



102年7-12月外界捐款徵信

文/總務組 范宛芳

日期	姓名及單位	捐贈金額	捐贈物品
7/10	最少進	3000元	佛祖心經50本
7/10	臺灣網	10000元	
7/12	許福氣	10000元	
7/12	魏治華	10000元	
7/13	高雄市深水觀音寺		圖遊卷500張 (憑200元)
7/14	行政院農業委員會農糧署		白米(30公斤)4包
7/19	一帆整造股份有限公司	1000元	
7/25	魏治華		
7/26	高雄市深水觀音寺		白米(30公斤)4包
8/1	佛祖心經社		佛祖心經50本
8/12	真天慈		米(90斤)5箱
8/19	謝秉軒	7866元	
8/19	詠星企業行	2000元	
8/19	鼎麗水電工程有限公司	1000元	
8/19	霖豐機		糙米(6.9公斤)6包
8/19	勤營科		糙米(3.45公斤)1包
8/19	魏治華	1000元	糙米(6.9公斤)1包
8/20	魏治華	1000元	
8/21	陳海玉	10000元	
8/22	聖潔企業行	2000元	
8/22	重橋科技股份有限公司	2000元	
8/22	竺璇企業有限公司	1000元	

◎法務部廉政檢舉專線：02-23156876 ◎消費者保護專線：1950

高雄市政府社會局仁愛之家

102年7-12月份大事紀

文/總務組 郭育齊

7月大事記
4日 保健組服務會議
5日 辦理里長聯繫會報
10日 「腎臟病飲食原則」健康講座
26日 7月26日參加內政部老人福利機構評鑑複評
29日~8月15日 102年度「回憶童年」祖孫團體工作坊
8月大事記
2日 102年度老人福利機構評鑑複評委員建議事項檢討會議
5、7、9、12、14、16日 家民高爾夫球暨實果運動
5日 家民退休生活經驗分享講座在職訓練
6日 辦理變電站電纜線更新及開挖道路開採
14日 「認識狂犬病」健康講座
20日 辦理家民歌唱比賽
21日 中元節公祭亡故家民
21日 102年度致愛慶及博愛慶「麻家用電安全講習及夜間演練」
22日 辦理外展活動-關懷濟與長青園老人長期照護中心長輩
23日 辦理志工、役男觀摩活動-參訪屏東榮民之家、屏東科技大學
9月大事記
2~3日 PGY社區醫學實務訓練
3日 「主動防護，流感止步」龍旗講座
9日 松柏樓長輩至安招社區交流活動
10日 家民在職訓練-蔡明春教育主講「人身安全暨危機應變」課程
11日 高師大百老匯樂齡社至仁家參訪
11日 日愛慶與友愛長輩至大樹統營社區交流活動
12、18日 帶領長輩至義大國賓劇院欣賞「拔一條河」等影片
10月大事記
1日 內政部機構評鑑複評，安養區榮獲優等，養護區榮獲甲等
5日 辦理「肺結核防治」健康講座
7日 員在職訓練課程-邀請萬育維老師主講「服務紀錄撰寫技巧」課程
11月大事記
1日 天明功德會-送愛到仁家
5日 天明功德會結合各種資源在仁家提供外燴、表演等活動，慶祝仁家長輩
7日 國慶升旗，關懷問候長輩，讓平靜的廳舍瀰漫了濃濃的愛心。

日期	姓名及單位	捐贈金額	捐贈物品
10/1	佛祖心經社		佛祖心經50本
10/8	柯陳玉嬌	1000元	
10/23	陳玉妹	1000元	
10/23	陳金和	1000元	
10/27	傅開榮		米2包
10/29	李正國	1000元	
10/29	李采霖	1000元	
10/29	劉陀九天忘公寺	30000元	
11/1	佛祖心經社		佛祖心經50本
11/1	林麗雲	2908元	
11/14	周少蓮		招牌酥肉包26粒
11/14	李采雲		竹筍香菇肉包30粒
11/14	姚豈祥		蛋黃香菇肉包27粒
11/14	李采霖		黃金蔬菜包57粒
11/14	鄭蘇秀枝		手工花捲37粒
11/14	周紹文		酒釀桂圓頭46粒
11/28	金鐘慈善會		黑麥磨肉包24粒
12/1	佛祖心經社		暖暖包10捲
12/1	周豊慶及其網友		佛祖心經50本
12/1	善助獎		資助演員會1場
12/5	蔡文慶	146元	
12/7	張雅綺	10000元	
12/24	姚昱伶	651元	
12/25	陳勇儒	2000元	
12/25	周紹文	500元	
12/25	周少蓮	500元	
12/25	姚美玉	1000元	
12/25	李采雲	1000元	
12/25	姚豈祥	2000元	
12/25	鄭蘇秀枝	2000元	
12/31	梁介華	1000元	



