



台中郵局許可證
台中字第1582號
雜誌

vol.75

2022.01~12

老五老年報

老五老

好厝邊

OLD FIVE OLD ROUNDATION



目錄

Contents

基金會簡介

- 1 關於老五老
- 2 董事長的話
- 3 執行長的話
- 4 組織架構
- 6 董事會介紹

服務專欄

- 8 居家服務
- 10 日間照顧
- 12 日照新站點分享

獨老關懷

- 14 營養餐食
- 16 居家修繕

熟齡人力

- 19 熟齡研討會
- 20 老五老計畫場域
- 22 oldyes廚房

倡議議題

- 24 高齡模擬體驗
- 25 世代共融

榮耀紀錄

- 26 榮耀榜

會務報告

- 28 年度執行數據
- 30 募集定期定額
- 31 信用卡授權書
- 32 聯絡總表

關於老五老

老五老基金會致力於「老」的各項服務

以「人」為中心的理念

每個人都是社區重要的一份子

一起共做、維持日常生活並且有貢獻

「老」是每一個人的進行式

陪伴在變老路上的每個人，獲得支持與照顧

能夠選擇喜歡的生活，讓老變得更好

越老活越好，OLDYES！





走過困頓時刻 讓長輩老有所安

2022 年是全球動盪的一年，國際面臨著俄烏戰爭影響，疫情及經濟低迷，導致物價上升、通膨嚴重等，所有的服務成本都倍增，我們在服務上也產生了許多困難與挑戰。首要，先感謝所有夥伴們，仍不停歇地陪伴 284 位日間照顧長輩、服務 2940 位居家失能者，全年無休平均每日關懷 80 人次的獨居長輩，風雨無阻送出 389,995 份營養餐食。

對於支持的夥伴，不論是物資捐贈、定期捐款、專案合作或擔任志工，衷心的感謝您，一路支持與協助，甚至與我們一起走到了 2023 年。新的一年，我們將這份報告忠實的交到您手上，希望您能夠看見我們的努力，亦將持續陪伴長輩、深入了解需求，提供更適切的服務。

今年度，我們將持續透過三大理念，使大眾達到越老活越好的願景。

1. 服務優化及創新研發：優化既有長照社福專業服務，也發展更多跨領域合作，研發新議題、創新服務發表。

2. 培立與傳播：使伙伴團體具有共利互助觀念，一起發揮影響力，並傳播 OLDYES 生活理念，改變社會對老的意象。

3. 展望國際：讓台灣老人服務專業力被看見、輸出技術與理念和國際接軌，期許達成「讓所有人越老活越好」的願景。

本會成立至今已 26 年，服務範圍從台北市到雲林縣橫跨七縣市，從都市型到偏鄉地區都有老五老的蹤影。今年度即將在雲林有自己的家，在照顧服務需求大的地方，陪伴長輩在地安老，屆時歡迎您一起來坐坐，喝杯日照長輩沖泡的茶吧！

財團法人老五老基金會
董事長

陳劭欽



助人服務的 現在式與未來性

老五老基金會自成立，已走過 25 年，保持著現在式的工作態度，伙伴們不斷地適應社會和人群的變化，提供更貼近需求的服務，無論是照顧日漸增多的失能長輩，亦或是提供身心困頓的獨居長者生活援助，老五老的伙伴們總是在第一線，用實際行動傳遞著對社會的關懷和愛心。

未來，我們將繼續努力，不斷拓展和創新服務，以滿足不斷變化的社會需求。隨著高齡化趨勢日益嚴重，我們將會在失能者照顧、獨居老人生活支持、長輩社會參與等方面進行更深入的探索和實踐，建立起以「價值」、「整合」與「實證」為基礎的老人服務，並透過與產、官、學等各界攜手合作，不斷探索創新的合作模式，進一步提高服務的質量和效益，為年長者提供更為全面和多元化的幫助。

在未來的日子裡，我們繼續秉持著「讓所有人越老活越好」的願景，為年長者和有需要的人們帶去溫暖和關懷。相信，通過不斷努力與付出、實踐與創新，老五老基金會將能取得更好的成果，成為社會公益事業的中間力量，「發揮影響力，一起共好」。

