105年6月 第二十一期

頤樂彰老

半年刊

努力不懈
永不放棄的生命勇士

阿敏阿嬤曾因傷臥床，生活無法自理，為了要早日回復健康，她忍痛復健，現在已可以自己參加各項活動甚至代表中心參加競賽，她為生命努力不懈的精神感動了我們，也為其他住民帶來了希望。

牙科診療服務開跑囉!!

衛生福利部彰化老人養護中心　發行

封面人物

護理科

阿敏阿嬤因於家中不慎跌倒傷及脊椎，曾動兩次手術，前後住院治療逾五十天，經由中心護理師介紹，出院後入住中心，初期阿嬤傷勢情況嚴重，無法自行翻身起床亦無法自行如廁，各項事物皆需依靠他人協助，飽受生理及心理的煎熬。雖然如此，阿嬤仍頻繁至復健室復健也經常在房間練習走路與站立，即使每個復健動作都讓阿嬤感覺疼痛無比，但阿嬤心中告訴自己一定要再站起來，不放棄每一個鍛練的機會，總是咬緊牙根撐過去，終於皇天不負苦心人，現在阿嬤已進步許多，能夠自行上下床甚至可以自己推輪椅用走的參加各項活動，去年甚至代表中心的長者參與創齡迎向樂活運動競賽並榮獲金牌獎呢!

雖然阿嬤現在坐太久依然會感覺脊椎痠痛，但比起受傷術後那段臥床，生活無法自理的時候，現在的狀態讓阿嬤格外珍惜，並依然保持每日運動、早睡早起的好習慣，並且相信身體會愈來愈好，她如此為生命努力不懈的精神不但感動了我們，也為其他行動不便的住民帶來了希望。

目錄

專題探討

生活自立支援的意義與執行…… 1

照護專欄

坐好 坐滿 姿勢好 - 淺談輪椅坐姿擺位…… 5
糖尿病合併慢性腎臟疾病老人照護重點…… 8
食火鬱…… 11

社工專欄

運用音樂輔療於失智照顧之設計…… 14
有關老人保護之我思與我見…… 16

休閒采風

賞螢趣…… 19
越來越好玩的越南食尚玩家之旅…… 22

心靈饗宴

自立生活照顧體驗營感想…… 25
金駝獎得獎感言…… 26
遇見彰老…… 27
什麼是太太…… 28
健康的身心…… 28

畫說照護

畫說照護心得…… 29

圓夢傳愛

阿雞嬤 圓夢計畫の心得分享 …… 30
阿雅嬤 圓夢計畫の心得分享 …… 32
阿平伯 圓夢計畫の心得分享 …… 34

活動花絮

牙科診療服務上路了！…… 38
春季旅遊記…… 40
康樂家園參與護理照服日活動心得分享…… 43

大事紀…… 45
活動照片…… 48
人與事…… 50
徵信錄…… 51

生活自立支援的意義與執行

弘光科技大學副教授 / 雷若莉

臺灣承襲東方孝親觀念，在國民心中的潛規則裡，仍然倡導百善孝為先的孝道觀念，然而在少子化的衝擊下，過去憧憬「子孫滿堂，頤養天年」的養老盛況已不復再見。根據調查，我國65歲以上老年人口總計298萬1,770人，占總人口12.22%(內政部統計通報，2016/05/01)，根據專家推估，此數據將於2018年超過14%而邁入高齡社會；2025 年將衝破20%，屆時我國將成為一個超高齡社會。因此在銀髮狂潮即將捲襲台灣之際，如何攜手共創美好的銀髮照顧理想國度正考驗著全民的智慧。

當我們回顧各國的銀髮族的照顧特色時，會發現銀髮族議題處理較成熟的北歐及日本，皆強調「自立生活」的概念，其核心價值正是期待老人能在地老化，並以自主及自尊的方式維持有品質的生活。然而究竟何謂「生活自立支援」。我們若要執行應如何著手？在機構中又有何需注意之處?

首先，讓我們先看看執行「生活自立支援」行之有年的日本之法源，根據日本的介護保險法規定，日本國民有維護自身健康，以避免落入需介護狀態的義務；或者即使進入需照護狀態，國民也有義務要持續改善自身的能力。其中，照護服務從業人員，被要求要秉持「自立支援」的精神，充分理解及尊重長者的個人意願，維持長者尊嚴並按照其身心能力，支援及協助規劃其自立的生活。在此，「自立支援」即指從旁支援無法表達自由意志之人，也就是轉換老人被置於被動照顧之境地的狀態，並積極從旁協助本人於社會中開展；換言之，自立支援係協助行為能力不足之失智或失能老人，於自身所處地域中自立生活(王鼎棫，2014)。

若依前述，當我們照護一位以「無法進一步痊癒」為出發點的長者時，仍然應該儘量協助其獨立自主，所以「自立支援型」的照護原則有別於台灣過去對於長者偏重「伺候型」的照顧模式，乃在強化長者的生活自立能力，將長者老化身體之「殘存功能」發揮淋漓盡致，舉例來說，若是選擇「伺候型」的照顧原則，針對失能長者因不便自行如廁，便會選擇在尿布上解便，減少上下床的麻煩，然而若是採「生活自立支援」的照護原則，就會基於生理基礎動作訓練自行如廁，朝向「脫掉長者紙尿布，維持長者尊嚴，儘可能提供長者獨立解便的機會」而努力。換言之，「生活自立支援」的基本精神即基於「人本精神」提供長輩個別化的照顧，透過「生活即復健」的策略以維持長者的生命尊嚴，儘量延緩長者身體老化的速度，並盡最大限度發揮長者體內的殘存功能，從而提高長者的生活品質。

奠基於以上照護原則，日本竹內孝仁教授於老人照護專業中提出「自立支援照顧模式」，該模式運用「水、飲食、如廁及運動」等策略達到「沒有臥床不起、沒有身體束縛、不使用尿布」，也就是「零約束、零臥床、零尿布」之老人照護標竿；具體執行策略則依個案生理狀況允許執行「每天喝水1500cc」、「攝食1500卡」、「每日運動訓練」、「避免便秘」等方案(雷若莉、賴彥妤，2015)。目前我國老人照顧體系雖未嚴格規範生活自立支援的法規，但由2012年開始於國內弘光科技大學與其附設老人醫院、東區老人之家、北區老人之家及雲林縣同仁仁愛之家及永信社福基金會所共同推動的「生活自立支援照顧模式」，以及2014於雲林老人福利保護協會、2015開始於台中市社會局及2016年開始於彰化縣社會處所推動的「機構生活自立支援照顧模式導入方案」，多延用北歐國家及日本自立生活的精神，並配合本國國情，由原本「零約束、零臥床、零尿布」調整「不約束、不臥床、不尿布」的照顧指標，期盼藉此翻轉我國傳統上「伺候型」的老人照顧觀念，轉變為「生活自立支援型」的銀髮族照顧模式，而不論是居家、日照或長照機構皆可援用此照護概念。

整體而言，欲成功導入「生活自立支援」的照顧模式於台灣老人照顧體系雖非遙不可及，但由於文化傳統及照顧習慣的差異，仍然有三個面向須考慮，包含人員觀念認同、依生理基礎動作執行照顧及週邊環境與輔具的運用，分別說明如下：

一 人員觀念認同：

由於執行過程牽涉長者自身意願及家屬支持，有時需家人協助共同制定照護計畫，所以在方案介入前可透過家屬座談會先行宣導，必要時亦可透過簽署長者及家屬同意書以確認其參與意願。長者部分則需透過溝通了解其生活重要事件以參與增強其自立生活的能力的方案，例如：長者近期須出席親友的婚禮或特殊的聚會，了解長者的內心世界，皆可以增加長輩參與的意願。還有負責提供協助的執行同仁，由於這是跨領域的照顧計畫，工作人員應該要首先能認同「不約束、不臥床、不尿布」對住民長輩的重要性，透過研習會或「生活自立支援體驗營」，實際體驗約束及包尿布及臥床的痛苦，皆可提升工作夥伴的認同及執行的信念，建議執行單位內部首先成立推動小組，首先進行理念宣導，根據長輩需求擬定個別的策略或方案，跨專業共同執行。

二 依生理基礎動作執行照顧：

不論是移位、臨桌用餐、如廁或沐浴，皆為了落實「生活即復健」的理念在日常生活中，我們常常忽略了一些生理基礎動作，例如翻身，坐起，甚至是站立的過程，由於生理基礎動作長期被照顧提供者忽略，以至於成為協助長者進行生活自立的阻礙。

三 週邊環境配合與輔具運用：

推動生活自立支援的執行過程中，安全是最重要的考量，所以針對解約束的長輩為防止跌滑倒，通常會規畫將長輩集中照顧，又或是鼓勵人際互動及增加食慾的臨桌用餐，亦須活動空間，因此單位是否有足夠空間可提供也決定導入方案的成功與否，故週邊環境配合不僅可以確保安全，亦可以增加成功率。於失能長者的坐臥之中充分活用輔具，除了可以減少對人力的依賴，亦是增加長者生活自主性與尊嚴的關鍵要素而各式各樣的輔具亦是執行成功與否不可或缺的重要關鍵，例如：配合長輩行走程度的各階段助行器，皆可提升成功率，促進長輩生活品質。

由於「生活自立支援」的執行策略有許多面向，夥伴可以首先從「不約束、不臥床、不尿布」的照顧指標開始規畫，以下僅就較常見臥床不起長者照顧重點加以說明(蔡林海，2012)：

1. 白天盡可能讓長者離開床：長者一天中大部分的時間都躺在床上，會使老人的身心功能、生活能力變得越來越弱。
2. 應於每天早上盡可能地讓長者離開床，增加長者坐椅子或輪椅的時間，其可降低褥瘡發生及下肢攣縮的情形。
3. 每日實踐「生活即復健」：透過扶助長者自立完成日常活動，相當於簡單易行的復健，如：吃飯時盡可能地不餵飯。
4. 創造康復環境：無障礙環境的改善。
5. 購置介護輔助用具，可改善長者活動環境，讓長者自行完成部分日常生活活動。
6. 鼓勵長者：家屬或是工作人員都應積極和長者溝通，鼓勵長者。

以上所討論的生活自立支援的意義與執行，希望能對讀者有所助益。總之，如何建立屬於本國個別化及本土化的生活自立支援照護策略與原則，正待各界好朋友及家屬共同合作以發展。

參考文獻

- 內政部統計通報(2016/05/1)·內政統計通報(人口結構分析)·取自http://www.moi.gov.tw/stat/news_content.aspx?sn=8664
- 王鼎棫(2014)·淺談日本「日常生活自立支援事業」·取自http://www.oldpeople.org.tw/ImgOldPeopleOrg/20141221155843.pdf
- 全國法規資料庫(2016).身心障礙者權益保障法.http://law.moj.gov.tw/LawClass/LawOldVer_Vaild.aspx?PCODE=D0050046
- 竹内孝仁（2012）·認知症ケア．東京都：公益社団法人全国老人福祉·施設協議会。
- 雷若莉、賴彥妤編譯(2015)．竹內失智症照護指南．台北：原水文化
- 蔡林海(2012)·老化預防老年康復與居家養老-日本社會養老服務體系的成功經驗與啟示·上海：上海教育出版社.
- 鄭涵壬譯(2006)·圖解長期照護新百科·台北：大好書屋·

坐好 坐滿 姿勢好
淺談輪椅坐姿擺位

物理治療師 / 張郁歆

對於身體功能退化，步行移動變得吃力且危險的年長住民來說，輪椅是不可或缺的「雙腳」。除了睡覺以外，許多活動都坐在輪椅上進行，每天坐在輪椅上的時間很長，甚至可能超過８小時，若因身體力量不夠，無力自行維持、調整坐姿，長期以錯誤姿勢坐在輪椅上，可能導致身體變形，進而影響吞嚥、消化、呼吸等重要功能。良好的輪椅坐姿擺位可以提供乘坐者一個穩定的地基，坐得穩，手、腳就可以安心的活動，維持日常功能及活動參與；能夠協助維持良好的身體姿勢，預防代償性的身體變形；更可以提供舒適性，協助維持皮膚及皮下組織健康，提升使用輪椅的耐力。

輪椅乘坐者常面臨坐不住、坐不正、坐不久等問題，除了本身健康狀況，錯誤的坐姿更是重要影響因素。其中最常見的錯誤姿勢是骨盆後傾，骨盆後傾時重心在尾骨處，肌肉處在休息狀態，比較省力且穩定，一般人坐久了也會採取此姿勢，俗稱懶人坐姿。雖然比較輕鬆，但懶人坐姿有許多缺點。長期維持在此姿勢下會造成大腿後肌群及臀肌變短，甚至可能演變成下肢關節攣縮；椎間盤壓力增加，腰背部會痠痛；胸椎和腰椎可能會後凸變形(駝背)，手臂舉不高不好活動，影響呼吸、吞嚥、消化等功能，且個案較容易從輪椅往下滑。若要改善此狀況，需要多管齊下：

一、維持肌肉柔軟度及關節活動度

定期進行四肢關節活動運動及伸展運動，鼓勵個案盡量參與生活自理等各項活動，維持功能性活動度對於日常照顧及延緩下肢肌肉及關節攣縮有很大的幫助。

二、維持整體肌力

定期進行阻力訓練，有助於維持肌力及肌耐力，讓個案可以坐得挺，坐得久，減少代償性動作。

三、使用硬式底板以提高坐姿穩定性

一般帆布/尼龍布座/背墊使用一段時間之後，布面會鬆弛塌陷，產生吊床式效應，影響坐姿穩定性，長期累積會造成肌肉骨骼系統變形，讓個案更坐不住。改用座墊加硬式底板，兼顧穩定性及舒適性，讓個案坐得更穩更好。

