

20191218-20191224

高齡時事整理

<b>【法律與政策議題】</b> .....	5
一、 減輕長照家庭壓力 中區國稅局：明年所得稅扣稅 12 萬 .....	5
二、 選前拚長照 政院大撒幣 92 億 .....	6
三、 高雄三選區／銀髮海嘯來襲 選將拚政見顧老.....	8
四、 90 歲公公當超級助選員！賴惠員提長照 2.0 升級版政見 .....	9
五、 張善政談從小顧到老三大政策 批蔡政府將花錢當政績.....	10
<b>【勞動力與人力資源】</b> .....	11
六、 台灣防日本化 專家：要注意老化、低成長.....	11
七、 防「日本化」困境 央行：擴大基礎建設.....	12
八、 台灣女性勞參率 輸星韓日.....	13
九、 協助女性創業 第一銀行獲勞動部肯定.....	15
十、 勞工健康服務中心 109 年起擴大彈性服務時間 .....	16
十一、 北市就服處 23~27 日辦徵才 鼎泰豐等廠商提供 478 個職缺 .....	17
十二、 缺工！大車駕駛將放寬年齡上限.....	18
十三、 放寬大車駕駛到 68 歲...讓老司機開交通車 排低風險班表 .....	20
<b>【經濟安全與產業發展】</b> .....	21

十四、 健保要永續 經濟學者：保大不保小、提高自付額.....	21
十五、 想要老年財產安穩如山？「安養信託」來把關.....	22
十六、 金控對陸曝險 2020 金檢重點 .....	24
十七、 國人退休規畫 常見五警訊.....	25
十八、 年終保單健檢 專家建議掌握 3 要點保障無漏洞 .....	27
十九、 人口老化 福祉概念股錢景亮.....	28
<b>【生活健康與照護科技】 .....</b>	<b>29</b>
二十、 桃竹苗病患出院準備及轉銜成果發表 盼創三贏.....	29
二十一、 流感疫苗晚開打 肺炎人數恐攀升.....	31
二十二、 高雄長庚完成腦血栓移除加支架 85 歲老翁獲新生 .....	32
二十三、 動腦防失智 大腦體操建議菜單看這裡.....	34
二十四、 不怕長者咬不動 嫩化食材有撇步.....	36
二十五、 照顧失智長輩 新北引進新方法.....	37
二十六、 遠傳攜手高通推智慧錶 年銷量拚破萬.....	38
二十七、 藍光傷眼！清大攜手曙光女中研究 讓日常護眼更簡單.....	39
二十八、 讓故宮國寶變有趣 北醫大邀師生用 AR 解析青銅器 .....	41
二十九、 新光 JX 健身俱樂部即將開幕 CP 值超高 .....	42
三十、 新藥＋天然植提＋藥食製劑 杏輝營運 3 箭顯效益 .....	44
<b>【地方與社區發展】 .....</b>	<b>45</b>

三十一、 柯市府社福體檢 北社盟：58 分不及格 .....	45
三十二、 黃偉哲與市民的健康約定 用 AI 運動數據守護健康 .....	46
三十三、 農路修繕近百公里六都第一 台南農業局端施政成果.....	47
三十四、 新北人口高齡化暗藏犯罪與被害隱憂 警籲關懷高齡長者.....	48
三十五、 里長大小聲／洪登賢爭取 涌興里長者福利好.....	50
三十六、 南投護偏鄉健康 在社區可健檢.....	51
<b>【其他相關議題】</b> .....	52
三十七、 台壽起床任務回響熱烈.....	52
三十八、 日月光推 5 年計畫 助杉林區邁向智慧化城市 .....	53
三十九、 彰銀關愛獨老 年菜送到家.....	55
四十、 全台血庫不到 5 天要見底 過年前全台缺需 2 萬 7 千袋熱血 .....	56
四十一、 北市前 11 月行人交通事故死亡 銀髮族占 6 成 5 .....	58
四十二、 高齡者交通事故 騎機車居首位.....	59
四十三、 九旬翁身懷 18 萬現金 遠渡重洋只為這件事 .....	59
四十四、 退休公務員迷途記 市政大樓內急尋「我的退休金」 .....	60
<b>【國外時事】</b> .....	61
四十五、 日本 2020 年度總預算創新高 連 2 年破百兆日圓 .....	61
四十六、 台大與日本合作 推動國家級老年照護「阿波羅計畫」 .....	62
四十七、 日本議員與劉建國交流 建立台日長照政策交流平台.....	63

四十八、 日本流感恐提前進入高峰 跨年遊日須留意.....	64
四十九、 日本上皇明仁 86 歲生日 致力鰕虎魚新論文 .....	64

## 【法律與政策議題】

### 一、減輕長照家庭壓力 中區國稅局：明年所得稅扣稅 12 萬

資料來源: 2019-12-23 10:03 聯合報 記者張明慧／台中即時報導

長期照顧身心失能者，所得稅明年可以扣稅了！財政部中區國稅局指出，政府為減輕長期照顧身心失能者家庭的經濟壓力修法，每人每年可定額減除 12 萬元，追溯自今年 1 月 1 日施行，明年 5 月報稅，在家自行照顧者別忘了今年月底前要先完成巴氏量表檢測。

財政部中區國稅局指出，因應人口結構高齡化，長期照顧需求人數逐步增加，政府為減輕長期照顧身心失能者家庭的經濟壓力，於 2019 年 7 月 24 日修正所得稅法，增訂長期照顧特別扣除額，符合衛生福利部公告「須長期照顧之身心失能者」，每人每年得定額減除 12 萬元，追溯自今年 1 月 1 日施行，明年 5 月申報綜合所得稅時即可適用。

很多民眾詢問長照扣除額適用資格，與須檢附的證明文件，中區國稅局整理如下：

類型一：實際聘僱外籍看護工者，要檢附 2019 年度有效聘僱許可函影本。

類型二：在家自行照顧(經指定醫療機構專業評估)，要提供 2019 年度病症暨失能診斷證明書暨巴氏量表影本；若符合特定身障項目重度(或極重度)等級項目或鑑定向度，可檢具身心障礙證明或手冊影本。

類型三：長照給付與支付服務使用者(失能等級 2 至 8 級)，要附 2019 年度使用長期給付及支付照顧服務繳費收據影本(需註記特約服務單位名稱、失能者姓名、身分證字號及失能等級等資料)；免部分負擔者，須檢附長期照顧管理中心公文或相關證明文件。

類型四：入住住宿式服務機構者（包含老人福利機構，安養床除外）、退輔會榮民之家（安養床除外）、身心障礙住宿式機構、護理之家機構等，要提 2019 年度入住累計達 90 日之繳費收據影本；受全額補助者，須檢附地方政府公費安置公文或相關證明文件。

財政局中區國稅局提醒，在家自行照顧除了要身心障礙證明或手冊，可判讀符合列報資格，須在今年底前至指定醫療機構取得「病症暨失能診斷證明書暨巴氏量表影本」；具長照失能等級評估為 2 到 8 級者，年底前使用長期照顧給付及支付基準服務，明年 5 月才能申報扣除。

不過長照扣除額有訂出「排富條款」，符合租稅公平，有下列情形之一不得扣除：一、減除幼兒學前特別扣除額與長照扣除額後，全年綜合所得稅適用稅率在 20% 以上，或本人或配偶薪資所得、各類所得分開計算稅額適用稅率在 20% 以上。二、選擇股利及盈餘按 28% 單一稅率分開計算應納稅額。三、基本所得額超過規定扣除金額 670 萬元。

「長照減稅」是今年新修法後實施，不少民眾有疑問，可撥打中區國稅局免費服務電話 0800-000321 詢問，或至官網（<http://www.ntbca.gov.tw>）長期照顧特別扣除額專區查詢。

## 二、 選前拚長照 政院大撒幣 92 億

資料來源: 2019-12-20 00:24 聯合報 記者林河名、陳雨鑫／台北報導

大選倒數，行政院再推近百億利多。行政院昨天宣布，閣揆蘇貞昌已核定「住宿式服務機構品質提升卓越計畫」，針對評鑑合格的住宿式長照機構，每年每床獎勵一萬元、私立機構每年每床獎勵二萬元，每個機構每年最高獎勵一百床，實施期程從明年起到民國一一二年底止，五年經費共九十二億餘元。

儘管行政院大張旗鼓公布利多政策，但衛福部長照司副司長周道君昨天表示，長照機構想拿到補助須達到衛福部所頒布的品質指標，該指標尚未核定，仍在整理中，最快今年底、最晚明年初公告。至於品質指標的內容，包含照顧品質、住宿機構環境等，例如如何降低住民跌倒率，是否有增加看顧人員、無障礙設施、避免增加跌倒方針等。

行政院估計，預期中央和地方一八四九家各類住宿式長照機構可以受惠，其中公立機構八十四家、私立一七六五家，總計可達十萬五七六五床。該計畫五年共需要九十二億九百六十萬元經費，將由原有的「長照服務發展基金」支應，不會新增預算。

衛福部昨在行政院會報告「高齡友善健康照護工作推動成果與展望」，蘇貞昌表示，他上周已核定提升住宿式機構的服務品質專案計畫，針對公私立機構分別給予每床一至兩萬元獎勵。蔡政府執政以來，長照預算從二〇一六年不到五十億元，增加到明年四百億元，成長八倍。

蘇並在臉書以「國家賺錢、人民分紅」為題表示，政府不但減稅增福利、國家稅收增加、年度結算也照樣有賸餘，政府賺錢，當然要花心思更照顧人民；未來政府要增加育兒津貼，減輕爸媽負擔，長照二·〇也要「五個增加」，包括未來長照經費將持續增加到六百億、增加日照中心與每區域的平價住宿機構、增加照顧家庭與服務項目。

蘇也表示，國人去年平均壽命達八十點七歲（男性七十七點五歲、女性八十四歲），創下歷年新高，二〇二六年將邁入超高齡社會，對年長者的照顧更是刻不容緩。

不過，家總秘書長陳景寧表示，政府應該補助使用者，讓使用者的選擇提高機構品質，且每床每年獎勵一到兩萬，對於機構提升品質仍是杯水車薪，雖然肯定政府看見機構的需求，但補助一到兩萬是否足夠，仍打上問號。

台北市社區銀髮長期照顧發展協會理事長吳第明說，現在機構經營不易，連要調整收費都限制重重，雖然每床每年獎勵一到兩萬，不足以補貼機構支出，但政府願意看見機構的需求，仍是值得鼓勵的政策。

### 三、高雄三選區／銀髮海嘯來襲 選將拚政見顧老

資料來源: 2019-12-18 23:29 聯合報 記者楊濡嘉／高雄報導

面對來勢洶洶的銀髮海嘯，老人照顧刻不容緩，如何打造友善的高齡社會，高雄市立委第三選區（左營、楠梓區）候選人各有主張與解方。

親民黨籍候選人蘇博廷建議在左楠地區打造大健康產業示範園區，利用海軍醫院結合合群新村部分土地加以活化，園區內長者配置智慧手環落實管理健康，也可與醫療單位及時連繫。園區內可安排各項活動，增加長者間互動，展現人情溫度。至於長照支出，應由稅制走向保險制。

無黨籍郭新政也主張左楠區土地資源可投入老人照顧在內等社福措施，可運用的土地包含老舊眷村、中油煉油廠舊廠區，可設托嬰、青年國宅、眷舍、商辦、科技園區、長照村等，推動產業，也讓青年可以留鄉工作，實現三代同堂的天倫夢。

台灣民眾黨莊貽量認為應增設活動中心並辦多元活動，讓長輩有充實的老後生活，運用國公有土地規畫開心農場，對於失能長輩，按經濟狀況給予合宜補助，幫助有實際需求的銀髮族群。

民進黨劉世芳表示，蔡政府對長照、老年照顧有完善措施，她主張依受照顧者失能情況，加強照顧者喘息服務，也要重視老年人交通接送、輔具支援系統等，補助有失能者家庭改善無障礙環境。

國民黨黃昭順說，她向來重視扶幼顧老，長者照護要從家庭照顧轉換成國家協助照護，社區、地方政府、中央政府的長照措施環環相扣，更要為老老照顧家庭減壓。

曾任市議員的律師湯金全現年 73 歲，是高雄 48 位立委候選人年紀最長者，他說，年長代表豐富人生經歷，他最懂銀髮族需求，他主張讓長者繼續貢獻學養，活得有成就感。

國會政黨聯盟鄭品娟、興中同盟會王貴雄、台灣獨立黨柳淑芳、喜樂島聯盟莊于萱、宗教聯盟李郭秋蘭等候選人也都重視老人福祉，要給老人尊嚴、安全與快樂。

#### **四、90 歲公公當超級助選員！賴惠員提長照 2.0 升級版政見**

資料來源: 2019-12-20 16:09 聯合報 記者吳淑玲／台南即時報導

台南市第一選區民進黨立委候選人賴惠員今天到新營泰安安養中心與長輩們一起搓湯圓慶冬至佳節，賴惠員提出長照 2.0 升級的政見，強調「小英再 4 年，照顧更周全」，未來打造適合銀髮族安居生活的友善社會。高齡 90 歲的公公張水盛現身，他精神很好，身強體健，活力十足，希望為賴惠員加分爭取支持。

張水盛今年 90 歲，但依然很活躍，最近競選活動經常跟著媳婦賴惠員到處助選，力讚民進黨政府向來最照顧年老族群，肯定蔡英文總統推出長照 2.0 政策。

賴惠員指出，台南市老年人口比率已超過 15%，溪北地區的老化問題更是不可忽視，必須加速推動長照 2.0 的政策升級，一方面減輕子女對長輩的照護負擔，一方面讓長者老有所養。

賴惠員提出長照 2.0 政策升級版政見，包括長照總經費提高至 600 億元、廣設平價住宿機構、增加照顧服務項目、一國中學區設立日照寄養機構，增加照顧家庭，減輕年輕人負擔。另爭取推廣設立社區綜合型照護中心，結合嬰幼托育，讓各族群就近得到完善的照顧服務。

## 五、張善政談從小顧到老三大政策 批蔡政府將花錢當政績

資料來源: 2019-12-20 21:55 聯合報 記者蔡佩芳／台北即時報導

### · 選前倒數！呼聲最高的「新秀立委」網路聲量排行來了

國民黨副總統候選人張善政在政見發表會談論從小照顧到老的三大政策。他也批評蔡英文政府一直強調長照 2.0 政策花了多少錢，當作政績，這不是政績、是花錢的績效。

張善政提到，三項政策一項是幼兒 0-6 歲國家幫忙養。國家的競爭力可從出生率看出來，民進黨執政新生兒從每年 21 萬人降到今年到現在為止只有 16 萬，民進黨執政年輕人不敢生育。韓陣營的生育補助費及 0 到 6 歲 666 育嬰養育費直接交到父母手上，父母決定怎麼養，國家都來幫忙；國教向下延伸，5 歲幼兒學前教育義務化；4 歲、3 歲入幼稚園幼兒教育免學費；成立 0 到 3 歲幼兒發展中心，協助嬰幼兒早期療育與潛能開發；從懷孕期開始提供家庭育兒支持。同時，用政策支持多元托育服務，例如協助家長減壓服務、工作再設計等措施，全力降低父母養兒育女的負擔。

