

20190109-20190115

高齡時事整理

一、 學校就是你的圖書館 社區共讀站崛起.....	3
二、 獨居老人摔傷 救護員破門搶救.....	3
三、 施振榮當白老鼠 攜遊戲業電玩抗老.....	4
四、 日擬延長公務員退休年齡 60 歲以上薪資打折.....	5
五、 甜言蜜語老梗求匯款 警紙筆溝通阻詐.....	6
六、 慶祝鑽石婚 9 旬校友贈 60 株櫻花樹苗回饋湖農.....	6
七、 搶攻樂齡照護商機 科技讓生活更 Smart.....	7
八、 元培與業界聯手 投入歐盟社區醫療物聯網試點計畫.....	8
九、 老公園新生命 竹市改造 22 座老公園.....	9
十、 孤老年關盼溫飽 幼稚園同響應公益捐年菜.....	10
十一、 慈善團體寒冬送暖 溫暖獨居長者與弱勢家庭的心.....	10
十二、 空污危害 OUT 大金攜手新光 捐空氣清淨機守護高齡健康.....	11
十三、 台中老五老基金會送暖 陪伴獨老長輩辦年貨.....	12
十四、 青年人才外流 學者憂「三高」.....	13
十五、 中山大學與高榮共推音樂輔療 設計輔具助高齡長照.....	13
十六、 台企銀贊助金門「銀髮樂齡學堂」暨家扶中心建館計畫.....	14
十七、 步行散心一走十公里 老婦走不動求警勸老公.....	15
十八、 81 歲志工陪 80 歲阿嬤買年貨 愛心與笑聲洋溢賣場.....	16
十九、 膀胱感應器取代尿布 日本用高科技照護長者.....	17
二十、 103 歲人瑞趴趴走 觀念新又很潮.....	17
二十一、 吸新知防老化 教團推祖孫同樂科學營.....	18
二十二、 竹市獲教育部補助 1.4 億 香山運動中心讓輪椅族也可運動.....	19
二十三、 電影「老大人」嘉義特映 產官學討論老人照顧.....	20

二十四、	院長返鄉捐車 身障朋友旅遊、逛燈會沒問題.....	21
二十五、	新北三重獨居長者提早圍爐 獲贈紅包和生活物資.....	22
二十六、	蘇麗瓊接衛福政次 醫界民團盼加強高齡資源.....	22
二十七、	歲末學作公益 台中有學童捐助獨老年菜也有義賣助偏鄉義煮.....	23
二十八、	高齡化助攻 藥妝零售去年營業額逾 2000 億.....	24
二十九、	病主法上路... 台東原有 3 人欲諮詢 因自費 2 千暫卻步.....	25
三十、	少子化嚴重 日本估 2040 年勞工減少 20%.....	25
三十一、	老人家常頭暈亂吃藥 藥師發現是貧血助改善.....	26
三十二、	掛心阿公沒人顧 毒蟲被逮不肯到警局.....	27
三十三、	全台首創長照人才鏈 高中畢薪 32K、還扎根國中.....	28
三十四、	重視工安 韓國瑜突擊衛生局工程.....	28
三十五、	手指殘缺榮民爺爺採買年貨 最想要的竟是一大包衛生紙.....	29
三十六、	阿公阿嬤動腦玩桌遊 圍爐同樂還有暖心福袋.....	30
三十七、	等了一輩子！4 村落公車終於駛入 這 14 村也快了.....	32

一、學校就是你的圖書館 社區共讀站崛起

資料來源：2019-01-09 04:18 聯合報 記者陳宛茜／即時報導

想像一間圖書館，白天是學校圖書館，晚上則變身為社區居民共讀和展演的空間？教育部國教署前年起推動「社區共讀站」專案計畫，預計3年內補助720所高中職以下學校，將閒置校舍轉型為圖書空間，供師生和社區民眾一起共讀。第一批新型態的「社區共讀站」去年底陸續完成，目前正進入第二批學校的籌備、設計期。

協助國教署推動此一計畫的雲林科技大學創意生活設計系副教授鍾松晉指出，此一計畫的改造經費約介於220萬到280之間，中大型建築事務所看不上。國教署因此和建築改革社合作，媒合大量年輕建築師、設計師，並設置平台協助學校理解新型態的圖書館設計概念。

鍾松晉指出，台灣社區的親子共讀空間嚴重不足，社區共讀站不僅解決此一問題，更能促進社區居民和學校師生交流，讓學校成為中高齡者、青少年、兒童、親子等社區居民終身教育的據點。開放學校資源的同時，也導入社區資源成為輔導學校的新動力。

北新國小是新北市第一所提供社區共讀站的國小，共讀站去年底落成。北新國小校長曾秀珠指出，北新國小社區共讀站設置在進校門的第一間教室，方便社區民眾使用；藏書逾千本，書本閱讀族群不限於國小學生。此外，設計風格採家庭式氛圍，將空間分為共同閱讀區、小組閱讀區和個人沙發閱讀區三種，讓不同使用目的的人都有適合的空間閱讀。去年耶誕節，共讀站將桌椅挪開，成為社區和學校合辦耶誕活動的舞台。

北新國小共讀站從早上六點開放到晚上十點，除了開放社區居民使用，提早到校或等待家長接送的學生，也可在共讀站一邊閱讀一邊等待。曾秀珠指出，學校邀請三班志工輪流照顧共讀站，這些志工多為銀髮族；而共讀站經常可看到阿公阿嬤帶著孫子女到來，各自閱讀各自的書籍，不只促進親子共讀、也協助青銀交流。

二、獨居老人摔傷 救護員破門搶救

資料來源：2019-01-09 12:02 聯合報 記者姜宜菁／即時報導

嘉義市政府消防局救災救護指揮科昨天下午接獲報案指稱，杭州四街某民宅有民眾受困，立即派遣湖內分隊器材車、救護車2車5人前往救護。救護人員抵達後發現大門深鎖，鎖匠也無法順利開啟大門，為了救護，立即用機具破門而入，將沈姓婦人送醫救治。

現場報案人表示，沈姓婦人在家跌倒無法移動，因無其他家屬在家，故以電話

通知家人後，家人再電話聯繫住樓下的他，前去幫忙查看並及時報案請求協助；因鎖匠無法順利開啟大門，小隊長林國聚再次與報案人、里長及員警確認後，立即選擇最適合破門位置，並請隊員破壞大門部分橫桿後順利開門進入，救護人員入內搜索後發現年約 79 歲沈姓婦人躺臥於臥室地板，

婦人表示從床上起身時突然感覺暈眩、肢體無力，然後跌倒在地撞到頭部，有頭暈嘔吐現象，因無法起身開門，故以電話求救。經救護人員評估患者意識清楚，立即送往嘉義基督教醫院診療。

嘉義市政府消防局呼籲，家中如有長者或獨居長者，家屬欲外出時，請家屬告知鄰居、里長並留下連絡電話，代為照看。民眾也應發揮愛心及主動關懷，倘若發現任何異常狀況，可隨時提供協助或代為報案請求支援，共同打造健康且友善高齡民眾的城市。

三、施振榮當白老鼠 攜遊戲業電玩抗老

資料來源：2019-01-09 14:40 聯合晚報 記者葉子菁／台北報導

國內三大電玩遊戲軟體業者與陽明大學攜手投入「遊戲防老」的醫學研究，智榮基金會董事長施振榮更率先當起白老鼠，要鼓勵更多銀髮長者藉由電玩遊戲多多動腦防老。

電玩遊戲軟體業者鈦象電子（3293）、宇峻奧汀（3546）、彩得線上，今（9）日與陽明大學、智榮基金會共同宣布將攜手投入「遊戲防老」計畫的創新研究，目標是要藉由「遊戲翻轉老化」，藉由電玩遊戲軟體協助長者多多動腦，透過活化腦部來翻轉老化與預防失智。

為了這項「遊戲防老」醫學領域的創新研究，施振榮特別「撩下去」當起白老鼠。日前他親赴陽明大學接受醫療團隊的測試，透過他在遊戲軟體中的實測反應，來進一步瞭解腦部在遊戲過程中的各項數據。

負責主持這項計畫的陽明大學高齡與健康研究中心主任陳亮恭表示，根據施振榮測試出來的數據來評估他的認知功能，他的記憶能力表現中上，反應處理速度表現良好，尤其在迷宮遊戲時，一般人會重覆錯誤，但施振榮有策略性地尋找出路，走過的路幾乎都沒重覆走，表現比很多年輕人還要好。

他並指出，從施先生大腦的健康狀況來看，有些部位損傷，應與多年前曾經中風過有關，不過還是在同年齡正常人的健康範圍內。但從大腦灰質的健康狀況來看，生理年齡卻落在 60 歲左右，顯示他在中風後經過自我復健後，神經活化得很好。

施振榮表示，自己在退休後每天只要一醒來就在動腦，一直在思考如何創新，所以即使在中風後，還是靠自我的毅力活化腦部，而從檢查結果看來，這個策

略十分有效。

四、日擬延長公務員退休年齡 60 歲以上薪資打折

資料來源：2019-01-09 14:20 中央社 東京 9 日專電

日本擬修法將國家公務員的退休年齡由 60 歲延長為 65 歲。60 歲以上公務員的薪資將訂為 60 歲前的約 7 成，藉此壓低總人事費，並減緩人手不足情況。

日本經濟新聞報導，日本政府今年之內將提出有關國家公務員法、薪資法修正案等相關法案，期待修法通過後，於 2021 年 4 月實施，讓國家公務員的退休年齡可階段性提高。

修法的法案內容將明載，與 60 歲前的公務員薪資相較，60 歲以上者的薪資將減為 7 成。這是日本人事院參考民間企業薪資水準的結果。

修法法案也記載，將調整薪資曲線，60 歲以上者的薪資壓低為 7 成列為「當前的措施」，將與 60 歲以下者的薪資做整體考量訂出抑制薪資的規定。50 多歲者到 60 多歲者的薪資水準將設定為平穩。

日本政府將抑制 60 歲以下公務員的薪資水準，也將引進針對 60 歲以上公務員可選擇短時間工作的制度，這樣可讓公務員依個人體力與情況選擇多元的工作方式。另一方面，現行的只要申請就可工作到 65 歲的再任用制度，原則上將廢止。

日本政府將制訂滿 60 歲的公務員原則上不被賦予主管職的「管理監督職勤務上限年齡」（暫稱）制度。但是如果職務具高度專業性，很難尋覓繼任者的話，可適用例外規定，這樣的人員即使年齡達 60 歲，薪資也不會被減至 7 成。

