

溫馨提示

如果長者是綜合社會保障受助人(綜緩)、75歲或以上的「高額長者生活津貼」受惠人或長者院舍住宿照顧服務券試驗計劃級別0院舍券持有人，長者可獲安排豁免公營醫療費用。

合資格的長者受惠人只須於每次登記求診時通知醫院/診所職員乃符合醫療費用豁免資格人士，並出示身份證明文件，職員透過聯機查詢系統確認資格後，便可獲豁免相關費用。

如院友有更改公共福利金(綜緩、普通傷殘津貼、高齡傷殘津貼、高齡津貼、普通長者生活津貼或高齡長者生活津貼)的情況，請主動聯絡本院職員，以便跟進長者最新醫療費用的狀況。



如對本院服務有任何意見或建議，可即時向當值職員提出或聯絡下列負責人。你的意見有助我們持續改善及提升服務質素，多謝支持。

負責人:	鄭敏智姑娘 營運經理	黃妙真姑娘 服務經理2 (安老)
電話:	2267 4579	2277 8198
傳真:	2267 4250	2890 2097
電郵:	ecoh@poleungkuk.org.hk	soc.admin@poleungkuk.org.hk
地址:	九龍深水埗富昌邨富潤樓平台及二樓	銅鑼灣禮頓道66號莊啟程大樓5樓



保良局
PO LEUNG KUK

癸末年樂頤居

2020年10月號

督印人: 鄭敏智 編輯: 蘇建翹 採編: 李蕙明、鄧麗君、李紹東



減痛方程式： 「精油+按摩=舒緩+關愛」	P.2	我們是你的護身「扶」 時尚的口罩	P.7 P.8-9
骨有多脆嗎？	P.3	新職員介紹	p.10-12
大大大電視-觸控屏幕	P.4	服務質素標準SQS	p.13
「腦」友記推介	P.5	服務調查結果2019-2020	P.14-15
防疫「塗層」知多D	P.6	溫馨提示	p.16

減痛方程式： 「精油+按摩=舒緩+關愛」

撰文者：陳佩珊姑娘

2019冠狀病毒病肆虐全球，本港7月初爆發第三波疫情，多間安老院舍陸續出現確診個案，全港安老院舍被逼實施「全面禁止探訪」，以防長者受到感染。在這個非常時期，作為院舍職員，也需用「非常方式=精油+按摩=舒緩+關愛」去平衡長者的身心健康

鍾順娣姑娘是癸未年樂頤居保健員，每日為長者提供個人護理服務。她於2018年參加「芳療照護」計劃，取得「芳療照護師」資格。近年，鍾姑娘為院友進行香薰按摩治療。余婆婆便是其中一位受惠長者。



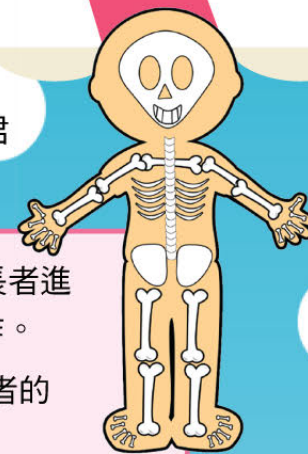
余婆婆今年101歲，入住樂頤居已經16年，她常常感覺四肢及關節疼痛，兒女每次探訪總是噓寒問暖，細心按摩。但突如其來的疫情，院舍暫停探訪，她的生活瞬息間轉變了，痛楚所帶來的是身體上的苦，不能與家屬見面，帶來的是心理上的苦。余婆婆開始眉頭深鎖，不多說話。

鍾姑娘完成恆常工作後，主動為有需要長者調配精油，以溫柔的按摩技巧，換取長者的開心笑容。針對余婆婆的近況，鍾姑娘調配舒緩痛症精油，婆婆一邊享受輕柔按摩，一邊與鍾姑娘閒話家常-「高抬貴手」！哈哈！」是必會聽到的對話。



