

臺北市府創意提案競賽提案表—**跨域合作獎**

提案標準	應為 跨域 提出之 已執行 或 尚未推行過 之創新作為，且有 成效 者。 評分指標詳參「 本府創意提案競賽評審作業說明 」。
提案年度	114年
提案名稱	記憶交會 健智同行—大學里全齡友善步道 關鍵字：友善步道、健康促進、延緩失智失能、失智友善社區
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 主要提案人【限1名】 及其他參與提案人【至多17名】) 主要提案人：曾玉玲(30%) 參與提案人：張翠玲(30%)、陳首珍(20%)、楊明娟(20%)
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。 (四)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。
成效屬性 (可複選)	☒ 全國首創、 ☐ 導入精實手法、 ☐ e化、 ☒ 節省成本(時間、人力、經費)、 ☐ 取得專利、 ☒ 其他：全國首座交通友善區及守望相助隊特優
提案緣起	一、動機 面對高齡化與失智人口攀升的挑戰，臺北市大安區健康服務中心攜手大學里，結合產官學民資源，依據身體活動功能分級，規劃全齡及失智友善的「健智步道」，並從友善居民、組織、環境、參與四大面向，打造支持失智者安心行走與互動的社區。 大安區老年人口已超過25%，推估失智人口約5,800人，失智長者走失事件時有所聞，根據統計，<u>112年臺北市因失智或迷途而失蹤的老人，占有失蹤老人比例高達47.3%</u>，故失智者常因記憶與方向感喪失而不敢出門，甚至被家屬保護性隔離，降低社會參與，進一步加速退化。台灣失智症協會顧問湯麗玉指出，<u>失智者若能長期在熟悉的環境中活動，將有助於維持其最佳生活功能，顯示社區友善環境的重要性</u>。為此，我們依大學里社區之地景文化特性，融入健康促進元素，串聯友善商家與社區據點，設計「健智步道地圖」，並強化社區互助網絡，讓失智者在熟悉環境中安心活動，實現「記憶串聯、健智共融」的願景。 二、創意來源 (一)結合健康促進，設計分級步道：依據 SPPB(簡易身體活動功能量表)設計分級步道路線，讓不同體能者選擇適合的健走方式，協助長者與失智者規律運動，延緩失能與失智，達成預防與保健雙重目標。 (二)結合交通友善，提升步行安全：大學里為全國交通首善里，步道地圖結合交通友善設計，提升失智者與高齡者步行安全。 (三)活用在地資源，強化辨識功能：結合大學里高齡友善基礎，步道地圖標示自然景觀、文化地標、公共空間，作為導航工具，提升失智者與長者辨識與安心行走功能，打造具特色之友善步道。

