



台 中 郵 局 許 可 證  
台 中 字 第 1582 號  
雜 誌

# 老



# 五好厝邊

OLD FIVE OLD FOUNDATION

# 老

全民擁抱 - 擁抱日抱一夏  
全民擁抱 - 擁抱達人任務挑戰  
擁抱爺奶，一起做公益  
助老幸福，呷百二  
五你相挺 助老英雄感恩茶會  
我社工我驕傲  
前進大馬，銀髮關懷計畫  
樂活北投健走去  
手捧童心，相互守望  
老幼共學，快樂學習  
家，就在你所在的地方  
Uninang- 感恩祭，布農小勇士  
老五老第二區社區培力中心  
高齡模擬體驗 前進校園  
大事記



財團法人老五老基金會粉絲團



財團法人老五老基金會官網

**財團法人老五老基金會**  
OFO OLD FIVE OLD FOUNDATION

發行單位：財團法人老五老基金會  
發行人：林正介  
電話：04-22463927  
傳真：04-22463947  
E-mail: ofo@oforg.tw  
地址：台中市北屯區松山街 79 號

■ 郵政劃撥 1910-1767、戶名：財團法人老五老基金會  
■ ATM 轉帳 銀行代號：103、帳號：0435-10-300350-9  
■ 線上捐款 <http://www.ofo.org.tw>



# 全民瘋抱 - 擁抱日抱一夏

文 / 總會 企劃專員 張如華

擁抱可以傳遞溫暖散播愛！五月六日（星期日）下午台中廣三 sogo 百貨廣場聚集了眾多人潮，大家都等著參加擁抱任務與老五老大頭娃娃福氣爺爺安康奶奶相見歡！活動一開始先由大德據點的長輩帶來兩首溫馨舞蹈歌曲〈親愛的人〉與〈都是一家人〉，中場表演由平安據點的長輩帶來〈五月的花〉與〈滿山春色〉表演結束大家紛紛湧上舞台與長輩來個熱情的擁抱，並給予熱烈掌聲支持，謝謝他們帶給大家精彩的表演！



擁抱達人 FB 粉絲頁：  
<https://goo.gl/JRRwxD>

擁抱日擁抱任務採 3 選 2 方式進行，任務分別有：

1. 和一位朋友 free hug 並錄下擁抱宣言  
(宣言：我願成為擁抱行動實踐者，讓擁抱成為日常，傳達有溫度的愛)
2. 和老五老據點長輩溫暖擁抱合影
3. 與大頭福氣爺爺安康奶奶拍下創意擁抱照。

大部分的小朋友看到大頭娃娃福氣爺爺安康奶奶都情不自禁張開雙手，與爺爺奶奶們熱情的擁抱；雖然有某些怕生的小朋友一開始不太放得開與長輩們擁抱，但受到現場溫暖氣氛渲染之下最後也都敞開心胸開心的擁抱呢！而據點長輩們難得與一般民眾互動，也都露出笑容開心大方地接受 free hug，有些民眾還會陪長輩們聊聊天，現場一片歡樂！



擁抱是一種肢體語言，更是情感的展現，用最簡單的行動表達最溫暖的問候關懷。

希望藉由各式各樣的擁抱活動讓大家體會擁抱的溫暖，雖然擁抱日活動已結束，但還是要讓擁抱成為日常的一部分喔！



見愛的好媽媽：  
你的微笑最喜歡我的童年  
你的手腳是愛  
我用真心和愛設計和  
永遠健康平安  
現在擁我在暖屋裏



## 2018 全民瘋抱 - 擁抱達人任務挑戰

文 / 總會 企劃專員 張如華

「全民瘋抱」邁入第 8 年，2018 年繼續以「擁抱達人任務挑戰」的方式，鼓勵社會大眾打破生活中的冷漠疏離，用最簡單的行動表達最深最溫暖的問候關懷，也讓擁抱成為日常習慣，可以隨時給予他人擁抱溫暖。