張善政說，11月中時，蔡英文總統也引用我們的「0-6歲國家幫忙養」政策，計畫每年發放育兒津貼6萬元。如果蔡總統真的理解年輕人不敢生養的難處，怎會現在執政四年後才要做，還抓不到重點。他更批評，蔡政府不但在鼓勵生育及解決長照需求上失敗，也對青年低薪，沒有夢想、沒有未來的問題束手無策。

張善政提到，青年政策方面，執政後他將把教育部青年署升格，設立「青年發展委員會」，統籌協調跨部會各項青年發展政策。除要協助年輕人加速產業升級轉型，協助青年高薪就業、全球創業外，也將盡力解決青年居住的問題。

第三大面項則是長照、醫療，台灣即將於2025年進入65歲以上人口超過20%的超高齡社會，健康、醫療、長照是全台灣都要面對的重大課題。他母親失智後臥床十餘年，他知道長期照護親人的辛苦，對於台灣近年來發生越來越多夫妻、親子相殘的長照悲劇，心有戚戚焉。為了解決這個問題，韓陣營將開辦長照保險，建構長照服務網絡。從個人、企業以及政府三方投入的方式，用全民互助補強國家照顧；改革健保支付標準，讓民眾的健康管理、慢性病控制、預防醫學也可以獲得健保給付；預防勝於治療，將大數據及人工智慧等科技引入醫療及健康產業，開創智慧醫療，建構大健康產業，開發智慧醫療。

張善政說，蔡政府一直以長照2.0每年花多少錢當做政績，今年有新台幣300億元、明年還要花400億元。這不是政績，而是花錢的績效，花人民口袋的錢，政績要看服務了多少人、是不是最需要服務的人、有沒有避重就輕。

### **【勞動力與人力資源】**

## **六、台灣防日本化 專家：要注意老化、低成長**

資料來源: 2019-12-20 14:15 聯合晚報 記者全澤蓉／台北報導

## 我經濟成長較好、未零利率

台灣會不會落入「日本化」，學者看法和央行一致，認為台灣的經濟成長較好，又有電子業支持，不像日本產業老化；台灣也沒有走到零利率地步，現況雖然沒有日本化，但人口老化可能造成經濟動能緩慢，確實需要注意。

永豐金控首席經濟學家黃蔭基表示，要避免日本化要打破三低一低通膨、低利率和低成長，但目前前兩低對台灣來說，都沒有太大的問題，比較要注意低成長的問題。

黃蔭基說，台灣有半導體製程，有 5G 技術發展，還有蘋果供應鏈，我國的民間的投資創新持續在挹注，維持經濟的成長；但要打破低成長，確實還是需要財政政策搭配貨幣政策。

富邦金控首席經濟學家羅瑋表示，率先實施負利率國家瑞典，已經開始調整政策利率為 0，從此可以看出，各國擔憂負利率造成金融機構風險，造成金融體系的傷害。

羅瑋說，提防日本化還要注意少子化和高齡化，造成生產力無法提升的問題，因此政策需投注更多，在協助產業解決投資設廠問題，以及協助企業自動化，提升生產效率等。另外，也要投注更多人力資本投資，包括提升生育率和提高勞動參與率等。

## 七、防「日本化」困境 央行：擴大基礎建設

資料來源: 2019-12-20 23:41 聯合報 記者沈婉玉／台北報導

台灣生育率比日本低，人口老化的速度加快，邁向超高齡社會。中央銀行示警，未來勞動力供給不足且勞參率也低，不利經濟成長，除貨幣政策外，建議

政府應採擴張性財政政策，擴大基礎建設，並積極推動創新政策等結構性改革，才能提升經濟成長潛能。

外界常以「失落的廿年」來形容日本經濟，近期國際間憂心，一國經濟出現低利率、低通膨、低成長的「日本化」現象。

我國人口老化的問題也很嚴重，但央行指出，台灣經濟持續成長、未出現通縮、利率未觸及零利率底限，且台灣無信用緊縮，銀行業授信、對中小企業放款呈穩定成長，目前應無落入「日本化」困境的問題。但為因應人口結構轉變等可能帶來的挑戰，台灣可汲取日本的經驗，積極採妥適的政策組合。

央行指出，因應人口老化，政府已推出相關政策，但預算規模有限。建議在尚有財政空間的情況下，政府應擴大基礎建設投資，充實社會資本，投資於有助提升生產力及潛在成長的高品質基礎建設計畫，並搭配完善的結構性改革，為子孫留下有助於經濟持續成長的財富，「今天不做，未來的成本可能會更高」。

台大經濟系教授陳添枝表示，台灣人口老化問題嚴重，已是明顯的趨勢，對經濟發展影響很大，若未提出有力的政策，「日本化」只是早晚的問題。他認為，光靠政策鼓勵生育提高生育率可能來不及，除了鼓勵生育，必須雙管齊下，盡快通過經濟移民法，補足勞動力。

台大國發所副教授辛炳隆則表示，央行努力調控雙率政策，讓台灣不至於「日本化」，但人口結構老化問題是經濟成長的一大隱憂，加上年金改革讓年長者不敢消費，對內需服務業產生衝擊。長期政府應以政策鼓勵生育，但緩不濟急、人口結構調整需要時間，建議短期要提高基本工資，挽救年金改革對消費的衝擊。

## 八、台灣女性勞參率 輸星韓日

資料來源: 2019-12-22 00:22 經濟日報 記者陳素玲／台北報導

台灣近十年勞參率緩步上升，主要是拜台灣女性勞參率日益提高之賜。最新統計顯示，去年女性勞參率上升到 51.1%，但較主要先進國家仍屬偏低，只比義大利高，較鄰近南韓的 52.9%、日本的 52.5%都低，更比新加坡的 60.2%低近一成。

從女性各年齡勞參率來看，35 歲及 55 歲是兩個重要斷點，勞參率呈現斷崖式下降趨勢。

勞動部勞動統計顯示，近十年我國勞動力參與率緩步上升，2018 年上升到 59.0%，較 2008 年上升 0.7 個百分點，主要拜女性勞參率日益提高。但與主要國家相較，我國整體勞參率低於香港的 61.2%、日本 61.5%、美國 62.9%、韓國 63.1%、新加坡 67.7%，差距在 2 到 9 個百分點間。

觀察各國女性勞參率，最低的是義大利 41.1%，其餘各國都在 50%至 60%左右，我國去年 51.1%，低於日本的 52.5%、韓國 52.9%、新加坡 60.2%，亦低於歐美國家。

從主要國家女性各年齡層勞參率觀察，2018 年我國女性勞參率在 25 到 34 歲都超過 85%，較美、日、韓同年齡層女性勞參率高。

但因結婚、生產、育兒及負擔照顧家人等因素，勞參率隨年齡增加下降，其中 35 歲較 34 歲以下勞參率驟降 7.4 個百分點；此後隨年齡愈大，勞參率愈低。直到 50 歲，再次進入另一個大斷點，從 74.0%驟降 13 個百分點到 61%。

勞動部分析，近年新興服務業興起，提供較多工作機會，加上母性保護措施日漸改善，有助於婦女婚育階段就業，因此 35 到 49 歲勞參率大幅改善，達 75%

以上，與美、日同等水準，甚至高於韓國。但是職場對高齡就業仍不夠友善，50歲以上女性勞參率明顯低於美、日、韓。

至於日本，30歲出現重要斷點。日本2018年女性勞參率25到29歲達到高峰83.9%，因婚育因素，30到39歲勞參率即開始下降，40歲以後復出職場再就業者明顯增加，勞參率再度上升，40-49歲進入另一高峰，達到79.6%，此後勞參率雖略減，但直到60歲勞參率才驟降。

韓國部分，女性也是30歲以後就快速退出職場。2018年女性勞參率在25到29歲達76.5%高峰後，30歲以後驟降到65.2%，35歲再降到60.7%；45~49歲再創另一高峰達70.2%，直到60歲以上才大降到48.3%；65歲以上仍有24.7%，大幅高於我國的4.4%，也高於日本的17.6%、美國的15.9%。

歐美各國女性勞參率都不受婚育影響，25到54歲的各年齡層勞參率都仍在80%左右，瑞典女性勞參率甚至到55歲以前都在九成以上。

## 九、協助女性創業 第一銀行獲勞動部肯定

資料來源: 2019-12-23 16:31 經濟日報 記者仝澤蓉／即時報導

女性經濟力在現今社會扮演重要的角色，世界各國政府與重要經貿組織均致力於協助女性創業與就業，並努力營造女性創業及就業之友善且平等環境，第一銀行為響應政府政策，協助勞動部推展「微型創業鳳凰貸款」及「就業保險失業者創業貸款」，長期致力推動友善創業環境及促進社會經濟發展，獲勞動部頒獎肯定。

第一銀行協助婦女、中高齡國民及離島居民發展微型企業，增加創業成功機會，提升勞動參與率，截至2019年10月底，「微型創業鳳凰貸款」共貸放659戶，貸放金額3.78億元，核貸率達95.5%。

另外，隨著時代進步及就業市場男女平等觀念普及，現代女性經濟自主權愈來愈高，消費實力亦逐年攀升，其中投入房市的女性不在少數，第一銀行配合政府政策推動普惠金融及性別平等意識，提供友善金融服務，近三年來女性房貸及個人非消費性貸款獲貸金額逐年提高，貸款金額超過 620 億元，顯示第一銀行對於貸款之性別平權的重視與認同。

為落實普惠金融服務可及性，第一銀行除協助女性及弱勢族群取得資金，降低創業所面臨之困難外，亦開發企業線上申貸平台「微企 e 時貸」，該平台因沒有營業時間限制，企業主 24 小時皆可透過線上平台完成貸款申請，流程簡便僅須 3 分鐘，且客戶文件齊備並完成開戶，最快一天即可取得資金，大幅提升金融服務使用性；民眾藉由第一銀行官網、手機 APP 取得最新金融訊息便捷且快速，也充分提高金融服務之品質。

## **十、勞工健康服務中心 109 年起擴大彈性服務時間**

資料來源: 2019-12-20 18:12 中央社 台北 20 日電

勞動部 103 年委託成立勞工健康服務中心，提供事業單位與勞工健康諮詢及健康管理等服務，職安署今天宣布，明年 1 月起將試辦擴大彈性服務時間，每週 2 天將服務至晚間 8 時。

為服務資源缺乏的中小企業勞工，勞動部 103 年起在北、中、南三區委託建置勞工健康服務中心，希望藉由醫護、安全衛生及職能治療等專業團隊，提供事業單位與勞工健康諮詢及健康管理等服務。

根據統計，近 5 年來勞工健康服務中心已經臨場輔導 3400 家次事業單位、涵蓋 80 萬名勞工，提供個別勞工 2 萬 6000 人次健康諮詢。

職安署今天在勞動部例行業務報告中宣布，為了擴大服務量能，將從明年1月起，試辦擴大彈性服務時間，每週一、三將服務至晚間8時，盼能協助企業建立職場健康服務制度，並提供更多勞工朋友的諮詢及協助。

職安署表示，職場的勞工健康服務有別於醫療院所的診治照護，勞工健康服務醫護人員需另外接受職業安全衛生、職業相關疾病的健康風險評估、健康監測等相關專業課程，主要是協助雇主辦理職業傷病預防、身心健康管理及促進等事項，除避免職業災害發生外，也有助於提升企業營運效能。

今天出席勞動部例行業務報告的醫師郭浩然就舉例，南部地區曾有間縫紉機製造公司，有150人是45歲以上中高齡勞工，部分勞工長期有肌肉骨骼酸痛情形，在勞工健康服務團隊訪視後，輔導用機械代替人力，不僅減少了勞工骨骼危害、產能也增加，勞工也因此加薪。

職安署表示，職場勞工身心健康服務不是做到沒傷病就好，更要幫企業提升競爭力，讓勞資雙贏朝正向發展，呼籲中小企業及勞工朋友可善加運用各區勞工健康服務中心資源，事業單位推動勞工健康服務所需相關工具或資料等也都可到「勞工健康照護資訊平台網站」下載運用。

## **十一、北市就服處 23~27 日辦徵才 鼎泰豐等廠商提供 478 個職缺**

資料來源: 2019-12-21 13:06 經濟日報 記者楊文琪／即時報導

台北市就業服務處於12月23~27日舉辦現場徵才活動，共有八家廠商、提供478個工作機會，這次徵求才廠商遍及各行業，其中展店急需徵才的「鼎泰豐小吃店股份有限公司」，釋出120個工作機會，從廚師、服務員到工讀生，職缺選擇性高，全職人員起薪34K，最高可達56K。

另外，香港商創優行國際有限公司、弁當工場有限公司、台灣優衣庫 UNIQLO 有限公司均提供儲備幹部職缺，起薪 30K 至 45K 間，而各項正職、兼職職缺，彈性工時及排班制度非常適合需要兼顧家庭的二度就業婦女及中高齡求職民眾前往面試，有興趣求職者可把握應徵面試機會，前往就業服務站遞件應徵。

就服處指出，參與徵才廠商分別有香港商創優行國際有限公司、財團法人天下為公社會福利慈善事業基金會、鼎泰豐小吃店股份有限公司、弁當工場有限公司、台灣優衣庫 UNIQLO 有限公司、PAUL 豪崴企業股份有限公司、微笑單車股份有限公司、三商餐飲股份有限公司。

就服處表示，現場徵才活動是強調區域性及在地化，市民朋友就近求職、工作，可節省不少的交通用度，再配合工時彈性調配，當可一舉數得，且就業媒合服務完全免費，活動相關訊息歡迎請洽台北人力銀行的 OKWORK 網站

(<https://www.okwork.taipei>)，查詢徵才活動行事曆或電詢就業服務專線 (02) 2308-5231。

## 十二、缺工！大車駕駛將放寬年齡上限

資料來源: 2019-12-22 23:39 聯合報 記者吳姿賢／台北報導

客運、遊覽車、貨車業等頻喊駕駛缺工嚴重，交通部昨宣布，大型車職業駕駛人持照年齡上限擬從六十五歲「有條件放寬」到六十八歲。雖有健檢、工時管理等配套，學者擔心高齡駕駛可能因反應慢或疾病影響運輸安全，籲官方跟業者嚴格管理。

