

計畫編號：ARDSWC-114-135

114 年北區農村綠色照顧輔導計畫

Operations Management Counseling for Green Care in Rural Northern Taiwan, 2025

執行單位：巴爾巴創意開發管理顧問股份有限公司

執行期間：114 年 2 月 17 日至 114 年 12 月 10 日

計畫主持人：曾千豪 巴爾巴創意開發管理顧問(股)公司 總監

共同主持人：陳惠美 國立臺灣大學園藝暨景觀學系 教授

農業部農村發展及水土保持署 編印

中華民國 114 年 12 月

(本報告書內容及建議純屬執行單位意見，僅供本署施政參考)

目錄

圖目錄.....	III
表目錄.....	VI
摘要.....	1
ABSTRACT	3
第一章 前言.....	1
第一節 計畫目的.....	1
第二節 計畫範圍.....	2
第三節 工作項目及執行流程.....	3
第四節 工作進度及執行團隊組織架構.....	5
第五節 前期計畫分析.....	8
第二章 推動北區農村社區辦理綠色照顧計畫.....	22
第一節 114 年北區農村綠色照顧社區輔導名單.....	22
第二節 114 年北區農村綠色照顧社區輔導規劃.....	25
第三節 多元學習體驗課程規劃.....	40
第四節 現地輔導訪視.....	58
第五節 辦理稽查作業.....	104
第六節 綠場域亮點規劃.....	108
第七節 115 年綠色照顧潛力社區盤點及提案.....	128
第三章 綠色照顧計畫跨單位合作及整合工作.....	130
第一節 跨單位合作及整合工作.....	130
第二節 辦理綠色照顧跨域活動.....	133
第四章 專案管理機制與資料庫調查和成果案例.....	139
第一節 優良案例篩選.....	139
第二節 執行構想.....	144
第五章 活動辦理及行政協助.....	215
第一節 辦理綠色照顧相關說明會及協助掛牌作業.....	215
第二節 協助本計畫之相關工作及會議.....	228
第三節 聘用分署服務專員.....	237
第六章 結論與建議.....	238
第一節 結論.....	238
第二節 建議.....	240

圖目錄

圖 1 農村發展及水土保持署綠色照顧政策四大面向.....	1
圖 2 114 年度北區農村綠色照顧輔導計畫範圍.....	2
圖 3 執行流程圖.....	4
圖 4 工作團隊組織架構圖.....	7
圖 5 106 年農村綠色樂齡生活區之服務內容與推動模式.....	8
圖 6 108 年示範生活區之發展主軸與空間規劃.....	9
圖 7 109 年既有社區接續輔導與新增潛力社區拓展.....	10
圖 8 110 年綠色照顧輔導社區擴大與空間規劃暨產業聯盟.....	12
圖 9 111 年北區農村社區綠色照顧社區空間規劃.....	14
圖 10 福成社區綠色照顧核心區規劃構想與重要據點設計.....	15
圖 11 忠寮社區綠色照顧核心區規劃構想與重要據點設計.....	15
圖 12 綠場域設計手冊彙編封面及封底.....	15
圖 13 影音紀錄課程社區示範成果.....	16
圖 14 北區綠照見學工作坊.....	17
圖 15 「綠照 JO 趣味」成果展.....	17
圖 16 輔導策略圖.....	25
圖 17 訪視機制及時程規劃架構圖.....	58
圖 18 忠寮社區「動手打造忠寮防災地圖」.....	102
圖 19 朝陽社區「買一個故事回家」.....	103
圖 20 福成社區重要據點分布圖 21 福成社區基地位置.....	109
圖 22 福成社區土地資源點位與重要據點現況.....	110
圖 23 福成社區基地現況.....	110
圖 24 福成社區玩染植物園分區構想.....	111
圖 25 福成社區玩染植物園設計構想.....	111
圖 26 福成社區平面配置圖.....	112
圖 27 福成社區玩染植物園細部設計 1.....	113
圖 28 福成社區玩染植物園細部設計 2.....	114
圖 29 福成社區玩染植物園細部設計 3.....	114

圖 30 福德坑溪水岸空間基地位置	115
圖 31 福德坑溪水岸空間整治現況	116
圖 32 福德坑溪水岸空間分區	116
圖 33 福德坑溪水岸空間分區構想	117
圖 34 福德坑溪水岸空間細部設計 1	118
圖 35 福德坑溪水岸空間細部設計 2	118
圖 36 福德坑溪水岸空間細部設計 3	119
圖 37 忠寮社區重要據點分布	120
圖 38 忠寮社區土地資源點位圖與重要據點現況	121
圖 39 忠寮社區綠場域基地現況	122
圖 40 忠寮社區綠場域視野分析 1	122
圖 41 忠寮社區綠場域視野分析 2	123
圖 42 忠寮社區綠場域設計需求	123
圖 43 忠寮社區綠場域設計地號 564-4 分區機能	124
圖 44 忠寮社區綠場域設計地號 564-4 細部分區	125
圖 45 忠寮社區綠場域設計地號 564-4 細部分區	125
圖 46 忠寮社區綠場域設計地號 557 分區機能	126
圖 47 忠寮社區綠場域設計地號 557 細部分區	127
圖 48 北區綠色照顧計畫潛力社區評估流程圖	128
圖 49 北區綠色照顧計畫之轄區內各縣市老化鄉鎮分布圖	128
圖 50 案例彙編與活動評估和競賽輔導之優良社區特色	143
圖 51 E 化示範社區綠療育 PYTHON 進行動作分析角度計算	152
圖 52 113 年水礫社區肢體動作分析量測	153
圖 53 綠色照顧站參賽輔導執行時程圖	201
圖 54 評選標準	204
圖 55 內柵社區特色亮點	207
圖 56 水礫社區特色亮點	209
圖 57 海山社區特色亮點	211
圖 58 福成社區特色亮點	212

圖 59 藁巷社區特色亮點	214
圖 60 輔導討論十大綠照典範徵選準備事宜.....	214
圖 61 核銷作業流程圖	225
圖 62 雲端填報格式示意圖	225
圖 63 核銷手冊及相關文件示意圖	225
圖 64 與社區建立群組及群組內討論示意圖	226

表目錄

表 1 委託工作範圍及內容	3
表 2 預定工作進度	5
表 3 團隊成員分工表	7
表 4 各類活動態度比較結果表	17
表 5 114 年度執行第三年計畫之 112 年社區名單表	23
表 6 114 年度執行第二年計畫之 113 年社區名單表	24
表 7 114 年度執行第一年計畫之 114 年新提案社區名單表	24
表 8 前期屆滿於 114 年度執行第一年計畫續提案之社區名單表	24
表 9 農村社區綠照計畫 111、112、113 年度補助原則比較表	28
表 10 農村社區綠色照顧計畫常見問題與因應	32
表 11 執行第三年-112 年度社區施作面向	33
表 12 執行第二年-113 年度社區施作面向	34
表 13 執行第一年-114 年度社區施作面向	35
表 14 執行第四年-114 年度續提案社區	36
表 15 執行第四年-114 年度續提案社區施作面向	37
表 16 基礎線上課程內容規劃	40
表 17 綠陪伴-認識高齡長者心理健康課程紀錄	41
表 18 綠療育活動規劃入門課程紀錄	43
表 19 綠場域規劃訣竅課程紀錄	46
表 20 特色工作坊課程內容規劃	48
表 21 邁向生產老化之產業經營課程紀錄	49
表 22 音樂療育入門及成果共創課程紀錄	51
表 23 農村特色導入高齡活動設計課程紀錄	52
表 24 高齡友善農村環境特色營造課程紀錄	54
表 25 多元課程輔導授課師資介紹	56
表 26 114 年度農村社區綠色照顧計畫關懷訪視執行機制說明	59
表 27 訪視專家學者團名單	59
表 28 北區綠色照顧計畫社區目前訪視場次彙整表	60

表 29	114 年度執行第三年計畫之 112 年社區綠照計畫輔導概要.....	61
表 30	114 年度執行第二年計畫之 113 年社區綠照計畫輔導概要.....	68
表 31	114 年度執行第一年計畫之 114 年新提案社區綠照計畫輔導概要.....	71
表 32	前期屆滿於 114 年度執行第一年計畫續提案之社區綠照計畫輔導概要...	77
表 33	114 年度執行第二年計畫之 113 年社區	85
表 34	114 年度執行第一年計畫之 114 年新提案社區	85
表 35	前期屆滿於 114 年度執行第一年計畫續提案之社區	85
表 36	114 年度執行第二年計畫之 113 年社區	86
表 37	114 年度執行第一年計畫之 114 年新提案社區	90
表 38	前期屆滿於 114 年度執行第一年計畫續提案之社區	97
表 39	潛力社區盤點表	129
表 40	跨域單位合作預計邀請規劃名單	130
表 41	來水礫作伴活動行程表	134
表 42	北區農村療樂趣活動行程表	136
表 43	案例彙編與活動評估和競賽輔導之優良社區篩選	140
表 44	優良社區綠療育效益評估方法	152
表 45	優良社區活動效益肢體動作分析說明	153
表 46	優良社區活動效益肢體動作分析次數計算	154
表 47	優良社區活動效益肢體動作分析定義	155
表 48	肢體動作分析角度定義	156
表 49	水礫社區綠療育活動	158
表 50	海山社區綠療育活動	159
表 51	藁巷社區綠療育活動	160
表 52	農耕種植類型-海山菜園拔草動作分析數據	161
表 53	農耕種植類型-水礫三草採收動作分析數據	163
表 54	菜園拔草受測者基本資料描述性統計	165
表 55	菜園拔草受測者之心情狀態描述統計	165
表 56	三草採收受測者基本資料描述性統計	165
表 57	三草採收受測者之心情狀態描述統計	166

表 58 菜園拔草意見訪談	166
表 59 三草採收意見訪談	166
表 60 身體律動類型-藁巷有氧運動動作分析數據	167
表 61 有氧運動受測者基本資料描述性統計	169
表 62 有氧運動受測者之心情狀態描述統計	169
表 63 有氧運動意見訪談	169
表 64 音樂療育類型-海山歡樂打鼓動作分析數據	170
表 65 音樂療育類型-藁巷太鼓打擊動作分析數據	173
表 66 歡樂打鼓受測者基本資料描述性統計	175
表 67 歡樂打鼓受測者之心情狀態描述統計	175
表 68 歡樂打鼓意見訪談	175
表 69 園藝療育類型-藁巷植物拓印動作分析數據	176
表 70 園藝療育類型-海山水苔球動作分析數據	177
表 71 植物拓印受測者基本資料描述性統計	178
表 72 植物拓印受測者之心情狀態描述統計	178
表 73 水苔球受測者基本資料描述性統計	178
表 74 水苔球受測者之心情狀態描述統計	179
表 75 植物拓印意見訪談	179
表 76 水苔球意見訪談	179
表 77 農村巧藝類型-海山再生紙動作分析數據	180
表 78 農村巧藝類型-藁巷手作藝品動作分析數據	181
表 79 海山再生紙受測者基本資料描述性統計	182
表 80 海山再生紙受測者之心情狀態描述統計	182
表 81 手作藝品受測者基本資料描述性統計	182
表 82 手作藝品受測者之心情狀態描述統計	183
表 83 再生紙意見訪談	183
表 84 手做藝品意見訪談	183
表 85 產品加工類型-海山手工皂動作分析數據	183
表 86 產品加工類型-藁巷茵陳蒿蚊子煙草動作分析數據	185

表 87 產品加工類型-水礫伴顆茶動作分析數據	186
表 88 手工皂受測者基本資料描述性統計	187
表 89 手工皂受測者之心情狀態描述統計	187
表 90 茵陳蒿蚊子煙草受測者基本資料描述性統計	188
表 91 茵陳蒿蚊子煙草受測者之心情狀態描述統計	188
表 92 伴顆茶受測者基本資料描述性統計	188
表 93 伴顆茶受測者之心情狀態描述統計	188
表 94 手工皂意見訪談	189
表 95 茵陳蒿蚊子煙草意見訪談	189
表 96 伴顆茶意見訪談	189
表 97 烘焙料理類型-藁巷日式糰子動作分析數據	189
表 98 烘焙料理類型-水礫三草蛋點心（冰糕）動作分析數據	190
表 99 烘焙料理類型-水礫辦桌菜動作分析數據	191
表 100 日式糰子受測者基本資料描述性統計	192
表 101 日式糰子受測者之心情狀態描述統計	193
表 102 三草蛋點心（冰糕）受測者基本資料描述性統計	193
表 103 三草蛋點心（冰糕）受測者之心情狀態描述統計	193
表 104 辦桌菜受測者基本資料描述性統計	193
表 105 辦桌菜受測者之心情狀態描述統計	194
表 106 日式糰子意見訪談	194
表 107 三草蛋點心（冰糕）意見訪談	194
表 108 辦桌菜意見訪談	194
表 109 全身運動型活動之肢體動作次數比較	195
表 110 全身運動型活動之肢體動作時間佔比比比較	196
表 111 精細動作動作分析比較	198
表 112 綠療育活動心情分析比較	199
表 113 綠療育活動質性訪談整理	200
表 114 北區參與十大綠照優良農村典範社區表	201
表 115 北區參與十大綠照優良農村典範社區表	203

表 116 綠色照顧站競賽評選期程.....	203
表 117 主要競賽輔導五個社區.....	204
表 118 第四屆十大綠色照顧優良典範得獎單位	205
表 119 北區農村綠照成果發表會舉辦場所.....	229
表 120 農 TIME 農 SEE 活動流程.....	230

114年北區農村綠色照顧輔導計畫

摘要

本計畫係農業部農村發展及水土保持署臺北分署為推動北區農村高齡者生活支持系統、促進在地健康老化並活化農村社會力之重要業務。本年度以農村社區綠色照顧四大核心面向—綠場域、綠飲食、綠療育與綠陪伴—為推動主軸，並透過多元課程增能、現地輔導訪視、綠場域亮點規劃、跨域合作、科技量測導入、成果建構與行政支援等措施，協助北區 32 處社區推動綠色照顧服務，另協助 1 處社區推動餐食服務，以全面強化農村社區高齡照顧能量與永續營運能力。

在課程增能方面，今年度已完成超過 30 小時的專業訓練與體驗式課程，強化社區幹部與綠照人力於綠療育設計、長者心理支持、空間營造、農村特色導入及營運模式規劃等關鍵能力，同時兼顧性別差異與族群需求，以提升男性長者參與度。在現地輔導部分，本年度共執行 54 場次訪視，協助各社區掌握執行困境、課程需求、行政缺口與場域改善方向，並針對 33 處社區於期初、期中及期末階段提供調整建議，以確保計畫進度與成果品質。

在綠場域亮點規劃方面，計畫協助宜蘭福成社區與新北忠寮社區完成亮點空間之構想，內容涵蓋高齡友善動線、景觀分區、感官體驗與地方文化元素，同時提出後續維護與管理建議，以強化其永續性。此外，針對潛力社區，本計畫亦進行能量盤點與發展評估，協助至少 10 處社區完成 115 年度綠照計畫申請準備，促進農村高齡照顧網絡之持續擴展。

跨域合作方面，本年度與農業部桃園區農業改良場、轄區各縣市政府單位及民間企業共同辦理 2 場跨域活動，透過示範案例分享與

交流，提升社區執行綠照的能力與視野。科技量測方面，於 3 處示範社區導入精準健康效益量測，透過動作分析與課程回饋資料，作為後續綠療育課程精進之依據。

競賽與案例成果方面，本計畫協助 15 處社區參加第四屆十大綠色照顧優良農村社區典範獎競賽，最終獲得 3 處「十大綠照優良社區典範獎」、1 處「綠療育學習獎」、1 處「綠場域友善獎」，成果亮眼。本年度亦彙整至少 5 件亮點案例，呈現社區在綠飲食優化、綠療育模式、長者生產力、產業鏈結與空間改善等面向之具體成效，顯示北區綠照推動能量持續提升且日益成熟。

整體而言，114 年度北區農村綠色照顧輔導計畫已成功提升社區專業量能、建構跨域協作平台、深化長者健康促進成果，並為 115 年度推動綠色照顧服務、亮點場域建置及政策深化奠定穩健基礎。

**關鍵詞：綠色照顧、高齡照顧、農村社區、空間規劃、農村文化、
高齡健康**

Operations Management Counseling for Green Care in Rural Northern Taiwan, 2025

Abstract

This project is a critical initiative of the Taipei Branch, Agency of Rural Development and Soil and Water Conservation (ARDSWC), Ministry of Agriculture, aimed at promoting the **elderly living support system**, fostering **healthy aging in place**, and revitalizing the **social vitality of rural communities** in the Northern Region. This year, the project focused on the four core dimensions of rural community Green Care: **Green Spaces, Green Diet, Green Therapy, and Green Companionship**.

Key implementation measures included diverse capacity-building courses, on-site counseling and visits, planning of flagship Green Spaces, cross-domain collaboration, introduction of technological measurements, achievement documentation, and administrative support. These efforts assisted **32 rural communities** in the Northern Region in implementing Green Care services and supported an additional **1 community** in launching meal services, comprehensively strengthening the capacity for elderly care and the sustainable operation of rural communities.

- **Capacity Building:** Over **30 hours** of professional training and experiential courses were completed, enhancing the critical capabilities of community leaders and Green Care personnel in areas such as therapeutic design, psychological support for the elderly, spatial creation, integration of rural features, and operational model planning. Gender differences and ethnic needs were also addressed to boost participation among male elders.
- **On-Site Counseling:** A total of **54 on-site visits** were conducted to help communities identify implementation challenges, training needs, administrative gaps, and directions for spatial improvements. Customized recommendations were provided to **33 communities** at the initial, mid, and final stages to ensure project progress and quality of outcomes.
- **Flagship Green Spaces Planning:** The project assisted Fucheng Community (Yilan) and Zhongliao Community (New Taipei) in conceptualizing flagship spaces, covering **elder-friendly flow lines, landscape zoning, sensory experiences, and local cultural elements**. Subsequent maintenance and management suggestions were also provided to enhance sustainability. Furthermore, the project conducted resource inventory and development assessments for potential communities, assisting at least **10 communities** in preparing applications for the 2026 Green Care project, facilitating the continuous expansion of the rural elderly care network.
- **Cross-Domain Collaboration:** **Two cross-domain activities** were co-organized with the Taoyuan District Agricultural Research and Extension Station (Ministry of Agriculture), local county/city governments, and private enterprises. These events enhanced communities' Green Care execution capabilities and vision through sharing and exchanging demonstration cases. Technological measurements for precise health benefits were introduced in **3**

demonstration communities, using motion analysis and course feedback data as the basis for refining future Green Therapy programs.

- **Awards and Case Studies:** The project assisted **15 communities** in participating in the 4th Annual Top Ten Green Care Model Rural Communities Award. This resulted in outstanding achievements, including **3 "Top Ten Green Care Model Community Awards," 1 "Green Therapy Learning Award," and 1 "Green Space Friendly Award."** At least **5 key case studies** were documented, showcasing concrete results in areas such as Green Diet optimization, Green Therapy models, elder productivity, industry linkage, and spatial improvement, indicating the continuous and maturing growth of Green Care promotion in the Northern Region.

Overall, the 2025 Northern Region Rural Green Care Counseling Program has successfully **enhanced community professional capacity, built a cross-domain collaboration platform, deepened health promotion outcomes for the elderly, and laid a solid foundation** for the 2026 promotion of Green Care services, flagship space construction, and policy deepening.

Keywords: Green Care, Rural Communities, Spatial Planning, Rural Culture, Elderly Health

第一章 前言

本章就計畫目的、範圍、工作項目及執行流程與團隊組織架構；以及北區綠色照顧計畫前期從 106 年由農村樂齡計畫啟動至今，計畫沿革迭代規劃與執行發展沿革之共分五節說明如後。

第一節 計畫目的

農業部農村發展及水土保持署(以下簡稱農村發展及水土保持署)，為妥善照顧農村高齡者，促進健康老化，鼓勵導入青壯年人力，協助農村社區建立模式及執行方案，以建構符合農村高齡者實際之各面向需求，期未來結合在地產業形成地區性綠色照顧產業鏈。

為提倡農村社區綠色照顧理念，對於農村高齡者之照顧，依需求加強社區參與、文化傳承、飲食營養、心理健康、知識建立、手作課程、運動休閒與友善環境等層面，以綠場域、綠飲食、綠療育及綠陪伴四面面向為主軸，推動農村社區綠色照顧工作，未來並結合農、漁會綠色照顧站或其他部會之長照據點形成綠色照顧服務網絡。



圖 1 農村發展及水土保持署綠色照顧政策四大面向

第二節 計畫範圍

本計畫主要範圍以農業部農村發展及水土保持署臺北分署之轄區內，涵蓋臺北、新北、基隆、桃園、新竹等五市以及宜蘭、新竹及連江等三縣之農村地區，計畫範圍及執行社區分佈詳下圖。

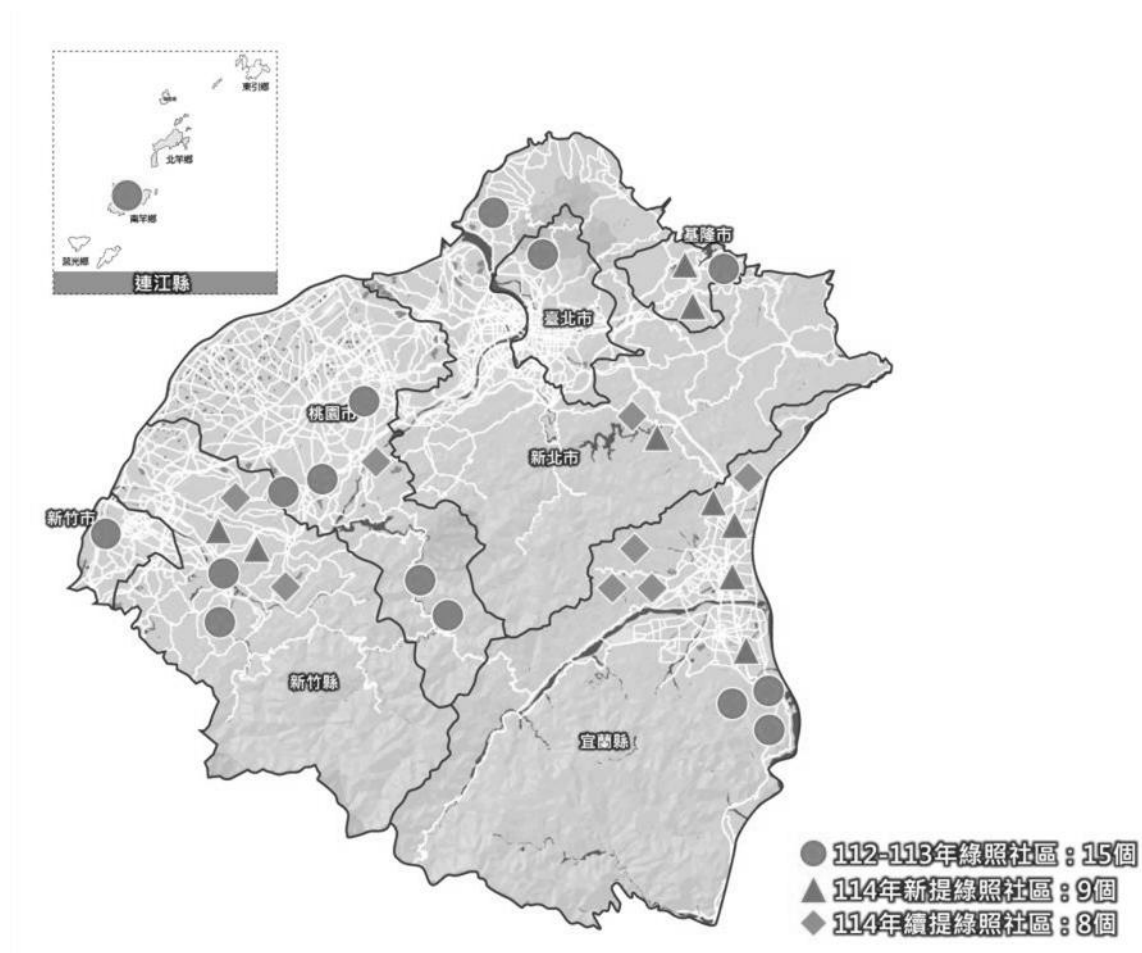


圖 2 114 年度北區農村綠色照顧輔導計畫範圍

第三節 工作項目及執行流程

一、工作項目與內容

表 1 委託工作範圍及內容

工作項目	
主要工作	工作內容
協助綠色照顧計畫社區辦理綠色照顧計畫 對象含 114 年新提案、續提案 1+N 方案，及執行 112 年、113 年延續計畫之社區，其社區數量依核定件數為準。	(一) 協助社區專業技能培訓或教案設計，辦理多元學習體驗課程至少 30 小時，每場至少 20 人。 (二) 安排專家學者現地輔導訪視場次至少 40 場，記錄訪視情形，並追蹤社區改善情形。 (三) 輔導社區執行計畫、後續計畫研提、給予修正意見，輔導社區製作期中、期末審查簡報、核銷作業等。 (四) 辦理稽查作業，各社區全年至少稽查 2 次，確認社區依核定計畫執行。 (五) 協助至少 2 社區提出綠場域亮點規劃。 (六) 針對 115 年綠色照顧潛力社區進行盤點，至少輔導 10 社區提案。
配合農村水保署專案管理機制、資料庫調查等工作及彙整綠照成果案例	(一) 承攬廠商應協助分署執行受輔導案件之專案管理，即時盤點彙整轄區內各輔導案件資訊，彙整農村社區綠色照顧受輔導案件之成果案例至少 5 案。 (二) 協助輔導 3 處社區科技導入活動效益量測-精準健康搭配操作。 (三) 協助 3 處十大綠照站參賽。
配合本分署綠色照顧各項工作事項及會議及辦理綠色照顧計畫其他推動事項	(一) 協助分署辦理綠色照顧執行說明會 1 場，配合農村水保署辦理政策成果發表或分署成果發表會，並協助本計畫相關之各項工作、期中期末審查會議，及出席相關會議與活動等。 (二) 協助分署辦理 115 年農村社區綠色照顧計畫徵件說明會，及後續相關諮詢與審查作業。 (三) 協助綠照社區製作綠色照顧識別招牌及辦理掛牌作業。
聘用駐分署服務專員，以協助計畫推動相關事宜	提供駐分署服務專員 1 名(薪資含年終共 13.5 個月、勞健保及勞退、差旅費等，勞工相關權益保障依契約書相關規定辦理)，服務事項包括協助農村社區綠色照顧計畫之執行諮詢、訪視及審查聯繫與安排、計畫進度管控、補助計畫核銷，及本分署臨時交辦事項等。

二、執行流程

於計畫執行期間分階段規劃辦理各項執行項目，執行流程如下：

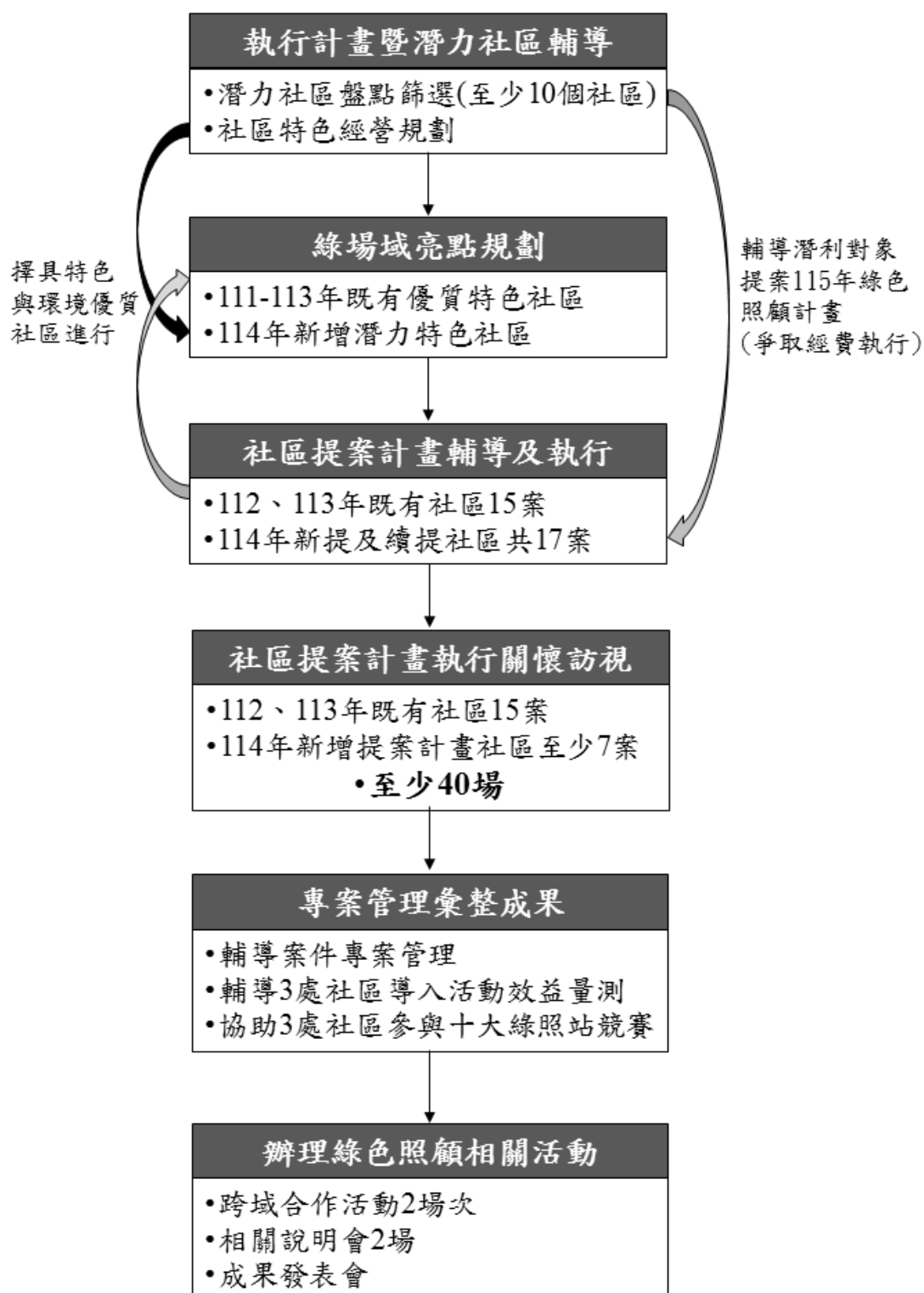


圖 3 執行流程圖

第四節 工作進度及執行團隊組織架構

一、工作進度

將依合約作業時程辦理，於 114 年 12 月 10 日前完成分署委託之各項工作，各項工作進度如下表所示。

表 2 預定工作進度

項次	執行時間 工作進度	114 年											
		1 月	2 月	3 月	4 月	5 月	6 月	7 月	8 月	9 月	10 月	11 月	12 月
I	契約簽訂起 20 日內提送執行計畫書(不含例假日)		◎										
II	06 月 30 日前提送期中報告 期中簡報時需完成： ●完成多元課程輔導至少 15 小時。 ●辦理計畫執行現地訪視社區場次至少 20 場。 ●協助至少 1 社區提出綠場域亮點規劃。 ●辦理綠色照顧執行說明會 1 場。						◎						
III	11 月 05 日前提送期末報告 ●期末簡報時需完成所有工作											◎	
IV	12 月 10 日前驗收完成												◎
一	協助綠色照顧計畫社區辦理綠色照顧計畫												
1-1	協助社區專業課程培訓或教案設計，辦理多元學習體驗課程至少 30 小時，每場至少 20 人。												
1-2	安排專家學者現地輔導訪視場次至少 40 場，記錄訪視情形，並追蹤社區改善情形。												
1-3	輔導社區執行計畫、後續計畫研提、給予修正意見，輔導社區製作期中、期末審查簡報、核銷作業等。												
1-4	辦理稽查作業，各社區全年至少稽查 2 次，確認社區依核定計畫執行。												
1-5	協助至少 2 社區提出綠場域亮點規劃												
1-6	針對 115 年綠色照顧潛力社區進行盤點，至少輔導 10 社區提案。												
二	綠色照顧計畫跨單位合作及整合工作												
2-1	跨單位合作或企業媒合經營推動主體協助綠照社區或主動輔導訪視偏鄉弱勢農												

項次	執行時間 工作進度	114 年											
		1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月
	村，至少 1 案作示範社區，並將合作情形或輔導協助事項反饋成效。												
2-2	辦理跨域合作活動 2 場次。												
三	配合農村水保署專案管理機制、資料庫調查等工作及彙整綠照成果案例												
3-1	攬廠商應協助分署執行受輔導案件之專案管理，即時盤點彙整轄區內各輔導案件資訊，彙整農村社區綠色照顧受輔導案件之成果案例至少 5 案。												
3-2	協助輔導 3 處社區科技導入活動效益量測-精準健康搭配操作。												
3-3	協助 3 處十大綠照站參賽。												
四	配合本分署綠色照顧各項工作事項及會議及辦理綠色照顧計畫其他推動事項												
4-1	協助分署辦理綠色照顧執行說明會 1 場，配合農村水保署辦理政策成果發表或分署成果發表會，並協助本計畫相關之各項工作、期中期末審查會議，及出席相關會議與活動等。												
4-2	協助分署辦理 115 年農村社區綠色照顧計畫徵件說明會，及後續相關諮詢與審查作業。												
4-3	協助綠照社區製作綠色照顧識別招牌及辦理掛牌作業												
五	聘用駐分署服務專員，以協助計畫推動相關事宜												

二、執行團隊組織架構

本計畫輔導團隊組織架構分工如下圖。

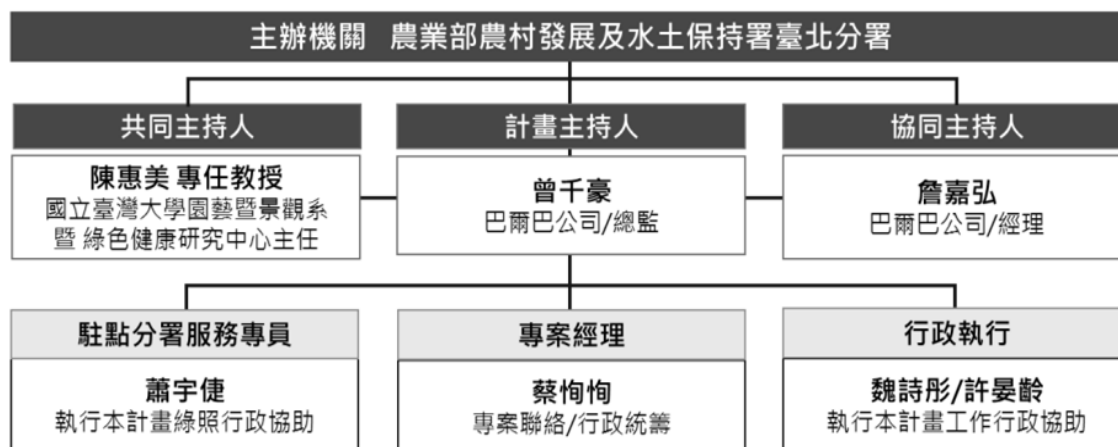


圖 4 工作團隊組織架構圖

表 3 團隊成員分工表

編制	姓名	計畫擔任職務
計畫主持人	曾千豪	主導計畫執行工作、統籌分工與輔導社區、計畫提擬與成果展現
共同主持人	陳惠美	協助本計畫各項執行工作得以順利推動
協同主持人	詹嘉弘	協助本計畫各項執行工作得以順利推動
專案經理	蔡恂恂	專案聯絡人、行政統籌
計畫執行人員	魏詩彤	執行本計畫工作及行政協助
	賴芝瑩	執行本計畫工作及行政協助
	駐點分署 服務專員 蕭宇倓	執行本計畫主要進度控管與分署交辦事項協助社區綠照執行諮詢、訪視及審查聯繫與安排、計畫進度控管、補助計畫核銷與行政相關事宜

第五節 前期計畫分析

一、106 年北區農村綠色樂齡生活區營造計畫

該計畫進行農村發展綠色照顧之可行性評估後，以綠色照顧（Green Care）為核心理念，融合「農村特色」與「生活照護」兩大面向，建構「農村綠色樂齡生活區」服務體系。更以 WHO（2002）提出活躍老化應包含健康、安全、參與三大面向，規劃滿足銀髮生活需求三個層次：在地安居、長宿休閒、工作假期三種模式。另外，依據經營環境指標評選與社區動能評估，先從下而上進行北區 102 個農村再生社區之資源盤點，篩選出 17 個生活示範區之潛力社區，選擇四個社區作為三種模式的先期輔導：在地安居生活區（南埔社區）、長宿休閒（內城社區）、工作假期（共榮與安康社區）。



圖 5 106 年農村綠色樂齡生活區之服務內容與推動模式

二、108 年北區農村綠色樂齡生活區先期空間規劃

該計畫延續 106 年「北區農村綠色樂齡生活區營造計畫」，進一步執行農村綠色樂齡生活區先期空間規劃，實踐農村綠色照顧。然而，在 106 年度參與的四個社區當中，於 108 年除內城社區持續保持高度營造意願外，南埔社區與共榮、安康社區合作意願不高；故另選新城社區與南外社區二個在地安居的潛力社區進行輔導。其中，內城以健檢旅遊為主軸發展長宿休閒生活區；新城以綠色照顧養生村為主軸發展在地安居生活區；南外以花甲市集為主軸發展在地安居生活區。據此分別進行三社區之區域資源調查、先期空間整體規劃、承載量估算、遊程與動線規劃、分區配置及重要據點規劃、銀髮友善設施設計及社區企業識別系統設計。此外，108 年度亦舉辦內城農村樂齡健檢旅遊兩天一夜體驗活動。



圖 6 108 年示範生活區之發展主軸與空間規劃

三、109 年北區農村綠色樂齡實踐暨經營輔導計畫

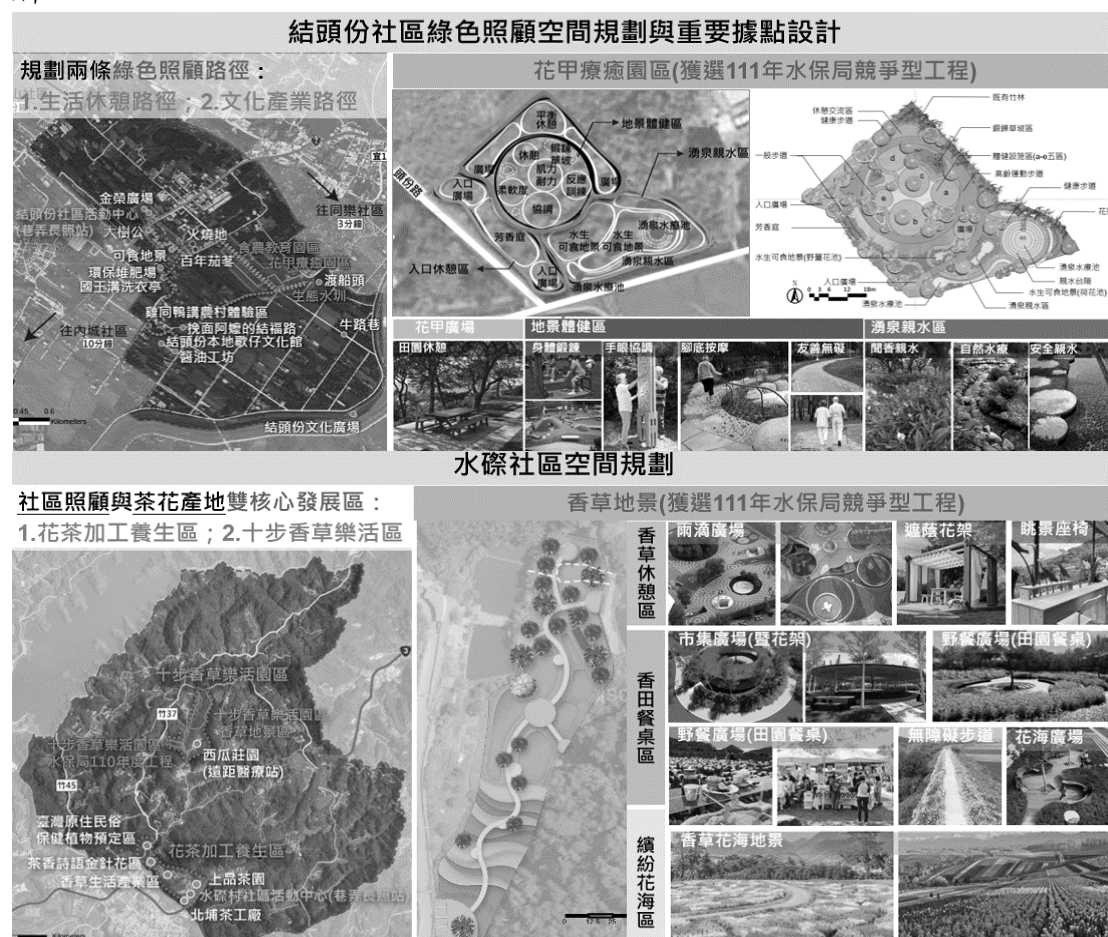
109 年該計畫工作主要分為既有社區接續輔導與潛力社區拓展兩部份。在既有三個社區輔導方面，內城社區之長宿休閒輔導主要協助社區自主開發多樣化遊程；並以神農樂園啟用經營重點輔導項目。南外社區之在地安居花甲市集輔導，以建立市集制度為經營目標，藉此活化蝴蝶育花園空間、打開地方知名度並提供在地高齡關懷。新城社區之在地安居園藝輔導，進行健康園藝士之初階課程培訓；結合現有產業(如黑糖饅頭 DIY 課程)與綠療育活動，提供產業加工體驗，參與職能訓練之長者能更進一步投入在地輕加工生產。在潛力社區拓展方面，透過辦理說明會，鼓勵並尋找有意願進行綠色樂齡照顧的社區，輔導社區找到營造地位、營造內容、空間規劃改善及營運管理構想，最終邀請 14 個社區前來參與說明會。



圖 7 109 年既有社區接續輔導與新增潛力社區拓展

四、110 年北區農村社區綠色照顧輔導計畫

111 年該計畫除持續輔導前期既有 3 個社區外，擴增輔導 10 個新的潛力社區，協助「111 年農村社區綠色照顧計畫」之 15 個社區執行自提計畫，輔導社區發展綠色照顧四面向；並從中選擇結頭份、水礫與廣福三個社區進行先期空間規劃以及重要據點設計。此外，在新城地區進階培訓 36 名在地之健康園藝師，不僅培育在地綠療育師資；同時透過在地師資培訓，建立區域夥伴感情，進而促成新城、大墩山、水礫、無負擔四社區籌組新竹綠色產業聯盟，籌辦青銀共創的樂齡品牌。



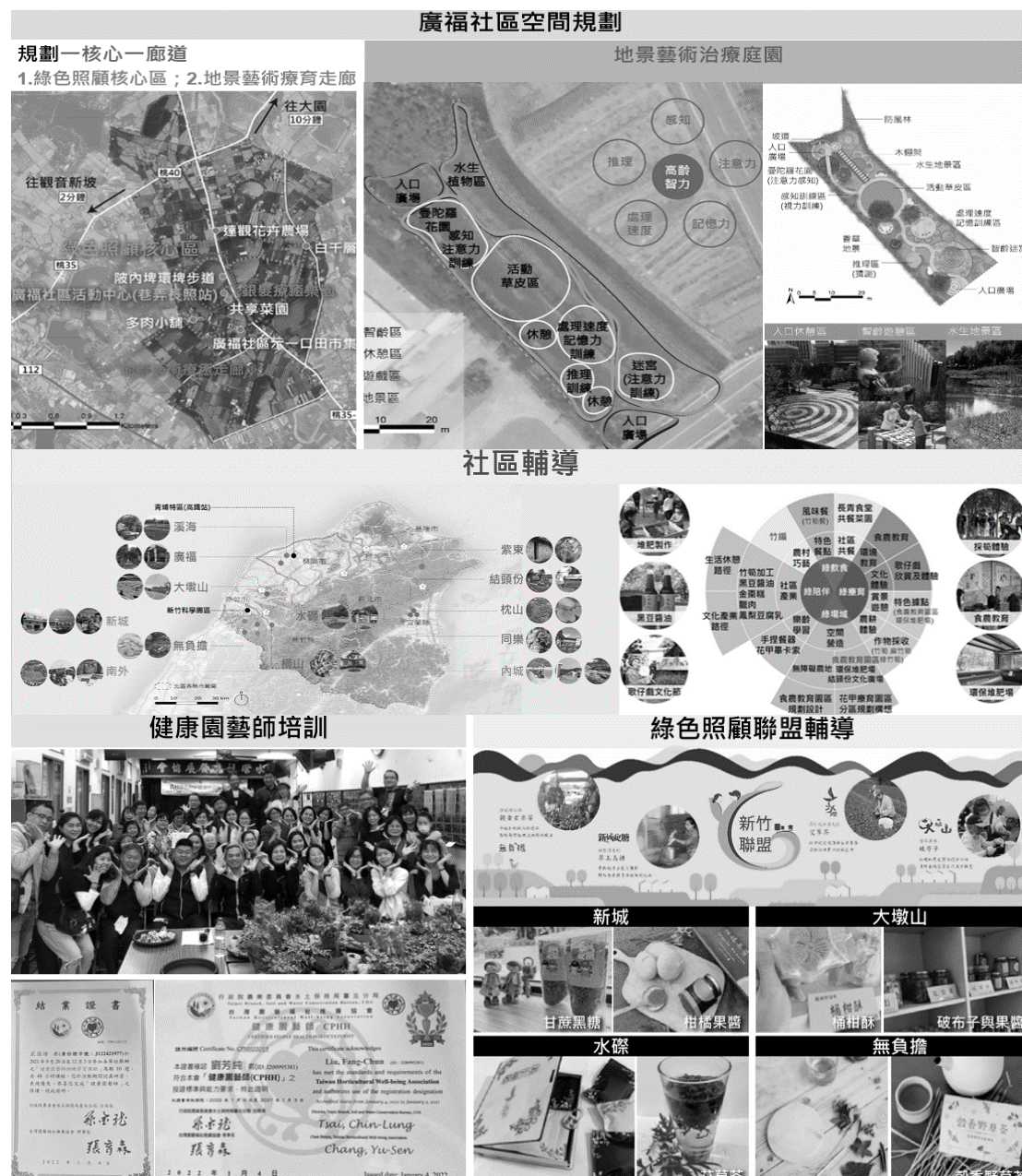


圖 8 110 年綠色照顧輔導社區擴大與空間規劃暨產業聯盟

五、111 年北區農村社區綠色照顧輔導計畫

該計畫延續前期執行成果為跨年度計畫，執行期程自 111 年 7 月至 112 年 12 月，主要工作有六個部分：1.完成 5 個社區之生活區先期空間整體規劃與高齡友善路徑之動線規劃，並就各社區特色進行重要據點亮點設計。2.輔導 27 座社區，包括：111 年核定補助之 15 個社區（A 組）以及 112 年核定補助之 12 個社區（B 組），並就此 27 各社區之資源進行盤點後，提出各社區輔導主軸與綠色照顧四面向之可行內容，據此做為社區輔導工作之指引。3.推動綠色照顧計畫案並辦理輔導社區提案及執行，包括：計畫初選、複選；核定社區計畫執行期中委員訪視、期中報告、期末報告審查；以及社區計畫核銷等作業，俾便社區計畫執行順利。4.辦理提案計畫執行關懷訪視，至 27 個輔導社區累計現地關懷訪視共計 86 場。5.辦理期初社區分享會、期末成果展，能引發社區觀摩學習、相互砥礪。6.建立北區農村綠色照顧農產品品牌，採取五大策略：建立品牌精神、進行產品輔導、設計識別標章、尋找販售通路、拍攝影像宣傳。並開發 16 件具有商業潛力之綠色照顧產品；同時完成 112 北區農村綠色照顧整體成果影像紀錄，並輔導社區製作綠色照顧特色影片。



新竹縣峨眉鄉-無負擔社區空間規劃與重要據點設計



宜蘭縣頭城鎮-藁巷社區空間規劃與重要據點設計



桃園市大園區-溪海社區空間規劃與重要據點設計



桃園市大溪區-內柵社區空間規劃與重要據點設計



桃園市復興區-溪口台社區空間規劃與重要據點設計

圖 9 111 年北區農村社區綠色照顧社區空間規劃

六、113 年北區農村社區綠色照顧輔導計畫

該計畫延續前期執行成果，主要工作分為八項，茲分述如下。

第一，生活區先期空間整體規劃及綠場域設計手冊彙編。完成 2 個社區之整體規劃。就各社區環境特色與綠色照顧發展需求，分別盤點重要活動據點進行分區規劃與高齡友善路徑之動線規劃，並就各社區特色進行重要據點亮點設計，分別為宜蘭縣頭城鎮福成社區玩染藝術園區整體規劃及新北市淡水區忠寮社區彩虹療育樂園整體規劃。綠場域設計手冊部分則完成「高齡健康友善環境營造-綠場域設計手冊」彙編包含綠場域設計優良案例一冊。

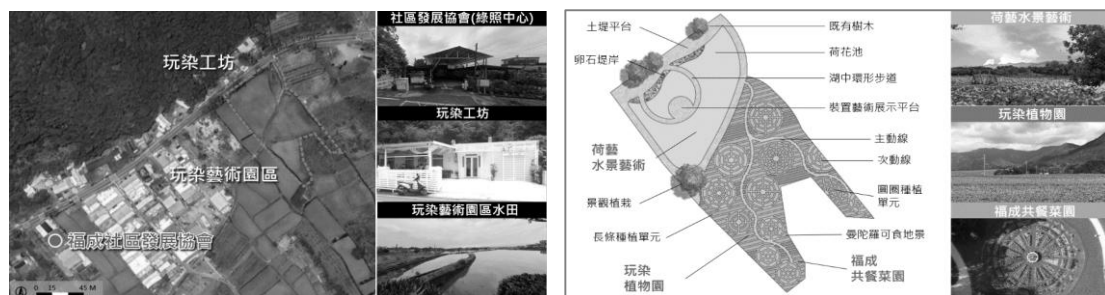


圖 10 福成社區綠色照顧核心區規劃構想與重要據點設計



圖 11 忠寮社區綠色照顧核心區規劃構想與重要據點設計



圖 12 綠場域設計手冊彙編封面及封底

第二，綠色照顧經營模式暨潛力社區輔導。共計輔導 33 處社區，包括：111 年核定補助之 13 處社區、112 年核定補助之 11 處社區及 113 年核定補助之 9 處社區，並就此 33 處社區之資源進行盤點後，分析各社區特色，提出各社區輔導主軸與綠色照顧四面向之可行內容，據此做為社區輔導工作之指引。社區輔導工作規劃為三部分：通盤性

輔導、多元課程增能輔導和特色社區競賽輔導，並輔導共計 12 處潛力社區進行 114 年農村社區綠色照顧計畫提案。



圖 13 影音紀錄課程社區示範成果

第三，推動綠色照顧計畫案並辦理輔導社區提案執行及成果彙整。本計畫採取多元管道邀約社區提案，並配合臺北分署辦理社區計畫執行，包括：計畫初選、複選；核定社區計畫執行期中委員訪視、期中報告、期末報告審查；以及社區計畫核銷等作業，俾便社區計畫執行順利。另選出 8 處社區彙編北區綠色照顧成果案例。

第四，辦理提案計畫執行關懷訪視。本計畫至 33 處輔導社區累計現地關懷訪視共計 102 場，訪視重點包括：提案輔導、期初綠色照顧方向引導、綠色照顧執行調整、綠色照顧成果呈現等。

第五，辦理農村社區擴大供餐服務提案及訪視。本計畫除協助社區進行初期提案申請及後續核銷作業，另邀請營養師及綠飲食領域專家學者至 22 處社區供餐現地進行訪視，提供餐食規劃營養建議及廚房場域規劃動線設計建議。

第六，辦理跨域合作規劃及分工。本計畫就綠色照顧計畫跨單位合作及整合工作內容，辦理社區高齡工作坊及工作會議一場，另與農業部桃園改良場合作規劃建置位於桃園市龍潭區高原社區的綠場域示範基地 1 處。

第七，辦理相關見學工作坊及成果發表會。本計畫於期中階段辦理見學工作坊，及期末階段辦理成果發表會，發現確實能引發社區觀摩學習、相互砥礪。



圖 14 北區綠照見學工作坊



圖 15 「綠照 JO 趣味」成果展

第八，建置北區綠色照顧社區 E 化資料庫。本計畫運用科技設備執行綠療育身心效益評估，選擇宜蘭縣頭城鎮福成社區及新竹縣北埔鄉水礫社區進行示範評估，作為後續綠療育活動設計之參考與推廣。

表 4 各類活動態度比較結果表

主要運動部位	活動類型	項目	說明
全身活動	農耕種植	活動偏好	輕鬆適度的身體活動，也有助於與人互動
		活動建議	增加互動人力，提升活動的協作性
上肢活動	料理烘焙	活動偏好	提供社交機會，適合和朋友一起參與，有助於紓解空巢期的孤獨感
		活動建議	活動可針對高齡者設計更清晰的教材或視覺輔助
	農村工藝	活動偏好	練習耐心，提升放鬆感。能製作實用性高的手作物品（如收納箱）
		活動建議	加入機器輔助，減少手工操作的負擔
手部精細動作	農村巧藝	活動偏好	可增強手眼協調和靈活性，促進大腦活化，提供學習技能和激發創意的機會
		活動建議	增加理論知識的教學。鼓勵創意發揮，增加趣味性
	園藝療育	活動偏好	提供接觸植物的機會，帶來開心與放鬆的感覺。增強手部活動及認知能力
		活動建議	活動中可設置更多動手體驗，提升療育效果
	產品加工	活動偏好	學習知識（如製茶工藝）與技能，激發求知欲，同時預防失智，也能促進社交。
		活動建議	可結合生態、植物或地方文化（如客家文化），拓展活動主題範圍

七、綜合分析

回顧與分析北區農村綠色照顧輔導計畫自 106 年至 113 年的發展歷程與成果。計畫以 WHO 活躍老化政策為基礎，以「綠色照顧 (Green Care)」為核心，融合「農村特色」與「生活照顧」兩大面向，構建服務體系。八年來，計畫經歷了從「模式確立」到「區域聯盟」再到「系統化與品牌化」的顯著轉折。主要亮點包括：**輔導社區規模擴大**（從 106 年的 4 個先期社區到 113 年的 33 處社區）、**綠色場域設計的專業化**（編撰設計手冊）、以及**綠療育效益的科學量化評估**。建議未來應深化區域品牌共銷、加速綠場域設計推廣，並持續精進科學化的效益評估。

(一)計畫核心理念與初奠期 (106 年)

1 核心理念與政策依據

本計畫以**綠色照顧 (Green Care)** 為核心理念，旨在營造「農村綠色樂齡生活區」。服務體系融合了「農村特色」與「生活照顧」兩大面向。其政策架構基於 WHO (2002) 提出的活躍老化三大面向：

- (1) **安全 (Security)**：涵蓋生活環境安全。
- (2) **健康 (Health)**：涵蓋疾病預防與照顧。
- (3) **參與 (Participation)**：涵蓋社會參與、學習與工作。

2.三種營造模式的確立與試行

為滿足銀髮生活需求，計畫規劃了三個層次、三種模式：

- (1) **在地安居 (綠色職能照顧)**：針對當地居民，示範社區為南埔社區。
- (2) **長宿休閒**：針對遊客，示範社區為內城社區。
- (3) **工作假期**：針對志工，示範社區為共榮與安康社區。

(二)計畫轉折與模式深化期 (108-109 年)

1. 發展模式的調整與聚焦 (108 年轉折)

108 年計畫延續前一年度的評估與營造。由於先期輔導的四個社區中，南埔、共榮、安康社區的合作意願不高，計畫做出**第一次重大調整**，將資源集中於三個高意願社區，並重新選定潛力社區：

- (1) **內城社區**：持續發展長宿休閒，以**健檢旅遊**為主軸。
- (2) **新城社區**：新選為在地安居潛力社區，發展主軸為**綠色照顧養生村**。
- (3) **南外社區**：新選為在地安居潛力社區，發展主軸為**花甲市集**。

2 綠色職能與產業的深化 (109 年精進)

109 年的輔導重點在於將綠色照顧與在地產業結合，實現高齡者的生產老化 (Productive Aging)：

- (1) 新城社區：輔導園藝輔療，進行「健康園藝士」初階課程培訓，結合現有產業（如黑糖饅頭 DIY）提供輕加工職能訓練。
- (2) 南外社區：輔導花甲市集，建立市集制度，提供高齡關懷。
- (3) 內城社區：協助自主開發多樣化遊程，並重點輔導「神農樂園」啟用經營。

(三)計畫亮點與組織擴大期 (110 年)

1.組織的規模化與區域聯盟 (110 年轉折亮點)

110 年度計畫的第二次重大轉折是從單點示範走向區域聯合，展現出強大的組織能力。

- (1) 輔導規模擴大：除原有 3 個社區外，新增 10 個潛力社區。
- (2) 專業師資培育：在新城地區進階培訓 36 名「健康園藝師」。
- (3) 成立產業聯盟：透過師資培訓建立區域夥伴感情，促成新城、大墩山、水礫、無負擔四社區籌組「新竹綠色產業聯盟」，共同籌辦青銀共創的樂齡品牌。

2.多元綠色照顧空間規劃

此階段開始進行空間設計，將綠色照顧服務具體化：

- (1) 結頭份社區：規劃「生活休憩路徑」與「文化產業路徑」。
- (2) 水礫社區：設計「花茶加工養生區」與「十步香草樂活區」。
- (3) 廣福社區：規劃「綠色照顧核心區」與「地景藝術療育走廊」。

(四)計畫精進、系統化與品牌建立期 (111-113 年)

1.輔導社區數量與體系的穩定成長

- (1) 社區數量的擴增與穩定：111 年共輔導 27 座社區 (A 組 15 個、B 組 12 個)。113 年共輔導 33 處社區 (核定補助社區達 3 屆次)。
- (2) 輔導模式的標準化：對所有輔導社區進行資源盤點，提出各社區輔導主軸與綠色照顧四面向的可行內容，作為輔導指引。輔導工作規劃為通盤性、多元課程增能和特色社區競賽輔導。
- (3) 現地訪視與支持：111 年累計現地關懷訪視 86 場；113 年增至 102 場，確保計畫執行品質與關懷指導。

2.綠色場域設計的專業化 (亮點)

(1) **設計手冊的發行**：113 年完成《高齡健康友善環境營造—綠場域設計手冊》彙編，為綠場域的營造提供標準化與優良案例參考。

(2) **高齡友善空間設計**：

A. **無負擔社區**：規劃「迷宮蔬果園」，強調創造老幼共耕、增加認知與體能。

B. **忠寮社區**：規劃「彩虹療育樂園」，包含共餐菜園、體驗園、魚菜共生示範園區與綠色運動庭園。

3.品牌建立與科學量化 (最高精進亮點)

(1) **農產品牌建立**：採取五大策略（品牌精神、產品輔導、識別標章、販售通路、影像宣傳）建立北區農村綠色照顧農產品牌。成功開發 16 件具商業潛力的綠色照顧產品。

(2) **綠療育效益的科學量化**：113 年運用科技設備在福成社區與水磘社區進行綠療育身心效益評估示範，將綠色療育活動的效果進行科學量化，作為未來活動設計參考。

(3) **高齡活動的細緻分析**：針對農耕、料理烘焙、園藝療育等活動，分析其「活動偏好」（如提供社交機會、增強手眼協調）和「活動建議」（如增加互動人力、設置更多動手體驗），指導活動設計的精準度。

(五)結論與未來推動建議

1.結論

北區農村綠色照顧輔導計畫已成功建立一套完整的「綠色照顧服務體系」，並透過區域聯盟與品牌化的方式，使計畫具備了可持續性和規模化複製的潛力。特別是後期在**科學評估與專業設計手冊**的編撰，大幅提升了計畫的專業性與影響力。

2.建議事項

為確保計畫成果的延續與深化，提出以下五點建議：

(1) **強化區域品牌共銷網絡**：整合新竹綠色產業聯盟等夥伴，建立穩定的線上/線下通路，優先輔導 16 件潛力產品商業化，確保社區企業的經濟收入與永續經營。

(2) **加速綠場域設計手冊應用與推廣**：搭配健康園藝師培訓，將《綠場域設計手冊》作為新進社區規劃的標準工具，透過示範社區觀摩工作坊，加速優良綠場域的複製。

- (3) **常態化綠療育效益的量化評估：**擴大 E 化身心效益評估的社區覆蓋率，將量化數據納入年度成果考核與輔導策略調整的依據，提升綠色照顧服務的科學性與公信力。
- (4) **導入科技輔助，優化活動設計：**針對農村技藝、產品加工等活動，研議引入適合高齡者的輔助設備，減輕手工負擔，並根據精細動作偏好，增加理論知識教學與鼓勵創意發揮。
- (5) **深化跨域合作，提升供餐專業度：**應持續與營養學界及綠飲食領域專家學者合作，針對供餐社區提供更具體的菜單設計、營養配比及廚房動線規劃建議，將「綠飲食」融入綠色照顧的核心服務中。

