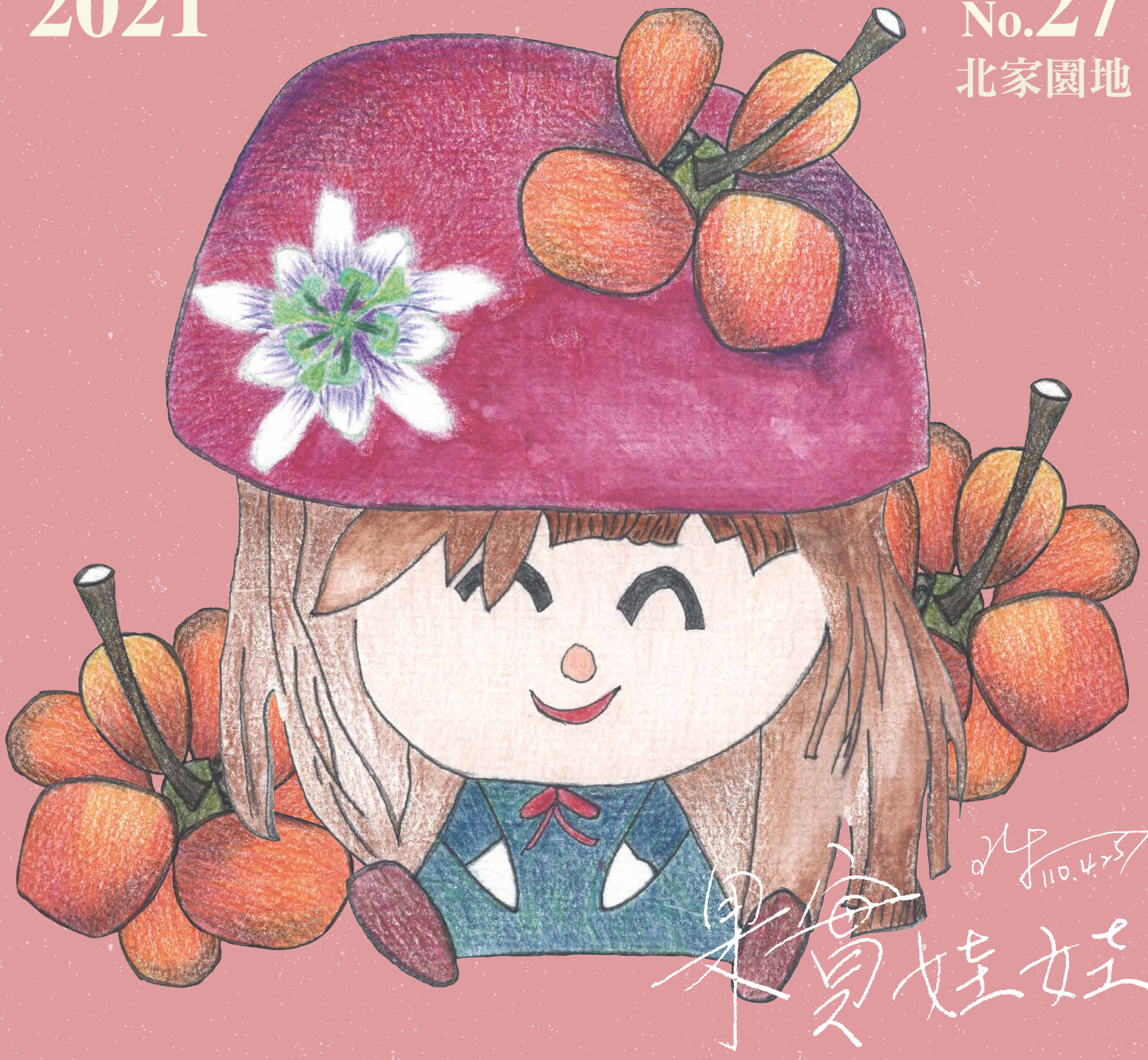
時光・結繩

真誠的態度 / 尊嚴的照顧 / 專業的服務

2021

No.27

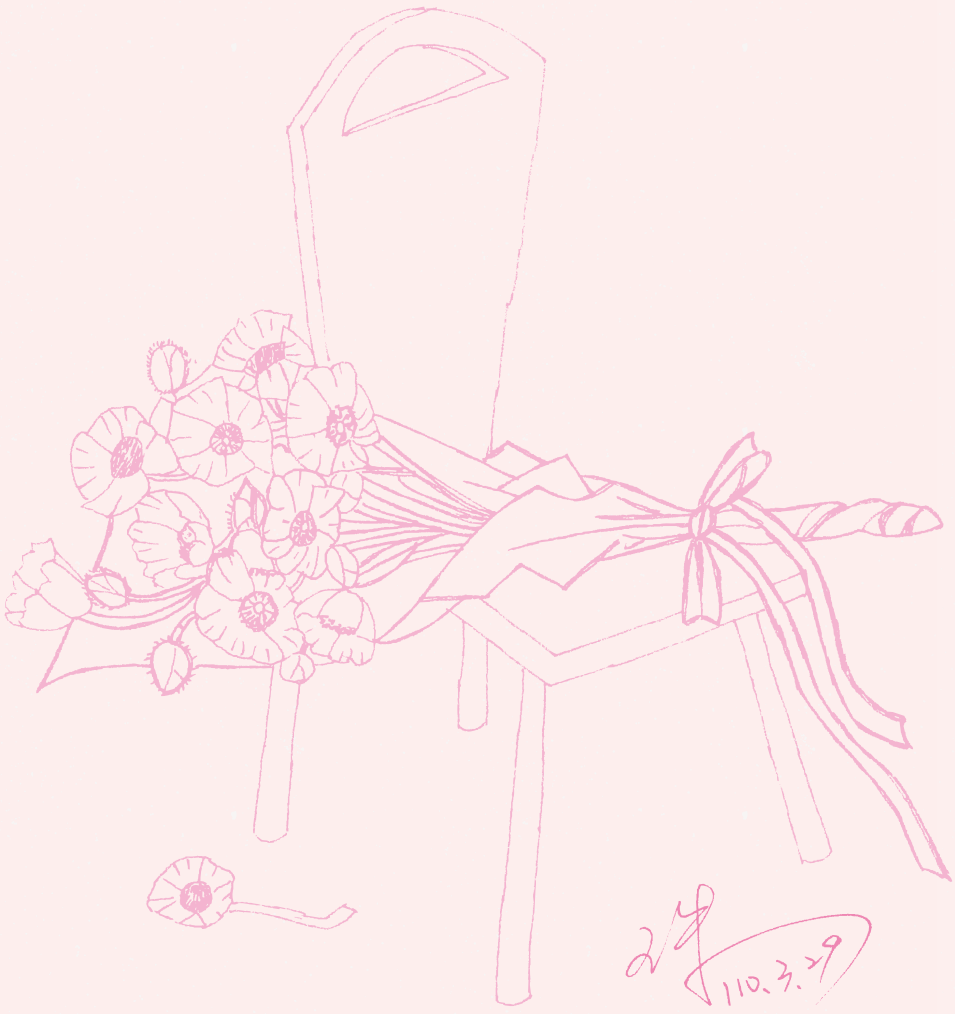
北家園地



心之所向 夢之所願
—北老心願日照中心誕生囉!

心中的那一味
傳統美食

我與女皇有約
北老110年院民野柳輕旅遊



目錄 Contents

封面故事

02 時光結繩 / 簡嘉宏

焦點

04 心之所向、夢之所向—心願日照中心長照據點誕生囉 / 張夢娟

06 轉角遇見愛—執行社區共生發想 / 李品萱

工作交流

08 老福機構推動失智團體經驗談 / 劉育均

10 掌握五要點—改善與長輩互動關係 / 徐以清

12 老有所安的幸福 / 林宜萱

生命故事

14 楊媽媽 / 林辰洋

心靈點滴

16 心中的那一味傳統美食 / 楊寶珠

18 樹已老藤亦枯—生活藝術化的小品 / 符麗娟

20 退役了！ / 羅偉哲

寫意人生

22 莫生氣、莫煩惱、好逍遙 / 林良玉

23 我的人生 / 賴秋月

24 北區老人之家的美 / 羅麗珠

25 由心活出生命的面貌 / 賴秋月

26 有情眾生多苦 / 黃上

27 心的明燈 / 黃上

幸福圖像

28 北老志工最美

30 109 年 7 月起至 110 年 7 月院民活動花絮

31 你好，我也好— 110 年社區共生計畫

32 我與女皇有約— 110 年度安老院區自強活動

33 來去迫迌— 110 年度養護院區自強活動

34 人物特寫

35 北老藝廊 / 羅麗珠、賴秋月

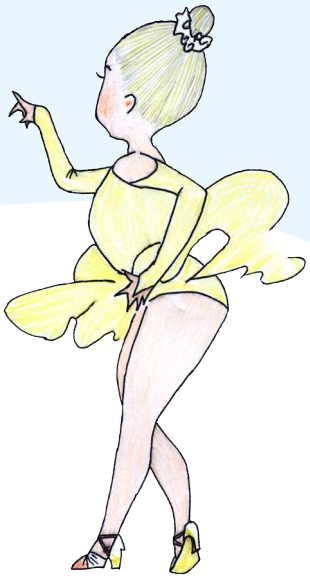
大事記

38 109 年 7 月至 110 年 7 月活動列表 / 社工科

徵信錄

42 109 年 6 月至 110 年 6 月捐物清冊

48 109 年 6 月至 110 年 6 月捐款名冊



時光結繩

文 / 圖 / 簡嘉宏

於北區老人之家服役近一年的時光，歷經三月春花綻開、端午炎夏溽暑、秋風涼爽月圓、臘月刺骨冷冽，四季更迭，看似日常卻也不平常。這些日子認識的人、經歷過的節日、執勤進出醫院的次數，一切所有聚集成形、繾綣交纏，偶爾突然想起又印象模糊，然後又重新理過拼湊記憶。時間成了一個個編織故事的結，串起了我所有的役期。

回顧服役的日子裡不僅陪伴照料著長輩們，長輩亦同樣給予我們許多人生的經驗。他們有時細數著過往生活的點滴、或是分享逢年過節的習俗，將自己的年歲化作故事引領我們一一閱讀，但是在每個故事的背後似乎都隱藏著相似的淡淡哀愁。若是能夠有家人一起生活、分享或是陪伴，結局就會有所不同。或許在心底對於這樣的晚年仍有些缺憾，不過我們對他們來說也是另一種家人，於此朝夕生活、一同說笑、關心彼此，雖然我們沒有血緣之親，但共度甘苦，猶如家人。

