

高齡相關時事蒐集  
20170928-20171004

一、「不長照的幸福」 台中推包裹式跨專業服務 .....	3
二、別再吃雞湯不吃肉了 逾4成老人營養不良 .....	3
三、桃園首家失智共照中心 從院區走入社區 .....	4
四、關懷銀髮族群 元大壽志工列車開跑 .....	5
五、家樂福贊助 高屏首間老人食物銀行啟用 .....	6
六、啃老現象？張金鶚：年輕人認為跟爸媽住比較划算 .....	6
七、台灣邊緣老人危機 監察院長要提升老人人權 .....	7
八、樂齡網首家長照小舖 桃園開張 .....	7
九、到宅看診 連沒導航的山區都去... .....	8
十、中高齡就業 / 「老」職工 當心過勞 暗藏風險 .....	8
十一、高齡社會 總統：建置全方位藥事照護網 .....	9
十二、民雄「暖暖食堂」開幕揭牌 經濟困難者不收費 .....	10
十三、流感高峰期重症死亡 8成是高齡族群 .....	11
十四、「家是最危險的地方」 弘道為弱勢獨老募修繕基金 .....	11
十五、「筷子成雙相依偎」 台南95歲夫妻深情牽手74年 .....	12
十六、流感疫苗開打 高市府：老人快來打 .....	12
十七、阿嬤重返職場 態度受肯定拔擢幹部靈 .....	13
十八、想退休先看看口袋 學者：理想上至少要有1000萬 .....	14
十九、華南金志工前進宜蘭 與長者同歡 .....	14
二十、去年退休人數9.8萬人 歷年次高 .....	15
二十一、元大壽志工關懷銀髮族 陪長者提前過中秋 .....	15
二十二、煮湯險釀災 燒出一家老病無助 .....	16
二十三、開啟職涯第二春！屆退中年族群 大學進修一技之長 .....	17
二十四、認知檢測服務 老人不怕成馬路三寶 .....	17
二十五、小額終老保險熱銷 半年保費收28億 .....	18
二十六、關懷據點走運動風 柯P筋骨比98歲爺爺還硬 .....	18
二十七、古早味美食俗擱大碗 家政班員今展好手藝 .....	19
二十八、新北專網邀你加LINE 銀髮資訊一把抓 .....	20
二十九、退休霸王條款 「年輕老人」就業難 .....	20
三十、失智老翁騎機車迷途百公里外 警方尋獲 .....	21
三十一、台壽推新款殯葬保單 可選19種方案 .....	22

三十二、中信遠見調查 台灣家庭樂活享退指數連2年不及格 .....	22
-----------------------------------	----

## 一、「不長照的幸福」 台中推包裹式跨專業服務

資料來源：2017-10-02 07:06:46 聯合報 記者陳秋雲

現行台灣長照支付制度已開放，但還不符合需求，聯合報系願景工程昨天在台中舉辦「不長照的幸福台灣：安老資源聰明配論壇」。台中市副市長林依瑩說，台中試辦跨專業的「包裹式支付」，評估個案需求再提供需要的服務，有效且避免不必要浪費，頗有成果，希望明年全台能全面推動長照「包裹式跨專業服務」。

林依瑩說，政府的長照服務不好用，民眾不想用，乾脆找外籍看護居家照顧，以台中來說，就有兩萬四千名外籍看護，共需花費四億、五億元看護費；「包裹式支付」就是要讓「服務長出來」，提升長照品質。

她以台中試辦個案為例，陳先生照顧中風父親及紅斑性狼瘡的妹妹，兩人都失能，照護員看到家中又濕又臭的黴菌，造成病人得褥瘡與嚴重皮膚病，於是帶妹妹住院，居家醫療消毒，讓原本不願說話的妹妹心情輕鬆，肯與人對談。

林依瑩說，如果依照原來的長照項目，只做到居家清潔打掃，卻不會因個案需求導入居家醫療，如中醫到宅、牙醫到宅等項目，讓照顧者全方位獲得照料，「不需要的項目可不做，不會有無謂的浪費。」

台中市並推動出院準備計畫，長照服務護員陪著領藥、聽醫囑，返家後可教不懂照護的家屬實際操作。台中市每天出院需要長照個案有一百五十人，申請政府的補助，由在地人力照顧，「這包」很好用，照護程度很高。

林依瑩說，中央在明年元旦將實施居家服務的「包裹式支付」，但從台中市的試辦成果，希望說服中央，放寬長照項目一起包裹。

「不長照的幸福台灣：安老資源聰明配論壇」另邀請陽明大學高齡與健康研究中心主任陳亮恭談長壽時代的照護挑戰、全球人壽商品部助理副總鄭中安談保險規劃原則、弘道老人基金會執行長李若綺談誰來照顧比較好。

## 二、別再吃雞湯不吃肉了 逾4成老人營養不良

資料來源：2017-09-29 22:29 聯合報 記者黃安琪

銀髮族飲食給人的刻板印象便是剝碎或液態的食品，長庚科技大學保健營養系副教授邱麗玲表示，高齡長者因咀嚼力不佳，常常只如喝雞湯不吃肉，其實如此無法攝入雞肉蛋白質；許多人因長輩牙口不好，經常準備稀飯、湯湯水水，下肚易有飽足感，若沒有多吃幾餐，熱量容易不足，身形日益消瘦。

衛福部國健署2013-2014年調查，長者五大缺乏營養素，前三名為鈣、維生素E、D，每日熱量攝取不足盛行率逾4成，國健署已研擬適合老年人的飲食指引，促進長者健康飲食，應用於長照社區關懷據點或機構，預計年底推出。

據國健署2013-2014年國民營養健康狀況變遷調查，國內65歲以上長者有4成2熱量攝取不足，相當於營養不良，最缺的營養素前五名為鈣（76.3%）、維生素E（73.1%）、維生素D（60%）、鋅（51.5%）及鎂（49.6%），攝取不足的前2大類食物分別是奶類（81.6%）及水果（72.9%），可能造成體力不佳、衰弱等問題。

國健署社區健康組組長林莉茹指出，為促進銀髮族飲食健康，已舉行專家會議討論飲食指引涵蓋範圍，包括老人家飲食的質地等級、評估流程、飲食準備刀法、烹調方式與食材注意事項等。

邱麗玲解釋，根據國際與日本介護食品協議會對飲食質地分級的建議，國內老人飲食指引將分成4個等級，分別為普通、軟質、細碎、凝狀，將設計流程圖，初步分類長者適合何種等級質地的飲食，後續再有相關的刀工指引，如食材切成如何的大小，較適合長輩咀嚼或吞嚥，也會建議適合的烹調方式、注意事項等。

邱麗玲說，飲食烹調建議多採蒸、燙、滷、燉，不適合煎、炸，低溫烹調較佳；食材選擇以葉菜、魚肉、豆腐、香蕉等優先，纖維質較低的優先選擇，如絲瓜、西瓜等。

林莉茹說，老人飲食指引預計年底完成，供社區長照據點或機構使用，一般民眾也可依照指引中流程圖替家中長輩初步分類，但當長者有咀嚼或吞嚥問題時，仍應諮詢專家。

### 三、桃園首家失智共照中心 從院區走入社區

資料來源：2017-09-29 23:31聯合報 記者張益華

失智症共同照護中心今年陸續在各縣市啟動，桃園市第一家失智共照中心，由林口長庚醫院率先帶頭，串連醫療和社區連結，在共照平台上整合醫療院所、個案管理、社區三面向，讓每位失智症長者獲得完善資源，回家安老。

