

# 老五老

## 好厝邊

OLD FIVE OLD FOUNDATION

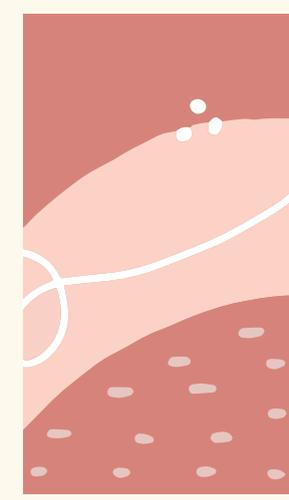
**OFO 財團法人老五老基金會**  
OLD FIVE OLD FOUNDATION

發行單位：財團法人老五老基金會  
發行人：陳麗欣  
電話：04-2246-3927  
傳真：04-2246-3947  
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



老五老致力於「老」的各項服務，秉持以人為中心的理念，在地深耕，服務遍及七縣市，成立 19 家長期照顧機構。提供長期照顧服務、獨居老人關懷等，透過五老五寶生活實踐，推廣到各年齡層，為老做準備，共同打造高齡友善環境，建立社區溫馨互助的照顧網絡。

## 2024 年我們想跟您分享的是：

基金會簡介	01
服務專欄	04
獨老關懷	13
熟齡人力	20
世代共好	24
服務數據	26
榮耀時刻	28
會務報告	31



台北 | 北投服務中心  
(02)2821-2959 / 112 台北市北投區石牌路一段14號

新竹服務中心  
(03)579-4009 / 300 新竹市安康街5巷1號3樓

新竹 | 竹馨園日照中心  
(03)579-4009 / 300 新竹市安康街5巷1號3樓

柴橋日照中心  
(03)520-7780 / 300 新竹市明湖路775巷36號2樓

新北 | 汐止服務中心  
(02)8642-2321 / 221 新北市汐止區忠孝東路286號2樓

新北 | 石碇服務中心  
(02)2663-2885 / 223 新北市石碇區豐林里楓子林32-1號2樓

石碇日照中心  
(02)2663-2885 / 223 新北市石碇區豐林里楓子林32-1號3樓

鹿港服務中心  
(04)784-1455 / 505 彰化縣鹿港鎮忠孝路403號3樓  
(04)778-9319 / 505 彰化縣鹿港鎮復興路582號

鹿港日照中心  
(04)784-1455 / 505 彰化縣鹿港鎮忠孝路403號3樓

花鹿覓日照中心  
(04)778-9262 / 505 彰化縣鹿港鎮復興路425號3樓

彰化 | 埔鹽日照中心  
(04)865-1162 / 516 彰化縣埔鹽鄉彰水路1段340巷32號2樓

永樂日照中心  
(04)865-2131 / 516 彰化縣埔鹽鄉永樂路435號2樓

和美服務中心  
(04)755-9320 / 508 彰化縣和美鎮忠孝路283號

卡里善日照中心  
(04)755-9320 / 508 彰化縣和美鎮忠孝路283號2樓

總會  
(04)2246-3927 / 406 台中市北屯區北屯路212巷9號1樓

北屯服務中心  
(04)2237-0006 / 406 台中市北屯區松山街79號

豐原服務中心  
(04)2527-0829 / 420 台中市豐原區大光街3巷2號

豐原日照中心  
(04)2527-0829 / 420 台中市豐原區大光街3巷2號

石岡服務中心  
(04)2582-2133 / 422 台中市石岡區德興里和盛街南厝巷25-6號

石岡日照中心  
(04)2582-1061 / 422 台中市石岡區豐勢路134號1樓

南投 | 埔里服務中心  
(049)299-7375 / 545 南投縣埔里鎮博愛路37號  
(049)274-2831 / 553 南投縣水里鄉民和村民和路157號

埔里日照中心  
(049)242-3533 / 545 南投縣埔里鎮八德路17號2樓

雲林 | 莿桐服務中心  
(05)584-5220 / 647 雲林縣莿桐鄉興貴村興北70-5號  
(05)587-6662 / 648 雲林縣西螺鎮廣福里光復西路13-2號

莿桐日照中心  
(04)584-5220 / 647 雲林縣莿桐鄉興貴村興北70-5號



# 引言

老五老基金會成立邁入第 27 年的日子，在這一年中，我們深刻感受到社會變遷帶來的挑戰，也更堅定了我們前行的使命。

高齡人口的快速攀升，讓家庭照護壓力與獨居長者的需求日益增加；全球經濟波動與物價上漲，讓弱勢長者的基本生活更顯困難。更甚者，極端氣候事件對偏鄉長者的生活造成威脅，不論是天災時的糧食維持、或居家環境修繕，讓我們的服務必須跨越更多的距離與阻礙。

