

(出國類別：其他活動-參訪)

108 年配合台灣健康城市聯盟參訪 韓國健康城市出國報告

Report on survey and visit of the
Healthy Cities in Korea.

服務機關名稱：臺南市政府衛生局

出國人員職稱及姓名：

臺南市政府衛生局食品藥物管理科科長	黃瑞培
臺南市政府衛生局秘書室主任	吳桂琳
臺南市政府衛生局國民健康科秘書	彭麗玲
臺南市政府衛生局稽查科視察	黃淑菁
臺南市政府衛生局綜合企劃科股長	蔡菁芬

出國地區：韓國

出國期間：108 年 9 月 22 日至 9 月 26 日

報告日期：中華民國 108 年 12 月 5 日

目錄

壹、摘要	1
貳、參訪行程規劃	2
參、參訪行程	5
一、江東區公所	5
二、江東區長者福利中心	7
三、江東區高德護理之家	9
四、江東區德高一洞社區服務中心及「百歲諮詢中心」	12
五、江東區香草公園	13
六、鐘路區公所	15
七、鐘路區長者福利中心	18
八、延世大學原州分校	18
九、原州市社會住宅及長者服務中心	20
十、首爾社會福利基金會	23
十一、參加韓國健康城市國際論壇	28
肆、心得	32
一、健康城市的未來趨勢	32
二、高齡化社會的省思	32
三、提供居家醫療服務	32
四、高齡化社會與衛生所的轉型模式	33
五、公部門的服務提供與監督機制	33
六、首長的施政方針與支持度	33
七、建構數位化城市	33
八、城市綠美化及裝置藝術的設置	33
九、增加市民運動可近性	33
十、銀青共融的社會	34
十一、設置青壯年服務平台	34
十二、增加國際交流的機會	34
伍、建議事項	34
陸、效益評估	35
柒、附件	36

壹、摘要

臺南市為臺灣健康城市聯盟會員，積極參與聯盟各項健康促進事務，健康城市施政成果參加每年聯盟與國健署合辦的獎項評選上，頻獲佳績，獲獎數為全國第一，成為各縣市學習的對象，本市亦為第一個加入 AFHC 西太平洋健康城市聯盟組織的臺灣城市，並參加兩年一次的「西太平洋健康城市聯盟會員大會暨國際研討會」。2016 年第七屆「西太平洋健康城市聯盟會員大會暨國際研討會」假韓國原州市召開，本市成績優異，高達 28 件稿件被獲選展出，其中海報獲得展出 23 件，口頭海報 3 件及口頭報告 2 件並獲得最佳口頭海報獎及最佳口頭報告獎各一座，獎項評選四個類別中本市共投稿 9 篇，獲得 2 座獎項，獲獎數不僅為全國第一，也讓本市提升國際能見度。目前全球面臨高齡化及少子化、氣候變遷的威脅，各國積極推動健康促進等各項政策，韓國各城市也藉由參加國內外健康城市聯盟組織，展現以健康為主軸推動各項策略的決心，而韓國原州市政府與轄內韓國延世大學健康城市研究中心合作，積極發展健康城市計畫，為韓國第一批加入 AFHC「西太平洋健康城市聯盟」的城市。此次配合臺灣健康城市聯盟參訪韓國首爾市及原州市，首爾市江東區區長為本屆 AFHC 西太平洋健康城市聯盟指導委員會主席，首爾市鐘路區區長為韓國健康城市聯盟理事長，韓國延世大學健康城市研究中心位於原州市，藉由拜會參訪行程，分享雙方在健康城市及高齡友善城市推動經驗，以實踐聯合國制定未來 2016-2030 年 SDGs(永續發展指標)，打造 Health in all policies(將健康元素融入各項政策)的健康及高齡有善環境。

目前韓國 65 歲以上的老年人口比例為 13.2%，首爾市 65 歲以上老年人口比例為 13.5%，依據 WHO 的定義，已進入高齡化社會，不僅如此，首爾市逐年下降的出生率，使得高齡化情形更為加速。高齡化及少子化可能造成衛生福利及經濟發展模式的變革與衝擊，故韓國近年來積極發展老人保健及養護設施，推動長期照顧服務產業、失智者照顧服務模式及衛生福利等相關措施，此次訪問規劃參訪首爾市轄內相關長期照護機構及老人相關福利設施，並瞭解韓國在高齡友善及長期照護的政策，汲取其高齡友善及照護之政策模式，作為未來相關業務推動及規劃之參考依據。此次也參觀健康城市環境的營造，健康步道、健康香草植物公園等，以城市綠州概念，打造舒適怡人的環境，使市民有優質活動空間，長者志工貢獻生活經驗，獲得成就感。

此次亦接受韓國延世大學健康城市研究中心南恩宇教授的邀請，至延世大學原州校區及原州市目前參與南教授「社會處方試辦計畫-長者憂鬱症社區計畫」的實驗社區進行參觀，受到社區長者熱情的歡迎，並安排至社區長者創生實施計畫點用餐，參觀地方民眾手做精美的手工藝品，如服飾、胸針、項鍊等佩件、陶藝品、傳統臉譜藝術品等，品嚐到當地居民自己栽種的有機蔬菜及飼養的豬肉餐點，用餐時間雙方也就健康城市推動成果及相關議題進行交流，分享本市市政執行成果。

行程中也安排一天下午參加韓國健康城市國際論壇，大會邀請澳洲、英國等國際學者以全球實踐健康城市及建立夥伴關係相關議題進行演說，也邀請臺灣健康城市聯盟洪德仁副理事長分享臺北市推動健康城市的經驗與展望，如何在城市規劃發展時將健康促進政策融入其中，符合「Health in all policies」健康城市推動的目標，是我們需要繼續努力的方向，期許讓全民有更優質的生活品質。

貳、參訪行程規劃

一、參訪日期：108年9月22日(二)至9月26日(六)，共計5天4夜

二、參訪地點：首爾市、原州市



首爾市地區圖



首爾市與原州市區域圖示

三、參訪目的：

臺南市是臺灣第一個推動「健康城市」計畫，也是第一個加入 WHO 西太平洋健康城市聯盟(AFHC)的城市，積極參與臺灣健康城市聯盟各項健康促進事務，本市於健康城市施政成果參加每年聯盟與國健署合辦的獎項評選上，頻獲佳績，此次聯盟規畫參訪韓國行程，因為韓國是亞洲地區推動健康城市計畫最廣且起步很早的國家，藉由延世大學健康城市研究中心南恩宇教授的輔導協助，讓韓國有多處地區都推動健康城市計畫及加入 AFHC 協力會員，故接受臺灣健康城市聯盟邀請，進行韓國參訪及城市交流。

期望透過此次參訪活動，將本市健康城市施政成果與韓國健康城市聯盟地區進行交流，瞭解韓國在建構健康城市及高齡友善、長期照護的政策。透過參訪韓國的健康促進、長期照護機構及老人相關福利設施、學界的協助合作系統及參與韓國健康城市聯盟會員大會，汲取其高齡友善及健康照護之政策模式，作為未來相關業務推動及規劃之參考依據，並藉此擴展台南市的國際能見度。

四、參訪行程：

Schedule for Taiwan Healthy Cities Team

2019.09.21.