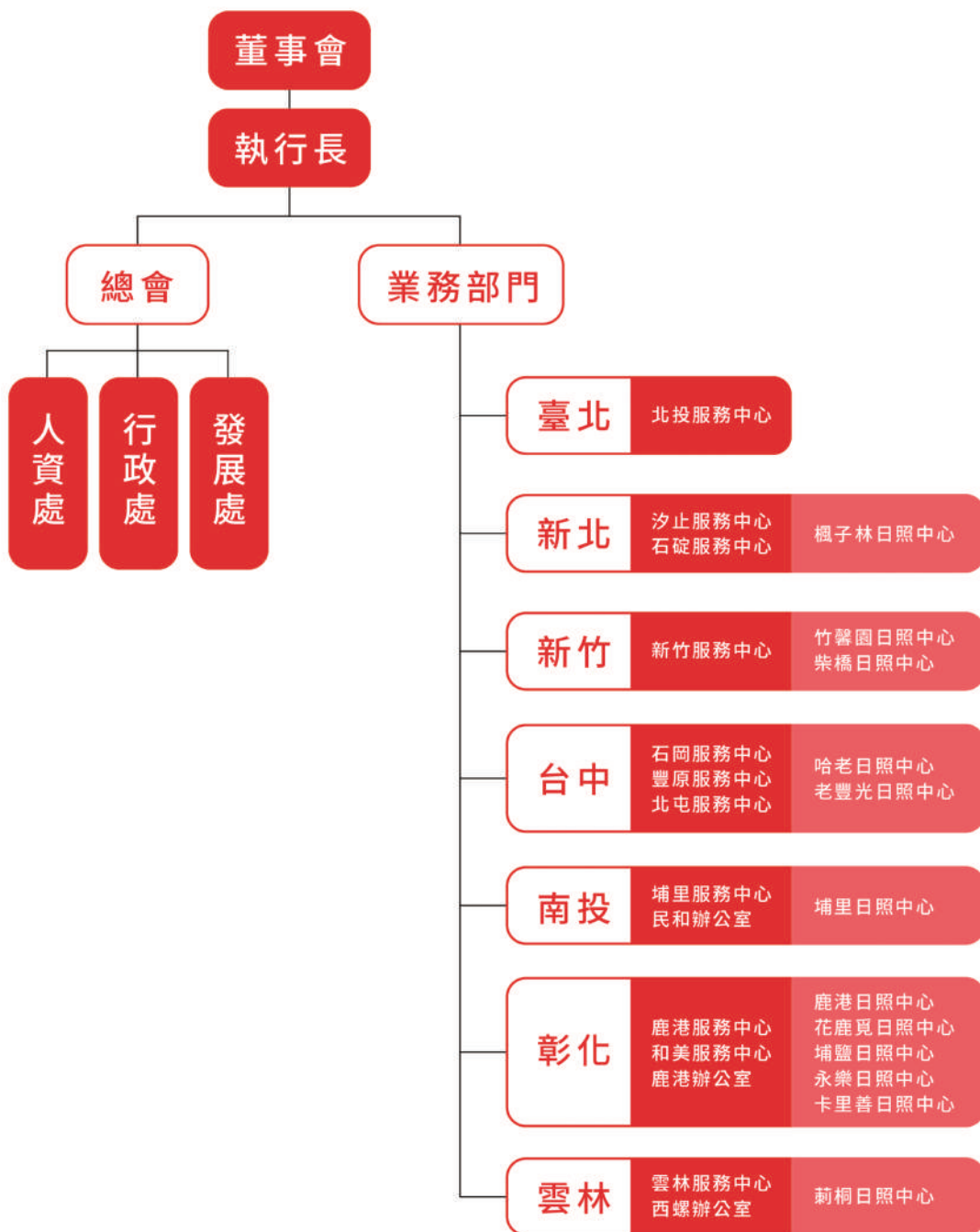
財團法人老五老基金會
執行長

組織架構圖

我們相信所有人有機會選擇自己想要的生活，秉持「使能、尊重、團隊合作」之核心價值，毋忘初衷，本會專業團隊與志工將持續為台灣社會帶來越老活越好的環境。

為了達到此願景，本會期待透過五老五寶的實踐推廣，營造互助社區，在本會專業服務下，讓接受我們服務的長輩，都能夠擁有五寶，擁有高品質的晚年生活。更進一步，期待未來將五老五寶—老年生活預備計畫，推廣至全台各個年齡層，希望所有台灣人能及早做好準備，共同打造「五老」支持性環境，建立社區溫馨互助的照顧網絡，越老活越好！





董事會介紹

董事長



陳麗欣

退休教授曾任職於：

- 暨南國際大學教授兼學務長
- 朝陽科技大學教務長、人社院院長
- 慈濟大學社工系教授兼系主任

常務董事



成亮

- 恒基顧問
- 忻悅智能健康國際股份有限公司顧問
- 中華溝通分析協會理事長



林正介

- 中國醫藥大學特聘教授兼副校長
- 中國醫老年醫學科 / 家庭醫學科主治醫師
- 亞太地區老年學暨老年醫學會主席



鄧相揚

- 台灣打里摺文化協會秘書長
- 報導文學作家



龍紀萱

- 國立臺南護理專科學校老人服務事業科副教授

董事



王秀燕

- 靜宜大學社會工作學與兒童少年福利學系副教授



林瓊嘉

- 林瓊嘉法律事務所主持律師
- 臺中市政府法律顧問



陳宇嘉

- 台灣基督教社會工作人員協會理事長
- 國立臺南護理專科學校老人服務事業科教授



陳明石

- 東海大學工業設計系教授
- 中華民國設計學會監事
- 台灣感性學會常務監事

專業服務

為讓長輩「在社區當中，越老活得越好」，發展多元化的社區型長期照顧專業服務，讓社區長輩有更多的機會選擇自己想要的生活，安心在地老化。

在居家服務中，我們期盼不僅提供照顧者適切、有品質的服務，也力於培養優質照顧人才；而日間照顧經由跨專業領域的照顧，維持長輩健康、運動、營養、社交及習慣養成，讓我們與長輩一起創造越老活越好的老年生活。

長期照顧服務

- 社區整合服務(A)
- 居家服務(B)
- 日間照顧(B)
- 小規模多機能(B)
- 喘息服務(B)
- 交通接送(B)
- 巷弄長照站(C)
- 失智據點
- 社區關懷據點