儘管如此，在每一位工作夥伴的努力下，老五老依然持續用心服務，並不斷創新模式，回應長者的多元需求。我們更感謝每一位支持我們的捐款人、志工與合作夥伴，因為有您們的信任與陪伴，我們得以在困境中堅持初心，帶來真正的改變。

透過這本年報，我們邀請您一同回顧這一年的足跡與成果。每一個故事的背後，都有您共同書寫的溫暖與希望。2025 年，我們將繼續攜手邁進，為更多長者創造有尊嚴且有溫度的晚年生活。

財團法人老五老基金會  
董事長



## 執行長的話

2024年，老五老基金會紅勢力夥伴們，攜手走過了一年充滿努力與收穫的旅程。大伙兒在各地深耕，將關懷送進長者的生活中，讓照顧不僅是服務，更是一種溫暖的陪伴。感謝所有捐款人、支持者、工作夥伴及志工，因為有您們，我們才能實踐「讓長者安心、讓家庭放心」的承諾。

2024年，我們用行動，讓長者生活更安心，透過不斷努力，累積了豐碩的服務成果。居家服務、日間照顧及失智據點等長照服務，我們為超過 2,920 位長者提供細緻的個別化照護，並透過復能計畫幫助長者維持生活能力，減少失能風險。更擴展了獨居長輩定期訪視、送餐服務與巡迴物資車等服務，確保每位長者都能在社區中獲得及時的支持與安全保障。

針對辛苦的家庭照顧者，我們提供家屬課程與心理支持活動超過 1,836 人次，幫助家庭照顧者學習照顧技巧，也讓他們有喘息的機會，減少照顧壓力。在人才培育方面，我們正式啟動了「菁菁訓練管理平台」的營運，為長照及社福人員提供更專業的培訓，讓服務更有效率、更具溫度。這些成果，不僅代表著數字的成長，更是一個個長者及家庭背後，安心與希望的故事。

展望 2025 年，我們將繼續努力讓愛與照顧持續擴展，讓更多長者與家庭受到最溫馨的照顧。我們的目標不只是提供各項照顧或服務，更是打造一個支持長者、照顧者、社區共好的生活環境。這條路不容易，但因為有您們的信任與支持，我們相信每一步都充滿意義。

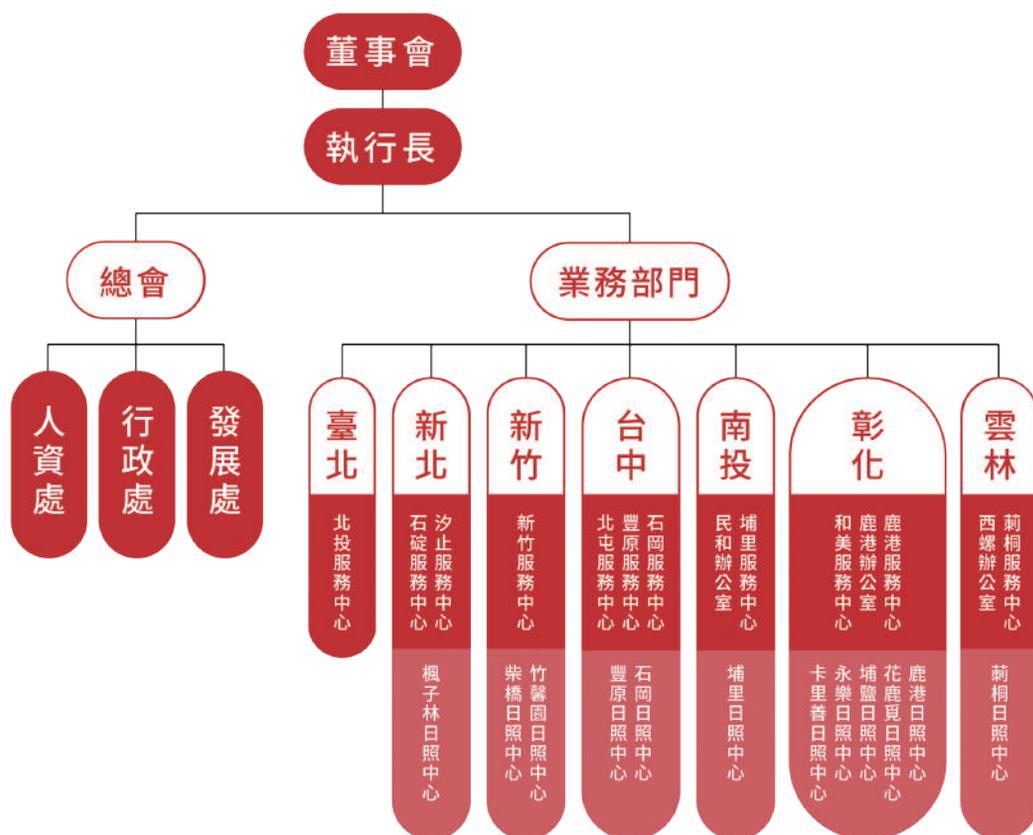
最後，我想向所有工作夥伴及志工們說聲「謝謝」。是您們的付出，讓這份愛與關懷持續傳遞；是您們的努力，讓長者能夠感受到溫暖與尊嚴。

