

20191120-20191126

高齡時事整理

【法律與政策議題】	5
一、「聖誕老人要怎無止盡做下去？」 監委怒批社福補助設計	5
二、軌道建設頻爆爭議 學者連署要求建立公開審議機制	6
【勞動力與社會參與議題】	8
三、企業接班危機 調查：86%公司面臨人才斷層	8
四、比照衛福部同工同酬 原家中心社工 108 年起加薪	9
五、高齡失智 照樣可投入服務業	10
六、新北修法 寄養家庭不受限 65 歲	11
七、「安老時間銀行」志工融化長輩戒心 做功德兼瘦身健體	13
八、爭農村票 高屏參選人紛端牛肉	15
【經濟安全與發展議題】	16
九、勞退自提今年可望破 60 萬人 40-49 歲最積極	16
十、高齡少子化衝擊 專家提 3 族群退休規劃建議	17
十一、投資論壇 / ETF 理財 教戰多元退休策略	19
十二、單身族保重 強化醫療失能險	20
十三、國內土地持有高齡化 77% 超過 45 歲	22
十四、單一且自住房屋稅 北市 109 年中降至 0.5%	23

十五、北市不動產評價委員會決議 2021 年少繳自有住宅房屋稅	25
十六、北市單一旦自住房屋稅 明年調降至 0.6%	26
十七、年輕人不想當社長！大前研一談如何應對「低欲望社會」	27
十八、45 歲以上使用行動支付突破 4 成 國發會：今年拚千億消費	29
【生活健康與照護科技】	30
十九、一進醫院命就沒了？醫師破解為什麼爸媽不想看病原因 ...	30
二十、找到「好醫師」看病不容易？專家建議可從兩方面著手 ...	33
二十一、名醫一定能很快找出病因？醫師坦言：「看病畢竟不是算命」	36
二十二、台灣媽咪哺乳呈 M 型化 充足睡眠、均衡飲食泌乳更容易	39
二十三、芬蘭 FINGER 新模式 陳亮恭：只要做對一件事 有效預防失智	40
二十四、攜手醫學中心 遠傳啟動 5G 遠距診療前瞻計畫	42
二十五、東海大學台中榮總攜手 青銀智慧行動車啟用	43
二十六、佳世達攜明基逐鹿 打造聯護管理系統.....	44
【地方與社區發展議題】	45
二十七、台灣每 5 人就有 1 名老人 台師大推社區據點高齡課程	45

二十八、防跌倒！高雄市走進社區開運動班 幫長輩練肌力	47
二十九、彰化社區供餐達 199 個 志工受訓煮出健康特色料理	48
三十、貧困老母照顧病子路不平輪椅難出入 感謝區公所助鋪路	49
三十一、為石斑魚養殖締造驚奇 屏南小漁村奪金卓越社區優等獎	50
三十二、衛福部評鑑 岡山榮民之家獲「友善環境典範獎」	51
三十三、莊中慶：打造友善高齡社會 縣市長未來施政重點	52
三十四、2019 幸福縣市 / 北市：實現宜居永續	53
三十五、台中 高鐵綠活特區夯	54
三十六、台南軌道建設發展還是錢坑？ 成為立委參選人攻防焦點	55
【其他相關議題】	56
三十七、竹縣最易肇事路段 竹北市自強南路榜首	56
三十八、北市路口車輛撞行人 傷亡恐創 5 年新高	57
三十九、道安界奧斯卡獎揭曉 金門獲「金安獎」卓越獎	59
四十、夢遊？8 旬翁半夜獨坐土地公廟竟不知 警助返家	60
四十一、新北：老人受暴逐年增加 今年受理已逾千案	61
四十二、老人家暴案上升 新北今年已 1038 件	62
四十三、新北婦幼安全創作比賽頒獎 藝人胡宇威擔任頒獎人	63
四十四、長期服務者也需要休息 土心、家庭照顧者分別辦園遊會	

.....	65
四十五、myfone 行動創作獎 / 林之晨：作品大玩科技梗	66
四十六、年齡不設限 舞動彩色人生	67
【國外時事】	68
四十七、日本「所有者不明土地」大於台灣 當局起草新法案應對	68
四十八、IMF 敦促日本調漲消費稅 2030 年增至 15%	69
四十九、安倍經濟學三箭 至今「還在飛」	70

【法律與政策議題】

一、 「聖誕老人要怎無止盡做下去？」 監委怒批社福補助設計

資料來源： 2019-11-20 12:19 聯合報 記者賴于榛／台北即時報導

針對我國中央與地方政府社福資源配置與運用的合理性，監委陳小紅、王美玉今提出 10 大調查意見。陳小紅質疑，老人與身障占掉大部分社福津貼，育幼、新住民則較少，好的社福政策要「去身分」、「去性別」、「去階層」，這種以身份別給出的津貼，聖誕老人要怎麼無止盡做下去？

歷經近 2 年的調查，陳小紅與王美玉整理出十大社福資源議題，調查報告昨通過聯席會議審查。陳小紅指出，去年度中央政府社福支出 4907 億元，佔總預算四分之一，但社福支出卻有 7 成傾向社會保險支出，這並非長久之計，未來隨保險費率調高、投保人數及投保薪資增加，不難預見「社會保險支出」將居高不下，勢必擠壓其餘歲出政事可分配資源。

王美玉也點出中央各機關各種補助，有些沒有排富條款，制度設計基本上就不符合公平正義，加上缺乏跨部門的資源整合機制，衍生機關間補助重疊或標準歧異等現象，其中老農津貼未能隨國民年金保險的開辦而落日，成為政黨每逢選舉競相加碼的「福利政見」，就是最佳例證。

陳小紅說，部分地方政府還加碼開辦沒有排富的社會給付跟項目，但這種不排富的補助，將導致幽靈人口出現，補助無法真的用在刀口上。

對於我國「現金給付」甚於「實物給付」，且高齡及身心障礙的「現金給付」占比分別為 98.2% 及 67.0%，陳小紅則說，這讓政府所提供的社會福利職能遭限縮窄化為移轉性支付，忽略福利服務輸送體系建構的重要性，且目前態勢是老人、身障等補助吃掉大部分社福津貼，而育幼、新住民津貼較少，可好的社福政策應「去身分」、「去性別」、「去階層」，這種以身份別給出的津貼，聖誕老人要怎麼無止盡做下去？

王美玉則認為，現今很多社福政策是中央請客，地方買單，但是地方也有原先的福利支出，就算中央先提供地方支援，通常也只有一年，加上選舉那麼多，政策可能 4 年就翻新，這種先減政策，導致地方頻於招架的狀況必須解決，尤其台灣財政很多資源在六都，其餘縣市預算卑微，都是困境；另外，長照基金預計在 2027 年面臨收支失衡，監委們也要求政府提早因應。

至於我國社福人員外包給 NGO 團體，陳小紅指出，這導致政府監督角色弱化，甚至變成去專業化，常常給 NGO 經費又不足額，NGO 得自行募款，這樣的資源分配衛福部必須有督導角色。

二、 軌道建設頻爆爭議 學者連署要求建立公開審議機制

資料來源： 2019-11-24 16:09 聯合報 記者吳姿賢 / 即時報導

軌道建設頻爆程序爭議，針議委員張勝雄日前辭職表達不滿，交通部長林佳龍對此指「國家重要建設不應被少數人否決」，引發交通學界反彈。張勝雄今發起連署，要求建立公開且制度化的審議機制，並重新檢討台鐵立體化、捷運化政策。

連署發起人、淡江大學運輸管理學系教授張勝雄表示，近日專業界與

交通部激烈對話，呼籲決策者傾聽專業界建議，尊重專業，建立合理公開的政治決策與審議制度。

連署提出三大要求，第一是建立公開且制度化的審議機制，重大交通建設決策應仿效環境影響評估、都市計畫審議精神，建立公開且制度化的審議機制。包括委員人數、多元專長、聘任方式，審議程序、審議決定等。

其次是公開所有重大交通建設的報告與審議過程資訊，重大交通建設計畫啟動前，應有公民參與機制確認交通問題。主辦機關提交審議可行性、綜合規畫報告、審議過程會議記錄等應全數上網公開，供利害關係人參閱公評。

第三是重新檢討台鐵捷運化、立體化政策，連署指出，台鐵捷運化、立體化政策實施迄今，諸多缺失一一顯現。面對 2050 年台灣人口減少 300 萬，65 歲以上的高齡者比例超過 35% 的社會環境，理應重新檢討因應對策。

張勝雄表示，重大交通建設事涉交通運輸、都市建設、經濟發展、環境生態、土木機電營建等眾多不同專業領域，短期財政支出動輒數百億、甚至上千億，影響層面、時間、空間、對象既廣且深。重大建設決策後果，與勞基法修訂、年金改革等制度性決策不同，完全沒有改正機會，錯誤決策只能成為「蚊子建設」。建設決策過程應有周延機制，避免決策者一己之見造成社會資源損失。

張勝雄說，有些決策者認為是為了民眾百年福祉，但眾多爭議計畫往往源於選舉前缺乏詳細評估，當選後「這些計畫立即變成無情的政治承諾枷鎖」。有人說不滿意可用選票教訓，然而影響選舉投票因素眾多，「單一政策決策並非影響投票的唯一因素」，且錯誤已造成又如何

彌補？

針對公開重大建設審議過程的要求，張勝雄解釋，政府審查委員會常有外聘委員設置，外聘委員除提供決策諮詢，更要以客觀立場作為公民監督政府的第一道防線。若缺乏此認知，只期望外聘委員擦脂抹粉、歌功頌德，不僅缺乏民主素養，更誤解制度本意。

至於重新檢討台鐵立體化、捷運化政策，張勝雄說，為滿足地方要求捷運的需求，交通部硬將台鐵部分路段解釋成「捷運」，台鐵被迫增闢運量低的通勤站，或高架或地下，不僅增加營運成本，更嚴重限縮路線容量，衝擊台鐵所應擔負的運輸功能。

【勞動力與社會參與議題】

三、 企業接班危機 調查：86%公司面臨人才斷層

資料來源： 2019-11-21 20:26 中央社 台北 21 日電

根據人力銀行調查，有高達 86%企業面臨人才斷層，71%企業沒有實施接班計劃。人力銀行建議，企業必須趁早建立人才培育計畫，找出適當接班人，才能因應全球經濟、產業迅速變化。

台灣企業靠著「愛拚才會贏」闖出一片天，更締造經濟奇蹟，不過，企業近年除了面臨轉型升級，更有許多企業苦尋適當接班人。104 資訊科技今天公布「2019 台灣接班人暨關鍵人才大調查」，調查指出，有 86%企業面臨人才斷層，71%企業沒有實施接班計劃，僅有 13%企業滿意人才品質。

104 獵才招聘暨人才經營事業群資深副總晉麗明分析，台灣企業除了面臨接班人計劃陷入危機，中高階主管也邁入高齡化，且產業變化迅

速，建議企業必須建立完善的人才培育計畫。

根據調查，由老闆親自執行接班計畫的占 36%，其次則是由人資單位負責占 33%。晉麗明認為，接班最大挑戰在於經營者思維，以及有效的教育訓練與培訓資源。

他說，若要培養一位稱職的接班人至少要花上 5 年到 10 年，建議企業接班人計畫應有專業人員協助，並且趁早制定相關培訓計畫。

104 資訊科技在 10 月 1 日至 20 日間進行「2019 台灣接班人暨關鍵人才大調查」，針對全台灣各大企業的企業經營者、人資單位（HR，Human Resource）及用人主管進行網路問卷調查，共 1138 份有效樣本，95% 信心水準下，估計誤差正負 2.91 個百分點。

四、 比照衛福部同工同酬 原家中心社工 108 年起加薪

資料來源： 2019-11-25 17:43 中央社 苗栗縣 25 日電

原住民族委員會今天宣布，原住民族家庭服務中心社工明年起全面調升薪資，比照衛福部社工「同工同酬」，專科以上畢業社工員起薪新台幣 3 萬 4916 元，年資最高可領到 4 萬 1899 元。

原住民族委員會今天在苗栗縣西湖度假村舉辦「第 14 屆原曙獎暨 108 年度績優原住民族家庭服務中心表揚典禮」，由主任委員夷將·拔路兒 Icyang·Parod 頒獎，表揚長期促進原住民族事務永續發展的有功團體及個人，以及評鑑獲績優的原住民族家庭服務中心，會中並宣布明年全面調升原住民族家庭服務中心社工薪資，約有 210 名原家中心社工受惠。

夷將·拔路兒指出，總統蔡英文非常重視原住民族社工人員勞動權

益，原民會已與衛福部達成共識，原住民族社工人員將比照衛福部的社工員薪資「同工同酬」。

原民會表示，明年起專科以上社工系畢業進用的社工員，起薪由現行約 3 萬 2000 元調高為 3 萬 4916 元，按服務年資最高可領到 4 萬 1899 元；非社工系畢業則由原本約 2 萬 6500 元全面比照調漲，同時要求非社工系畢業的社工員繼續修習社工學分，增進專業服務品質。

此外，除了每月薪資調薪外，也補助社工員工作風險費及社工師執照的專業加給。

原民會表示，希望透過社工薪資制度化的政策，落實照顧原家中心的社工員，達到專業久任，公私協力合作，強化原住民族社會安全網絡。

原民會指出，今年原曙獎終生貢獻獎得主為財團法人天主教善牧社會福利基金會執行長湯靜蓮，高齡 82 歲的她長期推動原住民社會福利服務工作逾 30 年，積極走訪部落，帶領團隊深耕弱勢族群服務，培育在地原住民專業人才，提供多元、整合性的原住民族家庭支持服務方案，無私奉獻精神，深獲肯定。

五、 高齡失智 照樣可投入服務業

資料來源： 2019-11-25 23:19 聯合報 記者鄭國樑 / 桃園報導

桃市已設 7 個「認知休憩站」

桃園市衛生局指出，高齡失智並非負擔，一樣可以投入服務業等工作，日前舉辦 4 天食品嘉年華同時示範失智長者投入咖啡餐飲服務，看不出失智而且服務親切，事實上社會局已有 7 個「認知休憩站」，咖

啡館、簡餐店等不同的經營型態各有特色，店家進用失智長者還有補助。

讓他們協助備餐、送餐 重新找回記憶

衛生局不排除未來各關懷據點參考社會局認知休憩站，融入服務等參與功能，就像食品嘉年華現場設立「忘不了咖啡坊」，等於結合關懷據點、認知休憩站的角色功能，讓失智症者擔任服務員協助備餐、送餐服務，重新找回記憶及價值感，也讓民眾了解失智症是一種認知退化症候群，但不是所有功能的退化。

90歲的尤阿嬤參加「忘不了咖啡坊」服務活動，她很高興也覺得很熱鬧，「以前很多事都忘記了，這次被通知來服務，覺得自己還有存在的價值」，阿嬤發現她還可以做，還被需要，真的很開心。