伴獨360關懷老人計畫

- 幸福年菜
- 營養餐食計畫
- 居家安全維護
- 自主選擇購物
- 一日家人/圓夢計畫
- 關懷陪伴照顧

其他服務

- 熟齡人力運用計畫
- 高齡模擬體驗
- 家庭照顧者服務
- 社區關懷據點輔導
- 家庭托顧輔導
- 志願服務
- 福利諮詢

居家服務

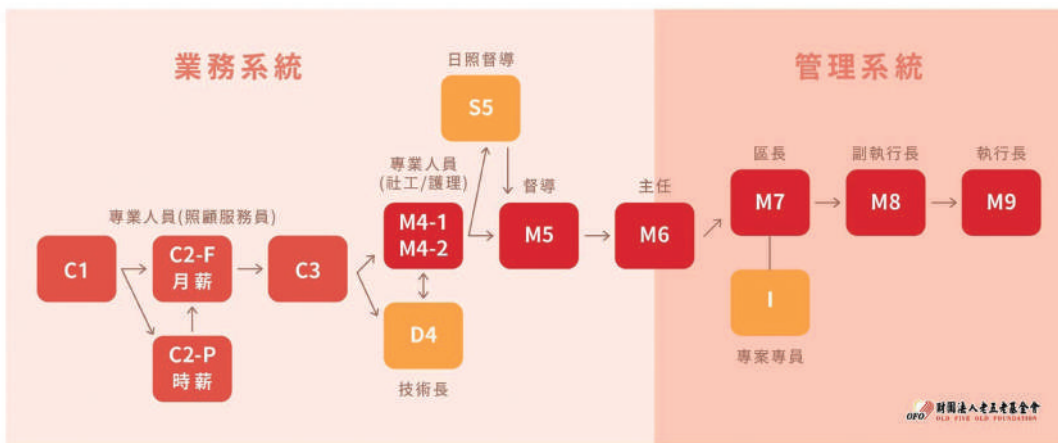
人才選育用留「雙軌制」設計上路

總會發展處 徐珮宜／主任

從事助人工作，每一個「人」都是我們最重視的，重視服務對象的需求，同樣重視員工人才培育與職涯的發展。以「人」為本不是口號，而是各項服務與制度的落實。

職涯九階

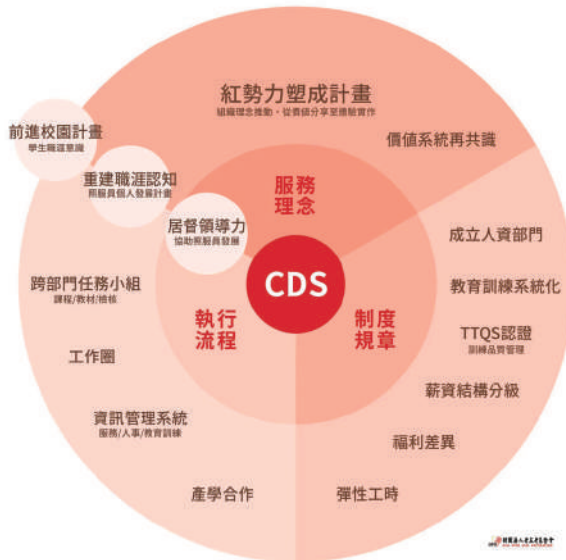
人力職涯發展採取九階規劃，升遷管道依業務及管理系統雙軌發展。



居服員為本會最大宗、首當前線的服務專業人力。本會自 89 年北屯服務中心承接居家服務支援中心，以社區資源連結整合的概念，提供居家服務。雖著政府政策推進、96 年長照 10 年計劃、105 年透過焦點團體規劃本會居服職涯發展草案、106 年試辦月薪制、繼續進行非照服員薪資結構的調整。110 年開始進行產學合作建構教育訓練模組與檢核機制。第一階段先針對 C1-M4 職級的訓練與檢核。



職涯發展圖 Career Development System



111年12月20日假台大醫院國際會議中心進行「布局未來 長照人才職涯發展論壇」邀請來自產業界與學界共同探討長照服務單位經營管理面的人才選、用、育、晉、留等重要課題。本會游麗裡執行長發表職涯發展CDS，國北護葉馨婷老師發表檢核制度，同時邀請汐止中心徐如萍居服督導現身說法，談談自己從第一線的居服員到日間照顧服務員再到居服督導員，在照顧這條路上對自我的期許與職涯規劃。

面對照顧長輩的需求與政策的滾動，居家服務員的培力養成與職涯發展，是本會相當看重的議題。透過教育培訓，提升居家服務員照顧技能；透過技術檢核，確保居家服務員能力。透過職涯發展的建構，吸引人才投入照顧領域，照顧服務員不再是可替代的照顧工，而是具有專業及有發展性的照顧職。



除了居服 C1-M4 之外，社工及護理等專業人員的訓練檢核也正建置中。職涯九階雙軌發展，人才養成 UP！服務品質提升 UP！

日間照顧

建立社區連續性的照顧網絡

總會發展處 林聖梅／專員

每個人都習慣留在自己熟悉的社區生活，慢慢變老。老五老日間照顧定位在於「成為長輩日常生活支援的場域」，成為和社區一起生活的老人家+。提供 plus 加值、加乘、更好的服務，成為社區中的照顧網絡。

照顧團隊提供多元、全人、連續且整合性的服務，盼以減輕家庭照顧壓力。同時每年辦理「日間照顧年會暨創新方案發表」，透過跨中心的交流、教案分享，優化日照服務品質，並維持長輩有尊嚴的晚年生活。

• 嘴巴動一動，咀嚼吞嚥沒煩惱

如石岡日間照顧中心為改善長輩吞嚥困難及嗆咳問題，定期帶領健口操，藉以增加長輩的嘴部肌肉和靈活度，及唾液腺分泌。希望將嘴部運動變成習慣，讓長輩天天做、提高頻率及成效，變成每天不可或缺的重要事情！

起初一定是面臨許多困難，如長輩無法吹氣將臉頰鼓起、「啪踏咖啦」唸到後面就興致缺缺，因此照顧老師以多元的課程，讓運動也可以變得很有趣！如鼓氣改用吹乒乓球或吸管吹水，有的從一開始吸管吹不起來反而都把水喝掉，到慢慢可以吹起小泡泡、做吹墨畫。



健口操發音練習，則是用紙板寫上要唸的口號，在教的當下大家都會唸，可是隔一天再問大家有沒有記得昨天教的健口操口號啊？或是沒有紙板提示的時候，長輩們總是支支吾吾，雖然只有四個音，記憶上還是有些困難。於是照顧老師透過手腳並用的方式帶操，不只可以加深記憶，在練習健口操的時候，讓長輩運動，把單調的健口操變得好玩又好記，真是一舉數得！

