臺北扶老
有你真好

浴室修好了，裝了扶手真好用～
喔?是那個臺北扶老的服務嗎?
終於改善了漏水跟壁癌的問題～真好～你家呢?
地板變平後不容易跌倒，真的太好了！

目　錄

社會局的貼心叮嚀 2
七年前的好決定,好家(加)在！ 3

第一篇 臺北愛扶老 4
第一章「臺北扶老・軟硬兼施」服務方案緣起 5
第二章 服務內容 6
第三章 申請六須知 7

第二篇 長者安心居劇場 10
人物亮相 11
第一幕 浴廁不再溜溜（浴室防滑） 14
第二幕 來為房子抗癌 (抓漏壁癌) 18
第三幕 亮不亮有關係（室內電路） 22
第四幕 平平所以安安（出入口高低差） 26

第三篇 安居小幫手 30
第一章 健康寶命與居家防跌檢核表 31
第二章 居家無障礙環境改善項目補助金額一覽表 32

第四篇 市民問問題 34
第一章 修繕前 35
第二章 修繕中 37
第三章 修繕後 38

第五篇 銀髮好福利 39
第一章 臺北與我好好慢老 40
第二章 找一找解答篇 44

社會局的貼心叮嚀

因應人口結構高齡化趨勢，臺北市政府近年致力建立完整的老人照顧政策，讓臺北市成為慢老樂活之都。

為了讓長者在宅生活環境更加安全及便利，本局委託伊甸社會福利基金會辦理「臺北扶老·軟硬兼施」服務方案，從預防及減緩長者失能的角度辦理居家簡易修繕，由專業人員協助長輩進行居家安全評估，提供符合老人個別化需求之無障礙空間修繕服務，讓家成為安全、友善的居住生活環境。

臺北市政府更期待透過一站式的服務，從評估、補助申請，到修繕施作至驗收的全程協助，得以免去長者為尋找資源來往奔波及不熟悉申請補助程序所生之困擾。藉由「臺北扶老・軟硬兼施」服務方案推展，降低長者因潛在居家安全因素致失能之家庭長期照顧、經濟支出等負擔。進而提高長者居住品質，共創長者能夠健康、快樂的生活。

七年前的好決定,好家(加)在！

嗨！親愛的鳳珠：

我是七年後的鳳珠啦，我現在過得很好。第一次寫信給自己，有點怪怪的，但是，我一定要跟妳說一聲：「謝謝」！

當初，臺北扶老剛把房子修好時，妳覺得打拼多年好不容易裝潢好的房子，這會兒加上一些扶手，看起來很陌生，有點突兀。可是妳知道嗎？昨天還好有這群陌生的新朋友，他們救了我一命。

年紀大了，難免會有些突發的不舒服，昨天傍晚在家裡突然一陣暈眩，身體失去重心，還好牆上有臺北市政府社會局為長者安裝的扶手，讓我可以抓住，所以才沒有跌倒：否則跌傷骨折，這會兒可能要躺在床上休養，也就不能帶小玉到公園散步，也沒辦法備餐了。

我知道當年的你覺得自己還健康，根本不需要這些扶手，申請這項服務純粹是孩子們的好意：為了讓他們可以安心工作，你也就勉強答應了。沒想到，新增的設備真的幫助現在的我逃過一劫，讓體能日衰的鳳珠，可以避開危險。

在此，我要謝謝臺北市政府社會局持續以關心、貼心、用心的服務，促使長者居住環境獲得改善，而達到居住安心、家人放心，愈老愈開心。在我還健康的時候，事先就能預備好一個無障礙的空間，讓老年的我有個安全的環境，能維持健康的生活型態，安心的過著自己喜歡的小日子！

真是好加在，好家在！

85歲感恩滿足的鳳珠 上
2020.01.01

第一篇

臺北愛扶老

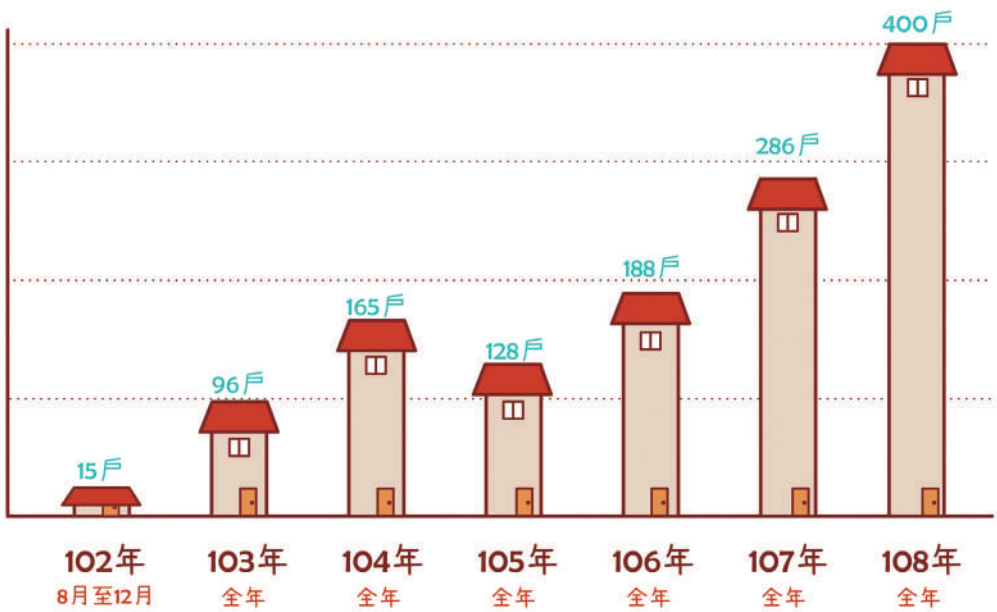
關心、貼心、安心、用心、放心

五心級服務

「臺北扶老・軟硬兼施」服務方案緣起

根據國民健康署106年「國民健康訪問調查」，長者中15.5%在一年內有跌倒的經驗，8.4%曾因跌傷而就醫；而跌傷就醫後，僅約2成的長者會注意提升居家安全，超過6成的長者跌傷後未採取任何防跌措施。事實上曾經跌倒一次的人，再度跌倒的風險將會加倍，結果經常是一人受傷住院，卻需要全家總動員輪流床邊照護。

臺北市政府社會局為協助臺北市弱勢長者擁有安全的居住環境，在民國 102 年委託伊甸基金會辦理「臺北扶老・軟硬兼施」服務方案，以保命防跌的預防理念，整合了專業服務團隊，藉由「一站式」的服務模式， 進行簡易居家修繕工作以及設置生活輔具，例如：室內扶手、室內防滑設、衛浴輔具、室內照明，促使長者居住環境獲得改善，進而達到居住安心、家人放心，愈老愈開心。

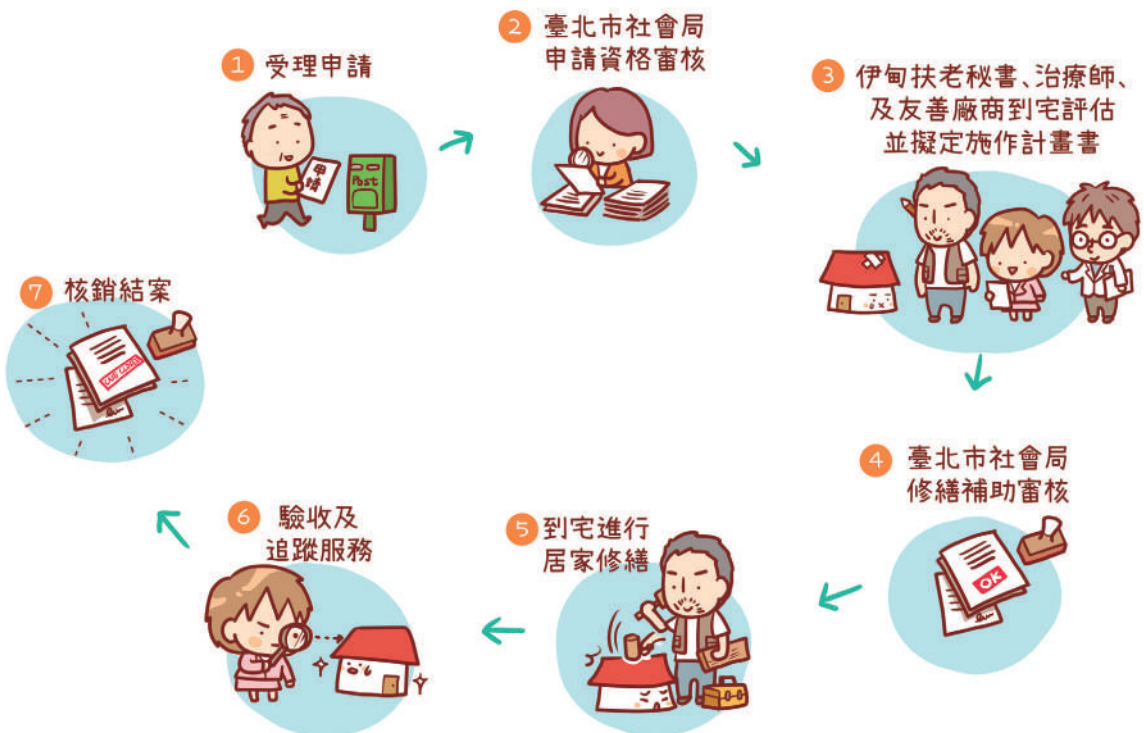


↑臺北扶老專案修理戶數量統計圖

服務內容

協助弱勢長者施作簡易居家修繕，以及設置生活輔具，例如：室內扶手、室內防滑設施、衛浴輔具、室內照明以及其他增進居住安全之必要修繕。

扶老秘書從民眾來電諮詢申請，在初審通過後14日（含假日）內提供專人到宅評估，依長者個別需求給予個別化居家修繕服務的規劃，擬定評估建議書及建議施作項目、預算一覽表送達臺北市社會局，通過審核後，結合專業友善的修繕團隊到宅施作，進行無障礙設施改善，故而免去了長者為尋找資源來往奔波及不熟悉申請補助程序所生之困擾。

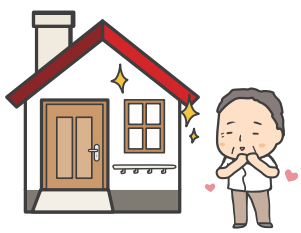


↑服務流程

申請六須知

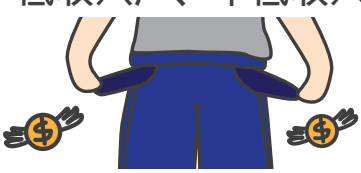
Q1 什麼是臺北扶老?

本方案是臺北市社會局為了協助臺北市年滿65歲的長者，擁有安全無障礙的居家環境,減少長者日後受傷風險,所提供的居家環境修繕補助措施。



Q2 誰可以來申請?

