

高齡相關時事整理

20180822~20180828

- 一、 基本工資漲 他勞保年金多領 52 萬元..... 4
- 二、 愈早愈好 打工族累積勞保年資好處多..... 5
- 三、 體驗老年世界 東勢展超限時主義地景藝術..... 6
- 四、 滙豐台灣三年挹注偏鄉 1,500 萬元 推老人照顧計畫..... 6
- 五、 光寶創新獎 智慧醫療、長照與智慧城市應用大放異彩..... 8
- 六、 祖父母節到北市動物園 陪爺奶看祖父母級動物..... 9
- 七、 網紅治療犬「罔市」生日來助陣 直播募款籌建安納家園..... 10
- 八、 默克慶 350 周年 投入免疫療法、基因研發..... 10
- 九、 影／宣導長輩交通安全 警清早「大聲公」強化宣導..... 12
- 十、 高市醫院周邊交通限制多 不利老人就醫..... 12
- 十一、 關愛地方獨居老人 瑞芳區長帶隊大掃除..... 13
- 十二、 嘉義市高齡友善運動會 機器人湊熱鬧..... 14
- 十三、 北市日照收托量不夠 逾 500 失智長者享不到..... 15
- 十四、 德國共融空間計畫 孤獨老人與年輕家庭相遇之所..... 16
- 十五、 老人專用網咖、藥局親自送藥到府...德國推高齡友善城市..... 18
- 十六、 勞保年金月領 5 萬元？這樣做才有機會..... 19
- 十七、 台灣人壽分析 網路投保最受醫生、科技新貴青睞..... 20
- 十八、 老公寓爬梯機久候又受限 議員促推小黃司機背扶抱救急..... 21
- 十九、 行動不便者上下樓 議員：請運將幫忙「背、扶、抱」服務..... 22
- 二十、 誤解長照就是把屎尿... 高職新增照服科 招生差..... 23
- 二十一、 長期臥床口病難醫 到宅牙醫治療恢復口腔健康..... 24
- 二十二、 居服 20 年 金門吳瓊治長照不缺席..... 26
- 二十三、 金門首家民間長照機構 居服員月領 5.2 萬元..... 27
- 二十四、 八旬老翁遭盜領 70 萬還向法官求情 女看護獲緩刑 3 年..... 28
- 二十五、 協助管控、讓他同理 強制丟棄只會製造衝突..... 29

二十六、	運動舒包課程擴大辦理 63 據點服務花蓮 1200 長者.....	31
二十七、	捐血斷層 有「LINE」年輕人捐熱血.....	31
二十八、	「障礙不見了」在聚樂部 童顏喚起公嬭本能.....	32
二十九、	街道遊戲運動 找回孩子「走出家門就能玩耍」的權利.....	33
三十、	共居+同屋+共學...3 模式創造世代共融空間.....	34
三十一、	花蓮「運動舒包」 下月全縣開課.....	36
三十二、	老人青年跨齡當鄰居？多代共生居所 對每個世代都友善.....	37
三十三、	翻轉家庭定義！青銀世代同屋簷 美日德都有先例.....	38
三十四、	從跨代共居畢業！告別爺奶室友 讓其他青年補位.....	40
三十五、	鼓勵兩代互動！青銀和平共存 三招相處避地雷.....	41
三十六、	「搖滾爺奶」創老人說書戰隊：老了也要快樂.....	42
三十七、	社區營養推廣中心啟動 迎接高齡社會來臨.....	44
三十八、	台日合作「療癒庭園」明年開 首座落在大安森林公園.....	45
三十九、	不滿勞保局審議提救濟 去年撤銷率近 3 成.....	45
四十、	豪雨釀災 勞部提供 7 項災區協助.....	46
四十一、	協助中南部災後清理 勞部推 5000 個臨工名額.....	47
四十二、	上班族退休金多少才夠用？調查：存款要有 1617 萬.....	48
四十三、	公教人員注意！參加公保期間不可再保社會保險.....	49
四十四、	勞退金累積有多少？郵政金融卡也能查詢.....	50
四十五、	人生長河兩頭兩代人互相滋養 德國長者單親互助共居.....	51
四十六、	都市迎回老人...柏林多代宅 孩子交到老朋友.....	52
四十七、	多代共居宅屬非營利機制 沒人捨得搬出去.....	54
四十八、	穿戴裝置熱！Galaxy Watch 表面設計可客製化.....	55
四十九、	大法官被控偽造遺囑 坐在被告席接受審判.....	55
五十、	妻逝無人照料 89 歲老榮民拄拐杖忍痛送走 10 歲愛犬.....	56
五十一、	50 名獨居長者住家遭洪水淹 華山招募志工清理.....	57
五十二、	全國首台太陽能乘坐式播種機 拼 108 年上市.....	58
五十三、	台灣 2060 年成最老國家 專家：紅綠燈恐等 3 分鐘.....	58

五十四、 台灣迎高齡化社會 「先創無齡社會」..... 60

一、基本工資漲 他勞保年金多領 52 萬元

(資料來源：2018-08-22 15:03 聯合晚報 記者陳素玲／台北報導)

勞動部日前開會決定明年起，基本工資增加 1100 元，調高到 2 萬 3100 元，看似不多，但是基本工資提高，投保薪資也會跟著提高，直接影響退休後領取的勞保老年年金，因此調漲基本工資，不但可以提高基層勞工每月所得，連老年保障都增加。

11 年來基本工資增加 4720 元，一位勞工若 25 年年資，退休時每月可多領 1829 元，以餘命 20 年計算，領到老約可多領 43 萬元。

勞工薪資雖是市場機制，但基本工資是最低生活保障，而底層勞工議價能力最差，因此世界各國都由政府訂定最低工資法，每年藉由政府介入勞資協商，決定調漲金額，確保基層勞工薪資可以每年調漲。

基本工資一旦調高，勞保投保薪資也跟著調高，現行勞保老年年金計算就是採 60 個月最高平均投保薪資為計算基礎，對於無法靠換工作提高薪資，上調投保薪資的基層勞工而言，調高基本工資是唯一上調投保薪資機會。

台灣基本工資 2007 年時只有 1 萬 7280 元，由於幾乎年年調漲，2015 年已破 2 萬元，隔年再增為 21K，到現在已經增加到 2 萬 2000 元，等於 11 年來基本工資增加 4720 元，不但勞工每月實質所得增加，如果勞工一輩子都是領基本工資過活，靠著基本工資逐年調高，退休時領取勞保老年年金也能因此受惠。

舉例而言，一位勞工若達到勞保年金請領資格時，勞保年資共 25 年，若是平均投保薪資是基本工資 1 萬 7280 元，退休時每月可領金額只有 6696 元，但是若平均投保薪資是 2 萬 2000 元，則每月可領 8525 元，每月可多領 1829 元，一年就可多領 2 萬 1948，若平均餘命為 20 年，到老約可多領 43 萬餘元。

如果勞工勞保年資是 30 年，領取金額差更大。若平均投保薪資是 1 萬 7280 元，每月可領 8035 元，但基本工資增加到 2 萬 2000 元後，30 年資的勞工勞保老年年金每月約可領 1 萬 230 元，每月多領 2195 元，一年就可較 1 萬 7280 元時多 2 萬 6340 元，平均餘命 20 年下來，多領金額達 52 萬 6800 元。

不過勞保年金計算標準，係以終身投保薪資最高 60 個月計算，如果基本工資調高，勞工能否用最後調高的基本工資金額計算年金，每個人狀況不同。

基本工資雖然不高，但近年每年增加 1000 元，調薪幅度較一般勞工高。最重要的是，如果基本工資一直未漲，領取基本工資勞工薪資永遠不漲，不但無法應付年年上漲的物價指數，勞保投保薪資級距也無法提升，退休後領取勞保老年年金更沒有增加的可能。

二、愈早愈好 打工族累積勞保年資好處多

(資料來源：2018-08-22 14:21 聯合晚報 記者陳素玲／台北報導)

基本工資明年起調高，打工族時薪調幅高於月薪族。對打工族來說，時薪調高固然可以領更多錢，年輕時愈早開始打工，而且確實投保，最大好處是及早累計勞保年資，有利退休時勞保年金領得更多。

到目前為止的勞保年金王紀錄保持人，仍是數年前一位 76 歲男性高齡勞工，因為 16 歲起工作就勞保，後來當老闆，直到 2015 年才請領勞保年金，由於累計勞保年資達 60 年 3 個月，平均月投保薪資 4 萬 3900 元，又多領 20% 展延年金，每月年金可領近 5 萬元、4 萬 9196 元，創勞保年金開辦來最高紀錄，堪稱「勞保年金王」。

以往勞保老年給付只有一次金，且訂有勞保給付上限最多 45 個月（若加計 60 歲之後年資最多五年，最多只能領 50 個月），因此即使很早開始投勞保，對日後領取勞保老年給付並無益處，很多變成無效年資。但是 2005 年勞保年金化後，勞保年金計算除了投保薪資是關鍵，勞保年資沒有上限規定，都可計入勞保年金計算標準，勞保年資就變得極為重要。

上述 76 歲「勞保年金王」就是最好的例子，因為 16 歲就開始工作投保，又工作到老，累計年資長達 60 年以上，如果他在 2005 年勞保年金化之前就領取勞保老年給付，若以最多領 50 個月計算，只有 219.5 萬元。但是他 76 歲才開始領，月領年金高達 4 萬 9196 元，一年就可領 59 萬 352 元，只要領 3.8 年就超過 219.5 萬元。

也就是說，現代很多年輕人從就學時期開始打工，打工依法要加勞保，可能不到 20 歲就開始累積勞保年資，對老年後領取勞保年金，將有大大的助益。

三、 體驗老年世界 東勢展超限時主義地景藝術

(資料來源：2018-08-22 10:23 中央社 台中 22 日電)

台中市東勢區老年人口比率 18%，為翻轉民眾對老化的刻板影響，東勢客家文化園區舉辦「人生超限時主義—東勢地景藝術展」，民眾透過超現實場景進入高齡世界，體驗老年生活。

走進園區，放眼望去草地上多出許多東西，包括馬桶、冰箱與浴缸，園區即日起到 9 月 16 日希望透過展覽，提供民眾對高齡社會議題另一種思考與實踐途徑。

床上擺了廚具、廁所放置餐桌、冰箱裡有遙控器，許多不合理的超現實狀況在園區內登場，園區內一條長達 10 公尺超大膠囊及濾鏡廊道，分別象徵「時光膠囊」和老人視力退化後看到的世界，

東勢區長徐佩鈴表示，時光膠囊裝的不是藥，而是老年人生活經驗。視力退化後，老人家可看到不一樣的世界。老化不可怕，就看如何看待。

徐佩鈴說，展覽不是以悲憫態度感傷老化世界，而是透過展覽，希望每人獲得不同心得，除讓民眾體會老年生活，也以輕鬆有趣方式吸引群眾關注，思考老年世界生活模式。

四、 滙豐台灣三年挹注偏鄉 1,500 萬元 推老人照顧計畫

(資料來源：2018-08-22 12:40 經濟日報 記者楊筱筠／即時報導)

滙豐(台灣)商業銀行今(22)日與中華民國老人福利推動聯盟共同舉辦「讓愛零距離」偏鄉老人照顧計畫成果發表會，會中除了邀請多位服務志工分享照顧心得，更進一步傳遞目前台灣偏遠地區長者照顧所面臨的挑戰與困境。

而過去三年來滙豐銀行推動「讓愛零距離」計畫致力改善城鄉長照資源差距，從社區整體照顧模式的概念出發，成功與當地社福團體或基金會合作，並提供完整的服務計畫，讓民間力量得以促成「在地老化、活力老化」的目標。

自 2015 年起，滙豐銀行與老人福利推動聯盟共同推動「讓愛零距離」偏鄉老人照顧計劃，挹注新台幣 1,500 萬元經費，投入資源於「偏鄉服務平台運作」、「物資採買」、「支持偏鄉自主服務」、「自付費用補助」與「人才培育留任」等五大面向，三年來透過多元開展、長期深耕及雙向互動的核心理念，為社會帶來顯著的改變。

據統計，歷年來推動地區之老人照顧服務增加逾五成，交通接送的使用率亦為未推動前的兩倍以上，有效建立起與弱勢長者廣泛且緊密的連結。

滙豐銀行企業永續發展處負責人李清如表示，志工服務為滙豐企業文化重要的一環，透過「讓愛零距離」計畫，三年來已照顧四千餘位長輩使用長照服務，內容包括居家照顧、送餐及共餐、交通接送、物資採買、陪同就醫等。滙豐銀行也積極參與關懷長輩的志工活動。

截至今年上半年為止，共有 82 位滙豐志工投入 258 小時，募集愛心物資送至獨居長輩家中、農曆年前與長輩圍爐同歡、協助長輩進行健康檢查、以及端午包粽送至長輩家中，期望為台灣長者創造有尊嚴且有品質的生活環境。

有鑒於台灣城鄉差距持續擴大隱憂，偏鄉青年人口外移嚴重，導致留守老人越來越難以得到照料與陪伴；因此，滙豐銀行持續投入心力培育留任偏鄉長照人才，在台東縣蘭嶼鄉、宜蘭縣大同鄉（後山地區）、南投縣信義鄉及澎湖縣白沙鄉等地推動，迄今已培育出 150 名在地照顧服務員，其中超過三成實際投入照顧工作。

滙豐更進一步與老人福利推動聯盟合作，結合全台偏鄉在地團體的資源，建置起以「人」為中心的照顧體系，有助於減緩高齡社會對醫療照顧支出的衝擊，為偏鄉帶來希望。

五、光寶創新獎 智慧醫療、長照與智慧城市應用大放異彩

(資料來源：2018-08-22 13:47 經濟日報 記者劉芳妙／即時報導)

「光寶(2301)創新獎」之企業特別獎得獎作品名單出爐。邁入第18屆的光寶創新獎，攜手全球領導企業默克(Merck)與英飛凌(Infineon)於全球上千件作品中評選出兼具創意與市場性的優秀作品。今年度獲獎作品於智慧醫療、高齡長照及智慧城市議題展現高度創意，結合創新科技與永續觀念，提出有效解決對策。

默克連續五年設立特別獎，今年以「數位醫療 Digital Health」為題，獲獎的三件作品運用數位科技提出增進健康對策。殊榮獎作品「默克印章注射器」於注射器口結合印章功能與 App，數據不僅可以上傳雲端，更提供社群平台以便使用者交流。

特別獎作品「健康飲食小幫手」針對食安及健康管理問題，提供正確資訊及有效管理健康指數；「成長助理跳繩」則致力提升父母對孩童成長發育的專業知識，透過多項感測器分析健康狀況，有助於掌握孩童成長狀況。

英飛凌以「智慧建築 Smart Buildings」為題，從智慧城市永續的觀點出發，獎勵智慧節能、環境友善的作品。殊榮獎作品「道路指示旗幟」以創新高解析電子顯示旗幟，迅速且有效提供民眾第一手資訊。

特別獎作品「光線調節窗」利用微藻過濾器控制窗戶透光強弱以取代室內光，兼具節能與永續發展之概念。

另一件特別獎作品「一度電社區電源共享服務設計」，針對節能減碳提出創意構想，將健身房器材產生的動能轉換成社區與城市用電。

光寶特別獎鼓勵兼具原創性與市場性的創新作品，三件獲獎作品分別為「防褥瘡智能清壓護理床」運用互聯網監測系統搭配動態調整氣囊床墊，以減少褥瘡發生機率，減輕長期照護者負擔；「UV光照技術消毒馬桶刷」整合 UV 燈光與消毒技術，解決家中衛浴設備潮濕和異味的問題。

另一項獲獎作品「智慧路邊停車系統」則是運用道路貓眼概念，裝置提供自動辨識車牌及拍照功能，不僅簡化付費流程，更減少紙張的浪費。

六、祖父母節到北市動物園 陪爺奶看祖父母級動物

(資料來源：2018-08-22 13:49 聯合報 記者魏葭伊／即時報導)

每年的 8 月第 4 個星期日為「祖父母節」，台北市立動物園在本周六 8 月 25 日舉辦的「祖父母節」活動，除了有設攤、闖關，還介紹了園內的高齡動物，歡迎小朋友帶著祖父母一起來動物園，陪動物爺爺奶奶一起慶祝「祖父母節」。

動物園內達到祖父母等級的動物，有即將滿 34 歲河馬「娜娜」、38 歲及 36 歲的犀牛「犀敏」與「犀西」，29 歲及 27 歲的臺灣黑熊「小熊」與「寶貝」，以及 31 歲的白手長臂猿「阿寶」。

另外在園內有孫子或孫女的動物祖父母，則包括黑猩猩阿嬤「咪咪」、穿山甲阿嬤「穿穹」及阿公「穿胖」。

本周六園內廣場將舉辦「祖父母節」特別活動，祖父母節手護禮「以愛守護 代代相傳」，8 月 25 日上午 8:30 至 11:30，由台北市政府教育局指導，台北市立動物園、台北市國小學生家長會聯合會、台北市家庭教育中心聯合舉辦，現場準備了精彩的舞台表演活動。

