

USR大學社會責任實踐計畫



長榮大學  
Chang Jung Christian University

# 步崎而遇 2022

青銀共好Age Long

## 惡地護老在龍崎





「伴·老·」高齡服務意象展開幕典禮

## 主持人的話

沿著182縣道，一路從關廟進到龍崎已經不知幾回，每次看到「龍崎竹鄉」幾個大字，心裡就開始期待著這天跟老人家的相遇！在這個山城裡，我們握起一雙雙長輩的手、聽著他們的生命故事，陪著他們一起歡暢活動，其實我們做的永遠不夠，但老人家們從來「不甘嫌」，總是接納我們的不足，支持著我們所做的各樣努力！這一年，在這個已然邁入超高齡的地區（65歲以上人口已經超過30%），我們仍然繼續著家戶關懷，也依舊配合衛生所進行衰弱評估訪視，同時更有一些新的嘗試，我們把switch結合進健康促進活動裡，並在清泉據點之外，又擴充了大坪據點，更在了解長輩們關乎健康的生命故事後，從在地長者的角度嘗試設計發展以健康識能為主題的桌遊，另外，還完成了記錄訪視的影片...！常有人問執行這個計畫累不累？嗯！怎麼可能不累？計畫裡的每個師生跟專案人員都不免有覺得體力上吃不消的時候，我們成天往山裡鑽，消耗的里程數都不知能繞全台灣幾圈，個別、團體、社區各樣活動，從之前的準備籌劃到之後的檢討，還得加上山路顛簸沿路暈車所帶來的折磨！但是，從長輩身上，我們不只看見自己父母甚至祖父母的影子，從他們的溫暖款待裡得著安慰，更因為超高齡社會是台灣即將面臨的重要挑戰，透過計畫執行、發想與反思，深切盼望能讓下一個世代因此具備同理老年、跟長者一起工作、一起共好的能力，如果「永續」是台灣或是台灣的高等教育希望能夠達成的使命，那麼希望我們所做的一點點努力，可以為「高齡人才永續共育」略盡綿薄，謝謝龍崎！

長榮大學社會工作學系副教授兼主任 鄭佩芬



學生運用Switch帶領長輩健康促進



漫遊泥竹老島-龍崎人文走讀活動



健康識能桌遊教具

## 光陰流轉，龍崎足跡計畫成果

計畫團隊在龍崎已即將邁入第六年，我們一步一腳印的陪伴著龍崎，迄今來回龍崎已經超過32900公里，今年豐碩成果如下：

【居家訪視】投入師生 65 人次；關懷陪伴 11 戶；跨域工作會議 5 次

【社區培力】社區交流培力 1 場次；媒合 7 個組織交流

【高齡健促】投入師生 247 人次；長者參與 325 人次；高齡健促活動 46 場次；教案產出 26 案

【科技健腦】投入師生 155 人次；長者參與 208 人次；科技輔具活動 27 場次；教案產出 6 案

【青銀共事】投入師生 60 人次；跨校會議 8 場次；行動短片 1 部

【健康識能】投入師生 20 人次；實作活動 5 次；衰弱評估訪視 206 人次

【人才培育】辦理 11 場培育講座；師生參與 352 人次



龍崎區區長顏振羽蒞臨學校參與「伴·老·」高齡服務意象展

### 111年 USR計畫大事記





## 人物專訪特輯

「活力充沛、守護龍崎-王琦瑩醫師」

台南市龍崎區衛生所「推動活躍老化、深化健康高齡行動」榮獲110年衛福部第14屆金所獎，為全國第一名；領導這個優異團隊的重要推手正是龍崎區衛生所所長王琦瑩，也是在地長輩們經常提及的「王醫師」。

### Q 什麼樣的原因來到龍崎工作？

王琦瑩醫師畢業於陽明醫學大學後於嘉義基督教醫院服務，一開始因著公費醫師制度規定須於偏遠地區服務4年，在同學訊息分享下來到龍崎衛生所；當時雖已嫁到台南，但未聽過龍崎這個地方。

回想102年5月31日就職龍崎衛生所的第一天，沒有蜜月期，而是馬不停蹄的立刻看診；也因上一份工作曾巡迴醫療於阿里山，所以在龍崎山區的路程相對適應，也就這樣來到第10年。

### Q 衛生所是公衛基礎、也是龍崎重要的基層醫療，談談關於衛生所的角色。

早年衛生所著重婦幼衛生、節育等業務宣導，但因著人口型態改變，現今著重老年健康及防疫。龍崎衛生所曾經是台南市最後一個設有居家護理所的衛生所，當時須與護理師共同至家戶協助更換導尿管、鼻胃管等等。

