






本 | 期 | 焦 | 點 暖暖食堂 看顧老大人的營養與日常/不只是洗澡的到宅沐浴車



官網



臉書



LINE@

2023/04
NO.25 季刊

因為天主所造的樣樣都好，如以感恩的心領受，沒有一樣是可損棄的。(聖經弟茂得德前書，四：04)

2015年3月創刊 勸募許可字號：衛部教字第1091362864號

發行人 | 陳美惠 執行長 | 黎世宏

出版單位：財團法人私立天主教中華聖母社會福利慈善事業基金會

立案許可日期字號：嘉義市政府民國04年8月16日府社福字第0940019738號

地址：(60044)嘉義市民權路60號2樓 | 電話：05-2778388分機3322 | 傳真：05-2774820

捐款及基金會徵信請見基金會官網

暖暖食堂 看顧老大人的營養與日常

五年多來，每天中午一到，感情很好的阿秋嬭和阿公，兩人會一起散步到食堂用餐，和同村或附近的鄰居一起聊天吃飯。

但最近阿公罹患肝病，身體狀況越來越不好，起身都需要阿秋嬭攙扶，原本還能下床走幾步路，但現在阿嬭要用盡全力的撐著阿公，才能讓阿公勉強的坐上輪椅；過程中簡單的動作，對於高齡的阿嬭而言，卻相當吃力，「看伊安捏，我金甘苦……」講到阿公，阿秋嬭眼淚就不停地掉，不捨之情溢於言表。

子女都在外地工作，家裡只有兩老彼此相依照顧，對於已經80歲的阿秋嬭而言，無法放鬆、時刻擔憂著阿公，24小時的照顧重擔落在肩上，「好幾次怕阿公摔下床，晚上都不敢睡，我就坐在床上到天亮……」阿嬭面露憂愁，我們實在擔心80歲高齡的身軀怎禁得起這樣的不眠不休。

讓兩老吃得好、吃得營養，是我們現在能為他們做的，食堂的工作人員會提前準備好兩人的便當，親自送到阿嬭的腳踏車籃裡，讓阿嬭少走幾步路，趁飯菜還熱帶回家跟阿公一起享用，「有食堂每天現煮的飯菜，讓阮可以不用那麼累，可以好好歇睏，真多謝！」疲憊的臉龐露出笑容，看見阿嬭能如常地來到食堂，我們也安心多了。

基金會發現，在嘉義偏鄉與山區部落的長輩們，住家附近幾乎無販賣便當、麵攤等店家，要吃個飯得走一段路程；有時長輩因經濟收入狀況吃緊，為了節省開銷，會在家附近種植蔬果，或以罐頭、醃製食

令人擔憂的偏鄉
與部落長輩餐食現況

長輩常食用反覆
加熱的隔夜菜

75%

長輩患有3種以上
的病痛，無法久站
烹煮，平均步行距
離超過3公里

23%

品搭配反覆加熱的餐食果腹，導致慢性疾病控制不佳、營養失衡。時間一久，身體勢必受影響，增加罹患慢性病的風險。

因此，基金會目前有六腳、民雄、鹿草、中埔以及去年開幕的阿里山暖暖食堂共5間，提供長輩共餐及送、取餐服務，食堂不只是提供溫飽一頓，讓偏鄉交通不便的長輩們吃得營養之外，還可以在這裡和老朋友話家常、看到彼此都安好。

共餐服務
五間食堂

50,392 人次

送餐服務
14,702 人次

請支持老人食堂

讓偏鄉與行動不便
長輩，也能享用到
營養健康的餐食

撐住辛苦的老老照顧家庭

蔡阿嬭因年紀已長，日常生活功能逐漸退化，兒子也年邁，成了老人照顧老人的辛苦畫面，原本其他家人有協助申請外籍看護，但阿嬭堅持不要，讓家屬備感困擾，身為主要照顧者的兒子只能吃力地照顧老母親，長期下來，體力早已無法負荷，還好申請了居家服務，才稍微紓解肩上的壓力。

居服員來了以後，協助阿嬭身體清潔，讓全職在家照顧的兒子能短暫喘口氣、休息一下，全職照顧者24小時幾乎不停歇，再加上長輩失能後身體功能日漸退化，需要承擔的照顧壓力除了體力，還有情緒，兒子及媳婦常說：「有你們真好！」居服員像老朋友一樣，一邊服務一邊跟阿嬭話家常，也會和家人閒聊幾句，這些可以放鬆發條的時刻，是老老家庭最企盼、也最需要的支持。

在最老的嘉義，老老照顧或是獨居老人比例很高，基金會透過居家服務、就醫及復健交通協助、喘息服務、在宅醫療或是送餐、送物資等多元整合性服務，支持著這些辛苦的老老家庭，可以安然度過照顧的每一天。

