



社團法人台北市心生活協會

~你、我、他，一起做關懷精神健康的心朋友~



## 社團法人台北市心生活協會 【民國 104 年度成果報告】

個案服務 337 人 + 活動參與 1,928 人次  
+ 權益倡導 [全國精障者與家屬受益]

~~ 敬謝補助單位、捐款者、專業督導、志工們 ~~

[心生活協會] 網站：<http://www.心生活.tw> 郵政劃撥：19793224

電話：2732-8631 傳真：2739-3150 電子信箱：[heart.life@msa.hinet.net](mailto:heart.life@msa.hinet.net)

地址：(110)臺北市基隆路二段 141 號 5 樓

附設[心朋友的店]: 北市基隆路 2 段 79 巷 1 弄 1 號 [餐飲書籍] 2737-4279

附設[心朋友工作坊]: 北市和平東路 3 段 391 巷 20 弄 16 號 8732-6543

心生活協會



心朋友的店



心朋友工作坊



生活重建：2739-6404、心朋友工作坊/行動秘書：8732-6543、電話諮詢：2739-8516  
2732-8631、心朋友的店：2737-4279、充權服務：2739-6882、支持服務 2732-4512



## 壹. 104 年精障者生活重建/訓練/支援及家庭支持服務：

(台北市政府社會局委託服務案)

### 一、生活重建及家庭支持服務目標：

- (一)、幫助精神障礙者面對並因應中途致殘的困境；提供精障者社區內獨立生活所需之協助與支援，包括自我照顧能力之增強、自信心之提升、使用資源能力之強化，並增進障礙者與家屬參與社會活動之機會。
- (二)、建立精神障礙者及其家庭社區支持網絡，以強化家庭資源，提升家庭生活品質。

### 二、年度精障「生活重建及家庭支持服務」總服務量：

- (一)、生活重建個別化服務，總服務量：54 案。全體均接受關懷訪視服務，一對一生活重建訓練(含社工/督導/個別化社區復健服務/個別化心理重建服務)506 人次。

受益精障者，起始服務年度統計如下：

年度	104 年	103 年	102 年	101 年	100 年	99 年	97 年	96 年
開案量	3 名	14 名	10 名	18 名	5 名	2 名	1 名	1 名

- (二)、個別化社區復健服務：職能治療及物理復健到宅指導 2 案。
- (三)、個別化心理重建服務：5 案。(含病友或家屬之個別諮商及家族諮商)
- (四)、精障者生活能力培養及社會參與活動：513 人次，家庭照顧者支持服活動：437 人次；合計活動參與共 950 人次。

### 三、服務需求分析：

開案指標有 13 項，其中「9.增加有意義的日常活動」、「12.發展就業或就學之潛能」、「4.無穩定的復健治療或服務資源，生活功能有退化之虞者」及「7.人際緊張影響自己或他人生活」為前四大開案服務需求。

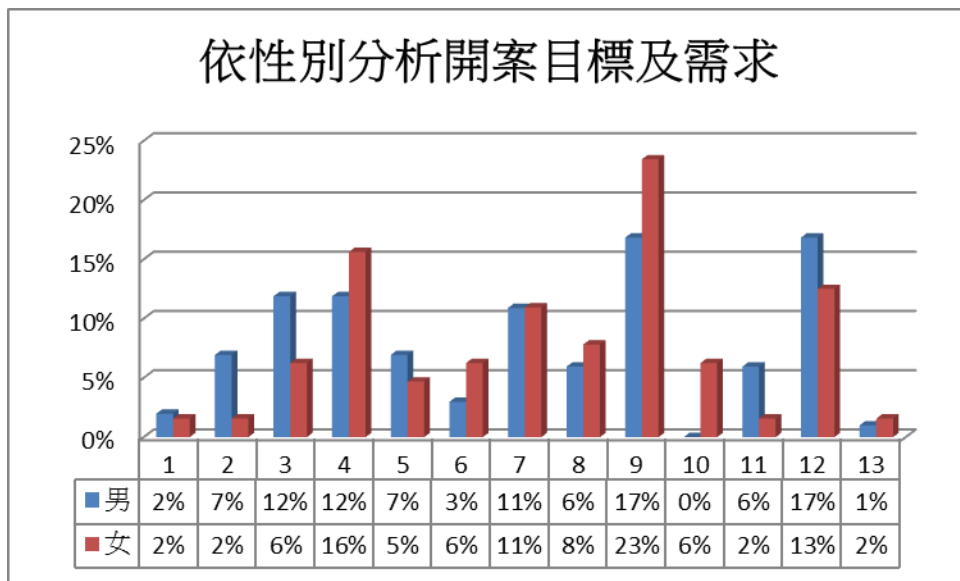
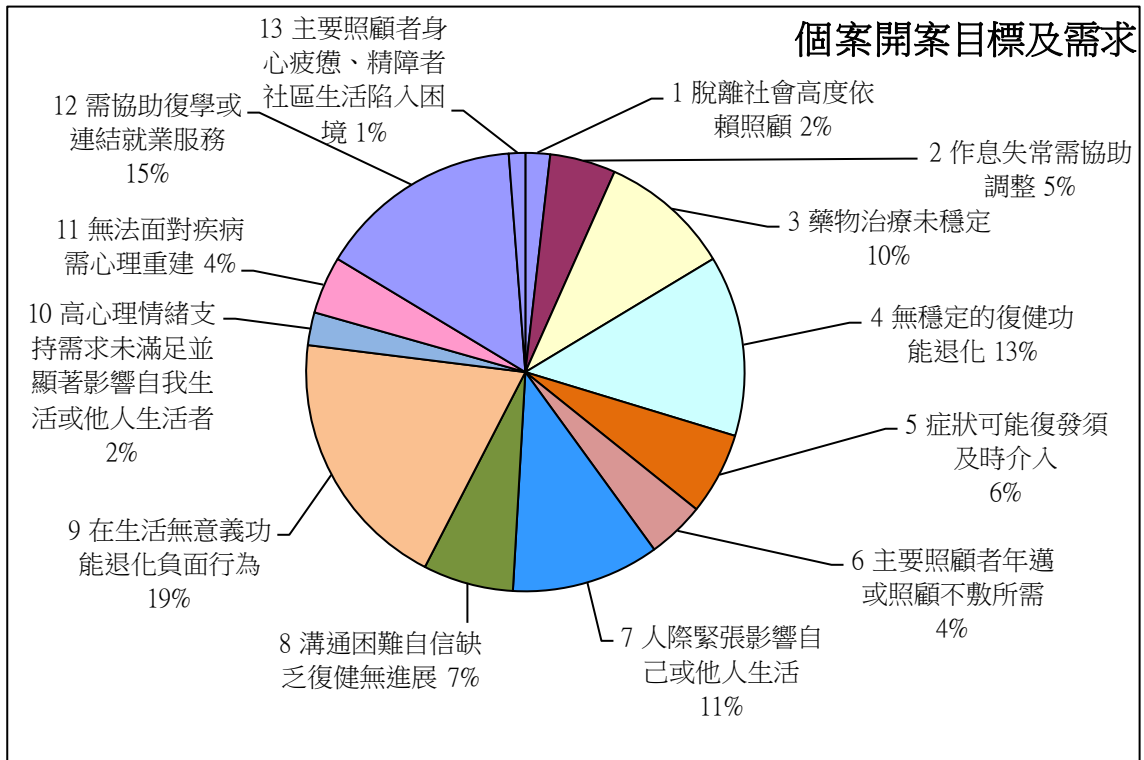
男性較高開案需求為：「12.發展就業或就學之潛能」為首要的服務需求，其次依序為「9.增加有意義的日常活動」、「4.無穩定的