第二章 推動北區農村社區辦理綠色照顧計畫

農業部農村發展及水土保持署臺北分署自 106 年開始透過農村社區綠色照顧相關輔導計畫，讓更多農村長者們從家中走到社區、參與活動甚至成為社區發展微型產業中不可或缺的主力，本章就委託工作項目第一項，需於臺北分署轄區內協助對象包含 114 年新提案、續提案 1+N 方案，及執行 112 年、113 年延續計畫之社區協助辦理包含多元學習體驗課程至少 30 小時且每場至少 20 人、安排專家學者現地輔導訪視至少 40 場次、輔導社區研提執行計畫、辦理各社區稽查至少 2 次、協助提出至少 2 處社區綠場域亮點規劃及輔導 10 處社區提案 115 年綠色照顧計畫等工作內容敘述如後。

第一節 114 年北區農村綠色照顧社區輔導名單

本節說明本年度輔導對象包含 114 年新提案、續提案 1+N 方案，及執行 112 年、113 年延續計畫之社區敘述如後。

一、本年度輔導綠色照顧對象

農村社區綠色照顧計畫自 111 年於北區執行至 114 年核定共計有 48 處社區，因有社區於核定後自行申請撤案、執行期滿結案及執行成效不佳致期末審查未通過等原因致輔導社區數異動，另 111 年核定社區因執行期滿三年後，部分社區未提報「114 年農村社區綠色照顧計畫-續提案 1+N 補助」計畫或提報後未通過，故本年度輔導社區總數為 33 處，茲將各年度核定異動情況說明如下。

(一)111 年社區

111 年度原核定社區為 16 處，但因當年東澳社區獲核定後自行申請撤案，於 112 年時新竹縣芎林鄉永興社區執行滿 2 年後結案，113 年度新竹縣峨眉鄉無負擔社區申請撤案，於 113 年度輔導社區 13 處。其中有 11 處於 113 年提報「114 年農村社區綠色照顧計畫-續提案 1+N 補助」計畫，經 113 年 12 月審查後計有 8 處社區通過，故本 8 處社區將列為 114 年續提案社區進行輔導。

(二)112 年社區

112 年度開始申請並經核定，今年持續執行第三年度計畫之 9 處社區。112 年度原核定社區為 13 處，當年連江縣南竿鄉馬港社區因無執行人力申請撤案，於 112 年期末審查時，新竹市東區海濱社區因執行成效不佳未通過續行補助，於 113 年輔導社區 11 處，經 113 年 11 月期末審查後全數通過，但其中新北市三芝區樂天社區因社區組織異動問題無法繼續執行，新竹市香山區茄苳社

區於本年度提出因有其他計畫資源，經訪視後確認社區第三年(即 114 年)不繼續執行(訪視記錄及同意取消函詳見附件)，故本年度輔導其他 9 處社區進行第三年綠色照顧計畫。

(三)113 年社區

113 年度開始申請並經核定共 9 處社區。113 年度原核定社區為 10 處，其中因新竹縣新埔鎮巨埔社區因其欲執行綠飲食供餐場域有食品衛生安全之疑慮，後續社區改變申請綠陪伴主軸時因無法找到適合人力而申請撤案，最終 113 年輔導社區 9 處，後經 113 年 11 月期末審查後計有新北市平溪區龍安社區、石門區嵩山社區及宜蘭縣蘇澳鎮龍德社區因執行成效不佳未通過，故本年度輔導其他 6 處社區進行第二年綠色照顧計畫。

(四)114 年社區

農村發展及水土保持署於 113 年 9 月公告 114 年農村社區綠色照顧計畫，鑒於 111 年度執行期滿 3 年需再行提案評估，故 114 年度公告之提案計畫分為續提案及新提案二種類型，續提案社區於前列第一項已作說明，新提案則於 113 年 12 月經審查後共計有 9 處社區，及另案補助餐食 1 處，於本年度列為 114 年新提案社區進行輔導。

綜上所述，本年度輔導北區農村綠色照顧社區總計有 33 處，茲將社區名單羅列如下。

表 5 114 年度執行第三年計畫之 112 年社區名單表

縣市	編號	受補助單位名稱 共 9 單位
宜蘭縣	112-1	宜蘭縣蘇澳鎮朝陽社區發展協會
	112-2	宜蘭縣蘇澳鎮白米社區發展協會
新北市	112-3	新北市淡水區忠寮社區發展協會
臺北市	112-4	臺北市北投區泉源社區發展協會
桃園市	112-5	桃園市青年農業推廣協會(復興區三民社區)
	112-6	台灣原住民愛加倍文教關懷協會(復興區溪口台社區)
	112-7	桃園市龍潭區高原社區發展協會
新竹縣	112-8	新竹縣北埔鄉水磱社區發展協會
新竹市	112-9	新竹市香山區海山社區發展協會

表 6 114 年度執行第二年計畫之 113 年社區名單表

縣市	編號	受補助單位名稱 共 6 單位
基隆市	113-1	基隆市中正區八斗社區發展協會
連江縣	113-2	連江縣南竿鄉津沙社區發展協會
桃園市	113-3	桃園市龍潭區三水社區發展協會
	113-4	桃園市八德區竹霄社區發展協會
新竹縣	113-5	新竹縣竹東鎮上瑞社區發展協會
新竹市	113-6	新竹市東區水源社區發展協會

表 7 114 年度執行第一年計畫之 114 年新提案社區名單表

縣市	編號	受補助單位名稱 共 10 單位
宜蘭縣	114-1	宜蘭縣頭城鎮頂埔社區發展協會
	114-2	宜蘭縣頭城鎮港口社區發展協會
	114-3	宜蘭縣冬山鄉大興社區發展協會
	114-4	宜蘭縣福氣生活照顧關懷協會(蘇澳鎮港邊社區)
新北市	114-5	新北市平溪區嶺腳社區發展協會
基隆市	114-6	基隆市暖暖區碇祥社區發展協會
	114-7	基隆市友蚋溪櫻花環教關懷協會(七堵區友一社區)
新竹縣	114-8	新竹縣新埔鎮新北社區發展協會
	114-9	新竹縣芎林鄉永興社區發展協會
桃園市	114-10	桃園市蘆竹區坑子溪休閒農業區推動協進會

表 8 前期屆滿於 114 年度執行第一年計畫續提案之社區名單表

縣市	編號	受補助單位名稱 共 8 單位
宜蘭縣	114 N -1	宜蘭縣員山鄉同樂社區發展協會
	114 N -2	宜蘭縣員山鄉莿巷社區發展協會
	114 N -3	宜蘭縣員山鄉結頭份社區發展協會
	114 N -4	宜蘭縣頭城鎮福成社區發展協會
新北市	114 N -5	新北市平溪區紫東社區發展協會
桃園市	114 N -6	桃園市大溪區農村休閒發展協會(大溪區內柵社區)
新竹縣	114 N -7	新竹縣大墩山休閒農業發展協會
	114 N -8	新竹縣橫山鄉橫山社區發展協會

第二節 114 年北區農村綠色照顧社區輔導規劃

本節就委託工作項目第一項第三條，需輔導社區執行計畫、後續計畫研提、給予修正意見，輔導社區製作期中、期末審查簡報、核銷作業等內容說明，擬定之輔導規劃如後。

一、輔導策略

本計畫 106~110 年在農村發展及水土保持署尚未開始補助社區申請綠色照顧計畫前，即以綠色照顧理念執行臺北分署相關計畫，輔導北區農村社區，自 111 年開始由社區申請綠色照顧計畫後，即針對各年度核定之社區其各自發展經營模式進行輔導，並與相關經營主體共同討論與規劃營運模式，於進行社區資源盤點後，以綠色照顧計畫綠場域、綠飲食、綠療育及綠陪伴等四項主軸與社區共同討論進行輔導，並協助社區找出其自身發展主軸特色。

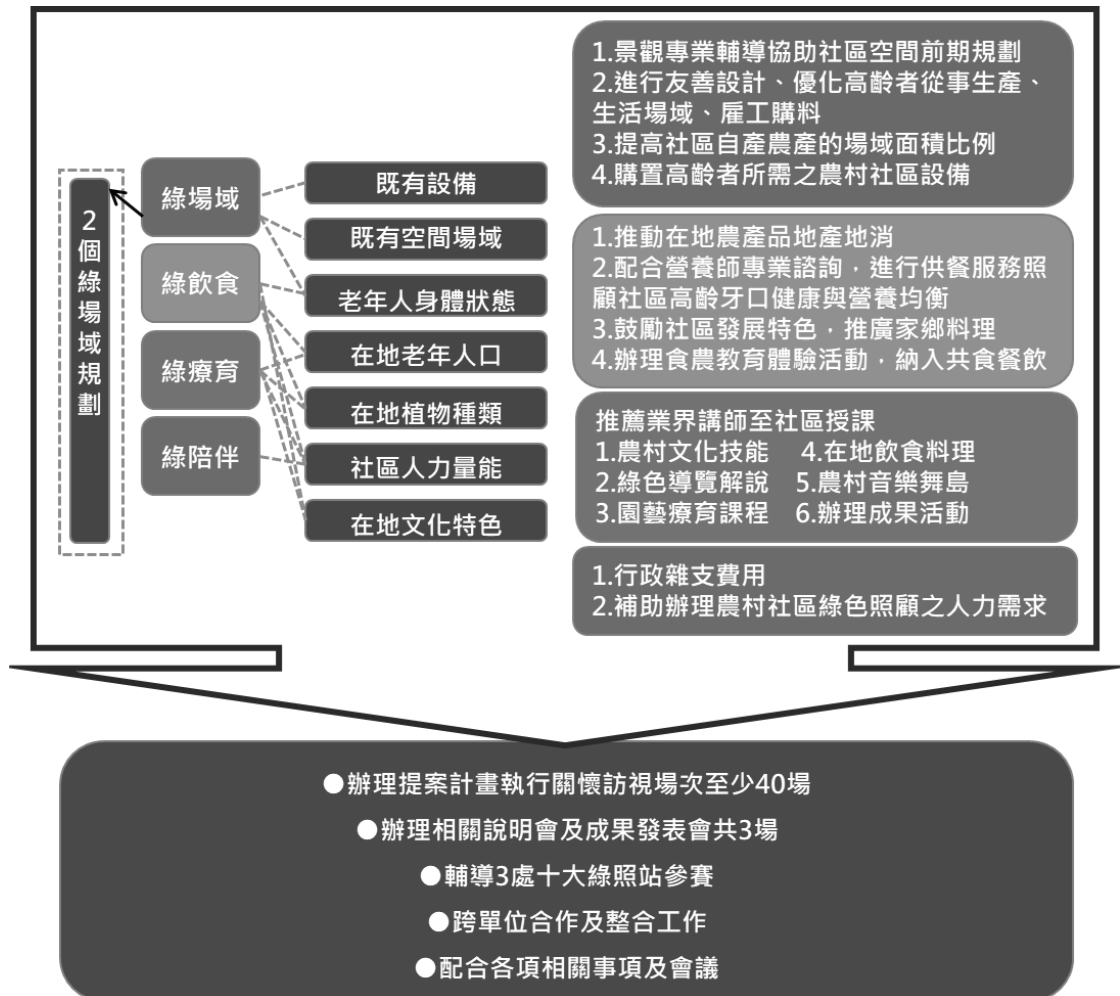


圖 16 輔導策略圖

二、基本規範審查輔導

根據 113 年 8 月 26 日農村發展及水土保持署公告之「114 年農村社區綠色照顧計畫」辦理。114 年綠照補助原則分為新提案與續提案二類，新提案部分與前三年度所公告之補助原則有部分差異，114 年度新提案社區單一計畫執行期程以 2~3 年為限，每年補助額度 80 萬元為上限，配合款編列為計畫預算總額 10%以上。

114 年度續提案社區提案單位需為已接受過農村社區綠色照顧計畫補助之農村社區，經盤整檢討農村社區執行量能及需求，且符合以「願意以 1+N 模式協助關懷周邊農村社區」或「有農村綠照員之農村社區優先錄取」等兩項條件之一者方可進行提案，單一計畫執行期程以三年為限，每年補助額度以 100 萬元為上限，配合款編列計畫預算總額 15%以上。續提案部分則有部分規定差異較大，另說明如下。

114 年度農村社區綠色照顧計畫續提案社區補助基準及原則	
綠場域	為改善高齡者生活或生產環境，得辦理場域改善、維護、高齡友善空間活化再利用等事項，如採僱工購料方式，受補助單位之計畫主持人及幹部均不得支領工資。
綠飲食	(1)為協助農村社區自行農作栽種，建置社區共餐菜園，補助農村社區打造自行栽種蔬果菜園及購買苗種、肥料...等相關費用。 (2)農村社區已於前階段計畫完備所需之設備，因此期滿再提案者，其計畫不得補助設備。 (3)為鼓勵農村社區協助弱勢家庭及鄰近農村社區高齡者餐食，以農村社區原有共餐料理的條件下，可再增加供給量能，提供服務農村社區內弱勢家庭或鄰近農村社區之高齡者，以擴大受益範圍，參與共餐者每人每餐以一百元為上限，但考量離島地區之特殊性，每人每餐以一百二十元為上限。 (4)為落實計畫永續發展，農村社區於提案計畫中須提出綠飲食精進作為，如：透過 1+N 模式服務鄰近弱勢農村社區、建議酌收餐食部分負擔、媒合外部農社企或企業組織團體合作認購等方案。 (5)本項倘以農村社區共食方式協助照顧高齡者健康，應以於農村社區自行烹調為原則。
綠療育	(1)課程補助（含課程材料費與講師鐘點費），應有固定班員至少十五人以上，但屬偏遠地區、離島地區、原住民部落等，經同意後，得放寬為至少十人以上。 (2)每年至多規劃四十週課程為原則，每週至少規劃三時段或六小時以上，但每週如已有其他計畫安排課程或地理因素等，則得依實際需求調整，且固定班員之課程時段不得與其他相關計畫重疊。另食農教育理念之課程至少規劃三週以上。 (3)講師費用與編列以採用內聘講師費用編列為主，外聘講師編列之

	費用不得超 30,000 元。 (4)綠療育材料費總額不得高於 20 萬元。
綠陪伴	(1)有關農村社區規劃編列人員協助辦理本計畫，其中人事費補助額度，每年不超過當年度預算總額百分之五十。 (2)編列人事費補助之受補助單位應有執行農村社區綠色照顧計畫之人員，取得農村發展及水土保持署辦理農村綠照員教育訓練結業證書。 (3)農村社區若有二代健保、綠照員薪資加給等需求，應由農村社區另行提供，不得用配合款支應。
單一計畫執行期程以三年為限，每年補助額度以 100 萬元為上限，配合款編列原則應為計畫預算總額(補助款額度加上配合款額度)之百分之十五以上	

表 9 農村社區綠照計畫 111、112、113 年度補助原則比較表

發展主軸/補助目的	111 年補助原則	112 年修改內容	113 年度修改內容	114 年度修改
綠場域/ (1)運用農村社區空間，進行農村社區綠場域營造，優化高齡者從事生產、生活、生態、文化、餐食及學習交流等公共環境場域 (2)透過友善高齡者之場域設計，打造有益健康的綠色場域。 (3)另得於計畫內提出需政府部門協助辦理綠色照顧社區之相關建設、環境改善或需其他相關部會挹注之資源。	綠場域環境改善每年補助以 20 萬元為原則，必要時，經審查其規劃需求，不得超過總額 20% 為上限，且受補助單位之計畫主持人及幹部均不得支領工資。	為改善高齡者生活或生產環境，得以改善其環境條件， <u>每年補助以 20 萬元為原則，但涉及高齡友善空間之建物改善及活化再利用，補助上限為 50 萬元</u> ，且受補助單位之計畫主持人及幹部均不得支領工資。	為改善高齡者生活或生產環境，得辦理場域改善、高齡友善空間活化再利用等事項，如採僱工購料方式，受補助單位之計畫主持人及幹部均不得支領工資。無上限規範。	無修改
	購置綠色照顧計畫(辦理綠飲食、綠療育)所需設備項目，每年補助額度不得超過當年度預算總額 20% 為上限，並需放置於公共場域。	<u>為辦理本計畫，得申請購置計畫內所需設備，設備項目每年補助額度不得超過當年度預算總額 20% 為上限，並需放置於公共場域。</u>	申請購置計畫內所需設備，設備項目每年補助額度不得超過當年度預算總額 20%，並需放置於公共場域。 <u>各項設備補助以不超過百分之五十為原則。</u>	改列於綠飲食
	如考量計畫內容的完整性，亦可一併敘明需要政府部門協助之事項或建設，後續再媒合相關部會予以協助。	無修改	無修改	無修改
	環境改善施設地點須取得土地同意書，方可申請。	無修改	無修改	無修改
綠飲食/ (1)為協助社區自行農作栽種，建置社區共餐菜園，補助農村社區打造自行栽種蔬果菜園及購買苗種、肥料等相關費用。 (2)為鼓勵社區協助弱勢家庭及鄰近社區高齡者餐食，以社區原有共餐料理的條件下，可再增加供給量能，	補助農村社區打造自行栽種蔬果菜園及購買苗種、肥料...等相關費用，每年補助以 20 萬元為上限。	補助農村社區打造自行栽種蔬果菜園及購買苗種、肥料...等相關費用，每年補助以 20 萬元為上限。	建置社區共餐菜園，補助農村社區打造自行栽種蔬果菜園及購買苗種、肥料...等相關費用。無上限規範。 <u>無上限規範。</u>	無修改
				為辦理本計畫綠飲食項目，得申請購置計畫內所需設備，每年設備補助額度不得超過當年度預算總額百分之二十。

發展主軸/補助目的	111 年補助原則	112 年修改內容	113 年度修改內容	114 年度修改
提供服務社區內弱勢家庭或鄰近農村社區之高齡者，以擴大受益範圍。 (3)為推動社區在地飲食特色及銷售在地特色農產業，得規劃家鄉食譜設計與在地料理開發。	協助社區內弱勢家庭鄰近社區高齡者餐食，擴大綠色照顧受益範圍，規劃補助外送鄰近農村社區餐食計畫，每年補助以 15 萬元為上限。	協助社區內弱勢家庭鄰近社區高齡者餐食，擴大綠色照顧受益範圍，規劃補助外送鄰近社區餐食，每人每餐以 80 元為原則，每年補助以 30 萬元為上限。	提供服務社區內弱勢家庭或鄰近農村社區之高齡者餐食， <u>參與共餐者每人每餐以 100 元為上限，離島地區每人每餐以 120 元為上限。</u>	無修改
	為推動在地飲食特色及銷售在地特色農產業，得規劃家鄉食譜設計與在地料理開發，每年補助以 5 萬元為上限。	為推動在地飲食及銷售在地特色農產業，得規劃家鄉食譜設計與在地料理開發，每年補助以 5 萬元為上限。	為推動在地飲食及銷售在地特色農產業，得規劃家鄉食譜設計與在地料理開發。 <u>無上限規範。</u>	無修改
	菜單內容需符合高齡者牙口、營養及食譜設計特色或結合地產地消與符合三章一 Q 之國產農產品。	無修改	無修改	無修改
綠療育/ 課程補助 (含課程材料費與講師鐘點費)	以農業療育理念為基礎，藉由園藝療育活動操作、種植植栽、手作體驗、簡易加工等課程設計，與農村文化技藝、在地飲食烹飪、農村傳統樂曲、民俗文化、健康運動、休閒體驗等活動規劃，達到高齡者健康促進的目標。	無修改	無修改	無修改
	課程補助（含課程材料費與講師鐘點費），應有固定班員至少 15 人以上，規劃 20 週至 40 週之課程，(其中食農教育理念之課程至少規劃 3 週以上)，每週至少規劃 3 時段或 6 小時以上，每年補助以 40 萬元為上限，其中課程材料費補助以 20	課程補助（含課程材料費與講師鐘點費），應有固定班員至少 15 人以上，但屬偏遠地區、離島地區、原住民部落等，經同意後，得放寬為至少 10 人以上。	無修改	無修改

發展主軸/補助目的	111 年補助原則	112 年修改內容	113 年度修改內容	114 年度修改
	萬元為上限，且額度不得超過規劃課程所需經費 1/2。			
	111 年無	每年至多規劃 40 週課程為原則，其中食農教育理念之課程至少規劃 3 週以上。每週至少規劃 3 時段或 6 小時以上，但每週如已有其他計畫安排課程或地理因素等，則得依實際需求調整，且固定班員之課程時段不得與其他相關計畫重疊。	每年至多規劃 40 週課程為原則，每週至少規劃 3 時段或 6 小時以上，但每週如已有其他計畫安排課程或地理因素等，則得依實際需求調整，且固定班員之課程時段不得與其他相關計畫重疊。 <u>另食農教育理念之課程至少規劃三週以上。</u>	無修改
	111 年無	每年補助以 40 萬元為上限，其中課程材料費補助以 20 萬元為上限；且課程材料費補助額度不得超過規劃課程所需經費 1/2， <u>但部分聘用講師為農村綠照員等，有未支付鐘點費之情形者，其課程材料費之比例得不在此限。</u>	無上限規範	綠療育材料費總額不得高於 20 萬元。
	為避免有重複補助之情事，與相關單位之農委會現有社區綠色照顧站資料、衛生福利部、教育部、原住民族委員會等高齡服務場域相關等，應避免有申請相同時段之課程，如有時段重疊則不予以補助。	無修改	無修改	無修改
綠陪伴/ (1)有關農村社區規劃編列人員協助辦理本計畫。	辦理關懷訪視、健康促進所需之行政雜支費用，每月最高補助 1 萬元，且額度不得超過當年度預算總額扣除設備及投資後金額 10%為上限。	辦理關懷訪視、健康促進所需之行政雜支費用，每月最高補助 1 萬元，且額度不得超過當年度預算總額扣除設備及投資後金額 10%為上限。	113 年度修改為計畫通則說明如下。	無修改

發展主軸/補助目的	111 年補助原則	112 年修改內容	113 年度修改內容	114 年度修改
(2)編列人事費補助之受補助單位皆應有執行農村社區綠色照顧計畫之人員。	有關農村社區規劃編列 1 至 2 位人員協助辦理綠色照顧計畫，每年人事費及按日按件計資酬金補助額度不得超過當年度預算總額 35%為上限。	有關農村社區規劃編列人員協助辦理本計畫，其中人事費補助額度，以 35 萬元為上限，但必要時，得視工作內容及規劃需求，每年補助額度不得超過當年度預算總額 35%。	有關農村社區規劃編列人員協助辦理本計畫，其中 <u>人事費補助額度，每年不超過當年度預算總額之 50%。</u>	無修改
	受領補助人員至少 1 位須於計畫受補助後隔一年底前取得本局辦理農村綠照員教育訓練結業證書，始得於計畫執行結束前持續編列該項經費。	無修改	編列人事費補助之受補助單位應有執行農村社區綠色照顧計畫之人員， <u>取得農村發展及水土保持署辦理農村綠照員教育訓練結業證書。</u>	無修改
				本年度新增：農村社區若有二代健保、綠照員薪資加給等需求，應由農村社區另行提供，不得用配合款支應。
通則修改			行政雜支：辦理本計畫相關工作所需之行政雜支費用，其額度不超過當年度預算總額扣除設備及投資後金額百分之十。 購置設備費用：依據農業部主管計畫補助基準，如有購置設備，各項設備補助以不超過百分之五十為原則。	無修改

三、常見問題因應

農村社區相關申請單位對於整體推動執行涉及多面向整合與統籌，須於執行不斷做滾動式檢討與修正，因此面對未來風險變化調整，本計畫整理相關常見問題與因應作為，將農村社區申請綠色照顧提案、執行及過程所遭遇的問題或困難分為主要四個面向，如下表。

表 10 農村社區綠色照顧計畫常見問題與因應

面向	常見問題	因應對策
行政面	1.行政作業系統與社區人員不熟悉及核銷作業無經驗（補助作業系統登入、分局會計規定、黏貼憑證與單據收集等）。 2.社區討論整合變化多，容易缺漏遺忘提交時間，造成逾期。	透過教育訓練課程、增加遠距與實體輔導訪視，進行各單位類家教班之方式針對關鍵問題協助解決、建立社群聯繫通報、即時反應。
規劃面	1.綠場域特色不明確，易成一般性菜園種菜，缺乏維護管理機制，或無兼顧永續使用與未導入農村美學之規劃設立。 2.綠飲食重複操作過去已嫺熟的社區風味餐而無具體創新突破。餐食設計多數未納入營養師建議，容易忽略長輩攝取營養問題。 3.綠療育課程太過浮濫，為滿足執行時數與週次，容易床架屋其他部會補助之課程。社區安排講師不一定銜接社區自身需展核心目標，應循序漸進升級的結構性課程規劃。 4.綠陪伴因社區推動綠照執行具有未來不確定性，缺少臨時工作人力薪資編列，透過先期整理參考要點與案例，供社區自主規劃。	於輔導撰寫核定計畫階段協助社區修改提案內容，提出符合農村社區綠色照顧計畫宗旨及依社區能量可及之執行計畫。
執行面	1.綠場域施作介面與工料進場問題，場域管理不佳易影響地主與使用者與鄰居。 2.綠飲食常見從社區風味餐延伸成餐食菜單但卻無在地食材特色，菜單設計之循環週期長短不一未考慮長輩攝取的營養價值，應從本質的營養成分組成、區域特產運用搭配組合、健康促進機能需求、食療入菜等等可再提升學理與營養師專業協助。 3.綠陪伴常見有聘用人員異動（如綠陪伴人員之晉用與退場或休出勤不穩定）、或人員同時支援太多非關計畫本質的業務工作，造成業務面向工作衝突。	以訪視、專業培訓課程或工作坊引導優化執行缺口之配套協作。有待專管協助爬梳善用在地特色發揮規劃執行實踐，如計畫內容變動（如綠療育課程變動、綠場域施作項目與科目調整）。
預算面	1.常見科目預算編列錯誤、計算失誤、編列項目過猶不及或浮濫。 2.經費用於非重點需求面，造成排擠次需求的執行預算。	以未來風險管理機制設定，因實際情況須調整計畫，經前後編列檢視調整之綜合性調整無法取捨與規定比例上限產生限制，藉由實際溝通往返多次產生需要核定計畫後變更之情況，預算金額編列避免比例異動太多。

四、執行內容審查輔導

茲依年度分為四者，以執行第三年、第二年、第一年計畫及第四年 114 年度續提案社區計畫輔導分列如後，已最新內容呈現，唯嗣後將依申請滾動式檢討更新最終核定內容。

(一)執行第三年-112 年度社區

112 年北區農村核定「農村社區綠色照顧計畫」執行第三年共計 10 案（宜蘭縣 2 案、新北市 1 案、臺北市 1 案、桃園市 3 案、新竹縣 1 案及新竹市 1 案），協助輔導服務 9 個社區，各社區於提出的預計施作面向彙整如下，陸續透過線上與實地訪視與社區進行執行計畫之細部核定討論。

表 11 執行第三年-112 年度社區施作面向

單位	綠場域	綠飲食	綠療育	綠陪伴
112-1 朝陽社區 綠色照顧 計畫(現 階段計 畫內容)	未申請	1.共餐菜園：南 澳農場溫室、 社區活動中心 附近小菜園 2.餐食規劃：每 週晚餐共餐 3 天、週二豆漿 日 3.家鄉食譜開 發：預計以在 地當季特色食 材開發 12 種口 味麵包，過程 將以拍攝影片 方式計畫並剪 輯為食譜開發 成果影片。	1.食農教育：農 村健身操、季 節蔬菜種植、 咖啡農廢再利 用藝術創作、 農漁產加工食 品製作 2.烘焙食品製 作 3.音樂律動 4.懷舊療育：藝 術創作、音樂 療法	1.關懷訪視約 192 人次 2.聘用人員協 助計畫執行
112-2 白米社區 綠色照顧 計畫(現 階段計 畫內容)	快樂雞場環境 改善	1.一畝田共餐 菜園 2.共餐	1.永續循環的 母雞好朋友 2.雞蛋沒告訴 你的秘密 3.食農教育	1.關懷訪視 2.聘用人員
112-3 忠寮社區 綠色照顧 計畫(現 階段計 畫內容)	1.砌石邊坡 2.棚架 3.可食地景	1.共餐菜園 2.共餐擴大服 務至水源及中 山	1.食農教育 2.砌石手作 3.共創彩虹餐	1.關懷訪視 2.聘用人員
112-4 泉源社區 綠色照顧 計畫(現 階段計 畫內容)	1.食農花園綠 美化 2.據點內部綠 美化	1.共餐	1.回收打擊樂 2.藝術手作 3.食農教育	1.關懷訪視 2.聘用人員
112-5	本年度未申請	1.共餐菜園：	1.食農教育：	1.關懷訪視：

三民社區 綠色照顧 計畫內容		種植季節蔬菜 運用進供餐食 材 2.餐食規劃： 每週三及週五 送餐 3.家鄉食譜：	綠竹筍及茶為 主題 2.料理烘焙： 米食文化及傳 統節慶 3.農村巧藝 4.健康促進	定點關懷、電 話問安、到宅 關懷 2.聘用人員協 助計畫事務
112-6 溪口台社 區綠色照 顧計畫提 案內容	修繕 Wah cisa 據點教室公共 空間，增設移 動式隔斷牆	1.共餐菜園-瓜 果苗種為主 2.共餐 3.開發泰雅傳 統特色料理的 四季菜單	食農教育 泰雅傳統音樂 療育 泰雅傳統手作 編制	1.關懷訪視 2.聘用人員
112-7 高原社 區綠色照 顧計畫提 案內容	1.五行菜桌修 繕 2.瓜棚架長者 休憩設施 3.香草園圍籬	1.共餐菜園 2.共餐 3.客家料理創 意食譜開發	1.食農教育 2.手作療育 3.巧藝與食療 4.客家劇本讀 劇	關懷訪視
112-8 水礫社 區綠色照 顧計畫提 案內容	本年度未申請	1.共餐菜園-不 彎腰菜園及生 活種植區 2.共餐 3.開發節慶歲 時飲食食譜	1.伴顆茶製作 培訓 2.客家黑茶暨 飲食導覽師 3.辦桌菜系列 課程 4.二胡及空靈 鼓進階課程	1.關懷訪視-結 合照服人員將 綠療育帶入家 訪共同訪視 2.聘用人員
112-9 海山社 區綠色照 顧計畫提 案內容	本年度未申請	1.菜園入口造 景及美化 2.共餐及送餐	1.食農教育 2.創意手作 3.農村健身操	1.關懷訪視 2.聘用人員

(二)執行第二年-113 年度社區

114 年北區農村核定「農村社區綠色照顧計畫」執行第二年共計 6 案（基隆市 1 案、連江縣 1 案、桃園市 2 案、新竹縣 1 案及新竹市 1 案），服務 6 個社區，依據各社區提出的預計施作面向彙整如下。

表 12 執行第二年-113 年度社區施作面向

單位	綠場域	綠飲食	綠療育	綠陪伴
113-1 八斗社 區綠色照 顧計畫提 案內容	本年度未申請	1.共餐菜園-利 用石牆種植攀 爬瓜果 2.共餐 3.水產食譜	1.食農教育 2.魚網編織 3.海廢創作 4.身體律動	1.關懷訪視 2.聘用人員
113-2 津沙社 區綠色照 顧計畫提 案內容	本年度未申請	1.共餐菜園 2.共餐 3.購置雙門冰 箱及分隔式有 蓋環保餐盒	1.食農教育 2.療育手作 3.全食物運用	1.關懷訪視 2.聘用人員
113-3 三水社 區綠色照 顧	1.不彎腰菜園 2.香草種植區	1.共餐菜園 2.共餐	1.竹編技藝 2.食農教育 3.手路菜共創	1.關懷訪視 2.聘用人員

計畫提案內容				
113-4 竹霄社區 綠色照顧 計畫提案 內容	共餐菜園環境改善	1.共餐菜園 2.共餐擴大服務至龍友里 3.開發8道社區特色菜並結合景點及客語以撲克牌方式呈現	1.食農教育 2.客家創意工藝 3.動感音樂律動 4.香草園藝療育 5.人文生態解說	1.關懷訪視 2.聘用人員
113-5 上瑞社區 綠色照顧 計畫提案 內容	增加菜園空間	1.共餐菜園 2.共餐擴大至南昌社區	1.食農教育 2.生活手作 3.文化傳承 4.農產加工 5.農村律動	1.關懷訪視 2.聘用人員
113-6 水源社區 綠色照顧 計畫提案 內容	本年度未申請	1.共餐菜園 2.共餐 3.開發4道食譜並以手冊方式呈現	1.食農教育 2.匹克球運動 3.音樂療育 4.樂齡菜園活動 5.餐點共創	1.關懷訪視 2.聘用人員

(三)執行第一年-114 年度新提案社區

114 年北區農村核定「農村社區綠色照顧計畫」新提案共計 9 案（宜蘭縣 4 案、新北市 1 案、基隆市 2 案及新竹縣 2 案），服務 9 個社區，各社區提出的預計施作面向，規劃各階段社區輔導工作彙整如下。

表 13 執行第一年-114 年度社區施作面向

單位	綠場域	綠飲食	綠療育	綠陪伴
114-1 頂埔社區 綠色照顧 計畫提案 內容	本年度未申請	本年度未申請	1.製香工藝手作 2.農產創意料理 3.食農教育	1.關懷訪視 2.聘用人員
114-2 港口社區 綠色照顧 計畫提案 內容	本年度未申請	本年度未申請	1.手作體驗 2.食農教育 3.健康運動	1.關懷訪視 2.聘用人員
114-3 大興社區 綠色照顧 計畫提案 內容	本年度未申請	1.共餐菜園 2.共餐 3.農村宴客菜食譜開發	1.米食手作體驗 2.米食文化傳承及推廣 3.食農教育 4.健康促進	1.關懷訪視 2.聘用人員
114-4 港邊社區 綠色照顧 計畫提案 內容	本年度未申請	1.設計福氣活力幸福共餐菜園 2.共餐及送餐營養健康食譜 3.開發高齡營	1.園藝種植 2.農村元素創作 3.食農教育 4.樂活律動	1.關懷訪視 2.聘用人員

114-5 嶺腳社區 綠色照顧 計畫提案 內容	本年度未申請	1.共餐菜園 2 處 2.共餐 3.以珠蔥為開 發食譜主要食 材並以影片呈 現	本年度未申請	1.關懷訪視 2.聘用人員
114-6 碇祥社區 綠色照顧 計畫提案 內容	本年度未申請	1.共餐菜園 2.共餐	1.以十二蔬 菜、十二蔬 果及十二海 鮮為主題規 劃食農教育 課程 2.健康樂動	1.關懷訪視 2.聘用人員
114-7 友一社區 綠色照顧 計畫提案 內容	本年度未申請	1.共餐菜園 2.共餐 3.開發洛神花 主題料理	1.食農教育 2.農作園藝 3.健身康養 4.友蚋礦庄料 理 5.多肉手作	本年度未申請
114-8 新北社區 綠色照顧 計畫提案 內容	本年度未申請	1.共餐菜園 2.共餐	1.食農教育 2.園藝療育手 作 3.自然生活用 品手作	1.關懷訪視 2.聘用人員

(四)執行第四年-114 年度續提案社區

114 年北區農村核定「農村社區綠色照顧計畫」續提案共計 8 案（宜蘭縣 4 案、新北市 1 案、桃園市 1 案、新竹縣 2 案），多數社區於提案時提出擴大服務鄰近社區，共計擴展+N 服務 21 個社區。各社區提案簡報內容預計施作面向，規劃各階段社區輔導工作彙整如下。

表 14 執行第四年-114 年度續提案社區

編號	受補助單位名稱	服務範圍
114 N -1	宜蘭縣員山鄉同樂社區發展協會	同樂村、永和村、枕山村
114 N -2	宜蘭縣員山鄉蓁巷社區發展協會	蓁巷社區、尚德社區、 深溝社區
114 N -3	宜蘭縣員山鄉結頭份社區發展協會	結頭份社區、枕山村
114 N -4	宜蘭縣頭城鎮福成社區發展協會	二城社區、金盈社區、 金面社區
114 N -5	新北市平溪區紫東社區發展協會	紫東社區 (拓展+N 社區待確認)
114 N -6	桃園市大溪區農村休閒發展協會 (大溪區內柵社區)	內柵社區、康安里、溪洲社 區
114 N -7	新竹縣大墩山休閒農業發展協會	北平社區、南平社區、 旱坑社區、照門社區
114 N -8	新竹縣橫山鄉橫山社區發展協會	橫山社區、田寮社區、 大肚社區

表 15 執行第四年-114 年度續提案社區施作面向

單位	綠場域	綠飲食	綠療育	綠陪伴
114N-1 同樂社區 綠色照顧 計畫內容	本年度未申請	1.共餐菜園 2.共餐 3.開發紅心芭 樂風味餐	1.食農教育 2.園藝療育 3.植物手作 4.生活用品手 作 5.健康促進	1.關懷訪視 2.聘用人員
114N-2 綦巷社區 綠色照顧 計畫內容	植栽、護欄及 場域維護	1.共餐菜園 2.共餐 3.開發社區風 味餐	1.食農教育 2.健康促進 3.手作體驗 4.園藝療育 5.觀光休閒體 驗	1.關懷訪視 2.聘用人員
114N-3 結頭份社 區綠色照 顧計畫內 容	澆灌系統改善	1.共餐菜園 2.共餐	1.食農教育 2.五感體驗	1.關懷訪視 2.聘用人員 3.雲端測量
114N-4 福成社區 綠色照顧 計畫內容	本年度未申請	1.共餐菜園 2.共餐與送餐	1.藍染文化療 育 2.食農年節糕 餅 3.食農教育	1.關懷訪視擴 大至金面、金 盈及二城 2.聘用人員
114N-5 紫東社區 綠色照顧 計畫內容	本年度未申請	1.共餐菜園 2.共餐	1.鑼鼓陣 2.農村技藝 3.食農教育 4.健康保健	1.關懷訪視 2.聘用人員
114N-6 內柵社區 綠色照顧 計畫內容	1.維護既有設 施 2.生熟廚餘堆 肥箱	1.共餐菜園 2.共餐	1.手作糕點 2.食農教育 3.藝術療癒 4.音樂療育 5.戶外課程 6.保健課程 7.編織課程	1.關懷訪視 2.聘用人員
114N-7 大墩山社 區綠色照 顧計畫內 容	本年度未申請	1.共餐菜園 2.共餐擴大至 照門社區	1.園藝療育 2.食農教育 3.飲食烹調 4.手作體驗 5.文化記憶	1.關懷訪視 2.聘用人員
114N-8 橫山社區 綠色照顧 計畫內容	本年度未申請	1.共餐菜園 2.共餐擴大至 田寮及大肚社 區	1.工藝性-竹 藝、種子創 作、布藝及黏 土 2.飲食性-烘培 及米食 3.表演性-自然 打擊樂	1.關懷訪視 2.聘用人員

五、社區特色輔導-打造一社區一綠照亮點

依據歷年輔導經驗，本計畫除輔導社區執行綠色照顧計畫外，另協助 33 處社區中於執行計畫過程中尋找自身特色及發展主軸，各別以社區現地資源結合四主軸方式歸納出社區發展特色，並以圓餅圖呈現(以八斗社區為例列於下圖)，透過訪視討論進行滾動式修改逐漸協助社區找出其特色亮點，使每處社區都可尋找出其自身綠照亮點，於彙整各社區亮點後本計畫積極推動合適社區參與農業部舉辦之全國十大綠色照顧優良典範獎或其他部會與綠色照顧執行面向之相關獎項，如：共餐食力獎、國家永續發展獎等獎項，茲以參與農業部十大綠照獎為例分析社區基本資料及輔導策略舉例如下圖。



綠照四面項輔導亮點主軸構想

漁村特色發揮



魚網編織手作

社區資源整合



高齡者活動課程

世代協力傳承



在地文化共學



八斗綠色照顧主軸構想圓餅圖為例



八斗綠色照顧發展面向圓餅分析圖為例

第三節 多元學習體驗課程規劃

依委託工項預計針對轄區內綠色照顧發展之農村社區(包含 112、113 年延續提案社區、114 年新提案社區及續提案社區)，依綠場域、綠飲食、綠療育及綠陪伴等四大面向，協助規劃與設計所需之個別需求，辦理多元課程輔導，至少辦理 30 小時，每場次至少 20 人。

一、基礎線上課程設計

為提升社區幹部執行綠色照顧計畫之能力，規劃基礎課程，內容包括綠場域規劃及綠療育活動，合計 4 小時。參與對象為本年度輔導之 33 社區主要執行綠色照顧計畫之成員；且為提高社區幹部上課意願，採取線上授課。

表 16 基礎線上課程內容規劃

課程名稱	課程內容	時數	規劃講師
綠陪伴-認識高齡長者心理健康	透過說明高齡長者心理健康知識，強化社區幹部執行綠陪伴之溝通技巧及對高齡者情緒反應的認知。	2	吳佳儀教授
綠療育活動規劃入門	說明綠療育課程多元內容及如何運用社區特色規劃社區長者喜歡的課程。	2	沈瑞琳院長
綠場域規劃訣竅	說明綠場域其明確定義、思考規劃所需條件及注意事項。	2	石佳蓉博士
時數合計		6HRS	

二、基礎線上課程紀錄

(一)綠陪伴-認識高齡長者心理健康

表 17 綠陪伴-認識高齡長者心理健康課程紀錄

時間	114 年 5 月 6 號(二)下午 14:00-16:00
課程內容	透過說明高齡長者心理健康知識，強化社區幹部執行綠陪伴之溝通技巧及對高齡者情緒反應的認知。本場次共計 42 人參與。



本計畫於 114 年度開設線上課程紀錄

(二)課程回饋-綠陪伴-認識高齡長者心理健康

1.水礫社區提問

一位照顧者太太，長期照顧中風兩次的先生超過 20 年。太太公開對先生說：「你媽媽活到八十歲，你也活到八十歲，你可以走了」，語帶無奈甚至可能有輕生的暗示。

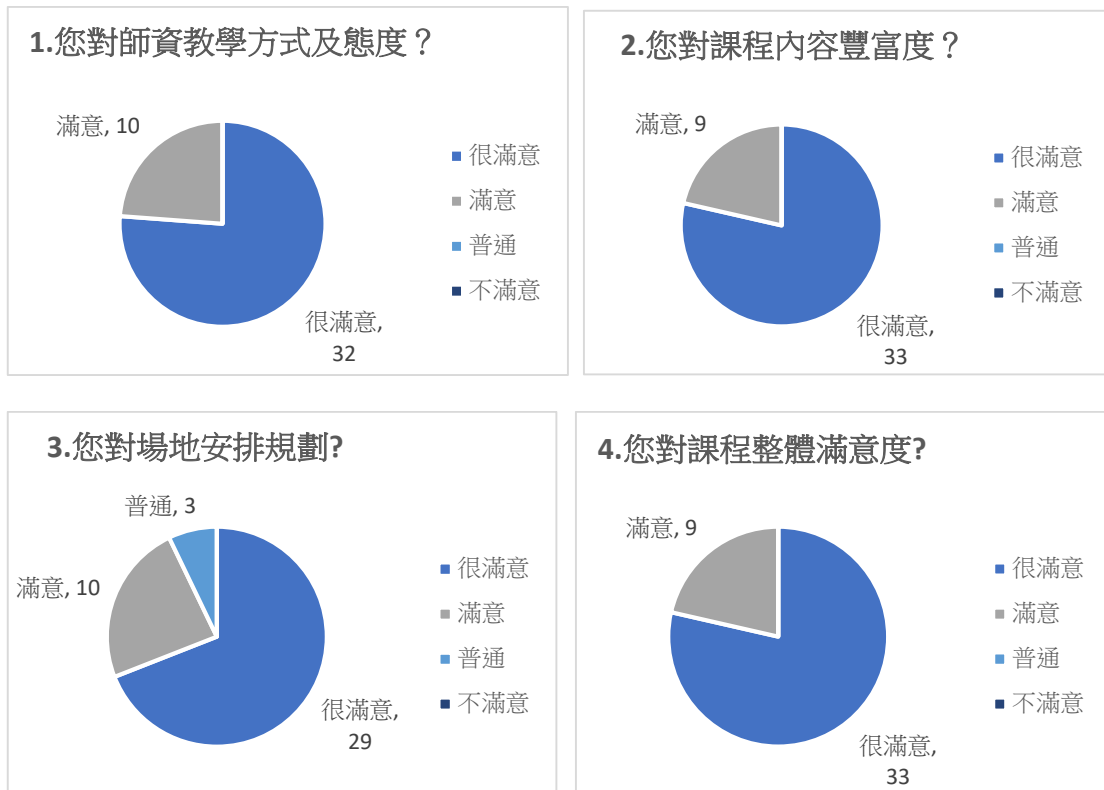
她先生情緒低落，身體狀況也不佳，原本幾乎無法行走。因定期陪伴與簡單運動訓練，先生目前可用助行器走路。太太七十多歲買菜維生，對生活壓力感受強烈，覺得自己一直是經濟支柱。

2. 講師回應

類似「老老照顧」的情況，在壓力過大時可能出現「雙人自殺」風險。雖然難以評估實際風險，但言語中已出現明顯「心理負荷」訊號。

肯定社區採「分開陪伴」的做法，可觀察並舒緩雙方壓力。重視太太直接表達的語言，這些話語可能是求救訊號，也可能造成先生二度傷害。建議加強與照顧者的心理支持與轉介(如：訪視時透過「心情溫度計」觀察心理狀況、求助社區心理衛生中心、撥打 1925 安心專線等)，避免其持續高壓狀態。若可能，連結更多家庭照顧者資源，尋求外部支援網絡。

3. 滿意度調查



(三)綠療育活動規劃入門

表 18 綠療育活動規劃入門課程紀錄

時間	114 年 5 月 13 號(二)下午 13：30-16：30
課程內容	綠療育課程多元內容及如何運用社區特色規劃社區長者喜歡的課程。本場次共計 43 人參與。



本計畫於 114 年度開設線上課程紀錄

(四)課程回饋-綠療育活動規劃入門

1. 講師鼓勵社區分享長者參與綠療育課程的轉變

有一位男性社區長者，一開始，他因為手的肌力不足，不想來上課，加上常常和情緒低落的太太相處，也慢慢受到影響。後續邀請他來參與多肉植物、中國結的課程，慢慢地動起來。而擅長種竹筍的他，

我們(社區)也不斷給予稱讚增加長者的自信心。現在這位長者，手腳慢慢靈活，來到社區後開始和其他長輩聊天、互動，笑容也多了起來！

沈瑞琳 院長 回應：相信這個陪伴的過程，社區花了很多的心思，給它鼓勵，給它溫暖，給它安心的力量。其實我們很多人覺得社區裡面，女性可能是比較弱勢的照顧角色，但有時可能會有相反的案例。之前看過一個社區，有一位男性長者來幫忙鋸一些木頭供環境造景使用。他每次來，慢慢地從沒有笑容到越來越有笑容。然後每次協助完後，社區會贈送一些物資回饋，讓他太太不要反對他來社區，所以後來他就非常喜歡來。很多生命是需要我們去協助，他就可以有更多正向的可能。

2.長輩與志工共同參與的實際案例分享-廟宇旁空間活化

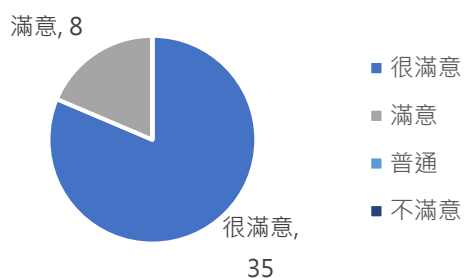
某社區在廟旁開設課程，並與宮廟合作，將閒置空間發展成綠地及花園。長輩們主動捐出土地並規劃目標，透過課程與實作進行草原空間設計與建置。長輩中有木工背景者提供工具與技術，負責鋸木、製作結構物；其他人則協助種植與美化。

社區也吸引周邊年輕人與資源主動投入，包含提供貨車協助運輸材料、半工班參與施工等，逐年改善與創意發展。講師每年回訪時，僅提供空間安全與結構上的建議，創意則由長輩們自由發揮。社區內成員逐年提升空間美化與功能設計，甚至吸引更多居民主動加入改造行列。

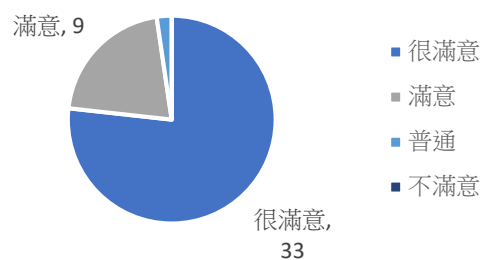
綠造的目標不僅是照顧社區成員，更是讓社區有能力自己改善環境，營造出老少共融、資源流動的活絡空間。強調陪伴、鼓勵與信任的過程比成果更重要，讓居民真正產生歸屬感與認同感。

3.滿意度調查

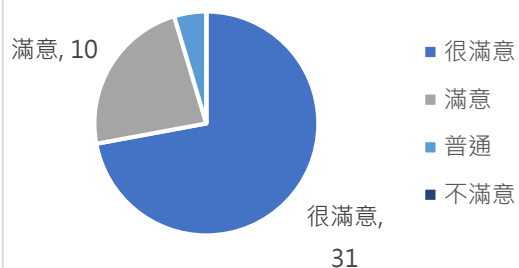
1.您對師資教學方式及態度？



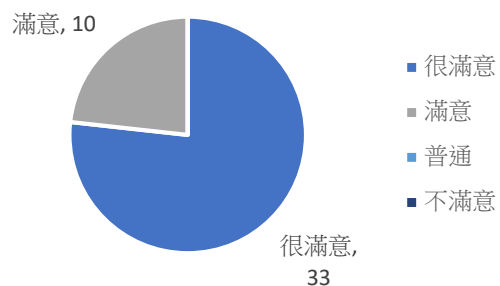
2.您對課程內容豐富度？



3.您對場地安排規劃？

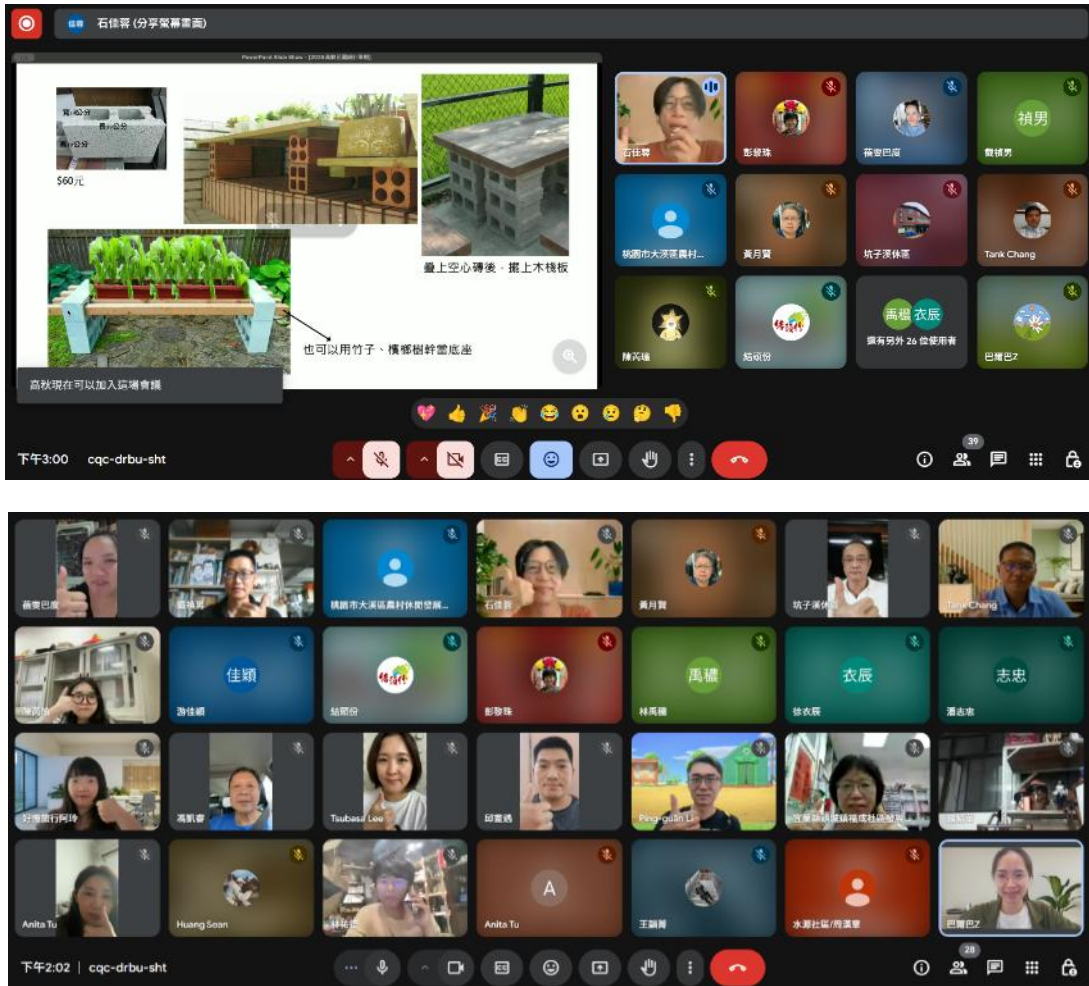


4.您對課程整體滿意度？



(五)綠場域規劃訣竅

表 19 綠場域規劃訣竅課程紀錄

時間	114 年 5 月 20 號(二)下午 14:00-16:00
課程內容	說明綠場域其明確定義、思考規劃所需條件及注意事項。本場次共計 39 人參與。
 The screenshot displays a Zoom meeting interface. On the left, a presentation slide titled 'Green Field Planning' is shown, featuring images of raised garden beds and text in Chinese. The text includes '560元', '也可以竹子、欄杆樹幹當底座', and '高秋現在可以加入這個會議'. On the right, a grid of 39 participants is visible, each with a profile picture and name. The Zoom controls at the bottom show the time as 下午3:00 and the meeting ID as cqc-drbu-sht.	
本計畫於 114 年度開設線上課程紀錄	

(六)課程回饋-綠場域規劃訣竅

本次課程後社區與講師互動討論關於場域及無障礙設施的部分，社區較關注對於場域規劃的法令限制，後續邀請講師與有相關需求的社區進行現地訪視討論，以協助社區進行更完善的場域規劃。

1.課程 Q&A

Q1 泉源社區提問：老師剛才提到北投以前常見的黃「ㄣ一ㄣ」葉，是怎麼寫？

A1 講師回應：黃荊葉

Q2 泉源社區提問：綠場域如果做站立桌是否合適？

A2 講師回應：站立桌是可以的，然後再搭配一些椅子讓需要休息的長者使用。讓綠場域保有彈性功能，包容不同的需求的使用者互動。

Q3 泉源社區提問：廁所對無障礙建築物規範，到底要遵守到什麼程度？

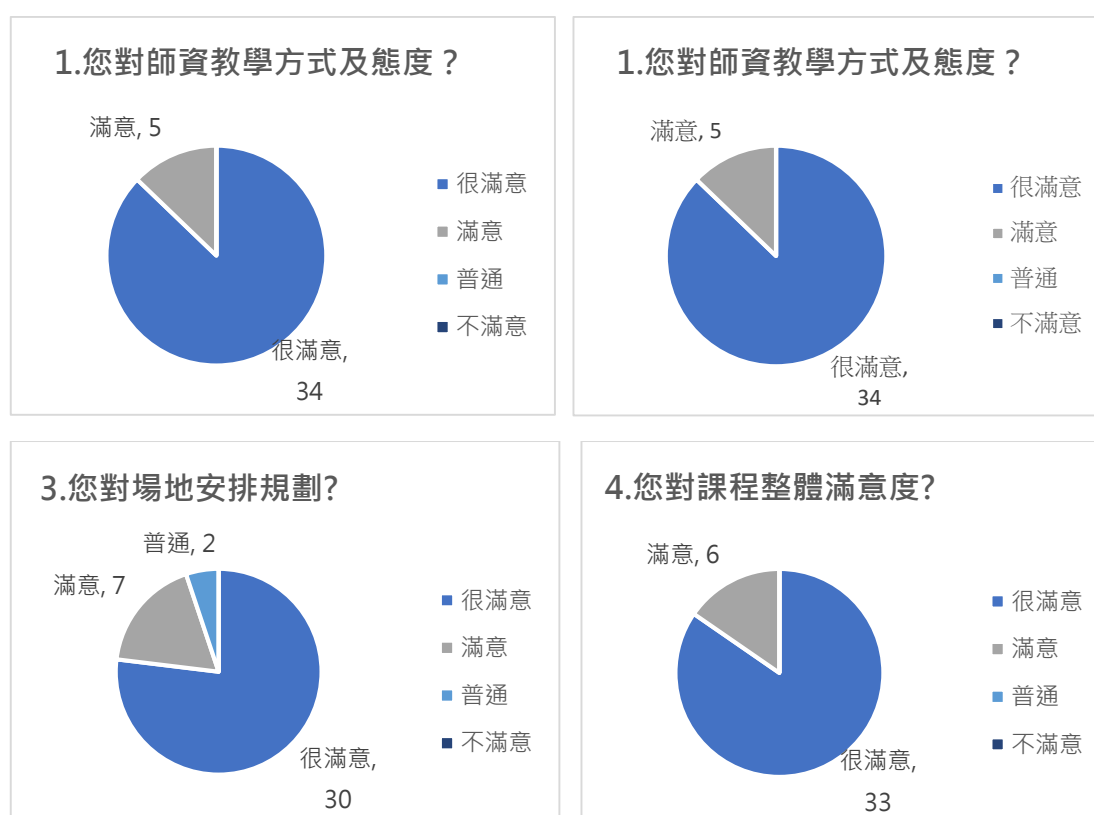
A3 講師回應：綠照社區非日照中心，無硬性規定符合法規規範。如社區有預算，可以規劃其中 1-2 間廁所設置把手以及安裝求助鈴。

Q4 大墩山休區：戶外場域的植草磚或水泥磚鋪面是否會被檢討使用是否和農地農用的規定？廁所如果想設在供餐菜園裡，建築規範和污水的規範要如何和規範？

A4 講師回應：考慮不用水泥基礎固定(可以隨時拆除)的方式。

A4 團隊回應：綠照計畫可「改善」無障礙的設施，或是原本已有無障礙廁所需再改善的，有機會可申請補助。如果是從無到有，可能可以透過其他計畫(區亮計畫)補助，或是需取得在地政府核准。如果有需求先提區，團隊再協助和分署討論。

2.滿意度調查



三、特色工作坊課程

為輔導社區幹部發展綠色照顧計畫之特色亮點，授課方式採取實體、工作坊方式辦理，藉由小班教學深化教學，透過講師教授、腦力激盪、實際演練，將概念化為實踐。課程主題規劃，根據本計畫過去輔導經驗觀察現階段農村需求，設計四大主題特色課程：農村特色導入高齡活動設計、高齡友善農村環境特色營造、邁向生產老化之產業經營、音樂療育入門及成果共創。每次工作坊上午安排各領域專家講授主題課程，灌輸基礎概念與創新思維並分享實務案例；下午由各專家與計畫共同主持人陳惠美教授共同帶領社區進行實務演練工作坊。4次主題工作坊，每次6小時，合計24小時。

表 20 特色工作坊課程內容規劃

課程名稱	課程內容		時數	講師
邁向生產老化之產業經營	主題授課	10：00-12：00 社區產業創意經營	2	張永昌總幹事
	午休	12：00-13：00 用餐交流		
	創意實作	13：00-15：00 分組腦力激盪 15：00-17：00 分組報告分享	4	張永昌總幹事 陳惠美教授
音樂療育入門及成果共創	主題授課	10：00-12：00 認識音樂療育	2	陳惠美教授
	午休	12：00-13：00 用餐交流		
	創意實作	13：00-15：00 分組腦力激盪 15：00-17：00 分組報告分享	4	賴香芸理事長 陳惠美教授
農村特色導入高齡活動設計	主題授課	10：00-12：00 高齡活動設計要點與實務	2	賴香芸理事長
	午休	12：00-13：00 用餐交流		
	創意實作	13：00-15：00 分組腦力激盪 15：00-17：00 分組報告分享	4	黃聖佑治療師 陳惠美教授
高齡友善農村環境特色營造	主題授課	10：00-12：00 高齡友善環境設計與創意	2	陳惠美教授
	午休	12：00-13：00 用餐交流		
	創意實作	13：00-15：00 分組腦力激盪 15：00-17：00 分組報告分享	4	陳惠美教授 蔡恂恂專案經理
時數合計			24	

