



健康大臺中

10

104.10

<CPN>4810002219

發行人：徐永年 地址：臺中市豐原區中興路136號 電話：04-25265394 網址：www.health.taichung.gov.tw 設計：鼎益盛數位行銷有限公司

2015國際老人日

「長照服務人力研討會」 打造「友善樂齡、幸福臺中」



主辦單位：臺中市政府、臺中市政府高齡友善城市推動委員會、臺中市政府衛生局、臺中市政府社會局、臺灣聯合報系

10月1日是「國際老人日」，衛生局在市政大樓舉辦「長照整備大缺口：照顧服務人力研討會」，共700多人參與；林佳龍市長指出，臺灣已進入人口老化及少子化社會，年輕人負擔越來越重，將面對的困境不僅是社會，也是國安問題。臺中市人口結構較全國雖較年輕，但老人人口平均每年大約以3%在增加，老化速度很快，因此特別關注高齡者的需求，尤其在照顧服務與健康促進等議題。市府為此規劃了「托老一條龍」政策，積極拓展托老相關服務，並盼透過長照整備探討，重視人力缺口問題，逐步打造「友善樂齡、幸福臺中」城市。

林市長表示，根據衛福部「國民長期照護需要調查」推估及勞動部統計，2016年全國失能人口約有77萬（老人占66%），2021與2031年將達87萬與118萬；而約有10萬多人受過照顧服務培訓，但只有約20%照顧服務員留任執業，長照保險規劃也指出，照服人力約缺5萬人。

「健康促進、活躍老化！」林市長強調，除將國家財政及社會資源放在後端照顧失能長輩，更重要的是從源頭降低失能的人口比例及失能速度，因此臺中市提出「721政策」，盼透過良好的制度，讓7成老人都能健康樂活、預防成為被照顧者，另外2成亞健康老人提升復原力、強化生活自理能力，1成失能老人也能獲得完善照顧。

衛生局於2014至2015年與美國在台協會之傅爾布萊特計畫合作，發展照顧服務種子師資培訓與課程發展，培養好的種子師資，創新臺灣照顧服務人才發展交流制度，改善培訓成效，促進照顧能力提升及進而改善留任問題。

徐永年局長說，藉由研討會與日本、丹麥、以色列照服人力制度交流及臺中各照服團體的對話與分享，讓大家一同投入與承諾為老的未來做準備，支持照顧服務人才制度發展，逐步落實「友善樂齡、幸福臺中」的目標。



厝邊好鄰居 樂齡行動教室

衛生局與日本大阪YMCA、臺中YMCA合作，以活躍老化概念，邀請社區長輩參與每週2小時、12週的樂齡行動教室，每週設計以活潑有趣的健康促進活動帶領，將知識及運動導入課程，傳達「運動、腦動、口動、互動」等四輪傳動，讓預防跌倒、預防失能變成生活習慣，預防成為被照顧者。樂齡行動教室深受長輩的喜愛，長輩也會「呷好還相報」，一個拉一個來參加！

為什麼阿公阿嬤這麼喜歡哩？ 聽聽他們怎麼說

- 老師會結合我們熟悉的懷舊歌曲，而且很懂我們喜歡什麼，會去了解每個人的一些生活故事，說的話、教的東西很容易讓我們有共鳴。
- 老師都是用一些遊戲的方式上課，玩遊戲會分成兩隊競爭，大家都會有誰都不認輸的心態，在這邊就是玩得很高興，也會期待下個禮拜老師又要來教我們玩什麼？
- 我腳都是麻麻的，去了樂齡行動教室後，作了拉筋以後腳都不會麻了，也都不用吃藥了。來這邊會有一個寄託，就比較不會想去看醫生了。

活動對長輩的健康有什麼幫助呢？

- 實證驗證可改善「肌力」、「柔軟度」、「認知」、「憂鬱狀況」及「身體年齡」進步1.7歲。

哪裡有樂齡行動教室？有多少長輩參加過呢？

2013-2015年衛生局拓展了59個樂齡行動教室，約2,000多位長輩參加，明年起臺中市「托老一條龍」旗艦計畫，以擴大經費爭取倍增據點拓展，我們的目標是一里一樂齡一行動教室。想知道家裡附近哪裡有「樂齡行動教室」，趕快下載「樂齡行動導航」APP就可以快速查詢囉！



iOS版



Android版

樂齡導航APP掃描QR-Code





銀髮問題我幫您!

