



# 失智症 神經認知症 之展望

失智症無疑是未來世界一個重要的議題，而知識的衛教及推廣是需要的，期許未來隨著醫學的進步，能讓銀髮族們不僅活得長、活得好、更活得身心健康快樂。

隨著社會人口結構的變化，銀髮族的人口比例逐漸增加，讓失智症(神經認知症)的議題顯得更重要。根據過去統計，65歲以上的人約有5%罹患失智症，85歲以上罹病的機率則增加到20%。然而台灣目前對於失智症的相關衛教仍有不足之處，因此在這邊簡略為大家介紹，希望能夠讓大家了解失智症這疾病。

失智症是會影響到人的記憶力、語言能力、理解力、運動能力、記憶、辨認日常用品的能力、個性、執行能力及解題能力，甚至有可能會出現幻覺、妄想或暴力行為，造成自己或他人極大痛苦。患者在生活上可能會出現常忘記事情、迷路、認錯人、能力下降等、脾氣起伏大及個性改變等。

早年因為罹患失智症（Dementia）的民衆年紀都較為年長，被俗稱「老人癡呆症」，然而隨著醫學的進步，發現不是每位患者都是年紀老邁的人，加上此稱呼有污名化之嫌，之後遂改為失智症。隨著近年來醫學倫理和腦科學的進展，「精神疾病診斷及統計手冊第五版（DSM-5）」中，再度把失智症的稱呼改為現今的「神經認知症（Neurocognitive disorder）」。然而由於神經認知症的名稱剛改，在社會上仍不夠普及，因此在本文章暫時仍以「失智症」稱之。

失智症的種類很多，包括了阿茲海默症（比例最高）、血管性失智症（比例第二高）、額顳葉型失智症、路易氏體型失智症、帕金森氏症造成的失智症、性病（梅毒、愛滋病）、腦傷、酗酒、毒素（鋁）及部分營養缺乏（維生素、葉酸）。

) 等，其中只有少部分的失智症是可逆恢復的(如維生素缺乏)，因此學習如何預防及延緩失智症顯得更為重要。預防部分，如健康生活作息、充分均衡營養、適當規律運動與動腦。而如果有類似失智症的症狀出現，也要即時尋求醫療諮詢及協助。

失智症的病因，雖然已經已有許多發現，但仍有相當的未知領域有待醫學發現。以阿茲海默症為例，醫學上發現阿茲海默症患者中的神經細胞有缺失的狀況，造成腦部在醫學影像上呈現較為空洞化，目前認為這個現象跟腦部出現過多的神經糾結和類澱粉斑塊有關。另外基因學也發現阿茲海默症跟遺傳有所關聯，其中跟人體內的第1、14、21對染色體上的基因有關。而腦血管型的失智症，就要避免中風導致症狀的再度惡化。然而腦科學仍有許多未探索領域，因此失智症的相關病因學未來也勢必會有更新的發現。

失智症無疑是未來世界一個重要的議題，而知識的衛教及推廣是需要的，期許未來隨著醫學的進步，能讓銀髮族們不僅活得長、活得好、更活得身心健康快樂。



## 林子堯醫師主講失智症者精神行為問題處置與照護。

# 改變失智長輩的毛天使

葉明理(國立臺北護理健康大學助理教授)

張媽媽。猶記得第一天見到她的印象是，巨大的身軀彷彿已經把整個輪椅塞滿了，她那撲克牌般的表情，雙手環抱胸前擋在那隆起的肚子上，就像一個傲視群雄的王者駕臨一般

「來～跟著Dior一起擺擺頭、彎彎腰、抬抬腿！」這是在某社區教室中，一群被診斷有輕中度失智症的叔伯阿姨們，正愉快地跟著治療犬Dior做著有趣的體操。是的，你沒有看錯，是跟著「狗」一起運動喔~

失智症係因腦部漸進性退化，至全面心智喪失的疾病。失智症不是單一疾病，而是一群症狀的組合退化的範圍，症狀主要以記憶力、定向力、判斷力、計算力、抽象思考能力、注意力、語言等認知功能障礙為主，這些症狀的嚴重程度足以影響個人的人際關係、工作能力與生活能力。最令病患本身及其照顧者困擾的莫過於情緒的起伏與問題行為。

在這個為期10週的「不老訓犬師」系列活動中，有不少長輩由剛參加活動初期的低自尊、沒自信、少社交、常無故缺席，到中後期的積極參與、正面讚美他人、能與同伴合作完成任務，長輩的進步令人刮目相看，其中張媽媽(化名)是最無法讓人忽視的一位。她是唯一一位由女兒用輪椅推入的長輩，巨大的身軀彷彿已經把整個輪椅塞滿了。猶記得第一天見到她的印象是，她那撲克牌般的表情，雙手環抱胸前擋在那隆起的肚子上，就像一個傲視群雄的王者駕臨一般。她那滿臉憂傷疲憊的女兒告訴我們，她知道媽媽需要起身運動，但是她無法叫得動媽媽離開輪椅，每次要扶起媽媽都會被罵不孝，要害死她…她很希望這個活動可以讓媽媽重拾活力。就在第二次和治療犬愛寶互動時，我們就看到張媽媽的臉開了，不由自主地傾身向前，為的是要幫愛寶套圈圈，接下來的每週我們都有新的進展，甚至不須扶持從輪椅站起，像個驕傲的女王般牽著愛寶繞場一周成為張媽媽最愛的活動了。後來女兒興奮地跟我們分享，其實她以前怕狗的，但跟著媽媽來參加活動，不僅修復了母女之間的感情，竟也意想