四、特色工作坊課程紀錄

(一)邁向生產老化之產業經營

由張永昌總幹事以其自身帶動苗栗嘉盛社區發展米食創意料理相關產業說明社區產業發展及後續經營須注意的內容，並結合朝陽社區現地觀摩討論加強社區之間互相之交流促成綠照社區共學效益。

表 21 邁向生產老化之產業經營課程紀錄

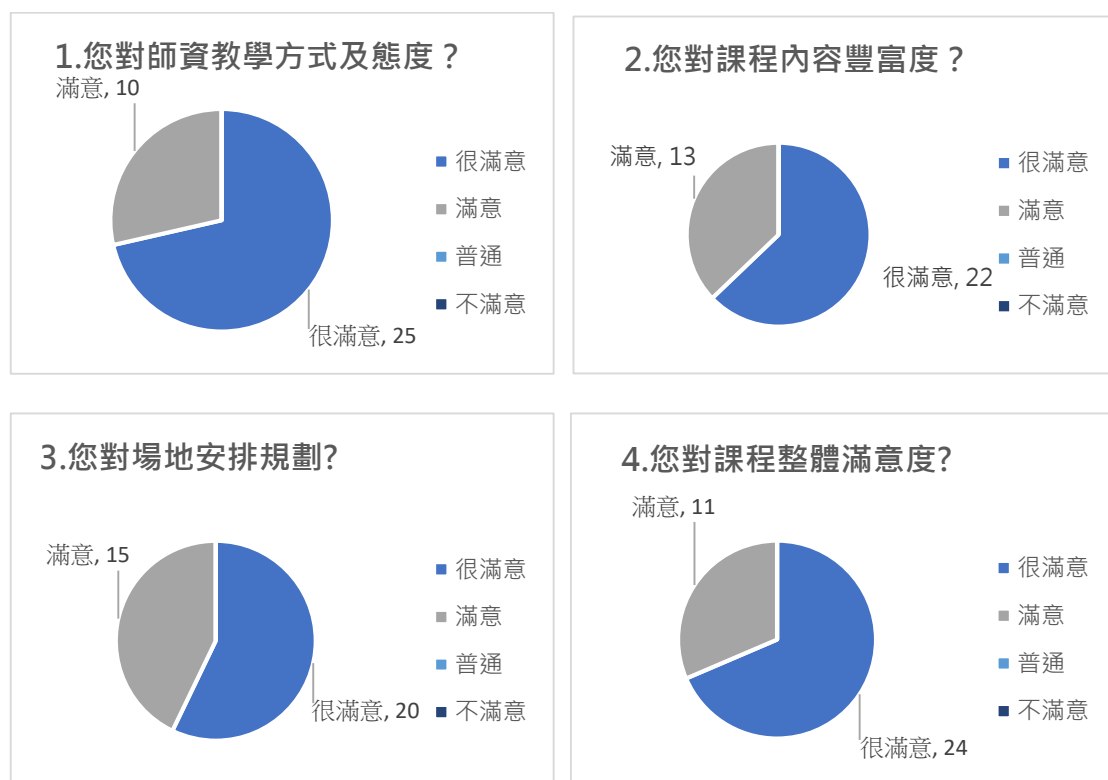
課程		邁向生產老化之產業經營
課程 內容	上午場授課	10：00-12：00 社區產業創意經營
	下午場實務演 練工作坊	13：00-15：00 分組腦力激盪 15：00-17：00 分組報告分享
時間&地點		114/5/8-宜蘭縣蘇澳鎮朝陽社區活動中心
參與學員人數		36 位
		
		



1.課程回饋

本次課程加入現地觀摩朝陽社區方式，帶領北區各綠照社區了解其社區因應高齡化問題將其社區長者以分類分班方式規劃其平日課程，社區以 C 據點計畫照顧 65-80 歲長者，綠色照顧計畫則照顧 80-100 歲之超高齡族群，各社區亦與朝陽社區交流包含執行人力規劃及財務規劃等交流。由講師分享其經營社區產業經驗，及朝陽社區現地說明其產業回饋長者照顧之方式，最後於分組討論發表時，社區提出許多自身發展的經驗，並交流包含規劃綠照長者參與社區對外產業活動的方式，並列為後續綠色照顧計畫發展重點。

2.滿意度調查



(二)音樂療育入門及成果共創

由中華民國音樂輔助身心照顧專業協會音樂賴香芸理事長介紹音樂療育的定義及可涵蓋課程內容，並現場帶領社區從歌曲開始到打擊樂器及分組合作完成，讓社區成員實際體驗音樂療育課程執行方法並認識進行音樂療育課程的流程及多元型態。

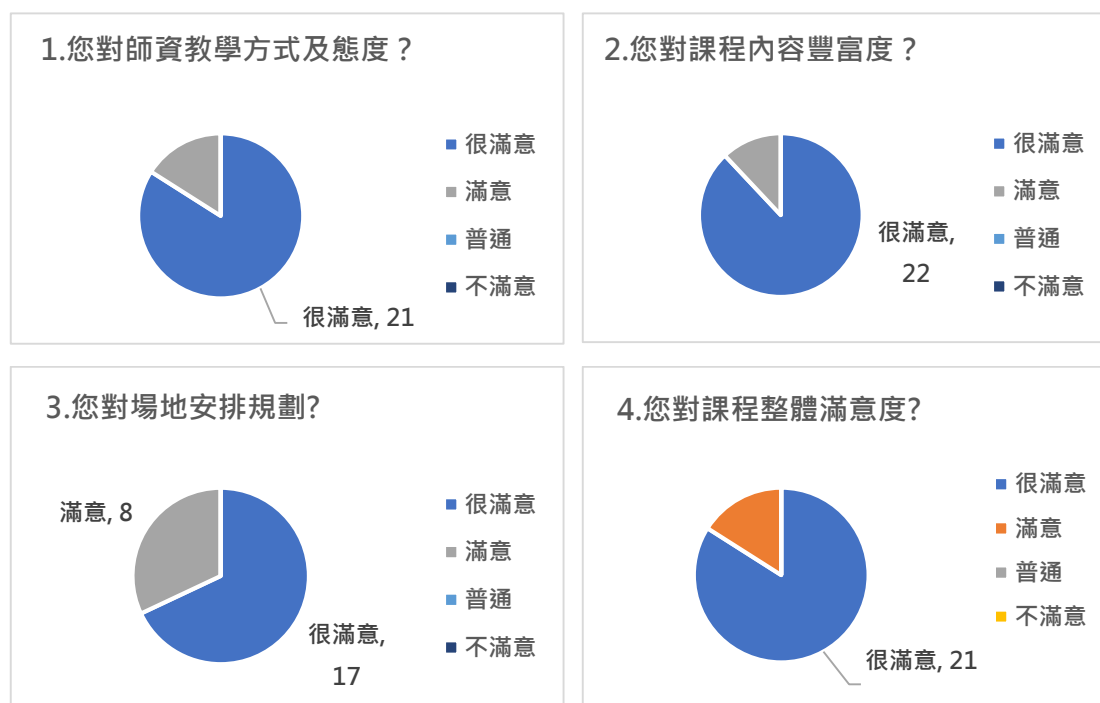
表 22 音樂療育入門及成果共創課程紀錄

課程		音樂療育入門及成果共創
課程 內容	上午場授課	10：00-12：00 認識音樂療育
	下午場實務演 練工作坊	13：00-15：00 分組腦力激盪 15：00-17：00 分組報告分享
時間&地點		114/5/16-新北市新莊區牡丹心社區活動中心
參與學員人數		25 位
		
		
課程互動情況		

1.課程回饋

本次課程參與成員除綠照員及社區幹部外，亦有於社區上課的音樂療育課程講師，於課程上與賴理事長分享自身社區狀況並討論後續課程規劃方向，本次參與社區如結頭份社區理事長因認識到新的音樂療育課程內容，亦與團隊討論希望後續能邀請理事長訪視社區協助進行目前歌仔戲相關課程融入音樂療育的方法並於期末規劃明年課程內容。

2.滿意度調查



(三)農村特色導入高齡活動設計

本次課程由黃聖佑執行長以其餘多年社區據點進行課程經驗，課程中逐一了解各社區特色並透過較具示範，讓參與社區成員以實際操作方式了解高齡活動設計可思考的多樣形態。

表 23 農村特色導入高齡活動設計課程紀錄

課程	農村特色導入高齡活動設計	
課程 內容	上午場授課	10：00-12：00 高齡活動設計要點與實務
	下午場實務 演練工作坊	13：00-15：00 分組腦力激盪 15：00-17：00 分組報告分享

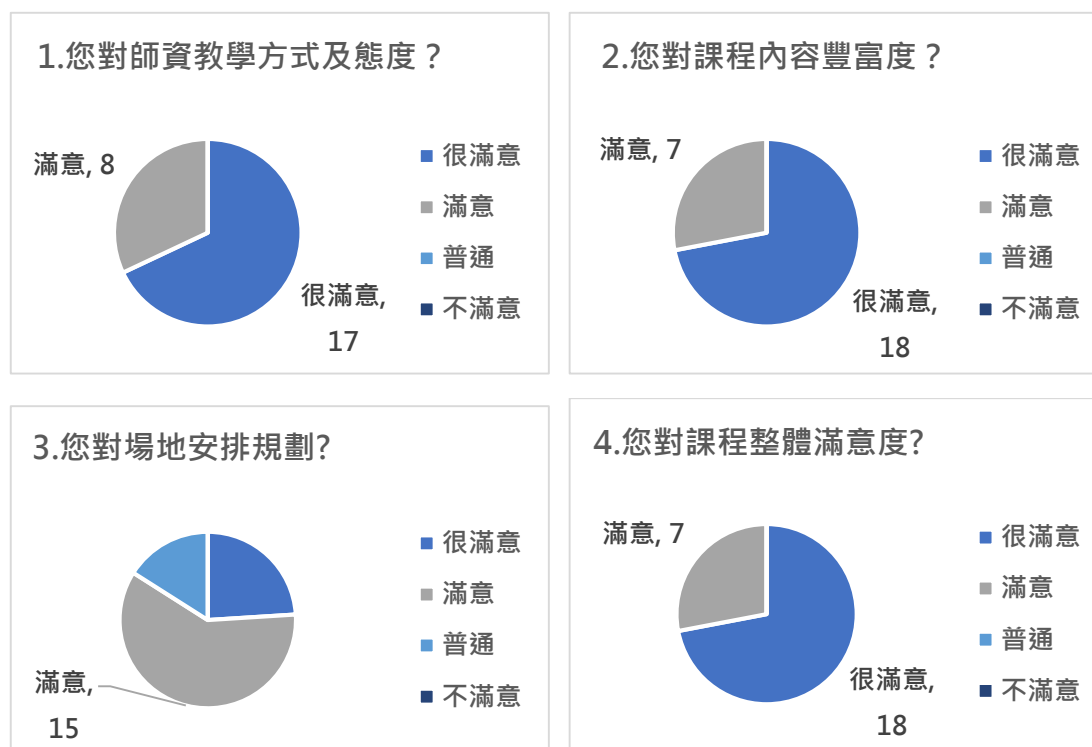
時間&地點	114/5/19-新竹縣新埔鎮照門里集會所
參與學員人數	25 位
 	
 	
 	
課程紀錄	

1.課程回饋

本次課程後參與社區回饋表示，社區規劃綠療育課程中常會面臨許多課程內容重複性高，長輩興趣度減低，透過本次課程與講師討論增加了許多未來規劃課程及實際執行的想法，尤其是面對男性長輩參與率比較低的部分，希望能將講師分享的方法帶回社區執行，提

高男性長輩的參與，針對本次課程提出相關問題的社區邀請黃治療師訪視協助與社區深入討論，規劃未來課程內容。

2.滿意度調查



(三)高齡友善農村環境特色營造

本次課程為延續課程，課程前請社區上傳自身社區場域照片於課堂上與講師逐一討論如何規劃，並於現地觀摩高原社區透過 112 年綠色照顧計畫完成之多層次菜園綠場域，讓社區成員互相交流實作及後續應用的經驗。

表 24 高齡友善農村環境特色營造課程紀錄

課程	高齡友善農村環境特色營造	
課程 內容	上午場授課	10：00-12：00 高齡友善環境設計與創意
	下午場實務 演練工作坊	13：00-15：00 分組腦力激盪 15：00-17：00 分組報告分享
時間&地點		114/5/21-桃園市龍潭區高原市民活動中心
參與學員人數		25 位



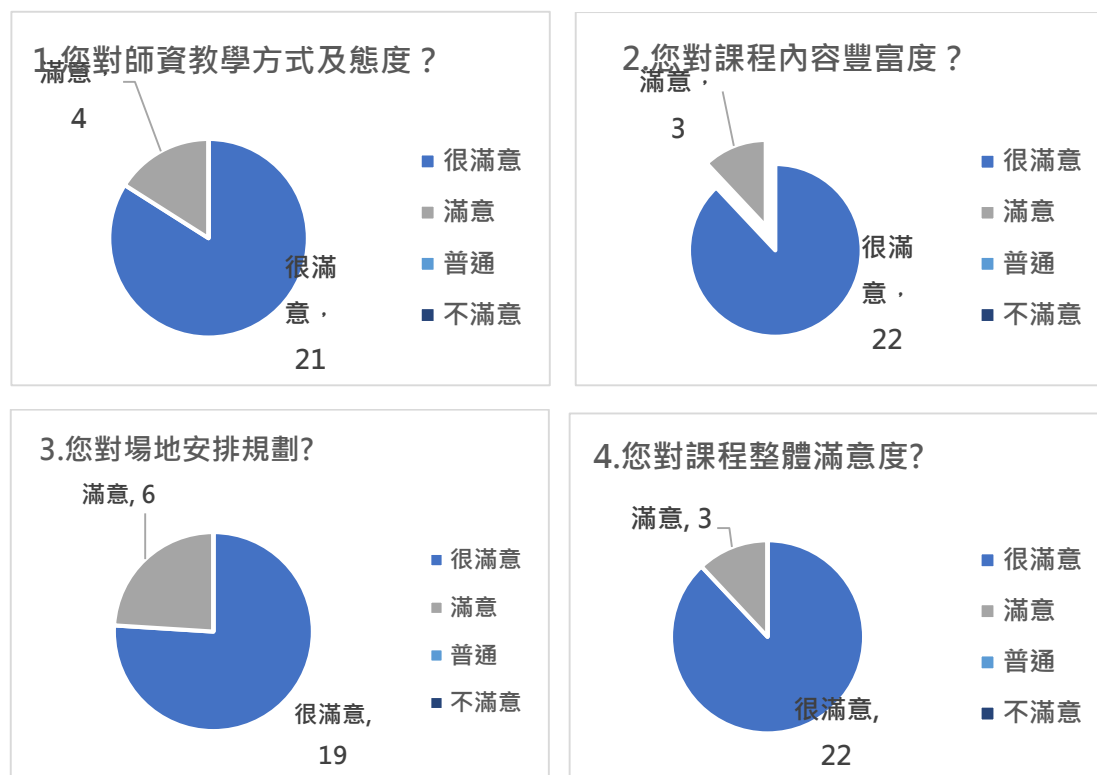
114 年度開設特色工作坊課程紀錄示意說明

本次工作坊就高齡農村環境特色營造，透過互動方式了解參與社區關鍵伙伴對於綠場域如何做才能達成結合高齡友善的設計；進而發揮從選址、建置、創意及效益的多面向效益。

將事先各社區夥伴透過雲端上傳綠場域空間照片與改善需求想法，挑選具備代表性的案例照片解析如可實地景幾何型/自然型/多樣性/複層植栽等手法，搭配 1.實際改善案例照片(包含藁巷社區五感療育園區、結頭份社區可食地景、大墩山休區的不彎腰菜園) 2.綠場域改善手冊介紹 3.以及善用網路-pinterrest.com 結合關鍵字如 療癒菜園、香草步道、農村菜園設計等搭配圖片與照片檢視自身場域空間的操作性與創意性。

包含新竹市水源社區、海山社區、新竹縣永興社區、上瑞社區、北平社區；桃園市高原社區、三民社區、竹霄社區新北市忠寮社區、紫東社區、嶺腳社區、宜蘭縣大興社區、結頭份社區、港口社區等皆進行發言交流。

1. 滿意度調查



二、授課師資

基礎線上課程講師，計畫行政作業由本計畫人員授課外，綠色照顧四個面向分別聘請過去曾參與綠色照顧計畫或高齡照顧專家，達到務實引導。在特色工作坊課程中，邀請與各課程主題相關且具有學理和實務經驗的專家授課，達到結合理論概念、創新思維以及實務執行落實之啟發。

表 25 多元課程輔導授課師資介紹

類別	姓名	職稱	專長	相關經歷
基礎線上課程	石佳蓉	• 石佳蓉高齡環境規劃設計有限公司主持人	• 高齡環境設計	• 111 年-113 年北區農村社區綠色照顧計畫訪視委員 • 參與農村綠照員課程
	沈瑞琳	• 綠色療癒力學院院長	• 園藝治療、景觀設計施工、花藝設計	• 參與農村綠照員課程 • 逢甲大學通識教育中心兼任助理教授 • 臺灣園藝福祉推廣協會副理事長 • 永信社會福利基金會講師
	吳佳儀	• 臺灣大學護理學系教授	• 精神衛生護理、社區心理衛生、精神流行病學、求助行為	• 111 年-113 年北區農村社區綠色照顧計畫訪視委員

類別	姓名	職稱	專長	相關經歷
特色工作坊課程	黃聖佑	• 健望村健康事業有限公司執行長	• 社區據點活動設計與帶領、活動設計培訓課程規劃、教育訓練課程規劃	• 社區高齡工作坊講師
	張永昌	• 苗栗市嘉盛社區總幹事	• 社區營造、產業輔導、農村再生推動	• 農村再生培根計畫講師
	賴相芸	• 社團法人中國音樂照會 • 華民助身專業協會 • 輔導理事長	• 音樂治療介入高齡照顧、音樂照顧應用與培訓	• 113 年北區農村社區綠色照顧計畫訪視委員
	陳惠美	• 國立臺灣大學 • 學園藝暨大景觀學教授	• 健康環境規劃 • 療癒景觀設計 • 綠色照顧輔導 • 休閒遊憩經營 • 休閒遊憩活動設計	• 本案共同主持人 • 106 年、108~111 年北區農村綠色照顧輔導計畫主持人
	蔡恂恂	• 巴爾巴公司 • 專案經理	• 社區營造、農村規劃、產業輔導、農村再生推動、社會福利、行銷企劃及執行、景觀規劃	• 111 年北區農村綠色照顧輔導計畫 • 113 年北區農村社區綠色照顧輔導計畫

第四節 現地輔導訪視

針對本年度受輔導綠色照顧社區 33 處安排專家學者現地輔導訪視至少 40 場，記錄訪視情形輔導綠色照顧社區改善並進行追縱。

另於綠色照顧社區提案、期中及期末等各階段進行關懷訪視，協助提醒社區執行進度並深入討論各社區執行過程中所遇之困境，陪伴社區共同思考策略進行解決方案，加強社區執行的信心，以利各社區順利推動綠色照顧計畫。

一、訪視執行機制

本計畫依據農村社區綠色照顧計畫內規範之作業程序，進行相關訪視輔導作業，訪視類型分為專家訪視及關懷訪視。

另為提高各階段輔導訪視作業及提升社區計畫提案之能力，除提供農村發展及水土保持署核定之「農村社區綠色照顧核銷作業」外，本計畫將輔導過程中於另行製作「農村社區綠色照顧計畫北區輔導手冊」提示各社區計畫期程、綠色照顧計畫四主軸執行內容重點注意事項及行政核銷作業等注意事項，以利社區在執行綠色照顧計畫過程中有更清楚的架構及時程規劃。

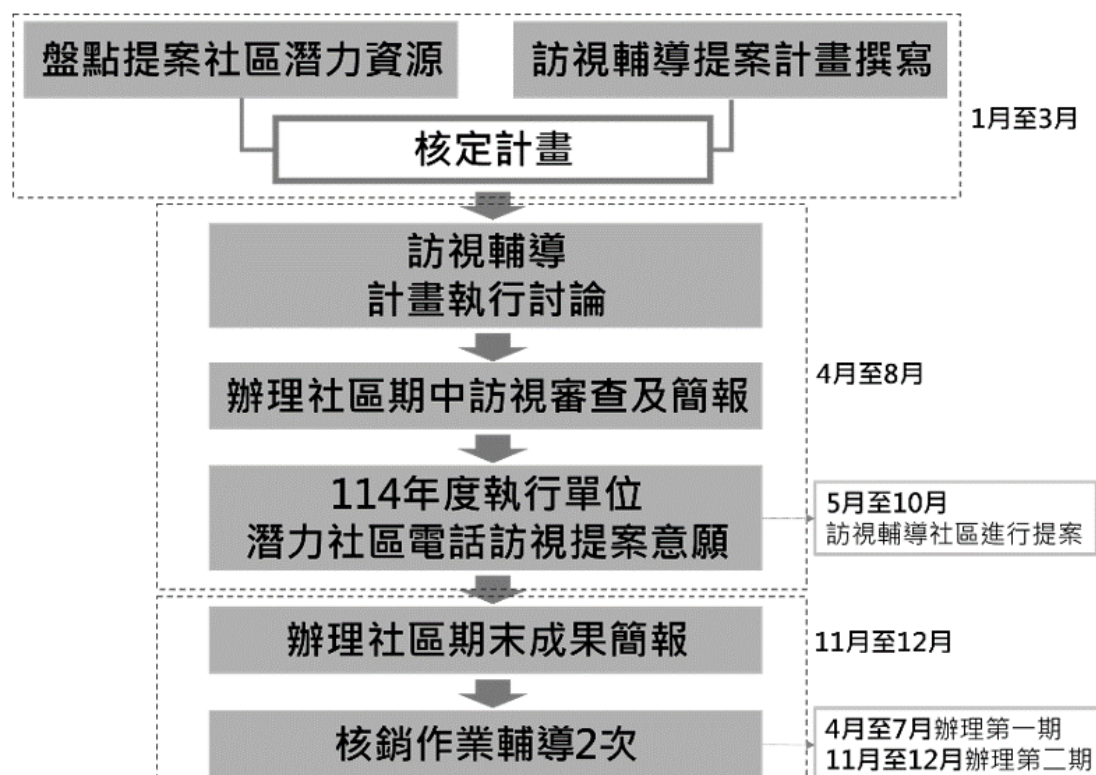


表 26 114 年度農村社區綠色照顧計畫關懷訪視執行機制說明

訪視類型	說明
關懷訪視	1.由本計畫至北區各綠色照顧社區進行訪視。就 114 年度社區執行綠色照顧計畫之各面向進行深入討論，並說明綠色照顧計畫提案與核銷等行政流程提醒社區計畫執行進度、期中期末簡報時程、相關活動時程。 2.於計畫初期透過與臺北分署工作會議、各區域亮點計畫及各縣市專管計畫相關資訊，盤點適合提報綠色照顧計畫之潛力社區，並初步進行電話訪視確認各社區提案意願後，協助有意願社區撰寫提案計畫書；確認初審名單後協助臺北分署辦理審查作業。於公告通過名單後協助通過社區進行計畫書修改，加速計畫核定時程訪。 3.計畫核定後持續以現地及電話或線上會議等方式緊密進行輔導作業，已確認各社區執行進度，於社區發生狀況時立即協助溝通應變措施。 4.期末階段持續協助社區參與綠照成果展、期末簡報及核銷作業。
專家訪視	本計畫安排綠色照顧領域相關專家或農村水保署臺北分署綠色照顧計畫審查委員至 114 年度之綠色照顧社區進行現地訪視，紀錄彙整訪視情形再與社區深入討論滾動式調整計畫執行內容或方式。

表 27 訪視專家學者團名單

姓名	現職	專長
方珍玲	國立臺北大學金融與合作經營學系教授	綠飲食、綠療育/食農教育推廣
沈瑞琳	臺灣園藝福祉協會副理事長	綠場域、綠療育/景觀設計、園藝治療
石佳蓉	石佳蓉高齡環境規劃設計有限公司主持人	綠場域/高齡環境設計
薛雲華	營養師	綠飲食/高齡飲食
吳佳儀	國立臺灣大學護理系教授	綠陪伴/高齡照顧、社區心理衛生
黃郁琇	國立宜蘭大學園藝學系兼任助理教授	綠療育/園藝療育、五感體驗、環境心理學、景觀療癒規劃設計
鄒君瑋	東海大學景觀學系助理教授	綠場域/植栽設計、景觀設計、景觀生態與環境管理、景觀工程與管理
傅智麟	農業部桃園區農業改良場/農業推廣科/副研究員	綠飲食/農業經營相關業務、地方料理相關業務開發、田媽媽、食農
吳婉苓	農業部桃園區農業改良場樹林分場助理研究員	綠療育/園藝療育、療育庭園植栽篩選及應用、高齡者食農教育
賴香芸	社團法人中華民國音樂輔助身心照顧專業協會理事長	綠療育/音樂治療介入高齡照顧、音樂照顧應用與培訓

二、訪視場次之執行

由團隊會同相關專家學者進行計畫執行階段的輔導訪視合計至少 40 場次，依據過往經驗每處社區至少進行 1 次訪視，期中階段以訪視進行則為執行第一年及第二年社區，本年度訪視 56 場次，規劃如下表。

表 28 北區綠色照顧計畫社區目前訪視場次彙整表

年度	訪視社區	專家及團隊訪視	期中現地訪視	合計
112 年度 社區	112-1 朝陽社區	4 月 8 日		1
	112-2 白米社區	4 月 7 日		1
	112-3 忠寮社區	3 月 19 日、4 月 14 日		2
	112-4 泉源社區	4 月 14 日		1
	112-5 三民社區	5 月 1 日		1
	112-6 溪口台社區	4 月 25 日		1
	112-7 高原社區	4 月 23 日		1
	112-8 水礫社區	2 月 7 日、4 月 17 日、 4 月 23 日、6 月 11 日		4
	112-9 海山社區	4 月 23 日、4 月 23 日、6 月 12 日		3
113 年度 社區	113-1 八斗社區	4 月 15 日	6 月 2 日	2
	113-2 津沙社區	3 月 26 日	5 月 28 日	2
	113-3 三水社區	4 月 22 日	6 月 12 日	2
	113-4 竹霄社區	4 月 22 日	6 月 2 日	2
	113-5 上瑞社區	4 月 17 日	6 月 5 日	2
	113-6 水源社區	4 月 23 日	6 月 5 日	2
114 年度 新提案 社區	114-1 頂埔社區	4 月 9 日	6 月 9 日	2
	114-2 港口社區	4 月 9 日、7 月 12 日	6 月 9 日	3
	114-3 大興社區	4 月 7 日	6 月 4 日	2
	114-4 港邊社區	4 月 7 日	6 月 4 日	2
	114-5 嶺腳社區	4 月 15 日	6 月 6 日	2
	114-6 碇祥社區	4 月 16 日	6 月 11 日	2
	114-7 友一社區	4 月 16 日	6 月 11 日	2
	114-8 新北社區	4 月 22 日	6 月 12 日	2
	114-9 永興社區	4 月 25 日	6 月 10 日	2
	114-10 坑子溪休農	4 月 22 日	6 月 10 日	2
114 年度 續提案 社區	114N-1 同樂社區	3 月 11 日、4 月 8 日	6 月 6 日	3
	114N-2 蓁巷社區	4 月 8 日、4 月 30 日、 6 月 12 日	6 月 6 日	4
	114N-3 結頭份社區	3 月 11 日、4 月 8 日	6 月 6 日	3
	114N-4 福成社區	4 月 9 日、4 月 30 日、 6 月 11 日	6 月 9 日	4
	114N-5 紫東社區	4 月 15 日	6 月 6 日	2
	114N-6 內柵社區	4 月 16 日、4 月 23 日、6 月 11 日	6 月 11 日	4
	114N-7 大墩山休農	4 月 17 日	6 月 12 日	2
	114N-8 橫山社區	4 月 25 日	6 月 10 日	2
總合計				71

三、訪視紀錄文件

依照農村發展及水土保持署最新發佈之實地輔導訪視表規劃內容，辦理專家學者實地輔導訪視時提供給專家學者們填寫，後續再由本計畫將專家學者們提供之輔導改善意見彙整後，提供北區農村綠色照顧社區進行改善及追蹤。團隊平日關懷訪視則參考前述訪視表內容規劃四面向及行政追蹤項目，紀錄訪視討論情況、社區執行進度及提醒相關行政作業內容，亦於訪視後提供給社區納入執行本年度綠色照顧計畫之參考。

表 29 114 年度執行第三年計畫之 112 年社區綠照計畫輔導概要

112 年度社區				
112-1 朝陽社區綠色照顧計畫提案內容與輔導說明				
執行時間	綠場域	綠飲食	綠療育	綠陪伴
114 年社區計畫核定內容	本年度未申請	1.共餐菜園：南澳農場溫室、社區活動中心附近小菜園 2.餐食規劃：供餐給參與課程的長輩、週二豆漿日 3.家鄉食譜開發：過程以拍攝影片方式計畫並剪輯為食譜開發成果影片。	1.音樂律動 2.藝術創作 3.加賀谷音樂療法 4.料理烘焙 5.健康保健 6.社區產業運作實務	1.聘用人員協助計畫執行
114 年 4 月專家學者輔導訪視建議	無	1.社區的長者平均年齡偏長，需考量種植的高度(可嘗試先用簡易的材料架高)，或準備椅子供長者坐著參與。 2.家鄉食譜可盤點在地有故事的料理，將傳統手藝傳承下去。	建議邀請活力較高的長者，以助教角色協助講師，或是協助共餐菜園的建置，增加新成員參與的意願。	無
112-2 白米社區綠色照顧計畫提案內容與輔導說明				
執行時間	綠場域	綠飲食	綠療育	綠陪伴
112 年社區計畫核定內容	本年度無申請	1. 共餐菜園種植 2. 以長者及弱勢人士為對象每周一至周五的供餐服務，預定服務人數 15 人，35 周，預估 2625 人次。	1.提供長者與雞的友善互動療癒及食農教育課程及實做體驗。 2.增強有機廚餘循環再利用的理念，並可以除與換青菜、雞蛋的正向增強效果	1.關懷訪視 2.聘用人員協助計畫執行
114 年 4 月專家學者訪視建議	無	如共餐有新增長者，直接接續增加名單，名單的序號不要更動。	綠療育課程除了食農教育，可加入一些相關藝術創作課程(例如：蛋殼拼貼)增加多樣性。	因社區今年為第三年，期中期末審查可透過圖像化或數據性的方式展現累積的成果、社區長者的改變等。

112-3 忠寮社區綠色照顧計畫提案內容與輔導說明				
執行時間	綠場域	綠飲食	綠療育	綠陪伴
112 年社區計畫核定內容	1. 高架斜坡式樣景觀菜園 2. 以砌石為意象裝置 3. 改善供餐廚房地坪及牆面	1. 本年度預計供餐 900 人次(每週三供應餐食，每次約 30 人份，預計供應 30 週)	1. 食農教育 2. 砌石手作 3. 健康保健 4. 養生療育：竹編 5. 文化課程：北管、詩作	1. 關懷訪視 2. 聘用人員協助計畫執行
114 年 3 月專家學者輔導訪視建議	本年度綠場域預計四月開工最慢在六月完工後將於新北農業局於社區舉辦之市集活動進行體驗操作，下次訪視將與桃改場討論細部植栽設計內容及分區規劃。	無	防災宣導課程以石砌方式社區地圖搭配社區內其他自然素材進行防災地圖操作，將邀請受訓過的社區內防災專員於課程內帶領，過程中將以攝影方式進行紀錄，下次訪視再與防災專員及綠照員討論操作細節。	1. 請社區綠照員及幹部彙整四面項計畫成果，包含社區長輩參與小故事、男性長輩參與提升情況、社區青年協助綠照計畫執行狀況及後續自主營運預計發展內容。 2. 建議可申請 115 年青年回留計畫
114 年 4 月專家學者輔導訪視建議	無	無	1 提高北管課程的時數、規劃固定時間練習，並應用音樂劇/歌仔戲的概念(吟唱+打擊演奏)，搭配在地節氣詩詞特色，創新展現。	1. 建議申請水保青年回流計畫，持續深耕社區
112-4 泉源社區綠色照顧計畫提案內容與輔導說明				
執行時間	綠場域	綠飲食	綠療育	綠陪伴
112 年社區計畫核定內容	1. 食農花園綠美化與硬體升級 2. 完善供餐廚房與志工工作環境	1. 供應社區長者供、共餐 900 人次(每週三、四供應午餐，預計 30 週)	1. 食農教育 2. 廢木再生工藝 3. 療癒花園營造 4. 長青打擊樂團創意打擊課程	1. 關懷訪視 2. 聘用人員協助計畫執行
114 年 3 月專家學者輔導訪視建議		1. 可食地景療癒花園，依不同季節詳細規劃合適種植的作物，以及思考後續維護管理的方式。	1. 建議綠療育課程將打擊音樂與食農教育(園藝手作)結合，增加課程豐富度，以及不同感官的刺激，也可安排打擊音樂班到無法來社區的長者家中表演。	
112-5 三民社區綠色照顧計畫提案內容與輔導說明				
執行時間	綠場域	綠飲食	綠療育	綠陪伴
112 年社區計畫核定內容	本年度未申請	1. 共餐菜園：種植季節蔬菜運用進供餐食材 2. 開發產出食譜一套，並拍攝成影片 1 部	1. 食農教育：綠竹筍及茶為主題 2. 料理烘焙：米食文化及傳統節慶 3. 農村巧藝 4. 健康促進	1. 關懷訪視：定點關懷、電話問安、到宅關懷 2. 聘用人員協助計畫事務 3. 與計畫相關雜支支出，如

		3.餐食規劃：每週三及週五送餐	5.課程前後將以量表分析成果	紙張、文具、志工便當等
114 年 5 月專家學者訪視建議	無	1.食譜可做月曆、日曆，更為生活化。 2.食譜如要進行可再結合小學生共創。	1.以特色歌曲，跟在地農村有關的歌曲，研發特色健康操，活化長輩血管。 2.活動產出作品可產出販售，走向自有品牌。 3.綠療育可開發筍棋等農產周邊產品	1 增加男性長輩參與：調查附近需求，如以桌游>麻將>轉換農產品概念的設計。
112-6 溪口台社區綠色照顧計畫提案內容與輔導說明				
執行時間	綠場域	綠飲食	綠療育	綠陪伴
112 年社區計畫核定內容	1.樂活菜園修繕、綠美化	1.共餐菜園-，給予獨居及弱勢預計 35 名長者外送餐食，以每週 3 次中午供餐，連續供餐 25 週。 2. 泰雅傳統特色作物研發，將聘請部落在地料理研發講師指導。	1.食農教育 9 堂 2.從產地到餐桌特色美食 8 堂 3.農村技藝文化 7 堂 4.植物手作 DIY6 堂	1.關懷訪視 2.聘用人員協助計畫事務
114 年 4 月專家學者訪視建議	無	香草植物可成特色	1.製作口簧琴對年紀大長輩略困難，難度高可協助，但對大腦功能好。 2.表演難度可提高。 3.口簧琴部分可考慮與平地高齡者結合操作活動。 4.販賣規劃可與長輩療育作品鏈結，可思考如何獲利	無
112-7 高原社區綠色照顧計畫提案內容與輔導說明				
執行時間	綠場域	綠飲食	綠療育	綠陪伴
112 年社區計畫核定內容	1.五行菜桌修繕、維護	1. 供餐服務 20 位，提供每週星期一至五中午之餐，預計 20 週， 2.客家料理創意食譜開發，並邀請講師授課	1.食農教育 2.手作療育 3.客庄巧藝及料理課 5.健康保健	1.關懷訪視 2.聘用人員協助計畫事務
113 年 4 月專家學者訪視建議	1.綠場域的高架種植箱，建議底層用較堅固的材質(鐵材)和利排水的結構(魚骨狀)，最後在外貼木板美化。	1.綠飲食特色餐點，建議調整拍攝角度增加立體感，配件用白色餐盤搭配客家花布，並用香草的點綴裝飾，增加食譜上畫面的精緻度。	1.建議和綠療育講師討論課程內容結合社區後續的應用(例如：將植物拓印/染布製作成餐墊。)	
112-8 水礫社區綠色照顧計畫提案內容與輔導說明				
執行時間	綠場域	綠飲食	綠療育	綠陪伴

112 年社區計畫核定內容	本年度未申請	1.共餐菜園-不彎腰菜園及生活種植區 2.共餐 3.開發節慶歲食飲食食譜，並影響紀錄 4. 建構綠飲食壯世代務農團隊組織社區 5.客家三草擴大運用、社區課程及產業衍生	1. 建構綠療育課程實作團隊 2.食農教育 4.健康保健	1.關懷訪視-結合照服人員將綠療育帶入家訪共同訪視 2.聘用人員協助計畫事務
114 年 4 月團隊輔導訪視建議	可結合社區內種植客家三草區域及活動中心，以農村好行概念進行場域規劃。	無	結合鄰近防災專員帶領長輩共同討論防災概念，並預計以竹編球體內置石頭(結合音樂療育)體驗，後續可應用為樂器。	無
114 年 4 月專家學者訪視建議	無	1.補充說明客家茶包、客家辦桌菜過去與今年的差異，以及延續運用的內容。	無	1.鼓勵社區人員自主考取照服員證照(協助服務社區和家人，降低醫療負擔)，目前有 33 位持照服員證照的人員分工進行訪視。 1.社區目前累積的成果相當豐富，故列為本年度參與十大綠照重點輔導社區，因十大綠照從初審資料呈現至複審現地簡報時間有限，建議用圖表的方式系統化呈現。
114 年 4 月團隊輔導十大綠照典範徵選準備事宜	【討論一：綠場域】 擬申請提結合綠照延伸之區域亮點工程-鎖定地點為 1.生產區菜園與農塘周邊竹東所-鄉所段 5、6、7、20、22、34 及 35 號；2.沿線之溝背段 1484 號。 未來將結合綠照長者生產、推展結合一級農作二級加工三級餐食，且可結合長者移動之聚落生活圈路徑與活動中心串聯。 【討論二：輔導討論十大綠照典範徵選準備事宜】 綜合討論要點： 1.水礫社區綠照推動執行將以”和長輩做朋友”、發展”客家三草”、”伴顆茶”產業模式帶動可思考。 2.水礫社區論述可由飲食出發，將老中青三代互助模式對應未來北埔鄉人口老化預估比例之主動作爲；過程特色感人故事、建構老化生產的團隊及延伸機緣推動促使大家共識，成就了 36 位照護員資格考認證取得的佳績。 3.善用客家三草與綠照四面項的整合一級原料二級加工三級餐食，初階做書面資料準備；帶送出後如通過進入第二階段現場評分再作動線重點與人員角色任務的分派演練。			
114 年 6 月團隊線上討論輔導紀錄	01.建議修改綠場域照片，分為室內跟戶外談+強化原本就有菜園，如何實施四季綠飲食搭配菜園的情況，可補充空拍-社區到菜園的距離跟關係性/距離。 02.客家三草園區(做啥事情)節慶飲食用->不彎腰菜園(體驗用)->這比較標準化的基本盤，需要將重點寫凸顯出來，看起來會很一般化的寫法，所以還是強調回來主軸為主客家三草-『紫蘇、艾草、魚腥草』，展開系列一連串的工作。			

	03.寫法上較沒有直覺性的對應到綠照長者健康有關係，這比較像是友善農耕，原有活動中心的廚房非考量高齡長者使用，因此增加『無防滑性/後續執行綠照計畫後』開始改善這個問題的差異點。 04.綠飲食—(1)重點要有數量/人次、(2)在地食材談"特色的種植食材"運用、(3)高齡營養改善情況、(4)高齡牙口料理情況、(5)關鍵『每天都有特色或兼顧營養的內容』再放菜單才有意義。 05.不用一再出現不彎腰菜園，這邊應聚焦關鍵在『每天都是社區生產的供餐食材來源....』或是『一周有幾天是社區自己生產的菜園提供』再找相關圖說可相佐證。 06.綠飲食-如肉丸的料理方式改良或軟化...非介紹菜本身，是食材運用比例以及料理方式調整的關鍵重點。 07.家鄉食譜*要破題 下標題*取代太多描述性的感性與理所當然地介紹的文字就刪除，放重點介紹與邏輯性，故事性安排可用於畫龍點睛：A.材料->研發料理->成果 或 B.種植->改良入菜->家鄉食譜，再搭配相輔佐的照片。 08.綠飲食-目前文字多為描述-如增進感情這類...，要精簡並具體佐證，如要談感性則要有故事面可以調為關鍵事件舉例，來支撐想談的效益。 09.零飢餓的故事可以補充，有用貼圖做個顏面遮蔽很好。 10.綠療育課程不用三生+文化為標題，應該是要用分類課程中，融入了哪些三生與文化，比如文化 X 竹藝健走杖，加上課程表要放就在加強呈現該系列主題與特色內容...而非單放課程規劃表。 11.綠陪伴的人數 112 年->113 年有所減少，故談聚焦資源於重點少數對象做深化，進行不同程度的關懷服務模式，目前針對不同的對象，如何做?誰來做?如何因應?(1)高風險的傷或病?(2)慢性病的 偶爾發生情況的關懷頻率(3)常態性的亞健康長輩的處理方式。 12.來自不同背景的專長以及不同的照服員培訓，圖餅圖表達尚不清楚，陪伴紀錄表的紀錄方式與項目為何?(累積的次數/效益/面)不單放紀錄表。 13.域合作企業面的部份，應該要凸顯向外推廣情況，跨北埔的那些社區?人次? 14.特色點加強凸顯『客家三草/組織怎做優化提升/企業合作/照服員取得證書很多/結合三生文化的綠療育課程亮點』需要花時間對照申請書要求的項目跟左證資料搭配起來唷!! 15.行政面-6/15(日)請社區提供修改版本給團隊，團隊也會修改與提供相關的補充圖面，校正再提給老師最修正預計 6/17(二)完稿、社區最晚於 6/18(三)需紙本寄出與上傳，完成報名作業。
--	---

112-9 海山社區綠色照顧計畫提案內容與輔導說明

執行時間	綠場域	綠飲食	綠療育	綠陪伴
112 年社區計畫核定內容	本年度未申請	1.菜園綠美化 2.共餐及送餐 3.食譜開發	1.食農教育 2.創意手作	1.關懷訪視 2.聘用人員 3.辦理健檢
114 年 4 月專家學者訪視建議	無	1.目前社區已有邀請長者一起種植「蒔草」，建議可嘗試分株透過盆栽復育，慢慢找回過去的在地特色。	1.如後續上課長者陸續增加，可邀請長者一起發想課程內容，並規劃多元主題空間，讓長者依能力分組分工，自主選擇課程互動學習。	1.如明年社區欲申請 1+N 續提案，建議開始連結附近社區，或邀約鄰近里民來參加課程。(目前社區有洽談內湖社區，該社區目前正在上農在培根計畫，新竹市府今年也會一起投入資源。) 2.建議社區參與十大綠照競賽，陸續整理三年的成果，以及長者改變的小故事。

114 年 4 月 團隊輔導十大綠照典範 徵選準備事宜	綜合討論要點： 1.建議以故事性的帶入增加情感共鳴，如海山社區起心動念始於關鍵的夥伴，進而從外地嫁來的執行長與夥伴為何投入開啟，在觀察到香山區之前既有福利社區化照顧網絡的缺口與覆蓋面不足，從而在關懷據點銜接到綠色照顧，長輩的咖啡加工連結是一個重要的具體展現變成重要關鍵論述核心。 2.思考社區真實面從綠照帶來的效益與改變、以及感人的故事等(應包含四個綠面相且不限於是否有透過計畫經費來做)，比如海山優勢在於長者照顧的凝聚力非常好；且可發揮特點貢獻所長、展現於綠飲食、綠療育的那些事情上面，需請社區提供這些脈絡以利爬梳亮點。 3.海山社區投入綠照的優勢地點多在室內空間，而反映出了戶外公共空間供長者安全適宜操作場域之不足的問題，卻也善用這珍貴的場域做許多長者參與的綠美化工作以及共餐菜園的合作打造，展現出了人物地的共創精神，社區如何經營也有相關數據量化的呈現，如面積、使用人次、生產量等。 4.特色點包含老中青三代協力，可能第一階段的故事引動投入長者服務、第二階段看到了香山區長者服務網絡的缺口與可結合興趣走向的咖啡，將咖啡的加工挑豆、聞香、拉花等等都可結合長者眼手鼻觸感；第三階段談到因此擴大創研嘗試新的相關周邊發展，包含烘焙、咖啡染、手工皂、回收輪胎的彩繪(微創循環農業)、以及運用到了室內外的環境布置、流體熊課程運用等等。第四階段從最開始的嘗試引動了長輩的喜歡再到變成商品研發，開啟了鹿仔坑品牌之路，目前凝聚了社區的地景產業與人文精神，也有鹿角蕨、藝文周邊、流體手工作品、咖啡等等。 5.建議可以統一海山 CI 運用浮世繪風格的色彩，對外盡可能統一簡報美編的公版與場域商品的呈現，另外社群網路紀錄非常詳細，或許在競賽階段也可挑選些「精彩回顧」播放素材與影片在線上與線下播出，讓夥伴看到能更具有向心力與共同競賽的凝聚性認同感。 6.目前大約是 60%戶外 30%室內與 10%共餐菜園的特色展現，符合專業還有可食地景的美學。 7.「綠療育」將歷年課程的漸變有相對靜態的首座也有肢體動態的韻律、挖到幾個興趣點的系列課程與多元化運用 「綠飲食」部分由在地供應(魚菜來源) 加上「綠陪伴」雅婷的專業證照(有哪些的投入也直些運用菜單營養的設計)。 8.可先整理資料四個面向各有 3 頁為原則的簡報第 1 頁-誰來上那些課?專業與證照者的協力投入；第 2 頁使用那些原理原則操作綠照說明圖文(也許是架構圖、關係人網絡或是心智圖)；第 3 頁長輩參與來做有專長、有投入、有青銀相照顧的執行情況(照片+影片+標題或字幕等)。 9.效益面亮點的盤點如長輩點數、發給紅包、高鐵包了商務廂出遊、許願追大甲媽的實現、食農課延伸出的多樣化禮盒得到外界採購支持(機關、企業、其他社區參訪)有了自主財源、蕭副總統頒金卓越獎等。 10.比賽的 slogan 一起集思廣益，可以是一個概念與共鳴，希望長輩在海山事可以向英國女王般奉獻與閃耀著燦爛的一生，打造讓長輩幸福的鹿角坑『心廣似「海」、身建如「山」』。
114 年 6 月 團隊線上討論輔導紀錄	01.組織分工，由組織組長帶領幾位組員的方式，目前這樣寫較保守，組織面推度機制要呈現的是如何激勵共識推動，或是獎勵的方式，如何精進各自能力、交流方式為何? 02.推動機制有很多，將海山有志工手冊的落實、質量兼備、平常如何訓練的?這些為加分項目，而太多描述背景的文字不放，請將組織圖跟前面一起修改更新。 03.綠場域的部分，可編寫說雖然沒有使用申請經費來做，但是我們自己自籌與募資，一起來搭配綠照計畫來施行，帶著長輩一起動手做完成與使用，採用不同的種植單元，可以搭配做供餐、活動與綠美化，其中空心磚彩繪的想法，包含整體景觀的提升。 04.有關活動中心室內高齡友善環境改善(1)塑造家的感覺，分一樓跟二樓營造、(2)提升高齡安全地板跟網球。 05.綠飲食-破題：海山--地中海飲食，供餐與送餐人數請再標示清楚，先談數量 /對象/頻率/投入面積...等，地中海設計的理念->內容食材設計與取得來源有哪些?->在地食材的營養組成->特色的料理因應牙口 或有所不同做法->創意料理與小故事，並逐一給照片對照，後面再寫感人故事。 06.照片這是食譜後的呈現，非食譜，需要修改調整(1)食譜的規劃也許是 12 個餐盒對應 12 個月、(2)食譜的研發-搭配綠療育課程、(3)食譜的設計-美編與海山的精神。 06.共餐/送餐項目，其的執行方式特色性，需要具體的寫加上系統描述，如食材優先幾%由

	自己生產供應、其次搭配份量與營養搭配是以零剩食為目標，而每次菜單搭配營養師的指導與不同季節的每周志工有定期訓練與運用。 07.擴大送餐項目要將目前情況重點呈現(1)填補過去香山地區需求與供應服務網絡的不足，藉由這件事情要去強化，讓零飢餓的關鍵支持有其必要與成效，覆蓋到過去沒辦法協助的對象與角落。(2)如何透過這件事情發現對象或被加入你們的照顧網絡之中。 08.食譜設計與相關照片需更換。 09.綠療育的寫法(1)採量化、系統化的內容先放、(2)再對應佐證的照片跟資料也許是連結網站...、(3)有必要再放小故事(不宜太多小故事)。 10.因應長者需求的"調整"項目，應修改為(1)如何調整、調整項目、調整情況精進的描述。(2)從高齡者出發，多元課程對應到綠場域、綠飲食、綠陪伴的規劃結合設計。(3)再用加值說明補加分。 11.對高齡者進行不同程度的關懷，可加附註綠照以及(括號)其他相關計畫的數量，強化訪視對象作為效益談(1)讓常缺課的長輩可以來增加參與、(2)不太出門的對象獲得照顧網絡。 12.綠陪伴綠照員依序填寫為宜(1)綠照員是誰?(2)平常做啥?(3)特殊協助(4)進修證書對於綠照計畫與課程的經營。 13.綠照服務向外推廣效益項目，以延伸影響別的社區、見學綠照來海山，或是跟不同單位和合作(醫療院所/大專校院/企業)。 14.計畫永續性依序填寫為宜(1)綠照員的人力精進永續(2)在地耕耘網絡永續 大旗艦與擴大合作(3)財務永續、海山產業/產品永續與販售金流回饋。 15.未來精進努力方向項目可這樣寫：(1)執行長與綠照員嫁過來後看到的問題與背景，起心動念發展到發展社區產業跟咖啡。(2)綠照計畫投入後咖啡產業與配套餐食糕點也隨之發展研發。(3)因此增加長者願意自主出面-未來加強自籌財源的方式包含『商品』與『服務』可以善用新的財源，讓長者可以一起去旅遊/環島/追媽祖都搭商務廂，這種願望的實踐就是海山綠照想達成的願景與核心精神-『心廣似海·身健如山』。 16.行政面-6/15(日)請社區提供修改版本給團隊，團隊也會修改與提供相關的補充圖面，校正再提給老師最修正預計 6/17(二)完稿、社區最晚於 6/18(三)需紙本寄出與上傳，完成報名作業。
--	--

表 30 114 年度執行第二年計畫之 113 年社區綠照計畫輔導概要

113 年度社區				
113-1 八斗社區綠色照顧計畫提案內容與輔導說明				
執行時間	綠場域	綠飲食	綠療育	綠陪伴
113 年社區計畫核定內容	本年度未申請	1.共、供餐(每週二、四提供午餐，每次約 25 人，全年預計 1400 人次) 2.水產食譜	1.食農教育 2.魚網編織 3.韻動舞蹈 4.健康保健	1.關懷訪視 2.聘用人員協助計畫事務
114 年 4 月專家學者輔導訪視建議	本年度未申請	1.家鄉食譜：社區媽媽在製作拿手菜時，可訪問這道菜喚起過去的故事記錄，也可搭配綠療育課程，將故事延伸創作進行回憶治療。另可嘗試將傳統料理方式和西式創新料理共同呈現，藉以達到傳承社區料理技藝的效益。	1.食農教育課程，除了食材應用，建議新增過去捕撈漁產的技藝和故事，吸引一些男性長者參與。 2.將食譜故事影像紀錄上傳社區媒體，經營社區品牌。 3.課程建議依主題命名名稱，突顯課程的脈絡性和主軸特色。 4.邀請長者擔任課程小組長、助教，進而培力為內聘講師。	訪視時可攜帶簡易運動道具或課程材料包，讓居家的亞健康長者嘗試體驗，然後慢慢邀請他們走出家門來社區參與。
113-2 津沙社區綠色照顧計畫提案內容與輔導說明				
執行時間	綠場域	綠飲食	綠療育	綠陪伴
113 年社區計畫核定內容	本年度無申請	1.共餐菜園 2.供共餐預計 540 人次(預計每週五供餐，花費 36 週，每次供餐 15 位) 3.購置分隔式有蓋環保餐盒 15 個	1.食農教育 2.療育手作 3.全食物運用	1.關懷訪視 2.聘用人員協助計畫事務 3.與計畫相關雜支支出，如紙張、文具、保險費等
114 年 4 月專家學者訪視建議	無	1.建立綠飲食計算方式，以紀錄共餐菜園供餐的食材量，和需另外採購的食材費，以評估後續合適的種植類別與產量。 2.依氣候特性，盤點規劃共餐菜園不同季節合適種植的種類。 3.可和社區農民合作提供菜苗種植，收成食材作為共餐食材。 4.共餐菜色，可思考如何發展在地特色餐食，以及搭配在地衛生所/醫院的營養師，開發合適長者牙口和營養均衡的餐食。	1.香草手工皂眾多社區發展，可結合在地特色/海廢議題發展特色產品。例如：浮標、海龜造型的手工皂。 2.思考結合馬祖季節合適種植的香草與百香果，如何發展為在地特色餐食。 3.食農教育精神為從產地到餐桌，建議可邀請綠療育講師到共餐菜園一起發想課程內容，後續上課時也可邀請長者一起參與。 4.綠療育講師建議多為內聘講師，希望多	1.訪視時盡量盡快完成紀錄表單，不要累積太多再整理。 2.綠陪伴的訪視長者名單，不可和參與綠療育課程的名單重複。

		5.標示共餐菜園的基地位置，以及與社協的距離。距離太遠種植低維管的農作，距離近的邀請長者共同參與，同時可計算步行過去對於長者的健康的效益。 6.評估共餐菜園使用碎石鋪面的安全性。	挖掘在地的專業者，或是培力在地人才，後續轉為內聘講師。 5.綠療育竹編材料盡量採購在地產製，或是課程設計搭配過去竹編相關文化的老照片，進行懷舊治療。 6.建議調整「紙黏土手作」課程名稱，命名扣合課程規劃的回憶漁村生活的創作	
113-3 三水社區綠色照顧計畫提案內容與輔導說明				
執行時間	綠場域	綠飲食	綠療育	綠陪伴
113 年社區計畫核定內容	1. 不彎腰「可移動式」菜園	1.共餐菜園 2.送餐：提供送餐人數 10 人，供應每日午餐，共計約 87 天 3. 家鄉食譜設計與在地料理開發	1. 農村竹文化傳習 2. 在地家常料理與烘焙 3. 食農教育課程	1.關懷訪視 2.聘用人員協助計畫事務
114 年 3 月專家學者輔導訪視建議	1.植栽種苗不一定要採購，可以帶著長者挑選、孵育去年的種子 2.可向農改場申請培養土資源，以及請教合適種植的植栽。	無	1.綠療育部分課程可以帶長者於戶外棚架下進行。	1.綠照計畫主要為鉦翰執行長規劃，但他當日有事無法出席，建議綠照員需要再更了解綠照計畫的執行細節，多和團隊討論。
113-4 竹霄社區綠色照顧計畫提案內容與輔導說明				
執行時間	綠場域	綠飲食	綠療育	綠陪伴
113 年社區計畫核定內容	共餐菜園環境優化	1.共餐菜園種植 2. 每週約 66 位供餐人數(每週三)，年度預計共 2970 位	1.食農教育 2.農村巧藝 3.客家律動 4.園藝療育-香草植物手作 5.在地人文生態認識	1.關懷訪視 2.聘用人員協助計畫事務
114 年 4 月專家學者訪視建議	1.綠場域建議於入口區規劃緩衝區、設置兩處水槽簡單清洗、多處澆灌水源利於後續澆水。 2.思考種植香草的時機(9 月天氣熱)，以及無障礙坡道的必要性。可先針對大部分的亞健康長者需求來規劃綠場域。 3.建議於社區放置綠色照顧計畫布條，並設置綠照作品展示區，呈現累積的成果。	1.建議餐點留樣至少 300 克，冰箱存放 48 小時。 2.調味料請標示開封日期，並留意食材盡量不落地存放。	1.建議綠療育月桃香包的香氣，運用在地植物自然香氣(如：馬蜂橙、綠場域種植的香草)取代外部採購的精油。 2.建議持續深化「馬蜂橙」應用成為社區特色，如新增「月桃」需先盤點與在地相關的人文歷史，以增加連結性。 3.綠療育「在地人文踏查」課程，留意天氣酷熱和安全性，以	無

			及思考課程中可以產出的成果。	
113-5 上瑞社區綠色照顧計畫提案內容與輔導說明				
執行時間	綠場域	綠飲食	綠療育	綠陪伴
112 年社區計畫核定內容	本年度未申請	1.共餐/送餐人數預計約 50 人：3 月~11 月每週提供一天週六午餐，共計約 25 週。	1.食農教育 2.音樂療育 3.農村技藝 4.植物手作 DIY6 堂	1.關懷訪視 2.聘用人員協助計畫事務
114 年 4 月專家學者訪視建議	無	1.因後續會請營養師評估共餐餐單，請社區先規劃一個月的菜單設計上傳雲端。	1.補充標示綠療育課程的子分類名稱，呈現規劃的系列性。 2.食農教育課程，需補充說明選擇「檸檬」與在地的連結，以及課程設計與長者的互動方式。另原規劃的柑橘建議一併納入考量是否於課程中一起討論。 3.與長者共創的社區標示與地圖，建議調整命名(例如：安居地圖)。 4.請社區拍照記錄新廚房整理前、後的狀況。 5.嘗試在上課附近空地種植少量檸檬，或讓長者種植檸檬盆栽，讓長者慢慢熟悉此農作，創造講師與講者雙方互動。	1.訪視當天廟旁之全齡文教發展協會(經營在地巷弄長照站)人員在旁與社區人員叫囂挑釁和側錄影像干擾討論，態度不太友善，請社區後續與地方單位建立良善溝通互動管道，避免影響本計畫原應為社區高齡者帶入之效益。 2.建議社區後續執行計畫時，皆須全程拍照錄影以留存紀錄。
113-6 水源社區綠色照顧計畫提案內容與輔導說明				
執行時間	綠場域	綠飲食	綠療育	綠陪伴
113 年社區計畫核定內容	本年度未申請	1.共餐菜園 2.供餐：預計週一、三供應午餐，每次供餐預計 65 人，全年預計約 4615 人次。 3.開發 4 道食譜並聘請專家授課	1.食農教育結合田園種植 2.運動保健 3.田園&環境生態油畫課程 4.匹克球運動 5.音樂療育 6.料理烘焙 7.食物營養 8.社區環境生態與田園踏查課程	1.關懷訪視 2.聘用人員協助計畫事務
114 年 4 月專家學者訪視建議	無	1.建議盤點與在地文化相關的植栽，讓長者在種植中，提升長者的身與心(回憶/懷舊)。	1.建議調整綠療育課程名稱和補充內容，以及新增後續的課程規劃內容，呈現社區的特色主軸。	無

			2.期中/期末報告時，多展現執行的細節，以及過程中長者的改變。 3.建議於社區規劃綠照成果展示區，展現長者的繪畫作品。	
--	--	--	--	--

表 31 114 年度執行第一年計畫之 114 年新提案社區綠照計畫輔導概要

114 年度新提案社區				
114-1 頂埔社區綠色照顧計畫提案內容與輔導說明				
執行時間	綠場域	綠飲食	綠療育	綠陪伴
114 年社區計畫核定內容	本年度未申請	本年度未申請	1.製香工藝手作 2.農產創意料理 3.食農教育	1.關懷訪視 2.聘用人員協助計畫事務
114 年 4 月專家學者輔導訪視建議	無	無	1.課程可多先多方規劃，不專注研發 2.飲食部分可讓長輩接觸更多知識 3.食農教育可先連結宜大資源，或外聘講師可佔大部分	1.訪視頻率建議每人 1 個月 2 次。 2.需再確認綠照員人選，可先規劃或試著找志工
114-2 港口社區綠色照顧計畫提案內容與輔導說明				
執行時間	綠場域	綠飲食	綠療育	綠陪伴
114 年社區計畫核定內容	本年度未申請	本年度未申請	1.手作體驗 2.園藝療育 2.食農教育 3.健康運動	1.關懷訪視 2.聘用人員協助計畫事務
114 年 4 月專家學者訪視建議	無	無	1.綠療育課程預計施作之植栽立式花園所需時間及預計成果，再重行規劃個課程分配內容。 2.課程上名稱無法判斷內容，例：粉彩繪畫要做甚麼 3.應用再生計畫內之資源結合進課程特色，以與過去區隔 4.內外聘講師比例可再討論調整，是否降低內聘，提升外聘	無
114 年 7 月團隊輔導訪視訪視建議	無	無	1.課程內容規劃為 3 類，建議可考量長者課程反應綜合操作實施內容，如食農教育課程，可先進行大肢體活動熱身破冰後再進行主要課程內容。 2.本次確認課程內容	無

