失智園懷

47
季刊
2020/12/25

失智症10大警訊 6

作者/鄭秋玄

抽象思考出現困難

如：對日常用品的操作、說明無法理解

01 打造失智友善社區，你我一起來
02 「平等融合．力量無限」桃園市國際身心障礙者日表揚大會
03 散播愛心，傳遞正能量，讓社會更祥和美好
04 耶誕化裝 Party
06 包水餃活動
07 冬至搓湯圓
08 快樂其實很簡單，知足常樂而已
09 109年9-11月捐款名冊(刊物)

▶▶打造「失智友善環境」你我一起來!

本刊主編

桃園市109年非營利組織傑出貢獻表揚活動於109年10月17日在桃園市政府B2大禮堂舉行。此次共有51組NPO投件報名參加，最後遴選出全國組3名特優獎、3名優等獎，地方組8名特優獎、14名優等獎，本會榮獲「地方組優等獎」，當日由理事長葉麗華女士代表受獎。

理事長葉麗華女士代表受獎

此次本會獲此殊榮，非常感謝評委們對本會的支持與肯定。本會自創會以來已逾10年，服務過許多失智症個案及家庭。在服務的過程中，看到許多失智者在病程進展中所歷經身心的失落，以及失智症家屬、照顧者的辛酸與無助。因此我們的願景就是希望能提升失智症照顧者對失智症相關照護的知能。讓失智症家屬、照顧者了解失智症的病程、症狀及照護的技巧，以因應失智症帶來的生活變化，並給予失智症照顧者情緒上支持的力量，陪伴家屬走過失智症照護的漫漫長路。

隨著高齡社會到來，預期失智症人口只會越來越多，失智者人權等議題近年來越來越受到社會大眾的重視，我們希望有更多人來關心及重視這些議題，用愛與包容接納失智者及家屬，共同為打造失智友善社區而努力，讓失智者及照顧者都能得到關懷與支持，於社區安心地生活。

理事長葉麗華女士與鄭文燦市長及所有受獎者合影

▶▶「平等融合．力量無限」
桃園市國際身心障礙者日表揚大會

本刊主編

桃園市國際身心障礙者日表揚大會於11月22日上午在桃園區鉑宴會館舉辦，今（109）年以「平等融合．力量無限」為主題，表揚市府遴選的「模範身心障礙者」、「模範身心障礙家庭照顧者」及「模範身心障礙服務人員」共計30名，以及11個桃園市108年身心障礙福利績優團體。

常務理事蘇素貞女士代表受獎

此次本會榮獲桃園市108年身心障礙福利服務團體查核甲等獎，當日由常務理事蘇素貞女士、理事陳玉珍女士、常務監事廖銘月女士、監事邱月爽女士及總幹事代表出席表揚大會，並由常務理事蘇素貞女士代表受獎。

常務理事蘇素貞女士、理事陳玉珍女士、常務監事廖銘月女士、監事邱月爽女士及總幹事代表出席表揚大會

此次受表揚者中，身障者雖遇逆境，仍能克服障礙，迎向人生挑戰，其努力不懈的精神，值得我們學習。家有身障者才能真正了解身障者家庭的心境，除了沉重的照顧負擔之外，外界的歧視、不友善，身障者的家屬及照顧者，大多只能默默承受，其沉重的照顧壓力非筆墨能形容，因此家庭照顧悲歌不時在社會各個角落發生，因此對於身障者及及其照顧者，期盼社會大眾多點關懷與同理心，大家一起來營造一個更友善的身心障礙環境。

常務理事蘇素貞女士與鄭文燦市長及所有受獎者合影

▶▶"散播愛心，傳遞正能量"
讓社會更祥和美好!

