

天主教台東聖母醫院
ST. MARY'S HOSPITAL

已壓破的蘆葦，他不折斷，將熄滅的燈心，他不吹滅《瑪竇12章20節》

發行人：黃光明 / 編輯顧問：陳良娟、劉富貴 / 執行小組：藍世昌、楊瑞華 / 發行單位：天主教台東聖母醫院 / 院址：950台東市杭州街2號 電話：089-322833
愛心專線：0800-053-553(你為善、我為善) / 傳真：089-349907 網址：<http://www.st-mary.org.tw/> 郵政劃撥：06620781 戶名：台東天主教聖母醫院

本期摘要

2 活動寫真

建立社區化照護平台

3 活動寫真

尋找3000個勿忘我 愛心大募集

4 5 專題企劃

忘記一切 仍記得愛

6 聖母傳愛

家庭托顧-老人的保母 聖母整年大事紀+門診時間

7 大事紀 門診時間

8 健康生活

修女祈福蛋糕+聖誕水果麵包

國內郵資已付
台東郵局
許可證
台東許字第33號

雜誌

天人合一的關懷友善社區



泰源



↑ 將舊天主堂的木構老屋，改造成「部落保健室」，成為部落健康照護平台。



↑ 「部落健康廚房」為獨居老人、身心障礙者提供送餐及共餐服務。

近年來，政府積極推動關懷友善社區的理念在全國各個縣市，而在台東的泰源部落，聖母醫院與泰源天主堂合作發展出「天人合一的關懷友善社區」模式：是以教會為基地，和社區建立夥伴關係，結合醫療、長照及多元的資源，建立社區化照護平台，提供健康、疾病至終老者人性關懷照護服務，營造互助、共好、有愛的社區，深受部落長輩及各界的肯定。

台東聖母醫院長期深耕部落；自2013年起接受天主教花蓮教區黃兆明主教及泰源天主堂葛德神父與教友們的邀請，協助成立「健康活力站」讓老人有同樂及互相學習的機會，同時設置「部落健康廚房」為獨居老人、身心障礙者提供送餐及共餐服務。

泰源部落是無醫村，在醫療資源上相當缺乏，生病只能到成功鎮或遠到台東市就醫，如果遇到中風或意外需要復健治療時就更加困難。泰源的老人比例約佔40%，其中又約有20%的老人處於獨居狀態、10%單親家庭、20%隔代教養、及10%身心障礙者家庭，2017年，台東聖母醫院與泰源天主堂攜手將舊天主堂的木構老屋，改造成「部落保健室」，成為部落整體健康照護的服務平台；提供長期照顧、社區復健、靈性關懷、保健教室等健康支援，並依需要連結各種社區照顧、居家服務、



↑ 「健康活力站」讓老人有同樂及互助學習的機會。

居家護理及居家安寧…等資源，讓在地需要照顧的人可以得到幫助；成為長者及當地居民相互交流，及共學、共食的場域，同時泰源天主堂也鼓勵教友及部落居民成立志工隊，服務關懷部落需要的人們，健康活力站也配合政府設置巷弄長照C站；在此建立部落居民更親密及互相照應的鄰里關係，達到了在地健康老化及關懷友善社區的目標。

↓ 聖母醫院以教會為基地，和泰源部落建立夥伴關係。



建立社區化照護平台

提供人性關懷照護服務，營造互助、共好、有愛的社區

泰源健康活力站社工瓦賴(Wakang)說，團體中有些長輩們常常把人老了沒有用！當作自己的對年老絕望的口頭禪，透過健康活力站的運作，邀請部落的長輩們來上課、共同規劃課程，讓老人帶領老人，自己設立班級、自己選出班長，一起進行舞蹈、編織、歌唱等相關活動，也間接地保留部落傳統文化。在健康活力站中把部落原有的傳統文化保存，將手工藝、自然農耕及語言歌謠等傳承給下一代，也讓長者感受到人老了才是非常有用的，瓦賴(Wakang)說，從老人家身上學到好多部落的知識，這些都是在學校課堂上學不到的。部落的長者在泰源健康活力站很少缺席，風雨無阻，身體變得健康，活動力變好，也更喜歡在部落裡趴趴走，擔任志工，關心別人；以自身為榜樣，鼓勵行動不便及不敢走出來的長者們都出來參加活動。