王琦瑩醫師認為多數衛生所的執行業務相同，但因著人口需求而有業務比重特色之差異，龍崎現有人數約3600人，人口數少而有機會與民眾互動關係密切，可以走進家戶關心生活，包括這二年因著疫情而進行疫苗注射，長輩隨口一句「你吶ㄟ冇打電話通知」，透露出許多對於人情關懷的期待。

### Q 分享在龍崎衛生所工作過程，印象深刻的事情。

因工作業務發現龍崎區僅只衛生所一家醫療機構，卻未被列入全民健康保險醫療資源缺乏地區，故寫信反映至衛福部部長信箱；還記得當時為蔣丙煌部長，很快的收到回覆並於隔年納入，對於這樣的結果，王琦瑩醫師堅定地相信「有事就該說出來」。

曾服務一對九十多歲的老老照顧夫妻檔，阿嬤長期行動不便、阿公照顧能力有限，久而久之產生褥瘡，兩老求助衛生所。考量所內人力有限，設法媒合長照資源而轉介居護所，由居護所協助執行傷口照護及教導阿公換藥照顧技巧。然而，一年以後，居護所主動告知阿嬤頭部腫包且瘀青，但家人卻表示不知道受傷原因，後來嘗試再透過家庭照顧者關懷計畫，強化對於這個雙老家庭的關心。有一天，阿公突然主動到衛生所說明阿嬤頭上的傷口是因為其他家屬喝醉了、協助照顧時不小心造成的，對王醫師來說，不論阿公所說是否屬實，但老人家願意親自來澄清，代表著被信任，也深刻感受到照顧歷程中，照顧者生活的改變與壓力。

而在另一個長期穩定使用長照資源的家庭中，遇見個案選擇結束生命的狀況，提醒王醫師進一步思考，當家庭照顧者已經消耗殆盡，現行體制或者衛生所還可以做些甚麼？該如何預防或建立關懷機制？



## Q 對於長榮大學USR「惡地護老在龍崎—青銀共好Age Long」計畫之印象及影響。

對於計畫的印象，包含曾經與衛生所合作動動班、帶著長者搭乘高鐵快閃圓夢、關懷訪視獨居長者等等，對於引進科技輔具進行長者健康促進活動等等也感到新鮮，確實感受到大學生的活力感染著長者，也在活動中看見長輩們的笑容。

## Q 未來對於衛生所業務及USR計畫之期待。

王琦瑩醫師回顧在102年時，龍崎只有成大護理系與龍興社區發展協會，至今已陸續有許多資源單位投入，大家藉著各種方式提供高齡服務，提升長者健康知能，並在信任中相互通報支援形成共照網絡，也因此衛生所可以有更多心力發展業務。期待未來計畫引進更多新知並創造新的合作模式，更盼望跨科系的學生們持續做中學，服務中學習同理，持續投入未來高齡人才產業。

### 訪談後記：

訪談過程不論是談到積極寫信至部長信箱還是服務經驗，從談話語氣中總感受到那股熱情，深刻記著那句「有事就該說出來」及背後的行動力。

採訪時也好奇已超過規定偏鄉服務年資卻持續留下的原因，王琦瑩醫師笑著說，工作情緒也是會有起伏，但留下來的動力之一是有一群很好的團隊夥伴，愉悅的工作氣氛及服務意願讓工作規劃變得有所期待，除了治病以外，也可以創造及嘗試更多的預防工作。



部分照片由龍崎衛生所提供

## 人物專訪特輯

### 「俠女性格、謙卑服務-周傳姜老師」

從事護理教育32年，106年曾獲大台南護理師護士公會傑出貢獻獎，因與計畫主持人鄭佩芬老師過往的合作默契，邀約後立即同意加入大學社會責任實踐計畫，自第一期開始持續帶著護理系學生跨專業合作，共同前往龍崎區進行偏鄉長者服務。



### Q 從護理專業看高齡化社會的需求及護理專業角色演變。

護理的專業角色在於經由個案身心社會與靈性健康需求評估，以提供適切的協助，範圍涵蓋從預防、問題處置到安寧照護。

高齡社會來臨，無論在社區或醫院的護理人員有越來越多面對高齡個案機會，也需迎向更多與問題共存的挑戰，例如受到健保制度影響，開刀住院天數逐漸縮短，病人往往帶著傷口返家，凸顯了居家照護的重要，除了出院衛教和追蹤，甚至也須適時進行家訪與轉介。

高齡照護需求從資源豐沛的都會區到偏鄉；從機構安養到獨居自理；無論學校或職場繼續教育都需要加強相關認知與實務歷練，如何提供客製化照護，需要更積極的跨領域合作，盡量避免本位主義。