## 社團法人台北市心生活協會

～你、我、他，一起做關懷精神健康的心朋友～

復健治療或服務資源，生活功能有退化之虞者」、「3.藥物治療未穩定」。女性較高需求為：「9.增加有意義的日常活動」為首要的服務需求，其次依序為「4.無穩定的復健治療或服務資源，生活功能有退化之虞者」、「12.協助其發展就業或就學之潛能」及「7.人際緊張影響自己或他人生活」。



男女性別在前四大需求上較大差別是，男性「3.藥物治療未穩定」列居第三，女性則「7.人際緊張影響自己或他人生活」列居第四



的服務需求。

需求項目中，男性需求遠高於女性的是：「2.生活作息失常」、「3.藥物治療未穩定」、「5.症狀可能復發需及時介入」、「11.無法現對疾病需心理重建」、「12.發展就業或就學之潛能」。女性需求遠高於男性的項目則為：「4.無穩定的復健治療或服務資源，生活功能有退化之虞」、「6.主要照顧者年邁或照顧不敷使用」、「8.溝通困難自信缺乏復健無展望」、「9.生活無意義功能退化」、「10.人際緊張影響自己或他人生活」、「13.主要照顧者身心疲憊」。

綜合上述可知，男性生活作息失常、治療未穩定是較為困擾的部分，女性則無穩定的復健治療的項目；另因為社會一般性別意識形態的影響，男性缺乏有意義生活時會以需要找工作來呈現，而女性則以需要復健或服務資源來呈現。

#### 四、生活重建及家庭支持服務成果：

##### (一)、重建個案質性成果：

個案	個案服務需求項目總計	重建開案需求項目至少一項緩解或有進展	需求緩解(人項)	結案個案	
				問題緩解	資格不服或其它
54 案	165 項	28 案	75 項	10 案	1 案
		65%	45%	91%	9%

##### (二)、多元活動：共參與 950 人次。

生活能力培養及社會參與活動						
活動名稱	活動時間	場次	人次			
			男	女	總計	
心生活~104 旺年會	104/02/06	1	15	17	32	
和植物共舞~甜心園藝治療	104/03/17~104/05/19	10	19	89	108	
心生活~律動教室	104/04/24~104/06/26	8	59	47	106	
甜心開步走~遇見你和我	104/06/08~104/07/15	5	22	34	56	
手作樂淘淘	104/07/27~104/08/24	5	6	41	47	



## 社團法人台北市心生活協會

~你、我、他，一起做關懷精神健康的心朋友~

自在心悠遊~一日旅遊	104/07/31	1	6	21	27
甜心廚房	104/09/03~104/10/01	5	18	33	51
電腦操作學習課	104/10/21~104/11/25	6	57	29	86
總計		41	202	311	513
104年1-12月 生活能力培養及社會參與活動 合計 513 人次					
<b>家庭照顧者支持活動</b>					
活動名稱	活動時間	場次	人次		
			男	女	總計
心家庭聚會及讀書會	104/01/13-104/12/08 每月第二個禮拜二	12	19	35	54
甜心如何增加支持自己的人脈	104/3/12、3/25、3/28	3	30	34	64
家連家-精障家屬課程	104/04/11~104/05/30	8	24	59	83
當我們同在一堂-男照篇	104/07/22~104/08/05	3	16	0	16
當我們同在一堂-手足篇	104/08/12、08/19	2	5	10	15
認識攸關精障者相關法律	104/08/13	1	5	12	17
從音樂中找尋心生活	104/8/31~104/10/26	8	8	62	70
中年以後的身體保健	104/09/19	1	7	29	36
吃不吃藥有什麼關係	104/12/01	1	23	59	82
總計		39	137	300	437
104年1-12月 家庭照顧者支持活動 合計 437 人次					

(三)、多元活動：滿意度問卷回收統計結果：

<b>104年生活能力培養及社會參與活動</b>			
活動名稱	非常滿意或滿意	普通	不滿意
心生活~104旺年會	92%	4%	4%
和植物共舞~甜心園藝治療	83%	17%	0%
體適能運動	90%	10%	0%
甜心開步走~遇見你和我	100%	0%	0%
手作樂淘淘	95%	0%	5%
自在心悠遊~一日旅遊	75%	25%	0%
甜心廚房	100%	0%	0%
電腦操作學習課	96%	4%	0%
<b>年度平均滿意度</b>	<b>91%</b>	<b>8%</b>	<b>1%</b>
<b>家庭照顧者支持活動</b>			



## 社團法人台北市心生活協會

～你、我、他，一起做關懷精神健康的心朋友～

活動名稱	非常滿意或滿意	普通	不滿意
心家庭聚會及讀書會	100%	0%	0%
甜心如何增加支持自己的人脈	93%	7%	0%
家連家-精障家屬課程	100%	0%	0%
當我們同在一堂-男照篇	100%	0%	0%
當我們同在一堂-手足篇	100%	0%	0%
認識攸關精障者相關法律	100%	0%	0%
從音樂中找尋心生活	100%	0%	0%
中年以後的身體保健	92%	6%	2%
吃不吃藥有什麼關係	95%	5%	0%
<b>年度平均滿意度</b>	<b>97.8%</b>	<b>2.0%</b>	<b>0.2%</b>

五、 104 年內社會局進行 103~104 年度評鑑，獲**甲等**成績。





## 貳. 104 年度精障庇護商店—心朋友的店：

(台北市政府勞動局/身心障礙就業基金補助案)

