

## 第八屆台灣健康城市暨高齡友善城市獎項評選 申請表

申請主題：節制飲酒，找回真我！					
申請單位：屏東縣政府衛生局保健科					
撰寫者：呂孟倫、涂芳儀					
<b>聯絡資訊</b> 聯絡人姓名：涂芳儀 地址：屏東市自由路 272 號 手機：0972089212 電話：(08)7370002 分機 151~155 傳真：(08)7382389 E-mail：chr7573@ksmail.mohw.gov.tw					
<b>申請類別（每份申請表，限勾選單一申請主題）：</b> <input type="checkbox"/> （一）卓越獎： <ul style="list-style-type: none"> <li>A. 健康城市             <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> 1. 縣市類      <input type="checkbox"/> 2. 鄉鎮市區類</li> </ul> </li> <li>B. 高齡友善城市             <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> 1. 縣市類</li> </ul> </li> </ul> <input checked="" type="checkbox"/> （二）創新成果獎： <ul style="list-style-type: none"> <li>A. 健康城市             <table style="width: 100%; border: none;"> <tr> <td style="width: 50%; vertical-align: top;"> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> 1. 健康政策獎－公共政策</li> <li><input type="checkbox"/> 3. 健康生活獎－健康生活</li> <li><input type="checkbox"/> 5. 健康產業獎－藝文休閒與創意產業</li> <li><input type="checkbox"/> 7. 健康安全獎－城市與社區安全</li> <li><input type="checkbox"/> 9. 健康特色獎－營造健康城市</li> </ul> </td> <td style="width: 50%; vertical-align: top;"> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> 2. 健康環境獎－都市規劃與環境建置</li> <li><input type="checkbox"/> 4. 健康永續獎－低碳、綠能永續城市</li> <li><input type="checkbox"/> 6. 健康心理獎－心理健康促進</li> <li><input checked="" type="checkbox"/> 8. 健康平等獎－健康平等</li> <li><input type="checkbox"/> 10. 智慧城市獎－資訊科技與技術應用</li> </ul> </td> </tr> </table> </li> <li>B. 高齡友善城市             <table style="width: 100%; border: none;"> <tr> <td style="width: 50%; vertical-align: top;"> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> 1. 敬老獎－敬老與社會融入</li> <li><input type="checkbox"/> 3. 無礙獎－無障礙與安全的公共空間</li> <li><input type="checkbox"/> 5. 安居獎－住宅</li> <li><input type="checkbox"/> 7. 康健獎－社區及健康服務</li> <li><input type="checkbox"/> 9. 高齡友善特色獎</li> </ul> </td> <td style="width: 50%; vertical-align: top;"> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> 2. 親老獎－社會參與</li> <li><input type="checkbox"/> 4. 暢行獎－交通運輸</li> <li><input type="checkbox"/> 6. 連通獎－通訊與資訊</li> <li><input type="checkbox"/> 8. 不老獎－工作與志願服務</li> </ul> </td> </tr> </table> </li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> 1. 健康政策獎－公共政策</li> <li><input type="checkbox"/> 3. 健康生活獎－健康生活</li> <li><input type="checkbox"/> 5. 健康產業獎－藝文休閒與創意產業</li> <li><input type="checkbox"/> 7. 健康安全獎－城市與社區安全</li> <li><input type="checkbox"/> 9. 健康特色獎－營造健康城市</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> 2. 健康環境獎－都市規劃與環境建置</li> <li><input type="checkbox"/> 4. 健康永續獎－低碳、綠能永續城市</li> <li><input type="checkbox"/> 6. 健康心理獎－心理健康促進</li> <li><input checked="" type="checkbox"/> 8. 健康平等獎－健康平等</li> <li><input type="checkbox"/> 10. 智慧城市獎－資訊科技與技術應用</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> 1. 敬老獎－敬老與社會融入</li> <li><input type="checkbox"/> 3. 無礙獎－無障礙與安全的公共空間</li> <li><input type="checkbox"/> 5. 安居獎－住宅</li> <li><input type="checkbox"/> 7. 康健獎－社區及健康服務</li> <li><input type="checkbox"/> 9. 高齡友善特色獎</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> 2. 親老獎－社會參與</li> <li><input type="checkbox"/> 4. 暢行獎－交通運輸</li> <li><input type="checkbox"/> 6. 連通獎－通訊與資訊</li> <li><input type="checkbox"/> 8. 不老獎－工作與志願服務</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> 1. 健康政策獎－公共政策</li> <li><input type="checkbox"/> 3. 健康生活獎－健康生活</li> <li><input type="checkbox"/> 5. 健康產業獎－藝文休閒與創意產業</li> <li><input type="checkbox"/> 7. 健康安全獎－城市與社區安全</li> <li><input type="checkbox"/> 9. 健康特色獎－營造健康城市</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> 2. 健康環境獎－都市規劃與環境建置</li> <li><input type="checkbox"/> 4. 健康永續獎－低碳、綠能永續城市</li> <li><input type="checkbox"/> 6. 健康心理獎－心理健康促進</li> <li><input checked="" type="checkbox"/> 8. 健康平等獎－健康平等</li> <li><input type="checkbox"/> 10. 智慧城市獎－資訊科技與技術應用</li> </ul>				
<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> 1. 敬老獎－敬老與社會融入</li> <li><input type="checkbox"/> 3. 無礙獎－無障礙與安全的公共空間</li> <li><input type="checkbox"/> 5. 安居獎－住宅</li> <li><input type="checkbox"/> 7. 康健獎－社區及健康服務</li> <li><input type="checkbox"/> 9. 高齡友善特色獎</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> 2. 親老獎－社會參與</li> <li><input type="checkbox"/> 4. 暢行獎－交通運輸</li> <li><input type="checkbox"/> 6. 連通獎－通訊與資訊</li> <li><input type="checkbox"/> 8. 不老獎－工作與志願服務</li> </ul>				
<input type="checkbox"/> （三）傑出貢獻獎：					

