

# 嘉藥靜宜大學社工實習生 與榮家樂活長輩結緣健康操

勁報

發布時間 2019年9月9日 18:53

更新時間 2019年9月9日 18:54

1

0



【勁報記者于郁金/綜合報導】嘉南藥理大學、靜宜大學2位社工實習生林毓璇、莊子嫻，利用暑假期間，於每週三、五下午帶領高雄榮家長輩進行「活力99，健康久久」健康操，透過簡單的健康操鼓勵榮家長輩走出房舍一起動一動，為榮家長輩注入青春活力。

榮家表示，榮家在今(108)年學校暑假期間，這2位可愛社工實習生安排幾套銀髮族健康操，每週都帶給榮家長輩不同體驗；為考量榮家長輩都是高齡，下肢較無力，實習生讓長輩們自己依體能或坐或站，利用椅子、雙手和雙腳做運動、協助長輩適度拉筋、伸展身體、活絡筋骨。

實習生設計動作，引導長輩隨指令逐步加減拍手數，刺激長輩的反應力，過程中看到長輩認真邊拍邊數，亦有長輩看著實習生就忘了拍手動作，更有長輩熱情的不斷拍手，整場活

動充滿長輩們響亮拍打聲，節奏鏗鏘有力，展現銀髮族的活力。

熱情的董爺爺在活動過程中一直比讚且開心的說：「人活著就是要動，做健康操很好，這個活動真的很棒，感謝你們」，長輩溫馨的回饋令實習生相當感動。

實習生林毓璇表示：「在與榮家長輩的相處過程中發現，高齡長輩普遍肌力較弱較少運動，帶領健康操就是希望讓長輩願意動一動」；活動前會廣播貼心提醒，長輩們會特別提早到場等待；活動過程也與長輩話家常、關心生活起居，看到長輩們慈祥的面孔，就像自己的爺爺奶奶，心中滿是感動；實習期間也非常感謝長輩們的陪伴與教導，每位長輩的故事都是寶貴人生經驗，與長輩互動與服務的結緣過程，讓她們更確信畢業後要投入長照 2.0計畫中，成為長照服務的社工生力軍，為更多的長輩提供服務。

王繼開家主任表示：高雄榮家是通過高齡友善健康照護認證機構，營造安居樂活的頤養環境，是我們存在價值與目標，感謝靜宜大學及嘉南藥理大學社工實習生協助，未來歡迎更多社工生力軍參與本家長照服務。







## 嘉藥靜宜大學社工實習生與榮家長輩結緣樂活健康操



2019/09/09

【大成報記者于郁金/綜合報導】嘉南藥理大學、靜宜大學2位社工實習生林毓璇、莊子嫻，利用暑假期間，於每週三、五下午帶領高雄榮家長輩進行「活力99，健康久久」健康操，透過簡單的健康操鼓勵榮家長輩走出房舍一起動一動，為榮家長輩注入青春活力。

榮家表示，榮家在今(108)年學校暑假期間，這2位可愛社工實習生安排幾套銀髮族健康操，每週都帶給榮家長輩不同體驗；為考量榮家長輩都是高齡，下肢較無力，實習

生讓長輩們自己依體能或坐或站，利用椅子、雙手和雙腳做運動、協助長輩適度拉筋、伸展身體、活絡筋骨。

實習生設計動作，引導長輩隨指令逐步加減拍手數，刺激長輩的反應力，過程中看到長輩認真邊拍邊數，亦有長輩看著實習生就忘了拍手動作，更有長輩熱情的不斷拍手，整場活動充滿長輩們響亮拍打聲，節奏鏗鏘有力，展現銀髮族的活力。

熱情的董爺爺在活動過程中一直比讚且開心的說：「人活著就是要動，做健康操很好，這個活動真的很棒，感謝你們」，長輩溫馨的回饋令實習生相當感動。

實習生林毓璇表示：「在與榮家長輩的相處過程中發現，高齡長輩普遍肌力較弱較少運動，帶領健康操就是希望讓長輩願意動一動」；活動前會廣播貼心提醒，長輩們會特別提早到場等待；活動過程也與長輩話家常、關心生活起居，看到長輩們慈祥的面孔，就像自己的爺爺奶奶，心中滿是感動；實習期間也非常感謝長輩們的陪伴與教導，每位長輩的故事都是寶貴人生經驗，與長輩互動與服務的結緣過程，讓她們更確信畢業後要投入長照2.0計畫中，成為長照服務的社工生力軍，為更多的長輩提供服務。

王繼開家主任表示：高雄榮家是通過高齡友善健康照護認證機構，營造安居樂活的頤養環境，是我們存在價值與目標，感謝靜宜大學及嘉南藥理大學社工實習生協助，未來歡迎更多社工生力軍參與本家長照服務。