	(四) 導入社區參與，建立永續守護網絡：結合里長、教會、志工、商家與協會等力量，整合資源，發展步道巡守與即時支援機制，打造失智友善環境，厚植社區永續經營量能。 (五) 多功能步道，融合健康、文化、社交：步道結合健康促進、文化體驗、社交互動，成為串聯居民記憶與生活之友善空間，強化社區凝聚與文化價值。				
實施方法、過程	一、實施方法與過程： (一) 友善步道的起點與規劃：在首長帶領下，本中心成立高齡友善工作小組，召開專家與跨單位協作會議，整合大學里在地資源，打造「失智友善大學里」計畫計6大方案（附件1-圖1），其中「友善步道」係為失智者與高齡者量身打造。 (二) 收集里民相關資訊：透過問卷與訪談發現，大學里社區失智者行動受限、居民對失智症認知不足，亟需安全友善活動空間、提升失智意識的公共設施及照顧者互動場域。「健智步道」將結合安全、認知、友善與支持功能，成為推動失智友善社區之重要基礎。 <table border="1"> <thead> <tr> <th>問卷調查 124名大學里里民</th><th>質性訪談 25個大學里失智症家庭</th></tr> </thead> <tbody> <tr> <td> - 識能調查： ✓ 知道年紀愈大，罹患失智症越多：78.2% ✓ 對於失智症相關識能有把握者：失智症的症狀(67.7%)、失智症的危險因子(60.5%)、失智症的治療方式(41.1%)、失智症的預防方式(52.5%)。 - 態度調查： ✓ 會關注社交媒體、新聞或宣傳活動中有與失智症相關的活動：63.7% ✓ 不曾看過失智友善標章：63.7% ✓ 不知道臺北市失智症防治照護相關政策：71.1% ✓ 民眾沒聽過失智友善社區：62.9% </td><td> - 失智者基本資料 ✓ 極輕度至中度-71.4% ✓ 平均年齡88歲，其中81歲以上25人(89.3%) ✓ 學歷：高中以上學歷佔64%。 - 失智者活動能力 ✓ 失智者需依賴助行器拐杖或輪椅：66.7% ✓ 可獨立步行：24% ✓ 曾有走失經驗：24% ✓ 日常活動範圍侷限於家中：36% - 主要照顧者： ✓ 案兒女、媳婦：48% ✓ 有外勞+案兒女、媳婦：36% ✓ 配偶8% ✓ 獨居8% </td></tr> </tbody> </table> (三) 盤點社區資源： 1. 交通友善區加值效應：大學里榮獲113年全國交通安全首善之里，擁有覆蓋率高之綠色人行道、行人優先區域，提供安全舒適步行環境。 2. 地景文化與記憶地標：里內洵跡、霧裡薛圳、加羅林魚木...等歷史與自然地景，可作為步道辨識點及空間導航點，降低失智者迷失風險。 3. 友善綠植與社區互動 (1) 巷弄香草園：結合里長、公園路燈工程管理處與臺灣省園藝技師公會合作種植可食用香草，並提供五感體驗及增進幸福感。 (2) 大學田園：由里長帶領社區居民共同管理，設立植物銀行，居民透過認養農地種植蔬菜、共享農作物。 4. 社區組織與支持系統：大學里生活圈3家大型教會（真理堂、懷恩堂及靈糧堂），與里長合作密切，其中2家教會均常態辦理長者共	問卷調查 124名大學里里民	質性訪談 25個大學里失智症家庭	- 識能調查： ✓ 知道年紀愈大，罹患失智症越多：78.2% ✓ 對於失智症相關識能有把握者：失智症的症狀(67.7%)、失智症的危險因子(60.5%)、失智症的治療方式(41.1%)、失智症的預防方式(52.5%)。 - 態度調查： ✓ 會關注社交媒體、新聞或宣傳活動中有與失智症相關的活動：63.7% ✓ 不曾看過失智友善標章：63.7% ✓ 不知道臺北市失智症防治照護相關政策：71.1% ✓ 民眾沒聽過失智友善社區：62.9%	- 失智者基本資料 ✓ 極輕度至中度-71.4% ✓ 平均年齡88歲，其中81歲以上25人(89.3%) ✓ 學歷：高中以上學歷佔64%。 - 失智者活動能力 ✓ 失智者需依賴助行器拐杖或輪椅：66.7% ✓ 可獨立步行：24% ✓ 曾有走失經驗：24% ✓ 日常活動範圍侷限於家中：36% - 主要照顧者： ✓ 案兒女、媳婦：48% ✓ 有外勞+案兒女、媳婦：36% ✓ 配偶8% ✓ 獨居8%
問卷調查 124名大學里里民	質性訪談 25個大學里失智症家庭				
- 識能調查： ✓ 知道年紀愈大，罹患失智症越多：78.2% ✓ 對於失智症相關識能有把握者：失智症的症狀(67.7%)、失智症的危險因子(60.5%)、失智症的治療方式(41.1%)、失智症的預防方式(52.5%)。 - 態度調查： ✓ 會關注社交媒體、新聞或宣傳活動中有與失智症相關的活動：63.7% ✓ 不曾看過失智友善標章：63.7% ✓ 不知道臺北市失智症防治照護相關政策：71.1% ✓ 民眾沒聽過失智友善社區：62.9%	- 失智者基本資料 ✓ 極輕度至中度-71.4% ✓ 平均年齡88歲，其中81歲以上25人(89.3%) ✓ 學歷：高中以上學歷佔64%。 - 失智者活動能力 ✓ 失智者需依賴助行器拐杖或輪椅：66.7% ✓ 可獨立步行：24% ✓ 曾有走失經驗：24% ✓ 日常活動範圍侷限於家中：36% - 主要照顧者： ✓ 案兒女、媳婦：48% ✓ 有外勞+案兒女、媳婦：36% ✓ 配偶8% ✓ 獨居8%				