「好久沒看到這麼多人了，來這裡好開心，能開開眼界」，另一位92歲的黃阿嬤也是咖啡坊的「員工」，她很快意識提供服務要輕聲細語，要有禮貌，還可以和客人保持良好的互動，不少看展的民眾驚奇高齡長者服務的態度不輸知名連鎖店，而且更親切。

社會局認知休憩站包括桃園區建國路弘道社服基金會、中壢木匠的家等，都有像「忘不了咖啡坊」不同的特色亮點。

桃園市衛生局各關懷據點也各有特色，包括觀音區歸寧宮文教功德會-慈心居家照顧多元化庭園，據點雖位處偏鄉，但是能提供接送服務，方便失智者到據點參加活動，延緩失智及失能減輕家人照顧者的心理負擔。

六、 新北修法 寄養家庭不受限 65 歲

資料來源： 2019-11-25 00:37 聯合報 記者王敏旭、張世杰 / 連線報導

因應寄養家庭不足困境，新北社會局修正「寄養辦法」，取消寄養家庭不得超過 65 歲的限制，也把「夫妻」更改為「配偶」，未來不僅銀髮族能擔任寄養家庭的角色，也開放同性家庭成為寄養家庭；社會局指出，審核托付寄養是「是看能力，不是看性別」。

同性家庭成為寄養家庭 雙北開放

關於開放同性家庭成為寄養家庭，台北市社會局副局長黃清高表示，根據現行「台北市兒童及少年寄養家庭管理自治條例」，只要家庭成員同意，就可以擔任寄養家庭，換言之，台北市基本上已能讓同性家庭成為寄養家庭，無需修法，但目前暫無申請案例。

「新北市兒童及少年寄養辦法」原明定寄養家庭不能超過 65 歲，根據社會局統計，寄養家庭中有一方超過 65 歲者占 21.3%，顯示高齡寄養家庭體力、精神良好的大有人在。

新北社會局兒少科長劉倩如指出，目前高齡化社會也鼓勵銀髮族退休後有生活第二春，投入寄養家庭服務，也可以活化長輩對社會的貢獻度。

不過為確保寄養安置品質，也規定寄養家庭雙方或是單親、單身年滿 65 歲，必須每 2 年接受重新審查，通過後才能繼續擔任寄養家庭，才符合安置兒少的最佳利益。

劉倩如也說，同婚通過後，相關夫妻用詞也改為配偶，因此同性家庭也能夠擔任寄養家庭的角色，目前雖未有申請案例，相信再過幾年後一定會有同性家庭，願意給予受安置的孩童溫暖。

「是看能力，不是看性別！」劉倩如表示，不論哪種性別，申請成為

寄養家庭都需要社工評估，未來要安置孩童在哪種類別的寄養家庭，也要經過評估。

七、「安老時間銀行」志工融化長輩戒心 做功德兼瘦身健體

資料來源：2019-11-20 18:04 聯合報 記者徐如宜 / 高雄即時報導

輔英科技大學今天表揚「安老時間銀行」志工，目前已招募 100 多名志工，服務時數超過 4500 小時。時間銀行會員包含社區及學校志工，進行社區居家關懷訪視、問安陪伴、量測血壓服務，每次服務可累積服務時數；服務時數在自己未來有需要時可使用，「即時提領」服務供志工兌換輕適能運動、飛輪有氧健身、全身肌膚保養秘訣、養顏抗老護膚 DIY 等課程，做功德又能瘦身健美。

輔英科大今天舉辦 USR 大學社會責任實踐計畫年度成果展及「安老時間銀行」志工表揚大會，由輔英樂齡大學長輩表演活力舞蹈揭開序幕。高雄市衛生局長林立人、立法委員林岱樺和各社區發展協會理事長等人出席。

校長顧志遠表示，輔英科大鏈結高雄市大寮區分級培育社區安寧長照人力，打造在地時間銀行，目前已有 100 多名志工加入，服務時間逾 4500 小時，成功推動社區鄰里互助，關懷居家高齡長輩，體現互助互惠的時間銀行精神。

主辦單位表揚 30 名志工，志工也分享溫馨小故事。高齡全程照顧人才培育中心主任程紋貞說，一名 80 多歲雙眼失明的阿嬤，兒子因工作關係，平常獨自一人在家，警戒心特強，三名時間銀行志工輪流上門探訪。後來雙方建立良好互動關係，每當志工到訪，阿嬤總會準備餅乾

招待，訪視完還會獻上禱告祝福，志工贏得信任與感恩，阿嬤也感受滿滿的關懷。

USR 計畫主持人吳宏蘭指出，輔英時間銀行與商協教會、後庄社區與弘道基金會大寮志工站合作，打造不同於以往時間銀行模式，緩解台灣高齡化照護問題。時間銀行的兌換多元化，推動「即時提領」服務，與校內推廣教育中心、體健中心等合作，供志工兌換輕適能運動、飛輪有氧健身、全身肌膚保養秘訣、養顏抗老護膚 DIY 等課程，做功德又能瘦身健美，深受志工喜愛。

把掃街當運動 95 歲邱蘇品獲選長青環保義工

2019-11-26 11:28 聯合報 記者謝進盛 / 台南即時報導

台南市後壁區 95 歲阿嬤邱蘇品，把掃街當運動，持續熱忱服務鄉里超過 20 年，獲選長青環保義工，地方咸認為，「實至名歸」。

邱蘇品阿嬤尤其愛唱歌，常常聽到音樂就熱情地隨著節拍歌唱，曾於 102 至 104 年連續 3 年與新嘉社區環保義工隊一同參加台南市環保志義工環境知識趣味競賽，104 年更勇奪環保吸鐵樂第一名，每天都要到活動中心高歌一曲，比年輕人更充滿活力，年事雖高，手腳還很俐落。

邱蘇品阿嬤實踐積極、樂觀每一天生活態度，擔任環保義工 20 餘年，不管掃地或是割草都能輕鬆駕馭，常見為社區環境整潔而忙碌身影。台南市長黃偉哲特別感謝邱蘇品不辭辛勞，九旬高齡還幫忙掃街維護環境，服務精神可敬可佩。

「只要不被嫌老，都會繼續做。」邱蘇品說，不管掃地或割草她都不輸人，希望持續奉獻一己之力為社區服務。

環保局長林淵淙，環境保護是永續不息工作，感謝環保志義工為生活

環境無私奉獻，期盼未來能有更多人加入環保志願服務行列。

八、 爭農村票 高屏參選人紛端牛肉

資料來源： 2019-11-25 23:10 聯合報 記者徐白櫻、江國豪 / 連線報導

高雄、屏東兩地是南部農業重要產區，高雄市立委第一選區藍綠參選人針對農村高齡化現象，不約而同推出老農津貼加碼至 1 萬元，及老農年金制度化政見；屏東參選人則對農業缺工現象進行攻防，鎖定農村爭取選票。在農業區選舉，不僅要踏遍每一寸土地博感情，還要用政見拉攏人心。

高市立委第一選區包含 14 個行政區，出產燕巢芭樂、大樹鳳梨、大社蜜棗、旗山香蕉、美濃稻米等作物。民進黨參選人邱議瑩提出老農年金制度化，每月至少領 1 萬 5 千元；國民黨王齡嬌則主張「老農津貼每月每人 1 萬元」。

邱議瑩指出，現行老農津貼只領 7 千多元，希望推動年金制加上津貼，讓退休農民每月可領 1 萬 6、7 千元，不完全由政府編列預算，農民可從年輕開始投保，讓老後生活更有保障。

《農業保險法》尚未完成立法，邱議瑩希望設立農業保險基金，幫助台灣農民減少天然災害，保險涵蓋天然災害與病蟲害造成的農損。

王齡嬌則拋出「老農津貼每月每人 1 萬元」、訂定《老年農民福利法》等政見。王表示，現行老農津貼金額太少，至少要提高至 1 萬元。

屏東縣農忙時期常有缺工困境，屏南地區人口萎縮，缺工情形日益嚴重。國民黨立委參選人周佳琪認為，應開放農民申請臨時勞動力，以紓解農務缺工。也建議推動農業生物科技轉型，輔導農民採用科技提

高產能，並鼓勵林下經濟，增加農業產值與農民收入。

以無黨籍參選、現任綠委蘇震清表示，季節性缺工有地域性、作物產期的區別，要強化青年務農誘因，若基礎勞動力仍不足，可研議由外國人力補充。

無黨籍參選人張怡認為，政府補助工資導入勞動力是關鍵，她舉例，部分農民因成本考量，使用除草劑，卻因此導致土壤、水資源受污染，若政府補助雇人工除草費用，落實環境友善，也是把錢挹注在有意義的補助上。

無黨籍參選人鄭朝明則說，「法規是死的人是活的，要窮則變變則通」，建議以農會或鄉鎮公所為窗口，媒合有意願投入農務的勞動力。

【經濟安全與發展議題】

九、 勞退自提今年可望破 60 萬人 40-49 歲最積極

資料來源： 2019-11-23 12:46 聯合晚報 記者陳素玲 / 台北報導

近 7000 位超過 65 歲勞工仍努力存退休金

勞退自提人數近年大爆發，自去年衝破 50 萬人後，今年可望再破 60 萬人。到底那個年齡層勞工最積極存退休金？統計顯示，去年自提的 52 萬餘位勞工中，40-49 歲勞工最積極自提，合計 18 萬人占近 35%；另有近 7000 位超過 65 歲的高齡勞工，雖然早已可以將帳戶的退休金領走，卻選擇不領，仍在努力存退休金。

勞退新制除了強制雇主按月為幫勞工提撥薪資 6%，勞工也可以自願提繳存入帳戶。由於自願提繳可以每年分配勞退新制基金投資收益，近兩年勞工自提人數出現大爆發，繼去年較前年暴增十萬人、自提人數

飆破 50 萬人後，今年繼續激增，截至 9 月底，自提人數已達 59.1 萬人，預估年底再破 60 萬人。

40-49 歲合計 18 萬人占 35%

到底那個年齡層最有退休危機？以去年自提人數 52 萬餘人為例，自提人數以 40-44 歲 9 萬 1067 人最多、占 17.4%；耳次是 45-49 歲 8 萬 9435 人、17.2%，40-49 歲合計占 35%，占自提人數的逾三分之一。一般分析，此一年齡層屬於中堅分子，一般屬就業穩定性最高，薪資水準也較高的族群，加上近年來媒體不斷報導勞保基金數年後將破產資訊，較易產生危機意識。

雖然 50 歲以上將逐漸面臨退休經濟生活規畫，但數據顯示，50 歲以上勞工自提退休金人數反而隨著年齡增長而遞減，55-59 歲有 11.1%，到 60-64 歲只剩 7.2%。

愈年輕對存退休金意願愈低，例如 20-24 歲只有 2.1%，25-29 歲也只有 6.0%。但也有人認為，年輕族群普遍低薪，還要按月提撥一定薪資為退休準備，可能心有餘而力不足。

有趣的是，15-19 歲中仍有 654 人自提；65 歲以上高齡族群，也有 6807 人仍不放棄自存退休金。

勞動部表示，雖然勞退新制規定 60 歲以上，無論勞工是否仍在職場，都可以將帳戶的退休金領走，但是新制並無提撥退休金上限，也就是即使已領了勞保老年給付，若還繼續工作，無論幾歲雇主還是要按月提撥退休金，勞工也可以自提。另外，若是勞工屬於自營作業者或是自己從事勞動的雇主，都可以持續自提退休金。

十、 高齡少子化衝擊 專家提 3 族群退休規劃建議

資料來源： 2019-11-21 15:02 中央社 台北 21 日電

受到高齡化、少子化的影響，養兒防老的觀念未來可能不復存在，加上長期低利率環境等影響，壽險業者紛紛提出針對青壯年、中高齡與屆退 3 種不同族群的退休規劃建議，趁早為退休後穩定現金流作打算。

根據內政部統計，2018 年新生兒出生人數僅有 18 萬多人，創下 8 年來新低；另外，國發會也指出，2018 年台灣已轉為高齡社會，推估於 2026 年邁入超高齡社會。

壽險業者認為，受到高齡化、少子化的影響，養兒防老的觀念未來可能不復存在，加上長期的低利率環境及年金改革等影響，民眾若不趁早進行退休規劃，恐難以支應退休後的各項花費，不過，不同年齡層也有不同的規劃方式。

首先，青壯年族群方面，國泰人壽建議，可以規劃附保證保單，未來會依照保單約定獲得特定項目作保證給付。此族群因有較長的時間，可透過「定期定額」方式逐步累積資產，未來到了屆退年齡，就可將帳戶中累積的資產，以每月撥回的方式，轉入帳戶享月現金流。

再者，中高齡退休族群方面，因較專心衝刺工作，富邦人壽建議可以透過「目標到期全權委託帳戶」，自行設定選擇預期退休時間，中途以定期定額的方式，交給專業投資團隊代為操作。

富邦人壽指出，這類型人生週期全委設計，在抵達設定的目標日期後，就會進入每月提解，提解期為 20 年，即 240 期，提解期滿即可領回帳戶剩餘價值，達到類似年金的效果，非常適合沒有時間投資或自行研究的退休族群。

最後，高齡屆退族群方面，國泰人壽認為，相較於其他族群，應更重視穩健現金流，因為較無時間逐步累積帳戶價值，建議可以躉繳的方式投入；另外，此族群除了要留意退休時月撥回資產外，也要注意當帳戶淨值低於約定標準時，保險必須具備給付保證生存保險金、高齡滿期保本的機制，如此一來，就算退休後活得老，也不必擔心帳戶資產有所虧損。

十一、投資論壇 / ETF 理財 教戰多元退休策略

資料來源：2019-11-20 23:52 經濟日報 記者趙于萱 / 台北報導

台灣理財需求興起，近年債券 ETF 快速成長，躍為新興退休理財工具之一，經濟日報著眼此趨勢，將攜手國內最大 ETF 發行公司——元大投信共同於 11 月 28 日舉行「2020 基金暨 ETF 大投資論壇」，邀請產學界專家剖析理財觀念及債券 ETF 投資策略，內容精彩可期。

論壇將於台北 W 飯店登場，邀請金管會副主委張傳章、元大投信董事長劉宗聖出席致詞，產經學專家顏承暉主講「2020 投資展望」；元大投信總經理黃昭棠、第一銀行信託處處長林昭賢、理財達人怪老子座談分享「ETF 多元退休策略」；以及邀請元大投信副投資長張美媛、永豐銀行信託部協理林麗真、元大投信基金經理人李政儒暢談「新興市場債券 ETF 策略教戰」。