# 嘉藥靜宜大學社工實習生 與榮家長輩結緣 樂活健康操



【大成報記者于郁金/綜合報導】嘉南藥理大學、靜宜大學2位社工實習生林毓璇、莊子嫻，利用暑假期間，於每週三、五下午帶領高雄榮家長輩進行「活力99，健康久久」健康操，透過簡單的健康操鼓勵榮家長輩走出房舍一起動一動，為榮家長輩注入青春活力。

榮家表示，榮家在今(108)年學校暑假期間，這2位可愛社工實習生安排幾套銀髮族健康操，每週都帶給榮家長輩不同體驗；為考量榮家長輩都是高齡，下肢較無力，實習生讓長輩們自己依體能或坐或站，利用椅子、雙手和雙腳做運動、協助長輩適度拉筋、伸展身體、活絡筋骨。

實習生設計動作，引導長輩隨指令逐步加減拍手數，刺激長輩的反應力，過程中看到長輩認真邊拍邊數，亦有長輩看著實習生就忘了拍手動作，更有長輩熱情的不斷拍手，整場活動充滿長輩們響亮拍打聲，節奏鏗鏘有力，展現銀髮族的活力。

熱情的董爺爺在活動過程中一直比讚且開心的說：「人活著就是要動，做健康操很好，這個活動真的很棒，感謝你們」，長輩溫馨的回饋令實習生相當感動。

實習生林毓璇表示：「在與榮家長輩的相處過程中發現，高齡長輩普遍肌力較弱較少運動，帶領健康操就是希望讓長輩願意動一動」；活動前會廣播貼心提醒，長輩們會特別提早到場等待；活動過程也與長輩話家常、關心生活起居，看到長輩們慈祥的面孔，就像自己的爺爺奶奶，心中滿



是感動；實習期間也非常感謝長輩們的陪伴與教導，每位長輩的故事都是寶貴人生經驗，與長輩互動與服務的結緣過程，讓她們更確信畢業後要投入長照2.0計畫中，成為長照服務的社工生力軍，為更多的長輩提供服務。

王繼開家主任表示：高雄榮家是通過高齡友善健康照護認證機構，營造安居樂活的頤養環境，是我們存在價值與目標，感謝靜宜大學及嘉南藥理大學社工實習生協助，未來歡迎更多社工生力軍參與本家長照服務。



## 嘉藥靜宜大學社工實習生與榮家樂活長輩結緣健康操



2019-09-09

【勁報記者于郁金/綜合報導】嘉南藥理大學、靜宜大學2位社工實習生林毓璇、莊子嫻，利用暑假期間，於每週三、五下午帶領高雄榮家長輩進行「活力99，健康久久」健康操，透過簡單的健康操鼓勵榮家長輩走出房舍一起動一動，為榮家長輩注入青春活力。

榮家表示，榮家在今(108)年學校暑假期間，這2位可愛社工實習生安排幾套銀髮族健康操，每週都帶給榮家長輩不同體驗；為考量榮家長輩都是高齡，下肢較無力，實習

生讓長輩們自己依體能或坐或站，利用椅子、雙手和雙腳做運動、協助長輩適度拉筋、伸展身體、活絡筋骨。

實習生設計動作，引導長輩隨指令逐步加減拍手數，刺激長輩的反應力，過程中看到長輩認真邊拍邊數，亦有長輩看著實習生就忘了拍手動作，更有長輩熱情的不斷拍手，整場活動充滿長輩們響亮拍打聲，節奏鏗鏘有力，展現銀髮族的活力。

熱情的董爺爺在活動過程中一直比讚且開心的說：「人活著就是要動，做健康操很好，這個活動真的很棒，感謝你們」，長輩溫馨的回饋令實習生相當感動。

實習生林毓璇表示：「在與榮家長輩的相處過程中發現，高齡長輩普遍肌力較弱較少運動，帶領健康操就是希望讓長輩願意動一動」；活動前會廣播貼心提醒，長輩們會特別提早到場等待；活動過程也與長輩話家常、關心生活起居，看到長輩們慈祥的面孔，就像自己的爺爺奶奶，心中滿是感動；實習期間也非常感謝長輩們的陪伴與教導，每位長輩的故事都是寶貴人生經驗，與長輩互動與服務的結緣過程，讓她們更確信畢業後要投入長照2.0計畫中，成為長照服務的社工生力軍，為更多的長輩提供服務。

