

圓夢社區復健中心課程~三月份



週一~週五~產業治療



週一~週五~農藝治療



週一~週五~廚務訓練



週一~烘焙訓練



週二~體適能瑜珈



週三~讀書成長團體



週三~生活討論團體



週四~英語會話團體



週四~健康舞蹈團體



週五~卡拉OK團體



週五~心理諮商團體



週六~微風市集~產品行銷

社團法人高雄縣心理復健家屬關懷協會

理事長：王桂菲

總幹事：陳仙季

地址：高雄市鳳山區大東一路127號4樓

電話：07-7430936

傳真：7458535

社團法人高雄縣心理復健家屬關懷協會附設圓夢社區復健中心

負責人：張裕城

地址：高雄市鳳山區大東一路127號3樓

電話：07-7439321、07-7990321

傳真：7470138





社團法人高雄縣心理復健家屬關懷協會

The Association for the Family with Mental Illness and Rehabilitation of Kaohsiung County

中華民國一百年三月 第五期

發行人:王桂菲

總編輯:陳仙季 編輯:梁政豪

會址: 高雄市鳳山區大東一路127號3樓

電話: 07-7430936

傳真: 07-7470138

E-mail: x12762002@yahoo.com.tw

網址: www.cilifuza.org.tw

郵政劃撥帳號: 41812062

戶名: 高雄縣心理復健家屬關懷協會

目錄:

- 歲末聯誼 ● 公聽會 ● 捐款篇 ● 社區參與
- 工作計畫 ● 實習篇 ● 農場篇 ● 衛生教育
- 福利篇 ● 活動訊息 ● 圓夢園地 ● 中心課程



精障朋友揚眉兔氣—
舞曲保佑表演



慈惠護專馬榮梨老師頒贈摸彩品

感謝有你

感恩的心感謝有你伴我一生讓我有勇氣作我自己

感恩的心感謝命運花開花落我一樣會珍惜

孫澄淑

這一首歌道出了我們無盡的感激，回首這一年的時光，我們有著共同美好的回憶，一起參加了數十個活動，從白天到晚上，甚至於共同渡過一個美好的夜晚，這一夜我們的距離更親近也更加瞭解彼此。尤其在樂活運動體驗營中，看到許多學員願意體驗自我極限挑戰高空獨木橋，不禁令我敬佩，征服後的成就感與喜悅是我們未能克服自我恐懼的人所無法體會的，其實我想說的是你們好棒！

為感恩這一年來學員、家屬及工作人員的努力與慶祝自我的成長，感謝高雄市身心障礙聯盟前理事長葉理事長崇堅先生的支持及中信大飯店優惠價格，得以在此舉辦歲末感恩聯誼活動，這次的活動有將近130人出席，每一位出席者代表著本會的支持與認同，這也代表著本會受到更多的學員與家屬的支持，我們甚感榮幸。期待更多的社會人士及精神障礙朋友、家人認同，使會員人數日益增加，如果你也認同我們的努力，請給我們一點掌聲，讓我們知道你的心意，也使我們得以被更多的人「看見」。

特別感謝社團法人高雄市身心障礙聯盟前任理事長葉理事長崇堅先生及賢伉儷、高雄市社會局陳綉裙專員、李雅靜、楊見福、張漢忠等議員、許智傑區長、慈惠醫院、凱旋醫院、研林有限公司、社會人士捐贈摸彩品及特別撥空出席歲末感恩聯誼活動及精障朋友精采的節目表演，以行動支持並給予我們肯定。在未來的日子裡，我們將更努力來讓精障朋友也有「心盛」的生活。



社團法人高雄縣心理復健家屬關懷協會

The Association for the Family with Mental Illness and Rehabilitation of Kaohsiung County

100年度工作計劃

本會於100年度推動工作計畫，經理事會第五次、第六次會議討論其決議工作重點為因應高雄縣市合併，服務幅員廣大，精障者人口數增加，希望透過家庭關懷訪視，去了解家庭生命週期轉銜階段的需求，作為未來本會提供服務方向，而社區精神障礙者暨家庭主要照顧者的教育課程，其授課老師為家屬，由家屬帶領家屬，因相同的心路歷程，更能激發互相學習意願，提升對疾病知識、社會資源與自我調適能量，當他們能深入了解影響疾病因素，對治療不易產生疑惑，當能熟知資源，適當運用資源，使病人、家屬參與治療越多，則痊癒越高，最終達到他助－自助－助人的目的。