今年的擁抱活動以整個五月連續五週不同的擁抱任務進行，每週有 3 項擁抱任務讓挑戰者執行，完成其中兩項就算挑戰成功。同時今年也與貼圖插畫〈三次元的黑山老妖〉聯名合作，跟老五老專屬娃娃福氣爺爺安康奶奶一起擁抱。而各週成功完成任務都可獲得一項聯名獨家獎品以示鼓勵，連續 5 週都挑戰成功還可獲得擁抱達人獎狀與完賽禮。

本屆全民瘋抱 - 擁抱達人任務挑戰活動，最後有 4 位挑戰者挑戰成功，榮獲擁抱達人證書認證。透過活動也蒐集到一些溫馨的小故事，某位參賽者中因家中長輩生病需定期回醫院追蹤治療，也許是習慣養成總是長輩騎車載著她，但在某次她鼓起勇氣與長輩協調換她騎車，長輩因害羞不敢抱著她而抓著把手搖搖晃晃；「阿嬤！抱緊一點啦」便拉著長輩的手放在腰間，一個簡單的動作瞬間拉近了他們的距離，也變成彼此特別的回憶呢！經過一個月的探索、5 週不同的擁抱任務，從自我層面到周遭親友進而擴大到身邊長輩付出擁抱，打破生活中的冷漠疏離。相關擁抱精華點滴也都被展現在擁抱達人 FB 粉絲頁，希望藉由一項項的擁抱任務，大家能認識擁抱、體驗擁抱的美好，同時漸漸養成擁抱的習慣，就算活動結束，也能持續擁抱，讓擁抱成為日常不可缺少的一部分！





# <擁抱爺奶> 一起做公益

文 / 總會 企劃專員 張如華



老五老與新世代插畫家合作，  
推出<擁抱爺奶>一系列聯名義賣商品！  
福氣爺爺安康奶奶 X 三次元黑山老妖  
有愛護地球環保杯袋、  
傳遞溫暖擁抱明信片、  
跟隨時尚潮流帆布袋，  
一起響應公益擁抱爺奶！



擁抱爺奶義賣商品

您的的愛心購買，  
可以讓弱勢爺奶擁有餐食，溫飽不挨餓。  
可以讓弱勢爺奶獲得居服員 / 日間照顧服務。  
可以讓弱勢爺奶度過困難，穩定有依靠。



**<擁抱爺奶系列>**  
**買環保杯袋**  
**做公益**

**公益響應**  
**\$220**  
**含運**

方便實用  
又能幫助長輩

**f 擁抱達人**

**財團法人老五老基金會**  
OLD FIVE OLD FOUNDATION

**<擁抱爺奶系列>**  
**買帆布袋**  
**\$250**  
**含運**

**做公益**

- 文青必備品
- 可愛實用
- 助老一起購

**財團法人老五老基金會**  
OLD FIVE OLD FOUNDATION

**<擁抱爺奶系列>**  
**買**  
**擁抱明信片**  
**做公益**

**\$180 (含運)**

**財團法人老五老基金會**  
OLD FIVE OLD FOUNDATION

# 我社工，我驕傲！

文 / 總會 發展處主任 徐珮宜

4月2日社工日，老五老基金會今年有兩位優秀社工人員榮獲台中市社會工作人員表揚，分別是績優社工獎蕭惠心、新銳社工獎鄭妃汎。

蕭惠心畢業即投入老人服務，七年來從事居家服務以及社區據點輔導工作。蕭惠心發現，要鼓勵家中長輩外出保持社會參與，必須打造多元並且友善的社區據點。惠心在服務過程中，讓兩位高齡90多歲的獨居奶奶，相隔40年之後再度重逢。這兩位奶奶在惠心的鼓勵之下來到食堂共餐，剛開始認不出對方，隨著聊天到漸漸熟悉，終於認出了彼此，一個相隔40多年的擁抱，那一刻，在場所有人都動容不已。

鄭妃汎主要執行社區照顧整合性培力工作，每一項專案的進行都是希望可以培力社區，激發社區更多的潛能。不同社區有不同的居住族群（客家、原住民、閩南、外省籍等）與其風俗民情，在輔導上需因地適宜地提供不同專業的建議以及誠摯的陪伴，這是社區服務教會妃汎的事情，每個人都有自己獨特的光，妃汎說：「為別人點一盞燈，照亮別人，也照亮了自己。」