餐與社區活動，經營3個共餐據點/服務超過200名長者，具備成立失智症支持團體量能。

5. **社區志工團隊與巡守隊**：提供社區志工隊與巡守隊失智識能訓練，協助維護環境安全、定時社區巡邏，並在日常生活中關懷高齡者與失智者。

(四) **跨域合作模式**：由產官學民跨域合作推動（附件1-圖2），整合政府資源、學術專業、在地商家及民間團體，從步道設計、友善設施改善到志工培訓，打造兼具安全、認知刺激、社區友善及照顧者支持的失智友善步道。透過失智者與家屬實地試走、社區商家即時支援、宗教與志工網絡串聯，健智步道不僅提升失智者外出與社會參與機會，也成為社區共融、居民共同守護的重要平台。

(五) **建構失智友善環境-大學里健智分級步道**：透過多次專家會議與產官學民合作，整合資源與專業，從「友善步道與地圖建置」、「支持機制」、「失智者參與」三大面向，打造符合高齡與失智者需求的全齡友善步道。

1. 友善環境-建構健智步道及地圖（附件2、3）

(1) 步道共創規劃過程：

A. **第一階段**：評估步道環境是否影響行走安全及友善度。首先由廖宏恩教授帶領團隊走訪步道，針對失智者步行需求進行討論，並確認步道適用性。接續邀請文化大學戴旭志教授與台灣失智症協會柯宏勳理事陪同里長與工作小組進行實地踏查，評估安全性與友善度、步道停駐點功能，融入延緩失能與綠色安全通道等元素。

B. **第二階段**：結合 SPPB（簡易身體活動功能量表），針對不同需求者進行步道分級。實地檢視步道特性，確定居民最常停駐點及其友善設施，確保步道適用於不同體能狀況者。

C. **第三階段**：確保地圖設計內容契合居民需求，由戴教授負責地圖設計規劃，並邀請居民與社區組織共同參與優化步道規劃。

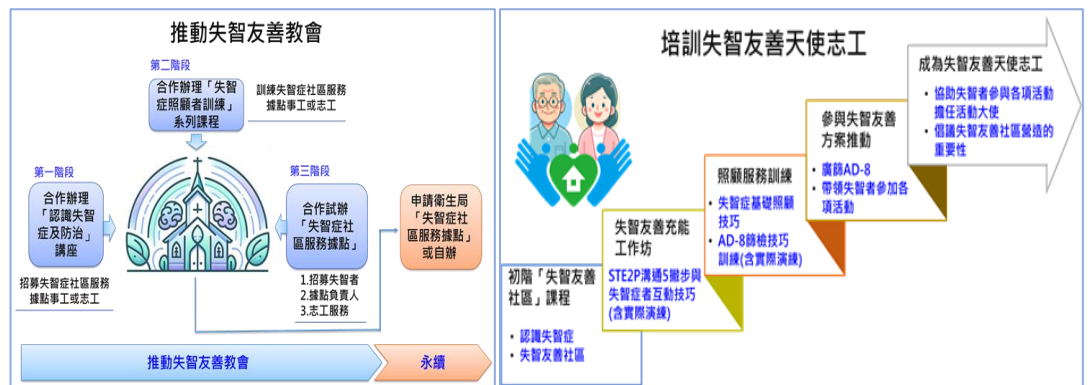
(2) **改善設施，增強步道友善性**：依據專家評估與建議，協調相關單位（如公園路燈工程管理處）進行改善，包含修正大學公園高低落差處的標示、增設扶手、完善無障礙設計。