不到可以治癒她的怕狗病！



失智症者與治療犬的互動

20世紀60年代動物輔助療法之父Dr.Boris Levinson認為「寵物是通往情緒康健之路的中繼站」，也提出「人們需要以動物為強化內在自我的助手」之論點，自此開啟人與動物關係嶄新的一頁。不同於以飼養動物為樂或只是單純的陪伴解悶，動物輔助治療是一種以目標為導向的介入方式，將符合特殊條件的動物納入病患的整個治療過程中，在進行過程中必須由醫護相關領域的助人專業人員評估並設計病患所需的治療項目，由動物引導員引導病患運用動物來改善目標。一個有療效的專業化動物輔助治療是一項跨專業整合的團隊活動，我們稱之為「動輔金三角關係」：動物輔助治療是以個案為中心，由動物輔助治療師（專業治療人員）、合格治療性動物、動物輔助治療員（通常是飼主），三足並重的金三角方式一起為個案進行療癒活動，並考量環境的設計與安排，共同合作進行改善個案問題的療癒活動。

動輔金三角中的重要元素決定了動物療癒的品質，以下分別介紹：

## (一) 動物輔助治療師：

動物輔助治療師本身須受過由社團法人台灣動物輔助治療專業發展協會舉辦之完整課室暨實務實習課程的動物輔助治療訓練並獲得認可，扮演引導動物進入治療系統的角色，規畫建立適於進行動物輔助治療的環境，包括：個案治療目標的設定、輔助活動的設計、活動成效評值等。

## (二) 動物輔助治療員：

動物輔助治療員的主要工作在於整個動物輔助治療活動與治療期間負責照顧、陪伴及引導動物，通常由飼主擔任最為恰當。動物輔助治療員必須接受動物行為訓練及基本動物輔助治療訓練

,另外尚須接受繼續教育，強化其在動物的行為、感染防治、服務對象的特質及人際互動技巧等知能。

### (三) 治療犬：

為確保參與動物輔助治療活動之犬隻，具備衛生、安全及技能之品質，參與活動之治療犬須領有台灣寵物登記證，通過訓練及社團法人台灣動物輔助治療專業發展協會舉辦之技能鑑定，且每年須重新考核換證。飼主必須提供犬隻六個月內健康檢查（無人畜共通傳染病、無體內外寄生蟲）及預防注射證明（狂犬病及八合一疫苗接種：犬瘟熱、犬小病毒出血性腸炎、犬冠狀病毒型腸炎、犬傳染性肝炎、犬傳染性支氣管炎、犬副流行性感冒、犬出血型鉤端螺旋體、犬黃疸型鉤端螺旋體）。

專業的動物輔助治療可以運用在不同的失智症照護情境中，例如居家、社區、日間照護中心、養護中心、護理之家等。運用在不同病程的失智症長輩，則須經過專業評估，依個案不同階段的治療目標，設計療程導入治療犬的影響力，來協助療癒的進展。有時，動輔的幫助也可用在失智症長輩周遭相關人員的需求上，例如照顧者的壓力負荷緩解、親子間的關係修復、工作的環境營造等。可以設定的治療目標領域舉例如下：

### (一) 認知訓練

1. 認識人與狗
2. 認識狗狗、老師、組員的表情與心情
3. 選擇狗狗的服裝（比較顏色、大小、配件等）
4. 認識狗狗的生活
5. 回顧過去所學

### (二) 肢體活動訓練

1. 手勢、眼神追隨
2. 指令（坐、趴、等、OK等指令手勢）
3. 為狗兒打扮（粗動作、精細動作等）
4. 參與照顧動作

### (三) 語言訓練

1. 打招呼
2. 口令、聲量
3. 討論：雙向溝通對話與互動
4. 稱讚自己與他人
5. 分享心得、稱讚

### (四) 情緒

1. 稱讚、語調
2. 認知、理解回應
3. 過去記憶活化

### (五) 社交互動

1. 雙向回應
2. 團體合作
3. 稱讚、感謝他人



## 陪伴也是一種學習成長

謝秀美

以前只知道失智的人會幻想、疑神疑鬼、重複做相同的事，但從不知道失智症家屬照顧的心路歷程。但加入失智症關懷協會後，讓我有機會能夠更進一步認識失智症，並體會失智症家屬照顧的艱辛。因為時間的緣故，所以我只有參加一個月一次的369家屬支持團體。

每個月我都很期待369家屬支持團體的到來，每次看見失智長者及家屬，都會想要和失智長輩好好聊聊，哪知「雞同鴨講」，因為認知功能退化，讓失智長輩只有從前的記憶，對於現況已經沒有印象了。面對這樣的情況，我們只有陪伴，牽著失智長輩的手，慢慢的走在操場上，可以感受到彼此的溫暖，慢慢的去了解失智長輩想要

表達的意思。另外，失智症家屬也可透過座談會的方式，分享彼此照顧的點點滴滴

，也可紓解一下疲憊的情緒和照顧的壓力。

隨著老年人口的增加，罹患失智症的比率也逐漸攀升，因此失智症之照護將成為未來一大重要的議題。很高興自己能有機會加入協會，參加369家屬支持團體，透過和失智長輩和家屬的相處，讓我學習到許多失智症的照顧技巧及方法。



作者與長輩開心之合影

# 牽手一世情

林麗裡

妻子到底還記不記得他？能不能感受到他的付出？不論如何，水火伯仍堅信就算明天妻子連他也忘記了，他也要和妻子一起笑著走下去。

看到可愛又親切的秀珍阿婆，就讓人想到失智電影《去看小洋蔥媽媽》裡的小洋蔥媽媽。從外表看來，根本看不出秀珍阿婆罹患了失智症，因為先生水火伯總是把她打理得乾乾淨淨、整整齊齊。

