

## 臺北市政府創意提案競賽提案表

提案類別	<input type="checkbox"/> 創新獎 <input type="checkbox"/> 精進獎 <input checked="" type="checkbox"/> 跨域合作獎
提案年度	109年度
提案單位	臺北市大安區健康服務中心個案管理組
提案人員	(請敘明 <b>主要提案人(限1名)</b> 及其他參與提案人(人數不限)，並分別標明貢獻度百分比) 主要提案人(貢獻度)：曾玉玲(30%) 參與提案人(貢獻度)：楊明娟(20%)、陳首珍(15%)、 林欣怡(35%)
提案範圍	一、有關本府重要市政計畫、市政白皮書、市長政見及重大政策等之改進革新事項。 二、有關各機關業務推動方法、作業流程及執行技術之改進革新事項。 三、其他對促進機關行政革新有所助益之創新作為(高齡化社會之因應措施)。
提案名稱	青銀共伴 社區作伙～陪阿公阿嬤快樂拍片
成效屬性 (可複選)	<input checked="" type="checkbox"/> 全國首創、 <input type="checkbox"/> 導入精實管理手法、 <input type="checkbox"/> 小e化、 <input type="checkbox"/> 節省成本(時間、人力、經費)、 <input type="checkbox"/> 發表期刊論文或專書、 <input type="checkbox"/> 取得專利、 <input checked="" type="checkbox"/> 其他：榮獲「108年台灣健康城市暨高齡友善城市獎」金點獎及108年衛生福利部國民健康署辦理「高齡友善健康照護創意提案」貳獎。
提案緣起	<p><b>一、提案動機</b></p> <p>大安區老年人口比率20.98%，為本市12區之首，獨居長者比率更位居臺北市各行政區第二位，世界衛生組織認定獨居長者為健康照護的高危險人口群之一。「孤獨死」議題近年逐漸受到關注，這些長者因高齡、獨居、退休、患有慢性疾病、失能等因素，減少社會參與，失去社會連結，讓孤獨老死問題在社區蔓延。為推動長者活躍老化，本中心設計多種健康促進方案，卻發現仍無法讓部分獨居長輩走出家門。108年透過資料收集及高齡友善小組成員腦力激盪，並經SWOT分析結果(附件1)，規劃「青銀共伴 社區作伙」計畫。</p> <p><b>二、創意來源</b></p> <p>將「社會融入」與「社會支持」元素放入活動設計中，並透過跨域結合，提供「少與社會互動」或需要陪伴的長者客製化服務，讓學生主動探訪長者，透過互動對話與學習，增加長者與社會連結的機會，也為政府所推動的「青銀共居」、「青銀共融」議題進行暖身，搭起青與銀二代之間友誼橋梁。</p>

**實施方法、過程及投入成本**

**一、推動方式與創新性**

與輔仁大學及燃點公民平台共同辦理「青銀共伴 世代對話-陪阿公阿嬤快樂拍片」活動，將「青銀」與「共伴」兩大元素融入「公關策略與企劃」課程中，70位大學生在1學期時間內陪伴大安區15位獨居長者，由學生發揮創意，引導長輩成就一件簡單卻快樂十足的事。

本方案首創將「青銀共伴」議題納入學校課程設計，健康服務中心從照顧管理的個案中，挑選出社會互動較少的獨居長者，結合大學的課程特色，引導學生學習如何與老人相處，並以同理心關懷長者，增加長者的社會連結，以提升其健康平等權利。

**二、實施策略與方法：**

(一)高齡友善小組規劃及推動相關創新議題:108年首要研商如何提高長者參與各項健康促進活動意願之策略，特別是「少與社會互動」的獨居長者。

(二)盤點社區資源：

1. 可提供長者社會參與之場所：大安區有56處共餐據點，透過共餐來提升社區凝聚力，各據點大都有志工或固定共餐成員，未來可參與青銀共伴，扮演薪火相傳角色。
2. 大學學校數：盤點轄區及周邊大學共計6所大學，另外，與本中心有實習合作計畫者有:臺北護理健康大學、輔仁大學、臺北醫學大學、臺灣大學、長庚大學等5所，可成為青銀共伴計畫之合作對象。
3. 民政/社政資源:除區公所及53個里辦公處外，多數里別亦有招募志工協助里民服務；社政資源部份，「大安老人服務中心」及「大安社會福利服務中心」依業務權責，分別服務65歲以上獨居長者及低收、中低收等需社會福利補助之個案。可透過民政/社政資源，發掘有陪伴需求的長者。

