

2000 字心得

在每次的志工服務中，感受及體悟的層面皆有所不同，此次部份期程是到新樓醫院擔任長者關懷及導引協助，在醫院服務的短暫志工服務過程中，從中習得許多醫療相關的知識，並充分地運用學習到的相關技能，實踐且運用在這次服務關懷對象的弱勢年長者身上，得到部份關懷對象心靈上的良善讚美回饋，受益頗豐。

在醫院服務的過程中，因去年也有在醫院其他部門服務過，在關懷服務的切入上也變得更加得心應手順暢，每當關懷對象詢問導引地點及特定診間時，自己也能夠快捷且正確應答，並引導到正確的方位，在主要服務的單位上，也了解到一些年長者在摔倒時要如何應對，因為對年輕人來說，摔倒休息一下，或許很快就能恢復活動自如，但相對於年長者來說，嚴重的話可能會引起骨折，有時還有可能添增罹病機率及導致死亡的風險，所以，若是家裡中有年長者時，就要跟年長者及照顧者宣導，從生活中的每一個小細節做起，可以在居家環境上增加一些防滑或相關安全措施，可降低年長者跌倒的風險及機率管控。

重點是在醫院的整個服務過程中，自己的心態也從之前會懼怕到醫院，到現在可以協助他人到診間看診或導引至復健診間及領取藥物，另外在居家護理中心也看到了許多有關死亡以及安寧病房的東西，自己在經過護理部時，也聽到安寧病房的病人想要拔管，所以在經過此次醫院的服務上，讓自己在面對生死議題上也有許多心境的改變，更懂得把握現在所擁有的，也更加珍惜自己生活周遭的人，也期許自己在未來變得有能力時，可以幫助那些有需要的人，並舉辦一些能與年長者互動的活動，期許他們多走出來，活動範圍不要侷限在自己家中，能與不同年齡層的人互動。

而另一個服務訪視關懷的地方，是社區關懷據點的社區長者，當然服務內容主軸分佈在人/事/地/物等等各方面的核心服務範疇。

在社區樂齡及長者關懷據點，服務層面更多元，而我大部分是實際參與外訪案家的行程，宣導防詐騙及訪視且紀錄下個案的生活居家環境，個案是否有慢性病程，需不需轉介其他社會醫療資源的介入，鼓勵個案若身體上若只有部分缺失微恙的長者，能自主行動無礙的，就要盡量多多外出走走，為自己奠定更美好的生活品質，相對地不會更進一步造成個案家庭生活上及社會資源上的負擔；也因為周邊社區除了既有的社區公園還另有一個更大的特色公園，在安全問題上無虞，所以，也鼓勵個案多多參與社區所舉辦的各項年節活動體驗，分享知能課程活動，還有簡易體適能的伸展運動課程，更藉由在每次的互動及分享中，讓長者願意敞開心胸，陳述且願意分享他們在生活中的辛苦點滴及樂趣，讓個案覺得【社會溫暖】處處可尋，處處都在，而反饋給我們的不只是身/心/靈的舒暢，且更加地豐富美好人生閱歷；另外，更會讓自己變得更有動力及思維充沛，活力滿滿，把之前在營隊當隊輔時的熱情都展顯出來，期望在未來

互動的過程中，讓對方能感受到正能量的喜悅傳達。

另外，訪視個案有時也會扮演一個傾聽的角色，因相互扶持的另一伴已經不在了，獨居老人也沒有人可以聊天或關懷，有許多年長者在得知自己身體生病的同時，只會更加封閉自己，不願出來與他人互動，孤獨面對未來的人生處境，桎梏的生活條件周而復始，不但讓人憂心，也會加速造成社會資源上的負擔。

當然，在這次的服務過程中，我還參與了許多動態的活動，陪老人跳健康操以及參與法式滾球的活動，在活動過程中，我看到了一位 90 幾歲的老奶奶，雖然年紀已大了，但她依然充滿活力，樂觀的面對挑戰闖關，對於每一項運動也是戮力完成，因此也期許自己未來歲數變大以後，也要擁有如此健康且有活力的心態，勇於接受及面臨各種挑戰。

總而言之，在每次的關懷付出及實際參與服務中，不管對象來自何種層面或是何種家庭，可能在需要給予的時間/空間/距離不盡相同，在每次執行任務時，適時地提供資源或分享，同時也警惕自己不要畏縮或輕言放棄，在面對困難時也要以樂觀的心態去面對，這麼做不僅可以幫助自己在面對困境時，能夠堅毅自己的續航力去解決眼前的問題，也會大幅提升成功的機會，當然友善的關懷及循環，更會締造美好祥和的社會氛圍。



圖一 與奶奶到市政府參加新春活動



圖二 到社區年長者家中探訪



圖三 幫爺爺量血壓



圖四 參與及協助社區樂齡活動



圖五 醫院引導

證明:


 台灣基督長老教會
 新樓醫療財團法人
 台南新樓醫院
 Tainan Shin-Lau Hospital, the Presbyterian Church in Taiwan
 台南市東門路一段 57 號
 No. 57, Sec. 1, Dongmen Rd., Tainan City, Taiwan, ROC
 電話(T): 06-2748316
 傳真(F): 06-2740493

志願服務學習證明書

茲證明 顏莉蕓 同學
 國民身分證統一編號 D223265345
 自民國 113 年 1 月 22 日至民國 113 年 1 月 26 日，於本院擔任志工，服務時數共計 30 小時。

機構名稱：台灣基督長老教會新樓醫療財團法人
 台南新樓醫院
 負責人：劉啓舉
 承辦人：吳惠玲

中華民國 113 年 1 月 26 日

醫院服務證明

台南市南區大恩社區發展協會
 學生服務證明書
 南恩社發組字第 11300016 號

茲證明 國立台北科技大學電機系 學生 顏莉蕓於民國
 113 年 1 月 15 日至 113 年 02 月 06 日共計 14 天，在本社
 區擔任志工一職服務總時數 56 小時，本協會特書此証以茲證
 明。

服務日期	服務事項
1 月 15 -16 日	社區長者節慶祝 兒童禮儀陪伴組
1 月 17-18 日	社區長者節慶祝 兒童禮儀陪伴組
1 月 19-20 日	社區長者節慶祝 兒童禮儀陪伴組
1 月 29-31 日	社區長者節慶祝 兒童禮儀陪伴組
2 月 01-02 日	社區長者節慶祝 協助社區發送物資給 弱勢家庭組
2 月 03 日	協助社區辦理寫春聯 活動組
2 月 06 日	協助社區長者參與社 區觀摩組

台南市南區大恩社區發展協會
 理事長 施國熙

中華民國 113 年 03 月 26 日

大恩社區服務證明