• 認知訓練，老後生活更有尊嚴

退化後的身體，可能出現行走不便、如廁認知不清楚等狀況，有的機構為了照顧便利會讓長輩穿上復健褲，但在老五老日照裡我們希望長輩老後仍可保有尊嚴，因此在鹿港日照中心透過三大要點，降低復健褲的使用率：重新培養正確如廁方式、提示及定期如廁、習慣養成。



訓練活動設計上，以運動介入的方式，重新訓練衛生清潔及如廁認知，如練習洗手操、丟紙球訓練正確的衛生紙拋棄方式，也在空間上設計更直觀的廁所標示，及地板上張貼小腳掌沿途繪製出廁所路線。透過每周的廁間使用狀況記錄，及喝水量與如廁日記，做為檢視，有效降低長輩失禁頻率及廁間環境整潔。

我們相信所有人都有機會選擇自己想要的生活，老五老日間照顧服務並透過4+1跨專業合作，協助長輩延緩失智、失能，使長輩能擁有尊嚴的晚年，家庭中的照顧者亦得以維持生活安排、生涯規劃等，共造在地老化的支持環境。

日間照顧新場域

深入社區，遍地開花

老五老自 2003 年甫於彰化鹿和區成立第一間日照中心，走過近 20 年，目前已有鹿港、新竹、荖桐、南投、石岡、石碇、豐原、埔鹽等八家，2022 年新設立區域第二家，擴大服務量能：鹿港花鹿覓、埔鹽永樂及新竹柴橋日照，目前全台共有 11 家，2023 年即將成立第 12 家和美卡里善日照。

• 專業營養師結合復能，維持日常生活

花鹿覓日間照顧有專業營養師進駐，並導入「復能」，讓長輩有發揮所長的機會，如協助在地文化信仰一天后宮製作護身符，從絹印手作產品找到價值定位：每個人都是社區重要的一份子，和長輩一起共作，對社區有貢獻。

• 田園風情結合無障礙空間

位於田野中的永樂日照，內部空間視野與採光良好、處處皆為無障礙的設計，設置休憩區、活動區、烹飪空間，裝設坐站扶手區，採非隔間方式，增進長者對環境的親近度，使長輩在日照活動能無所罣礙。

• 全台最美的森林中的照顧樂園

柴橋日照中心位於新竹青草湖畔、比鄰 400 棵林木。可以提供失能、失智長輩更友善的照顧空間，透過在日照裡的人際互動、健康飲食及認知運動等，可以讓長輩延緩退化，未來將善用室內外森林場域，規劃適合長者日間的活動、帶長輩漫步運動，沐浴芬多精。



伴獨 360 關懷老人計畫

在長年的服務中發現，獨居長輩迫切需要日常關懷、緊急事件處理及生活維持，因此擴展「擁抱獨老，愛不打烊」系列關懷行動。「老」是每一個人的進行式，陪伴在變老路上的每個人，獲得支持與照顧，能夠選擇喜歡的生活，讓老變得更好。



連續十七年，從年前開始發展的各式協助，包括除舊佈新大掃除、帶長輩外出採買年貨、現做年菜配送到家等，年後提供獨居長輩關懷陪伴、穩定餐食、居家安全修繕、日常用品採購等等，希望建構一個 360 度的陪伴關懷，讓獨居長輩的節慶與日常都不再孤單。

營養餐食計畫

年度關懷，從營養餐食開始

總會發展處 張如華 / 專員

69 歲的李爺爺因病左腳截肢，無法再像過去一樣自己出門，爺爺的心情受到不小的打擊，因需支付醫療費用經濟變得十分拮据，日常生活三餐僅能粗茶淡飯，勉強度日。面臨身體截肢還未適應的憂鬱，以及生活開銷的煩惱，李爺爺含淚說日子真的好難過。社工得知後便積極連結資源及服務，提供送餐服務，解決李爺爺難以外出採買餐食問題，減輕經濟壓力影響，獲得足夠的營養照顧、身心狀況日漸好轉！

和爺爺相同處境的弱勢獨居長輩不在少數，老五老在全台照顧 1,983 位弱勢及獨居長輩的餐食，2022 年更送出 389,995 個便當，透過送餐服務，讓失能、弱勢獨居長輩得到營養照顧，維持身體健康。

疫情時代，服務優化與創新

受疫情影響，讓獨居長輩在營養與生活採買出現困難。根據老五老在 2021 年的調查，有 51.2% 的獨老在乳製品類攝取不足，水果、蛋豆魚肉類中也各有 48% 及 37.2% 的人未達標。老五老發展「助老營養箱」並特委營養師針對長輩普遍缺少的營養素進行設計，去年端午節時期與 foodpanda 合作，將符合長輩所需的營養食品送達弱勢長輩家中，讓長輩不用外出也可以有營養送到家。



行動物資車，將選擇送到家門口

因應疫情，我們發展多元化照顧方式，從過往帶長輩外出採購，延伸出「行動物資車」以保有選擇為核心理念，隨車配送營養物資與多樣化的商品，到偏鄉地區或行動不便的長輩家門口，讓長輩像在逛小型超市般，有不同品牌的衛生紙可依習慣挑選、好入口的零食餅乾、補充營養的高蛋白產品、新鮮直送的水果，及協助生活的米與麵條等。看著琳瑯滿目的商品，長久未能出門採購的長輩們直呼：「好多選擇好開心！」

擁抱獨老愛不打烊，年度關懷

到了闔家團聚的年節，獨居長輩顯得特別孤寂。因此除了日常關懷陪伴之外，已連續 17 年在小年夜送出新鮮現做、溫熱的年菜，並連結企業志工到長輩家中拜年、送年菜、貼春聯。小年夜在全台七縣市共送出 1004 份年菜，讓長輩除了收到熱騰騰的年菜，同時也感到社會的溫暖。

