



發行人：財團法人老五老基金會
電話：04-22463927
網址：www.ofo.org.tw
郵箱：19101787
戶名：財團法人老五老基金會

老五老好厝邊

93年 第十期

發行人：賴志良
傳真：04-22463947
E-mail：fzf@fzf.org.tw
地址：台中市406北屯區海權路三段277號
中華郵政中台字第1982號執照登記為雜誌交寄

國內郵資已付
台灣中區郵政管理局
台中文心路郵局
許可證
中台字第4600號

【雜誌類】

靈猴獻瑞

關懷心，圍爐情

/編輯部

——一起陪獨居長者過冬

椿萱並茂壽源長

梅竹平安春意滿

在山上，行人最怕遇到的是毒蛇，眾人皆認為它是惡毒的，但毒蛇人告訴我們，人心才是最難惡毒難揣的，可是在經驗許多的人生故事後，我們不禁要說，最令人溫暖的，卻也是這一顆人心。

隨著一波波的寒流侵襲，雖然中部仍維持著鬱陽高照的好天氣，但早晚日漸增大的溫差提醒著嚴冬的到來，尤其住在都市、鄉間一隅的獨居長者們，感受是強烈，別人家早就換上厚重的冬衣，兒孫也成群地嬉戲寒間暖，一邊期待著年節的到來，而獨居長者們卻只能孤伶伶的和寒風落葉為伍，寂寥的心情縈繞心中揮之不去，加上行動不便，整天只能坐在屋內望穿興嘆，一切的景象確有增加心頭淒涼之感。

然而，有許多企業、團體、個人都發出善心在為弱勢長者的生活做努力，也因為如此，老五老基金會才得以在這個冬天舉辦一系列的圍爐活動，沒有地域、沒有族群的分別，有的只是大夥共同的付出，從企業界雅方食品提供羊肉爐和蘑菇雞以及興業食品提供五木拉麵贊助此次活動，我們見證了企業主的愛心，在此微利年代裡，願意持續從事公益事業的機構更是值得令人欽佩，而各中心許多默默出錢出力的志工，更是這些活動幕後的大功臣，助人為快樂之本——我們在志工的身上看到了。

當然，除了感恩，最開心的莫過於看到長者們在餐桌旁津津有味地享用著，或許，其中沒有五星級的富麗堂皇，也沒有燕窩、魚翅的菜色，可是我們見到了一張張充滿笑意的臉龐和一顆顆滿足的心，一年中雖只有這麼一次，但對獨居長者而言，卻是足以回憶許久的一刻，在霧峰明台高中的那場圍爐，高中生帶著長者們在校園中曬太陽、散步，並且替他們洗頭、整理儀容，雖然阿公阿媽門口直嚷著「歹勢、歹勢，給你們添麻煩了」，但精神多了的面容散發著的是他們的開心和感恩，畢竟，誰希望是孤獨一個人呢？有這麼多人的關懷和陪伴，感動之情油然而生，以致阿媽在用餐的同時，眼角忍不住也泛了淚水，誰無父母？誰無子女？此情此景令人動容，也令人不禁為年邁的阿媽掬一把淚水。

而就在系列圍爐活動陸續開始之際，報導以著斗大的標題「十年後，每4人喪1老人」提醒著我們台灣人口結構老化的危機，的確，國民平均年齡的提高和越來越低的生育率，都使得這個危機更加快速的到來，然而，危機即是轉機，許多大企業主都已經嗅到銀髮世代中高達三千億的龐大商機，積極從事養生村、保健產品的的規劃和行銷，但這一切對處於相對弱勢的長者而言，依然只是風馬牛不相及可望而不可觸的夢想，甚至連選項都不是，畢竟，當者越富，費者越貧，所幸，有愛心的人仍不在少數，藉由有時、金錢、物資的奉獻，弱勢長者得以較好的安置和生活，此刻，老五老基金會也深感時代使命的重責大任，除配合政府提供送餐、居家服務支援外，更努力集合大眾的資源，以期為長者們營造更美麗的明天，因為老吾老以及人之老，可以多一些支持、關懷給予人類的上一代，這是令人開心的一件事，也是世代共同的責任，在此，本會也呼籲更多的朋友一起參與關懷老人，一個人一分力，集合眾人的心願和力量，我們得以付出的更多，如同圍爐一般，一人只加入一道菜，但鍋中菜色卻已十分豐盈了。

