區內的病歷建檔及資料重整，經內政部評鑑優等，張護士釋文敘嘉獎 1 次。
- ◇ 協助內政部南區老人之家辦理內政部水災應變示範演練觀摩活動，負責盡職操演確實，鄭護士迺慧等 2 人各敘嘉獎 1 次。
- ◇ 前於大甲高工服務期間，協辦 99 學年度高職優質化方案計畫績效良好，輔導訪視成績優異，陳書記柏奇敘嘉獎 1 次。
- ◇ 辦理財政部 98 年度「強化國有財產管理及運用效益方案」成績達乙組前 3 名，林前室主任木村等 3 人辦理敘獎。
- ◇ 協助推介老人進住，林前室主任木村等 2 人各敘嘉獎 1 次。
- ◇ 林素貞配合辦理內政部 99 年度第 2 次公文品質查考作業，並榮獲優等佳績，敘嘉獎 1 次。
- ◇ 協助推介 2 位老人進住，照服員曾盈寶敘嘉獎 2 次。
- ◇ 協助推介老人進住，照服員莊美儉敘嘉獎 1 次。



## 100年7月 - 100年12月捐款明細

日期	捐贈者	金額	收據號碼	備註
100/9/6	南投縣政府	2,400	000080	100年度中秋節慰問金
100/9/14	育達慈善會	5,000	000082	100年度中秋節加菜金
100/9/19	臺北縣板橋市社會奉獻服務協會	6,000	000083	院民加菜金
100/10/28	鄭柳姿	1,000	000084	院民加菜金
100/11/22	臺北縣板橋市社會奉獻服務協會	6,000	000085	院民加菜金
總計		20,400		

## 100年7月 - 12月捐物明細

日期	捐贈者	物品	數量	收據號碼
7/22	施孝榮 君	水果—水蜜桃	1 盒	498
9/7	楊定欽 君	白米	7 公斤	499
9/7	般若蓮社釋堅徹 君	白米	42 公斤	500
9/7	蔡謝麗真 君	短袖衫	30 件	501
9/7	蔡謝麗真 君	短袖衫	205 件	501
9/7	中華民國總統府	月餅禮盒	123 盒	503
9/7	利瑤璋 君	月餅禮盒	20 盒	504
9/8	羅振華 君	水果禮盒—柚子	2 盒	505
9/9	施明昭 君	水果禮盒—柚子	1 盒	506
9/19	葉黃秀鳳 君	月餅禮盒	3 盒	507
9/9	無極勝安宮	水果—柚子	60 斤	510
9/9	無極勝安宮	香腸	25 斤	510
9/9	無極勝安宮	乖乖餅乾	26 箱	511
9/9	無極勝安宮	福義軒餅乾	25 箱	511
9/9	無極勝安宮	波蜜果菜汁	6 箱	511
9/9	無極勝安宮	光泉保久乳	10 箱	511
9/9	無極勝安宮	波蜜果菜汁	1 箱	511
9/26	曹書豪 君	洋芋片餅乾	12 包	512
9/26	曹書豪 君	保久乳	14 箱	512
9/27	社團法人彰化縣富友慈善會	壁掛式電扇	4 台	513
10/2	國際聯青社 - 長青社	豆花	200 份	514
10/2	國際聯青社 - 長青社	碗糕	200 份	515
10/2	國際聯青社 - 長青社	奶油乳酪	200 份	516
10/2	國際聯青社 - 長青社	滷味	200 份	517
10/2	國際聯青社 - 長青社	嫩仙草	152 份	518
10/2	裕邦建材有限公司	台中擔仔麵—油飯(米糕)	152 份	519
10/2	將楊工商攝影有限公司	台中擔仔麵—金瓜米粉	152 份	520
10/2	林永杉 君	米(壽司、越禾)	100 份	521
10/2	陳淑津 君	沖泡飲品類	50 份	522

