

美和科技大學辦理教育部  
補助 102 學年度樂齡大學  
結案報告

計畫負責人：老人服務事業管理系 羅瑞玉 副教授

E-mail：[x00002158@meiho.edu.tw](mailto:x00002158@meiho.edu.tw)

電話：(08)7799821-8350

共同主持人：黃誌坤副教授、林怡欣講師

主辦單位：教育部

承辦單位：美和科技大學老人服務事業管理系

協辦單位：屏東縣政府教育處、屏東縣屏東市長青學苑服務協會

執行期程：中華民國 102 年 10 月至 103 年 7 月

中 華 民 國 一 零 三 年 七 月

## 目 錄

<b>第壹部分、實施效果</b> .....	2
壹、實施成效及建議.....	3
一、實施成效.....	3
二、建議.....	5
貳、活動過程分析.....	7
一、學員背景資料.....	7
二、滿意度調查結果.....	12
三、學員建議.....	17
參、課程表.....	19
肆、講師名冊.....	27
伍、學員名冊.....	29
陸、志工名冊.....	30
柒、宣傳管道.....	31
捌、活動紀錄.....	32
<b>第貳部分、附錄</b> .....	71
附錄一、簡章報名表.....	72
附錄二、學員簽到退表範例.....	78
附錄三、學員意見調查表.....	79
附錄四、研習證書範例.....	82
附錄五、參訪行程平面圖及學習單.....	86

附錄六、開學典禮邀請卡範例.....95

## 第壹部分 實施效果



## 壹、實施成效及建議

### 一、實施成效

#### (一)招生

1. **服務人數達到預定名額**：本次計畫以一個班級為主，預定下限 20 人、上限 30 人，並實施二學期之課程。就其統計結果，上學期 25 位學員，下學期 28 位學員，共計 53 人參加，已達成計畫目標。
2. **學員參與在地化，來源包括遠近社區**：本期學員以屏東縣為主，來源包括鄰近學校的內埔、竹田、萬巒等鄉，亦有來自屏東市、潮州鎮、長治鄉。
3. **學習資源分享的多樣與連續**：參加學員未曾參加本校樂齡大學為優先，提供更多樂齡者分享學習的機會：本活動力求將有限資源供最大多數民眾分享，而不致集中於少數人，因此設計上採全學年、且同一人可再參加一期，因此上下學期學員有重複也有新進的，促使資源發揮最大效益。
4. **學員以輕老居多，自主性高**：為年齡介於 55~65 歲間的輕老(young old)者最多，女性占大多數，教育程度以高中、專科、大學、國中與國小等具備相當文字能力者最多，並無不識字者參加，學員絕大部分為本校鄰近地區住民。

#### (二)教學

1. **課程時數充足**：本計畫提供學員上學期課程 104 小時、下學期課程 116 小時，上下學期共提供課程時數 220 小時，符合部定標準。
2. **課程多元豐富**：根據原部訂標準，「老化及高齡化相關課程」、「健康休閒課程」、「生活新知課程」、「學校特色課程」、「其他課程」五面向比例依序應占有 30%、20%、10、32%、8%。本計畫全學年提供「老化及高齡化相關課程」65 小時、「健康休閒課程」43 小時、「生活新知課程」22 小時、「學校特色課程」68 小時、「其他課程」18 小時，小計 216 小時，如以上課之 128 小時為母數，四面向時數比例依序為 30%、20%、10、32%、8%，符合部訂標準。

3. **教學形式多樣化，參訪學習實務化**：全學期課程包括有室內講述、課程實作、戶外參訪、團體活動等多種，學習夥伴包括同齡者與大學生，本期多元文化與族群學習到枋寮、禮那里等地區實作最受學員喜愛。
4. **代間學習型式多樣化**：本活動特色為運用修讀過老人學習專業知識的學生群來擔任隨堂服務導師，並推動學員選修通識課程、與其他大學生一起互動學習，提供多形式代間共學的機會。其結果根據隨堂教師的觀察，發現學員對於選修通識課程極為專心、投入，與授課教師互動頻繁，為最成功的代間共學方式；另外隨堂服務導師也在滿意度調查獲得相當高得分，與長榮百合小朋友進行繪本代間共讀最受好評。
5. **上課過程全程錄影**：並依照日期及課程編號錄製為光碟，將作為未來再次辦理樂齡大學之參考用。
6. **學員的總體滿意度相當高**：上學期滿意度總平均數約為 4.17，下學期學員滿意度總平均數為 4.77，兩學期學員滿意度皆位於「非常滿意」與「滿意」之間。學期學員一致認為「講師教學」面向滿意度最高，可知活動講師的教材、教法、極個人教學技術，都相當受學員肯定。

### (三)宣傳

本活動宣傳管道多元，跑馬燈、社區海報張貼、本系網站、工作人員親身參與內埔農會活動文康中心，因此全學期報名人數皆符合預定名額。

### (四)老人學習資訊蒐集

本計畫運用本校從 2009 年迄今已辦理四梯次「樂齡大學」的經驗，確實掌握社區潛在學習者的學習特質、學習需求及學習先備能力。且依據本校所在地區居民多使用客語為母語、經濟背景多為務農、學習動機強、參與者多為女性、對於大學校園及教學資源甚感肯定與好奇等特質、喜好實用的知識技能等特質，規劃提供有經驗的適宜師資、學習材料、和上課方式。學員給予高於「滿意」的評價，上學期課程結束時不少學員即表示希望繼續參加下學期課程。上下學期課程結束後，學員基本資料已建檔成為本校樂齡大學校友及宣傳種子，**上課過程亦進行錄影**、依照日期及課程編號錄製為光碟，可作為未來本校再次辦理樂齡大學及相關教學之參考。

## **(五)計畫目標及預期效益之達成**

### **1.目標之達成：**

- (1)落實屏東縣高齡者追求健康、自主、快樂學習的願景。
- (2)以多元創新的學習模式，增進屏東縣高齡者終身學習的機會。
- (3)提供屏東縣高齡者與大學生的互動平台，促進代間交流。

### **2.預期效益之評估：**

經過一學年之學習，就學員回饋，與原先預期成效相符。

- (1)大幅增強學員未來到大學再學習之動機。
- (2)學員將成為具備學習能力之終身學習者。
- (3)有效提昇老人學員的未來生活品質、達到成功老化。
- (4)學員擁有新的人際關係網絡，有助於增進心理健康及強化社會支持。
- (5)學員將成為屏東地區宣導老人參與大學學習的強有力實例及宣傳員。
- (6)學員更為接納欣賞在地文化的特色價值，有助於促進屏東地區多元族群融合。
- (7)本校之硬體設備與文化氣氛皆適宜老人學習者進用之校園。

根據實施上課內容及上下學期學員滿意度調查結果，可知三個目的確實達成；預期效益大多數已達成，惟其效益仍需後續長期追蹤。

## **二、建議**

### **(一)樂齡大學課程內容可更多元化、課程組合更彈性化**

由學員滿意度調查中獲知，學員對於課程內容極有看法，且個人需求皆不相同，例如有建議增加健康養生、靈性生活，也有主張增加理財、休閒、烹飪、園藝美化、芳香療法與化妝品、甚至文化踏查相關課程，因此建請未來樂齡大學增加開設科目，並將科目酌分為必修及選修，必修者包括目前部定五面向，選修則依照各地區學員需求及學校特色設置，同時可增加選修課程比例(為符合樽節經費，選修課須達一定人數才開班)，報名時即填寫選修課別，則其學習需求較能有效滿足。

## **(二)促進講師熟悉樂齡者特質、清楚說明教學目標、教學方式活潑化**

未來辦理樂齡大學之機構，宜開辦前應進行講師之樂齡學習者特質研習，可行方式為期前宣導，或由教師發展中心辦理相關研習活動，同時提供相關的資料，務使所有講師皆能事先熟悉高齡學習者特質及具備高齡者教學之能力；同時，基於「活動規劃」面向為全學年裡各面向中滿意度最低者，而該面向中滿意度平均值最低者為「班級氣氛」，因此未來辦理同類活動須特別強調講師應於上課之初即陳述清楚教學目標；此外，學員意見調查亦透露教學方式活潑的的講師最受歡迎，因此未來樂齡大學講師務必具備此種能力。

