

20200708-20200714

高齡時事整理

【法律與政策議題】	4
一、改造傳統市場 經濟部：變成最接地氣的庶民經濟.....	4
二、AI 高齡自駕行不行？新世代金融：高齡駕駛受歧視有解方.....	5
三、國發會將把麥寮打造成創生之鄉 跨部會下鄉訪行一整天.....	7
四、遠離疫情醫療新方案！資策會攜手民間推遠距醫療監控系統.....	8
【勞動力與人力資源】	9
五、移工家庭顧長輩 北市辦 3 堂必修課.....	9
六、活到老學到老樂齡大學公廨慶畢業.....	10
七、提升樂齡學習品質 教育部開課培訓專業講師.....	11
八、為人生喊聲「安可」，藝術季裡的銀齡演員們！	12
【經濟安全與產業發展】	14
九、康健概念股 投資新顯學.....	14
十、長照基金 四稅貢獻破千億.....	15
十一、勞退新制月退金 定額免稅.....	16
十二、勞保老年年金給付「有年齡限制」？勞保局揭開真相.....	17

十三、	拿走健保卡預訂三倍券 居服員竟騙老人：政府會寄來.....	18
十四、	國發會看好兩大動能 訂定 4 年平均經濟成長率破 3%.....	19
十五、	「對角的稜線」聯展不同世代、部落展現傳統、現代自省.....	20
	【生活健康與照護科技】	22
十六、	AI 預測情緒 北榮長照變聰明.....	22
十七、	嬾老喊疼痛無力查沒病 竟是「老年憂鬱症」	23
十八、	7 月熱傷害通報數創 4 年新高 台中市最多.....	23
十九、	把止痛藥當萬靈丹 偏鄉腸胃道穿孔病例特高.....	25
二十、	芳療結合 3D 虛擬實境體驗 助長者改善睡眠品質	26
二十一、	長者也要練肌肉 台東大學與縣府合作巡迴推廣.....	27
二十二、	到宅沐浴車服務個案有限 專家：想衝量要加車.....	27
二十三、	微創手術矯正駝背 88 歲老婦長高 14 公分.....	29
二十四、	服務型機器人貼心送藥 長輩不乖乖吃藥還會通知子女.....	30
	【地方與社區發展】	31
二十五、	金寧樂齡多肉植物盆栽製作 療癒休閒生活.....	31
二十六、	台東「高齡智能守護計畫」今啟動.....	32
二十七、	修平科大安定國小散守護長輩田跨域實踐 共創社區價值.....	33

二十八、新北永和路面塌陷 志工動員安撫居民驚恐心.....	33
二十九、提升長輩顧健康 國際外科學會走進社區衛教.....	35
三十、老學童上學防失智 桃園醫院醫師深入鄉里教醫療知識.....	35
三十一、霧峰 10 年來老化指數飆升 衛教活動助銀髮族活出精彩.....	36
三十二、宜蘭第一、全國唯二原鄉日照中心成立 就算賠錢也要做.....	37
三十三、嘉縣六腳數位機會中心啟用 提供偏鄉數位新能量.....	38
三十四、比孫中山革命還困難！竹市千甲社區長照活動中心流標 11 次 第 12 次終於成功.....	39
【國外時事】	40
三十五、香港疫情再起 新增 24 例確診 19 例屬本土.....	40
三十六、經歷西班牙流感 印度 106 歲人瑞戰勝武漢肺炎.....	41
三十七、日本 7 月豪雨釀災 安倍 13 日視察熊本縣災區.....	41
三十八、分析 1700 萬人拼出新冠死亡圖像：老、男、病、窮.....	42

【法律與政策議題】

一、改造傳統市場 經濟部：變成最接地氣的庶民經濟

資料來源：2020-07-13 08:33 聯合報 / 記者江良誠／南投報導

「傳統市場髒亂印象讓消費者逐漸遠離」經濟部中部辦公室主任郭坤明說，他們正在進行一項文化創意改造工程，將創新、青年和市場結合，翻轉髒亂的印象，讓「傳統市場重新成為最接地氣的庶民經濟」。

郭坤明說，全國公營市場四四二處，加上民營黃昏市場和早市，過去由經濟部管理，他認為要落實地方自治，由縣市政府主動參與。「過去公營市場，市場管理員只管內，市場外攤販亂擺、車輛違停都不管，這是不對的」，應將這些攤商組織成協會，一起參與管理改變亂象，才能改變消費者印象。

建築老舊也是老問題，他說，傳統市場都在各鄉鎮生活圈中心，他推展「中繼市場」概念，在舊市場旁以鋼構興建中繼市場，例如板橋的「黃石市場」，寬敞、明亮、通風消費者自然進來，利用這段時間改建老舊市場，而傳統市場二樓乏人問津，他認為應轉作多功能用途，作為長照據點、社區活動中心。

鹿港第一市場是歷史建築，不能改建但二樓和連鎖健身中心合作，成為鎮民運動休閒空間。經濟部也授權讓縣市政府評核優良市集和名攤，三星以下由縣市政府評定，鼓勵攤商改善經營環境。

最重要的是引進青年參與，市場閒置攤位以一元低價租給年輕人擺攤，也鼓勵「攤二代、三代」為老攤改造新形象，台中忠信市場、新竹東門市場有手沖咖啡、花藝和啤酒串燒，過去市場入夜後漆黑一片，現在晚上比白天還熱鬧，大幅提升消費者和市場的黏著度。

年輕人參與，讓傳統市場起了化學變化，現在可以用手機透過市場臉書外送，

還有上萬個攤商參與食品遮罩提升衛生，經濟部也推動「優良市集、樂活名攤」，已有五處品牌市集、一一七處優良市集、二五六四處樂活名攤，其中五星名攤十九攤，四星名攤一百攤，也希望今年產生第一個五星市集。讓最有台灣味的菜市仔翻轉創新繁榮。

二、AI 高齡自駕行不行？新世代金融：高齡駕駛受歧視有解方

資料來源：2020-07-13 09:45 聯合報 / 記者陳美君／台北報導

新世代金融基金會今（13）日指出，今年歡慶生日的 75 歲長者，突然發現自己在生日過後得跑趟監理所換發駕照，詢問了剛滿 78 歲的哥哥卻發現哥哥不需要換，高齡 98 歲的老父也不必？這不是笑話，5 月底，一名 86 歲老翁，在信義區連撞 9 車，造成 3 人受傷，就是一例。

根據交通局統計，台北市仍有 1 萬 3,046 位 90 歲以上高齡駕駛持有駕照，這樣的數據不禁讓人想起三年前開始實施的高齡駕駛人駕照管理制度，其中規定自 2017 年 7 月 1 日後滿 75 歲的駕駛須強制換照，但對於規定發布前已經滿 75 歲者（如上述新聞當事人），則無強制換照規範，著實令人不解。

科技進步，人工智慧加上各種 sensor，正使駕車成為輕鬆愉快的經驗，在此情形，應可利用其他輔助標準來維持高齡者駕駛權利及交通安全，其中，數位時代不妨利用科技來達成這些目標。各大車廠在車上也配置更符合銀髮族的輔助配備，像是 Ford 的第三年齡套裝(Third Age Suit)穿戴裝置，透過模擬人類老化後的身體狀態進行研發，推動更好的汽車設計：更加輕鬆開啟的車門、更易閱讀的螢幕畫面以及經過調整和改善視野的後照鏡。日本豐田汽車也於幾年前就全力研發能增進行車安全的「先進駕駛輔助系統」(ADAS)，因應老年社會。

電動車大廠特斯拉以自動駕駛吸引許多投資者的目光。全球最大網購商亞馬遜，也傳出同意以超過 10 億美元，收購無人駕駛汽車初創公司 Zoox，以擴大亞馬遜在自動駕駛汽車技術領域的影響力。

根據國際汽車工程師學會(SAE)的分類，自駕車分為 0 至 5 級，而真正要「無人」上路，須達第 4 或 5 級，2018 年 8 月東吳大學企管財經講堂舉辦的研討會，針對台灣環境有一項結論：我國應以研發自駕汽車帶動相關技術乃至感測設備的升級，如能研發至第 3 級，就可配合「有人」駕駛，大幅提高行車安全。

美國麻省理工學院老化實驗室 (AgeLab) 主任柯林曾表示，自駕車可能有助於縮小高齡化社會的行動落差。以台灣科技實力，尤其是感測方面的技術，發展至第 3 級應無困難，交通部在制定高齡駕駛制度前，若能與經濟部密切溝通，在計畫中納入高齡者如果駕駛 SAE 第 3 級車輛，可有換發限制駕駛特定車款的駕照選項，或可減少對於高齡歧視的爭議。

全球正邁入高齡化社會，根據國發會預估，2020 年台灣總人口將在 2022 年首次出現負成長，到 2065 年，全台 65 歲以上人口比例將達到 41.2%，也就是每十人有四位是 65 歲以上老年人口，而其中四位就有一人是 85 歲以上的高齡老人。根據 CNBC 報導，美國、荷蘭、法國與西班牙等，正計畫將退休年齡延至 67 歲，顯示在高齡化社會下，政策及社會福利制度，例如高齡者用車政策，皆需要因應調整。

政府制定了高齡駕駛人駕照管理制度，立意良善，但除了上述 75 歲以上年長者反而豁免的奇怪邏輯外，似乎還有值得探討的地方。高齡化社會，退休年齡紛紛提高，用車需求年齡理當有所提高，綜觀各國多以身體狀況作為是否可駕駛的判定標準。為確保年長駕駛者的交通安全，英國要求超過 70 歲的駕駛者每隔三年需聲明沒有心臟病或癲癇等症狀，韓國則需通過認知能力檢測方可繼續持有駕照，日本超過 75 歲者在更換駕照時需進行老年癡呆測試，而德國則完全無相關限制。

隨著醫療發達，銀髮族會愈多，在少子化下，需要更多的自主獨立生活，這是未來社會愈需被重視的一環，高齡是每個人都將經歷的一個過程，如何提高科技水準增加行車安全，並同時維護年長者的尊嚴，在強制換照制度，應該可以提供換發限制駕駛特定車款的駕照選項，也讓符合身心標準的高齡者，仍有享受用車的自由及安全，以提高其獨立的生活日常。

三、國發會將把麥寮打造成創生之鄉 跨部會下鄉訪行一整天

資料來源：2020-07-12 11:42 聯合報 / 記者蔡維斌／雲林縣報導

雲林縣麥寮鄉因六輕帶來人口與經濟，文創藝術也因應而生，日益發達，為不讓文創青農單打獨鬥，有效整合資源，麥寮鄉公所結合企業，再與亞洲大學合作，將整併鄉內各莊園農場與文創景點及老人長照等資源，提出「麥寮創生之鄉」計畫，獲國發會認可，今天跨部會踏勘，為計畫的實現跨出一大步。

國發會副主委游建華今天帶領衛福部、營建署等中央單位，再由雲林縣府團隊及麥寮公所引導到麥寮各景點農場，包括晁陽綠能園區、生菜故事館、月光下農園、拱範宮、貨櫃市集及老人會館等地實勘並座談交流。

