

社團法人中華民國社會關懷協會

113 年有愛無礙全方位照顧計劃

募得款使用情形成果報告書



一、目的：

隨著台灣邁入高齡化社會，獨居長者的生活安全與照顧需求日益受到社會關注。根據民國 106 年「國民健康訪問調查」，每六位長者中即有一人在一年內發生跌倒。跌倒常導致骨折與失能，不僅影響生活品質，更造成沉重的照護與醫療負擔。本會秉持「安心防跌做得好，老年生活少煩惱」的理念，今年度持續推動偏鄉與弱勢獨居長者居家防滑、防跌環境改善，已協助上百戶長者提升居家安全，讓他們能在熟悉的環境中安心生活。

在高齡健康促進方面，本會辦理近百場免費健康講座，結合健康飲食、運動課程、用藥安全、慢性病預防、急救護理、健康篩檢與血壓量測等多元主題，幫助長者認識老化帶來的身體變化，並培養規律運動與社交參與的習慣，提升肌力、平衡感與自主生活能力。

在急難救助方面，本會秉持「救急不救窮」的原則，今年已發放急難救助金予七十餘戶家庭，為面臨突發困境的家庭提供即時協助，成為他們度過艱難時刻的有力支撐。

此外，本會首次舉辦「青少年公益影片競賽」，以「青少年關懷長者」為主題，鼓勵青年以影像記錄與長者的互動點滴，傳遞關懷與溫暖。此活動不僅提升了青年在編劇、拍攝與剪輯的多元創作能力，更促進跨世代交流，培養青少年的社會責任感與同理心，讓青春歲月多了一份溫度與傳承。

展望未來，我們將持續深耕「防跌安全、健康促進、急難救助與世代交流」四大面向，讓更多長者在自己熟悉的家中安穩生活，也讓更多青年在與長者的互動中，學會責任與溫暖。每一次的幫助，都是一次生命的扶持；每一份善意，都能化作長者生活中的光。我們將繼續努力，讓高齡長者不只是長壽，更是幸福與安心的延續。

二、期間：

核准勸募活動期間：自民國 113 年 09 月 05 日起至民國 114 年 07 月 31 日止

募款活動財物使用期間：自民國 113 年 09 月 05 日起至民國 114 年 07 月 31 日止

三、許可文號：

衛部救字第 1131362979 號函同意辦理

四、募款活動期間所得及收支：

收入：

113/09/05~114/07/31（募款活動期間）收入\$1,303,000 元+利息\$1,332 元  
合計 \$1,304,332 元

| 收入                          |               |
|-----------------------------|---------------|
| 113/09/05~114/07/31（募款活動期間） | \$1,303,000 元 |
| 113/12/21 利息收入              | \$320 元       |
| 114/06/21 利息收入              | \$1,012 元     |
| 合計                          | \$1,304,332 元 |

支出：

募款相關支出金額 \$1,304,332 元

| 支出              |               |
|-----------------|---------------|
| 項目              | 金額            |
| 網站宣傳費           | \$25,630 元    |
| 勸募業務執行費         | \$33,330 元    |
| 雜支              | \$17,859 元    |
| 長者居家防滑防撞環境改善施工費 | \$116,470 元   |
| 定期關懷長者追蹤訪視活動費   | \$689,418 元   |
| 健康推廣課程          | \$163,142 元   |
| 急難救助金           | \$227,885 元   |
| 青少年公益影片競賽       | \$30,598 元    |
| 合計              | \$1,304,332 元 |

淨收入\$1,304,332 元－支出\$1,304,332 元＝餘額 \$0 元

| 淨收入  |               |
|------|---------------|
| 募款收入 | \$1,303,000 元 |
| 利息收入 | \$1,332 元     |
| 支出   | \$1,304,332 元 |
|      |               |
| 合計   | \$0 元         |

## 五、改善內容與成果

經實際走訪評估，長者們最常見的居家風險集中於浴廁空間。長者容易在浴室滑倒，主要原因包括地面濕滑、缺乏止滑設備，隨著年齡漸長，肌力與平衡感退化、視力變差等因素，長者的反應速度和肌力皆有下降，而浴室環境常因水氣、肥皂泡造成地板濕滑，再加上洗澡時需彎腰、抬腳等姿勢變化，若缺乏扶手或止滑設施，便容易失去重心而跌倒。綜合以上這些因素我們可知，浴室是居家中意外發生率最高的場所，急需改善其安全性。協會針對每戶獨居長者實際居住環境與個別的身體健康狀況，提供以下改善項目：

### • 安裝浴廁、馬桶旁防滑扶手：

馬桶是長者日常生活中經常使用，但坐下與站起時需要下蹲與起身的力量，對於肌力膝關節退化或腰椎無力的長者而言，這樣吃力的動作容易造成重心不穩。一旦用力不當或腳沒力氣失去平衡，就可能導致跌倒。安裝扶手可以提供穩定的支撐點，讓長者能夠借力使力幫助身體起身，減輕膝蓋與腰部的負擔，也能在起身或坐下時維持身體平衡，避免突然跌坐或站立不穩的情況。因此，安裝扶手能增加長者如廁時心理上的安全感與信心，降低依賴他人協助的需求。

### • 提供防滑洗澡椅：

為降低長者洗澡時跌倒的風險，洗澡椅是一項重要的安全輔具。長者若站著洗澡，容易因地面濕滑、肌力不足或重心不穩而滑倒。部分長者習慣坐在浴

缸邊緣洗澡，長期下來導致浴缸出現裂痕甚至破損，伴隨著割傷或跌落的危險。使用具有靠背和左右兩側扶手的洗澡椅可提供穩定的坐姿支撐，減輕體力負擔，避免突然彎腰、轉身時發生跌倒意外。此外，對需要他人協助沐浴的長者而言，洗澡椅也有助於照顧者更安全、便利地幫長者洗澡，長者和主要照顧者可藉由本會採購堅固、防滑設計洗澡椅，經醫療器材許可證所載核准字號：衛部醫器陸輸壹字第 002679 號核可。讓長者可以安心坐著洗澡，減少跌倒風險。

