

高齡時事整理

【法律與政策議題】 .....	4
一、 只靠稅難長久...收支不平衡 長照 8 年後恐破產 .....	4
二、 長照財源屢遭批不穩健 專家籲建立可長可久制度.....	5
三、 專家：錢花刀口上 長照應設更好的排富機制.....	6
四、 學者：若不推長照保險 很難撐得久.....	7
五、 長照基金 116 年破產 專家籲參考德日德韓推長照保險 .....	8
六、 學者：政府動作太慢...不推長照保險 很難撐得久.....	9
【勞動力與人力資源】 .....	10
七、 65 歲勞工可簽定期契約 職務再設計卻無解... ..	10
八、 立委批中高齡就業法草案 為何排除公務員再回公職？ .....	11
九、 職務再設計補助 擬開放勞工申請.....	12
十、 為產業注入勞動活水 移工處境有待改善.....	13
【經濟安全與產業發展】 .....	16
十一、 橘世代／退休理財趁早 每月 5 千變千萬 .....	16
十二、 搭配年金險 退休生活保障更完整.....	17
十三、 五族群...申辦安養信託意願較高.....	18

【生活健康與照護科技】 .....	19
十四、 桃園輔具資源中心 14 台爬梯機免費借 使用率低 .....	19
十五、 長輩負面情緒 疑患「孤獨症候群」 .....	20
十六、 擊敗康乃爾等名校 陽明的估算腦齡技術奪全球第四.....	21
十七、 白內障「熟了」再手術？ 許多患者因而失明 名醫籲勿信.....	23
十八、 癌王胰臟癌早期發現難 切除易復發.....	25
【地方與社區發展】 .....	27
十九、 門諾送餐服務升級 經費缺口仍逾 1 千萬 .....	27
二十、 有意義的雙十 台南這群工會志工為 88 歲身障嬭修繕房子 .....	29
二十一、 萬里銀髮俱樂部再成立 志工煮手路菜招待.....	30
二十二、 主題式青銀共居 高職生到長照據點當志工.....	30
二十三、 南勢社會福利館 年底完工.....	31
二十四、 竹市首座公共托育家園年底將完工 明年啟用.....	32
【其他相關議題】 .....	33
二十五、 旗山 82 歲翁撞死妻 監理站：滿 75 歲駕駛人要重新受測 .....	33
二十六、 強化「醫病溝通」 高醫手術室團隊粉墨登場演話劇.....	34
二十七、 健康你我他／微旅行、送小物 社區教會好貼心.....	35
二十八、 南投縣幸福好養生 結褵 70 年白金鑽婚達 37 對 .....	36
【國外時事】 .....	37

二十九、 讓銀髮爸媽重回幼稚園！日本老人流行上「托老所」 .....	37
三十、 老齡化社會來臨 2050 年中國老年人口將逾三分之一 .....	38

## 【法律與政策議題】

### 一、只靠稅難長久... 收支不平衡 長照 8 年後恐破產

資料來源: 2019-10-10 23:50 聯合報 記者羅真、陳雨鑫／台北報導

再過六年，台灣將邁入「超高齡化社會」，每五人就有一人是六十五歲以上老人。但衛福部最新「長照服務發展基金收支報告」顯示，我國失能人口在二〇二六年超過百萬，到了二〇二七年，長照恐面臨破產，長照基金難以支應長照制度。

該報告指出，根據財政部與國健署資料，二〇一九年至二〇二三年，遺產稅及贈與稅每年可挹注長照基金約六十三億元，菸稅每年可挹注長照基金約兩百卅三億元，至於房地合一稅，明年至二〇二三年可挹注長照基金約廿九億元，菸捐明年起至二〇二三年每年可挹注長照基金的經費約〇點二四億元，所有項目加總，長照收入規模每年預計約為三百二十五億元。

衛福部根據今年前九月實際收入預估全年收入為三百七十九點六七億元，並假設明年起至二〇二六年收入均與今年相同，據此推算長照基金收支，結果顯示，我國失能人口至二〇二六年超過百萬，長照基金支出將由今年度約三百四十二點五三億元攀升至四百六十九點四二億元，翌年就面臨收支不平衡，瀕於破產。

#### 衛福部：可預算挹注

衛福部次長薛瑞元表示，若依照預算法循程序撥公務預算挹注，長照基金就不會面臨收支不平衡與破產危機。至於外界討論的長照保險制則須再考量，若純粹採用保險制，沒有公務預算挹注，同樣會面臨入不敷出的情形。

衛福部長照司副司長周道君說，長照基金財源主要源自菸稅、遺贈稅、房地合一稅、基金孳息收入，但是依照長照服務法規定，政府預算撥充也是長照基金財源之一，至今皆未運用到政府預算。長照基金報告顯示，截至二〇二六年為止皆有餘額，並未破產。長照財源一旦有不足以支應，啟動政府預算，足以協助長照服務正常運行。

### **專家批只靠稅難長久**

衛福部護理及健康照護司前司長鄧素文則有不同看法，她說，無論是菸稅或是政府預算，都是源自老百姓上繳的稅收，來源都是一樣的，不同種類的稅收投入長照財源中，也只是短暫撐著，政府並未研議一套長久之計，而是撐著八年，把問題丟給那時政府。

鄧素文表示，高齡人口持續增加，長照需求將翻倍成長，如果稅源沒有增加，長照基金早晚用罄，即使動用公務預算，也不足以確保財源足夠。相較之下，長照保險制較穩定，但增加民眾負擔，需積極尋求社會共識。此外，給民眾補助時，應設訂出更好的排富機制，讓有限的錢花在刀口上。

## **二、長照財源屢遭批不穩健 專家籲建立可長可久制度**

資料來源: 2019-10-10 11:07 聯合報 記者羅真／台北即時報導

我國高齡人口與失能照護需求逐漸增加，長照財源屢遭批不穩健。專家表示，長照 2.0 屬計畫性質，財源始終以因應計畫需求的角度思考，是時候設想台灣需要什麼樣的長照服務與相應的收支制度。長照保險制可能使財源較穩健，但須積極尋求社會共識，同時給予民眾補助時應設定更好的排富機制，以讓錢花在刀口上。

台北榮總高齡醫學中心陳亮恭表示，長照經費夠或不夠，評估關鍵在於政府計畫提供多大範圍、多少服務。因此與其談經費穩定與否，更應先設想我國需要、人民期待什麼樣的長照服務，並設計可長可久的收支制度，不再以計劃型的方式因應問題。

衛福部護理及健康照護前司長鄧素文表示，高齡人口持續增加、年長者也持續老化，長照需求將不斷翻倍成長，如果稅源沒有增加、賦稅者減少，長照基金早晚會用罄，即使動用公務預算也不足以確保財源足夠。因此相對而言，長照保險制會是較穩定的財源，不過這會增加民眾負擔，還需積極尋求社會共識。此外，給予民眾補助時應設定更好的排富機制，以讓錢花在刀口上。

鄧素文表示，金融保險業等產業有機會加入提供服務，但不少人擔心，會去買商業保險的人本身財務狀況較好，且未來照服員可能因為能在商保對象賺到的錢比較多而集中服務，使得較貧窮的民眾得不到服務，「如果其他產業加入能有助因應社會需求，政府應積極設想配套機制，而非限制他們加入」。

### **三、專家：錢花刀口上 長照應設更好的排富機制**

資料來源: 2019-10-10 13:10 聯合晚報 記者羅真／台北報導

我國高齡人口與失能照護需求逐漸增加，長照財源屢遭點名不穩健。專家表示，長照 2.0 屬計畫性質，財源始終以因應計畫需求的角度思考，是時候設想台灣需要什麼樣的長照服務與相應的收支制度。長照保險制可能使財源較穩健，但須積極尋求社會共識；給民眾補助時，也應設定更好的排富機制，讓錢花在刀口上。

台北榮總高齡醫學中心陳亮恭表示，長照經費夠或不夠，評估關鍵在於政府計畫提供多大範圍、多少服務。因此與其談經費穩定與否，更應先設想我國需

要、人民期待什麼樣的長照服務，並設計可長可久的收支制度，不再以計畫型的方式因應問題。

衛福部護理及健康照護司前司長鄧素文表示，高齡人口持續增加、年長者也持續老化，長照需求將不斷翻倍成長，如果稅源沒有增加、賦稅者減少，長照基金早晚會用罄，即使動用公務預算，也不足以確保財源足夠。

