

《照顧者宣言》

身為一個家庭照顧者您有權利大聲的說……

1. 我以身為照顧者為榮
2. 我會善待自己
3. 我有權尋求協助
4. 我有權保有屬於自己的生活
5. 我有權拒絕無謂的罪惡感
6. 我有權利大方地接受回饋
7. 我有權做好自己的生涯規劃
8. 我有權利期待並爭取協助照顧的服務



家庭照顧者關懷

生根 深耕

20周年專刊

家庭照顧者關懷

生根 深耕



社團法人

高雄市家庭照顧者關懷協會

發行單位：社團法人高雄市家庭照顧者關懷協會
發行人：李逸
總編輯：邱啟潤、石義方、李娟娟
編輯：李淑婷、沈素月、林春玲、林明好、王惠珍
會址：高雄市三民區漢口街137號
電話：07-3223839・322-0321
網址：www.caregiver.org.tw
電子信箱：kh.caregiver@gmail.com
Facebook：社團法人高雄市家庭照顧者關懷協會
帳號：42032110



目錄 Table of Contents

02	壹	使命與願景
04	貳	發刊詞
06	參	賀詞
14	肆	影響力
16	伍	發展軌跡
18	陸	照顧者面面觀
25	柒	大事紀
32	捌	20年感言
36	玖	歷年成果
42	拾	扶持協會成長的推手
44	拾壹	未來展望及願景
46	拾貳	編後語
47	附錄	1.歷屆理監事暨各委會委員 2.捐款名錄(依捐款額度順序排列) 3.如何申請家庭照顧者支持服務

壹

使命與願景

創會到現在已經20年了
雖然一路上不是順順利利
但是
我們會依然堅定一步一腳印
勇敢的走下去

壹 使命與願景

使命 Mission

促進家庭照顧者獲得友善的照顧環境

願景 Vision

成為家庭照顧者最信任的夥伴

核心價值 Core Values

關懷、溝通、服務、卓越





發刊詞

家關20歲了

一路走來

歡笑與汗水交織著

潑灑成一式美麗的繪本

貳 發刊詞

創會理事長 邱啟潤 / 高雄醫學大學護理系兼任副教授

「社團法人高雄市家庭照顧者關懷協會(以下簡稱高雄家關)」二十歲了。

回首來時路，當初一個單純的念頭「家庭照顧者不需要這麼辛苦」，想從護理專業的角度去幫助家庭照顧者，在中華民國家庭照顧者關懷總會呂寶靜理事長的催生下，於1999年成立了「社團法人高雄市家庭照顧者關懷協會」。

在二十年前創會時，「家庭照顧者」是個冷門的議題，當時關注的焦點都在病人/失能者身上；2008年台灣開始第一個長照十年計畫，服務對象仍是以受照顧者為主。2018年開始第二個長照十年計畫，終於有一項「家庭照顧者支持服務據點」服務，照顧者的議題被國家重視，真是一件不容易的事。

高雄家關一路走來，受到高雄市政府社會局與衛生局器重、聯合勸募長期方案補助，以及長照各領域先進們的支持與指導；我們秉持專業的初衷，一步一腳印深耕社區，以優質的服務陪伴家庭照顧者走過漫長的照顧之路。

在此二十歲之際，我們希望藉由編輯本專刊，虛心地回顧與檢視並且展望未來，朝著我們的使命「促進家庭照顧者獲得友善的照顧環境」，與願景「成為家庭照顧者最信任的夥伴」邁進。

作為一個非營利組織(NGO)要能先知先覺走在政策前面，我們在二十年前就開始關注家庭照顧者，我們期許自己可以永遠為家庭照顧者代言，隨時督促與協助政府為家庭照顧者提供更多的服務，也願照顧的路因為我們的陪伴而不孤單。



賀詞

來自各級長官
社會賢達先進的賀詞
殷殷的期待
陪伴我們
走得更遠，更長

參 賀詞

高雄市家庭照顧者關懷協會 創會二十週年紀念

向

為家庭照顧奮鬥的先驅者致敬

中華民國家庭照顧者關懷總會 理事長郭慈安



敬賀

中華民國一〇七年八月三十一日

高雄市家庭照顧者關懷協會
成立二十週年編印紀念特刊

服務關照
幸福圓滿

總統府秘書長 陳菊



中華民國一〇七年八月

高雄市家庭照顧者關懷協會
成立二十週年誌慶

資源進得去

家庭照顧者出得來

高雄市長韓國瑜



敬賀

二十生輝
百年精進

高雄市家庭照顧者關懷協會
成立二十週年編印紀念特刊

社會局局長 姚雨靜
中華民國一〇七年十月



愛滿人間

社團法人高雄市家庭照顧者關懷協會
成立二十週年

高雄市政府

社會局

局長 葉壽山



敬題



賀詞

博愛為仁

高雄市家庭照顧者關懷協會
成立二十週年編印紀念特刊

衛生局局長黃志中



中華民國一〇七年九月五日



賀詞

溫馨盈懷

高雄市家庭照顧者關懷協會
成立二十週年編印紀念特刊

衛生局局長林立人



中華民國一〇八年一月二十四日

肆

影響力

關懷、創新、夥伴、倡議
連結各項社會資源
發揮影響力!

肆 影響力



伍

發展軌跡

20歲

正是充滿希望的年紀

懷著一樣的目標

我們努力的耕耘

回頭細數

一起走過的

我們的腳印

此頁為拉頁

陸

照顧者 關懷面面觀

被照顧者因病受苦

然而

對照顧者而言更是一種煎熬

讓我們一起來聽聽他(她)們的故事

陸 照顧者關懷面面觀

男性照顧者的心聲

社工/蘇俊瑋

男性照顧者48歲的梁先生，獨自照顧93歲患有骨質疏鬆症，行動不便且長期使用導尿管的父親，擔任保全工作的他，是家中的主要照顧者，也是唯一的經濟來源。照顧真的是勞心勞力，梁先生透露：「人在外，心在家」，每天工作有12小時不在家，總是擔心自己不在家的時候，父親會因為一個不小心跌倒，造成更嚴重的狀況，照顧可能會雪上加霜，一顆心總是懸著。

梁先生說：「男性照顧者一定要勇敢求助」，也分享自己曾經感到人生的悲觀、面對未來感到徬徨，但是透過高雄市家庭照顧者關懷協會的關心及參加課程，學習各種照顧知能及使用喘息服務，現在梁先生會安排日常生活時間表，讓自己走出來參加家庭照顧者關懷協會的各種活動，不僅使自己有喘息機會，也讓照顧更得心應手，人生變為彩色了。



◎ 照顧者關懷面面觀

照顧者大聲說

照顧者 / 呂玉茹

我爸媽都是極重度聽語障，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、媽於民國100年9月4日搬進向阿姨承租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，承受了兩年的汙染，當初還檢舉但受到業者的謾罵與作勢毆打，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巨大噪音和爸媽也要共同要忍受毒氣和言語暴力及精神暴力，幾乎天天頭痛。

感謝家關余社工幫我找居家營養師，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，還有居家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。

我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。

◎ 照顧者關懷面面觀

畢業照顧者感言

照顧者 / 賴美華

回想這半年，晃如半世紀之久……，清晨響起令人驚醒的手機聲：「啊！你老爸可能中風了」。全家人開始日夜輪班的看顧生活：整夜持咒安撫老爸、細心餵食、侍奉大小便，老爸吃不多也吃不下，但似乎很享受子女們為他奔波的用心，耳邊響起老爸的聲音：「請看護我不習慣，而且要花很多錢，我不會拖太久，不讓你們辛苦太久的」。

