

新竹市預防及延緩失能照護方案及師資人才推薦表【個別方案】

1. 縣市別：新竹市
2. 序號：CL-03-0107
3. 研發單位：元培醫事科技大學(周雪美教授)
4. 方案名稱：銀髮認知促進課程(4)
5. 審查條件：**【請勾選(可複選)】務必請檢附相關佐證資料**
(推薦方案以同時符合 A 及 B 各其至少 1 項之條件為原則)
A1-已發表於國外具審查制度之期刊 B1-具已完成培訓之師資人才
A2-已發表於國內具審查制度之期刊 B2-具社區實際運作經驗
A3-曾公開發表

【務必填寫正確】

1. 聯絡人：周雪美
2. 聯絡電話：0920-458766
3. 電子郵件：hmchou205@gmail.com
4. 聯絡地址：新竹市富群街 13 號 3 樓
5. 可提供服務縣市：全國 新竹縣市、桃園市、台北市、新北市(優先的縣市)

方案綱要

1. 方案類別：**【請勾選(可複選)】**
肌力強化運動 生活功能重建訓練 社會參與
口腔保健 膳食營養 認知促進
音樂 美術 其他：科技新知&手語
2. 方案對象：**【請勾選(可複選)】**
衰弱老人 輕度失能 中度失能
輕度失智 中度失智 其他：_____
3. 方案時間：每期 12 週，每週 1 次，每次 2 小時。
4. 方案目標：
透過各種認知活動的刺激以減緩失智症造成的退化，並提升生活功能，如：專注力、計算能力、記憶力、邏輯推理能力、社會參與、表達能力、活動能力等等，藉以維持現有之認知功能，延緩退化速度。
5. 方案簡介：(不超過 300 字)
以認知活動為主軸，透過團體活動的設計，讓衰弱老人、輕度失智者在活動中，不斷地去運用到各項認知能力(知覺、專注、記憶、想像、辨認、思考、推理、判斷、創造、社會參與、表達能力等)，藉以維持現有之認知功能，延緩退化速度。利用統計方法比較前測與後測之差異，了解課程之執行成效，初步研究成果顯示，本課程內容不但深獲長輩的喜愛與肯定，而且可顯著提升長輩的認知程度，確實達到認知促進的效果，非常值得推薦為預防及延緩失能照護的方案。

備註:團體帶領者必須評估失智者功能及生命經驗，適度調整課程內容以符合個案需求。

方案內容	週次	內容(請具體說明每次活動內容)
	第 1 週	相見歡:簽到、帶動唱、說明課程架構與流程，透過設計性活動帮助大家相互認識。
	第 2 週	失智症知多少:簽到、帶動唱、投影片及影片講解失智症症狀及因應之道、有獎徵答。
	第 3 週	木工創作:簽到、帶動唱、投影片介紹創意木作品、自由創作、作品展示與經驗分享。
	第 4 週	筋絡拍打:簽到、帶動唱、投影片介紹筋絡、筋絡拍打練習、有氧健康操、有獎徵答。
	第 5 週	創意園藝與休閒生活:簽到、帶動唱、投影片園藝造型、園藝實作、有獎徵答。
	第 6 週	懷舊歌曲:簽到、帶動唱、懷念老歌教唱、歌唱接龍、有獎徵答。
	第 7 週	交通安全與急救:簽到、帶動唱、利用投影片及影片介紹交通安全、有獎徵答、急救訓練。
	第 8 週	手語教學:簽到、帶動唱、日常生活的手語教學與運用、手語帶動唱、有獎徵答。
	第 9 週	俄羅斯之旅:簽到、帶動唱、用投影片及影片介紹俄羅斯地理、船遊、運河、有獎徵答。
	第 10 週	運動遊戲:簽到、帶動唱、規則說明、分組比賽(羽毛球拍運球、套圈圈、籃球傳接)、頒獎。
	第 11 週	生態保育:簽到、帶動唱、投影片介紹常見的魚類、魚及釣竿製作、釣魚比賽、頒獎。
	第 12 週	回顧與展望:簽到、帶動唱、卡片製作、心得分享、問卷。

