

臺銀

電子報

No. 13

2017/04

人壽

BankTaiwan Life Insurance



特別企劃

本公司董事長 劉玉枝 女士
側寫

臺銀人壽 總經理
邱華創 先生



臺灣金控 策略長
朱曼怡 女士



本公司榮獲

保險龍鳳獎 2017

全國保險日

財金保險畢業生最嚮往的 金控與保險業

台南分公司

「植樹護林守護臺灣」植樹公益活動

知識專區

認識失智症

風格生活

武陵驚旅行

極光之旅



專題

及早規劃

退休生活

發行人的話

保險再進化 不只是保障 更是自由和尊嚴的託付

親愛的保戶，您是否感受過可以安心為生活打拼，不為生活煩惱的踏實，那就是「幸福」的感覺。有個發生在同仁周遭的真實人生故事，願藉此機會與您分享！

故事的主角是一家之主，妻子全職照顧兩個年幼子女，在兩夫婦開心迎接小女兒報到2個月時，原本身體健康的太太突然在家昏倒，從此成了植物人。一夕之間，3個孩子沒了母親的陪伴和照顧，男主人必須獨自扛起照料幼子和籌措妻子醫療需要的沉重壓力，他所承受的身心煎熬可以想見是不簡單的任務。

16年過去，如今50多歲的男主人，已是經濟生活無虞的退休族，朋友很好奇他是如何度過這些年的生活考驗，原來支持他從低谷人生回歸常軌的最重要力量，是「保險」。

想當年他和太太結婚後，就定期從每個月的薪資裡攢出些許餘裕資金購買壽險和醫療險，所以依靠他一人的收入，養活一家五口是幾乎沒法有存款，而在妻子突然變故後的住院和醫藥支出，靠得是醫療保險金的支應，另外，全殘保險金則給妻子有個安心療養的環境，如此他可以繼續努力打拼撫養孩子，同時因為有這樣的考驗磨難經歷，更讓他持續適時地為自己與孩子購買適合的保險，隨著時間積累和經濟生活提升，他選擇安心退休。回想自己的前半生，他很感恩有保險的保障，讓他在面對困境時，得以維持生活的尊嚴和經濟的自由，這是他能撐過現實考驗且繼續努力不懈的後盾。

我們每天都在面對人生的不同挑戰，每個人選擇因應的處理方式各有不同，而保險是支持經濟生活安定的力量，讓我們踏實安心的打拼。親愛的保戶，臺銀人壽是您人生旅途安心的後盾，我們將持續地發揮國營壽險公司的最大使命和價值：誠信可託，穩健可靠！感謝您的信賴和支持！

祝福您

身體健康 生活順心！

臺銀人壽保險股份有限公司 董事長

劉玉枝 敬上



及早規劃退休生活

軍人保險部 賴一豪

一、前言：

經常聽到有人在講，退休要有多少錢才夠？我的退休金只能領到多少錢，我可以退休嗎？其實這個問題應該要從另外一個方面來思考，應該要先思考我退休後要過什麼樣的生活，再去思考你的退休金要領多少才能退休，舉例來說一碗陽春麵，可以飽餐一頓，一客高檔的牛排同樣也能飽餐一頓，但價錢可差到 100 倍，退休要吃陽春麵和高檔牛排要準備的退休金就將會是天和地的差別，退休要過什麼樣的生活，該存多少錢，應該要從職業生涯中好好規劃。

二、退休金的來源：

（一）基礎年金：

是來自社會保險的年金，由被保險人於在職期間繳交保費（包含雇主補助及政府補助），於退休時領取一次退休金或年金，如勞保年金、公保年金及國民年金。

（二）職業年金：

是員工於在職期間，雇主依受雇員工薪資固定比例提繳金額累積而來的，於退休時領取一次退休金或年金，如勞退年金、軍公教退撫金等。

（三）個人儲蓄：

個人儲蓄或投資理財所累積之退休金。



三、合理之所得替代率：

所得替代率是指退休前的收入與退休後可控金額的比例，一般而言，退休後每月可運用資金應達退休前月薪 60% 至 70% 才算合理，一般而言，一般上班族工作滿 30 年，若其薪資在勞保最高投保薪資上限 45,800 元之狀態下，勞保年金加勞退年金之所得替代率約在 60% 左右，但若薪資超過勞保之最高投保薪資上限，則所得替代率將隨之下降。

