

港醫社區互動情

社區醫學醫療中心

■ 高雄市立小港醫院 管理室/黃建民 主任

小港醫院為一社區型醫院，並以「守護社區居民健康」為使命，特於民國98年11月成立「社區醫學醫療中心」，專責推動各項社區服務，內容包括：醫療講座、衛教宣導、健康篩檢、關懷訪視等社會公益活動。

有感於醫療水準提升，國人平均餘命增加，卻也帶來了人口老化、慢性疾病和長期照護的問題。因此，本院除了配合國民健康局「健康促進」政策，辦理戒菸、戒酒、戒檳榔及減重班之外，亦於民國98年起，開始推動院內「三高族群之主動性健康管理」專案；從預防醫學和健康促進的角度出發，透過開設團體衛教班及運動腳踏車班，教導民眾落實日常健康照護，改善或維持其健康狀況。

為了進一步讓服務能深入社區，在地扎根，我們於101年8月起，嘗試推動「社區體適能」方案，目的在讓民眾平常在家中或社區內就可以做到主動性健康管理。我們先在社區內定點、定時開辦體適能課程，教導民眾簡易的有氧體操，培養其運動習慣。然後，當民眾經過為期三個月的訓練，具有一定的運動技巧和習慣後，輔導其成為自發性的運動社團，並吸引其他社區民眾的參與。由於第一次試辦即獲得民眾熱烈迴響，我們遂於今年3月開辦第二班，並預計於8月開辦第三班，希望能慢慢於社區內形成示範團體，吸引愈來愈多的民眾參與。

除此之外，我們也發現，相較於高雄市其他行政區域，外籍移民(大陸、越南、印尼、菲律賓、泰國等)在小港地區(小港、前鎮、鳳山、大寮、林園)有較高的人口比例。而適逢本地社福團體「南洋姐妹關懷協會」為協助外籍配偶能順利就業，遂於101年10月與本院共同辦理「外籍配偶照顧服務



員訓練」課程，共培訓25名外籍配偶取得結訓證明。該會與本院將於今年6月繼續合作辦理「外籍配偶照顧服務員訓練」課程，目前也積極規劃結合本校校方資源，推動外籍學童課輔方案，使本院的服務範圍能更加顧及社區民眾的需求。

推動社區服務必須懂得善用社區資源，並持續致力於經營與合作單位間的良好關係。正因為小港醫院是社區醫院，長期以來都十分重視與當地鄰里、機關學校、民間企業、社福團體之合作關係的建立和維持。也因為各界對本院的支持和肯定，去年度我們又新增了幾位合作夥伴，除了與南洋姐妹關懷協會合辦外籍照顧服務員訓練外，還包括與高雄市立社會教育館和濟南社區關懷站合辦社區體適能、與生蓮慈善基金會合辦社區慈善健康講座、與小草關懷協會共同為精障者合辦心靈影展活動。我們希望結合更多有志於社區服務的人員和單位，透過院內和院外大家的共同努力，造就愈來愈好的在地環境和生活品質。

