

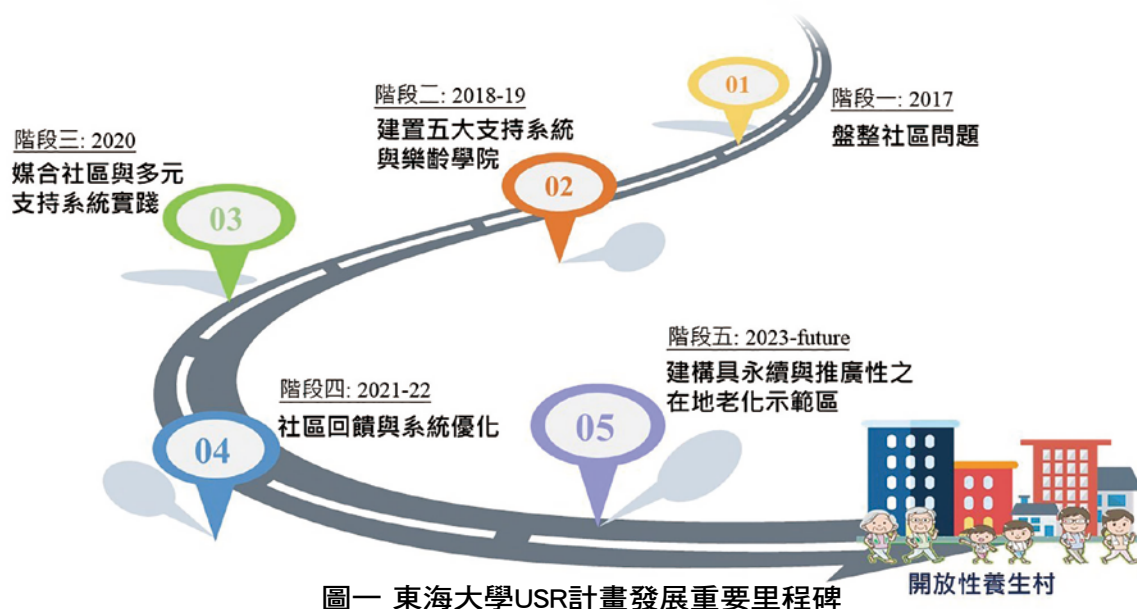
# 「在地老化、協力共好」新選擇 ——開放式養生村

■ 文／詹家昌·東海大學副校長兼計畫主持人

**壹** 灣人口老化速度相當快速，根據內政部111年2月戶口統計資料，65歲以上人口數為3,965,920人，占比17.01%，我國已於2018年成為高齡社會，推估2025年邁入超高齡社會，65歲以上人口占比達20.0%。高齡社會衍生的問題涵蓋醫療、社會福利、經濟、勞動，乃至於公共交通、住宅、休閒娛樂等各方面的發展與資源配置。尤其老年人的健康、醫療與失能也與我們每個家庭的照護及生活品質息息相關。

東海大學秉持立校精神，長期關注社會議題及積極投入各類社會實踐。自2017年鼓勵校內師生

參與高齡的研究，以系統觀點切入社區高齡議題，在了解社區長者待解決的問題後，嘗試建構在地高齡服務之五個多元支持系統，包括照護長者健康的健康促進支持系統；針對社區型銀髮族的共餐服務注入更健康、適切之餐食設計的共餐系統；訓練與媒合服務人員的志工服務支持系統；以校內外資源設計適合長者參與的活動支持系統；統合所有支持系統資訊以作最佳決策的營運管理系統等。計畫目標是建構開放式養生村，願景則是讓高齡者真正落實在地老化與活躍老化，自2017年的發展階段如圖一所示。