本刊主編

「華南銀行」深耕臺灣逾百年，秉持「取之於社會，用之於社會」的初衷，落實企業社會責任不遺餘力。今年因疫情嚴重，讓外銷水果大受影響，香蕉產地價格崩跌，許多農友血本無歸。為幫助台灣蕉農度過難關，華南銀行以實際行動支持國產香蕉，分送各縣市弱勢團體等社福單位同享，希望弱勢家庭及長輩健康又長壽，同時協助國內香蕉價格回穩。

此次本會獲贈2箱香蕉，並將香蕉分送給本會服務的長輩，長輩們收到香蕉時都非常開心。感謝「華南銀行」長期熱心公益，關懷弱勢及社福團體，溫馨散播愛心，傳遞正能量，讓社會更祥和美好。

「華南銀行」致贈本會2箱香蕉

耶誕化裝 Party

本刊主編

叮叮噹～叮叮噹～鈴聲多響亮～又到了一年一度的聖誕節，為了給長輩一個難忘的回憶，大家經過討論後，今年決定辦個「耶誕化裝party」。

黑魔女理事長、睡美人裕紋、魔法紫女小萍、三位仙女婆婆

活動前理事長率先說要扮黑魔女，身材高挑的裕紋則說要扮蚌殼精，最後我們決定走童話故事及異國風，為了挑選衣服佩詩可是費了不少工夫。12月24日活動當天雖然天空不作美，下著細雨，卻絲毫不影響大家興奮的心情。8:00過後，長輩、志工陸續到達協會，便開始換裝打扮。理事長的黑魔女裝扮，一出現就驚豔全場，裕紋扮演睡美人也是當天的活動主持人，高挑身材穿上粉紅色公主裝非常漂亮，佩詩的愛麗絲裝扮也好可愛，許久不見的政軒扮成貓咪超卡哇伊。害羞的徐會阿姨穿上和服很像日本老太太，清平伯伯非常適合穿韓服，模樣就像韓國人一樣。英雄伯伯扮成鬥牛士，英氣不減當年，靦腆的美雲穿上卡門的衣服，簡直變了個人似的。溫柔婉約的明瑜穿上鳳仙裝更顯得氣質出眾，靖家穿上清朝的貴妃裝整個人都變了，還有銘月、次珠、美珠扮的仙女婆婆，模樣可愛又逗趣，大家對於自己的裝扮既興奮又高興，紛紛合影留念，好不熱鬧。

韓國清平伯伯、陳香阿姨、建安大哥夫妻

全體大合照「耶誕化裝party」

古顧問扮演聖誕老公公

耶誕化裝 Party

本刊主編

長輩們為了這次活動上台表演，平日花了很多時間練習。正修伯伯的一剪梅搭配純玉阿姨的水袖舞作為開場表演，茂穗伯伯及徐會阿姨的日文歌曲表演，台下觀眾聽得如癡如醉，英雄伯伯的口琴吹奏更是全場表演的最高潮，活動壓軸是由協會的古顧問扮演的聖誕老公公，發給現場每位長輩、家屬聖誕禮物。

這次參與活動的長輩、家屬及志工，從他們臉上洋溢的笑容，可以看出他們快樂的心情。特別是長輩們第一次穿上各國及各朝代的服裝，在他們人生中留下難忘的回憶，這也是我們舉辦這場活動的最大目的。

范姐與政軒

日本/茂穗伯伯、徐會阿姨

西班牙/
英雄大哥、美雲

各朝代/正修伯伯、麗雲阿姨、
益平、明瑜、靖家

仙女婆婆 /
銘月、次珠、美珠

愛麗絲夢遊仙境/
芸蒨、佩詩、玫怡、政軒

長輩們合照

▶▶包水餃活動

本刊主編

「失智並非失能」，透過適合的活動可讓失智長輩維持現存的能力，並減緩失智退化。包水餃，是一項很平常的家庭活動，但若是一群長者聚在一起包水餃，就是一項很特別的活動了。藉由包水餃活動除了讓長輩訓練手眼協調之外，一方面也可以讓長輩連絡感情，增加長輩社交互動機會。

為了讓長輩親自體驗包餃子的樂趣，也能讓長輩活動雙手，促進大腦活動，因此除了材料是由工作人員準備之外，其他全由長輩親自動手，志工只是從旁示範指導。長輩在輪流切高麗菜時，平常靦腆的徐會阿姨，切起菜來絲毫不馬虎，快速又俐落，贏得大家一片讚嘆聲，而男性長輩大多對切菜敬而遠之，只有瑞育伯伯自告奮勇，原來瑞育伯伯考過廚師的丙級證照，難怪刀工頗有大廚的風範。當志工阿姨把餡料拌好，並向長輩們說明包水餃的方法後，長輩們個個躍躍欲試的心情溢於言表。

