



社團法人

高雄市家庭照顧者關懷協會

會訊第三十期

中華民國 95 年 12 月

理事長：林春玲
編輯：蔡宜蓉 孫淑婉 陳泰儀
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§

績優事蹟(摘錄)

王惠珍女士現職高雄醫學大學附設醫院公共衛生護理指導室居家護理師，同時擔任高雄市家庭照顧者關懷協會理事暨服務委員會主任委員。

投入老人福利領域服務，是從 82 年協助高雄市政府社會局推動老人在宅看護工作開始；之後有感於老人長期照顧的問題應該受到重視，以及相關的福利措施還有待推展，在高雄市家庭照顧者關懷協會 88 年成立之初，便加入會員，參與老人及家屬的居家關懷服務工作。其間除了協助本會辦理「家庭照顧者支持團體」、「照顧技巧訓練班」外，更無償提供其私人房舍給本會做為辦公場所！

熱心投入社會公益，堪稱單位及同業間值得學習的對象！



本會 王惠珍 理事 榮獲
高雄市 95 年度老人福利
績優人員表揚

【照片一】

王惠珍理事（左）與社會局許釗涓局長合影

活動成果

照顧技巧訓練班

今年第三梯次於9月1、2日（星期五、六）在協會舉辦，雖然場地不大，上課人數因此受限，但在“自己的地方”進行活動，感覺非常溫馨！彼此的距離也會更近一些…。

【照片二】

第四梯次則是搭配關懷月系列活動，於11月18、19日（星期六、日）在高雄市政府社會局婦女館視聽教室辦理。兩梯次課程都特別安排了中醫相關課程—刮痧、推拿技巧，常用保健穴道介紹等，照顧者反應相當熱烈！

【照片三】

飛燕草聯誼會

【照片四】

10月28日（星期六）中午，我們的老地方---高雄市政府社會局長青中心6樓日間照顧中心舉辦今年第五次聚會。本次的主題很生活化，也是首次在這樣的場合提及：**家庭照顧財務管理**，邀請到保誠人壽高雄分公司陳展貴資深副總跟大家分析長期照顧適合的理財規劃及個人投資經驗分享。陳副總雖以保險公司身份來演講，卻幾乎沒有談到保險的部份，談諧的內容，讓大家覺得很客觀、也很受用！特別的是，平常的講師與女性成員互動較多，這次反而是男性成員發問居多，意見交換十分有

趣！

主題學習站

【照片五】

安寧療護講座

今年最後一次的家庭照顧健康生活講座，也安排在關懷月系列活動當中，首度嘗試「安寧療護」的主題，並邀請安寧照顧基金會合辦，該會對此主題熟悉且經驗豐富，所以課程設計及講師安排委由其協助規劃。為期一天的系列講座，於11月11日（星期六）在高雄市政府社會局長青綜合服務中心8樓會議廳舉辦，**主題包括：安寧緩和醫療條例、安寧資源、預立遺囑觀念、安寧居家照顧、悲傷輔導等**，由聖功醫院安寧病房羅玉岱醫師及高雄榮民總醫院張素玉社工師主講。參加人數共計72人；與會人士大多覺得很有收穫—重新思考生命的意義且對生死有另一番體認！

【照片六】

每年11月份我們定為「家庭照顧者關懷月」，今年系列活動之一的主題學習站從11月1日至30日，在高雄市政府社會局婦女館2樓展示協會舉辦的各項活動及照顧技巧學習資料、相關參考書籍等。**在此要特別感謝家庭照顧者（亦是本會會員）洪杏珠小姐**每週二下午固定在現場值班，提供參觀者諮詢服務。

【照片七】

家庭照顧者支持團體

第二梯次自10月19日起連續六週，每週四晚間在協會舉行，至11月23日劃下完美句點。支持團體雖然人數不多，但卻是最貼近照顧者的加油休息站，利用團體產生的動力幫助家庭照顧者減壓與成長。團體的順利進行有賴領導者的專業技巧及豐富的實務經驗，**感謝今年度帶領兩次支持團體的高雄醫學大學護理系蘇以青老師、高雄醫學大學附設醫院精神科李欣萍護理師。**

而歸！

【照片八】

“支持家庭照顧者 讓愛喘口氣”

家庭照顧者日聯歡會

今年本會配合中華民國家庭照顧者關懷總會推動第一屆「家庭照顧者喘息日」宣導活動，於11月26日（星期日）下午在高雄市政府社會局婦女館1樓演講廳舉辦，節目在本會林理事長及婦女館蔡柏英主任的致詞下展開序幕…