林口長庚醫院失智症中心主任徐文俊表示，桃園市目前約一萬八千位失智症患者，市府於九月開始，聯合轄內醫院建置失智共同照護網，從專業醫療端延伸與社區照護結合，提供一條龍服務，連鄰近竹苗地區的民眾，只要有來林口長庚就診，也可納入服務範圍。

徐文俊說，失智症共照中心與坊間老人安養機構，最大不同在於「醫療診斷」，共照中心由醫院出發，患者經醫師診斷，確診後由共照中心平台收案，再由個案管理師與家屬聯繫，依據病患狀況評估需求，非藥物治療轉介職能治療師，照顧者衛教由社工協助。

林口長庚八年前為了提供失智症患者專屬治療，成立失智症中心，去年又成立日間照護中心「長智園」，結合非藥物治療，改善長輩症狀，成為醫療中心等級的托老所。徐文俊指出，根據統計去年失智症門診攀升至兩萬人次，個案管理、日照中心等人數上也持續上升，代表愈來愈多民眾接受服務。

如今成立失智共照中心，徐文俊說，從七月至今已收案約一百人，收案標準需確診罹患失智症，以輕度、極輕度並住社區的患者優先，住機構者因享有服務先排除。

除了替患者串連出院後的社區資源，共照中心還向外延伸，走進社區宣導失智症，增加民眾對失智友善的概念。徐文俊說，診間中有一位家屬照顧失智症婆婆和媽媽多年，原本是在失智症中心就醫，從中參與照顧技巧訓練課程和家屬支持團體後，她進一步在社區推廣「歡喜學堂」據點，讓失智患者擁有學習和活動空間，家屬也可彼此互助。類似的成功案例，未來透過失智共照中心的力量，徐文俊希望能擴增服務據點，讓更多人理解失智症，創造友善環境。

#### 四、關懷銀髮族群 元大人壽志工列車開跑

資料來源：2017-09-29 21:00經濟日報 記者吳苡辰

台灣人口快速老化，根據國家發展委員會人口推估報告，台灣老年人口的比率明(2018)年將超過14%，正式進入高齡社會，並於2026年超過20%，進入超高齡社會。面對高齡化社會的來臨，長照議題的重要性與急迫性，是全民皆須關注的議題，社會上許多長者非常需要各界的關心與協助。

有鑑於此，元大人壽以行動實踐關懷，在中秋節前夕號召志工團隊，親至新北市「土城頂埔公共托老中心」，陪伴中心裏的阿公、阿嬤們，並提前陪伴這些長者們度過一個「不一樣」的中秋節。

由元大人壽內、外勤同仁共同組成愛心志工團，放下平日繁忙的公務，特地熱情參與此次具有意義的陪伴關懷活動。活動當天，在志工們細心教導及協助下，帶領著阿公、阿嬤們進行「蝶谷巴特藝術DIY」活動，現場每位長輩非常認真地進行剪貼動作，最後每個人都做出了獨一無二的屬於自己的「蝶谷巴特零錢包」。

此外，長輩們也互相欣賞彼此作品，可以感受到他們滿滿的成就感；此外活動中還穿插了趣味問答遊戲，也逗得阿公阿嬤們滿場歡笑，在輕鬆的氣氛下，長輩們與志工團一同度過充滿歡樂及成就感的午後時光。

元大人壽表示，這次規劃的活動是以藝術為主軸，希望能透過藝術美學來豐富長者的心靈生活，並鼓勵長輩獨力完成作品，用成就感證明自我價值；更重要的是藉由企業志工溫暖的陪伴，讓長輩們感受到社會對他們的愛與關懷。不僅如此，也讓擔任志工的同仁們在與長輩的互動過程中，了解老年的生活狀態；

除了更深入的了解老年生活所面臨的問題外，也可替自己提前做好老年生活規劃，擁有樂活未來。

因應高齡化社會來臨，元大人壽今年起以「關懷銀髮族群」為主軸，規劃了系列公益活動，陪伴長輩打造豐富的樂齡人生。同時公司內部並積極招募「企業志工」，實踐「給一個機會幫助他人同時也幫助自己」的企業經營理念。並希望藉由持續不斷的推廣高齡化社會因應觀念，提醒民眾及早為自己及家人做好老年保障規劃，透過保險規劃補足醫療及退休金缺口，為未來做好準備，創造幸福銀髮樂齡生活。

## 五、家樂福贊助 高屏首間老人食物銀行啟用

資料來源：2017-09-29 17:46 中央社

家樂福基金會攜手屏東椰子園老人養護之家，成立高屏第一間「老人食物銀行」，今天啟用。

家樂福基金會挹注椰子園老人養護之家約新台幣195萬元經費，建置續食中央廚房設備及食材運輸交通車，透過「食材運輸交通車」減少食物運送時間及志工奔波，利用「續食中央廚房」料理賣場捐贈的即期食品，預計每日將有152位長輩及身障者直接受惠。

家樂福基金會執行長吳柏毅表示，「家樂福基金會」將在台灣各地區開展「續食計畫」，希望引發更多企業與民眾的共鳴，擴大反食物浪費的效益。椰子園老人養護之家主任蔡秀蘭表示，希望台灣食物銀行法早日正式上路，政府有更多支持的作為，讓更多企業夥伴能夠加入反食物浪費的行列。

屏東副縣長吳麗雪表示，政府長照2.0政策難免有不足之處，有賴民間的力量，在食物浪費與飢餓中，找到連結與平衡。

椰子園也籌備「心鄰食堂」續食餐廳，讓老人能在餐廳中，透過招呼、送茶水、點餐、清理桌面及結帳等溫暖互動，重現生命價值。

椰子園社區營養餐食宅配自2009年成立，投入屏東縣8個平地鄉鎮及4個原住民鄉鎮，全年無休送餐照顧獨老、貧困失能老人及身心障礙者，每月送出5000多個便當。

## 六、啃老現象？張金鶚：年輕人認為跟爸媽住比較划算

資料來源：2017-09-29 11:34 聯合報 記者陳雨鑫

老一輩的長者多會有「養兒防老」的觀念，子女長大後，父母依附大兒子一同居住，但是這項觀念已經被打破了。台北市前副市長、政大地政系特聘教授張金鶚表示，台灣近年居住型態有大幅度的轉變，子女回居（子女回到原生家庭居住）的比例，與移與子女居（父母搬去與子女同住）的比例，竟是4比1。

張金鶚分析，台灣年輕人受到22K影響，到年輕人的價值觀出現改變，認為跟爸媽住比較划算，顯示老人的經濟能力比子女經濟能力好，對於子女回居，長輩多數是開心的，過去為了滿足子女的工作型態，長輩必須要離開現有的安逸環境，搬去一個陌生的生活圈，只為了跟子女同居。

不過，無論何種因素與子女同住的長輩，兩代都可能會產生生活上的壓力與摩擦，但是不與子女同住，又可能會產生老人長照的擔憂。

張金鶚提出一項創新的提議，他認為，老人居住的安排，是老人與子女「同鄰」居住，也就相互住在「一碗熱湯端過來還是熱」的距離，可以避免同住的問題，也能減少不同住的長照擔憂，如何讓子女兼顧工作又能兼顧與長輩同鄰，將是政府需要討論的議題。

## 七、台灣邊緣老人危機 監察院長要提升老人人權

資料來源：2017-09-29 10:09聯合報 記者陳雨鑫

台灣即將進入超高齡化社會，平均每5位台灣民眾中，就有1人是65歲以上的老人，台灣社會對於「長輩」的權利，往往被視為弱勢，且長期以來不被重視，監察院長張博雅今表示，近年監察院針對許多侵害老人人權等政策做一檢討，但是至今仍有許多的改善空間，希望能透過監察權，提升台灣老人人權。

