



社團法人

高雄市家庭照顧者關懷協會

會訊 第五十三期
中華民國 106 年 9 月

理事長：李逸
編輯：邱啟潤 李娟娟 石義方 林明好 蘇俊瑋
服務地址：80758 高雄市三民區十全一路 68 巷 34 號
服務電話：(07)322-3839、322-0321、322-5005 傳真：(07)313-3835
協會網址：www.caregiver.org.tw
E-MAIL：kh.caregiver@gmail.com
劃撥帳號：42032110
戶名：社團法人高雄市家庭照顧者關懷協會
中華民國十八年九月創刊



愛心碼：3223839

§免費贈閱，歡迎來電索取§

本期精彩內容

分類	主題	頁碼
編輯團隊的話		01
家庭照顧者支持服務據點	(1)106年3月~106年9月活動花絮	02
	(2)照顧者大聲說	09
	(3)服務的酸甜苦辣	10
	(4)飛燕草聯誼會即時報	11
居家服務支援中心	(1)好文分享	12
	(2)認識生力軍	15
	(3)居家服務使用者感恩	16
	(4)服務「心」發現	17
	(5)如何申請居家服務	18
	(6)如何申請家庭照顧者支持服務	19
暑期社工服務	學習點滴	20
協會報你知-你我沒距離	(1)協會大事記	22
	(2)捐款芳名錄	24

讓我們一起成為高風險家庭照顧者的守護天使

民國 106 年國慶日前夕 10 月 8 日凌晨，一名 74 歲的老農疑似因為受不了久病在床的 74 歲妻子，親手將妻子勒斃，再拿鐮刀割左上臂躺老婆旁邊，傷重身亡。這對老夫妻結婚 54 年，多年前老農曾因腦疾開刀，手術後經常頭痛，妻子則是脊椎開刀，不良於行，出門都得靠輪椅代步。老農的兒子說：「雖然平日都由父親照顧媽媽，但是從沒有聽到爸爸喊苦，沒想到竟然發生憾事。」

照顧是一個年復一年、日復一日，全天 24 小時不眠不休的工作，當我們發覺身邊的親友或鄰居，有發生以下 13 種現象中的任何一項時，請立刻拿起電話撥打全國家庭照顧者關懷專線 0800-507272，或是打給高市家庭照顧者關懷協會(07)322-3839 讓專業的社工人員立即進行陪伴、評估並適時提供協助。

- 1.年紀大於 65 歲的照顧者。
- 2.男性照顧者。
- 3.照顧者本身持有身心障礙證明者、領有重大傷病卡、或罹患骨骼系統疾病致使照顧能力受限者。
- 4.照顧者須要照顧兩位符合長期照顧或身心障礙條件，生活無法自理的家人。
- 5.照顧者受傷、開刀，或有住院治療需求者等有急性醫療需求者。
- 6.照顧者為精神疾病患者或疑似有精神功能障礙者。
- 7.照顧者過去曾有自殺紀錄，或曾在言語間表達自殺或同歸於盡的念頭。
- 8.負擔每周 20 小時以上主要照顧工作，無其他家人、親友等可以協助者
- 9.照顧者自述是家庭暴力的施暴者或受暴者，或有暴力意念，不論有無列入正式通報紀錄者。
- 10.想申請政府資源，例如救助身份、長照服務等，但不符合資格無法取得相關資源。
- 11.因外籍看護工逃跑、請假或轉換雇主等因素，致突發性照顧人手短缺者。
- 12.照顧已經醫師確診之失智症患者。
- 13.照顧已經醫師確診之精神疾病患者。

您一通關心的通報電話，可幫助那些生命危急的照顧者！

別讓照顧成為不可承受之重，讓我們一起成為高風險家庭照顧者的守護天使！

編輯團隊 敬上



106 年 3 月~106 年 9 月活動花絮

☀失智症者的日常生活安排



在長照 2.0 政策推動的脈絡下，失智症議題不段延燒，藉此協會今年很榮幸與聖功醫院合作三場次的失智症課程，透過與聖功醫院的優良師資群合作，教導失智症家人的照顧技巧，使許多照顧失智症長輩的家屬能夠學習到正確的照顧方式，並使其在照顧的過程中能夠事半功倍，減少照顧的壓力。



協會於 3 月 04 號邀請聖功醫院蘇佩綺職能治療師教導照顧者去評估與學習照顧者日常生活的安排，其實對於失智症的家屬而言，與失智症的家人一同生活是非常的困難，甚至對於其病情的狀況與照顧方式都是一無所知的狀況，藉此講師教導正確的互動技巧，並透過日常生活

的帶領與說明，使照顧者能夠更加了解如何為家中的失智長輩設計日常生活照顧與安排，因為對於每一家失智症的家屬的狀況都不同，因此需要對症去設計相關活動。



✪失智症者的移位及如廁技巧



4月29日邀請聖功醫院資深的兩位居家服務員教導失智症照顧的移位復健技巧，當天有配合輔具單位來介紹輔具的使用方式，透過正確的輔具使用方式能夠讓照顧者學習到輕鬆不費力的輔具的使用方式，使照顧者能夠減少身體

