



志工心得與感想

2012年12月憑藉著一股衝勁激發我，以迅雷不及掩耳之速投入內政部移民署當志工，並服務於外事組。奉獻閒暇時間和熱誠心意，秉持服務為榮，歡喜心樂意作為座右銘，正式加入台灣志工行列。

首項志工工作讓我有機會學以致用。「高雄市第一服務站」服務來自全球各國民眾在台居留、就學、異動和外勞…等等各項目（中國除外）。服務台崗位乃為第一線，經常幫忙填寫申請表格和校對身分證件。其中填寫中文名字，曾經遇到幾位外國人還沒有取中文名字，我用他們英文名字的音挑選中文字，組合之後解釋每個字註解給對方聽，極大多數為學生、老師（教英文），他們瞭解後高興得馬上採用。看到興奮神情洋溢在他們臉上，離開前頻頻點頭致謝，我的舉手之勞也能愉快地感受到幫助真正需要被幫助人的感動之樂，讓我在平淡的日子裡增添許多好心情。謝謝內政部移民署高雄市第一服務站錄取採用讓我初試啼聲融入志工團隊。

不久，高雄市政府社會局長青綜合中心招募志工在時日緊湊中，長青成為我第二個服務單位。據統計平日在長青綜合中心進出約三千人次，值勤中我默默觀察人群，依據外表長相行動力看來多數人歲數幾乎都比我大。糟糕！該如何稱呼他們才恰當呀！嘿！嘿！嘿！…不用擔心有志工在甚麼都不怕：將他們全體稱呼「長輩」，禮貌又尊敬，真是完美極了！伙伴有你們的愛戴熱誠教導真是由衷感謝，於此獻上一鞠躬。

「老人服務老人」是高雄市社會局的宗旨，也是最讓我津津樂道和讚揚之處。節目服務組負責播放及掌控音響和排列長輩們上場展歌喉順序等等繁雜工作，志工伙伴蘇黃玉今年86歲，帶著外勞相陪值班，從不遲到早退、盡忠職守努力做好份內事，偶而和唱歌的長輩們台上台下呼應對唱，打成一片充滿祥和快樂氣氛，道道地地實踐老吾老以及人之老之精神。

曾經有志工伙伴早上七點從家裡出發搭公車搭到十點多才抵達長青中心，心不由己的情況下家屬無奈遞上辭呈，這位大哥伙伴在此之前發生過類似情況多次，中心並無勸退之舉動，讓我深深體驗到高雄市社會局長青綜合中心是最具人情味的單位。

我很幸運當志工服務的內政部移民署高雄市第一服務站和高雄市政府社會局長青綜合服務中心這兩處部門都讓我深以為榮為傲。

高雄市社會局長青綜合中心志工團台東二日遊記錄

園藝組/洪松鏞



為響應政府「補助接待陸客衝擊之旅行業辦理國內旅遊要點」，中心志工團團長、活動組組長以及各位幹部辛苦的策劃下，提供志工伙伴們以優惠價格實施台東二日遊之休閒活動，實施日期為106年1月8、9日。

當日參加旅遊之伙伴及家屬在長青中心大樓前涼亭抽座位籤，分為甲、乙、丙三輛遊覽車，並於早上7點50分左右出發。開車後由旅行社派在各車之導遊就開始介紹車上的安全措施與逃生門及滅火器的位置，然後就一路解說旅行景點的各種重點及其成為遊客喜歡造訪的原因，同時車上服務之志工幹部跟導遊開始發放志工團幹部為參加旅遊伙伴準備之飲料及早點，非常感謝在此次旅遊活動捐錢贊助的志工伙伴。

從楓港至南迴公路往台東出發，沿途經過之山景、海岸線、藍色的海洋，各式的景觀真的美不勝收，跟自己開車的感受完全不同。吃完風味午餐後到知本森林遊樂區。此時下起細雨，大伙延著道路往知本遊樂區遊客服務中心，觀看介紹影片並前往各區景點觀賞。雨越下越大，大伙走回遊覽車趕往台東海濱公園琵琶湖遊賞，公園位於台東市區旁之景點，可惜公園內之樹木經過颱風之摧殘很像南投鹿谷的忘憂森林，但是人潮還不是少，大部分的伙伴都走到琵琶湖後才回到進入濱海公園之入口處綠水橋拍照。下車處有一片草原，伙伴們快樂的在那裡坐著站著躺著在那裡拍照。夜色漸晚，我們前往較郊區的娜路彎銀河酒店用晚餐及夜宿，吃完晚餐後有一些伙伴就到休閒區打乒乓球並由副團長林文良下場指導，另有一些伙伴就到SPA區享受熱水洗禮。