執行時間	工作內容	預期服務效益
1月~12月	(一) 推展日間型精神復健機構圓夢社區復健中心	55人 9,600人次
1月~12月	(二) 個別家庭支持服務及網絡建構	40家庭
1月~12月	(三) 推展綠色活力園一身心障礙者農場	15人 2,600人次
1月~12月	(四) 辦理精神障礙者社區居住與生活服務1.喜愛家園2.臻愛家園	11人 3,900人次
1月~12月	(五) 辦理社區化就業服務	穩定就業 6人 推薦成功就業 12人 受益個案 25人 職場開發 22家
1月~12月	(六) 辦理社區家庭關懷訪視	440家庭
4月~11月	(七) 『家連家』家屬教育課程(4場)	390人次
4月~11月	(八) 「New A Meaningful Day」精神障礙者教育課程(4場)	600人次
2月6月9月	(九) 親子休閒娛樂與聯誼活動(3場)	500人次
5月~11月	(十) 自信培力~心理諮商團體(4場)	380人次
8月9月	(十一) 組隊參加第七屆建心盃才藝比賽	60人次
9月	(十二) 組隊參加第二十屆鳳凰盃運動會	120人次
11月	(十三) 組隊參加國際身心障礙者日比賽活動	50人
1月~12月	(十四) 高雄市精神疾病嚴重病人指定保護人業務	
1月~12月	(十五) 接受政府委託辦理有關精神障礙者之相關業務	



圓夢社區復健中心品質管理會議



方案執行工作團隊會議



社團法人高雄縣心理復健家屬關懷協會

The Association for the Family with Mental Illness and Rehabilitation of Kaohsiung County

福利篇

社會福利不縮水

高雄縣市已99年12月25日合併，二十項福利措施從100年01月01日起擴大實施。老人、身障者、低收福利多，屬於社會局業務有十六項、勞工局三項、衛生局一項。包括六十五歲以上老人健保費全額補助、身障者與老人免費搭乘公共車船、生育津貼、身障者自力更生補助、職訓托兒托老補助、老人免費裝假牙。此外，擴大實施的福利措施還包括低收入戶三節補助、中低收入老人生活津貼、中低收入身障生活補助、中低收入特別照顧津貼等。高市社會局表示，除了生育津貼須於新生兒報戶口時領取外，其餘的福利措施無須再向社福單位提出申請，符合條件者自動生效，若民衆有疑問，可向各區公所洽詢。

在國小營養午餐免費部分，只要就讀高雄市的國小學童，不論家境是否清寒，一律適用。但因為教育部的政策大轉彎，明年一月一日起，國小營養午餐恢復收費。婦女請領生育津貼只需設籍高雄市一年以上，不論是否為婚生子女，每胎都可領六千元，若第三胎以上則每胎加碼至一萬元。

★縣市合併後福利共享部份

福利項目	福利內容
婦女生育津貼	設籍高雄市一年以上，不論是否為婚生子女，每胎都可領六千元，若第三胎以上則每胎加碼至一萬元。高市旗津區因為污水處理廠的回饋，婦女可多領一萬元的生育津貼
老人免費裝假牙	限定六十五歲以上市民，至指定篩檢機構進行口腔篩檢，符合雙顎全口無牙者可公費補助裝置假牙。
低收入戶三節補助	春節、端午、中秋 每節每戶各2,000元。
65歲以上老人健保費全額補助	設籍本市滿1年以上且年滿65歲以上參加全民健康保險之市民。補助健保費自付額，每人每月最高補助659元
身障者與老人免費搭乘公共車船	◎免費搭乘市營公共車船及捷運半價優惠 1.免費搭乘市營公共車船，每月120段次，滿120格次後半價優惠。 2.捷運半價優惠。 3.屆齡65歲長輩，可提前於生日前二個月辦卡。
輕、中度身心障礙者之健保費補助	1.極重度及重度：健保自付額全額補助(由中央政府全額補助) 2.中度且設籍本市滿一年者：保費全額補助 3.中度但設籍本市未滿1年者：中央政府補助1/2，另外1/2自費。 4.輕度且設籍本市滿1年者，保費由本市全額補助；輕度但設籍未滿1年者，由本市補助1/4，另外3/4自費。

市府考量縣市合併後希望無縫接軌，民衆不會因為合併有重大影響。其它尚有多項身心障礙福利政策，如生活津貼、經濟補助、居家服務、就業服務、社區服務等可洽詢「四維行政中心」（原高市府聯合辦公大樓，電話：3368333）或「鳳山行政中心」（原高雄縣政府，電話：7995678）

★另設新市民專線

至於原高市實施成效良好的1999市民專線，由於線路設備擴充不及，居住於原高縣的民衆仍無法免費撥打1999專線，市府緊急申請0800733833免付費電話，可直接連結1999話務中心，在原高縣的民衆不論以市話或手機撥打這個專線，享受與1999同樣的服務。



社團法人高雄縣心理復健家屬關懷協會

The Association for the Family with Mental Illness and Rehabilitation of Kaohsiung County

公聽會 高雄市慢性精神障礙者之現況、困境與展望

100年3月19日高雄市議會舉辦公聽會由黃石龍議員主持，受邀參與（一）、政府機關：高雄市政府社會局、勞工局、教育局、衛生局。（二）、專家學者：長庚醫院精神科徐淑婷醫師、國立屏東科技大學社工系助理教授陳南潔、樹人醫護管理專科學校助理教授王道鵬、中華民國殘障聯盟秘書長王幼玲。（三）、社會團體：高雄市身心障礙聯盟理事長黃國良、高雄市築夢關懷協會常務監事陳東富、高雄市小草關懷協會執行長楊沛琦、高雄縣心理復健家屬關懷協會總幹事陳仙季。（四）、高雄市議員：蔡金晏議員、陳麗珍議員…