秀珍阿婆和水火伯自婚後孩子一一出生，逐漸長大需要花錢開始，她就在住家的騎樓開起雜貨店，販賣雜貨及日常用品給往來的過路人。到了後來住家附近開始蓋起了大片的住宅，工人在雜貨店裡來來往往，秀珍阿婆又想到了開闢財源的方法，於是她又兼著開起了麵攤。有好長的一段時間，秀珍阿婆的雜貨店及麵店，曾經是幫助水火伯撐起全家經濟的支柱。

秀珍阿婆的長子回憶說：「有一次和母親回到鄉下老家去探望外祖母，秀珍阿婆和她的姐妹一行人走在鄉間的小路散步，忽然不知是外婆不小心絆倒，還是走累了，他看到母親一把背起外婆，遠遠地從山坡的那一頭，往外婆家走去，阿姨、表兄弟姐妹們就跟在一旁。那個畫面給了胡大哥很大的震撼，即便母親那麼瘦小，但卻還能背著外婆回家，覺得『媽媽她好厲害、好強壯哦！』」

水火伯自退休後，每天無時無刻都與妻子聚在一起，也讓妻子對他越來越依賴。他感嘆地說：「或許就是因為讓秀珍阿婆太依賴他，才導致她漸漸地失去思考能力，甚至可能成為誘發失智症的原因之一」。一開始水火伯發現秀珍阿婆近期的記憶力變差，個性也變得像個小孩；對外界充滿好奇，經常不聲不響的就跑出門，到龍潭街上去，而且常常要等到水火伯去找她才肯回家。有一次水火伯開車載她到兒子家，秀珍阿婆看著窗外的屋舍、景點，還和丈夫娓娓閒聊年輕時生活的甘苦、經歷。就在聊得正開心時，秀珍阿婆突然停頓下來問：「這裡是哪裡？」水火伯想，阿婆真的是老了，怎麼要去兒子家的路都忘了呢……。

還有一次，秀珍阿婆在社區裡走失，還把別

人放在椅子上的雨傘、水壺、帽子…帶回家，家裡有好多秀珍阿婆從外面帶回來的東西。秀珍阿婆也偶爾會走錯門，推著別人家的門問水火伯說怎麼打不開，還怪鄰居家的門幹嘛要上鎖呢…。種種行為讓鄰居們覺得秀珍阿婆「怪怪的」，也開始會有一些抱怨，好在大家都是老鄰居了，說說也就算了。到了阿婆有幾次半夜獨自出門去，被附近的派出所「撿到」送回家，才讓水火伯有了警覺心。

以前秀珍阿婆開麵攤作生意，手藝很好，能把一袋麵粉做成餃子、麵條，很多人愛吃，主顧客也很多。但有一天她卻把電鍋放在電磁爐上加熱，電鍋燒壞了，滿屋子的塑膠味久久不散；還生氣的問水火伯怎麼會燒成這樣呢。秀珍阿婆還經常忘記電話號碼，要打給兒子、媳婦，常常電話筒拿了半天卻一通也沒撥出去……。這種情況發生愈多次，水火伯愈加狐疑，原本以為只是因為年紀大了自然就會「忘東忘西」，但是事實上，阿婆的許多表現好像不只是記憶力不好而已，有時還會自言自語，叫她也沒有回應，甚至變得愛生氣……。他將兒子們召集回家，把母親的情況轉告兒媳們，於是他們決定帶秀珍阿婆到醫院就診檢查。

經過一連串的檢查，秀珍阿婆被確診罹患阿茲海默症，之後水火伯幾乎不眠不休地陪在她身邊，照顧她的生活起居。妻子去哪裡，水火伯都儘量牽著她，不管是從市區活動中心到回家的路上，還是坐在家中椅子上，他始終看顧著她。水火伯笑著說：「沒辦法，她到現在都還認得我，還會在我面前鬧小孩子脾氣，我只要稍微離開五分鐘，她就會慌張地問，你去哪了？你是不是不要我了？」。秀珍阿婆因為焦慮不安，每天緊黏著水火伯，又無喘息的機會，讓水火伯身心承受很大的壓力。

面對另一半罹患失智症，水火伯很坦然看待這件事情。他認為事情遇到了，就找好醫生用好



水火伯對秀珍阿婆無微不至的照顧

藥治療，無法痊癒的記憶力和行動能力，只好藉由復健和陪伴，跟著妻子走下去。一開始，兒子們都反對父親自己照顧失智的母親，他們希望找外傭來幫忙，但水火伯堅持反對，他認為自己還年輕，況且已退休，自己可以做的事，實在不用額外花錢請人幫忙。因此，自從秀珍阿婆生病以來，他們幾乎每分每秒都在一起。好幾次，秀珍阿婆「忘了」洗澡，就上床睡覺，水火伯覺得奇怪，阿婆吱唔也說不出個所以然。水火伯如果遇到阿婆鬧脾氣不想洗澡時，他就只好用哄的、用鼓勵的、用騙的方式帶她去洗澡，洗完澡幫她擦乾身子，吹乾頭髮，讓阿婆感到舒服了，再跟她說：「現在我們一起去睡覺好不好？」另外，為了避免秀珍阿婆迷路，他還到區公所替她申辦了「愛心手鍊」，手鍊上記載了編號及電話，讓秀珍阿婆即便走失了，也可以找到回家的路。