骨有多脆嗎？

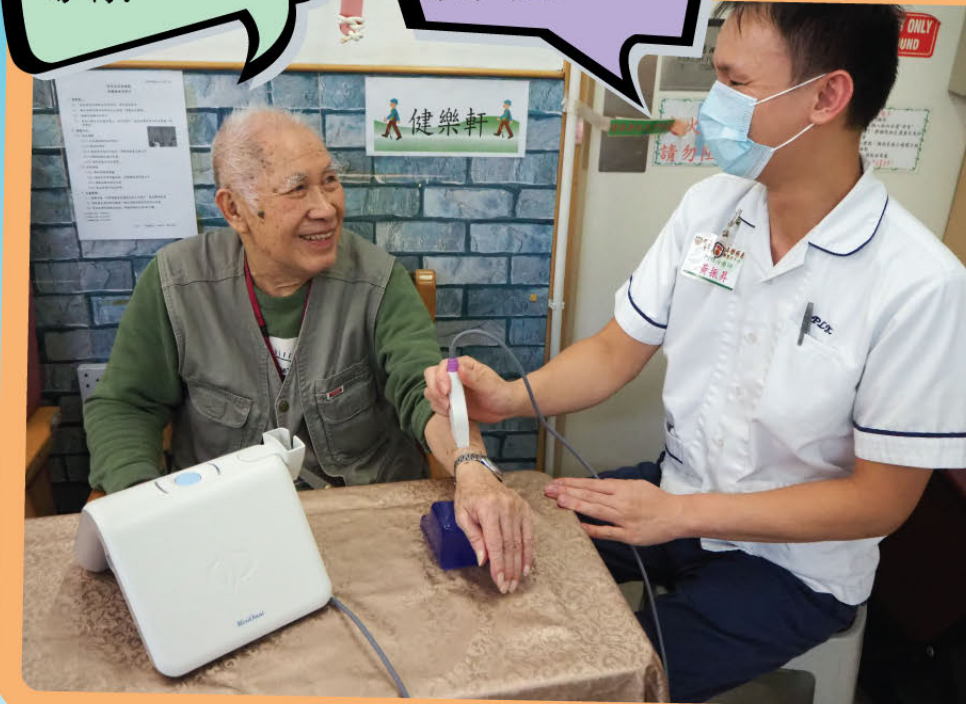
撰文者：鄧麗君



- 「骨質密度測試機」將會巡迴出現在保良局安老院舍及日間中心，為長者進行骨質密度測試，由接受過儀器訓練的物理治療師、職業治療師及護士操作。
- 透過量度長者左上臂骨之骨質密度，治療師參考相關數值後，設計長者的護理及飲食計劃。

黃SIR，我嘅測試結果好唔好啊？

栢滿，以同齡黎講，你身體已經好好嘞啦~



「骨質密度測試機」終於「登陸」本院了，物理治療師在測試過程中，向長者解釋身體狀況，他更重視自身健康了！！



骨質密度測試機

好專業啊~俾個like你地！



骨密度測量值： T值正常值範圍

- 正常：骨密度在年輕人平均值的1個標準差內(+1至-1SD)
- 低骨密度：骨密度低於年輕人平均值1~2.5個標準差(-1至-2.5SD)
- 骨質疏鬆症：骨密度低於年輕人平均值2.5個標準差(低於-2.5SD)
- 嚴重骨質疏鬆症：骨密度低於年輕人平均值2.5個標準差，伴有一處或多處骨質疏鬆性骨折。

大大大電視—觸控屏幕

撰文者：鄧麗君

院舍增添一部觸控屏電視機，透過電子的遊戲，進行認知訓練。遊戲當中，可以吸引長者學習不同的新事物，刺激腦部細胞，多用腦部思考，手眼並用，又可以加強專注力。

1. 反彈滑板 《DEFLECTOR》 (人數:1, 時間最快)

玩法:用兩隻手指形成一塊滑板，並左右移動以控制滑板，將彈珠反射至上方的障礙物，直至障礙物完全消除。時間最快者可登上龍虎榜。



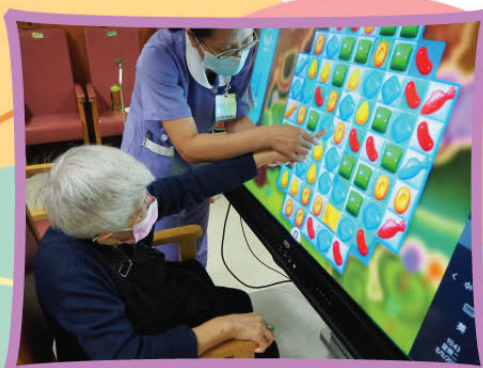
2. 捉昆蟲 《BUGS》 (人數:1-4, 最快完成者勝)

