

105年度衛生保健績優志工暨團隊評選出爐



德馨獎 張夢詩、李素美
愛馨獎 葉瑞意
善馨獎 莊巧利、吳翠梧、楊肅建
績優志工團隊 金寧鄉衛生所志工隊

保健科 林淑慧

為鼓勵本縣衛生保健志工更積極參與衛生宣導，振奮服務士氣，充分發揚志工奉獻社會的美德，本局依據志願服務法制定「金門縣衛生保健志願服務獎勵辦法」，並於每年辦理績優志工評選活動。

今年度評選活動中，由各志願服務運用單位推薦11名績優志工（申請獎項為善馨獎6名、愛馨獎2名、德馨獎3名）及2家績優團隊，於3月9日評選出善馨獎3名優勝者；愛馨獎1名、德馨獎2名及1家績優志工團隊。

評審委員投票評選出之績優志工及團隊：

德馨獎～張夢詩——張君固定於金門醫院服務台協助民眾現場諮詢引導以及協助金門醫院社區健康營造中心辦理衛教宣導等服務，即使年長行動稍不便，仍積極參與並協助社會活動，熱心助人並勇於付出、回饋社會。

德馨獎～李素美——李君協助金城鎮衛生所推展各項預防保健工作，主動熱心參與社區健康營造各項活動，也負起賢庵里組長的任務與工作傳達等，真正落實社區健康營造之榜樣。

愛馨獎～葉瑞意——葉君協助金寧鄉衛生所推動社區保健服務及關懷活動。積極推動健康體能活動，協助居家行動不便民眾，推動健康體能活動，引領他們散步及十巧手等運動。對於來到陌生的金門，語言、風俗習慣都不同的新住民，協助參加進修教育、婦女保護、家庭暴力，優生保健等福利介紹。克己助人、敬業樂群、服務熱心。

善馨獎～莊巧利——莊君固定於金門醫院服務台服務，協助民眾現場掛號、就醫諮詢、位置引導等工作。同時也協助社區健康

營造中心辦理衛教宣導，莊女士長年熱心為民服務，積極參與付出，知足感恩並回饋社會。

善馨獎～吳翠梧——吳君任金沙鎮衛生所志工，關懷社區老人，帶領其他志工參與衛生保健話劇表演，以輕鬆的方式告訴民眾，讓社區老人清楚了解“保命防跌”、“用藥安全”的重要性。不論在女性子宮頸抹片電話催促或社區健康檢查篩檢等服務，都以最真誠的心在付出，皆盡自己能力所及之力量服務社區民眾。

善馨獎～楊肅建——楊君任金寧鄉衛生所志工雖僅3年，但各項大大小小活動皆能看到他笑臉迎人、熱誠身影，協助衛生所各項健康促進活動，配合健康體能班，從事健走、健康飲食推廣、有氧運動的推廣，以提昇民眾對身、心、靈健康知識的增長，也為金寧鄉衛生所多次成功減重的楷模。

績優志工團隊～金寧鄉衛生所志工隊

金寧鄉衛生所志工在蔡素芬隊長的帶領下，個個親事親為、彼此關懷、互助，本著「助人為樂、無私奉獻」的精神，更有「做好事、積陰德」、「熱心公益」、「行善不落人後」的態度與使命感，於村里間行成健康的「種子」。

志工隊協助衛生所推廣各項衛生保健、癌症篩檢、疫病防治、健康促進等宣導活動與知識傳播，發揮志願服務及落實社會關懷應有的功能，使金寧鄉社區居民得以擁有健康的身心與生活型態。

106年起食品玩具加註醒語

醫事科 科長 吳俊輝

為了吸引兒童的目光，許多業者會在食品中包裝玩具，或是玩具中包含食品，藉此吸引家長購買。食藥署強調，食品及其容器或包裝，應符合「食品安全衛生管理法」規定，玩具應符合經濟部「商品檢驗法」及「商品標示法」規定，並自106年起依法要求業者在食品玩具包裝加註醒語。

考量市售產品樣態多元性，無論食品包含玩具、玩具包含食品或該兩者併同販售的產品，為避免孩童食用或使用時，有誤食玩具的情形，衛生福利部（以下簡稱衛福部）於105年2月4日公告「包裝食品與玩具併同販售應標示醒語規定」，並自