因不適當的轉位及移位技巧而受傷，當天照顧者學習意願非常踴躍，積極的拍照及錄影，並學習正確的方式，使照顧者在當天收穫良多，照顧者結束課程的回饋都達到滿意，可見課程的內容與教導方式，能夠符合照顧者之期待。

✪失智症老人溝通技巧



失智症的溝通是照顧失智症的長輩非常困擾的問題，許多照顧者不清楚失智症的家人是否清楚自己講的方式以及溝通的技巧，使許多照顧者在溝通當中常常會受挫、無助，藉此家關與聖功醫院於9月09日特別邀請身心科主任葉醫師教導正確的溝通技巧與方式，課程當中講師認真的講解失智症的類型與溝通方式，後半段老師還特別邀請成員來模擬情境，讓照顧者了解照顧失智症的家人會遇到的問題以及回應技巧，並且於課程結束後，提供許多失智症的家人詢問病情與解決方式，是照顧者能夠從醫師的口中學習辨識方式與相處技巧。



☀️ 壓瘡與攝食的安全照顧技巧



為了讓照顧者學習正確的壓傷照顧與預防，協會特別開心能夠邀請獲得南丁格爾獎的陳筱蓉護理師，她豐富的臨床的教學經驗與技巧，受到很多護理人員的推崇。



6月14日陳筱蓉護理師授課教導照顧者如何正確地選擇及使用沐浴乳與尿布，提供照顧者壓傷時的身體清潔與穿戴尿布時的照顧技巧。當天照顧者特別積極詢問護理師照顧相關的疑點，感覺把照顧時遇到的問題一次性的了解清楚，當然護理師也竭盡所能的傳授照顧技巧小撇步及壓傷的注意事項等，使照顧者於課程中學習到經驗與技巧，照顧者表示參加完課程後感到獲益良多。



協會於7月26日邀請講師教導口腔的衛生指導及口腔肌肉的復健方式，提升被照顧者口腔周圍的肌肉與復健，讓後續餵食及吞嚥上都有很好的幫助，使照顧者開始重新重視口腔的清潔與復健問題，因為沒有實際的清潔口腔與運動，儘管使用任何的藥物及輔具都是於事無補。

☀用藥安全課程



8月4日協會與弘道老人福利基金會合作辦理用藥安全的課程，教導照顧者及亞健康的長輩用藥的注意事項，這次協會也特別邀請社區藥局的羅藥師教導現階段長輩會遇到的用藥問題及老人家就醫用藥時的注意事項，使長輩們能夠簡單易懂，當天也提供有獎徵答的活動，增添課程的趣味性，藉由活動及講課的互相搭配，使參加的長輩能夠從中學習到很多用藥的知識及注意事項。

☀紓壓陶杯



協會今年特別與做做手藝工作坊合作三場次的紓壓課程，使照顧者在照顧之餘還能夠外出紓壓喘息兩小時，這次協會邀請做做手藝工作坊的講師教導照顧者如何製作陶杯，透過陶杯的製作使照顧者能夠暫時忘記煩惱，使照顧者能夠好好的紓壓，陶

杯製作時的壓扁及滾筒的動作等，都能夠好好的藉此成為照顧者紓壓的方向，並且在拿到成品的當下，使照顧者能夠重新找回自我信心及認同感。

☀支持團體-自我調適紓壓課程



家庭照顧者因長期照顧家中病人，與家人間易產生衝突緊張，以致情緒壓抑或憂鬱症狀，藉此協會舉辦家庭照顧者的自我紓壓調適紓壓團體，使照

顧者能夠好好的紓壓，期待諮商師協助家庭照顧者們增進溝通技巧，改善與家人的關係，藉由團體讓成員在原環境中自我調適和壓力紓解。



協會這次也特別與陳清文心理諮商師合作辦理課程，透過陳心理師的專業教導照顧者自我調適的方式，照顧者透過課程中能夠互相溝通與分享，

藉由成員溝通的模式與運用，使照顧者學習與被照顧者、親人的溝通，課程中也分享講師自身的照顧經驗與溝通的實際案例，讓照顧者了解與家人間產生情緒勒索時的對應與預防方式。

☀支持團體-自我調適紓壓課程



這次協會與高雄市天晴女性願景協會合作辦理六場次紓壓課程，使照顧者能夠學習自我保健及自我照顧之能力與技巧，透過牛角筋絡的調理技巧與方式使照顧者能夠舒緩痠痛與身體不適的狀況，從頭到腳全身的按摩技巧，使照顧者能夠好好的身體紓壓。



課程以三角教學法授課，讓學員會操作工具(牛角、木梳)，體驗服務、十全十美護眼操(用手指按壓穴點)，使照顧者能夠透過每一堂課程的學習，除了可以提升自我保健與按壓穴位的學習之外，還能透過牛角鬆筋技法，增進家庭及人際互動頻率，提昇

