



彩虹

Rainbow Newsletter

台南市長
賴清德

雙月刊



ADRC at NCKU Hospital, Tainan, Taiwan

成大醫院失智症中心出版 隔月 16 日出刊

發行人 / 白明奇 | 美編印刷 / 吾知設計 | 編輯委員 / 白明奇、洪煒斌、吳孟儒、王靜枝、楊政峯、張文芸、張玲慧、范聖育、黃湘雯

失智患者的小天地…失智據點，您了解多少？

專文

文 / 財團法人台南市私立聖功社會福利慈善事業基金會
新市區失智據點 顏慈葳 個管師

失智症是什麼？

失智症是一種疾病現象而不是正常的老化，它是一群症狀的組合（症候群），症狀包含了：記憶力的減退、認知功能、語言能力、空間感、計算力、判斷力、抽象思考能力、注意力等各方面的功能退化，同時可能出現干擾行為、個性改變、妄想或幻覺等症狀，這些症狀的嚴重程度足以影響其人際關係與工作能力。

關於失智據點…

失智據點是由行政院核定長期照顧十年計畫 2.0 及本部公告失智症防治照護政策綱領暨行動方案 2.0 推動辦理，服務對象為疑似失智症及確診失智症個案，提供服務項目包含：認知促進、緩和失智課程、照顧者支持團體、照顧者照顧訓練課程、共餐活動、安全看視以及轉介疑似個案至失智共照中心所屬醫療機構，協助於收案後 6 個月內確診，無論失智症是突然發生亦或是慢慢惡化，對個案及家屬來說都是巨大的身心考驗，為了促進失智症照顧可近性及減輕照顧負擔，衛服部失智照護服務計畫中，規劃一項重點為廣設「失智社區服務據點」，以提升失智社區照顧服務量能，亦也減輕照顧者負擔。

失智據點常被比喻為小家庭，在裡面每位失智症個案有著截然不同的個性，而失智原因也不盡相

同，回憶起剛進入失智據點時，曾有個案對我說：「老師，我自己獨居，每天一早吃完早餐，最期待的就是你們的交通車來接送我上課。」、「老師，來這裡上課很好，我喜歡跟同學聊天，還有做手作，做完作品，就貼在家裡牆壁上，自己欣賞，沒來這裡，自己在家也不知道要幹嘛。」、「算這些數學都是小學等級而已啦！以前在學校算都沒問題，不過怎麼現在都有點忘記了。」、「我手會抖，不要說寫國字，我連自己名字也寫不好了。」、「老師，妳叫我們寫認識時間的考卷喔，這個我會拉，每天都馬有在看時鐘！」、「老師，聽到有放連假我就開始擔心，不能來這裡，家人也不會帶我出去玩，我要去哪裡？」透過個管師引導下我們分享彼此的日常，同時也進行著多樣化的課程，在失智據點一天中，會進行靜與動的課程，動態內容有：老年有氧操、樂齡彈力帶、伸展運動、緩和運動、銀髮健身操、彈力球運動、健口操等；而靜態內容為：算術練習、國字練習、時間認知、創意手作、益智拼圖、樂齡棋藝、記憶力訓練等，這些活動不僅能訓練手腳協調，亦也能活化大腦，過程中大家發揮自己的創造力，同時也為他們帶來滿足感，讓個案在認知及生活功能逐漸退化下，仍能保有社交互動的機會，實現生活價值感，提升安適感並與失智症共存。

此外家庭支持，對於失智症個案是非常重要的，

因此失智據點也會強調家庭和社區的融合，鼓勵個案的家屬積極參與其中。失智據點會定期舉辦家屬支持課程與教育訓練活動，讓家人們可以近距離觀察患者的生活狀況，並與患者進行交流。這樣的交流有助於增進家人對失智症的了解，同時也讓個案感受到家人的愛與關心。家人的陪伴不僅給予個案精神上的支持，也為個案帶來信心和勇氣，這對於

他們生活質量有著極為積極的影響。

總結來說，失智據點不僅提供專業的照顧，更創造了一個充滿愛和支持的環境，在這裡，他們參與豐富多彩的活動，得到愛心陪伴和尊重。在這裡，身為工作人員的我們學會了關愛和理解，學會了珍惜每一份感動和美好。失智據點讓我們看到了生命的真諦，帶給我們無盡的啟示和感悟。