1. 公部門      2. 專家學者

摘要（限 800 字內，內容建議包含背景說明、推動方式及創新性、跨部門、跨領域合作機制、市民參與機制與參與度、成果與成效、永續維護與評估機制）：

### 一、背景說明

長年來，「事故傷害」與「慢性肝病及肝硬化」直高居原住民重要死因，死亡率為一般民眾3-4倍，並以中青、壯年之男性佔居最多，嚴重影響原住民生命、家庭與社會資本。

依據本縣101年部落民眾健康調查發現飲酒盛行情形，青壯年平均一星期曾經喝醉超過2次的有4.3%，而一天無時無刻都在喝酒的則為7.6%，老年人均一星期曾經喝醉超過2次的有3.7%，而一天無時無刻都在喝酒的則為6.9%，而「飲酒」亦為部落自覺重要的健康議題。另於103年青少年健康行為調查，國小學童飲酒行為，曾經喝過酒的比例達23.96%，取得酒的來源，居然以長輩主動給予最高(42.05%)，其次為從家裡(22.28%)，這顯示國小學童飲酒問題，最嚴重的是家庭的影響。

飲酒不當一則容易導致個人的健康問題，傷肝、高血壓與中風等個人身體的病害；二則容易發生意外事件的發生，例如酒後的交通意外事件或是發生與人爭吵、鬥毆或械鬥事件；更嚴重的是，情緒易激動、亂發脾氣、判斷力控制不佳、易與人發生衝突、對外界刺激敏感、與親友疏離，使酗酒者心理承擔更大的挫折與壓力，而更加自暴自棄，形成惡性循環，造成外界對原住民產生不良的刻板印象，原住民族群在這三項長期背負莫名不公平的對待及痛苦；爰此，本縣推動節制飲酒防制計畫以改善原住民不當飲酒習慣，減少因飲酒過量而導致疾病、意外發生率，期望促進原鄉家庭社區和諧，消弭健康不平等之對待為推動本計畫之目標。

### 二、推動方式及創新性

（一）以組織資源整合及運作凝聚社區共識：將節制飲酒議題納入本縣高齡友善城市跨局處推動委員推動架構中，另外在部落則藉由部落健康營造中心平台成立節制飲酒關懷小組以凝聚共識。

（二）營造節酒支持性的環境：輔導在地族語版節酒公約、無酒友善環境，以促使民眾擁有健康的生活型態，招募節酒成功人士成為節酒關懷志工，安排授課分享。

（三）強化個人技能：傳播與飲酒相關之健康知識與培養健康識能與行為，結合警政、

毒防及學校、家庭、與社區，透過醫護、教育系統等來協助提供健康資訊與教育提升個人節酒技能。

(四)強化社區行動力:結合本縣高中級以上學校辦理青年志工訓練，於結訓後成為部落樂活天使，協助節制飲酒學員招生，以及部落教室場地維護，落實社區服務行動。

### 三、成果與成效

- (一)於部落組成節制飲酒關懷小組共 8 組，定期關懷節酒學員，提供支持及協助。
- (二)制定 8 則在地族語版節酒公約，並完成節酒公約宣誓活動 8 場，共 612 人參加。
- (三)成功輔導設置公部門「無酒環境」20 處、「禁酒場所」老人關懷據點 16 處、友善商店 16 家。
- (四)培訓節制飲酒班種子師資共計 12 人，培訓後規劃在地制宜的節制飲酒班並擔任相關課程講師。
- (五)辦理節制飲酒班 8 班，招收學員共 127 名，學員認知問卷得分由課前平均 74 分提升至課後的 96 分，平均每月飲酒情形從 12 次/月下降至 9 次/月，所有學員當中戒滿 90 天的達 20 人。
- (六)節制飲酒班共 127 人，其中 55 歲以上長者為 11 人(8.6%)，成功戒滿 90 天者 2 人，於課後均表示參加課程增加與社區互動，戒酒可改善身體常疲倦的不適感，家人關係越來越親密，並且移除「部落老酒鬼」的標籤，提升自我認同與信心。
- (七)招募成功節酒人士擔任關懷志工 5 人，培訓其於 105 年取得志工手冊 3 人，安排於 105 年度節酒班課程進行節酒歷程與家庭關係改變之分享計 15 堂課程。
- (八)改善家庭親子關係，節酒成功人士因成功節酒後與家人關係改變，長輩由掛念到歡欣，親友及工作夥伴從冷漠到勵的心路歷程，此成效亦榮獲全國保健會議感人小故事冠軍，顯見本縣節酒班設置與跨部門關懷小組陪伴關懷可作為消弭健康不平等之起步。

### 四、永續維護與評估機制

原住民飲酒長期受既有傳統文化、不斷的社會變遷及扭曲的社會認同感所影響著，再輔以酒品的強勢文化行銷，配合公賣政策，主流社會鼓勵縱容飲酒，使得原住

民黏貼著酗酒問題的負面標籤。近年來，健康營造與高齡友善的積極推動，使得族人對自身健康意識抬頭，故本縣將持續藉由部落參與、凝聚共識的方式將節制飲酒概念深入部落居民，在文化安全的結構下，開辦節制飲酒班以及於 105 年首創全國成立課後追蹤關懷小組，持續 3 個月辦理團體支持活動，彰顯原住民樂群及分享互助的傳統美德，有效守護自我及族群健康平等權。

## 目 錄

內 容	頁碼
壹、背景說明 -----	6
貳、計畫目標-----	11
參、推動策略與創新性 -----	12
肆、跨部門合作及居民參與-----	16
伍、成果與成效-----	19
<hr/>	
圖表	
圖一、屏東縣原住民歷年人口年齡結構趨勢變動圖-----	7
圖二、屏東縣原住民歷年扶養比趨勢變動圖-----	7
圖三、102年屏東縣原住民地區與全國主要死因比較圖-----	9
圖四、屏東縣健康原氣、樂活原鄉推動工作小組-----	12
圖五、各鄉節制飲酒班開訓與問卷結果-----	13
表一、跨局處工作小組權責分工表-----	13
表二、節制飲酒班學員年齡分布情形-----	13
表三、部落社區節制飲酒關懷小組-----	20
表四、各項指標實施成果-----	25
附件、成果照片分享-----	27

## 壹、背景說明

### (一) 本縣概況

#### 1. 地理特色：

本縣環山環海為臺灣本島最南端的行政區，也是臺灣西部南北最狹長的縣份（南北長 112 公里，東西寬 47 公里），總面積為 2775.6603 平方公里，極東為霧台鄉雄峰山頂，極西為琉球嶼西端，極南為恆春鎮七星岩，最北為高樹鄉舊寮，而東邊以中央山脈與臺東縣為界，北與高雄市為界；本縣亦為全臺各縣市擁有山地原住民鄉村數目最多之縣，共計有：霧台鄉、三地門鄉、瑪家鄉、泰武鄉、來義鄉、春日鄉、獅子鄉及牡丹鄉等八個山地原住民鄉，佔全縣面積約 58%。