她表示，長照保險制是較穩定的財源，不過會增加民眾負擔，還需積極尋求社會共識。此外，給民眾補助時，應設訂出更好的排富機制，讓錢花在刀口上。

鄧素文表示，「如果其他產業加入能有助因應社會需求，政府應積極設想配套機制，而非限制他們加入」。

#### **四、學者：若不推長照保險 很難撐得久**

資料來源: 2019-10-11 00:00 聯合報 記者潘乃欣、羅真、程平／台北報導

衛福部推估長照基金二〇二七年將破產。陽明大學衛生福利所教授李玉春說，政府是依目前推估未來，但人口老化非常快，長照人口越來越多，若不推長照保險等制度，確保長久且穩定財源，很難撐得久。日本、德國本來也打算用稅收支應長照需求，後來因財源不足，也推行長照保險。

李玉春說，長照能有多少資源，取決於政府有多大的決心。政府應考量國家設定的目標要涵蓋多少長照使用人口，據此推估經費。以目前的八十萬使用人口來看，所需經費至少一年八百億元，目前的經費遠遠不夠用。

她也說，日本、德國在老年人口占一成五時就推動長照保險，南韓甚至在老年人口達一成時就開始規畫相關制度。長照若打算靠稅收或公共預算來支撐，都會面臨經費不穩的問題。

台北榮總高齡醫學中心主任陳亮恭表示，長照經費夠不夠，評估關鍵在於政府計畫提供多大範圍、多少服務。與其談經費穩定與否，更應先設想我國需要、人民期待什麼樣的長照服務，並設計可長可久的收支制度，不再以計畫型的方式因應問題。

國民黨立委李彥秀表示，民進黨的長照政策財源本來就不是穩定的來源，遺產稅、贈與稅不穩定，菸稅配合菸害防制本來就預期逐年下降，但長照需求卻是逐年增加，邏輯上的謬誤在當初修法時都已提醒。未來如果不做具體調整，財源不足問題會反覆發生，且現在殘補式的制度，對需求者來說根本不好用，因為不好用所以執行率不高，民進黨政府就因此認為長照預算足夠，是本末倒置。

蔣萬安表示，除了公務預算挹注長照基金外，要立刻檢討長照基金來源，積極思考改採保險制抑或是另闢穩定的財源收入，跨部會研議具體措施。

## **五、長照基金 116 年破產 專家籲參考德日德韓推長照保險**

資料來源: 2019-10-10 11:17 聯合報 記者潘乃欣／台北即時報導

衛福部公告長照基金推估，預計 116 年會破產。陽明大學衛生福利所教授、衛福部前次長李玉春對此表示，這還只是按目前狀況推估未來，但台灣人口老化非常快，長照人口越來越多，若不推展長照保險等制度，確保長久且穩定的財源，很難撐得久。她舉例，日本、德國本來也打算用稅收支應長照需求，後來因財源不足，也推行長照保險。

李玉春說，討論長照基金是否破產，是個假議題。目前的問題點在於，116 年台灣老年人口約兩成，政府仍從現在的狀況推估未來，而非趕快思考一套可長可久的制度，已經太慢。



李玉春說，長照能有多少資源，取決於政府有多大的決心。政府應考量國家設定的目標要涵蓋多少長照使用人口，據此推估經費。以目前的 80 萬使用人口來看，所需經費至少一年 800 億元，目前的經費遠遠不夠用。

但李玉春說，國外經驗也顯示，單靠政府財源絕不夠用。高齡化是全球趨勢，日本、德國在老年人口占 15%時就推動長照保險，韓國和台灣一樣人口快速老化，但他們在老年人口達 10%時，就開始規畫相關制度。

李玉春說，長照若打算靠稅收或公共預算來支撐，都會面臨經費不穩定的問題。日前有民調顯示，民眾支持主事單位向大家各收一點錢，讓長照能像健保一樣，擁有穩定財源，以因應失能人口快速增加的社會現況。

## 六、學者：政府動作太慢…不推長照保險 很難撐得久

資料來源: 2019-10-10 13:07 聯合晚報 記者潘乃欣／台北報導

衛福部推估長照基金民國 116 年將面臨破產。陽明大學衛生福利所教授李玉春表示，這只是按目前狀況推估未來，但台灣人口老化非常快，長照人口越來越多，若不推長照保險等制度，確保長久且穩定的財源，很難撐得久。日本、德國本來也打算用稅收支應長照需求，後來因財源不足，也推行長照保險。

李玉春說，討論長照基金是否破產，是個假議題。目前的問題點在於，116 年台灣老年人口約兩成，政府仍從現在的狀況推估未來，而非趕快思考一套可長可久的制度，已經太慢。

李玉春說，長照能有多少資源，取決於政府有多大的決心。政府應考量國家設定的目標要涵蓋多少長照使用人口，據此推估經費。以目前的 80 萬使用人口來看，所需經費至少一年 800 億元，目前的經費遠遠不夠用。

她接著指出，國外經驗也顯示，單靠政府財源絕不夠用。高齡化是全球趨勢，日本、德國在老年人口占 15%時就推動長照保險；韓國和台灣一樣人口快速老化，但他們在老年人口達 10%時，就開始規畫相關制度。

李玉春說，長照若打算靠稅收或公共預算來支撐，都會面臨經費不穩定的問題。日前有民調顯示，民眾支持主事單位向大家各收一點錢，讓長照能像健保一樣，擁有穩定財源，以因應失能人口快速增加的社會現況。

### 【勞動力與人力資源】

## 七、65 歲勞工可簽定期契約 職務再設計卻無解…

資料來源: 2019-10-14 00:34 聯合報 記者葉冠妤／台北報導

立法院衛環委員會今天初審「中高齡者及高齡者就業促進法」草案。政院版最大亮點是明訂雇主可與六十五歲以上的高齡勞工簽訂「定期契約」，打破勞基法規範，首度以年齡作為定期契約條件。不過，老人福利推動聯盟指出，「定期契約哪可能解決一切」，高齡者在職場最需要的職務再設計，可惜草案未多著墨。

根據勞動部統計二〇一八年我國中高齡及高齡者勞動參與率調查，中高齡及高齡民間人口比十一年前增加二成八，但五十五歲以上各年齡組的勞參率低於美、日、韓，且隨著年齡增長差距更擴大。像我國六十五歲以上勞參率只有百分之八點四，但美日韓在百分之十九到卅三間。

老盟秘書長張淑卿說，老盟對該專法肯定支持，但內容與預期有落差，草案雖開放讓高齡勞工與雇主可簽訂定期契約，但高齡者在職場可能因視力、體力退化，最需要的是職務再設計，可惜草案未多著墨。職務再設計可協助身心障礙

者或高齡者進入職場，透過專業評估後，重新設計或安排職務流程、提供就業輔具、改善職場環境等。

張淑卿提及，可理解開放讓高齡勞工簽訂定期契約，是想賦予勞雇雙方更多彈性，但反效果卻是用「定期」綁死契約形式，如果六十五歲勞工想續留職場，只能被迫接受轉為一年一聘，或更短期的聘任。

另立委陳怡潔說，鼓勵中高齡與高齡者續留職場很重要，但這群人可能同時身兼家庭照顧者身分，據家庭照顧者關懷總會所做的「在職照顧者狀況調查」，四成四的在職照顧者都是中高齡勞工，應明確規範雇主須提供協助措施轉介長照資源等，並搭配修訂就服法、長期照顧法等配套，才能根本性促進中高齡、高齡者就業。

勞動部勞動力發展署身心障礙者及特定對象就業組組長施淑惠說，現行就有中高齡及高齡就業促進計畫，只是都在於提供雇主資訊、鼓勵聘任，專法通過後，就能變成常態執行，全面性廣宣，相關的職務再設計執行細節會放在子法裡明確規範。

## 八、立委批中高齡就業法草案 為何排除公務員再回公職？

資料來源: 2019-10-14 23:58 聯合報 記者章凱閔／台北報導

立法院衛環委員會昨天初審「中高齡者及高齡者就業促進法」草案，明定雇主可與六十五歲以上高齡勞工簽「定期契約」，打破勞基法規範，首度以年齡作為定期契約條件。但立委吳玉琴、陳敬敏等人昨天質詢指出，政院版草案意在活化人力資本，卻排除退休公務人員再任職公務機關、國營企業，不符「鼓勵退休者再就業」的立法初衷，應刪除相關規範。

