

第八屆台灣健康城市暨高齡友善城市獎項評選

健康城市/高齡友善城市範疇
創新成果獎-親老獎

社區共好同康健



高雄市政府社會局
仁愛之家

Bureau of Social Affairs of Kaohsiung City Government
Ren-ai Senior Citizens' Home

中華民國 105 年 7 月

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：社區共好同康健

申請單位：高雄市政府社會局仁愛之家

撰寫者：姚昱伶主任

聯絡資訊

聯絡人姓名：姚昱伶主任

地址：高雄市燕巢區深水里深水路 1 號

手機：0931-779-952

電話：07-6152611-201

傳真：07-6151451

E-mail：b0141@kcg.gov.tw

申請類別（每份申請表，限勾選單一申請主題）：

（一）卓越獎：

A. 健康城市

1.縣市類 2.鄉鎮市區類

B. 高齡友善城市

1.縣市類

（二）創新成果獎：

A. 健康城市

1.健康政策獎—公共政策

3.健康生活獎—健康生活

5.健康產業獎—藝文休閒與創意產業

7.健康安全獎—城市與社區安全

9.健康特色獎—營造健康城市

B. 高齡友善城市

1.敬老獎—敬老與社會融入

3.無礙獎—無障礙與安全的公共空間

5.安居獎—住宅

7.康健獎—社區及健康服務

9.高齡友善特色獎

2.健康環境獎—都市規劃與環境建置

4.健康永續獎—低碳、綠能永續城市

6.健康心理獎—心理健康促進

8.健康平等獎—健康平等

10.智慧城市獎—資訊科技與技術應用

2.親老獎—社會參與

4.暢行獎—交通運輸

6.連通獎—通訊與資訊

8.不老獎—工作與志願服務

（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：

健康、安全、尊嚴是本案服務長輩的願景。本案截至 105 年 6 月 29 日共有 299 位長輩在此共同生活，平均年齡 79.4 歲，為延緩長輩失能、提供長輩與社區長輩交流機會、拓展本案長輩生活趣味、提高與改善本案同廳舍長輩間人際關係下，本案於 102 年 5 月結合鄰近的社區照顧關懷據點推動仁家服務方案，這方案不僅讓本案長輩與社區長輩建立頻繁交流機會，達到與社區共好、資源共享目標，更重要的是提高廳舍內長輩彼此間互動品質與人際關係，此外，也因需要例行交流、互動，長輩需要頻繁練習而改善體能。

二、推動方式及創新性：

- (一) 結合鄰近社區照顧關懷據點生活輔導員定期入家帶動健康促進活動。
- (二) 本案長輩定期至各社區照顧關懷據點從事交流活動。
- (三) 針對全勤參與長輩頒發全勤獎（含獎金、獎狀）。
- (四) 本案長輩固定於大型節慶活動表演節目。
- (五) 參與外部展演活動。

三、跨部門、跨領域合作機制：

為了讓本案長輩一展健康促進課程學習成果，目前主要和 4 社區發展協會、3 民間團體進行推廣本案健康促進成果之跨部門、跨領域的合作。

四、長輩參與機制與參與度：

本案將 5 個安養廳舍分為三個《社區》，每個居住於安養區的長輩均可自由報名參加每星期二下午定時定點由社區照顧關懷據點生活輔導員所帶領的健康促進活動。本案於每年 12 月份會針對下年度要參與社區照顧關懷據點仁家服務方案者進行招生，並利用每次大型活動長輩表演時，再強力鼓吹長輩們參與，以及針對新入家長輩辦理座談會及訪談時鼓勵長輩參與是項健康促進活動。

五、成果與成效：

- (一) 從 102 年 5 月至 105 年 5 月底本案 3「社區」的長輩參與成果加總共計辦理 451 場次的健康促進課程，有 8,190 人次的長輩參與。如以各「社區」分開來看，則各自的參與度會因各「社區」長輩年齡層、生活自理能力條件而有差異。但均可見參與長輩人次穩定成長趨勢。
- (二) 廳舍內長輩彼此間的人際關係變好、長輩體能進步與笑容增加、靈敏度增強。參加本案節慶活動、非仁家的節慶活動（或記者會）均不怯場、表演坦然大方，炒熱活動熱鬧氣氛、長輩活動參與度提高，促進本案長輩與社區長輩的交流，改善社區長輩對機構長輩的負面印象。

六、永續、維護與評估機制：

要永續經營鄰近的社區照顧關懷據點生活輔導員願意持續入家定時定點帶動健康促進課程上，除了本案需持續編列相關經費挹注外，最重要的是本案長輩持續參與的熱忱之激發與維持。除此之外，全勤獎獎金提高，持續不斷地向新入家的安養長輩招生與宣傳，也是這一健康促進方案永續經營的策略之一。評估機制則包括內部評估機制與外部評估機制。

七、特色或普及性與適用性：

「社區共好同康健」強調機構與社區資源的共享與融合，本家發現在老人照顧機構推動社區照顧關懷據點服務方案，非常有助於提高本家長輩與社區長輩的互動品質，及改善社區長輩對機構的負面印象，故亦有其在社區推動的適用性

台灣健康城市聯盟

第八屆台灣健康城市暨高齡友善城市獎項評選稿件授權書

本授權書所授權之著作，為授權人在台灣健康城市聯盟第八屆健康城市暨高齡友善城市獎項評選投稿稿件。

題目：社區共好同康健

提報單位：高雄市政府社會局仁愛之家

立書人同意非專屬、無償授權台灣健康城市聯盟，將上列全文資料以數位化等各種方式重製後收錄於聯盟網站及刊物，透過網際網路、無線網路或其他公開傳輸方式提供第三人進行線上檢索、瀏覽、下載、傳輸及列印。