四、政府年金改革之方向及影響：

臺灣之退休金制度受政治及時空環境之影響，提撥率明顯不足，加上戰後嬰兒潮陸續屆退休年齡及少子化趨勢之影響，臺灣各類社會保險及年金保險產生嚴重之財務收支問題，政府意識到此問題之嚴重性，啟動了年金改革方案，依據行政院年金改革辦公室提出之方案為勞保、公教費率預計調高至 18%、投保薪資採計息期間拉長 15 年起跳、軍公教 18% 優存利率逐年調降，6 年內走入歷史。多繳、少領

及晚退之時代已經來臨，未來在退休生活規劃上，個人儲蓄將更顯得重要。

五、自己的退休金自己存：

面對政府年金改革的方向，未來將面臨到的是退休金大幅縮水的問題，因應老年生活，我們需要為自己準備更多的退休金，投資理財將是每個人都必需學會之課題。

（一）先做好資產配置：

將本身之收入及薪資所得作適度之規劃，扣除每月固定之生活支出外，可將所得分為二部分，一部分配置在固定收益之投資及保險規劃，另一部分配置在較積極之投資標的獲取較高之報酬率。

（二）長期持有，不要受到短期波動之影響

就投資而言，可能會有短期的起伏，但長期而言，報酬率大多以正向居多，故任何之投資皆要以長期方面考量，短期的起伏不需太在意。

（三）定期定額之投資習慣是必要的

定期定額是最普遍也是最好之投資方式，以基金投資而言，在淨值下跌時，其所能購買之單位數越多，當淨值回升後，其所獲得之報酬也會愈大，定期定額的另一個好處是可以分攤損失，穩定投資報酬率。

（四）愈早開始愈好

任何投資都需要一定的時間，才能靠時間產生複利效果，愈早開始效果愈大，要趁年輕時及早規劃，累積退休時所需資金，必須要能區分需要和想要，減少不必要的花費，將薪水的一部分存起來，等待適當的時機進場投資，累積財富。

（五）需考量風險，不要把雞蛋放在同一個籃子裡

投資一定有風險，承擔一定的風險，獲取報酬是必要的，投資要學習的不只是如何進場，如何獲利，最難的是要懂得停損，當市場狀況不佳時，要懂得出場，重新布局，切記只要資金還在就可重頭來過，但沒有資金就真的一無所有了。

（六）用自己的錢投資，千萬別借錢投資：

除了積極投資獲利外，必須學會保守的面對風險，千萬別借錢來投資，以免發生虧損，血本無歸，影響退休生活。

六、保險在退休理財中所扮演的角色：

保險的功用在於降低突發事故所產生的經濟損失，適度的保險規劃，可減少因疾病或意外所衍生的額外支出，影響退休生活，於年輕時必需做好以下保險規劃，以面對老年生活。

（一）商業年金保險：

市面上有許多的年金險商品，如利變年金、變額年金等等，都是累積退休金不錯的投資選項，利用在職期間購買年金保險，等到退

休時可以領取年金給付，填補所得替代率不足之缺口。

（二）醫療險：

依據衛生署統計平均每年每人醫療保險費用約 3 萬 5 千元，以目前國人平均餘命 79 歲推估，每個人一生大約會花費 300 萬元，其中約 52% 用於 50 歲以上的國民，故醫療支出會是老年生活的一筆為數不小的支出，必需及早規劃，而且越年輕買身體狀況愈佳，保費相對便宜。

（三）癌症險：

癌症高居目前國人 10 大死因排名第一位，癌症之醫療費用包括手術、化療、標靶藥物、住院醫療費用、營養品及自費藥物等花費，估計在 200 萬元以上，亦是一筆為數不小的費用，必須妥為規劃，目前市售的癌症險範圍包括初次罹癌保險金、手術費、門診費、住院醫療費用、放（化）療費用及癌症身故保險金。

（四）長期照護險

臺灣已邁入老年化社會，對長期照護之需求愈來愈大，據統計長期照護每個月的費用約 4 萬元，平均照顧期間為 7 年，據此推估，長期照顧之費用約在 340 萬以上，是一筆為數不小的費用，需及早規劃，購買長期看護險。

七、結論：

年金改革是政府既定的政策，未來的退休年金只會愈來愈少，而平均餘命會愈來愈長，需要準備更多的錢來面對退休生活，不過也不需要太過悲觀，只要有規劃，相信未來的退休生活也是會很美好的，不管是保險或是任何的金融工具，都可以幫助您累積財富，做好退休準備。

對事專業 待人懇切 ~

劉玉枝董事長 側寫

文 / 企劃部



送往與迎來

新年伊始，公司舉辦新、卸任董事長交接典禮，我們歡送陳素甜前董事長，喜迎新任劉玉枝董事長。劉董事長優雅堅定地闡述上任後的經營理念與未來願景：發揮唯一國營壽險公司的使命與價值，同時期許臺銀人壽成為幸福和諧的團隊。在交接典禮上，面對許多媒體先進的提問，甫上任的劉董事長自信謙和的答覆，留給我們大家溫和自信的第一印象。

