



學術論述

感動服務

業務心得

好書好文共分享

本處近期活動花絮

第 065 期電子報 學術論述

談長期照顧需求與因應

林妙玲/高雄市政府衛生局長期照顧中心技正

高齡化社會來臨，照顧的問題及需求也隨之出現。當年齡逐漸增長、身體狀況日益衰退時，照顧需求也逐漸增加。然而，目前家庭結構及社會型態已有許多改變，失能、失智的民眾難以完全仰賴來自家庭的照顧，因此，運用國家的長期照顧政策及服務資源愈顯重要。

面對高齡化社會，我們可以對現行長期照顧資源有更多認識，同時也可以更積極正向的態度來面對失能、失智的狀況，相信我們及家人都能達成在地安老，幸福安老的期待。

我們就下列 3 個面向來認識長期照顧的議題：

一、長期照顧資源如何尋求：

目前政府推動長照 2.0 服務，符合申請資格的民眾可以向各縣市政府的長期照顧管理中心提出申請。長照中心接到申請案後，將指派照顧管理專員到府進行失能評估，失能等級達 2 至 8 級的民眾，可以運用政府提供的長照給付額度，選擇居家及社區式長期照顧服務。主要的服務我們常常稱做長照 4 包錢，包括「照顧及專業服務」、「輔具及無障礙環改服務」、「交通接送服務」與「喘息服務」。民眾只要支付少許的自付額度，即可使用居家及社區式的各項長期照顧服務，讓失能/失智的民眾能在熟悉的環境中得到安心及專業的照顧。

但若家人的失能狀況已是居家與社區式機構的照顧無法滿足時，住宿型長照機構可能成為另一種選擇，雖然目前長照給付額度尚無法運用於住宿式長照機構，但目前政府提供了住宿式服務機構使用者補助方案，符合補助條件者，每人





學術論述

感動服務

業務心得

好書好文共分享

本處近期活動花絮

第 065 期電子報 學術論述

每年有最高 6 萬元的補助額度。若市民有選用住宿式長照機構的需求時，慎選合適的機構就相對重要，除了透過政府資訊確認機構是否為合法設立，並在家人入住前對機構有充分的瞭解，透過對機構經營理念的里解，居住環境的參觀及與入住長輩充分討論，讓家人獲得完善的照顧，相關資訊可透過 1966 專線電話諮詢或至政府機關相關網站查詢。

二、以積極的態度面對失能及老化的轉變

年齡的增長是每個人都不能避免的過程，但是身體功能的衰退速度，確有機會透過較積極的健康促進方案來延緩發生。目前長照 2.0 政策中，政府積極布建許多社區健康關懷據點與 C 級巷弄長照站，這些單位的設立主要是協助亞健康、衰弱及輕度失能的民眾，透過健康促進方案的參與，以及相關已透過實證確認能預防與延緩失能方案的導入，緩解失能、失智的進展，也協助這些民眾運用現有的身體功能來完成日常生活的各項需求。過去我們會提供許多照顧服務或復建方案給失能的民眾，期待可以讓失能者獲得較為妥善的照顧並恢復身體功能。長照 2.0 推動後，更倡議復能的觀念，雖然失能、衰退是不可避免的，仍可透過肢體功能、生活自理的訓練，以及輔具的運用和環境的無障礙改善等專業指導與協助，即使處於失能狀態依然有機會自己完成生活中的大小事。近年來也有許多科技參與長期照顧服務，例如運用 VR、AR 技術協助失智症病友懷舊治療，運用大數據分析找出合適的照顧模式，以及一些科技輔具的研發協助失能的朋友更易生活自理，降低老化及失能的衝擊。





學術論述

感動服務

業務心得

好書好文共分享

本處近期活動花絮

第 065 期電子報 學術論述

三、溫暖友善的對待失能、失智的朋友與家人

我們常說「有愛則無礙」，失能者除了面對身體功能衰退帶來的生活挑戰，還有周遭因為不理解而產生的歧視與不友善對待，例如許多長期照顧資源布建時遭遇到附近居民的反對與抵制，他們對失能、失智抱持負面態度。在許多北歐國家或鄰近的日本，企業已主動將認識失能及失智納入內部研習內容，主動理解失能、失智朋友的身心狀況，並透過有系統的訓練，溫暖的回應這些朋友的需求，體悟到失能、失智將會是我們生命歷程的一部分，而每個人經歷失能、失智時，也會期待能有自在友善的生活環境，如失智咖啡館、失智友善超市、銀行等。此外，透過重新學習尊重生命，發展各種照顧服務的專業課程，讓長期照顧成為更加受到重視的領域。

