

高齡相關時事蒐集
20180614-20180620

一.	43 歲讀高職 73 歲得碩士...想拚博士.....	4
二.	不老圓夢 鑽石婚甜蜜拍婚紗.....	4
三.	高雄小港醫院連 3 年赴日取經助吞嚥 患者揮別「象鼻」.....	5
四.	弘道圓夢計畫 一起為長輩實現不老夢想.....	6
五.	要護智、不要失智 高雄大樹區興田里開辦護智據點.....	7
六.	濟弱撫慰病患 神父李智比台灣人更愛台灣人.....	7
七.	因應人口老化 雙 B 這樣做.....	9
八.	台大學士後護理學系錄取 30 人 博士落榜.....	10
九.	長照布建率 高市 62.5%冠六都 / 中市回報達成率 0% 市府：核定 11 案 5 案已決標.....	11
十.	前瞻投入長照掛蛋？ 台中社會局：衛福部算錯了.....	12
十一.	粵語老婦迷途 還好有人臉辨識系統.....	12
十二.	竊盜前科女又偷老翁 5 千塊 被逮後已經花掉逾一半.....	13
十三.	特別的期末考 陽明大學醫學生下廚為長者煮菜.....	13
十四.	雷仲達：閒置校地建安養宅.....	14
十五.	以房養老 核貸衝 130 億元.....	15
十六.	長輩心理照顧 可望納長照給付.....	16

十七.	吃抗憂鬱藥老人 比例增至 12.2%.....	17
十八.	長照扣除額怎麼訂 立委多主張 20 萬至 36 萬	18
十九.	財部：綜所稅扣除額修法考量 還有長照保險費	19
二十.	「我們老了都用的到！」診所年輕醫護團隊投入高齡長照.....	20
二十一.	醫護團隊走入社區 厝邊診所撐起長照	21
二十二.	學者倡議：喘息之外 讓照顧者重回職場	21
二十三.	面對高齡潮 高市輔導診所提供全人照護	22
二十四.	耐心有經驗 高齡看護搶手	23
二十五.	高齡化+少子化 醫院看護 缺工嚴重.....	24
二十六.	嶺東最高齡畢業生 60 歲嫗 4 年全勤.....	25
二十七.	78 歲老船長拿碩士 高雄市議員苦讀拿博士	26
二十八.	少子、高齡化 半世紀幼兒園轉型「老幼共托」	27
二十九.	失智老婦深夜迷途 警憑防走失手鍊助返家.....	27
三十.	防高齡肌少症 天天 4 份蛋白質「保肉」	28
三十一.	舌頭臉頰運動 預防失智自己來	29
三十二.	高齡專家解不開的腦齡謎題 7 月 23 日 AI 論壇來找答案.....	30
三十三.	愛在偏鄉蔓延 弘道福興社區照顧服務中心喬遷	31
三十四.	失智長輩偕同特教生 一起包粽享兒孫樂	32
三十五.	竹市府攜手富邦人壽 1850 名長者體驗桌遊樂趣.....	33

三十六.	引進日本經驗 樂齡網推廣輔具租賃.....	33
三十七.	微型核糖核酸 扮演漸凍人病因關鍵.....	34
三十八.	英研究：得第 2 型糖尿病老年患帕金森氏症風險增 32%.....	35
三十九.	高齡化、少子化時代 重大傷病險保安心	36
四十.	竹縣鄉鎮市衛生所將升級 新建湖口、新埔兩所	37
四十一.	台南 A 贏活力學堂社區包粽 阿嬤手藝傳承.....	38
四十二.	南港警治安座談查賄除暴 組老人反詐騙宣導團	38
四十三.	台灣企銀信用卡提撥基金 推動銀髮族照顧.....	39
四十四.	部分藥物增加跌倒風險 長者服藥須注意	39
四十五.	綠燈秒數不足 北市擴大試辦觸動延長秒數.....	40
四十六.	苗栗關懷據點公糧一次到位 來不及吃完就長蟲	41
四十七.	來台奉獻 57 年 醫奉獎得主呂道南神父病逝.....	42

一. 43 歲讀高職 73 歲得碩士…想拚博士

資料來源：2018-06-20 23:24 聯合報 記者張裕珍

桃園市八德區大宏里前里長李春實兒時家貧，無力升學，僅初中學歷的他，從修車學徒當起憑己力創業，事業有番成就後，有感學歷不足，43 歲重拾書本，今年更以 73 歲高齡取得開南大學商學院碩士學位，獲得全國終身學習楷模殊榮，他感動地說，還要繼續念書，目標再拚博士！

李春實在新北市金山區長大，成績優異考上基隆中學，無奈家境不好，無力升學，初中畢業後到當時的公路局當修車學徒，當時只要同儕經過修車廠，總會羞愧地躲入維修洞裡，怕被同學發現。

李春實苦幹實練，從學徒做起一路當上師傅，很有生意頭腦的他，創業投資鍛造廠，成為工廠董事長，他才發現，員工幾乎都有大專以上學歷，自己卻只有初中學歷，他才下定決心重拾書本，43 歲那年念高職，搭火車往返基隆求學。

「念書一點都不苦！」李春實說，念完高職後，他陸續擔任八德大宏里長與巡守隊長等職務，卸下職務之後才得閒，68 歲那年再考進開南大學觀光系，畢業後繼續進修商學院企業管理組碩士，上學不曾缺席過，課業也都維持前 3 名。

念書對李春實不是問題，但資訊教育課卻是他最大罩門，他說，人老了對電腦一竅不通，打字寫報告不易，他特別請了兩名清寒同學到家裡教課，老婆就幫忙煮飯招待，今年如願取得碩士學位，他考量體力還行，想再繼續念博士。

李春實日前獲教育部全國終身學習楷模肯定，昨接受市長鄭文燦表揚，妻女也開心見證；李春實長女李惠萍說，「爸爸的毅力與勤學，是留給後代最大的財富」，父親也希望能以自身經歷，無酬到校園演講分享，藉此勉勵孩子即使身處逆境，也不要失志，總有一天會達成理想目標。

二. 不老圓夢 鑽石婚甜蜜拍婚紗

資料來源：2018-06-20 23:25 聯合報 記者喻文玟

高齡化社會，弘道老人福利基金會和 9 個單位合作，提出 12 項「不老圓夢計畫」，想化身不老吧台手、不老廣播夢、不老婚紗、不老歌喉讚、巨星登台夢、吹不老薩克斯、打不老棒球都有機會。昨天弘道幫結婚一甲子的 78 歲王双益阿公、79 歲王高美津阿嬤圓夢拍婚紗。

弘道老人福利基金會董事長王乃弘表示，「不老夢想」近年幫助許多長輩實現自我，今年的各種不老活動即日起到9月底報名截止，大部分都是免費圓夢，「有夢就型」計畫電洽：(04) 22060698 分機 621 曾先生。

王双益、王高美津結婚 60 年，從未穿過婚紗，弘道昨天在「不老夢想 125 號」幫鑽石婚的兩人圓夢。

王高美津阿嬤說：從沒想過這輩子還有機會拍婚紗，真害羞！當年蜜月和阿公兩人坐了 5 個多小時的車到圓山動物園一日遊。

去年有一群身穿紫色球衣的阿公阿嬤們拍 MV，在網路上造成一股炫風，他們是來自沙鹿、會跳嘻哈的高年級舞團「六克拉」，弘道邀請他們參加「仙角百老匯 6」以街舞攻上小巨蛋，團員平均 72 歲，總年齡 2000 多歲。

團員之一 70 歲阿嬤王素娥說，很多人認為街舞是年輕人在跳得，他們也和年輕人一樣練習，今年要接棒「六克拉」的是「南丁格爾護理之家」機構，要帶一群長輩 11 月 3 日登上台北小巨蛋參加「仙角百老匯 7」。

三. 高雄小港醫院連 3 年赴日取經助吞嚥 患者揮別「象鼻」

資料來源：2018-06-20 23:24 聯合報 記者蔡容喬

老年人或中風患者進食困難，往往得依賴鼻胃管灌食，不但生活品質低落，也失去吃東西的樂趣。高雄市立小港醫院昨成立全國首座「咀嚼吞嚥機能重建中心」，醫療團隊連續 3 年到日本取經，可評估患者吞嚥能力並加以訓練，協助他們揮別「象鼻子（鼻胃管）」人生。

高市衛生局長黃志中說，高齡者若營養吸收不好就難有健康身體，高市過去提供老人裝公費假牙，希望老人家吃得好；如果嚼不動、吞不下不是噎到，就是造成吸入性肺炎，咀嚼吞嚥機能重建中心設立後，可望讓患者重拾吃的能力。

65 歲朱女士昨分享接受咀嚼吞嚥訓練的成果，4 月她在旅途中因中風昏倒，吞嚥困難裝上鼻胃管，3 天後她自己拔除，醫師為她安排吞嚥內視鏡檢查，確認只有喝入液體才容易噎到，提高食物稠度並調整吞嚥姿勢後，順利進食，也不用再裝鼻胃管。

小港醫院復健科主任李佳玲說，咀嚼吞嚥機能重建中心是該院觀摩日本 10 所學校及醫院做法，整合牙科、復健科、神經內科等 7 部門醫護人員，設吞嚥內視鏡、吞嚥透視攝影及吞嚥治療訓練檢查椅，已建立完整評估及訓練流程，可提

升高齡及中風病患的照顧品質。

小港醫院護理部督導馮明珠說，健保統計國內 65 歲以上老人因器官退化或罹病，有近 2% 喝水或吃東西易噎到，中風者更是每百人就有 6 人吞嚥困難，導致營養不良、甚至吸入性肺炎，高齡社會來臨，預估 10 年內吞嚥困難的盛行率會增加 4 到 5 倍。

四. 弘道圓夢計畫 一起為長輩實現不老夢想

資料來源：2018-06-20 19:15 中央社 台中 20 日電

不少長輩心中仍有夢想待實現，弘道老人福利基金會結合多個單位今天召開記者會宣告「2018 年夢想聯盟」正式啟航，邀請長輩一起啟航圓夢，為人生創造精彩美好回憶。

弘道老人福利基金會、社團法人國際社會福利協會中華民國總會等主管機關今天邀請去年登上台北小巨蛋的圓夢團隊六克拉舞團熱情演出，同時圓了一對已達鑽石婚的阿公阿嬤當年無法拍攝婚紗的「不老婚紗夢」，雖然大雨滂沱，但大家的圓夢熱情不減。

79 歲的王高美津阿嬤與先生結婚已 60 年，當年沒宴客，也未穿過婚紗，弘道基金會表示，為了替今年已達鑽石婚的阿公阿嬤一圓當年的婚紗夢，委託專業婚紗攝影師幫阿公阿嬤完成了專屬的「不老婚紗夢」。

畢業於法國巴黎市立音樂學院的薩克斯風演奏家林寬表示，深受不老騎士感動，希望能對高齡社會有所貢獻，因此找上夢想聯盟，希望分享他對音樂的喜好與教學專長，讓早期很想接觸音樂，卻礙於經濟壓力等重重關卡的長輩，一圓音樂夢。

弘道老人福利基金會董事長王乃弘表示，這幾年不老夢想幫助許多長輩實現自我，更讓長輩相信自己，找到達成目標的好方法，其實很多長輩也想被看見，只是需要機會，弘道希望大家一同成為圓夢天使，踴躍鼓勵身邊的長輩勇敢追夢。

五. 要護智、不要失智 高雄大樹區興田里開辦護智據點

資料來源：2018-06-20 18:23 聯合報 記者王昭月

「預防失智，更積極的作為就是護智」，佛光診所基於此一理念，今天在高雄大樹區興田里再度成立「護智服務據點」，讓佛光山下鄰近鄰里的長輩能夠揮別孤僻，走出戶外，透過心智認知及肌耐力等課程健全腦力，預防失智。

興田里護智服務據點是繼佛光山普賢寺之後，由佛光診所建置的第2處、同時也是第1個社區型的護智據點。佛光山慧仁法師率到場僧眾開壇灑淨後，歡喜揭牌，即日起周一到周五上午8點到下午4點，規畫課程推動「護智工程」。

