

「樂活服務-高齡者科技體適能」教學成長體驗營

活動日期：109 年 08 月 6 日

活動地點：朝陽科技大學

主辦單位：中華民國私立科技大學校院協進會

承辦單位：朝陽科技大學教務處、休閒事業管理系、樂活服務學群

一、目標

中華民國已於 2018 年進入高齡化社會（高齡人口超過總人口之 14%），預估 2026 年全國超過 65 歲以上之國人，將超過總人口 20%，並進入超高齡化社會。中華民國政府自 2018 年起，推動長照 2.0 十年計畫，實現在地老化，提供從支持家庭、居家、社區到住宿式照顧之多元連續服務，期能提升具長期照顧需求者與照顧者的生活品質。

2018 年朝陽科技大學管理學院提出「迎戰人工智慧、擁抱白金世代」之前瞻佈局，成立跨院系「樂活服務學群」學研產組織。樂活服務學群以高齡者需求為基礎，經歷兩年蛻變，研發「大腦認知功能」、「肌肉表現功能」及「身心平衡功能」等三套高齡者科技體適能檢測服務，並以此作為學生教學、教師研究及產業合作之發展徑路。

本計畫以樂活服務教學、體驗及討論為主題，規劃以符合國家高齡化人口成長及產業需求之「樂活服務-高齡者科技體適能」體驗營，期望能讓參與之學員獲得高齡產業之教學新知，並親身體驗科技設備，推廣與應用樂活服務。

二、活動方式

- (一) 專題講座：邀請高齡專家進行專題演講，讓與會了解「大腦認知」、「肌肉表現」及「身心平衡」等功能對高齡者健康促進及管理之重要性。
- (二) 體驗檢測：邀請參與體驗營之師長實際進行高齡者科技體適能檢測，檢測內容包含：「認知功能」、「身體組成」、「動靜態平衡功能」、「走路動作分析」、「心血管功能」及「自律神經平衡」等六項檢測，並提供檢測後各項功能之檢測結果。
- (三) 結果研討：由樂活服務學群師生分析體驗師長之檢測結果，並以分組研討方式，規劃促進「大腦認知功能」、「肌肉表現功能」及「身心平衡功能」等三個行動咖啡館。

三、主辦單位：中華民國私立科技大學校院協進會。

- 四、承辦單位：朝陽科技大學教務處
朝陽科技大學休閒事業管理系
朝陽科技大學樂活服務學群
- 五、參加對象：各私立技專校院老師 40 人，額滿為止。
- 六、活動日期：109 年 08 月 6 日
- 七、活動地點：朝陽科技大學管理學院、體育館。
- 八、宣傳及報名方式：採網路宣傳，報名者請掃描 QR code 進行網路報名。
臉書網址：<https://www.facebook.com/groups/342076589174623/>
<https://www.facebook.com/groups/2399184056975693/>
活動網址：<https://leisure.cyut.edu.tw/>
報名網址：<https://forms.gle/ayumliD35gNchdo96>



- 九、報名日期：即日起至 109 年 06 月 26 日（星期五）止，額滿為止。
- 十、活動諮詢：朝陽科技大學休閒事業管理系 翁助教（04）2332-3000#7465。
- 十一、活動注意事項：
- (一)本體驗營學員會進行運動檢測，請參與者穿著輕便服裝、亦請攜帶毛巾及水壺。
 - (二)若有停車需求，請於報名表註明車號，以利停車位安排。

十二、日程表

時間	活動內容	主持人	活動地點
09:00 10:00	報到	毛祚彥老師	管理學院 天生廳
10:00 10:15	開幕式及大合照	教務長	管理學院 天生廳
10:15 12:00	高齡者生理、心理及社會需求- 以 TBL 教學模式 (主講人：陳玉敏 副教授)	教學中心主任	管理學院 天生廳
12:00 13:00	午膳時間	毛祚彥老師	管理學院 青橄欖咖啡廳
13:00 15:00	體驗高齡者科技體適能 ● 大腦認知功能 ● 肌肉表現功能 ● 身心平衡功能	毛祚彥老師	管理學院 六樓會議室
15:00 15:10	休息時間	毛祚彥老師	管理學院 青橄欖咖啡廳
15:10 17:00	樂活服務行動咖啡館(茶點時間) ● 大腦認知 (桌長：林翠娥總 經理) ● 肌肉表現 (桌長：郝先潔 職 能治療師) ● 身心平衡 (桌長：陳玉敏副 教授)	林志偉主任	管理學院 青橄欖咖啡廳
17:00 ~	賦歸	毛祚彥老師	