

高齡時事議題  
20181031-20181106

一、 你知道最新難民是誰嗎？不是政治、人權難民而是……	3
二、 全台近 8 成屋主逾 45 歲 北市 3 成 5 是銀髮族	6
三、 以房養老都是老舊小屋？顧立雄：北北基價值不會太小	7
四、 再推一把「以房養老」 顧立雄：我會去辦	8
五、 今天過生日 顧立雄很有感覺自己即將老矣	9
六、 「以房養老」養得起？ 金管會研議延長貸款期限	10
七、 11 縣市連五年人口減少 暗黑房市將來到？	12
八、 暖冬旅遊補助不能一縣兩制 陳歐珀：溪北 3 鄉鎮不能少	13
九、 台灣人壽攜手銀享全球 策畫全齡幸福解方	15
十、 退休族情境遊戲 預演中年失業、子女借錢創業	16
十一、 史丹福銀髮設計賽獲獎／情境遊戲 預演退休人生難題	18
十二、 大齡女的治裝告白：瑜珈衣別貼身、要遮小腹	20
十三、 科學研究 防認知退化這樣吃	21
十四、 新技術掃描眼睛數秒鐘 可揪出早期阿茲海默症延緩記憶退化	23
十五、 晚婚趨勢高齡孕婦增 成醫：需重視高危險妊娠	24
十六、 揉眼、眼皮下垂 散光度數恐加深	25
十七、 醫師走出白色巨塔 走進居家醫療	27
十八、 北市蘭州國宅延拆有洋蔥 原來是為了送阿嬤最後一程	28
十九、 腦中風視力缺損卻誤認是失智 醫師教你這樣區	29
二十、 生醫創新中心攜手醫材公會 領台廠進軍國際	31
二十一、 雅博轉型品牌 盼帶領新創醫療器材團隊打國際盃	32
二十二、 高齡友善城市 嘉市擊敗六都奪冠	34
二十三、 長照小巴加送藥到府 高思博讓老人醫療免操煩	35

二十四、	爭年改權益、顧榮民 竹縣 3 強搶攻軍公教選票.....	36
二十五、	蔡英文擲骰子老是「BG」 樂壞了老人家.....	37
二十六、	台電關懷退休人員 淡水阿嬤感恩照顧.....	38
二十七、	71 歲抗癌成功嬪練爵士鼓 成功登上小巨蛋.....	39
二十八、	獨居老人過世 豪宅易手家人不知.....	40
二十九、	日本擬新增兩類簽證 開放更多外籍藍領勞工.....	42
三十、	比利時長照新標準 密集照顧外的 23 小時尊嚴生活.....	43
三十一、	海外置產王／東京豐島區套房 投資亮點.....	45
三十二、	孤立死的地板印記 見證日本的無緣社會.....	46
三十三、	只聘 55 歲以上！南韓銀髮企業締造破億營收.....	51

## 一、你知道最新難民是誰嗎？不是政治、人權難民而是……

資料來源:2018-10-31 10:11 聯合新聞網 文／遠見提供

難民類型除了政治難民、人權難民、氣候難民，在高齡少子化的台灣，出現了一種新難民：長照難民。

如果你是上班族，家中有失能、失智的長輩，白天忙著工作，晚上回家還要花心力照顧，過著蠟燭兩頭燒的日子；如果你想離職，全心照顧，擔心沒了收入，就付不起長照費用；你可能也擔心，照顧的擔子會壓垮自己，健康、心情都受影響。

背負著照顧壓力、忍心身心煎熬的照顧者，求助無門，不知何去何從，可謂是長照難民。

和爸媽一起照顧失智叔叔的護理師李美詩，就因為政府沒有提供足夠的協助，不了解申請手續，花了半年多時間，才幫叔叔申請進住長照機構。

她發現，由於缺乏統一資訊窗口，同一個單位、不同的承辦人員，說法就不一樣，只要一個單位沒有完成，就影響下一個程序，周轉其間，又沒有人可以詢問，心中的挫折感很大。

104 銀髮銀行今天舉辦「我不想當長照難民」記者會，李美詩在現場訴說她變成長照難民的心情。

104 銀髮銀行在今年 7 月~8 月，進行「2018 年長照經驗大調查」，以網路調查 772 名 30 歲以下~60 歲有長照經驗的網友，試圖了解他們對照顧家人和長照

2.0 服務的看法，並由《遠見》11 月號雜誌發表調查結果。

分析網友的特性，六成現在沒有照顧家人，卻曾經有過經驗，四成仍在照顧，七成三是全職工作者，男女比是 52：48，將近四成是 31~40 歲。他們的家人有 60%是在家照顧、20%請外勞、12%在長照機構，可見家人是主要照顧者。

104 銀髮銀行在 2016 年也做過一次網路調查，今年的調查顯示，隨著人口老化，照顧者的負擔更沈重了，不僅要照顧的人數比過去多，照顧時間延長，睡眠時間也減少了。

#### **困境一：照顧者耗盡心力**

調查發現，平均一名受訪照顧者要照顧 1.3 人，比 2016 年的 1.1 人要多，每天要花 6.6 個小時照顧，比 2016 年的 5.6 個小時多一小時；他們平均每天睡眠時間是 5.78 個小時，比 2016 年的 6 小時要少，每月平均照顧費用是 23101 元，照顧時間平均長達四年。

雖然衛福部有長照 2.0 政策，但是，調查發現，申請長照資源，平均要接洽 3.4 個單位，從申請到完成，平均耗費 32 天。也因為內容繁瑣，高度了解長照 2.0 者只有 9.3%，低度了解者卻高達 65.8%。

#### **困境二：長照政策霧裡看花**

受訪者對長照政策的感受以「遠水救不了近火，無法照顧中重度失能」最高，占 37%，尤其是 51~60 歲感受最深，超過其他年齡層。受訪者還認為這是無效的紙上政策，不如解決照顧人才荒，以及各單位資訊不統一，鄰居口耳相傳，講得都不一樣。

### **困境三：長照難民，全民恐懼**

值得注意的是，85.6%的受訪照顧者非常擔心或是會擔心變成長照難民，不擔心的只有3.9%。

他們害怕什麼呢？65%擔心長照費用驚人，入不敷出，其次，49.6%擔心被迫退出職場，沒有收入而生活陷入貧困，35%憂心長照需求消失之後，自己變成中高齡失業者，無法重回職場，老了之後，變成「下流老人」。

### **困境四：老老照顧，恐慌指數最高**

104 銀髮銀行資深副總經理吳麗雪分析，50 歲以上的受訪照顧者，超過一半都非常擔心變成長照難民，這是因為他們的父母可能是 80 多歲，正要人照顧，自己是否有足夠的體力；他們可能也猶豫是否要辭職，回家照顧，以後如果無法重返職場，會變成中高齡失業者。

### **困境五：長照成為職場的隱形炸彈**

其實，照顧家人之後，工作出勤會受影響，有如職場的隱形炸彈。受訪者認為，請假頻率提高、無法參加工作以外的聚會、無法配合加班、遲到早退頻率增加是主要的影響。

### **困境六：企業缺乏長照友善職場**

受訪者希望企業能提供長照友善職場，可是，期待與事實有很大差距。53.5%期待企業提供照顧福利津貼，但實際上只有 9.7%，45%希望工作地點可彈性調整，實際上只有 9.7%，42.2%希望企業提供老年照顧服務，設置日照中心，或合作簽約照顧機構，提供優惠，可是，現實中只有 4.9%。

對照顧者而言，如果家中長者能夠使用剩下的體力，自己吃飯、上廁所，減少

依賴他人，就是減輕長照壓力的最大助力。

目前有醫療單位安排職能治療師、復健師，每小時收費約 1500 元，到家裡訓練長者恢復原有肢體能力，政府的長照 2.0 也有類似的「復能」服務，可惜無法隨叫隨到。

104 銀髮銀行也投入長照市場，今年 9 月分推出「教練管家」。吳麗雪表示，教練管家是具有兩年以上經驗的照顧服務員，他們與護理師、職能治療師、物理治療師、語言治療師等專家組成照護團隊，幫長者設計自立計畫。

「教練管家」白淑慧表示，一般人不具照顧知識，照顧效果不好，還可能自己筋骨受傷。「教練管家」協助長者學習自立，也教導家人、外勞學習照顧技巧。

由於她具有照顧經驗，在三個月內靠著按摩四肢、關節復健，幫一名罹患七年巴金森氏症的 76 歲長者，從起床要花半小時到可以拄著拐杖行走，減輕家人的負擔。這樣的改變讓長者找回自信，眼神從沮喪變成擁有希望。

如何讓更多照顧人員、職能治療師、復健師投入，協助長者自立，避免照顧者變成長照難民，看來是政府提供長照 2.0 之外的另一個課題。

## 二、全台近 8 成屋主逾 45 歲 北市 3 成 5 是銀髮族

資料來源:2018-11-02 16:10:55 中央社 台北 2 日電

根據財政部統計，台北市高達 34.8% 的房屋持有人年滿 65 歲，占各年齡層最多；新北、台中市多分布在 55 歲至 64 歲；桃園市則集中在 45 歲至 54 歲。

財政部統計處日前發布民國 107 年房屋稅徵收報告，分析房屋持有人的年齡結構後發現，全國近 8 成房屋由 45 歲以上的年齡層所持有，其中 65 歲以上者占比最高，達 28.8%，意即全國房屋中，有近 3 成是由 65 歲以上老人持有。

全國房屋多由中高齡者持有，統計處官員表示，中高齡者工作時間長，已經累積足夠財富，因此較年輕族群有能力買房。

進一步以六都劃分，台北市、高雄市、台南市的房屋持有人，年齡層在 65 歲以上者占比皆最高，其中台北市高達 34.8%，高雄市為 27.6%、台南市則為 28.7%。

至於新北市、台中市的房屋持有人，以 55 歲至 64 歲的占比最高；桃園市則以 45 歲至 54 歲的占比最高。

對此，統計處官員表示，這反映北、高、南三個行政區開發較早、民眾提早卡位買房的現象，加上當年房價尚低，民眾買房較容易，也造就了這三區房屋多由銀髮族持有的現象。

而桃園市房屋持有人年齡層在六都中偏低，除因桃園最晚升格直轄市外，近年都會區房價高漲，令民眾難以負擔，因此逐漸往外圍發展，也是原因之一。

### **三、以房養老都是老舊小屋？顧立雄：北北基價值不會太小**

資料來源:2018-10-31 11:28:15 經濟日報 記者仝澤蓉／即時報導

立法院財委會今（31）日上午進行「高齡者及身心障礙者安養信託、不動產逆向抵押貸款、微型保險、保障型及高齡化保險商品之推動成效與改進措施」專

題報告；立委王榮璋表示，北北基以房養老平均貸款 550 萬元，貸款大概是什麼樣的申請物件？

金管會主委顧立雄表示，以房養老截至 2018 年 9 月底，有 12 家銀行開辦，承作業務 2,883 件，貸款額度 158.5 億元，以行政區域別來看，北北基承作 1,445 件最多。至於是什麼樣的物件申請以房養老，他會去詢問實務上承作的銀行。