(三)主任領軍拜訪里鄰社區領袖及相關團體，溝通理念：

拜訪區長、里長及各大學，如：臺大、北護、北醫、輔大等校老師，說明青銀共伴理念，邀約合作，拜訪社區據點瞭解各共餐據點運作方式，與據點負責人研商長者健康促進相關方案；拜訪轄區非營利組織如燃點公民平台，研商青銀共伴推廣形式及合作方式。

(四)推動「青銀共伴社區作伙」計畫(圖1、2)

經與轄區及有合作關係的各個大學老師溝通理念與計劃後，最終與輔大、燃點公民平台合作，並結合大安區公所及里辦公處、大安老人服務中心、大安社會福利服務中心進行跨域合作，啟動「青銀共伴社區作伙」計畫。

- 1.目的：提升獨居長者的社會參與率；提升社區民眾對獨居長者之重視與關懷；提升學生敬老尊老意識及代間教育；提升敬老親老之社會意識及氛圍。
- 2.合作模式：
  - (1)結合輔大廣告系師生，將青銀共伴元素融入「公關策略與企劃」課程設計，由學生以「陪伴長者完成一件他想要完成的事」為主題撰寫企劃案。
    - A.健康服務中心：與輔大教授共同規劃將「青銀共伴」元素納入課程設計，結合大安區公私部門媒合有共伴需求的長者，協助學生了解長者身心特質及溝通技巧，在互動過程扮演催化劑，並參與學生期中及期末報告，適時引導，本中心在計畫中扮演了教育者、管理者及倡導者的角色。
    - B.民政單位：協助發掘有陪伴需求的獨居長者，社區志工協助溝通協調並加入共伴行列，學生學期結束，志工可持續陪伴長者，傳遞「共伴」薪火，也是引導長者持續與社區連結的人。扮演個案發現者及溝通協調角色。
    - C.社政單位：除發掘有陪伴需求的獨居長者外，每月提供長者相關訊息，有助於即時掌握長者生活動態。
    - D.非營利組織(non-profit organization NPO)：協助本計畫的推動、影片剪輯、行銷並適時物資協助。



圖1 跨域合作單位及任務

- (2)訂定合作企劃書：依據課程特色，提案以「為阿公阿嬤拍片」為工具，紀錄陪伴之過程點滴，明訂訪視次數、時間、撰寫訪視企劃書及心得，並於課程結束後，依長者期望贈送紙本紀念冊或影片檔留念。

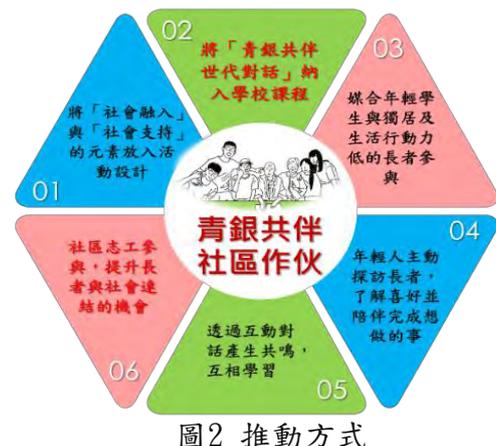


圖2 推動方式

(3)對話前的準備:

A.即時通訊息：由中心主管、護理師及輔大師生成立「阿公阿嬤拍片 Line 群組」，提供學生溝通平臺。

B.青銀共伴行前教育訓練：由中心主管及護理師至輔大針對參與本計畫之大學生辦理行前課程，內容包含：長者身心狀態、訪視注意事項及計畫內容說明等，於訪視前幫助學生瞭解長者狀況。