老人服務領域，需要社工的投入，從中連結各專業照顧人力、家屬、周遭環境資源等。而老，是每個人都正在經歷的共同經驗，需要你我共同努力，老身、老本、老居、老伴、老友，照顧好自己的身心，營造友善的社區互助環境，我們都能越老活越好，OLD YES。





## 前進大馬，銀髮關懷計畫

文／總會 發展處主任 徐珮宜

2008年，老五老和馬來西亞正向生命教育中心正式成為姊妹會，在助老這條路上互相扶持，促成許多銀髮相關的交流，如教育訓練、高齡模擬體驗、研討會等。老五老推動五老五寶的實踐計畫、希望所有人能夠越老活越好；而正向生命教育中心推動生命教育的前提正是「完成自己，成就大我，留下文明」、「為每一個生命找到生命能量的出口」。我們都相信，每個生命可以活出自己的精彩，助人助己，社會越來越美好。

於是，從去年底開始，我們將老化的身心變化、照顧技巧、輔具使用、健康促進方法的相關知識技巧帶到馬來西亞，希望散播更多助老的種子，在高齡化社會，對老化有更多認識並能夠習得照顧技巧，讓自己保持健康、延緩老化，有技巧和長輩互動、照顧長輩。

游麗裡執行長、王淑芬區長、沈錕碩醫師帶來高齡化趨勢、高齡模擬體驗、老年身心變化專業知識，對老有更多的體驗跟理解；吳玉佩督導、楊雅婷職能治療師帶來健康促進活動帶領、體適能檢測與評估，用簡易進行的方法與操作方式，融入日常生活當中。照顧議題是全球共通的需求，從台灣到馬來西亞，我們感受到許多助人助己的力量，相信這樣的交流能夠啟動每個人心田種子的能量，共創健康和樂地球村是我們共同的終極關懷。



# 五你相挺 助老英雄感恩茶會

## 我們一起蓋房子吧

文／總會 企劃專員 何諭茹

三月十七日天氣晴，今天老五老在維他露會館舉辦助老英雄感恩茶會，現場眾星雲集，來了許多支持老五老的各路英雄，有企業單位、志工伙伴、還有老五老好朋友們。助老的路上因為「五你相挺」和老五老共同努力，帶給長輩好多幸福。



今年，老五老有一件很重要的事「雲林蓋房子」！我們希望在資源缺乏的、老年人口第二多的雲林，蓋一棟屬於雲林長輩的照顧樂園，讓長輩可以留在自己熟悉的環境，過自己想要的生活。

茶會中，大家齊力將一片片的拼圖拼上，看著夢想藍圖漸漸浮現，彷彿蓋房子這件事也一點一滴被實現，我們知道，這是一個不容易的任務；但是我們相信，只要你我都盡一份心力，號召更多的助老英雄來支持響應，一磚一瓦共同打造出長輩的家。



官網「雲林蓋房子」捐款專頁

### 「雲林蓋房子」

雲林蓋房子計畫，結合日照 / 共餐資源整合，提供老人一個溫馨的家。

雲林蓋房子計畫，讓長輩可以走出戶外，與外界連結。

雲林蓋房子計畫，可以隨時注意長輩情況，同時兼顧飲食均衡需求。

雲林蓋房子計畫，適當安排課程讓長輩動腦、動手延緩身心退化。



老五老

助老幸福

# 呷百二

「呷飽沒？」

一句最簡單的問題，是長輩最需要的關懷  
獨居長輩常因獨自居住，或因身體狀況欠佳  
導致備餐不易，長期累積造成營養不足  
您的捐款能讓獨居長輩享有熱騰騰的營養餐食  
一份關懷、一份餐食，讓愛不斷炊



永飽健康

袋給你

單筆捐款  
\$1,200元

幫助長輩獲得營養餐食

+

捐款者可擁有一組餐盒&餐袋



● 捐款金額不限大小，助老幸福呷百二



線上捐款

捐款  
資訊

04-2246-3927  
406台中市松山街79號

劃撥  
資訊

財團法人老五老基金會  
19101767

# 樂活北投健走去

文 / 北投服務中心 社工師 郭卜慈

北投中心位在台北市的近郊也是著名觀光地區，平時新北投捷運站前人群熙來攘往，身在步調飛快的臺北市，連旅人也不乏匆匆。我們特別選在三月二十一日這天舉辦健走活動，帶著長者漫步在北投的綠色步道中。