王榮璋認為，北北基平均貸款 550 萬元，應該都是小坪數，老舊房屋吧？顧立雄表示，以房養老北北基占最多，近乎一半，應該不會是價值太小的標的。

對於以房養老開辦至今成效不彰，顧立雄表示，主要是在國人觀念上對以房養老觀念能否接受，但他本身是支持以房養老的，未來應該結合信託和保險概念推動，讓需要的人根據實際需求選擇適合的貸款方案。

#### **四、再推一把「以房養老」 顧立雄：我會去辦**

資料來源:2018-10-31 12:21:16 聯合報 記者孫中英／即時報導

台灣自民國 102 年推出「不動產逆向抵押貸款（以房養老）」方案，本來以「公益型」方向規劃，但因為申請人數很少，104 年就停辦。後來改推「商業型」以房養老，目前有 12 家銀行提供以房養老貸款，到今、107 年 9 月底，共受理 2883 件、核貸額度 158.5 億元。

民進黨立委吳秉叡、王榮璋、施義芳、江永昌、劉建國等人，今天（31 日）在立法院財委會質詢時都問到以房養老問題。吳秉叡說，銀行做以房養老時，房價只估到市價的 4 到 6 成，又把貸款人的餘命估得很長，因此，若是「公益



型」以房養老，借款人能拿到的金額非常低，導致民眾申辦意願自然低，最後制度就停了，甚至早已早已名存實亡；他說，商業型以房養老案件，9成都是3家公股銀行做的，民營銀行興趣缺缺。

金管會主委顧立雄表示，他個人支持以房養老，他可以很誠懇的說「我會去辦（以房養老），拿我手上的不動產換貸款，蠻值得的」，他還說，他手上的不動產若 idle（空置不用）在那裡「尤其我現在又不當律師了（意指收入不一樣）」就可以考慮。顧立雄還說，若是「中產階級」且一個人手上只有不動產，且你還要住，把房子換成現金當生活費，是很值得的，但若還有其他很多資產，那種真正有錢的人就不用幫他操心了。

不過，顧立雄也說，因為國人餘命增加，以房養老的確會碰到貸款年限及房價殘值問題；因為目前房貸貸款期限最長30年，若民眾辦理以房養老貸款時是60歲、存活超過30年，就會碰到貸款年限會否拉長問題。除貸款期限能否再延長，特別就不動產抵押設定，以房養老因為是「逆向」，銀行較難無法精確評估20、30年後的房價，且房屋折舊也是問題。

顧立雄說，隨著超高齡社會來臨，他認為，可研議其他國家針對以房養老推出的「國家信用保證機制」。他說，若是商業型，會尊重市場機制，但若是「公益型」應可透過國家建立的信用保證機制來承擔一定風險。目前公益型以房養老雖已停辦，但他認為，應該還可以「再推一把」。

## 五、今天過生日 顧立雄很有感覺自己即將老矣

資料來源:2018-10-31 12:58 聯合報 記者孫中英／即時報導

金管會主委顧立雄今天（31日）過60歲生日，他今天出席立法院財委會備詢

時，被立委問到生日願望。顧立雄說，他希望金融市場要有足夠韌性因應未來可能的衝擊「這是我們要做的」，他還在立委要求下，公開自己的理財方法，希望大家都不會成為「下流老人」。

立法院財委會今天以高齡者及身心障礙者安養信託、以房養老、微型保險為題，邀金管會、衛福部首長報告。國民黨立委羅明才質詢時說，顧主委今天過生日，還有5年，就65歲了「有沒有覺得自己即將老矣」？顧立雄說，「我很有感受阿」。羅明才接著問顧立雄如何規劃老後生活。

顧立雄說，他有規劃保單和資產配置，除房子之外，會留存一部分現金，另外，就是預為規劃適切的保單。顧立雄還說，有一些現金，也不要全部放在銀行拿微薄利息，可以考慮尋求資本市場有一定收益的工具、例如基金，並以定期定額方式投入，像金管會推的定期定額買股或買基金，就能讓投資跨過經濟循環並分散風險，得到比較好的規劃。顧立雄，年紀大了一定要維持穩健，他也看到市場有很多人買保單，導致壽險保費成長很快，主因就是利息太低，很多人會想買「類儲蓄（類定存）」保單，因為保單承諾的報酬比定存來的好。

顧立雄在回答立委郭正亮質詢時則說，像日本人理財觀念就比台灣人還差「大家手上都抱著現金」，所以產生很多「下流老人」。郭正亮則說，依日本數據，目前日本失智人口、手中約有台幣40兆資產，未來可能成長到56兆，日本65歲以上老人約掌握全國65%財富。顧立雄表示，金管會沒有掌握台灣類似的數據，但台灣65歲以上老人掌握的財富，應不會比日本人少。

## 六、「以房養老」養得起？金管會研議延長貸款期限

資料來源:2018-10-31 14:35 聯合晚報 記者仝澤蓉／台北報導

政府推動以房養老措施，根據金管會統計截至今年 9 月底，承作件數 2883 件，九成集中在三家公股行庫，立委認為成效不彰。金管會主委顧立雄說，國人餘命增加，如果 60 歲辦理以房養老，可能 30 年貸款期限不足以養老，正研議是否能將貸款期限延長。

立法院財委會今天上午進行「高齡者及身心障礙者安養信託、不動產逆向抵押貸款、微型保險、保障型及高齡化保險商品之推動成效與改進措施」專題報告；根據金管會報告顯示，以房養老截至 2018 年 9 月底，有 12 家銀行開辦，承作業務 2883 件，核貸額度 158.5 億元。

立委吳秉叡表示，以房養老推動至今，九成集中在三家公股銀行，民營銀行都興趣缺缺，民眾申請也很少，以房養老政策推動成效不彰。

顧立雄表示，現行以房養老貸款年限最長 30 年，但國人餘命增加，如果 60 歲辦理以房養老，只承作到 80 歲，可能貸款期限不足以養老，要研議是否延長貸款期限；另外無法精確預估房屋價值，以房養老貸款金額越來越增加，但是房屋會折舊，20 年或 30 年房屋的價值還有多少？這些都是實務上的困擾。

他說，大部分以房養老都不會只有這間房子拿去貸款，可朝結合信託和保險概念推動，讓需要以房養老的人有更多選擇，就他了解，現在不會只有公股銀行，其他銀行也逐漸加入。

立委王榮璋說，北北基以房養老平均貸款 550 萬元，都是什麼樣的物件？顧立雄說，北北基承作 1445 件最多，應該不會是以價值太小標的來貸款。

## 七、11 縣市連五年人口減少 暗黑房市將來到？

資料來源:2018-11-06 11:36:19 經濟日報 記者游智文／即時報導

高齡少子化趨勢難阻，國發會推估，我國將在 2022 年進入人口負成長。房仲統計內政部資料發現，全台已有 11 個縣市連續五年人口下滑，嘉義縣減少 3.2% 最多，其次為南投、苗栗，減幅都在 3% 以上。

大家房屋企研室主任郎美因表示，人口和房地產市場息息相關，人口增加愈多，對房地產的需求愈大，房市愈熱絡；相反的，人口減少，區域買氣也會跟著減弱，人口長期外移減少的偏鄉縣市，房價相對欠缺支撐力。

根據大家房屋統計，近五年每年人口均減少的縣市，共有 11 個，包括嘉義縣、南投縣、苗栗縣、雲林縣、屏東縣、台東縣、花蓮縣、彰化縣、嘉義市、基隆市、宜蘭縣。

其中嘉義縣 2014 年 52.4 萬人，今年 9 月減至 50.8 萬，五年減少逾 1.6 萬人，減幅 3.2% 全台最多。南投縣五年減少 3.1%、1.6 萬人第二，苗栗減少 3%、1.7 萬人，名列三名。

台北市人口雖然沒有連五年減少，但目前和五年前相比，減少 3.2 萬人，減少人數全台最多，第二名為屏東縣，減少約 2 萬人，雲林縣減少 1.77 萬人第三。

郎美因指出，近五年人口減少最多的嘉義縣，房市效應已漸浮現，以當地故宮南院周邊房價來說，2015 年在故宮南院話題帶動下，實價資料周邊平均成交價一坪 11.2 萬元，但隨著話題退燒、人口外移，今年至今僅約 7.2 萬元，降幅高

達 35%。

近五年人口減少最多的台北市，效應則不明顯，房價小修一成之後，目前已出現止跌回穩跡象。

郎美因表示，台北市減少的人口，有很大部分是本來在台北市就沒有房子，或是沒住在台北市，只是掛戶籍的人口。當初他們為了台北市福利而來，現在其他縣市福利不輸台北，甚至比台北好，他們就把戶籍遷走。由於這些人本來就不是北市購屋基本盤，因此人口流失對台北市的房價衝擊也不大。

也有五個縣市，近續五年人口成長，桃園增加 15.5 萬人，增幅 7.5%，全台最多，新竹縣、新竹市增加 3.4%、2.9%，分列二、三名，增幅第四、第五名分別為台中市、新北市。

郎美因表示，五年人口增加明顯的桃園市，以及新竹縣、新竹市，近年房市在交易量、房價均有不錯表現，尤其是新竹縣市，受惠科學園區就業人口持續增加以及科技業景氣回春，近年房價幾乎沒有回跌，堪稱全台最強房市區。

## 八、暖冬旅遊補助不能一縣兩制 陳歐珀：溪北 3 鄉鎮不能少

資料來源:2018-11-01 10:29 聯合報 記者戴永華／即時報導

暖冬旅遊補助申請今天起跑，立委陳歐珀表示，補助政策不能一縣兩制，無論如何都要把宜蘭全縣納入，「溪北三鄉鎮市一個都不能少」，不可以把頭城鎮、礁溪鄉與宜蘭市排除在外。此事歷經一波三折如願，業者欣喜，一早就透過粉絲頁宣傳行銷。

一般人住一晚補助 1000 元，高齡者住一晚最高補助 1500 元，相當具有誘因。宜蘭不少民宿、飯店業者一早 po 網行銷，暖冬補助從今天起到年底。

「暖冬」旅遊補助被形容是決策髮夾彎，陳歐珀今天表示，宜蘭縣觀光資源豐富，旅遊更是發展重點，此次普悠瑪出軌事件發生在宜蘭，引發旅客前來宜蘭的信心不足。他從事件發生後一直協助處理善後，知道觀光局要研議旅遊補助，積極爭取把宜蘭納入旅遊補助對象，盼為產業界注入強心針。

他說，原本行政院交通部也接受意見，未料觀光局一開始是把頭城、礁溪、宜蘭三個鄉鎮排除，引發地方不滿，經他及其他立委反映爭取後，獲得交通部長首肯全縣納入不排除。

陳歐珀說，宜蘭入冬後東北季風，不利發展觀光，頭城鎮是海邊戲水重鎮，冬天慘淡經營，更需要「暖冬」照撫，礁溪鄉是宜蘭縣觀光旅宿產業的旗艦點，產業龍頭角色不可輕忽，宜蘭市是全縣的大房，所以「三個鄉鎮市都要納入，一個都不能少」。