2025 年，讓我們攜手前行，繼續為長者創造一個更安心、更美好的未來！

財團法人老五老基金會  
執行長



# 組織架構



## 董事會介紹

- 董事長** 陳麗欣 | 退休教授，曾任：暨南國際大學學務長
- 常務董事** 林正介 | 中國醫藥大學特聘教授兼副校長  
 成亮 | 中華家庭暨社區展望協會理事長  
 鄧相揚 | 台灣打里摺文化協會秘書長  
 王秀燕 | 靜宜大學社會工作學與兒童少年福利學系兼任副教授
- 董事** 林瓊嘉 | 林瓊嘉法律事務所主持律師  
 陳明石 | 東海大學工業設計系兼任教授  
 翁慧圓 | 鑫茂教育基金會董事長  
 詹火生 | 財團法人厚生基金會董事長

# 專業服務

深耕社區，陪你過生活的照顧專家

「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，OLD YES!



# 用照顧陪你越老活越好

## 日間照顧的創新實踐

老五老秉持「以人為中心」的照顧理念，讓長輩在熟悉的社區環境中生活，提供個別化的照顧計畫。我們的日間照顧不僅專注於基本的生活照顧，更重視長者的自主性與社會參與，有機會選擇自己想要的生活方式，激發更多的生活熱情。

### ● 從「活動設計」到「生活體驗」

不單提供課程與活動，而是讓長輩在「生活即復能」的環境中活出自我。採買、烹飪、園藝、手作等熟悉的日常情境，長輩在其中進行身體與認知訓練，維持生活技能。這些看似簡單的生活體驗，正是長者生活質量的提升之道。



### ● 4+1 專業團隊跨域合作

照顧團隊由照服員、社工、職能治療師、物理治療師、護理師、營養師等專業人員共同組成，定期進行評估並提供個別化照顧計畫。這樣的跨領域合作確保了每位長者都能根據其獨特需求，獲得最合適的支持，無論是生理、心理或社會層面的需求，我們都能精準照顧。



### ● 一起生活、一起工作

老五老不僅是一個照顧據點，我們更積極連結在地社區資源，與醫療機構、志工團體及學校合作，讓長輩能參與各式多元活動，維持社交互動。此外，我們定期舉辦家屬座談會與照顧技巧分享課程，幫助家屬減輕照顧壓力，營造互相支持的照顧環境。



## 創意方案：多元活動激發長者的無限潛力

### 與神相縫——用信仰促進身心靈健康

在豐原日照中心內，供奉著一尊土地公，我們藉由民間信仰的力量，將信仰與日常活動相結合，促進長輩的身心靈健康，延緩失能。信仰不僅成為長輩生活的一部分，也成為他們心靈的寄託，每逢初一十五，長輩們會跟隨照顧老師一起拜拜，祈求平安，這不僅是一種對神明的敬畏，更是一個心靈慰藉的過程。



- **動手做，找回記憶**：長輩親手縫製香火袋，放入求來的護身符，不僅訓練手眼協調，還喚起過往的裁縫記憶。
- **日常參與，強化體能**：拜拜、準備供品、外出參拜等活動讓長輩在日常中得到身體與心靈的鍛鍊。
- **世代交流，信仰傳承**：長輩與孩子們分享信仰故事，促進世代間的交流與傳承。

特別是在媽祖生日時，長輩們一起到超市準備供品，並將自己親手縫製的香火袋帶到香爐祈求全家平安。這樣的活動不僅幫助長輩找回自我價值，也增強歸屬感與幸福感。



## 千歲神龜健走——長輩的 100 天挑戰！

「我可以的！」這是長輩們經過 100 天訓練後，站上路跑賽場時最堅定的信念！

我們的千歲神龜健走計畫，讓長輩透過每日健走、直笛練習與農作活動，逐步強化肺活量與下肢肌力。這不僅是一項運動挑戰，更是一次突破自我。長輩們的堅持與努力，打破了年齡與身體限制，證明只要有決心，所有目標都能達成！

慎慎阿嬤 (87 歲)：曾經需要拐杖輔助行走，最終在堅持與家人支持下，成功走完全程。

百合子奶奶 (81 歲)：髖骨骨折後依然不放棄，回到日照，與夥伴一起完成挑戰。

阿玉 (74 歲)：膝蓋退化但仍堅持完成挑戰，將輪椅讓給更需要的人。

阿清 (71 歲)：患有帕金森氏症，但依然努力訓練，並自豪地宣告：「我可是跑過路跑的人！」



## 深耕社區，陪你過生活的照顧專家

在老五老基金會，我們期待能讓長輩留在自己熟悉的社區，過上自己想要的生活。照顧服務，並非取代長者的生活，而是讓他們能在熟悉的環境中，保有自主選擇、參與貢獻的機會。照顧，是日常生活的延伸，讓每個長者的晚年依然充滿活力與尊嚴。

