

投稿類別：健康與護理類

篇名：

身邊的他/她養老院的照護-以慧誠養老院為例

作者：

陳鈺涵。私立景文高中。管三1班

劉思含。私立景文高中。管三1班

黃悅軒。私立景文高中。管三1班

指導老師：

歐淑娟老師

### 摘要

因為目前社會逐漸邁入人口高齡化，本研究以老人為主體進行規劃，首先找出一家養老院作為我們研究的背景然後再加以分析老人的身心裡需求，並且以舉辦及推廣關懷老人的活動，讓更多人可以發自內心的去關懷老人，讓大家都可以知道這件事的重要性。

## 壹●前言

### 一、研究動機

現代的社會，不僅少子化的問題日漸嚴重，人口老化的問題也是日漸嚴重，據世界衛生組織定義，凡年滿 65 歲的人稱為老年人就是所謂的銀髮族，只要老年人口占總人口比例達 7% 以上的國家就是高齡化的國家。根據我國調查指出在 1993 的時候，台灣人口老化的速度已經是其他國家的 2 倍！老年人口佔總人口比例超過 7%！估計將在 2018 年時，超過 65 歲人口比例將高達 14%！，2025 年的比例恐將在超過 20%！我國將邁入高齡社會，所以『人口高齡化』可謂全球皆然「熱門話題」，因此引發我們的關注因而產生進一步的討論。

表 1 65 歲以上人口趨勢

中華民國個年度 65 歲以上人口統計一覽表					
民國	人口數	民國	人口數	民國	人口數
86	1,752,056	92	2,087,734	98	2,457,648
87	1,810,231	93	2,150,475	99	2,487,893
88	1,865,472	94	2,216,804	100	2,528,249
89	1,921,308	95	2,287,029	101	2,600,152
90	1,973,357	96	2,343,092		
91	2,031,300	97	2,402,220		

【註】數據資料來源：內政部戶政司

隨著老年人口的增加，人口老化問題不僅是國際議題，更對國人的家庭結構、工作與生活型態、消費方式均有影響，在可預見的未來，對老年人口的醫療照顧服務與經濟保障將成為社會財政負擔，高齡化社會的來臨，產生新的需求及問題，人們關心的面向已不局限於生命的長度而提升到生命的寬廣度的重視，在老化的過程中，高齡者將會經歷各種生理、心理、社會各層面的改變及挑戰，我們應正視此問題，制定健全完善的體系與保障制度，營造友善的老化環境。

由於醫療技術的發達，人類平均壽命延長，藉由養老院與電子化醫療器材的應用，提供人性化與多元化的健康照護服務，已逐漸成為老人照護服務的發展趨勢，

除此之外，政府應鼓勵銀髮族從事志願服務，提供老年人參與社會活動的機會，推動全民志工政策。

二十世紀後的台灣處於資訊爆炸的時代，許多價值觀念與社會狀況一直在改變，但我們的社會文化長期累積內化於心的涵養，始終以「仁」為道德中心思想。孔子說：「己欲立而立人，己欲達而達人」，當我們關心如何營造一個適宜銀髮族的環境，不僅從幫助高齡人口生活輔助的角度出發，更可以營造銀髮族熱心參與社會各項公益活動，相信藉由此次的公益活動一定能改善銀髮族的生活品質，同時在施與受的社會互動中建立起老年人的社會認同感與愛跟關懷。

## 二、研究目的

- (一)探討慧誠養老院在銀髮族生活上的幫助
- (二)了解銀髮族的心理需求
- (三)推廣關懷活動

藉著規劃與建立志工服務的社會意識，希望從公益服務的觀念形成，需導引的資訊管道，透過各種公益服務活動，運用機關的組織作用，提升大眾參與志工服務的意願，協助銀髮族在養老院的生活能更充實及豐富。藉由推廣，更進一步的希望人們可以去實行關懷的行動。

