

國防醫學院

107年生命教育與倫理實習成果報告書

彈笑風聲志工團



目錄

壹、團隊與機構介紹

貳、行前訓練與檢討

參、服務計畫執行內容與反思

肆、經費支用表

伍、未來服務建議

陸、工作分配表

柒、活動照片

壹、團隊與機構介紹

指導老師	黃坤崙老師																		
團長	鄭硯云																		
團員	黃敬雯、黃禹臻、葉宜庭、黃詩媛、劉軒齊																		
服務地點	台南市																		
服務時間	7/16-8/3																		
受服機構	臺南市私立新化護理之家																		
機構簡介	本機構服務慢性病、出院後靜養、植物人、短期照護、失智症之老人，並有以下服務：無障礙空間、人員編列的制度及走動性服務、以及和藹可親的笑容和親切的服務態度。期望以後能服務銀髮族以上的人口，更期待更理想的環境空間，讓更多的人口受惠。																		
志願服務項目	<input checked="" type="checkbox"/> 教育文化（含教育輔導、社區營造、環境與藝術文化）； <input type="checkbox"/> 社會福利； <input type="checkbox"/> 勞工福利； <input checked="" type="checkbox"/> 衛生保健（醫療衛生）； <input type="checkbox"/> 交通安全； <input type="checkbox"/> 環境保護； <input type="checkbox"/> 生態保育； <input type="checkbox"/> 觀光旅遊； <input checked="" type="checkbox"/> 體育發展； <input type="checkbox"/> 經濟發展； <input type="checkbox"/> 科學研究； <input type="checkbox"/> 消防救助； <input type="checkbox"/> 法律服務； <input type="checkbox"/> 其他：																		
服務目的 （請具體條列）	<ol style="list-style-type: none"> 1. 將歡樂帶給長者，增加其生活中的活力。 2. 透過動態活動，使長者活絡筋骨，達到肌肉訓練的目的。 3. 透過靜態活動，刺激長者創意與思考能力。 																		
服務項目 （請具體條列）	<ol style="list-style-type: none"> 1. 協助護理師及看護人員照顧長者 2. 陪伴並在一旁鼓勵長者做健康操，包含早操及下午操 3. 透過午餐的餵飯時間，走進長者的病床間，陪長者聊天、關心長者的心情及身體狀況 4. 設計動態活動： <table style="width: 100%; border: none;"> <tr> <td style="width: 50%;">(1)運動大富翁</td> <td style="width: 50%;">(5) 疊杯金字塔</td> </tr> <tr> <td>(2)紅白旗</td> <td>(6) 掃球入箱</td> </tr> <tr> <td>(3)桌上曲棍球</td> <td>(7) 眨眼傳情</td> </tr> <tr> <td>(4)海波浪</td> <td>(8) 腳力爭鬥</td> </tr> </table> 5. 設計靜態活動： <table style="width: 100%; border: none;"> <tr> <td style="width: 50%;">(1)翻牌配對</td> <td style="width: 50%;">(6) 我是達文西</td> </tr> <tr> <td>(2)挑豆子</td> <td>(7) 奇雞連連</td> </tr> <tr> <td>(3)畫葡萄</td> <td>(8) 卡拉 OK</td> </tr> <tr> <td>(4)穴道教學</td> <td>(9) 名牌製作</td> </tr> <tr> <td>(5)貼畫</td> <td></td> </tr> </table> 	(1)運動大富翁	(5) 疊杯金字塔	(2)紅白旗	(6) 掃球入箱	(3)桌上曲棍球	(7) 眨眼傳情	(4)海波浪	(8) 腳力爭鬥	(1)翻牌配對	(6) 我是達文西	(2)挑豆子	(7) 奇雞連連	(3)畫葡萄	(8) 卡拉 OK	(4)穴道教學	(9) 名牌製作	(5)貼畫	
(1)運動大富翁	(5) 疊杯金字塔																		
(2)紅白旗	(6) 掃球入箱																		
(3)桌上曲棍球	(7) 眨眼傳情																		
(4)海波浪	(8) 腳力爭鬥																		
(1)翻牌配對	(6) 我是達文西																		
(2)挑豆子	(7) 奇雞連連																		
(3)畫葡萄	(8) 卡拉 OK																		
(4)穴道教學	(9) 名牌製作																		
(5)貼畫																			

