



財團法人天主教會新竹教區附設

長安

老人養護中心

創辦人：孫文修神父

發行人：李克勉主教

執行長：陳文良

總編輯：陳柏如主任

執行編輯：社工組團隊

電話：(03)5943987#1175 傳真：(03)5954472

地址：310 新竹縣竹東鎮長安路 130 號

電子信箱：changan.sw@msa.hinet.net

網址：<http://www.chang-an.org.tw/>

捐款帳戶：

1. 臺灣土地銀行竹東分行:017-001-039415
(戶名:新竹縣私立長安老人養護中心)
2. 台灣中小企業銀行:340-62-633699
(戶名:新竹縣私立長安老人養護中心)

第 64 期

107 年 07 月印製



國內
郵資已付

新竹郵局許可證
新竹字第 0322 號

一段旅程 一生回憶

主任 陳柏如

常常有人問我「中心的長輩最想做什么？」

「回家」，這件對許多人來說再容易不過的事情，卻是中心所有長輩朝思暮想的企盼。特別是那些自入住中心起，便未曾再返家的住民。於是返鄉專車這個計畫在中心醞釀了一段時間，今年我們決定付諸行動~

我們以低收入戶長輩為優先，再來是每天認真復健的爺爺奶奶，他們對家的想念很久了...我們鼓勵著他們，他們也付諸努力著，就像共同進行一場圓夢之旅！

今年總共規畫四梯次的返鄉行動，每一梯次安排兩位長輩。同行的過程中，有的爺爺奶奶受失智影響不太清楚身在何處，但當他回到熟悉的地方，湧現了許多的回憶故事、看著牆上的舊照片，或許不擅言詞，但從他們的眼神中，透露的情感，讓我難以忘懷。每一位老鄰居、親友，甚至是村鄰長緊握的手，都讓長輩們備感溫馨！

今年的返鄉旅途已經告一個段落。今年爺爺奶奶喜悅、感動的淚水交織，也讓我們堅定這計畫的重大意義，明年我們會繼續下去，陪他們圓一個回家的夢。



f 長安老人養護中心

歡迎按讚成為粉絲！
追蹤長安大小事~

持續關心、支持長安的朋友們：

108 年起我們將新增刊物電子報唷！若您願意改訂閱電子報，請 E-mail：changan.sw@msa.hinet.net，謝謝~

【牙科診療室歡喜啟用】

2月23日長安的牙科診療室在一片歡樂聲中熱鬧揭牌！
長安成為桃竹苗第一家擁有牙科診療室的老人養護中心，
由新竹縣牙醫師公會醫療團醫師到中心駐診，嘉惠中心住民及居家服務
個案，接受服務者只要持身心障礙手冊及健保卡預約看診即可，
讓大家都有一口好牙，享受美食~



跟著爺奶動起來

社工組 陳宛昀

「今天下午有活動嗎？」這是每天上午爺爺奶奶們最常問的一句話！

中心每週都規劃各式各樣的運動讓爺爺奶奶們動起來，例如：排球競賽、門球運動、吹箭以及桌上保齡球等。起初，許多爺爺奶奶對於這些運動的遊戲規則不是很明白，但經過一次次練習與改進，爺爺奶奶們愈來愈能掌控遊戲的節奏以及規則，對於運動則是保持熱誠的心，期待每一天都是運動會。

運動會活動不僅提升了長輩們的生活品質，也讓長輩認識了不同樓層的人，彼此間有了更多的交流，並透過分享找到了知己。長輩的臉上多了一份笑容，生活經驗更為富足，是家屬也是中心最殷切的期待~





圍爐冬暖 心更暖

社工組

「這個雞肉好吃唷！社工小姐妳也一起吃啊～」這天，長安整棟大樓裡充滿了歡笑與玩鬧聲！

感謝陳義雄大哥有感於院內許多爺爺奶奶無法返家團圓吃年夜飯，特地帶領團隊的夥伴，在樓層間大開宴席。一道道軟嫩、香噴噴的佳餚讓住民食慾大開、食指大動，吃得好滿足~讓中心所有的爺爺奶奶共同感受過年圍爐的美味與熱鬧。



暖心母親節 回味兒時趣

社工組 陳宛昀

在風和日麗的天氣裡，中心地下室正在舉辦 107 年度母親節復古派對星光大道暨家屬座談會，許多家屬都蒞臨活動會場，爺爺奶奶們顯得特別開心，每位爺爺奶奶為了星光大道活動皆盛裝打扮，穿上了帥氣的西裝、豔麗的洋裝，畫上紅如玫瑰的唇膏，整個人看起來相當有精神，感覺又回到年輕的時候，每位爺爺奶奶臉上都掛著一抹笑容。

這次母親節活動除了星光大道走秀之外，中心特別準備小禮物給復健進步幅度最大的爺爺奶奶，並透過影片與家屬分享爺爺奶奶們平時在樓層進行的復健內容，希望家屬給予爺爺奶奶鼓勵與支持，希望他們能愈來愈進步，而獲獎的爺爺奶奶們也非常開心，甚至落下感動的淚水。

這場母親節活動除了有歡樂的笑聲、感動的淚水，最重要的是家人們的陪伴讓爺爺奶奶們重拾以往的笑容，同時也讓爺爺奶奶度過歡樂又溫暖的母親節！



紅毯一哥帥氣登場



返鄉專車~~出發囉！

社工組

「沒想到還有機會回來這裡！」這是爺爺奶奶心裡的聲音嗎？107 年 4~6 月我們從竹東出發，回到爺爺奶奶的家鄉、以前教書的國小，探望那些想念已久、許久不見的老朋友、老鄰居還有最親愛手足，陪伴他們回去那「記憶中的生命旅程」。

