健康話題　每週三刊出

馬祖長照社區式照顧的另一種選擇

小規模多機能服務中心



隨著馬祖地區高齡化現象日益明顯，長者的失能照護問題逐漸成爲社會關注的焦點，爲落實「在地安老」的政策目標，推動預防及延緩失能服務，期能達到預防跌倒、延緩失能，維持長輩身體功能、延長健康餘命，進而減少不健康存活年數，讓老年人能在地幸福安老，年輕人能安心扶老。

馬祖地區屬列島行地理環境，地勢多爲崎嶇島嶼、畸零分散，許多長者生活範圍受限於島嶼的大小，加上離島上醫療資源相對不足，若發生突發疾病或是跌倒意外，往往難以及時獲得診斷出與治療，須轉赴台灣醫院就醫與休養。長者返家後，家屬因工作無法隨時照顧，易擔憂長者獨居期間再度發生跌倒等意外，造成身心壓力與照顧負擔。

爲解決上述問題，社區式服務「小規模多機能服務中心」提供了一種社區整合式的照護新模式。此中心以日間照顧服務爲基礎，結合居家服務與臨時住宿照顧，依長者及家庭需求提供多元、彈性與個別化的支持。透過此模式，長者可在熟悉的社區環境中持續生活，同時獲得妥善照護，並有效減輕家屬負擔。

隨著高齡化社會的加劇，如何在地提供連續性照顧服務，已是不可迴避的重要課題。現行的日間照顧中心除原有的日間服務外，若能進一步整合居家與臨時住宿服務，將更能滿足家庭多元需求。例如：長輩白天於日照中心參與活動，晚上回家與家人團聚；而當長者不便出門時，則由中心派員提供居家照顧，使照護更具彈性與貼近生活。如此可讓長輩安心留在家鄉安老，也讓家屬更放心托付，達成「在地共照、幸福安老」的願景。

一、小規模多機能服務對象：

經長期照顧管理中心評估認定，長照需要等級第2級（含）以上者：

1. 65歲以上長者（原住民爲55歲以上）
2. 領有身心障礙證明者
3. 全年齡失智症患者

二、中心服務項目：

（一）日間照顧服務：

個案白天於日間照顧中心接受照顧服務，內容包含日常生活照顧、餐食供應、交通接送、文康休閒活動等，以協助維持長輩身心功能並提升生活品質。

入住日間照顧中心之長者，除可於中心內參與各項活動外，亦可共同參與社區舉辦之活動時，藉此增加生活多樣性與人際互動，促進長者間情感交流，並强化中心與社區各單位間的合作網絡。

此外，社區中如有長者有照顧需求，亦可由相關單位轉介至照管中心辦理評估，經評估符合資格者，即可進入日間照顧中心，接受更完善且持續性的照顧服務。

1. 生活照顧：由經過專業訓練之護理人員、照顧服務員，照顧長輩飲食起居等日常生活，並鼓勵長輩參與團體活動，健康促進、文康休閒活動等以維繫友誼關係，充實精神生活。
2. 社工服務：提供長輩心理諮商與輔導，建立個案輔導記錄。定期辦理家屬聯誼、社區活動，使受托之長輩，不致與家庭、社區隔離。
3. 醫療保健服務：由醫師，定期爲長輩診察，建立長輩之完整病歷資料，以隨時掌握長輩健康狀況，提供適切之醫療服務。並定期爲長輩健檢提供諮詢，保健、復健服務，以維護其健康。
4. 健康促進：提供各式健身器材並每週安排2次以上健口操、五行健康操，透過規律的運動來減緩銀髮族老化速度，並落實『健康老化』之目標。
5. 文康休閒活動：安排棋藝、橋牌競賽、懷舊電影欣賞、書報雜誌閱覽、外出旅遊活動、參加各類節慶活動以調劑其生活，充實其生活內涵。
6. 志工服務：招募培訓志願工作人員，協助機構推展相關服務，並運用社會資源，舉辦各項敬老活動，使長輩獲得更多社會關懷。
7. 備餐服務：提供午餐、茶水、點心等。

（二）居家服務：當長輩不想出門時，由服務人員到家中提供服務。

1. 協助如廁、沐浴、穿換衣服、口腔清潔、進食、服藥、翻身、拍背、肢體關節活動、上下床、陪同散步、運動、協助使用日常生活輔助器具、陪同或代購生活必需用品、陪同就醫或聯絡醫療機關（構），維護長者生活起居空間之環境整潔與安全及其他個別需求之服務。
2. 配合照管中心評估所需服務之案家，協調最佳照顧計畫，爲長者做最適切之居家照顧。

（三）臨時住宿：當家屬臨時有事無法照顧時，長輩可選擇每個月最多15天臨時入住中心過夜，並可提供夜間餐飲、沐浴等服務。

三、長照資源佈建情形：

本縣東引鄉獲中央補助興建小規模多機能服務中心114年10月竣工，預計將於12月取得機構設立許可並於116年1月開始收案營運，在取得設立許可及開幕營運前，已辦理各項長者促進活動，除宣導長照服務及1966專線外，也宣達鄉親介紹小規機服務內容，俾使民眾能夠加深了解社區式長照服務，另將於11月規劃三梯次的日間照顧體驗營活動，該活動爲三天一梯次，共計三梯次的機構體驗營，讓民眾以親身體驗服務的方式，了解小規機所提供的服務及活動，提升長輩肌力並搭配認知或手作課程，期能達到預防跌倒及延緩失能的目的，目前熱烈報名中。