(3) **確認步道功能**：步道地圖需呈現交通安全（綠色人行道覆蓋率與巷道標示）、文化地景、步道分級資訊（距離、卡路里標示）、共餐據點、友善設施與商家標示，確保資訊清楚、易於辨識。

(4) **步道命名與宣導**：經與里長及社區志工討論，命名為「健智步道」，象徵失智友善與社區共融精神。地圖同步展示於社區防災資源室外牆及里刊等，提升步道辨識度，促進居民認識與參與。

2. 友善步道支持機制與守護網絡建置（附件4）

(1) **推動步道沿線友善商家與教會參與**：結合瑞智基金會、台灣失智症協會及3家教會（真理堂、懷恩堂、靈糧堂），推動失智友善教會與商家，辦理工作坊提升商家辨識與協助失智者能力，運用「看、問、留、撥」技巧，建立沿線支援網絡。



- (2) **步道志工與巡守隊守護機制**：每日定時巡查，維護步道暢通無障礙，並培訓大學里志工與巡守隊，提升辨識與協助失智者能力，成為步道守護者，確保失智者安心行走。
- (3) **社區倡議與推廣**：結合臺北護理健康大學、長庚大學等校，辦理短劇、快閃行動及商家宣導，提升居民對步道與失智友善概念之認識，凝聚社區共識。

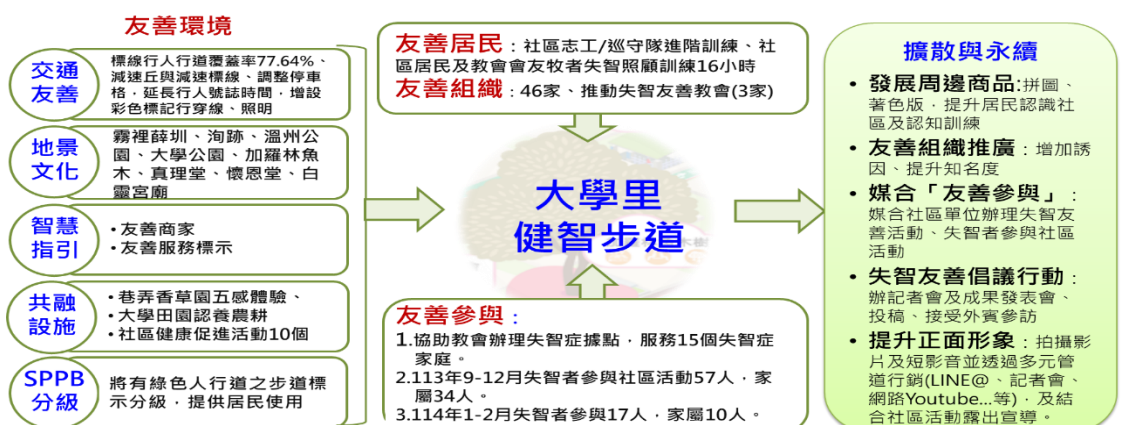
3. 失智者友善步道與參與機制（附件5）

- (1) **失智者步道體驗與適應性測試**：邀請失智者與家屬進行步道試走，透過回饋機制進行適應性評估，確保步道符合實際需求。
- (2) **規劃步道沿線健康促進活動**：設計適合高齡者與失智者健走活動、藝術創作與社交活動，鼓勵失智者與家屬積極使用步道，提升日常生活品質。

- (3) **結合步道延伸社區參與**：以步道為平台，串聯「大學田園植物銀行」等社區活動，鼓勵失智家庭參與農耕、共融互動，拓展步道功能與參與面向。113年有5個失智症家庭參與。



