

**教育部高等教育深耕計畫  
111 年度執行重點績效及特色文稿**

日期：111 年 11 月 05 日

學校名稱	中山醫學大學		
活動名稱	111 年 USR 場域服務學習--【返老還童好時光】		
行動方案	111 大學社會責任實踐計畫〈USR〉—宜居石岡，永續健康		
活動日期	111 年 11 月 03 日		
活動時間	09：00-11：00		
活動地點	向心活動中心		
活動參與人數	共 40 人	活動對象	關懷據點長輩
活動聯絡人	吳婉慈	聯絡電話	04-3609-7436

**執行重點績效及特色文稿**

**一、活動重點及目的：**

萌芽期本計畫團隊以「提升石岡醫療，優化在地人文，孕育醫學人才，實踐社會責任」為目標精神，分別由本校四院的師資組成子計畫團隊，再加上本校附設醫院資源，以各自專長，以不同專業的知識與經驗，設計執行策略，結合智慧醫療以及課程，實踐教育服務、社區醫療照護及在地關懷的精神。利用多元主題，擴大教師與學生的參與和議題認知，增加通識與專業課程的深度與廣度。

**二、活動特色及執行情形：**

此次「返老還童好時光」邀請到郭青萍教授為向心社區長者衛教，先以一份「口腔健康確認表」來評估長者的口腔健康，接著詢問長輩們有無駝背雙下巴、喝水有無嗆咳、吃東西會不會掉出來和有無打呼的情況？向長者們說明為甚麼會出現這些症狀？跟口腔健康有什麼關係？緊接著，帶著社區長者一起做健口操，從預備動作開始，到口腔肌肉運動。最後進行小小的遊戲，以各種童玩輔助訓練口腔肌肉。

第一次和向心長輩們活動，他們都很熱情，對於今日的講座非常期待。後面拿出童玩，長者們都不禁懷念起小時候的時光，他們很驚訝：「小時候的玩具也可以訓練到牙口！」小童玩不但可以輔助吹氣，還可以訓練舌頭和臉頰肌肉，每一位長者都很認真投入小遊戲。教授將童玩遊戲跟口腔運動做結合，讓長者們可以把健口操代入日常，不會覺得口腔訓練是一件無趣的運動。

**三、活動之質量化指標：**

參加人數 40 人，老師 2 人，工作人員 2 人

**活動剪影**



全體大合照



活動過程



活動過程



活動過程