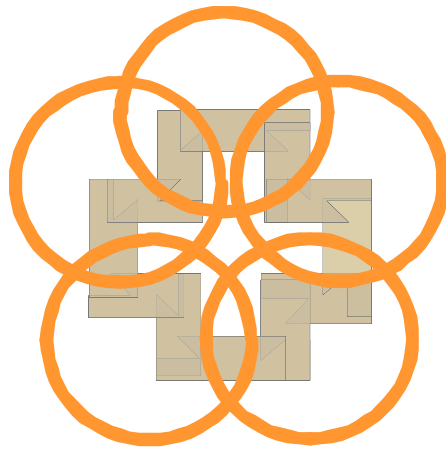


教育部補助技專校院發展學校重點特色計畫

100 年度具體計畫書

高齡健康服務平台營造計畫(修正版)

Platform Building for Elderly Health Service



全 程 計 畫：自民國 100 年 1 月 至民國 101 年 12 月止

本 年 度 計 畫：自民國 100 年 1 月 至民國 100 年 12 月止

執行學校：康寧醫護暨管理專科學校

中華民國 100 年 03 月 30 日

目 錄

壹、計畫基本資料表	2
貳、整體計畫執行內容摘要	3
參、本年度計畫執行內容摘要	4
肆、背景及現況	5
陸、具體內容及配套措施	15
柒、實施進度	24
捌、資源運用、行政支援、計畫執行能力指標	27
玖、經費需求	32
一、資本門	32
二、經常門	33
拾、預期成效及影響	35
子計畫一：高齡健康運動研究中心	35
子計畫二：高齡樂活服務計畫	35
子計畫三：高齡健康促進計畫	35
拾壹、觀摩活動規劃	37
康寧醫護暨管理專科學校「高齡健康服務學程」修業一覽表	39

壹、計畫基本資料表

總計畫名稱		高齡健康服務平台營造計畫				
所屬類別		<input type="checkbox"/> 工業／能源類 <input type="checkbox"/> 生技類 <input type="checkbox"/> 農漁牧類 <input type="checkbox"/> 通訊／資訊類 <input type="checkbox"/> 電子類 <input type="checkbox"/> 商管類 <input type="checkbox"/> 醫療照護類 <input type="checkbox"/> 休閒類 <input type="checkbox"/> 文化創意類 <input checked="" type="checkbox"/> 其它類				
計畫期程		<input checked="" type="checkbox"/> 新申請案 <input type="checkbox"/> 延續案(申請第 2 年補助) <input type="checkbox"/> 延續案(申請第 3 年補助)				
執行學校		康寧醫護暨管理專科學校				
計畫 總 主 持 人	姓名	井敏珠			姓名	呂莉婷
	電話	(02)26321181#101			電話	(02)26321181#683
	傳真	(02)26341943			傳真	(02)26341943
	E-mail	mjching@knjc.edu.tw			E-mail	ltlu@knjc.edu.tw
新申請案 (填全程之 經費需求)	執行年度	教育部補助款(A)		學校配合款(B)		小計(A+B)
		經常門	資本門	經常門	資本門	
	(第一年)	0	1,000,000	150,000	150,000	1,300,000
	(第二年)	0	0	0	0	0
合計	0	1,000,000	150,000	150,000	1,300,000	
計畫序號	計畫名稱	主持人	職稱	服務單位		
總計畫 0	高齡健康服務平台營造計畫	井敏珠	副校長	校長室		
		李惠玲	主任	教務處		
		陳宗騰	主任	資圖中心		
		呂莉婷	主任	高齡社會健康管理科		
分項計畫 1	高齡健康運動研究中心	呂莉婷	主任	高齡社會健康管理科		
分項計畫 2	高齡樂活服務計畫	詹家和	主任	企業管理科		
分項計畫 3	高齡健康促進計畫	陳秀珍	主任	護理科		

貳、整體計畫執行內容摘要

由於臺灣地區的醫療及社會的進步，我國早在民國 82 年就已正式進入「高齡化社會」。民國 98 年底，老年人口增加到 2,457,000 人，佔總人口的 10.63%。我國人口老化的速度是全球老化速度最快的國家之一。

本計畫期程二年，分成三大計畫進行，說明如下：

子計畫一：高齡健康運動研究中心，本計畫旨在結合區域特色，發展完整之高齡者體適能評估，強調高齡族群健康管理模式，結合本校承辦內湖老人服務中心，成立「高齡健康運動研究中心」。

子計畫二：高齡樂活服務計畫，本分項計畫旨在結合內湖地區在地社區高齡者，建構高齡者樂活服務平台，以(一)高齡者價值保存知識庫為核心，經由(二)創新高齡者教育多元學習環境、(三)促進高齡者再就業及職業發展、(四)活化高齡者社會參與能力、(五)促進世代間教育及交流活動等執行目標建立高齡者樂活資訊平台，為高齡者價值再造，進而創造高齡者樂活生活。

子計畫三：建立學校健康政策、建構支持性的健康環境、強化師生的健康促進技能、建立社區結盟的夥伴關係，以及提供社區健康服務為重點。

結合三大計畫整合設計「高齡健康服務平台」，整合服務資源，保存珍貴記憶。隨著高齡化時代的來臨，高齡者的特殊需求與客製化服務已然形成另一新興服務場域，協助學生及早因應時代趨勢，進行跨領域學習，以增加學生就業競爭力，本校擬規劃「高齡服務學程」，全校學生均可選修，是為發展本特色之要的。

「老化」主要並不是僅僅只是一種生理過程，而是一種社會過程或文化過程。要改變大部分人的想法，掃除迷思，替代以有科學根據的論斷，並不容易，首先須把過去深植人心的想法去除，就像學習新的事物，必須先拋棄過往陳舊、甚至根深蒂固的東西。也因此，必須從小培養對老化的正確觀念，透過正規教育與社會教育，摒除對高齡者的年齡歧視，重新喚起全民「敬老尊賢」的觀念，提倡世代間了解，促進不同世代的人相互溝通與交融，營造對高齡者親善的普世價值，也才能讓高齡者有尊嚴的生活。

參、本年度計畫執行內容摘要

人口老化是近年來眾所關注的議題，尤其當我國 65 歲以上人口逐漸攀升的同時，面對高齡者各種生理、心理、社會等複雜需求日益增加，以及家庭型態與功能的轉變，行政院在 2007 年已核定『我國長期照顧十年計畫』，將長期照護服務補助擴及至一般失能民眾，未來將朝著長期照顧保險制度發展。而醫療與生物科技的進步，也帶動遠距醫療照顧的發展，喚起對高齡者對於健康促進與預防的重視，刺激相關服務產業的興起與創新，在食、衣、住、行、育、樂等面向，看到高齡人口多元化的服務需求。

有鑑於此，本校發展三大計畫(一)高齡健康運動研究中心，(二)高齡樂活服務計畫以及(三)高齡健康促進計畫，並在教學資訊平台整合下，完成「高齡健康服務平台建置」。本計畫分二年期程，第一年預計建置完成子計畫一之高齡健康運動研究中心，建立高齡運動訓練專業核心團隊，發展優質運動評估與專業運動設計。子計畫二之活化高齡者社會參與及多元學習環境等樂活方案辦理，再造高齡者價值。子計畫三之高齡健康促進計畫中建立學校健康政策與創造支持性環境，建立親善老人的典範學校。本校擬規劃「高齡健康服務學程」，全校學生均可選修，並以分年漸進式逐項完成「高齡健康服務平台資料庫」建置，連結科技與社區資源，以落實高齡者生活健康化與社區化的最終目標。

肆、背景及現況

一、背景

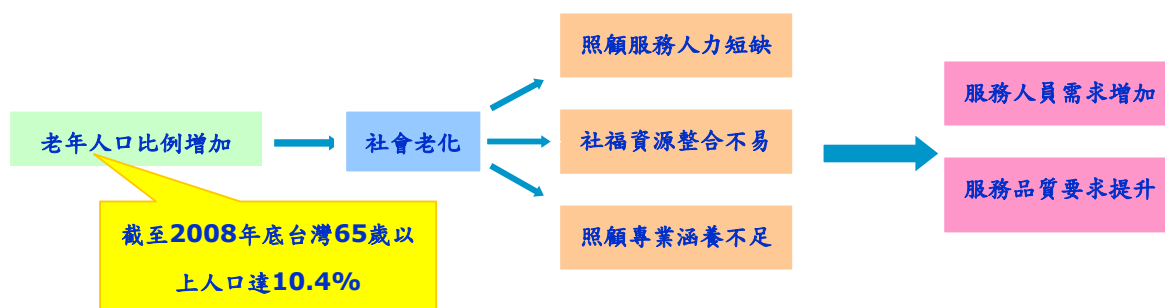
由於臺灣地區的醫療及社會的進步，我國早在民國 82 年就已正式進入「高齡化社會」。民國 98 年底，老年人口增加到 2,457,000 人，佔總人口的 10.63%。另依據行政院經建會的推估，預估至民國 114 年就會超過 20%，是聯合國所稱之為「超高齡社會」，我國人口老化的速度是全球老化速度最快的國家之一。也就是說，現在 10 個人有 1 個是老人，20 年後即每 5 人中就有 1 位是老年長者。加上少子女化現象愈來愈嚴重，我國的老化速度已排名全世界第二。內政部人口統計資料顯示 2008 年約七個 15~64 歲工作年齡者負擔一個老人、20 年後將變成三個人就要負擔一個老人，因此因應人口老化之相關措施發展是刻不容緩的工作。臺北市老人人口至 97 年 11 月底已達 314,515 人(占總人口 11.99%)，台北市遠較其他縣市更加嚴重且更快面臨這樣的人口改變和多重的社會問題。

世界衛生組織及先進國家已陸續針對老人健康需求，制定老人健康促進政策(國健局老人健康促進計畫,2009)，進行健康風險因子的監控與管制、實施預防保健與教育、設定健康目標等健康相關促進計畫、教育宣導策略、以確保老年人的生活品質，也是高齡健康促進的目標。世界衛生組織提出活躍老化(Active Ageing)的基本原則，為世界各國擬定老人健康政策的主要參考架構。活躍老化意指：健康、參與、和安全達到最適化機會的過程，以促進老年時的生活品質(WHO,2002)。即使是退休的老人與失能老人，能夠繼續參與家庭、同儕及社區的活動，仍然可維持活躍。世界衛生組織同時提醒促進老人心理健康與社會連結的政策或計畫，與促進老人生理健康同等重要。

歐盟國際組織則提出健康老化(Healthy Ageing)計畫，建議以老人之社會價值、健康促進之必要性為原則，強調橫跨式的整合、健康促進及疾病預防之支持性環境的發展；在實務方面，應激發有效的健康老化介入措施、政府及 NGO 等組織合作、多元化行銷健康老化的認知與方法、創造增進老人的飲食、運動、社會關係與就業等機會。

