

老五老好厝邊

93年 第十二期

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
中台免字第460號

（雜誌類）



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：19101767
戶名：財團法人老五老基金會

發行人：楊志良
傳真：04-22463947
E-mail：f@ofo.org.tw
會址：台中市406北屯區港南路三段277號
中華郵政中字第1582號執照登記為雜誌交寄

期待親食的阿嬷... 期盼您的幫助...

自羅大佑唱紅了鹿港小鎮，鹿港的觀光人潮和經濟確實改善了許多，但對於76歲的阿英阿嬷而言，悲苦、貧困的人生卻是一輩子都揮之不去的孽緣，每天都訴說著喪氣的話語，雖然一口氣生了8個子女，但因家庭貧困，孩子缺乏接受教育的機會，長大成人後，家庭關係一片混亂，不是失業、車禍受傷，就是疾病纏身，自顧不暇，在阿嬷的先生因肺病去世後，沒有人能夠照顧她，阿嬷也因為傷心過度，顏面神經麻痺，身體功能逐漸退化：腎肝、心臟、行動都有問題，並且由於吃了太多醃漬過期食品，長期營養不均，阿英阿嬷的身體一日不如一日，每週都需要拜訪診所，緩解病痛，3,000元的敬老年金，被掛號、醫療交通、支用的所剩無幾，新鮮的蔬菜與熟食對阿嬷更是寶貴的願望...



慈心社會公益的基金會志工林坤榮(右)，常常義務在活動現場幫忙處理義賣，並與文心國小四年九班學童共同成為助學人，他除了在學童升學班現場，持續擔任病弱體的陪讀人，他的志工精神標榜許多人加入公益的行列，也讓基金會工作人員倍受鼓舞，尊稱他為「徐家新」。



文心國小四年九班學童演出兒童節義賣所得6,700元並送來對病弱體的送聲，確有老師和家長支持，並

人愛不孤 學子獻愛心

「人孤愛不孤」送餐服務認養計劃推出後，陸續續續有許多學生用行動表達他們對於長者的關懷。
4月16日，台中市文心國小四年九班同學率先響應人孤愛不孤活動，把原本擬押一半當班費的義賣所得全額捐出，認養東勢的安阿媽並借機讓學童上了一堂生命教育的課。
台中縣博愛國小學生知道文心國小學童善行後，在4月21日到和平山區為獨居原住民長者打掃。
在此同時，大肚國小六年戊班學生也在報端得知消息，並主動在5月7日捐出1,109元響應這餐認養活動。
5月7日、14日，宜寧中學慈幼社學生到獨居長者住家協助打掃、聊天關懷。
5月20日，松竹國小學童借由唱歌、跳舞表演等精彩節目讓獨居長者感受溫馨。
6月10日，陳平國小學生表演相聲、舞蹈、直笛、手語等活動娛樂長者，並捐出8,100元響應人孤愛不孤活動。



台中區和平橋學童帶小學生利用清潔班帶來善舉VAGI(捐書)，雖然他們沒有多義的錢可以捐出，但期望可以常常到VAGI家中協助打掃，擔任VAGI的志工，讓VAGI不再寂寞，也期望更多社會善心人士可以一起幫忙讓世界的心中永遠的VAGI。



宜寧中學慈幼社協助埔區長者打掃環境，並與老師聚餐交流份數。



松竹國小學童唱歌、跳舞，與長者互動，埔區長者都覺得很開心。

認養專線

04-22463927 分機16或25
0934-391266 分機16或25

劃撥帳號：19101767

戶名：財團法人老五老基金會



台中市凌平國小學童人孤愛不孤活動，五年二班、五年三班、五年六班同學共募捐8,100元響應認養無獨居埔區長者。

送養認養專案

- 認養人 以一對一每月捐款2,000元提供長者溫馨熱食與居家關懷
- 資助人 以二位資助者每月各捐款1,000元提供長者溫馨熱食與居家關懷
- 助養人 每月捐款300元協助認養活動業務推動
- 捐款人 不定期不定額捐款協助會務推動
- 贊助 贊助送餐服務車、中央廚房設備、保潔餐盒等餐具

埔里的黃阿嬤

埔里是一個山明水秀的地方，但在921大地震受到重創，目前已逐漸完成重建，處於弱勢的黃阿嬤，在老伴過世後，就獨居在窄小簡陋的房舍裡...

風雨無阻～溫馨傳愛，熱食到家

文/社五區 賴華吉

「如果我在送餐的過程中發生什麼意外，請不要怪老五老基金會，因為這是我自己的選擇！」字體到這句呢？秀麗姐，一位平凡的女性...

另外，讓秀麗姐覺得相當高興的一件事是由她的認真與執著所影響了她的先生與小孩...



埔里中心完成 為長者提供更



光

的傳達

文/社五區 金玉雲

人到了七十多歲的時候還能做些什麼？大多數的人或許認為：人老了，肩不能挑，手不能提...

潘花一極其平凡的一位老人家，連名字都平凡的可以，我們稱她「達達」平儀族中獨守女性長輩...

因達達的積極參與，她的一言一行展現出喜悅、感恩、奉獻、在深入了解之後...