【首發返鄉專車】每個笑容都是生命中最重要的寶藏

李老師是二重國小退休教師，95 歲高齡的她，常說要去學校上課，事前與校方聯繫時，教務主任張主任還說：「整理校刊時有看過李老師的照片，校內有幾位老師還是她的學生呢！歡迎回來唷！」電話那頭讓我感受到充滿溫暖的聲音！「老師好~」一路上認識李老師的人好多，紛紛出來問候，看見她健康、有朝氣都為她感到開心，老師們直呼來得早不如來得巧，舊校舍將在暑期拆除重建，即時在這一時刻重溫美好的記憶。



另一位返鄉專車的主角是黃爺爺，單身的他，從小由伯父、伯母照顧他長大，入住中心 10 年來都沒有回家的機會，終於有機會趁此活動一解鄉愁！一回到家，老鄰居聞風前來關懷，直呼黃爺爺的好氣色與健康與過去差異很大，讓人都認不得了！害羞的爺爺坐在熟悉的廳堂，看著親人的照片，眼眶滿是溼溼的淚水。堂姪子表示幸好走了這一趟，因為老房子即將要重建，下一次再回來就不再是爺爺熟悉的景象了~

【第二班返鄉專車】4/27 李爺爺、呂爺爺手牽手回鄉去~

李爺爺過去獨居在橫山鄉，過去一直是熱心的徐村長幫爺爺張羅大小事，直到入住中心。徐村長一接獲爺爺將去探訪的消息，相當開心，敞開大門來迎接，並帶爺爺到以前經常去的廟宇走走，老鄰居也紛紛出來打招呼，說爺爺一樣高大、變得很有精神耶！熱情的和我們講起爺爺以前的故事。最後還待爺爺去品嚐熟悉餐館的好味道。



第二站帶呂爺爺去探訪妹妹聊聊往事，說著…說著…觸及內心深處，潸然淚下~在妹妹緊握著手的關心、鼓勵下，爺爺又打起精神，笑瞇瞇的回應「回到中心會認真度過每一個時刻~」



【第三班返鄉專車】5/25 返鄉專車到客庄~

峨嵋是王爺爺老家的所在地，現已無人居住，但那裏卻充滿王爺爺的兒時回憶，王爺爺的弟弟平常忙於工作，但為了哥哥的心願，一早就將大門打開等我們的到來，一段長長的坡道，記錄著王爺爺奔跑的童年，此外我們也到王爺爺過去常去的天主堂走走，雖然因缺乏無障礙設施，只能遙望懷念，但王爺爺覺得心理很富足，笑得很開心。

北埔有阿山爺爺的家，住著他最疼愛的妹妹，但妹妹因家庭因素無法常到中心探視他，所以我們就將阿山爺爺帶回家啦~主人的好客精神令我們感動，端上的河豚、飛魚料理讓我們大吃一驚，貼心的妹妹還親自餵阿山爺爺享用美食，爺爺不禁讚嘆「是熟悉的的味道！」此外，妹妹也介紹家中的新成員-小侄孫，調氣的孩子把阿山爺爺都逗樂了。離開前阿山爺爺和妹妹都留下不捨得眼淚，也讓陪伴的夥伴們紅了眼眶。



【第四班返鄉專車】6/29 千里迢迢開到尖石田埔去！

許阿姨因健康因素入住中心 20 年沒有回過家，對後山念念不忘的她，終於有機會一償宿願。得知將有機會回家，許阿姨便經常向社工詢問返鄉的時間，不斷地在心中談算著日子！而這一次回到田埔姐姐家，真的很不容易，也讓她珍惜著與姐姐話家常的時光~鄰居的長者得知許阿姨返家，也領著親友一起為她禱告，祝禱她有健康的身體、愉快的心情！

而 89 歲的陳奶奶雖然入住中心不久，但入住中心前因家人忙於工作，係由在地協會照顧，離開後第一次回到協會，熟悉的泰雅語讓奶奶更主動表達了，甚至比出心裡的渴望：「我想喝一杯~~」哈哈~真的好可愛！

今天請到在地美女車手戴大家上山，對住民和中心同仁來說都是一個考驗，考驗車手的穩定性和住民的耐坐程度，雖然一路上山、下山累累的，吐的吐、昏睡的昏睡...但是見到親人、故人的心理滿足 100%。



返鄉專車執行至今，爺爺奶奶雖然疲累，但滿心的歡喜，連睡覺都覺得香甜~

感謝這段期間協助完成這個任務的每一位親朋好友們，

長安老人養護中心會繼續努力，製造下一場美麗的感動~Never end 下一場美麗的感動~Never end

用蠟筆彩繪我的銀髮時代

社工組 陳宛昀

中心的長輩年紀大多為民國初期出生，許多人因時代的變遷而無法學習自己所喜歡的事物，到了老年後又沒有勇氣去學習新的事物，嘴上總掛著幾句：「我這麼老了才學，這不是讓人笑話嗎？」、「學習這回事，交給你們年輕人就好。」，其實他們內心就像個渴望學習的孩子一般，需要別人的鼓勵以及支持，讓他們能勇敢踏出學習的第一步，而我們中心的長輩成功的踏出學習繪畫的第一步，開啟了他們的繪畫人生。



今年春季竹東社區大學的老師的到來，讓我們的爺爺奶奶有了不一樣的變化。社區大學的阿草老師帶領我們的爺爺奶奶們進入了蠟筆的世界，藉由蠟筆繪畫，開始他們對於學習的熱忱以及自信，第一次上課就有一位奶奶表示：「老師，我沒有繪畫的天賦，也從來沒有拿過畫筆，不確定自己能不能畫出一幅像樣的畫作。」，老師表示：「奶奶，要對自己有信心，我會帶著你們一起繪圖的，不要擔心！」，老師的回應讓這位奶奶瞬間充滿了信心，並透過老師所教導的繪圖方式畫出一幅幅美麗的畫，甚至會自行在房間進行創作，將作品帶到課堂給老師看，奶奶的表現讓家屬都感到驚喜，並給予支持與鼓勵，讓奶奶能夠繼續進行創作。