蒼蒼的白髮、鬆動的牙齒、乾癟的皺紋，都是歲月美麗的痕跡。除此之外仍是得面臨生死別離的時刻，這些日子裡長輩的身體變化令人感到無常。有位外表看似無恙的長輩，面對癌症的轉移，病痛幾週內迅速地將他擊潰；抑或是簡單的感冒惡化成肺炎，也帶走了幾位長輩。面對死亡，我們除了感嘆以外並非束手無策，因為他們的笑容與聲音仍是活在我們的心中，因為唯獨世上的人都將他們遺忘了，才是真正的死亡。他們成了回憶中一個個的結，交纏彼此，縈繞心中。

佑安、勁宇、延祥、柏毅、禹庭、孟玄、柏均、仁瀚、昭成、煥庭、翔立，這些名字與我一同結繩，是無可取代的夥伴、朋友。我們相互說笑、彼此分享，一起走過的替代役歲月是僅有一次無法再次經歷的時光。因為有緣於此薈萃相聚，共同編織無數個結，成為一條無形卻也堅韌的繩。於數十年後我們仍會記得這段服役的時光歲月，因為這條名為「北區老人之家」的結繩會將我們緊緊地、永遠地串連在一起，直至再次相見。(本文作者為北區老人之家替代役退役役男)

心之所願，夢之所向

—北老心願日照中心長照據點誕生囉！

文 / 圖 / 張夢娟

第一次接觸老人日照中心是在大學的服務學習課程，內容是協助長輩用餐及活動，但對於日照也僅僅是粗淺的認識，並未深入了解；若干年後，我加入了心願日間照顧中心成為社工，想來這也是一種緣份吧。

在這段時間裡，我了解到日間照顧中心的性質類似於托老，能夠以社區為力量支援日益衰弱的長輩，讓他們能繼續留在家裡生活，還能緩解照顧者照顧過程中疲憊及焦慮的心情。而心願日間照顧中心是新北市新店區環境最清幽的日照中心，並提供年長者足夠的活動空間及最優良的照護服務。

心願日照有專門為行動不便的長輩設置的無障礙設施，提供長輩能手做點心的開放式廚房，寬敞明亮的交誼廳，休閒躺椅可讓長輩稍作休息，同時安排體能、藝術及復能活動，讓長輩能保持身心健康舒暢。

圓你一個心願

心願的成立，是我投入職場後遇過最大、也是最困難的挑戰，但在許多人的協助下，我也逐漸上手，並能懷著熱誠的心籌辦這間懷著眾人「心願」的日間照顧中心。

心願的願景，除維護長者生活機能、協助失能者維持或提升自我照顧能力外，亦設計適合長者的方案活動，提高長者生活樂趣、改善生活品質，讓長者發展出自己的一套生活樂趣；同時為將來多樣化的照顧需求作準備 - 像是肌力與關節的訓練、吞嚥訓練、排便訓練、營養飲食訓練、心智訓練、感官訓練等，進而發展興趣、增加互動機會、累積正能量；另外，提供長者家庭支持的觀點 - 像是舉辦家庭日請祖孫一同參加，使家人了解長者的家庭支持與陪伴才是阿公、阿嬤最需要的關心。

今世心願，今生就圓

心願由日照工作人員設計帶領符合長者生活作息之個別化、團體等輔療性活動，同時提供專業生活陪伴與照顧讓長輩得以維持、獲得尊嚴並延緩退化；也會與照服員協力團隊合作、彼此教學相長下，為日照長輩提供適宜有意義的活動，促進合作的願景。在心願服務讓我了解，「日間照顧中心」的工作不是只有照護，也要研發新的東西，讓長輩有興趣來使用，促進身心健康。

服務待人，親如家人

未來，心願日照中心逐步朝向每日最高可收托 30 名長照失能、失智的長輩，提供安全舒適的環境，讓家中失能、失智長輩獲得可近性照顧；為增加個案活動內容及豐富性，除於行動計畫中增加團體輔療之活動外，更將辦理各式健康促進活動。為加強與社區間的關係，後續將聯結鄰近國小、在地社區組織等共遊活動，也鼓勵社區中有長照需求之長者，可至日間照顧中心中接受服務。

「家有一老，如有一寶」，心願日間照顧中心視長輩如同「家人」，尊重長輩的個別需求，不為自己方便而犧牲長輩的尊嚴，讓長輩沒有遺憾的走過人生退休後旅程。希望心願日間照顧中心成為長輩與家屬另一個照顧服務選擇，配合大部分家屬的工作時間，白天將長者送到日照中心，下班後再接回與家人團聚，讓長者可以在熟悉的社區、家庭裡安心生活，這就是心願日照中心成立的願景。(本文作者為北區老人之家日照中心 社工師)

轉角遇見愛

—執行社區共生發想

文 / 李品萱 圖 / 元一國際顧問公司

編按：社區共生為近年所提倡由在地老化的在社區照顧，轉變為由社區照顧，使有需求個案能待在原本熟悉的環境中，接受多元的服務，建立自助、他助、互助，最終達到共住的服務。本家近年在服務工作上亦逐漸融入此概念，以實際的行動參與及融入社區。本家並於108年至109年底著手進行頤苑促參案可行性評估，本文將以頤苑促參案推動情形，試闡述該促參案能為長照社區照顧服務，提供什麼樣的新願景，讓讀者對於頤苑促參案進度有更多的了解。

本家頤苑自費安養中心坐落於新店屈尺社區，此處鳥語花香、湖光山色，是許多長者安享退休生活之地，然因建物老舊、所在地潮濕、較為偏遠等因素，致營運綜效受限，108年耕莘醫院與本家契約到期後不再續約，衛福部授權本家辦理頤苑促進民間參與公共建設業務，並輔導無法返家的自費院民轉介至其他機構接續服務。

隨著社會變遷以及醫療的進步，平均餘命上升，臺灣已邁入高齡社會，為減輕下一代及照顧者負擔，政府推動長照 2.0，為的就是提供民眾更優質、平價、普及的長照服務，此外，行政院於「建設國家 5 大施政目標」亦明確指出，長期照顧服務應以社區為基礎提供從支持家庭、居家、社區到住宿式照顧之多元連續服務。

為因應現今高齡社會老人居住與照顧需求、提升公共建設服務效能、配合國家政策，並同時活化社區共生、共創三贏，本家並自 108 年 7 月起委由專業顧問公司協助進行頤苑促參案之規劃及辦理，由於可行性評估涉及面向多元，為使本案更臻完善，並配合長照及相關政策，本家不僅定期參與衛福部促參推動專責小組會議，亦同時聘請法律、財務、長照等相關專家學者召開數次審查會議，協助本家檢視可行性評估報告內容，並參考專業的意見及各項建議，適時修正計畫內容，終於在 110 年 3 月第 2 次可行性評估期末報告審查會議後通過，規劃未來頤苑將朝長照銀髮園區之方向來推動，內部除結合地方共生，提供「醫養合一」機構式、社區式、居家式長照服務及社區智慧診所及社區健康藥局外，還規劃了銀髮住宅、青銀共居、健康運動中心、復健中心、失智團體家屋、停車場等設施，同時結合跨專業團隊之個人化照顧服務，以社區為主體，提供多元連續服務，使長者及長照需求者得以待在熟悉的生活圈之中享受全方面的照顧，社區式的照顧不僅能延緩健康及亞健康長者失能，也能提供短暫住院需求的長輩及眷屬社區共住的服務，同時為民興利，為社區帶來共榮的無限潛力。

在辦理促參可行性評估的階段中，其實也遭遇到各式各樣的狀況與問題，就好比撒下一顆種子後，種子需通過考驗，才能順利萌芽，過程中不僅需要充足的陽光，還需要水及養分的滋養一般，並非時刻處於順境中；促參也需要藉由政府、企業、民眾的力量，共同經營細心打造，一起克服並跨越各種挑戰，或許現在看起來尚處於萌芽、起始的階段，所謂萬事起頭難，但相信經過長時間淬鍊後，未來一定有機會能成為綻放長照希望之樹。而北老能做到的，則是繼續努力前行，期許頤苑以嶄新樣貌再出發，並發揮這片土地最大的價值。(本文作者為北區老人之家 促參專案管理人員)

老福機構推動

失智團體經驗談

文 / 劉育均 圖 / 顏佑安

人不能離群索居，然而與人共處需要技巧與機會，高齡者自從邁入老年，就面臨許多壓力源同時施壓、得同時面對，而團體可以提供情感支持，對調適效果影響甚鉅。團體工作須以團體的每位案主為中心，去思量他們的需要而設計，不是以設計者為中心，單純只想要讓參與的老人學會什麼。若不以個案為中心，將難以產出計畫書、單元設計、歷次檢討及成果報告。不是做完就好，還要做得對，讓成員有所成長。在實習的時候，常常遇到要臨時調整原先計畫的狀況，令我措手不及。活動只有一個備案是不夠的。或者說，即使有再多備案都比不上隨機應變。

在機構待久了，對於行禮如儀的生活難免厭倦，對什麼事都少有興趣，因此掌握老人的興趣是很重要的。我的團體活動成員多是已失智的長輩，伴隨有憂鬱症之情形，更難提起興致參加，因而在他們都有體力時讓其參與十分重要。或許對他們來說，出奇不意的活動內容最能打動人心。

參與者在破冰活動以後如何激發他們持續參加的動力，需要有意外的驚喜。因為老人一整天大都是這麼過的：吃早餐、乘涼聊天、吃午餐、乘涼、聊天，機構的長輩大都有睡午覺的習慣，所以睡完午覺如果沒有參加活動就是在等晚餐看電視跟就寢。久而久之，生活了無生趣，很容易感覺無聊。

除非是自願且是自費住機構，個案的生活都自己安排好，對於自己的生活掌握度高，生活滿意度也較好。團體活動能增加人際互動、維繫個人與社會之關係，所以生活掌握度高的長輩若來參與活動，積極度和主動度都很高，因為上述的團體優點可以降低憂鬱，提升生活滿意度。

於是我認為機構內的活動辦在九點多的早上時間，有提高參與興致的效果，尤其各類的藝術活動，是長輩不常在安置機構生活中會接觸的，可以經常辦理。團體是個人的聚集，因此找出他們共同的興趣所在，是辦理團體的第一步。進入機構，脫離原本的社區，對北老的公費住民長者來說多數是不得已，生活衣食雖已無缺，失智症卻又找上門，實為辛苦。對於失智症長輩來說，增加生活的樂趣或許能減輕失智症帶來的痛苦，但如何拉近他們與機構照顧者的距離，我想是可以努力的方向。(本文作者為本家實習生，就讀輔仁大學社會工作研究所碩士班)

參考資料：何金針、謝金枝(譯)(2007)。社會團體工作。臺北市：心理。

掌握五要點

改善與長輩互動關係

文 / 圖 / 徐以清

一、前言

在北區老人之家提供復健服務的這幾年中，多少會遇到長輩抗拒、不配合、負面言語和行為問題，相信這也是許多醫護和照顧者常遇到的問題，也往往造成平時照顧時極大的壓力和困擾。在我的臨床經驗中，與長輩建立良好的關係和互動，往往能有效減少長輩的抗拒與問題行為。因此將在本篇文章中，分享與長輩互動技巧和原則，互動技巧要點包含以下幾點：

