

銀髮族

關懷手冊



高齡友善北投城 · 健康樂活溫泉鄉
臺北市北投區健康服務中心 編印



長青健康活力站	3
北投健走活力路線.....	5
泡湯優惠設施.....	7
免費北投運動設施.....	8
免費疫苗施打服務.....	9
免費臺北市老人健檢.....	11
免費公車.....	13
敬老愛心車隊優免搭乘服務.....	15





敬老愛心車隊協助就醫.....	17
免費醫療接駁車.....	18
復康巴士.....	22
心理諮商服務.....	24
社會福利服務.....	28
居家照顧服務.....	34
收容安置補助.....	41
我的血壓血糖日記.....	43



長青健康活力站

♥ **服務對象**：65 歲以上或55 歲以上原住民長者

♥ **活動據點**：

1.北投社區大學

(北投區中山路5-12號)

2.永明區民活動中心

(北投區石牌路2段115號10樓)

♥ **課程內容**：以健康促進活動為主，提供健康、學習、關懷的完整性老人照護課程



銀髮族關懷手冊

- ♥ 開課時間：每年不定期開課
- ♥ 收費方式：免費
- ♥ 報名單位：北投區健康服務中心
- ♥ 報名地址：
北投區石牌路2段111號7樓
- ♥ 報名電話：(02) 2826-1026





北投健走活力路線

♥ 北投區健走示範路線，其中唶哩岸捷運線、北投公園適合長者健走運動，歡迎多加利用。

- 唶哩岸捷運線全長4362公尺，健走可消耗156.8大卡(石牌—唶哩岸—北投)：初階健走場地，適合輪椅族、失能、健康長者。





銀髮族關懷手冊

○ 北投公園路線-溫泉步道：

全長1386公尺健走可消耗49.7大卡，進階健走場地，適合健康長者。

北投溫泉健康步道



您對健走有任何問題

歡迎電洽：(02)2826-1026

北投區健康服務中心





泡湯優惠設施



♥ **服務對象**：65歲以上長者及身心障礙者

♥ **優待設施**：北投青磺名湯24小時大眾池

♥ **收費方式**：

1.優惠票：設籍北投區65歲以上長者，
每次45元(需先儲值60次2700元)

2.愛心票：65歲以上長者及身心障礙者
，單次60元

♥ **攜帶證件**：

1.65歲以上長者攜帶身分證

2.身心障礙者攜帶身心障礙手冊

♥ **服務單位**：立興朝代有限公司

♥ **服務地址**：

北投區中央北路1段12號1-2樓

♥ **洽詢電話**：(02)2895-3030



免費北投運動設施

♥ 服務對象：65歲以上長者

♥ 優待設施：

1. 游泳池：週一至週日上午8-10時免費；其餘時段半價
2. 體適能、桌球、網球場：週一至週五上午7-9時免費

♥ 服務單位：北投運動中心

♥ 服務地址：

北投區石牌路1段39巷 100號

♥ 洽詢電話：(02) 2820-2880





免費疫苗施打服務

♥ 服務對象：

- 1.老人流感疫苗：65歲以上長者
或重大傷病患者、罕見疾病者
- 2.肺炎鏈球菌：75歲以上長者，
不曾施打肺炎鏈球菌疫苗者

♥ 施打時間：

每年10月1日起至疫苗用完

♥ 施打地點：北市合約醫療院所或 里內設站地點

♥ 攜帶證件：身分證、健保IC卡； 若重大傷病患或罕見疾病者，請



銀髮族關懷手冊

再攜帶罕見疾病證明或重大傷病
卡或診斷證明書

♥ 收費方式：

- 1.北投區各里內設站及臺北市立
聯合醫院院外門診部完全免
費
- 2.北市合約醫療院所施酌收掛號
費或注射費（約150元）

♥ 洽詢電話：(02)2826-1026





免費臺北市老人健檢

♥ 服務對象：

設籍臺北市年滿65 歲以上或55 歲以上之原住民

♥ 健檢時間：

每年3月1日起（以當年公佈日期為準）至本市各特約醫院現場預約至滿額為止

♥ 攜帶證件：

- 1.65歲以上長者攜帶身分證及健保卡
- 2.55歲以上原住民攜帶戶口名簿、身分證及健保卡



♥ 北投臨近的健檢醫院：

單位	地址	電話
臺北榮總	石牌路2段 201號	2875-7460
振興醫院	振興街45號	2826-7452 2826-4400 轉2486
關渡醫院	知行路22巷 12號	2858-7107
聯合醫院 陽明院區	雨聲街105號	2835-3456 轉5198
新光醫院	文昌路95號	2833-2211 轉2620

