

# 北市家協會訊

發行單位：社團法人台北市家庭照顧者關懷協會  
發行人：李孟芬  
編輯：林書芳、楊怡臻  
會址：106 台北市大安區和平東路三段 232 號 3 樓  
電話：(02)2739-8737

傳真：(02)8732-2485  
立案字號：北市社會字第 1804 號  
網址：http://www.carer.org.tw  
捐款劃撥帳號：19497280  
戶名：社團法人台北市家庭照顧者關懷協會

賀！  
本會通過  
108 年度社會局  
居家服務評鑑

## 溫馨園地

### 無時不刻的惦念——居服員林忠禮



縱然夏季的氣息挾帶著悶熱的氛圍，但在清晨微風徐徐吹拂窗簾的布幕中，仍透著一絲絲的清涼……。而在此刻微風吹動中，不禁讓我想起那些照顧多時的案主們，不知他們是否安康？

從事居家照顧的工作已經有一段時間，這份工作讓我對天氣的感受變得特別的敏感。王伯伯愛散步，就怕天空不作美；楊叔叔很怕冷，一直祈禱老天爺不要颳大風；當天邊夕陽的餘暉暈染成一片紅彩時，對長者看來，有時是「日暮」消逝的歎惋。

夏日走在深幽的小路上，看見昏暗的遠方有一盞路燈，那光明是帶給人信心和希望，同時也是指引人的方向。有人說，照顧老人的工作就像給老人們帶來生命的倚靠和盼望，尤其在「孤獨死」年代來襲之際。身為「居服員」，我以做「一盞路燈」自許，更以「居服員」做為志業而深深感到榮耀。

當我完成一個老人服務工作要離場時，聽到的不單是「再見」！而是老人家對我說「有你真好！」，這時，我總會停下腳步跟他說：「阿公，請您也保重！」

每位老人家都是寶貝，每個老人都等著我去敲門，因為他們每個生命都需要身為「居服員」的我去陪伴、幫助他們，只因「有你真好！」這個小小的信念。

### 同理長輩的心情——居服員許妙璇

認識居家服務這個行業，是大姐從報紙得知的。陪長者聊聊天、做運動、幫忙購物...等，這些普通日常生活的工作。心想可勝任，且能賺錢又能助人，何樂而不為呢！緣份就此展開。

有一次服務一位身障大姐，她的浴室有輪椅，因需清潔整理，所以移動了它。結束服務離開了，才想到忘了給輪椅上鎖。趕緊求救協會，告知事件經過與我的歉疚！再次服務時，案主對我說好感動哦！雖然她已被服務 10 多年，第一次遇到居服員這麼有同理心。當時心想，受之有愧，因為自己的粗心，可能會造成案主受傷。



因為具備「同理心」並且能夠感同身受，從此以後對我受用無窮，行走人生任何路，到處行得通。因為被需要，被感謝的心情，是這份工作無可取代的價值。走進不同家庭，適應不同環境是一大挑戰。當面對的是每況愈下的案主，當我們身感無力時。背後的協會團隊，一直支援我們的專業，一直給予我們打氣。付出就是收穫，也是堅持下去的最佳動力。

### 家庭照顧者的老朋友——北市家協諮詢專線



家庭照顧者，是一群在家庭中提供照顧、默默付出的人，也是一群很少被關注、被看見的人。過去家庭照顧者常深陷於照顧資源不足或缺乏的困境，在漫長的照顧過程中面對社會過大的期待而承受許多身心壓力，讓照顧者易於出現不堪負荷、走投無路而走向絕路的情形。

民國 89 年 3 月，家庭照顧者關懷總會的一群目前在從事臨床服務的理監事，在總會調整其任務角色為「政策倡導」，不再發展直接服務方案後，由前任理事長許寶鶯女士擔任籌備委員，以提供照顧者直接服務作為目標，開始本會之籌備工作，並於同年 7 月 22 日假大安老人服務中心召開會員大會正式成立。

本會成立至今，兢兢業業，將家庭照顧者視為最重要的關懷對象，並兼以發展居家服務及專案服務等，在透過社區到宅服務、照顧指導、支持團體、照顧課程等服務舒緩照顧者及家庭之壓力，更於民國 103 年設立 0800-008-002 家庭照顧者諮詢專線，提供家庭照顧者單一諮詢窗口及服務資源連結整合，讓家庭照顧者可以在忙亂無助中透過專業社工的服務得到支持，減少求助無門、一再被拒絕或轉接電話至不同單位的困境；跟著我們的服務對象攜手走過 19 個年頭，長期照顧的各項資源逐漸設立，分工益發精細，對於家庭照顧者而言更加不易在第一時間找到對的單位申請服務，本會秉持一貫對家庭照顧者的關注持續提供單一諮詢窗口服務，期盼本著初心在照顧人口比提高、照顧負荷加重的現在，為家庭照顧者持續提供一處溫暖的支持。