#### • 泥作斜坡與地面平坦處理：

針對部分長者家門口或走道的高低落差，我們透過泥作斜坡與協坡板來調整改善環境。原本門口那條陡峭的斜坡，對如今已年邁的雙腳而言，卻是難以跨越的大挑戰。考量到戶外下雨金屬會濕滑，以水泥將斜坡加寬加長，讓助行器可以順利滑過，長輩臉上多了安心笑容。這些看似微小的工程，其實是讓獨居長者們生活恢復尊嚴與自由的重要一步。

#### • 安全可靠的施工與安裝：

居家改善的施工，安全與品質是我們最重視的核心。我們是和在地深耕的專業廠商負責，所有安裝的設施皆提供保固服務，若日後有任何問題，協會會聯繫廠商處理。讓人感動的是，這些師傅們在工作之餘，主動幫長輩修理電燈、補釘子，用溫暖的行動守護著每一位長者。

## 六、個案報告:長者回饋與感謝

### 1. 古范 X 女性 78 歲 臺東縣池上鄉新興村 9 鄰 XX 之 5 號



裝設項目:L 型扶手一隻、有背洗澡椅

原本馬桶旁邊沒有扶手 讓她起身困難



原本的浴缸因長期坐著洗澡已經磨損

裝設後:



## 愛的力量，陪伴走過治療的路

當我們第一次見到這位 78 歲的婆婆時，她眼神中充滿無助。原來，在一次例行的健康檢查中，她意外得知自己罹患了肺腺癌。這個突如其來的消息，打亂了她平靜生活，也讓她陷入深深的恐慌。從那之後，每個月她都得獨自從遙遠的池上搭車前往台北接受治療。化療的折磨、藥物的副作用，讓這位曾經堅強的婆婆數度想要放棄。有一次，在協會人員前往訪視時，她紅著眼眶低聲說：「真的好辛苦，我一個人，真的撐不下去了。」

我們握著她的手安慰她。雖然獨居，但她並不孤單。我們鼓勵她，其實她的氣色很不錯，代表她復原得很好，她的兒子們雖無法時常陪伴，但每次治療都會在台北陪她。更重要的是，還有許多來自社會的關心，一直在她身邊。

協會也盡心盡力的協助改善婆婆的居家安全。在她家中，我們安裝了扶手，並送上一張穩固的洗澡椅。過去她總是坐在浴缸邊緣洗澡，而那早已龜裂的邊緣，潛藏著隨時可能跌倒的危機。現在，有了扶手洗澡椅，她就可以安心坐著洗澡，不再擔心受傷。我們也在馬桶旁加裝了一支L型扶手，讓她如廁後能夠輕鬆站起來，減輕腰椎的負擔，婆婆十分開心地握著扶手，頻頻感謝感謝富邦人壽和協會的幫助。

這些看似微小的改善，對獨居長者來說，是最真實的安全與陪伴。我們希望讓婆婆知道，即使家中只有她一人，但她並不孤單。有我們，有兒子們的牽掛，也有許多來自社會的支持。婆婆，加油，我們會一直在您身邊，陪您一起走下去。

2. 胡XX 男性 81歲 台東縣池上鄉XXX路3號

裝設項目:30公分扶手兩隻(浴室門口內和外)、馬桶旁活動扶手一隻和扶手防滑洗澡椅。



## 一步的距離，曾是他遙不可及的夢

81歲的胡伯伯，一生與病痛為伴。他自幼罹患小兒麻痺，導致雙腿萎縮，行動不便，無論外出或在家，全靠電動車與輪椅輔助移動。對一般人來說再平凡不過的如廁與洗澡，對他而言，卻是日復一日的挑戰。他的浴室地面比外面高了一大階。每一次如廁，他都得先費力地從輪椅站起來，拖著虛弱的雙腿一步步跨過高起的門檻，走進浴室。結束後，他還得再扶著牆，將自己一點一滴慢慢地挪下那道階梯，重新坐回輪椅。每一步都驚險萬分，每一動作都消耗他幾乎全部的力氣。他說，最怕的不是跌倒，是跌倒後再也爬不起來。

當協會與專業施工團隊前往訪視時，我們看見了那個讓伯伯苦惱萬分的階梯，也瞭解他的無奈。我們知道，我們可以做點改變，讓伯伯的生活更安全無障礙！於是，我們在伯伯家浴室的門口內外都加裝了扶手，讓他在進出浴室時能雙手緊握扶手，有穩定的支撐，可以維持身體的重心，更安心地行走。考量到他如廁後起身的困難，我們在馬桶旁加裝了活動式扶手，讓他不再需要冒險撐著洗手台起身，而是能有一個安全、穩固的依靠。我們也留意到浴室的使用動線，因此選用可上下活動的扶手，確保不會干擾到伯伯日常沐浴的空間。此外，我們還為他準備了一張附有防滑扶手與靠背的洗澡椅，讓他可以安心地坐著洗澡，不再擔心因濕滑地面而發生危險。

這些看似微小的改變，卻大大減輕了他生活中的風險，那原本讓他望而卻步的階梯，如今不再是一道阻礙，而是一個可以輕鬆跨越的距離。伯伯十分感謝這些貼心的調整，讓他今後的每一天，都能過得更安全、更自在。