

發揮相互匡助精神

照顧社區老人

蕭玉煌

壹、前言

「老」是一種過程，其本身的定義眾說紛紜，所謂老人有指為六十五歲以上的人，亦有指為七十歲以上的人，不管六十五歲或七十歲以上的老人，如依老後的生活，可分三種類型：

(一)家屬奉養型——是受子女或親屬的扶養者。

(二)自力更生型——以自力工作，或賴儲蓄與資產以維生者。

(三)公共扶助型——是靠社會救助來度日者。然而不管那一類型的老人，大部分均居住在特定的社區內，每天過着社區生活，食、衣、住、行、育、樂莫不與社區內的組織與居民發生密切關係。

最近老人福利之研究相當多，一談到老人福利就會聯想到將之納入社會安全、社會保險的體系，給予消極性、保護性的措施。而目前我國界定「老人」之年齡為七十歲。政府體恤人民之心，而對老人已做了不少，諸如：民國六十九年元月頒佈老人福利法，又頒老人福利法施行細則，獎助設立扶養、療養、休養、服務機構，在各大城市興建「老人活動中心」，推行老人搭乘水、陸、空交通工具半價優待，醫療保健服務，老人遊覽觀光地區及觀賞影劇半價優待，在公車上又特設博愛座，舉辦敬老活動等，感念於懷。而這些仍限於社會安全體系或社會福利的服務而已，為能滿足老人的需求，勢須運用社區工作及其他專業的方法和技巧，才更能夠達到老人服務的目的。

所謂「社區」是指具有一定地理界限之人口集合，它是一個守望相助、疾病相扶的社會單元，最重要是居民間要有互動關係及對團體有「歸屬感」。居住在社區中之「一般老人」，其數目，日在穩定上增，截至民國七十年，臺灣地區六十五歲以上之老年人口佔總人口百分之四·五（民國六十年為百分之三·），逐漸邁向「高齡」化社會發展，這些老人大部分是寂寞的，孤立於重視青年的社會之外，且其問題較屬隱蔽性，有許多地方看不到他們的影子，漸漸成為被遺忘的一羣。談到老人福利不僅消極的照顧患病或無自謀生活能力的老人為已足，對於「一般老人」，如何讓他們過着正常社會生活，維持起碼水準的經濟生活、物質生活，參與社會生活、文化生活，以發揮其才能技術經驗，作有用的人力資源，至於社區亦需要發揮組織功能，運用資源，協助這些特殊的一羣人過正常生活。因此，如何發揮傳統孝道及我國固有守望相助精神，來照顧社區內老人為今後研究課題。

貳、變遷中的社區老人地位

我國傳統社會標榜「敬老尊賢」之倫理特色，「老年」代表一種社會判斷和社會意義，是一種碩德懿行的推崇，也是一種制度和禮儀之尊稱。如周代有「鄉飲酒禮之敬老大典，旨在施行教化，使民知尊老養老；禮記頌揚「老有所終」為大同之治；孔子在論語中有「老者安之」，孟子更主張「老吾老以及人之老」，由這些重視養老、安老等敬老觀念，證明我國是一個注重倫常的民族

，自古即以孝為百行之先，所謂忠臣出於孝悌之門，一個身為人子者，親莫親於父母，敬莫敬於長者。這是親子感情的具體表現。

今日，在一個變遷中社會，老人之社會地位亦逐漸轉變，在農業社會與工業社會的老人地位可作如下之比較：

一、社會結構：在農業社會中老人掌握經濟實權，在工作中有經驗，社區重視宗親關係，他們的老成持重，參與社區決策事務，社區的生活規範以風俗習慣及道德要求為準則，而不能任憑個人解釋其行為原因為辯解。例如傳統老人的地位具有無上權威，至於極少數孤苦無依的不幸老人，仍可藉宗親鄉閭這兩道安全的防線來扶助解決。一到經濟發展的工業社會，由於社區中各行各業的發展及職業團體的組成，許多社區內的領導人士，不再靠世代的宗親關係，朝向多元化的領導型態，社區內的老人被迫提早從領導階層及職業上撤退。因為迫使退休，變成了「無角色的角色」。