宜蘭旅宿產業近年來的營業情況比起雪隧通車後幾年，明顯滑落，可能與整體大環境不景氣、國五雪隧塞車、大型活動與旅遊去失亮點都有關係，業者普遍期待政府給予實質協助。

礁溪鄉長林錫忠表示，雖然頭城、礁溪與大台北交通距離近，可一日往返，但是到宜蘭旅遊又不只大台北，很多是中南部來度假過夜，業者需求殷切，感謝觀光局順意民意。

## 九、台灣人壽攜手銀享全球 策畫全齡幸福解方

資料來源:2018-11-02 18:20 經濟日報 記者陳怡慈／即時報導

中信金控子公司台灣人壽連續第二年與社會企業銀享全球公司共同策劃「第四屆史丹福銀髮設計競賽亞洲區大賽」，今年以「貢獻不分年紀，混齡合作正夯：設計・跨代・影響力」為主題，於今（2）日假台北市集思交通部國際會議中心舉辦決賽及頒獎典禮。

本屆共有來自台灣、香港共 51 個團隊報名參加，經初賽評審嚴選出前八強團隊參與今日決賽，團隊以英文進行提案、作品模組為輔展現設計創意，最後選出三支優勝團隊，由台灣人壽提供各隊赴美參加全球大賽的差旅補助獎金。

為鼓勵更多團隊報名參加全球大賽，在國際舞台上呈現最完美的作品，莊中慶特別在頒獎典禮中宣布，今年再加碼「台壽特別獎」，凡參加本屆亞洲區大賽並赴美參加明年全球大賽且獲入圍者，將可獲得特別獎獎金，做為持續研發設計補助的經費。

史丹福銀髮設計競賽（Stanford Design Challenge）是由美國史丹福長壽中心（Stanford Center on Longevity）自 2013 年秋季首度舉辦。此一競賽乃因應全球高齡化社會來臨，期待藉由年輕人的創意和對新科技的掌握，替銀髮族及相關產業提供更多創新解方。

今年特別要求參賽團隊必須至少有一位是符合設計對象的跨世代成員，藉此破除年齡歧視，讓年輕人透過與銀世代成員的互動與合作，融入跨世代想法，設計出更貼近使用者需求、適合全齡的作品。

史丹福銀髮設計競賽亞洲區決賽邀請了不同領域的專業評審與會，在聽取各團隊簡報後提問，最後由「富退人生攻略」、「枕頭戰-我要我們憶起玩」與「Mr. TOUGH 老人頑酷樂團」得到評審團一致青睞，勇奪今年史丹福銀髮設計競賽亞洲區大賽的優勝。

這三支優勝團隊將於明年3至4月由銀享全球進行客製化輔導，爭取前進全球大賽的機會，台灣人壽也希望藉此活動培育更多台灣未來銀髮產業的人才。

台灣即將邁入超高齡社會，所有人都聚焦在高齡長照議題上，台灣人壽也將持續為解決高齡社會所衍生的問題而努力。在這個多重世代共存共生的世界，未來更應摒除年齡歧視，換位思考，以達到世代共融的目標。

## 十、退休族情境遊戲 預演中年失業、子女借錢創業

資料來源:2018-11-02 20:11:24 聯合報 記者章凱閔、李欣澄／即時報導

國內大學生為銀髮族設計一款情境遊戲「富退人生攻略」，替長輩預演退休生活的難題，例如子女借錢創業，或是邀約不斷的同學會、婚喪喜慶等——若是答應，虛擬荷包會縮水；但拒絕了，角色因缺乏社交生活，還可能提升失智症機率。

銀髮社企「銀享全球」今天起跑「銀浪新創力國際周」，「台灣人壽」為主要贊助者，聯合報系「願景工程」擔任合作夥伴。首日舉辦史丹福銀髮設計競賽亞洲區決賽，以「跨代共創、混齡合作」為主軸，參賽者組成須有跨世代成員，共同替高齡者設計產品。

本屆有51組團隊報名，最終選出3組優勝者。獲獎的「富退人生攻略」，由台



科大、台大、政大學生，與 2 位「中世代」、年資逾 15 年的業界專家共同組隊。

團隊調查國內中高齡議題，與多位銀髮族面談後，設計虛擬情境遊戲，刻畫退休族的真實生活，從中年裁員、離婚，到金融危機、中美貿易戰等情況，皆出現在遊戲中。

除了倡議長輩及早規劃、預防財務風險外，團隊也倡導長輩身心保健觀念——若是太省錢，拒絕社交活動，據研究指出，也可能提升 40% 失智風險。

另一獲獎專案「枕頭戰」，由元智大學藝術設計學系副教授林楚卿領軍。團隊設計一款互動遊戲，並將觸控元件、藍牙裝在居家抱枕內；長輩只要拍打抱枕，不需操作複雜搖桿，即可祖孫同遊。團隊也開發一款韻律遊戲，猶如「抱枕版跳舞機」，長輩可配合音樂律動，拍打抱枕，可作為復健輔具。

團隊成員之一的元智大學機械系研究所學生陳虹諭表示，一般電玩門檻高，長者往往只能坐一旁，看著孫子玩。團隊因此透過抱枕，增加電玩的親切度，不論在沙發上、床上「不分年齡都能玩」；藍芽也可連接至多重裝置，包括手機、平板或電視機等。

競賽也邀請 8 位逾 50 歲「銀世代」代表觀賽，讓參賽團隊替產品「試水溫」。其中，一款有多重握法牙刷「B-Brush」擄獲高齡 102 歲的「銀世代」代表孫立德，拿下「銀世代心動獎」。孫立德說，年長者難免有財務不安全感，建議青年「用好的產品，鼓勵我多花錢。」

「B-Brush」成員、台科大設計研究所學生王均涵表示，專案初衷是觀察到 84

歲的爺爺，因中風致手部靈活度不足，常在浴室許久、牙刷刷不乾淨，得靠阿嬤、看護協助；大學攻讀牙體技術科系的她，開始實踐新型牙刷的可能性。

王均涵說，爺爺是「B-Brush」第一位客戶，產品不僅降低家人的照顧壓力，也提升長輩的自主照護力。同時，此款牙刷也可適用於關節炎，或是兒童。

「銀髮設計競賽」(Design Challenge) 於 2013 年由美國史丹福長壽中心首次舉辦，邀請全球青年團隊，進行產品設計、服務模式創新，改善中高齡長者的生活品質。

「銀享全球」2015 年起舉辦亞洲區大賽，是此項競賽首度在美國以外地區舉行。亞洲區大賽的宗旨、競賽資格，與美國史丹福全球大賽同步。

本屆競賽的優勝團隊，「銀享全球」將提供專案輔導，協助產品優化。「台灣人壽」則給予團隊赴美參與全球大賽的差旅獎金；若有參賽團隊日後入選全球大賽，「台灣人壽」也將加碼補助參賽獎金。

## 十一、史丹福銀髮設計賽獲獎／情境遊戲 預演退休人生難題

資料來源:2018-11-03 00:23:44 聯合報 記者章凱閔、李欣澄／台北報導

國內大學生為銀髮族設計一款情境遊戲「富退人生攻略」，替長輩預演退休生活的難題，例如子女借錢創業，或是邀約不斷的同學會、婚喪喜慶等——若是答應，虛擬荷包會縮水；但拒絕了，角色因為缺乏社交生活，可能提升失智症機率。

銀髮社企「銀享全球」舉辦的「銀浪新創力國際周」昨天起跑，台灣人壽為主

要贊助者，聯合報系「願景工程」擔任合作夥伴。首日舉辦史丹福銀髮設計競賽亞洲區決賽，以「跨代共創、混齡合作」為主軸，參賽者組成須有跨世代成員，共同替高齡者設計產品。

本屆有五十一組團隊報名，最終選出三組優勝者。獲獎的「富退人生攻略」，由台科大、台大、政大學生，與兩位「中世代」、年資逾十五年的業界專家組隊。

團隊調查國內中高齡議題，包括中年裁員、離婚等情況，皆規畫於遊戲中。

另一獲獎專案「枕頭戰」，團隊設計一款互動遊戲，並將觸控元件、藍牙裝在居家抱枕內；長輩只要拍打抱枕、不需操作複雜搖桿，即可祖孫同遊。團隊也開發一款韻律遊戲，猶如「抱枕版跳舞機」，長輩可配合音樂律動，拍打抱枕，可作為復健輔具。

競賽也邀八位年逾五十歲「銀世代」代表觀賽，讓參賽團隊替產品「試水溫」。其中一款有多重握法牙刷「B-Brush」擄獲一〇二歲的「銀世代」代表孫立德，拿下「銀世代心動獎」。

孫立德說，年長者難免有財務不安全感，建議青年「用好的產品，鼓勵我多花錢。」

本屆競賽的優勝團隊，「銀享全球」將提供專案輔導協助產品優化。台灣人壽則給予團隊赴美參與全球大賽的差旅獎金；若有參賽團隊日後入選全球大賽，台灣人壽也將加碼補助參賽獎金。

## 十二、大齡女的治裝告白：瑜珈衣別貼身、要遮小腹

資料來源:2018-11-02 20:59:18 聯合報 記者章凱閔／即時報導

市面上銀髮運動服飾，多以機能性為取向。今年 62 歲的「拙八郎」創意公司執行長楊斯亞忍不住向設計師喊話：女人不分年齡都渴望美，運動時也不例外，建議瑜珈衣「勿貼身，要遮小腹」；登山衣也最好別做套頭，弄亂頭髮造型。

銀髮社企「銀享全球」今舉辦第 4 屆史丹福銀髮設計競賽亞洲區決賽，邀請「5 % Design Action」團隊成員謝睿哲、楊斯亞主講跨代設計座談，分享混齡共創的經驗與好處。

綁著馬尾的謝睿哲，也是服裝設計師。今年 7 月，他與夥伴展開「高年級設計師」計畫，號召就讀高職、大專院校的服裝科系學生，與年長逾 40 歲的年長設計師合作製作兼顧時尚、機能的高齡服飾，拍攝系列照片，推出影像展。

其中，楊斯亞擔任運動類服飾顧問，她回憶與年輕設計師初次見面，「剛開始討論，我發現，他們真的誤會我們了欸！」

她舉例設計登山衣時，年輕設計師提出「不套頭」的設計，原因是：高齡者穿脫不便。但楊斯亞當場反問，「周末都是我們這年紀的上陽明山，你覺得我們手會不能動嗎？」她同意不要頭套，但原因是：會弄亂我的頭髮！