二、北老復健互動小眉角

1. 從正前方接近長輩並且同時叫長輩名：

   因長輩常伴隨重聽和視野退化等問題，從後方或側面接近長輩，長輩較無法有效覺察而導致驚恐和焦慮的情緒。因此從正面逐漸的接近長輩，並確定長輩與你有眼神接觸或有注意到你，同時叫長輩的名字，讓他能確定互動對象，這是與長輩互動中最重要的第一步。

2. 自我介紹後才能觸碰長輩或引導長輩開始活動：

   許多失智症長輩會伴隨記憶力、被害妄想和錯認等問題，因此照顧者需先自我介紹，此步驟可以讓長輩清楚知道你跟他 / 她的照顧關係，進而減少因錯認或妄想所產生的抗拒或攻擊行為。

3. 同理長輩情緒：

   許多長輩隨者年紀增長往往伴隨語言功能退化問題，而無法有效的表達情緒，而用一些看似混亂的行為宣洩情緒，造成照顧者負擔。記得幾年前有位失語症的奶奶，有段時間不斷在養護院區中遊走並拔光院區中所有大片葉子，在許多人都不知如何是好時，我跟科長慢慢地牽者奶奶的手從草地走到安全舒適的活動室中，並坐在奶奶的對面跟奶奶說：「我知道，您現在一定很難過或很生氣，但我會陪著您。」這時候奶奶立刻哭出來並開始用她有限的詞彙和手勢努力地表達她的女兒沒有來看她，經過這樣一個多小時的陪伴和同理後，奶奶的情緒逐漸穩定下來，也沒有繼續出現遊走和拔葉子的行為。因此同理長輩情緒是個可以有效解決長輩問題行為的方法之一，且在同理過程中也可以增加長輩的信任度，因此建立良好的互動關係。

4 了解長輩興趣與並藉此建立關係：

我們可以觀察長輩平時喜歡看的電視節目或從聊天中了解長輩的興趣，透過此興趣與長輩建立良好的關係。例如：輕養護的一位伯伯很喜歡NBA籃球賽，每次復健時，我都會跟他聊球賽內容，轉移他在復健運動時的疲勞感，不知不覺中他慢慢能增加復健的量，產生更好的復健效果，並產生良好的互動關係。

5 多給予長輩正向和具體回饋：

在 Maslow 的需求理論提到人的最高層次需求包含：社會需求、尊重需求和自我實現需求，有效的滿足長輩這三種需求可以讓他 / 她更信任照顧者，也可以產生更好的互動，因此平時對長輩的行為，儘量用正向和具體的詞語鼓勵他 / 她，例如：「爺爺，您好棒，您這次吃飯吃得很乾淨。」另外，也可以在長輩能力範圍，給與長輩社會任務，在復健活動中我常常會請長輩輪流擔任班長的任務，這個角色的長者需提醒其他長輩該做的事情，藉此增加自我實現的需求，也因此可以和照顧者建立更好的關係。

三、心得分享

以上五點都是依據臨床理論、團隊中繼續討論和臨床經驗，所歸納出與長輩建立關係的重要技巧與原則建議，提供給實務工作者臨床中參考使用，希望能共同努力，帶給長輩更好的照顧服務品質。(本文作者為暉祐醫療團隊職能治療師)

老有所安的幸福

文 / 林宜萱 圖 / 羅麗珠

老化面前，人人皆無助

單國璽是台灣天主教宗教領袖，退休後在 2006 年 8 月得知罹患了「肺腺癌」，原本以為可以安享餘年，在生命最後一個月，在醫院舉行彌撒時尿失禁；半夜離馬桶三步遠的地方拉肚子，照顧服務員脫去單樞機的衣服，讓他赤裸裸地坐在馬桶上，一邊沖洗一邊對他說：「你連三步路都忍不住？給我添這麼多麻煩！下次要早點告訴我。」

清洗完畢，照顧服務員呼呼入睡。照顧服務員的每句話猶如利刃，將九十年養成的自尊、維護的榮譽、頭銜、地位、權威、尊嚴等一層層地剝掉了。因為「出糗」，讓他真正挪去了「自尊」把一件世人看似丟臉的事，變成了剛強與尊榮。

照顧與被照顧的難為

人生當中，一般說來有兩個階段是無法自理排泄物的；一個是嬰幼兒時期，一個是老弱病殘的時候。很多人對「老年」最恐懼的事情之一，就是身體無法動彈，大小便失禁，且需要他人處理排泄物。所以維護長者的尊嚴，也許該交由「專業」的來，因為年紀大了難免有失能與失禁的問題，對於自尊心極強的長輩，不肯穿紙尿褲，但又不良於行，起身上廁所就跌倒。搞到親近的家人累到情緒失控，很多人就會認真思考委由機構或由專業的服務人員提供居家的照顧。

幸福是大家的事

長期照顧是多層級、連續性、全日住宿型收容照顧服務。需有受過專業訓練的社工、醫師、護理師、營養師、藥師、職能治療師、照顧服務員等等……提供長者安全、衛生的生活環境，讓需要安養照護的長者們都能夠達到「老有所安」的最終目的。老年人感到幸福，對他身邊的人而言，也就是一種幸福。因為大家都認為變老是件傷感的事，但是看到被人照顧的老年人洋溢著幸福感時，就能改變這個迷思了。（本文作者為北區老人之家護理師）

快樂一家貓

Mago 老爸

兒子 抹茶

米娜 嬤咪

感謝你們陪我渡過住院這段時間，
更感謝你們帶給大家快樂的生活。

170.6.1

楊媽媽

文 / 圖 / 林辰洋

屈尺社區有位看似行動不便的女性，拄著助行車，卻載著鍋碗瓢盆，到處與人分享自製的美味佳餚。回想在我剛到職的時候，對於院內長輩尚不熟識，向同事提及該「熱心社區民眾」特徵，馬上得到回應：「是楊媽媽！」我才明白這位親切的民眾，曾是院內的工作人員，也是現在的頤苑自費住民。

楊媽媽年輕時冒著生命危險來到臺灣，在戒嚴令下歷經了數十年的背景調查，最終證明自己始終愛著國家，並對於國家抱著強烈的認同。而這個志向就從助人工作基層做起，曾任職於高雄感化院，協助誤入歧途的青少年，並多年一直在社會福利這條路上醞釀，因緣際會下輾轉來到當時的臺灣省立臺北仁愛之家 (北區老人之家前身)。她回想起電視台當時播放著仁愛之家的電視廣告，以及開放申請時大排長龍的景象。楊媽媽說道：「雖然基層工作人員在經費有限的困境下，需同心協力攜手度過難關，但當時的成立，現在想起來仍然歷歷在目，可見我們有多拚呀！」

楊媽媽為家中獨生女，雖時常自稱是條女漢子，但也偶爾吐露出孩童時期獨自成長的寂寞。成家後嚴格管教子女，自認重視責任大於愛情，將畢生積蓄用於栽培子女以及 (楊家將) 家族後代，而晚年雖有意與子女同住，但受限於腿部之不便，正萌生要找一個能安享天年的落角處時，老天做了最好的安排。時逢老人安養需求增長的高齡化趨勢下，政府成立了頤苑自費安養中心，並隨著福利服務民營化政策，將自費安養中心業務於民國 86 年委託財團法人天主教耕莘醫院經營，楊媽媽退休後便申請入住頤苑，成為苑友的一員，住在這既熟悉又溫馨的頤苑。剛好那時正逢安養中心風光時期，名人爭相來到機構演出，工作人員及住民和樂融融地參與各式團體活動，現在都成為了楊媽媽相簿裡的重要回憶。

楊媽媽轉述在頤苑度過了人生大半時光，經歷了許多生死離別的場合，切身感受到自然、文化、社會環境，以及自身身體健康的轉變，她曾認為頤苑是人生的最後一站，對於這裡的人事物充滿回憶及情感，不捨的表示願意配合國家政策暫離此處就養，心中百感交集，筆者相信人間有願就有緣，縱是眼前無法常相聚，在生命的長河裡，我們終將恆常憶念心中美好的記憶金庫 - 頤苑。(本文作者為北區老人之家社會工作員)

心中的那一味傳統美食

文 / 楊寶珠 圖 / 顏佑安

幾年前我在中和區和平街擺攤做生意賣傳統米食粿類，有一年夏天出現一對父子，兒子推著輪椅上的父親來逛黃昏市場，這年頭不是移工推著長者滑著手機的情形不多見，連續幾天後，這對父子的輪椅忽然停在我的攤位前，長者問我：「老闆娘妳的湯圓是純米嗎？我這幾天逛了早上及黃昏市場，買了幾攤的湯圓回去，煮了都不好吃，我想買純米做的。」我回答長者：「保證純米，要不然先買一斤回去試吃，好吃再來買，不好吃就當被我騙了。」長者就買一斤回去了。

隔天下午三點多這對父子的輪椅又停在我的攤位前，長者開口說：「老闆娘妳的湯圓很好吃，真的是純米！」特別來告訴我讓他吃到想念的味道。看到他臉上滿足的笑容也讓

我感動。去年我因健康因素休息十個月再次回到北老服務，這幾個月長者來吃點心時滿臉笑容，滿口謝語，讓我想起這個我親身經歷的故事來與大家分享，每個人都有心中一味傳統美食的味道。

去年九月份志工隊健康小隊面臨改組，小隊有成員停止來北老煮點心服務，讓我們這些老隊員非常不捨，非常感謝當時北老陳主任及社工科的同仁們給我們健康小隊志工有力的支持，讓我們可以堅持理念往前走，保持繼續服務的力量，本人滿懷感恩，希望在我有生之年盡我綿薄之力守護健康小隊，每個月把傳統美食的美味，飄香在北老院區，讓每位長者可吃到心中那一味傳統美食。(本文作者為北區老人之家志工)

