

臺南市南區 2013 年福利化社區旗艦計畫

安全 宜居 新家園

打造福利新故鄉

成果報告

壹、計畫摘要

壹、計畫源起

臺南市南區因地理分布與社會環境發展的規劃次序，轄區內包含機場、快速道路、縱貫道路、商港以及海岸線與農漁社會的遺緒，不僅涵蓋高密度人口的住商混合區，低密度住宅區，眷村改建集合住宅區，警察軍眷遺族的眷村社區，以及尚保有舊式農、漁村風貌的傳統聚落。新舊社區交會與人文地理環境的差異造成社區人口的稠密度與發展的進程有很大的落差。自民國 80 年代社區營造的理念與行動力開始運作，居民社區意識覺醒，開始朝向在地生活的需求與滿足設定公共議題，發揮社區自治理念解決社區問題。啟程快的如金華、文南、南華、大恩、松安等社區，從凝聚社區公民意識開始，借助社區居民自身的力量和政府的輔助功能改變社區環境，解決社區問題，為社區帶來榮景，也影響其他社區起而仿效。

社區發展最主要是創造安和樂利的福利化社區，讓社區中的弱勢族群獲得支持和照顧；讓居民可以安居樂業，無疑是最重要的課題。其次，社區發展除了人、文、地、景、產的改造，若能減少意外災害的機率和損失，減輕家庭因意外帶來的傷害，更能降低社會承擔事故的服務成本。1989 年起，全球即展開安全社區運動，鼓勵社區間合作及資源共享，提供社區老人、婦女、兒童、身障者等學習成長資源和生活支持的環境。隨著人口老化疾速、失業率、經濟流動等因素各社區發展也呈現消長。社區的家庭戶數，對社區發展所需的財力、物力、人力、人文等資源的應用均影響了社區發展。安全社區運動強調跨領域的夥伴合作關係，除了社區的自主功能也輔以公部門協力。政府補助資源

有限，不僅有賴於社區居民自決、自助、自主的參與改善生活條件，更需要透過資源的連結、共享、互補來解決社區資源不足的問題。

2013年由金華社區領航，結合文南、南華、大恩、松安等績優社區以母雞帶小雞的精神，示範帶領鯤鯨、明德、新生、興農、大林等剛起步的社區，規劃3年期「安全宜居新家園-打造福利新故鄉」旗艦計畫；以安全社區的概念為基礎，勾勒安全宜居的福利化社區願景，建構社區協力、資源整合，落實福利化社區的旗艦精神。本計畫第一年主軸為建立聯合區域型福利服務網絡。計畫內容共分為(一)建構社區安全網(二)社福產業再創新(三)兒少學習新天地(四)在地關懷好溫暖(五)健康樂活新女性等五項子計畫方案。

貳、團隊與組織概況

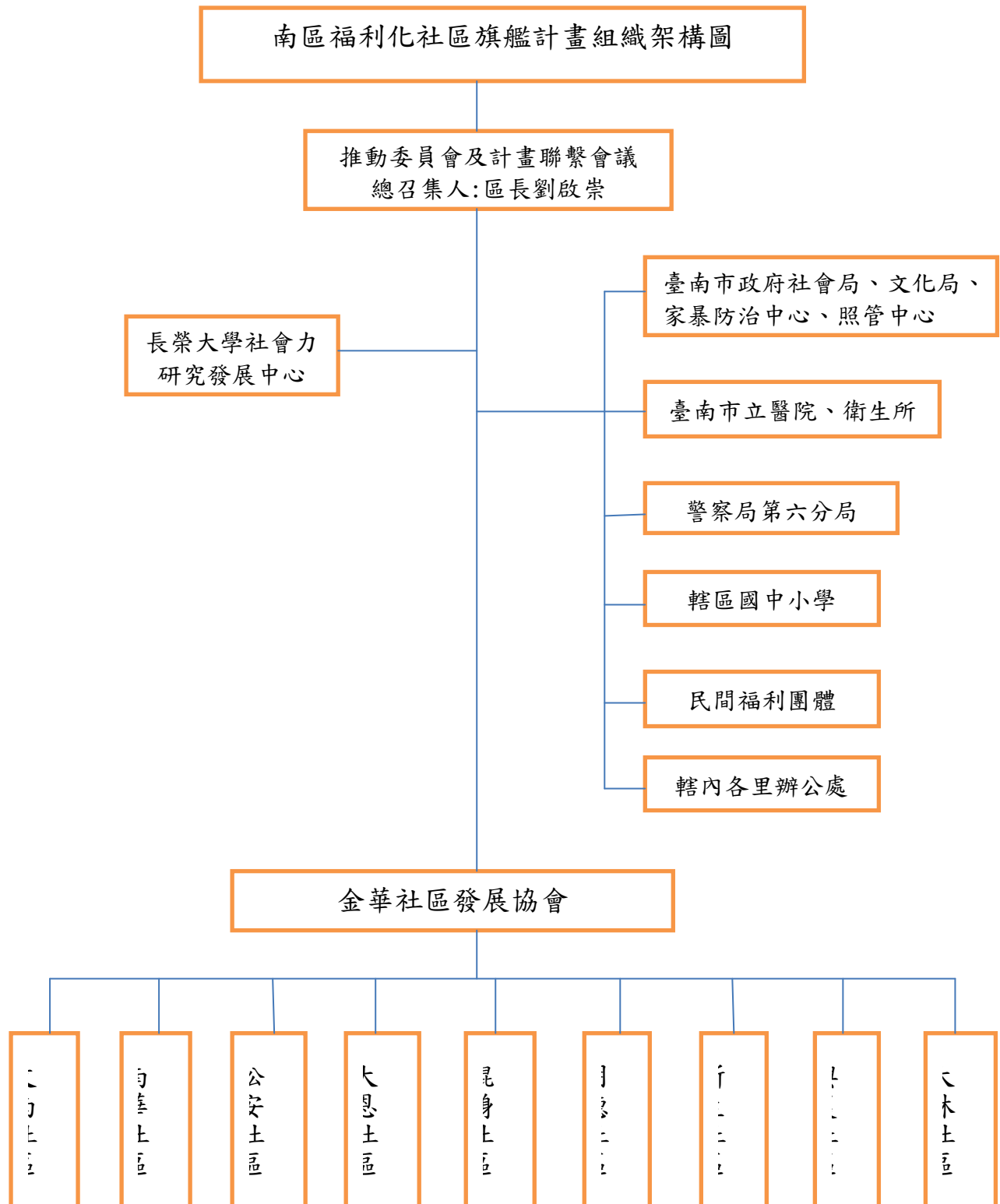
貳、團隊與組織概況

一、團隊整合

本計畫由區長擔任總召集人，採取聯合社區執行模式，整合社會局、文化局、市立醫院、衛生所、警察局第六分局、民間福利團體、轄區國中小學、里辦公處等公私資源協力執行。在執行方面，提案單位組成推動委員會，每月召開聯席會報進行團體督導，由臺南市社會局輔導，長榮大學社會力研究發展中心提供諮詢、定期到提案社區訪視，一方面關切提案社區進程與社區發展特色。在社區運作方面，辦理志工培訓，凝聚社區參與感和歸屬感，培力社區自我運作能力，達到自立目標。資源連結面向，舉辦推廣安全家庭研討會，邀請專家學者討論事故傷害監測登錄機制與安全家庭執行工作重點。

二、組織架構

圖一 組織架構圖



三、團體督導&聯繫會報

表一

日期	地點	主題
103.6.24	臺南市南區區所	103 年福利社區化旗艦型計畫執行討論。
103.7.22	大恩里活動中心	母社區與子社區的計畫共同參與執行方式。
103.8.18	南華里活動中心	各社區報告執行進度、經費核銷注意事項。
103.9.30	文南里辦公處	研議本年度執行總結與經費核銷項目討論暨計畫辦理成果發表會。
103.10.21	灣裡聯合活動中心	104 年度旗艦計畫提案社區概況暨調查



6.24 福利社區化旗艦型計畫執行討論
劉啟崇區長發言。



6.24 新生社區發展協會趙宋世英理事長發言。



7.22<母社區與子社區的計畫共同參與執行方式>。

大林社區發展協會吳正雄總幹事&大恩社區發展協會施國熙理事長提出意見討論。





7.22<母社區與子社區的計畫共同參與執行方式>。

- 金華社區發展協會柯崑城理事長發言討論。

7.22 長榮大學社會力中心主任黃肇新教授提供諮詢意見。



8.18 各社區報告執行進度



9.30

簡報計畫執行與預算核銷情形為規劃下年度計畫之參考。

10.21 團體督導--南區旗艦計畫社區議題執行概況暨意願表

表二

103 年現況	執行社區									
	金華	文南	南華	松安	大恩	鯤鯨	明德	新生	興農	大林
建構社區安全網	◎					○				
社福產業再創新		◎					○			
兒少學習新天地					◎					○
在地關懷好溫暖				◎					○	
健康樂活新女性			◎					○		

表三

104 年預期	執行社區									
	金華	文南	南華	松安	大恩	鯤鯨	明德	新生	興農	大林
建構社區安全網	◎		○		○	○		○		○
社福產業再創新		◎		○	○		○			
全方位樂活趴趴走					◎					○
在地關懷好溫暖	○	○	○	◎		○	○	○	○	
健康樂活新女性	○	○	◎	○		○	○	○	○	

符號說明：◎主辦社區；○合辦社區



10.21 研議 104 年福利社區化旗艦型計畫議題。

旗艦計畫聯合提案社區訪視-由長榮大學社會力研究發展中心主任黃肇新教授與專案經理人甘玲華社工不定時到各社區進行訪視，提供社區諮詢。



8.22 訪視鯤鯓社區；鯤鯓社區舉辦〈保命防跌人人有責〉之全體學員&金華社區柯崑城里長討論計畫執行情形



10.1 訪視松安社區。與林杏枝總幹事討論方案執行與社區工作的情況；右立南區公所王俊仁專員。



7.22 長榮大學社會力研究發展中心主任黃肇新教授與專案經理人甘玲華社工訪視大恩社區。



11/19 訪視新生社區，正在進行手工皂課程，曾琴晴總幹事報告方案執行情形。

四、志工培訓-培養社區的實踐主體

「臺南市南區 103 年度福利社區化旗艦型計畫志工研習」

目的:凝聚計畫執行共識，培力社區自我運作能力，達到社區自立目標。

日期: 103.7.7 地點:南區區所大禮堂

參加對象: 金華、文南、南華、大恩、松安五里社區發展協會志工

參加人數: 52 人，男性 12 人，女性 40 人

講師:金華里柯崑城里長、臺南市社區營造協會理事長劉聰慧



103.7.7

左圖:南區劉啟崇區長主持
旗艦計畫志工培訓開訓典
禮

左下:領航金華里柯崑城里
長說明旗艦計畫執行的精
神和計畫目標。

劉聰慧理事長介紹
「國際安全社區」，說
明安全社區運動所強
調的由下而上的推動
力量，以及如何結合
社區和政府的力量讓
政策落實。



活動效益:透過各提案單位志工研習活動，讓各里志工互相了解旗艦計畫資源共享的精神。本活動共有 52 人出席。

社區培力—陳述計畫目表與社區經營的願景；凝聚計畫執行共識，培力社區自我運作能力，達到社區自立目標。



「建構社區安全網」金華社區提案，金華、鯤鯓社區共同執行。



「社福產業再創新」文南社區提案，文南、明德社區共同執行。



「兒少學習新天地」大恩社區提案；大恩、大林社區共同執行。



「健康樂活新女性」，南華社區提案，南華、新生社區共同執行。



「在地關懷好溫暖」松安社區提案；松安、興農社區共同執行。

參、計畫執行效益

參、計畫執行效益

一、建立旗艦計畫執行共識，辦理聯合提案單位志工培訓，共 47 人受惠，男性 12 人，女性 35 人。

二「建構社區安全網」

(一)宣導社區安全環境，騎樓淨空、增設騎樓警示標誌，改善社區不安全點。

(二)金華社區率先啟用遠距檢測提供 75 歲以上長者預防保健與健康管理。

(三)推廣建構社區安全網絡的概念，共辦理 15 場講座暨體驗活動，計 680

人次參加；男性 219 人次、女性 461 人次，服務對象包含社區居民、志工、青少年等。

(四)針對鄰長、志工辦理安全社區志工在職訓練。共 81 人次參加，男性 34 人，女性 47 人。

三、「在地關懷好溫暖」

(一)將「要活、要動、安全」的健康生活概念導入日常生活中，辦理長輩健康促進活動，共計 22 場 877 人次參加，男性 212 人次、女性 665 人次。服務對象為灣裡地區民眾。