圖一、手動輪椅硬式座板
http://www.karma.com.tw/goods_view.php?no=127

四、選擇符合需求的座椅系統

座椅系統是為了讓個案的活動功能更好，須提供舒適性、穩定性，並協助減壓或分散壓力，因此需仔細評估身體尺寸、關節/肌肉的活動能力、肌肉骨骼系統的變形以及坐姿下的姿勢控制及活動能力等。若有固定變形，如駝背或膝關節嚴重攣縮，座椅系統需遷就變形角度，否則個案會因不舒服而反抗座椅系統，可能導致壓瘡產生、肌肉張力增加、軀幹歪斜、不對稱姿勢增加、容易下滑等情況。必要時，需搭配使用座、背墊及其他相關配件，或增加輪椅附加功能。

1.輪椅座墊

當個案有大小便失禁、皮膚感覺異常/遲鈍、體重太輕軟組織不足、身體虛弱無法自行有效率的減壓，產生壓瘡的風險會增加，需搭配輪椅坐墊以分散壓力，預防壓瘡產生並提高舒適性。

圖二、輪椅坐墊
http://www.apexmedicalcorp.com/index.php?sn=4303&lang=zh-tw&n=127

2.擺位系統：背靠、頭靠、側支撐

當個案有脊椎側彎、駝背等固定變形時，使用一般帆布背墊無法貼合其身形，乘坐不適且會影響坐姿穩定性，使用曲面適型背靠、軀幹側支撐可以幫忙維持正確坐姿。若個案頭頸部控制功能不佳，則需要再加上頭靠系統來協助支撐。

圖三、曲面適型背靠及軀幹側支撐
http://www.novaortho.com.tw/products/view/66

圖四、輪椅頭靠系統
http://www.novaortho.com.tw/products/view/118

3.骨盆定位帶

骨盆是坐姿的基礎，正確使用骨盆帶可協助維持良好的骨盆曲線，避免骨盆往前滑。但光靠骨盆帶無法完全避免個案往前滑，座椅系統尺寸需合適，手臂要有地方放，腳要有地方踩，小腿要有地方靠，才能促進坐姿的穩定。

4.仰躺/空中傾倒功能

當個案髖關節、膝關節有嚴重攣縮變形，無法坐入一般輪椅內，須加上仰躺或空中傾倒功能，可以協助擺位及變換姿勢，讓坐姿耐力差的個案可以休息，幫助分散骨盆及坐骨的壓力，預防壓瘡產生。

圖五、空中傾倒式輪椅
http://www.novaortho.com.tw/products/view/66

除了維持個案本身活動能力，選擇符合體型及需求的輪椅之外，使用者須學習輪椅操作技巧、減壓及轉移位技巧以及基本維護概念，照顧者亦須學習輪椅操作技巧、轉移位、姿勢調整、擺位技巧，並協助進行定期清理及維護，讓個案坐得好，坐得舒適，預防壓瘡產生或其他肌肉骨骼系統變形。

圖六、調整擺位前後對照圖。姿勢調整：上身略朝前傾，臀部往後坐到底，骨盆帶繫好(像皮帶一樣的緊度)，腳板踩住腳踏板。

圖七、調整擺位前後對照圖。姿勢調整：上半身略朝前傾，雙手下壓扶手處，將身體略撐起，臀部往後坐到底，腳板踩住腳踏板。

參考資料來源
1.衛生福利部社會及家庭署輔具資源入口網。http://repat.sfaa.gov.tw/
2.輪椅擺位評估研習課程講義。講師：包韻宜物理治療師。100年8月20及21日。

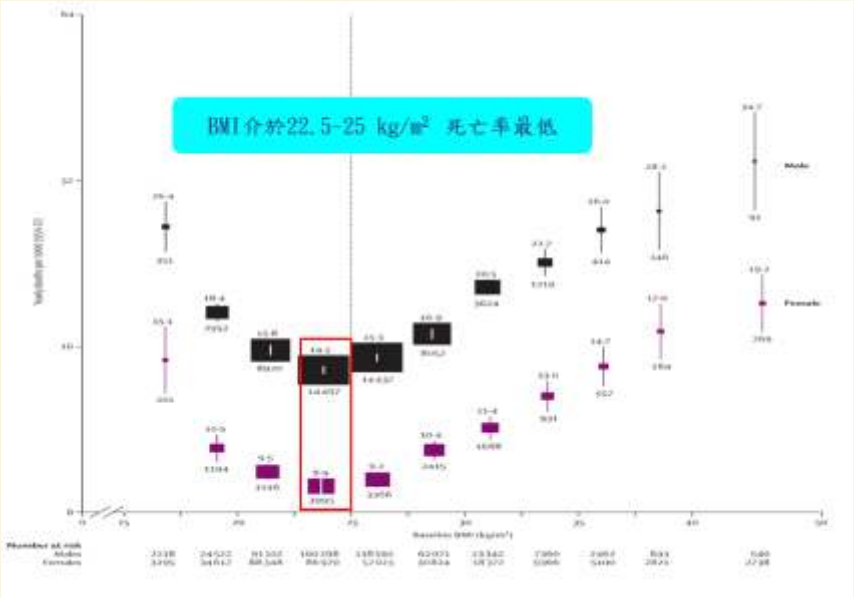
糖尿病合併慢性腎臟疾病
老人照護重點

彰化基督教醫院 營養部 / 徐嘉馨營養師

壹、對於年紀已大的住民，如何界定是否需減重?

答 研究發現身體質量指數(BMI)與死亡率呈現J型的相關性(如圖一)，意謂BMI太低或太高都會增加其死亡率。當BMI介於22.5-25kg/m2死亡率最低，BMI每增加5kg/m2平均死亡率增加30% 。當以年齡為考慮因子時，35-59歲:BMI每增加5kg/m2，死亡率增加37%(HR 1.37)，85-89歲:BMI每增加5kg/m2，死亡率增加16%(HR 1.16)。所以當BMI>25，年紀越輕越需要盡早體重控制。

圖一



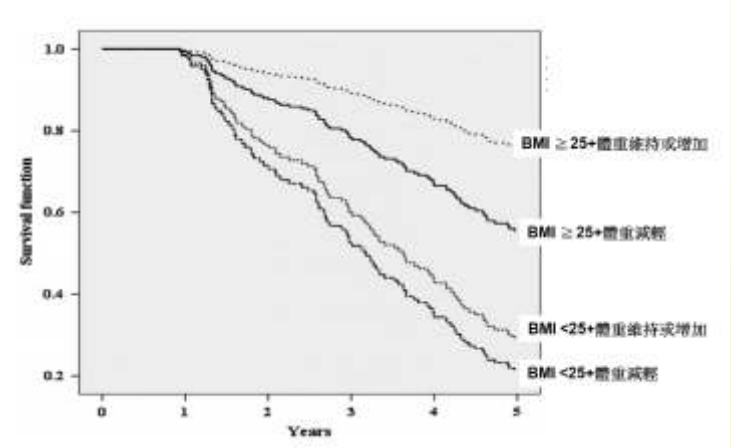
Body-mass index and cause-specifi c mortality in900 000 adults: collaborative analyses of 57 prospectivestudies. Lancet 2009; 373: 1083 - 96.

貳、對於90歲以上肥胖且行動不便的住民，是否需減重?

答 單以飲食控制來減重，雖能將體內的脂肪減掉，但同時也會使24%瘦肉組織一同流失，對於年長者來說，由於身體組成的改變，瘦肉組織是非常寶貴的。所以減重除飲食控制外，運動很重要，因為運動有助於保存瘦肉組織，減少肌肉流失。一個在義大利針對161位≧70歲養護之家的老人進行連續5年的觀察性研究，一開始利用BMI25為切點將這161位分為：BMI<25+體重減輕、BMI<25+體重維持或增加、BMI≧25+體重減輕、BMI≧25+體重維持或增加等四組，追縱5年後其死亡率，(體重減輕:指一年內體重減輕>5%)。結果顯示，

在老人族群，體重減輕是一個獨立的死亡危險因子。BMI<25加上體重減輕這組其營養狀況下降最明顯，5年後死亡率是BMI≧25體重維持或增加族群的3.6倍(如圖二)。BMI≧25+體重減輕這組其日常生活體能狀況衰退最快。結論顯示衰弱、行動不便的年老住民，即使他們是過重或肥胖，體重減輕也會增加死亡風險。所以建議在行動不便的年長者及顧及生活品質狀況下先維持體重就好。

圖二



S Pizzato et.al, Effect of weight loss on mortality in overweight and obesenursing home residents during a 5-year follow-up.European Journal of Clinical Nutrition (2015), 1-6.

參、當住民有糖尿病合併腎臟病飲食該如何注意?

A:控制目標:

1.血糖:有腎臟疾病的老年人是低血糖的高風險族群，當住民有低血糖的風險時，可放寬糖化血色素在7~8%。

2.血壓:為避免長者因身體虛弱且易因姿勢性低血壓跌倒，血壓可放寬至140/90mmHg。

B:飲食上該注意:

1.熱量:

攝取足夠的熱量最重要，糖尿病腎臟疾病患者以維持合理體重為原則。

2.蛋白質:

低蛋白飲食對老年糖尿病腎臟疾病來說並非首要做的事情。所以治療指引並不建議減少蛋白質飲食，尤其是老人加飲食習慣上就已經減少蛋白質的攝取量，不必再刻意減少蛋白質的攝取量。對於患有糖尿病合併有白蛋白尿(>30 mg/24h)的長者，不建議飲食中蛋白質的量低於0.8g/kg/day，因為並不會因此降低血糖、心血管疾病風險。加上長者對蛋白質的吸收利用率較差，每日所需蛋白質中需有1/2~2/3以上為高生物價蛋白質(最好需60%以上)，高生物價蛋白質食物來源:如蛋、肉、魚、黃豆製品等等。需特別留心的豬皮、雞皮，鴨皮等並不是高生物價蛋白質來源，且含較多的飽和脂肪酸(不好的油)，若是因咀嚼有困難可建議盡量選擇魚或豆腐及黃豆製品等較軟嫩的食物當蛋白質來源。

3.礦物質(磷):

廣泛存在大部份的食物中，尤其是”加工製品”其所含的磷為無機磷(Phosphate)，吸收率高達100%，所以盡量選擇天然的食物。黃豆製品為植物性蛋白，磷吸收率很低(10-30%)，其製品如豆腐豆乾質地較軟，且為高生物價蛋白質的來源，適合年紀大的長者。研究顯示血磷即使在正常範圍，只要≧4.3 mg/dl，仍會增加透析和死亡率。所以當血磷開始偏高時，需注意一些高磷的食物。如:鮮奶或乳製品因一份240ml含磷約220-240毫克，屬高磷食物建議可更換成腎臟專用的低磷配方，並請營養師設計進入一天的飲食計畫當中，避免造成過多醣份或熱量的攝取。另外像花生、芝麻、腰果等堅果類，和糙米與全麥麵包亦屬高磷的食物，需特別注意。

4.礦物質(鉀):

腎衰竭會減少體內排除鉀離子的能力，引起血鉀過高，造成心律不整，嚴重會導致心跳停止而引起生命危險。當尿量開始減少，每日排尿量低於1000ml以下時，則需注意是否有高血鉀而須限制飲食中鉀的攝取。蔬菜部分建議用熱水燙過3-5分鐘再油炒或拌油烹調。因鉀會流失於湯汁中，故勿飲用菜湯、肉湯、精力湯、補湯等等湯品，如口腔唾液分泌不足導致吞嚥困難，建議以白開水取代湯品。水果部份絕對禁止楊桃和楊桃汁及其製品，其餘當季水果只要控制在2份/天(2個拳頭大或2碗八分滿)以內都是可以的。其他像咖啡、茶、雞精、人參精、運動飲料等如有高血鉀的問題應小心食用。便秘也是造成高血鉀的主因，尤其是年紀大的長者，因咀嚼困難而放棄或不喜歡攝取蔬菜水果，建議可選擇較軟爛的蔬菜水果增加纖維的攝取量，幫助排便。

5.礦物質(鈉):

老化的過程中身體的組成會發生改變，年輕人全身水份約為體重的 60%，老年人僅約為 45%，主要是因為含脂肪比率增加，但是鈉離子和細胞外水份的平衡並無改變。正常老人的腎臟可以根據細胞外液中鈉缺乏或過多的狀態來調節尿鈉的排出，但是反應的時間變較慢，且在有身體壓力狀況下腎臟的調節反應會更差。當體內鈉滯留時，老年人增加尿鈉排出的反應較為緩慢；老人食用低鈉飲食後減少尿鈉排出的代償速度較慢，使用利尿劑引起過量鈉流失要再恢復鈉平衡所需的時間也較長。鈉的建議攝取量< 2300毫克/天(約< 6g 的鹽)，需限制與否及程度，則以測定病人的血液，以及尿液中的化學成份和尿液量，來作為限量根據視臨床狀況加以調整。

6.水份攝取的技巧:

需以前一日尿量再加上500~700毫升，將一日可以喝的水用固定容器裝好，避免醃製及加工製品、含鹽高的調味品以免容易口渴。

食火鬮ㄩㄧㄡˋ

老年精神科醫師 / 沈政男

陪秀鸞阿嬤來看初診的，是一位頭髮斑白的中年男子，和一位矮胖婦人。

「你們是……？」我問兩位家屬。

「我是她兒子，」中年男子說，隨後朝胖婦人揚了揚下巴：「她是我弟媳。」

我低頭瞥了病歷上社工師畫的家系圖一眼，向男子確認，兩人分別是大兒子跟二媳婦，看起來應該還有一個小兒子沒來。不算罕見的陪同就診組合。阿嬤沒那麼難帶，要出動兩家人力，不是很關心病情（看兩人臉上沒有焦急的神情，應該不是如此），就是不想要很關心。這樣的安排，意思通常是：「你也有聽到醫生怎麼講喔！」也就是分攤照顧責任。