貳、行前訓練與檢討

時間	活動	內容
3/27~4/2	閱讀關於失智症的書籍	1. 方式：從學校圖書館借閱失智症相關的書籍，團員各自閱讀後，寫下自己對於失智症的觀點，加以討論。 2. 活動檢討與建議：因書的內容豐富，一週看完負荷有點大，故討論不太熱烈。故將討論延後，預計與下週的課程一併分享。
4/3~4/9	觀看與失智有關的影片	1. 方式：上網觀看影片，並與上週對於失智症的看法融合，進行討論。 2. 活動檢討與建議：將書面上的資訊描述與動態影片結合，更能深刻的瞭解何謂失智症，也釐清對失智症的誤解，及如何適當地面對失智症患者。
4/14~4/28	閱讀關於如何與老人溝通的書籍	1. 方式：到學校圖書館借閱溝通方面相關書目，並練習模擬與老人的對談。 2. 活動檢討與建議：溝通方面並無障礙，但是卻發現並不是每個團員在閩南語對談上都很流利，因此約定每週聚在一起練習閩南語日常會話。
5/21~6/24	學習台語日常會話	1. 方式：觀看網路台語教學影片，並由團員間互相練習。 2. 活動檢討與建議：對於不太會說閩南語的團員，發音是首要覺得困難的部分，因此由團員中台語較流利者協助指導其他隊員。
5/5~5/11	活動設計	1. 方式：每位團員提出四至五項動、靜態活動主題，共同討論可行性與實行方式。 2. 活動檢討與建議：因本次機構中老人的活動能力狀況有限制(坐輪椅、長期臥床等)，設計動態活動時需多加考量。
5/12~5/18	活動設計	1. 方式：針對上週提出的活動，共同討論優缺點後，表決是否採納。 2. 活動檢討與建議：因活動的材料將會有經費上的考量，因此盡量優先考量能夠廢物利用的方式，自行製作道具。
5/19~5/25	活動設計	1. 方式：針對最後採納之活動，討論執行細節，並列出所需材料。 2. 活動檢討與建議：討論狀況良好，不僅迅速達成共識，更一把所有將在機構帶的活動明確排入日程表，所需用的材料也逐項列出以方便準備。
6/9~6/17	學習老人的移位技術及跌倒處理	1. 方式：觀看網路上的教學影片，並由團員間進行模擬練習。 2. 活動檢討與建議：練習狀況大致良好，但考量到此涉及安全，因此屆時會先請機構護理師指導並在旁協助我們的動作，以避免有受傷之情事。

7/9~7/13	材料預備	1. 方式：至文具店估價所需用的活動材料費，及各人蒐集製作道具的材料。 2. 活動檢討與建議：自家中尋找可用的材料，如報紙、寶特瓶、紙杯等，不僅節省開支，同時也兼顧環保。
7/14~7/15	總排練	1. 方式：全體團員學習要帶老人跳的早操、製作道具、試操作所有活動。 2. 活動檢討與建議：有些活動在設計階段看似可行，但實際操作後發現有困難，可透過開始正式服務後，根據長者的情形進行活動的調整。

註：

- 書目：《安寧緩和醫療 理論與實務》-第 8 章〈失智症候〉
 《老人護理》-第 19 章〈認知功能受損：失智症〉
 《慢性病護理學》-第 13 章〈老年痴呆症病人的護理〉
 《老年護理學》-第 5 章〈如何與老年人溝通〉
 《實用老年護理》-第 12 章〈與老年人之溝通〉

- 影片：〈被遺忘的時光〉
 〈我想念我自己〉
 〈閩南語日常200句學習〉
 〈台語會話-自我介紹〉
 〈台語會話-訪問〉
 〈協助老人移位及坐輪椅〉
 〈處理跌倒〉
 〈扶抱技巧 — 基本原則和應用〉
 〈床到椅：從正面提供協助〉