下次，若有人問你：當你到了七十幾歲的時候想做些什麼？希望你想起達達的例子...



保健康專欄 超高齡心肌梗塞 照樣安全活下來



五位老人的年齡加起來超過四百五十歲，都因心肌梗塞被緊急送醫...

最近兩個月內，有五位年齡都超過九十歲的心肌梗塞患者，在發覺嚴重氣喘的現象...

在二十年前，對六十歲以上的冠心病患者，醫界都不太敢對患者作心臟導管氣球擴張術...

中央廚房建置， 溫馨的送餐服務。



台灣菸酒場仍假設公同萬餘煙餐餐區
(左)代產公司仁千多位約五明標20歐
元級老五老基金會，希望可以物購則
五，也期納社業大業，一美譽則公商華
聯，老五老基金會也副銀行程李學光
(右)代產場受。



中國中心：由台中國政府主辦、老五老基金會承辦的「第二屆全國替代社會服務高齡球錦標賽」，三十日在台中中華區體育館開幕戰，來自各地十八個縣市兩百多位替代役青年大埔與寺明昌競球，結果由台北市社會服務老人服務安寧中心B組實成贏得的冠軍。圖為台中區長黃仲生主持開球典禮。



4月25日「台中市29區萬人遊行」，提
領人山人人，基金會員與手札、T-shirt
、手製老五老基金會標誌及旗幟供義
、吸引許多人的駐足。



銀行經營團團禮到台中市社公廳公公大樓
管理研習會收場慶祝酒會



→彰化中心三月三日舉辦銀行社會團體
聯誼會研討會，本堂即與研討會主由禮最
結與團研習會場出物空，經由節定古社互
研習會場，再與團研習會其間進行研習
、行空彼此與研習會。



北屯中心 5/18-6/1，社區保健志工培訓



北屯社區健康管理中心所稱義舉
聯社區區社交流行空酒會

又都安全地活下來。
「年齡問題」，在過去

最近國外醫學報告，已肯定對超高齡心肌梗塞患者，以氣球擴張術或置放血管支架的治療，是優於血栓溶解劑的治療，並認為七十五歲以上高危險性的心肌梗塞病人，以氣球擴張術可以有效改善症狀及提高老人的生活品質。

有胸痛、心絞痛、
並未獲得明顯改善，但

目前台灣的心導管手術已與外國並駕齊驅，澄清醫院一年內對年齡超過八十歲的心肌梗塞患者，已有九十位治療病例，成功率高達97%，顯示這項治療具有高度的安全性，並不斷地向超

管檢查，何況要作
錯失積極治療的機會，
並有優異的成果表現。

目前治療心肌梗塞的致命疾病，其實已沒有年齡的問題，但仍存有時間問題，患者只要把握十二小時的「黃金搶救期」，一般而高，急性心肌梗塞是可以有接近百分之百的治療成果。



(作者：澄清醫院李萬宜心臟內科主任)

老年營養頭好壯壯

文/彰化基督教醫院康復科營養師

隨著經濟發達、醫療科技的進步與營養狀況逐年改善，大部分人在六十五歲其心臟及生理才會出現老化現象，諸如：視力、聽覺、味覺遲鈍、記憶力衰退及反應遲鈍等。

保持腦部健康為老年人的一個很大的隱憂，其實老年痴呆症目前沒有特效藥可以醫治，但是許多國際的研究發現，老年痴呆症並不是一種人類老化的必然，而是如同其它的慢性病一樣，可以經由生活習慣與飲食營養的改變來預防它。若要腦細胞常保健康，在飲食上可以藉由下列幾個方法來試試看：

1. 減少鹽分過度攝取

高血壓易引發中風而引起腦部組織的損傷，加速腦部的退化，增加老年痴呆症的發生率。飲食上應減少醃漬、燻烤等加工食品的攝取，少喝肉湯及避免高湯汁類，並遠離抽菸、喝酒、熬夜等不良生活習慣，才能維持正常血壓。

2. 減少飽和脂肪與膽固醇的攝取

飽和脂肪與膽固醇可以增強免疫力及反應能力。過多「飽和脂肪」與「膽固醇」的攝取，易積存在血管內壁而造成動脈血管硬化或阻塞，導致腦部血流阻滯可以增強免疫力及反應能力。過多「飽和脂肪」與「膽固醇」的攝取，易積存在血管內壁而造成動脈血管硬化或阻塞，導致腦部血流阻滯可以增強免疫力及反應能力。過多「飽和脂肪」與「膽固醇」的攝取，易積存在血管內壁而造成動脈血管硬化或阻塞，導致腦部血流阻滯可以增強免疫力及反應能力。

3. 早餐不可少

葡萄糖是腦細胞能量的主要來源。我們經過一夜好眠，身體會自行消耗提供葡萄糖維持基本生理需求，但一早起若起床即時補充早餐，身體就亦因缺乏能量來源；葡萄糖）而導致疲憊、學習而提不起精神的情形。因此，早餐的供應對一天體力與精神的維持是重要的，而且根據研究指出：吃早餐可以增強學習能力與記憶力，所以記得一定要吃早餐。