廣場內也將設置多樣有趣的攤位，以「感恩」、「傳承」、「關懷」做為攤位主題；當天「健康熊讚」活動再加碼，只要拿著集章卡至本園「安全拼拼樂」攤位，完成闖關後，還可以獲得動物園限量 100 份的環保袋，送完為止。

台北市立動物園在 8 月份舉辦「健康熊讚-友善安全步道集章活動」，8 月底之前，民眾只要在園內集滿 4 個位於各步道之紀念戳章，就可到遊客服務中心兌換限量小禮物。另外憑集章卡至「Taipei Zoo 臺北市立動物園」FB 粉絲專頁（活動頁面 <https://goo.gl/womKF7>），完成指定任務，還可獲得「水獺寶寶喜氣洋洋扇」，每日限量贈送 50 個，送完為止。

七、網紅治療犬「罔市」生日來助陣 直播募款籌建安納家園

(資料來源：2018-08-22 18:15 聯合報 記者謝恩得／即時報導)

天主教安道基金會籌建結合長照與宗教信仰的嘉義縣大林鎮安納家園，捐款狀況不甚理想，建設經費還短缺 1 億餘元，副縣長吳芳銘和網路高人氣、擔任安道大使的黃金獵犬「罔市」、「落米」，今天透過臉書現場直播義賣愛米樂健康禮盒，吳芳銘現場認購 6000 元，籲請善心大眾共同築起愛的磚牆。

罔市和落米的爸爸邱圍 uncle，20 年前參觀聖心教養院很感動，開始加入關懷行列，有次看到 1 隻小狗為院內孩童帶來歡樂，9 年前他在台北捷運站看流浪狗罔市帶回家養，他去服務犬協會受訓，教導罔市成為服務犬，從此參與各地公益活動。

5 年前邱圍又看到流浪狗落米，帶回飼養並訓練，罔市和落米兩隻黃金獵犬每次出現，都讓會場帶來溫馨和快樂，罔市還成為網紅。

罔市已是 10 歲高齡犬，今天為牠慶生準備生日蛋糕，但還沒唱生日快樂歌，罔市就低下頭偷吃一口，逗得全場哈哈大笑。

安納家園未來將提供失智、失能、孤苦無依老人照顧服務，副縣長吳芳銘和社會局長楊健人表示，嘉義縣 65 歲以上人口比例高居全國之冠，感謝天主教會嘉義教區致力於活化教堂，規畫興建老人福利機構，回應社會的需要。

八、默克慶 350 周年 投入免疫療法、基因研發

(資料來源：2018-08-22 20:19 經濟日報 記者吳凱中／即時報導)

默克歡慶成立 350 周年，因應未來社會趨勢，默克投入免疫療法、基因編輯研發，以提高人類生活品質，並發展先進材料以因應自駕車與下世代面板等科技發展需求。

默克以「永保好奇心 — 預見下一個 350 年」為主題歡慶成立 350 周年，為科技、醫療與生技產業創造無限價值。默克指出，因應未來社會趨勢，默克投入免疫療法、基因編輯研發，以提高人類生活品質，並發展先進材料以因應自駕車與下世代面板等科技發展需求。

同時，默克也持續在台布局，除了投資研發中心及引進國外最新技術，也期望透過產、官、學、研界合作，共同發展未來半導體與面板材料的下世代技術，並攜手開創醫療與生命科學領域的新方向。

從西元 1668 年創始於德國的天使藥房，現今的默克已成為世界頂尖的跨國科學與科技公司，專業領域橫跨與特用材料、醫療保健、與生命科學。默克在特用材料領域則專注於致力於發展半導體、面板的下世代技術，扮演科技進步的推手。

在醫療保健領域提供生殖醫學、腫瘤醫學、神經學與免疫學等化學暨生物製藥解決方案，幫助人類免於病痛並改善生活；在生命科學領域則為科學家與實驗室的最佳夥伴，竭盡所能協助解決科學領域中最困難的挑戰。

面對科技產業的轉型階段，不論從傳統汽車到自駕車、豐富視覺的液晶與面板材料、適用於化妝品與建築美學的珠光塗料，位居上游的默克皆積極開創先鋒，提供先進材料技術。

台灣默克集團董事長謝志宏指出，我們研究如何因應未來人類生活型態，尋找液晶材料新應用的可能，如將液晶應用在智慧窗戶及汽車，並發展先進半導體材料，以提早實現自駕車、物聯網等下世代技術。

為此，默克在台灣的投資更逐年遞增，不僅在桃園設立全球生產液晶原料的研發重地，去年更於高雄創立默克在亞洲第一座積體電路（IC）材料應用研究與開發中心，為的是能近距離與客戶合作研發並及時提供解決方案。

此外，默克在醫療領域的研發，為現今高齡化社會、少子化以及癌症病患增加等社會趨勢提供解方，其免疫療法更為癌症患者帶來更多治療選項。

在生命科學領域，默克幫助藥物研發、製造與診斷各個階段的解決方案，為生物科技、生技製藥創造突破，提供環境、水質、食物檢測方面的層層把關。默克也跨足投入基因編輯研究，在符合道德和法律規範的標準之下，推出 CRISPR 技術，協助透過染色體修改，為癌症與罕見疾病帶來新希望。

九、影／宣導長輩交通安全 警清早「大聲公」強化宣導

(資料來源：2018-08-22 20:50 聯合報 記者謝進盛／即時報導)

「穿越道路時應走行人穿越道(斑馬線)...」台南市白河警分局今在白河區運動公園，針對早起健身運動長輩進行戶外交通安全宣導，警方還出動大聲公宣傳強化效果。

「應穿著亮色衣服並配戴反光飾物」、「騎乘機車戴安全帽」、「看清左右無來車時再儘速通過」、「禮讓行人」，白河警分局一早前往運動公園宣導，現場有返老還童氣功協會、晨光協會及晨起運動民眾約 100 名，警方把握宣導機會。

警方說，台南市去年 1 至 12 月交通事故死亡累計 171 人，其中「65 歲以上高齡者」死亡 48 人，占整體交通事故死亡人數高達 35.29%，發生時間以清晨 5 點至 7 點最多、18 點至 20 點次之。肇事原因則以未依號誌行駛、穿越雙黃線等違規為主。

白河分局長斯儀仙表示，高齡化已是全球關注議題，因為生理、反應與認知功能退化，其反應時間會增加，因此實有必要加強宣導高齡者行的安全及防禦駕駛觀念，養成正確駕駛觀念，保護自身行車安全。

十、高市醫院周邊交通限制多 不利老人就醫

(資料來源：2018-08-22 23:47 聯合報 記者楊濡嘉、王慧瑛／連線報導)

台灣人口老化情況嚴重，老人就醫常面臨行的不便，高市有老人與家屬向院方反映，指院外道路設計、交通動線不利病患行走，尤其對需由車輛載送的老人、行動不便者更不友善，包括醫院周圍畫紅線、人行道高高低低、醫院外道路慢車道太窄等，高市議員周玲玟接獲陳情要求高市交通局、工務局檢討改善，市府表示會派人勘查。

嘉義市嘉義基督教醫院位在車水馬龍的忠孝路上，7 年前建造門診大樓時，同時蓋一座人行空橋，銜接門診大樓與住院大樓間，提高患者及醫護人員過馬路安全性。

嘉基企劃室主任洪錫隆，多年前嘉基一名同仁過馬路時發生交通事故，讓醫院更重視患者及醫護同仁行的安全，也是高齡友善機構。

周玲玟說，衛福部鼓勵民眾看病時不一定要往教學醫院排隊掛號，可以到區域醫院或診所，教學醫院也可鼓勵病情較輕的病患轉到區域醫院或診所就醫，使得高雄市中心的區域醫院或診所就醫人數逐漸增加，苓雅區有一家區域醫院一天的病患經常逾 8000 人次。

她表示，就醫人口中，老人比例愈來愈高，她選區內的苓雅、新興、前金區內的醫院，不管是綜合醫院、專科醫院或附設洗腎中心的醫院，常見老人家被家人或看護用輪椅推到醫院就醫，可是醫院門口畫紅線，禁止臨停，開車的人如果臨停，不時被檢舉達人拍照檢舉，如果要停路邊停車格或路外停車場，得推著病患走在慢車道、甚至快車道，病人、家屬和汽機車都危險。

周玲玟以苓雅區一家知名綜合醫院為例，這家醫院每天上午病患很多，救護車、復康巴士、計程車都很多，可是這家醫院南面的大馬路有分隔島，車輛、病患往往要在慢車道上與機車爭道，人行道的環保磚又高低不平，不時有老人跌倒，這些都是面對老年化社會時，市政府應該要全面檢討的問題。

交通局代理局長黃萬發說，醫院的交通動線會分個案和通案來處理，最近有一家教學醫院也請交通局幫忙調整醫院大門口的動線，方便車輛進出；對於醫療院所周圍道路的快慢車道、臨停問題，都會檢討改善，如醫院要求調整，交通局一定派員會勘改善。

工務局長蔡長展表示，前瞻計畫中有一項推動「全齡化」人行道的計畫，高雄市正朝此方向建置適合各年齡層的人行道，也方便老年人行走和輪椅行進。

十一、關愛地方獨居老人 瑞芳區長帶隊大掃除

(資料來源：2018-08-23 19:37 觀天下 記者馮啟強／瑞芳報導)

為了關懷地方的獨居老人，今(23)日上午瑞芳區長陳奇正就帶領兩位替代役男，在里長謝永昌的媒介下，到老人家中進行大掃，一起為曾參與823炮戰的91歲高齡黃伯伯打掃家裡，希望可以讓他住得更舒適。

里長謝永昌指出，黃伯伯獨自一人在這居住，在加上年紀大了行動不方便，現在都是由里內志工負責每日送餐，今天也很感謝區長帶役男前來幫忙清掃，讓黃伯伯有更舒適的居住空間。

區長陳奇正表示，黃伯伯獨自生活原本就不容易，再加上年紀很大了，擔心自己在家打掃容易滑倒發生意外，因此，透過里長的媒合下，發起這樣的活動。

替代役男蔡思齊也表示，沒想到在公所服役可以有機會進行社會公益的活動，覺得很棒也很榮幸，透過服務老人家，讓自己對社會的體認更深，也成長很多。

區長陳奇正表示，除了打掃黃伯伯家裡，等等還有一家要去協助打掃，而這項活動也會不定期舉辦，公所希望結合替代役男的服役期間，多多進行社會服務工作，除了幫助弱勢群眾以外，也讓役男對社會公益做出貢獻。

十二、嘉義市高齡友善運動會 機器人湊熱鬧

(資料來源：2018-08-23 19:00 聯合報 記者王慧瑛／即時報導)

嘉義市政府衛生局在北興國中辦高齡友善社區健康營造趣味運動會，近400名長者以老師設計的簡單恰恰舞步，現學現賣，長輩們也卯足了勁參加具有復健性質的趣味競賽，展現老而健康的活力。

由義守大學所開發的八段錦機器人，帶著嘉義市長涂醒哲和長輩們做養生操，氣氛很high。

涂醒哲表示，智慧健康對社區長輩而言是抽象名詞，透過和義守大學所開發的機器人同台演繹八段錦功法，頗具時空穿越效果，別小看可愛機器人，它的動作可是具有職能治療的功能。

70多歲患有血管性失智症的柯伯伯，原本無法和陌生人共處，需要另一半隨時陪在身旁，自從參加精忠社區長照站，在里長、照服員及志工的陪伴下，一起走出社區。

嘉義市衛生局說，趣味競賽是以生活化、兼具訓練下肢肌力、手眼協調能力的懷舊童玩方式進行。圳頭里89歲伯伯李體文神采奕奕玩著套圈圈、林森里89歲奶奶王張水妹以有力的「佛山無影腳」推動水瓶，長輩和里長們開心地玩在一起。

隨著社會高齡化趨勢，失能、失智人口也隨之增加，嘉義市在民國96年成為台灣第一個推動「高齡友善」的示範城市，東、西區衛生所在去年

承接社區健康營造計畫，經過和里長、里民討論後，讓社區提出自己的健康需求，進行健康營造，目前東、西區各有 7 里參與，也發展出各自的特色，社區常經驗交流，互相觀摩學習。

十三、北市日照收托量不夠 逾 500 失智長者享不到

(資料來源：2018-08-24 00:07 聯合報 記者邱瓊玉／台北報導)

北市即將進入超高齡社會，議員汪志冰昨在議會民政部門質詢時直言，據社會局調查，北市有 1255 名失智症長者有意接受日間照顧服務，但北市 21 間日照中心，收托量僅 741 人，換句話說，逾 500 名失智症者無處可去。她質疑社會局對長者照顧不夠細緻。

對此，社會局代理局長黃清高表示，因應超高齡社會，預計未來 3 至 4 年間，北市日間照顧機構將加倍設置，預計可再增加 19 家。

汪志冰說，國際失智症協會 2017 年統計，平均每 3 秒就有一位長者罹患失智症，全球失智症人口已突破 5 千萬人，台灣粗估有 26 萬人，北市則有 2 萬多人，但這僅是政府已知數，合理推估黑數更多。

不過汪志冰表示，領有身障手冊的失智症長者僅 7608 人，也就是說，有 1 萬多名長者無法享有應得的經濟補助、輔具服務，也無法享受無障礙交通、個人與家庭照顧者，但其實很多長者不是沒這方面需求，而是抗拒就醫，社會、衛生局等應研議更人性化的方式，鼓勵長者就醫接受治療。

汪還表示，社會局推估北市有 1255 名失智症長者有意接受日照服務，但現有 21 間日照中心，最大收托量為 741 人，多達 514 名長者看得到日照中心卻享受不到。

除了日照中心收托量能不足，部分日照中心收托量更是差很大。她表示，像是松山、內湖等 12 間日照中心嚴重超出負荷，也有醫院附設長照機構可收托 30 人，卻僅照護 5 人，服務有失比例原則。

她說，長照政策應要有遠見，並要求社會局等相關單位盡速研議策略。

十四、德國共融空間計畫 孤獨老人與年輕家庭相遇之所

(資料來源：2018-08-26 09:30:50 聯合報 記者江睿智／專題報導)

春天降臨大地。穿越柏林利希滕貝格區(Lichtenberg)大群住宅公寓的深處，目光被橘色牆身的圓形建築所吸引，這裡是共融空間「橘屋」(Orangerie)。此處曾是一所老學校的危樓，而今改建成充滿陽光與溫暖的橘屋，不僅是社區老人們的生活重心，也打造老人、年輕家庭和小孩，多代互動的空間。

德國政府除了以多代共居宅(cohouse)促進世代互助共融，同時鼓勵遍布全國各地的社區活動中心，舉辦各種多代共同參與活動，讓活動中心成為名符其實的「共融空間」(Mehrgenerationenhaus)，社區鄰里不同世代、不同族群的人們在此相見歡。橘屋正是一例。

周一上午9點鐘不到，7、8個的老人準時出現在橘屋的健身教室，他們自己播放音樂，很自然圍起圈圈，跟著音樂擺動，提腿、擺腰等姿勢都難不倒他們，空氣中充滿輕快而歡樂的氣息。「運動讓我保持年輕，」81歲歐皮茲(Anni Opilz)熱情而主動向願景工程採訪團隊打招呼。

每天的健身課是開給社區70歲以上老人，老人們在健身完後，會在橘屋咖啡廳的圓桌上一起喝咖啡聊天。14年來，歐皮茲都會定期出席。

歲月在歐皮茲臉上刻劃了動人線條，「先生過世時，我非常孤獨，在這裡可以遇到同年齡的朋友，有同樣煩惱和疾病，若一直待在家裡，我會很鬱卒，」而今她爽朗地說。

健身課並非歐皮茲最期待的活動，「每年夏天都會有大型戶外聯活動，會有很多媽媽帶著孩子來，有音樂、有舞蹈，我非常喜歡，」歐皮茲頓時臉上洋溢著光彩，「我很喜歡跟年輕人接觸」；她得意地說，「有些年輕人也很羨慕我，年紀這麼大，身體還這麼好，我們是互相欣賞」。

橘屋後方有一片美麗花園和草地，每年夏天戶外親子聯誼、園遊會、音樂會、跳蚤市場等大型活動，都是在這裡舉行，而一手打造、並用心栽種這方多代互動花園的園丁，是現年70歲、獨居的薇爾納(Ingvelde Werner)。

她每天都會來整理花園和草地，附近小朋友也會來和她一起種花、採草莓。曾當過教師的薇爾納很喜歡小孩，花園的角落裡，還有她和小朋友

共同擁有「鳥屋」（編按：鳥屋是給鳥兒居住之所）。這片花園，成為薇爾納退休後的心靈園地。

橘屋是社區活動中心，由民間社團經營，土地則屬柏林邦政府，2005年時由歐盟及邦政府出資，將危樓改建成今日橘屋；自2016年開始，橘屋活動中心新增有「多代屋」活動項目，自2017年至2020年，預計每年可獲得來自德國聯邦政府及柏林邦政府共4萬歐元補助。

橘屋負責共融空間計畫主管史特克曼（Anne Stöckmann）強調，共融空間計畫，主要是針對德國高齡化社會現象，依據當地住戶需求，設計各種活動，增進多代代間互動，以柏林利希滕貝格區為例，主要是年輕家庭與老人家之間互動。