若有家庭照顧諮詢需要者，歡迎多加利用本會服務，諮詢專線：0800-008-002。

社團法人台北市家庭照顧者關懷協會總幹事 林書芳敬上

## 溫馨園地

- 108 年度優良居服人員經驗與心情分享——資深居服員林忠禮、許妙璇

## 聯合勸募專案

- 家庭照顧者家庭支持計畫方案——方案故事與服務介紹

## 活動花絮

- 108 年度社會局優良居服人員頒獎
- 108 年尾牙餐敘
- 108 年員工秋季聚餐
- 108 年員工旅遊——忘憂美景東北角一日遊

## 捐款芳名錄

- 108 年度捐款

## 會務服務宣導

- 109 年照顧服務員徵才

## 理事長的話

### 走過風雨 2019，迎向穩健 2020

協會宗旨為臺北地區家庭照顧提供直接居家照顧服務、辦理家庭照顧者支持團體、提供長期照顧 2.0 相關服務諮詢、倡議家庭照顧者的權益及福祉等。自 2018 年起，面對政府推動長照 2.0 政策，協會的居家服務組人力受到大環境衝擊一直不穩定，協會制度及經費也面臨大挑戰。感謝一路走來曾經陪伴協會的前總幹事佳蓉、勝川，及現任總幹事書芳；前督導佳慧、珊珊、佩雲及現任的玉惠，帶領著居督員及一群用心照顧個案的第一線居服員，大家共體時艱，一起打拚渡過制度及服務的重整期，更受到臺北市政府的肯定，順利通過評鑑。

對外，居服員不但服務受到肯定，妙璇、荊玲、忠禮、虹秀獲社會局優良居家服務人員獎項，忠禮、虹秀亦以文字表達服務的感動，獲臺北市政府社會局委託辦理「居家服務人力培訓及品質監測網站平台——居家服務人員心情小站徵文比賽」優勝等殊榮，我們居服組的努力備受肯定。對內理監事團隊及會務人員才芬及雅伶更針對本會多年財務困境，做了全面總清查，讓協會的財務更加透明及制度化。

停擺已久的會訊，終於又復刊，希望藉由本刊，讓本會會員、我們服務對象、相關單位更認識協會。2020 年協會邀約諮商心理師乃綾將在下期會訊開闢專欄給照顧者一些自我照顧的貼心話。希望新的一年，協會能招募更多居家服務員，為大安、信義及松山區家庭服務，也能有更多創新社區服務的推廣。



第九屆理事長 李孟芬 2020 年元宵節前夕敬筆

### 捐款芳名錄

108 年度捐款芳名錄			
姓名	金額	姓名	金額
十方菩薩	50	徐○圓	3600
尤○玲	9000	桂竹宮福德正神	10000
牟○琴	3000	高○芬	6000
吳○誼	3600	高○月	200
吳○秦	921	梁○璋	3600
李○芬	3666	許○鶯	1000
杜○顯	6000	陳○花	3600
周○羽	3600	陳○容	2000
周○芝	2838	黃○志	3600
林○惠	2000	鄭○蓮	3600
洪○軒	2400	羅○芬	8000
總計新臺幣 82,275 元 (姓名依筆畫排序)			

### 聯合勸募專案

#### 【家庭照顧者家庭支持計畫方案】方案故事



小倫是一位長期照顧雙老而無暇顧及自我的照顧者，自國中開始母親精神出現異狀至發病，同時兼顧學業和照顧母親，出社會後，父親正值退休之際，自主安排導遊課程，父親每日規律運動和帶團充實的生活，一切看似安定之生活，卻因突如其來的打擊，讓他的生活亂了步調。

有一天，小倫發現父親將排泄物塗在牆上，小倫頓時錯愕不已，父親確診為失智，小倫覺得為什麼會是父親，這樣的情緒並未沈溺太久，小倫開始找尋有關失智症的服務，過去的她，常陪父親參與團體活動與互助家庭，近年父親使用日照服務，小倫也參與當時日照單位所辦理的支持團體，當時的單位因故中斷辦理，只能調整至較遠的區域參與，但隨著母親失能程度急遽下滑以及父親失智退化加遽的影響，小倫照顧上變得更心力交瘁也不太能夠有機會參與相關的照顧者服務了，小倫的妹妹察覺到姐姐的照顧負荷，在工作之餘也盡力照顧兩老又不免擔心起小倫，而照顧雙親的重擔就像小倫的圖畫一樣，有很多的沮喪、悲傷、憤怒的表情，緊摑住小倫，讓小倫慢慢地忘記什麼是自由，什麼是快樂，什麼是笑容。