→ 穿出漂亮、活得精彩，我們是泰源凍齡美女。



↑ 穿出漂亮、活得精彩，我們是泰源凍齡美女。



↑ 再忙都要讓皮膚深呼吸，部落婦女參與面膜護膚課程。

守護第一線的安全 -

林大仁◎台東聖母醫院研發組長

自動額溫測量套組設計

新冠疫情的影響，進入醫院前體溫量測是第一道的防疫關卡，但是數十萬起跳的高價紅外線呈像測溫儀，不但昂貴而且要在室內恆溫空調的環境下才會準確，不然陽光與氣溫波動就會產生正負1度以上的誤差，容易造成院內感染的風險。

因此，聖母醫院為了安心把關，除了紅外線呈像測溫儀，再加上使用較準確的非接觸型額溫槍為入院者量測，但因額溫槍量測需要5-10公分，醫院同仁把關時必須靠近入院者按下測溫鈕，兩人的距離就難以保持1公尺的安全空間，增加了檢疫同仁的風險。因為發現了這個防疫漏洞問題後，研發團隊同仁、同樣的也是第一線的值班人員，就和目前已合作中的醫療儀器大廠優勝 Rossmax公司進行接洽，希望透過該公司已有的藍牙額溫槍主體，加入經過設計的自動偵量測部件，輔助防疫第一線讓測溫自動化，降低同仁的感染風險。

聖母醫院由研發組、資訊室、檢疫決策團

隊、檢疫站輪班同仁四方向共同合作討論，從原始優勝公司提供的柱體測溫站概念，進行小型化與人性化設計，中間經過Solidworks輕量化與親近性偵測器造型建模、偵測器電路邏輯與偵測值軟體效率改善、自我測溫流程免教學規劃設計，流程經過60天，開發出A常駐使用套組：不用電池的小巧自動額溫量測點、B機動使用套組：額溫槍可快拆插拔的自動測溫點兩型。

不論A/B型式，聲光雙使用回饋，簡單易懂，數據都結合藍牙，大字清楚呈現溫度於螢幕，並用語音報出溫度數值，如高於發燒溫度設定，會同步發出警示語音，讓男女老少皆可免詢問直覺得知自己是否發燒。

目前A、B型皆已常駐在聖母醫院大門檢疫與健康會館入口，自3月起至今，已經過5個月的實際考驗，本設計讓同仁不需靠近入院者測溫，並可兼顧不受室溫波動的精準數值，確實降低檢疫接觸的風險與人力負荷，並經計算，

本套組成本約為市面類似功能的五分之一，不只醫療單位負擔的起，更可能普及被店面等環境接受使用，讓生活防疫也升級。



尋找 3000 個 勿忘我

愛心大募集

「勿忘我」象徵對失智症的關懷與支持



↑長輩最愛來聖母日間照顧中心上學，每天都有同學一起互動、一起學習，日子過得開心又逍遙。

樂智
幸福家園



↑↓台東聖母醫院有9個健康廚房，每天送上由院內營養師精心打造的溫食餐盒，暨健康又暖心。

亟需您的愛心，與我們合力為台東失智老人打造一個

照顧失智的家屬七成有輕生的念頭！

一人失智、全家辛苦！面對看似正常的家人，不斷重複許多難以理解的行為，如：個性丕變、迷路走失、日夜顛倒、懷疑被偷、懷疑外遇、甚至大小便處理困難…等，真的會磨掉許多照顧者的耐心。而大多數照顧者身處在壓力的臨界點時，卻不知或不願向外求援，便很容易陷入惡性循環當中；受苦的不僅是逐漸喪失認知和行為能力的人，更痛苦的是照顧者；而這趟無法回頭的旅程一旦開啟，通常會延續8至20年，直到生命的終點。