中華民國103年1月



第十一期

本家安養區參加102年度內政部老人福利機構評鑑複評

文/姚豈祥主任

為提升老人福利機構的照顧品質，內政部及地方政府每三年會針對公立、財團法人型老人福利機構以及小型免辦財團法人型老人福利機構進行機構評鑑。首次全國性評鑑是民國90年，到102年是第五次。

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12

13

14

15

16

17

18

19

20

21

22

23

24

25

26

27

28

29

30

31

32

33

34

35

36

37

38

39

40

41

42

43

44

45

46

47

48

49

50

51

52

53

54

55

56

57

58

59

60

61

62

63

64

65

66

67

68

69

70

71

72

73

74

75

76

77

78

79

80

81

82

83

84

85

86

87

88

89

90

91

</

曉水殊心靈之旅

陪伴老人仁愛之家演唱會

文/社工組 顏志郎



為了讓長輩歡喜，告別小魔年、迎接金馬年，以及促進仁愛之家長輩與社區長輩的交流，102年12月1日在高雄市政府社會局仁愛之家舉行了「曉水殊心靈之旅-陪伴老人仁愛之家演唱會」，邀請藝人周易麗等12位歌手來到仁愛之家陪伴350位的長輩，度過一個熱鬧而開心的螢光棒午後！演唱會不是年輕人的專利，在長輩的心中也擁有熱血的靈魂，在開場曲的樂聲中，那潛藏已久的熱血靈魂慢慢引動了起來。為了讓這群老大人们的熱血能夠爆發出來，主辦與協助單位鼓掌贊同的策畫這次活動，讓演唱會的歡樂布滿整個仁愛之家。

周易麗女士一直以來都熱心於關懷長者和弱勢的公益事業，在這方面向來不落人後。周女士抱持的信念就是總有一天自己會老去，也

需要受到別人的關懷，會坐在台下看著台上志工為自己

102年天主教中秋節祈福彌撒

文/慈惠組 郭育雪



一年一度的中秋佳節又來到了，這是仁愛之家辦理各項活動的高峰期，然而今天（102年9月14日）更難得的是邀請到了天主教高雄教區的劉振忠總主教前來為所有的長輩祈福。

本次的彌撒是由承包伙食的統津企業股份有限公司，主動媒合辦理祈福彌撒長輩的活動，該公司於仁家承安養區長輩三餐的伙食提供業務已有多年，韓滿銘總經理是虔誠的天主教徒，其本於「老吾老以及人之老」的精神，主動提出舉辦該活動，並協助邀請神父、教友共同舉辦本次祈福彌撒活動，這樣的活動在仁愛之

我們溫暖的家

文/致愛屋 黃柏樹



時節已入冬了，寒流一波波的來，在外面的獨居老人及無家可歸者，要過一個寒夜，實在有困難與痛苦(忍寒難眠)，相比，在「仁愛之家」的家民是很幸福的；吃的飽，睡的暖，更有一群熱心的「保暖員」時時在關心我們的生活，真的要感謝他們及政府，人在禱中要知足，才會快樂。

在「致愛屋」有一位很優秀的「保暖員」吳玉英小姐，她對老人的關心，非常周到，量測血壓，有沒有按时服藥，老人不方便時也會幫他們到外面買物品等等，廳內也佈置的非常漂亮，很用心在照顧我們，做起事情，動作快又準，像一位18歲的活潑少女，好可愛。

