

仁德醫護管理專科學校教師專業成長社群成果報告

社群名稱	高齡教學精進社群	社群召集人	陳*芳
報告撰寫人	陳*芳、范*松、陳*晃	聯絡電話	8001
活動日期	1. 110年9月29日 2. 110年10月1日、5日、6日	填表日期	110年10月15日
活動地點	1. 埔基長照中心 2. 高齡健康促進科	參加人數	4人
活動時間	1. 10時至16時（共計6小時） 2. 16時至18時、12時至16時、14時至16時（共計8小時）		
講師姓名	1. 詹*廷 2. 陳*芳、范*松、陳*晃	講師單位	1. 埔里基督教醫院長照醫學部 與神經內科部 2. 仁德醫專高齡健康促進科

活動成果報告

本社群此次的活動主題包含三大項「參訪埔基長照中心，及長照2.0照顧服務現況與社區C據點高齡運動現況之探討」，三大項皆以「社區老化」及「在地老化」作為主題的切入點，誠然係與國家長照政策呈無縫隙接軌；教師藉由社群活動隨時更新求證攸關政府與民間所推出的新實務方案或策略，以提升專業教授素質。

2.0版的架構是把地區內的照顧服務資源，包括醫療院所、基金會、社會福利團體、老人福利機構、衛生所等附屬機構、村里辦公室、社區發展協會…等盤點整合，本次參訪埔基長照中心亦即埔里基督教醫院為提倡在地之長照服務模式的照護服務。另長照2.0照顧服務現況依規模分三級，從大至小依序分為A級社區整合型服務中心、B級複合型日間服務中心和C級巷弄長照站三級，又為「A級長照旗鑑店」、「B級長照專賣店」和「C級長照柑仔店」，以照顧功能分級，銜接各類服務，建立「社區整體照護模式」為長照2.0的重要核心。

長照2.0的多元連續服務中，往前端延伸優化初級預防功能，銜接預防保健、活力老化、減緩失能，是以，未來關注的是「人口群照護」而非「失能照護」，唯以提倡健康促進才能減少失能的產生，因此落實「個體自助、鄰里互助、社區共助、政府公助」的議題是值得深入探究。下次活動主題，擬從最基礎的「個體自助」為題材，以團體探究的方式，探討「個體自助」在長期照顧的深度與廣度。

活動議程

1. 110年9月29日

時間	主題內容	主講者/主持人
10:00-12:00	參訪埔基長照中心	埔基長照中心
14:50-15:00	報到	高齡健康促進科
15:00-16:30	落實在地之長照服務模式(一)	詹*廷老師
16:30-16:40	喝口茶，休息一下	
16:40-18:00	落實在地之長照服務模式(二)	

2. 110年10月1日

時間	主題內容	主講者/主持人
15:50-16:00	報到	高齡健康促進科
16:00-17:00	長照2.0照顧服務現況-「社區整合型服務中心(A)」	陳*芳老師
17:00-18:00	經驗傳授討論成果社群分享	

3. 110年10月5日

時間	主題內容	主講者/主持人
11:50-12:00	報到	高齡健康促進科
12:00-14:00	長照2.0照顧服務現況-「複合型服務中心(B)」與「巷弄長照站(C)」	范*松老師
14:00-16:00	經驗傳授討論成果社群分享	

4. 110年10月6日

時間	主題內容	主講者/主持人
13:50-14:00	報到	高齡健康促進科
14:00-15:00	社區 C 據點高齡運動現況	陳*晃老師
15:00-16:00	經驗傳授討論成果社群分享	

探討問題

1. 落實在地之長照服務模式

埔里基督教醫院斥資三億元興建的全國首棟長照教學中心，結合醫療照護、物治、日照及教學研習的長照中心，並作為照護員訓練學習場地。

在地之長照服務模式應「以老人為中心」提供整合式的照護服務。讓長者保有自主性的前提下，協助其恢復身體機能、改善長者生理功能退化或減緩內在健康的損失，降低其對醫療照護及福利資源的依賴。生命的延長，身體也必需維持健康的狀態，才能真正緩解照顧成本支出的壓力。

老人是社會重要資產而非社會負擔，藉由健康促進及提升自我內在健康力，延緩失能風險；透過醫療體系與社會機構的協調與資源整合，讓福利資源有效配置；消除年齡上的限制，建立無障礙環境，共同創造一個美好的無齡年代。