第二日早上6點30分飯店電話晨喚，但早已有一些伙伴到酒店外面拍照及散步，還有賣釋迦水果的小貨車早已擺在酒店門，吸引一些伙伴在採購了。吃早餐大伙提著行李上車奔往鹿野高台，參訪所謂的飛行傘跳台。鹿野高台位於福鹿山後面一片大草原，天氣好時有飛行熱氣球活動，草原邊沿有用警示帶拉起隔離區。沿著福鹿山石頭碑前面看台，站在木欄杆前往台東一望風景真美，由於天氣不好所以有霧茫茫的另一種美景的感覺。之後前往布農部落參觀，並欣賞原住民八部合音表演，中午在布農部落用餐，餐後伙伴們又各自尋找美景猛用手機及相機拍攝。短暫休息後至小野柳風景區，欣賞大自然地質景觀鬼斧神工的豆腐岩、龜陣岩。最後一站來到多良火車站，此站是無人上下車停靠的火車站，深為攝影迷的喜愛，因為它特殊的地理環境，加上火車剛出山洞之鏡頭的景象與震撼力讓攝影迷們一致的推崇，現已成為往東部旅遊必往朝聖的景點。

此次的旅遊感謝長青中心的長官支持，更要感謝志工團團長、副團長各組幹部尤其是活動組組長及幹部的策劃及車上、車下的服務，筆者在此感恩。



長青園地

第111期

雙月刊



長青中心網站



長青園地

發行所：高雄市政府社會局長青綜合服務中心

發行人：劉耀元

地址：高雄市苓雅區四維二路51號

電話：07-7710055

網址：senior.kcg.gov.tw

行政院新聞局登記證局版高市誌字第190號



金雞賀歲 獨居長輩歡慶「萬歲宴」圍爐，享用豐盛年菜

教保課/黃姬嫻社員、黃昭蓉社員



為讓本市獨居長輩感受過年節慶氣氛及社會溫暖，高雄市政府社會局於農曆春節前舉辦了獨居長輩圍爐及致贈年菜活動，其中獨居長輩圍爐共辦理2場，分別於1月6及10日在香蕉碼頭河邊海景宴會館與旗山區的大都會餐廳舉辦，除了精緻豐盛的料理外，還有豐富的摸彩品，共有約1,000名長輩們在農曆年前共同感受年節溫暖，副市長許銘春也蒞臨第1場的活動現場，向長輩們致意拜早年。活動現場並邀請書法名家揮毫寫春聯送長輩；同時設攤宣導衛教及長照2.0等資訊。

今年的圍爐活動是由財團法人京城社會福利慈善事業基金會等數十個民間團體及善心人士共同贊助，2場的圍爐活動中，最高齡的長輩是參加1月10日活動的98歲旗山區李柯梗奶奶，她在高齡96歲時還參與並完成了志工課程，目前身體狀況極佳，最愛在家種菜，平時也會到社區照顧關懷據點參加活動，生活充實豐富。

另為關懷經濟弱勢的獨居長輩，社會局在農曆春節前夕辦理「溫馨年菜宅急便、獨居長輩過好年」，透過區公所里幹事們及長青社區關懷服務隊51個民間團體志工夥伴，致贈經濟弱勢獨居長輩年菜，自1月11日至1月17日陸續送出1,327份年菜禮盒，市長陳菊更在1月12日上午前往大寮區中庄社區拜訪獨居長輩，親自致贈年菜禮盒，並祝福長輩們「健康呷百二」，同時在據點內與長輩們一起享用志工們為長輩們準備的美食，現場充滿新年的歡樂氣氛。年菜禮盒有葷素二種供選擇，都是適合長輩食用的佳餚、湯品、主食、甜點等，烹煮方式也講求健康、安全及衛生，希望經濟弱勢之獨居長輩，吃得開心且吃得安心，感受市府及各界的關懷與祝福。

