

高齡相關時事蒐集  
20171019-20171025

一、六都巧思 要長者方便「行」事 .....	3
二、交通意外 逾3成「高齡車禍」 .....	3
三、應由誰主導長照？ 醫界槓社福 .....	4
四、中老年人並不宅！23%天天往外跑 55%退休仍想工作 .....	4
五、長照人力需求大 培訓班補缺口 .....	5
六、樂齡程式開發大賽 讓孫基康想到96歲外婆 .....	6
七、郵局業務你想像不到 賣水果、推手寫、照顧長者 .....	7
八、中年就業遇瓶頸 300小時課程開創新事業 .....	7
九、「感謝你們的付出！」屏東敬老表揚滿室溫馨 .....	7
十、台灣社群用戶超過25%帳號曾被盜 中高齡最危險 .....	8
十一、瑞興銀行力推老屋重建金融服務 助民眾翻轉老宅 .....	9
十二、人生下半場 健康打完延長賽 .....	10
十三、下流時代也可當幸福老人 最關鍵在婚姻是否幸福 .....	11
十四、300位65歲長者齊聚 2萬2千歲的麻將賽開打 .....	11
十五、日社會出現「保活」 企業上演搶人大戰 .....	12
十六、利變型壽險 退休族超夯 .....	13
十七、補充勞動力 政院鎖定三族群 .....	13
十八、大埤百年聖玫瑰聖母天主堂照顧中心明年4月啟用 .....	14
十九、研究老人健康維護 弘光學生獲科技部研究創作獎 .....	15
二十、強化中高齡工作能效 勞動部多元補助 .....	15
二十一、人瑞頭腦靈光 發現總統送的金牌變小了 .....	16
二十二、全台首例 閒置校舍變長照中心 .....	16
二十三、長輩最需要什麼？ 周四樂樂活論壇告訴你 .....	17
二十四、2047年歐洲高齡女性 超過5分之1行動不便 .....	18
二十五、勞動部推智慧機械 雲嘉南逾千人次受惠 .....	18
二十六、高齡80面色紅潤 《救命飲食》作者這樣吃 .....	19
二十七、台壽「老幼共學」 讓銀髮族感受愛 .....	20
二十八、照服員需求增 潮州就業中心實地觀摩兼媒合工作 .....	20
二十九、提供獨老晚餐、普設關懷據點 移居幸福澎湖讓老有所養 .....	21
三十、老年照護觀念翻轉 40歲寧自請看護 30歲想靠配偶 .....	22
三十一、台南明發放重陽敬老金2.7億元 近27萬長輩受惠 .....	23

三十二、高齡者交通事故機率高 學者：公共運輸應更普及.....	23
三十三、公嬖下廚端盤 失智食堂很熱鬧 .....	24
三十四、長照服務機構法人條例初審過關 爭議條文待協商.....	24
三十五、媽祖醫院研創遠距醫療 80歲鄉下老人都會操作 .....	25
三十六、助長血汗移工 勞團批長照弱弱相殘 .....	26
三十七、長照條例草案明天審查 民團：恐成營利的「長照公司」 .....	27
三十八、補助政策沒彈性 民眾無福消受 .....	27
三十九、長照ABC將「解體」？衛福部證實討論鬆綁模式 .....	28
四十、長照專員進醫院 「南投經驗」全國複製「無縫接軌」 .....	29
四十一、偏鄉都市一天來回50公里 老盟與在地組織合作投入長照 .....	30
四十二、自己人照顧自己人 新隆社區試辦見守員.....	30

## 一、六都巧思 要長者方便「行」事

資料來源：2017-10-20 03:45聯合報 記者林麒璋、蔡容喬、鄭維真、洪敬浚、呂開瑞、翁浩然

改善老人交通事故，六都多管齊下。新北市針對卅多處老人聚集場所的穿越路口號誌，試辦增加行人穿越秒數，並改善人行斜坡道。長輩聚集區也實施機車退出騎樓政策。

台南高齡者車禍死亡比率超過四成，許多長者因晨運時天還未亮，未穿著反光、明亮服裝，不易被駕駛人發現而肇事，市府宣導並贈送反光手環；台南也推動公車捷運化，鼓勵六十五歲以上市民免費搭乘。

台北狀況類似，近來也宣導老人出門應穿著反光衣物或飾品，確保安全。另外，北市敬老卡每月有四百八十元額度，讓老人享有公車一個月免費六十段次的福利，今年重陽節後，每月額度可折抵搭乘捷運。

台中市交通局長王義川說，中南部高齡者的大眾運輸搭乘率低，市府加開大安、大甲等多線偏鄉公車，沿途經過醫院，滿足老人就醫需求。

高雄老人占公車族三成，市府引進低地板公車。交通局也與長青中心合作，帶領年長者搭公車出遊，可用敬老卡免費搭乘。

桃園市警局交通大隊表示，目前只能道德勸說高齡或身體狀況不適合駕車的長者，優先勸導繳回駕照或儘量不要開車。

## 二、交通意外逾3成「高齡車禍」

資料來源：2017-10-20 03:45聯合報 記者蔡容喬、鄭維真

交通部統計，六十五歲以上高齡者有八成出門會駕駛汽機車或騎腳踏車，但因認知及反應能力衰退，在所有車禍事故中，逾三成駕駛人是高齡者；成功大學交通管理科學系教授魏健宏呼籲，各縣市應積極推動公共運輸，降低高齡者交通事故。

據統計，台南市今年一至九月廿四小時內死亡車禍有一百廿四人，其中高齡者車禍有四十三人，比例高達百分之四十三點七。高雄市今年一到八月發生廿八件高齡者事故，占所有交通事故百分之卅點一，其中多是駕駛時與機車對撞，或騎在大型車旁被擦撞倒地。

魏健宏說，從交通部資料分析，全國高齡男性有百分之五十一點五使用汽機車作為交通工具、百分之卅二點五騎自行車，女性則有百分之卅四點三開車或騎車、百分之四十四騎自行車，僅二成使用公共運輸；南部縣市更低，像台南市只有百分之零點五至一點一長者會搭公車。

魏健宏針對台南市高齡者進行問卷調查，發現長輩外出不搭公車原因，除了目的地很近不須交通工具、開車或騎車較方便，也覺得車站太遠或目的地沒有車站。至於發生交通事故原因，則以認知、聽力、視力及反應為主要因素。

高醫大長期照護研究中心主任陳桂敏表示，為降低長輩交通傷害及死亡事故，今年七月一日起七十五歲以上民眾須通過體檢及認知功能測驗，通過者才會繼續給予有效期限三年的駕照，盼相關單位落實執行，各縣市也應積極推動公共運輸的普及度及便利性，提高長輩搭乘意願。

魏健宏說，調查發現許多長輩不清楚如何搭乘公共運具，可見市府宣傳不足，未來可多推廣。

高雄市社會局長青綜合服務中心昨天委託高市老人研究發展中心舉辦「長輩尚輪轉—新時代高齡暨失能者交通議題」研討會，針對高齡者交通及無障礙接送問題進行討論。

### 三、應由誰主導長照？醫界槓社福

資料來源：2017-10-20 03:09聯合報 記者鄧桂芬

日前醫事團體與總統蔡英文會面，直接向總統「告狀」，指出「社福圈排斥醫界進入長照」，而衛福部進行長照2.0總檢討，由醫師出身的次長薛瑞元負責，而非原來督導長照業務的次長呂寶靜負責，長照應由社福主導，還是醫界主導，引發討論。

長照服務的提供量，目前社福界與醫界提供的比例為六比四。為何醫界認為社福界把持長照？台北榮總高齡醫學中心主任陳亮恭解釋，部分醫界人士想申請成為長照服務提供單位，卻在法規上碰壁，造成執行落差。

陳亮恭指出，過去老年人口不多，多由社福界成立基金會照顧弱勢老人，久而久之，長照法源、設置標準及人員資格，均由社福界制定。但目前老年人口爆炸成長，長輩常反覆住院，讓醫療與長照漸不可分。

台灣居家服務策略聯盟理事長林金立表示，今年六月長服法實施後，確定長照法源與專業地位，也就是說，醫界或社福界提供的長照服務，皆要逐漸彙整於一個大傘下。

陳亮恭認為，長照不能只是社福界和醫界互留一手的「合作」，應是共同「整合」。另衛福部應訂過渡期作業辦法供地方參考，讓醫界申請設置長照服務提供單位時能有所依循。

### 四、中老年人並不宅！23%天天往外跑 55%退休仍想工作

資料來源：2017-10-20 12:08聯合報 記者羅真

中老年人其實不如想像中的「宅」，台灣高齡化政策暨產業發展協會針對55歲以上中高齡者進行「高齡發展力」調查，發現有23.2%的人天天外出社交，55.8%的退休後仍有就業需求，不少人一參與各式課程就不中斷，十分活躍。

「大家以為高齡者都不行了，這是完全錯誤的觀念」，前衛生署長、高發會理事長楊志良指出，全台僅16%的長者需要長照資源，高達84%不需要，能自理生活，更需要的是歸屬感、尊重與自我實現。他亞洲大學的博士班就有一名高齡83歲的學生，立志在87歲以前完成博士論文。

「高齡發展力」調查，先對近百位焦點訪談後再進行電訪，電訪有效樣本1214人。調查包括社交、學習、就業等多面向問題，試圖描繪當代台灣公嬭的輪廓，結果同樣發現，公嬭們並非「阿宅」，比想像中更具活力。

社交方面，55歲以上的民眾有23.2%的人天天外出社交，54%的人1周外出2次至6次，25.6%的男性最喜歡跑公園、30.8%的女性愛跑菜市場；學習方面，雖然僅16.1%有參與各式課程，但有趣的是這群人一上就鮮少中斷，是終身學習的好榜樣。

就業方面，年紀大但工作熱情不減，55至59歲族群中，66.3%退休後還希望有工作，60至64歲族群有67.5%的人有工作意願，65至69歲族群有58.8%，70至74歲族群為48.4%，75至79歲為34.1%，即便是80歲以上長者也有18.8%想繼續工作。

高發會執行長張美慧指出，台灣即將邁入超高齡社會，但政策的關心卻不夠多，以就業為例，高達55.8%的受訪者退休後仍有就業需求，但勞動部2014年的資料顯示，高達65%的企業沒有雇用高齡者的意願；部分企業可能有意雇用，但其中46.8%的公司想獲得職務再設計的指導，這些都是政策需要再投入。