玩法:每名玩家自選一種昆蟲，將同一種類昆蟲圈起，昆蟲便會愈來愈大。注意若在完成畫圈前，昆蟲已逃走，或圈內有其他種類，將不能成功捕捉。用最快速度捕捉昆蟲，昆蟲變成最大就成為大贏家。



3. 爆炸糖 《Candy Crush Saga》 (人數:1, 時間最快)

玩法:將三至五顆一樣的糖果排成一線，消除糖果得到分數，遊戲需要把不同的糖果組在一起並引爆，會產生不同威力。玩家過的關卡越多，難度越高。



「腦」友記推介

撰文者：李紹東

「APP」(應用程式)相信大家也對此耳熟能詳，「APP」的多元化更能惠及長者，讓老友記可從娛樂中鍛鍊認知能力，一舉兩得！獨樂樂不如眾樂樂，現為大家推介兩種好玩又益智的應用程式吧！

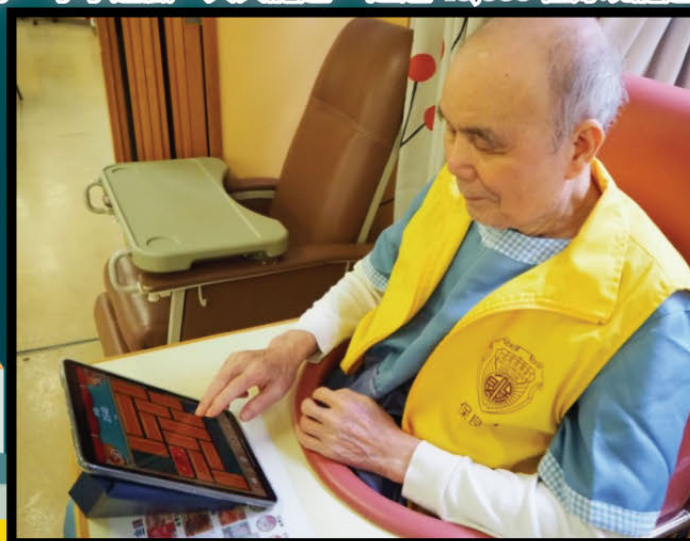
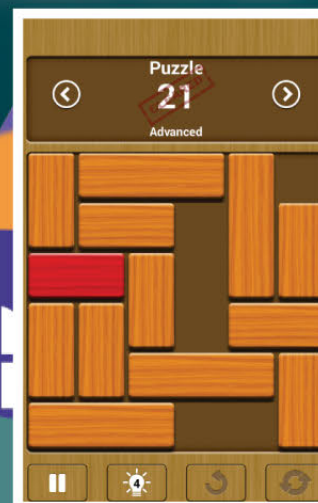
《成語填填字》

「成語填填字」是一款闖關類文字遊戲，遊戲界面由不同的橫豎空格組成，在已知文字的提示下，將下方的零散文字，正確填入上方縱橫交錯的詞語空格中，組成正確的成語便能獲得勝利！



《Unblock Me》方塊解放運動

《Unblock Me》是款簡單易玩但又不失遊戲性的益智遊戲，玩家在遊戲中，必須把紅色的木條移動到規定的出口便可過關。透過「方塊解放運動 (Unblock Me)」遊戲，提升認知能力和解題能力。小小遊戲，大大謎題。超過40,000種好玩謎題，等著鍛煉大家的大腦呢。



防疫「塗層」知多D

撰文者：李紹東

社會福利署於二零二零年五月四日推出「噴灑防病毒塗層津貼」，支援全港約一千間安老院舍及殘疾人士院舍進行噴灑防病毒塗層，以加強防疫。而本院亦能受惠，並已於八月六日及八月十三日分階段完成第一期噴灑工程，進一步鞏固院舍衛生。

坊間對於防病毒塗層抱著不同的疑問，什麼是塗層？塗層又有什麼功效呢？讓我們一起探究吧~

由香港科技大學研發及授許的長效防病毒「GERMAGIC 百里香塗層」，獲得了香港特區政府推薦使用。

GERMAGIC 百里香塗層主要成份包括聚乙炔亞胺及天然百里香精油。利用「三重防疫殺菌技術」有效殺滅病毒、細菌及新型冠狀肺炎病毒。有效期更長達九十天。

「GERMAGIC 百里香塗層」通過了多重安全測試，對人體及環境無害。

此外，其塗層更獲得香港認證中心認可為香港綠色標誌產品，可謂用得安心又放心。

時下疫情反覆不定，為保障職工及院友安全，院舍已準備萬全，院內各處均做好全面性防疫措施。而樂頤居亦已於八月時完成了第一階段噴灑防病毒塗層工程，第二階段塗層工程亦將於十一月前完成。