想起以前，子女為他所準備的熱情照顧和禮物，他總是用「生氣」來迴避，因為他會覺得愧疚，經過與其他親戚洗腦建議抗爭後，終於安心地將老爸接回家中療養復健，而不是送去「安養院」。

突然驚覺老爸似乎有些退化，一會兒整夜不睡、一會兒又便秘、一會兒不吃不喝、一會兒不吃藥、一會兒又不復健，天天愈來愈像個「任性小孩」了，威嚇利誘全用上，只為了讓老爸好吃好睡，好好配合復健，忙著用「凡士林」「浣腸」舒通，護墊和紙尿布也全副武裝，煎熬到凌晨五點老爸終於通體舒暢，沖澡更衣，安撫拍睡...真是心疼老爸啊！

半年來高雄市家庭照顧者關懷協會的社工、居家關懷及復健、訂製復健手、中西醫診治、身心治療、全套復健按摩設備、每天復健，無所不用其極，只為「老爸」可以如前行動自主的心願，許多暗夜來臨時，老爸就像撒嬌任性小孩，我只能邊持咒邊按摩邊搨風，直到老爸安睡憨眠，多少燥熱深夜，陪他說著陳年往事，安撫心中恐懼，開導老爸對人事物的寬容不計舊惡，放下過往的不公、不快，多原諒感恩，不可用「傷害結束」自己來報復別人，那會生生世世讓自己活在「痛苦」中，「損人又不利己」真是不值得啊！唯有「放下」、「放下」、「再放下」，直至生命結束那一刻，歡喜等待菩薩來接引，老爸真的認同了「我」所說的「放下」，似乎只記得小妹的孝心，開心滿足小妹為他所做的一切，卻忘了跟我的約定和相處的點滴，那真是「老爸」對我的「慈悲」，好讓我放下他，永遠不再掛心那個「不太稱職」的任性小孩~老爸。

陸 照顧者關懷面面觀

祝福老爸您生命的「酸甜苦辣」終於畢業了，您生前常說自己前世是個「逍遙王」，我都毫不客氣地揶揄您「前世不修」，卻落個今生只能做個不知享受人生，快樂生活的「老爸」，我曾經無力地向您抗議，「不想做家中老大，更不想做您的小孩，後悔自己前生好奇人間生活，才造就今生種種磨難，也让自己能早早悔悟速回天上本位」。唉！原來「久病無孝子」背後另有一種體悟，不單只是指責為人子女的不用心，或許更有訴說著為人子女無法解除父母長期身心痛苦的不捨及無奈之心啊！各位看倌：人生如戲，生命無常，何需事事爭，但求對人問心無愧，家人間相處不必過於親密連結，也不要太疏離，更不可結惡緣，為人子女對父母定要盡心力，若待生命結束時，才不致於遺憾怨愧種種……，屆時也較易放下悲戀之情，相信已逝的親人，會真正想見到正面、快樂、圓滿、知足、健康的你我，祝福大家此生都能如此。



陸 照顧者關懷面面觀

服務感言~世上只有媽媽好

居家督導員/ 陳燕玲 女士

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，讓愛不再有那麼多埋怨與後悔；減輕案母壓力一點點，讓愛不再有那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……。

陸 照顧者關懷面面觀

照顧不離職～當感恩孝敬父母

家庭照顧者資源中心主任 / 林明好

我始終無法忘懷在我剛上小學一年級時，爸爸拿菜刀(因家裡買不起削鉛筆機)為我削鉛筆的畫面；我始終無法忘懷，爸爸在下雨天無法出去工作的日子，動手做饅頭用大灶蒸饅頭，滿屋子瀰漫著饅頭香氣的畫面。爸爸做饅頭來溫飽我們5個孩子的胃，用菜刀削鉛筆來勉勵我們5個孩子們要好好讀書求上進。

爸爸因遺傳了家族糖尿病的基因，又日夜辛苦的工作賺錢，50歲就得了糖尿病，71歲又被檢查出得了失智症，健康狀況一天不如一天，78歲也因心臟功能不佳，接受心臟手術，79歲又因為腎臟功能衰竭開始接受洗腎治療。今年爸爸將過80歲生日，他老人家雖然失智多年，但仍然可以叫出我們5個孩子的名字。媽媽說就是因為我們的孝順和長期的陪伴照顧，爸爸才會記得我們。爸爸在睡覺時常常呼叫住得比較遠的我和弟弟的名字，這個現象，讓我更想把握和爸爸相處的時間。

每個月請假載爸爸回醫院看病是我最珍惜、最感恩的時光，因為在車上爸爸會告訴我很久很久以前發生的事，或是不斷重複的問我相同的問題。有時候爸爸不主動說話，我還是會努力地找問題和他聊天，只想要努力地讓爸爸不要忘記我！就像爸爸常常在夜裡或清晨呼叫我的名字一樣！

我不斷地問上帝，我還能為爸爸做些什麼，才不會有遺憾？要離職照顧爸爸，還是不離職繼續工作，不斷的在內心掙扎著，影響了自己的情緒，有幸家關理監事群們的支持與鼓勵，幫助我繼續留在家關推動家庭照顧者的任務、擔任「照顧不離職」的角色讓身為家庭照顧者的我深深感受到家關的關懷與愛，是家庭照顧者最信任的夥伴！



大事紀

大風大浪沒在怕
安然走過20年風風雨雨
迎向未來挑戰

柒 大事紀

1999 創會

- 一 完成第一屆第一次會員大會、第一屆理監事及理事長之選舉，高醫護理系邱啟潤副教授當選第一任理事長。
- 二 「逛街冰」劉老闆拜訪本會，表示將提撥每月營業額1%之金額捐給本會。
- 三 舉辦第一場關懷家庭照顧者研習會、出版協會會訊創刊號。
- 四 首次舉辦跳蚤市場募款活動，獲91名會員及好友熱情贊助捐贈物品，義賣所得共93,022元。
- 五 接受「中華社會福利聯合勸募協會」計畫-「都會型家庭照顧者社區資源整合服務方案」之初審與複審。

2000

- 一 受邀至高雄市社區大學，開設「照護自己及家人DIY」課程。
- 二 獲得高雄市港都之愛方案補助款項-「失智老人家庭照顧者服務方案」。
- 三 開辦第一期「家庭照顧者支持團體」、「家庭照顧者照顧技巧訓練班」。
- 四 理事長應邀出席國家衛生研究院「長期照護論壇」會議，主講「家庭照顧者長期照顧的需求」。
- 五 受中廣電台之邀，報導本會及照顧技巧訓練班活動。

2001

- 一 推薦本會服務之家庭照顧者郭惠淑小姐，榮獲2001年全國傑出孝女獎。
- 二 本會成立官網。
- 三 理事長主持第六屆婦女國事會議區域論壇系列活動-婦女經濟安全之議題。
- 四 本會搬遷至大順二路468號8樓之2（三民區民眾活動中心內社區心理衛生中心）。
- 五 創立家屬自助團體~飛燕草聯誼會，以聯誼方式定期關懷家庭照顧者。
- 六 首次獲得中華聯合勸募福利協會補助。

柒 大事紀

2002

- 一 本會孫淑婉護理師承接高雄市政府社會局委辦之「高雄市老人居家服務及中低收入老人特別照顧津貼評估工作」。
- 二 邱啟潤理事長、張峯紫常務監事及孫淑婉總幹事自費赴香港，參加第一屆華人長期照護研討會及實地參觀，為期一週。
- 三 承接高雄市政府社會局「非中低收入老人居家服務評估工作」。
- 四 首次帶家庭照顧者出遊：歡樂遊港行。

