

## 聰明照顧月計畫得獎名單

### 一. 得獎名單:

第一名：田素秀(花蓮)

第二名：劉秀鳳(桃園)

第三名：楊水味(澎湖)、鍾富華(高雄)，共二名

佳作：蘇雪(屏東)、聶星桂(嘉義)、林索亞(北市)、李迺影(竹市)、徐鳳雄(台中市)、黃秋謹(北市)，共六名

### 二. 得獎者簡介

名次	得獎者姓名	年齡	失能等級	照顧月計畫簡介	使用資源
第一名	田素秀	67	8	<p><b>善用資源，愛無限</b></p> <p>67歲田阿姨照顧失能先生，目前已照顧28年，開始照顧的十餘年由自己照顧，因先生擔心她離開，所以她必須寸步不離，造成她照顧得十分辛苦、壓力也很大。後來由衛生所護士協助申請居家服務後，目前使用照顧服務、交通接送及輔具居家無障礙環境改善等三包錢。現在，除減輕照顧壓力外，還可打零工及出來參加照顧者支持活動。</p>	<input checked="" type="checkbox"/> 照顧服務 協助沐浴與洗頭 12次/月 肢體關節活動 12次/月 翻身拍背 12次/月 基本日常照顧 用藥 12次/月 測量生命徵象 12次/月 輔助性醫療 甘油求 12次/月 協助餵食或灌食 12次/月 陪同外出 12次/月 <input checked="" type="checkbox"/> 交通接送 <input checked="" type="checkbox"/> 輔具居家無障礙環境改善服務 <input checked="" type="checkbox"/> 喘息服務 <input checked="" type="checkbox"/> 家庭照顧者支持性服務
第二名	劉秀鳳	35	5	<p><b>長照服務讓我能期待未來寬廣的路</b></p> <p>98年父親確診為失智症，去年爸爸的失智狀況變得愈形嚴重，這突如其來的變化，讓劉小姐措手不及，再加上懷孕，面對自己身心上的不適以及預備做新手媽媽的焦慮，爸爸的病況惡化，更是讓我感到崩潰，並且憂鬱症再度復發了，先生忙於工作，平時的照顧重擔幾乎都在我的身上。</p>	<input checked="" type="checkbox"/> 照顧服務 日照中心(週一至週四) 備餐、購物、餵藥，各4次/月(週五) <input checked="" type="checkbox"/> 交通接送 <input checked="" type="checkbox"/> 輔具居家無障礙環境改善服務 <input checked="" type="checkbox"/> 喘息服務

名次	得獎者 姓名	年齡	失能 等級	照顧月計畫簡介	使用資源
				<p>105年開始主動找資源，長庚醫院個管師告知長照資源，並請照專評估。後來安排居家服務協助，自己後來也主動接觸家庭照顧者支持服務據點桃園紅十，除了給予很多我在情緒上的支持外，還安排了心理協談，讓我在懷孕的這段情緒起伏非常大的時期，有據點社工及心理師陪著我度過，更介紹了許多長照資源讓我可以運用。</p> <p>像是今年1月是劉小姐預產期，先利用居家服務協助爸爸平時的照顧，以及嘗試讓爸爸去日照中心，參與課程活動，不會因為一直待在家裡而退化快速，並減輕在體力及時間的壓力負荷，另使用喘息服務讓劉小姐在坐月子期間，也可安置爸爸在機構裏得到妥善照顧，也讓劉小姐能夠好好休息，照顧自己跟孩子。</p> <p>同時，搭配心理協談，提供許多照顧安排的建議，最後決定讓爸爸繼續去日照中心，規律的作息及豐富的團體活動，能協助爸爸的狀況穩定以及情緒上有很大的緩和助益，還運用交通接送服務，省去舟車勞頓的辛勞；另外一週五天中，有一天則使用居家服務，來協助爸爸午餐的部分以及陪他散步、量血壓、餵藥等，使用長照服務後，讓劉小姐能夠兼顧照顧新生兒、自己的家庭和爸爸，看見未來寬廣的道路。</p>	<input checked="" type="checkbox"/> 家庭照顧者支持性服務
第三名	楊水味	63	8	<p><b>為愛努力，照護家人 需要先裝備好自己，工作與照護雙向進行</b></p> <p>楊女士為大女兒原本在高雄醫院擔任清潔工，不捨獨居澎湖、高齡90的母親身體逐漸衰弱而回家照顧。但楊女士自己身體不佳，因照顧無法定期回診，變得不穩定，母親也出現失智狀態，在一年多照顧期間心力交瘁，與母親的關係也逐漸惡化，後105年開始申請居家服務，減輕照顧負擔，但在專業建議下，後改申請日間照顧服務，利用母親到日間照顧接受照顧時，外出工作之應家中開銷。</p> <p>初期，楊媽媽對日間照顧服務有諸多不適應，反而辱罵楊小姐是不孝女，在每天交通接送時，與女兒總會發生肢體衝突，讓楊小姐備感難過。</p> <p>經家庭照顧者支持服務和日間照顧的社工的支持及協助下，母親逐漸適應日照中心的服務，願意與中心朋友一起做活動，慢慢展笑顏。</p>	<input checked="" type="checkbox"/> 照顧服務 日間照顧全日 22次/月 社區式服務 交通接送 22次/月 <input checked="" type="checkbox"/> 專業服務 居家無障礙環境規劃 <input checked="" type="checkbox"/> 交通接送 <input checked="" type="checkbox"/> 輔具居家無障礙環境改善服務 <input checked="" type="checkbox"/> 喘息服務 機構住宿喘息 21次/年 <input checked="" type="checkbox"/> 家庭照顧者支持性服務