參、服務計畫執行內容與反思

一、計畫執行

	7/16(一)	7/17(二)	7/18(三)	7/19(四)	7/20(五)
0900~1000	早操				
1000~1200	機構簡介	腳力爭鬥	疊杯子	掃球入箱	畫葡萄
1200~1400	午休				
1400~1430	下午操				
1430~1600	認識長輩 與環境	翻牌配對	眨眼傳情	挑豆子	穴道教學
1600~1700	整理環境				

	7/23(一)	7/24(二)	7/25(三)	7/26(四)	7/27(五)
0900~1000	早操				
1000~1200	貼畫	桌上曲棍 球	紅白旗	可愛動物 著色	樹葉拼貼
1200~1400	午休				
1400~1430	下午操				
1430~1600	機構開會	我是達文 西	運動大富 翁	奇雞連連	卡拉OK
1600~1700	整理環境				

	7/30(一)	7/31(二)	8/1(三)	8/2(四)	8/3(五)
0900~1000	早操				
1000~1200	名牌製作	張貼長者 作品	海報製作	影片製作	海報張 貼
1200~1400	午休				
1400~1430	下午操				
1430~1600	海波浪	海報製作	海報製作	彩繪相框	回憶影 片播放
1600~1700	整理環境				

我們在機構的服務內容，就每日行程而言，以帶活動精進長者肢體、認知功能，娛樂、豐富他們在機構的生活為主。由於身心狀況較佳的長者分布在機構的一樓，而三樓的長者比較需要他人照顧，在活動進行前，我們會先上三樓，依據長者狀況並鼓勵情況良好的長者下樓一同參與活動。

每日早操和下午操的時間是長者們難得可以運動的機會。我們上網找尋動作易學、輕快活潑的帶動跳影片，作為早晨與午後的開始。雖然有些長者的身體情形使他們不能活動自如，在不勉強他們的情況下，我們一邊從旁協助和教導長者們為他們量身訂做的運動，更發現自己站在長者面前並率先操作，能讓長者感受到我們以身作則的態度，會使他們更願意一起跳。

由於護理人員與照服員的忙碌，機構平時沒有固定的活動，所以三週的行程中，大部分時間都由我們來安排活動。在設計活動的部分，我們分別依照長者的需求和狀態分成動態與靜態活動。動態活動，如球類運動、運動大富翁、知識問答舉紅白旗等，皆以訓練長者使用大肌群、增進體能為目的。靜態活動，如積木堆疊、桌遊、各式作畫等，則是訓練長者的認知、思考和小肌肉的使用，尤其美術類作品更是能看出一些長者儘管上了年紀卻不失創意、仍保有獨特個性和作風，也能透過詢問他們創作作品動機和想法來增進情感的建立。活動部分我們盡可能以「靜、動交錯」與「動、靜結合」的方式安排，以確保長者的體力不超出負荷和維持他們的專注力。

除了活動的安排和帶動，最主要的實際服務內容，是無法在行程表上呈現的——陪伴。三週以來的觀察，除了我們暑期志工團的報到，再沒有其他人來看望這群長者，偶爾有位長者的孩子來「探班」就足夠讓大家羨慕不已，我們才了解到這裡平日的冷清，也才發現「關心」與「陪伴」其實就是對長者最簡單卻最必要的服務。不論是無時無刻的生活對話、健康關心，甚至後來聊到長者們年輕時的風光歲月及對我們這群孩子們的諄諄告誡，最終都成為我們帶給這些長者們最好的服務，抑是我們豐盛的獲得。

二、反思回饋

台灣當前平均壽命已來到了80歲，老年人口比例更在今年達到14%，正式從「高齡化社會」邁入「高齡社會」。隨著人口老化的加速，長照等等關乎老年人的福利在社會上越發重要，而身為將來在醫療第一線面對病患的我們，也將有更多的機會接觸老年人的照護，因此學習如何與老年人互動，成為了時下重要的課題。