每次上課都能看到爺爺奶奶認真的神情，以及喜悅的表情，這門繪畫課讓他們圓了一個夢，圓了一個孩童時期所渴望學習的夢，即使身體逐漸老化，但那股對於學習的熱誠卻持續燃燒中！



員工在職教育訓練-高齡化粧療法

社工組 何佩怡

一直以來中心除了照顧弱勢長輩之外，對於專業服務品質也是持續專注的重點，在例行性的教育課程之餘，希望可以連結投入長照服務的其他團隊，透過不同領域的服務理念與技巧，相互交流以提升專業人力的服務內涵。

研究證明，化妝對年長者腦部認知(MMSE)維持與控制有顯著的影響，具有預防及演緩失智的效果。自 2016 年以來資生堂已規劃在全台超過 60 個社區據點推動「高齡化粧療法」的活動，今年有幸邀請到資生堂團隊為中心



進行「高齡化粧療法」的指導，透過實際及講師們細心的指導，現場的工作人員都非常的專注與投入，每個演練步驟都代表不同的療程與功能，讓學員直呼原來化妝不是隨意地塗抹，而是漸進式的練習與複習。

在未來將邀請資生堂的社區團隊為中心的爺爺奶奶體驗一場截然不同的化妝巡迴活動，也透過如此生活化的舉動，帶著愛與療法，讓長輩擁有舒適美好的生活品質與有自信的外貌。

付出，創造最美好的幸福

社工組 林家仔

長照領域的崛起，歸功於一群偉大的居服員，感謝他們在風吹日曬雨淋中，毫不猶豫的為居家服務奔走。

本身是物理治療系畢業的我，從學業實習中發現喜愛與長者互動，立志踏入長照領域，內心既期待又興奮。陸陸續續家訪了幾個家庭，深刻感受到我很幸福，能過著衣食無缺的生活，更是發掘這社會角落需要幫助的人們遠遠超乎我想像。

當一位助人者使我生活過得愉快充實，但在工作方面，除了行政事務外，也需增進自身知能，才能幫助案主謀取最大服務利益，使案主在身心靈上無後顧之憂，能看到案主使用服務後滿足的表情，就是我工作最大動力來源。



自立支援

要看見長輩真正的需求～

物理治療師 江靜怡

高齡是人生要面對的階段之一，在這個階段依然要有學習和可以實踐的目標。長期照顧機構的角色定位並非老人撤退的庇護所，也不只是彌補家庭照顧功能不足，而是協助老人追求自主、肯定自我和圓滿晚年生活的新樂園。

「自立支援照護」就是著重於『喝水、營養、上廁所、運動』的重要性，調整個人的身體狀況，提高活動量，進而恢復體力、重新找回對生活的意願與活力的基本精神為中心的自立支持式的照顧。

飲食的日常生活化試著讓長輩吃他們平常想吃的食物，而不是單單提供身體體力維持的食物。飲食的日常化讓長輩能維持他們的口腔吞嚥機能，也讓他們能享受吃的樂趣。每日 1500ml 的水分補給高齡者的身體有百分之五十是水，為了讓長輩不會脫水，每天為他們補充水分是基本的照顧。

不尿布，到廁所大小便鼓勵高齡者採均衡適當飲食，多吃蔬菜水果和全穀類，有排便衝動就應立即去排便。

充足的運動，運動可增進全身肌肉張力對腸蠕動有幫助養成規律的排便習慣，胃結腸反射時排便（早餐後）。提供隱密性環境，並有充裕時間安心解便適當的排便姿勢（坐姿身體微前傾）及按摩（順時針）。

高齡者的肌力增強訓練 對高齡者進行對身體負擔輕的肌力增強訓練，包括 1.被動運動、肌力訓練；2. 上肢訓練:手拉架運動；3.下肢訓練:踢球活動、踩腳踏車；4.鼓勵自行推輪椅，使全身各部位平時不太使用到的肌肉。回復身體和心理的活動性，目標在提高其生活自立性和回復原本的生活狀態。



下肢肌耐力訓練



站立訓練-學步車



一開始站立訓練



進步到移步訓練



可使用”四腳拐行走”



可在輕度輔助下”自行行走”

自立支援

用愛陪伴居服個案

居服員 盧錦章

當我接到個案羅先生時，起初的服務項目是沐浴和陪伴走路。每天我都陪著羅先生用ㄇ字助行器繞著馬路或運動場走，走了幾天後，我發現羅先生應該可以走得很好，而且體力不錯，於是便與家屬討論該從基本功做起，增加羅先生的肌肉耐力，所幸家屬也相當認同。

首先我慢慢地引領著他跟著我做前後抬腿擺動、左右扭腰及固定單腳抬高動作，家屬也提供拉筋器材，使他的腳力增加。羅先生一步一步學著走，幾天後慢慢嘗試把拐杖放著，我便以手掌接手掌的走著，配合著口令：「左腳一步、右腳一步」，進而放手，嘗試讓他自己走，令人驚訝--他竟可以走起來了！家屬看到也高興極了，對羅先生更有信心，共同鼓勵他努力、加油！

看到羅先生的進步，我也感到很高興，因為他的苦力、毅力以及耐心，讓我相信只要肯學、肯做、肯動、肯走，都有進步的可能。擔任居服工作，除了需要具備愛心、耐心以及恆心外，也要能用體諒的心陪伴受照顧者，這樣工作的起來，更有信心及快樂成就感！