「有些事情，沒親自走過，就不會真正了解。」而楊斯亞認為，變老是其中一種。

但楊斯亞也說，身為銀世代，自己也要學習謙虛，「已經滿了的水，沒辦法裝新

東西」。她建議長輩「倒出一些水」，才能與年輕世代開啟對話——「讓他們更好，也是在幫助我們自己。」

2013年發起，「5% Design Action 社會設計平台」，每年號召國內各領域專業人士，挪出5%業餘時間，投入社會創新行動。

「高年級設計師」專案成果也將於本月6至14日，在0.Design 銀光未來館舉行，更多資訊請見：<https://www.facebook.com/5DesignAction/>

### 十三、科學研究 防認知退化這樣吃

資料來源：2018-11-04 11:00 聯合報 記者吳貞瑩／綜合整理

近來天氣明顯降溫，節慶氣氛愈來愈濃，溫熱紅酒等時髦飲法重返餐桌。紅酒是地中海飲食的一員，在心血管、阿茲海默症、失智症等相關科學研究不少，綜合整理近幾年國內外專家的研究發現：地中海飲食被公認是最具保護作用的飲食，與降低心臟疾病、壽命增長有正向關聯。

地中海飲食指的是以大量蔬食與魚類為主，包括大量的蔬果、全穀類、豆類；富含 $\omega$ -3脂肪酸的魚類、海鮮；高品質蛋白質與鈣；初榨橄欖油、堅果；飲用適量的紅酒。

日本老年醫學會前理事長大內尉義針對認知退化研究推舉地中海飲食帶來的好處。他以Neurology Neurosurg Psychiatry 2013 PREDIMED研究為例，有吃地中海飲食的組別，在認知功能MMSE（簡短智能測驗）與CDT分數較高，顯示地中海飲食對避免認知退化是有作用的。

## 地中海飲食依國情不同

不過地中海飲食依據國情也略有不同。大內尉義說，紅酒與橄欖油是傳統地中海飲食的要角，但在日式地中海飲食中較少見到。

他個人認為，每天喝 1、2 杯紅酒應該是對健康有所助益。台灣也運用亞熱帶蔬食特色推廣台式地中海料理。

不過今年有一份研究報告，意見相對保守，指出紅酒對於預防失智症並無助益，且要留意酒精對腦部帶來的傷害。

陽明大學高齡與健康研究中心主任陳亮恭認為，若要說紅酒對預防失智有幫助，更重要的應是與三五好友相聚，心情開朗所帶來的社交輔助。

## 每天 100cc 保護心血管

除了認知促進領域的研究，台灣針對紅酒在心血管保護的研究享譽國際，北榮心臟內科醫師林幸榮以兔子為研究對象，餵食高膽固醇食物，誘發動脈硬化，再餵食兔子適量紅酒，結果發現，血管內膜增生減少，並且改善動脈硬化情況。

林幸榮表示，紅酒具有抗氧化作用，而壓力、氧化正是造成血管硬化、身體老化主要的因素。研究發現，每天飲用適量紅酒可以增加好的膽固醇（高密度脂蛋白膽固醇）以及內皮前驅幹細胞，對保護心血管有幫助。

多少量算得上是適量？林幸榮表示，國外建議每天攝入的酒精量不宜超過 25 克。若以酒精含量 12.5% 的紅酒舉例，每天不要超過 200c.c；台灣的研究則建議，每天只要喝 100c.c，對保護心血管有助益。與其他抗氧化食材例如蘋果、

洋蔥、銀杏等相較，紅酒的抗氧化作用確實排行前幾名。

年底即將迎來耶誕、跨年等節慶，不少女性熱中溫熱紅酒等變化飲法，林幸榮認為，紅酒添加洋蔥、肉桂等成分無妨，但不建議將紅酒加熱至滾燙，微溫即可，以免成分發生變化。他也提醒有腸胃問題、肝病、過敏者避免飲酒，不愛喝紅酒的人也別勉強。

#### **十四、新技術掃描眼睛數秒鐘 可揪出早期阿茲海默症延緩記憶退化**

資料來源:2018-11-05 16:11 科技新報

號稱老人記憶殺手的阿茲海默症（AD），通常都要等患者們出現記憶障礙時我們才會確診。為了提高阿茲海默症早期診斷率，研究人員現在開發出一種新的無創眼睛掃描技術，只要幾秒鐘內就可得知你是否有罹患阿茲海默症風險。

阿茲海默症所導致的嚴重腦損傷，比記憶喪失和認知能力下降等症狀還要早出現數年，科學家們估計，阿茲海默症相關斑塊可能在記憶喪失、認知能力下降症狀出現前 20 年就在大腦中積聚，因此研究人員一直在努力尋找能更快發現阿茲海默症的方法。

過去已有一項為期 5 年、追蹤近 4,000 名年齡超過 65 歲患者的研究表明，幾種退化性眼病與阿茲海默症發病之間存在有趣關聯性。該研究中，那些因年齡增加而罹患黃斑變病變、因糖尿病罹患視網膜病變以及青光眼患者，罹患阿茲海默症的可能性比其他人要高 40~50%。至於白內障則與阿茲海默症罹患風險增加沒有相關性。

另外一項臨床研究結果表明，阿茲海默症患者的視網膜會變薄，而這種變化並

沒有出現在輕度認知功能障礙的患者身上，說明視網膜變薄可能是區分中高齡罹患阿茲海默症的方法之一。

目前，醫生使用 PET 掃描（正子電腦掃描儀）或腰椎穿刺來診斷阿茲海默症，但這些技術昂貴又有入侵創傷性。

在新研究中，研究人員使用一種稱為光學相干斷層掃描血管攝影（optical coherence tomography angiography, OCTA）的非侵入性技術，由於阿茲海默症患者的視網膜中央會出現變薄跡象、視網膜背後小血管流失、視神經退化，而視網膜通過視神經連接到大腦，視網膜透過視神經連接到大腦，研究人員認為視網膜及其血管惡化，可能反映了大腦血管與結構變化，因此透過無創掃描視網膜，可以提早抓出腦病變。

如果這種眼睛檢測技術可以做為阿茲海默症罹患風險的標誌，那麼有朝一日，我們可能在國民健檢中篩查 40~50 歲 的人群，就能順便得知他們是否有罹患阿茲海默症的風險。

## 十五、晚婚趨勢高齡孕婦增 成醫：需重視高危險妊娠

資料來源:2018-10-31 14:00 中央社 台南 31 日電

國人有晚婚的趨勢，高齡孕婦快速增加，成功大學醫學院附設醫院婦產部醫師康琳今天表示，高齡孕婦生產時更易面臨高危險併發症，高危險妊娠確實是少子化社會需重視的議題。

康琳指出，隨著少子化、高齡化的轉變，高齡孕婦快速增加，生產時更容易面臨攸關生命的產後大出血、羊水栓塞等高危險併發症；母親高齡也可能造成胎



兒染色體異常及先天性異常等；孕婦年紀越大，發生胎兒子宮內生長遲滯、胎死腹中的機會也越高。

高齡孕婦會比適孕年齡產婦面臨更多的懷孕風險，懷孕早期流產的機會提高，懷孕中後期發生妊娠高血壓、子癲前症、妊娠糖尿病的機會也較高；高齡孕婦同時是胎盤早期剝離、前置胎盤的高危險群，孕期常見異常陰道出血，也容易出現子宮早期收縮，未滿 37 週早產的機會也比較高。

康琳表示，高齡孕婦面臨的高危險妊娠，確實是少子化社會需重視的議題；高危險妊娠是指孕期的孕婦或胎兒出現危險狀況，導致母親或胎兒死亡或殘障機率明顯增加。

康琳說，高齡孕婦若出現嚴重型高血壓、休克等母體生命徵象不穩定、胎心音不穩或其他可能危害母體、胎兒生命的危急情況時，就是屬於緊急高危險妊娠。依目前國內外的醫療準則及建議，最好能轉送到醫學中心診治。

## 十六、揉眼、眼皮下垂 散光度數恐加深

資料來源:2018-10-31 23:06 聯合報 記者張益華／台北報導

當心「揉眼」和「眼皮下垂」，加深散光度數！振興醫院眼科主治醫師許粹剛表示，散光是很普遍卻常被輕忽的視力問題，尤其過敏兒長期用手揉眼影響角膜弧度，老人則因年紀大眼皮下垂壓迫角膜，兩者會使散光度數改變，導致視力模糊，若未矯正散光恐增加弱視和跌倒風險。

他觀察，診間中很多病患因為視力模糊，以為是近視、遠視或老花眼來求診，但他們並不曉得散光也會影響視力品質。據統計，目前有散光的人約八成在

200 度以下，其中 100 至 200 度者占五成，超過 200 度為高度散光。

許粹剛說，散光與角膜弧度有關，健康的眼睛，眼角膜為圓形，散光者眼角膜會呈現雞蛋般的橢圓形，導致影像進入後無法聚焦，焦點間的差距就是散光。散光使人看到的影像變模糊，甚至有疊影、光暈現象，造成生活不便，例如等公車時，無法看清楚公車班次；爬樓梯常踩空，不敢快走；晚上不敢開車，感覺車燈像煙火。

許粹剛指出，散光多與遺傳有關，若散光度數加深，可能受後天行為影響，例如過敏體質的孩童，容易揉眼和打噴嚏，但孩童的角膜韌度尚未發育完全，長期揉眼恐影響角膜弧度；老人則因高齡眼皮下垂，壓迫角膜造成散光，另外高度近視或遠視、乾眼症、白內障也會加深散光。

他建議，散光超過一百度就該矯正，治療方式有配戴眼鏡、隱形眼鏡，適合規則性散光者，若不想戴眼鏡或不會使用隱形眼睛的人，可考慮近視雷射手術。若年紀大合併白內障者，在手術時，可植入矯正散光的人工水晶體，同時治療白內障和散光問題，但需自費。

許粹剛補充，若患者置換多焦點人工水晶體，即便可看遠、中、近，但不矯正散光，術後仍可能視力模糊，需配戴眼鏡，因此置換矯正散光的人工水晶體才能達到治療效果。上述狀況適合散光度數固定、沒有嚴重乾眼症且追求視力品質者，少數水晶體囊袋不穩或外傷性白內障者，最好與眼科醫師討論，尋求適合的治療方式。

更多資訊，歡迎報名參加 11 月 25 日舉行的「遠離白內障，找回明亮視界」愛你眼睛健康講座。

## 十七、醫師走出白色巨塔 走進居家醫療

資料來源:2018-11-04 23:34 聯合報 記者鄧桂芬／台北報導

台北市蘭州國宅今年五月七日拆遷，原先都更日期是四月卅日，延期原因是一位住在裡頭但正接受居家安寧的老阿嬤。北市聯醫團隊和家屬一起到都更處陳情，四處協調才獲得延期同意。團隊日日陪伴，阿嬤五月四日於睡夢中安詳辭世，完成她在家走完人生最後一程的心願。

北市聯合醫院總院長黃勝堅說，高齡化衝擊，全世界的共識是追求「醫養結合」，因老人未來健康照顧會遠離醫院，不能只重視長照，也要串起居家醫療及在宅安寧。黃勝堅指出，台灣健保覆蓋率超過百分之九十九，但他卻聽外國專家稱之為「破傘」，因為是「醫中無養」或「養中無醫」，許多醫院醫師不肯走出白色巨塔。

