

自主老年居住與照顧意定書發展與試用計畫結案報告

申請單位：社團法人台灣望年協會

計畫緣起：

- 1、台灣在 2021 年 65 歲以上之長者人口 380.4 萬人，已超過 16%。
2025 年推估老人比例將到達 20%，進入超高齡社會。
- 2、從 2000 年開始，台灣的新生兒出生率直線下降，從 30.5 萬人下降到 2020 年的 16.5 萬人。高齡化少子化之社會問題，更凸顯出老年照顧問題之嚴重性。
- 3、台灣目前平均餘命為 81.3 歲，男性 78.1 歲、女性 84.7 歲，平均相差 6.6 年。又根據內政部 2019 年統計，初婚年齡男性為 32.6 歲，女性為 30.4 歲，相差 2.2 年。依上面資料推算，台灣婦女平均守寡 8.8 年。意即即使結婚而且沒有離婚，台灣女性在生命中最後一段衰老的路是單獨走過的。
- 4、2020 年統計資料顯示，50 歲以上有偶率，男性為 76.3%，女性為 60.2%，可以看的出來未婚或離婚或喪偶未再婚的男女，如果沒有子女，或子女不在身邊，或不想麻煩子女成為照顧者的人，將面對孤獨不安的老年。
- 5、根據衛福部委託長照研究指出，65 歲以上老人，生活無法自理（ADLs 一項以上）的比例為 16.81%，其中女性 21.22%，男性 12.10%。80 歲以上的老人，平均 32%無法自顧。
- 6、目前政府社政部門所提供之個管服務，僅針對高風險家庭。一般非低收入家庭很少有機會得到必要之服務。本計畫系為預約老年幸福與安全，願意提早規劃自主老年的人士，發展並提供規劃自主老年之工具並協助簽訂意定書，為未來老年生活做好準備，讓未來監護人或照顧者實現老人所期待之居住與照顧生活。

計畫目標：本會期待每個老人都應該負責的為自己規劃積極的老年生活，簽訂居住與照顧意定書，為自己預約安心老年。

計畫執行之組織與分工

- 1、台灣望年協會於 2022 年 3 月初正式成立，由一群學術界長期關懷老人福利與權益的學者與實務界之專家共同組成，理事長為長期關心婦女權利與弱勢者人權之前台南市社會局局長曹愛蘭擔任，理監事包括三位前社會局局長，三位社福實務經驗豐富的院長和執行長，以及廣被尊敬的社會賢達張富美女士、義美企業蔡寶萊

女士等。會內人才就是本計畫最佳之專業資源。

- 2、由本會常務理事李光廷教授擔任專家小組召集人，邀請專家學者七人組成規劃小組。
- 3、本會秘書處置工作人員一名，負責行政工作，包括聯絡、紀錄、影印、研討會、記者會召開等事宜。祕書長陳瑪利女士曾於婦女展業協會擔任秘書長超過 30 年，擁有豐富之計畫管理經驗。

計畫內容及執行

1.邀請對年居住與照顧議題有豐富經驗之學者專家七人，組成專家小組並朝開八次會議、完成自主老年居住與照顧意定書初稿。

執行

- a. 由曹愛蘭、李光廷、黃惠璣、陳敏雄、張富美、蔡寶來、詹美貴等學者專家組成專家小組、並召開過十次（7/19、26、8/16、30、9/13、26、10/4、25、11/15、29）的討論會議、完成意定書、並採納各方建議正式定名為「我的老後生活筆記本」
- b. 「我的老後生活筆記本」主要由長者自己寫下老後期待的生活方式、以及交代需要處理的身後事、減少子女及照顧者的兩難、讓自己需要被照顧時仍能活的自主安心。
- c. 「我的老後生活筆記本」內容有六大面向：「請瞭解我過去的人生」、「請瞭解我現在的生活情形」、「我的老後生活經濟情形」、「當我開始生活不方便的時候」、「當我生活上需要陪伴和幫助的時候」、「我希望能自主決定我的老後生活」、還有一個小叮嚀「實現自主老年」、鼓勵長者為自己規畫老後生活；面對家庭結構變革，「既使是自己一個人，也要好好吃飯，好好散步，過安心幸福的生活。
- d. 12 月初送印 400 本、採自由索取贈送各地關心安老自主團體或人士。

2.邀請 20 位對自主老年有興趣之長者成為訪談對象、並記錄其回饋意見做為檢討修正之依據、並完成意定書協談手冊。

執行

10/4 完成第一版後，經由本會理監事邀請 20 位親友試寫、但反應普遍不佳：

- 文稿橫向長，手機寬度不構，又不能整個畫面縮小，不方便看。
- 一開始看到年過五十，進入初老期，我笑了、還自覺年輕呢！很周全的問卷，也有些還沒有想好，甚至抗拒去想的，要填會花點時間。
- 問了幾個朋友這些問項（習慣了選擇/是非題的問項）傻住了、甚至不曾想過這些事（就開始啟動拒絕面對模式）