用青春點燃熱情

替代役男 陳紹詮

本身為理工科背景出身的我，在還未進入成功嶺、也還未成為光頭前，就有意願選擇社會役中的「衛生福利部及家庭署」服務來度過十一個月的替代役生活，我認為「服役」的階段就是嘗試以前不曾做過的事情才有意義。

在長安的主要工作內容是協助各項業務工作，其中有一項是陪同住民(爺爺、奶奶)到醫院就診及拿藥，這也是與住民最近距離接觸的時刻，在尚未服役前從沒想過會陪著毫無血緣關係的長輩就醫，說真的是蠻難得的經驗。人與人之間的互動真的很單純，記得剛來沒多久，一位院內的奶奶在我陪診完接近中午時段回到後，委託我幫她買一碗湯圓〈已徵詢護理長的同意〉，當我把湯圓交到奶奶手上時，她馬上露出心滿意足的笑容。雖然，這對我來說可能只是舉手之勞的事情，但對奶奶來說可能是可以記在心上一陣子的事，自此之後，奶奶記得我了！雖然可能叫不出我的名字，但知道有一位穿著米黃色衣服的「阿兵哥」曾經完成過她的小小心願。

雖然這可能不是輕鬆的服務工作，但，能用愛心、青春陪伴長者的生活，讓我感受到生命的富足，也讓我更珍惜與家人之間的情感。此外，我認為在這邊碰到的人、事、物都是一種緣份，或許是老天爺的安排，讓我多了一種體驗及領悟，能與更多人分享。最後，住在這兒所有的爺爺、奶奶及工作夥伴身體健康、一切平安！





健口運動一起來

保健組 彙整

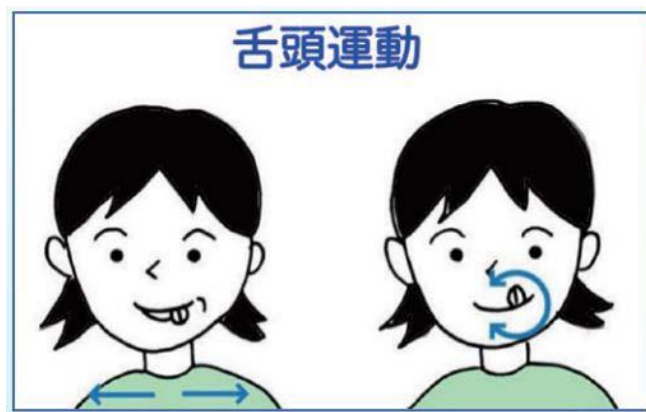
1. **深呼吸**：把手放在腹部，經由鼻子，將空氣吸至腹部，使腹部微膨脹，再經由嘴巴慢慢將氣吐出，同時感覺自己的腹部緩緩內縮。深呼吸的重點在於吸氣時要短(可在心中默數 1~6)，吐氣時要長(可在心中默數 1~8)。
2. **頸部運動**：將臉轉向右邊，轉向前方，轉向左邊，再轉回前方。照著此順序再做一次。



3. **頸部傾斜運動**：先將頭往右邊傾斜再回來，再往左邊傾斜再回正，接著向下，回正，向上，回正，向下，回正，向上，最後再回正。
4. **肩膀運動**：慢慢地將肩膀抬起，然後瞬間降下，並重複一次
5. **手部旋轉運動**：向前轉圈，向後轉圈。做兩次。
6. **手部運動**：首先，將手臂向前伸直與肩同高，手心向下，手指張開，用力向前向外伸展。總共做兩次。
7. **臉頰運動**：兩頰輪流鼓起，先右再左，接著再同時鼓起兩頰，以雙手擠壓鼓起地地方，把氣擠出去，同時發出「噗」地聲音。總共做兩次。



8. **臉部運動**：把嘴角往兩邊拉，發出「一」的音，共兩次。接著把嘴巴張到最大，共兩次。
9. **舌頭運動**：把舌頭伸出來，縮回來，再向上舔，縮回來，接著用舌頭慢慢地舔嘴唇一圈，從右邊開始，結束後再換左邊開始，一邊各兩次。



10. **發音練習**：「啪啪啪」、「踏踏踏」、「咖咖咖」、「啦啦啦」。總共兩次。

唾液腺按摩

做完上述的十套動作後，再以「唾液腺按摩」做最後的結尾就大功告成了！主要按摩的唾液腺為腮腺、顎下腺與舌下腺。



(圖片來源：衛福部口腔照護手冊)

1. **腮腺**：用食指到小指之間共四根手指頭，輕輕按住臉頰，約在上顎後牙的部分，旋轉按摩十圈。
2. **顎下腺**：一樣用四根手指頭，輕輕按在下顎兩頰凹陷處，前後來回按摩十次。
3. **舌下腺**：用兩手的大拇指按壓下八後方凹陷處，共五次。

每天只要短短的十分鐘，就能保持一定的口腔機能，促進身體健康喔！

用心陪伴 愛不孤單

明新科大 吳聲志

曾是家庭照顧者在家中照顧中風的母親兩年的時光，能理解求助者的心情與需要，加上出社會 20 多年經歷了許多不同類型的工作，這些經驗讓我更思考該如何提供良善的幫助，以至於在從事照顧服務員後，決定繼續在老人福利服務有更深入的學習。因著自己有熟悉的工作環境-長安，所以在實習時，也特別申請中心內實習，參與實務上社工的工作內容，了解如何將理論知識應用於實務工作上。



