

國立臺灣師範大學

高齡健康促進專業學分學程

【規劃表】

學程名稱	高齡健康促進專業學分學程
	The Specialization Program of Healthy Aging Promotion
設立學期	114學年度第2學期
所屬單位	教育學院／健康促進與衛生教育學系（學位學程）
聯絡窗口	姓名／職稱：王芊茹 助教
	電話：02-7749-1720
	Email：ruby1011@ntnu.edu.tw

一、主軸/發展方向說明：

因應臺灣邁入超高齡社會，高齡人口增加所衍生之慢性疾病管理、健康不平等及照護需求，已成為國內公共衛生發展的重要議題。面對人口結構轉變，高齡健康促進亟需兼具預防導向、健康教育與社區實踐能力之專業人才，以回應高齡者多元健康需求並促進健康老化。

本學程以高齡健康促進為核心，整合健康教育、營養促進、活躍老化及社區實務等課程內容，兼顧理論與實作，培養學生具備高齡健康需求評估、健康方案規劃及介入執行能力。透過本學程修習，學生將提升投入高齡教育、社區健康、長期照顧及健康服務產業之專業競爭力，成為具跨場域實務能力之高齡健康促進人才。

二、核心能力：

（一）高齡健康促進基礎能力

具備高齡社會趨勢、老化歷程及高齡者生理、心理、認知、社會參與與靈性健康等基礎知識，並能整合健康促進與教育學理論，理解健康老化、高齡友善環境及高齡健康促進之核心議題。

（二）高齡健康促進需求評估能力

能運用需求評估、場域觀察、訪談調查及資料分析方法，評估高齡者於社區、家庭及機構場域之健康需求，辨識健康問題與服務缺口，作為健

康促進介入之依據。

(三) 高齡健康促進方案執行能力

能依據高齡者健康需求，規劃並執行健康促進、營養教育、身體活動、認知促進及健康行為改善方案，具備活動推動、資源整合與實務執行能力。

(四) 高齡健康促進教育規劃能力

能設計高齡健康飲食、慢性病預防、健康生活型態及健康識能提升等課程內容，並以高齡友善方式進行衛生教育與健康指導。

(五) 高齡健康促進成效評價能力

能運用研究方法、成果分析及評價策略，檢視高齡健康促進方案之執行成效，提出改善建議，提升方案品質與實務效益。

(六) 高齡健康促進跨域合作能力

具備公共衛生教育及跨專業合作素養，能結合醫療、照護、社福及健康產業資源，共同推動高齡健康服務與社區健康促進。

三、課程內涵簡介：

1.老人學概論

涵蓋高齡社會趨勢、老化歷程，以及高齡者生理、心理、認知、社會參與與靈性健康等重要議題，並融入成功老化與高齡友善社會之概念。透過課堂學習、長者互動與實務體驗，培養學生理解高齡者需求與同理關懷能力。

2.高齡者健康促進

涵蓋成功老化、ICOPE 整合性照護、高齡者認知功能、營養健康、身體活動、心理與靈性健康、高齡友善環境及智慧科技應用等重要議題，聚焦高齡者整體健康促進需求。透過課堂學習、小組討論、健康教練方案設計與實作，培養學生高齡健康需求評估、介入規劃與科技應用能力。

3.健康促進

涵蓋健康促進概念、理論模式、全球發展趨勢，以及健康素養、慢性病預防等重要議題，並延伸應用於健康老化與高齡者健康管理。透過案例分析、小組研討與方案設計，培養學生高齡健康需求評估、健康促進規劃與實務應用能力。

4.生命教育

引導學生認識生命教育核心理念，包括生命價值、健康老化、失落調適與死亡議題之探討，強化對高齡者身心社會需求之理解。透過講述、討論、長者訪談與專題報告等方式，培養學生同理關懷、溝通互動與倫理思辨能力。

5. 心理衛生

透過心理健康、壓力調適、人際互動、正向心理學與老人精神醫學等內容，引導學生理解高齡者在老化歷程中的心理適應與精神健康議題，進一步認識高齡者心理健康促進之實務應用。

6. 健康照護體系

引導學生認識我國健康照護體系之發展脈絡與運作模式，透過講述、討論與專題報告，探討醫療照護、預防保健、全民健康保險及長期照護制度內涵，強化對高齡社會健康服務需求之理解。

7. 健康飲食與營養教育

涵蓋健康飲食原則、生命期營養教育、公共政策與營養趨勢、高齡營養、飲食質地調整及營養教育創新策略等重要議題，強化高齡者飲食照護與健康促進之專業知能。

8. 健康促進與衛生教育計畫

涵蓋健康促進與衛生教育計畫之需求評估、文獻探討、問卷設計、資料蒐集、統計分析及方案規劃等重要內容，並延伸應用於高齡健康促進方案之規劃、執行及成效評價，培養學生高齡健康促進實務能力。

9. 公共衛生教育

引導學生認識公共衛生教育之專業內涵與實務應用，透過需求評估、介入方案設計、執行推動及成效評價之歷程，培養學生理解高齡者健康需求與社區照護議題，提升高齡健康促進方案規劃、跨域合作及實務服務能力。

高齡健康促進專業學分學程修習科目表

科目代碼	課程名稱	學分數	課程架構類別 （修習條件）
HEU0131	老人學概論	2	基礎課程（必修）
HEU0165	高齡者健康促進	2	
HEU0119	健康促進	2	
HEC9002	生命教育	2	核心課程 （至少需修習3門課）
HEU0021	心理衛生	2	
HEU8022	健康照護體系	2	
HEU0121	健康飲食與營養教育	2	
HEU0155	健康促進與衛生教育計畫	2	總整課程 （至少需修習1門課）
HEU0029	公共衛生教育	2	
取得本學程認證之（最低）總學分數14學分			