## **(三)樂齡班級可嘗試實施進階專精選修學分制度**

除了增加新學員的學習，亦可針對已經接受過初階課程的學員開設進階與專精的大學學分班。並建議未來樂齡大學嘗試辦理自費選習學分及認證課程。

## **(四)使學員及早清楚了解志工角色任務**

未來辦理樂齡大學之機構，應於開學時即對學員開宗明義清楚說明志工服務內容，使其了解志工學生任務為何，俾利促進代間互動學習。提供有利學員參與自助團體的設計

## **(五)建議主辦單位持續辦理，並發揮本校健康營造及民生服務之特色**

結合本計畫工作人員觀察所得與學員滿意度調查結果，發現學員強烈期待主辦單位持續辦理樂齡大學，因此建請續辦，並強化本校健康照顧及民生產業服務之特色。

## **(六)加強與社區學校、企業等進行產學合作學習**

包括與社區老人養護機構、文化園區、多元族群文化交流。並連結地方產業特色，讓老有所用，營造高齡者之樂活生態圈。

## 貳、活動過程分析

本計畫辦理 102 學年樂齡大學，採班級制，規劃二學期課程，上下學期不重複課程，共計 53 位樂齡者參加課程，年齡分佈以年齡介於 55~60 歲間的輕老(young old)者最多，性別分布以女性較多，教育程度以高中最多、其次為大學、專科、國中與國小，居住地絕大部分分布在本校鄰近地區之屏東縣內埔鄉、潮州鎮、竹田鄉，但亦有遠自屏東市、長治鄉驅車前來者。

本計畫為求更順利招生及教學，期間進行多次之回饋審視，因此下學期的課程、講師安排、宣傳方式皆依據上學期觀察所得進行微調，以下分說明上下二學期之學員背景。

### 一、上學期

#### (一)上學期學員資料

上期學員 25 位，填表時間部分學員因年底農忙工作無法上課，因此填表者為 16 位，有效卷共計 16 份。

學員年齡分布方面，以每 5 歲為一群，近 55 歲至 60 歲者最多，共 9 位，佔 56.3%；其次為 61 歲至 65 歲者，共 3 位、佔 18.8%；第三為 66 歲至 70 歲者，共 3 位，佔 18.8%；70 歲以上者有 1 位，佔 6.3%(如表 1)，可知填卷者以最年輕的樂齡者為主。

表1 上學期學員年齡分布表

	次數	百分比	有效百分比	累積百分比
有效的 55-60	9	56.3	56.3	56.3
61-65	3	18.8	18.8	75.0
66-70	3	18.8	18.8	93.8
75以上	1	6.3	6.3	100.0
總和	16	100.0	100.0	

填答學員的性別部分，因有效問卷填答者僅16人，但實際參加學員數為25人，因此乃依據學員報名資料加以統計，獲知填答者男性為2位，佔12.5%；女性為14位，佔87.5%，學員仍以女性為大多數(如表2)。

表2 上學期學員性別比率表

	次數	百分比	有效百分比	累積百分比
有效的 男	2	12.5	12.5	12.5
女	14	87.5	87.5	100.0
總和	16	100.0	100.0	

填答學員的居住地部分，有效卷數16份中，以人數由多到少排序，依序是內埔鄉最多，為12人，佔75.0%；屏東市次之，為1人，佔6.3%；潮州鎮，為1人，佔6.3%，竹田鄉，為1人，佔6.3%，長治鄉，為1人，佔6.3%(如表3)，呈現在地者參與最踴躍的狀況：因本校位於屏東縣內埔鄉內，竹田鄉為此外較近的地區，其他則為稍有距離、車程約在20~30分鐘內可抵達本校；佳冬鄉則離校區較遠、需費時較久。

表3 上學期學員居住地區分佈表

	次數	百分比	有效百分比	累積百分比
有效的 屏東市	1	6.3	6.3	6.3
內埔鄉	12	75.0	75.0	81.3
潮州鎮	1	6.3	6.3	87.5
竹田鄉	1	6.3	6.3	93.8
長治鄉	1	6.3	6.3	100.0
總和	16	100.0	100.0	

填答學員的教育程度部分，有效卷數16份中，以人數由多到少排序，依序是高中最多，為5人，佔31.3%；再者為專科，為3人，佔18.8%，國中，為3人，佔18.8%，大學，為3人，佔18.8%，小學，為2人，佔12.5%(如表4)，可知填卷者皆具有受過當時之國民基本教育。

表4 上學期學員教育程度分配表

	次數	百分比	有效百分比	累積百分比
有效的 小學	2	12.5	12.5	12.5
國中	3	18.8	18.8	31.3
高中	5	31.3	31.3	62.5
專科	3	18.8	18.8	81.3
大學	3	18.8	18.8	100.0
總和	16	100.0	100.0	

## (二)樂齡課程活動滿意度分析

首先透過學員對於樂齡大學活動的各方面，包括「活動規劃」、「講師教學」、「班級氣氛」、「學員整體收穫」、「服務配合」五面向之代表題( A6「整體而言，本活動提供的各種安排符合我的需要。」、B7「整體而言，我對於講師整體授課的方式與內容滿意。」、C7「整體而言，我對於本班的氣氛覺得滿意。」、D7「整體而言，參加樂齡大學讓我收穫很多。」、E7「整體而言，我對整體活動的服務品質感到滿意。」)之得分獲知學員對樂齡大學活動總體滿意程度；其次分別就學員對樂齡大學活動五面向的感受進行滿意度調查，此五面向分別以代表題得分平均值示之。

根據表 5 得知上學期滿意度總平均數約為 4.25，滿意度位於「非常滿意」與「滿意」之間。就五面向而言，滿意度由高至低，分別是「學員整體收穫」、「講師教學」、「班級氣氛」、「服務配合」及「活動規劃」，五項滿意度都介於「非常滿意」與「滿意」之間。可知本期學員對於參加本期樂齡大學都感覺超乎滿意的水準，尤其以「學員整體收穫」最為突出。

表5 上學期學習活動滿意度統計表

	個數	最小值	最大值	總和	平均數	標準差
A6. 整體而言，本活動提供的各種安排符合我的需要	16	3	5	68	4.25	.577
B7. 整體而言，我對於講師整體授課的方式與內容滿意	16	4	5	68	4.25	.447
C7. 整體而言，我對於本班的氣氛滿意	16	4	5	68	4.25	.447
D7. 整體而言，參加樂齡大學讓我收穫良多	16	3	5	68	4.25	.577
E7. 整體而言，我對整體活動服務品質感到滿意	16	4	5	68	4.25	.447
有效的 N (完全排除)	16					

此外，就全部題項滿意度平均值而言(如表6)，滿意度最高前三名為講師表達溝通能力強、講師上課方式能引起學習興趣、講師授課方法學員清楚易懂、講師教學常與學員有互動、講師會耐心為學員解答疑問、我所學到的事物能夠在日常生活能派上用場、學生志工的服務讓我滿意(平均數4.31)、活動所欲達成之目的明確、活動時段安排適當、講師授課教材內容豐富實用、活動工作人員的服務讓我滿意(平均數4.25)及活動內容能夠滿足個人需求、活動辦理方式符合所需、.班上同學感情融洽、我現有的知識和技能得到更新和充實、讓我對學習產生興趣、認識新同學讓我生活變得更有趣、參加社團活動使我更喜歡接近年輕人、活動教學設備易到手、易使用(平均數4.19)，平均值較低項目為功課有疑問時，同學常會互相解決、遇到難題時，同學會主動找導師、副導師尋求協助、動前的聯繫工作讓我滿意、我的專屬學長有效幫我適應大學生活(平均數4.06)、功課有疑問時，班會時間同學出席踴躍(平均數4.00)則最低。

本期的活動工作人員服務者，是由老人服務事業管理系四年級學生，由其兼任隨堂導師、擔任聯繫溝通及協助學員問題解決，該班學生已經修讀完成符合系本位要求之專業科目，且在學期間已具備規劃方案、實際操作經驗，且有相當高之服務高齡者



熱忱，因此服務品質應具相當之水準。其次學員對於講師教學與教材準備滿意程度高，也可能來自於本校教師多具健康養生與民生研究專長，且多為參「樂齡大學」有經驗之教師，因此呈現高於「滿意」之評價。

至於目標明確、日常應用等項滿意度較低，則可能因少部分師資雖具有科目專業但並未曾經歷樂齡教學，因此在教學時可能未開宗明義指出學習目標、或是講授時未充分與日常生活應用結合，造成學習者未能清楚重點何在；而「學生志工的服務」得分最低，可能與剛開學時未充分向學員說明志工任務在協助學員熟悉使用校園資源，因此學員無法確定彼此相對關係，甚或對於志工產生不符規畫之期待，此點為未來辦理樂齡大學切需注意改正的缺失。

表6 學員滿意度之敘述統計

	個數	最小值	最大值	總和	平均數	標準差
A1.活動所欲達成之目的明確	16	4	5	68	4.25	.447
A2.活動時段安排適當	16	4	5	68	4.25	.447
A3.活動課堂時間長度恰當	16	4	5	66	4.13	.342
A4.活動內容能夠滿足個人需求	16	4	5	67	4.19	.403
A5.活動辦理方式符合所需	16	4	5	67	4.19	.403
B1.講師授課教材內容豐富實用	16	4	5	68	4.25	.447
B2.講師表達溝通能力強	16	4	5	69	4.31	.479
B3.講師上課方式能引起學習興趣	16	4	5	69	4.31	.479
B4.講師授課方法學員清楚易懂	16	4	5	69	4.31	.479
B5.講師教學常與學員有互動	16	4	5	69	4.31	.479
B6.講師會耐心為學員解答疑問	16	4	5	69	4.31	.479
C1.班上同學感情融洽	16	4	5	67	4.19	.403
C2.大部分同學熱心參與全班事務	16	3	5	66	4.13	.500