- 立書人擔保本著作為立書人所創作之著作，有權依本授權書內容進行各項授權，且未侵害任何第三人之智慧財產權。

立書人：姚昱伶

簽 名：

中華民國 105 年 7 月 6 日

第八屆台灣健康城市暨高齡友善城市獎項評選

投稿文件與類別統計表

申請單位：高雄市政府社會局仁愛之家					
聯絡人：姚昱伶		單位職稱：主任			
手機：0931779952		電話：07-6152611-201		傳真：07-6151451	
Email：b0141@kcg.gov.tw					
通訊地址：高雄市燕巢區深水里深水路 1 號					
申請稿件共計 <u>1</u> 份					
申請案件及類別統計表					
項目	範疇	獎項類別	投稿題目	聯絡人	連絡電話
卓越獎	健康城市	Ex:縣市組			
	高齡友善城市				
創新成果獎	健康城市	Ex:健康政策獎			
	高齡友善城市	親老獎 B2	社區共好同康健	姚昱伶	07-6152611-201
傑出貢獻獎					
<p>1. 本表請提供紙本及電子檔各一份，若表格不夠使用，請依照原格式自行增加欄位。</p> <p>2. 同一申請單位，請彙整相關文件並製作總表後統一寄送。</p> <p>3. 請填寫主題代號與名稱：</p> <p><u>卓越獎</u>：EC1 縣市組、EC2 鄉鎮市區組。</p> <p><u>創新成果獎</u>：A1 健康政策獎、A2 健康環境獎、A3 健康生活獎、A4 健康永續獎、A5 健康產業獎、A6 健康心理獎、A7 健康安全獎、A8 健康平等、A9.健康特色獎、A10 智慧城市獎、B1 敬老獎、B2 親老獎、B3 無礙獎、B4 暢行獎、B5 安居獎、B6 連通獎、B7 康健獎、B8 不老獎、B9 高齡友善特色獎。</p> <p><u>傑出貢獻獎</u>：E1 公部門、E2 學者專家。</p>					

第八屆台灣健康城市暨高齡友善城市獎項評選

參選作品摘要

單位：高雄市政府社會局仁愛之家		
聯絡人：姚昱伶		職稱：主任
連絡電話：07-6152611-201		傳真：07-6151451
Email：b0141@kcg.gov.tw		
申請案件及類別統計表		
類別	主題類別	申請題目及摘要
創新成果獎	高齡友善城市範疇-親老獎-社會參與	<p>題目：社區共好同康健</p> <p>摘要：</p> <p>一、背景說明：</p> <p>健康、安全、尊嚴是本家服務長輩的願景。本家截至 105 年 6 月 29 日共有 299 位長輩在此共同生活，平均年齡 79.4 歲，為延緩長輩失能、提供長輩與社區長輩交流機會、拓展本家長輩生活趣味、提高與改善本家同廳舍長輩間人際關係下，本家於 102 年 5 月結合鄰近的社區照顧關懷據點推動仁家服務方案，這方案不僅讓本家長輩與社區長輩建立頻繁交流機會，達到與社區共好、資源共享目標，更重要的是提高廳舍內長輩彼此間互動品質與人際關係，此外，也因需要例行交流、互動，長輩需要頻繁練習而改善體能。</p> <p>二、推動方式及創新性：</p> <p>(一) 結合鄰近社區照顧關懷據點生活輔導員定期入家帶動健康促進活動。</p> <p>(二) 本家長輩定期至各社區照顧關懷據點從事交流活動。</p>

(三) 針對全勤參與長輩頒發全勤獎(含獎金、獎狀)。

(四) 本家長輩固定於大型節慶活動表演節目。

(五) 參與外部展演活動。

三、跨部門、跨領域合作機制：

為了讓本家長輩一展健康促進課程學習成果，目前主要和 4 社區發展協會、3 民間團體進行推廣本家健康促進成果之跨部門、跨領域的合作。

四、長輩參與機制與參與度：

本家將 5 個安養廳舍分為三個《社區》，每個居住於安養區的長輩均可自由報名參加每星期二下午定時定點由社區照顧關懷據點生活輔導員所帶領的健康促進活動。本家於每年 12 月份會針對下年度要參與社區照顧關懷據點仁家服務方案者進行招生，並利用每次大型活動長輩表演時，再強力鼓吹長輩們參與，以及針對新入家長輩辦理座談會及訪談時鼓勵長輩參與是項健康促進活動。

五、成果與成效：

(一) 從 102 年 5 月至 105 年 5 月底本家 3「社區」的長輩參與成果加總共計辦理 451 場次的健康促進課程，有 8,190 人次的長輩參與。如以各「社區」分開來看，則各自的參與度會因各「社區」長輩年齡層、生活自理能力條件而有差異。但均可見參與長輩人次穩定成長趨勢。

(二) 廳舍內長輩彼此間的人際關係變好、長輩體能進步與笑容增加、靈敏度增強。參加本家節慶活動、非仁家的節慶活動(或記者會)均不怯場、表演坦然大方，炒熱活動熱鬧氣氛、長輩活動參與度提高，促進本家長輩與社區

長輩的交流，改善社區長輩對機構長輩的負面印象。

六、永續、維護與評估機制：

要永續經營鄰近的社區照顧關懷據點生活輔導員願意持續入家定時定點帶動健康促進課程上，除了本家需持續編列相關經費挹注外，最重要的是本家長輩持續參與的熱忱之激發與維持。除此之外，全勤獎獎金提高，持續不斷地向新入家的安養長輩招生與宣傳，也是這一健康促進方案永續經營的策略之一。評估機制則包括內部評估機制與外部評估機制。

七、特色或普及性與適用性：

「社區共好同康健」強調機構與社區資源的共享與融合，本家發現在老人照顧機構推動社區照顧關懷據點服務方案，非常有助於提高本家長輩與社區長輩的互動品質，及改善社區長輩對機構的負面印象，故亦有其在社區推動的適用性。

