

老人安養中心之休閒娛樂

篇名：

老人安養中心之休閒娛樂

作者：

蔡舒琪。高雄縣立福誠高中。高二 4 班

嚴唯甄。高雄縣立福誠高中。高二 4 班

胡嘉婷。高雄縣立福誠高中。高二 5 班

壹●前言

在現代的國家中，不只台灣，已經有許多國家陸續進入了高齡化社會。人口的老化，使我們不得不該重視這方面的問題。現代人因為種種因素，在不得已的特殊情況下，將老人送進安養院等的相關機構。收容機構因而成了老人的看護者。除了健康、食、衣、住、行外。不外乎的還有休閒娛樂！老年人跟中年人，小孩一樣有著相同的生活需求，心理上，休閒娛樂是個很重要的抒發管道！而在身體機能的衰退下，休閒娛樂的品質與重要性更不該被人所忽視。我們主要探討的內容有：(一)安養院內休閒娛樂的重要性，(二)適合老人在休閒娛樂平日之休閒娛樂，(三)適當休閒育樂對安養院院民的好處，(四)受訪機構的訪問表，(五)根據上面受訪機構遇到的困難提出問題解決

貳●正文

一. 安養院內休閒娛樂的重要性

01. 解決經費不足所產生的問題

大多數的民間收容機構因院中的經費不足，大多會將經費開於醫療設備這類的基
本需求。「由於其自身條件的限制和觀念上難以突破，只能在醫療服務上稍微滿
足了院民的最低需要，根本談不上經濟生活，休閒娛樂或社會參與等需要的關
照。」(註一)由上得知機構的本身條件與觀念是增進休閒娛樂的阻礙。自身問題
有很多方面，最大的問題仍是在於經費不足所致。民間機構並無像私人機構這般
有龐大的資產，他們所擁有的經費是有限的，因而只能顧及最低的生活需求及醫
療設備。我們可以藉由個人，團體的資金贊助，或向政府提議更多更好的福利措
施，為機構與老人謀福。

02. 使安養院院民的生活更加多采多姿

讓收容機構有充裕的經費花於各種事務上，休閒娛樂即是其中的一項。收容機構
的老人們，各自有著不同的生活背景。他們不一定都能適應收容機構，若更少了
家人的陪伴，心理上必會造成某種程度上的傷害。因此，在機構生活中休閒娛樂
扮演著一個重要角色！它能让人的生活過的更加多采多姿，富有意義。擴展社交
圈，增進感情，對於身心健康幫助甚多。

二. 適合老人在收容機構平日之休閒活動

資料從網路上得到，依其原有的休閒活動增加其他我們認為對老人也適合的休閒

娛樂。如：01.中的 F、G，04.中的 A、B，05.中的 A、B。

01. 增進體能的休閒活動，如：

- A.體操。
- B.登山。
- C.健行。
- D.桌球。
- E.散步。(註二)
- F.帶動唱。
- G.槌球.....等。

02. 益智怡情的休閒活動，如：

A. 動態的：

- a.釣魚。
- b.旅遊。
- c.舞蹈。
- d.戲劇。

B.靜態的：

- a.園藝。
- b.下棋。
- c.書法。
- d.繪畫。
- e.插花。
- f.音樂。
- g.茶道。
- h.民謠.....等。(註三)

03. 社會性的休閒活動，如：

- A.義工。
- B.法律。
- C.諮詢財稅服務.....等。(註四)

04. 參與各種宗教活動(註五)，如：

- A.教會唱詩歌。
- B.念佛會.....等。

05. 依其節日舉辦不同的活動(註六)，如：

- A.父親節。
- B.重陽節.....等。

三.適當的休閒娛樂對安養院院民的好處

01. 可幫助自己打發時間(註七)

因為大多時間都待在安養中心，做些有意義的休閒娛樂，才不會感到無趣且過得更充實。

02. 可使自己的手腦並用而不易老化(註八)

