

穀保家商 108 年度服務學習競賽計劃書

108 年 12 月 23 日

班 級 (團隊名稱)	型一禮甲			
方案名稱	「鍊工場」托老中心 鍊德科技公司			
類 別	<input type="checkbox"/> 校內服務 <input checked="" type="checkbox"/> 校外服務	服務內容、種類 (請依競賽辦法參選方 案類別與範圍填寫)	社會福利	
方案內容 概 述	1. 將在學校所學課程回饋於社福老人中心。 2. 年輕有活力的生命氣息感染帶動體弱消極的長輩們。 3. 出發前每位同學的心理建設以及對老人痴呆症狀有進一步的認識。 4. 組員上網收集資料彙整後製作投影報告書跟班上同學分析。 5. 增加活動的趣味性與競賽活動，邀請大家集思廣益設計一連串的題目來增加與老人的互動。 6. 12 月份即將踏出職場的我們，也能學習如何開啟話題來增進顧客的交情，創造連結性學習建立關係。 7. 材料的準備(毛巾每人 2 條、小碟子、按摩油)			
主要負責同學	班級	座號	姓名	手機號碼
	型一禮	06	李芊樺	
方案活動 協助規劃 同學資料	型一禮	01	王綾卿	
	型一禮	16	孫亞彤	
導師簽名 (打字即可)	郭素玉			

穀保家商 108 年度服務學習競賽成果報告



參賽班級： 型一禮甲

導師姓名： 郭素玉

穀保家商 108 年度服務學習競賽

寄件日期：108 年 1 月 10 日

服務內容摘要表

參賽班級	型一禮甲		<input type="checkbox"/> 校內服務 <input checked="" type="checkbox"/> 校外服務
團隊名稱	家有一老，如有一寶		
服務方案名稱	「鍊工場」托老中心 鍊德科技公司		
服務地點	234 新北市永和區永和路二段 116 號 3 樓		
服務期間	108 年 10 月 8 日至 108 年 10 月 8 日		
志工服務時數 (每位團隊成員實際 參與服務之時數總和)	3 小時	志工服務人次(青年 志工各次出隊人數之 總和)	32 人次 (服務人數 x 服務天數)
接受服務對象	約 30 人	服務受益人次(團隊 各次出隊接受服務對 象人數之總和)	30 人次 (服務人數 x 服務天數)
團隊介紹 (200~300 字)	<p>介紹你們的團隊及團員間的分工：</p> <p>團員們互相配合，一開始先一起尋找相關內容以及了解內部環境的會勘，以利於事先做好分組以及活動的順暢度，並且認識失智症患者的狀況及舉動，收集完資料統整後做成投影片與班上同學做行前說明報告，讓大家能夠有進一步的認識(關於失智症)，以免到了現場不知所措，以及提醒需要注意的事項(例如：音量要控制好不要太大聲也不要太小聲、要開始動作之前要先跟長輩們說一聲以免嚇到她們，動作盡量放慢，並且還要接受他們會一直重複相同的話題……等等。)最後更是提醒同學們要攜帶當天需要的物品，事先讓同學們準備。</p>		

<p>服務方案緣起 (200字)</p>	<p>選擇這個服務方案的原因： 我們秉持著時尚造型科建教合作班學生應該有的服務熱忱，並且非常願意去嘗試新鮮事物，對於志工、義工身為學生的我們，平時較沒有太多的時間去了解以及實踐它。 故利用學校所規劃的服務學習時間，全班一起增進知識以及為社會貢獻一份心力，希望我們的付出對整個社會有小小的幫助，未來有時間也可以抽空多前往，不僅為社會付出，對自己身心也有極大的幫助，了解社會的需要，也等於對自己未來的需要-----關懷、愛、陪伴、傾聽、以及學習活到老學到老的精神。</p>
<p>服務內容及做法</p>	<p>實施的內容及做法： 1. 肩頸、手部按摩。 2. 趣味遊戲。(剪刀、石頭、布) 3. 帶動唱。(懷念老歌)</p>
<p>服務方案的特色或創新</p>	<p>實施的方案特色與創新： 1. 班級號碼作為服務的編號。(提升老人的記憶力) 2. 老人的回答題數作為同學間的競賽標準</p>

<p>相 關 資 源 結 合 及 運 用</p>	<p>經費、物資或人力的籌措及使用情形： 1. 車資申請補助 1500 元 2. 按摩油(老師提供嬌生嬰兒油) 3. 學生負責攜帶毛巾、小碟子</p>
<p>服 務 成 效 與 影 響</p>	<p>1. 發揮本科系的所長提供肩頸及手部按摩的服務，並增進老人與年輕有活力的孩子們互動。</p> <p>2. 組員非常認真，事前先上網收集有關我們要去服務的機構性質、環境設備等，再製作有關老年癡呆與失智症的簡報檔，在出發前大家還集思廣益的思考有獎徵答的題目來讓老人動動腦。</p> <p>3. 簡報檔讓參加的同學事先做好心理建設，當天不至於產生無法處理與面對的窘境。每位學生都盡全力去營造及開創與老人愉快的互動，同學們主動開始跟老人玩起遊戲，看見每位老人臉上的表情就能夠感受到我們今天所提供的服務與表現是能夠受到長輩們的喜愛。</p> <p>4. 我想今天的陪伴能夠留下老人們對我們的期待，同時也讓我們更進一步的認識了解與失智老人的相處模式，增加實體經驗。</p>
<p>檢 討 及 反 思</p>	<p><u>團隊</u>對於服務過程的檢討與反思： 少數個性內向的學生，缺乏主動性，在老師協助的引導之下仍然展現怯怕的態度，未來 12 月份要到職場實習的人際互動與溝通上需要多加強訓練，並且要事先想好聊天的話題來增進與顧客的連結，有連結就會有機會增進彼此的信任關係。</p>
<p>心 得 分 享 (300~500 字)</p>	<p><u>團隊</u>對於參與本次服務的心得與感想： 上網收尋老師介紹的永和「鍊工場」公共托老中心，新北市社會局與鍊德科技共同成立的永和「鍊工場」公共托老中心，托老中心導入由鍊德科技開發的照顧 APP，隨時記錄長者在中心</p>

內的活動狀況與身體機能檢測數據，包含長輩的選課，以及在活動中表現的情緒，匯集成影音聯絡簿和圓餅圖，家屬可透過APP了解長輩在中心活動狀況。

老人化的社會已經在台灣逐步產生，永和鍊工場採用「減法照顧」，只要長輩自己做得來的，就放手讓長輩自己動手，中心內設計有1百多種小遊戲，包含各種感官、認知、手腳操作的刺激和遊戲，只要長輩過關，就能獲得夢幣，累積夢幣能獲得咖啡或按摩等服務，以增加長輩的自立能力延緩退化。

中心內還特別引進日本亞加泡澡浴缸，有臭氧殺菌等功能，還有烘焙坊，長輩可以自製麵包，帶回家跟家人享用。

經過這一次的服務學習，讓我們了解失智老人有哪些特徵，一開始我們在去日托中心的路上內心蠻忐忑不安的，當時的我們不了解失智老人內心還有點怕怕的，甚至還有些排斥，到了目的地了解那裏的狀況，心情就有放鬆許多，在我們完成了準備工作後，我們最大的挑戰就是幫長輩們按摩和陪他們聊天，因為有些阿公阿嬤們不喜歡被觸碰到身體，所以有些會拒絕我們，雖然內心會感到有些挫折，但我們還是不會放棄，在按摩的過程中長輩們會和我們聊天及互動，讓我們不會這麼緊張，甚至還有一些同學會帶動長輩們跟著一起唱歌增加活動的氣氛真的很有趣，這次的活動真的很有趣，希望下次還有類似的活動可以一同參與。