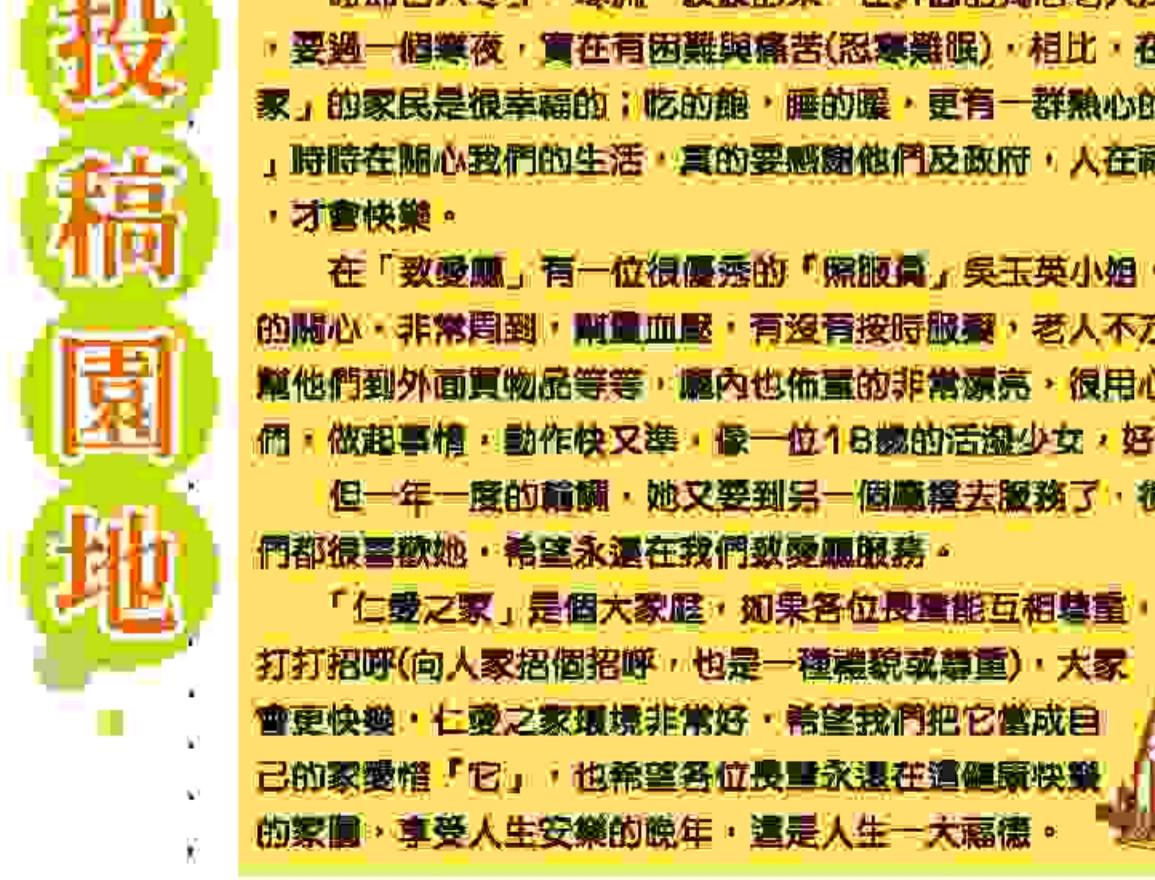
但一年一度的輪調，她又要到另一個廳樓去服務了，很可惜，我們都很喜歡她，希望永遠在我們致愛屋服務。

「仁愛之家」是個大家庭，如果各位長輩能互相尊重，打打招呼(向人家招個招呼，也是一種禮貌或尊重)，大家會更快樂，仁愛之家環境非常好，希望我們把它當成自己的家園，希望「它」，也希望各位長輩永遠在這健康快樂的家園，享受人生安樂的晚年，這是人生一大福氣。