一、年度聘用精神障礙庇護員工共十四名。

疾病分類

年齡

思覺失調 症	雙相情緒 障礙(躁鬱)	器質性精 神病	20~35 歲	36~45 歲	46 歲以 上
11 人	2 人	1 人	5 人	7 人	2 人

障礙程度

工作年資

輕度	中度	重度	2 年以下	3~6 年	6 年以上
7 人	7 人	0 人	5 人	3 人	6 人

二、餐點服務目標：**健康** **美味** **貼心服務**。

早餐：中西合璧(香菇瘦肉粥/紫米紅豆粥/三明治/自製豆漿)。

午餐：每日買菜烹調，雙主食選擇(初一十五有素食)、外接便當。

飲料：各式調理茶、義式咖啡、有機果汁、自製豆漿。

點心：夏季綠豆湯、春節製作牛軋糖。

健康特色：自行熬煮砂糖。以茶籽粉清洗鍋碗瓢盆，無毒清潔。

買賣：進貨銷售統一生機公司全系列食品、禮盒。

三、104 年度營收\$150 萬元，毛利率達 45%較前一年度略減 2%，年度虧損\$-38 萬元、計入指定捐款後，淨損約\$-28 萬元。

四、庇護員工依個別身心狀況及勞動力重建運用處規定擬定個別之每週應出勤目標，由就服員、技輔員給予持續性的技能指導及就業適應輔導。近年每年度薪資持續上升，104 全年度達\$66 萬元。

五、104 年勞動局進行庇護工場 103-104 年度評鑑，獲得乙等成績。





### 參. 104 年度精障日間作業設施—心朋友工作坊：

(衛生福利部社會及家庭署 公益彩券回饋金補助)

- 一、 目標：安排作業項目、設計多元活動，幫助精神障礙者獲得職業陶冶及社會心理支持的機會，漸進引導精障者穩定就診服藥、學習生活技能、維持作息穩定、強化人際互動能力，達到持續性精神復健、緩解病情症狀、減少住院、減緩生活功能退化的效果，並藉由自信及能力提升，而能自我充權、激發潛能、穩定發展，以增強居家及社會適應能力，同時減輕家庭的照顧負擔，達到提高身心障礙者本人及家庭生活品質的整體目標。
- 二、 全年度共服務 21 名共出席 2,727 人日(半日即計入；較前一年度成長 5.1%)、出席總時數 12,832 小時(較前一年度成長)，其中參與作業項目達 4,544 小時(較前一年度略減)。
- 三、 作業項目，以外接代工為主體，視領班及甜心興趣與時間狀況，穿插環保回收作業、自製產品銷售作業(杏仁薄片、紫雲膏、水餃、精油香皂)、文書協助作業(甜心投稿作品電子化、時數統計、會議紀錄、郵寄活動簡介等)；全年度精障甜心領取作業獎勵金共\$60,003 元(較前一年度微增)。
- 四、 身心照顧與精神復健：卡拉 OK、烹飪、電影欣賞、到運動中心鍛鍊體能、旅遊或慶生會等，促進精障者身心健康。
- 五、 心朋友工作坊是協會唯一需要收費的服務，依社會及家庭署規定可收每人每月三千元，不過精障族群收費困難，目前從五百元、八百元收起，每年需要自籌約五十萬元之捐款。
- 六、 精障甜心之進步，可見於許多面向：
  - 1. 104 年度內，有兩名障礙者，後續轉入職場。
  - 2. 滿意度問卷回收統計(20 份)：

問題描述		很同意	同意	普通	不同意	很不同意
1	出席工作坊有家和快樂的感覺	25%	45%	30%		
2	我出席工作坊的時間增加了(出席率變高)	25%	30%	45%		
3	我參與作業工作，數量變多或速度變快	20%	15%	60%	5%	
4	我參與作業工作，品質提高	20%	35%	40%	5%	





## 社團法人台北市心生活協會

~你、我、他，一起做關懷精神健康的心朋友~

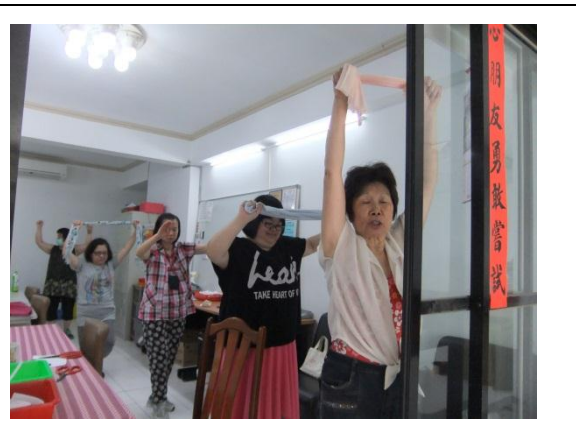
5	我在工作坊的時候，作業時間逐漸增多	30%	15%	50%	5%	
6	我覺得自己的專注力、耐力提升	30%	30%	35%	5%	
7	我覺得自己的人際關係變好	25%	15%	60%		
8	我覺得自己適應工作坊附近環境的能力提高	25%	35%	40%		
9	這裡的工作人員可以聽我說話、給回應	30%	25%	40%	5%	
10	在工作坊我可以表達自己的意見	25%	25%	50%		
11	我可以自在的到工作坊附近走動、買東西	40%	25%	35%		
12	我覺得自己被尊重	30%	20%	40%	5%	5%
13	在工作坊我有好朋友	35%	15%	45%	5%	
14	我的病情比以前穩定	35%	35%	30%		
15	我比以前會管理自己的情緒	30%	25%	45%		
16	我覺得生活比以前充實愉快	35%	35%	30%		

### 七、心朋友工作坊照相花絮：

月會 / 上街宣廣社會接納



### 連結外部資源-義務教學的繪畫、創意吸管、健康操活動





一日遊活動、參觀展覽/電影觀賞/園丁/整修房屋-剪影



烹飪活動/代工活動/慶生/聖誕活動-剪影





## 肆. 104 年度心家庭(電話)諮詢服務：

(中華社會福利聯合勸募協會{7-Eleven 自立生活}補助)

- 一、目標：以電話(含網站/電子信)為服務媒介，為需要諮詢回覆、情緒心理支持、陷入困境的精神疾病患者與家屬，提供傾聽、同理、追蹤關懷的心理情緒支持服務；是溫暖關懷(Warm Line)專線服務。
- 二、服務人力：專職一名。
- 三、服務成果統計：

(一). 全年服務量及效益：

1. 追蹤服務 44 人：

	舊案	104年 新開案	104年總 服務量	問題緩解 而結案	問題已有緩 解繼續服務
追蹤服務(人)	18人	26人	共44人	13人	14人
問題緩解比例(%)	61%				