「共融空間計畫的核心目標是提供開放空間，讓不同世代的人相聚在一起，」橘屋新聞聯絡人克尼柏（Hans-Joachim Knebel）表示，進而讓彼此了解、溝通，連帶地使老人不再孤單，也使左鄰右舍關係更加緊密。

因此，針對共融空間項目，克尼柏說，橘屋活動中心在每周三、五下午舉辦家庭聚會，小朋友會來玩耍，老人也會來說故事，這是很受歡迎的活動。還有「一天創新工作坊」，提供不同世代鄰居參加，一起學跳舞、拓印等，居民十分踴躍。每年夏日都會舉辦大型戶外活動，如園遊會、跳蚤市場等，都是希望增進世代互動。

世代相互了解與互動並非理所當然。史特克曼觀察，對於一些年輕世代，的確沒有意願與老人互動，可能是世代之間仍存有成見。她強調，共融空間並非如外界想像成白髮蒼蒼的老人家 vs. 年輕小伙子，而是多世代、跨世代互動，「中間有很多世代人在此融洽相處，在社區中創造睦鄰共處。」

因應高齡化社會，「共融空間」是德國聯邦政府近年來亟力透過各地社區活動中心推動的項目，目前德國各地有超過540個共融空間，對所有人開放，不論年齡、族群或出身，歡迎大家。

十五、老人專用網咖、藥局親自送藥到府…德國推高齡友善城市

(資料來源：2018-08-26 09:25:31 聯合報 記者江睿智／專題報導)

「變老這件事，不要當成講不出口的禁忌，也不要太擔心，就像是小孩子長大要上小學那樣自然。」

說這話的是達姆斯塔特老人諮商協會(Seniorenrat_Darmstadt e. V.) 主席、黑森邦議員克拉芙以瑟蔓(Irmgard Klaff-Isselmann)，從事老人服務工作長達 30 年。她說，協會目的是希望老人食衣住行、日常生活不會有巨大改變，不需要搬到他處養老，而能在地安老。

{德國自 2009 年進入超高齡社會(65 歲以上人口占全國人口比率 20%以上)，65 歲以上人口超過 1700 萬人，如何讓老人安心地在地老化成為德國社會的重要課題。}

在德國，年輕人隨著年齡增長而搬出去住，或到遠方工作，無法隨伺父母，她表示，需要由其他年輕人來服務老人，全德國各地都有各種老人協會，也都會利用廢棄學校做為老人活動場地。

例如，舉辦演講、看電影、一起喝咖啡等等活動，有些免費，有些活動老人只要付 2 歐元，辦活動是希望老人不會無聊、太孤單。

距法蘭克福約半小時車程、以科技大學聞名的達姆斯塔特市提供老人各式各樣友善服務，包括軟體及硬體，堪稱高齡友善城市。

四月微風吹拂，老人們約時間聚集在市民公園翠綠草地上，並圍個大圈圍，一起做運動，舒展身骨。公園這大片角落是老人專屬，還有法蘭克福大學運動醫學系專為老人設計的各種運動設施，讓老人都可以用到全身肌肉，像是依老人節奏設計划步機，老人平衡木等等，每天都有爺爺奶奶來此活動。

在科技年代，達姆斯塔特老人諮商協會也設立 2 個網咖，協助年長者使用科技產品。她表示，很多老人在新科技使用上怯於求助於自己家人，在網咖可以得到耐心且友善的服務。

很多老人來到網咖，希望幫忙設定與遠方子女視訊、電郵往來；也有老人要添購 3C 產品，但搞不清楚各種功能而來尋求協助，或學習簡單的電腦技能等等。網咖都是採一對一教學，這項服務已有 15 年，因此講師也都很了解長者的需要。

市中心大街的 Alpha 藥局已多年獲得老人友善商店榮譽。藥師賴爾勒（Benno Leyerer）說，藥局是無障礙空間，輪椅可以行走，座椅也設有把手，只要有老人進門，一定要主動幫忙，並且為老人遞水；藥品放置與分類要非常清楚，價格標籤要很容易讀。

而如果老人生病無法到藥局買藥，Alpha 藥局也接受訂藥，賴爾勒接到電話、準備好藥包，騎上鐵馬親自送藥過去，十分熱心。「這是友善藥局一定要有服務，」賴爾勒以溫暖友善語氣說，有些失智老人已經訂了藥，也送過去了，卻又打電話來訂，這時要非常有耐心地處理。

克拉芙以瑟蔓說，協會每年都會選拔友善商店，除了對老人服務賓至如歸之外，最重要是外送到家服務，卻不用額外費用；像是送花、送食物，也有送 10 件衣服到老人家，讓老人挑選試穿，老人最後可能只買 1 件。

協會每年都會舉辦老人日，就像是老人日常生活、生老病死所需要的產品與服務商家齊聚的大型園遊會，像是旅行社、鞋匠、專蓋老人住宅建商、房仲、銀行、教育課程、養老院、看護公司、可到家進行小手術及門診服務、葬儀社、會經常接觸老人的警察局參與，老人都可以很方便取得服務。

德國經驗是，要讓變老不再成為禁忌，最要倚靠是友善的鄰里。

十六、勞保年金月領 5 萬元？這樣做才有機會

（資料來源：2018-08-23 10:15 經濟日報 記者陳素玲／即時報導）

基本工資明年起調高，打工族時薪調幅高於月薪族。對打工族來說，時薪調高固然可以領更多錢，年輕時愈早開始打工，而且確實投保，最大好處是及早累計勞保年資，有利退休時勞保年金領得更多。

到目前為止的勞保年金王紀錄保持人，仍是數年前一位 76 歲男性高齡勞工，因為 16 歲起工作就勞保，後來當老闆，直到 2015 年才請領勞保年金，由於累計勞保年資達 60 年 3 個月，平均月投保薪資 4 萬 3900 元，

又多領 20% 展延年金，每月年金可領近 5 萬元、4 萬 9196 元，創勞保年金開辦來最高紀錄，堪稱「勞保年金王」。

以往勞保老年給付只有一次金，且訂有勞保給付上限最多 45 個月（若加計 60 歲之後年資最多 5 年，最多只能領 50 個月），因此即使很早開始投勞保，對日後領取勞保老年給付並無益處，很多變成無效年資。但是 2005 勞保年金化後，勞保年金計算除了投保薪資是關鍵，勞保年資沒有上限規定，都可計入勞保年金計算標準，勞保年資就變得極為重要。

上述 76 歲「勞保年金王」就是最好的例子，因為 16 歲就開始工作投保，又工作到老，累計年資長達 60 年以上，如果他在 2005 年勞保年金化之前就領取勞保老年給付，若以最多領 50 個月計算，只有 219.5 萬元。但是他 76 歲才開始領，月領年金高達 4 萬 9196 元，一年就可領 59 萬 352 元，只要領 3.8 年就超過 219.5 萬元。

也就是說，現代很多年輕人從就學時期開始打工，打工依法要加勞保，可能不到 20 歲就開始累積勞保年資，對老年後領取勞保年金，將有大大的助益。

十七、台灣人壽分析 網路投保最受醫生、科技新貴青睞

（資料來源：2018-08-23 21:45 經濟日報 記者陳怡慈／即時報導）

中信金控子公司台灣人壽針對網路投保客戶進行分析，發現民眾在網路上購買保險高達 95% 會選擇刷卡支付，尤以購買年金險者更為顯著，刷卡比率高達 98%；進一步分析利變年金險之客群輪廓，發現客戶職業多為醫生、科技新貴，且近七成為男性，其中 35 至 55 歲的「精享族」更占了五成以上。

這些因網路崛起的「精享族」高度依賴網路蒐集資訊，在精打細算之餘，若投資獲致更好的體驗將願意花費高出原本之預算，且樂於分享，他們深諳趁早將閒錢配置在保單上可讓自己享有更精采的生活，投保目的多為退休規劃或是為築夢基金做準備。此外又如醫生這類醫療從業人員非屬勞工、未參與勞保，更需為自己的退休生涯打點。

科技業每年 7 至 9 月適逢股利發放，大量銀彈在手，與其花費在一時的享受，不如趁機檢視資產配置及保障規劃，用刷卡買年金險抗漲保值，更能儲備未來生活金流。

據金管會統計，2018上半年網路投保的保費收入逼近新台幣12.1億元，其中占比最高的利變年金險保費收入達新台幣7.1億、較去年同期大幅成長14倍，其熱銷主因在於全球低利環境、市場不確定性高，利變年金險具靈活反應市場利率、抗通膨特性，深獲民眾喜愛。

台灣人壽僅在網路銷售的e富保利率變動型年金保險，累計至今年7月底保費收入較去年同期大幅成長650倍，為業界成長率第一。

利變年金險儼然已成為民眾保險理財的熱門工具，台灣人壽不忘提醒民眾，保險為長期契約，投保時仍須考量商品內容是否符合自身需求，否則提前解約將可能無法拿回所繳保險費的全部金額，此外，若商品本身收付若皆為外幣也需注意匯率風險。

台灣人壽現行網路投保約定刷卡銀行共有34張信用卡可供選擇，民眾購買年金保險前，可先比較各家優惠，在入手保障之餘，輕鬆賺信用卡消費回饋，還有機會參與台灣人壽網路投保抽獎活動。今年暑期台灣人壽也推出投保年金險加碼抽獎活動，獎品有萬元空氣清淨機、東京來回機票、以及家庭帳篷等。

十八、老公寓爬梯機久候又受限 議員促推小黃司機背扶抱救急

(資料來源：2018-08-24 20:12 聯合報 記者翁浩然／即時報導)

台北市30年以上老房占全市約6成，多數沒有無障礙設計，造成身障或行動不便長者難以上下樓、出門活動，議員吳世正今天於議會民政部門質詢中指出，市府協助加裝電梯至今僅4件，民眾借爬梯機也要等1到3個月，根本緩不濟急，市府應可發展計程車司機發展背扶抱服務；社會局則表示，兩個月內評估方案。

柯文哲上任後砍掉重陽敬老金，宣布要將資源花在刀口上，讓老人多外走走，但吳世正指出，高齡化社會，議會都願意全力支持照顧政策，至今卻仍有老人家在公寓樓上好幾年都沒有下樓，主因就是行動不便又沒人幫忙，如何外出活動？

吳世正說，北市平均屋齡33年，超過30年以上房屋占6成以上約50萬間，多數都沒電梯等無障礙設計，但如今老舊公寓申請增設電梯補助

成功件數僅 4 件，而民眾向市府申請借爬梯機也要等 1 到 3 個月，根本緩不濟急。

社會局代理局長黃清高表示，爬梯機市府現有 17 台，現也與伊甸社會福利基金會合作，多出 15 台可租借，下半年還會持續推動輔具租賃，增加供應量，避免供不應求。

吳世正表示，柯文哲想推動照顧，但太過理想，電梯裝設、爬梯機使用都有結構、空間等限制，不是全部老舊大樓都能通用，「爬梯機再增加數倍，不能用的大樓還是幫不上忙」。

他建議，北市應比照民間辦理的計程車司機背、扶、抱服務，推動計畫讓有意願能力的小黃司受專業訓練取得證照後才能服務，酌收費用協助老人上下樓，才能有效彌補無法照顧到族群；相關配套可與交通局討論。

黃清高回應，確實有老人長年難以下樓的情況與爬梯機使用受限的情況，預估兩個月與交通局、計程車業者討論，評估相關方案、配套如何制定。

十九、行動不便者上下樓 議員：請運將幫忙「背、扶、抱」服務

(資料來源：2018-08-24 23:14 聯合報 記者翁浩然／台北報導)

北市社會局：兩個月內評估

台北市老舊公寓多，許多因無法加裝電梯或爬梯機，層層階梯成了年長、行動不便者跨出家門的最大障礙。北市議員吳世正昨於議會質詢時建議，市府應加速推動計程車司機「背、扶、抱」服務，協助有需要的人上、下樓出門；社會局表示，兩個月內評估方案。

台北市長柯文哲砍掉重陽敬老金，宣布要將資源花在刀口上，讓老人多外出走走。但吳世正指出，高齡化社會，議會願意全力支持照顧政策，但市府政策緩不濟急，仍有老人在公寓內好幾年，只因行動不便又沒人幫忙都沒下樓，根本無法外出活動。

爬梯機 不是所有老舊房子都能用

他說，北市 30 年以上老房子約占 6 成，大約 50 萬棟，其中多數沒有無障礙設計，市府雖推動加裝電梯與借爬梯機，但老舊公寓增設電梯補助僅 4 件申請成功，民眾向市府借爬梯機也要等 1 到 3 個月，根本緩不濟急。

社會局代理局長黃清高說，市府現有爬梯機 17 台，也與伊甸社會福利基金會合作，有 15 台可租借，下半年還會持續推動輔具租賃，增加供應量。

吳世正認為，電梯裝設、爬梯機固然有作用，但受建築結構、空間等限制，不是所有老舊房子都能用，「爬梯機再增加數倍，不能用的還是幫不上忙」。

他建議，北市應比照民間辦理的計程車司機「背、扶、抱」服務，推動計畫擴大服務人力，讓有意願、能力的小黃司機接受專業訓練，不僅能協助行動不便者上下樓，還能酌收費用增加收入，有效彌補無法照顧到的老舊公寓族群。

黃清高坦言，確有老人長年難以下樓，預估兩個月內與交通局、計程車業者討論，評估可行方案。

將：收入雖增 但也怕受傷問題

對此，計程車司機周先生說，「背、扶、抱」服務雖要出勞力、時間，但比繞路找客人省時、收入也較高，但年紀大了會做不來。施姓司機則擔心，若客人不小心受傷，恐起糾紛甚至面臨法律問題。

二十、誤解長照就是把屎尿...高職新增照服科 招生差

(資料來源：2018-08-24 23:48 聯合報 記者陳宛茜、張錦弘／台北報導)

國內長照產業急需人力，今年多所高職新設照顧服務科，但多數招生慘兮兮；更有學校相關科系因招生不足而流產。國人對長照產業認識不足，誤以為畢業後都要像看護工一樣把屎把尿，是年輕人對長照科系興趣缺缺主因。

台灣邁向老年化國家，政府推動長照 2.0，看準未來需更多長照人力，今年包括台北市開南商工、文德女中、喬治工商及彰化縣達德商工等多所高職都新設照顧服務科，但多數招生遠不如預期。

開南商工原定開一班四十五人，但僅招到十人；文德女中更只招到四位；喬治工商則因招生不足流產。反而位於彰化田中鎮的達德商工，原設定招廿五人就開班，最後招到卅七人。

喬治工商教務主任俞永嘉認為，招生不足是因為宣導不足、大眾還不了解此一產業。

達德商工校長許維純表示，很多家長誤以為讀照顧服務科，就是當看護，為病弱老人把屎把尿；其實長照有一大塊是服務健康老人，達德因此要培養學生第二專長、跨領域學習。

招生雖不大理想，但開南商工校長邢文斐認為，「這是一個開始」。籌備新科系過程中，他發現長照人才多為四十歲以上，嚴重缺乏年輕人。許多學者告訴她，大學培養的長照人才，畢業後大量轉職。

邢文斐表示，學校花了一年多籌備照顧服務科，找來各領域專家討論課程，不只長照，而是為銀髮族的各方需求打造課程，包括銀髮旅遊、飲食與長照等三大領域；也鼓勵開南各科加入長照產業。

二十一、 長期臥床口病難醫 到宅牙醫治療恢復口腔健康

（資料來源：2018-08-24 20:18 聯合報 記者許政榆／即時報導）

長期臥床身心障礙及失能者，當牙齒罹患疾病時，常需勞師動眾造成家屬沉重負擔，也容易忽略口腔衛生，影響身體機能與健康。為了提升照護品質，健保署自 100 年起與中華民國牙醫師公會全國聯合會合作，推動「牙醫門診總額特殊醫療服務計畫」，提供行動不便身心障礙及失能者有品質牙醫醫療服務，初期先以身心障礙福利機構為主，進而擴及至到宅服務，提升病患生活品質並減輕家屬負擔。

21 歲的鍾同學原就讀雲林某所科技大學，長期嚴重頭痛，在 105 年 11 月確診罹患惡性腦瘤，經歷多次手術及放射線治療，病情雖穩定返家修養，但意識不清且臥床行動不便，經楊梅天成醫院居家護理師訪視時，發現牙齒崩裂影響進食功能。

對此，因此轉介至桃園市牙科開業醫師簡志成，提供到宅補牙及洗牙醫療，逐漸讓鍾同學提高由口進食意願，吞嚥功能得以維持。鐘爸爸為接送兒子到醫院復健，決定投身開無障礙計程車，也能同步維持生計，藉此也能發掘個案協助轉介，將資源分享、造福更多需要幫助的個案。

多年投入到宅牙醫服務的簡志成醫師，深知病患與家屬的需求，每次出診皆需攜帶 30 公斤以上的行動牙醫設備，雖汗流浹背穿梭於狹小巷弄間，仍甘之如飴。

高齡 83 歲的賴奶奶，因腦血管疾病導致右側偏癱，隨著身體逐漸衰老而有牙齒鬆動情形，可能造成牙齒脫落誤吞或誤入氣管之嚴重後果，家屬擔心鄰近診所可能會因情況特殊而拒絕提供治療，若至大型醫院接受治療又必須舟車勞頓，家屬非常慶幸健保提供了到宅牙醫醫療服務，大大地解決高齡且失能長者牙齒就醫之困境。