投稿園地

微笑

文/松柏樓 法嬪



生活是一面鏡子，我們對它笑，它就對我們笑，我們對它哭，它是哭、是笑，取決於我們怎麼面對它。

笑實在是仁愛的表現，是快樂的泉源，親近人的橋樑。

笑能化解生活中的尷尬，能緩解工作中的緊張氣氛，也能淡化憂鬱。笑不僅具有醫學作用，在生活中它還能產生人們意想不到的作用。

清新、健康的笑容還將心靈上的汙泥、灰塵，顯露出善良與光明。

每天自己笑一笑，笑出一份好心情，笑出一份自信，也是自我調理情緒，給自己一份輕鬆，讓自己有一種良好的心態。

憂愁、悲傷能損壞身體，愉快卻能使得肉體和精神活躍。

不妨給自己一個笑臉，讓自己擁有一份坦然，讓自己勇敢地面對艱難，這是一種調節，一種豁達，一種鼓勵。

人不僅要快樂時微笑，也要學會在困難時微笑，鼓勵自己、激勵自己，產生前行的信心和動力去戰勝困難，闖過難關，珍惜生命中的每一天。

在困難中，仍不會忘記微笑的人，最了不起！笑是生活的開心果，是無價之寶，卻不需花一分錢，所以每個人都應學會以微笑面對生活。人生才能有爽朗、坦然的心境，生活會有陽光、燐爛。

快樂餐歐式自助餐—歡喜過冬至

一年一度的冬至又來到了，為了讓長者有慶祝過節的溫馨氣氛，仁愛之家為200位居住於仁愛之家的長者於102年12月20日舉辦了歐式自助餐的活動，為長者們過個溫暖的快樂冬至佳節。

本次的活動由承包伙食的委外廠商統津公司贊助餐點，餐點非常的豐盛多元，共計有三色冷盤(紅糟肉、薑汁魷魚、香油雞肉)、櫻花蝦海苔飯捲、雙椒牛肉、焗烤起司洋芋、京醬肉絲加捲皮、珍菇燒雙冬、義大利肉醬麵、法式西點(雪花糕、一口咖哩酥、奶油泡芙)、四神湯、焗湯圓、黃島水果。本次採用歐式自助餐的方式辦理歡樂冬至活動，讓長者有全新的用餐體驗，活動中長者們像在飯店用餐一樣，一一的排隊選取自己想吃的餐食，並由仁愛之家的工作人員及統津公司的工作人員擔任一日服務員，親自為長輩們服務、打菜，以營造溫馨的家庭聚餐氣氛。

活動中除了有多樣的美味餐點，更有華美的卡拉OK演唱活動，台上的長輩們賣力地演唱自己的拿手歌曲，長者們在餐點邊唱歌、聽歌，現場氣氛十分的愉快，充滿著長者們的歡樂與活力，彷彿到了人間天堂，最後恭賀所有長者們歡樂過冬至佳節愉快。

本次高雄市政府社會局的大家長張乃千張局長也親自到場參與本場的盛會，張局長表示：「今天的活動主要目的是希望所有長者都能幸福圓滿。不管任何宗教與信仰，祝福來參與此盛會的所有長者、來賓，都能獲得身、心靈的滿足，也祝願所有與會者都能有美好的生活與愉快的心情，並感謝天主教高雄教區劉總主教劉振忠總主教前來為所有的長輩祈福。

本次的彌撒是由承包伙食的統津企業股份有限公司，主動媒合辦理祈福彌撒長輩的活動，該公司於仁家承安養區長輩三餐的伙食提供業務已有多年，韓滿銘總經理是虔誠的天主教徒，其本於「老吾老以及人之老」的精神，主動提出舉辦該活動，並協助邀請神父、教友共同舉辦本次祈福彌撒活動，這樣的活動在仁愛之

槌出樂趣，擲出愛~

仁家長輩參加全國室內高爾夫球賽 榮獲最佳活力獎

文/社工組 許慶安



由財團法人私立天主教中華聖母社會福利慈善事業基金會102年10月18日於嘉義縣立體育場舉辦全國銀髮族高爾夫球及實果大賽，自從舉辦以來獲得廣大的迴響，全國各縣市的相關機構團體都期待已久，而這次的大賽高仁愛之家的長輩也組隊報名參加。

仁愛之家為讓長輩經常外出走動，建立人際關係，活化身體機能，並在生活中享受運動的樂趣，於半年就邀請大同科技大學吳淑平老師指導該家長輩室內高爾夫球及實果的技巧及規則，長輩得知要參加全國比賽，都努力練習，讓工作人員也十分感動。

此次的活動約有100隊參加，仁家有20位長輩報名參加，並有啦啦隊隨行，在比賽開始前就興致勃勃的前往舉辦地點臺嘉義縣立體育館，每人表現出強烈求勝的企圖心，在他們身上似乎看不出對於天氣酷熱的畏懼，只看到士氣高昂的鬥志。