由於交通部上周三才召開「駕駛人醫學諮詢會」，決議修改道路交通安全規則放寬大型車職業駕駛年齡。交通部還要辦理法規修正程序，內部評估最快也要明

年中才能上路。但距離實際上路還有大半年，為何急著宣布？交通部內部透露，是「上面催著公布」，遭質疑趕在選前釋放政策利多。

交通部表示，適用對象須行駛固定區域、路程較短，像是貨運業、市區及一般公路客運，台北往返基隆、桃園、宜蘭或其他相鄰縣市的國道客運，及執行校車等通勤業務的遊覽車。據統計，每年六十四歲將滿六十五歲的職業大型車駕駛人約有三千到四千人。

過去僅將計程車等小型車職業駕駛年齡延長到七十歲，沒開放大型車，就是為了維護大眾運輸安全，現在卻突喊鬆綁？交通部說，當初先從小型車試辦，且參考國外作法，除了新加坡同樣也是以六十五歲用年齡作為大型車職業駕照核發依據，其餘國家都是考量健康狀況。

交通部還說，立法院已通過中高齡者及高齡者就業促進法，不可因年齡有職業歧視，再加上運輸業多次反映人力不足，才研議放寬風險較低的路線跟業別。

至於確保交通安全的配套，交通部指出，六十五歲至六十八歲的大型車職業駕駛，每年體檢標準要比照六十八歲至七十歲小型車職業駕駛，包括一般體檢、睡眠品質評估、運動心電圖、尿液及血液檢驗等，還要通過駕駛認知測驗、提出未罹患失智症的文件。

高齡駕駛者若違反交通規則，肇事致人受傷但未被吊銷執照，須重辦體檢及證明未患失智症，才能繼續持照。另高齡者僅能在日間駕駛，且每日總駕駛時間最多八小時，連續開車三小時應休息卅分鐘。

國防大學運籌管理學系教授王中允說，放寬年齡一定有交通安全疑慮，應該要加強身體監控減緩風險發生機率，否則不宜輕易放寬。

消基會交通組副召集人李克聰表示，現代人壽命延長，確實有提升駕駛年齡的空間，但官方跟業者都要嚴格落實生理疾病的管理，甚至要建立心理疾病的關懷通報機制，才能進一步確保駕駛安全。

### 十三、放寬大車駕駛到 68 歲... 讓老司機開交通車 排低風險班表

資料來源: 2019-12-22 23:44 聯合報 記者吳姿賢／台北報導

交通部擬放寬大型車職業駕駛年齡上限，業界一片叫好，因少子化衝擊加上工作環境艱辛，駕駛缺工情形愈來愈嚴重。業者也說，有許多屆滿六十五歲退休的駕駛希望繼續留在職場，但為確保交通安全，除了配合交通部配套措施，業者也願意為高齡駕駛安排風險較低的班表。

遊覽車商業同業公會全聯會秘書長陳日中指出，全台大約還短缺三千名遊覽車司機，由於少子化影響，加上運輸業工時長，難吸引年輕人加入，很多遊覽車都找不到人開，閒置成本很高，也有業者乾脆關門大吉。

陳日中表示，非常贊成提升大型車駕駛年齡上限，且遊覽車業此次僅放寬「交通車」，像是載送學生是上下學的通勤業務，路線、時間都固定，且大部分都在市區或平地，不需要上山下海，安全性相對很高。

但陳日中說，未來仍希望向交通部爭取放寬國旅觀光的遊覽車，可排除容易疲勞、需要專注力的長程旅遊，但若是兩百公里以內的短途遊程，應該要循序漸進放寬。

首都客運總經理李建文說，國道跟市區客運駕駛缺工情況都確實很嚴重，且現在國人健康、平均壽命延長，他的公司今年有十名屆滿六十五歲的退休駕駛，有八個都期待可以再重回職場，繼續開車到六十八歲。

外界擔心高齡駕駛有安全風險，李建文表示，交通部設有很多配套措施，業者自己也願意加強把關，幫忙過濾、安排六十五歲以上駕駛的班表跟開車路線，確保安全無虞。

## 【經濟安全與產業發展】

### 十四、健保要永續 經濟學者：保大不保小、提高自付額

資料來源: 2019-12-22 17:37 聯合報 記者邱宜君／即時報導

台灣動作障礙學會今舉行冬季研討會，首場特別演講邀請台灣經濟研究院前院長、台大經濟系教授林建甫，提出台灣醫療產業的經濟分析。林建甫根據最新工商普查指出，社會對醫療保健及社會工作服務業都有很高的需求，產業附加價值率成長，但其中也有不夠平衡之處，例如診所發展就明顯不如醫院蓬勃。

林建甫表示，根據 2016 年最新工商普查有關「醫療保健及社會工作服務業產值分析」，醫療保健服務業、居住型照顧服務業、社會工作服務業的產值都在成長，相較於 2011 年，產值成長幅度都超過二、三成，總產值高達 8148 億元，其中 7830 億在醫療保健業，229 億元在居住型照顧服務業，88 億元在社會工作服務業。

產業的附加價值率是扣除必要成本後的產值成長率，大致可代表是社會對於這個部分的需求有多大。林建甫指出，相較於 2011 年，居住型照護服務產業附加價值率成長最多，達到 3.82%，其次是醫療保健業附加價值率成長 3.23%。

林建甫提醒，高產值、高社會需求的背後，卻有一些隱憂，首先是薪資跟不上國際水準。林建甫說，台灣醫療產業長期像製造業一樣，專業人員辛辛苦苦工作，薪資卻是「早餐店、咖啡店等級」，遠不及上海、香港、新加坡等地，令人苦悶。建議台灣醫療產業應該走向高端服務業，並且發展平台經濟，與國際接

軌。與國際接軌不應只放眼中國，而是要充分發揮台灣身為東亞地理、文化、政治樞紐的優勢，進軍整個國際市場。<sup>[1]</sup>

細看各類其中分項發現，相較 2011 年，居住型老人照顧服務業附加價值率成長 5.56% 最高，醫院附加價值率成長 5.06% 居次，再者是兒童及少年之社會工作服務業附加價值率成長 4.73%、居住型護理照顧服務業附加價值率成長 4.57%。相較於醫院成長，診所附加價值率反而減少 0.39%，醫學檢驗業、居住型身心障礙照顧服務業的附加價值率也各減少 4.93%、2.51%。

林建甫分析，這反映社會高齡化帶來更多醫療及長照需求，但人們還是集中於大醫院，顯示推動分級醫療、完善診所照護網路的重要性。他建議台灣應靈活運用行動數據、人工智慧等當代科技，推動精準醫療，並透過預防醫學，確實減少人一生中需要臥床的時間，建立一種「不需長照的長照體系」。健保財務已經面臨人口老化的衝擊，林建甫建議政府應鄭重考慮推動「保大不保小」、「提高民眾自付額」等健保改革，才能減少醫療浪費，幫助健保在高齡社會達到財務永續。

## 十五、想要老年財產安穩如山？「安養信託」來把關

資料來源:2019-12-20 13:46 聯合報 記者 邱智慧

台灣已經進入高齡社會，平均 7 個人就有 1 個老人，如何「養老」是每個人都關心的話題，但在做退休準備時，你有想過老年的財產如何管理嗎？銀行業者透露，愈來愈多退休族群參與「財產信託」，以專款專用的方式，保障人生後半階段能生活無虞。

守護財產 單身老人無後顧之憂

60歲的老吳(化名)，單身、膝下無子，因為年輕時不懂得存錢，存款揮霍殆盡，退休時身邊只剩下一棟房子。親近的姪子擔心叔叔的老後生活，因此建議他，將房產脫手，獲得的500萬現金交由銀行做「安養信託」。現在的老吳與手足同住，每月的生活費由銀行從信託資金撥款，不再擔心因揮霍而無錢可用。

早年喪偶的陳奶奶，對4個孫子疼愛有加，因此將千萬的財產全數轉移給子孫。近期陳奶奶的孫子決定將傳承的財產交由信託管理，以支付每個月奶奶的醫療、安養中心費用，專款專用，保障將來的生活。

#### 非有錢人專利 安養信託無門檻

國泰世華銀行信託部協理趙子仁表示，以上2個都是近期實際發生的案例，說明國人對於信託的需求愈來愈高。「信託是一個防護的概念，不只是老人，其實人人都可以做。」打破了只有「有錢人」才需要財產信託的刻板印象。

台灣高齡者的生活起居和財產管理多半由家人處理，9成以上的監護人是子女或親屬。

信託公會秘書長呂蕙容表示，因為擔心錢被綁住，所以多數監護人不喜歡把老人財產交付信託，但日本有很多案例顯示，監護人將老人財產挪用甚至侵占財產。因此，年長者將財產交付安養信託，是保護財產的一種解方，未來公會也將持續推廣。

趙子仁補充，財產信託的種類多元，除了現金，房產、股票等有價財產也都可交付信託。以現金來說，信託資金銀行可再投資於定存或低波動的基金，創造更多息收。至於大家關心的信託門檻，每家銀行規定不一，部分銀行無資金門檻限制，但過低的資金會造成可撥款的時間不長，還要支付每年的管理費用，承辦前建議多衡量。

## 十六、金控對陸曝險 2020 金檢重點

資料來源: 2019-12-19 23:52 經濟日報 記者葉憶如／台北報導

美中貿易戰影響下，市場擔心中國大陸經濟情勢受到衝擊，增加我國金融業在對岸轉投資曝險。金管會檢查局昨（19）日發布 2020 年金檢重點，在金控方面，新增對中國大陸因應對策與風險機制四大面向，並將加強金檢金控董事本身轉投資其他產業、集團及本身利害關係人利益相關案件，是否適當迴避或保持明確分際及有效監督。

檢查局官員表示，2020 年對金控金檢項目，新增對中國大陸的因應對策與風險機制，並加強金檢四大面向。

包括一、對大陸地區風險承擔總額控管執行情形。二是督促子公司落實轉投資事業(含海外)之風險管理，並陳報金控必要資訊，以掌握集團風險。三是金控公司針對董事就本身轉投資其他產業、集團及本身利害關係人利益相關之案件，是否適當迴避或保持明確分際，以及建立有效牽制監督機制。四是對經濟情勢變化，是否預擬因應對策及建立集團風險管理機制。

此外，也加強金檢大股東持股建立申報與實質受益人機制，包括大股東是否確實依規將實質受益人列入申報範圍、大股東依規處理程序等，公司治理主管與人員建置、及內部稽核業務。

銀行方面，加強消費者保護與公平待客原則，尤其是立委曾反應創新金融 App 不利視障者、理專不當挪用客戶資金等，另外，電子交易涉資通安全管理及作業系統跨境雲端委外查核。還有銀行兼營新增保經保代業務愈來愈多，亦將加強臨檢。

保險業金檢重點在壽險業對高齡客戶投保商品適合度政策的建立與執行，保單示範條款實施與落實及公司治理董事職能發揮與監理制度的建立等。

## 十七、國人退休規畫 常見五警訊

資料來源: 2019-12-21 00:03:48 經濟日報 記者陳怡慈／台北報導

中國信託商業銀行資深副總楊淑惠表示，中國信託持續七年進行樂活享退調查，發現國人常見的退休迷思持續存在，整理出國人退休準備五大警訊。

警訊一：樂活享退指數還是不及格。中信銀行每年透過樂活享退指數，了解民眾的退休準備滿意度、足夠度和信心度，最近幾年的指數為：2016年52、2017年52.5、2018年51.3，到2019年依然不及格，僅51.8。

今（2019）年調查對象特別增加30世代（30～39歲）年輕人，發現他們對於退休準備的信心度、滿意度與足夠度，遠比其他世代的受訪者更低。

警訊二：退休理財工具還是太保守。各世代的理財工具，不是定存就是保險，比率都超過一半。30世代竟然更為保守，持有定存的比率超過六成，比其他世代都高。

今年的調查顯示，30世代的理財工具，定存最多占62.9%；40世代（40～49歲）與50世代（50～59歲）都是保險最多，分別為65.3%、63.1%；60歲以上則是定存最多，占47.3%。

楊淑惠表示，過去十年來，牛肉麵從60元漲至90元，漲幅達50%；陽春麵從30元漲至45元，漲幅也有50%；計程車的起跳金額維持70元，但續跳基準從每公尺0.02元增至0.025元，漲幅也有25%。退休理財工具過於保守，就無法有效達到資產累積的目標。定存利率現在只有1%，遠遠追不上物價上漲幅度。

警訊三：退休生活費還是低估。中信銀行連續幾年的調查都發現，大家低估退休後的生活費，今年也類似。民眾估算退休後每月家庭支出需 3.2 萬元，但主計總處調查卻顯示，退休後的家庭每月支出平均約 4.7 萬元。

警訊四：認為退休規畫還早。調查發現，將近五成的民眾明知道自己十年後的規畫是什麼，目前卻還沒有開始執行。以 40 世代為例，雖然認知到現在就應該為十年後的自己準備退休規畫，但現階段還是專注在別的项目。

警訊五：有兩成民眾認為退休後可由子女或家人供養，60 歲以上民眾比率更高、將近三成。

楊淑惠提醒，高齡少子化年代，年輕人壓力大、對未來更沒信心，各世代都應該有「靠自己」的心理準備。

小叮嚀／理財原則 先存先贏

中國信託商業銀行資深副總楊淑惠表示，民眾若希望享有比較確定的退休生活，要謹記退休理財三原則，其中又以及早開始準備最為重要。

她解釋，及早開始準備，有助於利用時間的複利效果，來累積應該準備的退休金。第二個原則為，養成紀律投資的習慣。持之以恆，自然能有累積效果。第三個原則為，多元化的理財商品配置，並借重專家協助，達到比較好的投資報酬與風險控管。

楊淑惠說，退休理財強調的是長期投資的概念，猶如一場人生馬拉松，並非短進短出的競速賽跑。民眾規劃的期限就是自己的生命周期，從累積期到後續提領期，都需要詳細的配速，才能累積足夠退休金、順利跑完全程。

國人可以目前已有的資金為基礎，計算自己離退休還有多少年時間、缺口有多少，設定報酬率之後，決定每個月要投資的金額，及投資的標的。

擬定計畫後，就要展現行動力，有紀律地執行，不因資本市場短期波動而中斷。

退休準備的過程長達數十年，有多少人可以克服惰性、做到紀律執行，不無疑問。透過電腦系統工具的協助，會是一個好方法。

## 十八、年終保單健檢 專家建議掌握 3 要點保障無漏洞

資料來源: 2019-12-22 10:48 中央社 台北 22 日電

根據統計，國人平均擁有約 2.5 張保單，年終將近，壽險業者建議，趁機會執行保障年度檢視，了解現有保單是否符合現在或未來的風險移轉需求，並掌握 3 大要點，讓保障發揮最大的效用。

