

計畫名稱：健康小種子-社區暨偏鄉預防醫學與教育行動

主持人：林文元

- ▶ **114年工作規劃：**因應社區人口老化與醫療資源不足，本計畫聚焦於提升基礎健康意識與疾病預防知識，具體規劃如下：
 - ▶ **推動社區健康促進與衛教活動：**透過日常健康講座與活動，將醫療資源優先留給真正需要者。
 - ▶ **定期居家訪視與衛教：**提升偏鄉長者自我健康管理能力，並培育中小學生成為「健康小種子」，推動社區健康永續。
 - ▶ **建構學生見習模式：**規劃社區醫療群合作機制，讓學生深入了解台灣醫療體系在地運作，並延續在地關懷力量。
- ▶ **對學生之培育：**
 - ▶ **學習流程導入：**「行前培訓→目標設定→執行與服務→調整與反思」，落實「從服務中學習，學習後回饋服務」。
 - ▶ **結合社區實作：**學生於社區據點、學校、社福機構等場域實地操作，並由醫療群提供衛教與指導，培養「社區服務種子」。
 - ▶ **強化核心素養：**透過社區實務導向的實習，增進下列能力：理解台灣醫療與長照制度、認識醫療群的角色與功能、建立跨領域合作與實作能力、培養同理心與對高齡、弱勢族群的關懷視角（操作方式：安排至醫療群診所見習）
- ▶ **場域鏈結之方式：**
 - ▶ **跨域學習與多元觀點：**結合體驗教育與多師共導，鼓勵學生接觸多元方法與視角。
 - ▶ **多方合作推動健康教育：**由學生服務隊與當地中小學、CMU附設醫院（信義鄉IDS計畫主責單位）、地利門診等單位合作，強化社區民眾健康意識。
 - ▶ **文化資源整合：**連結文化健康站，舉辦社區聚會，深化居民間連結。
 - ▶ **醫療群協作見習：**與社區醫療群診所合作提供學生臨床實習機會，實踐學習成果。

▶ 融入SDGs之作法

- ▶ **強化 SDG 3「良好健康與福祉」的具體行動推動系統化肌少症改善計畫：**
 - 與物理治療系合作，透過數據追蹤提升長者肌力與活動能力。
 - 提升心理健康識能：以講座訓練學生，主動識別並關懷長者心理需求。
 - 運用多媒體輔具：結合平板、手機等數位工具，促進健康與認知參與。
- ▶ **落實 SDG 10「減少不平等」的服務擴展聚焦弱勢長者關懷：**優先服務獨居、行動不便等資源缺乏族群，持續追蹤其改善情況。擴展服務區域：評估並逐步拓展服務至更多偏鄉部落，強化資源可近性。深化部落連結：與文健站合作辦理聚會活動，促進社區凝聚與支持網絡建立。
- ▶ **結合 SDG 4「優質教育」推動服務學習將 SDGs 融入學生培訓課程：**於行前課程中加入SDGs與偏鄉議題內容，涵蓋部落文化、醫療與心理健康等主題。強化服務反思歷程：鼓勵學生透過服務日誌與出隊後的省思活動，深化對服務意義與SDGs目標的理解與連結。

▶ 預計對利害關係人產生之影響

- ▶ **個案長者：**提供持續關懷與個人化服務，促進長者身心健康、社會連結與活動力，減少跌倒風險，並提升參與感與生活品質。
- ▶ **服務隊員：**學生透過參與學習預防醫學與服務技能，培養同理心與溝通能力，實踐服務精神，並成為未來負責人，確保計畫永續。
- ▶ **合作夥伴（中國醫藥大學附設醫院、文化健康站、社區醫療群診所等）：**與服務隊合作推動整合性照護，強化在地連結，共同促進長者健康。
- ▶ **當地社區/部落（雙龍、地利、民和）：**深耕部落、尊重文化，強化社區連結，並計畫擴展服務範圍，造福更多居民。