近年來長照產業正蓬勃發展，但是當老化速度超乎預期時，唯有轉換、認識長期照顧的觀念與思維，善用相關資源並且以溫暖友善的態度對待身邊有長期照顧需求的家人朋友，以降低高齡化的衝擊，從容喜樂的迎接每一階段的生命歷程。



學術論述

感動服務

業務心得

好書好文共分享

本處近期活動花絮

第 065 期電子報 學術論述

國家文官學院《T&D 飛訊》第 285 期電子報



發行機關：國家文官學院 | 發行人：郝培芝 | 發行日期：2021/12/01 | 期別：第285期

Hot News

本學院11月份辦理2場「每月一書」導讀會，合辦機關分別為：花蓮縣玉里鎮公所於24日辦理《我如何真確理解世界》導讀會，講座為閱讀人社群鄭俊德主編；澎湖縣政府於25日辦理《異見的力量》(線上)導讀會，講座為臨床心理師蘇益賢醫師。

本月主題：機器人教學

人工智慧與國民教育：以臺北市政府為例

-----林育鴻、李麒祥 / 臺北市政府副秘書長、秘書處視察

機器人輔助教學的應用趨勢與導入模式

-----黃國禎、朱詩婷 / 國立臺灣科技大學數位學習與教育研究所講座教授、應用科技研究所博士生

學習與分享：109年度公務人員專書閱讀心得寫作競賽得獎作品



【公共政策與管理知能領域】佳作

省思數據、破除謊言澄清真相—縮小我們與現實的距離

-----蕭淵云 / 嘉義縣水上鄉大崙國民小學人事主任

學術論述

感動服務

業務心得

好書好文共分享

本處近期活動花絮

第 065 期電子報 學術論述



【公共政策與管理知能領域】 佳作

風起·您盡力了嗎?—《鋼索上的管理課》專書閱讀心得

——黃慧芬 / 經濟部台灣電力股份有限公司組長

好書專欄



【每月一書】【110年公務人員專書閱讀心得寫作競賽指定專書】

書名 / 瑞典模式 作者 / 辜詠秣 出版社 / 商周

..... 作者集結旅居當地多年的心得，爬梳歷史脈絡，透過生活與職場的第一手觀察，從社會制度、價值觀、教育等面向切入，描繪這個福利國度的性格，為台灣追求理想社會的進程提供思索空間。

【延伸閱讀】



書名 / 蘇東坡新傳(上下冊) 作者 / 李一冰 出版社 / 聯經

..... 本書十之八九取材自東坡詩詞，參照其他文集資料，以詩人少有的人生經歷，與其心血結晶的詩作相印證，勾勒出他一生。透過本書，一個赤誠、豪邁、才氣縱橫的文人遂赫然眼前。

學術論述

感動服務

業務心得

好書好文共分享

本處近期活動花絮

第 065 期電子報 感動服務

來自父親的關愛

「佳綺，公所一位退休人員自 105 年亡故後，遺屬陸續來辦理撫慰金了，唯獨剩下 1 位家屬在國外，尚未來辦理，有個專案卷宗，請妳留意...」前承辦人殷殷叮囑著。翻閱卷宗，果然還有 1 人尚未申辦父親的一次撫慰金(現稱遺屬一次金)，幸好前承辦人將本所通知申請過程等資料均保留完整，讓我較有頭緒處理延宕多年的案件。

著手處理後瞭解到，退休人員配偶已去世，退休人員亡故後，子女各自成家且較少聯繫，因此難以直接連繫在國外的女兒前來請領，於是本所行文內政部協助查證其遺屬及國籍是否符合申領資格，並請戶政機關協助查詢戶籍情形，另行文請當事人依新法(公務人員退休資遣撫卹法)所訂期限內提出並告知若於國外申請，須透過相關駐美辦事處協助辦理。不知是否上天冥冥中幫忙，在行文至遺屬北部的住家後不久，再次電話聯繫是否送達時，她的房客表示可以幫忙與當事人聯繫，令人振奮。其後，遺屬持續以電子郵件與我聯繫，並於 109 年 11 月返臺，經過防疫相關隔離措施，南下親自辦理遺屬一次金申領。