106年1月1日（以產品產製日期為準）施行，該等商品應於其外包裝標示「本產品內含玩具，小心勿吞食或吸入，建議由成人陪同監督使用」或等同意義字樣醒語。

食藥署呼籲，業者在設計這類產品時，應依規定加註相關醒語，提醒民眾食用時應注意安全性，如未依規定標示，將依違反「食品安全衛生管理法」第22條，依同法第47條處新臺幣3萬元以上300萬元以下罰鍰，違規產品依同法第52條命限期回收改正，改正前不得繼續販賣。

健康金門・快樂城市



局長
Tel:333-597
Fax:333-942
於吉防制專線
0800-571-571
Tel:337-404
愛滋防治專線
0800-888-995
Tel:330-751
藥品食品檢舉專線
0800-625-748
保健科專線
Tel:337-404
保健科傳真專線
Tel:334-897
疾病管制科專線
Tel:330-897
Fax:336-021
醫事科專線

Tel:332-668
心理衛生中心
Tel:337-885
Fax:335-692
長期照顧管理中心
Tel:334-228
Fax:335-114
毒品危害防制中心
Tel:337-555
藥物食品科傳真
Tel:335-501
Tel:336-662
金城鎮衛生所
Tel:325-059
Fax:322-651
金沙鎮衛生所
Tel:352-854
Fax:352-099
金寧鄉衛生所
Tel:325-735
Fax:323-258
金湖鎮衛生所
Tel:336-662
Fax:337-256
烈嶼鄉衛生所
Tel:362-078
Fax:363-214
部立金門醫院
Tel:332-546
Fax:333-258



有你真好

金門縣烈嶼鄉衛生所 孔采藏 護理師

5年前，我是剛從台灣分發到離島中的離島-小金門的公衛護士。那段時期，公衛護士家訪的對象有很多，如：精神科個案、結核病個案、新住民、產後婦女、未成年婦女…等。小圓（化名）是我首次家訪的對象，一位遠從越南離鄉背井嫁來小金門的媳婦。依稀記得那天是個風和日麗、春光明媚的日子，窗外黃花風鈴木朵朵綻放、嬌豔欲滴。剛踏入小圓的房間，看似偌大卻冰冷的房間裡，小圓神情不安呆坐房內，像極了路邊了無生氣的野草，垂頭喪氣，與窗外爭艷的黃花形成了強烈的對比。對於我們的到訪，僅輕微點頭示意，簡短應答。擔心過度的關心反而讓小圓產生戒心因而退縮，第一次的家訪簡單草率地就在互相認識、彼此試探中結束了。但我們心裡明白，小圓是一個極需要我們介入幫忙適應新生活的人。很快的，我們約定了第二次家訪，這一次我們透過衛生所志工，同時也是小圓的親戚，希望藉由相對熟悉的人來贏得小圓信任，讓彼此關係能更進一步。

幸運的是，第二次家訪後，小圓已對我們敞開心房，我們經常到家裡探視、陪伴小圓，聽她訴說著家鄉的故事，看她眼眶泛淚地說想念家鄉的藍天白雲、想念家鄉的房子花草、想念家裡的父母兄弟姐妹…，就這樣陪伴了一段時間後，小圓慢慢

改變了，話題變多了，交談內容也由家鄉情景轉到小金門的生活點滴，每每碰面，都可以看到小圓的笑容以及散發光芒的眼神，我們知道…她逐漸適應了。

有一天，接到小圓的來電，說她懷孕了。我們大家都很替她開心，我們不定時訪視，看看她是否有需要幫忙的地方，協助她了解孕期的種種變化、如何解決生理的不適及產前產後心理準備。產後，我們仍持續探視及教導她育兒相關知識技巧、協助哺餵上天賜給人類最好的食物-母乳，協助整個家庭包含先生、婆婆及家裡其他成員迎接並適應新生兒的到來。一開始小圓哺餵母乳的過程並不順遂，嬰兒的哭鬧總讓小圓充滿挫折，經過我們母乳志工團隊的協助與鼓勵，才讓小圓重拾信心。看著小圓的蛻變，由一個膽小退縮的新住民，變成一位融入在地生活、容光煥發的婦女，我的心中充滿喜悅。那天，小圓帶著剛滿月的小寶寶，送來蛋糕，她充滿感激地說：謝謝妳們的陪伴與幫助，若沒有妳們，我無法這麼快適應這裡。手中接過彌月蛋糕，我的心中激動不已，激動的是：小圓的幸福與自信；激動的是：自己的成長與驕傲。我也很感謝小圓對我的信任，讓我在工作中也能得到成就與滿足。