Time	Schedule	Direction	transport
Sept 22 Sun	DAY-1		
~17:00	▪ Arrival		
17:00-19:00	▪ Move from Airport to Hotel	Myeong-dong	Shuttle Bus
Sept 23 Mon	DAY-2		
09:00-13:00	▪ Free Time(Tour in Seoul)		
13:00-13:30	▪ Move from Hotel to Gangdong-gu office		
13:30~13:38	▪ (Institutional visit 1) Gangdong-gu office / Welcome speech (Mayor Lee.)		
13:38~13:41	▪ Speech from Representative of Delegation (Dr.HungTe-Jen)	25, Seongnae-ro, Gangdong-gu, Seoul (05397)	Shuttle Bus
13:41~13:44	▪ Souvenirs from Gangdong-gu (Mayor Lee.)		
13:44~13:47	▪ Gangdong-gu Senior Citizens Care Project, Q & A (Head of Welfare Division)		

13:47~14:07	▪ Photo Time (all)		
14:07~14:10	▪ Move from Gangdong-gu Office → Gangdong Senior Welfare Center	32-5, Southeast-ro 71-gil, Myeongil-dong, Gangdong-gu	Shuttle Bus
14:10~14:30	▪ (Institutional visit 2) Gangdong Senior Welfare Center		
14:30~15:30	▪ Gangdong Senior Welfare Center → Godeok Nursing Home		
15:30~15:35	▪ (Institutional visit 3) Municipal Godeok Nursing Home	199, Godeok-ro, Godeok-dong, Gangdong-gu	
15:35~16:05	▪ Municipal Godeok Nursing Home → Godeok 1-dong Community Service Center		
16:05~16:10	▪ (Institutional visit 4) Godeok 1-dong 100 years consultation center	670-2, Godeok 1-dong, Gangdong-gu	
16:10~16:30	▪ Godeok 1-dong Community Service Center → Olympic Park		
16:30~16:50	▪ (Institutional visit 5) Olympic Park Tour	424 Olympic-ro, Oryun-dong, Songpa-gu	
16:50~17:50	▪ Dinner (by Gangdong-gu office)		
Sept 24 Tue	DAY-3		
09:00-09:40	▪ Move from Hotel to Jongro-gu office		

	▪ (Institutional visit 6) Jongro-gu office	42 Jongro 1-gil, Jongro-gu, Seoul	Shuttle Bus
09:40-09:45	▪ Opening, Participant Introduction		
09:45-09:55	▪ Welcome speech (KHCP chairman) and Speech from Representative of Delegation (Dr. Hung)		
09:55-10:15	▪ Introduction of KHCP and Jongro-gu Health Cities Project		
10:15-10:35	▪ Introduction of Alliance for Healthy Cities, Taiwan and Taiwan Healthy Cities Project (Prof. Kuo)		
10:35-10:40	▪ Photo time		
10:40-11:00	▪ (Institutional visit 7) Jongro-gu Senior Welfare Center		
11:00-12:00	▪ Introduction of Jongro-gu Senior Welfare Center and Field trip		
12:00-13:00	▪ Lunch (by Jongro-gu office)		
13:00-15:30	▪ Move from Jongro-gu office (Seoul) to Yonsei University (Won-ju)		

15:40-16:00 16:00-16:20 16:20-16:40	<ul style="list-style-type: none"> (Institutional visit 8) Yonsei University Healthy city research center (lecture 1) Reducing the health gap in Taiwan Prof. Kuo (lecture 2) Taiwan's Elderly-Friendly City- Prof. Chao (lecture 3) Social Prescription Pilot Project for Elderly at Civil Welfare Center <p style="text-align: center;">- Prof. Nam</p>	Chang-jo gwan,1 Yonseidae-gil, Yonsei University, Wonju-city, Gangwondo,1	Shuttle Bus
17:00-18:00	<ul style="list-style-type: none"> (Institutional visit 9) Social Prescribing Program 		
18:20-19:50	<ul style="list-style-type: none"> Dinner (by Yonsei University Healthy city research center) 		
19:50-	<ul style="list-style-type: none"> Move from Wonju to Seoul(Hotel) 		
Sept 25 Wed	DAY-4		
09:30-11:30	<ul style="list-style-type: none"> (Institutional visit 10) Seoul Welfare Foundation "Age-Friendly Seoul" 	21 Baekbeom-ro 31-gil, Ahyun-dong, Mapo-gu, Seoul	Taxi
11:30-12:30	<ul style="list-style-type: none"> Lunch 		
13:00-17:00	<ul style="list-style-type: none"> (Institutional visit 11) Attend the General Assembly of Healthy Cities- (Walkerhill Hotel, including dinner) 	177 Walkerhill-ro, Gwangjin-gu, Seoul, Korea	
Sept 26 Thu	DAY-5		
	Departure to Taiwan		

參、參訪行程

一、江東區公所 9月23日下午

首爾市為韓國的首都，首都圈除首爾市外還包括仁川廣域市和京畿道的大部分地區，人口數高達 2,286 萬，在世界大都市依照人口數排名為第三，首爾市四周群山環抱，中間形成盆地，漢江從市區流過，將首爾市分成江北和江南兩個部分。首爾市也是一個高度數位化的城市，其數位機會指數 (Digital Opportunity Index) 排名世界第一。首爾市轄下劃分為 25 個區域，「江東區」位於首爾市南部為漢江以南部份最東的行政區，為首爾市六大區之一，江東區公所外觀現代新穎，設計太陽能板發電，綠美化環境、人車分道的門前路口，不僅是綠建築也是一棟讓人可以安心行走的大樓，除此之外，我們也看到江東區在無菸環境建置上的努力，禁菸標示明顯、設置專屬吸菸區，不僅還給行人一個乾淨無菸味的街道環境，也限制吸菸者可吸菸的區域，讓健康的概念深植人心，在不影響他人生活範圍內，學習如何尊重他人的態度。