有關提高退休年齡的開始實施期程、速度，日本政府考慮 2021 年度起，每 2 年提高 1 歲，到了 2029 年度可完成提高至 65 歲。此外，日本政府與執政黨內部也有人思考每 3 年提高 1 歲的方案。

國家公務人員退休制度設計的雛形如果出爐，可能影響到同樣面臨人手不足、高齡化結構問題的地方公務員及民間企業。

日本經濟新聞上個月以若延長員工的僱用，薪資水準應如何因應等問題，對 100 名社長進行問卷調查，結果顯示，答「退休年齡前的 7 成」與「退休年齡前的 5 成」者各占 18.6%。

大和總和研究所研究員菅原佑香指出，如果政府明示出 60 歲以上者的薪資水準的話，民間企業也可能跟進。

五、甜言蜜語老梗求匯款 警紙筆溝通阻詐

資料來源：2019-01-09 14:12 聯合報 記者張媛榆／即時報導

患有聽障的吳姓婦人日前透過社群軟體 Instagram，認識一位聲稱居住在美國的朋友，前天到銀行欲匯款新台幣 54 萬，要給朋友的女兒當作學費，銀行人員直覺有異攔下婦人並通知警方，經警方以紙筆來回溝通，說明這很可能是詐騙手法，婦人才漸漸放下心防，取消匯款念頭。

新興警分局五福二所表示，兆豐銀行前天中午 11 點 50 分向警方求助，初步了解後，是一名聽障吳姓婦人（61 歲）要臨櫃匯款新台幣 54 萬元現金到國外帳戶，經行員查證後，發現吳婦並非銀行客戶，因金額龐大，當時受理匯款行員及主管發覺極有可能是遭詐騙，加上吳婦聽不到聲音又帶有戒心，不願相信銀行勸說，行員才通知警方到場協助。

吳婦一開始不理會警方的詢問，堅持要匯錢給在美國的某位朋友，並堅稱自己跟美國友人很熟，警方繼續不放棄的以紙筆溝通，才得知雙方是在 Instagram 上認識，友人假藉關懷婦人生活起居，平時會暱稱婦人為寶貝，博取信任後就說女兒要上課沒錢註冊想請婦人幫忙匯錢到他的帳戶，警方將最近網路的詐騙手法告知婦人，吳才漸漸相信，決定把錢存回郵局。

警方歸納近幾年相關案件，發現被害人都有失婚、未婚、獨居或是高齡的特徵，詐騙集團會以甜言蜜語要求被害人匯款，並且指定匯款至國外帳戶，一旦錢流出去就難以追回，期間雙方從未見過面，因此警方呼籲，上述類型絕大多數一定是詐騙，有疑慮時能報警或打 165 反詐騙電話求證。

六、慶祝鑽石婚 9 旬校友贈 60 株櫻花樹苗回饋湖農

資料來源：2019-01-09 17:45 自由時報 記者蔡政珉／苗栗報導

國立大湖農工校友吳忠鏜，今年已經高齡 92 歲，雖已自學校畢業多年，不過仍不忘本，由於吳忠鏜去年適逢結婚 60 週年，決定要回饋母校，今年捐贈 10 萬元作為獎助學金，還有 60 株八重櫻、吉野櫻樹苗，希望能美化校容並象徵「百年樹人」內涵。

吳忠鏜說，一直以來都感謝學校的栽培之恩，76 年來不敢或忘，銘記於心，一直都希望能夠回饋學校，今年總算達成自己的心願，也算是慶祝自己去年的鑽石婚。

大湖農工校方陪同吳忠鏜及其子親自種下 2 株吉野櫻及八重櫻，取成雙成對意象，而吳忠鏜捐贈的 60 株櫻花樹苗則代表夫妻攜手走過一甲子歲月、歷經風霜仍深愛彼此的深意。

大湖農工校方說，吳忠鏜捐贈的 10 萬元將納入學校的教育儲蓄專戶，用來幫助需要的學生能安心就學；而象徵百年樹人意義的 60 株櫻花樹苗，則會選擇適宜的校地種植，希望未來櫻花樹綻放後，能讓吳忠鏜善行開枝散葉，影響更多湖農學子。

另外，吳忠鏜說，畢業於大湖國小前身大湖公學校，有感於部份同學聯繫不上或年老凋零、行動不便，但見到散居各地老同學重聚，大家都相當歡喜，已經連續舉辦 25 年，可惜後來因年紀老邁 2017 年起停辦，讓他格外珍惜同窗情誼。

七、搶攻樂齡照護商機 科技讓生活更 Smart

資料來源：2019-01-10 09:05 聯合報 唐祖湘／撰文

「隨著全球高齡化人口與比例持續增加，全世界都面臨了同一件事，那就是變老，」工研院產業科技國際策略發展所分析師林欣姿開宗明義的指出，全球老年人口占總人口比重，到 2050 年將達 22%，台灣則在今年邁入高齡社會，距離超高齡社會僅剩 8 年，挑戰已在眼前。

高齡者重視健康、獨居、學習成趨勢

工研院 IEK Consulting 自 2010 年起，每 2 年針對 50 歲以上，月收入前 40% 的族群做一次「兩岸樂齡生活調查」，最新調查結果顯示，在「個人健康」方面，高齡者隨著年齡增長，越關心自己的健康，可量測個人生理數據的穿戴式裝置持續受到歡迎；高齡者不僅重視內在健康，也兼顧外在美麗，從網購統計資料可看出端倪，銀髮族平均客單價與購買次數皆較平均值高，尤其保健食品、精品、3C 家電與美妝保養類型名列暢銷排行榜前幾名。

「居家生活」方面，高齡者的理想居住方式，「獨居」與「同配偶同住」的比例提高，「與其他老人住機構」跟「與子女住一起」的比例則下降，顯見高齡者在生活能夠自理下，在地養老以及獨居生活成為新趨勢。另外，因掃地機器人等輔助產品問世，降低高齡者家事清潔負擔，使用付費服務的比例略降；但傾向付費解決就醫問題的比例則明顯增加，台灣銀髮族 75% 患有 1 種以上慢性病，候診時間長、交通不便、重覆用藥、陪伴就醫麻煩等是主要困擾。

「社會參與」方面，高齡者持續工作比例微增，經濟因素、自我實現與維持體力勞動是主要原因，而學習活動也明顯增多，未來 5 年對於課程學習需求成長 10%，學習內容漸趨多元，社會互動也隨之增加。

高齡生活不只是挑戰也是商機

當人步入老年，生活上會有什麼改變？除了面臨身體機能退化的健康問題，獨居者會產生安全疑慮，需要有人陪伴，或協助處理生活瑣事的需求；而想要繼續工作者，則擔心年事已高而不易找工作，或職場環境不利高齡者等。

「高齡生活的改變不光是挑戰，也是機會。」林欣姿指出，各國科技業者紛紛利用感測技術、人工智慧、平台技術等，投入應用產品開發，協助高齡者解決以上難題，提升生活品質。例如，Spire 的臨床感測器，外型如同衣物標籤，比起穿戴裝置更無感，可追蹤睡眠、壓力、呼吸模式，讓高齡者輕鬆掌握自我生理狀況，還能得到個人化健康建議；L,Oreal USA 推出無電池紫外線感測器，只需貼在指甲上，透過 NFC 就能傳遞紫外線資訊到 APP，隨時提醒長者防曬補妝，保持內外。

英國 CurrentCare 與 IBM 共同設計出居家遠端監控與異常通知系統，透過長者生活習慣在屋內安裝感測器，家人可從平台監控數據與接收異常通知，讓獨居長者獲得安全保障；美國 CareLinx 的居服員媒合平台，提供長者沐浴、用餐與外出就醫的照顧服務，並可追蹤其健康狀況為其訂定健康計畫；Nesterly 透過 APP 媒合租不起房子的年輕人與願意提供較低房價的高齡者，達成「青銀共居共創」；BMW 重新為中高齡設計職場環境與職務等，都是從高齡者需求出發，運用智慧科技解決問題的範例。

樂齡科技貴在解決生活困擾

因應樂齡科技萌發的商機，林欣姿進一步建議樂齡科技可朝三大方向發展：第一，技術不一定要最新，但必須以解決高齡者困擾為首要條件，以滿足個人健康、居家安全到社會參與的需求；第二，以最無痕、簡單的方式降低困擾並增加便利，像是用簡化與美化的穿戴式裝置，或沒有監控感的物聯網技術，可在不改變日常生活的前提下記錄並傳遞數據，也可以改良長者最熟悉的手機工具，將介面設計得更為簡便直接；第三，善用科技去中間化，以平台串連雙方，如高齡者與家屬、居服員、職場等，有效拉近人與人之間的距離，讓溝通與情感交流更加直接，銀髮族的生活更加溫暖。

八、元培與業界聯手 投入歐盟社區醫療物聯網試點計畫

資料來源：2019-01-10 11:25 聯合報 記者張雅婷／即時報導

元培醫事科技大學、華碩健康及西班牙醫療場域全方位定位系統公司 MYSPHERA 簽訂合作意向書，將共同致力於推動跨界跨國健康醫療科技整合合作，未來 MYSPHERA 也將與校方的附屬醫院合作智慧醫院。

華碩健康創建智慧醫療物聯網平台，並於 2018 年加入歐盟大型計畫「智慧城市物聯網健康監測與慢性病健康促進」試點計畫，與新加坡、英國伯明翰、法國巴黎、美國紐約、西班牙巴塞隆納共計 6 國家 11 個團隊合作，提供病人第二型糖尿病及氣喘的健康監測與風險評估模型建立，計畫最終目的是希望能夠從與其他城市共同合作及經驗分享中建立個人及城市健康的最適模式。

元培從大健康產業的觀點，協助該計畫在個人健康行為及風險評估模式的運用上共同進行研究。校方表示，元培將與華碩健康共同合作健康大數據及健康風

險評估及監測系統的建置外，也與 MYSHERA 合作，預計今年加入另一歐盟計畫，發展社區醫療物聯網試點計畫，透過社區居民室內定位系統，讓長者在自己熟悉的居住環境中，營造安心且與社會有連結的生活模式。

MYSHERA 共同創辦人 Guillen 還親自至元培參訪元培智慧陽光共學中心，希望能夠透過元培既有的豐沛醫護相關人力資源，建立以長者為中心的社區高齡健康照護的服務模式，使更多長者能夠在社區中健康快樂且獨立的享受晚年生活。