台灣2014年通過身心障礙者權利公約施行法，人權規範逐漸與國際接軌，張博雅今參與監察院舉辦的「老人人權研討會」時表示，監察院近年來針對老人人權受侵害，及長照執行成果，完成許多通案、個案的調查，並提出糾正。

台灣即將邁入超高齡化社會，台灣目前65歲以上的老年人口，大約有327萬多人，占總人口約13.55%，2017年預計會超過14%，2025年將達到20%，2061年台灣每3人就有1人是65歲以上的老人。

張博雅說，老人隨著年齡的增長，體力與心智可能逐漸退化，一旦退化成身心障礙者，如何保障老人人權與尊嚴，包括延長其健康、確保人身安全、讓老人們可以有妥善的生活等。

因此，醫療支出、長期看護費用，對年長者本身與其家庭都是沉重負擔，對整個國家財政也是重大負擔，台灣人口高齡化與老人人權問題牽涉層面廣泛且複雜，許多問題無法在短期內獲得完全解決，值得各界重視與積極討論。

## 八、樂齡網首家長照小舖 桃園開張

資料來源：2017-09-29 09:22聯合報 記者魏忻忻

長照服務成為社會普遍需求，樂齡網在桃園區成立全台第一家長照小舖，有護理背景的店長吳孟娟表示，希望長照小舖成為分享照顧經驗與行動的空間，幫助長輩，減少失能。

曾在壢新醫院等擔任護理人員十餘年的吳孟娟指出，長照小舖除了有樂齡網原本的銀髮族各式生活用品，更著重照顧需求，例如移位工具，方便照顧者把長輩床上移動至輪椅，也和安養中心合作，針對臥床長輩手腳可能攣縮、長期接觸床墊或輪椅引發關節處傷害，研發保護類護具。

吳孟娟指出，透過合適的輔具和照顧技巧，可以幫助長輩和照顧者，讓照顧工作更省力。

例如，有長輩覺得靠助行器走路很吃力，不想出門，經過評估與建議後，使用有滑輪的助行器，由於比較省力，增加了長輩外出的意願。吳孟娟期許長照小舖成為共享空間，分享照顧知識與經驗。

## 九、到宅看診 連沒導航的山區都去…

資料來源：2017-09-28 00:42聯合報 記者趙容萱、翁禎霞、蔡容喬

居家醫療剛推出時，屏東縣只有一人使用；今年至八月止，已有一千一百多人接受醫師到宅看診。中部地區醫師響應居家醫療，連衛星導航找不到的山區都前往，還針對老病患推出「不論哩程數，找回老朋友」，讓病人感受醫療的溫度。

「丈夫臥床十一年，現在有醫師、護理師居家醫療，真好！」黃姓病患的妻子說，先生臥床多年，由她到醫院拿藥，若需就醫得由兒子從二樓背下樓，再花二千元私人救護車載送；倘住院治療，她和兒子必須輪流請假到醫院照顧，負擔沉重。現在有了居家醫療，免去就醫勞累與花費。

南投縣醫師公會理事長許鵬飛開設內兒科診所，居家醫療還沒開辦前，就拿出「出診精神」，利用周六上午到市郊癌末病患住處提供安寧照護，去年二月開辦居家醫療後，出診對象更多了。許鵬飛說，參與居家醫療要有「憨人」精神，出診要帶筆電、早期還要帶不斷電系統等裝備，有的區域沒有路標，連導航都找不到位置，一個早上頂多看二個病患。

屏東縣麟洛鄉衛生所主任施泰銓收了十一個居家醫療病患，他坦承，到病患家中看診真的很花時間，但是可以觀察病患的居家環境、或了解病患有沒有按時吃藥，和在診間相比，對病患的了解會更深入。

「能真的看到病人、看的角度也更廣！」義大醫院家醫科主治醫師黃繼賢表示，心臟科、神經科等病患因行動不便，診間常可見到是家屬來掛號領藥，病人通常半年到九個月才出現一次，醫師難以掌握病患病情變化；從長照角度來看，醫師到宅服務才能對病患病情、功能及照顧品質進行總體評估。

## 十、中高齡就業／「老」職工 當心過勞 暗藏風險

資料來源：2017-10-03 00:07聯合報 記者施鴻基

面對高齡再就業趨勢，曾任老人福利推動聯盟秘書長的立委吳玉琴研擬推動立法鼓勵中高齡再就業。不過，「年輕老人」重回職場或可免於淪為「下流老人」，但會不會成了「過勞老人」或危害他人安全？如何兼顧成了難題。

國內醫療科技發達，國人平均壽命不斷提高，65歲屆齡退休，在老人圈中其實還算年輕，可能還要過2、30年退休日子。考量生涯規劃及收入，未來將有更多「年輕老人」爭取重返職場，發揮續航力。

勞動部2015年統計，台灣55歲以上勞動參與率明顯落後日、韓、新加坡等國。吳玉琴認為，中高齡再就業能增加社會參與，從長照角度也可減少醫療支出，台灣人「安享晚年」、「老了再工作是勞碌命」傳統觀念應調整，已在研擬相關法令，預計年底提出。

中正大學教授周玟琪表示，國際勞工組織針對高齡勞工議題，除提出不能有年齡歧視，也要輔導職訓，協助取得合適工作，避免危險，退休則宜採自願而非強迫。

日本「下流老人」作者藤田孝典日前來台參加座談時說，高齡貧窮的問題已在日本、台灣出現，有老人為了更穩定的生活，被迫出來工作賺錢，維持生活水準。日本先前遭遇的情況，台灣民眾應引以為戒，避免老後崩壞。

老年重回職場除了不容易，也隱藏風險。藤田孝典舉例，2016年初日本輕井澤發生滑雪巴士車禍，造成15人死亡，駕駛是為了生活再度就業的65歲獨居男性；同年底橫濱發生小貨車車禍，1名小學生死亡，87歲肇事駕駛說：「忘記自己家在哪裡，迷路了。」

新北市府勞工局表示，將提出專案協助中高齡重返職場，並建議求職者要衡量自己的健康及能力，不要選擇超出負荷的工作，才能皆大歡喜。

## 十一、高齡社會 總統：建置全方位藥事照護網

資料來源：2017-10-03 13:52 中央社

總統蔡英文今天表示，台灣正面臨高齡社會的挑戰，建置全方位的藥事照護網是政府當前的重要目標。

總統接見世界藥學會（International Pharmaceutical Federation，FIP）理事長貝妮亞（Carmen Pena）暨夫婿時，作以上表示。

接見過程中，總統推崇貝妮亞在藥事專業領域表現出色，也是世界藥學會第一位女性理事長，「以後一定要拿貝妮亞的例子，來鼓勵有志於科學的年輕女生。」

總統表示，過去她每一次接見科學展覽獲獎的女生，都會跟她們說，無論遇到什麼樣的阻礙，都要保持對科學的熱情。「我想貝妮亞理事長就是最好的典範」。

世界藥學會已經成立105年，是「世界衛生組織」(WHO)下三個非政府組織之一。總統說，這也證明了藥師是醫療體系中不可或缺的专业。

總統表示，過去她曾多次參與藥師的聚會，傾聽藥師們對於專業領域的經驗分享，以及對醫療體系的建言。

她說，由於台灣正面臨高齡社會的挑戰，因此，建置全方位的藥事照護網是政府當前的首要目標。

總統表示，過去一年，政府不僅努力建置長照2.0的體系，也積極建立居家、社區以及機構的藥事照護SOP，來提高藥師的專業服務能力。另外，政府也鼓勵藥師做好用藥宣導，避免醫療資源浪費、確保民眾的用藥安全。