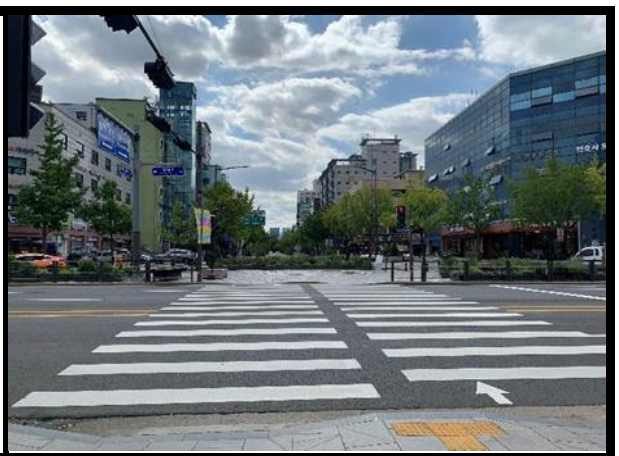
江東區是西太平洋健康城市 AFHC 的會員，現任江東區李區長為本屆 AFHC 西太平洋健康城市聯盟指導委員會主席，為打造健康城市而努力並推動高齡友善政策，期許與國際先進健康城市並駕齊驅，李區長也歡迎臺灣健康城市聯盟到訪，希望藉此參訪行程，進行城市交流，促進雙方友好關係。

「江東區」與全球各城市區域問題一樣有高齡化、少子化等問題，依據估計到 2045 年江東區 65 歲以上人口將增加三倍，占總人口數的 47%，達到 WHO 超高齡社會

的標準。因此，江東區為打造高齡友善健康城市，針對獨居長者，推出「幸福者同行」政策，藉由鄰居、親友等朋友互助關係，關心及照顧長者的生活起居，以幼老扶助老老的精神，協助用餐甚至陪伴旅行，使長者獲得妥善照顧。除此之外，江東區也規劃「百歲諮詢中心」，希望居民都能長命且健康，也建置「銀青共融」環境，讓年輕人的活力挹注於長者日常生活，長者也可以分享其生活經驗，提升成就感，每年10月規劃「敬老月」活動，長者除了獲得禮金外，也教育年輕人有「敬老」的思維，進而影響其行為。為使長者有休閒場所，鼓勵安全出門環境，首爾市各區也規劃敬老院及福利休閒中心，設計舒適空間也方便社區居民使用，這些院所也兼具隔代教養及文化傳承的歷史意義，開辦各類技藝課程，不僅增加長者收入也讓傳統工藝得以保存。



江東區公所外觀現代新穎，設計太陽能板發電



人車分道設計及平整的街道相當利於行人或輪椅行走



公所門口前的休憩區域進行植栽綠美化



公所門口前的休憩區域長椅不僅進行植栽綠美化還有手機充電功能，只要手機置於圖中方塊處，即可進行充電。



公所大廳明亮舒適，設有一站式專人服務臺



樓梯設置扶手，高度適中易於使用



樓梯扶手上的點字設計，打造無障礙空間



江東區李區長歡迎臺灣健康城市聯盟到訪



衛生局黃瑞培科長代表致贈江東區區長伴手禮
奇美博物館名片匣及「台南人」胸針、臺南市
觀光地圖、觀光醫療宣導單張



幸福者同行政策-共餐服務

二、江東區長者福利中心 9月23日下午

為使長者有休閒場所，鼓勵安全出門環境，首爾市各區也規劃敬老院及福利休閒中心，首爾市共規劃 35 個長者福利中心，提供給 60 歲以上的市民使用，服務約二萬名長者，一天約有 1,350 人次使用，男女使用人數比例為 4:6。江東區共設有 3 個福利中心，此次參訪的江東區長者福利中心於 2003 年 7 月 1 日成立，為一棟 6 層樓建

築物，共有 103 位工作人員，編制有護理師、營養師、復健師等，以提供預防保健業務為主，其設計 logo 有服務長者意象，打造舒適綠化空間也規劃大型用餐區域，方便社區長者使用，為兼具隔代教養及文化傳承的歷史意義，與其他單位合作開辦各類技藝課程及特殊才能班，如，皮革工坊、木工技藝等，不僅增加長者收入也讓傳統工藝得以保存，更降低失智的風險。江東區長者福利中心以活動為主的規劃，促進長者積極生活，提升生活價值。此外，大型用餐區域的設計，是長者的交誼廳也是健康飲食推廣的好地方，類似目前國健署推動「我的餐盤 My plate」及健康廚房政策，在此也獲得實現。

江東區長者福利中心提供 60 歲以上的首爾市居民(不一定為江東區居住民眾)一個免費的交誼樂齡學習中心，以提供活動為主來促進長者生活積極性，有共同興趣的長者來在一起學習技藝，並提供相關就業諮詢，還採用購買餐卷的方式供餐，因有企業的支援，物美價廉的價格，一餐僅需 3500 韓圓，減輕家庭的負擔也提升長者生活品質及營養照護。



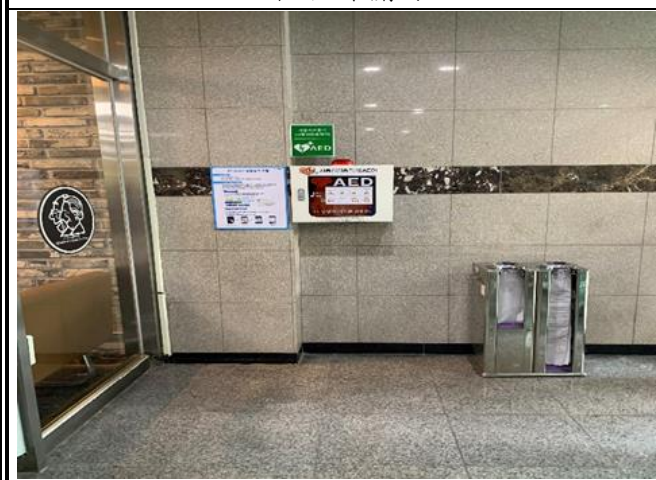
江東區長者福利中心主任進行簡報



中心設計 logo 有服務長者意象及與其他單位互相合作關係



江東區長者福利中心位置交通方便



入口設置 AED 及雨傘放置桶，營造高齡友善環境



明亮舒適的服務臺



技藝及活動課程表



舒適寬大的綜合教室



用餐購票機

三、江東區高德護理之家 9月23日下午

江東區高德護理之家為一自發福利事業體，護理之家與敬老堂合作進行長者健康保健服務，「敬老堂」類似於本市的社區活動中心附設關懷據點，提供民眾交誼、運動、開設基礎健康促進課程等地點，藉由合作機制，延緩失智症發生並協助有失智症症狀的長者，獲得妥適生活照護。