根據台灣失智症協會調查，約70%的失智照顧者有輕生的念頭。七成！那是多麼驚人的數字！日本有一個著名的例子：事情發生在2009年，歌手清水由貴子因照顧80歲失智老母不堪負荷，帶著母親在父親墳前飲毒自殺，留下一張字條上面寫著「給各位添麻煩了，真不好意思」，她只活了49歲。

這樣的悲劇在台東時有所聞，實在令人憂心。

偏鄉台東人口老化，失智家庭壓力大！

根據2019年統計資料，全台失智人口已超過28萬，其中65歲以上老人中，每12位就有一位是失智患者，而80歲以上的老人中，每5人就有一位是失智患者，平均每3秒就有1人罹患失智症，數字成長之快令人震驚。位於偏鄉的台東也不例外，估計失智症患者約有1500多名，但台東目前還沒有專責照顧失智症的機構，如：失智症的團體家屋、失智日照中心及喘息服務…等，以致失智長者無法受到妥善專業的照顧；而當病程嚴重到中度、重度，連一般的安養護機構都無法可送，失智家庭將承擔更大的壓力。

專職照顧失智症的機構很重要！

台東聖母醫院看見需要，便開始著手規劃專職照顧失智症的機構。感謝同屬天主教花蓮教區的東區職訓中心正在進行活化空間再利用的計畫，同意無償提供近2000坪的舊有教室及廠房，做為打造「樂智幸福家園」空間使用，未來也將與聖母健康農莊合作，一起享用農場、快樂運動館、香草花園及園林綠地。



↑共學、共餐的健康活力站，在聖母團隊的用心經營與引導下，更從原鄉文化重建開啓部落長輩的自信心。

忘了一切，仍記得愛

院長◎陳良娟

水田爺爺是總鋪師，各式各樣的料理都難不倒他。有一天他走進了他最熟悉的市場，表情卻非常的慌張，因為爺爺完全忘了他來這裡是要做甚麼...

水田爺爺的孫女說：

我們家是做吃的生意，一切講求快狠準。爺爺的算數無比厲害，每桌客人吃了多少錢？要找多少錢？完全難不倒爺爺。可是在今天例行回診時做了MMSE(簡易智能評估測驗)，93元減7元，爺爺已經算不出來了，爺爺感到非常沮喪，我也是...

像水田爺爺這樣罹患了失智症，會漸漸忘了許多...許多...

忘了～說過的話，一直說...

忘了～關水龍頭、關瓦斯！

忘了～買過醬油，重覆再買！

忘了～吃過了飯，還要再吃！

忘了～回家的路...

忘的越來越多，家人的壓力也越來越重。幸運的是水田爺爺來到聖母日間照顧中心，很快就融入陌生的大家庭；在聖母團隊的協助下，水田爺爺經常大展身手，他的好手藝、好料理獲得大家的讚賞，也讓初來乍到的他重拾了自信。

這裡的環境有愛、有溫暖，有忘不了的幸福感覺，水田爺爺開懷的笑了。

我們相信失智症可能會忘了一切，但仍會記得有溫暖的愛！

偏鄉台東人口老化 失智家庭壓力重

根據2019年9月最新統計資料顯示，台東縣50歲以上疑似失智症人口為2,918人，確診失智症人口為1,200人，而康健雜誌251期報導2019年失智友善城市大調查中，台東縣的失智資源布建是全國最少的，至今都還沒有24小時專責照顧失智的相關機構。

看見需要就伸手

台東聖母醫院看見需要，便開始著手規劃設計專職照顧失智症的「樂智幸福家園」，家園內包括：「日間照顧服務」、「夜間照顧」、「喘息服務」、「失智團體家屋」、「健康活力站」。

但是承擔這份艱鉅的任務，實在不是件容易的事，台東聖母醫院願意全力以赴！但，這項良善的計畫，目前尚有3000萬元的資金缺口，讓我們不得不發起「3,000個勿忘我」一人一萬愛心大募集的活動；衷心期待您的愛心與力量，與我們合力完成這項美好的義舉！