(4)媒合連結社區資源：由中心地段護理師與里長、里內志工、老人服務中心討論後擇定合適及有需要陪伴的獨居長者共計 20 位，其中 5 位因為身體狀況及家庭因素拒絕，實際參與獨居長者計 15 人，輔大學生 70 人分成 15 組陪伴 15 位長者。

(5)定期開會共識與檢討:

研商青銀共伴計畫內容，固定每月開會一次，討論及修正計畫執行方向，並依需要隨時在 LINE 群組討論。



圖3 定期開會 滾動式修正計畫

108 年 6 月 25 日開始籌備成果發表記者會，每周開會 1 次(圖 3)，聚焦共識及掌控進度。

3. 困難點與突破作為:

困難點	突破作為
1. 雖推動多元「活躍老化」活動，但仍有無法出門、怕跌倒不敢出門，或不習慣參與社群的獨居長者無法參與。	連結有意願將青銀共伴元素之大學教師，依據課程特色，由大學生提供訪視與陪伴，擴增長者生活圈，增添色彩與活力，並結合社區志工，提供後續關懷。
2. 大學生缺乏與長者相處與對話的經驗，感到不習慣而退縮。	1. 提供「對話前準備」簡報檔與學生分享，作為訪視前的暖身。 2. 地段護理師陪伴下進行第1次訪視。 3. 成立即時通訊息提供學生溝通平臺，並適時給予鼓勵及解決困難。
3. 長者不習慣與青年人相處而拒絕	1. 地段護理師針對長者進行訪視前心理建設，依需要協調、鼓勵及扮演潤滑劑角色。 2. 學生的企劃案加入長者意見後推動，讓共伴關係更穩固。
4. 不同領域之合作單位，不同思維的溝通障礙	1. 依據每一階段目標，調整合作單位之開會時間，並成立核心群組，隨時溝通意見。 2. 善加利用不同領域之專長與社會資源，激發創意合作火花。

## 一、執行成效

### (一) 推動成果：

1. 人口學資料：15位獨居長者平均年齡87歲、男性9人，有低收/中低收老人計6人(40%)。輔大選修「公關策略與企劃」課程，參與訪視之學生計70人。
2. 參與者的感受與改變：(如附件2)
  - (1) 長者：共伴的15位獨居長者對本計畫均表示滿意，其中7人到成果發表記者會現場表達肯定與支持，其餘長者受限於身體健康狀況無法出席，但均表示喜歡這樣的共伴活動，未來願意繼續參加共伴活動。
  - (2) 大學生：從共伴前的緊張、拒絕，共伴期間各組使出渾身解數，透過學台語，拜訪鄰里友人來增加對長者認識等，找到彼此對話與合作的契機切入，最後結束時享受青銀共伴；每組同學面對不同特質的長輩，所勾勒出長者的身影與線條，儼然已不同於訪視前，透過互動後從青年人的觀點表達出來的感受是正面的(表1)。

表1 青年學子訪視前中後的感受

<b>訪視前</b>	緊張、很麻煩、不情願、尷尬、擔心不知如何相處、害怕和長者有距離感
<b>訪視中</b>	調整心態、由人生故事切入、與長者專長做結合、找出共同興趣或話題、以朋友交談方式非單方面給予、真誠、發現長輩只是需要陪伴-聆聽、一起做喜歡的事就可以很滿足、陪伴是互相的，對待長者需有耐心
<b>訪視後</b>	從拒絕→接受→享受青銀共伴、反省自己對家中長輩態度、幫平時獨居少說話的長者注入活水、重新啟發對長輩的認識及突破刻板印象、長輩不頑固也不弱勢，長輩很可愛可靠且溫暖、能夠實際幫助到長者才是正確的、從長者回饋體驗出青銀共伴的真諦、長者的笑容-讓所有的辛苦都值得、期待再相見

### (二) 成本效益分析：

1. 成本：108 年委託輔大教授將青銀共伴議題設計入課程中，計花費 9 萬 8,000 元。費用多用於行銷影片剪輯修改(7 分鐘及 2 分鐘版本)、學生訪視長者之車馬補助費、企劃書/訪視心得影印費，及辦理成果發表會等。109 年規劃與世新大學合作，以提供學生車馬補助費及與長者共伴所需之材料費為主，約計 1 萬元。
2. 內部效益：
  - (1) 建立跨域合作模式，讓教育單位及 NPO 組織齊力成為社區長者的照護力量。
  - (2) 增加無法出門的獨居長者活力，找到青銀世代的對話機會，融入彼此價值觀。