#### 2. 人口特性：

##### (1) 人口指標

103 年底全國原住民統計 540,023 人，佔全國總人口 2.3%，103 年底本縣原住民人口總計 58,333 人，佔全縣總人口 10.6%，佔全國原住民總人口 10.8%，較上年增加 699 人，人口年增加率 1.2%，則高於本縣非原住民人口年增率-0.6%。

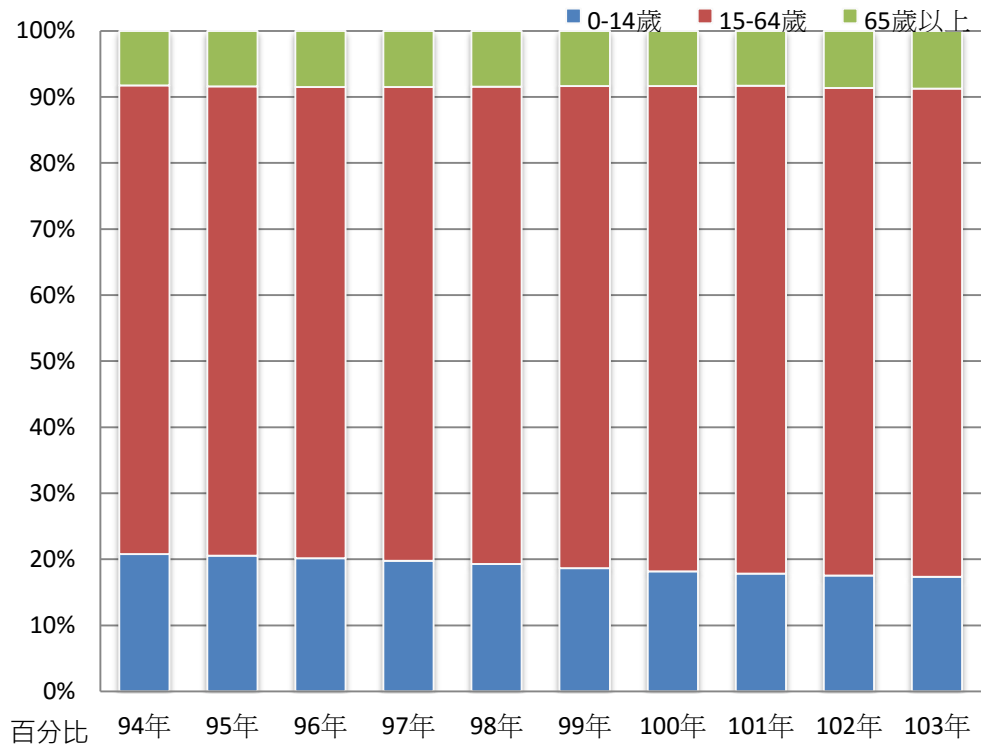
##### (2) 人口結構特性

以人口結構觀察，本縣 65 歲以上原住民人口比率已於 91 年突破 8%，顯見早已進入高齡化社會多年，直至 103 年，比率已躍升至 8.75%，推估不到 10 年後，本縣原住民地區 65 歲以上人口將超過 20%，邁入超高齡社會，本縣原住民人口結構高齡化之特徵益趨明顯。

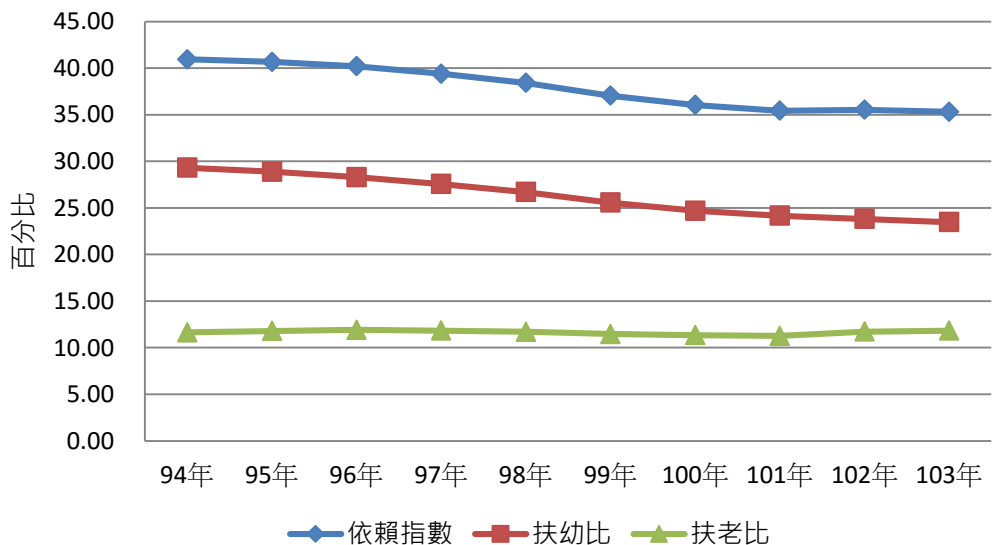
本縣原住民依賴指數【(0-14 歲人口+65 歲以上人口) / 15-64 歲人口\*100】自 94 年起累計下降了 6.18 個百分點，103 年依賴指數為-0.23%，主要因扶幼比【0-14 歲人口/15-64 歲人口\*100】亦累計下降共 6.49 個百分點，扶老比【65 歲以上人口/15-64 歲人

口\*100】卻平穩上升所致。部落居民為維持生計及解決小孩求學需求，青壯年之人口群大多鄉外就業，形成居住部落的人口群以老人及小孩為主，隔代教養及老人照護儼然成為部落重要的課題。