專業與效率

劉董事長講求專業效率、目標清楚和行動明確的風格，在上任後的幾次重要專案會議顯露無遺，針對錯綜複雜的重要營運議題，不僅迅速提綱挈領聚焦重點提問，更是充分掌握會議進度與節奏，最後溫和堅定的作出指示和結論，讓我們印象深刻！

面對各項經營課題，劉董事長要求總經理率同仁深入檢討分析，務必展現自省、改善及求進步的決心。另外，劉董事長隨時掌握公司營運狀況的金頭腦，亦是不遑多讓，面對金控關切或外界垂詢時，即刻溝通與回應的效率，令人佩服。

關懷與體貼

劉董事長上任後陸續與各部室進行座談，請各部室提報業務情形、未來的展望及建議事項等，因為企劃部同仁精簡，全部同仁都能夠參與座談，劉董事長面帶笑容一一與大家問候和關心工作，最讓我們印象深刻的是劉董事長面帶笑容地問：「工作開心嗎？」，這出乎意料也帶著真摯關懷的提問，讓同仁們感受溫暖及被重視，此外，劉董事長希望同仁不要過度加班，能夠生活與工作並重，首長對同仁的體貼關懷，就從這些貼心的舉動，逐漸開始在公司蔓延感染。讓大家感覺到幸福和諧團隊的理念，是從小處著手，關懷體貼就在身邊。

興革與展望

劉董事長到任 3 個月，面對外在市場考驗、公司內部各項計畫的展開，經緯萬端，一刻不得閒。相信在金控集團支持，以及專業董監事和同仁的齊心協力下，定能提升經營效率，並形塑優質企業文化，帶領集團體現企業價值與信念，充分發揮唯一國營壽險公司的價值，做為保戶可永遠信賴依靠的人生夥伴！



總經理
邱華創 先生

董事長
劉玉枝 女士

副總經理
江詔文 先生

小檔案

劉玉枝董事長畢業於台大商學系，早自臺銀人壽的前身 -- 中央信託局時代，就是國內有名的信託專家，於中央信託局與臺灣銀行合併後，陸續出任臺灣銀行信託部、財務部經理、臺灣金控財務管理處財務長及副總經理等職，金融產業經歷豐富。

經營理念、目標與願景

- * 強化體質，提升服務，穩健發展，呼應高齡化社會需求，發揮唯一國營壽險公司的企業使命與價值。
- * 帶領臺銀人壽第二階段業務轉型，優化商品、行銷、投資和人力，落實階段發展藍圖。
- * 對組織團隊：強調合作、紀律、效率；對工作態度：要求專業、誠懇、務實；
對人力資源：強化培訓，提升職能，肯定資深經驗價值，期許年輕創意活力；
對企業社會責任：融入業務，用心關懷，全員參與；對同仁期待：用心工作，開心生活。

臺銀人壽榮獲保險龍鳳獎優等獎

強調國家品牌 專業經營

現代保險教育事務基金會舉辦第 23 回「全國財金保險系所畢業生就業意願」大調查結果出爐，並於 4 月 10 日舉辦「保險龍鳳獎」頒獎典禮，國營的臺灣金控與旗下壽險子公司臺銀人壽分別獲得「金控組優等」及「壽險公司內勤組優等」獎項殊榮。

臺銀人壽邱華創總經理出席頒獎典禮時表示，臺銀人壽在業界擁有「唯一國營」以及「歷久彌新」的獨特性，百分百的國營品牌，是業界唯一，自民國 24 年中央信託局保險部承辦人壽保險業務至今已超過 80 年，擁有國內辦理人壽保險業務最久的專業經驗，而民國 97 年改制為臺灣金控壽險子公司，卻是個不到 10 年的公司，是最名符其實的「歷久彌新」。

邱華創總經理同時表示，臺銀人壽在國營事業的框架下，面對完全競爭的壽險市場，近

年來能屢獲「保險龍鳳獎」內勤組優等的獎項，顯現公司經營的成果能被社會看見，公司具體的經營表現包括「連續三年客戶滿意度調查結果達 98% 滿意度」、「連續三年的第 13 個月及第 25 個月保單繼續率均能達 98% 以上」、「連續三年獲國內最大信評公司中華信用評等公司獲授予國內長期發行體信用評等及財務實力評等『twAAA』」，臺銀人壽的信用評等是業界最高，保單繼續率也是持續名列前茅，再加上客戶滿意度的肯定，不論是在公司體質、壽險經營和專業服務等面向，都可彰顯國營品牌優質穩健的經營成果。