(二)弱勢家戶關懷訪視，共計 322 人次，男性 62 人、女性 78 人受惠。

(三)由社區志工媽媽成立「縫縫補補工作站」為獨居長輩隨時縫補衣物鈕扣。

四、「健康樂活新女性」

(一)鼓勵家庭主婦走進社區，擴展生活知識領域和人際關係，辦理成長和手工創意課程，服務對象主要是社區婦女，共 540 人次參加；男性 20 人次，女性 520 人次。

(二)新移民婦女成長課程共計 4 場，68 人次參加；提供新移民婦學習舞蹈的

支持環境，建立社群網絡，擴充生活領域，共 17 人受惠。

五、「兒少學習新天地」大恩、大林社區暑假收托學童課後輔導，計 28 個國小 1-6 年級兒童受惠，男生 12 名，女生 16 名，出席率 77.26%。

六、「社福產業再創新」

(一)邀請耆老講述社區傳統產業的歷史，共 2 場，181 人次；男性 66 人次、女性 115 人次。婦女利用角料製作手指布偶說故事，組布偶戲團為布料加工注入新意，添為社區特色和活動宣導生力軍。

(二)明德里保存都會區少有的眷村文化特色，辦理導覽人員培訓，17 人受惠；舉辦 1 場次水交社眷村文化巡禮&導覽，計 30 人受惠。

七、文南社區召開待用商店籌設計劃，規劃工作時程和宣導，建立執行共識。

八、每月召開聯繫會議與團督，檢討執行績效與評估。由長榮大學社會力發展中心提供諮商服務。長榮大學社會力發展中心透過每月的社區訪視，凝聚計畫執行的共識。安全社區理念，網址 <http://www.jinhwa.org.tw/note>

九、10/26 結合金華里運動會舉辦旗艦計畫成果展示，提供展演舞臺促進不同社區的里民社區工作交流學習。共 1380 人參與，男性 609 人，女性 771 人。

10.1 媒體報導由 5 里帶頭推動社福旗艦計畫。



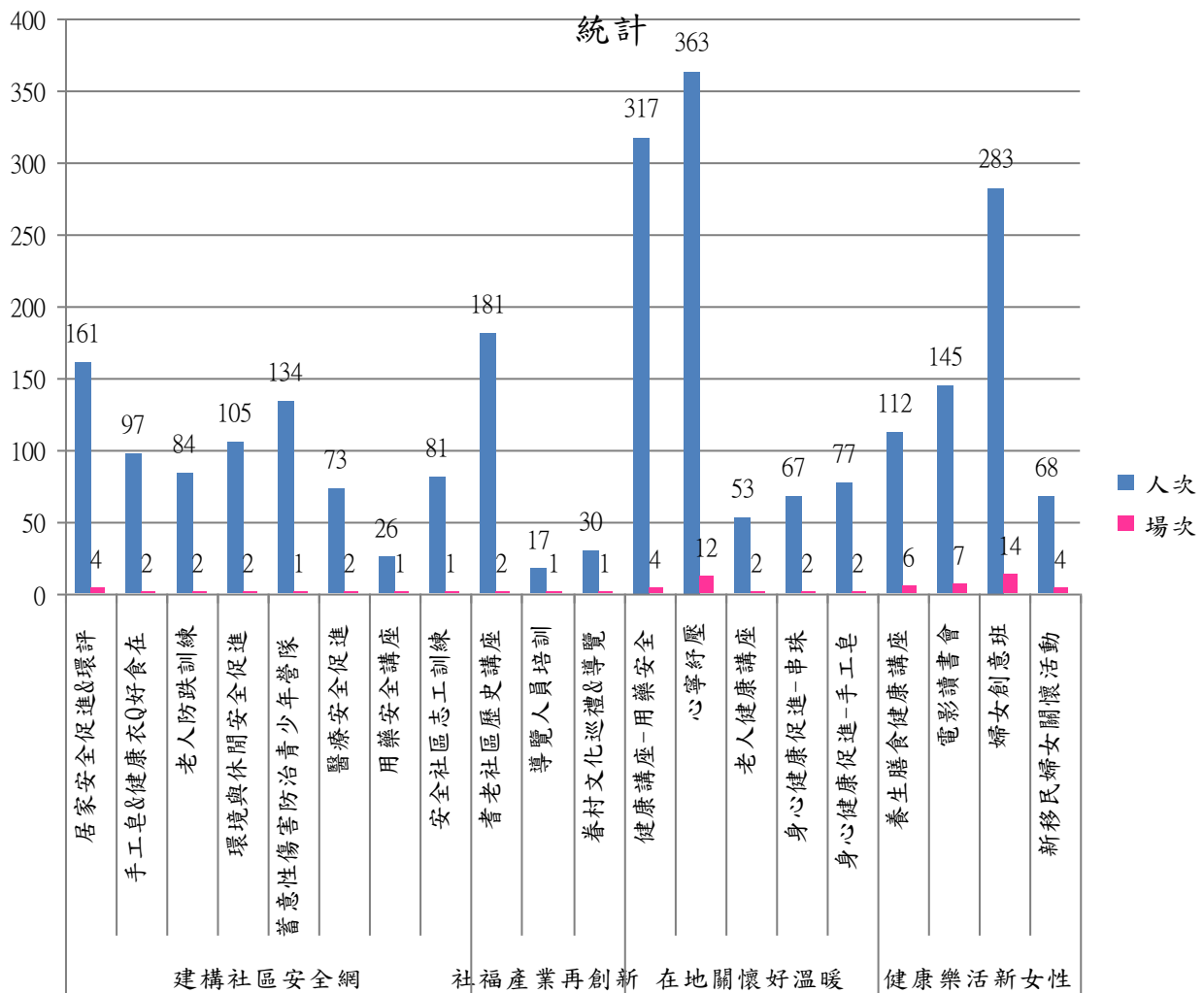
肆、
執行項
子概
計況
畫統
方案
案

肆、各項子計畫方案執行概況統計

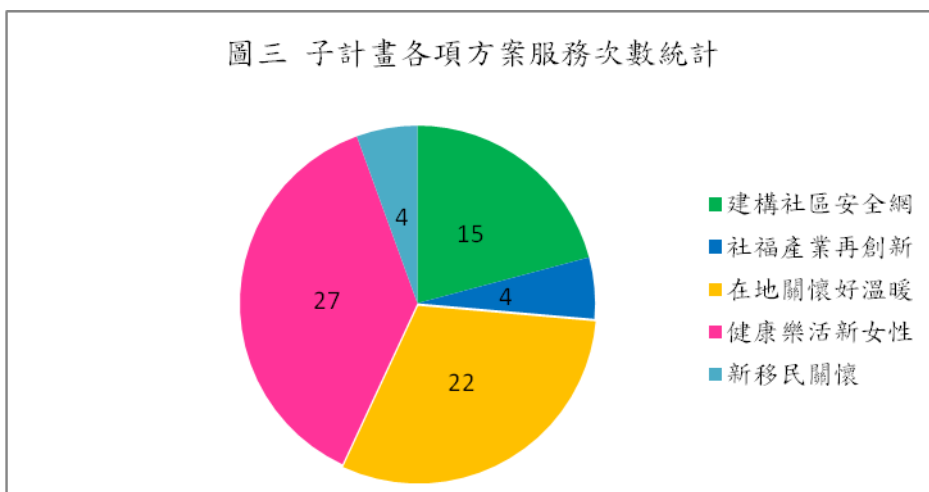
(表四) 一、「安全宜居新家園-打造福利新故鄉」方案服務量統計-1

子計畫 內容	課程內容	服務對象	參加 人次	場次	男性參 加人次	女性參 加人次
建構社區 安全網	居家安全促進&環境評估	社區居民	161	4	40	121
	老人防跌訓練	社區居民	84	2	22	62
	環境與休閒安全促進	社區居民	105	2	36	69
	蓄意性傷害防治	青少年	134	1	63	71
	醫療安全促進	社區居民	73	2	26	47
	手工皂&健康衣 Q 好食在	社區居民	97	2	22	75
	用藥安全講座	社區居民	26	1	10	16
	安全社區志工訓練	志工、鄰長	81	1	34	47
社福產業 再創新	耆老社區歷史講座	社區居民	181	2	66	115
	導覽人員培訓	社區居民	17	1	5	12
	眷村文化巡禮&導覽	青年學生	30	1	7	23
在地關懷 好溫暖	健康講座-用藥安全	灣裡社區居民	317	4	34	283
	心寧紓壓	灣裡社區居民	363	12	128	235
	老人健康講座	灣裡社區居民	53	2	16	37
	身心健康促進-串珠	灣裡社區居民	67	2	20	47
	身心健康促進-手工皂	灣裡社區居民	77	2	14	63
健康樂活 新女性	養生膳食健康講座	社區居民	112	6	8	104
	電影讀書會	社區居民	145	7	12	133
	婦女創意班	社區婦女	283	14	0	283
	新移民婦女關懷活動	新移民	68	4	0	68
兒少學習 新天地	暑假收托暨課輔	國小學童	28 人	38 週	12 人	16 人
	旗艦計畫期末成果展示	社區民眾、旗艦團隊志工、醫療團體、學生社團	1380	1	609	771