計畫進度分享

- ▶ **迪巴恩團隊本年度於3/8~5/24分別五次出隊，執行地利/雙龍個案居家訪視及健促活動，(114年至今共計13人，80人次) 持續追蹤關懷長輩健康狀況與心理需求。首次出隊重點在寒假後健康評估與新增個案訪視，成功協助長輩解決用藥等問題，並收集活動偏好，作為後續規劃參考。至第四次出隊，夥伴已熟悉服務流程，能穩定應對個案需求，與長輩建立良好互信關係。長輩熱情參與彩繪、手作與互動活動，健康狀況亦有改善。團隊展現出專業能力與服務熱忱噢成效，讓長輩對未來接續拜訪更感安心。**
- ▶ **築光的偏鄉國中健康促進及課輔計畫：持續與民和國中合作，已完成114上半年5次活動。**
- ▶ **聚會出隊 (5/15)：本次活動是將訪視個案和當地文健站長輩接送至文健站進行的集體活動。此次活動結合雙龍文健站資源，共有22位長輩參與。活動內容豐富，包含戲劇表演、舞蹈、健康操帶動跳、闖關活動與手作課程，皆由大一夥伴規劃與執行。活動取得了不錯的成效。長輩對此類活動參與度很高，感到開心與喜愛，成功達到增加團體性社交的目標。這也為平時行動不便的長輩提供了接觸人群的機會，並與當地文健站建立了更深的連結。**
- ▶ **社區醫療群診所見習(5場)：為增進學生對基層醫療的理解，安排至社區醫療群診所見習，透過觀察診間運作，學習醫師的問診技巧與醫療實務。診所醫師分享多年經驗，讓學生了解醫病溝通與診療流程。同時，學生也認識診所如何與社區合作，包含與長照機構、里辦公處等單位合作推動健康活動，並參與個案轉介與居家關懷等實務。診所亦展示其在健康篩檢、疫苗接種與衛教服務的執行方式，強調預防醫學在社區的重要性。**
- ▶ **做中學、學中做：學生與社區居民、醫療人員共學共創健康環境，不但培養跨領域溝通與團隊合作能力，也強化對在地健康議題的敏感度與行動力，為培育具備社會責任感與實務能力的未來醫療照護人才奠定基礎，落實優質、可及、具影響力的教育目標。**



與所有參與活動的長輩們合影

計畫面臨之困境與其解決方法

主要困境

- ▶ **長輩個別差異大，服務需高度個人化：**長輩健康與認知狀況差異大（如中風、視力障礙、語言不通、行動不便等），需設計高度個別化活動，增加規劃難度。
- ▶ **長輩參與度或配合度問題：**部分長輩復健配合度不高、情緒低落或缺乏主動性，聚會活動中對不熟悉對象較難快速融入。
- ▶ **長輩心理及生活狀況複雜：**存在孤單、酗酒、失智傾向等問題，部分長輩對生命態度悲觀，需更多心理關懷與耐心應對。
- ▶ **服務日誌的易讀性：**過去服務日誌以日期分類，不利快速掌握個案變化，降低後續夥伴承接效率。
- ▶ **團隊經驗傳承與長輩適應：**計畫進入交接階段，面臨負責人更替及長輩對新學生的不安感。
- ▶ **聚會活動的時間安排：**上學年度曾因文健站與學校課程時間不合而取消聚會。
- ▶ **學生見習定位不清：**學生在診所見習中缺乏具體任務與參與感，無法充分了解社區醫療角色。

解決方法與規劃

- ▶ **強化個人化服務與活動設計：**建立長輩需求分析表，作為出隊活動設計與驗收依據，並持續調整內容以提升參與度與適切性。
- ▶ **系統化肌力改善計畫與專業支援：**與物理治療系合作進行評估與復健設計，搭配醫師講座加強團隊專業知能，提升復健成效。
- ▶ **改進服務日誌系統：**依個案歸檔並結合AI工具提取與更新長輩現況，提升資料整合度與閱讀效率。
- ▶ **加強心理健康照護知能：**行前培訓納入心理健康課程，提升夥伴辨識與應對能力，並透過講座了解常見心理議題。
- ▶ **建立突發狀況應對機制：**預設疫情等不可抗力情況下的替代方案（如電訪），確保服務不中斷。
- ▶ **完善團隊交接與陪同安排：**規劃負責人培訓與角色轉換期，出隊時由熟悉成員陪同，穩定長輩情緒與信任感。
- ▶ **聚會活動調整與擴展：**聚會前加強活動說明，提升參與意願；未來每學年於雙龍與地利各辦一次，以擴展服務效益。
- ▶ **深化見習場域與參與實務：**除診所觀察外，安排參與社區衛教、健康促進等實務，增進學生理解並強化其角色定位與實作經驗。