

## 苗栗縣政府衛生局新聞稿

### 苗栗縣 112 年鍾意樂活・苗栗健康遊系列活動

#### 『獅潭情懷篇：憶遊味盡獅想起暨友智友善 DIY』

發文日期：112 年 04 月 19 日

聯絡人及電話：衛生局保健科長 廖秀慧 037-558500

獅潭鄉衛生所主任 胡慧君 037-931309

苗栗縣政府衛生局暨獅潭鄉衛生所於 112 年 4 月 21 日(五)上午 8:30~12:30 在新店村活動中心，舉辦鍾意健康遊系列活動第二場-『獅潭情懷篇：憶遊味盡獅想起暨友智友善 DIY』活動，結合獅潭鄉公所、新店社區發展協會、失智友善商家：藏山椿、I-YO、後角手作、東億陶瓷、三合院紅棗園、墨湘咖啡、阿金姐、紅雙小吃、發哥農產品，讓參加者透過回憶、遊玩和味覺體驗，重新認識獅潭的歷史文化，也讓失智長者們回憶起往昔美好時光。

此次活動的第一部分是以「憶、遊」為主題，藉由懷舊照片的呈現，由耆老講述獅潭昔日的風土人情、文化特色，引領長者們回到當時的生活環境，再次感受往昔的美好時光。接著串聯「友智友善商家」辦理闖關活動，以簡單有趣的互動方式，讓長者認識本鄉友善商家，各店家提供長者舒適和健全的友善環境，增加長者更多的社會互動，使生活品質更加提升。

此次活動的第二部分是以「味、盡」為主題，藉由「友智友善手作 DIY」，讓參加者在手作 DIY 的同時，感受氣味和記憶之間的相關聯。以艾草、紫蘇、香茅、樟樹的氣味刺激大腦，並且聯繫過去與現在，讓長者們動手製作，同時也能增加手部肌肉活動，延緩手部肌肉萎縮的現象，達到促進健康的效果。並且在互動中降低失智的風險，也讓失智長者找回自我，有了自我存在的價值，這樣的互動可以更好地增進彼此之間的情誼。

最後，透過這樣的活動，讓失智長者、家屬及失智守護天使、商家一同共遊，讓友善的力量持續傳遞。

苗栗縣長鍾東錦上任以來，持續關懷高齡、失智長者，全縣共有 193 個社區關懷據點、22 個幸福學院、18 個樂齡中心及提供長照 2.0

各項服務。高齡化社會，銀髮族健康養生議題已成為趨勢，結合文化、健康與友善，以提供失智長者一個愉悅的經驗，同時讓觀光客了解獅潭的文化特色。活動以手作 DIY 的方式，從中獲得樂趣，也能在活動中體驗到愛與關懷的感覺。讓每一位失智長者都感受到我們的關愛，並與我們一起分享美好的回憶。

衛生局張蕊仙局長表示臺灣高齡化速度越來越快，苗栗縣人口平均 100 人中就有 17 人為 65 歲以上的長者，安養及照護需求升高，為讓長者生活更加快樂與充實，衛生局結合社區及在地產、官、學共同建構高齡友善生活環境，期望透過豐富多元、生動有趣的樂齡健促活動，鼓勵並支持銀髮長者願意多做社會參與及樂齡學習，並加入健康促進活動、分享生活點滴，以增進身、心、社會健康，達到交流情誼，充實銀髮悠遊慢活之目的，讓長者能獲得健康的身體並提升生活品質，以落實「高齡友善、銀得精采、活躍老化」。

獅潭鄉衛生所主任胡慧君表示，根據戶政人口資料統計資料顯示，獅潭鄉截至 2023 年 2 月總人口數為 4137 人，男性 2,281 人、女性 1,856 人，其中 65 歲以上長者為 1,209 人占全鄉 29.23%（苗栗縣 18.36%、獅潭鄉 29.23%），老年人口為第一高鄉鎮。此次活動，特別邀請耆老，也是現任新店村蘇朝彰村長為我們介紹獅潭鄉昔日的風土人情、文化特色，接著邀請劉毓汶老師來教導長者手作 DIY 課程，讓長者親自體驗憶遊味盡的滋味，讓我們攜手打造「高齡友善、失智友善城市、活躍老化」獅潭鄉。