			將研發牽毘健身操並於9/20於北區進行成果發表，亦可考量平均分佈於每次課程練習 2-3 動作，避免集中練習會使長者太累。	
114-3 大興社區綠色照顧計畫提案內容與輔導說明				
執行時間	綠場域	綠飲食	綠療育	綠陪伴
114 年社區計畫核定內容	本年度未申請	1.共餐菜園 2.共餐 3.家鄉食譜設計與在地料理開發，並將食譜電子化	1.食農教育 2.社區導覽解說課程 3.手作課程 4.醬菜製作 5.米食烹調 6.銀髮養生操	1.關懷訪視 2.聘用人員協助計畫事務
114 年 4 月專家學者輔導訪視建議	本年度無申請	1.盤點社區中值得保存的古早味(如醬瓜、菜脯、粿等)，並培育在地達人成為內聘講師，未來再回饋帶領居民參與。 2.家鄉食譜的製作不需急於第一年完成十道菜，可先以五道為目標，影片紀錄則可朝精緻化方向製作，並同步盤點、整理料理背後的故事。 3.菜園除種植適合在地的農作物外，也可試種未來預計開發為特色料理的食材，或朝蔬菜花園、可食地景的方向規劃。 3.綠飲食的共餐食譜，團隊將會給營養師評估。	1.綠療育食農教育課程建議部分課程移地至菜園進行，並與講師討論適合的教學方式，如設置高架菜園以友善長者參與，或運用附近工廠的廢材(如輪胎、鐵桶等)進行再利用，讓提早來社區的長者可一起參與。 2.繪製共餐菜園的位置圖，並標示其與活動中心之間的距離。	無
114-4 港邊社區綠色照顧計畫提案內容與輔導說明				
執行時間	綠場域	綠飲食	綠療育	綠陪伴
114 年社區計畫核定內容	本年度未申請	本年度未申請	1.園藝種植 2.農村元素創作 3.食農教育 4.樂活律動	1.關懷訪視 2.聘用人員協助計畫事務
114 年 4 月專家學者訪視建議	無	無	1.綠療育講師領據一場次要簽領一張，若單位講師單月累計超過一萬元，需用匯款的方式給付。 2.建議社區找在地達人或有傳統技藝的耆老，培力為內聘講師，	1.訪視時除了理事長和綠照員，可邀請幾位熱情的社區志工一起前往，讓同齡長者邀約在家的長者一起來社區參與課程。 2.重新梳理計畫書

			朝在地安老、在地生活目標前進。	的年度目標和實施方法的連結度。 3.建議挖掘在地特色,或是思考想發展的主軸,累積社區特色亮點。
114-5 嶺腳社區綠色照顧計畫提案內容與輔導說明				
執行時間	綠場域	綠飲食	綠療育	綠陪伴
114 年社區計畫核定內容	本年度未申請	1.共餐菜園 2 處 2.供餐：每週三、四供應午餐，每次供應餐食 45 人份，其中行動不便之高齡者 10 人由志工送餐到家，預計供應 3600 人次	本年度未申請	1.關懷訪視 2.聘用人員協助計畫事務 3.針對高齡者參加供餐及志工從事服務工作期間產生之風險，投保公共險意外險。
114 年 4 月專家學者訪視建議	1.如明年(第二年)預計提新的面向，「綠場域」需取得至少 8 年的土地同意書	1.副菜的種類為主菜種類乘以兩到三倍輪替變化(例如：主菜 3 種輪替，副菜需要 6~9 種輪替)，讓長者有多樣化的餐食。 2.除了肉類和雞蛋，可透過蔬菜類提高植物性蛋白質。 3.請社區計算共餐的食材，從菜園和從外採購的比例。 4.七月會進行期中核銷，屆時需提供最新版的共餐名單，並提供採購食材單據。	1.「綠療育」需規劃至少食農教育 18 小時，課程也可搭配綠場域的建置。	目前社區在戶外烹飪共餐，綠照計畫無法補助室內設施建設，建議可向區公所或社會局申請相關經費。
114-6 碇祥社區綠色照顧計畫提案內容與輔導說明				
執行時間	綠場域	綠飲食	綠療育	綠陪伴
114 年社區計畫核定內容	本年度未申請	1.共餐菜園 2.供餐：每週四、五供應午餐，預計供應餐食 50 人份、28 週，供餐 2800 人次	1.食農教育 2.長者運動 3.社區特色	本年度無申請
114 年 4 月專家學者訪視建議	無	1.進廚房有兩個階梯，留意廚房志工進出的安全性。 2.建議廚房烹飪志工戴口罩避免吸油煙。 3.廚具設備分類整理，建議找專業的規劃人員，設計整體動線。 4.冰箱標示食材的日期，新增冰箱溫度計確保溫度。	1.補充食農課程和社區的串連性(例如：在地農作、懷舊料理等)，或料理結合多樣營養(例如：加入天然色素發展五行綠豆糕)。 2.建議調整課程日期，因 7 月將進行期中訪視需要階段性成果，而年底要整理核銷和準備成果展。	無

		5.供餐場所建議於洗手台前貼衛生局正確洗手五步驟進行人員宣導。 6.食材存放盡量不落地，米袋建議放在塑膠盒儲放，確保食品安全。 7.廚房建議新增紗窗或門，減少蚊蟲進入。牆壁上的電扇需定期清潔，以免灰塵落入餐點。 8.共餐餐食需留樣至少 48 小時、至少 300g，用密閉的餐盒/每樣菜分開，標示日期，以追溯食品的安全性。 9.如白飯有加紫米或地瓜共煮，可標示出來顯示營養。		
114-7 友一社區綠色照顧計畫提案內容與輔導說明				
執行時間	綠場域	綠飲食	綠療育	綠陪伴
114 年社區計畫核定內容	本年度未申請	1.共餐菜園 2.供餐：預計每週三、四、五供應餐食，提供 30 位高齡者供餐，總計 3600 人次。	本年度未申請	1.關懷訪視 2.聘用人員協助計畫事務 3.行政雜支支出
114 年 4 月專家學者訪視建議	無	1.標示食材的日期，新增冰箱溫度計。備料時生食和熟食分開。鍋碗瓢盆使用前先用清水清洗。調味品依製造日期置於陳架分類放置。 2.洗手台前貼衛生局正確洗手五步驟進行人員宣導。 3.廚房門經常性關起來，減少蚊蟲進入，另考量安全性，建議瓦斯管線不要落地。 4.切菜時如有社區人員小受傷，傷口包紮後需要再戴手套。 5.餐食需留樣至少 48 小時、主食及配菜合計至少 300g，用密閉的餐盒/每樣菜分開，	1.明年如欲申請綠療育，共餐可鼓勵長者來社區用餐，慢慢凝聚社區情感。	

		標示日期，以追溯食品的安全性。 6.每月規劃的餐單，蔬菜類建議不要標示詳細菜名(改寫季節食蔬)，較能依產量彈性調整。 7.菜單上標示每道菜 1-3 種主要的食材，讓社區長者瞭解營養來源。		
114-8 新北社區綠色照顧計畫提案內容與輔導說明				
執行時間	綠場域	綠飲食	綠療育	綠陪伴
114 年社區計畫核定內容	本年度未申請	1.共餐菜園 2.供餐:預計每週 2 天(週三、週四)，每次共餐/供餐，預計約 25 人，總共餐/供餐人次預計約 2,000 人次	1.食農教育 2.自然手作療癒課程	1.關懷訪視 2.聘用人員協助計畫事務
114 年 4 月專家學者訪視建議	本年度未申請	無	1.課程需思考規劃順序，從種植認識、採集、到開發應用等，並依分類調整課程名稱以看出脈絡性。 2.若要以月桃發展為特色亮點，初期先採購材料嘗試開發，接著採集在地月桃、邀請居民於閒置農田種植，成為在地產業。但提醒社區還是要盤點月桃與在地的連結性，以及過程中對長者的改變與影響，回應計畫初衷照顧在地長者。 3.植物拓印需考量使用工具(用槌子敲印適合於室外，室內則建議用石頭滾拓)，建議過程中不要使用化學藥劑。 4.綠療育每週至少要 6 小時，無提供講師費的課程，也需要寫在課程表上。	無
114-9 永興社區綠色照顧計畫提案內容與輔導說明				
執行時間	綠場域	綠飲食	綠療育	綠陪伴
114 年社區計畫核定內容	本年度未申請	1. 共餐菜園 2.供餐：擴大能量直送關懷餐至鄰近社	1.食農教育 2. 手作農作物圖畫課程	本年度未申請

		區，包括秀湖村、五龍村等。預計每週供應 2 天午餐(週三、週五)，全年度供餐人數預計 3,105 人次	3. 肌力訓練、樂器組合體驗課程 4. 黏土療育課程 5. 米食烘焙 DIY 課程 6. 有氧健康操、看影片 等綠療育活動(不請領講師費)	
114 年 4 月專家學者訪視建議	無	1.菜園供應夠的話，可調配一下當令蔬菜採收時間互相交錯。 2.菜單提供營養師評估	1.固定節奏外可加一點變化敲奏(太鼓) 2.鏡像教學可增加大腦活化—鏡像神經元 3.引導者可帶長輩吟唱 4.可結合客家歌曲的部分表演曲目 5.黏土課程內容寫出每堂課操作實際內容。 6.菜園較多，建議規劃於課程內，由志工帶領到場域認識瓜果，到後續加工。	無
114-10 坑子溪休閒農業區綠色照顧計畫提案內容與輔導說明				
執行時間	綠場域	綠飲食	綠療育	綠陪伴
114 年社區計畫核定內容	本年度未申請	1.供餐：每週三天，分別為週一週四週五，讓周邊長者步行至活動中心；外社社區距離稍遠，會請計時的工作人員(由社區青壯世代)送至外社活動中心	本年度無申請	本年度無申請
114 年 4 月專家學者訪視建議	無	1.建議餐點留樣至少 300 克，冰箱存放 48 小時。 2.餐點可新增多纖維的食材，因在地長者多持續農作，建議適當維持鹽分補充。 3.請社區盡量邀請長者在遊客中心用餐(不要帶回家吃)，促進互動情感交流，以為明年度申請綠療育課程的暖身。 4.廚房調味料擺放需再整理確保食品安全，冰箱設置溫度計確保維持 7 度以下。	無	1.請休區和社區協調計畫的分工，並建議先找合適的綠照員，以利明年度計畫推動。

表 32 前期屆滿於 114 年度執行第一年計畫續提案之社區綠照計畫輔導概要

114 年度續提案社區				
114N-同樂社區綠色照顧計畫提案內容與輔導說明				
執行時間	綠場域	綠飲食	綠療育	綠陪伴
114 年社區計畫核定內容	本年度未申請	1.共餐菜園 2.共餐及外送鄰近社區餐食預計 25 人，提供週一~週五的營養午餐。	1.食農教育 2.中草藥及植物 3.園藝輔療 4.手作工藝 5.健康運動 6.農耕體驗	1.關懷訪視 2.聘用人員協助計畫事務
114 年 4 月專家學者輔導訪視建議	無	無	1.綠療育課程與去年重覆性太高，建議延續社區特色(例如：紅心芭樂)深化內容，凸顯社區特色。	2.綠陪伴訪視部分，核定計畫書內之訪視次數與目前規劃之訪視機制所計算並不相符，請社區重新規劃訪視機制安排以符合核定計畫書內之人次。
114N-2 蓁巷社區綠色照顧計畫提案內容與輔導說明				
執行時間	綠場域	綠飲食	綠療育	綠陪伴
114 年社區計畫核定內容	本年度未申請	1.共餐菜園 2.供餐：4 月 2 日起至 11 月 30 日週一至週五提供午餐，全年 170 天。 共服務四個社區：蓁巷社區、尚德社區、內城社區、深溝社區。	1.食農教育 2.香草藥草 3.飲食烹飪 4.手工編織 5.農村技藝 6.有氧運動 7.樂活律動	1.關懷訪視 2.聘用人員協助計畫事務
114 年 4 月專家學者訪視建議	無	無	1.綠療育課程規劃可以思考延續應用的可能性(例如：烹飪、香草延伸至食療)，或是和講師進行更細緻的討論(例如：與律動講師討論預防失智議題。) 2.建議可規劃木工類課程，或是課程安排到活動中心外場域，吸引新居民、男性成員參與。	1.訪視紀錄表可再另外記錄長者的個別狀況，讓輪班訪視的人員可以了解上次訪視的狀況。
114 年 4 月團隊輔導十大綠照典範徵選準備事宜	綜合討論要點： 1.蓁巷社區於上屆已有參加過但本次比賽規定與評分項目不同；轉換為農村水保署的徵選機制，對於差異點之討論與加分項目的交流，盤算後社區較有勝算的可能是：(1)強調合作多樣化、多面向廣域的執行，連結化跨域作單位包含產官學(休場與醫療院所)。(2)擴展送餐至外部鄰近需求，增幅照顧網絡、志工組織動員面很強大包含 sop 制度化分工與緊急通報，成為重要的關鍵基層力量。(3)如進入第二階段現場實地勘查，應展現綠照志工與長者為主角與主動的接待能量，幹部反而為輔助活動中心展示為綠場域彩繪與手工的布置，由長者的集體創作方式)。			

	2.建議搭配大地圖以社區活動中心為核心、展現包含哪些地點有哪些活動與人、供送取餐的服務範圍半徑距離、周邊步行可及距離，以重要活動導入、串聯沿路的那些點成就長者戶外健康投入。 3.綠照專車 rearcar 的推動背後的機制、公益性、服務與串聯(也可用不同年度不同顏色展現服務的軌跡)。 4.綠療育課程和大學一起開發食農課程走到長者加入以及邁向社會服務(擴大供送餐/食材暖暖包/家訪問安);展現過程中有不斷嘗試長者出偏好,慢慢做出滾動式調整;綠飲食家鄉食譜的在地特色食材芋頭入菜等特點。 5.相關項目請社區構思一下回憶是否有對應過去操作過程中有感人的故事,建議收集 1-2 則因綠照計畫帶來的長者良性轉變,從整體的論述、架構、量化數據與質化故事。 6.盤點 111 年至今的變化,第一層是主要綠照核心工作(比如蚊仔烟草)、第二層是綠照相關投入(比如轉型消藥草園區有哪些種植);第三層是間接帶來的效益(吸引過去沒想過的外部資源投入與關注)。 7.效益與永續性項目或許是社區可大大加分之處,包含:(1)綠陪伴提供特別服務/福利、志工排班、sop 機制-發現自我放棄的長者救回、發現獨居長者健康情況通報與陪伴。(2)1-2 則小故事的舉例,由訪視送餐過程擴展至生活其他照顧面-家居燈泡更換等。(3)永續面的 1 組組織分工共識、2 發為架構式任務編組的落實、3 再到跨域合作(企業/學校/醫療院所/機關/NGO 等民間力量與其他可能性)、4 發展產業與自主財務的作為、5 環境共好的人與地方關係、低碳社區。(4)延伸項目中可思考有無在地企業 ESG 的加分事件。(5)最後一周再檢視有無缺少或補拍一些可用的素材照片。 8.請社區思考執行綠照計畫後最有成就感的事情:如關懷訪視陪伴的 SOP 建構、綠陪伴服務志工團隊的建立(分組分工網絡/送餐/做餐/帶動/手藝/許多長輩的角色及幹部樂在其中),高齡達 90 多歲長者有 10 多位都能接受到綠色照顧等非常驕傲的事。
114 年 6 月團隊線上討論輔導紀錄	01.組織分工可以更感到更多組員參與...等幾員,人數再補充一下,在精準強化場域的部分修改文字。 02.投入志工上,男性比較少,這部分數字要有所對應到前頭組織人數一致性;組織分工以具體為主,不要用描述感性或是概念的書寫方式,且太原則性的方式這會變成每個社區都是一樣情況,會不容易拿分。 03.推動機制要加強及調整寫法,如分工內容的特點/如何機制策動強制性/如何增加激勵志工凝聚方法(如群組聯繫)等。 04.綠場域是社區的強項目前(1)112 年跟 113 年目前寫法區隔不大、(2)調整寫法直接將"綠場域名稱"寫出來 112 年做基礎分區使用與種植單元,帶動大家凝聚來做、113 年來做優化高架菜園設施與鋪面水圳改善。 05.環境教育應改為為長者文化或長者體驗連結性,不要失焦,建議高齡健康優先->農耕體驗/食農教育/鄉土作物文化的傳承這樣鋪排 06.湧泉工程照片換到後面去放、談綠場域(1)平面友善鋪設不泥濘及(2)高架花台包含安全面的解決;水池綠美化非高齡友善應移除,後面前後改善呈現很好,但改善前照片需要換過。 07.供餐執行說明內容目前圖文要相符,沒有對到題目,如何運用特色開發作相關料理與周邊運用如:(1)芋頭、(2)香料草。家鄉食譜項目盡可能補至少 2 道的照片,不要空著。 08.供送餐的執行方式,採數據計算方式,可能多少加總比較清楚最後數據的意義。 09.運用三生一文化規劃綠療育的內容項目,這邊直接談我們社區自己做的食農教育的內容、香草課程有哪些?合作項目為何?不用在放一般性食農政策說法,也不用放原則性的說明,具特色如『田根草編織』是作為『綠照專車的屋頂』之類可加強。 10.綠療育課程因應需求調整,從 111 年開始 112 年慢慢調整,如帶到戶外體驗課程,如調整改進的項目依照偏好修正未來課程的執行具體有哪些舉例。 11.多元課程與供餐之間規劃與結合設計,一些寫看得出慕巷社區具體的課程連結的方式與項目就好。 12.針對高齡者狀態進行不同程度的關懷服務模式及成效項目,目前寫潛力危險較高的(如何判斷或是醫療院所的造冊),也談到亞健康者名單又是?定義清楚後談到機制-->關懷模式,如電訪問安/家訪/廟埕前照片-->千萬要補充。

	13.綠照員應強化的特性與執行、培訓或個人進修，有些可補充不同表單的內容貼上，王小花綠照員頁面要改掉。 14.加分項目如高齡者的正面影響，從『心理/生理』用描述的補充，情緒優化、肢體優化、或長者走出來參與社區的舉例，『綠照專車可改放綠陪伴』。 15.綠色照顧服務模式向外推廣之辦理情形，盡可能這邊也拿分，高齡照顧服務/供餐 送餐/在地小朋友的食農教育的擴展也是效益。 16.計畫永續性(1)人員照顧專業的精進永續、學員或長輩的知識分享、(2)外部資源連結搭配員山醫院/信義房屋等外部網絡的永續性、(3)環境永續性的強調，湧泉工程或水圳打造及維護管理、(4)自主財源商品 DIY 伴手禮、(5)爭取經費籌募(金車公司等) 17.未來精進努力方向，直接談那些地方要改，如增加扶手或無障礙坡道或是友善設施、或是擴大服務照顧網絡與名單，或是增加更多男性長者參與度；或綠療育活動未來可以再改善那些?如增加水之療？ 18.高齡創價的百工技能所談有哪些?這慢病健康管理個有具體的東西可以很有趣，如達人挖角或找到相關長者；或培育、或賦予其精進專長的目標。 19.義巷社區最有特色是(1)綠場域、(2)綠陪伴、(3)外部企業參與；綠飲食與綠療育比較普通，要再加強論述。 20.行政面-6/15(日)請社區提供修改版本給團隊，團隊也會修改與提供相關的補充圖面，校正再提給老師最修正預計 6/17(二)完稿、社區最晚於 6/18(三)需紙本寄出與上傳，完成報名作業。
--	--

114N-3 結頭份社區綠色照顧計畫提案內容與輔導說明

執行時間	綠場域	綠飲食	綠療育	綠陪伴
114 年社區計畫核定內容	本年度未申請	1.共餐菜園 2.共餐： 25 位 65 歲以上亞健康長者，與 25 位弱勢家庭或上課之高齡者享用社區餐食，其中有 11 位長者由家人取餐回家用餐，7 位長者需外送到府。	1.食農教育 2.美術創作 3.音樂創作 4.生活美學	1.關懷訪視 2.聘用人員協助計畫事務
114 年 4 月專家學者輔導訪視建議	無	無	1.如要參與綠照十大競賽，建議社區思考綠療育課程的深化應用，以及分類更有主題架構性，以凸顯社區特色。 2.綠療育課程可與講師討論搭配節慶內容規劃，並建議搭配影片紀錄，做主題性/有故事性的論述呈現，後續或許可再用歌仔戲的方式創新呈現。	1.數據化整理執行成果，服務吸引多個鄰近村落居民為典範，可論述過程中的操作方式與長者的改變。

114N-4 福成社區綠色照顧計畫提案內容與輔導說明

執行時間	綠場域	綠飲食	綠療育	綠陪伴
114 年社區計畫核定內容	本年度未申請	1.共餐菜園 2.共餐與送餐： 每週一至週五中午供餐，並推展至鄰近金面社區、金盈社區、二城社區	1.食農教育 2.藍染技藝 3.烘焙課程	1.關懷訪視 2.聘用人員協助計畫事務

114 年 4 月 專家學者訪 視建議	無	無	1.場域入口意象可突顯 2.外聘轉內聘比例(講師)>內聘的資格認定,未來可做農再執行計畫申請	1.本年度預計參與綠照競賽,請社區同步整理記錄執行內容。 2.關懷訪視對象需較仔細記錄質性回覆 3.在期中期末可呈現長輩小故事
114 年 4 月 團隊輔導十 大綠照典範 徵選準備事 宜	【福成討論一：輔導討論十大綠照典範徵選準備事宜】 綜合討論要點： 1.福成社區自評有特色包含玩染、共食以及將藍染搭配長者創作出新舊交融的創意作品，特別是藍染經討論是對於福成社區是獨特且唯一的加值項目，因回溯過去墾拓之初，因生存與經濟產業，有了大菁與布料走水路烏石港於出口貿易的脈絡性，加上全國最大菁礬池遺址重新使用，長者投入其中，可論述為文化記憶的懷舊連結。 2.承 1.是否可將一部分長者拍攝影片談這件事情的脈絡性，並透過 QR 碼外連至蘭陽博物館與菁礬背景，關鍵人物現身發動福成社區綠照結合”藍染創新”約 1-2 分鐘的內容，作為特色素材放入申請書中。 3.目前福成藍染的特色之處包含融合了龜山島意象、自然素材的植物染運用、特色多種字體打版染，由這再延伸出長者健康促進之餘也運用食、布、桌巾、服飾與商品；再發展出從原本幾位培訓的長者變成了幾位講師的歷程，這中間須盡量呈現出：(1)長者有幾位(2)提供服務項目與時間(3)關鍵長者的訪談內容。 4.(1)綠療育-長者成為講師後的互助回饋方式，透過講師費給予長者作為講師的尊重有對於長者的尊榮效益、長者投入「生產性老化」對於組織有生產力及自主財源的經濟效益、從文化懷舊成為現代創新產業的外交效益。(2)綠療育-延伸財源也用於社區長者參訪與餐飲獎勵福利面，另外也有許多已移居福成的外國裔移民者，能否安排相關活動作長者與新住民的交流及藍染體驗活動。(3)對於長者創作品的管理與獎勵機制，鼓勵永續學習。(4)藍染的進化過程從「藍染」發展出多元運用的「植物染」再到現在增強體驗「AI 染」客製化圖像，培養長者多樣性創新增能。(5)緊扣植物為核心周邊發展出綠照網絡的投入，區隔不同單位資源之外也與互補包含縣府社會處直播站、衛福部醫療與體能課程、教育部 DOC 中心的數位化提升等，如有機會可透過『長者網紅』介紹綠照成效的直播秀。 5.(1)綠飲食-食物染多色吐司與飲食菜色的健康效益、對接橫向植物染，還有長者喜愛製作受歡迎的品項如壽司/吐司/螺旋酥/韭菜捲等點心，充分發揮在地食材與時令食材的結合運用，包含了昔時觀念、且社區正在研發正餐類如彩色的麵條與水餃皮等較為吸睛的食物。(2)綠飲食-有請營養師提供料理方式的優化指導，也獲得食力獎，並講長輩一開始的嫌棄菜色有很多廚餘，經不斷改良嘗試後，居然可以一起達到「零廚餘」的成果，非常可貴。(3)家鄉食譜設計特點、共送餐的推廣效益、零飢餓的達成模式以及相關服務配套的 SOP 與服務範圍地圖呈現。 6.綠陪伴-這項目較為基本談，要談組織運作做到+N 的進行式與分組分工的任務背後蘊層的能量與意義。 7.綠場域-由社區活動中心出發、包含 2 年內也成立福成玩染工坊、食農/衣染/食染地點、合作分菜苗出去的廣域衛星狀生產面積等效益。 8.加分項目與未來精進 1-2 項請社區先內部討論填寫，包含一路走來到「1+N」永續面的缺口與互補方式。 【福成討論二：綠場域】 1.擬申請提結合綠照延伸之區域亮點工程-鎖定地點為近鄰玩染工坊約 150 公尺處，宜三路二段與福德坑路交叉口，緊鄰福德坑溪旁，社區需求包含持續發展延伸綠照綠療育相關、食農、植物染、雞鴨療育及多功能平面廣場，主要共 3 筆地號-新福城段 25 號(農牧用地 3749.83 m²)、26 號(農牧用地 584.65 m²)及 27 號(水利用地 1023.13 m²)。 2.未來將結合綠照長者生產、推展結合一級農作二級加工三級餐食，且可結合長者移動之聚落生活圈路徑與活動中心串聯。 3.初步現勘地段位置良好，但地形有經挖填，27 號為水利用地有其用途應暫時無法使用，			

	規劃面需透過社區維管與綠美化作為搭配，主要為農牧用地 25 號地與 26 號地並符合農地農用，部分搭配綠照精神、而延伸食農與操作場域的安全性與趣味性創造，整體面積較大，宜透過分期分區與軟體經營逐步建構、營造較佳多目標使用。			
114 年 6 月 團隊線上討論輔導紀錄	01.組織分工項目，由組織組長+帶領幾位?組員的寫法，採增加組員人數前後對應，有分工後，需補充機制說明，比如...如何找志工/或是如何激勵志工/或是如何籌劃運作/或是搭配怎樣的方法如手冊?點數?時數?來運用，藉此建構強大凝聚的志工團隊。 02.綠場域項目建議(1)地點以活動中心圍繞、拓展(2)地主分區分點採自主維護管理模式、(3)如何將長者帶出社區該周邊地點活動、(4)大家將當初分散的菜苗投入各地耕作再回收的做共餐菜。用一張照片或圖，將一部分是提供供餐、一部分是地主自己種或休耕，但但經由綠照菜園場域這件事情將釋出空間土地加入(不同年份的標點呈現)。 03.蓮花水田這照片其實看不出來對應高齡友善，只是一個好的景色可以跨年齡的使用，所以如果活動中心室內空間有改善來呈現會比較有加分的話，那可能強調室內、或是半戶外的友善高齡設施改善作為。 04.綠飲食部分圖與照片重複需更換，這裡建議先談用不同季節、不同食材來源優先來做我們的供餐菜，又所佔的%為何?不足量再尋在地採購為先；以及如何調整符合高齡者健康的需求作法烹煮方式，改善煮法(軟爛/份量/營養比例/水果搭配/或增減食材量)...等等。 05.綠飲食家鄉食譜這邊呈現問題，目前是營養餐盤的設計，非是家鄉食譜，就不要放，"家鄉食譜"聚焦在『彩色壽司、吐司、月餅的植物染料理烘焙』可以串聯起感受多巴胺色彩美學幸福感。 06.呈現順序(1)依據鎮公所或衛生所調查結果發現頭城缺口比例沒有堅果類/澱粉類、(2)社區因應配的方式-所以我們加了牛奶+堅果+澱粉類紫米飯，變成特色的餐盤、(3)延續客製化餐盤的呈現問題，運用在地食材入菜，可以採用針對牙口不好的長者，提供客製化的餐盤的說明再將有兩張照片一張是一般餐盤；另一張是客製化餐盤作對比，放大呈現可以加分。 07.供送餐部分-如中午 12 點-12 點 30，供餐情況其實應該是改為取餐情況，多元課程跟供餐之間的關係要談是非常高度的結合，包含(1)涉及社區種植/採收/加工/用運(這邊用表格呈現很好大加分)、(2)這些課程成果可分為 A.料理烘焙-供餐料理開發...點心的開發；B.每次開發的 OK 後就運用到之後的供餐食用。 (3)每月主題可多寫一些食材如可以也每個都用 A+B 的說明，舉例如 113 年的主題某個月的照片，但主軸還是在談綠療育的延伸。 08.綠陪伴-112 年 113 年人數上可以增加，電話關懷看起來比較一般通則性質，因此到宅訪視的人次應改為『多少 X 人 乘上 X 次等於總人次』。其中提到廟前衛教是那些項目?以及專車接送這件是由社區開車接送的嗎?頻率為何等等?這些如需要加分就要寫清楚；躺椅應該算是設施，要移到前面綠場域。 09.綠陪伴項目中--定期做志工教育訓練的項目有哪些?(比如是應對進退訓練/還是專業技能精進/還是量測健康方式/還是其他)這再補充一下。 10.綠陪伴項目中-(1)綠照員是誰(2)平常做啥工作(3)特殊協助(4)綠照員特色技能或進修? 11.未來精進方向-這個很好，但職能是指長輩的職能?還是指志工的職能培育後再回來照顧長輩嗎?未來的發展不宜寫太遠或 EGS 這種比較遙遠且不直接聯想的事情，有點像是東拼西湊的資料並沒有對到評分項目，避免口號化。 12.延續未來精進調整呈現：(1)經 112 年跟 113 年的累積，發現問題、部分短期解決，部分中期要處理(2)所以社區接下來要精進的優化的項目可以是那些東西?比如綠療育下階段的進化、綠陪伴增加長者的曝光與人物設定宣傳、綠場域的爭取與擴展行動有看運動的戶外空間、綠飲食菜色或家鄉食譜的 2.0 等等。提醒有談到綠照延伸產業是支撐力量很好，但留在最後再說就好(不要本末倒置)。 13.行政面-6/15(日)請社區提供修改版本給團隊，團隊也會修改與提供相關的補充圖面，校正再提給老師最修正預計 6/17(二)完稿、社區最晚於 6/18(三)需紙本寄出與上傳，完成報名作業。			
114N-5 紫東社區綠色照顧計畫提案內容與輔導說明				
執行時間	綠場域	綠飲食	綠療育	綠陪伴
114 年社區	本年度未申請	1.共餐菜園	1.綠療育課程：水苔	1.關懷訪視

計畫核定內容		2.供餐：預計 2320 人次(每週二、五供應餐食，預計供應 40 週，每次預估 29 人份)。 2. 1+N 擴大供餐：預計供餐擴展到菁桐社區與白石社區，約 1440 人次。	球、植栽課程、藍染課程、食譜烹飪、蜂蠟應用。	2.聘用人員協助計畫事務
114 年 4 月專家學者訪視建議	無	1.改善廚房冰箱的管理，包含分類食材、保鮮盒取代紙箱、增加保鮮膜/蓋子保鮮，並記錄食材採購的時間。 2.留樣共餐食材 48 小時，以追溯食品狀況。	1.思考藍染與在地長者需求的連結，建議盤點長者過去與藍染相關的記憶/技藝，紀錄故事和過程中長者的改變。	無
114N-6 內柵社區綠色照顧計畫提案內容與輔導說明				
執行時間	綠場域	綠飲食	綠療育	綠陪伴
114 年社區計畫核定內容	1.維護既有設施 2.生熟廚餘堆肥箱	1.共餐菜園 2.共餐：一週吃飯 3 天共 99 天，每日人數約 40 人次，每週人數 120 人，共計 3,960 人次。 3.開發在地特色食譜	1.在地食材開發課程 2.音樂療癒 3.食農教育 4.藝術療育 5.米食文化 6.手作體驗 7.植物生態染	1.關懷訪視 2.聘用人員協助計畫事務
114 年 4 月專家學者訪視建議	無	1.共餐菜單名稱詳細標示，像是雞蛋建議標示為炒蛋/荷包蛋/蒸蛋等，白飯如有加薑黃/地瓜/芝麻等也可標示，呈現多元營養成分。 2.廚房牆面目前木質地，建議用塑膠透明布包覆牆面，油煙較易清理。 3.冰箱食材標註進貨日期，新增溫度計確保溫度保鮮（至少 7 度），如有工作人員之個人物品，需與公用食品分開擺放。 4.建議廚房烹飪人員戴口罩避免吸油煙，以及戴網帽確保料理衛生，未來社區如營運有效益可推薦餐食人員考取丙級餐飲證照。	1.建議食農課程可結合肌少症知識和搭配肌力訓練等內容，增加課程多樣性。	無

		5.建議於洗手台前貼衛生局正確洗手五步驟進行宣導。 6.廚房建議新增紗窗或門，減少蚊蟲進入。 7.共餐餐食留樣須主食 配 菜 合 計 至 少 300g，並於餐盒蓋上標示日期，以追溯食品的安全性。	
114 年 4 月團隊輔導十大綠照典範徵選準備事宜	綜合討論要點： 1.內柵社區起心動念始於總幹事看到聚落長者的需求；傳統農村婦女大半輩子從事生產、照顧一家老小，如今走入老年誰來照顧她們？如可先投入一點滴力量善念就先從自身的三和木藝空間開始；加上理事長為社工專業背景，從都市移居大溪成為農村斜槓青農，看到了傳統農村土地皆投入生產區，極缺乏適宜公共空間作為長輩交流照顧的場域，故開始從 110 年開始嘗試啟動自主性長者照顧工作。 2.後慢慢磨合凝聚，原本不知能走多久與多遠，但 111 年從獲綠照計畫支持至今，經由綠療育課程意外培養專長啟發巧藝運用、綠飲食學習到延伸特色餐食；加上長輩自身為小農經營，從過去一級生產專區走向社群支持「長輩都變成專家」；自動發起對於善用資源、自主財源、自立自償的共識。 3.內柵社區綠照推動脈絡與淵源論述可再聚焦討論，如以”阿嬤ㄟ大灶”、 由在地業者發起在地回饋與、有限責任照顧亞健康、增進交流在地安養長輩想法發展”全由私人資源啟動”。一路走來意外帶動長者參與、長者投入、再走到長者共創品牌的模式，且認為社區比起長照更非常適合綠照發展，可以帶到過去無法投入的角落，讓農村聚落地產之特性，具備彈性化、食農與健康產業鏈節，或能成為競賽中區隔於多數由關懷據點基礎延伸綠照的差異化。 4.先由長者健康再發展成為長者專業技藝的延伸，長者從而想要搭配產業經營動力更具身心健康誘因、最終共推”阿嬤ㄟ大灶”整合綠療育綠飲食的成果與自主財源的想法，由健康的課程參與與意外促成內柵社區的長者生產團隊。 5.目前延伸運用綠療育作品、綠飲食手路菜與糕點加上種植特色香草作物搭配農事體驗遊程運用於不同客群包含企業團、參訪團、機關活動、親子團、過境迷你團、銀行公會活動相關採購供應。 6.「療育提升產業、長輩升級當講師」從綠照過程長輩由喜歡投入、開心分享，走向多樣化的參與，成就一小群耆老來擔任園藝療育、食農教育、木作體驗、巧藝手作、身體律動等講師。 7.共好菜園的特色香草有：迷迭、薄荷、香蜂草、芳香萬壽菊、金銀花、左手香、金蓮花、白鶴靈芝、百里香，曾經也有麥稈菊、紫蘇、洛神等等，阿嬤ㄟ大灶將香草類發展料理糕點、烘焙有系統性的種讓長輩參與他們能負擔的量、服務使用者也能健康養生入菜，也因為香料作物比短葉菜好顧且商品多元化，利用高、栽植容易且多樣化區隔葉菜蔬果生產區，可做為加分點。 8.研發相關伴手、木餐盒內容是由綠照發展到傳遞內柵社區幸福 GDP(在地企業農場互助支持)實踐術，作為鏈結過去傳承長者巧藝、共好菜園、長者相伴的展現；促使社區善意正向影響散播，越多認同的人主動捐贈物資食物。 9.尚有許多感人的小故事與關鍵人物有待社區盤點整理提供，如開始的單獨一人再到一群人的辛苦，綠陪伴增進人際關係讓小白姊這位新移居農村者融合與觸及更豐富社區網絡；還有某些夥伴堅持核心價值「取之社會用之社會，善用民間資源力量來支持」的使命，讓內柵社區可以有別關懷據點差異化的貢獻，溫暖堅定....等等，應可找出關鍵長輩現身說法，將其心得分享來呈現。 10.或許不用過分強調產業化商品化的歷程與業績，應將更重要價值「長輩協作」、「為了長輩。小改變大不同的巧思處」。		
114N-7 大墩山休閒農業區綠色照顧計畫提案內容與輔導說明			

執行時間	綠場域	綠飲食	綠療育	綠陪伴
114 年社區計畫核定內容	本年度未申請	1.共餐菜園 2.供餐目前服務三個社區：北平(共計約 1,080 人次)、南平(共計約 1,440 人次)、照門(共計約 1,440 人次)	1.園藝療育 2.食農教育 3.飲食烹調 4.手作體驗	1.關懷訪視 2.聘用人員協助計畫事務
114 年 4 月專家學者訪視建議	無	無	培力北平居民到其他社區擔任助教，活化長者的價值；在地青年講師與長者增加互動頻率，藉以促進代間教育效益。	(大墩山社區)+N (北平/南平/照門社區)資源投注比例。應著重於自己的社區，如果其他社區需求多，可邀請其他社區自主提案。
114N-8 橫山社區綠色照顧計畫提案內容與輔導說明				
執行時間	綠場域	綠飲食	綠療育	綠陪伴
114 年社區計畫核定內容	本年度未申請	1.共餐菜園 2. 預計每週一~四辦理，預計參與人數至少約 50 人， 3.擴大供餐至周邊社區，以 10 人為原則。	1.食農教育 2.園藝療育 3.樂活體驗	1.關懷訪視 2.聘用人員
114 年 4 月專家學者訪視建議	無	1.菜單蔬菜類可再增加 2.1+N 的部分可否帶動橫山另一個社區，社區會嘗試帶動	1.須留意音樂老師吳引導長者經驗，因長輩對樂器較為退縮，另須注意視力問題，及練習過程可能出現挫折的情況 2.今年可建立療育課程的共創機制。 3 食農教育的帶法可再跑改良場聯繫。	與長輩溝通的部分也須注意

四、期中訪視委員分數彙整

表 33 114 年度執行第二年計畫之 113 年社區

序號	社區	平均分數
一	基隆市中正區八斗社區發展協會	87
二	連江縣南竿鄉津沙社區發展協會	77.3
三	桃園市龍潭區三水社區發展協會	88
四	桃園市八德區竹霄社區發展協會	80.5
五	新竹縣竹東鎮上瑞社區發展協會	75
六	新竹市東區水源社區發展協會	80

表 34 114 年度執行第一年計畫之 114 年新提案社區

序號	社區	平均分數
一	宜蘭縣頭城鎮頂埔社區發展協會	75
二	宜蘭縣頭城鎮港口社區發展協會	75
三	宜蘭縣冬山鄉大興社區發展協會	81.5
四	宜蘭縣福氣生活照顧關懷協會(蘇澳鎮港邊社區)	80
五	新北市平溪區嶺腳社區發展協會	83.5
六	基隆市暖暖區碇祥社區發展協會	80
七	基隆市友蚋溪櫻花環教關懷協會(七堵區友一社區)	79
八	新竹縣新埔鎮新北社區發展協會	90
九	新竹縣芎林鄉永興社區發展協會	79
十	桃園市蘆竹區坑子溪休閒農業區推動協進會	78

表 35 前期屆滿於 114 年度執行第一年計畫續提案之社區

序號	社區	平均分數
一	宜蘭縣員山鄉同樂社區發展協會	80
二	宜蘭縣員山鄉莨巷社區發展協會	84
三	宜蘭縣員山鄉結頭份社區發展協會	82
四	宜蘭縣頭城鎮福成社區發展協會	85
五	新北市平溪區紫東社區發展協會	78
六	桃園市大溪區農村休閒發展協會(大溪區內柵社區)	89
七	新竹縣大墩山休閒農業發展協會	85
八	新竹縣橫山鄉橫山社區發展協會	89

五、期中訪視社區自評表分析

表 36 114 年度執行第二年計畫之 113 年社區

序號	自評項目	社區	委員意見
一	室內外綠場 域規定	基隆市中正區八斗社區發展協會	1.室內有高低差需改善，增加警示貼、扶手，注意結構(木座)問題。 2.往廁所階梯需扶手，小於 10 公分高低差請設坡度。
		連江縣南竿鄉津沙社區發展協會	
		桃園市龍潭區三水社區發展協會	
		桃園市八德區竹霄社區發展協會	1.戶外菜園比較偏向體驗式而非供餐。 2.菜園可發展垂直式、爬藤可食植栽，增加產量。
		新竹縣竹東鎮上瑞社區發展協會	資料填寫請再檢查，如：未申請共餐菜園。
		新竹市東區水源社區發展協會	
二	提供綠飲食 供餐栽種與 餐食服務	基隆市中正區八斗社區發展協會	餐食保留的樣品，應用有分隔的容器，每樣菜分開
		連江縣南竿鄉津沙社區發展協會	
		桃園市龍潭區三水社區發展協會	
		桃園市八德區竹霄社區發展協會	1.菜園設計要考量可視性，綠籬不要太高 2.菜園設計可活潑一點，強化顏色和互動性，多一點觀賞價值的蔬菜和香草植物
		新竹縣竹東鎮上瑞社區發展協會	1.實際未講諮詢在地餐飲學校，是諮詢在地護理師。 2.餐食留樣須注意加強 3.廚房衛生再加強

			4.送往廟口用餐點有坡度、綠苔，與高低差應注意安全 5.供餐後器皿宜妥善放置封好。 6.實際食材是一次用完（一星期一次）
		新竹市東區水源社區發展協會	1.新設共餐菜園宜妥適規劃，利長者活動。 2.應確認食譜設計目的 3.切菜砧板生熟食分開，抹布、刀具不宜搭在砧板上。
三	辦理綠療育多元學習課程	基隆市中正區八斗社區發展協會	1.綠療育非常在地化，具有文化傳承特色 2.食漁教育結合綠療育成為本站主要特色，應繼續保持
		連江縣南竿鄉津沙社區發展協會	
		桃園市龍潭區三水社區發展協會	
		桃園市八德區竹霄社區發展協會	1.思考如何和戶外綠場域結合。 2.月桃纖維適合長輩手部運動，應讓長輩從植株處理開始。
		新竹縣竹東鎮上瑞社區發展協會	1.課程宜更多元，藉此引動長輩學習與興趣。 2.自評表宜實務依實際狀況填寫。 3.上課為星期六上、下午時間，宜注意課程配置及長者體力。 4.請補充上課簽到人數，

			及課程紀錄。
		新竹市東區水源社區發展協會	
四	執行綠陪伴之關懷服務	基隆市中正區八斗社區發展協會	社區向心力高，長輩也支持，是具有高潛力綠照社區。
		連江縣南竿鄉津沙社區發展協會	
		桃園市龍潭區三水社區發展協會	
		桃園市八德區竹霄社區發展協會	
		新竹縣竹東鎮上瑞社區發展協會	1.自評表宜實務依實際狀況填寫。
		新竹市東區水源社區發展協會	實際訪視對象有 8 位，每月訪視 3 位，宜增頻率。
五	專家學者紀錄欄	基隆市中正區八斗社區發展協會	1.注意長輩在室內使用上的安全性 2.綠療育課程具特色，展現文化傳承重要性 3.居民向心力高
		連江縣南竿鄉津沙社區發展協會	
		桃園市龍潭區三水社區發展協會	
		桃園市八德區竹霄社區發展協會	1.串聯四個面向，可強化場域、飲食、療育、陪伴的連結 2.綠陪伴訪視頻率可再多一點
		新竹縣竹東鎮上瑞社區發展協會	1.綠飲食：(1)廚房為家庭廚房空間，僅供一餐約 50 份，宜強化廚房及器皿存放的衛生安全。(2)廚房至用餐地點「廟埕」路程有積水、綠苔及坡度，應注意送餐安全。(3)實際作業食材是一次用完，因此未使用冰箱，餐食亦未留

		樣。 2.綠療育：(1)課程宜更多元、務實，並與在地做更多連結。如：食農教育為檸檬種植與在地產業的鏈結。地方特色彩獅是否能引入世代傳承的作法等。 (2)綠療育課程申請 150 小時，執行 30 小時，宜注意進度，令星期六上、下午上課，宜注意長者體力與接受度<長者中午回去休息再等>。(3)應補充上課紀錄。 3.綠陪伴關懷頻率、對象及後續觀察協助，宜補充強化。 4.社區對資料讀寫的認知度有落差，建議如有疑問應先諮詢輔導者。
	新竹市東區水源社區發展協會	1.社區理事長及志工具服務熱忱 2.綠飲食：(1)廚房設備及清潔維護具中上水準，仍宜注意砧板、刀具、生熟食分開。器皿存放宜覆蓋避免汙染。(2)共餐菜園新設點在活動中心對象，建議妥適規劃，俾利長者提供活動使用。(3)家鄉食譜宜明確製作目的，並與綠照計畫精神鏈結。 3.綠療育課程未來可思考

		多元、創意。社區展示長輩畫作，可進一步提升成就感(如具名、拍照)及世代共融方式發展。 4.綠陪伴宜強化訪視紀錄與後續觀察協助，並宜增加訪視頻度(視訪視對象 8 位、實際每月訪視 3 位)。
--	--	--

表 37 114 年度執行第一年計畫之 114 年新提案社區

序號	自評項目	社區	委員意見
一	室內外綠場域規定	宜蘭縣頭城鎮頂埔社區發展協會	
		宜蘭縣頭城鎮港口社區發展協會	
		宜蘭縣冬山鄉大興社區發展協會	
		宜蘭縣福氣生活照顧關懷協會 (蘇澳鎮港邊社區)	
		新北市平溪區嶺腳社區發展協會	
		基隆市暖暖區碇祥社區發展協會	
		基隆市友蚋溪櫻花環教關懷協會 (七堵區友一社區)	
		新竹縣新埔鎮新北社區發展協會	
		新竹縣芎林鄉永興社區發展協會	
		桃園市蘆竹區坑子溪休閒農業區推動協進會	
二	提供綠飲食 供餐栽種與 餐食服務	宜蘭縣頭城鎮頂埔社區發展協會	
		宜蘭縣頭城鎮港口社區發展協會	
		宜蘭縣冬山鄉大興社區發展協會	
		宜蘭縣福氣生活照顧關懷協會 (蘇澳鎮港邊社區)	
		新北市平溪區嶺腳社區發展協會	1.廚房以室外場域為主，應注意衛生安全。 2.器皿存放空間應做整理，整頓強化衛生與安全

			措施。
		基隆市暖暖區碇祥社區發展協會	
		基隆市友蚋溪櫻花環教關懷協會 (七堵區友一社區)	調味料移至陰涼處避免變質。
		新竹縣新埔鎮新北社區發展協會	注意留樣方式以符合綠照執行要求。
		新竹縣芎林鄉永興社區發展協會	
		桃園市蘆竹區坑子溪休閒農業區推動協進會	審查是在社區廚房，非實際廚師做餐食的廚房。
三	辦理綠療育多元學習課程	宜蘭縣頭城鎮頂埔社區發展協會	1.課程執行內容可思考深化與在地鏈結。課程均為同一位講師，內容亦單純，宜思考更多元化。 2 香氛課程係地方特色產業，長者學習目的與成品應用宜更明確。 3.可強化世代協力世代宜學習。 4.分菜地點在走道，並為廁所前方通道，人來人往處，較不理想，建議再行調整。
		宜蘭縣頭城鎮港口社區發展協會	1.申請 110 小時，執行 31 小時，每周一、二、四下午上課，實際執行每堂人數 11~16 位。不足規定人數課程宜妥適處理。因下午上課長者意願低，宜調整改善。 2.課程內容宜與在地產業與特色做更明確鏈結(與芹菜相關課程佔已執行 1/3) 3.關懷據點已給 10 時段，

			綠療育課程規劃宜考量長者榮壽能量。
		宜蘭縣冬山鄉大興社區發展協會	建議課程主題、材料和在地資源結合，ex：澤流木。引動長輩自己的植物分享，植栽不限園藝類，可食蔬果也可以是選項。
		宜蘭縣福氣生活照顧關懷協會 (蘇澳鎮港邊社區)	
		新北市平溪區嶺腳社區發展協會	
		基隆市暖暖區碇祥社區發展協會	
		基隆市友蚋溪櫻花環教關懷協會 (七堵區友一社區)	綠照員參與度需提升。
		新竹縣新埔鎮新北社區發展協會	綠照紀錄應更完整呈現長輩參與的方式，提供團體照片、單獨活動照片等，照片也應呈現活動手作成果。
		新竹縣芎林鄉永興社區發展協會	
		桃園市蘆竹區坑子溪休閒農業區推動協進會	
四	執行綠陪伴之關懷服務	宜蘭縣頭城鎮頂埔社區發展協會	綠陪伴關懷訪視對象 20 位，每位每月訪視 1 次，宜強化訪視紀錄及建立緊急連絡人名單。
		宜蘭縣頭城鎮港口社區發展協會	1.綠陪伴訪視對象簡報說明 15 位約每月 1 次。而訪視紀錄僅 11 位，應確認。 2.建議強化訪視後續關懷協助，並建立緊急連絡人資料。
		宜蘭縣冬山鄉大興社區發展協會	1.菜園離文康中心距離上，有無交通安全的疑慮?

			2.綠療育課程，建議再探索在地文化、植栽、生活樣貌，可以豐富課程內容，目前手作比例太高。 3.栽培課程有使用共餐菜園，植物蔬菜與綠飲食有結合很好，單課程規劃、時間安排、長輩體能及戶外時間長度等，建議通盤思考。
		宜蘭縣福氣生活照顧關懷協會 (蘇澳鎮港邊社區)	
		新北市平溪區嶺腳社區發展協會	
		基隆市暖暖區碇祥社區發展協會	
		基隆市友蚋溪櫻花環教關懷協會 (七堵區友一社區)	
		新竹縣新埔鎮新北社區發展協會	執行訪視時，未來可帶著綠療育手作成品當伴手禮或按摩課程傳單介紹給其他社區長輩知道，讓綠照能透過不同方式推廣出去。
		新竹縣芎林鄉永興社區發展協會	
五	專家學者紀錄欄	桃園市蘆竹區坑子溪休閒農業區推動協進會	
		宜蘭縣頭城鎮頂埔社區發展協會	社區對綠照計畫之執行宜更深入思考做好前期規劃。
		宜蘭縣頭城鎮港口社區發展協會	社區對綠照計畫執行準備宜強化。
		宜蘭縣冬山鄉大興社區發展協會	1.社區互動良好 2.長者到菜園是否有安全指引?

			3.菜園的整理，可以更有整體感。 4.訪視主要目的、關懷、關心，是否有相對紀錄。 5.理事長對高齡照顧具熱忱與實際行動及地方整合能力，但第一線執行者尚未熟悉「綠色照顧」與高齡陪伴技巧，因此課程規劃尚待調整。 6.現況走訪有多處共餐菜園，建議依照長者行動耐力來規劃三處的菜園，若結合綠療育課程，亦需評估長者個別體能等進行，不宜途中請體弱長者自行返回活動中心，應「團進團出」(安全考量)。 7.依照現況訪視及報告，蔬菜供應很足夠，但自評表顯示「不足」，煩請社區再確認。 8.綠陪伴訪視，長輩心態轉變為何? 9.共餐菜園明年建議編列綠場域經費 10.綠飲食菜色建議補充 11.綠療育有結合米食文化、食農手作，挺不錯。
		宜蘭縣福氣生活照顧關懷協會 (蘇澳鎮港邊社區)	1.因為社區本身有照顧長者經驗，多整合在地文化、資源、植物，可再利用的素材，讓課程更結合

			「綠照」計畫精神。 2.協會與社區的結合性，社區長者參與跟協會互動狀況。 3.訪視的人員交接上有無不完整的情形？
		新北市平溪區嶺腳社區發展協會	1.公所課長與社區理事長、總幹事具服務熱忱。 2.綠飲食：(1)共餐菜園雖有四處，其中三處委地主作業，一處雖較平坦且供食農教育活動使用，與長者鏈結度有困難，未來可思考改善作為。(2)實際供餐份數約 90 份<申請補助 45 份>，廚房以室外為主，器皿存放室內空間，均應強化衛生安全措施。共餐場域廁所積水宜改善，以維護安全。 3.綠陪伴：(1)訪視社區高齡者 10 位，每月 1 次，均有表單紀錄。總幹事<劉醫生>觀察是否有異常數值，可適時協助。 4.建議：(1)廚房空間、衛生環境宜作改善，如列第二年計畫，宜請專家評估適當改善作法。(2)綠陪伴健康量表，紀錄相當完整，可進一步思考情緒層面<心情溫度計量化數值>的協助，可做為典範。(3)

			未來綠療育課程，如僅與長者需求鏈結，宜預為思考，在應用健康量表概念規劃。
		基隆市暖暖區碇祥社區發展協會	1.長者過往生命經驗較無栽種經驗，在有限的空間中，用選舉旗竿再利用，架設高度很有特色。 2.輕黏土課程可以結合菜園蔬果共創，並製成冰箱磁鐵的商品，及家鄉食譜的立體呈現。
		基隆市友蚋溪櫻花環教關懷協會 (七堵區友一社區)	加強資料呈現方式，以利了解社區努力的歷程，建議多拍照紀錄。
		新竹縣新埔鎮新北社區發展協會	1.社區向心力高，執行力強，青年參與度高，是很有潛力的綠照社區。 2.社區療育微產業具有美學行銷與健身保健的功能，值得鼓勵。
		新竹縣芎林鄉永興社區發展協會	目前新規劃菜園(非今年計劃)，具有多元主題區，未來綠療育課程可以結合空間規畫特色課程。
		桃園市蘆竹區坑子溪休閒農業區推動協進會	之前訪視有針對社區廚房空間提出改善目標，已有改善。但實際共餐的料理廚房在廚師家。

表 38 前期屆滿於 114 年度執行第一年計畫續提案之社區

序號	自評項目	社區	委員意見
一	室內外綠場 域規定	宜蘭縣員山鄉同樂社區發展協會	
		宜蘭縣員山鄉蓁巷社區發展協會	1.廁所清潔需加強，氣味不佳。 2.共餐菜園夏季可增加瓜棚遮陽，以利長者菜園活動舒適度及意願。
		宜蘭縣員山鄉結頭份社區發展協會	
		宜蘭縣頭城鎮福成社區發展協會	
		新北市平溪區紫東社區發展協會	
		桃園市大溪區農村休閒發展協會 (大溪區內柵社區)	
		新竹縣大墩山休閒農業發展協會	
		新竹縣橫山鄉橫山社區發展協會	
二	提供綠飲食 供餐栽種與 餐食服務	宜蘭縣員山鄉同樂社區發展協會	
		宜蘭縣員山鄉蓁巷社區發展協會	
		宜蘭縣員山鄉結頭份社區發展協會	共餐菜園植物種類多元，目前供貨環境待改善但社區已有新的空間及動線規劃，可改善目前狀況。
		宜蘭縣頭城鎮福成社區發展協會	1.廚房清潔維護用心，地上積水應注意改善 2.餐具完整封好 3.共餐菜園 22 處：由長者種植。建議可提供當日供應者名單以增長者尊榮感。
		新北市平溪區紫東社區發展協會	1.家鄉食譜製作目的宜更明確，並與綠照計畫精神鏈結。 2.共餐菜園部分距離遠，

			係由地主作業。 3.餐食需留樣 4.廚房瓦斯桶設置應注意安全。地上有積水應處理。
		桃園市大溪區農村休閒發展協會 (大溪區內柵社區)	廚房通風不佳，建議增加對流扇等通風設備。
		新竹縣大墩山休閒農業發展協會	
		新竹縣橫山鄉橫山社區發展協會	
三	辦理綠療育 多元學習課程	宜蘭縣員山鄉同樂社區發展協會	共餐菜園緊鄰他人稻田，會因稻田施藥產生使菜園有安全疑慮，社區請與鄰田溝通確認相關細節安全。
		宜蘭縣員山鄉莁巷社區發展協會	綠照課程和外部合作課程，建議分開呈現。
		宜蘭縣員山鄉結頭份社區發展協會	課程間有連貫的串聯，已建議重新盤點課程地圖，將綠療育課程從生產到生活應用完整呈現。 「書本」製作建議先思考內容、製作方式，再執行。很棒的構想，加油！
		宜蘭縣頭城鎮福成社區發展協會	1.藍染課程可考慮酌收費用。 2.可強化世代協力與代間學習。
		新北市平溪區紫東社區發展協會	課程可思考更多元與創新(因已是第四年執行)。
		桃園市大溪區農村休閒發展協會 (大溪區內柵社區)	
		新竹縣大墩山休閒農業發展協會	
		新竹縣橫山鄉橫山社區發展協會	

四	執行綠陪伴之關懷服務	宜蘭縣員山鄉同樂社區發展協會	1.綠療育課程中，手作工藝作品，人造素材過多，建議與老師溝通天然素材的使用。 2.艾草條如何使用?若欲用在驅蚊草，應該不是這個做法，也請與老師溝通了解。
		宜蘭縣員山鄉綦巷社區發展協會	
		宜蘭縣員山鄉結頭份社區發展協會	建議報告成果的呈現，可以用「關聯」並以照片方式呈現，方能呈現社區的實踐成果。
		宜蘭縣頭城鎮福成社區發展協會	社區製作「福成里老人照顧分析儀表板」呈現社區65歲以上人口數(公所提供)及社區照顧數(所有計畫長者參與)，可為典範。如能呈現綠照成效更佳。後續關懷協助呈現。訪視額度已增，宜更明確呈現。
		新北市平溪區紫東社區發展協會	
		桃園市大溪區農村休閒發展協會(大溪區內柵社區)	非常用心陪伴社區長輩，很棒的社區
		新竹縣大墩山休閒農業發展協會	
		新竹縣橫山鄉橫山社區發展協會	
五	專家學者紀錄欄	宜蘭縣員山鄉同樂社區發展協會	現地審查時，針對現場或成果展示綠療育作品進行修正建議，以及課程進階的可能方向建議，ex：畫作可以加紅心芭樂的枝條製作邊框完整畫作。畫作主題可以結合長者生命記

			憶、在地文化、信仰..... 引導長者「創作力」的產出，相信社區在期末可以有好的成果呈現。
		宜蘭縣員山鄉綦巷社區發展協會	社區在各部會計畫、資源整合很有著力點，近期湧泉池落成啟用，活動中心旁有其他單位的景觀改善計畫進行中，期待今年期末看見社區綠療育的特色亮點分享。
		宜蘭縣員山鄉結頭份社區發展協會	建議老社區可以重新盤點過去資源與成效，加入新元素(活力)，讓豐富的高齡陪伴經驗+新元素與思維，會再見社區優勢與活力社區風貌。
		宜蘭縣頭城鎮福成社區發展協會	整體而言福成社區執行力強，計畫各項工作執行度佳。
		新北市平溪區紫東社區發展協會	1.共餐菜園 4 處，其中 2 處距離超過 1000 公尺，係由地主負責作業，非社區長者活動空間。 2.家鄉食譜製作目的性宜更明確，並與綠照計畫精神鏈結 3.廚房瓦斯桶位置應注意安全規範；地上積水應處理。有關餐食留樣及食材保存，前期訪視委員以提供建議，宜更積極處理。 4.社區執行本計畫為第四

			年，且為農再得獎社區，綠療育課程可思考如何從傳統中創新，以及課程更多元化。 5.綠陪伴：工作的緊實度可更強化，如：緊急連絡人的建立，訪視紀錄的觀察協助等。
		桃園市大溪區農村休閒發展協會 (大溪區內柵社區)	
		新竹縣大墩山休閒農業發展協會	1.建議計算共餐菜園產量。 2.應發展獨特社區綠陪伴模式，增加訪視頻率次數。
		新竹縣橫山鄉橫山社區發展協會	

本年度進行現地訪視中，委員普遍對於場域給予安全設施需加強的建議，綠飲食方面則主要提醒社區須重視食品安全及供餐食品衛生上的建議，綠療育課程方面則是請社區須依社區特色規劃課程，並針對第一年社區部分建議社區仍須於食農教育相關課程聘請外部講師與內部講師合作進行課程內容操作，綠陪伴部分則請社區須呈現訪視頻率並列出可協助長者的主要問題。本計於訪視及查核依本次委員意見建議社區陸續改善。

六、輔導重點

根據現地訪視委員所提出的建議與觀察，社區在執行綠色照顧計畫上展現出積極的參與與實踐精神，惟在安全設施、食品衛生、課程設計及陪伴機制等層面仍有進一步強化的空間。因此針對以下四大面向持續輔導社區，協助其強化後續綠照執行成果，以提升整體執行品質與永續性：