水火伯在兩年多全年無休的照料秀珍阿婆之後，終也道出：「真的很累！」於是他接受了兒媳們的建議，找了一名外傭來幫忙照料妻子。老

實說，有了外傭的幫忙之後，讓水火伯輕鬆了許多，而且還有更多的時間可以好好地跟妻子相處，也能不時地帶她到處走動。但是，讓水火伯比較感慨與無奈的是，在與妻子相處的過程中，愈來愈常發現她茫然的神情、疏離的互動、貧乏的回應……。水火伯擔心的是，妻子到底還記不記得他？能不能感受到他的付出？不論如何，水火伯仍堅信就算明天妻子連他也忘記了，他也要和妻子一起笑著走下去。

照顧秀珍阿婆雖然很辛苦，壓力也很大，但只要想到秀珍阿婆之前對家庭的照顧與奉獻，水火伯認為自己所做的也就微不足道了。



水火伯、秀珍阿婆及外籍看護之合影

## 特別的一天

邱菊惠

玉娟的婆婆因為常會一直摳手，而且常常摳到脫皮，因此玉娟就會買藥託安養院的人幫婆婆擦，此外外套拉鍊都會被婆婆咬斷，所以外套都沒拉鍊，只好幫她反穿，不論婆婆發生什麼問題，玉娟都會極盡所能的想辦法去解決。

今天天氣晴朗，葉大哥開車載著筱茜、韻馨姐和我，浩浩蕩蕩來到了慈航安養院探訪玉娟的婆婆。玉娟的婆婆看到我們非常高興，我們坐在外面涼亭聊天，婆婆就乖乖坐著聽我們聊天，雖然她是極重度失智，但她完全不躁動，葉大哥用客語問婆婆，問她過年要不要回家，婆婆居然用客語回答「要」，大家聽了好驚喜，我用客語跟她聊天，她居然說好，這種情形讓我體悟到失智老人，好像用她習慣的語言跟她聊天，喚起她熟悉的記憶，她會有所回應的。

第一眼看見玉娟，她讓我感受到的是一個身心疲憊但又非常有孝心的媳婦，後來經過聊天後，才了解玉娟為人媳婦的許多無奈。玉娟的婆婆因為常會一直摳手，而且常常摳到脫皮，因此玉娟就會買藥託安養院的人幫婆婆擦，此外外套拉鍊都會被婆婆咬斷，所以外套都沒拉鍊，只好幫她反穿，不論婆婆發生什麼問題，玉娟都會極盡所能的想辦法去解決。

我在玉娟的身上看到照顧失智症者的辛苦，也看到一位無怨無悔的媳婦對婆婆的用心，還必須兼顧家庭經濟重擔，若不是她對這個家的用心及堅持，一般人還真無法面對一個極重度失智的老人。因之前玉娟全心照顧婆婆，完全沒有自己的時間，以致造成身心疲乏，現在她把婆婆送到安養中心「全天候」的照顧，也還是常常去陪婆婆，自己才有時間做自己的事，身心也得以調整，不至於累倒。

今天的訪視，讓我深感自己實在太幸福了，人世間有很多人是過得很辛苦的，儘管蠟燭兩頭燒，但他們仍然不畏逆境，勇往向前，這種精神真讓我感動佩服。

## 影片賞析 昨日的記憶 徐思瑜

當鄭如姐當著大家的面說出『如果我的老公失智了，我絕對不會把他送走，我會照顧他一輩子，就像〈我愛恰恰〉裡的那樣』，這樣窩心的話，讓在場的我們無一不動容。

桌子排好、椅子擺好、點心放好、泡杯咖啡、找個好位子、坐下靜靜地欣賞，每個月一次的讀書會開始囉～～。

今天播放的電影是「昨日的記憶」，由四部短片集結而成，說的都是關於失智症的故事。〈迷路〉失智的爺爺走失了，爺爺一手扶養長大的孫子在街頭奔走尋找，偶遇前女友，卻人事已非，真正失去的或迷途的究竟是誰？〈阿霞的掛鐘〉老社區要都更，失智的母親被女兒接去同住，離開了一輩子的家，也離開了關於老鄰居的所有記憶。有天，母親脖子上掛著一把不知開哪一扇門的鑰匙，跑回老社區，但記憶中的一切全消失了。〈我愛恰恰〉患有失智症的老先生和外傭到公園散步，卻遇見他的初戀情人。當重逢變成首遇，最後的愛便像是初戀。老先生與老太太跳起了恰恰，那是最好又最壞的時光，他們再一次開始第一次約會。〈通電〉小潔和失智婆婆以及工作繁忙的媽媽住在一起生活，婆婆因為病情愈來愈嚴重，把家裡搞得天翻地覆。而媽媽工作繁忙之餘，還得維持家裡的秩序，努力扮演支柱。小潔放不下婆婆也心疼媽媽，她提供給每個人一個出口。

電影看完了，每個人都有好多的感觸，大家熱烈地討論著每一個片段。大家討論的結果是如果失智症者走出去會忘了回家的路，建議應由家人陪伴或戴愛心手鍊。如果他們的記憶停留在過去，就盡量讓他們待在他們熟悉或喜歡的人、事、物旁，藉此延緩失智的現象。照顧失智症者是很辛苦的，我們應該給予照顧者支持和關懷。

當鄭如姐當著大家的面說出『如果我的老公失智了，我絕對不會把他送走，我會照顧他一輩子，就像〈我愛恰恰〉裡的那樣』，這樣窩心的話，讓在場的我們無一不動容。〈通電〉中媽媽對小潔說：「如果以後我變得和婆婆一樣，你就把我送走吧！」這是多麼心酸與無奈下的決定，但也正是我的心情寫照。因為當失智症者忘了一切甚至無法自理生活時，會讓身邊的人感到極大的壓力和困擾，而我只希望女兒能平安、快樂，不想讓她承受這些苦難和壓力，因此我能體會小潔媽媽的心情。