- (4) **優化步道導覽與指引系統**：設計清晰易懂步道標示、地圖與導覽，確保高齡者與失智者能安心使用步道。



二、過程遭遇之困難點，如何突破或解決之策略及要點

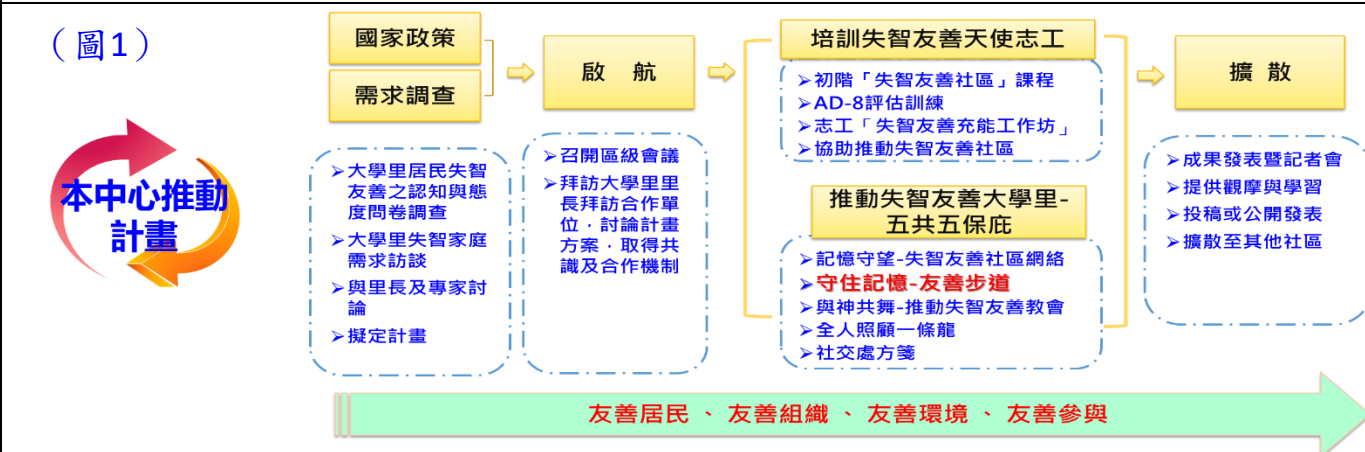
困難點	挑戰描述	解決策略
社區合作推動不易	教會牧者未同意，里長公務繁忙。	爭取專業團體支持，由里長引薦洽談教會，每2週討論，提升執行力

	經費不足	道設計與輸出費用達20萬，資源有限。	與里長合作研議倡議說帖，由里長向社區機關募款，提升凝聚力。	
	失智者社會參與不足	互動少、活動難融入、友善認知不足。	成立支持團體、優化步道活動，推動社區倡議提升認知。	
	跨單位協調不易	各單位業務量能與理念差異，合作共識不易，影響推動成效。	強化各單位失智識能與共識，建立LINE群組，定期檢討及滾動式修正。	
投入成本	一、經費：總經費29萬8,800元，透過跨域合作公私部門共同投入經費，本中心分攤13萬3,800元。			
	項目	內容	總經費	中心分攤
	專家出席費	召開專家會議與實地走訪，討論步道地標、功能與分級設計。	1萬5,000元	1萬5,000元
	地圖設計、輸出與行銷	步道地圖設計費、輸出布條及懸掛工程所需費用。	20萬元	3萬5,000元
	辦理社區教育訓練	辦理失智友善相關課程（22場）	8萬3,800元	8萬3,800元
	二、人力：			
	項目	內容		
	訪談失智症家庭需求	與25個失智家庭進行質性訪談，了解需求並依需求提供資源轉介，平均每個家庭1-2小時。		
	專家會議與教育訓練	辦理專家出席會議4場39人次、失智友善相關課程共22場941人次。		
	工作小組會議	每2週召開工作小組會議，討論進度、困難及跨單位協調，確保計畫推動。		
	倡議與失智友善推廣	倡議里長、教會、基金會與協會推動失智友善社區，並辦理篩檢與宣導4場，達726人次。		
	大學里步道走踏	多次實地走訪步道進行社區評估，掌握社區特性，確認步道設計圖與現況吻合。		
實際執行（未來預期）成效	一、實際執行成效			
	(一)內部效益： 1.居民健康促進：地圖之步道分級設計，結合 SPPB 理念，提供不同體能需求健走選擇，延緩失能。 2.社區凝聚力增強：透過步道設計、活動規劃與互動，提高居民對失智友善認同與參與感，強化熟悉社區資源，並增加凝聚力。 3.社區支持系統強化：擴展大學里失智友善商家46家；失智友善教會3家（懷恩堂、真理堂、靈糧堂）；21名里內志工完成失智友善8小時培訓並完成授證；並規劃114年辦理步道活動10場。			