♥ 服務單位：北投區健康服務中心

♥ 服務地址：

北投區石牌路2段111號7樓

♥ 洽詢電話：(02) 2826-1026





免費公車

- ♥ **服務對象：**設籍臺北市65歲以上及55歲以上原住民或身心障礙者
- ♥ **優惠措施：**持敬老愛心悠遊卡加值後，搭公車及捷運半價無限次優待，另享有免費搭乘公車之福利(每月60段次480元)
- ♥ **服務單位：**北投區公所社會課
- ♥ **服務地址：**
北投區新市街30號4樓





銀髮族關懷手冊

♥ 洽詢電話：

(02) 2891-2105轉338

♥ 申訴電話：

(02)2729-1181或1999

(請提供發生的時間、地點、車號、駕駛姓名、公車路線)





敬老愛心車隊 優免搭乘服務

♥ **服務對象：**凡持有臺北市政府核發之敬老愛心悠遊卡搭乘計程車者

♥ **優惠措施：**

1.與搭乘公車之免費額度共用
(每月60段次480元)

2.搭計程車單趟車資：

100元以下補助2段次(16元)

100元以上補助4段次(32元)

若有差額，以票卡內加值金額
支付車資



銀髮族關懷手冊

♥ 24小時叫車服務熱線：

0800-055-850

♥ 手機叫車服務直撥：

55850

貼心提醒

臺北市敬老愛心車隊為全國唯一可提供民眾於刷卡後領取收據，便於民眾核對扣款金額，減少車資爭議。





敬老愛心車隊

協助就醫



♥ **服務對象：**65歲以上或行動不便
須協助就醫者

♥ **收費方式：**
依路線及服務項目而有不同

♥ **貼心服務：**

- 1.行動不便者可由司機協助背負
上下樓，但體重限70公斤內且
需半小時前預約
- 2.司機原車等候回程接送(包車服
務)

♥ **24小時叫車服務熱線：**
0800-055-850

♥ **手機叫車服務直撥：**55850



免費醫療接駁車

一、行車路線：

石牌捷運站 ←→ 臺北榮總

✿ 等候地點："綜合市場"公車站牌
(石牌路二段52號門口) ←→ 北榮
中正大樓正門口

✿ 行車時間

1.週一至週五

7:00-21:30每5分鐘一班

2.例假日及週六與週日

7:00-18:00每10分鐘一班





二、行車路線：

臺北榮總 ←→ 關渡醫院

✿ 等候地點：榮總中正大樓正門口
或關渡醫院正門口

✿ 行車時間

1. 週一至週五

7:20-18:10 每30分鐘一班

2. 關渡醫院週六上午發車時間：

7:20、8:10、8:30、9:00、
9:30、12:10；星期六下午及
星期日停駛

2. 臺北榮總週六上午發車時間：

8:00-12:00 每30分鐘一班
星期六下午及星期日停駛



三、行車路線：

明德捷運站 \longleftrightarrow 振興醫院

* 等候地點：

明德捷運站正門出口 \longleftrightarrow 振興醫院第一醫療大樓右側門口

* 行車時間

1.週一至週五

7:00-21:45每5-10分一班

2.週六

7:00-14:00每5-10分一班

14:00-20:00每20分一班

3.週日8:00-20:00每20分一班





四、行車路線：

芝山捷運站 \longleftrightarrow 陽明醫院

✿ 等候地點：芝山捷運站正門口或
陽明醫院正門口

✿ 行車時間

1. 陽明醫院：週一至週五
7:20-18:20 每10分鐘一班
2. 芝山捷運站：週一至週五
7:20-14:00 每10分鐘一班
14:00-16:00 每20分鐘一班
3. 陽明醫院及芝山捷運站午休時間(12:10-13:10)不發車；週六上午(7:20-12:10)每10分鐘一班，週六下午及週日停駛



復康巴士

- ♥ **服務對象**：設籍臺北市內且領有身心障礙手冊者
- ♥ **服務範圍**：起點或迄點必須於臺北市內（以公車可到達的地方為準），不到林口長庚
- ♥ **收費方式**：依路線而有不同
- ♥ **服務時段**：凌晨4時~晚上12時
- ♥ **服務方式**：先傳真身心殘障手冊正反面資料，再以電話確認建檔後才可訂車





