



Communication board for dementia



Papan Komunikasi Orang Dengan Demensia

# 失智症溝通板



## 失智症溝通原則

- How to talk to people with dementia
- Metode Berkomunikasi Dengan Orang Dengan Demensia

1. 面對面、眼對眼	3
Face to face, eye to eye	
Saling Bertatap Muka, Mata ke Mata	
2. 慢慢說、說清楚	4
Speak slowly and clearly	
Bericara dengan Pelan dan Jelas	
3. 了解他、好信任	5
Getting to know a person with dementia and build trust	
Memahami Dia, saling percaya	
4. 要停頓、分段講	6
Pause often. Divide into parts.	
Harus Berhenti Sesaat, Berbicara satu paragraf	

發行機關： 衛生福利部 國民健康署  
Health Promotion Administration,  
Ministry of Health and Welfare

製作單位： 天主教失智老人基金會

# 溝通常見情境與擴充單字

- Common situations in communication and extended vocabulary
- Situasi Komunikasi yang Sering Dijumpai dan Perluasan Kata

<b>1. 錢不見了 (記憶障礙/物品亂放)</b>	7
<ul style="list-style-type: none"> <li>● My money is missing (blurred memory / misplacing objects)</li> <li>● Uang hilang (gangguan ingatan / barang diletakkan sembarangan)</li> </ul>	
<b>2. 一起看照片懷舊</b>	13
<ul style="list-style-type: none"> <li>● Look at photos and reminisce the good old days</li> <li>● Bersama-sama melihat foto bernostalgia</li> </ul>	
<b>3. 定向感變差/想回家</b>	21
<ul style="list-style-type: none"> <li>● Diminished sense of direction / Want to go home</li> <li>● Indera orientasi menjadi buruk / ingin pulang ke rumah</li> </ul>	
<b>4. 抗拒喝水</b>	25
<ul style="list-style-type: none"> <li>● Refuse to drink water</li> <li>● Menolak untuk minum air</li> </ul>	
<b>5. 不喜歡出門</b>	29
<ul style="list-style-type: none"> <li>● Dislike to go out</li> <li>● Tidak suka keluar rumah</li> </ul>	
<b>6. 時空錯置/要出門上班</b>	34
<ul style="list-style-type: none"> <li>● Mixing up times and places / wanting to go to work</li> <li>● Kesalahan waktu dan tempat / mau pergi bekerja</li> </ul>	
<b>7. 不運動、久坐</b>	41
<ul style="list-style-type: none"> <li>● Refuse to exercise and sit for a long time</li> <li>● Tidak berolahraga, duduk terlalu lama</li> </ul>	
<b>8. 洗澡刷牙</b>	46
<ul style="list-style-type: none"> <li>● Taking a shower and brushing teeth</li> <li>● Mandi, menyikat gigi</li> </ul>	

# 1

# 面對面、眼對眼

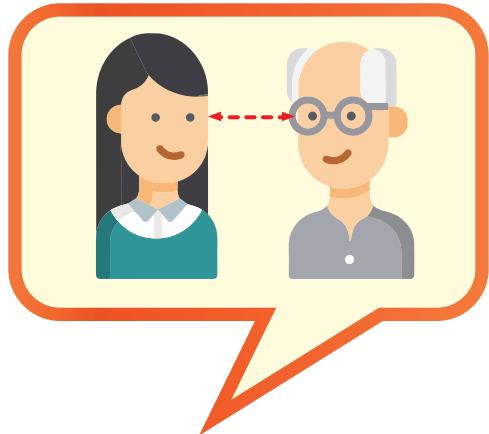


**Face to face, eye to eye**



**Saling Bertatap Muka, Mata ke Mata**

1. 紓慢地從前方接近失智者，不從背後呼叫失智者
2. 在失智者可見範圍內，保持適當距離溝通
3. 眼睛平視失智者，讓雙方都能看到、聽到彼此
4. 帶著幽默感和笑容與失智者溝通
5. 舒適放鬆又安靜的環境好溝通



1. Approach a person with dementia slowly from the front. Never call him or her from behind.
2. Keep an appropriate distance from a person with dementia where he or she can see you.
3. Communication with a person with dementia at eye level. Make sure that the two of you can see and hear each other.
4. Communicate with a person with dementia with humor and smile.
5. A comfortable, relaxing, and quiet environment makes communication easier.



1. Dengan pelan mendekati orang dengan demensia dari depan, jangan memanggil orang dengan demensia dari belakang.
2. Dalam jarak yang sesuai yang terlihat orang dengan demensia, menjaga jarak yang sesuai untuk berkomunikasi.
3. Mata melihat datar pada orang dengan demensia, supaya kedua pihak bisa melihat, dan mendengar satu sama lain.
4. Berkomunikasi dengan orang dengan demensia dengan humor dan senyuman.
5. Lingkungan yang nyaman, santai dan tenang untuk komunikasi yang baik.

# 2

# 慢慢說、說清楚



**Speak slowly and clearly**



**Berbicara dengan Pelan dan Jelas**

1. 說話速度放慢，用較低沉平穩的語調與適當音量
2. 說話時使用易懂的字彙
3. 多說「可以」，少說「不可以」
4. 提供是非題或2-3個選項，讓失智者容易選擇
5. 當失智者堅持不願妥協時，不與其爭辯，以退為進
6. 避免大聲斥責失智者
7. 多多讚美失智者



1. Speak at a slower pace with low, calm tone and an appropriate volume.
2. Use words that are easy to understand.
3. Say “yes” more, and say “no” less.
4. Ask yes or no questions or ask questions while offering two to three choices for a person with dementia to decide easier.
5. Don’t argue with a person with dementia even if he or she is being insistent and unwilling to compromise. Let it be and simply move forward.
6. Avoid scolding a person with dementia loudly.
7. Praise a person with dementia often.