臺銀人壽表示，將持續強化公司經營體質穩健發展，提升業務及服務質量，配合政府政策、呼應高齡化社會需求及推動多軸公益，發揮唯一國營壽險公司的企業使命與價值。



金管會保險局局長李滿治（左）頒發壽險內勤組優等獎項，由臺銀人壽總經理邱華創（右）代表領獎

「植樹護林守護臺灣」

植樹公益活動

台南分公司

迎接三一二植樹節，臺銀人壽與專屬業務通路夥伴新世紀保代、台銀保代、及朝興啟能中心共同參加臺南市政府主辦「植樹護林守護臺灣」植樹活動，與臺南市民一同種下水黃皮 46 株、厚葉女貞、紅葉鐵莧及春不老等 8,055 株苗木，為綠化環境盡心力。

植樹活動當日，臺銀人壽同時於會場設攤推廣微型保險，臺南市長賴清德、立法委員陳亭妃、立法委員黃偉哲、臺南市議員唐碧娥及地方民意代表多位到場勉勵讚許並一同留影。更具意義的是參與植樹的朝興啟能中心全體院生 120 餘人均是臺銀人壽微型保單的受照顧者。

當天，各級首長蒞臨本公司攤位，皆表達肯定臺銀人壽對環境復育與維護的投入，更肯定臺銀人壽對朝興啟能中心的長期照顧，多次帶領憨兒們參與包括政府機關所舉辦植樹與淨灘活動，臺銀人壽協力，改變外界對憨兒無法走出戶外的刻板印象，喚起民眾對於老憨兒這個弱勢族群的妥善照顧，讓所有憨兒看到希望，引起良性循環的互動具有正面意義。

臺銀人壽自推出「臺銀人壽簡單愛微型傷害保險」後，多次獲得金管會列入推展微型保險績優保險公司，並獲頒【利惠人群】及【績效斐然】獎肯定。臺銀人壽在 105 年大力推廣以微型保險發起之「192 守護天使」活動，擴大照護更多經濟弱勢家庭，成為他們的守護天使。

臺銀人壽為臺灣金控的一分子，配合集團策略，秉持「安心可靠」的經營理念，並以「專業、紀律、誠正、公益」為壽險經營團隊的經營主軸，除積極追求卓越績效外，更重視以實



際行動落實企業社會責任。106 年再向外延伸，啟動「多軸公益」觀念，運用點、線、面的方式，持續在南、北地區分別照顧星悅小站自閉症大朋友的「心房開啟」，盲人福利協會視障友的「視野再現」，朝興啟能中心老憨兒的「重返家庭」等。另，盼再觸及更多的社福關懷層面，和陽光基金會共同倡議「臉部平權」的普世價值，每個人都應尊重每張獨一無二的臉。大家共同體現「多軸公益」，敬老、慈幼、護殘、扶弱等公益實質服務。

臺銀人壽總經理邱華創表示：臺銀人壽將原來的平面公益活動翻轉為點線面的多軸公益服務，結合受照顧機構的一起力行，成為實質照顧的一環，讓被動式的受助端走進人群也成為主動式助人端，從「我幫你」變成「我們一起做」，讓更多人能看到弱勢族群的堅強與用心而加入，讓「多軸公益」成為一股善循環的公益力量。

106 年度財政部模範公務人員

得獎感言

企劃部 曾美雅 科長

今年度，很感謝獲得公司推派參加財政部模範公務人員遴選，更榮幸能夠獲獎，這是財政部對所屬各機關（構）公務人員的最高榮譽肯定，雖然是一項個人獎項，但近年來，公司推派參加遴選的長官或同仁，屢次都能獲得財政部的肯定，這更表示著財政部對臺銀人壽表現的肯定！

準備參選資料過程，回顧了在臺銀人壽的 7 年服務職涯，歷經第一線的契約服務部、派駐海外的北京代表處和轉任後端營運規劃的企劃部，再回想起當初報考臺銀人壽的源由和有幸上榜，所有的轉折和結果，在當時都是偶然和意外。

如同 Steve Jobs(蘋果公司共同創辦人賈伯斯)的一段話：「you can't connect the dots looking forward; you can only connect them looking backwards. So you have to trust that the dots will somehow connect in your future. You have to trust in something — your gut, destiny, life, karma, whatever. This approach has never let me down, and it has made all the difference in my life.」，現在回頭看，才深刻了解，在我過往職涯的每一個經歷加上時間的串連，讓這一切產生自然的連接，推進也豐富了我的生命。