做一些具思考性的益智遊戲，使自己的思路清晰，亦可防止老人癡呆。

03.可增進彼此情誼交流

學會人與人之間的相處之道，擴展社交圈。對於心中的苦悶也有管道紓發。

四.受訪收容機構的訪問表

透過電話訪問的方式，了解各個中心所提供的休閒種類、活動分配時間、老人(或家屬)的反應及活動上遇到的困難。

01.訪問的機構

以下是我們訪問鄰近地區(主要為小港區、前鎮區、前金區)其中幾間安養中心。

- A.溫心養護中心(高雄市前鎮區廣西路 200 號)。
- B.瑞祥護理之家(高雄市前鎮區班超路 92 號 7F)。
- C.小港護理之家(高雄市小港區臨海一路 193 號 1-5 F)。
- D.和信養護中心(高市前鎮區和平二路 207 號 11 樓)。

02.休閒娛樂種類

- A.聊天。

- B.散步。
- C.看電視。
- D.跟家人出去走走。
- E.唱卡拉 OK。
- F.教會唱歌。

03.活動時間

- A.半小時到一小時。
- B.一小時到兩小時。
- C.早上下午各一次。

04.老人(或家屬)的反應

大致上都不錯，許多院民對活動參與意願高。

05.活動上遇到的困難

- A.護士人手不足。
- B.有些院民行動不便而無法參與活動。
- C.缺乏良好復健醫療設備。

訪問的機構	休閒娛樂種類	活動時間	老人(或家屬)的反應	活動上遇到的困難
溫心養護中心	聊天、散步	早上下午各一次	很不錯	無
瑞祥護理之家	散步、看電視和家人出去走走	出去走走依家屬而定	家屬的反應都不錯，老人也都很開心。	護士人手不足以及老人因疾病而不便從事更多活動
小港護理之家	教會唱歌、帶動唱活動、唱卡拉 OK、在	半小時到一小時	不錯，院民對活動參與意願高，也很好客	有很多中度智障以上的院民，行動不便

	特定節日會舉辦其他活動			
和信養護中心	唱卡拉 OK、教會唱歌	一小時到兩小時	良好	缺乏良好復健醫療設備

五.根據上面受訪機構遇到的困難提出問題解決

01.缺乏良好復健醫療設備：

藉由民間團體或企業的力量向外募集經費。例如：慈濟功德會。

02.護士人手不足：

因人手不足而沒有較多的時間陪老人聊天和照顧，可徵求義工媽媽或志工協助。

03.因疾病而行動不便的老人而不能從事更多活動：

增加一些無障礙或多元化的休閒娛樂設施，讓老人對生活更添色彩與安全。

04.其他方面的改善：

A.向政府提議一些較好的措施

a.增加老人福利金的預算。

b.使人民對老人福利的觀念更加普及與落實。

B.多參與社福團體的活動，以增進精神生活的滿足。

參●結論

現在在台灣有許多民間收容機構，但不是每家醫療設施都非常齊全，都能讓每個老人都想用這個福利，因此需要善心人士的幫忙以及政府的補助措施。休閒娛樂可以讓老人們培養一些生活雅趣，不再讓他們無所事事。也可以讓老人再學習一些手工藝品，或其他一些以教學為目的的課程，對於行動不便而要躺在病床上的老人，可以以陪伴他們聊天、藉著輪椅散步、照顧…等行為，來補足老人們所欠缺的精神物質生活。除了這些以外，安養中心也可以規劃旅遊活動或者安排與家人接觸的活動，以改善老人孤單寂寞的身心，使老人而有心靈的寄託。社福團體的活動也是增進老人彼此之間擁有開闊的心靈而不封閉自己的心，使自己有更加良好的心態，懂得為自己的之後的日子擁有更加良好的生活，不再只是一味的等待死亡，而以健全的心態，享受老年的美好時光。

肆●引註資料

註一：台灣社會問題。(台北市：巨流圖書公司，七十三年)頁 350-351。

註二：老人的休閒娛樂。<http://www.sfit.org.tw/health/sport8.htm>。(檢索日期 2008/10/25)

註三：同註二。

註四：同註二。

註五：同註二。

註六：同註二。

註七：同註二。

註八：同註二。