## 五、長照人力需求大 培訓班補缺口

資料來源：2017-10-20 17:06 中央社

根據台中市政府的統計，台中市登錄有案的照服員和居服員只有1000多人，遠不及需求，全成社會福利基金會聯合兩家護理之家辦理培訓班，完成100小時訓練即可上工。

高齡化社會到來，根據台中市政府統計顯示，全市近7萬名長輩有長照需求，但登錄有案的照服員和居服員只有1000多人，長照人力嚴重不足。

全成社會福利基金會董事長聶玉美今天表示，開辦「結訓即就業式」照顧服務員培訓班，可以滿足市場需要，只要受訓100小時，就能學得一技之長，需要二度就業的婦女，結訓即就業，是最速成的職業訓練。

36歲的鄭雅芳表示，原本從事美容美體工作，因為景氣差，民眾消費意願轉趨保守，業績不佳，加上工時長，無法正常上下班。她看到高齡化社會來臨，長

照是未來產業，兩年前報名參加照服員訓練，結訓後立即投入職場，如今已穩定就業兩年，收入穩定，最重要的是能照顧到家庭。

聶玉美指出，這次的培訓課程，提供創新亮點輔具運用，特別是導入原床沐浴技術指導，能訓練學員針對失能者身體清潔部分，不再侷限床上擦澡服務模式，而是運用攜帶型原床洗澡設備，例如保潔洗浴床，可以滿足失能長輩洗一個舒適的澡。

有關培訓內容及報名資格，聶玉美說，培訓時數是100小時，11月8日開課，11月30日結訓，每週一至週五上課。只要16歲以上，非在職民眾，都可報名參加訓練，政府除補助8成至全額訓練費用外，結訓後，將立即聘僱到居家服務中心，或日照中心、護理之家等就業，每天上班8小時，月入24K以上，還有三節獎金及年終獎金等福利。

## 六、樂齡程式開發大賽 讓孫基康想到96歲外婆

資料來源：2017-10-20 19:28聯合報 記者王敏旭

新任台灣微軟總經理孫基康上任後第一個行程，來到與新北市府合辦的「樂齡程式開發大賽」，並與市長朱立倫進行頒獎，賽事結合新北「當我們老在一起」，讓孫基康想起96歲的外婆，將透過科技改善長者的生活。

朱立倫指出，近來因為少子化關係，又因為各種原因無法陪伴在長輩身邊，如果要吃藥時該怎麼透過科技提醒，能夠規律服藥，若外出忘記關電器等，如何隨手處理，都需要依靠科技解決，年輕朋友參與設計程式，夠過創意照顧年長者。

孫基康指出，他在永和出生也在永和長大，外婆也96歲，結合先進雲端與AI技術，會改變人類生活，人工智慧、應用與創新結合，產生新的應用，包括防詐騙、提醒老年人用藥等，期望不只是創意而已，還可以實際讓民眾使用；另也透過活動培訓相關人才。

新北研考會表示，102件作品歷經初評、複評，選出最後15強競賽團隊及優秀成果進入總決賽，提案開發項目涵蓋醫療與居家照護、運動旅遊、生活陪伴、杜絕詐騙犯罪、智慧聊天機器人，與「當我們老在一起」的理念結合，協助改善長者的生活，。

朱立倫說，比賽結合科技的力量和新北市的open data，展示未來有無限可能，為高齡人口日增提供有效解決辦法。

研考會指出，台灣麥可團隊以DR.AI樂齡守護神作品獲得金牌，銀獎、銅獎分別由大才全、PSM榮獲，人氣獎則是Horizon Go團隊，多元應用獎則由分享Open Data API的創創樂樂團隊獲選。

## 七、郵局業務你想像不到 賣水果、推手寫、照顧長者

資料來源：2017-10-21 14:21聯合報 記者林敬家

彰化郵局為鼓勵銀髮保戶走出戶外，拓展人際關係並培養運動習慣，今天帶著70名65歲以上長者到彰化市南北管音樂戲曲館運動，了解在地發展悠久的南北館音樂，顛覆一般人認為郵局只提供郵政服務的印象。

彰化郵局王義修指出，郵局辦理壽險業務近期已取消短天數保險，至少都為6年期以上，隨著國人越來越長壽，郵局鼓勵民眾能健康快樂的生活，今年全省郵局首度舉行20場關懷長者的銀髮踏青活動，帶著65歲以上郵政壽險要保人或被保險人走到戶外活動筋骨，明年會擴大舉行。

彰化郵局郵差與民眾接觸頻繁，接觸獨居老人機會多，這些名冊建檔作為服務的對象，每年行銷科也會撥預算在年節時送禮表達關心，彰化郵局行銷科長郭白慧說，郵局服務擴大，希望當民眾的好鄰居，近年協助小農賣農產品也到校園推動手寫卡片的感動，在高齡化社會更重視長者的生活，業務雖繁雜卻拉近與民眾的距離。

## 八、中年就業遇瓶頸 300小時課程開創新事業

資料來源：2017-10-21 16:10聯合報 記者姜宜菁

嘉義市蕭筱融和蕭楸媚姊妹年過半百，想要二度就業，因年紀在求職路上碰壁，她們今年參加由勞動部舉辦的「新潮科技養生健康農產加工利用班」，經過300小時的課程，將理論運用在實務上，今天成品發表會上展示多道用台灣季節食蔬做成的料理，並著手自行創業，學以致用。

勞動部動力發展署雲嘉南分署副分署長劉邦棟表示，台灣中高齡勞動參與率僅5、6成，與日韓兩國7成相比仍有進步空間，「勞動參與率越高，國家競爭力也越高」。學員們除跟老師們學習食品安全和營養學外，勞動部也協助媒合工作，根據分署調查去年在雲嘉南開設的5個班，就業率超過5成。

蕭筱融和蕭楸媚姊妹與其他29名來自各縣市有意投入農產品加工的學員上課，認識自然界中薑黃、洛神、蝶豆花等天然染料，將麵條染成五顏六色，又或是運用四季蔬果搭配營養學製成水果優格沙拉，他們依循農產品加工安全衛生規範加上個人創意，提高農作物的附加價值。

## 九、「感謝你們的付出！」屏東敬老表揚滿室溫馨

資料來源：2017-10-21 18:09聯合報 記者潘欣中

屏東縣政府今天在縣府大禮堂舉辦重陽敬老聯合表揚大會，縣長潘孟安到場表揚敬老楷模、長青楷模、績優老人團體、10年績優據點暨各領域照顧服務員，並代表縣民致上最誠摯的謝意，也肯定在各領域專業人員及團體的辛勞付出。

潘孟安說，為了鼓勵興辦10年以上深耕於社區的優等據點，特別增加表揚10年績優據點獎，培養在地社區照顧關懷據點提供單位的能量，鼓勵長者就近使用關懷據點服務，增進長者之社會參與機會，並落實在地老化「安居大社區」的理念。

他說，縣府推動「安居大社區」在地安老照顧政策，積極輔導社區、社團辦理社區照顧關懷據點，各領域的照顧服務員平時花費極大的愛心與耐心，在工作忙碌之餘仍投注社區活動，發揮互助精神，服務在地社區的長輩，他要代表縣民獻上最誠摯的謝意。

今天的表揚大會中，高齡92歲的李爵祿長青楷模是表揚者中年紀最長的，曾任鄰長期間對村里事務積極主動，樂善好施，長期投入社會公益活動回饋鄉里；敬老楷模涂玉枝自95年起投入社區服務，98年在社區中成立社區照顧關懷據點，舉辦靜動態的健康促進活動，引導社區長者走出戶外。

今年同時表揚居家式、社區式及機構式模範照顧服務員，衛福部屏東醫院的居家模範照顧服務員桐麗珍，進入單位服務3年，曾服務過2名都是疥瘡感染的長者，大熱天穿著隔離衣幫長輩洗澡、整理環境、曝曬被服，隔離衣脫掉的那一刻，整個人像從水裡爬出來一樣濕淋淋的，卻笑說像是做了場SPA。

另外，衛福部南區老人之家的模範照顧服務員林東梅，為增進臥床住民對於生活上顏色、數字等認知功能，提供創新便利的床邊系列服務，藉由行動遊戲車、行動電視車及行動園藝車等與長輩遊戲互動，提升長輩情緒愉悅感，進而達到復健及增進認知感覺與肢體活動均衡效果。

## 十、台灣社群用戶超過25%帳號曾被盜 中高齡最危險

資料來源：2017-10-21 19:02聯合報 記者陳立儀

社群網路四通八達，但是許多使用者對於社群資安的觀念仍顯不足，根據LINE所做的資安認知現況調查結果顯示，在台灣每4名社群用戶就有一位曾遭遇帳號被盜，遇過周遭親友帳號詐騙的比例更超過5成；另外，有超過6成的用戶僅使用1~3組密碼在各社群帳號間交互使用，半數以上的LINE用戶從未定期更換密碼，約3成用戶曾幫親友收取安全驗證碼或提供簡訊認證碼給親友，容易導致帳號被盜用。

在這項調查中還發現，50~60歲的中高齡社群用戶具備正確資安意識與落實資安行為的比率最低，遇親友帳號被盜採取正確的4位數簡訊認證碼防護行為者更不及4成，成為資安防護的高風險族群。

LINE指出，密碼、安全認證碼等有關個人社群帳號登入與認證使用的資訊，都不應經由他人協助取得或主動提供；設定密碼時應避免使用個人生日或電話號碼、簡單的英文單字或數字組合，盡可能增加密碼強度並經常替換，不要以相同密碼在多個社群服務間交互使用。當收到好友透過LINE或其他社群傳送不明

連結時，應先確認連結來源與內容，不可隨意點擊可疑連結，以免遭有心人士詐騙，導致個人重要資料外洩。

繼去年針對訊息保護功能推出上鎖圖標後，LINE今年再推出4位數簡訊認證碼結合IP位址通知功能，持續優化資安，並定期公布「透明度報告」，揭露執法單位向LINE調閱用戶資料及LINE回應處理件數的相關資訊。

LINE強調，經由簡訊傳送的4位數認證碼如同帳號密碼一樣重要，絕對不可告知任何人，LINE在使用上絕不會有任何情況須使用其他用戶的4位數簡訊認證碼，如果有人假冒成親友騙取4位數簡訊認證碼，對方的LINE帳號可能已被盜用。萬一發現親友帳號被盜用，千萬不要回覆其訊息，應儘速透過「聊天設定」檢舉通報。

為了進一步喚起台灣社群用戶的資安防護意識，LINE展開「推動社群資安運動」，邀請盧廣仲擔任資安小隊長，改寫成名曲《早安，晨之美！》，並親自演唱LINE《保密防詐不求人》防詐騙宣導歌曲，兔兔、莎莉、雷納德等LINE知名角色也參與影片演出，即日起至11月18日瀏覽《保密防詐不求人》防詐騙宣導影片並正確回答資安問題，可獲得《雙面廣仲防詐不求人》限定貼圖。

