

感恩社區資源單位提供溫馨暖食物資

114年受到世界上多處戰爭影響，造成通膨和物價上漲的社會環境，從而中心服務的經濟弱勢長輩其日常生活更是艱難，需中心社工長期連結物資或急救金等資源予以協助，也試著申請福利身分或協尋聯繫家屬，以求能維持長期穩定的基本生活。

在此也非常感謝本年度捐贈物資和金錢的各民間團體組職、善心民眾及公部門單位，給予在經濟困頓生活中的長輩希望與溫暖，獲得力量往前行。

芳名錄（依筆畫排列）

大智山玄空法寺	財團法人法鼓山社會福利慈善事業基金會	善心民眾李小姐
中華民國知誠慈善協會	財團法人政慧發展社會福利慈善事業基金會	善心民眾柯小姐
中華民國宥安慈善關懷協會	財團法人喜慈兒社會福利基金會	善心民眾洪小姐
中興保全科技股份有限公司	國際佛光會中華總會般若分會	善心民眾陳先生
社團法人中華台北金環太子心靈信仰協會	朝陽慈善功德會	善心民眾葉小姐
社團法人中華民國長照關懷協會	順盛工程有限公司	善心民眾謝先生
財團法人人安社會福利慈善事業基金會	華盛工程有限公司	善心民眾謝小姐
財團法人中華民國唐氏症基金會	善心民眾丁先生	臺北市府社會局

在困境中陪伴前行的一段路

阿香姨過去是一名裁縫師，靠著一針一線維持生計，也縫出對家庭深重的責任感，她將辛苦存下的錢用於照顧原生家庭，然而身為重組家庭中未被繼父收養的一方，即使付出多年，仍不具繼承權。原本親手足曾承諾讓她能安穩居住，卻在手足離世後，繼妹依法要求她搬離原居處，阿香姨只好在外租屋。居住的變動使阿香姨感到徬徨，社工陪伴她釐清居住需求，協助申請社會住宅、上網搜尋房源、實地看屋，在奔波的過程裡，社工不只是找房，更傾聽其對未來的不安，陪她在焦慮中慢慢建立安全感。

服務過程中，社工觀察到阿香姨出現記憶退化情形。今年陸續發生在賣場忘記結帳、誤騎他人腳踏車，以及撿到錢包未即時報案而涉及司法程序等事件。所幸在社工的陪同與協助下，事件逐一釐清，並與相關人士達成和解。面對司法壓力，阿香姨常感到焦慮與自責，社工在每次會談與出庭陪同中，耐心傾聽她的擔憂，協助整理事情經過，讓她知道自己並非孤身一人。隨著信任逐漸累積，阿香姨也以水果等表達感謝。

這些真誠的互動，提醒社工，專業不僅是制度與程序，更是一份在困境中陪伴、理解與支持的力量。



▲社工的日常協助獨老就醫



▲帶領社工系學生進行家訪陪伴聊天

龍山健康關懷站 一月、二月活動報報

龍山健康關懷站是一個溫暖的大家庭，每周二上午關懷站總是傳來陣陣笑聲，會員們有默契地走進教室來場關懷站約會，與中心與其他會員共織銀髮笑顏。114年我們提供動、靜態，切中會員長輩需求的豐富課程計47場次，如園藝、手作、積木樂活，讓會員們在手作的溫度中找到自信，也促進手腦協調、維持大腦活絡，是預防失智、失能的最佳良藥。另連結各界公益資源，舉辦大齡健康講座，從營養保健到心理適能，陪伴345位會員共修第二人生的課程。

感謝所有會員的支持，讓關懷站充滿了生命力。展望115年，中心將持續規劃更豐富且貼近會員需求活動，讓每周二的關懷站成為會員的日常。也誠摯邀請會員的親朋好友們共同走進中心，與我們共創更多歡笑與記憶，讓龍山因為大家的參與更加溫暖。期待新的一年讓我們一起將關懷站的幸福延續，衷心祝福所有會員福馬呈祥、平安順遂。