## 三、研究方法

### (一)文獻研究法

在網路上查資料，先尋找一家養老院是否願意讓我們做研究的，確定了之後查找有關此養老院的資料，了解內部的一些設備及活動等，以及查找有哪些活動是有關關懷老人的，藉由這些活動來發想出推廣的活動及關懷的活動。

### (二)訪問法

藉由訪問老人們得知他們對於目前生活的想法及感想，更確切的知道他們需要、想要的是什麼，以便我們可以正確地去做關懷，而不是盡做些對他們來說不需要、不喜歡的事。

### (三)行動研究法

擔任養老院的志工，實際去體驗志工活動，真正的去照顧他們。以及去參與些

關懷老人的活動，以便更了解他們，以及更進一步的可以規劃一些關懷活動可以去實施。

#### 四、研究流程

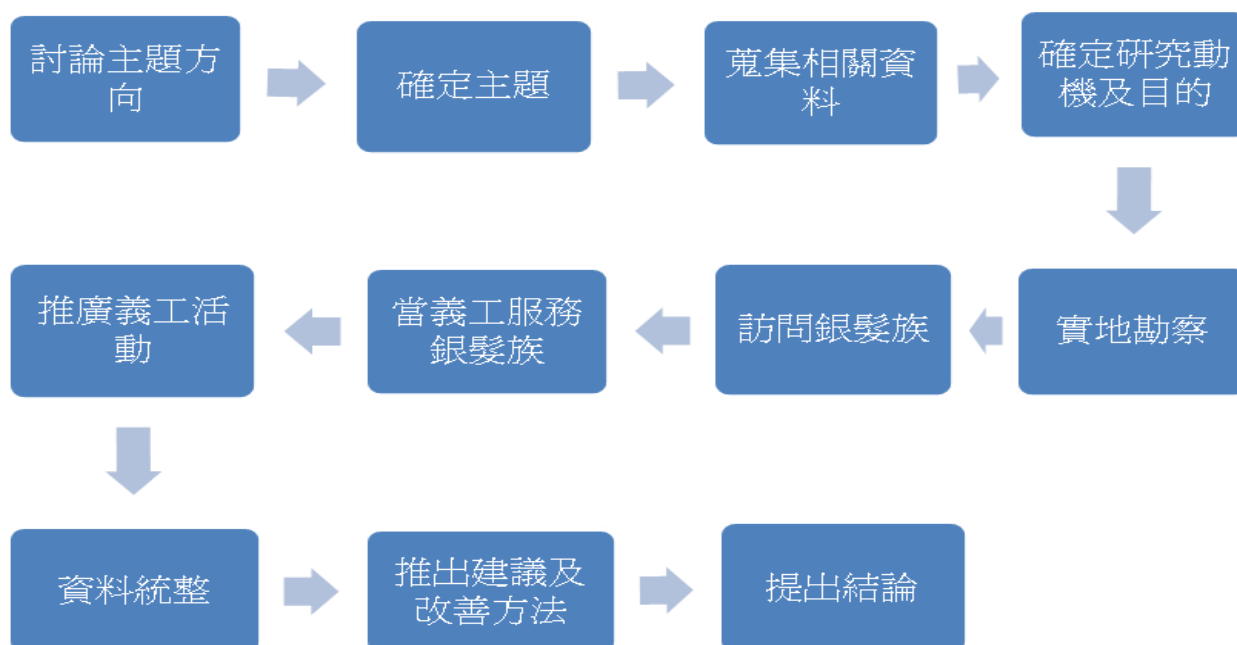


圖 1 研究流程圖

## 貳●本文

### 一、文獻探討

#### (一) 台北市私立慧誠養護所

慧誠養老戶所成立於民國 88 年，他們以專業化的照護，提供入住者安心、安全、安樂的環境，以達到老吾老以及人之老為目標。

照護理念：

主要是提供尊重、關懷、人性、安全、溫馨的照護環境，促進入住者身體、社會、心理層面健康，提升入住者體適能力和自我照顧能力以及生活品質並延緩老化，已達成生活環境家庭化，塑造身心休閒的第二個家，讓一些個案家庭支持系統正常運作，讓家屬無後顧之憂。