(一) 場域規劃方式

導入友善空間設計概念，協助社區規劃場域配置，以強化安全性與功能性，也使空間能承載多樣化照顧需求與課程活動。例如針對長者常活動區域重新調整動線、增設防滑與扶手等設施，以回應委員提出的安全設施強化建議。

鼓勵社區結合「可食地景」概念，將耕作空間融入照顧場域之中，不僅美化環境，更能結合食農教育與綠療育課程，讓長者在熟悉且參與感高的環境中互動與學習，提升整體場域的身心支持功能與種植在地特色農特產，強調「地產地銷 吃在地 食當季」的理念。

（二）特色課程規劃

鼓勵社區回歸在地脈絡思考課程主題，並整合易於操作的多元素材，發展具辨識度與實用性的課程模組。以忠寮社區「動手打造忠寮防災地圖」為例，透過實作過程讓長者具象認識居住環境與防災資源，提升課程實用性與參與度。



圖 18 忠寮社區「動手打造忠寮防災地圖」

課程素材將以簡易、低門檻且具多元應用可能的材料為優先，兼顧環保與實作性，也納入促進男性長者參與率的課程規劃，如結合過去捕撈漁產的技藝和故事分享等。後續持續培力社區內部講師，使其能獨立設計與帶領課程，同時鼓勵跨區域、跨領域的資源整合與教學合作，強化課程深度與延續性，逐步建立社區自主課程運作的能力。

（三）計畫執行分工模式

導入任務分工與協作機制，讓計畫內容具體化、責任清晰化。鼓勵社區依人力結構分派任務，並與其他在地資源整合，形成互補合作網絡，同時也避免與其他計畫重複或資源浪費，提升整體執行效率與成效。

（四）永續經營模式

協助社區釐清自身具發展潛力的特色項目，從照顧服務中萃取可被轉化為產品或活動的元素，進一步規劃對應的產業計畫或創意設計，建立回饋社區的營運機制。例如朝陽社區推動的「買一個故

事回家」計畫，邀請長輩與大學生共繪磁鐵魚，重拾過往生命記憶的故事，使代間交流成為商品背後的情感支撐。目前朝陽社區更進一步開放 DIY 彩繪體驗，以小額收費形式推廣，吸引不同年齡層參與，擴大社區服務的觸及面與自籌資源的能力。



圖 19 朝陽社區「買一個故事回家」

第五節 辦理稽查作業

依據工作項目第一項第四條內容，本計畫於各社區執行至少 2 次稽查，確認社區依核定計畫內容執行。

本年度稽查作業採「不預先通知」方式辦理，並依各社區核定計畫之進度與執行情形分為期中與期末兩階段進行。稽查內容依綠色照顧四大主軸及各社區核定之計畫項目編制稽查表，並於稽查後將結果上傳至各社區雲端資料夾，請社區確認、回饋並依據稽查意見調整執行進度或內容。如首次稽查發現與核定計畫不符，將請社區限期改善；若後續稽查仍未改善且未提出合理說明者，則於工作會議中提報臺北分署，研議是否於期中階段結算或於期末審查時認定未通過並調整次年度補助資格。

稽查結果顯示，本年度多數社區均能依核定進度如期推動各項活動，對於必要之課程調整亦會即時於聯繫群組中通報。但仍有少數社區出現上課長者遲到或上課人數未達 15 人之情形。針對此類狀況，輔導團隊已於稽查後提醒並與社區研商改善方式，包括調整上課時段、強化課程吸引力或設計更符合長者興趣之內容，以提升長者參與意願與活動穩定度。

在供餐服務方面，本年度各社區均能依規定準時提供共餐或送餐服務。但因部分長者習慣較早用餐，社區午餐須於 11:30 前開始供應，致上午課程節奏受到影響。鑑此，社區多採以彈性方式因應，例如與講師協調調整課程結構，於後半段安排可邊用餐邊進行之討論型或分享型課程，以兼顧課程執行與共餐需求。

綜整本年度稽查情形，整體社區執行情況良好，未發現重大違規或重大瑕疵。社區亦因稽查機制之導入而更加注意行政與執行細節，有助提升計畫品質並強化社區推動綠色照顧之能力，對計畫整體執行具正面效益。

農業部農村發展及水土保持署臺北分署 114年北區農村綠色照顧輔導計畫社區稽查表			
稽查對象	日期/時間		
稽查地點			
稽查記錄	【稽查一：■綠場域 □綠飲食 □綠療育 □綠陪伴】 1. 是否符合執行計畫進度？ 【☐是 ☐否, 進度超前__% ☐否, 進度落後__%】 不符原因： 不符之處說明： 2. 是否符合執行計畫內容？【☐是 ☐否】 不符之處說明： 【稽查二：□綠場域 ■綠飲食 □綠療育 □綠陪伴】 1. 共餐菜園施作是否符合計畫進度？【☐是 ☐否】 不符之處說明： 2. 共餐菜園施作內容是否符合計畫內容【☐是 ☐否】 不符之處說明： 3. 供餐是否依計畫時程執行？【☐是 ☐否】 不符之處說明： 4. 供餐人數是否符合計畫人數？【☐是 ☐否】 不符之處說明： 5. 是否有按計畫時程送餐？【☐是 ☐否】 不符之處說明： 6. 家鄉食譜開發課程是否有按計畫內容進行？【☐是 ☐否】 不符之處說明： 【稽查三：□綠場域 □綠飲食 ■綠療育 □綠陪伴】 1. 課程是否依計畫時程執行？【☐是 ☐否】 不符之處說明： 2. 課程人數是否足夠？【☐是 ☐否】 3. 課程材料是否與計畫內容相符？【☐是 ☐否】 不符之處說明： 【稽查四：□綠場域 □綠療育 □綠飲食 ■綠陪伴】 1. 綠照員是否依計畫時程上班？【☐是 ☐否】 2. 是否依計畫時程落實關懷訪視？【☐是 ☐否】		
後續追蹤事項			
受稽查單位簽名：			
臺北分署及輔導團隊簽名：			

稽查紀錄表

稽查社區日期彙整表

縣市	序號	社區名稱	稽查日期	項目	是否符合
114 年度執行第三年計畫之 112 年社區名單表					
宜蘭縣	1	朝陽社區	8/11	綠療育、綠飲食	符合
			10/31	綠陪伴	符合
	2	白米社區	7/22	綠飲食	符合
			10/31	綠飲食、綠陪伴	符合
新北市	3	忠寮社區	6/27	綠場域、綠飲食、 綠療育	符合
			7/30	綠場域、綠飲食、 綠療育、綠陪伴	符合
臺北市	4	泉源社區	7/30	綠場域、綠飲食、 綠療育、綠陪伴	符合
			8/6	綠場域、綠飲食、 綠療育、綠陪伴	符合
桃園市	5	三民社區	7/22	綠療育、綠陪伴	符合
			8/12	綠療育、綠陪伴	符合
	6	溪口台社區	6/25	綠飲食	符合
			9/17	綠療育、綠陪伴	符合
	7	高原社區	8/27	綠飲食	符合
			10/26	綠療育、綠陪伴	符合
新竹縣	8	水磱社區	9/8	綠療育、綠陪伴	符合
			10/28	綠飲食	符合
新竹市	9	海山社區	9/25	綠療育、綠陪伴	符合
			10/2	綠飲食	符合
114 年度執行第二年計畫之 113 年社區名單表					
基隆市	1	八斗社區	8/14	綠療育、綠陪伴	符合
			10/30	綠飲食、綠療育	符合
連江縣	2	津沙社區	7/18	綠飲食	符合
			10/17	綠療育	不符合
桃園市	3	三水社區	7/22	綠飲食	符合
			8/12	綠療育	符合
	4	竹霄社區	7/30	綠療育	符合
			10/2	綠陪伴	符合
新竹縣	5	上瑞社區	4/26	綠飲食、綠療育	不符合 人數不足
			7/12	綠療育	符合
新竹市	6	水源社區	8/18	綠療育	符合
			10/2	綠療育、綠陪伴	符合
114 年度執行第一年計畫之 114 年新提案社區名單表					
	1	頂埔社區	5/13	綠療育	符合

宜蘭縣			7/17	綠療育、綠陪伴	符合
	2	港口社區	8/21	綠療育	符合
			10/16	綠療育、綠陪伴	符合
	3	大興社區	7/11	綠療育	符合
			10/31	綠飲食	符合
	4	港邊社區	7/18	綠療育	符合
10/31			綠療育	符合	
新北市	5	嶺腳社區	8/8	綠飲食	符合
			10/16	綠飲食、綠陪伴	符合
基隆市	6	碇祥社區	8/8	綠飲食	符合
			10/16	綠飲食、綠療育	符合
	7	友一社區	8/8	綠飲食	符合
			10/16	綠飲食、綠陪伴	符合
新竹縣	8	新北社區	7/17	綠飲食、綠療育	符合
			9/17	綠療育	符合
	9	永興社區	7/2	綠療育	符合
			10/1	綠飲食、綠療育	符合
桃園市		坑子溪休區	7/18	綠飲食	符合
			8/8	綠飲食	符合
前期屆滿於 114 年度執行第一年計畫續提案之社區名單表					
宜蘭縣	1	同樂社區	8/15	綠療育	不符合 調課未通知
			11/7	綠療育、綠陪伴	符合
	2	藁巷社區	7/25	綠飲食	符合
			10/31	綠療育、綠陪伴	符合
	3	結頭份社區	7/25	綠療育	符合
			11/7	綠飲食、綠療育	符合
	4	福成社區	7/12	綠療育	符合
			7/23	綠療育、綠陪伴	符合
新北市	5	紫東社區	7/17	綠療育	不符合 調課未通知
			11/7	綠飲食、綠陪伴	符合
桃園市	6	內柵社區	8/7	綠飲食、綠療育	符合
			9/25	綠療育	符合
新竹縣	7	大墩山休區	9/25	綠療育	符合
			10/1	綠療育、綠陪伴	符合
	8	橫山社區	6/30	綠療育	符合
			9/25	綠療育、綠陪伴	符合

第六節 綠場域亮點規劃

針對通過 114 年核定補助之 33 處綠色照顧社區中，提出 2 個社區綠場域亮點規劃。選擇有意執行綠場域建置、鄰近社區活動中心（或共餐中心）具有面積較大之可用基地且已跟地主溝通好取得土地使用同意之社區，做為綠場域亮點規劃之社區。經過評估選定福成及忠寮 2 個亮點社區。

一、福成社區

（一）社區環境分析

福成社區位於宜蘭縣頭城鎮，面積約為 9.75 平方公里，東鄰新建里、西以九股山接新北市、南鄰金面里、北鄰拔雅里，境內多屬山區，主要二大河川為金面溪、福德溪，為灌溉農田、民生用水之主要水源。蜿蜒曲折的九股山道上坐落數間廟宇，假日來往之各地信徒絡繹不絕。其他觀光地點包含風景美麗的新峰瀑布、夏季縣民從事休閒活動的水壩等。居民以務農為主，水稻及柑桔為主要作物。

福成社區昔日以大菁染料產業興盛，隨著產業消失與人口老化，福成社區發展協會社區轉而推動藍染文化復育，並透過食農教育、健康促進與數位課程，提升長者參與及生活品質。社區重視文化傳承與產業創新，正逐步建構出高齡友善且具文化特色的永續社區。

本案針對福成社區活動中心周邊環境進行評估，綜合考量場域安全性與長者可及範圍，沿著社區主要長者生活動線，規劃設置亮點空間「玩染植物園」。除提供休憩節點，亦致力於營造融合教育、休閒與高齡友善於一體的生活場域。



圖 20 福成社區重要據點分布



圖 21 福成社區基地位置



圖 22 福成社區土地資源點位與重要據點現況

圖 23 福成社區基地現況

(二) 玩染植物園規劃設計

本次重要據點選址於福成社區內之農牧用地，基地面積約 0.4 公頃，步行約 6 分鐘可達社區活動中心與福成玩染工坊，具備社區長者可及性高、安全移動便利等優勢。基地周邊為綠帶、農田及福德坑溪，適合作為延伸社區長者生活動線之戶外活動空間。

全區設計強調休閒與互動，結合綠色運動、社區共耕、療癒庭園三大主軸，創造可促進身體活動量及居民互動之場域，透

過農藝參與與自然接觸，提升長者的身體活動量與鄰里交流，透過本地特色植物、休憩花架、蜿蜒步道形塑視覺與動線的變化，提升高齡者遊憩體驗的趣味性並獲得身心療癒。



圖 24 福成社區玩染植物園分區構想



圖 25 福成社區玩染植物園設計構想



圖 26 福成社區平面配置圖

1. 入口廣場：可作為社區活動集合、上下車與動線分流的集合空間。
2. 休憩空間：提供市集舉辦時使用者休憩使用、也可作為長者平時休憩互動場域。
3. 市集空間：可配合社區活動或節慶，舉辦小型市集並提供展示與交流空間。
4. 共餐菜園：作為社區共耕、共餐交流之空間，並設置不彎腰菜園創造高齡友善場域。

5. 藍染 / 食染植栽：以曼陀羅地景藝術發想，打造充滿療癒氛圍的體驗空間。
6. 緩和運動區：提供社區長者低強度運動空間，並設置花架供遮蔭與休憩使用。
7. 可愛動物區：選用動物兔子、家禽等溫馴小型動物，提供食農體驗與動物輔療。



圖 27 福成社區玩染植物園細部設計 1



圖 28 福成社區玩染植物園細部設計 2



圖 29 福成社區玩染植物園細部設計 3

(三)福德坑溪水岸空間改善設計

本次重要據點選址於福成社區內之河川區水利用地，基地面積約 1.7 公頃，步行約 6 分鐘可達社區活動中心與福成玩染工坊，具備社區長者可及性高、安全移動便利等優勢。基地周邊為，適合作為延伸社區長者生活動線之戶外活動空間。

本案整體設計以自然低強度手法營造休閒與療癒兼具的河川綠地環境，透過運動健走區、療癒草坪區、及河岸親水區三個分區，營造高齡友善的日常運動場域。運動健走區以步道串聯，並加入扶手、水岸植栽及休憩座椅，提供長者運動與散步的節點；療癒草坪區維持現有開放草坪並增植水岸植栽修飾岸線，透過自然步道引導居民漫步，並設置木平台與花架作為活動伸展空間，促進身心放鬆；河岸親水區沿河配置緩坡及保留現有草坪，並加入休憩平台以供社區活動、交流互動，形塑親近自然的休閒環境。



圖 30 福德坑溪水岸空間基地位置

河川整治現況

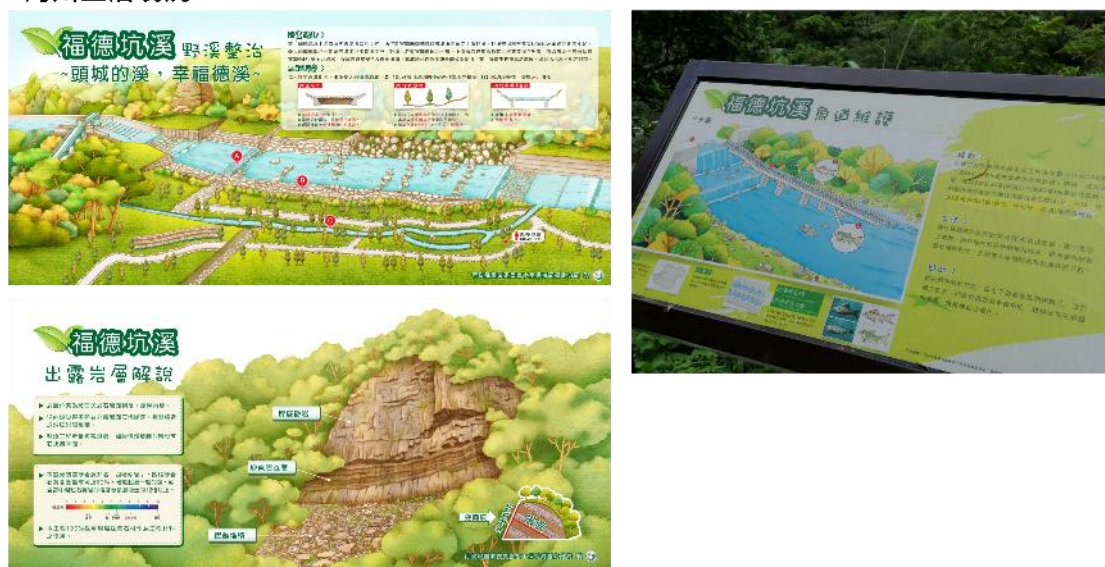


圖 31 福德坑溪水岸空間整治現況

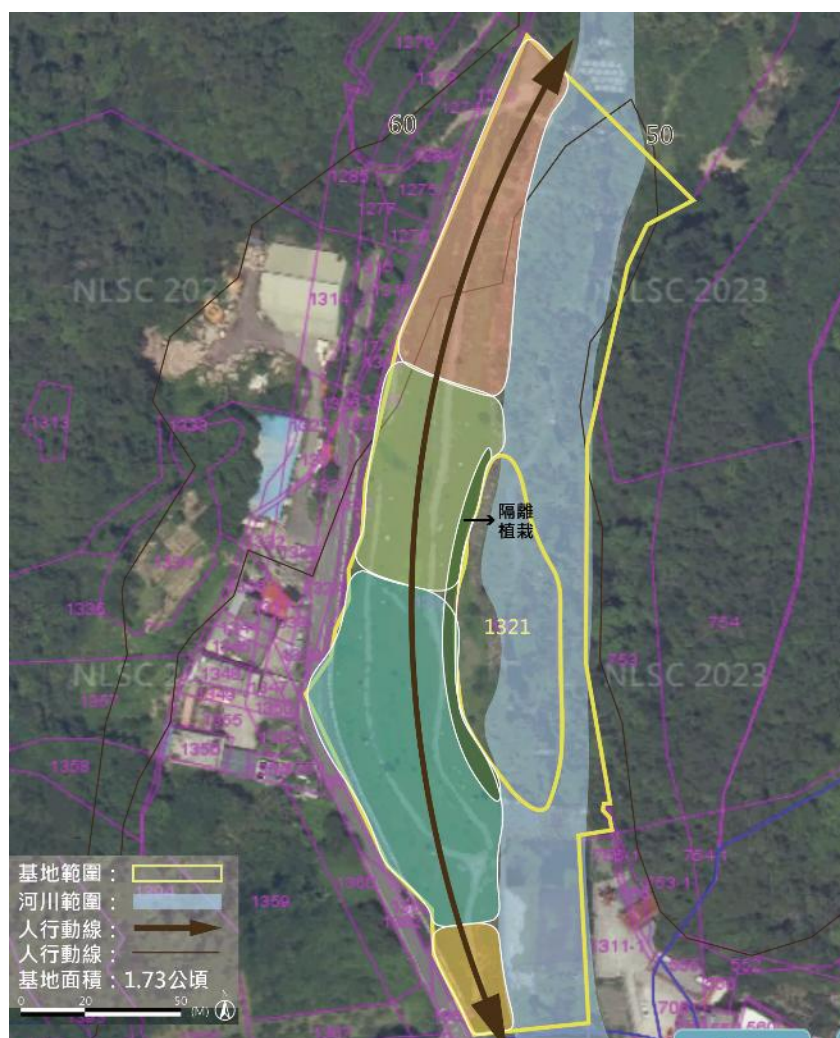


圖 32 福德坑溪水岸空間分區

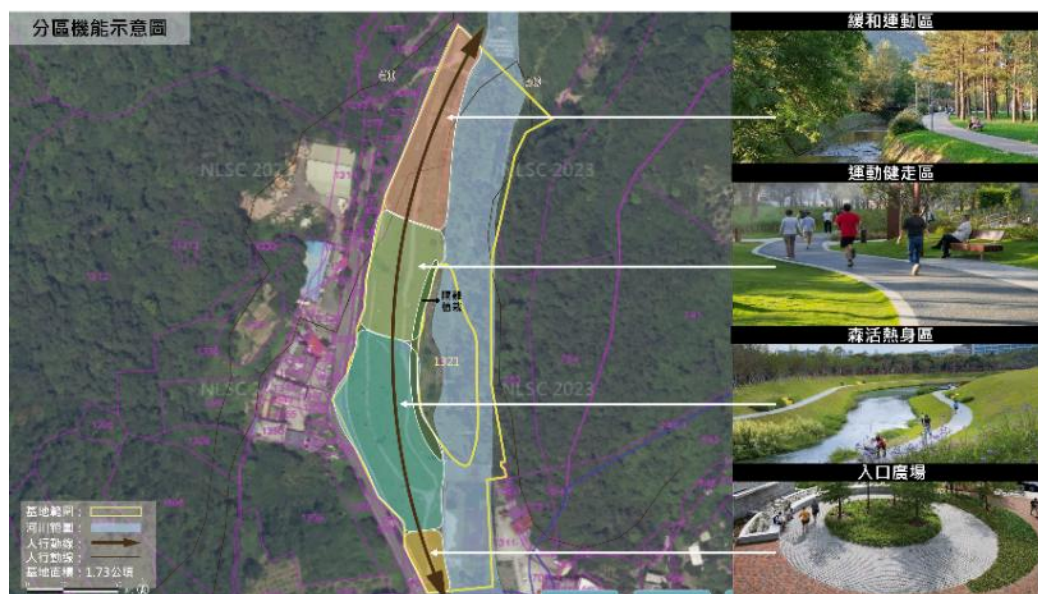


圖 33 福德坑溪水岸空間分區構想

1. 入口廣場：基地現況較缺乏辨識度，因此設計透過入口廣場引導居民進入河川綠地，也透過鋪面材質轉換、植栽配置，作為車道至河川綠地的過渡空間以及營造高齡者停留、等候節點。
2. 森活熱身區：以開放草坪作為居民散步、伸展等運動場域。沿線配置遮蔭喬木、花架以及戶外座椅提供休憩設施。
3. 運動健走區：以水岸植栽與步道作為休閒運動空間。居民可在步道上健走等中等費力運動。沿線設置休憩座椅讓居民可隨時停留休息。
4. 緩和運動區：作為社區居民散步、緩和運動綠地，主要透過動線營造，形塑高齡者進行低強度運動之空間，步道兩側配置遮蔭喬木並設置座椅，營造身心放鬆的區域。



圖 34 福德坑溪水岸空間細部設計 1

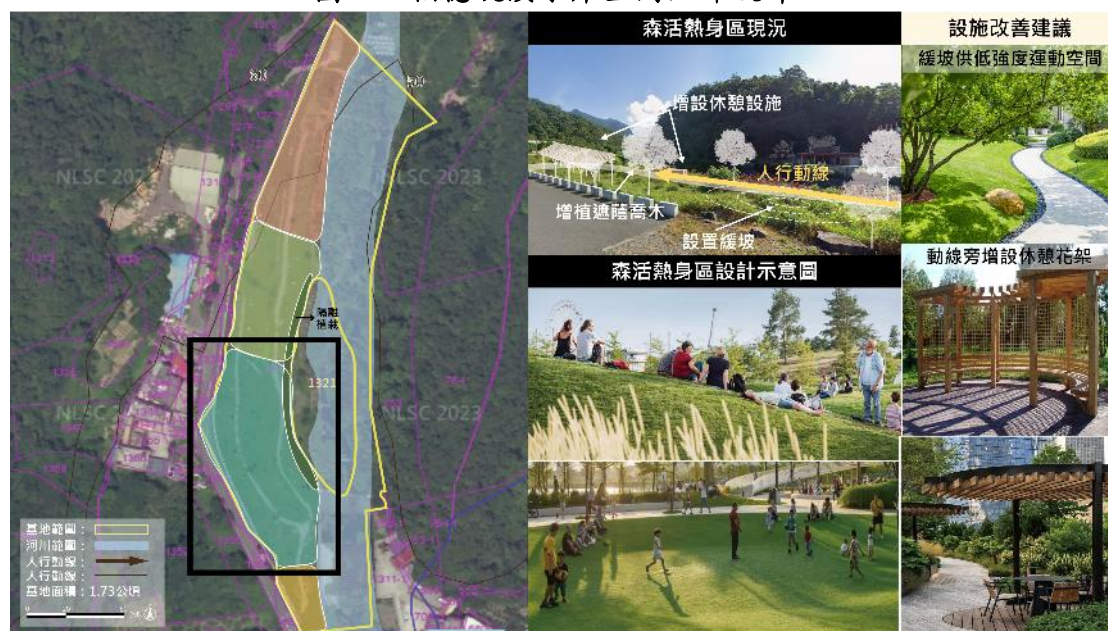


圖 35 福德坑溪水岸空間細部設計 2

二、忠寮社區

(一) 社區環境分析

忠寮社區位於新北市淡水區，面積約為 3.296 平方公里。主要作物包含南瓜、洛神花、筴白筍、鹿角蒿苳及生菜等，並研發洛神花果醬、手工蛋捲等產品。遊憩資源以北新有機休閒農場、萬坪紫藤玫瑰園、李氏旗桿厝等最具名聲。社區籌劃了一座友善生態環境的市民農園，在社區耆老跟返鄉青年的參與下，推廣無毒農業發展在地旅遊，讓在地高齡者可擔任社區志工與在地農民及附近市區民眾共同體會友善耕作及享受田園生活。此外，忠寮社區以古厝巡禮、獨角仙季到生態遊覽一系列不同主題的導覽行程，綠療育資源豐富可做為農村再生社區綠療育規劃之示範亮點；近年更結合社區養殖業推廣魚菜共生，設置太陽能公民電廠，積極發展智慧綠能。



圖 37 忠寮社區重要據點分布



圖 38 忠寮社區土地資源點位圖與重要據點現況

(二)綠場域規劃設計



圖 39 忠寮社區綠場域基地現況

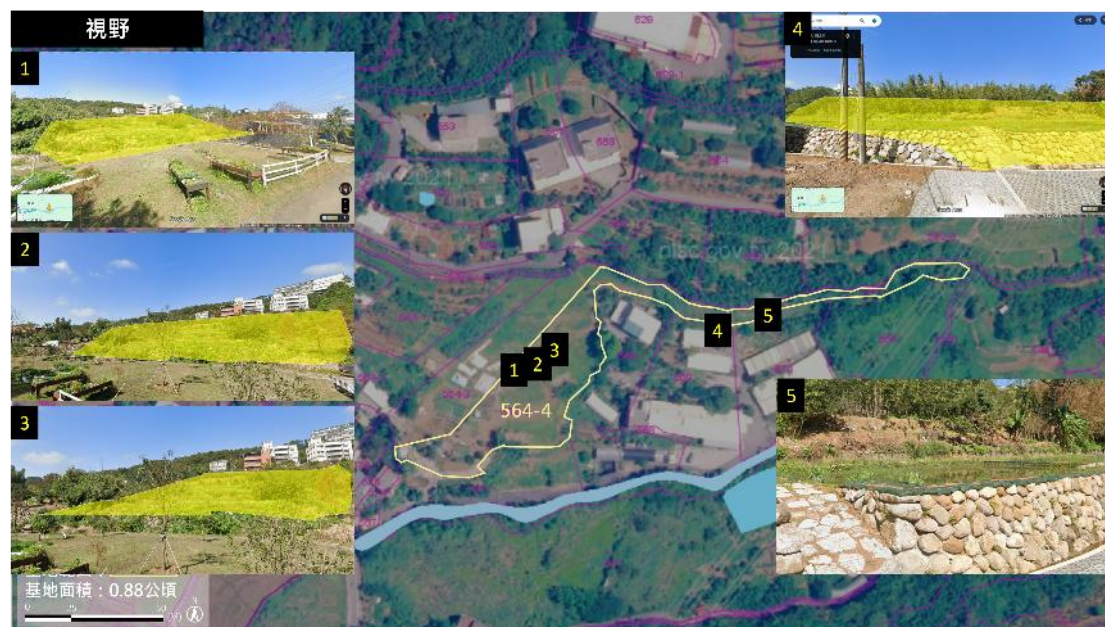


圖 40 忠寮社區綠場域視野分析 1

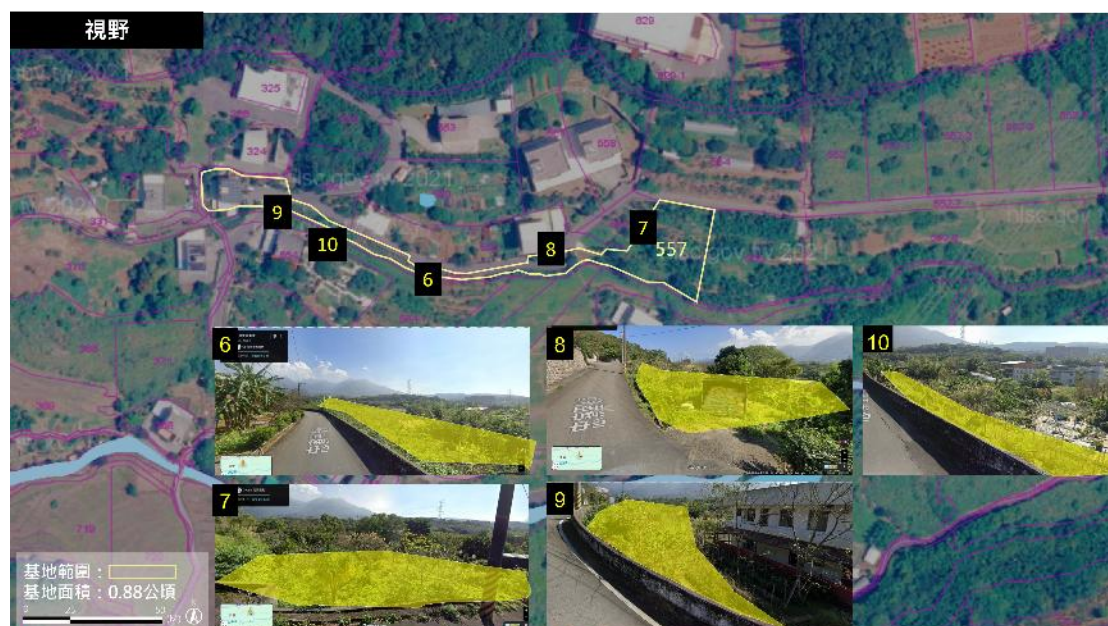


圖 41 忠寮社區綠場域視野分析 2



圖 42 忠寮社區綠場域設計需求

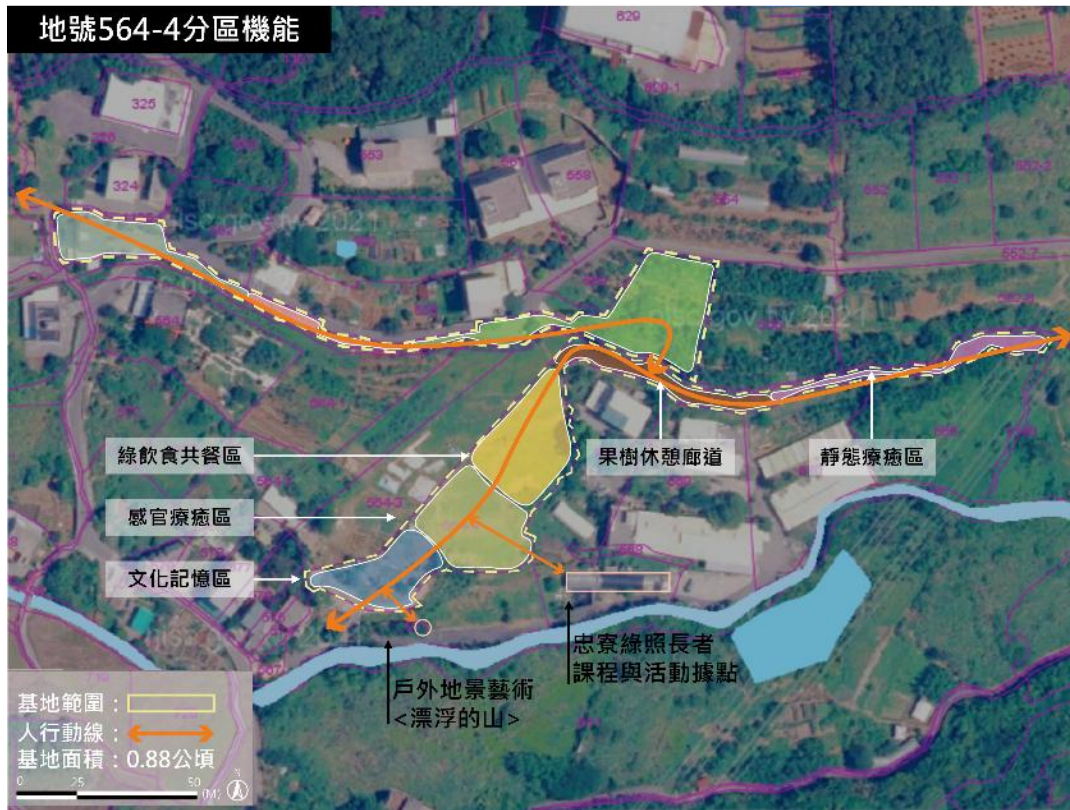


圖 43 忠寮社區綠場域設計地號 564-4 分區機能

1. 感官療癒區：入口區設置廣場，作為綠照活動集合點、停留空間，周邊配置半開放涼亭提供手作課程，亦可作為蔬果種植、戶外地景藝術觀賞區域。
2. 文化記憶區：以農耕文化為主題，並結合忠寮社區已有的竹編藝術造景營造地景藝術，同時作為遮蔭休憩空間。
3. 綠飲食共餐區：以半戶外棚架用餐空間為主，周圍種植爬藤、彩色蔬菜，營造療癒共餐環境。
4. 果樹休憩廊道：主要進行柑橘、番茄採收活動，並設置步道及休憩空間，提供高齡者散步、緩和運動之綠廊。
5. 靜態療癒區：以水生植物、魚菜共生池為主，柔和的環境可促進心理放鬆效果。



圖 44 忠寮社區綠場域設計地號 564-4 細部分區



圖 45 忠寮社區綠場域設計地號 564-4 細部分區



圖 46 忠寮社區綠場域設計地號 557 分區機能

1. 魚菜共生區：

魚菜共生池、葉菜類種植採不彎腰高架菜園設計，方便高齡者近距離觀察或採摘蔬菜；並設置解說牌，讓高齡者在互動中理解循環生態，增加學習機會。

2. 蔬菜種植：

以低矮彩虹蔬菜為主，並配有遮蔭區與休憩座椅，提供種植、採收活動場域。

3. 香草可食植栽：

種植易養護香草植栽，如百里香、金盞花等，並設置座椅與平坦步道，提供高齡者休憩、五感體驗環境；也可安排小型採摘活動。



圖 47 忠寮社區綠場域設計地號 557 細部分區

第七節 115 年綠色照顧潛力社區盤點及提案

依據委託契約內容評估臺北分署轄區農村社區，盤點具執行綠色照顧計畫之潛力社區，並輔導 10 處社區提案。依據歷年輔導經驗、提案未通過及分署或其他單位依據社區高齡化人口狀況、過往計畫執行量能、資源運用鏈結程度等條件推薦篩選 115 年規劃提案綠色照顧計畫社區名單如下表，透過安排訪視現勘說明本計畫精神及申請執行各面向之注意事項及相關事宜，並依據綠色照顧四大面向討論規劃出至少兩個面向之規劃內容，評估流程如下圖。

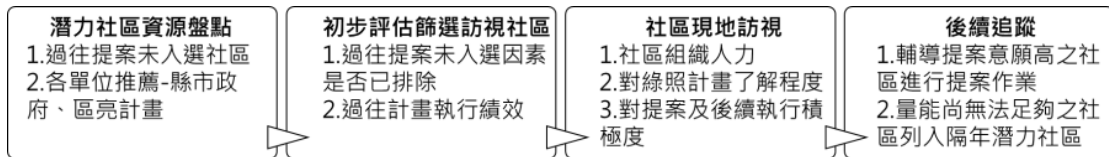


圖 48 北區綠色照顧計畫潛力社區評估流程圖

本計畫依據往年經驗評估北區轄區內各縣市人口老化程度及其社福資源協助情況，彙整出三處未來綠色照顧計畫可著墨執行之區域，分別為宜蘭縣員山鄉、新北市雙溪區及桃園市新屋區。相關人口老化分析依據總署提供相關分析如圖 19。本年度執行潛力社區評估訪視分別於上述三處鄉鎮區評估潛力社區。

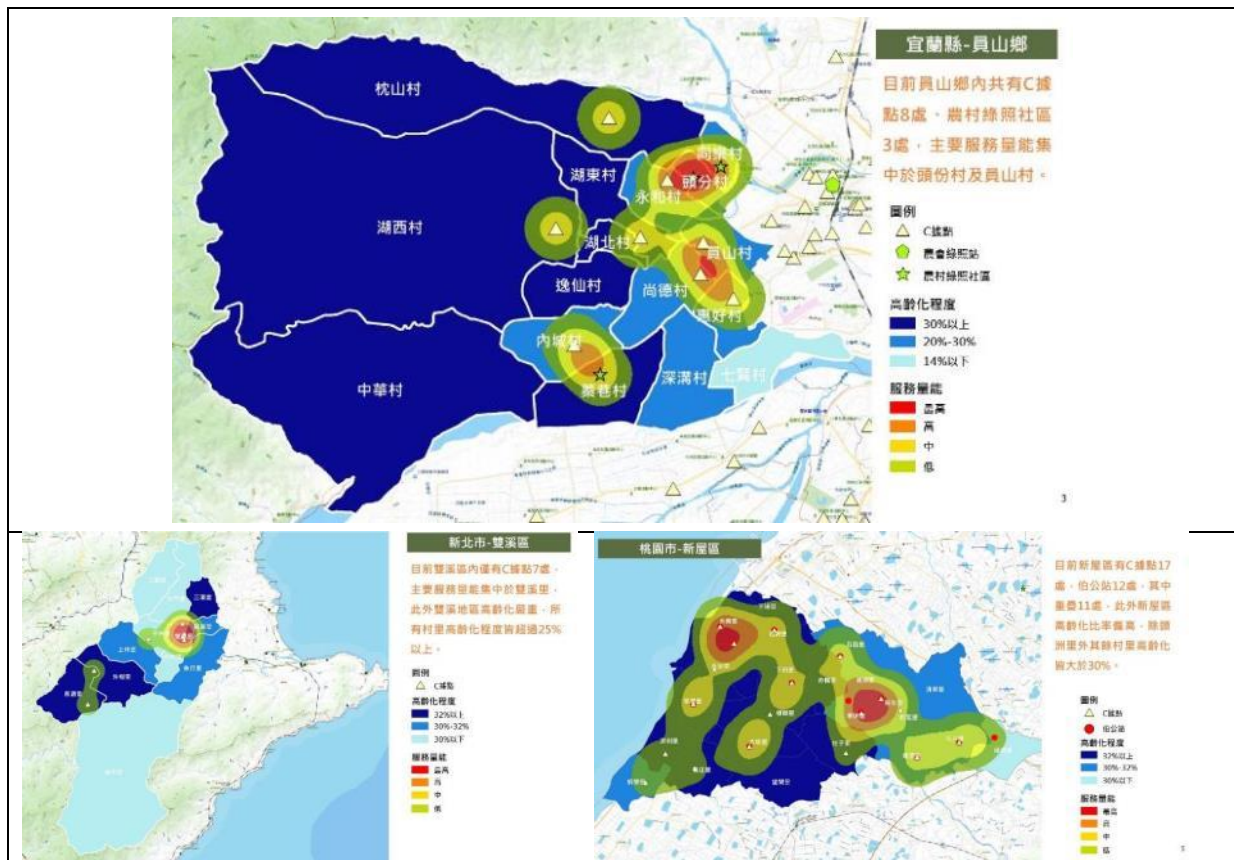


圖 49 北區綠色照顧計畫之轄區內各縣市老化鄉鎮分布圖

本年度依據前三年彙整資料盤點潛力社區如表 39，後續經實地訪視及聯繫協助提案共計 15 處社區。

表 39 潛力社區盤點表

縣市	行政區/社區	歷年輔導	提案未通過	具潛力
連江縣	南竿鄉清水社區		●	●
	北竿鄉橋仔社區	●		
	東引鄉東湧社區	●		●
宜蘭縣	冬山鄉群英社區			●
	大同鄉崙埤社區	●		
	三星鄉大隱社區	●		
	頭城鎮下埔社區			●
	員山鄉七賢社區			●
基隆市	暖暖區暖東社區	●		
臺北市	內湖區白石湖	●		
	北投區湖山社區			●
	北投區大屯社區		●	
新北市	三芝區共榮社區	●	●	
	三芝區安康社區	●		
	貢寮區龍崗社區		●	
	雙溪區長源社區	●		
	三峽區安和社區			●
	平溪區菁桐社區			●
桃園市	新屋區蚵間社區(桃園石滬協會)	●		●
	新屋區頭州社區			●
	新屋區永興社區	●		●
	新屋區永安社區	●		●
	新屋區石磊社區			●
	龍潭區三林社區	●		
	蘆竹區坑子溪休區		●	
	中壢區山東社區	●	●	●
新竹縣	湖口鄉波羅社區			●
	湖口鄉湖南社區			●
	新豐鄉中崙社區			●
	竹東鎮軟橋社區	●		
新竹市	香山區香村社區			●
	香山區東香社區			●

註：歷年迄今輔導之潛力社區，本年度依實際訪視情況協助社區組織提案，採滾動式修正。

第三章 綠色照顧計畫跨單位合作及整合工作

本章就委託工作項目第二項，綠色照顧計畫跨單位合作及整合工作，需協助臺北分署進行綠色照顧計畫跨單位合作或企業媒合經營推動主體協助綠照社區或主動輔導訪視偏鄉弱勢農村，至少 1 案作示範社區，並將合作情形或輔導協助事項反饋成效並辦理跨域活動 2 場次等內容說明如下。

第一節 跨單位合作及整合工作

因應環境情勢快速變遷，政府推動重點政策，必須透過跨域合作才能發揮推動成效。「跨域合作」是跨轄區、跨專業、跨機關組織的合作模式，「模式」包含與不同政府部門、不同層級機關甚至與非間的合作，範疇則涵蓋業務協調與分工及資源整合共享等面向。推動綠色照顧計畫政策在資源有限的情況下，唯有透過優質的跨域治理合作方式，實踐計畫目標，創造農村安老的環境。

本計畫延續 113 年綠色照顧計畫跨單位合作及整合工作內容，邀請桃園區農業改良場及各地方政府，結合跨域活動辦理跨單位合作工作會議至少 1 場，共同討論北區農村社區綠色照顧計畫合作規劃發展區域合作與分工事宜。

表 40 跨域單位合作預計邀請規劃名單

層級	機關/單位	相關面向
農業部	桃園區農業改良場	綠場域、綠飲食、綠療育
	花蓮區農業改良場	綠場域、綠飲食、綠療育
地方政府	連江縣政府產業發展處	綠場域、綠飲食、綠療育、綠陪伴
	宜蘭縣政府農業處	綠場域、綠飲食、綠療育、綠陪伴
	新北市政府農業局	綠場域、綠飲食、綠療育、綠陪伴
	臺北市政府產業發展局	綠場域、綠飲食、綠療育、綠陪伴
	基隆市政府產業發展處	綠場域、綠飲食、綠療育、綠陪伴
	桃園市政府農業局	綠場域、綠飲食、綠療育、綠陪伴
	新竹市政府產業發展處	綠場域、綠飲食、綠療育、綠陪伴
	新竹縣政府農業處	綠場域、綠飲食、綠療育、綠陪伴

農村社區綠色照顧計畫自民國 111 年開始補助社區執行迄今進入第四年，為農業部推動之重點政策。社區執行四大面向內有許多執行內容與社區所在地之相關單位亦有資源相關連結，但因綠色照顧計畫目前屬推動初期，除農業部相關部會熟悉計畫內容，其他單位對於計畫內容尚屬陌生，社區在地方執行計畫時亦常因此而失去許多資源連結深入發展的機會，本計畫期透過跨單位邀請共識合作的方式執行，開創北區農村綠色區域性照顧之契機。

一、與桃園區農業改良場合作輔導協助作 1 處北區綠照示範社區及協助偏鄉弱勢農村提案

本年度持續與桃園區農業改良場合作，於臺北分署轄區內遴選 1 處具備推動量能之綠照社區作為「北區綠照療育示範場域」。初步以本年度執行四大綠照面向之社區為優先篩選對象，並透過多次實地訪視，依據社區場域維護狀況、綠療育課程可行性、社區組織動員能力及長者參與度等綜合面向進行評估，最終確認 1 處示範社區作為本次合作焦點。桃園區農業改良場於示範過程中協助提供適宜種苗建議、實地帶領綠療育課程並建立示範教案，同時引導社區將綠場域運用於戶外療育活動，以協助其建立可長期運作、具示範性的綠療育模式，並成為北區綠照推動之示範典範。

此外，針對偏鄉地區社區，則以其參與臺北分署轄內計畫（如亮點計畫）或桃園區農業改良場相關計畫之參與度、組織成熟度與整體推動潛力為主要依據，篩選具發展性的社區進行輔導提案，並協助其具體準備 115 年度農村社區綠色照顧計畫之申請作業。

依據上述盤點作業，本計畫最終選定 新北市雙溪區外柑社區 與 新竹縣芎林鄉華龍社區 作為本年度偏鄉合作輔導對象。於 8 月 13 日及 11 月 9 日完成社區現地訪視，後續並於 11 月 21 日及 11 月 24 日與桃園區農業改良場合作，分別於兩社區辦理綠療育活動體驗課程。課程中邀請專家與學者進行實地觀察與深度討論，協助社區釐清未來申請綠照計畫前置作業需求，包括場域改善方向、活動設計建議及與當地條件相符之推動策略，協助兩社區更具體掌握後續推動綠照之可能路徑，並提升其提案品質與發展潛力。

二、攜手轄區內各直轄市與縣市政府（包含鄉鎮市區公所引介）

（一）潛力綠照社區引介與評估及後續提案輔導工作

透過本次會議邀請「縣市政府」與「鄉鎮市區公所」提供後續聯絡窗口，並於每年提案徵件前三個月（約6月）引介潛力社區（規劃每年本分署農村社區綠色照顧輔導計畫啟動後三個月內，請縣府提供名單由本分署團隊進行訪視評估）。從培根社區及農再社區中挑選積極度高、組織分工完善的社區，由分署綠照團隊進行評估後，再輔導該社區提出綠色照顧計畫。

(二)推動亮點綠照社區

分署與縣市政府共同協商挑選具潛力的亮點綠照社區（規劃每年本分署農村社區綠色照顧輔導計畫啟動後三個月內，由本分署輔導團隊提供區內綠色照顧社區與縣府召開討論會議確認挑選名單後由本分署輔導團隊進行後續輔導，並請縣府就各社區可參與的部分提供資源挹注），針對其特色面向整合資源，如局處或農再資源，促進社區移居與永續發展。設定明確目標並鼓勵參與各類獎項或計畫，例：農業部「十大綠色照顧優良典範」、綠療育結合食農教育，參加「國家食農教育傑出貢獻獎」（如忠寮魚菜共生、大墩山梨柿循環農業）、綠飲食-縣市政府引介在地營養師輔導綠飲食，申請「共餐食力獎」（如海山社區連續兩年獲獎）、企業 CSR/ESG 支持-信義房屋全民社造行動計畫、高雄市建築經營協會園冶獎、帝亞吉歐 KEEP WALKING 夢想資助計畫等。

(三)輔導組織提升長者生產性活動之商品化模式

針對社區高齡者進行生產性活動訓練，培養其具備第二、第三職能，透過組織化訓練提升商品化可能性，促進在地自給自足。透過綠療育課程，邀請專家協助開發課程或說明書模式；手作工藝品則可發展成收費課程或 DIY 材料包；加工點心可作為預購模式的社群支持。目前北區綠色照顧社區成功案例有：水礫社區伴顆茶、內柵社區農遊小旅行及福成社區藍染工坊商業模式等。

第二節 辦理綠色照顧跨域活動

為使跨域合作未來能落實加乘北區農村社區執行綠色照顧計畫之成效，預計媒合企業參與綠照社區活動及邀請跨單位參與體驗，協助社區擴展經營綠色照顧計畫之量能，本計畫依工項內容辦理綠色照顧跨域活動 2 場次說明如下。

一、媒合企業參與-來水礫作伴

新竹縣北埔鄉水礫社區以社區內特色作物「客家三草」-(紫蘇、魚腥草、艾草)為主軸融入綠飲食及綠療育活動中，搭配原本社區特色酸柑茶做延伸，於 113 年發展出「伴顆茶」品牌，並以此為基底推動社區小旅行，由社區高齡者與幹部合作帶領遊客從認識客家三草到體驗伴顆茶製作，將計畫執行成果延伸應用於社區活動，提升社區收入外亦提升社會參與成效。

預計媒合位於新竹科學園區內的明基友達集團透過辦理跨部門員工日的方式，參與水礫社區綠照計畫療育體驗活動，由社區幹部引導高齡者及參與活動者共同種植客家三草、製作伴顆茶，使參與者透過活動體驗療癒成效外，活動後續引導參與者自身關注相關活動及社區產品，帶動宣傳社區，協助提升其產業收入。

本次活動期對應增加企業 EGS 深化合作的長期經營鋪路，可展現企業故同參與水礫社區綠照計畫療育體驗活動的社會影響力效益，已媒合位於新竹科學園區內的「台灣積體電路製造股份有限公司」透過辦理跨部門員工日的方式，透過公益長者關懷共同參與認養種植包方式、規劃讓參與者以優惠價格購買客家三草種植包及攜回飲食陶罐，活動由社區幹部引導高齡者及企業員工共同種植客家三草、製作伴顆茶，使企業員工透過活動體驗療癒成效外，後續也引導自身關注與支持相關農村宜居宜業活動及社區綠照產品，帶動宣傳其微產業收入。另於活動流程也透過說明社區辦理綠照計畫提供共餐資源、療育活動課程及綠陪伴機制，邀請參與者加入陪伴社區高齡者成為水礫綠照伙伴的行列。

(一)活動名稱：114 年北區農村綠色照顧跨域活動-來水礫作伴

(二)辦理時間：11/2(日)

(三)辦理地點：水礫社區

(四)參與對象：台積電公司及其相關企業跨部門員工，約 30 人

(五)活動行程

表 41 來水礫作伴活動行程表

時間	活動內容	說明
09:00-09:30	報到	報到地點：青艾的純客飲食植物園區
9:30-11:00	探尋客家黑茶的秘密	參訪酸柑茶人認識客家黑茶產業及伴顆茶的由來 1. 客家黑茶歷史文化介紹：酸柑陳茶擬真場域再現、傳統黑茶內料(中草藥)的加工與陳藏、甕藏酸柑茶的陳藏室、酸柑茶人藥用柑橘園、金花茶園遊賞 2. 品茗伴顆茶(另每人可帶回 1 顆)
11:30-13:30	水礫綠色療育體驗暨午餐	金勾子蘿蔔介紹及客家罐湯料理製作 阿婆教你做自己的午餐-客家瓦罐湯飲食製作_三代同堂金勾子菜脯排骨湯(原生食材、風味調配、完全飲食)
13:30-15:10	走讀水礫 金勾成田 為艾兒生	1. 認識客家三草哪裡來-製作一瓶艾草酒、飲客家三草茶、品客家三草蛋 2. 水礫社區的產業田巡禮及拔「醃蘿蔔嬰」
15:10-16:00	「醃蘿蔔嬰」體驗	客家醃蘿蔔製作分享及品嚐

(六)活動內容說明

1.探尋客家黑茶的秘密(9:30-11:30)

(1)地點：酸柑茶人

(2)內容：參訪酸柑茶人場域了解客家黑茶的歷史與文化，介紹過程中讓參與者了解水礫社區從照顧土地開始復育客家三草同時也透過保存傳統產業製程，讓社區長者們共同參與，並發展出伴顆茶品牌對外銷售，建立社區產業基礎外也讓社區長者透過此模式形成共伴生活圈進而使其人生下半場更活躍精彩。

		
認識客家黑茶	伴顆茶體驗	水礫伴顆茶

2.水礫綠色療育體驗暨午餐(11:30-13:30)

(1)地點：青艾的純客飲食植物園區

(2)內容：介紹金鉤子蘿蔔、客家三草、野菜及藥草運用於客家料理製作過程，並分享社區長者以綠色療育方式進行相關復育的歷程，社區介紹水礫綠色照顧計畫研發的瓦罐飲食，另現場體驗製作艾草酒。加碼提供客家三草茶冰飲、客家三草蛋烤布丁現場享用外，另可讓每位參與者帶回客家三草茶包3包做為伴手禮。

		
艾草酒製作體驗	當日午餐以客家花布包裝餐盒及瓦罐雞湯	綠色療與體驗成果合照

3.走讀水礫-金勾成田 為艾兒生(13:30-15:10)

(1)地點：水礫社區活動中心、水礫產業田區

(2)內容：透過實地走訪帶領參與者深入了解水礫社區從照顧土地的初衷，認識客家三草的由來與每個季節不同的樣貌，並引導製作一瓶艾草酒，並由水礫社區長者帶領遊賞「金勾子蘿蔔田」，聽金勾子蘿蔔與客家三草成為社區產業的故事，最後回到活動中心體驗客家醃蘿蔔製作並品嚐客家三草藥草蛋，藉此邀請參與者可於不同時節來到水礫都有豐富多彩的特色活動。

		
水礫產業田區	客家三草藥草蛋	認識水礫客家三草園區

二、跨單位參與體驗-北區農村療樂趣

本次活動與桃園農業改良場攜手合作舉辦，活動中主要邀請各縣市政府相關業務成員參加外另邀請鄰近綠照社區代表參加，希冀各單位透過活動參與方式進一步了解社區綠色照顧計畫內容，並透過參與療育活動方式激發綠照社區夥伴日後執行計畫創意。

(一)活動名稱：北區農村療樂趣

(二)辦理時間：11 月 14 日(五)

(三)辦理地點：農業部桃園農業改良場樹林分場

(四)參與對象：北區轄區各縣市政府相關業務及鄰近綠照社區

表 42 北區農村療樂趣活動行程表

時間	活動內容	說明/目的	活動地點
09：00-09：30	報到與交流	於樹林分場指定地點報到。	2 樓禮堂
09：30-09：40	開幕與引言	1. 長官致詞：主辦單位長官致歡迎詞與政策引導。 2. 輔導團隊說明：簡要介紹北區綠色照顧計畫現況與本次跨域合作交流會之核心目標。	2 樓禮堂
09：40-10：40	高齡綠療育活動 (一) 栽植與健康促進體驗	桃園農業改良場專家指導，進行具備感官刺激及精細動作訓練之作物栽植體驗。 於操作前進行簡要問卷前測。	2 樓露臺
10：40-10：50	茶敘與場域轉換	享用簡單茶點與休息，全體人員由露臺陸續進入禮堂。	
10：50-11：50	高齡綠療育活動 (二) 生態瓶與創造力手作體驗	桃園農業改良場專家指導，進行生態、美學與專注力結合的生態瓶製作手作活動。 於操作後進行簡要問卷後測。	2 樓禮堂
11：50-12：30	綜合座談/跨域合作展望	1. 執行報告：輔導團隊說明本年度北區綠色照顧計畫跨域合作執行成果與未來推動方向。 2. 專家學者與談：邀請專家學者針對活動體驗進行專業剖析，並針對技術轉譯、活動設計、資源共享等提出建議。 3. 綜合討論：地方機關及社區代表提問與意見交流，確認後續合作窗口與機制。	2 樓禮堂

(五)活動辦理情形：本次活動由專業講師分別執行兩項重點綠色療育體驗課程，包括「栽植與健康促進體驗」及「樂齡綠創與活力手作體驗」。所有與會者，包含各縣市政府相關業務成員及鄰近綠色照顧社區代表，皆全程參與實作，以深化對綠色照顧服務內容的理解與認知。活動過程並安排專家諮詢與交流環節，邀請領域專家學者針對社區推動療育活動之過程，提供專業剖析與指導，尤其針對潛在風險與應注意事項進行了縝密交流。綜合座談階段，與會社區代表積極提出未來規劃綠色療育課程時所遭遇之具體疑義，同時針對本計畫成果發表會的辦理形式提供建設性建議。透過本次多方交流與意見彙集，不僅確立了後續社區輔導的重點方向，亦有效確認了跨域合作之溝通窗口與機制，圓滿達成預期之交流目標。



農業部農村發展及水土保持署臺北分署		
114年北區農村綠色照顧輔導計畫 綠色照顧時域合作交流會 簽到表		
時間：114年11月14日(五) 08:30-12:00		
地點：農委會農業政策發展處 國際會議廳(台北市松山民生南路二段258號)		
出席單位：農業部農村發展及水土保持署、農業部國際農業發展處		
主辦單位：農業部農村發展及水土保持署臺北分署、農業部國際農業發展處		
執行單位：台灣巴利刺亞聯合經濟開發有限公司		
单位名称	職務	簽名處
農業部農村發展及水土保持署臺北分署	副分署長	蔣怡維
農業部 桃園區農業改良場	業務課長	吳如瑛
	主任室 博士	王信慶
空留學	陳淑敏 院長	陳淑敏
空留學	主任室 博士	王信慶

第 1 頁，共 4 頁

農業部農村發展及水土保持署臺北分署		
114年北區農村綠色照顧輔導計畫 綠色照顧時域合作交流會 簽到表		
時間：114年11月14日(五) 08:30-12:00		
地點：農委會農業政策發展處 國際會議廳(台北市松山民生南路二段258號)		
出席單位：農業部農村發展及水土保持署、農業部國際農業發展處		
主辦單位：農業部農村發展及水土保持署臺北分署、農業部國際農業發展處		
執行單位：台灣巴利刺亞聯合經濟開發有限公司		
单位名称	職務	簽名處
臺北市政府	雅用研習員	楊吉仁
新北市市政府	葉國雄	葉國雄
基隆市政府	黃明輝	黃明輝
桃園市政府	黃明輝	黃明輝
新竹縣政府	黃明輝	黃明輝

第 2 頁，共 4 頁

農業部農村發展及水土保持署臺北分署		
114年北區農村綠色照顧輔導計畫 綠色照顧時域合作交流會 簽到表		
時間：114年11月14日(五) 08:30-12:00		
地點：農委會農業政策發展處 國際會議廳(台北市松山民生南路二段258號)		
出席單位：農業部農村發展及水土保持署、農業部國際農業發展處		
主辦單位：農業部農村發展及水土保持署臺北分署、農業部國際農業發展處		
執行單位：台灣巴利刺亞聯合經濟開發有限公司		
单位名称	職務	簽名處
新竹市政府	蔡榮和	蔡榮和
宜蘭县政府	郭	陳繼
花蓮县政府		
114年北區綠色照顧 輔導計畫團隊	郭	蔣怡維

第 3 頁，共 4 頁

農業部農村發展及水土保持署臺北分署		
114年北區農村綠色照顧輔導計畫 綠色照顧時域合作交流會 簽到表		
時間：114年11月14日(五) 08:30-12:00		
地點：農委會農業政策發展處 國際會議廳(台北市松山民生南路二段258號)		
出席單位：農業部農村發展及水土保持署、農業部國際農業發展處		
主辦單位：農業部農村發展及水土保持署臺北分署、農業部國際農業發展處		
執行單位：台灣巴利刺亞聯合經濟開發有限公司		
单位名称	職務	簽名處
新北市政府	蔡榮和	蔡榮和
宜蘭縣政府	郭	陳繼
花蓮县政府		
114年北區綠色照顧 輔導計畫團隊	郭	蔣怡維

第 4 頁，共 4 頁

各縣市政府及社區代表簽到單

第四章 專案管理機制與資料庫調查和成果案例

本章就委託工作項目第三項，此計畫須彙整農村社區綠色照顧受輔導案件之成果案例至少 5 案；協助輔導 3 處社區科技導入活動效益量測-精準健康搭配操作；協助 3 處十大綠照站參賽。為聚焦輔導優良社區參與 114 年全國十大綠照站競賽，呈現深化而多元成果，以提高獲獎機會。本計畫擬將優良案例、活動效益量測、十大綠照站競賽三項工作，聚焦輔導相同的社區。

為展現北區農村執行綠色照顧計畫之成果，特別進行優良案例成果彙編，展現社區在綠色照顧計畫各面向執行的特色；並輔導優良案例導入科技進行活動效益量測，瞭解計畫執行對高齡健康之促進；同時選擇優良社區，推薦參加 114 年全國十大綠照站競賽，做為北區和全國的執行典範。

第一節 優良案例篩選

依採購說明，此計畫須彙整農村社區綠色照顧受輔導案件之成果案例至少 5 案；協助輔導 3 處社區科技導入活動效益量測-精準健康搭配操作；協助 3 處十大綠照站參賽。為聚焦輔導優良社區參與 114 年全國十大綠照站競賽，呈現深化而多元成果，以提高獲獎機會。本計畫擬將優良案例、活動效益量測、十大綠照站競賽三項工作，聚焦輔導相同的社區。