☺ 活動時間：週二上午 9:30～11:00 ☺ 活動地點：龍山老人服務中心二樓劇藝廳

日期	活動主題	活動內容
1/6	長輩手作情，感恩傳真心	手作除了發揮創意之外，也可以透過手寫的溫度傳遞感恩。中心的姃子老師教導大家繪畫DIY技巧，再製成一封封感恩卡片，獻給關心關懷站的每位貴人。【萬華龍山老人服務中心 姃子老師】
1/13	歲末溫馨音樂會 ★時間 9:30-11:30★	歐亞扶輪社的社員們將透過動人的樂曲、優美的歌聲為我們獻上祝福！一起來徜徉在美妙的音樂中～【歐亞扶輪社】
1/20	健康動起來～	銀髮健健美、愈動愈健康【恆毅力運動團隊】
1/27	經絡拍打功	透過拍打功促進氣血循環、舒緩筋骨，更可有效疏通經絡，改善體內能量流動。助於提升整體健康及活力。【萬華龍山老人服務中心 秀俞志工】
2月份關懷站活動暫停		

相關資訊，歡迎來電洽詢。電話 (02)2336-1881 分機 18 藍社工

☺ 關懷站提醒：參加關懷站活動長輩，請記得攜帶會員證參與唷！



▲ 結合成果展歡慶10~12月會員慶生



▲ 月球燈手作~照亮未來



▲ 動動手腦~拼出聖誕麋鹿



▲ 結合趣味提升運動效益



立心慈善基金會

臺北市府社會局委託辦理

萬華龍山老人服務暨日間照顧中心會訊

劃撥帳號：11885709

第294期

行政院出版事業登記證：局版北市字第一二九七號

出刊日期：115年1-2月

發行所：財團法人台北市立心慈善基金會

會址：臺北市萬華區梧州街36號3樓

電話：23361881

傳真：23368831

執行長：林蘭因

主任：楊純孝

中華郵政台北第5909號執照登記為雜誌交寄

E-mail:longshanold@gmail.com



國內郵資已付

台北郵局許可證
台北字第1994號

雜誌交寄

本期發行量4000份



戮力打拼來學習 銀髮回旋再青春

114年長青大學春季班共開25班，服務6449人次，秋季班開25班，服務5942人次；弱勢補助春季27人，服務810人次，秋季31人，服務936人次。

114年課程安排有英、日語及俗諺等語文類課程，長輩們在學習中藉此充實日常知識；還有書法、素描、歌唱、打擊、烏克蘭麗麗、電吹管等多元課程，讓生活中充滿藝術的氣息，更有手語、律動、舞蹈、運動等，加強長輩規律的運動習慣，延緩肌力及記憶力的退化。

活到老學到老，90歲以上的學員是長青大學最佳的學習典範。93歲的徐伯伯每周都在乒乓球桌上享受揮汗的樂趣，90歲的林大姐一周安排了六堂課，每次都搭小黃從八里到萬華來上課，只因這裡有她親如家人的老朋友們，讓她獨居的生活獲得無數的溫暖。

長青大學115年春季班已開始報名，歡迎您一起加入這個溫馨學習的行列。

♥ 讓我們共同多元學習、守護健康 ♥

※相關資訊歡迎來電洽詢：

(02) 2336-1881 分機 17 林小姐



▲舞蹈班古典美女氣韻高



▲活力律動用力扭動加強肌力



▲電腦班AI動畫防詐騙一起來



▲平板手機學習應用跟上潮流

龍山志工服務用心，熱情綿綿

歲末秋冬，天氣忽冷忽暖、變化多端，如同服務路上時而迎來的挑戰與考驗。然而，無論風雨或寒流來臨，龍山的志工夥伴始終不曾缺席，以穩定而溫暖的步伐，走進服務中心，也走進每一位服務對象的生活。

在獨居長者問安、關懷訪視、送餐服務、活動陪伴及櫃台支援等各項服務中，總能看見一件件粉紅背心穿梭其中。這些看似平凡的身影，承載的卻是不平凡的堅持與用心。114年度，志工們在忙碌與困難中累積了22,908人次的服務量，每一次付出，都是對人與社會最溫柔的回應。

感謝服務5年至25年的資深志工，長年如一地守在崗位上，用行動詮釋「陪伴」的真正意義；也感謝113-114年度志工隊幹部夥伴，將責任與經驗化為穩定的力量，在今年光榮交棒，並迎接115-116年度新任幹部接續前行。

謝謝每一位志工，在多變的環境與不易的時刻，依然選擇付出、選擇靠近。你們的努力，讓困難的日子多了一份安心，也讓龍山在寒冬裡，始終保有如暖陽般的光與希望。



▲志工尾牙-齊聚一堂



▲資深志工頒獎-20年



▲志願服務獎勵-懿行可嘉

114年社區外展成果



▲祖父母節活動大合照



▲團康活動-自我介紹



▲綠色生機活動大合照

中正國宅服務回顧 | 陪伴長者的溫柔日常



▲端午活動-送愛粽到家

為深化社區服務，自114年4月起，本中心攜手萬華社福中心，於中正國宅52號1樓-2設立聯合服務中心，提供福利諮詢、血壓量測及關懷陪伴等服務，成為長輩日常歇腳、交流的重要據點。一年來，透過定點服務逐步拉近社福資源與社區長者之間的距離。