家庭凝聚力，提昇人際互動能力，課程中每位參加的照顧者都表示感到非常滿意，參加完課程後，身體的痠痛感都消失了，每一次的課程都是身體紓壓的最佳時刻。

☀ FUN-桌遊



協會每年都會開發多元的紓壓課程與方式，使照顧者每一次參加的課程都有不一樣的感覺與體驗，使照顧者能夠了解到協會對於家庭照顧者的重視與關心，藉此協會於3月20日邀請FUN桌遊的講師來教導照顧者玩桌遊，桌遊

遊戲包羅萬象，講師選擇了兩款適合照顧者的桌遊讓照顧者遊玩，使照顧者能夠透過桌遊能夠提升人際關係與自我思考能力，且邀請的師資都非常專業，能夠完善桌遊引導式教學的講師，讓照顧者不是只有在玩，而是真正的玩中學，學中玩。

☀繪本嬉遊記

您有多久沒有好好的聽故事?您有多久沒有回到美好的時光呢?



說故事主題的敘事性與延續性是非常飽滿的，一個照顧者人生中一定有很多種故事，這次協會很榮幸與故事媽媽協會於4月18日與6月12日合作辦理兩場課程，讓照顧者重新透過說故事帶來的感動與感受讓自己能夠好好的紓壓，透過講師選擇的書籍，讓照顧者能夠感受到紓壓，並且在課程當中帶入心情平靜的方法，使照顧者心靈與身體都能夠好好的放鬆與紓壓，使照顧者能夠有不同的聽覺享受。



講師期望照顧者能夠藉由故事的魔力，讓照顧也能重新去省事與思考許多的人生道理，的確照顧是辛苦的，但透過故事的穿透力與分享，讓照顧者能夠藉由繪本的閱讀、成員間彼此分享可開拓新的視野，並從中學習成長及看見自己之優點。

講師期望照顧者能夠藉由故事的魔力，讓照顧也能重新去省事與思考許多的人生道理，的確照顧是辛苦的，但透過故事的穿透力與分享，讓照顧者能夠藉由繪本的閱讀、成員間彼此分享可開拓新的視野，並從中學習成長及看見自己之優點。



照顧者大聲說

呂玉茹

我爸媽都是聽語障極重度，爸爸於104年1月中風，家裡還有一個姐姐，我負責照顧，姐姐負責去賺錢支付家裡所有的開銷，媽媽身體也不太好，高血壓和嚴重糖尿病導致右眼失明又椎間盤突出跟坐骨神經痛，因此媽媽無法協助太多，我從早忙到睡前，幾乎一刻不得閒，姐姐忙於經濟來源，我也不好再多增加她的負擔。爸爸中風程度比較嚴重，傷到喉部神經，每天需要常常注意其身體狀況，不然深怕會擔誤到爸爸的健康，媽媽的個性如同大小孩，半夜下背痛就大哭，我常常白天大部份照顧爸爸跟所有的家事很忙，晚上也沒睡好，隔天精神不好想睡覺也要忍著照顧爸媽，長期照顧下來，真的是很辛苦，但只能獨自咬著牙繼續往前走不能停下腳步。

我和爸媽民國100年9月4日搬來承租阿姨新買在住宅區的舊房子，姐姐很早就結婚很早就沒有同住了，住家附近有製作鋼鐵切割業者，常常會有極大噪音及廢毒氣排放的問題，承受了兩年的期間，當初還檢舉但受到業者的謾罵與作勢毆打的狀況，到現在都很怕他們，本身照顧爸媽都已經筋疲力盡還要承受隔壁鐵工廠二人工作的巨大噪音和爸媽共同要忍受毒氣和言語霸凌及作勢毆打，幾乎天天頭痛。

感謝家關余社工幫我找營養師，讓我爸媽的營養更全方位，更懂的怎麼幫爸調理他適合的食材質地，還有復健師，可以讓我省一些往來醫院的時間兼照顧媽媽和做家事和保留一點體力幫爸多做一些右手拉提復健，和最近的吞嚥治療課程，真的是非常感謝家關，幫我找來語言治療師解決我迫在眉梢最心急爸的病狀，因為爸爸每天都會嗆咳好多次，讓人很心疼，其中還上了二堂園藝治療，擺位與按摩運動，紓壓陶杯，奇幻水影，和六堂家庭照顧者溝通團體，這些課都好棒，和同是照顧者的大哥大姐一起學習，一起惺惺相惜，感覺很溫馨，文慧老師幫我們這些同是照顧者的心靈又更豐富了許多，感謝文慧老師的用心，有這個家庭照顧者關懷協會真好

服務的酸甜苦辣



蘇俊瑋社工

時間過得真快，不知不覺已經在家關服務兩年多了，從一開始甚麼都不懂的社會新鮮人，到現在能夠分享服務經驗，在中間的成長自己也能看見，當初一直讓自己如同海綿，不斷吸收、成長，讓自己在服務家庭照顧者當中，不僅能夠學習到社工的服務專業與技巧之外，還能充實自己想要服務民眾的那顆心。