根據本計畫執行 111~113 年計畫輔導經驗，社區在第一年多處於摸索階段，社區特色較不明顯、成果展現也較為初步；第二年熟悉計畫後，開始發展明確特色、成果展現也較豐富。因此，本年度優良案例主要以 111 年度社區（114 年度執行第四年）和 112 年度社區（114 年度執行第三年）為範疇，根據針對 111 年~113 年計畫執行成果，進行評估，初步評估後，篩選出 10 個社區。篩選標準包括：

- 一、執行面向多元（四大面向都執行）
- 二、發揮社區特色
- 三、持續創新創意
- 四、跨域合作結合
- 五、社區動能高效

其中，因 113 年度計畫曾完成彙整八個社區彙編（福成、內柵、大墩山、忠寮、水磧、樂天、海山、八斗），亦於 2 社區進行活動效益測量示範（福成、水磧），因此這些社區之案例彙編和活動效益評估採取更新輔導，另擇其它社區執行。初步評估後篩選名單如下：

表 43 案例彙編與活動評估和競賽輔導之優良社區篩選

編號	縣市	社區	年期	特色	成果案例彙編 (至少 5 處)	活動效益量測 (至少 3 處)
1	新竹縣	水磧	第 3 年	客家三草 養生療育	由 113 年彙編 成果更新	優選
2	新竹市	海山	第 3 年	咖啡產業 多元照顧	由 113 年彙編 成果更新	優選
3	宜蘭縣	福成	第 4 年	多巴胺衣 食玩染	由 113 年彙編 成果更新	由 113 年測量 更新輔導
4	桃園市	內柵	第 4 年	農村巧藝 長者領航	由 113 年彙編 成果更新	優選
5	宜蘭縣	藁巷	第 4 年	香草療育 休閒農村	優選	備選
6	新竹縣	橫山	第 4 年	舉村青年 共伴承歡	優選	備選
7	桃園市	溪口 台	第 3 年	泰雅原鄉 食味共享	優選	備選
8	桃園市	高原	第 3 年	艾草飄香 五行食農	優選	備選
9	新北市	紫東	第 4 年	共餐也顧 長輩早餐	優選	備選
10	宜蘭縣	朝陽	第 3 年	漁村故事 生命繪本	優選	備選

水際社區

農村特色發揮

發揮花茶產業特色

社區資源整合

在地青農合作

世代協力傳承

適合北埔國小戶外課程

綠療育

十步香草樂園區

- 香草園育
- 療育環境

綠場域

香草地景區

- 花海地景
- 田園餐桌

綠飲食

花茶共餐

- 香草田的餐桌

綠陪伴

花茶養生療育

- 香草栽植與採收
- 金銀花
- 檸檬馬鞭草
- 與在地青農合作

花茶養生飲食菜單

客家三草社區產業

【綠場域+綠飲食+綠療育→生產老化】

艾草種植

艾草成長

艾草採收

艾草茶販售

供餐艾草雞酒蛋

紫蘇種植

紫蘇成長

紫蘇採收

紫蘇產品販售

特色餐飲

魚腥草種植

魚腥草成長

魚腥草包裝

魚腥草茶餅販售

魚腥草綠豆豬肚湯

客家三草養生療育

海山社區

農村特色發揮

「鹿仔坑」咖啡品牌

社區資源整合

咖啡結合療育活動

世代協力傳承

青銀共創咖啡產業

綠療育

空間布置

園藝療育

(鹿角葉、咖啡生活產品、種子森林)

綠場域

咖啡渣有機堆肥

社區產製肥料再利用

綠飲食

咖啡料理

地中海飲食(定食、簡餐)

綠陪伴

咖啡藝術創作

拉拉花、咖啡漬藝術

感官品評

杯測、芳香療法

台大品評室師資聯合

共餐送餐

關懷訪視

行動餐車

一日咖啡師

受贈市府單位市集攤位

【綠療育】咖啡/綠植

水苔球

水苔自己動手做

咖啡渣清潔大室樂不累

綠豆結及咖啡渣芳香皂

精油蠟燭

美味美食的種植區

【綠場域】繽紛菜園

【綠陪伴】共融照顧

新竹自閉症協會

佳佳幼稚園

【綠飲食】地中海飲食料理

與健康諮詢師共同討論設計四個組合餐盤(三草一素食餐盒，搭配社區種植的蔬菜及香草(綠花椰菜、秋葵、菠菜、迷迭香、糯米椒、紅蘿蔔、茄子、南瓜、九層塔)。

咖啡產業多元照顧

福成社區

農村特色發揮

大青藍染課程

社區資源整合

長青直播室

世代協力傳承

糕餅烘培教室

綠療育

九股山步道

社區散步

食農教育示範地

綠場域

年節糕餅製作

專在地烘培師實

綠飲食

食農教育園藝療育

大青藍染

生態導覽

植物染製作

綠陪伴

長青直播室

社區直播室直播

高齡便當

高齡者營養牙口配合

在地食譜設計

高齡健康餐

年節糕餅禮盒

【生產老化】染工坊

【綠飲食】植物染餐食

【綠療育】藍染美學

多巴胺衣食玩染

內柵社區

農村特色發揮

- 耆老課程
- 社區資源整合
- 共同開發家鄉食譜
- 世代協力傳承
- 訪視紀錄冊

綠療育 共好菜園 無障礙設施休憩座椅 不彎腰菜園

綠場域 社區共餐 外送鄰近社區餐食 共餐+送餐+取餐

綠飲食 家鄉食譜開發 豆干滷味飲食 延伸食農教育

綠陪伴 生活紀錄簿 訪視過程紀錄 綠療育課程照片 陪伴示範模式

農村巧藝園藝療育 手工巧藝 香椿精油 竹編課程 香味連結回憶 系統化架構 培養在地歸實種子

【生產老化】社區療育產業

耆老擔任社區小旅行帶領講師

伴手禮

【綠場域】優質高齡活動場域

農村巧藝者長領航

【綠療育】長輩升級當講師

黃阿嬌 在地故事 (在地故事解說、活動講師助理)	楊麗慧 食農教育 (食農教育講師、點心研發助理)	鄭金春 園藝療育 (園藝療育、活動後的整理)
吳妮娜 食農教育 (食農教育講師、廚藝、飲品老手)	林阿省 講師助理 (活動分組帶領組員、活動後整理組員)	林媽嬌 夥伴聯繫 (活動前後聯繫在地耆老協助組員)
白素環 食農教育 (食農教育講師、活動導遊老師)	鍾吉海 社區導覽 (社區導覽、換時空、採花生講師)	陳彥霖 木作工藝 (活動分組老師、工藝教學)

【綠場域】優質高齡活動場域

橫山社區

112年桃園縣金牌農村(銅牌)

農村特色發揮

- 多元師資療育課程
- 社區資源整合
- 社區青年商店合作
- 世代協力傳承
- 老中青幼共學課程

綠療育 牛路崎三叉埤古道 生態歷史教育解說 結合橫山國小課程 梨園小屋 青年在地產業 販售課程作品

綠場域 青年共創竹編療育 蚯蚓堆肥菜園 社區廚房及菜園使用

綠飲食 食農教育 客家回憶料理課程化 與在地青農合作

綠陪伴 農村巧藝活動 竹編工藝製作 木工手作 結合青年特色專長 活動中心布置 環氣樹臨手工藝 療育課程作品布置

【綠場域】創造溫馨的特色空間

【綠療育】在地青年講師陣容

園藝療育 陳錦珠 社區健康導師	食農教育 彭美琪 蜜蜂學苑負責人	工藝製作 陳宜恩(木藝) 河堤下工作室負責人	創意料理 徐嘉宏 社區烘培師 112年取得烘焙證照	身體律動 張虹琳 允樂空中劇場皮拉提斯工作室負責人
-----------------	------------------	------------------------	---------------------------	---------------------------

舉村青年共伴承歡

【綠場域】創造溫馨的特色空間

【綠療育】在地青年講師陣容

溪口台社區

112年桃園縣金牌農村
113年全國銀牌農村

農村特色發揮

- 泰雅文化
- 社區資源整合
- 原民園區融入特色產業
- 世代協力傳承
- 傳統美食文化傳承

綠療育 原民特色園區 原民餐桌結合社區小旅行

綠場域 溪口台 原民餐桌 (竹編花藝+傳統在地食材+泰雅婦女養生美食)

綠飲食 不彎腰菜園 傳統在地食材(三合草、山萬壽)

綠陪伴 原民在地花藝與農廢再利用開發 在地花種、竹編工藝

【綠場域】共餐菜園建置

【綠飲食】泰雅特色料理

【綠療育】綠療手工書

泰雅原鄉食味共享

【綠場域】共餐菜園建置

【綠飲食】泰雅特色料理

高原社區

農村特色發揮

可食地景艾草園

社區資源整合

青農合作種植加工

世代協力傳承

老幼加工共學

綠療育

可食地景艾草園
採艾草活動

臺灣客家茶文化館
聚群學習

綠場域

艾草茶葉健康茶譜

共餐食堂
長輩自煮風味餐

綠飲食

艾草/茶葉加工
在地青農合作

共餐送餐
關懷訪視

綠陪伴

芳療體驗活動
艾草葉用品/藥浴包
與香艾工作坊合作

茶藝共學
與隨緣茶空間合作

【綠場域】五行菜園

【綠飲食】家鄉食譜料理

【綠療育】五行香草療育

五行湯圓/香草料理/木紫果饅頭

艾草飄香五行食農

紫東社區

112年新北市金牌農村

113年全國銅牌農村

農村特色發揮

特色食材開發

社區資源整合

平溪國小藍校舍改造

世代協力傳承

鑼鼓陣老幼傳承

綠療育

社區供餐廚房
料理專業體驗
鄰近社區送餐

平溪國小
舊校舍改造美化
療育課程空間
北醫健檢站

綠場域

社區共餐菜園
自給自足 蔬果契種

綠飲食

家鄉食譜設計
山南養生餐
紅淡菜
外送鄰近社區餐食

綠陪伴

鑼鼓陣課程
音樂治療
成果發表會

食農教育課程
特色食材教案開發
結合農村小旅行

【綠飲食】送早餐—包子、饅頭融入地方食材

自十月起每周四製作在地食材包子、饅頭送餐。

新增送餐服務，累計送餐包子、饅頭超過1,000顆。

願早餐

【綠療育】淡蘭古道鑼鼓陣

小農志工培育共餐蔬菜

共餐也顧長輩早餐

朝陽社區

112年宜蘭縣金牌農村

113年全國金牌農村

農村特色發揮

客家漁村

社區資源整合

在地講師

世代協力傳承

生命故事繪本

綠療育

生命故事繪本
在地藝術治療師合作

共餐菜園
療育採摘課

綠場域

農漁產加工品
料理包開發
台大食料所教授師資
聯合並協助開發

綠飲食

共餐送餐
關懷訪視

長壽俱樂部
新春團拜、老人慶生、
春季旅遊及自強活動

綠陪伴

朝陽客家漁產

【綠場域】社區菜園

春(4-6月)	大陸菜、A菜、韭菜、地瓜葉、菠菜、芥菜、花生、粉豆、小黃瓜
夏(7-9月)	青苔、韭菜、地瓜葉、空心菜、糖芥菜、蓮子、青蝦、蒜苗
秋(10-12月)	茼蒿、白蘿蔔、紅蘿蔔、地瓜、大屋珠、A菜、檸檬
冬(1-3月)	芋頭、地瓜、茼蒿、蒜仔

【綠療育】長輩生命故事繪本

生命故事影片

我的腳-走過的地方

漁產/長輩生命故事繪本

圖 50 案例彙編與活動評估和競賽輔導之優良社區特色

第二節 執行構想

一、成果案例彙整

113 年彙整北區農村社區綠色照顧成果彙 8 案。今年度計畫根據社區執行成果，選出 5 社區之成果作為優良案例彙編，包括新竹縣橫山鄉橫山社區、宜蘭縣員山鄉蓁巷社區、桃園市龍潭區高原社區、桃園市復興區溪口台部落以及桃園市龍潭區三水社區。

為讓優良案例彙編成果一致呈現，延續 113 年計畫，編撰主要內容主要有：1.社區推動背景、歷程或使命等；2.綠照四面向重要成果；3.亮點特色成果(如零飢餓、食農教育、青銀共創、暖設計、綠照挺手團等)；4.效益及下一階段目標。

新竹縣橫山鄉橫山社區發展協會

農業部農村發展及水土保持署臺北分署

食農教育，水梨米香

新竹縣橫山鄉 橫山社區發展協會

提案單位：新竹縣橫山鄉橫山社區發展協會

綠照站：新竹縣橫山鄉橫山村

服務範圍：新竹縣橫山鄉橫山社區

執行期程：114年01月20日 至116年12月31日

執行面向：☒ 綠飲食 ☒ 綠療育 ☒ 綠陪伴

新竹縣橫山鄉橫山社區綠色照顧計畫



橫

北區農村社區綠色照顧輔導計畫
彙編

PART 1

01/社區推動背景



橫山社區位於新竹縣橫山鄉，主要作物包括柑桔、韭菜和橫山梨為主，並製作左手香膏、防蚊液以及薑薑皂等加工產品。橫山社區推廣食農教育活動及多元手作活動。

橫山社區的社區活動主要以橫山社區活動中心為主，以促進社區發展增進居民福利、團結互助社區為宗旨，並以「橫山好家」為據點，促進青銀共創與地方創生，耕耘社區與文化脈絡的連結。橫山社區與高齡長者持續聯手，因此以望山生活的核心主軸，串聯長者照護、青年返鄉創業、環境保護、在地文化傳承等議題，帶動地區整體發展。推動工作包括促進長者社會參與與青銀創新、自然生態復育維護與旅遊規劃，以及社區在地產業及觀光資源創新整合。

橫山社區

02/綠色照顧重要成果

社區菜園

■ 包含社區不帶種菜園及其鄰近農地，由於共創菜園距離活動中心約1公里，基於社區長者安全，由社區志工協助經營。

執行內容

- 購買時節性的菜苗種植，作物種植規劃共分成三期種植，第一期3月底前，種植硬藤瓜類、豆類、五穀等；第二期為9月以葉菜類為主；第三期為11月，以人冬客家冬菜食材蘿蔔、芥菜為主，其他則搭配應時性作物為主，例如紫蘇、鼠麴草、艾草、香料植物等。
- 菜園內也會與地方農場合作，以馬糞作為有機肥，補充土壤肥分。

綠飲食



橫山社區

114e x 116e



宜蘭縣員山鄉莪巷社區發展協會

農業部農村發展及水土保持署臺北分署

泉湧共榮，蒿香再生

宜蘭縣員山鄉
莪巷社區發展協會

提案單位：宜蘭縣員山鄉莪巷社區發展協會

綠照站：員山鄉莪巷村成功路45號

服務範圍：莪巷社區、尚德社區、內城社區、深溝社區

執行期程：114年01月01日至116年12月31日

執行面向：☑綠飲食 ☑綠療育 ☑綠陪伴

宜蘭縣員山鄉莪巷社區綠色照顧計畫



莪

北區農村社區綠色照顧輔導計畫
彙編

PART 2

農業部農村發展及水土保持署臺北分署

高原艾香，農村巧藝

桃園市龍潭區
高原社區發展協會

提案單位：桃園市龍潭區高原社區發展協會

綠照站：桃園市龍潭區龍源路11號

服務範圍：桃園市龍潭區高原社區

執行期程：112年5月15日至114年12月31日

執行面向：☑綠場域 ☑綠飲食 ☑綠療育 ☑綠陪伴

桃園市龍潭區高原社區綠照計畫

高

北區農村社區綠色照顧輔導計畫彙編

PART 3



01/社區推動背景



高原社區位於桃園市龍潭區，面積約為7.34平方公里，主要作物包含艾草、茶、有機蔬菜等，當地提供艾草與茶葉加工DIY體驗活動，亦可體驗採茶、茶藝活動等產業觀光資源。社區內之謝家埤塘、泥機子埤塘等埤塘現已做為生態保育用途，也放置浮島式菜園於埤塘中，透過魚菜共生技術進行生態復育，埤塘與生態池為當地生物之重要生態棲地，也可在此地發現瀕絕物種龍潭苦蕒。

高原社區

02/綠色照顧重要成果

綠場域

高原社區

112~114

■共餐菜園 從荒蕪到豐收

■將原本的五行菜桌區域，擴展為一座長者休憩的瓜棚架，十六座供餐菜園，九座不覺腰菜桌(含原五行菜桌)，四處五感香草花園、二處艾草種植區。



改造前菜園實況



改造後菜園實況

02/綠色照顧重要成果

綠療育

高原社區

112~114

■共餐菜園 從荒蕪到豐收

■共餐菜園1處，距離社區據點約10公尺

■目前設置有一座瓜棚架、十四座供餐菜園、兩座不覺腰菜桌、六座五行不覺腰菜桌、四座不覺腰菜桌(此由桃園農改場提供)、四處香草五感園區及一座堆肥箱。

原為荒蕪閒置之土地，經與地主協調，無償提供社區使用，且地點在市民活動中心前面，適合長者活動及做為供餐菜園。



111年

112年

113年至今



菜園全年種植規劃

菜園規劃

02/綠色照顧重要成果

綠飲食

高原社區

112~114

■共餐菜園 從荒蕪到豐收



輪椅族友善不覺腰菜桌

高椅座80cm

高齡者到菜園參與種植活動實況

從場域到餐桌，高齡者親自參與共餐餐食的種植與準備

02/綠色照顧重要成果

綠飲食

高原社區

112~114

■特色共餐活動與家鄉食譜設計

■供餐20位，自114.6.2~114.11.30止，已執行2週，約200人次。



老幼教導製作適合長者之客家料理、色香味俱全的料理

長輩設計

出版與用餐

家鄉食譜設計



食譜提供附食譜及社區長者參考使用。

02/綠色照顧重要成果

綠療育

高原社區

112~114

■社區特色植物 艾草療育活動設計

序號	月份	課程主題	備註
1	5月	食農教育	執行4小時
2	6月	食農教育	執行4小時
合計			已執行8小時/總時數47小時



食農教育課程



艾草及菜苗種植

刈菜收成及艾草粽吊飾



桃園市復興區溪口台部落

農業部農村發展及水土保持署臺北分署

泰雅傳心，編織新故事

桃園市復興區 溪口台部落

提案單位：台灣原住民愛加倍文教關懷協會

綠照站：桃園市復興區潭仁里溪口台4鄰59號之1

服務範圍：桃園市復興區溪口台部落

執行期程：112年5月16日至114年12月31日

執行面向： ☒ 綠場域 ☒ 綠飲食 ☒ 綠療育 ☒ 綠陪伴

桃園市復興區溪口台部落綠色照顧計畫

溪

北區農村社區綠色照顧輔導計畫彙編

PART 4



02 / 綠色照顧重要成果

綠場域

溪口台部落
112年 114年

- 共餐菜園改善與活化
- 提升場域可及性
- 設置樂活菜園高架式植栽架與不鏽鋼菜園



增設扶手坡道至共餐菜園 坡道降低高度 高齡者使用不鏽鋼菜園 蔬菜生長情況

02 / 綠色照顧重要成果

綠場域

溪口台部落
112年 114年

- 共餐菜園改善與活化
- 設置綠廊道-打造格欄架
- 增設種植架蔬菜棚架



改善後 以柱竹固定、加強結構，設置木架橋新 爬藤蔬菜生長情況

02 / 綠色照顧重要成果

綠飲食

溪口台部落
112年 114年

- 提供不銹鋼環保餐盒，份量一致，分層食材，使長者吃得健康。
- 自114年5月1日開始供餐~114年9月止，已執行7週，約供735人次。
- 共餐菜園蔬菜種植，可提供部分長者綠飲食材。
- 定點晚餐23位，晚餐12位，合計35位。



共餐實況 共餐實況 共餐實況 共餐實況 共餐實況 共餐實況

02 / 綠色照顧重要成果

綠飲食

溪口台部落
112年 114年

- 社區特色菜單研發



共同討論菜單研發 菜單初步討論 與老師進行討論 以錄影方式呈現食譜設計

02 / 綠色照顧重要成果

綠療育

溪口台部落
112年 114年

- 多元療育課程
- 食農教育(小米)

序號	月份	課程主題	備註
1	5月	小米小廚	執行3小時
2	5月	小米鬆餅	執行3小時
3	5月	小米蛋糕結合水蜜桃醬	執行3小時
合計/已執行9小時/總時數27小時			



共餐實況 共餐實況 共餐實況 共餐實況 共餐實況 共餐實況

02 / 綠色照顧重要成果

綠療育

溪口台部落
112年 114年

- 多元療育課程
- 從產地到餐桌

序號	月份	課程主題	備註
1	5月	香茅飲品	執行3小時
2	6月	小米穀物餐餐粥	執行3小時
3	6月	刺蔥冬瓜露	執行3小時
合計/已執行9小時/總時數24小時			



自產小米結合多種穀物養生粥 老老共學在地香茅植物養生飲品

02 / 綠色照顧重要成果

綠療育

溪口台部落
112年 114年

- 多元療育課程
- 音樂、文化技藝、肌力等課程

序號	月份	課程主題	備註
1	5月	腦力活用非洲鼓	執行3小時
2	5月	泰雅編織隨身小物	執行3小時
3	5月	祝福竹圍吊飾	執行3小時
合計/已執行9小時/總時數21小時			



綠色創意 祝福竹圍吊飾 綠色樂活 編織藝術創作

02 / 綠色照顧重要成果

綠療育

溪口台部落
112年 114年

- 多元療育課程
- 植物手作DIY

序號	月份	課程主題	備註
1	5月	多肉盆栽	執行3小時
2	5月	歡慶母親-手織花束	執行3小時
3	5月	香草植物種植	執行3小時
合計/已執行9小時/總時數18小時			



植物盆栽種植 長者自種、自養、自護 認識泰雅原生種植物

02 / 綠色照顧重要成果

綠療育

溪口台部落
112年 114年

- 多元療育課程
- 食農教育(小米)



食農教育(小米) 食農教育(小米) 食農教育(小米) 食農教育(小米) 食農教育(小米) 食農教育(小米)

02 / 綠色照顧重要成果

綠陪伴

溪口台部落
112年 114年

- 綠陪伴的日課：上課陪伴、實地家訪、電話問安、記錄長輩生理測量、追蹤疾病狀況及用藥情形、與家人聯繫確認長者照顧狀況。
- 課程實際參與後
 - 高齡者狀態：快樂無壓力，老老彼此分享及談心，回憶小時候生活，老老共學彼此增加新知識。
 - 高齡者心靈上的改變：願意突破新的挑戰，願意學習新的東西，不斷學習。
- 自114.01.01~114.06.05，家訪執行22週，約1344人次，電話執行22週，約672人次。



陪伴長者上課，關注長輩上課狀況 到府訪視個別長輩

02 / 綠色照顧重要成果

綠陪伴

溪口台部落 112 ~ 114

志工教長者使用手機
沒有課程也可以玩桌遊互動
場站包戲繡
台中參訪-伯拉罕共生照顧勞動合作

02 / 綠色照顧重要成果

綠陪伴

溪口台部落 112 ~ 114

長照單位-失智講座
營養師衛教
醫療單位連結-健檢
教育資源連結-健康檢測、健康教育
慈濟基金會-護具教學

02 / 綠色照顧重要成果

綠陪伴

溪口台部落 112 ~ 114

淨零綠生活講習
醫護學校教育連結
多元單位福利宣導
物資資源分享-里辦公處-機構物資分配

03 / 社區亮點特色成果

溪口台部落 112 ~ 114

- 金牌農村
台灣稻香在桃園舉辦，其中一屆展示為部落長者攜手年輕人共5名共同完成牌望台製作。
- 藝文文化傳承
綠舞向課程結合臺灣文化特色

小米特色麵點製作課程
綠色樂活 編織藝術創作
場站期望台搭建展示
認識泰雅族原生種植物

04 / 效益及下一階段目標

溪口台部落

- 綠場域：共製草園種植相關持續整新銘牌，徒步走道施作防滑，種植爬藤蔬菜及周邊綠美化。
- 綠飲食：
 - 持續進行長者及弱勢團體供餐，不斷更新菜單，維護長者飲食均衡。
 - 部落食譜設計完成，並以錄製影片方式進行食譜介紹及呈現。
- 綠康育：持續進行四大主題安排長者課程。
- 綠陪伴：持續陪伴及關懷長者，隨時掌握長者身心狀況。

04 / 效益及下一階段目標

溪口台部落

桃園市龍潭區三水社區發展協會

農業部農村發展及水土保持署臺北分署

農藝傳承，竹藝三水

桃園市龍潭區 三水社區發展協會

提案單位：桃園市龍潭區三水社區發展協會

綠 照 站：桃園市龍潭區龍新路三水段244巷38弄28號

服務範圍：三水社區

執行期程：113年01月04日 至115年12月31日

執行面向：☑綠場域 ☑綠飲食 ☑綠康育 ☑綠陪伴

桃園市龍潭區三水社區綠色照顧計畫



北區農村社區綠色照顧輔導計畫
彙編

PART 5

01/ 社區推動背景

三水社區



三水社區位於桃園市龍潭區，居民是客家裔為主，產業以農業、種茶為主。三水社區活動主要以三水社區活動中心為主。三水社區內推廣多樣社區活動，包含舞蹈、歌謠、花鼓、竹紙才藝班等。

三水社區預計將以在地「客家米食文化」、「農村三生(生活、生產、生態)」為主題元素，合作在地青年利用設計美學、行銷宣傳手法，共同開發時令季節特色遊程、農村工藝手作體驗、在地風味餐飲及相關伴手禮，以不同感官品味地方魅力，同時促進地方就業機會，接著推動地方福利化-社區關懷服務計畫，減輕區內的長期成本、費用或加值在地特色資源，以打造宜人宜居，且具競爭力的農村社區為目標。

02/ 綠色照顧重要成果

綠場域

三水社區

113~ 115

■ 社區菜園設置不帶輪可移動式種植區

- 設立不帶輪可移動式種植區，讓從未參與種植之長者，也能體會種植樂趣。
- 不帶輪可移動式菜園除了能讓更多人參與外，還能確保目前有能力進行一般菜園耕種的長者，不被老化而削弱種植興趣。



菜園不利行動不便之長者使用



增加不帶輪種植區，讓大家都能體驗種植樂趣

02/ 綠色照顧重要成果

綠飲食

三水社區

113~ 115

■ 共餐菜園

- 購買種子，菜苗種植秉持從土地到餐桌的食安理念，進行共餐服務，照顧社區高齡長者，另結合社區竹藝聯誼社區綠蔭共餐。

- 在種植食村活動中，讓社區長者藉由教導青年種植知識，透過經驗傳遞及互動，讓青年及長者相互學習。
- 社區弱勢家庭及偏遠或行動不便長者送餐服務：提供送餐人數10人，供應每日午餐，共計約87天。



長者到菜園參與綠蔭課程實況

02/ 綠色照顧重要成果

綠飲食

三水社區

113~ 115

■ 共餐菜園

- 餐食規劃、食譜設計
- 1. 家鄉食譜與在地料理開發：開發特色米食食譜
- 2. 以菜園現有當季蔬菜為主
- 3. 接受當地菜農、商家提供食材



餐食師與社區媽媽討論菜色，快速又色香味俱全的料理



紀錄料理的製作方式，並製作成食譜

02/ 綠色照顧重要成果

綠療育

三水社區

113~ 115

■ 多元綠療育課程

序號	月份	課程主題	備註
1	3-5月	農村竹文化傳習	執行34小時
2	3-5月	在地家鄉料理與烘培	執行20小時
3	3-5月	食農教育課程	執行18小時
合計			已執行72小時/總時數72小時



農村竹文化傳習：延續三水社區「竹」工藝特色，邀請地方耆老授技藝

食農教育課程：共生菜園種植農產品融入課程，在地特色米食製作

在地家鄉料理與烘培：在地家鄉料理與烘培，體驗紅豆抄手

02/ 綠色照顧重要成果

綠療育

三水社區

113~ 115

■ 多元綠療育課程



農村竹文化傳習：延續三水社區「竹」工藝特色，邀請地方耆老授技藝

食農教育課程：共生菜園種植農產品融入課程，在地特色米食製作

在地家鄉料理與烘培：在地家鄉料理與烘培，體驗紅豆抄手

食農教育課程-種子相關課程

食農教育課程-菜園利用與安全宣講

在地家鄉料理與烘培-包蛋包

02/ 綠色照顧重要成果

綠陪伴

三水社區

113~ 115

■ 訪視對象分級

- 提供關懷訪視服務、送餐到府服務、陪伴就醫服務
- 預計訪視對象為10位排飲食送餐對象。

■ 關懷等級 1

有經濟收入，家中有照顧者同住。

■ 關懷等級 2

10位為關懷等級二，具行動能力，晚上有家人照顧者。

■ 關懷等級 3

行動能力較差，獨居或無中壯年人口同住，無固定經濟收入。



陪伴長者上課，關注長輩上課狀況

到府訪視個別長輩

02/ 綠色照顧重要成果

綠陪伴

三水社區

113~ 115

- 每月訪視時進行綠療育課程宣傳，讓無法至社區參與活動之長者也能體驗相同樂趣；也吸引活動力尚可之長者未來至社區參與活動。



協助課程進行

參加各種增能課程

長者量測血壓

協助社區辦理活動

準備中午午餐(包含送餐)

紀錄課程活動

03/ 社區亮點特色成果

三水社區

113~ 115



長輩帶家屬參加社區活動

課程長輩群組



課程各組同學8點到社區一課，大家配合

- 預計6月底開始製作長輩學習歷程
- 三水社區食農教育，跳躍社區的感產，例如：蔬菜、黑米



三水社區食農教育

04/ 效益及下一階段目標

三水社區

113~ 115

■ 具體成果、後續效益

■ 長輩帶家屬參加社區活動



長輩帶家屬參加社區活動

■ 課程長輩群組



課程各組同學8點到社區一課，大家配合

■ 下一階段目標

- 重新規劃供餐菜園，設立不帶輪可移動式種植區，讓未參與種植之長者，也能體會種植樂趣。
- 透過自行種植共餐所需食材，以及種植之蔬菜提供給周邊商家，讓當季、當地之特產蔬菜與周邊商家知照。
- 行銷社區特產產品，進行社區資源開源節流，以利永續經營。
- 設計有趣的多元綠療育課程，使社區長者積極參與活動，舒緩其身心，延緩失能老化及老年憂鬱情形，以達到減力老化。
- 透過綠場域的植物種植及綠療育的課程，給予長者鼓勵，建立其自信心。
- 藉由綠陪伴，定期掌握及追蹤長者狀況，綠陪伴將請綠陪伴人員，除了增加農村就業機會，也能吸引青年返鄉，以解決社區照顧人力不足及老化情形。

二、活動效益測量

農村社區綠療育活動內容，本計畫分概為七類：農耕種植、園藝療育、農村巧藝、產品加工、烘焙料理、身體律動、音樂療育。本計畫將針對上述篩選出之三個優良社區，輔導社區幹部進行綠療育活動效益量測與分析，內容包括生理（肢體動作分析）與心理效益（情緒和活動態度）。

表 44 優良社區綠療育效益評估方法

類別	評估項目	評估方法	評估工具
個人特性	姓名、性別、年齡、常用語言（國語、台語、客語、其他）、教育程度	問卷調查	
	認知（活動前測量，以確認受測者可以參與研究評估）	問卷調查	SPMSQ 簡易心智狀態問卷
生理效益	肢體動作	行為觀察	攝影機；Mediapipe 人體姿勢檢測軟體
心理效益	情緒	問卷調查	簡式心情狀態量表
	活動態度	訪談	開放式問題

```

video_pose_estimator_show_0811.py
1  #!/usr/bin/env python
2  # -*- coding: utf-8 -*-
3
4  """
5  * 每幀追蹤 → 骨架穩定
6  * 每幀都存角度（含無偵測幀，角度=NaN）→ CSV 對齊時間軸
7  * 同步把骨架畫面寫成 <檔名> pose.mp4
8  * 可選擇是否顯示即時視窗 (--display on/off)
9  """
10
11 import os, cv2, numpy as np, pandas as pd, mediapipe as mp, argparse
12
13 # --- MediaPipe 索引 ---
14 LEFT_SHOULDER, RIGHT_SHOULDER = 11, 12
15 LEFT_ELBOW, RIGHT_ELBOW = 13, 14
16 LEFT_WRIST, RIGHT_WRIST = 15, 16
17 LEFT_HIP, RIGHT_HIP = 23, 24
18 LEFT_KNEE, RIGHT_KNEE = 25, 26
19 LEFT_ANKLE, RIGHT_ANKLE = 27, 28
20
21 def cal_angle(a, b, c):
22     ba, bc = a - b, c - b
23     denom = (np.linalg.norm(ba) * np.linalg.norm(bc)) + 1e-8
24     cos = np.clip(np.dot(ba, bc) / denom, -1.0, 1.0)
25     return np.degrees(np.arccos(cos))
26
27 def angle_analyzer(lms, t_sec):
28     # 若想用 2D 角度，把 z 改成 0.0
29     p = lambda i: np.array([lms[i].x, lms[i].y, lms[i].z])
30     d = {'時間(s)': float(t_sec)}
31     d['左肩'] = cal_angle(p(LEFT_HIP), p(LEFT_SHOULDER), p(LEFT_ELBOW))
32     d['左臂'] = cal_angle(p(LEFT_SHOULDER), p(LEFT_ELBOW), p(LEFT_WRIST))
33     d['左膝'] = cal_angle(p(LEFT_SHOULDER), p(LEFT_HIP), p(LEFT_KNEE))
34     d['左腳'] = cal_angle(p(LEFT_HIP), p(LEFT_KNEE), p(LEFT_ANKLE))
35     d['右肩'] = cal_angle(p(RIGHT_HIP), p(RIGHT_SHOULDER), p(RIGHT_ELBOW))
36     d['右臂'] = cal_angle(p(RIGHT_SHOULDER), p(RIGHT_ELBOW), p(RIGHT_WRIST))
37     d['右膝'] = cal_angle(p(RIGHT_SHOULDER), p(RIGHT_HIP), p(RIGHT_KNEE))
38     d['右腳'] = cal_angle(p(RIGHT_HIP), p(RIGHT_KNEE), p(RIGHT_ANKLE))
39     return d
40
41 # ----- MAIN -----

```

圖 51 E 化示範社區綠療育 python 進行動作分析角度計算

(一)生理效益測量

多元性運動(multi-component exercise)能有效地訓練體適能，提升高齡者自理能力與生活品質(Aragão et al., 2014)，步行降低血壓和血糖以及減少心臟病的風險，有益高齡者健康(Yusuf et al., 1996)。高齡者參與綠療育活動，不僅能刺激感官、穩定情緒，亦可透過肢體活動促進肢體協調與肌耐力，進而延緩身體機能退化與失智風險。為評估其在活動中實際參與的動作幅度與身體使用情形，本研究延續 113 年的方法，採用 MediaPipe 偵測技術，利用手機等簡易攝影器材錄製活動過程，記錄高齡者在活動過程中的身體關節角度，透過姿勢角度分析，了解不同類型的活動能促進到的身體肌肉部位，以及能幫助到他們訓練日常生活需要的肌力。



圖 52 113 年水礫社區肢體動作分析量測

表 45 優良社區活動效益肢體動作分析說明

分析軟體	說明	分析示意
Mediapipe 人體姿勢 檢測技術	Mediapipe 是 google 開發的，具有許多功能，包括人臉辨識、虹膜偵測、姿勢動作、手、頭髮等目標偵測。本研究主要使用人體姿勢動作捕捉功能，準確率在 90% 以上。透過輸入的影片，在 python 進行程式碼編輯，Mediapipe Pose 模型可以標記出身體共 33 個姿勢節點的位置，機器學習資料庫捕捉能即時標記出身體骨架、關節點。可以將	

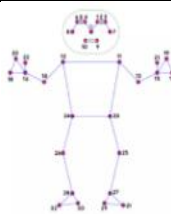
分析軟體	說明	分析示意
	背景去背，了解受測者在活動操作過程的身體骨架動作、關節點。	 0. nose 1. left_eye_inner 2. left_eye 3. left_eye_outer 4. right_eye_inner 5. right_eye 6. right_eye_outer 7. left_ear 8. right_ear 9. mouth_left 10. mouth_right 11. left_shoulder 12. right_shoulder 13. left_elbow 14. right_elbow 15. left_wrist 16. right_wrist 17. left_pinky 18. right_pinky 19. left_index 20. right_index 21. left_thumb 22. right_thumb 23. left_hip 24. right_hip 25. left_knee 26. right_knee 27. left_ankle 28. right_ankle 29. left_foot 30. right_foot 31. left_toe_index 32. right_toe_index

表 46 優良社區活動效益肢體動作分析次數計算

分析項目	計算定義	
動作時間合計	有效分析影片中達成動作之秒數	
動作時間比率	動作時間合計/有效分析影片之時長	
動作次數	有效分析影片中之動作次數(人物沒有被遮擋或離開畫面)	
動作頻率	平均每分鐘之動作次數	4 次以上/每分鐘=高度活動 2~4 次/每分鐘=中度活動 2 次以下/每分鐘=輕度活動

許多日常生活活動 (Activities of Daily Living, ADL) 如喝水、穿衣、坐下或上下樓梯，皆需要一定範圍的關節活動角度(Katz, 1983; Lea & Gerhardt, 1995)。若能長期進行這些動作幅度的活動訓練，有助於維持高齡者的生活自理能力與動作獨立性。因此本計畫參考現有文獻中針對各項日常生活活動所需的平均關節活動角度 (Range of Motion, ROM)，訂定一套判定關節是否達成特定動作的角度標準作為分析依據。ROM 是指關節在主動或被動移動時可達到的角度範圍，可協助判斷一個動作是否足以支撐日常功能性需求(Lea & Gerhardt, 1995)。

在上肢部分，根據 Aizawa et al. (2010)的研究，不同的日常生活活動對肩、肘關節皆有其基本角度需求。使用湯匙吃飯需要提升肩膀 56° ；梳頭髮要提升 110° ，因此，本研究將肩關節提升至 60° 以上作為一次小幅度動作，達到 110° 則計為一次大幅度動作。扣扣子時肘關節需屈曲 69° ；觸碰嘴巴平均則屈 130° ，因此，本研究將設定肩關節屈曲 60° 度作為一次小幅度動作，達到 130° 則計為一次大幅度動作。

在下肢部分，Hyodo et al. (2017)針對日常生活活動中如走路、上下樓梯、上廁所、洗澡、撿東西、綁鞋帶等活動進行關節運動分析，在進行這些動作時，髖關節平均需屈曲約 30° 至 100° ，膝關節屈曲達 60° 至 120° 。因此，本研究將髖關節角度設定於達到 30° 作為一次小幅度動作的判定門檻，達到 100° 則計為一次大幅度動作；膝關節則達到 60° 度時作為一次小幅度動作，達到 120° 則計為一次大幅度動作。

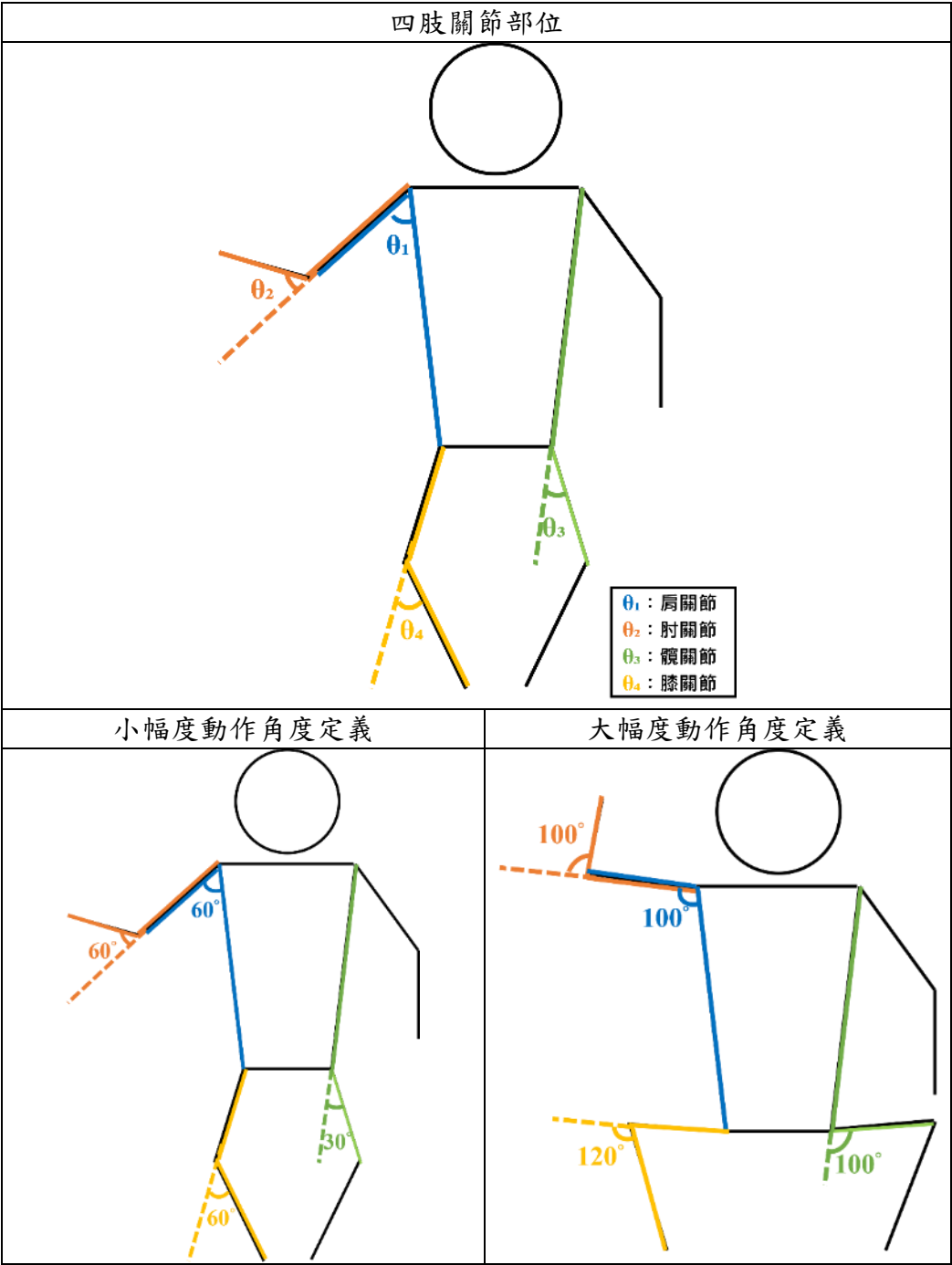
在手指精細動作部分，根據 Hayashi and Shimizu (2013) 的研究，執行日常生活中如寫字、開罐、換燈泡等精細活動時，手指關節平均需達到 60 至 87° 的屈曲角度，小指與無名指的屈曲幅度顯著較大，四指關節（食指、中指、無名指、小指）在進行日常生活活動時平均屈曲角度皆超過 60°，因此，本研究將四指關節屈曲達 60° 作為一次運動參與的判定門檻。

透過分析各關節在活動時達到標準的次數及時間，可作為判定高齡者在活動中是否使用到主要肌群的重要依據，助於分析在進行綠療育活動時，是否有訓練到日常生活活動需要的肌力與關節活動，作為參與程度與功能性活動量的量化依據。

表 47 優良社區活動效益肢體動作分析定義

身體部位	動作幅度類型	判定角度標準	對應健康操動作	主要運動肌群	日常生活意義
肩關節	小幅度	$\geq 60^\circ$	基本抬手、側舉手	三角肌前束、棘上肌	擦桌子、拿水壺、開關燈
	大幅度	$\geq 100^\circ$	雙手上舉、前舉超肩	三角肌中後束、斜方肌上部、鋸前肌	梳頭髮、穿脫上衣、拿高處物品
肘關節	小幅度	$\geq 60^\circ$	手肘輕彎、托物動作	肱橈肌、肱肌	拿杯子、轉門把、夾菜
	大幅度	$\geq 130^\circ$	彎手至胸、拍手	肱二頭肌、肱三頭肌	喝水、刷牙、進食
髖關節	小幅度	$\geq 30^\circ$	抬腿輕舉、開腿伸展	臀中肌、髂腰肌	站立、開始行走、如廁起身
	大幅度	$\geq 100^\circ$	高抬腿操、交替大步走	臀大肌、股直肌、大腿內收肌	綁鞋帶、撿物、穿褲子
膝關節	小幅度	$\geq 60^\circ$	基本彎膝、踏步	股四頭肌、腓腸肌	坐下、行走
	大幅度	$\geq 120^\circ$	屈膝至臀、深蹲起立	股二頭肌、腘繩肌、半腱肌	上樓梯、使用馬桶、跪地撿東西
手指		$\geq 60^\circ$	指尖觸碰、緊握拳	屈指淺肌、骨間肌	開瓶、拉拉鍊、扣鈕扣

表 48 肢體動作分析角度定義



(二)心理效益評估

SPMSQ 簡易心智狀態問卷主要用於「活動前測量」，目的是「確認受測者可以參與研究評估」（即篩選功能，排除重度失智無法配合者），而非作為介入成效的評估指標。不過若要評估綠療育對延緩失智的成效，未來確實應進行前後測，並進行年度追蹤，才能具體呈現智能變化的趨勢。

關於肢體動作未設定前後測之原因，在於本計畫之測量目的為分析不同類型綠療育活動的運動強度與特性，利用動作分析軟體紀錄長輩在參與綠療育活動過程中的實際肢體動作次數與頻率，旨在探討不同活動能引導長輩進行多少次有效的肌力伸展。雖無單次課程的前後測，但可比較不同年度導入之活動對長輩肢體活動量的影響差異。

本研究主要以「總情緒干擾分數」(Total Mood Disturbance, TMD) 作為評估指標，計算公式為「負向情緒總分（緊張+憂鬱+生氣+疲倦+混亂）減去正向情緒分數（活力）」。因此，當 TMD 分數越低，甚至呈現「負值」時，代表受測者的負向情緒越低、或活力程度越高，顯示其心情狀態越健康、正向。

另外，在課程結束後，可對參與長輩進行訪談，瞭解他們對於綠療育活動之態度。問題設計包括：

- 1.活動吸引力：整體活動的滿意度、各活動的偏好程度、推薦意願與再參與意願。
- 2.活動參與效益：參與綠療育活動的自覺效益，如身體健康、心情、認知、社交等面向，甚至是疾病改善等效益。
- 3.活動參與態度：對於綠療育活動之觀感與想法轉變等。
- 4.活動改善建議：各類綠療育活動需要改善的地方，或是希望的活動類型等，抽選部份受測者回答進行統計。

(三) 社區量測與活動介紹

選定水磱、海山、藁巷三個優良社區，根據 114 年的綠色照顧計畫核定本中的活動規劃，每個社區安排不同類別的綠療育活動，一共 7 類、15 個活動，協助社區進行綠療育的活動效益分析。

1. 水磱社區

水磱社區的特色活動融合在地農村文化與綠療育概念，包含三草蛋料理、伴顆茶製作等手作體驗、三草採收等自然農耕活動。

表 49 水磱社區綠療育活動

	綠療育活動	活動日期	受測人數	活動描述	可活動部位
1	料理烘焙-客家三草蛋點心製作 	8/16(六)09:00-12:00	16 人	運用傳統三草蛋，動手做客家冰糕點心。	手指精細動作
2	料理烘焙-客家辦桌菜 	8/27(三)09:00-12:00	7 人	體驗傳統辦桌料理，學習經典菜餚。	手指精細動作
3	農耕種植-艾草、魚腥草採收 	8/31(日)6:30	8 人	使用鋤頭等工具採收客家三草-艾草、紫蘇、魚腥草，同時活動全身筋骨。	肩、手、腕、膝關節
4	產品加工-伴顆茶 	8/31(日)9:00	8 人	動手製作社區特色茶-伴顆茶，將茶葉塞進挖好洞的檸檬裡，並捆綁起來。	手指精細動作

2. 海山社區

海山社區的綠療育活動結合農耕體驗、環保手作、園藝創作、烘焙與音樂療癒等多元形式，活動包括菜園種植、再生手抄紙、植栽拼貼、特色甜點製作與歡樂打鼓課程。

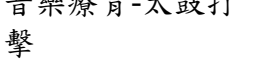
表 50 海山社區綠療育活動

	綠療育活動	活動日期	受測人數	活動描述	可活動部位
1	農村巧藝- 製作再生手抄紙 	7/4(五) 9:00-11:00	10 人	運用回收紙材與植物纖維，製作手抄紙，體驗環保創作與農村手作的質樸魅力。	手指精細動作
2	音樂療育- 歡樂打鼓班 	8/5(二) 9:00-11:00	12 人	透過簡單節奏打擊，釋放情緒、促進團體互動，在歡樂鼓聲中培養節奏感與專注力。	手臂關節活動
3	園藝療育-水苔球 	8/5(二) 13:00-15:00	10 人	結合多樣植物素材，打造綠意作品，激發創造力並感受園藝療癒的樂趣。	手指精細動作
4	農耕種植- 菜園種植 	8/6(三) 6:00-8:00	5 人	整理菜園將雜草拔除，享受自然農趣與的成就感。	肩、手、腕、膝關節
5	產品加工- 手工皂 	8/6(三) 13:00-15:00	10 人	運用天然素材製作手工皂，捏出葡萄造型。	手指精細動作

3. 藦巷社區

藁巷社區的綠療育活動富含自然與在地特色，透過植物拓染、草仔粿製作、有氧律動、手工編織與草本煙草製品等課程，融合手作與香草的應用。

表 51 藁巷社區綠療育活動

	綠療育活動	活動日期	受測人數	活動描述	可活動部位
1	園藝療育- 植物拓染課程 	7/10(四) 9:00-11:00	12 人	透過植物拓印在白布上，可以做為桌巾等裝飾品，幫助心情放鬆與增加專注感。	手指精細動作
2	料理烘焙- 日式醬油糰子製作課程 	7/24(四) 9:00-11:00	13 人	學習日式小吃製作，教導烹調。	手指精細動作
3	身體律動- 有氧運動課程 	7/30(三) 9:00-11:00	11 人	透過簡單音樂節奏引導身體律動，促進心肺功能與肌力，喚醒活力、釋放壓力。	肩、手、腕、膝關節
4	農村巧藝- 手工藝品課程 	8/15(五) 9:00-11:00	9 人	讓學員使用天然植物材料製作特色裝飾品。	手指精細動作
5	產品加工- 蚊子煙草(茵陳蒿)製作 	8/21(四) 9:00-11:00	13 人	利用茵陳蒿等天然草本，手作驅蚊香品，體驗植物應用與環保生活的結合。	手指精細動作
6	音樂療育-太鼓打擊 	8/21(四) 11:00-	13 人	透過敲奏太鼓的悠揚音律，引導	手臂關節活動

	12:00		情緒釋放與心靈放鬆，體驗聲音的療癒力量。	
---	-------	--	----------------------	--

(四) 活動效益分析結果

1. 農耕種植類型活動

(1) 動作分析

農耕種植類型的活動有拔除雜草、栽植及採收三個活動，在肩關節的部分，可以發現海山社區的菜園拔草活動因為是蹲著進行活動，因此在重複拔草的動作中，需要抬升肩膀的幅度較高，因此動作頻率最高，小幅度的抬肩每分鐘達到 32.8 次；大幅抬肩達到 4.3 次。而手肘屈曲運動，則是水礫社區三草採收時頻率最高，小幅度的屈曲每分鐘會進行 37 次，不過大幅度的屈曲在三個農耕活動中，每分鐘都不到一次動作。

在下肢的部分，三草採收時，髖部的小幅度屈曲每分鐘達 33.5 次，而大幅度有 14.9 次，表示在採收三草時需要不斷蹲下－起身－蹲下，腿部的活動量非常大。而拔草及栽植活動髖關節屈曲的動作時間佔比都在 50% 左右，是因為活動時皆需以蹲姿的方式進行，以接近地面農田。而膝關節的部分，採收三草時，膝部小幅度屈曲的次數比大幅度較多；達到動作的時間佔比也是以大幅度屈曲較長，表示在採收時，相比於微蹲，更長的時間是處在蹲姿的狀態。

表 52 農耕種植類型-海山菜園拔草動作分析數據

海山菜園拔草		活動總時長 25 分鐘							
受測者	分析項目	上肢運動				下肢運動			
		小幅抬肩	大幅抬肩	小幅手肘屈曲	大幅手肘屈曲	小幅髖部屈曲	大幅髖部屈曲	小幅膝部屈曲	大幅膝部屈曲
	有效分析時長	1224 秒=20 分 24 秒							

高齡者 1	有效分析時長 動作次數	750 次	71.5 次	447.5 次	11.5 次	443.5 次	375 次	511 次	486.5 次
	動作頻率	36.7 次 / 分	3.5 次 / 分	21.9 次 / 分	0.6 次 / 分	21.7 次 / 分	18.4 次 / 分	25 次 / 分	23.9 次 / 分
	動作時間合計	419.2 秒	24.5 秒	303.3 秒	5.9 秒	296.3 秒	833.6 秒	420.3 秒	521.1 秒
	動作時間比率	34.2%	2%	24.8%	0.48%	24.2%	68%	23.2%	42.6%
高齡者 2	有效分析時長	1017 秒=16 分 57 秒							
	有效分析時長 動作次數	647.5 次	48 次	522 次	39.5 次	204.5 次	293.5 次	463 次	512.5 次
	動作頻率	38.2 次 / 分	2.83 次 / 分	30.8 次 / 分	2.33 次 / 分	12.1 次 / 分	17.3 次 / 分	27.3 次 / 分	30.2 次 / 分
	動作時間合計	456 秒	16.3 秒	259.2 秒	16.7 秒	100 秒	880.4 秒	247 秒	643.9 秒
	動作時間比率	44.8%	1.6%	25.5%	1.64%	9.8%	86.5%	24.3%	63.3%
高齡者 3	有效分析時長	1205 秒=20 分 5 秒							
	有效分析時長 動作次數	480 次	52.5 次	511.5 次	3 次	589.5 次	251 次	504.5 次	189 次
	動作頻率	23.9 次 / 分	2.6 次 / 分	25.5 次 / 分	0.2 / 分	29.4 次 / 分	12.5 次 / 分	25.1 次 / 分	9.4 次 / 分
	動作時間合計	207.9 秒	21.6 秒	247.9 秒	3.8 秒	280.7 秒	140.9 秒	186 秒	105.6 秒
	動作時間比率	17.3%	1.8%	20.6%	0.32%	23.3%	11.7%	15.4%	8.76%
高齡者 4	有效分析時長	754 秒=12 分 34 秒							
	有效分析時長 動作次數	385 次	95 次	377 次	13.5 次	317 次	232 次	228.5 次	93.5 次
	動作頻率	30.6 次 / 分	7.6 次 / 分	30 次 / 分	1.1 次 / 分	25.24 次 / 分	18.5 次 / 分	18.2 次 / 分	7.4 次 / 分
	動作時間合計	240.1 秒	37.4 秒	162 秒	6.1 秒	245 秒	261.4 秒	102.8 秒	91 秒
	動作時間比率	31.8%	5%	21.5%	0.81%	32.5%	34.7%	13.63%	12.1%
高齡者 5	有效分析時長	314 秒=5 分 14 秒							
	有效分析時長 動作次數	181.5 次	25 次	221.5 次	3 次	165.5 次	212 次	139 次	164 次
	動作頻率	32.8 次 / 分	4.78 次 / 分	42.3 次 / 分	0.6 次 / 分	31.6 次 / 分	40.5 次 / 分	26.6 次 / 分	31.3 次 / 分
	動作時間合計	80.9 秒	8.5 秒	92 秒	2.6 秒	85 秒	164.1 秒	63.3 秒	154.4 秒
	動作時間比率	25.8%	2.7%	29.4%	0.8%	27.4%	52.3%	20.16%	49.2%
活動總平均	有效分析時長	903 秒=15 分 3 秒							
	有效分析時長 動作次數	488.8 次	58.4 次	415.9 次	14.1 次	344 次	272.7 次	369.2 次	289.1 次
	動作頻率	32.8 次 / 分	4.3 次 / 分	30.1 次 / 分	0.9 次 / 分	23.9 次 / 分	21.4 次 / 分	24.4 次 / 分	20.4 次 / 分
	動作時間合計	280.8 秒	21.6 秒	212.9 秒	7 秒	201.6 秒	456.1 秒	203.9 秒	303.2 秒

	動作時間比率	30.8%	2.6%	24.3%	0.8%	23.4%	50.6%	21.6%	35.2%
--	--------	-------	------	-------	------	-------	-------	-------	-------

表 53 農耕種植類型-水礫三草採收動作分析數據

水礫三草採收		活動總時長 2 小時							
受測者	分析項目	上肢運動				下肢運動			
		小幅抬肩	大幅抬肩	小幅手肘屈曲	大幅手肘屈曲	小幅腕部屈曲	大幅腕部屈曲	小幅膝部屈曲	大幅膝部屈曲
高齡者 1	有效分析時長	1568 秒=26 分 28 秒							
	有效分析時長動作次數	510 次	46.5 次	476 次	6.5 次	779 次	428 次	620.5 次	428.5 次
	動作頻率	19.5 次/分	1.8 次/分	18.2 次/分	0.3 次/分	29.8 分	16.4 次/分	23.7 次/分	16.4 次/分
	動作時間合計	465 秒	19.6 秒	338.9 秒	3.3 秒	549.2 秒	661.9 秒	272.7 秒	539.9 秒
	動作時間比率	29.7%	1.3%	21.6%	0.2%	35%	68.1%	17.4%	34.4%
高齡者 2	有效分析時長	803 秒=13 分 23 秒							
	有效分析時長動作次數	337.5 次	26 次	567 次	1.5 次	835 次	138 次	548.5 次	19 次
	動作頻率	25.2 次/分	1.9 次/分	42.3 次/分	2.6 次/分	62.3 分	10.3 次/分	40.9 次/分	1.4 次/分
	動作時間合計	215.3 秒	8.8 秒	319.7 秒	2.6 秒	473.3 秒	50.7 秒	221.6 秒	8.6 秒
	動作時間比率	26.7%	1.1%	39.8%	0.1%	58.9%	6.3%	27.6%	1.1%
高齡者 3	有效分析時長	323 秒=5 分 23 秒							
	有效分析時長動作次數	154 次	11.5 次	181 次	0 次	77.5 次	126.5 次	118.5 次	186.5 次
	動作頻率	28.6 次/分	2.1 次/分	33.6 次/分	0 次/分	14.4 分	23.5 次/分	22 次/分	34.6 次/分
	動作時間合計	160.7 秒	4.3 秒	112.4 秒	0 秒	40.9 秒	234.5 秒	57.4 秒	191.6 秒
	動作時間比率	49.7%	1.3%	34.8%	0%	12.7%	72.6%	17.8%	59.3%
高齡	有效分析時長	418 秒=6 分 58 秒							
	有效分析時長動作次數	208.5 次	9.5 次	272 次	4 次	322 次	104 次	246 次	138.5 次

者 4	動作頻率	29.9 次/ 分	1.4 次/ 分	39 次/分	0.6 次/ 分	46.2 分	14.9 次/ 分	35.3 次/ 分	19.9 次/ 分
	動作時間合計	165.1 秒	3.6 秒	137.4 秒	2.7 秒	160.9 秒	148.1 秒	86.6 秒	123.9 秒
	動作時間比率	39.5%	0.9%	32.9%	0.7%	38.5%	35.4%	20.7%	29.6%
高 齡 者 5	有效分析時長	418 秒=6 分 58 秒							
	有效分析時長 動作次數	239 次	16 次	308.5 次	2.5 次	338.5 次	24 次	51.5 次	3 次
	動作頻率	32.6 次/ 分	2.2 次/ 分	42 次/分	0.3 次/ 分	46.1 分	3.3 次/ 分	7 次/分	0.4 次/ 分
	動作時間合計	102.1 秒	6.25 秒	135.3 秒	2.7 秒	206 秒	8.5 秒	19.5 秒	1 秒
	動作時間比率	23.2%	1.4%	30.7%	0.6%	46.8%	1.9%	4.4%	0.2%
高 齡 者 6	有效分析時長	440 秒=7 分 20 秒							
	有效分析時長 動作次數	439.5 次	28 次	403 次	4.5 次	166.5 次	284.5 次	172 次	338.5 次
	動作頻率	48.3 次/ 分	3.1 次/ 分	44.3 次/ 分	0.5 次/ 分	18.3 分	31.3 次/ 分	18.9 次/ 分	37.2 次/ 分
	動作時間合計	236.2 秒	12.5 秒	193.5 秒	2.5 秒	81.4 秒	436.1 秒	60.7 秒	428.1 秒
	動作時間比率	43.3%	2.3%	35.5%	0.5%	14.9%	79.9%	11.1%	78.5%
高 齡 者 7	有效分析時長	469 秒=7 分 49 秒							
	有效分析時長 動作次數	211.5 次	19 次	261 次	0.5 次	185.5 次	19.1 次	163.5 次	191 次
	動作頻率	27 次/分	2.4 次/ 分	33.3 次/ 分	0.1 次/ 分	23.7 分	31.3 次/ 分	20.9 次/ 分	24.4 次/ 分
	動作時間合計	195.2 秒	7.8 秒	150.8 秒	0.7 秒	101 秒	247.9 秒	74.3 秒	187.6 秒
	動作時間比率	41.5%	1.7%	32.1%	0.1%	21.5%	52.8%	15.8%	39.9%
高 齡 者 8	有效分析時長	305 秒=5 分 5 秒							
	有效分析時長 動作次數	132 次	1.5 次	226.5 次	0 次	138 次	3.5 次	14.5 次	0 次
	動作頻率	26 次/分	0.3 次/ 分	44.6 次/ 分	0 次/分	27.1 分	0.7 次/ 分	2.9 次/分	0 次/分