高齡化社會到來，失智及失能病患增多，位在佛光山下的大樹興田里，即是典型的「老人里」，里長曾金益說，由於農村賺錢不容易，年輕人多數外流，不少家庭因無暇照顧長輩，只能放任自生自滅，這幾年他發現，里內許多老人孤獨無依，常呆坐門口，智力也不比往年，因此佛光診所選擇興田里設立「護智服務據點」，他馬上答應。

中華護智協會執行長妙僧法師說，佛光山星雲大師在民國65年創辦佛光診所，讓社會低收入戶及貧困患者，也能獲得良好的醫療照顧，近年除一般看診外，也推動預防醫學及衛生教育，廣邀各醫學中心專業醫師輪流駐診，並協助社區做各項失智危險因子的檢測。現今社會人口老化，失能、失智情況嚴重，佛光診所開設護智據點，盼能幫助鄰里長輩身心安樂。

佛光山慈悲基金會董事長依來法師表示，世界上最可怕的是失智，她曾與醫師探討成因，發現孤獨的老人，平日不說話、不與人互動，就不會動腦，久之腦部就會「生鏽」，因此所有長切記，千萬不要做個孤獨老人，更要保護智慧，正向面對可能碰到的失智問題。

六. 濟弱撫慰病患 神父李智比台灣人更愛台灣人

資料來源：2018-06-20 18:01 中央社 宜蘭縣20日電

天主教靈醫會神父李智來台服務至今超過一甲子，雖然不是醫療人員，但總在病人及家屬最需要被照顧時，給予精神撫慰，甚至經濟支助、無私奉獻；他說，現在每天去病房慰問病人、為病人安寧祈禱，這樣就已經很滿足了。

「你今天看起來精神袂？喔！」、「食飽未？」，今年已高齡92歲的李智神父（Fr. Rizzi Giovanni），幾乎每天穿梭在羅東聖母醫院各病房，以台語向阿公阿嬤病患問好，下一秒遇到原住民患者時，隨即切換語言模式，以流利的國語

交談、對外籍看護又換說英語，交談中完全聽不出他是來自外國的神父。

1927 年出生於義大利的李智，在 25 歲如願發願成為神父後，27 歲就來到台灣，之後被派往當時麻瘋病盛行的澎湖馬公，進行傳教工作，並與當地民眾一起胼手胝足，開拓窮鄉僻壤的離島地區，更大量將外來物資接應到當地，給貧苦的住戶。

早年澎湖盛行麻瘋病時，當地只要有人家因這種疾病去世，3 天內都不敢燒材煮飯，就深怕擴散的濃煙會將病毒傳染出去，家屬也不願讓街坊知道家中有這樣病人，深怕遭社會排擠，但唯獨李智不怕，還挨家挨戶將藥物送給病人。

李智說，只要沒有透過口沫或傷口傳染，做好自我保護，送藥給病人應該都沒有問題，況且這些病患都是很貧窮人家，當時他根本也沒有想太多。

1950 年代，當時台灣有很多收入不多的勞工投入礦場工作，因此有不少人罹患肺結核病。許多家屬在無力負擔醫療費用之下，幾乎都將病人送到當時全台第一所專為肺結核病人所創立的聖母醫院丸山分院。

1957 年，李智回到宜蘭羅東後，就轉往丸山分院服務。丸山分院內的病患在外面被高度隔絕，但在院內卻被李智及醫護人員仔細、親近呵護，也不怕因病患吐血被傳染。

在當時沒有相關公、勞保的年代，醫療費用龐大，李智除安撫受病魔纏身的肺結核病人之外，甚至還曾將外國募來的經費，分發給貧病患者或家屬，讓病人得以安心養病，受惠的病人不計其數。

李智回想起 60 多年前在丸山分院服務的歲月時，只說，「這就是我們的使命，這些病人比我們可憐，所以應該照顧他們，病患也都需要被尊重。」

靈醫會神父來台服務都沒領薪水，只有些許零用金。不少曾受惠於李智的病友在身體及能力改善之後，會加倍奉獻給他或是靈醫會，但李智從未將這些錢放入自己的口袋，他總是右手進、左手出，將這些善款轉手給其他需要的人。

聖母醫院院牧部組長翁中榮告訴中央社記者，李智神父過去還曾自掏腰包，買較貴的藥給病人吃，目的就是希望病人能早日康復；現在雖然缺錢看病的民眾已經變少，但李智還是會將零用金或是過年過節紅包，囑託院方員工捐給需要幫助的人。

因為李智對病患及家屬無私的關懷，他在 2001 年曾榮獲第 11 屆醫療奉獻獎。2015 年，也由當時總統馬英九頒贈紫色大綬景星勳章，表彰他對台灣長年的服務及貢獻。

去年底，天主教靈醫會李智等 6 名神職人員也獲頒身分證，真正成為台灣一份子。

談到未來在台灣還有沒有其他願望希望達成，李智大笑說，他已經 92 歲了，很高興現在身體還是很健康，至今還能每天去病房慰問病人、為病人安寧祈禱，這樣就已經很滿足了。

七. 因應人口老化 雙 B 這樣做

資料來源：2018-06-20 15:09 自由時報 綜合報導

隨著戰後嬰兒潮臨屆退休年齡，德國正面臨勞動力短缺，預計 2030 年，勞動人口將減少 200 萬人。雙 B 祭留才策略。

因應勞動力短缺，德國政府將 2030 年勞工退休年齡從 65 歲延長到 67 歲。德國企業也開始打造高齡友善的就業環境。

德國高級車品牌賓士生產負責人 Markus Schaefer 表示，對年齡的偏見早已過時。他說，年齡多樣化能帶來經驗、觀點、想法的多樣性。目前戴姆勒在德國 13.6 萬的員工，平均年齡約 44.7 歲。

爲了鼓勵高齡員工繼續工作，賓士採取多項措施，如鼓勵青年學徒與 50 歲以上員工進行團隊合作；推出企業影音平台，高齡員工可以在上面發布複雜的工作流程影片，傳承專業知識；鼓勵退休員工回鍋兼職等做法。

賓士對手 BMW 同樣面臨人口老化威脅，並選擇透過改善工作環境留住員工，如安裝木地板保護員工膝蓋等方式。

相關做法似乎收到成效，過去 10 年，德國 55~60 歲就業率大幅上升，德國目前是歐洲高齡人口就業率最高的國家。

八. 台大學士後護理學系錄取 30 人 博士落榜

資料來源：2018-06-20 14:24 自由時報 記者廖淑玲

破天荒！台灣大學下學年度起在雲林開辦學士後護理學系，不分性別、年齡、大學畢業科系，報名人數 227 人，正取 30 人，錄取率 13.51%，男女比例 2：28，唯一博士報考生落榜，可見競爭激烈。

台灣大學副校長張慶瑞表示，雲林開辦學士後護理系是該校首次在非台北以外的縣市獨立招生，加上目前雲林地區大專院校尚無護理相關學系，成立後課程規劃首重培育護理專業人才，強化成人教育的教學方法，未來也希望能推動其他各系到雲林，落實雲林設校的承諾。

台灣大學醫學院院長張上淳說明師資部份，除了合聘現有台大醫學院護理系教師、台大醫學院基礎醫學教師，將陸續遴聘 3 名專任及 3 名專案教師，以及聘請台大醫學院附設醫院體系具碩、博士以上的護理師及臨床護理教師，共同擔任課室及臨床教學，肯定都是一流的人才。

第一屆護理系主任胡文郁指出，學士後護理系是獨立招生，特別重視報考者服務熱誠，大學在校成績也是一項重要參考，此次報考熱烈，實際參加口試者有 222 人，最後錄取 30 人，其中一人是師範大學碩士生，有一名光電博士未獲得錄取。

胡文郁指出，課程規劃將符合教育部公布課程標準，第一學年至第二學年上學期在台北校區完成各科基礎醫學及人類發展學、護理學導論、基本護理學與實習、身體檢查評估與實習、各科護理學之課室教學；第二學年下學期至第三學年上學期在雲林校區及院區進行各科護理學臨床實習，總時數達 1016 小時以上，符合考選部頒布護理師國考規定，未來可受檢驗的考照率，也會鞭策師生共同努力。

台大醫院雲林分院院長黃瑞仁強調，未來會結合地方資源，著重培育能解決人口老化、長照健康議題的護理專業人才，盼留才在雲林。

九. 長照布建率 高市 62.5%冠六都／中市回報達成率 0% 市府：核

定 11 案 5 案已決標

資料來源：2018-06-20 自由時報 記者吳亮儀、蔡淑媛

台灣進入高齡社會，長照政策推行如火如荼，衛福部昨天召開記者會，公布長照資源布建和各縣市執行成果，其中包括「前瞻基礎建設」資源布建進度，六都執行以台中市回報達成比率「0%」最落後，高雄市執行最好、達六十二·五%。不過，台中市府社會局長呂建德回應表示，衛福部公布的是四月底的統計數據，台中市第一期核定計有十一案，五、六月已有五案完成規劃設計決標，比率應為四十五·五%，剩下的規劃案也將於七、八月加速完成決標動工。

全台完成特約長照共 1572 家

衛福部次長薛瑞元昨說明長照 2.0 資源布建進度，包括各縣市服務單位給付狀況，以及前瞻基礎建設整建長照衛福據點進度，更公布「各縣市長照資源布建情形及服務費用申報情形」，目前全台完成特約的長照單位，共計有一五七二家。

而其中前瞻計畫投入四年七十四·一二億元，搭配衛福部公務預算、長照基金做據點整建，包括衛生所、老人活動中心、照管分站、社區活動中心等；薛瑞元說，今年資金開始投入，按時程各縣市應至少要完成「規劃設計標決標」。

北市決標率 50% 南市 31%

檢視六都的進度，從已完成或超越規劃設計標決標的比率來看，台北市為五十%、新北市廿六·六%、桃園市七%、台中市 0%、台南市卅一%，而高雄市已達六十二·五%，是六都中最佳。

若看「新制服務費用申報狀況」，則以北市墊底。長照 2.0 給付新制今年上路，截至四月底，台北市有七十家長照特約單位、卻僅有廿九家申報服務費用、僅十七家收到款項，完成審核撥付率只有五十九%。另新北市完成審核撥付率為九十三%，桃園市八十五%，台南市九十一%，高雄市八十九%。台中市則達一百%，一八一家特約單位申報都已收到支付款項，表現最佳。

費用審核撥付率 中市百分百

薛瑞元認為，北市審核撥付率低，是因太多單位未完成特約，「應加快腳步跟上」。

薛瑞元說，長照 2.0 相關數據統計都會放在衛福部官方網站，目的在於讓資訊公開，除了讓民眾知道長照的規劃和進度外，也是督促各縣市政府彼此良性競爭、增加行政效率。

十. 前瞻投入長照掛蛋？ 台中社會局：衛福部算錯了

資料來源：2018-06-19 19:45 自由時報 記者蔡淑媛

針對衛福部公布長照在前瞻基礎建設資源布建進度，台中完成或超越規劃設計標決標比例進度為「零」，台中市社會局長呂建德表示，衛福部公佈是 4 月底的統計數據，台中市第一期核定計 11 案，在 5、6 月已有 2 案完成規劃設計決標，比例應為 18%，衛生福利部應該計算錯誤。

完成案包括大甲孟春社區聯合服務中心、大甲日南社區暨長照服務活動中心，至於剩下規劃案包括大甲、南屯、北屯軍功衛生所的長照據點補助計劃，將於 7、8 月加速完成決標動工。

社會局表示，由於規畫案必須做建物耐震度評估、爭取自籌經費、文件規劃等，剩下規劃案將於 7、8 月加速完成決標動工。

十一. 粵語老婦迷途 還好有人臉辨識系統

資料來源：2018-06-19 19:16 聯合報 記者廖炳棋

台北市文山二警分局萬盛派出所警員侯帝光，日前巡邏時接獲民眾報案，有一名疑似失智老婦人獨自一人在師大分部大門前，身邊無人照料正步行進入校園，侯員趕到現場後發現，老婦人口裡說的全是粵語，根本無法有效溝通。