當然，身強體壯的年輕人現在不一定可以感受老人家所面對的處境，但看著自家的父母、祖父母日漸斑白的髮絲和逐漸厚重的鏡片，彷彿也可以感受那股歲月不饒人的氣息，有一天，我們都會老，也早為人生做規畫是最理想的，但個人如夢也似夢，計劃永遠趕不上變化，會面對什麼樣的劇情沒有人會知曉，因此，維持著樂觀和自信的生命態度才是最根本的，而行為餘力之時，也不妨多想想別人的需要，「施比受更有福」，能夠給予代表自己的富足，不論是心靈上或物質上的，也是代表自己的智慧和福氣，在此也藉機感恩過去一年對於基金會鼎力支持的各級長官、志工、企業、社會賢達和所有捐款、提供物資的朋友，由於你們的愛心和指導，基金會得以順利運作，並幫助更多的長者，時值新春之際，在此獻上誠心的祝福，願諸友朋一切順心如意平安，也期盼在來年繼續發揮「一人加一菜，火鍋關感情」的精神，持續予老五老基金會指教支持，感恩，也敬祝新春愉快！



石岡圍爐



霧峰圍爐



北屯區光新區圍爐



埔里圍爐



新社大圍爐



彰化海線地區圍爐

各中心大事紀要

九月份

埔里中心
09/17 志工至埔里基督教醫院關懷日間留院病患

彰化中心
09/01 海線地區開始獨居老人送餐服務
09/29 海線地區主辦各居家服務支援中心聯繫會報
09/30 鹿港、福興送餐志工團體督導會議

新社中心
09/04 新社老人成長團體
09/05 中和、福興送物資
09/08 新社社區服務
09/10 志工會議、興安園遊會
09/12 老人成長團體
09/14 復盛社區服務
09/18 縣府聯繫會報
09/20、21 志工觀摩研習
09/23 志工在職訓練
09/24、25、30 電影展(新社、東興、中興嶺)
09/30 老人成長團體出遊

石牌中心
09/03、04 參加長期照護
社區照顧先導
計劃成果觀摩
聯合報記者訪談
09/17 正聲電台訪問
09/26

石岡中心
09/01 龍興村保健服務至活動中心
09/02 志工/家庭照顧者支持團體聯誼會石岡衛生所上課
09/03 志工賈路向921基金會訪視重建未完成弱勢戶6戶
09/10 石岡鄉公所落成參與落成典禮及音樂會
09/15 九房村保健服務
09/17 鄉公所組合屋會議針對居民安置及政策說明
09/18 台中縣生活重建中心聯繫會報至台中縣政府遠東新村組合屋
居民參觀新社團宅
09/10、09/18、09/24 老人成長團體三次在萬興村活動中心舉辦
09/20、09/21 參加志願服務觀摩研討會
09/25 縣府組合屋會議在潭子身心障礙館召開組合屋因應損失
09/27 志工月會議

北屯中心
09/02 發放物資
09/06 社區活動「仲夏YA!攜手同心、共創健康博覽會」
09/27 后庄里敬老聯誼會餐會
09/30 仁愛之家組合屋一發放物資、團燻

