

108 年度預防及延緩失能照護方案人才培訓計畫

老夥伴開心玩-桌遊認知訓練實證應用方案

指導員培訓暨回訓課程班簡章

一、主辦單位：慈惠醫護管理專科學校、關鍵能力發展學習中心

二、課程、培訓及回訓目標簡介：

根據聯合國世界衛生組織(WHO)的定義，65 歲以上老年人口占總人口的 7%時，稱為「高齡化社會(Ageing Society)」，達到 14%時稱為「高齡社會(Aged Society)」，倘若老年人口比例達到 20%時，則稱為「超高齡社會(super-aged society)」。內政部資料顯示，台灣 65 歲以上老年人口，由 1993 年底的 149 萬 1000 人逐年遞增至 2018 年 3 月底的 331 萬 2000 人，共增加 182 萬 1000 人，佔總人口數比例由 7.10%上升至 14.05%。預估 2025 年將跨過 20%門檻，成為「超高齡社會」。

老年人口的大幅增加，勢必成為青壯年人口的沉重負擔，而這當中又有一大部分是失能者，需要 24 小時全天候照顧。根據衛福部《老人狀況調查報告》，75 歲至 84 歲區間的失能率為 65 歲至 74 歲者的 3 倍左右，85 歲以上則近半數失能。可見現代人平均壽命雖不斷增加，卻不見得能健康安享晚年。人類身心狀況可視為「健康、亞健康、失能」的連續體，前二階段有賴積極的「預防照顧」保持健康並延緩老化，最後的失能階段則得依靠消極的「長期照顧」維持生活。誠如「世界衛生組織(WHO)」在 2002 年提出的「活躍老化 (Active Ageing)」概念：藉由參與家庭、社區、同儕、社會等社交活動，延緩銀髮族退化速度，維持身體與心靈雙重活力。國外研究發現，每周參與一次以上結合社交、遊戲及娛樂的桌遊，能有效降低罹患失智症及輕度認知障礙的風險。而國內研究也發現，將桌上遊戲運用於教學或遊戲治療中，能提升高齡者的生活品質、促進休閒參與滿足社交需求，更能協助高齡者維持腦部認知功能的運作。

為預防及延緩因老化過程所致之失能或失智，政府於 2017 年起推動「預防及延緩失能照護計畫」，以衰弱老人及輕、中度失能或失智者為主要服務對象。期望透過 6 大預防照護主題，提供單一或複合式照護方案，以預防或延緩高齡者失能及失智，降低醫療照護費用及負擔。是故，本課程將以國內外實證研究為依據，邀請相關領域的專家及實務工作者，發展適合高齡者的桌上益智遊戲活動，並透過課程教導、策略應用與經驗分享，及帶領技巧之實際演練培訓，期能成為協助高齡者預防及延緩失能及失智之專業指導員及協助員。

本方案於 107 年 8 月申請通過，於 9 月開始於各媒合據點執行，目前於「衛生福利部預防及延緩失能照護服務資源管理平台」登錄在案之方案專業師資有 7 位、指導員 31 位及協助員 6 位。預計爾後每 2 年辦理回訓課程，邀請目前有在線上服務之師資、指導員及協助員，經由創新的教學及帶領課程教授、並分享在實務操作時遇到的困境，透過分組研習及綜合討論，試著解決問題，精進自我能力。

三、課程時間：

108 年 5 月 19 日（日）、5 月 25 日（六）、26 日（日）

四、課程地點：

慈惠醫護管理專科學校 E 棟教學大樓 3 樓 E303 會議室

五、報名資格：

	報名資格（符合其中一項即可）
協助員	一、從事老人照顧中心、長照機構、失智症照護、身心障礙照護、社會福利團體、社區關懷據點、樂齡相關團體機構志工及相關從業人員。 二、對高齡者健康促進活動帶領有興趣者。
指導員	一、從事老人照顧中心、長照機構、失智症照護、身心障礙照護、社會福利團

	體、社區關懷據點、樂齡相關團體機構志工及相關從業人員，或桌遊教學經驗，具有高齡者活動帶領經驗一年以上者。 二、具備社區服務據點工作經驗、長照經驗之醫事相關人員與運動專業人員。 三、長照、醫護、運動醫學、物理及職能治療、社工、健康管理等相關系科畢業，且具備臨床或社區實務經驗者。 四、已完成本特約單位協助員課程並取得資格證書者。 ◎請於報名時繳交符合資格之相關證明文件影本。 ◎運動專業人員指：國民體適能指導員、運動指導員、運動防護員、體育運動相關教師、取得執照之運動教練等人員。 ◎回訓課程： 以已取得本特約單位指導員資格證書及目前仍有在據點服務者為主。
--	---