2016年金門縣衛生保健 志工聯誼及績優志工表揚活動

保健科 林淑慧

為感念及發揚衛生保健志工們無私無我的奉獻精神，以及對國民健康生活的推動不遺餘力，本局特於3月26日辦理衛生保健志工聯誼~環境教育之旅活動，透過簡單體驗大自然，讓參與衛生保健志工親近、觀察和讚美大自然，使其瞭解生態保育的重要性，同時並表揚本年度績優志工暨志願服務團隊。

績優志工的表揚，一方面肯定這些長久以來默默服務的志工，另一方面更希望激勵社會大眾，盼望有更多的民眾加入志工行列，發揮大愛的精神，讓關懷溫暖每一個社區角落。並透過本活動，凝聚志工對衛生保健志工工作之向心力，增進志工人間之情誼，提昇志工服務工作之品質。



各衛生所門診時間表	衛生所 星期	金城鎮衛生所（電話：325059）		金寧鄉衛生所（電話：325735）		金沙鎮衛生所（電話：352854）		金湖鎮衛生所（電話：336662）		烈嶼鄉衛生所（電話：362078）	
		上午	下午	上午	下午	上午	下午	上午	下午	上午	下午
星期一	黃逸萍主任 家醫科			吳國斌主任 內科、一般科、眼科	黃煥星醫師 家醫科、小兒預防注射	黃煥星主任 一般科、家醫科	社區服務	休診	休診	陳宗伯主任 一般科	社區服務
星期二	黃逸萍主任 家醫科	預防注射 陳蕾茹		吳國斌主任 內科、一般科、眼科	吳國斌主任 社區巡迴醫療	黃煥星主任 一般科、家醫科	黃煥星主任 一般科、家醫科	休診	休診	陳宗伯主任 一般科	社區服務
星期三	黃逸萍主任 家醫科	家醫科 (子宮頸抹片) 陳宗伯醫師		劉兆輝 婦產科、一般科 吳國斌主任 內科、一般科、眼科	吳國斌主任 視力保健	陳義榮醫師 一般科、外科	黃煥星主任 一般科、預防接種	休診	休診	陳宗伯主任 一般科	
星期四	黃逸萍主任 家醫科			吳國斌主任 內科、一般科、眼科		黃煥星主任 一般科、家醫科	黃煥星主任 一般科、家醫科	休診	休診	陳宗伯主任 一般科	社區服務
星期五	黃逸萍主任 家醫科	社區服務		吳國斌主任 內科、一般科、眼科	吳國斌主任 社區巡迴醫療	黃煥星主任 一般科、家醫科	劉兆輝醫師 婦產科、一般科	休診	休診	陳宗伯主任 一般科	社區服務
星期六	黃逸萍主任 家醫科	休診		吳國斌主任 內科、一般科、眼科	休診	黃煥星主任 一般科、家醫科	休診	休診	休診	休診	休診

願撒一粒種子，自然福報可及身。

健康新主張，工作更自在。

無菸餐場。

健康醫療服務島

金門縣縣長 陳福海 題詞

金門衛生報導

第一六五期：中華民國一〇五年四月一日
創刊日期：中華民國九十二年八月一日
創刊號：(082)330-487 傳真：(082)332-065
網址：http://www.kmhb.gov.tw
電子信箱：i236rec@mail.kinmen.gov.tw
地址：金門縣金湖鎮新市里復興路1-12號
出版機構：金門縣衛生局

局長兼發行人：陳天順
副局長兼副發行人：李金治
總編輯：吳俊卿
副總編輯：陳世和、潘淑敏、林怡鍾、蔡華玲、張玉青
編輯顧問：趙素貞、徐依芳、雙淑卿、柯富謙、黃國展、倪淑麗
林登財、鄭厚慶
執行編輯：李致緯
編輯委員：林淑慧、孔采薇
設計印刷：德典有限公司 (02)3821710
本刊經費由國民健康署運用菸品健康福利捐支應