過程中彷彿有股力量，讓事情順利完成，當事人也向我訴說當年父親辛苦拉拔兄弟姐妹 4 人長大，以及她對父親的思念，感慨樹欲靜而風不止，子欲養而親不待。

在當事人最後一次南下高雄簽領遺屬一次金收據並辦妥相關文件後，她拉著我的手，眼淚在眼眶中打轉，訴說著感謝，我也感謝她能親自回臺辦理相關手續，讓事情圓滿完結。我們給對方最溫暖的擁抱，祝福彼此往後的人生一切順利。
*小編附註：感謝鼓山區公所人事室王助理員佳綺分享辦理遺囑一次金業務，與退休人員子女互動經驗。人事同仁發揮專業知能，積極協助民眾完成申領作業，並獲得當事人真誠地感謝，想必雙方內心都是感動滿滿。



學術論述

感動服務

業務心得

好書好文共分享

本處近期活動花絮

第 065 期電子報 業務心得

「疫」想不到的人生

2020 年，全世界經歷一場前所未有的世紀挑戰—嚴重特殊傳染性肺炎，臺灣在防疫團隊的努力及民眾全力配合下，度過一次次疫情危機，而市府團隊發揮互助合作精神，展現臨危不亂的應變能力，秉持著市民至上的精神努力為民服務，如疫苗接種站及各項紓困等，透過本文向所有公務同仁致上最高敬意，也感念醫療團隊無私奉獻的精神。

抗疫期間的點點滴滴，編織一段「疫」想不到的人生，成就職場新體驗，為即時掌握確診人數及個案足跡，衛生局成立疫調中心及戰情室，24 小時不間斷，由各科室同仁及各衛生所護理人員安排 3 班輪值，不分平假日全年無休，輪值以外時間仍需處理本職防疫業務，如長照機構及餐飲食品業防疫稽查、醫療院所快篩站及專責病房設置等，另民眾詢問案件及檢舉未戴口罩案件每月數以千計，同仁每日加班處理已成為常態。

再者，接種「戰」開「打」，為提升疫苗覆蓋率並便利市民就近施打，大型疫苗接種站陸續開設，如巨蛋、高雄展覽館及科工館、鳳山體育場等，請各機關同仁輪流支援，目前第 1 劑疫苗覆蓋率已提升至 7 成，為鼓勵市民接種，持續設置各大小型疫苗接種站，期能透過疫苗建立保護網，杜絕病毒侵襲。

令人感佩的是，曾與本局合作的區公所、文化局、社會局及民政局等機關接獲臨時交辦任務，每次的服務都能讓市民感動與安心，在這場戰「疫」中，看見同仁互相幫助及跨機關同心協力，成為忙碌職場中的感動與小確幸。

小編附註：感謝衛生局人事室杜助理員怡玲分享防疫期間業務心得，面對疫情考驗，公務團隊發揮勇於當則精神，全力以赴完成任務，積極守護市民健康。



學術論述

感動服務

業務心得

好書好文共分享

本處近期活動花絮

第 065 期電子報 好書好文共分享

為什麼我們製造出玻璃心世代

*作者：強納森·海德特(Jonathan Haidt) /著，朱怡康/譯

*出版社：麥田

*出版日期：2020 年 2 月 29 日

*分享人：高雄市大樹區公所人事室陳主任雲靖



本書作者強納森·海德特(Jonathan Haidt)為賓州大學社會心理學博士，取得學位後持續在芝加哥大學擔任研究員並專注於文化心理學之研究，並曾於維吉尼亞大學任教 16 年，對心理學之研究貢獻良多。

本書探討為何走出同溫層會成為民主的美國大學中最危險的事情？經作者探究後發現原因是美國數十年來灌輸年輕人的「3 大思考謬誤」：

一、安全至上

作者鼓勵家長尋找讓孩子可以反脆弱的事物，許多事情都必須透過壓力及挑戰來學習，當孩子習慣這樣的處理模式，將更能成長茁壯。反之，若孩子未經歷挑戰與學習過程，將使他們變得脆弱，經不起壓力。