社區共好同康健

目錄

壹、背景說明.....	11
貳、推動方式及創新性.....	17
參、跨部門、跨領域合作機制.....	26
肆、長輩參與機制與參與度.....	26
伍、成果與成效.....	28
陸、永續、維護與評估機制.....	35
柒、特色或普及性與適用性.....	36

表圖目錄

表 1	本家推廣「社區照顧關懷據點仁家服務方案」之 SWOT 分析..15
表 2	社區照顧關懷據點仁家服務方案各「社區」成果一覽表-1.....27
表 3	社區照顧關懷據點仁家服務方案各「社區」成果一覽表-2... 29
表 4	社區照顧關懷據點交流活動成果一覽表.....29
表 5	全勤獎得獎人數一覽表.....30
表 6	102 年至 105 年本家大型節慶活動表演節目本家各社區長輩擔 綱演出一覽表.....30
表 7	102 年至 103 年長輩外部展演活動演出一覽表.....33
圖 1	本家服務功能歷史沿革..... 11

壹、背景說明

一、前言

本家矗立在高雄市燕巢區綠意盎然旗楠公路的山坡上，民國61年3月1日成立迄今，服務高雄市的長輩已44年！是長輩們晚年樂活的好處所。高齡社會即將來臨，本家肩負了照顧高雄市孤苦弱勢長輩的「社會責任」，是許多長輩晚年的「家」，人生旅程最後的「停靠站」。

本家為高雄市政府二級機關，是**高雄市唯一公立老人安養護機構**。服務對象設籍高雄市之長輩，是一**具有安養照顧、養護照顧、失智照顧之全方位專業銀髮頤養園區**。



圖 1 本家服務功能歷史沿革

本家的願景為：**健康、安全、尊嚴**，以此引導各項長輩服務方案的設計與推展。

願景	做法	內容
健康	老有所終	長輩入住從健康具備生活自理能力，到自理能力缺損或失智，乃至駕鶴歸西，均可以在本家終老，減少機構異動移居。
安全	待人如己	建構高齡友善環境、無障礙設施、緊急救援通報系統、公共區域監視器；加強公共安全、用電安全等，提供長輩安全居住環境。
尊嚴	態度誠懇	運用具備專業知能的工作人員，在尊重長輩的服務理念下，以專業態度提供長輩生活照顧與醫療保健等服務。

在這樣的願景下，我們的服務策略為：**愛心、耐心、熱心**。

策略	做法	內容
愛心	視民如親	提供長輩一年 365 天全日全年無休的生活照顧與醫療保健等服務。
耐心	傾聽了解	陪伴傾聽家民講述與家人、與朋友、與家民的生活點滴，給予支持與安慰。
熱心	積極主動	以服務團隊架構，主動發掘長輩生活照顧與醫療

		保健待解決問題，並安排各項文康活動。
--	--	--------------------

我們的目標為：「**提供家民獲得連續性、完整性的照顧**」。

二、本家長輩基本資料

本家是本市唯一的公立老人照顧機構，最大服務量為 347 床，其中針對安養長輩（具備生活自理能力者）提供的床位數有 232 床，針對養護與失智症者提供的床位數有 115 床。

105 年 6 月 29 日全園區共有 299 位長輩，長輩的基本資料如下：

- (一) 男性為長：男性長輩有 168 人（佔 56.2%），女性長輩有 131 人（佔 43.8%）。
- (二) 平均年齡 79.4 歲。
- (三) 小學以下教育程度（含不識字者）佔 72.2%，國中以上教育程度者佔 27.8%。
- (四) 日常生活能力（ADL）屬獨立者（評估結果 100 分）約佔安養區的 87.3%，屬輕度依賴者約佔 7.8%，屬中度依賴者約佔 2%。

三、本家推動社區照顧關懷據點仁家服務方案之原因

本家針對長輩於園區內的活動方案主要有：例行性慶生會、長輩卡拉 ok、撞球、象棋、麻將、社團活動（包括：戶外槌球隊、中醫班、韻律健康操班、卡拉 ok 班）、節慶會餐與慶祝活動等，雖然多元

豐富，但因下列原因，本家於 102 年 5 月起開始於「安養區」推動社區照顧關懷據點仁家服務方案：

(一) 機構內長輩罕有與社區長輩互動之活動與機會：

本家的文康活動大都屬機構內部的封閉性活動，少與外界接觸；復因本家係屬 24 小時老人照顧機構，社區長輩普遍存在非不得已不住機構的負面印象，也阻隔彼此交流機會。

(二) 同廳舍內長輩向心力與凝聚力不強：

本家安養區五棟廳舍內部長輩的互動情形呢？長輩彼此間因為沒有共同努力的目標，復因安養區長輩生活自主性高，人際關係疏離，同一廳舍的長輩們透過共同從事、提升廳舍內向心力與凝聚力、促進長輩彼此間認識的活動幾乎沒有，廳舍內部長輩的人際糾紛不少、「宅老人」（每天窩在房內不外出與他人互動者）也不少。

(三) 平均年齡高，維持體能與健康促進刻不容緩：

本家長輩平均年齡，截至 105 年 6 月 29 日為 79.4 歲，逼近 80 歲，以「中老年人」居多，透過健康促進延緩老化，不僅可以延長安養區長輩於安養區的居住時間，也可延緩失能的進展，讓長輩透過在廳舍內參加由生輔員帶領的健康促進課程，有助於體能的維持及健康促進效益。

(四) 促進機構長輩與社區長輩的交流互動，有助於長輩間的融合與豐富生活經驗

在高齡社會下，機構長輩與社區長輩交流，不僅可以促進社區長輩對機構生活的認識，降低對機構的刻板印象、提高入住機構成功率，對機構長輩而言，與社區有例行性的交流，不僅可以增進生活趣味、拓展社區人際關係，也能透過與社區長輩的互動而教學相長，廳舍內長輩共同上課也能夠改善彼此人際關係。