## 十一、瑞興銀行力推老屋重建金融服務 助民眾翻轉老宅

資料來源：2017-10-13 19:15經濟日報 記者吳苡辰

為響應政府推動老舊建築物重建政策，瑞興銀行近期大力推動老屋重建相關融資專案，協助民眾自力翻轉老宅。透過銀行豐沛之業務人脈及客戶資源，瑞興銀行以完善之「一條龍式服務」。

瑞興銀行今（13）日表示，提供民眾於房屋重建過程中所需之資金籌措與風險管理解決方案，自2017年中旬開辦至今，廣獲民眾好評與回響。

據內政部不動產資訊平台資料顯示，截至2016年第3季，台北市30年以上老宅占整體稅籍住宅比率達六成以上，平均住宅屋齡約32.28年，老化程度居六都之冠。台灣已步入高齡少子化社會，65歲以上之高齡者已近人口結構之13%，對無障礙居住環境需求日漸提升。

老舊公寓住宅除了面臨年久失修所造成的水電及結構安全問題之外，公共空間不足、升降設備缺乏等居住品質也有待改善，「老人住老宅」將成為社會安全問題的隱憂！

瑞興銀行董事長郭釗溥表示，自2017年中旬開辦老屋重建專案以來，以多元且完善之整合服務方案，協助客戶將老宅變好宅，不僅廣獲民眾回響，更獲建商企業主之認同與青睞，指名瑞興協助其自宅重建所需之融資與信託金流規劃，甫於今日於通化商圈開工動土之「台北市大安區基隆路二段風采案」即為一例。

瑞興銀行經理吳吉昌表示，該建案發起者即為該建案地主之一，發起重建的主要原因係希望能為年事已高的父親提供更好之生活環境與空間。此案位於台北市通化商圍精華地段附近，未來改建為九層樓之雙併電梯大樓及充足的停車位，整體價值大幅提升。

吳吉昌指出，房屋重建門檻高，地主最關心的通常是資金籌措的問題。除了房屋本身的重建經費、設計費及各項諮詢費用外，重建期間住戶的租屋費用也是一筆相當大的開銷。瑞興銀行除了可為地主們量身訂做融資架構外，為保障每一位住戶之自身權益，更搭配具風險管理特性的信託商品以建構完善的『續建機制』，讓住戶安心等待入住重建後的新屋。

郭釗溥表示，加速都市更新計畫是政府的施政重點之一，瑞興銀行長期深耕大台北在地社區，憑藉著穩健優越之財務體質，致力提供民眾深受信賴的金融服務，建構小而美的精品式服務。未來，瑞興銀行亦將朝最貼近客戶需求之服務邁進，透過小型社區建案開始，持續推動老屋重建金融服務，協助大台北地區客戶對於生活品質提升之需求，進而改善都市機能，持續創造瑞興在台百年基業的價值！

## 十二、人生下半場 健康打完延長賽

資料來源：2017-10-21 23:01:25 聯合報 記者徐如宜

聯合報系願景工程與全球人壽昨天在高雄國際會議中心，舉辦「不長照的幸福台灣：安老資源聰明配論壇」。

當長壽成為必然時，民眾需要學習的是如何從各個面向，維持更好的健康與活躍的生活。

聯合報事業處健康事業部營運長洪淑惠表示，聯合報是全台灣最關心「高齡」議題的報社，而「活躍老化」為願景工程最長壽的議題，聯合報也會繼續耕耘這個議題。

昨天的論壇中，台北榮總高齡醫學中心主任陳亮恭先談到「集體長壽時代的照護挑戰」；全球人壽商品部助理副總經理鄭中安建議「安心照護的長照規劃」；樂齡網總經理張慶光與觀眾分享「聰明照顧學：輔具資源聰明用」；台灣居家服務策略聯盟理事長林金立給大家「扭轉50+生活：更好的照顧選擇」。

陳亮恭表示，過去常被問到「怎麼樣可以長壽？」最近大家卻疑問：「呷那麼久要幹嘛？」可以看出人們在意的不再是歲數，而是生活的品質與內容。他建議長者，也應循序漸進鍛鍊肌肉，並要常常動腦，接受新事物，活躍社交圈等，每天去做，就能遠離失能、失智。

「人生不是擔心來到下半場，現在是煩惱延長賽打不完！」陳亮恭建議政府兩件事，一是「照顧已老」，二是「防範未老」，兼顧已老與未老的價值照護。他認為長壽社會價值照護體系的再設計，應包括：照護體系聚焦與重整、高齡者為中心的整合照護，目標是維持老化過程中的內在健康。

鄭中安表示，未來10年，每5個人中有1個老人，每20個人中有1個失能，50人中有一個失智，國人不健康平均餘命超過8.8年，花費估計500萬元。「一個人殘廢，等於兩個人失業。」想以家庭力量來支付長照需求，幾乎是不可能，需要商業保險予以補強。

### 十三、下流時代也可當幸福老人 最關鍵在婚姻是否幸福

資料來源：2017-10-22 10:46聯合報 記者何定照

高齡化社會，不少人擔憂未來變「下流老人」。日本趨勢家三浦展新書《在下流時代，也要做幸福老人》（時報文化）近日在台出版，以實際統計指出，一定程度的資產雖可提供幸福度保障，但有足夠的朋友、家人感情和睦，才是長久幸福的要件。

三浦展以日本三菱總合研究所2015年的高齡者調查為基礎，將資產與幸福度關聯統計結果分成「上流幸福、上流不幸福、下流幸福及下流不幸福」四類。根據統計，資產確實是幸福的重要因素，像總資產（已婚者以夫婦財產合計，以下同）500萬（台幣135萬）以下的下流老人，常被支出及債務追著跑，幸福感比5000萬（台幣1350萬）資產者低很多。

然而三浦展同時發現，資產少者其實不見得不幸福。例如，資產200萬日圓（台幣約54萬元）以下的受訪人，有半數以上覺得幸福，僅15%覺得不幸福。有一定程度資產如2000萬（台幣約540萬）後，幸福感增減其實不明顯，而若年收超過600萬（台幣約162萬），幸福感更會遞減。

三浦展也發現婚姻生活在幸福與否重要性。根據統計，自認幸福者與自認不幸者，在「婚姻生活不美滿」這項指標差距最大：自認幸福的人，僅3.4%覺得婚姻不美滿；不幸者高達27.5%覺得婚姻不美滿。此外，未婚男性雖資產高，但幸福程度低。不過女性即使離婚、喪偶，只要有相當資產，就能感到幸福。

書中還發現，不論哪種資產階級，都顯現有子萬事足。若是「中流老人」（資產500萬到2000萬），有孫子的幸福度比沒孫子的幸福度多了12%。

書中更凸顯朋友重要性。據統計，沒錢卻有朋友的，幸福度高過有錢但沒朋友者；即使獨居高齡，但若有共同興趣的朋友，也會感到幸福。

總結全書，三浦展指出，最不幸的不是沒錢，而是沒錢又慾望無窮；就算沒錢，但有家庭、朋友支持，一樣能感到幸福。他因此呼籲，未來社會應更注重共享而非獨有，例如共享技能、共食乃至男女老少共學甚至構成社區，書中即以阿佐古共煮食堂、銀髮青年共居的Gojikara村為例，顯示銀髮幸福的另種可能。有同樣問題的台灣，也不妨參考。

### 十四、300位65歲長者齊聚 2萬2千歲的麻將賽開打

資料來源：2017-10-22 14:14聯合報 記者張雅婷

打麻將是國人喜愛的休閒活動之一，當300人一起打麻將時，更是過癮。「第16屆風城盃健康麻將比賽暨健康生活義診」活動今天登場，共計300位設籍於新竹市年滿65歲以上長者報名參加，合計年齡超過2萬2千歲，分別於75桌開打，場面格外壯觀。

健康麻將比賽由市議員張祖琰創辦，她說打麻將可以幫助腦力激盪，預防老人痴呆，同時可以與好友切磋牌技，聯絡情誼，是很好的身心運動，主辦單位新竹市西北扶輪社社長林庚生表示，「風城盃健康麻將大賽」至今舉辦15年，深獲爺爺、奶奶們的喜愛，會場除了有外丹功的表演帶動、老人健康麻將大賽，並安排盲人免費按摩、健康生活諮詢、義診。

主辦單位指出，銀髮族健康麻將大賽，比賽方式以台灣16張麻將（帶花牌144張）進行，發給每人1萬元籌碼，考量長者體力負荷，比賽以打四圈後或2小時計算籌碼多寡論輸贏，每桌都設有裁判，算番論台絕對清楚，今年參加者90歲以上有22位，80歲以上有72位，其中最長者為民國8年出生的冉捷爺爺今年已高齡98歲，他說「打麻將是我維持健康長壽的秘訣」。

## 十五、日社會出現「保活」企業上演搶人大戰

資料來源：2017-10-23 04:27聯合報 東京記者蔡佩芳

少子化讓日本面臨嚴峻人力不足挑戰，搶奪人力資源成為企業競爭一環，為了育兒辭去工作的年輕媽媽、剛剛退休的中高齡銀髮族，成為企業與政府鎖定彌補人力缺口的「即戰力」，企業上演搶人大戰。

日本經濟新聞上月調查，四成九企業感到人力不足，最大問題在勞動力減少，為了解決問題，四成二企業將朝打造女性友善工作環境、三成八希望活用高齡人力。繼求職的「就活（就業活動）」、尋找對象的「婚活（婚姻活動）」，日本社會上又出現了「保活」一詞，意指讓孩子進入保育園的活動。

### 超商紛設保育園 爭取女性勞動力

解決托幼問題成為爭取女性勞動力的關鍵，需大量人力的超商系統最積極。7-11第一間針對店員開設的保育設施九月底在東京啟用，未來計畫全國拓點，明年中起將推出附設保育所的便利商店；全家便利商店也計畫在明年春天跟進，成立自己的保育園。

此外，連鎖超商羅森與Panasonic合作打造「次世代超商」，透過提高機器人作業的精度，讓機器人可負擔更多業務，讓人力集中在少數複雜的作業。

有豐富職場經驗的中高齡人力也成為企業網羅另一重點。日本主要人力銀行之一Mynavi成立子公司Mynavi middle-senior，針對四十至六十歲勞動力的就業情報網站本月初上線，除一般求職條件，還包括一周一日短時間勞動、提供一定時數醫療照顧假等，吸引中年轉業或二度就業的退休族。