二、家庭型式：從前我們的大家庭，是融合生產組織、教育單位、文化傳承、及人間溫情於一爐，也是個人安全的第一道防線。而現代的家庭型式，因生活方式、工作環境、與人口流動的影響，由大而小，由核心家庭取而代之，農村的青年流向工業化的都市，老年人則因種種因素，仍留在農村，就是跟隨子女遷往都市同住，也因各人有各人的事情要做，無法晨昏定省來盡孝道，老年人常需要自求多福，其生活起居自得不到周全的照顧。

叁、社區老人之性質、問題與需要

一、社區老人之性質：極大多數的老年人並沒有住進療養院或養老機構中，他們仍然生活在社區內。極大部分的大型老人團體依然非常活躍。住在社區中的老人也參與社會公共事務或寺廟、教會的活動，更有些老人尚受僱擔任部分時間或輕便的工作，並且還有部分老人參加老人學苑進修，期使智慧與新知識與歲月並增。此外，還有一些老人極濃厚的家庭責任感，樂於留在家庭中扮演慈祥的祖父母的角色，含飴弄孫。

雖然如此，我們還是不難看到有很多老年人坐在公園的椅子上，及坐在其

他人多的地方。對這類老年人而言，他們的需要和個人情況各有不同，他們的問題和力量也因之而異。不過，其中絕大多數的老人可以稱得上是「積極的」老人，也就是說，他們之中很多人都是身體健康、行動自如的。在比較之下，有少數社區中的老人可以說是「消極的」老人，換句話說，這些老人都是不大走動的，也許他們的健康情形都很差，但是他們無論如何還沒有住進療養院中。積極的老人之中有所謂「年輕的老人」(Young Old)，這一類年輕的老人的年齡約在五十五歲至七十五歲之間，也即大多數已是退休的老人，這一年齡組合的人口，他們保持自己身心兩方面的活力，以及以有意義的方式來打發他們的空閒時間。再就消極的老人而言，他們之中有極大多數的為所謂「老人」(Old Old)。這些老老人的年齡都已在七十五歲以上，依然生活在社區中，但他們已日漸依賴支援性的社會服務以及公共救助。

因此，社區老人的性質，可分「異質性」和「多元性」兩個觀點來說明。所謂「異質性」即是「個別差異」，而「多元性」即是「複雜錯綜」。社區老人之異質性表現在兩方面：其一是「社區特性」，其二是「老人特質」。所謂「社區特性」是指社區有其獨特之歷史背景、地理環境、經濟條件、政治結構等，這些因素會影響社區居民的行為模式、生活型態、意識觀念等；「老人特質」是指老人本身之社會背景、往昔經驗、教育程度、健康狀態等之差異性，社區老人之「多元性」是指其需求或問題之錯綜複雜，以及非單純性，而且也是多層面的需求。

二、問題：老人問題可由四方面來看：

(一)經濟方面：由於年邁力衰，一旦退休，除非是有子女的供養或接受社會救助或自己過去有儲蓄或領有退休金，否則收入中斷，很難維持生活。

(二)生理方面：人一逾知命之年，便慢慢的而且局部的發現生理上在走下坡，這是老化現象，知覺能力的衰退，健康情形的惡化，而髮蒼蒼、視茫茫、齒牙動搖、行動遲緩、記憶衰退。同時，所謂老人病，漸漸積成，什麼血壓高、心臟衰、風濕痛、關節炎和白內障、糖尿病、癌症、牙週病、骨質疏鬆等，接踵而至，以致體弱力衰，百病叢生。

(三)心理方面：退休旨在好讓「人事有代謝」，並為報答老人一生的辛勞，

功在社會，應該飄飄然頤養天年。但在一般老人的感覺裏「退休」是「無用」之別名，因此老人要認知道自己不再年輕的事實，以及對自我的情緒作調適的問題，以致意志消沉，精神萎縮。

(四)社會方面：要適應社會地位的喪失，沒有擔任新的社會角色，以致寂寞孤獨，無所事事。

三、需要：可從總體與個體的需要來看，總體的需要指超越個人之制度上之需要，社區老人需要生活的保險：如社會保險、老人救助、老人服務及生理、安全、歸屬感、讚賞等基本需要。個體的需要如以居住型態而言，傳統之中國家庭型態是多代同堂，但現代之社區老人居住家庭，可分為四種類型：