	4. 提升失智家庭社區參與率：推動失智友善教會課程吸引近300人，真理堂與懷恩堂成立火種志工，並成立大學里首個失智症支持團體，造福15戶家庭；靈糧堂以健智步道走禱結合關懷行動。。 (二) 外部效益 (附件6) 1. 在地同行，友善扎根：跨域合作機關半數位於大學里，透過參與合作深化失智友善理念，成為推動社區友善重要力量，友善信念深耕在地，帶動社區共融。 2. 回應政策目標，成為示範案例：健智步道落實《失智症防治照護政策綱領(2.0版)》「營造失智友善社區」目標，結合空間改善、社區動員、失智者參與與支持，成為地方具體實踐案例，可供其他社區推動失智友善之參考範例。 3. 提升公眾影響力，擴大友善行動：透過里刊、瑞智基金會「2024為失智禱告」、美國杜蘭大學公衛博士生參訪簡報、西班牙 NCFI 大會、韓國 EAFONS 論壇等國內外平台分享經驗，並輔導真理堂志工參與114年失智症支持團體，擴大失智友善行動影響力。 4. 媒體曝光，推升政策關注：114年1月6日大學里里長於衛生局記者會分享經驗，獲9家媒體報導；預計3月發佈健智步道新聞稿並製作短影音上架 YouTube，擴大宣傳效益。 5. 提升社區識能，強化支持系統：透過商家、教會、志工等跨域合作，建立失智友善即時支援網絡，提升居民對失智症的理解與參與，形成穩定且可持續的社區支持模式，補足政策落地實踐缺口。 6. 居民參與與支持：社區失智者蘭嬌阿姨分享：「我喜歡走這個安全、寬敞的人行道，累了還能休息，很開心」。照顧者周小姐說：「有友善步道，媽媽能運動、互動，我也更安心」。另抽訪3位居民均對「健智步道」非常滿意，認為可安心陪長輩外出，並透過地圖指引使用資源。 二、未來預期成效： (一) 深化社區參與與支持：推動友善商家至60家，擴大支持網絡；辦理10場友善步道創意活動，透過回饋滾動調整，提升活動適配性與友善性；透過香草種植、烘焙等社區小經濟，帶領失智者參與；透過參與真理堂失智症支持團體，深化與失智者及家屬的連結，作為媒合其社會參與的基礎，並培育失智者成為推動友善社區的代言人。 (二) 步道主題認知訓練產品開發：<u>步道拼圖</u>-強化長者記憶與定向能力；<u>著色紙</u>-讓幼兒及長者認識步道地標，促進世代對話；<u>尋寶圖</u>-鼓勵居民探索步道，增強社區互動。
執行起迄日期	113年2月迄今持續進行
相關附件	附件1-產官學民攜手合作、附件2-友善環境、附件3-健智步道地圖及分級說明、附件4-友善組織與居民、附件5-友善參與、附件6-外部擴散
聯絡窗口	姓名：曾玉玲 電話：(02) 2733-5831轉6232 Email：je5268@gov.taipei

附件1、本中心推動「失智友善大學里」架構圖及「產官學民合作」

(圖1)



(圖2)