九、老公園新生命 竹市改造 22 座老公園

資料來源：2019-01-10 15:08 聯合報 記者郭宣玢／即時報導

新竹市政府改造鄰里型老舊公園，今天為 27 年歷史的長和公園宣布動土改造，將裝修包含環園慢跑道、籃球場、地景式遊具等多項設施，並改善樹根導致地面不平順等問題，將長和公園升級為友善、適合全年齡層的友善空間。市長林智堅表示，目前已完工與改建中的公園有 22 個，未來還會持續整理，過去竹市府整修過公園頗受好評。

林智堅表示，新竹市政府打造「進擊的公園計畫」已改善多座公園，今天為長和公園翻新改造宣布動土，這座公園位於竹市地方信仰中心長和宮媽祖廟附近，佔地約 5200 平方公尺，百年榕樹更被當地人稱「榕樹公」，為居民重要休憩空間。

林智堅表示，目前已完工與改建中的公園有 22 個，未來還會持續整理，過去竹市府整修過公園頗受好評，如中央公園紅遍全國，外縣市孩子來都會前往遊樂。

「把設施擺對位置是功夫。」林智堅表示，過去公園常有積水、無障礙設施不良、景觀凌亂等問題，未來會讓設施融和景觀，並著重使用者需求，協助裝修不同年齡層需要的設施，如長輩需要有椅背的座椅，孩子需要恰當地景式遊具，吸引親子前往；並全方面盤整公園內植物，了解公園自然特性，打造友善、全年齡層都可使用的共融式公園。

新民里里長張金潔說，長和公園啟用 27 年來，沒有大規模整修，公園有些老問題，如積水、鋪面不平整等問題。他感謝新竹市政府，重新配置空間，打除園內牆面增加通透性、採用活鋪面保護樹木，並重新整地，解決積水與植栽混雜等問題，並增添花架涼亭與兒童地景式遊具等設施，打造更舒適的鄰里休憩場所。

城銷處長顏章聖表示，長和公園位處市中心，空間有限應有效利用，園內老樹因樹穴太小樹根凸起，導致行人容易絆倒，嬰兒車、輪椅進出不便，此外更有機車騎入公園、棚架破損、積水等問題，此次修繕將投入 1298 萬，首重擴大樹

穴、設立阻根板，解決樹根凸起問題，並裝設 260m 慢跑道，讓行人有舒適步行空間，也會改善夜間的照明設備，友善民眾夜間入園。

顏章聖處長表示，長和公園將設置花架長廊，打造變葉喬木林帶以開花性喬木增加季節特色，並增設許多休憩長椅，提供樂齡居民舒適乘涼空間；增設環園散步道，及保留原有籃球場與體健設施，提供青年民眾安全的運動環境；更打造草丘磨石子溜滑與梯攀爬網，打造全民式公園。

十、孤老年關盼溫飽 幼稚園同響應公益捐年菜

資料來源：2019-01-10 15:33 聯合報 記者江國豪／即時報導

年關將近，華山基金會連續 16 年舉辦「愛老人 愛團圓」年菜募集，今天早上在竹田鄉立幼兒園舉辦「歲末送暖助孤老 竹田響應捐年菜」，由竹田鄉長傅民雄、西勢國小林廣文校長、大明國小藍乙琳校長帶領 20 位幼兒園小朋友一同響應年菜募集。

全台人口老化比例逐年上升，竹田鄉更是屏東縣內老年人口排行前五名，竹田鄉長傅表示，為了讓獨居老人在過年期間能吃頓營養健康的年菜，鄉公所響應活動捐出 1 萬元年菜金。鄉公所今年也會按例發放「春節敬老金」1000 元給鄉內 57 位獨居老人，讓老人家能過好年。

目前鄉公所也配合在屏東縣政府規劃，在竹田鄉西勢村打造全台首座「樂智友善環境社區」，未來整合竹田國中周邊步道、玉清宮、客家文物館，以及正在籌備的老人活動中心，讓老人家能夠享有日間托護、失智老人課程等全方位照護。

華山基金會志工，也在活動播放日常幫助老人起居的紀錄短片，讓幼稚園小朋友認識到，在每天生活中有相當多弱勢老人需要大家一起來照顧。活動中，也讓現場來賓戴上白髮、耳罩、眼鏡、手套，體驗變老後視力模糊、聽覺退化、手腳不靈活。

華山基金會區站長廖倬玉說，有小朋友掏出口袋的零用錢，也想要響應年菜募款，讓她相當感動，他們也親手畫了卡片許下新年祝福，希望由華山轉交到這些老爺爺、老奶奶手上。廖說，目前在屏東縣服務近 1400 位三失（失能、失依、失智）長者，有近 6 成孤老急不可待，每份年菜只要 600 元，就能幫助一位孤老年夜飯，希望社會各界能即刻救援。

十一、慈善團體寒冬送暖 溫暖獨居長者與弱勢家庭的心

資料來源：2019-01-10 18:56 聯合報 記者巫鴻瑋／即時報導

我國已邁入高齡社會，但在台灣的許多角落，卻有許多獨居長者是需要被社會

所關心的，為了即將到來的農曆年能讓這些需要的民眾也能感受到溫暖，樹林警分局與慈善團體共同合作關心獨居長者與弱勢家庭，近日前往轄區內分送愛心物資，希望在寒冬之中也能提供一絲溫暖。

慈善團體「紡正協會」與樹林警分局，昨日帶著愛心物資與慰問金，一一拜訪了樹林轄區內需要協助的18戶民眾，分別送出了2至6千元的現金，讓收到愛心的民眾都備感溫馨，其中1名家住樹林區中山里的86歲獨居老翁，受贈毛毯、沙拉油、白米及6000元等，直呼「好久沒有這麼多人來到家裡，足感心」。

紡正協會從多年前就開始關懷弱勢，今年也一如往年號召各大紡織業者，有錢出錢、有力出力，並親身走訪全台各地送上物資，會長李昆源表示「看到長輩們的生活狀況，有時真的會感到鼻酸」希望能藉此拋磚引玉，讓更多人不吝給予弱勢家庭協助。

樹林警分局長林溫柔也表示，員警最清楚轄區狀況，所以也很樂意協助協會接洽弱勢民眾來贈與物資，若民眾發現有需要幫助的家庭，其實也可以主動聯繫警方或通知區公所、社福單位，來提供相關資源與救助。

十二、空污危害 OUT 大金攜手新光 捐空氣清淨機守護高齡健康

資料來源：2019-01-10 21:44 聯合報 記者黃筱晴／即時報導

近年來受到關注的公共衛生議題，除了食品安全外，空氣品質狀況與空污問題對人體的危害也越來越受到重視。國人前十大死因中，就有高達七大和空氣污染密切相關，許多研究報告也都有提到空污對人體健康造成的危害，讓淨化空氣品質變成目前極為重要的課題。

面臨空氣汙染、秋冬沙塵暴、車輛廢氣等，各式各樣的戶外髒空氣、PM2.5細懸浮微粒的紫爆威脅都在傷害人體健康，眼睛看不見的室內空污問題更是比室外空污更嚴重5~10倍，長期暴露在PM2.5中，不僅可能加重心臟負荷，更有引發心肌梗塞、中風和心律不整的風險，增加心血管疾病的發生和死亡率。大金空調在善盡企業社會責任的目標下，持續捐贈空氣清淨機給榮總、台大、台安醫院等醫療院所，此次更攜手新光集團關係企業，陸續已捐贈超過486台空氣清淨機給全台各地老人安養機構，為更需要注重空氣品質的銀髮族帶來健康好空氣。

和泰大金總經理王玄郎表示：「許多安養機構因為環境的限制，容易產生空氣不流通或是異味的問題。大金的專業設備，可以達到過濾清淨、保濕殺菌、抗油煙等多方面優秀功能，感謝新光集團及吳東進董事長，共同攜手以捐贈500台、總價值1,000萬元為目標，讓銀髮族國人能夠生活得更愉快、更健康，過更好的樂齡人生！」

大金空氣清淨機不僅獲得「2018 台灣居家用品理想品牌大調查」設計師評選第一名，本次捐贈的最新機種，2019 年新推出的 DAIKIN 全新頂級保濕 X 空氣清淨機 MCK70VSCT-W，更具有獨家「雙重閃流放電功能」，內部 2 倍速度分解有害氣體、異味，以及濾網上的細菌！採用業界首創 TAFU 長效濾網，採用業界首創 TAFU 長效濾網，效率提升 1.4 倍，除了可過濾 99.97% 的 PM0.3，濾網採用的 Lotus 纖維，更具有高度防潑水、防油的特性，可防止髒汙堵塞，吸附力用久也不下降，最長可達 10 年不用更換濾網！而超大風量 7.0 m³/分鐘，快速清淨並促進空氣循環，大房間及客廳等大坪數的空間也能快速清淨，三段式手調導出風板，可根據使用空間的不同自行調整吹氣方向。搭配空間濕度管家功能，運用三段保濕控制與濕度感知器，當濕度到達設定值時即自動停止加濕，濕度不夠時則會自動啟動。

此外，大金空調亦攜手新光新板傑仕堡，除了每戶皆裝設 VRV 冷暖空調系統之外，亦增設 HRV 新風換氣機，引入新鮮含氧空氣，透過強效濾網過濾 PM2.5 細懸浮微粒，並防止硫化物、氮化物對人體的傷害。針對住家區域的空氣淨化強化，每戶也都採用 2019 年 DAIKIN 全新頂級保濕 X 空氣清淨機 MCK70VSCT-W，提供樂齡生活好空氣，打造全方位空氣好宅，讓住戶住得安心又健康。

十三、台中老五老基金會送暖 陪伴獨老長輩辦年貨

資料來源：2019-01-11 11:21 聯合報 記者喻文玟／即時報導

古稀之年的徐伯伯家住舊公寓 3 樓，因膝關節退化及罹患巴金森氏症，無法自行上下樓梯，大部分時間在家中與電視對看。徐伯伯說，他喜歡品嚐美食，但健康退化後，餐食只能由居服員協助代買，「好久沒出門了！」徐伯伯平時睡到 10 點才起床，購物活動這天 8 點就起床準備好等待志工們，他就像孩子逛超市一樣，挑選喜歡的水果、麵包、小點心。

高齡 80 歲的紀高奶奶獨居多年，因雙膝退化行走不便，中午餐食仰賴送餐服務之外，其他皆由居家服務員協助，像是沐浴、代購、家務協。紀高奶奶說，「幾乎不出門了」，前些日子還住院，聽說這次能出門辦年貨，早早開始擬定採買清單。

北屯服務中心的吳玉佩督導表示，台灣已邁入高齡社會，長照、獨老都可能是每個人未來會面對到的狀況，這次購物活動主要是讓獨居長輩可以外出採買年貨，或失能、坐輪椅的長輩在接送與陪伴更需志工人力的協助。

