



時間：107年10月12日(星期五)

## ◎長照機構參訪活動



因應高齡社會所帶來的衝擊，政府實施長照計畫，讓長者可獲得人性尊嚴的服務。10月12日飄著小雨的下午，學務處衛生保健組帶著衛保志工到社區裡的長照機構參訪，讓志工學生設計團康活動帶動歡樂氣氛，增加長者活絡筋骨的機會。透過互動當中給予長者溫暖關懷，藉此讓青年學生認識長照機構及發揮年輕人的熱情活力，陪伴長者度過快樂的午后時光。

東語系碩士班梁秋玉同學分享：在臺灣求學的兩年中，今天真是有意義的一天，選擇在媽媽的生日這天做志工，還在雨天送愛給長輩，也算是送給遠方媽媽一份愛的禮物。

練習了兩個星期的《幸福美滿呼啦啦》帶動唱活動，讓阿公阿嬤的身體可以動一動，也放鬆心情。當我握著阿嬤的手是那麼的冰冷，就幫她按摩肩膀和手部，和他們互動的過程，氣氛熱絡了起來，看到他們的笑容，心也就暖和



了。

公衛系三年級陳玥妘同學分享：聽到社工師跟我們介紹住民的生活，知道這裡的長輩們彼此相處融洽，時常會互相幫助，整體的氣氛很不錯。這一次雖然與他們相處的時間不多，但是能帶給他們一些開心有活力的元素，使他們平凡的生活多一點樂趣，我覺得這個活動十分有意義。



醫學系二年級郭嘉雯同學分享：參訪時看到有長期臥床的長輩、有失能的、有行動自如但併有失智的，他們都曾經擁有過自己的青春歲月，以及自由自在的日子。這樣的老年生活是現在年輕的我們絕對無法體會，但現實總是殘酷的，生、老、病、死有誰又能逃得過呢？讓我深刻體認的是健康在我們人生末端扮演著重要的角色，所以趁我們還年輕時就要注重健康，愛惜自己，才有更寬廣的未來！

護理系一年級盧佳宏同學分享：剛去的時候，明明很想幫忙長輩，卻力不從心不知道從何處著手，慢慢的藉由團康活動與長輩們互動後，陪著爺爺奶奶唱歌、做運動，才發現其實他們很需要人的陪伴，還跟我們開心的談天、一起互動，這種感覺真的很棒，下次還有這種機會時，我一定會再參加的。

雖然與長輩們相處的時間很短暫，但是長輩的笑容已深刻地停留在學生的心中，大大增加了助人之正向能量。藉此也提醒學生別忘了要多多關心自己家中的長輩，共同守護長者的健康。

(文/照片：學務處衛生保健組)