圖一、屏東縣原住民歷年人口年齡結構趨勢變動圖



圖二、屏東縣原住民歷年扶養比趨勢變動圖



(3)健康情形：

i. 生命指標

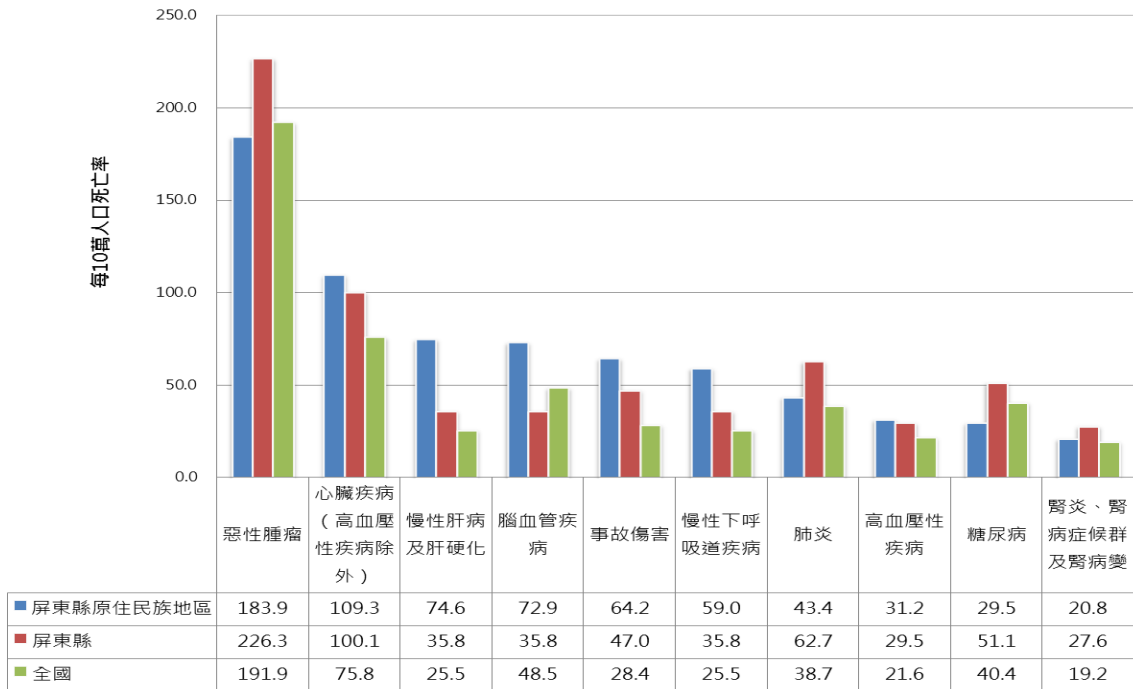
A. 十大死因：近年來經由政府與民間的努力，我國原住民族的健康狀況已有相當程度的改善，主要死因當中的急性傳染病逐漸退居十大死因之外，但與一般國民相較仍然有一些差距及差異性存在。本縣原住民族地區 102 年死亡人數為 512 人，全屏東縣共計 7,523 人，全國共計 154,374 人。

B. 102 年本縣原住民族地區十大死因為：①惡性腫瘤；②心臟疾病（高血壓性疾病除外）；③慢性肝病肝硬化；④腦血管疾病；⑤事故傷害；⑥慢性下呼吸道疾病；⑦肺炎；⑧高血壓性疾病；⑨糖尿病；⑩腎炎腎病症候群及腎病變。由 102 年本縣原住民族地區十大死因與全縣及全國情形做為比較，可以發現到，雖然疾病分布相同，但本縣原住民族地區除了惡性腫瘤、肺炎、糖尿病、腎炎腎病症候群及腎病變等 4 項較全國及全縣的每十萬人口死亡率較低外，其餘 6 項疾病的死亡率均較高，尤其是在慢性肝病肝硬化、腦血管疾病、事故傷害及慢性下呼吸道疾病明顯高出全國的死亡率。

C. 依據 103 年本縣原住民族衛生所統計資料因事故傷害死亡人數歲下降為 20 人，惟有效預防事故傷害亦為重要健康議題之一。



圖三、102 年屏東縣原住民地區與全國主要死因比較圖



D. 由本局 103 年對於本縣 4 到 9 年級學生所做的健康行為調查資料發現，國小 4-6 年級部分，憂鬱比例 (CEDs 分數 10 分以上) 為 16.80%，肥胖比例為 17.62%，過重與肥胖的比例則為 30.88%。國中 7-9 年級部分，憂鬱比例 (CEDs 分數 10 分以上) 為 20.74%，肥胖比例為 13.30%，過重與肥胖的比例則為 25.27%。由上述數據可以發現，國中相較於國小學童，憂鬱程度較為嚴重，但肥胖與過重肥胖比例較低。而在飲酒情形部分，國小學童曾經喝過酒的比例達 23.96%，取得酒的來源，居然以長輩主動給予最高 (42.05%)，其次為從家裡拿 (22.28%)，這顯示國小學童飲酒問題，最嚴重的是家庭的影響。飲酒部分，曾經喝過酒國中學生曾經喝過酒的比例達 35.91%，取得酒的來源，仍以長輩主動給予最高 (32.67%)，其次為自己去買 (29.67%)、朋友主動給予 (21.12%) 與從家裡拿 (19.6%)，這顯示

國中青少年飲酒問題，除了家庭的影響外，自主性購買與朋友的影響也變成重要的因素。

飲酒不當一則容易導致個人的健康問題，傷肝、高血壓與中風等個人身體的病害；二則容易發生意外事件的發生，例如酒後的交通意外事件或是發生與人爭吵、鬥毆或械鬥事件；更嚴重的是，情緒易激動、亂發脾氣、判斷力控制不佳、易與人發生衝突、對外界刺激敏感、與親友疏離，使酗酒者心理承擔更大的挫折與壓力，而更加自暴自棄，形成惡性循環，造成外界對原住民產生不良的刻板印象，原住民族群在這三項長期背負莫名不公平的對待及痛苦。

綜上，部落社區居民的健康不平等問題，需要積極透過教育、宣導及共同參與方式來解決，為了整合本縣公部門相關單位、民間團體及部落(社區)組織資源並提供不同領域之合作平台，透過跨局處行動、社區民眾參與，本縣推動節制飲酒防制計畫以改善原住民不當飲酒習慣，減少因飲酒過量而導致疾病、意外發生率，期望促進原鄉家庭社區和諧，消弭健康不平等之對待為推動本計畫之目標。

## 貳、計畫目標

- 一、 推動「不醉酒、不勸酒、不拼酒」、「開車不喝酒，喝酒不開車」的節酒公約，建立本縣原住民鄉節制飲酒的支持性環境。
- 二、 整合機關、團體及部落及社區組織之人力、物力資源，凝聚部落居民共識，增強社區健康促進之行為模式。
- 三、 推廣健康安全觀念，降低事故傷害因子，改善社區安全死角，營造健康安全社區。
- 四、 藉由推廣健康知識及篩檢宣導，讓民眾了解健康及預防的重要性，營造健康生活化社區。

