

## 家庭照顧者支持服務

諮詢電話  
服務時間

089-219022 # 101、103、621、612 家照專員  
週一～週五 08:00～17:30

### 《 服務對象 》

經長照中心、社會處、民間組織等轉介或自行發掘之家庭照顧者

### 《 服務項目及內容 》

#### ◆個案服務

經家照專員到宅訪視評估並收案後，將擬定其個別化服務目標計畫，協助個案釐清照顧負荷面向及壓力程度，討論個別化需求後，透過持續關懷陪伴以協助照顧者適切運用支持性服務或連結相關資源，降低照顧負荷及提升照顧者生活品質。

#### ◆牧靈關懷

對於高度關懷需求或已結案仍須追蹤之個案，配合其個別心靈及宗教上之適性需求，由本院牧靈組關懷員或修女提供電話問安或家訪關懷，維繫安穩感、支持性之服務關係，保留情緒宣洩的管道或回報專業人員服務需求等。

#### ◆到宅照顧技巧指導

由照顧實務指導團隊介入提供到宅照顧技巧指導，讓家庭照顧者學習最佳的照顧技巧避免照顧傷害，同時教導被照顧者提升自立能力以減輕照顧者的照顧壓力。

#### ◆個別心理輔導、及諮商服務

由心理師提供評估或一對一協談服務，以面對因照顧產生之情緒或壓力適應、人際或家庭關係議題、生涯規劃等困境，協助家庭照顧者平衡照顧責任，情緒調適與減壓，以促進身心健康。

#### ◆情緒支持團體

透過專業人員帶領連續性的小團體活動，一群有相似經驗的人，彼此分享感受、傾聽和互相支持，讓長期處在壓力中的家庭照顧者能學習放鬆身心，並暫時放下沉重的照顧工作獲得喘息，增加社會互動及正向的情緒支持。

◎台東市區：至少每月辦理一場次，時間、內容、報名方式及地點等資訊會po在本院最新消息。

◎南迴區域：至少每季辦理一場次，時間、內容、報名方式及地點等資訊會po在本院最新消息。

#### ◆長照知識或照顧相關訓練課程

針對家庭照顧者所需之長期照護知識或照顧技巧，以團體課程方式進行，課程內容包含輔具應用與移位技巧、吞嚥困難飲食製作、失智症認識和照顧溝通技巧、口腔照護、足部照護、照顧資源認識或壓力調適等家庭照顧者所需知能及識能主題。

#### ◆安全看視及陪伴服務

為使照顧者能安心地參與情緒支持團或照顧技巧課程，據點會安排具照顧服務員資格者，於活動現場提供被照顧者安全看視及陪伴服務，讓家庭照顧者能放鬆參與活動。

#### ◆家庭照顧巡守隊

為老老照顧、聘僱外看、新手照顧者、老殘照顧及家照專員評估照顧負荷高的家庭照顧者，提供巡守隊定期訪視服務，透過到府陪伴過程給予家庭照顧者關懷及心理支持，並視情況提供本院最具特色口碑之到宅芳療服務，透過精油的香氣與雙手的推動，達到放鬆肩頸及安定身心效果，增加家庭照顧者的社會支持網絡，降低其負面情緒及照顧負荷。

#### ◆諮詢服務

於服務區域設立多個諮詢站點，張貼宣導海報，供需要之照顧者或社區民眾能就近詢問長照或家照服務相關資訊，例如活力站、部落廚房、照顧咖啡館等處並持續發掘隱藏社區中有長照或家照服務需求之個案。