吳玉琴等人還指出，政院版草案也要求雇主應優先聘雇離職或受解雇的中高齡及高齡者，但一般企業進用員工，是依據員工能力、而非年齡為主要考量，此規定也不合時宜。該草案後續會再進行逐條審查。

勞動部長許銘春昨表示，我國一〇七年三月正式進入高齡社會，估計一一五年邁入超高齡社會，老年人口達百分之廿，高齡化速度遠超過歐美、日本等國。且我國十五至六十四歲工作年齡人口，從一〇四年起逐年減少，五十五歲以上勞參率低於日、韓等主要國家，男性退休年齡約六十三歲、女性約六十一歲。政院版草案因而首度放寬高齡勞工簽「定期契約」，可彈性工作。

另根據勞動部調查，國內受雇者有約百分之六的男性、百分之七的女性曾遭受年齡歧視。政院版草案也因此明定，若雇主針對求職者或受雇者，因年齡而有直接或間接不利對待，違者處卅萬以上、一百五十萬元以下罰鍰，得按次處罰。

## **九、職務再設計補助 擬開放勞工申請**

資料來源: 2019-10-14 00:29 聯合報 記者葉冠妤／台北報導

根據勞動及職業安全衛生研究所二〇一七年的「職場中高齡勞工人因工程探討」研究，中高齡勞工普遍老化衰退問題前四項為視覺、耐力、聽覺與體力，若衰退問題輕微，可透過職務再設計提高工作能力。勞動部勞動力發展署指出，原本僅限定由雇主提出職務再設計申請補助，正研議開放讓勞工也能提出。

勞動力發展署身心障礙者及特定對象就業組組長施淑惠表示，發展署提供讓雇主申請為中高齡勞工進行職務再設計，每名勞工每年最高補助十萬元。根據統計，從二〇一六至二〇一八年，申請職務再設計補助的依序有四〇四家事業單

位（一六四九人）、四六八家事業單位（一九四〇人）和五三九家事業單位（二五四六人），申請的事業單位及人數逐年增加。

施淑惠說，目前中高齡勞工的職務再設計只限定雇主端申請補助，但勞動部考慮在現行推動計畫裡，或者訂在未來的專法裡，開放讓勞工端也可提出申請，且雇主不得拒絕。但她也提到，因外界擔心若由勞工提申請，恐影響整體生產線變動、其他同事工作方法等，會引發雇主反彈，還需進一步研議，也許讓勞工就自身工作內容提申請，就具可行性。

## **十、為產業注入勞動活水 移工處境有待改善**

資料來源: 2019-10-11 09:32 中央社 台北 11 日電

移工來台 30 年，成為台灣勞動力的一環，但不論產業或是社福移工，勞動條件都有差強人意之處，像是住宿在工廠必須提心吊膽危險何時來，工作生活難區隔也讓看護身心備受壓力。

根據勞動部統計，目前全台有超過 71 萬個移工，其中產業移工約有 45 萬人，多從事製造業、營造業及漁業等，社福移工則約有 25 萬人，多為家庭看護及幫傭，國籍以印尼 19 萬人最為大宗，其次為菲律賓及越南；他們填補產業的人力缺口，自身也面臨了一些勞動困境。

### **產業移工職災率高 廠住不分離更添危險**

國內法律規定，產業移工適用勞動基準法，雇主需要替移工保勞健保，薪資也需符合基本工資規定，但由於產業移工多從事俗稱 3K（骯髒、辛苦、危險）產業，因此其職災發生比率也較高。

根據勞動部統計，製造業外籍移工的失能千人發生率是勞工的 2 倍以上，10 年來製造業移工職災失能的千人率也一直維持在 1.39 至 0.62 之間。

然而，上班時的危險不僅只存在工廠裡，由於移工來台雇主必須提供住宿及膳食，不少雇主考量成本，會讓移工住在工廠或倉庫裡，依據過去移工團體調查，有將近 1/5 至 1/6 的移工是住在「廠住不分離」的宿舍之中，即便下班都與機器跟化學物質等為伍。

2017 年及 2018 年桃園矽卡工廠及敬鵬工廠宿舍相繼發生火災，總計導致 8 名移工死亡，也燒出移工「廠住不分離」問題，這些喪命移工全都是在火災時因逃生困難而死亡。

台灣國際勞工協會研究員吳靜如接受中央社訪問表示，住宿是產業移工勞動條件很大的一個問題，移工工時長，若沒有睡好身心狀況就會很糟，然而有的工廠機器為 24 小時運作，總有移工被吵到無法好好休息，甚至連工作時候的危險也都會延續到休息時間。

### **外籍看護難休息 月薪低於基本工資**

不同於產業移工，國內的社福移工並不適用勞動基準法規定，每月月薪僅有新台幣 1 萬 7000 元，且不論工作生活起居都必須在雇主家裡，工作與生活場域綁在一起，難以區隔，因而衍生許多問題。

曾有印尼籍看護告訴中央社記者，家庭看護工的勞動契約上清楚記載每週應給予勞工 24 小時的連續休假日，但她的第一任雇主從來沒讓她休假過，現任雇主雖有給予休假日，但仍會要求她在休假日的出門前或是回家後工作、剝奪她的休假時間。

吳靜如接受中央社訪問時也提到，過去曾接觸過一個外籍看護案例，看護工與雇主關係相當良好，雇主也對看護相當照顧，會特別準備一間房間給看護休息，但某一天看護卻在房間自縊，後來從遺物中才發現，看護因為家鄉的丈夫外遇而備受打擊。

吳靜如指出，外籍看護不論工作、生活起居都是在個別雇主家裡，尤其又是移工身分，與台灣社會已經有一定程度區隔，人際網絡侷限、孤立感相當重，遇到困難時，若有一個管道可以訴說、分享，也許看護就能跨過這道坎，然而類似的案件卻一直層出不窮的發生。

### **勞動部試辦看護外展 適用對象嚴苛喊卡**

勞動部過去曾試辦外籍看護外展服務，讓有意願的非營利組織提出申請，在經過相關審查後，由非營利組織引進外籍看護工，再派工到失能者的家庭從事照護工作，希望能建立外籍看護多元聘僱模式，來解決家庭照顧相關問題並提升照護品質。

不過，由於外勞外展試辦適用對象條件嚴苛，且讓國內部分團體質疑恐會排擠本國勞工就業，最後只能以失敗收場。

吳靜如認為，外籍看護外展是一個相當有美意的計畫，能讓看護輪班照護而有休息、喘息時間，外展也應成為長期照護制度的一部分，但外展計畫要求適用對象必須同樣有聘請外勞的資格，且外展金額較高，這使得許多人寧願聘請費用較低的外籍看護，而不願意使用外展服務。

勞動部官員則表示，當初為了解這樣的多元聘僱模式市場是否能接受，因此開始試辦計畫，但由於試辦單位因案件量少導致虧損決定中止，此計畫也已經在去年停止受理申請，目前政策中也沒有要重啟試辦。

### **外籍看護撐起長照重擔 穩住社會不崩盤**

根據統計，截至 108 年 3 月底止，國內照顧服務員有 3 萬 6162 人，居家照服員總計有 1 萬 4538 名、社區照服員有 2507 名及機構照服員 1 萬 9117 名，數量遠低於 25 萬的外籍看護工。

吳靜如表示，一個家裡若有一個需要長期照護的人，對整個家庭來說就是一個沉重的負擔，外籍看護撐起的不只是一個家庭的照護需求，台灣已進入高齡社會，許多人能外出工作、購物，也許就是因為家裡有一個看護工。

她說，外籍看護的存在是能穩住台灣社會不崩盤的重要貢獻角色，但是看護工的勞動條件也需要民眾的關心。

## 【經濟安全與產業發展】

### 十一、橘世代／退休理財趁早 每月5千變千萬

資料來源: 2019-10-13 00:16 聯合報 記者戴瑞瑤／台北報導

還在苦惱沒有錢可理財？退休金又該如何規畫？中華民國退休基金協會理事長王儷玲指出，面對高齡化趨勢，退休理財規畫需要從年輕就開始，配合複利效果，每月投資五千元到一萬元，靠自己就能額外為退休準備每月兩萬元現金流。