1. Bicara perlahan, menggunakan nada rendah, stabil dan volume suara yang sesuai
2. Sewaktu berbicara menggunakan kosakata yang mudah dimengerti
3. Banyak mengatakan “Boleh”, kurangi mengatakan “Tidak boleh”
4. Berikan pertanyaan benar atau salah atau 2-3 pilihan, supaya orang dengan demensia mudah untuk memilih
5. Sewaktu orang dengan demensia berkeras tidak ingin berkompromi, jangan berdebat dan bersikeras dulu, dengannya, mengalah dulu untuk berhasil membujuknya
6. Hindari menegur orang dengan demensia dengan keras
7. Banyak memuji orang dengan demensia

# 3

# 了解他、好信任



**Getting to know a person with dementia  
and build trust.**

**Memahami Dia, saling percaya**

1. 建立信任感
2. 了解失智者背景、生命故事及喜好
3. 了解他僅存的能力和病程進展
4. 配合失智者過去的人生經歷、價值觀
5. 利用照片和物品與失智者一起懷舊、回憶往日時光
6. 遵守承諾，說到做到
7. 將失智者當成自己的家人



1. Establish mutual trust.
2. Find out about the background, life stories, and likes and dislikes of a person with dementia.
3. Understand the remaining capabilities and disease stage of a person with dementia.
4. Go with the life experience and value of a person with dementia.
5. Use photos and objects to reminisce the old days with a person with dementia.
6. Keep your promise. Do as you promised.
7. Treat a person with dementia like your own family.



1. Mendirikan rasa percaya
2. Memahami latar belakang, kisah hidup dan preferensi orang dengan demensia
3. Memahami kemampuan yang tersisa dan perkembangan penyakitnya
4. Sesuaikan dengan pengalaman hidup sebelumnya dan konsep nilai dari orang dengan demensia
5. Memanfaatkan foto dan benda bernostalgia bersama dengan orang dengan demensia, mengenang masa lalu
6. Menepati janji, lakukan apa yang telah dikatakan
7. Anggap orang dengan demensia seperti anggota keluarga sendiri

# 4

# 要停頓、分段講

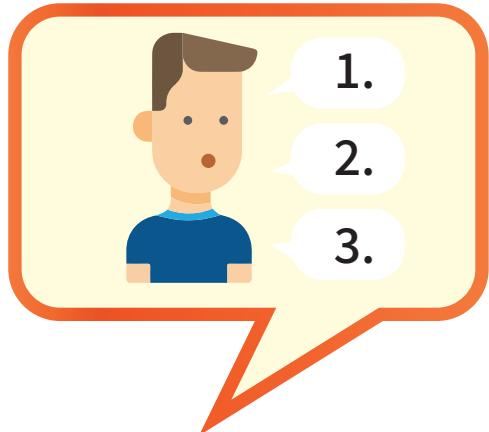


**Pause often. Divide into parts.**



**Harus Berhenti Sesaat, Berbicara satu paragraf**

1. 用簡短話語表達，將長句分成短句說出「重點」
2. 一次只給一個口令，一個口令一個動作
3. 重複問、重複答，因為失智者可能已經忘了剛剛說過的話
4. 耐心等待失智者回應
5. 不要勉強失智者回應
6. 利用實際物品溝通



1. Use simple expressions. Divide a long sentence into short ones that deliver the point.
2. Give one instruction at a time. One action with one instruction.
3. Repeat answers if a person with dementia ask again because he or she may have already forgotten his or her own words.
4. Wait patiently for a person with dementia to respond.
5. Don't force a person with dementia to respond.
6. Use actual objects to help you communicate.



1. Mengekspresikan dengan menggunakan kata-kata singkat, membagi kalimat panjang menjadi kalimat pendek, mengatakan “poin penting”
2. Sekali hanya memberikan satu perintah, satu perintah satu gerakan
3. Bertanya ulang, menjawab ulang, karena orang dengan demensia mungkin telah lupa dengan apa yang baru saja dikatakan
4. Menunggu dia menjawab dengan sabar
5. Jangan memaksa orang dengan demensia untuk merespon
6. Memanfaatkan benda sebenarnya untuk berkomunikasi



阿嬤妮 - 失智者 (被照顧者)



阿 蒂 - 外籍照顧移工 (照顧者)