王繼開家主任表示：高雄榮家是通過高齡友善健康照護認證機構，營造安居樂活的頤養環境，是我們存在價值與目標，感謝靜宜大學及嘉南藥理大學社工實習生協助，未來歡迎更多社工生力軍參與本家長照服務。





## 嘉藥靜宜大學社工實習生 與榮家樂活長輩 結緣健康操



嘉南藥理大學、靜宜大學2位社工實習生林毓璇、莊子嫻，利用暑假期間，於每週三、五下午帶領高雄榮家長輩進行「活力99，健康久久」健康操，透過簡單的健康操鼓勵榮家長輩走出房舍一起動一動，為榮家長輩注入青春活力。

榮家表示，榮家在今(108)年學校暑假期間，這2位可愛社工實習生安排幾套銀髮族健康操，每週都帶給榮家長輩不同體驗；為考量榮家長輩都是高齡，下肢較無力，實習生讓長輩們自己依體能或坐或站，利用椅子、雙手和雙腳做運動、協助長輩適度拉筋、伸展身體、活絡筋骨。

實習生設計動作，引導長輩隨指令逐步加減拍手數，刺激長輩的反應力，過程中看到長輩認真邊拍邊數，亦有長輩看著實習生就忘了拍手動作，更有長輩熱情的不斷拍手，整場活動充滿長輩們響亮拍打聲，節奏鏗鏘有力，展現銀髮族的活力。

熱情的董爺爺在活動過程中一直比讚且開心的說：「人活著就是要動，做健康操很好，這個活動真的很棒，感謝你們」，長輩溫馨的回饋令實習生相當感動。

實習生林毓璇表示：「在與榮家長輩的相處過程中發現，高齡長輩普遍肌力較弱較少運動，帶領健康操就是希望讓長輩願意動一動」；活動前會廣播貼心提醒，長輩們會特別提早到場等待；活動過程也與長輩話家常、關心生活起居，看到長輩們慈祥的面孔，就像自己的爺爺奶奶，心中滿



是感動；實習期間也非常感謝長輩們的陪伴與教導，每位長輩的故事都是寶貴人生經驗，與長輩互動與服務的結緣過程，讓她們更確信畢業後要投入長照2.0計畫中，成為長照服務的社工生力軍，為更多的長輩提供服務。

王繼開家主任表示：高雄榮家是通過高齡友善健康照護認證機構，營造安居樂活的頤養環境，是我們存在價值與目標，感謝靜宜大學及嘉南藥理大學社工實習生協助，未來歡迎更多社工生力軍參與本家長照服務。





# 嘉藥靜宜大學社工實習生 與榮家長輩結緣樂活健康操

大成報 / 于郁金 2019.09.09 18:55



【大成報記者于郁金/綜合報導】嘉南藥理大學、靜宜大學2位社工實習生林毓璇、莊子嫻，利用暑假期間，於每週三、五下午帶領高雄榮家長輩進行「活力99，健康久久」健康操，透過簡單的健康操鼓勵榮家長輩走出房舍一起動一動，為榮家長輩注入青春活力。

榮家表示，榮家在今(108)年學校暑假期間，這2位可愛社工實習生安排幾套銀髮族健康操，每週都帶給榮家長輩不同體驗；為考量榮家長輩都是高齡，下肢較無力，實習生讓長輩們自己依體能或坐或站，利用椅子、雙手和雙腳做運動、協助



長輩適度拉筋、伸展身體、活絡筋骨。

實習生設計動作，引導長輩隨指令逐步加減拍手數，刺激長輩的反應力，過程中看到長輩認真邊拍邊數，亦有長輩看著實習生就忘了拍手動作，更有長輩熱情的不斷拍手，整場活動充滿長輩們響亮拍打聲，節奏鏗鏘有力，展現銀髮族的活力。

熱情的董爺爺在活動過程中一直比讚且開心的說：「人活著就是要動，做健康操很好，這個活動真的很棒，感謝你們」，長輩溫馨的回饋令實習生相當感動。

實習生林毓璇表示：「在與榮家長輩的相處過程中發現，高齡長輩普遍肌力較弱較少運動，帶領健康操就是希望讓長輩願意動一動」；活動前會廣播貼心提醒，長輩們會特別提早到場等待；活動過程也與長輩話家常、關心生活起居，看到長輩們慈祥的面孔，就像自己的爺爺奶奶，心中滿是感動；實習期間也非常感謝長輩們的陪伴與教導，每位長輩的故事都是寶貴人生經驗，與長輩互動與服務的結緣過程，讓她們更確信畢業後要投入長照2.0計畫中，成為長照服務的社工生力軍，為更多的長輩提供服務。