「安全宜居新家園-打造福利新故鄉」子計畫方案服務量



圖三 子計畫各項方案服務次數統計



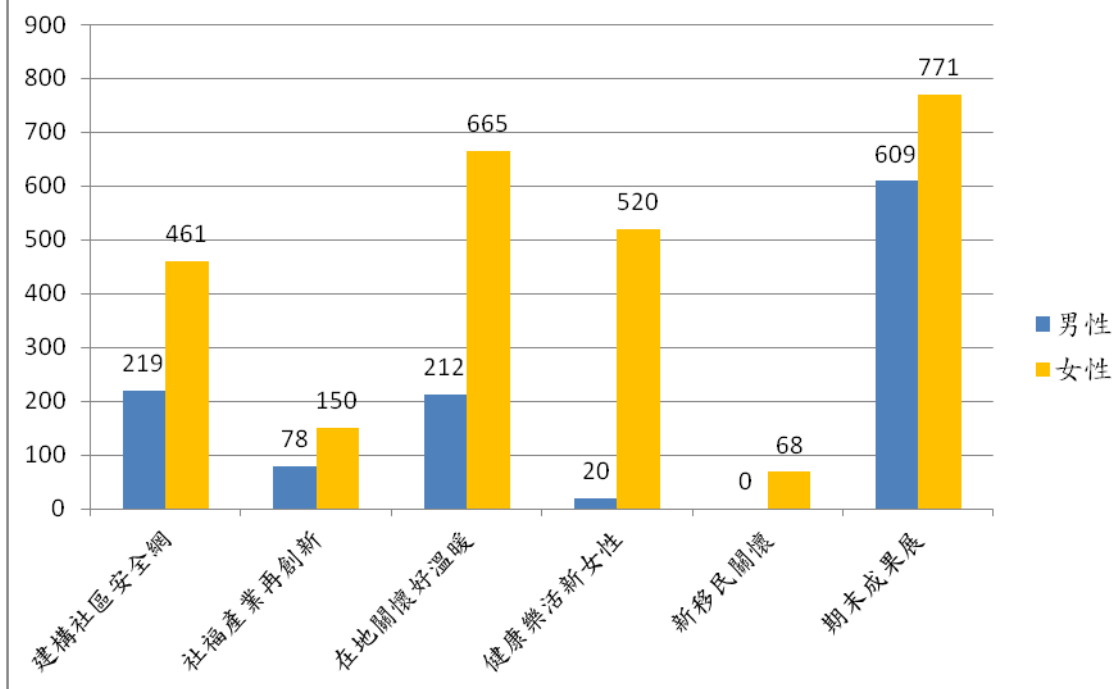
圖二、圖三 各子計畫的方案服務量當中，以「健康樂活新女性 27 場次最高。

松安社區提案之「在地生活好溫暖」提供灣裡地區民眾舒壓健康講座等課程；灣裡位處南區邊陲地帶，旗艦計畫跨社區資源則提供灣裡居民和銀髮族學習成長的空間，本項子計畫參加人數共 877 人次，居最高。」（見表五）

表五 「安全宜居新家園-打造福利新故鄉」子計畫方案服務總量統計-2

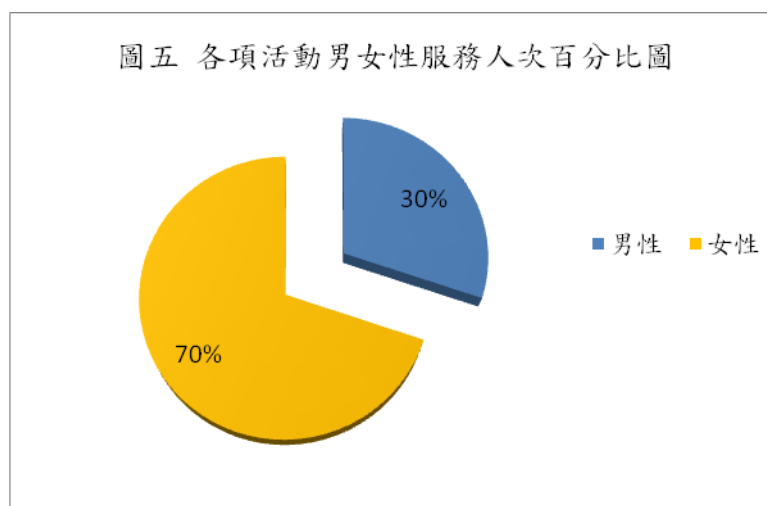
子計畫內容	活動次數	參加人次	男性	女性
建構社區安全網	15	680	219	461
社福產業再創新	4	228	78	150
在地關懷好溫暖	22	877	212	665
健康樂活新女性	27	540	20	520
新移民關懷	4	68	0	68
期末成果展	1	1380	609	771

圖四「安全宜居新家園-打造福利新故鄉」服務人次長條圖

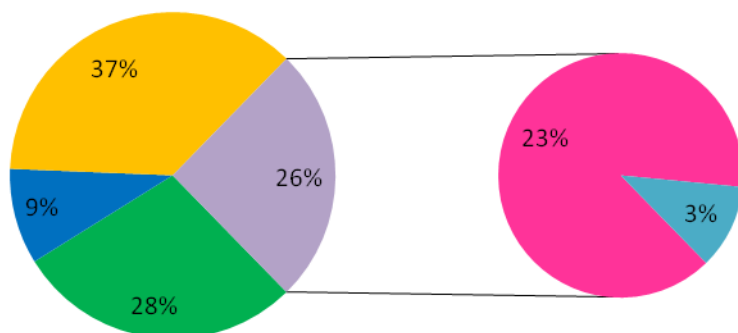


圖四、兩性參與社區活動的意願有顯著落差；女性較積極參與各項活動課程。男性則對建構社區安全較積極，顯現男性捍衛家鄉鄰里的傳統使命。

圖五 各項活動男女性服務人次百分比圖



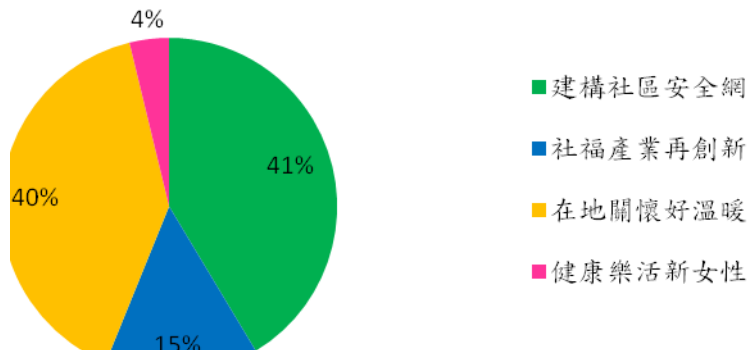
圖六 各子計畫活動出席人次百分比



建構社區安全網 ■ 社福產業再創新 ■ 在地關懷好溫暖 ■ 健康樂活新女性 ■ 新移民關懷

〈建構社區安全網〉服務人次 28%；〈健康樂活新女性〉社區在地居民占 23%；新移民婦女 3%。〈在地關懷好溫暖〉37%，〈社福產業再創新〉9%。

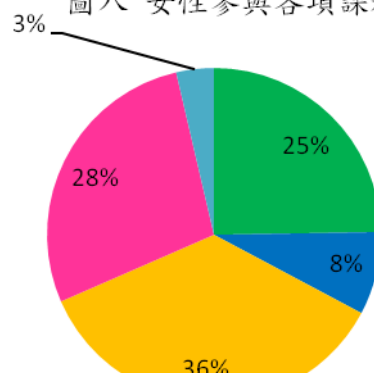
圖七 男性參與各項課程百分比



男性參與各項課程情形:〈建構社區安全網〉占 41%；〈健康樂活新女性〉占 4%；〈在地關懷好溫暖〉40%，〈社福產業再創新〉15%。
〈建構社區安全網〉活動內容多元，吸引較多男性參與。

女性參與各項課程情形:〈建構社區安全網〉占 25%；〈健康樂活新女性〉占 28%；其中新移民 3%；〈關懷好溫暖〉36%，〈社福產業再創新〉8%。

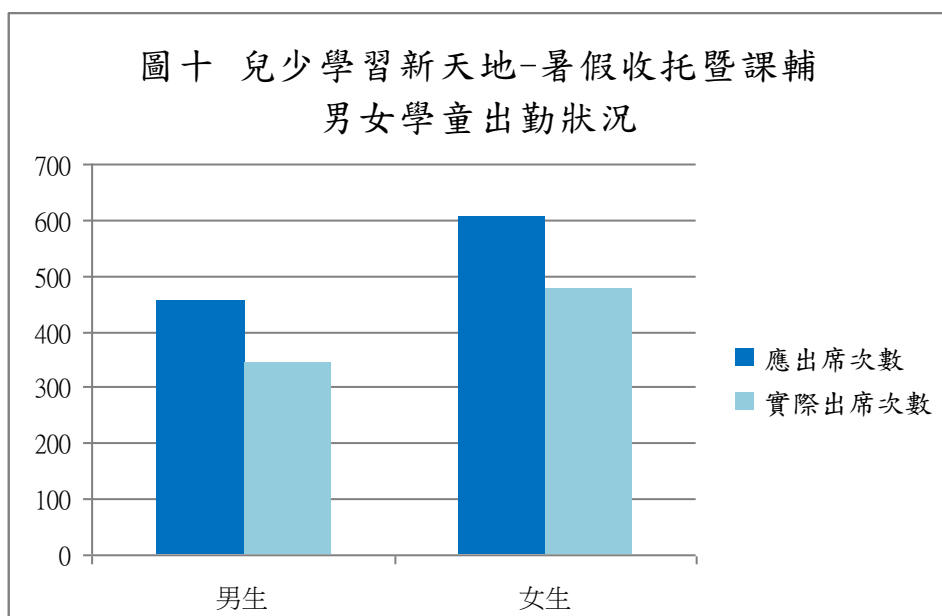
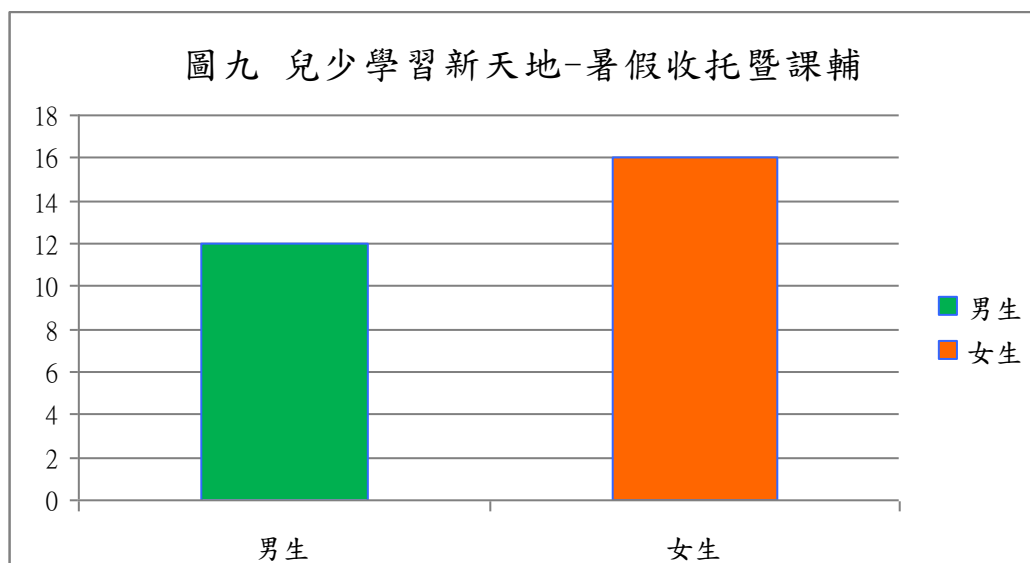
圖八 女性參與各項課程百分比