王儷玲在「二〇一九世界投資者周聯合論壇」指出，現在大家想退休理財投資大約是四十三歲到四十五歲，到退休前只有約廿年的複利效果，退休金除政府的勞保、勞退之外，勞保又有潛在破產危機，除雇主提撥外、自提部分也有百分之六，可以至少每月存五千元到一萬元，尤其是越年輕的人，可以把複利效果從廿年，增加到卅或卅五年，假設廿五歲開始每月用五千元定期定額投資，以年平均報酬率百分之四到百分之六來算，退休前就可累積八百萬到一千萬元。

王儷玲說，退休投資很多人會去買保單或基金投資，但因太晚開始，或是因市場波動忘記扣款或停止扣款，最好定期定額，且定額是從薪水提撥至少百分之



六做退休理財投資，及早開始、選對標的，靠自己就能額外準備退休每月兩萬元現金流。

然而，負利率時代該怎麼做退休理財？國泰金控總經理李長庚說，低利率環境是各國央行造成，投資人必須找出自己能安全的理財方式，日本利率很低、歐洲進入負利率，歐洲許多保險公司賺不到收益、美國公債漲很凶，如果現象不改，全世界都將進入負利率。既然負利率情況不能避免，自己生活型態可以自己決定，民眾越清楚未來需要的現金流，就可以透過資產配置，創造符合期待的現金流，負利率環境也許會到來，早點開始準備是關鍵。

對於有民眾認為繳房貸跟退休理財互斥，繳房貸就沒有錢做退休理財。王儷玲說，要從管理現金流量開始，每個月計畫另一筆退休金，從每月可存多少錢，再去找適合的投資理財標的，很多民眾太晚開始投資，或是定期定額扣款錢不足，不要因為沒有錢或利率太低就不開始準備。以房養老方面，房產價格和風險是退休後以房養老的參考，但退休金理財仍要有一個更穩健的規畫。

## 十二、搭配年金險 退休生活保障更完整

資料來源: 2019-10-14 23:29 經濟日報 記者林子桓／台北報導

政府積極推動長照措施，以房養老與安養信託這二項產品為例，自開辦以來，這類型銀髮商品申辦情形愈趨熱絡。

行庫主管說，以房養老可搭配安養信託，也可以結合年金商業保險，退休生活可以有多重保障。

行庫向客戶推薦的「以房養老」產品，主要有兩大類型，首先是傳統的逆向抵押貸款，把房子貸給銀行，每月固定領錢。

其次則是結合信託與年金險，將房子抵押所得到的貸款金額，拿去買年金險，之後每月領取年金作為養老金。

行庫高層說，以房養老經估價後，若將每個月提撥的生活費結合信託，其好處就是專戶可保護申辦客戶資產，申辦者設定信託監察人監督，未來老年時，若突然出現失智或其他身體狀況，需要雇用看護或轉住安養中心時，就能約定按月匯款至安養機構。

行庫高層強調，不論以房養老，或是安養信託，背後都有法律機制，透過機制，專款專用於養老，其他人不能任意挪用與竄改，此舉能讓長者安心享受餘生，也可以照顧遺族。

另外，除了結合銀行的信託機制以外，也能與保險公司結合信託專案，若貸款期間內，遇到地震、火災等災害，導致抵押的房屋無法居住，此時因貸款金額已經年金化，壽險公司會照常給付年金，不用擔心毀損後無法獲得銀行撥款，而影響生活。

行庫主管說，客戶儘早建構完整的保障，可降低長壽風險造成的衝擊與影響，並可減少高齡化社會所衍生的問題發生。

### **十三、五族群…申辦安養信託意願較高**

資料來源: 2019-10-11 02:53 經濟日報 記者林子桓／台北報導

民眾辦理安養信託意願逐年攀升，公股銀行主管說，有五種類型需求的民眾，會向銀行申辦安養信託，譬如：擔心無法自主管理財產，或是可能會遭有心人士盜用等因素。

民眾 55 歲之後，就可以向銀行申辦安養信託，公股銀行主管說，近三年申辦族群不僅只有退休養老族，介於 55 歲至 65 歲的民眾也愈來愈多，因為將財產交給銀行保管，可以保障其安全，也可提前存退休金。

公股銀行主管說，安養信託具有財產保障與專款專用特性，退休後，也能透過此專戶支付長期照護、醫療服務所需要的費用，其優點就是能保障高齡者與行動不便身障者的財產安全，避免被有心人士詐騙，或是子女不當使用。

公股銀行主管說，向銀行申辦安養信託的民眾，以退休前後的族群作為分水嶺，退休後的民眾想要將財產交給銀行管理，有三大類型民眾。一、過去多數民眾會將財產交給子女，擔心自己退休生活可能沒有著落；二、詐騙集團多，擔心放在身邊容易被騙走；三、身體狀況愈來愈不好，藉由銀行協助管理。

除此之外，現在退休前的族群申辦也愈來愈熱絡，有兩大主因，一、有工作能力，想要事先存退休金，就會每月從每月薪水定額投入信託專戶中，為以後的退休生活做準備；二、無法平均分配財產給予子女，子女就會鼓勵父母直接將財產給銀行管理。

### **【生活健康與照護科技】**

## **十四、桃園輔具資源中心 14 台爬梯機免費借 使用率低**

資料來源: 2019-10-09 22:40 聯合報 記者張裕珍／桃園報導

高齡化社會來臨，許多長者或身障者因家住沒有電梯的老舊公寓，上下樓出門不易，桃園輔具資源中心添購 14 台爬梯機供免費租借，今年迄今借用僅 72 人次，市議員牛煦庭、陳萬得昨在議會質詢借出 1 台爬梯機試用，認為使用安全

便捷，但借用人次低，問題出在推廣不足、易達性不夠，要求市府就近配置迎合真正需求。

市府社會局指出，14 台爬梯機今年 1 到 9 月共 16 人、72 人次租借，平均每個月 8 人次使用，使用率不高原因在於爬梯機體積較大、需要操作訓練，但強調爬梯機不至於閒置，11 月市府將增輔具服務 5 據點，在桃園、中壢、平鎮、楊梅與復興設點，供評估租借。

牛煦庭與陳萬得昨借來 1 台爬梯機到議會操作，牛坐上爬梯機，陳在後方操作，並將牛慢慢從 2 樓移動到 1 樓再回 2 樓，牛說，雖然看來很恐怖，感覺像坐上雲霄飛車，但實際體驗覺得蠻安全，操作也很簡便，按下按鈕就往前或後退，也有緊急停止鍵。

由於爬梯機使用率低，牛煦庭質詢時直指，桃園 5 樓以下公寓將近 40 萬處，長輩想下樓梯心有餘而力不足，許多家庭不知有爬梯輔具可借，要求市府加強推廣，也要強化易達性就近配置，「難道龜山人為了要下樓曬太陽，還要跑一趟八德借用嗎？」

陳萬得認為，高齡化社會來臨，政府更要設身處地為長者、身障者著想，爬梯機應要建置在里辦公處、社區發展協會、長照據點供借用，不要讓行動不便的老人困居樓上。

市府社會局指出，爬梯機借用以 1 個月為限，須通過居家評估、操作訓練才能租借，為何借用人數不多，主因在於居家環境是否合適，若經現勘發現樓梯間回轉半徑過小則無法外借，也有的是親友擔心操作安全而作罷，市府會努力宣導，長照也提供租賃爬梯機資源。

## **十五、長輩負面情緒 疑患「孤獨症候群」**

資料來源: 2019-10-10 00:00 聯合報 記者簡浩正／台北報導

楊奶奶的先生在半年前去世後，75 歲的她跟兒子一家三口住在同棟不同樓層的社區大樓。

楊奶奶平日幫忙照顧一歲大的孫子，也天天煮好晚餐，等兒子媳婦下班一起吃飯。初期雖一同用餐，後來兒子卻常常接了孫子就走，假日自己出遊，讓奶奶獨自一人在家。

一個月前，楊奶奶出現心悸、喘不過氣的症狀，至心臟科就診卻找不出原因，後來更失眠、食欲不振，不時對人抱怨「自己只是被利用」、「都沒人要理我」的負面話語，脾氣更暴躁。兒子帶她到精神科診所求助，經確診罹患「銀髮族孤獨症候群」。

收治楊奶奶的三總精神部兼任主治醫師楊聰財表示，台灣邁入高齡社會，目前有三成銀髮族獨居或僅有老夫妻同住，現代家庭結構改變，不少銀髮族必須面臨子女離家的孤獨感，若加上伴侶去世、疾病纏身等，沒有家人陪伴關懷或自己的社交生活，容易引發孤獨症候群。

