


中年老的關懷老年老的。」他們因年齡相近，興趣相似，彼此聯繫關懷，自成一生態系。只要協助他們有效的組織起來，並賦予他們明確的任務，就可以有效的運作，而且很少讓牧者或長執操心。

我現在牧養的教會，每禮拜六早上，都有七、八十名高齡長者，滿懷期待的來教會聚會。他們自己組織，安排聚會內容，安排講師，自行組隊探訪，自治度極高。當然，他們也都是參加禮拜最穩定的成員，亦是奉獻的主力。近來，因新冠疫情三級警戒，教會停止實體聚會，這群長輩仍最常打電話來教會關心，詢問何時恢復聚會的一群。

教會高齡者永遠不嫌多

回到前面的話題，我們提到教會的青壯、兒少會友比例相對偏低的議題；這當然是我們亟需急起

直追，努力克服的關卡。但也因為如此，顯示出在今日進入老年國家的台灣，高齡長者依舊是教會中一群最穩定的力量。

社會中也流傳著這句話：「在高齡化的社會，老年人的生意最好做。」豈不是嗎！於社會、於教會，高齡者的商機與事工不只是當代的「顯學」，更是當務之急。社會上不愁沒有長輩可做生意，差別的是有沒讓長輩動心掏腰包的產品。同樣的，教會也不愁沒有松年會友，要緊的是，我們有沒有將他們視為寶貝，好好規劃為他們量身訂製的事工、福音平台；讓有成效又精彩的松年事工，成為教會整體宣教重新再起的激勵與動力！



前進原鄉

文·圖 | 林依瑩

(理事主席/伯拉罕共生照顧勞動合作社)

伯拉罕(Plahan)共生照顧實踐之路



照顧就是融入長輩的生活。

2017年8月底，趕在開學日之前，為了讓孩子就讀台灣第一所的原住民實驗小學——博屋瑪國小，我們一家五口搬進了台中和平達觀部落。回想起來，當時尚有一段山路數年不通，蜿蜒曲折的臨時便道，真的不好走，但卻不因如此不便，而有絲毫的猶豫，三兩下就搬進部落；當時我

的身份是台中市副市長。

圓夢的起頭

2018年市長敗選，市府團隊同進退，突然來的轉換，讓我有機會圓了想當照服員

的梦想。社會福利背景的我，曾在弘道老人福利基金會擔任執行長將近12年。2007年時推動不老騎士計畫，看見長輩的生命熱力。但對台灣的長照發展，始終覺得很可惜。不論長照1.0或長照2.0，我們的長照體系，最依賴的仍是東南亞移工朋友。目前，全國有25萬多位外籍護工，

但台灣籍照服員只有7萬多人。因此，在2014年時，政府嘗試推動ALL IN ONE的長照服務，期待可以降低對外籍護工的依賴，發展出優質且平價的長照服務。

2018年12月，上完照服員的培訓課程，隔天，隨即投入照服員的服務。第一位服務的長輩，是隔壁部落裡，一位八級重症、剛出院的客家阿嬤。護理師帶著我到阿嬤家，阿嬤除了臥床，還插了四管，是很大的挑戰。當下蠻緊張的，全神貫注地向護理師學習照顧方式，深怕自己沒記好流程。還好，阿嬤的女兒從住院即貼身照顧一直到回家，照顧技巧也相當熟練，我隨時可以請教她。阿嬤雖臥床無法行走，但我們連結了物理治療師，協助阿嬤復能。口語表達有困難的阿嬤，是虔誠的佛教徒，透過專業生活復能的設計，可以到神明廳坐著輪椅唸佛，也使她

能擁有重要的心靈寄託。

新命名，新生

客家阿嬤開啓了我照服員的初體驗，但因住在部落裏，後續的服務多為泰雅族的失能長輩或身障者。我也因此請了我隔壁鄰居的泰雅阿嬤幫我取名「Puyat（曾為泰雅人瑞的名字）」。有了泰雅名，很快就跟大家熟絡。各種服務穿梭在我的日常，一早6:00起床做早餐給三個孩子吃，6:30去雙崎部落接失智長輩來達觀部落，由另一位照服員接手照顧（我們採用團隊合力共案照顧模式），好讓孫子去工作，約7:15我回到家張羅孩子去上學，送三寶妹到幼兒園，再去協助香川部落的長輩洗澡。但要先做一件很酷的事——劈材生火，才能扶阿嬤去洗澡。下午服務客家阿嬤後，就到隔壁組合屋服務精神障礙及車禍身障相依為命的母