(一)孤家寡人型：因喪偶、未婚、離婚、或夫妻子女分居所致，形單影隻，孤獨生活，單調寂寞乏人照料。

(二)配偶同住型：老倆口兒，相依為命、長守故園，但年事既高又罹重病時則陷困境。

(三)子女同住型：老人與未婚子女同住，是「核心家庭」之延續，但目前盛行新婚小家庭制，子女於婚後常另築新居，此型極易轉變成前述二型。

(四)祖孫同住型：即所謂「三代同堂」，亦即除夫婦、子女之外，尚可包括已婚的子女、祖父母等之混合家庭(Composite family)，這是目前認為最理想之家庭型態，對老人而言，可獲得子女之「晨昏定省」及「含飴弄孫」之樂，在精神上有所寄託和安慰。但其中隱藏之問題是兩代間之「代溝」，如婆媳間不和睦，對孩子教育方式不同看法，另一個問題是老人罹患重病或生理障礙時，家人又需上班之際「乏人照料」則是一個相當困擾之問題。

由此可知，每種家庭型態的老人都有需要他人幫助之處，這正是「社區責任」所在。而社區老人服務工作，則需了解社區老人之需求傾向，及社區特性作規劃發展。

肆、目前社區老人福利服務概況

社區發展的基本精神是「守望相助，疾病相扶持」。本省自民國五十八年起推行社區發展工作，迄今已規劃發展四千零三十三個社區，在增進社區福利

一環中，已將老人福利與服務列為重要工作項目之一，亦即以「社區發展」方式採取以「社區」為單位，以家庭為中心，以「老人」為對象，運用社區組織與社區資源力量，來配合老人福利服務工作，融會在社區內實施，其不失為一項推行老人福利的有效作法。本省社區老人福利服務工作現況：

一、收容安養：社區老人之境遇各異，年老孤苦而無謀生能力者，亟需社會照顧收容，但我國老人大都懷有生於斯，長於斯，安土重遷的鄉土觀念，不願遠離故居而住進仁愛之家就養。為解決這些困難，使年老孤苦之列冊低收入戶都能安身立命，臺灣省政府於民國六十五年配合小康計畫，經訂定「社區村里設置安養堂收容安養一級老年貧戶做法」一種，運用社區力量設置安養堂，以收容本地區之老年貧戶，發動地方人士捐獻或利用當地寺廟或配合低收入住宅之興建，提供安養房舍，以家庭化小型收容方式，予以安養，一切免費，供應其生活費用，大部分社區安養堂均由本地社區人士自行組織管理委員會負責管理，充分發揮同鄉愛之精神，又設有為老人服務以工代賑人員專責照顧其膳食起居，安養堂內老人生活費用、衣着被服、育樂活動及醫療服務均係發動社區資源為之，使之頤養天年，促進社會安和。目前全省社區安養堂共計三十處，收養二七〇人。

二、家庭補助：

(一)社區內年老孤苦無依之低收入戶，每月由政府發給家庭補助費，以維持其最低生活。

(二)各社區均依「臺灣省各縣市社會救濟會報設置準則」之規定，於每年十一月一日起至十二月三十一日止，為期兩個月辦理冬令救濟勸募工作，發動社區各界力量籌募救濟經費，用於協助政府辦理有關貧民救濟及孤苦無依老人之救濟工作。另外地方慈善會亦辦理一部分老人救助工作。

三、醫療保健服務：

(一)老人免費健康檢查，由各地公立醫院負責辦理，先作門診檢查，以一般老人慣見之疾病為重點檢查項目，如發現某一部位須作進一步檢查者，再予住院檢查，檢查費用全部由政府負擔，其次老人就診醫療費用八折優待，六十九年度起已在全省各公立醫院實施。