樹已老藤亦枯

生活藝術化的小品

文 / 圖 / 符麗娟

客家山歌

入山看到藤纏樹，出山看到樹纏藤，
藤生樹死纏到死，樹生藤死死也纏。

牧師大作

藤纏樹來樹纏藤，分不清是誰纏誰？
任他冰天雪地相纏依舊，任他地老天荒相偎相依。
樹已老藤亦枯，但見樹與藤依舊相纏。

呼應牧師大作

藤纏樹來祇為爭一片天，樹被藤纏是逞一時英勇。
藤的依賴造成樹的負心，永無止境夢魘的糾葛。
笑看天下眾神仙，誰是樹來、誰是藤？

生活藝術化的小品

上了年紀減少劇烈的活動，生活也逐漸簡單化，除了志工服務和參加國畫課程外就足不出戶，夜闌人靜時是我專心浸淫在墨水中練書法、畫畫、圖樂不思蜀。

偶而靜極思動，週日參加教會活動，向主耶穌禱告懺悔，有次牧師佈道後，突然銀幕上播放（牧師的大作）（註第二段詩詞），牧師洋洋得意的分享他的詩歌，博得掌聲如雷！

讓我回憶兒時在家鄉山坡上常聽到的「客家山歌」倍感親切（註第一段）。一時興起也寫下詩詞來呼應牧師的大作（註第三段）

（一）客家山歌

入山看見藤纏樹，出山看見樹纏藤。樹死藤生纏到死，藤死樹生死也纏。

（二）牧師大作

藤纏樹來樹纏藤，分不清是誰纏誰？任他水天雪地相纏依舊，任他地老天荒相偎相依。樹已老藤亦枯，但見樹與藤依舊相纏。

（三）呼應牧師大作

藤纏樹來祇為爭一片天，樹被藤纏是逞一時英勇。藤的依賴造成樹的負新，永無止境夢魘的糾葛。笑看天下眾神仙，誰是樹來誰是藤？

社團志工小隊　符麗娟書

2021.4.27

退役了！

文 / 圖 / 羅偉哲

感謝同仁們這段時間的照顧，退役的心情其實頗複雜，有對未來的期待也有總算完成役期的成就感，然而最重要的是那懸在心底、也揮之不去、隱隱的不捨。

六個月前，當我正準備要入伍時，內心難免對於服役有一些未知的恐懼和不確定。我並不知道會被分到哪裡；另外，役期期間也與我的工作面試季重疊。縱使對於服役的工作內容有些好奇，種種因素讓我因為其他現實考量而產生對將來的憂心。再經過成功嶺的淬煉後我來到了這裡，北區老人之家，本來保持著心態大抵就是完成役期，然後回到自己的專業，沒期望會有什麼感性的或情緒性的牽絆。誰也沒想到，在將來的四、五個月裡，是一段充滿學習如何去關愛、陪伴、與同理的旅程。

此地住了很多的長輩，有不少我現在已經熟稔其名字、個性與脾氣了。當我試著去回想認識他們之前的第一印象-發現實在是有一點難度。朝夕的相處讓我對於他們只剩下熟悉，每天在工作地點，都能聽到熟悉的聲音、熟悉的對話、見到熟悉的步態與穿著。每個長輩都有自己的習慣，而我也已經很習慣他們的每日作息。因此，即使服役前期有對於自己未來事業的徬徨，因著他們這些無聲無語的陪伴讓我好似服下一顆定心丸。故相較於是我主動去陪伴他們，這樣被動性質的陪伴讓我有很強大的安全感，而這也是長輩們在毫無意識的情況下所給予我的。

不得不說，在這裡，我認識了許多值得學習與尊敬的人。社工科的科長，在我初來乍到之時就給予我家的感覺，何等幸運能遇到一個很熱情歡迎我加入他們團隊的人，而往後幾個月的合作，更加深我對他的感謝與尊敬。科長面對長輩們和對於工作的耐心，都是一般人工作許久之後很容易會被消磨殆盡的，然而科長對於工作的態度並非僅剩下形式，而仍充滿年輕人剛踏入職場的理想與熱忱。

除了科長，社工科的同事們也都很投入於為長輩們舉辦的大小活動。在我看來，大部分長輩們都很喜歡參與、也很滿意於這些活動的內容。其中有一個原因，我想，是因為社工科的同事們為這些活動注入了靈魂，而非只是形式上的如期舉行而已。無論是運動、表演、唱歌等活動，很常見到社工們忙碌於呵護每一位長輩的需求，而在這些活動當中同仁也會去關心和照顧每一位長輩。因此，這些活動的舉行除了帶給長輩們更豐富的生活，也提供我一個效法社工科同仁們服務精神的機會。

這段期間我被賦予的任務是陪老人下棋，在輔導員的建議下，我開始了漫漫陪伴老人下棋之路。據同事所說，這些老人有許多都是平常沒什麼其他休閒，然而有不少曾經愛好下象棋。因此，我嘗試與幾位長輩們下棋，並從中鼓勵他們互相對弈。經歷了幾個月後，

長輩們都養成了下棋和看棋的習慣。有趣的是，不少長輩其實只看不下，但是伴著點零食，卻也看得津津有味。其中有一個長輩是我最常一起下的，退役當天我說明了往後建議他找其他老人們下棋，因為之後我就不會在這裡了，但是有空我會再找機會回來。他的幾個回答卻也讓我印象深刻。

「跟他們下？跟他們下幹嘛？！我只跟你下。」

「無聊無所謂啊，我之後也不會再下棋了。」

「祝你一切順利，謝謝你每天都陪我下棋。」

雖然當下很希望他之後能找其他老人下棋，繼續保持下棋的習慣。但是我心裡也懷疑，可能他喜歡下，是因為他喜歡我們一起下棋的時光。這也讓我意識到這短暫的下棋光陰，於我於他可能都是不可取代的，而他也讓我想起以前和爺爺下棋的時光。儘管和他年紀差距如此得大，這大概也是我第一次體會到忘年之交的感覺。

最後，還是很感謝在這裡認識的所有人的幫忙和關照。大家的生命歷程在這裡短暫交會，很快地也要分道揚鑣了，感慨萬分卻也只能接受人生就是如此。緣分讓你我相會，但願未來依舊能維繫這份得來不易的緣分。(本文作者為北區老人之家替代役退役役男)

莫生氣、莫煩惱、好逍遙

文 / 圖 / 林良玉

生氣一次身體要三天才能恢復正常，因為惱怒，煩悶等情緒皆會使血液產生毒素，傷害的是自己的身體。病從口入儘量吃清淡有營養蛋奶蔬果雜糧等食物，所以不要生氣，不要煩惱，內心清淨自然沒病。

人活著甚麼是最幸福的事，平安健康，長壽家庭和諧、工作順利、經濟富裕、布施行善、受人尊敬，會做事是福氣，不會做就「廢棄」，常常抱著感恩的心，每天忙碌地做志工，服務大眾皆大歡喜，每天用平常心去看待世事，日子就會過得輕鬆快樂。

不要悲觀，因為我們還有明天，不要去嫉妒，別人自有別人的福，不要自責，不要忘形，不以物喜，不以己悲，不為世事憂，只願餘生笑。願不負時光，不負自己，願所有的美好，如期而至，所有的幸運不期而遇，希望嚴重疫情早日遠離，防疫成功，全民平安健康，恢復以往自在生活，服務長輩歡喜心，看見長輩可愛的笑容。(本文作者為北區老人之家志工)

我的人生

文 / 圖 / 賴秋月

余 1938 年生長在嘉義的一個大家庭，兄弟姊妹眾多，上有五個哥哥、三個姐姐，女兒中我排行老四。下面還有七個弟、妹共十六個兄、弟、姊、妹。記得幼年因雙親酷愛花木、盆栽，家中院子種有許多奇花異草。從小深受家庭環境薰陶影響，又因母親教育我們：女兒家必須學習花藝。所以我們姊妹都從小學習插花。從小耳濡目染對插花就產生極大的興趣，也註定將學習花藝成為我畢生必修的課程。

插花數十載雖然忙碌但有樂趣，也不覺得困倦，作品素雅，自創一格。在上海教花藝十年，人稱對文化藝術宣揚有點小貢獻，深受喜愛。

余自開始學習插花至今整整六十年 (1965 年至 2020 年)，正好一甲子。深深體會到插花可以使原本枯燥單調的家變得生氣盎然，溫馨和諧。

鮮花也是美麗、幸福、和平、快樂的象徵。可以用來傳遞情感、祝福，蘊含甜美之意。也是增進親情，淨化人心的高雅禮物。並可提升生活品質，舒解生活中緊張壓力，陶冶性情，培養文化氣息。對審美配色亦有很大的幫助。

鮮花是生活中最美麗、浪漫的使者，能作為朋友之間餽贈的極佳禮物，鮮花是溫暖人心的。一束鮮花、一句問候、一份祝福，鮮花可以使人跨越時空，超越國界的吉祥聖物。是人類最好的朋友，人人都喜歡。

近年來人們隨著物質生活文化水平的提升，越來越需要鮮花的陪伴，以花會友日漸盛行，是生活中不可或缺的禮物。

余多年來都與花為伍，這種感覺真的好幸福。我因為沒有生女兒，中年時有很多好友建議我收幾個合意女孩做乾女兒，老了才不會孤獨。我說我有兩個媳婦如同女兒了，何況插花界我已經有很多乾女兒了，我與他們如同親母女。我還常鼓勵她們用功學習插花，老幹新枝都是棟樑，世代交替方能永續經營、蓬勃發展的話語，為年青人加油打氣。(本文作者為北區老人之家頤苑大廈自費院民)

北區老人之家的美

文 / 圖 / 羅麗珠

人美

老人最需要的是被關懷、照顧用心，在這裡上到下隨時都給長輩最貼切的愛心；還有志工團隊為長輩服務，辦各種活動讓大家享受生活的樂趣。在這個大家庭裡，我非常感恩有這麼美的環境，又有這麼多人的關愛，人生可以在此過晚年的生活，是最有福氣的。

環境美

有山有水，不管晴天雨天，都有最美的景色；春天來臨時，到處可以看到櫻花盛開，還有各種不一樣的花處處綻放；院內的玫瑰花更是美不勝收。

這裡的一切讓我心也變得更美，自從搬來這裡住，養成早睡早起的習慣；一早醒來，打開窗簾往外看，晴時山色光影加上如有雲霧時，山間雲霧環繞更增添山嵐的美，湖光山色白鷺鷥駐足，眼前的美景讓我開展快樂的、美好的每一天。

傍晚時分，夕陽從樹縫照入房內，也可看到夕陽西下在樹葉間閃耀的美。有個朋友曾告訴我，去歐洲旅遊住在湖邊的小木屋，那種安寧的生活都不想回來了；我告訴他，我每天都在度假，晚上都在寧靜中入夢。(本文作者為北區老人之家院民)

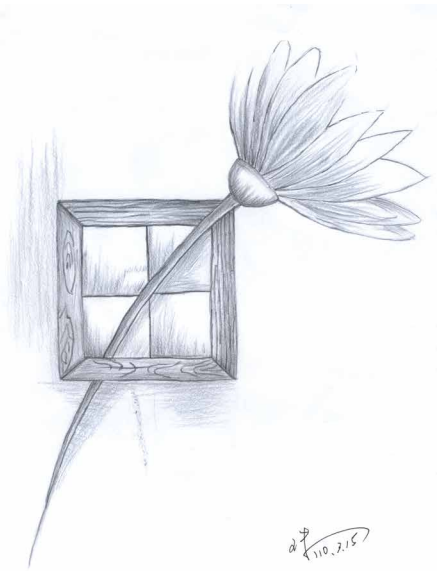
由心活出生命的面貌

文 / 賴秋月 圖 / 羅麗珠

老年在退休之前，心裡就要做好規劃，面臨晚年夢想園地開始作好準備免得突如其來的轉換適應不了，我們要帶著微笑進入老年活得更健康更有智慧擁抱老年的心靈藝術，溫柔、耐心、愛心感恩的心，為周遭的人祝福。不要成為社會的負擔而是社會的祝福老人，隨時要有關愛的眼神溫柔親切的笑容，盡管帶著皺紋疤痕都是內在生命轉變的應標記，願我們都能靠著神的恩典，在內心讓蒼老的面容反映出恩典，良善白髮也能綻放美麗光彩。