C3. 功課有疑問時，同學常會互相解決	16	3	5	65	4.06	.443
C4. 班上幹部熱心服務	16	4	5	66	4.13	.342
C5. 班會時間同學出席踴躍	16	3	5	64	4.00	.632
C6. 遇到難題時，同學會主動找導師、副導師尋求協助	16	4	5	65	4.06	.250
D1. 我現有的知識和技能得到更新和充實	16	4	5	67	4.19	.403
D2. 我所學到的事物能夠在日常生活能派上用場	16	4	5	69	4.31	.479
D3. 讓我對學習產生興趣	16	4	5	67	4.19	.403
D4. 讓我下課後也會主動學習	16	3	5	66	4.13	.619
D5. 認識新同學讓我生活變得更有趣	16	3	5	67	4.19	.544
D6. 參加社團活動使我更喜歡接近年輕人	16	3	5	67	4.19	.544
E1. 活動前的聯繫工作讓我滿意	16	3	5	65	4.06	.443
E2. 學習活動場地空間適宜	16	3	5	66	4.13	.500
E3. 活動教學設備易到手、易使用	16	4	5	67	4.19	.403
E4. 活動工作人員的服務讓我滿意	16	4	5	68	4.25	.447
E5. 學生志工的服務讓我滿意	16	4	5	69	4.31	.479
E6. 我的專屬學長有效幫我適應大學生活	16	3	5	65	4.06	.74
有效的 N (完全排除)	16					

## 二、下學期

### (一)下學期學員背景資料

本學期學員共28位，發出問卷26份，收回26份，有效份數26份。填卷學員年齡分布方面，以每5歲為一群，近55歲至60歲者最多，共 18位，佔69.2%；其次為61歲至

65歲者，共7位、佔26.8%；75歲以上僅有1位(如表7)，顯示本期學員年齡層絕大部分為年輕高齡者。

表7 下學期學員年齡分布一覽表

	次數	百分比	有效百分比	累積百分比
有效的 54	1	3.8	3.8	3.8
55	3	11.5	11.5	15.4
56	4	15.4	15.4	30.8
57	3	11.5	11.5	42.3
58	2	7.7	7.7	50.0
59	1	3.8	3.8	53.8
60	4	15.4	15.4	69.2
62	3	11.5	11.5	80.8
67	1	3.8	3.8	84.6
68	2	7.7	7.7	92.3
70	1	3.8	3.8	96.2
75	1	3.8	3.8	100.0
總和	26	100.0	100.0	

填答學員的性別部分，男性為4位，佔15.4%；女性為22位，佔84.6%(如表8)，學員以女性為大多數。

表8 下學期學員性別分布一覽表

	次數	百分比	有效百分比	累積百分比
有效的 男性	4	15.4	15.4	15.4
女性	22	84.6	84.6	100.0
總和	26	100.0	100.0	

填答學員的教育程度部分，以人數由多到少排序，依序是高中最多，為11人，佔42.3%；國中與專科同列第二，各為5人，各佔19.2%；小學程度第三，為4人，佔15.4%；大學者1人，佔3.8%(如表9)。可知本期學員教育程度皆為國小以上，與年齡分布佈偏向年輕高齡者的狀況相當一致。

表9 下學期學員教育程度分布一覽表

	次數	百分比	有效百分比	累積百分比
有效的 小學	4	15.4	15.4	15.4
國中	5	19.2	19.2	34.6
高中	11	42.3	42.3	76.9
專科	3	10.1	10.1	88.9
大學	3	10.1	10.1	100.0
總和	26	100.0	100.0	

填答學員的居住地部分，有效卷26份中，以人數由多到少排序，依序是內埔鄉最多，為21人，佔80.8%；竹田鄉次之，為2人，佔7.7%；麟洛鄉、萬巒鄉、高雄市各1人、各佔3.8%(如表10)。本校位於屏東縣內埔鄉，因此佔地利之便，學員以鄉民最多；但校址距離高雄市約50分鐘車程，且高雄市區有多所大學辦理樂齡大學，因此能有高齡者遠自高雄市前來參加，相當值得注意。

表10 下學期學員居住地分布一覽表

	次數	百分比	有效百分比	累積百分比
有效的 內埔鄉	21	80.8	80.8	80.8
竹田鄉	2	7.7	7.7	88.5
潮州鎮	1	3.8	3.8	92.3
萬巒鄉	1	3.8	3.8	96.2
麟洛鄉	1	3.8	3.8	100.0
總和	26	100.0	100.0	

## (二)下學期樂齡課程活動滿意度分析

透過樂齡大學「活動規劃」、「講師教學」、「班級氣氛」、「學員整體收穫」、「服務配合」之代表題(A6「整體而言，本活動提供的各種安排符合我的需要。」、B7「整體而言，我對於講師整體授課的方式與內容滿意。」、C7「整體而言，我對於本班的氣氛覺得滿意。」、D7「整體而言，參加樂齡大學讓我收穫很多。」、E7「整體而言，我對整體活動的服務品質感到滿意。」)之得分獲知學員對樂齡大學活動總體滿意狀況；其次，本研究其次分別就學員對於樂齡大學活動的五面向的感受進行滿意度調查，此五面向分別以代表題得分平均值示之。

根據表 11，得知本學期學員滿意度總平均數為 4.29，滿意度位於「非常滿意」與「滿意」之間，與上學期滿意度狀況相似。其次，就五面向而言，滿意度由高至低，分別是「學員整體收穫(4.46)」、「講師教學(4.35)」、「服務配合(4.31)」、「班級氣氛(4.15)」及「活動規劃(4.11)」，各項滿意度都介於「非常滿意」與「滿意」之間。可知本期學員對於參加本期樂齡大學感覺相當滿意，尤其以「整體收穫」最為突出，此結果與上學期狀況大致相同，較值得注意的是，「活動規劃」面相於上下學期都居於滿意度最低，因此未來辦理者應加強「活動規劃」之安排。

表11 下學期學員之滿意度各面向得分平均值一覽表

	個數	最小值	最大值	平均數	標準差
活動規劃(A6整體安排符合)	26	3.00	5.00	4.12	.76561
講師教學(B7整體滿意教師)	26	3.00	5.00	4.35	.62880
班級氣氛(C7本班氣氛)	26	3.00	5.00	4.15	.61269
學員整體收穫(D7整體收穫)	26	3.00	5.00	4.45	.64689
服務配合(E7整體服務品質)	26	3.00	5.00	4.31	.67937
總平均				4.29	
有效的 N (完全排除)	26				

若以滿意度調查表全數題項得分為依據，根據表12之分析，滿意度最高前三名為「活動工作人員的服務」及「講師表達溝通強」(同為4.62)、「講師耐心解答」(4.54)；滿意度較低者是「目標明確」及「同學熱心參與」(同為4.000)，最低為「班會踴躍」(3.9615)。

本期之活動工作人員與上學期為同一人，因其學習及實務經驗充足，且更增上學期的樂齡大學執行經驗，因此服務品質再次受到極高評價肯定；講師教學經驗與能力皆足，因此也獲相當高的滿意度。

另方面「目標明確」再次得到較低滿意度，顯示確有部分教師未將教學目標與學生清楚說明，未來將特別強化此區塊。「同學熱心參與」和「班會踴躍」滿意度低，

考量本學期仍沿用導師制，導師隨堂在旁伴讀，應為正面增強學員的向心力，惟本學期所選幹部因經營事業而未能隨時在班上提供服務或進行聯繫，可能因此減弱了學員凝聚力，再者本學期上課時間與當地經濟作物搶收販賣的時間重疊，學員因忙著農務減少上課時數，間接影響彼此互動和召開班會的次數。