本會針對此次公聽會提出精神疾病之就醫與就業觀點：

- 〈1〉目前慢性精神障礙者人口數，依據內政部統計處發布99年底領有身心障礙手冊之慢性精神病患者計11萬0,809人，失能分布情形如下

★慢性精神病失能程度分布

等級	定義	人數	百分比%
輕度	職業功能、社交功能輕度退化，在協助下可勉強維持發病前之工作能力或可在非庇護性工作場所工作且勿需他人監護即具日常生活自我照顧能力者。	27,520	24.83
中度	職業功能、社交功能退化，經長期精神復健治療，可以在庇護性工作場所發展出部分工作能力，亦可在他人部份監護維持日常生活自我照顧能力者。	63,029	56.88
重度	職業功能、社交功能退化，施以長期精神復健治療，以維持日常生活最基本自我照顧能力，並需他人監護者。	18,764	16.93
極重度	職業功能、社交功能、日常生活功能退化，須完全仰賴他人養護或需密切監護者	1,496	1.36
總數		110,809	100

若依縣市別區分慢性精神障礙者，新北市1萬5161人，占13.68%最多；高雄市1萬4834人，占13.39%居次；台北市1萬3976人，占12.61%第三位。

- 〈2〉100年1月底中央健康保險局的統計資料申請慢性精神病重大傷病卡者有206,724人其中有9萬5915人未領手冊。

- 〈3〉依照內政部統計資料中度精神障礙者人口數占56.88%最多，需要長期精神復健治療之後銜接庇護性工作。輕度精神障礙者人口數占24.83%，可協助到一般職場就業。重度精神障礙者占16.93%，須長期精神復健治療。極重度精神障礙者占1.36%，需要到養護機構長期照護。



社團法人高雄縣心理復健家屬關懷協會

The Association for the Family with Mental Illness and Rehabilitation of Kaohsiung County

公聽會 高雄市慢性精神障礙者之現況、困境與展望

〈4〉現階段精神疾病朋友『就業』困境有（一）精神障礙者工作技能不足、工作態度不佳或受症狀干擾、溝通困難、社會烙印、受長期服藥的影響。（二）政府制度面適合精神障礙者職業訓練及庇護性就業資源少、推動支持性就業服務不友善條件限制、針對精神障礙去汙名的宣導不足。

〈5〉現階段精神疾病朋友『就醫』困境有社區精神復健仍分布不均，偏遠地區缺乏日間照顧服務及社區個案參與復健治療動機不足，雖然高雄市衛生局有補助參與社區復健的個案每日膳食費25元，但誘因不高。

本會建議：1.政府對支持性就業服務應不同障別，擬定不同績效評鑑標準。2.除了清潔、廚工及洗車的職訓之外，能增加適合精障職訓種類。3.明年ICF實施積極為精神障礙者正名，逐步導正民衆刻板印象。

摘要學者的建議：（一）長庚醫院徐淑婷醫師指出精神障礙朋友極需要復健治療以長時間有參予治療者10年後疾病穩定度會增加。（二）王道鵬助理教授指出精神障礙者家屬長時間照顧心理承受壓力大於其他障別家屬，社會應給予鼓勵。（三）陳南潔助理教授指出精神疾病患者急性其住院而介急性至緩和期之間，政府應提供中繼站的轉銜服務，目前社政單位缺少了這個環結，社會沒有提供精障友善環境，政府應教育社會大眾縮短和精障者的隔閡，讓社會更能接納並創造友善環境。（四）王幼玲秘書長認為公部門不同意精障者當公務人員，不同意其報考公務人員，對精障者不公平的歧視。

高雄市身心障礙聯盟問卷160份資料分析：（一）精障者就業困難因素：1.工作地點太遠。2.技能不足無法勝任。3.擔心別人知道自己有精神疾病。4.時間與體力無法配合。（二）雇主接受度不高因素：1.怕精障者穩定度不夠。2.怕精障者穩定度不持久。3.怕情緒不易管理。4.怕影響其他同事。5.怕影響企業形象。（三）就業成功個案關鍵因素：1.家屬支持。2.精障者自我成長動機。3.友善的社會環境。4.企業支持。5.同事支持。（摘自高雄市身心障礙聯盟統計資料）



黃石龍議員主持公聽會



總幹事陳仙季代表本會提出
精障者相關就醫與就業困境



社團法人高雄縣心理復健家屬關懷協會

The Association for the Family with Mental Illness and Rehabilitation of Kaohsiung County

實習篇 就業服務實習的收穫與體會

高師大復健諮商所實習生陳嫻婷

很感恩有此機會可以來心理復健家屬關懷協會進行就業服務實習，也非常感謝總幹事仙季姐及就服督導士玲姐的熱情教學，這段就業服務實習讓我不管在就服專業上或是人生經驗上都有很豐富的收穫。