對於未來如何串連各文創點和創生場域，在麥寮打造創生基地，各部會人員與地方細心研討，就希望這項打造麥寮生之鄉的計畫，能臻於至善，並能有效發揮預期效能。

與會人員透過美生菜故事館的虛擬實境操作，親自感受美生菜的生長環境與相關資訊，並朝向整合虛實與雲端數據發展的概念，可以大大拉近人與產業環境的距離與認識。

國發會副主委游建華說，地方創生計畫是以需求作導向，目的是讓人口回流，提升生育率，透過數位轉型翻轉偏鄉，希望透過地方創生的科技導入，讓未來台灣不再有偏鄉。

麥寮鄉長蔡長昆說，政府去年開始推動地方創生，麥寮即積極邀請產官學研討，希望麥寮鄉能開創一個友善又長遠的創生發展規劃，讓計畫更健全。

公所主秘陳東松也說，麥寮經將約一年籌備，不斷青農和業界研討座談，把在地 DNA 重新盤整後，透過亞洲大學的協助，終讓麥寮創生計畫誕生，期待在國

發會支持下，打造麥寮創生之鄉，指日可待。

今天踏勘踩線首站到晁陽綠能園區，由董事長邱建富介紹園區發展方向，除打造綠能、友善食農，更期許透過電商平台建置與推動，整合行銷「麥台四口」（麥寮、台西、四湖、口湖）的農漁特產。

國發會等單位一整天訪行，對於地方開擴創生的努力極表肯定，陳東松表示，麥寮的未來將整合科技與數位化的基礎，期待在中央支持下，讓麥寮創生之夢得以實現，吸引更多年輕人返鄉。

四、遠離疫情醫療新方案！資策會攜手民間推遠距醫療監控系統

資料來源：2020-07-12 20:59 經濟日報/ 記者黃台中／台北報導

新冠肺炎疫情延燒全球，臺灣醫療系統的應對措施與防範機制如何運作，將隨疫情持續波動受到考驗，因此要如何減緩人群接觸並提升醫療效率，是現階段急需討論的課題。本次工業局指導資策會以技術連結與場域實證雙核心體系，攜手亞馬遜網路服務(Amazon Web Services, Inc., AWS)、麗臺科技、基隆長庚科研中心、健康聯網以及愛微科等廠商，組建遠距智慧醫療聯盟，打造「健康照護產業生態系」，為臺灣即將面臨的醫療與疫情問題，提出有效的解決方案！

應用於本次疫情發展，整體生態系可提供遠端監控與醫療服務項目，有效避免人群聚集，緩解現場醫療人員壓力，為強化臺灣醫療系統盡一份心力，與各界人員一同守護臺灣。本(109)年度工業局與資策會帶領相關產業，推動產業攜手於醫療、科技領域共同發展，並合作推出「遠距醫療監控系統」，運用資訊及通訊科技（ICT）雲端平台，運用 ICT(Information Communication Technology) 雲端平台為主軸，串聯 IoT 監測裝置與 AI 智慧檢測系統，打造遠距醫療的基礎架構，並進一步提供 O2O 全方位醫療照護。系統後援由長庚醫院協作提供場域平台驗證，完善遠距醫療架構。此方案除可緩解偏鄉醫療資源弱勢區域問題、降低就醫成本及緩解現場醫療人員壓力等優點外，亦可應用於現階段疫情所需之協助居家檢疫、患者康復數值檢測、疑似病例遠端監控等功能，共同抵抗疫情。

資策會地方創生服務處 洪毓祥處長表示，資策會配合政府政策方向，領導各界

專業人士，推動「健康照護產業生態系」之建構。生態系建構之初衷，在於解決偏鄉醫療資源不足，高齡就醫與健康監控等問題，而就目前疫情發展上，遠端照護、監控相關概念，亦可加入醫療體系，減緩人群聚集，協助強化臺灣整體防疫系統。

工業局自 2020 年起，設定政策目標，推動與民間企業合作，啟動 PoC 驗證系統。首步結合智慧體溫貼片、穿戴式心電圖手錶之功能，隨時監控患者身體情況，同時透過智慧物聯網 (AIoT) 技術串聯多元化醫材及相關服務，將資訊上傳雲端服務平台，透過 AI 智慧科技分析大數據資料庫，提供患者長期健康報告。若有就醫需求可運用遠端服務，線上視訊就醫；若需進一步服務，可透過雲端聯繫地區醫療及健康服務節點，進行實地訪查。目前已有基隆市、貢寮、萬里、瑞芳等區域投入使用。

基隆市政府產業發展處林青海處長表示，據統計，至今基隆市老年人口數(65 歲以上)已逾 6 萬人，佔全市人口的 16% 以上，朝超高齡社會之趨勢發展，因此老人照顧是目前最重要的課題。很開心基隆市民可優先試用遠距醫療監控 PoC 驗證系統，期待未來在社區、醫療院所與政府單位，三方可以有更加緊密的連結，打造完善基隆。同時，此套系統亦可應用於防疫相關措施，透過大數據分析、體溫與心肺功能資料紀錄，足跡監控等，協助防治疫情擴散。

基隆長庚紀念醫院賴旗俊院長表示：遠距醫療除了可緩解偏鄉醫療資源弱勢區域問題、降低就醫成本及緩解現場醫療人員之壓力等優點外，還可透過穿戴裝置與雲端系統的整合，應用於現階段疫情所需之協助居家檢疫、患者康復數值檢測、疑似病例遠端監控等功能，成為後疫情時代健康醫療網絡的新妙用，也為城鄉醫療差距提供新解方。並期待讓臺灣的遠距智慧醫療創新應用服務，讓世界知道 Taiwan Always Can Help!

【勞動力與人力資源】

五、移工家庭顧長輩 北市辦 3 堂必修課

資料來源：2020-07-11 23:58 聯合報 / 記者趙宥寧／台北報導

北市有 4.1 萬家庭有外籍移工，但據文化大學社福系教授陳正芬分析，語言不通、照顧技巧、備餐困擾常成為「家家難念的經」。北市勞動力重建運用處辦課程，讓移工、雇主一同參與，也安排到宅指導，教移工如何照顧長輩。

雇主王小姐的媽媽今年 88 歲，因中風導致退化型失智，家中聘有印尼籍移工。王小姐說，雖沒語言隔閡，但移工無照顧經驗，也缺乏照顧觀念，媽媽有糖尿病，有時固執不吃飯，怕打了胰島素血糖太低，移工也順著媽媽的意；有時菜會煮太鹹，溝通多次仍無法解決，盼透過專業營養師的培訓，能了解食材怎麼用，讓長輩吃得健康。

印尼籍移工安娣則說，長輩不喜歡洗澡是她遇到的最大困難，雖和雇主討論解方，比如先滿足長輩口腹之欲，讓她願意擦澡，但久而久之，長輩還是不願意，常令她傷透腦筋。

北市舉辦「移工家庭三堂必修課」，包含到宅指導、長照知識、營養備餐等系列課程，也有通譯從旁協助。王小姐說，有申請到宅指導，希望讓媽媽願意擦澡，治療師也教洗澡誘導，比如和媽媽談洗澡條件，雖仍常失敗，但至少學到新方法，減少一點焦慮。

阿娣也說，來台前不知怎麼顧長者，只有雇主稍微教一點，藉由到宅指導，現也學會按摩，讓阿嬤舒服一點，阿嬤平常吃飯常嗆咳，營養師有教切菜切肉，讓長輩好下嚥，再回家試試看。

六、活到老學到老樂齡大學公嬭慶畢業

資料來源：2020-07-08 17:26 中國時報 / 記者林欣儀／台中報導

活到老、學到老！為充實年長者的生活、幫助他們走出戶外，台中市府近年來推動樂齡中心，展現具體成果，其中，71 歲的李珠為拓展生活視野，2 年前開始到勤益科技大學承辦的樂齡中心上課，接觸茶道、書法等課程，直呼「好值得」，8 日她開心與其他同學歡慶畢業。

穿上學士服、頭戴學士帽，近百名在各區樂齡中心學習的阿公、阿嬤們歡喜慶畢業，來自龍井區樂齡中心的陳楊暖霞說，最喜歡參加刺繡、手工皂製作等勞作課程，今年前半年受疫情影響、無法到中心上課，感覺很鬱卒，還好現在終於恢復正常。

參加勤益科大樂齡課程的李珠原本在區公所、衛生所及據點等處擔任志工，她笑說，自己的生活本來就很忙碌，但2年前跟著同學到中心上課，接觸到茶道、音樂與運動等課程，感覺相當多元又充實有趣，如果遇到有事無法上課，就會覺得超可惜。

台中市教育局主任秘書王淑懿指出，台中市推動樂齡學習頗有成果，目前29區都設有樂齡中心，去年共有14萬9800名55歲以上長者參與樂齡學習中心的課程，未來也將繼續加強拓點，幫助更多長者充實老年生活。

勤益科大校長陳文淵表示，學校為善盡大學社會責任，近年來結合社區、積極推動樂齡教育，盼所有退休者都能持續學習，真正落實活到老、學到老。

七、提升樂齡學習品質 教育部開課培訓專業講師

資料來源：2020-07-12 11:53 中央社 / 記者許秩維／台北報導

教育部在全國設置369所樂齡學習中心，為提升教學品質，更與大學和地方政府攜手開課培訓講師，希望設計更適合長者的方案，並於教學現場提供更好的引導。

教育部今天新聞稿指出，台灣高齡人口逐年上升，教育部在全國設置369所樂齡學習中心，每年開設超過20萬個小時的課程；為讓高齡長者獲得更好的教學品質，教育部因此修正及公布「推動樂齡學習專業人員培訓要點及實施計畫」，與專業大學及地方政府攜手培訓樂齡學習講師。

教育部今年修正培訓要點及公告實施計畫，將培訓人員分為樂齡專案管理師、樂齡講師及高齡自主團體帶領人等3類，並設計相關培訓課程，如高齡教育政策與重點、高齡心理與學習、樂齡課程規劃、方案設計等，協助了解長者心理及生理特質，才能於教學現場更好地引導及教導長者。

南國際大學、中正大學及高雄師範大學等校接受教育部委託，規劃各類型培訓，協助培訓偏鄉、原住民地區的樂齡講師。另外，教育部開放縣市政府自籌

經費辦理，透過培訓課程交流與經驗分享，加強課程教案設計，提升樂齡學習教學現場滿意度。

教育部表示，樂齡學習中心可提供科技新知、技藝傳承、心靈成長、運動保健等多元多樣課程，讓長者的學習課程不再只是唱歌、跳舞、打太極拳等，也歡迎有興趣成為「樂老師」的民眾加入培訓行列。

八、為人生喊聲「安可」，藝術季裡的銀齡演員們！

資料來源：2020-07-10 11:53 聯合報 / 作者黃微芬 / 台南報導

「我想講一個我的故事，大家想聽嗎？」這是2019年新營藝術季表演節目中，《新營，快到了》揭開序幕時一句令人印象深刻的開場白，說這話的不是別人，正是新營文化中心的志工。平時在演藝廳服務觀眾的大叔大嬸，此刻化身為素人演員，粉墨登場，在舞台上，說自己的故事，也和大家分享他們所知道的新營；他們的演出，或許有些青澀，但勇於上台秀自己的表現，還是贏得了大家的掌聲喝采。

為銀齡打造 實驗劇場計畫

位處溪北地區的新營，雖然在戰後就成了臺南縣治所在，並在縣市合併後，與安平區併列為臺南市的行政中心，但區域內的產業及人口結構，仍不脫農業社會時代的色彩，年輕人普遍外移，留下來的都是務農的老年人口；新營文化中心有感於此，去年首度嘗試以該中心的銀齡志工及一般的銀齡市民為對象，展開一項實驗劇場計畫，邀請牯嶺街小劇場館長姚立群前來帶領工作坊，以期培養劇場人口，豐富銀齡生活，《新營，快到了》正是這群銀齡工作坊學員的處女秀，極富特色的藝術季策劃，讓人耳目一新。