	<p>(3)15 位獨居長者與大學生彼此學習，長者對於學生到訪從不適應到肯定。</p> <p>(4)70 名同學在期中(末)報告中，相互分享與獨居長者共處的心得，一改過去對老人的刻板印象。</p> <p>3. 外部效益：</p> <p>(1)將本次跨域合作之青銀共伴計畫分別以論文、海報及心得分享的方式投稿，讓議題擴展及發揮影響力。分別獲「108 年台灣健康城市暨高齡友善城市獎」金點獎、108 年衛生福利部國民健康署辦理「高齡友善健康照護創意提案」貳獎及「高齡友善健康照護徵文比賽」貳獎。</p> <p>(2)跨域結合，透過廣告系學生拍片、校方提供行銷平台，及 NPO 組織協助擴大行銷策略，增加青銀共伴議題能見度，109 年將擴大 7 區辦理。</p> <p>(3)多元行銷 讓議題發酵:透過學生陪伴 15 位獨居長者並將互動過程拍成影片，於 youtube 及 XYZ 對流系平臺播放，共計 3,013 人次瀏覽，本計畫成果發表記者會獲得熱烈回響，臺北市政府副市長及衛、民、社政機關首長到場支持(附件 3)，並指示擴大辦理。</p> <p>(三)未來預期：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 藉由成果發表讓更多單位關注此議題並推動，109 年有世新、淡江、北醫、銘傳及輔大等校教授與大安區、中正區、中山區、信義區、南港區、松山區、內湖區等健康服務中心加入青銀共伴計畫。</li> <li>2.109 年將結合轄區更多公私立單位與整合社區資源，持續推動多元青銀共伴模式，共同營造高齡友善健康城市。</li> <li>3. 強化計畫深度及廣度：本計畫推動模式推廣至其他學校及行政區，透過不同課程特色，發展多元陪伴方式，期望有更多學校將青銀共伴議題從教育紮根加入學校課程，讓親老敬老概念普及，朝向友善高齡之社會。</li> <li>4. 賦能社區鄰里志工：於社區中巡迴辦理關懷長者之各項課程，例如：長者心理、長者體能、關懷技巧、失智症之認識等相關議題，以提升志工關懷獨居長者之意願及強化訪視評估之能力及技巧。</li> </ol>
<p>相關附件</p>	<p>附件1-SWOT-TOWS 分析 附件2-實際執行成效 附件3-行銷與推廣</p>
<p>聯絡窗口</p>	<p>姓名：曾玉玲 電話：(02)2733-5831轉6232 Email：tsengl225@health.gov.tw</p>