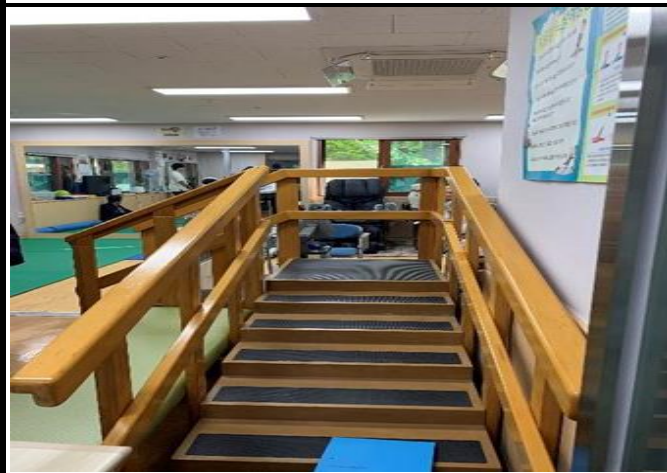
江東區高德護理之家一至四樓設置有日間照顧中心及復健室、餐廳、交誼廳、諮商室等活動設施，提供輕度失智症患者日間照顧，因為有日間照顧中心，所以護理之家編制上除了有一般照護專業人員外，還配置有生活管理師來照顧獨居失智長者以防止生活中跌倒等意外，江東區高德護理之家五樓為居住型長照機構，目前收有 24 位較重度失智症患者，進行生活照顧及護理，可以減輕家屬的負擔。



高德護理之家主任致歡迎詞及進行業務簡報



江東區高德護理之家創建歷史



復健室



長者交誼廳-桌遊



明亮整潔的用餐環境



整齊舒適的居住環境

四、江東區德高一洞社區服務中心及「百歲諮詢中心」 9月23日下午

江東區德高一洞社區服務中心功能類似區公所及村里服務處，提供民眾基礎服務，如戶籍、補助費用申請及相關規定服務，為一公立綜合性諮詢社區服務中心，中心內設置「百歲諮詢中心」提供居民進行相關健康諮詢及轉介照護服務，依據江東區李區長的施政理念，希望居民都能快樂健康活百歲。

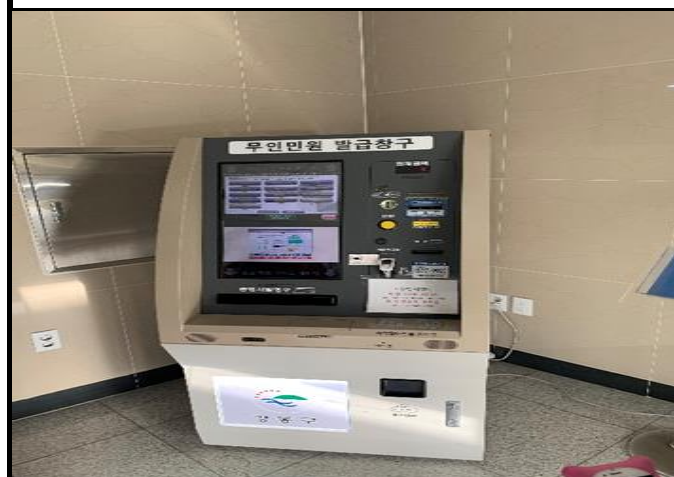
「百歲諮詢中心」配置一名護理師提供居民簡易的血壓、身高體重量測、BMI 計算等營養諮詢，還設有諮商室一間，可以進行心理評估及會談，經由護理師評估居民身體及心理狀態後，必要時轉介進行照護治療，以維持居民身心健康



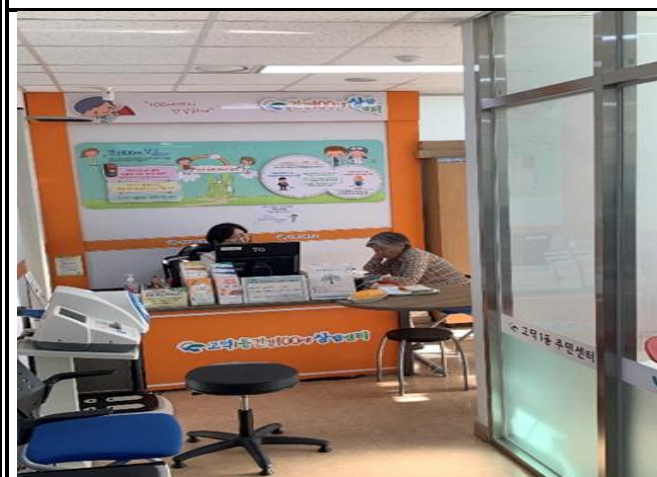
江東區德高一洞社區服務中心外觀



「百歲諮詢中心」指標



服務中心設置自動服務機，可點選申辦項目及繳交規費



「百歲諮詢中心」內由護理師進行民眾健康諮詢



「百歲諮詢中心」提供居民簡易的血壓、身高、體重量測、BMI 計算等服務



明亮的諮商室

五、江東區香草公園 9月23日下午

江東區利用淨水廠上方空間，打造景色優美又兼具環境教育的有機香草公園，提供居民一個休閒娛樂的好去處。公園內栽種滿山坡的薰衣草，紫色的薰衣草如同紫色地毯一般，讓人賞心悅目，園藝高齡志工負責整理園藝及植栽導覽工作並進行市民環境教育，參訪當日志工手做紫蘇醋飲品，顏色美麗且酵素還可促進腸胃道消化，獲得參訪人員一致好評，經由高齡導覽志工的解說，讓我們對於香草的種類及效用有進一步的認識，高齡導覽志工還告訴我們，公園裏佈置的大型裝置藝術及造景，也是首爾市新人拍攝婚紗的好場所，歡迎大家來走走。