圖一 東海大學USR計畫發展重要里程碑

## 計畫歷程



圖二 東海大學USR計畫與校務發展對應圖

### 與學校校務發展計畫的連結及內外部支持系統

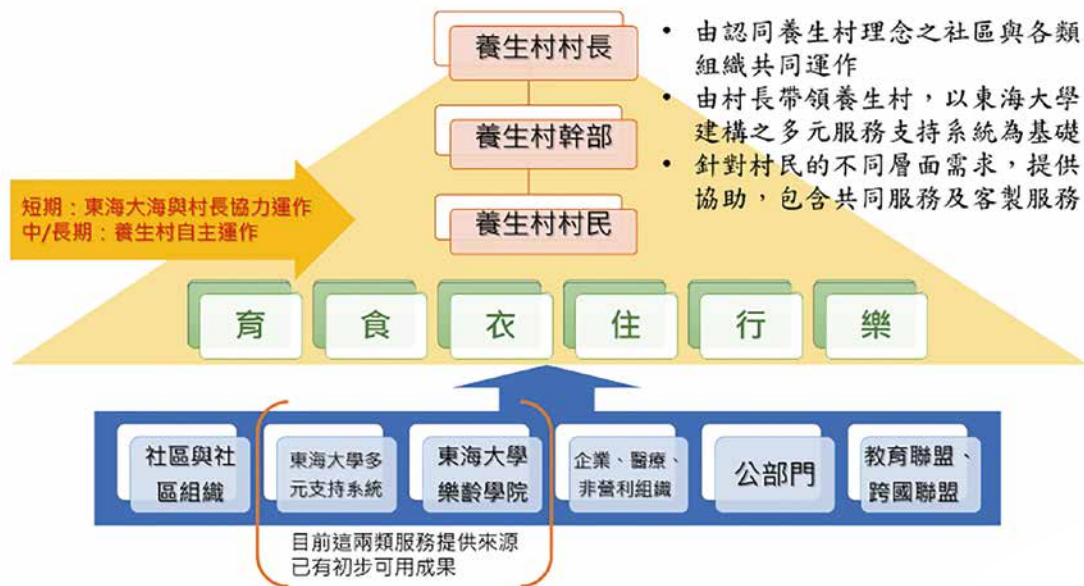
東海大學將大學社會責任（USR）計畫融入到校務發展中，以樂齡計畫為例，在教育部大學社會責任實踐計畫開始前，校內即鼓勵師生對未來的高齡議題提出計畫並予以補助，然由於專業領域的差異，尚屬多元創新與實踐的階段。在爭取大學社會責任計畫之後，即進行有效的跨域整合與聚焦，在學校建立機制下，也對未來的發展目標愈趨明確，建立了建構開放式養生村的願景。在此階段，也參與臺日聯盟跨國合作，希望能將國外的成功經驗導入教育與實踐場域。因係學校未來長期培育人才與校務發展的目標，在112年以後也將著手永續發展的規劃。各不同期間社會責任計畫與校務發展的規劃，如圖二所示。

本校USR計畫在校長與董事會全力支持下，不僅USR計畫納入校級中長期規劃，並運作校級「大學社會責任策略發展委員會」，委員會由師生代表、區域代表與學者代表共同組成，以推動本校整體USR策略方向、協助垂直整合與確保各項行動有效落實。為了整合校內資源，成立USR計畫推動辦公室，規劃與執行本校社會責任實踐之具體行動。

為了有效整合校內相關人力與資源，也整合校內相關計畫（USR-A類、USR-B類、USR-C類、人文創新與社會實踐計畫），共同辦理校內師生咖啡時光活動，由校長、副校長與校內教師進行交流與勉勵，使全校師生更了解計畫推動情況與成果，並邀請校內對USR有熱忱之教師投入和參與。計畫執行過程中，除善用教育部及校內資源外，對外持續連結企業、社區發展協會、非營利組織以及醫療單位，促進校內外加值整合，共同建構可長久支持在地高齡、食農、環境保護等之連結平台。此外，東海大學發起中部地區的USR計畫跨校聯盟，彙整與分享各校之USR計畫成果與量能，並建立與臺中市政府之共同聯繫平台，期將各校之USR成果與臺中市政府的市政推動規劃進行連結。