4. 多攝取補腦食物

大腦神經系統主要是靠神經細胞間多種「神經傳導質」來傳遞各種資訊，這些特殊的物質是必須靠食物中供應的原料來製造。與記憶、思考有關的物質包括「乙醯膽碱」、「腎上腺素」及「多巴胺」，此類物質對腦部受影響。「膽碱」是製造乙醯膽碱的主要原料，在綠葉菜、玉米、小麥胚芽、蛋黃及花生等含有；「酪胺酸」及「多巴胺酸」則是腎上腺素及多巴胺的原料，在含有蛋白質的乳品、蛋黃、海鮮、黃豆含量豐富。

5. 維生素B群的補充

維生素B群最有關的營養素就是維生素B群的缺乏，包括維生素B1、菸酸、葉酸和B12。根據國外研究報告：失智病患在補充維生素B群的補充劑後，心智功能就有所改善。因此鼓勵老年人每日均衡從攝取各類食物並搭配天天五蔬果，則可以增加維生素B群及各種營養素的攝食量。老年人雖處於人生之最後階段，但仍可活得精采、願藉由每日細心的飲食搭配，讓天下每位老人都擁有強健身體與喜悅的心。

捐款芳名錄

信用卡定期捐款		三月份捐款		五月份捐款	
林韻孟		劉雅雯	2,000	劉雅雯	2,000
林文敏	100	邱怡節	1,000	林郁甘	10,000
黃雅玲	1,000	無名氏	12,000	許文茜	4,000
郭麗娟	200	韓世雄	1,500	潘承富	200
毛美玲	500	王秋旺	1,300	麥博雅	200
吳凱勳	2,000	廖忠明	300	游麗麗	3,612
王麗雲	500	劉景淑麗	1,200	陳登美	500
蘇清鈞	100	林澤洋	900	李足慧	200
陳仕俊	300	余德偉	1,200	陳怡瑜	200
郭忠奇	1,000	王秋博	750	陳俊謙	200
莊金丹	1,000	洪德輝	2,000	王以雙	2,800
蔡榮春	1,000	魏麗玉	1,000	陳志勇	2,000
陳明忠	398	廖惠秀	200	陳麗欣	1,848
嚴雲儀	1,000	王淑林	100	江愛嬌	20,000
黃根機	3,000	洪治達	5,000	無名氏	300
陳思仿	200	富豐電氣	200	游麗麗	1,600
沈璋萍	1,000	王麗雲	5,000	富豐電氣行	200
張月登	600	陳麗芳	300	無名氏	3,400
王嘉茹	300	廖素芬	2,000	無名氏	17,026
巨聯企業有限公司	300	麥博雅	200	文心級小四年九班	853
高麗純		洪淑華	500	李恩光	2,000
黃桂安		台中市私立博愛老人護理中心	3,000	無名氏	600
黃新芳				鄭惠惠	200
黃麗萍				王密林	100
胡治達	5,000			劉永耀	1,000
何舜婷	500			許秀麗	50
蘇世雄	200			台中市吉慶母姊會	2,000
郭素華				蔣秀英	200
顏進豐	400			林錦輝	300
顏子陽	200			陳茂	2,000
陳山香	500			無名氏	1,033
沈素華	300				
鄭素惠	200				
石冬壽	199				
崔立英	200				
林玉基	200				
陳光萍	200				
陳健輝					
梁小雯					
陳威實					
陳嘉雲	1,000				
李家華	168				
陳麗欣	3,000				
吳嘉祥	600				
任麗寶					
王崇林	200				

六月份志願總動員專案捐款	
財團法人明德醫院	50,220
天聖堂財股明德會館教育會	500
陳容美	1,000
楊樹明	5,000
黃明節	500
韓素芳	500
林彩虹	200
黃久美	1,000
林祐蔚	1,000
許子芬	1,000
黃有富	500
游麗麗	1,600
柳國楨	3,200
鄭玉芬	5,550
胡芳蓮	5,000
王文良	300
巨聯企業有限公司	300
盧怡娟	1,600
林繼明	1,600
張麗怡	1,600

捐物	
林美莉	全新收買機四台
崔立英	物資一批
5/13	陳張阿萍 (病休)張、韓橋(張)
5/13	興霖(韓橋)5箱
6/3	興霖食品有限公司 (拉糖)10箱
5/28	興霖食品有限公司 (拉糖)10箱

活動預告	
●彰化中心	6/20關懷老人歡聚端午包粽子比賽暨溫馨晚餐活動
●中縣中心	6/24、25家庭照顧者支持團體專業人員培訓活動
●中縣中心	6/19「端午傳香情」關懷長者活動