113/05/06

媒合公衛專家廖副教授與里長討論營造失智友善社區典範里事宜



113/07/09

媒合專家戴教授、柯理事與里長討論規劃健智步道事宜



113/07/18

會同公園管理處改善大學公園高低落差處



113/08/02

戴教授協助設計健智步道地圖，並邀請居民共同參與



113/08/02

會同懷恩堂、台科大建築系研究生、里長討論地圖事宜



113/08/28

居民參與綠色生活圈工作坊



113/09/09

結合台灣大學地理系，邀請居民提供環境舒適度之建議



113/09/20

健智步道地圖設計初稿說明



113/10/29

天主教失智老人基金會陳處長為友善商家授課



114/01/10

召集社區合作單位共同討論健智步道活動設計事宜



大學里失智友善組織：震飛驒歐法西餐廳、璞田家庭料理、羅斯福中西藥局、左巴好室 好事、全家羅騰店

附件2、友善環境



圖1 大學里具備營造高齡友善社區條件



圖2 大學里交通友善建置內容



圖3 大學里豐富地景資源及低碳綠環境

附件3、健智步道地圖及分級說明



步道分級	長度	消耗熱量	建議使用	顏色標示	安全性措施	特色介紹
A	197M	7大卡	輪椅使用者	紅褐色	- 減速丘 - 拓寬綠色人行道 - 彩色行人標線	拓寬綠色人行道提供寬敞的行走空間，適合坐輪椅的長者及其照顧者，同時具視覺引導功能。沿途商家多，方便照顧者及坐輪椅者順便採買日常所需，及活動時補充營養。步道兩端分別為真理堂及加羅林魚木樹，具備休憩、飲水與如廁功能，讓長者散步時感到舒適且安心。
B	647M	23大卡	衰弱者 (可使用輔助器走路)	灰色	- 綠色人行道 - 高低落差警示標線及扶手 - 彩色瀝青壓花	人車分道設計，巷弄入口處鋪設彩色瀝青壓花路面，提醒車輛進社區需減速到20公里，確保衰弱者步行安全。沿途設扶手椅，方便行動緩慢者臨停休息，行經真理堂和懷恩堂，可供飲水、廁所、休憩及遮風避雨空間。臺一牛奶大王是知名觀光景點，能滿足飲食需求，能提供如廁或短暫休憩服務，也是失智友善商家。
C	430M	15大卡	衰弱前期 (走路緩慢步伐小)	C1 褐色	- 公園無障礙設施 - 綠色人行道	路徑較C2短，適合體力較有限或希望輕鬆散步的衰弱者。沿途經過寬敞的溫州公園，其空間比大學公園更大，提供充足的活動與休憩空間。沿途行經社區中心點的加羅林魚木樹，每年4月花季盛開，增添人文氣息與自然之美。
	606M	22大卡		C2 淺褐色	綠色人行道	結合自然生態與安全設計路線，適合衰弱者家庭共遊。大學公園內設有簡易健身器材，階梯處安全標示及扶手。沿途設綠色人行道，行經霧裡薛圳遺跡、大學田園與巷弄香草園，提供長者種植、五感體驗及紓壓作用。經過真理堂，可提供短暫休憩及飲水服務，是散步時重要的支援點。
D	1665M	60大卡	健康者	綠色	- 減速丘 - 綠色人行道 - 彩色瀝青壓花	適合體能佳者進行長程健走與心肺訓練。沿途行經真理堂、懷恩堂及友善商家等地，提供適時補水與休憩點，並穿越大學公園、巷弄香草園和霧裡薛圳古水圳等自然景觀區，在綠意中放鬆身心。