日本經濟新聞針對一千家上市企業進行調查，九成企業實施實習制度，從一周到最短一天都有，讓企業與學生可以盡早確認彼此是否契合。有些企業的「內定」年齡甚至從大學三年級下修到高中生。

不過，也有些企業反向操作，積極發展發展無人自動化系統，其中包括需要大量人力的飯店、宅配、超商等企業。

利用機器人進行服務而聞名的「奇怪飯店」，原本附屬九州長崎豪斯登堡的度假村飯店，因人力成本低，業績快速成長，跨足都會商旅，二〇一八年預計在東京、大阪、京都、福岡等地開十家新店。

企業轉向發展自動化系統，也導致機器人產業業績長紅。生產自動運輸機器人的企業Daifuku今年四到九月營業額比去年同期成長了百分之五十。

三菱重工鎖定物流業對人力不足的危機感，日前宣布將旗下的力至優（Nichiyu Forklift）與去年收購的UniCarriers合併成立新的子公司Mitsubishi Logisnext，強化無人化的新技術開發，打造頂級的物流設備製造商。

## 十六、利變型壽險 退休族超夯

資料來源：2017-10-23 07:19:15 聯合報 記者楊筱筠

父母為子女存教育金，也要為自己存退休金，壽險業者建議，透過壽險商品，可以為自己創造未來的被動收入，維持退休生活所需。

元大人壽表示，國人的平均壽命超過八十歲，退休後往往有長達廿年到卅年的日子要過，退休是第二人生的開始，但調查發現，各年齡世代實際退休準備都不到四百萬元，財務支出最沉重的四十世代，退休資金缺口更高達一千四百萬元，因此為自身或家人提前的退休生活規畫相形重要。

元大人壽指出，累積退休資金最重要的是預備好未來每個月的基本生活費用，由於生活費禁不起太大的風險，因此以愈簡單、愈穩固的方式累積較佳，而利變型壽險商品是個不錯的選擇。

利率變動型保險與一般傳統保險最大差異點，在於額外提供宣告利率累積部分保單價值，作為未來相關回饋依據，成為市場上累積退休資產的主力商品。此外，保戶第六保單年度起可自由選擇現金領回「增值回饋分享金」，或是以購買保額或儲存生息方式增值；相較於傳統型壽險保單，多了增值回饋分享金，讓資產有機會愈滾愈大。

壽險業者表示，除了推出符合民眾需求的保險商品，也宣導民眾建立正確的保險觀念，協助民眾找出專屬並适合自己的一套完善保險規畫。尤其面臨已經到來的高齡社會，提早規畫退休以及健康照護保障，將是刻不容緩的重要議題。例如保障型商品與長年期儲蓄型商品，可以滿足醫療、照護、經濟生活三大面向的需求，打造完善退休規畫。

## 十七、補充勞動力 政院鎖定三族群

資料來源：2017-10-23 04:20經濟日報 記者邱金蘭

行政院長賴清德昨（22）日下午召集相關部會討論「五缺」中的缺工議題，為補充勞動力，未來將從青年、婦女及中高齡三大就業族群著手，提高就業誘因；賴揆也呼籲企業加薪，共同解決缺工問題。

關切企業投資障礙「五缺」中的缺工議題，賴清德昨天訪視金門行程後，在下午主持會議，行政院發言人徐國勇會後轉述表示，院長作出三點裁示。

包括第一，我國去年整體失業率為3.9%，算是相當低，但企業仍有缺工的問題。在就業方面，雖然青年失業率偏高；女性及中高齡族群勞動參與率偏低，但政府已提出相關對策，提高這三族群就業的誘因。因此企業缺工的性質及情形為何，請相關部會進一步再了解。

第二，缺工的問題，與薪資有相當關聯，如果企業提供的薪資具競爭力，應能有效緩解缺工問題，因此，政府呼籲企業可以配合政府為軍公教調薪3%的政策，也為勞工朋友加薪，共同解決缺工的問題。第三，請相關部會在確實了解企業缺工的情形，並提出對策後，在下次會議時再討論。

## 十八、大埤百年聖玫瑰聖母天主堂照顧中心明年4月啟用

資料來源：2017-10-23 12:52聯合報 記者胡瑋芳

雲林縣大埤鄉豐岡村有140年歷史的「聖玫瑰聖母天主堂」，教堂尖聳的屋頂延伸向天空，十字架矗立著，初期是雲、嘉地區的中心教會，今年由天主教嘉義教區將後方的土地活化，無償提供給若瑟醫療財團法人設置「玫瑰日間照顧中心」，預計明年4月啟用，可提供60名老人的日間照護服務。

大埤鄉公所表示，在一百多年前舊名為埔羌崙的大埤豐岡，因鄰近北港溪，交通便利，曾經是人口集中的村落。西班牙高信隆神父在1887年來埔羌崙建造了天主堂傳教，嘉義大林一帶的信徒，要走上半天的路程，來到埔羌崙天主堂瞻禮，時至今日因交通路線的改變，埔羌崙大埤鄉豐岡村的人口不增反減，成為寂靜的小村落，村中的天主堂信徒更加稀少。

雲縣府指出，據衛福部人口統計推估至106年9月底縣內65歲以上老人為11萬9927人，天主教若瑟醫院在大埤鄉豐岡村設立「玫瑰日間照顧中心」，將打造活動中心、社區關懷據點、日照中心和健康食堂等，並將搭配年度城鎮風貌行塑計畫，完成周邊綠美化，中心內部則融入隱私、感控和無障礙設計理念，提供多項功能使用，日後做為村民休閒活動和聚會場所。

「讓專業的來照顧長輩。」張姓大埤鄉民說，若瑟醫院的醫療品質有目共睹，且隨著高齡化社會到來，鄉內人口老化嚴重，若瑟用心成立玫瑰日間照顧中心，讓大埤的長輩們可在地安養，又可提供民眾休憩的地方，聯絡當地居民的感情，讓庄內的人都樂觀其成。

若瑟醫院董事長鍾安住指出，雲嘉地區高齡人口居首，社區長照服務，天主教願意將運用資源活化，不管是閒置的土地，或是既有妥善培育的人才庫等，盼

能縮短長照服務的布建時程，更快且更有品質的提供長者和照顧長者的家庭所需專業服務。

## 十九、研究老人健康維護 弘光學生獲科技部研究創作獎

資料來源：2017-10-23 13:57聯合報 記者余采滢

看準長照相關產業需求，弘光科技大學生物醫學工程系學生張璦文、羅慧瑄分別研究超音波刺激下之骨分化基因表現、平衡感居家照護體重計，資訊工程系暨智慧型輔助科技碩士班學生顏立洋研究「智慧運動傷害檢測及分析系統」，這三名學生生活化的創新研究，獲得科技部大專學生研究計畫研究創作獎。

醫工系大四學生張璦文表示，台灣邁入高齡化社會，高齡者面臨到身體老化，萬一發生一次意外跌倒，可能會造成骨折或臥床數月，因此，預防骨折是高齡者需要嚴防的居家課題之一，會研究「探討Wnt Signaling在低能量脈衝式超音波刺激下於骨生成中所扮演之角色」，是希望能提供更詳盡的基礎研究數據，提供臨床醫師運用於病患的骨頭癒合判斷。

指導張璦文的副教授蔡明慈說，目前臨床上使用低強度脈衝式超音波刺激加速骨折癒合，但是往往需經由一段時間再透過醫學影像檢查才能知道骨骼癒合的情況，且這類影像檢查大部分含有放射線，不建議經常使用；透過學生的研究，希望建立骨相關基因的時間變化資料庫，幫助臨床運用。

今年畢業的醫工系羅慧瑄，在副教授陳信介指導下，研究「具平衡感檢測功能之居家照護體重計開發」獲得創作獎。系主任廖本義指出，該照護體重計與市面上最大的差別，主要可以看出人體重心的變化，評估人體的平衡感是否良好，以免老人家走路重心不穩跌倒，就連工人上工前是否喝酒，也可透過這種體重計測平衡感來作為參考。

廖本義說，平衡感居家照護體重計利用市面上遊戲機Wii的平衡板，借助它藍芽的功能，再搭配所開發的程式，測量人體的平衡感，「重點是軟體的應用分析，對於未來長照、居家照護，甚至是工安意外降低，都有幫助」。

## 二十、強化中高齡工作能效 勞動部多元補助

資料來源：2017-10-23 17:22中央社

為強化中高齡者工作能力與效率，桃竹苗分署預計訪視200家企業，已完成的百餘家企業相當肯定專家學者的建議，申請中高齡職務再設計補助項目，也大幅度成長逾7成。

勞動部勞動力發展署桃竹苗分署長丁玉珍昨天受訪表示，分署從106年起推動企業輔導團，提升企業雇用中高齡意願並延緩退出職場，邀請專家學者訪視桃竹苗地區200家企業，除讓雇主了解中高齡者職場優勢，並鼓勵企業運用勞動部僱用獎助、職場學習再適應計畫等就業促進津貼，改善工作設備或調整工作方法，延長中高齡民眾就業可能。

丁玉珍表示，統計至8月底，分署已完成138家的輔導工作，105年度補助總金額約新台幣580萬元，但106年度截至9月已超過746萬元。企業經訪視協助後，中高齡職務再設計的申請項目也大幅提升，成長超過7成。

丁玉珍指出，像是生產金屬的大華金屬工業股份有限公司，產線高溫、震動、印刷油墨揮發及噪音，年輕人不願任職流動率大，缺工嚴重，公司中高齡員工約47人，佔員工總數3成，今年申請中高齡職務再設計獲補助13項輔具，獲益員工至少14人，也減輕中高齡職員工作障礙及負擔。

## 二十一、人瑞頭腦靈光 發現總統送的金牌變小了

資料來源：2017-10-23 19:31聯合報 記者謝恩得

嘉義縣長張花冠今天探視人瑞，致贈9000元重陽敬老金，並代表蔡英文總統和衛生福利部頒贈敬老狀與金鎖片。住竹崎鄉的人瑞105歲的許邱首精神很好，和縣長聊開來，她還摸摸金鎖片說，「好像變小了」，惹得大家哈哈大笑。

張花冠解釋說，絕對沒有偷工減料，以前的比較大，但比較薄，今年變厚了，重量一樣，還說別看老人家100多歲了，個個可都是眼清目明。縣府人員說明，去年和今年的金鎖片都是2錢，先前則是3錢。

張花冠說，嘉義的山美、水美，空氣清新，是一個適合生活的好地方，長壽之道就是生活樸實，吃得簡簡單單，多多活動，還笑稱她以後的職業也要當人瑞。嘉義縣目前最年長人瑞是住竹崎鄉的林張笑，高齡108歲。