延續這股「銀齡風潮」，新營文化中心今年再接再厲，仍由姚立群帶領「銀齡工作坊」演出《新營，快到了》，透過志工們的口述及新營在地歷史的爬梳，一同演繹新營的一千零一夜續集；同樣是由銀齡人士當主角，羸舞劇場的《自由步—當我盡情搖擺》，則是該劇場的團長蘇嘉威帶領銀齡舞者，在為期兩週的舞蹈創作排練之後的成果呈現，讓人看見銀齡舞者身上，不一樣的肢體風情。

各種方式 呈現銀齡的多元樣態

此外，今年「銀齡風潮」還擴大結合影展、講座及視覺藝術展覽，多方面呈現銀齡階段的各種樣態，讓「老」不寂寞，也可以活得繽紛多彩；其中今年首度

推出的「銀齡特展」，由臺南在地藝評書寫工作者楊佳璇策展，邀請楊純鑾、李欣芃、洪琳茹、秦麗美、蔡音璟、吳宗龍、崔綵珊等人參展，展出內容涵蓋五組作品及一面策展主題物件牆。

如果「邁向高齡」是每個人生命中必然相遇的「老友」，那我們又該對這位「老友」的生命樣態，有什麼樣的關懷視角呢？護理師出身的楊純鑾，展出的是五位失智長輩繪製的自畫像及一件影音作品《此刻·我在》；這是她進入失智老人養護中心主持的一項共融藝術計畫，透過藝術媒材，引導失智長輩表達自己。

崔綵珊的《觸摸對話》也是一件影音作品，記錄的是藝術家與父母彼此觸摸臉頰，透過手指，真實地傳遞了難以用言語表達的情感；洪琳茹的《你們的記憶與技藝，成為今日的我們》，是她以「童心藝術小學堂」平台，與社區長者共同完成的繪本；關注個別記憶、當下環境與歷史三者之間映照關係的李欣芃，這次將以電台的方式呈現新營長輩的日常；蔡音璟與吳宗龍的《讓我為你伴一首歌》，則是計畫運用公園的運動器材來連動卡拉OK裝置，結合兩種老人日常休閒，做一種同樂的想像。

影展部分，有記錄美國紐約高齡62至95歲穿搭達人的《時尚美魔女》，團員平均80歲卻仍擁有一顆愛唱歌的心的《搖滾吧！爺奶》，67歲癌末病患如何正面面對人生最後階段的《舞娘辣辣隊》，剖析高齡社會男人存在感的《退而不休》，歷經時代滄桑的《上海老爵士》，敘述年逾90歲夫婦慢活之道的《積存時間的生活》，年老喪偶而失去生活動力的黑色喜劇《明天別再來敲門》等，每一場都安排有與談人，和大家交流心得。

銀齡之外的在地發聲

在「銀齡風潮」之外，新營藝術季的另一個主軸是「在地主張」，將由磐果舞蹈團帶來《新老鼠娶親2.0》表演——一齣以跨界的概念，將傳統故事與現代劇場結合的七幕當代舞劇；當初4月的開幕戲，則由蘇俊穎木偶劇團改編自外國知名奇幻文學，融入傳統布袋戲的《羅傑的奇幻之旅》，中西不同文化元素的組合。

新營，在日據初期還只是個小村落，因縱貫線鐵道及糖業鐵道的交會而翻轉了命運，在臺灣經濟起飛的年代，又有十大建設的高速公路行經，讓這裡成為了嘉南平原中心地帶的交通樞紐；新營真的不遠，全國唯一以「銀齡」為主題的新營藝術季。

【經濟安全與產業發展】

九、康健概念股 投資新顯學

資料來源:2020-07-13 02:00 經濟日報 / 記者魏興中、王皓正／台北報導

新冠肺炎疫情延燒，加上人口老化及生技界年度大事的生技展、生技論壇即將登場，引動市場對於健康的重視，新藥與疫苗、保健與醫材、因應防疫的遠距醫療等成為矚目焦點，激勵「康健概念股」成為台股顯學。

台股持續高檔震盪盤整，其中，生技股挾防疫題材，至今仍是盤面上的強勢族群，類股指數持續改寫新高。7月包括生技論壇與生技展陸續登場，可增加盤面題材。

2020亞洲生技大會預定7月22日舉辦，將以全新「實體在線」(Online + Live)模式登場，將帶動台灣生技產業在國際的知名度。這項大展是疫情期間亞洲第一個全球性的大型生技國際會議，將吸引全球600家公司超過2,000位專業人士參與，並規劃3,500場媒合，為生技醫藥產業提供尋求國際夥伴、洽談合作及授權募資的機會。

法人指出，台灣防疫有成，不論是口罩、防護衣、檢測、醫材、疫苗及藥品，業績皆表現亮眼，「康健概念股」股價火熱，成為盤面亮點。目前市場上「康健概念股」包括新藥疫苗、保健醫材、遠距醫療等三大類族群及相關個股。其中，晟德、中天、高端疫苗、葡萄王、生展、大江、仁寶、宏碁、華碩、廣達等，是備受矚目的十大「康健概念股」。

高端疫苗近期股東會通過因應疫苗開發，將採取私募或公募方式募集資金，發行不超過 5,000 萬股（5 萬張股票）額度內，以在短期內投入資金到新冠疫苗臨床試驗。

高端表示，正在積極開發疫苗，近期已展開 GLP 毒理試驗，並與美國國家衛生研究院（NIH）規劃合作靈長類動物攻毒試驗，動物試驗已經進行四組，預計第 3 季申請人體臨床一期試驗，最快年底可供應 100 萬劑。

至於大江，法人表示，由於中國大陸市場營收占比高，大江積極於海外地區爭取如大型直銷商、零售通路、藥妝通路等國際品牌客戶訂單，第 1 季新增 47 個新客戶，由於多屬長單，未來營收可望重回過往雙位數成長表現。

廣達近年以雲端運算技術為發展主軸，跨足生醫相關領域的產品與服務，包括智慧醫療器材、遠距醫療、智慧病房及人工智慧醫療雲等。

十、長照基金 四稅貢獻破千億

資料來源:2020-07-11 01:38 聯合報 / 記者沈婉玉／台北報導

我國長照政策是以指定稅收成立的長照基金，做為推展長照制度的財源。財政部統計，自一〇六年調高菸稅、遺產及贈與稅，加上房地合一稅，四稅目撥入長照基金以來，累計貢獻已破千億元。雖今年經濟受到疫情影響，上半年全國稅收大減近三成，但撥入長照基金的稅收仍增加三點五八億元，官員估計上半年應可撥入約二百億元。

因稅收穩定，長照基金近三年收入也持續增加，財政統計通報分析，長照仍屬設置初期階段，基金來源收入均大於業務，因此扣掉支出後，每年都有餘額，至去年底餘額還有四二〇點六億元。相較於一〇六年，長照基金大增逾三倍，但長照二點〇各項服務成長的人數大多成長不到三倍，最低僅成長七成。

考量我國人口老化，長期照顧需求增加，長期照顧服務法於一〇六年六月三日實施，同時設置長照服務發展基金。長照基金財源包括菸稅、遺贈稅及房地合

一稅等稅收外，還包括菸品健康福利捐、捐贈收入、政府預算撥充及基金孳息收入等，為長照基金每年可運用的總收入。

財政部發布最新統計通報指出，累計從一〇六年至今年五月，房地合一稅、遺贈稅及菸稅，對長照基金貢獻已達一〇一六點四億元，占整體稅收比重約百分之一點二九；其中以菸稅占比逾七成貢獻最高，其次為房地合一所得稅，再來才是遺產及贈與稅。

從一〇六年到一〇八年，長照基金稅收財源規模不斷成長。實施第一年因僅有約半年時間，以致撥入長照基金的四項稅目稅收僅八十三億元，隔年成長為三五億元，一〇八年續增為四一七億元，今年前五月合計為一六六億元。

長照二點〇上路後，近年長照服務也逐漸提升，至一〇八年底居家服務照顧服務人員比一〇六年增加九成五，日間照顧服務個案人數成長九成七，營養餐飲服務人數增加七成一；居家服務個案人數及家庭托顧服務個案人數成長幅度較大，比一〇六年各增二點五倍及三點八倍。

長照基金餘額過多恐怕有執行率的問題，根據監察院報告顯示，長照政策預算從九十七年以來暴增近十倍，但是近幾年來預算執行率僅五成左右，部分計畫如智慧健康發展執行率低於三成，顯見執行率過低。

十一、勞退新制月退金 定額免稅

2020-07-07 00:35 經濟日報 / 記者徐碧華／台北報導

今年開始，有 6 萬多勞工符合條件，有資格申領勞退新制的月退金。不過，公務人員退休撫卹基金管理條例明訂軍公教領退撫的月退是免稅，但勞退新制的月退金要繳所得稅，視為退職所得，一年的免稅額度是 78.1 萬元。

很多勞工提領新制月退金在即，陸續就教財政部、國稅局，經過政部官員解釋，才發現軍公教和勞工課稅權利不一樣。同屬第二層的企業退休金，軍公教的退撫月退不必繳稅，而勞工的勞退新制月退要計算所得稅。

財政部官員說，109 年綜合所得稅個人退職所得定額免稅金額已經公布，勞退新制月退屬分批領取，今年度有 78.1 萬元的免稅額。算下來，月領在 65,083 元以下，月退金不必繳稅。勞保局官員說，今年因為從 7 月開始領，要月領逾 12 萬元才可能有退職所得，今年應該沒有什麼人會被課到稅。

至於夫妻都有領新制月退，稅負會不會增加？勞保局官員說，不會。不會併計，夫可以減除 78.1 萬元免稅額，開給夫扣繳憑單；妻也減除 78.1 萬元再開給妻扣繳憑單。

台北國稅局官員說，納稅人會搞不清楚是因為課稅規定不在同一部法條中。以勞工來說，同樣領月退，勞保年金是不必繳稅的，它屬於所得稅法第 4 條的「保險給付」；但是勞退新制的月退屬於「退職所得」，只能定額免稅。

有趣的是，同屬企業年金性質的退撫月退，卻是免課所得稅，國稅局官員指出，它訂在公務人員退休撫卹基金管理條例第 9 條。而公保的養老給付屬保險給付，免稅。

所得稅法第 4 條規定，人身保險、勞工保險及軍、公、教保險之保險給付免納所得稅。公務人員退休撫卹基金管理條例第 9 條（包括公務員、政務官、教育人員及軍職人員）規定，依該條例第 4 條規定領取之退休金、退職酬勞金、退伍金、退休俸、贍養金、撫卹金、撫慰金、資遣給與、中途離職者之退費及其孳息部分，免納所得稅。

勞動部勞保局官員指出，明年勞保局會開出扣繳憑單，官員特別提醒，扣繳憑單會自動減除 78.1 萬元的免稅額度，因為今年最多只領半年，絕大部分開出的扣繳憑單退職所得為零。但隨著年資累積，或者是把一次提領的企業舊制退休金倒入新制，未來課稅案例可能會增加。