低收入戶、中低收入戶



綜合所得稅率5%以下

綜合所得稅 5%

獨居老人

年滿65歲、設籍且實際居住臺北市滿六個月者

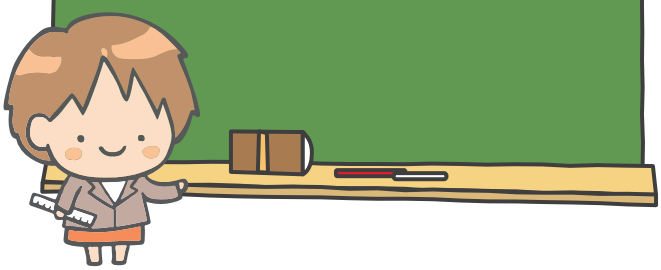
1.低收入戶、中低收入戶
2.綜合所得稅率5%以下
3.符合上述資格者,住家環境有安全之虞、獨居老人優先

Q3 可以去哪裡申請?

請撥打服務專線

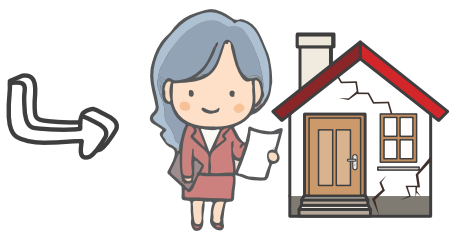
0800-894-580

並留下基本資料即可，不必另跑一趟，等社會局資格確認後就會到府評估會勘



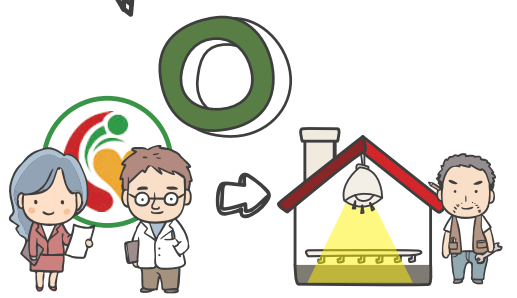
撥打專線
留下基本資料即可

網頁QRCODE

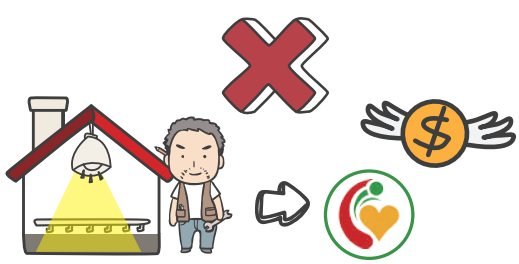


確認後就會安排到府評估會勘

Q4 我家正在修繕中，是否可以申請?

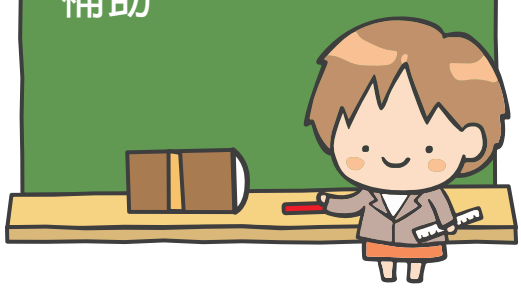


社會局審核通過　　才可以施作修繕



施作中或施作完成　　不得申請補助

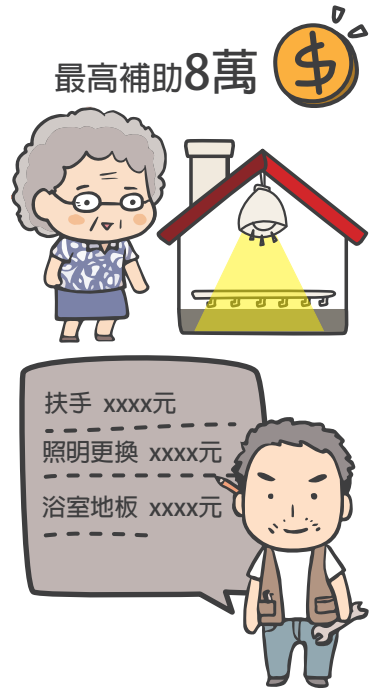
經過社會局通過同意後,才可以施作修繕,施作中或施作完成都不得申請補助



Q5 可以申請多少金額?

本方案最高補助八萬元

各修繕項目的補助金額以社會局公布的補助金額一覽表為準,其餘未列入的項目參考坊間廠商報價之平均價位給予補助,若是超過該項目的補助額度,則需自行負擔超出的金額



Q6 可以修繕哪些項目?

本方案協助弱勢長者修繕簡易無障礙安全環境及購置生活輔具：

- 室內扶手
- 室內照明
- 室內防滑設施
- 衛浴輔具
- 其他必要之修繕或輔具

(請參P30第三篇 安居小幫手)