照護目標：

主要是增進日常生活中能自理照顧及活動的能力，提供安祥快樂的晚年，並延緩疾病的進展及老化程度。

服務內容：

日常生活的照護及醫師定期的巡療還有護理專業服務以及生活自主訓練。  
(註 4 台北市私立慧誠老人養護所，2011)

(二)老人的定義

「年滿 65 歲以上的年長者，通常會有疾病、臉部也會有明顯的老化，全身會漸漸退化。」(註 5 維基百科，2016)

(三)福利慈善的定義

「組織透過出資參加社區市政建設，為需要社會照顧的人提供物質幫助和義務服務活動等措施，對社會承擔義務和責任」(註 5 維基百科，2010)，既有利於組織搞好與社區、政府和公眾的關係，又有利於擴大組織的影響。

(四)公益活動的定義

「公益活動是從長遠著手，出人、出物或出錢贊助和支持某項社會公益事業的公共關係實務活動。」(註 6 百度百科，2010)公益活動的宣傳是目前社會組織特別是一些經濟效益比較好的企業，用來擴大影響，提高美譽度的重要手段。

(五)養老院的定義

「是為提供老人住宿及生活照顧的地方，也是為接待老人安度晚年而設置的社會養老服務機構」(註 6 百度百科，2007)，其中包含了生活起居、康復訓練、醫療保健等多項服務設施。

(六)關懷的定義

「關懷是一個人表現關注、有興趣、認為有關連因而提出協助介入一件事，這件事對該人是重要的。」(註 9 國民教育社群網，2007)

(七)尊重的定義

尊重是指「關注或體貼考量到別人或結果，或是避免產生干涉、傷害、貶抑、侵犯、或中斷他人言行的行為，或用體貼的態度對待」(註 9 國民教育社群網，2007)，其中包括了尊重自己與尊重他人。

## (八)高齡化的定義

根據世界衛生組織(WHO)的定義，「一個國家內 65 歲以上的人口，佔總人口比例 7%以上，及稱為高齡化社會、達 14%稱為高齡社會、達 20%以上稱之為超高齡社會。」(註 10 國政基金會，2009)

## (九)少子化的定義

「少子化」是指「生育率下降，造成幼年人口逐漸減少的現象。」(註 10 國政基金會，2009)少子化不只代表著未來人口可能逐漸變少，對於社會結構、經濟發展等各面向都會產生重大影響。如果幼年人口增加的速度，遠低於老年人口自然死亡的速度，就會造成人口不足的現象，而這也意味著高齡人口相對變多，也就是所謂的高齡化。

## 二、探討慧誠養老院在銀髮族生活上的幫助

在醫療方面，醫師會定期巡療，護理專業服務，日常生活照護，衛生教育指導，簡易復健，提供社會資源洽詢、利用及社工協助申請服務，營養找戶評估及制定個別化飲食單。在娛樂方面會定期舉辦慶生會、民俗節慶活動、戶外活動、便利商店或百貨公司購物逛街、家屬聯誼會，在禮拜二也會定期舉辦活動。

