

## 銀髮休閒療育提升計畫 -銀髮休閒旅遊及活動體驗(二)

活動時間	110 年 12 月 16 日 星期四 08:00~17:00
活動地點	國立海洋科學博物館、黃金博物館園區、九份山城
主持人	顏瑞棋
活動內容	<p>● 活動進行方式與內容</p> <p>本次銀髮休閒旅遊及活動體驗主要對象為計劃成員中之社區銀髮志工、長者及休閒系種子學生們為主，藉由老師、志工及學生們帶領，首先安排參觀國立海洋科學博物館，了解到台灣海洋生態的保育性是有多麼重要，台灣沿岸海域的生物多樣性有多少？它們的現況如何？由專人參觀導覽並安排劇場欣賞，台灣是四周環海的島嶼國家，而海底映像這次以台灣為主軸，介紹台灣各地海域的生態狀況，進而了解台灣多元豐富珍貴的海洋生態系統；午餐約會於海科館安排享用美味便當，下午安排前往黃金博物館園區，了解金瓜石靠著豐富的礦產，帶動了附近山城的繁榮，曾經還是全亞洲最大的礦坑產區，黃金館了解金瓜石礦業歷史文化，還能親手摸到超大金塊、園區中還有黃金神社、太子賓館，走訪園區感受一下日本時期的懷舊風情。續來到九份，位於新北市瑞芳區，是昔日台灣的採金礦中心，環山面海，擁有變化多端的山海美景，為一座小小的山城，保有著純樸的舊日生活風貌。一樣以參觀導覽解說，讓參與的長者都留下深刻印象。活動後透過分享，再次討論銀髮長者適合之相關活動，讓本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，參與者充分投入，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> <p>● 重點與助益</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1.增進帶領銀髮體適能活動之技能</li><li>2.銀髮休閒活動安排之時段與方式</li><li>3.充分準備活動備案</li><li>4.更加凝聚團隊向心力</li></ol>

### 活動回饋與成效

- 與會人員意見與回饋

休閒系蕭芷琪同學表示：這次藉由此銀髮休閒旅遊及活動體驗活動，不僅看到老師帶領的技巧、志工積極投入，也更盡職地擔任小幫手，充分感受到學習的成效，同時與老人們有趣的互動，更增進了感情，大家有了共同的默契及共識，對未來計畫中的活動安排，將呈現不錯的成果。

休閒系劉謝興同學表示：每位長者都熱情參與，表情也呈現無比愉悅樣子，這結果讓我們同學們充滿著成就感，看到老師的帶領技巧，下次我們應該也可以披掛上陣，來場跟自己的挑戰，真是非常期待。

- 活動反思檢討

本次活動以執行銀髮休閒療育提升計畫為主要目的，透過銀髮休閒旅遊及活動體驗參與，獲得很大迴響，而志工及學生活動帶領技巧提升也對未來計畫執行，將有更顯著之助益。

### 活動剪影



海科館合照



黃金博物館園區合影