第二篇

長者安心居劇場

關心、貼心、安心、用心、放心

五心級服務

人物亮相

社會局

照顧長者我最行~

工作內容

審核資格、
審核補助。

扶老秘書

找挖就對啊啦～

工作內容

扶老專案窗口，
幫助長者申請專案，
進行一站式服務。

居家評估師

交乎我，你放心啦～

工作內容

為長者量身打造
合適的生活環境，
預防勝於治療

社 工

厝邊逗陣來～

工作內容

機構轉介、
資源連結。

施工廠商

修理厝挖內行ㄟ～

工作內容

到府修繕、
修屋補牆。

花田社區

美玲阿姨 80歲

為人友善，喜歡從家中的陽台俯瞰社區的風景。

鄰居

母子

志明 65歲 春嬌 63歲

美玲阿姨的兒子和媳婦，喜歡到處旅遊 。

淑芬 65歲

鳳珠阿姨的女兒，總是笑臉迎人 。

花田社區
總幹事

大仁伯伯 74歲

熱心公益，對於社區大小事總是親力親為。

鳳珠阿姨 85歲

喜歡熱鬧、交友廣闊，認識 花田社區裡每戶人家。

母女

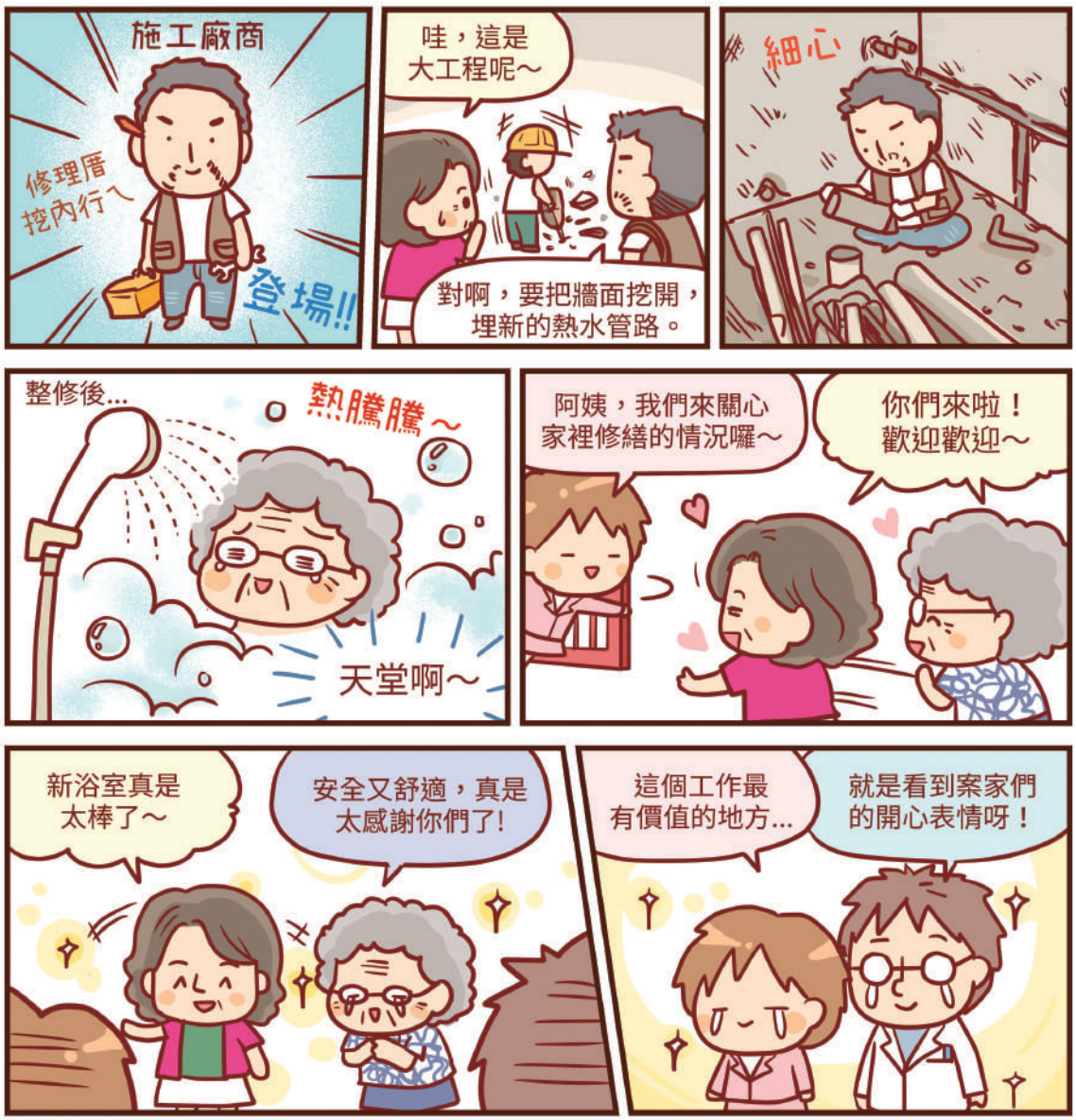
歡唱團好友

文炳伯伯 82歲

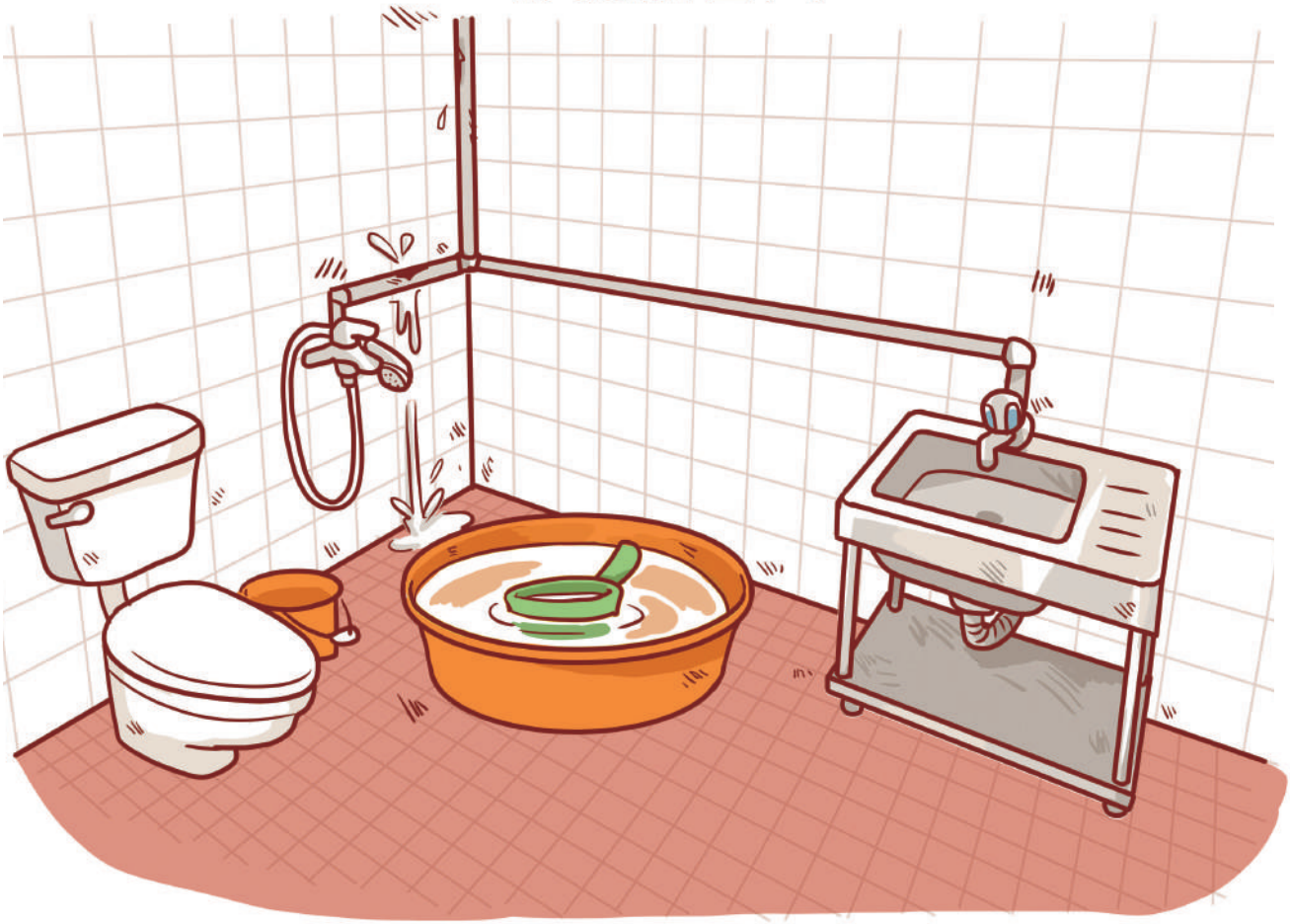
喜歡唱歌，是花田社區歡唱團班長。

第一幕
浴室不再溜溜

阿姨，我又來看你們囉～
你來了啊～剛好我有一些事要找你呢。
我媽最近常常頭暈，前幾天還在浴室跌倒了…
都是因為浴室沒熱水，害我忙進忙出的！
天啊～這樣真的很危險呢！
是啊！這問題困擾我們好久，該怎麼辦？
思考…
對了！
現在有個「臺北扶老，軟硬兼施」的專案，
我幫你申請好嗎？
0800-894-580
扶老秘書、居家評估師
找挖就對啊啦～
交互我，你放心啦
登場!!
評估進行中…
仔細
迅速
阿姨，經過評估，您家的浴廁隱藏著許多讓人跌倒的風險，
你怎麼知道!!我上個月就是在浴室跌倒!!!
建議您在浴室安裝扶手，還有設置防滑措施喔！
還有熱水管線破裂導致無法洗熱水澡，建議更換管線！


施工廠商
修理屋
挖內行～
登場!!
哇，這是
大工程呢～
對啊，要把牆面挖開，
埋新的熱水管路。
細心
整修後...
熱騰騰～
天堂啊～
阿姨，我們來關心
家裡修繕的情況囉～
你們來啦！
歡迎歡迎～
新浴室真是
太棒了～
安全又舒適，真是
太感謝你們了!
這個工作最
有價值的地方...
就是看到案家們
的開心表情呀！

修繕前空間

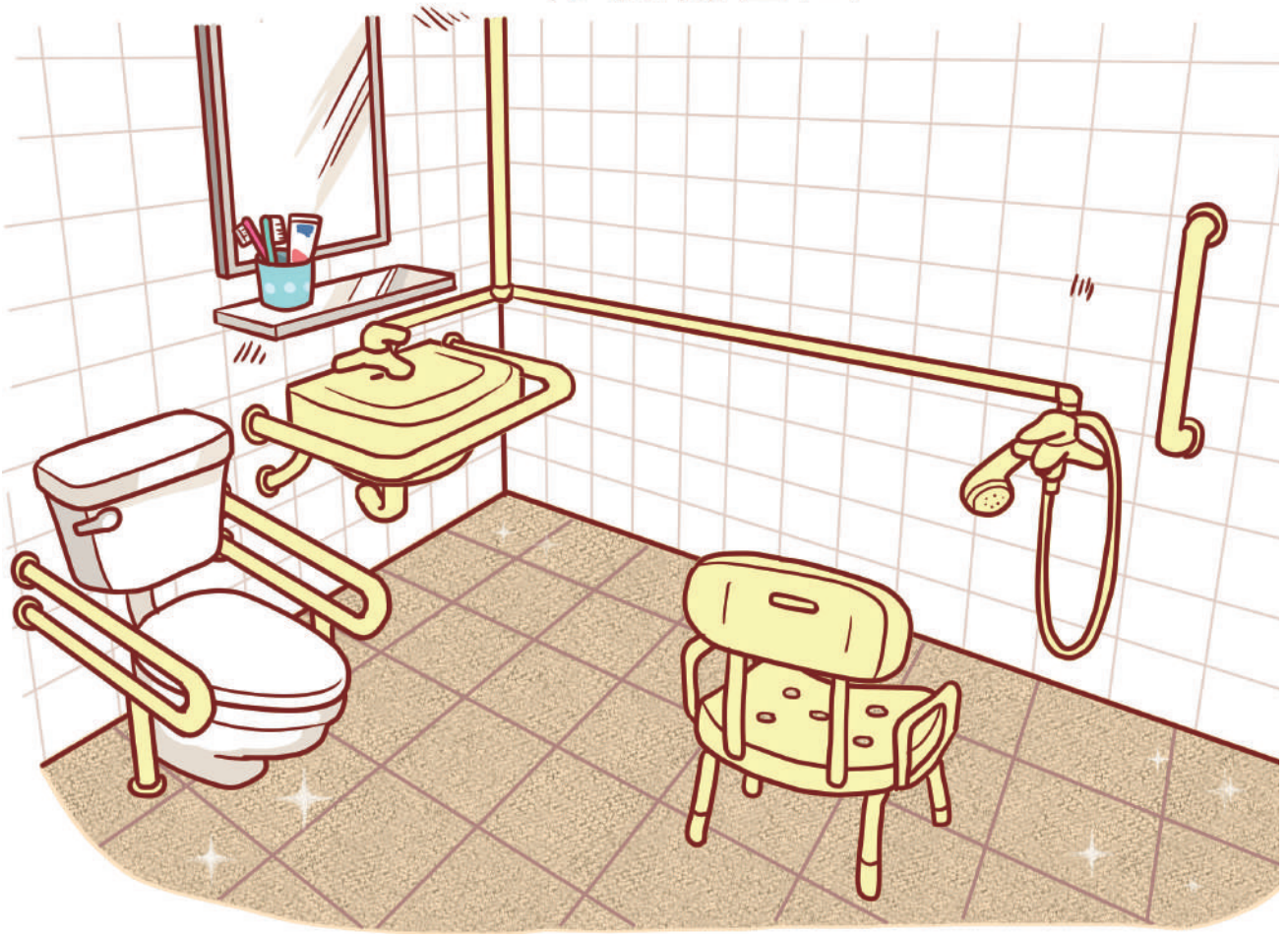


鳳珠奶奶身體狀況

評估建議

1.熱水管線破裂導致無法洗熱水澡，建議更換管線。
2.長者有跌倒的就醫紀錄，建議於廁所內安裝扶手。
3.進出浴室滑倒風險高，建議新增止滑墊。
4.新增洗澡椅，防止長者暈眩造成跌倒受傷的可能。

