



台灣綠色養生學會會刊 10

第 10 卷第 1 期
發刊日:2019 年 3 月 4 號

理事長:許宏志
主任編輯委員:陳秋媛、黃柏銘、李英弘
總編輯:周均霈
會址:嘉義縣朴子市嘉朴路西段 6 號 5 樓
電話:05-3621000#2692
傳真:05-3628175
信箱:fgca100123@gmail.com

綠色養生在預防及延緩失能照護之淺見

黃柏銘/天主教若瑟醫院中醫科主任

長照 2.0

台灣因為人口老化和平均餘命的延長，增進照顧者和被照顧者的生活品質變成長照 2.0 中一項需要積極發展的延緩失能照護服務，它的目的是發展可近、普及、有效的社區預防照護網絡，服務的對象是以衰弱老人及輕、中度失能(智)老人為優先。預防及延緩失能照護計畫包括許多的實證方案研發與應用、社區指導人力資源發展和社區永續據點。

而本學會成立宗旨以建構與植物相關之綠色環境和活動設計，維護人類身心靈整體健康的推廣，並促進綠色養生之發展，剛好可以配合並充實長照 2.0 中延緩失能照護計畫推廣。不過目前台灣園藝活動的推廣大都由民間團體單方面執行，與政府相關單位合作推廣上並不充分。所幸日前本學會通過勞動部的人力發展品質管理系統(TTQS)評鑑，是台灣第一個通過 TTQS 評鑑的專業園藝治療與養生之學術團體，往後在人力的培養可以盡一份心力。



圖示長照十年計畫 2.0-預防及延緩失能照護計畫

(二) 佈建社區特約服務點

年度	服務對象合計	衰弱老人人口數	65歲以上輕度失能人口數	服務據點 (全國7,851村里) 【4年目標：每3里設1點】	服務人數 (涵蓋率)
106	149,340人	24,746人	124,594人	1,000處	45,000人 30%
107	156,827人	25,986人	130,841人	1,500處	84,375人 54%
108	164,637人	27,280人	137,357人	2,000處	112,500人 68%
109	172,999人	28,666人	144,333人	2,500處	140,625人 81%

備註：

1. 衰弱老人人口數：以長照2.0核定版計畫。

2. 65歲以上輕度失能人口數：以65歲以上失能人口數之30%計算。

3. 服務人數=服務據點數×期數×班數×15人/班

【期數/班數：106年以2期/每期每據點平均1.5班計算，107-109年以3期/每期每據點平均1.25班計算。】

1. 服務人數涵蓋率=服務人數/服務對象合計

國際會議經驗

筆者在 2018 年曾參與二次關於健康預防的會議，The 6th International Health Literacy Conference 是由亞洲健康識能學會(AHLA)、 歐盟團隊與台灣學者邀請中國、日本、越南、巴基斯坦、印尼、印度、吉爾吉斯等亞洲十餘個國家，共同推動亞洲國家間社會文化與衛生的合作，其健康識能的研究已成為公共衛生、教育文化、社會發展以及提升整體醫療保健成效的關鍵。我等投稿“Evaluation of the Five Senses of Traditional Chinese Medicine in Long-Term Care by Horticultural Treatment in Taiwan” 「從園藝治療談中醫五感在台灣長照的應用」，是 173 篇論文中唯一有談到園藝相關主題的論文。

世界華人地區長期照護會議，自 2002 年開始每年於不同地區舉辦，第 15 屆研討會在香港理工大學圓滿召開，邀請來自兩岸四地、加拿大、澳洲、日本等從事長期照護的專家、學者、管理者及專業人員共 700 人齊聚一堂，就長期照護問題交流討論研究與服務成果及心得分享。台灣 150 人報名參加與會，福利基金會執行長鄧世雄醫師開幕致詞，並邀請臺北市立聯合醫院黃勝堅總院長分享台北經驗，口報 35 篇及海報 98 篇論文，188 篇大會論文中提到園藝相關主題有兩篇，分別來自台灣和香港。雖說這兩次會議主題非直間關於園藝治療，但皆與健康養生相關，我們以為園藝與人體活動可以進行更深入的結合，開拓多元的健康領域。



台灣天主教失智老人社會福利基金會執行長鄧世雄醫師(世界華人長期照護聯會常務副會長兼秘書長)開幕致詞

預防及延緩失能照護方案

預防及延緩失能照護計畫中主要在於人力培養和實證方案的研發，衛生福利部在 2017 年分兩階段審查公告「預防及延緩失能照護方案研發及人才培訓計畫」，2018 年則授權各縣市地方政府自審公告。不過在 2017 年第二階段公告 107 項方案中有 3 項計畫納入園藝活動。本會林儷蓉講師主持「園藝生命回顧課程」方案，以園藝植物及相關藝術等為活動組成元素，配合 Erikson 提出的生命週期階段為討論主題，以隱喻方式協助參與者思考自我生命歷程及意義。活動主題包括種子盆栽、菜園計劃、植物童玩製作、家庭菜園、植物面具製作、組合盆栽、植物的繁衍-扦插及修剪、蔬菜煎餅、除蟲妙方~蒜頭辣椒水製作、花草茶、鮮花草許願卡等。「宜蘭社區失智症長者非藥物性治療-懷舊園藝治療對認知功能的促進」，活動主題有相見歡-綠野仙蹤、香草菲菲(感官刺激)、我的水晶寶盆、豆豆大集合、菜菜子發芽記、介紹五行花藝製作組合盆栽、藥草養身、壓花卡片、迷你花園-多肉植物、水草盆栽等。新北市大樹社會福利基金會邱綺漪主持的「采采長憶園藝治療」方案中介紹大放藝彩(尚水的花)、花憶花藝、押花素材創作、無毒多肉植物製作療癒盆摘、製作種子育苗盆、使用植物種子製作舒壓棒、移植育苗盆植物並以飾品佈置小盆栽、造就幸福(守皂快樂)等活動。

討論與建議

由預防及延緩失能照護計畫和國際會議經驗中推知園藝活動的發展多在綠色植栽或園藝專業中進行推廣，不過園藝治療畢竟是追求綠色養生，植物與人身心的結合互助，衛生健康與環境安全都更需探討，才能更擴大推廣園藝於人心。台灣綠色養生學會基於是第一個通過勞動部 TTQS 評鑑的園藝專業團體，有助於培養更多有利於此的人才。

參考資料

1. 長照 2.0 網站，預防及延緩失能照護服務，
(<https://1966.gov.tw/LTC/np-4025-201.html>)
2. The 6th International Health Literacy Conference: A Health Literate Asia and Beyond, 25th - 27th October 2018, AHLA, Taichung City, Taiwan.
3. 第十五屆世界華人地區長期照護會議，2018年11月29日至12月01日，世界華人地區長期照護聯會，香港理工大學。



圖示衛福部預防及延緩失能照護方案及師資人才



圖示衛福部預防及延緩失能照護計畫專區