老年人的願望

年紀越長，對人生的觀感與從前不一樣，對人生追求的目標不再是名譽、地位、頭銜，物質上的追求不會太多，金錢夠用就好，時尚奢侈都不重要，現在所追求的是生命的長進、生命的豐盛，在晚年能夠過得更豐富多彩，盡享主恩的生活多思想大家的是為首要，我們上了年紀身體大不如前，從前做事時常精神不濟、工作效率不佳，不要沮喪，外在雖然毀壞是自然現象，但我們內心要一天豐盛一天！我們在世上的苦是暫時的，一切都會過去，求主保守我們在有限的歲月裡，珍惜當下的光陰，走完回家的路直到與主見面，如何做一個快樂的老人，學會享受當下心中有盼望，學習安靜等待不要停止學習，我們絕不做三等公民等吃、等睡、等死，老人多身體不健康我們頭髮越來越白身體越來越糟，但常說我們要一天豐盛一天老人的今天就是年輕人的明天，白髮是老人的尊榮、老年人榮耀的冠冕，老人的心要時常保有溫馨的笑容，珍愛自己祝福老人要把身體顧好、老年看好、老伴照顧好、老朋友多保持聯絡，每天及時行樂有宗教信仰心靈，滿足把握現在就是最好的時光，存好心、信心、愛心、寬心、用心多與大自然解對話，學習新事物，多點彈性，說得來的人做朋友，要有宗教信仰的心靈寄托，就不會孤獨寂寞，每天固定做運動多走路使人健康對健康有益的食物多吃，對健康無益的食物少吃，年紀越長越覺得感恩是何等重要，家庭和睦、兒女孝順、子孫上進、處處有恩，凡事都需感恩感恩，是聖經上說十個長大麻瘋的人求耶穌就醫治，結果十個人都醫好了，其中九人都歡天喜地地走了，只有一個人留下來感謝，可見上天懂得知恩感恩的人並不多，真是太少了。



我們年紀都大了，如果問我要留給下一代三件禮物的順序是什麼？我想第一個留下信仰、第二個才藝作品、第三是財務。(本文作者為本家頤苑自費安養院民)

有情眾生多苦

文 / 圖 / 黃上

凡人吃五穀雜糧，有時難免會生病，不是這樣的病，就是那樣的病，我們都希望永得安康，而病魔哪天找上來沒有人能料得到。凡人都會貪心、祈求好夢永遠長留，青春健美的身體常保美妙的鮮活，而流水光陰不回頭如曇花開落、如瓷器脆弱，誰也無力抗拒地心引力。該當墜落終會下來、脂肪不再有效燃燒、積毒佔領某基地，不是這樣的病（有得病也沒有尊嚴）就是那樣的病（有的病難以啟口）有人逐漸喪失了記憶、有人瞎了、有人聾了，唉！天可憐見。

某人得了難纏的癌症，宣告只剩短暫的生命、某人不幸腦神經中風氣切需長期復健、某人車禍再也不起、某人心病憂鬱纏身、某人身染疑難雜症、某人癱瘓成植物人，只剩一口氣尚存，倍受病痛折磨且因病所受污名愁苦，恆瀰漫人世間，無助者皈依教堂寺廟，大醫院越蓋越多，分科越來越細，而疾病一樣也沒減少。

眾生平等人皆有病，生來就朝終老慢慢行，病魔死神藏身帷幕後冷笑。啊！有情皆苦，餘生不要忘了，偶爾苦中作樂，看開了，人該走，誰都無法留。（本文作者為北區老人之家院民）

心的明燈

文 / 圖 / 黃上

山窮水盡疑無路，柳暗花明伍參玖。

衣食住行無憂礙，得意人生享樂透。

昨日路邊賣菜郎，今朝西服如意君。

昨夜夢！確實準。

陪老婆，去貓空，坐纜車，賞風景。

喝咖啡，聊是非，嚐美食，逛老街。

購精品，遊名勝，拜聖廟，求神仙。

中樂透，發大財，了心願，得意活。

享晚年，完美生，吾無憾。

(本文作者為北區老人之家院民)