修繕後空間

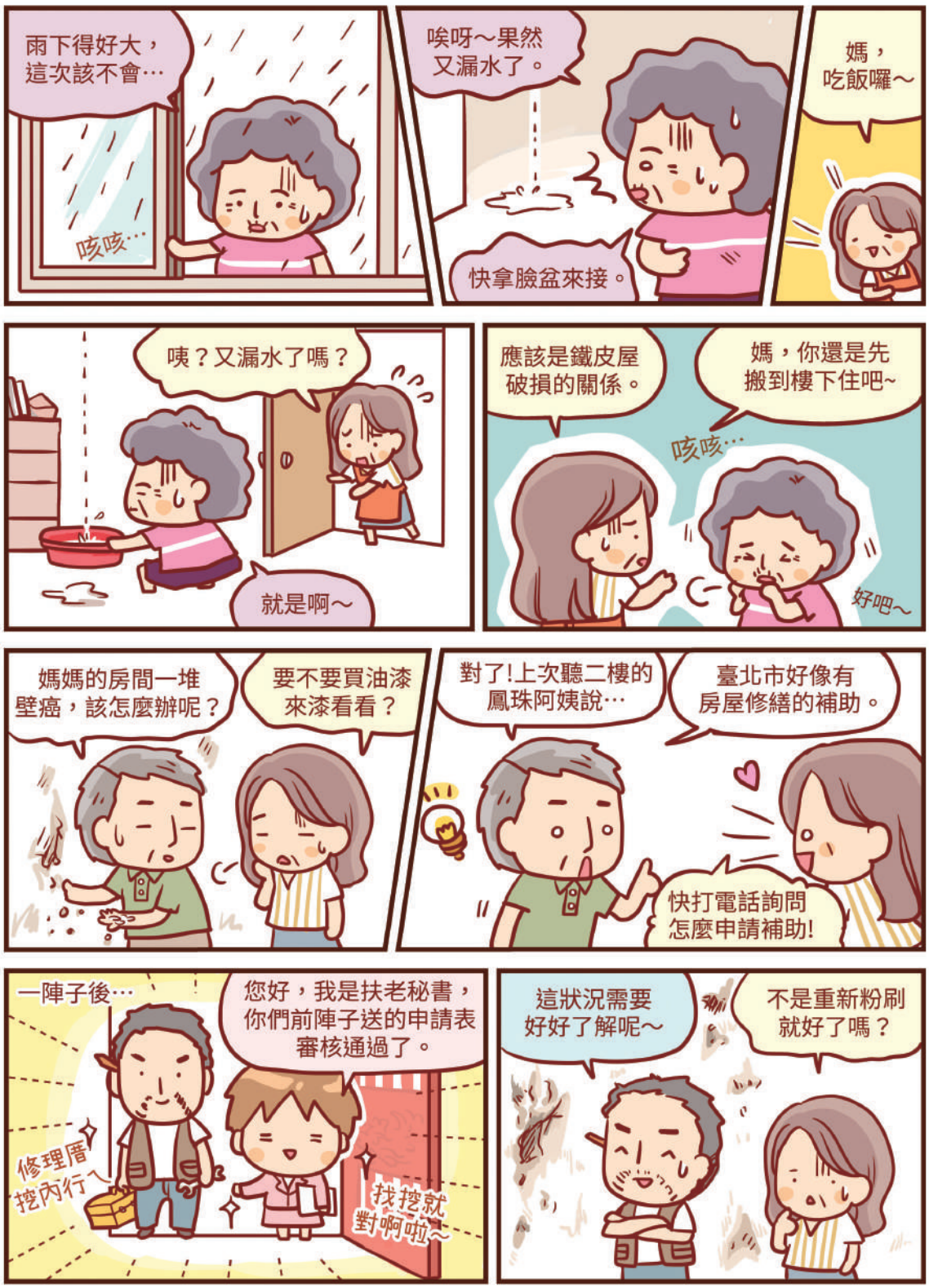


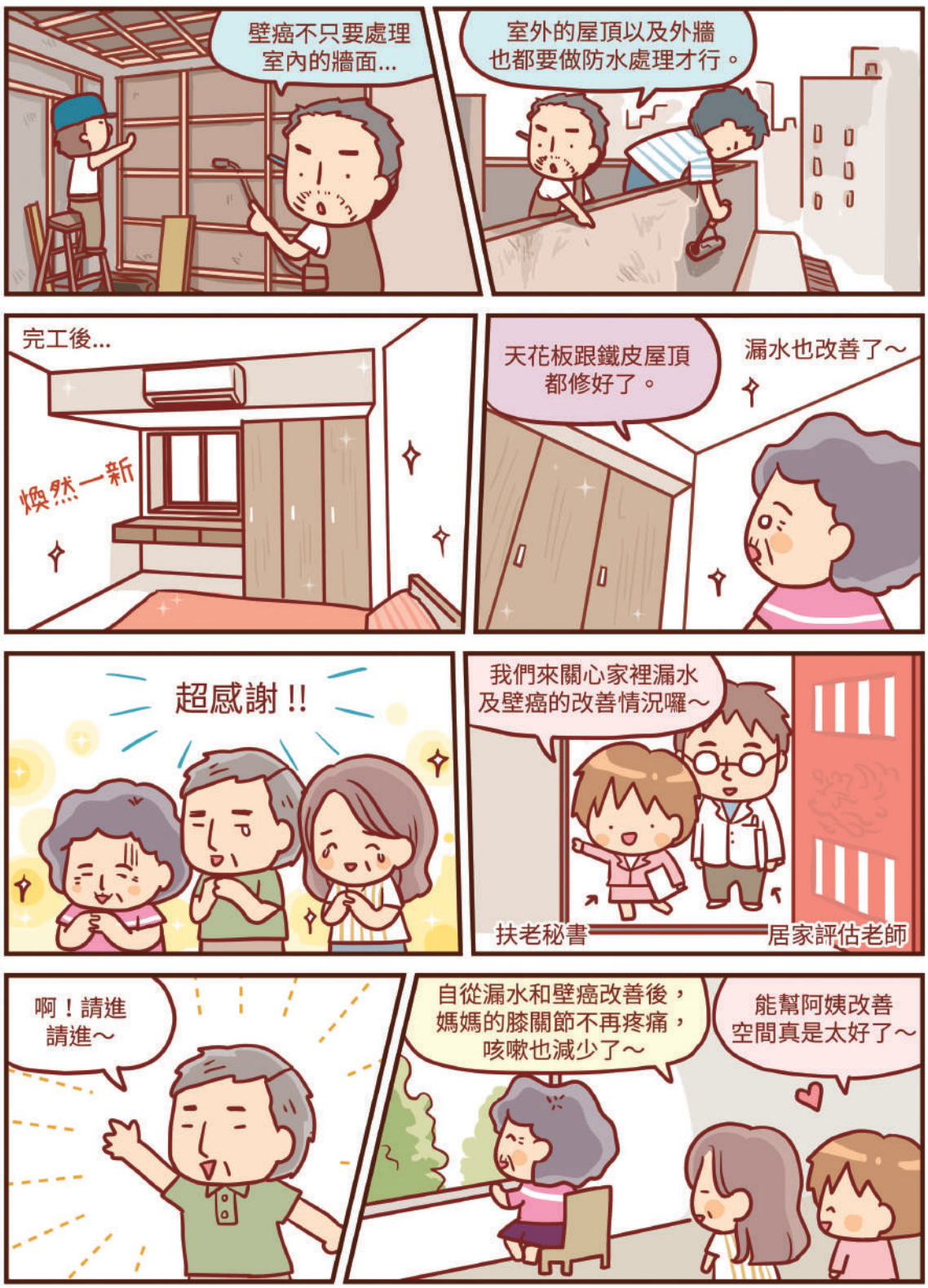
找找看，左右兩張修繕前後圖片中有那些不一樣的地方，
不相同處圈起來吧！

提示：
1.共有7處不相同
2.包含地板、馬桶、水龍頭、洗手台都是不一樣的
　可能之處

翻到最後一頁，有解答說明喔！

第二幕
來為房子抗癌


雨下得好大，這次該不會…
咳咳…
唉呀～果然又漏水了。
快拿臉盆來接。
媽，吃飯囉～
咦？又漏水了嗎？
就是啊～
應該是鐵皮屋破損的關係。
媽，你還是先搬到樓下住吧~
咳咳…
好吧～
媽媽的房間一堆壁癌，該怎麼辦呢？
要不要買油漆來漆看看？
對了!上次聽二樓的鳳珠阿姨說…
臺北市好像有房屋修繕的補助。
快打電話詢問怎麼申請補助!
一陣子後…
您好，我是扶老秘書，你們前陣子送的申請表審核通過了。
修理層挖內行～
找挖就對啊啦～
這狀況需要好好了解呢～
不是重新粉刷就好了嗎？

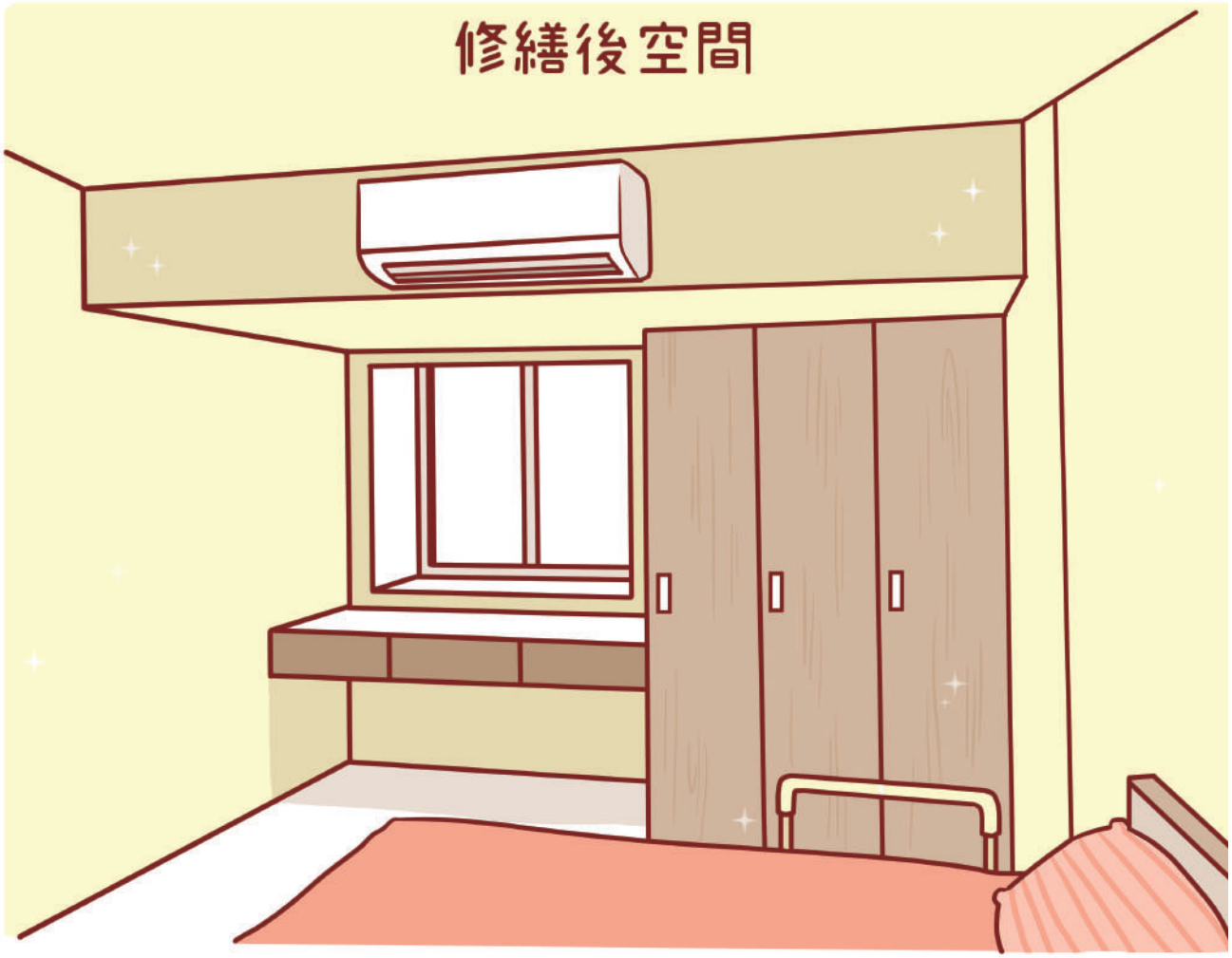

壁癌不只要處理室內的牆面...
室外的屋頂以及外牆也都要做防水處理才行。
完工後...
煥然一新
天花板跟鐵皮屋頂都修好了。
漏水也改善了～
超感謝 !!
我們來關心家裡漏水及壁癌的改善情況囉～
扶老秘書
居家評估老師
啊！請進請進～
自從漏水和壁癌改善後，媽媽的膝關節不再疼痛，咳嗽也減少了～
能幫阿姨改善空間真是太好了～

修繕前空間

美玲阿姨身體狀況

評估建議

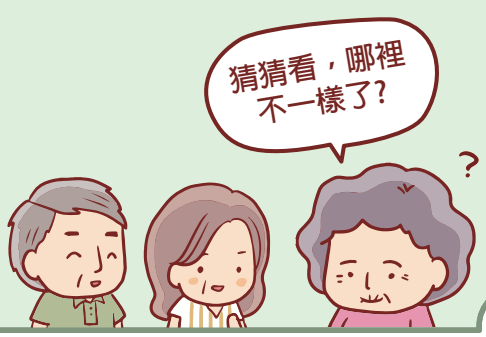
1. 室內漏水情況建議要補強，以免造成長者滑倒之可能
2. 壁癌與漏水問題，造成室內環境潮濕，增加呼吸道疾病與膝關節疼痛之可能
3. 建議在床邊增加床邊扶手，讓長者起床起身更安全



找找看，左右兩張修繕前後圖片中有那些不一樣的地方，
不相同處圈起來吧！

提示：
1.共有3處不相同
2.包含牆壁、地板還有床邊的區域喔！

翻到最後一頁，有解答說明喔！



第三幕
亮不亮有關係

唉...陽台的花
又枯萎了。

因為周圍房子都更，這裡
都被高樓遮蔽了陽光。

明明是大晴天的中午，
還要開燈，室內才夠亮!