阿嬤妮在房間內疑惑又焦急地在臥室內東翻西找錢包，桌子、床頭櫃、甚至枕頭下、衣櫃全都翻遍了，但是都沒有找到錢包。



阿嬤妮：我的錢包不見了！你有沒有看到？



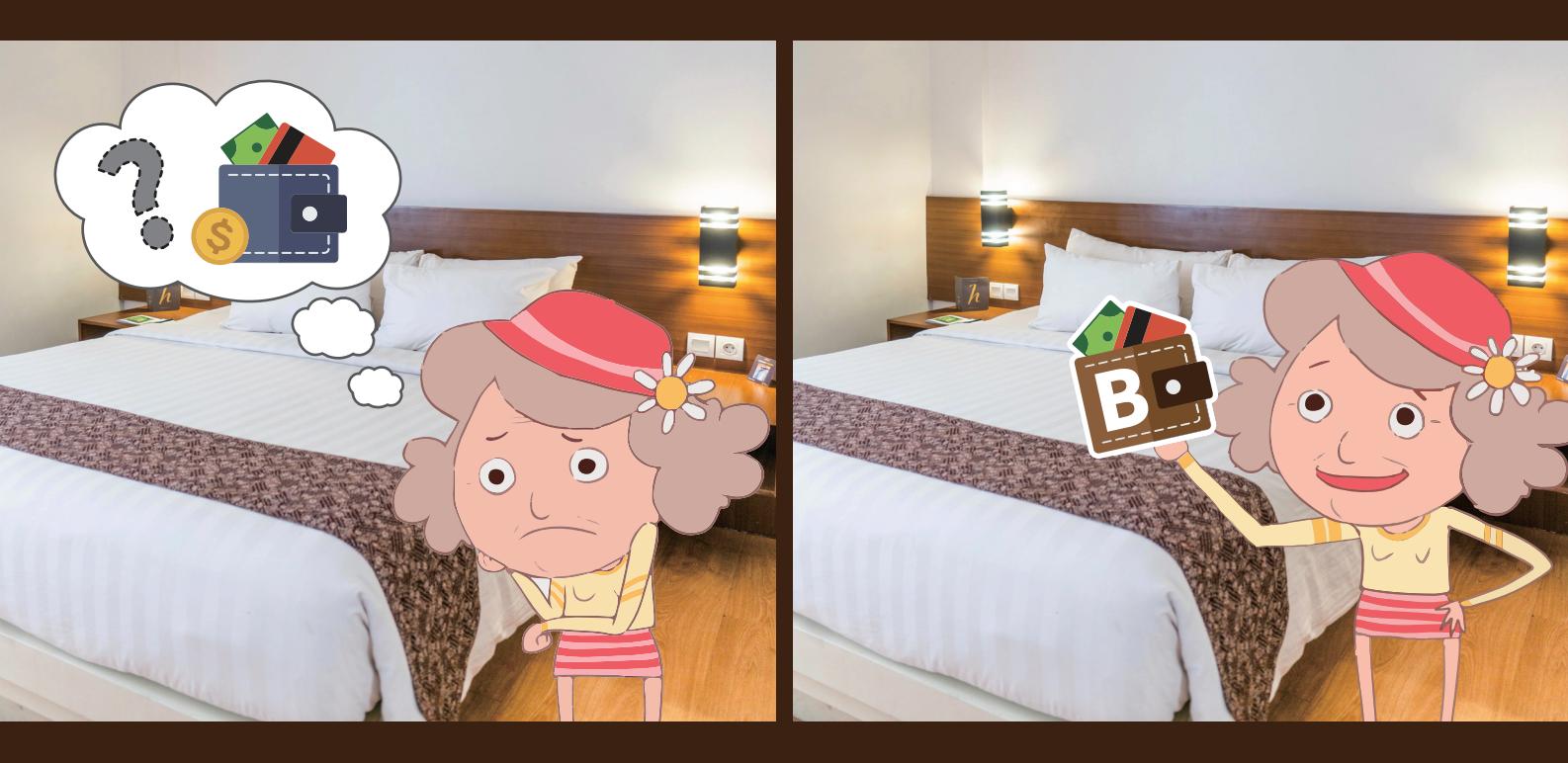
阿 蒂：(把手邊的事放下) 阿嬤，我們一起找找看，我好像有看到你放在哪裡。



阿蒂引導著阿嬤妮去拉開抽屜，看到裡頭有事前和家屬演練準備好的替代錢包B。(阿嬤妮因為錢包失而復得而鬆了一口氣。)

# My money is missing

blurred memory / misplacing objects



Amani : A person with dementia (care recipient)



Adi : Amani's migrant caregiver (caregiver)



Amani is anxiously looking in her bedroom for her purse. She looks everywhere, the desk, the headboard, under the pillow, and even the wardrobe. She just can't find her purse. She is suspicious.



Amani : My purse is missing. Have you seen it?



Adi : (putting aside what she is doing) Amani, let's look for it together. I seem to remember where you put it.



Adi led Amani to open the drawer. In it they see a substitute purse that Amani's family left there earlier for a situation just like this. (Amani is relieved to have her purse back.)

## Uang hilang

gangguan ingatan/barang diletakkan sembarangan



Amani : Orang dengan demensia di rumah Nenek (yang dirawat)



Adi : pekerja perawat asing (yang merawat)



Amani di dalam kamar bingung dan cemas mencari dompet di dalam kamar tidur, meja, rak di samping ranjang, bahkan di bawah bantal, di lemari baju, semuanya sudah dibongkar, namun belum menemukan dompet.



Amani : Dompet saya hilang! Apa kamu melihatnya?



Adi : (Menghentikan hal yang sedang dikerjakan) Nenek, mari kita cari bersama, sepertinya saya melihat kamu letakkan di mana.



Ati memandu Amani menarik laci, melihat di dalamnya ada dompet pengganti B yang sebelumnya disiapkan sewaktu berlatih dengan anggota keluarga.

(Amani karena menemukan kembali dompetnya maka merasa lega)



# 錢

Chián

- Money
- Uang



# 錢包

Chián Bao

- Purse
- Dompet



# 床

Chuán

- Bed
- Ranjang



# 衣櫃

Yi Gueì

● Wardrobe

● Lemari baju



# 桌子

Jhuo Zih

● Table

● Meja



# 椅子

Yǐ Zih

● Chair

● Kursi



# 抽屜

Chou Tì



Drawer



Laci



# 枕頭

Jhěn Toú



Pillow



Bantal

# 一起看照片懷舊



阿 蒂：(拿起相框)你看！這個是誰？是你呀！對不對？！



阿嬤妮：這個好像是我...。



阿 蒂：(繼續指著照片)這個呢？隔壁這個人是誰？



阿嬤妮：這個是我丈夫。



阿 蒂：(繼續指著照片)那這個呢？這個人是誰？



阿嬤妮：哦...這個是我孫子阿迪啦

## Look at photos and reminisce the good old days



Adi : (picking up a framed photo) Look! Who's this?  
It's you, right?



Amani : This looks like me....



Adi : (still pointing at the photo) Who's this?  
The one next to you?



Amani : That's my husband.



Adi : (still pointing at the photo) How about this? Who's this?



Amani : Err...This is my grandson Andy

## Bersama-sama melihat foto bernostalgia



Adi : (Ambil bingkai foto)Lihat! Ini siapa?  
Kamu ya! Benar gak?!



Amani : Ini sepertinya saya...



Adi : (Terus menunjuk foto)Kalau ini?  
Orang di samping ini siapa?