瑞育伯伯考過廚師的丙級證照，難怪刀工頗有大廚的風範！

雖然長輩們包出來的水餃樣式千姿百態，形態各異，有人包得像元寶，有人則包得像一艘船，大家一邊包水餃，一邊閒話家常，經過一陣手忙腳亂之後，終於包好餃子大功完成了。志工阿姨將水餃下鍋煮熟後與長輩們一同享用，長輩們品嚐自己親手包的餃子，獲得滿滿的成就感，並展露燦爛的笑顏。

從長輩臉上洋溢的笑容可以看出，他們的心裡是多麼的開心快樂，看到長輩們臉上流露出開心的笑容，志工阿姨也笑了。這些笑容，正是志工阿姨長期以來熱情參與服務，付出愛與關懷的原動力。

長輩們包出來的水餃樣式千姿百態形態各異

長輩親自體驗包餃子的樂趣

▸▸冬至搓湯圓

本刊主編

台灣冬至通稱「冬節」，最主要的民俗是搓湯圓祭拜家中供奉諸神和地基主。湯圓象徵圓滿、團圓，因此冬至吃湯圓有團圓、圓滿之意。12月24日是冬至，因為當日另有課程安排，因此提前在12月16日為長輩過冬至搓湯圓。搓湯圓除了可以喚起長輩年輕時的記憶，也能趁機訓練長輩手部力量。

長輩們親手體驗搓湯圓的樂趣

當協會冬至要帶長輩搓湯圓時，美珠、桂森、次珠、銘月就立刻回應要來幫忙帶長輩搓湯圓。12月16日一早，美珠、次珠、桂森就拎著大包、小包來協會，好像要辦桌似的，長輩一聽說要搓湯圓個個引頸期盼，興奮不已，英雄伯伯還開玩笑地說他不敢吃湯圓，理由是吃了湯圓就會多一歲。

活動一開始，是由桂森、次珠將紅白「粿脆」均分小塊，再由長輩們親手體驗搓湯圓的樂趣。搓湯圓對很多男性長輩而言是初體驗，但是搓起湯圓也是有模有樣，相較於男性長輩，阿姨們就相對駕輕就熟許多，像相美阿姨是外省人，做麵食難不倒她，搓的湯圓大小均一，果然是有兩把刷子。大家一邊搓湯圓，一邊閒話家常，現場充滿溫馨熱鬧的氣氛，就連在一旁陪伴長輩的外籍看護也躍躍欲試加入搓湯圓的行列。就在大家通力合作下，不一會兒功夫，一顆顆紅白湯圓全搓好了，雖然每顆湯圓形狀大小不一，但都是長輩親手搓的，跟買現成的湯圓意義大不同。

美珠在揉「粿脆」

當志工把湯圓烹煮好了之後，並為長輩們端上一碗熱騰騰的湯圓，湯圓裡有志工們滿滿的愛心，長輩吃得開心，大家也覺得很開心。

雖然每顆湯圓形狀大小不一，但都是長輩親手搓的!

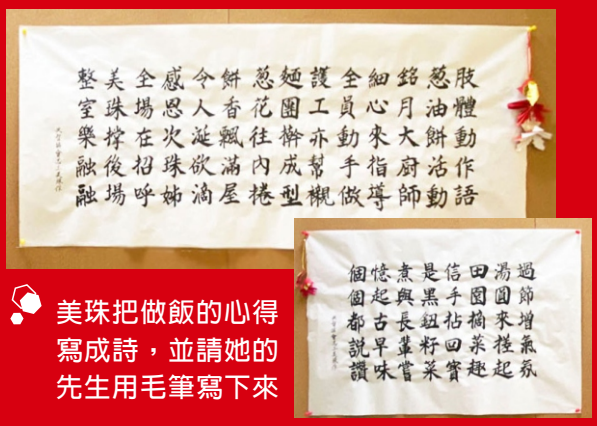
▶▶ 快樂其實很簡單，「知足常樂」而已!

