

公益新平台上線! 您可以在這裡找到濟興 igiving 公益網

濟興的舊雨新知們大家好,即日起您可以多一個與雅虎公益平台相仿的管道,接獲濟興最新大小事:「igiving公益網」。igiving成立於2001年,為服務台灣非營利組織機構之公益勸募平台,免費提供公益團體發布公益新聞、募款活動、志工招募...等訊息。歡迎各界支持者,將您的公益愛心網網相連,一起與我們守護邊緣弱勢老人。

社會愛心資源網網相連 感謝凱捷捐贈本會辦公設備

感謝新加坡凱捷管理顧問有限公司-台灣分公司於102年11月15日捐贈本會一批辦公設備,捐贈項目包含會議桌、活動櫃、及辦公椅等(詳見表一),這批物資的抵達加強了辦公室的功能,使辦公設備更趨完善。尤以置於住民活動區的雙人沙發,是長輩最佳的休憩處所,早晨過後閒坐於此,伴著窗邊和煦的朝陽,此刻成了一幅溫馨的美景。再次感謝凱捷管理顧問有限公司此次的物資捐贈。

此外,辦公室目前仍有部分家具需求(詳見表二),主要用於參加講座及課程訓練時使用,盼願各界善心人士的愛心捐贈,也歡迎直接與我們聯繫以了解物資需求狀況。(行政助理/吳佳蕓)



▼木製收納櫃。 ▼活動櫃。

(表一)捐贈物資明細如下:

項目	單位	數量
雙人沙發	組	1
會議桌	組	1
活動櫃	個	22
辦公椅	張	16
木製文具櫃	組	1

(表二)目前辦公室欠缺物資項目:

項目	規格	單位	數量
電腦	桌上型	組	2
折疊椅	寬45/深42/高78	張	100
折合桌	寬120/深45/高75	張	50

育英醫護管理專科學校 實習生心得

在濟興基金會實習近兩個月,從什麼都不懂到現在的越來越熟稔,謝謝學長姐不藏私地教導我們許多東西。剛開始接觸居家服務實習,督導以及服務員的工作流程都讓我們親身體驗、實際操作,邊學邊累積經驗,從做中了解到的居家服務需要付出大量的耐心、細心和愛心,也學習到居服大姐們冷靜處理事情的態度,謝謝濟興提供我們優質的學習環境,帶領我們深入社區做服務,有這次實習經驗,讓我們更有使命感,希望在未來在長照這塊領域能投入並貢獻至「四」份心力。(育英醫專實習生/陳渝珊、陳秉均、李柔儀、涂嫻伶)



▲在辦公室實習打、歸檔管理難以計數的服務對象資料。

填妥剪下後,即可至郵局對摺使用。

98-04-43-04 郵政劃撥儲金存款單

收款帳號 42014001 全聯新台幣(小票) 德伴萬佰萬拾萬萬仟佰拾元

通訊欄(限與本存款有關事項) 收款戶名 財團法人濟興長青基金會

◎請勾填本劃撥款項用途

濟興長青園建園暨設施設備

清寒邊緣老人生活照護服務(送餐、居家服務、協餐)

其他

姓名 地址 電話 經辦局收款戳

主寄: 寄 款 人 他人存款 本戶存款

◎存款人請注意背面說明 ◎本收據由電腦印錄請勿填寫

郵政劃撥儲金存款收據

收款帳號戶名 存款金額 電腦記錄 經辦局收款戳

虛線內備供機器印錄用請勿填寫

當志工,享快樂!

聖雄甘地:「最高的道德就是不斷地為人服務,為人類的愛而工作」能付出愛心就是福。不管你是處於追求學問的進取之時、汲汲於事業的拓展之際、又或者正享受於退休後的雅致閒情,是否仍想奉獻一己之力,服務社會呢?只要懷著歡喜服務的心,不分性別、無關年紀,濟興長青園都誠摯的歡迎社會大眾加入志工的行列,付出愛心,享受快樂,一起為住民創造充滿笑容的每一天!(行政助理/吳佳蕓)

賀!本會長青學苑活力瑜珈班 獲健康百分百音樂舞動賽最佳人氣獎

本會為提升社區居民對自身及長輩健康的重視,於南鼓山社區規劃處活養生瑜珈課,由基礎暖身訓練、調整呼吸、伸展肢體、柔軟筋骨等,達到養身健身的效果。高雄市音樂養生慈善公益協會熱情邀約及推廣,提供一個專屬老人展現健康活力與生命價值的舞台,激發老人的社會參與動機,讓長輩們走出社區並帶動不老風潮,實踐「在地老化」與「活躍老化」。由本會志工團長張月雲領隊參加比賽,獲「102年健康百分百大聯盟-音樂舞動聯誼賽」最佳人氣獎,此外也透過社區各據點互動觀摩學習,擴大長輩視野並豐富老年生活。(社員/林秀美)