根據保險事業發展中心統計，2018 年國人平均壽險保費支出為新台幣 14 萬 8865 元，較前 1 年度成長近 3%，投保率高達 249.45%，平均每人就擁有約 2.5 張保單。

壽險業者表示，保單一買就長達 6 年、10 年至 20 年，但許多民眾對自己過去購買的保單內容不甚清楚，應養成至少每年一次檢視保單的好習慣，讓保障內容可因應人生需求變化而調整。

第一步要先檢視目前人生階段的主要風險，再計算出對家庭責任的額度，像是中壯年者家庭責任最重，將應備責任（每月生活費用、房屋貸款、父母孝養金、子女教育金及退休金等）扣掉已備責任（目前可變現資產、緊急預備金、勞保與已投保的商業保險）後，所得到的就是真正所需要的責任額度。

若要檢視全家人的保障，元大人壽建議，採取先「保大再保小」的原則，針對風險產生會衝擊家庭經濟者為優先，進行保障規劃，如父母的保障規劃要優先於小孩，防範家中的經濟支柱倒下。

接下來為檢視保障額度及保費負擔是否合理，全球人壽表示，保險應把社會環境及制度改變因素納入考量，例如高齡化社會的來臨，平均壽命延長，退休後所需要的照護較多，建議將重大傷病、長期照顧保障納入檢視。

規劃完整保障固然重要，但元大人壽指出，若保費超出經濟能力所能負擔，保障也無法持久，故在保障規劃上可運用最簡單的「雙十原則」，如壽險保額應為年收入的 10 倍以上，保費則控制在年收入的 1/10 以內，不致於保障不足或因保費太高造成經濟壓力。

最後，保單健檢除了檢視投保的內容外，全球人壽提醒，也應檢視有無更新相關投保資料，例如通訊資料、職業類別、受益人等等，以免日後相關權益受到影響，另也可以依個人的財務管理需要，檢視調整繳費方式。

元大人壽表示，工作轉換可能影響職業等級及後續的應繳保費與理賠事宜，步入結婚、生子等重大階段也可能產生受益人變更的需求，檢視時務必一一查看所有投保資料。

## 十九、人口老化 福祉概念股錢景亮

資料來源: 2019-12-21 23:59 經濟日報 記者李珣瑛／新竹報導

台灣去年已進入高齡社會，2026 年將迎來「超高齡社會」，對健康福祉產業需求與日俱增，包括研華、中華電、友達、錸德及特力集團等企業，莫不積極加入健康福祉創新服務市場，搶攻龐大的銀髮商機。

友達瞄準兩岸龐大銀髮照護商機，強攻「大健康事業」，旗下 100% 子公司友達頤康，攜手銀髮照護龍頭—雙連安養中心，推出互聯網+智慧照護方案，是兩岸三地中已完成的案例之一。友達董事長彭双浪表示，大健康事業逐年挹注營收獲利，這套模組化產品未來的「放大」效益，更值得期待。

工研院產業科技國際策略發展所副所長鍾俊元指出，人口快速高齡化帶來挑戰，除醫療照護需求，如何提供銀髮族健全的生活服務與產品，讓高齡長者維持生活品質與健康，為關鍵議題。

鍾俊元說，台灣去年 3 月底進入高齡社會。每七人就有一位是 65 歲以上高齡者，台灣應善用 ICT 優勢，以「連結多元夥伴、創造剛性需求、提升生活能力、在地測試」為思考切入點，以高齡科技帶動銀髮商機，連結多元夥伴，針對高齡族群量身定做的科技解決方案，並協助照護機構有效率、節省成本的照護模式，輔以在地化場域測試驗證成效，產業可望穩健成長。

科技製造廠鍊德集團，以照顧機構與照護者需求出發，建置科技日照解決方案「鍊工場」，讓科技解決人力問題並提高照護效率，並與日本場域驗證服務業者 Tecnocare 合作，目前已與三家長照機構合作，預計可增加營收 1,000 萬元。

工業電腦大廠研華則從智慧病房出發，連結出院後復健及照顧服務，提供民眾返家互動服務平台，解決出院後照護斷層問題，目前已有近十家醫院洽談合作中。

中華電信致力打造個人專屬健康雲服務，布建居家樂活健康生態系，串接健康存摺及智能健康量測設備，提供多元服務方案供選擇，上市來已累積逾萬人使用「中華健康雲」做健康管理。

### **【生活健康與照護科技】**

## **二十、桃竹苗病患出院準備及轉銜成果發表 盼創三贏**

資料來源: 2019-12-20 17:27 聯合報 記者胡蓬生／苗栗即時報導

苗栗縣衛生局今天上午舉辦「出院準備及後續轉銜」服務計畫的成果發表，會中並頒獎表揚桃竹竹苗 4 縣市衛生局及參與計畫的 18 家醫院；這項計畫結合醫

療院所、衛生所及長照中心等單位，讓病患從入院就可得到適切的篩選評估及規畫，出院能及時獲得所需服務，讓病人和家屬獲得完整及持續的照護。

苗栗縣衛生局長張蕊仙指出，苗栗 106 年起選擇優先推動「提升出院準備服務計畫」，結合縣內的醫療院所、鄉鎮市衛生所及長期照護管理中心，為病患規畫出院準備服務及後續轉銜照護網絡，聘專家到各醫院輔導，建立適切的高危險篩選評估機制，讓有後續照護需求的病患，在住院時就先做好出院後的資源整備。

她指出，在輔導委員及醫院攜手努力下，縣內輔導醫院家數從一開始的 12 家，已逐年增加至目前的 18 家，出院準備服務收案涵蓋率由 106 年平均 11.60% 逐年攀升至今年的 14.45%，總收案人數 106 年為 881 人，今年到 11 月已達 1847 人，且平均轉銜服務時間僅 2.3 天，致力達成醫療、政府和鄉親三贏局面。

健保署北區業務組視察曹麗玲表示，出院轉銜服務對病患相當重要，苗栗縣衛生局細心規畫並提供周全服務，讓需要持續接受在宅安養、醫療追蹤或長期照護的鄉親，能得到優質照顧，也提升生活品質，尤其進入高齡化社會，這項服務與鄉親更息息相關，苗栗衛生局與相關單位的用心，整體績效堪為其他縣市標竿。

發表會中，苗栗縣長徐耀昌感謝蔡美菊、洪秀琴等輔導委員戮力協助，新竹國泰醫院、長庚紀念醫院也分享研究分析成果和心得，徐耀昌在會場還透過手機視訊與頭屋衛生所主任楊昌吉連線，現場觀察頭屋衛生所提供鄉內一名高齡阿婆的居家醫療情況。

苗栗縣衛生局也呼籲住院病患和家屬，在出院前主動向院方詢問「是否有出院準備服務？」、「能不能協助連結長照 2.0？」，如有相關問題可向醫政科 037-558301 或苗栗長照中心專線 1966 反映。

## 二十一、流感疫苗晚開打 肺炎人數恐攀升

資料來源: 2019-12-23 00:06 聯合報 記者吳佩蓉／台北報導

流感疫苗史上最晚開打，效應一一浮現。民眾不僅搶打流感疫苗，連帶使肺炎鏈球菌疫苗等自費疫苗詢問和接種率提升。但專家擔心，今年流感疫苗接種時程晚，超過 360 名萬學生要到年底甚至明年才打得到，恐來不及產生群體保護力，少了這道防護層，流感擴散速度快，未來兩周流感併發肺炎重症人數恐攀升。

台大醫院小兒部主任黃立民指出，根據新英格蘭醫學期刊發表日本流感疫苗接種經驗，420 個學生接種流感疫苗，可減少一人因流感併發重症死亡。黃立民指出，校園接種可避免群聚感染，18 歲以下學生是公費接種對象，但今年流感疫苗太晚打，群體保護效果尚出不來，流感併發重症七至八成都導致肺炎，老人和幼兒症狀嚴重。

中國醫藥大學附設醫院老年醫學科主任林志學指出，今年受流感疫苗延後開打影響，民眾接種肺炎疫苗意願明顯提高，自費打肺炎疫苗者至少增加二至三成。他說，研究顯示，單純打流感疫苗或肺炎疫苗，可減少五成因流感併發肺炎重症住院機率。

他指出，近年推行「左流右肺」，流感和肺炎疫苗同時接種，更可減少因肺炎住院機率減少七成，保護效果加成。他特別提醒吸菸者、慢性病患及高齡長輩，除了流感疫苗，可追加肺炎鏈球菌疫苗提高保護力。

而糖尿病、慢性肺疾等患者，是這一波流感疫情中需要當心的高危險群。彰基體系國際糖尿病代謝及慢病康復 e 院院長杜思德指出，近年來糖尿病患死亡率下降，死於心肌梗塞和中風者減少，但因肺炎死亡者卻增加七至八成。

杜思德表示，糖尿病患一旦感染，血糖飆高、免疫力下降，形成惡性循環，因此肺炎成為慢性病老人重要的死因。他指出，彰基近年推動門診電腦系統針對曾因肺炎住院病患，要求醫師主動衛教，建議打肺炎疫苗，成效不錯，最近一位 80 歲老先生回診時特別謝謝醫師提醒他打疫苗，讓他免於因流感引發肺炎住院。

打疫苗產生的保護力，照顧者最有感。義大醫院家庭醫學科主治醫師洪暉傑指出，一位 70 多歲的中風患者因照顧困難被送到護理之家，但近年來因體弱，每年反覆住院，三次因肺炎、二次是泌尿道感染，家人疲於奔命。

經洪暉傑多次建議，去年家屬終於帶長輩打 13 價肺炎疫苗和流感疫苗，打完後整整一年沒有發生肺炎，近日家屬特別帶長輩回診打流感疫苗，還詢問醫師：

「泌尿道感染有沒有疫苗可打？」

流感季來臨，不少安養中心或護理之家長輩因肺炎感染反覆住院，最近有位 50 多歲民眾特別自費接種 13 價肺炎鏈球菌疫苗，因為要照顧家中 80 多歲長輩，先打疫苗保護自己和長輩。洪暉傑也在戒菸門診建議吸菸者，務必盡早戒菸，若一時無法戒菸，至少要打疫苗，保護呼吸道不被流感病毒或細菌入侵。

## **二十二、高雄長庚完成腦血栓移除加支架 85 歲老翁獲新生**

資料來源: 2019-12-20 15:45 中央社 高雄 20 日電

高雄長庚紀念醫院今天召開記者會，公布完成一例後循環腦梗塞、血栓移除加支架的極度困難案例，由於患者已 85 歲高齡，也成為高雄長庚完成這種治療的最高齡患者。

高雄長庚今天由腦血管科、神經放射科及急診科共 10 名參與這名 85 歲病患救治的醫師一起召開記者會，85 歲老翁及家人也到現場，腦血管科暨長照中心主

任張谷州表示，這是一個緊急腦血管治療陪伴病人跟時間賽跑的過程，高雄長庚持續再創造一個好的將來。

張谷州表示，上個月底這名病患因腹痛急診後，轉診至長庚，突發意識不清，經緊急腦部磁振造影顯示，是後循環腦梗塞合併基底動脈嚴重狹窄，於是立刻緊急動脈血栓移除，再以支架撐開極為狹窄的基底動脈，治療後，12月中成功恢復，復健後可順利步行，活動良好。

張谷州表示，這個手術是從股動脈置入導管，導管到副主動脈過心臟，到內頸動脈到脊髓動脈再轉個彎到基底動脈（腦部正中央），整個路線約 120 公分。

張谷州表示，到了基底動脈後，緊急發生的血塊用血栓移除，血栓移除掉後，還有動脈硬化，於是放支架把狹窄血管撐開，這支架在腦部，可以有效的不要阻塞到小的血管。

張谷州說，這個治療國外經驗少，歐美人顱內血管狹窄較少，亞洲人尤其是台灣人腦梗塞病人較多合併顱內血管狹窄，處置難度遠超歐美，由於技術難度高，不確定因素更多，全世界仍少有醫學中心敢挑戰。

張谷州指出，高雄長庚腦血管緊急治療，為台灣最大最重要的腦血管疾病治療團隊，配合屏東縣政府衛生局以高屏腦中風雲端照會平台執行諮詢轉診，成效卓著。高雄長庚每月新增腦梗塞病人 100 例，緊急篩選 50 例，血栓溶解 5 例，血栓移除 6 例，持續創造治療佳績。

張谷州表示，現行衛福部推動中風口訣「臨微不亂送醫 FAST」，如果有「臨」時手腳軟，單側手腳無力；「微」笑也困難，嘴角歪斜；講話「不」清楚，口齒不清或無法表達；別「亂」快送醫。

除此外，高雄長庚腦血管緊急治療團隊更呼籲 3 小時就近血栓溶解，8 小時轉診血栓移除，24 小時內懷疑腦梗塞盡快送醫的黃金搶救時間新觀念。

## 二十三、動腦防失智 大腦體操建議菜單看這裡

資料來源: 2019-12-21 18:32 聯合報 記者邱宜君／即時報導

玩玩遊戲，可以常保赤子之心，不過越來越多研究顯示，玩遊戲有助於保持的還有注意力、反應速度，可延緩腦力退化速度。隨著高齡化社會來臨，東西方國家都開始研究遊戲活動的健康效益，看到亮眼成果，台灣也跟上這股風潮，各類遊戲小道具，正在逐漸成為社區據點隨處可見的樂齡標準配備。

天主教失智老人社會福利中心社工主任陳俊佑指出，2013 年法國有大型老人世代研究，追蹤 3675 位健康長者 20 年，結果發現，相較於不玩桌遊組，每周至少玩一次桌遊、棋類、牌類等遊戲的玩桌遊組，20 年後認知測驗表現較佳、罹患憂鬱症機率較低，罹患失智症的風險降低 15%。

另有美國研究追蹤 469 位平均 75 歲的健康老人，五年後有 124 位失智，研究分析這些長者的 11 項身體活動及六項腦力休閒活動，結果發現每增加一定頻率的腦力活動，失智症風險可降低 7%，其中閱讀、玩桌遊、彈奏樂器、跳舞，這幾樣活動與降低失智症風險顯著有關。