### 推動實務的分享

目前本校樂齡USR計畫，已推展到「開放式養生村」概念的落地與優化階段。所謂「開放式養生村」強調不侷限於物理空間限制，讓高齡者居住在自身最熟悉的家戶或鄰里中，卻能接受多元服務與活動、強化社交網路與人際互動、促進樂齡教育參與、掌握與維持自身體適能與健康狀



圖三 東海大學USR計畫開放式養生村組織圖

態、享有平衡與適切的營養攝取，及增強與跨世代的交流與共學可能性。開放式養生村的組織乃是以學校周邊9個里、4個社區協會（里與社區協會皆透過社區照顧關懷據點提供高齡者服務）及東海大學組成，相關機制如圖三所示，期許透過「共生」、「共好」、「共享」、「共老」四大理念，達到安心、安全、安生的在地安老新模式。

因為「開放式養生村」的運作是建構在東海大學與周遭鄰里及社區組織共同合作基礎之上，所以，如何建立與鄰里和社區組織的信任關係及合作模式，便顯得格外重要。而與社區共融共學的精神，在東海大學立校之初便根植於學校教育的價值信念中。此外，本於基督信仰、但崇尚自由尊重和包容不同文化樣貌的東海大學，在求真、篤信、力行校訓下，透過徐復觀教授作詞的校歌歌詞中「勞心更勞力，專業復宏通，貫精蘊於內外，東西此相逢」，更道出了東海大學追求真善美、致力融合多元文化的教育理念。因此，對東海大學而言，大學投入社區服務不僅具有重大意義，更具有教育內涵及大學與社區共好互惠的重要價值。

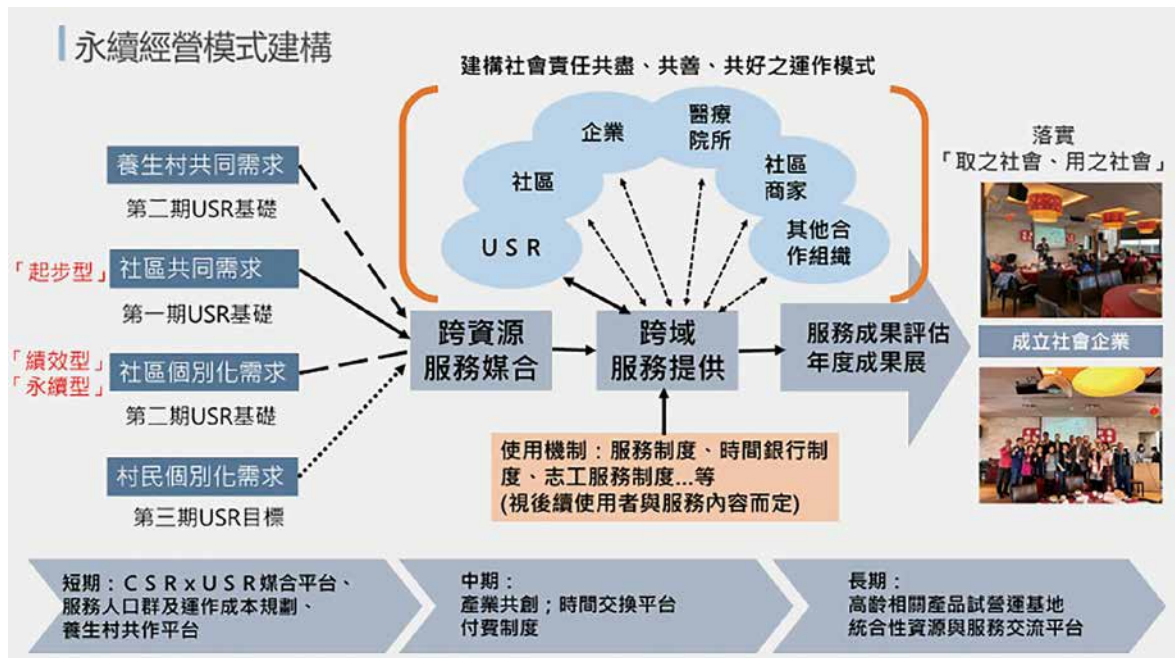
開放式養生村的運作模式設村長一人，由各里所組成的代表選出，掌握未來：包括養生村之食、