二、兒少學習新天地

表六 兒少學習新天地-暑假收托暨課輔服務量統計

項目	總人數/次	男生	女生
學生人數	28	12	16
應出席次數/38 次	1064	456	608
實際出席次數	822	344	478



1. 兒少學習新天地-暑假收托暨課後輔導共計 38 天，學生 28 人；女生人數 16 人、男生 12 人。
2. 出勤狀況，女生出席 478 人次，男生出席 344 人次，出席率 77.26%

伍、子計畫執行內容

一、建構安全社區網

一、建構安全社區網

表七 建構安全社區網服務量統計

課程內容	服務對象	參加人次	場次	男性參加人次	女性參加人次
居家安全促進&環境評估	社區居民	161	4	40	121
手工皂&健康衣 Q 好食在	社區居民	97	2	22	75
老人防跌訓練	社區居民	84	2	22	62
環境與休閒安全促進	社區居民	105	2	36	69
蓄意性傷害防治青少年營隊	青少年	134	1	63	71
身心靈成長講座	社區居民	73	2	26	47
用藥安全講座	社區居民	26	1	10	16
安全社區志工訓練	志工、鄰長	81	1	34	47

(一)居家安全促進&環境評估

目標:以社區為導向的治安維護體系建立『社區安全聯防』體制，促使公共治安成為整體社會的責任。警察人員的角色從巡邏、偵查、執法轉換成鄰、里、社區自治的催化者。發揮「社區義務警察隊」的功能，加強環保、衛生、交通秩序、家戶查察訪視；和社區內的宗教團體、工廠、企業、家戶等組織建立守望相助的網絡，徹底做到急難相救助、疾病相扶持、協力防火盜、預防暴力犯罪。強化公權力，建立新的社區秩序，達成社區治安維護的目標。

具體措施(一) 成立社區聯防(二) 建立社區防災、減災系統(四) 加強家庭暴力暨性侵害防範宣導(五) 成立「青、少年資訊中心」防範青少年犯罪。

1. 活動名稱：居家安全促進

目的：宣導家庭防滑措施&防滑墊的使用及注意事項。

內容(1)預防老人跌倒訓練及推廣(2)居家安全環境檢核(3)地坪浴室防滑宣導

講師：金華安全社區主任委員柯崑城里長。

日期：103/7/29

地點：鯤鯨社區活動中心

參加對象：社區居民

參加人數：男性 5 人，女性 39 人



上上圖，講師柯崑城里長講述家庭安全與防跌的重要性。

上圖左，展示新一代家庭中使用的止滑墊。

上圖右，學員用手觸摸輕薄的止滑墊，輕薄材質，比較不會造成空間動線的障礙。

2. 活動名稱：安全社區(家庭)環境評估

目的：認識家庭中被忽略卻有可能導致意外發生的不安全點。教導銀髮族透過簡易運動預防跌倒，減少銀髮族對於運動的排斥感導致影響生活品質。

內容：(1)認識居家環境安全評估與簡介

(2)老人居家無障礙環境實例介紹

講師：中華醫事科技大學陳美珠主任

日期 103/8/6；8/11

地點：鯤鯓社區活動中心

參加對象：社區居民

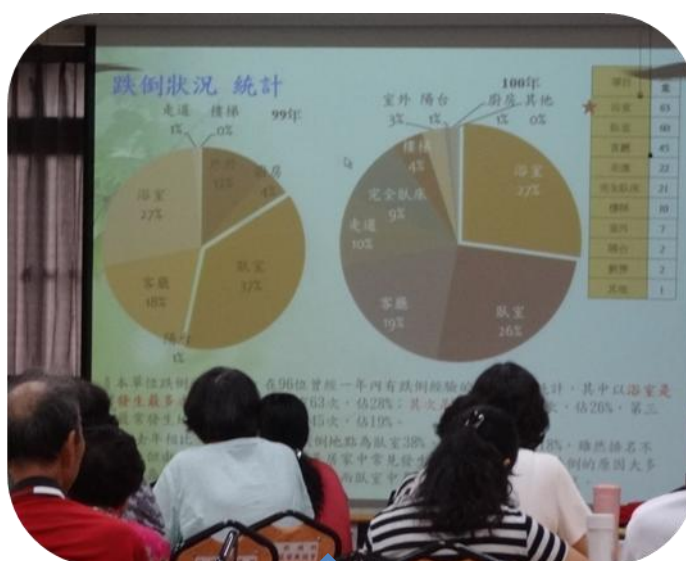
參加人數：男性 23 人次；女性 51 人次



右上上：陳美珠主任說明居家環境設計的基本需求以及居家動線安全的重要性。

右上：學員利用舊報紙刺激腳底，讓腳底感覺靈活。

上圖：陳美珠主任說明使用助行器應注意事項。



根據家庭中發生跌倒狀況統計，浴室和臥室是最常發生事故的地點。



3. 活動名稱:居家安全防護

目的: 增進居家安全防護知識, 介紹當意外發生時的各種逃生方法和技巧。

講師: 臺南應用科大顧輝玟老師

辦理日期: 103/8/8

辦理地點: 金華社區活動中心

參加對象: 社區居民

參加人數: 男性 12 人

女性 29 人。

臺南應用科大顧輝玟老師講述居家及行車安全防護, 與利用各種工具的逃生技巧

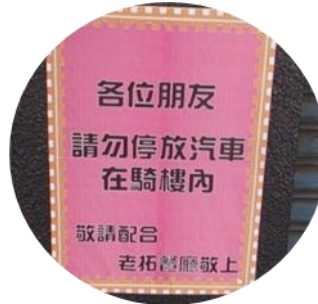


居家安全促進, 在個人方面, 每天監測個人健康不能少。
健康保命第一道防線, 養成天天量血壓的習慣。



4. 社區安全-交通安全促進

①<騎樓暢通>協同警察局加強機車族違規停車取締和勸導；索取交通局道路交通安全宣導 DVD 與宣導單張，於各類活動時進行宣導，提升民眾的交通安全知識。結合社區內餐廳宣導「酒後不開車」，請餐廳提供代客叫車服務。



1. 結合社區店家合作製作宣導標語，宣導車輛勿佔用騎樓。
2. 社區志工團隊在柯里長帶領下&警民合作，沿街勸導店家將路權還給行人，騎樓暢通，行人與店家雙贏。



②<改善社區不安全點>高肇事路口加設警示標語，提醒用路人遵守交通規則；在高低不平的地面貼醒目標示，增加行人辨識度；積水的路面隨時設置警告標示，提醒行人車輛注意路況。



左:改善不平整的路面，維護行車安全。
左下:颱風過後即時清除公園傾倒的植栽。

騎樓標示機車停放界線，預留暢通的步行空間。



③交通安全防護與教育宣導

連結臺南市警察局交通隊辦理交通安全防護講習，邀請社區志工、鄰長、居民參加；觀摩酒測處理，體驗酒精測試，宣導酒後不開車。

參加交通安全講習，觀摩酒測處理及酒後不開車宣導。



(二)活動名稱：手工皂 DIY

目的：了解清潔用品天然界面活性劑的應用，增進生活環保知識和概念。

內容：實作無化學添加手工皂與洗髮精。

講師：台南應用科大洪逸倫老師

日期：103/8/4

地點：鯤鯓社區活動中心

參加對象：社區居民

參加人數：男性 13 人，
女性 50 人



台南應用科大洪
逸倫老師示範手
工皂的製作。



收穫&成果--手工皂和洗髮精和同
儕友誼



(三)老人防跌訓練

活動名稱:保命防跌 人人有責

目的: (1)認識跌倒的因素(環境、個人、危險動作)。

(2)簡易的體適能運動，增加身體的平衡感、下肢耐肌力與柔軟度，以預防跌倒。

內容: 防跌訓練&體驗，增強學員防跌知識，增強平衡感和肌耐力。

講師: 講師：台南應用科大陳貞君老師

日期: 103/8/22(2場)

地點: 鯤鯓社區活動中心

金華社區活動中心

參加對象:社區居民

參加人數:男性 22 人次

女性 60 人次

由台南應用科大陳貞君老師與學生志工示範&指導社區居民體驗活動，增加平衡感和下肢耐肌力與柔軟度。





8.22 志工學生示範下肢按摩&學員相互按摩。

老人防跌訓練:金雞獨立、半蹲，常常練習增加長輩下肢耐肌力和柔軟度。



(四). 環境與休閒安全促進

1. 活動名稱:環境及休閒安全促進

目的: (1)認識社區閒置空間與公園死角。

(2)登革熱病媒蚊防治宣導，清除公園積水容器掃除病媒蚊。

內容:(1) 鄰里公園環境的查核與認養改善。

(2) 閒置空間改善與認養。

(3) 登革熱病媒蚊防治宣導。

講師: 金華安全社區主任委員柯崑城里長

日期:103/8/3

地點:金華社區公園

參加對象:社區居民

參加人數:男性 18 人

女性 26 人

傾倒清除公園落葉與積水
容器，掃除病媒蚊。

公園、閒置空間認養清理。
登革熱病媒蚊防治宣導。



2. 活動名稱:休閒運動安全

目的:宣導正確的使用健身器材，預防使用不當造成運動傷害。

內容: (1)休閒運動事故傷害預防宣導。

(2)推動健走暖身操及推廣運動安全。

日期:103/8/3

地點:金華社區公園

參加對象:社區居民

參加人數:男性 18 人；女性 26 人



透過金華社區柯崑城里長講解與社區居民示範正確使用公園健身器材，避免運動傷害。



推廣每日萬步健走運動。

3. 活動名稱: Fun 開自我「動滋動滋」

目的: 藉由團體互動, 提升個人開放度, 增進家人情感與人際關係。

內容: (1)藉由休閒活動增進家人關係維繫 (2)團體動力--「5 的倍數遊戲」

講師: 臺南應用科大陳貞君老師

日期:103/8/20

地點:金華社區活動中心

參加對象:社區居民

人數:男性 24 人; 女性 40 人



臺南應用科大陳貞君老師與志工學生帶領團體動力「5 的倍數遊戲」並示範肩頸按摩。



陳貞君老師問:每對夫妻都有的共同點是什麼?



(五)蓄意性傷害防制-青少年薪傳營

內容:(1)自殺防治及關懷邊緣人(2) 家暴防治及鄰里守望相助宣導

(3)居家 5S 運動

日期:103/8/17 地點:金華社區

參加對象:青少年

參加人數:男性 36 人；女性 69 人

講師:警察局第六分局家暴官；

柯崑城里長



上圖:家暴官指導學員示範
家暴事件的角色扮演。

右圖:柯崑城里長說明「5S
運動」:整理、整頓、清掃、
清潔、教養。



上圖:家暴相關的影片欣賞



蓄意性傷害防制-社區維安處理

協助社區公園迷路失智的老人，申請愛心手鍊，並請警方配合協尋護送回家。



近貧邊緣婦人神情恍惚
持刀欲自殘，報請警方、
119 勤務中心、公衛護
士、社區專案幹事、里長
到場安撫送醫。



(六)醫療安全促進

1. 活動名稱:與憂鬱共舞--腦神經衰弱?還是焦慮症?