公共衛生固然重要，但個人衛生亦不可忽視！勤洗手、保持適當社交距離，你我也能做得到！

讓我們共同守護，一同抗疫！

資料來源：<https://www.germagic.com/tc/our-technology-c.php>



6

我們是你的護身「扶」

撰文者：鄧麗君



步行對長者來說是一項運動，他們渴望可以「健步如飛」，所以腳踏實地對於他們來說是很重要的。院舍在疫情期間，因家屬不能來院舍陪長者步行，院舍特別加強了長者的步行訓練，職員盡量攙扶長者到後花園步行，看看花草草，看看風景，讓他們的心情得以放鬆。



7



時尚的口罩

撰文者：李紹東



口罩，在現今社會上「尤如瑰寶」，其重要性更是不可或缺！正是如此，口罩亦逐漸變得多元化，變得時尚，各式各款的口罩在市面上出現，紅黃藍綠，琳琅滿目，讓人愛不釋手。

口罩款式繁多，縱然美麗時尚，但不同的口罩卻帶有不同的功用。老友記們，大家又知道嗎？

1. 海綿口罩（聚氨酯口罩）

此口罩顧名思義製造物料為海綿，款式時尚，質地舒適貼面，有良好透氣性，並可清洗後循環再用。但其實此類口罩主要用途是過濾大型灰塵、花粉、霧霾等。對於病毒及飛沫一律沒有功效啊！



2. 棉布口罩

在坊間，很多人會選購喜愛的布料自制口罩，既環保又摩登，一舉兩得。但棉布口罩亦只有保暖防塵作用，絕對不能抗菌防疫！很可惜呢…



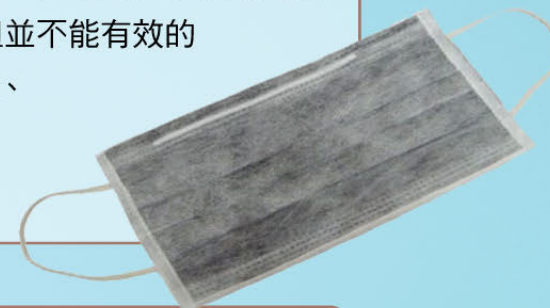
3. 外科口罩

外科口罩構造通常分成三層；外層防濺、中層具過濾作用，內層可吸濕氣。可阻隔 90% 5 微米以上微粒，細菌過濾率達 95%。是個不錯的選擇，但切記口罩需每天更換！如配戴前發覺口罩有破損或有污垢或弄濕，便需更換或棄置。



4. 活性炭口罩

活性炭口罩的模樣與外科口罩相似，但功能卻大大不同。活性炭口罩過濾層纖維孔隙小於棉布口罩，可吸附有機氣體和毒性粉塵，但並不能有效的過濾空氣微粒和細菌，因此沒有防菌作用。只適用於噴漆、噴灑農藥等情況時使用。如戴上時發覺呼吸費力或無法阻隔異味時，就應立即更換。



5. N95口罩

N95口罩的N是指這種口罩可用來防護非油性懸浮微粒，而95是指其有效過濾95%以上的粉塵、飛沫或有毒氣體等。適用於化工廠及專業醫護人員。但由於N95密度非常高，此好處亦成為了缺點，正正是密度高的緣故，佩戴後或會容易缺氧、感到頭暈或難以呼吸等。所以一般不適合日常使用。



市面上的口罩種類過多，雖然不能盡錄，但外科口罩是最常見及最有效抗菌的口罩。

而院舍內亦有口罩提供予老友記使用，如有需要可找職員索取。

但切記口罩需每天更換呀!!!