在比賽前長輩們都在認真地討論著戰術，在比賽中長輩們更無不全力以赴，

不錯過任何得分機會，對於彼此間分數起落，皆時時刻刻關注，不想輸給其他人。洪義雄長輩說：「這樣的活動非常有趣，比賽過程也非常精彩，大家都使盡渾身解數，不想輸給其他

他人，也希望下次的比賽名次能夠更進一步。」對於贏得大賽的比賽，長輩們也提出：「這次活動是智慧與體力的結合，在動腦筋之餘身體也能夠得到運動的目的。」比賽最後，該家榮獲最佳活力獎，長輩都欣喜萬分。

藉由此次團隊的活動，仁愛之家長輩更有凝聚力，大家有志一同的求勝。同樣的仁愛也期望舉辦這次活動，扭轉老人不能動、不想動的印象，讓社會大眾明白活力長輩是需要大家一起鼓勵的，藉著適當的方式與合適的地點，不只能讓長輩身體得到運動，也能讓心靈得到滿足，達到身心活化的目的。



病，其特點是憂鬱情緒、興趣與快樂減少、失去活力、失眠、無價值感或罪惡感等，影響個人身體和日常生活社交功能。老人憂鬱症應位常以身體的症狀呈現，如蹲臥、腸胃不適、腰痠背痛、暈眩頭痛、倦怠無力等，故經常被誤診為內外科疾病。老年憂鬱症也會有記憶力或認知能力減退的情形，在精神症狀方面，有時會妄想、悲觀、罪惡感，或出現判斷力遲鈍、記憶力衰退等症狀，乍看之下與失智症類似，這些情形可以透過服用抗憂鬱劑獲得改善。曾千宇醫師強調：復發型憂鬱症老人維持長期藥物治療是必要的，透過社會心理層面的關懷、家人支持、人際關係來了解老人，以協助老人有正向的想法和行為。

仁愛之家表示：銀髮族憂鬱症之產生與生活中發生之事件息息相關，當你周遭老人家開始精神變差、不常笑、健忘或經常失眠，請務必考慮憂鬱症的可能性，儘早請教專業醫師，避免因一時疏忽而造成不必要的遺憾。

憂鬱症九大症狀

強調流感的保健與一般感冒並無不同，仍以加強個人衛生習慣，勤洗手，避免飛沫及接觸傳染為主，並注意保暖。若出現類流感症狀，如發燒、咳嗽等症狀，請及早就醫，就算發燒後宜盡量在家休息。

65歲以上長者為流感高危險群應定期接受疫苗接種，流感時期減少出入公共場所，出入公共場所時請記得配戴口罩及勤洗手，注意咳嗽禮節，如咳嗽時以手肘摀住口鼻，避免病毒傳播，規律生活並有充足的睡眠，才是最好的養生與保健之道。

何謂流感的高危險群

- 1. 65歲以上老人
- 2. 居住在安養等長期照顧機構之住民
- 3. 肥胖(或增加)
- 4. 心肺疾病者
- 5. 慢性代謝性疾病(糖尿病、腎衰竭等)
- 6. 疫苗不全者(包括愛滋病帶原者)

流感相關症狀



認識老人憂鬱症

文/保健組 李家芸

老年人面對的是不斷失去，如：失去家人、朋友、健康、自主能力與生活目標等，甚至有些人會帶著罪惡感，覺得人生沒有意義，想以自殺解脫。老年人的憂鬱症狀因為較少以言語表達自己的憂鬱情緒，故常被忽略，因此要早期發現、早期治療，就要對老年人的憂鬱症狀有所認識，所以積極推動防治，是刻不容緩之事。

仁愛之家於102年10月7日上午舉辦「認識老人憂鬱症」健康講座，邀請靜和醫院曾千宇醫師為長輩們演講。曾醫師表示憂鬱症是一種低潮情緒籠罩的心理疾

培養健康的生活型態

- 1. 定期運動
- 2. 飲食健康(吃食物而不是食品)
- 3. 培養興趣

培養支持系統

- 1. 向親友伸出求助信號
- 2. 加入支持性的民間團體

尋求醫療資源

文/保健組 李家芸