衣、住、行、育、樂需求在內的，但不受限上述的發展方向與日常事務運作。為了鼓勵高齡者參與支持系統的運作，也設計出了滿足各類需求的優惠條件，例如在西屯區整合認同本計畫的商家，對於認證的村民給予特別優惠的價格，塑造開放式養生村是大家共同創造的社會責任文化。有關養生村需求層次方面，共分四類，由USR計畫協助進行跨資源服務媒合，服務則由相關合作夥伴提供，在辨識村民身分後即可獲得相關之服務。

目前社區共同需求與個別化需求方面，都已經由計畫整合平台資源提供服務，在養生村共同需求與村民個別化需求方面，則在未來結合更多資源後推動運作。由前述可知「開放式養生村」對長者的協助是多元的，短期由東海大學建立平台，協調合作單位，如相關計畫學校（中區USR跨校聯盟）、非營利組織、企業CSR與地方政府等，共同建立未來發展與管理機制；整合地方資源，包括社區、地方醫療院所、藥局與商家等，可便利長者生活起居提供能量。長期更期待能夠發展獨立的管理機制，促進永續的發展。有關開放式養生村的運作機制，如圖四所示。

在計畫所建立的五大支持系統中，因篇幅的關





圖四 開放式養生村運作示意圖

係，暫以健康促進支持系統示例。計畫初始首先盤點社區資源並了解社區的需求，在長者同意下建立社區資料庫。為了吸引更多長者參與，社區推動「自己健康自己顧」方案，強調高齡者要先掌握本身的體適能狀態，所以需先進行體適能檢測，並與醫師、藥師、運動健康專家合作，對長者共同建立起完整的照顧（過程如圖五）。它的服務內容含括行動車檢測、健促課程、共時運動、健康講座、青銀共學課程、趣味競賽等。

我們在109年逐步分析長者健康資訊時，發現不同社區有不同的健康需求，因此，在110年將健康檢測與健促方案分為「樂悠活方案」、「順順心方案」、「健骨勇方案」，嘗試針對檢測資料進行客製化的健康促進課程模組。執行後發現，長者開始注意本身的健康狀況，並對於服務內容普遍表示滿意（健康服務內容參見圖六）。隨著社區需求增加，在計畫之初，原本單純地以彙整回饋意見為目的的計畫資料蒐集工作，也逐步導入雲端科技。我們將資料轉變成專屬長者自身、方便閱讀的健康報表（如圖七）後，發現這種可視化的資

料呈現設計，成了有助於長者關心、注意並改善自身健康狀況的誘因。而這些個別化的資料，在整合其它支持系統資料後，將成為許多寶貴的研究主題與開放式養生村後續改善與優化的方向。

近年受到COVID-19的影響，長者出門參與活動受到不少限制。所以在USR計畫下，我們也開始嘗試發展適合長者參與的線上課程，尤其是教導長輩使用3C科技產品就是其中最重要的前導工作，藉此期望讓長者在疫情中還能繼續保有和他人互動的可能性。例如2021年透過為學生開辦藝術輔療線上工作坊，2022年舉辦遠距線上運動課程、青銀聊天室活動等，都是讓長輩在家不無聊，也可以增進跟年輕世代的互動，並且保持身心健康的努力。

### 計畫執行的成效或助益（內部－學校；外部－USR對象）

有關計畫執行成效，可由下列五點說明：

#### 一、樂齡跨域人才培育

學校為了培育樂齡跨域人才，設立了樂齡生活與科技學院，學院搭配USR計畫開設適合計畫支



圖五 健康促進支持系統服務導入流程



圖六 開放式養生村健康服務內容



圖七 透過雲端科技改善資料的呈現與使用



▲藝術輔療線上工作坊。(東海提供)