(一)各偏遠地區普設衛生室及巡迴醫療，對老人作簡易保健工作。
(二)為配合小康計畫各地醫療院所及藥商公會均自動辦理傷病貧苦老人之義診及贈藥義舉。

四、社區中的老人社團：

社區發展本身即是一種組織過程，組織的目的在於使社區內各年齡層居民採集體行動，有利於謀取其共同利益，亦即較易於集體行動來發掘社區資源，並使社會各界有意協助服務時，可透過組織，易於發揮效果，並增加團體成員之凝聚力。在社區內的社團組織的活動，如老人長壽俱樂部、早覺會、民俗才藝團隊……等，它們的參與對象、活動內容、地點，都較為固定，活動的次數也較緊湊有持續性，這類社團活動狀況：

(一)社區長壽俱樂部：在所有社區老人社團組織中，最普遍為數最多的要算社區長壽俱樂部組織，全省四、〇三三個社區中，組設社區長壽俱樂部者計有二、五一二個。它是社區老人興趣志願的結合，它的成員，分會員與贊助會員兩種，凡年齡在六十歲以上者就可加入會員，其他社區熱心人士亦得參加為贊助會員，它成立的宗旨，大多是增進社區老人身心健康，培養生活樂趣，藉活動以達交誼為目的。社區長壽俱樂部大都由社區理事會協助社區老人組織成的，利用社區活動中心或寺廟適當房舍做為活動場所，財政狀況良好者，亦自行籌資興建，這些場所提供一些老人休閒所用的書報、電視、音響、樂器、棋具、茶具、及健身的設備器材，可供老人隨時進出使用，參加俱樂部的老人成員，彼此推選出會長、委員或幹事、負責俱樂部所有事項及活動。俱樂部的活動項目包括：(一)每月舉辦慶生會，同月出生的老人，均成會上壽星；(二)舉辦各種文康及有益身心健康活動，有時還辦理參觀活動、下棋、拉琴及跟隣近或別的縣市之社區長壽俱樂部結成姊妹會，辦理互訪活動。(三)舉辦健康檢查、或慰問疾苦老人。(四)指導青少年辦理藝文活動，及協助綠美化與消除髒亂工作。

長壽俱樂部的經濟來源，多為鄉鎮市區公所及人民團體援助，也有熱心的地方人士贈送敬老金；老人的子女為表孝敬，亦多解囊捐贈。

(二)社區老人體育及民俗才藝組織：

1. 為促進全民健康，近年來，社區全民運動已列為我國推展全民體育運

動政策中的一項，經在社區推展的結果，目前各社區老人已在社區理事會協助下，紛紛成立早覺會、晨操會，展開太極拳、太極劍及早操、土風舞及國術等各種運動。

2. 本省為提倡民俗才藝，健全社區民衆之休閒育樂活動，激發社區民衆之相互認同感，經社區理事會協助，社區內老人組設社區民俗才藝團隊，適合老人的育樂活動項目約有北管、南管、國劇、國樂、八音、什音、子弟班、山歌、民謠、福佬民歌、客家民謠……等。目前這些社區民俗才藝團隊，經常配合國家慶典、民俗節日及地方迎神賽會演出或到別的社區作巡迴表演，增進聯誼。這些社團為較有特殊興趣的老人而成立之社團，對於促進社區中的一般老人休閒活動，着有助益。

五、社區中的一般老人休閒活動及敬老活動：

(一)社區中的老人活動，除老人社團活動外，社區理事會以全體社區老人為對象所舉辦之老人休閒活動，視社區、經費、社區組織健全程度及有無專業的服務人員，來決定活動次數，大致上，其舉辦活動之種類，以郊遊、慶生會、團康居多。

(二)部分社區舉辦金婚、銀婚典禮，使這些結婚四十年、五十年，一個個兒孫滿堂，自己身體健康，夫妻情感老而彌篤的老夫妻，重拾往日甜蜜的時光，夫婦是五倫之始，每一對夫婦，能永浴愛河，百年偕老，這也可看到一個祥和的，有秩序的社會，才能辦得到的事。

(三)政府及配合社區定九九重陽節為敬老節，舉辦敬老活動集會作慶祝活動，給老壽星贈紀念品及舉辦老人作品展覽，以示社會對老人的尊敬。

(四)為使社區老人精神生活有適當調劑，並鼓勵老人戶外活動遊樂之興趣，政府同時實施七十歲老人搭乘水、陸、空交通工具或遊覽觀光地區及觀賞影劇半價優待，在公車上特設博愛座，以示尊重。