黃勝堅二〇一四年在北市聯醫推動居家醫療及在宅安寧，以「一名個案一個LINE群組」進行個案管理，被不少人指做「賠錢事」。四年來，北市聯醫每年確實賠本兩到三百萬。

黃勝堅說，一般醫師不會收到病人的訃聞，通常收到訃聞是因為醫療糾紛被迫去道歉。但當北市聯醫的醫療人員進到民眾家中，從治療到陪伴老人家過世，很多人都收到夾著感謝函的訃聞，讓人感動落淚。

黃勝堅說，他鼓勵北市聯醫的醫師至少服務三名個案，做完覺得不喜歡就放棄。歷經四年，院內有三百名醫師接受居家醫療及在宅安寧案，總共服務四千五百多人，其中一年出訪上百次的醫師超過百位。

不少個案在居家醫療整合照護下，從每天平均吃十六顆藥，降至七點五顆。接受在宅安寧者，九成是醫師直接進到家裡開死亡證明書，讓家屬把握時間和個案相處。有眼科醫師和工研院合作，把眼底檢查設備裝進行李箱帶著走，讓視力退化的長輩在家鑑定，完成身障手冊請領。

黃勝堅說，要守護弱勢者並達到醫養結合服務，就不應談經濟效益。目前台北市、宜蘭縣及台中市的診所醫師也逐漸出來執行居家醫療，醫院未來將退到後線成為後盾，才能讓醫養照顧遍地開花。

## 十八、北市蘭州國宅延拆有洋蔥 原來是為了送阿嬤最後一程

資料來源:2018-11-04 20:33 聯合報 記者鄧桂芬／即時報導

台北市蘭州國宅今年5月7日拆遷，但原先都更日期是4月30日，延期原因竟是一位住在蘭州國宅但正接受居家安寧的老阿嬤，北市聯醫團隊和家屬一起到都更處陳情，四處協調才獲得延期同意。團隊日日陪伴，讓阿嬤5月4日在睡夢中安詳辭世，完成阿嬤在家過世的心願。

北市聯醫總院長黃勝堅說，高齡化國家無不受到銀髮浪潮的衝擊，全世界的共識是追求「醫養結合」，因老人未來健康照顧會遠離醫院，所以不能只重視長期照顧，也要串起居家醫療及在宅安寧，提供一個人從出生到死的完整照顧。

但是，銀髮浪潮來得比想像還快。黃勝堅指出，儘管台灣健保覆蓋率超過99%，但他卻聽過外國專家稱之為「破傘」，因為台灣是「醫中無養」或「養中無醫」，醫院太多醫師有專業傲慢，不肯走出白色巨塔。

黃勝堅2014年在北市聯醫推動居家醫療及在宅安寧，以「一名個案一個LINE

群組」進行個案管理，但卻被不少人砲轟或譏諷做「賠錢事」。4年來，北市聯醫每年也平均賠本 200 萬到 300 萬元。

但是，不少個案在居家醫療整合照護下，從每天平均吃 16 顆藥，降至 7.5 顆。接受在宅安寧者，九成是醫師直接進到家裡開死亡證明書，讓家屬把握和個案相處時光。

有眼科醫師和工研院合作，把眼底檢查設備設法裝進行李箱帶著走，讓視力退化的長輩不必到醫院就能在家鑑定，完成身障手冊請領步驟。因團隊時常進出社區拜訪，受居民歡迎，還有阿公把和居家護理師及個管師的合照擺在床頭。

「但執行醫養結合的過程是極具感染力的。」黃勝堅說，醫師不會收到病人的訃聞，通常收到訃聞多是因醫療糾紛被迫去道歉。但當醫療同仁進到家中，從治療到陪伴老人家過世，很多人都收到夾著感謝函的訃聞，還看到感動落淚。

黃勝堅說，他鼓勵北市聯醫的醫師至少接 3 名個案，做完覺得不喜歡就放棄。

歷經 4 年，院內仍有 300 名醫師在接居家醫療及在宅安寧，總共服務 4500 多人，其中有 100 名醫師一年出去 100 多趟次。

黃勝堅說，要守護弱勢者並達到醫養結合服務，就不應談經濟效益。據他所知，目前台北市、宜蘭縣及台中市的診所醫師也逐漸出來執行居家醫療，醫院目標未來將退到後線成為後盾，才能讓醫養照顧遍地開花。

## 十九、腦中風視力缺損卻誤認是失智 醫師教你這樣區

資料來源:2018-11-02 14:13 聯合報 記者陳婕翎／即時報導

高齡社會到來，失智症成為人人聞之色變的疾病，但有時無法清楚記得新人名、地址、電話，可能不是失智症，是因腦中風導致視力缺損漏記、漏看，才呈現疑似失智症狀。近日就有一名 75 歲女士，遇到類似經驗，神經內科醫師表示，一般的退化型失智症是慢慢發生，且伴隨個性丕變；腦中風導致的視力缺損、無法記住東西則是突然發生。

一名 75 歲的女士，約半年前開始，無法清楚記得新人名、地址、電話，她的親友都懷疑這是失智症導致，進行評估卻沒有失智症傾向，但發現她對於一連串的數目或文字，右側都會漏記或漏看。婦人眼睛內外結構都正常，眼科安排雙眼視野檢查，發現雙眼右半邊視野缺損，再進一步安排腦部斷層掃描，證實為左側後枕葉腦中風。

書田診所眼科副院長廖士傑表示，後枕葉管控視覺，右側的影像會在位於腦下垂體上方的視神經交叉處左右互換，因此右側的影像訊號經由視神經傳導後，會到達位於左側後枕葉的視覺中樞，當左側後枕葉視覺中樞有病變時，就出現右側偏盲，也就是右半邊視野缺損的症狀。

廖士傑提醒，當出現右或左半側視野缺損，對成年人而言，6 至 8 成原因為腦中風，這樣的視野缺陷都是一瞬間突然發生，但患者本身不會自覺。長庚失智症中心主任徐文俊則說，左側後枕葉腦中風占所有腦中風的發生率約 1 成，研判視覺障礙，及後大腦動脈流經顳葉及海馬體血流量不足，導致短期記憶變差。

徐文俊表示，左側後枕葉腦中風導致的記性變差跟失智症的分別，一般的退化型失智症是慢慢發生；腦中風導致的則是突然發生。建議一定要做腦部電腦斷

層，先排除器官病變可能性 才可以更有效把握治療黃金期，如錯過一直拖延，可能再次發生多重中風，造成嚴重失能，甚至死亡。

中風前多會出現如短暫麻痺現象，如突然視力變模糊或喪失、突然說話大舌頭或流口水、半邊的手腳或臉會突然沒力或麻木、手中的物品突然脫落、步態不穩等，徐文俊提醒，出現這些症狀應盡快就醫，詳細檢查身體狀況。尤其三高、抽菸、喝酒、肥胖、心臟病、年紀大於 55 歲者都要特別留意。

## 二十、生醫創新中心攜手醫材公會 領台廠進軍國際

資料來源:2018-10-31 21:42 經濟日報 記者黃文奇／即時報導

生醫創新執行中心今年首次攜手台灣醫療暨生技器材工業同業公會（醫材公會）及外貿協會，共同領軍醫材業者，以台灣整體形象進軍德國杜塞道夫國際醫療展（MEDICA）2018，期透過 MEDICA，成功將台灣醫材品牌打入國際，讓生醫產業在國際發光發熱，成為台灣下一個兆元產業。

德國 MEDICA 為全球醫療器材產業指標展會，堪稱醫材產業趨勢風向球，每年吸引了上萬相關醫材廠商與從業人員參與，今年 MEDICA 2018 將於 11 月 12 日至 15 日舉行。

MEDICA 2018 台灣團由科技部務次長暨生醫創新執行中心執行長謝達斌政與醫材公會洪盛隆理事長共同領軍，與外貿協會等產官各界合作，以台灣品牌的整體形象帶領台灣醫材大廠與各界菁英挺進 MEDICA，突破以往醫材廠商「單打獨鬥」的參展形式，結合產官整合能量，期發揮「狼群作戰」策略優勢，展現台灣醫材創新科技技術及產品優勢。

洪盛隆表示，醫材公會會員數已超過 370 家，許多會員廠商已從傳統醫材產品代工轉型朝向開發製造中、高階產品；在商機可期的趨勢之下，資通訊電子產業也紛紛跨足醫療器材製造業領域，不少會員廠商已結合 ICT 或 IoT 廠商，共同開發智慧型、數位化新穎性醫療器材，準備前往 MEDICA 2018 一顯身手。

莊偉哲表示，台灣醫材產業相當具有發展潛力，綜觀 MEDICA 2017 醫材產業的發展趨勢，「智慧醫療」已成為世界生醫產業重要發展方向。台灣擁有資訊科技與醫療服務兩大享譽全球的指標性產業成就，具備競爭潛力，在全球高齡化趨勢的需求帶動之下，台灣發展智慧醫療的發展前景備受全球矚目，可望成為智慧醫療國際價值鏈的關鍵一員。

台灣醫材產業在全球市場的驅動下不斷成長，醫療器材產值逐年上升。根據工研院產科國際所統計，台灣醫材產業近 10 年平均成長率達 9.1%，表現十分亮眼。2017 年，產值為 1,034 億元，預測 2018 年，醫材產值年增率將持續成長 5.4~6.2%，產值上看 1,100 億元。

隨著醫療資源與健康照護的需求驟增，智慧醫療促成技術升級的浪潮席捲而來，台灣醫材產業正站在關鍵的十字路口。為此，政府積極推動生醫產業創新推動方案，望透過跨領域整合與多管齊下全面性解決方案，提升台灣醫材產品品質、產業價值與國際競爭力。

## **二十一、雅博轉型品牌 盼帶領新創醫療器材團隊打國際盃**

資料來源:2018-11-02 13:30 中央社 台北 2 日電

醫療器材廠雅博轉型品牌有成，自有品牌產品占營收比重已達 8 成，毛利率也較代工時期提升 6 至 8 個百分點，以高性價比的優質平價產品打入歐洲、亞太



及美國市場。

雅博目前在全球設立 9 家銷售型子公司，並在 45 個國家廣布 142 家品牌代理商，董事長李永川表示，雅博期許成為台灣醫療器材品牌領頭羊，以百億級的規模帶領台灣新創醫療器材團隊一起在海外市場打國際盃。

為了長期規劃品牌通路策略，雅博今年 10 月上旬獲得國發基金管理委員會旗下「產業創新轉型基金」與中華開發優勢創業投資有限合夥基金的共同投資，提供雅博發展品牌及轉型所需的長期資金需求及相關資源協助。

雅博表示，此次募資的用途包括研發新產品及取得新技術，以強化創新能量與提高產品附加價值，達到產業升級、根留台灣的目的；另一用途是要透過投資併購及自建海外據點的方式，取得海外通路，建構台灣醫材平台，擴展國際品牌行銷及服務。