### SWOT-TOWS 分析

<p>內部優勢(S)/ 劣勢(W)</p> <p>策略</p> <p>外部機會(O)/ 威脅(T)</p>	<p><b>S</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.機關首長支持及帶頭推動</li> <li>2.政策支持獨居長者照護</li> <li>3.深耕社區與鄰里關係密切</li> <li>4.推動健康城市及高齡友善多年經驗豐富</li> <li>5.中心志工社區長者服務經驗多</li> </ol>	<p><b>W</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.公共衛生專業人力不足</li> <li>2.業務多元且繁雜</li> <li>3.中心志工多老邁</li> <li>4.跨部門整合不易</li> <li>5.辦理提倡尊老意識及代間教育活動少</li> <li>6.缺乏有效推動敬老尊老的活動與行銷管道</li> </ol>
<p><b>O</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.人口老化指數高於全國及北市各區</li> <li>2.國家政策推動活躍老化、友善老人及世代融合</li> <li>3.社區資源:學校多,國立大學5家</li> <li>4.社區資源:老人共餐據點多達56個</li> <li>5.社區資源:各里辦公處均設有社區巡守隊及志工服務</li> </ol>	<p><b>SO策略</b></p> <p>SO1.定期訪視,積極連結老人據點</p> <p>SO2.連結社區志工,推動在地化及多元服務</p> <p>SO3.結合轄區國小以上學校推動高齡友善教育及活動,從小培養敬老親老精神</p>	<p><b>WO策略</b></p> <p>WO1.邀約理念一致的公私立團體合作提升服務效能</p> <p>WO2.結合異質性高具行銷能力之機關團體合作</p> <p>WO3.訓練鄰里志工推動獨老陪伴服務</p> <p>WO4.與大學課程結合,依課程特色設計青銀共伴活動</p>
<p><b>T</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.長者自殺率及致死率為所有年齡層最高</li> <li>2.大安區6成以上高齡獨居,近2成有衰弱傾向及憂鬱傾向</li> <li>3.大安區獨老超過7成親屬支持系統不足或可近性不高</li> <li>4.長者社經地位高,自我意識較強</li> <li>5.兒孫互動少,缺少代間溝通</li> <li>6.長者需簡單易懂及友善的健康服務</li> <li>7.有敬老、親老與不老面向之需求</li> </ol>	<p><b>ST策略</b></p> <p>ST1.長照志工協助就醫及關懷訪視</p> <p>ST2.結合社區資源辦理健康促進活動。</p> <p>ST3.結合鄰里資源,陪伴及服務高齡長者。</p> <p>ST4.跨機關辦理春節溫馨關懷活動</p> <p>ST5.推動青銀共融,促進代間溝通</p> <p>ST6.善用社區資源,引導弱勢獨老與社群連結。</p>	<p><b>WT策略</b></p> <p>WT1.結合里內共餐團體,辦理長者心理健康相關課程。</p> <p>WT2.跨部門合作提升長者與社區連結機會</p> <p>WT3.活動結合多元服務,提升參加意願</p> <p>WT4.規劃長者體驗課程</p>

一、青銀共伴企劃案主題

1. 巧克力爺爺的生活哲學	8. 六撇步教你如何攻克爺奶心防!長輩陪伴超簡單
2. 讓愛從心循環:陪伴是最好的禮物	9. 來自1923的文藝青年
3. 時尚奶奶不「服」老,古著文青挖到寶	10. 酷炫阿嬤做飯趣
4. 跨世代穿搭,小天爺爺變裝記	11. 大安區斜槓舞棍
5. 青銀合拍樂 vlog-打破世代對話的邊界	12. 樂業街姊妹樂團
6. 跟著伯伯動茲動-昏暗市井中的一束光	13. 神自來水筆
7. 陪奶奶 keep walking	14. 跟著阿公學日本演歌
	15. 陪伴的溫度-沸點已達,愛在發酵

二、長者感受(摘錄4則)

**樂業街的姊妹樂團**

78歲的葉奶奶,曾至社區大學學習烏克麗麗,後來因身體病痛無法繼續上課,此次參加共伴計畫,開心的與學生們共組樂團自彈自唱,不但滿足了奶奶的梦想與成就感,也重拾對樂器的熱情。

**鶯歌一日遊 共享天倫樂**

82歲的賴爺爺,未婚無子女,總是坐在家門口抽菸,膝蓋退化不識字不敢出遠門,生活一成不變,學生相伴後完成鶯歌一日遊,表示:能有孫女陪伴自己出遊,共享一日天倫之樂,是他作夢也想不到的事!

**時尚奶奶不「服」老,古著文青挖到寶**

78歲的郭奶奶,原本表示與年輕人沒話聊,因衣服太多捨不得丟棄而感到困擾,藉由與學生共同分享衣服穿搭,不但賦予古著新生命,感染了年輕活力,也傳承了環保理念

我們要惜福

**動茲動 金火練功20招**

巫伯伯從不願跟學生互動,到勉強答應探訪,學生在評估其需要,訪視伯伯社區好友後,設計一套健身操,製成海報並陪同練操後,覺得學生活潑有創意,每天看著牆上海報,願意練習做操。