北老志工最美

109/11/26 | 本家志工接受新北市政府表揚

110/01/13 | 110 年志工授證大會

109/09/04 | 109 年志工研習營

109/09/04 | 109 年志工研習營

109/09/04 | 109 年志工研習營

109/09/04 | 109 年志工研習營

109/09/04 | 109 年志工研習營

109/09/04 | 109 年志工研習營

109/09/04 | 109 年志工研習營

109/09/04 | 109 年志工研習營

109/09/04 | 109 年志工研習營

109/12/11 | 志工招募大會台中后里三井聯誼

活動花絮

109 年 7 月至 110 年 7 月

志工陪同苑友參訪基隆博愛仁家

大安高工團契假日服務青銀共遊

新北視障愛心協會按摩服務暨第一季慶生

台北復興高中七年仁班頤苑桌遊及捐贈

社區共生景文讀經班來家老幼共遊

新北長青健康協會捐物

中和農會端午節捐贈物資

你防疫我送禮 - 清涼抽抽樂

你好，我也好

110 年社區共生計畫

社區共生計畫園藝輔療

社區共生計畫園藝輔療

社區共生計畫園藝輔療

社區共生計畫園藝輔療

社區共生計畫動物治療

社區共生計畫音樂輔療

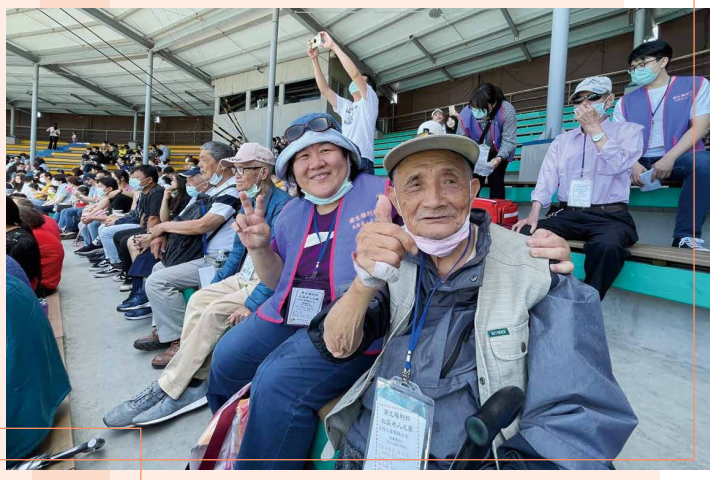
社區共生計畫音樂輔療

社區共生計畫音樂輔療

我與女皇有約

110 年度安老院區自強活動

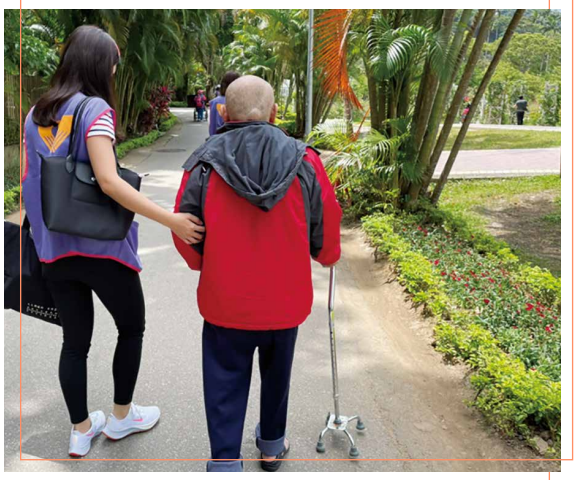
110/04/30 野柳



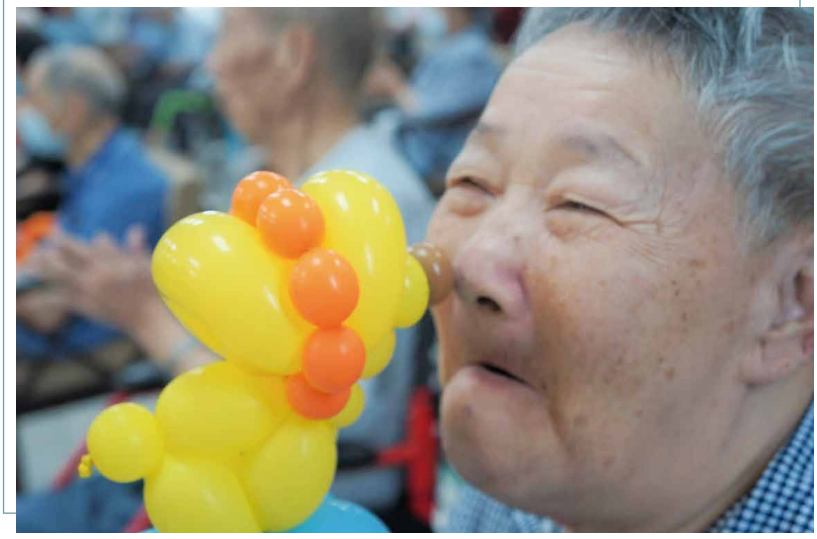
來去迫迫

110 年度養護院區自強活動

110/04/23 士林官邸



人物特寫

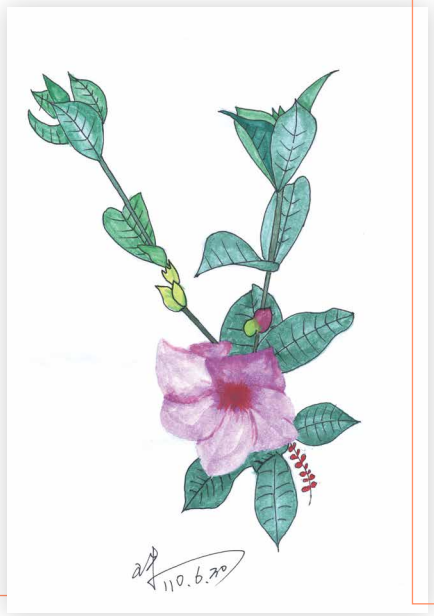


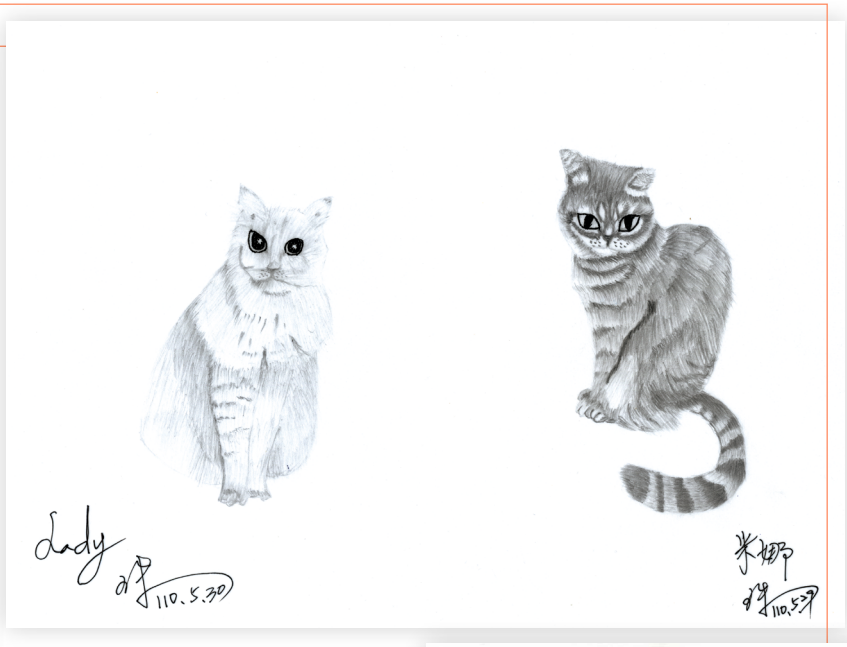
北老藝廊

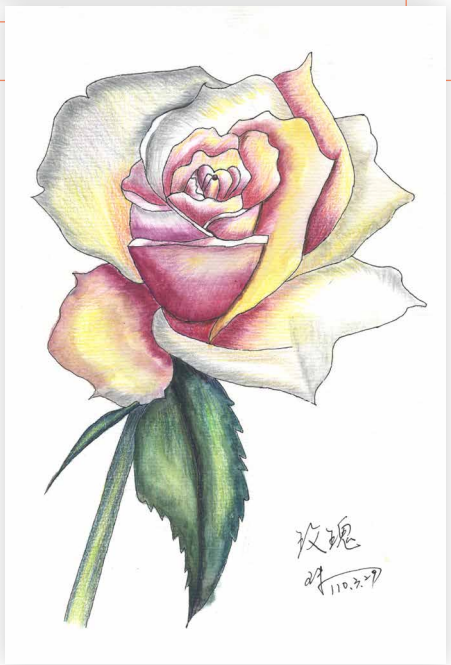
花藝 / 賴秋月

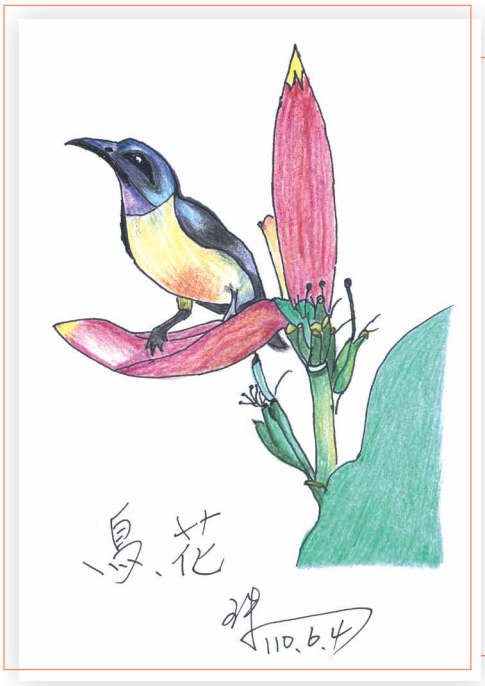
北老藝廊

插畫 / 羅麗珠

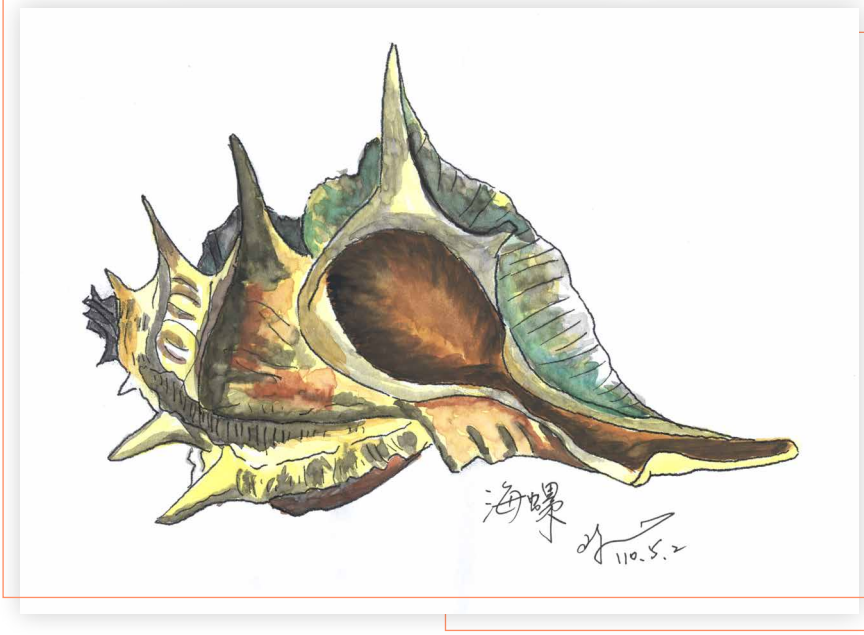







鳥、花
110.6.4

快樂的一天
110.6.5


海螺
110.5.2

109 年 7 月至 110 年 6 月活動列表

時 間	項 次	活 動 內 容
109.07.02	標竿社區共生觀摩	至宜蘭觀摩社區共生辦理情形
109.07.06	夏日音樂會	於頤苑大廈交誼廳由志工鄭勝民音樂演奏並邀院友同歡唱
109.07.06	個案評估會議	於會議室進行
109.07.08	志工幹部會議	於會議室進行 109 年第 2 季幹部會議
109.07.10	不怕禁忌勇於預先規劃心靈講座	邀請前衛生署署長楊志良來家，主題：好好說再見
109.07.13	不怕禁忌勇於預先規劃心靈講座	邀請耕莘醫院胸腔內科陳政昕醫師 主題：當我們在一起時好好說幸福
109.07.14	義剪義燙	由美髮小隊免費提供剪燙髮
109.07.14	自強活動行前會議	於會議室進行
109.07.16	夏日炎炎沒事多喝水營養講座	佳音營養諮詢中心丁敏玉營養師來家講授
109.07.20	福音音樂會	邀請福音歌手溫碧娥於頤苑大廈進行音樂饗宴
109.07.21	主管會報	於會議室進行
109.07.21	安養院區消防演練	於安老科懷恩樓進行演練
109.07.23	自強活動	大甲鎮瀾宮及台中港區藝術中心參觀
109.07.24	公文處理及檔案管理研習	於會議室進行
109.07.27	夏日音樂會	於仰德樓交誼廳由志工鄭勝民音樂演奏並邀院友同歡唱
109.07.30	認識常見外用藥膏宣導	於安老科餐廳進行
109.07.31	健康食舖	由健康小隊提供脆皮冰淇淋以饗院民
109.07.31	養護科 7 月份慶生會	由健康小隊支援活動
109.08.10	第 3 季慶生會	由新和國小擊鼓隊及國樂社等慰問表演
109.08.13	犯罪預防宣導	由屈尺派出所至頤苑交誼廳以桌遊方式宣導預防詐騙
109.08.18	個案評估會議	於會議室進行
109.08.21	卓越計畫輔導	長照協會邀請委員針對卓越計畫進行輔導並提供建議
109.08.22	心花開團體志工服務	該團體來家提供小型表演並與院民話家常
109.08.25	義剪義燙	由美髮小隊提供免費剪燙頭髮
109.08.31	健康食舖	由健康小隊提供白木耳甜湯予院民饗用
109.09.02	中元節追思活動	於追遠堂進行追思活動
109.09.04	志工研習營	由極球指導員帶領志工體驗極球運動並教導成為指導員的技巧
109.09.09	109 年阿公阿嬤地板滾球運動	本家組有樂齡組及同樂組參加比賽，樂齡組獲得季軍
109.09.11	秋風送爽天使心慰問活動	由社團法人中華天使心身障才藝展演協會提供歌唱　舞蹈　薩克斯演奏及小丑帶動唱等表演活動
109.09.14	世界華人工商婦女企管協會捐贈儀式	協會捐贈本家電動護理床 24 床。
109.09.14	初秋微涼的邂逅 -- 翁慕光鋼琴獨奏會	由頤苑長者翁慕光提供鋼琴小品音樂分享

時 間	項 次	活 動 內 容
109.09.15	個案評估會議	於會議室進行
109.09.21	政風查核	於養護科查核院民財務代管事宜
109.09.23	卓越計畫查核	由社家署委託財團法人台灣長期照護專業協會辦理卓越計畫查核。
109.09.24	夏季音樂會暨養護科 9 月份慶生會	於養護科辦理小型音樂會，有電子琴演奏及薩克斯風表演，並進行慶生會。
109.09.25	主管會報	於會議室進行
109.09.26	中秋節辦桌	於中興堂進行
109.09.28	健康食舖	由健康小隊提供花生湯 + 油條，以饗院民
109.09.30	線上差勤系統教育訓練	人事機構主辦，於會議室進行
109.10.06	義剪義燙	美髮小隊提供免費剪燙髮
109.10.08	重陽系列活動 - 溫馨重陽敬老慰問	由台北市慈馨文化發展協會來家提供節目表演
109.10.13	個案研討	跨專業個案研討由楊培珊老師來家督導
109.10.14	台北地院少年勞動服務	於本家安老院區協助環境清潔服務
109.10.19	土地銀行慰問捐贈	由土地銀行新店分行來家捐贈物資
109.10.21	重陽系列活動 - 首都扶輪社致贈重陽慰問品	扶輪社贈沐浴組合 (毛巾、牙膏牙刷、洗髮精、沐浴乳) 另並有慈祐歌唱班提供表演
109.10.23	重陽系列活動 - 懷古美食	由健康小隊提供海鮮粄條供長者饗用
109.10.26	重陽系列活動 - 養生蔬食宴	由天青小隊於養護科提供長者素食另並有該隊志工及役男表演節目
109.10.28	重陽系列活動 - 秋季音樂會	於養護科志工鄭勝民電子琴演奏並為長者伴奏
109.10.30	重陽系列活動 - 富邦銀行基金會愛無限樂團慰問表演	基金會愛無限樂團 (聽障、視障) 提供歌唱、舞蹈、長笛等表演
109.11.02	109 年老人福利機構在職訓練	於公務人力發展學院進行
109.11.06	新北市勞工局視障按摩推廣活動	於中興堂進行
109.11.12	養護自強活動場勘	至台中后豐鐵馬道及梧棲台中港
109.11.17	義剪義燙	由美髮小隊提供免費剪燙髮
109.11.20	健康食舖	由健康小隊提供麵疙瘩分享院民
109.11.23	安勤科技股份有限公司慰問	捐贈本家 6 台平板電腦並有 STP15 種子人才培訓計畫提供長期照護專案企劃，組員指導長者使用資訊設備及資訊運用
109.11.25	養護自強活動行前會議	於會議室進行
109.11.25	養護科 11 月份慶生會	由安康小隊支援活動
109.12.01	安老科第 4 季慶生會	由新店小隊結合辣媽舞蹈社提供熱歌勁舞表演