雅博董事會去年通過，透過德國子公司在德國西北大城多特蒙德(Dortmund)近郊購買廠房，優化現有德國關係企業 SLK 營運效率外，更鎖定德國地理位置與人才文化優勢，規劃未來於當地建置組裝、物流與後勤樞紐等功能，整合雅博歐洲的市場需求，提供產品管理、倉儲、轉運等服務，進而建立雅博長期歐洲區域總部。

雅博也著眼於亞太新興市場的高齡化及自費市場趨勢，持續投入物聯網(IoT)發展及服務應用，深耕布局亞太新興市場，先藉由自建業務團隊深入經營，了解當地市場需求，並同時降低資訊透明度及文化複雜度的風險，之後再以建立通路據點的模式拓展市場，提供適合當地市場的產品與服務，擴大在新興市場的歌收。

## 二十二、高齡友善城市 嘉市擊敗六都奪冠

資料來源:2018-11-05 21:05 聯合報 記者王慧瑛／即時報導

台灣高齡化政策暨產業發展協會近日公布 2018 高齡發展力指標結果，嘉義市在「高齡者友善綜合評比」中擊敗六都奪冠；國健署 107 年度健康城市暨高齡友善城市獎項評比今天出爐，嘉義市以「勿在都會終老請到嘉義防老」拿下金點獎。

嘉義市長涂醒哲今天中午偕社會處團隊到嘉義地區首家以長者為工作人員的「大齡食堂」用餐，興奮地分享嘉市獲選為全台最友善高齡者城市的殊榮，他說，嘉市適合在地老化、移居防老，「歡迎移居嘉義、永保青春」。

涂醒哲表示，上任 3 年多來積極推動對 65 歲以上高齡長者的照顧，衛生局主政「老而健康」、社會處主政「老有所用」，希望讓阿公阿嬤健康、尊嚴樂居嘉義市，減少對長照的需求，並提供最好的高齡照顧服務，讓長者都能感受到市府五星級的關心。

台灣高齡化政策暨產業發展協會評比高齡發展力指標，包括無障礙與安全的公共空間、交通及大眾運輸、住宅與安居、社會參與、敬老及社會融入、工作及志願服務、訊息與資訊、社區與健康服務等 8 個面向，讓 65 歲以上長輩來評分各縣市施政市府符合高齡者對活耀老化促進社會參與的期待。

嘉義市在「住宅與安居」面向獲全台第一，是全國高齡長照機構進駐率最高的縣市，也是長照領頭羊，提供高達 22 項的長照服務。其中在中低收入老人重病住院看護補助，上月 24 日公告，低收入戶每人每日最高補助 1800 元（調高 300 元）、中低收入戶 900 元（調高 150 元）。

## 二十三、長照小巴加送藥到府 高思博讓老人醫療免操煩

資料來源:2018-10-31 10:03 專題企劃／聯合新聞網

台南城鄉差距極大，要讓偏鄉醫療無死角，國民黨台南市長候選人高思博 22 日提出偏鄉醫療政策，除鼓勵宮廟、教會成為偏鄉長照據點外，還將結合 iHealth，引進日本早已行之有年且十分成功的「送藥到府」模式，透過送藥，為偏鄉或獨居老人建立社會安全網，提供用藥問題 24 小時隨時打電話詢問機制，在傳統中創新，讓台南老人醫療免操煩。

溪南、溪北交通不便，是台南鄉親長期的痛，高思博表示，年底選上市長後，一定要讓原縣區和市區間的交通達成一小時生活圈，因為現在大台南公車路網並不完善，偏鄉的人在區跟區之間移動，都要靠自己的交通工具，這也讓市民造成困擾，包括高速公路的負擔很重，另外一個則是老人家有移動上的限制。

特別是老人若需要就醫，去一趟醫院是一件非常困擾的事情，高思博指出，像是柳營奇美醫院接駁車提供轉乘到醫院看病的服務就做得非常好；未來政府可以補助需要的宮廟或教會來購置長照小巴，結合醫療接駁車與長照小巴，便捷偏鄉交通，成為交通的新結點，老人家就不用辛苦等公車。

另外，弘道老人福利基金會執行長王照允 10 多年前就看到台灣跟日本同樣面臨嚴重少子化、高齡化的問題，夢想解決醫療資源不平等的問題，招募行動藥師，開辦 iHealth 愛健康「台灣健康宅配」，提供送藥到府的服務。

由藥師將處方箋藥品宅配到府，不僅解決交通上的不方便，藥師還可以當場提供用藥諮詢與服務，高思博對如此全方位的營運模式表示佩服，特別是透過送藥為偏鄉或獨居老人建立社會安全網，提供用藥問題 24 小時隨時打電話詢問。

值得在台南推廣！

民進黨不做，高思博來做！這 20 多年來台南人應該可以過得更好，高思博指出，別的城市擁有的福利、建設，台南通通都沒有！年底選上台南市長之後，會將各地已經做得很好的政策，只要是有利於民的，都會引進台南，在傳統中創新，找出最適合台南人的政策，因為台南需要改變，呼籲鄉親一起來找回台南市民的幸福。

## 二十四、爭年改權益、顧榮民 竹縣 3 強搶攻軍公教選票

資料來源:2018-11-02 22:36 聯合報 記者陳斯穎、郭宣玚／新竹報導

國民黨新竹縣長候選人楊文科、民國黨徐欣瑩與民進黨鄭朝方，不約而同搶攻軍公教選票。楊文科昨成立退休軍警消公教後援會，承諾當選後協助退休人員繼續爭取應有的權利。

徐欣瑩表示，她以往就相當關心現今軍公教退休的高齡長者，已規畫與前縣長陳進興共同走訪軍公教退休的高齡長者，了解他們的需求。

鄭朝方則說，台灣歷經民主化與本土化的過程，他相信軍公教二代、三代，看得是候選人的政見，不是黨派。

楊文科在退休軍警消公教後援會成立大會表示，他本身是公務人員退休，最了解公務人員心聲，這麼多年來為國家工作，不求什麼，只求安身、過簡單的日子，但政府完全沒有這樣思考，一刀砍下去，砍到大家生活都有問題。

他承諾，若當選縣長，一定全力協助退休軍公教人員爭取權益。他也強調，只

有國民黨才會替軍公教警消爭取最大的權益。

徐欣瑩表示，她主張照顧榮民與照顧軍公教的態度與立場從未改變，過去擔任立委，就反對國民黨刪除軍公教三節獎金以及年金改革的假投票，針對蔡英文政府推動例行年金改革及軍公教年金改革，她也多次出席相關會議，發表各種聲明以及聲援軍公教的立場。未來若擔任新竹縣長，一定會照顧所有榮民以及軍公教，捍衛他們的權益。

鄭朝方則指出，台灣歷經民主化與本土化的過程，軍公教不見得都支持國民黨，尤其是軍公教二代、三代，他們跟很多年輕人一樣，看得是候選人的特質、政見。

## 二十五、蔡英文擲骰子老是「BG」 樂壞了老人家

資料來源:2018-11-03 17:30 聯合報 記者劉明岩／即時報導

總統蔡英文今天下午參加「彰化縣 107 年度社區照顧關懷據點成果展」，除觀賞老人家才藝表演外，還跟老人家擲骰子，玩得很開心，蔡英文還稱讚縣長魏明谷，稱彰化的老人福利做得好，還說如果大家選個能跟總統、中央配合得好縣長，那麼我們的老人福利政策一定能做得更徹底，成為老人的樂園。

彰化縣政府今天在彰化縣立體育館舉辦「彰化縣 107 年度社區照顧關懷據點成果展」，成果展由社區長者帶來充滿活力的健康操與精采的才藝表演，活動吸引了 1000 多名老人家報名，計有 25 隊參加，活動由彰化職業總工會-電音三太子表演揭開序幕，今年 90 歲以上參賽長者共 20 位，其中最高齡為 97 歲的大村鄉大橋社區賴吳寶，活動另有 20 個社區攤位。

總統蔡英文、彰化縣長魏明谷到場與長輩同歡，共待了將近一個小時，分別到許多攤位參觀，更在桌遊位與老人家擲骰子，雖然沒有擲出好成績，但為眾人帶來歡笑。

魏明谷則大談任內的老人福利，尤其是重陽敬老禮金「369」政策，也就是65歲以上3000元、80歲以上6000元、90歲以上9000元，當他問到有誰領到時，老人家紛紛舉手，他要求大家繼續支持，讓這個福利政策持續下子。

## 二十六、台電關懷退休人員 淡水阿嬤感恩照顧

資料來源:2018-11-02 21:08 觀天下 記者廖品涵／淡水報導

高齡化的社會，長輩的關懷與照顧誰都不能置身事外，今(2)日台灣電力公司宜蘭區營業處的人資課人員，來到淡水一位退休超過40年的廖葉阿嬤家中關懷訪視，阿嬤直說一輩子都被台電照顧，到老了還有關懷送到家，年輕時候一切為公司的服務都值得了。

台電公司宜蘭區營業處人資課長潘寬達表示，針對早期退休的同仁，定期進行家庭訪視與關懷，今天來到新北市淡水區的廖葉阿嬤家中，期待透過定期的關懷，要讓長輩們感受到備受重視，也要向早期為就台灣電力服務打下深厚基礎的人員，致上最深的謝意。

而廖葉阿嬤趁著台電公司同仁難得來訪，拿出連子孫們都沒有見過，泛黃的退休申請書，以及保存相當好的退休證，還有一枚退休獲得的台電動章，回憶起過去台電公司對於員工及其子女的照顧，廖葉阿嬤也是滿滿的感謝。

台電退休人員廖葉說，年輕時在電力公司上班，薪水不多還要養四個孩子相當

辛苦，還好台電針對員工子女的學費有分期從薪資裡扣的福利，才可以順利拉拔四個孩子長大，唸書甚至可以大專畢業，如今退休還可以受到關懷，真的是相當感恩。

今年高齡 91 歲的廖葉阿嬤，在民國 66 年退休之後就定居新北市的淡水，過了四十多年雖然與台電宜蘭區營業處人資人員常有電話聯繫，卻從沒想過會有見面的一天，因此臉上滿是喜悅之情，直說這輩子都深受台電公司的照顧，到老了還有送到家的關懷與溫暖，年輕時的努力打拼一切都值得了。

## 二十七、71 歲抗癌成功嬤練爵士鼓 成功登上小巨蛋

資料來源:2018-11-03 16:42 聯合報 記者林良齊／即時報導

2012 年至今，「仙角百老匯」已帶領超過 1500 名長輩，登上台北小巨蛋舞臺，今年仍邀請多個團體上台演出。其中，今年 71 歲的楊寶秀，多年前罹癌後，感嘆人生無常，忽然想要圓夢，痊癒後開始接觸從小就嚮往的爵士鼓，今年一得知被通知錄取時，奶奶卯足全力動起來瘋狂練習，終於在今天一償宿願。