回顧在就服實習期間所經驗到的點點滴滴，還是覺得相當新鮮。頭一天跟工作人員及學員一起上 C P R 課程，讓我回憶起大學時光：到綠色活力園採小蕃茄除了感受到陽光普照的溫暖，也看到學員用自己的力量在學習自食其力；圓夢復健中心的產業治療也讓我觀察到縱使一個生病的精障者，也能靠著做代工而讓自己回復到更好的狀態，這是個幫助他們回歸社區的橋樑：就服系統的再次學習、實際參與就業機會開發、為個案連結合宜的相關資源、職場密集輔導、觀摩就服員為個案做心理諮商、親自與個案晤談做資料的蒐集、與護理師陪同個案回診、跟隨就服員拜訪廠商…等，都是我這段期間所經驗的就服專業，這樣的直接接觸遠比書本知識或他人陳述來得更真實、有趣，而經過了這段就服實習期間，也讓我對生命有了更深一層的感觸與體悟，看待一個人可以用更多元的角度去解讀與欣賞。



就服督導指導實習生

精障者在台灣就業市場仍有諸多困境，除了外在社會環境的壓力與歧視讓他們在社會上立足困難。個案本身的服藥順從性也左右了病情的穩定與否，另外體質的脆弱性讓他們對壓力事件反應敏感，在個案病況不佳時，所呈現的職場工作效能也相對較低，此時就服員就得到個案工作現場安撫個案，並且一起討論工作狀況和詢問就醫及用藥狀況，常常因為他們的病情，造成職場狀況層出不窮，以致於穩定就業困難，所以也有結案困難的狀況。因此，若政府要更照顧精障者的就業，勢必得想出或規劃更符合精障特性的工作模式。我個人覺得庇護性就業不失為讓個案在職場裡更穩定工作的方式，在受病況影響時個案可以養病，而狀況好時，又可以回庇護工場工作，不用擔心會失業的問題，若個案就業情況良好還可以試試支持性就業，讓其到競爭性職場工作。我想唯有提供多元選擇，個案才能有更多機會從工作上獲得成就感及其所想要的經濟報酬。

支持性就業除了就服員對個案的幫助之外，我想雇主對精障者不排斥也是他們在職場中工作可以長久的因素，就服員也要讓雇主看到個案一直有在努力，增加雇主雇用精障者的信心。而家人的支持度除了決定個案的病情穩定與否，家庭關係良好會讓個案在情感上有所依附，使得個案更有安全感，所以也要時常對精障家屬提供關懷與鼓勵，讓他們在陪伴的過程中更有力量。



社團法人高雄縣心理復健家屬關懷協會

The Association for the Family with Mental Illness and Rehabilitation of Kaohsiung County

捐款篇 捐款芳名錄100/1/1~100/3/31

楊世昌	2,000	黃語義	300	邱建銘	3,600	蕭玉桂	3,300
許丹榕	1,000	許芳瑞	2,300	蕭秀鳳	900	無名氏	1,000
簡鈺樺	3,000	賴秀妮	3,600	蔡振明	1,400	莊家	1,000
涂瑞德	2,000	王雅萱	3,600	吳巖雄	1,000	林貴鳳	3,600
李秀嬪	5,000	陳佳杏	3,600	市長陳菊	80,000	魏湘玲	3,600
黃謝麗玉	500	柯淑芬	542	妍林貿易有限公司	9,000	張毓仁	3,600
左宜文	2,250	黃益文	2,000	無名氏	1,500		
林義評、林峻宇、 林欣瑀、林勝夫、林張簡秀霞			9,000	富邦人壽保險 股份有限公司			590

捐款篇 捐物芳名錄100/1/1~100/3/31

顏鐮鎔—吹風機	二台	楊見福議員 電風扇	乙台
陳秀玉—熱水瓶	乙台	張漢忠議員 電風扇	乙台
陳振發—二手電腦主機、螢幕	乙台	高雄市身心障礙聯盟 理事長葉崇堅—禮品	2份
許智傑區長—禮品	乙份	李雅靜議員—禮品	乙份
研林貿易有限公司—手提音響	乙台	陳慧文議員 陳慧娟代表—禮品	3份
無名氏—禮品	42份	靜和醫院陳佳田院長—禮品	2份
王桂菲理事長—禮品	2份	凱旋醫院簡政軒職能治療師—禮品	乙份
成渝英—禮品	2份	慈惠醫院附設社區復健中心—禮品	5份
高雄市合德慈善會—白米(4kg)	30包		