日本推出「健康增進法」，並於 2002 年正式發布與實施，強調國家整體、產官學共同努力，以改善生活習慣為目標，以減少疾病，實現開朗的高齡社會目標。2005 年提出「高齡化社會對策」研擬三項對策：（1）終身建立健康的身體；（2）建立健康的環境設施；（3）推動照護預防服務。

而我國目前所面對的問題包括：照顧服務人力短缺，社福資源整合不易以及照顧涵養不足(如下圖所示)



圖一 我國老人照顧之問題現況

因應我國人口老化快速，疾病型態由過去的急性傳染病轉變為慢性疾病，而且這些慢性病特別是和個人長期的生活型態以及生活環境有關。為了培養正確的衛生知識、養成健康的生活習慣、建構良好的生活環境、促進社區成員健康、提高社區生活品質，是目前學界與產業界間最需緊密連結且共同關注的議題和努力的目標。

老年人身心健康與保健醫療需求除了老人疾病外，隨著正常的老化過程，身體的各器官功能也逐漸衰退。因此，老人罹患疾病的比例相當高，根據內政部調查，56%的老人患有慢性疾病。健康相關問題對老人的生活造成多方面的影響，健康因此成為老人最為關心的問題，健康狀況亦是老人生活滿意程度的重要決定因素。

適度運動可以減少老年人肌肉組織的喪失，以及慢性病的危機。依據台大醫院北護分院老人健康研究調查顯示有 20.39%的人 BMI>27，符合肥胖定義。且多數老人有運動不足的情形，而不運動或運動不足會加速老人老化過程的進行，同時罹患慢性疾病的機率也隨之增高。可知老年人需要適

當的運動，才能真正抗老化達到養生的目的。讓慢性病不是老年人抗拒運動的藉口，而是更正面執行合適運動，以減緩慢性病逐年產生身體功能惡化的可能，可以自立生活，長壽才有意義，生命方有尊嚴。

據統計，國內老人醫療支出不但已占去家庭醫療總支出的 20%，亦耗費 30% 以上的全民健保醫療資源，不僅顯示台灣老人身心健康與生命品質情況普遍不佳，亦突顯出國內健保經費大多花費在後端—「治病」部分，鮮少投資在前端—「保健、疾病預防」部分，已逐漸遺留下不良後果。

每週規律性的運動，可以降低各類慢性疾病的罹患率，對老年人身體組成的改善、提昇並維持良好的基礎新陳代謝率有所改善，並可增加老年人免疫系統的功能，減少老年人肌肉組織的流失以及慢性疾病的危機。規律的運動不僅能延長壽命，還能改善生活品質，亦可避免或延緩由老化引起的慢性疾病，同時修正生命曲線而終生擁有活力與良好的健康直到人生終點(Paffenbarger & Olsen, 1996)。規律運動亦可改善老人的血壓、糖尿病、血脂、關節炎、骨質疏鬆、及神經認知功能等，而降低死亡率及年齡有關的罹病率(Nied & Franklin, 2002; Hopman-Rock & Westhoff, 2002)。

台北市內湖區位於台北市東陞，東、西、北三面山陵環繞，南面臨基隆河，中央平原低窪，形成內陸湖沼，故取名為內湖，內湖依山傍水，碧山風景秀麗，環境寧靜，主峰為忠勇山，山腰有開漳聖王廟、圓覺禪寺、金龍寺、太陽廟等名勝，另有大湖公園及碧湖公園，可做為居民進行各項活動之良好場所，全區面積約 31.5787 平方公里 劃分 37 個里，96 年 9 月底總人口數為 265,389 人。在醫療保健方面，區內有 3 所醫療機構—三軍總醫院、國泰醫院、康寧醫院，1 所安養機構，15 所養護機構，另有 203 所基層診所提供服務。

內湖區內老年人口數為 21,582 人，佔全區總人口之 8.13%，本校自創校以來，除極力培育技職專業人才外，對於在地區域性服務更是積極創新，自 90 年開始接受台北市政府社會局委託辦理內湖老人服務中心以來，承辦經營過程積極提供區內老人福利服務，除提供電話問安、關懷訪視、居家服務、餐飲服務外，並舉辦各類長青學苑課程、協助社團活動辦理等，依

長輩需要協助個案評估，提供長輩及時性的協助。此外，中心致力於社區資源整合，從食、衣、住、行、育、樂方面結合社區資源提供長輩相關協助。

二、現況說明

本校在承辦內湖老人服務中心九年多來，不遺餘力地經營連結內湖區社區資源，除了加強與各資源結合外，更針對長輩需求進行分析，以務求供需均衡，並藉由各項資源整合活動、方案、凝聚社區組織單位關係、以保持與鄰里長合作互動等。也因著在服務社區的過程中，預見了社會高齡化趨勢，因此在本校原有之科系下於 97 年獲准教育部核准新設科系—老人健康管理科，並於次年更名為高齡社會健康管理科，為本校致力拓展高齡服務領域之另一個里程碑。

臺灣社會一向崇尚「敬老尊賢」的觀念，每年農曆九月九日訂為敬老重陽節是一般歐美國家所沒有的節日，但在工商業發達的今天，社會大眾對「敬老尊賢」的觀念已逐漸淡薄，一般人大多只注意到老化的負面，將高齡者視為不事生產的社會負擔，忽視其正面的價值。早在1975年美國高齡者學的權威巴特勒就提出「年齡歧視」的概念，他認為和種族與性別歧視一樣，年齡歧視也是屬於對某一群體的偏見，而且歧視得沒有道理。

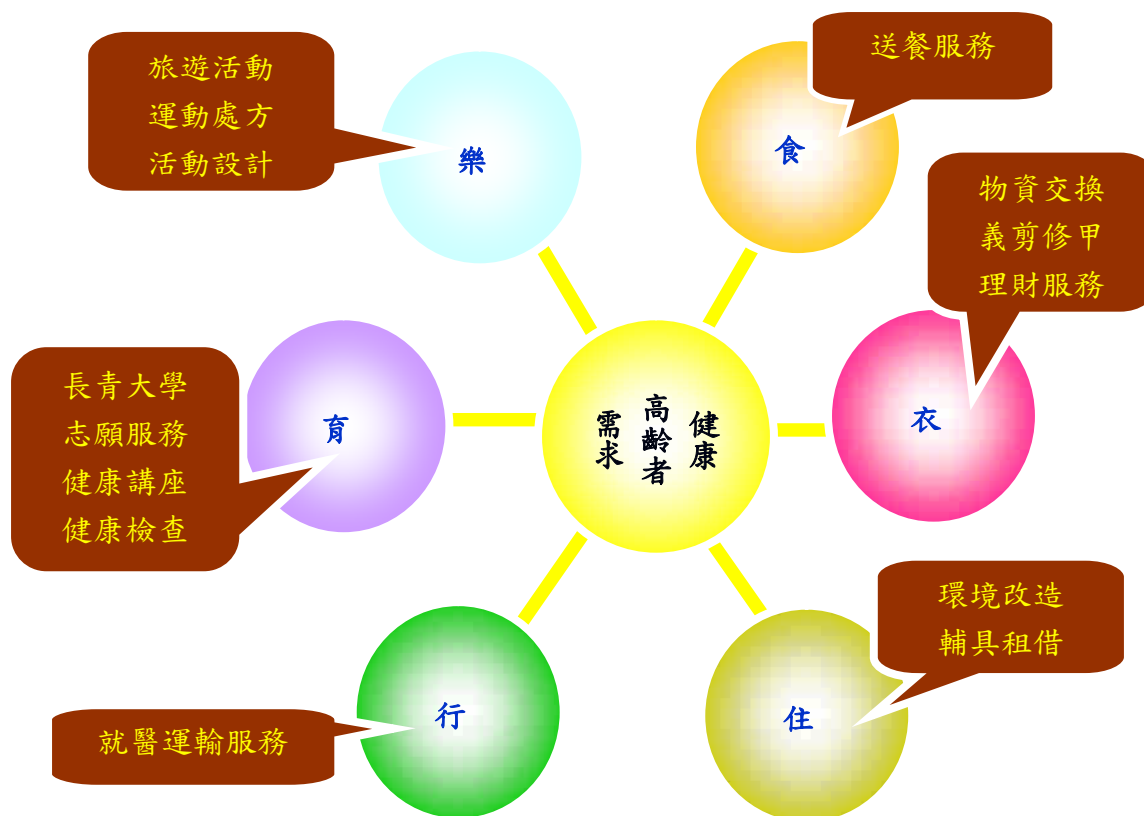
高齡者擁有數十年豐富的知識、才能及智慧，退休後如果無所事事，等於是浪費人才，因此協助高齡者再就業及促進高齡者職業發展，將是未來不可避免的趨勢。在英國、美國及日本等先進國家，對於高齡者職業發展都訂定相關的政策及施行辦法，日本不僅立法保障高齡者就業環境與繼續雇用的雇用安定法，更結合培訓機構來推動高齡者就業。因此，了解高齡者的再就業需求，規劃適合的相關技能知識，運用他們的知識及智慧再度回饋社會，也能增加高齡者的自信心與認同感。

國家人口高齡化之後，老年人口的人力運用亦顯重要，因為高齡者在完成家庭與社會責任後，他們擁有更多的時間可以重新服務社會。依據教育部高齡者政策教育白皮書，培養高齡者具有志工服務的態度及素養，是高齡者教育重要的措施，除了可提高生命的意義及價值感，更由於他們的

投入補足了許多基層服務及勞動的缺口，提昇社會整體的運作，及樹立服務社會的良好典範。

目前我國公教人員退休平均年齡為54.9歲，根據93年統計，國人男性平均壽命為73.47歲、女性為79.70歲，這些高教育水準之退休人力，如能重返校園協助學校推動輔導等工作，可提升弱勢學生學習成就。此外，學校更可延請社區中的耆老及傳統技藝師傅至學校，以社團活動的方式帶領學生認識傳統藝術，除了讓高齡者覺得有成就感外，更能增進世代間接觸機會，另外學校亦可辦理世代交流活動或體驗學習活動，藉由活動的進行讓學生更尊重高齡者，透過不同年齡層的人有交流分享的機會，可建立高齡者的自信心，肯定高齡者的自我存在價值。