全球經濟局勢萬變，台灣社會型態在進入高齡化趨勢下，投資大眾對於子女教育金、退休理財的需求逐漸提升。

過去單純存股或高配息基金，是國人最青睞的投資工具，然而近年市場加速變遷，愈來愈難以單一商品滿足人生財富目標，此時交易便利、操作透明，具配息機制的債券 ETF 適時出現，在市場推動下，已

躍為台灣投資人資產配置的一環。

據統計，台灣 ETF 規模過去三年倍數成長，債券 ETF 是主要動力，其規模從數百億元增加到 1.5 兆元，帶動整體 ETF 市場蓬勃發展。

專家分析，債券本身為「借據」性質，因固定發放利息，到期返還本金，為全球固定收益商品的代表資產。然而一般債券投資的門檻高，高資產客戶和法人為主要交易對象，及至債券 ETF 誕生，投資人也能輕鬆交易債券，台灣在 2017 年由元大投信首發第一檔美債 ETF，促使債券 ETF 受到關注。

元大投信 2003 年投入 ETF 發展，為國內發行 ETF 最久的資產管理業者，長期致力於 ETF 商品創新研發。迄今旗下產品線除了債券 ETF，還建立股票、商品和外匯 ETF 等多元交易工具，並領先業界發展不同資產的槓桿 / 反向型 ETF，提供多重報酬型態給投資人因應短中長期的理財目標。

本論壇將邀請專家共同分享債券 ETF 投資的優劣勢以及投資策略，並特別安排「新興市場債券 ETF 策略教戰」一節，針對國人有興趣的新興債 ETF 做分析，歡迎投資人洽論壇網站報名。

十二、單身族保重 強化醫療失能險

資料來源：2019-11-22 14:20 聯合晚報 記者仝澤蓉 / 台北報導

健康風險保障優先

年底是結婚旺季，但是根據統計，國內一人家庭持續增加，顯示單身族群越來越多，保險專家建議，單身族群常因為生活負擔較輕，容易忽略保險重要性，建議宜先補足健康風險保障，之後再逐步強化退休

養老規畫。

根據內政部戶政司人口統計顯示，2018 年全台 30 歲以上的單身人口已正式超過 600 萬人，占全部 30 歲以上人口近四成，不再是少數族群。在 40 至 54 歲熟齡族群中，約有 34% 的人尚未結婚，等於每三位熟男熟女中，就有一人過著單身生活。

台灣人壽表示，單身一族應該設法趁有穩定工作收入的時期，先把保障基礎奠定好，尤其是 45 歲前的青壯年單身族群，正處事業與薪水向上發展的階段，最怕碰上生病或意外，恐造成工作收入中斷，因此建議應先以醫療保險、傷害保險為主，尤其醫療保險最好加強當重大疾病或癌症發生時的保障，藉此用來補足健保不給付部分，以及住院的額外花費。

儲蓄型保單保本

至於超過 45 歲的中壯年，若依舊單身，除宜強化重大疾病險及類長期看護險，並可考慮投資比率較高的投資型保單，或具長期儲蓄特性的美元保單、還本型意外險等，累積足夠退休金，又能轉嫁意外及疾病等風險。

高齡的單身族群，台灣人壽建議，無論是因不婚、失婚或另一半不在等原因，如果在年輕時沒有購買足夠的醫療險，現在市面上有專為銀髮族設計，且投保年齡最高到 80 歲的保障可供選擇。

注意豁免機制

台灣人壽建議，單身族群在購買保險時，可以注意是否有豁免保費機制，如果不幸因疾病或意外事故導致殘廢，不必續繳保費依舊能享有原有保單的保障與權益，等於多增加了一層保障。

單身者還須思考，萬一自己獨身終老，要如何從容面對失能的問題。根據全球人壽大數據團隊觀察目前單身新保戶投保現況發現，有超過一半以上已投保終身失能扶助險，其次為定期失能扶助險附約，顯見單身族群大多已有轉移失能風險保障意識，但受限於預算而有差異。

全球人壽建議，單身族最好趁年輕體況佳的時候，為自己安排好醫療及失能保障，才能讓自己單獨面對失能時不用擔心，為自己撐起雨天時的雨傘。

因經濟問題選擇不婚的單身青貧族，預算有限，可先考慮以定期失能扶助險附約來入門，以有限預算補足失能保障，不致造成經濟壓力；有經濟能力、享受單身自由的單身貴族，則可考慮終身失能扶助險。

富邦人壽提醒，熟齡單身族若投保長照保障，失能扶助險分期給付保險金給付至少十年以上，以預防長壽風險。

十三、國內土地持有高齡化 77%超過 45 歲

資料來源：2019-11-24 13:10:25 聯合晚報 記者仝澤蓉 / 台北報導

年輕人不買或買不起 北市持有人最老、桃園最年輕

有土斯有財。根據稅籍資料統計，台灣的土地普遍集中在老人手上，土地持有者近八成為 45 歲以上中高齡和老年人，其中台北市更是 65 歲以上老人為土地持有者的最大宗；年輕人不買或買不起，土地持有人年齡板塊移動偏向高齡化趨勢，不動產市場和台股一樣，欠缺新血注入。

財政部統計，2018 年全國 806 萬戶土地持有者，77%年齡在 45 歲以上，其中又以 65 歲以上者占二成八為最高。

六都當中，桃園市的土地持有者年齡層最低，45 到 64 歲族群為主，且 35 至 44 歲年齡層占兩成，34 歲以下占 7.2%，都高於其他五都。分析與桃園當地不動產價格較能為年輕族群接受有關，桃園年輕人口多，外來人口也多，許多雙北地區買不起不動產的人，流入桃園置產；財政部官員表示，從土地持有狀況看起來，桃園的「純地主」不多。

65 歲以上土地持有人占比最高為台北市，達 35%，若加上 55 至 64 歲族群，等於台北市六成以上土地集中在 55 歲以上的阿公阿嬤或爸爸媽媽手上。

從應稅土地持有增減狀況更可以發現，近年土地持有人年齡板塊移動偏向高齡化趨勢越來越明顯；全國 65 歲以上土地持有者在 2015 年時為 180 萬戶，到了 2018 年增加 43 萬戶，成為 223 萬戶，增幅達 23.8%。

反觀同一時間，34 歲以下族群土地持有人由 56 萬戶減少了 6.2 萬戶，減幅為 11.2%；45 到 54 歲族群也減少了 5.9 萬戶。

持續高漲的不動產價格，讓年輕人越來越負擔不起，54 歲以下各年齡層持有土地比重逐年在減少當中。國人平均餘命增加，老人如果沒有放手，不動產市場又欠缺新血進入，讓土地集中老人手上的情況越來越明顯。

十四、單一且自住房屋稅 北市 109 年中降至 0.5%

資料來源：2019-11-25 22:44:12 中央社 台北 25 日電

為實現居住正義，台北市稅捐處今晚表示，台北市不動產評價委員會決議調整多項房屋稅措施，全國單一且自住房屋可減半課稅，將從現行 1% 降至 0.5%，預計明年 7 月起實施。

稅捐處發布新聞稿表示，今天決議調整包括全國單一且自住房屋、包租代管社會住宅及公益出租房屋可減半課稅等，預計明年7月1日起實施，受影響者為民國110年5月開徵的房屋稅。

稅捐處說明，此次房屋稅調整重點分別為，加強保障市民居住權益，就全國單一自住房屋稅基折減提高為50%，預估此次調降受惠者約20萬戶。

其次，包租代管社會住宅房屋比照單一自住房屋折減其房屋稅基50%，公益出租於符合台北市都發局規劃條件也比照辦理，預估調降受惠戶數約1.7萬戶。

另外，因應高齡化社會及行動不便者的生活需求，以打造無障礙友善環境，電梯設置需求日益普遍，除違章建築外的5層樓以下設有電梯將不再加價課徵房屋稅，預估調降受惠戶數約1.7萬戶。

稅捐處指出，現行規定以房地總價在新台幣8000萬元（含車位價）以上，作為高級住宅認定標準之一。此次也修正為房屋總面積（不含停車位）在80坪以下者，2個以下停車位價應計入房地總價；逾80坪、160坪以下者，3個以下停車位價應計入；逾160坪者，4個以下停車位價應計入。其餘超過部分的停車位不計入。

此外，考量北市近年推動各項公共建設帶動周邊經濟，或是部分路段因商業活動漸趨沒落，稅捐處說，這次決議合計調升442條路段率和調降9條路段率，其餘路段維持原標準，預估影響約36.7萬戶。

稅捐處說，為落實量能課稅原則，也決議維持新標準單價房屋現行緩漲機制。

台北市財政局日前曾表示，為逐步實現居住正義理念，在房屋稅制方

面，北市府認為單一且自住者，其稅負宜低，所以自 106 年 7 月起對於位於北市且是全國單一自住房屋，透過調降稅基使房屋稅實質稅率從 1.2% 降至 1.0%。

十五、北市不動產評價委員會決議 2021 年少繳自有住宅房屋稅

資料來源： 2019-11-26 11:01:18 經濟日報 記者楊文琪 / 即時報導

北市府為逐步實現居住正義理念，研議多時的房屋稅制改革，25 日經北市不動產評價委員會決議，通過多項房屋稅調整措施，包括全國單一且自住房屋、包租代管社會住宅及公益出租房屋可減半課稅等，將自 2020 年 7 月 1 日起實施，2021 年 5 月繳納的房屋稅稅額將會減少。

台北市稅捐處表示，這次在兼顧稅制合理的前提下，適度反映民意，並提案提報不動產評價委員會審議，經會議決議調整重點如下：

一、加強保障市民居住權益，就全國單一自住房屋稅基折減提高為 50%，亦即房屋稅率為 0.6%，預估這次的調降受惠戶數約 20 萬戶。

二、包租代管社會住宅房屋比照單一自住房屋折減其房屋稅基 50%，公益出租於符合都發局規劃條件亦得比照，房屋稅率降至 0.6%，預估調降嘉惠戶數約 1.7 萬戶。

三、因應高齡化社會及行動不便者之生活需求，打造無障礙友善環境，電梯設置需求日益普遍。故除違章建築外的 5 層樓以下設有電梯將不再加價課徵房屋稅，預估調降受惠戶數約 1.7 萬戶。

四、現行規定以房地總價在 8,000 萬元（含車位價）以上，作為高級住宅認定標準之一，考量住屋價格與停車位價格不同，不同坪數大小所

需合理停車位數有別，且考量標準高級住宅概念，所以這次修正為房屋總面積（不含停車位）在 80 坪以下者，兩個以下停車位價應計入房地總價；超過 80 坪在 160 坪以下者，三個以下停車位價應計入；超過 160 坪者，四個以下停車位價應計入。其餘超過部分之停車位不計入。

五、台北市近年推動各項公共建設如東西區門戶計畫、社會住宅、優化綠色運輸，帶動周邊經濟。另就捷運、學校、公園、市場等設施眾多，環境優良，生活機能完善路段，以及商業較為熱絡路段，予以調升路段率。

部分路段因商業活動漸趨沒落，或原路段率與周邊路段相較偏高，爰予調降。決議合計調升 442 條路段、調降九條路段，其餘路段維持原標準。預估影響戶數約 36.7 萬戶。

稅捐處進一步指出，為落實量能課稅原則，決議維持新標準單價房屋現行緩漲機制。符合全國單一自住房屋透過稅基折減 50%，希望能減輕更多家庭負擔，以落實「房子是用來住」之理念，透過房屋稅制的合理公平，健全房屋市場，逐步實現居住正義。

十六、北市單一且自住房屋稅 明年調降至 0.6%

資料來源：2019-11-26 11:02:18 聯合報 記者邱瓊玉 / 台北即時報導

為了實現居住正義，台北市不動產評價委員會昨開會決議多項房屋稅調整措施，確定明年台北市的「全國單一且自住房屋稅」將從現行的 1%，調降至 0.6%；另，包租代管社會住宅房屋稅也同樣比照單一自住房屋稅，折減稅基 50%，也就是稅率 0.6%，預估總計約有 21.7 萬戶受惠。財政局表示，新版房屋稅，預計 109 年 7 月上路，110 年 5 月開徵。

財政局表示，因應高齡化社會的到來，打造無障礙友善環境的需求越來越迫切，為了鼓勵民眾設置電梯，因此會中也決議除了違章建築外，5層樓以下設有電梯者，將不再加價課徵房屋稅，預估約有 1.7 萬戶受惠。

此外，總價八千萬以上，或單價百萬以上且超過八十坪的高總價房屋課徵「豪宅稅」，不過屢有民眾陳情，指這一類型的「豪宅」，有時候車位多達 5 個以上，但住宅和車位價格不同，若把車位都併進去，房屋稅相當高，因此會中也決議，80 坪以下房屋，2 個以下車位價應計入房地總價；超過 80 坪在 160 坪以下者，3 個以下停車位價應計入；超過 160 坪者，4 個以下停車位價應計入。其餘超過部分之停車位不計入。

財政局表示，隨著東西區門戶計畫的推動，部分路段商業活絡，這次不動產評議委員會也決議調升 442 條路段的路段率，漲幅約 10% 至 20% 左右，不過也有 9 條路段的路段路調降，預估影響戶數約 36.7 萬戶。

十七、年輕人不想當社長！大前研一談如何應對「低欲望社會」

資料來源：2019-11-21 02:52 聯合報 記者陳宛茜 / 即時報導

全球經濟衰微，銀髮族擔憂未來不敢花錢，年輕人的消費意願也變低。面對這樣一個低欲望時代，人們要如何創造新的商機？日本趨勢專家大前研一新書「未來消費新型態」，本月由好優文化引進台灣，他指出，只要徹底理解新時代的消費動向，並知道如何正確因應，我們就可以抓住商機。

大前研一以日本年輕人為例，他們不買房不買車、結婚要花錢所以也不想結，新進員工也幾乎沒有人的未來是當上社長，大部分人都表示不想升到課長以上的職位，跟他所經歷的年代相差巨大。年輕人欲望低落，他把這樣的日本現況稱為「低欲望社會」。

另一方面，隨著全球化及數位化的來臨，共享經濟等新型態消費方式也隨之擴大。包括以陸客爆買為代表的觀光客消費、跨境電商、手機APP專用的個人網拍平台、Uber或Airbnb等；另外，由於智慧型手機普及，也產生了IG打卡刺激消費欲望的嶄新現象。

面對低欲望社會下的經濟衰退，大前研一指出，跨境電商和外國遊客將是活化經濟的一線生機。陸客「爆買」的現象消失，大前研一認為，那是因為陸客的旅行目的已從「購物」轉為「體驗」，要吸引陸客，必須更強調觀光和美食。

他認為，未來企業要生存，必須讓海外觀光客不只在停留期間購物，還要讓他們在旅行前的社群網站或入口網站獲得資訊，或在旅行後從交易資料找出他們的購買喜好、分析網路留言、利用電商網站，讓他們能夠買得到日本產品。持續這樣的循環，就能增加觀光客數，也能跟地區重建連結。