2. 簡式服務 87 人：

	104年開案	問題緩解	問題部份緩解 轉入追蹤服務
簡式服務(人)	87人	52人	2人
問題緩解比例(%)	62.1%		

3. 連結心理師諮商晤談、律師諮詢、外展：

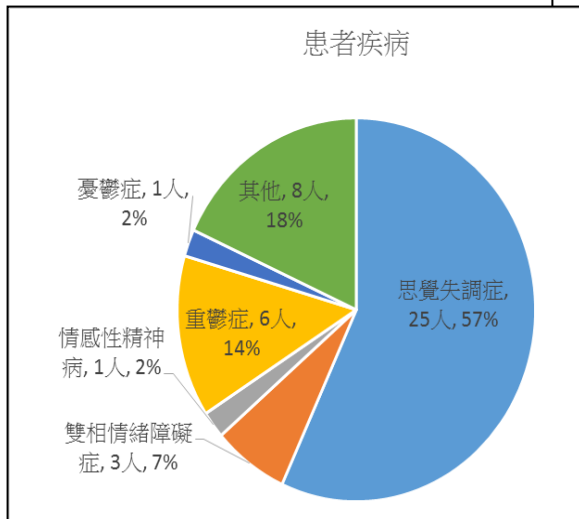
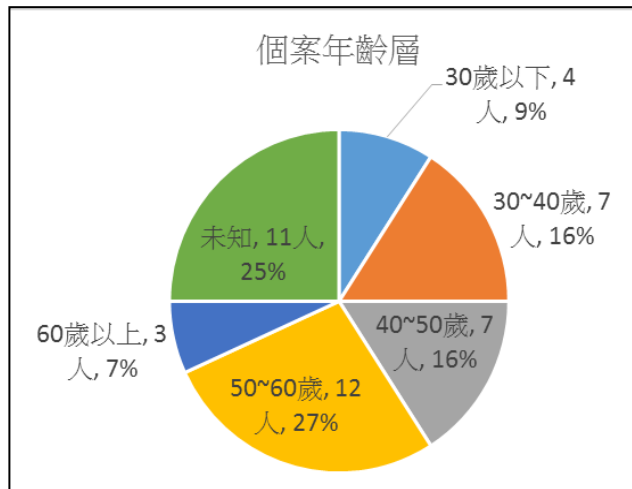
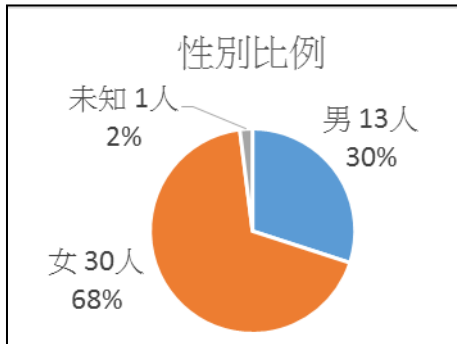
服務項目	服務案數/家庭	使用人數	累計人次
心理諮商	心理諮商	4案/個家庭	4人
法律諮詢	法律諮詢	1案/個家庭	1人
服務員外展	服務員外展	2案/個家庭	2人

4. 「心家庭暖房」家屬同儕聚會：個別化同儕問題回應，共 34 人次。

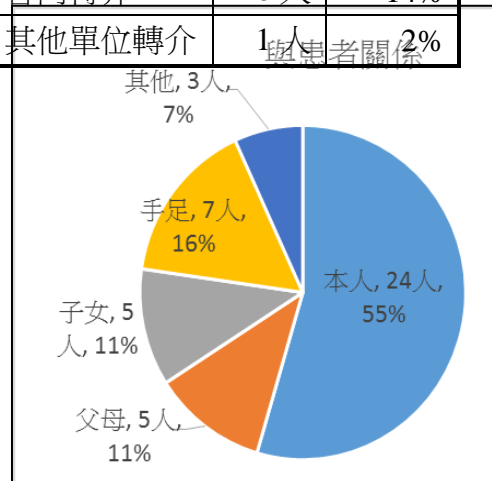
5. 其他同儕服務(例如網站提問之回應)：35 人、40 人次。



(二). 追蹤服務案統計：



個案來源	人數	百分比
主動求助	36人	82%
服務員開發	1人	2%
會內轉介	6人	14%
其他單位轉介	1人	2%



居住地區	人數
台北市	27人
新北市	9人
桃園市	1人
花蓮縣	1人
高雄市	2人
台中市	1人
未知	3人

(三). 簡式諮詢回覆統計分析：



## 社團法人台北市心生活協會

～你、我、他，一起做關懷精神健康的心朋友～

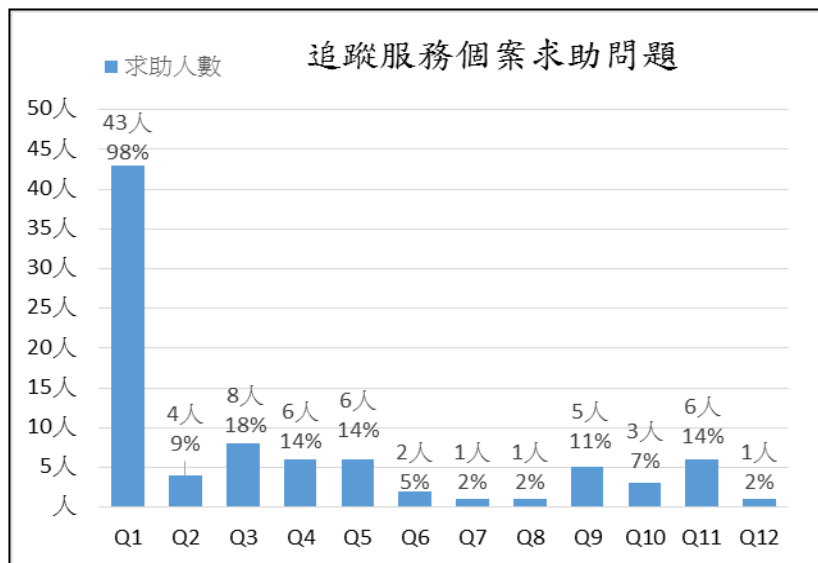
性別比例		
性別	人數	百分比
男	21 人	24%
女	42 人	48%
未知	24 人	28%
總計	87 人	

與患者關係		
關係	人數	百分比
本人	12 人	14%
親子	23 人	26%
手足	23 人	26%
夫妻	4 人	5%
其他	25 人	29%
總計	87 人	

個案居住地		
居住地區	人數	百分比
台北市	21 人	24%
新北市	15 人	17%
基隆市	1 人	1%
桃園市	2 人	2%
台中市	1 人	1%
彰化縣	3 人	3%
高雄市	1 人	1%
未知	43 人	49%
總計	87 人	