江東區香草公園入口



公園內栽種滿山坡的薰衣草



公園裏佈置的藝術造景



志工手做紫蘇醋飲品



每棵香草都有標示牌，便於辨別及環境教育



香草公園景色優美

六、鐘路區公所 9 月 24 日上午

鐘路區位於首爾市中部、東大門區以西，是首爾的中心地帶，有著非常悠久的歷史，鐘路區的名稱來源於該地區內的大型鐘樓普信閣，普信閣也是首爾最重要地標，東大門市場、光化門廣場、景福宮和青瓦台都位處於此區。在參訪之前鍾路區引導人員先帶我們去公所旁邊的鍾路區歷史館參觀，歷史館是一棟韓式傳統建築，與附近的高樓形成新舊的強烈對比，庭院以菜園植栽的方式組成，工作人員告訴我們，這是形塑城市田園風貌的意境，讓居民有鄉間田野意趣，為呼應韓國有名的兒歌-鍾路區的蘋果樹，歷史館四週的路旁也栽種一排的蘋果樹，讓朗朗上口的兒歌與區域進行連結，加深民眾的印象。

此次拜會參訪區公所，由首爾市鐘路區金永鐘區長負責接待，雙方交換伴手禮，我方致贈奇美博物館名片匣及「台南人」胸針、臺南市觀光地圖、觀光醫療宣導單張，金區長則回贈具有韓國傳統圖案的絲巾及鍾路區區徽別針，鍾路區區徽為黃色笑臉的大鐘圖案，代表 Sunny Smile，金區長目前擔任韓國健康城市聯盟理事長，他首先介紹韓國健康城市聯盟 KHCP (Korea Healthy Cities Partnership) 演進歷史及鍾路區保留傳統文化景點，又有現代城市設施，營造

「以人為本」的宜居永續城市，是街區再生與保存協力共治示範點。

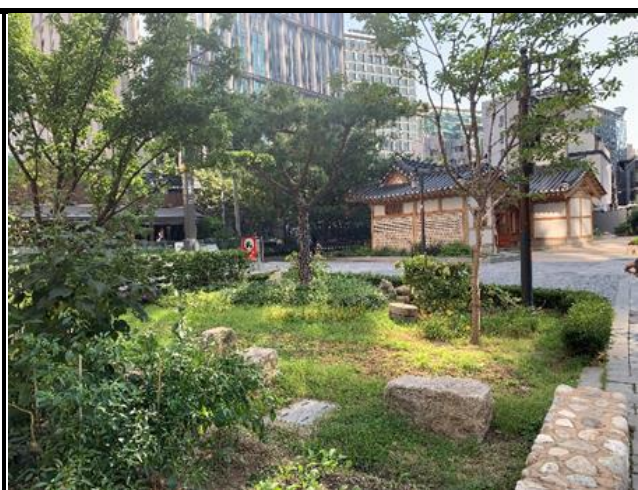
鍾路區健康城市以「健康的生活」、「健康的環境」、「健康的鄰居」三大主軸重點推動，包括 1. 補助三億韓元支持 22 所學校運動項目，培養學生喜愛運動的習慣。2. 建設生態友好兒童遊樂場，加快當地健康生活方式，提供市民更多使用公共空間，遊樂場興建也在 2019 榮獲總統獎。3. 以人為本創造再生事業，從街道清掃改善霧霾提升空氣品質及房屋修繕。4. 2012 年都市更新，重視社區整建、保存與環境改善的都市再生模式，打造村里共同體巷弄文化可持續性發展的健康城市，全力發展太陽光電擬打造首爾市太陽能城市，目標 5 年後可取代一間核電廠「減少一座核電廠(OLNPP)」。政府為了讓退休人口可以重新成為社會的力量，首爾市政府成立了一座高齡工作訓練中心，也替年長者媒合各種工作機會創造價值。

接著臺灣健康城市聯盟洪德仁理事長介紹台灣推動健康城市的組織及情形，臺灣健康城市聯盟辦公室組織架構分為「論壇」、「指標」、「策略方案」、「國際交流」四大面向。其中「論壇」項下包含 1. 健康城市論壇 2. 社區培訓與輔導 3. 傑出社區甄選。「指標」分成健康指標、環境指標和社會指標。「策略方案」包含健康城市白皮書和示範計畫。同時分享台灣推動健康設置計畫演進，從 1999 年健康社區、2002 年安全社區、2003 年健康城市到全面性推廣到學校、醫院、軍隊及民間企業。

台灣推動健康城市目前和韓國面臨共同問題包括 1. 早期階段著重經濟成長，現階段重視生態永續發展。2. 從物質建設轉變為營造社區健康。3. 原先重視個人健康促進，現階段重視健康的場域。4. 永續發展世界觀取代在地化價值觀。首爾市之願景為「以人為本」，並以落實安全城市、溫暖城市、夢想城市及呼吸城市等為目標，也是台灣這次前來參訪的重點。



鍾路區歷史館為韓式傳統建築外觀



鍾路區歷史館庭院種植蘋果樹及菜園



鍾路區路上的禁菸標誌



衛生局黃瑞培科長與金區長交換別針



鍾路區區徽為黃色笑臉的大鐘圖案，代表 Sunny Smile



為鼓勵多運動及控制體重，區公所樓梯設計宣導標語與圖示

七、鍾路區長者福利中心 9月24日上午

鍾路區長者福利中心使命願景是結合當地社區形成發展新的老人文化中心，屬於開放型互動式福利中心，除政府社會福利預算支援外，也引進民間企業或宗教團體建置以社區為基礎之小型機構，使市民有更多的選擇就近接受服務。鍾路區長者福利中心組織編制為本館館長、部長及營運委員會。下設文化福利科、地域協助科、總務科(分行政團、設施組、健康組)、實例管理(含老人託管服務、福利服務及100歲生命中心)及舞蹈音樂中心(含敬老餐廳)等5組。共服務11059會員，其中女性佔62.4%，會員年齡70-79歲佔42.3%，其次是80-89歲佔37.2%，65歲以上老人占28.7%。轄屬有敬老堂61會所、到府送午餐服務53人及服務獨居老人關注人身住宅安全534人、志願服務志工17,422人、協談機構87處。也開設50+老人就業培訓輔導及敬老堂和學校合作建置老少世代共融共享模式。提供適用於所有年齡段的遊戲設備，使遊樂場成為跨世代的見面空間，鼓勵父母和祖父母更為活躍，同時也促進跨代互動和理解，社區融合是很緊密連動。