穀保家商 108 年度服務學習紀實

※請附 6-10 張服務相片，並請附上詳實說明

服務學習成果照片



照片說明：會勘時所拍攝的烘焙坊教室



照片說明：10/08 活動當天的場地之一



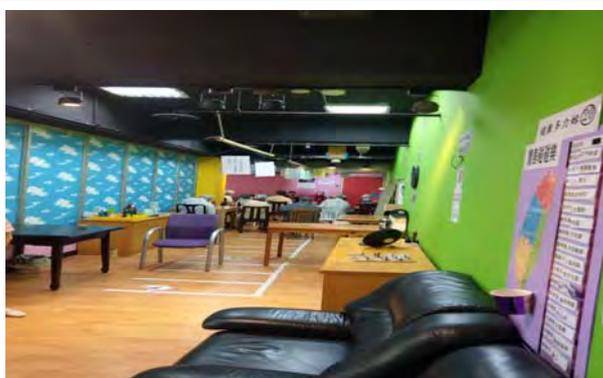
照片說明：卡拉 ok 歡唱教室



照片說明：電影賞析教室



照片說明：泡腳區



照片說明：長輩休息聊天的場所，中心備有兩張床提供給身體不適的長輩休息

※請附 6-10 張服務相片，並請附上詳實說明

服務學習成果照片



照片說明：到訪錄工廠大門



照片說明：製作號碼，方便長輩們辨識



照片說明：詢問長輩們服務她的同學號碼



照片說明：與長輩們互動，增加氣氛



照片說明：陪阿嬤玩遊戲聊天



照片說明：準備上工前的大合照

(可自行增加照片數量)

※請附 6-10 張服務相片，並請附上詳實說明

服務學習成果照片



照片說明：活絡筋骨囉



照片說明：兩人服務幸福加倍



照片說明：奶奶非常滿意我們學生的表現



照片說明：奶奶贏了十把剪刀石頭布



照片說明：奶奶分享她的人生故事



照片說明：爺爺奶奶們終於放下防衛心進來讓我們為他們服務囉！

(可自行增加照片數量)

※請附 6-10 張服務相片，並請附上詳實說明

服務學習成果照片



照片說明：
考驗奶奶的記憶力囉！學生超緊張的



照片說明：
奶奶們卸除緊張的情緒陸續前來讓我們服務



照片說明：
三人服務讓奶奶體會到貴婦級的服務



照片說明：
服務員旁的奶奶不願參與按摩的服務，不過唱起老歌給大家聆聽喔



照片說明：活動接近尾聲，奶奶謝謝幫她服務的學生們，大擁抱結束今天的活動



照片說明：今天深深感受到施比受更有福，真是豐收的一天

本隊分工組織表（參與度）

※請附活動佐證資料，如：簽到表…

座號	姓名	職務	工作內容	參與狀況（以百分比呈現，例如 100%）
1	王綾卿	報告詳細內容	讓同學們大概了解活動及場地	95%
2	白佳穎	肩頸按摩	讓長輩們放鬆心情，減輕疲勞	95%
3	陳姿廷	手部按摩	放鬆手部肌肉	90%
4	吳詩云	趣味活動	帶動氣氛，增加互動	90%
5	李宇婷	肩頸按摩	讓長輩們放鬆心情，減輕疲勞	90%
6	李芊樺	製作報告統整資料	放鬆手部肌肉	95%
7	李佩馨	帶動唱	帶動氣氛，增加互動	95%
8	李依潔	肩頸按摩	讓長輩們放鬆心情，減輕疲勞	95%
9	李靖蕾	肩頸按摩	讓長輩們放鬆心情，減輕疲勞	90%
10	陳玟卉	手部按摩	放鬆手部肌肉	90%
11	林彥彤	趣味活動	帶動氣氛，增加互動	85%
12	林珮婷	肩頸按摩	讓長輩們放鬆心情，減輕疲勞	85%
13	林閔慧	手部按摩	放鬆手部肌肉	95%
14	邱郁淇	帶動唱	帶動氣氛，增加互動	95%
15	胡雅筑	帶動唱	帶動氣氛，增加互動	90%
16	孫亞彤	肩頸按摩	讓長輩們放鬆心情，減輕疲勞	92%
17	孫郁涵	帶動唱	帶動氣氛，增加互動	90%
18	陳韻如	帶動唱	帶動氣氛，增加互動	90%
19	梁庭瑀	帶動唱	帶動氣氛，增加互動	95%
20	陳辰恩	趣味活動	帶動氣氛，增加互動	90%
21	陳亞俐	肩頸按摩	讓長輩們放鬆心情，減輕疲勞	90%
22	陳姿妤	趣味活動	帶動氣氛，增加互動	90%
23	陳姿蓉	趣味活動	帶動氣氛，增加互動	95%

24	陳維欣	肩頸按摩	讓長輩們放鬆心情，減輕疲勞	90%
25	溫育宣	趣味活動	帶動氣氛，增加互動	95%
26	黃毓嵐	趣味活動	帶動氣氛，增加互動	90%
27	楊宗螢	肩頸按摩	讓長輩們放鬆心情，減輕疲勞	90%
28	葉品岑	肩頸按摩	讓長輩們放鬆心情，減輕疲勞	88%
29	葉珈妤	手部按摩	放鬆手部肌肉	95%
30	鄭佳宜	趣味活動	帶動氣氛，增加互動	95%
31	簡訢丞	肩頸按摩	讓長輩們放鬆心情，減輕疲勞	90%
32	陳俐妤	手部按摩	放鬆手部肌肉	90%

車資保險證明

新北市投保高級家事商業職業學校代管家長委員會活動經費

108學年度 支出憑證黏貼單

經費來源	家長委員活動經費	支付金額					傳票編號
用途別	車資	十萬	萬	千	百	十	元
			1	5	0	0	
請購單位申請人	家長會職員	用過請蓋	尚未付款	已借先	已代墊		
請購單位主管	家長會財務委員	訓育組長	校長				

TP 22639428 統一發票 (二聯式) 中華民國108年10月8日

買受人 毅保商

品名 車資 數量 單位 金額 1500

金額 1500

統一發票專用章 毅保商 04240235 中華民國108年10月8日 TEL 2830-1169

南山人壽保險股份有限公司

傷害暨健康險及團體保險保險費收據

本保險費保 A 首期 B 續期

保單號碼 TA93271821

代理人 郭素玉 代理人 王綾卿 33人

險種	保險費	保額	種類	保險費
南山人壽新人身意外傷害保險(TPA)	三	南山人壽一年期意外傷害保險(MPA)	三	
南山人壽意外殘廢保險(WGTA)	三	南山人壽養老儲蓄保險(SIPA)	三	
南山人壽意外及特定年齡壽險保單(PNB)	三	南山人壽團體保險	三	
南山人壽終身壽險(NPBI)	三	其他	三	
南山人壽終身壽險(GOCAB-NCL-CL-CA)	三			
南山人壽好EASY好身醫健康保險(SPH)	三			

保險費合計新台幣 (肆萬六千) 元 594元

繳納日期 108年10月4日

繳納金額 594元

繳納日期 108年10月4日

繳納地點 南山人壽保險股份有限公司

繳納人 郭素玉 代號 3313038

繳納日期 108年10月4日

出發之前組員先跟班上同學介紹失智症的特徵與症狀

夢之湖-鍊工廠

P1

夢之湖-鍊工廠的創立及介紹

創立這間日托中心，是長輩們打發時間的好去處，也是讓一些失智的長輩們學習的好地方，這間日托中心有別於其他的老人看護中心，這裡整天行程都是長輩們依自己的想法去做安排的，在他們的課程裡有做麵包、洗衣服.....等等。日托中心利用賺取**夢幣**購買下午茶及點心來鼓勵長輩們自己動手做，這就是與外面日托中心不同的地方，在這可以學習到更多東西。

中心擺設不走整齊風格，反而處處有著規劃過的「障礙物」；各角落散居長輩做自己喜歡的活動，可以利用障礙物來復健。

P2

大概的圖片

P3

失智症的特徵

初期

- 完全想不起剛剛發生的事
- 在不熟悉的地方容易迷路
- 忘記生活瑣事 (如物品放置位置、鎖門、關水龍頭等等)
- 無法處理複雜的事物 (如購物、規劃旅行、準備料理)
- 難以集中注意力
- 情緒低落或是暴躁

P4

中期

- 記憶記憶障礙 (如無法記得自己的電話、以前讀的學校)
- 對人、時、地失去定向感 (如不知道今天是星期幾)
- 尿失禁
- 生活規律失常 (如日夜顛倒)
- 產生幻覺、妄想
- 反覆問同一件事
- 日常生活需要他人協助

P5

晚期

- 喪失分辨時間、地點、認人的能力
- 喪失溝通能力
- 大小便失禁
- 活動力降低
- 變得幼稚
- 出現不適當之行為 (如吃下異物等)
- 失去活動力、長期臥床
- 生活須完全依賴別人照顧

P6

可以跟長輩們聊天的話題

可以跟們聊聊他們今天所做的事

- 今天賺多少錢啊~(夢幣)
- 今天有沒有做什麼好吃的(因為他們有時會做麵包)
- 中午有吃飽嗎，今天吃什麼好吃的
- 今天有沒有看什麼好看的電影

反正可以聊什麼就聊什麼(政治盡量不要)我覺得啦!



