



社團法人

高雄市家庭照顧者關懷協會

會 訊 第十八期

中華民國 92 年 12 月

理 事 長：沈素月
編 輯：簡淑媛 孫淑婉 陳怡柔
服務地址：高雄市 807 三民區熱河一街 108 號
服務電話：(07) 322-3839 傳真：(07) 313-3835
協會網址：www.caregiver.org.tw
E-MAIL：kscg@edirect168.com
劃撥帳號：42032110
戶 名：高雄市家庭照顧者關懷協會
中 華 民 國 八十八年九月創刊

§免費贈閱，歡迎來電索取§

理事長的話

中老年階段的民眾們所設計的健康
概念宣導講座，今年設計以「中老年

隨著冷鋒一波一波過境，氣候漸漸轉涼，又到了歲末年終、豐收的時刻。在這一年當中大家經歷了驚慌與恐懼，所幸一切都已經過去；協會也積極在這下半年將進度趕上，依原訂計畫將所有活動在年底前完成。

今年度的活動大致可分為三部分，分別是：「家庭照顧健康生活系列講座」、「老有所養~如何照顧年老的父母」研討會以及家庭照顧者的年度盛事——『家庭照顧者關懷月系列活動』，當然別忘了我們每兩個月一次的例行活動「飛燕草聯誼會」。

「家庭照顧健康生活系列講座」是特別為即將面臨中老年照顧、步入

理事長 沈素月

之排尿問題」為主題，選定四個地點（三民公園、前金老人活動中心、小港醫院、民族老人活動中心）採巡迴講座方式進行，每場次參加人數均超過 70 人，三民公園場次參加人數更達 150 人，可見一般民眾對於自身健康問題的關注。協會預計在明年度擴大舉辦，將以更多元化的主題至高雄市各區進行巡迴講座。

「老有所養~如何照顧年老的父母」研討會，共舉辦兩場次，分別在高雄醫學大學及小港醫院舉行，以一整天六個主題的方式進行，針對中老年照顧之相關議題，做深入淺出的探討，參加人數每場皆近 150 人，獲得熱烈迴響，明年度搭配家庭照顧者關懷月系列活動將再舉辦一場。

家庭照顧者的年度盛事--『**家庭照顧者關懷月系列活動**』，熱熱鬧鬧在 11 月展開，首先開場的是『從心出發~音樂療法暨溫馨茶會』，特別邀請福樂多專業講師帶領家庭照顧者放鬆心情、活絡筋骨，當天並廣邀家庭照顧者參與溫馨茶會，藉由茶會分享照顧壓力、獲得情緒支持，增加社交機會，拓展生活圈。

關懷月的第二主題『**志工培訓**』，協會期待培訓一批種子志工，

提供家庭照顧者更直接、更密切的關懷與服務；培訓課程在 11 月中下旬經過三週共二十四小時的訓練，完成全程培訓者約計 70 人，其中不乏經驗豐富的家庭照顧者與一般民眾，同時也有為數不少的青年種子，有意投入關懷家庭照顧者的行列。預計在明年度，將陸續安排志工針對家庭照顧者進行一連串的關懷訪視，希冀此舉能提供家庭照顧者更多的支持與關懷。

關懷月第三主題『**老人照顧工作坊**』，設計以「長期照護發展之趨勢、同理心運用、高齡化的無障礙環境、照顧創意分享」等主題，安排兩週共十六小時的課程。美中不足的是參加人數未如預期中的踴躍，共計 70 人次參與，不過此次的經驗可供我們日後的課程安排與設計的參考。

最後，由最辛苦、最可愛的家庭照顧者們所組成的「飛燕草聯誼會」，持續每兩個月一次的聚會，特別感謝聯誼會黃會長欽宗先生及夫人蔡玉英女士的大力推廣與吆喝，使得今年度的聯誼會增加不少陌生的臉孔，當然最值得嘉獎的是聯誼會成員們每次都排除萬難的參與，熱情的支持使我們感動，也更堅定持續舉辦的動機。