# 菁菁 訓練管理平台

Dream Cheers Training Management Platform

照顧專業人才養成，一起共學變得更好



照顧，從不是件容易的事。如何確保服務品質、提升照顧技術，並建構專業人力的職涯發展，一直是老五老基金會的重要使命。我們相信，唯有持續精進，才能提供更穩定、專業且溫暖的照顧服務。

## 建立職涯發展架構，系統化培育專業人才

2016

- 透過內部焦點團體，深入了解照顧服務員的教育訓練需求與職涯發展期待，進而規劃出「職涯九階」的培訓系統。不同階段的照顧服務員，將接受相對應的教育訓練與能力檢核，確保服務品質與專業能力的穩定提升。

2021

- 與國立臺北護理健康大學進行產學合作，針對照顧場域的實務需求，設計模組化課程。

2022

- 建構對應的評核機制。透過這套制度，照顧服務員不僅能夠累積專業技術，更能發展溝通、行政管理等多元能力，進而帶領新進同仁，形成完整的知識傳承機制。

2023

- 導入數位學習平台，打破時間與空間限制
- 正式導入「菁菁訓練管理平台」，將課程數位化，讓照顧服務員可以透過線上學習，突破時間與地點的限制，更靈活地精進專業。

2024

- 完整的教育訓練系統正式對外開放，邀請更多照顧領域的夥伴共學成長。

## 數位轉型的挑戰與因應

2024 年 12 月，平台首次推出直播課程，但我們發現部分照顧服務員對於數位設備的操作不夠熟悉，如登入課程、更改姓名、開啟麥克風或鏡頭等，都可能影響學習效果。此外，課程設計中的互動討論環節，對於不熟悉線上學習的學員來說，是一項大挑戰。

因此，我們提供平台操作手冊，並請中心督導先行熟悉，協助照顧服務員適應數位學習。有些利用會議時間進行集體練習；有些則邀請照顧服務員到中心，以大螢幕觀看直播課程，讓大家在互動交流的環境中學習。

## 照顧服務員回饋

「線上上課剛開始有點困難，幸好公司提供場地與大銀幕，還有督導幫忙講解！」

「課程管理員與助教即時回應問題，老師的講解也很貼近實務，讓人容易理解。」

「發現線上課程可以用投票、分組討論等方式互動，學習變得更有意思！」



## 專業養成，攜手共學

**菁** 代表對照顧工作的細緻與用心。

**耆** 象徵著對長者的尊重與使命。

我們期待透過「菁耆訓練管理平台」，讓每一位照顧服務員都有機會持續學習、交流成長，彼此教學相長，攜手前行。未來，我們將結合線上課程、直播互動與實體課程，打造多元的學習模式，讓照顧人才養成更全面、專業發展更順暢。

歡迎加入「菁耆訓練管理平台」，  
一起共好學習，讓照顧變得更好！



菁耆訓練  
管理平台官網



立即掃描  
加入平台會員

# 恆溫 24°C 的照顧服務—台中 NPO 館

Cares Expo Taipei 2024 第五屆 台北國際照顧博覽會

📅 2024 年 9 月 12 日至 9 月 14 日 📍 台北南港展覽館

老五老基金會連續兩年參與全台最大照顧產業交流平台——台北國際照顧博覽會。2024 年，與永信基金會、曉明基金會、信義傳道會、真愛基金會、龍眼林基金會聯合組成「台中 NPO 館」，攜手展現多元創新的照顧模式，打造「恆溫 24°C」的照顧服務，讓長輩在地安老、享受活力生活。

## 日間照顧服務—讓生活延續，讓照顧融入日常

對多數長輩來說，能在熟悉的社區生活，並獲得專業照顧，是理想的老後選擇。老五老基金會目前在七縣市設有 12 家日間照顧中心，透過在地文化融入照顧設計，讓長輩參與熟悉的活動，例如：