我們期盼，從吃得好出發，讓長輩吃得營養、吃得開心，除了專業餐食照顧，更附加幸福感與多元性，照護長輩的身體也溫暖長輩的心！



居家修繕

住得安全居得安心的環境

總會發展處 林聖梅 / 專員

根據內政部消防署 111 年統計顯示，因電氣因素引起火災的比例為 18.19%，爐火導致的祝融之災更高達 51.76%，我們實務服務上也發現在獨居長輩生活中，因照明設備不足、電線使用過載、或爐火損壞導致瓦斯外洩等情況，層出不窮、居家環境著實充滿風險。

「居家修繕」計畫從原先環境打掃、房屋修繕之餘，加入「家電檢測」，透過專業人力協助維修家電、照明、用電負載檢查及安裝斷電開關等，並定期進行用電安全宣導，以降低事故傷害及火災悲劇發生。



56 歲視障的廖伯伯，平時經營按摩店，三餐由老五老送餐服務協助，日常生活則由居服員定期打理。但因視障，無法自行監測及清潔電器用品，透過專業人員進入家中、繫上工具袋，不錯過任何角落地一邊檢查插座及延長線使用狀況，一邊提醒用電安全；同時也確認冷氣、除濕機及飲水機等使用年限及斷電開關，讓生活更有保障。

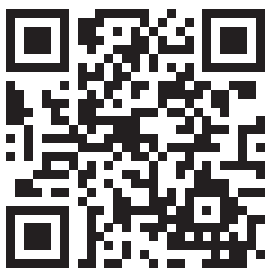


另一位 80 歲李奶奶平時獨自居住，先前社工關懷時得知家裡的電燈突然不亮了，甚至當下冒黑煙也發出臭味，奶奶表示以前都是自己爬上爬下去修理，但現在年紀大了、力不從心，也沒有家人可以協助。居家修繕計畫不僅幫李奶奶更換明亮的燈泡，維持生活環境光線充足，更檢測、維修燈座；針對高功率小家電如吹風機、電鍋、熱水壺等，也詳細檢查電路安全，降低居家生活風險。

為提升長輩居家安全，積極結合各界資源，除協助家電修繕外，亦針對有需求的長輩進行居家修繕，包含扶手輔具安裝、環境打掃等。我們期盼能陪伴長輩好好在地安老，邀請您支持「居家修繕計畫」，讓獨老住得安全又安心。



立即響應 /



熟齡人力運用計畫

老五老自 2017 年開始發展熟齡人力運用計畫，目前有三個實踐場域，分別是石岡 - 哈老農場、北屯 - OLDYES 照顧咖啡館、豐原 - 老豐光古早味糕點鋪，熟齡者可以延續既有專長，擔任農夫傳承栽種技術；也可以學習新技能，擔任咖啡館服務生；或發揮專長製作糕點、分享美味。

熟齡人力運用計畫



多元場域，不同型態

因應熟齡身心所需，
適能適性安排

活出生命力與未來性，
共創熟齡新世代

2022 年首次結合職業訓練，於台北北投開辦高齡者職訓專班，讓學習更有架構也符合職場需求。期盼提升熟齡者就業信心與準備、延續熟齡人口活躍狀態。

2022 菁耆論壇

後疫情時代的熟齡參與

總會發展處 張如華 / 專員

2025 年台灣即將邁入超高齡社會，「持續學習、持續貢獻」成了重要議題。2019 年起連續 4 年辦理熟齡人力議題論壇，邀請國內外相關運用單位分享熟齡就業、社會參與的不同形式。

2022 菁耆論壇以「後疫情時代的熟齡參與」為主題，特邀位居美國的美京華人活動中心（簡稱 CCACC）跨海參與，李皎皎主任分享在社區服務中心如何運用數位科技協助熟齡人力學習英文與網路平台使用，內容從上網、線上購物、設立郵箱、使用 iPad、照相美圖、到發短信等等，都是非常實用的主題。

中彰投銀髮人才資源中心 - 林聖國主任，解說台灣中高齡就業現況、就業促進法以及銀髮人才資源中心管道運用方式。料理直播主 - 優雅 food，則是從前年疫情開始，在女兒的鼓勵下開始做直播分享自己的料理生活，也在社交平台 IG 和粉絲分享多年來累積的家常料理，讓做菜不再只是每天的例行公事。

老五老則發表自 2017 年陸續成立三個熟齡人力培訓與實踐的場域，透過教育訓練、實習、職務再設計，讓熟齡志工可以持續學習及發揮長才。而 2022 年在台北也辦理全台首場中高齡烹飪職訓並全員完訓，未來將於北投新設立便當店協助弱勢長輩送餐、也服務社區民眾。

期盼透過講題分享，大眾能找到適合自己的熟齡參與模式，持續人際互動、維持健康，也能夠有友善的銀髮就業環境達到經濟安全！



熟齡人力再運用計畫

退而不休 OLD YES !