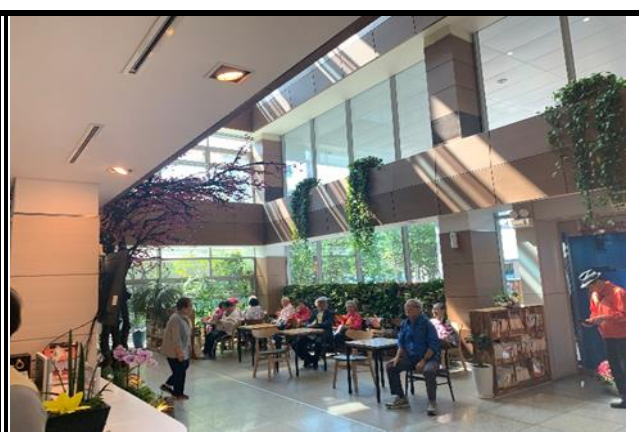
鐘路區長者福利中心係由首爾市福祉健康局委託佛教團體運營管理，以佛教關懷社區社會福利的理念，提供社區裡高齡者日常生活之社會福利及倡導公共社會之價值。該中心提供多元功能服務，結合健康照護、福利、就業諮商輔導、教育、理療室、健身房、圖書室。另有生活館、特殊治療室休閒等服務。中心每年透過嚴格評鑑，確保教育與福利品質。

參與者有健康長者，自己搭乘公共交通工具前來，也有較不健康的長者，由館方接送來或到府提供送餐服務。教育課程有 50 餘種，包括中英日語、歷史、通識、畫圖、書法等。參訪當日有一位年約 80 學習中文的老奶奶，用中文跟我們打招呼，我們感到非常親切，也稱讚她中文說得很好，他告訴我們中文是在中心學的，他還報名很多課程，生活非常充實愉快。此外，長者福利中心還設計包括針對中風老人和失智老人的學習活動，在中心專業人員協助下，幫助其找回認知能力、自尊及自我成就感。另外也安排職業訓練(大樓管理員、加油站工人、送遞服務)與工作媒合，提昇高齡者就業能力。

在公共場域、川堂等有許多舒適桌椅，提供高齡者休息、聊天、下棋。許多男性高齡者喜歡三五人自行聚集活動或下棋或討論網路上資訊等，而不愛進入大教室唱歌或參加學習活動。頂樓還有空中菜園與 DIY 廚房，工作人員告訴我們，這一罈罈的泡菜缸是長者們用心醃製的，為保存傳統泡菜醃製的方法，DIY 廚房前還設置自動食譜列印機，也附設有餐廳提供居民用餐及販賣手工醃製泡菜，可以買回家享用。為營造高齡友善就業環境，不僅頂樓設置的餐廳由長者提供服務，一樓外面還設置咖啡廳，也是由長者負責販賣，工作人員告訴我們，這些長者對於沖泡咖啡的知識與手藝都非常好，從挑豆子到烘培沖泡，全都自己來，不僅獲得成就感也增加家庭收入，一杯 1900 韓圓的咖啡，便宜又好喝，受到附近居民的喜愛，歡迎大家來品嚐，鐘路區長者福利中心整棟樓處處設有扶手，提供體力較差或行動較不靈活之高齡者使用，對於友善環境的建置相當用心。



鐘路區長者福利中心係由首爾市福祉健康局委託佛教團體運營管理



鐘路區長者福利中心挑高的設計及明亮的服務臺，採光良好



光和影的綠建築



公共閱讀區域



高年級實習生的咖啡廳



用中文打招呼的老奶奶



空中花園的泡菜缸



高年級實習生的泡菜櫃



醃製泡菜食譜列印機



擠牙膏的心靈諮詢站



觸控式會員驗證報到機台



廁所門栓後置物架出現友善設計

八、延世大學原州分校 9月24日下午

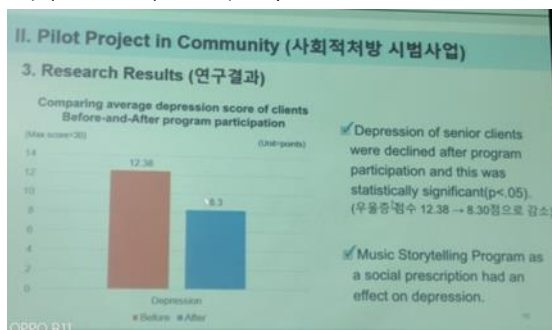
延世大學，簡稱延大為韓國首爾的基督教私立研究型大學，創於 1885 年，是韓國歷史最為悠久的大學之一。由首爾的新村校區、原州校區、一山校區、及松島國際校區組成。原州校區位於韓國江原道原州市，距離首爾約一個小時車程。原州市風景秀麗，環境優雅，所以此校區又被稱為大自然中的校園。院系專業設有人文藝術學院、科學技術學院、政經學院、保健科學學院、原州醫科學院。而原州市是韓國江原道的一座城市，同時也是江原道中「原」字的來源地，原州市位於韓國的中北部、首爾市的東南方，面積為 872.45 平方公里，東面有雉岳山脈矗立，西面有蟾江流淌，如同屏風般環抱城市，風景秀麗、在冬季也是韓國著名的滑雪勝地。嶺東高速公路和中央高速公路橫貫東西南北，使原州市成為四通八達的交通要地，所以現今原州市已成為韓國首屈一指的產業、物流中心，並吸引韓國大型企業進駐，如享譽國際的 Neoflam 鍋具公司及 Charmzone 化妝品公司等。近年來原州市倚靠著天然優美環境、深厚文化底蘊及便利的交通網絡，希望打造韓國醫療器械產業的矽谷，2013 年興建完工的 Medical device Complex Center (MCC) 醫療器材複合中心，是原州醫療產業科技谷中的一棟複

合式大樓，市府積極推行「未來型尖端生物科技醫療城市」概念，推動建設環保生態城市，實現居住、商業和產業和諧共存的目標，建設綜合性城市，並以此為契機打造國際性的醫療綜合城市。近年來原州市政府與轄內韓國延世大學健康城市研究中心合作，積極發展健康城市計畫，為韓國第一批加入 AFHC「西太平洋健康城市聯盟」的城市，此次亦接受韓國延世大學健康城市研究中心南恩宇教授的邀請，至延世大學原州校區及原州市參與目前南教授「社會處方試辦計畫-長者憂鬱症社區計畫」的實驗社區進行參觀。此次參訪雙方也就目前健康城市建置經驗進行分享：

