

關渡友愛 杏林長春

文/謝和樹（關渡關懷站志工）

「醫院」一個刻板印象中病人吃藥打針的地方，該如何轉型為社區居民健康的守護天使，尤其在高齡潮來臨的時代，如何讓社區長輩「在地老化，活躍老化」，在在考驗社區醫院經營者的智慧。

臺北市立關渡醫院創立於民國 89 年，歷經在地居民疑惑抗爭的年代，在歷任院長及醫護同仁以愛心、耐心及精湛的醫療技術下，逐漸建立起口碑，成了關渡地區居民治病療傷的好所在，但全院同仁並不以此為滿足，「視病猶親，融入社區」是關渡醫院創院的精神，如何在良好的醫病關係下，和社區居民打成一片，進一步推動關渡居民的健康促進活動，讓關渡醫院成為一所無藩籬的社區醫院，是全院同仁念茲在茲的工作，終於在民國 94 年，由蘇明勳副院長率領的社區健康促進小組開始推動一項嶄新的計畫，募集四十多位社區民眾，經由醫護專業團隊給予三個月的專業技能培訓，成立了一支由關渡醫院護理部管理的社區志工隊，命名為「社區天使隊」，期待每一位志工都能發揮在地人服務在地人的精神，成為社區健康的報馬仔。

社區天使在穿梭社區，訪視民眾的過程中，發現關渡社區由於人口外移嚴重，年長者在社區居民中佔相當高的比例，且沒有適當的活動引導，普遍有缺乏自信心，身心機能嚴重退化的現象，於是醫院在關渡國中成立關懷據點，邀請社區長輩來參與，以關渡醫院優良的專業團隊如醫師、護理師、社工師、營養師、藥師為後盾，開設一系列的課程，如健康操、醫藥知識宣導，美勞課程等，並推動共餐活動，由專業的餐飲組志工精心為長輩準備少油少鹽的健康飲食，由於志工的熱忱推動，以及課程內容的豐富多樣性，參與的社區長者越來越踴躍，由開站時的三十多位擴充到六十多位，即使由小教室換到大教室，還是無法容納慕名而來的社區長輩，只能排候補等待。並且由於志工老師的精心規劃，關懷站的長輩所組成的歌舞團隊在參加「阿公阿嬤活力秀」比賽中履獲佳績，關渡社區這群活力充沛、能歌善舞的長者終於有了自己的舞台，常有活動主辦單位慕名來邀請參與表演，甚至

還付費來邀請，讓這群長輩不僅能到處參與演出，豐富了他們的視野，也活出了自信，他們常掛在嘴上的一句話是：沒想到活到一大把年紀，還能上舞台表演，這是以往所無法想像的。

面對高齡潮的來臨，只是照顧好社區長輩是不夠的，如何讓即將進入老年生活的民眾有正確的養老觀念，是社區醫院責無旁貸的責任，於是關渡醫院擴大了關懷據點的課程，成立樂齡學習中心，每週一至週五，開設各式各樣的課程，如美術、陶藝、園藝、熱舞、鼓樂、口琴、烏克蘭麗麗等課程，延聘有學養、有熱忱的老師來教學，鼓勵社區 55 歲以上的民眾來參與，及早培養第二興趣，及早規劃老年後的生活，讓老年生活不再只有電視人生，「老」不再是「什麼都不能」的代名詞。

關渡醫院以一個小小社區醫院，致力於社區的經營，活用社區志工，經專業的培養，充分的授權，讓 40 多人的「社區天使隊」發揮了無比的功效，讓醫院社區融為一體，不僅帶動關渡社區，還帶動整個北投社區致力於「在地老化，活躍老化」，堪稱為社區醫院的典範。