



七星中會汐止教會  
「二領一·新倍加」特色教會觀摩

64

# 社區松年關懷站 信心盼望在汐止

往來台北、基隆國道一號行經新北市汐止一帶，能見到七星中會汐止教會這棟新穎的大樓，聳立在城市密密麻麻的建物之中，帶給人雄偉的感覺，淡淡黃橘色給人溫暖的印象，又像是城市中的一盞燭光，座落在汐止的信望里，讓居民很驕傲，說汐止教會是社區新地標。

## 汐止教會昔與今

汐止教會是馬偕在北台灣傳道時，於1882年將三重埔（南港舊地名）教會禮拜堂內的設備遷至汐止，馬偕牧師派傳道高振隨同至汐止牧會，1890年5月3日禮拜堂落成，為石造禮拜堂，1964年教會聖殿又重建，經過半世紀的風霜已不堪使用，便規劃建現今建物，2015年獻堂以一棟嶄新的大樓呈現。

雖然，社區的居民對於教會普遍有

好感，也認為教會在社區有需要時都很樂意配合，但汐止教會牧師黃哲彥不滿足於此，他認為新的禮拜堂蓋好應該要更加妥善利用，以往所有的團契聚會，都習慣使用六樓教室空間，不過因教會臨近市場，黃哲彥鼓勵會友將許多團契聚會移至一樓交誼廳，讓過路的民眾可以看見燈光，感受到教會有人出入，藉此一步步貼近社區的居民，更進一步開始思考，教會可以為全汐止老年人口比例最高的信望里做些什麼。

## 長照事工的開端

因教會內長者就已占多數，黃哲彥便邀請松年團契做「先發」，一方面服事教會長者，另一方面成為發展社區事工的基礎，將調整聚會時間從一周一次變為兩次，原有的練詩、查經班時間提前，接著參與教會開辦的關

懷站，開辦講座、課程，並供餐。經過一段時間溝通、協調，2018年3月正式開辦汐止教會社區松年關懷站。

在開辦前，黃哲彥組織社區關懷站評估小組，現任汐止教會社區松年關懷站站長馬培卿也在其中，馬培卿從衛生福利部退休後，除了持續重視健康議題外，也因為曾經照顧年長的家人時有很深刻的體會，知道照顧者的不容易；作為一個基督徒，她希望能夠在有生之年以實際行動來回應神的愛，當看見教會與社區出入的長者很多時，便與牧師商量是否成立長照2.0的C級據點，讓長者透過出門活動、社交，延緩老化。

## 事前規劃是重點

馬培卿說，事前的評估與規劃很重要，畢竟希望事工可以長長久久，所以絕不可以貿然行事，大約要考量的方向，像是教會場地空間運用、人力、財力等資源盤點、全教會對於這項事工的支持度，並假設可能遇到的困難，透過閱讀文獻、參訪其它有做長照的教會的經驗相互交流。

要辦關懷站，大家一開始會想到就是要花多少錢？馬培卿說，若以汐止教會想申請的項目，政府一年補助6萬元，卻要有許多行政手續得處理，也不可能為此特別請專人核銷經費，而在核銷經費時，帳目也經常成為其它教會請領政府經費時的爭端。評估這項事工一年大約需要投入40萬元的經費，教會在2017年通過這項預算，因此經費也不成問題，再透過執行時的財務管理，2018年不僅達成率高，

也只花約32萬元，讓大家對於這項事工大有信心。

## 人力安排要思量

在人力資源部分，馬培卿指出閱讀文獻時，有資料顯示，照顧健康老人的人力，大約是1個志工對5個老人，因此招募志工，也是一件重要的事情，是否有足夠合適的人選可以陪伴長者，因志工直接影響長者參與的意願。目前整個團隊的志工數約有20人，依每次活動的需要安排志工人數，不過所需人力確實也落在1:5的數字上。