共享經濟也是此一低欲望社會的新商機。大前研一舉例，Airbnb對日本銀髮族來說也是福音。他們的雙親已不在世，子女又獨立了，所以原本是給兩世代居住的房子只剩夫妻兩人，空房間如果登記到Airbnb，提供外國觀光客居住，可以增加收入。只不過，Airbnb在法律上仍有灰色地帶，政府應該為了使高齡者也能安心加入而盡速修法。

大前研一指出，未來毫無疑問是數位化的時代，如何善用數位化創造

新消費者，將是成功的關鍵。他認為，商品或服務的提供者與消費者的關係，已經轉變為以手機為中心。如果能讓住在非洲的消費者只要按一下手機上的按鍵，就可購買日本的中古車。能創造出這樣的系統，就能賺大錢。

十八、45歲以上使用行動支付突破4成 國發會：今年拚千億消費

資料來源：2019-11-22 15:49 經濟日報 記者林于蘅 / 即時報導

國發會主委陳美伶今（22）日表示，行動支付不再只是年輕人專屬，去年45至65歲使用比率已突破四成，今年上半年交易額達443億元，全年可望突破新台幣1,000億元大關，力拚在2025年達成行動支付90%的普及目標。

陳美伶今日出席經濟部中小企業處舉辦的「行動支付聯合成果展」，她表示，台灣民眾使用行動支付比例逐年攀升，出門忘了帶手機很嚴重的事情，已經改變了我們的生活消費型態，未來要更優化行動支付方便性、安全性，建構完善的認證機制，確保資訊安全無虞。

陳美伶並指出，行動支付的背後就是「資訊經濟」，透過雲端發票等數位經濟系統，數據分析可以整合出不同年齡層民眾的消費習慣，提供給產業商家作為營運策略調整的依據，也能讓消費服務更貼近需求。

各界認為行動支付主要是年輕人使用，但陳美伶表示，不只年輕人離不開智慧型手機，中老年人也喜愛透過手機與外界接觸，根據統計，45至65歲的中高齡人口使用行動支付的比率已經在去年突破四成，可見行動支付就是現在生活必然趨勢。

陳美伶說，兩年前政府喊出 2025 年行動支付使用普及率 90%，當時覺得是很困難的目標，但是隨著政府帶頭推動，包括財政部繳稅、金融機構、經濟部推動小型商家等，當前小額支付非常普遍，包括夜市、四大便利商店都已經加入了，甚至偏鄉也都有民間響應推動，才有今天的成果，相信 90% 的行動支付使用率可望提前達標。

【生活健康與照護科技】

十九、一進醫院命就沒了？醫師破解為什麼爸媽不想看病因

資料來源：2019-11-24 11:32 聯合報 記者林宛諭 / 報導

老爸是…愛逛醫院型

反正健保都繳了，多看醫師多拿藥才划得來。每天都覺得不舒服，看完 A 醫師還是不安心，再找 B 醫師、C 醫師……

彰化基督教醫院老人醫學科主任王志仁表示，老人家不舒服找出病因很重要，所以這一科檢查沒問題，再去另一科檢查，看了很多科要找出病因其實無可厚非。但他曾遇過老人家手上已有 30 種藥，看太多科，最後都混亂了，不知要吃哪種藥，只好來求助。

藥物交互作用 形成惡性循環

王志仁說，有些老人家是合併症狀，所以不只看一科，但當確認病症後，可以找老人醫學科整併用藥，否則可能會產生「藥物副作用瀑布」的惡性循環。他舉例，老人家常見的腳水腫，有些人會很緊張認為「可能是敗腎」，但到腎臟科檢查，沒發現什麼大問題，醫師可能只針對症狀作治療，給了利尿劑，因此造成老人頻尿，夜間影響睡眠。

而失眠問題又讓原本輕微失智情形加重，又去看精神科，醫師調整失智相關藥，又可能造成嗜睡、無力，走路不穩增加跌倒機率，形成惡性循環。

有時老人家的問題，不是只能靠吃藥解決。王志仁說，腳水腫也可用腳抬高、促進血液循環等方式治療，甚至也有可能是因三高問題而影響心血管，要配合控制飲食、養成運動習慣。有些老人家是因高齡衰弱，或是因營養不好、缺乏運動，肌少症造成衰弱，並不是有大病，若能增加營養或運動，也會獲得改善。

彰化秀傳紀念醫院家醫科醫師李育慶說，的確有些長者看醫師拿藥就像買菜一樣，領一大包藥回去，也不一定會吃；或只是小感冒，吃了藥沒有立即改善，一天就看了數家醫院診所。

家人多些關心 減少患者焦慮

李育慶說，有一名女病患，因長期因失眠及頭暈問題四處求診。失眠問題長期在身心科拿安眠藥及抗焦慮藥物，但是眩暈問題一直沒有改善，所以她又去看耳鼻喉科及神經內科，甚至掛急診。但檢查結果大都正常，到後來她也不知道該掛哪一科了。

後來到家醫科求診，問診後發現，她至少服用兩種安眠藥及兩種抗焦慮藥物，甚至請她先生當人頭，幫忙拿安眠藥供她服用，而這些藥物的副作用容易導致眩暈，難怪一直治不好。在詳細解釋藥物的交互作用及副作用後，說服病人將藥物慢慢減量，後續的追蹤，病人眩暈的情況緩解，原來都是藥物使用過量造成。

王志仁說，部份老人家愛逛醫院，檢查半天卻沒找到相關疾病，也可能是心因性問題，甚至是憂鬱症，有時甚至是希望引起家人注意。建

議家人對長者多些關心，也能減少看病的次數。

老媽是…逃避看病型

鄰居某某某本來很健康，一進醫院命就沒了，我還是不要去看醫師比較保險……

王志仁說，不想看病的老人心態有很多種。有的長輩會說，某親戚本來沒事，看了醫師就發現腎不好，後來洗腎，沒多久就走了。有的可能是因行動不便，不想出門；有的則認為「就是老了」，不想打擾麻煩家人，所以不想看病，情願自己亂買藥、亂吃中藥草，結果延誤病情。

了解不想看病的原因

李育慶建議，先想辦法了解長輩為什麼不想看病，是不想花醫藥費？害怕面對生病的現實？或擔心造成別人負擔？可以動之以情，用正向話語告知長輩，給醫師看看比較放心，免得讓晚輩一直擔心，同時要讓長輩自己決定何時去看病、看哪位醫師。

如果長輩還是不願意，可以請對長輩有影響力的重要人士幫忙勸說。

李育慶說，有些人是對自己的健康過度自信，大多數不去醫院、不吃藥的人，都覺得小病痛無所謂，這時可以委婉告知，預防勝於治療，以免小病放到變大病。

有些長輩會認為「老了就會衰弱，不想去檢查受罪。」王志仁說，小病拖成大病的後果，要分析給長輩知道，有些人的虛弱與食欲不好，也可能是癌症作祟，卻因不肯就醫延誤，一發現已是末期。

分析逃避的嚴重後果

王志仁說，曾有糖尿病老病患，就是不想去醫院追蹤病情，最後只能跟他分析，如果不好好治療，可能會中風、心肌梗塞、甚至截肢，最後臥床造成家人負擔，病人才提高就醫的配合度。

長輩如果不知要看哪一科，可以先看家醫科，李育慶說，若是單純的小毛病家醫科就能處理，如果身體有狀況需要進一步檢查，家醫科醫師也可以幫忙轉診。

王志仁說，若已看太多科，不知該怎麼吃藥，可以看老人醫學科整合用藥，最好家屬能陪同，參與討論，才能知道如何照顧老人，或約束老人家不亂用藥。

二十、找到「好醫師」看病不容易？專家建議可從兩方面著手

資料來源： 2019-11-24 12:05 聯合報 記者楊雅棠 / 報導

年紀漸長，今天看心臟，明天看腎臟，最近眼睛愈來愈濛霧，過兩天還得找眼科醫師瞧瞧……

當逛醫院成了日常，父母常憂心，上哪去找醫術好又值得信任的醫師？子女又該扮演怎樣的角色協助呢？

當健康出了問題，面對種種醫療抉擇時，不論是各科專家的不同意見、媒體報導的名醫專訪，還是親朋好友的熱心推薦，甚至網路上的說法，常讓有醫療需求的人不知如何決定。尤其老人家十之八九有多重慢性病，今天看心臟科、明天看腎臟科，療程長又複雜，子女到底該上哪去找「好」醫師，實在是一大難題。

找醫師新趨勢 看網路星等評論

台灣醫療改革基金會研發組長辜煜偉表示，許多子女為長輩選擇醫師，約有三分之一透過親友或社區鄰居口耳相傳的方式，這較符合民眾生活習慣。除非嚴重到危及生命或需要手術，才會進一步搜尋或經由專業病友團體協助介紹。

醫改會也發現，民眾利用 google 地圖下的星號評論尋找醫師的情況，愈來愈多，許多診所也會到評論下方留言，並和病人進一步溝通。

兩大就醫挫折 重複用藥、耗時費力

許多人都有辛苦且充滿挫折的就醫經驗，醫改會曾經於 2013 年針對全台 22 縣市隨機抽樣電訪，訪談陪同老人就醫的家屬 1004 名，發現家屬陪同長輩就醫過程經歷各種辛酸，最嚴重的五項分別是：重複用藥真藥命（68.4%）、耗時費力陪病難（58%）、老人吃藥常搞錯（38.9%）、多科看診困擾多（36.1%）、自費項目霧煞煞（31.9%）。

民間監督健保聯盟發言人滕西華認為，與其說找到「好醫師」，不如說是找到「適切的醫療服務」。

每趟就醫所花費的往返和等候時間不說，面對不同醫師又要重複陳述病情，且病人也不知道哪些應該交代，哪些不用講。例如因為腸胃疾病去掛了腸胃科，但很可能是心臟科的藥物引起，結果反而相互抑制，變成兩個病都看不到。

門診時間有限 診斷多靠檢驗數據

滕西華舉例，有些糖尿病患血糖控制不佳，醫師怪病人沒有遵照醫囑吃藥，事實上病人明明都乖乖吃藥，卻控制不好。這時醫師怪病人，病人也覺得病都看不到，但其實除了服藥，糖尿病控制重點在生活 and 飲食。

她遇過某位醫師，總是花至少一小時回顧病人的生活習慣、飲食順序，進而協助病人調整。需要花時間才能知道不是處方藥物的問題，然而絕大部份的醫師並沒有這麼多看診時間，只能根據檢驗數據來加重劑量。

找整合門診 或就近找「家醫群」診所

因此，滕西華建議子女在為父母找醫師時，可以從兩方面著手，一是尋找有試辦整合門診的醫院，二是尋找住家附近有試辦「健保家庭醫師整合性照護計畫」（簡稱家醫群）的診所進行看診。

整合門診透過科別、藥物整合，可以降低病人重複用藥和多科等候的時間；而透過家醫群，若是遇到複雜的疾病需要進一步處置時，可以進行轉介至更高層級的醫院，遠比病人和家屬自己去找到「對的醫師」和「對的醫院」來得簡單。但是，辜煜偉也坦言，目前家庭群的涵蓋率以及民眾認知度仍然不夠，提高涵蓋率才能解決可近性的問題。

多重慢性病 重點在醫病合作

台北榮民總醫院高齡醫學中心主任陳亮恭則認為，老人家多是以多重慢性病為主，不像急重病單方向的醫病關係，慢性病的醫病關係重點在於合作。因此找一個老人家願意聽、願意配合的醫師最重要。

滕西華也認為找好的醫師，也要有好的病人，因此建議子女頭幾次就醫時可先陪同，觀察醫師看診是否有做好病情評估，長輩與醫師間是否投緣，有醫師「緣」，病人才有福。

試試這樣找醫師

1.尋找有試辦整合門診的醫院。

2.詢問住家附近是否有試辦「健保家庭醫師整合性照護計畫」(簡稱家醫群)的診所。

3.長者頭幾次就醫，建議兒女陪同，觀察醫師與長輩是否投緣。

4.醫病配合很重要，找一個老人家願意聽、願意配合的醫師。

5 大就醫心酸

重複用藥真藥命 (68.4%)

耗時費力陪病難 (58%)

老人吃藥常搞錯 (38.9%)

多科看診困擾多 (36.1%)

自費項目霧煞煞 (31.9%)

資料來源／醫改會 2013 年調查

二十一、 名醫一定能很快找出病因？醫師坦言：「看病畢竟不是算命」

資料來源： 2019-11-24 10:25 聯合報 記者楊雅棠 / 報導

每個人心目中的「好醫師」定義可能不同，有人喜歡醫師俐落乾脆的診斷、有人喜歡醫師多傾聽、也有人覺得醫師親切，病就好了一半。

也有些人崇尚「名醫」，認為病人多、有頭銜的醫師代表技術好，疾病也能得到更好的診療。但這些既定觀念真的正確嗎？

當然要找主任級、名醫、權威？

專家解析：十之八九的疾病不用找所謂「名醫」，且名醫可以分給每位

病人的時間相對較短。

名醫就是好醫師嗎？民間監督健保聯盟發言人滕西華認為，好醫師的定義非常主觀，依據每個人的認知有所不同。但的確有部分患者崇尚「名醫」，認為「當主任就是好」、「是教授就厲害」，主要是醫療體系本身就製造名醫，往往會為醫師掛上「XX權威」的封號。而民眾去追求名醫，無非是想要疾病快點好。

滕西華認為，想要疾病快點好，「找到對的醫院、對的醫師、得到對的醫療」才是重點。她坦言，某些特殊疾病需要在一定的醫療層級才有相應的資源和醫師，但並非每一種疾病都是特殊疾病或是急重症。十之八九的疾病不用找所謂的「名醫」，且名醫可以分給每位病人的時間相對較短。

名醫一定能很快找出我的疾病原因？

專家解析：診查仍須循序漸進，且須參照患者病史才能做出判斷。

滕西華以咳嗽為例，剛開始有此症狀時，醫師也不會馬上判斷是感冒的咳嗽、支氣管炎的咳嗽，還是肺癌的咳嗽。仍需要經過治療一段時間後，才會進一步懷疑有其他疾病的可能性。

台北榮民總醫院高齡醫學中心主任陳亮恭表示，「看病畢竟不是算命」，就算是名醫，在某一個專科針對某一種特定疾病能夠快速判斷和治療，但仍需要參照病人過去病史並輔以其他成因，才能做出正確判斷。