### Q 對於龍崎的印象。

龍崎是一個風景美的地方，但人口老化嚴重；地處偏鄉，剛開始知道有長者寧獨居拒絕遷至外地接受子女照顧，是有資源卻不願意使用；但慢慢發現長者在地生根一輩子，對土地感情強烈。身體不適多不想麻煩他人，面對無法解決時以「認命/知足」自處，許多長者有自己獨到的方式與環境共存。

在龍崎，深刻體會何謂「尊重個案自己的決定」，確定長者具判斷力並認為是最好決定時就予以尊重，不須單方面認為既有資源和服務沒有充分利用而過於不安，因為不同年齡長者有其不同關注的點，這一份韌性生活應被尊重，可以多傾聽和學習。

### Q 執行於計畫中印象深刻的事情。

第一次聽到獨居長者的家人因為擔心淹水而將門檻墊高，沒想到卻成了日後出門活動的障礙，還有孩子假日返回龍崎時，有些長者還要忙做飯，或協助處理家庭問題等等，不見得都只是被照顧的角色。

因著計畫於龍崎有許多深刻的故事，也總提醒我們服務的設計及彈性，有時候我們為了保護他們，卻製造了其他問題，若不是深入服務就沒有這些體會，也無法有更多貼近需要的服務策略。



清泉據點揭牌開幕儀式

## Q 今年正式邁入65歲，以人口定義為「老年」身分，看待計畫具有哪些意義？

每一年去龍崎時看著長者越來越老、越來越衰弱，甚至聽到有些同學隔年服務發現長者逝世時會傷心，服務並非總是提供資源得到好績效，有些時候就是需要陪伴、傾聽，可以陪伴走完人生最後的路也沒有不好。

同學很用心設計健康識能教材也很熱心帶領長者參與團體活動，建議再多持續觀察，不斷發現問題，不斷保有彈性的調整策略、解決問題，例如曾有長者因為聽力弱不願意參與大團體活動，同學知道後就調整方式為小團體進行，重視長者的需求是很重要的。

## Q 對於計畫未來期待。

面對高齡社會，從健康、亞健康到失能長者需求多元，需求無限、資源有限；而每個人對於生活期待及自立自強定義不同，服務規劃中保有彈性，柔軟傾聽，也需要更多除了政府之外的社會資源投入。

計畫設計結合課程很好，負責獨居長者身體評估的是碩士在職生，這些臨床護理師藉由此活動更多理解病人出院後生活模樣，有助於未來進行出院衛教更多細微提醒。擔任觀察員的大一護理系學生也可從活動中，得以學習和欣賞學長姐專業角色的展現。此外，與同為訪視團隊的社工系同學交流討論中得到橫向與縱深視野，一方面自我欣賞肯定，另一方面看見健康照顧合作團隊彼此角色及貢獻，而非只有單一專業當家。期待計畫可以再增加其他系所參與合作，學生在校時認識不同專業進行合作，我們需要更多的彈性、包容，更細心去觀察傾聽，學習對話溝通，並將其經驗帶到社會，影響更多人。

## 訪談後記：

本次訪談以線上方式進行，過程中不斷傳遞服務彈性、柔軟傾聽之信念，這就如同與老師的實際互動一般的溫暖；在分享期待未來的獨立自主高齡生活，也不禁聯想到近期看到的獨立老與孤獨老議題，反省我們陪伴長者中是否看見長者韌性生活之優勢，也期許計畫有尊嚴的獨立伴老。

# 崎心協力 溫暖的氣息

- 1 訪談瞭解長者需求
- 2 量測血壓關懷長者身體情形
- 3 護理系進行全人健康評估



「到宅服務」這四個字看似簡單但其實背後蘊藏很多意義，不只是訪談，著重的是「跨專業整合到宅個別服務」，跨專業團隊中包含社工、護理及職能治療等專業，依循專業角色進行分工。

由社工系先與長輩及家屬建立關係，瞭解需求、人際互動、休閒安排等等；護理系進行長輩全人健康評估；職能治療師評估長輩日常生活活動表現、居家環境，協助設計復能處方。期許跨專業合作過程，支持協助長輩過著有品質的生活。