 **在地文化手作**：沏茶、品咖啡、縫客家花布包、製作草本香膏等。

 **復能生活體驗**：挑菜、洗碗、擦桌，生活即復能，照顧成為日常的一部分。

 **社區互動計畫**：參與健走訓練、社區活動，增強參與感與成就感。





## 創意照顧方案分享

### ● 千歲神龜健走 100 天計畫

透過下肢運動、每週戶外步行、直笛課訓練呼吸與肺活量，七位長輩成功挑戰埔鹽順澤宮健走，展現行動力與自信！

### ● 社區地圖製作計畫

長輩親手縫製、黏貼道路與地標圖卡，並實地走訪社區，標示重要社交據點，提升方向感與認知力。

### ● 創意手作遊戲

運用泡泡紙、瓶蓋等日常材料設計遊戲，訓練肌力、反應力，並製作平安香火袋，將照顧與創意結合。



## 職涯發展共學－專業提升，讓照顧變得更好

透過「菁菁訓練管理平台」，提供全面性的數位學習，讓照顧服務員根據需求選修課程，包括：

### 新進人員基礎訓練

建立專業倫理、溝通技巧、照顧技術等必備能力。

### 進階專業課程

涵蓋長照知識、復能技巧、心理支持，提升專業素養。

### 數位學習優勢

不受場地、時間限制，靈活學習，還可獲得認證積分。

此平台也相當適合長照機構業者，透過平台的管理功能，掌握員工學習歷程，也可建立專屬課程。

## 攜手共好，打造專業又有溫度的照顧服務

從社區照顧、創新日間服務，到數位學習平台、專業職涯發展，我們與台中 NPO 夥伴們共同推動更友善的照顧環境，讓長輩擁有自在、有尊嚴的老後生活。



# 獨居長輩關懷

讓獨居長輩的節慶與日常都不再孤單

從長輩需求出發，提供「食、住、行、心」年全度關懷。送餐服務、營養物資、陪同購物、巡迴物資車、居家修繕、圓夢計畫。透過關懷陪伴，減少孤寂感；帶長輩出門購物，挑選自己所需物品。讓弱勢長輩從被動接受物資，到有選擇更幸福。



# 助老吃飽—營養餐食計畫

## 讓每位長輩，都能吃頓營養又溫熱的飯

老五老基金會深切關懷弱勢長輩的生活品質，特別是在營養餐食計畫。我們的目標是讓每位長輩都能享受到均衡且富有營養的餐點，改善他們的健康。對於經濟困難、健康或交通不便的長輩而言，營養餐食服務更顯重要。

## 餐食服務的重要性

許多弱勢長輩雖能填飽肚子，但所攝取的食物常缺乏營養，長期下來會影響健康。老五老基金會從過去 27 年來，無論是城市或鄉村、海線或山區，持續提供營養均衡的餐食，守護長輩的健康與日常。每天清晨，我們的中央廚房開始忙碌，趕在中午前完成餐點，讓長輩能在家享受溫暖的餐食，及送餐志工的問候，減少了孤單。



## 日常餐食與年節孤單的關懷

長輩的日常餐食不僅是生理需求，更是情感上的寄託。年節時，許多獨居長輩因健康問題與孤單感而更顯脆弱。為此，老五老推出「幸福年菜」計畫，精心準備節日餐點，讓長輩在最需要關懷的時刻感受到溫暖與社會的關愛。「幸福年菜」是我們每年寒冬送給長輩的暖心禮物，讓他們在節日中不再孤單。



## 中央廚房籌建中

目前，我們的中央廚房設施已經無法負荷送餐需求，需要進行改建與升級。為了提升服務效能，老五老正籌設石岡與埔里兩個新的中央廚房。這些改建將提高每日出餐量，讓服務範圍得以擴大，確保更多偏鄉地區的長輩受惠。

## 面臨的挑戰與迫切需求

儘管我們的營養餐食計畫每年提供超過 34 萬份餐食，也面臨多項挑戰：物價上漲與食材成本增加，再加上偏鄉地區送餐人力不足，服務的運營變得艱難。每月仍需籌集超過 100 萬元資金缺口，才能持續運營這項服務。

誠摯呼籲社會各界支持，讓我們一起為長輩提供營養、健康的餐食，並改善他們的生活品質。您的支持將直接幫助更多長輩，在孤單的節日裡享受每一頓溫暖的飯菜。

### 2024 服務成果

送餐 345,600 份 | 年菜 1,126 份



# 巡迴物資車計畫

## 重拾選擇權，感受生活的溫度



對於行動不便或經濟弱勢的長輩來說，購物往往是遙不可及的事。許多人因交通或健康問題，數年無法外出，只能依靠親友代購，或被動接受捐贈物資，毫無選擇的機會。近年來，隨著物價通膨加劇，長輩的生活與營養補給更顯困難。

為了讓長輩不只是被動接受，而是能夠擁有選擇，我們推出巡迴物資車服務，秉持「有選擇，更幸福」的理念，送上生活必需品，同時補充長輩缺乏的營養素。這不僅是一趟物資配送，更是對長輩生活尊嚴的支持。

## 貼近長輩需求，提供更細緻的服務

從物資供應到送達方式，皆以長輩的實際需求為出發點：

-  **補充營養**：提供好保存、易食用的食品，幫助長輩維持均衡營養。
-  **許願清單**：長輩可提出個人需求，如習慣使用的品牌或特定用品，獲得真正需要的用品。
-  **到府服務**：將物資送上門，減少長輩的行動負擔。