目的:認識憂鬱症、認識負面情緒產生的焦慮、焦慮症；瞭解自己的情緒以及因身心狀態影響個人面對危機的處理能力，甚至妨礙正常生活。

內容:(1)認識憂鬱症、焦慮症(2)瞭解自己情緒狀態(3)瞭解自己的焦慮指數。(4)焦慮來襲時減壓放鬆方法。(5)如何陪伴自己或他人走過生命幽谷。
(6)越動越放鬆，身體動動樂。

講師:長榮大學林妍君老師

日期:103/8/26

地點:金華社區活動中心

參加對象:社區居民

參加人數:男性 15 人

女性 24 人



有些焦慮症患者行為上出現咬指甲的反應。

長期咬指甲，口腔內細菌會造成甲溝炎，產生指甲剝離的現象，也影響指甲外觀。

焦慮，一種沒有明確原因的，令人不愉快的緊張狀態；通常並不構成疾病，是一種正常的心理狀態，可藉由放鬆紓解緊張的情緒狀態。



2. 活動名稱:失落與哀傷的調適

目的: 哀傷是一個正常且自然的情緒，通常會讓人經驗到痛苦以及失落的反應。

瞭解哀傷的過程以及療癒的阻礙，協助自己和他人走過哀傷。

內容: (1)認識失落與哀傷的關係。

(2)瞭解哀傷的過程與引起之生理、心理及靈性的反應。

(3)如何陪伴自己及他人走過哀傷。

(4)越動越有勁，身體動動樂。

講師:長榮大學林妍君老師

日期:103/8/28

參加對象:社區居民

參加人數:男性 11 人；女性 21 人



如何幫助自己或他人度過哀傷?

1. 支持系統，親友的鼓勵。
2. 宗教信仰、加入團體。
3. 提醒自己逐漸回歸原本的生活方式。



藉著冥想、自我催眠，幫助自己適度的減低哀傷的情緒。

學員隨著林妍君老師的指令練習自我催眠放鬆身心。

參加團體活動，隨著音樂和眾人起舞；透過肢體律動，分散對事件的注意力，減輕哀傷失落的負面情緒，團體活動能避免讓自己陷入孤單的負面情緒



(七)活動名稱：用藥安全衛生教育，剩藥回收活動

目的：老人常合併數種疾病，病情複雜，成了藥罐子。認識「藥、命關係」避免錯誤用藥與服用過期藥物對身體造成傷害，並避免小孩誤食藥物的安全問題。

內容：宣導用藥安全的基本常識，進行用藥安全衛教常識及剩藥回收的活動，改善自行用藥和囤積藥物的習慣。

辦理日期：103/9/3

地點：金華社區活動中心

參加對象：社區居民

講師：牛真君

參加人數：男性 10 人

女性 16 人

肚子痛痛!!腹痛是生活中最常遇到的狀況!



認識腹痛的部位，對症下藥，避免病急亂投醫。



常見的口腔潰瘍，常發生於舌頭左右兩側，和左右兩側頰黏膜。



保持良好生活習慣，注意健康，減少用藥以及產生對藥物的依賴。



推廣社區實體安全，啟動雲端遠距照護

目的:與健康醫療器材公司合作，
裝置遠距照護檢測儀器，
提供 75 歲以上長者健康促
進、預防保健、健康管理。

日期:103/8/15 啟動遠距檢測

協力單位:萬國健康股份有限公司

地點:金華社區活動中心

參加對象:社區居民



(八)安全社區志工在職訓練

目的:1. 增強居家安全環境知識。2. 社區事故傷害監測調查，了解社區居民健康狀況和問題因素。。

日期: 103.8.11; 8.12 地點: 金華里活動中心

參加對象: 金華社區鄰長、志工

講師: 盧禹璵教授; 陳美珠

參加人數: 男性 34 人次

女性 44 人次

嘉南藥理大學盧禹璵教授主講「社區營造與服務概論」說明社區組織發展的各項資源運用和議題。



金華里志工
和鄰長參與
安全社區家
庭環境評估
訓練



(九)災害整備安全促進

活動名稱：安全社區志工訓練

目的:社區具備完整的防災整備工作，順應從平時、災時至災後各項防災救災工作。不但可以降低災害發生的機率，當災害發生時的緊急應變措施，能夠臨危不亂減輕災害發生時所造成的衝擊。

辦理日期:8/11-8/12 地點：金華社區

參加對象:社區志工 參加人數 74 人，



民防訓練，防災演習，社區志工示範使用滅火器。





社區警民合作，啟動安全社區防護照護工作，謀求安全宜居的生活環境。

活動效益：

1. 辦理 15 場講座以及臨場實務演練，宣導居家安全防範和社區安全意識。多元的課程涵蓋個人身心靈健康管理、居家安全檢測與管理、社區安全維護，宣導及示範登革熱病媒蚊清除，維護社區環境衛生，共服務 761 人次，男性 253 人次，女性 508 人次。
2. 透過安全社區家庭環境評估課程，增進居家安全環境的認識。了解社區執行事故傷害監測、調查、分析居民健康狀況的具體目標與認識常被忽略的住家安全環境。
3. 在安全社區的建構上，加強宣導行人與行車安全。在不平的地面，尤其騎樓路面設立醒目的警示標示和斜坡，強化無障礙空間。配合本市「優雅新都大臺南」政策，結合社區店家宣導騎樓禁停車輛標語，對店家進行勸導，解決騎樓佔用問題，尊重行人路權，讓社區騎樓景觀煥然一新。
4. 建構遠距照護系統，提醒 75 歲以上長者與社區民眾隨時注意身體狀況，系統資料亦可提供醫師診療的參考，體貼長輩健康管理。
5. 警民合作建立社區聯防的安全網絡以減少意外傷害發生，並減輕家庭因傷害造成的損傷，本方案著重觀念宣導和實務演練以建立社區安全環境的共識。

二、社福產業再創新

二、社福產業再創新

1. 社區傳統產業的消逝與再造創新

60年代家庭經濟重建的「客廳即工廠」造就經濟奇蹟，文南里曾經盛極一時的「臺南布街」、「成衣加工崛」在隨著物換星移與經濟人口流動中，產業消失，成衣加工的盛景不再。都市意象逐漸被新興的服務業所取代。成衣加工的盛景已成了耆老記憶中的典故，在年輕世代中形成斷層，彌足珍貴的庶民生活文化意象與產業遺緒仍舊存在於市井生活中。面對產業再造與創新，惟透過布莊耆老講述布街歷史，以期未來承襲傳統的特色開創新局。此外，社區婦女延續著手工技藝持續創新，利用代工時期的剩餘角料車縫生活飾品之外更製作故事玩偶訴說社區故事，展現“布”一樣的社區特色。

活動名稱：布莊耆老歷史開講系列講座

講師：程英哲先生、陳清泉先生

地點：文南社區活動中心

時間：8/19、8/20

參加對象：社區居民

參加人數：男性 66 人次；女性 115 人次



上圖：耆老開講，打開臺南市布街的歷史的記憶。

左上、左圖：社區婦女取材角料，發揮創意製作生活用品和布偶。



在地取材 設計師社區搞文創



文南社區以「角料記憶」為延伸，利用代表加工製造時剩餘的布匹角料，製成故事指偶等童玩商品。(林文煌攝)

曹婷婷／台南報導

市面上文創品琳瑯滿目，可曾想過社區特色有朝一日變身文創品？台南市文化局今年整合在地傳統工藝，邀設計師走入社區指導居民創作，於是，龍崎龍興社區泥岩製成手工皂、西港機林社區蘭草編成零錢包，十足吸睛。

文化局推出「設區自造—設計師in社區—社區產業設計提升計畫」，媒合視覺、工藝等跨領域的12位設計師走入社區，與居民激盪創意，將社區文化、地景地產、工藝，變身為創意產品。

今年選定3社區各自研發3款產品，分別為龍崎龍興社區「興旅遊感受」—竹扇、天然泥岩皂、開運文昌筆；「編織西港印

象」—貴黍祈福吊飾、生活萬用蘭草零錢包、百寶袋；南區文南社區「角料記憶」—相機背帶、馬克杯套、故事指偶。

設計師之一的沈琮祐說，與過往不同的是，該計畫從發想到製作、包裝，全由社區居民集體行動構成，呈現原汁原味的在地味。如龍崎隨處可見的竹林被編了竹扇，文南社區則把棄置無用的內衣布匹角料延伸製成相機背帶，產品本身就是在訴說一貫在地故事。

文化局副局長周雅菁說，9項生活設計產品將在17至21日於松山文創園區舉行「社造20—村落文化節」中登場，未來除可望在社區看到產品展售，預計推展至各古蹟景點、林百貨等地。



利用角料創作的「兔兔賞花圖書指偶」與角料製作的指偶、杯墊、相機帶。



我是文南里社區守望相助巡守隊!

我是里長的分身



上圖:文南里社區布偶戲團家族。
右圖:角料拼布製作的戲台布景。
不同於傳統木刻戲偶，社區居民用角料製作的戲偶，搬演生活劇本，更具特色充滿趣味。



活動效益:

1. 傳統產業消逝，對年輕世代而言形成傳承的斷層，透過耆老的口述歷史，讓年輕世代與老一輩回溫對社區產業的認同與感動，共服務 181 人次，其中男性出席 66 人次，女性出席 115 人次。
2. 角料運用於戲偶、故事指偶，充滿童趣，成為社區新焦點與新創意，為社區注入活力，布偶家族成為社區活動宣導的最佳代言團隊。

2. 社區導覽工作人員培訓與眷村精神和物質生活保存

明德里舊稱水交社，目前僅剩大陳義胞來台的眷屬與退休和現職的員警宿舍，自成一個眷區；保留的房舍，作為眷村文化相關展示之用。滄海桑田，殘存的眷村文化唯靠著舊建物的斑剝牆垣與老照片重現影像記憶。為了保留眷村生活的精神與物質文化，明德社區透過導覽人員的培訓為眷村歷史作註腳。10/16 嘉南藥理大學師生實地參訪，由明德里陳瑞華里長導覽認識水交社與眷村生活樣貌。

活動名稱(1): 導覽工作人員培訓課程

講師: 嘉南藥理大學葉政忠

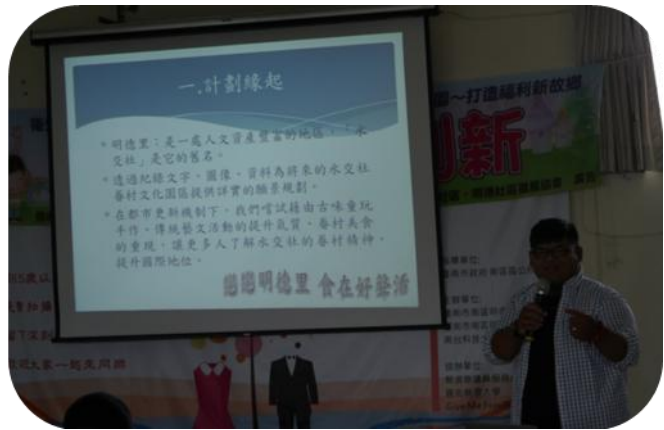
地點: 明德里活動中心

日期: 103/8/24

參加對象: 社區居民

參加人數: 男性 5 人，女性 12 人

明德里舊稱水交社，嘉南藥理大學葉政忠老師以「戀戀明德里，食在好聲活」與社區居民分享水交社人事地景物。



社區居民專注地聆聽講師提供的歷史文獻資料，遙想當年水交社的人事地景物，重溫童年的生活，不禁揚起嘴角，興味盎然。

活動名稱(2): 眷村文化巡禮-走訪明德里眷村

導覽人員: 明德里里長陳瑞華

地點: 明德里

日期: 103/10/16

參加對象: 嘉南藥理大學學生

參加人數: 男生 7 人, 女生 23 人

明德里陳瑞華里長為嘉南藥理大學參訪的學生簡報水交社的地理位置與環境分布以及在時代與時間洪流中逐漸被遺忘的事蹟典故...