在保障長者基本生活品質的基礎上，讓長者享有安心、安全有尊嚴的照護環境，是我們共同的目標。失能照護是一場長期而多層次的挑戰，需仰賴家人、社會、社區與制度的共同努力與支持。

我們所照顧的，從來不僅是身體逐漸不便的長者，更是那份牽繫親情的關懷與一個家庭的完整。唯有透過細緻的規劃、安全的設計與充足的資源運用，方能讓「家」真正成爲每一位失能者最溫暖、最安心的所在，實現「在地安老、尊嚴共照」的願景。



馬祖日報 MA TSU DAILY NEWS　生活情報站

11/9~11/15天氣概況

Matsu Weather Station

連江縣	11/09 星期一	11/10 星期二	11/11 星期三	11/12 星期四	11/13 星期五	11/14 星期六	11/15 星期日
白天	18 - 21°C	13 - 19°C	17 - 21°C	19 - 23°C	20 - 24°C	21 - 24°C	21 - 24°C
晚上	13 - 18°C	17 - 18°C	19 - 20°C	20 - 21°C	21 - 22°C	21 - 22°C	20 - 22°C
體感溫度	7 - 18°C	7 - 14°C	11 - 17°C	15 - 21°C	18 - 23°C	19 - 25°C	18 - 25°C



115年11月連江縣立醫院門診時間表

科別	星期一 上午	星期一 下午	星期一 急診	星期二 上午	星期二 下午	星期二 夜診	星期三 上午	星期三 下午	星期三 急診	星期四 上午	星期四 下午	星期四 夜診	星期五 上午	星期五 下午	星期五 急診	星期六 上午	星期六 急診
家醫科	陳紹宇	曹玉舲		王格	陳紹宇		陳君鼎	謝春福		劉增應	張志華		陳君鼎	王格		排班醫師	
外科一診	陳行鑫	劉瑞文		陳行鑫	劉瑞文		陳行鑫	許智凱		許智凱	劉瑞文		許智凱	許智凱		排班醫師	
婦產科					陳嘉維			陳嘉維					陳嘉維				
小兒科		排班醫師											邱和聖				
骨科	陳俊諱			陳俊諱	陳維慶		陳俊諱	陳維慶		陳維慶			陳維慶			陳維慶	
復健科		陳志嘉			陳志嘉						陳志嘉（限約診）						
身心科	鄭謙	鄭謙		鄭謙													
疼痛科				劉瑞軒							劉瑞軒（限約診）						
腸胃內科	(併家醫科)				(併家醫科)												
新陳代謝科				(併家醫科)										(併家醫科)			
泌尿科		(併外科)			(併外科)						(併外科)						
眼科		林文智						林文智		林文智							
牙科一診	牙科醫師	牙科醫師		牙科醫師	牙科醫師（身心障礙門診）		牙科醫師	牙科醫師		牙科醫師	牙科醫師（身心障礙門診）		牙科醫師	牙科醫師（身心障礙門診）		牙科醫師	
牙科二診	支援醫師	支援醫師		支援醫師	支援醫師		支援醫師	支援醫師		支援醫師	支援醫師		支援醫師	支援醫師			
戒煙門診	(併家醫)			(併糖尿病)	(併家醫)			(併家醫科)		(併糖尿病)	(併家醫)						
糖尿病				謝春福						陳紹宇	王格						
超音波	陳君鼎						陳紹宇	王格		陳君鼎	劉增應		謝春福				
腸胃內視鏡	陳君鼎			陳紹宇						陳君鼎			陳紹宇				
體檢門診							陳志嘉	曹玉舲		陳志嘉（限約診）							
國際旅遊醫學門診							併體檢門診	併體檢門診									
急診一線	支援醫師	支援醫師	值班醫師	支援醫師	支援醫師	值班醫師	支援醫師	支援醫師	值班醫師	支援醫師	支援醫師	值班醫師	支援醫師	支援醫師	值班醫師	支援醫師	值班醫師
急診病房二線	陳志嘉	劉瑞軒		曹玉舲	陳俊諱		林文智	陳行鑫		王格	陳君鼎		劉瑞文	陳紹宇		值班醫師	

*家醫科門診接受一般內科醫療諮詢及超音波預約。 *婦產科門診可實施子宮頸抹片檢查，並接受乳房X光攝影預約。 *小兒科門診可實施小兒預防注射及小兒預防保健。

網路掛號：連江縣立醫院首頁（網址為：http://www.matsuh.gov.tw/）。 門診當日當診次掛號時間內不接受預約掛號(包括電話預約)，僅接受現場掛號。

各項超音波與胃腸鏡等檢查請親至門診預約。

牙科門診預約專線：23995轉1218(於上班時間內皆可預約)。

掛號時間：週一至週六上午8時至11時30分。週一至週五下午13時20分至17時。

門診時間：週一至週六上午8時40分至12時，(掛號病患最遲於11時40分前需到診間)。週一至週五下午14時至17時30分，(掛號病患最遲於五時十分前需到診間)。

本院自111年1月起推廣高齡友善照護環境，若您或您的家人符合85歲以上敬老對象，請於看診時先向診間護理人員報到，以便安排優先看診(需本人親自在場)。

本院宗旨：便捷貼心，優質醫療，關懷社區，促進健康。　申訴專線：23995分機1300