## 2024 服務成果

22 場，橫跨五縣市 | 119 人次



## 小小物品，大大幸福

每次巡迴物資車出發前，都會提前蒐集長輩的需求，確保提供的物資能真正幫助他們。

76歲盧大哥，因小兒麻痺導致行動不便，平時依靠輪椅移動，購物成了難題。他曾提到自己喜歡無糖綠茶，我們特別準備綠茶，並提供去屑洗髮精與有香味的沐浴乳，讓他能享受熟悉的日常習慣。

69歲潘阿姨，長期受慢性病影響，平時依賴鄰里幫忙。這次物資車送來她最需要的醬油、泡麵、罐頭與紅豆，解決年節食材問題。她感動地說：「謝謝你們特地來看我，讓我可以安心過年！」



## 募集更多資源，擴展服務範圍

巡迴物資車讓長輩重拾選擇權，但我們仍面臨挑戰，期待社會各界支持：

- **募集更多車輛：**目前已有「福祿號」專屬物資車，2025年將啟動「健康號」，前往中部地區服務，盼獲更多贊助，擴大服務範圍。
- **日常營運經費不足：**物資採購、配送與人力需求龐大，每月仍有資金缺口，期盼您的支持，共同延續這份溫暖。

巡迴物資車不僅是物資的運送，更是尊嚴的延續。我們誠摯邀請您一起支持，讓更多長輩能夠擁有選擇權，感受到來自社會的關懷與溫暖！

／ 捐款支持 ／



# 圓夢計畫

在日常關懷中，發現長輩的梦想



每個人心中，可能都藏著一個未盡的梦想。這些願望或許樸實無華，卻承載著他們一生的遺憾與期待。老五老透過關懷訪視與活動，細心傾聽長輩的故事，並努力幫助他們實現心裡的夢，讓生命旅程少一點遺憾，多一份圓滿。

## 「10年沒游泳了，還能再試一次嗎？」

67歲的錢大哥因視力退化多年未曾下水，但仍懷念游泳的暢快感受。基金會發現他的願望後，安排專業教練陪同，他興奮地說：「這熟悉的水溫和味道，讓我想起過去的日子，今天真的太開心了！」他在泳道來回游了好幾趟，還開心地體驗 SPA 池和蒸氣室，結束後還去吃了懷念的小吃，笑著說：「這一天真的太完美了！」



## 「想拍一張好看的遺照」

「我想賞花，也想拍張好看的遺照。」83歲的溫奶奶，自從喪子後，她的生活變得單調，長時間足不出戶。社工得知後便隨即安排她前往新竹尖石的薰衣草森林，特別邀請造型師替她梳化，讓她以最美的姿態入鏡。拍攝時，她拿出珍藏的家人合照，堅持要一起入鏡，感動地說：「這一天，真的很幸福！這樣，將來走的時候，就能留下最美好的模樣了！」

## 「世界上真的有這麼大的動物嗎？」

「我從來沒親眼看過大象，好想看看牠們到底有多大！」84歲的郭林奶奶，在日照中心閒聊時，無意間說出這個小小的願望。為了幫奶奶完成夢想，基金會與日照中心的長輩們一同規劃了「動物園圓夢之旅」。

當天，長輩們搭乘遊園小火車，對眼前的動物充滿好奇。當他們終於見到大象時，郭林奶奶激動地說：「真的好大啊！比電視上看到的還要壯觀！」她拉著社工的手，請他幫忙拍照，要與家人分享。奶奶的女兒得知後，滿懷感謝地說：「平時媽媽行動不便，我們也很想帶她去，但沒有合適的交通工具，沒想到你們記得她的願望，真的很謝謝。」



## 讓夢想成真，需要你我的支持

圓夢計畫讓長輩們的心願成真，也讓他們感受到被重視、被關心的幸福。這些微小的夢想，對長輩而言卻是無比珍貴。您的支持，能讓更多長輩擁有圓夢的機會。

- **捐款支持**：讓我們一起幫助更多長輩實現夢想！
- **志工參與**：成為圓夢行動的一員，陪伴長輩完成心願！



支持圓夢計畫，  
讓長輩的生命旅程更圓滿！



# 熟齡人力運用計畫

活出生命力與未來性，共創 OLD YES 新世代！

2017年成立「OLD YES」品牌，開創熟齡人力運用場域：哈老農場、OLD YES 照顧咖啡館，2020年成立糕點舖，2023年設立 OLD YES 熟齡共創廚房，期盼提供更多元熟齡場域。



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



# 熟齡人力運用計畫

共創精彩人生，展現熟齡活力



在過去的一年裡，老五老基金會的熟齡人力運用計畫透過職務再設計，為熟齡者創建了多元且充實的工作場域，讓他們能夠發揮專長，持續活出生命力。以下是 2024 年各場域的成果，充分展示了熟齡志工們在不同領域的努力與成就。