站在服務的第一線，難免會遇到照顧者的負面情緒以及難以幫助的部分，有時自己在服務當中會遇到自己無能為力的事情，但是還是保持著服務的熱忱，成為家庭照顧者的守門員，傾聽著他們的需求與聲音，讓家關能夠成為其情緒支持的方向，儘管有時只能給予支持與鼓勵，但是這樣的不間斷的關心，正是許多照顧者能夠持續照顧的力量。

在長照 2.0 還在擬定與規劃得期間，還是有許多的不確定及變動，這時真正受到影響的絕對是家庭照顧者，基於此，協會將秉持服務宗旨，持續的關心與幫助家庭照顧者，使社會大眾重新重視家庭照顧者的問題，並且積極為家庭照顧者發聲，我們一同努力。

愛是
和你一起變老



飛燕草聯誼會即時報

106.02.18 飛燕草聯繫會議



會議重新的定義及告知赴約的照顧者及志工飛燕草的緣由及成立的宗旨。當天討論出 106 年度飛燕草課程的方向及規劃及分工事項，依照每個照顧者的建議修改課程內容及方向，使課程的內容能夠更加有吸引力，增加許多新的朋友能夠一同共襄盛舉。

106.04.29 自我照顧模式的理念



感謝陳心理師協助照顧者能夠重新省思照顧者的心態及如何與被照顧者相處，建立自我照顧模式的理念，能夠讓照顧者能夠自我照顧與如何溝通，使情緒能達到有效的調整，照顧者表示學習到新的照顧觀念感到獲益良多。

106.06.24 電影欣賞~安寧的照顧



當天課程很感謝春玲理事提供手做豆花與照顧者分享，當天播放安寧照顧的看完之後對於安寧照顧有不一樣的認識與感觸，對於照顧有新的體認，並能夠感同身受片中照顧者的悲傷與不捨，並了解到安寧療護的重要性。

好文分享

為了讓更多的人認識"家庭照顧者"，本會邱啟潤常務理事應康健雜誌總編輯李瑟的邀約，邀了照顧相關的專家群，於『康健名家觀點』中，暢談家庭照顧者的酸甜苦辣。全文詳見『康健雜誌』網站『名家觀點』(熟齡，照顧者關懷協會，如想閱讀詳細內容可搜尋『社團法人高雄市家庭照顧者關懷協會->[首頁 New 文章](#)』。



2017.06.02 【家庭照顧者也要 1 例 1 休和年金改革】

作者:李逸 / 社團法人高雄市家庭照顧者關懷協會理事長 / 義守大學護理系助理教授

內容簡介: 這麼辛苦的照顧工作，幾千元的津貼補助只是杯水車薪。曾有因為照顧雙親而辭去工作的中壯年家庭照顧者，去申請中低收補助時，還遭質疑「好手好腳怎麼不工作？」真是心酸無人知。這些從年輕時就持續照顧長輩的家庭照顧者，難有積蓄也沒有退休金，誰來照顧他們的晚年？說好的年金改革呢？

需要長期照顧的人口日益增加，每位挺身承擔照顧責任的家庭照顧者，都是安定社會的無名英雄。老夫妻互相照顧，安定了成年子女們各自的小家庭；手足之中協調出 1 人照顧年邁的雙親，安定了其他兄弟姐妹們各自的小家庭；家庭照顧者對家庭、社會、國家的貢獻是無形卻是偉大的，我們還需要很多努力，為家庭照顧者爭取應有的 1 例 1 休和年金改革！





2017.08.10 【不到 65 歲就被確診失智，這麼年輕要怎麼治療？】

作者: 巫瑩慧為雙澄照顧創新工作室文字工作者

內容簡介: 國際上凡是 65 歲以下確認診斷的失智症患者都稱為年輕型，比例大概佔每個國家失智症人口的 6%-10%，其中又以 50-60 歲的人數最多。根據台灣失智症協會的資料，年輕型失智症患者約 2 萬人。他們在疾病的初期，會開始出現憂鬱、躁動、冷漠、空間方向感或人際互動不佳等問題。不過，大部分患者在肢體方面的功能，都還不錯。



2017.08.31 【呂依真 / 家庭照顧者關懷總會心理師、台北市立聯合醫院北投門診心理師】

作者: 巫瑩慧為雙澄照顧創新工作室文字工作者

內容簡介: 小勻每次來參加照顧者支持團體時，頻頻抱怨其他家人把罹患失智症的媽媽丟給她後就不聞不問，明明住在同一個屋簷下，工作回來後就躲在自己房間，沒有想要主動關心小勻和媽媽，小勻覺得既然是血濃於水的家人還這樣冷漠，真的很令人傷心....



2017.09.27 【堅持自己照顧，「放不下」是最大主因！】

作者: 邱啟潤 / 高雄醫學大學護理學系副教授 / 高雄市家庭照顧者關懷協會創會理事長

內容簡介: 今年 5 月發生的哥哥砍斷妹妹頭顱命案，即被照顧者為精神疾病患者，照顧者是男性。因為精神疾病患者常出現問題行為，以致照顧者身心壓力加劇。照顧者為何就是堅持要自己照顧，是怕別人說閒話？是表示孝順？是因為親情捨不得，放不下？是覺得自己能照顧得比較好？是認為長照機構照護品質不佳？探究深層原因，發現「放不下」是最主要的原因.....