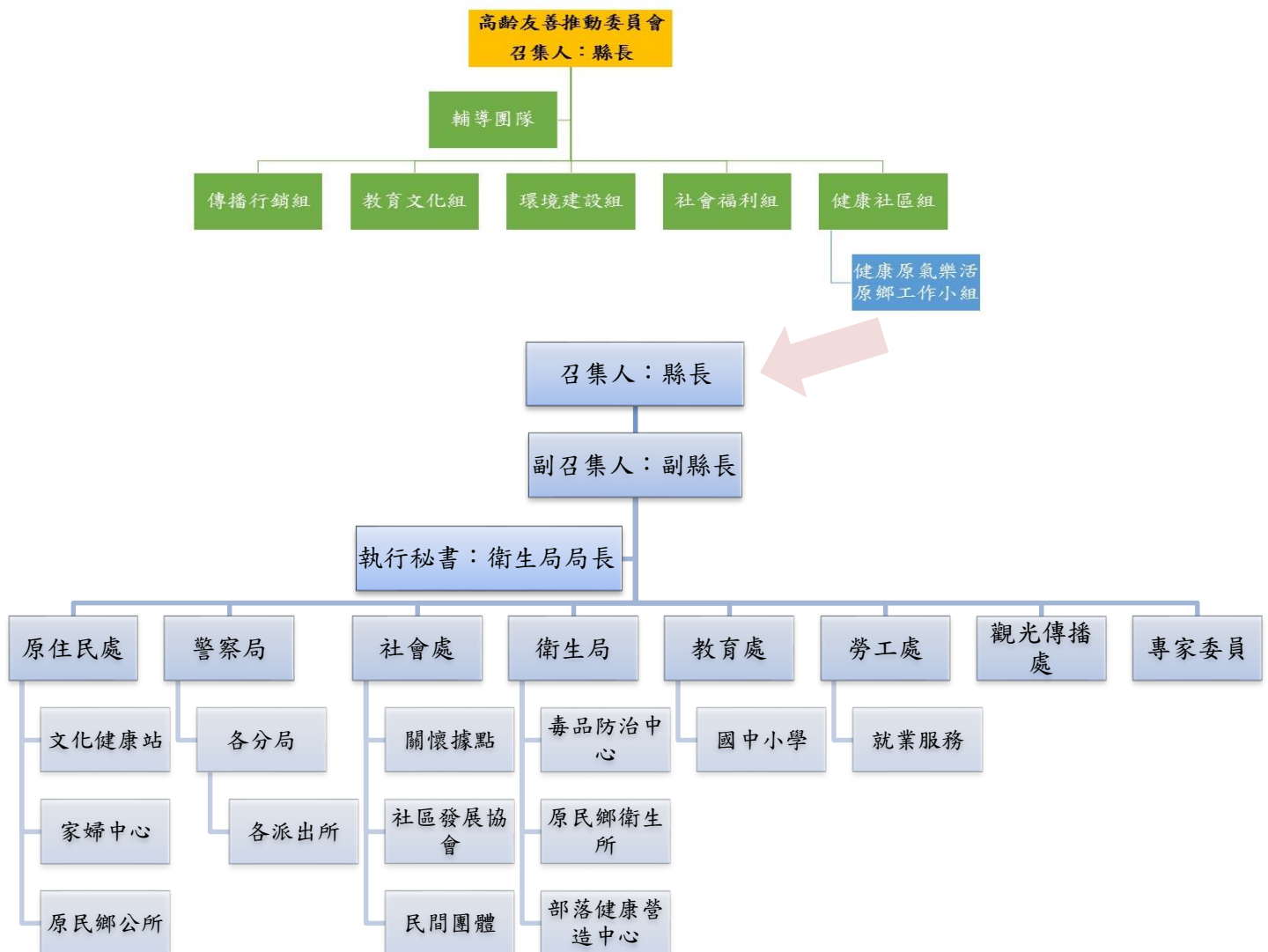
參、推動策略與創新性

一、推動因地制宜的健康促進工作：

(一)成立縣級跨單位工作小組：

本縣業於 103 年由縣長擔任召集人成立縣府推展健康原氣、樂活原鄉工作小組（如圖一），跨局處整合本府原住民處、警察局、社會處、教育處、觀光傳播處及衛生局等共同推動，亦邀集高齡友善城市專家學者組成輔導團隊，完成召開 2 次討論會議，104 年度延續本工作小組及輔導團隊之運作，亦加入本府勞工處，並於年初、期中及期末定期召開工作小組會議，以期有效進行組織資源整合及運作。

圖四、屏東縣健康原氣、樂活原鄉推動工作小組



表一、跨局處工作小組權責分工表

單位	權責事項
衛生局	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 組成督導小組，徵聘計畫專案人員1名，協助規畫辦理健康相關議題課程，提升專業性服務品質。</li> <li>2. 規劃與各原住民鄉公所、衛生所建立夥伴關係，提供行政支援及醫療專業諮詢。</li> <li>3. 定期召開聯繫會報，邀集原住民各鄉部落健康營造中心、家婦中心、文化健康站、家庭服務中心、3H專案單位等以建立公私部門協同合作機制。</li> <li>4. 定期召開跨局處單位會報及工作檢討會報，以協調整合並依據執行情形進行檢討。</li> <li>5. 辦理媒體宣導、文宣製作及成果展。</li> </ol>
原住民處	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 協助辦理本計畫相關原住民鄉公所宣導及競賽事項。</li> <li>2. 透過原住民族家庭暨婦女服務中心、文化健康站提供部落失業困境個案諮詢，發掘健康行為偏差個案並協助轉介輔導健康行為或就醫等後續追蹤管理輔導。</li> <li>3. 透過文化健康站宣導本計畫相關資訊，並鼓勵部落長者重視健康，養成自主健康行為模式，並參與各項健康活動。</li> <li>4. 透過3H專案單位宣導本計畫相關資訊，檢視關懷部落民眾居住環境安全並重視健康議題，參與各項健康活動。</li> </ol>
教育處	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 協助辦理本計畫相關原住民族部落各級學校宣導及競賽事項。</li> <li>2. 透過部落各級學校宣導健康議題，正確的健康觀念及行為種子由學子開始發芽，進而帶動家庭至社區。</li> </ol>
警察局	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 協助辦理本計畫相關警務機關（分駐所、派出所、義警、義交）宣導及競賽事項。</li> <li>2. 提供本計畫正確健康行為資訊及協助相關居住安全、交通安全宣導活動。</li> <li>3. 提供本計畫相關意外事故統計資料，作為檢討分析。</li> </ol>