## 糕點舖的麵包挑戰

老豐光古早味糕點舖開始製作麵包，不僅面臨技術挑戰，也經歷了更多體力上的考驗。我們調整了工作台高度，減輕腰椎壓力，讓他們能夠在符合人體工學的環境中工作。

糕點舖接到了近 500 份麵包餐盒訂單，並與哈老農場的熟齡志工一起包裝與裝盒工作，協作過程不僅提升了生產效率，也加深了志工間的情誼。每一顆充滿黑芝麻香氣、口感彈牙的韓國麵包，都成為顧客的熱愛之選。



## 照顧咖啡館的斜槓

OLD YES 照顧咖啡館推出健康餐盒，搭配舒肥雞胸或豬肉，每日限量供應，經常供不應求，獲得顧客的好評。2024年7月20日於光點華山電影館舉行了紀錄片《大人以後》的首映會，這部紀錄片記錄了熟齡志工在咖啡館的學習與成長。

此外，與中彰投銀髮人才資源中心及果亞假期咖啡合作舉辦的「爺奶很忙 | 發現咖啡新世代」活動，也讓志工和年輕一代一同學習咖啡沖泡技巧，從聞豆、磨豆到手沖，實現了跨世代的共融。



## 哈老農場的綠意盎然

哈老農場在冬季的蔬菜生長旺季，熟齡志工們投入了大量心力，施肥、澆水，精心照料每一株蔬菜。這些蔬菜不僅供應送餐服務，還分享給社區共餐。

農場今年嘗試種植了羽衣甘藍和甜美小番茄，並根據季節變化持續供應當季最美味的蔬菜，從生菜到小番茄，每一口都充滿了自然的味道。農場志工們也得以在自己熟悉的環境中，發揮多年來的種植經驗，並且在這一過程中獲得身心的健康和滿足。



## 深入社區的共好便當

OLD YES 社區熟齡廚房，透過專業的教育訓練，讓熟齡志工們能夠從少量備餐擴展到大規模製餐，將熱騰騰的便當送到社區長輩的手中。2024 年，我們進一步拓展了共餐概念，與教會的兩處社區據點合作，製作了長者餐與商業餐，還提供了適合社區長輩的共享餐食。共餐不僅能夠促進食慾，還讓長輩們在過程中感受到了濃濃的人情味。



## 持續努力，共創未來

熟齡人力運用計畫將繼續致力於發揮熟齡者的專長，提供更多元的參與機會，讓他們在生活的不同階段依然能夠發光發熱。

透過職務再設計和世代共創，我們期望能夠進一步提升銀髮族的產能，並且將營運所得回饋到社會福利服務中，形成一個良性循環。未來，我們將繼續探索更多熟齡人力運用的可能性，並在各個場域中為熟齡者提供更多機會，活出精彩的生活。

< 大人以後 > 紀錄片



邀請您加入老五老行列，  
一起為熟齡發聲



# 高齡模擬體驗

體驗老化，共創友善社會



2025年，台灣正式邁入「超高齡社會」，如何因應高齡化的挑戰，成為社會各界關注的課題。老五老基金會推動的高齡模擬體驗，真實感受老化的不便，喚起人們對長者需求的理解與關懷，打造更友善的生活環境。

2024 成果數據

48 場次 | 1828 人

課程預約專線：

04-2246-3927 # 27 林先生

## 走入偏鄉，讓孩子體驗「老」的世界

攜手台灣藝術大學，深入烏來、三峽山區，讓偏鄉學童透過高齡模擬裝備，親身感受視力模糊、行動遲緩的不便，並透過故事分享，讓他們了解「老化」不僅是生理變化，更需要社會的尊重與支持。「原來阿嬤走路會這麼累！」這樣的體驗為學童，種下了關懷與同理的種子。



## 與企業攜手，提升高齡友善服務

與醫療、照護、銀行、物流等產業合作，讓第一線服務人員透過高齡模擬體驗，親身感受高齡者在日常生活中的困難，進一步優化長者友善服務。例如：

-  **銀行**：模擬長者因手部顫抖、視力不佳，在提款機操作或簽署文件時的困難，進而優化無障礙 ATM 設計、加設放大鏡與座椅。
-  **郵局**：體驗手指關節僵硬、視線模糊，理解填寫包裹單、辨識郵件資訊的挑戰，並考量窗口高度是否友善、提供大字版表單與輔助書寫區。
-  **醫療院所**：模擬長者在掛號、領藥、就診時的步伐不穩與聽力退化，協助醫護人員提升溝通技巧，設立高齡友善櫃檯與導引服務。



我們期待高齡模擬體驗不僅是一種生命教育的課程工具，更是一座連結不同世代的橋樑。在臺灣邁入超高齡社會的背景下，期望我們的體驗活動能夠引導人們以更加包容的心態，迎接老化社會的挑戰，創造一個更友善的生活環境。