公開徵信欄 一分錢一份物力,感謝您的愛心奉獻與支持護老服務

捐款明細

濟興慈善會

常年會費 共\$90,100 4,000 黃茂雄 / 2,400 吳寶銓 / 2,000 邱崇榮 陳素月 陳文輝 葉金益 施 明 王智民 王文生 胡明鈞 邱鴻霖 邱靖雯 吳月英 林寶全 魏紀瑋 廖清平 / 1,200 王玉桂 郭麗香 李尚明 盧意存 黃仁澤 吳德琪 陳松淵 林怡廷 王保貴 王冠銘 王秀好 王麗華 莊 敬 陳月華 何寶龍 施楊揚 施民哲 陳俊明 陳尤雪 陳月嬌 李榮輝 陳翠娥 陳美麗 林麗花 吳寶惜 王素卿 林素美 李江毅 林平和 徐瑋廷 許進益 王永生 何慶祥 呂芳印 廖勝雄 盧思榮 董振瀾 陳錦雀 李隆道 吳阿麗 謝阿淑 唐張水菊 陳蔡翠瓊 上進廣告社 / 600 許陳宿霞 / 300 王彩蓮 黃文清 楊慶仁 楊翔宇 楊巧姿 楊巧茹 楊林秋桂 / 200 吳碧珠

捐贈收入 共\$22,920 20,000 劉明潭 / 800 董振瀾 / 500 許翰湘 呂佳紋 董婉婷 / 320 陸歌蘭 / 200 王英主 / 100 無名氏