除了中央政府的金鎖片、縣府敬老金，鄉鎮公所和村里有的也都分別致贈敬老金。金鎖片以往沒有署名，都和總統頒發的敬老狀一起送給人瑞，今年金鎖片則加上署名「總統蔡英文」和「衛生福利部」。

## 二十二、全台首例 閒置校舍變長照中心

資料來源：2017-10-23 23:30聯合報 記者潘俊偉

衛福部推動長照2.0服務，台東縣政府將已裁併校的長濱鄉忠勇國小約0.8公頃閒置校舍，轉型為多元照顧服務中心，可提供150位老人交通車接送、共餐共食、居家及沐浴等服務，預計下月21日啟用，這是首次以閒置校舍成功轉型為長照據點的案例。

因少子化趨勢，學童越來越少，致學校招生不足被裁併。但銀髮族越來越多，讓台灣漸邁入高齡化社會。

台東縣衛生局長照科長劉鳳琴表示，長濱鄉位於台東縣最北端，距離市區近百公里，當地醫療資源缺乏，而65歲以上老年人口比例、身心障礙者比例及老化指數卻是全縣最嚴重的鄉鎮，對長期照護有迫切需要，但礙於法規，長照相關中心設置地點難尋，104年起決定以閒置校舍活化來設據點。

忠勇國小在裁併校後，原校舍約0.8公頃校地閒置，十分適合作長照據點，但縣府與當地居民溝通時，遭部分居民反對，不過，贊成的居民主動與反對的居民進一步溝通，最後獲全數居民同意。

台東縣衛生局進行委外招標，並主動辦理地目變更，縮減由委辦單位辦理地目變更的1年等待期，讓長濱鄉多元照顧服務中心終於在今年順利成立，把原本學童活動的學校，轉型為專為失能老人設計的照護中心。

劉鳳琴指出，長濱鄉的多元照顧服務中心將由伊甸基金會進駐，能服務約150人，提供日間照顧、居家服務、共餐共食、夜間臨托等服務，後續還會設立在地民眾第二專長訓練教室及兒童讀書屋。

劉鳳琴說，在忠勇國小轉型成功後，將繼續朝「一鄉鎮一長照」前進，目前東河鄉隆昌國小也積極進行轉型中，預計明年2月啟用，東河鄉啟用後，台東縣仍有卑南、延平、池上、太麻里鄉、綠島鄉及蘭嶼未設日照中心，而成功鎮的日照中心則是腹地太小，不足應付現有人數，還需再擴建。

## 二十三、長輩最需要什麼？周四樂樂活論壇告訴你

資料來源：2017-10-24 09:28聯合報 記者張益華

台灣人口老化速度直逼全球第一，2025年，每5人就有1個老人，您想過老後需要什麼服務？由智榮基金會發起全台第1份長者生活需求調查，2個月來共有7萬多位長者透過線上填答，究竟哪些是長者最痛苦的生活障礙？各縣市長者的生活障礙有何不同？長者不便是否可能成為商機？26日將在樂樂活大家講論壇揭曉。

這項線上調查廣邀長者針對生活需求填答，輔以全台巡訪，包括便捷交通、交流學習、有效就醫、健康飲食、獨自打理生活等，都是長者渴望滿足的需求。但從中也反映出長者生活面臨許多麻煩，例如子女陸續離家、老友離去，感到孤獨與孤寂。

論壇由政治大學商學院教授別蓮蒂與台北榮總高齡醫學中心主任陳亮恭，分別解讀結果，探索長者為何這樣想。同時邀請產官學界，包括國健署署長王英偉、台南市政府衛生局科長陳淑娟、弘道老人基金會執行長李若綺、眾社會企業社創辦人林崇偉、104銀髮銀行資深副總吳麗雪、台北市立聯合醫院總院長黃勝堅，以及台灣較具特色的4個關懷據點分享經營模式，回應長者生活痛點的解決方案。

特別的是，調查也發現，不少中年人返鄉，經營具特色的關懷據點，不僅回饋家鄉長者，且已有商業模式。例如新竹縣無負擔農村生活產業發展協會，推出類家人制度的老人日托中心服務，共食、共享與共學；台中清水的台灣福氣社區關懷協會，針對老化身心障礙家庭、失智長者及照顧者，提供喘息與減壓活動；澎湖白沙鄉樂齡學習中心帶領長者透過表演、競賽等活動，鼓勵長者找尋人生下半場的價值；新北市銀髮族協會將服務據點經營成體驗館模式，篩選適合長者需求的輔具及服務，再將盈餘回饋社區，開創樂齡商機。

## 二十四、2047年歐洲高齡女性 超過5分之1行動不便

資料來源：2017-10-24 22:47中央社

一份今天發表的研究指出，西元2047年，歐洲超過65歲的人口中，超過1/5女性和1/6男性會受到嚴重肢體殘疾折磨。

在這份英國醫學期刊網路版（BMJ Open）的報告中，研究人員指出，這個比率只比目前高出一些，但不論是否行動不便，歐洲不斷老化的人口和持續升高的平均餘命都顯示，老年人口預計將巨幅增加。

研究作者警告，高齡家庭成員無法做出更衣、烹飪等簡單工作，這個統計不但對未來有老人的家庭、對醫療體系預算而言更是個壞消息。

首席研究員韋柏（Daniela Weber）來自奧地利拉克森堡（Laxenburg）國際應用系統分析研究所（IIASA）的維根斯坦中心（Wittgenstein Centre），她說：「我們預期未來30年間，有更多人在至少65歲後，會面臨嚴重、長期的行動限制。」

「每日郵報」（Daily Mail）報導，維根斯坦中心研究人員寫道：「（這個現象）可能需採取一些措施，因應不斷增加的活動受限人口的需求，例如擴大公共和私人場所的無障礙設施、訓練醫療專業人員和專職照護人員。」

英國iNEWS報導，分析結果也證實了其他研究的發現。報告指出，在所有研究國家中，因為長期的健康問題，女性肢體受限的情況都比男性嚴重，而女性也較男性長壽，但兩性健康隨著年齡增長而惡化的速度似乎都一致。

## 二十五、勞動部推智慧機械 雲嘉南逾千人次受惠

資料來源：2017-10-24 20:40聯合報 記者謝進盛

勞動力發展署雲嘉南分署今天在南科管理局舉辦「智慧機械產業人才論壇」暨「雲嘉南區在職訓練及企業輔導成果發表會」，與會學者推估，智慧機械將可以協助產業人力，提高年平均產值，是未來5年內可以看的到的趨勢。

會中也舉辦「智慧機械產業人才論壇」，邀請崑山科大執行長于劍平、上銀科技助理總經理屈岳陵、攝陽企業副理陳怡成、金屬工業研究發展中心處長陳昌本與談，並由雲嘉南分署長柯呈枋交流觀點。雲嘉南分署表示，配合總統蔡英文產業創新政策推動智慧機械，今年度雲嘉南區逾千人次受惠，明年將持續推動。

于劍平指出，受高齡化與少子化影響，勞動人口逐年下降，智慧機械將可以協助產業人力，提高年平均產值，是未來5年內可以看的到的趨勢。

柯呈枋表示，智慧機械是未來發展趨勢，尤其南科是機器人發展重鎮，日前台積電董事長張忠謀曾說未來台積電的10年是建置AI人工智慧，行政院長賴清德

也希望各部會培育未來AI人工智慧數以萬計的人才，顯見智慧轉型升級的重要性。

他指出，今年度推動智慧機械，雲嘉南區逾千人次受惠，包括「企業人力資源提升計畫」已輔導雲嘉南區11家企業辦理機械手臂與換刀系統結合應用、工業4.0人機介面應用實務進階等相關課程。

此外，今年度「產業人才投資方案」也有對外開辦智慧家電機械研發設計班、無人機組裝及智慧機械應用班等19班在職課程，讓上班族也能利用下班時間進修智慧機械課程。

## 二十六、高齡80面色紅潤 《救命飲食》作者這樣吃

資料來源：2017-10-24 20:43聯合報 記者羅真

體內低程度的發炎往往不易被察覺，長期下來卻衍生許多慢性疾病。營養學者坎貝爾 (T. Colin Campbell) 三餐都吃少加工、天然原始的植物性食物。他指出，蔬食含有動物性食物所沒有的抗氧化、抗發炎元素與膳食纖維，能預防甚至逆轉疾病、神經退化、心血管、自體免疫疾病與多種癌症。

坎貝爾是美國康乃爾大學營養生化學榮譽教授，著有《救命飲食》一書，提倡「完整植物性飲食」(Whole food plant based diet)，即完整、具原型的植物性飲食。

坎貝爾指出，蔬食能提供維持生命的熱量、蛋白質、油脂、礦物質、維生素、酵素，更有動物性植物所沒有的抗氧化、抗發炎元素、膳食纖維等營養。他表示，動物性食物造成人體發炎反應的機轉尚不明確，但已有許多研究觀察到，蛋白質的攝取影響癌症的啟動與發展，動物性蛋白尤甚。

80年代，坎貝爾主導「中國營養研究」(The China Study)，是康乃爾、牛津與中國預防醫學院合作的大規模飲食與流行病學調查，265位醫師蒐集中國65縣、130鄉鎮、6500名35至64歲成人資料，探討包括飲食、活動、生活環境、清潔衛生、社會關係等367個變相之間的關聯，送至全世界24個學術單位分析，結果發現，鄉村地區的人們攝取動物性蛋白的量較低、多吃蔬食與碳水化合物、多勞動，其肥胖、心血管疾病與癌症等慢性病的罹患率也較低。

90年代，他研究高蛋白與癌症前期病灶發展，在為期12周的動物實驗中看見，蛋白質占5%的飲食，能夠封鎖癌症早期發展，而蛋白質含量20%的飲食，則促進癌症的早期發展，實驗中的蛋白質為酪蛋白，是牛乳中的主要蛋白質；而小麥與大豆蛋白質，即使攝取量高也不會促發癌症。

過去不少人指出，吃素的人可能有缺乏維生素B12與鐵質的危機，坎貝爾表示，只要食物來源夠多元，其實不必擔憂營養缺乏的問題。

他進一步提醒，健康是由飲食、生活習慣等許多面向互相牽動而成，難以預測單一營養素對人體有何作用，單獨補充有時會獲得反效果，舉例來說，β-胡蘿蔔素高的食物含有多元植化素，能維持與促進生理機能，但有研究發現，β-胡蘿蔔素在血液中含量越高，吸菸者肺癌發生率越高，可能跟癌友單獨服用這個營養素有關。