其實開了燈
也沒有很亮啦...
欸欸~
不要吐槽~

.....

邱伯伯，
我剛剛看過了。
很明顯房子有
燈光不足的問題。

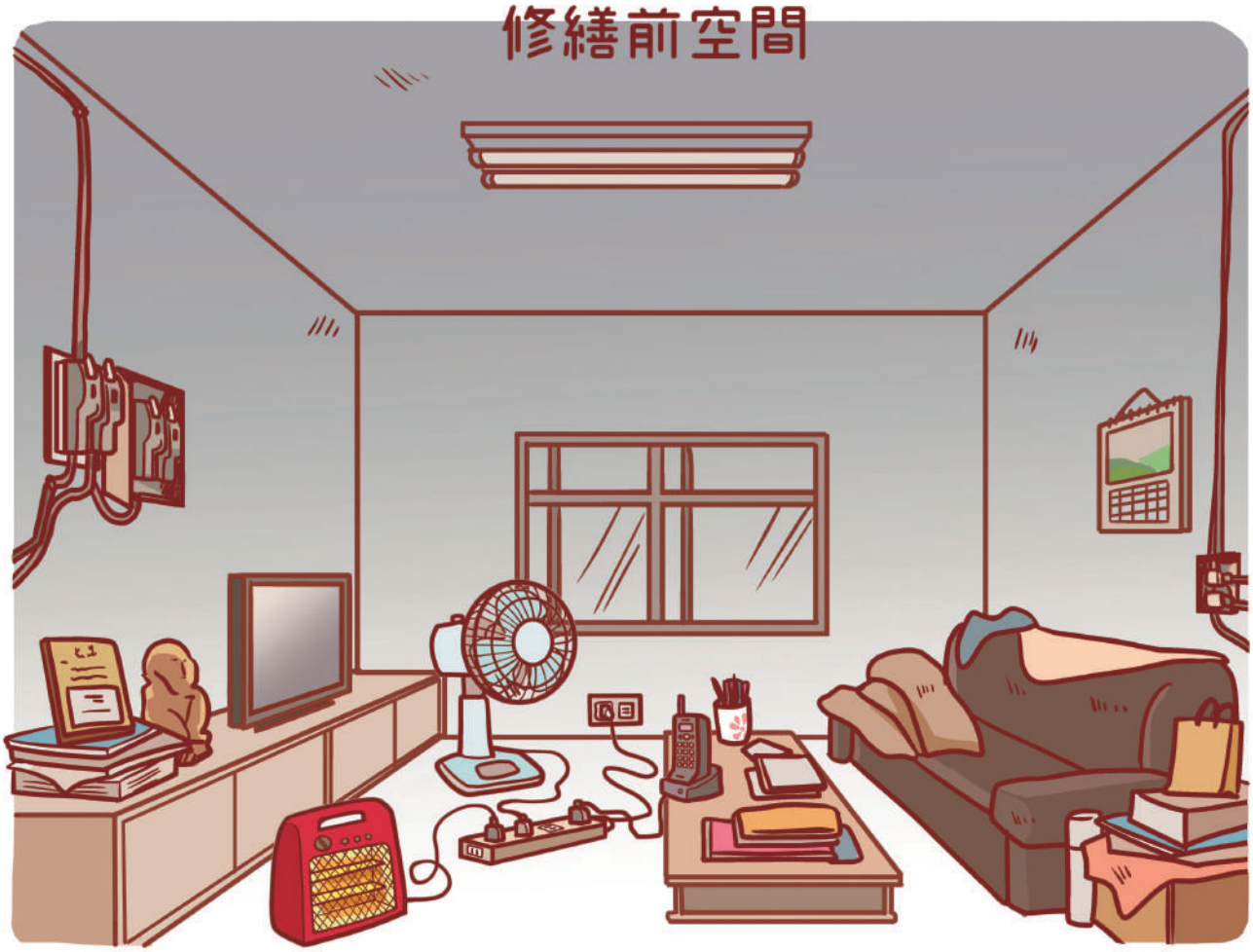
因為早期的建築
技術關係...
電源開關還是
使用閘門式的開關。

電線不夠粗，也
可能造成線路破損
後的災害風險。
這些都需要
改善才行。

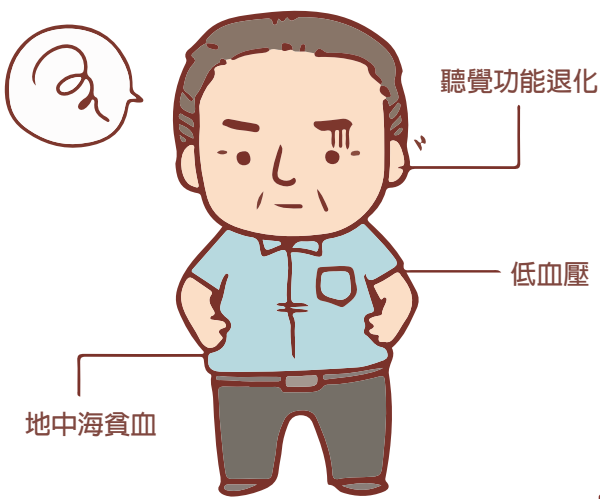
我們會連絡施工廠商
來修繕，你別擔心。
麻煩你們了。

施工廠商登場！
首先把電源線路重新拉線。
更換室內老舊的電源開關，
以及家中的燈具。
忙～
忙～
辛苦了…
謝謝你們～
驗收當日…
你們來啦！
熱情迎接
現在電盤換成新的，安全多了！！
燈具換了之後果然明亮好多。
真的很感謝你們與施工廠商的幫忙！
邱伯伯跟第一天的神情完全不同呢。
真是太好了～

修繕前空間



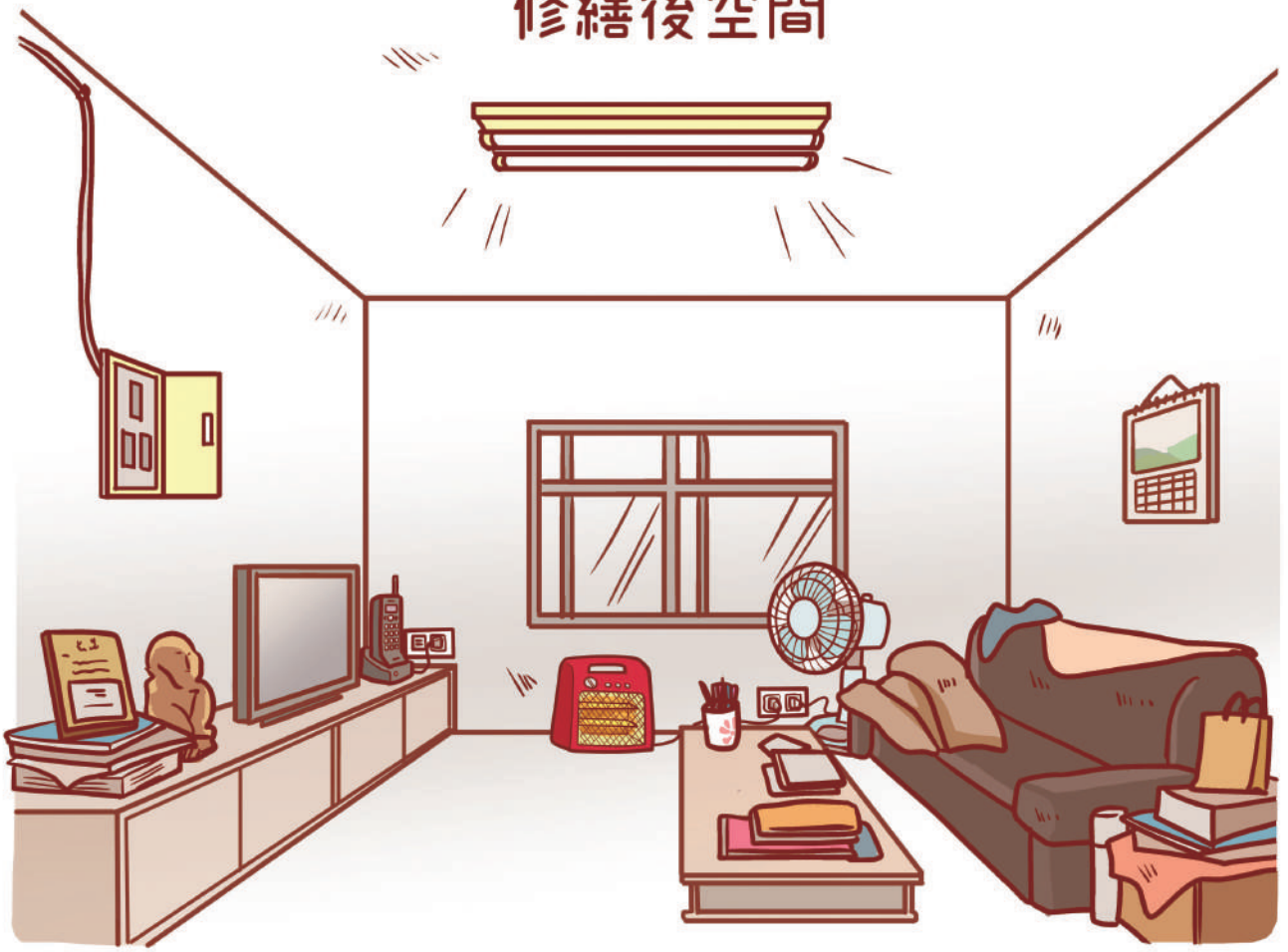
大仁伯伯身體狀況



評估建議

1.客廳燈具不堪使用，造成光線不足，再加上長者身體易有頭暈之情況，易造成視線不佳跌倒可能，建議更換燈具
2.電線老舊，易造成表皮破損後的災害發生
3.地板凌亂的電線易造成絆倒摔跤的可能，建議增加、調整插座與電器位置，地板以乾淨清潔為主