♥ 預約時間：

8:30~12:30；13:30~17:00

♥ 預約電話：(02) 2796-5611

♥ 傳真電話：(02)2796-5661或
(02) 2796-5662

貼心提醒

您有需要使用復康巴士時，請來電預約哦！另當天會派車至您府上協助搬運及接送。





心理諮商服務

一、服務項目：

北投門診部心理諮商服務

♥ 服務對象：須心理諮商服務者

♥ 服務方式：

- 1.請事先電話預約，不接受現場掛號
- 2.每次諮商時間30分(每個下午時段限6人)
- 3.預約時間：
週一至週五上午8:00-11:00
及下午2:00-4:50
- 4.預約電話：(02) 2891-2670



♥ 諮商時間與地點：

1. 諮商時間：

週一及週四下午2-5時

2. 諮商地點：

北投門診部(新市街30號5樓)

♥ 收費方式：請攜帶健保卡

1. 不需轉介單領有身心殘障手冊

及低與中低收入戶民眾只收掛號費50元

2. 北投區健康服務中心轉介只收

掛號費50元

✿ 洽詢電話：(02) 2826-1026





二、服務項目：

心理協談(1-8次)1次1小時、提供心理諮詢專線、辦理各類疾病照顧者心理支持活動

♥ 服務對象：

經評估有意願之家庭照顧者(含剛結束照顧生涯者)

♥ 收費方式：

經評估資格符合者免費

♥ 服務時間：

週二晚上7:00-9:00

週三至週五 上午10:00-12:00

下午1:30-4:30





♥ 服務單位：

中華民國家庭照顧者關懷總會
心理支持中心

♥ 服務地址：

中山區長安東路1段56巷1弄
57號3樓

♥ 洽詢電話：0800-580-097





社會福利服務

一、服務項目：

送餐服務及申請走失手鍊

♥ 服務對象：

1. 送餐服務：65歲以上失能或中低收入戶長者
2. 申請走失手鍊：有走失紀錄或領有失智症診斷者

♥ 收費方式：經評估資格符合者可補助部分金額

♥ 服務單位：北投老人服務中心





♥ 服務地址：

北投區中央北路1段12號3樓

♥ 洽詢電話：(02) 2892-9702

**二、服務項目：送餐、居家服務轉
介及經濟、托育、養老等諮詢**

♥ 服務對象：

低收入戶65歲以上長者

♥ 收費標準：經評估資格符合者可
免費或部分補助

♥ 服務單位：北投區社會福利中心

♥ 服務地址：北投區新市街30號5樓

♥ 洽詢電話：

(02)2894-2640、2894-5933



三、服務項目：裝置假牙

♥ 服務對象：全口、半口或臼齒部份缺牙及影響咀嚼功能之低或中低收入65歲以上長者

♥ 申請方式：

- 1.持身分證明文件（低收入戶卡、中低收入證明文件）前往臺北市各牙醫院所進行檢查
- 2.經審核通過，長者即可至原檢查醫院或診所裝置假牙

♥ 補助金額：

1.活動假牙

✿ 低收入戶：

補助22,500元至45,000元





✿ 中低收入戶：

補助15,000元至4,0000元

2.固定假牙

✿ 低收入戶：

每顆補助5,500元至7,500元

✿ 中低收入戶：

每顆補助5,000元至7,000元

♥ 服務單位：

臺北市政府社會局老人福利科

♥ 服務地址：

信義區市府路1號

♥ 洽詢電話：

1999轉6966~8



四、服務項目：急難救助金補助

- ♥ 服務對象：設籍臺北市且負擔主要生計之人遭遇變故，致生活陷於困境者；非本市低收入戶，因戶內人口死亡無力殮葬須補助者
- ♥ 服務申請：準備診斷證明書及醫療收據(以重病、意外、車禍為主)評估金額依狀況不等發放
- ♥ 服務單位：北投區公所社會課
- ♥ 服務地址：
北投區新市街30號4樓
- ♥ 洽詢電話：
(02) 2891-2105轉335蔡小姐