表12 下學期學員之滿意度五面向全數題項平均值一覽表

	個數	最小值	最大值	平均數	標準差
目標明確	26	3.00	5.00	4.00	.69282
時段適當	26	3.00	5.00	4.19	.56704
時間長度	26	3.00	5.00	4.23	.58704
內容符合需求	26	3.00	5.00	4.15	.73170
方式符合	26	3.00	5.00	4.15	.78446
教材內容豐富	26	3.00	5.00	4.46	.58177
表達溝通強	26	4.00	5.00	4.61	.49614
上課方式引興趣	26	3.00	5.00	4.38	.69725
方式易懂	26	4.00	5.00	4.46	.50839
常有互動	26	3.00	5.00	4.38	.69725
耐心解答	26	4.00	5.00	4.53	.50839
同學融洽	26	3.00	5.00	4.11	.51590
同學熱心參與	26	3.00	5.00	4.00	.56569
互助功課疑問	26	3.00	5.00	4.11	.58835
幹部熱心	26	3.00	5.00	4.23	.58704
班會踴躍	26	3.00	5.00	3.96	.66216
學生主動找老師	26	3.00	5.00	4.19	.69393
現有知識更新	26	3.00	5.00	4.38	.63730
日常應用	26	3.00	5.00	4.34	.62880
對學習感興趣	26	3.00	5.00	4.262	.66679
主動學習	26	3.00	5.00	4.19	.74936
生活更有趣	26	3.00	5.00	4.23	.71036
社團喜歡年輕人	26	3.00	5.00	4.03	.77360
事前聯繫	26	3.00	5.00	4.23	.71036
空間	26	3.00	5.00	4.38	.63730
設備易到手使用	26	3.00	5.00	4.38	.69725
人員服務	26	4.00	5.00	4.61	.49614
學生志工服務	26	3.00	5.00	4.26	.72430
有效的 N (完全排除)	25				

### 三、學員建議

將 102 年上學期的學員建議合併彙整分類，這些對於樂齡大學活動的建議，依據建議數量分類，由多到少概分為「課程內容」、「持續辦理」、「學習感想」、「講師與教法」四類。

#### (一)「課程內容」方面作課程大幅度的改變

學員的期待極為強烈，相關建議例如「安排化妝品美容科老師來講課」；對於細部課程內容建議更多，如建議**增加動態課程**「烹飪課程以家常菜或養生菜研習更加。」、「學員 60 歲以上甚多，希望能多上人生靈性課程，以求如何善終」、「希望能給社區這活動的一些訊息多給社區鄉民認知老年健康的知識。」、「多上些理財、養生課程。」；也有期待**提供更多動態活動**的「靜態課程太多，應多加些動態活動。」；甚至可以加入一些「休閒運動項目，如校外教學一日遊、增加影片欣賞、增加其他齡及長老班交誼、增加和各系畢業班學生聯誼交談，促進老少互動、增加及謝師宴，先安排一次茶敘交談，增進師生聯誼。」美和科大今後有形活動，宜邀請以結業的學員參與聯誼。

#### (二)「持續辦理」方面

學員一致期望未來繼續辦理樂齡大學活動，包括「希望能繼續讓我們上進階班，安排不同的課程。」、「建議此活動能持續辦下去，造福銀髮族，讓大家活到老學到老。」、「希望有更多這類活動。」、「希望常辦教學讓我們能學習更多。」、「有機會多辦這修老人活動學習謝謝」、「以後要辦更好的活動」、「請繼續辦理類似課程。」、「加強推廣，永續經營」等，皆為對活動的積極肯定。

#### (三)「學習感想」方面

學員表示「很滿意。」、「活動充實，很滿意。」、「優良的學習環境，可促進學習知識吸收。」、「很好，繼續辦理。」、「越辦越好，後路可期」、「大家共襄盛舉」、「感恩政府及本校創辦老人學習快樂健康活動生活望增加學員並多鼓勵」。

#### (四)「講師與教法」方面

學員對師資及教法也有期待，指出

- 1.已有四年辦理經驗，可以整合學校資源，提供樂齡學生多元學習的機會。
- 2.課程特色在健康老化，結合了民生、經營管理、健康照護三個學院共同規劃。師資專長亦能配合，展現學習活力。
- 3.樂齡大學開學備有12項見面禮送給學員，每項見面禮均賦予意義，足顯承辦單位的用心之處。

#### (五)未來改進建議

- 1.課程分類能多開設老人護理方面，以更凸顯學校特色。
- 2.善用學員組織自主性團體，提供更彈性多元的學習機會。建議以「學習」為元素，輔導學員藉由此一團體的自主運作平台，將學習成果進行社會服務，一方面為高齡者創造舞台，二方面也可將樂大學員視為學校的志工人力。
- 3.建議將學習滿意度調查結果作為明年開設課程之參考，並將課程朝系列性、連續性的方向規劃，以兼顧新、舊學員的學習需求。
- 4.有關自主學習團體的運作，有關代間學習之運作，建議可再深化，可增加二代之間共同創作、共同產出學習成果之設計。



## 參、課程表

### 一、上學期課程表(表 7~表 13)

表 7 上學期第一週~二週課程配置表

時間	星期三 10/16	星期五 10/18	星期三 10/23	星期五 10/25
8:10~8:55	開學典禮	老年生活法律 與含家庭暴力 防治(林怡欣)	銀髮族健康管 理 (翁副校長)	樂齡經絡俞穴 按摩 (張家 禎)
9:00~9:45	同上	同上	同上	同上
9:55~10:45	老人多元療育 與諮商(羅瑞 玉)	高齡者的學習 特質 (楊純青)	做個快樂的樂 齡族 (宋昇 易)	樂齡經絡俞穴 按摩 (張家 禎)
10:50~11:40	同上	同上	同上	同上
11:40~				

表 8 第三週~四週課程配置表

時間	星期三 10/30	星期五 11/1	星期三 11/6	星期五 11/8
8:10~8:55	老人福利與志 工服務 (黃誌坤)	老人多元療育 與諮商(羅瑞 玉)	姓氏選擇財產 繼承、生命禮俗 (宋老師)	科技數位媒體 及生活學(鄧 宗聖)
9:00~9:45	同上	同上	同上	同上
9:55~10:45	活躍老化策略 (劉清虔)	健康體適能-健 康休閒 (許玫琇)	姓氏選擇財產 繼承、生命禮俗 (宋老師)	科技數位媒體 及生活學(鄧 宗聖)
10:50~11:40	同上	同上	同上	同上
11:40~				

表 9 第五週~六週課程配置表

時間	星期三 11/13	星期五 11/15	星期三 11/20	星期五 11/22
8:10~8:55	老人餐飲與養生 (覃主任)	健康體適能 (許玫琇)	老人生活法律與家暴(林怡欣)	老人餐飲與養生 (覃主任)
9:00~9:45	同上	同上	同上	同上
9:55~10:45	同上	同上	樂齡生活地圖 系列一 珠寶鑑定(陳淑娟)	同上
10:50~11:40	同上	同上	同上	同上
11:40~				

表 10 第七週~八週課程配置表

時間	星期三 11/27	星期五 11/29	星期三 12/4	星期五 12/6
8:10~8:55	老人電影與音樂欣賞(陳秀芬)	科技數位媒體及生活學(鄧宗聖)	性別與生命歷程角色 (林怡欣)	老人膳食與製作 (覃主任)
9:00~9:45	同上	同上	同上	同上
9:55~10:45	同上	同上	老人照顧與安養 (洪玉珠)	同上
10:50~11:40	同上	同上	同上	同上
11:40~				

表 11 第九週~十週課程配置表

時間	星期三 12/11	星期五 12/13	星期三 12/18	星期五 12/20
8:10~8:55	臨終關懷與靈 性教育 (劉清虔)	中醫藥應用(潘 奕茹)	老人生涯規劃 —投資理財 (莫慶文)	老人膳食與製 作 (覃主任)
9:00~9:45	同上	同上	同上	同上
9:55~10:45	老人福利與志 工服務 (黃誌坤)	中醫藥應用(潘 奕茹)	用藥安全(沈國 屏)	同上
10:50~11:40	同上	同上	同上	同上
11:40~				

表 12 第十一週~十二週課程配置表

時間	星期三 12/25	星期五 12/27	星期三 1/1	星期五 1/3
8:10~8:55	樂齡生活地圖 系列 (陳芳 華)	樂齡生活地圖 系列 (陳平夷)	元 旦 放 假	社 區 文 化 踏 青  (羅瑞玉)
9:00~9:45	同上	同上		
9:55~10:45	用藥安全(沈 國屏)	科技數位媒體 及生活學 (鄧宗聖)		
10:50~11:40	同上	同上		
11:40~12:30				
12:30~13:20				
13:25~14:15				
14:25~15:15				

表 13 第十三週課程配置表

時間	星期三 1/8	星期五 1/10
8:10~8:55	老人電影與音樂欣賞 (陳秀芬)	老人生涯規劃—老人財務規劃 (莫慶文)
9:00~9:45	同上	同上
9:55~10:45	老人失智症與防治 (洪玉珠)	結 業 式
10:50~11:40	同上	
11:40~		