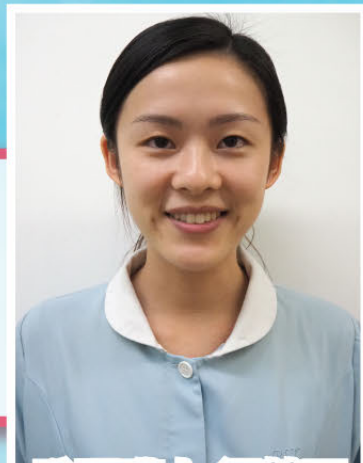
護士組

● 新職員介紹

金葵軒



在樂頤居工作已過大半年，同事間亦工作融洽，只望新型冠狀病毒儘快過去，祝願同事們與院友都身體健康。



登記護士-湯慧恩

紫蘭軒



大家好，我係張姑娘，希望各位長者係樂頤居生活愉快。



登記護士-張彩媚

紫蘭軒

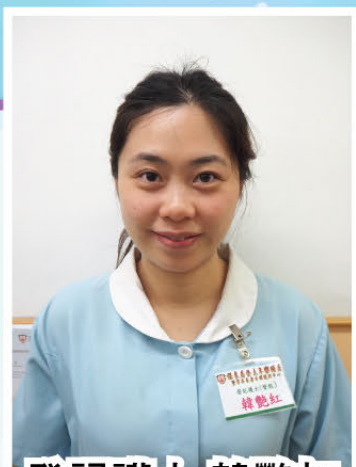


登記護士-莊嘉悠

大家好，我係莊姑娘。好高興一畢業就加入保良局既大家庭，與「紫蘭軒」同事互相幫助，合作愉快，與老友記又相處融洽，令到工作融入生活既一部分。同事與老友記好似一家人咁，一齊努力生活，做個健康快樂人。

紫蘭軒

各位老友記大家好，我係韓姑娘，好開心走進樂頤居這個大家庭，有幸照顧一班可愛的公公婆婆，加入「紫蘭軒」，各同事都很團結及合作，縱使忙碌但工作真的非常愉快，2020這一年，由於新型冠狀病毒肆虐，令各位職員及老友記們都人心惶惶，希望疫情儘快遠去，人人身體健康，平安幸福，笑口常開。



登記護士-韓艷虹

翠荷軒

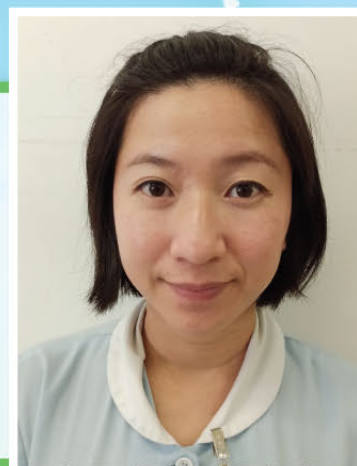


註冊護士-林虹惠

大家好，我係林虹惠姑娘，係呢排新黎有幾耐嘅註冊護士。真係好高興可以加入樂頤居呢個大家庭，多謝咁多同事，仲有各位老友記嘅關照同支持。跟住落黎我會努力做好我嘅工作，繼續增進自己，做得更好。

翠荷軒

大家好啊，我係葉姑娘啊，好開心可以加入樂頤居，短短個多月，認識多位可愛的老友記，未來日子我會盡最大努力去照顧你地，最後多謝大家給我一個機會，祝願各位老友記身體健康，生活愉快。



登記護士-葉靜如

常務組



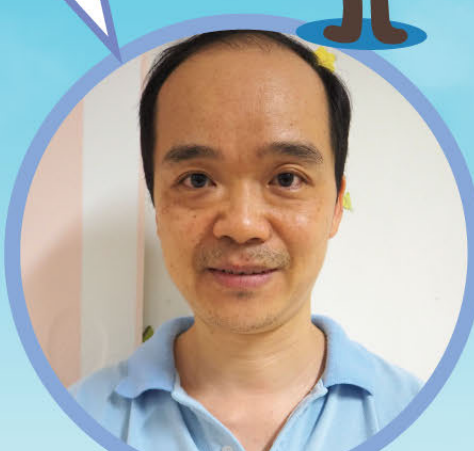
大家好，我係新入職初級廚師郭健俊，我負責協助烹調食物(包括洗、切)，準備新鮮生果及果汁，分配飯餐等。希望能為大家繼續服務。