名次	得獎者姓名	年齡	失能等級	照顧月計畫簡介	使用資源
				楊小姐在社工鼓勵下，開始接受照服員訓練，曾經一度想放棄，但仍不負眾望，終於取得照顧服務員的資格，有了新的生活目標。	
第三名	鍾富華	57	8	<p><b>積極爭取、善用資源，照顧壓力有解方</b></p> <p>鍾先生的太太因疾病致認知退化、四肢肌力不佳、關節活動度受限，完全臥床，已臥床 8.5 年。</p> <p>由於孩子因工作關係在外，無法協助，為了方便照顧，鍾先生便打聽及強力爭取自家大樓擔任管理員一職。後鍾先生尋求政府資源的協助，善用居家專業服務、居家護理、居家牙醫、居家醫療、輔具服務、機構喘息、家庭照顧者支持服務等。讓他在照顧環節上更輕鬆，照顧負荷也相對減輕，此外，也申請每年 21 天的機構喘息，讓他更有充分喘息時間與其他親友相聚放鬆自己。</p>	<input checked="" type="checkbox"/> 照顧服務 身體清潔床上擦澡 12 次/月 基本日常照顧 修指甲 10 次/月 協助餵食或灌食 20 次/月 餐食照顧備餐 20 次/月 <input checked="" type="checkbox"/> 專業服務 臥床長期活動受限照護 <input checked="" type="checkbox"/> 交通接送 <input checked="" type="checkbox"/> 輔具居家無障礙環境改善服務 <input checked="" type="checkbox"/> 喘息服務 機構住宿喘息 4 次/年 <input checked="" type="checkbox"/> 家庭照顧者支持性服務
佳作	蘇雪	74	8	<p><b>想要聽到~謝謝媽媽</b></p> <p>74 歲的蘇女士獨自一人扶養三位女兒長大成人，其中特別需要照顧極重度、無法言語表達、臥床的女兒小鳳至今已長達 48 年，隨著年紀越大，面對小鳳的照顧工作，越顯吃力。</p> <p>直到據點社工與志工們的介入與陪伴，慢慢的蘇女士學會照顧自己與愛自己。後更在社工協助下，運用照顧資源，減輕照顧壓力、重新安排自己的生活與時間。社工也鼓勵蘇女士參與據點課程並連結喘息服務介入，讓他放心參與課程，不但學會照顧技巧的知識及讓自己放輕鬆，也認識更多朋友。</p>	<input checked="" type="checkbox"/> 照顧服務 身體清潔刷牙洗臉 16 次/月 協助餵食或灌食 16 次/月 基本日常照顧 換尿布 16 次/月 肢體關節活動 8 次/月 協助沐浴/與洗頭 8 次/月 <input checked="" type="checkbox"/> 專業服務 IADLs 復能服務居家 <input checked="" type="checkbox"/> 交通接送 <input checked="" type="checkbox"/> 輔具居家無障礙環境改善服務 <input checked="" type="checkbox"/> 喘息服務 居家喘息全日 21 次/年 <input checked="" type="checkbox"/> 家庭照顧者支持性服務