P7

注意事項

- 說話速度要放慢一點
- 講話盡量降低語氣
- 一件事盡量重複多說幾次
- 不要不耐煩或者是擺臭臉
- 盡量用長輩們聽得懂的語言和文字去跟他們溝通
- 做事情動作不要太快
- 在按摩時第一下的力道不要太大，並且多詢問力道是否可以



P8

攜帶物品

- 兩條紅色毛巾
- 一個透明碟子
- 自己的隨身物品



P9

服務學習老人徵答競賽題目

第一次所設計的老人徵答 競賽題目(難度太高)	競賽題目調整為選擇題
<ol style="list-style-type: none"> 1. 幫你服務同學是幾號? 2. 幫你服務同學叫什麼名字? 3. 今天孩子幫你們做了什麼? 4. 我們是什麼學校? 穀保家商 5. 最喜歡哪一種手法? 6. 考奶奶幫他服務同學的興趣 7. 孩子幫你服務舒服的請舉手 8. 上午的考科是什麼? 9. 孩子的生肖 10. 按摩的部位 1. 肩膀 2. 手部 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 幫你服務同學是幾號? (01 號或是 10 號) 2. 幫你服務同學叫什麼名字? (<u>可愛的</u>/壞小孩) 3. 今天孩子幫你們做了什麼? (幫你<u>按摩</u>還是做麵包) 3. 我們是什麼學校的學生? (<u>穀保家商</u>還是鍊工廠) 4. 孩子幫你服務舒服的請舉手 6. 幫你服務的學生生肖- (<u>猴</u>還是老鼠) 7. 考奶奶們幫他們服務同學的興趣 (<u>玩手機</u>還是看書) 8. 最喜歡按肩膀還是手部?

座號	回饋心得內容-
01 王綾卿	<p>10/8 的下午我們去永和鍊工廠老人日托中心幫那裡的阿公阿嬤按摩，在過程中雖然有些尷尬但我還是盡可能的去想辦法跟阿公阿嬤聊天，雖然感覺他們好像有點不想跟我聊，但應該是阿公阿嬤很緊張的關係吧!另外他們也都很有禮貌的一直不斷的跟我們說謝謝。第一次覺得聊天也是有技巧的，要想著找什麼話題去跟他們聊天，明明去之前都想好要聊什麼，但真正到了那裡卻什麼都想不起來。</p> <p>真心覺得邱郁淇他們那一群好厲害啊~居然可以跟阿公阿嬤們聊得那麼開心相處得很自然，在按摩的過程中真的很緊張又很害怕一不小心按太大力或太小力，也很怕嚇到他們，在按手部按摩的過程中因為阿嬤的手一直在抖所以我想是不是她很緊張，後來我就安撫她，她就不緊張了，這次去服務阿公阿嬤們是一種學習也是一種回憶，希望我老了以後可以享有這樣的按摩服務，很期待下一次再去做這樣的活動。</p>
02 白佳穎	<p>今天我們去老人日托中心做服務時數，準備出發時讓我感到既期待又害怕，因為我從沒有去過，我也不知道失智老人是怎麼樣子的，所以我不管做什麼事情都是小心翼翼的，怕做的不好會讓他們感到不舒服，也幸好在去養老院之前班上就有討論要怎麼與失智的長輩們對話，可以跟他們聊哪些話題，讓我在見到他們的時候不會沒有話題聊，而且我發現這奶奶她都會反覆的問同樣的問題，就會一直問說她的兒子什麼時候會來接她，一直重複問，我能做到的就是轉移她的注意力，跟她聊聊今天都在做什麼、在家都會吃些什麼，出去玩都會去哪玩之類的話題，在按摩時，我也會注意要控制力道，不要按的太大力怕他們會不舒服，我也覺得奶奶人很可愛一直說我們心地很善良，一直叫我們去忙沒關係，這時我們就會說沒關係啦~現在我們也沒事啊!我們跟妳聊天這樣妳就不無聊。我們還有跟奶奶玩剪刀石頭布呢~玩的真的超級開心的，這次的活動我覺得很有意義，也讓我認識什麼是失智老人，讓我對失智老人有更深刻的了解，希望下次還可以多辦這樣的活動。</p>

03
陳
姿
廷

這個是高中第一次的服務學習，超興奮又很期待，這次也很開心可以到鍊工廠去幫爺爺奶奶按摩，跟奶奶也聊的很開心喔！！希望下一次又機會，也可以再去別的地方去服務其他爺爺奶奶我服務到的是一位奶奶，他人很好，一剛開始的時候又有點尷尬，但是按久了，總是要有一點跨出第一步的勇氣，所以我就鼓起勇氣去跟奶奶說話，沒想到奶奶人那麼好啦，按摩告一個段落之後，我們就陪奶奶聊天聊的很開心喔！！問了奶奶的年紀，他說他 82 歲，直接嚇到，完全看不出來啊啊啊！他還說了他在哪裡很開心喔而且哪裡人很多，爺爺奶奶每天都會有很多事情可以做，防止腦袋退化，也故意設置了很多障礙物去讓爺爺奶奶過但是同時也要小心不要讓爺爺奶奶去撞到。

04
吳
詩
云

今天我們去老人日托中心，接觸到一些失智阿公阿嬤，其實就像是家中的阿公阿嬤一樣。我們幫他們做了肩頸及手部的按摩，跟他們聊了很多，她們很客氣，那天我幫忙阿嬤按摩，她跟我說：「我沒有人幫我按摩過欸這是第一次」聽到這裡，其實我很驚訝因為我一直以為家中有長輩在的，兒女或孫子都會幫他按摩，那個阿嬤有 4 個小孩，她是早婚所以她的孩子們也都很大了，也各自生了小孩，就連她的孫子都娶老婆了，她居然說沒人幫她按摩過，幫阿公阿嬤按摩在我們家可以說是家常便飯了。其實看他們這樣真的很心疼，有時候在路上看到一些爺爺奶奶自己出門沒人陪的時候，就會想到自己的阿公阿嬤是不是也正在這樣的生活，雖然說阿嬤他們有些是記不太得之前的事，說不定其實她家中的子女們有幫她按摩過，而她忘了也不一定，但我覺得我接觸到的這位阿嬤，狀況其實還不錯，講的話相信的程度也能高一些。也希望以後有更多人能接觸到這類型的社福中心。之後也希望服務時數可以去一些流浪動物之家之類的，換關心一下狗狗貓貓們。