王繼開家主任表示：高雄榮家是通過高齡友善健康照護認證機構，營造安居樂活的頤養環境，是我們存在價值與目標，感謝靜宜大學及嘉南藥理大學社工實習生協助，未來歡迎更多社工生力軍參與本家長照服務。







## 嘉藥靜宜大學社工實習生 與榮家樂活長輩結緣健康操



【記者于郁金/綜合報導】嘉南藥理大學、靜宜大學2位社工實習生林毓璇、莊子嫻，利用暑假期間，於每週三、五下午帶領高雄榮家長輩進行「活力99，健康久久」健康操，透過簡單的健康操鼓勵榮家長輩走出房舍一起動一動，為榮家長輩注入青春活力。

榮家表示，榮家在今(108)年學校暑假期間，這2位可愛社工實習生安排幾套銀髮族健康操，每週都帶給榮家長輩不同體驗；為考量榮家長輩都是高齡，下肢較無力，實習生讓長輩們自己依體能或坐或站，利用椅子、雙手和雙腳做運動、協助長輩適度拉筋、伸展身體、活絡筋骨。

實習生設計動作，引導長輩隨指令逐步加減拍手數，刺激長輩的反應力，過程中看到長輩認真邊拍邊數，亦有長輩看著實習生就忘了拍手動作，更有長輩熱情的不斷拍手，整場活動充滿長輩們響亮拍打聲，節奏鏗鏘有力，展現銀髮族的活力。

熱情的董爺爺在活動過程中一直比讚且開心的說：「人活著就是要動，做健康操很好，這個活動真的很棒，感謝你們」，長輩溫馨的回饋令實習生相當感動。

實習生林毓璇表示：「在與榮家長輩的相處過程中發現，高齡長輩普遍肌力較弱較少運動，帶領健康操就是希望讓長輩願意動一動」；活動前會廣播貼心提醒，長輩們會特別提早到場等待；活動過程也與長輩話家常、關心生活起居，看到長輩們慈祥的面孔，就像自己的爺爺奶奶，心中滿是感動；實習期間也非常感謝長輩們的陪伴與教導，每位長輩的故事都是寶貴人生經驗，與長輩互動與服務的結緣過程，讓她們更確信畢業後要投入長照2.0計畫中，成為長照服務的社工生力軍，為更多的長輩提供服務。

王繼開家主任表示：高雄榮家是通過高齡友善健康照護認證機構，營造安居樂活的頤養環境，是我們存在價值與目標，感謝靜宜大學及嘉南藥理大學社工實習生協助，未來歡迎更多社工生力軍參與本家長照服務。





# 高雄榮家社工實習生 與您結緣健康樂活



台灣新生報

1.2k 人追蹤

[追蹤](#)【記者何弘斌/高雄報導】  
2019年9月9日 上午12:00 留言

高雄榮家在一○八年學校暑假期間有二位靜宜大學及嘉南藥理大學的社工實習生莊子嫻、林毓璇，每週三、五下午帶領榮家長輩進行「活力99，健康久久」健康操，透過簡單的健康操鼓勵榮家長輩走出房舍一起動一動，為榮家長輩注入青春活力。二位可愛的實習生安排幾套銀髮族健康操，每週都帶給榮家長輩不同體驗。考量榮家長輩都是高齡，下肢較無力，實習生讓長輩們自己依體能或坐或站，利用椅子、雙手和雙腳做運動、協助長輩適度拉筋、伸展身體、活絡筋骨。

實習生設計動作引導長輩隨指令逐步加減拍手數，刺激長輩的反應力，過程中看到長輩認真邊拍邊數，也有長輩看著實習生就忘了拍手動作，更有長輩熱情的不斷拍手，整場活動充滿長輩們響亮的拍打聲，節奏鏗鏘有力，展現銀髮族的活力。

實習生林毓璇表示，在與榮家長輩的相處過程中發現，高齡長輩普遍肌力較弱較少運動，帶領健康操就是希望讓長輩願意動一動。活動前會廣播貼心提醒，長輩們會特別提早到場等待。活動過程也與長輩話家常、關心生活起居，看到長輩們慈祥的面孔，就像自己的爺爺奶奶，心中滿是感動。實習期間也非常感謝長輩們的陪伴與教導，每位長輩的故事都是寶貴的人生經驗，與長輩互動與服務的結緣過程，讓她們更確信畢業後要投入長照二○計畫中，成為長照服務的社工生力軍，為更多的長輩提供服務。

王繼開家主任指出，高雄榮家是通過高齡友善健康照護認證機構，營造安居樂活的頤養環境是我們存在價值與目標，感謝靜宜大學及嘉南藥理大學社工實習生的協助，未來歡迎更多社工生力軍參與本家長照服務。