特別的是，許多教會辦據點供餐，都由教會的會友來煮飯給長者吃，但在事前評估時，就已先察覺教會平日準備愛餐的姊妹，都已很辛苦，有些人也需工作，為了減少服事姊妹的重擔，便與外面的餐廳合作。馬培卿也為此洽談幾家有證照、離教會近、願意送餐、好吃的餐廳，並溝通是給長者的飲食，除了要營養均衡外，還要交待店家食物必需煮得較軟，適合長輩食用，也特別到餐廳廚房確認環境是否衛生，才開始合作。而長者的供餐，則以餐卷做為管理，當長輩到教會報到時，中午若要用餐就撕下一張用餐券，避免食物浪費，而餐費則是長者自付一半，教會補助一半。

## 課程設計享喜樂

關懷站開辦課程以三個月為一期，每期結束休息一個月後，再開新的一期，主要是讓志工可以休息，也可以



資料提供：台灣基督長老教會總會、七星中會汐止教會



做為招生時間，每次招生時里長也都會幫忙發傳單，邀請里民參加。馬培卿說，因為過去工作接觸過許多講師和醫師，藉由這些人脈關係，找到合適的醫護人員開辦醫療講座並與國泰醫院合作，探討的議題相當廣泛，連時下流行的醫美，長輩也很有興趣，畢竟愛美是人的天性，讓長者有相關知識避免受騙。課程還包含音樂律動課、桌遊、電影欣賞、園藝、電鍋料理等，內容豐富多元，深受長者喜愛。

在社群媒體興起的年代，長者也不落人後，喜歡使用臉書社交，因此馬培卿也特別經營「汐止教會社區松年關懷站」臉書粉絲團，每星期都有2至3則的貼文，提醒長者活動、照片分享、健康醫療文章、提升心靈素質的好文分享，讓長者，在身、心靈上，都能更加健康、快樂。

### 行政管理更持久

在長照的社區事工中，馬培卿認為「管理」是最為重要的，因為妥善的管理讓事工得以延續，也可持續培訓這項事工的同工，她將所有的資料，都做成文件，文字化、表格化，方便

管理財務、人力、行政等項目。

馬培卿表示，其實「人力資源」是所有資源中最難的，她非常感謝能夠招募到許多位優秀的志工，包括丈夫也因為她而加入成為志工，讓她很感動，但是對於志工的管理還是必須有明確的規範。

志工向站長表明服務意願後，必需定期接受志工訓練，像是報到流程的SOP、量血壓、體脂、關懷等，像是每次課程開始前的活力操，就是先聘請老師教導志工活力操，再由志工教長輩們操作；為了激勵志工也會辦理志工聯誼活動、志工研習營、頒發服務感謝狀等。定期志工訓練營、感謝狀及志工聯誼活動等。

### 長照困境與成果

汐止教會社區松年關懷站開辦一年多以來，受到參與者的好評。馬培卿也相信，有妥善的規劃及管理，這項社區事工未來即使換站長，也能夠永續發展，而這項事工的成功經驗，也可被複製，她認為，若有教會要開辦長照事工，除了人力培訓的課程，可讓事工輕省許多，更重要的，是要

按照教會的特性、步調與能力，才是長久之計。

黃哲彥則指出，當教會發展社區事工時，經常會引發爭議的是「成果」，「投入這麼多錢，有多少人信耶穌？」、「來參加教會活動，是不是有讀聖經？」但他認為，「成果」不該只有限定在信主的人數、信仰對於參與者的影響程度，而有另一些面向的成果也該被重視，例如長者是否變得更健康？生命是否更成熟？生活品質是

否更加提升？有些長輩也因為教會長照事工的推行，更期待到教會；更喜歡與人建立關係，這都是很顯著的成果。

「長者也有被需要」的需要，黃哲彥表示，長者經常擔心自己「老了沒路用」，透過這些活動，生命、生活、健康都有正向時，更能支持長者滿足自己「被需要」的需要，也是一種長者的自我實現，社區關懷據點只是第一步，未來，更希望長者可以一同「走出去」服事人。