因此，在本於提供本家長輩健康促進、與社區長輩交流機會、拓展本家長輩生活趣味、提高本家同廳舍長輩間交流機會、改善人際關係下，本家於 102 年 5 月起結合鄰近社區照顧關懷據點推動仁家服務方案，這方案不僅讓本家長輩與社區長輩建立頻繁的交流機會，達到與社區共好、資源共享目標，更重要的是提高廳舍內長輩彼此間互動品質與人際關係，此外，也因為需要例行的交流、比賽，需要準備表演節目，而促進長輩的身體健康。

表 1 本家推廣「社區照顧關懷據點仁家服務方案」之 SWOT 分析

優勢 (strength)	劣勢 (weakness)
1. 具有財源推廣社區共好方案。 2. 園區內有活動空間，可用來推動社區共好方案。	1. 長輩自我安排生活自主性高、需要提高機構內長輩的參與誘因。 2. 長輩們體能參差不齊，需要老師們更多因材施教的時間。 3. 機構長輩們地域性強，不願意

	與其他廳舍長輩一起在同一空間上課機率高。
機會 (opportunity)	威脅 (Threat)
1. 有可聘請的師資來源可來擔任講師，教授長輩健康促進活動。 2. 本家鄰近的社區照顧關懷據點均有例行的健康促進課程與活動。	本家位於燕巢郊區，距離市區遙遠，老師有可能不願意到仁家任教。

本家推動社區照顧關懷據點仁家服務方案的問題—目標—策略

分別如下：

問題	目標	策略
機構內長輩罕有與社區長輩互動之活動與機會，亟需交流，拓展生活經驗與融合	增加機構長輩與社區長輩互動機會	本家長輩定期至各社區照顧關懷據點從事交流活動。
同廳舍內長輩向心力與凝聚力不強	提高廳舍內長輩向心力與凝聚力	本家長輩固定於大型節慶活動表演節目、參與外部展演活動。
平均年齡高，維持體能與健康促進刻不容緩	維持長輩體能，延緩老化	1. 結合鄰近社區照顧關懷據點生輔員定期入家辦理健康促進活動。 2. 針對全勤參與長輩頒發全勤獎(含獎金、獎狀)。

貳、推動方式及創新性

社區照顧關懷據點強調以長期照顧社區營造之基本精神，建立社區自主運作模式，以貼近居民生活需求，營造永續成長、健康的社區環境，並以提供老人社區化之預防照護為主要目標。

本家安養區共有五棟廳舍，分別為致愛廳、博愛廳、松柏樓、日愛廳與友愛廳，採擷社區照顧關懷據點以《社區》為主體，本家也以《社區》為概念，將致愛廳與博愛廳整合為一社區，松柏樓獨立為一社區，日愛廳與友愛廳整合為一社區，共有三個社區位於本家內。

(一) 結合鄰近社區照顧關懷據點生輔員定期入家辦理健康促進活動

102年5月起迄今，本家結合鄰近的燕巢區安招社區發展協會、大樹區統嶺社區發展協會、仁武區烏林社區發展協會等成立的社區照顧關懷據點之生活輔導員入家辦理健康促進活動，定時定期於每星期二下午2點半至4點於本家三社區帶領健康促進活動，每一社區每次來兩位生輔員，帶領的課程以動態為主，由各社區照顧關懷據點生活輔導員視廳舍長輩狀況每次設計不同課程。

主要課程內容包括：

廳舍名稱	上課地點	所屬社區 照顧關懷 據點	課程內容
致愛廳 博愛廳	致愛廳與博愛 廳交誼廳輪流	仁武區烏 林社區發 展協會	經絡拳、音樂律動、太極操、 體適能、打擊樂、手語、活 力操、團康活動、防跌健身 操、十巧手、伸展柔軟操等
松柏樓	松柏樓交誼廳	燕巢區安 招社區發 展協會	經絡拳、音樂律動、五行健 康操、舞蹈表演、拍打、太 極操、防跌健身操、觸球音 律、十全三度空間操等
日愛廳 友愛廳	中正堂內，或 旁邊的林蔭大 道下	大樹區統 嶺社區發 展協會	樂器演奏、舞蹈表演、團康 遊戲、音樂療法、五行健康 操、伸展拉筋、手語等

☆102年至105年社區照顧關懷據點生輔員定期入家辦理健康促進活動照片



102年5月7日大樹區統嶺社區照顧關懷據點於本家中正堂幫日愛廳與友愛廳長輩上課



102年5月7日燕巢區安招社區照顧關懷據點於本家松柏樓交誼廳幫松柏樓長輩上課



102年5月7日仁武區烏林社區照顧關懷據點於本家致愛廳交誼廳幫致愛廳與博愛廳長輩上課



103年2月25日仁武區烏林社區照顧關懷據點於本家博愛廳交誼廳幫致愛廳與博愛廳長輩上課



103年3月11日燕巢區安招社區照顧關懷據點於本家松柏樓交誼廳幫松柏樓長輩上課



103年9月16日大樹區統嶺社區照顧關懷據點於本家中正堂幫日愛廳與友愛廳長輩上課

(二) 本家長輩定期至各社區照顧關懷據點從事交流活動

為了增進本家長輩參與每周二下午健康促進方案的誘因，以及提昇本家長輩與社區長輩交流機會、拓展人際關係、行銷本家動態課程成果，本家也安排長輩上、下半年至生活輔導員所屬的社區照顧關懷據點進行交流活動，主要的交流活動內容有：相見歡、節目表演分享、流行歌曲動態表演、趣味競賽、享用社區風味餐等。102年5月至105年5月總交流次數為22次。茲舉數例說明本家長輩定期至各社區照顧關懷據點從事交流活動概況。