活動贊助收入 共\$40,000 會員大會紀念品 30,000 邱茂祥 / 10,000 許慶章

行政贊助收入 共\$47,000 15,000 李尚明 / 8,000 王智民 王文生 胡明鈞 黃茂雄

濟興基金會 102年10月16日~102年12月31日

捐贈收入 共\$1,000 老人餐食 1,000 許連祥

建園專款收入 共\$919,560 80,000 劉明潭 / 42,500 林永福 / 40,000 趙雅琴 / 38,200 高雄市鳳林觀音慈愛會 / 30,000 再好社會福利事業基金會 / 21,025 無名氏 / 15,258 陳永賢 / 15,000 中都園藝行 / 10,800 陳甲上 / 10,528 凱達格蘭學校第13屆國家領導發展策略班 / 10,000 林志鴻 黃國良 葉素貞 宋聖誠 邱錦達 王兆輝 楊林傑 葉子樹小吃店 慈暉社會福利基金會 中國國民黨青年陣線青年發展基金會 / 9,100 明泰路園機械有限公司 / 9,000 羅榮華 / 7,000 賴信傑 / 8,500 丁友祇 丁佩心 丁云惠 丁 圭 林英芬 / 6,000 邱富金妹 嚴選名模有限公司 台灣區運青工業同業公會 / 5,000 曾禮福 柳雪琳 徐國忠 蘇成達 王俊峰 李芹英 李美英 張仁輪 張國文 藍松企業有限公司 台灣東芝國際採購(股)公司 Kueifu Lai / 4,000 陳家盛 黃春田 高興興行 吳善心人士 / 3,800 靖海加油站(股)公司 / 3,000 陳麗珠 陳文里 莊家榮 黃健治 張鳳凰 張乃元 / 2,686 濟興長青學苑瑜珈班 / 2,500 易論堂 張峰敏 張耀文 傅仰德 展良企業有限公司 / 2,100 林進萍 / 2,000 / 何清榮 余 辦 何信歌 余秋宜 何柏毅 陳奕香 沈泊宜 江青峰 陳安穎 邱瑞德 洪貴容 高林惠 李宗訓 許月桃 羅瑞榮 黃德取 高寶玲 蕭 穎 蔡佩玲 蔡奇森 孫麗秋 張月雲 謝祥弘 黃瓊英 張莊春銀 楊許牡丹 昇輝營造有限公司 / 1,800 陳善心人士 / 1,700 張子泓 / 1,688 林慈敏 / 1,600 林以紳 / 1,500 許春保 蘇榮蓮 洪小雯 洪偉翔 / 1,350 陳政隆 / 1,240 何四川 / 1,200 永吉上品會 / 1,050 濟興長青學苑總務班 / 1,000 陳寶娟 謝進和 許連祥 葉俊麟 楊瑞雯 溫宏康 陳志銘 許麗琳 郭淑惠 蕭麗雯 黃 滿 陳有豐 蘇孟姿 蕭歡敏 吳士原 蔡佩君 陳木林 李加甲 劉勇成 黃柔榕 陳麗寶 黃俊誌 林政良 曾明正 簡嘉宏 林淑心 陳佩琳 謝唯然 曾瑞凱 紀政季 李高短娥 李敏雪花 溫梅淑慧 楊陳寶治 許善心人士 高雄市何蔡宗親會 智邦數位多媒體有限公司 哇寶國際資訊(股)公司 / 900 王 瑾 / 800 王佑民 / 700 莊宛妮 / 600 朱仁鐘 李 福 林信瑩 王頌輝 董敏慈 張瑞月 李枝徐 李柔霽 李彥佑 李彥達 簡 珮 洪小姐 林黃牡丹 溪州代天府 / 537 倪昆鴻 / 515 蔡宛真 / 508 菓子樹蔬食餐飲善心人士 / 500 小松樹 湯司菁 許可琪 李敏村 李俊璇 李滿幸 邱 波 林本源 林嘉彬 徐傑忠 謝雅妍 邱 瑛 蕭言劭 朱薇潔 許文豪 金宜達 陳楷東 曾潘桂枝 郭善心人士 / 400 楊香堂 沈淑娟 楊欣諭 楊佳倫 楊杏諭 洪春輝 陳明提 蘇郁閏 王靖嫻 邱文平 黃俊學 施 惠 邱吳春葉 張善心人士 / 350 楊淑雅 / 300 洪秋玉 江倚菁 劉欣榮 釋傳賢 蘇家慶 郭珠玉 林振德 劉凱毅 盧俊安 查孝芸 張秀芬 林芯羽 郭姿怡 林善心人士 / 250 鄭雲鳳 鄭宇珊 鄭雲蕓 鄭陳淑清 / 205 黃立端 / 200 林麗貞 陳寶春 郭明通 郭金全 郭明家 郭吉科 郭昭麟 郭昭宏 方淑貞 簡美枝 郭泓毅 吳秋月 張振成 蔡松成 林幸寧 林秋卉 劉世煌 吳士宏 陳梅嵩 何宇謙 余欣怡 洪子平 陳富平 張鏡方 洪以安 余昭儒 林錦婷 黃斯宜 黃怡真 鄭劉遠 余先生 蔡林成 陳王真珠 楊善心人士 順風國際開發有限公司 / 195 陳仁煌 / 180 華仔的店善心人士 / 168 億客堂超市 / 160 泰安有限公司 / 150 林福文 政士事務所 / 125 樂建民 / 100 王士奇 盧弘展 陳乃維 林澤銘 林小姐 林宗玄 林根蓮 林信廷 王智民 劉治富 張德安 莊先生 安玖麗 蕭小姐 莊志勳 趙先生 鄭小姐 李宛諭 謝依儒 羅茂松 謝添霖 徐淑婷 高嘉琪 徐輝明 葉立群 蔡善心人士 王善心人士 謝善心人士 許善心人士 涂善心人士 花善心人士 吳善心人士 沈善心人士 黃善心人士 廖善心人士 宏達國際(股)公司 豐盈本草生技(股)公司 YENN

護老之友 共\$16,000 5,000/ 台灣省私立 天一園德社會福利慈善事業基金會 / 3,000 林良吉 / 2,000 王衍翔 張義敏 齊祥中醫診所 / 400 林美華 陸歌蘭 王維洲 范彩雲 林李秀貴

捐物明細

一〇二〇年十月份

善心人士/亞培安素(香草口味)1箱(24瓶/箱)、泰祥商行/禮品2份、吳品蓉、吳萱琳/包大人替換式尿片 2箱(6包/箱、28片/包)、陳麗鈞/Cannon PowerShot S110 數位相機一組(含相機殼、電池充電器、電池、介面連接線、軟件光碟、清潔組三角架)、張振成/發票028張、葉影心/富士數位相機一台(含電池一顆、電池充電器一個、清潔組)、李惠美/亞培倍力素(腫瘤病患適用)13瓶(237c.c/瓶)、亞培安素(香草口味)1瓶(250cc/瓶)、桂格充飽營養素1箱(24瓶/箱、250cc/瓶)、床上便盆1個、包大人替換式紙尿片1包(28片/包)、李聖瀾/大同電鍋1個(10人份)、華仔的店/發票06張、菓子樹/發票76張、陳麗鈞/蘋果48粒、善心人士/蘋果28粒、黎高興/亞培安素48瓶。