2018 年仙角百老匯主題為「銀盒大冒險」，劇情背景為生活在「未來」的故事男主角，某天意外收到了一個遊戲盒，打開後，他進入了一場奇特的遊戲，開始了「銀盒大冒險」。萬人觀眾前一展不老精神的魅力，顛覆社會大眾對「老世界」的想像。

「我年輕就著迷爵士鼓那個鼓聲，一直希望有機會可以現一下」，71 歲阿嬤楊寶秀，多年前罹癌痊癒後開始接觸爵士鼓，雖然中間因故而學習中斷，直到前幾年在台北小巨蛋看到長輩登臺，又再度勾起了心中想表演爵士鼓的動機，經

過連續兩年報名徵選失敗，奶奶始終不肯放棄，終於達成在眾人面前演出的夢想。

搭檔的則是失明的 11 歲小小鼓手呂岳駿，在出生沒多久即因病導致失明，即使失去視力身處黑暗世界，他卻天生擁有嘹亮嗓音、對音樂、節奏特別敏銳，因緣際會學了爵士鼓後，更曾因登上舞台打鼓的影片感動數萬名網友。兩人一同演繹歌曲「永遠不回頭」，幾個月來，兩人努力排練與修正從不喊累，期待在小巨蛋舞台呈現最好的一面。

來自台中烏日的南丁格爾護理之家的長輩，與鄰近的楓樹社區長輩們兩兩一組，揮舞七彩繽紛的彩帶與加油棒，伴著輪椅長輩們雙手輕輕擺動，在一旁太鼓演出的長輩們，更是奮力舉起鼓棒，使勁跟上節拍敲打，積極克服體能和病痛。

來自屏東霧台鄉好茶社區的魯凱族長輩今天穿著魯凱族傳統服裝，戴上豐富華麗的頭飾，手拿著小米，伴隨著傳統文化與現代潮流的衝擊及融合，創作出美麗及優美的原住民歌舞劇。

弘道老人福利基金會董事長王乃弘表示，這些年來，我們帶著夢想的種子，從社區走向國際，茁壯為國內最具指標性的圓夢舞臺。從練習到上臺的過程中，長輩看見了自己的價值；社區有了努力的目標；大眾改變了看待生命的態度；國際更驚呼於台灣高齡者的活力，有效改變社會大眾對於老人的負面觀點，創造出驚豔世人的高齡軟實力。

## 二十八、獨居老人過世 豪宅易手家人不知



資料來源:2018-11-03 13:52 世界日報 記者胡清揚／洛杉磯報導

繼巴沙迪那 (Pasadena) 一戶市值 400 萬元的老宅遭華人保母管家與不肖華裔地產經紀 Tony 聯手侵吞，直到兒子回來奔喪才發現後，聖瑪利諾市也傳出白人獨居老人在看護住進去半年內去世，市值 200 多萬元的老宅隨即遭轉手的憾事，獨居老人的產業似乎缺乏保障。

本報日前報導不肖華裔地產經紀 Tony 夫婦私自侵吞 20 棟華人房產逃回中國，獲利金額高達 2000 萬元的詐騙事件，驚動華人社區開始關注周遭獨居老人的產業問題。

在聖瑪利諾高中附近一條安靜巷弄定居逾 20 年的多個華裔家庭發現，白人獨居老太太家去年底突然出現一位陌生女子，不到半年老太太就過世了，那棟房子隨即被轉手，也不見任何家屬出面。大家開始討論兒女都離家後該如何處置老宅，老伴若走了，剩下一人若失智豈不更糟？

在 Provident 產權保險公司 (Title Insurance Co.) 任職 19 年的華裔業務代表 Mike Chou 表示，年長者最好透過生前信託 (Living Trust) 事先安排身後事，免去了死後產業須經法院驗證 (Probate) 的麻煩，也讓不法之徒私自轉移年長者產業的困難度大為提高，還可指定在何種情況下將產權轉給兒孫。不過，設立生前信託之前最好與會計師及律師相商，聽取專業建議後再詳列轉移財產的諸多條件。例如，兒子結婚後若有生小孩才給房子，以因應日益高漲的離婚率。當然，兒女若孝順，也可先透過親子產業轉移免重估產業稅的 58 號提案，先將產業轉給兒女。

透過銀行貸款買入的房產，都有產權保險的保障，怕的是不經銀行貸款的現金交易，在這方面，物業交易公證 (Escrow) 公司與產權公司就扮演把關要角

了，嚴查簽名造假。

住在兒子替她買的老人公寓的齊媽媽，沒有產權遭管家或看護私吞的風險，但卻有家當頻頻遭竊的困擾。高齡 92 歲的她留了幾套質料好的衣服與鍾愛的翡翠戒指在身邊，要穿戴時卻怎麼也找不著，連女兒買給她的兩張白色純羊毛地毯也被偷走了。鄰居還告訴她，每周來 20 小時的那位管家看護，花她的錢買菜，卻把魚蝦與肉類帶回自己家食用。心胸開闊的齊媽媽笑言：「好在鑽戒等首飾已送女兒了，這些都是小東西，就當它是財去人平安吧！」

## 二十九、日本擬新增兩類簽證 開放更多外籍藍領勞工

資料來源:2018-11-02 11:22 經濟日報 記者林奕榮／即時報導

日本安倍內閣周五通過草案，為勞工短缺的產業開放引進更多外籍藍領勞工的大門，顯示向來保守的移民政策已開始鬆動。

許多日本人高度重視民族同質性，外來移民長期被視為異端；然而日本社會高齡化、人口萎縮的現實，使這個觀點受到挑戰。儘管安倍所屬的自民黨對開放移民的草案存有顧慮，但日本企業正面臨數十年來最嚴重的勞動市場緊縮，這個壓力可能讓國會決定採用新法案。

修正版的法案可能新增兩種簽證，供勞動力短缺產業的外籍人士申請；這些產業預計超過 12 種，包括農業、建築業、旅館業和醫療看護。

日本法務大臣山下貴司排除設有人數上限，但媒體推測可能逐步開放 50 萬人。目前日本的外籍勞工總數約為 128 萬人，占整體勞動力的 2%。

新簽證之一將要求申請者具備特定程度的技術和日語能力，最常可停留五年，不得帶家人入境；另一種供較高技術人士申請的簽證，則可帶親屬赴日並獲得居留權。

### 三十、比利時長照新標準 密集照顧外的 23 小時尊嚴生活

資料來源:2018-11-03 15:49 聯合報 記者章凱閔／即時報導

比利時一間超過百年的照顧中心發現，每一位住戶每天受密集照顧的時間，平均不到 1 小時；儘管是失能最嚴重的長者，也不多於 77 分鐘。這個數字，促成比利時長照新標準「23+1」，意即關注失能者 1 小時照顧之外，23 小時的尊嚴生活。

「23+1」推手之一、比利時聖伊莉莎白照顧中心主任瑪蒂范登堡（Maddy Van de Bergh）今天出席銀髮社企「銀享全球」主辦的銀新時代亞太高峰會，分享比利時落實尊嚴照顧的理念與作法。

比利時與台灣面積相當，同樣地狹人稠、且 2 年內將步入超高齡社會（全國每 5 人就有一位 65 歲以上老人）。范登堡說，這是國家難題，也是照護機構的挑戰，尤其「未來的客戶，不會再是沉默的一代，他們有具體的期待，期待老後有更好的生活環境、品質。」

為了因應大幅成長的長照人口，范登堡不久前統計照顧中心的每位個案，究竟花長照員多少時間？以評估未來長照需求。但她意外發現，平均每人每日接受密集照顧的時間，不滿 1 小時——「那剩下 23 小時，他們在幹嘛？」她問自己。

面對自己的提問，范登堡給了清晰的答案：機構裡需要「生活政策」，而不只是照顧政策。「提升照護品質的方法，就是關注客戶的生活品質、生活環境。」她說。

范登堡視機構住民為「客戶」，而不只是「被照顧者」。這樣的思維，翻轉了機構的經營模式，「從醫療模式，轉為全人模式；從供給的人，轉為滿足需求的人；從上對下的管理，轉為參與式互動。」

具體的作法是，這間照顧中心定期為被照顧者安排諮詢時間，「告訴他們，成為自己人生的導演」；被照顧者也成立「餐點委員會」、「住民委員會」，與大廚討論每日菜單、與照服員討論沐浴的方式與頻率——「很快地，你就發現客訴少了很多。」范登堡說。

為了避免機構像是生冷的醫院，范登堡說，白天時，機構工作人員會穿上 polo 衫、大紅褲子，甚至是自己的居家服；晚上，則換上睡袍。「失去時間感的失智長輩，一看就知道現在是睡覺時間，不必再強迫她就寢。」

近日，超過百年歷史的聖伊莉莎白照顧中心，將改建換新。范登堡說，機構長輩可選擇跟好友住在同一層，以及窗外景色。

「護理之家不是孤島，是社區的一部分。」范登堡說，照顧中心號召社區青年志工陪伴長者，也安排長輩定期與幼兒園孩子做體操、與高中生創作自己的生命之書——跨世代的互助，也為機構增添不少照顧生力軍。

范登堡說，長輩住進機構時，往往是生命最脆弱的時刻，「他們面對太多失去的經驗：失去親人、失去身體、失去生命中原有的角色」；作為一個好的機構，不

是像長照工廠、剝奪生活中的自主權，而是替他們找回尊嚴，尋一個新的家。

### 三十一、海外置產王／東京豐島區套房 投資亮點

資料來源:2018-11-04 00:00:40 經濟日報 記者 宋健生

曾被喻為東京都心高齡化最嚴重的豐島區，因為少子化與人口數衰退，被認為是最有可能萎縮的區域。如今卻因為人口大躍進，加上多項都市更新計畫陸續啟動而起死回生，當地不動產前景也跟著看俏。

全國不動產海外事業處長鍾秀美指出，目前豐島區平均月租金為 8.62 萬日圓（約新台幣 2.37 萬元），但其中一房一廳的套房產品最受到上班族青睞，平均月租金 13.85 萬日圓（約新台幣 3.28 萬元）。

以一房一廳的新成屋買賣價 4,000 萬日圓計算，租金淨投報率平均約 4%至 5%，是不錯的投資選項。

據今年 7 月最新統計，豐島區人口數達 29 萬人，創下 40 年以來新高紀錄。其中，14 歲以下的孩童增加最多，是 2008 年的 1.08 倍；除此之外，區內都更計畫持續進行，東急不動產、住友不動產都將在池袋車站東口開發摩天大樓。

位於東京都西北方的豐島區，區內以池袋車站為商業中心，而池袋和鄰近的新宿、澀谷，是東京都廳所規劃沿山手線的三大副都心；尤其池袋車站集結八條地鐵線，是本州北方進入東京都心的必經樞紐、全球第二繁忙的車站。

其中，車站的東西口是百貨公司、商場最密集的路段，而北口則是知名的華人街；順道一提，豐島區也是最多華人居住的區域之一，租屋需求龐大。

除了外國人租屋需求，地方政府為了修正區內嚴重高齡化問題，近年積極推動育兒福利，其中廣設幼兒保育園，造福許多雙薪家庭，更連續二年達到零待機兒童（未申請上保育園的幼兒）。