老五老基金會給長輩全年度不打烊的關懷，不過，距農曆新年不到一個月的時間，年菜募款金額只有預計目標的 3 成，也期盼各界愛心共同響應。

十四、青年人才外流 學者憂「三高」

資料來源：2019-01-11 14:45 聯合晚報 記者仝澤蓉／台北報導

針對年輕人赴海外工作增加，學者提醒，青年人才外流，讓台灣出現經濟高齡化、企業高齡化和人才高齡化的三高現象；另一方面，打工度假未必是短暫現象，已成為一種職涯，但這種工作經驗對將來倦鳥歸巢的青年，沒有加分效果。

台經院景氣預測中心主任孫明德提醒，台灣企業成熟，位置都讓「老人」占走了，排擠到年輕人晉升的機會，年輕人只好往外發展；加上台灣產業創新發展較中國大陸或東南亞緩慢，年輕人自然往更具發展的地方跑。青年人才外流的結果讓台灣出現，經濟高齡化、企業高齡化和人才高齡化的「三高」現象。

台灣大學國家發展研究所副教授辛炳隆表示，台灣就業環境不利年輕人，是讓青年海外打工度假增加的原因之一，但打工度假未必是短暫現象，已成為一種職涯模模式。觀察打工度假青年有兩大趨勢，第一種是賺到第一桶金之後回台創業，經營小本生意；第二種是時間到了回台一陣子，又繼續出國打工度假。

辛炳隆表示，這些習慣國外高薪的年輕人，在海外從事的仍以非技術性工作為主，他們不可能一輩子在海外打工，來回跑了幾年之後，要再回台灣工作，過去幾年海外打工經驗沒有加分效果。

台灣女性比男性更具有冒險精神，勇於離開舒適圈嗎？孫明德表示，現在女性獨立自主，對於工作有積極想法，更重要的原因是過去基數比較低，因此更容易看出女性赴海外工作比率上升的情況。

辛炳隆表示，女性赴海外工作逐年增加，原因之一是台商產業外移先把製程帶出去，此時帶走的是男性台幹，後來連行政後勤也帶出去，女性工作人員也就跟著離開台灣；部分未婚、失婚女性，留在台灣有「壓力」，不如到海外工作。

十五、中山大學與高榮共推音樂輔療 設計輔具助高齡長照

資料來源：2019-01-11 14:47 聯合報 記者徐如宜／即時報導

中山大學與高雄榮民總醫院今天舉辦「共學、共享及共樂演唱會」，設計各種復健動作讓失智失能長者一起唱唱跳跳。中山師生並發表四款高齡照護輔具提案，透過音樂治療與輔具設計，增進高齡失智者肢體感官、心理情緒、人際互動、語言及認知等方面的能力。

台灣的失智人口106年底已超過27萬人。高榮復健醫學部主治醫師何正宇表示，失智症即使記憶認知等能力漸漸退化，仍然對音樂有反應，音樂可以減緩焦慮及改善情緒問題，也能提升生活品質。

中山大學表達性藝術與高齡照護共學群今天發表「音樂於高齡照護之設計與運用」課程成果展，結合音樂系、機電系、劇藝系師生及高榮復健醫學部，針對高齡照護，共同設計「靠得住安全椅」、「智慧水瓶」、「跟著音樂動一動」及「早安我的家人」四項輔具，都具實用價值。

學生表示，「早安我的家人」的設計發想，是因為察覺許多長者無法適應現在的手機及通訊軟體，因此研發出非常簡單、便於操作的通訊工具，最多只需要按 3 個鍵，就能進行視訊通話或傳語音訊息。「跟著音樂動一動」則是在簡單的踩磚塊遊戲中，加入長輩們耳熟能詳的歌謠，喚起他們年輕時的美好記憶，讓長輩勤於使用輔具，不至於因為長期缺乏活動而導致四肢退化。

中山大學音樂系教授李美文表示，跨領域課程「音樂於高齡照護之設計與運用」，是針對高榮日照中心長輩活動設計。透過觀察及與高齡者的互動，了解被照護人的能力及需求，結合「音樂應用」與「工業設計」專業知識，將長期照護與專業課程運用在實務場域，設計出適合老人使用的簡易樂器或最佳輔具，可做為高齡照護課程及醫護照顧的參考。

十六、台企銀贊助金門「銀髮樂齡學堂」暨家扶中心建館計畫

資料來源：2019-01-12 14:45 聯合報 記者沈婉玉／即時報導

銀髮族照顧關懷活動為台企銀公益活動主軸，今年持續積極協助偏鄉或資源缺乏社區共同推動「銀髮樂齡學堂」專案，台企銀贊助的第五家「銀髮樂齡學堂」，在金門縣烈嶼鄉青岐社區發展協會協助下熱鬧揭牌，共同為該社區老人提供 1 週 5 天的幸福共餐、健康促進、社會互動、快樂學習及延緩失能等服務，讓當地老人均能獲得在地且妥適的照顧服務，並建造健康快樂在地安老的社區生活。

台企銀表示，青岐社區發展協會位於小金門，服務範圍涵蓋 3 個村落，總人口數 3,125 人，其中 65 歲以上長者達 486 人，比例為 15.55%，因青壯年人口皆已外移，居住者大多為老年人口，屬高齡化社區，為落實社區照顧銀髮族的理念，讓年長者享有溫馨之社區環境及相關照護資源。

鑑於該協會現有廚房及活動空間設備已損壞老舊，經由臺灣企銀金門分行提報並以專案方式贊助其修繕經費及添購健康器材，以增進該社區弱勢長者生活及照顧品質。

另外，位於大金門的家扶中心為扶助弱勢家庭及社區兒童，目前正進行兒童社區扶幼中心(扶幼館)建館計畫，預計將於民國 109 年 6 月完工使用，但概算完工前尚缺新台幣伍仟萬元經費急需對外募集，台企銀秉持「深耕社區，回饋鄉里」的服務理念，贊助該中心建館經費，期盼家扶中心扶幼館能夠早日興建完成，提供社區兒童一個完善活動空間。

台企銀董事長黃博怡表示，此次前進離島金門落實社區照顧的理念，使老幼皆能在己身所處的社區獲得關懷與照顧，更希望持續透過偏鄉地區「銀髮樂齡學堂」的成立，期達拋磚引玉，激起社會迴響。

黃博怡表示，台企銀發行結合信用卡及一卡通功能的「銀色之愛信用卡」，並提撥交易金額 0.3% 為公益基金，專款專用作為各社區「銀髮樂齡學堂」相關贊助經費，用以濟助弱勢銀髮族群，號召更多人投身公益，讓臺灣多一分愛與溫暖的力量，並與各界攜手共創美好社會。

十七、步行散心一走十公里 老婦走不動求警勸老公

資料來源：2019-01-13 15:11 聯合報 記者張弘昌／即時報導

桃園市新屋區周姓老夫妻，因 81 歲周老先生心血來潮，約 77 歲太太一同外出散心，先生不肯開車，太太就陪先生慢慢走路到新屋市區，一路走了快 10 公里遠，都晚上 11 點多了，老太太有點吃不消。

他們一路從永安漁港步行到新屋市區，老太太雙腿疼痛，已經走不動了，加上起大霧，怕連路或發生危險，老太太建議坐計程車回永安家，卻遍尋不著計程車，又沒帶手機可以叫計程車。老太太想請警察幫忙，但老先生卻堅持要走回去，自己就往楊梅富岡方向走，老太太只好往新屋分駐所走，要請警方協助。

楊梅分局新屋分駐所警員萬竑德、楊凱翔，巡邏路過巧遇見老太太，了解事情原委後，立即載老太太沿路往富岡方向尋找老先生，終於在中興路與社福路口發現周老先生。

警員下車請周老先生上車，要載他們一起回家；周老先生顧及面子不願意上車，並表示他要走到富岡接大坡再步行回永安家，估計要再走 10 多幾公里。

警員靈機一動跟老先生說，「老先生你以前一定是運動健將，以你的身體健康狀況，一點都不像高齡 81 歲，還能走回永安。要不是夜色已晚，加上新屋起濃霧容易迷路，我就跟你一起走回永安。這樣好了，要不我們約個時間，我們從新屋走來永安，找你走路運動好嗎？」

此時周老先生才跟員警說，以前的警察大人很威嚴，不知道現在的警員，如此的和藹可親，徹底對警察改觀，終同意上警車回家。車內周老先生也稱讚，2 名警員都是 20 幾歲年紀，跟自己孫子一樣非常親切，有空可來家裡聊天，員警也答應老夫妻，有空時一定會來看看老夫妻的。

十八、81 歲志工陪 80 歲阿嬤買年貨 愛心與笑聲洋溢賣場

資料來源：2019-01-13 21:57 聯合報 記者何焜榮／即時報導

已 81 歲仍樂當志工的蕭宇阿嬤今天陪伴 80 歲行不便的王姓阿嬤逛賣場買菜，蕭宇幫忙推著推車，王阿嬤雙手扶著助行器，兩人有說有笑地挑選豆皮、蔬菜…，王阿嬤說，自從跌倒脊椎受傷後就不曾遠離家門，能夠再到賣場走走看看，心情很快樂。

弘道老人福利基金會彰化服務處的田中志工站志工與常年關懷家鄉弱勢長輩的庭芳慈善關懷協會理事們，今天分別陪伴 6 名田中鎮因身體退化或失智，無法外出的獨居老人到一家大型超市賣場購物辦年貨，也幫老人住家除舊布新，讓老人提早感受到新年又快到了。

「老了，菜車也提不動了，只能請鄰居幫忙買，能夠有機會再到賣場親自買青菜，真好…」、「已經很久沒有出來買東西，一時不知道要買甚麼？」獨居多年且行動不便的王阿嬤，及 85 歲患有失智症的羅姓阿嬤逛賣場時雖顯得很高興，卻也不斷感嘆自己的命運，讓志工聽了都很不忍。

弘道老人福利基金會彰化服務處田中志工站成立 20 周年，長期關懷田中鎮獨居弱勢長輩，志工平均年齡約 60 歲，其中最高齡志工是蕭宇，已 81 歲，老人關懷服務老人也成了高齡社會在地老化、活躍老化的趨勢。

蕭宇阿嬤身體仍硬朗，投入志工行列已 18 年，除要照顧老伴，每次志工站舉辦活動，她都不缺席。她說，以前到個案家關懷訪視的時候也會協助解決各種疑難雜症，如果有老人家想要回味童玩，她就製作小沙包給關懷服務的老人家玩。