在此，感謝所有關心家庭照顧者的夥伴們，因為有你們熱情的支持，

使我們能夠在關懷家庭照顧者的路上走得更穩、提供更多的服務。期待在明年度能夠繼續獲得您的肯定與支持，預祝您新春愉快、身心健康！

活動預告

飛燕草聯誼會

新的年度開始，九十三年度的第一次飛燕草聯誼會選在農曆過年後舉辦！

日期：預定 93 年 1 月 31 日（六）

時間：上午 11:30~下午 3:30

地點：長青中心六樓日照中心

（四維二路 51 號 6 樓）

活動內容

① 11:30~1:30 分享餐會

請參加成員，每人準備一道餐食，以分享餐會方式進行。

② 1:30~3:00 靜坐實際操作

邀請家庭照顧者高爾頓先生教導成員靜坐的方式並實際操作。

家庭照顧健康生活講座

首次預告！九十三年度的家庭照顧健康生活講座將訂於 93 年 2 月舉辦，主題將與今年度的不同喔！有興趣的朋友們，別忘了密切注意！

第三屆第二次會員大會

時間過得很快，一眨眼一年又

過，協會即將於二月二十一日下午兩點召開第三屆第二次的會員大會，期待會員們在新春時刻回娘家與大夥聚聚。

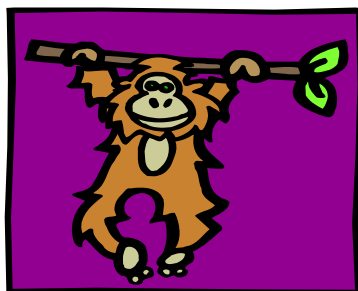
年度回顧

歲末年終，是感恩的時候，也是繳交成績單的時刻。首先感謝所有熱情參與及贊助本會的夥伴們，因為有您的支持與鼓勵，讓我們今年的計畫如期完成。

今年上半年度是逢協會搬遷至新服務地點，接連又因 SARS 風暴，以致所有活動停擺。隨著 SARS 風波平息，恢復生活步調之後，協會於七月底開始，由「家庭照顧健康生活講座」打頭陣，接下來一連串相關講座、研討會，到 11 月「家庭照顧者關懷月」一系列盛大的活動，最後順利在 12 月初完成今年度所有活動。