侯員靈機一動，查詢警用小電腦的人臉辨識系統，立即查出老婦人的身分及住處，發現她已高齡快 90 歲，侯員立即駕車將她載返住處。

當侯員將老婦人載到住處時，請大樓管理員代為聯繫家屬，當老婦人的女兒下樓見到侯員攙扶著走失的老母親時，心中感動溢於言表，老婦女兒說母親走失時，全家非常焦急，正想報案請求警方協助，還好遇上暖心的侯員及時照料與聯繫，並稱讚員警真的是人民的保母，不斷表達感謝之意。

警方呼籲民眾，家中若有年長者或身心障礙人士單獨一人，可能出現走失疑慮時，可向各縣市政府社會局申請預防走失手鍊，或在口袋中放入小紙條，寫上

相關聯繫方式，當警方發現時，就能迅速確認走失者身分及通知家屬。

十二. 竊盜前科女又偷老翁 5 千塊 被逮後已經花掉逾一半

資料來源：2018-06-19 15:58 聯合報 記者蔡翼謙

花蓮縣是全國的「高齡縣」，年長者的子女不在身邊，宵小常對獨自在家的長者詐騙行竊。昨天，有偷竊前科的李姓女子故技重施，假冒租客到 76 歲老翁家中問東問西，趁機偷了近 5 千元現金，老翁事後發現報警，李女 4 小時內就在圖書館被員警逮獲，當場坦承犯行。

52 歲李女昨早 11 時強行進入老翁家，一進門就說「我來看房子的！」老翁感到莫名其妙，當下打給老伴詢問「家裡有在租房子嗎？」這時，李女趁老翁講電話，短短幾秒就偷走沙發上的手提包，直接離開。

老翁看到李女不發一語離開，甚感不對勁，立刻檢查家中物品是否遺失，沒想到，裝有近 5 千元現金、證件的手提包還真不見了！老翁當下馬上報警，警方調閱附近監視器，並在 LINE 群組上請分局同仁協助盤查。

下午 3 時，北埔派出所女警劉育姍、楊庭毓在新城圖書館發現有女子髮型、年紀及衣著都與李女相似，上前盤查後，發現就是李女本人，李女知道已無從狡辯，當下坦承犯行，拿出所竊贓物，但她供稱，已經花掉 3 千 5 百元了！警訊後將她依竊盜罪函送法辦。

花蓮新城分局長廖修鴻呼籲，民眾應多注意家中長者行動，盡量勿讓長者獨居家中；廖修鴻表示，長者需要幫助應多向派出所反應，警方也會加強巡邏，減低長者遭詐騙情形。

十三. 特別的期末考 陽明大學醫學生下廚為長者煮菜

資料來源：2018-06-19 11:39 自由時報 記者林曉雲

「買不到鱈魚，只好改成鮭魚。」、「在家從來沒有煮過菜，但有信心煮出來的菜可以拿到高分。」國立陽明大學今天有一場特別的期末考，30 位醫護背景的大學生因為選修通識課程「飲食與文化：從歷史到當代生命關懷」，今天期末考必須「洗手作羹湯」，親手為長者烹煮出健康又美味的自製菜肴。

開設課程的視覺文化所助理教授黃桂瑩表示，這學期第一次開這門課程，主要

是因為陽明大學的學生多是醫護專業，未來從事醫護工作，因此希望透過對飲食文化的了解，進而多元認識飲食背後所代表的歷史及文化，也因不少學生是外宿和外卖，希望藉此課程協助學生了解平日飲食的健康性，將良好的飲食文化帶入校園，思索日常飲食對自己的影響，個人如何有意識選擇飲食，打造對身體、環境及在地農業更友善的飲食環境。

期中考是異國文化料理，期末考則鎖定高齡化社會長者的飲食需要。黃桂瑩指出，修課學生分為9組，必須先設定長者的健康狀況及生活環境，然後據此設計菜單，有些長者的肌肉流失速度快，未必一定要少油少鹽少糖，也可比一般人更有彈性看待體重管理，學生們實際體驗高齡長者的飲食需求後，學生們的「眼光不一樣了」，未來在專業領域會更有同理心。

施姓學生炒起蛤蜊絲瓜非常有架勢，她表示，平常在家就喜歡烹飪，選擇蛤蜊絲瓜和高麗菜飯，會比較方便長者食用，蛤蜊營養高但不會如牛肉和豬肉對身體負擔較重，同組的莊同學和黃同學也在一旁幫忙。另一組三個大男生正努力切菜中，江同學說，從來沒有進過廚房和煮過菜，買不到鱈魚，只好改成鮭魚，另一道菜則是彩椒炒豬肝，彩椒顏色繽紛可引起食欲，同組李姓和林姓同學也忙著切彩椒中，三人異口同聲有信心拿高分。

有一組學生是跨國組成，其中來自史瓦帝尼的學生狄語謙笑說她每天都必須煮飯給自己吃，切菜也很純熟；同組的湯真表示，全組有四個同學，另兩人在備料中，其中一道菜是全素的絲瓜炒杏鮑菇，可有益長者健康，也美味好吃。

十四. 雷仲達：閒置校地建安養宅

資料來源：2018-06-19 00:01 經濟日報 記者陳美君

台灣邁入高齡社會，政府積極推動長照政策，廣設安養住宅成為重要目標。對此，合庫銀行董事長雷仲達拋出新構想：國內因少子化，許多國小、國中的土地閒置，可用來興建安養住宅並結合幼兒園，讓安養住宅社區化、在地化之餘，還能達成「老幼共融」。

雷仲達分析，台灣目前還看不到優質平價的安養社區，有錢的投資人可能沒有開發經營的能力，而有能力開發的業者，卻沒有長期經營的意願；或者，有能力經營的安養機構，缺乏足夠資金與合適土地，但這些問題，都可透過信託等機制進一步整合、協調而達成。

例如，國內因少子化，不少國小、國中面臨合併或停班，校地變成閒置土地，

雷仲達認為，若能善用這些土地，興建老人住宅與幼兒園，銀行做為信用中介，透過信託機制，協助相關業者開發、興建、營運等，就能達成老幼共融，以及安養住宅社區化、在地化等願景。

據了解，要達成這樣的目標，最大的困難，就是土地開發成本昂貴，若能使用閒置的校地，由政府出力、出資興建，再委外經營，就能增加業者參與的意願。而使用國中、國小土地的最大好處，就是這些學校通常都位於市區，最易做到安養住宅「社區化」。

「如果能順利推動，長照機構與幼兒園一起開發且普及化，讓長者可就近安置在子女家附近的長照機構，子女送孩童上學時，還可順道探望父母」，雷仲達說。

雷仲達呼籲，「政府應把合適、閒置土地釋放出來，透過開發出租或都更模式作為安養設施之用」，如此一來，不僅可滿足民眾對安養的需求，還可活絡公有土地、增加政府財政收入。

十五. 以房養老 核貸衝 130 億元

資料來源：2018-06-19 00:01 經濟日報 記者陳美君

台灣進入高齡社會，長照需求大增。根據金管會統計，國內目前有 12 家銀行開辦以房養老業務，截至 3 月底，核貸案件突破 2,400 件，金額約 130 億元。業務前三大銀行分別為合作金庫、土地銀行與華南銀行。

政府鼓勵銀行積極推動「以房養老」融資方案，協助高齡長輩將不動產活化為養老資金，以實現「老有所終」願景。據了解，率先開辦商業型以房養老業務的合作金庫銀行，累計核貸金額約 58 億元，承做件數也突破千件，穩居龍頭地位；土地銀行核貸金額約 34 億元，華南銀行則是 22 億元。

金管會表示，以房養老業務集中北部區域，主因北部不動產價值較高，年齡則是以 65 歲到 75 歲之間最多。

以土銀而言，截至 4 月底承做 707 件，六都占比高達 81%，顯示以房養老業務，仍以都會區的居民接受程度較高。

金管會統計顯示，目前已有 12 家銀行開辦以房養老業務，包含合作金庫銀行、土地銀行、台企銀、第一銀、華南銀、高雄銀、台銀、中國信託、台新銀、上海商

銀、兆豐銀行及安泰銀行。

十六. 長輩心理照顧 可望納長照給付

資料來源：2018-06-19 自由時報 記者林惠琴

長照過去聚焦老人生理照顧，但心理照顧也不容忽視。衛福部未來可能將被照顧者心理支持納入長照一環，只要有民間團體或地方政府提出可行方案，經衛福部審議通過就有機會納入給付。專家建議，短期可結合現有據點、加強照管專員相關評估能力，長期再規劃專屬方案。

針對被照顧者心理支持方面，去年底衛福部曾提出研擬「一般長者」與「精神疾病長者」的長照試辦計畫。衛福部次長薛瑞元表示，已有相關申請程序的討論、訂出規則，待民間團體或地方政府研擬可行方案並提案，經衛福部審議通過後，就可能納入給付。

短期結合現有據點 長期規劃專屬方案

中華民國職能治療師公會全聯會理事長張自強建議，短期可結合現有長照ABC中提供臨托、共餐等服務的C據點，以及失智服務據點，擴增收案資格，讓老年憂鬱症個案可參與據點活動，透過各種互動有助於促進長者愉悅、支持等正向情緒，減少寂寞、無望等負面感受。

張自強也提及，可再加強照管中心的照管專員評估精神醫療、復健需求的訓練，有利於提升處理老年憂鬱症個案的能力，協助派案給有相關專業醫師、職能治療師、護理師等人員，提供居家復能服務。他舉例，可由職能治療師指導個案、家屬與照服員每日如何做日常活動，搭配輔助科技運用、居家環境改善等方式，讓個案有尊嚴的生活，並降低照顧者負擔。

不過，張自強指出，長期來說，可另再規劃長照精障據點等符合慢性精神障礙者的長照服務方案。

「長照做得好，是防治老年憂鬱症最有效方式！」衛福部心理及口腔健康司長譔立中表示，不少老年憂鬱症引起原因是自覺孤苦無依、無人關心，過去曾發現生理照顧有取得社會資源的老人較不憂鬱，未被關心的老人憂鬱指數較高，因此若生理照顧需求可以被滿足，情緒自然也可以改善。

十七. 吃抗憂鬱藥老人 比例增至 12.2%

資料來源：2018-06-19 自由時報 記者林惠琴、羅碧

高齡社會要注意的不僅是長者的生理疾病，還有心理狀態！世衛組織（WHO）估計，憂鬱症二〇三〇年將成為疾病負擔首位，其中老人心理健康更是最大挑戰。健保署統計，六十五歲以上老人有服用抗憂鬱劑的人數比例高達十二·二%，每十人就至少有一人使用，一年藥費近八·四億元，可見老年憂鬱症問題，也凸顯活到老、快樂到老很重要！

健保署統計資料顯示，隨著高齡人口增加，老人服用抗憂鬱劑人數比例也從二〇一一年的十一·三%成長至去年的十二·二%，明顯高於卅歲以下的一·五%、卅一至四十歲的三·九%、四十一至五十歲的五·七%、五十一至六十四歲的七·六%。

台灣精神醫學會秘書長張家銘表示，國內老年憂鬱症盛行率超過一成，不快樂比例高，主因是牙齒漸漸咬不動、眼睛慢慢看不清等身體功能退化，加上沒工作，失去自我肯定，且孩子長大離開、親友相繼逝世，導致心情每況愈下。

自殺死亡率較平均值高出近一倍

值得注意的是，二〇一七年國人死因排名，自殺由第十二名升至第十一名，其中六十五歲以上自殺死亡率為每十萬人口卅一·一人，較國人平均值十六·四人高出近一倍。

中國醫藥大學附設醫院老年醫學科主任林志學指出，長者自我了結生命不能小覷，與老年憂鬱症等相關，需要家人更多關心及社會支持才能避免悲劇發生。

兩、三週內性情大變 憂鬱症徵兆

董氏基金會心理衛生中心主任葉雅馨強調，要分辨老化與老年憂鬱症，時間是判斷重點。老化為循序漸進，像是行動愈來愈緩慢，可能半年內逐漸改變。但老年憂鬱症可能兩、三週內性情就大變，從活力四射變成對任何事情失去興趣等，且容易合併失智症，要特別注意！

董氏基金會分析，老化與老年憂鬱症不同，老化常出現血壓、骨質疏鬆、關節疼痛、代謝不好等問題，因失去健康或朋友而情緒低落、易感疲倦但仍有活力。老年憂鬱症則是常抱怨身體疼痛、檢查卻正常，持續悶悶不樂、看什麼都不順眼，易失眠、對所有事物失去興趣、不想出門等。