單位	權責事項
社會處	1. 協助辦理本計畫相關部落社區發展協會及民間或宗教團體宣導及競賽事項。 2. 提供本計畫正確健康行為資訊。
勞工處	協助關懷本計畫節制飲酒班有意願就業者，提供職業訓練、就業服務及咨詢、派案、轉介、追蹤等服務，職業重建服務窗口、職業輔導評量。
觀光傳播處	協助辦理本計畫相關資訊宣傳、媒體報導及文宣事項。
專家學者	1. 協助本計畫相關產學專業諮詢。 2. 協助本計畫相關資料統計分析。

(二)制訂「健康原氣、樂活原鄉」公共政策：訂定部落社區宣言與規範，透過部落會議訂定「不醉酒、不勸酒、不拼酒」、「開車不喝酒，喝酒不開車」節制飲酒生活公約。

(三)營造支持性的環境：

1. 規劃輔導部落社區設立「無酒環境」處所。
2. 營造部落社區老人關懷據點為禁酒場所。
3. 輔導商店成為友善商店，不販賣酒品給未滿18歲青少年，且不聚集飲酒成為環境。

(四)居民參與強化個人技能：

1. 結合公部門、社區、教會、學校辦理節制飲酒及事故傷害防制宣導活動。
2. 結合部落社區教會、學校辦理心理健康暨藥物濫用防制宣導活動。
3. 首度協助團體設立參與「節制飲酒班」並召募學員，個別衛教服務且降低學員每月飲酒盛行率並成功戒酒滿90天，戒滿90天者頒發獎勵狀及獎金作為鼓勵。

(五)強化居民參與之社區行動：

1. 創新成立部落節制飲酒關懷小組。
2. 辦理青少年辦理部落社區健康保健志工訓練，成為部落樂活天使。
3. 辦理節制飲酒路跑或健走活動。

(六)調整健康服務方向：於課程實施前後辦理健康知能行為問卷調查，並評估課程介入後健康知能行為改變情形。

#### 肆、跨部門合作與民眾參與

##### 指標一、進行組織資源整合及運作

為有效與部落人員溝通，使其了解本縣健康原氣樂活原鄉年度工作期程及執行內容，本縣成立健康原氣樂活原鄉推動工作小組，結合高齡友善城市專業團隊共同推動，並以期中及期末會報，共同討論及檢討，本局於6月8日、12月5日辦理跨局處工作小組會議(如附件一)。會議中對於跨局處的分工、原住民地區在地慢性病、過度飲酒引起的疾病防治進行討論，發展在地的衛生教材、分眾健康議題宣導，制定支持性的公共政策並營造部落追求健康的氛圍，是會議所獲得的共識。

##### 指標二、制訂「健康原氣、樂活原鄉」公共政策~生活公約

為了制訂支持性的「健康原氣、樂活原鄉」公共政策，本縣衛生局、原住民地區衛生所、鄉公所與有意願推動的社區發展協會共同擬定在地化且合宜生活公約，並在各社區頭目、村長、理事長、教會牧者的帶動下與民眾共同簽署生活公約。

##### 指標三、營造支持性的環境

我們知道健康與支持性環境兩者相互依賴不可分割，是所有生活場域最優先考量的重點，亦是政策管理的首要條件，擁有健康不再只是靠個人的努力而已，更需要有支持性環境，以促使民眾擁有健康的生活型態，一個有助於民眾擁有健康生活的社區，應該強調地域性及個人與家庭的參與，並依地方不同的需要，提供社區民眾可利用性、可接近性、可接受性的健康生活模式，其內容則以提供社區中民眾實踐健康生活方式所需之資訊與技巧為主，並應能持續促進支持性的環境，以利健康行為之實踐，是以，本縣於104年在原住民地區共成功輔導了「無酒環境」公部門20處、「禁酒場所」老人關懷據點16處、友善商



店 16 處。

#### 指標四、強化個人技能

運用衛生教育宣導、培訓等方式，傳播健康知識與培養健康行為，強化民眾認知提昇其配合度。結合學校、家庭、與社區，透過醫護、教育、警務、毒品防制等專家及志工等，來協助提供健康資訊與教育來提升個人及社會能力。例如：節制飲酒及事故傷害防制宣導共 8 場次、心理健康暨藥物濫用防制宣導 8 場次、開辦「節制飲酒班」8 班，招收學員共 127 名，其中 55 歲以上長者為 11 人(8.6%)，成功戒滿 90 天者 2 人，於課後均表示參加課程增加與社區互動，戒酒可改善身體常疲倦的不適感，家人關係越來越親密，並且移除「部落老酒鬼」的標籤，提升自我認同與信心。

#### 指標五、強化社區行動

為強化民眾參與機制，有效結合社區團體，透過具體及有效的社區行動，建立機制以推展本計畫，本縣 8 個原住民鄉公所、衛生所、社區發展協會、教會等部落社區團體均成立節制飲酒關懷小組，協助節制飲酒班學員招募及關懷輔導，並於社區活動中宣導節酒議題。

本縣衛生局亦結合社團法人屏東縣志願服務協會於獅子鄉衛生所辦理青少年志工保健訓練課程 2 梯次共計 4 天，參加人數共 25 人，課程內容包含了健康促進保健課程、志願服務內涵、自我了解及自我肯定，並邀請陪伴酒癮民眾部落志工的經驗分享，學員與講師互動熱絡，掌聲與笑聲絡繹不斷。