健保署表示，考量病患本身可能仍有其他非牙醫疾病及醫療行動設備仍有一定限制，目前牙醫到宅服務對象僅限特定身心障礙者、失能長者且只能維持有限自我照顧能力（清醒時 50%活動限制），服務內容包含簡單補牙、洗牙、拔牙、塗氟及牙周緊急治療等，如口腔情形需進一步治療再協助轉介至醫院。

經統計，107 年 1 至 6 月，全國有 47 位牙醫師參與這項服務，照護 423 位病患，健保署北區業務組為提升服務量能，與桃竹苗縣市牙醫師公會及長照中心建立跨機關合作機制，協助評估及轉介個案，即時提供適當醫療服務。

若有需要牙醫到宅醫療照護，可在健保署全球資訊網 (www.nhi.gov.tw)/醫事機構/網路申辦及查詢/牙醫特殊醫療服務計畫項下，查詢服務院所資訊，如居住地附近無院所提供該項服務，可主動與牙醫師公會全國聯合會或各縣市牙醫公會(查詢路徑：中華民國牙醫師公會全國聯合會首頁/地方公會)或撥打健保署免付費專線 0800030598 洽詢。

二十二、 居服 20 年 金門吳瓊治長照不缺席

(資料來源：2018-08-25 19:15 中央社 金門縣 25 日電)

「阿嬤，下床了，等一下給幫妳剪頭毛」，金門居家照顧服務員吳瓊治耐心攙扶著 85 歲的王阿婆下床，告訴她等下要幫她打扮得水噹噹。王阿婆聽了，嘴角往上揚，露出靦腆的笑容。

52 歲的吳瓊治笑說，「只有我，才有這種沙維斯 (service) 喔！」吳瓊治年輕時學過美髮，接受她服務的老人家很幸福。她會幫他們剪頭髮、洗頭，省去到美容院額外的開銷。她自豪的說：「可不是所有的照服員都會剪頭髮的喔。」

吳瓊治投入居家照顧服務已 20 多年，7 月起加入第一照顧服務勞動合作社。平均一天要服務 4、5 個案主。其中，家住中蘭的王家老夫婦都已 85 高齡，兒女在外，兩老相依為命。

吳瓊治說，很難想像當初來到王家，家中堆滿雜物，她慢慢地清理才有現今清爽的模樣。過程中，還因塵(蹣)太重過敏，到醫院打針治療。不過，花了好大的心思打掃乾淨，老人家不習慣，丟掉東西又撿回來，讓吳瓊治很無奈。

每週照顧王家兩老 3 次，期間，吳瓊治還要服務別的家庭。她說，有些家屬不了解居服內容，例如不清楚自用空間和公用空間，或者把居服員當成外勞使喚，讓她覺得有些委屈。

吳瓊治說，「很累，但是沒辦法，已經做了，一定要做下去，何況是有收入的」。有人說居服工作好賺，吳瓊治說，「不想這個，想這個就做不了」。

對此，第一照顧服務勞動合作社經理吳友欽解釋，勞動合作社的盈餘是大家共享，讓辛苦的照服員在付出勞力之後也能夠有不錯的收入，改善家庭。平均每位居服員每月可有新台幣 5 萬元左右的收入，高過政府規定的 3.2 萬元，甚至有人曾遠遠超過 5 萬元。

吳友欽說，長照是要做永續的，不鼓勵「拚命三郎式」的居服，勢必要納入勞基法規範，保障居服員身心健康和照顧品質。

申請居家喘息服務的王老先生說，吳瓊治做得很棒，「感謝她照顧我們兩老」。吳友欽說，「我們以吳瓊治等優秀的照服員為榮」，居服員走到哪裡，讚美跟到哪裡，「這就是我們最欣慰的事」。

二十三、金門首家民間長照機構 居服員月領 5.2 萬元

(資料來源：2018-08-25 19:21 中央社 金門縣 25 日電)

金門縣首家民間長照機構「第一照顧服務勞動合作社」運作近 4 個月，31 位居服員服務 128 個個案，每位居服員月均薪新台幣 5.2 萬元。金門縣衛生局以亮眼形容「第一」的表現。

金門縣衛生局長照督導張玉婷表示，「第一照顧服務勞動合作社」在不到 4 個月的時間，就能有如此人力調度和薪資水準，表現十分亮眼，希望能吸引人更多人投入長照。

第一照顧服務勞動合作社經理吳友欽表示，自 5 月開始承接衛生局居家服務、居家喘息派案；居服員從 5 人增加到現在 31 人，服務個案也從 20 多例增加到 128 人。5 月發出的薪資只有 20 多萬元，8 月已逼近百萬元。

曾任金門縣副縣長的吳友欽說，由於金門一直缺少民間長照執行單位，過去每次中央評鑑社會福利，金門的缺點就是長照部分「球員兼裁判」，原因是民間沒有執行單位，「這個問題一直烙印在我心中」。卸下公職後，吳友欽和本地醫師劉兆輝等志同道合夥伴努力下，在今年 2 月底創立第一照顧服務勞動合作社，5 月正式上路。

吳友欽表示，台灣地區預定 2025 年將成為超高齡社會，但金門縣常住人口 6 萬多人，65 歲以上人口在 2 年前就占 22.3%，達到「超高齡」社會的標準。

他說，很多鄉親不知道有居服和喘息服務，家屬處在工作和照顧壓力中兩頭燒，很多人因身心俱疲，辭去工作；但通常辭職後，就回不去職場了。尤其，相對於台灣本島，金門就業機會較少，年輕人必須出外謀生；有了長照，可以讓在外打拼的家屬安心工作。

金門號稱福利縣，吳友欽認為，讓失能、失智和身心障礙者得到照顧，也能夠照顧到每位勞工家庭，是「第一」的使命；惟有照顧者的品質提

升，被照顧的品質才能提升，只要把品質做出來、量衝出來，第一大有可為。

吳友欽說，「只要有愛心、耐心和同理心，把對方當成我家的爺爺奶奶」，就能加入勞動合作社團隊。勞動合作社的特質是每個人都是股東，繳納少許股金，盈餘共享。

「第一」期盼鄉親不要讓自己的權利睡著了，吳友欽說，如有需求可向衛生局長照中心申請，由照顧服務專員到府評估，再派案由第一承接。他也說，未來「第一」更會配合衛生局、社會處和生命線擴大服務，協助縣府做好長照，達到鄉親在地終老目標。

二十四、 八旬老翁遭盜領 70 萬還向法官求情 女看護獲緩刑 3 年

(資料來源：2018-08-25 18:14 聯合報 記者邵心杰／即時報導)

台南有女看護積欠銀行一屁股卡債，竟把歪腦筋動到自己照料的八旬老翁身上，乘機拿取老翁放置客廳桌子抽屜內的郵局存摺及印鑑章，3 個月內 5 度到永康、東區郵局盜領存款共 70 萬元，老翁報警後警方調閱郵局監視器，才發現女看護搞的鬼，「願意原諒她」老翁反過頭來為她求情，台南地院判女看護 1 年 2 月徒刑，緩刑 3 年。

檢警調查，自去年 11 月底至今年 2 月底，女看護利用到老翁住家的機會，拿取老翁放置客廳桌子抽屜內的郵局存摺及印鑑章，隔天再到永康、東區郵局盜領存款，前後共 5 次，每次盜領 10 萬至 20 萬不等款項，總計 70 萬元。直至老翁察覺有異，報警處理。

警方調閱郵局監視器，赫然發現竟是女看護所為，老翁感到震驚。女看護坦承，積欠銀行卡債，一時失慮所致。而老翁念在平日相處融洽，願意給予對方改過自新的機會，在法院審理期間屢屢表示，願意原諒她，希望法院同情她，「我不願與她計較」。

台南地院認為，老翁高齡 80 歲，已無工作能力，僅靠子女撫養及存款過生活，當事人竟利用與他相處的機會，趁機盜領金錢高達 70 萬元，造成金錢上的損失，迄今仍未還錢給老翁。院方也考量女看護在醫院上班，仍需撫養 1 名未成年子女，倘入監服刑，孩子將無法受到妥善照顧，因認其所受刑的宣告，以暫不執行為適當。

因此，台南地院依詐欺取財及偽造文書，判女看護應執行1年2月，可易科罰金，緩刑3年，緩刑期間應返還70萬元盜領款項，可上訴。

二十五、 協助管控、讓他同理 強制丟棄只會製造衝突

(資料來源：2018-08-26 11:29 聯合報 記者劉嘉韻／報導)

家住桃園的劉叔叔有個極大的困擾，多年前他家隔壁新搬來一戶人家，喜歡到處撿拾別人丟棄的物品，一開始是堆積在家中，後來家裡堆不下了，就統統擺在大門口前，有些甚至擺放到劉叔叔住家前。

劉叔叔氣不過，某天終於跟鄰居槓上，要求他們把不可把物品堆在別人家門前，吵過幾次之後，鄰居終於把物品「堆好堆滿」放在自家門口。

看著家門旁這片堆滿廢棄沙發、櫥櫃、舊電器用品的壯闊「景觀」，劉叔叔多次嘆氣搖頭「打去環保局檢舉也沒有用」，雖說睜一隻眼閉一隻眼，日子好像可以照樣過，但是每天看到這些雜物，心情也不自覺煩躁起來，也因為這戶鄰居的囤物行為，連帶周邊透天厝房價也通通下跌。

高齡、女性居多 多有情緒障礙

開業精神科醫師楊聰財指出，「囤積症」(hoarding disorder)在美國精神科醫學診斷手冊第五版，已新列出這項疾病，問世大約三年左右，根據研究，囤積症多出現在高齡，尤以女性占比較多。

他們捨不得丟棄物品，甚至會從外面將物品撿拾回來囤積，研究發現，部分患者有潛在的情緒障礙，包括憂鬱、焦慮、不快樂、孤單感，另在深層在腦科學研究也發現，患者的部分腦神經傳導物質失調。

當事人無病識感 家人憤怒以對

楊聰財表示，多數個案被研究評估也發現，有囤積症患者，因為他們的行為模式，造成他們人際關係不好，例如跟家人、鄰居相處都有問題。由於他們的同理心不夠，過度囤積的物品往往搞得家人雞飛狗跳、造成家人之間的衝突，過度囤積也會讓鄰居高度困擾，而出現與鄰居相處之間的問題。這些藏汙納垢的囤積物，往往無法堆放地井然有序，而是亂成一團，甚至連進入門口的走道都沒有，曾有家人或鄰居通報衛生局、環保局把這些廢物清除，進一步刺激患者產生憤怒情緒。

「很無奈，不知道在家裡怎麼過生活。」楊聰財說，臨床上不乏個案上門求助，形容自己的家人有囤積症，搞到家裡沒有空間生活、走路，但是無法跟父母溝通、讓他們把用不到的物品丟掉，讓家人相當痛苦。也有囤積症患者是被家人「拖來看病」，就算照片拿出來，他們仍會強辯說「還有路可以走」，由於患者缺乏病識感，也有個案合併潛在精神異常，例如思覺失調症、妄想症或強迫症等。

若家人出現嚴重囤積症，建議這麼做：

① 避免正面衝突 ▼ 蒐集、囤積是不同層次

楊聰財表示，若家人出現嚴重囤積症，一定要避免正面衝突，例如把他的物品強制丟掉、偷偷丟棄，可能都會產生額外的問題。應該要從潛在的疾病層面進行治療，透過認知行為的治療策略，讓患者知道「搜集」跟「囤積」是兩種不同的層次，例如搜集名畫、古董都是適量、乾淨、整齊，也不會造成家人間或環境的問題。此外，也必須三不五時提醒患者，東西到了一定的量就是太多了，要懂得適當的整理，而不是一直堆積。

② 訂出時間目標管控 ▼ 協助囤積者自我管理

研究發現，囤積症也會遺傳，也會透過潛移默化學習行為，因此臨床上可看見一家人多少都有囤積症。楊聰財表示，在治療方面，必須教導病人學會自我管控，例如數量上的管控、容積量、囤放量的管控，或是訂出時間目標來管控，例如囤放一定時間卻沒用到的物品就需要丟棄。他強調，治療囤積症需要一定時間的療程，而不是短時間內就強迫患者要丟，協助患者「自我管理」相當重要。

③ 讓患者同理別人 ▼ 透過溝通找出共識

至於哪些物品該丟、哪些物品不該丟，楊聰財認為，家人可以坐下來一起商量，溝通、共識，朝大家都可以接受的方向去努力。針對囤積症患者，要先評估他的身心靈狀況，同時家人要一起努力面對這個問題，讓患者慢慢的認知「囤積」並不是隨心所欲，要能同理別人的困擾，才能讓他們願意做出改變。

二十六、 運動舒包課程擴大辦理 63 據點服務花蓮 1200 長者

(資料來源 2018-08-25 22:02 聯合報 記者蔡翼謙／即時報導)

花蓮縣衛生局整合全縣 13 鄉鎮社區協會、據點及長者照顧師資，自去年起陸續成立服務據點，今年社區特約據點從 38 處成長為 63 處，服務人數提高至 1200 人，由花蓮縣自行研發的「運動舒包課程」也將於下個月擴大至全縣辦理，相關開課資訊可至衛生局及長照中心網頁查詢。

花蓮縣衛生局去年選定市區仁里社區、國福社區試辦「花蓮縣運動舒包」，參與長者平均年齡 75 歲，透過彈力繩、復健棍、球及沙包等工具，每周進行 120 分鐘課程，持續 6 個月，對長者行走速度、站坐能力及握力有顯著進步，有效增加長者自我照顧能力。

花蓮縣衛生局長李宏滿指出，不只有已失能、失智長者的照顧體系，更迫切的是預防勝於照顧，今年培訓 1000 多位社區師資人才，特約服務據點增加至 63 處，加上花蓮縣運動舒包試辦成效佳，將於下個月起擴大全縣開課，預計開放 1200 名長者參加。

曾參加課程的 75 歲李桂英說，經過課程中的彈力繩、復健棍及沙包等訓練後，現在肌肉量進步很多，另位高齡 96 歲的孫福來也分享，經訓練後，現在每天可從家裡走到活動中心，手跟腳都變很有力。

運動舒包課程培養長者肌耐力、平衡能力、柔軟度及心肺耐力，民眾若欲參加，可登入衛生局網頁報名，或撥打 1996 專線由專人服務。

二十七、 捐血斷層 有「LINE」年輕人捐熱血

(資料來源：2018-08-25 23:19 聯合報 記者陳斯穎、郭政芬／新竹報導)

高齡化、少子化社會影響到捐血人口，年輕一代捐血人逐年降低，台灣血液基金會憂心現在的中壯年捐血人口慢慢老化後，將出現捐血斷層現象。

新竹捐血中心指出，10 年前 17 歲到 20 歲年輕族群的捐血量約占 2 成，去年僅剩 1 成多，年輕族群捐血量下降除了少子化是主因，年輕人的生活作息也有很大影響。

中心分析，高中職及大學都是重要血源，但有的年輕人長期熬夜，1天睡不到6小時，且現代飲食習慣改變，咖啡、茶飲不離手，導致血紅素不足無法捐血，也讓斷層現象更加嚴重。

基金會為鼓勵年輕族踴躍捐血並養成習慣，3年前發起「我年輕、我捐血」活動，希望年輕人4年內完成捐血10次的目標，邀請名人、素人拍攝人物系列宣傳影片，號召更多年輕人加入捐血行列。

基金會去年推出具備智能查詢、個人化通知及指定召集令功能的「愛捐血」[LINE](#)官方帳號，內建1千多筆常見問題，隨時為想捐血的民眾解惑；邀請插畫家克里斯多以童話森林概念，設計桃竹苗地區第1輛彩繪捐血車，畫滿可愛「童話森林」圖案超吸睛；利用高中、大學及部隊新訓的機會宣導，希望吸引更多年輕族群挽袖捐血助人，解決捐血斷層的隱憂。

二十八、「障礙不見了」在聚樂部 童顏喚起公嬭本能

(資料來源 2018-08-26 00:11:17 聯合報 記者翁禎霞／專題報導)

「讓社區每一個人都受益。」這是全台第一個跨世代共融空間「聚樂部」的理念。

當「孤獨」成為一種病，甚至是比吸菸更危險的健康殺手，全世界紛紛推出打擊孤寂的策略。英國設立了「孤獨部長」，打破世代隔離，尋求共融，成為公衛及社福的重要政策。屏東縣政府在赴德國參訪「多世代共融空間」後，與民間聯手，今年六月活化空間，成立全台第一個多世代共融空間——「聚樂部」。

「大家有關係，就沒關係；大家沒關係，就有關係。」屏東基督教醫院前董事長劉侃如此形容「聚樂部」的初心，就是要用這個空間，讓社區的每個人都建立「關係」，打破孤立。

共融空間取名「聚樂部」。空間整併了早年勝利之家給腦性麻痺兒童早療場所及屏基醫護宿舍一樓的空間而來。屏基顧問周文珍說，「集客站咖啡館」是由三名輕度智障者服務，早療池變成水中運動場，長輩、幼兒或親子游泳課都在此舉行；還有園藝治療的益康花園、輪椅也能暢遊的溜滑梯等遊戲場地。