## 三、了解老年人的心理需求

心理需求有分為以下七種：

自尊心：是指在他人的言行滿足尊重自己需求後產生的一種情感。

失落感：由多種消極情緒而組成的情緒動作。

空虛感：在空閒狀態下對時間感到孤單而產生的一種心理情緒。

孤寂感：由於社會交往需求未得到滿足，而產生的一種情緒。

自卑感：自尊心得不到滿足或過低評價自己產生的一種情感。

衰老感：面臨體力的衰退，視聽功能下降，反應與動作的緩慢，記憶力的減退而產生的「老了」、「沒有用」的感覺。

懷舊感：面對老年期的種種情況，而產生對年輕時代或故人、故物懷念留戀的一種情緒。

## 四、活動參與

我們參加他們所舉辦的活動，這個活動主要是在跟老人們玩遊戲，我們當時玩的遊戲名稱是「袋中寶」，這個遊戲的作法是將很多東西放在一個袋子裡，由主導的人從袋子

先拿出一樣東西出來，讓他們知道他們要從裡面選出來的東西是什麼，再把剛抽出的放進袋子裡搖一搖，再讓老人們靠著自己的手抽出剛剛選到的物品，而這個遊戲主要是在刺激老人們的觸覺，讓他們靠著自己的手摸出東西，因為人老了有些部位都已經不太發達，會慢慢衰退，所以藉由遊戲的方法，讓他們可以邊玩邊訓練，不僅可以有樂趣，更讓他們可以使用平常不怎麼發達的部位。

## 五、推廣關懷活動

我們在捷運萬芳醫院站宣傳推廣關懷老人，因為捷運站人潮眾多，較能讓更多人看到我們的推廣，並且讓他們能多多關懷老人，讓年輕族群知道關懷老人的重要性，我們也發放了傳單，讓更多人可以了解這家養老院，讓有興趣有心力去關懷的人們可以從中知道他們的一些資訊，。而我們也有做了網路問卷，為了瞭解推廣的結果，以下是我們的結果。

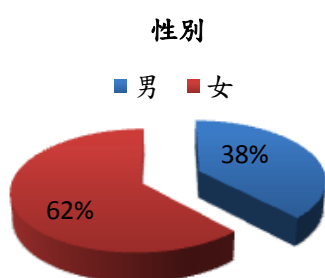


圖 2 問卷結果圓餅圖

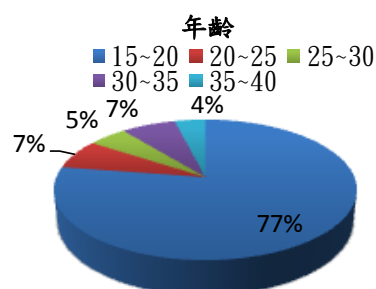


圖 3 問卷結果圓餅圖

請問你曾經參加過類似懷老人的活動嗎？

回答	百分比
是	82%
否	18%

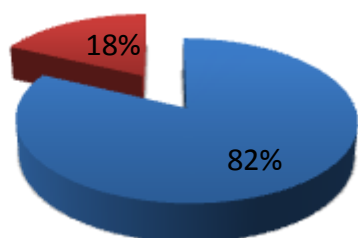


圖 4 問卷結果圓餅圖

最近一次參加關懷活動的時間

時間	百分比
一個月	43%
1~3個月	22%
3個月~半年上	13%
半年以上	22%

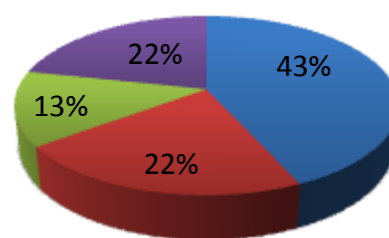


圖 5 問卷結果圓餅圖

請問你知道慧誠養老院嗎？

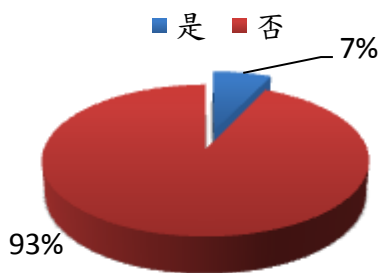


圖 6 問卷結果圓餅圖

辦活動是否會參加？

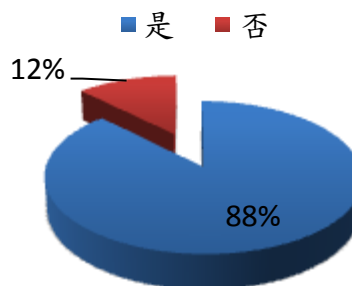


圖 7 問卷結果圓餅圖



圖 8 專題布置



圖 9 傳單

慧誠養老院之老人關懷活動調查

1 性別  
 男  
 女

2 年齡  
 15~20  
 20~25  
 25~30  
 30~35  
 35~40

3 請問您是否第一次參加關懷老人的活動  
 是 (請跳到第5題)  
 否 (接續下一題)