司機-朱天祥



庶務員-鄭月圓

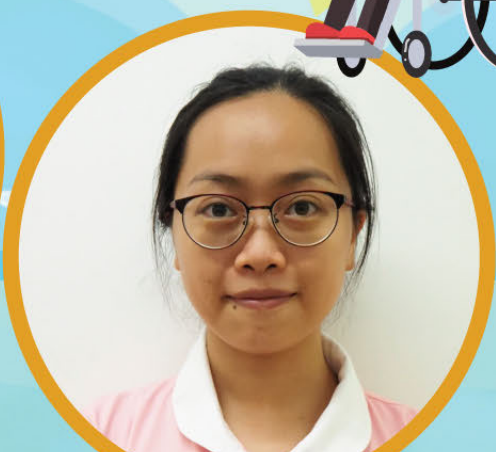


初廚-郭健俊

護理組



護理員-黃秋月



護理員-黃小霞



護理員-林美琪

服務質素標準 [SQS]

社會福利署於1999年成立《服務表現監察制度》，目的是讓社署轄下受津助機構能更有效率地提供以人為本和著重服務表現的服務予服務受眾。此制度共分為有十六個服務質素標準，單位會製備相關資料，隨時讓有需要人士及公眾索閱。

標準 1

服務單位確保製備說明資料，清楚陳述其宗旨、目標和提供服務的形式，隨時讓公眾索閱

標準 3

服務單位存備其服務運作和活動的最新準確記錄。

標準 5

服務單位/機構實施有效的職員招聘、簽訂職員合約、發展、訓練、評估、調派及紀律處分守則。

標準 7

服務單位實行政策及程序以確保有效的財政管理。

標準 9

服務單位採取一切合理步驟，以確保職員和服務使用者處身於安全的環境。

標準 11

服務單位運用有計劃的方法以評估和滿足服務使用者的需要(不論服務對象是個人、家庭、團體或社區)。

標準 13

服務單位尊重服務使用者的私人財產權利。

標準 15

每一位服務使用者及職員均有自由申訴其對機構或服務單位的不滿，而毋須憂慮遭受責罰，所提出的申訴亦應得到處理。

標準 2

服務單位應檢討及修訂有關服務提供方面的政策和程序。

標準 4

所有職員、管理人員、管理委員會和 / 或理事會或其他決策組織的職務及責任均有清楚的界定。

標準 6

服務單位定期計劃、檢討及評估本身的表現，並制定有效的機制，讓服務使用者、職員及其他關注人士就服務單位的表現提出意見。