在剛到服務機構時，可以感覺到長輩們對我們多少有點戒心，或許是單純不熟悉陌生人的緣故，不太願意搭理我們。不過很快的我們也發現，雖然他們有些固執，但要贏得他們的信任，也不是那麼困難的事情，常常跟他們說說話、互動，很快他們就會對你敞開心房。

大概在服務的第三天，多數長輩都已經很願意參與我們的活動了，雖然機構中有很多長輩患有失智症的情況，不太會用語言表達自己，但仍會用最原始的方式：笑容，來表達。記得印象很深刻的是，在一次活動中，一位阿嬤笑得十分開懷，機構的外籍看護工驚訝的表示，照顧她那麼久從來沒有看過她笑過，平常跟她互動也都沒甚麼反應，一直以為她已經不懂別人跟她說的話了。畢竟在整個機構裡的人力配置上，單是應付長輩們的日常生活就已經相當吃緊了，更遑論這些額外、娛樂的事情，我們在跟長輩們聊天的過程中也了解到，在我們來之前的日子裡，他們平常都是看電視、無所事事的度過每一天，因此這些活動對他們來說是很稀奇的，平時頂多只有教會組織偶爾會去說故事或舉辦小型活動。對長輩來說，他們需要的不僅僅是照顧，更重要的是「陪伴」。

長輩有的時候其實很像小孩子，需要人哄、需要人鼓勵，而每個人又都有不同的個性，我們必須深入去了解，不能單以一個群體概括而論。有的長輩雖然不太說話，卻很願意主動配合；有的嘴巴上很會抱怨，但不斷的鼓勵下也能做的很好；有的原本很排斥和大家一起玩，卻在發現自己很擅長玩遊戲後成為玩得最起勁的那個。機構中三十餘位長輩，三十多個獨特的靈魂，這是在每天只有吃飯、睡覺、看電視的生活——以外——才能看見的。

我們自己的家中幾乎都有長輩，我們的父母也漸漸老去，甚至今日仍活蹦亂跳的我們，終有成為「老人」的一刻，或許有一天我們的家人或自己本身也會需要交由專業的機構來照護，這是大時代的趨勢。在過去將老人送去安養機構可能會被視為不孝，事實上，現代除了小家庭人力不足的因素外，安養機構

所能提供的專業照護也是十分妥善的，將無法由家人自行照顧的長輩交給專業的機構未嘗不是一個好的選擇。而這些機構既是為了老年人的福祉而存在，也不應僅僅只是提供基本生活需求，但就目前法規與成本考量來說，光是提供基本照護的人力就已不足，就我們在機構三週的所見，護理師和照服員每天打理長輩的日常生活和健康照顧就已經很吃緊了，因此期望未來可以有更多其他資源一同參與服務，如學校、社區團體等，提供老年人陪伴的需求，攜手面對高齡社會中的重要課題。

肆、經費支用表

科目名稱	單價	單位	數量	金額	用途說明/備註
交通費	96	張	15	1440	火車區間車 (岡山~新市來回)
交通費	460	張	2	920	統聯客運(鹽行站~南崁站)
交通費	1390	張	6	8340	高鐵(台南~南港)
交通費	1530	張	2	3060	高鐵(左營~南港)
材料費	30	把	6	180	剪刀
材料費	20	張	6	120	壁報紙
材料費	50	袋	2	100	紙杯
材料費	20	罐	3	60	膠水
材料費	15	支	6	90	奇異筆
材料費	8	支	20	160	鉛筆
材料費	63	顆	1	63	骰子
材料費	20	捆	3	60	彩帶
總計				14593	元