附件4、友善組織與居民

壹、推動失智友善教會成果



113/7/14懷恩堂辦理第一階段課程，主任牧師致詞，100人參與



113/8/17真理堂辦理第一階段課程，主任牧師致詞，90人參與



113/9/13、113/9/14 懷恩堂與真理堂合辦第二階段課程，主任牧師致詞，180人次參與



113/10/3-113/12/26 真理堂試辦第三階段課程-306人次參與

圖1 真理堂及懷恩堂推動失智友善教會3階段成果

貳、大學里失智友善組織及辦理教育訓練



圖2 大學里失智友善組織網絡（46家）



圖3 辦理大學里友善商家工作坊



圖4 大學里志工進階訓練8小時結業式

參、社區宣導



圖5 學生透過短劇、設攤、快閃、團體衛教等方式創意及宣導失智友善社區

附件5、友善參與



圖1 真理堂113年與本中心合作，試辦「智復學園」支持團體12堂課，服務認知障礙及輕度失智家庭，114年起將自辦每年2學期課程。

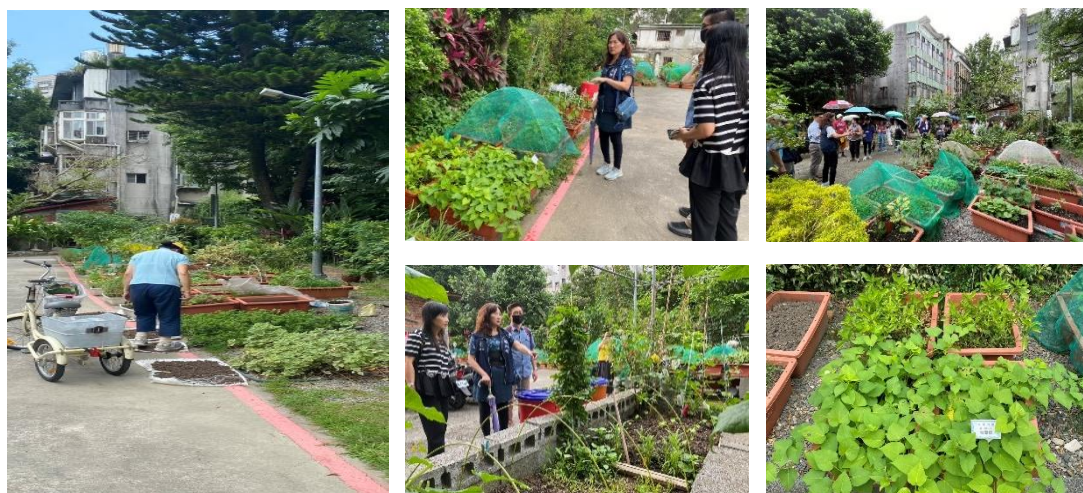


圖2 失智症家庭參與大學田園認養農耕



圖3 辦理大學里114年合作單位「活動設計討論會」，邀請4位失智者及照顧者代表

附件6、外部擴散



圖1 美國杜蘭大學、中國科技大學及亞洲大學博、碩士班師生參訪大學里



圖2 瑞智基金會主辦「有人在為你禱告」，本中心分享推動失智友善大學里的歷程與成果



圖3 大學里里刊發表美國杜蘭大學三校聯訪活動



圖4 西班牙NCFI（國際護福團契）大會發表推動失智友善教會

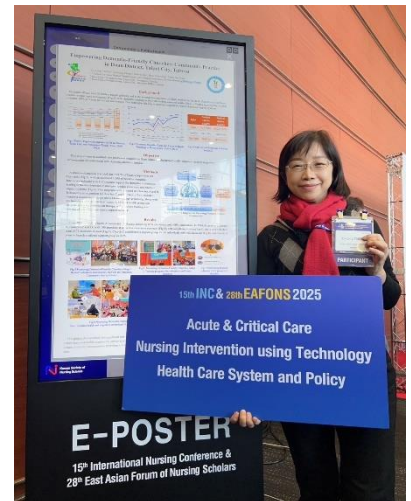


圖5 韓國15thINC & 28thEAFONS 2025發表「賦能失智友善教會」

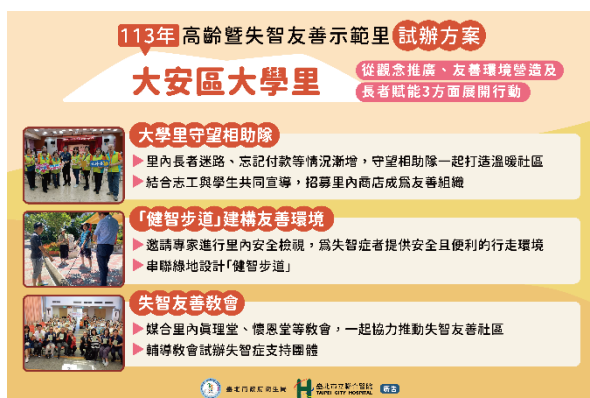


圖6 臺北市政府衛生局「北市攜手里長共創永續失智友善城市」例行記者會
大學里吳沛璇里長出席分享