

苗北據點

服務區域：頭份市、三灣鄉、南庄鄉
承辦單位：銀海社區型職能治療所
連絡電話：037-669170

苗南據點

服務區域：三義鄉、卓蘭鎮、大湖鄉
承辦單位：苗栗縣私立初衷居家長照機構
連絡電話：04-25895608

苗中據點

服務區域：苗栗市、泰安鄉
承辦單位：中華民國健康心靈關懷協會
連絡電話：037-269660

苗中次據點

服務區域：頭屋鄉、獅潭鄉、公館鄉、銅鑼鄉
承辦單位：愛鄰居家護理所
連絡電話：037-222361

中港據點

服務區域：竹南鎮、造橋鄉、後龍鎮
承辦單位：中華民國健康心靈關懷協會
連絡電話：037-277282

海線據點

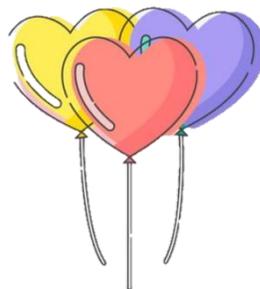
服務區域：通霄鎮、苑裡鎮、西湖鄉
承辦單位：社團法人苗栗縣孝親關懷協會
連絡電話：037-756556

~休息~

是為了走更長遠的路

照顧他人的同時

更要懂得照顧自己



~找喘息的空間~

- ◎ 紓壓：按摩、手作、芳療
- ◎ 參加自己有興趣的課程
- ◎ 尋找照顧替手

~找支持的好夥伴~

- ◎ 加入支持團體，分享彼此照顧經驗，相互支持和鼓勵



苗栗縣 家庭照顧者支持性服務 資源中心



指導單位：衛生福利部、苗栗縣政府

苗栗縣政府長期照護管理中心

承辦單位：苗栗縣私立初衷居家長照機構

諮詢電話：037-252700

傳真電話：037-270020

地址：苗栗縣頭屋鄉象山村象山路168-5號

5 階段照顧者



預備照顧者(即將成為照顧者)
面臨家中長者年紀大、身體狀況不佳、可能負擔沉重或經費吃緊等問題



新手照顧者(照顧資歷0-6個月)
面對家人突然倒下，不了解照顧技巧、人力和資源都缺乏的困境



在職照顧者
一邊工作一邊照顧家人，面臨離職或繼續工作的兩難



資深照顧者(照顧資歷3年以上)
長期負擔照顧責任，身體狀況亮紅燈，沒有社交活動，無固定收入來源



畢業照顧者
結束照顧工作，走出悲傷，學習放下，重返社會，重新接觸人群

家庭照顧者支持服務內容

- ▶ 個案管理服務
- ▶ 照顧知能與技巧訓練課程
- ▶ 支持團體
- ▶ 到宅照顧技巧指導(部分負擔)
- ▶ 心理協談(部分負擔)
- ▶ 紓壓活動
- ▶ 電話關懷



對長照資源仍有不了解的地方，建議來電向專業人員諮詢。

長照專線(前5分鐘免費)
全台北市話、手機直撥



1966

長照 4 包錢

✓ 照顧及專業服務

依失能等級每月給付

10,020 ~ 36,180元

一般戶：給付額度X部分負擔比率16%

中低收入：給付額度X部分負擔比率5%

✓ 交通接送服務(失能第2級以上適用)

依城鄉距離每月給付1,680 ~ 2,400元

依距離遠近計算

一般戶：給付額度X部分負擔比率21%~30%

中低收入：給付額度X部分負擔比率7%~10%

✓ 輔具及居家無障礙環境改善

每3年給付40,000元

一般戶：給付額度X部分負擔比率30%

中低收入：給付額度X部分負擔比率10%

✓ 喘息服務

依失能等級每年給付

32,340 ~ 48,510元

一般戶：給付額度X部分負擔比率16%

中低收入：給付額度X部分負擔比率5%