2. 長照2.0照顧服務現況

「ABC」可以說是長照2.0的核心，落實「社區老化」、「在地老化」的長照政策。

(1) 「社區整合型服務中心(A)」

當有需要長照服務的長者或其家屬提出需求後，照顧管理專員就會針對個案做失能評估，並核定其失能等級。完成評估後，照管專員便會轉派由A據點的個案管理師擬定長者的照顧計畫，再媒合社區中的B據點與C據點提供實際的服務。身為社區整合型服務中心的A級據點，扮演著做好個案管理與協調媒合，計畫的擬定能關注在受照顧者與其照顧者的需求上，以及跨專業照顧團隊能提供「客製化」與「個人化」的套裝服務。

(2) 「複合型服務中心(B)」

當社區A級據點擬定照顧計畫後，便會派案至鄰里中的特約B級據點，所服務的對象是失智、失能的長照服務需求者。主要提供如居家服務、日間照顧、家庭托顧、居家護理、社區及居家復健、復能，甚至是家庭照顧者的喘息服務等。

(3) C級巷弄長照站

社區中第一線的長照服務組織，C級據點所服務的對象，主要是健康、亞健康，或屬於失智、失能前期的長者，就近獲得特約社區提供社會參與、健康促進、共餐服務、預防及延緩失能等服務。

3. 社區C據點高齡運動現況

台灣高齡長者因為老化且缺乏運動所以有肌少症的現象，目前有部分社區C據點導入12週延緩失能方案，經由運動來減少肌少症的產生，經觀察評估發現若僅依靠每週120分鐘的肌力訓練，對長者身體活動量仍是不足的，因此建議指導員在設計課程時要一併考慮如何培養長者運動習慣，可藉由運動處方的設計與每週5~10分鐘的在家操作運動衛教使長者培養運動習慣，設計中應加入扶椅深蹲的動作，讓長者在安全的狀態下進行高效能的股四頭肌運動。

執行成果 說明	<p>1. 質性成效</p> <ul style="list-style-type: none">(1) 從參訪埔基長照中心的多元服務運作，以深耕科系產業連結，並掌握最新長照服務體系運作，俾利提升優質的教學品質。(2) 藉由「學術性專業成長與實務性經驗分享」瞭解以社區為基礎的長照2.0照顧服務現況之服務體系的本質。(3) 從社區C據點的運動視角，切入政府目前所推動「不老健身房及社區運動指導」的方案項目，進而調整教學脈絡，以確實增進教學成效。 <p>2. 量性成效</p> <ul style="list-style-type: none">(1) 三項研討主題內容於110學年度融入「長期照顧綜論」與「高齡輔療理論與實務」二項課程科目的教學內容中。(2) 四位教師都能出席每場經驗傳授討論成果社群分享(出席率100%、參與率100%)。(3) 四位教師都能完成參訪行程與出席講座聽講(出席率100%、參與率100%)。
------------	---

【參訪埔基長照中心】活動花絮



拍照日期：110年9月29日
照片說明：科主任介紹本科同仁



拍照日期：110年9月29日
照片說明：講演落實在地之長照服務模式



拍照日期：110年9月29日
照片說明：參訪日照中心



拍照日期：110年9月29日
照片說明：參訪樂齡健康復健中心



拍照日期：110年9月29日
照片說明：參訪社區餐廳與教學廚房



拍照日期：110年9月29日
照片說明：長照中心大樓外貌

【分享長照2.0照顧服務現況】活動花絮



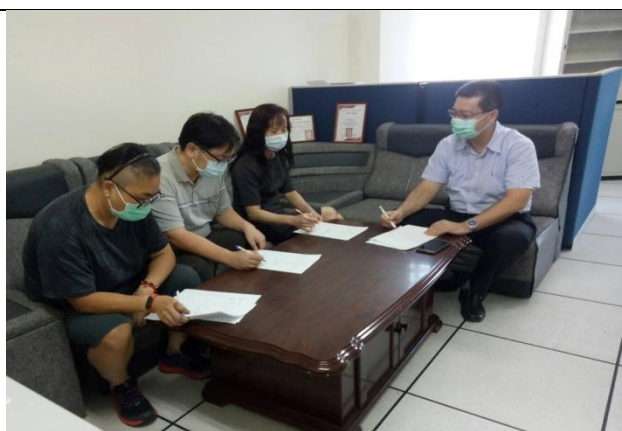
拍照日期：110年10月1日
照片說明：社區整合型服務中心(A)的分享



拍照日期：110年10月1日
照片說明：社區整合型服務中心(A)的分享



拍照日期：110年10月5日
照片說明：「複合型服務中心(B)」與「巷弄長照站(C)」的分享



拍照日期：110年10月5日
照片說明：「複合型服務中心(B)」與「巷弄長照站(C)」的分享



拍照日期：110年10月6日
照片說明：社區C據點高齡運動現況的分享



拍照日期：110年10月6日
照片說明：社區C據點高齡運動現況的分享