在長安除了院內的養護服務，尚有居家服務工作，很幸運的有機會參與兩種方案內容的執行。在居家服務領域中，事前需透過訪視了解個案家況、需求，社工除了評估、說明可提供的服務外，更需要具備對社會救助資源的熟悉，才能有效的紓解個案的擔憂，提供適切的服務。

而在院內服務工作中，雖然過去在樓層擔任照顧服務員時便跟著參與許多各式各樣的活動辦理，然實際參與規劃與執行的過程中，我發現社工們為了幫住民設計豐富的生活，都在絞盡腦汁的規畫設計活動，並且隨時需要檢討改進，以保持長者的參與興趣、增加生活樂趣、充實精神生活、刺激感官功能。我深刻地體會的投入、針對長者能力的評估，對活動的設計相當重要。

在老人養護機構中工作，無可避免需面對的便是「生病、死亡」的議題，有時候我也覺得很錯愕，明明上禮拜活動還好好的、明明昨天見面還打過招呼的，突然就病了。人生八苦前四苦是生老病死，我在中心內看到的生老病死，生：入住中心，揮別以往熟悉的環境，適應「新的生活方式」。老：入住中心的住民都是「65 歲以上的老人」。病：中心的住民每一位都有「慢性疾病」。死：人生在中心「結束」。在與住民互動的過程會慢慢建立友情、親情，因有了感情，在住民生病時會替他擔心，在住民去世時我們也一樣感到難過，但我們的表情是不能夠顯現出負面情緒，因為還有許多的住民需要我們去關心照顧。



結束了實習，雖然對未來畢業後的規劃，只有模糊的架構，但可以確定的是我喜歡老人服務工作，服務過程中長輩的笑容深深吸引著我，充滿正能量。很感謝這段時間社工組學姊們的照顧，感覺我就像是他們的一份子，遇到不懂的問題他們都很樂於幫我解答並教導我，帶我這什麼都不懂的實習生去尖石鄉家訪獨居老人，還有去苗栗南庄關懷據點參觀學習，讓我學習到許多的經驗從而讓我成長，有朝一日進入長照領域，心裡有底心不慌。



祝您生日快樂

為了讓爺爺奶奶們在生日時感受熱鬧氣氛，中心每三個月便會辦理一次慶生會活動，今年我們跳脫傳統的慶生方式，邀請表演單位到中心來與爺爺奶奶同樂，一起熱鬧慶祝！

3月18日邀請到「人能創藝舞團」為我們進行慶生會表演，孩子們用柔軟的身段與甜美的笑容擄獲爺爺奶奶們的心，爺爺奶奶們也好奇地把玩表演道具，增加許多互動的樂趣~

6月3日邀請到鳳凰樂團到中心與長輩們同樂，樂團帶來烏克蘭麗麗表演，並唱生日快樂歌為長輩祝壽！中心準備了好多個可愛小蛋糕，每位壽星都有蛋糕可以切，參與感十足！



亮麗髮型 愛心接力

社工組

「爺爺，你今天好帥啊！」害羞的爺爺直揮手說「哪有~謝謝你的稱讚啦！」

在院內的長輩們，因為多以輪椅代步，居住在中心中因交通因素出入不便，更遑論要到美髮院剪個清爽的髮型。中心相當感謝許多美髮院體恤爺爺奶奶們的困難與需求，號召設計師到中心協助愛心義剪，將長安變成一日美髮院，讓爺爺奶奶們可以清爽度夏！



2/5 彭小姐與好友們一起獻愛

4/2 阿爾法沙龍愛不落人後

6/14 曼都髮型匯聚愛的能量

~長安好精彩~

員工訓練~人口販運宣導、CPR 課程

2 月 7 日新竹縣政府社會處及警察局外事科一同到中心進行人口販運宣導，為外籍人士的人權議題進行倡導，以建立正確的法治觀念。

接著由新竹縣政府消防局尖石分隊的教官到中心教授急救課程，中心全體同仁一起接受訓練並參加考試~緊張之情溢於言表，很棒的是大家都很棒的順利通過考驗！



員工訓練~自立支援訓練

2 月 13 日為了提供中心長輩更好的照顧，中心引進自立生活訓練課程，教導工作同仁如何協助長輩維持殘餘能力照顧自己，讓自己更有尊嚴。

第一次團體督導感謝劉老師的團隊帶來照顧技巧和體驗課程，讓工作人員體驗包尿布、被約束、吃糊餐和不同的餵食方式，感受平日長輩的心情。

新體驗，讓同仁更同理長輩們的感受，轉化升級中！



節慶活動~【天穿日上街去】

農曆正月 20 日《天穿日》是客家傳統重要節日之一，竹東鎮公所在戲曲公園舉辦了熱鬧的慶典活動，身為好鄰居的我們當然也要捧場一下囉！雖然因為人潮太多，咱長輩擠不進去，轉而到鄰近公園散散步，但長輩覺得只要外出就是心情好呀~



節慶活動~【復活節繪彩蛋】

3 月 30 日是耶穌的受難日，4 月 2 日則是耶穌復活的日子，傳說兔子是愛神阿佛羅狄忒的寵物，復活節時兔子使者會發送蛋給孩子，有些西方人喜歡在蛋上畫各種各樣的鬼臉或花紋~