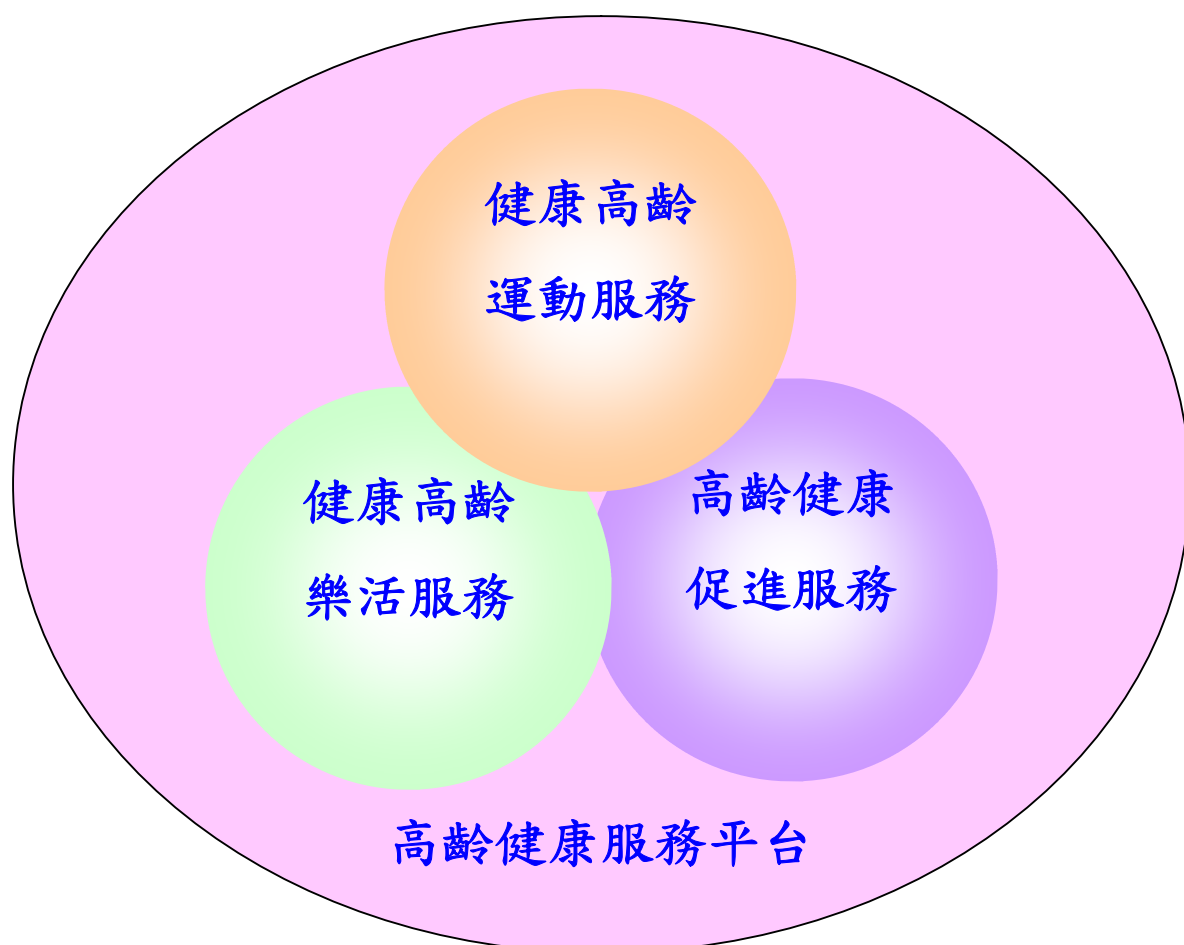
因著高齡社會來臨之故，在社會福利制度的推展下，各項服務高齡活動因應而生，從高齡服務到高齡體驗，但對於高齡者的需求並未有整體性之規劃與考量，由於本校接受台北市政府社會局委託承辦內湖老人服務中心之故，對於高齡者之需求有較深的體認，從高齡者的需求我們進行分析，



圖二 高齡者需求分析圖

並藉由內湖老人服務中心所招開之「社區據點聯繫會議」中諮詢在地高齡服務人士意見，並提出規劃整合意見，深獲在地人士認同與肯定。另外，依據「財政部國有財產局臺灣北區辦事處招標 99 年度第 1 批國有非公用土地設定地上權(第 3 標：台北市內湖區東湖段二小段 10、10-4、10-5 及 12-3 地號)投標須知」所示，本地段限定用途為「銀髮住宅」之用，屆時銀髮產業之整合趨勢必有廣大市場競爭力。本校因著此一市場趨勢並依分析結果就本校科系專長資源規劃三大發展方向(一) 健康高齡運動服務，(二)健康高齡樂活服務，(三)高齡健康促進服務，並營造高齡健康服務平台，在本校資訊專長協助下建置資訊化平台，務使全校積極投入高齡事業，培育本校學生依各自專業中接觸高齡產業，增進學生專業面向，提高就業競爭力。

計畫架構圖如下圖所示：



圖三 高齡健康服務平台計畫架構圖

伍、計畫目標

一、計畫目標

- (一) 配合教育部特色典範計畫，結合高齡社會需求，規劃提供高齡者健康運動服務中心，並結合課程規劃，培育符合高齡化需求之服務人才。
- (二) 因應高齡市場需求，結合本校各科之專業，打造完整服務體系。
- (三) 開創本校特色，順利連結產學合作。

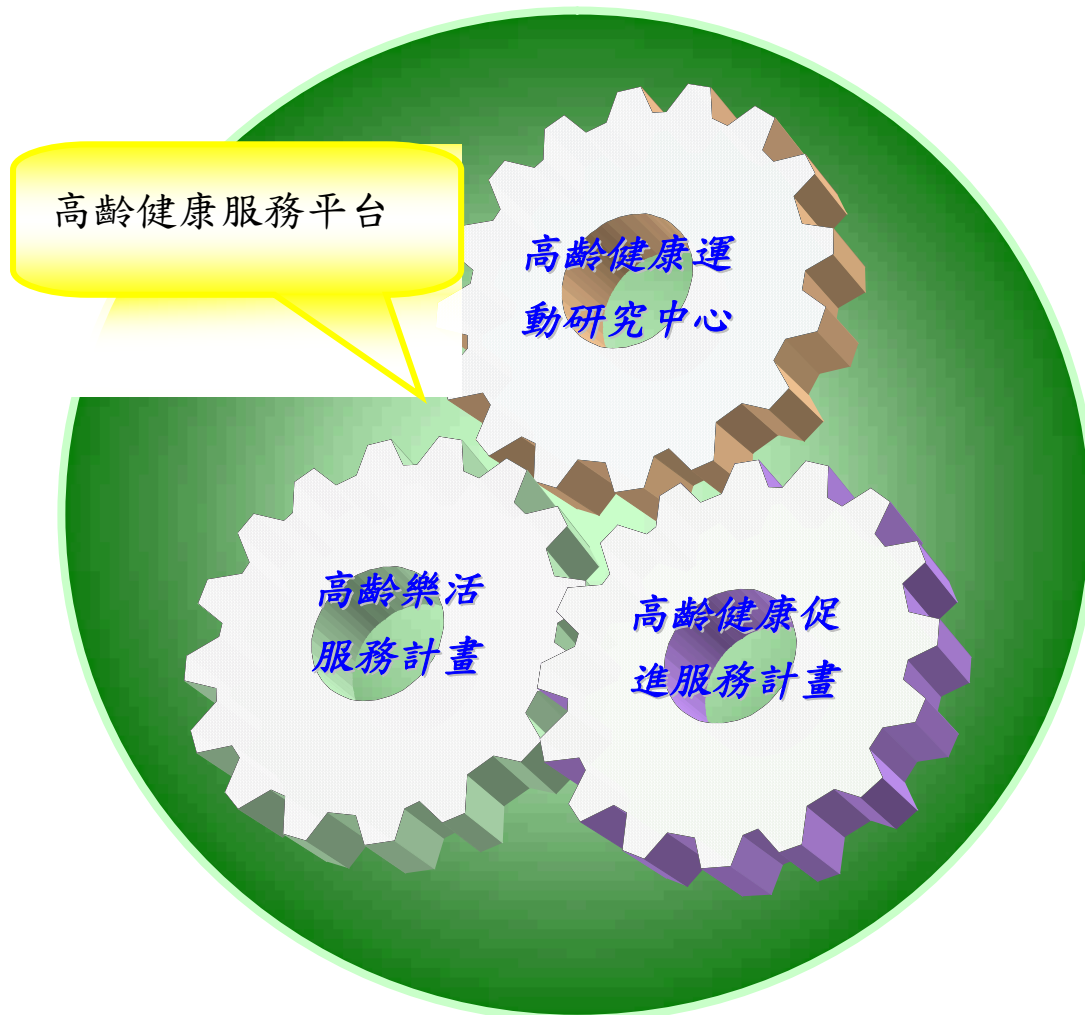
二、發展重點

本校自 91 年承辦內湖老人服務中心已屆滿 7 年，除了提供教育資源與社區共享外，更在學校全體師生努力下，協助社區基層服務工作者進行各項活動課程，包括：學生志工居家環境清掃、公共衛生實習等。於 95 年首度由老人服務中心主辦大型社區性活動如：「內湖區長青運動暨福利園遊會」，聯合企業、養護所、社福機構單位、各級學校（文化大學、師範大學、三民國中）及區內行政資源（區公所、健康服務中心、各里辦公處等），一同針對老人福利服務諮詢、鼓勵銀髮長者走出家中增加人際交流互動、提昇自我實現的能力及生活品質。

另與「中華工商流通發展協會」協同辦理「阿公阿嬤節」活動。發起元月的第二個星期天為阿公阿嬤關懷日；起因由於現在的社會變遷與家庭結構之改變，許多阿公、阿媽成為下一代的撫育者，隔代教養的辛苦，默默付出的不僅是愛心與耐心，更傳承給下一代課堂內學不到的知識與豐富人生經驗，期待能藉由活動的辦理，喚回大眾對長輩的關心，提升長輩的價值。本校藉由老人服務中心的承辦，經由活動協辦及資源整合連結，集合各個企業團體的力量，將對阿公阿媽的尊敬傳播出去，也藉此活動提昇具有社會意義的活動，讓老人福利服務能夠更深入社區。為了擴大活動宣導效益，讓更多的民眾知悉本活動，落實關注老人族群，充分地連結整合資源，深入內湖區，呈現多元化、多層次性的風貌。

有鑑於本校關懷內湖區長輩「健康生活」的使命感與，因此積極經營連結社區資源，除了加強與各資源結合外，更針對長輩需求進行分析，以務求供需均衡，在全校同仁的努力下，期待更能有效提供長輩更多的資源服務。

因而以「高齡健康服務平台」為主軸規劃「高齡健康運動研究中心」、「高齡樂活服務平台計畫」以及「高齡健康促進計畫」期待發展本校區域之在地特色，凝聚社區組織單位關係，增加產學合作機會。



圖四 「高齡健康服務平台」子計畫架構圖

本次計畫發展重點包括：

一、 高齡健康運動研究中心

本分項計畫先以內湖地區為主要服務場域，藉由高齡健康運動中心建置，提高高齡者運動習慣之養成，每週規律性的運動，可以降低各類慢性疾病的罹患率，對老年人身體組成的改善、提昇並維持良好的基礎新陳代謝率有所改善，並可增加老年人免疫系統的功能，減少老年人肌肉組織的流失以及慢性疾病的危機。計畫目標包括：

- (一) 擬配合教育部特色典範計畫，結合高齡社會需求，規劃提供高齡者健康運動服務中心，並結合課程規劃，培育符合高齡化需求之服務人才。
- (二) 因應高齡市場需求，結合區域特色，應用跨領域專業素養，培育具創造力及競爭力之技術專業人才，打造創新完整服務體系。
- (三) 強化教師銀髮產業實務之專業素養、連結產業資源協同教學，建構高齡運動產學策略聯盟服務整合模式，營造產學合作雙贏局面。