2003

- 一 出版四周年紀念專刊。
- 二 本會搬遷至高雄市三民區熱河一街108號，感謝王惠珍理事免費提供透天厝辦公，沈理事長募得辦公室硬體設備。
- 三 承接社會局委辦「92年私立老人長期照護、養護機構評鑑後續輔導業務」。
- 四 舉辦『老有所養—如何照顧年老的父母』研討會。
- 五 沈素月理事長代表本協會首次擔任高雄市政府老人福利促進委員會委員。

2004

- 一 主動關懷家庭照顧者，社工員開始隨王惠珍理事進行個案家訪及不定期至高醫復健病房進行關懷訪視。
- 二 社工受邀擔任台中縣政府衛生局主辦「家庭照顧者支持團體專業人員培訓工作坊」實務經驗分享講師。
- 三 協辦「高雄市居家照顧服務福利博覽會」。

柒 大事紀

2005

- 一 首次辦理「居家照顧服務員成長團體」。
- 二 於高雄市政府社會局婦女館辦理「家庭照顧需求影片欣賞及座談」。
- 三 辦理「2005家庭照顧者關懷月系列活動-健康深呼吸、台南一日遊」。
- 四 首度與高雄醫學大學合作「服務學習課程」。

2006

- 一 首次接受教育電台「家庭照顧者服務宣導」專訪。
- 二 試辦「居家關懷協助照顧者方案」。
- 三 首次辦理「安寧療護系列講座」。
- 四 於高雄市政府社會局婦女館為期一個月展示「照顧路上有我陪伴~家庭照顧者關懷月」。
- 五 辦理南區家庭照顧者喘息日「支持家庭照顧者，讓愛喘口氣」聯誼會活動。
- 六 王惠珍理事榮獲內政部「老人福利績優人員獎」。

2007

- 一 打狗頻道『微笑心港都』電視節目實地拍攝「飛燕草聯誼會」活動。
- 二 創新辦理「照顧專題讀書會」。
- 三 與育英醫護管理專科學校合辦照顧者健康促進活動。

2008

- 一 與高雄廣播電台合作「午后陽光 公益社團」帶狀節目開播「家庭照顧技巧訓練課程」活動為期三個月，每週一次。
- 二 於灣子內兒童遊樂場、高松社區公園辦理「社區巡迴宣導」活動。

柒 大事紀

2008

- 三 開辦家庭照顧者「自我保健及紓壓課程」、「畢業照顧者心理支持團體」，失智症照顧者「照顧技巧訓練」暨「心理支持課程」。
- 四 拜訪台北市家庭照顧者關懷協會，籌辦『居家服務』相關事務。

2009

- 一 首度與失智症協會辦理失智症初步篩檢志工訓練，參與失智症照顧者服務行列。
- 二 辦理「高齡化社會家庭照顧者新視野」研討會，倡議「高齡化照顧者」的困難及需求，促使大眾正視此社會問題。
- 三 首度辦理「居家照顧方法創意及巧思」展示並彙集成冊。
- 四 出版「十年有成」特刊。
- 五 擴張合作觸角與高雄縣長照管理中心合作辦理家庭照顧者支持團體活動，增加資源廣度。
- 六 首次獲得富邦基金會贊助辦理家庭照顧者喘息旅遊活動。

2010

- 一 辦理「持續性老人照顧研討會」，使家庭照顧者減少照顧銜接上的困擾。
- 二 首度與台灣電力公司及犯罪被害人保護協會高雄分會合作推展照顧者服務觸角。
- 三 首度訓練關懷訪視志工，提供家庭訪視關懷服務。
- 四 與高雄縣政府衛生局長照中心合作，參與莫拉克重建區，旗山、美濃、內門、六龜、甲仙、杉林等地照顧者支持活動。
- 五 承辦高雄市政府社會局公益彩券基金補助「御風而起」計畫。
- 六 設立家庭照顧者紓壓室且提供心理諮商服務。

柒 大事紀

2011

- 一 承接高雄市政府社會局委託辦理「失能老人居家服務及低收入老人福利照顧津貼督導訪視服務」及「居家服務」。
- 二 承接南區職訓中心「照顧服務員職業訓練」。
- 三 參與中華民國家庭照顧者關懷總會「家庭照顧者教育訓練宣導團體」。
- 四 與教會合辦照顧(武昌及三民浸宣)技巧課程，使教會重視會友中照顧者的需要。

2012

- 一 連接學校及台灣長期照護專業協會資源辦理藝術、音樂、情緒、園藝等多元化支持團體暨支持團體成果展。
- 二 擴展服務對象與心路基金會合辦身心障礙者家庭支持團體。
- 三 協助台灣長期照護專業協會製作「失能失智者飲食衛教」影片。
- 四 與呂旭立基金會、天使心基金會共同研討家庭照顧者心理協談服務模式，以提升服務品質。
- 五 與家總合辦「成為一個友善家庭照顧者城市」論壇。

2013

- 一 榮獲「第九屆遠見雜誌企業社會責任獎公益推動組楷模獎」。
- 二 樹人醫專協助本會拍攝協會簡介影片及網站更新與維護。
- 三 申請聯勸樂齡 360 計畫，媒合物資提供給中低收入戶之家庭照顧者。

2014

- 一 富邦基金會白秀雄董事長蒞臨本會參訪。
- 二 受邀參加全國非營利組織博覽會，宣傳本會居家服務、家庭照顧者業務。

柒 大事紀

2015

- 一 中華民國家庭照顧者關懷總會接受衛生福利部社會及家庭署委託本會建置「老人家庭照顧者通報機制及支持服務網絡計畫」，成立家庭照顧者關懷支持服務據點。
- 二 李逸理事長受邀擔任「長照罩我家-長照政策問題與挑戰」論壇:長照服務社區化的問題與挑戰之引言人。
- 三 本會理事長、社工、居督、居服員受邀至高雄市政府廣播電台宣導協會資訊。

2016

- 一 本會擴編搬遷新家，新址：高雄市三民區十全一路 68 巷 34 號。
- 二 陳筱蓉老師與中國上海護理網拜訪本會。
- 三 與家庭照顧者關懷總會合辦「吃的蒸巧記者會活動」。
- 四 高雄市政府社會局舉辦「金罩獎」頒獎，本會趙金桃照顧服務員榮獲「明日之星獎」，陳伶玟居家服務督導員榮獲「特別獎」。
- 五 讓愛喘息-推出喘息咖啡、心靈角落等紓壓活動、喘息活動

2017

- 一 本會參與高雄市衛生局與高雄榮總試辦出院準備服務無縫接軌記者會。
- 二 高雄市立凱旋醫院及印尼Rumah Sakit Khusus Daerah 精神科醫院之醫護人員至本會參訪。
- 三 關懷男性照顧者，與中華民國家庭照顧者關懷總會合辦「照顧不孤單-公益演唱會」。

2018

- 一 本會擴編喬遷至三民區漢口街137 號。
- 二 通過衛福部家庭照顧者支持性服務創新型計畫，成立高雄市家庭照顧者資源整合中心。
- 三 成立家庭照顧者溫馨驛站。
- 四 首次提供家庭照顧者關懷陪伴員服務。
- 五 感恩基金贊助本會及成立弱勢女性照顧平台。



廿年發展感言

20年磨一劍
一個場景
引發一個念頭
促使一群人合作
只為了一個理想...