一〇二〇年十一月份

謝瑞祥/明池米1包(3公斤/包)、中興米1包(4公斤/包)、施麗君/亞培原味安素24瓶(237毫升/瓶)、桂格大燕麥片2罐(800g/罐)、周純珍/涼被2件、陳振成/發票222張、善心人士/包大人替換式紙尿片 2箱(6包/箱、28片/包)、陳麗鈞/包大人紙尿布M-L 2箱(6包/箱、20片/包)、包大人紙尿布L-XL(6包/箱、16片/包)、張月雲/香皂10個、高雄市北區銀髮族市民樂園/花椰菜(白)半斤、花椰菜(綠)5兩、青梗白菜1斤、高麗菜2斤、大白菜3斤、新加坡凱捷管理顧問有限公司-台灣分公司(陳經理)/雙人沙發1個、會議桌1個、活動櫃22個、椅子16個、木製文具櫃1個、楊仲玉/亞培原味安素24罐、黎高興/亞培原味安素48瓶。

一〇二〇年十二月份

溫世芬/包大人成人紙尿褲XL 2包(8片/包)、包大人成人紙尿褲L 3包(10片/包)、包大人成人紙尿褲M2包(10片/包)、創意家行銷股份有限公司/吉安米2袋(30公斤/袋)、王志明/發票102張、高雄市北區銀髮族市民樂園/芥菜4斤、菜頭2斤7兩、翠玉白菜13兩、綠花椰菜1兩、陳俊吉、陳品融/包大人成人紙尿褲(L)2箱(6包/箱、13片/包)、蔡春燕/Hello Kitty 文具組(含筆記本、鉛筆、便利貼、明信片、巧克力)、中華民國老人福利推動聯盟松清寶/成人紙尿褲(M) 1箱(6包/箱、20片/包)。

中華民國 77年6月25日創刊

濟興

雜誌雙月刊 第140期

發行人: 陳清鈺 社長: 曾煜友 服務處: 高雄市鼓山區延平街87-13號3樓 電話: (07)5518235 傳真: (07)5310557 網站: http://www.jising.org.tw E-mail: ggs.s1688@msa.hinet.net 印刷者: 永吉印刷 TEL: 07-3865078

濟興人物

元老委員王保貴 倡領慈善捐助逾半甲子

快樂助人福報一生的濟興慈善會創始元老委員,王保貴女士,年八十適樂於分享亦歡喜奉獻,更以一己之力在30多年前力傳「善緣好運」的行善概念,廣邀親朋好友加入慈善會行伍,人「財」兩出就是半甲子,近年因膝蓋退化漸不良於行,雖大幅減少活動參與,但在勸說善誘與凝結敦促會員上卻有著年復一年不動如山的堅持。

以「做,要讓人感到有歡喜心」的溫柔處世為出發點,除了廣招濟興會員,同時也參與另外兩個慈善團體的會員招募,翻開泛黃的會員善款記錄簿,撫著有條不紊的會員年費清冊,王委員細數感念的是那逐年凋零的老菩薩們,將長年合眾小愛集結為大愛的實踐奉行。

帶著、挺著、陪著、跟著、看著濟興一路以來為老服務的努力與付出,王女士除了深深感動外,也期盼新一代的年輕人要用心更要用頭腦,設計出更優良的服務,勉勵並提醒莫忘初衷、莫忘本心。

財團法人濟興長青基金會

董事長: 曾煜友
董事: 曾成達、邱茂祥、許慶章、呂國柱、何孟鈺、蘇金樹、朱玩泰、謝在周、王美輝、張元高、高相想、江麗陳、陳清鈺、高惠敏、張元琪、劉世偉、陳麗鳳、王玉桂
監察人: 李尚明(主席)、蔡國輝、羅瑞麟
兼任執行長: 林世俊
總幹事: 林世俊
立案文號: 高市社一字第228號
郵政劃撥: 41175456號
戶名: 財團法人濟興長青基金會

本期重點速讀

- ◆第一版 「人人有權,美好生活」全聯愛心福利卡,照顧弱勢家庭,有「購」厲害!
- ◆第二版 賀!本會榮獲102年社區健康促進計劃總成果、亞軍。
- ◆第三版 失智長輩為什麼比較容易跌倒?
- ◆第四版 感謝新加坡凱捷管理顧問有限公司台灣分公司,捐贈本會轉手辦公室設施設備。

謝謝你

感謝新加坡凱捷管理顧問有限公司台灣分公司,捐贈本會轉手辦公室設施設備。

冷颼颼的天,暖呼呼的愛 濟興年終快遞「助」長輩過好年

歲末寒冬來到,中華民國老人福利推動聯盟長期與本會合作辦理中低收入戶暨獨居老人團圓計畫:「寒冬送暖活動」開跑!藉由生活物資、尿布、保暖衣物、電器用品如:電鍋、電暖器等募集,協助清寒長輩更換家中損壞物品並減輕些許經濟負擔,今年將協助圓滿126位貧困長者許下的首要夢想,隨著物資分批陸續送達,看到長輩接獲物品露出歡喜、感謝的面容,感恩滿滿的謝謝素未謀面的捐物者為關懷弱者的付出。