辦理日期	辦理單位	執行概要	參加人數
102.7.24	烏林社區	烏林社區生輔員帶領兩邊的長輩跳健康操，接著仁家長輩表演打擊樂給烏林社區長輩欣賞，兩邊長輩裝扮喝酒、愛打扮、打架等，讓現場長輩笑呵呵。	仁家長輩 18位，烏林社區 23位
102.9.9	安招社區	安招社區生輔員帶領兩邊長輩跳健康操，也帶領兩邊的長輩團康活動——「竹片傳乒乓球」讓兩邊長輩彼此競技。	仁家長輩 16位，安招社區 23位
102.9.11	統嶺社區	社區長輩熱情歡迎仁家長輩的到來，統嶺社區生輔員帶領兩邊的長輩跳「歡喜就好」相見歡，接著兩邊的長輩互相尬歌。	仁家長輩 15位，統嶺社區 30位長輩
103.3.24	烏林社區	烏林社區生輔員帶領兩邊的長輩跳「四季紅」與「失戀陣線聯盟」相見歡後，接著仁家長輩表演「弄獅」給烏林社區長輩欣賞，社區的長輩也會跳「弄獅」，兩邊「三叔公」與「三瀋婆」聯袂跳舞，現場掀起高潮。	仁家長輩 18位，烏林社區 23位

辦理日期	辦理單位	執行概要	參加人數
103.4.7	安招社區	安招社區生輔員帶領兩邊的長輩跳「歌聲戀情」與「祝福」相見歡，兩邊長輩喜相逢，一起玩高爾槌球及賓果投擲組，並一起用午餐。	仁家長輩 17 位，安招社區 25 位
103.4.9	統嶺社區	社區長輩熱情歡迎仁家長輩的到來，統嶺社區生輔員帶領兩邊的長輩跳「洗澡歌」、「東京音頭」、「健康歌」與「晚頭仔水蛙」相見歡，統嶺社區還招待仁家長輩一起用晚餐，五菜一湯的菜色，讓仁家的長輩讚不絕口。	仁家長輩 15 位，統嶺社區 23 位長輩
103.10.20	安招社區	安招社區生輔員帶領兩邊的長輩「肌肉養生操」舒緩運動拍手運動，並一起用午餐。	仁家長輩 16 位，安招社區 27 位
103.10.22	統嶺社區	統嶺社區生輔員帶領兩邊的長輩進行帶動唱、唱演歌及帶動動感舞蹈「舞池」、「一把情種」、「金罵抹尢」等，休息時間時，統嶺社區長輩還親自製作蛋糕、菊花茶、紅豆湯共享。	仁家長輩 17 位，統嶺社區 20 位長輩
103.10.24	烏林社區	仁家長輩表演「練武功」，烏林社區長輩表演貓王的「阿哥哥」組曲，兩邊長輩們也比賽室內高爾槌球及賓果投擲組，並一起用午餐。	仁家長輩 17 位，烏林社區 25 位
103.12.31	烏林社區	仁家長輩表演「小蘋果」，烏林社區長輩「輸人不輸陣」，也上台表演「十八的姑娘一朵花」，表演完後，大伙一起幫長輩慶生，一起享用豐盛的午餐。	仁家長輩 17 位，烏林社區 40 多位長輩與工作人員
103.12.31	統嶺社區	兩邊的長輩進行趣味猜謎及帶動動感舞蹈「舞池」、「一把情種」等活動，統嶺社區長輩還親自製作蛋糕，為今年度生日的長輩慶生。	仁家長輩 16 位，統嶺社區 23 位長輩

☆102年至105年本家長輩定期至各社區照顧關懷據點從事交流活動

照片



102.7.24 仁家與烏林社區交流活動



102.9.9 仁家與安招社區交流活動



103.3.24 仁家與烏林社區交流活動



103.4.9 仁家與統嶺社區交流活動



104.9.23 仁家與安招社區交流活動



104.9.30 仁家與統嶺社區交流活動



105.04.27 仁家與金山社區交流活動



105.5.16 仁家與安招社區交流活動

(三) 針對全勤參與長輩頒發全勤獎 (含獎金、獎狀)

為了鼓勵本家長輩持續參與社區照顧關懷據點仁家服務方案，養成每周二下午透過上課運動的習慣，本家每半年針對全勤參與的長輩利用本家大型活動頒發全勤獎，一來昭告全家長輩符合全勤者均有獎勵，二來也藉此公開表揚活動鼓勵長輩踴躍參加社區照顧關懷據點仁家服務方案，102 年下半年至 104 年社區照顧關懷據點全勤獎共有 96 人次。

☆102 年至 105 年社區照顧關懷據點大型活動頒發全勤獎照片



103.1.21 歲末圍爐活動頒發參加社區照顧關懷據點仁家服務方案 102 年下半年全勤獎長輩獎狀、禮券



103.7.9 家民擴大慶生會及愛秀廚藝競賽頒發參加社區照顧關懷據點仁家服務方案 103 年上半年全勤獎長輩獎狀、禮券



104.2.13 歲末圍爐活動頒發參加社區照顧關懷據點仁家服務方案 103 年下半年全勤獎長輩獎狀、禮券



105.1.30 歲末圍爐活動頒發參加社區照顧關懷據點仁家服務方案 104 年下半年全勤獎長輩獎狀、禮券

(四) 本家長輩固定於大型節慶活動表演節目

本家自從 102 年 5 月起開始推動社區照顧關懷據點仁家服務方案後，逢年過節大型活動均安排各廳舍輪流上舞台表演，除了讓長輩展示健康促進活動學習成果外，在家屬懇親活動上的表演更可以讓家屬了