109 年 7 月至 110 年 6 月活動列表

時 間	項 次	活 動 內 容
109.12.02	養護科自強活動	至鶯歌陶瓷博物館
109.12.04	地板滾球交流活動	至基隆居仁里及文山里與其社區地板滾球隊進行趣味賽及友誼賽活動
109.12.07	個案研討會	邀請萬育維老師來家督導
109.12.11	志工一日遊暨 110 年度招募活動	至台中后豐鐵馬道及梧棲台中港
109.12.18	健康食舖	由健康小隊提供麻油雞麵線分享院民
109.12.29	義剪義燙	由美髮小隊提供院民免費剪燙髮
109.12.30	嘉聯獅子會慰問活動	獅子會捐贈養護科吸頂扇、輪椅；安老科餐桌防疫隔板、立攝適等物資
110.01.06	養護科 1 月份慶生會	由新店小隊支援活動
110.01.12	安老第 1 季慶生會	由健康小隊支援活動
110.01.12	公彩樂齡健康促進活動 - 樂齡極球 (1)	由極球老師帶領長輩學習控球以提升肌耐力
110.01.13	110 年度志工授證及表揚典禮	於中興堂進行 110 年度本家志工授證儀式
110.01.16	景文親子讀經班慰問活動	於安老仰德樓進行
110.01.26	義剪義燙	由美髮小隊提供免費剪燙頭髮
110.01.26	公彩樂齡健康促進活動 - 樂齡極球 (2)	由極球老師帶領長輩學習控球以提升肌耐力
110.01.29	健康食舖 - 刈包	由健康小隊提供刈包予院民饗用
110.02.19	養護科 2 月份慶生會	由社團小隊支援活動
110.02.23	公彩樂齡健康促進活動 - 樂齡極球 (3)	由極球老師帶領長輩學習控球以提升肌耐力
110.02.24	健康食舖 - 關東煮	由健康小隊提供關東煮予院民饗用
110.02.19	養護科 2 月份慶生會	由社團小隊支援活動
110.02.23	公彩樂齡健康促進活動 - 樂齡極球 (3)	由極球老師帶領長輩學習控球以提升肌耐力
110.02.24	健康食舖 - 關東煮	由健康小隊提供關東煮予院民饗用
110.03.16	音樂輔療 (1)	藉由音樂多元刺激，達到成員之個別化治療目標。
110.03.19	養護科 3 月份慶生會	由惜福小隊支援活動
110.03.23	音樂輔療 (2)	藉由音樂多元刺激，達到成員之個別化治療目標。
110.03.23	公彩樂齡健康促進活動 - 樂齡極球 (5)	由極球老師帶領長輩學習控球以提升肌耐力
110.03.24	園藝輔療 (1)	林豪漢講師來家帶領長輩感受花草之美。
110.03.25	第 1 季個案研討會	於會議室舉行
110.03.26	健康食舖 - 肉羹	由健康小隊提供肉羹予院民饗用
110.03.30	音樂輔療 (3)	藉由音樂多元刺激，達到成員之個別化治療目標。

時 間	項 次	活 動 內 容
110.03.31	園藝輔療 (2)	林豪漢講師來家帶領長輩感受花草之美。
110.03.16	音樂輔療 (1)	藉由音樂多元刺激，達到成員之個別化治療目標。
110.03.19	養護科 3 月份慶生會	由惜福小隊支援活動
110.03.23	音樂輔療 (2)	藉由音樂多元刺激，達到成員之個別化治療目標。
110.03.23	公彩樂齡健康促進活動 - 樂齡極球 (5)	由極球老師帶領長輩學習控球以提升肌耐力
110.03.24	園藝輔療 (1)	林豪漢講師來家帶領長輩感受花草之美。
110.03.25	第 1 季個案研討會	於會議室舉行
110.03.26	健康食舖 - 肉羹	由健康小隊提供肉羹予院民饗用
110.03.30	音樂輔療 (3)	藉由音樂多元刺激，達到成員之個別化治療目標。
110.04.13	公彩樂齡健康促進活動 - 樂齡極球 (6)	由極球老師帶領長輩學習控球以提升肌耐力
110.04.14	園藝輔療 (4)	林豪漢講師來家帶領長輩感受花草之美。
110.04.20	義剪義燙	由美髮小隊提供免費剪燙頭髮
110.04.21	園藝輔療 (5)	林豪漢講師來家帶領長輩感受花草之美。
110.04.23	自強活動 (1)	帶養護院民前往士林官邸欣賞花卉之美，後於新店家樂福讓院民自行挑選美食、購買個人用品達到賦權。
110.04.27	公彩樂齡健康促進活動 - 樂齡極球 (7)	由極球老師帶領長輩學習控球以提升肌耐力
110.04.28	園藝輔療 (6)	林豪漢講師來家帶領長輩感受花草之美。
110.04.30	自強活動 (2)	帶安養院民前往野柳地質公園享受大自然莫測的變化、海水粼粼的波光，觀賞海洋公園海獅、海豚活潑的表演。
110.05.11	關懷慰問致贈	新北市長青健康協會致贈本家民生生活用品
110.05.31	你防疫我送好禮 (1)	辦理 < 清涼一夏 電腦抽抽樂 > 活動，感謝院民疫情期間配合防疫或隔離措施的優良表現，並協助院民度過新冠肺炎風暴來襲所帶來的身心焦慮與不安。
110.06.04	你防疫我送好禮 (2)	辦理 < 小玩大樂透 > 活動。
110.07.15	防疫健康吃 - 中和農會好物	金彩 520，院民動腦同樂
110.07.15	金彩 520	院民動腦同樂
110.07.23	幸福小確幸 - 清涼抽抽樂	線上抽獎活動
	北老愛在延續...	

衛生福利部北區老人之家
109 年 6 月至 110 年 6 月接受外界捐贈物品徵信清冊

序號	日期	捐贈者	財物名稱	單位	捐贈數量
01	109/06/08	財團法人新北市中和福和宮	白米	斤	300
02	109/06/18	簡瑞斌先生	全效洗衣精補充包 (1800 克)	包	180
03	109/06/22	新北市觀皇慈善關懷協會	白米 30 公斤	包	10
			白米 5 公斤	包	14
			砂糖	包	13
			玉米罐	罐	14
			醬油	瓶	14
			泡麵	小包	56
			麵線	包	12
			糙米麩	包	12
			糙米精	包	12
			飲料 (鋁箔)	箱	12
			糙米麩 (豆漿) 沖泡飲	袋	48
04	109/03/09	衛生福利部北區兒童之家	白米 804 公斤	桶	37
			沙拉油 36 公斤	桶	2
05	109/06/20	新北市政府	財團法人台灣肯納自閉症基金會禮盒 (含椰棗、起司脆棒、米果)	個	25
06	109/07/01	新北市中和地區農會	黃金大燕麥 (1800 克)	盒	24
07	109/07/06	大悲咒水功德會	大悲咒水	箱	20
08	109/07/07	中和中興福德宮	白米	斤	1000
09	109/07/06	吳宥庭	濕紙巾	包	24
10	109/07/16	簡維新	二手按摩椅	臺	1
11	109/08/07	王凱弘先生	三角擺位枕	個	1
			安全帶	條	4
12	109/08/07	陳堯灝先生	三角擺位枕	個	1
13	109/08/14	韓玉鳳女士	濕紙巾	箱	1
14	109/09/01	社團法人新北市連心慈善會	白米	斤	1000
			醬油	瓶	48
			糖	包	50
			綠豆	包	50
			鹽	包	70
15	109/09/01	靈山媽祖廟	白米	斤	450
16	109/09/02	板橋皇勝宮	白米 10 包等捐物	批	1
17	109/09/04	台北忠誠堂	白米	斤	250
18	109/09/07	大悲咒水功德會	大悲咒水	箱	20
19	109/09/14	世界華人工商婦女企管協會	電動病床	床	24

序號	日期	捐贈者	財物名稱	單位	捐贈數量
20	109/09/07	道明國際殯儀有限公司李士偉、李慶偉先生	白米	斤	250
			沙拉油	瓶	14
			保久乳	箱	10
			燕麥片	箱	10
			肉鬆 (含素肉鬆三罐)	罐	10
21	109/09/14	玉敕素玉清昭明殿台北北玄堂	白米	台斤	1400
22	109/09/12	彭俊騏、彭家澤	柚子	斤	100
23	109/09/17	中和中興福德宮	白米	台斤	1000
24	109/09/28	衛生福利部北區兒童之家	食米	公斤	1500
			鹽	公斤	205
			糖	公斤	50
			醬油 (醬油膏)	公升	106.8
			沙拉油	公升	226
25	109/09/20	社團法人中華民國太元扶心會	白米	包	100
			白米	包	8
26	109/09/25	台灣千慈愛心救急佈施協會	白米	包	150
27	109/09/25	戴王靜嫻女士	Bee Venom Essence Cream 蜂胜肽賦活緊緻雙	罐	1
			口紅	支	1
28	109/09/20	振頤軒食品企業有限公司	蛋黃酥	顆	85
29	109/09/26	中華玄一宗朝原聖道會	白米	斤	100
			食品	箱	20
30	109/09/28	總統府	鳳梨酥 (12 入)	盒	30
			藍莓蘇 (6 入)		
			梅子蘇 (6 入)		
			鳳梨酥 (15 入)	盒	45
			藍莓蘇 (3 入)		
			梅子蘇 (3 入)		
31	109/10/08	簡瑞斌先生	窗簾	式	1
32	109/10/21	新碧獅子會	明倍適營養品	箱	21
			蛋糕	份	66
33	109/10/19	上品蓮佛教禮儀有險公司	柚子	箱	2
34	109/10/19	台灣土地銀行新店分行	200 個口罩	盒	4
			175g 肉鬆	罐	4
			750g 補體素	罐	4
			750g 高鈣奶粉	罐	4

