



安適邁向健康老化 地方政府各顯神通

文字撰寫 | 林恆祐

受訪對象 | 雲林縣林內鄉鄉長 劉姿言

為促進全民健康，衛福部每年辦理「健康城市暨高齡友善城市獎項評選」活動，激勵地方政府發展健康城市與高齡友善政策。讓我們一探去 (2023) 年得主雲林縣林內鄉公所成果，並期待更多跨域合作遍地開花，共同提升國民健康。

地方政府跨域合作 攜手打造永續發展的健康臺灣

世界衛生組織 (World Health Organization, 簡稱 WHO) 於 2023 年「高齡友善城市與社區國家型計畫指引」, 提出落實高齡族群生命之健康發展, 改善長者生命週期中所需健康及安適狀況, 提供高齡者支持且友善之環境, 維持健康及安適狀態, 以建構高齡友善、世代宜居的社會。

為鼓勵地方政府運用創意進行跨局處合作並匯集在地公私資源, 全方位推動具特色及永續發展的健康城市及高齡友善城市議題及計畫, 衛福部國民健康署自 2002 年起每年辦理「健康城市暨高齡友善城市獎項評選」活動, 促進各縣市間互相觀摩與學習。近幾年包括衛政、社政、民政、財政、警政、消防、工務、水利、交通、環保、教育等超過 20 類地方局處單位參與, 充分展現中央與地方共同努力落實 WHO「將健康融入所有政策 (Health in All Policies)」倡議。2022 年起更呼應國際重視資源循環、淨零碳排等永續議題的趨勢, 將評選範疇納入「環境生態」和「永續發展」等因子, 引導政府機關帶頭共創更公平、更健康、更快樂, 對所有年齡層皆友善的社會。

雲林縣林內鄉善用科技 零距離調適超高齡社會

拿下 2023 年鄉鎮市組「卓越獎」的雲林縣林內鄉位處農村地區, 由於青壯年高度外流而提前邁入「超高齡社會」, 65 歲以上老年人口占比達 22%, 資源不足、村里落差大, 林內鄉首先面臨的需求與挑戰是長期照顧與醫療資源的不足。



雲林縣林內鄉推動幸福專車, 協助居民通勤與長者前往醫療院所定期回診的需求, 是不可或缺的好幫手。

老年人口健康問題增加, 醫療需求必然上升, 但林內鄉目前僅有 5 間醫療診所、2 間牙醫診所、2 間中醫診所, 即便衛福部中央健康保險署針對坪頂、九芎等醫療資源不足地區安排每週 2 次巡迴醫療服務, 但醫療資源仍相對稀缺, 尤其是專科醫療服務。為解決此困境, 鄉內提供多路線、免費搭乘、彈性上下車的「幸福專車」, 協助居民前往鄰近鄉鎮就醫也同時滿足交通需求。在長照資源上, 林內鄉目前除有 2 家老人安養照護機構, 與 2 個 A 級、8 個 B 級長照單位, 撐起日間照顧、家庭托顧、機構喘息、居家服務、醫師照護服務外, 還有 7 個 C 級的社區照顧關懷據點, 在巷弄之間發揮小兵立大功的關鍵效果。

林內鄉鄉長劉姿言指出, 社區照顧關懷據點主要功能是提供長者一個日常生活照顧和支持的社區空間, 在熟悉的環境得到適當照顧與關懷, 可促進高齡者的生活品質提升, 以及減輕家庭照顧陪伴壓力。服務內容包括日間陪伴、心理支持、社交活動、營養與餐飲服務、健康管理, 以及轉介服務與保護通報。據點以健身運動、手

工藝、歌唱活動等團體康樂活動促進交流，除了滿足長者的社會參與需求，還會每日供應針對長者健康需求設計菜單的營養餐飲，給予長者足夠且均衡的營養。

此外，社區照顧關懷據點亦是連結各方資源的關鍵端點，不僅可以透過據點的定期量血壓及日常關心問候，即早發現長者身體異狀協助其就醫，也往往是衛生所與醫療專業人員進行健康檢查、健康講座的地點；有社會福利需求或長照需求或老人保護需求的個案，也能夠在據點得到協助，申請社福津貼及長期照護服務等資源，民間團體也常選擇在據點分享物資。

活用智慧科技 擁抱數位時代

林內鄉以「村里駐點」方式提供巷弄長照站、幸福專車、鄉民意外險、社會救助、幸福輪椅便利站與法律諮詢等多方位行動服務，在第一線協助弱勢族群、婦女、兒童、身心障礙者及老年人各樣的實際需求，其中智慧科技也幫上大忙，例如據點導入智慧健康設備、「天倫D+」定位設備等工具，長者可定期自我健康監測，並防止失智長者走失、獨居長者的安全也獲隨時關心，林內鄉衛生所也與據點間有遠端醫療、線上諮詢的串連。

為了善用這些設備，據點陸續開設科技使用教育課程，並安排專業人員或志工隨時協助，教導長者活用智能手機、健康監測設備與社交媒體，更能善用醫院網路掛號、上網購買火車票、網路報稅等服務。鄉立圖書館在教育部補



為協助長者使用新型的智慧設備，林內鄉陸續開設科技使用課程，帶領民眾擁抱數位時代。

助下每年開設免費數位科技課程，從基礎的使用手機、平板到進階的資安、影音，甚至是無人機、AR、AI等課程都有，鼓勵鄉民一起擁抱數位時代。

劉姿言指出，高齡者是社區據點服務的核心對象，除給予陪伴及生活協助外，讓他們繼續發揮專業技能或生活經驗來參與社會，也是提升其自身價值、社會認同的重點。林內鄉將數位學習等課程以「祖孫共學」形式進行，讓雙方在過程中交流生活經驗和技能迸發新的創意與活力，寒暑假期間也鼓勵年輕人到社區據點擔任志工或輔導員，以達到青銀共好、共老、共學的目標。 MOHW



特別誌謝

雲林縣林內鄉鄉長 劉姿言