志願服務在老人照顧之角色與功能

老五老基金會董事長陳麗欣

壹、台灣人口之老化趨勢

表一 中華民國老年人口數實表

年級別	總人口數	65歲以上總人口數	65-74歲	老年人口佔總人口%	老年化指數
79年級	20,491,308	1,268,631	5,529,365	6.22	22.96
80年級	20,805,831	1,348,429	5,427,150	6.51	24.79
81年級	21,062,822	1,416,133	5,361,347	6.85	26.81
82年級	20,995,416	1,490,801	5,279,705	7.10	28.24
83年級	21,177,874	1,562,396	5,169,581	7.38	30.22
84年級	21,357,431	1,631,054	5,076,083	7.64	32.18
85年級	21,535,443	1,691,608	4,982,543	7.86	33.98
86年級	21,742,615	1,752,266	4,914,280	8.06	35.65
87年級	21,928,891	1,819,231	4,819,400	8.26	37.89
88年級	22,092,287	1,865,472	4,734,596	8.44	39.40
89年級	22,276,472	1,921,308	4,703,093	8.62	40.89
90年級	22,465,948	1,973,357	4,661,884	8.81	42.33
91年級	22,550,776	2,031,300	4,598,892	9.02	44.17
92年級	22,644,548	2,087,718	4,481,652	9.24	46.58

說明：
1. 資料來源：內政部戶政司
2. 老年化指數=65歲以上人口÷0-14歲人口×100

根據內政部之人口統計資料(詳表一)，中華民國之老年人口呈逐年成長，而自14歲人口則呈逐年減少之趨勢，進而於西元1993年老年人口佔全人口之7.10%，正式邁入了聯合國世界衛生組織所界定之高齡化社會，驚人地是該比例之增加十分快速，在2003年前已經邁入了9.24%。

楊校長在引用李福益的研析(2004)指出「首屆地區人口老化的速度遠快於歐美等先進國家，因為英、德及54年，美國70年，瑞典85年，而法國更達到130年的人口轉型時間，才達14%的老年人口數。」至於台灣老年人人口之成長根據行政院經濟建設委員會人力規劃處(2002)台灣地區中推計65歲以上人口佔總人口之百分比(詳表二)，至2007年該比例將達到10.4%，該比例呈民國100、110、120、130、140年該比例分別達到10.4%、15.9%、22.6%、26.8%、29.8%，換言之，台灣在民國一一〇年以前老年人人口將超過14%以上的水準，我國以大約廿五年的時間即發展至先進國家的老人老化水平，我們因應人口老化所衍生之問題的準備時間僅有先進國家的二分之一，甚至只有五分之一之時間。

表二 臺灣地區未來高、中及低推計65歲以上人口結構

年別(民國)	65歲以下人口			65-74歲以上人口		75歲以上人口	
	人數(千人) (高中低相同)	占總人口%		人數(千人) (高中低相同)	占65歲以上人口%	人數(千人) (高中低相同)	占65歲以上人口%
		高	中				
91年	2,019	9.0	9.0	1,255	62.2	764	37.8
92年	2,072	9.2	9.2	1,264	61.0	807	39.0
93年	2,130	9.4	9.4	1,280	60.1	849	39.9
94年	2,192	9.6	9.6	1,300	59.3	892	40.7
95年	2,251	9.8	9.8	1,321	58.7	930	41.3
96年	2,304	9.9	10.0	1,343	58.3	961	41.7
97年	2,357	10.1	10.2	1,368	58.0	989	42.0
98年	2,404	10.3	10.3	1,385	57.6	1,019	42.4
99年	2,426	10.3	10.3	1,377	56.8	1,048	43.2
100年	2,459	10.4	10.4	1,384	56.3	1,078	43.7
110年	3,855	15.6	15.9	1,624	64.2	1,381	35.8
120年	5,516	22.1	22.6	2,178	57.3	2,358	42.7
130年	6,309	25.8	26.8	3,039	48.2	3,270	51.8
140年	6,518	27.9	29.8	3,094	47.3	3,424	52.7

資料來源：行政院經濟建設委員會人力規劃處(2002) 中華民國台灣地區國民91年至140年人口推計。頁19。

除了時間之急促外，台灣人口老化的另外一個問題是高齡老年人(七十五歲以上者)之增加，顯而易見地，七十五歲以上人口佔老年人口之比例迅速增加，蓋根據表二，顯示台灣地區老年人口之老化，除了老年人口之快速增加外，更凸顯了台灣地區老年人人口老化之質變相對地，老人服務與照顧之內涵也需將高齡老年人之需求列入考量。

同時，行政院經建會人力規劃處參考上述之人口推計後，也提出「新世紀人力發展方案(民國90-93年)」，在人口策略

方面提出兩大建議：一、推動協助育幼措施，以提昇生育水準，維持人口長期穩定成長；二、協助國民安老規劃老年生活，推動長壽計畫，提昇老人生活品質。有關後者則更提出下列四點建議：

1. 辦理老人社區服務網絡，補助公私立老人福利機構，協助低收入戶從事社會福利服務工作。
2. 改善政府機構系統辦理老人福利運用，增進機構內志願服務工作，並逐步增進居家服務工作。
3. 從宗教界、企業界招募優質高素質發展學學社、協會、協助發展學社、協會老年生活。
4. 參考先進國家老人福利政策及所采人力類別與培訓方式，以建立適合我國老人福利之人力培訓計畫。