此外，豐島區過去缺乏大型公園供兒童娛樂、老年人活動，近期也正在全盤檢討，以及更新所有公園綠地。

至於新開發計畫，則多著重在池袋車站東口，目前正積極啟動 40 年來最大改建計畫，不僅東急不動產正在建造 14 層樓百貨「QUEPLAZA IKEBUCHU」，預計明年 7 月開幕，其中位於 4 至 14 層樓電影院「Grand Cinema Sunshine」，屆時將成為東京最大的影城。

住友不動產則和野村房地產聯手打造住宅摩天大樓，由於目前池袋周邊素地不多且零碎，加上建築物老舊，防災力不足，因此二家公司推動都更計畫，將在池袋車站東口興建二棟樓高 51 層摩天住宅大樓。

這兩棟摩天住宅大樓預計 2020 年完工，總銷戶數可達 1,450 戶，不僅鄰近池袋車站東口，還會興建商店街，以及符合幼童及老年人全齡化空間需求，備受市場矚目。

## 三十二、孤立死的地板印記 見證日本的無緣社會

資料來源:2018-11-06 09:07 全球中央

《孤立死，你沒關係嗎？》、《遺物整理商看見了》、《喪禮、繼承、遺言的萬全導覽》，這些都是日本首家遺物整理公司社長吉田太一的著作，他的公司已處理過約 3 萬件協助整理遺物的案件，採訪他時，覺得他是想替「無緣社

會」或「無援社會」留下一些情緣。

54歲的吉田年輕時是日本料理廚師，28歲改開卡車從事搬運工作後，成立日本第一家「搬家公司回收店」，再於1999年成立吉田物流公司。有感於孤獨老人死亡案例增多，於是在2002年成立日本第一家遺物整理專門公司Keepers，在東京、名古屋、富山、大阪、福岡、甚至南韓都有分公司。

### 腐臭髒亂的死亡現場 遺族如見神佛的清理業

「孤獨死」和「孤立死」有何不同？吉田接受《全球中央》專訪時指出，孤獨是個人的心理狀況，一個人死的時候是否覺得孤獨，他人不清楚；孤立就是離群索居，有些人喜愛這樣的生活型態也說不定，但孤立的狀態從客觀狀態判斷就可知，所以吉田把孤立的人死後沒人善後的情況稱為孤立死，而非孤獨死。吉田拿出一張照片給記者看，乍看之下，起初以為是什麼藝術圖案，經解說才知那是一名音樂人士死時，屍水在地板上滲透成人體形狀的模樣。Keepers員工進到遺體現場一定要先消毒、打掃，其他的服務還包括介紹葬儀社、回收品交易、不動產買賣與解體、汽機車辦理廢車手續等。

吉田說，他之所以開設遺物整理專門公司，是因為他有一次去協助處理孤立死的死者遺物時，遺族很感謝他，說見到他彷彿見到神一樣。有些很淒慘的死亡現場，遺族看到吉田來處理遺體，有一種「在地獄看到佛」的被救贖感。

吉田在著作《遺物整理商看見了》裡談到一段故事，提及一名住二樓的父親死後一個月，住三樓的兩個兒子才發現。吉田說，他與這兩名兒子和葬儀社的人談完後，走上二樓時，發現腳下階梯旁的水溝有蛆蠕動著，他心裡就有個底了，情況可能很糟。

他的著作裡還有其他悲傷的故事：一名自殺的死者留遺書給他，對於還要他來收拾殘局表達抱歉；一位獨居男性死亡，前妻與兩個女兒到現場，吉田處理遺物時聽到其中一名女兒說，「這樣的父親早死早好」、「連替他辦喪禮都覺浪費」，原來死者生前完全沒照顧她們，交往的女人一個換一個。

還有一則標題為「恐怖的巨大蒼蠅館」的故事。這個家的主人是年約 50 歲的死者，已當了一年多的流浪漢，家中垃圾堆積如山。吉田猜測，那巨大蒼蠅可能是撿拾回來的食物當中有外國進口的蔬果所夾帶的蒼蠅卵孵化的結果。死者的哥哥也是流浪漢，上一次兩人見到面時是三個月前的事。

### **社會變遷切斷人的連結 孤立死案例增加**

日本《朝日新聞》報導，日本為了訂出遺物整理業的指針，2011 年成立了「一般社團法人遺物整理士認定協會」，約有 7,000 家加盟。這協會表示，整理遺物的人不需有特別的資格，整理遺物者可能多達上萬人。

《朝日新聞》指出，日本針對孤獨死發生狀況做調查的縣市政府，只有北海道與鹿兒島縣。孤獨死的定義為何呢？

北海道政府 2013 年起定義為「死後逾一週沒人發現的人」、鹿兒島縣政府 2015 年起定義為「65 歲以上的獨居老人，在沒人看顧的情況下死亡超過兩天」的情況。根據 2017 年的最新資訊，北海道孤獨死者有 110 人、鹿兒島縣有 57 人。

日本民間調查機關日生基礎研究所 2011 年利用東京 23 區孤獨死人數與全國人口動態統計估算，認為「在自家死亡，死後逾兩天才被發現」的「孤立死」人數，日本一年多達 2 萬 6,821 人。



日本福祉大學准教授齊藤雅茂指出，高齡者的孤獨死案例大多是生前沒做好衛生管理、沒與人交流，不能說死得有尊嚴。政府應進行調查，官方與專家學者應訂出一個「孤獨死」的定義，應該由地方政府與警方合作調查。

吉田表示，他公司一年整理遺物的件數逾 1,600 件，孤立死的件數約 200 至 300 件，其中八成是男性。而且，孤立死不僅是高齡者的問題，現在有很多約 50 到 65 歲之間的男性孤立死。

他說，對於遭公司裁員的男性而言，無業是最痛苦的行業。另外，與他人沒對話題材的男性在家庭生活中也被認為不中用。他認為，生活失衡的人愈來愈多，這些人不喜歡被干涉、生活在沒人來訪的不衛生的環境中。還有，日本社會、經濟造成人的孤立化，像是小套房、超商、電腦、手機、電玩遊戲等增加，人與人的互動減少。

吉田認為，高齡化、少子化，加上未婚者增加，也是孤立死案例增多的原因。他說，有些人生前就找他商量整理遺物的事，其中大多是女性。來洽詢者有三成是沒親友者、有三成是不想麻煩親友者、有三成是完全拒絕親友干預者。

吉田說，孤立死的案例會愈來愈多，光看現在的小孩、年輕人愛玩手機、手遊的情況，以及電競遊戲也被納入國際性比賽就知道，不喜與人群交往的人愈來愈多，所以遺物整理公司也愈來愈多。

他建議，一定要面對現實，不能將孤立死一事當成事不關己，最好身邊有好友；生活中會面臨寂寞與嫌麻煩的情況，要懂得做調配，想活幾歲，由自己決定。

吉田受到日本全國行政機關或團體邀請演講的次數一年逾 100 個邀約，他也是媒體探討孤立死或孤獨死議題的名評論家。

他在演講中教導民眾如何防止孤立死，彷彿另類的傳教士。他說大家要有「不孤立死，也不讓別人孤立死」的知識，他還製作了 DVD 說明為何孤次郎（與人無溝通的獨居男）會孤單、無人善後，政府社會福祉做得再好也是有限度的。

吉田的經驗感動了知名創作型歌手兼作家佐田雅志，後來佐田雅志撰寫小說《彼時生命》，2009 年出版，並於 2011 年翻拍成電影，由男星岡田將生、女星榮倉奈奈主演，片中登場的遺物整理業者就是以吉田的公司為參考，這部電影也於 2011 年在加拿大蒙特婁影展榮獲創新獎。

### **另類喪禮 將遺物搬運到天國**

吉田自認是死者的「專業遺族」，就是專門處理別人身後麻煩事的。他在從事這一行時很有原則，他認為遺物絕非垃圾，所以他還會很善心的免費舉辦遺物聯合供養（祭拜）儀式，就像另類的喪禮，經過這儀式，將遺物搬去天國。

吉田接受採訪結束後，秀出許多遺族捎來的感謝信，有人寫道：「真的太滿意，我（死）的時候，也想請貴公司幫忙」、「本來臭味是大問題，已改善許多。如果有機會，還想麻煩你們」、「不只物品整理好了，遺族的心情也整理好了的感覺」。

他還帶記者前往遺物集中室，裡面有衣櫃、擺飾的娃娃、木雕、畫作等，上面都標上姓氏。在集中室外的棚架下，停著一輛汽車。吉田說，是他用 30 萬日圓買的，後來被估價只有 18 萬日圓的價值，不過他笑笑說，或許死者在天國因愛車賣得好價格感到開心。（完）

### 三十三、只聘 55 歲以上！南韓銀髮企業締造破億營收

資料來源:2018-11-04 10:20 聯合報 記者章凱閔／即時報導

南韓高科技公司「EverYoung」標榜「只聘 55 歲以上」熟齡職員，締造破億營收（2016 年營收約 70 億韓元，約新台幣 2.07 億元），成為全球銀髮社企的典範。如今，企業有 450 位員工，均齡 61 歲，是退休族再就業首選。創辦人鄭恩頌說，每個職位平均 80 人應徵，且幾乎「只進不出」，轉職率為 0.6%。

不過，鄭恩頌指出，「EverYoung」不只反年齡歧視，也拒絕性別、學歷歧視；他不在乎應徵者的年資、專業，只重態度，「就算是國中畢業，你也不見得輸工程學教授。」

鄭恩頌昨天出席「銀享全球」主辦的銀新時代亞太高峰會，分享他領軍「老人戰隊」震撼商界的經歷。

2013 年創立的 EverYoung，是一間專做網路內容監測的高科技公司。鄭恩頌說，高齡者雖缺乏體能優勢，卻十分細心、有耐心，青年認為枯燥乏味的網路監測、審查資訊的工作，熟齡者可勝任。公司最大客戶，是有南韓 Google 之稱的 Naver（通訊軟體「LINE」的母公司）。

鄭恩頌說，EverYoung 以「平等」為理念，他也沒有專屬辦公室，與所有職員同座。長輩們每日工時 4 小時，且每小時可休息 10 分鐘；公司也設置血壓設備，還給員工「孫兒生育津貼」，以及兄弟姐妹逝世的喪假。

雖然工時不長，意味著較低的收入，但鄭恩頌說，上了年紀的人，金錢之外，更重視生命的價值——有間企業願意照顧他們，他們會專注與負責來回饋，

EverYoung 穩定留職率可見一般。

最令他感動的一刻，是當他問自家員工，在 EverYoung 最幸福的事？一位職員說，「在這裡，我找到了新家人」；坐隔壁的另位長輩更打趣地說：「才怪，你們比我家人還棒！」

鄭恩頌說，人們從小被教導要祝福老人「長命百歲」，但當社會逐步高齡化，卻被視為災難；EverYoung 正是為了翻轉「老而無用」的觀念。