診察後，我判斷阿嬤應該有輕度到中度失智。阿嬤快八十歲了，先生年輕時就過世，兒子相繼成家搬走後，長年獨居在鄉下老家，不願麻煩孩子。兒子們假日偶而回去探視，就這麼過了十幾年，一直到幾周前發現冰箱堆滿臭掉的魚肉，發現阿嬤不對勁了，才帶她來看診。

「你說記性不好多久了？」我問。

「幾個禮拜吧，」男子說。胖婦人隨即糾正說應該有幾個月了。

「是嗎？至少一、兩年了，」我說。我是以一般病程來估算。

「有這麼久啊？」男子說。

「阿嬤再來不能自己住了，」我說。

這時男子與胖婦人相互對望了一眼，然後胖婦人開口：「可是我媽不願意跟我們住……」

還沒等她講完我就打斷：「那是以前的事了，現在她失智了，不一定會再拒絕，而且自己住會有危險。」

接下來幾個禮拜，我幫秀鸞阿嬤做完抽血、腦部攝影與心理測驗等失智症檢查，確定診斷應該是罹患阿茲海默型失智，就向健保局申請延緩退化的特殊藥物。這幾次陪同前來就診的只有中年男子，他說阿嬤過去同住以後睡不好，半夜起來遊蕩，要去田裡除草，但外面明明是城市的大馬路，聽起來是失智症常見的心理與行為症狀。我幫阿嬤加了一些鎮靜藥物，幾天後就改善了。

一個多月後的門診，換成胖婦人跟著秀鸞阿嬤走進診間。一坐下來胖婦人就皺著眉頭說阿嬤經常吵著要回家，跟她講了好幾次鄉下不能住了，就是不聽，不順她的意就會發脾氣。

「能不能再加點藥？」胖婦人說。我嘗試給予衛教，說明這是失智症常見的環境適應問題，可以帶點老家的舊物品過來，讓阿嬤有熟悉感，婦人聽了點點頭說好好好，但最後還是問了一句：「能不能再加點藥？」

處理失智症的心理與行為症狀，鎮靜藥物通常只是輔助性質，重要的是學習照顧技巧與環境調整，否則藥物過重只會引發不必要的副作用，比如嗜睡、迷糊、動作遲鈍什麼的，導致更難照顧。我癟著嘴，把調過藥的處方簽遞給胖婦人。

接下來的門診，胖婦人都照拿藥，似乎照顧有了心得。又過了幾個禮拜，那一天的上午門診人很多，看到快接近中午，我才有時間出去撒泡忍了許久的尿。上完廁所回來，診間裡坐了兩個人，一個是我熟悉的秀鸞阿嬤，另一個是二十出頭歲的陌生小夥子，臉上有些痘子，看起來應該是阿嬤的孫子。

「有什麼問題嗎？」我問。

「醫生，我媽說……可不可以再加點藥？」年輕人說，表情有些羞澀。

聽到這一句我有些火大，忍不住輕吼：「上次你母親不是跟我說阿嬤很穩定嗎？怎麼又要加藥？」

「我母親？」他問，面露疑惑。

「那位有些胖胖的……」我說。

「她是我伯母。」

澄清之下才知，原來年輕人是阿嬤第三個兒子的兒子，這個月輪到他們照顧。三兄弟輪流照顧老母，每人一個月，這是一種分攤奉養責任的方法，台語叫食火鬮（這個怪字國語唸ㄐㄧㄡˋ，食火鬮台語唸作ㄐㄧㄚˇㄏㄨㄟˋㄎㄠ），也有人說成輪火鬮。台灣社會以前在農業時代，一大家族住在三合院，老父母一般會輪流到幾個兒子所住的廂房裡吃晚

飯，那時下廚都使用火爐，這樣的制度就被稱作食火鬮。鬮是古字，意旨抽籤用的器具或字條。

問題來了，失智老人家記性與定向感不好，適應新環境的能力差，要他們每個月搬家一次，每次都要重新面對新房間與新臉孔，豈能不混亂？然而家屬何嘗不想讓老人家有一個熟悉穩定的照顧環境？但現實上總是有困難。有時間照顧的人，不一定有意願；有意願照顧的人，另一半不一定同意；而有時間又有意願照顧的人，老人家也不一定喜歡。最後只好輪流分攤照顧責任，像職場上排值班表一樣。

這類食火鬮的狀況，在老年門診經常可見，凸顯了失智症家屬的照顧負荷。一個月輪一次的最多，但也有十天輪一次，三個人加起來總共一個月。一個月有三十天也有三十一天，大小月都還要算仔細，我曾遇過一家三兄弟，為了誰來照顧第三十一天而吵架。還好老人家失智了，不然這樣輪來輪去的制度，知道以後心裡不知做何感想。

照顧失智症老人家，是一條辛苦又漫長的道路，光靠家屬絕對不夠，必須打造完善的長照體系，才能減輕家屬的照顧負荷，並提升老人家的生活品質。

在失智症的照顧上，非藥物的照顧方式，遠比藥物治療重要，但因為藥物可讓老人家短時間內得到鎮靜效果，因此家屬甚至專業照顧人員，經常在遇到照顧困難時，要求醫師調藥加藥。如果失智長者有嚴重情緒與行為困擾，比如幻覺、妄想或躁動嚴重，這時給予藥物當然可以減緩病情，讓老人家趕緊恢復生活常軌，但藥物也有副作用，如果給得太快太重，可能還沒得到治療效果，先產生過度嗜睡、容易跌倒，或者行動遲緩等副作用，而變得更難照顧。因此照顧上若產生困難，必須先考慮照顧負擔、照顧環境與照顧技巧是否有改善空間，試了以後如果還是沒效，再考慮調藥加藥。

運用音樂輔療於失智照顧之設計

社工員/劉育婷

隨著人口老化，失智人口明顯增加，世界衛生組織於民國101年4月首度發佈失智症報告，報告中指出，2010年估計全球有3,560萬的失智症患者，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。而失智人口數每20年成長一倍，2050年將超過1億1,540萬人，因此失智照護更成為各國在老人照護上之重要議題。依據國際阿茲海默症協會報告，2005年亞太地區的失智症患者人口數為1370萬人，至2050年將增加到6,460萬人。根據台灣失智症協會調查資料顯示，民國102年底台灣失智症人口數約23萬人，65歲以上失智症盛行率為8.04%，大約每100位老人就有8位罹患失智症，若依經建會人口推計資料及社區失智症盛行率推算，民國135年社區失智人口將突破62萬人，比起2010年的推估提早了10年到來。

大部分失智症無治癒方式，但積極照顧對失智症確實有幫助，除藥物治療外，藉由環境調整及輔療安排也能改善失智患者精神行為症狀。學者曾提出失智老人參與越多機構安排的結構式活動，不但可顯著降低問題行為，同時還可以提高日常生活功能、改善睡眠品質、減輕焦慮情緒、促進自我表達與社會互動（高潔純、林麗嬋，2005）。Kovach (1997) 亦指出，過少的刺激與認知退化及問題行為的產生有顯著相關性。

音樂能增加人們潛意識下情緒的連結，聆聽音樂能讓住民宣洩情緒，並藉由熟悉的音樂喚起過去的回憶，進而產生親切、安全感與歸屬感，同時具有促進心理舒適、達到身心放鬆及減輕焦慮之成效（Sears, 1986）。賴蓉星、簡姿娟、洪秀(2013)研究發現，音樂治療應用住民熟悉的音樂喚起舊時記憶，並以活潑的樂曲，搭配漸進式的下肢活動，增加活動趣味性，提升住民的參與度；透過研究者適時的關懷、鼓勵與肯定，促使住民於活動介入期間，漫遊頻率減少，步態平衡增強且無跌倒事件發生，藉由完成音樂治療活動的方式，幫助住民找到成就感，提升參與動機，減輕焦慮情緒。

考量上述，本中心申請105年公益彩券回饋金補助經費辦理「感官饗宴憶起來~失智症長者輔療性活動計畫」，內容包含藝術輔療及音樂輔療，由社工科主責音樂輔療活動，希望藉由本項活動，協助康樂家園幸福の家住民獲得成就感，提升參與動機，並舒緩焦慮情緒、減少躁動與漫遊等問題行為。

本中心於4、5月聘請金色博士Dr. Golden音樂生活創意中心音樂輔療師前來帶領住民參與樂器敲打及律動，工作同仁從旁觀摩學習，活動時間為2個月、每月4次、每週1次(週三下午2時至3時)、每次1小時，課堂主題如花朵真正香/彩色的春天、蝴蝶會飛/舞動蝶姿等，每次課程均會以樂器搭配道具執行；8、9月再由工作同仁依音樂輔療師授課方式帶領，活動時間同上，參與人數每次約12-16人，活動過程由護理人員、照服員及志工協助進行。

目前音樂輔療活動仍進行中，透過活動評估發現參與住民之表達能力、理解能力、情緒狀態、人際互動、注意力及投入活動程度之改變，有時候這一堂課住民開心參與，但下一堂課就因情緒問題不進團體，有時候情緒低落之住民，因聽到鼓聲而展露笑容，有時候注意力無法集中且喜歡遊走之住民，進入團體中反而能定下心來且減少躁動與漫遊行為。其實音樂輔療在不知不覺中對住民產生正向影響，但唯一不變的是住民享受音樂的過程，且將原始的自我沉浸於其中。未來本中心將針對不同住民特性辦理各項活動，以滿足各層次需求和豐富機構生活。

參考文獻：

1.高潔純、林麗嬋（2005）。從安全概念探討失智者遊走行為的處置。長期照護雜誌，9(3)，223-232。

2.賴蓉星、簡姿娟、洪秀吉(2013)。應用音樂治療於一位早發性失智症住民之護理經驗。弘光學報，70，40-50。

3.Kovach, C. R. (1997). Late-stage dementia care: A basic guide. Washington DC; Taylor & Francis.

4.Sears, W. W.（1986）. Music therapy in geriatric care. Australian Nurse Journal, 15(9), 48-49.

有關老人保護之我思與我見

社工員/張君培

壹、楔子

猶記年前的一則新聞訊息『某縣８旬老婦疑遭同住之孫子女虐養…因家人疏於照顧，骨瘦如柴、環境髒亂，經縣府介入後緊急安置…』，掀起了先前於家暴中心擔任社工時的許多思緒，而這樣的情節不近不遠，心寒之餘卻也給了一些理性思考的空間：平均餘命延長、老年人口比率上升，對經濟、醫療、家庭、與社會各層面產生衝擊…。

貳、數字所反應的真實：

越來越老的社會，越來越重的負擔，越來越多的問題。

我國老年人口於82年即已邁入「高齡化社會」（Ageing Society），依據衛生福利部（以下簡稱衛福部）人口指標統計，103年底65歲以上老年人口，占總人口12%（約281萬人），預計於107年進入「高齡社會」（Aged Society，老年人口比達14.6%）、114年達到「超高齡社會」（Super-aged Society，老年人口比達20.1%；即每5個人中就有1位老人）；綜上，我國自「高齡化社會」到「高齡社會」約歷經25年，由「高齡社會」進入「超高齡社會」僅需7年，與上階段歷時相較急速縮減18年，與先進國比較，我國堪列老化速度較快者（衛生福利部，2014、2013）。

依據衛福部統計，80年至104年，我國扶老比（勞動人口與非勞動人口之比例）由9.7%提升至16.2%，顯見勞動人口壓力逐漸提升；另比對家庭暴力事件通報案件統計數據，104年『老人虐待』案件數為5,971件（占總通報案件數之5.1%）與近年相較（103年約為2.9%，102年約為2.8%）有上升趨勢；細查前述家暴事件中「被害及加害者兩造關係別—現同住之其他家庭成員」中，屬『直系血親』身分者占44%（103年占41%，102年占40%），這些數據間接顯示了失能人口增加，導致的家庭及社會的問題逐漸上升（衛生福利部，2014）。

因此，平均餘命延長，老年人口將有更多的醫療需求和照顧需求，且所需承受的社會風險亦隨著時間拉長。我國深受中華文化影響，孝親、尊祖等家庭倫理深植於思維和行動模式中；故此當親屬老化、失能，家庭（親屬）照顧成為了單一選項，又因太在乎外界評價和眼光（被標上不孝標籤），使得照顧和經濟等多重壓力像是憋到極限的壓力鍋，進而衍生許多老人虐待等議題。

參、現行老人保護機制：落實與介入的兩難。

我國實際辦理老人保護工作起自民國83年，各縣市陸續實施『老人保護網絡』計畫、86年於老人福利法（以下稱老福法）修訂保護專章、87年家庭暴力防制法通過，周延了相關保護機制、96年再次修正老福法，明文規範短期安置之保護措施（蔡啟源，2012）、103年及104年修訂內容包含依法頒訂「老人保護通報及處理辦法」及縣市政府主動與村（里）辦公室配合，定期進行老人現況調查給予協助。

老福法第41至第44條所明訂之「老人保護措施」包含：通報機制、訪視調查、短期保護及安置、法律、經濟和住宿等相關之協助。然而黃志忠（2010）業點出實際落實相關保護和介入措施時的困難：

一、長輩尊嚴與自主權：

老福法第41條第2項即明訂保護介入機制結束之時點亦可在「老人申請免除」之時；因此在實務上，長輩往往會在維護家庭關係存續、後續被照顧的需要、經濟依賴、鄰里的觀感等關係之下選擇結束或拒絕保護服務的介入。