十二、勞保老年年金給付「有年齡限制」？勞保局揭開真相

2020-07-10 13:11 聯合報 / 記者徐秀娥／台北電

近來有職業工會反映坊間流傳勞保老年年金領到 83 歲時就會停發。勞保局澄清，是請領人不符合給付條件或死亡時，才會依規定從事實發生的次月起停發年金，否則無年齡上限。

勞保局表示，日前有職業工會表示，聽到社會上傳聞指稱，勞保老年年金領到 83 歲時就會停發。

對此，勞保局發布訊息澄清指出，被保險人依規定參加勞工保險，在年齡及投保年資符合老年給付請領規定並離職退保，可向勞保局提出申請勞保老年給付。

勞保局表示，被保險人如果選擇請領勞保老年年金給付（月領），是按月發給至請領人不符合給付條件或死亡時，才會依規定從事實發生的次月起停發年金，並無年齡上限，「活到老領到老」，也沒有領到 83 歲就停發的情況。

勞保局也指出，勞工可能把新制勞工退休金跟勞保老年年金搞混，2 種是不同的制度，勞工退休金是由雇主為勞工按月提繳不低於每月工資 6% 的退休金至勞工個人專戶，在勞工申請時，結算其個人專戶累積的本金及收益，以年金生命表內所載對應的平均餘命、利率等基礎計算所得的金額作為定期發給的退休金。

勞保局說，因此勞工退休金月退休金最長領取至平均餘命止，有請領年限，勞保老年年金則是可以活到老領到老。

十三、拿走健保卡預訂三倍券 居服員竟騙老人：政府會寄來

資料來源：2020-07-08 23:46 自由時報 / 綜合報導

行政院振興三倍券已逾 1000 萬人次預購，不少民眾或未成年人透過家人幫忙預

購，不過有民眾在網路指出，外公發現外婆的健保卡竟被居服員（居家照顧服務員）拿去預訂，向對方索取小白單時，居服員竟誣稱「政府會寄來」。

民眾在臉書社團「爆怨公社」發文指出，6日居服員和家人索取外婆的健保卡，稱7日家庭醫生到訪時需要用到，不料7日就被發現竟拿著外婆的健保卡，跑到超商預訂三倍券，且預訂時輸入的竟是居服員自己的手機號碼，還向高齡95歲的外公誣稱「政府會寄來」。

居服員的行為事後被抓包，竟稱是95歲老人家請託幫忙預訂，但事實是未徵得家屬同意擅自使用他人健保卡預購三倍券，家屬對此找上警方，得到的回應是：「如果她領取未歸還已（就）構成侵佔」，家屬現在只能等待居服員收到簡訊後，是否有進一步的「侵佔」行為。

P0文民眾指出，向居服員所屬單位檢舉後，該單位坦承居服員教育出問題，地方衛生局與相關單位已經介入調查，「相關懲處必然是不會少」，公布此事是希望家中有老人家的話，勿將他們的生活全盤交給外人打理，家屬也應在照護上盡一份心力。

十四、國發會看好兩大動能 訂定4年平均經濟成長率破3%

2020-07-13 19:06 中央社 / 記者潘姿羽／台北電

國發會委員會議今天通過「國家發展計畫（110至113年）」，希望在擴大投資、數位轉型兩大引擎驅動之下，未來4年平均經濟成長率區間目標達2.6%至3.4%。

國發會於「國家發展計畫」提出未來4年國家發展策略，作為政府各部門的施政藍圖，也訂下總體經濟目標，110年至113年經濟成長率設定為平均2.6%至3.4%、失業率平均3.5%至3.8%，以及核心消費者物價指數（CPI）上漲率平均1.0%至1.5%；國發計畫將於陳報行政院核定後，由各部會分工落實執行。

龔明鑫表示，台灣經濟已經把代工模式發展到極致，成本節省到不能再省，以

至於台灣經濟成長的動能略有不足，必須尋找新的動能；政府過去4年已經透過5加2產業打下基礎，接下來將靠著擴大投資、數位轉型，積極培育成長新動能。

對於台灣未來4年經濟成長率平均有望達到3.4%，龔明鑫表示，政府持續投入前瞻基礎建設、布局離岸風電、5G，當政府做好公共建設，民間也會加碼私人投資，相輔相成之下，效益會往上提升；另一方面，台商回台是一大助力，投資台灣三大方案金額已經破新台幣兆元，加上境外資金匯回，這些投資會讓經濟成長動能更強勁。

有積極政策的推力，國發會也已考慮四大下行風險，美中貿易戰及科技戰加劇；2019冠狀病毒疾病（COVID-19，俗稱武漢肺炎）疫苗與藥物開發不如預期，疫情持續；地緣政治風險升高；油價、原物料價格走勢及國際股匯債市波動等。

龔明鑫表示，疫情尚未平息，但看待疫情，「我個人沒有那麼悲觀」。疫苗一定會出來，只是時間早晚問題，屆時2019冠狀病毒疾病便可控制，或是「流感化」，經濟很快會恢復正常，這也是現在全球股市無視疫情現況，沒有往下跌的原因，大家都認為疫情終究會解決。

國發計畫除了總體經濟目標，也涵蓋前瞻全球大趨勢、中長期課題研析、國家發展策略等面向，針對前瞻全球趨勢，國發會指出，未來4年，必須面對美中貿易戰、科技戰及後疫情時代形塑的全球經貿新秩序；5G、AI等數位科技及數位經濟發展的重要性上升；全球人口少子女高齡化衝擊經社轉型；能源低碳轉型及氣候變遷的迫切性提高等課題。

十五、「對角的稜線」聯展不同世代、部落展現傳統、現代自省

資料來源：2020-07-11 14:02 聯合報 / 記者劉星君／屏東縣即時報導

位在屏東縣瑪家鄉的原住民族委員會原住民族文化發展中心今年第二場主題展覽「對角的稜線」，由兩位文面民族創作者為主軸，花蓮太魯閣族銅門部落東冬·侯溫、與南投泰雅族力行部落黃林育麟，兩人分屬不同世代、不同部落，

東冬展現對部落關注議題、省思，黃林呈現在與長輩學習傳統技藝過程，學習長者謙卑敬重，即日起在原住民族文化中發展中心展到9月13日。

來自花蓮太魯閣族銅門部落的東冬·侯溫，是中生代藝術創作者，他說，第一次用雙個展方式策畫展覽，他與黃林育麟的作品連結「工寮」，兩人選用的材質不同，但是有其脈絡性。

東冬·侯溫說，黃林育麟用自然素材，跟長輩們學習。東冬的作品使用白色打包帶，由於法令關係，原住民不能自由採集山上自然素材，有很長一段時間，部落用打包帶編織生活器物，長期下來，部落對打包帶是相當熟悉的。

東冬·侯溫作品表達對議題關注，他關注三件「正在」發生事情，在太魯閣族語「M」代表正在發生的行為或事件，創作「3M」，「MLUQIH-傷」、「MHADA-熟」、「MSPING-妝」，關於傳統祭儀、部落覺察、部落中對性別與美的定位。

東冬的作品表達出不論是傳統儀式與文化、宗教衝突，又或從當代處境中體悟出平衡與思維，也表達語言中的獨特的美與哲學，近年他創辦「兒路」，與多名不同部落青年，一同實驗一同創造更多在部落的可能性。

26歲新生代創作者黃林育麟說，他偏愛藤與竹木等自然素材，透過作品，帶領觀者來到他創作當下，品味老者們的精神、身軀樣態，「與他們對話....」。展出作品「血的交換」、「消逝的靈魂」傳達他在學習傳統工藝時，與長者互動的精神。

黃林育麟近年來創作從傳統工藝，轉變成視覺設計藝術創作，他偏愛藤與竹木自然素材。「消逝的靈魂」代表他對長者思念，長者對編織材質堅持，他將長輩們彎曲的身形編織，也把他對靈界的想像編織，「他們這些頑皮長輩嗎，此刻應該也在部落看著我吧！」，看著他每天流著汗削著藤，看著他手上滿滿的傷痕「你們...都好嗎？」

十六、AI 預測情緒 北榮長照變聰明

資料來源：2020-07-14 00:05 聯合報 / 記者楊雅棠／台北報導

資訊 AI 科技大數據與傳統長照可撞出哪些火花呢？透過人臉辨識系統持續追蹤日照個案的表情變化，就能預估失智症的精神症狀；而床墊與科技結合，只要機構住民起身，床墊即時警示，減少長者跌倒風險，也可透過床墊材質防疫與防褥瘡。

台北榮總日照中心「遊詣居」聯手廣達集團，開展上述創新智慧照護科技，昨天舉行實物捐贈儀式。台北高齡醫學中心主任陳亮恭表示，這次與廣達集團及交通大學合作，協力解決許多照護場域的「痛點」，盼能藉由科技解決問題，資通訊科技有助醫療與長照品質提升，生醫與資通訊科技應該強強聯手，提升競爭力。

遊詣居日照中心的創新科技，包括人臉辨識、紅外線體溫感測、長者肢體姿態與活動量估計系統、室內活動軌跡定位，以及將於榮民醫院護理之家使用的智慧床墊系統。

陳亮恭表示，目前多數人臉辨識技術可做門禁管制與體溫偵測，但北榮利用 AI 技術，以一年的時間蒐集 23 位長者資料，累計一點五萬筆表情資料，與長者認知情緒症狀進行比對，發現可預測長者負向情緒和整體照顧負荷，未來將結合人臉辨識與肢體活動量資料，偵測失智長者細微步態變化與身心衰退，即時提供照護團隊修正照顧計畫。

另外，許多長輩長期臥床，傳統床墊材質易藏病菌，且易發生褥瘡，榮民醫院護理之家規畫全面採用智慧床墊，選擇抗菌防疫材質，改善長輩臥床時皮膚受壓狀況，並結合床墊壓力感測技術，長輩起身時可及時警示，護理人員便可前

往攙扶，有效降低跌倒率。

陳亮恭指出，退輔會十五家醫院均設置日照，榮院多設有護理之家，未來將擴大科技發展與導入，以全體系思維提升長照品質，照顧全國高齡長者。

十七、癱老喊疼痛無力查沒病 竟是「老年憂鬱症」

資料來源：2020-07-11 5:30 自由時報 / 衛福部桃園醫院身心科護理長張茗喧

一名 67 歲女性長輩由先生陪同進入身心科病房，患者的髮妝凌亂，情緒緊張，手握胸口，不斷重複說：「我覺得肚子不舒服，是不是得了癌症，要叫醫師幫我檢查。」

只見陪在她身旁白髮蒼蒼的老先生說：「一開始不知道她是憂鬱症，一直說解便困難、頭暈啦、肚子不舒服，這裡痛那裡痛，跑了半年醫院、診所，醫師都檢查不出來有什麼問題，中藥西藥都吃，還會自己去西藥房買成藥，晚上也沒辦法睡，我和她兩瞪眼到天亮，我就說她沒病裝病，不斷吵架，後來聽朋友建議看身心科，醫師說是憂鬱症，請你們幫幫忙，我被折磨得都快要倒下了」，只見老先生看著老太太不斷嘆氣。

家屬應耐心傾聽 同理陪伴

老年憂鬱症有時候並不是像我們看到的表現，不吃不喝、情緒低落或負向想法等，反而會聽見長輩不斷訴說，例如：疼痛、全身無力或是解便、解尿困難等身體焦慮。

處理時，首先我們先傾聽長輩們有哪些不舒服，不要急著否定長輩的抱怨，將那些不舒服寫下來，帶長輩就醫進行詳細檢查，若身體方面的檢查確定沒有問題，可考慮帶至身心科門診就醫。耐心的傾聽及同理陪伴，告訴長輩，我們了解這樣的不舒服，引導及給予長輩時間表達不適，也讓醫療人員共同幫忙，減輕照顧壓力。