患者疾病		
疾病名稱	人數	百分比
思覺失調症	19 人	22%
憂鬱症	8 人	9%
重鬱症	1 人	1%
雙極性	6 人	7%
其他	2 人	2%
未知	51 人	59%
總計	87 人	

### (四). 追蹤服務求助問題





## 伍. 103 度精神病患者（甜心）行動秘書培育營服務：

（衛生福利部社會及家庭署 公益彩券回饋金、台北市社會局身心障礙社會參與{公彩盈餘}補助）

一、「實作篇」：每週四下午一次的精障者手工藝團體。

針對缺乏社交互動、就業能力的慢性精神病患者，設計「從實作過程中進行復健」的手工藝活動，引導患者走出家門、參與活動，透過團體動力及實作練習，為維持「康復」狀態做努力。

二、「管理篇」：每兩週週一進行的精障者成長團體。

採美國精神復健大師 Kim Mueser 教授團隊的（疾病管理與康復服務；簡稱 IMR）服務概念，幫助個別精障者從「夢想」落實至可操作的「具體目標」，以半開放式(可接受新成員)的團體課程搭配個案服務，達到提升精障者自信、自我價值、自我照顧能力，並且擴大社會參與的積極復健目標。

三、服務成果：

(一)、 全年度課程：

月份	管理篇	實作篇
3	3/9 成員彼此熟悉、生病歷程分享 《外聘講師-林淑梨 臨床心理師》 3/23 IMR 甜心手冊—第四課—建立社會支持 P.1-10 《外聘講師-林淑梨 臨床心理師》	3/5 花燈 3/12 摺紙好好玩—紙皮夾 3/19 趣味剪紙—剪紙書籤 3/26 我的手工書 1
4	4/20 IMR 甜心手冊—第四課—建立社會支持 P.11-20 《外聘講師-林淑梨 臨床心理師》	4/2 復活節—初春彩蛋甜心兔 《外聘講師-白季玉》 4/9 黏土—羊咩咩存錢筒 《外聘講師-高珮純》 4/16 簡易彩虹圈編織 4/23 黏土—貓頭鷹日曆 《外聘講師-高珮純》



## 社團法人台北市心生活協會

～你、我、他，一起做關懷精神健康的心朋友～

月份	管理篇	實作篇
		4/30 水晶膠創作 1—水晶膠飾品
5	5/4 IMR 甜心手冊—第四課—建立社會支持 P.18-22 《外聘講師-林淑梨 臨床心理師》  5/18 IMR 甜心手冊—第四課—建立社會支持 P.22-28 《外聘講師-林淑梨 臨床心理師》	5/7 母親節—相框盆栽 《外聘講師-高珮純》 5/14 押花趣 5/21 水晶膠創作 2 —押花紙鎮、磁鐵 5/28 我的手工書 2
6	6/1 IMR 甜心手冊—第五課—有效服用精神科治療藥物 P.29-36 《外聘講師-謝淑貞 護理督導》  6/15 IMR 甜心手冊—第五課—有效服用精神科治療藥物 P.37-42 《外聘講師-謝淑貞 護理督導》 6/29 IMR 甜心手冊—第五課—有效服用精神科治療藥物 P.43-47 《外聘講師-謝淑貞 護理督導》	6/4 不織布手作物 1 —鳥兒鑰匙包 6/11 夏日風味 1 —造型餅乾、多多綠茶 6/18 端午節—舞獅粽飄香吊飾 《外聘講師-白季玉》 6/25 黏土 —龍貓磁鐵、小小兵吊飾 《外聘講師-高珮純》
7	7/13 IMR 甜心手冊—第五課—有效服用精神科治療藥物 P.48-57 《外聘講師-謝淑貞 護理督導》  7/27 IMR 甜心手冊—第五課—有效服用精神科治療藥物 P.58-64 《外聘講師-謝淑貞 護理督導》	7/2 蝶谷巴特 1—杯墊 7/9 夏日風味 2—檸檬愛玉山 粉圓、水果果凍 7/16 黏土—向日葵花園 1 《外聘講師-高珮純》 7/23 我的手工書 3 —透明繪本書 7/30 黏土—向日葵花園 2 《外聘講師-高珮純》



月份	管理篇	實作篇
8	<p>8/10 IMR 甜心手冊—第六課—減緩精神疾病的復發 P.1-7 《外聘講師-林淑梨 臨床心理師》</p> <p>8/24 IMR 甜心手冊—第六課—減緩精神疾病的復發 P.8-14 《外聘講師-林淑梨 臨床心理師》</p>	<p>8/6 父親節—創意眼鏡盒禮物 《外聘講師-白季玉》</p> <p>8/13 夏日風味3—檸檬杯子蛋糕</p> <p>8/20 動物摺紙</p> <p>8/27 黏土—獅子王置物盒 《外聘講師-高珮純》</p>
9	<p>9/7 IMR 甜心手冊—第六課—減緩精神疾病的復發 P.15-20 《外聘講師-林淑梨 臨床心理師》</p> <p>9/21 IMR 甜心手冊—第六課—減緩精神疾病的復發 P.21-26 《外聘講師-謝淑貞 護理督導》</p>	<p>9/3 羊毛氈手作1—羊毛氈飾品</p> <p>9/10 蝶谷巴特2—木鉛筆盒</p> <p>9/17 我的手工書4—信封相本</p> <p>9/24 中秋節—宜蘭田園體驗</p>
10	<p>10/5 IMR 甜心手冊—第六課—減緩精神疾病的復發、第七課—壓力的因應 P.26-35 《外聘講師-林淑梨 臨床心理師》</p> <p>10/19 IMR 甜心手冊—第七課—壓力的因應 P.37-43 《外聘講師-謝淑貞 護理督導》</p>	<p>10/1 手染創作1—植物染</p> <p>10/8 趣味剪紙2 —立體紙花、創意雪花</p> <p>10/15 不織布手作物2—面紙包</p> <p>10/22 手染創作2—滴色染</p> <p>10/29 海底世界-水彩畫 《外聘講師-梁惠敏》</p>
11	<p>11/2 IMR 甜心手冊—第七課—壓力的因應 P.44-45 《外聘講師-謝淑貞 護理督導》</p> <p>11/16 IMR 甜心手冊—第七課—壓力的因應 P.46-50 《外聘講師-謝淑貞 護理督導》</p>	<p>11/5 羊毛氈手作2—動物吊飾</p> <p>11/12 蝶古巴特3—帆布小方袋</p> <p>11/19 編織2—手指編圍巾</p> <p>11/26 感恩節—複合媒材創作 《外聘講師-梁惠敏》</p>