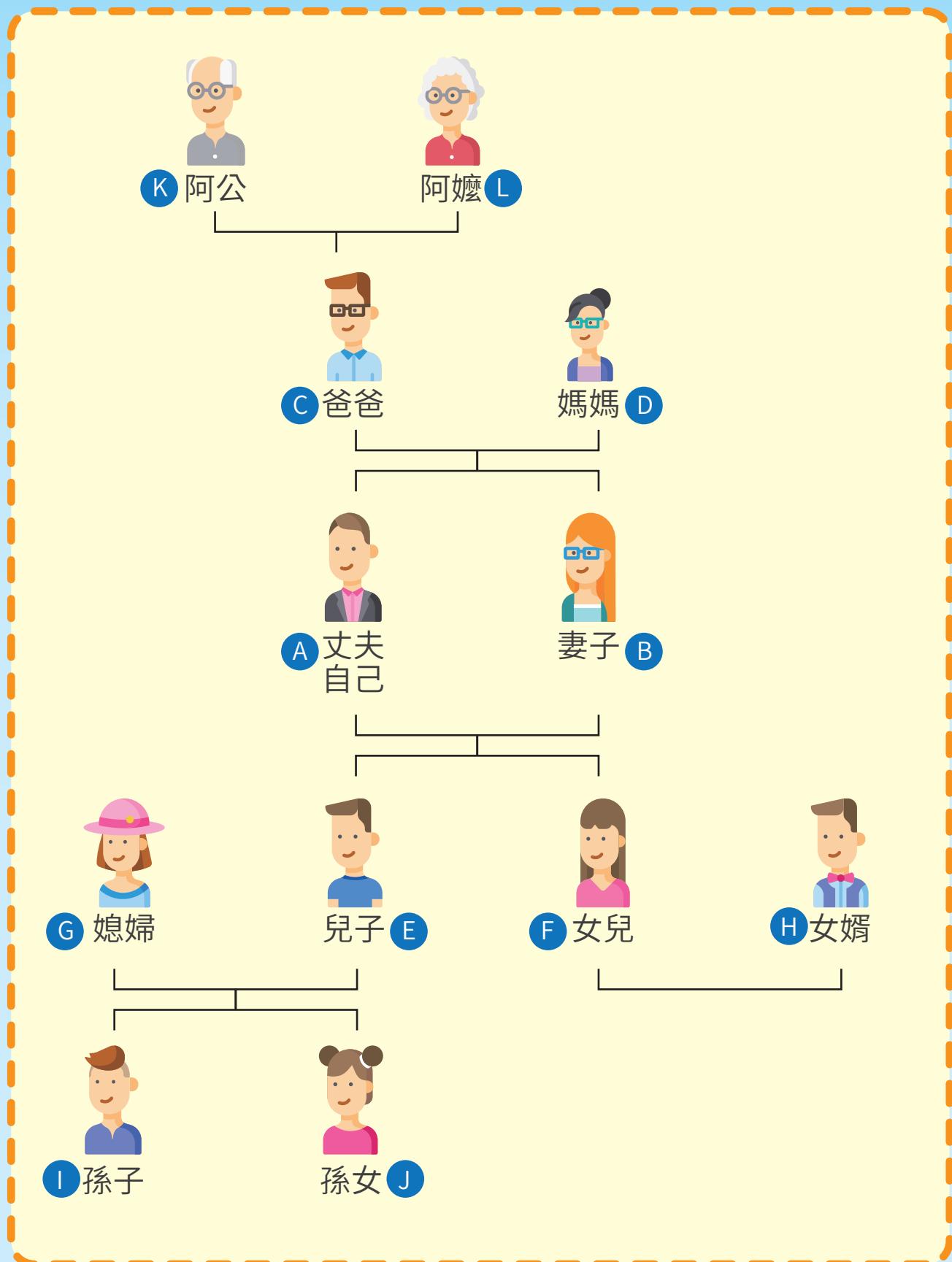
Amani : Ini suamiku.



Adi : (Terus menunjuk foto)Kalau ini? Orang ini siapa?



Amani : Oh..ini cucuku, Adi loh



A



# 丈夫

Jhàng Fu

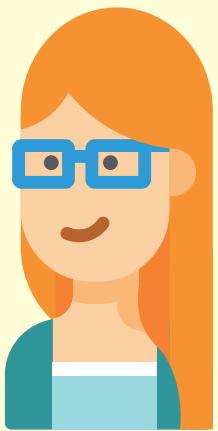


Husband



Suami

B



# 妻子

Chi Zih



Wife



Istri

C



# 爸爸

Bà Bạ



Father



Ayah



D

# 媽 媽

Ma Ma

 Mother  
 Ibu



E

# 兒子

Ér Zih

 Son  
 Putra



F

# 女兒

Nyú Ér

 Daughter  
 Putri

G



# 媳 婦

Sí Fù

Daughter-in-law

Menantu Perempuan

H



# 女 婿

Nyū Syù

Son-in-law

Menantu

I



# 孫 子

Sun Zīh

Grandson

Cucu laki-laki

J



# 孫女

Sun Nyū

Granddaughter

Cucu perempuan

K



# 阿公

Agong

Grandfather

Kakek

L



# 阿嬤

Ama

Grandmother

Nenek

## 定向感變差/想回家



阿嬤：你知道這是哪裡嗎？  
我兒子什麼時候會來接我？

我怎麼會在這裡？  
我該回家了！



阿 蒂：阿嬤，這裡就是你家！



阿嬤：這裡是我家？



阿 蒂：對阿阿嬤，這個是你最喜歡的毯子，而且還是你勾的，  
這裡是你家呀。



阿嬤：哦，這是我家，這是我家...。



Amani : Do you know where this is? Why am I here?  
When will my son pick me up? I should go home now.

Adi : Amani, this is your home.



Amani : This is my home?

Adi : Right, Amani. This is your favorite blanket,  
and you knitted it yourself. This is your home.



Amani : Oh, this is my home. This is my home....



Amani : Kamu tahu ini di mana? Kenapa saya bisa di sini?  
Putraku kapan akan menjemput saya?  
Saya sudah harus pulang ke rumah!

Adi : Nenek, inilah rumah kamu!



Amani : Ini rumahku?



Adi : Benar nenek, ini selimut yang paling kamu suka,  
dan kamu yang rajut lagi, ini rumah kamu.



Amani : Oh, ini rumahku, ini rumahku...



家

Jia



Home



Rumah



毯子

Tǎn Zǐh



Blanket



Selimut

## 抗拒喝水



阿蒂打算倒杯水讓阿嬤妮喝水。

阿 蒂：阿嬤，天氣好熱！我倒水給你喝！



阿嬤妮：....., 不用了，你喝就好了。

阿 蒂：我們兩個都有，我們一起喝。



阿嬤妮：好吧！(喝了幾口)

## Refuse to drink water



Adi plans to give Amani a glass of water.

Adi : Amani, it is hot. Let me give you some water.



Amani : Err...No, thanks. You can have it.

Adi : We each have our own water. Let's drink together.



Amani : Okay. (taking a few sips)

## Menolak untuk minum air



Ati mau menuang air untuk Amani minum.

Adi : Nenek, cuaca sangat panas! Saya tuangkan air untuk kamu minum!



Amani : ....., tidak perlu, kamu minum saja

Adi : Kita berdua juga ada, kita minum bersama.



Amani : Baiklah! (minum beberapa teguk)



# 杯子

Bei Zih



Glass



Gelas



# 開水

Kai Shuei



Boiled water



Air minum

## 不喜歡出門



阿嬤妮坐在客廳看電視不小心打起瞌睡。阿蒂正打算帶她出門，先把電視先關掉，阿嬤妮因為電視聲音沒了而醒過來

阿 蒂：阿嬤，我們出門走走好不好？



阿嬤妮：不用！我在家就好了。



阿 蒂：可是我聽說教堂有義賣活動，我們去做禮拜，結束後可以買東西吃唷！



阿嬤妮：好啊！



Amani is watching TV in the living room, and she drifts off. Adi is about to take Amani out, so she turns off the TV. The silence wakes Amani.

