

# 快樂學習



小杰在玉里課後班興高采烈地說：「我參加課後班的第一天就收到了禮物！」隨著一年一度兒童節的來臨，各地的親子活動如火如荼地展開。有些家庭會一起出遊，有些則會享用一頓兒童節大餐，還有些人會到附近的公園放風箏。而在今年，我們為課後班的孩子們準備了特別的活動和禮物！



夾娃娃機是現在許多大人小孩的新寵，也是調和親子關係的超級有趣活動。在兒童節的前一週，我們鼓勵孩子們自製「夾娃娃機」！想像一下，孩子們在老師的帶領下，用紙杯和吸管打造出逗趣又可愛的糖果夾子，當然，這樣的創意既環保又讓孩子們玩得開心！看著他們全神貫注地製作作品，我們也被他們的創造力所感染！



辛勤的手工之後，孩子們最期待的時刻終於到來——「禮物時間」！活動前，我們收集了他們的心願清單，而老師則化身為「兒童節老公公」，採買兒童節禮物。這已經成為了每年兒童節的傳統，我們希望透過這樣的活動，讓孩子們學會表達自己的需求和想法，並且用創造力和自信心充實他們的童年！

課後班的陪伴不僅讓孩子們擁有一個快樂的童年，透過每一次的活動，累積成就感和自信心，讓他們在成長的路上更加堅強，並展現自信！

## 糖果夾子、心願禮物 屬於課後班的兒童節！

## ATM轉帳／銀行匯款

**關懷獨老**  
銀行：013國泰世華商業銀行 永和分行  
戶名：社團法人中華長照協會  
帳號：0090-3500-5541

**幼在兒少**  
銀行：808玉山銀行 永安分行  
戶名：社團法人中華長照協會  
帳號：1115-940-020291

企業贊助、年度捐款、加入公益店家、擔任志工，請洽 02-2928-0005 / chxclic001@gmail.com 公關勸募處

郵政劃撥儲金存款單										
帳號	50394008				金額	拾萬	零	元		
通訊欄(限與本存款有關事項)										
收款戶名					社團法人中華長照協會					
寄款人					<input type="checkbox"/> 他人存款 <input type="checkbox"/> 本戶存款					
姓名					經辦局收款章戳					
地址					主管：					
電話										
(第56期會訊)										
虛線內備機器印證用請勿填寫										

◎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	
50394008	社團法人中華長照協會
收款帳戶戶名	
存款金額	
電腦紀錄	
經辦局收款戳	

# 關愛獨老 因為有你



國內郵資已付

板橋郵局許可證  
板橋字第2127號

雜誌

中華郵政特准掛號認爲雜誌交寄



## 中華長照會訊 第56期

本會宗旨

提供以人為本完整居家、社區、機構長照服務，建構幼有所長、社有所用、老有所終之良善社會

### 《社區關懷據點》

週一至五 09:00-12:00 / 13:00-17:30

- 【台北】台北市文山區羅斯福路六段134號2樓 02-2930-6919
- 【永和】新北市永和區文化路155號 02-2921-2212
- 【中和】新北市中和區南山路127巷21號 02-2242-2919
- 【基隆】基隆市中正區調和街80巷22號1樓 02-2425-8837
- 【桃園】桃園市桃園區南華街60號9樓之3 03-339-3439
- 【新竹】新竹市東區民族路7號8樓 03-522-0248
- 【台中】台中市東區復興路四段80號5樓 04-2222-1758
- 【彰化】彰化縣員林市員鹿路22號 04-833-0005
- 【嘉義】嘉義縣布袋鎮光復路二段103號 05-347-3833
- 【高雄】高雄市鳳山區鳳東七街172號 07-701-6418
- 【宜蘭】宜蘭縣礁溪鄉吳沙村育英路40號 03-928-9477
- 【花蓮】花蓮縣花蓮市中山路719號 03-846-1038
- 【玉里】花蓮縣玉里鎮中山路一段45號 03-898-0008
- 【台南】台南市新營區民族路7號 06-632-3369



中華長照會訊 發行人：金浩鑫  
發行所：社團法人中華長照協會  
234014 新北市永和區自由街55號9樓  
發行日期：112年04月28日 第56期  
\*可用LINE POINTS 1點換1元，愛心無上限

**7-ELEVEN 合作開跑囉!**

2024/1/1起，邀請您透過7-ELEVEN ibon捐款支持，幫助許多獨居失依長者獲得一份家的溫暖。

**ibon 捐款路徑**

儲值/繳費 > 慈善捐款 > 貧窮飢餓類 > 中華長照協會

## > 捐款簡便 · 愛心直達 <

即日起，線上捐款更便捷了

無論您是信用卡定期定額、單筆捐款，或者使用超商條碼，都可透過單一的捐款連結操作，捐款收據也能選擇每月或年度寄發，以及是否上傳國稅局，傳遞愛心更直接。▼立即掃碼進入捐款通道▼

詳情請上官網 [www.cic.org.tw](http://www.cic.org.tw) -> 我要捐款 -> 立即捐款



**關懷弱勢獨老**  
幫助弱勢獨居長者，提供完整穩定居家照護、社區照顧與獨居老人公寓，健康監測，在遺憾未發生前，防患於未然。



**當我們幼在一起**  
為偏鄉弱勢、華視、隔代教養、低收入家庭學童提供平日課後與寒暑假陪伴、愛心食堂和急難救助等，扶持孩子快樂成長。



嘉義布袋，這片海濱城鎮，歷來深受媽祖信仰的滋潤，漁民將信仰深植於生活之中，期冀著航海平安、豐收滿懷。時光匆匆，世世代代的鄉親們繼承著這份虔誠，即便現代人已將媽祖視為保佑健康、事事順遂的守護神明。