二、專業判斷與自我決定：

長輩因為失智或其他認知上的狀況而無法為自己做出決定，此時專業（如從事保護服務的社工）的代為決定便與個案自我決定優先的倫理產生衝突；此外儘管「老人通報及處理辦法」中，規範網路社群在執行職務時，知悉長輩有相關老人保護之事實（如疏忽、虐待、遺棄等情事，致有生命、身體、健康或自由之危難）具有通報義務，但常礙於人情、當事人意願或評估後續可能遭受的譴責下，游移於通報與否的兩難中。

三、最少介入與安全考量：

老人保護服務是項跨專業的服務模式，如保護社工常會評估若保護服務介入，導致家庭關係破壞後，長輩離返家之路更將遙遠，不忍長輩孤老機構的結局，因此選擇以列管增加探視頻率取代安置或訴諸法律；然而警政、民政單位或醫療照護者，便會以治安風險、社區安寧及老人生命安全等觀點，致使專業團隊處遇計畫無法取得共識。

肆、老人保護中社會工作的角色：不只有保護，更重要的是持續照顧。

面對老人保護事件，所面對的並不單單只有保護議題或維持長輩健康與安全而已，更重要的是還必須預見後續長輩返家和持續照顧的問題，站在這個利基點上，我們可窺探社工在其中所扮演的角色（吳玉琴、許少宇，2012）：

後續長輩返家和持續照顧的問題，站在這個利基點上，我們可窺探社工在其中所扮演的角色（吳玉琴、許少宇，2012）：

一、家庭關係的協調者：

保護介入並非指責子女的不是，一昧地要求子女履行扶養義務，而是於介入後針對案家的家庭系統進行了解、評估，與家庭成員共同解決「老人照顧」的問題，協助家庭成員重新看待問題。

二、照顧資源的連結者：

記得常有人會以「簡答題」的方式來質問社工的功能，類似問題如：『如果今天一位受虐老人在你面前，你該怎麼處理？』；但事實是，這個提問自一開始就已預設錯誤！

首先老人保護服務並非是單一專業介入的服務，其中尚還包含警政單位、醫療單位、民政單位和法律的服務；再者社工雖是保護服務的啟動者，但其更重要的角色在於連結不同的專業及資源，以改善老人受照顧的品質。

三、支持系統的建構者：

在尊重長輩自決權後，保護服務的涵蓋內涵變得更多元，首先「安置服務」並非唯一的選項，再者如何保障長輩基本生命安全，協助其建構支持系統，讓長輩能按照自己的意願過著安全的生活，考驗著每一位從事保護性社工的專業處遇與判斷。

四、經濟安全的守護者：

在長輩失能後，經濟安全成了最爭議也最重要的議題，除了福利的給付外，社工人員還可能需站在長輩的立場進行財產分配與管理，過程中所需要處理的家庭和法律議題，也都是一連串的挑戰！

伍、結語：

中心自民國99年起與彰化縣政府簽立「庇護安置照顧契約書」，在有限床位數、資源及人力的情形下提供2床緊急安置床位的服務並持續至今；更於104年因應實務需要，修正中心住民入退住作業要點，設立緊急保護個案優先入住機制，以保障長者穩定、持續的居住和受照顧權益。

記得有一句諺語是「人生七十古來稀，如今八十不稀奇，年逾九旬勉稱老，非過百齡不歸西。」，社會結構和氛圍的改變短期間是不可逆的，老人保護服務的落實儘管困難重重，但推動我們持續前進的動力，來自於對於長者權益的重視以及持續的照顧的需要。

參考文獻

- 吳玉琴、許少宇（2012）頤養天年的盼望:老人保護社工面對的生命故事。社區發展季刊，第137期，頁52至58。
- 蔡啟源（2012）。我國老人保護工作之檢視。社區發展季刊，第137期，頁266至275。
- 黃志忠（2010）。老人人身安全保護社區處遇模式建構之初探，2010 年兩岸社會福利學術研討會。
- 衛生福利部（2015）。衛生福利部年報
- 衛生福利部（2014）。衛生福利部年報

「西北雨直直落鯽仔魚欲娶某魾魴兄拍鑼鼓媒人婆仔土虱嫂日頭暗尋無路趕緊來火金蛄做好心來照路西北雨直直落……」~ 西北雨直直落 ~

你有多久沒看過火金蛄(螢火蟲)了?對自小生活在都市的我來說，螢火蟲是我難得一見的；遙遠的兒時記憶裡，我家巷口有一片草坡，旁邊還有竹林與水利溝，我小時僅於此見過螢火蟲，當然是長大才知道，原來都市的路燈與光害正是抹煞螢火蟲的原因之一，我只記得小時候螢火蟲是要翻草堆或鑽進幽暗的竹林找的，壓根沒意識到頭上的路燈正是讓螢火蟲不能自在的原因，當然這樣的情況並沒有維持多久，很快的，大約是上小學的年紀，我家巷口草坡裡的螢火蟲就都絕跡了。

再來注意到螢火蟲時，已經是當兵的歲數了，由於服役單位有彈藥庫與油庫２個武裝哨，於春夏時分初夜，靜靜的在這位於荒野山林的哨所看著點點流螢，讓我忘記服兵役的百無聊賴；上半夜的夜哨賞螢，下半夜的夜哨數流星，是我打發這無聊的方式，退伍後，忙碌的生活讓我很快又把賞螢時的放鬆鎖於記憶深處。

直到最近的某一天，晚餐後牽著兒女在路上走著，突然見到一隻看似迷路的螢火蟲，小朋友對這奇妙的巧遇驚呼連連，這才想到從沒帶小朋友看過很多很多螢火蟲同時綻放，當下便決定要帶小朋友到東勢林場賞螢。選擇東勢林場當然是因為帶著一家子還是要以就近方便為最大考量，而近年東勢林場也因為保育有成，賞螢名聲日隆，加上還有導覽，對小朋友來說應該會是比較方便有趣的選擇吧?

心動不如馬上行動，清朗的周末午後，準備野餐郊遊等級的配備，把手電筒裹上數層紅色玻璃紙便出發前往東勢林場，到場後於停車場旁的餐廳前有接駁車，可以到遊客中心，建議去程因為是上坡可以搭乘保留體力，回程時因人潮集中且是下坡，散步是比較好的選擇。從遊客中心出發後盤算著在天黑前走走這裡的步道，順便尋找晚上野餐賞螢的適合地點，方便晚上導覽後能坐著靜靜賞螢，但計畫終究趕不上變化，小朋友看到忘憂池想要餵魚，看到兒童遊樂設施也要玩(謎之音：為什麼~要玩這在家附近的公園玩就好啦，幹嘛大老遠跑到這?)，居然還有那不知所云的恐龍模型(謎之音：為什麼~為什麼要在樹林裡擺這個?還1：1的)。看來推著嬰兒車、提著大包小包想要優雅地散步是有困難了。

眼看導覽時間已近，回到遊客中心一看，唉唷乖乖隆第冬~怎麼這麼多人啊?像菜市場般的大聲喧嘩，未經處裡的強光手電筒漫天亂照，捕蟲網起碼20支以上，心想這還會有品質嗎?只怕人比蟲多吧?當下便決定放棄導覽，舉家遷徙往稍早於森林浴步道看到一不錯的點野餐賞螢。

接近晚上7點，當天色漸漸沒入黑暗，螢火蟲便開始優雅登場，一開始只是寥寥數隻，不一會兒時間，螢光數量激增，成了滿山滿谷的流螢，只見幽暗裡螢光點點，小朋友都好興奮，穿梭於矮樹草叢間。而遠方傳來導覽的大聲公夾雜著人群的喧囂、兒童嘻笑高亢的嗓音……暗暗高興自己沒有參加導覽，也注意到也有許多人同樣沒有參加導覽，漫步於林間步道，慶幸的是，周遭幾乎沒人打開手電筒，有如鬼魅般的人影穿梭其間，說話也僅止於低語呢喃，真是美好的氛圍，美好的夜。

越來越好玩的越南食尚玩家之旅

護理師 / 王雅麗

大為姊夫在越南胡志明市，趁著休假，帶著媽媽一起再度造訪胡志明市，發現該市發展建設得很快，比起4、5年前要繁榮多了，就像台北市區很熱鬧、好多百貨公司、精品店，各國料理餐館林立，裝潢都很有特色，當地特色建築跟傳統人文融合的一點也不違和，話不多說，就跟著我開始食尚玩家之旅啦!

先從大家最感興趣的飲食開始介紹：姊姊安排吃越南當地有名的老餐廳，菜單上只賣煎魚套餐，先以青菜下鍋炒，再加上花生、河粉、辣椒、檸檬跟獨特醬料拌在一起就是很有特色的風味餐呢！難怪百年來只賣這一道就能屹立不搖！

越南料理餐廳：越南櫻桃汁、柚子汁、綜合果汁，特色－復古缺角碗、不對稱筷子，裝潢佈置融合復古西洋風及越南傳統民俗建築，生意好到店面開到對街！不管是當地人或是外國遊客都必來嚐的好味道！介紹幾樣讓大家看了一定會嘴饞流口水的特色餐點，特別的香蕉花涼拌蝦、炒南瓜花、百香果醬淋炸酥魚塊、香茅酥豆腐、酸辣海鮮湯內有蓮花莖、秋葵、蕃茄、鳳梨，酸酸辣辣很開胃！越南道地必點蝦春捲、軟殼蟹沙拉、甘蔗烤肉…整個大幸福！來到越南一定要吃吃道地的河粉，清爽鮮美的湯頭，滑溜的河粉，搭上生菜、檸檬、紅辣椒加進湯中調味！就是這樣一碗帶點檸檬酸及辣椒生菜的美味河粉，看看街上的越南小姐們，怎麼吃都不會胖!

螢火蟲向來是古人詩詠吟唱的長青題材，和螢火蟲有關的詩詞可說是不勝枚舉，許多本土的歌謠也都見的到火金蛄的蹤跡，只是這樣的氛圍在現代卻像是遙遠的夢，螢火蟲喜好的生活圈與人類的文明圈高度重疊，光害、除草劑、殺蟲劑等等阻斷了螢火蟲的生路，使得現代人要看螢火蟲還得遠求，近年雖然有一些復育的作為，但近年也因復育而順勢炒作賞螢的熱潮，本來是無可厚非，但若各位看倌有打算賞螢，請留給螢火蟲一條生路，不要去捕捉牠，不要隨便靠近，也不要大聲喧嘩，更不要隨便開燈，燈具需用數層紅色玻璃紙包裹，於不得已必須使用時也盡量向下照射，不照射螢火蟲。

最後要感謝竹東阿忠提供美美的螢火蟲相片供大家欣賞，我雖然也想好整以暇地拍照，但無奈我要帶著一家子的裝備，加上從沒拍過螢火蟲，又沒帶快門線(謎之音:不要再找藉口了)，好啦，總之，謝謝竹東阿忠的美美相片。

攝影：竹東阿忠

攝影：竹東阿忠

黃昏時光可以選擇到胡志明地標聖母院－紅教堂參觀，紅教堂有兩個高58米的塔樓，前面花園廣場上有莊嚴的聖母像，聖母像腳下踩著的就是當年害夏娃偷吃禁果的蛇呢！越南曾經為法國殖民地，這些建築紅磚，可是當年從法國空運而來的，更是往來遊客必拍景點，其旁邊鄰近就是百年中央郵政總局，是華麗的巴洛克建築風格，裡面還有整排復古的電話亭，還可以寫張明信片寄給親朋好友喔！逛累了可以在教堂旁的小公園內野餐，吃著越南特有的酥烤法國麵包配上當地相當於星巴克的福隆連鎖店咖啡，晚上可以到歌劇院看秀，歌劇院是參照巴黎歌劇院的巴洛克宮廷雄偉的建築，裝飾華美神話故事的雕景，內部也堂皇無比，配以鍍金、銀飾和明鏡，就像電影裡面的貴族一樣，也有樓層的個別窗口包廂，忍不住天馬行空的想像一下自己是以前的貴族！

越南的午後通常天氣很熱，若不想曬太陽，就到可以體驗放鬆紓壓的按摩SPA，一進去會先有一張問卷單，上面有一個人體圖，可以自己在上面標註想要加強力道的部位，量身訂做按摩服務，整整兩個小時的全身熱石按摩，合起來不到台幣500元，按摩前後更可以自由使用沐浴間及蒸氣烤箱，結束後更送上酸酸甜甜的羅望子冰沙及蓮子薑片小點心，這樣的安排在炎熱的午後，真的是一大享受呀！

到越南玩，除了購物血拼、品嚐美食及按摩外，也可體驗陶藝課及油畫課，介紹有趣的烹飪課，廚師會先帶我們到傳統市場買菜，從認識菜名、看菜價、怎麼挑選海鮮，並解釋當地習俗，再到烹飪教室穿上圍兜，從學調醬汁，切菜、炒、炸、烤、捏，每個步驟細節都會有很詳細的解說，這天我們學了越南料理有名的蝦春捲還有炸糯米球、烤牛肉捲，午餐就吃掉自己的傑作！哈哈！真的是很棒的學習體驗喔！

說到購物就要到西貢賣場或是安東市場，血拼衣服、洋裝、褲子、小外套、墨鏡、包包…琳瑯滿目，加上討價還價，滿足女人購物殺價的樂趣！只是要注意，越南女生的骨架子較小，購買衣服可能要注意一下合不合身呢！而安東市場，在晚上更變身成為夜市，整條街上人潮滿滿的坐在攤位上吃海鮮料理配著啤酒，真的是便宜好吃又新鮮！

在越南還有一個深受背包客喜歡的玩法，就是參加當地號稱越南桃花源的美托生態旅遊團，位於湄公河三角洲。主要有龍島、鳳島、龜島，整個行程包含由胡志明市中心搭兩個小時的遊覽車後，再搭上小馬達的木船到小島，沿途欣賞湄公河水上景觀一邊眺望著兩岸的叢林，一邊在混濁的湄公河滾滾水流中前進，到小島後先品嚐當地水果餐，一邊聽著樂師演奏歌唱傳統民俗歌曲，再坐馬車到島內的林區搭獨木舟，在獨特水椰子樹林涼爽的樹蔭下，搖搖擺擺的獨木舟緩慢在湄公河三角洲內前進，整個悠閒愜意呀！上岸後觀賞島上的住民手工製作椰子糖，剛做好熱呼呼的椰子糖甜蜜在口中，連金髮碧眼的外國人都忍不住多嚐呢！午餐吃島上當地的特色風味餐，一整天的行程不到台幣300元喔!有沒有覺得超級划算心動呀!