攝取足夠營養 可防治心理疾病

國家衛生研究院曾以老人為研究對象則發現，貧血與維生素B、葉酸臨界缺乏（指血液中某營養素的濃度為正常偏低），可能影響腦神經傳導物質合成、腦部供氧量，因而增加老人憂鬱情緒，顯示攝取足夠營養，也是防治心理疾病的要點。

十八. 長照扣除額怎麼訂 立委多主張 20 萬至 36 萬

資料來源：2018-06-18 21:27 經濟日報 記者蘇秀慧

財政部綜所稅扣除額修法，將增列長照扣除額；目前立委提案有關長照扣除額修法至少有 11 個版本，多數主張每人每年的扣除額在 20 萬元至 36 萬元間不等，立法院下會期修法時，將一併納入考量。

因應高齡社會到來，財政部決定綜所稅扣除額將增加長照扣除額項目。至於長照扣除額的規劃方向，財政部高層官員透露，不會有排富條款，但將訂定額度上限，並憑長照支出相關單據憑證列舉扣除。

目前立法院朝野立委提案有關長照扣除額修法至少有 11 個版本，立法院審議時，朝野勢必有一番攻防，未來三讀通過後，預訂明年度上路，後年 5 月申報明（108）年度綜所稅時適用。

財政部近日就會提出長照扣除額的上限，及相關細節。財政部高層官員指出，會參考立委的版本。立委長照扣除額 11 個版本的額度又是多少？

以每人每月 30 萬元左右最多。立委盧秀燕等人提案將長照費用納入綜所稅扣除額，每人每月 3 萬元、年扣除額共計 36 萬元。

至於每人每月為何是 3 萬元，盧秀燕等人是依據二個數字計算而出，一是中華民國家庭照顧者關懷總會推估，照顧一位臥床長輩，每月支出約 3 到 7 萬元；有民調顯示，逾六成民眾認為每月花費長照費用約 2 至 4 萬元。

立委林德福等人也提案，每人每年可扣除長照扣除額 36 萬元，但每戶總扣除額以 72 萬元為限。立委余宛如等人提案，每人每年可扣除長照扣除額 33 萬元。但綜所稅適用稅率 20% 以上，不得扣除。

王育敏等立委則提案受照顧人每人每年可扣除 30 萬元長照扣除額。但受有保險給付部分，不得扣除。立委陳怡潔等人也提案長期照顧費用，每人每年可扣除 30 萬元為限，但受有保險給付部分，不得扣除。

主張長照扣除額每人每月 20 萬元左右居次。立委費鴻泰等人提案，繳付合法設立的長期照護服務機構，或聘用個人看護者的長期照護費用，每人每年扣除 24 萬元。但受有保險給付部分，不得扣除。

立委王惠美等也提案，長期照護費超出家戶綜合所得總額 10% 部分，每人每年可扣除 24 萬元。但總扣除額以 48 萬元為限。受有政府補助給付及政府提供居家服務部分，不得扣除。

立委陳超明等人提案每人每年扣除數額以 20 萬元為限。但受有保險給付部分，不得扣除。

此外，立委徐志榮等提案，醫療費以外的長期照護費，每人每年扣除 10 萬元。

立委趙天麟等人則主張每人每年扣除 2.5 萬元。吳琪銘等立委提案增加社福外勞支出特別扣除額，每一申報戶每年以不超過 2 萬 8,800 元為限。

十九. 財部：綜所稅扣除額修法考量 還有長照保險費

資料來源：2018-06-18 21:27 經濟日報 記者蘇秀慧

綜所稅扣除額修法除了增加長照特別扣除額外，財政部高層官員透露，列舉扣除額項目考量增訂長照保險費扣除額。立委余宛如等已提案長照保險費扣除額每年每人 4 萬元。

目前可以申報列舉扣除的保險費，包含：人身保險、勞保、國民年金保險、就業保險，和軍、公、教保險、農保、學生平安保險的保險費，每人每年扣除的金額最多不能超過 2.4 萬元，但健保保險費則不受金額限制，可全數扣除。

因應高齡社會到來，金管會建議這次修法在列舉扣除額項目，另外增訂長照及年金保險保費支出扣除額各 2.4 萬元；財政部考慮增加長照保險費扣除額。

立委余宛如等已提案在現行列舉扣除額中保險費的項目之外，另立長照保險費列舉扣除項目，以每年每人 4 萬元為限。

此外，再增加每年每人 2.4 萬元的商業年金保險列舉扣除額。

立委黃昭順等人則提案直接將列舉扣除額中，每人每年 2.4 萬元的保險費扣除

額提高為 3.6 萬元，且死亡保險的保險費不受限制。郭正亮等立委也提出相同主張提案。

據了解，經過評估增訂長照保險扣除額，不但不會導致政府稅收損失，還會讓稅收增加。

根據金管會的稅式支出報告，長照保險投保件數，累計已投保件數是 60 萬件，有了扣除額誘因後，投保件數將可淨增加 57 萬件以上。

二十. 「我們老了都用的到！」診所年輕醫護團隊投入高齡長照

資料來源：2018-06-18 11:52 聯合報 記者蔡容喬

「老了我們都用得到！」為推動長期照護社區化，高雄市首度有診所建立完整長照模式，提供防癌抗老、長照失智據點、社區整合型服務中心（長照 A 點）及居家安寧等服務，社區高齡患者不用為了到大醫院就醫來回奔波，厝邊診所就能提供專業照顧。

前鎮區診所兩年前投入防疫、防癌及高齡照護，集結醫療、護理、藥事、復健及職業衛生等專業，除防癌防老、社區健康教室、勞工健康諮詢等前端健康管理，更成立社區整合型服務中心（長照 A 點），整合居家護理、居家醫療及居家安寧，並建置長照失智據點，為失智患者開設運動課程。

衛生局長期照護科長李素華說，長照服務須整合各方資源，過去多大型醫療院所才有能力承接，但診所在地化的服務模式，才能真正落實老人家「社區終老」目標。

祥全診所院長張倡榮還不滿 40 歲，投入安寧醫療多年，6 年前離開高雄長庚家庭醫學科自行開業，除了平日看診，仍持續耕耘居家醫療及居家安寧服務。他感慨，在醫院看到許多癌末患者想回家善終、卻不可得，希望結合各領域專業投入長照服務，「做這塊不賺錢，但可讓高齡者有更好的生活品質」。

團隊成員之一的居家護理所所長陳子環是七年級生，她在加護病房 9 年，看到許多急重症患者在機構中長期臥床，因為壓瘡、營養不良及體弱引發重症，開業後更遇到不少患者家屬照顧知識不夠、也不懂得使用照顧資源，深感「應該從前端幫他們做好預防」。

陳子環說，她到高雄醫學大學就讀高齡長照碩士學程，和物理治療師林冠宇、

職能治療師陳忠誠、營養師詹筱微及護理師郭雨萱等同學一拍即合，決定利用所學和各自專業，共同投入診所團隊，「我們的夢想是在診所建立完整長照模式，以後我們老了也能受到好的照顧」。

二十一. 醫護團隊走入社區 厝邊診所撐起長照

資料來源：2018-06-18 00:33 聯合報 記者蔡容喬

「老了我們都用得到！」為推動長期照護社區化，高雄市有診所首創建立完整長照模式，提供防癌抗老、長照失智據點、社區整合型服務中心（長照 A 點）及居家安寧等服務，社區高齡患者不用為了到大醫院就醫來回奔波，厝邊診所就能提供專業照顧。

七十五歲王伯伯中風後每月都要到大醫院回診，但因體弱不便上下樓，轉介至診所後，居家醫療及護理團隊每兩周到宅提供衛教指導、運動訓練及更換鼻胃管。半年後王伯伯拔管，也能在家自行走動，讓疲於照顧的家人喘口氣。

高雄市衛生局昨在前鎮區祥全診所舉辦「八合一全人健康照護服務網」啟動儀式，除防癌防老、社區健康教室、勞工健康諮詢等前端健康管理，更成立社區整合型服務中心（長照 A 點），整合居家護理、居家醫療及居家安寧，並建置長照失智據點，為失智患者開設運動課程。

祥全診所院長張倡榮首創在診所成立社區長期照護據點，他感慨說，在醫院看到許多癌末患者想回家善終、卻不可得，希望結合各領域專業投入長照服務，「做這塊不賺錢，但可讓高齡者有更好的生活品質，以後我們老了也用得到！」

高雄市衛生局長期照護科科長李素華說，長照服務須整合各方資源，過去多是大型醫療院所才有能力承接，但事實上診所在地化的服務模式，才能真正落實老人家「社區終老」目標。

二十二. 學者倡議：喘息之外 讓照顧者重回職場

資料來源：2018-06-18 00:15 聯合報 記者鄧桂芬、魏忻忻

台灣家庭照顧者承擔的照顧責任和能量，可說是世界少有，台北榮總高齡醫學中心主任陳亮恭指出，政府訂定「家庭照顧者支持服務原則」，立意良好，但除了喘息服務，其實家屬還需要更多支持。

統計顯示，國內家庭照顧者平均照顧九點九年，每天平均照顧十三點六小時，負荷沉重。目前的喘息服務延續自長照 1.0，已行之多年，長照 2.0 進一步提供居家、機構式住宿或社區臨托服務。

日本首相安倍晉三於兩年前宣布「零介護離職」對策，提供照顧者九十三天照顧假，要求重新做照顧安排，希望家屬利用假期，安排長輩到日照中心等機構適應，或認識照顧資源，使照顧假結束後，家屬能回工作崗位。反觀台灣，僅有七天家庭照顧假，且只是讓家屬能回家提供照顧。

家總秘書長陳景寧說，政府觀念應翻轉，若家庭照顧人力是一比一，日照中心照顧人力一比八，若能使家庭照顧釋出給社區照顧，等於有七人可回職場，讓勞動力回流。

陳景寧指出，政府對照顧者的支持服務，若停留在喘息服務、照顧技巧訓練與心理協談，雖減輕照顧壓力，卻也「鞏固」照顧者角色，非常可惜。陳景寧說，若政府協助還未離職的照顧者做好照顧安排，認識國家長照資源，是有機會讓這些照顧者脫離照顧，繼續留在工作崗位，生涯規畫也不必被迫中止。

老五老基金會執行長游麗裡指出，居家喘息服務和現有居家服務重疊性高，由照服員到家中六小時或三小時，照顧者覺得差異不大。天主教中華聖母社會福利慈善事業基金會執行長黎世宏坦言，他在五年前就暫停居家喘息服務，除了三到六小時的居服喘息對照顧者幫助有限，居服人力不足也是一大問題。

游麗裡說，若照顧者想出國旅遊，機構式喘息服務比較實用，目前許多縣市與當地護理之家等單位簽約，機構提供喘息服務的數量也有成長，但申請流程繁複，且需事前申請，使用量還有待觀察。

二十三. 面對高齡潮 高市輔導診所提供全人照護

資料來源：2018-06-17 16:31 中央社 高雄 17 日電

面對高齡潮，高市府啟動全人健康照護服務網，輔導診所提供八合一全人健康照護到終老，加入照護服務網的祥全診所院長張倡榮允諾，盡量達成長輩在家善終的願望。

八合一全人健康照護包含核心診所、社區長照整合服務、長照失智據點、居家護理、居家醫療、居家安寧、社區健康教室、勞工健康管理臨場服務。

高雄市政府衛生局科長李素華指出，前鎮區的老年人口近 16%，已是高齡社會。轄區無中大型醫院，長照資源亟待建置的情形下，衛生局透過健康網絡計畫輔導祥全診所在公衛防疫、防癌、防老等基礎上，將服務觸角延伸到長照，提供疾病預防、醫療到長照、安寧照護。

即使在大醫院，安寧照護病床難求、資源有限，投入安寧照護也多被視為「做功德」。張倡榮的祥全診所整合失智據點、居家安寧等多元照護。媒體好奇是什麼動機，願意去做功德。他表示「暫時不去想錢的事」加上有家人支持，就能沒有罣礙。