蕭宇說，能陪伴跟她差不多年紀的老人購物，是一件很開心的事，看到獨居的老人因為有她們志工的陪伴，能安心、高興地買東西，她自己也很有成就感，當志工真的是一件非常快樂的事情，如果在自己的身體情況許可之下，希望能夠一直持續當弘道志工。

弘道老人福利金會彰化服務處主任林博樺說，彰化服務處負責關懷、服務彰化、嘉義兩縣共 500 位獨居弱勢失能長輩，目前寒冬助老服務經費尚缺 220 萬元，希望能匯聚民眾的小愛心成為一股暖流。

基金會在過年前推動「寒冬助老 刻不容緩」獨居弱勢長輩關懷計畫，捐款 600 元助老送年菜、捐款 1200 元助老用電安全檢測與除舊布新辦年貨、捐款 3000 元助老關懷服務一整年，一起用愛心終結孤單與危險。弘道老人福利基金會專線：04-7331-585。

十九、膀胱感應器取代尿布 日本用高科技照護長者

資料來源：2019-01-13 09:56 聯合報 記者郭宣含／即時報導

華爾街日報報導，日本是全球老年人口成長最快的國家之一，加上勞動市場緊縮，老人照護的需求驅使創新產品和新創公司大量出現。新創公司試圖填滿利基，包括利用都卜勒雷達監控長者心跳、呼吸，或透過膀胱監控提醒長者如廁。

日本企業家中西篤志（Atsushi Nakanishi）最初希望 DFree（diaper-free，免用尿布）裝置可讓使用者監測膀胱，這項裝置可協助照護者。他表示：「他們只需要知道是否該帶人去上廁所了。」

這項裝置現已用於日本 150 家療養院。一間療養院在住戶腹部貼上膀胱超音波感應器，監測住戶的膀胱情況，照護人員佩戴的無線耳機會發出提醒，告知是否該護送住戶如廁。

一名 28 歲療養院照護人員谷口孝弘（Takahiro Taniguchi）表示：「我們降低病患的不便。」

東京郊外一間療養院內，每間房間都有四個裝置分別監測住戶的心跳、呼吸、是否有跌下床的風險，以及如廁太久，這些數據會即時傳回護理站。若有讀數異常，照護者便會前去查看。

日本國民健康保險和其他計畫負擔大多數日本健康照護的支出，約占日本國內生產總值的 10.7%。日本政府預估，2025 年前老年健康照護成本將達 2980 億美元。

日本健康照護業部門主管西川和實（Kazumi Nishikawa）表示：「這點刺激一些新發明出現。政府試圖縮減醫生和資訊科技的差距。」資訊科技減輕照護者負擔，可讓長者住在家中的時間更長。

二十、103 歲人瑞趴趴走 觀念新又很潮

資料來源：2019-01-13 自由時報 記者陳心瑜／新北報導

「活到老、玩到老！」家住新北市淡水區的一〇三歲人瑞李昭麟，身體硬朗且活力十足，經常揹著單眼相機獨自出遊賞景，拍野鳥生態、古蹟，也愛拍美女，優游天地之間，自在又樂活；他笑說，雖然有幾顆牙齒掉了，但最愛吃牛排及大魚大肉，偶爾也喝酒，人生觀是「不求名利、笑迎橫逆、無悔無恨、長壽可期」，人生不如意十之八九，笑笑就好。

60 歲退休不服老 先迷上釣魚又愛上攝影

李昭麟年輕時是農業化學工程師，曾在台糖服務，六十歲被要求退休時很不服氣，他說：「在我最能做事、最有經驗的時候，怎能強迫我退休呢？」他「不服老」，先迷上釣魚、後來又愛上攝影，兒子幫他買了一台單眼相機，他愈拍愈有興趣，經常一人搭乘捷運到紅樹林、關渡一帶賞鳥，用鏡頭捕捉水鳥翱翔姿態，先前金山小白鶴停留台灣時，他也前往「朝聖」，捕捉小白鶴的身影。

「我不懂拍照，相機在我手裡只是玩具。」李昭麟笑說，拍照純粹是基於興趣、好玩，沒有舉辦攝影展的壓力，除了拍鳥、拍生態，也愛拍古蹟與美女；他表示，習慣一個人四處趴趴走，搭公車、捷運都婉拒他人攙扶，也不准兒女隨行陪伴，因為「怕他們管東管西」。

他表示，前幾年幾乎天天出門，最近一年體力衰退得快，但天氣好時仍盡量出門，拄著柺杖、戴上畫家帽、揹著後背包，就能看見這世界的美好。他也知道「保命防跌」，但樂觀的他曾經想過：「在外面跌跤，死前至少看見的是廣闊的天地，要是死在家裡床上，就只剩天花板，我當然要往外跑。」

堅持不裝假牙 大魚大肉偶爾喝點小酒

談起養生之道，李昭麟聊興大開，他說，雖然掉了幾顆牙齒，但堅持不裝假牙，仍愛吃大魚大肉，牛排也沒問題。兩個兒子、兩個女兒都有三高，幸好他沒有，偶爾也會小酌，最喜歡茅台酒、高粱等白酒。

儘管已是高齡一〇三歲的人瑞，李昭麟走在時代尖端且觀念新穎，三十年前就在陽明醫院簽下器官捐贈同意書，他隨身必備 iPad、電子紙手寫板，也會用 LINE 打電話、傳照片給親友分享。他說，自己身體健康，只是患有重聽，跟人交談不清楚時就用寫的，「電子紙」的按鈕一按，就能清除剛剛寫下的文字，跟對方繼續「筆談」。

二十一、吸新知防老化 教團推祖孫同樂科學營

資料來源：2019-01-13 12:59 記者吳柏軒／台北報導

台灣科思創的科教公益項目「魔法材料學校」在 4 年前投入台灣偏鄉科學教育，如今再度衍伸，今年首推「祖孫科學營」，邀老老少少一起參與科學實驗學習，如重溫「極糖」製程、用醋加小蘇打粉製造火箭等，讓爺爺奶奶跟孫子孫女同樂，一起製造美好回憶。

台灣科思創表示，為了讓祖孫有好的科學體驗，實驗設計訂為「阿嬤的魔法廚房」，主要是用身邊唾手可得的材料，進行簡單的科學實驗，如製造「極糖」，把糖用 300 度高溫加熱，並加入小蘇打粉，藉此觀察物理及化學變化。

另外，也讓長者與幼童一起動手玩「小蘇打火箭」，在寶特瓶中加入小蘇打粉與醋，並立即蓋上保麗龍火箭瓶塞，利用瓶中產生的二氧化碳，加上壓力，倒數 5 秒後放手，即可讓小小火箭立即升空，但亦有不小心讓氣體跑掉而升空失

敗，然現場實驗樂趣不歇。

公司指出，過去從 2014 年起先走入偏鄉推動科學實驗教育，後來觸角衍伸到啟聰學校，並察覺做實驗時的互動與樂趣對孩子很好，今年則針對高齡化，進而衍伸到「祖孫同樂」，刻意把中年家長隔開，讓孫輩與爺奶跟著老師學習，一方面可吸收科學新知，又能讓老一輩與孩子的相處，不再只能「一起看電視」這般枯燥，而是透過科學實驗一起同樂、一起成長。

二十二、竹市獲教育部補助 1.4 億 香山運動中心讓輪椅族也可運動

資料來源：2019-01-14 14:01 聯合報 記者張雅婷／即時報導

香山區長期來缺乏室內運動空間，新竹市府今年獲得教育部體育署通過 1.4 億元興建香山運動中心，預定地為香山行政中心旁，除有游泳池、體適能中心等 6 大核心設施，並以「全齡化」與「共融」為核心理念，設計輪椅運動適宜的場館及為高齡者設計的樂齡運動營養區，包含銀髮健康、親子同樂、身障等群眾，能滿足在地近 8 萬居民運動需求。

教育處指出，未來運動中心將座落在香山行政中心旁停 10 用地，預計規畫地上 3 層、地下 1 層的建築，將有溫水游泳池、韻律教室、體適能中心、綜合球場、羽球場與桌球場等運動設施，也特別設置兒童遊戲室、環狀空中跑道。

香山運動中心 將融入「全齡化」與「共融」設施，為高齡者及身障朋友量身打造樂齡運動營養區、運動傷害防護室，針對高齡者設計系列課程，教導長輩如何正確飲食與運動，並設置無障礙的多功能社區教室；也將納入身障需求，打造適宜身障者的泳池，及適宜輪椅運動的各式場館。

市長林智堅表示，新竹市運動人口眾多，東區新科國民運動中心於 2015 年啟用，北區竹光國民運動中心已於 1 月初啟用，香山地區雖已有香山綜合運動場，但民眾運動健身需求，仍需要多功能室內運動場館，因此積極規劃新建香山運動中心，成為新竹市一區一運動中心的最後一塊拼圖。

教育處表示，香山運動中心自 2017 年起進行香山區停 10 用地新建、OT 營運管理等可行性評估，並進行先期工程規劃，在近日傳出好消息，提案獲教育部體育署 1.4 億的補助，目前將進入設計規劃發包階段，預計 2020 年初動工，提供香山區民眾全齡皆宜的室內運動場域。

二十三、電影「老大人」嘉義特映 產官學討論老人照顧

資料來源：2019-01-14 16:38 中央社 嘉義市 14 日電

天主教中華聖母基金會今天在嘉義市秀泰影城舉辦電影「老大人」特映會，並邀請導演洪伯豪、女主角黃嘉千、嘉義縣長翁章梁與產官學界和觀眾討論且呼籲大家重視老人照顧問題。

天主教中華聖母基金會執行長黎世宏致詞說，基金會自民國 100 年起每年都舉辦有關失智症的影展，透過感人的電影故事，讓觀眾更深入認識失智症，今年更加入長照議題，因此特別舉辦國片「老大人」特映會。

黎世宏指嘉義縣人口老化嚴重，老年人口達 18.97%，連續 10 年高居全台之冠，面對最難照顧的失智症、「老老照顧」（老人照顧老人）或失能照顧等，很多問題都背在照護者身上，希望透過這場公益電影，引發大眾共鳴，讓產官學界一起思考更適合的照顧模式。

導演洪伯豪表示，去年初電影籌備時，歷經岳父過世，記得岳父在加護病房昏迷不醒時，親友們討論該拔管或氣切搶救，當他靠近病床對岳父輕聲呼喊，發現岳父眼角默默淌下眼淚，這畫面在他心中始終揮之不去。