五、服務項目：重陽節敬老禮金

♥ 服務對象：

1. 70-98歲之長者或60歲以上之原住民，致送禮金1,000 元及敬老賀卡

2. 99歲以上長者，致送禮金6,000 元、敬老賀卡及禮物

♥ 發放方式：每年重陽節由里幹事通知致送

♥ 服務單位：臺北市北投區區公所

♥ 洽詢電話：(02) 2896-2105





居家照顧服務

一、服務項目：

家庭與日常生活照顧服務、居家環境整理、輔具申請、身體照顧服務及鼻胃管、尿管、氣切管等護理照護服務

♥ **服務對象：**設籍且實際居住臺北市者，經長期照顧評估日常生活需他人協助之失能者

♥ **收費方式：**

健保給付，部分需自費



♥ 服務單位：

長期照顧中心北區服務站

♥ 服務地址：

士林區雨聲街105號地下1樓

(臺北市立聯合醫院陽明院區內)

♥ 洽詢電話：(02) 2838-9521





二、服務項目：陪同就醫、電話關懷或代購生活必需用品

- ♥ 服務對象：實際居住於北投區65歲以上長者，經北投區健康服務中心評估資格符合者
- ♥ 收費方式：免費
- ♥ 服務單位：北投區健康服務中心
- ♥ 服務地址：
北投區石牌路2段111號1樓
- ♥ 洽詢電話：(02) 2826-1026





三、服務項目：協助就醫、關懷訪視、家務服務、65歲以上癱瘓長者原床泡澡服務、百歲人瑞特別服務如完成夢想、假日送餐服務

♥ 服務對象：65歲以上失智、獨居、領有身心殘障手冊長者

♥ 收費方式：免費

♥ 服務單位：

華山基金會北投愛心天使站

♥ 服務地址：

北投區東陽街417號1樓

♥ 洽詢電話：

(02)2822-8656





四、服務項目：居家照顧服務、家庭托顧服務、爬梯機服務

♥ 服務對象：

- 1.居家照顧及家庭托顧：設籍且實際居住臺北市之身心障礙者及失能長者
- 2.爬梯機服務
 - * 設籍且實際居住臺北市之身心障礙者、失能長者及因疾病上下樓梯不便者
 - * 7天前電話或親洽服務單位申請，經專人到府評估後核定資格
 - * 如無家屬協助可申請爬梯機輔助員協助操作





♥ 收費方式：

- 1.居家照顧服務：初次申請收取評估費500元，經評估資格符合失能、身心障礙者提供部分補助；未符合者自費每小時230元
- 2.家庭托顧服務：經評估資格符合65歲以上失能、身心障礙者提供部分補助；未符合者完全自費，收費以每天8小時服務計算，月托每月16,200元，臨托每日750元
- 3.爬梯機服務
 - ✿ 低收、中低收入戶及身心障礙者：免費
 - ✿ 一般戶：首次租借需職能治療師評估費1,200元，1天費



銀髮族關懷手冊

用200元，保證金2,000元/次
，此項服務不需使用後，保證金就可申請退回

✿ 爬梯機操作輔助員服務費

250元/單次(限居住於北投區與士林區)

♥ 服務單位：

北投耆福老人服務中心

♥ 服務地址：

北投區崇仁路1段17巷1號4樓

♥ 洽詢電話：(02) 2896-9722

小叮嚀

爬梯機1次借用時間以24小時為限，超過時間重新預約申請。





收容安置補助



♥ **服務對象：**65歲以上設籍並實際居住本市滿1年之低收入戶具中、重度失能長者或一般戶重度失能之長者

♥ **安置地點：**

- 1.安置於本市之長期照顧機構，須經評鑑為乙等以上；但低收入戶為甲等以上
- 2.安置於新北市及基隆市之長期照顧機構，須經評鑑為甲等以上



銀髮族群關懷手冊

- ♥ **補助額度：**依經濟條件、失能等級、入住機構及縣市之不同核予每月補助3,600元-26,250元
- ♥ **服務單位：**
臺北市府社會局老人福利科
- ♥ **服務地址：**信義區市府路1號
- ♥ **洽詢電話：**1999轉6966~8

小叮嚀

親愛的長者，常常監測您的血壓、血糖及體重哦！請翻開下一頁，將您的資料記錄於「我的健康日記」，讓您更瞭解自己的血壓、血糖及體重變化。





出版發行：臺北市北投區健康服務中心

地 址：臺北市北投區石牌路2段111號7樓

電 話：(02)2826-1026

傳 真：(02)2821-7389

網 址：<http://www.bthc.taipei.gov.tw>

編輯顧問：國立臺北護理健康大學

北投清江國小 蕭清月營養師

編印日期：2012年12月



健康 · 關懷 · 永續
Healthy · Caring · Sustainable

