



# 社團法人高雄市家庭照顧者關懷協會

## 會

## 訊

## 創刊號

**理事長：**邱啟潤  
**編輯：**林惠琦、洪慧容、許雯惠  
**通訊處：**高雄市 807 三民區十全一路 100 號  
高雄醫學大學濟世大樓 CS508 室

**電話/傳真：**(07) 3113394  
**劃撥帳號：**42032110  
**戶名：**高雄市家庭照顧者關懷協會  
中華民國八十八年九月發行

### 高雄市家庭照顧者的福音

高雄市家庭照顧者關懷協會已於 88 年 3 月 20 日正式成立，並於 88 年 4 月 22 日獲頒高市社一字第 88043 號立案證書，88 年 6 月 17 日獲頒社團法人捌捌法登社字第玖號證書，此後將擔負起關懷高雄市家庭照顧者之重擔。

### 理事長的話-----談關懷 (caring)

88 年 3 月『高雄市家庭照顧者關懷協會』在大家的支持下正式的成立，88 年 9 月在本會學術暨編輯委員會林主委惠琦的努力下，「創刊號」得以誕生，這是多麼令人興奮的一件事；未來我們將可藉由此會訊與我們的會員作雙向溝通，更可以向有興趣了解本協會或願意贊助本協會的人，提供更多的訊息；藉此機會想與大家分享有關「關懷」的意義與作法。

由於國內外多位學者曾對關懷的內涵提出一些看法，經歸納不外乎：「關懷」是一種人類的特質、是一種情感的表現、是一種美好的道德、是一種人際間的互動，甚至是一種治療性的措施。Devis(1992)提出關懷的七要素：1. 瞭解他人 2. 有耐心 3. 誠實的對待自己和他人 4. 信賴他人 5. 謙虛 6. 抱有希望 7. 勇敢的面對某些不確定情境。Green-Hernandez(1991)提出自然關懷的六要素是：需要時能在場、同理心、相對應性、社會支持、額外的付出時間、觸摸；專業關懷的十四要素：除了自然關懷六要素，尚包括：整體性、科學技術性能力、溝通、傾聽、專業的經驗、包容、正式與非正式的學習、助人。

這些關懷的要素是我們落實關懷行為時可以參考的作法；雖然關懷是人類的特質，但它是否能顯現於我們的行為中仍牽涉到個人的人文素養與教育訓練，如今『高雄市家庭照顧者關懷協會』希望從關懷我們的會員做起，因為我們的會員都是對「家庭照顧者」採取具體支持的熱心關懷人士，進而期盼影響更多的社會人士願意加入支持本協會。高雄市衛生局陳局長永興曾給予協會莫大的關懷，除了親自蒞臨參加本協會的成立大會，並呼籲能有更多的男士來支持參加。此外，除了專業人員外，希望能有更多的社區民眾來共襄盛舉。因此本人希望協會能結合眾人的力量，有更大的力量來協助家庭中的主要照顧者，除了有照顧家中生病親人的技巧外，更具一顆關懷自己親人的心與關懷的態度；同時還希望能培訓社區中更多的人具備關懷的態度與技巧，讓我們的協會能真正落實對家庭照顧者的關懷，並且達到人文關懷與鄉土關懷的理想。

邱啟潤

## 會 務 報 導

協會宗旨：本會以結合高雄市家庭照顧者及關懷家庭照顧者之社會人士及團體，積極爭取家庭照顧者權益，提升社會大眾對家庭照顧者的認識、關懷與提供服務為宗旨。

協會任務：

- 一、建立家庭照顧者與政府間的管道，使服務更符合需要。
- 二、建立相關團體之聯繫、合作關係及服務資訊網路。
- 三、培養家庭照顧者或志工對居家病患或老年人日常生活的照顧能力。
- 四、建立家庭照顧者的人力資源手冊，以供需要者參考。
- 五、建立資源(使用過之器材，如病床、氣墊床、輪椅等)共享的管道，以提供需求者的再利用。
- 六、提供家庭照顧者關懷專線電話諮詢服務。
- 七、舉辦家庭照顧相關議題研討會。
- 八、爭取家庭照顧者權益之事項。
- 九、推動與家庭照顧相關服務之研究發展，提出成果作為政策之參考。