## 二、下學期課程表(表 14~表 20)

表 14 下學期第一週~二週課程配置表

時間	03/12 星期三	03/14 星期五	03/19 星期三	03/21 星期五
08:00~08:50	性別與生命歷程角色 (林怡欣)	科技數位媒體及生活學—客家花布冊製造 (鍾冬玉)	高齡者的學習特質 (楊純青)	科技數位媒體及生活學—客家花布冊製造 (鍾冬玉)
08:55~09:45	同上	同上	同上	同上
09:55~10:45	老人生涯規劃—C型人生與健康 (羅瑞玉)	同上	性別與生命歷程角色 (林怡欣)	同上
10:50~11:40	同上	同上	同上	同上
11:40~				

表 15 第三週~四週課程配置表

時間	03/26 星期三	03/28 星期五	04/02 星期三	04/04 星期五
08:00~08:50	心理壓力與調適 (王明鳳)	臨終關懷與靈性教育 (劉清虔)	銀髮族健康管理 (楊燦)	放 假
08:55~09:45	同上	同上	同上	
09:55~10:45	同上	高齡者的終身學習與在地老化—「屏東老人學習資源與福利措施」：友善城市、幸福家園 (謝明原)	老人社會關係與溝通 (羅瑞玉)	
10:50~11:40	同上	同上	同上	
11:40~				

表 16 第五週~六週課程配置表

時間	04/09 星期三	04/11 星期五	04/16 星期三	04/18 星期五
08:00~08:50	老人生涯規劃- 飲食與養生 (林慧麗)	老人上網-網路 教學與應用 (黃誌坤)	高齡者的學習 特質 (楊純青)	老人失智症與 防治 (洪玉珠)
08:55~09:45	同上	同上	同上	同上
09:55~10:45	性別與生命歷 程角色 (林怡欣)	老人社會關係 與溝通 (羅瑞玉)	臨終關懷與靈 性教育 (劉清虔)	休保 (蔡永川)
10:50~11:40	同上	同上	同上	同上
11:40~				

表 17 第七週~八週課程配置表

時間	04/23 星期三	04/25 星期五	04/30 星期三	05/02 星期五
08:00~08:50	樂齡生活地圖 系列-芳香療 法與化妝品 (蕭雅美)	老人失智症 與防治 (洪玉珠)	老人電影與音樂欣 賞 (羅瑞玉)	老化適應對 策 (羅瑞玉)
08:55~09:45	同上	同上	同上	同上
09:55~10:45	同上	休保 (蔡永川)	同上	同上
10:50~11:40	同上	同上	同上	同上
11:40~	同上		高齡者的終身學習 與在地老化「屏東老 人學習資源與福利 措施」：友善城市、 幸福家園(謝明原)	同上
6	同上		同上	同上
7	同上		同上	同上
8	同上		同上	同上

表 18 第九週~十週課程配置表

時間	05/07 星期三	05/09 星期五	05/14 星期三	05/16 星期五
08:00~08:50	老人團康樂活 (陳秀芬)	樂齡生活地圖 (翁守德)	芳香療法與化 妝品 (蕭雅美)	財務與信託 (莫慶文)
08:55~09:45	同上	同上	同上	同上
09:55~10:45	同上	老人社會關係 與溝通 (林顯輝)	同上	老人失智症與 防治 (洪玉珠)
10:50~11:40	同上	同上	同上	同上
11:40~	同上			

表 19 第十一週~十二週課程配置表

時間	05/21 星期三	05/23 星期五	5/28 星期三	05/30 星期五
08:00~08:50	臨終關懷與靈 性教育 (劉清虔)	心理壓力與調 適方案—禪修 與人生 (吳欽杉)	飲食與養生 (林慧麗)	老人繪本與代 間共讀 (羅瑞玉)
08:55~09:45	同上	同上	同上	同上
09:55~10:45	活躍老化策略 (李玉蘭)	同上	老人團康樂活 (陳秀芬)	同上
10:50~11:40	同上	同上	同上	同上
11:40~			同上	同上
6			同上	同上
7			同上	
8			同上	

表 20 第十三週課程配置表

時間	06/04 星期三
08:00~08:50	結 業 典 禮 成 果 展
08:55~09:45	
09:55~10:45	
10:50~11:40	
11:40~	



## 肆、講師名冊

### 一、上學期講師名單

姓名	備註
許玫琇	美和科技大學休閒運動保健系助理教授兼體育組組長
楊純青	美和科技大學文化創意系助理教授
羅瑞玉	美和科技大學老人服務事業管理系副教授
張家禎	美和科技大學通識教育中心講師(自然組)
黃誌坤	美和科技大學社會工作系及老人服務事業管理系主任
劉清虔	美和科技大學社會工作系副教授
洪玉珠	美和科技大學護理系教授
莫慶文	美和科技大學財務金融系專任助理教授
林怡欣	美和科技大學社會工作系講師
鄧宗聖	美和科技大學文化創意系助理教授
覃孟雄	美和科技大學餐旅管理系助理教授兼系主任
沈國屏	美和科技大學護理系副教授
潘奕茹	美和科技大學美容系講師
陳芳華	美和科技大學觀光系講師
陳平夷	美和科技大學珠寶系助理教授兼系主任
陳秀芬	校外講師(屏東縣仁愛國小教師)
翁順祥	美和科技大學副校長
陳淑娟	美和科技大學珠寶系兼任教師
宋昇易	校外講師(明妙堂命理諮詢)

## 二、下學期講師名單

姓名	備註
楊純青	美和科技大學文化創意系助理教授
羅瑞玉	美和科技大學老人服務事業管理系副教授
王明鳳	美和科技大學社會工作系助理教授
黃誌坤	美和科技大學社會工作系及老人服務事業管理系主任
劉清虔	美和科技大學社會工作系副教授
洪玉珠	美和科技大學護理系教授
莫慶文	美和科技大學財務金融系專任助理教授
林怡欣	美和科技大學社會工作系講師
鐘冬玉	長治國中校長
楊燦	美和科技大學健康照護研究所副教授
謝明原	美和科技大學社會工作系講師
陳秀芬	校外講師(屏東縣仁愛國小教師)
蕭雅美	美和科技大學美容系講師
林慧麗	美和科技大學食品系助理教授兼系主任
翁守德	美和科技大學觀光系講師
林顯輝	美和科技大學校長
李玉蘭	高雄師範大學成人教育研究所教師
吳欽杉	南華大學金融系教師
蔡永川	美和科技大學休閒運動保健系助理教授

## 伍、學員名冊

學期	姓名
102 年學上學期	曾鳳貞、徐秋月、鍾秀蘭、王慧蓁、 陳淑美、吳菊蘭、方惠櫻、劉淑媛、 邱文忠、廖靜美、洪玉金、賴松英、 陳怡廷、吳錦雲、曾紹文、李貴鳳、 邱孟華、鍾秋琴、陳月花、曾美麗、 謝綉珍、蔡阿廷、李貴英、黃孟玲、 廖清源
102 學年下學期	曾鳳貞、徐秋月、鍾秀蘭、王慧蓁、 陳淑美、吳菊蘭、方惠櫻、劉淑媛、 邱文忠、廖靜美、洪玉金、賴松英、 陳怡廷、吳錦雲、曾紹文、李貴鳳、 邱孟華、鍾秋琴、陳月花、蔡阿廷、 李貴英、黃孟玲、廖清源、吳俊華、 郭景源、廖滿貞、馮瑞華、官國平

## 陸、志工名冊

102 學年度

行政組	薛雅文
服務組	林雅芸、鍾芸秦、謝佳玲、古浩然、石恩麟、陳昱廷、林威伶、張清文、王苡樟、戴志文
資訊組	邱慧珊、陳依柔、林芷蕾、李柏翰
機動組	王俐雲、陳怡伶、林彥呈、董哲宏

## 柒、宣傳管道

### 一、美和科技大學老人服務事業管理系系網

老人服務事業管理系 - 老服系 - 2013/10 月 ◀ | ▶

標題：美和科技大學辦理樂齡大學即日起開始報名

發文單位：老人服務事業管理系

發文者：老服系

[下載檔案:樂齡大學簡章及報名表.doc\(另開新視窗\)](#)