活動訊息

100年02月17日 元宵節特別活動—高雄燈會藝術節	100年3月19日「精神障礙者現況、困境與 展望」高雄市議會公聽會 活動地點：高雄市議會
100年02月22日 真愛之旅 高雄燈會藝術節賞煙火	100年3月19日 336愛奇兒花車嘉年華會 活動地點：高雄市中正文化中心
100年2月25日 拈花惹草話心情—園藝活動團體 課程內容：藉由參與園藝團體得到愉悅的感覺 ，並從照顧植物中提升成員生活功 能，以促進正向人際互動。	100年4月~5月『家連家』家屬教育課程8堂課 活動地點：鳳山區婦幼青少年館314室 活動時間：早上9：30~11：30
100年03月03日 愛∞無限 蕃茄捐贈給財團法人聖功社會福利 慈善基金會芥子園	100年4月~5月『家連家』家屬教育課程8堂課 活動地點：小港區山明里社區活動中心 活動時間：早上9：00~11：00
100年03月03日 英語課程開課 課程內容：此課程為學員自組課程，由曾就讀 基督書院主修英文的『學員』 David擔任課程講師。 課程時間：每星期四下午15：00—16：00	100年4月~5月『新有意義的一天』精神障礙 者教育課程10堂課 地點：小港區山明里社區活動中心 時間：早上9：00~11：00
100年03月07日 烘焙製作訓練開課 課程內容：培養烘焙技能、訓練一技之長、 創意力等工作能力的提升	100年4月~5月『新有意義的一天』精神障礙者 教育課程10堂課 地點：鳳山區大東一路127號3樓 時間：下午2：30~4：30



社團法人高雄縣心理復健家屬關懷協會

The Association for the Family with Mental Illness and Rehabilitation of Kaohsiung County

農場篇

金色奇蹟

管理員梁政豪

去年10月份，農場種植下每年必種植的黃金小蕃茄，只是今年與去年不一樣的是，今年是種植木齊市場上最夯、最受歡迎的“金童”黃金小蕃茄，一開始還猶豫不決，因為這個新品種是我第一次種植，農友種苗場的人跟我說，這品種很會裂果，這讓我懷著惴惴不安的心情，硬著頭皮把它買回來種植，當然囉，種植之前的準備工作是必不可少的，首先先把已經休耕3個月的土地重新翻土，這個工作是個勞力活，因為必須由學員操作中耕機，每一吋每一分的土地細細的翻土3-4遍，第2次翻土還須加入基礎肥料下去一起攪拌均勻，待翻土至第4遍以後，就需要整畦了，這個步驟就比較需要一些技術含量了，因為需要先以中耕機將各畦的區塊劃分出來，再來就需要學員們以鋤頭將溝裡的泥土耙至畦上，這個工作常常使學員們滿頭大汗，疲累不堪，學員及工作人員叫苦不迭。



以鋤頭將溝裡的泥土耙至畦上



休耕三個月的土地重新翻土

待各畦區塊整齊劃分好後，於畦上鋪設抑草蓆，以防止長雜草及保持土壤溫度，接下來就是正式準備種植“金童”了，首先以鏟子在畦的外圍兩邊挖大約4公分的圓洞，每個圓洞間的距離約20公分，這個步驟有些難度，有些學員挖的洞會在15-25公分之間徘徊，故須以厚紙板製作輔助工具，如此可提高正確度，再來就是以鏟子斜插入至洞中，並將鏟子翻正，如此就會有一個洞，就可將蕃茄種苗置入小洞中，加入約5顆有機肥料，並將土填平小洞，最後將土壓實就可。



以鏟子在畦的外圍兩邊挖大約4公分的圓洞



蕃茄種苗置入小洞中，加入約5顆有機肥料，並將土填平小洞

2個禮拜後就須為蕃茄們搭建他們要住的房子了，也就是立支架及架設網子，首先來個工作分配，依照學員的興趣與個別的工作能力，大家分工合作，有的幫忙用鐵槌釘支架，有些人幫忙拉繩子固定，功能較差的就幫忙拿支架放至定點，或遞遞工具等，等支架固定好後，最後將尼龍網固定在支架上，“蕃茄的家”就完成9成了喔!!



社團法人高雄縣心理復健家屬關懷協會

The Association for the Family with Mental Illness and Rehabilitation of Kaohsiung County

農場篇

金色奇蹟

管理員梁政豪



搭建蕃茄支架，用鐵槌釘支架



尼龍網固定在支架上，
“蕃茄的家”就完成了喔!!

時光冉冉，金童小蕃茄在大家的細心照顧下，經過了約72天後，終於迎來了豐收的季節，連平常較不願意參與農場活動的學員，都懷著喜悅的心情來到了農場準備採收黃金小蕃茄了，所有參與的學員及工作人員人手拿著一個容器，並將摘下的小蕃茄放置容器中，待容器滿了以後需集中至大方型籃中，我觀察發現手部功能及理解力佳的學員，採摘下來的蕃茄成熟度(顏色)夠，蕃茄蒂頭也能留在蕃茄上，雖然是這樣，但還是可以發現所有參與學員都興致盎然，努力學習，有在慢慢的進步中，待收工時間後，就準備將小蕃茄運送回復健中心整理了。



蕃茄成金黃色用人工採收一顆顆果實

整理的工作是需要細心與耐心的，必需以人工一顆顆用紙巾擦乾淨，並挑出破損的，或小顆的，由於需要很大的耐心，故有的定不下心的學員，常常坐不住，這時候就需要中心的工作人員協助了，有時候較大筆的訂單來臨時，更需要全體總動員，我很感動!!雖然庇護農場是我負責的，可是這是大家共有的農場，需要大家齊心協力，共同來支持這個農場!!我要感謝所有的工作人員與學員，沒有你們大家，沒有今天農場豐收的季節!!謝謝大家!!