整個越南之旅，在姊姊及姊夫的精心安排下，品嚐道地的越南餐，也因為越南曾經是法國殖民地，所以也嚐到法式料理，一道道精緻的法國餐點，從前菜、沙拉、主餐、甜點，優雅的喝著紅酒配起司及麵包，吃著美味精緻的料理，開心地聊著天，真的讓人忘了時間，整整吃了四個小時，都快晚上十二點呢！早睡的媽媽說：真的會吃到睡著呀！不過起司真的很讓大家難忘，餐廳會送上各式起司，有陳年的起司也有新的軟嫩起司，陳年的老起司味道像是臭襪子及死老鼠的味道，可真是嚇壞我們嚕!

我的時尚玩家越南之旅，不知道有沒有讓大家看了很心動呢！想必應該流口水想吃吃酸酸辣辣開胃的越南料理，還有因為消費上比歐美國家更便宜，越南盾都是幾千幾百萬的花，感覺很豪氣的購物跟享受按摩，大家工作辛苦之餘的渡假，也可以選擇去越南走走看看喔!

自立生活照顧體驗營感想

照服員 / 張美珠

中心為了推動自立支援服務模式，派了我們３位第一線照服員前往參加為期３天的體驗營，第一天，上完自立支援照顧理論後，親自參與了臥床不起、坐在輪椅上被約束的體驗，真是讓我感觸良多，首先須坐在輪椅被約束、接著戴上眼罩，然後雙手、雙腳需用透明膠帶綑綁，並由照顧人員協助推來推去繞著圈圈（感覺天旋地轉）、上下坡道（讓我心驚膽顫，我還年輕就感到刺激度破表，我想老人家應該是無法承受得了），接著又把我推去曬太陽（不只曬得頭昏腦脹，更讓我渾身發燙不自在）忽然又推我去搭乘電梯讓我頭暈、想吐、整整被約束了三個半小時，此時我脖子酸痛，坐立難安又十分口渴想喝水，噯!真是人間煉獄啊!原來被人照顧是這麼的難受且沒尊嚴。當時體驗中有十幾位學員因不堪負荷而拿下約束，休息用餐時，有一位同學吃完豬腳便當後立即吐出來了，就連晚餐時，那位同學不適的感覺還是久久無法平復，對我來說坐輪椅被約束的不適感，讓我永生難忘，回中心後照顧住民應要主動給予更多的關懷及體諒。

第二天進行如何不包尿布－零尿布課程，體驗被包尿布的感覺，為了更逼真，承辦單位先在尿褲裡加了綠茶、水和味增和在一起，看起來還真的有點像大便，穿上加了人工大便的尿褲，由照顧人員帶領，起立、坐下，上下跳動、屁股移動及躺在地上翻滾，三個循環下來再回座位上課，直到早上上完課後才把尿褲脫下，有的學員還把小便尿在尿褲裡，那種黏黏濕濕的感受真是令我不舒服，著實讓人有抓狂的感覺，這次包尿褲的體驗讓我深深感受到，原來包尿褲是這樣的不舒服，心想住民也有這樣不舒服的感覺吧！以後住民有要求換尿褲時一定要快一點幫他(她)更換。

後來各 種轉位、站立輔具運用的課程，讓我們了解現在科技的進步對照顧的幫助，回中心後應將所學好好運用。

藉由自立生活體驗營的經驗，讓我們能更同理長輩的不適，希望每位長者，都能藉由我們嘗試執行自立支援照顧模式，也就是經由零臥床、零尿褲、零約束的照顧，增加尊嚴，提升其生活品質。

金駝獎得獎感言

志工隊副隊長／劉月娥

從81年7月加入養護中心這個大家庭已經24年，一開始僅是想在工作之餘，能貢獻自己一點點心力，去陪伴關懷老人，沒想到這一踏進這幸福園地，就深陷其中，無法自拔。常常遇到知道我在做志工的人，別人總是說，「你做志工好偉大，很辛苦吧！」但回首這20多年的服務，卻發現原來我不是只是來服務，而付出時間和精力，並不辛苦，在這裡得到的關懷、開心、學習及成長，是付出的好幾百倍。

記得一開始加入志工行列，從認養關懷老人服務，面對老人家，本著服務熱忱，從簡單關懷問安，「阿媽，早啊，今天好嗎？」，慢慢和老人家建立關係，去服務時，老人家帶著開心微笑的臉迎接，彼此關心，也分享生活的點滴，漸漸的去養護中心不像是服務，而是像去關心家人還有老朋友，固定的到養護中心報到，也像生活中的一部分。

而帶著服務熱忱來參與服務，面對像是家人和老朋友的老人家往生，是志工生涯的第一難題，想著互動的點滴，總是很難過，後來有社工科安排的教育訓練，慢慢的學習面對生死，調整自己的想法，更珍惜生活中與家人、服務中與老人家的互動時刻，這樣的學習課題，是我人生很重要的成長經驗。

在養護中心不僅交到老朋友，還有多了很多志工夥伴的姐妹淘，大家一起投入服務的行列，對於老人溫柔的關懷，協助推送老人參加活動，準備快樂餐，看到老人開心的表情，是志工一同得到的最大成就，有著相同服務熱忱和讓老人開心的共同目標，有一起分享這樣快樂的姐妹淘也是志工服務的最大收獲。

得到金駝獎的肯定，除了感謝家人支持我做志工，其實最要感謝養護中心提供這樣的舞台，讓我們志工有服務的機會，感謝養護中心的工作人員提供照護技巧及心理上的教育訓練、支持，增進了志工的服務能力，感謝老人家讓我感受服務的快樂，感謝志工夥伴姐妹淘們，和我一起成長分享服務的酸甜苦辣，在志工生活得到滿滿收穫的我，感謝大家！

遇見彰老

替代役 / 李泓志

時光飛逝，不知不覺在彰老服役的日子只剩下五個月了，回想起剛開始來到機構時，對一切都是相當的陌生，一開始僅僅只專注於做好交辦的事項，努力去記熟所有該做的事情、所有用具放置的地方、熟悉機構的文化，每天都在努力適應而覺得有些辛苦，尤其是跟有些情緒不穩定的長輩講話，都會覺得有些害怕，有些長輩個人衛生習慣不良，也很容易製造髒亂，即便長輩不是有心的，也讓我一而再、再而三的打掃，讓我感到疲憊，還有遇到更換尿布時的味道始終很難適應，甚至也會擔心每天將要過著單調、無趣、索然無味的日子。

但工作一陣子後，漸漸開始發現，在工作之餘，跟這些長輩相處是很快樂的，長輩時常會跟我分享很多事情，像是以前住在哪裡、去過哪裡遊玩、家裡人帶了什麼東西來探望；另外，天氣冷時，則會關心我有沒有穿多一點衣服；看到我收假回來，會問我有沒有去哪裡玩或是有沒有回家，偶爾還會塞一點小東西給我當點心，也會跟我抱怨不喜歡當天的飯菜、其他長輩的一些不恰當的行為等……，還有在一開始我比較不知道如何去接觸的長輩，也漸漸互相熟悉起來，還會主動跟我打招呼，發現跟長輩們相處是很單純、很直接的，漸漸的發現我對彰老好像多了一份難以言喻的感情。

直到現在，已經完全習慣這邊的步調，也學習到很多，尤其是許多與人相處的方法，而我剛來到這裡服務的想法已經改變了，或許不是我們來這裡服務他們，是他們在看著一批一批替代役的成長，默默的改變我們這些準備即將長大成人的孩子們的想法，讓我們更加成長、茁壯。

在彰老的日子一天一天的倒數，就越來越珍惜與這些長輩相處的時光，我想一輩子都很難忘記這段珍貴的回憶，或許我只是他們漫長生命洪流中的過客，但這些長輩們卻是我人生中不可多得的貴人，豐富我的人生，使我的人生更加精彩。

什麼是太太

退休員工家屬 / 林文郁

◎每次問你有什麼意見，卻很少採納你意見的人。
◎凡事總是為兒女設想的人。
◎關心你吃太豐盛會有礙健康的人。
◎在公共場所最注意你一舉一動的人。
◎不懂機械常識，卻能提供很多相關建議給你的人。
◎你嫌她囉唆、煩瑣，生活上又少不了她的人。
◎自己捨不得花費，卻又希望你能常送禮物給她的人。
◎覺得她很煩，回到家卻總想見到的人。
◎在睡夢中驚醒，總是陪伴在身邊的人。
◎不會讚美你，但什麼事都會找你做的人。
◎外出買東西，出門前會叮嚀你帶錢了沒的人。
◎上班前會跟你說慢慢開車、小心駕駛；下班回家時，卻又問你怎麼現在才回來的人。
◎事有先後次序，而她總是會把你排在兒女後面的人。
◎老是向你說你的事她不管了，但沒多久又會主動來協助你的人。
◎如果婚前有約法三章，她總是最蒙其利的人。
◎是大我七輩的人，因為母親、祖母、曾祖母、高祖母、天祖母、烈祖母，再往上就是要稱呼太祖母了。

健康的身心

楊寶珠

營造飲食新觀念，
養分充足身體健，
均勻食材少油鹽，
衡量優劣有主見，
健全體魄時自勉，
康莊大道在眼前。

運用身心勤鍛鍊，
動機明確不拖延，
休養生息元氣現，
閒行慢跑田野間，
活動筋骨常實踐，
力求完美切勿偏。

心海寬廣要正面，
胸懷灑落福非淺，
開誠布公友誼堅，
朗詠善言行必謙，
愉悅相處展和顏，
快樂人生應不遠。

知書達禮須慎言，
足衣足食猶何怨，
嚴以律己是上選，
己所不欲丟深淵，
常保清純如絲絹，
樂在其中似神仙。

作業認真當磨練，
息息相關不可免，
正當娛樂來消遣，
常態失眠體力減，
安定身心受考驗，
康泰福至滿整年。

畫說照護心得

照服員 / 邱世基

「阿嬤的故事誰來聽」這張畫，前景是三更半夜心情high到睡不著的阿嬤，背景是她想訴說的精彩人生經歷。阿嬤，現在都已三更半夜了，怎麼還不睡覺? 阿嬤答說：「孩子回來了，肚子一定很餓了，我得趕快起來弄點東西給他們吃。」老人家總是這樣煩惱，煩惱孩子吃不飽穿不暖。「她跟我說，民國二十幾年她剛出生時，就因為家裡環境不好，吃不好，所以現在個子才這麼一點點……」我心裡暗自想著：糟糕，今年是民國一百零五年，那阿嬤還得要說多久?便答說:「妳放心，妳孩子都已經一百零五歲了，自己會打算了(台語)，妳就安心睡吧!」，她一聽，笑著跟我說:「我才八十幾歲而已，孩子一百零五歲?，你有沒有搞錯?」那我去拿計算機算算看，妳孩子到底是幾歲，便留下滿臉迷惑的阿嬤，逃之夭夭了。若非夜半怕吵醒鄰床的阿嬤，還真想繼續和她聊下去。

媽媽學畫，是在因緣際會下嫂子幫她報名了「慈濟社區大學樸實藝術繪畫班」。剛開始三兄弟輪流接送媽媽上下課，後來我也跟著報名上課了，和媽媽是同班同學，在車上聽著媽媽說家裡大小事，在課堂上看著媽媽笑說：「少年時拿大支鋤頭作田，吃老時卻是拿小支畫筆畫土符，黑白畫真不像(畫)話。」，此刻的我就拿起相機為媽媽記錄下珍貴的回憶，這般日子十年匆匆過去，老師常說是我陪伴媽媽，但每回報名時，媽媽總是問我還要不要繼續學？所以我總覺得是媽媽陪我來上課。能看著媽媽拿著作品聽她的人生經歷，這也是一種難得的幸福。

阿鷄嬤
圓夢計畫の心得分享

圓夢日期：104.12.18
圓夢小天使：曾護理師馨儀
照　服　員：曾桂花
司　　機：簡鎮源

阿鷄嬤，高齡90歲，個性內斂，觀念傳統，剛開始對於被家人送至本中心安置頗不能接受，常悶悶不樂，少言語表達，所幸子女們都非常孝順，常至本中心探視阿嬤，推阿嬤至外面曬曬太陽，孫女思瑜表示阿嬤其實很想回自己居住多年在中新興村的家，想看看過往栽種柳丁的果園現在變得怎樣…。當詢問阿嬤是否想回中興新村，阿嬤“睜大雙眼，露出笑容且拼命點頭”，這時大家都感受到阿嬤殷勤戀家的心情，心想要圓滿此任務！
走~我們回「家」吧!