捌 廿年發展感言

20年磨一劍

創會理事長 邱啟潤 / 高雄醫學大學護理系副教授

一個場景，引發一個念頭，促使一群人合作，只為了一個理想～照顧者不需要這麼辛苦，我們扶她(他)一把，幫她(他)一下，她(他)們就不必跌跌撞撞。護理工作是助人的專業，協助家庭照顧者做好照顧的事，對我們而言是舉手之勞，成立「社團法人高雄市家庭照顧者關懷協會(以下簡稱高雄家關)」，迄今，不知不覺走過20年。

話從一個場景說起，1985年因著社區護理實習教學，讓我有機會看到照顧者的困境。我們的學生訪視一位中風個案，老太太照顧中風臥床的老先生，家庭環境髒亂不堪；學生在個案討論會時提到他們有可能是低收入戶，打算第二次家訪時深入瞭解，以協助申請補助。結果，並非如我們猜想，案家的5兒5女事業輝煌騰達，只因老老照顧已經筋疲力竭又沒資源可用，才會呈現家中髒亂像是低收入戶的困境。這個案例引發我帶著學生做了全國第一篇有關家庭照顧者的研究(邱啟潤、呂淑宜、劉蘭英、朱陳宜珍、許玉雲(1988)·居家中風病人之主要照顧者負荷情形及相關因素探討。護理雜誌，35(1)，69-83)。結果發現中風病人半數為老年人，60%主要照顧者是配偶且半數罹患慢性疾病，照顧負荷沉重；從此，我開始關注家中有長期臥床病人的照顧者。

成立高雄家關的緣起是1996年，當時我參與中華民國家庭照顧者關懷總會的發起並擔任理事，三年後呂寶靜理事長期許理監事在自己的縣市成立地方的協會；1999年就在一群認同此議題的護理、社工、醫療、物理治療師及職能治療師等各專業人員的參與，創立「高雄家關」，共同為高雄市家庭照顧者的服務而努力。

自己生的孩子，自己要負責養，有位對非營利組織(NPO)非常瞭解的理事提醒我「別把孩子變棄嬰」哦！此句善意的提醒，迄今言猶在耳，一路走來養兒方知父母的辛苦，沒人沒錢(只有有限的會費)養一個非營利組織(NPO)組織，還要落實服務，談何容易？「錢不能使鬼推磨，但沒錢萬萬不能」，在草創期辦了3次跳蚤市場募款，感謝所有的會員及高醫的同仁相挺，對協會的

捌 廿年發展感言

服務推動真是不無小補！還有許多平日默默對協會捐款的人，都是給我們最實際的支持。小學國中時代的李秀英同學，雖然失聯40~50年，但一見面看到協會的單張就說要捐款，半年後又再度捐款，此舉真令人感動，似乎因為有大願，在冥冥中就讓我們更有力。

家關成立之後要有個辦公室，付不起租金怎麼辦？創會初期有一段時間，曾在高雄醫學大學護理系辦公室、三民區衛生所、高雄市社區心理衛生中心，這些地點都曾是我關顛沛流離的溫馨小窩，這些單位的主管都很認同協會，願意助我們一臂之力。2003年4月王惠珍理事慷慨幫助，提供熱河街高價地段的透天厝，無償提供協會使用，協會在「惠珍的家」成長茁壯，無憂無慮過了13年。有理事說：「人在做，天在看」，真感謝老天的幫忙，每當業務越大，需要搬家時，都能找到適合的處所，也讓我深切的感受「宇宙法則的因果定律」，我們一心想為照顧者提供服務，真是天助我也！

有了棲身處之後，服務要有人來做啊！協會成立的宗旨就是為了要協助家庭照顧者，沒工作人員什麼都不能做！請人需要付薪水，工讀生只能處理行政事務，無法做服務。因緣際會在同學李雪紅的介紹下，邀約到公職退休的孫淑婉護理師，來協會展開她的第二春，她的能力強，不但讓我們展開了照顧者的實質服務，更讓我們在前高雄市政府許釗涓副祕書長的建議下，開始寫高雄市的公彩計畫，及之後年年寫全國的聯合勸募計畫，皆獲得補助，協會才得以日益茁壯。但服務過程，困難與挫折仍不斷出現，法鼓山聖嚴法師的「四它」，猶如一盞明燈，給了我很大的啟示，他說：人生難免有挫折或困難，遇到了就是「面對它、接受它、處理它、放下它」。

慈濟證嚴法師說：「願要大、志要堅、氣要柔、心要細」，一路走來，只因「照顧者不需要這麼辛苦」這個願望，雖然困難重重，感謝有高醫護理科系校友的支持，有沈素月、林春玲、李淑婷、李逸願意擔任吃力不討好的理事長，及所有理監事大家攜手並進，為減少「理想」與「現實」的差距而努力。

高雄家關成立之初，家庭照顧者議題尚未受到重視，經過二十年，台灣於2018年邁入老年人口達14%之高齡社會，預估於2025年成為老年人口達20%

捌 廿年發展感言

以上之超高齡社會。如今，嬰兒潮世代進入高齡，加速了失能與失智的長照人口比率；再加上小家庭、職業婦女、少子化等的問題，使得「家庭照顧者」議題日益受到重視。2017年積極上路的長照2.0，服務項目由原來2008年長照1.0的8項增加為17項，家庭照顧者支持服務就是其中之一。

二十年來高雄家關在地生根、深耕，自2015年起參與社家署「建置老人家庭照顧者通報機制及支持服務網絡計畫」，是北中南三個試辦據點中的南區試辦據點，提供家庭照顧者八大項支持服務：個案管理服務、居家照顧技巧指導、照顧技巧訓練課程、心理協談服務、支持團體、紓壓活動、喘息服務、電話關懷等。經過3年的服務經驗和能量累積，2018年在高雄市政府社會局整合與支持下成立高雄市的家庭照顧者資源整合中心，除了持續原本支持據點的服務之外，同時培力其他家庭照顧者支持據點並發展創新服務，以提供符合家庭照顧者需求之完整支持服務體系；期許在國家政策積極的推動下，能朝著我們的使命(Mission)：促進家庭照顧者獲得友善的照顧環境，與願景(Vision)：成為家庭照顧者最信任的夥伴，繼續創新與開發提供適合照顧者需求的服務，成為高雄市家庭照顧者服務的旗艦店，更希望高雄市政府推動的家庭照顧者支持性服務《創新型計畫》能成為全國的楷模。

20年磨一劍之各屆的理事長



第一任創會
邱啟潤 理事長

| 88.03 - 92.03 |



第二任
沈素月 理事長

| 92.03 - 94.03 |



第三任
林春玲 理事長

| 94.03 - 98.03 |



第四任
李淑婷 理事長

| 98.03 - 102.03 |



第五任
李逸 理事長

| 102.03 - 108.03 |

玖

歷年成果

家庭照顧者服務

居家服務

高雄市家庭照顧者資源整合中心

玖 歷年成果

社團法人高雄市家庭照顧者關懷協會1999年至2018年8月服務成果

家庭照顧者支持服務業務	
服務項目	服務量(人數)
個案工作	1,809
1. 個案管理(2001年-2018年)	1,536
2. 居家照顧技巧指導(2001年-2018年)	273
團體工作	16,479
1. 團體照顧技巧班(2001年-2018年)	8,396
2. 支持成長團體(2000年-2018年)	3,053
3. 喘息關懷活動(2000年-2018年)	5,030
社區工作	26,170
1. 社區活動(2000年-2018年)	18,733
2. 社區健康講座(1999年-2018年)	4,706
3. 研討會(1999年-2018年)	2,731
居家服務業務	
服務項目	服務量(人數)
1. 居家服務(2011年-2018年)	1,163
2. 居家喘息(2011年-2018年)	103