大筆的訂單來臨，產品包裝一盒一斤



學員手工一顆顆用紙巾擦乾淨



社團法人高雄縣心理復健家屬關懷協會

The Association for the Family with Mental Illness and Rehabilitation of Kaohsiung County

他一雙翅膀～讓他自由飛翔 社工員海萍

（故事一）晴揚今年43歲，晴揚的爸爸在晴揚小時候就因病去世，媽媽獨力撫養姐弟三人，晴揚當兵退伍回到家後，開始產生幻覺，時常覺得旁邊有人在說話，慢慢的晴揚甚至產生幻影，晴揚會跟媽媽說有人常常跟在他旁邊，他的異常行為讓媽媽很擔心，去到醫院給醫生檢查後，才知道患有中度精神分裂病。

晴揚的姐姐從事美容工作，在工作時從樓梯上摔下來撞到頭部，導致癱瘓無法工作，媽媽今年已67歲，每天在一家地磚加工廠工作，因媽媽年齡已大，只能從事一些簡單的工作，因此薪資也不高，每月將近18,000元，一家四口只能依靠媽媽微薄的收入維持生計，每天當媽媽拖著疲憊的腳步回到家時，晴揚每次都會很難過的希望自己能有力量幫助媽媽。

晴揚的個性內向，是一個很會替別人著想的朋友，本會社工員在一次家庭關懷訪視中了解到家庭的問題與需求，故轉介晴揚到社區復健中心接受職業技能培訓，他來到社區復健中心很快的融入訓練課程，現在每天一很認真參與活動，希望先做好職前準備工作，之後，由就業服務員協助重回就業市場工作，希望能分擔母親養家的經濟壓力。



（故事二）曉欽在就讀專科學校時，因學業壓力太大，行為舉止慢慢出現行為異常，經醫生鑑定中度精神分裂病，曉欽的父母年齡都很大，再加上家中小孩眾多，父母無力照顧曉欽，每天只好任由他騎著腳踏車到處遊蕩，雖然明知騎車出去會有危險，但媽媽表示實在沒有力量照顧曉欽了，可是我們都知道媽媽還是很擔心曉欽的安全，本會社工員家訪之後，了解到家庭的問題與需求，即協助曉欽白天接受輔導與訓練。

剛開始工作人員開車接曉欽到社區復健中心上課，一段時間後就訓練曉欽騎腳踏車到中心，有時他會偷懶，要求媽媽帶他至中心上課，有一次曉欽沒有到中心上課，一整天都到處遊蕩，讓媽媽及中心老師著急，最後老師與媽媽達成共識，與曉欽約法三章，如今曉欽每天準時的騎著腳踏車到社區復健中心，以前一些不好的習慣，例如無節制的抽煙，不良的飲食習慣，都在中心老師細心的教導下，獲得良好的改善。每一個病友們其實都有一顆敏銳的心靈，他們只是暫時的關閉起來，就讓我們手攜手，為他們開啓心靈的窗，給他們一雙翅膀，讓他們能翱翔在藍天白雲上。





社團法人高雄縣心理復健家屬關懷協會

The Association for the Family with Mental Illness and Rehabilitation of Kaohsiung County

圓夢園地

社區參與



學員行銷農產品及關東煮
凱旋醫院園遊會



學員至社區關懷弱勢兒童
聖功社會慈善基金會芥子園頒感謝狀



參觀愛河元宵節燈會



搭乘愛之船遊旗津



至愛河觀賞放煙火之夜



學員參加336愛奇兒嘉年華活動



小動自彈自唱—歲末聯誼晚會



學員參加336
愛奇兒活動街頭舞曲表演



學員參加高雄市議會公聽會



旗津中午享用排骨飯



學員相約逛鳳山博愛夜市



至愛河觀賞煙火秀



「永遠記得你的好」生命教育團體後記

「生死教育」的意義就是以「死」反觀「生」，從有限的生命、生命的終點談起，讓學員體會生命的可貴、幫助學員超越生命的困難及突破生活的瓶頸。

Kastenbaum (1972) 曾提及，個體對於死亡所有的反思與思考，都是透過死亡的動物、人或植物而知覺，這樣的認知歷程，會讓個體意識到，在未來某一天的某一時刻，每一個人無可避免地都會面臨死亡。如果能對死亡抱持著坦然的態度，瞭解死亡是一個生命中無可避免的過程，那麼死亡可以刺激人們思考生命的價值，建立積極的人生觀。