## 我的第一次

接受桃園廣播電台【即刻新聞，與民有約】專訪宣導失智症

范鈺媧

104.02.03(二)下午突然接到協會通知，6點要接受桃園廣播電台專訪。令我很心慌，因為是全省現場播出，萬一有凸槌深怕會壞了協會的形象。

【即刻新聞，與民有約】本來都是由桃園市議員們輪流為市民服務的節目，當天因為當班議員缺席，所以本協會慶幸有此機會向全國民眾宣導認識失智症，失智症雖不是老年人的專利，但進入高齡化社會是必然的趨勢，讓政府也很重視這一區塊。

上場前五分鐘才見到主持人蘇如楓。他如沐春風的笑臉，這份親切讓我稍安了心。節目的進行，並不如想像嚴肅，因為穿插了點歌及Call-in時間，再說年輕的如楓帥哥親切幽默，思維敏捷，口齒流利，跟聽眾的互動就像親友一般溫馨，不但化解我的焦慮，更讓我希望有機會能多來幾次，向聽眾推展我們協會關心失智症的理念及服務項目。如楓先生也應允每年九月

「國際失智症月」例行的大活動也將免費幫我們宣導，這對協會是一大福音，藉此版面先向主持人致謝。

這次的專訪，讓我看見桃園廣播電台製作節目的用心，讓聽眾不但在音樂的薰陶中掌握多元的資訊，也能了解自身的福利與權益。本協會很感謝這次桃園廣播電台的專訪，使本協會透過廣播，讓全省的聽眾認識失智症及了解本協會成立的宗旨。



104.02.03范鈺媧常務理事接受桃園廣播電台專訪

# 新春聯誼活動紀要

本刊

104年3月14日(週六)，於八德埤塘公園辦理新春聯誼活動，感謝當天天公作美，天氣十分晴朗，上午八點就看到我們的志工在入口處開始搭棚、作事前準備。

待參與者陸陸續續抵達後，經由志工的解說及引導，並依小隊方式沿著觀景路線，欣賞埤塘花木景色，沿途大家說說笑笑，好不開心。約十點半左右，我們在16號大草坪集合，分為烏拉拉及嘎嘎小隊，由徐明珠常務理事帶領大家玩傳橡皮筋、呼拉圈等團康遊戲，家屬及個案則在一旁賞景餵魚，過程相當順利、愉快。

團康活動結束後已接近中午，於是我們一同前往九九餐廳用餐。這次聚餐除了有美味的佳餚，還有驚喜的摸彩活動。摸彩活動獎品豐富，除了現金之外，還有製麵包機、血壓機等。沒摸到獎的人也有一包蘇打餅乾，這次大獎由黃月姣女士獨得。大家邊吃邊聊，又有精彩的歌唱助興，真是將氣氛炒到最高點。

這次的新春聯誼活動，家屬帶著個案一同來參與，活動前、活動過程中和活動後對個案及家屬或照顧者都是挑戰和學習，期望這次的旅活動能為個案及家屬留下一個快樂回憶。



104.03.14新春聯誼活動大家在埤塘公園健走之情形



104.03.14新春聯誼活動於16號大草坪之合影



104.03.14新春聯誼活動志工於八德埤塘公園之合影

## 預防失智 活到老，學到老

沈靖家

協會為了達到預防失智的目的，開辦了許多課程，有日語班、書法班、排舞班，太極養生班、羽球班以及健康飲食班等，而這期又增開了一個新班—手工藝班。

人生如戲，戲如人生。小時候我媽媽教導我要活到老學到老，所以我很喜歡學習。當我得知這期協會開了手工藝的課程，就不加思索報名參加了。我既然報名就一定會安排時間上完課程，除非有重要的事，否則決不缺課，因為我認為這是對老師的尊重，也是對自己的信用。

手工藝班的詹玉里老師，不但手藝精巧，對待學生也很有耐心。因為我沒有上過中國結的課程，又自認學習能力較差，本來擔心會學不好，

但當我不會做或做不好時，詹老師總是很耐心地一遍又一遍的教導我，直到我完全會為止，讓我非常感動。我們班的人數雖不多，但每週一次的上課聚會對我而言是最快樂的時光，因為學員都是協會的會員或志工，因此大家相處都很融洽，上課時學員之間也會彼此分享交流，讓我學習到很多事情。

手腦並用，活到老，學到老是預防失智的不二法門。看到我的文章分享的朋友們，你，妳，你來，妳來，就是你（妳），還在猶豫什麼，趕快把握機會報名參加，加入我們手工藝班的行列吧！

# 家屬支持團體活動

歡迎報名參加！

時間：369(每個月第3週，星期六，上午9點)

地點：聖德基督學院思源樓2樓（中壢區新生路二段421號）

日期：4月18日、5月16日、6月暫停一次

對象：歡迎家屬及失智長輩一同參加，活動區分為

「家屬支持組」與「長輩活動組」，  
請電話4531844報名。中午備有自助簡餐，  
歡迎留下餐敘，自由奉獻。



103.01.17家屬支持團體家屬彼此分享照顧  
經驗

104.01.17許久不見的淑如公公來  
參加家屬支持團體

104.01.17家屬支持團體王俐婷幹事  
陪伴長輩及家屬玩遊戲

# 勿忘我學苑

一、日期：104年4-6月

二、地點：聖德基督學院(中壢區新生路二段421號)

三、收費說明：社團法人桃園市失智症關懷協會會員酌收場地清潔每科400元，羽球班酌收500元；非會員每科800元，羽球班酌收900元。(講義費及材料費另依課程實際需要收取)