本會亦透過雅虎公益益徵暖包296袋,短短五天內即達成目標獲捐307袋,感謝社會愛心支援,給經濟困難的中低收入老人及身障者一份溫暖手心的貼身關懷,用暖暖包代替您溫熱的手心,給弱勢老人們手牽手的關懷。(社工組長/林以紳)

「代捐發票馬拉松」靖海加油站 幫客人捐款做公益

「一開始就是在濟興會刊看到蓋老人院的募款訊息,然後我又很喜歡對發票,客人常常加個100元後急急忙忙就騎走了,遺留的發票就另外收著就這樣,就是幫客人捐款啦……」大社區中油靖海加油站的吳經理指著友會的大型落地式發票箱的方向說。

民國60年還是青春高校生的吳經理,在本會董事長曾煜友的音樂教室學習吉他而結緣,遂展開長達40多年亦師亦友的深刻情誼,期間因結婚育子漸漸減少參與會內活動,直到孩子們都成家立業,因某日捎來的濟興會刊於是開始了「代捐發票」的行動。發票開獎日後,常有靖海加油站的掛號信,或多或少都有幾張確認中獎的發票捐出做公益。

間接幫客人捐款不自居的吳經理認為理想的老人長照中心,是能讓老人家們都健康快樂無無聊,有老有人伴,開開心心過生活的「老家」,期待濟興長青園經營出別人沒有的風格,讓老人們天天都開心。

吳經理辦公室下珍藏著一張民國80幾年參與濟興慈善會自強活動的團體照。

「人人有權,美好生活」全聯愛心福利卡 有「購」厲害

本會獲財團法人全聯發祥慈善基金會愛心福利卡方案,自民國103年1月1日起至103年12月31日止,全聯發祥基金會每月將自動提撥購物金1,000元,照顧本會經濟弱勢的老人家及身心障礙者,總計每個月都能有110人的服務對象受惠,感謝全聯好意,實在真便宜、無料採買「購」厲害!

富邦卡友看過來! 點點紅利變愛心 守護弱老捐濟興

自103年1月1日起至103年3月31日止,富邦信用卡卡友可以將您使用不到的「信用卡紅利點數」捐贈給濟興基金會,詳細辦法敬請上網搜尋「富邦紅利積點換愛心」,濟興基金會期盼有您的協助,一起愛心護老。

「紅利積點換愛心」專案 限期三個月 洽詢電話: 02-2754-8388分機722

濟興長青園 老人照顧中心 邀您一起關懷認養 清寒邊緣失依老人

於富邦慈善基金會「紅利積點換愛心」網頁,下載兌換單,填妥後郵寄或傳真至臺北富邦銀行信用卡部。郵寄地址: 10499台北郵局第17-111號信箱。傳真電話: (02)6601-7687、(02)6601-7688 (請於48小時內電話確認)

賀!本會榮獲102年社區健康促進計劃總成果 亞軍

本會榮獲102年高雄市社區健康營造點健康促進計畫成果展評鑑第二名，今年推展健康老化、營造社區無菸環境、健康減重、癌症防治宣導等四項主題之健康促進活動，感謝社志工同心協力各項活動的辦理並與社區長親密切熱絡互動，才能達到共同響應並創造優質的健康社區生活。(社員工/陳佩詠)

本會社工陳佩詠(左二)代表受頒高雄市政府衛生局102年社區健康營造成果第二名獎牌。



團團暖暖迎冬至 撈出溫情暖寒冬

12月15日，萬里晴空，彷彿預告著活動順利圓滿。開場表演為冬至活動拉開序幕，美麗的笑容在住民臉上綻放，在家人及學生志工的協助下，大家七手八腳「粉末」上場搓湯圓。活動進行的同時，也邀請長青園營養師的小女兒現場演奏大提琴《丟丟銅仔》和《望春風》等幾首耳熟能詳的歌曲，勾起現場所有人的兒時回憶，更提高住民長輩們動手搓湯圓的興致，把溫暖和喜悅的心撈入湯圓裡。團團暖暖吃湯圓，長輩們的笑容也隨著湯圓入口更顯燦爛。

本次活動加入防跌觀念的衛教宣導，護理人員的講解搭配學生志工的即興演出，豐富有趣的內容也讓家屬收穫良多。為長輩們安排的趣味活動，乘以湯圓加持，長輩們的精氣神明顯比平常更有活力，也為冬至活動畫下圓滿句點。(長青園社工/孔璋宗)



高應大金融系學生志工 分享時間陪伴長輩多一些

高應大金融系學會的學生，只要有空就會來關懷及陪伴長青園爺爺奶奶們，一起散步、聊天、下棋、玩遊戲等等，雖然都是一些簡單平常的事情，不過對長青園的長輩們就是最貼心的舉動，多付出一點時間陪伴，就能帶給爺爺奶奶們美好的休閒時光，感謝這群學生的付出，也非常歡迎關懷老人的朋友們一同來做志工。(長青園社工/孔璋宗)