二、高齡樂活服務計畫

本分項計畫以內湖地區為計畫施行場域，兼顧在地性及本土性，在「在地老化」的社區教育原則下，建構高齡者樂活服務平台。該平台包含五項執行目標，以達到為高齡者價值保存與再造之目的。高齡者透過價值保存與再造的過程，可促使高齡者本身自信心與認同感之增加，體認到自我存在價值，進而創造高齡者樂活生活。五項執行目標分別為，

- (一) 建立高齡者價值保存知識庫，促使高齡者體認自我存在的價值。
- (二) 創新高齡者教育多元學習環境，增加高齡者學習意願。
- (三) 促進高齡者再就業及職業發展，再造高齡者存在價值。
- (四) 活化高齡者社會參與能力，昇華高齡者生命意義。
- (五) 辦理促進世代間教育及交流活動，肯定高齡者的自我存在價值。

三、高齡健康促進計畫

- (一) 推展高齡健康相關政策：整合校內各學術和行政單位資源，經由學校同意和支持下，讓護理科及高齡健康管理科跨領域合聘師資、同時導入業界師資協同教學、鼓勵校內師資實務深耕提昇教師健康照護實務能力，俾於建立高齡健康促進的共識、以更貼近技職實務內容的教育接軌產業。
- (二) 創造高齡健康支持性環境：據世界衛生組織渥太華憲章的五大行動綱領，要為健康創造一個內外兼備的支持性環境，才能成

功地將健康促進的觀念帶入校園，輔助健康促進的推行。

- (三) 發展本校師生健康促進技能：強化護理科教師對長期照護及高齡產業實務之專業素養、再引導學生學習高齡照護相關技能，進而報考相關証照、培育具實作力、就業力及競爭力之技術專業人才。
- (四) 強化師生之社區參與：透過學生服務學習相關課程和實習，連結產業資源，建構高齡健康促進產學策略聯盟服務整合模式，營造親善老人的典範學校。
- (五) 提供社區高齡健康服務：結合內湖地區特色，強化本校高齡健康社區服務的特色發展，以健康講座、團體衛教、用藥諮詢等創新老人教育的方式，提供多元學習內容，用各科專業服務的能力來推動高齡健康促進，建立完整的健康服務平台。

陸、具體內容及配套措施

一、校內發展整合情形

本校秉承創辦人天主教于斌樞機主教創校之宏願，忠、誠、仁、愛為教育理念，依據專科學校法規定，教授應用科學與技術，培養具有「專業、健康、敬業、務實、創新」五大特質之實用專業人才為主軸。本校以通識全人教育為核心理念，分別培育護理、幼兒保育、高齡社會健康管理、數位影視動畫、資訊管理、企業管理與應用外語等科系的多元化專業人才，再結合內湖在地產業與社區資源，擴大與知名企業或醫療院所產學與建教合作，辦理社區大學相關課程，並自 91 年起接受台北市政府委託辦理內湖老人服務中心持續經營至今，透過高齡健康相關的課程及服務學習活動規劃，深化核心價值的全人教育。在此一理念模式的指引下，審慎參酌先進國家老人健康政策、並檢視我國的相關法規制度、結合高齡社會需求之實證資料、以配合教育部特色典範計畫之教育方針。

二、現有及未來設施規劃

目前校內設有高齡健康運動研究中心，備有油壓式健身器材提供高齡健身服務，並有相關高齡體驗及輔具之相關設備如下表：

編碼	名稱	內容
1	高齡環境模擬實驗教室	模擬懷舊桌椅、電動螢幕、電視、沙發一組、飲食自理輔助組、老人身體機能測定設備、照顧型輪椅、精細動作訓練組、助行輔助組、情境回饋腳踏車、攜帶型血氧濃度計、輪椅 2 張
2	模擬高齡體驗組	模擬高齡者體驗裝置 1 組、模擬體驗專用桌 1 張、模特兒 1 個、無障礙衣服 1 套
3	中風模擬體驗組	腰部支撐帶一件、肘部支撐帶一件、腳步模擬器一件、拐杖(伸縮)1 支、背心 1 件、束縛手套 1 只、收納箱 1 個
4	助行輔助組	助行腰帶(60")1 條、拐杖椅 1 張、四輪可煞助行車 1 台、轉身輔助盤 1 個、輪椅斜坡架 1 組、座臥兩用鋁合金輪椅 1 台
5	飲食自理輔助組	定杓碗盤 1 組、功能性輔助筷子 1 組、多功能湯匙 1 組、流質食物餵食器 1 個、膠柄旋迴食具(叉、叉湯、大湯匙、茶匙)1 組、切口杯(大、小各一)1 組、口袋圍兜 1 件、開瓶座附蓋 1 組
6	身心機能活化運動設備	活性溫療組 1 組、健康環 5 組、手指棒 5 個、情境回饋腳

編碼	名稱	內容
		踏車
7	老人身體機能測定設備	皮尺、三角板、碼表 2 個、關節量角器各 1、體脂計 1 台、手腕式電子血壓計 1 台、血糖機 1 台、握力計 1 台、坐姿體前彎測定器 1 個、攜帶型肺功能測定機 1 組、手提式電腦 1 台、
8	精細動作訓練組	插花訓練組-大蘭花、插花訓練組-小蘭花、插花訓練組-繡球花、金字塔、沙包投擲組、手部訓練組、健康指壓魚
9	高齡照顧實驗教室	電動護理床(含床頭櫃)、木製按摩床 4 張、中風模擬體驗裝置、模擬高齡體驗規劃、防褥減壓床墊座墊 1 個、防褥瘡照護組波力抓握墊(S.M.L)
10	銀髮族體適能評估組	銀髮族體適能軟體、旗艦型血壓計、全身自動身高體重計、體脂肪儀體重計、標準型皮脂夾、身體體圍測量器、握力器(電子式)110KG、坐椅體前彎測定器、30 秒坐站測定器、坐起繞物測定器、二分鐘抬腿測定器、開眼單足立測定器
11	高齡油壓式健身組	油壓式大腿內收/外展訓練機、油壓式胸背推拉訓練機、油壓式腹部伸展/彎曲訓練機、油壓式腿部伸展/彎曲訓練機、油壓式腿部推蹬訓練機、油壓式肱二頭/肱三頭肌彎曲訓練機、油壓式胸部推舉/下拉訓練機、油壓式蝴蝶機/後三角訓練機
12	高齡平衡訓練組	平衡訓練氣墊、加強平衡軟墊、加強平衡墊(長條型)、平衡訓練機
13	筋膜舒壓組	圓柱輔助器、半圓球訓練座
14	計畫動作訓練組	步頻加速訓練器、軟式圓錐敏捷訓練組、訓練小欄架

本計畫預計添購相關高齡健康運動器材，如抗阻力與活力體能訓練等，並藉由資訊系統管理方式，除可提供高齡服務之用，並期待成為高齡服務事業之示範中心，拓展本校學生就業場域。

三、課程規劃

(一) 高齡社會健康管理科

本校目前設有高齡社會健康管理科，本科培育目標及課程模組以「照顧服務」與「社會服務」為基礎，強調老年人文關懷素養之養成，增加對老年文化背景的認知，加強健康促進管理概念，以達預防或減緩長輩疾病發生的機率；整合老人居家式、社區式生活照護，使學生可得心應手地進行老人照護工作，能充分適應業界需求及具備競爭力。在課

程中，除高齡者之基本照顧與社會資源連結之修業課程養成外，亦針對健康老人所需之文康活動設計與理財規劃進行課程安排，特別的是，本校擬規劃建置「高齡健康運動研究中心」做為產學合作之實習場域，並規劃「銀髮族體適能評估與規劃」與「銀髮族運動處方與設計」課程，培育具備對於老人身體組成與心理、社會變化了解的專業體適能規劃人才，期待能提升本地高齡者體能狀態，印證「活躍老化」之預期目標。

(二) 高齡服務學程

擬規劃跨領域學程，以「高齡健康服務學程」作為本校特色，強調全校均可選修規劃之「高齡健康服務學程」，並在相關課程中辦理高齡體驗活動，使選課學生能感同身受高齡者於日常生活之限制，並激發學生從其專業發展符合高齡者需求之服務。

本學程以 20 學分為基本要求，學生可自一年級下學期開始申請進行跨領域選修，相關課程如附表一所列，由於本校日間部設有五專及二專學制，因此二專一年級、二年級課程與五專四年級、五年級可相互開放選修，以增加學生選課之豐富性。教務處並依據本校「跨領域選修辦法」，於學生完成學程修課後發予證明，並於成績單上附註，已完成「高齡服務學程」修課程序。

四、三大子計畫內容規劃

子計畫一：高齡健康運動研究中心

本計畫旨在結合區域特色，強調高齡族群健康管理模式，結合本校承辦內湖老人服務中心，成立「高齡健康運動研究中心」。

藉由設立「高齡健康運動研究中心」，鼓勵長者養成規律的運動習慣，而能延長壽命改善長者生活品質；亦可避免或延緩由老化引起的慢性疾病，且能降低死亡率及與年齡有關的罹病率。