## 捌、活動紀錄

### 一、活動紀錄(上學期)



【開學典禮】



【新學期新氣象】



【認識老年生活法律及家庭暴力防治】



【學員們都樂意上台表現自己及參與課程】





**【銀髮族的健康管理課程】**



**【學員都非常認真的聽講與學習】**





【手相課程基礎知識】



【學員們好奇地認真學習手相呢】



【經絡俞穴按摩課程】



【學員在家也能簡易按摩穴道哦】





【學員們認真聽講學習態度極佳真的值得讚許】



【老人多元療育與諮詢課程】



【健康休閒的安排也是很重要的哦】



【自己也能設計屬於自己的運動計畫表】





【學員對占卜非常好奇呢】



【大家都屏氣凝神好嚴肅】



【有趣的數位媒體課程】



【期待的老人餐飲課程來囉】





【認真地聽老師講解每個過程】



【製作過程】



【體適能課程】



【學員筋骨還是很軟Q哦】





【快碰到了！加油】



【學員們總是目不轉睛地聽老師授課】



【珠寶鑑定課程】



【我也要成為厲害的鑑定小高手】





【今天要做什麼呢？】



【我們個個都是美和阿基師】



【是不是大家都很專業呢！】



【看起來就好美味都忍不住想偷吃一口了】





【學員很喜歡唱卡拉 OK 也喜歡表演哦】



【其實我們還是很年輕活力的！】



【學員真的很認真上每一堂課】



【做好投資理財我們也是自己的大富翁】





【機構參訪-椰子園燕巢區】



【機構參訪-濟興長青中心】

## 二、活動紀錄(下學期)



【樂齡大學開學典禮】



【一起繼續努力開始這學期的課程吧!同學們】





【學員們都相處得很愉快呢】



【嘿嘿嘿!看我的厲害】



【客家花布課程大家都很認真喔】



【大家看起來都很專業呢】





【我們都是厲害的裁縫師】



【敬請期待成品出爐吧】



【真的好期待學員們的成品喔】



【是不是跟我的衣服很搭呀】





【臨終關懷與靈性關懷課程】



【劉老師的課大家都專心聽課】



【銀髮族健康管理課程】



【這節飲食課程大家都踴躍發表問題呢】





【面對飲食的控制大家都很有一套呢】



【性別與生命歷程角色】



【高齡者的學習特質】



【是講到什麼這麼有趣呢?】





【請學員比手畫腳猜成語】



【劉老師的課程都讓學員目不轉睛】



【學員們真的要給他們一個讚 各個都好認真】



【劉老師上課都充滿活力呢】





【運動與健康的課程】



【要有健康的身體又要有正確的運動觀念】



【芳香療法與化粧品】



【先聞精油的香味讓自己放鬆】





【按壓腹部舒緩一下】



【之後是頭部的按摩】



【換學員們互相按摩 看看有沒有學到老師的精隨呢】



【我們也是厲害的按摩師哦】





【保健食品的認識】



【這樣在家也能輕鬆舒緩筋骨】



畢業前的文化之旅—枋寮藝術村的探訪



拍個畢業照—是真的哪!





拍個畢業照—是真的哪!



跨文化代間族群融合—老服系師生、樂齡學員與長榮百合小朋友們的相聚



跨文化代間族群融合--老服系師生、樂齡學員與長榮百合小朋友們的相聚



【結業典禮預演】





【結業典禮附幼表演】



【結業典禮與校長一同表演】



【結業典禮學員表演】



【結業典禮與校長合影】



## 第貳部分 附錄

## 附錄一、簡章報名表

### 美和科技大學辦理「『悠學』樂齡大學」招生簡章

#### 一、活動目的：

- (一)落實屏東縣高齡者追求健康、自主、快樂學習的願景。
- (二)以多元創新的學習模式，增進屏東縣高齡者終身學習的機會。
- (三)提供屏東縣高齡者與年輕學子互動的平台，促進代間交流。

#### 二、活動說明：

- (一)開課時間：學習活動包含 102 學年上、下兩學期，上學期自 102 年 10 月至 103 年 1 月止，下學期自 103 年 3 月至 6 月止，每一學期共上課 13 週，每週三、五上午上課。
- (二)地點：必修課程上課地點為屏東縣內埔鄉美和村學人路 321 號美和科技大學南區民生大樓老服系 SB201；選修課程則配合所選科目上課教室。
- (三)招生方式：本計畫採取學年制報名，每位報名者宜參加兩個學期活動。
- (四)招生人數：本學年開辦一班，學員人數上限 30 人，報名者須滿 20 人始開班。
- (五)教學方式：提供班級教學、動靜態並用、旅遊學習、代間互動學習等多樣方式進行。
- (六)開課師資：95%以上為本校專業領域專任高級師資。
- (七)收退費方式：
  - 1. 收費標準：
    - (1)每學期每位學員自費繳交新台幣 2,000 元，自費項目包括保險費用、旅遊學習交通車費及餐費
    - (2)選修課「食品營養與健康餐飲烹調」、「影音製作」如課程內容需購買材料，則自行依據該課程公佈之材料費用繳交授課教師，本計畫承辦人員不予代收。
  - 2. 退費方式：
    - (1)完成報名手續至開課前退費者，退還自費金額之 70%；
    - (2)開課後上課未超過全期三分之一(四週)者，退還自費金額之 50%；

(3)開課後上課超過三分之一課程者退出，恕不退還費用。

(4)因考量高齡者身體情況與其他突發狀況發生頻率較一般學習者高，如本人無法繼續學習而由其親友(需符合報名資格)銜接其後課程則本人自費費用不予退還，而替代者亦無須再次繳費。

### 三、報名者資格：

(一)年滿 55 歲之民眾。

(二)身體健康良好(可行動不需扶持，無照護需求)

(三)須具備中文(國語)聽讀能力。

(四)未曾參與本校樂齡學習活動者優先。

### 四、報名方式：

欲報名者請於 102 年 9 月 30 日前向美和科技大學老人服務事業管理系報名。報名方式由下列擇一：親洽、郵寄（需 9 月 30 日前郵戳，郵件寫明「屏東縣內埔鄉美和村屏光路 23 號美和科技大學老人服務事業管理系收」）或 e-mail：

x00002158@meiho.edu.tw

報名後若未收到電話回覆，請來電美和科技大學老人服務事業管理系查詢（08）7799821 轉 8350，報名者須待通知「錄取」才可參加。

五、報名表格及健康狀況調查表：如下頁。

## 「『悠學』樂齡大學」報名表

(註： 1. 請報名者隨表繳交兩張二吋大頭照、背面書寫姓名，一張實貼於本表照片欄，另一張浮貼其上，作為報名表識別及學員證製作之用。2. 每欄必填，填寫完畢才能報名)

姓 名		貼照片處
年 齡		
出生年月日	民國      年      月      日	
性 別	<input type="checkbox"/> 男 <input type="checkbox"/> 女	
身分證號		
參加學期	102 學年全學期	
選修課程 (必填)	<p>請註明對「老化認知與適應」類和「健康老化之知能」類選修課程的參加志願：</p> <p>「老化認知與適應」類：</p> <p>第___志願：「心理健康與問題預防處理」</p> <p>第___志願：「投資理財」(包含財富管理、投資規劃)</p> <p>第___志願：「老化知覺與適應」 (包含溝通與人際關係、管理與生活)</p> <p>第___志願：「靈性生活與生命關懷」 (包含生活科技概論、珠寶鑑定)</p> <p>第___志願：「老年學習特質與策略」</p> <p>「健康老化之知能」類：</p> <p>第___志願：「中醫藥應用」(包含中醫養生學、藥膳與美容)</p> <p>第___志願：「數位化生活知能」</p> <p>第___志願：「銀髮族體適能」</p> <p>第___志願：「食品營養與健康餐飲烹調」</p>	
電 話	宅：                      公：	
	手機：	
聯絡地址	□□□□	



E-mail(如無，可不填)	
經歷或服務單位  學 歷  專長/興趣	<input type="checkbox"/> 無 <input type="checkbox"/> 小學 <input type="checkbox"/> 國中 <input type="checkbox"/> 高中職 <input type="checkbox"/> 專科 <input type="checkbox"/> 大學 <input type="checkbox"/> 研究所 以上
擅長語文	<input type="checkbox"/> 中文 <input type="checkbox"/> 英文 <input type="checkbox"/> 日文 <input type="checkbox"/> 其他_____
緊急聯絡人  如何得知樂齡大學活動消息？	姓名： _____ 關係： _____ 手機： _____ 電話： _____

## 健康狀況調查表

本活動大部份時間在美和科技大學校園內進行，部份時間會安排至校外進行文化體驗及機構參訪。為確保活動期間您的安全，我們希望對您的健康狀況多一點了解，作為課程活動調整之參考。請確實填寫本調查表，內容我們絕對保密，謝謝合作!