	11 / 30 IMR 甜心手冊—第七課—壓力的 因應 P.51-53 《外聘講師-謝淑貞 護理督導》	
12	12 / 14 IMR 甜心手冊—第七課—壓力的 因應 P.54-58 《外聘講師-謝淑貞 護理督導》	12 / 3 我的手工書 5—耶誕星星書 12 / 10 心希望許個願吧—星雲瓶

(二)、 總受益人數：

計畫書目標	實際執行成果	
參與團體課程者	40 名	602 人次
參與其他社會參與活動 (含志願服務活動)或成果發表者	15 名	
降低再住院率、使用復健服務 或就業服務資源、或參與 志工服務	38 名未住院 2 名一般性就業 2 名進入工作坊 1 名提供成員交通陪同	
個別化服務案	7 名 / 76 人次	

(三)、 活動辦理照片：





(四)、 實作篇活動成果：



104.08.06 父親節-創意眼鏡盒禮物



104.08.13 夏日風味3-檸檬杯子蛋糕



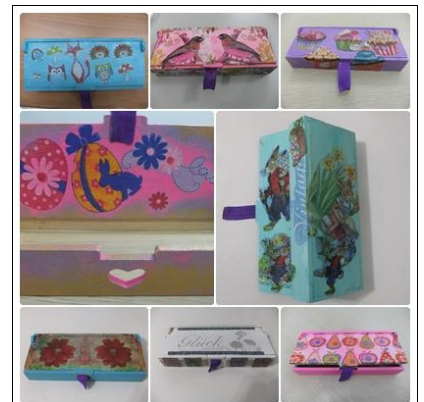
104.08.20 動物摺紙



104.08.27 黏土-獅子王置物盒



104.09.03 羊毛氈手作1-羊毛氈飾品



104.09.10 蝶谷巴特2-木鉛筆盒

(五)、 質性成效：

◆ 行動秘書實作篇(104/3/5~12/10，共 41 場)

1. 總參與人數/人次：32 人/458 人次。
2. 實作篇成效(一)：全年滿意度：85.5%

實作篇					
非常滿意	滿意	普通	不滿意	非常不滿意	問卷回收率
5	59	16	0	0	100%



## 社團法人台北市心生活協會

~你、我、他，一起做關懷精神健康的心朋友~

實作篇	手部靈巧度	創作力	專注度與耐心	情緒穩定	自信心增加/成就感	生活更有目標	人際互動與支持
3月	69.2%	38.5%	53.8%	38.5%	30.8%	53.8%	46.2%
4月	53.3%	53.3%	80.0%	60.0%	46.7%	53.3%	46.7%
5月	57.1%	64.3%	64.3%	57.1%	57.1%	50.0%	14.3%
6月	66.7%	55.6%	66.7%	55.6%	22.2%	44.4%	44.4%
7月	45.5%	36.4%	63.6%	54.5%	45.5%	54.5%	27.3%
8月	62.5%	37.5%	37.5%	50.0%	50.0%	50.0%	50.0%
9月	66.7%	44.4%	66.7%	77.8%	66.7%	44.4%	44.4%
10月	45.5%	63.6%	81.8%	54.5%	72.7%	63.6%	36.4%
11月	42.9%	57.1%	71.4%	57.1%	42.9%	42.9%	28.6%
平均	56.6%	50.1%	65.1%	56.1%	48.3%	50.8%	37.6%

6成以上的成員認為在手部靈巧度、創作力、專注度與耐心、情緒穩定、自信心增加/成就感、生活更有目標有所進步或收穫，其中專注度與耐心向度的提升，於全年度中穩定獲得6成以上成員認同。

### ◆ 行動秘書管理篇(104/3/9~12/14，共20場)

1. 總參與人數/人次：19人/138人次。
2. 管理篇成效(一)：全年滿意度：81.0%

管理篇					
非常滿意	滿意	普通	不滿意	非常不滿意	問卷回收率
18	29	11	0	0	100%

管理篇	情緒穩定	自信心增加	病情穩定	就業能力增強	家庭關係改善	生活更有目標	人際互動與支持	對更多人事物產生興趣
4月-5月	75.0%	25.0%	62.5%	12.5%	25.0%	50.0%	50.0%	37.5%
6月	80.0%	60.0%	60.0%	20.0%	20.0%	40.0%	60.0%	20.0%
7月	66.7%	50.0%	33.3%	16.7%	16.7%	33.3%	66.7%	33.3%



8 月	75.0%	50.0%	75.0%	25.0%	25.0%	50.0%	75.0%	50.0%
9 月	50.0%	50.0%	50.0%	16.7%	33.3%	33.3%	50.0%	50.0%
10 月	85.7%	36.4%	45.5%	18.2%	18.2%	45.5%	45.5%	27.3%
11 月	57.1%	42.9%	28.6%	28.6%	57.1%	42.9%	42.9%	42.9%
平均	69.9%	44.9%	50.7%	19.7%	27.9%	42.1%	55.7%	37.3%

## 陸. 心生活精神族群充權服務：

(中華社會福利聯合勸募協會補助案)

### 一、目標：

- (一). 族群內部連結力量，對外展現，促成政策及法令反映族群需求的可能性。
- (二). 破除汙名、社會教育宣廣，爭取社會對精神族群公平、公義、平權對待。
- (三). 跨領域、跨專業結盟，凝聚社會共識，共謀推動切合精神疾病患者與家屬需求、可長久提供的服務制度的創新、佈建、改善與品質提升。