**金火二十招**  
六龍台佛  
學難難練,難學難練,此動作左右各練1次

## 青銀共伴遊鶯歌 打破世代對話的邊界

第一次拜訪爺爺時就知道他過著獨居的生活，每天日子過一天算一天。他喜歡出去玩，可是因為年輕時都在工作所以沒有常出去玩，很多地方都沒去過。我們打算帶爺爺出去玩，讓他看看近郊的風景。當我們提議要帶他出遊的時候，爺爺顯得特別開心。

爺爺不會說國語，而我們不會說台語。為了跟他出遊時溝通順利，我們小組特別請爸媽幫我們惡補台語。學台語的過程中錯誤百出、還鬧出許多笑話，但這是和爺爺建立關係所要踏出的第一步，就算很難，我們還是很努力。

爺爺為了跟我們去玩，還特別拿出他珍藏多年的新衣服，這個用心的舉動，讓我們超級感動。我們和爺爺去鶯歌逛老店看陶窯，還趁他吸菸的空檔幫他拍起年輕人喜歡的網美照，爺爺看起來也樂在其！

跨世代的興趣和價值理念不同不重要，重要的是，他在我們的關心和陪伴下，得到了快樂。台灣有許多的老人都像賴爺爺一樣，每天過著看似無趣的簡單生活，他們都需要我們邁出關心和陪伴的第一步。其實有時候，我們並不需要很費力地去尋找我們跟長者之間共同點，兩代的差異或許就是交流和溝通的開端。而關心和陪伴，則能讓差異共存，讓溫暖蔓延。



## 樂業街姊妹樂團

以前對於獨居老人的想像是很需要被照顧的，可能連吃飯都很困難。這次讓我很驚訝，奶奶平常都自己料理自己的三餐，生活也很豐富-會去游泳、運動、跳舞、樂器。我真的太低估老人的行動力了，有些獨居長輩能自己從生活中找到樂趣，有時候可能比我們這些頹廢的大學生還要豐富！

我們的奶奶一直很想再回去彈奏烏克麗麗，但因為前陣子身體不舒服所以放棄了。在和小組們一起聊天彈奏後，現在願意再次接觸烏克麗麗。我們一起練了三首歌，上傳兩首放在社群平台上，獲得了熱烈的迴響！其中《隱形的翅膀》短短一週累積了482觀看次數，22則留言。《寶貝》則累積480觀看次數及30則留言。一週過後我們去找奶奶，給她看大家對奶奶彈烏克麗麗的評價，讓奶奶更有自信了！

不過，成長最多的應該還是我們言小組。自己明明是最有活力的一群年輕人，但生活總是渾渾噩噩。此外，奶奶也十分享受自己一個人的生活，自己找樂子，讓我們學會了要懂得和自己相處，從中找到快樂的事情。

經過五次的探訪，我們真的對奶奶很驚艷，因為他的烏克麗麗和游泳都是70歲之後才開始學習的，如果連78歲的奶奶都能如此有熱忱的追逐夢想和他所喜愛的事物，我們身為21歲的大學生又有何不可呢？透過青年人與老年人的共伴達到互相學習、吸收經驗、了解不同的觀點，還有最重要的陪伴。

其實結束後真的覺得意義與價值遠遠超出只是一堂課，我們和奶奶之間的牽絆已經深深地結下，建立了一段意義非凡的友情，未來也會繼續和奶奶相約一起彈樂器。



# 時尚奶奶不「服」老，古著文青挖到寶！

依稀記得第一次探訪奶奶的時候，奶奶對護理師說：「我們跟年輕人沒有話聊啦。」甚至不太敢正眼和我們打招呼。但在奶奶家待個十分鐘左右，就會發現他是個刀子嘴，豆腐心的最佳代言人。影片中可以看到，奶奶在提及自己收藏了幾十年的寶貴衣物時，炯炯發光的眼神是多麼銳利，即使她已年過八十。

在認識初期，我們瞭解兩老平時感情不差，唯獨會為了奶奶不捨丟棄而堆滿房間的衣物兩天一小吵，五天一大吵。在組員了解之下才發現奶奶是捨不得「浪費」衣物，我們便在和奶奶一起整理衣服的過程中靈機一閃，既然奶奶是擔心衣物回收後被丟棄，何不問問身邊喜愛古著的朋友們會不會對奶奶的衣服有意認領呢？在這樣的激盪下，才讓我們發現「時尚奶奶不『服』老，古著文青挖到寶」的火花能夠這樣閃耀。