麻將的活動特性需要高度的複雜注意力、執行功能、學習和記憶力，同時還要有中度以上的社交認知、知覺與動作、語言表達能力。

2006 年中國大陸重慶的研究，分析 5437 位 55 歲以上社區健康長者，結果發現打比較多麻將的，失智症風險較低。2014 年香港研究將 110 位長者分為麻將組、太極組、對照組，結果發現麻將和太極都可以延緩認知衰退，其中麻將組

對於數字的短期記憶、快速聯想的流暢度，效益更佳，還有舒緩憂鬱症狀的短期效果。

愛迪樂治療所執行長、職能治療師鍾孟修表示，「動手、動口、動腦」是桌遊的三個核心元素，雖然手只占身體體積的一小部分，但在腦部，掌管手指精細動作的區域與身體比例正好相反，是非常大一塊腦區；而動口和動腦，則牽涉到語言區、記憶區、高階認知區的整合。因此兼具這三個核心元素的遊戲，例如麻將及某些桌遊，都是對腦部很好的刺激。

至於圍棋、象棋、西洋棋，進行過程通常偏向安靜，比較缺乏動口這一塊，不過也無傷大雅，因為這些棋類本身就已經很難了。以圍棋為例，鍾孟修說，遊戲過程需要大量運用前饋認知去預測對方行為，還要運用後設認知去修正自己動作的結果，屬於高階認知活動，即便沒有動口，大腦也夠忙了。至於像疊疊樂這類結果比較隨機的遊戲，或是拼圖偏向視覺整合與耐性，在訓練腦部的元素上就會比較少一點。

除了桌遊，上述研究發現跳舞、玩樂器、打拳也有延緩失智的效果，其實在日本和芬蘭這樣的樂齡大國，已經發展出很多既像遊戲又像體操的有趣活動，對於維持腦力維持的效果也得到實證支持。

鍾孟修指出，在日本國立長壽醫療研究中心，有位長期致力於失智症的老年學者島田裕之，發展了一套將認知和身體訓練結合的「Cognicise」運動，可翻譯為「體智活動」。體智活動玩法相當多元。例如參與者過程中一起數數，搭配認知指令要求，執行相關的任務挑戰，例如數到3的倍數就拍手、每做一個動作就做加7或減7的計算、輪到自己時說出一種動物等等。

鍾孟修指出，2015年島田所發表的研究雖然收案人數不多，結果顯示每周一次90分鐘運動訓練（包括15分鐘體智活動），大約40周後可以看到注意力和訊

息處理速度有顯著進步，高階功能如記憶力、執行功能、問題解決能力也有零星的顯著改善。

鍾孟修說，所以即便是散步，兩個人一起散步更好，因為有伴就會聊天，身體活動之餘，還多了社交互動，具備動口和動腦的元素，比一個人散步更加分。

### ●小提醒：玩到下不了桌 折損健康效益

陳俊佑表示，他在巴賽隆納的公園裡，看過有長者下棋下到天黑、下雨都不走，在台灣也認識有些長者朋友熱衷打牌，可以專程跨縣市搭車去找牌搭子，從中午開始打 24 圈直到半夜，中間幾乎都不起來，因為贏的捨不得走，輸的不甘心走。

陳俊佑提醒，如果玩到憋尿、不吃不喝不睡覺這種程度，抵銷遊戲本身的健康效益就太可惜了，建議長者動腦之餘，也別忘搭配身體活動。

## 二十四、不怕長者咬不動 嫩化食材有撇步

資料來源: 2019-12-20 09:20 聯合報 記者陳婕翎／台北報導

學會嫩化食材撇步，就不怕年紀大「咬不動」，餐餐只有稀飯作伴。官方首次對烹飪方式分類，製作符合台灣飲食文化的飲食質地指引，衛福部國健署昨公布衛教手冊，其中最有趣的是，把家畜與家禽類肉品加入國產新鮮鳳梨汁醃製，就可大幅嫩化質地。

據國健署 104 至 105 年調查發現，65 歲以上長者九成有缺牙問題，平均缺牙數高達 11 顆，全口無牙率甚至高達 4.4%；進一步分析 104 至 107 年國民營養健康狀況變遷調查，65 歲以上長者蛋白質、蔬果攝取不足，國健署副署長賈淑麗分析，與長者牙口不好，幾乎只吃稀飯有關。

一般人認為不好咬的肉排、芹菜等，其實透過小技巧就可改變軟硬度。國健署社區健康組科長秦義華建議，處理肉類前，可先以肉槌槌打、去除肉片筋膜，再將新鮮鳳梨打成汁，取適量鳳梨汁醃製肉塊，再沖洗掉鳳梨汁，就可大幅嫩化肉類質地。

嫩化過程需要鳳梨酵素，必須使用新鮮鳳梨，不可使用鳳梨罐頭。建議將新鮮鳳梨汁盛裝起來，做成鳳梨汁冰塊保存，需要時再取出。

蔬菜種類繁多，特別是纖維較粗及不易煮爛的蔬菜，如甜椒、花椰菜、芹菜等，但最怕為軟化蔬菜，煮太爛影響視覺與口感。秦義華推薦，烹調纖維多、質地較硬的蔬菜前，可先將蔬菜切成段後洗乾淨，再放到冷凍庫。

冷凍約 1 至 3 天，直接下鍋煮，蔬菜質地就可變柔軟，更不用擔心影響色澤，但是，葉菜、菇類不適合冷凍法，且菇類較有韌性不易煮爛，食用必須小心。

嫩化食材質地的烹飪方式，適合牙口咀嚼差但其他功能正常的長者，可先諮詢社區營養推廣中心營養師或專業人員，依建議選擇適合質地種類，國健署已將「高齡營養飲食質地衛教手冊」公布於官網，民眾可自行下載，煮出適合長輩的美味均衡營養飲食。

## 二十五、照顧失智長輩 新北引進新方法

資料來源: 2019-12-23 17:08 聯合報 記者王敏旭／新北即時報導

新北市銀色知悠生「蒙特梭利」中心今正式啟用，新北市長侯友宜說，未來中心會培養種子教師，結訓後前往 44 家托老中心、銀髮俱樂部，教導如何預防與減緩老人失智。台灣認知功能促進協會理事長甄瑞興也說，將聚焦在保留失智長輩能力，避免過多幫忙導致退化。

中心內的廁所馬桶蓋有紅色、紫色、黃色，還附註如廁 8 步驟，長輩拿起雞蛋、盤子遊具練習平衡，新北社會局指出，聽到蒙特梭利多數會認為是幼兒教育與訓練，但也可運用在照顧長輩，讓長輩透過自己的能力，減緩、預防失智。

侯友宜說，新北超過 57 萬老年人口，佔全市 14.22% 已達高齡社會標準，新北 44 家托老中心、985 處銀髮俱樂部，針對長輩失智照顧必須更加細膩，引進蒙特梭利認知悠生，培訓種子教師到各據點，教導照顧長輩新知識。

甄瑞興表示，是根據長輩現有的能力，增加他們的生活意義，不是看到長輩已喪失的能力與不足處，中心透過多運動、多動腦、多存腦本，以持續性的活動，使腦部海馬迴體積增厚，有效延緩失智。

75 歲蔡清阿伯用色鉛筆彩繪了長達 30 尺的「奇幻之旅」，把樓房、道路、車輛、遊樂場、動物塗上繽紛的顏色，讓侯友宜讚不絕口的說，這就是「認知悠能」。蔡清則說，是因為年輕在工地工作，對構圖、顏色較敏銳。

甄瑞興說，當照顧者好意幫忙，或是過度照顧失智長輩時，會使原本能力停用而退化，因此中心會透過量表評估個別的學習、興趣、技能、能力，量身打造學習課程，提升長輩現存的生活能力。

## **二十六、遠傳攜手高通推智慧錶 年銷量拚破萬**

資料來源: 2019-12-19 14:24 中央社 台北 19 日電

遠傳電信今天宣布，攜手合作夥伴出門問問與高通，推出搭載語音助理定位手錶，樂觀預估，產品年銷量可望破萬組，市占可挑戰 20% 至 25%，未來也將擴大與高通的合作。

電信產業積極延伸新興事業觸角，遠傳電信以「大人物」為企業發展主軸，深耕大數據、人工智慧、物聯網三大關鍵領域，並積極推展多元智慧家庭應用平台，拓展不同消費客群，2018 年推出「愛講智慧音箱」、「小愛講」及「小狐狸」等智慧聲控商品，今天宣布攜手合作夥伴出門問問與美國晶片大廠高通，獨家推出支援愛講語音助理的「遠傳愛講定位手錶」。

據 Statista 數據統計指出，智慧手錶在 2019 年將累積銷售超過 7400 萬組，預估到 2022 年將會突破 1 億組，其中兒童智慧手錶將占整體智慧手錶出貨量達 30%；另外台灣已邁入高齡化社會，老年人的照護也是一項大課題。

遠傳個人用戶事業群執行副總經理尹德洋表示，遠傳愛講定位手錶是為忙碌「三明治族」提出的聰明解決方案，且根據調查台灣在兒童配戴智慧手錶市場約有 4 至 10 萬支，加上年長者的需求，遠傳樂觀預估產品年銷量可望破萬組，市占可挑戰 20%至 25%。

高通副總裁暨台灣與東南亞區總裁劉思泰表示，遠傳愛講定位手錶採用高通 Snapdragon Wear 2500 處理器，這款晶片處理器是專為智慧手錶打造的平台，高通也已和 25 個品牌、15 個運營商、250 個智慧產品合作。

遠傳也表示，未來也將與高通擴大合作，方向可能鎖定新興服務等，而遠傳電信個人用戶事業群副總經理杜偉昱指出，未來和高通的合作還將包括 5G 產品如手機、平板、路由器等終端的測試。

## **二十七、藍光傷眼！清大攜手曙光女中研究 讓日常護眼更簡單**

資料來源: 2019-12-23 17:21 經濟日報 記者李珣瑛／即時報導

台灣邁入高齡化社會，活得久還得活得更健康，於是「健康生活，選擇好光」更形重要。清華大學周卓輝教授領導的 OLED 照明團隊，與曙光女中姚麗英校

長所帶領的科學專題研究團隊，今（23）日共同辦記者會，揭示電腦螢幕及顯示器對人眼的傷害，並提出護眼之道。

周卓輝表示，現代人使用電腦的頻率與日俱增，眼睛疾病早有年輕化的趨勢，有鑑於此，應瞭解配戴何種色的鏡片能最有效濾除藍光，達到保護眼睛的目的。

姚麗英指出，統計曙光女中近視的比例，發現高中部達 91%，國中部為 88%，比例高得嚇人。很高興同學們透過與周卓輝教授領導的 OLED 照明團隊合作的實驗及論文發表，學習到保護眼睛的方法。

曙光女中學生張家寧、林芝妤表示，她們進行實驗並使用藍害量化光譜儀量化不同顏色鏡片對人眼的視網膜可容許最大曝光極限，換算保護眼睛的程度。研究發現，配戴黃色鏡片，比不配戴時，能夠延長高達 8.27 倍的電腦螢幕觀看時間並僅降低 10% 的清晰度。最差的藍色鏡片僅提升 1.1 倍，且下降了將近一半的清晰度。

曙光女中謝季恩、葉又瑄和張梓榆研究發現，瀏覽電腦螢幕時，不管將螢幕設定為黑底白字、白底黑字或黑底橘字，都不影響鍵盤的清晰度，若將螢幕設定更改為黑底橘字，再將外在光源從純白光更換成橘白光，運用光譜來進行螢幕比對的實測，透過由周卓輝所研發的計算公式「褪黑激素抑制敏感度」來換算，則發現相較之下可保護人體褪黑激素的分泌多 5 倍，護眼多 20.2 倍。

電視與人的生活密不可分，夜晚長時間看電視，不僅會傷害視網膜，使眼睛發炎，入夜之後更會抑制褪黑激素分泌，對身體造成危害。由曙光女中學生許雯淇、陳宥嫻發現，以 32 吋電視為例，發現看電視時距離越遠，對抑制褪黑激素的分泌及眼睛視網膜的傷害越小，若同時考慮清晰度，在 1.5 公尺的視距下觀看電視，能兼顧清晰度以及人體健康。

「優質好光不僅對人體友善，更對生物友善！」高緯度地區有永夜的發生，因此人工照明對生物的生長顯得格外重要。曙光女中學生張玢、任詠薇以豌豆苗作為研究，結果顯示，適當的照光環境，對豌豆苗的生長有顯著提升，重量相較無照光重 35%。

「光會影響人的生理時鐘，那對酵母菌呢？」傳統上會將酵母菌培養在陰暗環境，經同學蘇芷榆、黃凱琳、曾家暄、魏榆芳的研究結果顯示，在不同時段下適當的照光，對酵母菌的產量有顯著提升，其中酵母菌產量在夜晚照光是不照光的 4.2 倍，且夜晚照光、白天不照光為酒精總產量的最佳條件。

周卓輝表示，今年曙光女中同學的專題研究是與清大研究生一起進行設計、實驗，除滿足學生對光學與生理健康的好奇心，更藉此機會學習論文的撰寫、投稿、發表，論文皆已成功在 12 月 7 日的 OPTIC 國際研討會中進行發表。

## 二十八、讓故宮國寶變有趣 北醫大邀師生用 AR 解析青銅器

資料來源: 2019-12-19 13:07 中央社 台北 19 日電

台北醫學大學與國立故宮博物院攜手推出數位微型系列特展，讓師生可用擴增實境或虛擬實境等方式體驗水沙連古道等數位國寶情境，近距離解析青銅器結構紋理。

台北醫學大學今天新聞稿指出，國立故宮博物院與台北醫學大學攜手合作，即日起至 25 日於北醫大杏春樓一樓展出「故宮 X 北醫藝起玩」數位微型系列特展。

特展包含 VR（虛擬實境）數位教學、AR（擴增實境）數位影音展示、雲端學習體驗、遊戲式教學體驗等展區，使用者可運用 AR 與 VR 進入神遊幻境、自序心

境、仙萼長春、水沙連古道、南懷仁坤輿世界等數位國寶情境中，並近距離解析犧尊、祖乙尊等故宮藏品青銅器的結構與紋理。

台北醫學大學校長林建煌表示，運用 VR、AR 等數位技術創意教學，鼓勵學生多元自主學習，培養人工智慧時代的跨領域創新人才，是學校近年來極力推動的重點，藉由這次展覽，希望帶給師生更豐富多元的視野，從遊戲及實作體驗學習，激發更多想像力與創意，讓人文藝術融入校園。

北醫大指出，2018 年 4 月與故宮簽訂合作備忘錄後，現在已有「北醫人到故宮」、「行動博物館」等實地教學課程，所培育的學生也開始在校內教職員、國際學生等故宮參訪團中擔任導覽員，成為校園的文化種子。