老醫師經驗豐富，一定優於年輕醫師？

專家解析：老醫師的確對疾病可能有更高敏感度，但年輕醫師較熟悉新的藥物或手術運用。可從醫師是否關心「症狀以外的事」，來判斷醫

師的經驗足夠與否。

該選擇老醫師還是年輕醫師？陳亮恭表示，年輕醫師因為剛從醫學院畢業不久，對於不同科別新的藥物和手術會較為熟悉，在多科診治時能提出不同的想法，但也容易因為經驗不足，只是照著醫療指引行事。老醫師的經驗則不會拘泥於指引，且對其他疾病有更多敏感度，而及早轉介。

滕西華表示，醫學是透過經驗累積的實證科學，因此選擇經驗老道的醫師是重要的。但是醫師是否經驗豐富，病人很難判定，只能從醫師是否關心「症狀以外的事情」，這或許是相對有經驗的醫師。

台灣醫療改革基金會研發組長辜煜偉認為，年輕人可能和年輕醫師溝通較無礙，因此子女較喜愛；老人家則可能認為老醫師和自己生命歷程相似，較有話聊。因此找到能做好病情評估，並可以信任的醫師最重要。

看了多年的醫師退休了，後續醫療怎麼辦？

專家解析：醫師多會幫忙轉介給其他可信任的醫師，無須過於擔心。

長期信任、看診的醫師也會老，醫師退休後的醫療銜接該怎麼辦？滕西華表示，還在看病人的老醫師，病人相對也少。若是醫師即將退休，通常病人自己會換診所、醫師也會幫忙轉給信任的醫師，不需過於擔心。

辜煜偉則認為，站在管理團隊的角度，中大型的醫院和大型的診所應該要預先找到可接手的醫師，診所的部分則必須透過社區醫療群的銜接，做一個整合的評估。待老醫師退休後，病人的照顧計畫仍能按照原來的方案執行。

二十二、 台灣媽咪哺乳呈 M 型化 充足睡眠、均衡飲食泌乳更容易

資料來源： 2019-11-26 18:58 聯合報 記者楊雅棠 / 台北即時報導

世界衛生組織建議，媽咪哺乳期最好到產後六個月以上，但許多媽咪常擔憂泌乳不足、無法給予新生兒足夠養分，面臨著哺乳期的諸多困擾。新光醫院婦產科醫師蕭國明與產後護理之家針對 821 位不同年齡的媽媽進行「台灣媽咪哺乳習慣與營養攝取調查」，發現媽咪哺乳期呈現 M 型化趨勢，哺乳不到一個月與超過一年的媽咪最多，呈現兩個極端。

蕭國明表示，哺乳期主要和媽咪的奶量、體力和工作有關，大部分媽咪因為產後一個月在月子中心，有其他人協助處理產後各項事宜，較願意哺乳，因此不論是否搭配配方奶，願意補餵母乳的媽咪約有 56.4%。但做完月子回到家，因為睡眠不足、壓力等使奶量下降，以及工作和體力的負荷，而停止哺乳。

另外，哺乳滿一年以上的媽咪則占 42.1%。該調查針對哺乳一年以上的媽咪進行後續分析，發現哺乳滿一年以上的媽媽，許多都是 35 歲以上，可能是因為高齡懷孕不易，相較年輕世代會更重視嬰幼兒的營養攝取。哺乳滿六個月的媽咪則有 21%，蕭國明認為和世衛組織建議，媽咪們「不敢不從」有關。

調查也發現，有 8 成以上媽媽會擔心泌乳不足，而影響泌乳不足前三名分別是睡眠不足、少補充湯劑水分和乳腺阻塞有關。

營養師李尉禎表示，許多媽媽大多選擇喝燉補湯品來催乳，但可能反而因高油、高鈉、高普林而造成肥胖影響健康，甚至可能導致塞奶，

發生乳腺炎。

李尉禎表示，催乳的營養原則是飲食均衡和水分充足。建議每日六大類飲食攝取，蔬菜應吃 3 到 5 份，每份 100 克；水果 2 到 4 份，每份約一個拳頭大小、全穀雜糧類 2.5 到 4.5 碗、豆蛋魚肉 4 到 7.5 份，每份約 2 至 3 個手指，乳製品 1.5 杯，每杯 240 毫升。另外，每日至少 2000C.C.至 3000C.C.的水分，才有足夠的水分幫助泌乳，必要時也可搭配如葫蘆巴、卵磷脂等營養補充品。

蕭國明提醒，充足睡眠、給寶寶固定吸允乳房，並且搭配均衡的營養以及足夠的水分攝取，媽咪泌乳更容易。

二十三、芬蘭 FINGER 新模式 陳亮恭：只要做對一件事 有效預防失智

資料來源：2019-11-20 09:03 聯合報 記者吳貞瑩 / 台北報導

失智專家都建議要透過運動、調整飲食、玩遊戲、多和朋友互動等來遠離失智症，但最新的失智症研究報告指出，光做其中一項還不夠，必須同時運動、顧營養並且做好慢性病控制。

簡單的說，想要更有效地延後失智症報到的時間，必須「調整生活習慣」。

陽明大學高齡與健康研究中心主任陳亮恭表示，日本已進入超高齡社會，對於失智症研究領先世界，一直以來日本所提出有效預防失智症的模式是「要做夠複雜的運動」，例如跳格子遊戲要混合數字變化，運動同時也要動到腦。

調整生活習慣 策略奏效

但最近芬蘭主張這樣還不夠，應該透過多元活動的介入，也就是 FINGER 模式。陳亮恭表示，歐美近年新增失智症的人數下降，顯示「調整生活習慣」，預防延緩的策略奏效。

根據芬蘭一項長達二年、追蹤身體相較健康的民眾研究發現，同時透過有重量的運動、認知訓練、營養以及好好控制三高等心血管疾病的風險，前後對照後發現，參與研究的民眾體力與認知功能均有顯著進步。芬蘭所提出的 FINGER 多元活動介入新模式受到全球關注，日本今年也計畫引進。

北榮團隊 曾有類似發現

而國內台北榮總高齡醫學中心曾在二〇一三年與國健署合作，進行社區多元整合式健康促進活動，也得到類似研究發現。

雖說預防失智只要做對一件事，即生活調整，卻考驗許多人。例如要揪長者出門不容易、持續維持健康好習慣也不容易，陳亮恭表示，因此思考科技可以帶來什麼改變？讓宅在家、社區的長者也能參與多樣的活動，預防失智。至於已經有哪些最新的科技方法？哪些產業有衍生商機？由桃園市政府衛生局主辦、攜手聯合報於 12 月 8 日舉辦名醫專家雲集的「銀光友善城市-桃園失智友善照護論壇」將有精彩呈現。

聽外國經驗 了解台政策

除了陳亮恭將主講「國際失智預防經驗：以日本、芬蘭為例」之外，衛福部還將帶來失智症照護政策、桃園四大失智共照中心、失智症名醫林口長庚醫院失智症中心主任徐文俊、彰基彰基體系神經醫學部主任王文甫等帶來失智預防照護模式、中化銀髮副總經理陳佳雯分享非藥物輔「聊」經驗、天主教失智老人基金會主任陳俊佑從慢病管理談

失智預防與延緩、元智大學老人福祉科技研究中心主任徐業良談智慧科技應用以及家總理事長郭慈安從照顧者觀點談失智友善照護網路等，現場還有 20 家失智資源單位展示最新成果與資源，歡迎民眾免費報名參加，全程參與者將可獲贈限量精美帆布袋及健康拍打按摩梳宣導品乙份。

二十四、攜手醫學中心 遠傳啟動 5G 遠距診療前瞻計畫

資料來源：2019-11-20 14:40 聯合晚報 記者吳凱中 / 台北報導

遠傳（4904）5G 生態圈商用化布局，今(20)日宣布攜手亞東紀念醫院、花蓮慈濟醫院及高雄醫學大學附設中和紀念醫院三大醫學中心，啟動國內第一個 5G 遠距診療前瞻計畫，並發表遠傳遠距診療服務平台。

遠傳以 5G「大人物（大數據、人工智慧、物聯網）」核心技術與台灣診療優勢結合，實現醫療遠距行動化、醫療「零偏鄉」願景。

遠傳總經理井琪表示，遠傳門市超過 700 家，服務遍布全台，始終被視為企業社會責任極為重要的一環。2014 年推出 Health 健康+服務，長期關注居家照護、醫療與長照機構數位應用，為解決城鄉醫療差距問題，提前同業投入智慧醫療領域，深化耕耘。

根據調查機構 Statista 指出，全球遠距診療病患數量從 2013 年的 35 萬人，成長至 2018 年共 700 萬人；Global Market Insights 預估，至 2025 年，全球遠距醫療市場價值將達到 1,305 億美元。隨著高齡化社會來臨，診療便利性的需求也快速增加，遠距診療已是勢在必行的發展趨勢。

遠傳持續攜手長期夥伴愛立信落實 5G 生態圈應用，今宣布智慧醫療解

決方案的試驗進程，率先在台灣祭出醫療物聯網（Medical IoT），啟動國內第一個 5G 遠距診療前瞻計畫。

11 月起，在新竹縣湖口鄉的天主教仁慈醫院、台東海端衛生所及台東大武衛生所共三個醫療資源相對不足的偏鄉試辦，遠傳將在三地現場搭建 5G 訊號，患者未來即可就近前往，由當地護理人員協助進行初步檢驗，使用 5G 網路，即刻傳送生理數據及觀察影像至大型醫學中心的專科醫師端，專科醫師藉由遠傳遠距診療服務平台，進行遠距病況診斷，將可減少民眾往返醫學中心的看診次數，以台東為例，預估每次可減少民眾看診往返時間達四小時以上。

二十五、東海大學台中榮總攜手 青銀智慧行動車啟用

資料來源：2019-11-20 17:06 中央社 台中 20 日電

因應高齡化社會來臨，東海大學建構在地多元照顧支持系統，與台中榮總攜手打造「青銀智慧行動車」，將深入社區與長輩互動，透過檢測、運動介入，促進長者健康生活。

「青銀智慧行動車」今天下午在東海大學啟用，東海大學校長王茂駿、台中榮總院長許惠恒、東海大學社會責任計畫主持人詹家昌共同揭綵。

王茂駿表示，「青銀智慧行動車」具可移動的特性，台中榮總專業醫療與學生服務學習投入，讓健康促進活動進入社區更有彈性，服務範圍更廣泛。

許惠恒指出，台中榮總近年來積極踏入社區，將照顧延伸至社區，將來結合青銀智慧行動車，可以提供醫療資訊，收集長者健康相關數據，深耕醫療照護工作。

東海大學表示，青銀智慧行動車可檢測血壓、血氧濃度、肺活量、身體組成、握力、心律變異性以及平衡感。行動車還具備行動教室的功能，未來師生們可在社區帶動運動體操，幫助長者促進健康生活。

二十六、 佳世達攜明基逐鹿 打造聯護管理系統

資料來源： 2019-11-22 15:44 經濟日報 記者蔡銘仁 / 即時報導

台灣已進入高齡社會，越來越多的長者有居家照護的需求，相較於機構照護，更能使長者維持原本的生活圈，是未來長期照護的主流趨勢。佳世達（2352）與明基逐鹿攜手打造「聯護管理系統應用平台」，打造智慧長照 B2G / B2B / B2C 之生態服務平台，提供政府機構、居服機構更便捷管理的系統，進而提升居服個案（長輩及家屬）的滿意度。

佳世達在經濟部工業局「普及智慧城鄉生活應用計畫」支持下，投入發展聯護管理系統應用平台，已從台南市、澎湖縣開始實施。佳世達明（23）日更將參與「有智一同·智慧城鄉嘉年華」，在台南文創產業園區展示聯護管理系統的全貌，民眾還可在現場體驗攜帶式健康管理量測平台。

佳世達智能方案事業群總經理李昌鴻表示，希望透過建置智慧管理系統，能夠具體改善現行長期照護體系的相關問題，追求被照護者以及照護服務提供者最大的福祉。更重要的是，將資訊開始數位化，長照服務能夠被系統性地進行大數據分析，更能用來改善長照體系現行痛點。

長期以來，居家照護在費用核銷、人員管理、執行效率、服勤查核、紀錄彙整及需求關懷等，都面臨到耗時費力、未能充分運用人力/物力

資源提升執行效率；且個別個案需求狀況及回饋、生理量測數據等記錄不夠完整、交接不足，都難以形成可運用之數據分析，並能夠作為地方政府長照政策擬定及決策參考。

聯護管理系統能提供居家長照的智慧派工服務，提高派工效率與服務品質管理，當有居家照護員臨時請假時，便能迅速比對最適當的人選進行改派，不致影響原訂的居家服務計畫；紀錄彙整可改善費用核銷流程，大量減少紙本作業，並串聯地方政府主管機關資訊，提升管理效率。

結合手機人手一支的普及性，透過 Line@ 介面詳實記錄服務數據，普及度高的 Line 與直覺介面使居服員容易出勤打卡和紀錄，居服個案方便回饋紀錄滿意度，相關紀錄更可應用大數據分析，協助主管機關管理與決策。

展望未來，佳世達表示，將結合智慧家居、居家服務、代導購服務、照護照管、社福智慧、健康管理量測數據與運用人工智慧分析等技術，希望促進台南、澎湖與全台各縣市之照護社福產業發展，讓照護者好輕鬆，使長者好健康、呷百二。

【地方與社區發展議題】

二十七、 台灣每 5 人就有 1 名老人 台師大推社區據點高齡課程

資料來源： 2019-11-24 12:02 聯合報 記者馮靖惠 / 台北即時報導

台灣高齡化速度幾乎是世界之冠，早就超英趕美，後續的超高齡社會也將來臨，台灣師範大學以社區高齡者身心靈多元需求為基礎，在社

區據點執行的高齡全方位課程。參與藝術課程的彩雲大姊說，過去沒有上過畫畫課，自己也不會畫，來據點上課後，慢慢地也敢畫了，也越來越有自信。

台師大表示，行政院內政部公布全國 65 歲以上老年人口占總人口比率在 107 年 3 月正式邁入「高齡社會」，而北市老年人口比率更高達 17.19%、老化指數為 126.12，居六都之冠、並高於全國平均值。根據台北市民政局最新統計，2020 年北市將從「高齡社會」邁入「超高齡社會」，平均每 5 人就有 1 名老年人。

台師大表示，學校位居台北市中心區，為積極與在地高齡社區據點與產業連結，推動大學社會責任計畫，以社區高齡者身心靈多元需求為基礎，規畫高齡者長期健康促進全方位方案，落實社區共好之精神；並引導高齡者服務人才培力學分學程及服務學習課程學生，進入社區場域及高齡者據點進行服務實踐，實踐青銀共學的目標。

持續參與據點樂齡肌力訓練第三年的 71 歲金玉說，以前還沒來上課的時候，晚上常常睡不好、常常背痛；來據點上課後，雖然一開始運動完回去會痠痛，不過晚上睡得特別好，白天變得更有精神。