### 二、104 年度重點服務及架構：

精神衛生法從立法後，僅於民國 96 年實質修法一次，因精神障礙者所需的服務，從生活支持到危機處理，牽涉的部門眾多、難度較大，要修訂非常不容易。

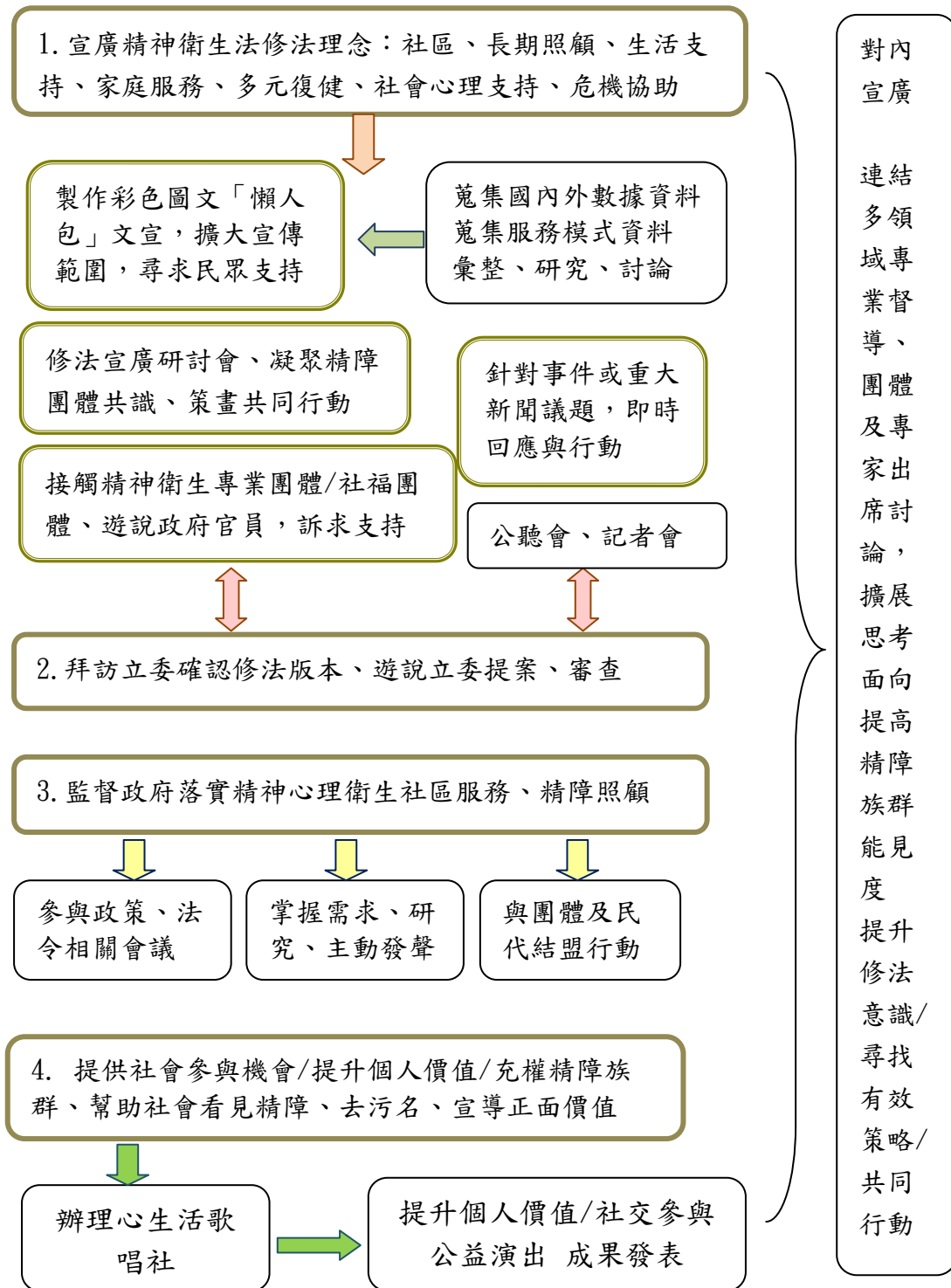
故本案轉換策略：

- (一) 製作為什麼要修法的懶人包—彩色易讀小尺寸的文宣，向各行各業發送，帶動大眾理解精神疾病、障礙者的需求，同時也帶動相關團體與利益人士的討論。
- (二) 優先探討可以發展的社區服務。首先鎖定大眾較能理解、目前比較友知名度的社區服務來進行服務探討、引起族群內部及外部身心障礙界、政府機關等，對於精障社區服務更廣泛的關注和思考角度。104 年度鎖定探討兩個議題：精障雙老家庭服務需求、精障者的自立生活服務。



## 社團法人台北市心生活協會

～你、我、他，一起做關懷精神健康的心朋友～





## 二、製作文宣—精神衛生法修法懶人包

- (1) 完成「why 精神衛生法need修法」小手冊版。結合聯勸、富邦基金會、社會局身心障礙者社會參與補助經費，印製小手冊3000份。
- (2) 11月製作線上版動畫，上傳於Youtube平台。
- (3) 文宣發送到協會固定連絡對象，包含會員、服務對象、精神團體；推廣行動2場(10/19、12/20)，上街發送手冊與民眾互動。
- (4) 懶人包獲得精障族群閱讀者的肯定，新北市康復之友協會要求轉載，列入其105年會訊中。

## 三、精障族群很需要但還沒有的社區服務之研究、討論、尋求共識

- (1) 104年6月26日於高雄市辦理「精神障礙者雙老家庭服務研討會」，共76人參加。(105年將持續探討。)
- (2) 104年10月26日於臺北市辦理「精神障礙者自立生活服務焦點座談會」，共28人參加。(105年將持續探討。)
- (3) 接受伊甸真福之家邀請，加入臺北市精障意見平台，討論精障會所服務補助規格、精障社區團體家庭等議題。

## 四、參加或策動精神衛生法/社區服務等實質內容的議題討論：

- (1) 104年3月27日，衛生福利部召開「精神衛生法第41條、第42條研修方向」強制住院修法專家會議，本會總幹事受邀出席討論。
- (2) 104年6月及之後，參與自閉症雙老家庭相關會議，提出精障雙老意見並引發關心。
- (3) 104年9月，立法委員楊玉欣親訪本會，聆聽為什麼要修精神衛生法、精障族群需求簡報。
- (4) 楊委員於104年11月18在立法院質詢精障強制住院及社區服務不足議題。聯合晚報於當日晚間大篇幅報導楊委員對於強制住院、社區服務的質詢，本案社工及總幹事亦受訪獲得報導。(雖表達文字略有差距，但廣泛引起關注，是未來倡議修法的基礎)
- (5) 11月30日徐少萍及楊玉欣兩位立委考察松德院區，由心生活召集北市康、新北康、康盟共五位代表共同參與。

## 五、為精障族群直接倡權：

- (1). 建議醫院藥袋上應標示「情緒穩定劑」適用症(許多醫院只寫治療癲癇)：獲康復之友聯盟採納，由康盟轉請衛生福利部發函轉知各



醫院參考。

- (2). 建請衛福部修正「身心障礙個人照顧辦法」第5條人員資格，教保員得由精神復健機構專任管理人員擔任。(社家署本位主義未採納)
- (3). 由總幹事參加本市府社會局預算說明會、局長與障礙族群見面會、北社盟會員大會等，請市府分障別開見面會、建請北市府落實市長選前承諾書、應提供出院後續服務/酒藥癮患者社區服務、家屬照顧者服務等。
- (4). 由理事長於衛福部諮詢會提案，要求積極推動本會理監事會選定的四大優先社區服務：支持性的居住服務、困難個案需有積極性的深入服務、社會教育宣廣、專線電話服務。
- (5). 104年7月接獲反映，台北市部分「運動中心」(仍有游泳池禁止精神病患者進入之規定；本案自97年倡議刪除後，原以確認移除歧視規定，未料現在仍有部分業主又重新放回去歧視規定。走訪臺北市12區運動中心，確認有歧視條文者為中山、信義、松山運動中心；發函請求撤除修正，同時去函體育處、社會局、衛生局，要求撤查並重視公共場所之入園規定。9月再度調查相關規定皆已撤除。