楊聰財說，銀髮族孤獨症候群常見症狀包含憂鬱、焦慮、睡眠障礙，也可能出現自傷、傷人行為；臨床研究顯示，長期處於負面情緒，大腦也會分泌過多壓力荷爾蒙，抑制免疫系統，提高罹患心血管疾病或失智症的機率。

在治療上，楊聰財說，先以藥物治療改善憂鬱、失眠等，後續採取認知行為治療，舒緩患者負面情緒。他也建議銀髮應找到生活目標、培養興趣，如參與社區活動、進修課程，結交同好朋友等，增進正向互動關係。

## 十六、擊敗康乃爾等名校 陽明的估算腦齡技術奪全球第四

資料來源: 2019-10-14 11:55 聯合報 記者馮靖惠／台北即時報導

如何得知大腦真實年齡並透視大腦健康，一直是醫界一項艱難挑戰。陽明大學神經科學研究所執行科技部「AI 創新」專案計畫，與輝達 NVIDIA 合作，藉由大腦磁共振造影成像技術與人工智慧演算法，共同開發腦齡估算模型，準確透視個體大腦腦齡。這項成果也讓研究團隊在國際腦齡分析競賽中脫穎而出，擊敗康乃爾大學、賓州大學、倫敦國王學院等名校，獲得全球第四、亞洲第一。

陽明大學表示，人腦隨著年齡增長會逐漸退化，這些變化往往伴隨認知功能下降、行為改變及產生臨床病變，例如失智症就是最典型的例子。傳統上，醫師只能透過個人經驗來判讀大腦神經影像，但受限於人類肉眼觀察的侷限，潛藏在腦影像中的細微改變很難被發現。

陽明大學神經科學研究所教授林慶波、腦科學研究中心副研究員周坤賢與輝達 NVIDIA AI 技術中心主任施忠偉團隊，利用人工智慧演算法結合人腦神經影像，開發出「集成式深度學習卷積神經網路腦齡估算模型」，精準預測個體腦齡。

林慶波表示，人口高齡化是現代社會的重大挑戰，過去個體老化歷程都是利用實足年齡(身分證年齡)作為參考依據，但是由於個人的基因、生活經驗、所處環境皆不相同，其經由年歲的積累而產生的改變亦會產生截然不同的效應，因此很難簡單的以實足年齡評估個體大腦健康狀態。而大腦生理年齡（腦齡）的計算，是可以估算個體腦齡以提供健康指標依據，並進而做為預測腦病變的基礎。

腦齡的估算是以實足年齡為基準，腦齡大於實足年齡，代表大腦正處於加速老化的階段，顯示出超齡的大腦易有神經與精神病變風險，甚至可能提升致死率。研究顯示，超過 72 歲的高齡長者，腦齡與實足年齡相較每增加一歲，死亡風險相對就提升 6.1%。

陽明大學神經科學研究所與輝達 NVIDIA 團隊合作建構的「集成式深度學習卷積神經網路腦齡估算模型」，讓電腦可以在短時間內精準判讀大腦年齡。這也讓研究合作團隊於今年全球「預測分析大賽」(Predictive Analytics Competition, PAC) 中，擊敗康乃爾大學、賓州大學、倫敦國王學院等名校，獲得全球第四、亞洲第一的殊榮。

NVIDIA AI 技術中心主任施忠偉表示，NVIDIA 致力於推動人工智慧技術，以支持影響全球的突破性研究，我們很高興與陽明大學合作並協助於預測大腦年齡競賽上獲得突破性的進展，更樂見智慧醫療領域可以從這些人工智慧平台技術中獲益。

這項技術的突破，代表著陽明大學高齡研究的里程碑，未來大眾將可以透過人工智慧和腦影像資訊的相互搭配，以更為精準的角度透視自我大腦健康。林慶波期許，這項技術不僅應用於臨床診治重要預測指標，對目前正處於高齡社會的台灣，可以進一步提供個人健康照護、健康風險評估或治療效果評估等應用。

## 十七、白內障「熟了」再手術？許多患者因而失明 名醫籲勿信

資料來源: 2019-10-14 19:30 聯合報 記者周宗禎／即時報導

白內障「熟了」才手術？許多民眾因賣藥電台鼓吹甚至部分醫生也這樣說，延誤就醫喪失視力。高雄榮總台南分院眼科副教授李尹暘已醫治近 8 千白內障患者，他指出，眼科治療技術突飛猛進，白內障「熟成」才手術已非正確觀念，會有極高風險。

深受其害的 90 歲周姓、55 歲吳姓患者今天現身說法，各以自身經歷呼籲民眾，察覺視力異常，要盡快就醫，更不要相信「白內障熟了才手術」的說法。

周姓金門縣民多年前外傷後感覺左眼視力漸漸模糊，已近失明，生活困難；他表示看不見已5年多，知道好像有白內障，但又聽說「要等熟了再開」，也因聽說開刀風險高不敢開，遲遲未處理，直到最近親友鼓勵才「鼓起勇氣」就醫。

主治醫師李尹暘表示，經檢查老人家白內障已嚴重到「真的全熟」，視力僅剩光感，術後一天內視力就恢復到0.5，手術過程沒麻醉也沒疼痛，術後已能自己騎車，生活也不用麻煩家人協助。

周老先生表示，現在視力比受傷前還要好，早知如此就儘早就醫，非常開心與感激。

另55歲吳姓廚師，原近視超過一千度，右眼今年漸漸模糊，一開始聽說「要等白內障熟了再說」，沒想到右眼幾個月就看不見，驚覺事態嚴重到眼科檢查白內障已「過熟」，還好緊急手術後，一天內視力變成不戴眼鏡也有1.0。

他開心表示，早知道手術沒「聽說的那麼可怕」，就該早些治療，他也同時要求醫師早點幫他治療「白內障還沒熟」的左眼，早日恢復視力，丟掉戴了半輩子的眼鏡。

李尹暘表示，早年因有醫師告訴患者「白內障等熟了才開刀」，很多民眾都有這種觀念，近年過熟病患雖已較少，還是有人因擔心開刀，對治療卻步。

近年因超音波微創手術治療發展迅速，水晶體混濁嚴重白內障也有前囊染色、飛秒雷射等新技術，過去須傳統手術傷口大，現在也有機會用免打麻醉針、免縫線新式手術治療。

李尹暘說，很多高齡患者擔心開刀風險，又覺得「反正老了」乾脆不治療，其實延誤治療不但造成視力喪失、容易摔倒與家人照顧困難；因水晶體在瞳孔



內，白內障肉眼難以明顯看見，如果肉眼可見瞳孔內白色物質，那「已經非常熟了」，嚴重影響視力。

李尹暘表示，過熟白內障除嚴重影響視力，也易引發虹彩炎或青光眼等併發症，增加手術時間與角膜水腫或水晶體囊袋壓力過大破裂等手術併發症風險，呼籲民眾如果懷疑有白內障、視力明顯減退到影響生活起居，就別再等「白內障熟了」，應立即到眼科檢查，以免延誤治療。

## **十八、癌王胰臟癌早期發現難 切除易復發**

資料來源: 2019-10-12 20:49 聯合報 記者邱宜君／即時報導

當大腸癌、乳癌、肺癌致死率下降，胰臟癌發生率和死亡率不降反升，成為包括美國、日本、韓國、台灣等已開發國家的新癌王。美國原預估胰臟癌將於2020年登上癌症死因第三名，但2016年就提早發生，有學者預測胰臟癌可能在2030年以前躍升美國癌症死因第二名。

元氣周報健保大數據探討台灣胰臟癌的治療情形，教您發現罹癌時應如何處置，以求得更高的存活率。

在美國，胰臟癌發生率已呈穩定狀態，但在亞洲先進國家，卻逐年緩慢增加。根據衛福部國健署癌症登記，1996年至2016年，這十年間，胰臟癌粗發生率已從每萬人6.22來到9.35，新診斷胰臟癌個案從1429人增為2202人，胰臟癌死亡人數從1354人增為1996人，每年新診斷和死亡人數都成長1.5倍，確診年齡維持平均67歲。