<p>05 李宇婷</p>	<p>老師帶我們去做服務時數，我真的很開心可以認識那些長輩，我們跟長輩們聊天時就可以知道他們的心裡在想什麼，有的時候長輩們還會唱歌給我們聽，真的很厲害，我們那一組的奶奶跟我說他有兩個孫子都在美國讀書，她說他們很會讀書，奶奶說他很想要敢快見到他的孫子，按摩到最後的時候，他問我們，我們還會在來嗎？很想要再跟我們玩，當我聽到這一些話的時候我真的很感動，當他走出門外時我有一點不捨，這一次的服務，讓我體驗到失智老人會有怎樣的行為並且要用什麼方式去溝通，我希望下一次還可以在去那邊。我回家的時候有想了一下，為什麼我家的奶奶和別人的奶奶不一樣呢，我奶奶都用酸的方式跟我說話我真的很傷心，為什麼我家的奶奶都用這一種方式跟我說話呢？我覺得那一位奶奶很好，講話的時候都很客氣，我都自己在想，要體諒他不能對他生氣，有的時候是自己做錯了都沒有自己反省我真的很希望可以在去一次，說真的失智老人有一些都會很煩有一些不會，像這一次的奶奶有的時候很好講話有的時候會一直重複話題呢。</p>
<p>06 李芊樺</p>	<p>上午段考完，下午就去老人日托中心做服務時數，再去的路程中我一直在想要怎麼跟長輩們聊天和互動.....等等。反正就是很緊張，因為我第一次到外面做服務時數，到了日托中心後，我發現跟我想的不一樣，我想像中的老人日托中心是老人味很重、脾氣很暴躁的感覺，但我看到的是很乾淨、很溫暖、很舒服的感覺，一進去就看到長輩們在下棋、聊天.....等等，老師帶我們去找地方放東西還有擺放椅子，就等長輩們走進來，雖然剛開始人很少，但陸陸續續人就越來越多也沒有到很多，我們這裡是三個人按一個阿嬤，在按的時候也在找話題跟阿嬤聊天，後來聊得很開心，阿嬤們都很可愛在按的過程中一直跟我們說謝謝，真的很開心，(自己也想了一下我好像從來沒有主動幫自己的阿嬤按摩過，感覺自己很被動吧!)按摩中阿嬤也一直問我們會不會累，累是一定會有的但看到阿嬤開心的笑容，也就不會累了，阿嬤說她從來沒有被別人按摩過，所以她很開心，最後還有跟阿嬤玩剪刀時頭布，阿嬤真的超厲害我都沒贏過哈哈!這次的活動真的很開心，真希望下次還有機會再去。</p>

07
李
珮
馨

今天去老人日托中心服務老人，幫她們肩頸和手部按摩，剛進去日托中心時，覺得裡面的環境非常的好，有很多的遊戲可以玩，還有休息的地方，之後我們就準備用具，等著阿公阿嬤進來讓我們服務，看到長輩們進來之後，心裡莫名的慌張了起來，有位阿嬤走到我前面的位子坐下來，我就跟阿嬤說我要把她按摩，有詢問力道是否可以，告訴她待會要回答的問題，然後告訴她我是七號待會要回答，之後有兩位同學來幫忙手部按摩，因為跟同學沒有太熟，所以導致我沒說什麼話，我覺得有點尷尬，思考要聊點什麼，但就是說不出口，在按摩的過程中，發現有一區真的特別的熱鬧，還一起唱歌呢！我知道邱郁琪和梁庭瑀台語真的很好，跟阿嬤相處得很好，那邊熱鬧我也覺得挺正常的，之後同學手部按摩完就走了，就只剩我一個，只能努力展開想話題，主動聊天，克服自己的內向，有說到在這邊的感受，她家庭狀況是怎麼樣，我也順便會提到我家庭之類的，但也不沒忘記跟阿嬤說我的學校座號及其他問題，還有玩剪刀石頭布，結束之後感受蠻好的，因為能體驗到以前沒體驗過的，能夠接觸這些活動也不錯，相信以後家裡有長輩的時候可以幫助他，然後幫他按摩，這次體驗下來真的幫助了不少，很棒的體驗。

8
李
依
潔

今天我們全班一起去了老人日托中心幫那些阿公阿嬤們按摩，那些阿公阿嬤們都很愛、又很愛笑，看到了他們老了的樣子，就想到以後自己的阿公、阿嬤、爸爸、媽媽等等...也都會變成這樣，聽說他們有失智但是看不出來，因為他們都有記得我們做了什麼還有我們的座號。幫他們按摩時還要想不要按的太大力也不要太小力要剛剛好才不會不舒服，我真的不會講台語也聽不懂，如果要說也真的只聽的懂一點點，而且我們真的太吵了，還有個阿公不喜歡我們那麼的吵，所以我們大家以後如果出去也需要降低音量不要都那麼大聲，那個裡面也很像幼稚園，看班上的人和那些阿公阿嬤們在玩剪刀石頭布的時候也好可愛，真的看起來好像是再跟小朋友玩，阿公阿嬤們也都很好相處，就和剛認識的小弟弟小妹妹一樣，一直陪著聊天就可以很開心，我還得到一個阿嬤的吻，真的很棒。

9
李
靖
蕾

這是我第一次去外面做服務時數，我其實很怕那些阿嬤會排斥剩至是害怕我們或惶恐，但那些阿嬤很勇敢少數有幾個會害怕緊張，但大部分的人是不會怕的，然後我這組的阿嬤很可愛，我幫她按摩我問力道這樣可以嗎她跟我說可以然後還唱歌給我們聽真厲害，我還有問他幾歲她說 86 歲，然後阿嬤真的很可愛也很活潑很有活力，阿嬤高興我也高興，謝謝班導這次帶我們去做服務時數，看到鍊工廠的阿嬤我就想起我外婆我外婆 96 歲了，如果她有來我家我也想幫她按摩，有一句說話，孝順要即時，不要不在時才來後悔，再也沒有用了。

那個阿嬤說他會講英文日語一直唱歌給我們聽還一直說謝謝，真的太可愛了那些阿嬤活力真好不輸給年輕人其實我覺得大部分狀況還不錯少數有些比較嚴重因為老了慢慢退化這都很正常，以後我們老了也會這樣，每個人都會遇到生老病死，每個人都一樣沒有人活在這個世界上不會老，那是不可能啦！

我只想說下次如果還有要做服務時數希望可以再去幫阿公阿嬤按摩，記得幫老人家按摩時要控制力道隨時要問他這樣力道可以嗎，我那一組阿嬤一直跟我謝謝害我很不好意思，其實我很怕那些阿公阿嬤會怕我們，因為第一次見面不熟，但那些阿公阿嬤沒有在怕欸，我那一組阿嬤反而一直跟我們互動，但我有點不太敢，所以我應該學著不要害怕勇敢的去嘗試到了職場也要跟客人互動，所以現在就練習互動自己自動點，勇於跟別人說話互動也是值得我們學習的。

10
陳
玟
卉

今天去了老人日托中心，剛開始有一些阿嬤進來就覺得她們的講話方式和一舉一動都好可愛。有一位阿嬤她的名子叫素嬌，就是我今天的服務對象，素嬌阿嬤身上有穿支撐架，所以幫她按肩頸時有點困難，所以呢！我最主要是幫她按摩脖子和手的部分。剛開始幫素嬌阿嬤按摩的時候有點尷尬因為這位阿嬤的個性比較內向，不敢主動跟我說話，我只好自己找話題聊了，我問她幾歲了，她跟我說她忘記了，當我聽到這句話的時候，我跟她說，沒關係我們慢慢想，後來聊了別的話題，聊著聊著，我又問她幾歲，她這次很有自信的跟我說 70 幾歲了。