十八、7月熱傷害通報數創4年新高 台中市最多

資料來源：2020-07-11 14:16 中央社 / 記者張茗喧／台北電

日頭赤炎炎，熱傷害人數也飆高。衛福部統計發現，7月1日至10日全台熱傷

害人數達 190 人次，比去年同期增 1.6 倍，更創近 4 年同期新高，通報人數前 3 名為台中市、彰化縣、高雄市。

根據中央氣象局天氣預報資料顯示，最近台灣夏季室外氣溫動輒攝氏 35 度以上，甚至有時會高達攝氏 37 度，衛生福利部統計也發現，今年 7 月僅過了 10 天，熱傷害至急診就診人次已高達 190 人次，比去年同期 116 人次上升 1.6 倍。

國健署社區健康組組長羅素英今天接受記者訪問時表示，據統計，今年 7 月 1 日至 10 日全台共接獲 190 例熱傷害通報病例，創近 4 年同期新高，以 19 至 64 歲年齡層民眾占大宗，綜觀各縣市通報狀況，以台中市 29 例最多，其次是彰化縣 21 例、高雄市 19 例、台南市 15 例、雲林縣 15 例。

熱傷害並不是都發生在大太陽下，待在室內也得慎防熱傷害，羅素英解釋，室內熱傷害的發生主因在於空氣不流動，當產熱速度大過於散熱速度，空間內的熱能無法排出，環境溫度就會不斷升高，若人體溫度調節不佳，就容易產生熱傷害的症狀。

她強調，老人和兒童對溫度的調節能力相對比較差，是熱傷害主要危險族群，當室內溫度持續上升，過度出汗導致脫水，更會加重熱傷害風險，所以家中若有老人或兒童，更要注意室內高溫所導致的熱傷害。

羅素英呼籲，天氣炎熱，民眾不論在室內或室外都應定時喝水，不要等到口渴才喝，以白開水最好，避免喝含有酒精及大量糖分的飲料。

室內冷氣設定在攝氏 26 至 27 度，避免進出冷氣房時，身體難以適應瞬間溫差，容易出現打噴嚏、流鼻水等不適感，從戶外到冷氣房內最好先穿薄外套，若不開冷氣則需保持室內良好通風，以避免悶熱的環境，散熱速度下降。

她表示，人體內的熱量是通過輻射、傳導、對流和蒸發向外擴散的，寬鬆的衣服內可以形成對流，將人體部分熱量帶走消散，尤其領、袖、褲腿等開口處最好敞開些，更有助於散熱，穿起來會更涼快。

羅素英也提醒，民眾發現身體疑似出現熱傷害徵兆時，如體溫升高、皮膚乾熱變紅、心跳加速，嚴重者會出現無法流汗、頭痛、頭暈、噁心、嘔吐，甚至神智混亂、抽筋、昏迷等症狀，務必迅速離開高溫的環境、設法降低體溫、提供加少許鹽的冷開水或稀釋的電解質飲料，並以最快的速度就醫。

十九、把止痛藥當萬靈丹 偏鄉腸胃道穿孔病例特高

資料來源：2020-07-14 10:56 聯合報 / 記者潘欣中／屏東報導

骨關節炎、類風濕性關節炎、痛風和其他疼痛症狀，不少人直接到藥房購買非類固醇類止痛藥（NSAIDs）暫時退燒或緩解疼痛，偏鄉因就醫不便或為節省掛號費，成了藥局最暢銷的藥品之一；屏東縣恆春旅遊醫院腸胃科主治醫院李安琪說，偏鄉民眾不少人把止痛藥當成萬靈丹，但它會傷害胃粘膜、增加肝腎負擔，該院長者腸胃道穿孔就診和手術頻率較都會區高，多與長期服用有關。

非類固醇消炎止痛藥又稱為抗發炎止痛劑，李安琪說，人的身體發炎時，體內會增加前列腺素的合成引起疼痛，它能抑制這種反應，達到解熱、鎮痛等減緩發炎反應效果，但在抑制前列腺素的合成過程中，會破壞保護腸胃道黏膜的物質，間接引起腸胃不適外，也可能惡化心臟血管與腎臟功能疾病，且影響某些降血壓藥品藥效，有上述疾病患者，使用前一定要主動與醫師、藥師討論。

偏鄉長者因關節退化產生疼痛，可以手術和復健治療，因就醫不便或為節省掛號費，直接到藥房購買最省事的抗發炎止痛藥，還有一些緩解多個症狀的綜合感冒製劑，也含 NSAIDs 和會讓人成癮的咖啡因；李安琪說，恆春旅遊醫院長者的腸胃道穿孔就診比例高於都會區，主要是長期服用止痛藥劑、糖漿，發生嚴重胃潰瘍卻不自知，直到惡化成穿孔才就醫，有人就醫時甚至出現休克。

她說，常服用止痛藥緩解身體痠痛的長者，需常注意自己的腸胃狀況，非類固醇抗發炎止痛藥成分會對腸胃黏膜造成傷害，加上胃裡的胃酸，讓受傷的黏膜

不容易修復，一旦傷害深及胃黏膜下層，形成胃潰瘍，如果還持續服用，就可能造成胃出血及胃穿孔，皆為腹部急症，也會造成肝腎負擔，醫師開這類藥物時都會特別注意劑量，呼籲長者及常服用止痛藥者不要依賴成藥，有病痛要就醫。

二十、芳療結合 3D 虛擬實境體驗 助長者改善睡眠品質

資料來源：2020-07-14 12:00 中央社 / 記者許秩維／台北電

台灣師範大學今天舉行學術成果發表會，由健康促進與衛生教育系教授郭鐘隆分享 3D 虛擬實境（VR）與實體芳療課程的研究，這是台灣首度以 3D 虛擬實境應用於芳香療法，並證實兩者可有效結合，成果也刊登於國際期刊。

郭鐘隆表示，現代社會生活壓力大，在追求身體放鬆及心靈平衡的需求下，芳香療法廣受重視及應用，可有助於紓緩壓力、強化嗅覺及觸覺感官的感受，除了能放鬆身心，國外也應用芳香療法在預防醫學保健、長期照護上。

郭鐘隆的研究團隊耗時 1 年，設計開發「3D VR 芳療虛實結合 1.0 課程」，透過 3D 虛擬實境，以芳香療法及自然香氣為主軸，並與新北市三芝區雙連安養中心合作，進行 8 週主題式教學，邀請 30 名平均年齡 83 歲的長輩參與，戴上眼鏡、耳機，模擬沉浸在戶外的香草花園。

在 3D VR 體驗結束後，也會安排與 VR 內容相關的芳療手作課程，除了讓長輩們複習，也能再現學習成果，用自己的雙手產出香氛小物等成品，與親友共享，增加與人的互動，進而擴展交際圈，藉此提升自我認可與價值。

郭鐘隆指出，課程包含視覺、嗅覺等感官體驗，透過研究發現，能有效協助年長或體弱老人提升身心健康，並增加幸福感受，在快樂、睡眠品質、生活滿意度等指標均有顯著改善，而體驗過的長輩也都給予正向回饋，在體驗後更願意走向戶外、接近大自然。

郭鐘隆提到，透過 3D VR 場景內互動式課程學習，可完善芳香療法教育的推動，並藉由科學研究驗證芳香療法對人們身心健康效益的影響，尤其適合難以親身踏入大自然的長照及療養長輩。

二十一、長者也要練肌肉 台東大學與縣府合作巡迴推廣

資料來源：2020-07-08 15:40 自由時報 / 記者黃明堂／台東報導

台東大學體適能指導團隊與縣政府合作，下鄉巡迴推動健康肌力，讓原住民部落長者透過運動延緩失能。東大體適能指導團隊主任湯慧娟指出，本次巡迴將要顛覆長者們的觀念，不是年紀大就不能練肌肉；反而是年紀越增長，越要維持肌肉量！

團隊依現場環境與設備，規劃不同的肌力訓練、柔軟度運動、平衡與協調性訓練、心肺訓練等，讓長者能在生活中，漸進訓練身體功能。透過巡迴活動的執行，掌握年長者的需求，同時也促進文健站體適能資料庫建立與分析，以供未來規畫更適切相關課程。

湯慧娟指出，團隊設計了許多輕鬆好玩的活動，帶領長者動起來，不僅能提升身體動能，同時也降低個人孤獨感。如此有系統的陪伴長者運動，將能使台東成為活躍老化的理想城市。

縣長饒慶鈴表示，這項官學合作是以科學系統的方式，協助部落長老認識自己的身體，15 個文健站做試辦先驅，將來依成果，推行至每個文健站，讓所有人部落社區長者受惠。

縣府指出，許多研究發現高齡者缺乏運動，導致跌倒風險提高，因此，從預防的觀念，應促進老人健康體適能。

二十二、到宅沐浴車服務個案有限 專家：想衝量要加車

資料來源：2020-07-11 19:26 自由時報 / 記者張聰秋／彰化報導

失能患者長期臥床，要躺在浴缺裡享受洗澡的舒暢感，是件很奢侈的事，彰化縣目前只有4台到宅服務的行動沐浴車，全縣跑透透，但可觸及服務對象仍然很有限，長期處在滿載擴充不了的僵局，有專家說，每台車每日可服務的人數固定，唯有增加車輛量，以量衡量，問題才能解決。

彰化縣從2016年3月開始推動到宅服務的行動沐浴計畫，衛生局委由3家機構執行，行動到府替重症失能者全身沐浴泡溫熱水澡。計畫執行4年多來，需求只增不減，服務能量長期處在滿載甚至「塞車」，家屬須提早預約等待，民間盼增加車子的心聲湧現。

3家受委託的機構分別是切膚之愛社會福利慈善事業基金會、慈恩老人養護中心以及白玉功德會，切膚負責2台，慈恩和白玉功德會各1台，白玉與慈恩服務南彰地區民眾，切膚服務北彰地區。

白玉功德會執行長邱暉智說，行動沐浴車服務對象是長期臥床的重症失能者為主，這些人連坐著洗澡都會滑下去無法坐著洗澡，即使患者家屬2、3人連合幫忙都無法完成，只能擦身體，長期擦拭身體沒有沖洗，久了毛細孔會阻塞，患者身上會有難聞的異味出來，對當事人和家屬都是生心理的折磨。

邱暉智指出，很多個案享受過到宅沐浴服務，身體衛生狀況明顯改善，肌肉張力好轉，個案家屬都會持續再預約，在舊個案不中斷、新個案想加入下，需求性提高。

邱暉智說，每台行動車從出車的交通時間，現場組裝和拆卸洗澡設備，再加上洗澡時間，1台車服務能量是固定，以功德會為例，這台行動沐浴車每月約服務20人到23人、約80到85人次，服務能量滿檔，若想再提高能量，消化排隊等候的人數和時間，唯有增加車子數量，或分流到定點沐浴。

他舉例，日本行動沐浴服務上路 30 多年，機構和車輛數都多，機構和服務個案距離近，減少交通時間，每天每台車服務個案數 7 到 8 人，國內這項政策上路不滿 10 年，車輛數少、分散廣，一趟出車點到點間交通時間長，白玉功德會服務南彰，點到點間約要 1 小時到 70 分鐘車程，每天僅可服務 4 到 5 人，遠低於日本，也比切膚之愛服務人口稠密的北彰地區少。