總會發展處 徐珮宜／主任
總會 中區 房芳筠／專員

老五老台中地區，有幾個特別的地方：石岡哈老農場、北屯 OLDYES 咖啡館、豐原老豐光古早味糕點，2022 年擴展到北投 OLDYES 廚房。場域內的農夫、服務生、糕點師、廚師都是 55+ 歲以上的熟齡大哥大姊，用不同的服務形式，透過教育訓練、職務設計，讓這些熟齡大哥大姊繼續學習，貢獻己力，生活更充實也有意義。



哈老農場已經漸漸找到農產品成長的週期與品質，天然無毒的耕種方式，深受社區民眾的喜歡並開始在電商平台上架，讓更多人有機會品嚐到熟齡姊姊用心耕作的蔬菜。咖啡館熟齡者們則是發揮創意，在每個重要場合與節慶，用餅乾傳遞心意與祝福，溫暖大家的心。疫情期間的笑容滿點加油餅，為確診者加油打氣；父親節透過英文字母大餅乾，表達對父親的心意；萬聖節造型餅乾 trick or treat cookies 大朋友小朋友都喜歡；星星形狀的聖誕節心願餅，一口一個心願，每個心願都實現。期待透過最簡單的餅乾，並發揮創意，邀請民眾 DIY 一起手做餅乾，讓生活充滿新奇與樂趣。糕餅舖又有甚麼故事呢？



麵粉要稱重多少？還有那個糖呢？要用糖粉還是砂糖？你那個奶油要先退冰。烤箱溫度要預熱多少？老豐光糕點舖在此起彼落的吵雜聲中喧嘩上工囉！志工姐姐們熟稔的盯著食譜操作，對比剛上課時的生疏模樣，透過近 20 堂課程培訓後，將姐姐們喜好烘焙的潛能發揮的淋漓盡致，儼然升格為烘焙熟手 2.0 的三姐妹花分別是美雲、祿娟、怡美。三人很有默契地去承接彼此的工作，彷彿是開外掛的生產線。



過程中，是從懷疑到漸漸肯定自我。一開始接單時，姐姐們很擔憂，我們真的能做的到嗎？看完老師示範好像很簡單，但是我們真的有辦法做出來嗎？會不會大家不喜歡我們推出的產品？透過一單又一單禮盒製作、義賣推廣、商品推出的反饋跟期待，漸漸地收到回饋跟肯定；接單量大時，志工姐姐們還信誓旦旦表示說只有 50 盒而已，等接 100 盒我們再來說！

在各個場域的熟齡者身上看見了年齡不受限的可能，雖然身體會因為久站痠痛，或是壓模到手發軟需要歇息會兒，甚至有時會眼花貼錯貼紙或把防潮包放錯位置，但那通通都沒關係！隨遇而安的樂天個性永遠都能正向態度去面對，這就是老寶貝們的魅力所在！



電話：04-2247-4239

地址：台中市北屯區松山街 79 號



電話：04-25822-133

亦歡迎洽談企業參訪、合作、凝聚活動。



電話：04-2527-0829

社區活動參與：台中市豐原區大光街 3 巷 2 號

OLD YES 廚房

熟齡人力訓用合一

北投中心 王琇婷 / 督導

「什麼時候才能有北投的央廚呢？」12年前剛開啟北投送餐方案，四處參訪基金會各地廚房時，社工心中出現的服務期待。終於！十年發展、尋覓與等待，構思了兩年，北投服務中心的央廚在2022年末誕生了！

送餐服務的開端，從社區結盟開始取得餐食，同時發展、串聯在地網絡，醫院、養護中心、社區發展協會、飯店到愛心店家，透過我們送到需要的失能者家中。但十多年經驗也發現，長者餐飲有其特殊性，一般店家的餐食仍較難符合長者牙口、疾病飲食與營養需求；而依靠外部餐食來源，已經難以負荷每日150-180份的出餐量。

北投 OLD YES 廚房立基於社福自助互助的永續概念，並定調為雲端廚房的運作模式，透過在地里長的牽線，開啟跨域之路；提供福利服務的同時，也在場域開創熟齡職缺，透過職務再設計與世代共創，提升銀髮產能；除此之外，將規劃餐盒販售並且將營運所得再回到社會福利服務上提供的社會企業原型，形成友善循環系統。



▲ 每日配送午、晚餐至長輩家中。



▲ 小年夜現做年菜，送關懷給獨老。



▲ 開辦場域並聘用熟齡人力。



▲ 未來營運所得將回歸服務。

雖然這不是一條好走的路，畢竟外行人初踏入餐飲之路，法規、設備、經費與技術操作等，都須多加學習。因此籌辦前，我們訪談企業、瞭解餐飲業友善熟齡的概況開始；接著投入勞動部委辦的高齡者職業訓練，倡議熟齡勞動力與運用議題，同時也為廚房人員的培育預作準備。透過尋找、連結資源，從場地規劃、設備需求評估、廚師證照、人員招聘、現場管理等，不同的現場課題，是挑戰也是學習！



▲ 訓用合一，承辦高齡者職業訓練。



▲ 提供熟齡再就業機會及自信。

我們期待在熟齡人力運用的議題倡議上，能身體力行，摸索整理出台灣超高齡社會，勞動力困境的解方。

目前北投中央廚房已正式提供餐食給送餐服務需求者，且餐量逐步上升，期許用三年的時間走向雲端廚房，產出長者餐與商業餐等兩種餐食客群，並且兼具營養設計與美味的視味覺雙重享受。



▲ 目前已有四位職訓學員正式轉職為 OLDYES 廚房熟齡員工。



▲ 今年與台灣公益廚師協會合作，為北投中心首度結合熟齡人力自產年菜。

高齡模擬體驗

對未來的你說聲嗨！

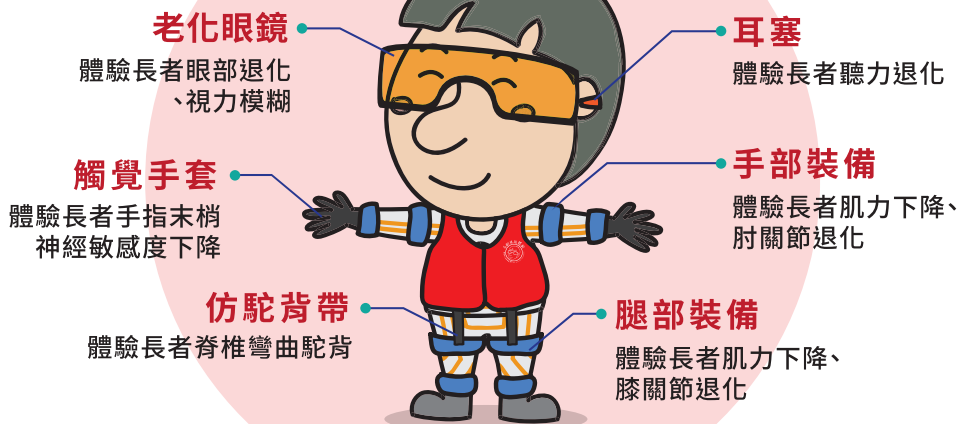
讓參與者配戴特製的全套模擬老化裝備，在模擬長輩的狀態下進行闖關活動，體驗老化所帶來的身心變化、生活感受，「預」見未來的自己。