北醫大人文藝術中心今年也獲故宮計畫補助，結合故宮的博物館資源與北醫大的醫療專業，將文物藝術元素融入社區醫療照護教案，目前已試辦高齡者照護課程和高齡者的故宮參訪團。

## 二十九、新光 JX 健身俱樂部即將開幕 CP 值超高

資料來源: 2019-12-20 21:34 經濟日報 記者陳怡慈／即時報導

新光金控 20 日表示，位於「新板傑仕堡」B 棟樂齡宅的 JX 健身俱樂部，規劃滿足各年齡層的健身課程，不只提供國外相當熱門結合拉丁和有氧舞蹈的 Zumba 課程，還有強調可避免在運動過程中對關節造成損傷，利用自身活動度與彈力吊索交互作用，改變運動強度的 Bungee Workout 蹦極運動，同時也是全台唯一擁有水中飛輪、Bungee Workout 蹦極設備及課程的健身中心。

只需預繳 2,500 元，即可享有一年會籍，每週週費 200 元的活力卡早鳥優惠，讓喜愛運動的民眾用親民價格享受高品質服務。

在保障方面，新光人壽推出第三代外溢保單「活力健身重大傷病定期保險」，除了涵蓋計步、路跑之外，民眾熱愛參加的新光登高大賽同樣可以獲得點數，有機會享保費折扣。

活力健身重大傷病定期保險，首創結合健身房，若保戶為保險單條款約定之健身房會員，每周選兩天到健身房運動，就有機會享有次一年度保險費折扣，鼓勵民眾養成持續運動習慣，推廣自主健康管理意識，達成促進全齡健康的目標。

呼應全齡健康議題，新光人壽最新規劃的「新板傑仕堡」打造全齡生活圈，除陸續引進高檔月子中心璽悅、養生食療銀廚餐廳，針對不同年齡族群，設計 JX 健身俱樂部、水療池、岩盤浴、瑜珈教室、陶藝教室、茶道教室等多樣化的休閒活動，更擁有配備史坦威名琴的專業音樂廳，並預計與新光醫院健康管理中心合作，提供「準金卡會員」健康照護，隨時為住戶管理健康，滿足國人對退休後高生活品質的需求，打造國內健康樂齡宅的成功典範。

另外，台灣即將邁入超高齡社會，健康老化是每個人最重要的功課，向來以健康安全為訴求，公益為號召的「新光摩天大樓登高大賽」，將於 2020 年 1 月 4 日(六)舉辦第 39 屆賽事，活動主題「為全齡健康而跑」，透過登高活動鼓勵全民養成運動習慣，一步一步跑出健康人生。

本次特別邀請過去五屆登高大賽曾經參加過二次以上的民眾「回娘家」，可用 200 元優惠價加入 JX 健身俱樂部「準活力卡」會員，2020 年 2 月 29 日前享有每週一次，只需繳交清潔費 200 元即可入場體驗各項健身設施，以及當日免費上 Zumba、戰鬥有氧等熱門團體課程，當週第二次起入場酌收 300 元。現在加入贈送 Bungee Workout 蹦極運動、水中飛輪課程體驗券各一張，提供熱愛運動的登高之友們更豐富有趣的健身體驗。

民眾可至新光登高大賽網站 (<https://active.skl.com.tw/Runup/>) 或透過新光人壽 App 報名，報名成功即贈實用運動毛巾、紀念衫組及「JX 健身俱樂部精品課程五合一套票」，內容包含：獨家課程 Bungee Workout 五折優惠券、獨家課程水中飛輪五折優惠券、戰鬥有氧體驗課程一堂、Zumba 體驗課程一堂、瑜珈體驗課程一堂，前 1000 名加贈神秘早鳥禮，登高大賽活動當日完賽贈送 JX 健身俱樂部體驗券。相關報名資訊可洽登高大賽官網或免付費服務專線：0800-724-365。

### 三十、新藥+天然植提+藥食製劑 杏輝營運三箭顯效益

資料來源: 2019-12-18 14:50 聯合晚報 記者黃淑惠／台北報導

杏輝醫藥集團（1734）今日舉行集團聯合法說會，杏輝集團營運三箭戰略成果顯現，全球訂單持續成長，杏國 SB05PC 胰臟癌新藥三期臨床收案進度近八成，集團的營運布局 2020 年將發揮效益。

杏輝集團在新藥、天然植提及藥食製劑的營運三箭戰略，全面挺進全球市場，近年成果陸續展現，包括杏國（4192）研發中的治療胰臟癌新藥 SB05PC

（EndoTAG<sup>®</sup>-1）全球三期臨床試驗收案例數已近八成、大陸子公司杏輝天力發展天然植提原料有專利保護，並陸續接到國際訂單、台灣杏輝除了自營的營收及獲利高度成長外，外銷實績也明顯增長。

杏國新藥研發中治療胰臟癌新藥 SB05PC（EndoTAG<sup>®</sup>-1）全球多國多中心三期臨床試驗將在 2020 年完成收案，依現有狀況及科學推論，預計於 2020 年進行期中分析；中國大陸胰臟癌三期臨床試驗一線用藥也將在 2020 年開始執行，並評估授權海外合作夥伴。

杏輝表示，集團投入新藥開發，致力於解決未被滿足的醫療需求，杏國研發的 EndoTAG®-1 在 2020 年將邁向新里程碑，對期中分析結果深具信心，期待提供病患更好的治療選擇。

杏輝集團致力於研發天然提取原料與健康食品，提供預防醫學、高齡化、亞健康族群等保健輔助；旗下目前共領有七個健康食品，在生產條件提升下，外銷實績也不斷增加。

杏輝表示，旗下的子公司杏輝天力近年展現高研發能量，研發成果除積極布局全球專利，並在國際期刊發表研究報告 10 多篇。

### 【地方與社區發展】

## 三十一、柯市府社福體檢 北社盟：58 分不及格

資料來源: 2019-12-19 23:26 聯合報 記者魏葭伊／台北報導

台北市社會福利聯盟以「民間版社會福利政策白皮書」體檢柯市府，昨公布年終體檢結果，北市府 5 大領域社福政策「完全改善」的項目竟掛零，毫無改善項目高達 21 項。北社盟理事長解慧珍表示，體檢結果應是「不及格」，但已有 58 分，「離及格不遠」；市府表示，「將虛心檢討與改進」，請各局處全面檢視民團建議。

北社盟由 62 個民間團體組成，近年每年為市府體檢，今年擬定 50 項子議題做檢驗，完全改善項目掛零、毫無改善達 21 項、有些許進步 22 項、顯著進步 7 項。社團代表昨一起學柯抓頭，諷刺對北市府社福政策的無奈。

靖娟兒童安全文教基金會執行長林月琴表示，在成立兒童事故傷害防治專案小組、建立北市兒童傷害資料庫部分，市府毫無改善，「生的孩子少，死的孩子多」，服務不到位，弱勢在台北只會更弱勢。

少年議題部分，基督教教會聯合會乘風少年學園執行長林哲寧說，很多毫無改善項目，北市府多數的回應文不對題。

毫無改善 21 項議題，有「提供心智障礙兒童課後托育服務」、「提升少年福利總預算」、「推動性別教育重視少男情感教育」、「建構家庭照顧者基礎資料了解確切需求」等。

北市府副發言人戴于文表示，市府持續朝向友善宜居城市的目標前進，對於北社盟建議，將虛心檢討與改進，請府內局處全面檢視民團建議，給予回應。

社會局感謝北社盟提供建議，局長陳雪慧表示，近年社會局在中央社福績效考核獲得全國第 1 名，109 年社福預算 211 億餘元是市府第 2，會盡量將資源合理運用在社會福利措施上。

陳雪慧說，面對少子化及高齡化，市府先於中央推動各項政策，包含公共托嬰中心及社區公共托育家園，從 15 處成長到 74 處，啟用保母媒合平台及開發公托線上抽籤系統，盼媒合托育資源時更 E 化。

## 三十二、黃偉哲與市民的健康約定 用 AI 運動數據守護健康

資料來源: 2019-12-20 14:17 聯合報 記者鄭惠仁／台南即時報導

台南市長黃偉哲今天出席「府城動起來-AI 運動數據創新服務平台」啟動記者會，以實際行動帶領市民將運動融入生活；號召鄉親參與府城動起來 APP 揪團活動，持續 21 天的健走運動習慣養成，讓市民健康大邁進，完成任務還能累積點數兌換精美禮物。

經濟部工業局「普及智慧城鄉生活應用計畫」，媒合地方政府與科技產業創新能量，研鼎智能、維康醫療用品、成功大學與南市鄰里長通力合作下，針對不同

年齡族群的生活特性、運動需求及資訊科技能力，透過穿戴裝置及運動數據服務平台，提供精準分析並結合生活應用，讓台南成為運動大數據的城市。

黃偉哲表示，高齡社會的到來，肌肉質量會隨年齡逐漸下降，若想要年老時不衰弱，必須趁早運動。研鼎智能董事長簡博彬表示，該公司致力於打造科技健康運動新概念，透過雲端管理系統，將數據資料進行完整評估、紀錄管理，數據的累積並進行相關演算，建構專屬台南市民的運動大數據。未來更可進一步提供個人化的健康服務，如：體適能監測、運動處方介入、媒合健康教練等。

簡博彬說，將自明年 1 月 10 日起在台南各處維康醫療用品門市設置肌少症風險評估據點，透過走路速度測試、手握力測試與四肢肌肉量量測，經由儀器初步評估，及早發現長輩是否有肌少症症狀，提供專業營養品補充及運動的建議。

台南市體育處表示，這項計畫是整合民間資源，結合人工智慧技術，建立雲端資料庫數據分析，提供市民及銀髮族群運動處方及運動提醒，希望未來能推動 AI 運動普及化、生活化及產業化，讓市民養成規律運動習慣，進而落實全民運動風氣。

### 三十三、農路修繕近百公里六都第一 台南農業局端施政成果

資料來源: 2019-12-18 19:57 聯合報 記者謝進盛／台南即時報導

台南市今年修繕農路近百公里，長度六都居冠，除了全國首創無人機農噴應用試驗，農業局表示，農特產外銷也交出亮麗成績；除今年蘭展國際訂單逾 113 億元，並爭取到 2025 第 15 屆亞太蘭花會議暨展覽主辦權，要讓蘭花產業持續躍上國際舞台。

台南市農業局今天舉行年終記者會，由局長李朝塘說明一年來農業局施政成果，他說，台南農特產品年產值超過 600 億元，為因應農村人口流失與高齡

化，農業局自 2011 年起積極推動「新農業、新農村、新農人」新三農旗艦計畫，鼓勵青年投筆從「農」。

他說，為吸引年輕人返鄉，所執行的新三農旗艦計畫，迄今已招募新農人達 1465 人，年收入達百萬元者 170 人，使農村人口回流翻轉農村經濟。而為維護農產運輸便捷與安全，今年農路修繕達 95.43 公里，長度為六都第一。

此外，農業局也同時輔導 88 個社區通過農村再生計畫審查，累計獲得行政院補助逾 14 億元，為六都之冠；另後壁區仕安社區廖育諒，更榮獲行政院農委會頒發 108 年農村領航獎。

另外，無人機農噴應用試驗計畫更是全國首創，今年於後壁區等 8 個行政區完成弘昌碾米工廠、榮興米廠、芳榮米廠等契作二期稻作 85 公頃，成效顯著。

而在推動保育成果方面，農業局指出，今年「市鳥水雉復育」夏季調查首破千隻，11 月底更達 1741 隻。另黑面琵鷺來台數量達 2417 隻，超越去年同期，並透過黑琵保育季系列活動，引導民眾正視環境及生態保護，響應里山倡議，達永續發展目標。為宣導友善樹木觀念，農業局邀請美國及新加坡樹木專家共同分享樹木移植經驗與全台最新「根球托底」移植工法，使樹木保育與國際接軌，並實際運用到列管老樹。

農業局也喊出「台南農產讚 外銷衝衝衝」，舉辦一系列國內外展覽活動，今年 2019 台灣國際蘭展」，訂單達 113.1 億元，另外，也參加東京國際食品展、「上海秋季國際食品展」；今年更首度將文旦、大白柚外銷至加拿大，消費者搶購超乎預期；農業局今年 11 月在日本知名大阪及新加坡地鐵站設置大型戶外廣告，吸引國外民眾來台南觀光及品嚐在地優質水果，讓世界看見台南。

#### **三十四、新北人口高齡化暗藏犯罪與被害隱憂 警籲關懷高齡長者**

資料來源: 2019-12-21 12:54 聯合報 記者王長鼎／新北即時報導

新北市政府統計至 108 年 11 月底，全市高齡人口數占新北市總人口數 14.31%，也就是平均每 7 個人當中就有一位是 65 歲以上的高齡者，而根據國發會推估，全台至 115 年，也就是 7 年後，每 5 位國民中就有 1 人是高齡年長者，新北警方查覺到高齡者犯罪與被害的社會問題也逐漸浮現。

新北市警局統計，108 年 1 至 11 月新北市高齡者犯罪前 3 名案類分別為竊盜占 22.33%、賭博占 12.11%及酒後駕車占 11.65%，且男性犯罪為女性的 2.81 倍，其中又以酒後駕車案件中，男性為女性的 16.22 倍，差距最大。而排名前 2 名的竊盜及賭博案，又可能與高齡者處於經濟弱勢或情感孤獨需要人陪伴有關連。

高齡者被害情形類別的前 3 名分別為詐欺占 24.51%、竊盜占 20.42%及駕駛過失占 15.67%，其中男性被害以竊盜占 24.44%及詐欺案占 18.16%較多；女性被害則以詐欺占 31.81%及駕駛過失案占 17.35%較多，明顯高於男性被害人數，顯見女性高齡者較易遭受詐騙及發生交通事故。警方指出，高齡者被害比率占 7.10%，明顯高於高齡者犯罪比率 4.49%，值得注意。

為預防民眾遭詐騙，新北市警局與轄內金融機構、超商、鄰里長、社區管委會等建立「防詐友善通報網」，遇有疑似詐騙等異常狀況可即時通報警方到場處置，並透過治安座談會、家戶訪查、老人共餐活動等機會，針對高齡者易受騙案件加強宣導防制。

針對高齡者易發生交通事故部分，警方分析主要相關原因為「違規穿越道路」、「駕駛疏忽或違規」、「汽、機車搶越行人穿越道」及「高齡者在清晨及夜間天色昏暗時穿著暗色服飾，不利辨識」等原因，新北警方表示，除持續加強取締「汽車不禮讓行人」及「行人違規」兩項重點違規，也會在公園、廣場、車