邱暉智建議，要解決擴大服務量能的問題，應該增加偏鄉服務車輛，城市地區則提高定點沐浴的載能。

對此，衛生局長期照護科長邱翠容說，行動沐浴車由最早 2 台目前增加到 4 台，其中，3 台是縣府編預算購買、1 台是民間捐贈，行動沐浴計畫過去未被納入長照 2.0 補助項目，去年納入長照補助業務後減少民眾自負額負擔，使用對象增加，衛生局未來會向中央爭取經費添購新車輛，在此之前會請受委託機構加強提高定點沐浴的服務人數，由機構派車到府接送失能者定點沐浴，儘量滿足民眾和家屬照護者的需求。

二十三、微創手術矯正駝背 88 歲老婦長高 14 公分

資料來源：2020-07-10 12:47 自由時報 / 記者丁偉杰／嘉義報導

一位 88 歲老婦因為駝背等症狀而變矮，晚上睡覺時沒辦法平躺，彎腰駝背影響腸胃蠕動障礙，甚至走路困難，日前經由嘉義市陽明醫院脊椎微創手術矯正駝背後，惱人的駝背及背痛都消失了，身高多了 14 公分，整個人比以前更有精神。

老婦因骨質疏鬆產生壓迫性骨折，出現背部酸痛頻率增加等症狀，服用中藥後未改善，慢慢出現腳底麻木感，無法久站，走路時前傾身體彎向一邊，無法伸直，身高明顯變矮，行動困難，由於神經壓迫，腸胃蠕動障礙，容易便秘肚子脹氣，晚上睡覺沒辦法平躺，影響睡眠。

老婦變得憔悴，也沒有自信，背痛腳麻，很少出門，家屬都非常煩惱，日前帶著老婦求助陽明醫院副院長暨骨科醫師李孔嘉接受脊椎微創手術。

手術後，老婦人經觀察 2 個小時，即可下床走路，脊椎也變直了，原來神經壓迫疼痛消失，長高了 14 公分，當天出院；目前婦人經調養，比以前更有精神，恢復往常自信及生活步調。

李孔嘉說，微創手術矯正脊椎，經由 1 或 2 個 2 至 3 公分傷口，利用特製器械，從側邊進去把壞掉椎體及椎間盤撐開，通常病患都會合併骨鬆症，並灌入骨水泥固定強化，以矯正駝背，且由椎孔外去做神經減壓，與傳統手術不同，不會把椎板切開，不太會流血，傷口很小，減少沾黏併發症。

他說，早上開刀完，下午就可下床走路，若頭不暈就可出院，不需穿鐵衣，不必擺引流管，也不太需要人照顧，是一個合適老人家的微創矯正手術；若內科不合適全身麻醉，也可全程用局部麻醉進行，以減少風險。但提醒所有的脊椎矯正手術都有風險，術前需請教專業醫師作評估，才能獲得最好的治療效果。

二十四、服務型機器人貼心送藥 長輩不乖乖吃藥還會通知子女

2020-07-14 16:09 聯合報 / 記者徐白櫻／高雄即時報導

台灣步入高齡化社會，有些高齡長輩獨自在家常忘了吃藥，正修科技大學資管系組團隊研發「IOT 服務型機器人」，不僅可協助長者吃藥，送水與遞送生活用品，若長輩忘記吃藥，還會透過 APP 發送訊息到家人手機。校方表示，此作品在「2020 台灣綠點子國際發明設計競賽」中獲得最高榮譽「鈦金獎」。

時下社會老人愈來愈多，正修科大研究生陳巧芬注意到老人照護問題，向老師提報送藥機器人的作品構想，後由資管系老師李春雄組成研發團隊，歷經多次修正與克服不同程式的相容問題，成功將兩套操作系統融入手機 APP。

「IOT 服務型機器人」的操作方法簡單，機器人放置智慧藥盒，長輩只要將手機當遙控器使用，可命令機器人前後移動與轉換方向，到達伸手可及的範圍後，機器人會遵照指令給藥，另可一併運送白開水或面紙等生活日用品；若沒

有按時吃藥，APP 會發送訊息給家人，在外工作的子女可打電回家提醒長輩吃藥。

陳巧芬說，感謝老師與團隊通力合作，大家花費近一年時間完成作品，機器人適合行動不便與記憶力衰退的長輩使用，雛型改良後，希望以後能廣泛運用到長照中心或醫療院所，照顧高齡長輩。

指導老師李春雄表示，欣慰研發成果獲得「鈦金獎」肯定，雖然獎金不多，不過研發團隊用來聚餐，對學生有實質鼓勵作用。

【地方與社區發展】

二十五、金寧樂齡多肉植物盆栽製作 療癒休閒生活

資料來源：2020-07-13 8:00 金門日報 / 記者李金鎗／金寧報導

療癒盆栽正流行，結合仙人掌等多肉植物深受歡迎。金寧鄉樂齡中心舉辦「療癒系 | 多肉植物盆栽製作」，邀請園藝治療師蔡宜宸擔任講師，教導學員以各種顏色盆栽、小公仔、細石子及多肉植物來美化，組合成充滿療癒氣息的「超可愛多肉組合盆栽」，提升民眾休閒生活品質。

金寧鄉樂齡中心於本月十日上午九時在鄉公所四樓樂齡教室舉辦「療癒系 | 多肉植物盆栽製作」，邀請園藝治療師蔡宜宸擔任講師，教導學員（長者）從素陶盆彩繪、栽種多肉植物後完成作品。金寧鄉長楊忠俊關心樂齡長輩學習狀況，特別前來向鄉親長者問候，也希望大家忘記年齡、快樂學習，保持愉快的身心，尤其這次辦理的多肉植物盆栽製作活動很療癒，長者都很高興能天天看著自己彩繪的素陶盆種植多肉植物，透過植栽種植過程，傳遞養植樂趣，並透過觀察、成就、達到自信、社交、情緒安定、健康維持及療癒心理等許多益處。

該課程邀請園藝治療師蔡宜宸擔任講師，她教導樂齡長輩在美學概念及美感層次提升上，植物不再是單一的養植，選擇適合的盆器、媒材與多類型植物的搭配得宜，可以提升整體的質感與植物的生命力，希望大多數人的生活環境能透過植物佈置，呈現隨處是風景的驚喜。

蔡宜宸老師特別教導長輩多肉植物養護重點及注意事項：1. 良好的通風環境、2. 介質的配比（視養植環境、植物型種）、3. 澆水頻度（夏季 7 天澆水一次，澆水後務必處於空氣對流通風環境）；澆水時間注意夏季澆水最佳時間是太陽下山的傍晚時段、冬季澆水最佳時間可以在溫暖的中午進行，以減少水溫和氣溫的差異，保證植株的生長溫度。

蔡宜宸教大家如何打理和照顧多肉植物。「很多人都不知道多肉植物不能天天淋水，不同的植物習性不同，對水的需求也不同，所以澆水要根據植物在生長期對水的需求而定，如果看到葉子開始乾，也要澆水。例如景天科植物（多肉植物科屬）1 至 2 個星期內要澆一次水，仙人掌科比較耐旱，所以一個月澆一次水也夠了。澆水時用噴壺和滴壺，讓泥土稍微濕潤就可以了。

日式盆栽簡單清麗，而近年大受歡迎的多肉植物盆景可以玩的花樣就較多。有的喜歡「拈花惹草」，以鵝卵石為素材，DIY 療癒盆栽正流行，結合仙人掌等多肉植物，看著樂齡長輩從素陶盆彩繪、栽種多肉植物後完成作品，臉上洋溢快樂的笑容，開心呵護植物，都說會每天起床後要看著植物，保持微笑的好心情，如果種植成功也會向老師學習組盆的技巧，精進生活樂趣。

二十六、台東「高齡智能守護計畫」今啟動

資料來源：2020-07-14 12:43 聯合報 / 記者尤聰光／台東即時報導

經濟部工業局支持下，台東縣政府與耀群科技、智慧時尚公司合作，首推「高齡智能守護計畫」，透過智慧裝置，讓東河、關山、大武 3 鄉鎮長輩配戴智慧裝置，藉由定位讓家人獲知位置，能即時掌握長輩行蹤及安全。

縣長饒慶鈴表示，今年度縣府取得中央補助經費，選定關山、大武、東河 3 鄉鎮為示範場域，並升級為智慧社區，提供特殊境遇、獨居列冊，以及參與社區照顧關懷據點、文化健康站共 1000 位長者，為試辦服務對象，全額免費配戴智慧裝置。

台東縣年長者達 3 萬 7000 多人，如何照顧好長輩，一直是縣府積極努力的方向，今天「高齡智能守護計畫」正式啟動，將 3 鄉鎮升級為智慧社區，未來將繼續推動，並爭取經費，把 3 鄉鎮的成功經驗，適用到全縣長者。

縣府社會處表示，長輩配戴智慧裝置，除能取得長輩的使用狀態資料，知道長輩的聚集熱點與行動模式和個人健康狀況外，更可藉由定位，讓家人獲知長輩

位置，能即時掌握長輩行蹤及安全。

二十七、修平科大安定國小散守護長輩田跨域實踐 共創社區價值

資料來源：2020-07-10 17:27 自由時報 / 專輯報導

修平科技大學、安定國小與外埔區公所共同建置「安定散田農場」，7月10日上午，邀請教育局郭明洲專門委員、外埔區公所葉聯慶區長與社區賢達，共同為外埔安定散田農場舉行揭牌暨啟用儀式，成功地將食農與智農教育進行整合，並向「樂齡價值創造」做進階延伸。

修平科技大學管理學院今年通過大學社會責任實踐(USR)萌芽型計畫，與在地合作共同推動「安定散田農場」。外埔區主要以農業生產為主，「少子化」與「人口老化」問題嚴重。透過提供樂齡生活與共創價值的新經營模式，以達到「樂齡暖活」的目標，主要的構想是幫助樂齡健康人口及社區資源，深化「空間共享」、「價值共創」及「護伴共暖」的在地關懷。

安定國小位於外埔區土城里，四周一望無際的稻田，居民務農為主，安定國小以閱讀及食農為校訂課程，推動績效卓越。此外，藉由USR計畫的推動，結合安定國小食農教育、成人教育與社區農業達人，並以「安定散田農場」為實踐場域，協助農業社區樂齡人口於學校閒置空間創造新的生活價值，再邀請安定國小成教班的老人家及社區農業專家，提升散田作物價值與產量，並讓健康樂齡長者藉由樂齡照護參觀、園藝療癒、親子共餐、青銀合作培植、培植經驗分享、培植競賽、農夫市集、及樂齡好伴社群等活動，達到合作共暖目標。

修平科技大學管理學院張兆村院長表示，「散田」乃是修平科技大學自主研發的智農科技成果，透過安定國小散田農場，除了活化校園空間利用，並能協助社區學生及民眾瞭解科技農業的知識體驗。安定國小陳素萍校長也表示小朋友除了可體驗不同於傳統農法之智慧栽培方式外，未來更可協助社區營造新的樂齡活動與照護共伴場域，達到合作共暖目標。「安定散田農場」坐落於安定國小中走廊，是校園開放後，社區居民進入校園活動的必經之路，兩側分別是安定國小的生態園區與食農體驗場域，生意盎然，創意無限，能有效整合學校、家庭、社區資源，共創在地價值。