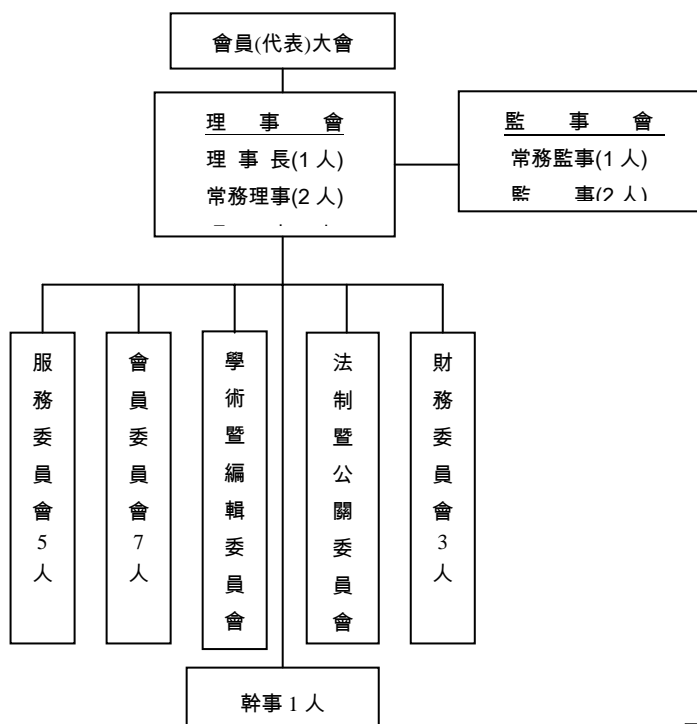
期盼：成立之初諸事待舉，需要更多的人力與資源提供，期盼關懷家庭照顧者之人士，能給予本會支持與協助，您的加入將是家庭照顧者的希望與力量，懇請共襄盛舉，共同來為高雄市之家庭照顧者貢獻您的一份心力，凡是設籍高雄市的市民皆可申請成為本會之會員，若您非設籍高雄市但願意支持本會之各項活動，亦可加入本會之贊助會員，意者請洽高雄市家庭照顧者關懷協會。(查詢電話/傳真：(07) 311-3394 幹事許雯惠)

會員權益與入會辦法：

- 1. 個人會員：贊同本會且設籍本市之個人，享有發言權、表決權、選舉權、被選舉權及參加活動的權利。第一次入會繳交入會費 500 元、常年會費 1000 元，第二年起每年只需繳 1000 元常年會費。
- 2. 團體會員：贊同本會宗旨之本市社會團體、機構、基金會等，得加入本會為團體會員，並指派一人為代表行使如會員職權。第一次入會費 1000 元、常年會費 2000 元，第二年起每年只需繳 2000 元常年會費。
- 3. 贊助會員：贊同本會之個人或團體，且願意提供經費或貢獻專長者。有權參與本會各項活動及收到刊物，但無表決權、選舉權、被選舉權等。

本會會員所繳之會費均作為本會推動各項活動之用，請多加支持。會費或捐款請多利用現金袋或郵政劃撥(劃撥帳號 42032110 戶名：高雄市家庭照顧者關懷協會)

### 高雄市家庭照顧者關懷協會 組織架構



#### 第一屆理、監事名單

理事長	邱啟潤	現任高雄醫學大學護理學系副教授
常務理事	林惠琦	現任輔英技術學院護理科講師
	吳美貞	現任中信居家護理所負責人
理事	陳正宗	現任高雄醫學大學醫社系教授兼醫社系主任
	陳武宗	現任高雄醫學大學醫社系教授兼社服室主任
	劉文敏	現任高雄市政府衛生局第五科股長
	陳淑惠	現任中央健保局高屏分局課長
	陳美妃	現任進安診所護理師
	張江清	現任高雄醫學大學醫社系講師
常務監事	楊崑德	現任高雄長庚兒童醫院副院長

家庭照顧者關懷協會是照顧者的代言人，  
您的加入使我們有更多的援手，能為照顧者爭取更多的福利，提供更多的福利！！

## 專 欄 報 導

### 誰是家庭照顧者

家庭照顧者是一群照顧者  
因為年老、生病、身心障礙、意外事故...  
導致生活自理能力缺損的  
父母、配偶、親人、朋友、鄰居...  
對於大部分的家庭照顧者來說  
照顧是一個年復一年、日復一日  
全天 24 小時 不眠不休的工作...