Adi : Amani, let's go out for a walk, okay?



Amani : No. I am fine staying home.



Adi : But I heard that there has charity sale beside the church. Let's attend worship and then grab some delicious food.



Amani : Great.



Amani duduk di ruang tamu menonton TV, tidak sengaja mulai mengantuk. Ati kebetulan berencana membawanya keluar rumah, terlebih dahulu menutup TV, karena suara TV sudah tidak ada, Amani terbangun.



Adi : Nenek, kita pergi jalan-jalan keluar, yuk?



Amani : Tidak perlu! Saya di rumah saja.

Adi : Tapi saya dengar di gereja ada kegiatan penjualan amal, kita pergi bersempbahyang, setelah itu bisa beli makanan untuk dimakan!



Amani : Baiklah!



# 教堂

Jiaò Táng

 Church  
 Gereja



# 做禮拜

Zuò Lǐ Bai

 Worship  
 Bersembahyang



# 看電視

Kàn Diàn Shìh

Watch TV

Menonton TV



# 打瞌睡

Dă Ke Shueì

Doze off

Mengantuk

# 時空錯置 要出門上班



阿嬤妮一早自動換好外出服、照鏡子、戴了帽子拿著包包。

阿 蒂：阿嬤，那麼早你拿著包包要去哪裡？



阿嬤妮：我要上班啊！上班時間快到了，我記得跟人家約開會，不能遲到！我要出門了！

阿 蒂：阿嬤，今天放假，今天不用上班！



阿嬤妮：真的嘛！？

阿 蒂：對，你看，今天是禮拜天(阿蒂指了牆上的日曆)，要不要先吃早餐。



阿嬤妮：喔，好呀！

# Mixing up times and places

## Wanting to go to work



Amani changes into her office clothes early in the morning, puts on a hat, and gets her tote bag.

Adi : Amani, where are you going with your tote this early in the morning?



Amani : I'm going to work. It's almost time. I remember that I have an appointment with someone for a meeting. I can't be late. I'm going now.



Adi : Amani, today is a holiday. No work today.



Amani : Really?



Adi : Yeah. See. It's Sunday (Adi pointing at the calendar on the wall). Want to have breakfast first?



Amani : Oh, okay.

## Kesalahan waktu dan tempat Mau pergi bekerja



Amani pagi-pagi otomatis sudah mengganti pakaian keluar, bercermin, memakai topi lalu membawa tas.a

Adi : Nenek, begitu pagi kamu ambil tas mau pergi ke mana? 



Amani : Aku mau bekerja! Waktu kerja sudah hampir tiba, saya ingat sudah membuat janji dengan orang, tidak boleh telat! Saya sudah mau keluar!

Adi : Nenek, hari ini libur, hari ini tidak perlu bekerja! 

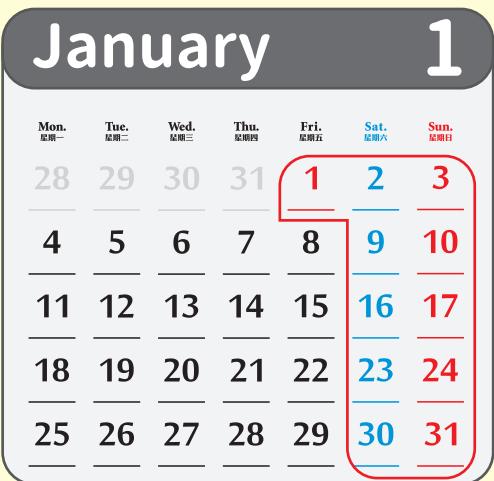


Amani : Benarkah!?

Adi : Benar, lihat, hari ini hari Minggu (Ati menunjuk kalender di atas dinding), mau sarapan pagi dulu? 



Amani : Oh, baiklah!