◎ 歷年成果



家庭照顧者服務

居家服務

老人服務

身障服務

居家喘息

特照
津貼訪視



教育訓練

專業人員

關懷陪伴員

據點
業務輔導

溫馨驛站

家庭照顧者
支持服務



高雄市
家庭照顧者
資源整合中心

拾

扶持協會 成長的推手

感謝所有夥伴的支持與相挺
成長的過程並不容易
有您真好

拾 扶持協會成長的推手



衛生福利部



高雄市政府
社會局



高雄市政府
衛生局



中華民國
家庭照顧者
關懷總會



中華社會福利
聯合勸募協會



台北富邦銀行
公益慈善基金會



財團法人
新境界
文教基金會



高雄市政府
前副祕書長
許釗涓



樹人醫專董事會
林蔡慶先生



邱啓潤
女士



王惠珍
女士



孫淑婉
女士



呂寶靜
女士

拾壹

未來展望與願景

真的是二十年磨一劍啊！

走過筆路藍縷，20歲的「高雄家關」正蓄勢待發~~

拾壹 未來展望與願景

精彩待續 期盼下一個閃耀的二十年

現任理事長(第八屆、第九屆) 李逸 / 義守大學護理系助理教授

20年前，創會理事長邱啟潤老師在她辦公室的小角落孕育成立了「高雄家關」，如今協會有百坪辦公室、50 位居服員、10 位居督/社工/行政夥伴，真的是二十年磨一劍啊！走過筆路藍縷，20歲的「高雄家關」正蓄勢待發~~

前瞻性絕對是「高雄家關」的優勢，早在二十年前邱老師就看到家庭照顧者的困境與需求，正因為「高雄家關」的前瞻性及所累積的經驗，當社家署在2015年執行「建置老人家庭照顧者通報機制及支持服務網絡計畫」時，「高雄家關」自然成為南區試辦中心的首選；我們的優勢持續發威，2018 年衛生福利部徵求「家庭照顧者支持性服務創新型計畫」，高雄市社會局提升「高雄家關」為資源整合中心的構想便是水到渠成。

專業則是「高雄家關」的資產，我們的理監事團隊由護理、社工、產、官、學等跨專業夥伴組成，正是所謂的鑽石卡司/黃金陣容；從計畫書、服務方案...到組織發展，每個環節都經過嚴謹的討論，每一步都走的穩健踏實，在專業理監事團隊的守護下，「高雄家關」安然走過20年的風風雨雨。

創新是永續經營的關鍵，高雄家關剛成立的時候，家庭照顧者服務還在萌芽階段，我們幾乎可說是獨家專賣店；隨著時代變遷，長期照顧議題火紅，家庭照顧者服務亦遍地開花，唯有不斷創新才能在競爭激烈的長照產業中脫穎而出。

未來，「高雄家關」會持續前瞻性的優勢為家庭照顧者倡議、堅持專業性以維護服務品質、不斷創新更貼近家庭照顧者的需求，期盼下一個閃耀的二十年，「高雄家關」成為家庭照顧者服務的領導品牌。

公關委員會主委 邱啟潤

20年專刊的編輯，因為李逸理事長仍在職中，工作繁忙蠟燭兩頭燒，本人有幸能恭逢其盛，目前正好已經退休又是協會的公關主委，故義不容辭地擔任起這項工作，這是一項見證非營利組織(NPO)成長軌跡的工作，也是讓高市家庭照顧者關懷協會一個檢視自己、開創未來的機會，看到長期家庭照顧者因著家關的協助解決及克服種種困境更讓這群願意默默付出的工作者及志工們，更堅信自己的努力付出是值得的。

看到協會從無到有，將不可能變為可能，是多麼鼓舞人心且令人振奮的！

這次公關委員會的李娟娟常務理事、石義方理事，及林明好主任是主要的幹部，編輯過程也邀約各屆理事長沈素月、林春玲、李淑婷，與李逸一起討論，以免有遺珠之憾。服務委員會主委王惠珍理事提供相關的照顧者故事，協助會務的家照組蘇俊璋社工、莫清芬前總幹事，及新加入的生力軍吳佳蓉總幹事共襄盛舉，106年11月開始歷經一年的討論、撰寫，與石義方理事不辭辛勞的編輯，才得以完成。

謹以這本紀念專刊獻給支持協會的會員及好友，期盼也能分享給長期照護領域的同好，互相切磋，砥礪我們的成長；更希望各界的提攜，能指導我們為家庭照顧者開創更多創新的服務思維。

第一屆理監事會成員 (88.03 - 90.03)

理事長：邱啟潤
 常務監事：楊崑德 監事：王秀紅、陳彰惠 常務理事：吳美貞、林惠琦
 理事：張江清、陳正宗、陳武宗、陳美妃、陳淑惠、劉文敏
 服務委員會
 主任委員：陳武宗 委員：仇方娟、王春雅、王貴鳳、李素華、林秀卿、張麗雀、陳美妃
 會員委員會
 主任委員：吳美貞 委員：王惠珍、李淑婷、黃麗香、賈本英、蔡宜蓉、賴玲吟
 學術暨編輯委員會
 主任委員：林惠琦 委員：吳淑如、林佳儒、洪慧容、陳健智、鄭小玲、蕭雪玉
 財務委員會
 主任委員：陳正宗 委員：張江清、蕭彬吾
 法制暨公關委員會
 主任委員：劉文敏 委員：陳東富、陳淑惠、葉淑惠

第二屆理監事會成員 (90.03 - 92.03)

理事長：邱啟潤
 常務監事：張峯紫 監事：王秀紅、楊崑德 常務理事：李淑婷、陳健智
 理事：王惠珍、李素華、沈素月、邱慧芬、張江清、劉文敏
 服務委員會
 主任委員：劉文敏 委員：仇方娟、王春雅、王惠珍、余斯光、李素華、簡淑媛
 會員委員會
 主任委員：邱慧芬 委員：林春玲、黃琇媛
 學術暨編輯委員會
 主任委員：陳健智 委員：吳淑如、洪慧容、陳蘭蕙、廖招治、蔡宜蓉、蘇以青
 財務委員會
 主任委員：張江清 委員：沈素月、蕭彬吾
 法制暨公關委員會
 主任委員：李淑婷 委員：王貴鳳、陳東富、葉淑惠

第三屆理監事會成員 (92.03 - 94.03)

顧問：邱啟潤 理事長：沈素月
 常務監事：張峯紫 監事：李淑婷、楊崑德 常務理事：陳政智、簡淑媛
 理事：王惠珍、林春玲、邱慧芬、張江清、廖招治、劉文敏
 服務委員會
 主任委員：王惠珍 委員：仇方娟、王瓊玉、林其樺、黃琇媛、賴玲吟
 會員委員會
 主任委員：廖招治 委員：吳美貞、林春玲、陳蘭蕙
 學術暨編輯委員會
 主任委員：簡淑媛 委員：吳淑如、邱慧芬、劉春卿、蔡宜蓉
 財務委員會
 主任委員：張江清 委員：蕭彬吾
 法制暨公關委員會
 主任委員：劉文敏 委員：陳東富、陳政智、葉淑惠