當復健開始回歸到學員人本的同時，復健課程的設計也應同步地面對生命教育之於學員的重要性。在這四次的生命教育課程中，心理師選擇了以繪本的方式，帶學員進入生命教育的思維中，經由故事的情節推展，讓學員體驗並思考人一生中的生、老、病、死，透過討論、發表與分享，建構學員面對生死積極且正面的態度。

瞭解何謂死亡，才能瞭解生命的意義。這是海德格「向死而生」的哲學，面對死亡的態度，也就是面對生命的態度，如果面對死亡可以用正向積極的態度，有意義的度過死亡前的日子，則面對生命就可以用這樣的態度，生命自然會發光發亮。當學員能有積極面對死亡的態度時，會使學員能夠幫助別人，因而將自己與社會連結起來，追求更有意義、目的的人生，當學員能瞭解死亡、面對死亡、接納死亡時，學員也將會更熱愛生命。

很特別的是在四次的課程中，有二次學員都談及到精神障礙的標籤效應，從學員的分享中，可以瞭解到學員對自己的認知與家人對自己的認知相差頗大，在家人(社會)眼中，精神障礙者被視為喪失判斷力及處理事務的能力，只要能照顧好自己就好，因此幾乎不會期待當事人對家庭產生貢獻或付出，這一點特別在從某學員分享的感觸「他們都不會問我的意見」可以看出；然而，別忘了精神障礙者也是「人」，身為人活著就是要有期待、希望感，學員對自己是有所期許的，他們期許自己在家庭事件中是有功能的，如可以參與家族中重大事件的討論，許多成員在課程中亦提到「去標籤」化的心願，顯示「標籤」的效應不只在社會上就連精神障礙者家屬也常扮演局限精神障礙者的角色，剝奪他們基本的權利，如工作（在此指非關於賺錢能力，而在獲得成就感及社會融入）、家庭參與權等，這些或許比向社會發聲爭取公民權益之外更重要，因此協助精神障礙者爭取應有的「家庭權益」，得從家庭開始倡導起，這是本會需努力的地方，因此在100年4月開始，本會舉辦一連串的「家連家—家屬教育課程」，期待能將最基本的家庭權益從家屬的手中還給精神障礙者本身。



藉由柔軟的繪本故事「再見艾瑪奶奶」，帶領學員進入生死離情，深入生命旅程。



圓夢園地

侵襲性肺炎鏈球菌感染症之衛教 護理師黃雅萍

根據疾病管制局監視資料，今（100）年截至3月4日止，國內侵襲性肺炎鏈球菌感染症確定病例已達210例，相較過去三年同期之病例數（175例、185例、155例）有大幅增加之趨勢。自年初至今已有9例死亡，均為39歲以上的成年人。

冬、春兩季為呼吸道傳染病的好發季節，今年侵襲性肺炎鏈球菌感染症病例較往年大幅增加之原因，推測與年後氣溫偏冷，以及流感、腺病毒等上呼吸道感染症高度流行有關。民眾罹患病毒性呼吸道感染症之後，免疫機能下降，常發生細菌之繼發感染造成嚴重併發症，甚至威脅生命，肺炎鏈球菌即為繼發性感染常見病原之一。疾病管制局日前已呼籲民眾如出現類流感等上呼吸道症狀，應立即就醫及早接受治療，以避免死亡或後遺症的發生。

流感流行期間，民眾應加強預防流感及侵襲性肺炎鏈球菌感染症之感染，除特別注意呼吸道衛生與咳嗽禮節，以降低感染機會之外，最佳的預防方法仍是施打疫苗。疾病管制局自98年起針對5歲以下高危險群（罹患免疫不全等六大類疾病）幼童接種結合型肺炎鏈球菌疫苗，並已擴及5歲以下低收入戶幼兒及設籍山地離島偏遠鄉鎮99年以後出生幼兒；另自97年起提供全國75歲以上長者免費23價多醣體肺炎鏈球菌疫苗，疫苗目前仍有剩餘，民眾請逕洽各衛生局多多利用。若民眾不符合免費接種條件而有接種需求者，亦可自費接種，以降低感染機會。（以上資料摘自疾病管制局）

個人健康管理，讓你遠離病菌：

一、流感期：

- (一)出現發燒、肌肉酸痛、咳嗽等感冒症狀，請儘速就醫。
- (二)請戴上平面口罩(外科口罩)。
- (三)不上班、不上學、在家多休息。
- (四)勤洗手。
- (五)避免至公共場所，不搭乘大眾運輸工具。
- (六)多攝取溫開水及青菜水果。

二、您罩對了嗎？

- ◎平面口罩(外科口罩)。
 - (一)發燒或咳嗽的人。
 - (二)到醫院看病、探病、陪伴的人。
- ◎N95口罩
 - (一)只有照顧sars病人的醫護人員才需配戴。
 - (二)一般民眾不須戴N95口罩。



CPR教學及考試



社團法人高雄縣心理復健家屬關懷協會

The Association for the Family with Mental Illness and Rehabilitation of Kaohsiung County