成為老老照顧的好幫手

居家服務、環境整理、備餐、協助沐浴、就醫交通接送、改善住家環境、補助無力負擔的經濟弱勢以及喘息服務，安排由機構、看護申請照顧個案，讓家屬可以休息

7,071 人次

接住經濟弱勢辛苦家庭

提供物資、送餐、客製化儲值卡紓解經濟困境

23,553 人次

一場長期奮戰的照顧之路 失智失能日間照顧中心 分擔家屬壓力

六腳日照的「小班長」阿榮阿公，因為每天要巡田水、逛村莊，某天在村子內走失了，阿嬭怎麼都找不到，只能全村廣播協尋、好心鄰居幫忙將資訊發到臉書，請大家一起找，幸好最後在警察局找到，但「阿公走失記」已經嚇壞了住在外地的家人，趁著阿嬭脊椎開刀，將阿公帶來了日照。

於是每天在六腳日照都能聽見阿榮阿公詢問：「小姐有沒有賣菸？」工作夥伴回答：「沒有喔，這裡政府規定不能抽菸，會罰錢，不能抽，罰錢阿嬭會罵！」阿公：「嗯！對啊，阿嬭會唸東唸西」。

「啊！田裡的水沒關？要趕快回家處理」阿公突然想起，工作夥伴：「早上阿嬭有打電話來說關好了」阿公就會讚美：「水某ㄟ真好，這也會」；偶爾想家了，也會詢問「什麼時候要回家？」，夥伴說：「阿嬭有訂車，說不能太早回家，要4點才有車回竹仔腳喔」於是我們畫了一個時鐘給阿公看。假日沒來到日照時，阿公還會在家門口等著交通車來接，回家也會掏錢要付車資...

雖然阿公每天有新的情境題，但他是個溫和的失智長輩，不僅會協助掃地整理物品，其他長輩情緒不穩時，阿公也會陪下棋、陪打球，所以贏得了日照「小班長」的稱號！

這些是當初家人沒預料到的改變，原本只是讓阿公有地方去，沒想到在這裡阿公賺到滿滿的成就感，也讓阿嬭與遠在外地的家人放下了一顆懸宕的心。

日間照顧中心服務

聖仁、聖愛、活泉、民雄、六腳、水上、中埔，共7間失智失能日間照顧中心

18,390 人次

24小時家屋服務

聖母、聖仁家屋，給失智長輩24小時安穩的照顧，成為家屬安心的力量

5,605 人次

依據基金會日間照顧中心服務調查顯示：

- 56% 失能合併失智的長輩，照顧難度遠大於單一失能或失智
- 63% 中重度以上障礙程度
- 47% 照顧者已是65歲以上的老人，超過3成是亞健康、失能及失智長者

基金會在宅服務 接住每個搖搖欲墜的家庭

阿堂患有小兒麻痺，在105年中風後臥床不起，全依靠阿琇姐與母親照顧，年邁的母親體力上已很難負荷，阿琇姐不僅要照顧弟弟還有生病臥床的父親，一肩扛起家經濟重擔的她，不識字只能外出打零工養家，賺取微薄的薪水，一家四口兩人臥床，蠟燭兩頭燒的壓力讓姐姐分身乏術，幸好有長照服務，讓阿琇姐鬆了一口氣。

幾年前父親過世，阿堂的狀況越來越差，因為長期臥床，四肢開始攣縮僵硬，且脾氣越來越差，去年因積痰導致肺部感染，醫藥費與後續返家照顧治療都讓阿琇姐深感疲憊，基金會的個案管理師趕緊與居家服務單位討論調整，分擔阿琇姐的照顧壓力，前陣子阿琇姐車禍，腳受傷沒辦法外出工作，個案管理師也擔心他們家中經濟，因此會不定期送物資到家，並連結其他資源協助每月送一些日常生活用品，減輕阿琇姐生活支出。

一路走來，阿琇姐努力樂觀面對這一切，先是照顧爸爸，接著是弟弟，媽媽年紀也大了，她總說「遇到了，只能盡力地照顧他們」，她也很感謝個案管理師與居家服務員的照顧，一起分擔了照顧弟弟的工作，常說「真的不知道怎麼回報大家。」

其實，長照不只是照顧個案，照顧者也亟需我們的關心，我們才要跟阿琇姐說：「謝謝，您辛苦了！因為你的堅強與樂觀，讓我們體會這份服務的價值，日後我們會繼續陪著阿琇姐一起分擔照顧重擔。」

8合1資源巡迴車

深入鄉鎮宣導，提供篩檢與物資

106 場
1,558 人次

獨居老人緊急救援

連線 287 個案

整體照顧服務

走入 1,865 個家庭，在最需要的時候給予協助

15,439 人次

乾燥車服務

3,318 人次

居家服務案數/時數

865 個案
140,059 小時