解長輩參與活動的體能狀況，間接提醒家屬可多鼓勵長輩參與本家健康促進活動。102年至105年本家大型節慶活動表演節目共計15場次係由本家各「社區」長輩擔綱演出。

☆102年至105年本家長輩於本家大型節慶活動表演節目照片

	
<p>102.9.12 中秋晚會致愛廳與博愛廳長輩表演打擊樂</p>	<p>103.5.3 溫馨母親節暨懇親會致愛廳與博愛廳長輩表演健康歌</p>
	
<p>104.9.26 中秋關懷暨家屬懇親活動致愛廳與博愛廳長輩表演妖怪舞</p>	<p>105.6.1 仲夏聯歡慶端午活動松柏樓長輩表演：「妝乎水水」</p>

(五) 參與外部展演活動

本家參與社區照顧關懷據點仁家服務方案的長輩們，本家也會安

排參與外部展演活動，提高長輩成就感與擴散本家推動方案成果，102年至 103 年共計 4 場次。

叁、跨部門、跨領域合作機制

本家在推動社區照顧關懷據點生活輔導員入家定期帶領長輩健康促進活動上，為了讓本家長輩一展健康促進課程學習成果，由本家主任帶領社工組與下列社區發展協會、民間團體等進行合作機制：

跨部門類別	單位名稱	合作機制
社區發展協會	燕巢區安招社區發展協會	例行性將本家長輩帶至社區照顧關懷據點與社區長輩交流、參加社區發展協會承辦之活動。
	大樹區統嶺社區發展協會	
	仁武區烏林社區發展協會	
	燕巢區金山社區發展協會	
民間團體	國際獅子會 300E2 區高雄港獅子會	例行合作每年中秋活動表演節目。
	高雄市愛之船慈善會	例行合作每年重陽節懇親活動表演節目。
	高雄市天明功德會	例行合作每年母親節懇親活動表演節目。

故本家目前主要和 4 社區發展協會、3 民間團體共同推廣本家健康促進成果之跨部門、跨領域的合作。

肆、長輩參與機制與參與度

一、長輩參與機制

(一) 廣泛性：

本家將 5 個安養廳舍分為三個「社區」，每個居住於安養區的長

輩均可自由報名參加每星期二下午定時定點由社區照顧關懷據點生活輔導員所帶領的健康促進活動。

(二) 宣傳管道：

本家於每年 12 月份會針對下年度要參與社區照顧關懷據點仁家服務方案者進行招生，並利用每次大型活動長輩表演時，再強力鼓吹長輩們參與，以及針對新入家長輩辦理座談會及訪談時鼓勵長輩參與是項健康促進活動。

二、長輩參與度

本家從 102 年 5 月開始推動社區照顧關懷據點仁家服務方案，累計 102 年 5 月至 105 年 5 月底本家 3「社區」的長輩參與成果累計為：

(一) 102 年 5 月至 105 年 5 月共計辦理 451 場次的健康促進課程，累計有 8,190 人次的長輩參與。

(二) 如以各「社區」分開來看，則各自的參與度會因各「社區」長輩年齡層、生活自理能力狀況而有差異。但均可見參與長輩人次穩定成長趨勢。

表 2 社區照顧關懷據點仁家服務方案各「社區」成果一覽表-1

廳舍名稱	上課地點	所屬社區照顧關懷據點	年度	上課總場次	上課總人數
致愛廳 博愛廳	致愛廳 與博愛 廳交誼	仁武區 烏林社	102 年下半年	35	631
			103 年全年	46	795
			104 年全年	51	773

	廳輪流	區發 展會 協	105 年至 5 月	19	272
松柏樓	松柏樓 交誼廳	燕巢 區安 招社 區發 展會 協	102 年下半年	35	642
			103 年全年	47	855
			104 年全年	50	835
			105 年至 5 月	19	361
日愛廳 友愛廳	中正堂 內，或 旁邊的 林蔭大 道下	大樹 區統 社發 展會 協	102 年下半年	35	631
			103 年全年	45	1000
			104 年全年	50	1026
			105 年至 5 月	19	369

(三) 本家長輩定期至各社區照顧關懷據點從事交流活動方面，102 年 5 月至 105 年 5 月總交流次數為 22 次。

(四) 針對全勤參與長輩頒發全勤獎(含獎金、獎狀)方面，102 年下半年至 104 年獲得全勤獎者共有 96 人次。

(五) 本家長輩固定於大型節慶活動表演節目方面，102 年 5 月至 105 年 6 月總次數為 15 次，共有 304 人次長輩上台表演。

(六) 參與外部展演活動方面，102 年至 103 年共計 4 場次，共有 92 人次長輩上台表演。

伍、成果與成效

(一) 結合鄰近社區照顧關懷據點生輔員定期入家辦理健康促進活動

本家結合鄰近三社區照顧關懷據點生活輔導員入家辦理定時定點健康促進活動課程，成果如下表 3：

表3 社區照顧關懷據點仁家服務方案各「社區」成果一覽表-2

廳舍名稱	上課地點	所屬社區照顧關懷據點	生輔員師資人數	102年5月至105年5月總服務成果	105年5月報名人數
致愛廳 博愛廳	致愛廳與博愛廳交誼廳輪流	仁武區烏林社區發展協會	2	151 場次 2,471 人次 平均每場 17 人參加	17
松柏樓	松柏樓交誼廳	燕巢區安招社區發展協會	2	151 場次 2,693 人次 平均每場 18 人參加	27
日愛廳 友愛廳	中正堂內，或旁邊的林蔭大道下	大樹區統嶺社區發展協會	2	149 場次 3,026 人次 平均每場 21 人參加	25