更加的認識「老」之後，能對長者多一點同理心、耐心、關心，創造友善的環境！

官 網



粉 專



歡迎申請高齡模擬體驗課程，「預」見未來的自己！

了解更多相關資訊請上官網或粉絲專頁，有任何問題歡迎洽詢(04)2246-3927

 財團法人老五老基金會
OFO OLD FIVE OLD FOUNDATION

老幼共學

突破年齡限制的好朋友

石碇中心 吳玉佩 / 督導

俗話說：老伙人团仔性，也許是走過生命的許多點滴，度過了大風大浪才發現人生越單純越好，越保有赤子之心更能感受生命的純粹。

石碇楓子林公共托老中心坐落於綜合大樓，每天早上有一群長輩拎著「咖棒」來日照中心，好鄰居的幼稚園孩子也揹著背包一起來到這，跨世代的相遇，開啟美好的一天！

如此得天獨厚的條件可不能浪費，日照社工與照顧專員積極作媒，讓各別處於人生不同階段的學童及長輩能有許多的互動機會，在彼此身上學習與重新體會人生。



像是每年不能錯過的：萬聖節，起初對長輩而言是非常陌生且洋派的節慶，「鬼」更是長輩的禁忌，但在石碇日照的萬聖節，卻是充滿歡笑聲與期待的。日照爺奶在 10 月可是十分忙碌，要準備裝扮的衣服、採買糖果等，期待著看見幼兒園孩子的反應，孩子也會享受這個和爺爺奶奶玩樂的過程，透過一次又一次的互動和不同的共融活動，幾年下來，確實感受到孩子對爺爺奶奶的喜愛，而這種喜愛讓長輩的生活更有幸福感，降低孤寂感。

除了和平國小附設幼兒園的小小學童，還有國小的小朋友、石碇高中的青少年、華梵大學和景文科大的大學生，也都是我們世代共融的好朋友。不管甚麼年齡層，長輩們只要看到天真的小孫子們，所有的煩惱與擔憂都不見了；孩子們牽著長輩的手，更學會了如何跟長輩互動及學習人生經驗，共融於社區生活！

榮譽榜

社會工作專業人員是助老服務不可或缺的重要推手。以長輩需求與最佳利益為原則，跨單位多元整合不同專業、長輩與家屬、社區之間，以提供長輩最適切的服務。同理傾聽陪伴、資源開發連結維繫、宣導敬老助老愛老觀念。不畏風吹日曬雨淋偶爾被狗追，到家中訪視看看長輩好不好、送物資給長輩別冷著餓著，穿梭大街小巷各個需要關懷的角落，謝謝社工人員，我們是最堅強的助老紅勢力！



中心	員工姓名	職稱名稱	得獎名稱
總會	游麗裡	執行長	衛生福利部社會工作專業人員表揚 - 資深敬業獎
北投	黃鈺軒	社工	衛生福利部社會工作專業人員表揚 - 績優社工獎
	蔡佩芸	居服督導	臺北市 111 年度長照績優服務人員 - 卓越督導獎
	何宗翰	居服督導	臺北市 111 年度長照績優服務人員 - 卓越督導獎
汐止	謝欣妤	個管員	新北市 111 年度績優社工暨社政人員表揚 - 火力十足獎
新竹	曾奕函	主任	新竹市 111 年度績優社會工作人員表揚 - 傑出領導獎
埔里	金玉雲	居服督導	衛生福利部社會工作專業人員表揚 - 績優社工獎
鹿港	蘇盈璇	個管員	彰化縣 111 年度社會工作專業人員表揚 - 火力十足獎
	佘怡臻	社工	彰化縣 111 年度社會工作專業人員表揚 - 薪火相傳獎
和美	潘柏旭	個管員	彰化縣 111 年度社會工作專業人員表揚 - 火力十足獎
	許瑋芝	個管員	彰化縣 111 年度社會工作專業人員表揚 - 明日之星獎



2022 服務執行成果

志願服務

志工總人數 328 人

服務總時數

17306.8 小時

2163.3 工作天

長期照顧



A

服務人數 4,527

長照 A 個管服務



C

服務人數 61
總人次 11,501

長照 C 巷弄長照站



居家服務

服務人數 2,940
時數 (hr) 512049.53



日間照顧

服務人數 284
總人次 33,595



家庭托顧輔導

服務人數 44



交通接送

服務人數 331
里程數 (km) 366900.7
總人次 58,990



喘息服務

服務人數 111
總人次 2,880



家屬支持

服務人數 510
總人次 4,091



預防失能或
延緩失能失智

服務人數 22
場數 70
總人次 722

伴獨 360



餐飲服務

服務人數 1,983
總人次 389,995



陪同購物

服務人數 93
總人次 154



獨老個案管理

服務人數 1,949



陪同就醫

服務人數 107
總人次 151



關懷訪視

服務人數 862
總人次 13,144



居家安全與生活協助

服務人數 48



電話問安

服務人數 1,040
總人次 15,368



圓夢計畫(含一日家人)