姓名：	性別：	年齡：      歲
1. 請自評您的健康狀況	<input type="checkbox"/> 很好 <input type="checkbox"/> 普通 <input type="checkbox"/> 不滿意 <input type="checkbox"/> 差	
2. 指定之醫療院所	<input type="checkbox"/> 無 <input type="checkbox"/> 有：_____醫院	
3. 您是否有規律運動的習慣？	<input type="checkbox"/> 是，您的運動是：_____ <input type="checkbox"/> 慢跑 <input type="checkbox"/> 游泳 <input type="checkbox"/> 健走 <input type="checkbox"/> 球類運動 <input type="checkbox"/> 瑜珈 <input type="checkbox"/> 養生操 <input type="checkbox"/> 其他：_____ <input type="checkbox"/> 否，原因：_____	
4. 您最近一年內曾否住院過？	<input type="checkbox"/> 是，原因：_____ <input type="checkbox"/> 否	
5. 您是否需要定期服用藥物？	<input type="checkbox"/> 是，目前服用的藥物為：_____ <input type="checkbox"/> 否	
6. 您是否曾接受過外科手術？	<input type="checkbox"/> 是，原因：_____ <input type="checkbox"/> 否	
7. 您目前是否有以下健康狀況？	<input type="checkbox"/> 有 <input type="checkbox"/> 高血壓 <input type="checkbox"/> 心臟病 <input type="checkbox"/> 中風 <input type="checkbox"/> 心悸 <input type="checkbox"/> 糖尿病 <input type="checkbox"/> 下背痛 <input type="checkbox"/> 哮喘 <input type="checkbox"/> 眼疾	

	<input type="checkbox"/> 腰椎疾病 <input type="checkbox"/> 無法久站 <input type="checkbox"/> 退化性關節炎 <input type="checkbox"/> 其他：_____
	<input type="checkbox"/> 無

注意事項：本人同意健康狀況調查表內容作為「樂齡大學」計畫健康評估之依據，所填答內容本人已確認無誤，也認為自己的健康情形適宜參加本次活動。

(填寫好以上資料，閱讀並同意注意事項後，請於下方簽署)

學員簽名：\_\_\_\_\_ 日期： 年 月 日





## 附錄三、學員意見調查表

### 美和科技大學「『悠學』樂齡大學」滿意度調查表

各位學員大家好：

非常感謝您在百忙中參與本校「『悠學』樂齡大學」課程活動，為了瞭解實施情形並提升爾後活動之品質，以作為未來規劃之參考，煩請您撥冗填答下列問卷，完成後擲交工作人員。再次感謝您的協助與支持！

美和科技大學 敬上

說明：請依據實際情況與感受，在最適當的□中打勾（✓）

	非常滿意	滿意	尚可	不滿意	非常不滿意
--	------	----	----	-----	-------

#### A.活動規劃

1.活動所欲達成之目標明確	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2.活動時段安排適當	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3.活動課堂時間長度恰當	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4.活動內容能夠滿足個人需求	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5.活動辦理方式符合所需	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6.整體而言，本活動提供的各種安排符合我的需要	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

#### B.講師規劃

1.講師授課教材內容豐富實用	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2.講師表達溝通能力強	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3.講師上課方式能引起學習興趣	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4.講師授課方法讓學員清楚易懂	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5.講師教學常與學員有互動	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6.講師會耐心位學員解答疑問	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7.整體而言，我對於講師整體授課的方式與內容滿意	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

	非常滿意	滿意	尚可	不滿意	非常不滿意
--	------	----	----	-----	-------

### C. 班級氣氛

1. 班上同學感情融洽	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. 大部分同學熱心參與全班事務	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. 功課有疑難問題時，同學常會互相協助解決	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. 班上幹部熱心服務	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. 班會時間同學出席踴躍	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. 遇到難題時，同學會主動找導師、副導師尋求協助	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. 整體而言，我對於本班的氣氛覺得滿意	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

### D. 學員收穫

1. 我現有的知識和技能得到更新和充實	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. 我所學到的事物能夠在日常生活能派上用場	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. 讓我對學習產生興趣	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. 讓我下課後也會主動學習	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. 認識新同學讓我生活變得更有趣	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. 參加社團活動使我更喜歡接近年輕人	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. 整體而言，參加樂齡大學讓我收穫良多	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

### E. 服務配合

1. 活動前的聯繫工作讓我滿意	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. 學習活動場地空間適宜	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. 活動教學設備易到手、易使用	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. 活動工作人員的服務讓我滿意	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. 學生志工的服務讓我滿意	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. 我的專屬學長有效幫我適應大學生活	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. 整體而言，我對整體活動的服務品質感到滿意	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

☆此部份為學員資本資料，請在最適當的□中打勾(✓)

1. 我的年齡是\_\_\_\_\_歲
  2. 我的性別是(1)  男性      (2)  女性
  3. 我的教育程度是(1)  未受過教育 (2)  小學 (3)  國中  
(4)  高中 (5)  專科 (6)  大學 (7)  研究所
  4. 我居住的鄉鎮市是：\_\_\_\_\_
  5. 我對本活動的建議事項：\_\_\_\_\_
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 

問卷到此結束，謝謝您！

附錄四、研習證書範例

美和學校  
財團法人

美和科技大學

結業證書

102(度)美科大樂齡(證)字第00001號

曾 君自中華民國102年10月16日起  
至103年6月4日止參加美和科技大學  
「教育部補助102學年度樂齡大學」專  
案計畫課程結業，特此證明。

校長 林顯輝

中華民國 103 年 6 月 4 日



課程總時數：216 小時		
課程名稱		時數
老化及高齡化 相關課程	高齡者的終身與在地老化(4)、做個快樂的樂齡族(3)	7
	老化適應對策(6)、高齡者的學習特質(6)、活躍老化策略(6)	18
	老人生涯規劃(8)、老人社會關係與溝通(8)、心理壓力與調適(8)、性別與生命歷程角色(8)、臨終關懷與靈性教育(8)	40
	本項課程上課時數總計：65 小時 占總課程時數百分比：30%	
健康休閒課程	用藥安全(4)、芳香療法與化粧品(4)	8
	健康體適能(6)、老人旅遊休閒(5)	11
	老人電影與音樂欣賞(8)、老人團康樂活(8)、社區文化踏青(8)	24
	本項課程上課時數總計：43 小時 占總課程時數百分比：20%	
課程 生活新知	老人上網(4)、老年生活法律與含家庭暴力防治(4)、姓氏選擇財產繼承、生命禮俗(4)	12
	樂齡生活地圖系列(交通、居家、生活安全)(10)	10
	本項課程上課時數總計：22 小時 占總課程時數百分比：10%	
學校特色課程	中醫藥應用(4)、樂齡經絡俞穴按摩(4)、老人照顧與安養(2)、銀髮族健康管理(4)、老人福利與志工服務(4)	18
	老人多元療育與諮商(6)、老人失智症與防治(6)、老人繪本與代間共讀(6)	18
	老人餐飲與養生(8)、老人膳食與製作(8)、科技數位媒體及生活學(16)	32
	本項課程上課時數總計：68 小時 占總課程時數百分比：32%	
其他課程	客家花布(2)、財務與信託(4)、老人電影與音樂欣賞(2)、飲食與養生(2)	18
	本項課程上課時數總計：18 小時 占總課程時數百分比：8%	

美和學校  
財團法人 美和科技大學

## 感 謝 狀

102(度)美科大樂齡(獎)字第 1030604-1 號

方 君自中華民國 102 年 10 月 16 日  
起至 103 年 6 月 4 日止參加美和科技大  
學「教育部補助 102 學年度樂齡大學」  
專案計畫擔任班級幹部，熱心協助，貢  
獻良多，特頒此狀，以表謝忱。

校長 林顯輝

中 華 民 國 1 0 3 年 6 月 4 日

美和學校  
財團法人 美和科技大學

## 勤學證明

102(度)美科大樂齡(獎)字第 1020110-1 號

李君自中華民國 102 年 10 月 16 日起  
至 103 年 6 月 4 日止參加美和科技大學  
「教育部補助 102 學年度樂齡大學」專  
案計畫，在學期間勤奮向學、好學不  
倦，殊堪嘉許，特頒此證，以資鼓勵。

校長 林顯輝

中華民國 103 年 6 月 4 日

## 附錄五、參訪行程平面圖及學習單

103 年 05 月 02 日(五)

### 『枋寮鬆心之旅』

目的：

身為屏東人，多認識附近地方之美是必要的，能夠帶著輕鬆心情、及學習的心，來更開闊自己的視野，受大地之美的洗滌更讓自己與地方連接，更重要的是拋開一切煩惱好好的放鬆心情。

地點：枋寮

參與人員：美和科技大學樂齡學員

「火車、火車、你袂喂叨去……」，如果您想從火車窗頁迎接「一片片莫內的印象畫」，那麼當火車來到台鐵縱貫線尾端的枋寮站，遊客們務必下車。因為這裡有值得讓您留連的「F3」藝術村，十幾個熱愛藝術的在地社團、藝術家用心發想，期望讓大家一圓「藝術之旅」夢想。枋寮藝術村「建村」歷史，與枋寮當地人文，以及火車站發展息息相關。

1996 年，枋寮地區一群懷抱開創藝文環境理想的年輕人，他們有的是出國學藝後，準備好好回饋家鄉，現任職屏東教育大學的林右正老師，就是其中關鍵人物。還有致力地方美學教育多年的藝術家，「鄉音美術會」是其中最具代表性團體，如今它已轉型為「枋寮藝文發展協會」，而且長期進駐枋寮藝術村。至於枋寮藝術村本體建築，則是利用火車站老舊鐵路員工宿舍整修，使閒置空間再行利用。話說從頭，2001 年文建會推出「閒置空間再利用」政策，枋寮生活文化促進會順勢提出利用枋寮火車站周邊的閒置空間計畫，豐富的藝術環境改造內容，獲得文建會肯定與補助，各級地方政府也全力促成此項計畫，枋寮終於開啟一口最重要的「藝術之窗」。