附錄 歷屆理監事及各委員會委員

第四屆理監事會成員 (94.03 - 96.03)

顧問：沈素月 理事長：林春玲
 常務監事：李淑婷 監事：張峯紫、陳政智 常務理事：邱啟潤、蕭彬吾
 理事：王惠珍、邱慧芬、廖招治、劉文敏、蔡宜蓉、簡淑媛
 服務委員會
 主任委員：王惠珍 委員：羅若梅
 會員委員會
 主任委員：廖招治 委員：陳蘭蕙、羅良月
 學術暨編輯委員會
 主任委員：蔡宜蓉 委員：陳健智
 財務委員會
 主任委員：蕭彬吾 委員：張江清
 法制暨公關委員會
 主任委員：劉文敏 委員：陳東富、陳政智

第五屆理監事會成員 (96.03 - 98.03)

顧問：沈素月 理事長：林春玲
 常務監事：李淑婷 監事：邱啟潤、張峯紫 常務理事：王惠珍、蔡宜蓉
 理事：洪杏珠、張江清、陳東富、劉文敏、蕭彬吾、羅良月
 服務委員會
 主任委員：王惠珍 委員：黃瑞騰、羅若梅
 會員委員會
 主任委員：羅良月 委員：廖招治、蕭彬吾
 學術暨編輯委員會
 主任委員：蔡宜蓉 委員：張江清、陳健智
 財務委員會
 主任委員：洪杏珠 委員：許蓮招
 法制暨公關委員會
 主任委員：劉文敏 委員：沈素月、陳東富

第六屆理監事會成員 (98.03 - 100.03)

顧問：林春玲 理事長：李淑婷
 常務監事：邱啟潤 監事：張峯紫、劉文敏 常務理事：沈素月、孫淑婉
 理事：王惠珍、許蓮招、蔡宜蓉、蕭彬吾、簡淑媛、羅若梅
 服務委員會
 主任委員：王惠珍 委員：張建雯、楊淑娟、羅若梅
 會員委員會
 主任委員：蕭彬吾 委員：王瓊玉、許蓮招
 學術暨編輯委員會
 主任委員：簡淑媛 委員：張江清、楊育昇
 財務委員會
 主任委員：孫淑婉 委員：洪杏珠
 法制暨公關委員會
 主任委員：沈素月 委員：呂秀珠、莊育冠、蔡宜蓉

附錄 歷屆理監事及各委員會委員

第七屆理監事會成員 (100/03 - 102/03)

理事長：李淑婷
 常務監事：邱啟潤 監事：林春玲、劉文敏 常務理事：王惠珍、蕭彬吾
 理事：沈素月、羅麗花、王瓊玉、吳瓊滿、李逸、呂秀珠
 服務委員會
 主任委員：羅麗花 委員：王惠珍、王瓊玉
 會員委員會
 主任委員：王惠珍 委員：楊淑娟、羅麗花
 學術暨編輯委員會
 主任委員：李逸 委員：張江清、簡淑媛、賴倩瑜、吳瓊滿
 財務委員會
 主任委員：蕭彬吾 委員：孫淑婉
 法制暨公關委員會
 主任委員：沈素月 委員：呂秀珠、莊育冠

第八屆理監事會成員 (102/03 - 105/03)

顧問：李淑婷 理事長：李逸
 常務監事：沈素月 監事：林春玲、蕭彬吾 常務理事：李淑婷、陳健智
 理事：羅麗花、王惠珍、許坤英、石義方、楊詠梅、賈麗麗
 服務委員會
 主任委員：羅麗花 委員：王惠珍、楊詠梅
 會員委員會
 主任委員：王惠珍 委員：羅麗花、賈麗麗
 學術暨編輯委員會
 主任委員：邱啟潤 委員：張江清、楊麗燕、簡淑媛、賴倩瑜
 財務委員會
 主任委員：許坤瑛 委員：孫淑婉
 法制暨公關委員會
 主任委員：莊育冠 委員：石義方

第九屆理監事會成員 (105/03 - 108/03)

顧問：沈素月 理事長：李逸
 常務監事：李淑婷 監事：林春玲、張江清 常務理事：邱啟潤、李娟娟
 理事：簡淑媛、王惠珍、石義方、吳淑如、楊麗燕、吳小莉
 財務委員會
 主任委員：石義方 委員：孫淑婉、高家常、莫清芬
 公關委員會
 主任委員：邱啟潤 委員：李娟娟、石義方
 會務發展委員會
 主任委員：楊麗燕 委員：邱秋華、簡淑媛
 家庭照顧者服務委員會
 主任委員：王惠珍 委員：張江清、林春玲、賈麗麗
 居家服務委員會
 主任委員：吳小莉 委員：吳淑如、李淑婷、黃培琳

依姓氏筆畫排列

1999年	林曉音	邱啟潤	施碧金	林正枝
	林麗珠	侯清正	洪杏珠	林春玲
王秀花	林顯忠	洪麗走	孫淑婉	林美靜
王國華	邱丹雲	孫淑婉	翁玉萍	林曉音
吳秀梅	邱啟潤	徐秋蓮	高寶蓮	林麗珠
呂寶靜	姚秋清	翁玉華	張麗雀	邱啟潤
李素貞	胡樹華	高榮春	莊麗玉	邱淑珍
李慧咪	孫淑婉	張峰紫	許武進	邱慧芬
李麗霞	高寶蓮	張淑真	陳明德	金齡協會
林月鳳	張瑞雲	莊碧雲	陳美妃	洪桂方
邱啟潤	許武進	許武進	陳淑華	洪梅蘭
金繼春	許受惠	陳正宗	陳惠敏	胡大魁
許淑敏	逛街冰	陳兆瑞	陳鳳	孫淑婉
逛街冰	郭雅惠	陳明德	黃筱芸	泰和醫院
陳啟東	陳幼梅	陳政智	黃瓊桃	高台芳
黃仁奕	陳正宗	傅秀嬌	葉麗錦	崔佩玲
葉曉菁	陳李裁	黃玉碧	蔡金蓮	張江清
廖繼呈	陳怡如	黃國良	蔡揚燕	張瑞璋
鄭素珍	陳明德	黃瓊桃	蕭彬吾	陳玉媚
蕭彬吾	陳美妃	楊崑德	鍾寶玲	陳秀錦
蕭雪玉	陳健智	廖招治	蘇麗卿	陳明德
蘇麗卿	陳淑惠	廖柏任	2003年	陳淑華
2000年	陳惠敏	劉玲玲		陳瑞瑜
	陳碧嬌	蔡哲嘉	五智陀羅尼會	陳碧嬌
大八大飯店	楊雅斐	簡淑媛	王起杰	陶遵極
五智陀羅尼會	溫政一	嚴佳玲	王敏莉	富華養護中心
王惠珍	福華媽媽百合會	2002年	王震乾	曾秀鶯
王貴鳳	劉景寬		王魏秀娟	黃琇霞
王震乾	蔡邱昭香	五智陀羅尼會	王瓊玉	黃榆壬
王興耀	蔡哲嘉	仇方娟	田乃芃	楊武章
王薇婷	鄭美淑	吳秀梅	吳秀盆	楊崑德
池學文	蕭雅容	李淑婷	吳素珍	楊瓊媛
吳幸容	謝釗益	林台英	吳景崇	葉淑惠
吳采錦	鍾美慈	林秀蓉	吳瓊滿	福樂多事業股份有限公司
吳瓊滿	顏哲傑	林春玲	宏大儀器	蔡宜蓉義買卡片
呂寶靜	顏銘宏	林峰全	李素華	蔡錦墩
李秀春	蘇以青	林朝鳳	李梅珠	輝瑞大藥廠
李素華	2001年	林麗珠	李淑婷	蕭興宗
李淑婷		邱啟潤	李曾寶華	賴玉麟
李尊賢	五智陀羅尼會	邱慧芬	沈素月	賴阿雪
林芳琴	吳惠玉	施慈航	林月鳳	賴玲吟

