

合庫人壽攜手家總串連產官學藝界支持家庭照顧者 迎接防疫新生活 線上一起守護不間斷

甫獲臺灣保險卓越獎公益關懷專案企劃金質獎肯定的合庫人壽，支持家庭照顧者已邁入第九年，自新冠肺炎疫情延燒以來，合庫人壽與中華民國家庭照顧者關懷總會（簡稱家總）不斷以創新方式支持家庭照顧者，包括今年四月在國健署指導下推出「樂活自在」線上平台促進國人身心健康、九月與各企業共同舉辦「伴伴市集」，上周則邀請多位實力派歌手為家庭照顧者線上獻聲。更難得的是，除了集結合庫、土銀、信合社等合作通路外，還邀請到 14 位縣市首長及全國 114 個家庭照顧者支持服務據點一起線上為長照家庭加油打氣，讓家庭照顧者的防疫新生活更精彩。

14 縣市首長、114 長照服務據點、共同集氣力挺家庭照顧者 合庫人壽與家總串連全國線上一起守護

面對防疫新生活，合庫人壽總經理沈玫君強調，「守護身體、心理及社交健康，即使在家也要動起來、隨時正面思考笑起來。」為了推廣防疫理念，除邀請合庫、土銀、淡一信、基一信、台中二信等合作通路外，本次也力邀全國各縣市一起參與，包括桃園市長鄭文燦、臺中市市長盧秀燕、臺南市長黃偉哲、高雄市長陳其邁、苗栗縣縣長徐耀昌、彰化縣縣長王惠美、南投縣縣長林明溱、嘉義市市長黃敏惠、嘉義縣縣長翁章梁、屏東縣縣長潘孟安、臺東縣縣長饒慶鈴、花蓮縣縣長徐榛蔚、澎湖縣縣長賴峰偉、連江縣縣長劉增應等縣市長，於百忙之中一同響應「守護健康一起來」串連影片拍攝行列，為家庭照顧者集氣，推動防疫下的聰明照顧新生活！（線上守護健康大串聯打氣影片請見連結：<https://youtu.be/uZmJn9j4xbw>）

根據國際照顧者組織聯盟 (International Alliance of Carer Organizations, IACO) 2021 年 7 月 21 日發表的 2020 全球照顧者福祉調查，臺灣 753 位受訪者中有 31% 因疫情爆發而第一次成為家庭照顧者，遠高於全球平均 20%。35% 受訪者因照顧而減少工作及薪資，也高於全球平均的 22%，全台「疫情下的家庭照顧者」處境堪虞。家總祕書長陳景寧建議，有需要的民眾可多利用 1966 長照專線及 080050-7272 家庭照顧者關懷專線，善用長照 2.0 服務度過難關。陳景寧也建議政府特別支援照顧、工作及疫情三頭燒的長照家庭，尤其是照顧兩人以上、老老照顧、照顧者本身就是病人、照顧失智症者、服務突然中斷空窗等「高負荷家庭照顧者」，提供「緊急喘息服務」。因應疫情，全國家庭照顧者支持據點紛紛推出線上活動及課程，家總也推出「五賴(LINE)有保庇」、「緊急交接計畫」等服務，鼓勵自助

互助，共度難關。

近年在衛生福利部支持下，家總協助各縣市設置家庭照顧者支持服務據點已達 114 處，提供照顧計畫、支持團體、心理協談等服務，此次也共同以影音集氣，歡迎上網搜尋：家庭照顧者支持性服務資源地圖(<https://carersupport.com.tw/>)。



圖說：家總邀請桃園市長鄭文燦、臺中市市長盧秀燕、臺南市市長黃偉哲、高雄市長陳其邁、苗栗縣縣長徐耀昌、彰化縣縣長王惠美、南投縣縣長林明溱、嘉義市市長黃敏惠、嘉義縣縣長翁章梁、屏東縣縣長潘孟安、臺東縣縣長饒慶鈴、花蓮縣縣長徐榛蔚、澎湖縣縣長賴峰偉、連江縣縣長劉增應等縣市長響應守護健康一起來串連影片，為照顧者打氣