她說，「雖然我們依然無法成為WHO的正式會員，但作為國際社會的一員，台灣也積極地把醫藥專業上的知識跟經驗，貢獻給全世界。」

總統表示，今年台灣第二次承辦世界藥學生年會(IPSF)，吸引了許多國內外的藥學生人才，一起互動交流；同時，台灣也成立了GPP(Good Pharmacy Practice)國際訓練課程，希望能夠進一步協助鄰近國家，強化藥師專業訓練，增進藥事照護品質。

此外，總統對世界藥學會長期支持台灣參與「世界衛生大會」(WHA)也表達感謝，並期待貝妮亞能夠常來台灣，和台灣藥師界交換寶貴的专业意見。

貝妮亞一行由衛生福利部次長何啟功、台灣藥學會理事長李志恆、台灣臨床藥學會理事長林慧玲及中華民國藥師公會全國聯合會理事長古博仁陪同，前往總統府會見總統，總統府秘書長吳釗燮也在座。

## 十二、民雄「暖暖食堂」開幕揭牌 經濟困難者不收費

資料來源：2017-10-03 20:25聯合報 記者謝恩得

嘉義縣政府與民雄鄉公所、天主教中華聖母基金會合作，在民雄鄉成立暖暖食堂，免費提供失智、獨居老人用餐，今天由副縣長吳芳銘、民雄鄉長何嘉恆、中華聖母基金會董事長陳美惠一同替食堂揭牌，吳芳銘強調，嘉義縣老年人口多，感謝各界愛心讓老人家受到最好的照顧。

吳芳銘指出，民雄「暖暖食堂」，為長照中營養餐飲的重要服務新據點，一次可供餐150人，同時有現場用餐及送餐，提供包括日常生活需他人協助失能、失智且有餐食服務需求者，另針對獨老、兩老相依等65歲以上長輩、經評估需扶

助的身障或急難家庭，只要中低收、低收及經濟困難者均免費用餐，一般戶也僅酌收30元，讓大家都有健康飲食。

陳美惠表示，無論用餐、送餐服務都相當用心，甚至送餐使用的餐盒經特別防滑設計，餐盒大小也大約是老人家一餐的份量，未來將陸續在中埔、水上、六腳設立食堂，讓更多長輩們都有健康的食飲可以享用。

### 十三、流感高峰期重症死亡 8成是高齡族群

資料來源：2017-10-01 14:37聯合報 記者蔡容喬

公費流感疫苗10月1日開打，雖然正逢周日，高雄市仍有163間合約院所及39處社區接種站同步開打，高雄市衛生局在高齡人口密集的楠梓區宏南、宏毅、宏榮里聯合活動中心舉辦開打儀式，湧入300位民眾接種疫苗。

疾管處分析，今年9月底止已有25人因流感重症死亡，且8成是65歲以上高齡者，其中9成合併有糖尿病、高血壓及心臟病等慢性病史；但去年施打率仍不到5成，提醒老人家盡速施打，降低感染流感風險。

衛生局表示，去年10月公費流感疫苗施打對象持續放寬，今年春節期間流感疫情較去年同期平穩，但5至8月期間流感病毒肆虐，在幼教機構及養護之家爆發多起群聚感染，因此今年公費疫苗對象新增6個月內嬰兒之父母、幼兒園托育人員及托育機構專業人員，提高幼兒保護力。

流感疫苗公費接種對象除了50歲以上成人、6個月以上至入學前幼兒、19至49歲高風險慢性病患或BMI $\geq$ 30、國小、國中、高中/職、五專學生外，並新增6個月內嬰兒之父母、幼兒園托育人員及托育機構專業人員。流感疫苗施打後須2周才能產生足夠抗體，請符合資格的民眾盡早接種疫苗，相關接種資訊可至衛生局網站「流感疫苗專區」查詢。

### 十四、「家是最危險的地方」 弘道為弱勢獨老募修繕基金

資料來源：2017-10-01 14:36聯合報 記者簡慧珍

台灣邁向高齡化社會，弘道老人福利基金會彰化服務處利用今天國際老人日，和國際獅子會300-C3區，在縣立體育場紅磚區合辦「彰開雙手 助老有我」愛心園遊會，勸募助老經費讓弘道服務穩定不斷炊，為弱勢獨老點亮明燈。

弘道志工今天從彰化縣各鄉鎮接來50名獨老，開心逛100個攤位遊園會，有吃有玩，從近年大受歡迎的造型綿花糖到爆米花、多肉植物盆栽到敲企鵝桌遊，參加的社團義賣名牌男鞋、長輩專用手機、輕輕拍按摩器等生活用品，讓弱勢獨老相當開心。

85歲的吳姓長者說，雖然她是彰化人，只在30多歲去過一次八卦山，當時跟著其他遊客參觀大佛內部，沿著樓梯爬上大佛「耳朵」，真的很有趣，這次能再到八卦山，她充滿期待。

弘道4年前推動「居家安全修繕」關注長輩「住」的安全，幫助近900戶長輩獲得更安全的環境。屋況不好，讓「家」變成許多弱勢獨老長受傷的危險場所，今天希望募集150萬元，提升獨老的居住安全。

肢障歌手「鴨王」蔡義德到場，演唱「咱們是一家人」，贏得全場熱烈掌聲。今天是他的生日，弘道執行長李若綺和眾人獻上祝福，希望他能如願登上高雄巨蛋舉辦演唱會。

弘道彰化服務處主任林博樺表示，彰服成立滿5年，為了推動在地老化的理想照顧模式，目前輔導5個志工站與140個社區照顧關懷據點，約250名志工定期參與服務，持續關懷近450名獨居弱勢長輩。

## 十五、「筷子成雙相依偎」台南95歲夫妻深情牽手74年

資料來源：2017-10-01 12:28聯合報 記者綦守鈺

台南市今舉辦「106年鑽石婚表揚活動」，台南市代理市長李孟諺親自獻上祝福，給43對結婚超過60年以上的長者，其中婚齡最長超過70年的吳主周及吳陳外夫婦，代表現場夫妻完成香檳塔，表達幸福綿延的祝福，市府特別準備一對金戒指讓長輩抽獎，由來自南化區的陳天賜及溫真金夫妻獲得。

李孟諺表示，至今年8月底台南市65歲以上人口為26萬6624人，占全市總人口14.14%，比去年同期增加約0.69%，老人的各種議題需要被高度關注，社會局今年規劃溫馨又浪漫的「同心牽手一甲子 拼出幸福一輩子」，禮讚今年受表揚的鑽石婚夫妻。李市長說鑽石婚夫妻共同走過60年以上的歲月，共度人生許多酸甜苦辣，實在不容易。

李孟諺表示，祝福全場超過一甲子婚齡的88位長者外，為人子女者要多花時間陪伴家中的長輩，讓家庭及社區處處充滿人情味，這才是最好的敬老精神展現。

高齡95歲的吳主周與妻子吳陳外牽手走過74年，他們表示，夫妻倆共同走過貧瘠的歲月，日子再辛苦夫妻倆靠著勤儉持家，相互支持，至今依舊鶼鶼情深，猶如筷子般相互依偎成雙對，「夫妻一輩子相互扶持，有另一半溫暖陪伴，自然婚姻就走得長久」，少一點計較，每天都能過得健康快樂。

社會局表示，台南市對長者的照顧，除發放重陽禮金之外，近年來也提供多項65歲以上長者服務，並提供免費裝置假牙並針對中低弱勢長者假牙免費修護、中低收入老人住宅設施設備改善、敬老卡優惠65歲以上老人免費搭乘公車、預防走失愛心手鍊等多項福利。