謝劉美娥	陳錦連	洪慧珠	李欣萍	吳幸容
鍾美珠	曾惠珍	孫淑女	李娟琛	李佩珍
鍾楊秀鳳	黃文慧	孫淑婉	沈素月	東泰花園廣場二期管理委員會
鍾寶玲	黃美蓉	財團法人私立郭耕利門紀念基金會	周玉娟	林朝鳳
簡淑媛	黃欽宗	財團法人新境界文教基金會	林正枝	孫淑婉
2004年	楊崑德	高寶蓮	林淑惠	彩色嘉恩數位影印有線公司
	楊麗燕	張陳秀絨	林朝鳳	許秀枝
五智陀羅尼會	廖招治	張嘉玲	林麗珠	郭永芳
王起杰	蔡月珍	張銘娟	邱啟潤	陳明德
王惠珍	蔡玉梅	許秀枝	柯玲蘭	陳泰儀
台灣拜耳股份有限公司	蕭彬吾	許幸佩	孫淑婉	陳鳳英
吳沛淇	簡淑媛	陳李裁	高寶蓮	游玉蘭
吳林金鳳	顏哲傑	陳明德	張陳秀絨	黃文慧
吳萬宗	蘇以青	陳泰儀	張銘娟	黃金水
岑慕蘭	2005年	陳啟佑	張瓊怡	黃家崐
李淑婷		黃文慧	莊育冠	黃琬琪
沈立天	五智陀羅尼會	黃美蓉	許淑敏	義賣
沈素月	牛慧萍	黃培琳	郭玉釵	義賣收入
居家護理服務個案洪宗竹等35人	王起杰	黃善福	陳宗廷	蔡金蓮
林王秀霞	王惠珍	楊麗燕	陳旺文	鄭燕琪
林秀美	台灣男性學醫學會	義賣收入	陳明德	薛榮海
林曼莎	台灣禮來股份有限公司	蔡月珍	陳玲珠	謝家芸
林淑媛	伍麗娟	蔡宜蓉	陳鳳英	羅若梅
林淑惠	吳幸容	蔡金蓮	黃曾麗玉	2008年
林朝鳳	吳惠玉	蕭誠佑	李秀英	
林曉音	李欣萍	賴玲吟	李秀麗	王智美
林麗娟	李柏緯	賴瑞月	義賣收入	李柏緯
邱啟潤	李淑婷	謝家芸	義賣收入	李琬慈
洪昭民藍勢真	沈素月	羅若梅	葉淑惠	林芳琴
洪慧珠	林宗賢	蘇以青	葉麗仙	林朝鳳
孫淑婉	林春玲	蘇淑芬	蔡金蓮	邱肇圓
高玉貞	林秋菊	2006年	輝瑞大藥廠股份有限公司	孫淑婉
高醫nn90護理系進修學士班	林郁玲		鄭文文	庭宓居家
高寶蓮	林曼莎	牛慧萍	蕭本融	高寶蓮
張江清	林淑惠	王美欽	簡玉鳳	健弘商行
張峰紫	林朝鳳	王惠珍	羅若梅	張江清
張陳秀絨	林曉音	王瓊玉	蘇以青	張陳秀絨
郭俊宏	林麗珠	余斯光	2007年	郭觀眉
陳明德	邱啟潤	吳惠玉		陳明德
陳美妃	邱慧芬	吳惠媛	王惠珍	陳思廷
陳碧嬌	洪瑞振	李佩珍	余良鑑	無名氏

依姓氏筆畫排列

黃中見	王智美	葉麗錦	洪惇音	朱倩儀
黃金水	王瑞穗	賈本英	虹美廚坊	余良鑑
楊淑娟	王瑩田	褚衍嫻	孫淑婉	吳兆琦
楊淵韓	台南一中高中同學會	褚衍智	泰祥商行	李芳儀
溫春麗	台南市高中同學會	齊柏勛	高意桀	李柏緯
葉淑惠	李佩珍	劉文敏	張黃麗榕	李淑婷
葉麗錦	李柏緯	劉秋菊	許坤瑛	李逸
蔡金蓮	李素利	劉雲枝	許重喜	佳德健康便當店
鄭阿珠	李淑婷	歐淑玉	郭瑩璐	林怡君
羅若梅	李錦玉	蔡金蓮	郭靚眉	林芳琴
釋若宜	林芳琴	鄭玉玲	陳虹錚	林素雲
護理進修班第五屆等46名	林寬容	蕭彬吾	陳瑞美	林蔡慶
2009年	邱啟潤	薛榮海	陳綜仁	社區關懷協會
	姚美玉	簡家淦	黃文慧	邱啟潤
王惠珍	施富強	簡淑媛	黃秀惠	施富強
王璦玉	孫淑婉	羅若梅	黃瑞騰	馬秀枝
田乃芃	財團法人私立郭勝利門紀念基金會	蘇以青	楊淑娟	張江清
李柏緯	張江清	蘇惠美	賈本英	張黃麗榕
李琬慈	張展綸	蘇慧美	廖繡敏	張簡宇翔
林芳琴	張素紅	2011年	劉泰杉	許花子
林媛貞	張雄盛		蔡金蓮	許重喜
張建雯	張黃麗榕	上慶旅行社	蕭佳莉	陳水玉
張淑	梁政強	王安智	蕭彬吾	無名氏
張福仁	梁淑英	王秀吟	蕭梅香	無名氏
許坤瑛	莊茵雯	王素霞	賴秀卿	黃宗玲
陳玟伶	許重喜	王惠珍	賴瑞月	黃清果
陳美妃	郭靚眉	王智美	薛龍進	黃瑞騰
陳銘宏	陳正宗	王璦玉	謝美惠	黃慶秀
黃美蓉	陳易潔	台北富邦銀行公益慈善基金會	謝家誌	楊淑娟
黃瑞騰	陳玲珠	石義方	羅若梅	賈麗麗
黃慶秀	陳琇珠	余良鍵	羅麗花	劉泰杉
褚衍嫻	陳慧敏	吳世豐	蘇以青	潘枝梅
褚衍智	善心人士	吳佩哲	2012年	蔡金蓮
劉國揆	黃順強	李佩珍		橄欖綠手創概念館
蔡金蓮	黃瑞騰	李奇龍	王安智	賴倩瑜
謝仲容	黃馨誼	李淑婷	王紅止	遲佩英
隱名氏	楊秀華	林芳琴	王惠珍	謝美惠
2010年	楊芳儀	林春玲	王智美	羅麗花
	葉國洲	社區關懷協會	王維芳	2013年
王安智	葉淑惠	邱啟潤	台北富邦銀行公益慈善基金會	
王惠珍	葉莉莉	施富強	石義方	大中小國際租賃有限公司