感謝首長和部門長官江韶文副總經理推薦我參選，藉此也想感謝在臺銀人壽一路上長官的悉心指導及同事的互相扶持：感謝契約服務部時期的賴素真經理和鄰座的惠娟、北京代表處時期的首席代表李涑經理、周園藝總稽核（時任企劃部經理）和不定期捎信關心我的同事們。調任總公司企劃部也剛好要滿 2 年，前經理林逸清、禹政副理、文葵科長以及企劃部所有同仁，歷經我從大陸妹變成強悍妞的轉型

期，感謝大家的包容、關懷、幫忙和溫暖。藉此機會，特別感謝規劃科的同仁：秀琿、東洲、凱如、承楷，包括已調離規劃科的子珺及晏生，在我擔任科長期間，有幸能與他們經歷工作的挑戰，也謝謝他們對我這個科長的包容和一同成長。

此外，私心地想與我最愛的家人們和我的許多好友們分享這個榮譽！在他們為我欣喜獲獎之時，我盼能在此與他們共享這個肯定！

猶記在進臺銀人壽服務前，父親曾跟我說，在大家庭長大的我們，應該更能體會計較和比較的不必要，在公務體系的制度裡，更要保持正確的心態和盡責的工作態度，而且能考進國營事業不容易，要珍惜更要認真工作，因為你不是為財團賺錢，而是在為國家服務及對社會獻力，父親的提點，讓我對於能在唯一國營金控、唯一國營壽險的臺銀人壽工作為榮，也很珍惜這個立足之地，更感謝我能在此不斷地進步和成長。

在臺銀人壽裡，優秀、認真及努力的內勤同仁比比皆是，我只是其中一個種子，作為臺銀人壽的一份子，相信我們會不斷進步及成長，持續努力為保戶以及公司作得更多作得更好，也相信我們的認真工作會帶來美麗生活。





商品名稱：臺銀人壽美麗人生美元利率變動型終身壽險
險種代碼：TT
備查文號：106年2月20日壽險精字第1060540043號函備查
給付項目：增值回饋分享金、祝壽保險金、身故保險金、所繳保險費加計利息的退還、全殘廢保險金

風險告知

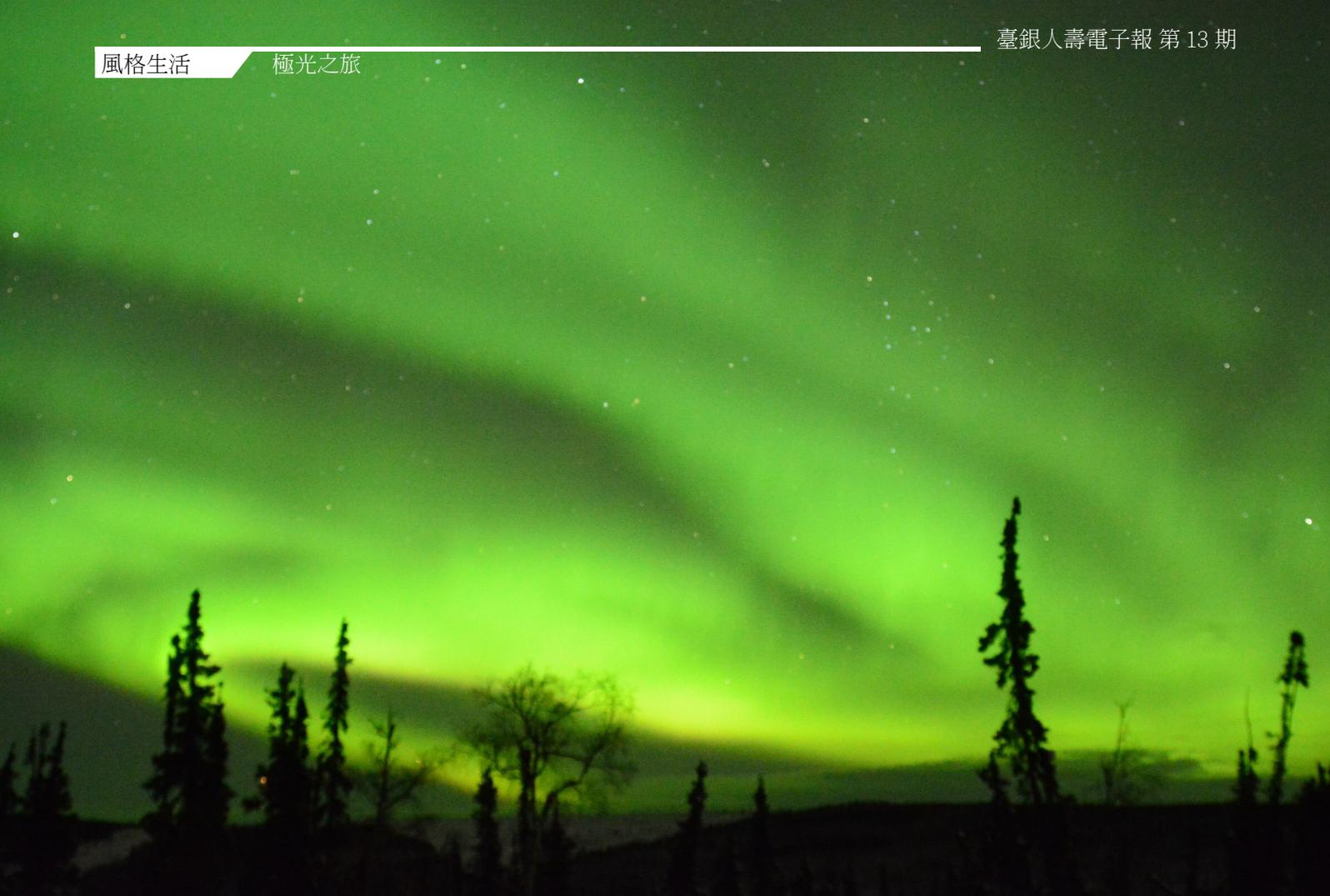
1. 匯率風險：本商品相關款項之收付均以美元為之，保戶須自行承擔就美元與他種貨幣進行兌換時，所產生之匯率變動風險。
2. 政治變動風險：美元之匯率可能受其所屬國家(美國)之政治因素(大選、戰爭等)而受影響。
3. 經濟變動風險：美元之匯率可能受其所屬國家(美國)之經濟因素(經濟政策法規的調整、通貨膨脹、市場利率調整)而受影響。