服務過程由師長進行督導以確認服務狀態，訪視前詢問「你想如何跟長輩建立關係？」

呼應課堂所學，提醒著換位思考與對方同在，所以需看見長輩所處環境、喜愛的人、事、物與長輩「開槓」，找到與長輩建立關係之話題。

居家訪視中，參與學生發現長輩的飯剩很多，細問後才得知不是咀嚼不了而是飯菜不合胃口，經由督導機制討論出「如果長輩吃的東西不符合胃口，你們可以自己料理給長輩吃啊！」，後續雖因疫情影響而無法輸送服務，未能如期共餐，但原定到訪日期改由計畫專職人員攜帶筆電前往，透過網路視訊方式持續關懷。長輩第一次看見電腦，對於視訊方式產生好奇，主動與學生展開話題；學生回饋當長輩主動對詢問關心生活甚至想瞭解多事物時的那一刻，感到感動，也感受到即使是疫情阻礙互動距離，也無法阻擋的溫暖；形容與長輩互動的溫暖就像風，雖無法抓取，它卻停歇在石頭之上，即使置之不理，仍會充斥在各個地方。

跨專業整合到宅個別服務藉由專業整合了解長者需求，並在陪伴的過程，觀察、傾聽、相互分享、貼近長輩的生活；看似計畫陪伴長者過程，學生也是與長輩學習，讓彼此的生活有更多不同的認識與發現，青銀共伴，這就是服務的意義。



連結職能治療師評估居家環境及生活活動表現，設計復能處方



# 青銀共伴在清泉



學生聆聽長者的生命智慧

晨光熹微，長輩們伴隨著鳥鳴，漫步至熟悉的清泉據點；學生們循著蜿蜒的路徑到山裡，用破台語帶著長輩們唱唱跳跳，據點重啟陪伴長輩已近兩年。

據點是課程實作場域，學生學習經營據點、規劃帶領健康促進團體、進行居家關懷訪視，期待強化長輩社會功能，維持認知、延緩身體退化。

計畫團隊集結兩年服務成果，於2022年10月於本校辦理「伴。老。」高齡服務意象展，彙整參與據點活動長輩作品、送給年輕人的智慧語、古早生活用品、影像紀錄及清泉據點點滴，長輩蒞校出席作品展，並於現場敘說山居故事，讓未能到清泉據點的師生感受來自山裡溫暖。

經營據點使計畫團隊更瞭解、認識龍崎，走進長輩的日常生活，青銀共好，成為彼此養分。

長者透過展覽的影像與學生分享山居故事

學生與長輩從陌生到熟悉，從初識的自我介紹，到熟悉彼此，被長輩記得名字是難以言喻的喜悅與感動，真正走進長輩的心裡。

同學們到據點長輩多了話家常的年輕夥伴，每位長輩都有豐富的人生故事，等待同學們入山尋寶、傾聽。

- 1 清泉據點活動
- 2 人文院長與長者一同貼牌揭開意象展序幕



# 高齡健康促進

「陪伴龍崎，從心出發，健康老化，從新出發」



社工系陪伴長者用粉彩畫出復活節彩蛋



運技系示範並指導長者太極拳式

從計畫開展迄今，地廣人稀的龍崎高齡健康促進活動已從過去缺乏至今蓬勃發展成各里關懷據點皆有長期的穩定辦理。最初僅有龍崎永續發展協會、崎頂里辦公室、牛埔里辦公室開辦4個據點高齡健促活動，現今已增加龍崎衛生所、龍崎農會、台南市立醫院、一粒麥子基金會、萃文基金會以及計畫團隊深耕在地。

除各里致力推展據點活動外，計畫團隊亦由社工系、運技系及心理系等跨領域聚焦於牛埔烏山頭清泉關懷據點及大坪關懷據點辦理活動。現有高齡健康促進活動中，學生以粉彩畫、益智桌遊或發揮創意自製道具等元素，針對各據點長輩的需求，結合各領域多面向專業知識導入，延緩長輩失能，期實踐健康老化。

而從一年級就參與活動的三年級社工系學生陳宣這麼說：「每週到了固定活動那天，龍崎長輩們總是在據點前聊天等候著我們，並以最和睦的笑顏及最熱情的招呼展開每次的活動。從大一下學期就開始參與計畫的我，覺得自己總是沒辦法以流利的臺語與他們互動，個性比較內向的我，常常擔心自己無法勝任。但沒想到不好的台語，反而是拉近彼此距離的鑰匙，讓我有機會與龍崎長輩有更多的話題與接觸，也在這一年多的日子裡，深刻感受到自己在帶活動及語言方面成長許多。除此，我也觀察到長輩們在面對我們帶來的新事物時，有些人感到新奇的願意接受挑戰，有些人猶豫、退縮需要更多陪伴。在這過程中，我看到了長輩



心理系說明認知翻牌活動方式



運技系示範並指導長者正確伸展動作



社工系自製活動道具訓練長者手部肌力

對我們的信任、鼓勵與彼此間的接納，使得原本覺得自己沒辦法做到的長輩願意去嘗試，也讓願意接受挑戰的長輩更有成就感，讓他們覺得自己是可以做到這件事的，甚至是有能力做到很棒！那些情感與動力自然而然的在據點生活裡蔓延開來，健康老化也跟著悄悄到來」。