當天老天賜給我們一個風和日麗的日子，250 位的長輩及據點夥伴，在新北投捷運站廣場前集合，由社工帶領著基金會所推廣的「老身宅宅健康操」，緩緩地伸展四肢，做為健走前的暖身操。沿著北投公園一路到地熱谷再順著公園外圍往下走回到起點，我們設計了幾個關卡，分別有「這是我的名片」，希望藉由交換名片讓據點夥伴及社區長者更加認識彼此；「一起拍個照」則是在關卡中湊滿 5 個人後一起拍張照片留下樂活紀念；「當我們圈在一起」讓參與者透過遊戲增加互動性。這些關卡穿插在整個健走里程中，希望擁有眾多自然風光的北投居民們可以多多外出，享受美景提倡除了運動，人際的互動以及認知的刺激也是樂活生活的重要元素。

這次的健走活動，除了感謝老五老基金會的志工伙伴們外，我們也結合北投在地學生志工 - 「惇敘高工清流服務社」的老師讓學生來擔任關主及志工，協助活動的進行，並在護老過程中，知老、愛老更敬老。這次的健走活動北投的長者展現高水準的公民素養，從事先報名到當日的依序報到，井然有序，我們也發現有不少長者透過 LINE 的傳遞以及 FB 的訊息傳播，相揪來樂活，幾個不愛出門的獨居長者也出現在活動中，更是鼓舞了工作人員的辛勞。

活動圓滿結束，期待下次的活動帶給長者更多不同的回憶，也期待更多的人一起加入助老的行列，在這個節奏快速的生活中，樂活慢生活，健走好健康！讓所有的人越老活越好 OLD YES!



# 手捧童心 · 相互守望

文 / 石碇服務中心 社工員 楊欣昀

兒童是國家未來的主人翁，在智力商數之外，在石碇樂高學堂，我們希望透過老幼共學課程，協同幼兒發展包括體貼、尊重、勇敢、禮貌、守信等等各種美德的道德商數。

經由共學課程，除促進長輩及幼兒之感官刺激，藉由樂曲合奏，培養老幼默契，促進心靈交流及愉悅感。音樂結合肢體律動，提升正在發育的幼兒或是肢體功能退化的長輩之上、下肢肌力、靈敏度，並增進肢體協調度。

老幼在過程中，從語言交談或非語言的表達及接觸，各自延伸出不同的社交行為，如幼兒開心地哼唱著歌曲下課、長輩在步行測試會有與他人較勁態度。潛移默化中促進代間關係，隨著樂曲進行，在老師指令下達後，幼兒會主動協助行動較為不便的長輩；或是每日下課在大樓內相遇，皆會互相問候、道別。

長輩就像是麥田裡的守望者，看著一群孩子在廣闊的麥田裡玩耍，帶著慈愛的笑容看著這群孩子，並且以身教指導孩子們，訴說這世界的美好。而孩子們亦何嘗不是長輩們的守望者，展演著自身的活力與盼望，讓長輩再度經歷生命的豐沛能量。相互守望，相互影響，成就一段美好的風景。





## 老幼共學 快樂學習

文 / 石岡服務中心 社工員 龍依柔

台中市石岡區土牛國小於一零七年三月三十一兒童節時舉辦「老幼共學之闖關遊戲」；秉持著老幼共學的理念，鼓勵更多的長輩走出戶外，希望能透過此活動鼓勵長輩們重拾對學習與生活的熱情，與孩子們一起學習快樂成長。

老五老基金會透過學校與鄰近的社區長輩合作，一起遊戲一起闖關讓老幼互相支持及陪伴；小朋友們耐心的配合著履步蹣跚的長輩，大手牽小手引領著長輩一步一步地過五關斬六將，過程中小朋友純真的笑容與陪伴讓長輩們體會到人與人之間的溫暖，也感受到自己就算年紀大了也能被重視被需要。這場世代共融的活動讓校園充滿的溫馨歡樂的氣氛！