修繕後空間



找找看，左右兩張修繕前後圖片中有那些不一樣的地方，
不相同處圈起來吧！

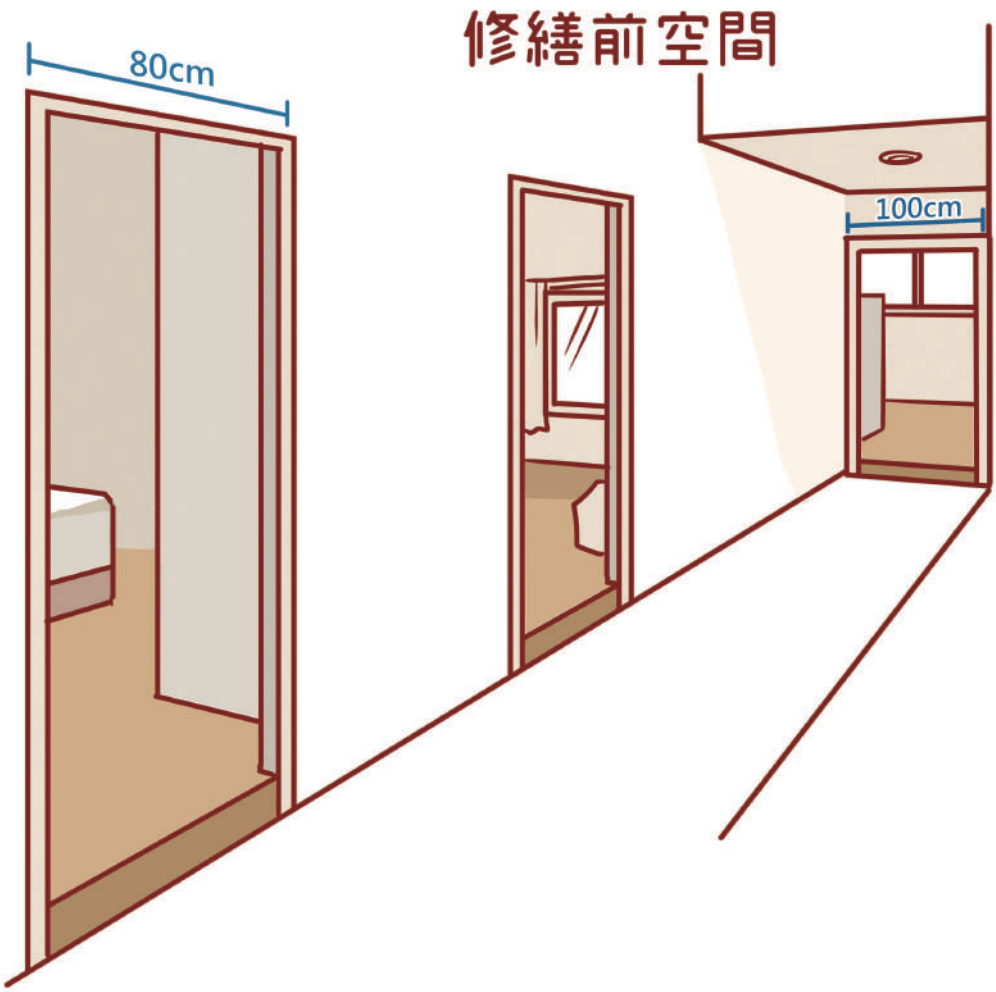
提示：
共有8處不相同

翻到最後一頁，有解答說明喔！

第四幕
平平所以安安

爸！沒事吧？
我送你去醫院！！
跌倒!
歡唱團的好友前往探視…
阿炳，身體還好嗎？
唉...醫生說我膝蓋摔傷，要半年才會好…
要小心哪～上次臺北扶老來我家修房子，說長者居家安全很重要喔!
出院後…
咦？怎麼進不去？
卡門
怎麼辦呢？爸因為摔傷要坐輪椅…
苦惱～
思考
但門口的門卻讓輪椅很難進出…
可以找臺北扶老修屋喔!
對了！趕快來詢問看看！
您好，我們來到府評估囉～
找挖就對啊啦～
咦？
這個門口的高低落差很大，很難進出吧?
而且每間房間地板都有木板架高!!太危險啦!!

那麼，我們就拆除臥房的木地板。
走廊墊高再加上斜坡。
好的。
再麻煩各位儘快完工了!
女兒因為家裡施工，也不能去工作...
我們快趕工，讓這家人可以趕快有正常的生活!
是!!!
施工完成!!
終於可以直接推輪椅進出了 !!
太感謝了，這樣我可以更容易照顧臥床的家人。
能幫到需要的人，真是太好了。
對啊！為工班按個讚！



文炳伯伯身體狀況

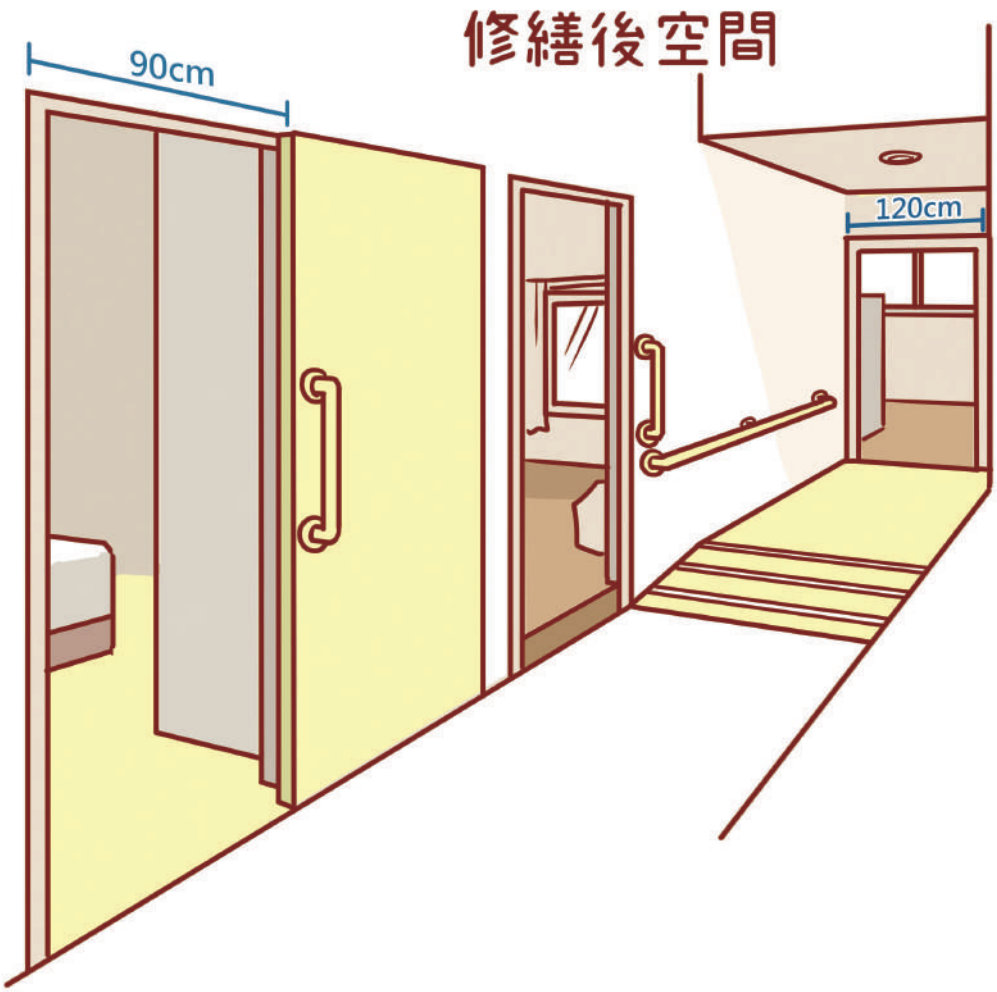
評估建議

1.室內房間地板墊高，容易造成失足跌倒，建議拆除墊高地板，室內空間盡量平坦，且長者需要輪椅代步，建議拓寬出入口寬度

2.出入口高地差過大，易造成跌倒，輪椅進出不便，建議安裝斜坡板，方便長者或是照顧者出入家門

3.走道增設扶手，以便長者日後恢復行走安全

4.長者臥室門改拉門設計，增加空間



找找看，左右兩張修繕前後圖片中有那些不一樣的地方，
不相同處圈起來吧！

提示：
1.共有5處不相同
2.包含地板、門、牆壁等區域

翻到最後一頁，有解答說明喔！

第三篇

安居小幫手

關心、貼心、安心、用心、放心

五心級服務

健康寶命與居家防跌檢核表

2020年版

類別	房屋環境檢核項目	居家檢核結果	
		是	否
A健康寶命	A1.您家室內「牆面」沒有漏(滲)水及壁癌之問題?		
	A2.您家室內「天花板」沒有漏(滲)水及壁癌之問題?		
	A3.您家中的陽台「雨遮板」沒有漏(滲)水之問題?		
	A4.您家中的電源「配電盤」沒有跳電安全之問題?		
	A5.您家室內的「紗窗」沒有損壞可正常使用?		
	A6.您家中的衛浴「浴缸」沒有破損、漏水狀況?		
	A7.您家中的衛浴「水龍頭」無損壞、漏水狀況?		
B居家防跌	B1.您家中的廚房「地板」是否有具有防滑功能？		
	B2.您家中室內走道是否裝設「扶手」，讓您便於行動輔助？		
	B3您家中的衛浴「門檻」是否可不費力地跨越？		
	B4.您家中的衛浴是否裝設「扶手」，讓您便於起身或行動？		
	B5.您家中的是否裝設「輔具設置(如洗澡椅、便盆椅等)」，讓您使用方便且利於活動。		
	B6.您家室內「燈光」是否明亮?		
	B7.您家中的電源「開關設置高度」是否讓您可輕易控制?		
	B8.您家中的電源「插座設置高度」是否讓您容易使用?		