2017. 10.09 【一起尋找古早味，繫緊親情的臍帶】

作者: 照顧者關懷協會（前美和科大護理系講師）

內容簡介: 阿鳳說：「有時，我會請兒子開車載我回嘉義，沒有特別做什麼，有時只為了吃一碗兒時懷念的古早味，像嘉義火雞飯、冰或是糕點類，或是看看以前曾經去過的地方。吃完、看完，又匆匆趕回家。很匆忙，但很滿足，很喜樂！」

民國 38 年出生的阿鳳，15 歲時，遠從嘉義到屏東讀五專。從此，和屏東結下不解之緣。她在屏東求學、工作、結婚、生子，直到退休。阿鳳，成了道地的屏東人。雖然在嘉義僅有短暫的 15 年，但這短暫的 15 年，卻給了她一本存有「數憶」存款的記憶存摺.....



認識生力軍



會計 溫雅雯

大家好，我是會計溫雅雯，今年 5 月進入協會服務，之前所學與畢業後所接觸的都是營利公司的會計，第一次接觸居服業與社團法人的部分，對此領域還有些陌生，不過有熱心的同事幫忙與協助，讓工作逐漸上手，希望未來可以更好，還請大家多多指教。



居服督導 葉麗凰

大家好，我是居家服務組居服督導麗凰，很高興及榮幸成為家關的一份子。台灣已進入老化人口，政府大力推行長照制度並提供多元化服務，因應多元服務照顧管理制度肩負連結「醫療照護」與「長期照顧」二大體系功能，並積極與醫療機構「出院準備服務」以預防或延緩身心功能的退化。期許自己在未來與大家共同努力，提升案主有更好的照顧品質，以減輕家人照顧上的壓力，促進老人社會參與及正面生活態度。

居家服務使用者感恩

劉建明教授

長照中心 滿有愛心. 處事條理明瞭的
陳輔導:
謝謝妳: 內心滿³ 憐憫^對 愛苦愛難之老人. 我
帶來³ 無比之安慰和貴氣. 使我在孤苦中
得安慰. 蒙受妳帶來給我超然. 超份之
照顧. 給我最急需之電動病床及各
配套. 及各樣急需品: 使我在大病痛中
得幫助: 也使我孤苦中得溫馨. 心: 心
中愛苦 17年喪失心志中. 重獲^久 向有^愛 之喜
氣. 甚至^令 尊亦^親 身出現相助. 我感到
幸福. 謝謝妳: 全家^之 愛心出動出現
我有³ 溫馨之未來日子: 我確信.
又感謝差派最棒之照顧員^一 候小
姐: 有^愛 心, 有^經 驗, 有^智 慧照顧我.
最佳之最棒的守護員. 有她之相助
照顧: 我得到^心 慰. 欣慰.
謝謝陳輔導之最棒慈心. 最佳
的好好人候小姐. 感謝你們帶來
給我^貴 氣. 重燃我人生之活氣. 功
功德德大無量. 天上之我神報答你們
蒙受大恩之落難人 劉教授敬致 2017
8.8

服務心發現

居家服務督導員 陳燕玲



第一次到個案家，案主的大嗓門與不斷的抱怨，與案母的寵溺，讓人無法忘懷....。

案主未婚，患有糖尿病、腎衰竭及視網膜剝離，每周 3 次的洗腎與眼睛看不見的恐懼，而母親總是無怨無悔地在一旁傾聽著、小心的伺候著案主.....。有好多次都快隱忍不住想請案主多替母親著想，不要這樣對待自己的媽媽，這時案母才娓娓道來箇中原由.....。

案主年輕時是個孝順的兒子，父親過世後，兄弟姊妹都不顧老媽媽，案主身兼多份零工才勉強維持著、守護著這個家，也錯失了結婚的時機；就在經濟狀況漸趨穩定時，案主因過度疲勞而視線模糊倒下，經送醫後才發現已經對身體造成無法抹滅的傷害.....。當媽媽的心痛又自責，帶著兒子遍訪名醫，求神問卜，散盡家產再也換不回一個健康的兒子，老媽媽說著淚流滿面.....。

八十多歲患有重度白內障領有中度身心障礙的老媽媽，帶著失明又洗腎的兒子，每天周而復始過著一成不變的生活。居服員的協助，增加了母子間的話題，也減輕了老媽媽的照顧壓力；陪同散步與運動再也不是那麼危險又遙不可及的事了。

居服員不但減輕了老媽媽的照顧壓力，也成為案主的傾聽者。

藉由每一次的服務，鼓勵案主一點點，讓愛不再有多麼多埋怨與後悔；減輕案母壓力一點點，讓愛不再有多麼多的歉意與補償心理。每次服務都進步一點點，讓最愛對方的雙方都能再輕鬆一點點，再多幸福一點點.....。



如何申請居家服務

一、申請資格與內容

1.申請資格:

- | | |
|--------------------|--------------------------|
| (1) 65 歲以上失能老人 | (2) 55 歲以上山地原住民 |
| (3) 50-64 歲失能身心障礙者 | (4) 65 歲以上僅IADL 需協助之獨居老人 |
| (5) 50 歲以上失智症患者 | (6) 55-64 歲失能原住民 |
| (7) 49 歲以下失能身心障礙者 | (8) 65 歲以上衰弱(frailty)老人 |

高雄市長期照顧管理中心網站

<http://khd.kcg.gov.tw/Main.aspx?sn=784>

2.補助標準：

- | | |
|----------------------|----------------------|
| (1)輕度失能：每月最高補助 25 小時 | (2)中度失能：每月最高補助 50 小時 |
| (3)重度失能：每月最高補助 90 小時 | |

二、服務費與補助比率：服務費每小時 200 元，補助比率依福利身分別定之：

- 1.一般老人：補助 70%，自付 30% (每小時自付 60 元)
- 2.符合「中低收入老人生活津貼發給辦法」2.5 倍或「身心障礙者生活托育養護費用補助辦法」者：補助 90%，自付 10% (每小時自付 20 元)。
- 3.«低收入戶»或符合«中低收入老人生活津貼發給辦法»1.5 倍者:全額補助 100%。

三、服務項目

- 1.身體照顧服務：協助沐浴、協助如廁、協助進食、翻身拍背、簡易被動式肢體關節活動、移位及室內外走動、協助使用生活輔具、協助服藥、穿換衣物。
- 2.家務及日常生活照顧服務：居家環境清潔(已案主活動範圍為主)、服務當日之換洗衣物之洗滌與修補、餐飲服務：代買餐食、備餐、陪同/代購生活用品、陪同就醫、陪同外出散步運動。

四、高雄市家庭照顧者關懷協會服務區域

高雄市三民區、左營區、楠梓區、鹽埕區、鼓山區。申請電話 (07)322-3839

322-0321

註：若有子女同住或居住高雄，則無法申請家務。



如何申請家庭照顧者支持服務

一、申請資格與內容

1.申請資格:

凡家人因疾病、意外、自然老化需要照顧而提供服務的親人(家屬)就是「家庭照顧者」，也就是我們主要的服務對象。

2.服務流程:

由據點社工先電話聯繫，確認開案後安排到宅訪視評估，了解需求，擬訂服務計畫，依服務計畫提供適切的服務與資源。

家庭照顧者關懷協會官網: <http://www.caregiver.org.tw/>

二、服務費用

106 年度家庭照顧者八大項服務不需支付費用

三、服務項目

- 1.個案管理服務：到宅訪視評估個案需求，擬定服務計畫，提供適切服務與資源。
- 2.居家照顧技巧指導：聘請相關專業人員到宅指導照顧技巧，提升照顧品質。
- 3.辦理照顧技巧訓練：針對家庭照顧者需求開辦學習課程。
- 4.心理協談服務:由約聘心理諮商師或社工師提供服務因照顧而衍生出的照顧壓力。
- 5.紓壓活動：辦理多元的活動項目，讓照顧者能夠外出喘息紓壓。
- 6.支持團體：規劃連續性小團體活動，增進同儕關係、提升自我價值與成就感。
- 7.喘息服務：經社工評估家庭照顧者有需求時，媒合居服員提供照顧服務。
- 8.志工電話關懷：培訓運用志工人力，提供電話或到宅關懷服務。

四、服務區域

原高雄市 11 區，鹽埕、鼓山、左營、楠梓、三民、新興、前金、苓雅、前鎮、旗津、小港，與原高縣的 5 區仁武、鳥松、鳳山、大寮、林園。

洽詢專線: (07)322-3839 · (07)322-0321 · (07)322-5005

暑期實習生服務分享

大仁科技大學 社會工作學系 簡湘陵



於高雄家庭照顧者關懷協會實習期間，透過電訪、家訪、及參與家庭照顧者支持團體活動時，有了跟家庭照顧者實際接觸的機會，這才發現主要照顧者所承擔的責任及壓力遠超乎我的想像，從社會工作者的角度來看，他們似乎需要有情緒的出口及釋放壓力的方式，然而他們所受到的重視卻是那麼微乎其微，被分配到的資源更是寥寥無幾。儘管可以利用的資源是那麼有限，協會家照組的社工們仍然為家庭照顧者提供了許多課程及幫助，為了讓家庭照顧者可以走入人群參與相關活動，協會的居服組還可支援家照組媒合居服員到案家提供喘息服務，從而也減輕了一些照顧者的壓力。

個人也從多次活動中觀察到，家庭照顧者參與各項活動與課程時都相當投入，並從中獲得許多照顧的技巧及知識，深刻感受到照顧技巧對於非專業人員的家庭照顧者而言是相當受用的。對於協會能提供此類的相關課程，照顧者都抱以感恩的心情，並頻頻詢問哪裡還能上到指導老師的課。在某次電訪關懷某位家庭照顧者時，她提到社工連結居家復健師與營養師到宅指導，會針對被照顧者的狀況與需求，給予照顧者專業的建議，這是她之前無從得知的，實際做了之後她表達這樣真的比較好。我感覺到社工的「資源連結」確實有幫助到她解決部份的問題，期許未來主管機關能夠投入更多的資源關注家庭照顧者，不要再讓他們被遺忘在社會的某個角落。

