

金城社造活躍老化健走趣

根據金門縣總人口數統計，截至去（一〇六）年底止，本縣六十五歲以上老年人口，計有一萬六千七百零七人，約佔全縣總人口的百分之十二點一七。因此，為延遲老化及促進老人健康，金城社區健康營造中心昨（十）日舉辦一項「活躍老化健走趣」活動，且是春天的早晨好時光，吸引老中青少一起結伴參加，走出健康、走出幸福，以及達到老就要動的「活躍老化」效益。

隨著春天的腳步來臨，處處洋溢著春意，是最適合走出戶外踏春，尋幽探春的好季節！金城社區健康營造中心推出的「活躍老化健走趣」活動，係依據一〇七年社區健康營造計劃執行活躍老化健康議題辦理及在昨天舉行，健走路線由體育館大門口出發後，沿著浯江橋路口來到夏墅社區-鄭成功-夏墅產業道路，然後折回體育館，全程約四點二公里，並且沿途可欣賞美麗的海景，更可遠眺建功嶼及田野、市區的極佳景致。

與春神相約！金城社造中心表示，這項活躍老化健走趣活動在帶動暖身操之後，就一起結伴開始健走，參加者不分老少共襄盛舉，希望藉由活動的凝聚力，並邀約同好一起參與，達到活到老就要動的效益，參與者有夫妻檔、祖孫檔、兄妹檔、母女檔，大夥都是為了健康而走出戶外，加上天氣好，空氣清新，精神百倍的走完全程。

另，縣府為減輕家庭照顧負擔，發展照顧服務支持體系，推出有居家式照顧失能老人居家服務、縣府補助九十歲以上使用居家服務長者自付額、獨居老人的送餐服務、獨居老人緊急救援系統、老人交通接送服務、在社區（式）日間照顧服務、配合高齡友善城市輔導本縣各協會、社會福利團體設置社區關懷據點、老人育樂休閒及老人福利，提升老人生活品質。

此外，縣府社會處在未來老人福利推動重點工作，除廣續推動「長期照顧十年計畫2.0」，以及佈建社區整體照顧體系（長照ABC），扶植本縣已從事長期照顧服務之單位擴增服務項目，也將加強培訓居家服務員及督導員教育訓練、資格及考核規定，提昇居家服務之服務品質，維護受服務者之權益。而且，將積極拓展與推廣各村里設置照顧關懷據點，提供在地的初級預防照顧服務；配合高齡友善城市廣續推動各社區照顧關懷據點、社區發展協會或社會福利團體辦理社區老人共（送）餐之計畫服務。

記者

楊水詠