臺銀人壽美麗人生美元 利率變動型終身壽險

- ◎ 0歲至80歲皆可投保。
- ◎ 繳費一次，終身保障。
- ◎ 美元收付，資產多元配置。
- ◎ 增值回饋分享金參與市場變動。



第1頁/共4頁 106.03廣告



極光之旅

新竹分公司 羅國秀

二年前於書店無意間看見一本書”給未來的極光旅人”，標題為一生一定要看一次的極光，在浩瀚的極光前您將落下感動的淚水。標題蠻吸睛的，於是訂閱回家當娛樂閱覽，再加上好同事淑玉也說過的名言，要到極樂世界前一定要看一次極光，此名言如雷貫耳，歷歷在目，因此也種下了此次前往阿拉斯加第二大城市 Fairbanks 費爾班克斯六天四夜幸福極光之旅。

不免俗套先稍微介紹極光產生的科學解

釋，極光（英語：Aurora）產生的源頭來自於太陽，它射出的帶電粒子與地球大氣層裏的組成粒子碰撞即形成極光。而觀賞極光通常在高緯度的極圈附近，尤其很多時候是在低溫酷冷的冬夜裡能才能演出絕無僅有多變的幻化舞姿。

觀賞極光並非都待在室外零下 20 幾度的環境，而是先待在有暖氣的極光小屋裡，透過觀察窗待極光出現時再衝往戶外，抓準霎那美景，按下單眼相機的快門，盡情地捕捉幻化動態的永恆美圖。第一次與 Aurora 相遇記得



是在珍納溫泉飯店凌晨 12:15 分，於等待 2 小時後天空突然出現一道既深又遠的綠光，不時變化，漸漸轉為窗簾般又如 DNA 螺旋構造的捲曲狀態，數秒後又消失於黑夜又於黑夜生成，這的確令人驚艷。團員也都是第一次親臨

美景，每個人幾乎是尖叫，情緒高昂激動的心情，心中燃起終於被我看見了的字眼，搭了 10 幾個小時的飛機，這一刻一切都是值得的。這一刻也讓我深刻體會到”寒風刺骨”這句成語的意涵，因為待在室外三十分鐘這雙手早已凍





僵，毫無感覺。

此次行程也安排住宿於珍納溫泉飯店，於零下二十幾度的溫度，而身體卻是泡在 40 多度的溫泉裡，頭髮都結冰了，此時閉上眼睛，想起一句日語”希鴨挖么へ，奇摩子意”，幸福，心情通體舒暢。這次體驗了許多人生的第一次，參觀了聖誕老人村，難得的與聖誕老人合影，又到訪了阿拉斯加大油管，極地博物館，黃金心臟公園等幾處好所在，非常難忘及推薦的行程。回到台灣好好努力的上班工作，積蓄足夠資金及能量好準備下次一生一定要到訪一次的景點。