## 十六、流感疫苗開打 高市府：老人快來打

資料來源：2017-10-01 23:18聯合報 記者蔡容喬

公費流感疫苗昨天開打，雖逢周日，高雄市有163間合約院所及39處社區接種站同步開打。高市衛生局昨在高齡人口密集的楠梓區宏南、宏毅、宏榮里聯合活動中心舉辦開打儀式，一上午湧入300多人接種疫苗。

到場打流感疫苗的50歲陳先生說，自己常在外跑業務，萬一得流感，擔心會傳染給家中2歲幼兒，因今年已符合公費疫苗施打資格，趕快來接種；他坦言，不少家長對流感疫苗的副作用有疑慮，會觀察一段時間，再帶孩子到診所打疫苗。

衛生局說，今年高市備有71萬6千劑流感疫苗，施打後須2周才能產生足夠抗體，符合資格的幼兒及高齡長者可儘早接種。針對民眾擔心的發燒、過敏等副作用，疾管處表示，因疫苗製程改變，近幾年施打後不良反應的比例已大幅降低。

衛生局疾管處分析，今年截至9月底，有25人因流感併發重症死亡，8成是65歲以上長者，其中9成合併有糖尿病、高血壓及心臟病等慢性病史，且這25人感染前一年都未曾施打流感疫苗；但高齡者去年施打率仍不到5成，提醒老人家盡速施打，降低感染風險。

衛局表示，今年5至8月夏季流感病毒肆虐，在幼教機構、養護之家爆發多起群聚感染，因此今年公費接種新增6個月內嬰兒的父母、幼兒園托育人員及托育機構專業人員，提高幼兒保護力。接種資訊可至衛生局網站「流感疫苗專區」查詢。

## 十七、阿嬤重返職場 態度受肯定拔擢幹部靈

資料來源：2017-09-29 10:45聯合報 記者陳雨鑫

台灣社會將非常快速面對「老」的議題，即將退休的長輩皆希望能存到一筆可觀的退休金，在不仰賴子女的情況下，自己也能好好過活。

內政部政務次長花敬群說，台灣老人雖然想要存退休金，但往往被「子女拿去買房」，他認為台灣社會應該要推動「租房是居住的正常模式」的觀念，才能讓台灣在超高齡化社會中，創造出新的經濟互助價值。

花敬群表示，政府過去對於老年人居住的問題，都是以「直接補貼」為主，但是台灣社會對於老年人非常不友善，長輩因為「高齡歧視」不一定租得到房子，這些補貼對於他們而言，都屬於短暫性的資源，政府資源投注之後，就像是丟進水中，噗咚一下就不見了，對長輩而言也無法累積資源。

他認為，台灣社會住宅系統下，政府應該要對於容易被住宅市場排斥的老人給予實質的幫助，應該要帶動一項觀念「租屋應要成為正常的消費模式」，但這項居住觀念，必須要建立在安定的住屋體系中，要有一個很安定的房東、才能有安定的安房客，也能讓原本窠臼於買房觀念的長輩，透過租屋也能得到居住安定。

未來的租屋模式，政府應該要把台灣現行的小房東，促成維「房東系統」，花敬群說，有些長輩他持有房屋，但是他們沒有力氣管理，就可以交給房東系統

管理，長輩也能有不斷挹注的退休金，房屋也能妥善被利用，這就是「租屋版的以房養老」。

但以上的系統若是要完善建立，台灣的買房系統不能再出現「突然暴漲」的情形，且出租的房屋，也得對老年人友善，政府在房東系統中，也得擔任控管的角色，才有機會可以促成。

## 十八、想退休先看看口袋學者：理想上至少要有1000萬

資料來源：2017-09-29 09:58聯合報 記者陳雨鑫

台灣面臨高齡化世代，退休到底要準備多少錢才可以？台大社會學系教授薛承泰說，若是60歲之後退休，並以平均會再活22年來計算，每個人手頭上至少要有1000萬可支配的退休金，否則退休後的生活會非常困難。

薛承泰說，台灣人口結構將在近年出現巨變，過去老人是個寶、小孩滿街跑，但台灣從今年2月起，是1名老人配上1名小孩，2060年後台灣的老人會是小孩的4倍，許多人都會詢問，到底要準備多少老本才能退休？其實答案非常不明確，且因人而異。

曾經有人計算，若是要把一個小孩從小養到大學，至少要花600萬元，薛承泰說，這600萬元大約是22年的花費，若民眾60歲退休，估計也要再活22年來算的話，是不是也要準備600萬元？

他將退休金分為2大部分，1為基礎老本、2為理想老本，薛承泰表示，基礎老本是再不生病的狀況下，每位退休老人每月的花費大約是2萬元，若是用22年計算，大約要花528萬，與養一個小孩差不多。

至於理想老本要多少？許多雜誌都曾有過調查，但是對象多是中產階級，所以抓的理想老本都比較高，薛承泰說，自己把這些數字再平均一下，一般的退休老人理想老本要1000萬，並不是意味著，每一個老人的口袋一定要1000萬，但是這是指可支配的，才可以有比較優渥的生活。

如何要有1000萬，當年推出以房養老的觀念，他認為這是現行老人可以依循的，也能思考退休後到底應該想過什麼樣的生活，應從此開始好好規畫。

## 十九、華南金志工前進宜蘭 與長者同歡

資料來源：2017-09-28 21:53經濟日報 記者郭幸宜

中秋節將至，在這個團圓的節慶時刻，還是有弱勢族群需要社會給予溫暖，華南金控2012年起，與弘道老人福利基金會攜手合辦「華南真好，永遠不老」活動，巡迴全台偏鄉地區，今年邁入第六年。

今年度的第一場敬老活動選在中秋佳節前夕（28日）舉辦，把愛送到台灣東北部的宜蘭縣，陪伴當地弱勢獨居長者一起體驗農場生活，鼓勵長輩們走出戶外，

增進人際互動。華南金副總經理徐千婷帶領集團志工參與敬老活動，並捐贈180萬元敬老金，經費將用於舉辦敬老聯歡活動，安排義診、義剪服務，也投入獨居老人送餐計畫。

員山鄉的86歲李阿公，過去靠種植竹筍維生，5年前因不慎跌跤腿部骨折，行動不便而無法繼續務農，經濟狀況也陷入困境，所幸有志工們定時訪視、協助居家清潔，加上親友的互相照應，目前已可以自行打點日常生活。這次李阿公受邀參與「華南真好，永遠不老」活動，讓他能與老朋友相見敘舊，增加社交互動機會。活動過程中志工的悉心陪伴，也讓李阿公感受到佳節團聚的溫馨。

住在壯圍鄉的90歲李阿嬤，平日生活清幽，但近年來阿嬤歷經腳部開刀及腰部骨刺等病痛而不能久站，也減少了外出的機會，每天只能在家門口的躺椅上和鄰居聊天度日。志工有時會推著輪椅陪阿嬤外出採買日常物資，讓她可以出門透透氣。這次受邀參加活動，體驗時下最夯的VR虛擬實境，阿嬤開心直言：「小孩在外地工作，平常都只和老伴陪，都不知道現在年輕人流行什麼。感謝志工們今天帶我出來，讓我覺得好像瞬間年輕了20歲！」

「華南真好，永遠不老」活動除了持續舉辦敬老聯歡活動，也陸續協助台中、宜蘭、新北、桃園等地的獨居長輩送餐計畫，送愛送暖到每個需要幫助的角落。

徐千婷表示，華南金融集團深耕台灣將近百年，秉持著「取之於社會、用之於社會」的胸懷回饋社會，也鼓勵員工在工作之餘，投入社會關懷服務，希望藉由企業棉薄之力，傳達對於現今高齡化社會的關切與關懷，也達到拋磚引玉的效果。