洪伯豪說，岳父過世，讓他進而思考台灣目前長期照護的不足和欠缺之處，因此構思透過以故事影像讓各界能看到實質的現況問題，進而提出可行的解決辦法，讓台灣的長照資源網絡可以更緊密友善。

黃嘉千說，自己也到了面對父母年邁階段，她要同時扮演女兒及媽媽兩種角色，面對父母或未來自己老年之後的照顧問題相當有感觸，對於老化這種無法掌控的人生無奈，她鼓勵民眾要勇敢、誠實面對自己的感受。

她表示，很愛畫畫的父親曾在參加一場告別式後，表示將來他的告別式後，要把生平畫作一張張送人。當時她無法理解父親心情，但拍了「老大人」電影後，讓她理解「這些事情遲早會發生，生命就是這樣子」，希望大家多關心身邊的人，珍惜有家人在身邊的每一天。

翁章梁說，嘉義縣人口外流嚴重，很多老人由外傭、家中另一老人照顧，這是時代與社會的問題，政府必須有更多政策處理，長照 2.0 為此而產生，但政府力量有限，包括親子關係與角色轉換、同理心等問題，大家要一起來重視。

二十四、院長返鄉捐車 身障朋友旅遊、逛燈會沒問題

資料來源：2019-01-14 18:57 自由時報 記者邱芷柔／屏東報導

曾擔任過屏東縣長的立法院長蘇嘉全，今天以屏東同鄉會總會理事長的身分，捐贈1輛旅遊復康巴士給屏東縣政府，希望縣內身障朋友有更便捷的交通服務；蘇嘉全表示，總會成立以來一直有回饋鄉里、照顧鄉親的理念，屏東縣境內偏遠鄉鎮多，交通較為不便，捐贈復康巴士能最直接、最快速照顧到偏鄉鄉親。

屏東縣政府也特別安排搭車體驗，首組搭乘巴士的蔡明倫及媽媽出席交車儀式，蔡媽媽說，明倫患有腦性麻痺，生活起居由她照顧，家中沒有交通工具，外出都得搭朋友便車，但她年紀漸長，想出門變得更加困難，有了巴士後，讓旅遊變得容易，特別代表縣內的身障朋友感謝總會的善行。

縣府指出，目前屏東縣政府2輛旅遊復康巴士，皆委由莘翊居家護理所管理，凡領有政府核（換、補）發之身心障礙證明或手冊者，皆可與家人或摯友相約同行，達2人以上即可預約訂車，訂車起點須為屏東縣境內，目的地為車輛可到達之各旅遊景點、場所，車內設有數位電視、3C充電設備及無線網路供使用，另備有輕巧斜坡板供借用，有需求的身障朋友可洽詢預約專線08-7890608諮詢或預約，或洽社會處08-7320415轉5343洪小姐詢問。

交車儀式上，蘇嘉全與屏東同鄉會總團長王光祥總，親自將車鑰匙交給屏東縣長潘孟安，潘孟安也代表屏東縣政府回贈2019台灣燈會紀念品及邀請卡，邀請在台灣各地打拼的屏東人，燈會期間能回來一起同樂。

潘孟安表示，感謝總會大力協助縣府落實身障者及高齡者友善城市的理念，加速落實無障礙環境空間的推動，客製化的旅遊復康巴士讓身障朋友搭乘復康巴士外出不再只侷限於就醫、復健、就學等基本需求，而是能有更多從事戶外休閒、社交活動的機會，對身障朋友及長輩在生活品質的提升上幫助很大。

2019台灣燈會期間，屏東縣政府也將運用現有的2輛旅遊復康巴士與無障礙公車搭配，規劃5條無障礙接駁路線，讓不管是搭乘台鐵、自行開車或騎車的身障朋友都能抵達大鵬灣燈會現場，一同參與屏東的大盛事，詳細及最新接駁資訊可上活動官網<https://2019taiwanlantern.tw/>查詢。

二十五、新北三重獨居長者提早圍爐 獲贈紅包和生活物資

資料來源：2019-01-14 19:16 聯合報 記者施鴻基／即時報導

新北市府等單位今天先帶三重獨居長者到空軍一村旅遊，中午到台北凱薩飯店提早圍爐，欣賞歐陽慧珍舞蹈團演出，國民黨主席吳敦義、新北副市長謝政達等人到場致意，並致贈長者羊毛背心、頸枕、豬肉鬆和紅包。先嗇宮董事長李乾龍說，送餐基金完全來自民間，未使用政府預算，前後持續 17 年從不間斷，許多長者當年 60 多歲，如今已 80 多歲。

格致中學 10 名代表把全校學生省下的零用錢包成各 600 元紅包，分送長者；企業家宋至浩致贈每人 1 件羊毛背心，由吳敦義代送；三重福隆宮、先嗇宮和宏國集團董事長林鴻道各贈紅包 600 元；社會局準備肉鬆和頸枕，由謝政達贈送。

吳敦義說，三重獨居長者很幸福，前市長李乾龍成立慈暉志工，運用民間資源，每天風雨無阻為上百名獨居長者送餐，他擔任行政院長時就受邀，後來每年都參加，希望國家社會都能「使老有所終，壯有所用，幼有所長，鰥寡孤獨廢疾者皆有所養」。

謝政達代市長侯友宜參加。他說，新北市老年人口已超過 54 萬人，邁入高齡化城市，目前列管 3000 多名獨居長者，市府推動老人共餐、銀髮俱樂部、照顧關懷據點、公共托老中心等友善銀髮政策，三重為獨居長者送餐服務做得最完善，也感謝志工和社會團體支持。

二十六、蘇麗瓊接衛福政次 醫界民團盼加強高齡資源

資料來源：2019-01-14 20:41 聯合報 記者簡浩正／即時報導

曾被外界譽為「世大運功臣」的前北市府副秘書長蘇麗瓊，今正式接任衛服部政務次長呂寶靜的位置，引發外界注目。醫界工會與社福團體大都表示正面態度，支持蘇麗瓊上任外，社福團體更直言台灣高齡化問題嚴重，希望蘇能多花心力在「預防」，關注長者老化、失智等問題。

蘇麗瓊畢業自政大社會系、東海社工所博士；並曾任職高雄市副秘書長、社會局長、行政院勞委會副主委、內政部社會司長、台北市社會局副局長、宜蘭縣民政局長及北市府副秘書長等，其中央、地方資歷豐富。

對於蘇麗瓊上任衛福次長，並接續督導社家署、保護司、社救司等單位，醫師公會全聯會主秘林忠劭表示，目前全聯會雖未討論到蘇上任一事，但尊重也期許在蘇能在醫政方面有所貢獻；老人福利推動聯盟理事長林朝森，則說歡迎蘇就任，現在資源有限，對社福團體的規劃按步來即可，但也希望擅長溝通的她，能促進部會合作。

陽光基金會執行長舒靜嫻則表示，蘇麗瓊的行政歷練豐富，待過地方基層跟中央，也進過勞、政局處，相信不會有適應不良的問題。舒靜嫻指出，以民間團體立場來說，目前台灣的外部環境不佳，未來幾年民間團體的資源與處境更艱難，當然期許在她與跨部會溝通下，能將有限的社政資源整合。

而以陽光基金會來說，近年已從收治燒傷、顏面損傷（如口腔癌）患者，擴大為包含關懷年長者，並經兩年規劃下，在去年3月自籌款項成立首座「陽光活力中心」，即是提前預防長者失能、老化的情形，多一個樂齡運動處的選擇。舒靜嫻說，台灣不到10年將成為超高齡社會，她並非要多補貼，但希望蘇麗瓊能對長照資源多深入了解，協助推廣。

二十七、歲末學作公益 台中有學童捐助獨老年菜也有義賣助偏鄉義煮

資料來源：2019-01-14 23:18 自由時報 記者蘇孟娟／台中報導

歲末年終學作公益！學期進入尾聲，加上年關將近，台中市有多所學校帶學童做公益，北區太平國小募款助贈獨老年菜；北屯區大坑國小學童則是義賣助長期前往偏鄉學校義煮的「魚丸伯」相關費用；校方指出，學生行動參與是最好的生命教育，更盼學生學會「把愛傳出去」。

太平國小響應華山基金會替獨居老人送年菜活動，輔導室在校內發起全校募款活動，校長余益興指出，「捐年菜、愛老人」活動吸引師生熱情迴響，連家長、愛心志工均共襄盛舉。

余益興說，學生多是把自己存了多時的零用錢或已往的過年壓歲錢拿來捐，甚至有學生參加校外書法比賽得獎，也把獎金拿來捐，認捐兩份年菜，盼助兩個獨老過年吃好一点，學生心意令人感動。

余益興說，結果全校親師生共捐2萬2千餘元給華山基金會利用，除助獨老外，更讓學生透過實際行動體驗「老吾老以及人之老」的精神，更習公益。

至於大坑國小則響應長年在大坑登山口賣魚丸湯熱心公益的「魚丸伯」偏鄉義煮活動，熱心公的魚丸伯 4 年前開始利用閒暇時間，前進偏鄉學校義煮給偏鄉學童吃美味，多年來踏遍逾 50 所偏鄉學校，義舉愈來愈獲迴響。

大坑國小有感於魚丸伯的熱行感人，帶著 6 年級學生學作公益，學生自製文心蘭鑰匙圈、綠豆糕等，到大坑登山口義賣，所得做 6 年級畢業旅行旅費外，也希望能夠幫助魚丸伯到偏鄉學校義煮。

大坑國小校長趙秋英指出，學生行前有家長特地協助學生學習行銷技巧及應對禮貌，但學生到登山口後，初不是不敢開口叫賣，就是害羞站在原地不動等顧客自己上門，之後學會主動走進人群向客人介紹推銷產品，均說學到寶貴經驗，最後共捐出 5 千餘元，盼助更多偏鄉學童均能吃到魚丸伯的美味手藝。

二十八、高齡化助攻 藥妝零售去年營業額逾 2000 億

資料來源：2019-01-15 14:37 聯合晚報 記者葉卉軒／台北報導

高齡化社會助攻！根據經濟部統計處今（15）日公布的最新統計資料顯示，我國藥妝零售業營業額持續成長，營業額近 10 年平均年成長率為 2.9%，高於整體零售業的 2.4%，2018 年 1~11 月藥妝零售業營業額達 1919 億元，創歷年同期新高，年增 4.6%，預估去年全年營業額也超過 2000 億元。