心理系進行認知活動

# 深化社區培力行動

「培社區·陪長輩」



龍崎區牛埔里陳泰祥里長介紹龍崎生態



龍崎小農小燕子分享在地產業

近年來，龍崎在地組織開展了相當多的計畫致力於高齡服務，像是龍崎衛生所之衛生福利部國民健康署的「預防衰弱服務網-樞紐計畫」、龍崎區農會之行政院農委會「綠色照顧示範站」及臺南龍崎永續發展協會之行政院農委會水土保持局「農村社區綠色照顧計畫」等，整體龍崎高齡服務網絡逐漸綿密，對於龍崎高齡長者無疑是一大助益。

隨著在地高齡服務網絡的蓬勃發展，且鑒於計畫有其時限性及期盼高齡服務的延續，對於在地組織培力工作，一直也是計畫的重點執行項目之一。計畫團隊除了穩定參與龍崎區長期照顧單位的聯繫會議外，計畫團隊主持人鄭佩芬主任及莊靜宜老師更受邀擔任龍崎衛生所樞紐計畫的學術顧問，定期參與網絡團隊會議，交流實務相關經驗，並從學術面向上，針對網絡成員的需求提供諮詢。

此外，針對網絡各單位的執行現況與未來展望，在疫情尚未趨緩的狀況下，若比照往年召集社區夥伴一同前往具相同屬性，且成功結合在地特色與發展規模的典範社區參訪，在人

員移動上，恐增加染疫風險。故今年改採邀請相關單位，來到龍崎分享其豐碩的社區營造與高齡服務實務經驗，並針對在地社區夥伴的提問給予指導，進行深度交流，像是有遠在桃園大溪開辦「社會性農場」的綠社工典範-屠崇軒、榮獲第六屆社區金典獎肯定的隘寮社區發展協會潘玉燕理事長及十大綠色照顧典範的東片社區發展協會黃日禡理事長，其經驗分享對於在地夥伴的高齡服務視野實有大幅提升之效。

而未來將投身實務場域的學生自然也是計畫重要培育的標的之一，針對高齡特色設計創新方案並直接於龍崎執行、修正與分享，增進社區組織對於服務的新想像，創造社區/學生的融滲學習。另計畫團隊也接續區公所近年辦理社區導覽員的培訓活動，帶著學生進行社區走讀，藉著社區導覽員的解說，使學生進一步認識龍崎，也更認識各個在地組織的服務與特色，期盼在共好的基礎下，能創造出好的循環，也帶給長輩更優質的陪伴。

- 1 培力社區組織幹部-社會性農場綠社工屠崇軒分享實務工作經驗
- 2 龍崎農會董啟聖主任介紹農會對於龍崎的重要
- 3 學生於永興農場進行草仔粿製作體驗
- 4 龍崎區牛埔里陳泰祥里長介紹龍崎區人文歷史



# 科技健腦 活躍頭腦



學生一步一步指導長者學習Switch搖桿



學生設計不同的前導活動，引導長者更快學會科技軟體

「長輩們拿著Switch搖桿化身法師互相比拼法力、開著礦車穿越礦坑隧道、揮著旗桿考驗記憶力，每位長輩都玩得不亦樂乎，驚呼連連大喊這耐ㄟ加趣咪！再來一次！」這是長輩與學生共遊科技輔具常見歡樂情境，儘管長輩仍會對於現代的科技感到陌生與害怕，但在學生們耐心的引導下，都變成了電動遊戲高手！

計畫團隊自109年開始嘗試推展科技軟體結合高齡健康促進活動迄今已經3年，今年於龍崎大坪里活動中心、牛埔里清泉據點、牛埔里活動中心，辦理2個月共25場次科技健腦活動。

依據前2年執行經驗作為基礎，團隊盤點各據點的延緩老化需要，並邀請職能治療師協同討論復能活動執行架構，從年初開始進行討論規劃，再藉公開招募、面試與培訓等，甄選出對執行科技輔具有興趣學生一同參與服務。

今年除計畫助理外由114級大一升大二社工系學生林瑞庭、林育儀、邱家芝、陳映蓉、魏以辰、蕭仔芯6名學生共同加入團隊，透過課餘時間學習高齡相關知能，亦利用各類科技媒體進行資料收集，設計遊戲後進行試玩並反覆討論修改，最終擬定以運用Switch為主的科技健腦系列活動。