延世大學(原州校區)-社會處方試辦計畫

Chang-jo gwan 簡介社會處方試辦計畫內容，摘要如下：

1. 計畫內容-在課前利用憂鬱量表針對長者進行前測，再透過辦理為期 8 周的活動，將音樂療法結合身體活動、手做課程等等，再以憂鬱量表進行後測，評值長者參加活動後憂鬱分數是否降低。
2. 結果-長者前測憂鬱量表分數平均為 12.38、後測降為 8.3($P < 0.5$)，有顯著差異，結果如下圖：



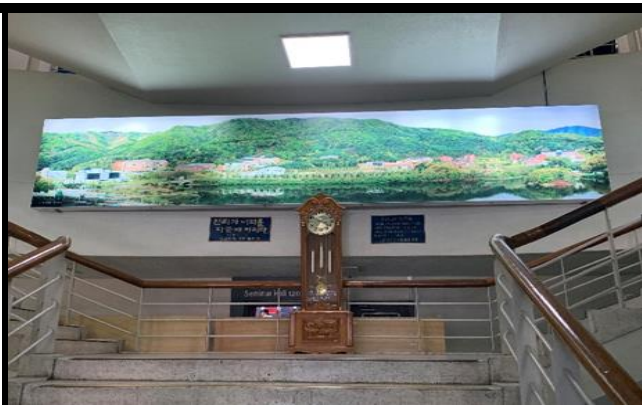
資料來源：Chang-jo gwan 簡報

台灣健康城市聯盟 郭憲文秘書長、成功大學 趙子元副教授-簡介台灣推動高齡友善城市歷程及成果，內容摘要如下：

1. 因應高齡化的來臨，國民健康署自 2010 年開始採用 WHO 所倡議的高齡友善城市八大面向推動高齡友善城市計畫。各縣市依據不同需求與優先性來設計規劃，並由縣市首長簽署推動的意向書，帶領各部門投入行動計畫，共同推動高齡友善城市。
2. 臺灣於 2010 年由嘉義市政府開始試辦、2011 年臺南市政府亦加入推動，到 2013 年全台共有 22 縣市一起投入推動高齡友善城市。積極打造臺灣成為高齡友善社會，以「敬老、親老、無礙、暢行、安居、連通、康健、不老」等八大面向為基礎，希望所有縣市都能營造出高齡友善的環境。



接受南教授邀請，參觀延世大學原州校區



延世大學原州校區全貌照片



南教授分享韓國健康城市經驗及社會處方試辦計畫



台灣健康城市聯盟郭憲文秘書長分享韓國健康城市及高齡友善城市經驗

九、原州市社會住宅及長者服務中心 9月24日下午

目前延世大學南教授正在原州市社會住宅長者服務中心進行「社會處方試辦計畫-長者憂鬱症社區計畫」，長者服務中心位於社會住宅內，花木扶疏，社區居民在中庭花園散步話家常，常有小孩嬉戲好不熱鬧，這樣的集合式住宅，銀青共融，營造友善環境也吸引長者外出訪友，在「社會處方試辦計畫-長者憂鬱症社區計畫」中音樂療癒的部分實驗，讓長者藉由音樂及懷舊手作圖化，寫出對於親友的思念，此次參訪社會處方試辦計畫中，參加計畫的長者展示其活動成果，包含舞蹈及手作成果。

音樂可以陶冶心性使生活愉悅，基於這個道理，南教授與其學生設計音樂療癒課程，長者們對於我們的到訪，感到非常高興，只見那些長者們換上表演服裝，立即變成大明星，還邀請我們一起演奏樂器跟著拍子唱阿里郎，最後還幫我們繫上鈴鐺手環，表示歡迎我們的到訪，大家共同度過一段美好時光。



原州市社會住宅



原州市社會住宅長者服務中心



長者手作圖片成果



長者變裝成為大明星



長者邀請我們一起演奏樂器跟著拍子唱阿里郎



長者幫我們繫上鈴鐺手環

參訪當日晚上，南教授邀請我們到原州市一間敬老堂旁的社區長者創生實施計畫點的餐廳用餐，這是南教授及其學生另外一個實驗計畫，「2019 社區領航計畫-社區處方計畫-高齡產業部分」，並參觀地方民眾手做精美的手工藝品，如服飾、胸針、項鍊等佩件、陶藝品、傳統臉譜藝術品等，品嚐當地居民自己栽種的有機蔬菜及飼養的豬肉餐點，用餐時間雙方也就健康城市推動成果及相關議題進行交流，分享本市市政執行成果。



原州市一間敬老堂旁的餐廳，也是展示店家



餐廳外觀



店家販賣手工服飾藝品



店家也販賣陶製品等傳統手工藝品



居民自己栽種的青菜及飼養的豬肉料理



餐廳內佈置有懷舊暖爐

十、首爾社會福利基金會 9 月 25 日上午

首爾社會福利基金會為一個公益財團組織，接受政府委託進行其下社服組織的預算分配及監督並提供相關資訊，首爾市以八大面向建構高齡友善城市，推動長者護理社區，2013 年起由首爾市 19 個區域開始推「50+俱樂部」提供市民完善的就業機會，2017 年建設高齡友善相關設施示範點-失智友善公寓，2018 年 3 月啟動預防孤獨死計畫，啟動市內智能系統進行長者監管照護，並提倡孝道觀念，設置首爾市敬老 10 條來進行跨世代交流。

此次參訪由基金會理事長致歡迎詞，隨後由社會福利院社會福利基金與研究開發組組長鄭博士進行簡報。The Global Network for Age-friendly Cities and Communities(GNAFCC)，自 2006 年世界衛生組織 (WHO) 為有效針對老齡化社會的全球現象，建構了「積極老齡化」和「就地老化」作為其最重要的價值觀，並牢記這些關鍵的價值觀，確立提高城市老年人的生活質量為主要目標，以及創造包容和可及的城市環境為其最終目標。

世界衛生組織高齡友善城市指標 8 大領域：

1. 室外空間和建築物：增強城市基礎設施安全性、便利性和可及性，包括室外環境和公共建築。
2. 休閒和社會參與：增加老年人的家庭、社會、文化、宗教和休閒活動的機會，通過行政支持系統提高社會的歸屬感。
3. 交通便利：易於使用且價格合理的公共交通工具，加強老年人的社會參與和獲得醫療服務。
4. 尊重與社會包容：利用教育和資訊媒體來改善老年人的形象；通過加強老年人在社區中的功用來實現青老代間的融合。
5. 住宅環境穩定性：住宅結構、設計、位置、成本和公共設計，實現老年人的舒適安全生活。
6. 交流與信息：建構反映老年人的各種信息特徵，加強信息可及性來提升社會活動和人際關係。
7. 公民參與和就業：根據老年人的需求，擴大志願服務和就業機會，鼓勵公民參與並促進社區貢獻。
8. 社區支持和衛生服務：增強老年人醫療保健的充足性、充分性和可及性，維持老人的健康生活，增加其獨立的可能性。