在社區據點執行的高齡全方位課程，不僅提供多元體適能訓練，另融入了口腔、營養、心理、藝術、音樂等多面向的課程內涵，讓參與的「大哥大姊」們能夠有全方位的學習。

計畫主持人、台師大體育系教授張少熙說，高齡者的健康促進不能僅有單一面向的照護，而必須以更高層次、更全面的角度介入，不僅要照顧高齡者的身體健康，更必須重視大哥大姊心理、社交需求，甚至美感藝術的素養的增能。

參與藝術課程的 75 歲彩雲說，過去其實都沒有上過畫畫課，自己也不會畫，來據點上課，跟著老師每周不同的主題，慢慢的也敢畫了，也越畫越好，每次來上課都很專心，也越來越有自信了，「安排這樣課程真的很棒」。

台師大今天舉辦「高齡夢想市集」邀請超過 1000 名以上來自大台北地區的長者共同參與，更邀請到知名歌手潘越雲及新生代歌手潘寧為活動揭開序幕，接著參與長者共同進行「高齡健康宣言」、舞動「萬歲操」，主辦單位規畫了包含「身心樂活」、「休閒樂活」、「運動樂活」以及「創藝樂活」等四大主題共 100 餘市集攤位，也是全國首創以社區高齡者為主體所舉辦的綜合嘉年華會。

二十八、 防跌倒！高雄市走進社區開運動班 幫長輩練肌力

資料來源： 2019-11-20 07:41 聯合報 記者蔡容喬 / 高雄即時報導

要活就要動，愈動愈健康！高雄市衛生局為鼓勵長者運動維持肌力，選定高齡長者密集的左營果貿社區，推動「社區醫療照顧網路計畫」，並透過體適能檢測及衰弱評估，為衰弱前期長者開設運動班，規畫肌力提升課程，歷經 8 周時間，昨舉行成果發表及結業式。

國民健康署調查顯示，超過 65 歲以上長輩，每 6 人就有 1 人在 1 年內曾跌倒，顯示老人肌力是維持生活品質及機能的重要關鍵。68 歲費台弟說，以前只是因為喜歡跳舞去參加運動班，完成這次運動課程教學，才發現運動對於協調、下肢肌力及平衡都有幫助，也減少跌倒機會。

活動由長輩們的精彩健康操表演揭開序幕，長輩們隨著音樂擺動四肢，表情相當開心。結業式上也播放運動課程活動回顧影片，衛生局

並依學員運動及肌力鍛鍊情況，頒發進步獎、全勤獎以及感謝狀。

衛生局表示，長者社區運動班由高雄師範大學體育系及高雄市物理治療師公會合作規畫，共招收 37 名 65 歲以上長者，平均年齡達 71 歲，最高齡的是左營果貿里 91 歲陳爺爺。長輩們完成運動課程後，不僅身體肌力及平衡感進步，也交到許多同社區的好朋友。

此外，衛生局也在社區內推動高齡友善觀念，除了推出社區健走地圖，也與左營果貿社區的超商及賣場合作，設置高齡採購專區，放大字體標示且鄰近收銀台，方便老人家拿取物品及結帳。社區診所的醫生除了幫長者看病，更提供健康建議，鼓勵長輩參加社區辦的營養班或運動班。

二十九、 彰化社區供餐達 199 個 志工受訓煮出健康特色料理

資料來源： 2019-11-26 14:05 聯合報 記者林敬家 / 彰化即時報導

彰化縣目前有 233 個社區照顧關懷據點，其中有 199 個據點有供餐服務，但有的社區烹煮料理重口味，營養不夠均衡，不利長輩健康，彰化縣政府邀請學術界專業廚師講師到社區培訓志工，以長輩牙口狀況設計適合長輩好入口的菜色。

今年有 9 個社區到二林文化教育園區參加「翻轉社區照護共食新煮張-據點餐飲服務養成計畫」成果發表，示範社區供餐菜色料理，花壇社區吃素的長輩多，社區每周提供五天全素食午餐，理事長趙漢欽說，供餐志工都為高齡志工，透過計畫培育了多名餐飲服務志工人力，讓素食菜色變化多元，長輩也能開心健康吃素。

埔鹽鄉廊子社區開辦共餐 8 年多，目前約有 25 名長輩中午一起免費共餐，也有 8 名長輩會來帶便當回去，理事長陳素雲說，長輩家中種菜大都會帶來社區分享，社區則利用業務費購買魚、肉，考量長輩需求，志工煮海鮮粥還會特別以虱目魚熬湯去除魚骨，再添加其他海鮮配料，避免長輩被魚刺傷到，顧及長輩健康，烹煮滷肉料理也會添加菇類、白蘿蔔等。

陳素雲表示，食材大都是當天採買確保新鮮，烹飪志工都希望煮出長輩愛吃的料理，每天用心準備，共餐長輩相當滿足，也願意捐錢作為共餐基金。

彰化縣長王惠美說，縣府重視社區據點提供餐飲服務，為讓長輩吃得美味、健康，今年度透過一系列的培訓課程，指導社區餐飲志工學以致用，提供更加健康美味的餐食讓社區長輩享用。

三十、貧困老母照顧病子路不平輪椅難出入 感謝區公所助鋪路

資料來源： 2019-11-22 09:30 聯合報 記者周宗禎 / 即時報導

台南市關廟區山西里鄭姓男子，長年因病行動不便，與母親相依為命，領有低收入戶補助，目前由高齡八旬老母獨力照護，外出都需依賴母親推著輪椅，但住處與外連接的只有一條布滿碎石的道路，老母親推輪椅非常吃力且不便，居家長照照護員發現後向區公所反映。

區公所表示，得知狀況後使用關廟行善團經費，重新鋪設一段水泥路面，「原先顛簸的道路煥然一新」。鄭男母親看到區長王素珠後眼眶泛紅直呼「足甘謝區公所的幫忙，阿捏行路咖方便(這樣走路比較方便)，輪椅嗲咖賀擻(輪椅也比較好推)」。

區長王素珠區長表示，結合社會資源、落實地方服務是區公所的責任，「民眾的需求永遠擺在第一位。」山西里長楊啟賢則說，「里民的需求，就是我的需求，腳程可達之處皆是我服務之處。」

王素珠表示，這戶人家是低收入戶，據稱兒子智商較低，生活無法自理，經照服員反應給公所，因住所向人租屋，公所取得地主同意，以關廟區行善團經費改善路況，公所會一直提供協助，關懷及訪視。

王素珠說，這戶有長照居服員協助洗澡，居服員來公所反映，因為房子是租的，租金便宜，房東不願意幫他們鋪設水泥，公所人員和房東溝通，他同意由公家鋪設水泥。

王素珠指出，這個案比較特別，老媽媽身體健康可以照顧兒子，兒子本來就有生病，也是低收入戶，後來說頭腦有腫瘤，開刀後行動不便需要坐輪椅，公所和里長等地方父老會持續關心。

三十一、 為石斑魚養殖締造驚奇 屏南小漁村奪金卓越社區優等獎

資料來源： 2019-11-22 11:38 聯合報 記者潘欣中 / 屏東縣即時報導

屏東縣枋寮鄉新龍社區是石斑魚養殖重鎮，因青壯人口流失呈現高齡化，社區發展協會 4 年前通過農村再生社區計畫，以產學合作從廢棄魚鱗萃取膠原蛋白做成保養品，並導入漁村生活體驗行程，成為旅遊新亮點，盈餘回饋推動社區老人福利，日前獲衛生福利部金卓越社區優等獎肯定；理事長林春來說，再生計畫像支神奇魔法棒，讓暮氣沈沈的社區變得活力四射。

「石斑魚小漁村，難道就要接受一輩子的養殖宿命！」林春來說，新

龍社區居民多投入石斑魚養殖產業，雖然是生產重鎮，也是世界最早開發出龍膽石斑魚苗技術的基地，雖然石斑魚是高經濟價值魚種，因是勞力密集產業，年輕人接手意願低，多到都會區討生活，社區暮氣沈沈，他發現，藉由農業再生計畫引進資源，是活化地方產業和社區氛圍的一劑妙帖，透過專業輔導協助，社區整個「動起來」，不一樣了。

新龍社區參加今年衛福部金卓越社區獎評選，不僅獲最高榮耀的優等獎，更是屏東縣首次一次獲得 6 個好讚認證面向的社區，林春來說，透過產學合作方式，利用龍膽石斑剩餘價值萃取魚鱗精華製成保養品，讓產業再升級，再透過復甦漁村文化，以裝飾藝術美化環境，規畫一日漁夫體驗輕旅行，包括龍膽餵魚秀、清魚池、導覽解說、DIY 和養生風味餐等，吸引遊客體驗提升產業收入，盈餘用在老人福利，前年加入 C 級長照巷弄站站提供 5 天照顧服務。

漁民不用隨意棄置海洋的廢漁網，已成海洋生態的「隱形殺手」，屏東縣環保局去年選定推動漁村生活體驗遊程有成的新龍社區，作為回收設施示範區，並請大仁科技大學傳授編織技法，將廢漁網、漁具轉化為實用的生活小物或藝術品，成為社區遊程新亮點；林春來說，當地是海茄冬紅樹林生態為最南端的區域，近山靠海夕陽優美，也都是可運用的人文生態旅遊資源。

三十二、 衛福部評鑑 岡山榮民之家獲「友善環境典範獎」

資料來源： 2019-11-26 16:09 聯合報 記者徐白櫻 / 連線即時報導

因應台灣進入高齡化社會，衛生福利部推動「高齡友善健康照護機構」認證計畫，昨公布評鑑結果。國軍退輔會岡山榮民之家不僅通過

認證，且獲頒「友善環境典範獎」，高齡友善環境獲外界肯定。

衛福部國健署昨在北市張榮發基金會國際會議中心舉辦高齡友善成果發表會，活動分成「典範獎頒獎典禮」與「友善認證授證儀式」。岡山榮家列入長照機構組，是大高雄地區唯一一家獲頒典範獎的機構，由榮家副主任郭照榮代表北上領獎，獲頒 3 萬 5 千元獎金。

岡山榮家主任謝琦偉指出，榮家樂於支持國健署推動「高齡友善健康照護機構認證」，今年 5 月起進行自我體檢、製作書面資料、認證委員實地訪查，最後彙集成果報名參賽；岡山榮家租用低底盤公車護送長輩就醫，每周帶長輩外出微旅行，這些做法都是希望長輩獲得更好生活品質，感謝衛福部肯定榮家作法。

三十三、 莊中慶：打造友善高齡社會 縣市長未來施政重點

資料來源： 2019-11-21 17:18 經濟日報 陳怡慈 / 台北即時報導

2019 縣市幸福指數大調查今（21）日公布結果，台灣人壽總經理莊中慶致詞時提醒，台灣再過七年將要邁入超高齡社會，屆時每五人就有一位是超過 65 歲的老人，如何打造友善的高齡社會，這是各個縣市長未來要思考的議題。

莊中慶表示，台灣人壽今年連續第二年攜手經濟日報進行幸福指數大調查，經濟日報是具有高度公信力的機構，在台灣人民幸福度的調查把關方面，提出的數據值得各個縣市的主管們參考。

台灣人壽是在地超過 70 年的企業，「我們深耕這個土地，也深愛這片土地」。當台灣人壽的保戶產生了經濟上的損失，公司除了第一時間送上彌補之外，也希望攜手志同道合的企業，為這片土地的幸福，及台灣人民的生活美滿，能夠盡一份小小的力量。

「我們也有一些憂心，再過三、五年，可能幸福調查指數的參數會有一些改變」，他提醒，台灣再過七年就要邁入超高齡社會，「我們調查的樣本裡面，基本上再過七年以後，台灣每五個就有一人是超過 65 歲的老人」，如何打造友善的高齡社會，這也是各個縣市長未來要去思考的議題。

他表示，從現在的角度看，各地方政府大概是注重老百姓的生活、居家、工作、衛生環境，但是五年、七年以後，可能各縣市的幸福指數，側重的焦點會放在是不是一個友善的環境，對老人家的安養、照顧、醫療，能不能夠提供一個便利、舒適、自主、尊嚴的環境。

莊中慶說，老百姓的想法隨著時代一直在改變，台灣人壽希望借重經濟日報，透過縣市幸福指數調查，把看到的，或者沒看到的面向公布出來，引起政府或縣市首長的注意，「畢竟有幸福的台灣，我們台灣人民才會幸福」。

他最後勉勵各縣市政府，若能找到施政重點，就能創造永遠的台灣人民的幸福，而這也是台灣人壽希望攜手有志一同企業共同推動的目標：打造未來幸福的台灣。

三十四、 2019 幸福縣市 / 北市：實現宜居永續

資料來源： 2019-11-22 03:37:48 經濟日報 記者楊文琪 / 台北報導

台北市副市長黃珊珊昨（21）日表示，台北市政府的城市願景是宜居和永續，使命是為市民服務和城市創新，訂出策略地圖，按部就班進行，一開始可能看不到成果，但之後就會慢慢顯現。

黃珊珊列舉近幾年北市府的作為和成果，政策地圖第一是老有所養，北市人口高齡化會很快速，希望台北市老人都可以健康地慢慢老，所

以擴大很多適用範圍，恢復老人健保費用補助，推居家醫療，目的是要讓老人安心。

第二是幼有所顧，我們推 13,660（就讀私立幼兒園的三歲幼童，每學期補助 1 萬 3,660 元），中央就跟進，這讓年輕人願意生養，目前北市幼托為 53%，公共化希望達到 70%。

第三是居住正義，北市維持一年 1 萬戶的公宅開工率，而且公宅是將托嬰托老社會照顧都放在裡面；且不只蓋公宅，還有租金補助、包租代管，給予房東房屋稅優惠稅率，讓房東願意將空屋拿出來。

第四是智慧城市，北市是全台願意創新和不怕失敗的城市，畢竟不是每一項技術都可以成功，現在北市是世界排名第七的智慧城市。第五是市場改建，北市的老舊市場一個一個在改建，整體都市景觀和環境都會有所改變，像近期南門中繼市場完成，新的市場會推動改建。

第六是著重教育，台北市雖然是經濟條件較佳的城市，但城市裡仍有許多弱勢小孩，所以投資 236 個學校有光纖網路、有平板電腦，來降低數位落差。

三十五、 台中 高鐵綠活特區夯

資料來源： 2019-11-24 00:00:35 經濟日報 記者宋健生 / 台中報導

由周刊雜誌調查六都幸福指標設施中，赫見醫院與超商並列消費者心中幸福設施第六位，前五位分別為量販店、綠地、捷運站、運動中心及中小學名校，台中「高鐵綠活特區」全數囊括。業者表示，過往既定印象中僅退休族屬意醫療院所周邊，現在已成為全民公認幸福設施之一。