臺銀人壽精彩人生 增額終身壽險

商品名稱：臺銀人壽精彩人生增額終身壽險
 險種代碼：EX
 備查文號：106年3月24日壽險精字第1060540068號函備查
 給付項目：祝壽保險金、身故保險金或喪葬費用保險金、所繳保險費加計利息的退還、全殘廢保險金

商品圖例

30歲女性投保「臺銀人壽精彩人生增額終身壽險」保險金額100萬元，繳費年期10年，年繳保費236,000元，（假設首期以自動轉帳方式繳費折扣1%、續期以自動轉帳方式繳費折扣1%，且符合高保額折扣2%，合計折扣3%）每年實繳保費228,920元：



30歲

40歲

| 111歲

第1頁/共4頁 106.03廣告



驚~~輕~~旅行

台北分公司 陳素珍

重遊闊別了三十年的武陵，記憶中的景物不在、人事已非、心情大不一樣了。

猶記得，煙霧漫漫長長的武陵路幾無人煙，幾個好朋友簡單的行囊，邊走邊玩邊笑，濕冷的氛圍裡只有遠眺不見路的盡頭，走著走著累了，恣意的就在路的正中央或坐或躺或臥…，就是年輕和自在。

還沉浸在曾經擁有的美好中回味時，剎見到處穿梭的遊覽車，喧嘩俗人一批又一批，原來的武陵長路不見了，路邊的景緻也不見過去的樸素簡單，取代的是人工妝點的花田及一棵棵紅粉點點的櫻花樹，記憶中的寧謐呢？我嚇傻了…

疑惑的打量著四周，想要找到深藏腦海中相似的一點蛛絲馬跡，心中不斷糾結著回憶與眼下看到不可置信的情景。

想像中的花團錦簇沒有見到，樹上的紅櫻在前幾日的大雨中被打落得已顯稀疏，在滿地的落花中，想是有人以殘花排了「I O U」上演求婚的戲碼，看著看著也沾染了喜樂，撿起地上的花瓣放在包包裡帶回去。雖說賞花卻不飽眼福，但在沁涼的山谷裡曬著多日不見的日頭，臉也就這樣曬紅如花了。

一個年輕的攝影師，剛結的婚剛度的蜜月，陪我們上山。才從馬祖回來的他說著環遊世界的理想，看過了馬祖的美，就急著要告訴所有的人一定要去馬祖。是說真的，要開不只一次的攝影展，要蒐集一些舊相機，要告訴小朋友們有關真正照相機（不是手機）的歷史，展覽的場地就計劃在去馬祖的出海港 - 基隆。

第一次聽到半音階口琴的演奏，是一位拿過兩次德國世界口琴大賽冠軍的老師，這種樂器聲音之精緻加上演出者吹奏技巧及情緒的投入，果然好聽到不行，桌上佳餚擺設華麗也無法吸引我的視線，在美饌喧鬧之間，我獨享清澈多情的琴韻。驚艷鋼琴伴奏老師也棒極了，長長的披肩直髮隨著彈奏的律動搖擺，一直到合照才驚覺是「他」。

是美食和精緻的樂團表演彌補了武陵一遊的不足。私下告訴你，以後要看櫻花，隔壁鄰居家走走就好了。



認識失智症

風險管理部 陳怡君

失智症與正常老化的區別

老化

- ★可能突然忘記某事，但事後會想起來。
- ★若做記憶測試，可能會無法完全記住測試中的物品。

失智

- ★對於自己說過的話、做過的事，完全忘記。
- ★無法記住記憶測試中的物品，甚至完全忘記自己做過測試。

資料來源：邱銘章、湯麗玉，失智症照護指南，2009，原水文化

全球失智症人口快速增加，依台灣失智症協會進行之失智症流行病學調查結果，以及內政部 105 年 9 月人口統計資料估算：台灣 65 歲以上老人共 3,051,893 人，其中輕微認知障礙 (Mild cognitive impairment, MCI) 有 563,147 人，佔 18.45%；失智症人口有 243,430 人，佔 7.98%（包括極輕度失智症 98,747 人，佔 3.24%，輕度以上失智症有 144,683 人，佔 4.74%）。也就是說 65 歲以上的老人每 13 人即有 1 位失智者，而 80 歲以上的老人則每 5 人即有 1 位失智者。