我們請奶奶整理出她再也穿不到的衣服，再經由本組組員篩選出符合文青復古風的衣物之後，以本校為平台，讓這些衣物被時尚有緣人認領，我們將請認領者拍攝穿搭照片和寫下想對奶奶說的話，統整在一起，製作成一本精美的相片書，送給郭奶奶作為紀念。

當我們將那本相片書拿給奶奶看的時候，她興奮得都快要從椅子上跳起來。不斷的稱讚古著風格的同學，還有她從來不知道她的衣服穿在這些年輕的弟弟妹妹們身上，會這麼好看，真的非常非常非常好看，奶奶說他已經很久沒有這麼開心了！

看到奶奶原先對自己的衣物稍嫌不夠有自信和影片中反應的對比，不禁發現原來能夠讓奶奶那樣開懷大笑是多麼簡單的一件小事。也體會到，長者們想要的真的非常簡單，他們只需要一些陪伴、認同，還有與社會的連結。



## 跨世代穿搭

爺爺年紀已經這麼大還是憑藉自己的專長一做糖葫蘆在各個景點販售。爺爺有一台擋車，給人一種帥氣的感覺，所以我們希望能透過阿公的穿搭改造，讓他穿的帥帥的騎檔車！我們先給爺爺看幾種不同類型的流行穿搭風格，讓爺爺選擇自己會想嘗試的；然後我們再為他準備衣服，拍一組帥氣的風格照。

在換裝的時候爺爺有點尷尬：「啊～都幾歲了，隨便穿就好啦！」但在穿上古著、牛仔褲，戴上了墨鏡之後，爺爺一秒變身為帥氣、霸氣的野狼125騎士！當他自信的跨上檔車、單手壁咚的瞬間，自信與態度都隔著衣服冒出來了！

「這個帥！阿但是帥也是因為人啦！」過程中忽然爆出一陣大笑！而這樣的話題就如同我們與同齡好友般的對話，其實是沒有代溝的。

我們的拍攝動機就是希望號召大家能夠以「朋友交談」的方式與獨居長輩共伴，而不是單方面的想要為他們做點什麼、卻忽略重要的「交流」。「陪伴並不是單方面的給予，而是為彼此盡心盡力的付出與互動！」輔大廣告系的同學們表示「或許爺爺奶奶在一開始會千方百計地拒絕你，但當你打破他的心防後，你會發現他們的神情、話語、表情真的完全不一樣了！」青銀共伴聽起來也許遙遠或難以執行，但只要願意放下包袱，對爺爺奶奶敞開心胸，相信一會獲得些感悟以及累積幾十年的智慧！



## 跟著98爺爺學唱日文演歌



我們被分配到的爺爺已經98歲了，本來想說年紀太大差點要放棄換人，結果見面嚇一跳！爺爺根本看起來80幾！爺爺行動方便，頭腦清楚到不行，除了糖尿病跟去年才開始重聽外身體沒什麼大礙。平常每個禮拜兩天會教社區的人唱日文歌，

行前護理師說爺爺可能不會講很多話，結果爺爺其實很健談啊！爺爺自己說了：「我們有兩個世界，另一個世界應該已經寄信來找我了。」我們就說：「那你大概還要等個十幾年才會收到喔！」

第二次訪視我們是去參與爺爺的日語演歌課程，此時我們就看到爺爺發揮長才了，他不但為學員先寫好簡譜，還解釋歌詞的意義、音符拍子，然後中氣十足的帶領大家唱歌。爺爺很細心的教學讓我們也在短時間內學會一首演歌，雖然我們的歌譜上面寫滿整張的羅馬拼音！學員稱讚爺爺是日文演歌卡拉OK界的翹楚！還說我們來陪伴爺爺一定非常高興。