這時候我替阿嬤感到開心。老師說：要請阿嬤記住我們的號碼，我

	<p>就跟阿嬤說，我是 10 號，要記住喔！等等會給妳考試，阿嬤說好，在按摩的過程中，我有一直不斷的考阿嬤我是幾號，她有的時候還會偷偷看一眼，到最後，老師來考試，阿嬤她竟然答的出來，真的覺得她很厲害，除了跟阿嬤聊，我還會稱讚阿嬤，例如：說阿嬤的皮膚很好，很羨慕她，阿嬤都會不好意思，整個按摩的過程裡，我們都有說有笑，還被阿嬤啾了一下。看著素嬌阿嬤，我就會想到我的阿嬤，我的阿嬤不像素嬌阿嬤一樣，可以走路，我的阿嬤什麼都不記得，腳也沒辦法走路，看了真的很心酸希望下次還有機會去幫長輩們服務可以多跟阿公阿嬤們交談。</p>
<p>11 林 彥 彤</p>	<p>我是第一次跟全班一起去做服務時數，今天下午去了頂溪捷運站附近的日托中心服務老人家幫他們按按摩跟他們聊聊天陪陪他們，原本在去之前我想說好麻煩哦，前置作業那麼多到底要幹嘛的，還介紹失智會怎樣怎樣的，結果一進到裡面就看到好多可愛的阿嬤阿公，完全跟我想像的不一樣。</p> <p>一開始以為會有很多很多人來給我們按摩，結果意外的少原本還怕一個人要應付一個很可怕，結果後來我就找了一個可愛的阿嬤按了，還有吳詩云跟李芊樺陪我一起，就沒那麼緊張害怕了，幫那個阿嬤按摩時，就想到了以前自己家的阿嬤，我把他當作自己的阿嬤一樣去聊，就都還行完全不緊張害，而且那個阿嬤完完全全沒有失智的樣子，還跟我們聊了很多很多，也玩了一些小遊戲還跟阿嬤拍了照片一起玩特效，那阿嬤真的好可愛！希望還有機會在去陪陪那些老人家，而且希望還能一起全班去做服務時數。</p>
<p>12 林 珮 婷</p>	<p>我覺得這些長輩們個性很可愛也挺活潑，看到她們就好像看到自己的爺爺奶奶一樣。這些長輩們大都挺喜歡玩遊戲跟唱歌，還很喜歡聊天，一直會跟我們聊天。可是或者因為長輩們年齡大了，加上有些長輩會患有老年癡呆症，而容易健忘，所以有時候要一直重複一些動作跟所說的話。他們年齡大了聽力也不太好，所以跟長輩們說話都要大聲一點。也因為長輩們年齡大了，骨頭跟血液循環不良，所以我們再幫忙按摩時也要注意按摩力量跟控制力道。也要注意按壓的位置，看有沒有按到骨頭而導致他們感到不舒服。</p>

在給這些長輩按摩的時候，因為按到舒服而露出愉悅的表情的時候，自己也會感到很開心。當時自己會想如果自己的曾祖母若還在的話，自己就可以幫她按摩了，可惜她已經往生了。所以一想到這，我就會更努力的給他們按摩跟服務。就好像是在給自己的長輩服務一樣，希望以後還有這些機會可以再為他們服務。對我來說這是一個非常好的體驗。

13
林
閔
慧

我們的第一次服務時數是去老人日托中心，裡面蠻像幼稚園的，我有去過一次老人日托中心而且我也很常看到因為阿嬤家對面就是社福大樓，雖然很常看到但在還沒去做時數前我一直覺得好恐怖去到那裡才發現爺爺奶奶他們都好可愛！我覺得爺爺好像沒有我想像中的好相處所以我都找奶奶按手部按摩比較多，其實爺爺奶奶也沒有像失智老人的症狀那麼多他們只是有些東西都會忘記沒有那麼誇張的，我跟兩個奶奶聊天一個奶奶看得懂數字所以他很快就記得我的號碼了，奶奶一直跟我們說謝謝他也覺得我們好可愛說我們按的很舒服聽的這些話心裡舒緩了一下。

另外一個奶奶也看得懂數字但他會一直忘記所以我都一直提醒他後來他終於記得我的名字，我一直跟奶奶聊天家裡的事情，兩個奶奶都 80 幾歲了我覺得她們好辛苦，他們都說你看我這個皮膚都是老老的皮膚了我都說每個人都會有這個時候呀！所以奶奶不要難過每個人都會這樣的，剛開始我還跟辰恩說我希望不要是爺爺坐下給我按摩，因為我有一點恐懼自己從小就都是跟奶奶一起長大也沒看過爺爺，所以我就說了這種話後來覺得爺爺也很可愛啊！只是他們講話好像比較大聲比較兇，中間還有一群搖滾區他們好活潑耶！但是有個奶奶說他們好吵所以我就說小聲點不是每個奶奶都喜歡這樣後來就有小聲點了，那時候看到爺爺奶奶有些行動不便的我的心裡真的有點難受，第一次去日托中心有幫忙裡面的爺爺奶奶服務心得是其實沒有那麼恐怖的！大家要主動去日托中心關心爺爺奶奶呦！畢竟大家都會老所以替換角色想一想他們是需要被關心的。

<p>14 邱郁琪</p>	<p>這是我高中第一次去做服務時數，我其實很期待但又怕那些老人不理我，然後氣氛很乾尬。但事實上沒有，那些爺爺奶奶很親民、很活潑、很可愛，雖然他們會一直說重複的話～比如他們會一直說他的孫子去哪？他幾歲之類的，但是他們也不是故意的，讓我有點心疼。我阿嬤是比他們更嚴重，我阿嬤不能說話也不能走路也不會說話，總覺得那些爺爺奶奶已經比我阿嬤好很多了～其實剛開始不知道為什麼就那些阿嬤熟起來了，然後跟他們解釋我們是誰？來這裡要幹嘛？其實那些爺爺奶奶來給我們按摩時也會害怕，還好我之前常常和阿公的那些朋友聊天，多多少少也會說一些台語，然後像裂嘴女的微笑才能和他們打起來。我服務的奶奶很親切，但感覺他沒有失智到很嚴重，他還會跟我說他有5個小孩，他外孫最小20歲，他的小孩在做什麼，還有他以前的一些小故事～我還會跟別的阿嬤邊按摩邊聊天，然後跟他們一起唱歌，一起搖擺，炒熱氣氛，然後一起笑。總之我對於這次的服務老人的服務很滿意，因為之前都是在警察局做服務學習時數，都在掃地、擦桌子，都是一個人做，很孤單，但是這次是和全班一起去，感覺很不一樣，希望下次還可以去類似這種地方做服務學習。這是一個既可以學習又可以關心老人的事情，做到最後會覺得很有意義然後很有成就感～希望下次不只是去老人中心也可以去托兒所。</p>
<p>15 胡雅築</p>	<p>今天去了老人日托中心幫阿公阿嬤做按摩服務。那裡的阿公阿嬤雖然因為失智有時會一直重複問同樣的問題或是聽不太懂我們所說的話，但阿公阿嬤們都很有禮貌按摩完還會跟我謝謝呢。一開始有些阿嬤進來很疑惑不知道我們要做什麼，然後邱郁淇就帶動大家跟阿嬤打招呼也向阿嬤解釋我們是來為他們按摩。</p> <p>到進行活動的時候我非常的不會聊天，而且遇到阿嬤們要說台語也會因為緊張不知道怎麼說，所以按摩時我總是很安靜。但是我覺得就這樣一直按阿嬤也會覺得無聊吧，所以我就開始問阿嬤知不知道我的號碼然後請比較會聊天的同學一起來帶動氣氛，阿嬤看起來也更開心了。經過這次的活動我了解到了自己的不足，就是我容易緊張加上不太有辦法跟陌生人聊天。除了了解自己的缺點以外在這次活動過程中我真的覺得很開心。因為一方面我們能</p>

	<p>學習一方面又能陪伴阿公阿嬤聊天讓他們開心這樣一舉兩得的活動真的很棒。</p> <p>希望也有類似這樣服務活動讓我們一起服務社會，幫助社會上更多需要幫助的人也在做這些事情中學到更多的事。</p>
<p>16 孫 亞 彤</p>	<p>今天去老人日托中心做服務時數，幫他們按手部和肩頸按摩，那裏的阿公阿嬤都講台語，我不會講台語對我蠻不利的，因為要跟他們聊天和告訴他們待會要回答的答案都很難，所以我什麼分數都沒有得到，一開始被我按摩的阿嬤話蠻少的偶爾笑一笑或回答有沒有太大力或太小力，以前做服務時數都是去圖書館，第一次去老人日托中心還蠻新奇的，在過去的路途內心還忐忑不安，但到了現場看到裡面的裝潢和阿公阿嬤心裡有平靜許多。</p> <p>以前對失智老人沒有很深的了解，去完後有比較了解，裡面的阿公阿嬤都很可愛講話也很親切，不會像有些長輩很酸言酸語，第一次覺得跟長輩們聊天是一件很困難的事情，但是這一次下來學到的東西很多，以後做服務時數可以多去這種社福單位，在過程中，看到有些阿公阿嬤的心情沒有很好，不知道是不是自己一個人待在沒有人陪很孤單所以心情不美麗，想到我老了以後會這樣會忘記一些事情心情就開始鬱悶了，希望大家以後都可以開心地活著。</p>
<p>17 孫 郁 涵</p>	<p>今天去做服務時數，去一個老人日托中心，裡面的阿公阿公都有（失智症）但這個症狀每一位老人都不同，有的是一直重複問問題。</p> <p>要去日托老中心時我的心情非常期待，非常想幫阿公阿嬤按摩，一進去看到場地有點像幼兒園上課的地方哈哈！但設備都還不錯，可以讓老人恢復記憶，懷念一前的事。</p> <p>進去之後我們開始準備一些按摩用的東西，之後阿公阿嬤陸陸續續的走進來，我接到一個阿嬤她人還不錯又很可愛又很漂亮哈哈~阿嬤還跟我說他老公去國外上班（覺得很厲害），後來有一位阿姨走過來她說這個阿嬤以前是一位音樂教授（我也覺得很厲害）而且這位阿嬤還會講國語（之前以為這裡的阿公阿嬤都只會講台語，沒想到竟然有一些會講國語！！）知道這些之後我們那群開</p>