名次	得獎者姓名	年齡	失能等級	照顧月計畫簡介	使用資源
佳作	聶星桂	48	8	<p><b>資源善用-從絕望谷底找回自己、力量與生命</b></p> <p>家住台中的聶小姐照顧失能婆婆，利用居家服務，尚能兼顧照顧與工作，經濟壓力不至於太大。但正當生活工作取平衡之計，媽媽意外卻發生車禍，傷害程度的更非短期可以復原，本聶小姐和姊妹們 24 小時輪流照顧，但卻發現媽媽腦部受傷會有情緒不穩的時候，為使媽媽能安全被照顧，也決定為媽媽申請居家服務，協助母親沐浴，讓姊妹們能夠藉機好好喘息，並協調出每個人輪流照顧一週，且每個人固定周休二日，當她休息時還可以回台中看看婆婆的狀況。</p> <p>運用各種長照服務（居家服務、喘息服務、居家復健、輔具及居家無障礙環境改善服務、交通接送服務等），當我們把家門打開，讓更多人再拉我們一把。有次居家復建師意外告知媽媽有復建機會，透過居家復健，讓媽媽現在手部也能出力！另輔具及居家無障礙環境改善服務，申請氣墊椅子、氣墊床、輪椅等，減輕面對照顧的經濟負擔，也透過修繕本來難以行動的浴室，門檻平了，終於讓媽媽好好進浴室洗個舒服的澡，出門也有交通接送，帶媽媽去復健、就醫，林林總總資源協助，讓聶小姐一家找到新的平衡點。甚至也讓他能夠順利的把大學社工系念完，把公婆和媽媽照顧好，手足間更能充滿力量相互扶持彼此！</p>	<p><input checked="" type="checkbox"/>照顧服務</p> <p>基本日常照顧 如廁 23 次/月 基本日常照顧 用藥 23 次/月 協助沐浴與洗頭 23 次/月 肢體關節活動 23 次/月 翻身拍背 23 次/月 家務協助 23 次/月</p> <p><input checked="" type="checkbox"/>交通接送</p> <p><input checked="" type="checkbox"/>輔具居家無障礙環境改善服務</p> <p><input checked="" type="checkbox"/>喘息服務</p> <p>居家喘息半日 28 次/年</p>
佳作	林索亞	74	8	<p><b>極樂街角的一道深情風景</b></p> <p>Sonia 為菲律賓裔，來台的第一份工作是在塑膠王國經營之神的家裡擔任外籍看護工，照顧創辦人的母親。在 Sonia 與張伯伯結婚 5 年後的某一天，伯伯騎車摔得頭破血流。張伯伯二次進出開刀房，雖撿回一命，但卻從此臥床不起……</p> <p>Sonia 曾擔任看護工作，基本照顧知識與技巧對她來說都不是難事，難的是，Sonia 說：當她意識到伯伯再也無法起身的那刻起，便天天壓力大到失眠，感覺日子都要過不下去了。經中山老福轉介長期照顧管理中心專員評估，居家服務員歐大哥開始進入這個家庭協助照顧，原本在 Sonia 照顧時，只能在床上擦澡的張伯伯，終於可以在居服員歐大哥的協助下，開始進到浴室裡，坐在便盆椅上沖澡。為提供張伯伯與 Sonia 有一個更安全的居住環境，陸續協助申請了居家無障礙環境修繕，將浴室裡的浴缸敲掉、更換了防滑地磚、在洗臉檯加</p>	<p><input checked="" type="checkbox"/>照顧服務</p> <p>協助沐浴 20 次/月 翻身拍背 20 次/月 協助餵食或灌食 12 次/月 肢體關節活動 8 次/月</p> <p><input checked="" type="checkbox"/>喘息服務</p> <p>機構住宿喘息 21 次/年</p> <p><input checked="" type="checkbox"/>交通接送</p> <p><input checked="" type="checkbox"/>輔具居家無障礙環境改善服務</p>