以下就計畫目標分類與配套方案進行說明：

(一) 整合校內外各領域專家，建立專業核心團隊

辦理高齡運動知能研討會，營造策略聯盟團隊技術共識，提升本校學生高齡健康體適能規劃之能力。

(二) 優質運動評估設備，提供專業運動建議與規劃

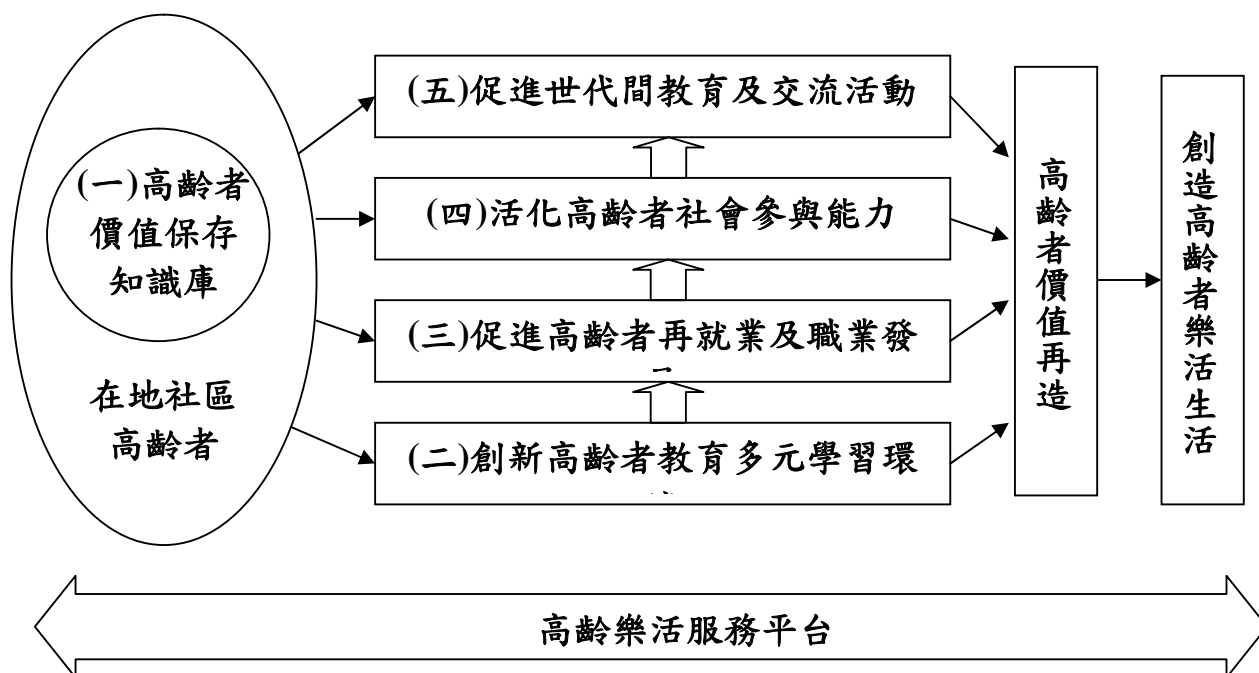
進行高齡健康運動評估表格設計與建立，藉由高齡者體適能課程進行資料蒐集，以建置高齡體適能狀態資料庫；並建置高齡者客製化之體能評估與訓練模式與環境，依個案體能評估結果進行運動規劃，與區域之健檢特約醫院進行合作意向書簽訂，依個案之體能狀況進行分類，連結醫療，復健與運動之互動，提供高齡者專業運動建議與規劃。

(三) 高齡健康運動服務資訊服務

建置高齡健康運動服務資訊網頁，提供高齡者健康運動服務資訊，以及活動辦理與課程講座資訊，藉由網頁建置提供高齡者相關健康訊息，並連結各科課程提供資訊服務。

子計畫二：高齡樂活服務計畫

本分項計畫旨在結合內湖地區在地社區高齡者，建構高齡者樂活服務平台，以(一)高齡者價值保存知識庫為核心，經由(二)創新高齡者教育多元學習環境、(三)促進高齡者再就業及職業發展、(四)活化高齡者社會參與能力、(五)促進世代間教育及交流活動等執行目標建立高齡者樂活資訊平台，為高齡者價值再造，進而創造高齡者樂活生活。



圖五 子計畫二分項計畫架構圖

本計畫旨在建構高齡者樂活服務平台，為充實高齡樂活平台之內容，為落實達成計畫目標，依據計劃架構圖(圖五)，擬訂具體方案，以充實高齡樂活平台之內容，各具體方案說明如下：

方案 1：紀錄高齡者—追憶「人生故事、價值記憶」

透過鏡頭與高齡者們對談，紀錄者不但可以獲取高齡者們人生故事的經驗資料以備分析、傳世之用，建立高齡者價值保存知識庫為社會留下一份寶貴的精神財富外，更可藉此了解日常生活百態，從而體驗人生。紀錄過程更涉及了被紀錄高齡者的經驗抒發，尤盼其透過自己的話語說故事以回顧前程並砥礪未來。

方案 2：用影像寫人生，開辦「紀錄影音研習營」

為訓練學生及高齡者拍攝口述歷史紀錄片的中，能本著「老吾老以及人之老」精神，學習運用關懷與愛心，帶動高齡者從一種「被動的參與」，轉化為「主動的投入」，除為歷史留下見證，也替個人生涯畫下完美句點。因此鼓勵本校各領域學生組隊參與本項紀錄片實作，創新多元學習，體驗「行學合一」的教育理念以及提昇學生人文素養。

方案 3：鼓勵高齡者重返校園成為學生職場實習導師

本方案鼓勵高齡者重返校園成為學生職場實習導師，透過高齡者的專業知識，返校於個案教室進行專題演講，或進行教師協同教學，並透過數位攝影方式將其講授內容錄下達到價值保存之目的，並延請其重返企業職場，擔任學生實習顧問、講師或輔導員等職務，除可協助傳遞工作經驗，並可藉此將豐富的人生閱歷傳遞給學生。

方案 4：開設高齡者信託及理財課程

本方案在於開設高齡者信託及理財課程，透過信託及理財使高齡者面對老年生活有良好的規劃，減少經濟壓力，進而達到樂活人生。

方案 5：高齡美工才藝方案

本方案在於建立高齡者就業服務網站，透過此一網站協助高齡者將所學再度貢獻於社會，並且提高高齡者的經濟收入並可打發高齡者生活時間，增進高齡者自我肯定。幼保科擬連結相關美工、造型設計製作之必選修課程師資及資源，開設高齡美工才藝系列課程，指導高齡人士設計製作美工藝品或用品，透過本計畫網站平台進行網購，可達成高齡人士更具價值與獨立生活品質之目標，有效提升身心健康與自尊自信。

方案 6：高齡者英語歌曲學習課程

1. 本方案旨在為高齡者開設英語歌曲之學習課程，經由老師與同學間的學習、教唱等互動方式，以增進高齡者對語言、文化及生活知識的再體驗，進而達到本計畫世代教育及交流活動之目標。

子計畫三：高齡健康促進計畫

本計畫為達成計畫目標，發展下列五大策略，以建立學校健康政策、建構支持性的健康環境、強化師生的健康促進技能、建立社區結盟的夥伴關係，以及提供社區健康服務為重點，研擬八項具體的行動方案，分述如下：

（一）建立學校健康政策

為強化校內教師對銀髮產業實務之專業素養，需全校同心、建立共識，認同並以實際行動連結產業資源，互相學習、共同建構高齡健康促進產學策略聯盟，發展服務整合模式，營造產學合作雙贏局面。

方案 1：整合校內各學術和行政單位資源，跨領域合聘師資，建立共識。

- 1-1. 辦理高齡健康促進共識會議：利用導師知能研習活動和行政會議時間，召開本校健康促進共識會議，協調各行政及相關學術單位行動支援與配合事項，以達成共識、並宣示全校同心協力支持特色典範計畫及行動。
- 1-2. 鼓勵教師深耕業界實務工作：鼓勵教師至業界實務進修，提升教師健康照護實務能力並致力於實務反思和專業成長。

方案 2：專業教師與業界師資協同教學（雙師制度），以接軌產業。

- 2-1. 引進產學資源協同教學：經學校審查同意之策略聯盟單位，如各大醫療院所資深護理人員、老人服務中心、政府單位如健康服務中心等，引進產業資源，共同辦理教育課程及實務應用研討會，以助於本技職校院與產業接軌、發展服務整合模式。
- 2-2. 舉辦專兼任教師共融會議：由學校聘請產業界師資及各大醫療院所資深護理人員到本校授課，以雙師制進行師資交流。於授課前先召開專兼任教師共融會議，共同檢討及調整符合實務需求之課程規劃。

（二）創造支持性的健康環境

技職教育之特色在培養畢業生具有實務能力。而要達成此目標，唯有提昇技職教育的質與量，才是厚植國力、強化國家競爭力的基礎。本科為培育學生具備高齡健康促進的知識與實務應用能力，將充分利用本校既有的軟硬體設備，創造支持性的健康環境，以利學生能在潛移默化的環境下精進學習、在校園生活中體會和力行，以熟練的技能應用健康促進實務開創本校之技專特色發

展。

方案 3：打造健康促進校園，開創健康典範。

3-1. 開創校園健康促進風氣：觀摩全國各健康促進學校及社區健康營造的方法，引進有利健康促進的社區資源，提供運動成效提示標語、環境整潔及無障礙通道等設施設備，強化學生健康促進的觀念、提供各項有利健康促進活動的誘因和成效說明，營造一個學生學習健康促進的風氣。再利用朝會時間或透過各種教育機會，引導學生體認到運動對身體健康的好處，倡導「成功老化」、「敬老尊賢」等美德及價值觀；視需要調整學校宿舍作息等方法，形成支持性的社會網絡，營造一個無菸、無毒，重視全人健康的校園。

（三）強化健康促進技能

方案 4：鼓勵師生參與實務技能訓練，提昇高齡照護的專業能力。

4-1. 導入跨校際遠距教學示範性課程：本校受邀與教育部大專校院通識課程教學應用計畫之主辦學校（中正大學）合作，推廣教育部數位學習教材，可增強本校學生在正規課程中充實有關健康促進的實務及應用能力。

4-2. 鼓勵老師每年參與實務進修及研習：規劃 100-101 年度教師參與實務研習，每學年至少 80 小時實務研修時間（含寒暑假），主動推薦及提供各項研討會訊息、提供高齡相關研習之報名費補助、並協助發文安排實務進修或健康促進醫院等單位代訓。與台灣急診醫學會等單位合辦高級心臟救命術（ACLS）訓練研習課程，補助教師參加 ACLS 證照考試，提高教師專業能力及對高齡長者急症救助的能力。

4-3. 研擬產學合作培訓課程：與本校高齡健康管理科、內湖老人服務中心及台灣急診醫學會等單位合辦基本救命術（BLS）訓練研習課程，並補助學生參加 BLS 證照考試之證書費用，以增強醫護專校學生對社區高齡長者及居家老人基本救命術的能力。考取基本救命術証照的學生可進一步具有參加本校特色典範系列服務的資格，再搭配社區衛生護理實習等相關課程和團體衛教實作，經由以社區為基礎的服務式學習（Community-based service-learning）的訓練，透過對高齡者健康服務活動的學習與實踐，培養對社會應具備的責任和使命感、以及培育具實務操作能力、就業力及競爭力之技術專業人才。

（四）社區夥伴關係

社區服務學習與實踐（Community Service Learning & Practice）不同於一般

的學校課室教育，乃透過結合社區資源和學校課程設計，整合學生之服務精神與實際行動於社區中，將這些經驗融入學校之課程中並加以承傳可提供完整之社區通識教育，同時建立良好的社區夥伴關係和服務教育整合模式。Osborn 提出理想之社區醫學教育，不僅要以社區為基礎，同時應包括兩個要素，其中之一即為培養學生之願景（Vision），而一個社區服務的經驗（Experience）即是最好的教育工具，透過這個完整的經驗，使學生體會各項社區服務的精神和意義。

方案 5：活化社區參與，建立親善老人的典範學校。

5-1. 提供高齡者創新教育方式：結合醫療院所及社區大學等教育及衛生單位資源，提供多元學習內容。結合本校護理及高齡社會健康管理科等堅強的專業陣容為後盾，讓高齡者參與健康促進專業通識等講座課程；或透過在地產業資源合作，辦理安養機構觀摩會，活絡高齡者終生學習的機會和場所，建立一個對高齡者親善的典範學校。