圓夢園地

夥伴們~別害怕~向前走

阿西

時光冉冉，生病也已經第10年了，回想當初，本以為考上了國家特考，成為公務員以後，前途就會一帆風順，事事順利，哪知道因工作壓力大，又不知道如何適當紓解壓力，導致精神狀況差，伴有幻聽干擾、被害妄想等，直到最後被家人送往醫院治療，這一休養就整整約6年，期間很是感謝妻子的關心與照顧，讓我更有迎向陽光，重新走入人群的勇氣，在96年因緣際會，偶然得知『圓夢社區復健中心』這個單位，藉著妻子的鼓勵，我嘗試著參與社區復健工作，在復健中心裡我參加產業治療(代工訓練)、農務訓練，及各類復健團體。我告訴自己，雖然我生病了，但我不氣餒，仍然每天早上到『農場』學習種植蔬菜、水果的技能，我努力用心的參加工作訓練，期待著有一天能重回職場，希望用自己的力量與信念走出來。99年9月，偶然間農場老師告訴我，政府公告，『希望就業專案』於99年10月1日起在各縣市就業服務台受理登記，裡面就有包括農場的工作，我立即自告奮勇的告訴老師，我想參與這項工作，請老師協助我如何登記，老師帶我及另一名學員一同至就業服務站登記報名，也許是我的努力獲得肯定，幸運的我被錄取了，我真的很開心，但同時又很焦慮，因為會擔心自己是否能勝任這個工作，幸好老師不斷鼓勵我走出來，並告訴我只要用心學習，就會慢慢進步，不需要過度擔心。



參與希望就業工作後，我最顯著的進步就是生活規律化，每天早上5:30起床、刷牙、洗臉、吃飯後，6:30分就騎著腳踏車出發，於8:00之前抵達『農場』準備工作，因為我以前接觸的都是工科的，所以很乏味，但最近參與農場工作雖然辛苦，但可以體驗現代人很少接觸的田園之樂，享受著來自大自然的氛圍，身心靈亦開拓起來。在農場的工作包括操作中耕機、割草機、環境維護、蔬菜種植、蕃茄幼苗栽植後澆水、施肥到開花結果，這期間的甘苦對我來說，有時因工作太累，造成生理上的不適，進而產生幻聽干擾，還好依靠著同事、學員、老師的互相幫忙與支持，順利的克服難關，最後我也能成為小組長，帶領著其他學員一起工作，一同成長、學習。

感謝政府及老師讓我有這個機會參與『希望就業方案』-農場工作，讓我學習到了各項農藝技能，當然更感謝妻子的不離不棄，這麼多年來給予我鼓勵與支持，也增加了我對未來的自信心，讓我更有勇氣，認識疾病，面對疾病、最後與疾病共存。



教導其他學員如何除草





社團法人高雄縣心理復健家屬關懷協會

The Association for the Family with Mental Illness and Rehabilitation of Kaohsiung County

圓夢園地

最佳的推銷員

阿仁

每個學員都有自己的工作要忙，在圓夢社區復健中心，依學員的興趣安排相關訓練及課程，我喜歡田園生活，所以早上到農場工作，今年種植蔬菜有羅蔓、高麗菜、大陸妹，非常棒喔，另有金童蕃茄很受客人喜歡，因此學員建議在一樓門口設攤位，我們每天輪流在圓夢樓下販賣蔬果，每天販售蔬果的過程中，能與客人交換各自生活上的心得，並彼此學習與增加新知識。做生意講究的是和氣生財，賓主盡歡，從做生意當中，多賺點獎勵金，並期待有朝一日能有獨立生活的能力。

阿鳳

前一段時間到農場工作，之後，因膝蓋有退化性關節炎，屈膝工作不方便，所以負責賣菜，在微風市集賣菜跟蕃茄的這段日子裡，感謝梁老師每周六帶領著我一起去販售庇護農產品，面對來自四面八方的人，讓我有機會漸漸走入人群中，學習如何與人溝通的能力，進而能更加的融入社區生活中。與民衆互動中，發現許多人對精神疾病有諸多的誤解，很訝異精障者會種植蔬菜、蕃茄，碰到此情況，總是盡力解釋種植的過程及不使用農藥，讓民衆買農產品能安心與放心，逐步與他們拉近距離，這些體驗多是寶貴的經歷。



替代役退伍大家依依不捨

阿城

在一次不經意的經驗下，就是和梁老師、替代役、及學員阿鳳去微風市集賣菜，在行銷庇護農產品的過程中，增加了我與社區民衆接觸的機會，也看到了社會大眾對於精神障礙者，從一開始的刻板印象，到最後因為接觸次數的增加，進而瞭解，關懷與接納精神障礙者。今年農場的替代役要退伍了，綠色活力園又缺少了一個生力軍，農場將面臨人力缺乏的窘境，這讓我滿擔心的，也希望農場工作能有更多志工參加，能像慈濟那樣無怨的付出精神。



學習如何推銷產品



一顆顆金黃色蕃茄不施農藥，香甜又營養