美和科技大學老人服務學系參訪

11月26日，美和科大老服系師生共31人參訪觀摩老人照顧服務，除了青年學子，也有40歲以上的學生，甚至65歲的松年學生，從本中心的照顧服務觀摩了解現階段老人長照的服務方式。(長青園社工/孔璋宗)

凡走過必留下痕跡... 102年10月1日~102年12月31日大事記

日期	事項	日期	事項
10/5	濟興關懷據點志工參與「102年度長青運動會」，組隊參加趣味競賽及活力健康操，共計參與39人。	10/26	北區銀髮族市民農園辦理「戶外觀摩參訪」參訪杉林永齡農場、台南玄空寺等地，共計參與88人。
10/5	南鼓山老人活動中心參與鼓山區公所主辦之「重陽節慶祝活動」設攤，內容包含趣味闖關等活動，當天共計參與168人。	10/28	南鼓山老人活動中心辦理「銀髮健康服務站」，服務社區長者銀髮義剪、血壓及BMI檢測，共計服務35人。
10/8	南鼓山老人活動中心辦理社區健康講座，內容為「認識及預防失智症」，共計參與52人。	11/10	本會辦理居服員「戶外踏青聯誼」，邀請居服員、居服督導至澄清湖風景區互動聯誼，共計參與26人。
10/19-20	本會辦理102年度員工自強活動，參訪雲林縣長照協會小太陽日照中心、杉林溪森林遊樂區二日遊，共計參與81人。	11/20	本會於濟興與長青園辦理「銀髮族樂活與防跌活動嘉年華」指導團區長者健康促進與防跌運動，共計參與33人。
10/25	南鼓山老人活動中心辦理「茶心小館」，邀請國際知名畫家陳甲上談「進退」，共計參與39人。	11/22	南鼓山老人活動中心辦理「茶心小館」，邀請本會陳兆民社工談「逆轉人生」，共計參與37人。

居·服·百·科 居家服務員 = 居家清潔員? ! ?

● 案例
農曆年將至，居家服務員們或多或少都面臨過相同的問題：年節大掃除。
常見的年前「拼掃」項目如家家私下要求居家服務員每次服務時「順手拼掃」廚房、抽油煙機、瓦斯爐、洗紗機窗等項目，甚至有的長者會說：過年期間孩子們會回家居住，請居家服務員「順手拼掃」一下環境。
許多居家服務員為避免服務關係變質，大多選擇默默接受並配合要求，僅少數服務員會跟長者解釋說明，但通常得到的回應往往是被反應工作配合度不佳。究竟居家服務中的家務整理和清潔公司的系統清潔有何不同呢?

● 回應
其實，居家服務所提供的任何一個項目如：身體照顧、家務整理及日常生活協助等，皆是為了使身心功能受損以致日常生活功能需他人協助的失能者獲得照顧，進而減輕家庭照顧者之照顧壓力。現階段照顧服務員的訓練，著重於照顧技巧與知識等傳受，因此在服務提供上，居家服務員的專長是以身體照顧為主，轉以簡易清潔的家務整理(案主活動空間及個人臥房衛浴)，所提供之專業服務暨整理範圍是有所限定的，此為與清潔公司之區隔。
會有居家服務員分享：服務三個身體照顧的個案，可以抵掉一個家務整理的個案。所以使用家務整理服務或對清潔打掃要求高，甚至超出服務範圍時，不僅使居家服務員體力、壓力負荷增高，甚至也降低身體照顧如：沐浴、膳食等工作的份量。
長期照顧是份辛苦的工作，尤其是在社區、家庭中服務的居家服務員，除了不問天後幾近全年無休的奔波外，更需配合不同需求提供個別化服務。若您們在社區中遇見為長期照顧默默付出的居家服務員時，請不吝給予一個大讚肯定。(居服督導組長/許碧敏)

銀髮市民農園歲末聯誼暨年度成果展

本會自承接高雄市政府社會局開辦「北區銀髮族市民農園」至今已邁入本梯次尾屆，期間經歷草創期開墾之艱辛，耗費多時及運用許多人力參與除草、整地、施肥及規劃圍欄等建設，101年9月辦理開幕啟用儀式，正式提供長者農耕休閒服務，並陸續辦理耕種教學、有機農園觀摩參訪等活動，輔導長者耕種技能，發展合適長者的農耕休閒方案，選定12月14日辦理歲末聯誼，透過此活動增進溝通聯繫情感，凝聚共識，營造「幸福農園」願景。
社會局副局長謝翔翔等來賓也一同與民眾同樂享用自製美味佳餚，只見長輩們笑容洋溢，快樂之情溢於言表。市民農園豐富了長者休閒農耕樂事，亦拓展了樂活社交圈，精彩銀髮生活。(社員工/賴亭伊)