站、捷運站等人潮聚集處，針對高齡者宣導平時穿著反光效果佳、色彩鮮艷之服裝，於清晨或傍晚外出時配戴反光條或攜帶手電筒，以提高辨識度，並加強高齡者守法觀念，勿任意違規穿越道路，及遵守交通規則，以保障自身安全。

有關高齡者竊盜犯罪部分，經警方分析其犯罪特徵，大多為教育及經濟等弱勢族群，行竊物品亦為食物及日用品居多，新北警方除加強此類治安顧慮人口查訪外，也主動透過通報里長、社福機關持續關懷。為防制高齡者聚集公園博弈情事，已指派員警在公園明顯處設置「禁止賭博」標語外，同時在公園周邊定點巡守時，加強勸導民眾切勿於公眾場所賭博。

新北市警局呼籲，年輕子女應多加關懷家中長輩，平時培養正當休閒活動，並提醒現今常見犯罪手法以及交通安全觀念，提升自我保護之能力，新北市警局也將本為民服務的初衷，善盡全力守護高齡族群的生命與財產安全。

### **三十五、里長大小聲／洪登賢爭取 湳興里長者福利好**

資料來源: 2019-12-22 23:34 聯合報 記者張曼蘋／新北報導

台灣邁向高齡化社會，新北市板橋區至今已成立 113 處銀髮俱樂部，其中板橋湳興里銀髮俱樂部日前剛揭牌，湳興里長洪登賢為照顧里內長者，積極規畫相關福利，不僅成立銀髮俱樂部，也辦多元銀髮動健康及養生知識等課程，長者在社區就可顧健康又能相互交流。

洪登賢表示，銀髮俱樂部裡面有按摩椅、腳底按摩機、棋盤、桌遊等設備，還會準備小點心，雖然俱樂部一周僅周三、周四開放，但幾乎每次都有 20 幾名長者來聊天增加感情。

洪登賢平常積極配合市府政策，希望可以為湳興里爭取福利，今年更獲內政部 108 年全國特優里長，他在 12 月初於里內第一市民活動中心成立銀髮俱樂部，同時結合里內醫院辦理多元銀髮動健康及養生知識等課程。

洪登賢指出，很開心可以成立銀髮俱樂部，讓長者們多個地方可以聊天、玩樂，不用一直待在家裡，可以出來與其他人培養感情，目前銀髮俱樂部開幕沒多久，接下來盼可以漸漸步上軌道，更希望未來可以繼續為長者們爭取更多福利。

### 三十六、南投護偏鄉健康 在社區可健檢

資料來源: 2019-12-19 23:31 聯合報 記者江良誠／南投報導

南投縣山區和偏鄉有些村落連診所也沒有，「無醫村」居民就醫困難，縣府近日規畫社區整合性健康篩檢巡迴服務，要讓民眾就近在社區健檢，項目包括血壓、血糖、血脂、尿蛋白、癌症等成人保健，讓偏鄉民眾也能及早發現和治療，提升偏鄉醫療服務。

南投縣長林明溱說，南投人口高齡化，為照顧偏鄉長輩，明年縣府將在中寮、國姓新設「物理治療所」，方便老人家復健和保健；另爭取醫學中心或重度級急救醫院支援，明年增加 16 名專科醫師，由中央補助 3 億 8962 萬元給予更好醫療服務。

南投縣衛生局表示，今年已辦理 49 場社區整合性健康篩檢巡迴，共 5700 人接受檢查，其中 2700 人篩檢有狀況，進一步到醫院治療，其中 144 人罹癌，及早發現和治療病況都獲得控制。

健檢中也發現偏鄉居民「三高」相當普遍，血壓異常 1369 人、血糖異常 605 人、疑似血脂異常 594 人，要求定期服藥、追蹤，也加強健康常識指導，養成均衡飲食和運動習慣。

南投縣府也與埔基、南投醫院、竹山秀傳醫院合作，提供偏鄉醫療服務，包括埔基在仁愛鄉成立霧社急診中心、力發、翠華、武界醫療中心，派專科醫師長期駐診，醫院也提升設備、醫師及醫療服務等資源，希望降低轉診率，減少民眾術後遠地照顧奔波與轉診風險。

### 【其他相關議題】

## 三十七、台壽起床任務回響熱烈

資料來源: 2019-12-20 02:53 經濟日報 記者陳怡慈/台北報導

中國信託金控子公司台灣人壽長期深耕高齡公益，與社福夥伴合作過程中，發現老化快速的台灣，除提供長照服務或政策調整外，更重要的是觀念翻轉，台灣長照才能進步。

有鑑於此，台灣人壽攜手畢嘉士基金會共同拍攝復能紀錄短片「起床任務」，昨（19）日在台北敦南誠品，與社會企業銀享全球共同舉辦「最佳的照顧就是不用照顧」家庭照顧者講座暨紀錄短片首映會，片中記錄因跌倒導致失能的薛鄭阿嬤，透過生活訓練重新站起來的過程，不僅感動現場超過百位家庭照顧者的心，更點燃他們對於被照顧者可以重拾自立生活的希望。

影片中，高齡 90 歲的薛鄭阿嬤跌倒臥床後，向治療師許下心願「我想要站起來，至少在客廳走來走去」，像薛鄭阿嬤跌倒致左腿骨裂臥床的老人比比皆是。

根據國健署調查，全台 65 歲以上長者，每六人就有一人曾跌倒，跌倒更是高居老人事故傷害死因的第二名，而影片中，家屬配合專業團隊從使用電動床縮短

臥床時間，站立式輪椅重新練站，到拿起助行器踏出步伐，一起共同努力下，阿嬤可以慢慢站起來走動；堅毅的生活訓練過程，畫面雖不那麼美麗，但過程中阿嬤的堅強與進步的微笑令人感動。

台灣人壽總經理莊中慶表示，近年來，政府全力倡導「復能」，民間也大力推動生活訓練、自立支援，「我們希望重新定義『對的照顧』或『好的照顧』的認知」。也提醒復能成功的關鍵之一為家屬，家屬須有正確的觀念，改變凡事都幫長輩做好的傳統孝順觀念，因長輩一旦長時間沒事做，反而容易導致快速失能以致臥床不起的狀況。

台灣人壽去（2018）年舉辦「家庭照顧者」講座，而今（2019）年講座重點則是在翻轉他們的照顧觀念，畢嘉士基金會周文珍執行長於講座中分享如何結合輔具運用及生活訓練。

### 三十八、日月光推5年計畫 助杉林區邁向智慧化城市

資料來源: 2019-12-23 18:22 經濟日報 記者游智文／即時報導

日月光投控集團攜手日月光文教基金會，今(23)日與高雄市杉林區公所簽署合作備忘錄，日月光投控集團將引進高科技，在高雄市杉林區選擇數個里鄰、社區或學校試辦「智慧城市」計畫，把杉林區從資源較為匱乏的偏鄉小鎮，在5年內打造成為一個進步、便捷、安全與科技的智慧化城市。

23日下午，在高雄市政府民政局長曹桓榮、杉林區各里長、校長、社區發展協會理事長、農會、調解委員會、自來水公司代表等貴賓及媒體的見證下，日月光投控集團行政長汪渡村、杉林區公所區長劉德旺以及日月光文教基金會總監林浚南，代表三方在杉林區公所簽署「高雄市杉林區邁向智慧化城市合作備忘

錄」，預定明年（109年）初開始進行智慧城市的規畫，並逐年建置相關設施，預計5年完成。

見證簽署合作備忘錄的高雄市民政局局長曹桓榮致詞時，代表高雄市政府及杉林區整個團隊，感謝日月光投控集團的關心與投入，讓杉林區走向不一樣的風貌，營造智慧化城市的開端，建立杉林區成為高雄市後花園最好的招牌。

區長劉德旺代表杉林區感謝日月光投控集團針對在地需求進行合作方案，他說，杉林區已經準備好了，並將全力以赴，創造杉林區更美好的未來。劉德旺區長並致贈汪渡村行政長杉林區特產「南瓜」及「梅好薑來」等地方特色伴手禮盒，代表杉林區將走向美好的將來。

日月光投控集團行政長兼日月光文教基金會執行長汪渡村表示，日月光是個高科技公司，近年來回饋社會不遺餘力，以善盡社會責任，未來日月光將配合杉林區地方的需求，透過科技力來協助杉林發展地方特色產業及樣貌，做為打造偏鄉邁向智慧化城市的樣板。

日月光投控集團表示，未來5年將提供杉林區建置的智慧化城市內容包括：提供智慧電能供應協助、高齡長者的照護、學生課後輔導、建立地方農產行銷通路平台、設置杉林區防災資料接收中心，以及智慧教學等項。

在智慧電能部分，將協助區公所設置可配合環境光源自動調整亮度的LED智慧街燈，並建置太陽能板供電系統，推廣綠色能源。

高齡長者照護及學童課輔方面，將透過醫療巡迴車下里服務，配合遠距居家照護，完善老人家的照護需求，同時改善老人共餐空間及設備，並提供社區老人吉祥樂學課程，以及學生課後輔導。在地方創生方面，協助建立杉林區農產行銷通路平台，扶植地方特色產業，型塑在地品牌，促進地方農業及經濟繁榮發展。

此外，鑑於杉林區位處偏鄉，日月光投控集團也將協助在杉林區區內土石流潛勢溪流及集水區範圍內，選擇適當位址架設各種先進量測儀器和高效率傳輸系統，即時追蹤回報土石流、崩坍及地滑等動態資訊，並設置「杉林區防災資料接收中心」，接收即時資訊，第一時間內發出預警，打造杉林「零災害科技村落」。

12月2日，日月光文教基金會總監林浚南等人，特別南下高雄市拜會杉林區公所洽談「智慧城市」合作事宜，並在曹桓榮局長、劉德旺區長等人陪同下，參訪了上平及月美兩個社區發展協會，以及杉林布包手工坊、杉林葫蘆藝術館等，由區公所彙整地方需求並獲得共識，促成此次三方簽署合作備備忘錄。

### 三十九、彰銀關愛獨老 年菜送到家

資料來源: 2019-12-18 02:43 經濟日報 記者林子桓／台北報導

彰銀疼惜獨居老人，今年再度攜手華山基金會舉辦「愛老人 愛團圓」公益活動，昨（17）日在松山區鵬程里活動中心舉辦「料理紅黃軍」廚藝PK賽，與長輩分享如何運用簡單食材和廚具料理創意年菜，並宣布認捐750份年菜禮盒，在農曆年前出動志工，把愛送到家。

彰銀已經連續六年和華山基金會合作年菜專案，捐年菜、送愛到家。這次將在農曆金鼠年前出動彰銀志工隊配合華山基金會人力不足地區，橫跨北中南地區，深入鄰里到長輩家中送年菜、關懷長輩，並提供測量血壓及貼春聯等服務，讓弱勢長輩在過年期間也能夠享用豐盛的年菜，感受家常的幸福。

彰銀說，今年特別邀請財政部長蘇建榮擔任神秘嘉賓，一起宣傳「愛老人 愛團圓」公益活動，為台灣獨老發聲。蘇建榮說，在少子化的社會裡，不僅有越來越多的老人家面臨獨居生活，年輕人的負擔也越來越重，尤其再過五、六年，

台灣就要邁入超高齡的社會，所以布建長照服務網絡，落實社區照顧，實踐在地老化的目標，就格外的重要。目前政府積極推動長照十年計畫 2.0 政策，希望結合地方政府資源、聯手民間愛心單位發展在地服務模式。財政部也在長照政策上和政府各部門緊密合作，同時鼓勵公股行庫要比一般企業肩負起更重的社會責任，多多支持及援助弱勢族群。

彰銀董事長凌忠嫻表示，彰銀自舉辦關懷獨居老人公益活動後，更加體認社區守望相助和長期照顧資源的重要，同時鼓勵同仁在工作、生活之餘，主動關心我們的社會與周遭，銀行出錢，員工出力，發揮企業志工精神，讓社會更美好。

這次「愛老人 愛團圓」公益活動，主辦單位有感獨居長輩時常需要自行料理三餐的需求，特別舉辦「料理紅黃軍」廚藝 PK 賽，為獨居長輩示範利用電鍋或電磁爐烹煮料理，運用簡單食材發想創意菜色，進行一場趣味的廚藝比拼。

彰銀黃隊由蘇建榮、凌忠嫻協同金鐘得主料理達人蔣偉文擔任主廚，華山紅隊則由華山基金會副秘書長李秀娟及廚藝精湛的李奶奶掌廚，並請來 30 位華山服務的長輩們，票選出最喜愛的料理、一同圍爐吃團圓飯，讓現場充滿年味與人情味。

華山紅隊負責掌廚創意料理的李奶奶，從 30 歲開始拜師學藝，曾擔任廚師多年，如今已 83 歲，高齡獨居，生活時常需要倚賴華山基金會的愛心支援，而這樣的案例只是全台許多個案之一。因此，彰銀除了捐錢出力外，也希望社會大眾將愛老人的心化為行動，一起推動敬老、護老、扶老的友善社會。

#### **四十、全台血庫不到 5 天要見底 過年前全台缺需 2 萬 7 千袋熱血**

資料來源: 2019-12-20 11:51 聯合報 記者陳婕翎／台北即時報導

日前冷氣團籠罩台灣，心血管患者送醫人數增加，醫院用血也成長一成，全台血庫不到五天就要見底。

台北捐血中心最嚴重，血庫僅剩四天，眼看再一個半月就要迎接七天的農曆年假，血液基金會號召熱血民眾，盼至過年前再募集 2 萬 7000 袋血液，將血液安全庫存量提高至九天，安心過好年。

血液安全庫存量為 7 至 10 天，4 至 7 日是偏低，4 日以下為急缺，必須啟動緊急支援團體發動捐血。目前全台五大捐血中心庫存量分別：台北血液庫存量 4.0 天、新竹 5.7 天、台中 5.6 天、台南 6.0 天、高雄 5.5 天，全台血液庫存量平均數為 4.9 天。依血型分類則 A 型 5.4 天、B 型 6.2 天、O 型 4.0 天、AB 型 4.8 天。

台灣血液基金會執行長魏昇堂表示，即使台北捐血中心今年下半年 7 至 11 月紅血球類血品，供應量較去年同期增加將近 14000 袋，供應成長了 4.5%。但因為全台血液用量成長近 2.7%，且不少病患往北部集中，血液腫瘤科及器官移植病患用血量增加，台北地區缺血更嚴重。