在面對台灣人口之急速老化之過程中，李運及張坤建議現行人力福利政策措施可分下列方向推動：

1. 居家服務：依據內政部相關老人生活狀況調查發現，老人仍以期望與子女同住或偶爾而居(72.53%)或與配偶同住(16.07%)，換言之，老人認為居家是最理想的養老居住方式。

2. 社區照顧：老人期待能在熟悉環境中得到安養照顧，延續老友之互相關懷慰問，藉由社區資源協助提供社區需求的滿足，乃是推展社會福利社區化主要精神，因此，建構社區福利服務網絡體系，對單身或喪偶老人，應是可行方向之一。

3. 機構護理：雖然根據內政部相關老人生活狀況調查發現期待居住於安養或護理機構(2.83%)或老人公寓(1.43%)之比例很低；即使是獨居老人，其理想的生活方式，仍有63.6%者選擇獨居，僅1.5%選擇居住於老人公寓，另有4.6%的獨居老人選擇居住於(公)私立安養護理機構，顯示獨居老人對機構式的居住型態接受度不高，但卻有其不得不的必要性，而依據老人福利法第九條規定，老人福利機構分為長期照顧機構、養護機構、安養機構、文康機構、服務機構等五類，但老人護理機構應該包括前三大類。

貳、台灣社會對「聯合國一九九九年

國際老人年」之呼應



在面對上述人口之急速老化，回顧聯合國大會在1997年根據1992年通過的「老化宣言」指定1999年為國際老人年，該宣言之目的在「敦促國際社會要加速透過各界與國家的合作，廣及於發展社區、媒體、民營企業部門與年輕世代，大家共同努力創造一個不分年齡，共同分享的社會。」易言之，聯合國所推銷的1999國際老人年，

乃是一個「不分年齡，人人分享的社會」，內政部也積極配合該會之呼籲，實惠「1999國際老人年：不分年齡人人分享的社會」，並且將十一月一日為國際老人日，大力推動聯合國「老化宣言」所明列的目的，主張由家庭、社區、媒體、民間企業、整體社會等一同來關心老人。

事實上，聯合國大會在1991年通過的「聯合國老人綱領」提出了五個重要的議題，分別是獨立、參與、照顧、自我實現與尊嚴，而內政部也以「安全、尊嚴、快樂」一預約溫馨有活力的二十一世紀，來規劃全齡性的活動，並結合鄰里、家庭及個人、商業部門及專業社團、學校及大學、媒體等共同推動地方性的活動。(參見內政部1999國際老人年：不分年齡人人分享的社會之文宣資料)在延續獨立、參與、照顧、自我實現與尊嚴等五大議題及經建會所提出之人口策略後，有關老人照顧與志願服務之議題也因此而被突顯出來了。

聯合國指定1999年為「國際老人年」後，又宣布二〇〇一年為「國際志願服務年」(International Year of Volunteers, 簡稱IYV)，宣告志願服務的重要性，並宣佈國際志願服務年所欲達成之整體目標共計有四：一、增進志願服務之認識 (Increasing Recognition)；二、促進志願服務之設施 (Increasing Facilitation)；三、增進並整合志願服務網絡 (Networking)；四、必要並增廣志願服務 (Promotion) (凌麗欣, 2001; 蔡榮爵, 2001)。期待能透過此一全球志願工作之行動宣言，對各國之志願服務機構、政府機關、企業組織、教育系統及各式傳播媒體等都能有所助益，並以達到倡導慈善利他精神、推廣志願服務參與、便利志願工作行動、結合民間社會資源、廣構社會服務網絡、並終極以保障所有參與志願工作者之的權利與條件為關懷重點。(陳麗欣, 2002)

台灣對國際志願服務年最具意義的回應是在西元二〇〇一年元月二十日頒布施行「志願服務法」，而內政部於二〇〇一年九月七日訂定發布推廣志願服務制度實施方案，使得志願服務有法可依，進而使得志願服務邁入了一個嶄新的里程碑。黃華源(2001)分析該志願服務法後，主張該法具有從慈善愛心擴大到社會責任；從犧牲奉獻擴大到智能成長；從民間自主擴大到政府參與；從無組織的擴大到有組織的；從熱心利他擴大到品質責任之志願服務；從完全付出擴大到權利義務之志願服務；從國內服務擴大到國際交流等七大意義。



有關志願服務之意涵，聯合國的解釋是：「凡

而不計報酬勞收入者，稱為志願工作人員。」(陳武雄, 1996) 而美國社會工作人員協會則認為：「一群人追求公共利益，本著自我意願與選擇而結合，稱之謂志願團體，參與此團體之工作者，稱為志願工作人員。其範圍很廣，包括了經濟、社會、教育，甚至於政治等各方面。」(蔡漢賢主編, 2000) Ellis and Noyes (1990) 認為志工是以對社會負責任的態度，而不是以對金錢利益的關心，來呈現個人需求所選擇的行動，此舉動遠超過個人基本的義務。

隨著志願服務之受重視，一個志願服務者在志願服務之過程中扮演著何種角色，也是一個值得深思的問題。黃華源(2001)即指出志願服務者除了扮演直接服務的角色外，尚可扮演「指出問題」、「決定政策」、「提出異議與社會行動」、「募款」、「擔任組織的發言人」、「報告和評估社區對機構服務方案的反應」、「社區計畫的共同執行者」、「發展新服務輸送體系」、「擔任弱勢者的代言人或倡導者」等角色，志願服務的意義至此產生了重要的變化，且角色更形多元。

