

計畫書 6：高齡者的食物與營養—邱靜如助理教授

國立成功大學服務學習課程計畫書

一、課程基本資訊			課程序號	225
課程名稱	高齡者的食物與營養		本課程開設次數	首次開課
開課單位	老年學研究所		課程屬性	融入服務學習內涵之專業課程
任課老師	職稱	系所	聯絡電話	email
邱靜如	助理教授	老年所	5739	cjchiu@mail.ncku.edu.tw
教學助理	職稱	系所	聯絡電話	email
開課年級	大學部		必/選修	選修
學分數	3		是否配置教學助理	是
每週上課時數	3		是否辦理保險	是
預定修課人數	15		服務單位如何擇定	教師
每學期服務次數	8		服務時段	課餘時間 課堂
每次服務時數	4		是否有固定服務時間	是
服務議題	老年健康促進 醫療服務 弱勢關懷與陪伴 志工培育			
服務對象	社區經營 老人			
二、課程目標				
<p>(一) 從增進學生對老化過程中(從小到大)飲食與營養的概念，包涵全年齡的營養學概念、中老年營養評估、慢性病的飲食、社區中有長照需求長者的進食與照護方法、藥物與健康食品等面向，讓學生提早理解與準備老化過程中的營養需求。(二)提供學生進入社區接觸與陪伴長者在飲食部分的生活，提升學子瞭解老年生活的最基本需求與樣貌。(三)促進成大鄰近社區老年人之營養與身心健康，及建立夥伴關係。</p>				
三、課程內容及特色				
<p>1.以最貼近老年人生活(食物與營養)的部分，關懷社區中的長者。 2.以具體與社區中活躍的、及有長照需求長者之互動，聆聽、理解與思考老化過程中營養的多樣化與多層次的需求。 3.服務學習準備工作中，讓不同領域與專業之大學生具備熟悉老化過程中需要的食物與營養概念。 4.服務學習反思與慶賀的過程，培養學生有能力思考與研發未來銀髮世代老年營養的創新與提供。</p>				
四、教學策略 (例如：如何透過課堂專業學習達成社區服務之目的、安排課程及服務比重...等)				
<p>1.於準備階段，藉由老師講授、學生文獻閱讀與資料收集、小組討論、與邀請老年營養及食品科學專家之演講，培養學生對於老化之飲食與營養之專業知識與思考判斷能力，並能思考目前台灣在銀髮飲食與營養上與老年人需求之落差 2.透過至少 24 小時之實際服務過程，提供社區老年人對於飲</p>				

食與營養的正確概念，並透過活動與陪伴，增進社區老年人的生心理健康，包涵協助目前正在照顧有慢性病或長照需求之社區中老年人在長者食物提供上的問題 3.藉由反思與慶賀階段，提升大學部學生對於結合自身專業對於銀髮營養產業上的創新思維，也提供本次服務學習之反饋與衝擊評估，並未未來延續性規畫進行準備。

五、各階段工作及各週流程 (以每學期 18 週計算)

	次數	內容	時數
準備 藉由老師講授、學生文獻閱讀與資料收集、小組討論、與邀請老年營養及食品科學專家之演講，培養學生對於老化之飲食與營養之專業知識與思考判斷能力，使跨領域之大學生具備對於老化過程中之飲食與營養之需求之專業知識與思考判斷能力	1	高齡者的食物與營養概念及服務學習課程介紹	3
	2	生命週期的營養概念及老化過程中的營養評估與需求	3
	3	老年人的飲食種類與餐具之創新設計	3
	4	老年人的慢性病飲食與創新服務提供	3
	5	藥物與健康食品	3
	6	長照進食方法及人性化之思維	3
服務 實際走進社區，帶領學生接觸不同健康狀況之老年人，藉由辦理健康飲食講座，增加社區老年人對於自身健康飲食管理之能力，並藉由實際陪伴有長照需求之老年人，降低年輕學子與老年人溝通之落差，並經由觀察營養之需求與提供之落差，開創未來銀髮飲食產業之新思維之萌芽。	7	高齡者的食物與營養講座 1	4
	8	高齡者的食物與營養講座 2	4
	9	高齡者的食物與營養講座 3	4
	10	高齡者的食物與營養講座 4	4
	11	長照需求長者的飲食關懷 1	4
	12	長照需求長者的飲食關懷 2	4
	13	成大友善社區食堂 1	4
	14	成大友善社區食堂 2	4
反思 透過學生志工小組討論與經驗交流，以及與服務接受者的再次討論，進行整個服務學習的過程評估	15	學生志工小組討論與經驗交流	3

	16	服務接受者之觀點經驗交流與成效評估	3		
慶賀 藉由辦理社區健康飲食活動，提升更多老年人對於健康飲食的興趣，也提供學生被慶賀之回饋，並作為延續性規畫之參考	次數	內容	時數		
	17	成大友善社區食堂總鋪師大賽	3		
	18	經驗交流與檢討及未來規劃	3		
六、合作機構					
合作機構	機構聯絡人	機構電話	e-mail	機構地址	
國興里社區發展協會	吳承芳	2367587		國興里 10 鄰開元路 394 巷 15 號	
七、講習訓練與服務進行方式 (請具體說明服務時間、地點、執行方式、執行次數及活動內容)					
(一) 講習訓練					
項目	日期	地點	內容	講師	時間
準備階段課堂學習課程	104. 3.17	醫學院教室	老年人的飲食種類與餐具之創新設計	待聘(工業設計業師)	15:00-18:00
準備階段課堂學習課程	104. 3.24	醫學院教室	老年人的慢性病飲食與創新服務提供	待聘(食品科技業師)	15:00-18:00
準備階段課堂學習課程	104. 3.31	醫學院教室	藥物與健康食品	待聘(藥師)	15:00-18:00
準備階段課堂學習課程	104. 4.7	醫學院教室	長照進食方法及人性化之思維	待聘(機構管理者)	15:00-18:00
(二) 服務進行方式					
1. 日期: 104 年 04 月 14 日起至 06 月 02 日止，共八週 2.地點: 台南市北區國興里社區活動中心 3. 時間: 每周二下午 3-6 點，每次 4 小時，共計至少 32 小時 4.進行方式:以小組為單位辦理銀髮健康講座，及設計長照需求長者飲食與營養觀察與陪伴活動					
八、評量方式					
項目	分數百分比(%)				
課前活動設計	40				
服務參與與日誌	40				
慶賀實作與反思	20				
九、預期效益 (預計修課人數、提供服務人次、接受服務人次、影響效益等)					
1.預計修課人數: 15 人 2.提供服務人次:15 人*8 次=120 人次 3. 接受服務人次: 約 30 人*8 次=240 人次。 4. 影響效益:透過服務學習協助學生走出學術之象牙塔，能將各領域大學生之所學，應用於協助社區中之老年人，亦提升人文關懷與自我專業成長，並對現有老年人之食物與營養之限制提出反思與建議。					

十、延續性規劃及具體作法 (自申請當學年起含二學年度內提升課程品質之遠景規劃)

1. 運用過程評估之反饋機制，了解此次服務學習之盲點，並作為未來持續規畫之參考
2. 透過慶賀階段，提升本本次服務學習之能見度，以作為未來擴大服務之基礎
3. 學生所累積之服務學習經驗，將有利於未來相關研究與社區工作服務之專業成長