四、課程內容：書法、太極拳、健康舞、羽球、日語、健康飲食養生班

五、報名專線：(03) 4531844



勿忘我學苑手工藝班學員上課情形



勿忘我學苑健康舞班學員上課情形



勿忘我學苑羽球班學員上課情形

# 憶義非凡 尋回記憶拼圖+104年桃園市「樂智學堂」

一、目的：透過藝術、音樂等非藥物治療活動，滿足輕度失智症者社會參與的需求，藉由團體活動增進彼此互動、言語表達增加、正向情緒表達增加與自信心增加。

## 二、(一) 『樂智學堂』音樂輔療班

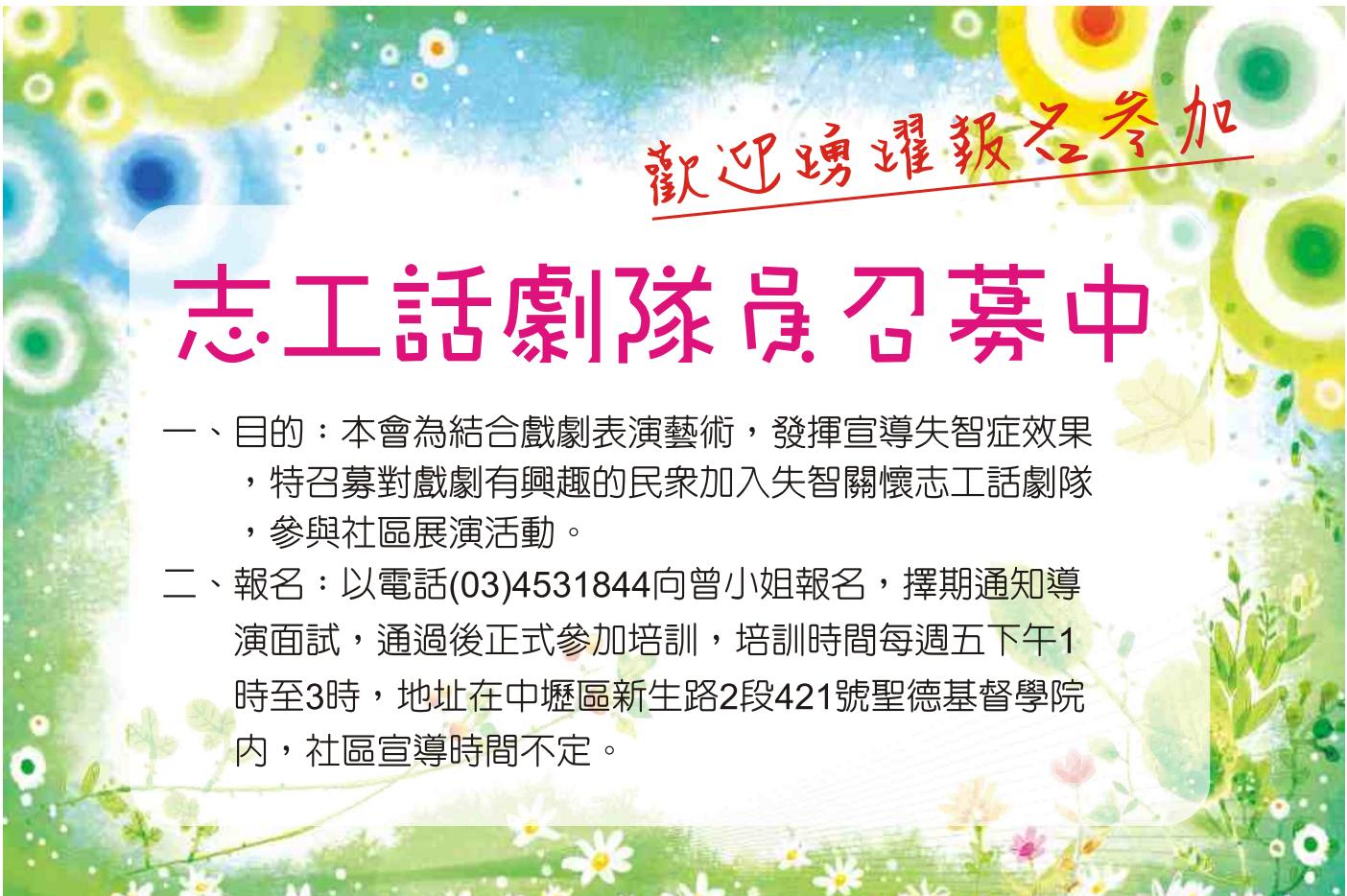
1. 活動地點：中壢區龍興社區關懷據點
2. 地址：中壢區龍岡路3段37巷92弄102號
3. 活動時間：104年6月至8月，每週二9：00-11：00
4. 活動內容：老歌歡唱、有氧運動、音樂欣賞、樂器伴奏、音樂劇等。
5. 講師簡介：李婉如老師(台北市松山區日間照顧中心、桃園慈家養護中心音樂輔療師、輔仁大學老人照顧資源中心開發專員)

## （二）『樂智學堂』藝術輔療班

1. 活動地點：大園區內海社區關懷據點。
2. 地址：大園區內海里2鄰19-2號
3. 活動時間：104年6月至8月，每週四9：30-11：30
4. 活動內容：藝術創作、感覺刺激與統合、維持專注力與精細動作技能、促進自我情感表達、增加掌控感與提升自我價值感等。
5. 講師簡介：金傳珩老師(天主教仁慈醫院失智症中心藝術治療師、台灣師範大學進修推廣學院、輔仁大學推廣部、理周教育基金會藝術治療師)