陳麗欣(2001)在斟酌相關資料後，主張運用志願服務來推廣社會福利是可行的，並且提出了下列之方向：

1. 志願服務法有審慎檢討，行如修正之必要，並應訂定施行細則。
2. 志願服務雖然以直接服務為主，但因加以多元化，擴展至間接服務之非營利組織或機構之管理階層。
3. 將志願服務當成生活學習，以學習的心態來從事志願服務，配合終身學習社會的來臨，開創出志願服務之新境界。
4. 志願服務之內涵隨著民主社會之發展而擴大參與與責任。

5. 志願工作人員資源管理應加以專業化，而服務品質績效應考慮成本效益。
6. 志願服務應當反應當地社區之需求與特色。
7. 對志工之管理應落實志工教育訓練與督導制度，並考慮其個人之成長與自我實踐之需求。
8. 明確建立評鑑獎勵制度，提昇志願服務之品質。
9. 建構社會服務網絡，完成志願服務輸送體系，使得需求扶助者「呼援有處」，願助人者「貢獻有門」。
10. 適度編列志願服務之預算經費補助，擴大減稅之機制。
11. 加強志願服務教育，透過大眾傳播強力宣導，塑造志願服務之文化與動機。
12. 整合第三部門的力量，鼓勵教育單位的參與，並優惠工商企業之投入。
13. 擴大志願服務之獎勵。
14. 透過各種宗教推動志願服務工作。加強國際間社會服務之溝通與交流。

參、台灣社會對「國際老人年」及「國際志願服務年」雙重呼應之

一、志願服務與老人福利服務

由「各縣輔政科(市)政府成立之社會服務志願隊」截至九十年年底計有909隊，隊員有50266人，全年社會服務志工總計服務312.6萬人次，服務總時數為438.8萬小時，平均每志工每週服務1.2人次，每週貢獻1.7小時。貢獻總時數以老人福利服務占最多(28.6%)；綜合福利服務次之(16.6%)，社區福利服務再次之(12.68%)。

為更進一步地分析近年來之老人福利志願服務，因此乃就內政部志願服務資訊網站之「台灣地區志工志願服務時數」(詳表三)來說明老人福利服務之狀況，就八十五年至九十年之志願服務總時數而言，在近年中雖有所增減，甚至在民國八十九年達到最高點後，民國九十年及九十年一月皆有下降之情況，但是老人福利服務則有增加之趨勢，尤其百分比之增加更是不容忽視，顯示出志願服務在老人福利服務之重要性。

表三 內政部台灣地區志工志願服務時數統計表

中華民國八十五年應至九十年底	單位：小時	
年底別	總計	老人福利服務(%)
八十五年	3,091,765	384,299(12.43%)
八十六年	3,853,518	351,507(9.12%)
八十七年	4,076,612	463,353(11.37%)
八十八年	4,403,590	641,942(14.58%)
八十九年	5,657,376	1,039,928(18.38%)
九十年	5,427,450	1,022,467(18.84%)
九十年一月	4,388,410	1,255,028(28.60%)

資料來源：作者整理自內政部社會司(2004)。

臺灣地區志工志願服務時數。<http://volnet.noi.gov.tw/>

註：九十年至九十年一月志工人數之減少，主要係因九十年新設衛生志願服務隊與衛生保健隊所致。

一、照顧的定義

所謂「照顧」(care)，包括情感(affection)、愛(love)與活動(activity)、勞務(labor)兩個層面；英文當中亦有「caring about」與「caring for」兩種表達，前者表示照顧者基於對被照顧者的關心與情感而提供的照顧，後者則強調照顧中的勞務層面及其物質供需(引自洪湘婷，1998)。有些學者則將照顧定義上的雙重意涵為一體的兩面、不可分開單獨論述的(Warness, 1987)。在老人照顧的層面也同時是強調照顧的情感層次與勞務活動。



二、老人照顧之類型

就老人照顧方式而言，可以分為正式照顧(formal care)與非正式照顧(informal care)。前者是指來自國家的正式照顧資源，後者則為來自家庭、親友及鄰居等之照顧資源(呂寶靜，1994)。另外也有學者將國外的諸多老人照顧類型綜合為疾病照顧、管理、精神支持、出外照顧及日常生活照料等五類(吳妹娜，1992)。

吳妹娜(1992)曾綜合老人照顧分成「疾病照顧、管理、精神支持、出外照顧及日常生活照料」等五類，而作者為進一步瞭解志願服務在老人照顧方面有哪些項目，乃上網查詢整理，並參照上列分類整理為下列之類型：