十月份

總會
10/25 協辦路思義教堂40週年詩歌觀摩活動

彰化中心
10/4、5、10、11、17、18 照顧服務員督導培訓-台中
10/09 居家服務巡迴輔導座談會
10/12 第一屆照顧服務員績優表揚頒獎活動

石牌中心
10/05 古慶里重陽節活動
10/08 振華里志工培訓
建民里保健服務
10/25 志工基礎訓練
10/29 福興里志工培訓

新社中心
10/02 參觀南投投冬新社區
10/06 新社社區服務
10/22 縣府居服聯繫會報
10/23 縣府聯繫會報
10/28 重建小組開會

石岡中心
10/01 龍興村保健服務
10/02 石岡中心/參訪南投投冬社區
10/4、10/18 石岡中心/社工員參加大甲居服督導員訓練
10/15 九房村保健服務
10/16 志工月會議
10/26、27 92年度志工在職訓練暨聯誼
10/18 東勢湖岸咖啡協會一個家的夢
10/20 大甲溪河川地5戶協調會在鄉公所由鄉長主持
10/21 大甲溪河川地住戶5戶協調會在徐中雄辦公室
10/22 參加921重建推動委員會訪視大甲溪河川地5戶
10/23 台中縣政府聯繫會報

埔里中心
10/03 參加10月份大埔里區聯繫會報暨個案研討會
10/29 於牛耳石礁公園舉辦「南投縣居家服務個案研討會」

北屯中心
10/16 銀髮族老人高峰會
10/22 東山樂園「相約東山健康九九」活動

十一月份

總會
10/30-11/03 台中世賢銀髮族博覽會
11/06-11/10 台中世賢婚紗展跳蚤市場義賣
11/08 老虎城「立冬團爐敬老義賣」活動
11/12 副執行長到小太陽廣播接受訪問
11/27 原鄉成果發表記者會於台中市議會舉辦
11/29 台中火車站前舉辦第四區社造中心營造成果發表會

石牌中心
11/03 照顧服務員開訓
11/14、16 參加台灣醫學學術研討會
11/18 參加健康社區營造成果發表
11/19 參加衛生局志工表揚大會
11/25、26 參加台澳SARS防治會議

新社中心
11/03 北醫學生來訪
11/10 新社社區服務
11/12 縣府重建會議
11/16 復盛社區服務
11/19 老人集議研討

彰化中心
11/21 長期照護機構領導訓練研習營
11/27、28 照顧服務員在職訓練-機構參訪
研習營

北屯中心
11/08、09 志工領導訓練
11/15 老五老志工參加
三代同堂運動會

埔里中心
11/07 參加11月份大埔里區聯繫會報暨個案研討會

十二月

總會
12/12 志工總動員記者會
12/13 國父紀念館義賣
12/14 和雅方公司到來古部落進行關懷之旅
12/20 到台北義賣

埔里中心
12/02 正式搬入新會址：南投埔里鎮四維路107號

彰化中心
12/08 老人保護聯繫會
12/12 長期照護機構試探揭幕典禮
12/14-30 照顧服務員培訓

新社中心
12/03 居家服務員會議
12/06 重建中心聯誼活動
12/15 新社保健服務
12/17 福興老人團爐活動
12/20 情人木橋跳蚤市場活動

石岡中心
12/13 在石岡遠東新村組合屋舉辦「營火組合心、團爐溫暖情」活動
12/20 在情人木橋舉辦惜福愛物跳蚤市場義賣
12/24 在霧峰舉辦「興霖有愛、明台傳情」中低收入獨居老人團爐活動

石牌中心
12/02 東華社區保健服務
12/04 振華社區志工培訓
12/05 國防醫學院參觀古慶社區健康營造業務
12/08 基隆市衛生所來訪
12/18-19 志工共讀營活動
12/25 北市健康營造成果博覽會

北屯中心
12/14 台中市績優志工單位表揚(老五老基金會甲獎)
12/19 宣導高中學生到獨居長者家中協助整理環境
年度志工大會
12/21 在碧光新城舉辦「聖誕敬老冬至團爐」活動