日期	捐贈者	物品	數量	收據號碼
10/2	陳淑津 君	沖泡飲品類	50 份	522
10/2	國際聯青社 - 長興社	罐頭類 (配飯用)	152 份	523
10/2	國際聯青社 - 長興社	罐頭類 (八寶粥、花生牛奶)	200 份	524
10/2	國際聯青社 - 草屯社	花生 (土豆)	100 份	525
10/2	國際聯青社 - 台南社	手工布丁	200 份	526
10/2	國際聯青社 - 屏東社	阿桃碗粿	143 份	527
10/2	國際聯青社 - 大墩社	肉羹	200 份	528
10/2	國際聯青社 - 長春社	霜淇淋	200 份	529
10/2	國際聯青社 - 椰城社	彰化肉圓	143 份	530
10/2	國際聯青社 - 高雄社	水果	200 份	531
10/2	國際聯青社 - 臺中社	豆干	200 份	532
10/2	國際聯青社 - 臺中社	壽司	200 份	533
10/2	國際聯青社 - 埔里社	草仔糕	200 份	534
10/2	國際聯青社 - 長松社	蘿蔔糕	152 份	535
10/2	國際聯青社 - 長松社	貢丸湯	250 份	536
10/2	國際聯青社 - 長虹社	罐頭	200 份	537
10/2	國際聯青社 - 長虹社	肉粽	200 份	538
10/2	國際聯青社 - 台北中正社	麵包	250 份	541
10/2	國際聯青社 - 台北城中社	糕餅	200 份	542
10/2	國際聯青社 - 新北市大橋社	蛋糕	200 份	543
10/2	國際聯青社 - 台北聯合社	麵包	152 份	544
10/2	國際聯青社 - 桃園社	餅乾	100 份	545
10/2	國際聯青社 - 長榮社	三合一穀類	100 份	546
10/2	國際聯青社 - 長榮社	果凍	250 份	547
10/2	國際聯青社 - 長榮社	燕麥片	152 份	548
10/2	國際獅子會 300(C-1 區)	慶生蛋糕	0.5 個	550
10/2	國際聯青社台灣總會	慶生蛋糕	0.5 個	551
10/2	台中市南區西川社區發展協會	豬血、貢丸湯	200 份	553
10/2	台中市德馨獅子會	炒麵	200 份	554
10/2	台中市同心獅子會	肉粥	200 份	555
10/2	台中市同心獅子會	玉米濃湯	200 份	556
10/2	台中市靈聖慈善會	翡翠豆腐羹	200 份	557
10/2	台中市靈聖慈善會	滷味	200 份	558
10/2	台中市靈聖慈善會	滷味	200 份	559
10/2	台中市同心獅子會	文旦	167 份	560
10/2	李尚 君	麻油雞	200 份	561
10/2	王芊喬 君	鳳梨酥	200 份	562
10/2	瑞典國寶食品行	西點麵包	250 份	563
10/2	台中市民意獅子會	碗粿	200 份	564
10/2	台中市中央獅子會	八寶粥	200 份	565
10/2	台中市嘉鎂獅子會	仙草	200 份	566

徵

信

錄

捐款、捐物一覽表

徵  
信  
錄

## 捐款、捐物一覽表

日期	捐贈者	物品	數量	收據號碼
10/2	台中市民權獅子會	仙草	200份	567
10/2	台中市東區獅子會	肉粽	200份	568
10/2	台中市城中獅子會	狀元糕	200份	569
10/2	台中市仁愛獅子會	醬瓜	143份	570
10/2	台中市中興獅子會	港式湯包	200份	571
10/2	台中市國光獅子會	關東煮	200份	572
10/2	台中市瑞成獅子會	雞蛋糕	200份	573
10/2	台中市長榮獅子會	烤香腸	250份	574
10/2	台中市亞太獅子會	紅豆餅	250份	575
10/2	台中市仁友獅子會	臭豆腐	167份	576
10/2	台中市中美獅子會	章魚小丸子	200份	577
10/2	台中市東美獅子會	鹿港老街 - 鄭玉珍 (糕餅)	200份	578
10/2	台中市中美獅子會	肉鬆	60份	579
10/2	台中市瑞寶獅子會	阿璋肉圓	143份	580
10/2	台中市自強獅子會	海苔醬	120份	581
10/2	台中市自強獅子會	綜合穀類粉	60份	582
10/2	台中市自強獅子會	茶包	200份	583
10/2	台中市自強獅子會	保久乳	200份	584
10/2	台中市自強獅子會	紫米薏仁	180份	585
10/2	台中市自強獅子會	味全花生麵筋	100份	586
10/2	台中市自強獅子會	同榮鮭魚罐頭	125份	587
10/2	台中市自強獅子會	海苔	250份	588
10/2	台中市自強獅子會	肉鬆	215份	589
10/2	彰化市民眾服務社	茶葉蛋	250份	590
10/2	中華宏德慈善會	紫米油飯 (素)	200份	591
10/2	靈山寺功德慈善會	老虎牙子	200份	592
10/2	靈山寺志工隊	牛奶、餅乾	200份	593
10/2	雙冬妙法寺彰化講堂	棉花糖	30份	595
10/2	雙冬妙法寺彰化講堂	爆米花	35份	596
10/2	雙冬妙法寺彰化講堂	麥角粥	200份	597
10/2	冠遠建設股份有限公司	素粽	200份	598
10/2	冠遠建設股份有限公司	精油香包	200份	599
10/2	冠遠建設股份有限公司	純水	50箱	600
10/2	台灣麥當勞股份有限公司彰化曉陽路分公司	紅茶	3桶	601
10/2	國際聯青社 - 長虹社	肉粽	200份	602
10/2	台中市正大墩獅子會	童玩 (竹頭號、翻身板)	167份	603
12/5	宇欣生技股份有限公司	傷口敷料	4瓶	604
12/5	昌泓生活科技股份有限公司	除菌消臭噴劑	20瓶	605
12/5	昌泓生活科技股份有限公司	除菌消臭置放瓶	2瓶	605
12/5	政光中醫診所	中古電子琴	1台	606
12/5	政光中醫診所	中古拐杖	1支	606
12/5	國際佛光會中華總會	臘八粥	400份	608