六、社區老人教育進修活動：

本省已有一、七八八個社區設置圖書室、閱覽室，陳放各種雜誌、書籍，提供老人閱讀，增廣見聞，充實新知。

七、義務工作：

(一) 社區禮遇德高望重老人，給予名譽公職，從事社區義務工作，再度奉獻社會，目前社區老人以擔任社區理事會理事參與社區事務者，協助維護與管理社區活動中心、社區圖書室，辦理社區綠化，美化及環境維護工作為多。

(二) 請重老人之德望與經驗輔導青少年奮發向上，其作法為社區舉辦各種交誼活動時，邀請當地德高望重之老人與青少年共同參與，邀請具有各項專長之老人，開班講授書法、美術、國樂、國術、國語文及棋藝等課程，利用社區各種集會，邀請老人講述地方文物歷史故事，以激發民族意識及鄉土情感，或介紹其個人工作經驗及處世心得，提供青少年參考。

伍、今後社區老人福利服務之工作努力方向

以社區為社會工作與服務的基本單位，發揮守望相助之精神，來增進社區居民生活之福祉，是一種新的發展趨勢。而中華民族是個敬老的民族，不過隨着時代的演進，環境的變遷以及社會結構的變化，老人地位已異於往昔。雖然國內老人福利工作，已大力推展，但無疑的是社會上孤苦無依或被遺忘、遺棄或不被敬重的老人有逐漸增多趨勢，造成許多社會問題。為解決此一問題，並保存我們民族優良的敬老崇老的風尚，今後社區的老人福利工作實有檢討既往得失，以擴大工作範圍創新作法，策訂未來工作之必要。

一、實施「社區調查」：社區老人具有「異質性」與「多元性」，因此需實施「社區調查」：

- (1) 了解社區特性及老人需求傾向。
 - (2) 認識社區領袖人物，以為推展工作之助力。
 - (3) 發掘社區資源，包括人力、物力、財力等。
- 二、健全社區理事會組織：負起社區工作策劃、協調、聯繫、執行功能，以為推展服務工作之中樞。

三、建立多目標之「社區老人活動中心」：在都市社區得聯合數個社區，興建「老人活動中心」成立社區老人服務中心，提供「長壽俱樂部」之社團活

動場所，並有復健室、閱覽室、醫務室、餐飲室、劇藝室，以提供社區安老排老人生活之各種需求，使社區老人有「生活之目標」及「生活之情趣」。

四、健全「社區長壽俱樂部」組織及充實設備與活動：本省目前四、〇三三個社區中，僅有二、五二二個社區長壽俱樂部，尚嫌不够普及，宜予輔導增設；在現有社區長壽俱樂部，由於缺乏服務人員、場所欠缺、經費不足、組織不健全等因素存在，致部分處於半存半廢狀況，應謀長壽俱樂部繼續發展，其作法：

- (一) 健全社區長壽俱樂部核心組織，慎選熱心有領導能力的會長、幹事、顧問做工作分配，並於書面章程規定之。
 - (二) 訂定年度計畫：將活動方式、內容及活動次數，訂出計畫，提會員大會報告，爭取支持與參與。
- 五、加強社區舉辦老人休閒活動：

(一) 辦理有關體育性、旅遊性、休憩性、藝術性、康樂性之活動，並加強益智性及讓老人服務之活動。

(二) 社區設置圖書室、閱覽室、供老人閱讀，並視需要辦理補習教育。

(三) 舉辦社區老人休閒活動項目競賽、觀摩，以提高興趣。

六、充實社區安養堂，收容照顧貧困老人：本省社區安養堂已具仁愛之家之雛形，以社區人力、物力、財力有限，管理工作相當吃力，為使安養堂持續不斷，以安定堂內老人生活，宜有專職管理人員，負責其生活照顧。目前老人福利法已公布實施，該法第七條已明定有「扶養機構」一項，建議將社區安養堂納入扶養機構系統，以加強輔導。

