

社區衛生改進過程

2014-2015 社區健康需求測評 用漢語舉辦的社區座談 Robert Frost 中學, Rockville, MD 2015 年 9 月 26 日

簡介

“健康蒙郡”（Healthy Montgomery）于 2015 年 9 月 26 日星期六在 Robert Frost 中學就健康與幸福為題主辦了一次社區座談。“華裔美籍家長與學生協會”（CAPSA）協助舉辦了此次座談。座談于上午 10 時至中午 12 時在馬里蘭州的 Rockville 舉行，共有 23 人出席。座談由 Lily Shen 用中文主持。

社區座談對包括健康和福祉在個人和社區層面意味著什麼，健康社區的要素，蒙郡社區的資產和挑戰，以及改善社區健康和福祉可採取的實際步驟等議題進行了討論。參加者進行了大組和小組討論，而且都可對座談進行書面評價和反饋。

如何定義健康與福祉

座談開始時，參與者被要求共同為健康和幸福感做出一個定義，並對一個具備最佳健康和福祉的社區進行描述。參加者認為，健康不僅是指身體健康，而且包括精神健康。良好的健康帶來幸福感。福祉則指具有積極意義的經歷，從而帶來幸福。有助於人們保持健康的事物包括清新的空氣、食品的質量和安全、有效的醫療保健、一個安全、友善和輕鬆的環境，外加好學校。便利的公共交通和經濟適用住房也非常重要。

為了能有一個最佳健康和福祉的社區，與會者認為，應該有充足的低收費或免費的健身房和運動設施。周邊環境應是綠色的公園、小徑、很多綠地和樹木。應該有一個有效又經濟實惠的醫療保健體系，人們知道如何、何時以及到何處去尋求醫療幫助。應該有便利的公共汽車和地鐵系統，使人們可以輕鬆出行而不那麼依賴汽車。這樣的社區還應該包括平價住宅，人們可以擁有自己的房子，而且有好學校，讓孩子和成人可以學習和成長。

支持健康和福祉的財產

與會者給出了讓居民身體健康和有幸福感的社區應有的服務、活動及特點。

- 乾淨的社區
- 清潔的空氣
- 教育質量(蒙郡公立學校和中學教育)
- 圖書館(有以自己母語舉辦的各種活動和圖書)
- 安全(低犯罪率、散步安全)
- 政府機構的位置，方便造訪

社區衛生改進過程

- 穩定的經濟
- 毗鄰醫院(Shady Grove)
- 購物中心 (Montgomery Mall、影院、直銷店)
- 多元化的社區
- 處處都有綠樹
- 現有的公園 (Black Hill, Lake Needwood, Seneca Creek State Park)
- 眾多餐館和超市
- 新的住房開發
- 旨在幫助新移民的非盈利社區組織 (如 CAPSA, 華人文化與社區服務中心等)
- 消費者保護 (食品安全, 退貨/退錢/換貨政策)
- 博物館免費
- 回收項目
- 隱私, 保護居民的法律

健康和福祉的阻礙

參會者也列舉了一些使健康的生活不是那麼容易做到的挑戰。

- 路上車太多, 頻繁的交通阻塞
- 瘋狂/開快車的司機
- 過高的公路收費
- 一些居民區除雪緩慢
- 照明不夠, 一些路段晚上太黑
- 新移民的語言障礙
- 針對移民的免費英語課程不夠多, 餐館工人上課不易
- 不知道郡里提供的服務和資源, 只是從朋友那裡聽說
- 房價和租房都很貴
- 平價住宅排期太長
- 公交車時間 (間隔太長)
- 騎車上路造成危險, 應有專門的腳踏車道
- 社區中心的數目有限
- 低收費診所數量不夠, 人們常因語言障礙和費用問題而選擇不看醫生
- 鍛煉場所不夠 (網球場、游泳池、運動場)
- 課餘託管服務/托兒所費用太高
- 健康保險昂貴
- 稅太高

社區衛生改進過程

改善健康與福祉的實際步驟

與會者列舉了可以改善他們社區健康和福祉的實際行動。與會者通過投票對這些行動的優先順序進行了排列。每個參與者發給 5 個貼紙用於標示他們認為最重要的建議。他們可以將所有 5 個貼紙用來標示一項行動，也可以將 5 個貼紙分散標示不同的行動或其他種組合。

1. 修建新的提供低收費健保/疫苗注射的健康中心。(21 票)
2. 在更多地區和 在白天的不同時段提供不同程度的成人英語課程。(20 票)
3. 在當地政府機構中僱用更多雙語職員。(亞洲語言)(18 票)
4. 通過當地報紙、圖書館、超市、教堂、餐館等方式，以多種語言來推廣本郡的資源和服務。把這個想法再進一步做，或許可以在圖書館中設立“居民中心”，居民可以去該中心查找本郡有哪些資源和服務。(17 票)
5. 為新移民提供職業培訓。(14 票)
6. 修建更多社區中心，家庭可以在那裡度過有品質的時光，如做運動或健身。
7. 通過研討講座強調預防性健保的重要性；或許可以與教堂和社區組織合作以惠及更多的人。
8. 公交車間隔過長，乘客要等很長時間，應當考慮調整乘客不多的線路，增加乘客量大的線路，這樣，如果錯過了一輛，他或她可以很快就能坐到下一輛。
9. 為騎車的人修建腳踏車道。
10. 降低過路費以增加 ICC 及其他高速路的使用率。
11. 建造更多的平價住宅和廉租房。
12. 每所小學都應該有低價的課後活動和托兒所；家長可以使用這些服務而不必辭掉工作。
13. 人們不知道除雪順序到底是怎樣的。一些與會者說他們要等好幾天才會輪到清除他們區域道路的積雪，而另外一些人則沒有這樣的抱怨。除雪信息應事先散發給居民，以便人們知道如何準備。

社區座談反饋

與會者有機會對座談給出書面反饋。在很短的收尾調查中，參與者被問道，“還有什麼是想要我們知道的，包括你喜歡或不喜歡這個社區座談的哪些方面？”

只有一位參會者在調查表上寫了下列評論：

“這是我第一次參加這樣的會，很有意思，我感覺我的意見有人傾聽。”