銀髮族照顧產業—— 打造高齡發展新模式

局長 陳天順

2025年，我國將從年輕有活力的社會，轉型進入超高齡緩慢的時代，65歲以上人口將高達20%，逾480萬人。距今不過10年光景，無論個人生活、社會結構、企業發展到國家政策，我國都將面臨斷新衝擊。

預見銀髮族商機，創造高齡優質生活

我國未來應創造適合高齡者的優質生活，結合領先全球的硬體基礎，加值智慧與服務，外銷全球。台灣服務業有提供優質生活的優勢，因為台灣服務業擁有製造業的2倍產值、5倍附加價值和100倍的市場空間，加來等同未來將有千倍機會的留待各界發掘。

活力老化最重要關鍵：零失能

行政院2015年通過「高齡社會白皮書」，指出未來不僅要照顧佔高齡人口16.5%的失能者，更要讓其餘83.5%的健康、亞健康族群活力老化。

要解決超高齡社會扶老負擔加劇之財務困境，最簡單的方法就是「讓老人不老」、「而不老」的重點就是「零失能」，也就是致力於延長「健康餘命」，而非只著重於平均餘命的延長。

想達成零失能的目標其關鍵就是「失能預防」工作之落實，以預防失能為主體來設整個照護、醫療、環境。除了中風，絕大多數失能是緩慢發生的，只要找出身心機能下降的因本，就可逐一設計預防失能的策略，如運動、優質飲食、認識訓練、增加社會參與及慢性病管理，串聯出完善的照護體系。

借鏡日韓經驗與長照財務規劃

借鏡比台灣更早邁向超高齡社會的日本，日本厚生省強調社區照顧的重要性，日本1990年代發展在宅醫療，致力在30分鐘療程內建構「養生照護園區」，提供機能完善的生活圈，協助高齡就業並重新建構社區醫療照顧，讓長輩得以在熟悉幻境老化。

韓國目前的長照服務包括安養機構內照顧和居家服務，未來將進一步擴大服務對象、整合家庭、社區與醫療資源。

聚焦退休經濟，光等政府還不夠

退休後，有健全財務規劃，才能享受優質的高齡生活品質，早些規劃養老年金及長照保險，也可因應長照保險之不足。世界銀行建議，政府、雇主、個人在退休負擔比例應分別佔4:3:3，但過去調查國人態度則為1:2:7。顯示台灣民眾普遍認為退休是個人責任，對政府財務之負擔期望低。但國人退休理財態度保守，雖近八成表示有家庭理財規劃，但以保險、定存為主，恐難因應通貨膨脹。此外，也低估退休後之花費，一般預期每月生活費低於3萬元，但根據主計處調查，65歲以上戶長每月支出3.7-9.7萬元。

科技加醫療因應超高齡的兩解方

而對人口老化，應用科技也是良好解藥，日常生活的不便性可以用科技發明協助從用餐、坐輪椅、到居家安全，皆可應用雲端科技來協助。

翻轉醫療觀念，從治療轉為照護

高齡社會將呈現截然不同的健康問題

和醫療需求，挑戰醫療體系及健康體制極限。健保署應及早因應財務問題。

目前全國有9縣市老人人口超過20%，高齡化將會增加健保醫療費用支出，若要減少醫療支出，根本之道是讓長者活得健康、活得好。

醫療費用支付方式可以檢討「論人計酬」的方式，改變傳統「論量計酬」讓醫療院所願意投入「做越少醫療行為使病人痊癒」，反而可以獲得更多健保補助，就是提早作健康促進，及減少無效醫療之費用。

整合老人醫學的照顧，讓醫、護、復健、社工等專業人員以全球照護為理念，讓「能治的病快好、不能治的不惡化」。並減少無效醫療增進安寧照護之比例。有些老人並應用轉觀念從「治療(cure)、變成照顧(care)」建立周全照顧，才不需病人失能了再用昂貴新藥、高科技療法延長生命。

將病人所需之醫療照顧逐步深入社區，而不要集中在大醫院；但台灣現在大醫院仍停留在擴床的舊思維，造成許多瞎忙，窮忙的醫療服務。

讓醫療進入社區，回歸治好「一個人」而非「幾種病」的初衷；再加上每個人改變「老病」的觀念，相信自己必可創造鮮活，飽滿的高齡生活。