1. 身體照顧服務：

包括協助沐浴、穿脫衣服、口腔清潔、進食、翻身、拍背、肢體關節活動、上下床及使用日常生活輔助器具等身體照顧事項。

2. 醫療服務：

協助簡易復健、血壓檢測、健康指導、發現問題與轉介或聯絡醫療機關(構)。

3. 家事服務：

環境清潔與處理、協助採購日用品、代辦郵電信件或寄領物品、洗滌或修補衣物被服、整理住家環境清潔等。

4. 文書服務：

代辦、代繳費用、代寫書信、協助閱讀、協助填寫及辦理福利之申請(如醫療單、殘障鑑定表格)及協助領取有關福利(如慰問金)等。

5. 休閒服務：

陪同訪友、散步、聊天、下棋、橋牌、聽音讀書、讀報、影片欣賞、手工藝活動、參加活動、運動或下棋、文康活動、卡拉OK歡唱等休閒活動。

6. 餐飲服務：

老人送餐服務，包括點心、營養午餐服務。

7. 敬老活動：

每年敬老活動、聖誕志工總動員、寒冬送暖活動等。

8. 精神支持服務：

聊天及陪伴、情緒紓解、電話問安、心靈關懷、宗教關懷、信仰祝禱與各宗教經文分享等。

9. 推廣教育：

陪同參加長青學院、老人大學、社區才藝教室、老人團體與講座及團體性活動等。

10. 轉介服務：諮詢提供進住者與其家屬所需的相關老人福利資源諮詢及提供申請生命線緊急救援系統之資訊。

11. 活動設計與執行：成立銀髮俱樂部，並協助活動設計、才藝教授、活動帶領或指導活動道具製作等。



12. 行政協助：協助業務推廣與行政事務，例如協助接聽電話及文書處理、畫海報、宣傳品及刊物出版、資料輸入、檔案整理、硬體維護、網頁設計、調查訪問行政工作。
13. 義賣與募款：協助二手物品交流活動捐贈物品之義賣，並將收入轉贈清寒老人，並徵募民不加入捐款助養人。
14. 團隊之結合與推動：整合完整團隊提供醫療及生活照顧服務。

肆、志願服務在老人照顧應扮演之角色與

功能作者在檢視志願服務者應扮演之角色、

志願服務推廣

社會福利之可行方向及志願服務在老人照顧領域之視況後，認為志願服務在老人照顧應扮演下列之角色與功能：

1. 直接服務：

目前志願服務在老人照顧包括了身體照顧、醫療協助、家事服務、文書服務、休閒服務、餐飲服務、敬老活動、精神支持服務等直接服務，有助於補助老人照顧專業人力之不足。

2. 參與行政事務或活動之設計與執行：

除了協助一般協業文書及資訊之處理，或規劃活動並帶領活動外，尚應積極參與、提供意見與協助、在老人福利資源管理應加以專業化，而服務品質則應該考慮到成本效益。

3. 擔任老人弱勢族群的代言人：

老人乃是一弱勢族群，然而該族群之人數與比例卻年年增加，老人福利之志願服務者應善用其對老人照顧需求之深刻體驗，主動地出面擔任老人之代言人，為老人爭取福利。

4. 指出老人照顧所面臨問題：

志願服務者在參與老人照顧之過程中，對老人照顧能有更深刻之體認，進而能更進一步地瞭解老人照顧目前所面臨之問題，例如：人口老化之嚴重性、安養機構之不足與不合法，又在老人照顧之過程中，未能顧及聯合國老人綱領所提出之「獨立、參與、照顧、自我實現與尊嚴」等五大議題。

5. 老人照顧議題與改革之倡導者：

目前老人照顧可以採用居家服務、社區照顧及機構養護等方式，其間涉及官方與業者之利益，志願服務者應該以非營利組織之立場介入，針對老人照顧之議題，提出改革之方案，並且大力之倡導，以社會行動來改善老人照顧之情形。

6. 協助募款：

雖然目前已有老人照顧之志工參與義賣與募款，並將收入轉贈清寒老人，甚至在徵募民不加入捐款助養人，但是期待捐款者、募款者及實地志願工作者能同時為一人。



7. 配合社區之需求與特色發起老人照顧之志願服務組，並投入該志願服務組之行政活動：

各個社區之人口組成與物質財力資源等皆大有不同，且在老人照顧之需求量也有所差異，因此，配合社區之需求與特色發起老人照顧之志願服務組織，誠有其必要性，而投入該志願服務組織參與行政活動將是一件更艱鉅之工作，但也是一件更有貢獻之工作。