聖功新市失智據點活動分享

1. 水彩點點畫 - 孔雀

以棉花棒沾取各水彩顏料，並重複點畫，個案們在自由創作的同時，不僅能訓練手指肌肉的運用，亦能觀察出個案們對精細動作及力量的調控力。



2. 樂齡有氧健康操

每日個案皆會帶領跳操，訓練個案肌耐力、平衡力、手腳協調，維持動態生活，以減少疾病的發生，並延緩身體功能的退化。



3. 元宵節燈籠 DIY

「元宵節快樂！」看似平凡的節慶活動，除了讓能感受季節更替變化，亦對促進個案時間的定向感，透過親手製作元宵燈籠，給予彼此最佳的元宵祝福，大家紛紛表現出滿滿喜悅。



4. 母親節康乃馨 DIY



母親如同五月純淨的陽光，帶給你我貼心的溫暖，是雨中撐起的傘，支起一片晴天。透過雙手的溫度，發揮巧思，製作屬於自己獨一無二的康乃馨花束，除了抱著感恩的心，同時我們也留下美好的回憶。



5. 預防及延緩失能課程

本次課程經由專業講師帶領，為期 12 週，期望在高齡社會中，促進健康老化，減少長者衰弱及失能風險。



6. 家屬教育訓練 - 心肺復甦術 (CPR) 教學及基本救命術

本次邀請臺南市政府消防員，協助辦理 CPR 宣導、家屬教育訓練課程，主要目的在於，當傷患突發心跳停止時，盡快能在黃金 4 分鐘內，透過胸外按壓，維持血液循環，避免腦部因缺氧而造成永久傷害，也希望透過本課程，提升大家急救相關技能與知識。



聖功失智據點資源訊息



財團法人台南市私立聖功社會福利
慈善事業基金會

聖功臺南市各區樂智社區服務據點

每日運動 更健康 不無聊

提供社區式交通接送服務- 到府接送上下課

- | | | |
|----------|-----------|-----------|
| 服務
項目 | 健康體適能課程 | 免費提供午餐 |
| | 認知促進課程 | 家屬支持團體 |
| | 預防及延緩失能 | 家屬照顧者訓練課程 |
| | 關懷訪視及安全看視 | |

樂智區域	週一	週二	週三	週四	週五
北門區 8:00-16:30 北門嶼長老教會 (台南市北門區永隆里31號)	V	V	V	V	V
新市區 8:00-16:30 (台南市新市區南昌街六號)	V	V	V	V	休
北區 8:00-16:30 大興里活動中心2樓 (台南市北區大興里公園路634巷75號)	V	V	V	V	V
山上區 8:00-16:30 (台南市山上區豐德里47-2號)	V	V	V	V	V
安南區 8:00-16:30 和順南天門關天聖廟 (709台南市安南區大聖路168號)	V	V	V	V	V
東區 8:00-16:30 東聖里活動中心3樓 (台南市東區中華東路二段133巷57弄34號)	V	V	V	V	V

