

苗栗縣

CL-02-0041

預防及延緩失能照護服務方案介紹

銀海預防及延緩失能

智社區-懷舊、律動、益智團體



研發單位：銀海長照團隊

主辦單位：苗栗縣政府衛生局

指導單位：衛生福利部國民健康署



苗栗縣政府衛生局
MIAOLI COUNTY PUBLIC HEALTH BUREAU

經費由長照基金支應 廣告

方案資料

聯絡窗口	聯絡人：賴祥宇 聯絡電話：037-669170 電子郵件：sslongtermcare@gmail.com 聯絡地址：可提供服務縣市：*全國
方案類別	* 肌力強化運動 * 生活功能重建訓練 * 社會參與 * 認知促進
方案對象	* 健康長者 * 衰弱長者 * 輕度失能 * 輕度失智
方案時間	每期12週，每週1次，每次2小時。

照護服務流程及內容說明

模組課程規劃以認知訓練為主軸，藉由與日常生活情境相關的認知訓練活動，包含了使用記憶策略、線索分析、概念聯想、數字運算、生活情境練習(時間、金錢、折扣等)，來提升長者的知覺、記憶、注意力、概念、想像能力、判斷能力等認知功能。

活動開始	
10-20min	團體暖身、自我介紹、增加現實定向感導入
20min	分享最近生活，並引導活動主題導入
60min	當週認知訓練主題活動
20-30min	引導成員主題回饋並連結自身經驗分享
活動結束	



團隊與師資介紹

01 研發團隊介紹

銀海長照團隊

依照已實際長期在社區舉辦失智症健康促進團體的模組專業師資設計教案，並以多感官、動作訓練、認知理解與智能刺激、日常生活功能訓練等各種活動目標進行課程規劃；模組活動規劃包含「綜合團體」、「園藝團體」、「認知團體」與「運動團體」四期，團體每期 12 週，每週 1 次，每次 2 小時。

02 師資介紹：專業師資/指導員/協助員

姓名	職種	現職單位
賴祥宇	職能治療師	銀海社區型職能治療所
劉維漢	職能治療師	維能居家職能治療所
張嘉真	護理師	大千醫院
吳秀雅	護理師	大千醫院



12週教案課程內容與說明

懷舊團體課程

週次	主題
第一週	相見歡
第二週	記憶中的童年回憶
第三週	我的老家
第四週	學奮鬥記
第五週	古禮嫁娶的習俗
第六週	外出工作軼事
第七週	我是歌手
第八週	照顧孩子辛苦談
第九週	外出旅遊好心情
第十週	過年過節好味道
第十一週	我們這一家
第十二週	相聚的每一天



12週教案課程內容與說明

律動團體課程

週次	主題
第一週	相見歡-動作你我他
第二週	花生甚麼事
第三週	賓果蹦蹦樂
第四週	滾動奇蹟
第五週	節奏123
第六週	金雞獨立
第七週	左右搖擺
第八週	剛好遇見你
第九週	123到台灣
第十週	跟我一起動茲動茲
第十一週	生活智慧小撇步
第十二週	熱線你和我



12週教案課程內容與說明

益智團體課程

週次	主題
第一週	相見歡-認識我的大腦
第二週	靈光的大腦尋找細節
第三週	搶救前線的工作記憶區
第四週	分類記憶與持續注意力訓練
第五週	選擇注意力與概念理解
第六週	概念聯想與線索辨認
第七週	簡單的數字遊戲
第八週	簡單的數字聯想
第九週	生活中的數字
第十週	想像與聯想遊戲
第十一週	生活中的各項問題解決與規劃
第十二週	每一天的認知功能與日常生活能力之應用



方案特色及介入成效

社區長者上完課的改變



課程照片



—— 記錄每一刻



筲箕灣政府衛生局
WAI TSING DISTRICT PUBLIC HEALTH BUREAU

經費由長照基金支應 廣告



方案特色及介入成效

社區長者上完課的改變



一起來運動

動動手 X 動動腦



苗栗縣政府衛生局
MIAOLI COUNTY PUBLIC HEALTH BUREAU

經費由長照基金支應 廣告