中心老人也來彩繪一下，只是立體的雞蛋對長輩來說困難度有點高，因此社工們將它們通通壓扁了，讓長輩們好好彩繪一番~是不是很可愛！



~長安好精彩~

節慶活動~【五月五慶端午】

端午節快到了，我們要做什麼呢？

嘿嘿～我們有香包製作、划龍舟釣魚等趣味競賽喔！每個活動都簡單有趣，再來個戰利品，有玩有拿不亦樂乎～您瞧瞧～生活的樂趣不就是這樣一點一滴堆疊出來的嗎？！

所以，大家一起來找樂子吧！



社會有愛~【霓雲社客家三腳採茶戲團】

王春田老師才華洋溢，除了會編撰故事，更能創作客家歌謠，此次帶領客家三腳採茶戲團到中心表演，演員們生動有趣的表演，逗得爺爺奶奶開懷大笑，心情頓時開朗起來！

再次感謝王老師及戲團演員們的陪伴，讓長輩們度過難忘的一日！



社會有愛~【上館國小志工服務】

5月21日上午由林主任、林組長及班導師帶領四年七班的同學來關懷爺爺奶奶，帶來你好歌、望春風等歌曲，並運用沙包傳遞增加與爺爺奶奶的互動。剛開始小朋友要和陌生的爺爺奶奶互動覺得害羞、不知所措，經過工作人員的引導，慢慢熱絡起來，爺爺奶奶也都很願意和小朋友們玩，感覺很棒喔！



社會有愛~【107 銀色藝世代巡迴演出】

5月25日 由傳源文化藝術團帶來精彩的歌舞表演和親切的互動，1.5小時不斷電演出，歌曲好聽、舞蹈好看、氣場盛大，震撼了爺爺奶奶的心，每個人變得精神奕奕、也跟著舞動！

感謝文化局、國立新竹美學生活館擔任推手，將這麼讚的表演帶到中心，豐富爺爺奶奶的精神生活～



~長安好精彩~

社會有愛~【藍摩爾娛樂】

感謝藍摩爾娛樂的藍先生及菲力小丑熱情蒞臨中心，在 1 月 11 日下午到中心表演魔術，透過撲克牌、氣球和長輩互動，生動有趣的表演及魔術，讓長輩都覺得好特別、好新奇喔~
謝謝他們帶給長輩們歡樂的午後！



社會有愛~【社團法人親慈慈善會】

親慈慈善會送愛到長安，此次他們帶來 20 箱的尿布給低收入戶老人使用。非常感謝親慈慈善多年來持續關心老人照護服務，給予我們最具體、實在的支持，讓我們在老人照顧的路上，不孤單~



社會有愛~【社團法人台灣關愛發展協會】

3 月 15 日台灣關愛發展協會有感於冬天天寒，號召夥伴們一同到中心致贈愛心 V 型毯，讓長輩可以安心外出不怕冷~
長輩們拿到柔軟的毛毯，都覺得身體暖呼呼的！感謝協會夥伴除了捐物外也與長輩有個愉快的互動，揪甘心！



社會有愛~【台灣東方海外股份有限公司】

6 月 24 日由台灣東方海外股份有限公司黃協理領軍的參訪團到中心關心長輩的生活，並送了低收長輩最需要的尿布給中心！
一行人更到樓層探視爺爺奶奶，咱們的彭奶奶一時興起唱起了最愛的日本歌曲—桃太郎，讓大夥兒都感染了她的快樂而內心充滿喜悅~貴客們說下次會召集其他的同仁一起來當志工，和爺爺奶奶們一起同樂！



志工招募~我們需要您!

長安招募志工囉！平常在院內的長輩們非常喜歡有人可以陪伴他們聊聊天、玩遊戲…若您也希望帶給長輩們暖暖的熱情，讓他們感受您的溫暖，歡迎您報名加入我們的志工團隊。歡迎您依據自己期待的服務內容預先來電預約登記唷~

我們需要的服務內容有：

- ✚ 陪伴關懷長者
- ✚ 協助餵飯
- ✚ 陪同/帶領活動
- ✚ 環境清潔



物資募集

所需物資	數量
食物 例如：沙拉油、醬油、蔬菜水果、餅乾糖果、飲料等。	不拘
輔具 例如：輪椅、助行器、拐杖等。	不拘
消耗品 例如：口罩、手套等。	不拘
日常生活用品 例如：紙尿褲、看護墊、濕紙巾、衛生紙等。	不拘
設備 例如：窗型變頻冷暖氣機、氣墊床、油壓升降沐浴床、電視等。	不拘