二、永遠信任自己的感覺

有關作者如何運用社會學角度來探討校園中的言語暴力，合理的事情僅只因為學生覺得不合理以及過度依賴自己的感覺，便透過許多方式，如言語暴力以及罷講者等激進的方法來表達自己的心聲與想法，長此以往導致思考僵化以及拒絕傾聽他人意見。

三、人生是好人與壞人的戰爭

有關學生被灌輸世界上唯有黑與白的區分，因而失去互相討論以及理解彼此的機會，加上社群軟體以及媒體資訊，常常只討論對與錯，導致管中窺豹，以偏





學術論述

感動服務

業務心得

好書好文共分享

本處近期活動花絮

第 065 期電子報 好書好文共分享

概全，忽略了許多事情沒有絕對的對與錯，應學習以同理心站在不同的立場思考。

本書探討美國的文化與教育模式，他山之石可以攻錯，以此為借鏡檢視臺灣的教育方式，其實多有雷同。本書能夠協助家長建構正確的教育觀念，教導孩子學習反思自己的行為，避免落入 3 大思考謬誤。心理學家發現，態度是一種習慣，自己一開始覺得困難的事情，若能往好處想，改變看待問題的角度，將會發覺自己的內在能量增強許多，抗壓應變能力大為躍進，讓我們一同成為高韌性的人！
小編附註：感謝大樹區公所人事室陳主任雲靖推薦並分享本書讀後心得，面對人生中難以預測的變化球，心理韌性是幫助我們在逆境中前進的主要動力，讓自己更成熟、更堅強，在危機與壓力下發展出健康的因應策略。

學術論述

感動服務

業務心得

好書好文共分享

本處近期活動花絮

第 065 期電子報 本處近期活動花絮

【新手起步走，活力新注射】

110 年高雄市政府新進人事人員座談會

本處於 110 年 12 月 6 日為考試分發人員舉辦新進人員座談會，邀請經濟發展局人事室鐘主任金玉分享公務生涯經驗談及 2 位任職 3 年內的林庭薇學姊及楊杰勳學長提供初任公職快速上手的小撇步，盼藉由一系列的經驗傳承，協助新進人事同仁更快熟悉公部門運作，在工作上更得心應手。



此次座談會共 22 位新進人員參與，活動一開始，陳處長詩鍾與新進人事人員分享個人職業生涯的發展並勉勵大家，由於人事服務已走向人力資源發展，人事人員角色不再只是單純處理例行性的業務，除熟稔基本的法規內容外，應培養第二專長，亦要具備權變概念，在不同的職位擁有不同的專業能力與思考角度，隨時精進自己的能力與保持彈性應變的態度，提升自我知能，才能穩固跟上時代變遷的腳步。

學術論述

感動服務

業務心得

好書好文共分享

本處近期活動花絮

第 065 期電子報 本處近期活動花絮

座談會順利圓滿結束，此次活動不僅拉近同事間的情誼，也透過前輩們的職場上及身心上的協助，降低新進人員初任職場的不安，形成良好的雙向交流，期盼未來大家同心協力在各個位置上發揮所長，為高雄市的人事體系注入新的活力和力量。

【人事疫苗小尖兵】

1126-1127 大東文化藝術中心疫苗接種站

大東文化藝術中心於 11 月 26 日及 27 日開設疫苗接種站，由陳處長詩鍾率領本處、人發中心及所屬人事機構夥伴們承接任務，為符合施打條件者接種疫苗，提升整體新冠肺炎疫苗覆蓋率。除事前妥善規劃各站區動線外，民眾從依序報到、填寫個人資料、進入注射區，由醫師進行問診評估，在護理師核對身分後注射疫苗，每個流程皆力求讓民眾在最短時間內順利完成疫苗施打，減少等候時間。

兩天下來共計 6,307 人完成疫苗接種，更創下單日最高 3,699 人施打記錄，民眾相當踴躍，人事夥伴們皆展現積極親和的服務態度，使整體接種流程順暢、秩序良好，圓滿完成任務。