本市照顧管理中心 衛福部考評蟬聯六都第一



為減輕照顧失能長者的負擔，臺中市政府提供喘息服務、居家護理、居家復健、照顧服務、輔具購買租借及居家無障礙環境改善服務、老人營養餐飲服務、交通接送服務、長期照顧機構服務等長期照顧服務。

長照服務以提供照顧服務為主，並依民眾之失能程度及家庭經濟狀況，提供不同補助額度，低收入戶所有服務均免費，中低收入戶及一般民眾需自付10%及30%費用，減輕家庭負擔。

104年本市市民使用長期照顧服務已達七千多人，有長照需求民眾宜善加利用，長照申請專線4128080，手機撥打02-4128080，即有專人到府評估及安排長期照顧相關服務，詳情可上臺中市政府長期照顧管理中心網頁查詢，網址 <http://ltcc2.health.taichung.gov.tw/index.asp>。



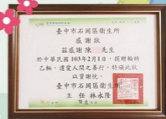
給阿公阿嬤的親情限時批

衛生局今年結合校園推動「樂齡明信片傳情」，由臺中市29區1,197位小朋友寫明信片給阿公阿嬤，卡片內容充滿暖暖的關懷與祝福，住在霧峰區的阿公阿嬤收到明信片覺得很开心，說小一的孫女是所有孫裡面最貼心的一個!



溫馨石岡情

為輔具尋找新主人



石岡區衛生所 王美麗護理長



圖 致贈感謝狀

『林主任啊！那裡有輪椅可以借？我家爸爸中風腳不方便走路耶！我想借輪椅推老人家出去呼吸新鮮空氣，散步、散散心、運動一下！』；『林主任啊！我家有電動床、製氧機、輪椅，很新、還很好用、有沒有人要啊？』，這些都是石岡民眾經常會跟衛生所主任提起的事。

石岡區舊稱石崗仔，介於豐原與東勢兩大區之間，為臺中市29行政區，除和平原住民自治區外，人口數最少的地區，依據104年8月人口統計資料，石岡區總人口數達1萬5,323人，其中65歲以上的老年人口計有2332人，佔石岡人口15.22%，已達高齡化社區型態。

家中如有行動不便長者，除了影響生活品質外，後續的龐大經濟支出也是家庭的一大壓力，而輔具花費對弱勢家庭更是沉重的負擔；另一方面，本所在服務的過程，常常有民眾家中已不用的輔具無處捐贈，棄之又可惜，故本所積極構思，成立媒合中心—輔具交換中心，幫助社區民眾解決困擾，並且能讓輔具發揮再使用功能。同時，衛生所也針對捐贈者致贈感謝狀，這六年來已服務了近50個家庭，轉借的器材包括輪椅、助行器、製氧機等，除幫助民眾處理不用的醫療器材外，也讓清貧或短期使用的病患省去新購置器材的費用，又可達到有用物資循環再利用，石岡衛生所的用心，替輔具們找到了新主人，帶給石岡區民眾更多便利與溫暖。

好康相報

臺中市輔具資源：

對象：

設籍並實際居住臺中市領有身心障礙手冊者及其家屬或一般民眾，或是本市市民、學校特殊班及機構團體單位等，經評估確有評估、諮詢及轉介、裝配、維修、檢測、追蹤、展示、回收、租借及輔具交流資訊等需求者。

地點：

1. 臺中市南區輔具資源中心 電話：04-24713535分機1177
2. 臺中市北區輔具資源中心 電話：04-25314200、25322843

資料來源：社會局全球資訊網