高鐵綠活特區以林新醫院為核心，沿著三榮路與榮和路呈十字發展，商業機能也集中於此，轄內派出所在 700 公尺距離內，滿足退休族與中高齡者在心理安全感與實質安全性的需求。

林新醫院周邊 350 公尺內即有三家便利超商，餐飲小吃、咖啡館、健身房都在步行五分鐘距離內，生活機能齊備，有別於其他高鐵重劃區。

捷運綠線延伸彰化段將在烏日區增設兩站點，其中一處就位在榮泉路、健行路口，距離林新醫院約 500 公尺處、步行 5 分鐘時間，為區域完善機能再添一筆。

龍寶、敬業、精銳建設看好區域發展，先後進場推案。龍寶「愉悅臻邸」、敬業「雲起」等，以中坪數換屋產品為主。

三十六、 台南軌道建設發展還是錢坑？ 成為立委參選人攻防焦點

資料來源： 2019-11-25 18:25 聯合報 記者修瑞瑩 / 即時報導

台南市目前正在規畫未來的軌道建設，到底可以帶動台南發展、或者只是錢坑？成為下屆立委參選人注意的焦點，第 5 選區的蔡淑惠與陳致曉都反對，蔡認為台南市的公車使用率偏低、卻離譜地搞出數百億元的前瞻軌道建設，陳致曉則認為背後不能說的祕密就是炒地炒房，而第 4 選區的林宜瑾、也是現任議員今天則在議場上為前瞻辯護，認為台南市中心地狹人稠，絕對有需要推動軌道建設。

國民黨籍的蔡淑惠表示，台南的輕軌原本只是在評估可行性的階段，但蔡政府推動前瞻計畫，卻將台南輕軌納入，等於是「硬塞」給台

南，根據 2016 年交通部做的調查，六都中台南市民公共運輸系統利用率最低，只有 5.5%，未來輕軌完成根本沒人搭。

她認為與其砸大錢推動輕軌，不如把現有的公車做好，提升利用率。至於台南路網，應加強台鐵、高鐵、機場、港口之間的連結；規劃串聯山海的三橫（台 86 線、台 84 線、國道 8 號）、貫穿南北的三縱（台 61、國 1、國 3），開闢觀光廊道及觀光交通專線，讓台南豐富的文化與鄉村旅遊資源進一步發揮。

無黨籍、同時是反鐵路東移自救會會長的陳致曉則發文批評軌道建設，指出台南捷運藍、綠、紅 3 條路線總預算約 780 億元，市府認為是公共運輸，但行政院核定的「台南捷運第一期藍線可行性研究報告」卻指出交通效益根本很低，在「台南先進大眾運輸系統發展前景論壇」中，官員坦言若要營運損益平衡「本業收入 30%，副業收入 70%」，他認為所謂的副業根本就是炒土地、炒房產，軌道根本就是配合民間建商規畫。

民進黨的林宜瑾則表示，優化公共運輸不只能刺激觀光旅遊、減少交通壅塞，更能讓高齡長輩有行的自由與方便，讓台南真正成為高齡友善城市。而軌道建設作為公共運輸的骨幹，台南人口稠密區及觀光旅遊區高度重疊，絕對有推動更優質公共運輸服務的需求。

她並表示，前瞻建設是競爭型預算，各縣市要提出地方長久需求，並經過層層競爭及審查後才能核定，而且地方要負擔配合款，更鼓勵優先活化既有設施，不只不會產生蚊子館，更能消滅蚊子館。

【其他相關議題】

三十七、竹縣最易肇事路段 竹北市自強南路榜首

資料來源： 2019-11-21 17:03 聯合報 記者張雅婷 / 新竹即時報導

新竹縣 11 月道路交通安全聯席會報，今天在竹縣府簡報室舉行，新竹縣府警察局引據交通部安資訊平台數據，統計因車禍致死的易肇事路段，前 3 名依序為竹北市自強南路、芎林鄉文山路、芎林鄉富林路三段；而車禍致死發生時段以下午 4 時到 6 時最多，車禍肇因以未注意車前狀態居冠。

根據數據，新竹縣府警察局統計因車禍致死的易肇事路段十大路段，依序為竹北市自強南路、芎林鄉文山路、芎林鄉富林路三段新豐鄉建興路二段、新豐鄉康樂路一段、竹東鎮長春路三段、竹東鎮東寧路一段、湖口鄉光復北路、竹北市福興東路段、竹北市興隆路二段。

而根據交通部道路交通安全督導委員會統計，全國各縣市交通事故 30 日死亡人數，其中因為機車事故及高齡者死亡人數仍然佔最主要族群，另外在行人事故中，高齡者比例也相當高約占 70%，較去年同期增加 14.3%。

針對易肇事路段，縣府相關單位除施作線型標線、回復式軟管，藉由視覺壓迫，讓駕駛產生車道壓縮的錯覺，進而將車速減慢。另外，也在學校週邊設置紅色減速塊，透過顏色提醒駕駛要減速了，後續將在易肇事路段的路口著手規劃在設置轉彎線、行車管制號誌、相關危險標誌、路口縮小工程與時制計畫檢討等，促使用路人在行經該路口、路段時更能小心駕駛，避免交通事故發生。

三十八、 北市路口車輛撞行人 傷亡恐創 5 年新高

資料來源： 2019-11-23 23:54 聯合報 記者楊正海 / 台北報導

台北市車輛路口未禮讓行人頻傳傷亡，議員周威佑指出，今年 1 至 9

月已造成 13 人死亡、940 人受傷，與近 5 年同期相比，死傷人數恐雙雙創新高，即使今年 3 月起，北市員警針對路口轉彎時未禮讓行人的駕駛取締開單，仍無法減少這類交通事故。警方表示，除了加強取締，也希望行人留意車輛。

北市交大執法組長王鈞指出，今年 1 到 10 月，取締車輛未禮讓行人違規件數共 1 萬 175 件，較去年同期增加近一倍，交大會持續執法，只要車輛進入行人穿越道，前端距離行人行向 3 公尺以內，就可開罰 1200 元至 3600 元。

周威佑指出，車輛在路口未禮讓行人造成的傷亡人數，每年不斷升高，相較於去年同期 906 人受傷、11 人死亡，106 年 833 人受傷、10 人死亡，105 年 751 人受傷、11 人死亡，104 年 623 人受傷、7 人死亡，今年的傷亡數字最高。

周威佑說，台灣未積極宣導路權觀念，導致行穿線車禍傷亡人數不斷增加，尤其現在更逐漸進入高齡化社會，有些民眾行動稍緩慢，駕駛人常失去耐性，車輛就硬從人縫中擠過去。他認為，駕駛人應重視行人安全問題，只要車輛進入行人穿越道時，車體前端左右各 3 公尺內有行人就是違規。

周威佑建議，員警除針對車輛不禮讓行人要積極執法，市府應評估更多路口號誌調整為行人專用時相，讓行人先行。另外，應該加速執行「行穿線退縮」政策，並宣導教育，讓駕駛人重視路權觀念，才是解決之道。

交通局交工處副處長劉瑞麟指出，行穿線退縮是否可減少肇事，並沒有定論，交通部已指示各縣市政府依每個路口作檢討，目前北市檢討 12 處，根據每個路口特性試辦退縮，施工完成後，成效仍須再觀察。

三十九、 道安界奧斯卡獎揭曉 金門獲「金安獎」卓越獎

資料來源： 2019-11-26 15:30 聯合報 記者蔡家蓁 / 金門即時報導

被譽為是道安界的「奧斯卡」的「金安獎」得獎名單揭曉，除金門縣政府獲得最高榮譽「卓越獎」外，金門縣警局獲得「酒後駕駛防制專案績優」獎項殊榮。

至於個人得獎者有金門縣汽車駕駛員職業工會會員梁榮德榮獲優良職業汽車駕駛人獎外，金湖義交中隊中隊長王勇培獲得促進道路交通安全績優獎-義勇交通警察績優獎、金沙國小導護志工李惠鈴獲得導護志工績優獎、金門縣警察局小隊長陳永林交通警察績優獎。

金門縣警局表示，交通部為表揚針對全台道路交通安全宣導有所貢獻的單位及個人，從 1989 年開始設立「金安獎」，今年「金安獎」單位獎項計有金門縣政府獲得院頒「道路交通秩序與交通安全改進方案」卓越獎、縣警局獲得道路交通安全專案績優獎-酒後駕駛防制專案績優獎項殊榮。

警方表示，金門獲得院頒「道路交通秩序與交通安全改進方案」卓越獎的得獎事蹟：一、107 年度起陸續闢建金門航空站第三停車場及山外車站停車場等 2 處基地之平面停車場，新增路外停車格計 348 位；並推動「鳳翔社區停車空間改善計畫」，購回停車場公共設施用地。

二、完成金城城區路外停車資訊系統建置，另搭配「金好停 APP」顯示臨近停車場，輔以路徑指引便利用路人前往停放，改善路邊違規停車。三、加強改裝車輛交通違規稽查、噪音執法作為，規劃並執行「監、警、環聯合稽查交通違規專案勤務」，經由加強宣導及稽查取締改裝重輛，減少金門地區此類交通亂象。

四、訂定「春節連續假期交通疏導工作執行計畫」，實地會勘交通管制措施，並運用 M-Police 路口監視器及臉書直播，立即反映派遣增加警力前往疏導。五、107 年加強取締重大交通違規重點項目 7037 件，較 106 年度取締 5093 件，增加 1944 件，增加比率達 38.17%。

六、執行年滿 75 歲之高齡駕駛人換照或繳回，107 年寄出 357 件換照通知書，166 人完成換照，達成 107 年辦理銀髮族駕駛關懷方案 50% 目標值。七、107 年首次至金門監獄辦理「酒駕再犯專班」，進行實地教育課程，讓學員瞭解監獄中之生活，以震撼教育方式達到遏阻酒駕之效果。

八、辦理學生上下學交通安全教育宣導 43 場次、高齡者及家庭交通安全宣講共執行 28 場次。九、製作簡體版「電動自行車騎乘安全及違反罰款」海報，張貼於小三通入境處、電動自行車租賃處、民宿、彩妝店等處所，並製作「電動自行車及自行車行車安全」影片，於小三通船班上播放，向陸客加強宣導。

四十、夢遊？8 旬翁半夜獨坐土地公廟竟不知 警助返家

資料來源：2019-11-22 12:17 聯合報 記者趙容萱 / 台中即時報導

台中市警局太平警分局新平派出所警員陳冠螢今天說，日前清晨 4 時許與警員蘇峻巡邏行經台中市太平區一間土地公廟，發現廟裡有名老翁衣衫單薄，上前關懷，老翁忘了自己姓名、住所，經人臉辨識系統過濾身分，查出老翁姓林，住家在土地廟附近，協助老翁返家。老翁的妻子睡眠惺忪應門，看到丈夫由員警帶回十分驚訝，表示丈夫失智多年，最近常疑似有夢遊狀況，但都在家中，沒想到這次竟跑出去，非常感謝警方協助。

員警陳冠瑩、蘇峻日前清晨 4 時許執行巡邏勤務，在土地公廟發現老翁呆坐在廟內，員警上前關懷發現老翁疑似患有失智情形，對於姓名及住處等資料均一問三不知，老翁也驚慌表示，不知為何在這裡，貼心的女警先行安撫情緒，再透過人臉辨識系統過濾數筆資料，查出老翁可能的住處，立即駕駛巡邏車載著老翁到民宅查訪。

員警經按電鈴後，老翁的妻子睡眼惺忪應門，一看到員警帶著丈夫回家時非常驚訝，當員警述說發現的過程後，老翁妻子表示，丈夫罹患失智症已多年，最近還常疑似有夢遊狀況，一醒來有時會在客廳呆坐，有時會在家中的某處，這次竟半夜跑到街外，非常的驚訝，以後會多留意丈夫的起居及動態。

太平警方持續呼籲民眾，家中如有高齡長者或失智症的家人，應多留意起居，並在明顯處留下電話或聯繫方式，避免發生憾事。

四十一、 新北：老人受暴逐年增加 今年受理已逾千案

資料來源： 2019-11-24 20:16 中央社 新北 24 日電

新北市政府社會局今天表示，俗話說：「家有一老，如有一寶！」但實際上社會常發生虐待老人事件，根據統計，老人受暴逐年增加，今年迄今已受理老人保護通報 1038 件。

社會局指出，根據新北市家庭暴力暨性侵害防治中心統計，去年度老人受暴案件較前一年度增加 8.84%，今年迄今已受理老人保護通報 1038 件，又較去年同期增加 16.11%，其中男性占 35%，女性占 65%，顯示老人受暴有逐年增加的趨勢。

社會局表示，為防治虐老案件發生，家防中心與中華民國紳士協會共同推動「關懷家中寶，社區零虐老」的宣導活動，今天在市府舉行成

果發表。

新北市副市長謝政達對紳士協會協助宣導的努力表示感謝，他說，新北市老年人口比例已超過 14%，進入高齡社會，新北家防中心在推動性別暴力防治時，也同時重視老人受暴的議題。

新北市家防中心主任許芝綺表示，依據中心統計，老人受暴通報比例有逐年增加的趨勢，從實務工作中發現，受虐老人容易礙於親情，以及家醜不外揚的傳統觀念，較難主動求助。

她表示，老人受虐多半是受傷或透過親友鄰里協助通報，家防官和社工才有機會介入協助，以提供法律和其他安全保護。因此，她呼籲社會各界重視老人受暴議題，共同關心家庭和社區的老寶貝。

四十二、 老人家暴案上升 新北今年已 1038 件

資料來源： 2019-11-24 20:47 聯合報 記者王敏旭 / 即時報導

新北家防中心指出，新北迄今已受理老人保護通報 1038 件，比去年同期增加 16.11%，去年度又比前一年度增加 8.84%，顯示老人受暴有逐年增加的趨勢，家防中心主任許芝綺說，多數受虐老人容易礙於親情，以及家醜不外揚的傳統觀念，較難主動求助。

新北家防中心與中華民國紳士協會，今舉辦成果展把真實故事以行動劇演出，兒子好賭、酗酒因此欠債遭追討，兒子竟然返家搶走父親的地契和存摺準備變賣，幸好有熱心雞婆的鄰居或民眾通報，才阻止虐待父親的悲劇發生

新北副市長謝政達說，新北老年人口比例已超過 14%，正式進入高齡社會，家防中心除了推動性別暴力防治時，也重視老人受暴議題，感

謝紳士協會深入新北各區進行宣導。

許芝綺說，據統計老人受暴通報比例有逐年增加的趨勢，且多半因為親情及家醜不外揚觀念，難主動求救，大部分因為受傷或透過親友、鄰里協助通報，家防官和社工才有機會介入協助，以提供法律和其他安全保護。