以下是本會今年度所有活動的成果，這甜美的果實是屬於大家的，讓我們大家一起享受這豐收的喜悅，更期待來年能獲得您的支持與鼓勵，相約明年此時再度與您分享這一分喜悅。

在此預祝 新春愉快，萬事如意！



猴
年
行
大
運

飛燕草聯誼會

◆飛燕草聯誼會 92 年第一次活動

日期：92 年 1 月 18 日

時間：11:30~17:00

地點：長青中心六樓日照中心

內容：1. 分享餐會、照顧經驗分享

2. 主題分享：疼惜自己

3. 舒壓放鬆樂開懷

講者：

王惠珍（高醫資深居家護理師）

李翠芬

（輔英科技大學護理科老師）

參加人數：17 人

◆飛燕草聯誼會 92 年第四次活動

日期：92 年 8 月 16 日

時間：11:30~16:00

地點：長青中心六樓日照中心

內容：1. 分享餐會、照顧經驗分享

2. 營養與運動

講者：

王惠珍（高醫資深居家護理師）

參加人數：21 人

◆飛燕草聯誼會 92 年第二次活動

日期：92 年 3 月 29 日

時間：11:30~17:00

地點：長青中心六樓日照中心

內容：1. 分享餐會、照顧經驗分享

2. 家庭照顧者需求問卷調查

主持人：邱啟潤（協會顧問）

參加人數：21 人

◆飛燕草聯誼會 92 年第三次活動

日期：92 年 6 月 28 日

時間：11:30~17:00

地點：協會會址

內容：1. 分享餐會、照顧經驗分享

2. 錢行~社工筱芸離職

3. 照顧者之壓力與紓解

參加人數：26 人

◆飛燕草聯誼會 92 年第五次活動

日期：92 年 10 月 18 日

時間：11:30~16:00

地點：長青中心六樓日照中心

內容：1. 分享餐會、照顧經驗分享

2. 骨質密度疏鬆症的概念
與保健

3. 靜坐的概念與好處

講者：

郭俊宏（新高美骨科診所院長）

高爾頓（家庭照顧者）

參加人數：36 人

家庭照顧健康生活講座

◆家庭照顧健康生活講座

日期：92 年 7 月 28 日

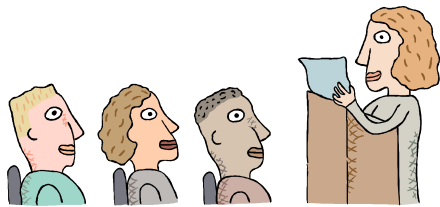
時間：8:40~11:00

地點：高市三民公園老人活動中心

主題：中老年人老人排尿問題之
處理及諮詢

講者：王起杰 醫學博士

參加人數：149 人



◆家庭照顧健康生活講座

日期：92 年 9 月 25 日

時間：9:00~11:30

地點：高雄市前金老人活動中心

主題：中老年人老人排尿問題之
處理及諮詢

講者：王起杰 醫學博士

參加人數：104 人

◆家庭照顧健康生活講座

日期：92 年 12 月 1 日

時間：9:30~12:00

地點：高雄市民族老人活動中心

主題：中老年人老人排尿問題之
處理及諮詢

講者：王起杰 醫學博士

參加人數：72 人

◆家庭照顧健康生活講座

日期：92 年 10 月 25 日

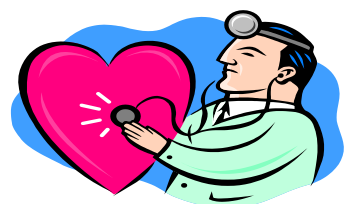
時間：9:00~11:30

地點：高市立小港醫院 4 樓大講堂

主題：中老年人老人排尿問題之
處理及諮詢

講者：王起杰 醫學博士

參加人數：88 人



"老有所養"研討會

◆「老有所養—

如何照顧年老的父母」研討會

日期：92 年 8 月 21 日

時間：8:00~17:00

地點：高雄醫學大學

勵學大樓 A3 講堂

主題：1. 老年人之發展

2. 老年人之藥膳養生

3. 照顧者壓力紓解及
自我保健

4. 老年人之活動

5. 社會資源與老年照顧

6. 老年人之幸福與性福

講者：1. 簡淑媛（高醫護理系講師）

2. 張瑞璋（中醫診所院長）

3. 林春玲（護理師）

4. 蔡秀金（元極舞功法委員
會總幹事）

5. 張江清（高醫醫社系講師）

6. 王起杰（高醫泌尿科主治
醫師）

參加人數：146 人

◆「老有所養—

如何照顧年老的父母」研討會

日期：92 年 9 月 4 日

時間：8:00~17:00

地點：高雄市立小港醫院

4 樓大講堂

主題：1. 老年人之發展

2. 老年人之藥膳養生

3. 照顧者壓力紓解及
自我保健

4. 老年人之活動

5. 社會資源與老年照顧

6. 老年人之幸福與性福

講者：1. 簡淑媛（高醫護理系講師）

2. 張瑞璋（中醫診所院長）

3. 林春玲（護理師）

4. 馬麗華（元極舞功法委員
會副主任委員）

5. 張江清（高醫醫社系講師）

6. 王起杰（高醫泌尿科主治
醫師）

參加人數：142 人

家庭照顧者關懷月系列活動

◆「從心出發」--

音樂療法暨溫馨茶會

日期：92 年 11 月 8 日

時間：8:30~11:30

地點：長青中心六樓日照中心

內容：1. 家庭照顧者溫馨茶會

2. 音樂療法

講師：賴其頡（福樂多醫療福祉事業專業講師）

參加人數：106 人