(二) 本家長輩定期至各社區照顧關懷據點從事交流活動

本家長輩至鄰近三社區照顧關懷據點交流活動，成果如下表4：

表4 社區照顧關懷據點交流活動成果一覽表

廳舍名稱	交流的社區照顧關懷據點名稱	交流日期		102年5月至105年5月總交流次數
致愛廳 博愛廳	仁武區烏林社區發展協會	102.7.24	102.12.31	7
		103.3.24	103.9.24	
103.12.31				
104.4.29		104.9.25		
	燕巢區金山社區發展協會	105.4.27		1
松柏樓	燕巢區安招社區發展協會	102.9.9		6
		103.4.7	103.9.20	
		104.4.24	104.9.23	
		105.5.16		
日愛廳 友愛廳	大樹區統嶺社區發展協會	102.9.11	102.12.31	8
		103.4.9	103.9.22	
		103.12.31		
		104.4.15	104.9.30	
		105.4.20		
總計				22

(三) 針對全勤參與長輩頒發全勤獎 (含獎金、獎狀)

本家透過全勤獎的頒獎，鼓勵長輩參與活動，成果如下表 5。

表 5 全勤獎得獎人數一覽表

年度	102 年下 半年	103 年上 半年	103 年下 半年	104 年上 半年	104 年下 半年	合計
全勤獎 人數	19	28	24	9	16	96

(四) 本家長輩固定於大型節慶活動表演節目

本家長輩每年均須於例行節慶活動上台表演，從 102 年至 105 年的表演成果如表 6 所示。

表 6 102 年至 105 年本家大型節慶活動表演節目本家各社區長輩擔綱演出的一覽表

1.102 年

辦理日期	辦理單位	計畫名稱	執行概要	上台表演 人數
102.9.12	仁愛之家 國際獅子會 300E2 區高 雄港獅子會	中秋晚會	致愛廳與博愛廳 18 位 長輩與烏林社區 2 位 生輔員，於中秋晚會 上表演打擊樂「保庇」 與「甜蜜蜜」，富有 節奏感的音樂，搭配 長輩的打擊，感動現 場長輩。	仁家長輩 18 位
102.10.5	仁愛之家 高雄市愛之 船慈善會	愛之船重 陽慈善餐 會	日愛廳、友愛廳 16 位 長輩與統嶺社區生輔 員於愛之船重陽慈善 餐會表演「一見你就 笑」，松柏樓 15 位長 輩與安招社區生輔員 接著上台表演健康律 動，增加餐會的熱鬧。	仁家長輩 31 位

102.12.14	仁愛之家	家屬教育暨懇親會	仁家利用家屬教育暨懇親會的時機，讓松柏樓 16 位長輩上台表演健康律動，展現平日練習成果。	仁家長輩 16 位
合計		3 場次		65 位

2.103 年

辦理日期	辦理單位	計畫名稱	執行概要	上台表演人數
103.3.22	仁愛之家	家屬教育暨懇親會	日愛廳與友愛廳 15 位長輩在統嶺社區生輔員的帶領下，穿著日本和服，表演日本舞曲，整齊劃一，笑容滿場的表演，讓現場的長輩與家屬，報以熱烈的掌聲。	仁家長輩 15 位
103.5.3	仁愛之家 高雄市天明功德會	溫馨母親節暨懇親會	致愛廳與博愛廳 16 位長輩與烏林生輔員表演「健康歌」，輕鬆的旋律，簡單的動作，就能讓長輩開心的活絡筋骨。	仁家長輩 16 位
103.9.2	仁愛之家	中秋聯歡餐會	松柏樓 16 位長輩與安招社區生輔員表演「採茶歌」，長輩頭戴斗笠、身綁採茶袋，跳出採茶人的樂觀人生，帶給參與餐會的貴賓與長輩不同的感受。	仁家長輩 16 位
合計		3 場次		47 位

3.104 年

辦理日期	辦理單位	計畫名稱	執行概要	上台表演人數
104.2.26	仁愛之家	家民歲末圍爐慶團圓活動	松柏樓、致愛廳與博愛廳的長輩穿著社區生輔員利用黑色塑膠袋製作的可愛裙子，	仁家長輩 33 位

			跳著時下最流行的表演「小蘋果」。	
104.5.3	仁愛之家 高雄市天明 功德會	溫馨母親 節暨懇親 會活動	日愛廳、友愛廳長輩 歡跳彩球舞歡度母親 節。	仁家長輩 22位
104.6.15	仁愛之家	端午節聯 歡會餐活 動	致愛廳與博愛廳的長 輩表演「Bar Bar Bar」。	仁家長輩 14位
104.9.21	仁愛之家	中秋節聯 歡會餐活 動	松柏樓的長輩表演 「双双飛」。	仁家長輩 17位
104.9.26	仁愛之家 國際獅子會 300E2區高 雄港獅子會	中秋關懷 暨家屬懇 親活動	致愛廳、博愛廳長輩 表演妖怪舞；日愛 廳、友愛廳長輩表演 小蘋果。	仁家長輩 35位
104.10.18	仁愛之家 高雄市愛之 船慈善會	重陽關懷 暨家屬懇 親活動	松柏樓的長輩表演 「寶島曼波」。	仁家長輩 19位
合計		6場次		140位

4.105 年

辦理日期	辦理單位	計畫名稱	執行概要	上台表演 人數
105.1.30	仁愛之家	家民歲末 圍爐迎新 春活動	致愛廳、博愛廳的長 輩表演「踩踩踩」。	仁家長輩 13位
105.5.1	仁愛之家 高雄市天明 功德會	慶祝母親 節暨懇親 會活動	日愛廳、友愛廳長輩 表演【歡喜跳恰恰】。	仁家長輩 18位
105.6.1	仁愛之家	仲夏聯歡 慶端午活 動	松柏樓長輩表演：「妝 乎水水」。	仁家長輩 21位
合計		3場次		52位