經濟部統計處表示，去年 3 月底我國正式邁入高齡社會，也帶動國人對保健品及醫療用品的需求日益升高。

經濟部統計處指出，藥妝零售業商品以化妝保養品佔最大宗，銷售管道以實體店面為主，根據 2018 年零售業經營實況調查，藥妝零售業銷售商品以化妝保養品占 51.5% 居首位，其次為藥品及醫療用品占 29.5%、食品類占 7.8%、隱形眼鏡及日常清潔用品等占 2.9%，其中化妝保養品較 2014 年增加 2.7 個百分點最多。

至於藥妝零售業銷售管道則以實體店面為主，占 96.4%，經濟部統計處分析，主因商品開架式陳列及提供試用，並提供藥師及美容顧問專業諮詢服務，方便消費者體驗及選取最適商品為其優勢；而透過電子商務銷售次之，占 2.9%，與 2013 年相比增加 2.0 個百分點，顯示在數位經濟時代下，網路市場亦是業者積極開拓的重點。

不過，值得注意的是，毛利偏低為藥妝零售業主要經營困境。經濟部統計處觀察發現，隨著國外知名藥妝來台拓展及國內超市業者跨足經營藥妝保健商品，市場競爭愈趨激烈，調查顯示，2018年藥妝零售業經營面臨的困境（複選），依序為：「價格競爭激烈，毛利偏低」（占54.8%）、「勞動成本提高」（占48.4%）、「商品同質性及替代性高」（占35.5%）、「租金成本提高」（占32.3%）、「電商搶食市場」（占32.3%），若與上年相比則以「電商搶食市場」較上年大增10.9個百分點最多，「商品同質性及替代性高」增加9.3個百分點次之。

二十九、病主法上路... 台東原有3人欲諮詢 因自費2千暫卻步

資料來源：2019-01-15 15:51 自由時報 記者王秀亭／台東報導

病人自主權利法6日正式上路，台東馬偕醫院是台東縣唯一提供預立醫療照顧諮詢的醫療院所，迄今有3人有意願，卻因需自費2000元，而暫時卻步。

東馬護理部督導馬瑞菊表示，台東入住加護病房者，近60%為高齡病人，且有一半以上為末期病人，而高齡末期病人多為多重疾病、病況複雜、拖延時間較久，衰退的生理及認知功能，因無家屬陪伴在側，有過半病人臨終前仍接受無效的侵入性維生醫療。

馬瑞菊指出，因在華人社會認為活著時避談死亡，因而生命末期決策多由家屬決定，面對死亡來臨常不知所措，因而病主法通過，可以自己選擇善終權。

在東馬服務30年的護理部督導邱月芳以自身經驗分享，20多年前母親因病插管，最後仍離世，當時因母插管無法好好說再見，遺憾至今，近5年，連續3位長輩至親相繼臨終，在醫院團隊協助下，有機會與臨終長輩好好道別，長輩也在自然無痛苦的狀況下離世，深刻感受自己選擇善終權的重要。

病人自主權利法6日上路後，台東雖有3人表達諮詢意願，卻因自費而暫時打消念頭，盼納入健保，再行諮詢、簽署。

三十、少子化嚴重 日本估2040年勞工減少20%

資料來源：2019-01-15 17:59 自由時報 財經頻道／綜合報導

日本少子化嚴重，連帶影響就業人口。日本厚生勞動省在今（15）天公佈的推

估顯示，若排除可能引進的外籍勞工，日本經濟沒有成長，以及女性、老年人口就業率無法提升的情況下，2040年日本的勞動力恐大減5分之1，達20%。

日本《每日新聞》報導，這是日本官方2040年勞動力展望的第1份報告，旨在呼籲提升整體就業及人工智慧（AI）的發展，已保持日本的生產力不致衰退。

按厚生勞動省的估計，2017年日本勞動人口共計6530萬人，此後將逐步衰退，2025年時為6082萬人，到了2040年僅剩5245萬人；另一方面，若政府能夠有效促進女性及老年人口就業，2025年勞動人口可增至6343萬人，2040年為5644萬人。

按行業別估算，批發及零售業的缺工問題將最為嚴重，估計到2040年前將減少287萬勞工，其次是採礦業、營造業以及製造業；另一方面，由於高齡化社會的緣故，僅有醫療及社福產業成長，就業人口到2040年可能增加103萬人。

受到日本缺工影響，日本《日經新聞》去年11月報導，日本政府已計畫在今年引進4.755萬名外籍勞工，預計到2024年之前將引進34萬名外籍勞工。

三十一、老人家常頭暈亂吃藥 藥師發現是貧血助改善

資料來源：2019-01-15 17:25 自由時報 記者林惠琴／台北報導

自己居住於台北市的吳奶奶，配偶、兒子均已去世，孫子也長年在國外，因為失能的關係，幾乎不出家門，經常出現頭暈的情況，但只是隨意拿手邊有的藥品服用，卻未見改善，直到藥師訪視發現她有缺鐵性貧血，建議醫師開立鐵劑相關藥品，終於症狀好多了。

藥師蘇柏名表示，一名獨居10年的老人家，只有收音機作陪，心情好時，打電話進去唱唱歌，心情不好時，打進去抒發心情，因此當不舒服時，不見得會就醫，反而可能選擇去電台買藥，這也是為什麼政府一直宣導不要購買來路不明的藥品，卻仍難阻止類似情形的原因。

蘇柏名指出，在訪視該名個案時，必須逐步建立關係，並讓對方了解藥師是給予關心，不是教訓，進而開始信任、改變原本的想法，願意聽取專業的建議，對於健康更有益。

此外，蘇柏名提及，與老人家溝通時，一定要充分考量對方的生活習慣。舉例來說，自己曾經接觸1名個案，長期使用2種血壓藥，後來建議他使用新藥，

用藥數量與頻次均降低，成本也較低，不料當事人認為只吃 1 顆藥控制應該會變差，心情變得憂鬱，又回頭找醫師開回原藥。

今日是藥師節，中華民國藥師公會全聯會推動藥事照護業務已屆滿 10 年，不少藥師在各角落守護民眾健康，未來在高齡社會的長照體系中，也是不可或缺的重要角色。

三十二、掛心阿公沒人顧 毒蟲被逮不肯到警局

資料來源：2019-01-15 18:51 自由時報 記者張瑞楨／台中報導

台中市 40 歲林姓男子，因吸毒而有一張「藥仔臉」（蠟黃色面容），被巡邏員警查獲攜帶毒品，他原本很配合，交出毒品安非他命，卻不肯配合警方到派出所，警方詢問得知隱情，原來他的阿公年邁，平時生活起居仰賴他打理，他擔心無人照顧阿公，警方見他頗有孝心，給他時間聯繫友人代為照顧阿公，他才願意跟員警到派出所，採尿後依毒品危害防制條例法辦。

台中市警局第三分局東區分駐所巡佐林榮祥、員警劉易軒、黃盛吉，本月 3 日巡邏時見有著「藥仔面」的林男（40 歲），於民宅外面東張西望，感覺怪異而盤查，林男略為遲躇，隨即主動將外套內 1 小包毛重 3.33 公克的二級毒品安非他命交予警方，坦承自己去年曾被警方查獲毒品，目前仍在緩刑期間。

他承認說，擔心外人得知他還在吸毒，返家前後，都會查看住處周圍狀況，沒想自己東張西望、疑神疑鬼的舉動，反而招惹員警注意，毒品是花 2500 元向姓名不詳男子購得。

警方要將他帶回東區所偵辦，原本很配合員警的他，態度卻大為轉變，不願跟員警到東區所，員警再三詢問，他才吞吞吐吐說，擔心高齡約 90 歲的年邁阿公無人照顧，他解釋說，阿公因病日常生活無法自理，家人每個月補貼他 1 萬元，委由他全天候貼身看護阿公，他擔心自己到東區所，最快翌日才能返家，阿公將無人照顧，說什麼都不願離開。

員警見他如此孝心，願意給他時間，讓他聯繫朋友照顧阿公，他才放下心中大石，跟員警到東區所，依照一般的法律程序，他被警方逮捕的時間是晚間，得在東區所過夜，翌日再解送地檢署，通常地檢署都會裁定限制住居交保，極少裁定羈押，他翌日中午就能返家。

三十三、全台首創長照人才鏈 高中畢業薪 32K、還扎根國中

資料來源：2019-01-15 21:14 自由時報 記者劉濱銓／南投報導

大選過後，高雄市還在「孵」愛情產業鏈，全台「愛老」長照人才鏈，已在南投搶先一步上路！

南投縣五育高中，早在 104 年度開辦「照顧服務科」，首屆畢業生已於去年投入衛福部南投醫院的照服員工作，且高中畢業，月薪就有 32K，優於多數類科學生，校方今還宣布，未來長照教育觸角將繼續向下扎根，在國中階段就能探索長照職涯，學習長照服務技能，盼透過國、高中、大學的 10 年養成，培育「長照正規軍」，讓高齡化南投縣，擁有充足的在地長照人才。

校方表示，去年在「照顧服務科」畢業的 42 名學生，有 19 名投入南投醫院長照工作，其餘多數繼續升學，且與醫護相關。

在醫院工作的畢業生擔任照服員，不同於看護的例行照護工作，而是協助護理人員，使抽痰等醫療工作能更順利完善，這群照服員，每週還有 2 天時間，會到配合的中台科大學習長照專業知識與技能，透過職場累積經驗與年資，以及同步在校園培養長照專業，以「雙軌制」訓練學歷與資歷兼具的人才。

在國中長照技藝班方面，則會在國一、國二提供學生長照職涯探索，國三時接觸長照技藝學習，從國中到大學，一路培養長照專業，打造全台第一個長照人才鏈。

縣府表示，長照課程雖然還未列入技藝課程課綱，但因應長照趨勢與人力需求，縣府已將長照課程融入技職學習課程，尤其五育高中全力響應，還規劃國、高中，以及接軌大學階段的課程，使長照學習更加完備。

目前已有南崗國中開辦長照課程，下學期換埔里國中，以及中興國中跟進開辦，將讓更多學生能藉由長照職涯探索，以及技藝學習，認識長照產業，有朝一日成為長照尖兵。

三十四、重視工安 韓國瑜突擊衛生局工程

資料來源：2019-01-15 22:41 聯合報 記者蔡容喬／高雄報導

高雄市勞工局昨發動春安突檢，由市長韓國瑜帶隊到「自家人」衛生局的高齡

整合長照中心新建工程稽查，勞檢處發現數處施工平台、電梯及樓梯等施工架未設護欄，對建商瑞助營造開出 6 萬元處分，並要求改善前停工。

有媒體詢問韓國瑜「巡視工地時很嚴肅」，韓國瑜回應，這跟巡視愛河時「很浪漫、很開心」完全不一樣，工安攸關勞工生命安全，不能開玩笑，絕對要嚴肅看待。

韓國瑜表示，高雄市有將近 140 萬勞工朋友，可說是台灣最多勞工的城市之一，農曆春節將至，他拜託大老闆在賺大錢、投資興建工程及工廠時，要特別重視勞工安全健康，過去市府常被外界詬病勞檢不投入，其實未必完全正確，勞工局一直很努力在做，新年新氣象，他再次呼籲業主應對勞安更加重視。