#### 六、 辦理心生活歌唱社：

- (1) 辦理「心生活歌唱社」：從歌唱及互動中，肯定自我價值並相互支持，集結成群體力量展現優勢，以正面形象面對社會。年度辦理歌唱社共兩梯次，合計27場次。
- (2) 全年受益人數28人，家屬2成、障礙者8成，總參與304人次，期間於團體凝聚力皆充足後，集體創作音樂歌詞，完成1首自創歌曲。

#### 七、 上街宣廣社會街納：

- (1) 104年6月18日接待新加坡ITE College高職師生來台參訪，邀請一起製作標語牌，與心朋友工作坊、心朋友的店領班及甜心，上街(在101大附近)面對大眾，喊溫和的口號、發傳單訴求社會接納。
- (2) 104年10月19日結合社參服務方案，與心朋友工作坊、協會同仁、陽明大學精神醫學服務隊同學一起上街。主動接觸與街上民眾對談，讓一般大眾可以看見精障者正面形象與康復成果，亦發放圖文並茂的文宣，推廣精神衛生法修訂增加社區服務的理念。
- (3) 104年12月20日再次應陽明大學同學邀請，於捷運芝山站附件，發



## 社團法人台北市心生活協會

～你、我、他，一起做關懷精神健康的心朋友～

放文宣、與路人對話。

### 八、其他：

#### ◆ 內部充權講座/交流會

1. 104年8月6日辦理「生活與權利～介紹身心障礙者權利公約」講座，13人次參加。
2. 104年9月19日辦理「戲說從頭～分享交流會」表演：由精神康復者親身分享故事，呈現分享罹患精神疾病到康復療育的經驗，讓更多人了解，使過去不被聽不見的故事被聽到，鼓舞已在康復路上的朋友，以及增進更多人對疾病階段的理解。參與人數51人，整體的滿意程度有9成以上。講者真誠的演出讓參加者為之動容，有多人留下感動的淚水，問卷回饋特別肯定本場活動的價值。

### 柒. 心家庭開步走：

#### (一) 心園丁(市府前田園第一區蔬菜栽種)服務：

- ✓ 總參與：266 人次。其中：精障者 42 人次、家屬 97 人次、志工 62 人次、本案及協會其他服務人員 65 人次。
- ✓ 領取志工車馬費：185 人次。(部分核銷部分自籌)
- ✓ 志工會議：兩次。(七月二十八日、十一月二十一日)
- ✓ 志工教育訓練：一次。(十一月二十一日)







(二) 關懷訪視與陪同服務：

- ✓ 總服務對象：11 名。全數為台北市的精神障礙者。
- ✓ 總服務量：72 人次，共 126.5 小時。
- ✓ 服務內容：依個別需要提供，包括有關懷訪視、陪同看診、電話關心、交通陪同、連結服務設施與陪同等。

(三) 心家庭開步走活動：運用本案資源，結合協會其他服務方案，共同辦理活動。

[活動 A]：10 月 17 日(六)『心健康開步走』

- ✓ 宣廣印刷：裁減塑膠瓦楞紙，手寫製作標語牌 11 面。另，本會精神族群充權服務製作『Why 精神衛生法 Need 快快修訂、增加服務』懶人包印刷品，由本案支出印製 320 本。(其他數量由協會另籌經費，但每本都有社會局補助本案的訊息露出)
- ✓ 當日參加者：包括心朋友工作坊精障甜心 6 人、家屬 2 人、陽明大學醫學服務隊 9 人、協會工作同仁 7 名。
- ✓ 遊走大安森林公園內外，發出懶人包文宣三百多份。
- ✓ 與民眾交流，並且遇到一對夫婦，主動談起、討論女兒情況日益嚴重仍無意願就醫的問題。

[活動 B]：9 月 24 日(六)『宜蘭田園樂』

- ✓ 支援活動：本會「精障甜心行動祕書培育營」服務，主則社工運用人脈，擬邀請該案服務對象到宜蘭一日遊，體驗農村環境、親近自然。因經費及人力不足，由本案(開步走)服務人員，幫忙連結富邦慈善基金會提供遊覽車資，並由本案社工於活動當日協同帶領，使活動圓滿完成。
- ✓ 參加人數：共 16 人，包括精神障礙者 9 人、宜蘭當地志工 5 人及兩位社工。



## 心園丁 - 精障者+家屬+志工



(四) 市府田園第一區共有三個承辦照顧蔬菜的團體，公園處長官蒞臨時告訴銀髮族的家屬園丁，心生活協會是照顧最好的。志工還接受過非凡電視台訪問。

### 捌. 104 心生活精障家庭(心家庭)支持服務

(一) 生活助理服務：

[對象]：生活上有需要陪同或協助的精神障礙者或家屬。

[服務量]：全年服務達 12 名，服務時數合計達 543 小時。

(二) 讓每顆心發亮：甜心投稿、

[對象]：慢性精神病友、精神障礙者。



[條件]：來稿就刊，鼓舞精神障礙者建立自信、積極腦力復健。  
來參加慶生會就歡迎，不設門檻。

[服務量]：全年度達 43 名、293 人次(篇次)。

## 玖. 心生活出版品

(一) 每年出版會訊一本。刊載即時訊息、精障族群文章、財務報表、捐款者與會費收入芳名錄。

(二) 出版精神健康你我他第一到九輯。

第一到五輯為實用訊息，每輯銷售\$20 元。

第六到九輯為疾病管理 IMR 甜心手冊，每輯銷售\$50 元。

以上銷售是補回成本，以期讓出版品可以長久流傳。實際贈送量大於銷售量。廣發訊息，可助益更多精障者、家屬、工作人員。

- ① 郵政劃撥 帳號：19793224 戶名：社團法人台北市心生活協會
- ② 直接電匯 郵局(700)活期存款 帳號：000157-4-0785473  
(直接匯款者，請於匯款後打電話確認大名、地址，以便寄奉收據)
- ③ 信用卡授權 (索取表格填寫後，傳真或郵寄擲回協會)
- ④ 郵局自動扣款授權 (索取表格填寫後，傳真或郵寄擲回協會)
- ⑤ 捐贈發票，電子發票愛心碼：1979322