為了鼓勵長輩終身學習與社會參與以及鼓勵孩子們敬老、尊老、愛老體驗老年生活的不便，透過設計世代間遊戲學習課程可以培養長者終生學習的觀念，並提升銀髮族的生活品質與尊嚴，並可激發孩子們更多的愛心、善心、耐心、包容心，藉此可以讓家庭與社會更溫馨和諧，達到老幼共學的目的。



# 家，就在你在的地方

文 / 北屯服務中心 社工員 林怡廷

「落落的身影疼阮若生命，愛惜的相片早就一大疊，原諒查某子，感恩友孝到一半，做人牽手人生欲來行。」這是台灣傳統的嫁娶習慣。

身體的不適加上心情的煩悶，讓奶奶對於生活越來越沒有熱忱，我們問她有沒有什麼特別想做的事，奶奶說「想回老家看看。」。宋詹奶奶在民國 60 年就跟隨丈夫搬離了老家，數十年過去，台中這個大城市逐漸發展，許多舊式的房屋也因為公共設施的緣故而拆除重整。

在社工與實習生的協助下，奶奶如願回到從小長大的地方看看，然而曾經熟悉的街景矮屋都已被大樓取代；抱著忐忑不安的心情往巷子裡前進，沒想到熟悉的舊址家門依然在那，聽見屋裡的腳步聲，奶奶流下眼淚，是幾十年來再也沒見過面的妹妹，看著她們緊牽著對方的手捨不得放，即使歲月讓她們在時光裡顛沛流離，她們依然是彼此最深的牽絆。

「真的很謝謝你們，我知道也許這就是我們這輩子最後一次相見了，但還好...我們都好好的，那就足夠了。」這是她在道別前握著我的手，含著眼淚最真摯的感受。」這是在道別前握著我的手，含著眼淚最真摯的感受。



# Uninang~ 感恩祭，布農小勇士

文／埔里服務中心 社工員 司涵恩

五月為布農族傳統祭儀「打耳祭」祭典及母親節舉辦的日子，雙龍日托站結合雙龍幼兒園辦理「Uninang-感恩祭」活動，學童表演布農族舞蹈、歌曲，藉以表達對長者的愛及尊重，展現布農文化-敬老尊賢的傳統元素；而日托站長者也和學童、家屬講述當年在老部落的傳統生活文化，也使用長者親自手作弓箭、動物圖板讓學童來體驗布農族狩獵文化，讓長者在五月溫馨母親節慶更添幸福感。

在「Uninang-感恩祭」活動中有一項特別的體驗活動，日托站長者帶著幼兒園的小朋友，雙手拉弓瞄準前方動物圖版發射！這是「布農族傳統狩獵文化」-為的是讓小朋友體驗傳統狩獵以及布農族文化的傳承。長者和幼兒園小朋友分享：「在我們小時候

父親上山狩獵都會帶我們去，都是用弓箭來狩獵。在慶祝布農族祭典-打耳祭的時候，如果今年你沒有射中獵物的話，明年你的爸爸、媽媽還要再帶你來一次，也算是布農族狩獵文化的考試，如果你們都有射中獵物，你們就能成為部落小勇士了！」

在因地制宜條件下利用在地化元素，讓日托站長者在活動中提升及增加與部落孩童、親屬間的愛與歸屬感，傳承連接布農族傳統文化，營造世代共融樂景，使長者身、心、靈活躍；越老活越好。



豐田社區長壽俱樂部  
慶祝母親節

107年度臺中市社區照顧整合性培力計畫-花現菁菁~流響的光陰

## 老五老第二區社區培力中心 與您一起深耕社區服務的輔導好夥伴

文 / 豐原服務中心 實習督導 蕭惠心

老五老基金會豐原中心承接臺中市政府社會局委託，輔導臺中市豐原區、后里區、潭子區、大雅區以及神岡區之社區發展協會以及人民團體，進行社區育成、關懷據點之輔導以及專案活動與資源服務之導入與媒合，落實及深耕第二區社區培力之願景。