讓長輩活得長壽又享受是社會局一直努力的目標，現今社區照顧關懷據點，已成為長輩的生活重心及第二個家，穩定提供關懷訪視、電話問安、健康促進活動及餐飲服務等。尤其，民間單位投入設立據點，用心照顧社區長輩，讓子女們能安心外出上班，長輩在據點也能歡喜學習多樣的健康促進活動及課程，豐富日常生活，在晚年人生中持續揮灑絢麗的色彩。



長青中心20週年慶，月月20有活動 由1月20日「金雞報喜 喜贈春聯」起跑

服務課/陳昱頴社員

高雄市社會局長青中心今(106)年即滿20歲了，在每月的20日將展開一系列的慶祝活動，邀請市民長輩一同參與，歡度這個特別的日子。



1月20日適逢農曆年前夕，長青中心規劃「金雞報喜 喜贈春聯」活動，邀請傳承大使洪震輝、陳文鋒、鄭玉真、陳錦桂、曾福星等書法大師於長青中心一樓大廳現場揮毫春聯，贈送給長青中心的長輩，一起迎春納福過好年。

1月20日一早就吸引200多位長輩排隊索取春聯，傳承大使書法大師各有擅長字體，有草書、隸書、楷書、鳥蟲體等供長輩選擇，老師現場揮毫各式春節喜慶字句，也開放讓長輩自選字樣，選對好聯為家中門面換新妝，增添年意。

現場另有傳承大使-文史工作者蔡能昇老師為大家講解「如何選貼門聯」，讓大家對門聯字句的對稱、平仄，甚至用途有進一步的認識，不同場域有不同的門聯，才不致於貼錯，貽笑大方，聽完講座，大家對於門聯「知其然，更知其所以然」。

歡慶長青中心20週年，長青中心規劃月月20有活動，歡迎市民朋友，每月20日走一趟長青中心，一起感受及分享喜悅。



衛福部一長照2.0



服務對象

- 經專業人員評估之下列對象：
- ✓ 65歲以上之失能老人
- ✓ 55歲以上之失能原住民
- ✓ 失能之身心障礙者
- ✓ 50歲以上之失智症患者
- ✓ 僅工具性日常生活活動需協助且獨居之老人
- ✓ 僅工具性日常生活活動需協助之衰弱老人

服務項目

- 照顧服務
(包含居家服務、日間照顧及家庭托顧)
- 交通接送
- 餐飲服務
- 輔具購買、租借及居家無障礙環境改善
- 居家護理
- 居家(社區)復健
- 長期照顧機構服務
- 喘息服務
- 小規模多機能服務
- 失智症照顧服務
- 家庭照顧者支持服務
- 社區預防性照顧
- 預防失能或延緩失能與失智之服務
- 銜接出院準備服務
- 銜接居家醫療
- 原住民族地區整合型服務
- 社區整體照顧模式



補助原則

- 以提供服務為主
- 依據評估失能程度不同，給予不同的服務補助額度
- 依失能者家庭經濟狀況減免部分負擔：
- 低收入者**
免部分負擔
- 其他經濟狀況者**
有不同額度之部分負擔
- 超過政府補助額度者，則由民衆自費負擔



安心手鍊宣導



(一) 服務對象

設籍本市年滿60歲之市民並具有下列情形之一者：

- 失智症者（癡呆症者）。
- 智能障礙。
- 精神疾病。
- 曾走失過。

(二) 辦理方式

有需求者均可申請『安心手鍊』(手鍊版或掛飾版)，惟符合服務對象者首次可以公費方式申請，手鍊上刻有申請人姓名及兩支聯絡電話，隨身配戴於手身上以防止走失。

(三) 申請方式

備妥申請人及聯絡人身分證正反面影本，以及身心障礙手冊或醫生證明診斷書(醫療欄需載明申請人罹患失智症、精神異常、智障之情形)、受(處)理失蹤人口案件登記表。向本中心提出申請；申請表格式可洽本中心索取，亦可直接於本網站線上申請或下載。網路申請網址為：http://senior.kcg.gov.tw/tw_service_on-line_2.php

(四) 申請費用

符合服務對象者首次申請免費；第二次以上申請或未符合服務對象者，需以自費方式申請（手鍊版180元或掛飾版100元）

(五) 手鍊領取方式

- 親自領取：以電話通知前來領取。
- 郵寄方式：以掛號寄回（請附25元掛號回郵信封，手腕尺寸17公分以上為30元）。

(六) 洽詢地點及專線

本中心3樓教保課或撥打07-7710055#3325。

安心手鍊-手鍊版

(粗版)