連日來的毛毛雨，還帶點寒意，原本擔心天候不佳會影響我們的行程，受老天爺的眷顧，當天天氣非常好，和煦的陽光讓我們每個人的心情也暖和起來了！沒有特別的裝扮，戴上毛帽，圍上圍巾，簡單樸實符合阿嬤的風格，給阿嬤照照鏡子，微笑點點頭意謂「這樣可以了！」，坐上了復康巴士，沿途中子女分享了過往阿嬤的生活情景，還有阿嬤雖然看似個性內斂文靜，其實已經去過多個國家，阿嬤辛苦了大半輩子，也要懂得享受人生嘛!

短短半個小時車程，就到阿嬤中興新村的家，或許對我們而言是輕而一舉，但對阿嬤來說已事隔多年，遙不可及！下車時所有的親戚都出來迎接阿嬤，大媳婦準備了新鮮水果招待，孫子也泡起了自家種植烘培的上等高山茶，一進門阿嬤四處張望落下感動的淚珠，女兒急忙協助拭淚，大家齊聲叫「媽」、「阿嬤」、「阿祖」，此起彼落，聲音沒間斷過，場面真是溫馨動容！雖然阿嬤重聽，但也可以感覺到家人聚在一起的熱絡氣氛，孫女思瑜獻上一只玉鐲子，親自幫阿嬤戴上，阿嬤開心極了，在歡愉的氣氛下圓滿第一項任務，即將前往第二個行程「大女兒家」。

10多分鐘來到大女兒家，已近中午時刻，大女兒準備一桌佳餚正候著，真的是不誇張像似辦桌，菜色真是「澎派」，肚子開始咕嚕咕嚕作響！食材幾乎是自己養植栽種的，有機無毒唷！快過年了，我們算是提早圍爐吧！托阿嬤的福，飽餐一頓後！兒子強力推薦到阿嬤以前種植柳丁的果園享受採果樂趣，我跟司機簡大哥對看了一下，這好像不在我們行程範圍內，不過既然是阿嬤以前最在意的農作種植地，理當帶阿嬤去舊地重遊，回憶一下吧!

沿途子女細述著與阿嬤間的點點滴滴，突然開車上了很小又陡的路，想像挑著扁擔，徒步走在這顛頗的山路，上山下山是什麼感覺，更何況早期還是石子路面。終於來到阿嬤的成就果園，礙於阿嬤行動不便，推至四周環顧後，讓阿嬤留在工寮由女兒陪伴、休息，而我們開始了果園驚奇之旅，採柳丁、百香果，柳丁是自己配種的，雖賣像不佳，但香甜無比，回到工寮馬上品嚐並拿給阿嬤看，阿嬤開心向兒子詢問「嘿哩景ㄟ?」(台語)，感覺阿嬤很興奮!!

最後來到當時病後行動不便時由兒子照顧位在「大里的家」，也在這裡調養多年，街坊鄰居見復康巴士，好奇來看看，原來是阿嬤回來了！都前來關心阿嬤的狀況，感覺阿嬤人緣還不錯！孫女們也回來，也聊起阿嬤以前照顧過10多個孫子(女)，常常把零食、水果、珍貴的好料藏在床底下，等到孫子(女)回來分送，結果好可惜水果已腐爛、零食也過期了，可見“阿嬤疼孫”的心，言談間阿嬤一直盯著每個寶貝，看到寶貝們長大、婚嫁，心滿意足。

藉由此次圓夢計畫能讓阿嬤散佈在南投、台中的家人重新聚集在一起享受天倫之樂，過程中阿嬤精神百倍，原本有午睡的習慣，也捨不得闔上雙眼休息片刻。很高興這次的圓夢計畫獲得家屬方面行動上的支持及長官的協助，能讓多年未返家的阿嬤能回去看看內心深處裡最掛念、最想回去的「家」，也能讓阿嬤留下最深刻的回憶，圓滿阿嬤的心境。

阿雅嬤
圓夢計畫の心得分享

圓夢日期：105.1.22
圓夢小天使：劉護理師蕙容
照　服　員：洪林玉珠
司　　機：謝明哲
替代役男：劉修銓

阿雅嬤，現年67歲，左手乏力，右手功能尚可，鼻胃管留置，長期臥床，住在中心之長照護理區，阿嬤育有一女，居住於康復之家；阿嬤近日常會訴說往日與女兒相處的種種情境，言談中阿嬤的眼神不斷放出光芒，令人感受到母親對女兒的盼望及無限呵護溫暖之情。並提及自己未曾到過孩子居住的地方，想過去探望、了解孩子現在過得好不好，看看孩子平時都在做些甚麼事。

經聯絡康復之家的社工員表示：案女情緒尚穩定，平日至康復商店當收銀員，生活可自理，與其他人相處尚融洽。對阿嬤想至康復之家探視她，感到既期待又開心。

與康復之家約好日期1月22日，上午大家精心為阿嬤打理服裝儀容及管灌食品等，還準備了女兒喜愛的伴手禮～大吉大利「橘子」、紅包祝福的話語。一行人陪伴著阿嬤前往心繫念的地方～「芳苑」，探望許久未謀面的心肝寶貝。阿嬤顯得精神抖擻、神情愉悅，但可能因為久未搭乘車子，一路上直叮嚀司機大哥開慢一點。

約莫 1 個半小時終於來到康復之家，女兒康復之家的工作人員早已在大門口等候我們，女兒見到久未謀面的母親很激動，輕柔頻拭著媽媽的臉、圍巾、外套，一直親切關心的問候媽媽是否吃得飽？穿得暖？阿嬤見到女兒，久久未能言語，最後眼眶泛紅得說：「女兒，真對不起妳！」阿嬤及女兒倆人雙手緊握，這一幕真有說出的感動！真希望能像小叮噹一樣，從百寶袋取出法寶讓此刻時間能暫停，如此溫馨動容的場面。

、童玩、古物、還有滿滿的人潮，阿嬤看得目不暇給，樣樣都感到新奇，而女兒則緊緊依偎陪伴在阿嬤身旁。最後來到鹿港香火鼎盛的「天后宮」拜拜，祈求阿嬤及女兒身體健康、心情愉快，大家日日平安和樂。

參觀了女兒平日生活的環境及上班之康復商店後，阿嬤竟然提出來：「今天晚上，我要和我女兒一起睡覺！」大伙兒及女兒，都嚇了一跳，確實阿嬤已經許久(18年)未與女兒同床共眠了，好不容易安撫阿嬤的情緒(或許哪天可再安排圓夢)；午後，我們陪同阿嬤及女兒一同去鹿港踩街，蜿蜒的紅磚老街

此次圓夢之旅，感謝芳苑康復之家的協助，不但圓一個母親對孩子的關心掛念之情，圓滿阿嬤的心境，且讓阿嬤在中心可安心居住~~~~~~圓夢計畫圓滿達成。

圓夢傳愛

阿雅嬤圓夢計畫の心得分享

阿平伯
圓夢計畫の心得分享

圓夢日期：105.4.7
圓夢小天使：護理師童雅瑩
照　服　員：林秀烟
司　　機：簡鎮源
替代役男：李泓志

阿平伯，現年77歲，重聽，佛、道教信仰虔誠，與亡妻生前相互扶持、相依為命多年，互為對方精神支柱。案妻於103年4月病故後，阿平伯心中最重要的精神支柱瓦解，其心靈也隨著孤寂、無所依靠。阿平伯曾表示「我太太死前我一直在旁邊，醫師、護士都沒能幫忙救活我太太，讓她吐血、吐好多血，我不知道怎麼辦，我很對不起他，年輕時我都在外面交朋友，對太太實在很愧對，直至死前我都沒讓她過好生活…」，想看亡妻、想帶素餅給亡妻、不用買太多，見阿平伯思念亡妻的心實令人不捨，於是促成此次的圓夢活動，期望能讓阿平伯得以緩解對亡妻的思念。

主任向阿平阿公溫馨叮嚀

當天清晨，託老天賜福，果然晴朗無際、萬里無雲，好個炎炎郊遊天！又是誰道「清明時節雨紛紛」呢？或許我們為阿平伯圓夢的誠意，像晴天娃娃一般地，打動了老天爺爺的心，以這樣的方式支持著我們吧！踩著蹦跳跳的步伐到單位，謹慎地再次確認最後行囊裝備是否齊全；體貼地照服員秀烟姊此時正替阿平伯整裝、準備外出用物；替代役泓志替大家留下難忘的身影紀錄，帶著大家的諄諄叮嚀、孜孜祝福，我們啟程圓夢了。

首先，行經彰化火車站，等著接前幾天表示已排到休假，能和我們一起陪著阿平伯前往員林寺祭拜，阿平伯的兩位孫女，原本聽阿平伯自述，自從三年前，自己把隨身攜帶的手機摔壞了，便再也沒有和兩位孫女連絡上，直到至今已逾三年，而後孫女又無奈又好笑地表示「阿公！我們不是過年期間才來看過您的嗎？您怎麼說我們三年多沒聯絡」我想，這是一種「一日不見，如隔三秋」的思念情懷吧！又映應了阿公多麼渴望、又多麼想念孫女們的陪伴。

第一站至全聯採買祭祀品，眼見阿平伯盯著琳瑯滿目的水果，謹慎地挑選，表示「蘋果越多越好，看起來比較澎派」，我想，蘋果也是一種自己對妻子那無盡的關心與愛吧！孫女們記得阿公喜歡飲用綠茶，故特別替阿公選擇綠茶，讓阿平伯回到中心後，還能夠慢慢品嚐著綠茶，也品嚐著此趟旅程的盡興與歡欣。

前往員林寺途中，我以紙筆問重聽的阿平伯「想跟太太說些什麼？」，阿平伯說「我要跟太太說，要她趕快去投胎，能去當人」，一旁的我知道，這是阿平伯給太太最深、最愛的祝福…。緊接著抵達員林寺，阿平伯特別嚴肅，沉默不語的表情，可體會到他表現出的慎重與莊嚴，是對亡妻另一種形式、無法言說的愛與尊重。或許正逢員林寺辦理法會，大廳擠滿了人群，以及負責施食的師父，阿平伯默默將一切看進眼裡，含笑盈盈地等待孫女放置水果、素餅於地藏王菩薩前，隨後夥同一行人至亡妻牌位前，阿平伯甚至十分正式地向亡妻介紹，今天陪同他前來的幾位工作夥伴，以及最近的心情點滴，娓娓道來好似她一直伴在自己身旁，不曾離開過…是的，她未曾離開過，因為她會一直一直存在於阿平伯的心中，永不離席。

員林寺前留影

合影於小餐館門口

中午至附近小餐館用餐，用餐地點所營造的白色木製歐式鄉村風格，象徵阿平伯與妻子那恬淡卻情深的情誼，寧靜、放鬆的氛圍，也好適合阿公與孫女們慢慢話家常。發現孫女們刻意選擇與阿公對面的位置，不禁納悶起為何不比肩而坐，更靠近彼此呢？看著孫女們似乎忘記了餐盤內的食物，不斷地眼睜睜、大眼一眨也不眨地傻傻凝望著進食中的阿公，我想我的心中有了答案。

下午到田尾的公路花園吹吹風、懷懷舊、看看小時候常常出遊怎麼看都不會膩的景色，有了家人的陪襯，就連散散心都是種幸福，只是酷暑難耐，倔強的阿平伯為了維持自己正式的穿著，怎麼也不願意脫掉身上的舖棉背心，孫女愛之心切，不斷地以紙筆詢問阿公「會不會熱？」「會不會餓？」「想睡就睡一下吧！」甚至體貼地彎下腰調整阿公乘坐輪椅的雙腳，怕阿公腳酸，讓阿平伯不禁淚眼盈盈地表示「揪感動欸」，我想此時孫女們的心中，也感動滿滿的，即使覺得再辛苦、再累也值得。

最後來到充滿時代感與懷舊感設計衝突的警察故事館，各種展覽品讓阿平伯愛不釋手，直嚷嚷著「這我們以前就有了」、「這個也有、那個也有」，孫女們耐心地陪伴著阿平伯到處體驗、到處遍布新奇感，而從不間斷地，是孫女那臉上會心的微笑。

回程旅程上，平時寡言的阿平伯，臉上露著喜悅與感恩笑容，向陪伴他的工作團隊一一言謝，表示謝謝大家願意不辭勞苦地陪伴與幫助他，只為了替他圓一個祭拜亡妻的夢，圓一個未竟的夢。

文末，也謝謝司機大哥，協助抬送阿平伯；謝謝替代役泓志協助攝影與拍照；謝謝照服員秀烟姊一路上的輔佐與支持；以及謝謝兩位遠道而來陪伴著阿平伯的孫女，使此趟旅程更加精彩、動容與深刻。

愛也是人類共通的語言，從阿平伯對亡妻的祝福、孫女對阿公的付出與陪伴、阿平伯對孫女的叮嚀、阿平伯對工作團隊的感謝與稱讚、工作團隊間的合作與默契、以及工作人員對阿平伯的照顧，只為圓一個夢，一個最美也最浪漫的夢。此行的經驗與感受，我相信深深烙印在阿平伯、以及每一位工作人員的心底，成為生命中甜美的養份。使阿平伯明白自己被關心著、被悉心照料著，雖然與孫女久久才見面一次，雖然總是聽不見孫女們來電想跟阿公聊聊的聲音，但心仍然與孫女們永遠緊緊相繫，即使疲憊到快撐不住眼皮，也要倔強地表示自己不會累、不要休息，只因為捨不得孫女就這麼離開；使孫女感受天倫之樂的幸福，能傻傻望著阿公吃飯、親自替阿公擤鼻涕、陪著阿公回到小時候常去的公路花園、以及和久違的阿公一起探望已過世的阿嬤，即使忙碌，只能當日從宜蘭專程北下來回奔波，即使清晨五點多就得起身搭車，即使相處只有短短的幾小時，但回程的路上，只要想起依然能感到心意暖暖、感動滿滿的；也使我體會到，擁有愛、付出愛、接受愛、接受被感謝、以及感謝自己還能賦予別人愛，感謝每位曾經陪伴在我身邊的任何一個人，謝謝你們造就了現在的我，支持著、鼓勵著我不斷往前走，而我也要好好陪伴在我身邊的每一個人，陪伴每一條同樣渺小的靈魂。人生在世，生死無常，又有什麼比這更重要的呢？