### 照顧者權利宣言

照顧者有權...  
以做為照顧者為榮~善待自己~尋求協助~  
保有屬於自己的生活~適當地表達情緒~  
拒絕無謂的罪惡感~大方地接受回饋~  
做好自己的生涯規劃~期待並爭取協助照顧的服務~

### 什麼是照顧者負荷?

所謂照顧者負荷 ( caregiver burden ) --是指照護失智或失能老人的家屬所經歷到的生理、心理/情緒、社會與經濟等層面的問題。

### 照顧者負荷包括哪些項目?

- 一般來說照顧者負荷項目包括下列四項：
- 1.生理負荷--如睡眠不足、胃口減少、胃腸不適、體重改變、無法改善的頭疼、疲累等。
  - 2.心理/情緒負荷--如感覺沒有屬於自己的時間、感覺心情沉悶、心中有壓力及為未來擔心；因被束縛無法出門與無人幫忙而生氣；覺得病人已成陌生人而憂傷；因照護病人受挫、不耐煩、沮喪、內疚、憂鬱等。
  - 3.社會負荷--如出外旅行、家庭活動與計畫受阻、休閒活動受影響；社交機會、娛樂活動減少、無法追求嗜好、從社交網絡中隔離、無法滿足個人及人際之需求等。
  - 4.經濟負荷--如需請假或辭去工作，導致收入減少，或接受醫療與機構照護之花費，或請人看護之花費等。

(學術暨編輯委員會整理)

## 照 顧 者 的 心 聲

### 心 事 誰 人 知

國立暨南大學社會政策與社會工作學系 劉佳雯

「ㄊㄩㄣˊ ㄇㄨˋ ㄗㄩˋ ㄇㄨˋ ㄍㄨㄥˊ ㄟㄨㄟˊ ㄉㄨㄛˊ , ㄨㄟˊ ㄊㄩㄣˊ ㄉㄨㄛˊ ㄟㄨㄟˊ.....」(心事若不說出來,有誰能知道.....)。的確,在心裡頭的話若不說出來,有誰能夠去體會了解呢?人人在其心中總有一些聲音沒有表達出來,有的人藉由唱歌來道出心聲,有的人則藉由寫書來抒發情懷,但卻有更多的人的心聲深深地埋在心裡面,無人可知,無人可曉。然而,這些人的心中卻總是充滿著許多令人感傷的故事,今天就讓我們一起來聽聽這些人的聲音吧!

一位遠自河北來到台灣的老爺爺目前已有 90 多歲的高齡,現在在他身邊的還有一個 80 多歲的老奶奶,而在民國 70 年時,老奶奶不幸中風,而後卻又不小心地摔斷了手腳,從此後老爺爺便擔任起照顧老奶奶一切生活的責任。老爺爺因為自己沒有小孩,來到台灣之後是由其孝順的姪兒所撫養,但姪兒如今也早已離開人世,從老奶奶出事之後,老爺爺就自己一個人擔負起照顧老奶奶的責任,在這 18 年來,老爺爺幫忙老奶奶穿衣,洗澡,處理生活中大大小小的一切事情。而日子一天一天地過去,老爺爺也隨之一天天地老去,如今老爺爺雖然身體仍很健壯,但對於照顧老奶奶的事已有點力不從心了。體力已大不如前的他,對於照顧老奶奶雖毫無怨言,但仍舊因無法負荷此照顧的重責,於是,三年前他便經由一些資訊中得知現在政府有提供民眾居家服務的福利,而今便由社會局委託獎卿護理之家所做的居家服務之服務員為老奶奶打理生活中的一切,老爺爺真的感到非常欣慰,辛苦了十多年,現在有一個人幫忙他照顧老奶奶,他的心總算也放了下來。問老爺爺在照顧老奶奶的這段時間是否有什麼痛苦之處,而老爺爺只是回答了一句“少年夫妻老來伴”,對於這份重責他可說是無怨無由,篤信耶穌基督的他們兩老,面對人生所遭遇的所有的一切,老爺爺只求一切問心無愧便是,而問到他為什麼年高仍舊體壯,他的養生之道為何?他簡單地說“吃得好、睡得好、不生氣、