【照片九】

接著播放短片「我的灰姑娘」（內容為家庭照顧者心聲記錄片）及有趣的短劇演出；創意照顧小撇步時間，由本會林理事長親自介紹「小蘇打粉在日常照顧及生活上的妙用」；之後還有自閉兒（被照顧者）的樂器表演，以及”照顧之路甘苦談”等內容，可說是既豐富又精采！散會時並發放精緻餐盒及紀念品，讓大家盡興

【照片十】

【照片十一】



本活動要感謝……

經費提供：中華民國家庭照顧者
關懷總會

協辦單位：心路基金會、高雄市
自閉症協進會

蒞臨指導：本會張峰紫監事

節目主持：高雄醫學大學附設醫
院公關室王廣福主任

短劇演出：本會蕭彬吾常務理事、
王惠珍理事、安康養
護之家楊淑娟護理主
任、家庭照顧者陳文
斌先生、張鳳蓮女士

經驗分享：家庭照顧者張安雄先
生、杜淑郁女士

至有一次比較嚴重，使先生動手打我，而我看到婆婆的臉竟然是高興，當時心情真的很壞，恨我先生為什麼不問清楚，我沒有錯！讓我心頭很不是滋味，甚至提出離婚的要求，事後

【照片十二】

"家庭照顧徵文活動"入選作品

家庭照顧者 小娟

我是一位全職的家庭主婦，因婆婆糖尿病及輕微中風、公公年紀大，照顧他們及孩子都是我一手包辦，早上眼睛睜開，一天的工作緊接而來…接送孩子上學、煮三餐、洗衣、拖地等，每天總有做不完的家事一樣，因為婆婆總是嘴裏不饒人，冷言冷語，總是常常讓我招架不住，心酸委屈都往肚子裡吞，甚至半夜常常起來偷哭..只因先生是個孝順的兒子，往往母親告訴他的話，從來不會求證於我，只會認為是我（媳婦）的錯，多多忍耐、多讓她又有什麼關係呢？為什麼我總是要爭呢？當時的我怎可能吞下那口氣，因為只求一個「理」字；我對的妳卻硬說是錯，我當時告訴婆婆：如果是我錯，我可以道歉，但若是我對，妳不可誣賴。但婆婆還是常說謊，所以我會跟她起衝突，甚

又想到二個可愛的兒女，心裡的苦又作罷了…



有一年公公車禍受傷住院，腦部開刀，雖然命保住了，但更需要別人的照顧；每天家裏、醫院二頭跑，公公住了兩個多月回家，我又必須面臨照顧公婆的重任…公婆都需我替他們餵三餐和洗澡，有時還需面臨婆婆的走不及，天天清洗糞便、床單、棉被、尿褲，使我比以前更加忙不完，那陣子是我最痛苦也最辛苦的日子，每天疲憊不堪，也沒有人可以訴苦、聊天，什麼事都需忍下來，好好做我應該做的事，因為當時剛好是先生工作最忙的時候，領人薪水常常加

夜班到隔天；我就像是位黃臉婆，不要先生擔心煩惱，所以公婆的事情都是我在處理。直到八年前婆婆因糖尿病惡化，住院洗腎又截肢，屁股褥瘡開刀，一次又一次深及骨頭，傷口還是不見癒合；在醫院待了半年多，早上都是我在陪伴她，幫她翻身、擦澡、餵食，甚至用我的手指替她挖糞便..等，讓護士小姐直呼我快成為一位全職的負責看護，隔壁床的家屬看我如此對待婆婆，對我真好，又心疼與不捨。那時我打從心裡對待婆婆是心疼與憐愛，看到她如此痛苦面對病魔，之前對她的不滿意，瞬間轉為不捨，直到她很危險時，從她的眼神裡，我可以感覺到，她對我這些年對她的照顧心存感激，使我內心很感動！在她往生後，我更加體會，照顧婆婆的重任也許是菩薩在考驗、磨練我吧？甚至感謝婆婆給了我機會，使我成長！

婆婆往生後，我的忙似乎減輕許多，起初公公也很配合我幫他洗澡餵三餐，但幾年後公公卻轉變【因年輕時他動不動就打人（婆婆），所以不知原來是老人失智症】--對我動手動腳，甚至想撫摸我，我很害怕，天天精神緊繃，使我再次受到衝擊...有時