本刊主編

美珠做的飯菜色香味俱全

在協會狹小的廚房裡，有個身影忘我的在幫長輩做午餐，除了星期四之外，長輩吃完飯離開後，她還一個人在廚房裡洗洗弄弄，連有人從旁經過，她都沒注意，這位就是協會的資深志工-美珠。

第一次見到美珠，是在103年協會還設在聖德基督書院時，每個月第3個星期六的家屬支持團體。美珠給我的第一印象是樸實無華、沈默寡言，總是任勞任怨默默地在做事。當時我們的互動不多，直到協會搬遷到桃園後，我們才有了更進一步的認識。



美珠把做飯的心得寫成詩，並請她的先生用毛筆寫下來

美珠是個很善良體貼的人，從很多小細節就可以看出。有一次，協會的長輩身體不適嘔吐，美珠見狀毫不猶豫即上前協助長輩就醫，並將嘔吐的穢物清洗乾淨。次珠姐獨居，美珠知道後就常常為她準備晚餐便當。前些日子，美珠不忍次珠姐一個人辛苦地在幫長輩製作午餐，於是接下掌廚一職。我們本來擔心協會的廚房狹小，既沒窗戶也沒抽油煙機，爐具設備也不足，美珠會不好施展身手，沒想她不但不在意，反而樂在其中，每天都挖空心思，思考如何為長輩做出健康美味的午餐，甚至還把心得寫成詩，並請她的先生用毛筆寫下來，從未見過如此「樂在其中」的人，真的讓人很欽佩，有如此熱心的志工，實屬協會之福。

美珠沈默寡言總是任勞任怨默默地在做事

在這個人人都汲汲營營追求名利的社會中，到底什麼才是幸福快樂的事呢？美珠曾經分享過：「雖然她的物質生活不充裕，但是她的精神生活卻很富足」。每個人對快樂幸福的定義不同，但像美珠這樣找到一件讓自己快樂、有成就感的事，哪怕只是為長輩做午餐這件事，就讓她每天都沈浸在快樂的氛圍中，從美珠的身上我體悟到快樂其實很簡單，「知足常樂」而已。

▶▶109年9-11月捐款名冊(刊物)

109年 9月

無名氏 59525
蓮座山觀音寺
徐嵐輝 20000
劉桂英等17人 16300
劉慶君等15人 15000
黃雙鳳 10000
徐明珠 8000
陳王輝與陳黃金榮 6000
財團法人苗栗縣南庄鄉獅頭山勸化堂 5000
賴金榮 3200
吳旺桂 3000
張鳳琴 3000
吳三雄 2500
葉英雄 2500
王心怡 2000
沈榮結 2000
高 熙 2000
張世河 2000
趙秀娟 2000
蘇素貞 1500
建國里健康操隊 1000
靚光文化藝術基金會 1000
桃園區雲林里翁渭業里長 1000
彭俊豪議員 1000
陳美梅議員 1000
廖銘月 1000
徐淑貞 1000
謝明玲 1000
江衍春 1000
范鈺淇 1000
賴益成 500
邱富美 500
黃寶猜 500
卓阿招 500
王盛德 500
吳若瑄 500
蔡培煌 500
陳明華 100

109年 10月

富邦人壽保險股份有限公司 20,000
科陽國際企業有限公司 15,000
永光歌唱班 5,500
無名氏 4,200
吳旺桂 3,000
鄧錦香 3,000
徐淑貞 1,000
謝明玲 1,000
王芝英 1,000
周麗芬 523
熊齊治 515
蘇素貞 500
賴益成 500
邱富美 500
黃寶猜 500
飛來發彩券行 450
徐桂英 200
劉春玫 200

109年 11月

朱玫怡 20,350
黃雙鳳 20,000
無名氏 14,768
簡陳淑貞 5,000
簡春藤 5,000
吳旺桂 3,000
陳桂敏 2,000
趙秀娟 2,000
朱慶倫 2,000
張明珍 2,000
徐淑貞 1,000
謝明玲 1,000
曾運枝 1,000
黃曼瑱 848
周麗芬 800
熊齊治 515
蘇素貞 500
賴益成 500
邱富美 500
黃寶猜 500
陳明華 100

109年 11月 捐物

天衣無縫團隊 面紙套/ 60個
吳三雄 醫療口罩/ 1盒
華南銀行 香蕉/ 2箱