三、服務對象：桃園市輕度失智者，參與活動專注力達2小時，並具有表達能力者。

四、報名：(03)4531844 林小姐



歡迎踴躍報名參加

## 志工話劇隊員召募中

一、目的：本會為結合戲劇表演藝術，發揮宣導失智症效果，特召募對戲劇有興趣的民衆加入失智關懷志工話劇隊，參與社區展演活動。

二、報名：以電話(03)4531844向曾小姐報名，擇期通知導演面試，通過後正式參加培訓，培訓時間每週五下午1時至3時，地址在中壢區新生路2段421號聖德基督學院內，社區宣導時間不定。

# 活動照片集錦



104.01.30讀書會大家熱烈討論的情形



104.02.10平鎮廣興社區宣導認識失智症



104.02.07志工成長工作坊急救訓練課程參與志工大合照



104.02.07志工成長工作坊謝榮坤老師  
主講客家祭典



104.02.07本會范鈺琪常務理事致贈感謝狀給  
謝榮坤老師



104.02.07志工成長工作坊興國消防隊教導大家  
做CPR



104.02.07志工成長工作坊大家一起玩  
“一見你就叫” 團康遊戲



104.03.21明光福德宮集會所社區宣導情形



104.03.12長庚科大宣導認識失智症



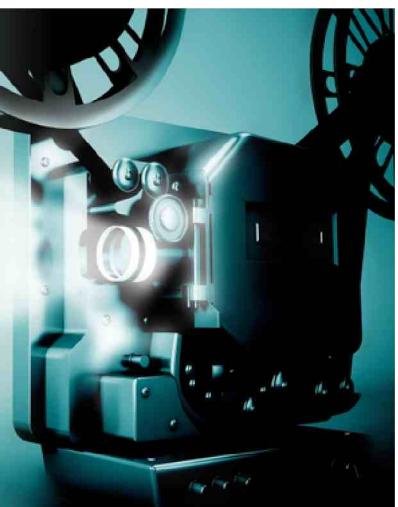
## 勿忘我讀書會 影片賞析

時 間：每月最後一個星期五下午1點30分

(4月24日、5月29日、6月26日)

地 點：聖德基督學院(中壢區新生路二段421號)

活動免費，歡迎有興趣之民眾、本協會會員、志工、家屬參加。



### 我與專家有約

如在照顧失智症者方面有任何疑難雜症，歡迎告訴我們，我們將請專家為您解答。

諮詢專線：03-4531844

0800-81-85-85 幫你 幫我 幫我

或E-mail：[socialwork254@gmail.com](mailto:socialwork254@gmail.com)



# 捐款芳名冊

## 一般捐款(1-3月)

### 1月

4700 元／戴國弘

### 2月

965 元／范鈺媚

818 元／廖韻馨

585 元／李清全

500 元／劉俊國、宋玉滿、劉軒齊、劉錡隱、王淑如

### 3月

2000 元／徐明珠

1000 元／金台汝、黃月姣、

500 元／羅素貞、張次珠、張永坦

100 元／楊興榮



## 勸募捐款(1-3月)

### 1月

5000 元／樺霖有限公司

3000 元／張儀方

2000 元／鼎心勝國際實業有限公司

1142 元／陳芳媚

1500 元／林 敏

600 元／林暢貴(德啓實業有限公司)

500 元／葉秋霞、鄭鐘文華

300 元／陳雅淳

100 元／陳明華

1000 元／周珮伶、林正芳、林廣一、黃貴英

600 元／無名氏

500 元／張美珠、李愛華

150 元／熊齊治

### 3月

100000 元／財團法人小英教育基金會、

5000 元／樺霖有限公司

3000 元／張儀方

1500 元／林敏

1200 元／林暢貴

100 元／陳明華

### 2月

5000 元／樺霖有限公司

3000 元／張儀方

2000 元／三色星文化股份有限公司、江衍春

1500 元／林敏

物資捐贈明細表(1~3月)

1月

王俐婷 茶包一盒、甘蔗糖塊一包  
古芸禎 水果兩盒  
許香銘 古坑咖啡一盒  
周黃秀芬 家屬支持團體食材  
王淑如 家屬支持團體食材  
葉淑珠 家屬支持團體食材  
劉美卿 家屬支持團體食材  
沈靖家 家屬支持團體食材  
黃雙鳳 家屬支持團體食材  
姜桂森 家屬支持團體食材  
王維瑛 家屬支持團體食材  
徐思瑜 餅乾兩盒

3月

劉贊瑛 方塊酥一盒  
宋勤盛 當櫻花盛開DVD一片  
姜桂森 家屬支持團體食材  
葉勝茂 家屬支持團體食材  
沈靖家 家屬支持團體食材  
傅華英 家屬支持團體食材  
王維瑛 家屬支持團體食材  
朱玖怡 家屬支持團體食材

2月

王淑如 志工成長工作坊食材  
周世峰 志工成長工作坊食材  
姜桂森 志工成長工作坊食材  
宋維傑 志工成長工作坊食材  
范鈺婧 志工成長工作坊食材  
雷仲芳 志工成長工作坊食材  
游阿雪 志工成長工作坊食材  
沈靖家 志工成長工作坊食材  
王俐婷 志工成長工作坊食材