坎貝爾夫婦已有80高齡，面色紅潤且精神奕奕。被問及三餐菜單為何，他們笑說，「很簡單，我們選自己喜歡吃的，都是少加工、天然原始的植物性食物。」

## 二十七、台壽「老幼共學」讓銀髮族感受愛

資料來源：2017-10-25 01:20聯合報 記者孫中英

高齡化浪潮席捲全球，伴隨少子化現象，銀髮關懷成為各國關注議題。台灣人壽表示，為延緩高齡者退化，各國已開始積極推動「代間學習」，利用年輕世代與老年世代間，彼此學習與交換資源，達成個人與社會利益的行為，也就是近來學者針對高齡社會提倡的「老幼共學」。

中信金控旗下子公司台灣人壽也長期關注銀髮議題，攜手財團法人老五老基金會共同長期推動「老幼共學」雙「石」同慶，希望藉由世代互動交流，讓長者感受到被愛、被關懷。

台灣人壽昨天就在石碇日照中心舉辦「祖孫童趣愛老一起」志工活動，邀集石碇地區老人會、日照中心的長輩，以及在家或日托中心的失能長者，再加上石碇國小附幼小朋友。

台壽表示，場內最高齡者九十六歲、最小只有三歲，有些長者坐輪椅來、有人完全失明，但一點也不影響現場活動熱度。台壽資深副總經理卓長興也出席活動，與長者、小朋友同樂。

卓長興表示，「老幼共學」活動，延伸台壽「在地老化、活躍老化」關懷長者的精神主軸，在高齡化衝擊下，日本已推行「幼老園」、歐洲則推出「世代共居」、香港也有金孫服務，都是落實老幼共學理念；據統計，獨居在宅長者老化速度快於一般長者，台壽希望藉由推動「老幼共學」，鼓勵長輩走出家中，藉由與孩子互動交流找回活力，達到重建長者價值、消弭隔代鴻溝、創造世代共融、活躍老化的目的。

## 二十八、照服員需求增 潮州就業中心實地觀摩兼媒合工作

資料來源：2017-10-18 19:52聯合報 記者蔣繼平

因應長照2.0政策未來照服員需求大增，勞動部潮州就業中心前往私立孝愛仁愛之家，除替3名具有照服員證照求職者成功媒合工作外，也鼓勵其他中高齡、二度就業婦女求職者及早認識工作環境並取得專業執照，未來投入第一線長照服務工作。

潮州就業中心指出，從事照服工作除了需具備照護專業能力、取得照服員證照外，最重要的是要有愛心與耐心，過去媒合過程中很難讓求職者體會，不再紙上談兵，乾脆直接走一遭，未來長照工作需求增加，也增進中心推介能力。

觀摩活動中求職者學習如何與老人家噓寒問暖、拉近彼此距離，以及協助老人上下床、推輪椅至交誼廳活動筋骨放鬆身心等，並陪同長輩一起進行團康活動，讓長輩開心。

15名求職者中，其中3人已經具有「照服員」證照，目前待業中。潮州就業中心特別在活動結束後提供就業媒合服務，她們當場與機構主管面試後都獲錄取，取得工作機會。

潮州就業中心主任楊采蘭表示，配合重陽節特別舉辦與銀髮就業市場相關的照顧服務產業觀摩體驗活動，除了有15名中高齡二度就業婦女參加，也安排5位就服員也下場體驗，趁機了解長照產業工作增進未來媒合成功率。

楊采蘭說，潮州就業中心也會不定時舉辦的就業促進研習課程及徵才活動，歡迎民眾洽詢。

## 二十九、提供獨老晚餐、普設關懷據點 移居幸福澎湖讓老有所養

資料來源：2017-10-19 07:46:24 經濟日報 記者謝梅芬

澎湖縣幸福政策

老人安養

成立多元日間照顧中心、普設社區照顧關懷據點

生育補助

營造友善托育環境—居家托育服務中心

育兒補助

2至6歲兒童機票5折優惠

澎湖老人多，年輕人太少，縣長陳光復上任後，推動三大幸福政策，特別落實老人安養，打造友善育兒環境，最重要的是要減輕家長負擔、落實愛幼政策及福利政策合理化。

陳光復坦言，為吸引更多年輕人來住澎湖，澎湖縣政府在兒童少年福利政策推動以育兒照顧、福利服務、權益保障及兒少保護等四大目標，就是要讓大家願意多生、多養，擬訂相關施政策略。

談到澎湖縣「三大幸福政策」，陳光復認為首要落實老人安養、營造幸福移居城市。

他說，澎湖縣地處離島偏遠地區，各項資源及條件遠比台灣其他縣市不足，再加上澎湖縣老人人口比率達15.1%，老化指數達135.6%，是全國第四高。讓長者留在家庭或社區中安老，提升老人的生活品質，是澎湖老人福利政策施政重點。

陳光復表示，基於照顧弱勢，減輕子女負擔，為保障針對未接受公費安置中低收入老人基本生活維持，依資格發放中低收入老人生活津貼每月3,731元或7,463元，滿足長者基本經濟安全。

還有，縣府為加強照顧中低收入獨居長者，減少高齡長者炊食危險及購物不便，放寬65歲以上獨居長者中低收入資格，將75歲以上獨居長者納入服務對象，每天提供兩餐服務，是全國唯一提供獨老晚餐服務的縣市；並在縣內普設26處社區照顧關懷據點，18處社區長者共餐服務據點，鼓勵長者多走出家門與人際互動。

為避免失能長者及減少因沐浴而發生意外，今年起辦理到宅沐浴服務，降低照顧者壓力，協助老人及身心障礙者得以在家中獲得適當照顧。

陳光復說，澎湖少子化日益嚴重，為鼓勵婦女生育，提高補助婦女生育費用，第一胎3萬元、第二胎5萬元、第三胎以上7萬元，另外，也為建構友善托育及育兒環境，澎湖縣還獨步全國，首創辦理六歲以下兒童健保費自負額補助，每月最高補助749元，使澎湖縣兒童獲妥善醫療健保照顧。

另外，為減輕家長負擔、落實愛幼政策及福利政策合理化，在澎湖縣議會的支持下，自行編列補貼預算，讓設籍澎湖的2至6歲學齡前兒童，搭乘國內定期航線之空運航班往返於戶籍地與台灣本島間者（含高雄往返七美—望安航線），比照65歲以上老人享有五折票價。

### 三十、老年照護觀念翻轉 40歲寧自請看護 30歲想靠配偶

資料來源：2017-10-19 11:29經濟日報 記者葉憶如

重陽敬老節將屆，「養兒防老」是傳統觀念，但新世代老年照護觀念翻轉中，40、50歲中生代寧願自聘看護，30歲世代想靠配偶排第一，只有60歲以上認為要靠子女，想住照顧機構比例也最低。

周六是一年一度的九九重陽敬老節，隨著銀色海嘯來襲，台灣老化指數破百，明年正式進入高齡社會，65歲老年人口占總人口14%。「養兒防老」是傳統觀念，但根據富邦人壽的最新調查，當被問到如果年老時生活真的需要他人照顧時，扶養上下兩代、薪水受壓縮的40-49歲的夾心世代，最先考慮的方式依序為自聘看護（50%）、住進照顧機構（47%），接著才是靠配偶（45%）、子女（36%）。顯示上有父母、下有子女的三明治世代，在思考自己老年照護時，已打破傳統觀念，已不太依賴子女，自聘看護或住進照顧機構才是理想方式。

調查也指出，50世代（50-59歲）也是最先考慮自聘看護，年輕的30世代（30-39歲）則是配偶跟自聘看護排名前二，只有熟齡世代（60歲以上）的受訪者認為是子女（54.06%），這也可以看出不同世代對於老年照護的看法迥異。其中熟齡世代要住進照顧機構的比例最低。

富邦人壽「下半場的黃金人生」調查於2017年1~4月執行，旨在了解台灣民眾對於退休的觀念與看法。透過填寫線上問卷方式共訪問12萬名年紀超過20歲以上的台灣民眾。富邦人壽強調，不論選擇自聘看護、住進長照機構、或是由配偶子女來照護，老年照護需要及早規畫，並預留資金。富邦人壽執行副總董采苓提醒民眾，高齡照護是未來社會必須面對的議題。政府長照2.0政策以提供基本服務為主，而長照保險則是以「現金給付」來補償經濟損失，建議民眾可以搭配商業長期照顧險，及早規畫，才能有效補足保障缺口、確保高齡生活及醫療照護品質。

### 三十一、台南明發放重陽敬老金2.7億元 近27萬長輩受惠

資料來源：2017-10-19 13:03聯合報 記者鄭維真

台南市明天中午過後將透過匯款方式，發放65歲以上長者重陽敬老禮金，南市社會局指出，今年有26萬9486名長輩受惠，只要民國41年10月28日前（含當日）出生的長輩，今年6月28日前設籍在台南市且9月28日前續住未遷出仍健在的長者，都是台南市重陽禮金發放的對象。

社會局統計，今年台南市65歲以上長者近27萬人，百歲以上人瑞共有231人。超過百歲者有143人，包括女性94人、男性49人；屆齡百歲長者有88人，含女性58、男性30人，目前台南市最高齡的長者是永康區109歲的林王金鳳女士。

市府今年針對年滿65歲至99歲的長者發給1000元敬老禮金，今年屆齡百歲的人瑞除了發放1萬元的敬老禮金外，代理市長李孟諺也將致贈賀匾，已經超過百歲的人瑞，市府也會另外致贈賀禮祝賀。

### 三十二、高齡者交通事故機率高 學者：公共運輸應更普及

資料來源：2017-10-19 17:47聯合報 記者蔡容喬

交通部統計，近年來交通事故中，高齡者比例已達3成。成功大學交通管理科學系教授魏健宏分析，高齡者有8成出門會騎汽機車或腳踏車，搭乘公共運輸者僅2成，因認知、反應能力衰退，肇事率居高不下。

台灣65歲以上人口已占13.6%，高齡者駕駛問題也愈受重視。高雄市社會局長青綜合服務中心19日委託高市老人研究發展中心舉辦「長輩尚輪轉—新時代高齡暨失能者交通議題」研討會，針對高齡者交通及無障礙接送問題進行討論。

魏健宏表示，從交通部資料分析，全國高齡者男性有51.5%使用汽機車作為交通工具、32.5%騎自行車，女性則有34.3%開車或騎車、44%騎自行車，僅1、2成使用公共運輸，南部縣市更低，像台南市只有0.5至1.1%長者會搭公車。