- 我只能先鼓勵，藉著填寫也是幫助自己思考、整理自己往後可能的人生。
- 對其中經濟狀況安排與資訊的揭露保留的人不少。
- 我也遇到了很多困難，友人看到是開放性的題目都說我不想填了.....
- 根據第一階段試寫的回饋，專家小組再討論修改，11/29 拍板確定。

3.為主婦聯盟生活消費合作社資深社員舉辦三場自主老年座談會，煲鍋財務自主與醫療自主、生活與照顧自主以及一場「再沒有太多明天的日子」新書導讀會。

執行

因應疫情嚴峻三場皆為線上講座，分別和主婦聯盟合作社北、中、南區委員會合作辦理

- 第一場（北區）11/2 日 14：00-16：00**
講題：再沒有太多明天的日子，如何做到自主老年？
講師：曹愛蘭理事長
參加人數：68 人
- 第二場（中區）11/12 日 10-12 時**
講題：日本推動自主老人的啟示--談認知證照戶的理念與實踐
講師：李光廷常務理事
參加人數：65 人
- 第三講（南區）12/7 日 10-12 時**
講題：從澳洲國泰會談長照 2.0 的居家照顧服務
講師：黃惠璣理事
參加人數：87 人

4.召開一場研討會，讓社會意見充分交流

執行

時間：12/13 日 17-18

主題：我的老後生活筆記本

活動流程

時間	主題
17：00-17：20	「我的老後生活筆記本」的起心動念、設計、完成 講師：曹愛蘭理事長
17：20-17：40	日本經驗分享 講師：李光廷常務理事
17：40-18：00	生活秘書的源起 講師：黃惠璣理事

5.召開台北・高雄兩場記者會、倡導自主老年。

執行

礙於年底各縣市長選舉選戰激烈，成為媒體關注重點、因此取消召開記者會改為網路倡導。

經費使用狀況

項目	預算	補助	自籌	備註
專家出席費	70.000	70.000		
訪談	10.000	7.000	0	受訪者未接受致贈、餘款挪至印刷設計費
記者會	6.000	3.500	0	改為線上宣傳用品、餘款挪至印刷設計費
研討會	12.000	7.500	0	餘款挪至印刷設計費
志工費	70.000	0	70.000	
雜支	2.000	2000	5.000	寄送安老筆記本郵資增加
印刷設計費	15.000.	10.000	5.000	出版安老生活筆記本 400 本
合計		100.000	80000	

預期效益：

- 1、 本會完成之「自主老年居住及照顧意定書」將置於網頁上供有需求、要之老人參考使用。
效益：經過十次專家會議、並二十位長者試做、修正完成命名為「老後生活筆記本」的自主老年居住及照顧意定書
- 2、 具體實用之「自主老年居住及照顧意定書」可以鼓勵老人自主規畫老年生活，有助於自主老年之倡導。
效益：印製 400 本、不到一週既被各方縮取告罄、足見修訂後的內容平易近人、發人深省，啟發讀者思考規劃自己的老後生活，有助於自主老年之倡導。

- 3、本會於「自主老年居住及照顧意定書」完成後將與律師事務所合作提供專業諮詢，協助老人經過充分了解各項社會資源之後透過法律程序保障自主老年之權益。

效益

- 4、三場座談會（實體或視訊）為生活消費合作社資深社員 60 人次提供自主生活概念與實務探討與演練。

效益：三場線上座談會都超過 60 人次，也引發社員對老後生活諸多討論如下：

1. 如何自主老後？
2. 年紀大以後，缺乏體力勞動，生活自理會不容易；財務的管理也漸漸需要信任的人可以幫忙……以上，如何克服？
3. 老了、病了、行動不便、生活難自理後，愈來愈自閉，身心如受捆綁之苦，如何自在解脫？
4. 請問老師對共生宅的想法？組成人員老中青好，還是同年齡一起住？
5. 生活秘書有年齡或什麼的限制才能當？
6. 請問如何擁有一本 老年生活筆記本？
7. 想請教曹老師，剛才您提到會協助需求媒合生活秘書，不知道目前媒合的情況如何呢？
8. 台灣有照顧住宅嗎？(北、中、南)？
9. 我也想去參加生活秘書...為將來積分
10. 請問共同住宅的成員、生活秘書、管理員不適任的退場機制