

整合傳播企劃製作



① 過去習慣以輪椅代步的長者（如圖左），這次活動不僅使用健走杖走完全程，還意猶未盡的計劃下一次出遊（如圖右）。
 ② 中壽保戶旅遊活動，讓一些體況不佳的長者，實現了出遊夢想，更讓照護者能喘一口氣。
 ③ 國內專營無障礙接送與旅遊的多扶，提供巴士與安全接送服務。



中壽攜手多扶 打造銀髮友善環境 快樂出遊無障礙 實現長者旅遊平權

營造國人高齡友善生活，中國人壽又有新創舉，除透過保險保障，協助降低銀髮生活的財務與健康風險，領先保險同業為保戶及家屬提供無障礙接送、無障礙旅遊的加值服務外，近日再度透過與國內專營無障礙接送的「多扶事業」及無障礙旅遊的「多扶旅行社」異業合作，提供客戶安心出行的新選擇。

高齡者隨著年紀增長，往往面臨行動方面的困難，有時連到附近的醫院都很難約到車，更何況出門旅遊，久而久之，自己怕出門，就連子女也怕帶高齡父母出門。

「不是不願意帶長輩出門，除了沒時間以外，最主要是心理壓力很大。沒

把握在不熟悉的環境照顧長輩，更擔心環境不安全不友善。」中壽保戶劉先生帶著行動不便的媽媽參與中壽與多扶舉辦的活動，一舉改變原本想法，「所幸有這種安心出遊的活動，實現長輩出遊的夢想，也讓身為照護者的自己也能喘一口氣。」

更穩。同行的職能治療師也分享，許多參加這次活動的長者因為健走杖輔助，順利完成平時感到吃力的動作。

「媽媽回家後開始嘗試出門散步，找回活動的動力！」中壽保戶曾媽媽的家屬興奮地分享心得。另一位中壽保戶楊媽媽在嘗試使用健走杖後，成功挺背行走，身體酸痛的症狀也減輕了。保戶曾媽媽原本習慣以輪椅代步，開心發現可藉著健走杖自行起立、坐下與走動。

露出滿足笑容的周伯伯則說，雖然還不太能走，但看見十幾年前出遊過的地方，此次活動讓他意猶未盡，已經開始期待下次出遊機會。

團友們在旅途中分享健康資訊和生活心得，彼此鼓勵支持，路人看見長者使用健走杖穩健行走也紛紛給予讚美，讓長者重拾社交和體能的自信。

開創高齡友善環境 中壽打造加值服務

郭健中肯定中壽攜手多扶舉辦的保戶健身旅遊非常有意義，不僅讓長者重拾往日時光，更進一步傳達高齡健康意識，提供資源幫助長者享有身心健康的權利，滿足長者人際交流與社會參與的心理需求。陪伴保戶同行的中壽業務人員

旅遊結合健身復能 創新銀髮旅遊模式

有很多長者認為自己有罹癌、開刀、慢性病等，覺得自己並不健康，對體力沒信心，不敢規劃旅遊行程，已經長達五年、甚至十幾年未出遊。

有鑑於長者對於體能活動可能會感到猶豫或不敢嘗試，中壽與多扶規劃的行程，除有適合的專業巴士接送外，也特別安排專精於高齡健走杖復能訓練的郭健中醫師及職能治療師隨行，讓這趟行程是透過結合旅遊、健身與復能專業的創新模式。郭健中醫師強調，旅遊與運動不僅僅是健康人的權利，應該要提供長者更友善的環境和機會，才能活得好、老的慢、病的少。

協助高齡與身障者 擁有身心健康社交之權利

中壽認為，透過增能與復能的活動設計，可協助長者維持健康的人際互動，進而提升生活品質，因此攜手多扶規劃高齡保戶「健身旅遊」活動，增加長者與外界交流的機會，滿足長者情感與社交的需求，讓高齡與身心障礙者真正擁有身心健康與社會參與的平等權利，找回身心健康的生活。

郭健中是醫師，也是導遊及運動教練，長期以來以自身經歷致力推廣健走杖運動，帶領長者藉由健走杖進行運動及體適能訓練。郭健中表示，運動即是良藥，健走杖可以幫助長者鍛鍊心肺功能、增強肌力，走得



中壽攜手多扶舉辦高齡健身旅遊，郭健中醫師（後排左五）及職能治療師全程指導。

陳雅容表示，透過此次活動有機會跨業觀摩學習無障礙友善服務，對於精進高齡與身障客戶的服務有很大的啟發與幫助。

中國人壽以「為保戶、股東、員工及社會創造最大利益及價值，成為最值得信賴的保險公司」為願景，持續實踐愛與關懷的企業精神以及社會共好的企業價值。針對高齡、身心障礙與弱勢族群，中壽與台灣失智症協會共同研發緊急連絡卡防走失鑰匙圈，協助長者安心外出、安全回家，並率先推出無障礙接送、旅遊等加值服務，提供適合且友善的金融商品與服務，期許讓社會更關注行動不便者「行」的權利，打造暢行無阻的友善環境。