沒煩惱”，凡事想得開，而身體重要的就是要“動”，這就是他送給我們大家的一句話。再者，他不僅是一直在照顧他的太太，對於鄰居中一些需要幫忙的人，他也總盡其全力地幫助，他告訴我說，他沒什麼要說給大家聽的，他只要努力的做，不怕沒人看不到，用心感動人，願大家能效法之。而對於曾接受過幫助的人，他說一句衷心的“謝謝”是最大的回饋！他只願社會能愈來愈溫暖，人人都能感受到人間彼此的關懷！

以上就是一個家庭的主要照顧者的心聲，而這是我們在社會上很難聽到的聲音，而今我們看到了他辛苦的這一生，相信看完這老爺爺的故事的你們，大家內心都一定有所感觸吧！社會上這樣辛苦卻從無發出心聲的人實在太多了，現在起就讓我們一起來關懷這些人吧！相信在人的相互關懷下，社會必定會愈來愈溫暖，願大家都能為這社會付出一己之力，共創溫馨的未來！！

註：劉佳雯同學係本協會 88.8.3~9.5 的第一位實習學生，這篇是她至獎卿護理之家參與居家服務實習的個案。

## 關 懷 園 地

### 高雄市老人長期照護喘息服務簡介

法制暨公關委員會劉主委文敏提供

- 一、目的：為提供家庭照護者短暫休息機會，預防照護者成為下一位受照護者，讓照護者可休息一下，保有體力，使照護者及其家人能走更長遠的路。
- 二、補助對象：居住在本市，日常生活無法自理但無傳染性疾病、精神病或攻擊行為等之六十五歲以上居家老人。
- 三、服務方式：機構臨托或由居家服務員至家提供照護。
- 四、補助經費額度：
  - 1. 接受機構臨托每案每日補助給機構一千元費用，一年至多七日一日以二十四小時計，消耗品需自付。
  - 2. 接受居家服務每案四小時補助機構五百元費用，一年至多五十六小時，行政費需自付。
- 五、個案申請程序：
  - 1. 個案向長期照護管理示範中心提出申請，由中心查核居住地點在本市並完成個案評估，符合資格者由管理示範中心依個案需要之受託時間安排適當服務方式。
  - 2. 請個案帶健保卡、身份證及私章以備用。

地址：高雄市苓雅區四維二路 51 號 『高雄市長期照護管理示範中心』

電話：7272395、7710055-203 傳真：7272394

## 會 員 園 地

### 新增會員名單 ( 88.3.20~88.9.10 )

#### [個人會員]

0088 謝武吉(永久)、0089 紀淑靜(永久)、0090 王桂麗、0091 姚惠娟、0092 林美麗、0093 鍾信心、0094 鍾美慈(永久)、0095 黃志中、0096 劉經文、0097 劉蘭妃(永久)、0098 鄭小玲 ( 永久 )、0099 郭添漢、0100 鄭達揚、0101 王克威、0102 沈素月 ( 永久 )、0103 張峰紫 ( 永久 )、0104 郭雅玲、0105 林秀玲、0106 賴玲吟、0107 茅士良、0108 黃琇媛

#### [團體會員]

團 001 陀羅尼會

#### [贊助會員]

贊 001 陳永興、贊 002 許素雯、贊 003 王妍惠、贊 004 李麗霞、贊 005 張瑜玲、贊 006 孫湄晴、贊 007 陳麗如、贊 008 謝明格、贊 009 田月玄、贊 010 曾麗娥、贊 011 蔡秀雯、贊 012 簡雪芬、贊 013 李怡潔、贊 014 郭桓瑱、贊 015 劉淑惠、贊 016 柯任桂、贊 017 王薇婷、贊 018 洪綾穗、贊 019 曾瓊慧、贊 020 劉能賢、贊 021 洪慧容、贊 022 許淑敏、贊 023 葉曉菁、贊 024 廖繼呈

**會員動態**

☺ 監事王秀紅升等為高雄醫學大學護理系教授！！

☺ 會員葉淑惠老師改任長庚護專護理科副教授！！

**88 年 3-9 月捐款芳名錄**

邱啟潤 5000 元 呂寶靜 2980 元 黃仁奕 2000 元 李麗霞 1000 元 逛街冰 700 元 葉曉菁 2000 元  
許淑敏 500 元 廖繼呈 330 元 (凡捐款給本會者皆可持收據於申報所得稅時扣繳)

**感謝所有捐款及支持本會的朋友！！**