	動作時間合計	71.4 秒	70.7 秒	239.9 秒	0 秒	98.3 秒	2.5 秒	5.6 秒	0 秒
	動作時間比率	23.4%	10.2%	42.6%	0%	32.2%	0.8%	1.9%	0%
活動總平均	有效分析時長	609 秒=10 分 9 秒							
	有效分析時長 動作次數	279 次	19.8 次	336.9 次	2.4 次	355.3 次	157.3 次	241.9 次	163.1 次
	動作頻率	29.6 次 / 分	1.9 次 / 分	37.2 次 / 分	0.2 次 / 分	33.5 次 / 分	14.9 次 / 分	21.5 次 / 分	16.8 次 / 分
	動作時間合計	201.4 秒	7.9 秒	189.7 秒	1.9 秒	213.9 秒	223.7 秒	99.8 秒	185.1 秒
	動作時間比率	34.6%	1.3%	33.7%	0.3%	32.6%	36.5%	14.6%	30.4%

(2)情緒分析

表 54 菜園拔草受測者基本資料描述性統計

變項	n	%
性別		
男	1	20.0
女	4	80.0
年齡		
65~69 歲	1	20.0
70~79 歲	1	40.0
80 歲以上	2	40.0
常用語言		
國語	4	80.0
台語	1	20.0
教育程度		
國小	1	20.0
國中	1	20.0
高中	3	60.0

表 55 菜園拔草受測者之心情狀態描述統計

變項	平均值(標準差)		自由度	T 值	p	效果量(d)
	前測	後測				
心情	12.00(9.06)	-13.20(16.57)	4	4.275	.013	1.89

表 56 三草採收受測者基本資料描述性統計

變項	n	%
性別		

男	2	25.0
女	6	75.0
年齡		
65~69 歲	3	37.5
70~79 歲	5	62.5
常用語言		
國語	4	50.0
客語	4	50.0
教育程度		
國小	3	37.5
國中	1	12.5
高中	3	37.5
大專以上	1	12.5

表 57 三草採收受測者之心情狀態描述統計

變項	平均值(標準差)		自由度	T 值	p	效果量(d)
	前測	後測				
心情	-6.38(16.38)	-11.50(13.86)	7	2.04	.055	0.34

(3)訪談內容

表 58 菜園拔草意見訪談

受測者	訪談回答
高齡者 2	在菜園拔草手要用力，但是能和大家一起做心情就會變好，很好玩。
高齡者 4	喜歡這個活動，雖然有點難不過可以打發時間，很開心。

表 59 三草採收意見訪談

受測者	訪談回答
高齡者 3	喜歡和大家一起種菜，生活才不會無聊，因為很喜歡艾草，所以覺得很快樂，拉紫蘇要很用力，會訓練到手部的力氣。
高齡者 5	採收客家三草對我們來說是日常，可以讓社區產業興盛，勞動的過程也能帶來喜悅，不過太陽有點太大了。
高齡者 7	喜歡當小農種植，可以活動筋骨放鬆心情，農耕過程放空、放鬆是療育的事情，除了動手還要行走彎腰，非常開心愉快。

2. 身體律動類型活動

(1)動作分析

本次舉行身體律動類型活動僅有藁巷社區的有氧運動，在抬肩的部分，小幅抬肩每分鐘會有 9.6 次；大幅度每分鐘也會有 3 次，頻繁地運動到三角肌。手肘屈曲的部分，小幅度每分鐘有 15.4 次，平均每四秒鐘就會需要肌肉用力一次。下肢的部分，髖部大幅屈曲每分鐘會做 4.7 下，代表有氧運動時，都會特別伸展運動到各部位肌肉。

表 60 身體律動類型-藁巷有氧運動動作分析數據

藁巷有氧運動		活動總時長 2 小時							
受測者	分析項目	上肢運動				下肢運動			
		小幅抬肩	大幅抬肩	小幅手肘屈曲	大幅手肘屈曲	小幅髖部屈曲	大幅髖部屈曲	小幅膝部屈曲	大幅膝部屈曲
高齡者 1	有效分析時長	4653 秒=77 分 33 秒							
	有效分析時長動作次數	742 次	230 次	1382 次	83 次	973 次	307 次	654.5 次	254 次
	動作頻率	9.57 次/分	3 次/分	28.1 次/分	1.1 次/分	12.6 分	3.96 次/分	8.4 次/分	3.3 次/分
	動作時間合計	958.8 秒	517 秒	1308.6 秒	32.4 秒	2383.8 秒	772.4 秒	2504.8 秒	227.4 秒
	動作時間比率	20.6%	11.1%	28.1%	0.7%	51.2%	16.6%	53.8%	4.9%
高齡者 2	有效分析時長	5416 秒=90 分 16 秒							
	有效分析時長動作次數	671.5 次	284 次	1082.5 次	38.5 次	864.5 次	264.5 次	622.5 次	112.5 次
	動作頻率	7.4 次/分	3.2 次/分	22.2 次/分	0.4 次/分	9.6 分	2.93 次/分	6.9 次/分	1.3 次/分
	動作時間合計	878 秒	745.6 秒	1202 秒	17.8 秒	3177.6 秒	330.2 秒	2900 秒	158 秒
	動作時間比率	16.2%	11.1%	22.2%	0.3%	58.7%	6.1%	53.5%	2.9%
高齡者 3	有效分析時長	4942 秒=82 分 22 秒							
	有效分析時長動作次數	952.5 次	243.5 次	1254.5 次	74 次	1199.5 次	612 次	556 次	112.5 次
	動作頻率	11.6 次/分	3 次/分	15.2 次/分	0.9 次/分	14.6 分	7.43 次/分	6.9 次/分	1.4 次/分
	動作時間合計	896.5 秒	599.1 秒	1277.4 秒	32.7 秒	2666.3 秒	830.6 秒	2806.5 秒	89.2 秒

	動作時間比率	18.1%	12.1%	25.9%	0.7%	54%	18.8%	56.8%	1.8%
高齡者 4	有效分析時長	2734.8 秒=45 分 22 秒							
	有效分析時長 動作次數	563.5 次	158.5 次	1092 次	15.5 次	781 次	146.5 次	401 次	77.5 次
	動作頻率	12.4 次/分	3.5 次/分	24 次/分	0.3 次/分	17.1 分	3.2 次/分	8.8 次/分	1.7 次/分
	動作時間合計	435.2 秒	241.1 秒	894.1 秒	6.7 秒	687 秒	267.7 秒	235.8 秒	88.1 秒
	動作時間比率	15.9%	8.8%	32.7%	0.3%	25.1%	9.79%	8.7%	3.2%
高齡者 5	有效分析時長	5194 秒=86 分 34 秒							
	有效分析時長 動作次數	731 次	207.5 次	1315 次	49 次	1040.5 次	417.5 次	517.5 次	151 次
	動作頻率	8.4 次/分	2.4 次/分	15.2 次/分	0.6 次/分	12 分	4.82 次/分	6 次/分	1.7 次/分
	動作時間合計	688.7 秒	614.9 秒	1480.8 秒	26.6 秒	2858.3 秒	474.4 秒	2699.3 秒	90.9 秒
	動作時間比率	13.3%	11.8%	28.5%	0.5%	55%	9.13%	52%	1.8%
高齡者 6	有效分析時長	3721 秒=62 分 1 秒							
	有效分析時長 動作次數	663 次	228 次	820.5 次	56.5 次	923 次	579 次	769 次	424 次
	動作頻率	10.7 次/分	3.7 次/分	13.2 次/分	0.9 次/分	14.9 分	9.3 次/分	12.4 次/分	6.8 次/分
	動作時間合計	904.2 秒	496.4 秒	1196.8 秒	22.1 秒	1818.9 秒	979.1 秒	2093.8 秒	390.4 秒
	動作時間比率	24.3%	13.3%	32.2%	0.6%	48.9%	26.3%	56.3%	10.5%
高齡者 7	有效分析時長	3675 秒=61 分 15 秒							
	有效分析時長 動作次數	429.5 次	157.5 次	629.5 次	51 次	276 次	89.5 次	234 次	75 次
	動作頻率	7 次/分	3.7 次/分	10.3 次/分	0.5 次/分	4.5 次/分	1.5 次/分	3.8 次/分	1.2 次/分
	動作時間合計	744.3 秒	425 秒	1050.7 秒	18.9 秒	2702.1 秒	67.2 秒	2452.7 秒	52.7 秒
	動作時間比率	20.3%	11.6%	28.6%	0.6%	74.5%	1.8%	66.7%	1.4%
	有效分析時長	4334 秒=72 分 14 秒							

活動總平均	有效分析時長 動作次數	679 次	215.6 次	1082.3 次	52.5 次	865.4 次	345.1 次	536.4 次	172.4 次
	動作頻率	9.6 次/分	3 次/分	15.4 次/分	0.7 次/分	12.22 次/分	4.7 次/分	7.6 次/分	2.5 次/分
	動作時間合計	786.5 秒	519.9 秒	1201.5 秒	22.4 秒	2327.7 秒	531.6 秒	2242.2 秒	156.7 秒
	動作時間比率	18.4%	11.8%	28.3%	0.5%	12.2%	12.4%	49.7%	3.8%

(2)情緒分析

表 61 有氧運動受測者基本資料描述性統計

變項	n	%
性別		
男	2	18.2
女	9	81.8
年齡		
65~69 歲	3	27.3
70~79 歲	7	63.6
80 歲以上	1	9.1
常用語言		
國語	8	72.7
台語	3	27.3
教育程度		
無	3	27.3
國小	2	18.2
國中	5	45.5
高中	1	9.1

表 62 有氧運動受測者之心情狀態描述統計

變項	平均值(標準差)		自由度	T 值	p	效果量(d)
	前測	後測				
心情	-4.09(9.81)	-13.55(7.95)	10	3.10	.011	1.06

(3)訪談內容

表 63 有氧運動意見訪談

受測者	訪談回答
高齡者 4	平常較少運動，覺得很新鮮，要動到腰、手、腿，神清氣爽。
高齡者 11	喜歡運動，因為要用力，可以訓練到肌肉，做完後也有精神。

3. 音樂療育類型活動

(1)動作分析

兩個音樂療育的課程中，最大的差異是：海山社區的歡樂打鼓是打小鼓，坐在椅子上即可；而藁巷的太鼓需要站起來打。抬肩在兩種鼓的打擊中，平均每分鐘會抬 10 下，比較特別的是藁巷太鼓打擊的手肘屈曲，每分鐘會屈曲 56.3 下，代表太鼓打擊的速度快，屬於非常激烈的活動。

表 64 音樂療育類型-海山歡樂打鼓動作分析數據

海山歡樂打鼓		活動總時長 2 小時							
受測者	分析項目	上肢運動				下肢運動			
		小幅抬肩	大幅抬肩	小幅手肘屈曲	大幅手肘屈曲	小幅髖部屈曲	大幅髖部屈曲	小幅膝部屈曲	大幅膝部屈曲
高齡者 1	有效分析時長	6167 秒=102 分 47 秒							
	有效分析時長動作次數	584.5 次	68.5 次	1718.5 次	22.5 次	1528 次	677.7 次	585.5 次	143 次
	動作頻率	5.7 次/分	0.7 次/分	10.3 次/分	0.2 次/分	14.9 次/分	9.4 次/分	5.7 次/分	1.4 次/分
	動作時間合計	361.3 秒	94.9 秒	2989.3 秒	11.8 秒	4627.4 秒	677.7 秒	4920.9 秒	194.5 秒
	動作時間比率	5.9%	1.5%	48.5%	0.2%	75%	11%	79.8%	3.2%
高齡者 2	有效分析時長	6167 秒=102 分 47 秒							
	有效分析時長動作次數	1023.5 次	56.5 次	1625 次	29 次	1240 次	664.3 次	468.5 次	44.5 次
	動作頻率	10 次/分	0.6 次/分	10.3 次/分	0.3 次/分	12.1 次/分	7.6 次/分	4.6 次/分	0.4 次/分
	動作時間合計	639.8 秒	75.2 秒	2413.7 秒	16.4 秒	5088.1 秒	664.3 秒	5366.7 秒	18.4 秒
	動作時間比率	10.4%	1.2%	39.1%	0.3%	82.5%	10.8%	87%	0.3%
高齡	有效分析時長	5915 秒=98 分 35 秒							
	有效分析時長動作次數	1074 次	68 次	1896.5 次	29 次	1819.5 次	1883.1 次	1155.5 次	779.5 次

者 3	動作頻率	10.9 次/ 分	0.7 次/ 分	10.3 次/ 分	0.3 次/ 分	18.5 次/ 分	15.8 次/ 分	11.7 次/ 分	7.9 次/分
	動作時間合計	624.8 秒	113.1 秒	2209 秒	13.8 秒	3422.8 秒	1883.1 秒	4052.3 秒	1084.3 秒
	動作時間比率	10.6%	1.9%	37.3%	0.2%	57.9%	31.8%	68.5%	18.3%
高 齡 者 4	有效分析時長	5915 秒=98 分 35 秒							
	有效分析時長 動作次數	4.2 次	33 次	1205.5 次	7 次	951.5 次	477.4 次	236.5 次	45.5 次
	動作頻率	7 次/分	0.3 次/ 分	10.3 次/ 分	0.1 次/ 分	9.7 次/ 分	6.6 次/ 分	2.4 次/ 分	0.5 次/分
	動作時間合計	305.4 秒	67.6 秒	1770.8 秒	4.9 秒	5177.3 秒	477.4 秒	5501.2 秒	14.8 秒
	動作時間比率	5.2%	1.1%	29.9%	0.1%	87.5%	8.1%	93%	0.3%
高 齡 者 5	有效分析時長	5868 秒=97 分 48 秒							
	有效分析時長 動作次數	1196 次	24.5 次	903 次	8 次	2341 次	2682.4 次	180.5 次	40 次
	動作頻率	12.2 次/ 分	0.3 次/ 分	10.3 次/ 分	0.1 次/ 分	23.9 次/ 分	22.4 次/ 分	1.9 次/ 分	0.4 次/分
	動作時間合計	698.9 秒	84.2 秒	2177.2 秒	6.1 秒	3046.6 秒	2682.4 秒	5646.9 秒	19.2 秒
	動作時間比率	11.9%	1.4%	37.1%	0%	51.9%	45.7%	96.2%	0.3%
高 齡 者 6	有效分析時長	5868 秒=97 分 48 秒							
	有效分析時長 動作次數	449.5 次	21.5 次	952 次	1.5 次	1421 次	1582.5 次	217.5 次	63.5 次
	動作頻率	4.6 次/分	0.2 次/ 分	10.3 次/ 分	0 次/分	14.5 次/ 分	10.8 次/ 分	2.2 次/ 分	0.7 次/分
	動作時間合計	393.7 秒	59.6 秒	2715.5 秒	1 秒	4012.8 秒	1582.5 秒	5471.3 秒	41.7 秒
	動作時間比率	6.7%	1%	46.3%	0.2%	68.4%	27%	93.2%	0.7%
高 齡 者 7	有效分析時長	5618 秒=93 分 38 秒							
	有效分析時長 動作次數	1240.5 次	38 次	有效分析 時長動作 次數	1240.5 次	1314.5 次	有效分 析時長 動作次 數	1240.5 次	138.5 次

	動作頻率	13.3 次/分	0.4 次/分	動作頻率	13.3 次/分	14.0 次/分	動作頻率	13.3 次/分	1.5 次/分
	動作時間合計	710.9 秒	106.9 秒	動作時間合計	710.9 秒	4379.8 秒	動作時間合計	710.9 秒	228.3 秒
	動作時間比率	12.7%	1.9%	動作時間比率	12.7%	78%	動作時間比率	12.7%	4.1%
高齡者 8	有效分析時長	6276 秒=104 分 36 秒							
	有效分析時長 動作次數	907.5 次	50.5 次	1756 次	23 次	2036 次	878.6 次	976 次	60.5 次
	動作頻率	8.7 次/分	0.5 次/分	10.3 次/分	0.2 次/分	19.5 次/分	10.7 次/分	9.3 次/分	0.6 次/分
	動作時間合計	434.4 秒	36.6 秒	2656.6 秒	9.6 秒	4886.1 秒	878.6 秒	5408.5 秒	25.3 秒
	動作時間比率	6.9%	0.6%	42.3%	0.2%	77.9%	14%	86.2%	0.4%
高齡者 9	有效分析時長	6276 秒=104 分 36 秒							
	有效分析時長 動作次數	2642.5 次	152.5 次	1536.5 次	25 次	1866.5 次	878.6 次	675.5 次	127.5 次
	動作頻率	25.3 次/分	1.5 次/分	10.3 次/分	0.2 次/分	17.8 次/分	17 次/分	6.5 次/分	1.2 次/分
	動作時間合計	2083.5 秒	84.7 秒	2777.9 秒	12 秒	1374.5 秒	3918.2 秒	4939.1 秒	72.8 秒
	動作時間比率	33.2%	1.4%	44.3%	0.6%	21.9%	62.4%	78.7%	1.2%
高齡者 10	有效分析時長	6276 秒=104 分 36 秒							
	有效分析時長 動作次數	338 次	33.5 次	1352.5 次	11.5 次	11062 次	3918.2 次	567.5 次	100 次
	動作頻率	3.2 次/分	0.3 次/分	10.3 次/分	0.1 次/分	10.2 次/分	7.1 次/分	5.4 次/分	1.2 次/分
	動作時間合計	176.2 秒	33.8 秒	2467.3 秒	7.9 秒	5245.4 秒	786.1 秒	5759.1 秒	69.8 秒
	動作時間比率	2.8%	0.5%	39.3%	0.1%	83.6%	12.5%	91.8%	1.1%
高齡者 11	有效分析時長	6276 秒=104 分 36 秒							
	有效分析時長 動作次數	1916 次	66 次	1191 次	21.5 次	2190 次	786.1 次	1555.5 次	1139.5 次
	動作頻率	18.3 次/分	0.6 次/分	10.3 次/分	0.2 次/分	20.9 次/分	17.6 次/分	14.9 次/分	1 次/分

	動作時間合計	1069.3 秒	71.9 秒	1467.4 秒	8.8 秒	4176.7 秒	1629.7 秒	4874.3 秒	841.1 秒
	動作時間比率	17%	1.2%	23.4%	0.1%	66.5%	26%	77.7%	13.4%
高齡者 12	有效分析時長	6276 秒=104 分 36 秒							
	有效分析時長 動作次數	333 次	28.5 次	1307 次	188 次	877.5 次	1629.7 次	711 次	59.5 次
	動作頻率	3.2 次/分	0.3 次/分	10.3 次/分	1.8 次/分	8.4 次/分	4.6 次/分	6.8 次/分	10.9 次/分
	動作時間合計	199.2 秒	50.1 秒	2162.2 秒	66.6 秒	4918.5 秒	343.3 秒	4954.1 秒	28 秒
	動作時間比率	3.2%	0.8%	34.5%	1 %	78.4%	5.5%	78.9%	0.5%
高齡者 13	有效分析時長	5931 秒=98 分 51 秒							
	有效分析時長 動作次數	357.5 次	19 次	1165.5 次	9.5 次	1156.5 次	765 次	289 次	67.5 次
	動作頻率	3.6 次/分	0.2 次/分	10.3 次/分	0.1 次/分	11.7 次/分	7.7 次/分	2.9 次/分	0.7 次/分
	動作時間合計	178.7 秒	23.4 秒	1946.7 秒	6 秒	5073 秒	537.9 秒	5459.7 秒	26.5 秒
	動作時間比率	3%	0.4%	32.8%	0.1%	85.5%	9.1%	92.1%	0.5%
活動總平均	有效分析時長	6064 秒=101 分 4 秒							
	有效分析時長 動作次數	959.7 次	50.8 次	1390.5 次	31.7 次	1523.4 次	1138.4 次	621.1 次	216.1 次
	動作頻率	9.5 次/分	0.5 次/分	13.7 次/分	0.3 次/分	15.1 次/分	11.27 次/分	6.1 次/分	2.1 次/分
	動作時間合計	605.9 秒	69.4 秒	2319 秒	14.4 秒	4263.8 秒	1302.4 秒	5172.7 秒	205 秒
	動作時間比率	9.47%	1.15%	38.3%	0.2%	70.4%	21.5%	85.4%	3.4%

表 65 音樂療育類型-藁巷太鼓打擊動作分析數據

藁巷太鼓打擊			活動總時長 30 分鐘						
受測者	分析項目	上肢運動				下肢運動			
		小幅抬肩	大幅抬肩	小幅手肘屈曲	大幅手肘屈曲	小幅髖部屈曲	大幅髖部屈曲	小幅膝部屈曲	大幅膝部屈曲
	有效分析時長	1644 秒=27 分 24 秒							

高齡者 1	有效分析時長 動作次數	321.5 次	60.5 次	1730.5 次	7.5 次	550.5 次	13 次	342 次	25 次
	動作頻率	11.7 次/分	2.2 次/分	63.1 次/分	0.3 次/分	20.1 次/分	0.5 次/分	12.5 次/分	0.9 次/分
	動作時間合計	129.9 秒	34.2 秒	789.9 秒	3.7 秒	5073 秒	6 秒	144.1 秒	10.1 秒
	動作時間比率	7.9%	2.1%	48%	0.2%	13.9%	0.4%	8.8%	0.6%
高齡者 2	有效分析時長	1557 秒=25 分 57 秒							
	有效分析時長 動作次數	309.5 次	21 次	1486 次	17 次	56 次	1 次	63.5 次	0 次
	動作頻率	12 次/分	0.8 次/分	57.3 次/分	0.7 次/分	2.2 次/分	0 次/分	2.5 次/分	0.7 次/分
	動作時間合計	117.9 秒	8.3 秒	864.9 秒	6.8 秒	5073 秒	0.6 秒	19.3 秒	0.4 秒
	動作時間比率	7.6%	0.5%	55.5%	0.4%	1.5%	0%	1.2%	0 %
高齡者 3	有效分析時長	1674 秒=27 分 54 秒							
	有效分析時長 動作次數	96 次	24 次	1317.5 次	3 次	82.5 次	1 次	85.5 次	0 次
	動作頻率	3.4 次/分	0.9 次/分	47.2 次/分	0.1 次/分	3 次/分	0 次/分	3.1 次/分	0.7 次/分
	動作時間合計	45.4 秒	15.2 秒	1054.8 秒	1.4 秒	5073 秒	0.6 秒	26.9 秒	0.2 秒
	動作時間比率	2.7%	0.9%	63%	0.1%	2.5%	0%	1.6%	0%
高齡者 4	有效分析時長	1674 秒=27 分 54 秒							
	有效分析時長 動作次數	426.5 次	63.5 次	1607 次	17.5 次	726 次	6.5 次	83 次	0.4 次
	動作頻率	15.3 次/分	2.3 次/分	57.6 次/分	0.6 次/分	26 次/分	0.2 次/分	3 次/分	0.7 次/分
	動作時間合計	166.8 秒	34.8 秒	1211.2 秒	7.9 秒	5073 秒	2 秒	32.4 秒	3.3 秒
	動作時間比率	10%	2.1%	72.3%	0.4%	21.6%	0.1%	1.9%	0.2%
活動總	有效分析時長	1637 秒=27 分 17 秒							
	有效分析時長 動作次數	288.4 次	42.3 次	1535.3 次	11.3 次	353.8 次	5.4 次	143.5 次	9.1 次

平均	動作頻率	10.6 次 / 分	1.54 次 / 分	56.3 次 / 分	0.4 次 / 分	12.8 次 / 分	0.2 次 / 分	5.24 次 / 分	0.3 次 / 分
	動作時間合計	115 秒	23.1 秒	980.2 秒	4.9 秒	163.8 秒	2.3 秒	55.6 秒	3.5 秒
	動作時間比率	7%	1.4%	59.7%	0.3%	9.9%	0.1%	3.4%	0.2%

(2)情緒分析

表 66 歡樂打鼓受測者基本資料描述性統計

變項	n	%
性別		
男	4	33.3
女	8	66.7
年齡		
70~79 歲	8	66.7
80 歲以上	4	33.3
常用語言		
國語	8	72.7
台語	3	27.3
教育程度		
無	1	8.3
國小	7	58.3
國中	1	8.3
高中	2	16.7
大專以上	1	8.3

表 67 歡樂打鼓受測者之心情狀態描述統計

變項	平均值(標準差)		自由度	T 值	p	效果量(d)
	前測	後測				
心情	7.33(13.25)	-11.25(15.03)	11	6.41	.000	1.31

(3)訪談內容

表 68 歡樂打鼓意見訪談

受測者	訪談回答
高齡者 5	喜歡上這堂課，因為要記節奏，所以會增強記憶力，同時也活動筋骨。
高齡者 12	喜歡身體律動，也會集中精神，覺得很開心。

4. 園藝療育類型活動

(1)動作分析

相比於植物拓印活動，製作水苔球時，需要使用線網綁水苔塑形成一顆球狀，因此每分鐘的抓握次數較高，抓握的時間也比較長。植物拓印是手握玻璃瓶輕輕敲打布，動作單一旦抓握的角度可能沒有達到本計畫訂定的標準，因此抓握次數及時間皆較少。

表 69 園藝療育類型-藁巷植物拓印動作分析數據

藁巷植物拓印		活動總時長 1 小時
受測者	分析項目	手部精細動作
		手指抓握(雙手平均)
高齡者 1	有效分析時長	1762 秒=29 分 22 秒
	有效分析時長動作次數	55 次
	動作頻率	1.9 次/分
	動作時間合計	567 秒=9 分 27 秒
	動作時間比率	32.2%
高齡者 2	有效分析時長	846 秒=14 分 6 秒
	有效分析時長動作次數	10 次
	動作頻率	0.7 次/分
	動作時間合計	118 秒=1 分 58 秒
	動作時間比率	14%
高齡者 3	有效分析時長	1395 秒=23 分 15 秒
	有效分析時長動作次數	52 次
	動作頻率	2.2 次/分
	動作時間合計	531 秒=8 分 51 秒
	動作時間比率	38%
高齡者 4	有效分析時長	1552 秒=25 分 52 秒
	有效分析時長動作次數	1 次
	動作頻率	0 次/分
	動作時間合計	3.9 秒
	動作時間比率	0%
高齡者 5	有效分析時長	1496 秒=24 分 56 秒
	有效分析時長動作次數	31 次
	動作頻率	1.2 次/分
	動作時間合計	348.2 秒
	動作時間比率	23%
活動總平均	有效分析時長	1410 秒=23 分 30 秒
	動作次數	29.8 次
	動作頻率	1.3 次/分

	動作時間合計	313 秒=5 分 13 秒
	動作時間比率	313/1410 秒=16%

表 70 園藝療育類型-海山水苔球動作分析數據

海山水苔球		活動總時長 1 小時
受測者	分析項目	手部精細動作
		手指抓握(雙手平均)
高齡者 1	有效分析時長	1516 秒=25 分 16 秒
	有效分析時長動作次數	137 次
	動作頻率	5.4 次/分
	動作時間合計	1015 秒=16 分 55 秒
	動作時間比率	67%
高齡者 2	有效分析時長	2329 秒=38 分 49 秒
	有效分析時長動作次數	67 次
	動作頻率	1.7 次/分
	動作時間合計	734 秒=12 分 14 秒
	動作時間比率	32%
高齡者 3	有效分析時長	1536 秒=25 分 36 秒
	有效分析時長動作次數	22 次
	動作頻率	0.9 次/分
	動作時間合計	445 秒=7 分 25 秒
	動作時間比率	29%
高齡者 4	有效分析時長	782 秒=13 分 2 秒
	有效分析時長動作次數	24 次
	動作頻率	1.8 次/分
	動作時間合計	297 秒=4 分 57 秒
	動作時間比率	38%
高齡者 5	有效分析時長	2771 秒=46 分 11 秒
	有效分析時長動作次數	59 次
	動作頻率	1.3 次/分
	動作時間合計	873 秒=14 分 33 秒
	動作時間比率	32%
高齡者 6	有效分析時長	2058 秒=34 分 18 秒
	有效分析時長動作次數	73 次
	動作頻率	2.1 次/分
	動作時間合計	751 秒=12 分 31 秒
	動作時間比率	36%
活動總平均	有效分析時長	1832 秒=30 分 32 秒
	動作次數	63.7 次

	動作頻率	1.8 次/分
	動作時間合計	686 秒=11 分 26 秒
	動作時間比率	686/182 秒=32%

(2)情緒分析

表 71 植物拓印受測者基本資料描述性統計

變項	n	%
性別		
男	3	25.0
女	9	75.0
年齡		
64 歲以下	2	16.7
65~69 歲	2	16.7
70~79 歲	7	58.3
80 歲以上	1	8.3
常用語言		
國語	8	66.7
台語	4	33.3
教育程度		
無	5	71.7
國小	1	8.3
國中	2	16.7
高中	3	25.0
大專以上	1	8.3

表 72 植物拓印受測者之心情狀態描述統計

變項	平均值(標準差)		自由度	T 值	p	效果量(d)
	前測	後測				
心情	9.00(28.62)	-10.08(10.68)	11	3.16	.009	0.88

表 73 水苔球受測者基本資料描述性統計

變項	n	%
性別		
男	4	40.0
女	6	60.0
年齡		

70~79 歲	4	40.0
80 歲以上	6	60.0
常用語言		
國語	7	70.0
台語	3	30.0
教育程度		
無	2	20.0
國小	3	30.0
國中	4	40.0
高中	1	10.0

表 74 水苔球受測者之心情狀態描述統計

變項	平均值(標準差)		自由度	T 值	p	效果量(d)
	前測	後測				
心情	14.30(11.61)	-9.90(8.93)	9	9.38	.000	2.34

(3)訪談內容

表 75 植物拓印意見訪談

受測者	訪談回答
高齡者 3	喜歡敲敲打打，來這裡可以學習做很多作品，也會帶回家與家人分享。
高齡者 10	喜歡來上課，也要用到腦，比較不容易癡呆，也會和大家一起聊天。

表 76 水苔球意見訪談

受測者	訪談回答
高齡者 1	喜歡和大家一起做，做完也很有成就感，大家一會互相幫忙。
高齡者 10	第一次做水苔球，手部要用力、把水苔壓緊，很有趣。

5. 農村巧藝類型活動

(1)動作分析

製作特色手作藝品時，平均每分鐘的抓握次數有 3.7 次，是本年度綠療育活動中抓握次數最頻繁的，且達成抓握的時間比率也占了

53%，製作的過程中要將松果的鱗片一片片剝下來，反覆動作就提高了抓握的次數。

表 77 農村巧藝類型-海山再生紙動作分析數據

海山再生紙		活動總時長 1 小時
受測者	分析項目	手部精細動作
		手指抓握(雙手平均)
高齡者 1	有效分析時長	2579 秒=2 分 59 秒
	有效分析時長動作次數	47 次
	動作頻率	1.1 次/分
	動作時間合計	639 秒=10 分 39 秒
	動作時間比率	25%
高齡者 2	有效分析時長	1529 秒=25 分 29 秒
	有效分析時長動作次數	36 次
	動作頻率	1.4 次/分
	動作時間合計	535 秒=8 分 55 秒
	動作時間比率	35%
高齡者 3	有效分析時長	1995 秒=33 分 15 秒
	有效分析時長動作次數	37 次
	動作頻率	1.1 次/分
	動作時間合計	501 秒=8 分 21 秒
	動作時間比率	25%
高齡者 4	有效分析時長	2819 秒=46 分 59 秒
	有效分析時長動作次數	95 次
	動作頻率	2 次/分
	動作時間合計	1216 秒=20 分 16 秒
	動作時間比率	43%
高齡者 5	有效分析時長	1594 秒=26 分 34 秒
	有效分析時長動作次數	23 次
	動作頻率	0.9 次/分
	動作時間合計	357 秒=5 分 57 秒
	動作時間比率	22%
高齡者 6	有效分析時長	1985 秒=33 分 5 秒
	有效分析時長動作次數	31 次
	動作頻率	0.9 次/分
	動作時間合計	407 秒=6 分 47 秒
	動作時間比率	21%

活動總平均	有效分析時長	2083 秒=34 分 43 秒
	動作次數	44.8 次
	動作頻率	1.3 次/分
	動作時間合計	609 秒=10 分 9 秒
	動作時間比率	609/2083 秒=25%

表 78 農村巧藝類型-綦巷手作藝品動作分析數據

綦巷手作藝品		活動總時長 1 小時
受測者	分析項目	手部精細動作
		手指抓握(雙手平均)
高齡者 1	有效分析時長	2770 秒=46 分 10 秒
	有效分析時長動作次數	99 次
	動作頻率	2.1 次/分
	動作時間合計	1080 秒=18 分
	動作時間比率	39%
高齡者 2	有效分析時長	2905 秒=48 分 25 秒
	有效分析時長動作次數	208 次
	動作頻率	4.3 次/分
	動作時間合計	1639 秒=27 分 19 秒
	動作時間比率	56%
高齡者 3	有效分析時長	2905 秒=48 分 25 秒
	有效分析時長動作次數	185 次
	動作頻率	3.8 次/分
	動作時間合計	1646 秒=27 分 26 秒
	動作時間比率	57%
高齡者 4	有效分析時長	1015 秒=16 分 55 秒
	有效分析時長動作次數	60 次
	動作頻率	3.5 次/分
	動作時間合計	508 秒=8 分 28 秒
	動作時間比率	50%
高齡者 5	有效分析時長	1763 秒=29 分 23 秒
	有效分析時長動作次數	148 次
	動作頻率	5 次/分
	動作時間合計	1132 秒=18 分 52 秒
	動作時間比率	64%
活動總平均	有效分析時長	2271 秒=37 分 51 秒

	動作次數	140 次
	動作頻率	3.7 次/分
	動作時間合計	1201 秒=20 分 1 秒
	動作時間比率	1201/2271 秒=53%

(2)情緒分析

表 79 海山再生紙受測者基本資料描述性統計

變項	n	%
性別		
男	2	20.0
女	8	80.0
年齡		
70~79 歲	3	30.0
80 歲以上	7	70.0
常用語言		
國語	10	100.0
教育程度		
無	2	20.0
國小	4	40.0
國中	3	30.0
高中	1	10.0

表 80 海山再生紙受測者之心情狀態描述統計

變項	平均值(標準差)		自由度	T 值	p	效果量(d)
	前測	後測				
心情	0.10(11.61)	-7.30(8.93)	9	1.49	.170	0.71

表 81 手作藝品受測者基本資料描述性統計

變項	n	%
性別		
男	3	33.3
女	6	66.7
年齡		
64 歲以下	1	11.1
65~69 歲	3	33.3
70~79 歲	5	55.6
常用語言		
國語	4	44.4
台語	5	55.6

教育程度		
無	4	44.4
國小	1	11.1
國中	3	33.3
高中	1	11.1

表 82 手作藝品受測者之心情狀態描述統計

變項	平均值(標準差)		自由度	T 值	p	效果量(d)
	前測	後測				
心情	8.78(22.4)	-12.22(5.21)	8	2.56	.034	1.29

(3)訪談內容

表 83 再生紙意見訪談

受測者	訪談回答
高齡者 3	喜歡敲敲打打，來這裡可以學習做很多作品，也會帶回家與家人分享。
高齡者 10	喜歡來上課，也要用到腦，比較不容易癡呆，也會和大家一起聊天。

表 84 手做藝品意見訪談

受測者	訪談回答
高齡者 5	整堂課程都很喜歡，好好玩。
高齡者 8	喜歡來這裡上課，可以出門和大家一起玩，朋友也都像家人一樣。

6. 產品加工類型活動

(1)動作分析

在製作手工皂、蚊子煙草以及伴顆茶中，製作手工皂的手部抓握次數最多，每分鐘 2.5 次，且抓握的時間佔比有 42%，因為製作過程中要先將麻繩一段段剪好，接著將塊狀的肥皂刨成粉狀，再加水不斷揉成需要的形狀。

表 85 產品加工類型-海山手工皂動作分析數據

海山手工皂	活動總時長 1 小時
-------	------------

受測者	分析項目	手部精細動作
		手指抓握(雙手平均)
高齡者 1	有效分析時長	2621 秒=43 分 41 秒
	有效分析時長動作次數	89 次
	動作頻率	2 次/分
	動作時間合計	997 秒=16 分 37 秒
	動作時間比率	38%
高齡者 2	有效分析時長	2279 秒=37 分 59 秒
	有效分析時長動作次數	85 次
	動作頻率	2.2 次/分
	動作時間合計	796 秒=13 分 16 秒
	動作時間比率	35%
高齡者 3	有效分析時長	1030 秒=17 分 10 秒
	有效分析時長動作次數	20 次
	動作頻率	1.2 次/分
	動作時間合計	330 秒=5 分 30 秒
	動作時間比率	32%
高齡者 4	有效分析時長	1250 秒=20 分 50 秒
	有效分析時長動作次數	58 次
	動作頻率	2.8 次/分
	動作時間合計	498 秒=8 分 18 秒
	動作時間比率	40%
高齡者 5	有效分析時長	3302 秒=55 分 2 秒
	有效分析時長動作次數	129 次
	動作頻率	2.3 次/分
	動作時間合計	1380 秒=23 分
	動作時間比率	42%
高齡者 6	有效分析時長	1641 秒=27 分 21 秒
	有效分析時長動作次數	61 次
	動作頻率	2.2 次/分
	動作時間合計	659 秒=10 分 59 秒
	動作時間比率	40%
高齡者 7	有效分析時長	2354 秒=39 分 14 秒
	有效分析時長動作次數	91 次
	動作頻率	2.3 次/分
	動作時間合計	977 秒=16 分 17 秒
	動作時間比率	42%
高齡者 8	有效分析時長	940 秒=15 分 40 秒

	有效分析時長動作次數	31 次
	動作頻率	2 次/分
	動作時間合計	330 秒=5 分 30 秒
	動作時間比率	35%
高齡者 9	有效分析時長	1796 秒=29 分 56 秒
	有效分析時長動作次數	116 次
	動作頻率	3.9 次/分
	動作時間合計	1033 秒=17 分 13 秒
	動作時間比率	58%
高齡者 10	有效分析時長	1796 秒=29 分 56 秒
	有效分析時長動作次數	104 次
	動作頻率	3.5 次/分
	動作時間合計	888 秒=14 分 48 秒
	動作時間比率	49%
活動總平均	有效分析時長	1900 秒=31 分 40 秒
	動作次數	78.4 次
	動作頻率	2.5 次/分
	動作時間合計	789 秒=13 分 9 秒
	動作時間比率	789/1900 秒=42%

表 86 產品加工類型-藁巷茵陳蒿蚊子煙草動作分析數據

藁巷茵陳蒿蚊子煙草		活動總時長 1 小時
受測者	分析項目	手部精細動作
		手指抓握(雙手平均)
高齡者 1	有效分析時長	1145 秒=19 分 5 秒
	有效分析時長動作次數	47 次
	動作頻率	2.5 次/分
	動作時間合計	453 秒=7 分 33 秒
	動作時間比率	40%
高齡者 2	有效分析時長	402 秒=6 分 42 秒
	有效分析時長動作次數	22 次
	動作頻率	3.3 次/分
	動作時間合計	209 秒=3 分 29 秒
	動作時間比率	52%
高齡者 3	有效分析時長	1652 秒=27 分 32 秒
	有效分析時長動作次數	34 次
	動作頻率	1.2 次/分

	動作時間合計	518 秒=8 分 38 秒
	動作時間比率	31%
高齡者 4	有效分析時長	771 秒=12 分 51 秒
	有效分析時長動作次數	18 次
	動作頻率	1.4 次/分
	動作時間合計	259 秒=4 分 19 秒
	動作時間比率	34%
高齡者 3	有效分析時長	1030 秒=17 分 10 秒
	有效分析時長動作次數	20 次
	動作頻率	1.2 次/分
	動作時間合計	330 秒=5 分 30 秒
	動作時間比率	32%

表 87 產品加工類型-水礫伴顆茶動作分析數據

水礫伴顆茶		活動總時長 1 小時
受測者	分析項目	手部精細動作
		手指抓握(雙手平均)
高齡者 1	有效分析時長	2341 秒=39 分 1 秒
	有效分析時長動作次數	30 次
	動作頻率	0.8 次/分
	動作時間合計	433 秒=7 分 13 秒
	動作時間比率	18%
高齡者 2	有效分析時長	2411 秒=39 分 11 秒
	有效分析時長動作次數	22 次
	動作頻率	0.5 次/分
	動作時間合計	387 秒=6 分 27 秒
	動作時間比率	16%
高齡者 3	有效分析時長	2411 秒=39 分 11 秒
	有效分析時長動作次數	24 次
	動作頻率	0.6 次/分
	動作時間合計	393 秒=6 分 33 秒
	動作時間比率	16%
高齡者 4	有效分析時長	3308 秒=55 分 8 秒
	有效分析時長動作次數	114 次
	動作頻率	2.1 次/分
	動作時間合計	1217 秒=20 分 17 秒
	動作時間比率	37%

高齡者 5	有效分析時長	2706 秒=45 分 6 秒
	有效分析時長動作次數	32 次
	動作頻率	0.7 次/分
	動作時間合計	642 秒=10 分 42 秒
	動作時間比率	24%
高齡者 6	有效分析時長	2558 秒=42 分 38 秒
	有效分析時長動作次數	59 次
	動作頻率	1.4 次/分
	動作時間合計	808 秒=13 分 28 秒
	動作時間比率	32%
活動總平均	有效分析時長	2622 秒=43 分 42 秒
	動作次數	46.8 次
	動作頻率	1.1 次/分
	動作時間合計	647 秒=10 分 47 秒
	動作時間比率	647/2622 秒=24.7%

(2)情緒分析

表 88 手工皂受測者基本資料描述性統計

變項	n	%
性別		
男	2	20.0
女	8	80.0
年齡		
70~79 歲	3	30.0
80 歲以上	7	70.0
常用語言		
台語	10	100.0
教育程度		
無	2	20.0
國小	4	40.0
國中	3	30.0
高中	1	10.0

表 89 手工皂受測者之心情狀態描述統計

變項	平均值(標準差)		自由度	T 值	p	效果量(d)
	前測	後測				
心情	0.10(15.96)	-7.30(17.40)	9	1.49	.170	0.44

表 90 茵陳蒿蚊子煙草受測者基本資料描述性統計

變項	n	%
性別		
男	4	30.8
女	9	69.2
年齡		
64 歲以下	1	7.7
65~69 歲	5	46.2
70~79 歲	7	53.8
常用語言		
國語	11	84.6
台語	2	15.4
教育程度		
國小	7	53.8
國中	5	38.5
高中	2	7.7

表 91 茵陳蒿蚊子煙草受測者之心情狀態描述統計

變項	平均值(標準差)		自由度	T 值	p	效果量(d)
	前測	後測				
心情	5.08(10.88)	-19.31(3.57)	12	7.08	.000	3.01

表 92 伴顆茶受測者基本資料描述性統計

變項	n	%
性別		
男	3	37.5
女	5	62.5
年齡		
65~69 歲	2	25.0
70~79 歲	6	75.0
常用語言		
國語	6	75.0
客語	2	25.0
教育程度		
無	2	25.0
國小	1	12.5
高中	3	37.5
大專以上	2	25.0

表 93 伴顆茶受測者之心情狀態描述統計

變項	平均值(標準差)	自由度	T 值	p	效果量(d)
----	----------	-----	-----	---	--------

	前測	後測				
心情	-10.38(9.62)	-17.50(7.35)	7	3.18	.015	0.83

(3)訪談內容

表 94 手工皂意見訪談

受測者	訪談回答
高齡者 3	喜歡敲敲打打，來這裡可以學習做很多作品，也會帶回家與家人分享。
高齡者 10	喜歡來上課，也要用到腦，比較不容易癡呆，也會和大家一起聊天。

表 95 茵陳蒿蚊子煙草意見訪談

受測者	訪談回答
高齡者 5	整堂課程都很喜歡，好好玩。
高齡者 8	喜歡來這裡上課，可以出門和大家一起玩，朋友也都像家人一樣。

表 96 伴顆茶意見訪談

受測者	訪談回答
高齡者 4	非常喜歡上這堂課，大家一起工作，這種團體參與感很棒，也可以聽大家聊天。
高齡者 8	這個活動會讓我有愉悅的心，在這裡也認識很多朋友以及工作夥伴，也會發照片到臉書與朋友分享。

7. 烘焙料理類型活動

(1)動作分析

在烘焙料理類型的活動中，水礫社區的製作冰糕甜點及辦桌菜備料的活動，手指抓握的次數頻率都很高，每分鐘分別會抓握 2.8 及 3.2 次，抓握的時間也高達 56 及 58%。藁巷社區的製作日式糰子則手部抓握比較少，因製作方式較簡易快速。

表 97 烘焙料理類型-藁巷日式糰子動作分析數據

藁巷日式糰子		活動總時長 20 分鐘
受測者	分析項目	手部精細動作

		手指抓握(雙手平均)
高齡者 1	有效分析時長	242 秒=6 分 2 秒
	有效分析時長動作次數	7 次
	動作頻率	1.7 次/分
	動作時間合計	88 秒=1 分 28 秒
	動作時間比率	37%
高齡者 2	有效分析時長	215 秒=3 分 35 秒
	有效分析時長動作次數	2 次
	動作頻率	0.6 次/分
	動作時間合計	40 秒
	動作時間比率	19%
高齡者 3	有效分析時長	188 秒
	有效分析時長動作次數	2 次
	動作頻率	0.6 次/分
	動作時間合計	31 秒
	動作時間比率	17%
高齡者 4	有效分析時長	118 秒=1 分 58 秒
	有效分析時長動作次數	2 次
	動作頻率	1 次/分
	動作時間合計	20 秒
	動作時間比率	18%
活動總平均	有效分析時長	190 秒=3 分 10 秒
	動作次數	3.25 次
	動作頻率	1 次/分
	動作時間合計	45.4 秒
	動作時間比率	45.4/190 秒=24%

表 98 烘焙料理類型-水礫三草蛋點心 (冰糕)動作分析數據

水礫三草蛋點心 (冰糕)		活動總時長 2 小時
受測者	分析項目	手部精細動作
		手指抓握(雙手平均)
高齡者 1	有效分析時長	446 秒=7 分 26 秒
	有效分析時長動作次數	21 次
	動作頻率	2.8 次/分
	動作時間合計	157 秒=2 分 37 秒
	動作時間比率	35%
高齡者 2	有效分析時長	555 秒=9 分 15 秒

	有效分析時長動作次數	23 次
	動作頻率	2.5 次/分
	動作時間合計	330 秒=5 分 30 秒
	動作時間比率	60%
高齡者 3	有效分析時長	772 秒=12 分 52 秒
	有效分析時長動作次數	14 次
	動作頻率	1.1 次/分
	動作時間合計	236 秒=3 分 56 秒
	動作時間比率	31%
高齡者 4	有效分析時長	497 秒=8 分 17 秒
	有效分析時長動作次數	13 次
	動作頻率	1.6 次/分
	動作時間合計	183 秒=3 分 3 秒
	動作時間比率	37%
高齡者 5	有效分析時長	1294 秒=21 分 34 秒
	有效分析時長動作次數	74 次
	動作頻率	3.4 次/分
	動作時間合計	893 秒=14 分 53 秒
	動作時間比率	69%
高齡者 6	有效分析時長	2422 秒=40 分 22 秒
	有效分析時長動作次數	133 次
	動作頻率	3.3 次/分
	動作時間合計	1523 秒=25 分 23 秒
	動作時間比率	63%
活動總平均	有效分析時長	998 秒=16 分 38 秒
	動作次數	46.3 次
	動作頻率	2.8 次/分
	動作時間合計	554 秒=9 分 14 秒
	動作時間比率	554/998 秒= 56%

表 99 烘焙料理類型-水礫辦桌菜動作分析數據

水礫辦桌菜		活動總時長 30 分鐘
受測者	分析項目	手部精細動作
		手指抓握(雙手平均)
高齡者 1	有效分析時長	911 秒=15 分 11 秒
	有效分析時長動作次數	31 次
	動作頻率	2 次/分

	動作時間合計	414 秒=6 分 54 秒
	動作時間比率	46%
高齡者 2	有效分析時長	105 秒=1 分 45 秒
	有效分析時長動作次數	16 次
	動作頻率	9.1 次/分
	動作時間合計	85 秒=1 分 25 秒
	動作時間比率	81%
高齡者 3	有效分析時長	284 秒=4 分 44 秒
	有效分析時長動作次數	13 次
	動作頻率	2.7 次/分
	動作時間合計	265 秒=4 分 25 秒
	動作時間比率	93%
高齡者 4	有效分析時長	73 秒=1 分 13 秒
	有效分析時長動作次數	8 次
	動作頻率	6.6 次/分
	動作時間合計	53 秒
	動作時間比率	73%
高齡者 5	有效分析時長	384 秒=6 分 24 秒
	有效分析時長動作次數	26 次
	動作頻率	4.1 次/分
	動作時間合計	206 秒=3 分 26 秒
	動作時間比率	54%
活動總平均	有效分析時長	351 秒=5 分 51 秒
	動作次數	18.8 次
	動作頻率	3.2 次/分
	動作時間合計	205 秒=3 分 25 秒
	動作時間比率	205/351 秒=58%

(2)情緒分析

表 100 日式糰子受測者基本資料描述性統計

變項	n	%
性別		
男	1	7.7
女	12	92.3
年齡		
65~69 歲	4	30.8
70~79 歲	8	61.5
80 歲以上	1	7.7
常用語言		
國語	11	84.6

台語	2	15.4
教育程度		
無	11	84.6
國小	0	15.4

表 101 日式糰子受測者之心情狀態描述統計

變項	平均值(標準差)		自由度	T 值	p	效果量(d)
	前測	後測				
心情	8.31(10.94)	-10.77(11.57)	12	3.92	.002	1.69

表 102 三草蛋點心 (冰糕)受測者基本資料描述性統計

變項	n	%
性別		
男	4	25.0
女	12	75.0
年齡		
65~69 歲	3	18.8
70~79 歲	11	68.8
80 歲以上	2	12.5
常用語言		
國語	11	87.5
客語	2	12.5
教育程度		
國小	6	37.5
國中	2	12.5
高中	3	18.8
大專以上	5	31.3

表 103 三草蛋點心 (冰糕)受測者之心情狀態描述統計

變項	平均值(標準差)		自由度	T 值	p	效果量(d)
	前測	後測				
心情	7.19(18.63)	-17.94(7.05)	15	4.99	.000	1.78

表 104 辦桌菜受測者基本資料描述性統計

變項	n	%
性別		
男	5	71.4
女	2	28.6
年齡		
64 歲以下	1	14.3
65~69 歲	3	42.9

70~79 歲	2	28.6
80 歲以上	1	14.3
常用語言		
國語	5	71.4
台語	1	14.3
客語	1	14.3
教育程度		
國小	1	14.3
國中	1	14.3
高中	2	28.6
大專以上	3	42.9

表 105 辦桌菜受測者之心情狀態描述統計

變項	平均值(標準差)		自由度	T 值	p	效果量(d)
	前測	後測				
心情	-9.00(16.29)	-17.93(6.80)	6	1.81	.121	0.72

(3)訪談內容

表 106 日式糰子意見訪談

受測者	訪談回答
高齡者 8	喜歡來這裡上課，周一到周五都有不同的課程，可以出門有事情做，除了讓人整天愉快之外，也會很期待明天。
高齡者 12	喜歡將糰子搓圓的部分，很好玩。手部肌肉需要用力，因為要幫忙攪拌。

表 107 三草蛋點心（冰糕）意見訪談

受測者	訪談回答
高齡者 1	家裡也是做烘焙的，在這裡可以學到做不同的東西，老師也很會教，會恨家人分享自己很能幹，也會跟孫子分享。
高齡者 8	超喜歡這堂課，第一次坐冰糕，要用手以及用腦，因為要秤重量。

表 108 辦桌菜意見訪談

受測者	訪談回答
高齡者 5	喜歡整堂課程，因為可以和大家一起做好吃的，回家也會和家人分享這裡發生的趣事。
高齡者 7	喜歡整堂課程，也開心可以來上課，和大家也都認識。

(五)活動類型綜合比較

(1)動作分析

1.肢體動作的綜合比較

在動作頻率方面，相比身體律動及音樂療育類型的活動，農耕種植類型的活動動作頻率次數多、時間佔比時間長，在抬肩及手肘屈曲的部分，每分鐘會抬 20~30 下，一項能促進全身肌群活動的中高強度活動。不過有氧運動的大幅抬肩每分鐘也會達到三次，因為有氧運動會確實拉伸到各部位的肌肉，其動作型態多樣，兼具伸展與平衡訓練，對提升關節活動度與身體協調性仍具效果。音樂療育活動（如打鼓與太鼓）在上肢動作方面展現出明顯特徵。由於打擊姿勢需反覆進行手肘屈曲與抬臂動作，太鼓活動中小幅手肘屈曲的頻率甚至達到每分鐘 50 次以上，顯示其對上肢肌群的活化效果顯著。雖音樂療育雖屬坐姿或原地動作，但在上肢靈活性與節奏感訓練方面有良好成效。

表 109 全身運動型活動之肢體動作次數比較

四肢身體動作頻率 (次/分)							
活動類型		農耕種植			身體律動	音樂療育	
活動名稱		114 年海山菜園拔草	113 水礫三草栽植	114 水礫三草採收	114 藁巷有氧運動	114 海山歡樂打鼓	114 藁巷太鼓打擊
上肢運動	小幅抬肩	32.8	20.4	29.6	9.6	9.5	10.6
	大幅抬肩	4.3	1.2	1.9	3	0.5	1.54
	小幅手肘屈曲	30.1	30.1	37.2	15.4	13.7	56.3
	大幅手肘屈曲	0.9	0.9	0.2	0.7	0.3	0.4

下肢運動	小幅髖部屈曲	23.9	18.2	33.5	12.2	15.1	12.8
	大幅髖部屈曲	21.4	16.4	14.9	4.7	11.3	0.2
	小幅膝部屈曲	21.6	27.4	21.5	7.6	6.1	5.24
	大幅膝部屈曲	20.4	19.5	16.8	2.5	2.1	0.3

農耕種植活動在各部位的使用時間普遍佔比最高，尤其是髖部與膝部的大幅屈曲動作，分別占整體活動時間約 40%至 50%，表示參與者需長時間進行起蹲或彎腰的全身性動作，對下肢肌力與穩定性訓練特別有幫助。

身體律動活動則在膝部與手肘的活動時間比上有顯著比例，尤其是在小幅膝部屈曲的部分，時間可占近半數，說明這類活動能有效刺激下肢循環並維持關節靈活度。此外，雖然動作強度不及農耕活動，但藉由配合音樂節奏進行動作，能提升運動的趣味性與持續性。

至於音樂療育活動，在手部動作的時間比率最高，特別是太鼓打擊活動中，小幅手肘屈曲的時間占比高達約六成，顯示參與者需長時間進行打擊動作。這類活動對於上肢肌耐力與手眼協調訓練效果良好，適合行動能力較弱但仍具手部操作能力的高齡者參與。

表 110 全身運動型活動之肢體動作時間佔比較

四肢身體動作時間佔比 (%)							
活動類型		農耕種植			身體律動	音樂療育	
活動名稱		114 年海山菜園拔草	113 水礫三草栽植	114 水礫三草採收	114 藁巷有氧運動	114 海山歡樂打鼓	114 藁巷太鼓打擊
上肢	小幅抬肩	30.8	20.2	34.6	18.4	9.47	7

運動	大幅抬肩	2.6	1.2	1.3	11.8	1.15	1.4
	小幅手肘屈曲	24.3	25.8	33.7	28.3	38.3	59.7
	大幅手肘屈曲	0.8	0.8	0.3	0.5	0.2	0.3
下肢運動	小幅腕部屈曲	23.4	23.3	32.6	12.2	70.4	9.9
	大幅腕部屈曲	50.6	49.1	36.5	12.4	21.5	0.1
	小幅膝部屈曲	21.6	24.8	14.6	49.7	85.4	3.4
	大幅膝部屈曲	35.2	29.3	30.4	3.8	3.4	0.2

2.精細動作的綜合比較

在四大類型中，農村巧藝活動的精細動作最為活躍。製作手作藝品每分鐘平均抓握 3.7 次，且抓握時間佔比高達 53%，此活動需要長時間進行捏塑、黏貼與組裝等手部操作，能有效訓練手指靈活度與肌肉控制力。相較之下，同類型的製作再生紙抓握頻率僅 1.3 次/分，時間佔比約 25%，此活動雖屬手作，但多為靜態壓製與成型，手部操作的活化程度相對較低。

烘焙料理活動的動作強度次高，其中製作三草蛋點心與辦桌菜活動分別達 2.8 次與 3.2 次/分，抓握時間佔比更超過五成，烘焙與料理過程需反覆進行攪拌、塑形與擺盤，屬中高度精細動作，對提高手部肌耐力與協調性具有明顯成效。

產品加工活動則呈現中度水準，製作手工皂與蚊子煙草的抓握頻率介於 1.8 至 2.5 次/分，時間佔比約 36%至 42%，動作較穩定且連續，適合手部活動能力尚可的參與者。

至於園藝療育活動如植物拓印與海山水苔球，雖屬低強度精細動作，抓握頻率僅約 1.3 至 1.8 次/分，但仍能促進手部柔軟度與感覺刺激，適合行動力較弱或初次參與綠療育課程者。

表 111 精細動作動作分析比較

精細動作										
活動類型	園藝療育		農村巧藝		產品加工			烘焙料理		
活動名稱	藁巷植物拓印	海山水苔球	海山再生紙	藁巷手作藝品	海山手工皂	藁巷蚊子煙草	水礫伴顆茶	藁巷日式糰子	水礫三草蛋點心	水礫辦桌菜
抓握次數	1.3 次/分	1.8 次/分	1.3 次/分	3.7 次/分	2.5 次/分	1.8 次/分	1.1 次/分	1 次/分	2.8 次/分	3.2 次/分
抓握時間佔比	16%	32%	25%	53%	42%	36%	24.7%	24%	56%	58%

(2)情緒分析

不同綠療育活動在參與後皆呈現正向的情緒提升效果，效果量（Cohen's d）多介於中至大效果之間，表示綠療育介入能有效改善參與者的情緒狀態。在全身活動部分，農耕種植與身體律動的效果最為明顯，如「菜園拔草」與「有氧運動」活動的效果量分別達 1.89 與 1.31，皆屬大效果，代表透過身體參與與自然互動能促進放鬆與愉悅感。音樂療育活動如「觀樂打鼓」與「太鼓打擊」亦呈現大效果，顯示節奏性及團體互動能引導情緒表達並增進活力。至於手部精細動作活動中，農村巧藝與烘焙料理的成效最為顯著，例如「藁巷手作藝品」與「水礫三草蛋點心」之效果量分別為 1.29 與 1.78，均達大效果，推測是因為專注於創作過程及完成作品的成就感，能有效帶來情緒上的正向變化；相較之下，「製作再生紙」或「製作手工皂」等活動效果量約 0.4，屬中等或小效果，推測與動作重複性高、創造性較低有關。

不論是全身性或精細動作型活動，只要能結合身體參與、創造性及社交互動等特性，皆能顯著促進情緒改善並提升整體心理健康。

表 112 綠療育活動心情分析比較

主要活動部位	活動類型	社區	活動名稱	Mean	效果量(d)	效果量	
全身活動 (手臂關節、 肩關節、髖關節、膝蓋關節)	農耕種植	海山	菜園拔草	前測 12.00 後測-13.20	1.89	大效果	
		水磑	三草採收	前測-6.38 後測-11.50	0.34	小效果	
	身體律動	藁巷	有氧運動	前測-4.09 後測-13.55	1.31	大效果	
		音樂療育	海山	歡樂打鼓	前測 7.33 後測-11.25	1.31	大效果
	藁巷		太鼓打擊	(與產品加工-製作蚊子菸草合併測量)			
	手部精細動作 (手指)	園藝療育	藁巷	植物拓印	前測 9.00 後測-10.08	0.88	大效果
			海山	水苔球	前測 14.30 後測-9.90	0.88	大效果
		農村巧藝	海山	製作再生紙	前測 0.10 後測-7.30	0.71	中效果
藁巷			製作手作藝品	前測 8.78 後測-12.22	1.29	大效果	
產品加工		海山	製作手工皂	前測 0.10 後測-7.30	0.44	小效果	
		藁巷	製作茵陳蒿蚊子煙草	前測 5.08 後測-19.31	3.01	大效果	
烘焙料理		藁巷	日式糰子	前測 8.31 後測-10.77	1.69	大效果	
		水磑	三草蛋點心(冰糕)	前測 7.19 後測-17.94	1.78	大效果	
		水磑	辦桌菜	前測-9.00 後測-17.93	0.72	中效果	