張倡榮說，接一個住在旗山區的居家安寧照護患者，往返旗山及市區，再計入照護時間，一趟大約 4 個小時，可以申請到的健保診療費用約新台幣 1500 元。

願意去做鮮少有人要做的事，張倡榮說，在安寧病房服務過，了解癌末患者的痛苦，能體會他們想在家善終的心願，也是驅使他願意獻身第一線的原因；畢竟居家安寧照護會有一些讓家屬驚慌失措的照護工作，需要醫護人員協助。

他以口腔癌患者為例，大量出血的止血問題是家人無法勝任的，所以他於居家照護的同時也要傳授家人照護方法，讓患者及家人都能免於慌張，從容因應。

另外，失智照護部分，他用桌遊、認知刺激治療等方式，延緩失智者的症狀及惡化速度，張倡榮希望落實社區醫療全人照護的理想。

二十四. 耐心有經驗 高齡看護搶手

資料來源：2018-06-17 00:28 聯合報 記者賈寶楠、徐如宜、尤聰光、趙容萱 醫院看護缺工，過去要找「台灣阿姨」，仲介會強調：「要等很久喔，現在只有大陸阿姨。」如今連大陸阿姨也不好找，越南籍、印尼籍看護也投入市場。張先生好不容易請到越南籍看護，他很感謝，認為能把爸爸照顧好就行了。

醫院看護不好找，六十歲的看護「阿滿」認為，外籍看護及陸配國家變有錢也是因素，台灣年輕人也不可能做看護，像她這種中老年婦女，「無牽無掛」才做得下去。

從事看護十多年，年近六旬的看護「阿玉」說，看護要為患者把屎把尿、翻身和抱上下床又是重體力的工作，一接班通常得在醫院住上十天八天，年輕人要

照顧小孩怎麼做？有些年輕人每個月需要付高額貸款，才來當看護，但真的不多。

看護曾阿姨今年七十歲了，上周還裝心臟支架，但在家休養不到四天，陳姓看護仲介就拜託她到台北榮總照顧一名八十三歲老阿婆，而且還是夜班。曾阿姨的女兒極力阻止，但是經不起仲介一再拜託，本月初又答應到衛福部桃園醫院照顧另一位七十七歲阿公，而且也是大夜班。

「有些年長病人難照顧又難溝通，年輕看護常待不住，或不斷被換掉，只好找年齡相仿、講閩南語又聊得來的，幫忙支援。」陳姓仲介說，手邊有十多位高齡看護都很搶手，除了能力和經驗，家屬更重視看護能和病患溝通，以及足夠的耐心，反而不太介意體力可能不夠，因為家人和護理師會幫忙。

曾阿姨說，純粹因為想有點事做才在病後上工，重點是評估家屬可以和自己配合才接。她曾照顧過一名脾氣倔強的九旬本省阿公，每一次清理大小便、沐浴梳洗和灌食，都是高難度挑戰，還要忍受謾罵，前後共十幾名看護和她都受不了而離去，家屬加薪五成才終於找到合適人選。

二十五. 高齡化+少子化 醫院看護 缺工嚴重

資料來源：2018-06-17 00:28 聯合報 記者鄧桂芬、張宏業

張先生的父親最近因發燒住進北部某醫學中心，在急診留置觀察，身為獨子的他在急診照顧三天，遲遲等不到病床，身心負荷已達極限。張先生想請看護替手，本以為一通電話就能解決問題，沒想到派案的看護中心說：前面已有十五人登記，現在派不出人來。

不只張先生，愈來愈多人住院要請看護，卻無法立刻請到，北部大醫院看護缺工狀況尤其嚴重。家住台北市的吳先生也表示，老父送醫急診四天，完全找不到看護，家人工作與照顧兩頭燒，瀕臨崩潰，讓他完全理解為什麼會發生照顧者殺人或自殺事件。

中華民國家庭照顧者關懷總會秘書長陳景寧觀察，嬰兒潮世代步入高齡，隨少子化，各行各業大搶人，連醫院看護也是，導致民眾等待看護期拉長。一名有廿一年資歷的看護公司主管表示，醫院看護難找，最大原因應是老病人愈來愈多，而子女能自己完全照顧的人變少。

醫院看護也是照顧服務員，在醫院端從事照顧工作者稱「醫院看護」，在長照端

者則被稱為「照服員」。但醫院看護通常與看護公司簽約，再派到醫院或家庭，以十二或廿四小時為一班照顧病人，目前廿四小時收費二千二百元到二千五百元不等，視工作地點在急診或是一般病房而不同。

衛福部統計，至一〇五年底，全國急、慢性一般病床數共九萬七二一三床，而一〇六年看護共一萬零六八六八人。陳景寧說，雖然不會全住滿，但對比一萬多名醫院看護人力，顯然供需吃緊。

陳景寧指出，觀察全台的醫療院所，除非醫院和二到三家以上的看護公司簽約派遣人力，有的醫院不負責看護的媒合，有需求的民眾必須要自己想辦法。

以上述張先生為例，醫院簽約的看護公司派不出人，並指現在端午節假期，很多人休假。他只好到處找朋友幫忙，好不容易請到一位越南籍看護，還好對方國語說得不錯，也有照顧經驗，張先生總算稍微能喘口氣。

台北榮總護理部主任王桂芸說，即便沒有看護幫忙，護理師還是會照顧患者，但若有看護協助病人翻身或下床，病人就不會不斷按鈴找護理師。萬芳醫院社區副院長高靖秋說，若病人沒有看護或家屬陪病，簡單的照顧工作得全由護理人員執行，若人手不足，對護理人員是另一項負擔。

二十六.嶺東最高齡畢業生 60 歲嬭 4 年全勤

資料來源：2018-06-16 23:54 聯合報 記者喻文玟

52 歲重拾書本 服裝製作屢獲獎

60 歲的林貴滿是嶺東科技大學有史以來最高齡的畢業生，她只有國中學歷、曾罹患乳癌，52 歲才重拾書本從高職補校服裝科念起，考上嶺東科大流行設計系並且 4 年全勤又屢獲國際競賽冠軍，今年順利直升研究所，未來希望成為大學老師。

「我好開心，圓夢了！」林貴滿今年代表畢業生致答詞，她年幼失學，國中畢業後無法再念書，進入汽水工廠工作，後來進入裁縫店當學徒，自己創業，結婚生子，全心照顧家庭，民國 96 年罹患乳癌第二期，當時孩子都在念書，很怕死，她積極接受治療「重生」後進入台中家商補校進修。

林貴滿在台中家商補校期間名列前茅，參加技優甄審進入嶺東科大流行設計系，這 4 年來她已經當了阿嬭，每天上午 8 點到下午 5 點，課程排滿滿，風雨無阻全勤，服裝製作是林貴滿的專長，她參與國內、外競賽獲獎無數。

電腦從不懂到變職訓局講師

「讀大學也有挫折！」林貴滿說，4年唯一被當的是電腦，大一上課完全聽不懂，每次下課都大哭，「同學年輕，從小接觸數位，大家反應都很快，我好笨」，她為了電腦課後補習，大四終於取得微軟文書處理的國際證照，還擔任職訓局的講師。

「讀書讓我越來越年輕，學美姿美儀、出國比賽，讓我很有成就感！」同儕、學長姐年紀都比女兒小，她從不倚老賣老，而是和年輕人看齊，當同學裁縫不上手、畢業製作需要「救星」，林貴滿二話不說兩肋插刀。

年輕時失去的，短短8年林貴滿靠著毅力幫自己圓夢，她希望完成研究所學業後能進入校園擔任教職，只要心境年輕，年紀不是阻力也不是障礙。

二十七.78歲老船長拿碩士 高雄市議員苦讀拿博士

資料來源：2018-06-16 18:35 自由時報 記者黃旭磊

高雄科技大學（高科大）今天（16日）舉辦「馬拉松接力」式畢業典禮，校內有建工、楠梓、第一等5個校區，共有8185名學、碩及博士畢業生，校長楊慶煜體力驚人，頒發上千張證書，其中，國際企業研究所博士鄭光峰與航運技術系研究所魯沛亞最受矚目。

鄭光峰是前鎮、小港區民進黨市議員，完成5年修讀取得博士學位，民進黨高雄市長參選人陳其邁到校祝賀，2人握手難掩激動情緒，鄭光峰為醫學碩士，拿到企管博士後將繼續推動政府長照計畫。

陳其邁表示，這是今年參加第一所學校畢業典禮，高科大是全國最大技職校院，特別來徵才，期許畢業生成為高雄產業經濟發展推手。

艾美特（九江）電器董事長蔡正富也拿到博士，他激動地表示，在校區12年，一路從高雄工專（高科大前身）、高應大碩士到博士，從一位電子技術員、研發主管到開設電子廠，相當感謝學校栽培，

魯沛亞領證書時受到同學鼓掌慶賀，在學期間，同學沒有實務經驗，魯被稱為「船長」或「Captain Lu」，常請益全世界航海經驗，他不吝分享，相處就像朋友。

魯沛亞說，民國 64 年海軍退伍後，就在高雄工專擔任機工科老師，與高科大非常有緣，教職半年後嚮往海上生活，毅然辭職進入中國航運公司，從三副基層從頭做起，一路考取甲等船長，「船長生涯數十年沒貨損或船損，職涯中很值得驕傲。」

高科大首場畢點為上午 8 點半，全體博士畢業生揭開序幕，緊接著是楠梓校區及建工校區，下午 2 點半接續第一校區及建工校區電資學院、人文社會學院，最後一場下午是 4 點 40 分進修學院 340 名畢業生典禮。

二十八. 少子、高齡化 半世紀幼兒園轉型「老幼共托」

資料來源：2018-06-16 16:30 自由時報 記者王秀亭

不敵少子化及高齡社會影響，深耕台東大武鄉半世紀的天琪幼兒園，轉型為老人日照中心，並維持國小兒童課後安親班，今天上午舉行日照中心揭牌儀式，「老幼共托」將成為該日照中心的特點。

今天上午揭牌的天琪日照中心，前身為私立天琪幼兒園，50 多年前天主教聖十字架慈愛修女會看見南迴偏鄉部落貧童教育的需求，而在大武鄉尚武村設立，受大環境影響，外籍修女及幼兒園員工一度減薪苦撐，仍不敵少子化及高齡化現象迅速擴大，決定轉型。

經過一年的房屋修繕及更新軟硬體設施，縣內第 11 家日間照顧中心今天啟用，縣衛生局長照科表示，為了轉型，瑪利德蘭基金會主任宋玉潔、原幼兒園老師特地受訓，取得居家服務員證照，只為了給長輩更專業的服務。天琪日照中心預計可服務 20 名長輩，提供交通車接送，及飲食、衛生、護理復健、協助服藥、急診就醫等服務。

由於日照中心緊鄰兒童課後輔導安親班，在老幼共托理念下，將會加強長者與兒童的互動，可以滿足長輩陪伴的需要，有助穩定情緒及延緩失智；對兒童可從互動中學習付出、關懷長者。

二十九. 失智老婦深夜迷途 警憑防走失手鍊助返家

資料來源：2018-06-16 15:52 聯合報 記者王長鼎

新北市警方 14 日晚上 11 時獲報，民眾見一名 77 歲楊姓老婦人獨自淋著雨，蹲坐在新莊區大漢溪 17 號越堤疏洪道路旁，熱心民眾發現有異，新莊警分局福營

所蘇均雅、柳昱維 2 名員警，獲報後立即前往處理，到達後發現老婦人全身被雨淋濕，且身體不斷發抖，員警急忙上前關心詢問，但老婦人不記得家裡電話，也無法說出自己姓名及住處。

警方看到老婦人身體疲憊，隨即先帶返所休息，提供溫開水暖暖身子，並提供便當供老婦人食用，所幸在老婦人手上，發現掛有社會局的防走失愛心手鍊。

經愛心手鍊協助，員警順利與住在樹林區的兒子取得聯繫，楊姓婦人兒子心急如焚表示，母親因患有失智，已走失兩日，家屬也非常擔心，接獲警方的通知也放心了，於是立即趕到派出所接送母親返家，並對警方的協助也一再表達感謝之意。