「重點是用活動及空間，將人串連起來。軟體與硬體同樣重要。」周文珍說，原本在日照中心一直打瞌睡的失智阿嬭，在這裡把唐氏症小女孩

親愛地抱在懷裡，童顏喚起阿嬤的本能，「她們不再是失能者，障礙不見了，回到阿嬤與小孩的角色」。

屏東縣政府去年到德國觀摩，社會處長劉美淑原以為「多世代空間」是一幢建物、一個特定空間；到了德國才發現，其實「多世代共融」對德國人而言，更像是一種友善的社會關係、一種生活態度。

德國和台灣一樣，也有人口老化、青年外流等問題；「多世代共融」是在都市設計時就融入「人」的需求。

她說，當地的老人失能後不用搬到機構，而是住在社區裡，「一個附帶服務的社區」，包括送餐、居家服務、訪視等。而且未必要把老人送至市郊打造的養生村，即使大都市如漢堡的高級住宅區裡，一樣有各世代共享的共同空間，老人、學生、小孩靠著共餐、園藝等活動交誼，並且有專人安排這些活動，「那才真正能打破孤獨、寂寞」。

劉美淑說，其實在台灣早就在推共融、共學，只是不若德國來得全面；連前瞻計畫都應該加入「以人為脈絡的生活態度」，讓各項建設得以多世代共融做為規劃思考。

二十九、 街道遊戲運動 找回孩子「走出家門就能玩耍」的權利

(資料來源：2018-08-26 00:09:20 聯合報 記者鄭朝陽／專題報導)
街道是屬於誰的？現代都會的畫面是這樣：行駛的汽機車占了最大路面，兩旁還要劃出停車格。當然，使用車輛的，都是大人；屬於兒童的「走出家門就能玩」的自由，竟成懷舊想像。

二〇〇七年起，英國開始了「街道遊戲」的倡議運動，要在高度都市化的世界中，為孩子找回「走出家門就能玩耍」的權利，更要透過社區之力，達成「同村共養、世代融合」的理念。

在台灣，一群各行各業的媽媽們近年組成「還我特色公園行動聯盟（特公盟）」向政府爭取讓公園中長得一樣、無聊的罐頭遊具，能依孩子想望，打造出特色公園。如今已成功讓許多公園變身。

這些由兒童觀點出發的「空間使用權」運動，已是全世界趨勢。知名的伯納德·凡·利爾基金會倡議「九十五公分計畫」，要求以三歲小孩眼

光來看都市規劃。由兒童經驗帶來的改變非常實在。特公盟成員張巧君指出，挪威奧斯陸因此砍掉部分十字路口的灌木叢，因為擋住兒童過街的視線。

英國布里斯托的民間團體「出去玩(Playing Out)」，結合兒童遊戲權倡議者、永續交通學者等，提出直白主張：「封街，把馬路讓給兒童玩！」

到英國取經的特公盟國際事務專員李玉華說，聽來匪夷所思，但全英風行「布里斯托模式」，至少每個月封街一次，每年超過六百六十條街道、六十七個鄰里社區定期封街玩遊戲，五十四個鄉鎮把「特色街道遊戲」寫入政策，長期補助。

八月初在倫敦的李玉華，看見「街道遊戲」的各式創意：在暑熱街頭，擺出躺椅和充氣泳池，街坊孩子打水仗，大人助攻。若是下雨天，最好玩的就是穿雨鞋跳水坑。玩耍就是這麼簡單，不需要到遠方的遊樂園、買門票才能享受；需要的，是我們對空間使用的想像，以及把主權交給小孩。

老少為了街道遊戲，一起剪貼紙箱、排輪胎，由手作到玩樂，正是最自然的世代交流與經驗。長者感染孩子的生命力，也從互動交流中獲得成就感；孩子翻轉對老人的刻板印象，不再是皮皺、看電視就打瞌睡的糟老頭。

「街道遊戲是跨世代連結、打破都市疏離的良方。」「出去玩」組織發起人艾莉絲·弗格森(Alice Ferguson)對李玉華說，街頭空白就是兒童創意最好的揮灑空間，是跨年齡、跨世代、跨學區的互動。

三十、共居+同屋+共學...3 模式創造世代共融空間

(資料來源：2018-08-26 00:03:38 聯合報 記者梁玉芳／專題報導)

當高齡化與少子化同時夾擊，原本的都市設計、生活空間與方式，都趕不上人口結構巨變。但最壞時代也是最好時代，網路科技所激發的種種社會設計與創新，是我們調適時代變遷的尚方寶劍。

「這個世界從沒有像此時此刻，有如此多世代共存。高齡化帶來挑戰，也給我們絕佳機會，和不同世代一起建構我們心中的理想社會。」史丹福大學長壽中心創辦人羅拉·卡爾斯坦生說。

透過社會設計 讓每個世代受益

「有許多跨世代的創新模式等著我們去創造，跨世代合作的社會影響力也比單一世代強大。」銀享全球共同創辦人楊寧茵說，除了現正熱門的「青銀共居」、「老幼共學」、「空間全齡友善化」……等創新居住和服務型態外，更多透過「社會設計」的概念，打造促進世代共融的服務與產品，是世界當紅潮流，讓每個世代的人都受益。

以高齡需求而言，世界衛生組織曾對全球高齡者進行調查，長者的回饋十分多元，也是壯年規劃者常忽略的：

- 公共空間沒有足夠的長椅，可讓人坐下休息；
- 人行道常是柔腸寸斷，太窄又太擠；
- 十字路口紅綠燈秒數像是為奧運短跑選手設計的。

用三歲娃眼光 該如何規劃都市

專注兒童權益與童年發展的伯納德·凡·利爾（Bernard van Leer）基金會倡議「九十五公分計畫（Urban 95）」，資助各國兒童團體向城市規劃者、掌權的大人發問：如果以平均身高九十五公分的三歲小孩眼光，你會做出怎樣的都市規劃、又如何使用空間呢？

在多世代共存的空間，偉大城市的規劃者必須更具創意地思考，讓社區的老人、小孩、孕婦、障礙者都能安然生活，並以設計與安排促進不同世代自然互動。

縣市長參選人 何不將此納政見

選舉將屆，各縣市長參選人何不快步跟上時代節拍，把友善全齡的城市規劃概念放上政見，讓選民看看未來的模樣？

托育政策催生聯盟發言人王兆慶觀察，台灣以空間安排促進跨世代互動，至少有三種模式：一是「青銀共居」，例如仿照荷蘭，將大學宿舍搬進老人公寓，打造跨世代鄰里關係，並有「活動經理」安排各種互動，做為共融的推進器。

世界蔚為風潮的「青銀共居」，已在台灣萌芽。台北市與新北市都已有實際案例，累積的經驗正可讓各縣市百里侯角逐者借鏡。

二是「雙托同屋」，托兒與托老機構，就在同一屋簷下或附近。例如，小學的閒置空間作為老人的日間照顧中心，小學附設幼兒園每周都有幾堂和老人家共做美勞的老少時光。

三是「老少互訪、共學」，即使空間不在同一處，透過定期互訪，幼兒多了許多爺奶可撒嬌。彭婉如基金會在各縣市設立的非營利幼兒園常如此安排，高雄五甲幼兒園園長簡瑞連說，除與日托爺奶互訪外，孩子的阿公阿嬤也會來園裡講古、傳承習俗與童年記憶，「每一個孩子的阿公阿嬤，也是其他孩子的阿公阿嬤」。

世代共融空間 在台灣各地創生

簡瑞連說，這樣的安排雖費事，但要傳達：不論顧孫或托老，都是「一整村子的努力」。「同村共養·世代融合」是現代社會該找回的生活方式。其他模式如「世代共融空間」、「共融遊戲場及公園」等社會設計，也在台灣各地創生。

三十一、 花蓮「運動舒包」 下月全縣開課

(資料來源：2018-08-25 23:33 聯合報 記者蔡翼謙／花蓮報導)

花蓮縣衛生局整合全縣 13 鄉鎮社區協會、據點及長者照顧師資，自去年起陸續成立服務據點，今年社區特約據點從 38 處成長為 63 處，服務人數提高至 1200 人，由花蓮縣自行研發的「運動舒包課程」也將於下個月擴大至全縣辦理，相關開課資訊可至衛生局及長照中心網頁查詢。

花蓮縣衛生局去年選定市區仁里社區、國福社區試辦「花蓮縣運動舒包」，參與長者平均年齡 75 歲，透過彈力繩、復健棍、球及沙包等工具，每周進行 120 分鐘課程，持續 6 個月，對長者行走速度、站坐能力及握力有顯著進步，有效增加長者自我照顧能力。

花蓮縣衛生局長李宏滿指出，不只有已失能、失智長者的照顧體系，更迫切的是預防勝於照顧，今年培訓 1000 多位社區師資人才，特約服務據點增加至 63 處，加上花蓮縣運動舒包試辦成效佳，將於下個月起擴大全縣開課，預計開放 1200 名長者參加。

曾參加課程的 75 歲李桂英說，經過課程中的彈力繩、復健棍及沙包等訓練後，現在肌肉量進步很多，另位高齡 96 歲的孫福來也分享，經訓練後，現在每天可從家裡走到活動中心，手跟腳都變很有力。

運動舒包課程培養長者肌耐力、平衡能力、柔軟度及心肺耐力，民眾若欲參加，可登入衛生局網頁報名，或撥打 1966 專線由專人服務。

三十二、 老人青年跨齡當鄰居？多代共生居所 對每個世代都友善

(資料來源 2018-08-25 23:59:56 聯合報 記者章凱閔／專題報導)

成就一座偉大的城市，不能只是花火節、電音趴，或時髦的建設，更必須深入生活肌理，讓每一位不同世代的住民，在同一片土地上安適、共融，落實「對每個世代都友善」，以創新的思考及設計，讓每一世代在空間裡互動，並彼此需要。

解決世代隔離，化解世代衝突，已是各國政府重要任務。年底縣市長選戰戰鼓頻催，各地準百里侯及議員政見上又給了人民怎樣的未來與城市想像？對於台灣的「世代」問題，又提出怎樣的對策？

聯合報系「願景工程」今年度以「世代共好」為主軸，在不同世代間搭橋。首部曲「共容」探討世代的理解包容，二部曲「共榮」聚焦職場多代同堂的碰撞與創新；今天起將連三天刊登三部曲「共融」專題，共同思考台灣如何建構一個多代共生的安適居所。

全齡友善 能否納入政見

例如，我們能仿效英國，以孩子的觀點看世界，「封街，讓給孩子玩」嗎？安養院與幼稚園「合體」，成為老少互訪、共學之地？甚至，老人、租屋青年「青銀共居」，跨齡當鄰居？「世代共融」專題將一一檢視，也呼籲各縣市長參選人將全齡友善的城市規劃納入政見。

德國廢墟 建多代共居宅

願景工程採訪團隊帶回德國經驗，政府攜手民間合作社，以社會住宅形式，打造多處「多代共居宅」。曾經坐落在二戰焦土上的紐倫堡廢墟，如今已是跨越世代的溫暖居所，讓獨居長者及單親家庭互助、共存，成為另類家人。

報導之外，願景工程在八月廿八至卅日，於華山文創園區舉辦三場「公民沙龍」，邀請台北榮總高齡醫學中心主任陳亮恭、自由空間教育基金會董事長唐峰正、瑪帛科技共同創辦人黃治綱等人以「世代共融—全齡

化環境」為題發表短講，歡迎報名或上「聯合報系願景工程」粉絲頁線上提問。

三十三、 翻轉家庭定義！青銀世代同屋簷 美日德都有先例

(資料來源：2018-08-26 23:57:42 聯合報 記者章凱閔／專題報導)

老伴走後，七十二歲的鍾春梅獨居在新北三峽的公寓大樓。幾年前，她因膽道急性發炎，臥倒家中無人知，她用盡力氣，匍匐爬到廁所抓了拖把，用木柄頂壓對講機求救，才撿回一條老命。鍾奶奶知道獨居風險高，卻又無意離鄉赴美與兒子同住，更不願住安養院。怎麼辦？她做了出人意料的決定。

老房東配小租客 「老後最好安排」

某日，兩位北大女學生在鍾奶奶住所一樓處，詢問有無房東願出租空屋？鍾奶奶靈機一動：「我沒有空屋，但我家有幾間空房」，房租算市價六折就好，兩位女學生成了她的租客。跨世代的共居，化解了兩個世代的居住難題。鍾奶奶說，空巢已久的家裡開始有了人味，「這是我老後最好的安排。」

「這是很合理的配對。」台大社會系教授陳東升說，都市蛋黃區房價高，多數青年無處落腳；另一方面，高齡、少子化衝擊下形成「無緣社會」，日本甚至出現「遺品整理暨特殊清掃業」，專門處理孤獨死案件。跨代共居，正是世代互補、互助的契機。

青銀世代同屋簷 美日德都有先例

像鍾奶奶一樣「跨代共居」的例子，在國外早不罕見。在日本東京，擁有私宅的獨居長者開始騰出家中閒置空間，供鄰近學生族群同住；在美國，有麻省理工畢業生開發手機 App「Nesterly」，線上媒合銀髮房東、青年租客，猶如青銀版的 Airbnb，開發跨世代的共享經濟。

不僅是傳統家戶有了改變。美國也有建築師以「共宅 (co-housing)」理念，設計社區型的共生公寓，住戶們各自擁有私人房舍，但同時與他人共享餐廳、工作室、遊憩區等空間。德國政府更傾國家之力，與民間合作興建、改建老公寓，推動「跨世代共居宅 (cohouse)」，強調不同世代在同一屋簷下守望相助。

台灣各地方政府，包括雙北、桃園、台中、台南，近期也開始運用社宅資源，推動混齡共居。新北市城鄉發展局住宅科科長鄭健志表示，國內社宅目前六成承租戶為青年，但隨著超高齡社會來臨，未來的中高齡住戶可能逐步升高，混齡、共居，將是國內趨勢。

台北市陽明老人公寓仿造荷蘭安養院換宿計畫，開放鄰近的文化大學學生入住，每個月只要陪伴老年人購物、聊天，教導使用電腦等廿小時「心靈勞務」，即可以三千元入住獨立套房。

剛住滿一學期的文大政治系學生王斯特，總是一身潮裝亮相，個性活潑的他被公寓主任陳文娟形容是「過動兒」。日前世足賽，他與一位住戶爺爺熬夜看「法克大戰」，他才發現，「原來老人家不是每個都早睡早起、生活單調。」

與長輩日久生情 陪伴不再是義務

「老實說，當初會申請是因為 CP 值高，三千元，你在這裡找不到地方住的。」但王斯特說，共居一學期後，跟長輩們也日久生情，尤其「你對長輩好，他們會對你更好」，每個月廿小時的陪伴，早已不是合約上的任務，「就是一種由心出發的交流」。對他而言，室友爺奶們不是等他照顧的老人家，而是「年紀大點的鄰居朋友」。

新北市則委託共生公寓平台「玖樓」斥資百萬，將三峽北大社宅的三間卅坪大的家庭式套房，改造、整合成一間近百坪的「青銀共居示範戶」，室內加裝無障礙設備、去掉房間門檻符合銀髮族需求。

今年初，據點也展開半年短居計畫（longstay），從七十位申請人中篩選出十人，年紀最長七十三歲、最小廿歲；其中三位北大學生，有二位是社工背景。

家庭結構改變中 沒血緣也是家人

玖樓共同創辦人柯伯麟表示，台灣過去談到居住，只重視地段、坪數大小、鄰近機能……如今跨代共居，其實是個機會，「讓大眾看見居住的本質，是人與人之間的關係。」陳東升說，台灣的家庭結構正在改變，政府也不再能指望家家戶戶都有小孩能照顧高齡者。跨代共居也是翻轉傳統對「家」的定義，沒有血緣，也能三代同堂。

三十四、 從跨代共居畢業！告別爺奶室友 讓其他青年補位

(資料來源：2018-08-26 23:58:05 聯合報 記者章凱閔／專題報導)

劉莉君穿上學士袍，在陽明老人公寓裡一間、一間拜訪她的「室友」爺奶。今年六月之後，她從文化大學社福系畢業，畫下青銀共居的休止符。

住在五樓、七十二歲的謝安娜，是劉莉君最親的鄰居長輩之一。兩人最初相識是因為一些手機上的小毛病，她是安娜奶奶的 3C 小幫手。後來，兩人常聚在房間裡吃甜點，天南地北聊上四、五個小時。

離別這天，安娜奶奶摟著劉莉君，在鏡頭前合影留念。「雖然是短短時間，我還是很捨不得她。」她拿出早已準備好的禮物交給莉君，那是一支水藍色的鋼筆。「阿姨總是給我許多出其不意的溫暖。」莉君說，這支鋼筆一直被她收藏在櫃子裡，「捨不得用。」