（五）健康服務

方案 6：提昇高齡者養生保健知能

6-1. 辦理高齡者健康系列講座：結合衛生醫療部門之相關院所資源、社區衛生護理學實習機會，每月定期辦理高齡者醫療保健知識、預防急慢性傳染病等帶狀講座。凡設籍台北市半年以上還能享有市民健康卡的健康講座集點活動，只要參與十二場健康講座，即可兌換免費健康檢查一次，以最少的成本促進高齡長者社區參與的誘因，換取最大的成效。

6-2. 設置「健康諮詢服務專線」，服務項目包括：健康檢查報告諮詢、看病、養生飲食諮詢、居家環境安全評估、就醫調度派車轉介、醫療新知資訊等服務。

6-3. 用藥安全關懷服務：與社區藥局合作，推薦高齡者就近領取慢性病處方簽的藥局地點電話、轉介用藥相關諮詢問題；利用社團服務時間，協助藥盒排藥服務。

方案 7：創新高齡健康促進體驗營

7-1. 提供健康學習護照：利用高齡者到校學習體驗的時機，結合策略聯盟醫院的環境資源、本校社區衛生護理實習家庭訪視之篩檢工具、以及本校資圖中心研擬之健康資訊處理平台，共同合作提出「高齡健康護照」，可提供高齡者在使用藥紀錄，就診紀錄，檢驗報告紀錄，終身學習認證，服務學習認證等相關資源，以便日後能提供持續完整的保健照護。

方案 8：健康促進資訊平台服務

未來將規劃本校資圖中心與護理科、高齡社會健康管理科共同研發高齡健康促進需求評估系統，並結合台北市衛生局等多項資訊平台服務資源，以建立完整的資料庫及服務整合平台，推行俱樂部式會員制，專人主動提供就醫調度登錄及派車轉介、電話追蹤及書面問候等，提供量身打造配套合宜的專屬服務。

五、管理規劃

- (一) 相關設施設備採購均依採購規定進行，並於設備上以標籤註記教育部特色典範計畫補助字樣，並由財產管理人員進行驗收並列入財產清冊以供查核。
- (二) 每項設備均標示名稱及使用說明，以利操作與學習。
- (三) 定期點檢與保養相關設備，並適時修繕。

柒、實施進度

一、執行進度

子計畫一：高齡健康運動研究中心

目標分類	月份(100-101年) 方案	100年						101年					
		2月	4月	6月	8月	10月	12月	2月	4月	6月	8月	10月	12月
1. 建立專業 核心團隊	1-1 辦理高齡運動知能研討會	■	■										
	1-2 辦理高齡者運動體驗營			■	■	■	■						
2. 優質運動 評估與專 業運動建 議與規劃	2-1 健檢特約醫院簽訂與合作	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■
	2-2 運動評估表格設計與建立	■	■	■	■								
	2-3 建置高齡體適能需求分析與評估本			■	■	■	■	■	■	■	■	■	■
	2-4 建置高齡體適能狀態資料庫			■	■	■	■	■	■	■	■	■	■
	2-5 建置高齡體能訓練模式與環境												
3. 健康運動 服務資訊 平台服務	3-1 建置高齡健康運動服務資訊平台				■	■	■	■	■	■	■	■	■
	3-2 高齡健康運動服務資訊統整與分析				■	■	■	■	■	■	■	■	■

子計畫二：高齡樂活服務計畫

目標分類	月份(100-101年) 方案	100年						101年					
		2月	4月	6月	8月	10月	12月	2月	4月	6月	8月	10月	12月
建立高齡者價值 保存知識庫	1.紀錄高齡者—追憶「人生故事、 價值記憶」		■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■
創新高齡者教育 多元學習環境	2.用影像寫人生，開辦「紀錄影音 研習營」		■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■
活化高齡者社會 參與能力	3.鼓勵高齡者重返校園成為學生企 業實務導師		■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■
創新高齡者教育 多元學習環境	4.開設高齡者信託及理財課程		■	■		■	■		■	■		■	■
促進高齡者再就 業及職業發展	5.高齡美工才藝方案		■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■
創新高齡者教育 多元學習環境	6.高齡者國台英語歌曲學習課程		■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■

子計畫三：高齡健康促進計畫

目標分類	月份(100-101年) 方案	100年						101年					
		2月	4月	6月	8月	10月	12月	2月	4月	6月	8月	10月	12月
建立學校健康政策	1 跨領域合聘師資，建立共識		■	■	■	■	■	■	■	■			
	2 業界師資協同教學，產業接軌					■	■	■	■	■	■	■	
創造支持性環境	3 打造健康促進校園，成為適合社區高齡者學習場所									■	■	■	■
發展健康促進技能	4 提昇高齡照護的專業能力			■	■	■	■	■	■	■	■		
強化社區參與	5 建立親善老人的典範學校				■	■	■	■	■	■	■	■	■
健康服務	6 提昇高齡者養生保健知能				■	■	■	■	■	■	■	■	■
	7 創新高齡健康促進體驗營									■	■	■	■
	8 健康促進資訊平台服務									■	■	■	■

二、計畫查核點評值表

子計畫一：高齡健康運動研究中心

目標分類	具體方案	績效指標	達成率	
			100年	101年
建立專業核心團隊	1-1 辦理高齡運動知能研討會	辦理1次高齡運動知能研討會	50%	100%
	1-2 辦理高齡者運動體驗營	辦理1次高齡者運動體驗營	50%	100%
優質運動評估與專業運動建議與規劃	2-1 健檢特約醫院簽訂與合作	完成與特約醫院簽訂合約	100%	
	2-3 建置高齡體適能需求分析與評估本	完成定稿印製	40%	100%
	2-4 建置高齡體適能狀態資料庫	完成高齡體適能狀態資料庫	40%	100%
	2-5 建置高齡體能訓練模式與環境	完成配置體適能設施設備	100%	
健康運動服務資訊平台服務	3-1 建置高齡健康運動服務資訊平台	資訊系統設計，高齡者資料建置	40%	100%
	3-2 高齡健康運動服務資訊統整與分析	統整分析高齡者健康服務資訊資料	50%	100%

子計畫二：高齡樂活服務計畫

目標分類	具體方案	績效指標	達成率	
			100	101
建立高齡者價值保存知識庫	紀錄高齡者—追憶「人生故事、價值記憶」	完成建置紀錄個案資料	50%	100%
創新高齡者教育多元學習環境	用影像寫人生，開辦「紀錄影音研習營」	研習人次達100人次	50%	100%

活化高齡者社會參與能力	鼓勵高齡者重返校園成為學生企業實務導師	1.完成建置個案教室	100%	
		2.重返校園人次達 50 人次	50%	100%
創新高齡者教育多元學習環境	開設高齡者信託及理財課程	開設 4 期信託及理財課程，每期參與人數 30 人	50%	50%
促進高齡者再就業及職業發展	高齡美工才藝方案	開設 4 班，平均每班 25 人，共計參與人數 100 人	50%	100%
創新高齡者教育多元學習環境	高齡者國台英語歌曲學習課程	開設 4 班，平均每班 25 人，共計參與人數 100 人	50%	50%

子計畫三：高齡健康促進計畫

目標分類	具體方案	績效指標	達成率	
			100 年	101 年
跨領域合聘師資，建立共識	1-1 辦理高齡健康促進共識營	辦理 1 場，每場以 60 人，共計 60 人次	50%	100%
	1-2 鼓勵教師深耕業界實務	深耕教師每位可得實務資料蒐集費補助	20%	100%
業界師資協同教學，產業接軌	2-1 引進產學資源協同教學	業界師資 3 人次	50%	100%
	2-2 舉辦專兼任教師共融會議	開設 2 次，平均每梯次 50 人，共計參與人數 100 人	50%	100%
打造內外兼備健康促進校園	3-1 開創校園健康促進風氣	朝會每週一次健康操，18 週，共計 500 人次	50%	100%
提昇高齡照護的專業能力	4-1 導入跨校際遠距教學示範性課程	開設 18 週，平均每次人數 45 人，共計參與人數 810 人次	50%	100%
	4-2 鼓勵老師與實務進修及研習	共計參與人數 20 人次	50%	100%
	4-3 研擬產學合作培訓實習課程	共計參與人數 20 人次	50%	100%
建立親善老人的典範學校	5-1 提供高齡者創新教育方式	開設 18 週，平均每次人數 5 人，共計參與人數 90 人次		100%
提昇高齡者養生保健知能	6-1 辦理高齡者健康系列講座	開設 1-2 次，平均每次人數 20 人，共計參與人數 40 人次	50%	100%
	6-2 設置「健康諮詢服務專線」	服務人次達 1000 人次	10%	100%
	6-3 用藥安全關懷服務	服務人次達 400 人次	10%	100%
創新高齡健康促進體驗營	7-1 辦理高齡者教育體驗學堂	開設 2 班，平均每班人數 30 人，共計參與人數 60 人		100%
	7-2 提供健康學習護照	使用人次達 200 人次	20%	100%
健康促進資訊平台服務	8 健康促進資訊平台服務	服務人次達 150 人次		100%

捌、資源運用、行政支援、計畫執行能力指標

一、計畫分工架構

計畫職稱	負責人	工作分配
計畫總主持人	井敏珠副校長	主持、協調及督導全部計畫之執行
共同主持人	李惠玲主任	協調及督導全部計畫之執行
	呂莉婷主任	
	陳宗騰主任	
分項計畫主持人	呂莉婷主任	主持分項計畫一之執行
	詹家和主任	主持分項計畫二之執行
	陳秀珍主任	主持分項計畫三之執行
協同主持人	朱錦文主任	共同推動計畫之執行
	徐明主任	
	徐偉鈞老師	
	陳琇娟主任	
	陳國傑主任	

二、行政支援

本校為達成本計畫，將整合全校行政單位及相關專業系所共同推動，由副校長親自領導及整合全部計畫之執行，高齡社會健康管理科與圖資中心則針對計畫的規劃及執行負責協調推動，教務處則針對跨領域之「高齡服務學程」進行配套措施之規劃與執行。以下就各行政支援進行說明：

(一) 技術合作處：承辦經費申請、核撥和結報與公文處理

本校採單一窗口之流程，由技術合作處統合辦理教育部、國科會之專題研究與計畫、推動夥伴關係、產學合作計畫等相關學術研究發展之行政事務，技術合作處將協助本計畫向教育部申請經費補助、經費核撥與結報等相關事宜之公文處理，並溝通聯繫學校各相關單位，俾使本計畫順利執行。

(二) 教務處：規劃與執行跨領域之「高齡健康服務學程」

本校除致力於各專業長才培育之外，並在本校各科系認同下，規劃跨領域之「高齡健康服務學程」，從高齡者的需求評估中擬訂相關專業

服務課程，以 20 學分為學程之學分數，從食衣住行育樂各方面提供整合性專業課程學習，教務處將依據本校「跨領域學程修課辦法」規劃與執行「高齡健康服務學程」之安排。

(三) 各科系：依據各分項計畫之方案辦理全校性之高齡健康服務活動

(四) 總務處及會計室：承辦軟硬體設施之購置與財產編列管理

本計畫軟硬體教學設備之購置均依本校之採購流程進行，由總務處事務組與會計室，依據國內外財物設備請購、採購、驗收與結報作業規範辦理。所購置之軟硬體設置，總務處保管組將依據本校制定之「財產管理作業規範」、「財產盤點作業規範」、「財產報廢作業規範」，落實分層管理制度。總務處致力推動校務系統電子化，改善行政品質與提昇行政效率：已完成建構並開放使用財產管理資料庫、線上報修等部分。藉由全面電腦化，學校各單位得以管理財物設備資料，故障損毀之設備更可得以迅速之維修處理。