大統傢俱行	吳秋燕	許重喜	陳麗怡、余雲霞	蔡歐明月
王紅止	李建豪	郭林琴	無摺存款入	鄭老師補習班空中美語二聖分校
王智美	李逸	曾維雄	楊淑娟	鄭凱葵
台北富邦銀行公益慈善基金會	林蔡慶	黃培琳	劉用樂	蕭惠文
朱麟卉	邱啟潤	黃瑞騰	劉淑美	賴倩瑜
江賞惠	姚振良	黃慶秀	蔡金蓮	簡如華
吳佩哲	姚哲文	賈麗麗	誰不顧國際音樂有限公司	蘇俊偉
吳高宗	胡淑惠	蔡金鳳	鄭素珍	2018年
呂永光	高雄市社區關懷協會	蔡金蓮	謝芳瑪	
李芳儀	許重喜	蔡淑惠	羅愛珍	Yvonne Lu
李淑婷	許梅玲	蔡蓮花	蘇卉芯	方美惠
李逸	郭靚眉	鄭素珍	蘇楊佩芳	石義方
沈秀娟	陳吟星	賴倩瑜	2017年	吳佳蓉
佳德健康便當	陳家君	羅愛珍		吳淑如
周陳美文	黃怡甄	蘇俊瑋	方美惠	李秀英
林芳琴	黃慶秀	蘇竑	台北富邦銀行公益慈善基金會	李秀麗
林蔡慶	劉芳廷	2016年	石義方	李佳玲
孫淑婉	劉佩均		余雲霞	育英醫護管理專科學校
高雄市社區關懷協會	劉泰杉	方美惠	李映或	林明好
張淑卿	劉淑芬	方美慧、周綺雲	林君奕	邱秋華
張簡宇翔	蔡金蓮	石義方	林明好	韋純小客車租賃有限公司
莊育冠	蔡楊燕、蔡惟翠	余雲霞	邱秋華	財團法人台北富邦銀行公益慈善基金會
許秀枝	蔡蓮花	吳秋燕	洪吳瑪瑙	財團法人感恩社會福利基金會
陳明美	賴儀芳	吳曾麗華	韋純小客車租賃有限公司	高雄市社區關懷協會
曾杰睿	謝美惠	李娟娟	高雄市社區關懷協會	高雄市家庭健康照護協會
無名氏	2015年	李勤	莊黃秀蓮	張錫谷
黃瑞騰		林明好	許薇驊	莫清芬
楊麗燕	王惠珍	林春玲	郭威邦	郭惠蓉
廖繡敏	台北富邦銀行公益慈善基金會	林春福	郭惠蓉	陳律尹
劉美環	石義方	林穗燕	郭靚眉	陳昱廷
劉泰杉	吳曾麗華	施吳惠玉	陳文鋒	陳炫宏
蔡金蓮	李芳儀	韋純小客車租賃有限公司	陳昱廷	陳淑美
鄭淑婷、陳又輝	林明好	高師大玩創意樂齡社	陳淑曼	普祿保險經紀人有限公司
蕭彬吾	林春玲	高雄市社區教育協會	陳楊秀琴	無名氏
謝美惠	林素雲	高雄市社區關懷協會	無名氏	黃慶秀
鍾燕惠	林蔡慶	張月美	楊淑娟	黃麗玲
2014年	邱啟潤	張明照	楊麗燕	楊金鳳
	原鄉緣紙傘藝廊	郭林琴	劉用樂	劉用樂
台北富邦銀行公益慈善基金會	徐碧珠	郭威邦	蔡文村	蔡侑倫
石義方	高雄市社區關懷協會	陳乃菁	蔡水蓮	鄭春玉
江維平	許金菊妹	陳志安	蔡金蓮	簡如華

附錄 · 家庭照顧者壓力自評表 ·

本表係提供家庭照顧者自我檢測身心狀況，請依據感覺勾選回答後，總計14項分數並參考相關建議。提醒您！若有睡眠、食慾受到影響、情緒不佳等問題，持續兩週以上者，請盡速來電尋求專業人員協助。

請您看了下列14項敘述後，就您實際上照顧的狀況，圈選後面的分數(如：若您很少感到疲倦，就圈1分的位置)	從 未	很 少	有 時	常 常
1. 您覺得身體不舒服(不爽快)時還是要照顧他	0	1	2	3
2. 感到疲倦	0	1	2	3
3. 體力上負擔重	0	1	2	3
4. 很難把他抱起來或是移動他	0	1	2	3
5. 睡眠被干擾(因為病人在夜裡無法安眠)	0	1	2	3
6. 因為照顧他讓您的健康變壞了	0	1	2	3
7. 感到心力交瘁	0	1	2	3
8. 照顧他讓您精神上覺得痛苦	0	1	2	3
9. 當您和他在一起時，會感到生氣	0	1	2	3
10. 因為照顧家人影響到您原先的旅行計畫	0	1	2	3
11. 與親朋好友交往受到影響	0	1	2	3
12. 您必須時時刻刻注意他	0	1	2	3
13. 照顧他的花費大，造成負擔	0	1	2	3
14. 不能外出工作家庭收入受影響	0	1	2	3

總分是0分：非常好，您已經能夠克服照顧上所面臨的各種問題與壓力，希望您能主動與我們聯絡，分享您的寶貴經驗，讓其他照顧者也可以跟您一樣，擁有好的生活品質。

總分是 1~13 分之間：您調適得很好，請繼續保持下去，您可以選擇參加家庭照顧者的各項支持活動，藉著暫時離開照顧環境讓自己在照顧的路上更好走喔，加油！

總分是 14~25 分之間：小心喔！您已經開始出現一些壓力的徵兆，建議您利用服務來減輕照顧壓力，主動打電話詢問有哪些服務可以解決您的困難。

總分是 26~42 分之間：糟糕！您目前承受著相當沉重的負擔，強烈建議您立即尋求協助，以確保您及受照顧者都能有良好的生活品質！

附錄 · 如何申請家庭照顧者支持服務 ·



服務對象

家庭照顧者~因疾病、意外、自然老化，需家人親屬照顧之照顧者。

服務流程



服務項目

- 個案管理服務：由社工員到宅訪視評估個案需求，擬定服務計畫，連結相關資源提供適切服務。
- 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。
- 辦理照顧技巧訓練：針對家庭照顧者需求開辦學習課程。
- 心理協談服務：由約聘心理諮商師或社工師針對照顧壓力，提供協談服務。
- 紓壓活動：辦理多元的課程活動，讓照顧者能夠放鬆照顧壓力。
- 支持團體：規劃連續性團體活動，增進同儕關係、提升自我價值與成就感。
- 臨時替代服務：經社工評估家庭照顧者有緊急需求時，媒合照顧服員提供臨時照顧服務。
- 關懷陪伴服務：由接受訓練取得結業證書之關懷員，定期提供家庭照顧者精神支持與陪伴。

申請服務專線：(07)322-5005

相關活動訊息請參閱

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

FB：<https://www.facebook.com/profile.php?id=100013848708930>



社團法人高雄市家庭照顧者關懷協會
家庭照顧者支持團體 照顧路上與您同行

807高雄市三民區漢口街137號

電話：(07)322-3839

傳真：(07)313-3835

<http://www.caregiver.org.tw/>



發行日期：2018 年 12 月



愛心碼：3223839



社團法人高雄市家庭照顧者關懷協會

創會 | 20 周年系列展

遇見·認識·關注·支持 家庭照顧者

- 遇見、認識、關注、支持家庭照顧者展覽

展出時間：108 • 3/23 ~ 4/21

展出地點：高雄市三民區九如一路777號 婦女館2樓展示室

- 「照顧者自我療癒」蛻變 ~ 走向光明之路活動

活動時間：108 • 4/2 ~ 5/31

活動地點：高雄市三民區九如一路777號 婦女館1樓 女人空間