效果量(d)：d<0.2=極小效果、0.2≤d<0.5=小效果、0.5≤d<0.8=中效果、d≥0.8=大效果

(3)訪談內容

根據訪談結果彙整，高齡者普遍對參與綠療育活動持正向態度，多數受訪者表示活動能帶來情緒放鬆、促進社交互動與增加生活樂趣，並感受到自我價值感的提升。受訪者普遍認為活動內容多元且實用，能結合興趣與生活經驗，特別是能「動手做」的課程最受歡迎，如手作藝品、料理烘焙與園藝操作等。高齡者的參與動機多來自於學習新知、結交朋友及獲得心理滿足。

表 113 綠療育活動質性訪談整理

類型	主要回應內容	統整說明
喜歡的部分	動手操作的課程最具吸引力，如烘焙、手作、園藝等活動，能發揮創意、培養成就感。	高齡者表示這些課程讓他們「覺得自己還能做事」、「做完有成果」，在過程中獲得樂趣與自信。
情緒與社交影響	多數受訪者指出參與活動後「心情變好、比較開朗」，也能「認識朋友、聊天放鬆」。	顯示綠療育活動具社交支持與情緒療癒功能，團體互動能減少孤獨感並提升生活滿意度。
學習與挑戰	受訪者認為活動內容能刺激思考與學習，例如學做點心、學種植或了解植物知識。	學習新技能被視為保持腦力與生活活力的重要途徑，部分長者提到「學起來可以教孫子」、「回家會再試」。
改進建議	部分高齡者提及場地或設備不足，如桌椅高度、教具數量或動線擁擠問題。	建議未來可增加輔具支援、改善環境安全與舒適度，使活動更友善且持續推行。
未來期望	希望未來能有更多類似課程，特別是「可以做、可以帶回家的活動」，也希望持續辦理。	顯示高齡者對綠療育活動具長期參與意願，期盼課程能與生活結合、促進身心靈健康。

三、綠色照顧站參賽輔導

農業部自民國 109 年起推動綠色照顧政策，藉由農業活動與資源導入長者日常生活，提升農村高齡者的身心健康與生活品質。為表揚在地推動成果優異的單位，農業部舉辦 114 年「第四屆全國十大綠色照顧優良典範獎」，本計畫輔導社區參加對象為依法立案之農村社區發展協會的農村社區組競賽，幫助社區計畫執行、提案協助及評審預

演。獎項內容豐富，內容有十大綠色照顧優良農村社區典範 10 名；綠場域友善獎 2 名；綠飲食共好獎 3 名；綠療育學習獎 3 名；以及綠陪伴服務獎 2 名。



圖 53 綠色照顧站參賽輔導執行時程圖

本計畫主要輔導臺北分署 5 個亮點社區參加競賽，包括新竹市香山區海山社區、新竹縣北埔鄉水磱社區、宜蘭縣頭城鎮福成社區、宜蘭縣員山鄉蓁巷社區以及桃園市大溪區農村發展休閒協會。另因應社區意願與桃園市龍潭區高原社區、臺灣原住民愛加倍文教關懷協會(溪口台社區)及新竹縣橫山鄉橫山社區等討論並共同準備參賽資料，於報名期限截止前多數具資格的社區皆自主投件參賽，經與農村水保署總署確認報北區綠照社區有宜蘭縣頭城鎮福成社區等 15 處社區報名成功進入第一階段徵選程序。

表 114 北區參與十大綠照優良農村典範社區表

序號	區域	社區名稱	執行年期	主要輔導	協助參賽	自主投件
1	宜蘭縣	頭城鎮福成社區	4	V		
2		員山鄉蓁巷社區	4	V		
3		員山鄉結頭份社區	4			V
4		員山鄉同樂社區	4			V
5		蘇澳鎮朝陽社區	3			V
6		蘇澳鎮白米社區	3			V
7	新北市	平溪區紫東社區	4			V
8		淡水區忠寮社區	3			V
9	桃園市	龍潭區高原社區	3		V	
10		復興區溪口台社區	3		V	
11		大溪區內柵社區	4	V		
12	新竹縣	北埔鄉水磱社區	3	V		
13		大墩山休閒農業區	4			V

		(北平、南平、旱坑)				
14		橫山鄉橫山社區	4		V	
15	新竹市	香山區海山社區	3	V		

經總署 7/21 公告通過第一階段初選的北區綠照社區共有 5 個社區，分別為宜蘭縣頭城鎮福成社區、宜蘭縣員山鄉蓁巷社區、桃園市龍潭區高原社區、新竹縣北埔鄉水磱社區，及新竹市香山區海山社區。經實地審查後，其中 3 個社區（宜蘭縣頭城鎮福成社區、桃園市龍潭區高原社區及新竹市香山區海山社區）榮獲「十大綠色照顧優良農村社區典範」。而宜蘭縣員山鄉蓁巷社區榮獲「綠場域友善獎」，新竹縣北埔鄉水磱社區榮獲「綠療育學習獎」。

表 115 北區參與十大綠照優良農村典範社區表

第四屆全國十大綠色照顧優良典範-農村社區獎初審通過名單

編號	分署	縣市	社區
1	臺北分署	宜蘭縣	宜蘭縣頭城鎮福成社區發展協會
2	臺北分署	宜蘭縣	宜蘭縣員山鄉萊巷社區發展協會
3	臺北分署	桃園市	桃園市龍潭區高原社區發展協會
4	臺北分署	新竹縣	新竹縣北埔鄉水礫社區發展協會
5	臺北分署	新竹市	新竹市香山區海山社區發展協會
6	臺中分署	苗栗縣	苗栗縣後龍鎮埔頂社區發展協會
7	臺中分署	苗栗縣	苗栗縣三義鄉雙湖社區發展協會
8	臺中分署	苗栗縣	苗栗縣竹南鎮塹內社區發展協會
9	南投分署	南投縣	南投縣竹山鎮延正社區發展協會
10	南投分署	彰化縣	彰化縣和美鎮南佃社區發展協會
11	南投分署	彰化縣	彰化縣社頭鄉浦底社區發展協會
12	南投分署	雲林縣	雲林縣古坑鄉麻園社區發展協會
13	南投分署	雲林縣	雲林縣崙背鄉羅厝社區發展協會
14	臺南分署	高雄市	高雄市旗山區糖廠社區發展協會
15	臺南分署	高雄市	高雄市旗山區南勝社區發展協會
16	臺南分署	屏東縣	屏東縣內埔鄉隘寮社區發展協會
17	臺南分署	屏東縣	屏東縣內埔鄉東片社區發展協會
18	臺南分署	澎湖縣	澎湖縣湖西鄉湖東社區發展協會
19	臺東分署	臺東縣	臺東縣關山鎮豐泉社區發展協會
20	花蓮分署	花蓮縣	花蓮縣瑞穗鄉富源社區發展協會

表 116 綠色照顧站競賽評選期程

項目	期程	農民團體組	農村社區組
報名階段	公告日起至 114年6月20日	函送參獎申請書至農業 部農民輔導司	函送參獎申請書至農業 部農村發展及水土保持 署
初審階段	114年7月	採書面審查方式，預計 選出20家入圍複審	採書面審查方式，預計 選出20家入圍複審
複審階段	114年8月	採簡報複審方式，入選 單位至農業部進行簡報	採實地勘查入圍社區之 評核方式
公布得獎名單	114年9月		
頒獎典禮	114年11月		

各項評選指標配分比

1. 組織運用與志工網絡
10%

2. 綠色照顧主軸
執行成果
65%

3. 推廣成效及
加分項
25%

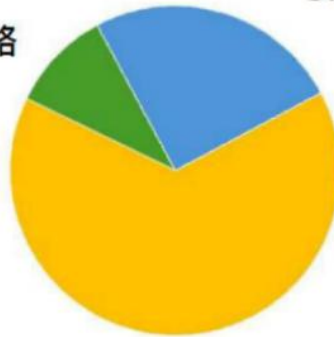


圖 54 評選標準

表 117 主要競賽輔導五個社區

編號	受補助單位	編號	受補助單位
1	宜蘭縣蘇澳鎮朝陽社區發展協會	10	宜蘭縣頭城鎮福成社區發展協會
2	社團法人宜蘭縣蘇澳鎮白米社區發展協會	11	宜蘭縣員山鄉同樂社區發展協會
3	臺北市北投區泉源社區發展協會	12	宜蘭縣員山鄉藁巷社區發展協會
4	新北市淡水區忠寮社區發展協會	13	宜蘭縣員山鄉結頭份社區發展協會
5	桃園市龍潭區高原社區發展協會	14	新北市平溪區紫東社區發展協會
6	桃園市青年農業推廣協會	15	桃園市大溪區農村發展休閒協會
7	臺灣原住民愛加倍文教關懷協會	16	新竹縣大墩山休閒農業發展協會
8	新竹市香山區海山社區發展協會	17	新竹縣橫山鄉橫山社區發展協會
9	新竹縣北埔鄉水際社區發展協會		

表 118 第四屆十大綠色照顧優良典範得獎單位

農業部		
第四屆十大綠色照顧優良典範得獎單位		
二、農村社區組		
序號	單位名稱	獎項名稱
1	宜蘭縣頭城鎮福成社區發展協會	十大綠色照顧優良農村社區典範
2	桃園市龍潭區高原社區發展協會	
3	新竹市香山區海山社區發展協會	
4	苗栗縣後龍鎮埔頂社區發展協會	
5	苗栗縣三義鄉雙湖社區發展協會	
6	彰化縣和美鎮南佃社區發展協會	
7	高雄市旗山區糖廠社區發展協會	
8	屏東縣內埔鄉隘寮社區發展協會	
9	屏東縣內埔鄉東片社區發展協會	
10	臺東縣關山鎮豐泉社區發展協會	
11	宜蘭縣員山鄉恭巷社區發展協會	綠場域友善獎
12	苗栗縣竹南鎮堀內社區發展協會	綠飲食共好獎
13	南投縣竹山鎮延正社區發展協會	
14	澎湖縣湖西鄉湖東社區發展協會	
15	花蓮縣瑞穗鄉富源社區發展協會	綠療育學習獎
16	新竹縣北埔鄉水磱社區發展協會	
17	彰化縣社頭鄉浦底社區發展協會	
18	高雄市旗山區南勝社區發展協會	綠陪伴服務獎
19	雲林縣古坑鄉麻園社區發展協會	
20	雲林縣崙背鄉羅厝社區發展協會	

(一)內柵社區

1. 社區推動背景與發展歷程

內柵社區綠色照顧的起點，源自總幹事觀察到聚落長者照顧資源的缺乏，進而萌生以「自己的空間照顧自己的長輩」的初衷。理事長具備社工背景，從都市移居農村後，結合自身青農經驗，致力於回應農村缺乏公共交流場域的問題。自 110 年起逐步啟動自主長者照顧服務，111 年起獲得農業部綠色照顧計畫支持，進一步發展出具自主性與創新性的在地模式。

2. 特色亮點與實踐模式

(1)主體性與共創精神：長者不再只是被照顧者，而是轉變為園藝、烘焙、手作等課程的帶領者，形成「療育產業化、長輩升級為講師」的模式。

(2)四面向發展具體成果：

- 綠場域：社區自建木藝空間與種植區，導入分區規劃，呈現植物、設施與使用者動線一體化的友善設計。
- 綠飲食：導入營養師指導減鹽飲食與健康烹調法，發展家鄉食譜結合在地契作農產與特色香草作物，打造「阿麼ㄟ大灶」品牌。
- 綠療育：重視課程分類與課程成效，從懷舊手作、餅乾烘焙到功能性營養點心，導引長輩健康參與並轉化為特色產品。
- 綠陪伴：透過不同關懷層級分類長者需求，結合共餐、送餐與關懷訪視，建立人與人的支持網絡。

(3)產業鏈結與在地回饋：從社區共好菜園發展香草栽培與糕點加工，串聯企業、銀行、公部門等外部資源舉辦活動與推廣，推展至遊程設計與伴手禮商品化。

(4)品牌化與社會影響力：「阿麼ㄟ大灶」品牌由在地資源啟動，以傳統灶腳文化為核心，延伸為「照顧、飲食、手藝」融合的整合式模式，並透過幸福 GDP 理念實踐企業與社區互助。

3. 計畫書撰寫建議與調整重點

(1)內容結構強化：四面向成果應以時間脈絡呈現(111→112→113 年)，並區分故事性描述、量化成果與具象圖說三層次。

(2)圖文整合提升：照片補拍以強化課程互動、成果展示、長輩特

牙口需求與減鹽低糖的烹調方式；推出「家鄉食譜」與創新改良菜餚，從種植、研發至菜色呈現具完整脈絡。供餐模式由社區每日自產供應為主，達成食材來源自主、健康促進與記憶飲食傳承。

- 綠療育：綠療育課程融入在地三生文化特色，結合竹藝健走杖、文化敘事、飲食傳統等內容，設計出具深度的療癒課程模組；針對課程內容與參與者進行追蹤統計，並呈現學員從參與者轉化為帶領者的歷程，特別是在烘焙與養生點心項目上成效卓著。
- 綠陪伴：以長者健康風險分級分類進行分層照顧（高風險、亞健康、慢性病等），搭配不同頻率與方式的關懷行動；除定期關懷與共餐送餐外，也規劃更深度的心理支持與生活陪伴紀錄。數據呈現 112 至 113 年人數略降，但服務強度與品質提升。

(2) 產業與網絡延伸效益

水礫社區以「客家三草」為主題延伸出從農作、生產、加工到餐食的三級整合體系，透過節慶活動、小旅行、食育課程等方式，成功將照顧行動商品化、產業化。與北埔周邊多個社區及企業展開跨區合作，推動資源互用與綠照知識外溢，建立產官學網絡與合作實績。

3. 計畫書撰寫建議與調整重點

- (1)圖文結構需強化「主題對應性」，避免過度描述，並以「客家三草」作為核心，串接四大面向。
- (2)補強「食材來源統計、人次、營養效益」等量化資料，並標註社區每日或每週食材自供比例。
- (3)綠陪伴部分建議以分級照顧模式清楚呈現服務架構，輔以人次、方式與角色分工之說明。
- (4)建議將「36 位照服員培訓」、「跨社區企業合作」、「三生文化療育融合」作為本案加分與差異化亮點提出。

水磱社區



圖 56 水磱社區特色亮點

(三)海山社區

1. 社區推動背景與發展歷程

海山社區綠色照顧的啟動源自於執行長與夥伴們對香山區長者照顧資源不足的深刻觀察。身為外地嫁入的執行長，結合關懷據點經驗與在地夥伴力量，致力銜接社區缺口，逐步發展出以咖啡文化為核心的特色照顧模式。社區照顧歷程以「四階段發展」展開：從投入服務 → 結合興趣 → 擴展應用 → 建立品牌，逐步形塑出具獨特識別性的「鹿角坑」在地品牌，融合人文地景與長者參與。

2. 特色亮點與實踐模式

(1)四面向發展具體成果：

- **綠場域**：社區善用有限的室內空間搭配高齡友善設施改造，分層打造活動中心一、二樓空間氛圍，結合共餐菜園、空心磚彩繪與社區綠美化，共同營造可食地景美學。；部分場域未使用補助，而以自籌經費與群眾參與共建完成，體現社區凝聚與永續精神。
- **綠飲食**：採用地中海飲食理念搭配本地食材設計菜單，兼顧營養需求與牙口適應性，並推動「零剩食」目標。食譜設計呼應節令與營養，發展 12 個月主題餐盒，並與綠療育課程連動研發。料理包含創意加工如茹肉丸改良、健康糕點製作，並發展商品化禮盒。

- 綠療育：從靜態藝術（如流體熊、咖啡染、手工皂）到動態課程（如韻律課程、健走），歷年課程漸進多元。設計分類式課程表，並以質量化數據及具體照片佐證課程參與與成果。
- 綠陪伴：建立分級照顧模式，依長者狀況（高風險、亞健康、常缺課）提供不同頻率的服務。綠照員具備相關證照，擔任送餐、陪伴、活動引導等角色，並強調人力精進與服務紀錄系統化。

(2) 品牌與創新發展

- 發展「鹿角坑」品牌，結合長者製作之流體手作、藝文產品、鹿角蕨等社區文化創品，並與咖啡為核心設計產業鍊，發展出咖啡烘焙、挑豆、拉花等長者參與之系列活動。
- 社群平台經營活躍，持續記錄發展歷程與精彩回顧，強化社區對外形象與內部凝聚力。

(3) 效益與影響力

- 長輩參與點數制度、獎勵紅包、高鐵商務艙旅遊實現願望、追媽祖、蕭副總統頒獎等皆為具象成果。
- 商品與服務結合產出自主財源，吸引機關、企業採購與跨社區參訪交流，擴大推廣效益。

3. 計畫書撰寫建議與調整重點

(1) 整合社區視覺識別（CI），以浮世繪風格統一簡報與場域識別設計。

(2) 照片素材與菜單需具體呈現供餐量、頻率、對象，並加強食材來源與營養設計的關聯性說明。

(3) 綠陪伴與組織機制應著重人員進修、角色分工與陪伴紀錄表設計，強調專業性與精緻度。

(4) 強化向外推廣成效，列舉與其他社區、醫療院所或企業合作之實例。

(5) 永續性應明確區分：人力精進、社區耕耘、財務與產品營運等層面，並對應未來發展方向與綠照顧景「心廣似海、身健如山」。



圖 57 海山社區特色亮點

(四)福成社區

1. 社區推動背景與核心理念

福成社區發展綠色照顧的核心特色為「藍染文化的創新應用」。社區回溯在地歷史，結合過去烏石港藍染貿易脈絡與菁礬遺址文化記憶，帶領長者參與染布創作，形成從懷舊文化延伸至創新產業的照顧模式。藍染結合長者創作、植物染、AI 圖樣開發等特色，使社區綠照工作不僅具備歷史深度，也呈現文化再造的當代表現。

2. 特色亮點與實踐模式

(1)四面向發展具體成果：

- 綠場域：以活動中心與福成玩染工坊為核心，結合社區分區菜苗分送、戶外種植基地形成綠場域衛星網絡；申請擴大綠場域至福德坑溪旁農牧地（25、26 號）並分期分區規劃為多功能平面廣場與療育場域。
- 綠飲食：推動「植物染飲食美學」概念，開發彩色吐司、壽司、螺旋酥等點心及染色麵條，融合食物與染藝；與營養師合作改善長者餐食營養與口感，逐步達成「零廚餘」目標，並設計出能對應牙口與營養缺口的客製化餐盤。
- 綠療育：長者藍染課程從學習轉化為講師角色，導入講師費制度並建立創作品管理與獎勵機制；發展「AI 染」與國際移居者文化交流，促成長者與新住民共創的跨文化植物染活動，體現社區融合與世代學習。
- 綠陪伴：社區組織實施+N 志工分工模式，透過任務分組、志工手冊、點數時數制度，提升照顧行動的穩定與規模；關懷服務

涵蓋電話訪視、到宅陪伴與衛教活動，結合交通接送與長者參與記錄，有系統建立服務模式。

(2)文化資產與產業結合亮點

- 藍染為在地文化遺產，長者參與延伸為文化體驗商品（如桌巾、布包、服飾），形成以長者為主體的在地生產體系。
- 將文化照顧轉化為自主財源，如「AI 染」商品化、植物染食物、禮盒設計等，並與蘭陽博物館建立外連與展示鏈結。
- 正研擬設立「長者網紅」直播展演機制，推廣綠照成效與品牌形象。

3. 計畫書撰寫建議與調整重點

(1)綠場域：建議強調場域網絡從核心中心向周邊擴張、強調「分區自主維護＋回收菜苗共食」的模式，圖像化呈現更具說服力。

(2)綠飲食：建議優化食材來源比例、料理方法與客製化餐盤對照圖組，並聚焦於染食（彩色壽司、吐司等）為主軸，避免混淆一般營養餐設計。

(3)綠療育：凸顯將在地長者學員轉為「在地講師」制度，加強創作作品的永續管理與鼓勵機制。

(4)綠陪伴：建議具體描述志工訓練內容與照顧頻率、角色分工與專案行動，避免流於一般性。

(5)加分項目：建議明確敘述 1+N 模式的志工延伸結構與縣內跨單位合作機制，例如與社會處直播站、教育部 DOC 中心、醫療體系之合作紀錄。



圖 58 福成社區特色亮點

(五) 綦巷社區

1. 社區推動背景與核心理念

綦巷社區位於桃園大溪，推動綠色照顧的核心理念為「結合農村生活與多元照顧，營造五感體驗的樂齡農村」。社區運用現有農村資源，導入長者參與式農耕、傳統飲食製作與節令活動，透過「吃在地、用在地、玩在地」的理念，打造一個以高齡友善為導向的農村照顧模式，並逐步建立在地照顧的自立支援系統。

2. 特色亮點與實踐模式

(1) 四面向發展具體成果：

- 綠場域：社區以活動中心為核心，延伸至鄰近的開心農場、菜園區與社區步道，打造出「日常農務×五感體驗」的生活場域，包含高齡者可參與的蔬菜種植、植物認識與景觀維護。另設置遮蔭涼亭、香草草坡等元素，提升無障礙與感官參與環境。
- 綠飲食：發展「傳統美食新創化」，如福菜包、米苔目等由長者共同製作，並搭配當地農產與節令開發月主題餐食；另有製作五感茶包、醃漬品等手作課程，強調感官觸覺與記憶連結。
- 綠療育：導入園藝療法、農事參與與傳統技藝教學（如豆腐製作、釀醋），並以「傳承者」概念鼓勵長者擔任小老師教導社區民眾與學童，提升自我價值與成就感。
- 綠陪伴：建立「生活即照顧」模式，志工依據居住鄰近分組，定期提供到宅關懷與陪伴農事，並建立照顧記錄手冊；也透過LINE 群組進行日常通報與社群支持。

(2) 在地文化與多元參與亮點

- 利用在地傳統飲食與農耕生活作為照顧主軸，打造「農村照顧文化」品牌，例如推廣使用在地福菜製作、祈福糯米團等。
- 成立「內柵青銀共創工坊」，由青壯與長者合作開發文創產品（如天然染茶巾、香草瓶），結合社區小旅行與手作體驗，創造社區財源。
- 推動「在地導覽員」制度，長者帶領社區導覽，串聯休閒農業與照顧服務，提升參與感與外部能見度。

3. 計畫書撰寫建議與調整重點

(1) 綠場域：建議補充場域平面圖與分區功能標註，凸顯高齡者可操作性與感官設計（如香草坡、觸覺步道等）實施成果。

(2) 綠飲食：可加入「飲食製作流程圖」及長者參與前後的回饋，突顯五感連結與復能成果。

- (3)綠療育：建議補充療育課程成果如學員紀錄冊、作品展示與社群互動照片，強調「長者擔任講師」的轉變歷程與社會參與價值。
- (4)綠陪伴：可視覺化志工組織圖與陪伴頻率表，凸顯「生活照顧網絡」的系統性。
- (5)加分項目：建議具體敘述社區與市府長照據點、農會或青年團體合作項目，例如與農會辦理樂齡手作市集、與高中共辦青銀農事共學等，展現跨代與跨單位合作。



圖 59 慕巷社區特色亮點



圖 60 輔導討論十大綠照典範徵選準備事宜

第五章 活動辦理及行政協助

本章就委託工作項目第三項，協助臺北分署辦理綠色照顧執行說明會 1 場，配合農村水保署辦理政策成果發表或分署成果發表會，協助分署辦理 115 年農村社區綠色照顧計畫徵件說明，及後續相關諮詢與審查作業，協助綠照社區製作綠色照顧識別招牌及辦理掛牌作業，並協助本計畫各相關之各項工作、期中期末審查會議及出席相關會議與活動等內容說明如下。

第一節 辦理綠色照顧相關說明會及協助掛牌作業

一、綠色照顧執行說明會

依據執行北區農村綠色照顧計畫輔導經驗，過去以訪視及線上會議方式於計畫執行之初說明包含執行計畫系統撰寫、計畫執行注意事項說明及核銷事項等事項，再於期中見學實體工作坊加強說明執行內容與核銷作業應注意事項，鑒於過去實體說明辦理時間落在期中階段，多數社區已執行部分進度，容易造成認知落差，故本年度計畫執行之初將於臺北分署以實體暨視訊方式辦理綠色照顧執行說明會，內容包含執行計畫系統撰寫及線上操作、計畫執行應注意事項、輔導團隊稽核機制及核銷文件彙整等內容，期能協助社區在計畫核定前即能掌握應注意事項，以確實辦理綠色照顧計畫並提升成效。

為配合社區計畫提送時程，經與臺北分署工作會議討論後訂於 114 年 2 月 17 日辦理綠色照顧執行說明會(會議記錄於附件一)，邀請目前 114 年北區執行綠色照顧計畫之 33 處社區於臺北分署第一會議室召開，會議中說明本年度綠色照顧計畫包含多元輔導課程及成果發表會等主要活動時程、本年度執行計畫相關規定、稽查機制、核銷作業規定等內容，社區於會議中亦提出執行相關問題與臺北分署及輔導團隊進行討論，使執行計畫方法更明確，提升本年度北區各社區執行綠照計畫成效。辦理議程如下表。

時間	主題	簡報人員
9：30-10：00	報到	農村水保署臺北分署 郭炳榮秘書
10：00-10：05	開場說明	
10：05-11：05	114 年北區農村綠色照顧計畫執行及稽查機制說明 1.說明計畫執行應注意事項 2.說明本年度相關活動時程及稽查機制	農村水保署臺北分署 巴爾巴創意開發管理 顧問股份有限公司

11：05-11：30	114 年北區農村綠色照顧計畫核銷注意事項說明 說明本年度核銷注意事項	農村水保署臺北分署
11：30-12：00	綜合討論 社區提問及回應	
11：45-12：00	綜合討論	
12：00	散會	

說明會當日由臺北分署及輔導團隊分別說明本年度綠色照顧計畫相關事宜及活動事項後，社區亦於現場提出相關問題討論，彙整分列如下。

(一)綠場域

問：今日有提供綠場域設計手冊內容很豐富，社區是否可自行再添購回去分享給其他成員？

答：因手冊內容為去年計畫彙編成果之一，臺北分署並沒做發行，但有提供電子檔於雲端資料夾下載，社區可自行前往下載。

(二)綠飲食

問：供餐簽領單是否一定要每天親簽？有的長輩並不會寫字那可以如何因應？需要每天親簽真的很困擾。

答：無論是共餐、送餐或取餐皆一定要每天親簽，如遇不會寫字的長輩可請其親友或綠照員代簽。因為利於後續核銷檢核，還是麻煩社區夥伴要請長輩每日親簽為宜。

(三)綠療育

問：核銷作業規定本年度材料費不得大於 20 萬，是指整個綠照計畫內全部的材料費嗎？

答：此規定是只編列綠療育課程材料費不得大於 20 萬，非指綠照計畫內全部的材料費。

問：課程規定每週 6 小時需以每 2 小時規劃 3 個時段，但時段上是否可以社區高齡者活動時間在每週 6 小時內彈性調整？

答：如社區無法以 2 小時 3 時段規劃，可依社區長輩需求與輔導團隊及分署承辦討論，但仍建議避免規劃連續 3 小時或整日 6 小時之方式，避免因課程時間過於冗長降低高齡者參與意願。

(四)綠陪伴

問：綠陪伴雇用人員規定不超過 2 名為原則，但社區進行關懷訪視時依不同類型高齡者需求服務所需時間不同，人員如過不夠符合長輩需求該如何因應？

答：因綠照計畫主軸利益仍為透過計畫辦理吸引更多社區高齡者外出進入社區參與相關活動，提升其社會參與，建議社區綠陪伴規劃的需關懷訪視的高齡者以未來可走入社區參與活動的高齡者進行平日關懷訪視為主，如有需較多照護需求的高齡者，建議將其列入衛服部關懷據點可介入相關照護資源亦較符合其需求。



說明會當日各社區踴躍提問及分享經驗情況

二、辦理 115 年農村社區綠色照顧計畫說明會

本年度農村發展及水土保持署於 9 月 30 公告「115 年農村社區綠色照顧計畫」補助方案並召開徵件說明會，公布提案期程為 9/30-10/27，本計畫依循農村發展及水土保持署公布相關規定於 10/13 下午 14:00-16:00 召開「115 年農村社區綠色照顧計畫徵件說明會—北區場」，辦理說明如下。

(一)會議形式：採實體及線上視訊會議並行

(二)實體會議地點：農業部農村發展及水土保持署臺北分署 第一會議室

(新北市新店區精忠路 10 號)

(三)線上會議網址：<https://meet.google.com/voi-ebrc-kbc>

(四)會議時間及流程：10/14 (二) 下午 14:00—16:00

時間	主題	主持人/參與人員
13:30—14:00	報到	
14:00—14:05	開場致詞	農村發展及水土保持署臺北分署 高佩聖正工程司
14:05—15:05	115 年農村社區綠色照顧計畫徵件說明 說明徵件規範及計畫重點內容	農村發展及水土保持署臺北分署 巴爾巴創意開發管理顧問股份有限公司
15:05—15:35	北區農村綠色照顧社區經驗分享 1.從老老共伴到青銀共融 分享者：李鎮榮總幹事/ 新北市淡水區忠寮社區 2.當植艾遇上關懷—綠照開啟高原長者精彩後半人生 分享者：黃玉琴總幹事/ 桃園市龍潭區高原社區	社區代表
15:35—16:05	綜合討論與交流	主辦單位、執行單位及與會社區
16:05	散會	

三、協助綠照社區製作綠色照顧識別招牌及辦理掛牌作業

本計畫依據農村水保署發佈綠色照顧識別招牌相關規範進行製作各社區招牌，後續依據農村發展及水土保持署指定日期協助聯繫各綠照社區進行掛牌作業。

(一)農村水保署發佈綠色照顧識別招牌作業內容

為加強農村社區綠色照顧計畫之行銷與推廣，透過 IP 的建立強化本計畫與其他部會計畫之識別，並規劃農村社區綠照據點之掛牌設計，讓農村長輩輕鬆識別此標誌，並瞭解此標誌所在地即能獲得本計畫之服務與協助。

1.農村綠照社區掛牌設計

配合農村好品牌識別設計 IP，納入整體掛牌設計，在考量掛牌材質之實用性、取得難易度、使用效期等因素，因此建議在掛牌材質上可

挑選壓克力材質，採用白色壓克力直噴，圖案採彩色印製，並以化妝鏡螺絲(鏡珠)進行牆面固定，製作費用大約落在 10,000 內，相關示意圖如下。

(1)尺寸： 橫式: 297mm×420mm(A3)

(2) 字體與大小:源石黑體

社區 80pt/綠照社區 135pt/農村水保署 38pt

(3) 材質：白色壓克力約 0.3 公分

(4) 印刷：白色壓克力直噴 LOGO，LOGO 縮小每邊約留 2cm 鑽孔

(5) 固定：化妝鏡螺絲(鏡珠)固定，懸掛於顯眼入口處

(6) 色彩參考：

生機綠		樂活綠
R21 G117 B117 #157575	數位使用	R146 G171 B48 #92AB30
C85 M40 Y55 K0	印刷使用	C50 M20 Y95 K0
PANTONE 8743C	標準色票	PANTONE 10326C

(7)農村綠照社區掛示意图：

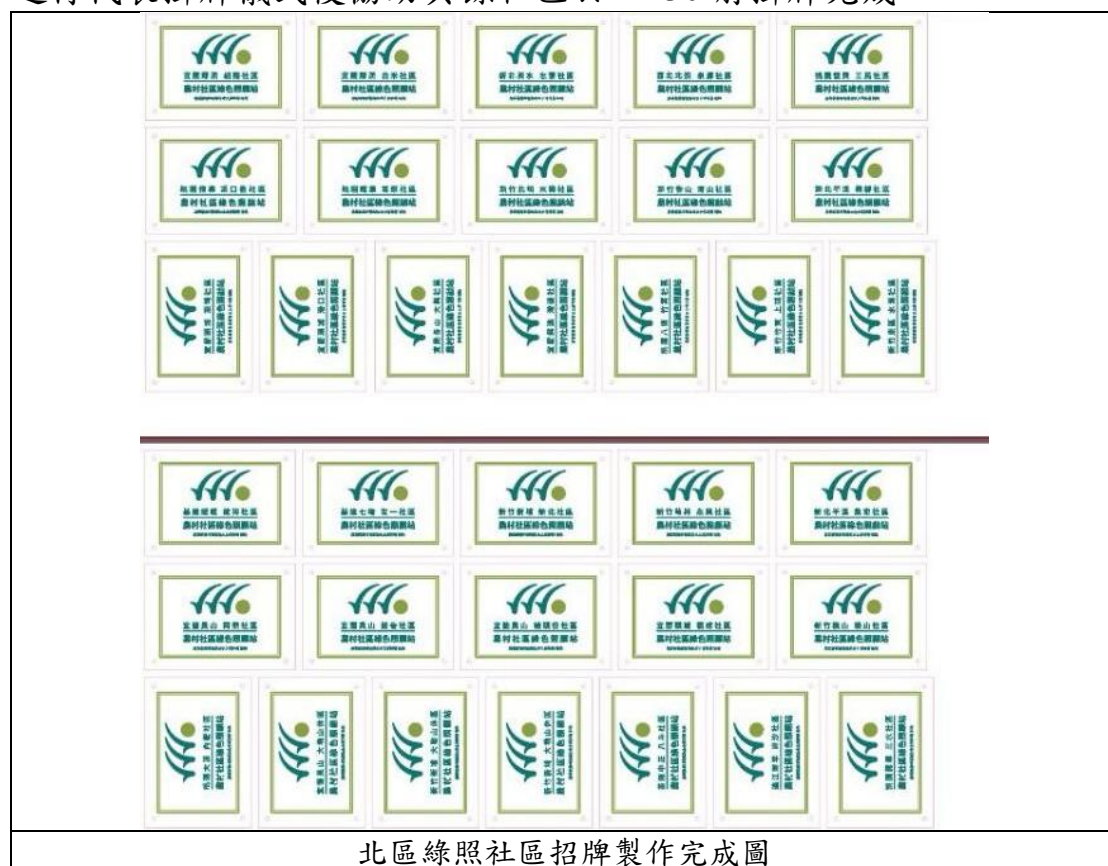


(二)掛牌機制：

- 1.核定農村社區綠色照顧計畫之社區即可協助掛牌，方便農村社區長輩識別，並知道此處可獲得綠色照顧計畫資源協助。
- 2.取消計畫或計畫執行結束，並已知未執行下一年度綠照計畫之綠照社區則需撤牌，以避免引起長輩誤解。
- 3.掛牌由綠照社區保管維護，倘不慎毀損應由綠照社區自行製作並重新掛牌。

(三)北區綠照社區識別招牌

依據農村發展及水土保持署發佈作業內容規定協助北區綠照社區製作掛牌，經統計多數社區上課位址為1處，其中有宜蘭縣福成社區有2處、新竹縣新埔鎮大墩山休閒農業區有3處，共計製作35面招牌，依據農村發展及水土保持署發佈之掛牌期程規劃北區5處社區進行代表掛牌儀式後協助其餘社區於11/30前掛牌完成。



(四)北區綠照社區掛牌儀式

依據農村發展及水土保持署發佈規定，待農村發展及水土保持署於全國第一面綠照社區掛牌儀式完成後，將挑選北區本年度獲得十大綠色照顧優良典範及特色獎的五處社區為代表進行掛牌儀式，相關規劃流程如下。

1.桃竹區-農村綠照三部曲-從心出發的生活日常

- (1) 代表社區：桃園市龍潭區高原社區、新竹縣北埔鄉水磧社區、新竹市香山區海山社區
- (2) 日期與時間：11/13(四)上午 10:00-下午 17:30
- (3) 行程

A. 高原社區-艾草香·幸福行(10:00-12:40)

時間	內容	備註
10:00-10:10	高原好聲音	以自製的艾草按摩棒作為表演道具，節奏背景為〈蝸牛與黃鸝鳥〉，此為社區參與本年度總署才藝競賽的表演內容
10:10-10:15	艾的祝福	分署長致詞
10:15-10:30	艾在高原-幸福揭牌儀式	以艾草枝條為揭牌道具
10:30-11:30	綠場域導覽 X 摘菜樂	導覽途中設「任務卡」：摘一樣食材、說一句祝福話。 由長者導覽引導分署長及貴賓進行。
11:30-12:40	共享艾草綠飲食	

B. 水磧社區-竹的力量·手的溫度(13:30-14:30)

時間	內容	備註
13:30-13:40	綠動暖身	竹管伸展操
13:40-13:45	綠照祝福竹籤	分署長致詞，分署長抽竹籤並朗讀籤詩（內容為長輩手寫的祝福話）
13:45-14:00	掛牌儀式	
14:00-14:30	竹編「小巨人·翻單槓」體驗 X 趣味挑戰	在長輩指導下編織握力器，完成後進行「綠照小試力」比賽

C. 海山社區-啡·共饗海山午後(15:00-17:00)

時間	內容	備註
15:00-15:10	海山銀寶響樂	與海山銀寶們共同進行木箱鼓演奏
15:10-15:15	與銀寶對話	分署長致詞，海山銀寶問分署長「您心中最療癒的時刻是甚麼時候」
15:15-15:25	掛牌儀式	
15:25-16:25	《啡·共饗》體驗	手沖咖啡+包餃子+曼陀羅咖啡渣墊體驗
16:25-17:00	啡餃饗宴	喝咖啡、吃餃子，感謝銀寶共度快樂時光

2. 宜蘭區-綠照進入蘭陽平原後的樂齡生活

(1) 代表社區：宜蘭縣員山鄉蓁巷社區、宜蘭縣頭城鎮福成社區

(2) 日期與時間：11/17(一)下午 14:30-16:55

(3) 行程

A. 福成社區-藍染幸福·福寶啟動(14:30-15:20)

時間	內容	備註
14:30-14:40	綠照據點導覽	長青直播室、作品牆
14:40-14:45	福成一句話	分署長簡短致詞後與長者們一起寫下綠照祝福象徵將「福氣集結而成」
14:45-14:55	染出幸福揭牌儀式	長者染布作為揭牌布揭牌
14:55-15:10	藍染共創體驗	與長輩一起完成「綠照藍染布旗」，上頭印上每人手印
15:10-15:20	共談福成綠照願景	導覽蓮花池、玩染工坊及說明未來綠場域工程內容社區要做的方向

B. 蓁巷社區-蓁心香伴·生活精彩(16:00-16:55)

時間	內容	備註
16:00-16:10	太鼓迎賓	
16:10-16:15	蓁心祝福	分署長說完祝福語將象徵祝福永續的茵陳蒿枝條傳遞給社區長者。
16:15-16:25	揭牌儀式	以茵陳蒿枝條作為揭牌道具
16:25-16:55	茵陳蒿生活體驗	與長者一起製作茵陳蒿香椎與防蚊液

四、行政協助與核銷管控

依據農村發展及水土保持署訂定之「農村社區綠色照顧計畫注意事項及核銷作業參考文件」執行核銷管控相關事宜，將協助 33 處綠照社區進行追蹤綠色照顧計畫執行及送審進度。

計畫期間將於農村社區綠色照顧計畫之各計畫書核定後，就各社區計畫案件製作雲端控管表，請各社區於每個月 30 日前上雲端填寫計畫各階段進度。同時給予分署控管表連結及權限以追蹤各社區辦理綠照計畫情形，以落實計畫進度管理，屆時依實際推動需求做滾動式檢討與增加。

113 年度開始臺北分署採取計畫二階段核銷，有效減輕社區過去常於年底核銷之壓力，故 114 年度將延續此一輔導作為，分別於 5 月底及 10 月底前製作核銷手冊及範例，採要點條列呈現，讓北區農村各綠色照顧社區夥伴能精確掌握到核銷流程、要領與注意事項。

另規劃如屆時未執行完成之計畫及未提送核銷資料之社區名單，團隊將採取加強、加倍輔導及檢視工作進度。於輔導核銷過程中，擬請各社區單位先拍照各類單據確認是否有無問題，再以電子檔之方式繳交計畫書、核銷等資料，先行進行錯誤排除步驟，嗣分署端確認無問題後，再行由社區盡速送印製核銷紙本，以減少些微錯誤態樣影響核銷進度、以及交付距離、人員資料、單據取得誤植更正用印等往返問題與紙張無謂的浪費。

並視聯繫情況及需發佈消息內容擇期召開線上會議保持與社區們的溝通聯繫，期以較高效率協助社區應變處理，避免因問題擱置而造成計畫進度延滯致影響結案核銷撥款。

為有效發佈本計畫相關訊息及活動，本計畫依過去執行專案管理計畫經驗，採用目前常用通訊工具 LINE 分別與 33 處綠色照顧社區建立群組，群組內成員除輔導團隊成員外，包含社區執行綠色照顧之計畫主持人、綠照員及其社區主要執行幹部成員等人，發佈綠色照顧相關政策及防颱警報等訊息及相關活動，社區執行計畫過程中如遇任何問題於群組中提出與輔導團隊討論，有效地讓社區參與計畫執行人員了解狀況，提高其計畫執行參與度，減少社區常產生一人計畫問題。且因群組內皆為自身社區成員，發佈訊息較一般常見上百人大群組之能見度較高，社區夥伴們較願意在群組提出問題討論或回饋相關意見，再由輔導團隊彙整反饋意見或相關問題協助與臺北分署討論，亦能有效協助社區提案、執行、期中訪視或報告、期末簡報、結案核銷等行政程序提高本專案管理效能。



與各社區建立群組及群組內討論
圖 64 與社區建立群組及群組內討論示意圖

透過關懷訪視及群組回饋後，彙整常見共通性問題及計畫執行相關重點，透過召開線上會議方式說明佈達，社區們於線上提出之問題

也可讓其他社區同步了解，提升計畫執行成效外，亦可透過線上互動提升社區間熟悉度，進而可協助北區綠照社區形成區域聯盟互相學習提升。

第二節 協助本計畫之相關工作及會議

一、辦理北區農村綠色照顧成果發表會

本計畫依照採購說明規定，協助配合農村發展及水土保持署辦理政策成果發表會或本分署成果發表會至少 1 場次，本計畫已於 114 年 9 月 20 日至 10 月 6 日於鄧南光影像紀念館辦理「**農 time 農 see-114 年北區農村社區綠色照顧成果發表會**」。

農業部農村發展及水土保持署臺北分署透過執行四年的農村社區綠色照顧計畫，讓更多農村長者們從家中走到社區、參與活動甚至成為社區發展微型產業中不可或缺的主力！社區長者們從過去為了生活在農村工作，為農村產業奠定基礎，在走入高齡後又加入一起活絡社區的行列，以多元操作方式達成在地康養、健康促進的無限可能。

因應各社區辦理綠色照顧計畫過程中，發展出關於綠飲食餐食、綠療育活動、社區技藝及綠陪伴模式等多樣特色成果，本次成果發表會主題訂為「**農 time 農 see**」，結合靜態展覽及動態活動，展現出北區綠照社區農村時光與所見風景以各社區執行成果分就綠飲食、綠場域及綠療育等面向展現農村高齡者們的溫度與故事，諧音自「long time no see」，喚起對農村長者人情味的熟悉感與久違的相見歡。運用現場室內空間結合戶外空間辦理靜態展示、動態活動及攤位展售與民眾互動，結合各社區綠療育動態趣味競賽與表演活動，展示北區綠色照顧之辦理成果，邀請轄區內縣市政府、相關機關單位共同引動來訪遊客一同關注綠色照顧相關議題。

活動開始先由港口社區長者帶領全場一起做牽罟健身操，接著還有上瑞社區的客家醒獅唱山歌、橫山社區的竹管療育樂、三水社區的農村生活趣劇場陸續接力表演，帶領大家活動滿滿。

另外設置趣味體驗區，包括三水社區的竹藝搭屋體驗、水源社區的匹克球體驗、白米社區的三人木屐體驗、水礫社區的滾燈球體驗，皆為其綠療育課程長者作品，藉社區間互相交流，引動社區加入北區綠照行列，共同帶領北區農村社區長輩在地安老活躍樂齡。

表 119 北區農村綠照成果發表會舉辦場所

行政區	地點	說明	照片
新竹縣	鄧南光影像紀念館暨北埔遊客中心	1. 地理位置便利： (1) 人潮眾多：位於北埔老街南端，在假日具備大量人潮，有利於吸引遊客參與，提高活動曝光率。 (2) 交通便捷與設施完善：相鄰紀念館之公有停車場，提供停車服務便利性高；停車場相鄰空間可結合紀念館本體辦理活動，增加活動空間彈性。 2. 歷史文化深厚： 紀念館建於 1926 年，為北埔地區第一棟 RC 造洋房，是臺灣攝影先驅鄧南光（1908-1971）鄧氏家族故居，，2006 年公告為新竹縣歷史建築。攝影師鄧南光（本名鄧南波）曾於 1945 年移居此處躲避戰事，為當時北埔留下許多影像紀錄，是載有攝影家創作史、地方發展、族群記憶的重要空間。 3. 設施完善：紀念館可結合辦理靜態展示、動態活動及攤位展售等多樣化活動。 4. 吸引遊客群體多樣(適合各年齡層)： 吸引家庭、學生、歷史愛好者等多元群體，增加活動的覆蓋面和影響力。另外可以結合北埔老街地方特色，讓活動更具地方文化色彩，增加遊客的參與感和認同感。 5. 活動推廣與知名度： (1) 知名度高：北埔老街是新竹的重要景點之一，具有較高的知名度，可提升活動曝光率和吸引力，增加媒體報導和社交媒體關注度。 (2) 遊客流量大：北埔老街每天吸引大量遊客參觀，活動舉辦期間可以有效利用現有的遊客流量，提高活動的參與人數和效果。	

表 120 農 time 農 see 活動流程

時間	議程	內容
12:30	報到	參與社區夥伴報到
12:30-13:50	佈置時間	參與社區夥伴場佈
14:30-14:45	多運動 牽畧健身操	由港口社區長者帶領全場一起動
14:45-14:50	長官貴賓致詞 合影	長官貴賓致詞 全場及臺北分署吉祥人偶小育大合照
14:50-15:30	多動腦 趣味競賽闖關體驗	三水社區-竹藝搭屋體驗 水源社區-匹克球體驗 白米社區-三人木屐體驗 水磱社區-滾燈球體驗
15:30-16:30	社區攤位巡禮	巡禮社區攤位區域 靜態展示區
16:35-17:00	高學習 綠療育成果表演	上瑞社區-客家醒獅唱山歌 橫山社區-竹管療育樂 三水社區-農村生活趣劇場
14:40-17:00	多休閒 綠療育體驗	現場消費滿 100 元可免費兌換綠療育體驗 1 次
		橫山社區/竹燈製作 朝陽社區/咖啡渣畫 新北社區/廢木再製按摩棒
17:00-18:00	場撤	各社區進行撤場並復原場地

北區農村綠色照顧計畫成果發表會活動開場-動態表演、長官致詞與大合照



由祥獅獻瑞熱鬧開場後，總署蔡秀婉組長及蔡金龍分署長致祝福詞



接著由港口社區長者帶領現場長官來賓跳「牽罟健身操」為當日活動帶來活力



大合照

北區農村綠色照顧計畫成果發表會活動-巡禮靜態展示區

於靜態成果展內展示本年度計畫四主軸成果及 AI 影像示範成果。

		
宜蘭縣頭城鎮 福成社區發展協會	桃園市龍潭區 三水社區發展協會	新北市淡水區 忠寮社區發展協會
		
基隆市中正區 八斗社區發展協會	新竹縣北埔鄉 水寮社區發展協會	桃園市復興區 溪口台社區發展協會
		
桃園市八德區 竹霄社區發展協會	新竹縣橫山鄉 橫山社區發展協會	新竹市香山區 海山社區發展協會
		
新竹縣新埔鎮 新北社區發展協會	新竹市東區 水源社區發展協會	農村發展及水土保持署蔡秀 婉組長與蔡金龍分署長於桃 園展區體驗合影
		
AI 科技導入活動分析介紹		

北區農村綠色照顧計畫成果發表會活動-巡禮社區攤位

		
宜蘭縣蘇澳鎮 白米社區發展協會	新竹縣新埔鎮 新北社區發展協會	宜蘭縣冬山鄉 大興社區發展協會
		
新竹縣橫山鄉 橫山社區發展協會	桃園市大溪區 農村休閒發展協會	新北市平溪區 紫東社區發展協會
		
基隆市中正區 八斗社區發展協會	桃園市龍潭區 三水社區發展協會	桃園市龍潭區 高原社區發展協會
		
宜蘭縣員山鄉 同樂社區發展協會	宜蘭縣員山鄉結頭份社區 發展協會	桃園市八德區 竹霄社區發展協會
		
新竹縣北埔鄉 水礫社區發展協會	宜蘭縣蘇澳鎮 朝陽社區發展協會	宜蘭縣冬山鄉 大興社區發展協會

北區農村綠色照顧計畫成果發表會活動-JO 趣味表演



藁巷社區-擲牛農村舞，展現綠色照顧社區的特色文化



同樂社區-舞動綠照，帶來精采活動表演



上瑞社區-客家醒獅唱山歌



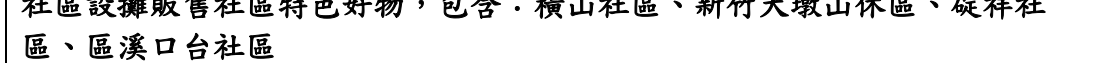
橫山社區-竹管療育樂



溪口台社區-口簧琴



北區農村綠色照顧計畫成果發表會活動-社區設攤



社區設攤販售社區特色好物，包含：橫山社區、新竹大墩山休區、碇祥社區、區溪口台社區

北區農村綠色照顧計畫成果發表會活動-靜態展

		
展館外牆主視覺	入口展覽介紹牌	北區綠照社區介紹
		
綠照四大面向介紹	社區好物展示區	新竹成果展區
		
桃園成果展示	北北基連成果展示	宜蘭成果展示
		
AI 科技導入農村活動綠療育肢體動作效益分析成果展示		
		
民眾體驗農村童玩	民眾與拍照框互動	
		
民眾體驗竹子樂器	民眾體驗滾燈	向民眾介紹綠照社區

二、配合出席各相關會議及活動

本計畫依據契約工作項目配合出席農村水保署或臺北分署舉辦指定之相關會議或活動如下表所示。

日期	會議/活動名稱	形式	內容
3/5	農村社區綠色照顧計畫執行說明會	線上	總署說明本年度綠色照顧計畫執行內容、應注意事項及核銷重點。
4/23	食材暖暖包線上說明會	線上	總署說明本年度食材暖暖包配送措施。
5/5	辦理「第四屆全國十大綠色照顧優良典範獎線上說明會」	線上	總署說明本年度辦理十大綠照優良典範獎競賽相關事宜。
5/21-22	114 年農村社區綠色照顧共識營	實體活動	說明本年度總署綠色照顧執行主題為失智症相關議題，並邀請相關專家說明如何預防失智症應注意事項及相關飲食規劃，另於活動中舉辦六分署綠照案例簡報競賽，臺北分署由本團隊代表簡報並獲第一名。
7/23	第四屆全國十大綠照現地複審線上說明會	線上	北區於十大綠照競賽初審入圍 5 處社區，農村發展及水土保持署說明辦理複審相關事宜。
8/20	「農村社區綠色照顧計畫」實地查證會議	實體	協助辦理農業部於海山社區查證會議，協助製作北區農村綠色照顧計畫簡報及查證報告，並於當日協助進行實地查證作業事宜。
8/27	齡活綠照 SHOW-才藝競賽說明會	線上	農村發展及水土保持署說明本年度舉辦的主題競賽為才藝競賽。
9/30	115 年農村社區綠色照顧計畫徵件作業說明會	線上	農村發展及水土保持署說明公告 115 度徵件相關作業規定及計畫內容
10/28	齡活綠照 SHOW—才藝競賽決賽說明會	線上	北區於才藝競賽初賽入圍 4 處社區，農村發展及水土保持署說明辦理決賽相關事宜。
11/11	第四屆全國十大綠色照顧優良典範獎頒獎典禮	實體	北區總計福成、高原及海山等 3 處社區獲得十大綠色照顧優良農村社區典範獎、水礫社區獲得綠色療育學習獎及荖巷社區獲得綠場域友善獎。
11/18	齡活綠照 SHOW—才藝競賽決賽	實體	北區將有同樂、溪口台、橫山及上瑞等 4 處社區參與決賽。

第三節 聘用分署服務專員

依據工作項目第五項，本計畫提供分署服務專員 1 名，以協助本計畫推動相關事宜。本計畫聘請蕭宇婕小姐協助農村社區綠色照顧計畫之執行諮詢、訪視及審查聯繫與安排、計畫進度管控、補助計畫核銷及臺北分署臨時交辦事項等內容，薪資依規定提供含年終 13.5 個月、勞健保勞退與差旅費等，其他勞工相關權益保障依契約書相關規定辦理。

第六章 結論與建議

本章基於本年度各項委辦工作內容與執行成果，綜整分析農村社區綠色照顧在北區推動之整體成效，並歸納其亮點與執行經驗，以展現綠照服務在高齡支持系統建構、跨域合作推動、社區場域營造、科技應用與永續營運機制等多面向的價值與影響。本章亦就執行過程中所觀察之需求、挑戰與制度面議題提出建議，以作為後續政策規劃、制度調整與區域推動策略之參考。各項結論與建議內容分述如下二節。

第一節 結論

一、社區綠照推動量能穩定提升，執行品質逐步成熟

本年度北區各社區於綠照推動上的整體能力明顯成長，從提案撰寫、課程安排、執行管理到成果呈現，均展現出更成熟、具系統性的操作模式。透過 30 小時以上之增能課程、54 場次現地訪視、行政指導與持續陪伴輔導，社區逐步從倚賴外部支援轉為能夠自主規劃服務內容與行動策略。社區對綠飲食、綠療育、綠陪伴與綠場域四大面向的理解與實務操作能力均有顯著提升。

在行政流程與營運管理方面，多數社區已能掌握核銷程序、資料彙整與成果佐證等作業，顯示社區組織在推動綠照過程中之治理能力逐漸提高。綜整今年度成果可見，北區綠照已由基礎建構期邁入穩定成熟期，社區已能以較高自主度與執行品質維持綠照服務運作，奠定後續深化推動的重要基礎。

二、綠場域規劃成果具示範效益，符合高齡友善與療育活動需求

本年度協助宜蘭福成社區及新北忠寮社區完成綠場域亮點構想，規劃內容包含高齡友善動線改善、景觀功能分區、感官體驗融入、農村文化呈現，以及場域後續維護機制之建議。過程中透過工作坊及社區參與討論，使場域規劃從空間建置導向提升為「可操作、可維護、可延續」之綜合性空間服務藍圖。

規劃成果可直接支持未來綠療育課程與社區集體活動，展現高齡友善環境對提升長者參與意願與活動品質之重要性。兩處場域的操作模式與可行規劃流程將成為北區其他社區推動綠場域建構時的參考案例，具備跨區複製與示範推廣的潛力。

三、跨域合作深化與系統支持成形，提升社區照顧多元能量

114 年度持續與農業部桃園區農業改良場、轄區內地方政府及企業 ESG 善用單位等建立合作，使綠照推動從單點社區執行擴大至地方整合

系統性支持層級。本年度辦理 2 場跨域及跨單位合作交流活動，使不同領域夥伴能掌握綠照政策精神並共同參與促進長者之健康與生活支持。

本年度跨域合作為北區綠照奠定推動支持網絡基礎，未來能協助各社區能以多元資源與共享機制面對高齡化挑戰。

四、科技量測提升綠療育成效評估效益，建立科學化推動基礎

科技量測導入在本年度於三個示範社區實施，透過活動前後差異比較，包括肌耐力、柔軟度、活動範圍與姿勢穩定度等指標，皆呈現不同幅度之改善，使綠療育成效不再僅以主觀感受衡量，而能以客觀數據進行佐證。AI 影像導入分析亦協助社區工作人員更了解長者身體功能狀態，有助於課程設計與活動強度調整。

量測資料可作為後續課程精進、成效追蹤、政策推動及跨部門合作的重要資料基礎，使綠照推動邁向更科學化、可追蹤與可複製之服務模式，也讓農村社區在健康促進面向具備更明確之依據與方向。

五、十大綠照競賽成果亮眼，展現北區綠照品牌化與擴散潛力

本年度協助 15 處社區參與第四屆十大綠色照顧優良農村社區典範獎競賽，共獲 3 項「十大綠照優良社區典範獎」、1 項「綠療育學習獎」、1 項「綠場域友善獎」，成果亮眼並充分展現北區農村綠照的實力與特色。透過逐站訪視、亮點提煉、故事敘事設計、成果視覺化呈現等輔導方式，使社區在競賽中能以更具說服力及專業性的方式展示綠照成果。

得獎社區各具特色，包括綠飲食共食模式建立、綠療育課程創新設計、長者生產力展現、文化活動整合、農村空間改善等，呈現綠照多元化面貌。這些成果不僅提升北區在全國綠照版圖中的能見度，更逐步形塑北區綠照品牌，具備跨區擴散、示範推廣與政策深化之高度價值。

六、長者參與增進社區凝聚力，綠照成為強化農村韌性的核心策略

綠色照顧活動持續吸引長者參與，包含綠療育課程、共餐服務與多元手作活動等，均有效提升長者外出動機、社會互動與情緒支持。跨世代活動亦逐漸增加，促使家庭與社區關係更緊密。此發展顯示綠照不僅改善長者生活品質，也促進社區的社會支持網絡強化。

此外，部分社區在綠照推動過程中的組織治理能力、行政處理能力與志工調度能力均有所提升，使整體社區面對人口老化與人力不足等挑戰時具備更高的韌性。整體而論，綠照已成為農村社會穩定運作、健康促進與凝聚社區力量之基礎精神。

第二節 建議

一、深化在地人才培育與課程制度化，建立長期綠照訓練體系

建議未來持續強化綠照增能教育訓練，建立綠色照顧學習地圖，協助社區建立標準化課程架構、教案手冊及分級培訓制度，使綠照人力得以穩定培育，並降低社區因人力更迭產生的能力斷層。鼓勵社區持續建立在地師資制度外，另可以鄉鎮或縣市為單位建立區域綠照共學平台，辦理本年度十大綠照優良典範社區分享交流活動，引導社區平日執行可互相交流執行經驗，並讓長者們可進行跨社區互動，進一步提升社會參與。同時仍需加強各社區男性長者友善課程，例如農具木工手作、植栽照護、與場域維護等，以提升性別參與多樣性。

二、強化綠場域後續維運及營運模式，提升場域永續使用能力

建議將綠場域視為社區長期營運的重要資產，建立維護 SOP、志工分工制度與定期維護機制，避免空間逐年老化或閒置。可引入企業認養、青銀協作、公益志工等方式，減少社區維運負擔。同時可將綠場域結合社區產業、市集活動、課程付費機制等，發展能產生收益的複合式營運模式，使綠場域兼具服務功能與經濟效益。

三、擴大科技量測導入與資料庫建置，提升綠療育科學化基礎

建議逐步將科技量測擴大至更多社區，並建立北區綠療育成效資料庫，整合長者參與行為、量測指標與課程結果，以掌握不同課程對健康成效的差異性。資料庫可提供政策研擬、課程優化與跨部門合作之參考，亦能提升社區自主追蹤健康效益之能力，建立更長期、可追蹤的綠照發展基礎。

四、成果發表活動之跨計畫整合模式

為提升綠照成果對外呈現之完整度與政策宣傳效益，建議未來成果發表活動可主動與北區各項農村發展相關計畫整併辦理，例如區域亮點、人才培育、農村旅遊或農村產業輔導等計畫，共同建置「北區農村整合型成果展示平台」。透過跨計畫匯聚，能使原先零散的成果以更系統化方式呈現，並展現農村在空間、產業、組織、文化與照顧面向的整體發展脈絡。

成果發表活動整合後，可搭配論壇、走讀、展攤展示、社區成果市集、示範體驗課程等形式，不僅能擴大參與社區與民眾的規模，使參與民眾得以從不同計畫中所強調農村的「宜居」與「宜遊」兩大面向共同看見農村發展的價值。亦可提升活動的媒體能見度、跨計畫整合度、展

示農村多元成果、促進社區橫向交流，並強化臺北分署推動農村政策的整體性與影響力，具有高度效益與可行性。

五、提升行政流程工具化與輔導配套，降低社區行政負擔

建議建立標準化行政手冊、文件範本與常見問題 Q&A，協助社區快速掌握作業流程。另對於社區長年反應的長者無法親簽等問題，可建議推動電子化簽到或替代驗證方式，以降低長者簽名困難之行政風險。