持系統的課程，以便支持並培育人才。學院的課程以社區實踐導向的教育學習設計為方向，鼓勵教師將課程導入鄰近社區，促使學生在訓練過程中，可以發揮課程所學知能，負起社會責任的精神。自106學年度第二學期開設樂齡學院相關課程，截至110學年度第2學期，共計有170門課程，累計6,494人修課人次。迄今有12位學生完成微學程資格畢業（12位學生均為110學年度應屆畢業生）。

## 二、青銀共學、美好共享

在課程中，學生進入社區與長者共同活動、彼此學習，學生從中更理解長者不是自己想像的固執與難溝通，而是擁有與年輕世代截然不同的豐厚生命故事，從中體會到不一樣的美好；長者也透過與學生的共學分享自身經驗，進而重新歸結自己的生命意義，某位長者說到：「來來去去的學校和學生很多，但只有你們來的時候，會仔細聽我們說話，和我們分享年輕人的世界」。

## 三、長者健康變化看的到

檢視110年的社區健康促進活動，可發現透過8週健促課程規劃，長者的健康已有改善，尤其對於健康的重視與正確指引方面，有顯著的提升。本計畫對檢測的結果與社區的意見回饋，不斷設計最符合大眾的檢測內容，再針對內容安排合適的促進健康運動與專家座談，甚至設計獎勵機制。相信未來透過不同區域的檢測比對與個人的健康資料追蹤，將可以更有效的守護長者健康狀況。

## 四、發現樂齡新可能

本計畫旨在建構一個可以讓大部分希望能夠在家養老的長者，透過五大支持系統的服務，享有類養生村的環境與條件，未來甚至有可能成為其它社區參考的模式。從發覺社

區的問題開始，到建構五大支持系統與後續優化，參與系所老師與學生經歷一個過去沒有的學習過程，尤其在整合資源與養生村的管理機制方面，獲得相當寶貴的經驗。未來藉由不同高齡研究，諸如體適能檢測、高齡活躍老化調查、西屯好幸福測量等，非常有機會能提供社區樂齡的新可能選項。

### 五、逐年提升的社會投資報酬率

東海大學採用社會投資報酬率（SROI）對USR的執行整體表現進行自我評估，利益相關人包含東海大學師生、社區組織及其服務的長者，在2019到2021年的SROI分別是3.07、5.17、6.09，可見本校USR計畫穩健擴大自身的社會影響力。為了更全面性的了解長者的感受，計畫設計幸福感量測問卷，結果顯示長者有顯著更幸福的感覺，也確認目前的養生村設計方向可帶來正面影響。

### 對計畫互動關係人的建言

大學在執行USR計畫時，並非是單純的研究導向或教學取向的單一面向設計，而是為能更立即與全面性的投入在社會問題解決、整合教學研究知能以進行社會實踐，更有甚者需要投入地方創生、社會創新、社會企業等等，在傳統高等教育中較少碰觸的領域。因此，執行USR計畫時牽涉的利害關係人就變得更加多元與複雜，對東海大學而言，在執行USR計畫中會思考到：

#### 一、政府方面

對當前USR而言，中央政府部會，尤其是教育部及大學社會責任推動辦公室，絕對是重要的計畫資源支持來源，但對大學而言，大學社會責任是非常新穎的概念，對大學社會責任的界定、內涵、到如何實踐，其實都還在探索與建立共識的過程中。因此，若能對大學社會責任有更清楚與明確的界定，甚至對高等教育在本質上，對如何



▲東海大學與東海社區一同製作布口罩送至美國紐約。（東海提供）

與實踐大學社會責任有更好的橋接指引，對大學端在參與USR計畫上將有更直接的助益。而地方政府方面，地方政府絕對是各大學在執行USR計畫時的重要夥伴，但大學端在執行USR計畫時絕對都會期待計畫成果能被地方政府看到，或有機會與地方政府開展後續合作，讓USR計畫成果能轉換成更長遠的地方施政特色與重點。