註1：若房屋環境檢核項目勾選「是」的題數越多，表示長者居家環境較為安全。

註2：若房屋環境檢核項目勾選「否」的題數越多，表示長者居家環境健康與安全的風險越高，應留意改善。

註3：於「B居家防跌」中，B1、B2、B3、B4或B5等任何一檢核項目的檢核結果為「否」者，請聯繫伊甸基金會協助派任「扶老秘書」及「居家評估老師」，進行居家環境評估、補助方案申請、修繕施作監督，及完工驗收請款等一站式服務。

臺北市政府社會局臺北扶老・軟硬兼施
居家無障礙環境改善項目補助金額一覽表

壹、依據臺北市政府社會局當年度失能者接受長期照顧服務輔具購買及居家無障礙環境改善補助項目表第一類對象之全額補助金額X90%

項目		補助金額(元)	最低使用年限(年)
電話閃光震動器		1,800	5
門鈴閃光器		1,800	5
無線震動警示器		1,800	5
電話擴音器		1,800	5
火警閃光警示器		1,800	5
洗澡椅	無靠背無扶手	1,080	3
	有靠背無扶手	1,380	3
	有靠背有扶手	2,180	3
	壁掛式	4,500	10
便盆椅		1,080	3
便盆椅(帶輪式)		3,500	3
斜坡板(道)		9,000	10
架高式和式地板拆除(清除出入口、通路、臥室、廁所、浴室等生活空間地面局部高低差)		4,500	10
反光貼條或消光		2,700	10
防滑措施		2,700	10
門(加寬、摺疊門、剔除門框、拉門、自動門)		9,000	10
門鎖(一字型門把)		500	10
窗(紗窗、鋁窗、玻璃窗等)		4,500	10

項目	補助金額(元)	最低使用年限(年)
電燈、燈具(含配線)	3,000	10
水龍頭(撥桿式、單閥式或電子感應式)	2,700	10
蓮蓬頭(含水龍頭)	2,250	10
改善浴缸 (新增、改換、移除-居家環境含原處填補)	6,300	10
改善洗臉台(槽) (新增、改換、移除-含原處填補)	2,700	10
改善馬桶(新增、改換、移除-含原處填補)	4,500	10
改善流理台(新增、改換)	13,500	10
改善抽油煙機(位置調整)	900	10
特殊簡易洗槽	1,800	10
特殊簡易浴槽	4,500	10

貳、參照本局辦理失能者生活輔具器具及居家無障礙環境改善審核標準規範訂定

項目	補助金額(元)	最低使用年限(年)
扶手	每10公分x225元	10
床邊扶手	2,250	10
可動式扶手	4,500	10
U型、L型、P型、W型扶手等類型	4,500	10

備註：

1.若本局當年度失能者接受長期照顧服務輔具購買及居家無障礙環境改善補助項目表有異動，屆時將依最新資料調整之。

2.有關臥室、浴室、廚房、室內樓梯及走道改善工程或必要修繕或其他關於室內居住安全、衛生、無障礙環境設施及設備之必要修繕，依評估建議書與本局最後核定補助金額為準，最低使用年限10年。

第四篇

市民問問題

關心、貼心、安心、用心、放心
五心級服務

第一章 修繕前

Q1.修繕項目的補助金額是多少？

A. 如果您符合近貧資格(所得稅率5%以下)，十年內最高有8萬元補助；若為中低收入戶、低收入戶則每年最高有十萬元補助。修繕的實際補助金額將依居家評估後社會局核准的金額為憑(請參見P32-33 第三篇 安居小幫手)

Q2.請問施工廠商該如何尋找？

A. 本方案有一群合作多年的友善廠商，皆有良好的施工品質並提供一年的修繕保固；申請人也可以自行尋找信任廠商也沒有問題，僅須確定該廠商的營業登記項目裡有符合您需求的施作項目，並且可以開立發票或收據即可。

Q3.一定要等補助公文核定後才能開工嗎? 補助公文何時會核定下來？

A. 本方案的補助辦法規定，補助公文核定下來後始可開始動工，如提前動工一經發現，社會局有權取消補助。至於補助公文的核定時間通常從送件到核准大約2-3週的時間。

Q4.我已經施工完畢也有發票，可以申請補助嗎？

A. 本方案的補助辦法規定，申請通過後需經現場評估施作項目，並經社會局公文核准始得開工，若是施工中或已經完工則無法申請補助。

Q5.如果家住大樓、公寓，那麼樓梯間的壁癌以及扶手可以申請修繕嗎？

A. 本方案可修繕範圍只限私人產權部分，樓梯間屬於公共產權無法申請補助。

Q6.請問浴室可以做乾濕分離的淋浴拉門嗎？

A. 基於無障礙空間的原則，如果安裝淋浴拉門會產生門檻的高度，造成長輩跌倒的風險，所以不建議安裝乾濕分離的淋浴拉門，建議安裝淋浴簾及設置洗澡椅。

Q7.我的資料會不會被公開或作他途使用？

A. 申請時會請您簽署一份「個人資料蒐集處理利用同意書」，保障您的資料不外洩，只用於政府體系，申請補助專用。

Q8.為什麼本方案只限中/低收入戶、一般戶所得稅率5%以下的長者申請？

A. 本方案是為了協助臺北市經濟弱勢的長者，使他們擁有安全的居家環境，以減少長者日後受傷的機會。

第二章 修繕中

Q9.當收到核准補助的公文後，多久來施工？

A. 如果施作項目沒有問題，扶老秘書就會協助通知承辦施工的廠商。若申請人是自己找廠商，則由申請人自己聯繫。

Q10. 施工時間是白天還是晚上？

A. 正常施工時間為早上九點至晚間六點為止，但實際情形以貴府的管委會施行辦法為主。

Q11. 室內扶手的高度可以調整嗎？

A. 到宅評估時，居家評估老師會依申請人的身型來測量並決定扶手的高度，基本上是最符合申請人的需求，但若是與申請人的使用習慣不符，經居家評估老師同意後在一定範圍內可以做些微調整的。

Q12. 是否可將補助項目中的餘額，調整到其他同意修繕的款項？

A. 本方案的補助是依項逐條補助，若是不施作，只能取消該項目的補助，不能調整至其他的項目。

Q13. 在修繕進行中，我們需要提供什麼相關文件嗎？

A. 施工期間要拍照記錄，若申請人自找廠商，請自行拍照留存，於驗收時提供給扶老秘書。

第三章 修繕後

Q14. 施作完成後，如何驗收?

A. 廠商施工完畢後，扶老秘書會偕同居家評估老師與廠商到府驗收施工結果。

Q15.完工後，我要如何支付廠商款項?

A. 如果是本方案的合作廠商，補助款項會直接匯入廠商的帳戶；若為自找廠商，您可以與廠商自行協調，是您先墊付款項或施工驗收後由社會局直接匯款進廠商帳戶。

Q16.修繕保固的期限有多久?

A. 大部分的修繕項目提供一年的保固。施工廠商會在估價單上註明保固期限及項目。

Q17.同一個項目同施作點只能申請一次嗎?

A. 同一項目完工驗收後，需要等三年後即可再次申請。

(請參見P32-33第三篇 安居小幫手)

Q18. 今年我已申請過，但我搬到另一間房子，可以用新的房子再申請一次嗎?

A. 需實際居住滿半年以上，若是修繕費用尚有餘款，可以再次申請。

Q19. 家中有兩個符合資格的長者，可以兩人都申請修繕嗎?

A. 本方案的補助以「一人一戶」為原則，同一住址只限一位長者申請。

第五篇

銀髮好福利

關心、貼心、安心、用心、放心

五心級服務

臺北與我好好慢老

自信

長青學苑

服務內容

每年分春秋2季開課提供各種多元研習課程，年滿60歲以上本人、配偶或其直系血親其中之一設籍本市者皆可報名參加。

洽詢方式

電洽各辦理單位或1999
外縣市02–27208889 分機6966~8

樂齡學堂/樂齡學習中心

服務內容

樂齡學習中心及樂齡學堂提供各種多元課程、學習講座，55歲以上中高齡者皆可報名參加。

洽詢方式

電洽各樂齡學習中心或樂齡學堂

找學堂

社區照顧關懷據點(共餐)

由里辦公處及民間團體設置據點

辦理健康促進活動、關懷訪視、電話問安諮詢及轉介服務，部分據點提供共餐服務，年滿60歲以上中高齡者皆可參加。

洽詢方式

電洽各社區照顧關懷據點或1999
(外縣市02–27208889) 分機6966~8

找據點

臺北與我好好慢老 掌握自己的幸福步調

11464
臺北市八德路4段692號7樓
柯小哲　先生

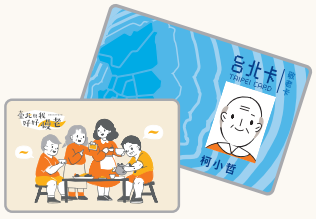
親愛的我輩中人，
您在臺北的付出已滿額。

為了感謝您們這些年的付出，臺北市政府特別為您規劃了更完善貼心的服務，期待能與您一起探索屬於自己的慢老生活提案。

親愛的我輩中人，
為了感謝您們這些年的付出，臺北市政府特別為您規劃了更完善貼心的服務，生日當月1號起，即可前往各區公所申請專屬於你的敬老卡，開啟慢老生活，邁開幸福新步伐。
快來看看有哪些貼心服務吧！

自由

敬老卡



申辦資格

設籍且實際居住臺北市，年滿65歲以上長者或55歲以上原住民。

申辦文件

國民身分證正本、2吋彩色照片1張。

申辦地點

年滿當月第一個工作天即可至臺北市任一區區公所辦理。

每月480點數可使用項目

交通

- 大臺北市區公車
- 臺北捷運
- YouBike
  (需有1元以上之儲值小額現金)
- 雙層觀光巴士
- 敬老愛心車隊計程車
  智慧型叫車轉接系統，
  免付費專線0800-055850或
  手機直撥55850(要付費)
- 貓空纜車
- 淡海輕軌

場館

- 12區運動中心及部分市有場館

洽詢方式

臺北市各區公所社會課或1999

(外縣市02-27208889)分機6966~8

自覺

健保補助

補助內容

109年1月1日起年滿65歲以上長者或55歲之原住民，設籍並實際居住臺北市滿1年者（最近1年內居住國內之時間合計滿183天）且最近1年綜合所得稅核定稅率未達20%，每人每月最高補助新臺幣749元。

申請方式

- 首次符合資格者，由社會局比對合格補助名單並逕行撥付中央健康保險署，民眾毋須申請。
- 若因核定稅率或居住國內天數不符補助資格者，可於符合資格後，得檢具相關證明文件向社會局提出申請恢復補助，審核通過後，自申請當月予以補助(社會局亦自110年定期比對)。

洽詢方式 1999（外縣市02-27208889）分機6966~8

長期照顧服務

服務內容

經長期照顧管理中心評估符合資格者，由個案管理師擬定照顧計畫，連結照顧及專業服務、交通接送服務、輔具與居家無障礙環境改善、喘息服務等長期照顧服務。

服務對象

- 65歲以上失能老人
- 55歲以上失能原住民
- 失能身心障礙者
- 50歲以上失智症患者
- 日常生活需他人協助的獨居老人或衰弱老人(例如需要別人協助吃飯、移位走動、沐浴、如廁等)