	<p>始嗨起來了，我的好朋友邱郁淇開始唱台語老歌像舞女. 阿嬤入威. 人生的歌等等各種老歌都出來了哈哈~超極厲害不但會唱台語歌連跟阿嬤講話都超有話題的不像我台語只會講一點點。幫阿公阿嬤按完後跟他們玩一些遊戲有的組別還跟阿嬤玩剪刀石頭布，哈哈！超有創意。</p> <p>活動完之後有一個阿嬤非常非常可愛~不知道是不是我們太熱情了~阿嬤就一人抱一下超有母愛的哈哈~</p>
<p>18 陳 韻 如</p>	<p>今天去了熟悉的頂溪站幫老人日托裡面的老人進行按摩服務，事前也先行了解失智症所會產生的行為和特徵，我覺得這很有挑戰，剛到的時候就有阿嬤們迫不及待的進來等待，也讓我覺得我們很專業的感覺哈哈！我按的阿嬤很可愛他幾乎跟我阿嬤一樣，讓我很想念自己的阿嬤也會很有耐心很開朗的問阿嬤問題，我問了他今天有要做麵包嗎？阿嬤跟我說他明天才要做，還說要做給我吃真的很像我阿嬤，在按的時候我也很怕我按太小力或太大力所以一直問力道不知道阿嬤會不會覺得我很煩，阿嬤也記得我是18號~在問的時候聽到他還記得我的號碼其實是挺感動的其實我覺得這次的服務我很享受在其中我已經很久沒有見到自己阿公阿嬤所以今天去讓我回味到了很多也終於可以用到我阿公阿嬤教我的台語。</p> <p>希望以後還有這個好福利，今天我還遇到了一個失智的阿嬤他真的確過了5秒一直在問我同一個問題大概問了快10次，但是不知道為什麼我很有耐心的一直回覆他一樣的問題~那個阿嬤也超可以一直在我旁邊唱歌~很開心看到他們在那個地方是如此的開朗活潑我要多多陪我的阿公了。</p>
<p>19 梁 庭 瑤</p>	<p>10/8 老師帶我們去位於永和的日托老人中心，我們去那裡幫忙老人按摩肩膀和手，一開始到那裡不知道和奶奶們講什麼，後來我就先和奶奶說我先幫忙你按肩膀然後在問她力道這樣可以嗎？奶奶就回我這樣可以，突然覺的心裡好開心，後來我就問奶奶幾歲她說88我就說奶奶妳好厲害，88歲還有辦法走路不需要人家攙扶，而且她身體也很健康，我服務的第二個奶奶也厲害，我問她比較習慣講國語還是台語，奶奶說都可以，我在幫忙她按摩時她</p>

還一直和我說謝謝，我就和她說不客氣，不用一直和我說謝謝，我和奶奶聊天時問奶奶的先生呢？奶奶和我說她的先生在美國工作，我說那麼厲害，她說她老公是臺大電機工程系畢業的，我完全嚇到，後來有一位應該是志工，她走過來說妳們應該不知道這位奶奶年輕時的工作是什麼吧～她說奶奶之前好像是銘傳大學音樂系的教授，我又被嚇了一跳，我發現一個奶奶比一個奶奶還要厲害，很開心這次可以到這個地方幫助老人按按摩，陪陪她們聊天以及唱歌希望以後還有這種機會可以幫助到他人，既可以幫助他人，有可以多做善事。

20
陳
辰
恩

今天去日托老中心做服務時數，去幫那邊的阿公阿嬤肩頸按摩和手部按摩，一開始我都抱著很緊張很緊張的心情去那邊，因為老師在我們要去之前說了那些失智的阿公阿嬤症狀，讓我很擔心自己會應付不了，但到了現場見到了阿公阿嬤雖然還是有點怕怕的，但接觸到後就不會這樣覺得了！反而覺得她們真的很可愛～而且今天下來阿公阿嬤的症狀真的比我想想中的還要好很多，因為還會在更嚴重一點。也因為這個活動讓我知道原來「閩南語」真的是一個很重要的語言餒！！我聽的懂一些，但講出來的會結巴不順發音怪，所以我都不敢講因為我怕阿公阿嬤聽不懂....。我不是故意不去和阿公阿嬤聊天，而是怕他們聽不懂請問同學幫我傳話給阿公阿嬤。

按摩的時候我也不太敢按很大力，雖然阿嬤說沒什麼感覺但是也有說這樣就好了，害我邊按摩邊抖真的不知道該出什麼力氣。其實看著這些年紀那麼大的老人家，我會突然覺得生命好脆弱，我就也會開始在害怕以後老了怎麼辦呢...，而且那些老人知道自己有一些症狀一定也會負面，比如說失智好了，雖然可能一個件事或才剛講完剛問完的東西馬上忘，可能對有些人來說這個症狀對他來說是好的，說不定他想忘記對他來說不好的記憶，但也有缺點好的記憶也會一起忘記...。

所以我也不太喜歡去這裡做活動，因為自己的心情就會去多想很多很多太可怕了。今天下來讓我了解的是，一定要去把台語學好啦！然後把自己的身體都顧好，讓自己老化的速度盡可能的不要那麼快。

<p>21 陳亞俐</p>	<p>10月8號我們去了老人日托中心，我覺得那邊的氛圍都跟我想像中的完全不一樣，剛進去就覺得還蠻溫馨的，在活動開始時都沒老人進來給我們按摩，還蠻擔心的，可是後來陸陸續續長輩們就一個個走進來了，而且她們都超親切也超有禮貌的，不會因為她們是長輩就瞧不起我們，甚至有些老人還會給我們鼓勵，有些還會跟我們聊天，分享一些他們以前的事，我們還有一起唱歌，我覺得蠻歡樂的而且跟自己歲數差很多的人聊天，有種很特別的感會在心裡想，如果我也活到這歲數我會有什麼感覺想想就覺得很感慨，一個人活到了這個年紀，經歷過各種事情喜怒哀樂都有思想應該也成熟了，很難想像活到這歲數的自己，我想她們曾經也很難想像吧！而且我們有問一些老人都在這裡做什麼，他們都說無所事事，不是吃飯就是在睡覺 有時候也會看個電視，他們一定也很想回到年輕的時候，誰也不想老了以後的生活不是吃飯就是睡覺，還要心念著自己的家人 希望他們可以過得更充實，更快樂一點，其實去完老人日托中心之後 我開始害怕變老… 也開始注意身邊的老人 看著他們臉上歲月拍打的痕跡 就覺得時間真的過很快…。</p>
<p>22 陳姿妤</p>	<p>今天去了老人日托中心，一開始我還有一點怕怕的，怕那些阿公阿嬤會很負面然後都不笑也怕自己台語講不清楚阿公阿嬤們聽不懂，結果去到那邊發現其實沒有想像中的那麼不好，也讓我了解原來失智症的老人是這樣的，當初老師說失智症的老人記憶不好，但今天我和阿公阿嬤說我是22號的時候其實他們都有記住只是再問他們一次他們就會忘記，所以我們一直跟阿公阿嬤們重複我們的號碼深怕他們忘記，因為這樣我們就沒分數了！！</p> <p>我覺得我們班今天要改的缺點是「音量」，因為真的太吵了，有一位阿嬤他一直烏住耳朵，我們就問他說「阿嬤你是不是覺得太大聲」阿嬤就說「對啊！我不喜歡太大聲」後來我們就去其他人說小聲，可是講不聽還越講越大聲，連我自己都覺得很吵。其實這次的活動也是在考驗我們的主動，畢竟之後我們還有三個月的實習，也不能到店裡上班的時候讓學長姐覺得我們很被動，不要什麼事都要別人講了才去做。這次的服務時數是一個很好的體驗，期待下一次的服務時數！</p>