其中，107年度據點專案「花現菁菁~流響的光陰」延續2018花博在臺中的概念，以「花」元素設計四種類型之活動，花舞躍動、花藝綻放、花園療育以及花樂繽紛，透過動態音樂律動、舞蹈快閃表演以及靜態花藝與園藝創意的導入，讓據點長輩及志工們提升社會參與意願以及自我認同感，以達到整體有效預防失能失智的目標。



另外，今年度新增之服務項目「行動式老人文康休閒巡迴服務」，小公主號將於第二區之活動中心、廟宇或是公園等公共場地提供老人福利服務宣導及諮詢服務、健康保健服務、休閒文康育樂服務以及老人免費茶飲等服務；透由豐富的活動內容及輔導陪伴，相信老五老基金會可以陪伴著社區夥伴們建構完善的照顧網絡，得以讓每個人都可以越老活越好！



# 高齡模擬體驗 前進校園

文 / 總會 企劃專員 何諭茹

「哇～眼睛怎麼看得不太清楚了，這是綠色還是藍色啊？」「怎麼辦走路變得好慢好不方便，誰能扶我一下」我們都知道會變老，但你準備好變老了嗎？

老五老自民國 97 年開始舉辦高齡模擬課程，已有 206,954 位民眾體驗老化，希望在高齡化的社會裡，透過模擬體驗，讓更多人可以體驗老化所造成的不方便，對老人多一點耐心、多一點關心，塑造一個對老人友善的環境。



在今年，我們積極推廣高齡模擬體驗融入校園生活，來到了南投漳和國小、新竹育賢國中、新北景文科大等，讓學生體驗長輩視力模糊、聽覺退化、關節僵直不靈活，其中玩到關卡穿針引線時，同學有趣的說：「原來以前阿嬤幫我縫褲子的時候這麼的困難，我要把那條褲子珍藏起來！」引起大家紛紛大笑，因為體驗過才明白長輩一針一線慢工細活都是件不容易的事。透過課程安排，親自穿戴模擬設備體驗，我們可以更知道如何面對老、如何為老做準備、如何和長輩相處，我們會更懂得「愛老」。

下半年，我們將有一群樂齡導師，跟著我們一起前進 50 所國小，進行老化體驗公益課程，帶領學齡孩子認識老的世界，透過長輩自身經驗告訴孩子關於老的大小事，讓學齡兒童有機會接觸長者的豐富生命，促進世代共融、建立世代良好互動的學習關係。歡迎全省國小踴躍報名，助老從小做起，讓小朋友更了解自己的阿公阿嬤。