二十八、新北永和路面塌陷 志工動員安撫居民驚恐心

資料來源：2020-07-11 21:42 中央社 / 記者劉建邦、黃旭昇／新北電

新北市永和區文化路今天發生工地意外造成塌陷，災後各單位立即動員展開救災與疏散。比較不危險的住戶，今晚陸續回家，一群志工默默安撫驚恐的心，成為安定力量之一。

新北市永和區文化路 113 巷一處新建住宅工程，今天上午疑施工不慎造成附近道路地面塌陷，鄰近民宅建築物結構受損。

市府消防局、工務局、永和區長陳怡君、民生管線的瓦斯、自來水、警政等單位動員起來救災。市府副秘書長朱惕之晚間到災害應變中心坐鎮，市府與公所其他休假的官員也都趕回救災。

市長侯友宜下午勘災後說，市府已對建設公司勒令停工，整體事故須 2 天至 3 天才能修復。初步鑑識暫時沒有再坍塌危險，民生管線將儘速維修，恢復生活秩序。

住戶今天晚上在仁愛里辦公室表示，害怕近日再度下大雨或地震，會影響安全。鄰居集中在一起議論紛紛，有些人還餘悸猶存，也慶幸在瓦斯管線破裂時，並沒有引起更大的火警災害。

預防性疏散的住戶，由消防、瓦斯、警方、志工等人員陪同，晚間回到住家整理，在確認安全無虞後回家入住。雖然假日，但大家動員起來毫無怨言。慈濟志工也主動到場希望協助飲食與安撫人心。

安置在青獅旅社、柯達飯店的住戶，由接駁車往來飯店與災變現場。永和區公所與志工在里辦公室登錄住戶資料，安排志工陪同老榮民、獨居老人，志工一面招呼居民吃晚餐，一邊表示，「擔心老人家安全，一定要有人陪伴」。

工務局表示，在安全無虞下緊急將塌陷處灌漿先穩固地基，由消防局派車到場拉水線於建築基地灌水，讓基地內、外水壓平衡。

工務局長詹榮鋒說，已要求建商勒令停工，初步了解是工地地基的 14 公尺深的連續壁有破洞，導致馬路水沙從破口流入到工地，讓路面塌陷，目前已先填滿破洞並持續灌漿。

至於連續壁的破口，預計 12 日凌晨才能修復。詹榮鋒告訴中央社記者，12 日將由土木技師、結構技師、大地技師到場鑑定。建商需恢復路面設施、恢復管線及修復受損民宅，且確定安全無虞後才可復工，預定 12 日回填路面並進場修復。

二十九、提升長輩顧健康 國際外科學會走進社區衛教

資料來源：2020-07-11 15:21 自由時報 / 記者蘇金鳳／台中報導

台灣逐步進入老人化國家，國際外科學會今日在中市霧峰光復新村舉辦「健康HEALTH 有理嘍」衛教活動，指導膝關節退化的年長者操作各項復健輔具，並且量測長輩聽覺、視力及教長輩辨識再加熱食物是否變質。同時結合社工地圖，教導長輩們運用當地醫療社福資源，學習自主獨立，長輩都認真學習。

國際外科學會中華民國總會監事、亞大醫院外科部長林志隆表示，根據108年霧峰區公所公佈的人口結構狀況分析顯示，霧峰區老化指數相較10年前，已增加逾47%，意謂隨著人口趨於老化，長者健康議題不容忽視，唯有長輩的人生下半場健康自主，才能減輕自己與子女的負擔。

林志隆邀集學生志工、社工師及營養師等組成醫療團隊，策劃一系列衛教活動，其中「生理健康」是藉由量測血壓、音叉、色盲圖與牙齒模型，使受測者了解各項檢查項目的正常範圍，以判斷自身的身體狀況。

「飲食運動」為檢測民眾對食物的認知，能讓長者清楚了解食物加熱原理，以降低食物中毒之風險；運動方面則指導長者進行各項運動時的姿勢，以預防運動傷害。

林志隆也指出，年長者普遍都有關節退化的症狀，嚴重者得接受關節相關手術，但每個人復原的情形不同，如何正確使用輔具，攸關術後復原的進度，因此指導民眾藉由「輔具知識」關卡實際穿戴輔具，了解自身穿著輔具適當的角度及施力點，以達到最佳復原效果。

社工師則評估霧峰區中老齡與獨居人口偏高，透過「社工地圖」結合附近資源，使其了解各項醫療輔助管道。

整個過程中長輩們都給予高度評價，希望「下次還要再來喔」。

三十、老學童上學防失智 桃園醫院醫師深入鄉里教醫療知識

資料來源：2020-07-08 09:12 聯合報 / 記者陳夢茹／桃園報導

隨著高齡化社會來臨，失智人口也逐年攀升，為預防長者失智失能，參與社區

活動是良好的選擇。衛生福利部桃園醫院持續協助桃園市近 13 個社區關懷據點，安排院內各醫療科醫師、營養師、物理治療師、藥劑等專業講師，前往據點為爺爺奶奶上課，增加長輩對疾病的認知。

衛生福利部桃園醫院社區預防護理長劉美玲表示，俗語說「要活就要動」，不只身體要活動，腦袋更要動一動，近年來政府積極推動社區關懷照顧據點，希望結合政府及社區資源，讓居家的長輩不孤單，白天兒女外出上班時，能有一個可以與人互動、一起學習的地方，最重要的是能達到減緩失智失能的目的。

桃園醫院協助桃園市近 13 個社區關懷據點，安排院內各醫療科醫師為爺爺奶奶上課，例如認識常見慢性疾病高血壓、糖尿病，了解何謂心肌梗塞、退化性關節炎、為什麼爺爺容易攝護腺肥大、奶奶比較會發生泌尿道感染、居家安全如何防跌、用藥安全等，不僅有對醫療的深度了解，同時還安排園藝治療、毛巾操運動、預防五十肩、媽媽手等健身操活動，讓社區長輩多認識自己的健康。

劉美玲指出，若家中長輩每天在家看著天花板或門外發呆，不如到社區關懷照顧據點或社區發展協會多活動，倘若不知道住家附近有無這樣的社區據點或愛心協會，可詢問市政府社會局或所屬社區的里長。桃園醫院目前服務的據點，包含桃園區龍岡社區關懷據點、中聖里、中泰里、中原里關懷據點、護國宮愛心基金會，八德區高明里關懷據點與白鷺社區發展協會，中壢區中山里、復華里關懷據點等。

劉美玲表示，她常跟里長們說「生活在這樣社區的長輩真的很幸福，希望退休後也可以搬來這些社區養老呢」她說，能協助社區長輩生活得更有品質，並找回他們昔日的笑容，是非常榮幸的事。

三十一、霧峰 10 年來老化指數飆升 衛教活動助銀髮族活出精彩

資料來源： 2020-07-11 15:47 聯合報 / 記者趙容萱／台中報導

根據台中市霧峰區公所去年公布的人口結構分析，霧峰區 10 年來老化指數飆升逾 47%，國際外科學會為了迎接老年社會來臨，讓銀髮族透過具備對疾病的基礎知識，活出精彩的橘色人生，今天在光復新村舉辦「健康 HEALTH 有理嘸」衛教活動，讓銀髮族懂得運用當地醫療社福資源，人生下半場健康自主「自己入健康自己顧」，參與的銀髮族都覺得很實用、受益很多，「下次還要再來！」

今天的「健康 HEALTH 有理嘸」衛教活動，從基礎量測聽覺視力、辨識再加熱食物是否變質，也指導膝關節退化銀髮族操作各項復健輔具，社工師評估霧峰區

中老齡與獨居人口偏高，透過「社工地圖」結合附近資源，教導長者運用當地醫療社福資源，學習自主獨立。現場也安排戲劇演出，宣導病識感與疾病特徵，再結合有獎徵答活動與抽獎摸彩，與會的銀髮族說「下次還要再來！」

國際外科學會中華民國總會監事、亞大醫院外科部長林志隆說，根據去年霧峰區公所公布的人口結構狀況分析顯示，霧峰區老化指數較十年前增加逾47%，意謂著隨著人口趨於老化，長者健康議題不容忽視，唯有長者人生下半場健康自主，才能減輕自己與子女的負擔。

林志隆指出，他邀集學生志工、社工師及營養師等組成醫療團隊，策劃一系列衛教活動，其中「生理健康」是藉由量測血壓、音叉、色盲圖與牙齒模型，使受測者了解各項檢查項目的正常範圍，以判斷自身的身體狀況；「飲食運動」為檢測民眾對食物的認知，能讓長者清楚了解食物加熱原理，以降低食物中毒之風險；運動方面則指導長者進行各項運動時的姿勢，以預防運動傷害。

林志隆說明，年長者普遍都有關節退化的症狀，嚴重者得接受關節相關手術，但每個人復原的情形不同，如何正確使用輔具，攸關術後復原的進度，因此指導民眾藉由「輔具知識」關卡實際穿戴輔具，了解自身穿著輔具適當的角度及施力點，以達到最佳復原效果。

三十二、宜蘭第一、全國唯二原鄉日照中心成立 就算賠錢也要做

資料來源：2020-07-13 18:03 聯合報 / 記者戴永華/宜蘭報導

宜蘭第一、全國唯二的原鄉部落日照中心今天在南澳鄉成立，名為「宜蘭縣聖若瑟社區長照機構」由天主教靈醫會經營管理，由於原鄉人口少、經營成本高，此工作吃力不討好，縣府感謝靈醫會願意承擔照顧原鄉長輩的責任。

根據衛福部統計，宜蘭縣長照機構普及率全國排名第六，縣政府為了把長照服務擴及到原鄉，利用弘道仁愛之家硬體建築，打造宜蘭縣第一家位於原鄉部落的長照機構，目前全國也只有二家位於原鄉的長照機構。

縣衛生局表示，原住民地區的相關法規及土地取得困難，土地設施若有重大改變還須經部落會議同意，以致各縣市想在原住民地區成立長照機構的困難度高，趕不上在地老化速度與需求。

此外，原鄉通常地處偏遠、人口少且散居、服務成本高與文化差異性，這些都是沒有人願意經營的因素，縣政府拜託天主教靈醫會承擔責任，就算「賠錢也

要做」。

機構負責人呂若瑟神父表示，該微型日照中心取名為「聖若瑟社區長照機構」，對村民而言不僅是精神依靠，更是生活照顧的重要支柱；在長照資源相對薄弱的南澳鄉，天主教靈醫會承接醫療照護使命，為原鄉長輩打造一個延緩老化、活躍老化、在地老化的安心好所在，責無旁貸。

縣府除了向中央爭取補助，並由秘書長林茂盛多次召開跨局處研商會議，終於讓縣內第一間「部落」為主的微型日間照顧中心揭牌啟用，一般的長照機構收容人數很多，「微型」收容人數少，小而美。

初期可收托 5 位失智、失能長輩，儘量用在地人服務在地長者，減少文化隔閡及人事開銷成本，提供長輩服務包含日常生活照顧服務、營養服務、交通接送、社會參與服務等。

三十三、嘉縣六腳數位機會中心啟用 提供偏鄉數位新能量

資料來源:2020-07-14 17:53 聯合報 / 記者陳孜伶／嘉義縣報導

嘉義縣六腳鄉數位機會中心今天由縣長翁章梁、鄉長陳川崎等人在蒜頭國小主持揭牌，嘉義縣是典型農業縣，城鄉數位落差較都市明顯，翁章梁鼓勵老人家學習數位產品，不但可以豐富生活，對人際關係也大大有幫助。