◆「老人照顧工作坊」

日期：92 年 11 月 22、29 日

時間：8:00~15:30

地點：天主教聖功醫院

內容：1. 長期照護發展之趨勢

2. 同理心在失能老人照顧中的運用

3. 高齡化社會的無障礙環境

4. 照顧創意分享

參加人數：70 人次

◆「志工培訓研習營」

日期：92 年 11 月 15、22、29 日

時間：8:00~17:30

地點：高雄醫學大學

第一教學大樓 109 室

內容：1. 志工培訓基礎教育課程

2. 志工培訓特殊教育課程

參加人數：82 人

委辦業務

◆「九十二年度高雄市私立老人
長期照護、養護機構評鑑
後續輔導訓練」

日期：92 年 7 月 28、30 日

時間：13:00~17:30

地點：長青中心 301 教室

內容：1. 生活照顧服務
2. 飲食安全與衛生防護
3. 專業服務與意外事件預
防及緊急事件處理

參加人數：45 人

◆「高雄市婦女館三週年館慶活動」

日期：92 年 8 月 30 日

時間：16:30~19:30

地點：高雄市婦女館

內容：『婦女遊藝市場』--
義賣園遊會

主辦單位：高雄市政府社會局

參加人數：200 人

◆「2003 糖尿病兒童假日育樂營」

日期：92 年 10 月 25、26 日

地點：高雄生態休閒農場

內容：烤肉、營火晚會、大地遊戲、
糖尿病衛生教育宣導

主辦單位：蔡瑞熊健康關懷文教基
金會

參加人數：90 人

協辦活動

◆「2003 父親節糖尿病病友
衛教聯誼會」

日期：92 年 8 月 9 日

時間：8:00~13:30

地點：高雄醫學大學第一教學大樓

內容：1. 糖尿病男性勃起功能障礙
2. 「唐老鴨」會員大會

主辦單位：蔡瑞熊健康關懷文教
基金會

參加人數：110 人

會員園地



新增會員

(92.9-92.11)

個人會員

202 馬麗華	203 黃正男
204 李景貴	205 孫振輝
206 林芳仁	207 謝耀東
208 蔡漢昌	209 趙復田
210 王照男	211 林英隆
212 趙武夫	213 蔡恆雄
214 陳清鐘	215 吳芳林

歡迎新會員加入



捐款芳名錄(單位元)

9 月份

簡淑媛 1600	林春玲 1200
張江清 1200	楊武章 25000
五智陀羅尼會 10000	

10 月份

王起杰 2400	陶遵極 2000
陳明德 2400	林麗珠 200
蕭興宗 200	林曉音 510

11 月份

王起杰 7000	李淑婷 200
李曾寶華 1000	黃琇霞 1000
謝劉美娥 1000	鍾美珠 1000
邱淑珍 1000	陳瑞瑜 1000
洪桂方 1000	曾秀鶯 1000
陳秀錦 1000	洪梅蘭 1000
崔佩玲 1000	吳素珍 1000
楊瓊媛 3000	邱啟潤 2000
林美靜 1000	張江清 2000
孫淑婉 1000	蔡錦墩 3200
福樂多事業股份有限公司 26800	

大事紀



92.9

- 09/04 舉辦『老有所養~如何照顧年老的父母』研討會
- 09/10 社工員參加『中華社會福利聯合勸募協會方案申請說明會』
- 09/15 社工員參加『高雄市九十二年度第七次婦女團體聯繫會議』
- 09/25 舉辦『家庭照顧健康生活講座』
沈理事長擔任『高雄市九十二年度老人福利績優人員表揚』書面評選評審委員
- 09/26 召開『第三屆第三次理監事聯席會議』



92.10

10/13 沈理事長、社工員代表參加『高雄市九十二年度第八次婦女團體聯繫會議』

10/15 孫總幹事代表參加『照顧創意領獎』

10/15 舉辦『飛燕草聯誼會』九十二年第五次活動

10/25 舉辦『家庭照顧健康生活講座』



92.11

11/03 社工員參加高雄縣長期照護管理示範中心舉辦之『家庭照顧者聯誼會』

11/05 社工員參加高雄醫學大學醫學社會學與社會工作學系舉辦之『媒體資源與社會工作』講座

11/08 舉辦「家庭照顧者關懷月系列活動」之『從心出發—音樂療法暨溫馨茶會』

11/15、22、29 舉辦「家庭照顧者關懷月系列活動」之『志工培訓研習營』

11/22、29 舉辦「家庭照顧者關

懷月系列活動」之『老人照顧工作坊』

11/24 社工員參加高雄縣長期照護管理示範中心舉辦之『家庭照顧者照顧技巧訓練班（進階課程）』

11/28 沈理事長代表參加『高雄市九十二年度人民團體領袖市政關懷活動』

招募

關心家庭照顧者的朋友們
請注意囉！

從明年度起，協會將擴大關懷辛勞的家庭照顧者，以電話關懷或家庭訪視問安的方式，提供更多情感支持並適時提供更適切的服務。

當然為了拓展這項服務，協會已於今年年底培訓第一批種子志工，明年也希望尚未參加的夥伴們加入我們的行列！將您暖暖的愛分享給辛苦的照顧者們！

只要您有心，我們都歡迎！
意者請洽協會社工 陳小姐