牙科診療服務上路了！

保健科／邵軒琳

口腔的健康狀態直接影響長輩的進食甚至上呼吸道及心血管相關疾病之罹患率，影響長輩的健康狀態。為加強提供住民口腔照護服務，進而提升機構照顧服務品質，衛生福利部社會及家庭署申請104年公益彩券回饋金補助經費，規劃於所屬老人機構設置口腔牙醫診療據點，透過彰化縣牙醫師公會提供機構內牙醫診療服務。希望解決長輩常因行動不便、臥床或一般社區牙科診所缺乏無障礙空間及設施等因素，導致出外牙醫就診之障礙。

本中心譚主任志皓有感於口腔保健影響長輩的健康甚鉅，便指示全力配合辦理籌劃設置牙醫診療據點。在衛生福利部社會及家庭署及彰化縣牙醫師公會鼎力協助之下，於中心B棟2樓設置了牙科診療室。除了有著精密周全的儀器設備之外，更有著舒適的空間環境。舉目望去便是中心的花園景色，長輩接受治療的同時心情上可以獲得相當的舒緩。

牙科診療服務上路了！

除了周全的硬體設備之外，精確的診療服務更是相形重要！透過彰化縣牙醫師公會黃理事長人修率領的醫療團的鼎力協助，進行勘查診療室空間儀器設備並商議相關看診流程規劃，由楊醫師旻侑等多位醫師於105年2月26日開始輪流前來支援看診服務。在牙醫師親切的問候及精湛的醫療技術下，長輩都得到相當妥適的醫療服務。看診完畢醫師還會一一解釋口腔狀況，並指導長輩平常牙齒的保養。在看診過程，中心的照顧服務員也全程陪伴在旁邊緩解長輩的不安，所以接受過診療服務的長輩有著非常高的滿意度！

本中心牙科診療室在105年3月10日舉行揭牌儀式，感謝彰化縣政府社會處黃處長、衛生局葉局長、彰化市公所張主任秘書、衛生福利部社會及家庭署老人福利組機構輔導科張科長、中彰榮譽國民之家王主任、衛福部彰化醫院溫醫務秘書、林世賢議員、黃玉芬議員、黃秀芳立委辦公室莊主任以及各界長官貴賓的蒞臨指導，一起與中心的長輩們分享喜悅；感恩彰化縣牙醫師公會醫療團進駐照顧長輩的口腔健康，相信在大家的努力下，未來口腔衛生保健必定能於中心扎根，為長輩健康促進提供更強有力的支持！同時能享受好更好的生活品質，讓我們為守護長輩的牙齒健康共同努力！

春季旅遊記

護理師 / 李宜澄

天剛矇矇亮，還揉著惺忪的睡眼就聽到嘩啦啦的雨聲，突然睡蟲全跑走了，今天是要跟阿公阿嬤一起出遊的日子，可千萬不能下雨啊！長輩們如果淋了雨就糟糕了，我在心裡默默祈禱著。

帶著一顆忐忑不安的心來到中心，一切就緒準備出發時，天空竟然出現了絲絲的陽光，長輩們臉上的笑容在此時顯得格外燦爛，工作同仁也都感恩老天爺，我心想真是個好兆頭，相信今天的出遊一定會順利平安。

今天出遊的地點是台中，因為鄰市所以路程不遠，在長輩們歡唱十來首歌曲後就抵達第一站「萬代福電影院」。萬代福影城位於台中市中區，早年是台中市最熱鬧的地區，舞廳商家林立，有台中西門町之名；不過由於中區沒落加上新興影城成立，舊影城相繼關閉，當然萬代福也是其中之一。1996年黃炳熙先生買下影城重新裝潢開幕營業，並設立電影文化展示館，招待弱勢團體電影欣賞，真是個有心人啊！值得讚許。雖然中心常常舉辦懷舊電影欣賞的活動，但是畢竟跟在電影院看電影是不一樣的感受，尤其當燈光暗下來大螢幕出現畫面的那一刻，我相信此時長輩們記憶一定進入了小叮噹的任意門，穿梭在幾世紀之前的時光裡。這次欣賞的是搞笑藝人豬哥亮的電影，播放過程耳邊不時傳來長輩們的大笑聲，尤其坐在我身旁的

阿鸞阿嬤，從頭到尾聚精會神連姿勢都沒怎麼改變，還不時哈哈大笑，看完電影一直跟我說豬哥亮揪笑虧(台語)呦！長輩們快樂的心情全寫在臉上了。看完電影後由影城經理帶領大家解說電影文化展示館各種古早撥放電影的機器，以及早年的電影海報，似長廊的文化展示館，真的好像坐了時光機進入時光隧道裡，文化資產需要有心人加以保存與推廣，也讓長輩們有了一趟懷舊之旅。

用餐時間到囉!帶著長輩們來到日曜天地百貨裡的火鍋店，享受豐盛的午餐。在中心每到用餐時間放在面前的都是已經烹調好的飯菜，此刻長輩們自己動手夾菜餚放入鍋底，重溫下廚的樂趣，吃起來一定格外覺得好吃。坐在我對面的阿蝶阿嬤熟稔的將菜餚放入鍋中烹煮，動作一點都不含糊，我心想她以前一定是廚藝精湛，而且兩大盤青菜及一盤海鮮，外加一碗白飯全部吃光光，哇！自己煮的果然滋味就是不一樣啊！很感謝火鍋店願意提供場地給長輩愉快的用餐，除了感恩還是感恩。

吃飽喝足了當然就要散步運動一下幫助消化囉！於是我們來到了今天的第二站「台中公園」。用餐時原本天空陰暗，想著可能要下大雨了，如果下雨考量長輩們的狀況，就只能待在百貨商店裡，錯失了公園美景真的很可惜；可是當我們一群人浩浩蕩蕩通過斑馬線到對街時，天空突然出現大太陽，連老天爺都很疼惜我們這群可愛的長輩們呢!。

台中公園是台中市歷史最悠久的公園，興建於日治時代，湖中央有個湖心亭，台中市政府於1996年定為市定古蹟。公園占地廣闊，大樹林立草地翠綠，湖面還可以划船，是情侶們最愛約會也是旅人最愛遊覽的地點之一；尤其現在正值春天，草木發芽一片綠意盎然，陽光穿透樹梢，啊～我又跌回自己還是個小姑娘的那個時候了，此刻跟我約會的是臉上帶著笑容，快樂的阿公阿嬤們！不過怕小黑蚊肆虐，所以趕緊替長輩們噴上防蚊液，以免被叮咬壞了遊興。當我們一靠近湖邊遠遠就有數隻長壽龜緩緩游過來，長輩們趕緊拿起前一日志工同仁製作的吐司邊餵食，不一會功夫已經聚集了十來隻長壽龜，然後鴿子也來了，水鴨也來了，連湖裡的大錦鯉也來了，耳邊一直傳來”哇”的驚嘆聲此起彼落，尤其當湖裡的錦鯉張開大嘴接著丟下去的吐司邊時，我身邊的長輩們”哇”得更大聲了，然後不知是什麼驚動了鴿子，當群鴿飛過頭頂往對岸飛過去時，真是壯觀啊！長輩們各個看得目瞪口呆，我也好像有種身在威尼斯聖馬可廣場的錯覺。滿滿的好幾大包的吐司邊全部都餵完了，長輩們意猶未盡紛紛詢問還有沒有？差一點就要把手中的蛋糕點心也餵食了呢！台中公園生態鏈豐富，連松鼠也不怕人的爬上爬下從餵食者手中取食，在城市中要能見到松鼠還真的是不容易，這裡真的是一個好所在。

坐在樹蔭下徐徐涼風吹來，分享著點心，跟長輩們閒話家常，時間過得很快，不一會就到了賦歸的時間，我問身邊的阿公說：「這好某?有水某?」只見他臉上帶著笑容豎起大拇指比個讚，一路上的辛勞在那一刻瞬間消失，因為我知道長輩們出來旅遊是真的很開心很快樂的，我們的約會還要繼續呦!

康樂家園 參與護理照服日活動 心得分享

幸福の家

五月有幾個重要的節日，例如：五一勞動節、母親節、護師節…等。院長體恤我們第一線工作同仁的長期辛勞，為了提升工作士氣，一同慶祝勞動節與護師節，自去年開始責成護理科以「愛與奉獻」為主題，舉辦「愛與奉獻」護理照服日活動，以趣味競賽活動當主軸，讓第一線工作同仁有舒壓、凝聚向心力及發揮團隊合作精神的機會。

今年如同去年一樣舉行，有的同仁在今年四月就開始在期待這個日子的到來，想著今年可以玩那些遊戲？在公佈活動競賽方式後，我們在比賽前利用每天下午有空閒時由上班同仁帶住民一同模擬比賽過程，在活動前一天與2D一同比賽增加大家熟悉度，好處是失智長輩也因與我們同樂，而減少問題行為。今年的活動特地安排同仁在比賽前表演節目，有人事機構的小杜彈奏烏克麗麗配合照服員秀端演唱「追、追、追」，隨後秀端及護理師麗慈各演唱了一首歌曲，因為秀端、麗慈不顧形象的賣力演出，所製造的歡樂效果，搏得滿堂彩，使參與的同事們笑聲不斷，將歡樂的氣氛帶到最高點，表演結束後院長發給每位表演同仁一個紅包獎勵。

在欣賞完輕鬆的表演後，院長也藉由這個場合頒獎給此次本中心參加弘道人福利基金會辦理的「2016年第六屆全國活力銀髮健康操大賽」表現績優人員，有4人受獎，分別是社工員君培、護理師雅瑩、役男冠誌及修銓，主要是表彰這4位同仁在這次的工作中，為了要達到更完美的成果，付出了超過本職的心力。

再來就進入競賽活動了，這次設計了「黃金連線」、「黑白跳」與「旗開得勝」3個活動，各護理區的同仁都表現出強烈的榮譽心，非常熱情的投入競賽活動，活動的過程中也不斷的爆出笑點，各區的全力以赴，有人在比過程中跌倒、舉旗時同手不同調啦！緊張氣氛，在所難免，雖然大家志在參加，但榮譽心驅使，每個參賽者皆是認真的在比賽，希望得到好成績。比如參加「黃金連線」時，大家為了該區榮譽，搏命參加，有同仁不小心摔倒，心裡只有一個目的，就是希望能奪得好成績，接下是「黑白跳」，就是在主持人唸出題目，參加人員要決定答案，對的向右跳，錯的向左跳，為了效果，通常題目會有許多陷井，所以要有清晰的頭腦，更要有敏捷的身手，因為氣氛很熱烈，連主持人都出槌了呢!最後一個遊戲是「旗開得勝」，主辦單位為了節目效果，製作了4種不同顏色的棋子，也實實在在的考驗每位同仁的反應與協調力，雖然大家也都盡力的要奪得好成績，但過程中笑聲不斷，娛樂效果遠大於比賽名次，雖說志在參加，不在得獎，但是大家都盡心盡力的希望為該區贏得好成績，那種團結、凝聚在一起的向心力，平常是很難展現出來的，這次在護理照服日，見到參與同仁們將此精神發揮的淋漓盡致，真是難能可貴啊！大家都認為在這次競賽中看到同仁們熱情的投入與參與，能藉由這次的活動，讓各區的工作夥伴對自己的區更有向心力，彼此更有互動，也達到了娛樂身心的效果，雖然過程中有一些小插曲，但是整個活動還是圓滿落幕，本次由我們幸福の家獲得第1名，3E第2名、第3名則由2C及3C並列，最後請院長頒發了前3名的獎狀，每區都有禮券獎勵。

感謝院長提供舞台、提供獎金，讓每位同仁度過一個愉悅的下午。

期許下次有更精彩的活動，能讓大家更有活力，更加熱情的投入工作，繼續為老人家提供服務，其實第一線的工作同仁是很辛苦的，要面對的是「人」，所以更需要長官的鼓勵與肯定，工作人員好，相對地也會對老人家有幫助，更能提升照護上的品質，大家一起加油吧！經由大家熱情的參與，相信應該達到了慰勞、愉樂、鼓勵、團結、榮譽的目的。

105年1-6月大事紀

中心大事紀

2月26日　開辦牙科診療服務
3月10日　牙科診療室揭牌儀式
4月 7日　通過申請衛生福利部國民健康署補助105年「推動健康照護機構參與健康促進工作計畫-健康照護機構子計畫」
5月12日　辦理愛與奉獻-護理照服日活動
5月18日　社區關懷據點懷舊老歌歌唱成果發表會
5月18日　本中心「勇寶樂活健康隊」參加弘道老人福利基金會主辦「2016年第六屆全國活力銀髮健康操大賽」，榮獲坐姿組-佳作獎及坐姿組-特別人氣獎
5月26日　社區服務老人照顧者研習訓練－第1梯次
5月27日　社區服務老人照顧者研習訓練－第2梯次
6月19日　家屬座談會暨家屬聯誼活動
6月20日　本中心與國立彰化生活美學館及彰化縣彰化地政事務所共同辦理105年度623公共服務日活動