伍、未來服務建議

1. 由於今年與去年的服務機構不同，我們第一天抵達機構後才真正意識到長者的活動力相對明顯低了許多，在考量到長者的身體狀況後，原先設計好的活動可能無法執行或是必須馬上更改規則與實施方式，因此服務期間在思考適合長者進行的活動上下了一番功夫。由於我們事前沒有實際感受、觀察到長者的身體情況才會遇到活動沒辦法順利進行的問題，明年在行前準備時應將長者的狀況詳細告知學弟妹，以增加未來活動設計的適切性。
2. 由於護理之家終有部分精神疾病的長者，團員在服務時，沒注意之下，被精神狀態不好的長者打。雖然我們有被護理師告知長者會有打人的情形，但事出突然，誰也來不及保護自己。往後在面對有此特殊狀況的長者時，可以請護理師在一旁協助，注意長者的反應，隊員單獨接近長者時，也應提高警覺，減少受傷的情況。
3. 在活動進行中，長者也會露出孩子氣的一面，可能覺得無聊就不想玩了。我們認為要在如何讓長者有動力參與活動上面多下工夫，不管是在設計活動內容能引起長者興趣，或是活動過程中多多給予長者鼓勵，如此我們不僅可以在活動中學習到寶貴的經驗，長者也可以透過不同的活動得到相對應的回饋，教學相長，我們的團隊才會持續進步和成長。

陸、工作分配表

人員	職稱	工作
鄭硯云	團長	撰寫企畫書、聯繫機構、聯繫指導老師、規劃服務內容、填寫工作日誌、活動設計、製作教具
黃敬雯	團員	撰寫企畫書、帳務整理、聯繫指導老師、填寫工作日誌、活動設計、製作教具
黃禹臻	團員	撰寫成果報告書、攝影、活動設計、製作教具
葉宜庭	團員	撰寫成果報告書、影片製作、活動設計、製作教具
黃詩媛	團員	製作簡報、活動設計、製作教具
劉軒齊	團員	製作簡報、購買材料、活動設計、製作教具

柒、活動照片



我們的第一個活動是把報紙分下去給爺爺奶奶，播放不同的歌曲，分別要對報紙做不同的動作。圖中的阿嬤雖然行動不太方便，但不論是撕報紙或用腳踩報紙，都玩得不亦樂乎。最後我們還用報紙帶他們做伸展操，結束充滿活力的早晨。

7/17 09:42



在翻牌配對的活動中，長輩可能覺得自己記憶性不好，就不太敢玩，我們依然耐心地跟他們解釋規則與從旁協助。還有阿嬤提出我們的檸檬畫得不像，增添遊戲和談話間的樂趣。雖然有時沒按照預定的規則進行，但長輩們互相找到對應的牌也覺得很有趣味。

7/17 15:50



原本疊紙杯活動的構想只是讓長輩疊出一般的金字塔形狀，沒想到長輩的反應非常熱烈，開始創造新的形狀，令我們十分驚豔，最後兩位阿嬤和一位阿公合作完成了一座紙杯城堡。此外遊戲的趣味性也激起了長輩的挑戰心，一位平常坐輪椅的阿嬤為了將紙杯放到高處，試圖自己站起來，最後也成功將紙杯放上去，這些成果都是超乎我們預期的收穫。

7/18 10:45



我們在機構護理人員的指導下，協助餵長輩吃粥。要如何才不會讓長輩噎到或是灑出來外面，這些都是該注意的小細節，甚至長輩不願意吃的時候，要怎麼哄才能讓長輩吃下足夠的份量，這也都是技巧和經驗呢。

7/18 11:20



比數字遊戲，由我們在投影幕上秀出一個二位數，長輩做出相對應數量的指定動作，如十位數字是摸左耳，個位數字是摸右耳。原本只設計一組動作，結果因為長輩們玩出了興致，於是我們便臨時多想出了幾組動作，增加趣味性也讓長輩能多活動不同部位。

7/18 14:50



帶著長輩配合音樂跳健康操與伸展操，我們刻意將音樂速度放慢好讓長輩跟得上。跟第一天比較起來，願意跟著動的長輩越來越多了，讓我們倍感激勵。

7/18 15:40



早上進行了激烈的掃球入箱大對決，阿公阿嬤使出了渾身解數，想盡辦法要讓紙球入箱，我們也想了很多種玩法，讓PK賽更加刺激。平常看起來不太愛動的阿嬤，丟紙球的力氣卻著實不容小覷。最後我們還頒發獎品給阿公阿嬤們，獎勵他們的熱情參與。