## 二十、去年退休人數9.8萬人 歷年次高

資料來源：2017-09-28 19:38經濟日報 記者潘姿羽

主計總處今發布的2016年受雇員工動向調查統計顯示，去年工業及服務業全年退休人數達9.8萬人，創下歷年次高，平均退休年齡則為58.6歲；主計總處官員說明，在平均年齡增加、人口結構老齡化的趨勢下，退休年齡、人數料將持續攀升。

主計總處官員說明，工業及服務業退休員工人數以2008年勞保年金改制，以及2012、2013年爆發請領潮時較多，而後隨著勞保、勞退新制等實施漸進成熟期，近三年呈現穩定增加。

官員進一步解釋，我國人口結構呈現高齡化趨勢，平均年齡也逐年攀升，在此背景下，未來不論退休人數、退休年齡，大趨勢上都應會呈增加的趨勢。

## 二十一、元大壽志工關懷銀髮族 陪長者提前過中秋

資料來源：2017-09-28 15:50經濟日報 記者蔡靜紋

台灣人口快速老化，社會上很多長者需要各界關心與協助。元大人壽以行動表達關懷，在中秋節前夕號召志工團隊，到新北市「土城頂埔公共托老中心」陪伴阿公、阿嬤們，提前度過一個「不一樣」的中秋節。

元大人壽內、外勤同仁共同組成愛心志工團，放下平日繁忙的公務，參與這次具有意義的陪伴關懷活動。活動當天，志工們帶領著阿公、阿嬤們進行「蝶谷巴特藝術DIY」活動，每個人都做出了獨一無二的屬於自己的「蝶谷巴特零錢包」。

此外，長輩們也互相欣賞彼此作品，可以感受到他們滿滿的成就感；活動中還穿插趣味問答遊戲，逗得阿公阿嬤們滿場歡笑。

元大人壽表示，這次活動以藝術為主軸，希望透過藝術美學豐富長者心靈生活，並鼓勵長輩獨力完成作品，以成就感證明自我價值；更重要的是藉由企業志工溫暖的陪伴，讓長輩們感受到社會對他們的愛與關懷。不僅如此，志工同仁也在與長輩的互動過程中，更深入了解老年生活面臨的問題外，也可替自己提前做好老年生活規劃，擁有樂活未來。

因應高齡化社會來臨，元大人壽今年起以「關懷銀髮族群」為主軸，規劃系列公益活動，希望藉由持續不斷的推廣高齡化社會因應觀念，提醒民眾及早為自己及家人做好老年保障規劃，透過保險規劃補足醫療及退休金缺口，為未來做好準備，創造幸福銀髮樂齡生活。

## 二十二、煮湯險釀災 燒出一家老病無助

資料來源：2017-09-28 00:42聯合報 記者許政榆

九十歲林姓老翁獨自照顧八十九歲中風妻子與精神障礙么子、車禍截肢的孫子，近日因罹患帶狀皰疹，身體虛弱無法下廚，中風妻想幫忙煮竹筍湯，差點釀成火災，幸好警方剛好到林家造訪才沒釀災。

林老先生育有二子三女，女兒均已出嫁，長子住桃園區，因車禍行動不便，無法照顧兩老；他與中風的妻子、么子與十九歲孫子同住，不過孫子今年六月下班返途中車禍，左大腿截肢，仍在家休養。

林雖高齡九十歲，但過去務農並當過採礦工，身體還算硬朗，家中大小事都由他張羅。不料，林一周前罹患帶狀皰疹，從右胸至右背部紅腫發炎，「比骨折還痛」，靠近爐火就痛不欲生，無法再為家人煮飯。

前天，林中風多年的妻子想幫忙煮竹筍湯，因行動不便，水滾無法關閉，噴得廚房到處都是，甚至鍋爐水幾乎燒乾卻無法關火，險釀火災，幸好時常訪視的大溪警分局三層派出所所長林衍輝、警員陳治國剛好造訪，趕緊幫忙關火。

林姓老翁說，「我從來沒吃過外面」，均自行烹煮，也沒申請社會局、社區發展協會的老人供餐服務；「只要我還在，就能繼續煮給家人吃。」沒注意老婆在廚房

社會局表示，林家人行動不便，生活難自理，評估後將會協助申請老人送餐服務，並協助就診，立委趙正宇也請市府社會局給予協助。

## 二十三、開啟職涯第二春！屆退中年族群 大學進修一技之長

資料來源：2017-10-03 23:52聯合報 記者吳佩旻

大學推廣部原為許多上班族在職進修的選擇之一，近年來許多屆齡退休的中年族群，也選擇到此培養「一技之長」，準備開啟職涯第二春。台大進修推廣學院發現，茗茶、中醫等養生課程，出現不少中年族群報名，文化大學推廣部也表示，咖啡、翻譯課等，也大受45到55歲族群青睞。

文化大學推廣部主任翟敬宜表示，過去推廣部主力以25歲至45歲居多，最近45到55歲族群增加，甚至如咖啡課、翻譯課等課程，也吸引不少中年族群。

翟敬宜指出，現代人講求生活品質，許多人退休之後希望有充實人生，因此會提早培養職業以外的興趣或專長。目前樂齡或長青課程，大多開給70歲左右族群，不符屆齡退休族群需求。但一般的進修課大多都是30到40左右族群報名，因課程選擇的斷層，讓中年族群趨向興趣選課，有的希望培養專長，未來自行創業，例如考咖啡證照或是成為手工皂、紙黏土達人。

台灣大學進修推廣學院表示，近年增加不少中高齡族群，以生活藝文類別報名最踴躍，例如這學期的中醫藥膳保健班、之前開設的茶葉官能鑑定培訓課，都相當受歡迎。除中年族群明顯增加，部分課程則學生年齡層下降，例如多集中30到35歲報名研修的商管類型課程，近來出現30歲以下學生，畢業不久的社會新鮮人也來進修。

台大表示，中年族群傾向多學一些技能，或培養退休後其他興趣，讓人生過得更豐富多元。至於年輕人提前進修，可能是為了提升競爭力，或是職場上有需求。

翟敬宜認為，30歲以下族群大多因工作忙碌，過去較少有機會進修，但為了升遷、工作轉換或創業及兼職等，可能會願意多花時間培養第二專長。

## 二十四、認知檢測服務 老人不怕成馬路三寶

資料來源：2017-10-03 21:24聯合報 記者江良誠

老人駕駛車輛，因為反應太慢，常被當成馬路三寶。政府規定，75歲駕駛人須通過體格檢查和認知功能測驗，才能繼續駕駛車輛。南投縣衛生局考量南投幅員廣大、交通不便，為提供高齡長者可近性服務，11月1日起，將提供每周一次的高齡駕駛人認知功能測驗服務，讓老人也能安心開車。

南投縣衛生局表示，年滿75歲駕駛人依新制規定，須在屆滿3年內，同時通過體格檢查和認知功能測驗，才能換發駕照，之後都應每3年通過這兩項檢測換照一次。

因為南投縣面積廣大，有些偏鄉路途遙遠交通不便，如需到市區檢測對年長者很不方便，因此，下月1日起，13鄉鎮市衛生所都提供認知功能檢測，免了老人家要奔波往返。

衛生局提醒長輩，如身體機能退化，應減少駕駛頻率及時間，並改搭乘公車、計程車或由親友接送，若有駕駛車輛需求時，也需自我健康評估，才能確保自己和他人安全。

## 二十五、小額終老保險熱銷 半年保費收28億

資料來源：2017-10-03 19:48中央社

因應高齡化社會，壽險公司今年2月起開賣小額終老保險，根據金管會統計，截至8月底，半年銷售超過25萬件，保費收入逾新台幣28億元，其中，55歲以上者貢獻保費超過6成。