(五) 參與外部展演活動

能夠到外部的大型活動表演是本案長輩最興奮的事情，從 102 年至 103 年長輩們共計有 4 場的外部展演活動。

表 7 102 年至 103 年長輩外部展演活動演出一覽表

辦理日期	辦理單位	計畫名稱	執行概要	上台表演人數
102.8.29	仁愛之家	一功營造股份有限公司捐贈仁家「救護車及自動體外去顫器」捐贈記者會	致愛廳與博愛廳 17 位長輩，至長青中心參加一功營造股份有限公司捐贈仁家「救護車及自動體外去顫器」捐贈記者會，並表演打擊樂，讓現場充滿溫馨與歡樂氣氛。	仁家長輩 17 位
102.11.18	古董賓士車聯誼會 仁愛之家	古董賓士環島愛心之旅 2013 年捐贈儀式	台灣古董賓士車聯誼會捐贈仁愛之家長輩老花眼鏡等，長輩們欣喜地接受禮物外，也表演了精采的動態律動—「洗澡舞」。	仁家長輩 17 位
小計		2 場次		34 位
103.5.4	安招社區	感恩甜心足歡喜慶祝母親節暨義診活動	5 月 4 日高雄市燕巢區民眾活動中心舉辦「感恩甜心『足』歡喜」母親節慶祝活動，由子女、孫子等晚輩為母親們洗腳、按摩，以表達內心感謝之恩，仁家共有 42 位長輩在活動中表演健康歌，慶祝母親節活動。	仁家長輩 42 位
103.12.21	安招社區	耶誕親子闖關活動	仁家長輩至安招社區神元宮與社區的大小朋友一起參加	仁家長輩 16 位

			街頭物理闖關活動，共有 6 關，闖關完成後，還可以兌換安招社區志工精心準備的造型氣球。	
合計		2 場次		58 位

本家從 102 年 5 月開始結合鄰近社區照顧關懷據點生活輔導員入家辦理各「社區」健康促進活動後，成果與成效如下：

- 一、 廳舍內長輩彼此間的人際關係變好、長輩體能進步與笑容增加、靈敏度增強。102 年下半年參與人次為 1,904 人次，103 年全年參與人次為 2,650 人次，104 年全年參與人次為 2,634 人次，105 年截至 5 月底為 1,002 人次，參加人次均穩定成長。
- 二、 參加本家節慶活動、非仁家的節慶活動（或記者會）均不怯場、表演坦然大方，炒熱活動的熱鬧氣氛、長輩活動參與度提高。
- 三、 促進本家長輩與社區長輩的交流，改善社區長輩對機構長輩的負面印象。

機構是社區的一環，社區照顧關懷據點的生活輔導員以仁愛之家為服務據點，不僅有助於本家長輩人際關係、體能、笑容與靈敏度的增強，也有助於社區照顧關懷據點廣續拓展至其他機構服務的動力。

陸、永續、維護與評估機制

一、永續經營

本家位於高雄市燕巢區深水地區，因距離市區遠，故要永續經營鄰近的社區照顧關懷據點生活輔導員願意持續入家定時定點帶動健康促進課程上，除了本家需持續編列相關經費挹注外，最重要的是本家長輩持續參與的熱忱之激發與維持，因此，在本家大型活動的表演上，從 102 年與 103 年是以在「長輩」為主要參加者的活動上，拓展至 104 年與 105 年是以「家屬懇親活動」為主軸，希望讓家屬能夠看到長輩神采奕奕、不怯場地站在大舞台上表演，進而鼓勵長輩持續參與。

除此之外，為了鼓勵長輩全勤參與這一健康促進方案，每半年的全勤獎獎金，也由 102 年下半年、103 年全年、104 年上半年的 200 元，提高為 300 元，藉此鼓勵更多長輩投入。

持續不斷地向新入家的安養長輩招生與宣傳，也是這一健康促進方案永續經營的策略之一。

二、評估機制

(一) 內部評估機制

- 1.由社區照顧關懷據點的生活輔導員每次課程點名，瞭解長輩上課狀況及請假原因。
- 2.本家主任不定期於上課時間到訪，除瞭解長輩上課狀況與生輔員帶

領情況外，並向參與的長輩與社區照顧關懷據點生活輔導員加油打氣。

3.每月社工組組務會議瞭解上個月累計長輩上課人數與異常狀況與原因。

(二) 外部評估機制

1.每次的社區照顧關懷據點交流活動，均由本家工作人員隨同瞭解社區長輩與本家長輩互動狀況。

2.每次參與外部展演活動結束後，口頭詢問參與長輩的心得，以為後續安排長輩外部展演之參據。

柒、特色或普及性與適用性

本家的「社區共好同康健」理念與社區照顧關懷據點仁家服務方案之實施，具備促進安養廳舍內長輩人際關係與互動、提高凝聚力、增進社區長輩對機構長輩生活之認識、改善對機構照顧刻板印象之特色。相較於一般老人照顧機構內針對長輩的健康促進方案係以「社團」方式操作下，本家的社區照顧關懷據點仁家服務方案在考量本家各安養廳舍分散，要讓長輩更願意參與健康促進方案下，必須在長輩廳舍內的交誼廳或是附近的公共空間上課，比較能夠提高長輩參與的可近性與可及性下，是可提供其他老人照顧機構參考的。

此外，社區照顧關懷據點現已為台灣推動社區老人工作之主要服

務提供單位，本家的經驗發現透過生活輔導員將本家長輩的生活點滴傳達給社區長輩瞭解，也非常有助於提高本家長輩與社區長輩的互動品質，及改善社區長輩對機構的負面印象，故亦有其在社區推動的適用性。



安養天年世外桃源

康健雜誌百大優質老人機構

102年度南部唯一地方老人福利評鑑優質機構

高雄市政府社會局

仁愛之家

Bureau of Social Affairs of Kaohsiung City Government
Ren-ai Senior Citizens' Home

地址：82444 高雄市燕巢區深水里深水路1號

電話：(07) 615-2611~4 傳真：(07) 615-1451

<http://lovehome.kcg.gov.tw>