俗話說「家有一老，如有一寶」，新北社會局說，實際上社會常發生虐待老人事件，呼籲各界重視老人受暴議題，也關心家庭與社區的老寶貝。

新北社會局指出，新北家防中心結合中華民國紳士協會，今年6月起深入29區宣導「關懷家中寶、社區零虐老」，今天的成果發表，各區以不同行動劇進行PK大賽，最後由鶯歌、樹林和新店分居1、2、3名，三重和泰山同列佳作。

四十三、 新北婦幼安全創作比賽頒獎 藝人胡宇威擔任頒獎人

資料來源：2019-11-21 16:01 聯合報 記者王長鼎 / 新北即時報導

新北市第8屆「婦幼安全創意比賽」今天在新北市警局大禮堂舉行頒獎典禮，由愛家好爸爸、知名主播岑永康擔綱主持，熱心公益的藝人胡宇威也以特別嘉賓身分出席，活動現場同時邀請埔墘國小帶來「拒絕家暴-祥獅獻瑞」開場表演，以及介壽國小、莊敬高職精彩的舞蹈表演，都是感念平日警察哥哥、姐姐護童的辛勞，特別情義相挺應邀演出，精彩的表演節目，因有知名主播、當紅藝人的加持，讓頒獎典禮燈光熠熠，為典禮添色許多。

這次典禮先後頒發婦幼安全微電影、GIF 動態圖創作及海報繪畫等 28 個獎項，入圍的 5 部微電影都獨具特色，由秀峰高中劉可婷老師指導的銀獎「聽見妳的聲音」與佳作「謝謝你」，更是連續 2 年入圍微電影比賽；金獎作品「婦幼防暴報」，創作家許家瑋更是連 3 年參賽，許家瑋表示自己平時就喜歡繪圖、動畫剪輯，創作概念是將婦幼防暴的觀念，以色彩鮮明簡約的卡通呈現，因為婦幼安全教育需要從小開始樹立，比起讀一字一句的文字，卡通動畫絕對更吸引小朋友。

國小海報繪畫比賽項目，低年級組及高年級組金獎得獎者，分別為就讀土城國小龔于硯，及文德國小彭冠茵；中年級組後埔國小劉曉憶，超越去年佳作成績，今年以「您撥 113 可保護他們」鮮明又生動的畫作，一舉拿下中年級金獎；另就讀自強國小的龍鳳胎姐弟胡著妍、胡著霆，從小就喜歡畫畫，他們的母親張晏華也是美術老師，因此二姐弟從低年級就開始參加婦幼安全創意比賽，到今年已經五年級了，二姐弟雙雙獲選高年級組銀獎、佳作成績，可見透過婦幼安全創意比賽向下紮根的重要。

GIF 動態圖比賽項目，創作家鄭仲軒以風趣的畫風、搭配作品主題「小妹與女警」展現出婦幼安全的工作態度，獲得評審團青睞獲選金獎，鄭仲軒表示，其實動態圖沒有大家想像中的困難，用 GIF 動態圖比靜態圖更能有效的吸引人們的注意力，謝謝新北市警局舉辦這麼有創意的比賽，讓他能為社會盡一份心力。

市警局局長陳釋文表示，「婦幼安全」絕對是警政重點工作，藉由婦幼隊所舉辦的「婦幼安全創意比賽」活動，不斷提升民眾對婦幼安全之認知，激發民眾、學童對婦幼安全的正面思考，使更多人關心並加入婦幼保護工作的行列；另隨著我國逐漸步入高齡化社會，希望結合各單

位一同將「防治家暴」的理念擴大到長者、關懷長者。也提醒民眾如有受暴情事一定要保持冷靜，盡快撥打 110 或婦幼保護專線 113 向警察尋求協助，以上得獎作品日後將擔負起宣導民眾自我保護及預防危害的重責大任，他也恭喜所有得獎者。

四十四、 長期服務者也需要休息 土心、家庭照顧者分別辦園遊會

資料來源： 2019-11-23 17:21 聯合報 記者施鴻基 / 新北即時報導

新北市社會局今天邀請 2500 多名志工參加國際志工日嘉年華會，一起做創意彩妝、野餐和欣賞演唱會。市長侯友宜表示，新北志工有 1260 隊、超過 13 萬人，每年以 2% 速度成長，「看到志工就看到台灣的希望」；新北家庭照顧者關懷協會也辦野餐園遊會，邀請 200 多名家庭照顧者喘息，放自己半天假。

國際志工日嘉年華會今年在三重綜合運動場以「我是志工·我榮耀」為主題，感謝並鼓勵志工投入社會公益，天元慈善功德會高齡長者帶領老中青三代志工共跳大會舞。侯友宜和市議員李翁月娥、王威元、蔡健棠、社會局長張錦麗、三重區長劉來通等人拉響禮炮，向志工致敬，並為志工頒獎。

侯友宜說，志工一向女多男少，但近年有增加趨勢，比率從 1 比 9、2 比 8 到如今已突破 3 成，今年召募 4140 名志工，男性有 1400 人，希望未來有更多男性參與。他到新北市自閉症協進會「星兒咖啡車」和泰山培力園「貓培你飛雞蛋糕車」關心、鼓勵。

丹鳳高中學生美樂蒂今年暑假和同學參加青年志工服務挑戰賽獲冠軍。她說，暑假時到實物銀行、五股老人公寓、三峽北大公共托育中

心與導盲犬教育基金會等機構服務，收穫滿滿，做志工不但可發揮愛心，還能學到不同專業知識。

11月是家庭照顧者關懷月，新北市家協今天也在三重幸福水漾公園辦野餐園遊會，眾人一起在草地上喝咖啡、吃野餐、做瑜珈、聽音樂及逛攤位。

周姓婦人是今年「打破照顧迷思」代言人，照顧極重度失智的婆婆已5年多，幾乎沒有自己的生活。初期她婆婆生活還能勉強自理，前年臥床日漸惡化，她壓力大到常躲在浴室哭喊。但長期照顧是漫長的路，會疲憊，也會遇到障礙，不照顧好自己就無法照顧家人。

活動中她戴拳擊手套打破將照顧迷思。她表示自己不是名人，也不特別，和全台近百萬名家庭照顧者都肩負照顧家人重擔，但她願意為家人承受這甜蜜的負擔，這條路不好走，希望身邊的人多給支持鼓勵，政策與照顧服務可友善一點。

四十五、 myfone 行動創作獎 / 林之晨：作品大玩科技梗

資料來源：2019-11-25 14:23 聯合晚報 記者吳凱中 / 台北報導

今年為台灣大哥大總經理林之晨首次參與 myfone 行創獎頒獎典禮，率先頒發拍攝水準直逼微電影的「行動影片」大獎，由劇情逆轉、拍案叫絕的《行動代號：斯葛特》獲得首獎，為典禮掀起第一波高潮。他表示，隨著 5G 新世代來臨，近年有不少作品都在呼應這股科技新趨勢，大玩「科技梗」。

林之晨表示，去年原創歌曲組有參賽者初試啼聲的用人工智慧譜曲，到今年訊息組更用精簡淬鍊文字，如《百文不如一鍵》、《臉書後遺症：翻臉，不認人》詮釋網路百態，以及在故事接龍中的《跨物種戀

愛》大談 AI 人機戀，甚至連「區塊鏈」都變成原創歌曲《What the heck is Blockchain?》的主題，讓人更加期待科技與創意的結合。

13 年來，《myfone 行動創作獎》開啟不少參賽者的創作之路，像是連續 4 年參賽、高齡 76 歲的朱邦彥，當年為了參賽而學習如何使用手機，現在連女兒也因去年代父領獎受到啟發，創作了以「區塊鏈」為主題的原創歌曲。

林之晨指出，為了讓這些優秀的創作者能量被看見，台灣大也提供 myVideo、MyMusic、myBook、M+messenger 等商業平台，讓這些噴發創意的作品免費上架。不僅如此，台灣大全新風貌的「勇敢追夢計畫」，也將攜手 2018 年微電影組百萬首獎得主-李洹宇，一起打造截然不同、創意破表的音樂歌舞短片，請大家拭目以待。

四十六、 年齡不設限 舞動彩色人生

資料來源： 2019-11-23 21:55 攝影中心 記者陳柏亨 / 即時報導

台北仁濟院和仁濟安老所今天共同舉辦第三屆的青銀嘻哈街舞大賽，邀請 60 歲以上的長者和年輕朋友一起搖擺。總共有 9 個隊伍，從 16 到 93 歲的青銀族群，牽手報名參加這次的街舞比賽。為了搭起年輕人和長者互動的橋樑，今年仁濟院特別邀請到了有豐富舞蹈經驗的陳漢典作為比賽的代言人及評審，陳漢典與長者組成的仁濟舞團帶來精彩的開場表演，炒翻現場的氣氛。

仁濟安老所所長陳維萍表示，「台灣已經是高齡社會，跨世代彼此的了解顯得格外重要，所以如何幫助長輩與年輕人的共融是仁濟一直努力在做的事情，街舞大賽就是我們具體成果的展現」，讓長輩可以學嘻哈跳街舞，不僅體現活躍老化的精神，做自己想做的事，更顛覆年輕人

對老的想像，原來跟年紀無關，爺爺奶奶學習熱舞的態度跟年輕人一樣瘋狂。

本次參賽中最高齡的 93 歲陳奶奶，為了這次的比賽，每次要花來回 2-3 小時的車程從三芝到淡水練舞；參賽的隊伍中，有喜歡熱舞的年輕人，定期每周去老人據點教長輩們跳舞，這個比賽就是具體支持他們的機會。尤其看到年輕人在練舞過程中，更能夠理解高齡長輩，並透過創意編舞，展現出不一樣的街舞風情；高齡長輩更加勇於挑戰新的事物，展現了活到老學到老的精神，也看得出他們因為持續不斷的學習，精神跟體力都超過同年齡的人，他們都因為跳舞這件事情讓生命更多采多姿，這也是仁濟院持續辦下去的動力。

【國外時事】

四十七、日本「所有者不明土地」大於台灣 當局起草新法案應對

資料來源：2019-11-26 10:48 經濟日報 編譯林奕榮 / 綜合外電

日經新聞報導，高齡化現象導致日本「所有者不明」土地狀況持續惡化，面積已大於台灣。為改善這個問題，日本政府正在研議房地產登記新法案。

據推算，2016 年日本無主之地的總面積已達 410 萬公頃，和九州島相當。2018 年的訪調發現，有 347 萬個無人住所不準備出租或出售，較五年前增加 9%。

由於缺乏聯絡窗口，外來者無法購買或租用這些棄置土地，地方政府也難以課徵房地產稅。

日本法務省的法治審議會已起草一項法案，要求房地產的所有權需在所有人身故後規定時間內轉移至繼承者名下。目前，許多人認為繼承家族土地並不划算，尤其是在地價不高的地區。

日本現行的登記程序相當複雜且昂貴，繼承人需提供家族從出生到死亡的登記紀錄，且須所有合法繼承人申報表格，同意土地所有權人變更，並依土地課稅。

法務省的提案將簡化重新登記的手續，僅需原所有人的死亡證明以及申請繼承者的資格證明。若未依規定重新登記，將面臨 5 萬至 10 萬日圓罰款。

這項草案預定今年底完成，並在公告評論期後提交報告。

四十八、 IMF 敦促日本調漲消費稅 2030 年增至 15%

資料來源：2019-11-26 11:52 中央社 東京 26 日綜合外電報導

國際貨幣基金（IMF）一份報告指出，為支應高齡化社會持續增加的社會保障經費，日本有必要階段性調漲消費稅，到 2030 年增至 15%、2050 年增至 20%。日本消費稅率剛調漲到 10%。

日本放送協會（NHK）報導，IMF 新任總裁喬治艾娃（Kristalina Georgieva）說，為支應高齡化社會持續增加的社會保障經費，日本消費稅率應持續進行階段性調漲。

喬治艾娃在記者會被問到對日本財政的看法時說，站在 IMF 立場來看，「日本仍有仰賴消費稅的空間」。

除了支持日本今年 10 月調漲消費稅的作法，她也對為了不陷入財政緊縮，日本政府有必要提出經濟對策表達看法。

配合記者會公布的 IMF 聲明指出，為支應高齡化社會持續增加的社會保障經費，日本有必要階段性調漲消費稅，到 2030 年增至 15%、2050 年增至 20%。

日本經濟新聞報導，根據 IMF 協定第 4 條，IMF 每年與成員國進行一次有關國家經濟局勢的討論。

喬治艾娃昨天結束約兩週訪日行程，並向日本財務大臣麻生太郎遞交報告書。

報告書中明確建議日本調漲消費稅的期程，敦促日本增稅。

有關日本經濟前景，喬治艾娃說，實質國內生產毛額（GDP）成長率預估今年為 0.8%、明年為 0.5%，日本經濟復甦受到世界景氣趨緩及本身高齡化與人口減少的考驗。

四十九、 安倍經濟學三箭 至今「還在飛」

資料來源： 2019-11-20 00:45 聯合報 國際中心 / 綜合報導

日本首相安倍晉三過去幾年主打振興經濟、年金改革、活化地方、女性就業等內政政策，「安倍經濟學三箭」遠近馳名。日本政府雖然宣稱政績是安倍得以長期執政的主因，但加以檢視，這些政策的成效其實有限。

安倍二〇一二年底上任後，提出號稱「安倍經濟學」的政策，目標是讓日本脫離通貨緊縮，「大膽的金融政策」、「機動的財政政策」及「喚起民間投資」三項成長戰略，被稱為「三支箭」。

日本央行配合安倍，採取極度寬鬆貨幣政策，造成日圓貶值、股市維持高點、企業出口業績成長，上年度企業獲利約八十四兆日圓，創史

上新高。日本國內生產毛額（GDP）也寫下新高，就業數連續六年成長。

然而，當初安倍訂下物價成長率百分之二目標，以擺脫通縮，這個目標並未達成。根據日銀最新預估，即使到後年度也只會達到百分之一點五。

過去幾年日本薪資成長幅度不如受薪者預期，企業未分配盈餘持續增加，卻因憂心經濟前景沒有同步提高投資和薪資，能否實現經濟良性循環和結構性改革等安倍的目標，仍待觀察。

另外，安倍還打算解決地方人口持續減少趨勢，提出在地方創設十個「國家戰略特區」方案，希望創造工作機會讓都會人口回流地方。安倍政府並鼓勵東京居民移居地方就業，最高給予三百萬日圓（約台幣八十四萬元）補助。不過，人口集中東京依然無解，安倍政府已放棄原本希望明年前能達到東京人口移入跟移出達成平衡的目標。

為了因應日本社會持續少子化和高齡化，安倍政府提出「女性活躍」政策。在政策推動下，日本女性就業人數今年六月首度突破三千萬人大關，但女性擔任管理職比率仍低，且與男性薪資差距明顯。