警方呼籲，天氣多變化，親朋好友若有失智之情形，應避免讓其單獨外出，平常應多注意、關心其動向，亦可在隨身之衣物繡上姓名、聯繫電話等資料，或配戴足資辨識之項鍊、手鍊，以防走失後，還能提供警方或相關單位的辨識，進而可儘速聯絡家屬，避免憾事發生。

三十. 防高齡肌少症 天天 4 份蛋白質「保肉」

資料來源：2018-06-16 自由時報 記者陳鳳麗

台灣邁入高齡化社會，老年人「肌少症」較少被注意，因為肌少症流失的不只是肌肉量，還少了肌力和肌耐力。

南投縣營養師公會理事長廖美俞到鄉間調查老人家的飲食內容，發現多數蛋白質不足，尤其是吃素的老人蛋白質攝取量更是不夠。建議長輩 1 天要吃 4 份蛋白質，且平均分布在三餐，豆魚蛋肉類是蛋白質來源，吃素老人則建議從蛋、豆腐、豆乾、黑豆、黃豆等食物補充。

肉魚蛋好來源 三餐平均吃

廖美俞說，隨著年紀增長，各項器官生理功能逐漸下降，肌肉質量減少且合併肌肉強度或功能衰退，就是「肌少症」，老人是「肌少症」高危險族群，但卻常被忽略。要預防肌少症要靠運動和營養，尤其蛋白質的攝取。

老人家每天攝取的蛋白質數量，可用體重 1 公斤 1.2 公克來計算，每餐約 25 到 30 公克，但若嫌計算麻煩，建議 1 天攝取 4 份蛋白質，且要平均分配在三餐。肉魚類的 1 份，大約是成年女性伸出食指、中指加無名指的寬度和長度，蛋則是 1 個算 1 份、豆腐或大豆乾 1 塊。

廖美俞說，南投縣鄉下的老人家常麵線拌苦茶油、稀飯配醬菜就當一餐，明顯缺蛋白質，若能加 1 個蛋再加 1 盤蔬菜就有蛋白質和纖維質。

素食者 從蛋和豆腐黑豆補充

吃素的老人家蛋白質無法從肉魚類攝取，建議能吃蛋、豆腐、豆乾、黑豆、黃豆來取得，很多人不知黑豆有蛋白質。端午節將至，廖美俞建議吃素老人不妨吃黑豆粽，每個粽子裡可以放黑豆 20 公克、豆乾 20 公克，加上南瓜子、花生、腰果各 10 公克，混入五穀和糯米各 15 公克，就相當於提供 3 份蛋白質和 2.5 份主食，另外還有鈣質、纖維質和油脂類，吃半個就夠一餐的營養。

三十一. 舌頭臉頰運動 預防失智自己來

2018-06-16 記者蔡淑媛／台中報導

預防失智自己來！4 名 78 到 86 歲的老人家昨天示範防失智運動，運動舌頭、臉頰可活化大腦，包括吹泡泡、用吸管吸紙張、舌頭抬起壓舌板及誇張表情，訓練吞嚥能力，以及刺激顏面神經，可活化腦細胞，醫師表示，天天做可以抗老防呆。

吹泡泡 訓練吞嚥及肺活量

中山醫學大學附設醫院失智共照中心主任、神經內科醫師周希誠說，失智占老年人比例 13% 以上，預防失智可以自己來，吹泡泡能訓練吞嚥能力及肺活量，用吸管吸住紙張是閉氣練習，還有用舌頭抬起壓舌板，都是訓練吞嚥，有助進食，如果老年人飲食營養攝取好，有益身體健康。

周希誠指出，平常練習吞嚥動作，加上表情誇張的臉頰運動（如驚訝、大笑等）可以擴張臉部肌肉和協調性，能刺激顏面、三叉神經，促進腦神經活化，也預防失智。

他同時也提醒老年人要注意牙齒保健，因為罹患牙周病超過 10 年者，罹患阿茲海默症的風險較一般人高出 7 成。

昨天 4 名示範防失智運動的健康長輩共同的養生之道就是：適當運動、正常作息和健康飲食，

86 歲的何銘樞強調地中海飲食，多吃綠色蔬菜、豆類、菇類、種子堅果類，每天早晚走路運動半小時，平日還會去教日文課；陳坤練夫妻分別 85 和 84 歲，

最大的興趣就是旅遊，凡事自己動手做，喜歡做家事、種花；另一名 78 歲的吳森雄則是賞鳥達人。

中山附醫營養科主任姜秋月建議老人家，要多攝取 omega-3 飲食，如鯖魚、鮭魚、秋刀魚等，素食者來源可從亞麻籽、芥花籽油和堅果類，也要預防「三高」，可減少失智風險。另外採取地中海型飲食原則，多攝取蔬果、堅果、未精緻穀類，避免紅肉、糕餅、甜食、人造奶油、速食，少吃燒烤油炸、過度烹煮的食物。

三十二. 高齡專家解不開的腦齡謎題 7 月 23 日 AI 論壇來找答案

資料來源：2018-06-15 20:41 聯合報 記者吳貞瑩

透過腦影像資料庫，可提前掌控腦退化性疾病？透過大數據，助聽器可添加智慧，協助後天聽障人士或老人家聽得更清晰。隱藏其後的便是可能掀起第四波工業革命的人工智慧 (AI)。

首場為高齡而生的人工智慧應用論壇，7 月 23 日於富邦國際會議中心登場，將有國內外 10 位聚焦超高齡社會的醫療、產業界專家在台，發表其全新研究與展示體驗。

「人工智慧可能取代醫生嗎？」陽明大學高齡與健康研究中心主任陳亮恭教授表示，近年類神經網絡深度學習，大幅提升人工智慧的能力，生物科技的龐大資料經過人工智慧演算，將會產生新知識，幫助醫師、研究者探索生命的奧秘，將會真正改寫人類的未來。

腦影像算命又算病 新藥開發進入 3.0

這番觀察將體現在「從腦影像算命」的應用，陽明大學腦科中心教授林慶波研究的是以人工智慧估算腦年齡。腦齡對人類老化是一項很重要的表徵，也是高齡醫學始終在追逐的謎題。傳統上必須依賴醫師的臨床經驗，來判斷一個人的腦部是否比真實年齡老，過早退化。

林慶波是與陳亮恭從一千多位宜蘭健康居民的腦影像與患者腦影像對比，透過人工智慧演算，驗證過去臨床經驗認為阿茲海默症以及思覺失調患者的腦齡，確實比生理年齡老，退化較快，憂鬱症則相差不多。

陳亮恭表示，未來這個腦齡篩選平台將愈變愈聰明，若有宣稱健腦、活腦新藥研發，可放到此平台便可一測虛實。這也呼應了歐美正蓬勃發展，運用人工智慧輔助藥物篩選、設計，縮短新藥開發時程、提升成功率的新藥 3.0 時代。

助聽器可判讀唇語 聽得更清晰

「人工智慧可能取代醫生嗎？」中研院則以「人工智慧幫你聽：助聽器的未來」研究回應這項提問。隨年齡增長，老人辨識高頻聲音的能力退化，中研院資訊科技創新研究中心運用多次電腦演算，為傳統助聽器增加許多智慧，不僅讓聲音更清晰，並且增加辨識的正確性。

三大科技品牌秀最新 AI 應用

除了學術研究，產業界也跨界布局高齡社會，例如宏碁將在論壇發表自駕車的開發成果，且展示可辨識年齡與情緒的技術，舉例當人們在賣場看到一件誘人的商品時，有多開心的程度，可以幫助商家採購參考；仁寶推出可辨識食物與卡路里的智慧演算技術，智邦科技展示可智慧儲存影像的長照科技裝置，能提升安全與意外事件監控。此外，日本長壽研究專家將分別從人機如何溝通以及人工智慧如何預知失智症以及從基因體前端就提前預防各項疾病。

此場論壇由陽明大學高齡與健康研究中心主辦，聯合報健康事業部、富邦人壽協辦，限額 180 人，採網路報名，歡迎對串連高齡醫療、IT、生活產業資源有興趣的人士參加。

三十三. 愛在偏鄉蔓延 弘道福興社區照顧服務中心喬遷

資料來源：2018-06-15 16:24 聯合報 記者劉明岩

為便利民眾諮詢服務，弘道老人福利基金會彰化服務處「福興社區照顧服務中心」今天喬遷到西勢村皇聖宮旁，在喬遷感恩茶會中，鄰近 5 個社區各準備一道菜前來祝賀，許多企業、團體與個人也用捐款支持區域深耕助老服務，讓愛得以在偏鄉繼續蔓延。

感恩茶會中，「西勢社區不老街舞團」特別帶來時下流行的街舞組曲表演，平均年齡 78 歲的阿嬤們齊跳抖肩舞，氣勢一點也不輸年輕人。長年參加活動的 93 歲張素霞阿嬤開心說，來參加社區活動比較不無聊，也比較健康，所以現在不僅身手一樣靈活可以一起跟社區表演，就連穿針引線都不是問題。

86 歲的陳幼枝阿嬤，70 多歲時就在社區與女兒的鼓勵下，跨出家門到西勢社區據點參與活動，最令她驕傲的是參加弘道舉辦的「仙角百老匯」活動到台北小巨蛋表演，然而隨著心臟功能的退化，現在她只要走一小段路就會喘到不行，因此再也不敢去社區了。

面對像陳幼枝阿嬤老化的困境，弘道居家服務團隊也開始銜接阿嬤的生活照顧服務，每天由 29 歲的照顧秘書楊秀娟到家中，提供沐浴、環境清潔、不定期陪伴就醫等居家服務，令她深懷感謝。

長年支持弘道助老服務的順德公益慈善事業基金會陳朝興董事表示，面對高齡化趨勢，這幾年持續支持弘道的助老服務，希望可以一起共創溫馨樂活的高齡社會。

弘道老人福利基金會彰化服務處林博樺主任表示，盼望能邀請社會大眾化身守護長輩的愛心大使，與弘道一同支持偏鄉助老服務，讓長者的人生下半場都能被照顧好、獲得好的生活品質。洽詢電話：(04)7331585。

三十四.失智長輩偕同特教生 一起包粽享兒孫樂

資料來源：2018-06-15 16:13 自由時報 記者張軒哲

端午節將至，李綜合醫療體系中華護理之家日照中心今日舉行老少包粽活動，讓資源班學童跟阿嬤們一起挽袖包粽子，過程充滿歡聲笑語，場面溫馨，也讓多名失智阿嬤，思及當年包粽子給兒孫的美好回憶。

日照中心大多是 7、80 歲的高齡長輩，早年適逢端午節必定親自包粽子給家人吃，但隨著年事漸高身體出現疾病與失智問題，已多年無法包粽。秀姿阿嬤一年前腦部開刀，加上有失智症，距離上次包粽子已經是 20 年前的事，她與照服員聊到過去每每端午佳節，身處大家庭的她總要包非常多粽子，但現在老了，加上身體不好，兒孫也不在身邊，包粽子已是過去很久的記憶。

李綜合醫院長照副院長袁智芬表示，包粽子活動除了喚起阿嬤們年輕時的回憶外，這次還邀請鄰近的客庄國小學生一起參與，透過老少共學的概念，讓融合教育真實融入生活教育與生活環境。客庄國小校長劉興欽指出，資源班學生本身有認知及學習障礙，致使日常生活技能發展遲緩，容易出現挫折感及產生低成就，盼透過這樣的活動，讓資源班學生從學習中獲得肯定。

袁智芬提到，發現家中長輩出現失智症狀時，除尋求專業醫師治療外，也可透過生活巧思幫助長者延緩失智，這次的包粽子活動，不僅是懷舊刺激，也幫助長輩提升記憶認知，訓練手眼協調，強化人際互動與團體生活。

三十五.竹市府攜手富邦人壽 1850 名長者體驗桌遊樂趣

資料來源：2018-06-15 11:50 自由時報 記者王駿杰

新竹市府推動高齡樂活，與富邦人壽合作，用行動力挺「青銀共遊」理念，利用半年踏遍竹市 34 個關懷據點，陪 1850 名長者體驗桌遊樂趣，希望藉此預防失智，也可增進人際互動。

社會處代理處長魏幸雯指出，社會處從去年 11 月啟動桌遊帶入據點活動，用半年時間走進各關懷據點，參與的長者多半是獨居或超過 80 歲的長者，桌遊活動和以往安排的課程不同，讓不少平常稍顯被動的長輩感到新鮮有趣，提高參與意願。