活動執行2個月期間，透過Switch的「1-2Switch」、「大人的腦部鍛鍊」、「家庭訓練機」、「世界遊戲大全51」等4款遊戲軟體，每次都讓參與的長輩們驚呼連連，尤其藉著這樣的整合，不僅讓老年人得以復能，也在認識年輕人玩意的同時，老小朋友都能激發有趣的互動。透過影像、音效及體感遊戲機，讓老人家可以一邊運動身體、一邊進行腦部鍛鍊，還能在加油打氣中增進彼此間的情感互動，藉著多元的遊戲媒材幫助長輩延緩老化。

- 1 學生帶著長者玩Switch「大人的腦部鍛鍊」
- 2 學生陪著長者操作遊玩
- 3 學生協助操作搖桿，讓長者能順利遊玩
- 4 長者藉由「舉旗子」遊戲，訓練記憶力



1



2



3



4

# 高齡意象紀錄片與青銀共事遊藝行動

「龍崎意象，超乎想像」

你曾經想像過自己的老後生活是什麼模樣嗎？老化確實會帶來許多的影響，身體上的、心理面或是生活，總有些不同的變化。有別於長居都市的高齡者，交通網絡發達，就醫資源豐沛，生活機能的便利程度遠高於偏鄉，但在龍崎，獨居、交通不便、醫療資源相對稀缺及整區只有幾間傳統雜貨店沒有便利商店的生活，卻反而襯托出龍崎的不容易與特殊性。

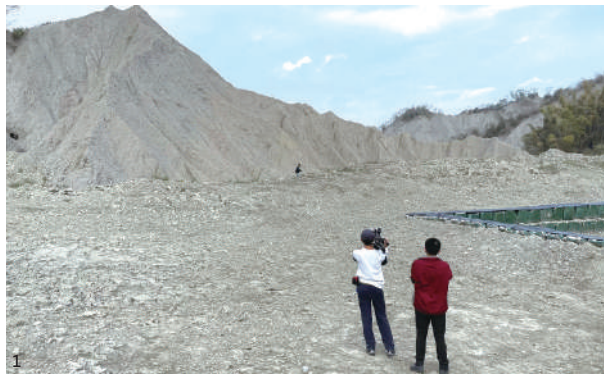
計畫團隊從過去至今深入龍崎，大小活動都透過影像記錄下每個龍崎與長者的身影。這幾年也藉著在地特色，如竹編、草仔粿或是辦桌菜，發展以青銀共事為主軸的遊藝行動，透過畫面紀錄保存老一輩的好手藝與每一則生命故事和感動，也透過青銀共事的過程，讓青世代能夠更具象的認識理解銀世代的生活，同時擁有跨域合作的經驗，翻轉青世代對於老的想像，並在跨域合作中，來回預備其未來發展創新服務的底蘊；團隊也花了三年的時間，實地走訪龍崎，紀錄高齡之日常，試圖讓更多人看見龍崎山居與龍崎的老。

參與青銀共事遊藝行動的社工系學生許茹靜談到：「長輩的記性實在超乎想像，從小時候到工作，每個場景每個細節都記得一清二楚，與其對話與互動過程深刻感受到長輩生命力的堅韌與不易，對於『老』算是有爆炸性的認識，在跨域合作方面更是震撼。」至於自己

跨域學習，試著用影音說故事，先撇除專業術語不說，影片剪輯手法百百種，如何用影像說故事，實際傳遞出龍崎的堅韌給閱聽者感受都是新的收穫與學習。

計畫助理許明修也說到：「龍崎，真的超越我的想像。」畢業後就跟著計畫在龍崎闖蕩，帶著既有的高齡意象框架進來，每年遇到的龍崎都在刷新我對於高齡的刻板印象，怎麼會有高齡八、九十歲還能爬樹、割竹筍、務農也自己備餐，甚至有些是沒有任何慢性疾病且認知功能超好，跟我印象中的老實在天差地遠，每每回顧起這些年跟龍崎的邂逅，真的滿滿感謝龍崎給了我們好多無價的至寶，與其說是我們陪伴長輩，倒不如說謝謝他們願意成為我們的人生導師，給了我們機會學習，也不吝接受我們用影像紀錄他們的生活，讓更多人看見不一樣的老。