樂活自在線上平台 促進國人自主管理身心健康 守護 PLUS 舞團 舞動精彩照顧人生

今年四月合庫人壽與家總共同發起「樂活自在」計畫，可透過線上平台定期評量身心狀況、提供個人處方籤鼓勵國人及家庭照顧者培養健康習慣，不到半年，參與人數已破 500 大關，其中包括上周為線上演唱會開場演出的守護 PLUS 舞團。除了依照「樂活自在」線上平台處方籤安排自主運動外，還參與舞團團練展，顯示疫情時期也可以運用許多社會資源舞動照顧人生。舞團成員之一的彭大維表示，去年已經在家總與合庫人壽的支持下成為守護者樂團主唱，完成北中南巡迴演出的夢想，今年更透過樂活自在計畫，參加了健身、營養諮詢與舞蹈練習等課程，不但健身有成，瘦了十多公斤，也透過演唱會推廣讓更多照顧者們知道可以利用這些專業資源，

調整與安排自己的時間，追求自己更精彩的人生！

舞團成員也肯定，透過家總專業協助了解長照資源及多種課程，學習照顧知識，也能善用資源服務減輕照顧壓力，同時也鼓勵其他家庭照顧者們不要吝於開口請求或尋找資源，保持身心健康、不單獨面對，才能在照顧家人同時也保有自己追夢的權利。

眾星雲集為愛獻聲 Line TV、ishowlife、YouTube、FB 直播送愛心

10月15日當晚6點，由知名電台「活力DJ」主持人阿娟、合庫人壽總經理沈玫君、家總秘書長陳景寧、年度公益形象大使坐娜與彭佳慧、鄭進一、龍千玉、曾沛慈、荒山亮等多位實力派歌手，以及9位素人家庭照顧者組成的「守護PLUS舞團」一同在合庫人壽 YouTube 與 FB、Line TV 及 ishowlife 同步直播線上演唱會齊聲支持照顧者，透過動人的歌聲與充滿活力的舞團表演，為照顧者獻上祝福、力挺照顧者。



圖說：曾沛慈溫暖獻唱，鼓勵照顧者勇於表達需求，善用長照資源。(合庫人壽提供)

演唱會開場前，陳景寧及沈玫君特別致贈感謝狀及喘息咖啡給在後台排演的歌手，感謝他們為家庭照顧者的付出。坐娜表示，在照顧母親的過程當中對於長照資源深

深感激。金曲歌后彭佳慧及曾沛慈則都是第二度參與支持家庭照顧者的公益演唱會，精挑細選的曲目為線上觀眾帶來更多的能量。台語實力歌手鄭進一、龍千玉及荒山亮的出場妙語如珠也讓家庭照顧者們笑得開心、聽得滿足。



圖說：家總秘書長陳景寧（左一）、合庫人壽總經理沈玫君（左二）與坐娜做瑜珈。（合庫人壽提供）

合庫人壽與家總攜手關懷照顧者即將邁入第十年，屢獲國內外獎項肯定，尤其在合庫集團長期支持體育與家庭照顧，全力經營樂活安養品牌的方向之下，除了首創長照種子行員於所有合庫銀行第一線推廣長照資源，吳昇峰、白馭珀、林昀儒和鄭怡靜等球員也以行動力挺照顧者，於線上分享運動心得並為照顧者打氣，奧運奪牌選手王子維、周天成以及林昀儒和鄭怡靜更是捐出簽名小物在線上伴伴市集義賣。除了集團的力量，合庫人壽亦陸續推出結合樂活安養理念的保險商品，為消費者建立財務安全與退休保障的防護網，安心迎接老後生活。沈玫君強調，除了擔任社會中堅腳色的中年族群，從長遠來看，年輕人更應及早就財務與保險做規劃。尤其台灣已經是高齡社會，長照不僅僅是社會議題，更是財務議題，不分年齡，都建議透過保險，及早準備。



圖說：彭佳慧二登守護 PLUS 舞台，鼓勵民眾支持喘息咖啡。(合庫人壽提供)



圖說：由 9 位照顧者組成的守護 PLUS 舞團，於現場帶來精彩開場表演。(合庫人壽提供)