

銀髮休閒療育提升計畫 - 獨居老人按摩體驗

活動時間	110 年 11 月 29 日 星期一 10:00~16:00
活動地點	頂福里社區(各獨居老人家中)
主持人	顏瑞棋
活動內容	<ul style="list-style-type: none"> ● 活動進行方式與內容 <p>本次活動主要對象為計劃成員中之種子學生們及頂福里社區銀髮長者，尤其是獨居長者，藉由內聘講師實際教學示範，針對獨居銀髮長者規劃設計筋膜槍按摩之課程執行，讓學生實際操作、獨居銀髮長者親身體驗，讓計畫未來執行時能盡善盡美，並討論進行之時間安排與方式及各種備案活動，與會者充分投入，達成預期之進度及成果，對未來計畫之推動非常具有幫助。</p> ● 重點與助益 <ol style="list-style-type: none"> 1.實際了解銀髮族社交與運動需求 2.銀髮活動安排之時段與方式 3.充分準備活動備案 4.更加凝聚團隊向心力
活動回饋與成效	<ul style="list-style-type: none"> ● 與會人員意見與回饋 <p>學生劉謝興表示：一整天服務很開心，看到同學服務老人家的認真態度及老人家臉上滿滿笑容，感覺一切都值得了，也謝謝社區長者對我們的肯定。</p> <p>學生蕭芷琪表示：藉由親至獨居老人家中施行按摩課程設計，學生與銀髮長者將達成良好互動，雙方在課程活動不僅達成共識，了解真正需求，有利未來活動安排。</p> <p>學生王幼筠表示：我們到獨居老人家中，將按摩課程所學應用到實踐場域，不僅在學會後馬上可以運用在獨居銀髮族身上，還可以培養訓練服務獨居銀髮長者的態度與技巧，更可增添學生的學習自信心，一舉數得，這是很棒的計劃。</p> ● 活動反思檢討 <p>本次活動以執行獨居長者按摩課程設計為主要目的，透過討論與回饋，針對獨居銀髮按摩活動規劃，活動進行方式，並針對帶領技巧、活動安排做了充分溝通，讓彼此清楚了解本計畫的各項活動該如何安排最為妥適，未來能將</p>

所學之技術實際運用到場域。

活動剪影



學生實際運用按摩技巧



兩人四手按摩體驗。



頂福里社區前合影



筋膜槍按摩