名次	得獎者姓名	年齡	失能等級	照顧月計畫簡介	使用資源
				<p>裝扶手，除了讓歐大哥為張伯伯洗澡更為便利，也讓日漸年邁的 Sonia 阿姨有更安全的盥洗空間。</p> <p>因 Sonia 突然雙腿乏力跌倒，讓歐大哥發現了她膝關節退化的問題。經歐大哥回報中心轉介照顧管理專員評估，也協助 Sonia 阿姨申請了居家服務，現在歐大哥每天除了為張伯伯翻身拍背、餵食、做被動關節運動外，也會在來的路上，繞到市場幫 Sonia 阿姨買菜及生活必需用品，維持居家環境整潔。</p> <p>Sonia 阿姨常說：原本，她在臺灣只有張伯伯一位家人，感謝政府在張伯伯昏迷後，帶來了歐大哥，讓她在臺灣多了一位家人！</p>	
佳作	李迺影	59		<p><b>漫漫長路，有你相伴</b></p> <p>姐姐自幼因有智能障礙而領有身障手冊，爸爸、媽媽從主要照顧者變成被照顧者，三個人的生活自理出現了問題，李小姐只能一肩扛起了所有的照顧責任，成了新手照顧者。</p> <p>面對三人莫大的照顧壓力，李小姐開始積極尋找相關資源和服務，開始對失智症有了初步認識，與專業人員建立信任關係，在混亂的生活中建立秩序。</p> <p>在了解相關資源後，她替爸爸、媽媽和姊姊向長照中心申請長照評估，除了有明確的補助額度之外，也獲得照顧機構的關心和資源，帶著爸媽到處去參與樂智據點、香村照顧社區關懷據點的課程及活動，讓他們走出家裡。而姐姐因為聽障的情形，安排到日照中心，後期因為媽媽退化的關係，所以和姊姊一同去日照中心，在他們狀況穩定下，李小姐則開始兼職居服員工作，並利用空閒時間積極參與長照單位及家庭照顧者關懷據點講座，希望透過課程能讓自己知道爸媽及姊姊後續的生活規畫及照顧安排。</p> <p>照顧已五年，李小姐持續參與講座活動，加入了照顧者支持團體，跟其他照顧者分享，讓自己有情緒抒發的管道，同時也樂意提供相關資訊，讓其他人能獲得協助，現在的她有力量可以幫助別人。</p>	<input checked="" type="checkbox"/> 照顧服務 日間照顧全日 24 次/月 社區式服務 交通接送 8 次/月 <input checked="" type="checkbox"/> 交通接送 <input checked="" type="checkbox"/> 輔具居家無障礙環境改善服務 <input checked="" type="checkbox"/> 家庭照顧者支持性服務
佳作	徐鳳雄	74	8	<p><b>打開家門、倘開心，照顧不費力</b></p> <p>「照顧好累，曾想帶太太一起走」，阿雄伯沮喪、無奈地說出這句話。妻子在美國發生車禍造成腦傷無法言語，只能以哀叫、揮手的方式表達，長期下來</p>	<input checked="" type="checkbox"/> 照顧服務 協助沐浴與洗頭 27 次/月 基本日常照顧 用藥 27 次/月

名次	得獎者姓名	年齡	失能等級	照顧月計畫簡介	使用資源
				<p>令阿雄伯疲憊不堪。近年來，阿雄伯接觸長照服務，使用居家服務、喘息服務，以及居家護理及居家復能，需要帶妻子就醫時，就使用復康巴士或長照服務中的交通接送等，使用長照資源舒緩了阿雄伯的照顧壓力。</p> <p>然而，儘管許多資源進入服務，但阿雄伯仍覺得照顧負荷重，因此照顧者據點社工協助阿雄伯媒合心理協談服務，在一次次協談中，阿雄伯感受到有人傾聽的溫暖，進而讓阿雄伯心情變得不那麼悲觀，後來阿雄伯學習了解長照資源，並自行規劃照顧計畫及善用資源，現在的阿雄伯重拾笑容，更樂於鼓勵照顧者們打開家門讓資源進入。</p>	<p>翻身拍背 27 次/月 肢體關節活動 27 次/月 家務協助 27 次/月</p> <p><input checked="" type="checkbox"/>喘息服務 居家喘息半日 3 次/年 <input checked="" type="checkbox"/>交通接送 <input checked="" type="checkbox"/>輔具居家無障礙環境改善服務 <input checked="" type="checkbox"/>家庭照顧者支持性服務</p>
佳作	黃秋謹	65	7	<p><b>精打細算 發揮長照資源最大效益</b></p> <p>黃姊從十五年前就開始了「一打三」的照顧生活，先是先生中風倒下，接著父親年邁失能也中風、類帕金森氏症的母親失智，黃姊說：前七年，真的生不如死，但還有兩個就學中的兒女，自己必須堅強，直到第七年，照顧到自己快倒下了，覺得再不找人幫忙，一定會崩潰，於是打了 1999 跟市府求助，協助連結到長照中心，並派員評估，申請到居家服務後，由服務員陪伴先生出去走走，或陪伴作一些復健，讓我有多了些喘息和外出交流的機會。</p> <p>今年，因新制的關係，先生目前評定失能等級為第七級，為發揮最大效益，黃姊調整了居家服務的項目，每個月使用陪同外出 90 次(每次 30 分鐘)，代購服務 10 次，陪同就醫 2 次。另外在喘息服務上，我使用居家喘息服務(全日)5 次，居家喘息服務(半日)3 次，每月只要負擔 5 千多元，大大減輕照顧壓力。</p> <p>再加上我把家中客廳變成社區的泡茶間，社區中的長輩會來找父母聊天，我就有空可以買菜、上課，甚至參加社團、排戲，現在黃姊擔任台北市立心基金會龍山海馬迴劇團團長，透過戲劇表演，讓民眾認識失智症，早發現早治療。</p>	<p><input checked="" type="checkbox"/>照顧服務 陪同外出 90 次/月 代購送服務 10 次/月 陪同就醫 2 次/月 <input checked="" type="checkbox"/>交通接送 <input checked="" type="checkbox"/>輔具居家無障礙環境改善服務 <input checked="" type="checkbox"/>喘息服務 居家喘息全日 5 次/年 居家喘息半日 3 次/年</p>