農園申請大爆滿 147人搶60份耕地

本會經管之銀髮族市民農園，103年度共開放60個耕種空間供本市長輩申請使用，共計147名長輩申請，因申請踴躍超過限額，遂於12月9日下午於農園舉辦公開抽籤會，秉持著公正、公平與公開的原則辦理，維護農園運作與長輩權益，抽籤活動順利圓滿，中選長輩也滿心期待新年度的來臨。(社員工/賴亭伊)



收種 成下 一一 個個 習行 慣為

12/25 主題/談進退 主講人/陳甲上校長 退休教師 郭修偉 彙整

主持人 店小二曾煨友
很榮幸再次邀請國際知名畫家陳甲上校長蒞臨小館座談進退哲學。人生的進退不但是學問更是藝術，從與家人應對、學校與師長同學相處、出版社與長官同事共事，方寸的拿捏更需要智慧。

主講人 陳甲上
人到世上走一回，幾乎每天都要面對進與退的事，人活著就要養生，養生包括養身和養心兩個層面。動靜適宜，規律生活，不隨意與人比較計較，進退的道理就在其中。個人則是借由專心作畫的媒介體悟人生的進退之道。

來賓 劉先生
人生有進有退，如跳舞一般，舞出燦爛快樂的舞步。

來賓 趙先生
近日馬王政爭，令人驚心，也提供給我們為人處事的借鏡。

育英實習生 恩捷
目前若遇到困難都會退縮，會慢慢學習勇敢向前。

育英實習生 佳瑜
進退像戀愛，若勇敢表示，就有機會變成男女朋友；不敢表達，就只能癡心幻想。

育英實習生 偉豪
進退像戀愛，「進」則越趨凶結果分手；「退」則可慢慢思考，磨合改進後感情說不定變更好。

社員工 蕭淇希
有人的地方就有互動，互動難免意見不合，在進與退中掙扎，若心境如跳舞一進一退，前進時不要逼死對方，俗話：「人情留一線，日後好相見。」處理時都希望能圓滿結束。

退休教師 郭修偉
以詩為證：手把青苗插滿田，低頭便見水中天，心中清靜方為道，遠步原來是向前。

社員工 林秀美
人生的道路要做好正確的抉擇，可以進為退，也可以退為進，進退得宜是智慧。

呷茶.配話.講人生 濟興茶心小館心靈講座集錦錄

11/22 主題/逆轉人生 主講人/陳兆民 社員工 賴亭伊 彙整

主講人引題
以個人專業主修犯罪之觀點，入監的囚徒、扭曲的人生、滿布陰霾的心靈該如何重新並重新點亮，並從中悟出道理，就是逆轉人生的最佳詮釋。

店小二 曾煨友
勇於改變，並有承擔心，「人生像茶葉蛋，愈多裂痕愈有味道」，人生道路上也許困難重重、傷痕累累，但愈多「裂痕」和喜怒哀樂，人生將會更「入味」。

來賓 林良吉
口足畫家謝坤山十六歲時不幸遭高壓電擊而失去雙手及右小腦，右眼也喪失視力，這對他是改變人生的重大事件，但他決心重新站起，活得自在、快樂，面帶笑容地站在陽光下。時時反省，勇敢踏出嘗試改變，才能走出更美好的路。

社員工 林秀美
逆轉困境不簡單。「信念」很重要，而勇氣是持恆地面對挑戰。

來賓 胡齡升
意志力堅定與否是改變的關鍵之一，困難叩門時勇敢面對並設法解決。

社員工 冉世全
「刺激1995」與「浩劫重生」這兩部電影都是主角面臨人生重大事件，掙脫困境並逆起逆轉劣勢經典。

社員工 賴亭伊
人生總會出現幾次轉折，轉折可大可小，甚至改變人生。轉折可能使人煥然一新，也可能令人痛不欲生，但都是人生新開的一扇窗。

店小二 曾煨友
濟興長青園的創立經歷許多坎坷，這些歷程幫助我明白一件事：莫望求一帆風順，任何人生的旅途上都可能遭遇無數困難，甚至跌倒在地。不如意事，十之八九，我們註定要常常處理困難以及隨之而來的憂慮。更正向積極地看待問題，哪怕最糟糕的事，也要鍛鍊看到好的一面，將自己從心牢與困境中解救出來。

主講人
困境像是一場冗長而沒有希望的棒球賽，即便處境於劣勢，仍不輕易放棄，定有「逆轉勝」的絕對機會。一時的失敗、沮喪不代表什麼，從困境中尋獲自處方向，突破現況，轉危為安並懷抱熱情與希望，只因逆境的陽光，將能更圓滿智慧創造更通達的人生。