7/19 10:12



下午舉辦的是挑豆子的活動，我們讓長輩們將碗中的紅豆綠豆分別挑出，放入不同的杯子中。途中的秀英阿嬤自己主動要求要用筷子夾，可見她的身體依然靈活自如。其他長輩也很努力地將碗中的豆子用湯匙一一舀出。今天敏貞阿嬤笑得很開心，護理人員跟我們說，之前從來沒有看阿嬤笑過，阿嬤一定是很喜歡我們的活動啦！

7/19 15:27



早上進行畫葡萄活動，我們印了許多空白的葡萄圖案，讓長輩用彩色筆著色。一開始很多阿公阿嬤都謙虛說自己不會畫圖，但在我們的鼓勵下紛紛拿起彩色筆，還有不少長輩畫了不只一張，最後大家都開心地和自己的作品合影。

7/20 10:45



下午進行穴道養生教學，我們挑選了一些老年人適合的保健穴位，對長輩講解並示範如何按摩。大家聽得很有興趣，也會提出問題。有些阿公阿嬤也對穴道略懂一二，會分享自己的經驗與知識，我們也因此上了一課，真是教學相長。

7/20 15:15



在貼畫的活動中，我們將剪好的圖形讓長輩們貼在白紙上。阿公阿嬤們發揮自己的創意，將看似毫無相關的圖形拼成一幅美麗的圖畫。他們也用彩色筆替圖形描邊或是增加小圖案，讓圖畫整體更具趣味性，可看出阿公阿嬤的創意是不可限量的。

7/23 10:03



早上舉行桌上乒乓曲棍球大賽。這個遊戲很刺激又容易上手，不久後就開始出現有人偷吃步直接用手擋球門，讓對面的阿嬤有點生氣。看來阿公阿嬤們都常投入遊戲中，才會把情緒都玩出來了。另外我們也非常佩服阿公阿嬤們急中生智不斷出現的小撇步，雖然許多動作應該算是犯規要禁止的，不過對手也能一直想出新方法解決面前的困難，這些心理攻防對長輩也有不少正向的刺激。

7/24 10:27



下午進行「我是達文西」活動，由一位裝扮特別的同學到台前當模特兒，讓阿公阿嬤畫下來。剛開始很多長者都表示他不會畫畫，但是我們不斷鼓勵，開始紛紛拿起筆揮毫，而行動較不方便的長輩我們也專門派人從旁協助，讓他們能一同參與。最後完成的作品，雖然阿嬤一直嫌棄畫的很醜，但是我們稱讚一番之後，最後還是把它留下來了。這些阿公阿嬤的作品，我們跟院方討論後，決定統一幫他們整理，貼到每個人的床位，為這些時光留下印記。

7/24 15:15



在「對錯考驗」中，我們讓長輩們手舉紅白旗回答是非題，對的就舉白旗，錯的就舉紅旗。有些題目阿公阿嬤很快便反應過來，有些題目讓他們稍微思考了一下，增加遊戲的挑戰性。題目結束後，我們還運用長輩們手中的旗子讓他們來跳旗子舞，扭扭身體，揮動手臂，結束絞盡腦汁的早晨。

7/25 10:06



長輩們最愛玩的莫過於下午進行的「運動大富翁」，我們以台灣作為大富翁的背景，在格子中寫上各種指定動作，讓走到該格的阿公阿嬤依照指示做動作。長輩們圍成一圈，連平常沒什麼參與的長輩也投入了活動，大力地擲出骰子。不管是讓阿公比出大象鼻，或是讓阿嬤跳早操的海草舞，長輩們都很努力地完成要求的指令。在活動的過程中，還有其他長輩陸陸續續加入，可見此項活動深受長輩喜愛。

7/25 15:32



今天早上讓長輩進行著色活動，經過幾次這種圖畫創作類型的活動，長輩從剛開始的沒自信，到現在都願意主動拿起畫筆，並向護理師及同儕分享自己的作品，為自己帶來樂趣與信心。這些作品也在機構的同意下，貼在每位阿公阿嬤的床位上，相信三週的志工週結束後，長輩們牆上必貼滿這段時光的繽紛回憶。