8. 社區計畫的共同執行者，並自報告和評估社區對機構服務方案的反應：

志願服務應當反應當地社區之需求與特色，參與該社區有關老人照顧之計畫，並且需評估社區及受照顧之老人對機構老人照顧方案之反應，進一步報告給機構知曉，進而有所改進。

9. 建構完整之服務團隊，發展新服務輸出體系並推動志願服務資訊網路：

老人照顧服務需要醫療、生活照顧、社工、志工及其他諮詢轉介服務體系之參與，因此建構完整之服務團隊，提供轉介服務，健全服務輸出體系也是老人保護志願服務必要之一環。



參考文獻

- 內政部 (2001) 內政部推廣志願服務工作發展報告。
- 內政部 (2004) 內政部台灣地區志工志願服務時數統計。(http://volnet.moi.gov.tw)
- 內政部社會司(1999)內政部1999國際老年人：不分年齡人口共享的社會。(http://volnet.moi.gov.tw/) 行政院經濟建設委員會人力規劃處 (2002)。
- 中華民國台灣地區民國91年至140年人口推計。(http://www.cepd.gov.tw/ 行政院經濟建設委員會人力規劃處 (2002)。
- 新世紀人力發展方案 (民國90-93年) (http://www.cepd.gov.tw/)
- 李運、張祥 (2002)。
- 落實老人福利政策之迫切。國政評論。社會 (評) 091-214號。
- 財團法人國家政策研究基金會。(http://www.npforg.tw/)
- 呂寶靜 (1994)。淺談老人非正式照顧體系。福利社會。8-10。
- 吳味郡 (1993)。台灣地區老人照顧與社會網絡關係之研究。嘉義：中正社福學博士論文。
- 曾華源 (2001) 新世紀志願服務與實踐。如何落實志願服務研討會大會手冊。頁3-9。發表於2001年四月二十一日中華志願工作人協會主辦「如何落實志願服務研討會」。
- 曾廣允、曾華源 (2001) 我國志願服務潛在問題與應走的方向——開拓新途之志願服務法。
- 陳武軍 (1996) 如何激勵民眾參與，擴大志願服務範疇。從開二十一世紀志願服務會議實錄。頁99-113。
- 陳聲華 (2001) 國際志工年~青年志工的承諾。(未發表)
- 陳華華 (2001) 運用志願服務推展社會福利。從2001國際志願服務年會實錄談志願服務法。發表於2001年四月二十一日中華志願工作人協會主辦「如何落實志願服務研討會」。

誰來關懷家庭主要照顧者？

社工 舒雲/ 潘美生

潘

媽媽六十多歲，平常與潘先生及潘奶奶同住，兒女都在外地工作，潘奶奶長期臥病在床已十多年了，這十多年都是潘媽媽在照顧潘奶奶，初次訪視潘媽媽時，她很瘦小，我們告知潘媽媽我們的來意，因為現在政府的政策，所以只要重慶以上失能者就可以每個月有16小時免費居家服務，我們有居家服務員可以協助照顧潘奶奶，潘媽媽得知後只是淡淡的說她必須問她先生才可以做決定，我們告知潘媽媽，下次再來看她時可以告訴我們答案或是打電話給我們，再次訪視潘媽媽時，潘媽媽說她先生說有她照顧奶奶就可以了不用再麻煩別人，但從潘媽媽的眼神裡，深深的體會到，其實潘媽媽是很希望有人來可以讓牠有個喘息的時間的。

我們跟潘媽媽談很久，潘媽媽說她真的很久沒有參加過任何的活動了，可能從潘奶奶生病開始吧，而且潘奶奶已經有些壓瀟，照顧的工作就越是辛苦，又因潘媽媽年紀也漸漸的長，體力不如從前，要常常幫潘奶奶翻身也是一項辛苦的工作，問到潘奶奶多久沒有出去到外頭坐坐了，潘媽媽說因為一個人沒辦法抱起奶奶坐在輪椅上而做罷，只有過年孩子都回來，家裡人較多時才會互相幫忙的幫奶奶扶到外頭曬太陽，所以奶奶每天的生活，就是躺在床上等著三餐的吃飯時間而已，這樣的生活一晃就又是十多年了，……我們要離開時，我告訴潘媽媽我們下次會再來，希望有機會也可以和潘先生談談，同時替奶奶申請氣墊床，這樣可以讓奶奶躺得舒服些。

再次的到潘奶奶家，潘先生也在家，我們告知潘先生潘媽媽照顧家裡的所有事情還有奶奶其實很辛苦，而且如果有個服務員來幫忙，奶奶就可以常到外面曬太陽身體也會比較好，或是一起幫奶奶洗個熱水澡而不是每次的擦澡，奶奶會很高興的；潘媽媽也不會太辛苦，……後來潘先生說只要奶奶願意試試看好了，他只擔心奶奶會覺得兒女不孝，還要外人來幫忙……

老人居家服務本來只是中低收入戶及低收入戶才有的福利，因為台灣老人化情形越來越嚴重，相對的老人照顧問題也越來越多，如果家裡有一位老人需要長期照顧，家中的媳婦也辭去工作一天24小時的照顧奶奶，一年就8760小時，照顧是一個長期的工作，8760小時又不知應該乘上N年呢！所以會變得更多的人如果可以就請外勞照顧，不然就直接將老人送到養護機構去，可以非常的省事，可是，如果你是個老人，你會如何想，家畢竟是終老最好的地方。

自民國九十一年政府推動社區照顧及照顧服務產業，讓居家服務不再只是中低收入戶及低收入戶的福利了，更是擴及到一般戶有需要的家庭，終於有人看到照顧者的主要辛苦了，潘媽媽只是一個小小的例子，更多的人可能照顧者自己已離開人世，而被照顧者卻是留下來，這樣的一個負擔有可能就他拖垮了整個家庭，如果我們多一點點的關心照顧者，讓牠也有喘息的空間跟時間，相信被照顧的品質也會提升，照顧者也多了自己的生活品質。