# 2024 服務執行成果

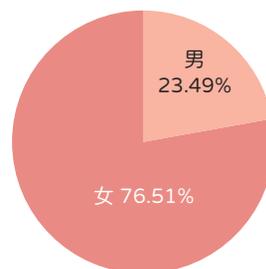
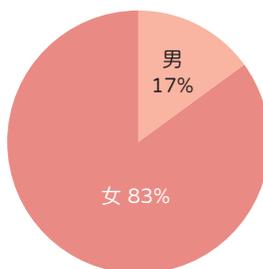
## 人力分布

工作人員

志工

544 人

315 人



54%

82.54%

中高齡(45+) 占比

## 長期照顧



家庭托顧輔導

總服務人數 62



A 個管服務

總服務人數 5,159



交通接送

總服務人數 946

總 人 次 82,165



C 巷弄長照站

總服務人數 21

總 人 次 7,001



喘息服務

總服務人數 218

總 人 次 4,502



居家服務

總服務人數 2,425

時數(小時) 105,948



家屬支持服務

總服務人數 767

總 人 次 2,735



日間照顧

總服務人數 474

總 人 次 57,791



預防或延緩失能與失智

總服務人數 6

總 人 次 288

## 伴獨 360



餐飲服務

總服務人數 1,816  
總人次 345,600



陪同購物

總人次 194



獨老個管

總服務人數 2,240



陪同就醫

總服務人數 41  
總人次 63



關懷訪視

總服務人數 740  
總人次 14,572



居家安全與生活協助

總服務人數 252



電話問安

總服務人數 865  
總人次 19,826



圓夢計畫 / 一日家人

總人次 48

## 其他



社區培力課程

總服務人數 5,123  
總人次 11,182



福利諮詢

總人次 935



外展、宣導服務

總人次 788



社區服務據點

總服務人數 370  
總人次 10,073



身障臨短托服務

總服務人數 51  
時數(小時) 967

# 紅勢力榮耀榜

讓長輩能「越老活越好」是我們的不變的願景，感謝所有團隊及伙伴，和志工的無私奉獻，陪伴與守護長輩，成為強而有力的後盾！

## 衛生福利部 113 年「全國社會工作專業人員表揚」



資深敬業獎 中區區長 林素蘭



資深敬業獎 埔里中心主任 張宗蕙



績優社工督導 石岡中心督導 利欣頤



績優社工 鹿港中心助理督導 陳冠婷

## 113年度專業人員得獎名單

典禮名稱	獎項名稱	得獎人
新北市績優社工暨社政人員表揚活動	新秀獎	周詠恩
新竹市社會工作專業人員表揚	直接服務卓越貢獻獎	劉文馨
	明日之星獎	王思嘉
新竹市績優長照服務人員表揚	照顧服務員	林賢樺
	個案管理員	林威諭
臺中市社會工作人員、社會福利機構表揚	績優社工獎	顏珮純
關雲長之心 照護之星	照護英雄 - 專業人員	蕭雅文



# 彰化縣社會工作專業人員表揚

明日之星獎



江奕萱

明日之星獎



陳品妍

火力十足獎



林湘玘

火力十足獎



孫佳誼

薪火相傳獎



潘柏旭

薪火相傳獎



楊欣昀

馬拉松獎



張淑娟

# 巡迴物資車

## 營養補充計畫

經濟弱勢

行動不便

居住偏鄉

心願物品



## 營養物資送到家，用愛關懷與陪伴

展開希望的翅膀，滿載物資與關懷，  
穿梭大街小巷，除營養補給外，  
還能讓長輩挑選喜歡的品項，有選擇更幸福！



捐款支持



小額  
定捐

每月 **500元** 支持物資車計畫

捐款  
支持

**1500元** 長輩自主選物資一份

企業  
專案

捐贈車輛 請洽(04)2246-3927#18林專員

感謝您的支持，本會提供以下捐款方式：

 銀行轉帳

匯款銀行：台灣新光商業銀行松竹分行  
銀行代號：103-0435  
帳號：0435-10-300350-9  
戶名：財團法人老五老基金會  
匯款後請來電確認(04)2246-3927#26

 線上捐款

提供信用卡、Line Pay、超商條碼、  
超商代碼、虛擬銀行帳號、Web-ATM  
等方式付款。

本會線上資料傳輸均經過安全加密，請安心使用。



 支票捐款

支票抬頭：財團法人老五老基金會  
掛號寄至：406 台中市北屯區  
北屯路212巷9號1樓

 街口支付

掃描以下QRcode即可進入  
街口支付公益專區進行捐款。



**【提高警覺】**

若接獲捐款設定有誤、重複扣款等電話，  
請立刻掛斷並撥打165反詐騙專線，  
守護您的愛心。

**電子發票捐贈，愛心碼050**

結帳時告知店員愛心碼，或出示條碼載具，  
即完成電子發票捐贈！



050財團法人老五老基金會