由高雄市立民生醫院擔任起造人、瑞助營造承攬的高齡整合長期照護中心新建工程，前年 8 月動土，預定今年 5 月完工、年底啟用，曾在去年獲選高雄市優良營建工地。

韓國瑜說，很樂見營造廠早上一被發現缺失，就立即改善；業主可能為減少成本或一時疏忽才違反規定，勞檢手段可提醒他們注意，讓勞工在安全環境下施工。

勞工局說，營造業的墜落災害為發生職災事故首位，該工程預定 5 月完工，共發現 6 項優良作為及 4 項缺失，因工程屬高處、施工架、感電等高危險作業，墜落、倒塌、感電等風險高，裁罰後業主也在短時間內立即改善，勞檢處將不定期複查，杜絕工安意外。

勞工局說，今年針對「危險物作業、歲修作業、局限空間作業及大型營造工地」，預計實施春安檢查 725 場次、宣導 12 場次，除要求業者設置安全設施，對於原事業單位未落實承攬管理責任，將加重處罰，防止勞工發生職業災害。

三十五、手指殘缺榮民爺爺採買年貨 最想要的竟是一大包衛生紙

資料來源：2019-01-15 18:03 聯合報 記者李樹人／即時報導

你能想像，一串衛生紙可以用上一年嗎？93 歲丁爺爺為榮民，晚年獨居在窄小的平房，一晃眼 70 餘年，因為行動不便，加上有心臟病，很少外出購物，非必要時，只能拄著拐杖，提著重物，慢慢地走回家，因此，衛生紙必須省點用，嚴格規定一個月只用半包，六包一串衛生紙剛好可用一年。

農曆新年前夕，輝瑞各地志工與弘道老人福利基金會關懷獨居長輩，在新北市及台中總計超過百位志工及家屬陪伴約 50 位長輩，走出家門，前往大賣場購物，一圓年前採辦年貨的心願。

丁爺爺和去年陪同的輝瑞志工家庭再次相聚，一起在大賣場中購物，八歲和六歲的小志工則圍著爺爺，協助選購物品，童言童語，吵熱氣氛，讓爺爺感受到家的溫暖。右手因職業傷害，切斷 3 根手指爺爺笑著說，最想買的東西是牛奶及一串衛生紙，因一個人實在提不動，所以只好節省使用衛生紙。

輝瑞藥廠支持弘道寒冬助老專案，今年邁向第六年，許多員工攜家帶眷，參與這項志工活動。輝瑞企業公共事務暨市場開發處副總經理劉鎧維表示，高齡化社會所衍生出的課題之一，就是弱勢獨居的長輩，因為身體退化、失能以及經濟狀況不佳等因素，只能待在家中，守著電視，逐漸失去與外界互動、連結的機會。採買民生用品對一般人而言稀鬆平常，甚至每天都可隨時補貨；但是對這些弱勢長輩而言，卻是一個遙不可及的微小心願。

為出門購物，臥床七年阿嬤展開行前訓練！

臥床近七年、今年 86 歲的丁陳阿嬤，中風長年臥床。不曾想像自己還能有走出家門的一天。去年，她接受弘道 AIO (All in one) 走動式服務團隊擬定的自立支援照顧計劃，積極配合訓練。這次則在志工協助之下，順利地坐著輪椅出門到賣場逛逛，開心與志工互動，度過溫馨快樂的時光。

弘道老人福利基金會致力於獨居老人的照顧，特別在春節前夕舉辦《寒冬助老》活動，迄今已連續 10 年。每年皆出動上百位志工到弱勢獨居長輩家中清理居家環境除舊佈新、或帶長輩外出採購年節所需物品、一起圍爐吃年菜，甚至陪伴長輩走出家門到廟宇祈福。

弘道台中服務處主任陳國慶指出，獨居長輩的困境很難被看見，外出購物對許多長輩而言是難以想像的艱難和危險，透過寒冬助老的服務，以實際行動提供長輩真正的需求。弘道新北服務處陳奐宇主任呼籲社會各界能夠伸出援手，大家一起用愛心終結孤單與危險。

三十六、阿公阿嬤動腦玩桌遊 圍爐同樂還有暖心福袋

資料來源：2019-01-15 18:03 聯合報 記者李樹人／即時報導

輝瑞藥廠志工隊與弘道老人福利基金會日前分別在新北市平溪區以及大高雄地

區舉辦圍爐活動，邀請近百位長輩圍爐同樂，並致贈暖心福袋，讓獨居長輩提前感受過年的熱鬧氣氛。

輝瑞企業公共事務暨市場開發處副總經理劉鎧維表示，人口高齡化帶來的諸多挑戰，六年前該公司與弘道合作，針對獨居、弱勢長輩提供相關服務，希望以實際行動參與並拋磚引玉，熱心贊助「寒冬助老 刻不容緩」獨居弱勢老人照顧募款計劃，希望更多人重視年長者日常所面臨之各種面向的問題。

挑戰桌遊，人老心不老

新北市平溪區是全國最老的社區，但許多高齡長輩們因身體健康或行動力等因素，無法外出，活動範圍侷限於住家附近，平日互動對象多為鄰居及定期訪視的弘道志工。活動當天，許多長輩一早就抵達現場，期待聚會。

看見熟識的志工再度上山，阿公阿嬤就如同看見老朋友般的開心，互相問候，訴說日常生活狀況，抒發寂寞無聊的心情。圍爐前，志工安排各式桌遊，長輩們一起動腦、闖關，神情專注，表現出不放棄、不服輸的積極態度，人老心不老。

遊園手作，增添生命色彩

高雄地區的志工則是在圍爐前，陪伴平日幾乎足不出戶的獨居長輩們前往高雄客家文化園區，參觀客家文物，讓他們有機會與社會連結；此外，志工安排文化體驗，DIY 彩繪紙傘，設計獨一無二的作品，為平淡的生活增添色彩，並留下愉快的回憶。

整個過程中，志工陪著長輩天南地北的聊著，現場充滿歡樂，笑聲此起彼落。活動進行過程中，獨居的長輩們有更多機會與他人互動；一個可愛阿嬤突然想不起來幸福的「福」字該怎麼寫，靦腆地跟阿公求救，後來看到另一半遞過來的小抄，一筆一劃慢慢畫上，場景溫馨幸福。

輝瑞長期支持「寒冬助老 刻不容緩」服務專案，公司志工透過參與寒冬助老活動的過程，深刻體會到陪伴對於長輩的重要性，即使只是聊聊天，傾聽他們說說生活上的點點滴滴，也能讓他們感受到溫暖的關懷；輝瑞志工隊期許持續付出，為社會帶來正向的力量。

弘道老人福利基金會於全國成立 33 處志工站、39 處不老協力站，全年關懷服務約 6728 位的長輩及身心障礙者，提供關懷訪視、送餐等服務，每年 11 月到隔年 2 月歲末年終，發起「寒冬助老 刻不容緩」獨居弱勢老人照顧募款計劃，除募集一整年服務獨居弱勢長輩的經費外，搭配春節將近，也提供「除舊佈新、辦年貨、送年菜、圍爐餐、走春迎新年」等有年味的助老關懷服務，幫助獨居弱勢長輩溫暖渡寒冬、溫馨過好年。

基金會新北服務處主任陳奐宇及高雄服務處陳雅芬主任呼籲社會大眾一起響應這項善舉，讓更多的獨居弱勢長輩能夠獲得照顧。

三十七、等了一輩子！4 村落公車終於駛入 這 14 村也快了

資料來源：2019-01-15 23:26 聯合報 記者侯俐安／即時報導

位處偏遠海區的雲林縣東勢鄉四美村，過去從不曾有公車駛入村落，當地阿公阿嬤生病或採購，只能搭計程車再轉公車。公路總局今起新增四美村公車站，當地老人家等了一輩子終於有公車可搭，網友也直呼「德政」。但不僅如此，今年公車已駛入 4 個村落，更有 14 個村落即將受惠。

台灣有不少「交通孤島」，村落大多住著 7、80 歲老人家，卻沒有公車站、進出極度不便。聯合報願景工程「體檢行的正義」去年探討偏鄉高齡者交通困境，盼了多年的嘉義縣東石鄉洲仔村終於有公車繞駛進村內，交通部公路總局去年底啟動盤點全台 34 個「極限村落」，更深入村落逐一拜訪村長、里長。

公路總局科長林衣婕說明，34 個「極限村落」是高齡人口超過 25%、500 公尺內卻沒有任何公車招牌的村落，去年 7 月召集全台監理所開會後，由各監理所深入村落拜訪，盼能透過公車繞駛、延駛，或由公路總局補助中小型「幸福巴士」接送。

公路總局經過半年實地訪查座落於新竹縣、苗栗縣、彰化縣、雲林縣、嘉義縣、台南市、高雄市及澎湖縣等 8 縣市 34 鄉鎮。

其中，台南市東山區水雲里、嘉義縣六腳鄉溪厝村、雲林縣東勢鄉四美村，今年起終於有公車繞駛進入村內。新竹縣穹林鄉華麗村，以及彰化縣溪州鄉三條村、張厝村，近期也將有市區公車駛進村落。

另有 11 個村落，公路總局與地方政府商議後，決定將以中、小型巴士等「幸福巴士」，透過公路總局補助提供服務，最快今年上半年就能啟動，包含新竹縣橫

山鄉豐鄉村、苗栗縣三灣鄉大河村，以及彰化縣竹塘鄉的土庫村、溪墘村、新廣村、永安村、內新村；大城鄉三豐村、潭墘村；嘉義縣朴子市順安里；高雄市旗山區中寮里等 11 個村落。若再加上洲仔村，就有 18 村落受惠。

至於其餘 17 個村落，高雄美濃區興隆里、廣德里等 12 個村落已有庄頭巴士、醫療專車，村長也表達沒有需求；另有 3 個村落村長明確表達無公共運輸需求。

彰化縣田尾鄉福田村則是經村長與地方民眾現勘，確認村內無法通過乙類大客車，目前仍在協調是否可採小黃巴士；台南市金砂里則是台南市政府表達屬於該市府權責，也請公路總局尊重其後續處理。