- 1 攝影團隊實境紀錄龍崎人文地貌
- 2 攝影團隊金建宇紀錄龍崎長者生活樣貌
- 3 高齡長者生活紀錄-竹編達人工藝紀錄



# 高齡者衰弱概況普查



學生協助進行高齡者衰弱概況普查訪視

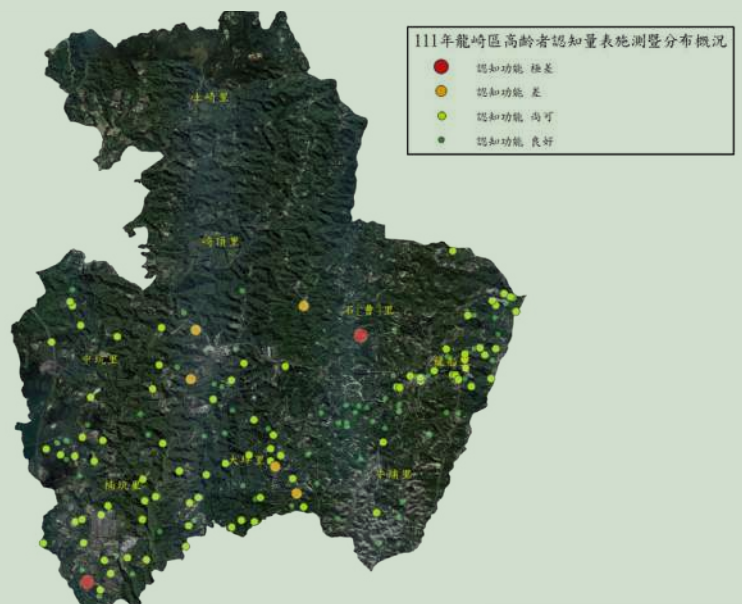


計畫助理許明修進行高齡者衰弱概況普查訪視

「歹勢，甘五郎底咧...？」每每進到山裡進行衰弱普查，這句話幾乎已經成了劃破林間寂靜的第一聲問候！Google map在網路訊號微弱的山區，幾乎起不了作用，多數得憑著老人家的指點，才能從這戶繼續往下一戶探險，有時免不了遇上成群結隊的狗幫派，有時則在看似荒蕪的小徑深處，發現柳暗花明的村里人家。有些長輩熱情招呼，有些長輩小心探問，有些長輩外出以致空訪，有些長輩委婉回絕，這些是衰弱普查的日常，也是另一個實務現場。

高齡者衰弱概況普查基於跟龍崎衛生所「預防衰弱服務網-樞紐計畫」的合作進行家戶個別訪查，一來得以更全面性瞭解龍崎區長輩的健康概況，以作為USR以及樞紐計畫在服務規畫上的參考藍圖，另外，也期待能運用地理資訊系統(GIS)的技術，明確盤點進而推估健康需求的變化以及資源提供的適配性。

在實際執行普查前，由衛生所初步整理龍崎長者相關名單，並透過區公所里幹事協助確認實際居住者，再由計畫團隊專案人員或獨立執行或有學生共同參與實際走訪，訪查時除了跟長輩閒話家常，主要更施測ICOPE及GDS15



量表，之後除了針對個別狀況進行服務轉介外，也同步轉銜予衛生所，以提供進一步的複評。最後整理量表及編碼，運用GIS系統繪製成逐年衰弱概況分佈圖做為服務導入依據的客觀基礎。

在幅員廣闊的龍崎，沿著山間小路進行挨家挨戶的普查實非易事，但是藉由這樣跨計畫、甚至跨單位間的橫向暨縱向整合，盼望能夠為山裡的老人家們提供更符合需要的服務，而且不只是看到現在，甚且能夠邁向未來！

# 健康識能桌遊教具的設計與應用

自2016年開始，《惡地護老在龍崎-青銀共好Age Long》計畫團隊進入龍崎區迄今已經五年，在這些年陪伴長輩的歷程中發現，許多老人家受限於識字能力欠佳或是訊息接收管道不足等，以至於健康識能較為缺乏。健康資訊的理解與運用是自我照顧的基石，高齡長輩的自我照顧能力則攸關其健康狀態，因此，如何依據龍崎高齡長輩的健康需求，設計出兼具知識性與趣味性的健康識能教材，便成為計畫的關注焦點。有鑑於主觀健康狀態有其社會文化差異，因此在進行健康識能教材設計之前，計畫先藉由在地老人關聯健康及自我照顧的口述敘事來澄清其自評健康狀態以及變化歷程，並根據分析結果釐清龍崎長輩最為重視的健康議題主要包括預防跌倒、慢性病預防管理以及營養保健等三項。而這樣的分析結果，跟龍崎衛生所行動醫院的健康篩檢，還有團隊過去進行個別家戶關懷訪視的觀察結果大致相符。



健康識能桌遊教具實拍



學生至長者家中試帶桌遊教具





老師及學生討論教具修改方向

教材設計階段，整合護理、營養、職能治療、美術等不同專業，並以疊疊樂桌遊作為設計概念原型，期能透過寓教於樂的方式，讓長輩一邊玩、一邊能在這些簡單易懂的牌卡遊戲中，輕易學習預防慢性病、營養保健、預防跌倒等健康識能。