#### 二、大專院校

執行USR計畫絕對需要與其他大專院校合作，無論是課程、在社區端的共同實踐、USR執行資訊的分享等。如何有效串接各大專院校，除需要各校願意保有開放與彈性的合作意願外，更需大學社會責任推動辦公室的協助媒合，才能發揮群體力量，避免資源的浪費。

#### 三、社區端組織與長者

USR計畫結合社區建構開放式的養生村，各里的充分合作將是成功與否的重要關鍵，惟過去社區間未有許多合作的經驗，或各具立場而未能將彼此資源有效的交流，雖然開放式養生村的設計具有整合社區的功能，然而在建構時期的確是一大挑戰。在社區未能充分整合情況下，各社區的長者交流自然也會受到影響。以過去計畫的執行經驗，各社區具有不同的特色與條件，若能摒棄己見甚至建立共同遠景，對於計畫目標的達成絕對有正面的影響。





▲大肚長青學苑共時運動。(東海提供)

#### 四、協力夥伴（醫療院所、企業組織、非營利組織等）

每個USR計畫在執行上都有可能尋求不同類型的協力合作夥伴，東海大學USR計畫即連結臺中榮民總醫院、弘道基金會、曉明基金會、揚生基金會、Foodpanda、慈悲基金會、車王電子等各類企業組織，在計畫執行的不同面向合作共同實踐社會責任，當前USR是大專院校的重要實踐項目，若公部門能協助提供媒合平台，或社會各企業組織能以更開放的態度尋求與在地大專院校的社會責任共作可能性，對社會共善共好絕對是1加1大於2的效果。

#### 面臨的困難與解決之道

自2020年初以來受到COVID-19影響，許多計畫原定的活動或課程所設定的達成目標都大幅地受到限制及困難。例如：青銀智慧行動車社區巡迴服務場次因據點關閉而無法進入，營運支持平台使用人數在單一社區中難以推展，共餐活動顧及到長輩抵抗力較弱而降低次數，學生進入社區實作課程停擺等，都是計畫執行期間必須克服的挑戰。

畢竟養生村的設計還是須因應環境的改變，本校社工系老師與合作的東海社區長輩在疫情開始時，主動發起製作布口罩送給疫情相關人員的活

動，將製作好的布口罩送至美國紐約的一家長者支持機構Selfhelp，發揮對於國際社會的責任及影響力，為疫情肆虐的地區善盡一份微薄的心力。

在疫情趨緩時期，計畫團隊積極調度青銀智慧行動車排程，與社區幹部開會討論服務場次，並尋求更多社區合作，讓更多長輩能被服務、關懷到。在學校與社區的課程及活動陸續轉換成以線上

方式進行，共時運動的設計，原本長輩較習慣面對面互動，經過計畫團隊持續開設教學課程及推展，長輩也逐漸可以接受跟著螢幕另一端的健促老師一起動起來。

#### 結語

經過五年大學責任計畫後，各校對大學成立的價值有更寬廣的理解，除了希望能夠協助解決未來的社會問題外，更希望學校將社會責任納入校務發展的內容，進而形成特色。短期而言，可以看到校內師生已經融入社會責任的教育與活動中，社會也開始接納學校也是可以有效協助社會問題的伙伴；長期而言，將改變教育的機制與內容，學生未來職涯與生涯的想像，社會也因為集合各校的能量而發揮更大的影響力，對於未來即將面臨的社會問題作更有效的預測與解決。

東海大學在創校的勞作教育與博雅教育基礎下，存有對社會服務學習與貢獻的DNA，社會即將面臨的高齡化議題也是學校規劃的重要社會責任議題。雖然，計畫已有規劃的推動架構與內容，但未來如何鼓勵師生積極參與，有效整合各方資源，持續將最新的理念與作法引入開放式的養生村，使社區長者能夠有成功老化的環境，創設永續發展機制，將成功的經驗複製到其它場域等，都是未來要跨越及面臨的新挑戰與新議題。🌱