哪裡有需要，我們就往哪裡去！

台東聖母醫院願意做得更多。未來的「樂智幸福家園」約可同時照顧100名失智症患者，希望在貼近自然的環境裡，以生活復能的理念，打造完善的複合式失智專業照護服務。目前整修經費缺口約3000萬！我們想邀請3000位有愛心的好朋友，一人捐一萬元，一起加入聖母醫院「勿忘我」的行列～



日間照顧服務

夜間照顧
喘息服務

失智團體
家屋

健康活力站

台東聖母醫院樂智幸福家園

愛心捐款方式

勸募許可核准文號：衛部救字第1091363676號

勸募期間：109.10.06-110.03.31

愛心捐款專戶：

國泰世華銀行 台東分行(代碼：013)

戶名：天主教花蓮教區醫療財團法人

帳號：102-03-501048-1

服務專線：0800-053-553

傳真：089-349907

e-mail：donate@st-mary.org.tw

*銀行轉帳，請來電或傳真告知，以便核對開立收據



規劃完成的樂智幸福家園

一、失智小規模多機能

提供30人的日間照顧及5位喘息服務的夜間照顧，設有客廳、餐廳、多功能單元區及戶外樂智農藝區等。長者們在聖母團隊愛心照護下，享受滿滿的關懷。透過音樂、園藝、農藝、體能及芳香療法等創意多元的活動設計，活化長者的身心靈，希望達到延緩失智、失能的願景。

二、失智團體家屋

計畫成立兩個單元的家屋，每個單元可提供9位失智長者24小時的照顧服務。長者居住的家，包含：客廳、餐廳、居室、陽光室、洗衣房及無障礙衛浴；家屋外另設有專屬菜園，並有公共活動空間，提供來訪家屬探視歡聚用。期盼失智長者們能如常人般，生活在安全、舒適、溫暖又充滿愛的生活起居環境中。

三、樂智健康活力站、樂智農場

規劃寬敞的室內及戶外空間，成立樂智活力站、友

善商店、懷舊柑仔店及益智食堂，邀請健康、亞健康或輕度失智長者加入此一社交平台，除鼓勵參與記憶保養活動課程外，並希望能集結長者們的智慧，共同經營屬於他們自己的園地。

您捐獻的每一分、每一毫，都將帶給「失智症患者及家庭」無限的愛心與暖意！



↑ 香藥草園區及樂智農藝園區的園藝療法，不僅能穩定長輩情緒，對認知功能的提升與改善，更有顯著功能。



↑ 坐落於東區職訓中心的高齡友善綠色照護園區提供「樂智幸福家園」共享設施。

家庭托顧- 老人的保母

家庭托顧係一種介於居家與社區照顧間的服務模式，是政府十年長照計畫服務項目之一，由家屬將失能家人送至家庭托顧服務員住所（托顧家庭）內接受照顧，服務模式就如同保母在自己的家裡照顧幼兒一樣，我們將家裡的老人或身心障礙者送到照顧服務員的住所（托顧家庭）接受照顧，照顧服務員在照顧自己家人同時，可以在家創業穩定經濟收入，維持其家庭功能的完整性，並落實在地老化以及政府推動社區照顧服務的理念。

「微型日照」-家之所托 愛之所在

9月26日由護理室蕭燕菁主任帶領四位家托的負責人(嘉蘭-陳慧蘭、泰安-傅青英、岩灣-陳智多、都蘭-陳秀英)參加由中華民國老人福利推動聯盟舉辦的「2020全國社區式長期照顧成果分享會」。製作海報在大會中展出，從2010年到現在的家托經驗，跟與會者推薦適合偏鄉的「微型日照」~家庭托顧。獲得許多同道的好評及肯定，以下是海報的內容在此與大家分享。

社區式長期照顧服務之照顧模式 以台東縣家庭托顧為例

蕭燕菁/天主教花蓮教區醫療財團法人台東聖母醫院/主任

陳慧蘭/台東縣私立嘉蘭社區式服務類長期照顧服務機構/家庭托顧負責人

陳智多/台東縣私立岩灣社區式服務類長期照顧服務機構/家庭托顧負責人

陳秀英/台東縣私立都蘭社區式服務類長期照顧服務機構/家庭托顧負責人

傅青英/台東縣私立泰安社區式服務類長期照顧服務機構/家庭托顧負責人

家庭托顧的目的主在協助失能者在熟悉的生活圈中得到安全的照顧，因此托顧家庭除了提供基本的身體照顧服務外，也會融入運動、休憩、社交等多元的活動規畫，豐富失能者的生活，讓他們勇於走進社區拓展生活圈。