富邦人壽總經理陳俊伴表示，長輩們透過桌遊，可刺激腦力與肌肉運動，志工更可觀察他們在遊戲過程的情緒反應，進一步掌握健康狀態，不但能預防老年失智，也增強與人互動的機會，降低負面思考。

市長林智堅說，感謝富邦人壽的年輕志工團隊，將桌遊課程帶給轄內長者，讓他們有個趣味新體驗，達到桌遊同樂效果，此外，市府也積極設置關懷據點及共餐食堂，希望打造綿密照護網，期待能持續結合民間團體力量，讓在地長照服務更週到。

三十六.引進日本經驗 樂齡網推廣輔具租賃

資料來源：2018-06-15 00:05 聯合報 台北訊

家有長照需求者，政府雖補助輔具購買費用，但若出院暫時使用、或因身體狀況變化需要更換輔具者，購買輔具不算，此時，輔具租賃不失為一項好選擇。

樂齡網總經理張慶光表示，日本自介護保險制度實施以來，政府大力推動輔具租賃制度，主要是希望減少居家老人臥床率、增加獨立生活自理能力。

台灣同樣面對高齡社會，若能推廣輔具租賃業務，讓民眾因負擔減輕而善用輔具，改善失能，便能有效彌補照護資源不足，延緩年長者進入長照領域。

樂齡網與擁有近 20 年介護經驗的日本 FB 介護集團台灣分公司亞洲福祉合作，將日本優質的輔具清潔及維護保養經驗帶到台灣，讓輔具使用者可以透過租賃，讓無力負擔高額費用的人，使用輔具改善居家品質、促進健康。

日本介護保險實施後，輔具租賃業務大幅成長，亞洲福祉與樂齡網合作，除引進與日本同等級的輔具清潔流程外，並在台中設立整備工廠，甚至聘請具日本輔具相談員資格的廠長到台灣駐廠管理。以輪椅來說，需經過三次消毒程序後再放入透明袋，分類保管，經過三階段的消毒作業及清潔維修後，輔具幾乎就像全新的一樣。

樂齡網 (<http://www.ez66.com.tw/>) 與亞洲福祉此次的合作也將引進三馬達電動床、及符合輕度、中度、重度患者使用的輪椅，未來也會依台灣的輔具需求，考慮引進更多元的輔具產品。

三十七. 微型核糖核酸 扮演漸凍人病因關鍵

資料來源：2018-06-15 自由時報 記者吳欣恬= 中研院昨頒發「年輕學者研究著作獎」，共有十二位年輕學者獲獎。其中中研院分子研究所助研究員陳俊安的研究，證實微型核糖核酸 (miRNAs) 對調控運動神經元的存活與功能扮演關鍵性角色，這項發現可望解答肌萎縮性脊髓側索硬化症 (俗稱漸凍人症) 致病原因，以及探索新的治療方式。

陳俊安的研究團隊發現，當小鼠失去產生 miRNAs 的酵素 Dicer 時，控制四肢的運動神經元在發育時期就會大量死亡；研究中也發現，有一群稱為 mir-17~92 的 microRNA 表現量特別高時，會抑制 PTEN 蛋白質的數量，同時影響其他的酵素表現，阻止 PTEN 蛋白質進入細胞核中，最終能夠避免運動神經細胞死亡。

此外，陳俊安的研究也發現 miRNA 會參與控制運動神經元各式亞型的建立，進而影響脊髓運動神經元與身體各部位肌肉建立完整的神經迴路。

陳俊安一連串有關神經元的研究發現，對脊髓性肌肉萎縮症和運動神經元疾病的致病原因和治療方式提供了新的研究方向。相關研究成果更曾於二〇一五年刊登於國際期刊「自然通訊」(Nature Communications) 上。

另一獲獎學者、長庚大學生物暨分子生物學科副教授吳嘉霖，則是長期利用果蠅為模式生物，探討大腦神經結構及功能，是神經科學領域的專家。

吳嘉霖解釋失智症失憶過程

吳嘉霖的研究發現，短期記憶的形成是由另一套跟長期記憶截然不同的神經迴路所控制，生物在學習新事物後，短期記憶和長期記憶是同時形成，兩者是由不同的神經迴路所控制，說明長期記憶不是從短期記憶轉化而來，而短期記憶會隨時間消失，剩下長期記憶，也可以合理解釋老年失智症患者為何會先喪失短期記憶。不僅顛覆過去對於記憶形成的認知，也替老年失智提供合理解釋。

三十八.英研究：得第 2 型糖尿病老年患帕金森氏症風險增 32%

資料來源：2018-06-14 23:59 自由時報 綜合報導

英國倫敦大學學院（UCL）在美國神經病學會的醫學期刊《神經內科》（Neurology）發布最新研究指出，第 2 型糖尿病患者老年時期，罹患帕金森氏症的機率比起常人要高出 32%，該病症會使運動神經退化。

英國倫敦大學學院在美國神經病學會的醫學期刊《神經內科》發布最新研究指出，第 2 型糖尿病患者在老年時期，罹患帕金森氏症的機率比起常人要高出 32%。（資料照）

英國倫敦大學學院在美國神經病學會的醫學期刊《神經內科》發布最新研究指出，第 2 型糖尿病患者在老年時期，罹患帕金森氏症的機率比起常人要高出 32%。（資料照）

綜合外媒報導，倫敦大學學院研究人員查閱來自國立醫院 12 年來的數據資料庫，將 200 萬名因第 2 型糖尿病住院之病患與 600 萬名沒有糖尿病的人們做比較，發現有 1 萬 4252 名糖尿病患者在晚年時期被診斷出罹患帕金森氏症，600 萬名非糖尿病患者中，則有 2 萬 878 人晚年被確定患有此病症。

研究指出，年紀介於 25 歲至 44 歲的第 2 型糖尿病患者，晚年發生帕金森氏症的風險更高，另外若病患帶有其他糖尿病併發症，罹患帕金森氏症的機率可高達 49%，研究作者湯姆華納（Tom Warner）教授表示，過去的研究發現糖尿病和帕金森氏症有超過 400 個相關基因，這 2 種疾病都有共同的遺傳因子。

英國帕金森氏症公司（Parkinson's UK）研究經理貝琪·波爾特（Beckie Port）博士認為，這項研究為迄今闡述第 2 型糖尿病與帕金森氏症互有關連的最有力證據，「這 2 種疾病可能以相似的方式影響細胞」，「理解這 2 疾病之間的聯繫，可能有助開發減緩帕金森氏症發病療法，這是目前醫學辦不到的療程」。

三十九.高齡化、少子化時代 重大傷病險保安心

資料來源：2018-06-14 20:51 經濟日報 記者吳苡辰

想買張傷病險保障自己未來的醫療照護，卻發現有些保單的保障範圍涵蓋心肌梗塞、腦中風，有些則提供肝硬化、心臟瓣膜手術..等保障，常被不同保單弄得暈頭轉向。

到底有沒有一張保單能完整保障常見疾病，同時又依照健保來認定，讓保戶不用陷入複雜又拗口的醫學專有名詞？

元大人壽商品精算部副總經理張銘修表示，「重大傷病險」具有「保障範圍廣、跟著健保走、認定明確簡單」的優勢，可補強傳統傷病險、特定醫療險的保障缺口。

張銘修指出，根據美國腎臟登錄系統（USRDS）2016年報公布全球尿毒症排行，台灣洗腎病患盛行率與每年新增加洗腎發生率都是世界第一，而國人死因排行，癌症、心臟病、肺炎，腦血管疾病、糖尿病則是前五名；各種傷病的支出項目多不相同，例如長期使用呼吸器的住院費用可觀，而洗腎在門診的開銷較大，癌症、慢性精神病則在住院與門診都所費不貲，若只買單一住院醫療險，或是只保障特定疾病的醫療險，已無法做好全方位的醫療保障。

「元大人壽金安鑫還本型重大傷病保險」即提供多方位傷疾病保障，當保戶經醫生首次診斷為重大傷病（且非屬遺傳性疾病及職業病等本商品之8項除外項目），並取得「全民健康保險保險人」核發之重大傷病證明，除身故或喪葬費用保險金外，也提供重大傷病保險金的保障。

這張保單也針對慢性腎衰竭、重大創傷且其嚴重程度到達創傷嚴重程度分數16分以上者與肝硬化等8類特定重大傷病保險金提供一次性的給付，給付後契約終止；另外，為強化意外傷害的保障，亦提供最高診斷確定當時之25%保額的意外殘廢保險金、連續給付7年的殘廢生活扶助保險金，與搭乘大眾運輸意外身故或喪葬費用保險金。不僅如此，保障期滿仍生存且契約仍有效，還可領一筆滿期保險金，給付後契約終止，讓保費有去有回。

以30歲男性投保「元大人壽金安鑫還本型重大傷病保險」為例，投保保險金額100萬，繳費20年、保障30年，每天保費約122元；若40歲時因車禍致第一級殘廢，可獲得意外殘廢保險金25萬元，以及連續7年、每年12萬元的殘廢生活扶助保險金，領取後契約繼續有效；59歲契約屆滿，可領取滿期保險金100萬元。

張銘修也提醒，在高齡化、少子化時代，為了讓自己面臨未知的未來時，有更健全的保障，及時準備日後所需的醫療費用刻不容緩，惟有做好萬全的準備，才能讓自己與家人不須擔心被突如其來的疾病或是意外擊潰。

四十. 竹縣鄉鎮市衛生所將升級 新建湖口、新埔兩所

資料來源：2018-06-14 19:53 自由時報 記者廖雪茹

新竹縣湖口鄉設籍人口 7 萬 7000 多人，但衛生所位在鄉公所行政大樓後方，空間侷促，縣府規劃在王爺壟重劃區獨立新建，並爭取前瞻基礎建設經費，正與新埔鎮衛生所新建工程，同步辦理規劃設計監造的招標作業，爭取在 11 月發包工程、明年底竣工。

衛生局長殷東成表示，新竹縣 65 歲以上老年人口 6 萬 3000 多人，占新竹縣人口比例之 11.67%，因應老年人口增加及預防延緩失能、在地老化的長照需求，提出「前瞻基礎建設-公共服務據點整備-整建長照衛福據點計畫」，已獲核定補助 7330 萬餘元，將建置新竹縣完善的社區長照服務網絡。

經盤點轄內長照資源及檢討各衛生所的環境現況，七家衛生所不符高齡友善醫療保健及提供長照 ABC 服務據點功能。其中，湖口鄉衛生所位在鄉公所行政大樓後方的一、二樓及地下室，空間狹小，僅 130 坪；新埔鎮衛生所則在代表會旁，已逾一甲子的日式歷史建築內，都亟待改善。

為此，縣府提供兩塊機構用地新建衛生所。其中，湖口鄉位在王爺壟重劃區中正一街與達生路口，占地約 1742 平方公尺（445 坪）；新埔鎮則在田新重劃區的田新路與廣和路口，占地 972 平方公尺（294 坪）。

衛生局表示，前瞻計畫將分二期執行，湖口和新埔兩衛生所新建案，各獲中央核定 3472 萬元（含縣府配合款 15%），規劃監造勞務標近日將上網公告，預定 11 月發包工程，2019 年底竣工，未來將成為 B 級長照據點（複合型服務中心）。

另今年底前，尖石鄉、五峰鄉、橫山鄉、寶山鄉、竹北市等五家衛生所將完成修繕，提升軟硬體空間，成為 C 級長照據點（巷弄長照站），提供醫療保健及長照多元服務，以落實照顧新竹縣的銀髮鄉親。

四十一. 台南 A 贏活力學堂社區包粽 阿嬤手藝傳承

資料來源：2018-06-14 19:25 自由時報 記者楊金城

端午節快到了，柳營奇美醫院下營日間照護中心「A 贏活力學堂」與下營區老人福利協進會合作，今天舉辦包粽活動，阿嬤們包粽手藝最厲害了，在包粽子過程串起長者美好的回憶之外，熟練的包粽手藝也透過經驗分享，傳承給年輕一代。