七、在宅服務，作到服務到家：對於社區內子女不在身邊的老人，研究以社區為單位提供生活上之必要照顧及醫療服務，讓老人們享受健康愉快的晚年。

這種「服務到家」的工作項目如下：

- (一) 家居生活服務：
 1. 實施「家事助理」，如洗衣服務、餐食服務、清潔工作、代購物品：等等。

2. 實施「友誼訪問」，可分二種，其一是「親善訪問」，服務人員到老

人住所，閒話家常，也協助處理部分家事或陪伴遊附近之公園；其一是「電話訪問」，每週定時通電話與其閒聊，稍解其寂寞，並可查詢生活狀況或發現問題以協助解決。

前兩項服務工作，其中餐食服務、代購物品可由社區消費合作社代辦，洗衣服務、清潔服務及友誼訪問工作，可借重社區媽媽教室組織成員加以訓練後在社區內就近義務服務。

(二)醫療保健服務：

1. 實施「健康訪視」，因一時病痛，需要看護的孤獨老人便由衛生單位所訓練的義務護理員去照料其日常生活，義務護理員預先在鄉鎮公所或衛生所登記，基於老人的要求，隨時調派，以提供疾病預防、公共衛生、飲食營養及量血壓、外科換藥、打針等服務工作。

2. 實施「精神健康與殘障復健福利服務」，提供罹患輕微精神病老人在家療養之知識及供應生理障礙老人所需之各種特殊用具，並協助其改善人際關係，調適社區生活。

(三)就業輔導：

1. 輔導就業：老人如果體力和精神許可，最好能替老人調查研究足以勝任的適當職業，予以輔導就業，使其有機會繼續工作或服務，以繼續為社會提供豐富經驗、學識技能、活動筋骨、保持健康、彌補收入維生。

2. 設置「社區老人工作室」：由社區理事會組織，向各大公司、工廠承包一些輕微的作業，分配於老人。

八、加強社區志願服務組訓工作：老人服務項目繁多，必須發掘運用社區人力資源，結合社區媽媽教室、社區童子軍、仁愛工作隊等組織，對其成員予以短期講習訓練，有系統、有效率地推動服務工作。

九、協調社區性社會福利基金會、慈善團體，以有效運用與結合民間社會福利資源，協助社區老人福利服務工作。

十、發揮我國家庭倫理與子女的孝親精神：中國人之對父母晨昏定省與奉養係為人子者的責任，為使年老需要照顧的父母與自己家庭同住，在購置住宅

時，預為年老父母留出一個可以隔開的房間居住，週末、假日接父母到家，或往父母處全家人共進餐點，每週按時送年老父母參加老人長壽俱樂部或宗教活動，使與相同年齡同伴相聚享受社交或精神生活。

十一、加強社區鄰里內守望相助、疾病相扶持的傳統美德：以往在鄉村的那種鄰里守望相助、疾病相持的精神，已因鄰里關係的冷漠，逐漸淡忘，鄰里中的公共事物大半有賴社區理事會來推動，因此新的守望相助組織，應將社區老人照顧亦列為工作範圍，在社區普設社區服務中心，鼓勵社區居民積極參與社區事務及鄰里守望相助工作。

十二、加強辦理社區老人福利服務工作之評估，俾以檢討得失，據以改進，策勵將來，使社區老人福利服務工作更臻理想。

陸、結 語

社區發展工作，旨在發揮社區民衆守望相助、疾病相扶持的精神，以民衆的力量運用社區資源，配合政府各項施政措施，來改善社區生活環境，增進社區福利，提高社區民衆生活水準的工作過程，今後老人福利工作，宜採以「社區」為單位，以「家庭」為中心，以「老人」為對象，以社區發展方式，運用專業社會工作方法，加強義務服務工作，發揚社區敬老尊賢及我國家庭孝親精神，期使社區內的老人生活更溫馨，社會更祥和。

參考資料：

- 一、臺灣省社會處編印「社會福利季刊」第十六期「社區老人福利服務工作方法」。
- 二、饒穎奇譯「老人服務」，中華民國社區發展研究訓練中心印行，民國七十一年元月。
- 三、臺灣省社會處、私立東海大學合辦「老人福利研討會」專輯，民國七十一年三月。
- 四、周建卿等著「社會安全論叢」第二集，水牛出版社，民國六十八年九月。
- 五、臺灣省社會處與中華民國社區發展研究訓練中心合作辦理研究報告，張隆順主持之「社區辦理老人休閒活動之研究」，民國七十一年六月。