我的力氣無法壓制他，所以手腳常受傷（被他拿椅子丟的），還好我的兒女都比較大了，有時會幫我解圍。孩



子鼓
出去

勵我
走

走，心情較好..還好讓我有一對貼心的兒女，使我比較想得開，告訴自己心情放鬆，多積功德、修身養性，自己突破自己的問題，這樣會使自己更快樂，活得更自在、更開心，不是嗎？大概寫出我人生的一小段插曲與大家分享，共同勉勵！

活動預告

飛燕草聯誼會

在 96 年的第一個月裡，讓我們以最輕鬆、快樂的方式，彼此道出這一整年的祝福！

✦ 時間：96 年 1 月 13 日（星期六）

中午 12:00 開始

✦ 地點：高雄市政府社會局長青

中心 6 樓日間照顧中心

✦ 內容：聯誼餐會、電影欣賞

您一定要來喔....

第五屆第一次會員大會

預計 96 年 3 月召開，敬請各位會員密切注意 2 月下旬通知，或向協會洽詢。我們衷心期盼您的參與！

會員園地



新增會員 (95.9-95.11)

個人會員

242 王黃寶花

歡迎新會員

加入關懷行列...



| | | | |
|-----|------|-----|------|
| 陳玲珠 | 1000 | 陳鳳英 | 1000 |
| 周玉娟 | 700 | 林麗珠 | 500 |
| 牛慧萍 | 500 | 陳宗廷 | 300 |
| 蔡金蓮 | 300 | 葉麗仙 | 260 |
| 李佩珍 | 100 | | |

10 月份

蔡金蓮 200

11 月份

| | | | |
|-----|------|-----|------|
| 李欣萍 | 5000 | 王惠珍 | 2200 |
| 李佩珍 | 1320 | 張銘娟 | 1020 |
| 陳鳳英 | 1000 | 羅若梅 | 1000 |
| 郭玉釵 | 600 | 周玉娟 | 540 |
| 牛慧萍 | 500 | 蔡金蓮 | 300 |
| 葉麗仙 | 100 | | |

♥感謝本會 邱啟潤 常務理事
捐贈手提電腦一台



捐款芳名錄 (單位：元)

9 月份

| | | | |
|-------------|-------|--------|------|
| 輝瑞大藥廠股份有限公司 | 50000 | | |
| 陳明德 | 2000 | 羅若梅 | 1800 |
| 王惠珍 | 1800 | 王瓊玉 | 1200 |
| 邱啟潤 | 1100 | (購買卡片) | |
| 張銘娟 | 1040 | 郭玉釵 | 1000 |

大事紀



95.9

- 09/01 辦理「95 年第 3 梯次照顧技巧班」(協會)
- 09/02
- 09/05 社工員參加中華社會福利聯合勸募協會辦理之 96 年度方案申請說明會暨成效評量研習課程

09/14 創世基金會高雄分會社
工員及護士來訪

09/25 召開第四屆第七次理監
事聯席會議



09/27 召開「南區家庭
照顧者喘息日」活動籌備
會 **95.10**

10/12 林理事長、社工員出席台
灣身心機能活化運動協會
舉辦之「銀髮家園暨老人
社區照顧服務支援中心成
果發表會暨社區宣導活
動」

10/13 林理事長、孫總幹參加
10/14 中華民國家庭照顧者關懷
總會在北投舉辦之「如何
協助家庭照顧者專業人員
研習營」

10/19 辦理 95 年第二梯次「家
庭照顧者支持團體」第一
次聚會

10/23 林理事長、孫總幹出席參
加社會局與高雄市老人研
究發展中心合辦「新世紀
健康與社會政策論壇」

10/26 辦理 95 年第二梯次「家
庭照顧者支持團體」第二

次聚會

10/28 辦理 95 年第 5 次「飛燕
草聯誼會」活動



95.11

11/01 「照顧路上有我陪伴~家
庭照顧者關懷月」主題學
習站展示開始（高雄市政
府社會局婦女館）

11/02 辦理 95 年第二梯次「家
庭照顧者支持團體」第三
次聚會

11/09 辦理 95 年第二梯次「家
庭照顧者支持團體」第四
次聚會

11/11 辦理「安寧療護系列講
座」（高雄市政府社會局長
青中心）

11/16 辦理 95 年第二梯次「家
庭照顧者支持團體」第五
次聚會

11/18 辦理「95 年第 4 梯次照

11/19 顧技巧班」(高雄市政府社會局婦女館)

11/23 辦理 95 年第二梯次「家庭照顧者支持團體」第六次聚會

11/26 辦理南區家庭照顧者喘息日「支持家庭照顧者，讓愛喘口氣」聯歡會活動