三、 相關計畫執行一覽表

(一) 近三年之產學合作案：

本校教師近三年之產學合作案，96 年至 99 年共計執行總金額為新台幣 22,024,832 元整。

編號	年度	系所	主持人姓名	研究(合作)主題	計畫收入金額
01	96	校長	周談輝	技專校院學生數位攝影技術創造力學習模式之研究	1,156,000
02	96	護理科	丁先玲	臺灣地區婦女之 α -雌激素受體基因 (ESR1) 多位點單一核苷酸單套基因多型性與乳癌易感受性的相關分析-病例對照研究	1,722,100
03	96	護理科	李惠玲	96 學年度臨床護理能力培訓就業學程就業學程計畫	750,000
04	96	資管科	涂保民	96 學年度資訊服務暨應用學程就業學程計畫	750,000
05	96	企管科	莊汪清	電腦證照、財團法人中華民國電腦技能建教合作協議書	128,000
06	97	護理科	陳秀珍	RhoA/Rho-kinase、caveolins 和 nitric	2,000,000

編號	年度	系所	主持人姓名	研究(合作)主題	計畫收入金額
				oxide sythase 在腹膜炎敗血症引起血管低反應性和低血壓時調節鈣離子的角色	
07	97	護理科	董俊平	彭婉如文教基金會照護服務員培訓班、暹宸照護服務員培訓班	263,152
08	97	國際貿易科	詹家和	產品推廣	26,460
09	97	進修部	鄭仕一	運動實踐的反映與知識轉化的哲學觀	794,000
10	97	護理科	陳玉如	97 學年度稱職基層護理人員培訓就業學程計畫	750,000
11	97	資管科	蕭振木	97 學年度電腦資源管理與維護	750,000
12	97	護理科	董俊平	彭婉如文教基金會照顧服務員訓練班	77,740
13	98	國際交流中心	江松沐	威寶企業合作開發	1,280,000
14	98	護理科	丁先玲	探討 FBXW7/CDC4 抑癌基因多型性在乳癌組織中特定表達模式對病理特徵及其臨床預後之相關(1/3)	3,000,000
15	98	企管科	周談輝	能源國家型人才培育自由導向整合型計畫—推動共同生活圈節能減碳教育(1/2)	910,000
16	98	資管科	陳宗騰	電腦公用服務、認證管理系統多元認證機制暨多功能報表之發展機制	51,000
17	98	進修推廣部	丁立平	照顧服務員	83,2000
18	98	技術合作處	呂莉婷	社會局委託辦理內湖老人服務中心	2,937,980
19	98	護理科	李惠玲	護理職場專業人才與證照輔導就業學程計畫	600,000
20	99	幼保科	徐明	99 年度「臺北市原住民職訓專班-保母人才培訓班」	672,200
21	99	幼保科	徐明	北市社會局委託辦理保母人員專業訓練班	400,000
22	99	幼保科	徐明	行政院勞委會職訓局北區職訓中心委託辦理保母核心課程訓練	400,000
23	99	幼保科	徐明	社團法人台北縣保母協會學分班	1,107,000
24	99	幼保科	徐明	社團法人台北縣保母協會保母考照術科訓練班	117,200
25	99	護理科	何瓊芳	北市社會局委託辦理照顧服務職前	500,000

編號	年度	系所	主持人姓名	研究(合作)主題	計畫收入金額
				訓練班	
26	99	動畫科	藍靜義	真愛中油生物科技有限公司 CIS 設計研究案	50,000
合計					22,024,832

(二) 獲國科會補助之研究計畫：

本校教師在國科會通過核准之研究案如下表七，94 年至 99 年共獲國科會核准之計畫執行總金額為新台幣 15,962,000 元整。

年度	系所	主持人	計畫名稱	核准金額
94	護理科	丁先玲	臺灣地區婦女衰老基因 WRN 多型性與乳癌易感受性的相關分析—病例對照研究(1/2)	989,000
94	護理科	陳秀珍	Propofol 對內毒素血症鼠之阻力性動脈血管的作用	1,021,000
94	護理科	陳秀珍	鈣離子調節在腹膜炎敗血症引起血管低反應性和低血壓的角色	917,000
94	通識教育中心	鄭仕一	以「中觀哲學」論中國武術技能表現之「審美判斷」	230,000
95	護理科	丁先玲	臺灣地區婦女衰老基因 WRN 多型性與乳癌易感受性的相關分析—病例對照研究(2/2)	935,000
95	護理科	李惠玲	化學治療癌症病人身體活動改變之研究：質性與量性的分析	510,000
95	護理科	陳秀珍	鈣離子調節和其致敏性在腹膜炎敗血症引起血管低反應性和低血壓的角色	650,000
96	企管科	周談輝	技專校院學生數位攝影技術創造力學習模式之研究	1,156,000
96	護理科	丁先玲	臺灣地區婦女之 α -雌激素受體基因(ESR1)多位點單一核苷酸多態性基因多型性與乳癌易感受性的相關分析—病例對照研究	1,940,000
97	護理科	陳秀珍	RhoA/Rho-kinase、caveolins 和 nitric oxide synthase 在腹膜炎敗血症引起血管低反應性和低血壓時調節鈣離子的角色	2,000,000
97	通識教育中心	鄭仕一	運動實踐的反映與知識轉化的哲學觀	794,000
98	護理科	丁先玲	探討 FBXW7/CDC4 抑癌基因多型性在乳癌組織中特定表達模式對病理特徵及其臨床預後之相關(1/3)	3,000,000
98	企管科	周談輝	能源國家型人才培育自由導向整合型計	910,000

年度	系所	主持人	計畫名稱	核准金額
			畫—推動共同生活圈節能減碳教育(1/2)	
99	護理科	陳秀珍	能源國家型人才培育自由導向整合型計畫—推動共同生活圈節能減碳教育(2/2)	910,000
合 計				15,962,000

註:國科會研究計畫通過件數計算以核定清單執行日為基準點。

(三) 獲教育部補助之相關研究計畫：

本校跨領域團隊規劃之整合型計畫，以「提升整體教學品質」專案計畫為主，94年至99年均獲得教育部之獎助，計畫獎助總金額達新台幣51,000,000元整。

年度	補助單位	計畫名稱	補助金額(元)
95	教育部	「提升整體教學品質」專案計畫 計畫名稱：建構技職教育多元本位課程發展工程—以康寧專校為例	10,000,000
96	教育部	「提升整體教學品質」專案計畫 計畫名稱：發展數位化本位課程教材教法暨評鑑系統	13,000,000
97	教育部	「提升整體教學品質」專案計畫 計畫名稱：深化本位課程教學與評鑑-邁向多元優質學校專案計畫	15,000,000
98	教育部	「提升整體教學品質」專案計畫 計畫名稱：醫護暨管理技職教育紮根計畫	9,000,000
99	教育部	「提升整體教學品質」專案計畫 計畫名稱：精進師生多元實務與創造能力計劃	4,000,000
合 計			51,000,000

玖、經費需求

一、資本門

序號	設備名稱	規格	用途說明	數量	單價	金額	經費來源
1	建置高齡健康產業服務人才培育特色課程相關設備	體適能評估椅(20張)、	營造高齡健康運動場域環境含體適能評估區、洽談區、諮商區以及休閒區，增加臨床實作之參與感。提供學生適應未來工作環境機會。	1	20,000	20,000	教育部補助款
		洽談桌(3座)、洽談椅(12張)、窗簾(1組)		1	60,000	60,000	教育部補助款
		諮商會議桌椅組(2組)、公文櫃(2組)		1	50,000	50,000	教育部補助款
		休閒區(含玻璃電動門(1組)、15人鞋櫃(1座)、15人置物櫃(1座)、洗手間隔屏(2)、整容桌鏡組(2)、L型沙發組		1	90,000	90,000	教育部補助款
				1	120,000	120,000	學校配合款
2	高齡修甲服務設備組	可調角度單人沙發椅	配合高齡者需求結合課程提供學生高齡者所需之健康修剪指(趾)甲訓練，減少高齡者因手眼協調障礙所衍伸之修剪指甲傷口與合併症問題。	1	20,000	20,000	學校配合款
		修甲工具組(2)，小型紫外線消毒機(規格：AC110V/60Hz，輸出功率：8W，本體尺寸：28x34x25 cm 含以上等級)		1	10,000	10,000	學校配合款
3	銀髮族理財規劃模擬系統	銀髮族理財規劃包括保險規劃與基金管理，包括學生端，模擬客戶端，教師端與後台管理端，並能將建議書依模擬客戶需求進行各項理財商品整合，教師可依學生學習狀況進行指定練習與作業要求。	配合高齡者財務與信託需求，搭配高齡社會健康管理科與企業管理科開設之有關財務規劃與理財課程，提供學生線上練習課程，以因應高齡化社會趨勢。	1	300,000	300,000	教育部補助款
4	樂齡族休閒活動規劃設計模擬系統	休閒活動規劃設計含學生端、教師端與後端管理系統，提供學生進行高齡休閒活動規劃設定，以及高齡長青課程規劃與紀錄系統之線上練習及案例參考系統。並具有教師指定練習管理，提供教師進行線上考試與回饋。	配合高齡者休閒活動需求，高齡社會健康管理科開設之有關高齡活動設計課程，提供學生線上練習課程，以因應高齡化社會趨勢。	1	360,000	360,000	教育部補助款

序號	設備名稱	規格	用途說明	數量	單價	金額	經費來源
		系統伺服器((1) Quad-Core Intel Xeon 2.53GHz 一顆(含以上)。(2) 2X2GB ECC DDR SDRAM(含以上)。(3) SATA(Serial AT Attachment)1.0。(4) 150MB/s(含以上)磁碟控制介面。(5)7200rpm Serial ATA 450GB*1(含以上)。(6) 光碟機 8 倍速(含)以上 DVDROM。(7)10/100/100 Mbps Ethernet*2。(8) 2MB SDRAM 顯示記憶體(含以上)。(9)電源供應器共可達 220W(含以上)。	配合「銀髮族理財規劃模擬系統」與「樂齡族休閒活動規劃設計模擬系統」進行資料彙整，存檔及後端管理系統。				
5	高齡健康運動研究中心會員管理系統	Mifare 卡籍資料管理系統:Mifare 讀卡機及訊號轉換器×2	針對服務族群進行數位系統管理，提供中心會員客製化體適能評估系統整理，	1	60,000	60,000	教育部補助款
		卡籍管理軟體×2					
		個人電腦(共同供應契約第一組第 20 項或同等級以上)×2		1	60,000	60,000	教育部補助款
		可移動式刷卡系統:Mifare 讀卡機及訊號轉換器×2					
		刷卡管理軟體×2					
筆記型電腦(共同供應契約第 3 組第 18 項或同等級以上)×2							
合計						1,150,000	