直到本會宣傳信義區的家庭照顧者活動，小倫開心表示信義區終於也有此類型活動可參加，雀躍不已。小倫幾乎未缺席本會辦理的課程和團體並回應這是他僅有的喘息時間，課程當中與講師互動也和其他成員抒發自己的情緒；家訪過程，社工發現小倫在協助母親翻身移位時，因照顧技巧的不當導致身體不適或有突發狀況，本會安排資深的居服員從翻身移位、環境的建議、肢體關節運動、身體照顧的技巧、意外事件的處理流程完整地依照小倫的需求討論和提供正確的照顧指導，小倫回饋指導過程相當實用並解決長期累積的困擾，社工也留意到長輩家中所使用的洗澡椅支撐力差，媒合合適的洗澡便盆椅和捐贈復健褲予受照顧者，小倫頻頻鞠躬致謝協會對他的幫助和長期傾聽她的心聲。對未來的照顧，小倫談到雖難預料照顧的發展，但希望能每天將照顧的工作盡可能完成。小倫許久不曾上揚的嘴角，似乎也在服務過程中慢慢地找回來了。

最後一次家屬支持團體，本會安排到野柳出遊，小倫緩緩地推著父親從巷口走出臉上帶著笑容。過程中其他家庭照顧者也頻頻幫忙小倫和逗著小倫的父親。小倫說到許久沒看到父親的胃口這麼好了，他也好久沒有看到海，心情開闊了起來，更表示這是他今年最難忘的一日。

透過聯合勸募的支持，社團法人台北市家庭照顧者關懷協會在 108 年度執行信義區家庭照顧者多元成長與服務支持計畫，幫助了 18 位如同小倫相似境遇的家庭照顧者，讓他們在這條路上有更多的支持，更多的勇氣繼續走下去。

服務對象	主要照顧家中失能或失智的照顧者。
服務項目	提供家屬照顧課程、家屬支持團體、照顧技巧到宅指導、個案管理等。
服務申請	電洽 (02)27398737 分機 12 方案社工。
服務範圍	信義區、大安區、松山區為主。

### 活動花絮

#### 108 年度社會局優良居服人員頒獎



#### 108 年尾牙餐敘



#### 108 年員工秋季聚餐



#### 108 年員工旅遊—忘憂美景東北角一日遊



### 會務服務宣導

#### 109 年照顧服務員徵才

台北市家庭照顧者關懷協會(北市家協)  
誠徵居家照顧服務員

資格	
1. 照顧服務員職前訓練結訓證書	
2. 地區醫院以上體檢合格	
3. 有居家服務工作熱忱	
4. 每週至少服務 28 小時以上(兼任者另議)	
薪資	福利
1. 每小時 200 元	1. 三節獎金、慰問金、生日禮金
2. 交通津貼 (依規定)	2. 聚餐、員工旅遊、年度體檢
	3. 介紹獎金、特休假獎金、長照給付 AA 碼獎勵金等
保險	4. 每年在職教育訓練 20 小時以上
1. 勞健保	5. 勞動部照顧服務就業獎勵津貼 (限對象, 5-7 千元, 面談)
2. 勞退金提撥	
3. 團體意外險	
4. 專業照顧服務員責任險	

服務範圍：大安、信義、松山區  
 基本身體清潔 家務協助 協助沐浴  
 基本日常照顧 協助執行輔助性醫療 協助沐浴及洗頭  
 測量生命徵象 安全看護 足部照護  
 協助飲食或灌食 陪伴服務 翻身拍背  
 餐食照顧 代購或代領或代送服務 陪同外出  
 協助上(下)樓梯 肢體關節活動 陪同就醫

歡迎加入家協居家服務行列!  
 本會聯絡電話：27398737#15

### 疫病宣導

嚴防嚴重特殊傳染性肺炎 (COVID-19, 簡稱武漢肺炎)  
請加強防疫措施!



### 面對中國武漢肺炎 協助防疫可以怎麼做

#### 平時養成這些習慣

量體溫、以肥皂勤洗手

減少觸摸眼鼻口

盡量不要到人多擁擠的公共場所

若出現發燒、咳嗽或呼吸急促症狀

務必在家休息，不要到公共場所

如有必要外出，例如：就醫

務必戴口罩、肥皂勤洗手 並妥善處理口鼻分泌物