(細版)



安心手鍊-掛飾版

(背面)



刻上申請人姓名及二支聯絡電話

刻上申請人姓名及二支聯絡電話



十年有成

岡山區大後協社區/張黃緣訪志工

自社區辦理關懷據點至今，一路走來已經過10個年頭，也曾經遇到過挫折及挑戰，透過調整心態及以團隊和諧為重的角度，用平常心、包容心看待，將一切當作是成長的過程，尤其是每每想到在老人關懷據點中，帶著社區裡的長輩們做運動、遊戲、手工藝活動的溫馨畫面及回憶，總能為自己帶來一股力量，引領自己再繼續向前邁進。

服務過程中，也多次得到各項獎項肯定，並於民國100年，獲頒高雄市敬老楷模獎，102年承蒙社區南藥理大學「老人服務事業實習」之機構督導，指導老人服務事業管理系學生。



理事長、各位理事的賞識，還有志工團隊的支持，被推薦擔任志工督導一職；102及103年暑假期間，擔任嘉

由於地方民俗技藝逐漸流失，為延續此技藝，毅然決然於102年擔任召集人，創立社區『女子創意開路鼓』，成員全為社區志工，保留傳統鼓聲，創新加入不一樣的舞步，組成一支全台獨一無二的開路鼓。並經常代表社區參與地方各類盛事。如受邀參與後協代天府廟會，高雄市金暉獎表演，岡山羊肉節踩街及表演，高雄市元宵節點燈開場表演，橋頭花田囍事等活動。對於推廣民俗技藝並結合地方文化，不餘遺力。

在社區活動方面，除了幾乎全程參與老人關懷據點外，社區中的回收場、關懷據點、清潔隊、巡守隊、媽媽教室等活動，如有需要志工的地方，自己本著盡一份心、出一份力的信念積極參與，服務他人，在大後協社區的這十年，讓我學習到很多東西，也成長了許多，感謝社區的長輩及理監事給我這一個平台。

法印樂齡學堂
我們是快樂的樂齡志工

社團法人台灣信微蓮池功德會/陳慧如幹事

社團法人台灣信微蓮池功德會於102年底辦理社區照顧關懷據點，至今已邁入第四年。服務內容有：關懷訪視、電話問安、健康促進、供餐服務，創辦法印樂齡學堂，讓長輩們最期待的日子便是上課日子。



現代的年青人為社會打拼，據點的長輩們要健康活躍於據點，因此，不外乎就是讓他們能有充份表現學習與付出的機會。於是，據點的服務策略，就不斷的給予長輩主動積極服務的新觀念，分組大家一起

來，在課程中自己搬桌子、打菜、打掃、維護設備、量血壓、體適能檢測、關懷訪視、電話問安，成功的帶領大家，以長輩（學員）服務長輩（學員）概念，且也讓長輩學員們有更多互動的機會，真是一舉多得呀！

他們如何達到這些服務時數，當然一定先要接受各項的志工培訓，剛開始得花時間輔導長輩們接受教育訓練，要服務大眾，必定要先有相關服務領域的了解，這樣被服務者才不至於因為您什麼不了解或不明白而隨意給予錯誤的訊息，所以接受基本的教育訓練是必然要的，本會於105年度就辦理了15場次的身心靈講座、醫學講座、電腦課程及助念團受訓等培訓。

從服務新住民家庭、兒童青少年家庭、護理之家慰訪及相關文化融合活動等等，長輩志工們在服務對方的當下，也在學習成長，受服務者也因為志工們的服務，能增加人際的互動，像新住民姐妹，就能了解如何與台灣的長輩公公婆婆相處，學童們也會學會如何尊重長輩，也敢與長輩們互動，到護理之家慰訪，住民和長輩雙方都能互相打氣加油，老朋友與老朋友的互動方式，讓他們覺得有人在關心著他們，有時長輩們也會與新住民及小朋友們一同出去參與志工服務，三代融合，這是多麼棒的互動呀！

105年本會榮獲衛生福利部全國績優志工團隊，於台北接受副總總頒發此榮耀，這是志工團隊志工大家一起的努力成果，也因為各位老中少志工們的同心齊力，才能榮獲此殊勝大獎。

～歡迎所有長輩們，多多參與志願服務行列，讓生命更加精彩～