台東聖母醫院自2010年開始推動台東的家庭托顧，從協助家托站規劃無障礙空間到活動設計、照顧方式，逐漸找出一套適合偏鄉家托的「微型日照」模式。每個家托站可以收4位個案，家托員須秉持人性化的照顧理念，讓失能的老人或身心障礙者除了機構之外，還有另一種更適合的照顧環境可供選擇。因每個家托員有著個人不同的特質，也瞭解自己適合照顧的個案屬性

與類型，故可進行最適切的配對；家托員也會針對個案的需求，創意改造家托站的環境，自然發展出各自不同的在地化服務特色。

家托站同時也是社區資源的連結站；家托員必須注意個案的身心反應與需求，結合在地的據點、人才、文化、產業及部落群聚互助的特性等，設計有效可行的每日活動，讓個案與部落社群彼此相互照應與激勵。家托站也可聘請預防延緩失能/失智老師前來教學，或透過生活化的活動寓教於樂，如：園藝治療、搗紅藜等...加強個案手腳肌耐力的訓練，讓個案每天都能接受多元豐富的生活接觸與照顧，協助個案身心靈各方面都能不斷的提升。

舉例台東4個具有照顧特色的家托站，如下表：

站 別	金峰鄉嘉蘭家托站	卑南鄉泰安家托站	台東市岩灣家托站	東河鄉都蘭家托站
年 齡 層	30-50歲	70-80歲	70-80歲	50-80歲
失能程度	3-4級	4-5級	4-6級	5-7級
型 態	年輕身心障礙者	老年失能者	老年失能者	視障及失能
種 族	排灣族	卑南族	阿美、排灣、閩南	阿美族
特 色	1.經常到部落據點與長輩一起互動。 2.每週固定一次為部落整理環境，讓個案們開心為社區做事且有成就感，同時也能兼顧散步運動。	1.家托員就讀國、高中的孩子擔任小志工，讓孩子從小學會如何陪伴與照顧長輩。 2.長輩享受有孫子在旁的銀青照護方式，為生活增添許多歡樂。	每週二次聘請社區老師（預防延緩失能/失智）到家裡上課或將課程帶到戶外或與鄰近托顧家庭一起活動，讓長輩能與社區其他長輩接觸，增進人際關係。	視障個案平常以輪椅代步，經托顧家庭一年的照顧，已能自行以導盲杖來回家中與家托站之間（約150公尺）。另家托站也為個案建立友善環境，為其裝立獨立扶手，讓個案得以自由活動筋骨；擺設專屬小桌及垃圾桶，讓個案方便使用衛生紙、紙巾等
特 色				
說 明	身障個案每周一次開心為社區整理環境，建立成就感兼顧散步運動。	孩子加入照顧服務-培養子女對長輩的關懷與使命感。	參與據點失智/失能活動，活絡筋骨，拓展社交，讓心情更佳愉悅。	托顧站為盲友個案設置專屬空間，個案也能使用導盲杖自行來回家裡與托顧站之間。