申請方式

以電話聯絡臺北市長期照顧管理中心提出申請。
服務專線：1966

獨居關懷服務

服務內容

提供本市獨居老人電話問安、關懷訪視並加強社會參與，並依其需求轉介失能長者照顧服務。

洽詢方式

各區老人服務中心或1999

住屋修繕

服務內容

年滿65歲，設籍且實際居住臺北市(最近1年居住本市需滿183天)，為低收入戶、中低收入戶、或最近1年綜合所得總額合計未達申報標準或綜合所得稅稅率5%（含）以下之長者，提供居家安全修繕及設置生活輔具，一般戶最高補助8萬元；中低收入戶最高補助10萬元。

申請方式

洽詢扶老秘書，從到宅評估、補助申請到修繕施作、驗收，由專人全程協助。

洽詢方式

扶老秘書免費諮詢專線0800-894-580或1999 (外縣市02-27208889) 轉分機6966~8

疫苗施打

服務內容

- 公費流感疫苗：免費提供50歲以上成人公費流感疫苗接種。
- 肺炎鏈球菌疫苗：設籍臺北市55-64歲原住民族及65歲以上且未曾接種過23價肺炎鏈球菌疫苗者，免費接種1劑肺炎鏈球菌疫苗。

申請方式

攜帶身分證及健保卡至本市合約醫療院所接種。

- 疫苗免費，其他費用依照各院所收費標準
- 55-64歲原住民族接種肺炎鏈球菌疫苗請再攜帶「原住民身分證明文件」

洽詢方式

臺北市預防接種專線02-23754341

各區老人服務中心

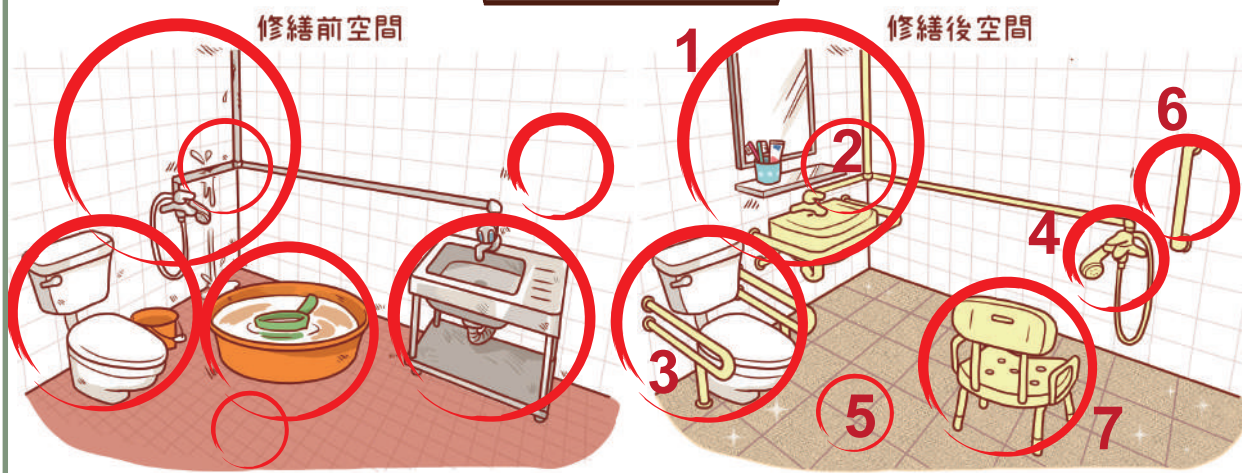
中正老人服務中心	中正區貴陽街1段60號	02-23814571
大同老人服務中心	大同區重慶北路3段347號3樓	02-25947064
中山老人服務中心	中山區新生北路2段101巷2號	02-25420006
松山老人服務中心	松山區健康路317號1樓	02-27685636
大安老人服務中心	大安區四維路76巷12號1-5樓	02-27086255
萬華老人服務中心	萬華區西寧南路4號A棟3樓	02-23610666
萬華龍山老人服務中心	萬華區梧州街36號3樓	02-23361880/02-23361881
中正國宅銀髮族服務中心	萬華區青年路52號1樓之2	02-23090660/02-23092735
信義老人服務中心	信義區松隆路36號4樓	02-87870300
士林老人服務中心	士林區忠誠路2段53巷7號5樓	02-28381571
北投老人服務中心	北投區三合街1段119號	02-28929702
內湖老人服務中心	內湖區康樂街110巷16弄20號5樓	02-26325560
南港老人服務中心	南港區重陽路187巷5號1樓	02-26535311
文山老人服務中心	文山區萬壽路27號6樓	02-22344893

臺北與我好好慢老

繼續與您一起
在臺北好好生活

找一找解答篇

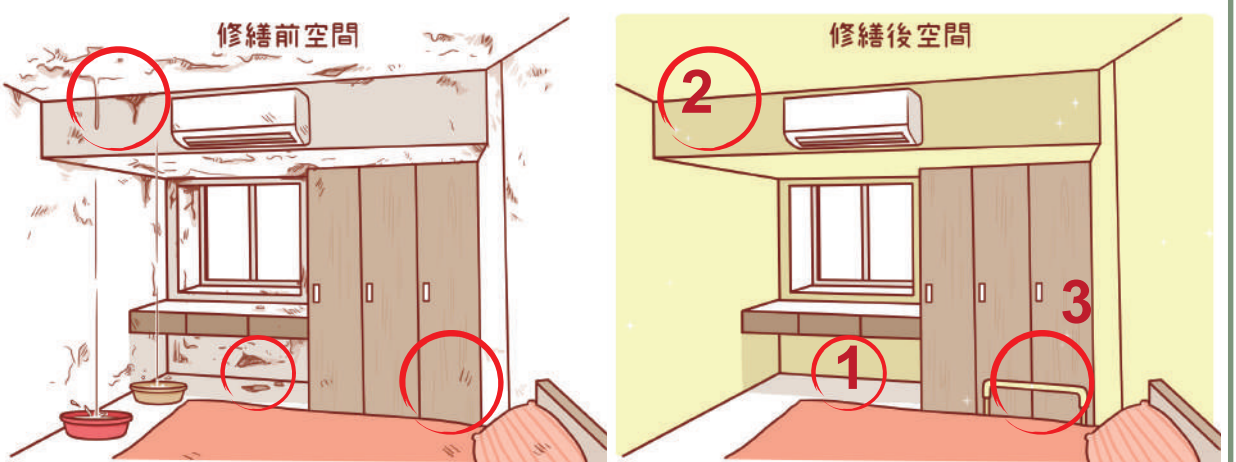
第一幕
浴室不再溜溜



解答

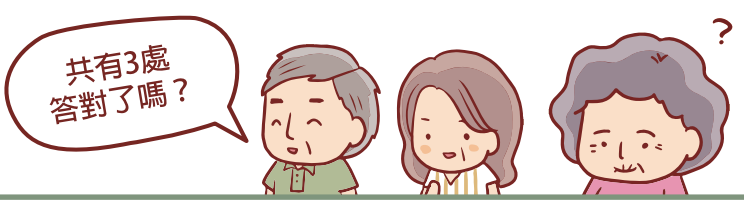
1.修改洗臉台的位置
2.漏水水管更新
3.馬桶旁加裝安全扶手
4.水龍頭位置變更
5.地板改成防滑磁磚
6.牆壁增加扶手
7.增加洗澡椅

第二幕
來為房子抗癌

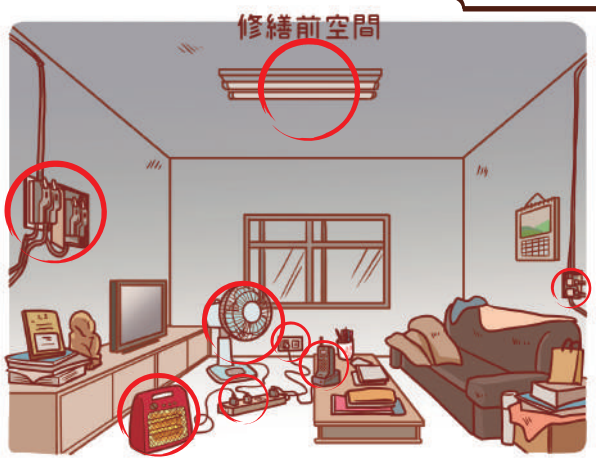


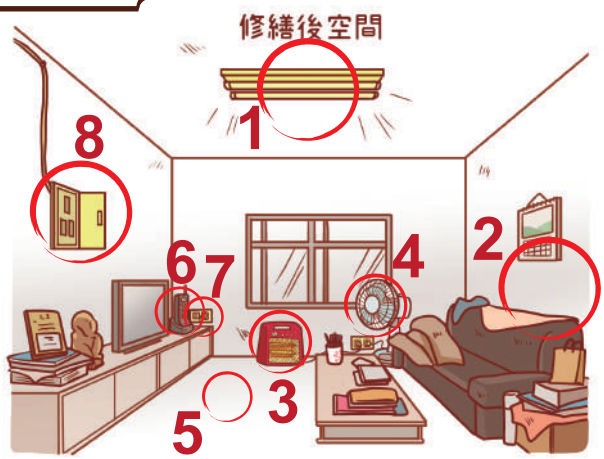
解答

1.牆壁壁癌問題解決
2.天花板漏水問題解除
3.增加床邊扶手



第三幕
亮不亮有關係





解答

1.燈具更換，亮度增加
2.電線線路更換
3.雜物更換位置-暖爐
4.雜物更換位置-電風扇
5.延長線移除
6.電器用品更換位置-電話
7.更換插頭位置
8.電路總開關更換位置

第四幕
平平所以安安

解答

1.長者房間門拓寬（80cm→90cm）
2.房間門拓寬（100cm→120cm）
3.出入口高低差增加斜坡板
4.走道增設扶手
5.長者臥室門改拉門式

「臺北扶老・軟硬兼施」服務手冊

職稱	姓名
發行所	臺北市政府社會局
發行人	周榆修
編輯委員	林黛羚、張智元
編輯顧問	陳俊良、詹慶臨
總編輯	鄭文惠
主編	楊雅茹
策劃編輯	趙佳慧、林培涵
執行編輯	楊丹綺
責任編輯	曾華昶、張云慈、陳柏安、沈秉諭
特約撰述	彭舒凡、吳婕安、陳品均
漫畫設計	Sana(吳佳穎)
美編設計	順富企業社
印刷	健豪印刷事業股份有限公司
發行日期	109年 08月
版(刷)次	初版（一刷）
發行數量	3,000本
著作財產權	臺北市政府社會局老人福利科
地址	11008臺北市信義區市府路1號
電話	02-27208889轉1670
網址	https://dosw.gov.taipei/Default.aspx

本手冊另有電子樣本，可至「臺北扶老・軟硬兼施居家簡易修繕」下載，網址：https://reurl.cc/D9LMej
同時登載於承製單位：財團法人伊甸社會福利基金會官方網站，網址：https://www.eden.org.tw/

關心. 貼心. 安心. 用心. 放心

五心級服務