服務人數 26
場數 11
總人次 43

其他



社區培力相關培訓課程

服務人數 437
場數 14
總人次 555



福利諮詢

總人次 1,383



外展、宣導服務

場數 44
總人次 1,643



社區服務據點

服務人數 226
場數 698
總人次 17,197



身障者家屬支持

服務人數 129
總人次 1,582

定期定額捐款 陪伴長輩越活越好

在社會的邊緣角落，有一群被遺忘的長輩，
連最基本的生活所需都難以維持…

老五老透過營養餐食計畫、邊緣戶資助、長照服務，
力求為長輩打造樂齡生活，
邀請您定期定額愛心捐款，
一同協助弱勢長者度過困難，穩定有依靠。

加入老五老官網會員，立馬捐款助老！



捐款響應			
方案捐款	<input type="checkbox"/> 邊緣戶弱勢老人資助計畫 <input type="checkbox"/> 送餐服務，助老幸福呷百二 <input type="checkbox"/> 雲林蓋房子，打造長輩的照顧樂園 <input type="checkbox"/> 居家修繕，讓長輩住得溫暖、居得安心 <input type="checkbox"/> 其他 _____		
	定額捐款	<input type="checkbox"/> 200元 <input type="checkbox"/> 500元 <input type="checkbox"/> 1000元 <input type="checkbox"/> 其他 _____ 元	
	捐款期限	<input type="checkbox"/> 不設期限，直到信用卡到期日止 <input type="checkbox"/> 自民國 _____ 年 _____ 月 _____ 日起，至 _____ 年 _____ 月 _____ 日止	
捐款人基本資料			
姓名			
通訊地址			
連絡電話		E-MAIL	
捐款收據			
收據寄發	<input type="checkbox"/> 上傳國稅局(請提供納稅義務人身份證/統編) <input type="checkbox"/> 年度寄發 <input type="checkbox"/> 單筆寄發 <input type="checkbox"/> 不需寄發		
收據抬頭		身分證字號/統編	
收據地址	<input type="checkbox"/> 同通訊地址		
信用卡授權			
持卡人姓名 <small>(請正楷填寫)</small>			持卡人簽名 <small>(請與信用卡背面相符)</small>
卡別		卡號	_____ - _____ - _____ - _____
發卡銀行		有效期限	_____ / _____ 安全碼 _____

我同意老五老基金會將本人個資給國稅局，作為年度綜合所得稅電子化作業申報之用。

1. 本會配合財政部推動「綜合所得稅扣除額單據電子化作業」，供您申報列舉扣除時免檢附捐款收據，節省並簡化申報作業。

2. 依「個人資料保護法」，捐款人如有任何疑問，請來電老五老基金會主張：查詢、閱覽、複製、補充、更正、處理、利用及刪除。

請傳真或至老五老基金會 ☎(04)2246-3947 📍40648台中市北屯區松山街79號 ☎(04)2246-3927

中心資訊

中心名稱		地址	電話
總會		406 台中市北屯區北屯路 212 巷 9 號	(04)2246-3927
台北市	北投服務中心	112 台北市北投區石牌路一段 14 號	(02)2821-2959
新北市	汐止服務中心	221 新北市汐止區建成路 160 巷 53 號	(02)8642-2321
	石碇服務中心	223 新北市石碇區豐林里楓子林 32-1 號 2 樓	(02)2663-2885
	• 石碇日照中心	223 新北市石碇區豐林里楓子林 32-1 號 3 樓	(02)2663-2885
新竹市	新竹服務中心	300 新竹市安康街 5 巷 1 號 3 樓	(03)579-4009
	• 竹馨園日照中心		(03)579-4009
	• 柴橋日照中心	300 新竹市明湖路 775 巷 36 號 2 樓	(03)520-7780
台中市	北屯服務中心	406 台中市北屯區天津路 4 段 27 號	(04)2237-0006
	石岡服務中心	422 台中市石岡區豐勢路 503 之 1 號	(04)2582-2133
	• 石岡日照中心		(04)2582-1081
	豐原服務中心	420 台中市豐原區大光街 3 巷 2 號	(04)2527-0829
	• 老豐光日照中心		(04)2527-0829#26
南投縣	埔里服務中心	545 南投縣埔里鎮博愛路 37 號	(049)299-7375
	• 埔里日照中心	545 南投縣埔里鎮八德路 17 號 2 樓	(049)242-3533
彰化縣	鹿港服務中心	505 彰化縣鹿港鎮忠孝路 403 號 3 樓	(04)784-1455
	• 鹿港日照中心		(04)784-1455#210
	和美服務中心	508 彰化縣和美鎮德美路 596 號	(04)755-9320
	• 永樂日照中心	516 彰化縣埔鹽鄉永樂村永樂路 435 號 2 樓	(04)865-2131
	• 埔鹽日照中心	516 彰化縣埔鹽鄉彰水路一段 340 巷 32 號 2 樓	(04)865-1162
	• 花鹿覓日照中心	505 彰化縣鹿港鎮景福里 2 鄰復興路 425 號 3 樓	(04)778-9262
	• 卡里善日照中心	508 彰化縣和美鎮忠孝路 283 號	(04)755-9320
雲林縣	荊桐服務中心	647 雲林縣荊桐鄉興貴村興北 70-5 號	(05)584-5220
	• 荊桐日照中心		
	西螺服務中心	648 雲林縣西螺鎮廣福里光復西路 13-2 號	(05)587-6662

發行單位：財團法人老五老基金會

發行人：陳麗欣

電話：04-22463927

傳真：04-22463947

e-mail：ofo@ofo.org.tw

地址：台中市北屯區北屯路212巷9號1樓



變老以後的生活，會變成什麼模樣呢？
手腳身體，不像現在這樣靈敏。
家人也有了自己的家庭與生活，
不在自己的身邊...
是否想過，有這樣的一天呢？

立即體驗

