

綠色照護～樂智園藝輔療計畫 成果報告書

補助單位：台灣主婦聯盟生活消費合作社

主辦單位：社團法人雲林縣八福長青關懷協會

一、 方案目的

- (一) 藉由認識植物增進認知功能。
- (二) 增進肢體活動。
- (三) 增進社交及人際互動機會。
- (四) 透過視、觸、味、嗅等感官刺激活化身心。
- (五) 紓解家庭照顧者的壓力。

二、 執行過程與成效

(一) 園藝輔療團體

- 1、團體時間與次數：每週一次，一次2小時，共10次(20小時)
- 2、服務人數與人次：12人，120人次。
- 3、活動內容

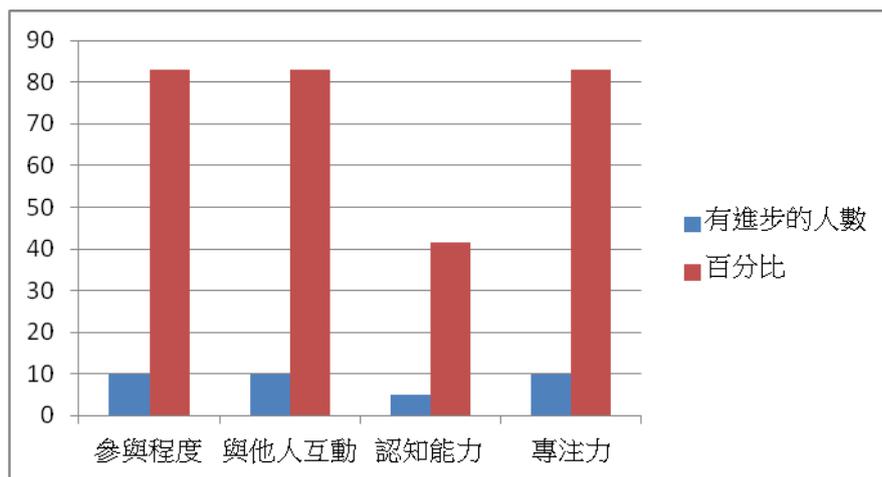
日期	活動名稱	活動內容	執行方式
5/4	相見歡	1. 以花會友 2. 以葉拓製作名牌	1. 團體的開始成員自我介紹後，各拿一朵花送給其他的成員，並說祝福的話，拉近彼此距離建立關係。 2. 用葉拓的方式製作名牌，剛開始有些長輩拿水彩筆塗顏料有些不順手，慢慢地越畫越有趣。
5/11	祝福卡片	以葉拓製作母親節祝福卡片	配合節慶以葉拓製作母親節祝福卡片，長輩們選擇共同製作大張的祝福卡片，過程中增進同儕的互動與默契。
5/18	葉子拼圖	認識不同顏色的葉子，再以葉子拼圖。	認識不同顏色、大小的葉子，透過綠自然植物是最有趣的認知訓練。
5/25	心花朵朵開	認識不同顏色的花，再將花設計成花束或盆	藉由花色、香味刺激感官增添樂趣。長輩們看見粉嫩的玫瑰花，顯出喜悅的表情，並享受插花的樂趣。

		花	
6/8	生命種子	環保育苗盆製作及播種時蔬	長輩們大部分是務農，對於泥土與種子特別有感情，透過觀察種子發芽、生長過程體驗生命的奇妙。
6/15	奇香妙草	阡插香草植物	甜菊、薄荷、蜂香檸檬草香草、迷迭香等香草植物不同的香味感官刺激活化身心。
6/22	水果飲品	1. 洗愛玉 2. 將愛玉凍與其他水果調製成飲品	炎熱的夏天長輩更需要補充水分，透過搓揉著愛玉仔，是手部關節的運動即藉此提升長者補充水分的意願。
7/6	垂吊花器	1. 運用環保素材製作垂吊花器 2. 種植水耕植物	天然素材麻繩，運用簡單的平結互相連結作成垂吊花器，過程中可以訓練細部手指頭的動作。
7/20	植物的家	將常綠植物組合成創意盆栽	1. 動手動腦將不同植物栽種在一起生活。 2. 藉由照顧植物，長者由依賴者的角色轉換成照顧者(照顧生命)，提升自主能力。
7/27	創意相框	1. 以自然與環保素材製作相框 2. 互相道別	在相框上拓印各種圖案，美化相框可存放加活動的相片成為美好的回憶。