為了倡議節制飲酒議題，強化社區行動力，本縣衛生局結合 8 處原住民部落健康營造中心與部 2,687 人。

#### 指標六、調整健康服務方向

為了提供各項健康促進課程活動參加學員最適切的健康服務，本縣於節制飲酒班課程前後均進行問卷調查，做為課程介入前後知能行為改變的評估，調查問卷共 127 份。

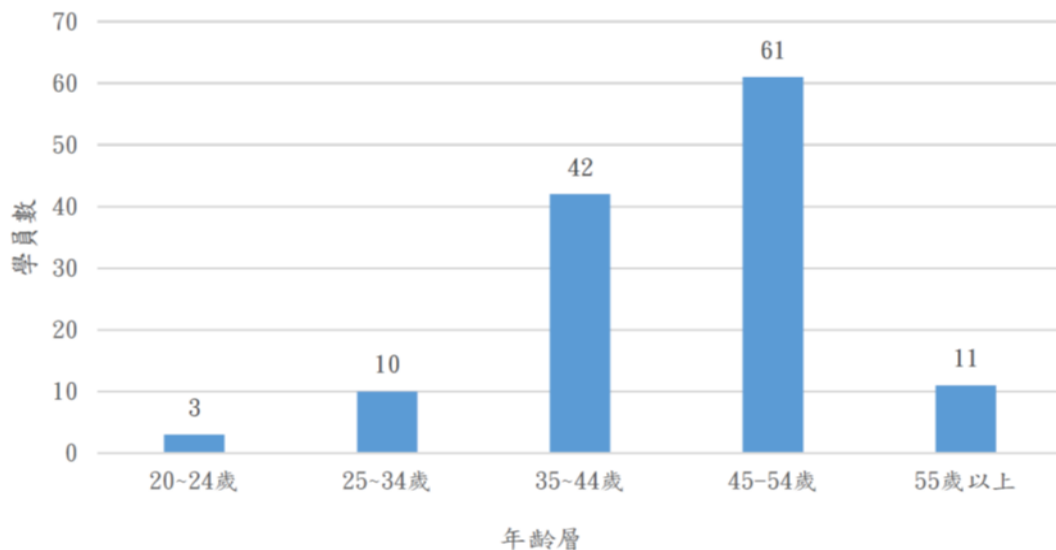
### 伍、成果與成效

本縣透過跨局處策略研擬、盤點部落社區資源並整合，有效營造了節制飲酒，維護身心社會健康以消彌健康不平等的氛圍，各項實施策略的完成情形如下：

表二、各鄉節制飲酒班開訓與問卷結果

班別	開訓日	結訓日	開班單位	學員數	認知平均分數		平均月飲酒盛行率		
					前	後	前	後	下降
1	10/1	12/1	三地門鄉	16	72	95	15	12	20%
2	9/20	11/22	霧臺鄉	6	70	95	14	10	29%
3	9/20	11/20	瑪家鄉	15	70	100	14	10	29%
4	10/23	12/25	泰武鄉	10	80	95	6	4	33%
5	10/22	12/25	來義鄉	17	78	95	12	10	25%
6	5/28	8/1	春日鄉	34	75	95	12	8	33%
7	10/4	12/30	獅子鄉	9	80	95	16	12	38%
8	5/15	7/30	牡丹鄉	20	70	95	8	6	25%
合計				127	75	96	12	9	29%

圖五、節制飲酒班學員年齡分布情形



表三、部落社區節制飲酒關懷小組

霧台鄉飲酒關懷小組						
序號	姓名	單位	職稱	族別	專長	小組執掌
1	達○巴克	霧台長期照護據點	主委	魯凱族	心靈諮商	組長
2	柯○美	霧台部落健康營造	主委	魯凱族	社工人員	副組長
3	陳○輝	好茶社區發展協會	理事長	魯凱族	推動部落工作	組員
4	歐○夫	大武社區發展協會	理事長	魯凱族	推動部落工作	組員
5	巴○信	吉露社區發展協會	理事長	魯凱族	推動部落工作	組員
6	柯○光	佳暮社區發展協會	理事長	魯凱族	推動部落工作	組員
7	陳○美	佳暮社區發展協會	志工	魯凱族	推動部落工作	組員
8	柯○芬	佳暮社區發展協會	志工	魯凱族	推動部落工作	組員
9	藍○錦	好茶社區發展協會	志工	魯凱族	推動部落工作	組員
10	尤○成	好茶社區發展協會	志工	魯凱族	推動部落工作	組員
三地門鄉飲酒關懷小組						
序號	姓名	單位	職稱	族別	專長	小組執掌
1	李○珍	三地門鄉衛生所	護士	漢族	護理保健	組長
2	賴○玲	三地門鄉家婦中心	社工	排灣族	社會福利	組員
3	潘○芳	三地門鄉家婦中心	社工	排灣族	社區關懷	組員
4	白○莉	三地門鄉衛生所	志工	布農族	社區關懷	組員

5	陳○齡	三地門鄉衛生所	志工	排灣族	宗教關懷	組員
6	劉○梅	三地門鄉衛生所	志工	排灣族	社區關懷	組員
7	宋○雯	三地門鄉衛生所	志工	排灣族	社區關懷	組員

瑪家鄉飲酒關懷小組

序號	姓名	單位	職稱	族別	專長	小組執掌
1	梁○輝	瑪家鄉公所	鄉長	排灣族	行政資源	教育文化
2	林○輝	瑪家鄉公所	課長	排灣族	行政資源	教育文化
3	蔡○興	長榮百合國小	教務主任	排灣族	教育資源	教育文化
4	蘇○宏	內埔瑪家分駐所	所長	漢族	環境安全	健康社區
5	曾○仁	瑪家鄉衛生所	主任兼醫師	排灣族	醫療保健	健康社區
6	高○梅	瑪家鄉衛生所	護理師兼護理長	排灣族	醫療保健	健康社區
7	蕭○美	瑪家鄉衛生所	護理師	排灣族	醫療保健	健康社區
8	杜○偉	美園循理會基督教會美園老人關懷據點	牧師	魯凱族	靈性宗教	心靈關懷
9	黃○惠	中村基督教長老教會中村老人關懷據點	牧師	排灣族	靈性宗教	心靈關懷
10	王○珍	屏東基督教醫院瑪家鄉長照服務據點	護理師	排灣族	福利資源	社會福利

泰武鄉飲酒關懷小組

序號	姓名	單位	職稱	族別	專長	小組執掌
----	----	----	----	----	----	------

1	雷○蘭	泰武鄉衛生所	護理長	排灣族	護理	衛生保健
2	張○華	泰武鄉衛生所	護理師	排灣族	護理	衛生保健
3	葉○香	泰武家婦	社工員	排灣族	社會福利	社會福利
4	張○妹	佳平社區發展協會	志工	排灣族	社會福利	社會福利
5	李○娟	泰武鄉部落健康營造中心	志工	排灣族		衛生保健
6	杜○雄	泰武鄉法蒂馬本堂神父	主任司鐸	魯凱族	靈修	心靈重建

