

高齡友善城市 金點獎





臺北市府社會局

臺北扶老 軟硬皆施 ~ 長者一站式服務

獲獎說明：

臺北市 103 年老年人口比率超過 14%，進入高齡社會，因應高齡社會老年生活照顧需求，本局自 102 年 10 月起首創居家改善服務「臺北扶老·軟硬兼施」服務，橫向整合本局居家修繕資源、提供垂直一站式專人服務，採取多元宣傳管道，倡導居家安全、生活輔具、照顧預防等觀念，協助弱勢長者居家安全簡易修繕、居家無障礙環境改善及設置生活輔助器具，以達到預防及減緩長者失能，提升長者在宅生活環境安全性及便利性。

參考本市「臺北市協助中低收入老人修繕住屋補助辦法」及「失能者生活輔助器具及居家無障礙環境改善補助計畫」相關申請及補助方式，研議「臺北扶老·軟硬兼施」服務方案，具體從服務面及宣導面二大面向提供服務，採一站式及專人服務，透過委託單位到宅居家環境安全評估，協助居家簡易修繕、無障礙環境改善及設置生活輔助器具及協助所有行政連繫事宜，本局補助修繕費用最高 8 萬元。與民間團體合作，建立跨單位工作小組平台，結合專業社工師、職能治療師、修繕工班人員等跨領域專業團隊，共同決策服務內容及方式，以提供本市銀髮族軟硬體之雙重加值服務。衡酌本市財力、人力及行政資源，自 102 年 10 月開辦，評估方案可行性，擬定服務工作流程，依工作流程執行並滾動式修正服務內容。

訂定服務量目標並定期檢核服務績效及服務品質，包括 102 年自 10 月開辦，共服務 12 案，提供諮詢共 204 人次；103 年共服務 111 案（目標 70 案），提供諮詢共 863 人次，滿意度達 93%；104 年共服務 165 案（目標 80 案），提供諮詢共 1,111 人次，滿意度達 94%；105 年共服務 166 案（目標 80 案），提供諮詢共 1,228 人次，滿意度達 91%；106 年共服務 186 案（目標 350 案），提供諮詢共 5,567 人次，滿意度達 97%。



臺北市北投區健康服務中心 客製化銀髮族健康處方「做自己健康的主人」

15

獲獎說明：

臺北市北投區 65 歲以上人口佔比達 15.46%，老化指數 111.08%，5 年共上升 23%，老化速度急遽。本中心結合國立臺北護理健康大學，辦理以六大健康促進生活型態－健康責任、運動、營養、人際支持、壓力處理與自我實現系列課程，以紅、黃、綠燈的概念協助長者辨識個人目前健康概況，透過健康雷達圖的繪製，協助長者有能力自我檢核自己的健康優、劣勢，量身打造個人的健康處方與目標。

透過「六大健康生活型態與體適能綜合評估」結果，提供長者個人健康處方意見與 8 週團體課程介入及評量，並於介入結束後 3 個月進行第 3 次測量，顯示「健康處方」的落實與追蹤，確實能有效提升長者健康生活型態、老化態度並優化個人健康管理能力，且正向效益於團體結束後 3 個月仍持續存在。生理指數三高、BMI 與腰圍五項，整體數值均較 6 個月前有正向進步，顯示本計畫確實能切合長者需求。長輩自主使用便利站檢測健康及體適能，資料儲存臺北卡雲端資料庫中，隨時記錄個人健康資料且不遺失。

「客製化銀髮族健康處方－做自己健康的主人」計畫，開課地點達 35 個，各里衛生保健志工共 42 位，其涵蓋率可達到 83%。107 年希望將天使人力志工帶到偏遠社區，藉由陪伴就醫變成陪伴就學，照護偏遠山區的長輩。108 年預期推展至北投社區每一角落，打造北投宜居、怡學、頤養的高齡友善健康城市。計畫期程規劃：1.106 年創建客製化健康處方模式。2.107 年發展多元健康促進套餐實作示教模組，將客製化健康處方概念套用到其他方案如失智、防跌、糖尿病、銀髮族運動保健課程等。3.108 年協助社區複製多元套餐模組，創建北投高齡友善環境，永續發展平台、評值並精進課程。



臺北市松山區健康服務中心 長者有伴 青年有展 長青共融 社區共榮

獲獎說明：

臺北市 65 歲以上人口達 43 萬餘人，占所有人口 16.4%(為六都第 1)，而松山區已達 3.7 萬餘人，占所有人口 17.93%，其老年人口比率 12 區排名為第 3。松山區居民提出「活化社區青年參與 - 以松山區為例」案。透過社區及高齡友善八大面向評估確立問題包含 (1) 社區老化與社區尊老敬老氛圍不足。(2) 長者與青年人之間鏈結不足，代間教育介入成效不明。(3) 社區高齡友善八大面向尚需加強。

籌組「青長互助推動小組」，以普通高中一年級為對象導入代間教育，規劃參與社區長者活動志願服務志工，另針對育達商職技職課程，規劃才藝科、幼保科、造型科及餐飲科等進行實習課程鏈結，讓學子針對未來高齡社會，長者人口比率增加後，自身所學的技能能否以對高齡長者的認識，投入高齡產業。

未來規劃以創新「六六大順方案進行」方案推動，先籌組「青長互助推動小組」，「橫溝、代溝，老不老就知道」，針對以高中一年級進行問卷調查，了解社區青年學子對長者行為態度；鏈結轄區普通高中導入老化體驗及代間教育課程，激發同理心及投入高齡照護及活動場域志工；在技職教育(育達)實習與社區長者據點、需求媒合，讓學子藉由與長者相處及技術練習，促進學子未來投入高齡產業發展；將代間教育與服務學習緊密結合，讓「服務」與「學習」做更緊密相互結合；以現在社區對高齡照護及長照 2.0 政策關注，規劃串聯轄區之長者活動據點半日遊主題參觀、服務活動行程及定期「老化體驗營」課程，讓社區區民因了解而接觸，進而共構未來在地老化願景及活絡社區動態。

本案為市民主動提案，規劃過程辦理問卷調查及焦點訪談等，以市民需求及意見為出發點，並提供市民參與平台。民眾自發性的永續逐夢踏實，並以短、中、長程邁向持續、維護與評估機制，以 PDCA 手法運作，以滿意度、效益作為評價。精進 SWOT 分析，配合中心策略地圖評估及每月檢討為管考機制。