嘉義縣政府爭取中央補助在六腳鄉設立數位機會中心，提升城鄉數位普及程度，鄉親可以在中心學習如何使用數位工具和網路，透過免費課程與體驗，提供在地民眾資訊科技相關服務，服務對象涵蓋中高齡、原住民、新住民、身心障礙、婦女等。

嘉義縣教育處表示，教育部希望數位機會中心可針對偏鄉經濟面、文化面提供協助，除了在蒜頭國小營運，也會與蒜頭社區發展協會、潭墘村、蒜東村合作，進行行動數位機會中心課程，到六腳鄉各社區上課，並協助推動當地產業，做網路行銷推廣，商家也可回饋以民間資源繼續支撐中心經營。

翁章梁表示，數位年代不過是這 2、30 年的事，許多的知識及聯繫都透過網路來傳遞，尤其手機的數位內容最豐富，但老一輩的長者並非出生在數位年代，學習數位產品可透過視訊和遠端親人互動，對人際關係也有幫助，希望六腳的長輩都能參加數位機會中心的課程，把握機會，多多學習。

蒜頭國小校長許瑞陽表示，數位機會中心可以讓更多民眾享受數位資源，不用

跑太遠就能免費學習現代化電腦資訊相關課程，學校也長期在六腳鄉推動許多與社區連結的樂齡學習活動與課程，如成人教育識字班、六腳鄉樂齡學習中心、健康律動、手工縫紉、陶笛課程等。

嘉義縣教育處表示，數位機會中心是由設置單位提出申請及課程資訊規畫等，再由教育部提供4年性的經費補助，嘉義縣自2005年起共成立26個中心，目前還有10個營運中。

三十四、比孫中山革命還困難！竹市千甲社區長照活動中心流標11次 第12次終於成功

資料來源：2020-07-12 14:26 自由時報 / 記者洪美秀／新竹報導

終於發包成功！新竹市千甲社區長照綜合活動中心流標11次後，終於在第12次招標成功，原經費3530萬，因流標多次經3次追加預算840萬元，終於以總經費4370萬元成功發包，預計今年開工，明年底完工。

市府工務處表示，竹市東區千甲社區長照綜合活動中心新建工程，從去年3月19日第一次開標，歷經11流標，終於在6月16日第12次開標有2家廠商投標，並在7月7日決標，得標廠商為宗欣工程公司。

市議員曾資程說，千甲社區這座長照綜合活動中心，是市府這幾年爭取中央經費新建的長照據點，具象徵意義，但流標多次，也讓居民擔憂工程無法完成，直呼工程的發包興建比孫中山革命還困難。

曾資程今天也向鄉親報告好消息，這座千甲社區長照綜合活動中心即將改建翻新，是市府爭取中央衛福部前瞻基礎建設計畫經費，將投入總額4370萬元經費，在東區千甲里興建2棟2層樓的複合式建築，1樓以里民集會所結合C級巷弄長照站，將做為居民生活及關懷長者之用，2樓有B級社區式日間照顧功能，提供失能或失智者日間長照服務，並有無障礙電梯及廁所等友善設施。

而新的社區活動中心將成為民眾集會、洽公、長照託付的多功能關懷據點，並補足千甲里原住民部落不足的長照資源。新社區活動中心總樓地板面積約360坪，南北棟間以空橋相連，1樓集會空間可容納300人，會配置開放式集會空間、辦公室、無障礙廁所及電梯，可開辦多樣化社區課程並作為長照關懷的據點，並配有廚房配合老人共餐政策。

2樓則有辦公室、多功能活動室、無障礙衛浴及廁所、無障礙電梯等長照服務所需要的必要設施，未來也將提供長照服務的複合型日間照顧中心。

市府表示，千甲社區長照綜合活動中心成功發包後，將在近期動工，預計明年底完工，期許讓千甲社區長輩及住戶，有全新、符合多項功能的長照據點和社區活動中心，成為居民共享、共學場域。

【國外時事】

三十五、香港疫情再起 新增 24 例確診 19 例屬本土

資料來源：2020-07-8 10:49 中央社 / 記者邱國強、張淑伶／台北電

香港疫情今天出現病例激增。繼 7 日新增 14 例確診後，香港衛生防護中心今天宣布新增 24 例確診，其中 19 例屬本土病例，包括這波疫情源頭之一「港泰護老中心」新增的 8 例。另 5 例感染源則待查。

綜合港媒報導，香港衛生防護中心將「港泰護老中心」爆發的疫情，認定為「院舍爆發」（院內感染）。

香港連續 2 天的本土確診病例以兩位數成長，使全港累計確診病例也因此上升到 1324 例，引發香港是否需要緊縮防疫措施，包括引起爭議的「限聚令」是否要更嚴格執行等。

根據報導，「港泰護老中心」今天新增的 8 例中，4 例是介於 67 至 79 歲的 4 名院內老人，其餘 4 例則是介於 48 至 53 歲的員工。

此外，位在佐敦的「新發茶餐廳」繼 1 名服務生先前確診後，今天增加 3 名曾前往消費的顧客遭到感染確診，導致這家餐廳暫停營業。

香港食物及衛生局局長陳肇始今早指出，香港短時間內再出現本土病例，可說是出現社區感染，是重要警訊。而不少國家放寬社交距離措施後又出現感染案例，因此港府將立即檢視「限聚令」等措施，方向是「收緊」。

港府抗疫督導委員會專家顧問、香港中文大學醫學院呼吸系統科講座教授許樹昌說，他認同香港已爆發第 3 波疫情。

三十六、經歷西班牙流感 印度 106 歲人瑞戰勝武漢肺炎

資料來源：2020-07-08 23:02 中央社 / 記者康世人／新德里專電

印度新德里一名曾經歷 1918 年西班牙流感的 106 歲老人，6 月成為印度感染武漢肺炎年紀最長的病人，所幸他在住院治療 17 天後成功戰勝病毒，康復出院。

根據新德里電視台（NDTV）等媒體報導，住在德里中部諾瓦布甘傑（Nawabganj）區的 106 歲老人穆赫塔·阿邁德（Mukhtar Ahmad）6 月被兒子傳染 2019 冠狀病毒疾病（COVID-19，俗稱武漢肺炎）後，成為全印度與武漢肺炎奮戰者中，年紀最大的病人。

穆赫塔被送入拉吉夫·甘地超級專科醫院（Rajiv Gandhi Super Specialty Hospital）治療 17 天後，成功戰勝病毒，痊癒出院。

他出院後仍按照指示與家人保持安全社交距離。他的兒子也住院治療，並已康復出院。

穆赫塔受訪時說，他曾目睹 1918 年流感大流行（西班牙流感）。

參與治療穆赫塔的醫生說，不確定穆赫塔當年是否曾受到西班牙流感影響，當時德里地區沒有幾家醫院，他們也沒見到太多當時的治療紀錄，但 106 歲的老人展現生存的意志力真的很驚人。

西班牙流感在 1918 年到 1919 年傳遍全球，估計約有 5 億人感染，占當時世界人口的 1/3，死亡病例約 2 千萬到 5 千萬人，是人類歷史上最致命的大流行病之一。

印度中央政府為拯救受疫情重創的經濟，執意放寬封鎖措施。由於大量人口流動及許多印度民眾沒有做好個人衛生管理，印度武漢肺炎確診病例近來每天都新增超過 2 萬例，並在 6 日深夜超過 70 萬大關。截至今今天傍晚，印度累計確診病例已達 74 萬 6515 例，死亡人數達 2 萬 685 人。

三十七、日本 7 月豪雨釀災 安倍 13 日視察熊本縣災區

資料來源：2020-07-12 18:27 中央社 / 譯者黃名璽 / 東京專電

日本共同社報導，日本首相安倍晉三明天將前往豪雨重災區熊本縣視察災情，並跟熊本縣知事蒲島郁夫會面，及訪視這次不少人罹難的老人中心「千壽園」。

根據首相官邸發布資訊，安倍明天視察完將返回東京都首相官邸，主持豪雨非常災害對策本部會議，商議未來的相關對策。

日本放送協會（NHK）報導，目前已知熊本縣內仍有 5 個市町村合計 16 個村落共 472 人，因對外交通中斷暫時受困，其中 10 個村落共 277 人位於大雨持續落下的八代市。

熊本縣政府將派員用徒步方式把救援物資送進災區，並跟中央政府等合作搶通聯外交通。

截至今天中午 12 時為止，這次豪大雨已造成熊本縣等地共 69 人罹難、1 人無呼吸心跳，另外有 13 人下落不明。

死亡人數最多的是熊本縣，共有 62 死；另外在福岡縣 2 死、大分縣 1 死、長崎縣 1 死、愛媛縣 2 死及靜岡縣 1 死。

日本政府總務省統計，這次豪大雨為九州地方等 20 縣帶來災情，全半倒房屋及泡水屋至少逾 1 萬 2000 棟。

三十八、分析 1700 萬人拼出新冠死亡圖像：老、男、病、窮

資料來源：2020-07-12 18:27 聯合報 / 譯者盧炯燊 / 綜合 9 日電

根據英國向國內 1700 萬成年人的健康紀錄分析，患有糖尿病、肥胖症等各種基礎疾病者，都會增加死於新冠病毒的風險；此外，男性、長者及較貧困者的死亡風險較高；種族方面，則以非裔及南亞裔為最。

這項至今針對新冠疫情規模最大的相關研究結果，8 日發表在「自然」雜誌。

由牛津大學哥達克里博士(Ben Goldacre)為首的英國研究人員，開發了一個名為OpenSAFELY的分析平台，在三個月內追蹤及分析了1727萬8392名成人的數據，占英格蘭國民健康服務體系(NHS)的40%，結果發現有1萬926人死於新冠病毒或相關併發症。

研究團隊發現，年齡在80歲以上的新冠病毒感染者，死亡的機率比50多歲的患者高出至少20倍，甚至比40歲以下者的死亡機率高出數百倍。

另方面，男性的死亡風險比女性高1.59倍；非裔、南亞裔以及混血人口，死於新冠肺炎的機率是白人的1.62至1.88倍；最貧窮的個體的死亡率是最不貧窮的個體的1.8倍。

患有基礎疾病，例如肥胖症(特別是身體質量指數BMI超過40者)、糖尿病、嚴重哮喘、呼吸系統疾病、慢性心臟病、肝臟疾病、神經系統疾病和自身免疫性疾病，都會增加新冠病毒的死亡風險。

達克里指出，以前很多的研究對象都是住院病人，而今次主要是研究一般普通人的新冠病毒死亡風險。他指出，研究的結果不一定要解讀成為因果關係，但起碼讓人認識相互作用的結果。

美國約翰霍普金斯大學(Johns Hopkins University)流行病學者康納(Avonne Connor)雖未參與研究，但認為這些數據大致反映了在全球範圍內觀察到的數據。爵克索大學(Drexel University)流行病學家巴柏爾(Sharrelle Barber)也表示，這項研究特別令人信服之處，是有關種族方面的發現。

在美國，西裔及非裔感染新病病毒的機率是白人的三倍，死亡的機率幾乎是白人的兩倍。

雖然有研究人員認為，在世界許多地方，黑人獲得醫療服務的機會較少，未必全因種族關係，但專家們同意，無論是新冠病毒還是其他健康方面，都與種族有關。