編號	出版品	簡介
1	失智關懷【第一輯】	<p>&lt;書籍&gt;  <b>失智關懷【第一輯】</b>          本書內容大綱：          1.) 認識失智症          2.) 照顧技巧          3.) 沟通方法          4.) 如何預防失智症          5.) 家屬心情          6.) 社會資源  <b>售價：200元</b></p>
2	用愛照顧	<p>&lt;DVD&gt;  <b>用愛照顧</b>          這部影片我們逐步揭開失智症的神秘面紗。          瞭解失智症患者及其家人的心情故事，以社區共同的力量和資源來面對新世紀的老年社會問題。  <b>售價：100元</b></p>
3	勿忘我—疼惜咱寶貝慈善演唱會(雙DVD)	<p>&lt;DVD&gt;  <b>勿忘我—疼惜咱寶貝慈善演唱會(雙DVD)</b>          102年9月29日募款演唱會實錄。  <b>售價：100元</b></p>
4	甜蜜時光-失智症家庭的生命故事紀錄片	<p>&lt;DVD&gt;  <b>甜蜜時光-失智症家庭的生命故事紀錄片</b>          透過紀錄片攝錄，深度瞭解失智症者的病程、情緒和行為的轉變，家屬或照顧者的心路歷程，家庭成員互動情況等生活重要事件與意義。  <b>售價：100元</b></p>



主辦單位：中壢東南扶輪社  
承辦單位：社團法人桃園市失智症關懷協會

<p>&lt;書籍&gt;  <b>失智關懷【第二輯】</b>          本書內容大綱：          1.) 認識失智症          2.) 照顧的技巧          3.) 如何預防失智症          4.) 家屬心聲          5.) 社會資源          6.) 失智症團體家屋          7.) 非藥物治療          8.) 活動雜記  <b>售價：200元</b></p>
---

欲購買者請填寫劃撥單，  
 戶名：社團法人桃園市失智症  
 關懷協會  
 帳號：50180839  
 並註明購買項目，謝謝。





## 歡迎免費索取本刊

1. 現場索取地點：中壢區新生路二段421號（聖德基督學院）
2. 寄送需要之親友：若有讀者需要本刊寄給家屬、朋友等參考者，請以電話03-4531844告知其正確姓名、地址、電話等資料，本會將按期免費寄送。



## 順手捐發票

1.電子發票捐贈：只要您到店家消費結帳前出示失智症關懷協會愛心條碼，就可以將電子發票給我們，可至財政部電子發票整合服務平台(<https://www.einvoice.nat.gov.tw>)愛心碼查詢／列印專區自行下載列印使用。

2.紙本發票捐贈：民衆自行郵寄發票至桃園市失智症關懷協會  
(320中壢區新生路二段421號)

◎備註：若需索取「愛心條碼」小卡及捐贈發票回郵信封請洽  
(03)4531844。謝謝您的愛心！



郵政劃撥儲金存款單																																																																																																														
收款帳號	5	0	1	8	0	8	3	9	金額	仟	萬	億	圓	萬	仟	佰	拾	元																																																																																												
							新台幣 (小寫)																																																																																																							
通訊欄（限與本次存款有關事項）												郵政劃撥儲金存款收據																																																																																																		
<input type="checkbox"/> 入會費500元 <input type="checkbox"/> 常年會費_____年(每年500元) <input type="checkbox"/> 捐款_____元 <input type="checkbox"/> 購買失智關懷【第一輯】 _____本(200元/本) <input type="checkbox"/> 購買用愛照顧DVD____片(100元/片) <input type="checkbox"/> 購買勿忘我—疼惜咱ㄟ寶貝慈善演唱會實錄(雙DVD)____片(100元/片) <input type="checkbox"/> 甜蜜時光-失智症家庭的生命故事紀錄片DVD____片(100元/片) <input type="checkbox"/> 購買失智關懷【第二輯】 _____本(200元/本)												<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td rowspan="2" style="width: 10%;">收款戶名</td> <td colspan="11" style="text-align: center;">社團法人桃園市失智症關懷協會</td> </tr> <tr> <td colspan="11" style="text-align: center;">寄款人</td> </tr> <tr> <td rowspan="2">姓名</td> <td colspan="11"></td> </tr> <tr> <td colspan="11"></td> </tr> <tr> <td rowspan="2">通訊處</td> <td colspan="11" style="text-align: center;">□□□ □□</td> </tr> <tr> <td colspan="11"></td> </tr> <tr> <td rowspan="2">電話</td> <td colspan="11"></td> </tr> <tr> <td colspan="11" style="text-align: right;">經辦局收款戳</td> </tr> </table>							收款戶名	社團法人桃園市失智症關懷協會											寄款人											姓名																							通訊處	□□□ □□																						電話												經辦局收款戳										
收款戶名	社團法人桃園市失智症關懷協會																																																																																																													
	寄款人																																																																																																													
姓名																																																																																																														
通訊處	□□□ □□																																																																																																													
電話																																																																																																														
	經辦局收款戳																																																																																																													
												<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td rowspan="2" style="width: 10%;">收款戶名</td> <td colspan="11" style="text-align: center;">◎寄款人請注意背面說明 ◎本收據由電腦印錄請勿填寫</td> </tr> <tr> <td colspan="11" style="text-align: center;">郵政劃撥儲金存款收據</td> </tr> <tr> <td rowspan="2">存款金額</td> <td colspan="11"></td> </tr> <tr> <td colspan="11"></td> </tr> <tr> <td rowspan="2">電腦紀錄</td> <td colspan="11"></td> </tr> <tr> <td colspan="11"></td> </tr> <tr> <td rowspan="2">經辦局收款戳</td> <td colspan="11"></td> </tr> <tr> <td colspan="11"></td> </tr> </table>							收款戶名	◎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											存款金額																							電腦紀錄																							經辦局收款戳																						
收款戶名	◎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																																																																																																													
存款金額																																																																																																														
電腦紀錄																																																																																																														
經辦局收款戳																																																																																																														
合計_____元												虛線內備供機器印錄用請勿填寫																																																																																																		