在參與協會主辦之家庭照顧者溝通團體活動，並擔任活動觀察紀錄者時發現，同為家庭照顧者的成員由於背景相似，透過照顧歷程分享的當中，讓主要照顧者的壓力有宣洩的出口，接著領導者營造一個輕鬆舒適的氛圍，一直處於精神緊繃的照顧者們，也感染了片刻的放鬆，在暫時拿開照顧者的壓力之後，他們得以換另一個角度來審視自己的生活的心境，會整理自己的心情也會得到共鳴，就不會覺得自己是唯一辛苦的，在傾訴、傾聽當中產生微妙的療癒效果，也觀察到小團體更容易凝聚成員中的「團體動力」。領導者也會透過活動整理出每位成員的問題(如照顧壓力來源、真實的情緒感受、與被照顧者的溝通問題)並讓成員聚焦回到自己身上，調整腳步，進而找到喘息的方法。六次溝通團體活動下來，領導者掌握團體活動的技巧著實令我佩服。個人也有很深刻的感受:聽相同遭遇的人傾訴內心感受，總能跟沉悶已久的心情共鳴，相同的苦痛竟變成一種祝福，鼓舞著共同來參與活動的人們，當然，也包含我...。有時候，只有相同經歷的人，才能安慰對方，才能讓對方重新找回希望。非常感謝協會讓我參與這段珍貴的實習經驗。

暑期實習生服務分享



東海大學 社會工作學系碩士生 李奕辰

我是東海大學社會工作學系的碩士生，這個暑假我選擇在高雄市家庭照顧者關懷協會實習，在實習的日子裡，因應家庭照顧者不同方面的需求，社會工作者常常需要進行不同專業間的合作，因此，在服務的過程中，運用跨專業團隊合作的模式 (Transdisciplinary Team Approach)，為專業團隊成員互相成長以及提供整體性服務為重點的合作性服務模式，團隊中由社工人員擔任主要提供服務者，其他成員提供必要協助與相關資訊，以服務對象為中心提供服務的治療模式，共同對服務對象進行觀察與評量，以達充份溝通之目的，提供每一位家庭照顧者完整且全面的服務。

因應家庭照顧者多元的需求，社會工作者建立起與不同專業合作的機制，共同提供服務對象品質良好的服務，社會工作者的專業不僅建立在自身專業的服務技巧，也考驗其連結資源的能力，當面對多重問題且需要其他專業及資源介入處理時，雙方的合作方式與關係將成為關鍵，因此，面對不同的專業介入，界定自身的角色與溝通服務的內涵，是我在這個暑期實習中不斷練習技巧，感謝機構裡的每一位大家，在這段時間給了我許多實務參與經驗討論的機會，拓展更多不一樣的思考，使我在這段期間中獲益良多



106年04月~106年09月大事記

日期	大事記
106年04月19日	居服督導簡如華前往衛局生開出院服務準備會議
106年04月20日	總幹事林明好參加高雄榮總長照 2.0 ABC 級說明會
106年04月28日	機構行政會議
106年05月05日	總幹事林明好、居服督導陳伶奴參加高雄市出院準備服務見面會，加入高醫、市立聯合醫院及榮總出服團隊。
106年05月07日	國立空大高雄中心生活科學系贊助本會家庭照顧者母親節花藝課程
106年05月09日	輔英科大長照學程師生參訪
106年05月10日	居服督導陳伶奴、簡如華參加高雄市居家服務支付制度說明會
106年05月17日	員工心靈 SPA 暨在職教育訓練
106年05月18日	社工余雲霞、蘇俊瑋參加家庭照顧者支持服務據點南區聯繫會議
106年05月22日	家庭照顧者服務委員會會議
106年05月23日	機構行政會議
106年06月02日	總幹事林明好參加高雄榮總出服研習會議主講家屬照顧壓力與關懷。
106年06月05日	濟興基金會社工及主任參訪(高雄市據點聯繫會議)
106年06月08日	凱旋醫院及 Rumah Sakit Khusus Daerah 精神醫院參訪
106年06月10日	理事長李逸參加台北總會與談、會員大會、理監事會議，並於當天當選總會理事。
106年06月09日	總幹事林明好前往鹽埕社會福利中心宣導家庭照顧者支持服務業務
106年06月17日	社工蘇俊瑋協助家總辦理心理協談工作坊課程事宜
106年06月20日	機構行政會議
106年07月07日	社工余雲霞參加志工督導課程
106年07月10日	理事長李逸出席長期照顧服務法授權子法說明會
106年07月12日	心路基金會參訪
106年07月13日	社工余雲霞、社工蘇俊瑋至台北家總召開第三次聯繫會議
106年07月21日	總幹事林明好、會計溫雅雯前往凱旋醫院上會務研習課程
106年07月27日	機構行政會議
106年07月28日	東海大學社研所實習生學校督導鄭期緯老師來訪
106年08月04日	聯繫會報