### **六成確診時 腫瘤已轉移**

胰臟癌發生率攀升可能與飲食、工業化、高齡化、糖尿病等因素有關，但目前還沒有找到很明確的病因，也沒有有效篩檢和預防方針。

胰臟癌有八成屬於胰腺癌，高死亡率與早期無明顯症狀、腫瘤發展快、易擴散轉移等特色有關。確診時可以手術完整切除的病人只有一到兩成，另有二成到三成病人是局部晚期，因侵犯到血管而不能開刀，得先做化療先將腫瘤縮小，才有機會手術。其他高達六成病人，確診時癌細胞已轉移，只能化療。

### **少數可手術 復發率卻高**

衛福部健保署長李伯璋表示，早期胰臟癌幾乎沒有任何症狀，發現時常已是晚期，即便少數幸運較早發現而可以開刀的病人，術後也有很高的復發率。李伯璋表示，胰臟癌高度惡性，容易在開刀前就有微轉移，過去在成大醫院，有位師長罹患胰臟癌，醫院同事為老師操刀，盡力切除腫瘤，術後不久還是復發。

健保統計顯示，主診斷為胰臟癌並接受相關切除手術個案，40.8%集中在醫學中心。2018 年手術人數占率前五名依序為台大醫院（14.3%）、成大醫院（9.1%）、林口長庚（6.7%）、台北榮總（6.5%）、高醫（4.2%）；區域醫院和地區醫院的胰臟癌手術個案則分別佔 11.4%、2.3%，比率懸殊。

李伯璋表示，不同醫院各有專精，如果能歸納出療效最好的臨床指引，透過經驗分享讓其他醫院學習，有助提升全國的癌症治療品質。健保署目前努力與國健署資料連結，期望分析不同癌症在各醫院的治療情形，找出治療成效最好的醫院，邀請該院團隊成立工作小組，召集相關專家及團體，共同討論出根基於台灣本土資料的治療指引，也希望統整台灣各區主要治癌醫院及其專長，提供病人就醫參考。

### **多種化療納健保 但副作用不少**

化療是大多數胰臟癌病人目前主要治療方法，部分化療藥物已有健保給付，包括第一線 Gemcitabine、S-1、5-Fu 以及後線的奈米微脂體 irinotecan 製劑，標準

治療包括單獨使用和多藥併用，醫師需要與病家討論身體狀況、最新實證、健保給付等多方條件。

不過，化療藥物都有相當程度的副作用，胰臟癌病人大多高齡，身體能承受多藥併用的並不多，也是治療瓶頸之一。李伯璋透露，今年底可望將奈米劑型的太平洋紫杉醇（Nab-Paclitaxel）納入給付，進一步減輕病人負擔。

### **成因仍不明 早期篩檢難**

李伯璋表示，黃疸、上腹疼痛、體重減輕、腹瀉，是胰臟癌最常見症狀，但通常症狀出現時已是晚期，腫瘤已壓迫膽道或轉移肝臟，導致消化異常。

胰臟癌成因至今仍不明確，只有部分危險因子可供自我檢視、提高警覺，包括特定遺傳基因突變者、遺傳慢性胰臟炎、酒精性慢性胰臟炎、胰臟水瘤、糖尿病、抽菸等。

李伯璋表示，胰臟癌無法用腫瘤指數 CA19.9 偵測，即便有癌，指數也不見得會高。目前診斷早期胰臟癌敏感度最高的工具是內視鏡超音波，屬於侵入性檢查，檢查過程存在一定風險而且設備及技術層級較高，亦不建議作為篩檢工具。找到早期篩檢和預防的有效策略，仍然是目前最缺乏突破的關卡。

### **【地方與社區發展】**

## **十九、門諾送餐服務升級 經費缺口仍逾 1 千萬**

資料來源: 2019-10-11 10:43 中央社 花蓮縣 11 日電

花蓮門諾基金會推出送餐服務超過 20 年，每天服務超過 550 名長輩，今年計畫擴大服務範圍，藉由拍攝公益短片「送愛偏鄉，好好吃飯」籌募經費，目前仍有逾 1000 萬元缺口。

門諾基金會送餐服務民國 87 年起步，每天固定配送午、晚 2 餐，從一開始約 40 名，到現在每天 550 名，21 年來累積服務 2685 名長輩，送出超過 270 萬個餐盒，送餐車足跡遍佈花蓮。

基金會執行長邱燕銀接受中央社記者採訪指出，今年提出「多層級餐食服務模式」，包含據點送餐、在地製餐、送餐、行動自助餐、送餐大隊及偏遠送餐等模式，送餐服務結合長照服務。

邱燕銀舉例，壽豐工作站今年 5 月初結合在地 2 家小吃店，推出在地化製餐，玉里則啟用行動自助餐車，分擔送餐給豐南、富里、瑞穗的長輩，都是擴大模式重要一環。

除了讓長輩吃到溫熱便當，送餐服務也針對長輩健康、牙口狀況，客製化不同切菜大小的便當，邱燕銀說，最年長的個案張阿公，今年高齡 94 歲，接受送餐服務將近 20 年，透過送餐，也能掌握長者健康狀況，即時協助。

邱燕銀坦言，單單送餐服務，一年經費缺口就要約新台幣 900 萬元，主要開銷除了食材製作費、人事費，就是車輛保養、油料等，經費來源來自縣府餐費補助、民眾小額部分負擔，大部分還是來自社會大眾愛心捐款。

門諾基金會今年拍攝 3 分鐘「送愛偏鄉，好好吃飯」公益短片，透過影片讓大眾了解偏鄉長照的特殊處境，邱燕銀指出，吃飯只是擴大計畫的一環，還要結合居家服務、輔具服務等需求，預計需要 3700 萬元經費，目前已籌募到一半，仍要繼續努力，幫助長輩能在地老化。

## 二十、有意義的雙十 台南這群工會志工為 88 歲身障嬭修繕房子

資料來源: 2019-10-11 10:22 聯合報 記者吳淑玲／台南即時報導

台南市勞工局與台南市木工業水泥業職業工會及鋁製品製造裝配職業工會等志工，接力為台南市新化區羊林里一名王姓阿嬭整修殘破不堪的房子，最後接棒的是台南市鋁製品製造裝配職業工會的志工吳元榮帶著兩名兒子吳佳軒、吳佳霖一起參與修繕，在國慶假期不停歇協助阿嬭一家汰換鋁窗和玻璃，讓王姓阿嬭一家有遮風擋雨的家。

勞工局表示，日前接獲伊甸基金會通報，與台南市木工業職業工會志工前往探視，王阿嬭高齡 88 歲，居住在老舊平房中，屋頂的屋瓦已結構殘破，遇雨時容易漏水進屋。屋內的臥室也無正常的門，只有一塊木板作為遮掩用；四周門窗玻璃多處破損嚴重，居家生活環境不甚理想。同住的尚有小兒子一家人，兒子年輕時因工安意外截斷右手四隻手指，因身體狀況不佳並未就業；媳婦為心智類身障者；3 名孫子女中有 2 名也是身障者。

近日因高齡的王姓阿嬭身體日漸不良於行，台南市照顧管理中心社工轉介伊甸基金會協助阿嬭進行居家照顧輔具的申請，居家評估中社工發現王姓阿嬭住宅問題。勞工局接獲通報後，立即安排台南市木工業職業工會的修繕志工前往勘察，並立即啟動勞工局「有情有疼心 有故事厝」弱勢勞工家庭房屋修繕方案，協力連結工會志工為王姓阿嬭修繕居家住宅問題。

工會的修繕志工們 5 日起展開修繕工程，台南市木工業職業工會的志工先幫王姓阿嬭家的臥室安裝上木片門。台南市鋁製品製造裝配職業工會的志工為阿嬭家的破損木窗及玻璃丈量尺寸，8 日台南市泥水業職業工會接力修繕阿嬭家的屋瓦；再用國慶休假日，台南市鋁製品製造裝配職業工會的志工吳元榮帶著兩

名兒子吳佳軒、吳佳霖一同參與修繕，在國慶假期不停歇協助阿嬤一家汰換鋁窗和玻璃，王姓阿嬤女兒一再表達感謝。

勞工局長王鑫基主示，在修繕團隊志工的努力下，終於把阿嬤一家人的居住問題克服了，年邁的阿嬤不用再擔心下雨的日子屋內下小雨；修好的門窗也讓阿嬤一家能擋風遮雨，用志工的愛修築起來的家頓時充滿溫暖，也讓這家人在面對未來多了點希望。目前勞工局「有情有疼心、有故事厝厝」弱勢勞工房屋修繕方案截至目前已完工 97 戶。