捐款捐物用途：

提供中心低收入戶老人及社區老人使用為主。 *長安老人養護中心感謝您*

捐款芳名錄

107年1月1日~107年6月30日

李瑞妙	100	沈惠卿	1000	蕭凱仁	2000	黃振倉	6500
善心人士	100	周名花	1000	謝奕章	2000	善心人士	7000
善心人士	100	林洵騰	1000	簡沈惠美	2000	鍾招露	8000
善心人士	100	林蕙菁	1000	簡炯殷	2000	上智小學	8554
許又心	200	邱海文	1000	郭廷瑋/郭騰涵	2500	竹東鎮客家傳統	10000
許柔平	200	陳福圳	1000	善心人士	2500	市集促進會	
善心人士	200	善心人士	1000	毛仁和	3000	何美容/范振如	
善心人士	200	彭雅捷	1000	吳明光	3000	范文彬/黃中平	10000
善心人士	200	曾台雲	1000	彭錦烽	3000	黃小娥	
善心人士	200	黃幸美	1000	葉冠政	3000	吳月萍	10000
善心人士	200	黃曼姝	1000	劉泰德	3000	吳佳龍	10000
善心人士	200	廖秀容	1000	劉超允	3000	吳質軒	10000
劉梅君	200	劉金美	1000	鄭盛斌	3000	呂家緯	10000
王汪鳳鶯	300	蔡沂珊	1000	善心人士	3400	孫達神父	10000
李鴻章	300	蕭月琴	1000	善心人士	3500	陳權清	10000
范坤玄	300	蕭玉蘭	1000	陳翁勤妹	3600	彭銀妹	10000
許柔晴	300	善心人士	1090	林素珍	4000	湯亦芬	10000
彭鴻清/陳翠華	300	邱瑞英	1200	張素玲	4000	廖若妤	10000
劉明菊	300	張阿謹	1200	黃榮洲	4000	蔡素菊	10000
善心人士	320	陳世昌	1200	陳穎村(義璇宮)	4400	善心人士	11300
善心人士	350	李雅芬	1400	王家珍	5000	新竹縣成衣服飾	12000
善心人士	380	善心人士	1500	林德明	5000	整理加工	
邱建嵐	400	善心人士	1500	胡珊瑛	5000	善心人士	12300
朱瑜琴	500	善心人士	1500	許光枝	5000	善心人士	14300
馬佩欣	500	善心人士	1500	新竹縣私立上	5000	黃榮碧	15000
張嬌蓮	500	善心人士	1500	智小學六年級		善心人士	15300
善心人士	500	賴孟瑄/張珮珊/	1500	新北市警察之友		善心人士	16160
善心人士	500	張沛嫻		會海山辦事處-	5000	吳月媛	18800
普瑪	500	范瑞紅	1800	海山站		吳月蘭	19413
楊寶頤	500	吳鑾祈	2000	鄭秋鴻、任春梅	5000	吳龍蘭妹	20000
溫偃翔	500	林保全	2000	羅秀鳳	5000	財團法人台北	
鍾福權	500	高平	2000	吳季洋、吳奇龍	5500	市天主教耶穌	20000
呂美玲	600	康秀琴	2000	吳美麗	6000	孝女會	
林綉祝	600	張德蘭	2000	李孟如	6000	張葆珍	20000
郭虹君	600	郭建曉	2000	范淑美	6000	萬美玲	22000
善心人士	600	郭寶連	2000	張佩翎	6000	史麗娟	30000
陳政煒	700	陳香捐	2000	陳惠君	6000	善心人士	30000
善心人士	700	麥增欽/陳秀真	2000	彭梅妹	6000	善心人士	35000
安蘭格	800	善心人士	2000	黃鳳嬌	6000	衡陽小教會	41000
林蔚珍	800	游蕭冬	2000	楊耕業	6000	趙家領	50000
善心人士	800	萬美玲	2000	溫生財	6000	蔡清林	300000
蕭義緯/蕭義承/	900	劉建熾	2000	葉騏崧	6000		
林碧蓮		劉秋珠	2000	李道揚	6100		
吳宣穎	1000	劉福鯤	2000	曾慶民	6500		

若有遺漏或錯誤，煩請
來電詢問指正，謝謝！

捐 贈 實 物 明 細

人能科技/紙尿褲 5 包
 千佛山華德禪寺/米 480 斤、冬粉 6 箱
 士林紙業(股)公司/獅子寶寶濕巾厚型 80 抽 1 箱
 五峰鄉清泉蔡范陳惠琴/高麗菜 1 籃
 王秀英/白米 30 斤
 世光教養院/衛生紙 19 箱、尿片 99 箱、清潔鹽酸 4 箱、沐浴乳 3 箱、沙拉油 9 桶、沙拉油 14 箱、沙拉油 12 瓶、水果 8 籃、尿布 10 袋、醬油 11 箱、醬油 10 桶、醬油膏 1 箱、漂白水 10 箱、板條 6 箱、橘子 5 籃、水果 3 箱、青菜 4 箱、青菜 40 籃、青菜 2 批、小尿片 10 箱、水果 2 籃、水餃 3 包、四季豆 1 籃、豆漿 1 箱、洋蔥 6 袋、高麗菜 9 籃、筍干 2 包、菜頭棵 1 批、蔥 7 籃、蔬果 17 箱、橘子 3 袋、嬰兒附食品 1 箱、濕紙巾 10 箱、雞蛋 8 籃、蘋果 1 籃、麵包 3 袋、麵粉 1 袋
 甘秋斌/白米 30 斤
 田記信/白米 30 斤
 合信針織廠/青菜 54 斤
 朱倍谷/助行器 1 台、四腳拐杖 1 台、洗澡椅 1 台
 朱梅春、連貴宏/鋼瓶 2 個、氧氣流量計 1 個、製氧機 1 個
 竹北高爾夫/尿褲 4 包、香皂 2 盒、洗髮精 2 瓶
 竹東大覺寺/輪椅 1 台、麵包 25 個
 竹東鎮公所/蛋糕 1 盒
 吳忠政/白米 30 斤
 呂龍芳、呂宛蓉/米 50 斤
 宏修禪院/橘子 2 箱、紅蘿蔔 2 袋、麵粉 1 袋、電熱器 1 台
 李吳研/白米 30 斤
 李明春/尿褲 9 包
 李瑞怡/橘子 100 斤
 李錫/電視 1 台、被子 1 件、捕蚊燈 1 台、衣服 1 袋
 周鳳玉/衛生紙 1 箱