協會嘉義布袋據點，長輩們總是對於進香祈福活動充滿期待與興奮。去年我們曾一同前往雲林北港朝天宮，今年四月，協會更是精心籌劃，帶著長輩們一同踏上前往「苗栗通霄白沙屯媽祖廟，一日進香活動」的征途。

早晨，長輩們齊聚據點，準備啟程。在體溫、血壓測量時，脈搏的快速跳動可以感覺到長輩們的心情激動不已。考量到大多數爺爺奶奶已年逾八旬，行動不便，我們租用了遊覽車，以確保他們的旅途舒適與安全，同時關心他們的身體狀況，確保水分補充得宜。

踏入白沙屯拱天宮，儘管選擇了平日，但香客仍然絡繹不絕，顯示了信仰的濃厚與深遠。在這古色古香的宮廟裡，我們與長輩一同祈求平安，並沉浸在美食與文化之中，彷彿與神明近在咫尺。

透過這樣的活動，我們不僅希望為社區據點的長輩們帶來歡樂與關懷，更重要的是，讓他們能夠走出家門，感受大自然的美好，豐富他們的生活，讓晚年的時光更加精彩與充實。



4月初花蓮地震後，餘震持續不斷，讓我們對防災意識再次投入更多的關注。為提升據點服務人員的防災意識與能力，同時關懷獨居長者的安全，我們在桃園據點和獨老公寓永樂居舉辦了針對長者的居家防災和防火宣導活動。

在桃園據點，專業講師分享了地震防災的三個關鍵步驟。強調地震發生時反應時間短暫，因此平時就要培養防災意識。在地震發生時，應盡量遠離易倒和易碎的物品，尋找堅固的桌椅或樑柱掩護自己。同時，也提醒據點服務人員，平時要做好緊急避難包，以便在災害發生時能夠及時離開災害現場進行避難。

在獨老公寓永樂居，消防隊講師與長輩們一起進行了消防逃生演習。講師強調了火災預防的重要性，包括：培養良好的用火習慣，謹慎使用電器和火爐。同時，他們也教導了長者如何使用滅火器，並檢查了住宅火災警報器的狀態。更重要的是，我們與長輩們一起制定了逃生路線，並讓住在一起的獨老們實際演練了逃生過程，互相幫助高齡行動不便者逃生。



透過這些宣導活動，我們希望能夠建立起更正確的防災觀念，保障所有長者的安全，讓他們能夠平安、快樂地生活。



在三月，我們帶著長輩們前往坪林，感受大自然的美妙，深入體驗台灣茶葉文化的魅力。

當我們抵達坪林後，帶著長輩們沿著坪林觀魚步道漫步，途中雖有陡坡和樓梯，但有居服員的細心照顧，即使行動不便的長者也能盡情享受大自然的美好。出發前，大家都滿懷期待，渴望見到坪林著名的親水公園「白鷺鷥公寓」。然而，當我們走近親水吊橋，卻發現北勢溪上空空如也，連一隻白鷺鷥都沒有。當時大家心情有些沮喪，不知是因為季節尚早，還是天氣太冷，讓白鷺鷥們都躲去哪兒了。

就在這時，突然間，靠近吊橋的樹林中出現了一大群白鷺鷥，牠們在樹枝上停息、覓食，甚至在空中優雅地飛舞，這景象讓我們感到驚喜萬分。長輩們也很興奮地喊著說：「好多白鷺鷥！」「都是白鷺鷥！」。獨老黃阿姨還現場唱起伍佰的《白鷺鷥》：「我不願變做失去愛情的白鷺鷥，我要來說出那句話，那句話吞置咧心肝頭這多年，一句我愛你，二句我愛你，我要對你說出千千萬萬我愛你」。看到獨老們出遊享受難得景緻，也樂活心情，真好！

早上步道漫遊的時間很長，我們帶著獨老外出踏青走走，希望透過運動增加長輩的肌肉力量、關節活動度、心肺功能、身體協調，降低罹患疾病的機會。所以中午時間一到長輩都飢腸轆轆了，我們前往《甲鼎坪林小吃》用餐，餐廳老闆看見我們帶著弱勢長輩出遊，不但菜盤加量，還贈送我們一壺包種茶，讓獨老們吃飽飽。

在享用完美食後，我們參觀了坪林農會，深入了解了台灣包種茶的製作過程。我們得知，台灣包種茶每年可以採收五次，而從茶樹發芽到結果實，需要一年兩個月的時間。此外，我們還了解到從茶樹果實提煉的茶籽油，不僅可以用於保濕護膚，還對降低血脂、血壓有著良好的功效。農會甚至自行成立了茶籽油加工廠，為我們帶來了更多對台灣茶葉文化的認識。

今天，我們陪伴獨老們度過了難忘的時光，坪林之行不僅讓大家感受到了大自然的美麗，也學習到茶文化知識，更重要的是有暖心的陪伴、和長輩們分享情感，希望長輩們老後生活都可以活得很光彩、燦爛。