過去一年中，本中心與萬華社福中心合作辦理多場節慶與關懷活動，其中包含上、下半年慶生會及端午節活動，陪伴獨居長者共度重要節日。慶生會中，邀請在地表演團體與老師帶領長輩動一動、唱一唱，現場氣氛溫馨熱絡，並準備生日禮盒，讓壽星們感受被重視與祝福；端午節活動則透過粽子發送、義剪服務及健康量測，傳遞節慶心意，也兼顧長者健康需求。

未來，本中心將持續陪伴中正國宅的長者，串聯更多資源與夥伴，透過貼近生活的服務與活動，讓關懷自然融入長者的日常生活。



▲中正國宅上半年慶生會-溫馨慶生大合照



▲中正國宅下半年慶生會-樂齡動起來

送餐食做關懷：送餐服務的在地成果

在社區中，一份穩定的餐食，往往就是長者安心生活的關鍵，送餐服務主要照顧具有失能、失智或行動不便情形的長者，協助他們解決無法自行準備或外出採購餐食的困難，減少因飲食不均、備餐衛生不佳或外出購餐所帶來的安全風險，讓長者能於家中安心用餐。

本中心提供服務結合區域店家，由營養師規劃循環菜單，確保餐點內容符合長者營養需求，並能長期穩定供應，透過志工於每週一至五定時送餐，長者不僅能按時用餐，也能建立規律的生活作息，對許多獨居長者而言，送餐時的簡短問候與互動，更成為一天中難得的陪伴時刻。

截至114年度，送餐服務累計服務長者47人，服務人次已達11,446人次，讓長者不必再為餐食問題煩惱，也減輕家屬的照顧壓力，在送餐過程中，志工會留意長者的精神狀況、身體變化及居家環境，若發現異常情形，便立即通報相關人員，使服務能及早介入，協助處理健康或生活上的困難，避免問題惡化。

此外，本中心定期進行滿意度調查與關懷訪視，傾聽長者的意見與需求，並透過送餐志工教育會議，持續提升志工的服務經驗與應對能力。送餐服務不只是一份餐食的提供，更是一種長期而踏實的陪伴，讓長者感受到社區就在身邊，生活有人關心。



▲志工送暖送到家



▲志工準備送餐



▲送餐志工教育訓練

龍山日照中心~青山宮戶外遊記

為了讓長輩們走出室內、親近自然並接觸在地文化，本中心於114/11/26舉辦「青山宮文化之旅」戶外活動；當天陽光溫暖、微風輕拂，長輩們帶著期待的心情，在工作人員與志工、家屬的陪同下，開啟了一段溫馨而豐富的旅程。

抵達青山宮後，中心特別安排導覽志工介紹青山宮的歷史、建築特色與在地文化；長輩們聽得入神，頻頻點頭，有些長輩還說：「今天這趟出來真的很好，看到年輕時常來的地方，特別有感情。」

導覽之後，志工們協助長輩們緩步入內參觀。宮廟莊嚴典雅，香火鼎盛，長輩們虔心祈福，也不時與彼此分享過往拜拜的小故事。

活動過程中，工作人員與志工始終陪伴在旁，協助行動、補充水分，確保每位長輩都能安心參與。看到大家露出的笑容，是這次活動最大的收穫。

此次青山宮戶外遊，不僅讓長輩們舒展身心，也強化了彼此間的連結，更讓大家感受到社區文化與宗教信仰的力量。未來，中心將持續規劃更多豐富多元的活動，陪伴長輩們一起享受健康、安全、快樂的生活。

收托招生訊息

服務對象：65歲以上日常生活需照顧之輕、中度失能長輩
50歲以上經鑑定為失智者
無法定傳染病（需附體檢報告）

服務時間：星期一至星期五 上午8:00至下午6:00 例假日及國定假日休息

專業*溫暖*創新 日間照顧，安心託付！

服務洽詢：(02) 2336-6654，聯絡人：許社工、高護理師。



▲龍山日照中心大合照



▲平日肢體活動訓練彩虹傘



▲日照長輩虔誠祭拜



▲平日服務認知功能訓練



▲青山宮導覽



▲社區巡禮開心出遊

揪
感
心