台東聖母醫院大事紀

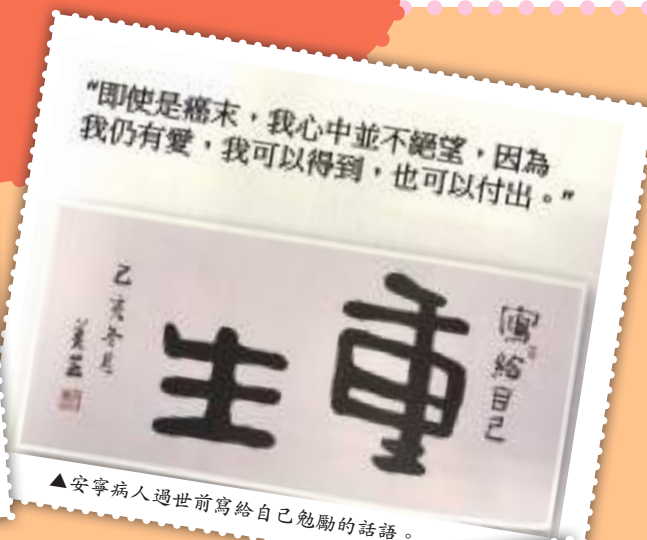
2020.01~2020.11



▲文大社會企業管理研究所蒞臨聖母健康園區交流訪問。



▲小馬健康活力站最美麗、熱忱和充滿愛的志工們，全部都是小馬部落的人。



▲安寧病人過世前寫給自己勉勵的話語。



▲李克勉主教陪同新竹教區神父教友們，來台參加天人合一關懷友善社區共識營。



▲聖母乳腺健康中心與池上天主堂合辦乳癌防治溫馨專案，江神父提醒婦女們要珍愛自己健康



▲聖母健康農莊參與台東慢食節。



▲聖母樂齡健康活力中心，多元豐富的課程，深受歡迎。



▲感謝耕莘醫院牙科部為台東偏鄉進行義診及口腔衛生教學



糖尿病中心獲獎

宗旨：愛主愛人、尊重生命、為窮人服務 願景：發揚醫療傳愛精神，照護偏遠、弱勢及貧病家庭，使人們生活在健康和希望中 目標：成為東部健康促進及長期照護的醫療福傳典範

天主教花蓮教區醫療財團法人台東聖母醫院門診時間表(109年12月) 預約掛號電話：(089)322833分機100、101

時間	星期一		星期二		星期三		星期四		星期五	
科別	上午	下午	上午	下午	上午	下午	上午	下午	上午	下午
內科 (腸胃內科)	傅珊珊	傅珊珊(約診)	傅珊珊		傅珊珊		傅珊珊			
家醫科 小兒科					林瑜貞		林瑜貞		林瑜貞	
糖尿病門診	傅珊珊		傅珊珊		傅珊珊	林瑜貞	傅珊珊	林瑜貞	林瑜貞	
內(兒)科		黃冠球	黃冠球代診(8)	黃冠球		黃冠球	林瑜貞代診(10、24)			黃冠球
(內)外科	張斯卡				張斯卡					
(乳)外科	張斯卡			張斯卡	張斯卡		張斯卡			
神經內科									羅彥宇(4、18)	
復健科	潘盈達				潘盈達					
中醫科		林中圭		林中圭			林中圭		林中圭	

◆粉紅公益行動不停歇◆ 溫馨專案場次：第一場次12/11(五) 15:00~17:00 第二場12/30(三) 15:00~17:00

●門診看診時間：(西醫)上午09:00~12:00 下午14:00~17:30 (中醫)上午08:00~11:00 下午14:00~17:00

●現場掛號時間：上午 07:30~11:30 下午13:00~17:00。

※本院另有：乳房磁振造影檢查(BMRI)(分機 132)、成人健檢和勞工健康檢查(分機100、101)。



**買五個
送一個**

買大送大
買小送小
(送同品項)

HAPPY 2020
MERRY CHRISTMAS

聖誕優惠

12/20 前
訂購享優惠



線上訂購



修女祈福蛋糕

香蕉巧克力 \$ 500/六吋



幸福瑪芬

\$ 40/個



義大利 Panettone 潘那朵妮
聖誕水果麵包

在小耶穌誕生的喜悅中，特別獻上美味可口的
義大利聖誕水果麵包，口感香醇綿密
限量發售 欲購從速～

蛋奶素可食用、手工製作、無防腐劑
保存期限：常溫5天，冷藏30天，冷凍60天

大 \$ 500/個

小 \$ 40/個



台東聖母健康農莊
TAITUNG ST. MARY'S HEALTH FARM

訂購專線 單筆滿2000元以上，常溫宅配免運費，貨到付款。

(089) 381382分機888

<http://www.healthfarm.com.tw>