農曆年假就要到了，魏昇堂說，國人忙過年、尤其近年國人喜愛趁農曆長假出國旅遊，但回國後需暫緩捐血一個月，每年過年前後，挽袖捐血的人數也就大幅降低。台灣血液基金會事務處處長洪英聖呼籲民眾前往捐血點捐血；過年期間，仍有部份捐血點照常作業，相關資訊在官網都會公告。

血液基金會睽違 18 年首度鬆綁大齡捐血者條件，魏昇堂說，預計明年 3 月後，65 歲至 70 歲者只要過去兩年內曾有捐血紀錄，每年只需進行一次醫師面談即可繼續捐血。目前 65 歲至 70 歲捐血者一年大約捐出 1500 袋血，鬆綁高齡捐血條件，可方便熱血長者，該族群捐血數可望再攀升。

## 四十一、北市前 11 月行人交通事故死亡 銀髮族占 6 成 5

資料來源: 2019-12-19 20:38 中央社 台北 19 日電

台北市交通警察大隊今天指出，統計北市今年前 11 個月的行人交通事故有 26 人死亡，高齡行人占 65.4%，行人違規比例達 70.8%，呼籲民眾多留意長者外出用路習慣及著反光配件。

台灣已邁入高齡化社會，台北市政府警察局交通警察大隊今天發布新聞稿表示，統計台北市今年 1 月至 11 月行人交通事故死亡者共有 26 人，其中，65 歲以上高齡行人有 17 人、占 65.4%。

交通警察大隊分析，行人死亡事故且為高齡長者案例，行人自身有違規的比例達 70.8%，且肇事原因以「未依規定行走行人設施」及「闖紅燈」最多。

交通警察大隊表示，由於高齡長者通常在住家附近通行，多熟悉周遭路況，有可能因經年累月習慣而疏忽交通安全的用路習慣，或是貪圖一時方便，經常造成高齡行人事故發生的潛在危險因素。

北市交大特別提出呼籲，請關心長者在外用路行為及提醒交通安全觀念，以減少意外發生。

為加強宣導高齡行人交通安全觀念，交通警察大隊指出，已主動與台北市教育局合作，透過國小低年級學童的家庭聯絡簿為媒介、發放貼紙給低年級學童，藉此向家中長輩轉達交通安全觀念。

同時呼籲家中有高齡長者的家庭，應多關心長者外出用路習慣，建議晨昏外出應著亮色衣物，並配戴反光配件；穿越路口也應遵守行人號誌，並利用行人穿越道（斑馬線）通過路口。

## 四十二、高齡者交通事故 騎機車居首位

資料來源: 2019-12-20 14:14 中央社 淑芬台北 20 日電

交通部統計，高齡者的交通事故以機車居首位，交通部透過上千名授證合格的路老師協助宣導道路安全概念，尤其加強視野死角。

交通部上午舉辦「108 年度『路老師』頒獎授證典禮」。

交通部次長王國材說，近年來國內高齡者交通事故 30 日內死亡人數，以高齡者騎機車占比近 5 成居各運具首位，其次是高齡者走路發生交通事故，占比也超過 2 成，所以今年的路老師培訓計畫，就是要加強高齡者機車防禦駕駛與行人行走安全的正確觀念。

王國材特別提到應加強宣導，提醒高齡者注意大型車內輪差造成的視野死角。

王國材說，為提升高齡者的交通安全，除在道路增加庇護島供高齡者來不及過完馬路時可休息外，也可透過增加可通行時的秒數、行人穿越線退縮等方式改善。

交通部自 100 年至今已培訓合格的路老師約 1200 名，未來將加強偏遠與離島鄉鎮的招募完訓，並以達成 368 個鄉鎮都有路老師為目標。

## 四十三、九旬翁身懷 18 萬現金 遠渡重洋只為這件事

資料來源: 2019-12-19 16:52 聯合報 記者林佩均／台中即時報導

一名高齡 90 歲許姓老翁在街頭遊蕩，警方到場發現許翁隨身攜帶 18 萬元現金，原來許現在依親在大陸生活，這趟跟團來台灣是為了將退休金領出，未料他領完錢卻忘記回飯店的路。所幸警方聯繫上領隊，並將許翁送回飯店，讓團員順利趕上晚間啟程的飛機返回大陸。

上周三下午 2 點多，台中市北屯區同榮路上有一名老翁在路上徘徊，台中市警局第五分局四平所員警許富凱、涂仁勇到場，許姓老翁疑似失智在騎樓徘徊，且身上帶有鉅額 18 萬元現金。

經警方詢問，原來許翁長期在大陸依親，久久返台一次，這次返台是為了領取自己的退休金，所以跟旅行團返台。他中午從麗都賓館出門，領退休金後卻認不得回飯店的路，只好在路上徘徊。

由於許翁在台灣沒有聯繫的親友，也沒有手機，所幸警方在許翁身上發現旅客資訊，順利聯繫上旅行社，並將許載送回投宿的飯店交給領隊。

領隊感謝警方的協助，因為稍晚就要搭車前往桃園機場，如果協尋不到許翁，可能當天晚間要搭乘的班機恐怕就趕不上，好在熱心民眾和警方的及時協尋，才讓許翁順利返回大陸親屬身邊。

#### **四十四、退休公務員迷途記 市政大樓內急尋「我的退休金」**

資料來源: 2019-12-21 13:24 聯合報 記者林佩均／台中即時報導

台中市市政大樓迷途記！一名陳姓老翁前天上午在台中市政府市政大樓內迷途，員警上前關心，老翁不斷說著「我的退休金」、「哪裡可以領退休金？」原來陳翁是市政府的退休公務員，員警協助送返住家，陳翁兒子感激說，父親退休時已領回退休金，近年失智才誤以為退休金未領，一早獨自離家不知去向，所幸有警察幫忙。

「我的退休金？」、「哪裡可以領退休金？」一名老翁前天上午心急地在台中市政府新市政大樓內詢問，台中市警局保大府會園區警察隊小隊長葉博先、警員石水福上前關心，原來陳姓老翁是市政府的退休公務員，誕辰翁疑似有失智現象，無法表明身分，只說住在西屯路上。

員警攙扶陳翁並以巡邏車沿西屯路行駛，試圖喚回他的記憶，當巡邏車行經科博館附近，陳翁激動表示「就是這裡」，終於找到他的住家。

陳翁兒子見到親安然無恙，相當感謝員警協助護送父親返家，並表示父親是市府退休員工，退休時已領回退休金，近日因年老失智，常誤認自己尚有退休金未領，今天早上獨自離家不知去向，心裡很著急，看見父親平安歸來，非常感謝警方熱心服務。

保安警察大隊大隊長李建興呼籲，民眾家中若有失智、聽語障或高齡長輩，應加強關懷及照護，不定時幫忙拍照（包含常穿著之衣物、特徵等）並隨身攜帶身分證件及愛心手環、掛名牌（含聯絡人電話）等；如不慎走失時可供警方協尋。

## 【國外時事】

### 四十五、日本 2020 年度總預算創新高 連 2 年破百兆日圓

資料來源: 2019-12-20 15:35 中央社 東京 20 日綜合外電報導

日本政府今天通過 2020 年度一般會計總額約 102 兆 6580 億日圓的中央政府總預算案，創歷年新高，也是日本連續 2 年總預算案破百兆日圓，主因是社會福利支出大幅成長。

日本放送協會（NHK）報導，明年度總預算較今年度成長逾 1 兆 2000 億日圓，今天已在內閣會議上通過，日本政府接下來將於明年初把明年度預算案及今年度的補正預算案，一併送進通常國會審議。

由於醫療及年金等社會福利支出隨著高齡化社會成長，加上針對低收入家庭實施的高等教育免費政策等支出，讓明年度社福經費較今年度增加 1 兆 7302 億日圓，預算規模達歷年新高的 35 兆 8608 億日圓（約新台幣 9 兆 9000 億元）。

另外一個支出明顯成長的項目是防衛經費，由於日本將設置監視太空空間的「太空作戰隊」及「網路防護隊」，相關費用編列後讓防衛預算規模達到歷年最多的 5 兆 3133 億日圓（約新台幣 1 兆 4600 億元）。

而在歲入部分，日本政府因為調高消費稅率，讓稅收出現歷年最多的 63 兆 5130 億日圓；雖然 32 兆 5562 億日圓的新發行國債呈現連續 10 年減少，但減少金額僅 1000 億日圓左右，持續呈現歲入 31.7% 仍需仰賴國債的嚴苛財政狀況。

#### 四十六、台大與日本合作 推動國家級老年照護「阿波羅計畫」

資料來源: 2019-12-23 17:21 聯合報 記者蔡維斌／雲林縣即時報導

台大醫院雲林分院為優化雲林高齡長者的生活，維護自我健康、飲食營養運動及醫療照護等健康問題，計畫成立「國家級高齡醫學暨健康福祉研究中心」，其中「阿波羅計畫」與日本富士通合作，以核心醫療連結在地食堂及診所，解決社區長者各種醫療困境，有效結合科技建立照護整合平台。

台大雲林分院長黃瑞仁表示，由副院長劉宏輝帶領計畫要成立的「國家級高齡醫學暨健康福祉研究中心」，已獲蔡英文總統高度肯定，阿波羅計畫即將透過工研院生醫所與日本富士通合作，引進日本最先進的智慧照護科技，建構銀髮族群，從醫院到家裡的健康防護網，讓銀髮安心、家人放心。

副院長劉宏輝指出，這項智慧化的醫療照護系統，是以超高速生醫運算為基礎，進行各種健康照護行為高度複雜的計算規劃，透過居家關懷及智慧化生理量測、居家主動回饋互動科技、類 5G 視訊及緊急諮詢救護等遠距醫療設施，透過各環節的健康照護管理與醫療資訊整合，進行最有效的醫療分配，讓人

流、物流、金流及資訊流達到最佳整合狀態，是照護長者的良方，也可減少健保支出。

黃瑞仁說，期許藉此系統，解決社區長者各種醫療困境之外，也將作為我國下世代全智慧數位醫療服務產業之楷模，帶領台灣生醫領域與長照產業連結日本，同時配合南向政策成為東亞長照體系的樞紐。

#### 四十七、日本議員與劉建國交流 建立台日長照政策交流平台

資料來源: 2019-12-19 13:00 聯合報 記者李京昇／雲林縣即時報導

日本自由民主黨國會議員武井俊輔來訪台灣，與立委劉建國針對台日長照經費與人力議題交流，兩人盼推動成立「台日長照政策交流平台」，共同吸取兩國長照優缺點，促進落實長期照顧發展。

武井俊輔表示，今年九月劉立委率團參訪日本，當時彼此分享很多經驗，很高興這次來台灣再次與劉建國，他知道現在適逢台灣總統立委大選，他自己今年剛選舉完，知道選舉的辛苦與背負選民期待，所以也預祝劉高票當選。

武井俊輔說，透過台日合作，他希望可以做成一個典範，因為高齡化跟少子化不會只有在台灣跟日本發生，在其他的國家也會遇到同樣問題，未來能把此經驗作典範與其他國家分享。

劉建國表示，台灣 1993 年 2 月邁入高齡化社會，才經過 25 年的光景，去年邁入高齡社會，65 歲以上人口將占 14% 以上，再花 7 年台灣就進入「超高齡社會」。

劉建國說，日本 2004 年成立國家級長壽醫療研究中心，由醫院與研究學者等專家組成，除醫院開設各項高齡門診、高齡病房、科技輔具中心，還有高齡照護政策研究。

因此，他向中央爭取到雲林首座「國家級高齡醫學暨健康福祉研究中心」，很開心跟武井俊輔在長照這塊議題上相談甚歡；最後雙方簽署「台日長照政策交流平台」，方便未來可以互相提供長照經驗與資訊。

#### **四十八、日本流感恐提前進入高峰 跨年遊日須留意**

資料來源: 2019-12-20 17:48 中央社 東京 20 日綜合外電報導

日本今年流感患者數較往年提前數週快速增加，日本國立傳染病研究所憂慮跨年期間可能讓流感傳染情況更加擴大，國人這段期間如果安排前往日本旅遊，要做好勤洗手等預防措施。

日本放送協會（NHK）報導，國立傳染病研究所表示，截至本月 15 日的一週內，在全日本約 5000 所醫療機構就診的流感患者多達 7 萬 7425 人，依此推估，全日本流感患者數可能達到約 53 萬 5000 人，較前一週新增約 21 萬患者。

平均來看，全日本每一座醫療機構患者數約 15.62 人；若以各地區來看，山口縣以平均約 31.94 人居冠、北海道以約 29.76 人居次、宮城縣以約 26.69 人排名第 3；臨近東京都的埼玉縣平均約 20.84 人、東京都約 16.84 人。

日本往年流感流行高峰約在一月下旬後，通常在新年過後患者會快速增加，但本季患者快速增加的情況較往年提早數週。

國立傳染病研究所主任砂川富正說，接下來因為日本新年的關係，返鄉人潮的移動及群聚機會增加，也會增加傳染機會，有可能讓流感傳染情況更加擴大；從小孩到高齡者各年齡層，都要勤洗手、注意咳嗽禮節，徹底做好預防對策。

#### **四十九、日本上皇明仁 86 歲生日 致力鰕虎魚新論文**

資料來源: 2019-12-23 16:42 中央社 東京 23 日綜合外電報導

日本上皇明仁今天迎接退位後第一個生日，雖然高齡已達 86 歲，但仍會利用空檔持續研究長期喜愛的鰕虎魚，朝完成新論文努力。

日本放送協會（NHK）報導，明仁今天迎接 86 歲生日，宮內廳表示，明仁與上皇后美智子過去一段時間，在旁觀看日皇德仁即位連串活動，對所有活動圓滿結束感到安心與愉快。

不過，日本社會在今年秋季接連發生多起天災，明仁在注視相關新聞報導時也很掛念受災民眾，對到目前為止仍在過避難生活的民眾感到心痛。

明仁身體狀況並無特別變化，為了明年 3 月底要搬遷到臨時住所，目前每天必做的事就是持續整理相關物品。

而在整理物品的空檔，明仁每週會前往皇居內的生物學研究所 2 到 3 次，為完成有關鰕虎魚的新論文持續進行研究。

明仁退位後也很重視跟美智子一同度過的時間，2 人早上會一起散步，吃完早餐後會互相朗讀一本書，也會觀看電視上介紹日本各地美景與民眾生活的節目。

明仁與美智子今天在皇居接受德仁與皇后雅子、皇族人士、日本三權首長等人祝賀，晚上將與德仁夫婦及秋篠宮文仁親王夫婦一同出席賀宴。

到去年為止，明仁生日相關活動多數在皇居宮殿舉行，但今年因為退位，除部分活動外，其餘都在住處的吹上仙洞御所進行。