魏健宏說，他針對台南市高齡者進行問卷調查，發現長輩外出不搭公車原因，除了目的地很近不須交通工具、開車或騎車較方便，也覺得車站太遠、或目的地沒有車站。至於發生交通事故原因，則以認知、聽力、視力及反應為主要因素。

高醫大長期照護研究中心主任陳桂敏表示，為降低長輩交通傷害及死亡事故，今年7月1日起75歲以上民眾須通過體檢及認知功能測驗才能換照，呼籲相關單位落實執行，各縣市也應積極推動公共運輸的普及度及便利性，提高長輩搭乘意願。

### 三十三、公嬭下廚端盤 失智食堂很熱鬧

資料來源：2017-10-19 19:32台灣醒報 記者方玟璇

「客人，你的菜來了」80歲的靜子奶奶親切地跟人說笑，一點都看不出來是個中度失智加憂鬱的患者。除了靜子奶奶之外，共有16位長者，19日在家人與志工的陪同下，參加伊甸基金會主辦的「一日失智食堂」活動，分別化身大廚及收銀，現場熱鬧滾滾。

平均年齡超過80歲的不老店員們，有的包水餃、有的煎蘿蔔糕、有的點菜、有的叫號碼…，儘管動作慢了點，聲音小了點，但完全不影響失智食堂的運作，伊甸基金會台北市區區長梁瓊宜表示，失智不等於失能，這些高齡的爺爺奶奶們有的耳朵重聽，行走時需要旁人攙扶，但多與人互動接觸，便能延緩退化的速度。

根據衛福部失智症盛行率調查，輕度認知障礙的長者約40萬人，初期症狀並不明顯，但等到記憶力率退、開始迷路等症狀出現後，才被家人送醫檢查，狀況都已相對嚴重。台灣失智人口已在2016年底突破26萬人，隨著高齡化社會來臨，台灣已是名符其實的養「老」國家。

靜子奶奶的兩個女兒也到現場為她加油打氣，她們說五個月前，靜子奶奶失智情形嚴重惡化，因此也讓她陷入憂鬱。3個月前她們送靜子奶奶到北投日間照顧中心，在那裏遇到了同年紀的朋友，志工也帶著長輩們踢球、唱歌、打麻將等，靜子奶奶康復至少7~8成，現在回到家還會唱歌，不再憂鬱，復原情況遠超乎她們的想像。

另一位88歲的文久爺爺，去年4月經醫師確診為重度失智後，來到伊甸老人日照中心，上課教的內容，一下課就忘了，只留下開心的感覺。他在失智快閃餐廳擔任大廚，包水餃、做韭菜盒都難不倒他，雖然記憶力已嚴重退化，但美食在他心中的烙印，是他與身旁的人能輕鬆溝通的最佳橋樑，雖失智卻不失能。

### 三十四、長照服務機構法人條例初審過關 爭議條文待協商

資料來源：2017-10-25 12:42聯合報 記者羅真

《長期照顧服務機構法人條例》草案規範新設的住宿型機構皆須以法人形式設立，非公益性質社團法人則可營利，立院今日初審通過，但仍有不少內容尚有爭議，留待黨團協商。

今日立院衛環委員會續審《長期照顧服務機構法人條例》草案，今日通過的條文包括第7、14、19、28、29、32、36、44條，其他條文仍有不少爭議。

如政院版第4條原規範「達一定規模」的機構由中央主管機關管理監督，但多位立委抨擊界定模糊，衛福部今日改擬為600床以上長照機構由中央管理，但不少立委就指出，現行機構都沒有這麼大規模，600床這個數字不知從何評估而來。衛福部雖回應一個業者可能同時有不只一間機構、600床為總數，但立委仍質疑實務上仍難清楚界定地方與中央權責。

另外，也有不少立委督促衛福部設想長照藍圖。立委李彥秀則提到，長照的目標是在地老化，盼衛福部布建資源時顧及此一原則。

立委王榮璋說，長照服務究竟要不要開放營利？若開放營利，利從何來？政府相關給付除了成本，還得考慮利潤，如果沒有設想利潤，機構可能在成本裡再想辦法省，如從人事費用、食物或照顧服務上苛扣，服務品質也會打折；又或者，讓機構可以在政府不給付的長照項目上收費，在這塊賺取利潤，有利潤才有人願意投資，這些都值得再深思。

### 三十五、媽祖醫院研創遠距醫療 80歲鄉下老人都會操作

資料來源：2017-10-24 21:11聯合報 記者蔡維斌

雲林第一套前瞻科技偏鄉照護系統，由立委劉建國爭取委託北港媽祖醫院研發成功建置APP雲端，並選在全國老人比率最高的水林鄉試辦，不僅把老人每天所量血壓送到醫院雲端平台及診間，同時還有叫聲提醒吃藥，用簡單而明鮮的圖示，讓老人一看就懂，將成為全國示範系統。

「吃藥囉！」手機不斷發出提醒的叫聲，直到老人服完藥才停止，若血壓太高也會顯示一個哭臉，血壓正常則賞個笑臉，一套簡單易懂的老人科技護理系統，由中國醫藥大學北港附設醫院（媽祖醫院）研發成功，今天在水林鄉蔦松長青食堂發表，讓人耳目一新，直呼科技太厲害。

「該系統俗擱有力！」計畫負責人的媽祖醫院副院長陳信水說，不僅會叫到你吃藥為止，該吃什麼藥、吃幾顆也都直接用圖片告訴老人家，同時把每周的血壓表，直接送達診間讓醫師判讀該不該就醫，操作簡單周全易懂，就像有一位小護士隨侍在側，老人家健康更安心。

立委劉建國說，要老人家天天量血壓並紀錄或準時吃藥，別說鄉下，都市都困難。這項遠距照護系統，是用血壓機與手機結合，透過平板APP簡單“點、滑”步驟，馬上將血壓傳至醫院的平台存檔；若有異常醫護人員可馬上聯繫追蹤或緊急處置，目前在北港、口湖、水林、元長設7個量測站試辦，同時對28名獨居

老人提供到宅服務，預定今年底增到10個測量站及50名獨老，成為台灣第一個科技醫療示範點。

衛生局長吳昭軍和縣議員蔡孟真、蔡岳儒說，可結合現有社區關懷據點、食堂、接駁車，讓老人家食宿醫療，一機包辦，這是偏鄉醫療重大突破，也是長照科技化的里程碑。

村長許茂雄說，自從在食堂試辦這套系統，很多老人家天天照三餐來量血壓，像在走灶腳，只要手指點一下，萬事OK。80歲陳老阿嬤也說，手機還會叫人趕快吃藥，不吃還10分鐘就叫一次，很吵但很貼心。一發現血壓太高，醫院接駁車馬上接去就醫，更神的是走進診間，醫生就說「血壓太高不行喔！」實在揪感心。

蔦松國小長青食堂創辦人張裕燦說，有這套系統將來可在食堂直接和外地子孫視訊，老人家更開心。不過，水林鄉長陳怡帆說，偏鄉電訊不佳，恐成遠距醫療致命傷，許多失能老人躺臥家中，手機普及率低，也是科技醫療死角，有待克服。

媽祖醫院長吳錫金說，該系統還可讓遠在外地的子孫，透過APP隨時掌握故鄉父母的健康，甚至可視訊照護父母，凡65歲以上、住北港鄰近、獨居或夫妻同住、慢性病患者都可參加。

### 三十六、助長血汗移工 勞團批長照弱弱相殘

資料來源：2017-10-24 15:20 台灣醒報 記者楊藝

「長照政策助長移工血汗！」25日立法院將審查《長期照顧服務機構法人條例草案》，勞團24日在立法院前抗議，認為由政府安排人力進入家庭的「喘息服務」只是在衝高服務量，實際上卻排擠了聘僱移工的家庭，導致低收入戶只能在「政府長照人力」和「家務移工」二選一的情況下，選擇用「便宜好用、不受勞動法保障」的移工，讓低收入戶、家務移工弱弱相殘。

放任移工血汗

《長照2.0》的「喘息服務」設計，是讓照顧服務員至家中進行短期照顧，然而喘息服務卻排除聘用家務移工的家庭，導致這些雇主無法在移工休假時，申請政府的長照服務替代，最終「家務移工被迫全天候在家中做照顧工作，無法獲得喘息的空間。」

蔡英文競選時曾承諾，「開放喘息服務」會優先開放給移工家庭，但勞團痛批，《長照2.0》喊了麼久，仍一項都沒有做到。台灣國際勞工協會專員王基璋表示，因政府未將家務移工整合進「長照人力」，導致有照顧需求的家庭只能在「長照人力」與「移工」二選一，「此時廉價好用、由仲介代辦的移工，自然就成為更吸引人的選項。」等於照顧責任還是落在個別家庭與血汗移工身上。

「政府可能是為保障本國人工作機會而未將家務移工整合進長照人力。」王基璋受訪時說，在長照人力短缺下，政府把照顧責任交由市場機制，使照顧最終

成為一項「商品」。高等教育產業工會研究員陳柏謙也痛批，長照系統市場化的結果，會導致資源只有中上階級可享受，而低收入戶只能繼續聘用低廉、低薪，且不適用喘息服務的移工來照顧，是「弱弱相殘」的政策。

### 機構統一聘僱

王基瑋呼籲，政府應先開放聘僱家務移工的家庭能使用喘息服務，並將給予移工勞動保障，另外，也要廢除長照雙軌制度，將家務移工整合進長照體系，如此一來還能順勢解決照顧人力不足的問題。

對於如何長遠解決照顧人力不足與服務品質，王基瑋建議以「機構統一聘僱」家務移工解套。他舉例，像是讓機構、基金會統一聘僱長照人力與家務移工，並由機構分配人力，以「一定時數」且「輪值」的方式進入各個家庭，例如每8小時輪一班，不要讓人力24小時都被綁在同一個家庭，如此便能保障家務工的工時，防止血汗勞動。

## 三十七、長照條例草案明天審查 民團：恐成營利的「長照公司」

資料來源：2017-10-24 14:09聯合晚報 記者羅真

立法院明天將審查《長期照顧服務機構法人條例》草案，民團指出，草案開放所有住宿型機構都可營利，但這可能造成未來大型業者如保險業一手賣保單、一手賣服務，主要考量可能是照顧成本，而非服務品質，付不起費用的家庭恐辭職或聘24小時外勞照顧家人，盼立院退回草案。

台灣移工聯盟發言人王基瑋指出，現行《老人福利法》與《私立身心障礙福利機構設立許可及管理辦法》規範，老人福利機構與身心障礙福利機構皆不可以營利為目的；但立院明天將審查的《長期照顧服務機構法人條例》草案，讓未來設置的長照機構法人化，但「長照機構社團法人」幾乎與《公司法》中的有限公司一模一樣。