枋寮藝術村於 2002 年 12 月納入鐵道藝術網絡計畫；該站也從早期以「枋寮鄉 F3 特區經營管理委員會」及「枋寮生活文化促進會」為經營單位，於 2005 年由屏東縣政府文化處經營管理至今。

枋寮藝術村成立後，廣邀各類藝術家及社團進駐，目前已有石雕、木雕、紙雕、鐵雕、版畫、馬賽克、音樂、裝置藝術、皮雕等等藝術家與社團駐村，希望打造有特色的藝術村。其中擅長偶戲的黃明道老師，熱切投入的表演藝術，內涵無盡的熱力與創意，如今即使黃老師驟逝，藝術村熱鬧的偶戲劇場，還是讓遊客回味再三。



## 活動內容規劃

時間	行程內容	地點	負責人員	備註
08:10	搭車時間	屏東車站 08:23	羅瑞玉	到枋寮 09:41
08:30	搭車時間	竹田車站 08:46	羅瑞玉	
08:40	搭車時間	潮州車站 08:53	羅瑞玉	
09:41	到達枋寮	枋寮火車站	羅瑞玉	
10:00-11:00	參觀藝術街	枋寮藝術村	羅瑞玉	
11:30-14:30	阿達海鮮店用中餐	阿達海鮮店	羅瑞玉	
14:30-15:30	枋寮海邊散步	枋寮海邊	羅瑞玉	
16:00	坐火車回竹田-賦歸	枋寮火車站	羅瑞玉	
16:43	搭車時間	潮州車站 16:43	羅瑞玉	
16:54	搭車時間	竹田車站 16:54	羅瑞玉	
17:18	搭車時間	屏東車站 17:18	羅瑞玉	

103 年 05 月 30 日(五)

## 『優游禮納里部落之美』

目的：

藉由城鄉交流活動，學習多元文化。結合原鄉部落大 vuvu(長輩)與小 vuvu(小孩)及市區日托長輩，讓老人日托彼此聯繫情感與分享；讓學生陪伴老人家，提供服務回饋機會，培養大手牽小手快樂齊步走的精神。

地點：瑪家鄉禮納里部落(88 風災重建新社區-有南臺灣普羅旺斯之稱)

參與人員：美和科技大學 老人服務事業管理系師生與日托、大社部落日托、長榮百合國小二年級師生、好茶部落盧啟村藝術家

活動內容規劃

時間	行程內容	地點	負責人員	備註
9:00-10:00	大社老人日托相見 歡與交流	大社安息日教會	巴牧師與美和科大	車子由黎明隘察進入禮納里，大社安息日教會下車後，車子停大社停車場。
10:00-10:10	相見歡大合照	大社安息日教會	美和科大	
10:10-11:00	大社部落導覽	大社部落	長榮百合二年級學生小小解說員(大社學生2組)	
11:00-11:10	引導至長榮百合大合照	長榮百合前庭	美和科大	視情況步行或搭遊覽車
11:00-12:00	參訪長榮百合國小	長榮百合國小	長榮百合二年級學生小小解說員	
12:00-12:40	美味午餐時間	長榮百合國小 2樓露臺用餐	長榮百合	
12:40-13:20	充電時間小憩一下	長百民族資源教室	長榮百合	
13:20-13:30	引導至好茶部落		長榮百合	搭遊覽車，車子停好茶停車場
13:30-15:00	體驗部落文化藝術與好茶部落導覽 大合照	好茶啟美畫室 好茶部落	盧啟村長老 長榮百合二年級學生小小解說員 美和科大	彩繪部落之美畫框 長百學生共同創作
15:00-15:30	瑪家部落導覽	瑪家部落	長榮百合二年級學生小小解說員	
15:30-15:40	大合照互道珍重再見		美和科大	
15:40	賦歸			

活動補充：長榮百合二年級學生與協同淑惠老師，配合部落學歷課程，全程參與活動。

經費估算：

1. 午餐/ 60 元/每人(長百營養午餐+原住民傳統美食奇那富)
2. 彩繪部落之美畫框/150 元/每人(含所有材料費)

聯絡：美和科技大學 羅瑞玉教授 0952805703 0958791615

長榮百合國小 蘇純慧老師 0978752180

大社日托 巴牧師 0919122859

好茶藝術家 盧啟村長老 0960527696

禮納里部落介紹：簡稱「大家好」部落(由大社、瑪家、好茶三部落共組成)

#### ◎社區介紹：

88 風災後重建於屏東縣瑪家鄉瑪家農場的新社區(稱禮納里 Rinari)( 99 年 12 月 25 日入住)，由三地門鄉大社部落、瑪家鄉瑪家部落、霧台鄉好茶部落組成，(共 483 戶，9 間教會)聚集排灣族與魯凱族群，且此三部落均是其原鄉的發源部落，充滿多元與豐富深厚的文化故事。在社區中也成立一所新學校長榮百合國小(100 年 8 月 1 日成立)，社區與學校結合負起原住民的文化傳承使命。

#### ◎瑪家部落：

山林生態旅遊，白賓山登山步道、桃花源休閒園區、山谷林原生植物園、嵐雲綠海咖啡及數家部落原鄉藝術工作坊等。

#### ◎好茶部落：

香草及接待家庭、數家部落原鄉手工藝品工作坊等。其中「好茶啟美畫廊」由素人畫家盧啟村長老負責，從事原鄉部落繪畫，利用多種媒材創作，如石板繪畫、石板雕刻、版畫、拓印、石板屋製作等，提供多種原住民文化 DIY 創作體驗。



### ◎大社部落：

工藝文創廊道，分別有木雕、石雕、鐵雕、鋼雕、皮雕等創作工作坊，以及繡布、傳統服飾製作，還有國寶級的口鼻笛藝師許坤仲耆老。

### ◎長榮百合國小：

原住民文化體驗學習，提供部落學歷 DIY 體驗，傳藝館有月桃編織體驗、生活館有花環編織體驗、生態館有石板屋搭建、射箭等體驗，文學館認識部落文學家與傳統神話故事等。

### ◎盧啟村：

96 年接連發生 813 水災、聖帕颱風，霧台鄉好茶村遭豪雨侵襲沖毀，魯凱族畫家盧啟村 500 多件作品全部付諸洪水，但他沒有放棄創作之路，在克難環境中維繫傳承文化的使命，99 年他遷入禮納里部落，把自家永久屋變成畫廊，再度延續他對部落的藝術之夢。素人畫家盧啟村創立「好茶啟美畫廊」藉由藝術繪畫展現魯凱族的文化特質，用繪畫訴說族人的故事，希望透過石板繪畫，讓每個人在大自然中找到自己，體驗到原鄉的生活風情。

◎景點圖片：



◎入口意象紀念碑



◎禮納里入口：瑪家穀倉風味館



◎好茶：雲豹的故鄉    ◎瑪家：百步蛇的守護    ◎大社：穿山甲活動中心



◎導覽圖：



## 附錄六、結業典禮邀請卡範例

鈞鑑：

本校承辦教育部 102 學年「樂齡大學」計畫，謹訂於民國一百零三年六月四日（星期三）上午八點於南校區民生大樓二樓 SB201 教室舉行「樂齡大學」結業典禮。恭請

### 蒞臨指導

美和科技大學 董事長 楊平正

校 長 林顯輝

老人服務事業管理系 系主任 黃誌坤

計畫主持人 羅瑞玉 敬邀

結業典禮流程：

2014/06/04（星期三）

08:30~08:45	簽到
08:45~09:00	老服系學生
09:00~09:30	各位長官致詞
09:30~10:00	頒發結業證書及感謝狀
10:00~10:10	休息時間
10:10~11:00	學員成果發表
11:00~11:40	卡拉OK唱歌
12:00 過後	謝師宴

## 美和科技大學 老人服務事業管理系

### 「樂而忘齡 勤學不老」結業典禮

1. 日期：103 年 6 月 4 日星期三

2. 時間：08:30~11:30

3. 地點：民生大樓 SB201 教室

4. 流程

08:30-08:40	簽到
08:40-09:00	學員交流、發畢業照
09:00-09:15	各級長官致詞
09:15-09:25	頒發結業證書
09:25-09:30	頒發感謝狀、全勤獎
09:30-09:40	帶動跳表演(來去台東、等一下呢)全體學員表演
09:40-09:45	驪歌朗誦(全體學員)
09:45-10:00	感恩的心(全體學員致感謝詞)
10:00-10:05	老服系致謝詞
10:05-10:15	休息
10:15-10:30	學員作品發表