左圖: 水交社的牆垣景觀
下圖: 桂子山的舊貌



上圖: 透過社區總體營造, 明德里發掘了在眷村常見的棉襖馬褂為產業特色
右圖: 社區許多舊牆垣重新被彩繪充滿故事性。



103.10.16 嘉南藥理大學學生在葉政忠老師帶領下隨著明德里陳瑞華里長走訪明德里眷村&水交社社區，進行一場眷村文化巡禮。



南區水交社橫跨荔宅、興中、明德、大林四個里和志開新村、實踐四村、明德新村、博愛新村，警察新村、國民新村等六個新村，早期超過 1000 個眷戶。白雲蒼狗，滄海桑田，眷村亦隨著都市更新計劃改建或整為平地，許多歷史景物框限在市定古蹟和老相片裡。僅存的警察新村、博愛新村成了保留眷村精神和物質生活的展示場景。



社區的老奶奶刻正利用水壓機汲水洗滌衣物，陳瑞華里長指著水壓機上的舊標示。





都市規劃，許多老舊的眷村房舍被移除整平。一部分房舍則作為市定古蹟的展示區。面對一片的土丘，消逝的建物，徒留老一輩的在記憶中翻印緬懷，而新世代只能靠著想像拼湊陳里長導覽口述的建物樣貌。



活動效益：

1. 在都市計畫與經濟流動的排擠中，
眷戶遷出眷村重建，眷村文化逐漸消逝在庶民生活的記憶中。
僅存的是展示眷村生活樣貌的文化遺產。在時代巨輪下惟透過社區導覽人員的培訓，為眷村歷史下一個註腳，接續傳承為時代的故事。
2. 社區導覽，讓年輕世代實地體察現在的眷村樣貌，對臺南的城市風情有深度的認識與了解

3. 結合產業資源紮根福利化社區-代用商店

活動名稱:待用商店計畫籌備會議。

時間:103/10/17

地點:文南社區里辦公處 參加對象:社區志工, 參加人數:7 人

「待用商店」是社區福利服務的創舉, 乃是參考「物資銀行」結合社區店家共同關心經濟匱乏的社區民眾, 節省愛心物資發送的人力。為防範「假性弱勢」濫用社會資源, 以及草率營運績效不彰, 本計畫將參考並觀摩家扶中心「待用商店」的營運情形, 獲取經驗值提供社區辦理待用商店的參考, 預計 105 年正式營運。第一年以社區志工幹部宣導為主, 集思廣益重新思考社區資源的分配與有效運用的模式; 第二年進行待用商店試辦觀摩與資料蒐集, 以實地案例評估合作的商店類型和商品數量, 訂定受助對象資格與規範; 第三年掛牌營運, 為福利社區化在基層紮根。

待用商店試營運規劃時程:

計畫內容	103 年	104 年	105 年
試辦評估, 志工宣導	—		
待用商店觀摩、資料蒐集		♥	
受助對象資格認定、資料紀錄、取用規範			♥
評估合作的店家類別、商品的項目、數量		♥	
待用商店試辦宣導、掛牌營運			♥



活動效益:

- 1「待用商店」計畫籌備過程, 讓社區志工重新思考社區資源的分配與有效運用的模式。
2. 以布偶家族示範宣導, 為福利社區化在基層紮根做預備, 以及建立社區幹部共同執行待用商店的認同與共識。

三、兒少學習新天地

三、兒少學習新天地-大恩大林地區兒童暑假收托暨課後輔導服務

教育改革努力朝著孩子的全方位發展，希望成就每一個孩子。對弱勢家庭的孩子而言，除了學校教育，課後少了學習資源，無疑削弱了學習的競爭力，成為學習弱勢，因此更加需要社區資源的挹注，彌補家庭學習資源的不足。本方案提供社區兒童與少年課後照顧及辦理暑假收托班，由大專青年志工指導課業、才藝和生活上的學習，使孩子們自團體中培養互助與群體的價值觀，過程中也參加臺南藝術季的演出，透過戲劇宣導「視力保健」，排練過程中學習團隊合作，提升學習成就的動機。

辦理日期:7/1-8/23 共 38 次

地點:大恩里活動中心

參加對象:國小 1-6 年級學童

參加人數:男生 12 人，女生 16 人

活動內容:暑假作業輔導、影片欣賞、才藝學習、戶外教學





參加藝術季活動，表演兒童劇「視力保健」。



活動效益：

兒少暑假收托班，除了指導暑期作業，提供課後學習機會，更讓參與的學童自團體中培養互助與群體的價值觀。暑假並參加臺南藝術季的演出，透過戲劇的排練過程，學習角色的互動關係與團隊默契，也體驗角色扮演的趣味，共有 28 位學童參加課程，出席率 77.26%。

四、在地關懷好溫暖

四、在地關懷好溫暖

松安和興農社區，地處南區灣裡的邊陲地帶，仍保有農漁村的風活風貌，社會經濟和民風較為保守，除了少數積極的里民參與社區服務，一般居民的社會參與度較低。本方案服務對象不限於松安和興農社區，包含灣裡地區的里民，以快樂學堂的模式，為灣裡地區的居民提供終身學習模式，鼓勵居民走入社區，關心社區工作，進而建立社區服務的共識。

課程內容包含(1)身心寧紓壓(2)健康促進活動，以手工皂 DIY 和串珠鼓勵銀髮族動手做(3)家庭用藥安全(4)老人健康講座，漫談生活法律常識。

(一)老人健康促進活動內容：

辦理日期	課程內容	服務對象	次數	男性	女性
8/20、8/27、 9/3、9/10、 9/17、9/23 10/1、10/8 10/15、10/22 10/29、8/13	心寧紓壓課程	灣裡社區 居民	12	128	235
8/19、10/1	健康促進-大家動動手 <手工皂>	灣裡社區 居民	2	14	63
8/26、9/24	健康促進-大家動動手 <串珠>	灣裡社區 居民	2	20	47
9/16、10/5、 10/6、10/26	健康講座： 銀髮族的用藥安全 家庭的用藥安全 認識高血壓 風濕病之用藥安全	灣裡社區 居民	4	34	283
10/24、11/7	老人健康講座： 大家來開講 樂活玩生活	灣裡社區 居民	2	16	37

活動名稱 1. :心寧紓壓課程

目的:每周藉著心寧紓壓指導社區居民做好健康管理。

日期:8/13、 8/20、8/27、9/3、9/10、9/17、9/23、10/1、10/8、10/15、
10/22、10/29 (共 12 節)

參加對象:灣裡社區長者

辦理地點:灣裡聯合里活動中心

講師:楊和積 參加人數:男性 128 人 女性 235 人



活動名稱 2. :身心健康促進課程<串珠>

目的：藉著串珠的細小動作，增進手眼協調和手指關節靈活運動的功能。

參加對象：灣裡社區長者 參加人數：男性 20 人次；女性 47 人次

辦理日期：8/26、9/24

辦理地點：灣裡聯合里活動中心

講師：蕭妙珍



退休的阿公跟著阿嬤一起學習串珠，老師體貼地採用較大顆的珠子，讓阿公阿嬤運動手指小關節，增加手指靈活度，也讓手眼更協調；阿公阿嬤一面背口訣串珠，讓腦筋活化。



活動名稱 3. :身心健康促進課程<手工皂>

目的：提升健康環保意識，認識手工皂的製作過程，改善對生活用品既有觀念。

參加對象：灣裡社區長者

辦理日期：8/19、10/1

辦理地點：灣裡聯合里活動中心

講師：蕭妙珍

參加人數：男性 14 人次；女性 63 人次



示範手工皂製作過程



學員親身體驗手工皂溫潤不刺激的觸感。
學員分享使用手工皂洗臉的感覺。



活動名稱 4. :健康講座

目的:提升用藥知識，避免濫用成藥；就醫看病後正確服藥亦提升藥效。

內容:銀髮族的用藥安全；家庭的用藥安全

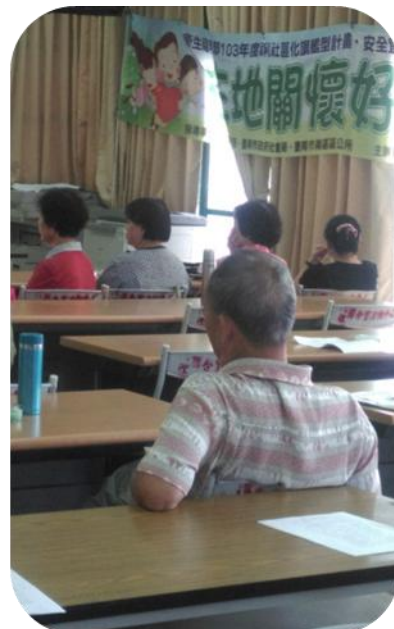
參加對象:灣裡社區長者

辦理日期: 9/16； 10/6

辦理地點:灣裡聯合里活動中心

講師:黃筱芬藥師

參加人數:男生 15 人 女生 43 人



<正確用藥 • 安全有效>

*主動告訴醫師病情

說清楚症狀、正在服用的藥品、曾對哪些藥品過敏？

*藥局領藥時：看清楚、問明白

藥袋上的姓名、領藥號碼是您的嗎？對藥物有疑問，請開口問！

*服藥時：視線清楚、遵照醫囑

在光線充足處，看清藥袋的提示。將藥品依規定的服法服用完畢，不可隨便停藥或更改用法。

*放置藥品時：標示清楚、正確儲存

藥品未吃完前不要丟棄藥袋，儲存以「避光、避濕、避熱」為原則。

*對藥有疑問：有病看醫師、問藥找藥師

有病就該看醫師，請不要隨便服用來路不明藥品！

服藥後您有任何的不適症狀或問題，請與藥師連絡！

活動名稱 5. :健康講座

目的:高血壓和風濕病是許多長輩的通病，醫師自臨床案例教導社區民眾認識

高血壓。留意最被忽略的症狀、併發症，以及罹患者生活應注意事項和按時服藥。宣導養成量血壓的習慣，運動、過規律生活，遠離藥物的健康人生。

內容：認識高血壓；風濕病之用藥安全

參加對象:灣裡社區長者

辦理日期：10/5；10/26

辦理地點:灣裡聯合里活動中心

講師:吳昭慶醫師

參加人數:男生 29 人

女生 40 人



活動名稱 6.：老人健康講座

目的：從社會新聞事件談長期照顧的問題及如何適當的求助，避免孤立無援陷入困境。從孝親問題談家庭生活法律，了解親屬關係中的權益和義務。

參加對象：灣裡社區長者

辦理日期：103/10/24；11/7

辦理地點：灣裡聯合里活動中心

講師：台南市女性權益促進會/秘書長 邱美月

參加人數：男性 16 人次，女性 37 人次

講師使用居民熟悉的方言舉案例，方言和肢體語言講述生活法律常識，引起居民對課程的興趣。



- 活動效益：**
1. 課程內容包含身心紓壓、DIY 手工皂串珠、家庭用藥、生活法律等內容，共 22 場次。男性參與課程共 227 人次，女性 485 人次。
 2. 阿公跟著阿嬤一起學串珠，做手工皂，增進生活話題，手工皂 DIY 增進對日常清潔用品的知識。
 3. 健康講座-家庭用藥：邀請藥師和醫師分別針對家庭用藥觀念，以及慢性病的預防和如何正確服藥，讓藥物發揮功效，一方面改善誤信偏方，濫服成藥的習性。
 4. 老人健康講座：臺南市女性權益促進會邱美月秘書長用生活案例為居民解說生活法律，引起很大迴響；課堂中的問答有很好的互動從而激發長輩求知學習的興趣。
 5. 快樂學堂的學習模式是一個媒介，每週的課程已讓部分學員養成每天到社區上課學習的習慣，多元內容的課程提供了長輩終身學習的目標。