23
陳
姿
蓉

今天去了老人日託中心，剛開始的我非常期待也非常的緊張，期待我看到的阿公阿嬤，我緊張到怕到時候幫他們服務時我會把他們用受傷，一進去我看到那些阿公阿嬤很可愛因為我本來想說可能會有什麼東西會發生，結果沒有到了後面我先幫一個阿公服務，那個阿公是我第一個服務的對象突然一個緊張肚子開始在滾，我也覺得好痛該來的總是要來，所以我就開始跟他講說要幫你按摩手，結果到後面手部按摩做完了想說幫他做另一隻手結果他跟我說一句我可以換別人嗎？我一聽到雖然心破了但是還是跟他說好我們會交換請另一個幫你按，其實他們如果要算的話有些人輕度有些人重度，我還按到阿嬤是眼睛怪怪的，我那時一直問他阿嬤你知道我的幾號嗎？我很怕他一個忘記，我的分數直接不見，但那個阿嬤說我知道啊！你這邊有寫我說好那阿嬤我問你我幾號居然答不出來，我心裡一陣哇哩勒怎麼說不出來，我其實知道你知道我座號但就是怎麼都答不出來呢！想說算了沒關係結果按完他下一個阿嬤就來了，我就跟阿嬤說我幾號阿嬤居然我問完她阿嬤答的出來，我開心到不知道要說什麼。那些阿嬤阿公其實人都很好很好也很高興我們到那邊幫他們按摩我們也很用心，假如有一天我阿嬤這樣我可能會從有耐心到一個沒有耐心的孫女，其實阿嬤阿公人真的很可愛不但可愛也可以記很多東西。

第一次的服務時數其實很不錯，我也覺得這個體驗讓我們多了解要怎麼去應付這些老人，這一次我就覺得很開心了我期待下次的體驗要去哪裡我比較想去看小孩因為這樣至少讓我們了解什麼叫困苦我們是多麼幸福的。

24
陳
維
欣

剛開始有一些阿嬤進來，但我會害羞，有一位阿嬤她的名子叫素嬌 今天就是我們的今天的模特兒，素嬌阿嬤身上有穿支撐架 所以我們幫她按肩頸時，有點困難所以我們幫她按摩，脖子和手的部分，肩膀因為不太好按所以沒按很多，剛開始幫阿嬤按摩的時候有點尷尬，因為這位阿嬤的個性比較內向，不敢主動跟我們說話，所以玫卉開口跟阿嬤聊，玫卉跟俐好問她，阿嬤你幾歲，阿嬤說她忘記，我們跟她說，沒關係，我們慢慢想，後來聊了別的話題，聊著聊著，我們又問阿嬤，她幾歲，阿嬤這次很有自信的跟我們說，70 幾歲了。老師說 要請阿嬤記住我們的號碼 我們就跟阿嬤

	<p>說，我們的號碼，玫卉跟俐妤跟阿嬤說要記住喔！等等會給妳考試，阿嬤說好，在按摩的過程中我們有一直不斷的考阿嬤，我們是幾號她有的時候還會偷偷看一眼，很可愛。</p> <p>到最後老師來考試，阿嬤她竟然答的出來。真的覺得阿嬤很可愛也很厲害，除了跟阿嬤聊天，我們還會稱讚阿嬤她很可愛，阿嬤的皮膚很好等等很多，阿嬤害羞了也有點不好意思，整個按摩的過程裡，我們都有說有笑，還被阿嬤啾了一下。真的覺得阿嬤很可愛。希望下次還有機會去找素嬌阿嬤。</p>
<p>25 溫 育 宣</p>	<p>今日去了老人日托中心幫阿公阿嬤按摩，那些阿公阿嬤人都很好，她們看起來還蠻好的也很可藹可親都很好相處，因為是第一次去所以會覺得很不熟那裡的環境，也會不太敢和那些阿公阿嬤互動，因為我會害怕按摩按的不好，但是到了候面我看到了有很多的同學都主動去跟那些阿公阿嬤互動，於是我當下就提起了勇氣去和那些阿公阿嬤聊聊天，那些阿公阿嬤都很熱情的回我的話，讓我覺得很開心，其實我覺得那些阿公阿嬤講話都很流利不像是失智老人，有的還會講中文，中文說的還很流利，這一天相處下來我很開心，希望下一次老師還能帶我們來，幫這些阿公阿嬤服務，我們一去到那裡就分成許多區，有的是搖滾區.有的是安靜區.有的是遊戲區.....等，因為大家表現的方式都不太一樣，導致會有不同的區塊，而我是在安靜區，因為我這位阿嬤都不太愛說話，所以我覺得我是在安靜區，因為我想有很多話想跟那阿嬤說，但他回覆很慢所以我就去搖滾區找另一位阿嬤聊天。</p>
<p>26 黃 毓 嵐</p>	<p>10/8 第一次的服務學習時數，我們去到頂溪站附近的老人中心，一開始的準備跟注意事項真的挺多的，像是不能太大聲還有進門前要消毒什麼的，雖然進到裡面的時候看到很多阿公阿嬤，但是真正進來讓我們服務的卻不多，一開始不知道人會這麼少還在傻傻的等，後來才發現很多人開始去幫忙別人，我一直不敢開口跟老人家對話，後來有別人的幫助跟著他們一起按摩，平常臉太臭不能這樣在按摩的過程中一直保持微笑，感覺嘴角抽筋，我服務到的都很慈祥覺得很慶幸，怕按痛他們一直都小小力的，我也不敢開口問力道行不行，後來在別人的幫忙下有動嘴說了些，覺得</p>

自己還要改進因為在客人面前不能這樣，這是個加強的好機會訓練膽量，按一按同時觀察他們突然很心酸，因為很久才見到一次自己的阿公阿嬤，也沒有像這次一樣為他們按摩或跟他們聊聊天，有遇到一個阿嬤一直問我們說他的孫子在哪裡，原本很沒有耐心的我脾氣也沒上來只覺得很心疼，在幫阿嬤按手的時候他手牽著我的時候好想哭，長大有印象以來還沒被我阿嬤牽過，眼睛瞄到阿嬤一直看著我的方向笑，抬起頭對到眼的瞬間真的很幸福，希望大家都要好好照顧自己的身體。

27
楊
宗
螢

今天的早上我們在段考，然後下午我們就去頂溪站的日托老人中心做服務時數，一開始進去我們就把自己要用的東西準備好，然後等阿公阿嬤們進來坐，然後他們進來的時候我那時候真的不知道要幹嘛，只能呆呆地站在那邊看，之後有一個阿公來坐我的位置，然後我就幫他按摩，我就跟他說我是 27 號喔要記得ㄟ，然後我按一下就會問他說我幾號，一開始他都會看一下我的號碼牌才想起來，但後面就不用看了，他就可以直接說 27 號，那時候聽到真的蠻感動ㄉ，因為很多的失智老人都記不起來，不然就是要想很久，但他好像是輕度型的吧！他很快就記起來了。

然後在按摩的過程中，我也有問他說你是幾年次的，他跟我說他 31 年次，我就想說哇！差了 62 歲餒😭直接差了大半輩子，我就在問他說你是出生在哪裡，他就跟我說他是在台北出生ㄉ，我就在問他你有幾個小孩，他說一個男生一個女生，我就問他那你有幾個孫子，他說他有 3 個孫子，然後都差不多在國小的年紀，我就想說這樣子是哪裡失智ㄚ😭😭，他都還記得很多的東西啊😭。