走出部落

重慶區第四區社造中心
羅紀彥/文



天剛亮，旅館外的火車站前已車水馬龍，人群車流來來往往，似乎一刻也不停了，就在這繁忙潮流之中，有一個極具意義的活動將要展開，這是今年文建會重建區第四區社造中心協助各部落營造點舉辦聯合成果展與產業推廣展活動，這些原住民部落地處偏遠，往往不多機會將本身部落特有物產做一直接行銷推廣，因此特別與老五老基金會合作，於台中火車站廣場舉辦，讓都市民眾也能接觸到屬於原鄉部落的手工藝編織品及農特產品，老五老基金會副執行長李恩光也就號召了一些都會社區團體的參與，主要目的是希望搭建一個城鄉交流的橋樑。大清早，一開始工作夥伴便於此幫忙佈置場地，不一會兒各部落團隊都陸續來到會場現場，將自己部落的看家本領都展現出來。

哈崙台部落有以五葉松精製而成的五葉松健康汁及果凍；春陽部落精美大方的編織藝品；大溝境社區著名的香水百合還有很有特色的高山山藥果及紅娘情人果；象鼻及達觀部落有甜柿特色；三叉坳部落展示自己野溪竹構建築過程；麻必浩部落傳統工藝及野溪生態展覽；瑞岩部落也有著相當豐富多樣化的手工藝品；雙巒部落有精緻的串珠編織以及極具原味的木甕及石甕；潭南部落有漂亮的手工織布與竹籐編織；雙丘部落的又甜又大顆的葡萄及靜態展示；裡冷部落同樣也有五葉松果汁及精美竹編；萬大部落的香糯米及各式美食還有一些老照片展覽；來古部落的竹編藝術及竹筒飯等風味飲食。

每一部落無不拿出絕活，以最具代表性的產品呈現給大家，看著大家雖然忙上忙下，但每個都是忙得不亦樂乎，能夠將自己部落物產呈現出來等於將自己部落介紹給大家認識一樣，發揮部落分享互惠的精神，也將信心比心讓都市民眾感受到這份情意。

除了靜態展示，當然少不了最精彩的動態的樂舞呈現，一開始由太極門學會以雄壯的神鼓陣拉开序幕，聚集不少人的目光，也一一介紹今天來到會場的各部落團隊。緊接著是春陽部落的傳統泰雅歌謠表演，由一群平均年齡不到30歲的部落婦女及少女所組成，看著一群有經驗的婦女帶領著自己小孩隨著音符起舞，也把屬於自己的文化歷史一併跳了出來，各部落的人也都隨著節奏擺動著，好像把部落的舞台佔有了這塊廣場上，雖然腳下踩的不是自己熟悉的土地，每個人心中律動的頻率是一樣激昂而熱烈的。

接著是主辦單位社造中心做一致詞致謝，看著黃美英老師站在廣場上，以沙啞的嗓音說出這一年來部落社造的辛勞與收穫，我內心不免有些感觸，從一開始幫部落去年度計畫的核對到訂訂計畫書，深入部落舉辦課程及活動，再這幾個月也部落本身計畫的執行，樣樣都是老師及工作夥伴不眠不休的協助，部落裡的人也由原先對於公部門計畫的陌生感到漸漸上手，這一切都是經過時間及思考的歷練，沒有一件事是可以一蹴可及的，都是需要由小處紮根，以結合部落內部組織的相互共濟，替社區的發展性作一藍圖規劃，看著一旁社造員雖然只是靜靜聆聽老師說出這幾個月的工作，但每個人心中一定都蘊含著不少自己從事社造的一番甘苦感觸，隨著時間的推移而日益深遠。

活動節目當中安排針對一些都會社區的協助團隊頒發感謝狀，其中張媽媽還拿一個以頭頂背負的竹編籃子贈送給一位贊助廠商的負責人（編者按：雅方食品林明正總經理），這位負責人也用頭頂背起來致意，看起來相當的有意思。