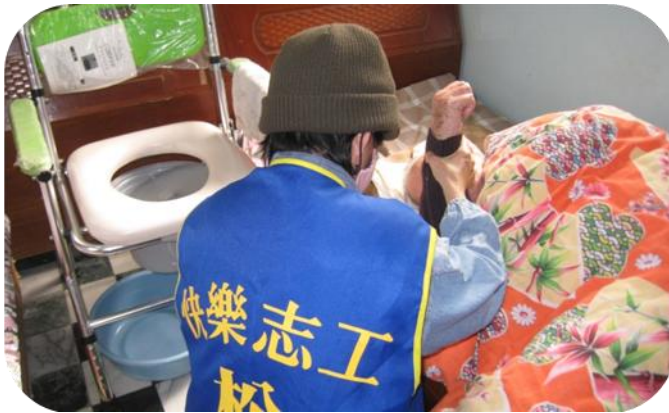
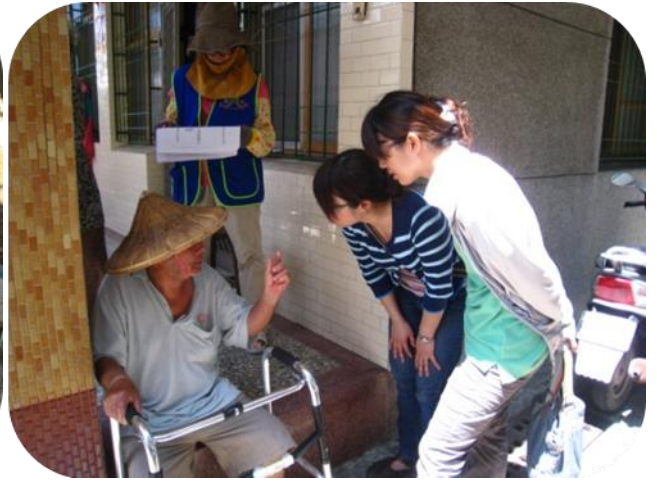
(二)社區弱勢關懷訪視

志工每周排班探訪獨居長者和身障的長者，為長輩量血壓，照顧健康，了解生活近況和生活需求，協助打掃環境。

服務項目	單位	合 計		
		男	女	合計
關懷訪視	人	62	78	140
	人次	116	206	322

探訪獨居長者和身障的長者，為長輩量血壓。





社區關懷據點服務內容：

1. 設立縫縫補補工作站，為長輩提供衣物縫補服務。
2. 辦理健康促進活動，量血壓、律動、手工藝活動。
3. 協助長輩整治居家環境。
4. 弱勢兒童陪伴與關懷，辦理社區廢桌椅彩繪活動。。

1. 社區媽媽縫縫補補工作站，為長輩縫補衣物，是長輩的好幫手。



2. 社區關懷據點，每周辦理健康促進活動，手工藝、量血壓、律動，鼓勵長輩到社區活動。





4. 103.9.25 辦理弱勢兒童彩繪活動，彩繪社區廢桌椅。



3. 協助長者居家環境打掃整



活動效益：

1. 定期訪視獨居與身障的長輩，量血壓，為長輩提供健康管理，共 140 人受益，男性 62 人，女性 78 人。
2. 設立縫縫補補工作站，解決長輩衣物縫補的問題，成為社區長輩好幫手。
3. 利用暑假辦理社區廢棄桌椅彩繪活動，邀請弱勢家庭兒童參與，讓兒童學習關心社區，參與社區服務工作。

五、健康樂活新女性

五、健康樂活新女性

南華里以國宅居多，新生里則是眷村改建的社區。居家婦女因資訊封閉，少有社會參與而故步自封，對社區活動的參與度不高。「健康樂活新女性」乃是為家庭婦女打造的學習寶典，鼓勵婦女走入社區，透過社區活動提升知識見聞，展現女性的知性、活力和健康，培養自尊、自信和自立，進而關心社區公共事務，提升社區意識，共同打造友善社區。

「健康樂活新女性」由南華里提案，南華與新生社區共同執行，自7月旗艦計畫正式啟航起，每月召開社區聯席會議，宣導並檢討各項活動辦理情形，以期讓各項方案能發揮最大成效。

聯席會議每月於南華里活動中心舉辦，自7月至11月共計5次會議，出席人數94人次，男性41人次，女性53人次。

活動方案服務量統計

課程內容	日期	參加對象	場次	參加人數	男性人數	女性人數
婦女電影讀書會	8/6. 8/12. 8/13. 8/14 8/20. 8/21 8/28	南華、新生 社區居民	7	145 人次	12人次	133 人次
養生膳食班	9/4. 9/9 9/11. 9/16 9/16. 9/30	南華、新生 社區居民	6	112 人 次	8 人次	104 人 次
婦女創意班-陶藝	9/2. 9/9	南華、新生 社區居民	2	40 人次	0	40 人次
婦女創意班-布包	9/18. 9/23 9/25. 9/3 9/10. 9/17	南華、新生 社區居民	6	85 人次	0	85 人次
婦女創意班-手工 皂	11/10. 11/12 11/14. 11/17 11/19. 11/21	南華、新生 社區居民	6	158 人 次	0	158 人 次

活動名稱 1.：電影讀書會

目的：提倡知性學習的休閒活動，透過影像與角色所演繹的人生故事，學習對人生較寬廣的視野。

活動內容

日 期	課 程 內 容	參加對象	上課地點	男性	女性	講師
8/06（二）	電影欣賞-志氣	社區居民	新生管委會二樓	0	21	曾琴晴
8/12（二）	電影欣賞-金孫	社區居民	南華活動中心	2	17	曾琴晴
8/13（三）	電影欣賞-鬥陣ㄟ	社區居民	新生管委會二樓	2	20	曾琴晴
8/14（四）	電影欣賞-野蓮香	社區居民	南華活動中心	2	20	曾琴晴
8/20（三）	電影欣賞-歡樂啦啦隊	社區居民	新生管委會二樓	0	21	曾琴晴
8/21（四）	電影欣賞-黛比的幸福生活	社區居民	南華活動中心	3	19	曾琴晴
8/28（四）	電影欣賞-鬥陣ㄟ	社區居民	南華活動中心	3	15	曾琴晴



8/21 南華社區〈黛比的幸福生活〉



8/6 新生社區<志氣>



8/20<歡樂啦啦隊>

- 活動效益:**
1. 社區第一次辦理電影讀書會，反應熱烈，尤其影片內容寫實，貼近生活的劇情頗能引起共鳴。例如眷村色彩的劇情，影片結束後的討論，學員紛紛加入，分享個人經驗。「歡樂啦啦隊」則激發了學員邀請家人一起來社區參加活動。
 2. 來看電影的多為中高齡家庭主婦，影片以通俗易懂的劇情較能被接受
 3. 三個小時的課程委實太長，以至於許多婦女半途離開忙家務，無法完整的看電影和參加討論。
 4. 共辦理 7 場，出席人數共 148 人次，除了婦女也有社區男性加入。

活動名稱 2:養生膳食班-(1)

目的：1. 改善現代人的飲食習慣，傳遞健康飲食的重要性。

2. 示範簡單健康的膳食調理，讓婦女願意進廚房為家人準備健康餐食。

課程內容

日 期	參加對象	課 程 內 容	上課地點	講師	男性	女性
9/04 (四)	社區居民	1 邁向健康之路 2 養生拌飯系列	南華活動中心	葉麗容	3	12
9/09 (二)	社區居民	1 邁向健康之路 2 養生拌飯系列	新生管委會二樓	葉麗容	0	24
9/11 (四)	社區居民	1 飲食與健康 2 豆漿早餐系列	南華活動中心	康秋香	0	13
9/16 (二)	社區居民	1 生生不息的有機農業 2 活力藥膳系列	南華活動中心	孫久惠	2	15
9/16 (二)	社區居民	1 飲食與健康 2 豆漿早餐系列	新生管委會二樓	康秋香	3	20
9/30 (二)	社區居民	1 生生不息的有機農業 2 活力藥膳系列	新生管委會二樓	孫久惠	0	20



9.4 康秋香老師指導
如何製作五穀拌飯



9.11 飲食與健康
探討沒吃肉蛋白質夠不夠？
孫久惠老師指導



9.16 孫久惠老師講解農藥殘留
問題與有機農業



9.9 葉麗容老師講解心理不平
衡的跡象和如何自我調適



活動效益:

1. 共辦理 6 場健康飲食講座以及示範膳食調理，共有 115 人次參與課程，其中男性出席 8 人次。
2. 現代人改變飲食習慣不但追求西化精緻，也逐漸習慣外食，示範膳食調理提供婦女簡易省時的飲食調理方式，頗能引起共鳴。
3. 透過飲食健康講座，提供現代人健康正確的飲食觀，以及飲食對健康和疾病造成的影響。。

活動名稱 3：婦女創意班-

目的：生活飾品 DIY，從學習成果建立自信心和社會參與的動機。

婦 女 創 意 班

日 期	參加對象	課 程 內 容	上課地點	講師	人數
系列一 樂 陶 陶					
9 月 2 日	社區居民	胸 花 製 作	新生管委會二樓	吳淑鴻	18
9 月 9 日	社區居民	胸 花 製 作	南華活動中心	吳淑鴻	22
系列二 布可思議創作班					
日 期	參加對象	課 程 內 容	上課地點	講師	人數
9 月 18 日	社區居民	布可思藝創作班	南華活動中心	曾鈺書	12
9 月 23 日	社區居民	布可思藝創作班	南華活動中心	曾鈺書	12
9 月 25 日	社區居民	布可思藝創作班	南華活動中心	曾鈺書	13
9 月 3 日	社區居民	布可思藝創作班	新生管委會二樓	曾鈺書	17
9 月 10 日	社區居民	布可思藝創作班	新生管委會二樓	曾鈺書	15
9 月 17 日	社區居民	布可思藝創作班	新生管委會二樓	曾鈺書	16
系列三 手 工 香 皂 創 作 班					
日 期	參加對象	課 程 內 容	上課地點	講師	人數
11 月 10 日	社區居民	香草膏	新生管委會二樓	林芳瑜	30
11 月 12 日	社區居民	洋甘菊護唇膏	新生管委會二樓	林芳瑜	22
11 月 14 日	社區居民	舒眠涼香膏	新生管委會二樓	林芳瑜	22
11 月 17 日	社區居民	玫瑰淨膚 mp 皂	新生管委會二樓	林芳瑜	27
11 月 19 日	社區居民	左手香修護 mp 皂	新生管委會二樓	林芳瑜	29
11 月 21 日	社區居民	香氛彩鹽創作	新生管委會二樓	林芳瑜	28