標準 8

服務單位遵守一切有關的法律責任。

標準 10

服務單位確保服務使用者獲得清楚明確的資料，知道如何申請接受和退出服務。

標準 12

服務單位盡量尊重服務使用者知情下作出服務選擇的權利。

標準 14

服務單位尊重服務使用者保護私隱和保密的權利。

標準 16

服務單位採取一切合理步驟，確保服務使用者免受侵犯。

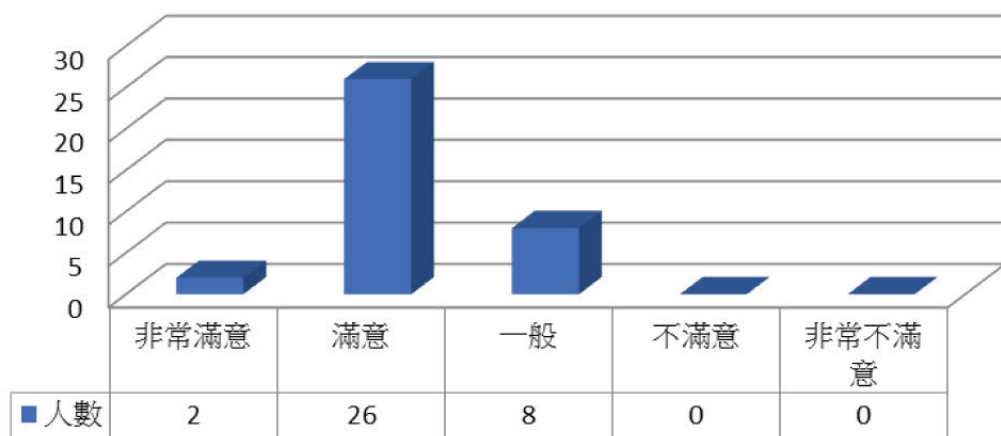
如有查詢，
歡迎與中心接待處
或
社工組職員聯絡。

保良局癸未年樂頤居

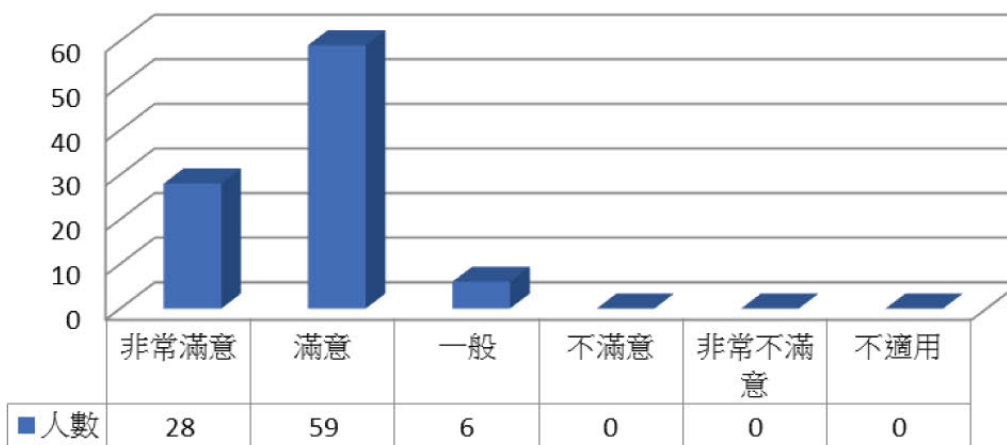
2019-2020年度服務意見問卷調查

為持續改善院舍服務，本院以問卷方式分別向長者及家屬收集服務意見，調查總結如下：

2019年-2020年院舍服務院舍使用者滿意程度問卷調查總結

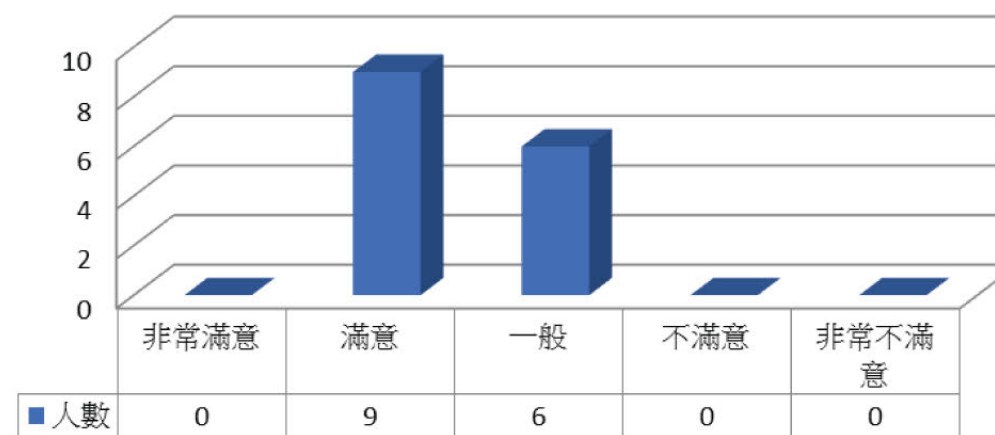


2019年-2020年院舍服務院舍家屬滿意程度問卷調查總結

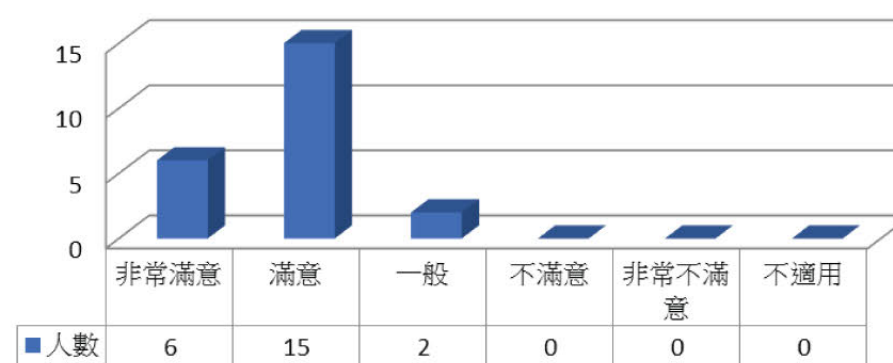


下列是日間中心服務意見調查問卷內會員及家屬的整體意見：

2019年-2020年日間中心服務會員滿意程度問卷調查總結



2019年-2020年日間中心服務會員家屬滿意程度問卷調查總結



感謝各院友及家屬對本院的包容及鼓勵，這是我們的動力！本院持續檢討服務運作，讓院友能享受更貼心舒適的生活環境及服務質素，家屬對院舍照顧服務更有信心。