陽明老人公寓社工師謝佳君說，跨代共居裡，「年輕人的生活變動總是比較大，例如畢業了、找工作，就結束共居。」

隨著年紀漸長，許多中高齡者不免經歷生離死別。但部分長輩為了避免失落感，選擇封閉心房、抗拒與人互動。謝佳君說，跨代共居的好處，是讓長輩與不同世代建立關係，但若離別之日，沒能好好道別，對長輩而言可能是再次傷害。

玖樓管理的一棟信義區公寓，屋主正是一位獨居的退休醫師娘。玖樓共同創辦人柯伯麟說，屋主阿姨的丈夫、孩子長期旅居國外，因此安排幾位青年房客入住，大夥們常一起共餐、逛大賣場，端午節時，阿姨也會教年輕人包粽子。

但前陣子，一位室友因為換工作而打算退租，「阿姨她不想面對」，柯伯麟說，原規劃在退房日的送別小聚，頓時少了一位要角。

謝佳君指出，與長輩說再見，有兩個要點，首先，切忌匆忙。她舉例，老人家記憶力較差，初期建立關係的方式是「時不時出現在他身邊」；同理，離別前，也要協助對方做好心理建設，一點一滴淡出對方的人生，例如日常交流時間，可反覆提及自己的人生規畫；事後，公寓布告欄也要貼出告示。

第二點是讓其他青年補位。謝佳君說，當公寓裡的老人家，與特定青年關係太緊密，她會建議年輕人適時拉開距離，「當長輩又來找你幫忙，你可以說自己不太方便，但你知道誰能幫得上忙。」

柯伯麟說，跨代共居的初衷，是讓每個人都獲得整個社群的支持，別讓單一個人成為彼此唯一的精神支柱；更重要的是，「讓長輩期待下一位新進來的人。」

三十五、 鼓勵兩代互動！青銀和平共存 三招相處避地雷

(資料來源：2018-08-26 23:51:18 聯合報 記者章凱閔／專題報導)

新北市於三峽北大社宅試辦青銀共居，經過半年短居「試水溫」後，未來十位跨齡室友將續住。玖樓共同創辦人柯伯麟說，「還有阿嬤想在此終老。」

但崔媽媽基金會秘書長呂秉怡指出，去年至今，跨代共居在國內仍是「實驗階段」，「試辦，意味著有很多特例。」跨代共居能否移植他處？又如何確保青銀兩代和平共存？執行上皆需深思熟慮。

第一招：住所近學區、醫院

柯伯麟表示，共居據點的選擇，是一大關鍵。若要吸引青年，大學城周邊即為首選；至於中高齡者，鄰近醫院則能符合醫療需求。

例如台北市陽明老人公寓，鄰近文化大學，到陽明醫院、榮總也僅十五分鐘路程；新北三峽北大社宅附近也有台北大學、恩主公醫院，是既符合銀髮族需求，又好招募青年人力的地點。

第二招：硬體、軟體兼顧

崔媽媽基金會社會事業處處長張艾玲表示，跨代共居，不只是有人、有房，「把一群人放進一個空間，就會自動生活無虞。」硬體、軟體如何配合，皆是成敗關鍵。

硬體部份，柯伯麟表示，公共空間是共居的靈魂。國內許多老公寓將雅房分租，客廳卻普遍缺乏規劃，淪為住戶的儲藏室；但一個完整的家，不能沒有讓住戶團聚、共享的空間。尤其，「公共空間範圍夠大，才裝得下各種可能性」。

玖樓去年接管三峽北大的青銀共居示範戶，即為不同世代，設計不同主題的公共空間，例如「共食」主題，為開放式廚房搭配居家餐桌，供長輩下廚共食；針對青年族群，則安排白板、布告欄與大長桌，變身廿四小時開放的個人工作室。

軟體部分，陽明老人公寓明訂青年每月提供廿小時陪伴服務，確保世代間持續互助。新北青銀共居計畫，則無此規範；為了促進室友間和諧互動，玖樓安排一位「社群經理」，透過舉辦活動，例如三峽一日旅行、共食餐聚，或不定期在家中辦講座，讓跨代室友感情增溫。

第三招：擬室友公約、清潔外包

張艾玲指出，「共居」糾紛多數是生活習慣差異，或是浴室誰刷？垃圾誰倒？公共空間的清潔責任，常是共居破局的地雷難題。擬定室友公約是一個辦法。再不然，玖樓的做法是統統外包，例如團隊與彭婉如基金會合作，請家管員每月二至三次到據點清潔環境；並提供屋業管理服務，從冷氣壞掉，到家具汰換，都可以線上報修。

三十六、「搖滾爺奶」創老人說書戰隊：老了也要快樂

(資料來源：2018-08-27 11:17:15 聯合報 記者章凱閔／即時報導)

周秀琴一走上舞台，彷彿戴上百變面具，拿起繪本，做鬼臉、手舞足蹈、說話抑揚頓挫，讓台下親子看得入神，時而又笑得合不攏嘴。若非歲月留下的痕跡與一頭皚皚白髮，你大概難以想像她已經 72 歲。

周秀琴是社會企業「搖滾爺奶」裡的「爺奶」之一。去年起，創辦人林宗憲號召銀髮族走出家門，培訓他們組成「老人說書戰隊」，要顛覆「老而無用」的高齡偏見。爺奶巡迴全台各地，聽眾從 1 歲到 99 歲，讓不分年齡、世代的人，與動感阿公、阿嬤席地而坐，零距離互動。

人稱「快樂奶奶」的周秀琴，這天準備了繪本《命運書》。故事描述一隻看書的熊，路過的小動物見了好奇「你在看什麼書啊？」而熊一貫回答——這是我的狩獵名單，而且「你在名單上」。狐狸、山豬、野鹿聽了震驚，卻也認命成為熊的大餐；唯有一隻小兔子反問，「那你可以把我的名字劃掉嗎？」因此改寫命運安排。

周秀琴說，自己也是這隻小兔子。她說，「快樂奶奶」也曾經不快樂，「一輩子裡，煩惱的時間總是比較多，快樂不容易。」尤其，隨著年紀

大了，身體出現各種毛病，例如她的半側臉，時常抽痛，但醫生也查不出原因，只能吃藥舒緩，無法根治。

直到某天，周秀琴向孫子說了《命運書》的故事。「他問我，為什麼其他動物那麼笨，不逃跑？」她才發現，每個人都活在一個框架裡，不曾想過跳脫——「病痛」也是她的框架，「我不想在這裡被束縛著。」她加入「搖滾爺奶」，學肢體表演、說故事，奇妙的是，「當你不 focus 在病痛，它就會慢慢離開你。」

起初說故事，周秀琴因為大腦記憶體不給力，時常忘詞。可她也不難為情，「錯了又怎樣？人年紀越大，臉皮該越厚。」她給自己取名「快樂奶奶」，是為他人帶來歡笑，也是提醒自己——老了也別忘了要快樂。

與周秀琴同行的，還有 65 歲的邱奶奶「Melody」。Melody 患有妥瑞氏症，症狀是頭部會不自覺晃動，「年輕時還好，更年期以後，就更嚴重了。」總有孩子問她：Melody 奶奶，為什麼妳的頭會搖來搖去？她會耐心解釋，「你要叫我搖頭奶奶也可以啊，我會很開心。」

「變老是身體的感覺，但心態沒有。」Melody 奶奶說，每當站上舞台說書，台下小朋友在她眼中都像自己的寶貝孫子一樣，不曾有陌生的感覺。

「搖滾爺奶」專案經理、32 歲的侯欣佑說，「有些老人家，真的覺得他們比我還年輕。」每到說書現場，她的工作除了確保孩子們別嗨過頭，也要提醒爺奶們，「如果心臟捧捧喘、快要不行，要記得去旁邊休息啊！」

「老這件事，在我們這世代眼中，一直不是這麼正面的。」但侯欣佑相信，「變老」並非只能與死亡、枯萎劃上等號，「我希望有一些翻轉。」戲劇出身的她，因此從教年輕人表演，轉向培育高齡說書人。

侯欣佑說，說書，不只是表演者單向付出予聽眾，而是雙向互動；這群長輩們也是一種激勵，亦是不證自明：只要有心，人人都能成為搖滾爺奶。

這正是「搖滾爺奶」的創辦初衷，既為高齡者搭舞台，讓爺奶們「老有所用」；同時啟發台下觀眾，讓不同世代的人理解生命的無限可能，變老，也可以是件好事。

三十七、 社區營養推廣中心啟動 迎接高齡社會來臨

(資料來源：2018-08-27 13:18 中央社 記者呂欣憶台北 27 日電)

衛福部國健署今天舉行社區營養推廣中心啟動儀式，副總統陳建仁說，成立健全的營養諮詢網絡，配合長照 2.0 政策，中央和地方、政府和民間攜手合作，就不怕高齡社會的來臨。

衛生福利部國民健康署為協助民眾建立正確、健康的飲食觀念，106 年首次結合台中市、台南市、花蓮縣等 3 縣市政府試辦社區營養教育模式，107 年擴大倡議各縣市政府衛生局至少建置一處「社區營養推廣中心」，因地制宜提供社區民眾相關服務。

國建署今天在總統府內舉行啟動儀式，邀請陳副總統一同見證。陳副總統致詞時表示，1950 到 1960 年代，當時孩童營養不夠，政府在社區營養站提供國小學生牛奶，如今國人平均壽命延長，老年人口越來越多，推廣營養觀念的對象也從小孩轉換成銀髮族。

陳副總統表示，因應長照 2.0 政策，不同社區有不同的老人照顧中心，還有長青食堂，長青食堂內有社區營養師的幫忙，大家吃得下、吃得對、吃得巧，現在有了社區營養推廣中心，就可以更好地照顧國人。

陳副總統指出，社區營養推廣中心是總統蔡英文 2016 年競選時的承諾，成立健全的營養諮詢網絡，配合長照 2.0 政策，中央和地方、政府和民間攜手合作，就不怕高齡社會的來臨；此外，政府要照顧失智、失能的老人之外，讓健康老人吃得很健康，就能預防失智、失能，老人家就能活躍健康地生活。

出席啟動儀式的衛福部次長何啟功也表示，長照制度搭配營養預防教育，讓老人吃得下、吃得夠、吃的對、吃得巧，避免老人因為營養不均衡衍生其他健康問題。

三十八、 台日合作「療癒庭園」明年開 首座落在大安森林公園

(資料來源：2018-08-27 16:55 聯合報 記者魏妤庭／即時報導)

用五感也能感受到大自然的溫柔！大安森林公園即將打造一座療癒庭園，利用花卉植物設計各種不同設置，打造五感體驗，讓遊客在此可以放鬆，感受公園周遭植物及環境的變化，預計最快明年夏天可完工啟用。

日本在 1995 年阪神大地震後，曾有不少民眾陷入憂鬱及不快樂狀態，對此，日本學者致力於療癒庭園研究，經過無數次訪談溝通，推出能讓人放鬆身心的公園或醫院療癒環境。

台灣即將邁入高齡化社會，為了能讓老年人或身心障礙者，能在花草綠意、陽光微風的自然環境中舒展身心，由台北市政府邀請東京農業大學教授來台交流，攜手合作推出國內首座療癒庭園，預計以大安森林公園作為示範點，最快於明年夏天完工啟用。

大安森林公園療癒庭園除了有對應各年代共融式設計，還有透過五感體驗大自然，感受時間推移及四季變化的設計。同時也規畫夜間安心使用，能獨處又不會感到孤獨的空間，或是能與人交流的空間，透過不同設計手法，創造不同的景觀空間。藉此讓年長者或身心障礙者能在自然景觀環境中進行交流，一同以放鬆心情，感受公園內的花草、水、風或光影的變化。

三十九、 不滿勞保局審議提救濟 去年撤銷率近 3 成

(資料來源：2018-08-28 15:00 聯合報 記者吳佩旻／即時報導)

有投保勞工保險及就業保險的民眾，若因部分原因導致無法上班時，可向勞保局申領相關的勞保給付，不過若勞保局核定不予給付，民眾可透過勞（就）保爭議審議程序進行行政救濟，有機會再次審查。勞動部統計，去年勞保局受理被保險人申請給付案件（含現金給付及醫療給付）核定數量約 222 萬件，未獲核定的人當中，獲得救濟成功的比例已近 3 成。

勞動部表示，勞（就）保爭議審議制度是訴願的前置程序，也是行政救濟的一環。根據統計，被保險人不服核定，提起爭議審議案件數共 3769 件，約占整體申領比率約 0.17%，其中以傷病給付占最大宗，共 1520 件、約 4 成，其次為失能給付，共 954 件、2 成 5。最後勞保局撤銷不給付核定的共有 1110 件、約 2 成 9，已接近 3 成。

勞動部舉例，在百貨公司工作的小婷（化名）懷孕 28 周時，發現子宮收縮有早產跡象而前往婦產科診所住院診療，並向勞保局申請勞保普通疾病傷病給付。勞保局審查後認為小婷在診所住院安胎，不符合傷病給付請領規定，因此核定不給付。小婷得知後便申請勞保爭議審議，經審議後認為確有再行斟酌之必要，於是撤銷原核定。

經勞動部解釋，婦女在診所安胎住院診療，也可請領普通事故傷病給付後，勞保局重新審查決定核准小婷的申請。勞動部表示，透過此審議制度，可讓勞保局再次自我審查核定是否合法妥當，也讓勞動部及勞保局從勞保爭議審議的審定結果中，了解現行政策及法規實際推動的情形。

勞動部提醒，民眾對勞保局勞工保險或就業保險核定如有不服，可以填「勞工(就業)保險爭議事項審議申請書」提起爭議審議。相關資訊請上勞動部便民服務－勞（就）保爭議審議專區，網址：<https://www.mol.gov.tw/service/23188/23189/>。

四十、豪雨釀災 勞部提供 7 項災區協助

（資料來源：2018-08-28 14:33 中央社 台北 28 日電）

豪雨重創中南部，勞動部也提出 7 項補助措施，包含公告為災區的失業勞工，可申請擔任天災臨時工，薪資每小時新台幣 140 元等，希望幫助災民渡過難關。

823 豪雨重創中南部地區，今天起又受到西南氣流影響，持續降下豪雨，讓多處地區持續傳出淹水災情。有鑑於此，勞動部也提出 7 項災區協助措施，希望可以幫上災民。

勞動部長許銘春今天表示，勞動部有提供天災臨時工，預估需要 5000 人來協助災區的善後工作，呼籲災區失業者可踴躍報名。

根據勞動部彙整所屬機關，共提供 7 項災後協助措施。

一、受災失業者可檢附相關受災證明，或災區事業單位開立因受災致失業的離職證明文件，到當地公立就業服務機構辦理求職登記及接受推介成為天災臨時工，工資按每小時基本工資新台幣 140 元發給，每月最高發給 176 小時。

二、民間團體提出的培力就業計畫中若僱用災區民眾，勞動部將補助用人費用、其他費用跟陪伴輔導費用。

三、受災區的失業民眾參加勞動部辦理的各類職前訓練課程，可免甄試入訓，或參加勞動部所屬各分署自辦或產業人才投資方案的各類在職訓練課程，也可免負擔訓練費用。

四、申請「微型創業鳳凰貸款」及「就業保險失業者創業貸款」可暫緩繳付本息 6 個月。

五、受災區受災勞工保險及就業保險被保險人，領取政府核發死亡、失蹤、重傷、安遷等受災救助金者及受災投保（提繳）單位，可免繳 6 個月勞保及就業保險費。因天然災害致傷病不能工作者，也可申請傷病給付。

六、提供職業災害個案管理服務，由專人主動聯繫提供罹災勞工及家屬有關於職災補償、保險給付申請及慰問等權益及相關需求。

七、職安署提供災後事業單位重建作業安全宣導及輔導，災後也將加強檢查，避免勞工受害。

四十一、協助中南部災後清理 勞部推 5000 個臨工名額

（資料來源 2018-08-28 13:08 聯合報 記者吳佩旻／即時報導）

連日豪雨重創南台灣，勞動部長許銘春今天受訪時表示，針對南部災情勞動部已推出「天災臨工計畫」，提供 5000 個名額，協助受災失業者協助災民清理家園，每人時薪 140 元，每月最多可申請 176 小時。此外，受災勞工也可享 6 個月免繳就業保險費，已有申請就保失業者創業貸款及微型創業貸款者，可緩繳貸款本息 6 個月。

許銘春說，勞動部有個臨工計畫，預計推出 5000 個名額，幫助受災失業者，也協助地方政府處理災後善後作業。豪雨發生後，已請勞發署主動聯繫各縣市政府，預期救災作業告一段落後，會需要一批人力善後，

勞動部會全力支持。民眾若有需要，可向各縣鎮、縣市政府及直轄市區公所申請。

至於災民的勞健保費減免部分，許銘春也說，勞動部已請勞保局針對目前南部豪雨成災的狀況，專案處理。

勞發署長黃秋桂表示，勞發署已推動臨工專案，若各縣市政府有災後重建的需求，都可向勞發署申請天災臨工的經費補助，這兩天南分署及高分署都有主動聯繫縣市政府，希望很快能協助各縣市完成災後重建。