之後我就也跟他說我阿公是雲林人還有幾個小孩幾個孫子等等的……然後他就突然跟我說你可以去休息ㄉ妳按的很舒服謝謝！哇這時候又感覺到超級感動😭的，之後班導在考他我幾號的時候，他就又突然忘記了，還好我有提醒他，不然我的分數就要飛了😭，好啦這種體驗真的很不錯，希望下次也可以常常去那裡服務老人。

28
葉
品
岑

今天下午去日托老人中心做服務時數，其實一開始看到這些阿公阿嬤感覺跟我們一樣，但真的接觸後發現其實有點害怕跟我們接觸，因為跟他們不熟怕會說上重複的話，會把我們認成別人，這樣讓我覺得很可惜，因為自己的兒子女兒都沒有時間照顧他們，所以只能帶他們來日托中心，這次活動的接觸下來，發現他們比較想在家裡，因為需要的是兒子女兒們的陪伴和實際的接觸後，幫他們按摩、跟他們聊聊天、玩玩遊戲跟阿公阿嬤們漸漸的就熟了一些阿公阿嬤們也放心的跟我們玩了遊戲，在觀察下裡，有些阿嬤很容易親近，他們也很輕切也很熱情的跟我們說有關他們或家裡小孩的事情，甚至有的阿嬤也跟班上的同學們一起唱歌，看了真的很快樂但也有些阿嬤覺得不習慣，因為我們太吵雜。也因為有的比較少開口講話，雖然很難接觸他們，但是希望我下次能主動一點接觸他們和玩遊戲，看到他們這麼開心我也很開心，尤其是阿公阿嬤的微笑讓我有一種懷念的感覺；前幾個禮拜我的外婆因為身體不好，所以住院，幸好在今天出院了，希望下次可以到日托中心做服務時數，也了解了很多有關失智老人的事更懂得應該怎麼去接觸他們，希望下次我還可以再去很多次。

29
葉
珈
好

今天去了老人日托中心，裡面呢，就跟幼稚園很像，這是我第一次去養老院，其實還沒見到爺爺跟奶奶的時候我都沒有很害怕，只希望服務的對象可以是爺爺，從小就沒有見過爺爺，就連在公車上看到一些爺爺都會很心疼，想說怎麼自己一個，在還沒有去鍊工廠的時候老師打了很多很多預防針，但其實看電視或者是一些新聞，就對失智症有些略懂，今天不管是遇到爺爺或者是奶奶我都很小心，就怕用痛他們了，一大早的還在想要怎麼跟相似小朋友的長輩聊天，因為要考試我沒有想很多，就想說隨機應變吧有些爺爺奶奶會講台語跟國語，因為之前小時候跟阿嬤都會說台語，對台語也會一點點，所以只要是跟他們介紹自己我都先用台語，聽到他們說國語我就覺得很厲害，因為我阿嬤不太會說國語，那別的爺爺奶奶也都很可愛，他們在按摩中吃的力道不是很大，所以你輕輕幫他們按就好，其實他們最重要的就是陪伴，雖然我都不知道要跟他們什麼，所以我都播音樂然後問爺爺有沒有聽過，我都一直保持笑容，只要我對他們笑他們也會對我笑，在這

	<p>幾個小時中都沒有停下來過，都在想著要怎麼和失智症的人相處。過程中還有很好笑的是我問爺爺幾歲爺爺說48歲😂我不知道是不是我聽錯了，我還會唱歌給爺爺聽，爺爺也會跟我說他要聽國語的，我就唱國語的給他聽。最後要做結尾的時候我跟爺爺說：「爺爺我們先休息一下」爺爺還用他無力的手抓住我的三根拇指，真的是太可愛🥰在這次的過程我知道說要主動的去關心老人，大家都在忙我們也會老，只要是人都需要被關心。</p>
<p>30 鄭 佳 宜</p>	<p>週二下午去的日托老人中心做服務時數 其實說真的一開始看到這些阿公阿嬤感覺跟我們一樣都很一般，但真正的接觸後才發現其實有點害怕跟我們接觸，因為不熟他們會說上重複的話，甚至把我們認成別人。其實這樣讓我覺得很可惜，因為自己的兒子女兒都沒有時間可以照顧他們 只能帶他們來日托中心，在這次活動的接觸下來我發現他們其實比較想在家裡，更需要的是兒子女兒的陪伴，在實際的接觸過後我們幫他們按摩跟他們聊天玩，慢慢的跟阿公阿嬤們熟了一些阿公阿嬤也放心的跟我們玩了起來。其實在我的觀察裡有很多阿嬤是很容易親近的，他們很輕切也很熱情的跟我們說有關她或家裡小孩的事情，甚至有阿嬤也跟班上的同學們一起唱歌，看上這一幕真的很快樂，但也有阿嬤會覺得不習慣也有比較少開口講話，雖然一開始很難聊但慢慢的陪她就有一點改善了，說真的因為我阿嬤在我爸國中的時候就過世了，我阿公也在幾年前去世了所以我也很久沒有看到阿公阿嬤開心的樣子，所以這次看到他們這麼開心我也很開心因為笑容是生活裡最美的一件事。</p> <p>尤其是阿公阿嬤的微笑讓我有一種懷念的感覺我很謝謝老師讓我有機會來日托中心做服務時數，在這裡我也了解了很多有關失智老人的事，更懂得該怎麼去和他們相處如果下次有機會我還希望可以再多去幾次。</p>
<p>31 簡 訢 承</p>	<p>10/8的禮拜二早上剛段考完，下午我們去頂溪站的老人日托中心做服務時數，一開始進去的時候真的有夠超級緊張的啦！都要詞窮了 後來跑去找同學一起幫阿嬤做手部按摩，在按的時候超怕按一個太大力或太小力他會不會不舒服，緊張到忘記超多動作欸，</p>

	<p>變成完全靠直覺重複按那幾個動作，按完之後拿毛巾幫阿嬤把手上的嬰兒油擦掉，後來我拿剩下的嬰兒油到處趴趴走，走一走剛好有一個阿嬤走進來，我就去幫她做肩頸按摩，我就跟他說我是幾號，按一下過幾分鐘我就在問他一次阿嬤你記得我幾號嗎 然後阿嬤就說你 15 歲啊！我問幾號他回我幾歲真的有夠勾錐的啦！其實阿嬤知道數字是多少只是過一下就會忘記，不然就是要想幾秒才回答 我們要懂的尊重友善包容，這句是用在這的嗎？ 其實我不知但應該也受用吧！我覺得阿嬤人很好也很親切 而且阿嬤還會怕我們手酸說如果按累了就休息，反正我們要體諒要站在他們的立場想一想，而且這個說不定還可以練耐心欸，多棒！</p>
<p>32 陳 玟 卉</p>	<p>今天去了老人日托中心做服務學習時數，我們去幫失智症的阿公阿嬤們按摩，一開始的時候真的很緊張，根本腦袋都是混亂的，我是跟玟卉、維欣一組，一起幫助素嬌阿嬤按摩，我先從手部按摩開始，之後就一直跟阿嬤誇獎，也不會不斷的問阿嬤說力道可不可以，因為也是會怕阿嬤受不了力道，後來輪到肩頸按摩，因為阿嬤有穿一個護腰的東西，所以會比較難按，但是還是會不停的問力道可不可以，這次真的很開心能幫素嬌阿嬤按摩。</p> <p>阿嬤人很好，也跟我們聊的很開，我們有歡笑也會不停問阿嬤我們的號碼，總而言之真的很謝謝阿嬤讓我們能為他服務按摩，最後我們叫阿嬤幫我們抓一抓真的很舒服，希望下次還有機會還可以去為素嬌阿嬤做服務，相信我們學到的這些，以後不斷可以幫助家人按摩，也可以幫助老人按摩，讓老人們都可以享受我們幫助他們的按摩，期待下次還會有機會再去幫助老人，讓我們一起帶動快樂給予他們，甚至陪陪他們多聊天。</p>