金融監督管理委員會於105年12月28日函訂「小額終老保險商品相關規範」，商品保障包括傳統型終身人壽保險保額新台幣30萬元及一年期傷害保險附約保額2萬元，另訂有預定附加費用率10%的上限，國泰人壽率先於今年2月開辦，富邦人壽、中國人壽等陸續辦理。

由於小額終老保險保費相對傳統壽險保單便宜2成到3成，最高到84歲都能投保，推出以來，保單銷售成長快速。保險局副局長張玉輝表示，截至8月底，小額終老保險保單件數約25.12萬件，保費收入約28.73億元，其中，55歲以上者保費收入占整體比重達63.42%。

辦理小額終老保險前五大業者依序為國泰人壽，保費約12.68億元，其次為富邦人壽的6.42億元，第三名則是南山人壽的4.02億元，第四、第五依序為三商美邦人壽的2.38億元以及中國人壽的1.68億元。

## 二十六、關懷據點走運動風 柯P筋骨比98歲爺爺還硬

資料來源：2017-10-03 15:19聯合報 記者魏葭伊

台北市南港區玉成里購置健身器材、運用松山國小餘裕空間，今年開辦運動主題社區照顧關懷據點，由教練帶領做體適能健康操。台北市長柯文哲今當一日學員，但他腰背特別硬，呲牙咧嘴前彎還是無法摸到腳，身邊90高齡的爺爺筋骨都比他軟Q，笑對柯P說「天天來就會變軟」。

玉成里里長黃聰智說，體適能課程已經開班3個月，每周一到三開課，早上9點到12點，前30分鐘先帶長輩輕度暖身、做團康，接著1個小時由教練帶有氧動態、肌力訓練健康操，休息5分鐘後進行第2部分的戶外運動，在利用走廊空間佈置的健身房，提供有氧運動、心肺訓練、肌耐力訓練及平衡訓練等課程，中午再一起共餐。

今天課程讓長輩坐在椅子上伴隨音樂活動手腳，其中一個動作要彎下腰，雙手觸碰腳尖，爺爺奶奶腰背都很軟Q，98歲王添圓老先生傾身就摸到，但柯文哲雙手伸長，無論如何彎不下去，他事後致詞說，「台北市最有活力的老人都在這裡了！」還奇怪說「你們怎麼彎得下去，我都彎不下去」。

柯文哲說，俗話說活動、活動，要活就要動，誇讚這個社區照顧關懷據點把他們的理念都實現，原本台北市有3百多個老人共餐聚點，但據點不只是吃飯，前後還要有課程，除了衛教、醫療外，未來看看能不能把體適能也併入老人共餐項目，「看看怎麼弄」。

台北市社會局老人福利科科長葉俊郎表示，玉成里是第一家運動主題老人關懷據點，有國際獅子會捐贈美金10萬元各類運動器材，且有專業教練指導；目前全市377個老人活動據點，其中325個有辦共餐，多會結合健康促進課，包含體適能椅子操、毛巾操或滾球運動。

學員葉富傑說，他以前關在家裡好幾年，關出病來，都沒有動，現在來上課比較好，手腳比較靈活、心情比較開朗，也交了很多朋友。

體適能教練張洵豪表示，這麼多老人家在一起，因為每個人身體狀況不一樣，要特別注意動作不能勉強，運動完一定要緩和收操，用安全的方式訓練。訓練內容包括從椅子上站起、坐下，手臂能舉高，是會影響生活的肌肉部位，這要特別加強。

## 二十七、古早味美食俗擱大碗 家政班員今展好手藝

資料來源：2017-10-03 15:14聯合報 記者簡慧珍

中秋節前夕，彰化縣和美鎮農會的高齡者生活改善班、家政班展售成果，從古早味滷肉飯到應景的中秋月餅，都是使用在地食材製成，「俗擱大碗」，部分美食還沒到中午就售罄。

和美鎮農會家政班米妮烘焙坊，每年中秋必烘烤月餅等西點，送給彰化家扶中心及鎮內弱勢家庭，今天在農會門前展售有「健康概念」的月餅、鳳梨酥和雜糧麵包，月眉里家政班賣古早味肉臊飯、嘉寶里家政班賣米蛋糕、四張里家政班賣刈包與貢丸湯、竹營里家政班賣古早味炒麵與蘿蔔糕、大霞里家政班賣赤殼粿，還有「聯合里」家政班的古早味肉羹與乾麵、米粉。

「到家政班學到新東西，學會好手藝，吃出好人情，活得好健康。」家政班員尤敏等人分享學習心得，都表示加入家政班，結交很多好朋友，生活變得充實，每年翻新課程，她們跟著時代進步，心情愉快。

聯合里家政班由牛犁、四張、竹營等9個里的農村婦女組成，稱作「聯合里」；班長黃翠娟說，班員志同道合，交流知識，這次推出古早味肉羹，她吃遍全鎮肉羹，加上班員提供意見，煮出「有阿嬤味道」的肉羹，滿滿都是料，吃過的人讚不絕口，讓班員很有成就感。

和美鎮農會總幹事張進益表示，推廣股家政班年年推出新課程，招募農村婦女「充電」，近年擴大照顧長者，開辦高齡者生活改善班，今天秋節展售就是鎮農會和大家一起用心和進步的成果。

## 二十八、新北專網邀你加LINE 銀髮資訊一把抓

資料來源：2017-10-03 00:39聯合報 記者祁容玉

因應高齡化趨勢，新北市歷年推出老人共餐、動健康、周二樂齡日等友善銀髮政策，但資訊分散各局處網頁，民眾查詢不便。新北市昨天推出「當我們老在一起」網站，單一入口整合銀髮族所有資訊，還有LINE帳號供長輩解決疑惑。新北市六十五歲以上人口已達四十八萬人，占比百分之十二點二六，預估二〇二一年達百分之十四的高齡化社會門檻。新北市長朱立倫表示，新北市面臨高齡化趨勢，早已規畫一系列「老在一起」政策，除了指年長者在一起，也寓意常常在一起。

朱立倫說，新北市推出老人共餐、動健康、周二樂齡日、銀髮大學院等政策，鼓勵長輩走出家門一起共餐、學習；隨著時代進步，許多長輩也每天傳LINE，「當我們老在一起」網站除整合銀髮政策，更配合推出LINE機器人，讓長輩滑手機就能得到資訊。

三芝區七十一歲阿嬤朱杏琴昨指出，二年多前，兒子婚後搬出去住，家中剩她一人，沒人說話只能看電視，心情鬱鬱寡歡；後來古庄里社區照顧關懷據點班長白混煌邀她到據點「看一看」，她發現能運動、共餐有人聊天，據點有接駁車，真的很方便。

七十一歲白混煌說，他覺得關懷據點服務好，到處找人一起去，最近剛勸一名九十歲長輩加入，現在市府設立網站和LINE，可讓更多人知道。

新北市新聞局表示，「當我們老在一起」網站底色採柔和黃色，字放大，區塊呈現「來找樂趣」、「查詢補助」、「醫療保健」等資訊，還有LINE帳號連結，長輩發問都能獲回答。廿一日前還舉辦製作分享圖比賽。

## 二十九、退休霸王條款 「年輕老人」就業難

資料來源：2017-10-02 23:50:58 聯合報 記者施鴻基、曾增勳

新北市招考清潔隊員，有80歲長者報名「扛沙包」；桃園市一家台菜餐廳徵洗碗工，應徵者以6、70歲年齡層居多。醫療發達，國人壽命延長，職場「高年級實習生」成趨勢，但勞基法規定雇主可強制滿65歲勞工退休，成為「年輕老人」就業障礙。