教具籌備歷程中，無論是健康資訊的確認、题目的描述方式、題目難易度調整等等都花費了許多時間，團隊師生也在這個歷程中持續學習與成長，深刻體認教材「易讀」的重要性。作為參與教材設計的學生，這段歷程確實是難得的學習經驗，更有助於自己不斷回顧重整過往參與服務的經驗，盡可能應用所學習到的關於老年的知識，並擴充自己的知識領域，涉及營養保健、慢性病、肌力訓練等等，對於高齡健康有更多的領悟與思考。

尤其，跨領域合作一直是計畫的重點，藉著跟不同專業的互動學習，不僅學習到了跨專業的知識，更體認到「以長輩為中心」才是跨專業合作的核心，如何保持尊重與開放的態度，並接納不同角度的想法與建議，進而彼此溝通協商而非衝突與競逐，才是真正利於長輩的跨專業合作模式。



學生至據點試帶桌遊教具活動

在實際嘗試施作教材後發現：1.長輩對具象化題材較有反應，如看見食物卡會主動向帶領者介紹食材、看見空間圖會分享家中狀況；2.實作確實可以強化概念學習的效果，例如在防跌活動中長輩會一同參與運動環節，甚至進而帶動其他成員。計畫團隊也會持續透過教材施作與長輩回饋，逐步再修正設計，期能更貼近長輩需求。

長輩們自有一套生活哲學，也在歷程中不斷看見老人家的韌性，著實令人感佩！希望透過這樣跨專業團隊合作所創作的健康識能桌遊教材，能有效提升社區長者的健康識能，得以健康快樂的在地安老。



學生至據點試帶桌遊教具活動

# 人才培育 實踐永續

「人才培育」為USR計畫核心價值，亦為計畫執行重要基石，學生藉由參與計畫訓練、執行，培育出專業的人才。

專業能力訓練除配搭課程學習外，計畫團隊邀請實務歷練豐碩業師指導，提升學生鏈接實務工作之能力，111年度迄今共辦理13場的培力講座。

培力講座主要為實務知能性及操作運用課程：實務知能講座辦理「失智症患者的治療與復健」、「綠色照護」、「生活有職能，一起找可能」、「關係互動與角色扮演」、「疫情下的社區照顧」等回應場域所面臨現階議題，透過該類講座辦理，強化學生立即回應實務議題之專業知能，進而提升服務品質；操作工具運用課程舉凡「職能尬台語-實務現場的台語運用」、「影像工作坊」、「器材大小事」等，增進學生現學現用多元軟實力發展。



社會性農場綠社工屠崇軒分享實務工作經驗

本年度計畫團隊共舉辦3場次「跨域學生學習成果分享會」，邀請不同領域學生分享各類計畫成果，藉由師生對話、回饋交流、深化學習，除讓服務經驗持續傳承，發展更多合作的可能性，推疊出更茁壯的養分。

唯有持續培育人才，才能使社會實踐永續發展，期待未來創造更多實務服務機會，回應社會需求，戮力培育專業高齡服務人才，讓學生不僅是計畫中的小螺絲釘，亦要成為社會實踐的扛霸子。

- 1 深耕德瑪汶協會產業經理蘇文仙分享耆觀部落之社區照顧實務經驗
- 2 計畫助理毛韋翔教學各式器材使用方式。
- 3 南藝大音像所碩生指導學生運用攝影器材
- 4 南藝大音像所碩生指導學生運用攝影器材
- 5 學生分享在計畫中的學習與成果



## 05.和在一起工作的收穫

- 踏進去案家，才發現自己的渺小。
- 跨專業的重要性，持續增進自己的知能。
- 在合理且有餘力之時，協助服務對象完成理想。
- 不是善意被拒絕就是急意，僅是不同面向的善意。



# 精彩花絮



「伴·老·」高齡服務意象展



計畫助理陳怡君指導學生活動注意事項



學生聆聽長者故事



學生分享家訪的學習與成果



清泉據點活動結束合影



「伴·老·」高齡服務意象展，展覽長者的創意手作



## 編輯團隊

指導單位 教育部

發行人 李泳龍

發行單位 長榮大學社會責任實踐計畫「惡地護老在龍崎 - 青銀共好Age Long」

總編輯 鄭佩芬

執行編輯 毛韋翔、許明修、陳怡君

助理編輯 林冠儀、許茹心、許茹靜、陳宣、陳映蓉、廖建宇、楊嘉瑜

發行日期 2022年11月



惡地護老在龍崎  
青銀共好Age Long