7/26 10:35



下午進行遊戲「奇雞連連」，規則類似井字遊戲，但是是進階版。在開始遊戲之後，我們發現到有些長輩不會基本版的井字遊戲，但有些能夠聽得懂進階的規則，於是我們便依程度分組，讓每位長輩盡量都能參與並樂在其中。

7/26 15:40



我們以準備樹葉作為羽毛，讓阿公阿嬤貼在鳥的身上。照片中的阿蘭阿嬤非常用心，為了配合貓頭鷹眼框周圍的橢圓形，讓我們幫她挑出較小的樹葉貼上，成品也非常可愛。其他長輩也卯足精力，貼出充滿大自然精華的作品。

7/27 10:28



下午是卡拉 OK 時間，大部分阿公阿嬤可能有點害羞，不知道要點甚麼歌，但是圖中的滄源阿公非常投入，緊抓著麥克風，歌聲沒有停下來過。我們後來也幫長輩們挑了幾首經典老歌，大夥兒都能引起共鳴，我們打著拍子，阿公阿嬤唱著歌，即使外面下著大雨，仍然無法減低大家唱歌的熱情。

7/27 15:16



每個人的床位原本都有貼上名字，但是略嫌單調與格式化，因此我們決定讓阿公阿嬤製作自己的名牌。儘管有些長輩不會寫字，但在我們的協助下也很努力的一筆一畫描出來了，並且還加上了許多裝飾。我們也幫不便參與活動的長輩做了名牌送給他們，讓所有人都能得到參與感。

7/30 9:55



刺激的波浪球遊戲，規則是拉動大塑膠袋讓球不要掉下來，因為很容易玩，大家很快都上手了，笑聲與尖叫聲此起彼落。原本有一位不太參與活動的阿公在聽到大家的歡笑聲也一同試著玩玩看，結果反而成為全場最認真投入的人呢。

7/30 15:40



在機構護理師的請託之下，我們將這些日子以來的點點滴滴做成海報，不僅僅是回憶，也佈置了阿公阿嬤的生活環境。在製作海報的過程中，長輩們看到總會好奇地詢問，我們也試著讓有意願的長輩們一同參與，幫忙黏貼等簡單的工作。而對於一旁觀看我們製作的長輩們，經常我們只要指著照片說一句「阿嬤你看，這是你耶」就能逗得長輩笑呵呵。

7/31 10:37



每天下午四點後固定帶老人到室外的搖搖椅吹吹風、曬曬太陽，其實比起冷氣和電風扇，長輩們更喜愛自然風。此外這段時間還是閒話家常的好時機，長輩們很喜歡問我們的生活，雖然可能記性不太好，常常會問昨天問過的事，但我們都還是很開心可以陪他們聊天。最後五點左右我們離開機構時，長輩們會一齊向我們揮手道別，讓我們有種身為大明星的感覺。

8/1 16:10



在製作海報的期間，我們會固定分配一兩位隊員去陪老人聊聊天、保持互動。有時我們會順便幫老人搥搥背，按摩一下。學妹的手藝很好，受到眾多長輩的青睞。

8/2 10:52



經過三天的趕工，我們完成了六張大海報，一一將其貼在活動廳與走道上。往後長輩們只要看到海報，就能想起這段時日以及許許多多的趣味。其實長輩們最需要的是陪伴，只要多一些耐心，就可以讓長輩的生活更加繽紛多彩。

做海報時剩下不少照片，於是我們就挑出每位長輩的獨照，讓他們黏貼在雲彩紙上並裝飾，製成相框，讓每位長輩都能有自己一份紀念，留下美好的回憶。

8/2 16:05

8/2 15:08



除了海報，我們也受機構委託剪輯這三週活動的影像紀錄，製成一部短片。照片中正在將影片撥放給長輩觀賞，有些長輩覺得很新奇「唉唷，我在電視上耶」。

在機構服務的最後一天，我們跟長輩一一道別，有些長輩顯得有些落寞，希望我們能留下來，我們也答應了長輩明年會再回去，在那之前請他們要好好保重自己，期待明年再相見。

8/3 9:50

8/3 15:32