六、報名期限：

即日起至 108 年 5 月 17 日（五）下午 16 時或報名額滿（36 名）為止。

本部將於報名後兩日內以簡訊方式通知是否報名成功。

七、報名費用：

協助員課程：2500 元/人，附贈桌遊折價卷乙份。

指導員課程：4500 元/人，附贈桌遊折價卷及積木教材各乙份。

回訓課程：3000 元/人，附贈桌遊折價卷及積木教材各乙份。

◎三人（含）以上之團體報名，學費可享有九折優待；回訓課程無報名優惠。

◎報名後，因個人因素辦理退費，將酌收行政費用 200 元。

◎如報名未達可開班人數，將統一辦理退費。

◎報名回訓課程者，請檢附 107 年度之「培訓證書」。

◎本部有權修改贈送之教材為實體桌遊或折價卷。

八、報名方式：

（一）現場報名繳費。

（二）線上 Google 表單報名（可至本校首頁”最新消息”點選連結報名），完成報名後至郵局購買郵政匯票，戶名：慈惠醫護管理專科學校，並將郵政匯票連同相關證明文件掛號郵寄至：屏東縣南州鄉三民路 367 號 慈惠醫護管理專科學校進修暨推廣教育部 收。

線上報名表單連結：<https://forms.gle/cuCsFq2zyeJ2wbzQ9>

連絡方式：

慈惠醫護管理專科學校

進修暨推廣教育部

電話：08-8647367#230

專線：08-8645598

會址：926 屏東縣南州鄉三民路 367 號

網址：<https://www.tzuhui.edu.tw/>

E-mail：ceec.nightschool@gmail.com

老夥伴開心玩-桌遊認知訓練實證應用方案

協助員及指導員培訓暨回訓課程

一、協助員課程：

8 小時課程+完成 2 次實習，完訓後頒發「老夥伴開心玩」協助員結業證書一份，並推薦至衛福部預防及延緩失能照護方案人才資料庫。

5/19 (六)	時間	課程內容	時數	講師
	08:00-08:30	報到		
	08:30-09:20	預防及延緩失能照護計畫及方案模組介紹	1H	慈惠醫護管理專科學校陳盈伸 組長
	09:20-09:30	休息		
	09:30-11:20	高齡腦力大補給- 認識老化、認知功能及社會參與	2H	施燕華 老師
	11:20-11:30	休息		
	11:30-12:20	高齡者急救知識	1H	慈惠醫護管理專科學校林維楨 老師
	12:20-13:00	午餐		
	13:00-13:50	高齡者急救演練	1H	慈惠醫護管理專科學校林維楨 老師
	13:50-14:00	休息		
	14:00-14:50	高齡者桌遊及積木體驗與教學應用 I (含破冰及帶領技巧)	3H	關鍵能力發展學習 中心團隊
	14:00-15:50			
	16:00-16:50			
	合計		8H	

二、指導員課程：

24 小時課程+完成 3 次實習，完訓後頒發「老夥伴開心玩」指導員結業證書一份，並推薦至衛福部預防及延緩失能照護方案人才資料庫。

5/25 (六)	時間	課程內容	時數	講師
	08:00-08:30	報到		
	08:30-09:20	新世紀健康老化趨勢 高齡者老化症狀與預防照護 失智長者溝通原則與技巧	2H	慈惠醫護管理專科學校
	09:30-10:20			
	10:30-11:20	創意教學概念及策略	2H	關鍵能力發展學習中心團隊
	11:30-12:20			
	12:20-13:00	午餐		
	13:00-13:50	創意教學概念及策略	1H	關鍵能力發展學習中心團隊
	13:50-14:00	休息		
	14:00-14:50	迎接新高齡世代- 高齡者認知老化與障礙 MoCA 量表施測技巧	3H	松柏樂復易團隊 執行長 侯志龍
	15:00-15:50			
	16:00-16:50			
	合計		8H	

5/26 (日)	時間	課程內容	時數	講師
	08:00-08:30	報到		
	08:30-09:20	高齡者桌遊及積木體驗與教學應用 II (教案及活動設計)	4H	關鍵能力發展學習 中心團隊
	09:30-10:20			
	10:30-11:20			
	11:30-12:20			
	12:20-13:00	午餐		
	13:00-13:50	高齡者桌遊及積木體驗與教學應用 III (老夥伴開心玩方案試教)	4H	關鍵能力發展學習 中心團隊
	14:00-14:50			
	15:00-15:50			
	16:00-16:50			
	合計		8H	