新北市清潔隊招考會場，高齡80歲的楊姓先生現身受人注目。他說，因為擔任清潔工，工作性質和清潔隊員相近，又覺得自己身體還不錯，所以報名參加甄試。在扛沙包跑步項目，他雖未落後太多人，但未達錄取標準。

得知有80歲長者報名，市府內部曾討論是否適合。原來勞基法第54條規定，雇主可強制滿65歲勞工退休的霸王條款，也是公家機關雇用勞工的鐵律，除非身分特殊，聘雇人員滿65歲一律「請退」。

楊姓長者如果錄取，環保局將面臨讓他工作或立刻請他退休的困難抉擇。因為若讓他上班，那日後如何對待滿65歲隊員？如果馬上要他退休，雖合制度卻不合情理。

80歲老人爭取工作機會並非特例，受到年金、退休制度改變，物價上漲，還有更多6、70歲「年輕老人」也渴望就業，但卻四處碰壁。

桃園市一家台菜餐廳因碗盤使用量大，今年張貼徵「洗碗工」廣告，有不少6、70歲長者應徵。戴姓老闆發現，5、60歲女性錄取後工作多駕輕就熟，但中高齡男性就難勝任。

年滿65歲再就業有法律障礙，5、60歲中壯年想找工作也可能遭歧視。新北市勞工局就業安全科長陳兆年說，雇主忌以員工年齡決定錄取、升遷或調動，去年有名50歲男子應徵印刷廠師傅，對方詢問年齡後，認為他年紀太大直接拒絕，勞工局就依勞基法裁罰業者30萬元。

新北市府一名中階主管說，有些即將退休的資深同仁眼看升遷無望，工作就不如過去積極，這是最讓主管頭痛的地方。老人家有寶貴的經驗和智慧，只是欠缺體力和動力，當同仁退休後，若能請他們回來當志工，借重經驗指點後進是很好的安排。

### 三十、失智老翁騎機車迷途百公里外 警方尋獲

資料來源：2017-10-02 20:42聯合報 記者魯永明

後天秋節，患失智症的台中市80歲陳姓老翁，昨天上午騎機車外出購買中秋節禮品，忘了回家路，家人心急報警，傍晚老翁在距台中100多公里遠的嘉義縣朴子市，被朴子市警分局警員尋獲，警員發現老翁左手，配有「失智症老人守護」塑膠環，向家人報平安，陳姓老翁女兒今天感謝警方，讓父親能在秋節前回家團圓。

朴子警員黃柏融、役男陳聖賢巡邏，發現陳姓老翁站在路旁，不斷徘徊，見狀上前關懷，發現老翁是「失蹤人口」，上前看到他的左手配有「失智症老人守護」塑膠環，聯繫家屬，才知道老翁患有失智症，將老翁帶回派出所。

陳姓老翁女兒說，父親平常跟他們居住，曾有多次外出未歸，但都能幸運地找回來，沒想到，這次父親竟騎了100多公里遠，到嘉義縣朴子市迷途，還好被警方及時尋獲，感謝警員，幫助父親回家。

嘉義國川美妙基金會關懷失智老人，走入社區篩選失智症，藉AD8篩選量表檢查老人身心狀況，若有疑似失智症，馬上請臨床心理師做心理測驗（MMSE），若懷疑失智症，馬上後送權責醫院，以單一窗口做全套檢查，並在第一時間申請健保藥物治療。

基金會呼籲大家重視老人失智，高齡化社會，失智症老人是家庭社會沉重負擔，民眾對失智症了解與照顧，一知半解，也無管道得到全方位認識與支援。

### 三十一、台壽推新款殯葬保單 可選19種方案

資料來源：2017-10-02 17:57經濟日報 記者陳怡慈

台灣人壽今天推出新款殯葬保單，台灣人壽龍長壽終身壽險(實物給付型)，繳費年期只要六年，保障終身，投保年齡45至70歲，給付項目直接連結禮儀服務及塔位，多達19種方案，可選擇單獨禮儀服務或塔位暨禮儀服務，滿足中高齡族群未來的殯葬實物給付內容需求。

台灣人壽去(2016)年11月與國內唯一上市(櫃)龍巖集團合作，推出國內首張台灣人壽尊龍一世終身壽險(實物給付型)殯葬實物給付保單，上市以來，以45至50歲女性詢問度最高，主要希望照自己的意思規劃身後事，或擔心小孩沒辦法處理自己的後事，且可用現在的價格鎖定未來的價值廣受青睞。

為提供更多元的殯葬實物給付內容，台灣人壽龍長壽終身壽險(實物給付型)繳費年期只要六年，保障終身，若遇被保險人於保單有效期間第三保單年度(含)以後身故者，台灣人壽將按被保險人投保之保險金額，對應投保方案殯葬實物給付內容，提供被保險人使用，無須補足、繳清餘款，讓家人安心為被保險人圓滿人生。

以45歲龍先生欲規劃投保台灣人壽龍長壽終身壽險(實物給付型)為例，可彈性選擇單獨禮儀服務，或選擇其他方案，塔位暨禮儀服務一次購足，可透過台灣人壽線上查閱平台觀看塔位實境，做出最佳決定。

龍先生決定投保約定新北市萬壽山墓園附設福田妙國生命館尊龍一區個人式骨灰位(中層別)及禮儀服務，保險金額為新台幣67萬元，繳費六年期，月繳保費約6,250元，首、續期保險費皆採金融機構轉帳繳費，享1%保費轉帳折扣後，實繳保費每月約6,187元。

六年繳費期滿，實際總繳保險費僅約44.55萬元，卻擁價值67萬元的殯葬實物給付內容。

### 三十二、中信遠見調查 台灣家庭樂活享退指數連2年不及格

資料來源：2017-10-02 14:56聯合報 記者孫中英

台灣人最想在哪個城市養老？根據中國信託商銀與遠見雜誌今天(2日)共同發表的「2017家庭理財暨樂活享退指數大調查」，發現受訪民眾有15.9%都選擇台

中市，新北市也不差、以15.7%次之。不過，有6成以上民眾都選擇希望待在現居城市「在地養老」。

針對「在地養老」選項，調查發現，最受到自家市民青睞的城市，是台中市，有高達86.4%台中市民都想在台中市養老，第2名是台南市、有83.6%受訪鄉親支持，第3名則是高雄市，也有78.9%在地民眾支持。

另外，調查要求受訪者「自評」對目前退休規劃的滿意度、退休準備的足夠程度、還有退休後能過理想生活的信心度，再換算成「台灣家庭樂活享退指數」。

調查發現，此次台灣家庭樂活退休指數調查分數僅52.5分，與去年的52分差不多，代表國人退休準備已「連續2年不及格」，幾乎沒進步，若以退休者與未退休者兩個族群來看，已退休者的樂活享退指數平均有58.8分，還未退休者為50.4分，兩者也都不及格。

調查還發現，此次受訪者的所得替代率僅48.4%，與世界銀行建議退休後的所得替代率應達到70%，明顯差很大。

中信銀行個人金融客群總處長楊淑惠表示，台灣邁入高齡社會，走在路上，可能每5個人就有1個人是高齡人士，她認為，準備退休，應是用時間換取財務空間，且應專款專用，不要所有資金都放在一個桶子裏頭，例如退休金雖在累積，但家用或其他財務用途也從一個帳戶中支用，等到真要退休時，會發現準備退休金的水位蠻低的，可能不夠用。

楊淑惠還表示，此次調查受訪者平均40歲開始進行退休理財規劃，受訪者平均退休年齡60.7歲，以此推算，民眾退休準備時間僅20.7年，但現今國人平均餘命80.2歲，民眾退休後，還有20年的生活，若遭遇非預期的財務風險，沒有資金分流與專款專用觀念，不僅整體家庭理財配置會失衡，還可能影響到退休生活。