賀!本會副理事長王玉桂所屬研究團隊 獲凱校國家領導發展策略班第一名

常年深耕服務銀髮族的濟興副理事長王玉桂，參與凱達格蘭學校第13期國家領導發展策略班，與同期同組學員李雨庭、梁淑芳、顏靜華、徐淑瑋、張勝賢、鍾玉葉與陳彥中，以弱勢關懷社會服務活動為主題，訂定計畫名稱：「從心感動、用愛成就」，設定老人關懷為主要訴求及研究方向，並與本會合作實踐服務與民間經營方針，於長榮大學期末團體報告榮獲第一名肯定。



【失智講座】失智長輩為什麼比較容易跌倒?

本次失智講座深入地方社區，來到燕巢鳳凰里舉辦失智宣導講座，由義守大學陳媽芬副教授為里民淺白講解失智症如何造成長輩老化現象與身體功能性退化。失智者60歲起每年退化率約36%，尤其肌力衰退達20%~30%之間，其中肌力退化最嚴重，約為40%，形成動作遲緩，反應時間變慢現象。肌力退化將導致身體活動度變差，是造成失智長輩容易跌倒的重要原因。失智者腦神經細胞因老化而逐漸萎縮，除了反應能力變慢，腦神經傳導速度也跟著降低。然而失智長輩跌倒是可以預防的，多做身體運動，讓肌力、敏捷性、協調性及平衡能力等維持良好狀態，就可以大大地降低退化及跌倒的機率。運動永遠不嫌晚也不嫌老，及早做運動，可以降低退化及跌倒的發生，老年生活仍可多采多姿，這就是所謂的成功的變老。(社員工/陳儀真)

簡單檢測失智長輩腿肌力與肌耐力【30秒坐站】

目的：瞭解銀髮族日常生活，坐姿與站立時之行動能力。
準備器材：碼錶、直背椅(坐椅約18公分)。
(社員工/陳儀真)

檢測方法:
1. 坐著椅子，雙腳平放地面，手放在膝蓋上。
2. 聽到「起」的指令後，站起來，腳跟離地。
3. 聽到「坐」的指令後，坐回椅子上。
4. 重複上述動作30秒。

102年濟興家族快樂遊 杉林溪享森林浴 嘉義新港賞文藝

「休息是為了走更長的路」，今年濟興自強活動於10月19、20舉行，內容寓教於樂，本次參訪雲林縣老人長期照顧協會小太陽日照中心，針對單位完善的日間照顧、居家服務、老人送餐等業務，相互交流、分享業務執行心得。當晚入住馳名的杉林溪森林渡假村，幽靜的山谷，在翠翠的杉木環抱之下，讓工作夥伴們暫時忘卻煩瑣的服務工作。夜幕低垂、酒足飯飽後，董事長曾煨友與活動總隊許慶章副理事長，特別安排秋季團體慶生活動，大家齊聲為壽星祝賀，度過難忘的夜晚。

翌日於嘉義新港板頭文化藝術村參觀，古早用來運蔗的五分車，搖身成為載運遊客的觀光巴士；創意滿滿的社區營造工作者，將一片片的舊碗、破盤，變身成一幅幅的創作畫，為古鎮新生做了最美的詮釋。(社工組長/林以錦)



郵政劃撥存款收據 注意事項

- 一、本收據請詳加核對並妥為保管，以便日後查考。
- 二、如欲查詢存款入帳詳情時，請檢附本收據及已填妥之查詢函向各連線郵局辦理。
- 三、本收據各項金額、數字係機器印製，如非機器列印或經塗改或無收款郵局收訖章者無效。

請寄款人注意

- 一、帳號、戶名及寄款人姓名通訊處各欄請詳細填明，以免誤寄；抵付票據之存款，務請於交換前一天存入。
- 二、每筆存款至少須在新台幣十五元以上，且限填至元位為止。
- 三、倘金額塗改時請更換存款單重新填寫。
- 四、本存款單不得黏貼或附寄任何文件。
- 五、本存款金額業經電腦登帳後，不得申請撤回。
- 六、本存款單備供電腦影像處理，請以正楷工整書寫並請勿摺疊。帳戶如需自印存款單，各欄文字及規格必須與本單完全相符；如有不符，各局應婉請寄款人更換郵局印製之存款單填寫，以利處理。
- 七、本存款單帳號與金額欄請以阿拉伯數字書寫。
- 八、帳戶本人在「付款局」所在直轄市或縣(市)以外之行政區域存款，需由帳戶內扣收手續費。

交易代號：0501、0502 現金存款 0503 票據存款 2212 劃撥託收票據存款
本冊由郵局發行 210 X 110 mm (80 g/張) 售價每本五年