來義鄉飲酒關懷小組

序號	姓名	單位	職稱	族別	專長	小組執掌
1	歸○德	衛生所	醫師兼主任	排灣族	醫護專業	組長
2	田○民	衛生所	醫師	卑南族	醫護專業	組員
3	范○花	衛生所	護理長	排灣族	醫護專業	組員
4	曾○茹	鄉公所	課員	排灣族	醫護專業	組員
5	劉○鳳	衛生所	專任助理	排灣族	社工專業	組員
6	陳○英	南和關懷據點	督導	排灣族	志工	組員
7	尤○華	南和關懷據點	志工	排灣族	志工	組員

春日鄉飲酒關懷小組

序號	姓名	單位	職稱	族別	專長	小組執掌
1	盧○一	春日鄉衛生所	醫師兼主任	魯凱族	醫療保健	1. 行為技巧 2. 酒對身體的危害
2	曾○娘	春日鄉衛生所	護理師	排灣族	醫療保健	個案管理
3	林○嬌	春日鄉	護士	排灣族	醫療保	個案管理

		衛生所			健	
4	胡○美	古華村	頭目	排灣族	社區照顧關懷	1. 個案訪視 2. 家庭支持
5	周○南	古華長老教會	牧師	排灣族	關懷	1. 個案訪視 2. 家庭支持

獅子鄉飲酒關懷小組

序號	姓名	單位	職稱	族別	專長	小組執掌
1	江○明	獅子鄉衛生所	醫師兼主任	排灣族	醫療	衛生保健 個案管理
2	葛○州	獅子鄉衛生所	醫師	排灣族	醫療	衛生保健 個案管理
3	楊○妃	獅子鄉衛生所	護理師	排灣族	衛教轉介	個案管理 家庭支持
4	溫○惠	獅子鄉衛生所	護士	排灣族	衛教轉介	個案管理 家庭支持
5	周○芬	獅子鄉衛生所	專案助理	排灣族	招募	協助轉介
6	連○英	獅子鄉長照據點	評估專員	排灣族	社工	社會福利 家庭支持

牡丹鄉飲酒關懷小組

序號	姓名	單位	職稱	族別	專長	小組執掌
1	鄭○春	牡丹鄉衛生所	醫師兼主任	卑南族	醫師	宣傳組
2	林○穎	牡丹鄉衛生所	護理長	排灣族	護理	宣傳組
4	陳○瑛	牡丹鄉部落健康營造中心	專案助理	排灣族	綜理健康促進業務	行政組
5	莊○玟	牡丹鄉部落健康營造中心	主任委員	閩南族	社會福利輔助(鄉公所課)	推動組

					員)	
6	古○勇	牡丹鄉 部落健康營造 中心	縣輔導 委員	排灣族	心靈成 長	推動組
7	吳○吉	牡丹鄉 部落健康營造 中心	推動委 員	排灣族	資源協 助 (鄉民 代表)	推動組
8	江○玉	牡丹鄉 部落健康營造 中心	推動委 員	排灣族	青少年 輔導 (國小 教師)	推動組
9	林○輝	牡丹鄉部落健 康營造中心	推動委 員	排灣族	村長	推動組



表四、各項指標實施成果

實施內容	目標	執行情形	完成率
1. 成立縣府跨局處推展健康原氣、樂活原鄉推動工作小組	1 組	6/8 辦理完成	100%
2. 每三個月定期召開推動工作會議	1 場次	6/8、12/5 辦理完成	100%
3. 各鄉制訂「健康原氣、樂活原鄉」生活公約	8 則	8 鄉均辦理完成	100%
4. 設立「無酒環境」處所	8 處	20 處	250%
5. 部落社區老人關懷據點為禁酒場所	8 處	16 處	200%
6. 友善商店輔導與設立	8 場	16 處	200%
7. 辦理節制飲酒及事故傷害防制宣導活動	8 場次	8 場次	100%
8. 辦理心理健康暨藥物濫用防制宣導活動	8 場次	8 場次	100%
9. 辦理部落社區老人防跌種子師資訓練工作坊	1 場次	1 場次	100%
10. 辦理部落社區維護改善居家環境安全講座	8 場次	8 場次	100%
11. 設立參與「節制飲酒班」	8 班，招募學員 80 人	8 班，招募學員 127 人	100% 150%
12. 辦理節制飲酒班獎勵競賽	1 場次	1 場次	100%
13. 成立部落節制飲酒關懷小組	8 小組	8 小組	100%
14. 辦理青少年辦理部落社區健康保健志工訓練	1 場次	1 場次	100%
15. 辦理節制飲酒路跑或健走活動	8 場次	8 場次	100%
16. 節制飲酒班實施後，學員節制飲酒認知率	90%	96%	100%
17. 節制飲酒班實施後，學員平均月飲酒盛行率（最近 1 個	下降 20%	30%	100%

實施內容	目標	執行情形	完成率
月飲酒次數)			
18. 潛在酒癮民眾輔導成功戒酒滿 90 天人數	16 人	20 人	100%
19. 結合部落(社區)團體規劃辦理宣導心理健康暨藥物濫用防制宣導活動後，提升民眾心理健康暨藥物濫用防制認知率	50%	81%	162%

## 附件、成果照片分享

### 一、節制飲酒班課程情形



## 二、全國保健會議感人故事冠軍

**\*感人小故事分享**

陪著你慢慢走



告單位：屏東縣來義鄉衛生所  
告人：來義鄉部落健康營造中心  
專任助理 劉雪鳳

**\*故事人物檔案**

\*姓名：錢O瑞 (Panguile)  
\*性別：男  
\*年齡：54歲 (51.09.12)  
\*族別：排灣族  
\*婚姻狀況：未婚  
\*居住狀態：與母親同住



親說的話：

知道他很難戒酒了  
為他從小畢業就開始喝了  
希望他顧好自己的身體

感到欣慰的  
不會再酒醉讓我擔心了  
且每天幫我照顧菜園及做家事

謝你們讓他找回自信  
在的我真的很幸福  
為有我這個兒子留在身邊陪伴我




**\*幸福很簡單**

生部落裡

或許自己的力量無法改變每一個人  
但，只要不放棄他們

終有一天  
他們感受到我們關心、用心與付出  
相信也會願意試著改變自己  
因為最美的地方不在他處  
而是在有「愛」的地方



**\*幸福很簡單**



**動人心弦獎**

屏東縣政府衛生局 來義鄉衛生所  
劉雪鳳 專案助理

於 105 年全國保健會議發表業務推動之感人小故事，深具意義、感動人心，堪為楷模。特頒獎狀，以資鼓勵。