聯絡資訊一：06-250-1957#20

聯絡資訊二：0980-2727-80

聯絡窗口：聖功基金會

參與
條件

疑似失智者
確診失智者



財團法人台南市私立聖功社會福利
慈善事業基金會樂智據點

主辦單位：臺南市政府社會局

協辦單位：財團法人台南市私立聖功社會福利慈善事業基金會

本經費來自菸品健康福利捐

廣告

提供類家庭之互助空間，讓服務對象在友善環境中參與各項活動，同時可以相互分享照顧經驗及心得，紓解身心壓力，形成互助支持網絡。



臺南市家庭照顧者互助家園 3月份課程

03月01日週三 動一動~減輕照顧負擔	上午09:30-11:30 長照知識暨照顧訓練課程 講師：高聰淳 柳營奇美醫院物理治療師	03月20日週一 做自己的生命主人2	上午09:30-11:30 長照知識暨照顧訓練課程 講師：陳彥霖 國立空中大學授課講師/護理師
03月02日週四 愛的接力棒，誰接都棒	上午09:30-11:30 支持團體 講師：劉子頌 安心塾心理治療所臨床心理師	03月22日週三 檢查腳丫子擁有好步態	上午09:30-11:30 長照知識暨照顧訓練課程 講師：高聰淳 柳營奇美醫院物理治療師
03月03日週五 做自己的生命主人1	上午09:30-11:30 長照知識暨照顧訓練課程 講師：陳彥霖 國立空中大學授課講師/護理師	03月23日週四 好好聊生活-生活支持團體2	上午09:30-11:30 支持團體 講師：郭曜語 林愈仲身心精神科診所臨床心理師
03月06日週一 世界民謠的復古與現代	上午09:30-11:30 紓壓課程 講師：施華琳 音樂教育講師	03月24日週五 健康生活護照	上午10:00-12:00 動態體適能 講師：林依青 日好居家職能治療所社區職能治療師
03月08日週三 肢體活動訓練-北歐式健走	上午09:30-11:30 長照知識暨照顧訓練課程 講師：高聰淳 柳營奇美醫院物理治療師	03月29日週三 「玩」出平衡力~跌倒遠離我!	上午09:30-11:30 長照知識暨照顧訓練課程 講師：高聰淳 柳營奇美醫院物理治療師
03月9日週四 伸縮自如，自由自在	上午09:30-11:30 支持團體 講師：劉子頌 安心塾心理治療所臨床心理師	03月30日週四 情緒自療方-情緒支持團體1	上午09:30-11:30 支持團體 講師：郭曜語 林愈仲身心精神科診所臨床心理師
03月14日週二 我的血糖高?要怎麼保養-認識糖尿病	上午09:30-11:30 長照知識暨照顧訓練課程 講師：陳嘉琳 長庚紀念醫院嘉義分院糖尿病衛教師	03月31日週五 社會資源與志願服務	上午10:00-12:00 關懷志工培訓課程 講師：陳瑋娟 台南市生命線協會主任
03月15日週三 自我保健避免照顧傷害	上午09:30-11:30 長照知識暨照顧訓練課程 講師：高聰淳 柳營奇美醫院物理治療師	<div style="border: 2px solid red; padding: 5px;"> <p>指導單位：臺南市政府社會局 承辦單位：社團法人大臺南熱蘭遮失智症協會 地址：臺南市東區林森路二段 500 號 C 棟 1 樓 (無障礙福利之家) 電話：(06) 208-3343、209-3183</p> </div>	
03月16日週四 好好聊生活-生活支持團體1	上午09:30-11:30 支持團體 講師：郭曜語 林愈仲身心精神科診所臨床心理師		
03月17日週五 身與心的平衡 瑜珈療癒	上午09:30-11:30 紓壓活動 講師：林羽淮 富滙芬芳身體工坊負責人		

致謝

本衛教刊物「彩虹」，感謝病友家屬及各界人士捐款，讓本刊物得以順利發行，請持續給予肯定與鼓勵。

捐款方式

步驟一 請至成大醫院失智症中心全球資訊網 (<http://www.ncku-adrc.org.tw>) / 捐款專區 下載與填妥【指定用途捐款聲明單】。

步驟二 可依(銀行轉帳)或(開立支票)任一方式捐款，並註明指定捐款用途：熱蘭遮失智症病友後援會

(一) (銀行轉帳)：請選擇任一捐款匯入銀行

戶名：財團法人成杏醫學文教基金會 統編：06479649

銀行帳號	分行
合作金庫 (Taiwan Cooperative Bank) 帳號：1014-717-100284	成大分行 (Cheng Da Branch) (總行代號：006)
台灣銀行 (Bank of Taiwan) 帳號：253-004-003059	南都分行 (Nandu Branch) (銀行代號：004)
兆豐國際商業銀行 (Mega International Commercial Bank) 帳號：006-10-122530	府城分行 (Fucheng Branch) (總行代號：017)

(二) (開立支票)：支票抬頭：財團法人成杏醫學文教基金會

※ 財團法人成杏醫學文教基金會 英文全名：(CHENG-HSING Medical Foundation)

步驟三 請將【指定用途捐款聲明單】和【匯款證明或支票】資料以掛號郵寄。

地址：701 台南市勝利路一三八號 | 收件人：財團法人成杏醫學文教基金會 收

聯絡電話：06-2353535 分機 3579 | 傳真：06-2370263