衛生福利部北區老人之家
109 年 6 月至 110 年 6 月接受外界捐贈物品徵信清冊

序號	日期	捐贈者	財物名稱	單位	捐贈數量
35	109/10/22	台北首都扶輪社	毛巾	條	494
			牙膏 + 牙刷	組	494
			洗髮精	罐	247
			沐浴乳	罐	247
36	109/10/22	新北市中和地區農會	豆奶	箱	12
			保久乳飲品	箱	4
			南瓜起士餅乾	包	10
			富麗糙米麩	袋	12
			黃金大燕麥片	盒	12
			蓬萊麵	箱	4
37	109/10/22	新北市中和地區農會	紅豆糙米麩	箱	3
			米糠麩養生粉	罐	18
			糙米精	包	12
38	109/10/29	新北市新店區屈尺國民小學	連新米	包	67
39	109/10/29	林欣融先生	香蕉	箱	15
40	109/10/26	大悲咒水功德會	大悲咒水	箱	20
41	109/11/02	龍華集仙院	立攝適均康	箱	7
42	109/11/06	新北市政府勞工局	手工餅乾禮盒	箱	36
			鳳梨酥 + 小餅乾禮盒	箱	24
43	109/11/16	臺北總巡元帥府	坎粉	包	35
			砂糖	包	22
			蔬菜調和油	瓶	16
			玉米粒	瓶	16
			鯖魚罐頭	罐	10
			碘鹽	包	17
44	109/11/09	林寶蓮女士	彩色鐵琴 15 音 (附棒)	個	4
			手鼓 / 鈴鼓 / 羊皮鈴鼓 4 吋	個	2
			手鼓 / 鈴鼓 / 羊皮鈴鼓 6 吋	個	2
			手鼓 / 鈴鼓 / 羊皮鈴鼓 8 吋	個	4
			沙槌 23 公分	個	2
			沙槌 20 公分	個	2
			西式木魚	個	3
			雙頭木魚	個	5
			彩虹手搖鈴	個	5
			海浪鼓	個	1
			羊皮地鼓 8 吋	個	2
			羊皮地鼓 10 吋	個	2
			節奏棒	個	4

序號	日期	捐贈者	財物名稱	單位	捐贈數量
44	109/11/09	林寶蓮女士	8 音彩色音磚	個	1
45	109/11/09	林寶蓮女士	濕巾補充包 (12 包)	箱	2
			柔濕巾 85 抽 (36 包)	箱	6
			柔濕巾 厚外出包	箱	1
			濕巾補充包 (100 入 / 組)	箱	10
			柔濕巾 80 片 /8 包 / 箱	箱	2
			柔濕巾 20 片 /24 包 / 箱	箱	1
46	109/11/23	安勤科技股份有限公司	平板電腦	台	6
47	109/11/19	陳林美秀女士	隔屏	個	1
			公佈欄	個	1
48	109/11/13	江麗貞女士	沙發	個	9
			桌子	個	1
49	109/11/26	高堂營造有限公司	紙尿布	箱	8
50	109/12/09	海會寺及本家健康小隊	麻醉工作車	張	1
51	109/10/26	林寶蓮女士	養生蔬食宴	批	1
52	109/12/10	林貞子女士	隨行杯	個	21
53	109/12/16	臺北市私立復興實驗高級中學	公佈欄、掛圖軌道、窗簾	組	1
54	109/12/18	圓宏有限公司	活力褲	包	12
			亞培安素	罐	48
			看護墊	包	1
			灌食空針	個	9
55	109/12/30	台北嘉聯獅子會	吸頂扇	台	24
			輪椅	台	3
			高背輪椅	台	1
			防疫隔板	片	136
			立攝適	箱	15
56	109/12/29	中和中興福德宮	白米	斤	1000
57	109/12/28	中華玄一宗朝原聖道會	物資	箱	60
58	109/12/29	台灣土地銀行桃園分行	亞培安素雙卡	罐	24
59	109/12/23	葉李雪霞小姐	年月日桌曆	份	172
60	110/01/04	大悲咒水功德會	大悲咒水	箱	20
61	109/01/16	英華達股份有限公司	毛毯	條	2
62	110/01/06	張月桃女士 (張金治女士)	電動病床	台	5
			潤膚乳液	瓶	87
63	110/01/20	林文卿先生	地瓜	斤	50
64	110/01/21	郭芳蘭小姐	珍珠柑禮盒	盒	1
			擴大機	台	1
			12 吋喇叭	組	1

衛生福利部北區老人之家
109 年 6 月至 110 年 6 月接受外界捐贈物品徵信清冊

序號	日期	捐贈者	財物名稱	單位	捐贈數量
65	110/02/01	蕭淑華小姐	精油 (保衛複方)	瓶	1
66	110/02/08	元一國際顧問有限公司	青森蘋果	顆	16
67	110/02/05	大潤發流通事業股份有限公司新店分公司	愛心年菜禮盒	箱	48
68	110/02/09	劉居唐先生	二手愛恩特氣墊床 (含主機)	張	1
			二手惠生減壓坐墊	個	1
69	110/01/29	財團法人台北市私立東森社會福利慈善基金會	羽絨外套	件	107
70	110/03/09	許麗月小姐	環寶博士 (英國梨小蒼蘭 + 無患子) 香氛洗衣精	包	1
			環寶博士 (精油 + 小蘇打) 洗衣精	包	1
			環寶博士 (橘子香庭) 洗潔精	包	1
			環寶博士 (無患子溫和配方) 洗潔精	包	1
			環寶博士厚片菜瓜布 (3 片)	包	1
			環寶博士廚房除油靈	瓶	1
			南王超濃縮液體肥皂膠囊 (小蘇打) 補充包	盒	1
			南王超濃縮液體肥皂膠囊 (無患子) 補充包	盒	1
			環寶博士浴廁清潔劑	瓶	2
			南王超濃縮液體肥皂膠囊 (特調橘油)	盒	1
			南王超濃縮液體肥皂膠囊 (添加酵素與護色配方)	盒	1
			南王超濃縮去污皂	塊	2
71	110/03/15	洪老師代表	安親漢方草本成人紙尿褲 M	箱	5
			安親漢方草本成人紙尿褲 L-XL	箱	5
72	110/03/16	陳麗華、黃陳來予女士	系統置物櫃	組	1
73	110/03/22	衛生福利部北區兒童之家	白米	公斤	1430.5
			麵條	公斤	220.86
			鹽	公斤	13.5
			砂糖	公斤	7
			沙拉油	公斤	97.68
			醬油	公斤	29.74
			綠豆	公斤	1.2
			紅豆	公斤	2.4
			米粉	公斤	2
			冬粉	公斤	3.6
			味精	公斤	1
74	110/02/04	財團法人台北市私立東森社會福利慈善基金會	東森嚴選阿一鮑魚火雞感恩回饋組	組	20
75	110/04/07	陳堯灝先生	輪椅	台	1
76	110/04/07	王凱弘先生	輪椅	台	1
77	110/04/12	王碧玉女士	包大人黏貼型紙尿褲 L-XL(13 片裝)	包	4
78	110/04/14	衛生福利部社會及家庭署	巨峰葡萄 (6 小盒裝)	箱	1

序號	日期	捐贈者	財物名稱	單位	捐贈數量
79	110/05/11	新北市長青健康協會	衛生紙	串	28
			杏仁黎麥粉	罐	3
			綜合營養粉	罐	3
			麵包、蛋糕	個	18
80	110/05/14	彰化銀行	鳳梨 (6 顆裝)	箱	5
81	110/05/12	財團法人台北市私立東森社會福利慈善基金會	阿一鮑魚團圓菜組合	組	50
82	110/05/24	白金花園酒店	雞蛋	顆	300
83	110/05/21	林雪冬女士	地瓜葉	斤	40
84	110/05/25	吳玉蘭女士	白米 (1.5 公斤裝)	包	1
			得意的一天純芥花油 (2.4 公升裝)	罐	2
85	110/05/31	社團法人中華育幼機構兒童關懷協會	微熱山丘鳳梨酥 (16 個裝)	盒	47
86	110/06/07	郭肇蕾小姐	粽子	個	100
87	110/06/10	新北市中和地區農會	蓬萊袋麵 (蔥香肉燥、素香風味)	包	75
			豆奶 (鋁箔) (有糖 / 無糖黃、黑豆奶)	瓶	96
			紅豆糙米麩豆漿	包	36
			黃金大燕麥片	盒	12
			滬尾南瓜起司絣 (紅藜麥)	包	20
			有機糙米麩	包	12
			糙米精	包	12
			紅薏仁養生粉	罐	12
			米糠麩養生粉	罐	12
88	110/06/15	邱吳書偉女士	醫用口罩 (300 個裝)	箱	13

衛生福利部北區老人之家
年度接受外界捐款（慰問金）徵信清冊
109 年 6 月 1 日至 110 年 6 月 30 日

序號	日期	捐款單位 / 人士	捐款金額
1	109/06/16	台北市江西同鄉會蔡俊有理事長	$1,600
2	109/09/23	台北市江西同鄉會蔡俊有理事長	$1,600
3	109/09/26	元順營造股份有限公司	$5,000
4	109/10/16	新北市政府社會局	$30,000
5	110/01/01	衛生福利部社會及家庭署	$40,000
6	110/01/04	黃瓊瑩	$2,000
7	110/01/04	林素香	$2,000
8	110/01/07	新北市政府社會局	$30,000
9	110/01/20	富鉅鼎建設股份有限公司	$50,000
10	110/01/20	林文卿	$5,000
11	110/02/01	台北市江西同鄉會	$1,600
12	110/02/01	高毓青	$5,000
13	110/02/05	李玉梅小姐	$5,000
14	110/02/05	李巧蓮小姐、黃寶儀小姐	$5,000
15	110/02/05	元順營造股份有限公司	$5,000
16	110/02/09	羅明才委員	$60,000
17	110/02/09	新北市政府社會局	$166,800
18	110/02/19	社團法人中華民國太元扶心會	$7,100
19	110/06/02	新北市政府社會局	$25,000

衛生福利部北區老人之家｜2021年北家園地

發行機關　衛生福利部北區老人之家
發 行 人　陳立庚
總　　監　張瑞珍
編　　輯　黃淑容 顏佑安
插　　畫　羅麗珠
地　　址　231新北市新店區屈尺路83號
電　　話　02-2666-8695
傳　　真　02-2666-7747
網　　址　https://nrsch.mohw.gov.tw
出版日期　110年11月
創刊年月　94年1月

設計印刷　大鋐創意行銷有限公司
地　　址　台北市民生東路三段88巷28號1樓
電　　話　02-2502-5196
傳　　真　02-2501-3626
網　　址　www.da-ya.com.tw

如果人生沒有夢想
就不會有許多奇幻美麗的旅程

大白和花貓 是北老的浪浪 也是機構的原住民

大白日日在中興堂前看守著玫瑰園
花貓總是在懷恩樓的一隅凝視著遠方的夕照

不變的守候 與永遠凝視
是大白與花貓對這片土地恆久的愛…

衛生福利部北區老人之家
Northern Region Senior Citizens' Home, Ministry of Health and Welfare