## 二十一、萬里銀髮俱樂部再成立 志工煮手路菜招待

資料來源: 2019-10-14 19:53 觀天下 記者廖品涵／萬里報導

新北市府推行里里銀髮俱樂部政策，萬里區崁腳里在活動中心裡成立銀髮俱樂部，為了要慶祝這項喜事，志工們特別拿出好手藝，端出辦桌才會煮的手路菜要請長輩們享用。

崁腳里長郭清標說，以往辦理共餐，崁腳里的長輩們都是一人出一道菜，跟大家一起分享自家的好味道，而自己也都會不藏私地拿出自己種的蔬果，與老寶貝們一起享用，響應揭牌志工們也讓老人家們休息一天，邀請長輩們來吃辦桌菜，還有高齡 99 歲的長輩相當期待俱樂部的揭牌，可以更常過來聚會唱歌。

萬里區長雪琴指出，萬里區距離里里銀髮俱樂部只差一個里，不少的里都像崁腳里人口分佈山區要找個據點相當不易，目前萬里已經有 10 個銀髮俱樂部據點，只差溪底里還沒有開辦，未來會繼續與里長努力尋找據點，要達成里里都有銀髮俱樂部的目標。

## 二十二、主題式青銀共居 高職生到長照據點當志工

資料來源: 2019-10-10 13:28 聯合報 記者潘乃欣／台北即時報導

教育部青年署表示，教育部 108 年設置 4 家青年教育志工推動中心，連結國內推動志願服務的民間單位及學校，推動主題式持續性志工服務方案。以健康衛生作為志工服務主題的中心，在南區推動「樂活生活：長者關懷服務」方案，邀東吳高職生到嘉義六腳鄉潭墘社區長照據點服務，與阿公阿嬤一起活動，讓社區長輩身心獲得舒展。

青年署說，15 名青年志工到潭墘社區陪阿公阿嬤活動，伸展操時間，只見阿公阿嬤賣力擺動身軀，不輸身旁的年輕人。青年志工還大展手藝，為長輩們煮點心、表演調飲料以及果雕。當大男孩用水果刀在小玉西瓜上雕刻出一朵花時，讓幾位阿嬤覺得十分新奇，忍不住起身圍在旁邊仔細觀看。

午餐時，青年志工幫忙盛飯菜，青銀共餐話家常。依慣例，餐後阿公阿嬤都會回家休息，但有阿嬤一直拉著青年志工的手，聊個不停，有的長輩離開前還不捨地確認青年志工會不會再來拜訪。

青年署說，台灣已進入高齡社會，不僅長者比例不斷增高，許多社區的青壯年人口外流，長輩缺少年輕人的陪伴與關懷。青年志工的投入，為長照據點長輩的例行生活注入許多歡樂與活力。

陪同青年志工前來服務的東吳高職吳姓教師表示，年輕人有機會運用所學服務長輩，是學生本身亦受益。青年志工在服務過程中，除進一步了解長者的需求，也更懂得如何與他人相處。

## **二十三、南勢社會福利館 年底完工**

資料來源: 2019-10-13 23:08 聯合報 記者張雅婷／新竹報導

新竹市首座公共托育家園與親子館年底將完工，除了有托育家園，也有為高齡者規劃長青學苑及長照據點，受惠民眾的年齡層將「從小顧到老」。

耗資 8 千萬打造的南勢社會福利館為地上 4 層樓、地下 1 層樓的多功能建築，1 樓規畫里民活動中心、2 樓設立北區親子館、3 樓為公共托育家園與定點臨托中心、4 樓將設長青學苑與長照據點。

社會處表示，位於 2 樓的北區親子館將有「浮島樂園」，讓 0 至 6 歲兒童能玩球、探險、搭小帳棚露營，訓練大小肌肉群發展；3 樓的竹市首間公共托育家園，可供 12 名 2 個月到 2 歲嬰幼兒托育服務，設有活動區、睡眠區、盥洗室、餐飲廚房區及專屬小小孩的洗手台等，並開辦定點臨托服務，讓家中有 6 個月到 6 歲幼童的家長依需求預約使用。

市長林智堅昨天視察後，指示加強公設的兒童安全措施，要求提高兒童安全防護措施，包括包覆尖角、鋪防撞泡棉、注意玻璃帷幕安全度等，避免幼兒奔跑玩耍時被刺傷或刮傷，並要求全館服務設施的動線標示明確一致，打造最便民的空間，也建議加速規畫長青學苑課程和長照設施。

## 二十四、竹市首座公共托育家園年底將完工 明年啟用

資料來源: 2019-10-13 12:18 聯合報 記者張雅婷／新竹即時報導

新竹市南勢社會福利館將設立竹市首座公共托育家園與北區親子館，新竹市府宣布年底即將完工，屆時將正式實現「一區一親子館」目標，也為高齡者規劃長青學苑及長照據點，受惠民眾的年齡層將「從小顧到老」，預計年底完工，明年陸續啟用。

市府投入超過 8 千萬打造地上 4 層樓、地下 1 層樓的多功能南勢社會福利館，1 樓規劃里民活動中心、2 樓設立北區親子館、3 樓為公共托育家園與定點臨托中



心、4 樓將設長青學苑與長照據點，市長林智堅前往視察後，除指示加強公設的兒童安全措施，並加速規劃長青學苑課程，他也要求各項設施務必嚴守法規，以安全與舒適優先考量，掌控設備裝設時程，讓室內裝修工程如期如質完工。

社會處表示，位於 2 樓的北區親子館將有「浮島樂園」，就像漂浮在空中的小型操場，讓 0 至 6 歲兒童能玩球、探險、搭小帳棚露營，訓練大小肌肉群發展，社會處長 2 樓北區親子館著重環境安全及親子友善服務，空間設計能刺激並提升幼兒活動力，同時減輕親職照顧壓力。

位於 3 樓則是竹市首間公共托育家園，以溫暖木質風格打造類家庭式托育空間，可供 12 名 2 個月到 2 歲嬰幼兒托育服務，設有活動區、睡眠區、盥洗室、餐飲廚房區及專屬小小孩的洗手台等，李季縈表示，3 樓北區公共托育家園將提供竹市 2 個月到 2 歲幼兒平價優質托育服務，並開辦定點臨托服務，讓家中有 6 個月到 6 歲幼童的家長依需求預約使用。

視察過程中，林智堅市長特別要求提高兒童安全防護措施，包括包覆尖角、鋪防撞泡棉、注意玻璃帷幕安全度等，避免幼兒奔跑玩耍時被刺傷或刮傷，並要求全館服務設施的動線標示明確一致，打造最便民的空間。

市府也表示，南勢社會福利館除了設有親子館、公托家園照顧孩子，4 樓設有長青學苑與長照 C 據點，1 樓則是提供社區使用的里民活動中心，預計年底完工、明年陸續啟用各樓層。

### **【其他相關議題】**

## **二十五、旗山 82 歲翁撞死妻 監理站：滿 75 歲駕駛人要重新受測**

資料來源: 2019-10-13 17:37 聯合報 記者徐白櫻／即時報導

高雄旗山發生 82 歲老翁不慎撞死 78 歲妻子意外，事發後老翁嚇傻無法下車，高齡駕駛問題引起外界重視。旗山監理站表示，106 年 7 月 1 日起，超過 75 歲的駕駛人須通過認知功能檢測才能換發新照，每 3 年換照一次，若不受檢會被註銷駕照，高齡長輩應依規定受檢。

警方指出，本月 11 日傍晚，82 歲鄭姓老翁攜妻抵達住家後門倉庫門口，疑似入錯檔誤踩油門，失控往前衝撞位於車前的妻子，鄭妻送醫不治。

旗山監理站長楊財惠表示，台灣步入高齡化社會，政府重視高齡駕駛人身體狀況，106 年 7 月 1 日起，各地監理站會主動通知年滿 75 歲的駕駛人進行認知檢測，民眾可前往衛生所或醫院檢查，通過後才能換照，超過 3 年不檢測會被註銷駕照。

不過此規定是針對民國 31 年次 7 月 1 日以後出生者才具有強制力，在新規定頒布前滿 75 歲的長輩還是持有駕照，不會強制換照，除非道路違規遭警方開單才會強制受檢以換發駕照。

意外發生後，不少人討論鄭姓老翁是否仍有良好體能開車上路，警方表示，鄭姓老翁目前仍持有汽車駕照。據了解，鄭姓老翁出生於民國 26 年，恰巧屬於免強制受檢測才能更換駕照的族群。

