

「高齡健康促進與運動」研習

一、 研習活動目的：

臺灣自民國 107 年已邁入「高齡社會」，即 65 歲以上老年人口佔 14%；最新內政部統計預估台灣將提前在 114 年成為「超高齡社會」，即每 5 人中就有 1 人為高齡長者。世界衛生組織指出「健康老化」即發展並維持人體之正常「生活機能(functional ability)」，以創造幸福的老年生活。有鑑於即將面臨的超高齡社會衝擊，健康老化、高齡健康促進成為台灣醫療照護之新議題，上至健康照護政策，下至健康照護單位均不斷提倡與落實高齡健康促進概念，並陸續有許多高齡健康促進之研究發表。本研習會旨在介紹高齡健康與健康老化、高齡健康促進之照護新趨勢，並分享高齡健康促進於健康照護應用的現況與研究之建議，最後藉由高齡健康運動概念與實作課程，帶領學員體驗高齡健康促進運動，以期啟發與會學員注入高齡健康促進概念及理念於健康照護中。

二、 主辦單位：長庚科技大學嘉義分部護理系(所)

三、 協辦單位：嘉義縣護理師護士公會

四、 活動時間：114 年 10 月 17 日（星期五）

五、 活動地點：長庚科技大學嘉義分部 A 棟 7 樓 60 人會議室（嘉義縣朴子市嘉朴路西段 2 號）

六、 研習課程：如日程表。

七、 參加對象：醫護健康科系教師與醫護人員(校內教職員 45 名、對外開放 20 名)。

八、 報名方式：

自 114 年 9 月 24 日(星期三)開放網路線上報名(對外開放場)，請至本校首頁「各類活動線上報名系統」報名，報名網址：

<http://web.cgust.edu.tw/ActSignup/ActView.asp?ActID=6024>。

九、 聯絡方式：

(一) 聯絡人：

長庚科技大學嘉義分部護理系 盧懋儀小姐

(05)3628800 ext. 2255 / mylu@gw.cgust.edu.tw

(二) 聯絡地址：613016 嘉義縣朴子市嘉朴路西段 2 號

十、 學員注意事項：

(一) 全程參加研習活動於結業後，由主辦單位發予電子研習證書及辦理護理人員繼續教育積分認證(專業課程：7.8 積分)

(二) 本研習會免報名費，經報名成功者請務必準時參與。

- (三) 經線上報名成功而不克參加者，請至線上自願棄權取消報名，一經棄權將無法再報名相同場次。
- (四) 研習會講題資料將於會議前提供學員電子檔，請自行下載。

續下頁

日程表

「高齡健康促進與運動」研習

日期：中華民國 114 年 10 月 17 日（星期五）8：30-17：00

地點：長庚科技大學嘉義分部 A 棟 7 樓 60 人會議室

時間	議程	講員	主持人
08:30-08:45	報到、領取資料		
08:45-08:50	始業式：致詞	分部主任 護理學院院長 護理系主任	郭嘉琪副教授
08:50-10:20	高齡健康與健康老化	永康奇美醫院 黃建程主任	郭嘉琪副教授
10:20-10:30	休息時間		
10:30-12:00	高齡健康促進之照護新趨勢	永康奇美醫院 黃建程主任	郭嘉琪副教授
12:00-13:00	午餐時間		
13:00-14:30	高齡健康促進於健康照護之應用	中山醫學大學護理系 郭青萍教授	梁蕙芳教授
14:30-14:40	休息時間		
14:40-16:40	高齡健康運動概念與實作	翔宇物理治療所 朱世瑋物理治療師	梁蕙芳教授
16:40-17:00	討論		

講員/主持人簡介(以演講及主持順序)

李江文教授：長庚科技大學呼吸照護系教授兼分部主任

陳美燕教授：長庚科技大學高齡暨健康照護管理系教授兼護理學院院長

鄭靜瑜教授：長庚科技大學嘉義分部護理系(所)教授兼護理系主任暨研究所所長

郭嘉琪副教授：長庚科技大學嘉義分部護理系(所)副教授

梁蕙芳教授：長庚科技大學嘉義分部護理系(所)教授

黃建程教授：奇美醫療財團法人奇美醫院急診部高齡急診科主任兼整合醫療中心主任

郭青萍教授：中山醫學大學護理系教授

朱世瑋物理治療師：翔宇物理治療所負責人兼中華民國物理治療師公會全國聯合會常務理事

地圖



地址：嘉義縣朴子市嘉朴路西段2號

學校電話：05-3628800 轉 2255（護理系辦公室）

交通方式：

1. 高鐵嘉義站搭乘計程車至本校嘉義分部。
2. 高鐵嘉義站搭乘嘉義客運、BRT 公車往朴子路線班次可至本校嘉義分部。（請在縣府站下車）
3. 嘉義市火車站搭乘嘉義縣公車、嘉義客運、BRT 公車往朴子路線班次可至本校嘉義分部。（請在縣府站下車）
4. 自用車：請看長庚科技大學嘉義分部位置圖【如上】。
車輛可開進學校停車場停放，免收停車費用。