◎自行開車

1. 南二高（國道3號）南下→南州交流道下→右轉接台187乙線→慈惠醫專。
2. 中山高（國道1號）南下→接台88號快速道路往東（中山高五甲系統、黃63號出口）→接南二高（國道3號）往南（竹田系統交流道、往林邊方向）→南州交流道下→右轉接台187乙線→慈惠醫專。
3. 屏東市南下→接台1省道→麟洛→內埔→萬巒→潮州→南州→右轉接台187乙線（423km處，台糖加油站）→慈惠醫專。
4. 高雄市南下→接台17號省道（沿海公路）→小港機場→林園→東港（下東港陸橋左轉）→接台187線→右轉接台187乙線→慈惠醫專。
5. 墾丁北上→接台26號省道→恆春→車城→楓港→接台1號省道→枋寮→佳冬→新埤→南州→左轉接台187乙線（423km處，台糖加油站）→慈惠醫專。

Google 地圖連結：<https://goo.gl/maps/2FYM3QbDDiE2>

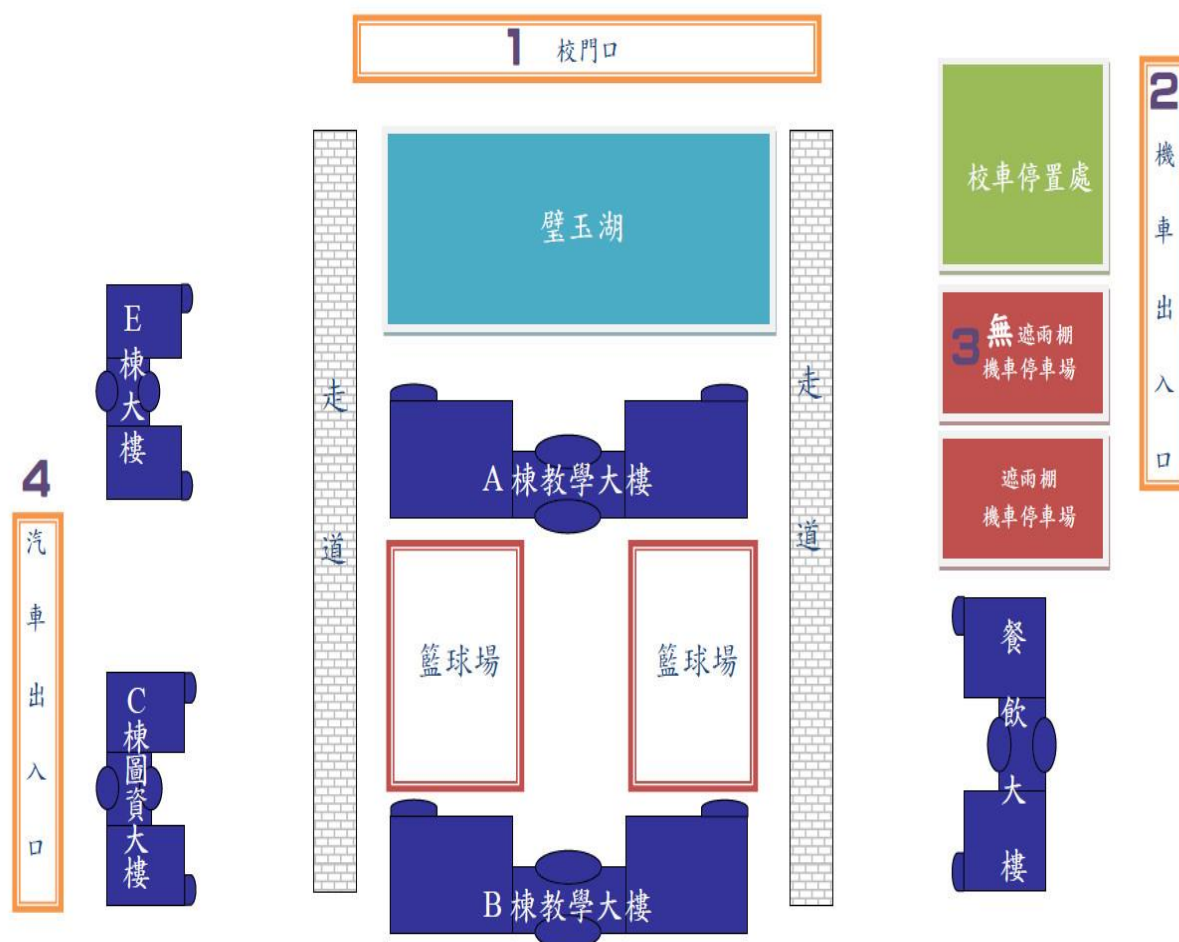
◎搭乘火車

火車→南州火車站下→搭乘計程車（5分鐘車程）→慈惠醫專。

◎搭乘客運

客運→東港安泰醫院站下→搭乘計程車（5分鐘車程）→慈惠醫專。

【校園資訊】



◎機車請停至 3 號無遮雨棚機車停車場。

◎汽車請停放於白色汽車停車格內。

◎課程場地為 E 棟教學大樓。