歡迎各級學校、團體、企業邀課，對老多些理解，預備老的世界。

連絡電話：04-22463927#26 何專員



高齡模擬體驗

# 大事記

會議	0306	南投縣政府、南投服務中心	張宗憲社工師、郭冠伶社工師參與「社區整體照顧服務體系-計畫徵求說明」。
	0314	石岡服務中心	蕭惠心督導、吳玉佩社工師、鄭妃汎社工師、廖慧茹社工師、宋昌能社工師、陳好甄社工師、黃郁晴社工師、蔡汶珈社工師參與臺中市政府「與六區社區培力中心橫向聯繫會議」。
	0316	石岡服務中心	蕭惠心督導、鄭妃汎社工師、廖慧茹社工師、陳好甄社工師、蔡汶珈社工師參與「臺中市政府與五區(后、豐、潭、雅、神)區公所橫向聯繫會議」。
	0402	台北服務中心	全體社工師參與「社區失智症聯繫會議」。
	0411	豐原服務中心	歐家宇督導、林素蘭社工師、蕭惠心社工師、鄭妃汎社工師、蔡汶珈社工師、廖慧茹社工師、黃郁晴社工師、賴詩婷社工師、歐家宇社工師參與「第二區社區發展協會-關懷據點聯繫會報」。
服務推廣	0304、0318、0415、0428、0513、0520、	總會	於國道服務區中壢、湖口、關西、西湖、新營、仁德、清水、泰安進行保健服務，為民眾檢測血壓、體脂肪及宣導保健觀念。
	0425	北屯服務中心	由 803 空軍醫院醫師到訪，協助有醫療需求卻無法外出之個案提供衛教或轉介相關醫療資源。
活動	0306	石岡服務中心	於潭子區老人文康中心舉辦「潛力型單位擴建及培植計畫」透過第二區新點擴建進行社區照顧關懷據點之說明，使在地單位瞭解據點服務內容與申請程序及相關辦理機制內容，推動建立社區照顧關懷據點計畫。
	0307	新北服務中心	於汐止火車站前廣場舉辦「健康站活動」全人社區關懷發展協會工作人員至國寶健康站，以供長者參與。
	0312	彰化服務中心	與彰化縣政府於田尾公路花園舉辦「銀 JOY 彰化 - 友善銀髮標章 - 記者會」設攤推廣彰化優良銀髮產業及銀髮友善標章。
	0316	新竹服務中心	於武昌郵局舉辦「失智症宣導」相關知識。
	0317	總會	於維他露基金會館舉辦「助老英雄聯盟大會」加強企業團體與本會之連結，凝聚助老共識，共同推動各項助老業務。
	0321	北投服務中心	於北投舉辦「樂活北投健走去」健走路線一攬北投區部分的觀光景點，包含新北投公園、北投火車站、地熱谷等、北投圖書館、北投溫泉博物館、梅庭、凱達格蘭文物館等。並邀約據點志工及據點服務之長者。以增加據點志工資訊交流及社區長者互動，連結據點志工之互動，也讓長輩相互交流增加社會參與。
	0329	新北服務中心	與愛迪樂健康促進團隊，於石碇種子林舉辦「樂活健腦巴士」提倡認知倡議篩檢、大腦認知保健、認知活動課程、認知行動圖書館等多元活動。
	0411	新北服務中心	帶日托的長輩參加「宜蘭綠色博覽會」，鼓勵外出活動。
	0412	石岡服務中心	舉辦「購物活動」陪同日照長輩購物買日照點心所需食材以及日照所需用品，亦可購買自己想購買的東西。
	0416	彰化服務中心	於日照中心舉辦「洛津國小義演」表演與日照長輩同樂。
	0502	北屯服務中心	於日光溫泉後山帶個案爬山，以前奶奶是登山健將，由中心社工及志工陪同帶個案及案家到日光溫泉後山爬山，近 2 個小時的活動。
	0508	新竹服務中心	於竹圍園三樓舉辦「日照母親節活動」帶領長輩製作手工藝製作及體驗趣味遊戲。
	0508	石岡服務中心	於石岡區日間照顧中心舉辦「歡慶母親節活動」錄製每位女性長輩的願望級祝福並傳達給家屬。
	0510	埔里服務中心	於雙龍日托站舉辦「打耳祭活動」傳統節慶活動，邀請雙龍幼稚園小朋友一起進行打耳祭活動，部落文化傳承。
	0518	新北服務中心	舉辦「家屬照顧講座」教授家屬如何帶領失智症長輩在家中運動及復健相關知識。
	0526.27	總會、新北服務中心、北投服務中心、新竹服務中心、荊桐服務中心	於牛耳石離渡假村舉辦「志工幹部訓練」。
	0529	豐原服務中心	舉辦「花現菁菁-花舞班快閃活動」。
研訓	0310	彰化服務中心	於彰化舉辦「智能障礙者生活自理技能教導技巧訓練與壓力調適」，供照服員與身障照顧者教育訓練課程。
	0317	埔里服務中心	舉辦「居服員在職訓練」，提升居服員專業技能。
	0409	石岡服務中心	於潭子身障大樓舉辦「身心障礙者倫理」議題。
	0505.06	彰化服務中心	舉辦「志願服務特殊訓練」，特殊訓練課程。
	0510	豐原服務中心	於豐原陽明大樓電腦室舉辦「志工基礎訓練」，介紹長青福利知識。
	0525	北投服務中心	舉辦「工作人員在職訓練」，邀請桌遊老師教授工作人員如何玩桌遊。
參訪交流	0504	埔里服務中心	接待「陽明大學公衛系」參訪，討論雙龍部落長照服務。
	0508	荊桐服務中心	接待「慈濟醫院」參訪及交流業務。
	0516	石岡服務中心	南屯輔具中心參訪相關器材與了解。