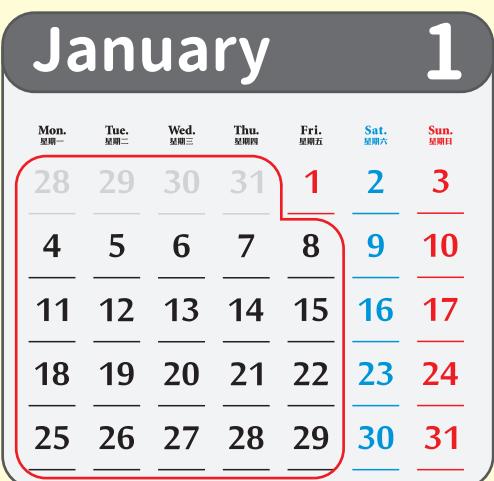


# 假日

Jià Rìh

Holiday

Hari libur



# 平日

Píng Rìh

Workday

Hari biasa



# 上班

Shàng Ban

Work

Hari kerja



# 禮拜一

Lǐ Baiì Yi

 Monday

 Hari Senin



# 禮拜二

Lǐ Baiì Èr

 Tuesday

 Selasa



# 禮拜三

Lǐ Baiì San

 Wednesday

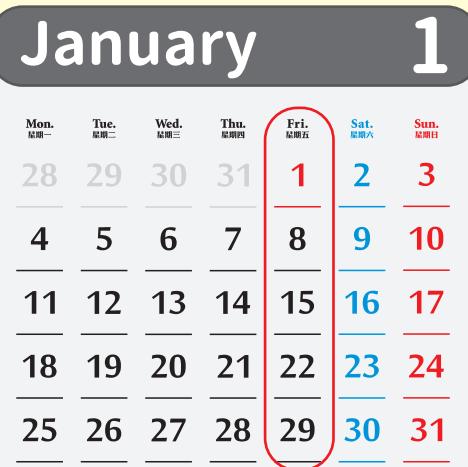
 Rabu



# 禮拜四

Lǐ Baì Sìh

 Thursday  
 Kamis



# 禮拜五

Lǐ Baì Wǔ

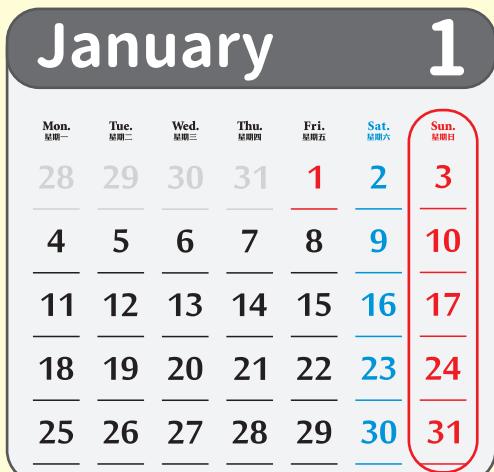
 Friday  
 Jumat



# 禮拜六

Lǐ Baì Lioù

 Saturday  
 Sabtu



# 禮拜日

Lǐ Bai Rìh

 Sunday

 Minggu



# 日曆

Rìh Lì

 Calendar

 Kalender

## 不運動、久坐



阿 蒂：阿嬤，我們去公園走走路、做復健，好不好？



阿嬤：我不想動耶，我只想待在家坐著。



阿 蒂：是隔壁阿花奶奶邀約你一起去公園走路聊天的唷！



阿嬤：是阿花呀～那走吧！我要去找他



## Refuse to exercise and sit for a long time



Adi : Amani, let's take a walk in the park and do some rehabilitation exercise, okay?



Amani : I don't want to move. I just want to sit at home.



Adi : Grandma Ahua next door invites you to walk in the park and chat.



Amani : Ahua. Let's go then. I want to see her.

## Tidak berolahraga, Duduk terlalu lama



Adi : Nenek, kita jalan-jalan ke taman, melakukan  
rehabilitasi, ok?



Amani : Saya tidak ingin bergerak loh, saya hanya ingin  
tinggal di rumah duduk saja.

Adi : Nenek Ahua di samping yang mengajak kamu pergi  
bersama ke taman, mengobrol loh!