拙茁家園/青菜 7 籃
 東寧宮/粽子 50 顆
 林上明/白米 30 斤
 林孺貞/白米 30 斤
 法雨山宏修禪苑/白米 140 斤
 社團法人台灣築心全人生命教育關懷協會/白米 100 斤
 社團法人新竹市救急會/白米 500/斤、拉麵 50 箱、洗衣精 5 箱、沙拉油 5 箱、醬油 5 箱、土豆麵筋 5 箱
 社團法人親慈慈善會/尿布 20 箱
 邱秀錦/尿布 1 包、營養品 30 罐
 胡恩琪/白米 40 斤
 范秀榮/便盆椅 1 個
 范紀誠/米 60 斤
 范龍誠/米 60 斤
 徐木田/米 50 斤
 徐彭清菊/白米 5 箱
 徐慧華/白米 40 斤
 荊魯/高麗菜 1.5 籃、大白菜 0.5 籃
 國高股份有限公司/成人紙尿褲 8 箱
 張益生/尿布 4 包
 張煥松/白米 30 斤
 晨曦發展中心/青菜 400 斤
 梁列光、林雨璇/大白菜 1 簍、高麗菜 50 斤、高麗菜 1 籃
 莊元亨/白米 120 斤
 莊記誠/白米 120 斤
 許幼青/三折式電動床 1 床、氣墊床 1 組、輪椅 1 台、便盆椅 1 台、輪椅 1 台、醫療耗材 1 批
 許鈞翔/白米 30 斤
 郭林綉祝/十二穀米 50 斤
 郭德宗、郭昱煒、郭宛宜/白米 320 斤
 陳大鴻/白米 30 斤
 陳政偉/小尿片 5 箱
 陳進財/白米 30 斤
 陳瑞堯/白米 30 斤
 陳資慧/麵包 1 批
 陳慧資/麵包 1 批
 麥盛傑/十二穀米 50 斤
 善心人士/白米 100 斤

善心人士/西瓜 4 箱
 彭光均/四腳助行器 1 支、四腳拐杖 1 支、製氧機 1 台
 彭開烘、黃祺榮、彭軒洲/餅 1 箱
 惠昌宮/白米 630 斤
 普照宮/白米 2000 斤
 無負擔農場/500 斤
 黃定子/白米 30 斤
 黃記板條/板條 20 斤
 黃陳碧玉/白米 30 斤
 黃曾銘/白米 30 斤
 新北市私立錦里社會福利慈善事業基金會/獅子寶寶濕巾厚型 80 抽 7 箱
 新埔鎮公所/橘子 15 箱
 楊俊育/白米 40 斤
 楊益維/白米 30 斤
 楊瑞春/白米 30 斤
 楊瑞玲/白米 60 斤
 萬海航運社會福利慈善事業基金會/濕紙巾 6 箱
 葉秀梅、顏永昊、顏永昀/白米 120 斤
 廖瑞蘭/白米 200 斤
 劉邦寧/便盆椅 1 台
 劉金芳/4 腳助行器 1 台
 劉佩絨/白米 30 斤
 劉興一/尿布 2 包、看護墊 2 包
 德輔佛堂廖裕妹/白米 50 斤
 鄭美麗/白米 90 斤
 鄭淑佳/白米 30 斤
 賴俊樺、林惠如/白米 80 斤
 賴陳銀妹/安素 2 箱
 賴傳凱/劉鈺鈴白米 50 斤
 賴煥琳/賴奕綺白米 50 斤
 賴煥琳/賴傳凱白米 50 斤
 賴瑞峰/米 50 斤、毛巾 3 包
 賴榮忠/白米 30 斤
 聯華電子/洋蔥 10 袋
 題陞自然農場/青菜 1342 斤
 蘇羿庭/白米 40 斤

謝謝您的愛心捐助~



財團法人天主教新竹教區附設長安老人養護中心

A、基本資料

信用卡、郵局轉帳授權書

捐款人姓名：		身份證字號或 統一編號：	
聯絡電話	住家(H)：	公司(O)：	手機：
收據郵寄地址	□□□		
捐款類別	☐ 一般捐款 ☐ 認養	傳真：	E-mail：
捐款方式	☐ 1. 信用卡捐款 (請詳填授權書 A、B 部份後請 傳真 回本中心) ☐ 2. 郵局轉帳扣款 (請詳填授權書 A、C 部份後請 郵寄 回本中心)		
捐款金額	☐ 1. 單筆捐款：新台幣 萬 仟 佰 拾 元整 ☐ 2. 固定捐款：1. ☐ 每月 2. ☐ 每季 3. ☐ 每半年 4. ☐ 每年 金額：新台幣 萬 仟 佰 拾 元整 捐款期限：自民國 年 月至民國 年 月止		
相關資料	1. 收據寄達方式： ☐ 按月寄送 ☐ 年度彙總收據於報稅前寄發 2. 季刊(三個月一期)免費寄發： ☐ 是 ☐ 否 3. 中心網址： http://www.chang-an.org.tw 有關徵信、刊物內容、及相關活動訊息均會公佈於網站。 4. 中心地址：新竹縣竹東鎮長安路 130 號 5. 電話：(03)-5943987 傳真(03)-5954472		

B、信用卡捐款資料欄

信用卡卡別	☐ VISA ☐ MASTER ☐ JCB ☐ 聯合卡	發卡銀行：
持卡人姓名		信用卡卡號：
持卡人身份證字號		信用卡有效日期：
持卡人簽名		授權號碼： (由中心填寫)

C、郵局捐款人資料欄 (每月 20 日進行扣款 如遇例假日順延)

捐款者自動轉帳付款之類別： ☐ 存簿儲金局號及帳號： ☐ 劃撥儲金局號及帳號： (劃撥帳戶存款不足時由本人之存簿帳戶自動轉帳扣繳)	立委託書人簽名或蓋章 (您的簽章即表示您同意本授權書各項約定)
--	------------------------------------

郵 政 劃 撥 儲 金 存 款 單																	
帳號	1	8	1	8	7	0	6	5	金額 新台幣 (小寫)	仟	佰	拾	萬	仟	佰	拾	元
通訊欄(限與本次存款有關事項)									戶名 長安老人養護中心 寄 款 人 姓名 通訊處 電話 (日) (夜) 經辦局收款戳								
									經辦局收款戳 逕送內郵局或各郵局均可填寫								
									收據帳號戶名 存款金額 金額記錄 經辦局收款戳								

◎ 寄款人請注意背面說明

◎ 本收據由電腦印錄請勿填寫

郵 政 劃 撥 儲 金 存 款 收 據