王基瑋舉例，草案第31條規範董事會組成中，明列出資額多寡、結餘與虧損分派，第32條規範得按出資比率分配表決權，這些皆與《公司法》條文雷同，未來可能讓辦長照的大型業者都成為以營利為導向的「長照公司」。

他舉例，截至今年，保險業者能投注在長照的資金高達2.2兆元，高出政府今年預算177億元12倍以上，有可能在短時間內吃下大部分長照市場。

聯盟擔心，該草案一旦通過實施，未來可能出現付不起費用的家庭，得辭職回家自己照顧，或是要聘24小時外勞，這樣的發展非蔡英文政府宣稱的平價、優質、普及的長照理想。

## 三十八、補助政策沒彈性 民眾無福消受

資料來源：2017-10-23 22:44聯合報 記者陳秋雲、蔡維斌、陳雅玲

政府推福利政策立意甚佳，但執行時卻往往讓民眾感受不到，「公家的服務不好用，是因為每個規定訂得死死的」，台中市副市長林依瑩以長照補助為例，說出民眾心聲。

林依瑩指出，民眾申請長照補助，得依政府規定的項目才拿得到補助，但每個個案需求的項目不同，如有的需要牙醫到宅服務、有的需要中醫，而不都是居家清潔打掃。民眾覺得政府的長照補助不好用，乾脆自己花錢聘雇外勞，24小時照護符合患者的需求。

她舉例，台中陳姓市民照顧中風父親及紅斑性狼瘡妹妹，兩人都失能，長照員看到家中又濕又臭，病人得褥瘡與嚴重皮膚病；如果依長照規定項目頂多送餐與居家清潔，但長照員依個案需求帶妹妹住院，讓原本不願說話的妹妹肯與人交談。

「看得到吃不到」的政府福利以每年的風災補助最常見，尤其今年元月才修訂的農委會養殖用電補助辦法，政府花錢想幫助養殖戶，但雲林沿海養殖戶許多人說，「有補助跟沒補助一樣」。

本身也是申請人的雲林養殖協會總幹事王坤禾表示，依電費補助規定，須「全月不用電」也就是說整月都沒用電，才可獲補助電費基本費，「這根本不太可能嘛！」即便魚塭停養翻土，也不用一個月。

尤其基本電費減免，需附養殖登記證，雲林縣養殖面積廣大，有登記的漁民才約3000多戶，其中僅1100多戶申請減免，許多漁民對用電補助「無感」。

雲林縣農業處副處長許永瑜表示，漁民用電習慣與一般農業不同，平常少量用電，但遇到颱風或寒流季節時，很容易超過原申請的用電量，只要超過用量，台電就會加收基本電費，因此感受不到用電補助的美意。

### 三十九、長照ABC將「解體」？衛福部證實討論鬆綁模式

資料來源：2017-10-23 18:36聯合報 記者鄧桂芬

長照ABC是長照2.0的亮點之一，卻傳出可能將「解體」。衛福部為檢討長照2.0，邀集縣市政府開會研議修正方向，據了解，不少人建議鬆綁長照ABC，讓服務體系更寬鬆有彈性，而非自成封閉體系。社家署副署長陳素春證實，總檢討確實有討論鬆綁ABC，但仍未定論，修正方案最快月底出爐。

除了長照ABC角色定位問題被提出，包括長照經費撥付耗時、小型機構受限三不原則、資訊系統尚未建置完整等，都是總檢討的重點。

長照ABC分別指的是社區整合型服務中心、複合型服務中心及巷弄長照站，功能是由A級單位整合串聯ABC的長照服務，換句話說，民眾可獲得「A+B+C」之服務，號稱「看得到、吃得到」，比長照1.0更好用。

不過，每組長照A B C花費1000萬元起跳，投資效益卻模糊，據社家署統計，原有的17組隊伍建置半年，其服務案量不到2000人。今年8月卻又暴增101組A B C隊伍，被批撒錢衝數字績效，服務量跟不上A B C隊伍的增加速度。

衛福部總檢討長照2.0之際，許多地方政府及長照服務單位反映，A B C應鬆綁，讓民眾使用服務更專精化。天主教中華聖母基金會執行長黎世宏舉例，C級單位多提供共餐、健康促進等服務，但中重度的失能長輩很難走出門使用這些服務，「服務就不該綁一塊。」

台灣居家服務策略聯盟理事長林金立也說，雖然A B C模式是希望體系間的互動緊密、帶動成長，但實際情況，卻是把A B C隊伍變得封閉且運作複雜，民眾只能在體系中選用有限服務，對長照整體發展沒幫助。應提升現有服務單位的能力，而非搞一堆A B C隊伍。

黎世宏批評，A B C實施後發現，服務案量成長最多的是C，且成長項目是「共餐」而非「臨托服務」，服務對象是亞健康及衰弱長輩，並非失能者，沒把經費投入刀口上，導致最需要長照的個案及家屬感受不到長照2.0到底有何幫助，繼續依賴外籍看護。

A B C模式「解體」，能帶來什麼效益？林金立舉例，資源缺乏的偏鄉或山區，原本就無A或B級量能，若社區關懷據點想加值服務，提供長輩臨時托顧或預防延緩失能服務，就不必受限A B C設置標準，即可成為C讓服務升格，使更多長輩受惠。

若原本的C級單位無法提供臨托量能，黎世宏建議應回歸社區關懷據點，別硬拉入長照。另外，A的照顧計畫與個案管理能力也應提升，好以媒合A B C體系外的長照單位，且重點應放在失能長輩最需要的居家服務、日間照顧或喘息服務等。

林金立也提醒，政府別再設限一個區域只有一個A，民眾有多一點選擇，可降低壟斷服務問題，還能利用市場競爭提升服務品質，讓民眾享有更好的服務。

#### 四十、長照專員進醫院「南投經驗」全國複製「無縫接軌」

資料來源：2017-10-23 08:56聯合報 記者張家樂

家裡的長輩可以出院了，家屬是既興奮又緊張，因為剛出院這段日子最難照顧。南投縣衛生局推動「出院轉進機構」無縫接軌，長照服務專員進到病房，評估個案的狀況，讓家屬不再把病人接回家，再等待長照評估。

南投縣衛生局和全縣11家醫院的「出院準備小組」合作，由醫院定期通報病人預定出院的時間，長照服務專員即前往病房評估，就病人的狀況，有無重聽、能否生活自理，是否需要靠助行器行走，有無接導尿管或鼻胃管等，評估病人的狀況，是否適合轉進照護機構。

一旦病人出院的時間敲定，長照評估也跟著出爐，病人不必先回家，等候十多天的長照評估，再送到長照機構。衛生局長黃昭郎說，病人出院返家那天，常是最難照顧的階段，因為點滴瓶拔掉，導尿管移除等，回家常搞得家人手忙腳亂。

而長照專員何時才來訪視，又會讓家人等得很焦慮，以前病人出院返家，等待評估就要2星期，這段日子家人沒得休息、苦不堪言。

黃昭郎說，經過幾次長照業務座談，發現這個「等待」的環節，帶給家人很痛苦，衛生局決定提早啟動評估，安排長照專員進病房，讓病人「出院轉進機構」，可以無縫接軌，家屬也得到喘息的空檔。

黃昭郎說，這項業務施行近2年，邊做邊修正，病患家屬反應很好，衛福部最近宣布，全台都要施行這項「無縫接軌」。他說，這是成功的「南投經驗」。

#### 四十一、偏鄉都市一天來回50公里 老盟與在地組織合作投入長照

資料來源：2017-10-21 20:04聯合報 記者林良齊

台北市信義區出現柑仔店。老人福利推動聯盟今天把全台最偏鄉的利稻柑仔店搬到信義區，並結合時下超夯的福袋販賣機，昨起在信義區就吸引不少人注意，預計擺至明天販售限量1000份禮品，並藉此呼籲社會各界更重視偏鄉老人的權益。

據內政部資料顯示，全臺65歲以上老年人口占人口總數13.60%，立委吳玉琴也說，因偏鄉就業不易、年青人口外移，加上地理環境、交通不便等因素，服務資源建置相當不易。

老盟秘書長吳淑惠表示，從都市到偏鄉，有的地區來回就需要2個小時的車程，摩托車累積的哩程數一天就高達50公里，老盟支持數名專業人力在偏鄉投入長照服務、鼓勵在地社區組織投入餐食服務，支持偏鄉老人社會參與及共餐，累計支持8個鄉鎮、15個據點，約3000名老人家受惠。

老盟呼籲民眾能夠共同傳愛，故選擇以時下年輕人喜愛的福袋販賣機推動限時義賣活動，於繁華的信義區街頭重新打造台東海端鄉的「利稻雜貨店」，期望透過年輕人的力量，讓偏鄉的故事與需求能夠更廣為人知，以連結社會資源持續關注偏鄉社區照顧議題、鼓勵偏鄉發展社區互助網絡，也讓服務能夠更貼近偏鄉長輩的需求，支持更多偏鄉地區發展在地化的服務。

老盟偏遠地區推動社區服務計畫「希望50一銅改變」的偏鄉販賣機活動自10月20日持續至22日，於ATT 4 FUN前舉辦，也歡迎民眾於現場互動體驗。

#### 四十二、自己人照顧自己人 新隆社區試辦見守員

資料來源：2017-10-20 16:05中央社

台北市力推「石頭湯」計畫，整合社區照護服務，並在中正區新隆社區試辦「見守員」、「照顧超商」、「供需調查」，要讓社區民眾「自己人照顧自己人」。

台北市長柯文哲今天上午出席石頭湯活動，致詞時表示，台灣特色就是四處有超商，可讓超商成為提供社區照護的資訊供應站，提供社區化、在地化的老人服務，「不太贊成老人全部住安養院，那是老人集中營。」

見守員部分，柯文哲笑說，很多子女在外地，不一定是外縣市，很多常常是在國外，見守員可即時照顧長者。若試辦成效不錯，將擴大推行。

台北市社會局老人福利科長葉俊郎受訪時說明，見守員是全國首創，為在地居民，受過訓練後，幫忙遠地工作子女關懷、探視長者，並在緊急事件發生時，立刻前往探視。目前新隆社區有7名見守員。

與一般志工不同的是，見守員提供「即時」的關懷與服務，葉俊郎說，「一般志工是評估對方有需要協助時，才會安排，也沒辦法24小時待命」。試辦期間到今年底，研議未來要收取微薄金額。

葉俊郎說，照顧超商部分，是在超商內放置長照資訊看板、提供文宣，讓民眾透過超商多了照顧訊息傳遞的功能。