一、關於失智症：

失智症是一種疾病現象而不是正常的老化，很多家屬都以為患者是老番癲、老頑固，以為人老了都是這樣，因而忽略了就醫的重要性，但是事實上他已經生病了，應該要接受治療。

二、失智症分類：

大致分為兩類，退化性、血管性，但患者有時會存在兩種或以上的病因，最常見的則是阿茲海默症與血管性失智症並存（又稱為混合型）。

（一）退化性失智症（大部份患者都是屬於這類型）

(1) 阿茲海默症 (Alzheimer's Disease)：早期病徵最明顯的為記憶力衰退，對時間、地點和人物的辨認出現問題，為兩種以上認知功能

障礙，屬進行性退化並具不可逆性

(2) 額顳葉型失智症 (Frontotemporal lobe degeneration)：特性為早期即出現人格變化和行為控制力的喪失，常常會有不合常理的行為舉動。平均好發年齡五十歲以後。

(3) 路易氏體失智症 (Dementia with Lewy Bodies)：特性為除認知功能障礙外，在早期就可能伴隨著身體僵硬、手抖、走路不穩、重複地無法解釋的跌倒現象。此外則會有比較明顯的精神症狀，平均好發年齡七十歲以後。

(4) 其他還有像是亨廷頓氏症 (Huntington's Disease) 等所造成的失智症。

（二）血管性失智症：是因腦中風或慢性腦血管病變，造成腦部血液循環不良，導致腦細胞死亡造成智力減退，是造成失智症的第二大原因。常見臨床特徵：

- * 情緒及人格變化（憂鬱症）。
- * 尿失禁
- * 假延髓性麻痺（吞嚥困難、構音困難、情緒失禁）。
- * 步履障礙（失足跌倒）。

（三）其他因素導致之失智症：由特定原因所造成，經過治療之後可能有機會可以恢復。這類型失智症的病因有：

- » 營養失調：如缺乏維他命 B12、葉酸等

AD-8 極早期失智症篩檢量表

1. 判斷力上的困難：

容易被詐騙、明顯錯誤的投資、或過生日卻送『鐘』給對方，對方是男孩卻送裙子，不熟的朋友卻送昂貴禮物等。

2. 活動和嗜好的興趣降低：

變得不愛出門、對之前從事的活動顯著興趣缺缺，但需排除因環境變異因素引起或因行動能力所影響。例如：之前常前往活動中心唱卡拉 OK，現在卻不願意去，而並非因為卡拉 OK 設備不佳所影響。

3. 重複相同問題、故事和陳述。

重複問同樣的問題，或重複述說過去的事件等。

4. 在學習如何使用工具、設備和小器具上有困難。

時常打錯電話或電話撥不出去，不會使用遙控器開電視。(※ 需過去患者會使用，但現在卻不會，且有『改變』的情形發生。)

5. 忘記正確的月份和年份。

記憶力減退，忘記正確的年月、或說錯自己的年齡。

6. 處理複雜的財物上有困難。

過去皆負責所得稅申報、水電費、信用卡繳費等，現在卻常發生沒繳費、或多繳或少繳錢的情形。

7. 記住約會的時間有困難。

與他人有約卻記不住時間日期，經提醒也想不起來，常常忘記約會等。

8. 有持續的思考和記憶方面的問題

綜合而言，在過去的半年或一年來有持續性的思考力或記憶力的障礙，例如每天或多或少有思考和記憶力的問題。

營養素。

- » 顱內病灶：如常壓性水腦症、腦部腫瘤、腦部創傷等。
- » 新陳代謝異常：如甲狀腺功能低下、電解質不平衡等。
- » 中樞神經系統感染：如梅毒、愛滋病等。
- » 中毒：因藥物、酗酒等。
- » 其他。

三、失智症的病程：

失智症是一個進行性退化的疾病，從輕度時期的輕微症狀，逐漸進入中度、重度、末期症狀，疾病退化的時間不一定，有個別差異。輕度知能障礙（Mild Cognitive Impairment）為正常老化到失智症開始出現徵兆之間，存在著一個過渡區域。MCI 在臨床上每年約有 10% -15% 會發展為失智症。

四、早期症狀：

每位患者的早期症狀與其過去從事工作及社會功能有密切關係，具有個別性。為增加醫師和民眾對失智症早期症狀的認知和警覺性，以增加早期診斷失智症的機會，可透由左列 AD-8 極早期失智症篩檢量表（主要包含了阿茲海默症、血管性失智症等較常見的疾病症狀）進行評估。

五、如何預防失智症：

因目前尚無任何藥物可以治癒失智症，故民眾應積極在生活中增加大腦保護因子，同時減少危險因子，以降低罹患失智症的風險。

六、如何治療失智症：

目前針對失智症的藥物並沒有辦法阻止或恢復已經受損的大腦細胞，但是可能可以使患者的症狀獲得改善或延緩疾病的進行，在治療上可分為藥物治療與非藥物治療，希望透過治療可以增進患者的生活品質，減輕照顧者的負擔，並且延後患者被送到安養中心的時間。

資料來源：財團法人台灣失智症者協會