雲嘉南分署長柯呈枋表示，雲林縣、嘉義縣市及台南市都已陸續提出申請，目前在作業程序中，原則上是由勞工局處統整，台南市則請每個區公所提報或彙整需求，目前4縣市都有提報人數，其中嘉義縣最多，嘉義市偏少，其他地區則大約落在100到200人，台南和高雄這兩天仍持續降雨，需要更多時間處理後續作業。

四十二、 上班族退休金多少才夠用？調查：存款要有 1617 萬

(資料來源：2018-08-27 10:57 中央社 台北 27 日電)

軍公教年金改革上路，且勞保年改修法草案也已送入立法院，衝擊上班族退休計畫。根據 1111 人力銀行調查，8 成 3 上班族憂心退休金不夠用，認為存款須達新台幣 1617 萬元才敢退休。

1111 人力銀行今天公布「上班族退休壓力調查」，調查顯示，上班族平均 55 歲就想退休，但超過 8 成 3 的上班族，擔心退休金不夠用，且為了維持退休生活，認為要存 1617 萬元才敢動念退休。

1111 人力銀行公共事務部暨職涯發展中心總經理李大華說，參考內政部公布的「105 年簡易生命表」，國人的平均壽命已達到 80 歲，其中男性 76.81 歲，女性 83.42 歲。從調查來看，預估退休後還有約 25 年的老年生活需要規劃，且在退休後包括自己在內，平均要養 2.33 人。

若以調查中退休後每人每月至少花費 2 萬 1667 元來計算，退休後的家庭開銷高達 5 萬 484 元，25 年需要準備 650 萬元的生活費。以主計總處公布的 106 年每人每月經常性薪資 3 萬 9953 元來說，等於要 13.5 年不吃不喝，才能存到養活自己的退休金。

而交叉分析發現，「民生/服務」業的從業人員自行預估的退休年齡最早，只有 43 歲，「教育/政府團體」最晚，平均預估 61 歲才退休。

對此李大華分析，民生服務業有輪班的需求，對體力與生活作息是一大考驗，中高齡就業者的體力難以負荷，易被年紀輕、薪資低的後進人員取代，致使民生服務從業人員萌生提前退休或轉換職場的念頭。

相反的，教育與政府團體人員，重視經驗傳承，從業人員隨著年資增加，職務薪資都會向上調整，退休制度相對完善，屆齡退休的福利反而更好。

李大華表示，人民平均餘命持續增加，上班族退休後一旦健康狀況不佳，生活無法自理，衍生而來的長照費用所費不貲，錢不夠用的憂心也讓上班族擔心通貨膨脹吃掉退休金。

因此他建議，年輕的上班族要提早思考退休議題，及早做財務規劃，無論是投資理財或是儲蓄，將準備時間拉長，都可以減輕退休財源的壓力。

為了解上班族的退休壓力，1111 人力銀行特設計此份問卷，進行「上班族退休壓力調查」，調查期間自 8 月 13 日至 8 月 24 日，進行網路問卷調查，有效樣本數 1116 份，信心水準 95%，正負誤差值為 2.93 個百分點。

四十三、 公教人員注意！參加公保期間不可再保社會保險

(資料來源：2018-08-24 17:27 聯合報 記者鄭嫻／即時報導)

現職公務人員、教師，以及其他公保被保險人注意！銓敘部提醒，參加公保期間，除符合得重複加保規定者外，不可以再參加勞保、軍保、農保或國民年金等其他社會保險。

「公務人員年金改革知多少」臉書指出，今日接獲自稱為公務員家屬來電詢問，「近日遇有保險推銷人員向其家人表示，可以協助公務員另外參加勞保(即參加公保，同時參加勞保)，且詎稱說有經過銓敘部同意」。

銓敘部強調，這明顯和法令規定不合，銓敘部不可能同意，並呼籲公保被保險人不要輕易受騙，造成權益受損。

銓敘部強調，依照「公教人員保險法」第 2 條及第 6 條規定，法定機關(構)編制內之有給專任人員及公、私立學校編制內有給專任之教職員，

都是公保法強制加保對象，於在職期間應一律參加公保，除「符合得重複加保規定者」外，不得另行參加勞保、軍人保險、農民健康保險或國民年金保險。

四十四、 勞退金累積有多少？ 郵政金融卡也能查詢

(資料來源：2018-08-25 10:13 聯合報 記者陳妍霖／即時報導)

勞工退休後可領勞退金，但不少在職勞工尚未退休，卻好奇自己累積的勞退金到底有多少，除了到勞保局臨櫃、以自然人憑證上網查詢外，還能在 ATM 查詢，只要有「郵政金融卡」或「勞動保障卡」，領錢、存錢或轉帳時，可順帶查詢累積的退休金額、收益分配金額等。

若以新制來說，勞工退休金為個人專戶，由雇主每月提撥薪資 6%，並存入勞工個人專戶，勞工也能自願另提繳最多 6%月薪，直到年滿 60 歲、工作 15 年以上，可選擇一次領或月領，年資未滿 15 年，只能採一次領。

不少勞工雖未退休，事關自身權益，好奇想知道雇主有無按月提繳、目前累積的退休金額有多少，想要查詢其實很簡單，利用自動櫃員機 ATM 查詢專戶明細資料，操作快速方便。

勞保局指出，勞工想要方便掌握勞退資料，若以「郵政金融卡」來說，只要向郵局申請授權查詢個人勞保、勞退資料，同意勞保局將個人勞保、勞退資料提供給中華郵政，並簽署同意書後，即可在全台郵局 ATM 查詢。

而發行「勞動保障卡」目前有土地銀行、玉山銀行、台北富邦銀行、台新銀行、第一銀行共 5 家銀行，勞工申請後，可持卡至這 5 家銀行 ATM，即可查詢近期 6 筆勞保加保、薪資調整、退保等，另也可查詢近 6 筆勞工退休金個人專戶明細資料、累計金額。

勞保局表示，要查詢勞退金有多種管道，除了到勞保局、各地辦事處臨櫃辦理外，以自然人憑證上「勞保局 e 化服務系統」、智慧型手機或平板電腦 APP 查詢，不過皆需要使用自然人憑證操作建立、啟用帳號，而郵政金融卡或勞動保障卡都能在 ATM 查詢。

四十五、 人生長河兩頭兩代人互相滋養 德國長者單親互助

共居

(資料來源：2018-08-28 01:02:27 聯合報 記者江睿智／德國報導)

德國紐倫堡後火車站對街，十年前還是一片黃土，二戰時七顆炸彈落下，滿目瘡痍；如今廢墟之上已矗立著新穎的黃色圓弧形建築，這是德國政府力推的「多代共居宅」。除了住宅，還設有麵包店及幼稚園等生活設施，更歡迎長者及單親入住。當年的悲慘之地已成跨世代的溫暖居所。

德國政府重視世代融合與多代互動，透過民間合作社興建或改建舊建築，推動多代共居宅(Cohouse)，強調不同世代、不同族群在同一屋簷下共同生活，互相照顧。

經歷世代反叛 悟出世代共融

在許多國家，都市中心是商業黃金地段，住不起的老人也由時髦街頭絕跡。但情勢有了轉變。歐洲在一九六八年爆發大規模學運，被稱為「一整個世代的反叛」，德國政府體認「世代共融」勢在必行，都市計畫或都市更新時，須考慮跨世代與不同背景者的「多元性」與「包容性」。

紐倫堡車站旁緊鄰兩塊地興建四十四個住宅單位，在四樓以空中走道串聯；鏤空的空中走道，正穿越幼兒園上空。

在老去的路上 孩子帶來希望

印度先生葛旭(Gora Ghosh)和太太住在二樓，兩老常站在陽台上看著社區幼稚園的幼兒嬉鬧，孩子不時對他們揮手問好。到了老朋友一一離世的年紀，幼童的笑語為生命帶來活力。人生長河兩頭的老幼兩代人，互相滋養。七十三歲的葛旭太太說，「在老去的路上，孩子帶來希望。」

這處跨代共居宅有一個很特別的名字：「不一樣生活方式」。老人和單親家庭相互幫忙是這處多代共居宅的宗旨。

這棟跨代社區建於二〇〇九年，約廿坪的住宅，無門檻、無高低差地板、加寬的門幅，方便坐輪椅的葛旭太太自由穿梭。窗外傳來孩童嬉鬧聲，有時尖銳高亢，會覺得吵嗎？「反正我們老年人聽力也不太好，」老太太頑皮地說。

單親媽上班 三老輪流顧孩子

葛旭太太曾是幼稚園的老師，現在住隔壁的單親媽媽清晨上班時，幼稚園還沒開，她放心將小孩寄放在葛旭家，時間到了，再由葛旭先生送到幼稚園。「我們有三位老人可以輪流幫忙照顧小孩，」葛旭太太說，「我先生住院時，我行動不方便，鄰居會幫我到醫院探望。」

二〇〇五年時建築師發想，何不結合老年人和單親家庭的住宅，以空間增進互助可能？「不一樣生活方式」的設計圖因此誕生；二〇〇七年成立「不一樣生活方式」合作社，籌資七百五十萬歐元，加上德國聯邦政府及巴伐利亞邦政府對社會住宅的補助，建成世代共居住宅，當初參與募資的公益組織現為幼稚園的營運者。

開放客廳、會議室等公共空間是這類多代共居宅最大特色，住戶在此交流、辦活動；頂樓還有小型兒童遊戲區及空中花園。「不一樣生活方式」合作社常務理事富耳曼說，住戶自主決定辦什麼樣的活動，由合作社協助。

兩天沒拉窗簾 鄰居電話就來

八十七歲、愛看足球的葛萊斯納已在此住了近十年，獨居又保有與鄰居的緊密互動，「如果我兩天沒拉開窗簾，或曬乾的衣服沒收，對面鄰居就會打電話來問我『怎麼了？』」她說，德國很多地方，老人過世了，都沒人知道。

午後，麥耶家客廳笑語滿室，鄰居相約來喝茶，八十六歲的蔡司勒（Brigitte Seiler）記得每位鄰居的生日，總會貼心地準備禮物。「住在這裡最不一樣的是有歸屬感，老的時候不孤獨，」麥耶太太說。

四十六、 都市迎回老人... 柏林多代宅 孩子交到老朋友

（資料來源：2018-08-28 00:59:11 聯合報 記者江睿智／德國報導）

葛恰克（Karin Gottschalk）在先生和兒子相繼去世後，決定搬回她的出生地：紐茵森市。她的新家不大，後院有她寄情栽種的美麗花園，有蘋果樹、櫻桃樹、以及隨季節開謝的不同花卉。七十九歲的葛恰克會和女兒坐在蘋果樹下喝茶、懷念過世的兒子。最近她還有新夥伴：兩隻刺蝟，名叫羅密歐與茱麗葉。

這並非鄉居生活，而是紐茵森市中心的老人公寓。法蘭克福機場近在咫尺，站在花園一抬頭就看見大鐵鳥的英姿。

德國另一個大城市柏林，時尚的普倫茲勞貝格區（Prenzlauerberg）林蔭處處，整排老式挑高建築優雅而獨特。但此處鮮少看見老人身影。因為在改建、都市更新的過程中，房價高了，老人也住不起了。

大學生和年輕家庭成為時尚街區的人口主流。住在柏林的荷爾（Daniela Herr）說，女兒四歲時曾很驚奇地對荷爾說，她今天見到一位「奇怪的人」，後來才發現女兒指得是一位老爺爺——四歲的小女孩竟然從沒看過老人。

世代隔離，並不是健康的社會現象。都市空間出現「世代區隔」，如同貧富分隔。這不是健康的社會現象，因此德國政府推動社會住宅時，注重「世代共融」。

隱身新興時尚區位的 Sredzkistraße 44「多代共居宅」，理想是：找回老人，讓孩子童年有小朋友，也有老朋友。同樣，紐茵森市的菁華地段也出現類似的多代宅，要將老人重新迎回市區。

紐茵森市長修可（Herbert Hunkel）說，六、七〇年代，德國發生大規模青年抗議，不同世代對社會資源的分配有很大衝突。其後德國政府，透過都市空間的再設計、資源重置，促進不同世代在生活中融合。

例如將市中心的鋼鐵工廠、臘腸廠移往他處，解決噪音、空氣汙染；空出來的市中心空間，打造成適合人民生活的空間。「長者能居住在市中心，生活更方便」，這是高齡社會必須調適的建設考量。紐茵森市老人住宅十分受歡迎，等待名單曾經長達八年之久，現在大約要等一年。

四十二歲工程師夏爾夫（Renē Scharf）與伴侶帶著兩歲半兒子住進 Sredzkistraße 44，雖然爺奶在鄉下，但小男孩見到荷爾就會笑，更會拉著父母要去找九十歲的哥茲奶奶。今年小男孩受洗，許多親戚從老家遠道參加，鄰居也大方提供住處，省去住旅店的開銷。

這樣的包容、開放，建立在共居宅平日互動的情誼與信任之上。「老少共居，就像個大家庭。」荷爾說。

四十七、 多代共居宅屬非營利機制 沒人捨得搬出去

(資料來源：2018-08-28 00:57:24 聯合報 記者江睿智／德國報導)
多代共居有誘因，三分之一的租金及鄰里共生關係。

德國力推老少共居，世代共融。住進多代共居宅不僅享有鄰里關係，更有經濟誘因，德國多代共居宅的租金遠比同區位市價便宜許多。

德國政府力推多代共居宅(Cohouse)，運用非營利性質的民間合作社機制，來興建、改建、並營運多代共居宅，達到社區接納、世代共融的目的。

以柏林 Sredzkistraße 44 改建為例，土地是由「自己蓋房子」合作社買斷，改建的房子仍屬柏林邦政府所有。住戶是向合作社承租，租約可長達九十九年；若過世，兒女能繼承承租屋權。

「自己蓋房子」代表荷爾(Daniela Herr)解釋，組織已成立廿七年，因兩棟危樓須重建，住戶組成合作社。之後也為其他社區改建老舊建築，並經營管理。現約管理廿六棟類似 Sredzkistraße 44 的跨代住宅。

合作社身兼跨代住宅的開發及營運主體。可向銀行貸款外，並可獲得德國政府社會住宅的專案補助；收取的住戶租金來償還貸款。

要承租跨代住宅，必須先成為合作社會員。以「自己蓋房子」為例，約一萬四歐元會費，類似台灣租屋預繳的押金。當不再承租，會費可取回。

住戶也享有低於市場的租金，是一大誘因。在柏林普倫茲勞貝格區(Prenzlauerberg)新興時尚區位，每平方米租金市價約十四歐元；但跨代住宅只要市價一半就能租到，老住戶更是以三分之一價格承租。

Sredzkistraße 44 住戶的荷爾坦言，一旦能搬進多代共居宅，鮮少會再搬出去，她的小孩未來繼續住。許多合作社手上都有長長的候補名單。

但跨代共居的迷人之處，除了租金之外，還有顯著的鄰里互助關係，以及住戶共決的機制，社區是為了每個人存在，不論年齡或族裔。以空間促進融合，正是「共居」模式的真義。

四十八、 穿戴裝置熱！Galaxy Watch 表面設計可客製化

（資料來源：2018-08-28 14:22 聯合晚報 記者何佩儒／台北報導）

udn 買東西指出，目前在 udn 買東西熱銷的穿戴品牌包括 GARMIN、SAMSUNG、華為、Apple、FITBIT、IS 愛思等，熱銷的價格區間約落在 3,000 元到萬元都有。預測未來商品將主打直接帶著智慧手表也可以出門的便利性，至於基本配備包括通話、訊息、自身健康管理、運動規劃、心跳檢測、防水等。尤其現今進入高齡化社會，預料未來也會推出量血壓功能的穿戴裝置加入個人定位照護功能。

而三星在發表 Galaxy Note 9 時，也帶來全新智慧手錶 Galaxy Watch，圓形觸控式螢幕表面搭配獨特轉控表環，與可客製化的表面設計，新的智慧時間助理及自動體適能健康追蹤就像個人貼身助理，適時提醒今日的行程並偵測身體心跳數據狀況，工作之餘仍可守護健康。擁有長達 7 天的待機電力及支援 Samsung Pay NFC 支付，將在台率先推出 Wifi 版本，預計於 9 月 17 日全面開賣，星粉也可以留意。

四十九、 大法官被控偽造遺囑 坐在被告席接受審判

（資料來源：2018-08-28 12:23 聯合報 記者王聖藜／即時報導）

前大法官徐璧湖被已故女法官張仁淑法定繼承人控告變造遺囑，在張仁淑死後，用張的提款卡去盜領現金，被自訴偽造文書。台北地院日前傳喚徐出庭，徐坐在被告席強調，是張仁淑生前要求她在遺囑上簽名，指定她為遺囑執行人，有權領錢，否認犯罪，案由刑庭法官審理。

徐璧湖是司法官第 11 期結業，2003 年被前總統陳水扁提名為大法官，2016 年二次政黨輪替，總統蔡英文補提名新任大法官前，徐璧湖是大法官審薦 5 人小組之一，法界地位崇隆，她被自訴偽造文書，沒有聘請律師，自行答辯。