師資人才 推薦	(一)專業師資		
	1. 資格定義:具有生物/生命科學相關專業學歷，並具有教學經驗(生物學/生命科學)及社區關懷據點實務經驗各二年以上。 2. 培訓及認證機制:修習生命科學相關課程 20 學分以上，並曾參加老化在社區(例如社團法人台灣公益 CEO 協會辦理的學習老化在社區課程)以及失智症相關培訓課程(例如各縣市衛生局、台灣失智症協會辦理的培訓課程)，並取得證書(照)者。 3. 師資名單:		
	姓名	現職	專長
			服務經歷

	(職業狀況)		
周雪美	<ol style="list-style-type: none"> 元培醫事科技大學生技製藥系客座教授 新竹市東香社區發展協會總幹事 新北市失智症守護天使講師 台灣銀寶貴人文教協會志工講師 中華青年交流協會理事 	<ol style="list-style-type: none"> 生物教育 科學研究 社區營造 失智症預防 	<ol style="list-style-type: none"> 台灣師大生命科學系副教授 元培醫大生物科技暨製藥技術系教授、學務長、教務長 新北市失智症守護天使講師 新竹國泰共照中心講師 台灣師大退休同仁聯誼會財務長 中華民國大專院校退休同仁協會秘書長

(二)指導員(主要帶領者)

- 資格定義：具有課程內容主題相關學位或證照，且具有社區服務經驗者。例如(1)具有生命科學/生物教學經驗二年以上之國高中教師資歷者，(2)具有課程主題相關證照並有社區關懷據點服務相關經驗者。
- 培訓及認證機制：修習生命科學相關課程 20 學分以上，或具有課程內容(音樂、美術、醫護)相關證照者；或修習烘焙課程 30 小時以上並領有烘焙證照者。
- 師資名單：

姓名	現職 (職業狀況)	專長	服務經歷
羅婉珉	<ol style="list-style-type: none"> 退休教師 社區關懷據點講師 	<ol style="list-style-type: none"> 生物教育 科學實驗 手語 	<ol style="list-style-type: none"> 竹東高中生物教室兼圖書館主任 社區關懷據點講師
張靜嫻	<ol style="list-style-type: none"> 退休教師 社區關懷據點講師 	<ol style="list-style-type: none"> 護理衛生 疾病預防 急救教學 	<ol style="list-style-type: none"> 元培醫事科技大學衛生保健組組長兼講師 社區關懷據點講師
樊琳	<ol style="list-style-type: none"> 音樂教師 	<ol style="list-style-type: none"> 音樂 	<ol style="list-style-type: none"> 音樂班負責人

魏柏馨	1. 兆如安養院音樂輔療師	1. 主修鋼琴 2. 輔修長笛	1. 音樂班教師 2. 音樂治療關懷師
林秋銀	1. 美髮師 2. 社區關懷據點講師 3. 中華曙心協會理事長	1. 美容美髮 2. 按摩 3. 心靈藝術繪畫創作	1. 美髮師 2. 社區關懷據點講師
丁轉初	1. 退休教師 2. 東香社區志工 3. 銀寶貴人志工講師 4. 社區關懷據點講師	教育、數學、木工、電機、電器維護、歌唱、烘焙	1. 副教授(耕莘護專、國防大學、台北城市大學) 2. 東香社區關懷據點路老師(交通安全) 3. 東香社區發展協會副總幹事。

(三)協助員(協同帶領者)

1. 資格定義：具有課程主題相關教學經驗者。
2. 培訓及認證機制：修習烘焙課程 30 小時以上並領有烘焙證照者。
3. 師資名單：

姓名	現職 (職業狀況)	專長	服務經歷
丁轉初	1. 退休教師 2. 東香社區志工 3. 銀寶貴人志工講師 4. 社區關懷據點講師	教育、數學、木工、電機、電器維護、歌唱、烘焙	4. 副教授(耕莘護專、國防大學、台北城市大學) 5. 東香社區關懷據點路老師(交通安全) 6. 東香社區發展協會副總幹事。