而來自瑞岩部落的社造員Terow大哥拿著一把吉他配上自己渾厚嗓音，馬上就引起眾人注目，Terow大哥這陣子生了場重病，但還是很堅持將自己社造工作伙伴就班接續下去，看著他唱歌陶醉的眼神，我想部落裡頭誰就是這種憑著這樣的情熱及衝動；春陽部落的樂隊及唱者也用音符將自我深深感情傾吐出來，張媽媽也拿出口簧琴奏出對於自我文化的認同及感動，尤其聽著張媽媽唱著一首歌名為「我是真正的女人」，歌詞意思是真正的女人是要會認真的織布、幹活等，悠遠的泰雅傳統歌謠，好像泰雅祖靈就在一旁靜靜聆聽，令人內心之中浮現一股厚實感，久久揮散不去。

萬大部落古調傳承班Yaki（祖母）們的傳統歌謠表演，當她們一從廣場邊手牽手走出來時，那種時代的歷練及滄桑感頓時於空氣中瀰漫著，她們一站在廣場中就是活生且更有價值的文化資產，看著她們的執著及專注，不讓讓人心緒莫名沉靜下來，腦中耳裡滿滿都是她們的歡悅及驚喜，後來一群工作夥伴也隨之團團跳起舞來，大家做一族群相互融合，雖然聽不懂她們口中唱的及唱和出來的是什麼，但大家由此心靈是共通的，手拉著手唱出自己內心深處最底層的呼喚，大家由震災的陰霾中重新再挺立起來，以充滿自信的體態往前邁進。

下午各部落陸續的展售，也開放讓各部落人士上台表演，前來助陣的台中師範學院的古他及口琴社也一塊參與演出，他們真摯的樂音也引起現場不少的共鳴，這算是一場與原住民彼此的共享及交流吧。

潭南部落松英姐也拿把吉他唱出大家熟悉的歌謠，往往是那種自然又帶些粗獷的嗓音，是最叫人印象深刻；負責錄影的雙丘部落全慧姊，也忍不住拿起古他替來幫來古部落的美惠姊及英姐伴奏，看著美惠姊唱歡快樂陶醉的神情，心裡也不自覺地高興起來，二年來她和先生對社造工作相當盡心盡力，每回活動總是提前抵達，我們去來古部落之後，更佩服他們對部落文化藝術與環境的用心及付出，這一切都盡在不言之中，從歌聲中也聽到她對未來無比的期盼及希望。社造工作不就是这样，當你付出，就能從溝通及承擔中學習到如何推展自我，當能持續堅持下去，就能得到那份發自心底的喜悅，這是什麼都比不上的，即使這工作是長遠持續性的，但就是在這路途中遇到這麼一群執著並不吝付出的有心人，或許之中並未營造出相當具有代表性的事務，但大家都深入內部找到那個最原始真切的自我，相互凝聚起來推動著，就能將自我拓展出去，這才是社造最有意義的地方，我想大家一直都不斷進行著，肩伴著肩向前推進。

夜幕低垂，部落團隊收起物產，往著回家的路前進，日子還是一如往常的不斷循環，部落的人依舊要回到部落過著屬於他們熟悉的生活，車站來來往往的人仍然沒有中斷，然而此刻工作夥伴都依樣抓住自己的感受，這天將是一個對部落社造計畫及對自我極具意義的一天，或許就這樣讓部落裡的人更堅定信心往自己的路走去，也許還是另一個人對未來對生命的契機。

此刻，我坐在電腦前，手懸著鍵盤，指一指的打出內心感觸，一邊吃著帶回的甜柿及紅娘果，「甜柿」香甜滋味充溢於內心，如同社造成果呈現，「紅娘果」酸甜滋味更是讓人無比深刻，不時回想起社造過程的酸甜苦辣，正有如這滋味一般，是會一直常存於腦海中且永難忘懷的。