張仁淑是司法官第 2 期結業，法界資歷比徐璧湖還深；1992 年，女法官不多，張仁淑代表全國女法官向內政部登記成立「中華民國女法官協會」，任首屆理事長；2015 年女法官協會辦慶祝大會，張仁淑獲邀以 90 歲高齡現身，2016 年初過世，過世後引發自訴案糾紛。

開庭時，徐璧湖表示，張仁淑 2015 年 11 月 9 日製作遺囑，邀她去家裡簽字，簽字後，有將遺囑交給張仁淑的陳姓繼承人收執；張仁淑過世後，她與另名遺囑執行人楊姓婦人持提款卡去 ATM 領錢，是根據遺囑指定的內容辦事；徐說，自訴人曾經以電子郵件請她幫忙處理喪葬事宜。

徐璧湖辯稱，張仁淑生前有請黃姓台籍看護，也聘雇印尼看護工「阿弟」，「她們照顧張仁淑都要花工資啊！」，強調她提款的授權來自遺囑、來自自訴人。

另名被告楊姓婦人自稱稱呼張仁淑為「姑姑」。楊婦表示，遺囑是張仁淑打電話叫她去簽的，而且張仁淑是法官，行事很謹慎，「寫了一份、又影印好多份彩色的」；楊婦表示，她簽第一份時張仁淑發現不對，後來再約她、徐璧湖一起簽，簽好後，就以電子郵件寄給陳。

楊婦答辯的情緒激動，一再被制止發言，她告訴法官，照顧張仁淑 3 年多，陳都滯外不歸，之後突然跳過檢察官找律師提告，「難道有錢就可以請律師告人嗎？」；楊婦表示，陳說她無權使用提款卡，還說她是詐欺，「為了 22 萬元告我，搞到我都要變憂鬱症了啦！」

由於張仁淑死亡，徐璧湖、楊婦辯詞不易釐清，法官整理全案 2 爭點，即「張仁淑的遺囑究竟有無被加工變造？」、「徐璧湖、楊婦究竟有無權利操作張仁淑的提款卡」，擇訂 11 月再開庭。

五十、妻逝無人照料 89 歲老榮民拄拐杖忍痛送走 10 歲愛犬

（資料來源：2018-08-28 14:52 聯合報 記者張曼蘋／即時報導）

「妞妞就像我的小孩。」新北市八里區 89 歲劉姓老榮民在民國 38 年隨國軍來台，與妻子雖膝下無子，但兩人曾經最多養過 8 隻狗，並當成孩子一樣照料，至今只剩下 10 歲的米克斯犬「妞妞」，妻子上月去世，自己身體不適且無人照顧，即將入住榮民之家安養，只好拜託台灣照顧生命協會及新北市動保處，協助照顧自己唯一的家人。

劉姓老榮民泛淚地說，妞妞是混狼犬的大型犬，已經高齡 10 歲，走路也不穩，原本都是妻子在照顧他及妞妞，但妻子上個月過世，他脊椎跟腿部曾開過刀，走路需要拐杖輔助，連照顧自己都很勉強，在台灣也沒有其他親人，最大的心願就是希望有人可以照顧妞妞。

「妞妞好像知道要跟我分別...」劉姓老榮民說，這兩天妞妞都不吃飯，似乎知道即將要去新家，妻子過世時，牠也是好幾天不吃飯。新北市動保處長陳淵泉與台灣照顧生命協會執行長董冠富昨天到場承諾會好好照顧妞妞，後續也會安排妞妞在毛寶貝醫療中心接受健康檢查，並進行後續安養照顧。

當動保處人員將妞妞抱進籠子時，妞妞不斷回頭看著主人，劉姓老榮民則著伯伯相當感激動保處與照生會協助，也希望妞妞之後可以找到新的家庭繼續愛牠。在送走妞妞時劉伯伯還拄著拐杖目送妞妞，眼眶泛淚的說，「再見，要找到一個對你好的家。」

五十一、 50 名獨居長者住家遭洪水淹 華山招募志工清理

(資料來源：2018-08-28 16:39 聯合報 記者姜宜菁／即時報導)

嘉義市廚師職業工會連續 3 年為華山基金會服務的獨居弱勢長者們舉辦中秋團圓餐會，今天提前試菜，下月 5 日再席開 30 桌，為孤老們帶來關懷與溫馨，然而基金會目前最著急是居住在嘉縣東石鄉的 50 名獨居長輩家被水淹，苦無壯丁協助清理。

華山基金會嘉義區縣站長楊光鈺今表示，823 水災造成嘉義東石地區水淹多日，有 50 名獨居長被緊急安置在避難所，國軍協助清理市容，基金會已動員物資募集，將於災後長輩返家後再送至家中，但長輩們年老體衰，無力搬動泡水的家具，需要 40、50 名壯漢協助，預計本月 30、31 日兩天到東石救災。救災報名電話 05-2841256。

許坤生表示，現在社會少子化，老人們需要照顧，各會員準備的拿手菜來傳達愛心，希望大家的善行能號召更多人響應關懷高齡社會；中秋餐會下月才登場，昨天提前試菜，包括鱸魚、櫻花蝦米糕、黑蒜燉雞等 8 菜，經過慢火燉煮，讓長輩們入口即化。

原定上菜秀有 8 名廚師獻上，然而工會理事許庭維家住東石鄉，此次也是受災戶，清理家園之餘也心繫長輩們的中秋團圓菜，9 月 5 日將席開 30 桌，目前募集僅 4 成，仍待社會愛心湧入。愛心專線：05-283-1003 楊先生。

五十二、 全國首台太陽能乘坐式播種機 拼 108 年上市

(資料來源：2018-08-28 19:21 中央社 台北 28 日電)

農委會台東區農業改良場今天發表全國首台太陽能乘坐式播種機，播種速度是人的 15 倍快，1 公頃 2 小時完成，如果 3 個產銷班合購共用 1 台，1 年可攤提，目前洽談技轉，最快明年上市。

台東區農業改良場今天召開「播種界的特斯拉—太陽能乘坐式播種機」記者會。

為了提高農事效能、改善農村高齡化、人力缺乏的問題，台東區農改場副場長陳昱初表示，費時 1 年半，終於開發出全國首台太陽能乘坐式播種機，適用在紅藜及小米上，已給農民試用過，反應良好；台東目前紅藜耕作面積超過 200 公頃，多為 1 期作，小米則有 300 公頃，為 2 期作。

開發這款農機具的台東區農改場作物環境課技佐曾祥恩說明，這款機器播種 1 公頃地，只要花 2 小時，對比目前的人力要花費 30 小時，速度是 15 倍快，而且只要每天能在晴天狀態下充電 4 到 4.5 小時，1 個月可以播種近 20 公頃的面積。

他並說，機體上方搭配使用 300W 單晶矽太陽能板，20 年內的輸出功率都在 80%以上；播種時安靜，也不會排放有害氣體及二氧化碳；目前與高雄的農機業者洽談技轉中，最快明年可望量產問市。

陳昱初試算，若以聘用 1 人 1 天的花費要新台幣 1500 元，以 40 公頃的耕地計算，約要聘 20 人，若用 1 年 2 期作推算，待此款機具量產後，每台若能以 15 萬到 20 萬元價位銷售，使用者可用 1 年攤提完；但是因為台灣農民小農居多，40 公頃比較適合 3 個產銷班合購，或由合作社、農企業採購使用。

五十三、 台灣 2060 年成最老國家 專家：紅綠燈恐等 3 分鐘

(資料來源：2018-08-28 21:50:12 聯合報 記者吳佩旻／即時報導)

台灣 8 年後將邁入超高齡社會、2060 年成為全世界最老的國家，到時候社會將變成什麼模樣？聯合報系願景工程邀請各領域專家分享案例，並

與觀眾展開座談。其中高齡醫學權威陳亮恭表示，未來將是前所未有的社會，當老年人口暴增，將不知道如何畫設捷運的博愛座、紅綠燈可能要等3分鐘，呼籲現在就要做出改變，從防止失能失智做起，才能迎向「無齡」的社會。

當高齡化社會來臨，如何打造全齡化友善環境，讓不同世代共融共創？聯合報系願景工程於8月28至30日連辦三場「公民沙龍」，邀請醫學家、社會觀察家等各領域人士分享見解與案例。

聯合報系願景工程「世代共融—全齡化環境」首場今晚在華山文創園區登場，邀到台北榮總高齡醫學中心主任陳亮恭、自由空間教育基金會董事長唐峰正，以及居家設計師林黛羚等人，一同探討超高齡社會現況與未來，以及在地安老居家規畫，提升居住生活品質與安全等議題。

「我們正面臨一個未知的社會！」陳亮恭說，目前面臨的人口高齡化趨勢，是人類歷史上從沒出現過的現象，他說，古代人談生老病死，其實只指生死，很少提及對老的詮釋。中醫的醫書是早期人傳承下來的智慧，但當時的平均年齡遠不如今日，因此才針對高齡化做了重新修正。

陳亮恭說，台灣的百歲人瑞在十年內增加3倍，80歲以上老人增加是促成高齡化社會的主力，主因是醫藥衛生及社會進步。未來高齡化的社會，古人說的「無常」將產生變化，壽命會變成「可預測」。因此讓社會維持有序的年金，長照及健保，都成為近年被熱門討論的議題。

他也說，台灣的高齡化速度僅次於韓國，而韓國的老人有一半活在貧窮線下，自殺率比台灣高6倍，是值得關注的新議題。而台灣目前老化的速度勝過法國5倍，到了2020年平均只剩下1.5人照顧一名老人，社會恐難以永續。到了2060年，台灣更進一步成為全世界最老的國家。

不過陳亮恭提醒，大家不必太擔心，因為根據數據顯示，伴隨著年齡延長，老人有機會活得更健康，不再是老、病、殘的形象，將邁向「無齡」的新老年人生。

陳亮恭分析，台灣的都會區人口相對比較年輕，主因是年輕人移居，未來縣市人口高齡化會造成國土規劃改變，日本有9成人口都居住在都市，因為養老較方便，這在全世界都在發生，例如瑞士有6成人口集中在城市，有8成的老人住在城市。城市的老人數量過高，將是未來要關注的問題。

根據統計，台北、台南及高雄市是全台最高齡的都市，尤以台北最嚴重，老人占 1 成 6，最年輕的城市為桃園市及台中市，新北市則介於中間。他認為，要解決高齡化問題，首先要提升生育率，不是靠三五千元的補助就能解決，而要給年輕人一個可以想像的未來，其次要提升經濟，不是提升稅收。

陳亮恭也分享國內外的比較案例，台灣老人一年約看 30 次門診，美國人一年只看 8 次，因此他建議提供老人整合門診，讓疾病問題能一次解決，並且在住院方面結合社區的照顧服務，因目前醫療忽略了老人需要的恢復期。他試驗後發現，讓老人恢復健康後才回家，可減少失能比率 5 成，並降低死亡風險達 6 成。

陳亮恭說，要迎接高齡化社會，首先要預防失智及失能，社會也要自動調整樣貌，改變老年人的生活，例如提供更完善的服務措施，讓老人不再因為找不到廁所而不敢出門，能更從容且優雅地去迎接老齡生活。最後他說，希望未來不再需要與人談高齡，成為一個真正「無齡」的社會。

另一名講者唐峰正，從小患有小兒麻痺，他長期推動無障礙不應只是針對身障，而要服務大眾的概念，通用的設計應是貼近人心的。他說，「一般人遇到階梯，一抬腿就過了，但對有些人來說卻是跨不過去的坎」。呼籲應重新檢視公共空間的高低差，包括旅客拖著行李箱行走時，會不會覺得困窘；父母推著娃娃車在路上行走時，有沒有覺得這是個宜居城市。

善於規畫居家環境的林黛羚則要觀眾思考，自己理想的生活是什麼模樣。若讓家裡住的舒適，就必須要能達到斷、捨、離，她建議觀眾可試想，能否捨棄生活中 4 成不必要物品，或把房間想像成九宮格，清空其中四格就會清爽許多，或是轉個念想想，「家裡許多坪數用來堆放雜物，換算每坪金額，代價可不便宜！」。

五十四、 台灣迎高齡化社會 「先創無齡社會」

(資料來源：2018-08-28 23:51:44 聯合報 記者吳佩旻／台北報導)

想像一個紅綠燈長達 3 分鐘的世界...

台灣 8 年後將邁入超高齡社會、2060 年成為全世界最老的國家，到時候社會將變成什麼模樣？聯合報系願景工程邀請各領域專家分享案例，並與觀眾展開座談。其中高齡醫學權威陳亮恭表示，未來將是前所未有的

社會，當老年人口暴增，將不知道如何畫設捷運的博愛座、紅綠燈可能要等 3 分鐘，呼籲現在就要做出改變，從防止失能失智做起，才能迎向「無齡」的社會。

當高齡化社會來臨，如何打造全齡化友善環境，讓不同世代共融共創？聯合報系願景工程於 8 月 28 至 30 日連辦三場「公民沙龍」，邀請醫學家、社會觀察家等各領域人士分享見解與案例。

聯合報系願景工程「世代共融—全齡化環境」首場今晚在華山文創園區登場，邀到台北榮總高齡醫學中心主任陳亮恭、自由空間教育基金會董事長唐峰正，以及居家設計師林黛羚等人，一同探討超高齡社會現況與未來，以及在地安老居家規畫，提升居住生活品質與安全等議題。

「我們正面臨一個未知的社會！」陳亮恭說，目前面臨的人口高齡化趨勢，是人類歷史上從沒出現過的現象，他說，古代人談生老病死，其實只指生死，很少提及對老的詮釋。中醫的醫書是早期人傳承下來的智慧，但當時的平均年齡遠不如今日，因此才針對高齡化做了重新修正。

陳亮恭說，台灣的百歲人瑞在十年內增加 3 倍，80 歲以上老人增加是促成高齡化社會的主力，主因是醫藥衛生及社會進步。未來高齡化的社會，古人說的「無常」將產生變化，壽命會變成「可預測」。因此讓社會維持有序的年金，長照及健保，都成為近年被熱門討論的議題。

2050 年台灣平均 1.5 人照顧 1 名老人

陳亮恭說，台灣的百歲人瑞在十年內增加 3 倍，80 歲以上老人增加是促成高齡化社會的主力，主因是醫藥衛生及社會進步。未來高齡化的社會，古人說的「無常」將產生變化，壽命會變成「可預測」。因此讓社會維持有序的年金，長照及健保，都成為近年被熱門討論的議題。

他也說，台灣的高齡化速度和韓國差不多，而韓國的老人有一半活在貧窮線下，自殺率比台灣高 6 倍，是值得關注的新議題。而台灣目前老化的速度勝過法國 5 倍，到了 2050 年平均只剩下 1.5 人照顧一名老人，社會恐難以永續。到了 2060 年，台灣更進一步成為全世界最老的國家。

不過陳亮恭提醒，大家不必太擔心，因為根據數據顯示，伴隨著年齡延長，老人有機會活得更健康，不再是老、病、殘的形象，將邁向「無齡」的新老年人生。

陳亮恭分析，台灣的都會區人口相對比較年輕，主因是年輕人移居，未來縣市人口高齡化會造成國土規劃改變，日本有 9 成人口都居住在都市，因為養老較方便，這在全世界都在發生，例如瑞士有 6 成人口集中在城市，有 8 成的老人住在城市。城市的老人數量過高，將是未來要關注的問題。

根據統計，台北、台南及高雄市是全台最高齡的都市，尤以台北最嚴重，老人占 1 成 6，最年輕的城市為桃園市及台中市，新北市則介於中間。他認為，要解決高齡化問題，首先要提升生育率，不是靠三五千元的補助就能解決，而要給年輕人一個可以想像的未來，其次要提升經濟，不是提升稅收。

陳亮恭也分享國內外的比較案例，台灣老人一年約看 30 次門診，美國人一年只看 8 次，因此他建議提供老人整合門診，讓疾病問題能一次解決，並且在住院方面結合社區的照顧服務，因目前醫療忽略了老人需要的恢復期。他試驗後發現，讓老人恢復健康後才回家，可減少失能比率 5 成，並降低死亡風險達 6 成。

陳亮恭說，要迎接高齡化社會，首先要預防失智及失能，社會也要自動調整樣貌，改變老年人的生活，例如提供更完善的服務措施，讓老人不再因為找不到廁所而不敢出門，能更從容且優雅地去迎接老齡生活。最後他說，希望未來不再需要與人談高齡，成為一個真正「無齡」的社會。

另一名講者唐峰正，從小患有小兒麻痺，他長期推動無障礙不應只是針對身障，而要服務大眾的概念，通用的設計應是貼近人心的。他說，「一般人遇到階梯，一抬腿就過了，但對有些人來說卻是跨不過去的坎」。呼籲應重新檢視公共空間的高低差，包括旅客拖著行李箱行走時，會不會覺得困窘；父母推著娃娃車在路上行走時，有沒有覺得這是個宜居城市。

善於規畫居家環境的林黛羚則要觀眾思考，自己理想的生活是什麼模樣。若讓家裡住的舒適，就必須要能達到斷、捨、離，她建議觀眾可試想，能否捨棄生活中 4 成不必要物品，或把房間想像成九宮格，清空其中四格就會清爽許多，或是轉個念想想，「家裡許多坪數用來堆放雜物，換算每坪金額，代價可不便宜！」