柳營奇美醫院院長黃順賢說，人口老化，近年失能失智患者人數逐年攀升，在推動長照時如何活化老化也是重要的課題，此次藉由包粽活動，讓長輩聯誼也與年輕一輩交流與互動，提升社會參與感及自我成就感，心情自然愉快。

下營日照中心敦親睦鄰，策劃了這場包粽活動，下營區老人福利協進會理事長馮玉麟帶領志工長者 20 多人，大家一邊動手包著粽子，一邊分享自己的經驗，從挑粽葉、洗粽葉、備內餡，到包出一顆顆飽滿的粽子，回憶昔日過端午節的趣事，氣氛歡樂。

1 位高齡 91 歲的阿嬤還親自教導 1 位年輕志工媽媽如何調味及紮實綁粽，傳承手藝。

馮玉麟說，協進會連結日照中心 A 營活力學堂，彼此資源共享，除了舉辦如包粽子、搓湯圓等節慶活動外，還可參與樂齡中心舉辦的手工肥皂、自製防蚊液等手作活動，讓長輩們情感互動。

四十二. 南港警治安座談查賄除暴 組老人反詐騙宣導團

資料來源：2018-06-14 18:55 聯合報 記者李奕昕

台北市南港警分局今天舉行社區治安會議，邀里長及相關行業業者座談，會中安排刺破氣球儀式，宣示查察賄選防制暴力，並邀集熱心長者組成宣導團，深入社區避免老人被詐騙。

台北市南港警分局社區治安座談今天下午登場，由分局長張隆興主持，邀士林地檢署檢察長張清雲、主任檢察官柯怡如及轄內民意代表、里長、機關學校、金融機構、超商業者參加，宣導反毒安居與婦幼關懷。

因應年底九合一選舉，檢警推動反賄除暴，張隆興、張清雲手持「正義之劍」，刺破貼有「賄選」、「選舉暴力」字樣的氣球，象徵端正選舉風氣。

警方分析，高齡者被詐騙人數及財損偏高，最近組織一批平均 80 歲的長者，深入老人社團活動或聚會場合，宣導詐騙手法及案例，避免老人上當。

300A1 國際獅子會副協調長周守仁、南港少輔組督導員賴芳漪受邀與會，分享反毒宣導經驗，現場陳列毒品樣品與危害解說，警方呼籲民眾發現可疑情事主動通報，杜絕毒品入侵社區及校園。

四十三. 台灣企銀信用卡提撥基金 推動銀髮族照顧

資料來源：2018-06-14 17:27 經濟日報 記者仝澤蓉

因應人口老化，銀髮族照護成為關切議題，台灣企銀推出以捐助銀髮族福祉為宗旨的「銀色之愛信用卡」，提撥刷卡金額千分之 3 推動銀髮公益基金。

合國報告指出，老化已是無可逆轉的世界大趨勢，全球都在關注老年議題，台灣已正式邁入高齡化社會，台灣企銀表示，秉持扶持中小企業成長及落實扶助銀髮族照顧關懷活動為長期發展願景，發行「銀色之愛信用卡」，提撥交易金額千分之 3 為公益基金，用以協助偏鄉或資源缺乏社區推動「銀髮樂齡學堂」，協助社區提供老人健康促進、社會互動、快樂學習、幸福共餐及延緩失能等服務。

台灣企銀表示，銀色之愛信用卡提供國外刷卡 2% 現金回饋，享 3,000 萬元旅遊平安險、機場貴賓室、機場接送、嘟嘟房市區停車、道路救援等多重優惠，新戶申辦卡友單筆 888 元以上，送刷卡金 300 元。

四十四. 部分藥物增加跌倒風險 長者服藥須注意

資料來源：2018-06-14 17:47 中央社 台北 14 日電

長輩跌倒易有骨折、臥床等後遺症，台北市聯合醫院中興院區探討病人跌倒原因，發現近 2 成與藥物有關，部分治療高血壓、糖尿病等藥物的副作用會增加跌倒風險，長輩服藥要注意。

台北市聯合醫院中興院區藥劑科總藥師張伶祝今天下午透過新聞稿指出，衛福部民國 103 年統計 65 歲以上長者人口的十大死因中，意外事故傷害排名第七位，跌倒又是高齡長者事故傷害的第二大死因。

她說，台灣病人安全通報系統在 94 年建置以來，99 年至 103 年間，跌倒事件佔所有醫院通報跌倒事件的 26 至 27%；至於跌倒的原因，病人生理及行為佔 83%、環境 19.1%、藥物 18.7%、器材設備 7.4%。

張伶祝表示，只要藥物會讓病人產生混亂、憂鬱、鎮靜、心律不整、低血容量、姿勢性低血壓、認知功能減損、步伐不穩等作用，會增加病人跌倒風險。

會造成這些副作用的藥物包括抗組織胺劑、降血糖劑、降血壓劑、抗膽鹼藥物、利尿劑、緩瀉劑、解焦／鎮靜／安眠藥、抗憂鬱藥、抗精神病藥、鴉片類止痛劑、麻醉藥品、抗癲癇藥、散瞳劑。

這些藥物之中，許多是長者治療高血壓、糖尿病、失眠、感冒、便秘等疾病用藥，聯合醫院中興院區提醒長輩服藥用注意副作用，預防跌倒。

四十五.綠燈秒數不足 北市擴大試辦觸動延長秒數

資料來源：2018-06-14 14:13 中央社 台北 14 日電

不少長者過馬路時常覺得綠燈秒數不足，走到路中間號誌就已轉紅燈。為解決這個問題，台北市目前在士林區雨聲街試辦觸動延長行人綠燈秒數，近期內會再找一個路口，擴大試辦。

台北市政府交通局今天舉行記者會，說明長者交通安全改善作為。交通局長陳學台指出，北市逐漸邁入高齡化社會，市府一直鼓勵銀髮族多出門活動，但分析去年行人交通事故死傷，主要集中於 65 歲以上長者，約占死傷人數 3 成。

他表示，為改善路口安全，去年以來，交通局開始檢討行人綠燈秒數；決定綠燈秒數時，一般人過馬路的計算方式是每秒行走 1 公尺，但在長者較多的路口，計算方式會改為 1 秒 0.5 公尺，延長綠燈秒數，以維護長者安全。

陳學台說，去年以來，交通局延長 26 處路口的綠燈秒數，這些路口多集中於醫院、公園、廟宇周邊，長者較常活動的區域。

另外，交通局也在長者較常活動地區及人車交雜較嚴重的路口，增設綠燈時所有車輛暫停、讓行人能夠從任何方向穿越馬路的「全向十字路口」。截至 5 月底，北市已設置 210 處全向十字路口。

陳學台指出，目前在雨聲街試辦的「觸動延長行人綠燈秒數」，是測試「即時秒數延長」；民眾在綠燈時按下按鈕，綠燈立即增加 15 秒。

他表示，有專家建議北市考慮「下一個周期延長秒數」的行人號誌，也就是行人按下按鈕後，可延長下一個綠燈周期的秒數，讓行人更安全地過馬路；近一、兩個月交通局會再找一個長者較多的路口，測試這種號誌。

四十六. 苗栗關懷據點公糧一次到位 來不及吃完就長蟲

資料來源：2018-06-14 自由時報 記者鄭名翔

邁入高齡化社會，苗栗縣政府積極成立社區關懷據點，盼迄今全縣共設置一〇八個據點，提供共餐服務共九十五個，苗縣府也向農委會爭取公糧米資源提供各據點，農糧署每三個月一次無償撥給米糧，依各據點所提報統計數據，平均每次約配發一百六十公斤不等，但卻因配給量大、缺乏儲存空間，致許多米糧逾期長蟲。

3 個月 160 公斤 量大無儲存空間

因考量社區照顧關懷據點募集資源不易，苗栗縣政府委託衛福部社會及家庭署向農委會農糧署申請提供無償公糧米補助，協助各供餐據點能降低食材成本，提高服務意願及品質，但近來陸續有據點反映，因單次配給量過大，據點缺乏保存設備，以致新鮮白米擺放逾期陸續長蟲。

苗縣府社會處表示，過去農糧署每三個月一次無償撥給米糧，依各據點所提報統計數據，以每餐〇．一四公斤為基準計算，每次約配發一百六十公斤不等，但因縣內各據點皆無合適保存空間，以致於部分據點傳出公糧未吃完就已變質長蟲。

縣府：農糧署允改變撥給方式

對此，社會處向農糧署申請改變撥給方式，除提供以真空包裝、耐久放的白米外，配額也從三個月一次改為一．五個月一次，縮短公糧暫存時間，並由各鄉鎮市公所派車統一提領、分配至轄下據點，再由各據點加速消化米糧、妥善管理避免淋濕受潮導致變質。

另外，衛福部今年要求各據點須將服務項目、特殊故事、學習成果等資料建置於電腦系統中。但有許多據點反映，志工多為五、六十歲以上長者，不擅長使用電腦作業，新政策反而帶來困擾。

縣府社會處先安排四個輔導員，協助各據點解決資訊方面疑難雜症，明年則擬向衛福部爭取資訊能力培力方案補助，優先輔導各據點幹部，提升電腦文書處理能力，並成為種子教師，陸續教育其他志工。

四十七. 來台奉獻 57 年 醫奉獎得主呂道南神父病逝

資料來源：2018-06-13 22:04 聯合報 記者張芮瑜

去年甫獲得中華民國身分證、來台奉獻 57 年的義大利呂道南神父 (Fr. Antonio Didone)，今天晚間在羅東聖母醫院因病重與世長辭，生前他受進行性上神經核麻痺症所苦，往生後將安葬在最心繫惦念的家鄉宜蘭。

呂道南生於 1933 年 12 月 8 日，出生於義大利巴多瓦省齊塔德拉市 (Cittadella)，從小奠定傳道與醫療的職志，13 歲時他如願以償進入修道院，並且在 25 歲時晉鐸神父。

1961 年，28 歲的呂道南神父奉天主教靈醫會指派，跨過大半個地球，來到台灣，自此展開他 40 餘年的醫療傳道工作。一開始派任澎湖，為了融入當地生活，與居民有更良好的溝通，他認真學台語，擔任院長期間惠民醫院由 25 床擴充到 60 床。為協助漁民推廣漁業，他重建碼頭，帶著民眾鑿井解決水資源問題。

1967 年，呂神父來到宜蘭羅東聖母醫院服務，有感蘭陽平原當時的醫療匱乏，於 1973 年，以 40 歲「高齡」放下手邊一切重返義大利學醫，而且攻讀的是當時人才最缺乏的小兒科，4 年後重返蘭陽地區行醫，並擔任羅東聖母醫院第 5 任院長。他成立基金會、擴大醫院規模、協助貧困與重症族群，他是病人口中的「萬應公」，熱心助人，深受民眾仰賴。他更是小病童的「聖誕老公公」、「院長阿公」，援救無數病童，並成立早產兒基金會、腎友基金會、一般貧困基金會及復健之友會等。

呂道南神父曾當選全國好人好事代表、榮獲第 5 屆醫療奉獻獎，將一生都奉獻給台灣，照顧無數病患，尤其是貧困的弱勢族群，他自己異常節儉，卻對貧困病患非常慷慨，經常解囊幫助需要幫助的人。

不幸的是 2000 年他被診斷出罹患性上神經核麻痺症，2001 年他曾回義大利就醫，但 2004 年仍不捨台灣再度返台定居，2006 年 8 月他曾回義大利參加晉鐸 50 週年慶祝會，他與呂若瑟神父二兄弟獲教宗本篤 16 世召見。

去年他獲頒中華民國身分證，當時宜蘭縣代理縣長陳金德曾到聖母醫院親自頒贈，但當時他已因病重住進加護病房，無法親領，今天因病重不治、與世長辭。

羅東聖母醫院表示，呂道南留給宜蘭人的是無限的想念，員工將永遠想念他對員工的慈祥、想念他對病人的體貼慈愛、想念他的豁達勇敢、想念他的一切行為典範。他以醫療服務為終身使命，曾說過「需要他的地方就是家鄉」。

往後他將葬在他最心繫惦念的家鄉臺灣宜蘭，治喪委員會擇訂於今年6月17日星期日下午2點假羅東聖母醫院，為呂道南神父舉辦「殯葬彌撒」，送呂神父最後一程，彌撒後呂神父將安葬於廣興天主教公墓。