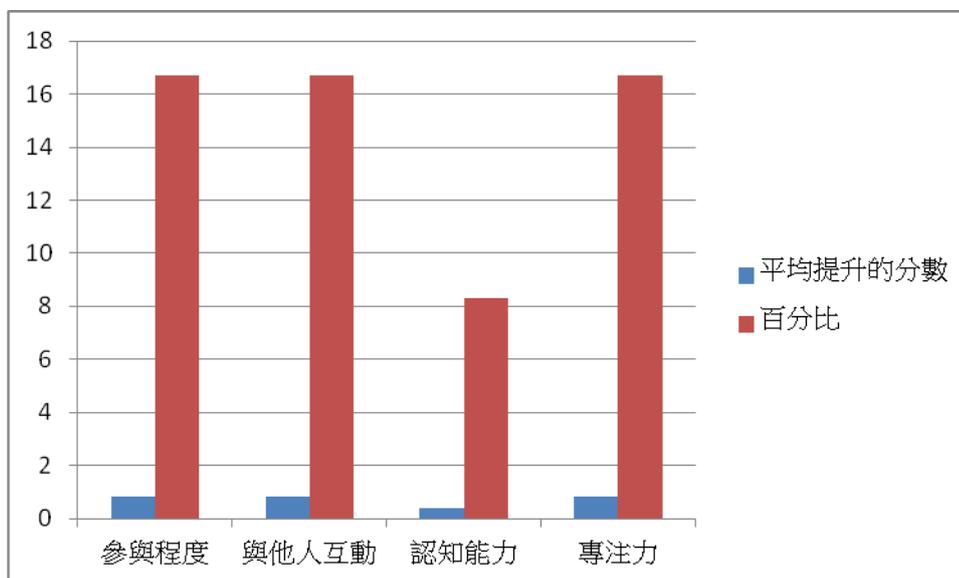
4、方案成效

活動紀錄表包含參與程度、認知能力、專注力、與他人互動等情形，於每次活動結束後記錄。本次活動共有 12 人參加，根據統計資料分析，「參與程度」有進步的人數 10 人(83%)，平均提升的分數 0.83 分(16.7%)。「與他人互動」有進步的人數 10 人(83%)，平均提升的分數 0.83 分(16.7%)。「專注力」有進步的人數 10 人(83%)，平均提升的分數 0.83 分(16.7%)。「認知能力」有進步的人數 5 人(41.6%)，41.6%平均提升的分數 0.41 分(8.3%)。

項目	有進步的人數	百分比
參與程度	10	83%
與他人互動	10	83%
認知能力	5	41.6%
專注力	10	83%



項目	平均提升的分數	百分比
參與程度	0.83 分	16.7%
與他人互動	0.83 分	16.7%
認知能力	0.41 分	8.3%
專注力	0.83 分	16.7%



(二) 舒壓課程

- 1、服務人數與人次：20 人，60 人次。
- 2、課程：

月份	課程名稱	時數
5/19	頭肩頸部按摩放鬆	2
6/16	腰臀部的按摩放鬆	2
7/21	全身部位的腳踩按摩放鬆法	2
合計		6

3、方案成效

授課講師透過人體骨骼模型，講解骨骼與肌肉之間的相互關聯，在三次課程中用各種不同的按摩技巧，達到放鬆舒緩身心的效果，課程結束後的滿意度調查顯示，此次舒壓課程獲得極高評價，滿意度達九成以上。講師特殊的按摩技巧與教學方式令學員印象深刻。

項目	非常滿意	滿意	普通	不滿意	非常不滿意	百分比
課程的安排是否符合您的需要	95	5	0	0	0	100%
您對講師授課的滿意程度	95	5	0	0	0	100%
您對活動場地、設備安排的滿意程度	95	5	0	0	0	100%
您對活動時間安排的滿意程度	85	15	0	0	0	100%
課程結束後是否達到舒壓的效果	95	5	0	0	0	100%

三、總結

感謝台灣主婦聯盟公益基金補助，本方案得以順利完成。園藝輔療團體的統計資料顯示，參與程度、與他人互動、專注力都有明顯的提升，在初次上課時有部分的長輩會認為是小朋

友的玩意，經過幾次課程後，大家越來越有興趣，與其他長輩的互動增加，每次都專注地完成作品，特別對香草植物感興趣，所有課程結束時，大家分享著自己在中的香草植物已經長很高了，相信此次的課程增添了長輩生活中的樂趣。

不論是家庭照顧者或從事照顧工作的人員，長期下來累積不少壓力，此次舒壓課程獲得極高評價，滿意度達九成以上，學員也獲得身心的紓壓，得以繼續從事照顧工作。

四、 成果照

園藝輔療團體



活動日期：107年5月4日
活動內容：相見歡



活動日期：107年5月11日
活動內容：祝福卡片

園藝輔療團體



活動日期：107年5月25日
活動內容：心花朵朵開



活動日期：107年6月15日
活動內容：奇香妙草

園藝輔療團體



活動日期：107年6月8日
活動內容：生命種子



活動日期：107年7月6日
活動內容：垂吊花器

舒壓課程



活動日期：107年5月19日
活動內容：頭肩頸部按摩放鬆



活動日期：107年5月19日
活動內容：頭肩頸部按摩放鬆



活動日期：107年6月16日
活動內容：腰臀部的按摩放鬆



活動日期：107年7月21日
活動內容：全身部位的腳踩按摩放鬆法

社團法人雲林縣八福長青關懷協會

綠色照護～樂智園藝輔療計畫

經費支出明細表

補助單位：台灣主婦聯盟生活消費合作社

計畫期程：107.04.01~107.08.31

計畫總經費：3萬元		實際支出：3萬元		經費餘額：0元
項目名稱	支出日期	摘要	金額	用途
雜支	107.04.23	花材(花盆、培養土)	1500	園藝輔療團體
	107.04.25	海報 2 張	200	園藝輔療與舒壓課程
	107.05.10	壓克力顏料、丹迪紙等	290	園藝輔療團體
	107.05.17	花	300	園藝輔療團體
	107.06.14	香草	600	園藝輔療團體
	107.06.22	愛玉、鳳梨、檸檬等	290	園藝輔療團體
	107.07.05	植物	900	園藝輔療團體
	107.07.19	麻繩、相框	320	園藝輔療團體
雜支合計			4400 元	
講師費	107.05.04- 107.07.27	園藝輔療團體講師費, 內聘 10 次*1600 元(800 元*2H)	16000 元	5/4, 5/11, , 5/18, 5/ 25, 6/8, 6/15, 6/22, 7/6, 7/20, 7/27
講師費	107.05.19- 107.07.21	舒壓課程講師費, 外聘 3 次*3200 元(1600 元*2H)	9600 元	5/19, 6/16, 7/21
經費支用總計			30000 元	