11/12<洋甘菊護唇膏>



11/17<玫瑰淨膚皂>; 下圖: 皂基加熱



11/19<左手香修護皂>



11/17 等待凝固的玫瑰淨膚皂



11/21 學員與林芳瑜老師展示<香氛彩鹽創作>成品





11/17 學員展示習作成品<玫瑰淨膚皂>



11/19 講師林芳瑜解說示範左手香的 DIY 過程。

活動效益：

1. 婦女創意課程開辦了「陶藝胸花」、「布包」、「手工皂」等三種系列課程，社區婦女反應熱，原定 20 人的課程，增加為 30 人。婦女參與課程的情形「陶藝」40 人次，「膳食營養」115 人次，「手工皂」171 人次；共計 326 人次出席。
2. 利用晚上休閒時間上課，方便家庭主婦和上班族婦女餘暇時間的利用，無形中提升了活動執行的效益。
3. 活動內容以婦女生活應用的 DIY 為主，吸引婦女的興趣，許多婦女是首次參與社區課程。生活 DIY 課程無形中鼓勵婦女走進社區，認識社區。

健康樂活新女性-新移民篇

1. 新移民關懷

新生里由眷村改建的集合住宅，有來自中國和其他國家的新移民。為了讓新移民融入在地生活，特為新移民婦女提供支持環境，開辦課程。此外更鼓勵新移民婦女和社區居民參加活動，和本地居民建立互動關係，融入社區生活。

2. 提供學習的支持環境；新移民婦女每天到社區學習民族舞蹈，透過音樂與舞蹈紓解鄉愁，也為自己開創表演舞台。

新移民家族談天說地課程內容：

日 期	參加對象	課 程 內 容	上課地點	講師	人數
8/12	新移民	友善好溫馨、布可思藝	新生管委會二樓	吳淑鴻	17
8/26	新移民	談天說地	新生管委會二樓	林慧婷	17
9/24	新移民	快樂上班趣	新生管委會二樓	洪常耘	17
10/01	新移民	不給陌生人開門	新生管委會二樓	林怡菁	17



7/23 新移民婦女帶著家人子女一起參加「新移民家庭聯誼」。





上圖:9/24 新移民婦女參與社區婦女創意課程習作布包。
右圖:11/12 參與社區婦女創意課程-習作護唇膏。



每日一起習舞的成員與新生社區趙宋世英理事長。



新移民婦女每天到社區學習排練民族舞蹈。
學習舞蹈不僅是情緒的出口，也因為學習獲得口碑，為自己創造了展演的機會。

六、成果發表

六、成果發表

「臺南市南區執行衛生福利部福利化社區旗艦型計畫十社區聯合成果發表」

目的:1. 以安全社區的概念為基礎，提供一個安全的保護網絡，結合社區內行政及民間資源，各施所長，帶動社區居民一起推動社福工作，提供健康管理、生活照顧、康樂律動、生活才藝等多元活動內容，以安定老人生活，維護老人健康，讓長者可以享受有尊嚴和健康的晚年生活。

2. 十社區聯合執行成果，帶動社區居民一起推動安全社區，以及營造社區更友善的生活環境。

時間:103/10/26

地點:金華公園(金華社區)

參加對象:社區民眾、社區志工隊、旗艦團隊志工&社區居民&表演團隊、學生社團、保健醫療團隊、社團、運動表演團隊等

參加人數:1380 人，男性 609 人、女性 771 人



上圖:旗艦型計畫十社區聯合成果發表會。右圖:金華社區青春啦啦隊表演。
下圖:明德社區展示區。 右下:鯤鯓社區展示婦女DIY布包。

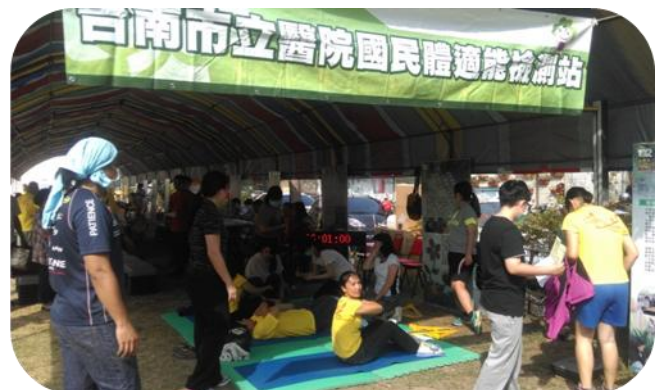




上上圖：松安社區展示手工布。
 中圖：大恩社區里長與志工展示手工布包和社區簡介資料。
 右上：南華社區婆姐文創商品。
 下、下右圖：文南社區展示角料製作的布偶、袖套產品。



新生社區新移民婦女表演「腰鼓舞」。
「腰鼓舞」也稱「打腰鼓」，流行於陝北一帶，此舞多在節慶中表演。



成果發表會活動現場由中華醫事科大和台南市醫等醫療團體的健康體適能檢測站為銀髮族和市民提供體適能檢測服務。



活動效益

1. 2013 年福利化社區旗艦計畫十社區聯合成果發表會結合社區運動會舉辦，得以藉機讓民眾進一步認識跨社區推動「臺南市南區 2013 年福利化社區旗艦計畫」的工作成果，以利帶動社區居民一起推動建構安全社區的目標，共 1380 人參與男性 609 人、女性 771 人。
2. 首年計畫，活動內容以宣導講座的型態居多，因各提案社區的方案仍舊在進行，除了金華社區以海報呈現各項方案的活動成果，多數社區則以志工和社區居民的活動成品做展示，較無法呈現各社區的方案特色。
3. 活動現場由台南市醫、郭綜合醫院等衛生醫療團體以及衛生單位提供健康體適能檢測站，為銀髮和市民提供體適能檢測服務和健康管理、健康飲食宣導呈現多元活動內容。

七、社區參訪--103/9/17 參訪彰化秀水鄉馬興社區和雅興社區

彰化縣秀水鄉為典型的農村社會結構之鄉鎮，面積 29.3447 平方公里，區域劃分為 14 村 18 個社區，人口數 39285 人。馬興社區於 98 年、101 年分別接受內政部評鑑獲得優等和卓越社區獎項。102-104 年度由馬興社區領航辦理福利化社區旗艦型競爭計畫。馬興社區以典型農村社會型態，應用有限資源凝聚鄰里共識，創造並提升本身的競爭力，誠如馬興社區發展協會執行長所言，社區工作重點在於照顧好社區裡的老人和小孩，讓年輕人無後顧之憂努力工作照顧家庭，才能讓社區永續發展。這也正是本團隊「安全宜居新家園--打造福利新故鄉」，讓社區中的弱勢族群獲得支持和照顧，讓居民可以安居樂業的安和樂利社會願景。



1. 馬興社區發展協會理事長致贈旗幟以示歡迎。
2. 參加訪視行程的社區志工，聆聽彰化縣秀水鄉公所簡報
3. 參訪成員與秀水鄉公所科員全體合影。

陸、檢討與未來展望

陸、檢討與未來展望

一、正面的影響

- (一)臺南市南區 2013 年福利化社區旗艦計畫，從計畫正式核定後歷經短暫的磨合期，實際上短短不及半年的執行時間，總共辦理 73 場活動，參與活動的民眾共 3773 人次。這項成果來自全員努力，不僅提案單位每月團督跟上進度，部分社區由於首次合作執行方案，更每月召開聯席會以建立共識，充分展現社區幹部的熱忱和服務動力。
- (二)金華社區全面推動安全社區概念，在道路安全管理方面，加強不安全點的警告標示，以減少人車發生意外，值得推廣。此外在社區啟用遠距健檢系統，為社區長輩的健康管理帶來莫大的助益。
- (三)聯合提案透過資源的整合，讓社區可運用的資源變多了。社區因此開辦了新的課程帶來新的活力，激發了民眾到社區學習的動機。「健康樂活新女性」所提供的婦女學習成長空間獲得極大迴響，不但人數增加，有些婦女表示首次走進社區參加活動。學習的突破均有助於社區意識的建立，進而鼓勵民眾參與志願服務。
- (四)本計畫間接地為地方創造了學習環境，例如松安社區將服務對象擴大為灣裡，挹注了位居偏遠地區學習資源的不足，提供學習的近便性。白天開辦的歷時 3 個月的課程，包含心寧紓壓、家庭用藥、健康講座、手工 DIY 等，參與人數達 877 人次，顯現民眾對學習資源應用的熱忱。
- (五)文南社區的角料應用，手指布偶寓教於樂以及布偶戲團均獲得口碑，為社區

注入新的特色；而明德里的眷村文化保存與導覽人員培訓，為社區永續經營開啟新契機。

二、檢討與改進

(一)服務對象包含銀髮族、退休族、家庭主婦、青少年、兒童等，因欠缺民眾年齡資料收集，較無法具體的區分服務的年齡層。

(二)各項方案未做回饋單，以至於難以量化統計服務的滿意度，只能從每堂課程的出席情形推估社區居民對課程的滿意度。未做回饋單也有紙張浪費的考量，實在是兩難。

(三)計畫執行時間很倉卒，本計畫自提案、送審至核定後正式執行，實際執行的期間很短，短暫的課程很難看出課程所產生的實質效益。有些社區課程時間較長或排定時間較晚，倍感執行和核銷的壓力。

(四)本年度的工作重心為 (一)建構社區安全網(二)社福產業再創新(三)兒少學習新天地(四)在地關懷好溫暖(五)健康樂活新女性，共五項子計畫方案。因子計畫方案執行期間的急迫性，在主體「安全社區網絡」建構上，除了金華社區首先設定建構社區安全網，逐漸由點、線、面推進社區網絡的建立，各聯合提案社區在主體「安全社區網」建立上尚須再整合現有資源，這將是續年度賡續推動的計畫目標。

(五)第一年規劃「待用商店」是全新的構思，因缺乏經驗值與共識很難評估和進行，目前家扶中心開辦中，本年度僅進行社區幹部宣導建立共識，續年度持續進行實務觀摩以及評定工作方針。

(六)本年度成果發表在期初並無具體規劃；期初各社區處在磨合過程中學

習，累積跨區域整合的經驗，其次首年活動著重於宣導，執行方式以講座的型態居多，因此較難呈現各社區的方案特色，期盼續年度計畫有較充裕的執行時間，在期末展現既完整又充滿特色的執行成果。