子。若說早，也曾有一陣子是，天黑才五點多的清晨，載著末期洗腎的阿嬤到東勢診所洗第一班，畢竟偏鄉部落，一趟外出都是遠路。

建立照服員團隊

能進第一線投入照

服員的工作，心中是無比的踏實，也看見許許多多照顧的需要。部落老人身障照顧需求大，正好部落的就業也常是困難。因氣候變遷，甜柿、柑橘收成都不穩定，許多就業都是打零工，年輕人也因此外流。因此，有機會，我就鼓勵部落族人投入照服員。一開始，大家還在觀望，怕自己做不來，我就陪著他們進場服務。一回生、二回熟，大家的學習力很快，沒多久就熟悉，加上泰雅族人服務泰雅耆老，共同的語言、信仰、部落大小事，常有聊不完的話題。此外，加上很重要的



基地的植物，請長輩澆水照顧。生活處處可融入照顧計畫。

吸引力：照服員月收入三萬、四萬、甚至可以上看六萬元。長照工作，很快成為部落的新興行業。

為此，我們辦理了五場照服員培訓，後面幾場更是快速滿招，大家口耳相傳，老中青不同世代都來參與。目前我們約有四成的照服員，為四十歲以下的年輕人，這兩年間，還有六位照服員懷孕產子，喜事連連。

看著大家如此有興趣投入長照，如何永續發展，便是重要思考的議題。幾經討論，籌組合作社成了紮根部落的起點。2019年12

月，正式成立「伯拉罕共生照顧勞動合作社」。伯拉罕（Plahan）由部落耆老命名，意指泰雅語的烤火、興旺、互助之意。目前，約有近60位在地照服員（七成為原住民照顧服務員），服務了100多位失能個案，分佈和平區大安溪（三叉坑部落、雙崎部落、竹林部落、達觀部落、雪山坑部落）及大甲溪（南勢部落、裡冷部落、松鶴部落）。雖是在偏鄉服務，但我們緊密整合了居家醫師及跨專業服務，協助多位重症個案返家照顧，並依著不同需求，發展出一天多次走動式服務、24小時照顧服務、空間美學服務，等等；逐漸發展出「達觀共生」及「雙崎共生」，雙基地的不同照顧型態。

部落共生的美好樣貌

部落的共生照顧，其實源起於兩位重症失能長輩。他們在



上：舊工坊在大家努力下，化身為部落生活美術館。

下：部落生活美術館由伯拉罕共生照顧勞動合作社、串門子社會設計公司、山裡見等單位，合作修繕。

2018年先後住院，接續要出院時，家人對於後續返家照顧都很擔心，人力上也有困難。因此，我們

運用社區的伯拉罕基地，有小木屋、香草園、友雞推動等資源，讓長輩可以來基地參與各種日常生活。其中，「友雞推動」是結合「食二糧」楊環靜老師的專業教導。部落自2019年至今，共引入460隻雞，由12位長輩、失能者帶回10至50隻不等的雞隻，在各家中養殖。長輩每天興高采烈地講起養雞哲學、趣事、糞事，生活充滿了樂趣也忙碌。部落青年假日返鄉，基地正是最好的聚會場所，他們辦起返鄉紀錄片分享會，原住民導演帶著大家，熱烈地討論部落青年返鄉的實踐與未來想像。

因為有伯拉罕基地，達觀部落變得好好有趣，也好熱鬧。感動的是，不少失能個案也穿梭在伯拉罕基地中、大安溪畔，甚至7級、8級重症的長輩，也參與在

其中，沒有被遺忘。

讓失能的長輩到基地，是共生型照顧的第一步。他們能參與部落發生的大小事，一同幫忙擦蛋。失能個案的日常，不再侷限在床鋪與居家間，可以來到伯拉罕基地，整個部落就是他的家。這是台灣真實發展出來的共生美好！身為一名漢人，有幸住進部落，體會到大自然與台灣最珍貴的原民文化，實為人生一大福氣。也願伯拉罕共生互助照顧，可以傳愛更多偏鄉，讓偏鄉成為人們在地安老最好的祝福。

伯拉罕盃世界友雞運動會亞洲區預賽的精彩畫面。