外界機關、團體參訪關懷

1月 7日　佛光山彰化慈悲基金會暨佛光山福山第二分會關懷慰問致贈臘八粥
1月19日　幼祥幼兒園暨會連國樂團關懷服務
2月19日　黑狗兄薩克斯風樂團關懷服務
3月 2日　「愛分享 分享愛」關懷服務
3月23日　永福教會陽明社區讚美操關懷
4月13日　彰化縣立漢寶國民小學關懷服務
4月14日　富邦人壽-朱榮通訊處參訪
4月15日　中華兩岸醫事交流與健康促進發展協會參訪
4月29日　內政部役政署輔導役男關懷服務
5月 5日　南投縣衛生局至本中心觀摩高齡友善健康照護機構認證作業
5月 9日　財團法人台南市私立朝興社會福利慈善事業基金會附設朝興啟能中心參訪
5月 9日　中山醫學大學公共衛生學系參訪
5月13日　中臺科技大學參訪
6月23日　弘光科技大學物理治療系參訪及關懷服務
6月28、29日　中國醫藥大學物理治療系參訪及學習

住民活動

1月28日	喜氣洋洋畫春聯揮毫活動
1月29日	清塵誦經--公費往生住民合爐
1月30日	2C區住民社區活動「相招逗陣行」
2月 4日	圍爐迎新春
2月19日	歡慶元宵節－射燈謎、逛柑仔店摸彩活動
2月26日	2D區住民社區活動「相招逗陣行」
3月 4日	懷舊電影播放-舊情綿綿
3月 8日	懷舊電影播放-燒肉粽
3月11日	2E區住民社區活動「相招逗陣行」
3月15日	春季庭園活動
3月16日	懷舊電影播放-三八新娘憨女婿
3月17日	威勝信望愛基金會－復活節活動
3月24日	懷舊電影播放-回來安平港
3月31日	清明節祭拜；圓夢－購購樂、快樂餐
4月 7日	健康講座(認識關節炎)
4月19日	3C區住民社區活動「相招逗陣行」
4月21日	居家關懷戶外踏青活動
4月22日～24日	祈安植福法會
4月27日～28日	住民春季旅遊活動
4月29日	曉水珠心靈之旅愛心表演
5月 7日	馨語傳情-母親節感恩音樂會
5月10日	浴佛節－浴佛活動
5月11日	基督長老教會彰化市永福教會慶祝母親節活動
5月17日	3D、3E區住民社區活動「相招逗陣行」
5月18日	居家關懷據點老歌歌唱成果發表會
6月 4日	端午嘉年華會
6月19日	晶采歌仔戲曲社愛心表演-擘釵緣
6月22日	2C區住民社區活動「相招逗陣行」

定期性活動

星期一下午	「健康老化銀髮體適能律動」課程（4月及5月）
星期五中午	志工快樂餐(每月1次)
星期一下午	DIY快樂餐(每月2次)
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）
	住民慶生會暨頒發住民獎勵金（每月第3週）
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）
星期五下午	香功活動
星期五中午	懷舊快樂餐(每週)
4月6日至5月25日每週三下午	失智症長者音樂輔療活動

志工會議與活動

2月 5日　居家服務-春節慰問活動
2月18日　志願服務隊志工新春聯誼活動
2月18日　志願服務隊第1次幹部會議
3月29日　志願服務隊生活關懷組第1次會議暨個案研討
3月29日　志願服務隊居家服務組第1次會議暨個案研討
3月29日　志工授證、表揚儀式暨隊員大會活動
4月21日　社區照顧關懷據點-居家服務戶外踏青活動
5月28日　志願服務人員機構觀摩

研訓活動

1月19日　在職教育-自立支援理論與實務
2月18日　在職教育-表達性藝術治療在老人族群的應用
3月 2日　政策性訓練-性別工作平等研習(第一梯次)
3月 9日　政策性訓練-性別工作平等研習(第二梯次)
3月15日　政策性訓練-莫忘心底永恆風景-談服務的使命與傳承
3月18日　在職教育-自立生活照顧的演進、自立支援-日本經驗分享、胸腔物理治療及呼吸道照護
3月25日　第1次護理業務團督
3月28日　社工團體督導暨第1次個案研討會
4月26日　在職教育-認識流感. MERS、腸胃道等傳染疾病及防範措施、傳染病住民就醫實地演練
5月 6日　政策性訓練-公務員赴陸保防宣導
5月10日　在職教育-口腔預防保健概論及衛教、潔牙實作教學
5月16日　自立支援照護第1次專家督導
5月19日　上半年度自衛消防編組演練暨驗證及勞安衛生教育
5月20日　政策性訓練-兩性溝通研習
5月23日　口腔教育訓練回覆示教
5月26日　105年度社區服務—老人照顧者研習訓練(第一梯次)
5月27日　105年度社區服務—老人照顧者研習訓練(第二梯次)
6月 7日　自立支援照護第2次專家督導
6月14日　自立支援照護實施成果檢討
6月15日　政策性訓練-打開親子愛的頻道
6月16日　第2次個案研討暨第2次護理團督
6月20日　政策性訓練-公務廉政倫理
6月21日　在職教育-糖尿病與慢性腎臟病預防與保健

活 動 照 片

105.01.07
佛光山彰化慈悲基金會暨佛光山福山第二分會關懷慰問致贈臘八粥

105.01.19
佛學講座歲末祝福

105.01.21
彰化市大連美髮型沙龍個別化美容美甲服務

105.01.28
喜氣洋洋畫春聯

105.01.29
清塵入龕誦經儀式

105.02.02
外展服務–彰化縣政府「寒冬送愛 關懷無礙」

105.02.04
中心主任送祝福小紅包

105.02.04
圍爐迎新春

105.02.18
志工隊新春聯誼

105.02.19
慶祝元宵節

105.02.25
感官刺激小團體活動

105.03.02
愛分享 分享愛–關懷慰問綜藝表演活動

105.03.04
懷舊電影–舊情綿綿品嚐爆米香

105.03.11
快樂餐–吻魚煎蛋

105.03.15
春季遊園

105.03.16
懷舊電影–三八新娘憨女婿

105.03.17
威勝信望愛復活節

105.03.18
自立支援教育訓練（日本竹內教授）

105.03.24
懷舊電影—回來安平港

105.03.29
在地美食快樂餐

活動照片

105.03.29
志工授證、表揚儀式、隊員大會、生活關懷組暨居家關懷組個案研討活動

105.04.01
快樂餐-潤餅

105.04.06
卡拉ok開幕式

105.04.11
DIY快樂餐-炒麵茶

105.04.11
社區大學-健康老化銀髮體適能律動

105.4.13
漢寶國民小學關懷服務

105.04.14
富邦人壽-中榮通訊處參訪

105.04.14
體適能活動

105.04.22-24
祈安植福法會

105.04.15
中華兩岸醫事交流與健康促進發展協會參訪

105.04.26
感控實地就醫演練

105.04.29
曉水珠心靈之旅愛心演出

105.05.03
魔法阿嬤縫紉教室團體

105.05.09
財團法人台南市私立朝興社會福利慈善事業基金會附設朝興啓能中心參訪

105.05.09
中山醫學大學公共衛生學系參訪

105.05.10
口腔照護教育訓練

105.05.10
浴佛

105.05.11
永福教會婦女團契慶祝母親節活動

105.05.17
住民社區活動

105.05.19
消防演練及勞安教育照片

人事動態

◇護理師陳癸年於105年1月1日榮退。

◇黃榆仙小姐於105年3月4日到任本中心護理科擔任約聘護理師。

◇社會工作員鄭英裕於105年4月18日辭職。

榮 譽 榜

◇照顧服務員黃雅慎榮獲105年社團法人台灣長期照護專業協會之長期照護優良人員。

◇護理師黃美莉榮獲105年社團法人台灣長期照護專業協會之長期照護優良人員。

105年1月至6月捐款明細

日期	捐贈者	金額	收據號碼	備註
105/01/05	來絡企業股份有限公司	20,000	000223	院民加菜金
105/01/05	來絡企業股份有限公司	100,000	000224	院民加菜金
105/01/28	彰化縣政府	20,000	000225	院民加菜金
105/03/01	王賴玉霞	5,600	000226	院民加菜金
105/04/14	謝彩雲	20,000	000228	院民加菜金
105/04/25	楊秉修	500	000229	院民加菜金
105/04/25	葉部鎮	500	000230	院民加菜金
105/04/25	張漢水	500	000231	院民加菜金
105/04/25	謝錫民	500	000232	院民加菜金
105/04/25	廖月君	500	000233	院民加菜金
105/04/25	王炳煌	500	000234	院民加菜金
105/04/25	高俊卿	500	000235	院民加菜金
105/04/25	陳盈靜	500	000236	院民加菜金
105/04/25	施岳良	500	000237	院民加菜金
105/04/25	楊智汎	500	000238	院民加菜金
105/04/25	黃寶蘭	500	000239	院民加菜金
105/04/25	張素真	500	000240	院民加菜金
105/04/25	曾麗珠	500	000241	院民加菜金
105/04/25	蘇煐建	300	000242	院民加菜金
105/04/25	洪秀秀	300	000243	院民加菜金
105/04/25	郭堃森	300	000244	院民加菜金
105/04/25	陳縈萱	300	000245	院民加菜金
105/04/25	李書珍	300	000246	院民加菜金
105/04/25	蔡淑燕	300	000247	院民加菜金
105/04/25	廖烱偉	300	000248	院民加菜金
105/04/25	柯淑月	300	000249	院民加菜金
105/04/25	許束	300	000250	院民加菜金
105/04/25	王榆菁	300	000251	院民加菜金
105/04/25	洪瑞村	300	000252	院民加菜金
105/04/25	洪美霞	100	000253	院民加菜金
105/04/25	王惠香	2,000	000254	院民加菜金
105/04/25	李雅萍	1,000	000255	院民加菜金
105/04/25	張禎玲	1,000	000256	院民加菜金
105/04/25	謝麗娜	1,000	000257	院民加菜金
105/04/25	余尹平	1,000	000258	院民加菜金
105/04/25	鍾顯宗	1,000	000259	院民加菜金
105/04/25	陳如芬	1,000	000260	院民加菜金
105/04/25	張文昌	1,000	000264	院民加菜金
105/04/25	李瓊燕	1,000	000265	院民加菜金
105/04/25	廖欽全	1,000	000266	院民加菜金
105/04/25	蔡幸珍	1,000	000267	院民加菜金
105/04/25	黃鐏賢	600	000268	院民加菜金
105/04/25	趙慕蝶	500	000269	院民加菜金
105/04/26	沈國林	500	000270	院民加菜金
105/04/26	沈蘇美鈴	500	000271	院民加菜金
105/04/26	沈滬榛	500	000272	院民加菜金
105/04/26	沈佳磬	500	000273	院民加菜金
105/04/26	游佳樺	500	000274	院民加菜金
105/04/26	沈旆渝	500	000275	院民加菜金
105/04/26	沈妤賢	500	000276	院民加菜金
105/05/26	彰化縣政府	30,000	000277	端午節加菜金
105/06/29	陳美麗	10,000	000278	院民加菜金
105/06/29	江貞玉	10,000	000279	院民加菜金
105/06/29	陳東柏	10,000	000280	院民加菜金
105/06/29	呂吳留	10,000	000281	院民加菜金
105/06/29	呂進國	10,000	000282	院民加菜金

105年1月至6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
446	105/01/06	來絡企業股份有限公司	牛軋糖6盒、花生糖36盒、舒跑5箱、玉米粒1箱、大茂黑瓜2箱	長者用
447	105/01/06	來絡企業股份有限公司	燒鰻罐頭1箱、蕃茄汁鯖魚罐頭3箱	長者用
448	105/01/12	陳○安女士	棉被15件	長者用
449	105/01/12	寶吉祥有限公司	圍巾263條	長者用
450	105/01/19	彰化縣妙因慈善會	福袋106包	長者用
451	105/01/25	謝○吉先生	地瓜20公斤	長者用
452	105/01/25	微信生意寶股份有限公司	再昇癒健康禮盒38盒、護手霜182條	長者用
453	105/02/03	李○字先生	亞培安素46罐、紙尿褲M40件、尿片144片	長者用
454	105/02/03	韓○山先生	襪套25雙	長者用
455	作廢			
456	105/02/03	韓高○妹女士	襪套25雙	長者用
457	105/02/15	葉○娟小姐	尿片84片	長者用
458	105/03/04	徐○里女士	現做爆米香600塊	長者用
459	105/03/04	施顏○桂女士	輪椅1張	長者用
460	105/03/16	徐○里女士	香腸9斤、素香腸1斤	長者用
461	105/03/28	沈○寬先生	咖啡3罐	長者用
462	105/04/20	蔡○榮先生	交替式氣墊床1張	長者用
463	105/04/29	方○先生、吳○金小姐	衛生紙7箱、日用品包100包	長者用
464	105/04/29	緣份情二手社團	活性碳口罩3盒	長者用
465	105/05/09	朝興啟能中心	外科口罩110盒	長者用
466	105/06/01	陳林○理女士	交替式氣墊床1張	長者用
467	105/06/08	林○羚	白米1包、醬油2瓶、麵條8包、砂糖1包、鹽1包	長者用
468	105/06/20	正光中醫診所	輪椅1張	長者用

廣告

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、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 第二十一期 105年6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：李承道

執行編輯：陳玉惠

編輯委員：盧盈秀、周寶璉、游蒙勝、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

9 772309 361007 16>

GPN:2009504706

工本費：32元

廣　告