## **二十六、強化「醫病溝通」 高醫手術室團隊粉墨登場演話劇**

資料來源: 2019-10-14 11:54 聯合報 記者蔡容喬／高雄即時報導

因應病人安全周的「醫病溝通」主題，高雄醫學大學附設中和紀念醫院的手術室團隊今在醫院大廳上演話劇「手術室的春天」，告知病人及家屬術前溝通的重

要性與病人辨識的重要性，並提醒醫護、患者及家屬就醫時要「大聲問」，減少溝通不良狀況，也拉近醫病間的距離。

高醫院長侯明鋒表示，病患到醫院來，最重要的是治好疾病、照顧好健康，流程中更須保障安全，病人安全是醫院首要政策，病人在就醫流程有任何問題都要隨時提出，與醫護人員做溝通。高醫近幾年都獲得病人醫療品質 SAQ 獎及各種內部獎項，紮紮實實落實病人安全。

擔任高醫病安委員會院外委員的周玉芬分享，院內醫護對於病人安全採取最嚴格的標準，對於病人本身來說，也須對病人安全有基本認知，以急診為例，是以檢傷分類等級作為看診順序，絕非「先到先看」、「年紀大的先看」，而是先處理最危險、最可能致命的患者，如果只是皮肉傷，就得耐心等待。

此外，語言是醫病溝通中相當重要的連結，周玉芬說，南部很多高齡病患都講台語，她帶父親看診時，就會特別向醫師強調父親只講國語和日語，讓醫師知道要用何種語言溝通；如果有患者只講客家話，或因應愈來愈多新住民及外籍人士看診趨勢，目前高醫也提供國際醫療語言服務，讓醫病溝通更為順暢。

## 二十七、健康你我他／微旅行、送小物 社區教會好貼心

資料來源: 2019-10-12 00:42 聯合報 文／譚映芬（桃園市）

兒童有兒童節，青年有青年節，老年人則有重陽節。台灣邁入高齡社會，如此龐大的族群讓重陽節被人所重視。

母親高齡 93，每周最期待的就是社區教會的萬年青聚會。主辦單位知道許多年長者因行動與交通不便，困在家中，特別安排免費接送服務。

聚會內容更煞費苦心，變換主題，有時是休閒的健腦桌遊，有時是養生的烹飪廚房，也有衛教宣導講座，或是手作 DIY。課程結束後，共進午餐，不必擔心還

要回家覓食，全部經費來自善心人士捐款。一年當中的重頭戲，當然就是歡慶重陽。

兒童節有精美禮物，青年節有熱鬧活動，重陽節則是好禮雙重送。其一是趁著秋高氣爽，教會每年此時都會安排免費的戶外半日遊，考慮長者體力有限，多數是縣境內微旅行，中午則以當地風味餐畫下完美句點。

出遊是重陽節前的暖身操，其二是重陽節當天特別的慶祝活動，歡唱卡拉 OK 讓長者有機會一展歌喉，疊杯競賽中，俐落手腳看不出高齡八、九十，會後還有志工烹煮敬老餐，牙口不好的老人家都說讚。離去前每人還有伴手禮，去年是一雙防寒厚毛襪，母親說好看又實用，穿上它真是從腳暖到心坎裡。

## 二十八、南投縣幸福好養生 結褵 70 年白金鑽婚達 37 對

資料來源: 2019-10-09 16:51 聯合報 記者黑中亮／即時報導

結婚 50 年是金婚、60 年鑽石婚，而能超過 70 年的銀髮夫妻叫做「白金鑽婚」，南投縣今年破天荒有 37 對，鑽石婚 430 對、金婚 899 對，南投社勞處表示，今年度全縣結婚滿 50 年以上的老來伴共有 1366 對，顯示長者越來越長壽，也代表南投是幸福養生的好地方。

南投縣下周起連續 2 天在九族文化村舉辦金婚、鑽石婚、白金鑽婚楷模表揚，南投縣政府統計發現，結婚 50 年以上是百年修來的福分，但隨著步入超高齡老年化，今年全縣結婚滿 70 年白金鑽婚的夫妻有 37 對，60 年鑽石婚的及 50 年金婚的數字，比起去年都有大幅成長。

社勞處表示，25 年是銀婚、30 年是珍珠婚、40 年是紅寶石婚，而南投擁有好山好水，縣民平均壽命提高，一甲子的歲月，尤其見證了歷久彌新的真情，因此縣府每年都表揚結婚 50 年的老夫妻，因為「屋寬不如心寬」，婚姻對每位牽

手的銀髮夫妻，需要的是彼此互相扶持、互相忍讓才能獲得長久的幸福婚姻生活。

南投縣更提升老人福祉，將敬老愛心卡額度從 300 元提高到 1000 元，讓長輩們乘車更便利，另為了照顧長輩的健康，改善醫療環境，並辦理老人假牙補助，讓長輩們活得幸福快樂、又有尊嚴。

## 【國外時事】

### 二十九、讓銀髮爸媽重回幼稚園！日本老人流行上「托老所」

資料來源: 2019-10-10 11:56 元氣網 綜合報導

現代邁入高齡化社會，日本也是人口嚴重老化的國家之一，也因此照護方式更加的先進。其中有種日間照護的「托老所」，像是讓老人去上幼稚園的概念。

近年在日本興起一種名為デイサービス(Dayservice)的服務，和托兒所概念相似，可以理解為「托老所」，服務對象從幼童轉變為老人。

托老所一般開設於社區民宅內，方便居民前來，每天早上派專車接老人到機構，進行各項安排好的活動，下午再送他們回家，既不會讓老人在養院長住感到孤單，又能減輕家屬或照顧者的負擔，最重要的是，在托老所老人們可以擁有社交和娛樂圈，心態更健康。

某家托老所在官網公布一天的作息，早上九點半由機構接老人去「上學」，抵達後由護理人員進行健檢，測血壓心跳體溫等等，接著按順序入浴，視個人身體狀態和行動能力，工作人員會從旁協助。

洗完澡就會自由活動，包括打麻將、卡拉 OK、下棋、摺紙、畫畫、電腦上網等，這期間工作人員仍會隨侍在側，提醒老人喝水、適時休息。這些活動不僅讓老人能進行交流，也能延緩腦力和體力衰退。

到了中午 12 點就吃午餐，仍是大家一起進食，下午刷牙午休後，繼續進行集體的益智和身體活動。下午 3 點吃點心，4 點「放學」由專車送回家。老人們短暫離家，和同齡者進行交流保持社交關係，有助身心健康。

托老所並無規定要天天來，也可視個人情況一周來個兩三天，在這裡可以接受膳食管理、洗浴護理等全方位服務，托老所的定位也從全面照護，轉型為盡量幫助老人實現生活自理。老人晚上依然可以回到自己家享天倫樂，對很多人來說是個完美的折衷養老型式。

### 三十、老齡化社會來臨 2050 年中國老年人口將逾三分之一

資料來源: 2019-10-10 10:01 聯合報 記者賴錦宏／即時報導

中國自 1999 年進入老齡化社會，至今已整整 20 年。全國老齡工作委員會辦公室、中國老齡協會近日編印了《奮進中的中國老齡事業》，其數據顯示，2035 年前後，中國老年人口占總人口的比例將超過 1/4，2050 年前後將超過 1/3。

據中新社報導，中國老齡協會今年上半年發布的《需求側視角下老年人消費及需求意願研究報告》表明，從 1999 年進入人口老齡化社會到 2018 年的 19 年間，中國老年人口淨增 1.18 億，成為目前世界上唯一老年人口超過 2 億的國家。國家統計局今年一月發布的數據顯示，到 2018 年末，中國 60 周歲及以上人口逾 2.49 億，佔總人口的 17.9%。

《奮進中的中國老齡事業》亦指出，中國是世界上人口老齡化程度較高的國家之一，老年人口數量最多，老齡化速度最快，應對人口老齡化任務最重。進入

老齡化社會後，中國老年人口呈迅猛增長態勢，60 歲及以上人口占總人口數的比例從 1999 年末的 1/10 上升到 2018 年底的超過 1/6。

積極應對人口老齡化已成為中國一項長期戰略任務。據官方介紹，目前中國老齡法規政策體系基本建成、老年社會保障體系不斷健全、養老服務體系建設成效明顯、老年健康服務體系加快發展，正推動老齡事業全面協調可持續發展。