106年08月10日	總幹事林明好前往勵馨基金會宣導家庭照顧者業務
106年08月11日	社工余雲霞參加志工資訊課程
106年08月15日	召開財務委員會會議
106年08月15日	總幹事林明好前往高醫主講照顧服務員職前訓練家務處理課程
106年08月16日	台大新聞所研究生參訪
106年08月18日	家總照顧不孤單-公益演唱會
106年08月22日	召開財務及居家服務委員會
106年08月22日	召開會務及公關委員會
106年08月24日	機構行政會議
106年08月29日	總幹事林明好與社工所實習生李奕辰參加107年度聯勸提案分享會
106年09月04日	勞工局來訪-高醫照顧服務員職前訓練
106年09月06日	會計溫雅雯參加勸募法課程
106年09月11日	總幹事林明好、社工余雲霞、蘇俊瑋前往聖功醫院談資源連結
106年09月13日	總幹事林明好前往育英主講居家服務組織運作及內容；居服督導簡如華主講居家服務督導功能與方法。
106年09月20日	理事長李逸參加高雄市失智共同照護中心啟動典禮
106年09月22日	社工余雲霞、蘇俊瑋參加家總南區會議
106年09月27日	機構行政會議
106年09月23日	理事長李逸參加中華民國家庭照顧者關懷總會理監事會議
106年09月27日	召開第九屆第一次臨時會員大會



捐款芳名錄

感謝您的支持，您的善款將妥善運用於家庭照顧者各項服務！若有誤植或尚未收到捐款收據（可抵所得稅），惠請來電告知，謝謝您☺

【106年04月1日至106年9月30日】

🐝 10,000 元以上			
蔡文村		10,000	
🐝 2,000 元 ~ 4,999 元			
林明好	4,600	郭惠蓉	5700
方美惠	2,000	高雄市社區關懷協會	12,000
賴倩瑜	2,000	羅愛珍	2,000
楊麗燕	2,000	韋純小客車租賃有限公司	2,000
🐝 1,999 元以下			
劉用樂	1,000	郭威邦	1,800
陳淑曼	1,000	許葳驊	400
陳昱廷	2,500	陳楊秀琴	2,000
鄭凱綦	500	陳文鋒	2,000
無名氏	50		

誠心感謝您~~~



-----請沿線裁下-----

98-04-43-04		郵政劃撥儲金存款單										◎ 寄款人請注意背面說明 ◎ 本收據由電腦印錄請勿填寫	
收款 帳號	4 2 0 3 2 1 1 0	金額 新台幣 (小寫)	仟 萬	佰 萬	拾 萬	萬	仟	佰	拾	元	郵政劃撥儲金存款收據		
通訊欄(限與本次存款有關事項)		收款 戶名	高雄市家庭照顧者關懷協會									收款 帳號	
繳交項目：		寄 款 人										戶名	
<input type="checkbox"/> 會費		姓名										存款 金額	
<input type="checkbox"/> 入會費 500 元		地 址	□ □ □ □ - □ □									電 腦 紀 錄	
<input type="checkbox"/> 個人會員 1,000 元		電 話										經 辦 局 收 款 戳	
<input type="checkbox"/> 捐款													
<input type="checkbox"/> 其他：_____													

虛線內備供機器印錄用請勿填寫													

照顧者權利宣言

照顧者所有權.....

- ※以作為照顧者為榮
- ※善待自己
- ※尋求協助
- ※保有屬於自己的生活
- ※適當地表達情緒
- ※拒絕無謂的罪惡感
- ※大方地接收回饋
- ※做好自己的生涯規劃
- ※期待並爭取協助照顧的服務



郵政劃撥存款收據

注意事項

- 一、本收據請詳加核對並妥為保管，以便日後查考。
- 二、如欲查詢存款入帳詳情時，請檢附本收據及已填妥之查詢函向各連線郵局辦理。
- 三、本收據各項金額、數字係機器印製，如非機器列印或經塗改或無收款郵局收訖章者無效。

請寄款人注意

- 一、帳號、戶名及寄款人姓名地址各欄請詳細填明，以免誤寄；抵付票據之存款，務請於交換前一天存入。
- 二、每筆存款至少須在新台幣十五元以上，且限填至元位為止。
- 三、倘金額塗改時請更換存款單重新填寫。
- 四、本存款單不得黏貼或附寄任何文件。
- 五、本存款單金額業經電腦登帳後，不得申請撤回。
- 六、本存款單備供電腦影像處理，請已正楷工整書寫並請勿摺疊。帳戶如需自印存款單，各欄文字及規格必須與本單完全相符；如有不符，各局應婉請寄款人更換郵局印製之存款單填寫，以利處理。
- 七、本存款單帳號與金額欄請以阿拉伯數字書寫。
- 八、帳戶本人在「付款局」所在直轄市或縣(市)以外之行政區域存款，需由帳戶內扣收手續費。

交易代號：0501、0502 現金存款 0503 票據存款 2212 劃撥票據託收

本聯由儲匯處存查 600,00 束(100 張) 94.1.210*110mm(80g/m² 模)保管五年(拾大)