4 最近一次參加關懷活動的時間  
 1個月  
 1~3個月  
 3個月~半年  
 半年以上

5 請問你知道慧誠養老院嗎？  
 是  
 否

6 辦活動是否會參加？  
 是  
 否

圖 10 問卷



## 參●結論

根據以上的結果指出在性別的部分女生是占多數，年齡是 15~20 歲居多，多數的人是有參加過關懷活動的經驗，但參加的次數並不頻繁，目前大多數的人雖還不知道慧誠這家養老院，但大部分的人是願意參加活動的。藉由我們的推廣，有許多的人是願意花時間去參加關懷老人的活動，藉此表達關懷老人的重要性。

而當我們在從事關懷老人的活動時，我們必須了解老人會遇到的困境，像是在經濟方面，退休後收入銳減，即使想再就業也會因為年齡的關係與工作能力減退等因素無法就業。在核心家庭興盛的時代，子女須維持自家經濟開銷壓力已經相當的大，導致無力奉養年老父母的現象日益增多。

在生理方面，因老化現象，造成老人內臟器官的功能逐漸衰竭，有些老人也會因老化而產生精神障礙症，老人所產生的疾病威脅著老人的健康，讓他們在生活上失去自主的能力，甚至需要仰賴他人的照護。

在心理方面，由於受到工業化與都市化的衝擊，傳統的敬老風氣受到現代個人主義的衝擊已逐漸消失，老人變成社會的弱勢者或邊緣人。退休後的老人在心情上會覺得孤單，在情緒上亦會感到沮喪，而產生憂傷、無助、生氣等等消極的心理反應，需要有人給予關心與支持。

因此關懷老人的議題更為嚴重，需要大家一起幫忙，讓社會上的老人們可以過得更好，覺得備受重視，即使是小小的言行舉止，都可能讓他們感到無比的溫暖，所以不論是養老院裡的老人們抑或是獨居老人，他們都是需要我們的關懷，需要我們的幫助，然而關懷不是嘴巴上說說而已，希望大家可以一起真的實際付諸行動，藉由我們所想傳達的理念根深大家的心，讓許多人明白自己的一個小動作，對他們來說已是一項大感動。

## 肆●參考文獻

書籍類：

1. 彭懷真(2014)。老年社會學。台北市。揚智文化。
2. 李誠日(1987)。老人福利服務。台北市。台灣商務印書館。
3. 陳明珍(2011)。老人社會工作。台北市。華都文化。

電子網路資料：

1.中華民國老人福利推動聯盟：

[http://www.oldpeople.org.tw/ugC\\_Care\\_Detail.asp?hidCareCatID=7](http://www.oldpeople.org.tw/ugC_Care_Detail.asp?hidCareCatID=7)

2.內政部戶政司

[http://www.ris.gov.tw/zh\\_TW/home](http://www.ris.gov.tw/zh_TW/home)

3.行政院主計處

<http://www.dgbas.gov.tw/mp.asp?mp=1>

4.慧誠老人養護所

<http://29392222.blogspot.tw/>

5.維基百科

<https://zh.wikipedia.org/zh-tw/>

6.百度百科

<http://baike.baidu.com/>

7. 老人基金會：

[http://www.old.org.tw/old\\_htm/foundation-services.html](http://www.old.org.tw/old_htm/foundation-services.html)

8. 關懷獨居老人活動：

[http://www.post.gov.tw/post/internet/Q\\_localpost/index.jsp?ID=1379101442877](http://www.post.gov.tw/post/internet/Q_localpost/index.jsp?ID=1379101442877)

9.國民教育社群網

<http://teach.eje.edu.tw/9CC/basic/basic5.php>

10.國政基金會

<http://www.npf.org.tw/13/8108>