Amani : Ahua ya~kalau begitu ayo! Saya mau mencari dia



# 公園

Gong Yuán

● Park

● Taman



# 運動

Yùn Dòng

● Exercise

● Olah raga



# 做復健

Zuò Fù Jiàn

● Rehabilitation exercise

● Melakukan rehabilitasi



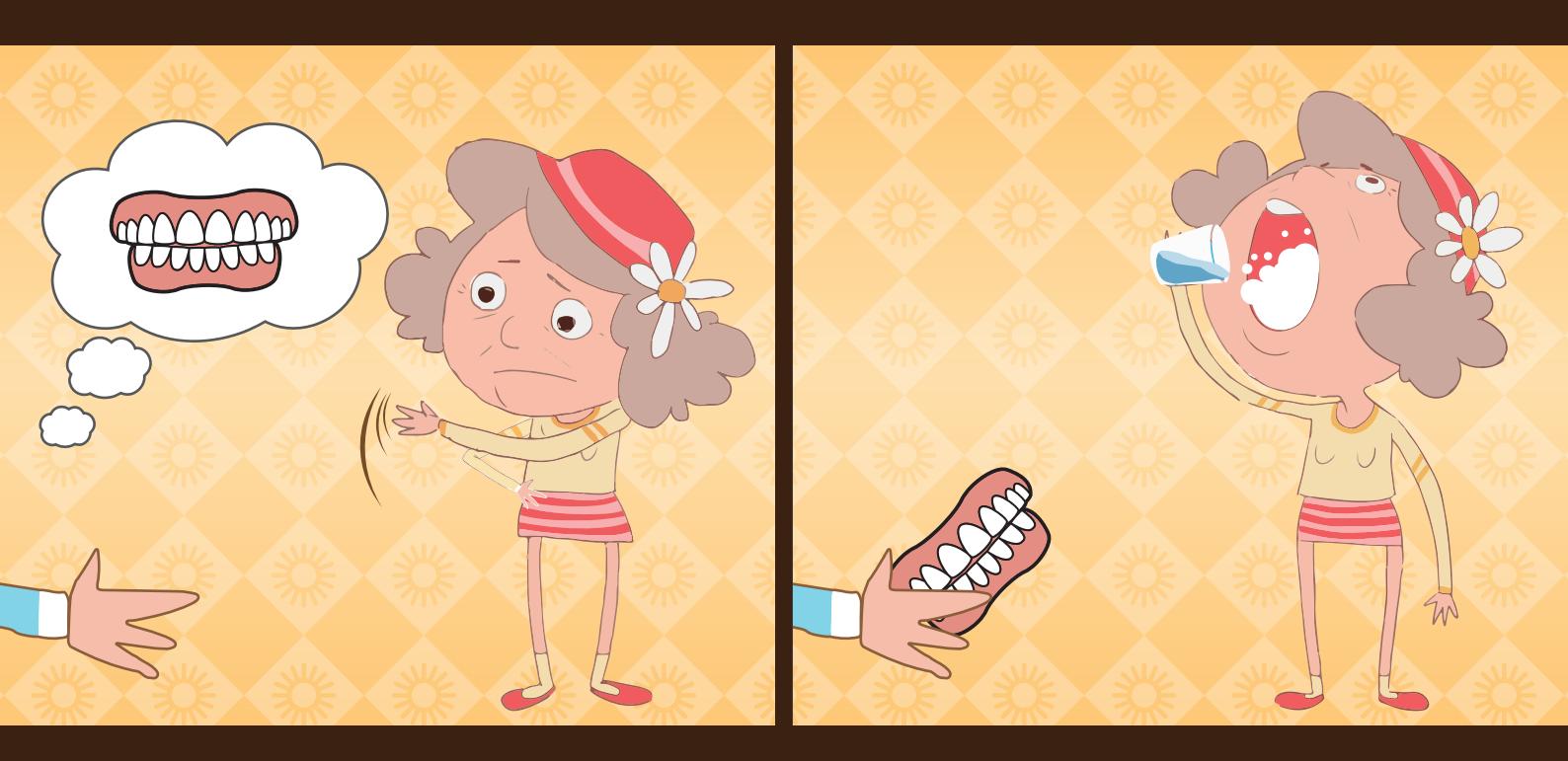
# 走路

Zoǔ Lù

● Walk

● Berjalan kaki

## 洗澡刷牙



阿 蒂：阿嬤，我們洗完澡準備去睡覺，先把假牙拿出來，再漱漱口



阿嬤妮：不要！



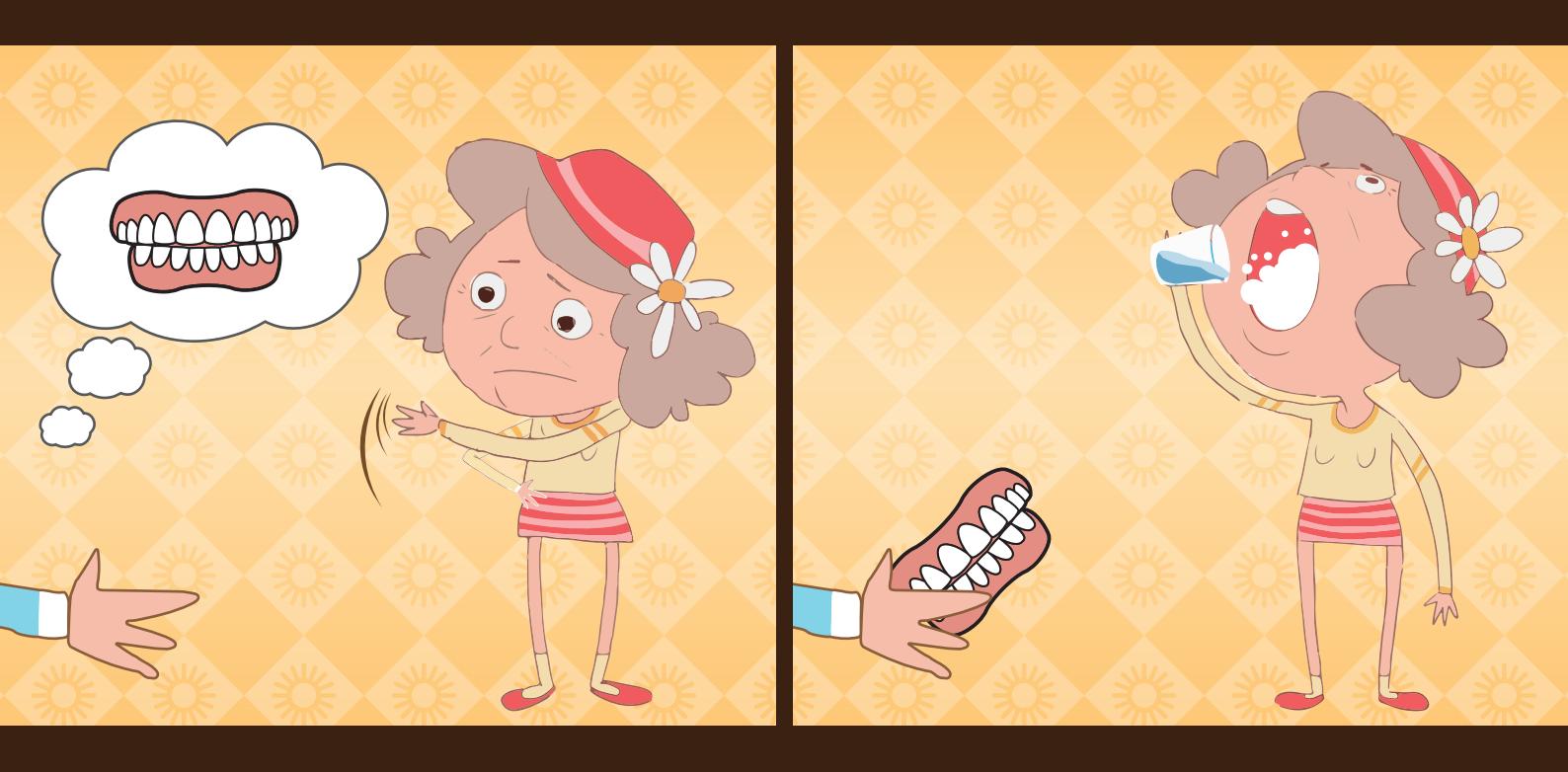
阿 蒂：要刷牙才能夠保持牙齒健康，就不用去看醫生嘍



阿嬤妮：這樣阿...(拿下假牙)



# Taking a shower and brushing teeth



Adi : Amani, you have taken a shower. Let's get ready for bed.  
Take out your denture and gargle.



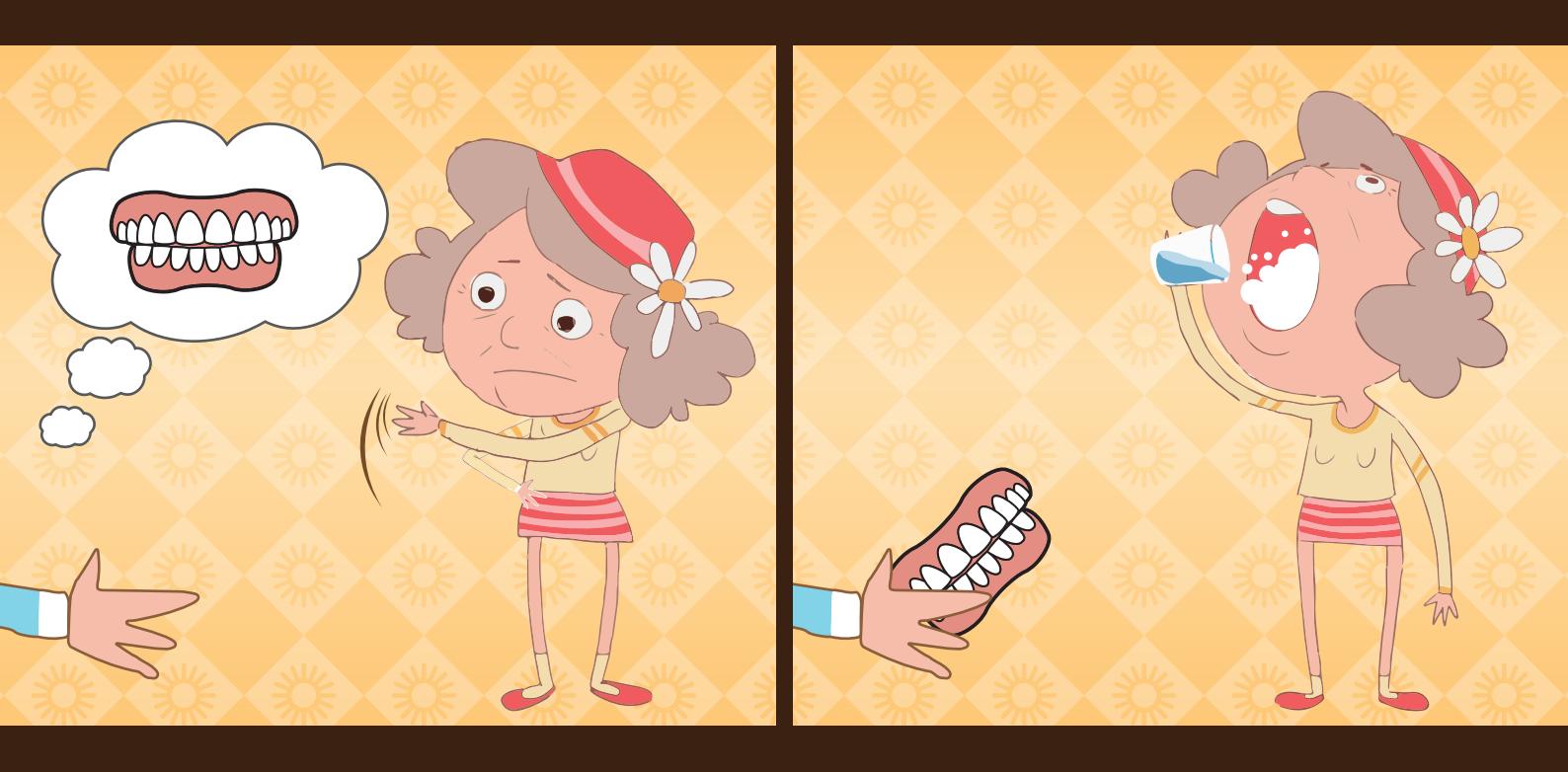
Amani : No!