第三次訪視，聽同學阿姨伯伯們說爺爺感冒了快一週，但是沒有麻煩任何人、自立自強的照顧自己，是後來被阿姨伯伯們知道了，才很擔心的前來探望、照顧爺爺。還好爺爺身體很強壯一個多星期就好些了。我們很感動爺爺和阿姨伯伯們之間的師生情感。因為我們之前請假沒有學到副歌，感覺歌詞很有魔性，沒學到有點可惜。但是這週學的失戀的詩集♥也是一首敘述女子愛而不得、非常感傷優美的歌曲。我們會回家好好複習，下週再來唱給爺爺聽！希望爺爺身體健健康康、不要有病痛。

## 大安區斜槓舞棍

第一次的訪談我們跟伯伯約在鄰里的活動中心，一開始滿擔心伯伯會很害羞或是覺得尷尬，沒想到伯伯非常健談，而且非常多才多藝！曾經做過台灣月曆發行的負責人，還曾開過健身公司，有很豐富的人生閱歷，伯伯現在在一間土地公廟當廟公，很喜歡分享很酷炫的歷史故事，好想幫伯伯把故事畫成小插畫送給他！

第二次見面到伯伯廟里拜拜後，護理師的幫助搭起了我們和伯伯之間的橋梁，伯伯願意和我們一起跳舞，在一個他習慣又能專心的室內場地和我們來一場世紀的舞蹈交流！我們在出發前已經答應伯伯會事先學習社交舞，希望他和我們這些孩子當他的舞伴，別因為沒舞伴放棄了自己喜歡的興趣，就開心的回憶過去自己意氣風發的樣子，另外我們也準備了我們這個世代流行的舞步，原本想教伯伯但意外地結合了他原本的社交舞，創造出了史無前例的舞蹈大融合。

本組非常滿意，不是特別著重在成品的完成，而是認為能成功的跟一位陌生的伯伯有一個難忘的跳舞回憶，一方面是能再帶起伯伯過去的熱忱，另一方面也是我們付出的時間心力得到了滿滿的成就感，看著他開心得跳著舞步，而我們也不自覺的開心跳起舞來，才是最滿足的事！

和長輩互動式需要花時間的，更何況是一位和過去毫無關係的伯伯，所以這次短暫的旅程中的每個轉折點都是我們接受到最後享受的，約跳舞前的那次「差點」失敗的經驗，當通話時伯伯答應的瞬間，也讓我們感受到機會得來不易，特別希望這樣有朝氣又有自己生活步調的伯伯能在未來的日子裡無憂無慮的過每一天。



## 行銷與推廣

### 一、媒體露出：共 5 則，其中電視媒體播報 2 則及網頁新聞 3 則

媒體類別	新聞內容
電視媒體	1.大愛新聞：關懷獨居長者 青銀共伴溫馨社會 <a href="https://daaimobile.com/news/5d54de152c649b0006804dbb">https://daaimobile.com/news/5d54de152c649b0006804dbb</a> 2.中嘉新聞：青銀共伴 輔大學子陪獨居長輩快樂拍片 <a href="https://www.facebook.com/watch/?v=380325682616419">https://www.facebook.com/watch/?v=380325682616419</a>
網頁	網路新聞 3.奇摩新聞青銀共伴 世代對話-拍紀錄片 <a href="https://tw.mobi.yahoo.com/news/青銀共伴-世代對話-拍紀錄片-160000872.html">https://tw.mobi.yahoo.com/news/青銀共伴-世代對話-拍紀錄片-160000872.html</a> 4.HiNet 生活誌 <a href="https://times.hinet.net/mobile/news/22511165">https://times.hinet.net/mobile/news/22511165</a> 5.今周刊 人生就像巧克力，一口吞下去就沒意思了！」大學生關懷獨居老人，青銀共伴擦出火花 <a href="https://www.businesstoday.com.tw/article/category/151139/post/201908150037/">https://www.businesstoday.com.tw/article/category/151139/post/201908150037/</a>

### 二、辦理成果發表記者會：



說明：參與本計畫之學生及獨居長者參加記者會(左、中)，並現場播放青銀共伴影片(右)



—— 社會局張美美副局長 —— 衛生局黃世傑局長 —— 民政局藍世聰局長

說明：相關部門首長參加成果發表會支持(左)，本中心主任接受採訪(右)



說明：衛政、民政、社政等單位、未來合作學校及 NPO 團體舉行共同合作儀式