二、經常門

序號	項目	內容說明	數量	單價	金額	經費來源
1	建立專業核心團隊	專家諮詢費	2	2,000	4,000	學校補助款
		外聘專家、學者	2	1,600	3,200	學校補助款
		講座助理	2	800	1,600	學校補助款
		工讀金	30	98	2,940	學校補助款
		膳費	30	80	2,400	學校補助款

序號	項目	內容說明	數量	單價	金額	經費來源
2	優質運動評估與專業運動建議與規劃	專家諮詢費	2	2,000	4,000	學校補助款
		外聘專家、學者	2	1,600	3,200	學校補助款
		講座助理	2	800	1,600	學校補助款
		工讀費	30	98	2,940	學校補助款
		高齡體適能需求分析及評估本印製	173	10	1,730	學校補助款
		膳費	30	80	2,400	學校補助款
3	紀錄高齡者—追憶「人生故事、價值記憶」	補助學生拍攝製作費	1	10,000	10,000	學校補助款
4	用影像寫人生，邀請業界專家指導	鐘點費	3	1,600	4,800	學校補助款
		工讀費	100	98	9,800	學校補助款
		膳費	100	20	2,000	學校補助款
		教材講義	100	34	3,400	學校補助款
5	鼓勵高齡者重返校園成為學生企業實務導師	協同教學鐘點費	4	1,600	6,400	學校補助款
		宣傳海報	2	300	600	學校補助款
6	開設高齡者信託及理財課程	鐘點費	6	1,600	9,600	學校補助款
		工讀費	50	98	4,900	學校補助款
		講義製作	20	35	700	學校補助款
7	促進高齡者再就業及職業發展-美工才藝方案	校外師資	8	1,600	12,800	學校補助款
		工讀費	30	98	2,940	學校補助款
		講義教材費	71	60	4,260	學校補助款
8	創新高齡者教育多元學習環境--國台英語歌唱學習	膳費	8	60	480	學校補助款
		工讀金	15	98	1,470	學校補助款
		講義製作	35	30	1,050	學校補助款
9	高齡健康促進專業研討暨共識會議	講師鐘點費(內聘)	4	800	3,200	學校補助款
		海報費	26	350	9,100	學校補助款
		工讀費	20	98	1,960	學校補助款
		膳費	60	80	4,800	學校補助款
10	定期健康講座	講師鐘點費(內聘)	2	800	1,600	學校補助款
		場地佈置費	1	1,000	1,000	學校補助款
		上課講義手冊印製	40	40	1,600	學校補助款
11	諮詢服務專線	郵電費	1	1,740	1,740	學校補助款
12	健康學習護照	護照印刷費	100	50	5,000	學校補助款
13	成果發表會	主持人費	1	1,600	1,600	學校補助款
		工讀金	30	98	2,940	學校補助款
		海報印刷費	3	150	450	學校補助款
		成果報告印製費	25	200	5,000	學校補助款
14	雜支	文具、紙張、影印、耗材等	1	4,800	4,800	學校補助款
合計					150,000	

拾、預期成效及影響

子計畫一：高齡健康運動研究中心

1. 建立專業核心團隊，提升高齡運動體適能專業人才素養，完成辦理 1 次高齡運動知能研討會與 1 次高齡者運動體驗營活動，促進教師專業成長策略，加強教師實務進修
2. 進行優質運動評估與專業運動建議與規劃，完成與 5 家區域之特約醫院簽訂合約，完成印製高齡體適能需求分析與評估本，進行建置高齡體適能狀態資料庫，完成配置體適能設施設備，強調產學合作關係，加強與業界結合成效，重視業界服務經驗分享。
3. 完成建置健康運動服務資訊平台服務系統，完成休閒管理與財務規劃課程資訊化建置，提供各科學生實習與教師實務經營機會並設立示範單位，強調高齡服務經驗整合。

子計畫二：高齡樂活服務計畫

本計畫旨在建構高齡者樂活服務平台，並共提出 6 項方案，以充實高齡樂活平台之內容，借由這 6 項方案期望達到協助高齡者創造樂活生活目的。相關預期成效如下：

1. 鼓勵高齡者重返校園成為學生企業實務方面導師、重返人次達 3 人次。
2. 完成建置紀錄個案資料，紀錄高齡者人生故事、價值記憶。
3. 開設高齡美工才藝系列課程，指導高齡人士設計製作美工藝品或用品，透過本計畫網站平台進行網購，可達成高齡人士更具價值與獨立生活品質之目標。
4. 開辦高齡者紀錄影音研習營，研習人次達 30 人次。
5. 開設高齡者信託及理財課程，協助老年生活有良好的規劃，減少經濟壓力，進而達到樂活人生，研習人次預計達 30 人次
6. 開設高齡者國台英語歌曲之學習課程，經由老師與同學間的學習、教唱等互動方式，讓高齡者對語言學習更有興趣，研習人次預計達 30 人次。

子計畫三：高齡健康促進計畫

1. 提昇教師實務能力之專業素養，健康促進專業研討暨共識會議 1 場。
2. 產業界協同教學，形成產學策略聯盟服務整合模式，使產學合作雙贏，

業界師資 3 人次。

3. 融入成功老化觀念、協助高齡者適應老年期生活、懂得營養、養生與生活，開設 1-2 次。
4. 諮詢服務專線，提供多元學習內容，推動高齡健康促進，打造完整服務體系。
5. 結合區域特色，強化本校特色發展，建立親善老人的典範學校。

拾壹、觀摩活動規劃

高齡健康服務平台營造學術研討會暨成果發表觀摩會

Symposium and Workshop for Platform Building for Elderly Health Service

大會主題

高齡健康服務

Elderly Health Service

一、前言

世界衛生組織及先進國家已陸續針對老人健康需求，制定老人健康促進政策（國健局老人健康促進計畫,2009），進行健康風險因子的監控與管制、實施預防保健與教育、設定健康目標等健康相關促進計畫、教育宣導策略、以確保老年人的生活品質，也是高齡健康促進的目標。世界衛生組織提出活躍老化(Active Ageing)的基本原則，為世界各國擬定老人健康政策的主要參考架構。活躍老化意指：健康、參與、和安全達到最適化機會的過程，以促進老年時的生活品質(WHO,2002)。即使是退休的老人與失能老人，能夠繼續參與家庭、同儕及社區的活動，仍然可維持活躍。

為能促進產、官、學等之意見交流與互動，本中心特舉辦學術研討會暨成果發表觀摩會，邀請各界專家學者與會進行專題演講，鼓勵學術研究與產學專題研究發表，結合口頭和海報論文發表、綜合座談、經驗分享等形式進行學術交流，歡迎各界共襄盛舉。

二、辦理時間： 年 月 日

三、會場地點：康寧醫護暨管理專科學校 行政大樓二樓 先雲廳

四、會議議程：

時間	內容	主講人
08：30~09：00	報到	
09：00~09：10	校長致詞	吳文弘校長
09：10~09：20	計畫總主持人致詞	井敏珠副校長
09：20~09：40	分項計畫(一)—高齡健康運動研究中心	呂莉婷主任
09：40~10：00	分項計畫(二)—高齡樂活服務計畫	詹家和主任
10：00~10：30	休息	
10：30~10：50	分項計畫(三)—高齡健康促進計畫	陳秀珍主任
10：50~11：10	高齡健康服務平台系統	陳宗騰主任
11：10~12：00	Q&A	
12：00~13：00	午餐	
13：00~13：20	報到	
13：20~14：30	銀髮族體能活動指導簡介	科正國際健康事業
14：30~15：00	銀髮族體適能評估體驗	蔡明憲總經理
15：00~15：30	休息	
15：30~16：20	綜合討論	
16：20~16：30	閉幕式	
16：30~	賦歸	

五、舉辦單位

1.主辦單位：康寧醫護暨管理專科學校 技術合作處

2.協辦單位：高齡社會健康管理科，企業管理科，護理科

六、參加對象：邀請對於銀髮族健康照顧與管理、健康產業經營與管理、長期照護、食品、生技、美容、休閒保健等議題有研究或參與之政府相關人員、學者、專家、教師、學生或其他關心此議題之社會人士共同參加。(研習時數計 8 小時)。

七、報名

1.報名方式：(1)線上報名：填妥報名表回傳至 hm@knjc.edu.tw

(2)傳真報名：02-26337356#680

2.報名期間：即日起至 年 月 日 () 止

八、聯絡方式：康寧醫護暨管理專科學校 技術合作處

地址：台北市內湖區康寧路三段 75 巷 137 號

電話：26321181#684-685 王詩文小姐

康寧醫護暨管理專科學校「高齡健康服務學程」修業一覽表

全學程共計 20 學分，分核心學分、專業核心學分及專業選修學分

核心學分(必修)：6 學分

科目名稱	學分數	開課單位
高齡學概論	2	高齡社會健康管理科
人類行為與社會環境/人類發展學	2	高齡社會健康管理科/護理科/幼保科
高齡照護概論與倫理/老年護理學	2	高齡社會健康管理科/護理科

專業核心學分(必修)：6 學分

專業類別	科目名稱	學分數	開課單位
健康類	高齡健康評估	2	高齡社會健康管理科
	高齡保健與膳食營養	2	高齡社會健康管理科
	銀髮族體適能評估與指導	2	高齡社會健康管理科
	身體檢查與評估	2	護理科
	營養學	2	護理科
	生死教育	2	護理科
	生命教育	2	幼兒保育科
	健康照護	4	幼兒保育科
服務類	助人技巧與實務	2	高齡社會健康管理科
	高齡財務規劃概論	2	高齡社會健康管理科
	高齡餐飲設計與實作	2	高齡社會健康管理科
	助人技巧	2	護理科
	保險與信託規劃	2	企業管理科
	理財與生活	2	企業管理科
	醫療資訊處理	2	資訊管理科
	醫療資訊管理	2	資訊管理科

專業選修學分：8 學分

專業類別	科目名稱	學分數	開課單位
健康類	中醫藥膳養生概論	2	高齡社會健康管理科
	高齡照護技巧實務	2	高齡社會健康管理科
	高齡疾病與用藥安全	2	高齡社會健康管理科
	銀髮族運動處方與設計	2	高齡社會健康管理科
	基本護理學	8	護理科
	婚姻與家庭	2	幼兒保育科
	多元文化教育	2	幼兒保育科
服務類	生命服務產業經營與倫理	2	高齡社會健康管理科
	高齡服務事業產學參訪與講座	2	高齡社會健康管理科
	社會工作概論	2	高齡社會健康管理科
	高齡活動設計	2	高齡社會健康管理科
	健康管理生活英文	2	應用外語科
	高齡文化紀實專題製作	2	數位影視動畫科
	多元語言應用與學習	2	通識教育中心