Adi : You need to brush your teeth to keep them healthy.  
Otherwise, you'll need to see a dentist.



Amani : Is that so...? (removing her denture)

## Mandi, menyikat gigi



Adi : Nenek, ayo kita mandi lalu bersiap untuk tidur,  
keluarkan dulu gigi palsu,lalu berkumur



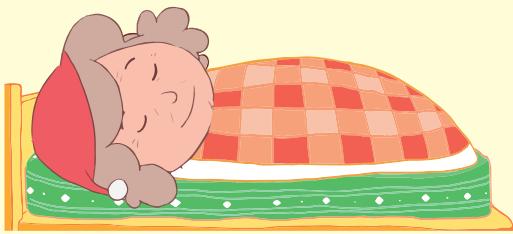
Amani : Tidak mau!



Adi : Harus menyikat gigi baru bisa menjaga kesehatan gigi,  
baru tidak perlu pergi melihat dokter loh



Amani : Begitu ya...(melepaskan gigi palsu)



# 睡 覺

Shueì Jiaò

- Sleep
- Tidur



# 牙 齒

Yá Chih

- Teeth
- Gigi



# 假 牙

Jiǎ Yá

- Denture
- Gigi palsu



# 漱 口

Shù Koǔ

- Gargle
- Berkumur



# 洗 澡

Sǐ Zaǒ

- Shower
- Mandi



# 看 醫 生

Kàn Yī Shēng

- Seeing a doctor
- Melihat dokter

# 重點回顧 / Review / Penjelasan Ulang

擴充單詞	羅馬拼音		
錢	Chián	Money	Uang
錢包	Chián Bao	Purse	Dompet
床	Chuáng	Bed	Ranjang
衣櫃	Yi Guèi	Wardrobe	Lemari baju
桌子	Jhuo Zīh	Table	Meja
椅子	Yǐ Zīh	Chair	Kursi
抽屜	Chou Tì	Drawer	Laci
枕頭	Jhěn Toú	Pillow	Bantal
照片	Jhaò Piàn	Photo	Foto
丈夫	Jhàng Fu	Husband	Suami
妻子	Chi Zīh	Wife	Istri
爸爸	Bà Ba	Father	Ayah
媽媽	Ma Mā	Mother	Ibu
兒子	Ér Zīh	Son	Putra
女兒	Nyǔ Ér	Daughter	Putri
媳婦	Sí Fù	Daughter-in-law	Menantu Perempuan
女婿	Nyǔ Syù	Son-in-law	Menantu
孫子	Sun Zīh	Grandson	Cucu laki-laki
孫女	Sun Nyǔ	Granddaughter	Cucu perempuan
阿嬤	Ama	Grandmother	Nenek
阿公	Agong	Grandfather	Kakek
家	Jia	Home	Rumah
毯子	Tǎn Zīh	Blanket	Selimut
杯子	Bei Zīh	Glass	Gelas
開水	Kai Shuei	Boiled water	Air minum

# 重點回顧 / Review / Penjelasan Ulang

擴充單詞	羅馬拼音		
教 堂	Jiào Táng	Church	Gereja
做禮拜	Zuò Lǐ Bai	Worship	Bersembahyang
打瞌睡	Dǎ Ke Shueì	Doze off	Mengantuk
看電視	Kàn Diàn Shìh	Watch TV	Menonton TV
假 日	Jià Rìh	Holiday	Hari libur
平 日	Píng Rìh	Workday	Hari biasa
上 班	Shàng Ban	Work	Hari kerja
禮拜一	Lǐ Bai Yí	Monday	Hari Senin
禮拜二	Lǐ Bai Èr	Tuesday	Selasa
禮拜三	Lǐ Bai San	Wednesday	Rabu
禮拜四	Lǐ Bai Sìh	Thursday	Kamis
禮拜五	Lǐ Bai Wǔ	Friday	Jumat
禮拜六	Lǐ Bai Liouù	Saturday	Sabtu
禮拜日	Lǐ Bai Rìh	Sunday	Minggu
日 曆	Rìh Lì	Calendar	Kalender
公 園	Gong Yuán	Park	Taman
運 動	Yùn Dòng	Exercise	Olah raga
走 路	Zoǔ Lù	Walk	Berjalan kaki
做復健	Zuò Fù Jiàn	Rehabilitation exercise	Melakukan rehabilitasi
睡 覺	Shueì Jiaò	Sleep	Tidur
牙 齒	Yá Chīh	Teeth	Gigi
假 牙	Jiǎ Yá	Denture	Gigi palsu
漱 口	Shù Koǔ	Gargle	Berkumur
洗 澡	Sǐ Zaǒ	Shower	Mandi
看醫生	Kàn Yī Shēng	Seeing a doctor	Melihat dokter



衛生福利部國民健康署

衛生福利部國民健康署  
Health Promotion Administration  
Ministry of Health and Welfare

中華民國109年11月版