高齡友善八大面向圖示

首爾市於 2013 年加入 WHO GNAFCC (The Global Network for Age-friendly Cities and Communities 全球高齡友善城市和社區網絡) 成為第 139 個會員，到目前為止韓國共有 11 個城市加入 WHO GNAFCC。首爾市在韓國是第一個加入的城市，為全亞洲第三個加入城市，

首爾市做為一個帶領其他城市發展高齡友善城市的角色，並接受其他國家城市諮詢。韓國大城市以外的小型自治地區，也會加入高齡友善城市組織當中，25 個自治地區已經有 14 個加入。而首爾成為「Age-friendly City」的演變歷程為：

1. 2011 年，為支持該倡議奠定了體制基礎，包括頒布了一項關於促進高齡友善城市的市政條例，並成立具體執行的委員會。
2. 2012 年 11 月，首爾市長親自宣布了第一個為期 3 年的行動計劃，以發展一個高齡友善城市。
3. 2013 年 6 月成為首個加入 GNAFCC 全球高齡友善城市和社區網絡的韓國城市。
4. 2014 年成立老年福祉團隊。
5. 2013 年至 2015 年實施，包括六個主要領域和 35 項任務。每個領域都解決了《WHO 指南》中列出的所有問題，包括對第二人生的設計、制定工作、健康的老年、舒適的生活環境、充滿活力的娛樂文化、尊重和社會包容。
6. 2015 年成立退休人員資源部門。

首爾市老人福利政策的方向為 1. 為老人增加更多的基礎服務設施。2. 全國推動老人護理社區。首爾社會福利基金會 Seoul Welfare Foundation 組織結構為 1. 在組織內為人民創造更多的工作機會。2. 同時支援 50 歲以上的人開始他們的第二春。首爾市目前推行首爾綜合福利計畫 (Seoul senior comprehensive plan)：

1. 2013 年加入 WHO 健康城市後朝 6 個方向發展(如下圖)，相較 WHO 的八大領域，我們將其他的兩個領域融合，整合在 6 個大的方向中。



首爾市健康城市 6 大行動方案

2. 此外對戰後出生 50 歲的人民，因為戰後對這一部份的人沒有給予較良好的教育，政府在政策上提供資源。
3. 在多方面的考量下，在老人綜合福利計畫設成了這 6 大領域。在這一棟建築物中有一個「50+(50PLUS+，50 歲以上的人群在戰後出生，其生活及教育弱勢)工作部門」，建築物中的 1-4 樓是 50+的工作室。

針對 6 大領域分別做報告：

1. 健康和關懷領域(Health and Care)

- a. 關於照顧老人、育養老人的基礎設施是非常重要的，目前不僅在完善育養設施還在建設更多的育養設施。
- b. 2011-2019 年間擴大醫療設施及基礎設施，含長期照護及日間照護中心。
- c. 在關注獨居老人的部份，建構一個網路數據監控的體系，用智能化的方式去關注獨居老人的日常情況。
- d. 在首爾千萬人中百分之 14% 是 65 歲以上的老人，在這 14% 中有 20-30% 是獨居的。透過 Announce master plan 讓 30 萬的獨居老人在網路數據監控的體系中統籌管理。
- e. 「病危監管體系」和醫院進行連動，2019 年預計會有 5000 位老人可以接受到照護，甚至於 2017 年有救助過病危老人成功的案例。

2. 環境領域(Age-friendly Enviroment)

- a. 環境領域在 WHO 的八大領域中有基礎設施、交通及住宅，在首爾市地鐵非常方便且提供老人免費搭乘，且有專門人員幫助需要的老人進站。
- b. 在住宅方面，為貧困的老人提供住宅或租賃。
- c. 將公共設施進行改善，方便年長的市民使用、想用，例如鐘路區的 Tapgol 公園會聚集一些老人在那裡下棋。
- d. 另外商店區的招牌字會大一點方便老人家看、也會設置專門讓他們放拐杖的設備。

3. 50 歲以上者的第二春(Support for 50+)

- a. 目前 50+ 中心有 7 所、50+ 學苑就有 6 所
- b. 為了讓 50 歲以上的老人能有活力，就是發展他們的第二春。

4. 安排就業(Customized Employment)

- a. 1993 年起有 25 個就業培訓中心。
- b. 提供他們發展自己想要的第二專長。

5. 業餘生活相關領域(Leisure and Culture)

- a. 專屬電影院放映老人們有興趣的電影，每年還會辦理電影節。
- b. 利用 80 個老人福祉館，提供豐富的課程讓他們參與。
- c. 設置 3400 間「敬老堂」讓年齡更長的老人們在這個地方互相交流，以解決他們就近使用這樣的空間。

6. 孝敬、尊重跨世代交流(Respect and Intergeneration)

- a. 為了達成目標不只要對年青人教育，也要幫助老人們接受這樣的訊息。
- b. 透過印製指南、架設網頁，還有相關的報導讓他們能跨世代溝通。

c. 還有建置首爾敬孝 10 條規定，須要將它背誦下來。

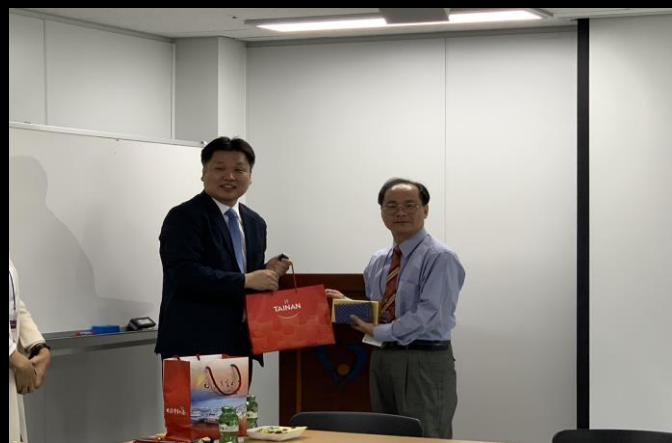
7. 以上，6 大兩領域都可以延伸很多小項目來推動，並進行結合。

透過政府的政策作為，讓市民一起對於提升高齡友善設施有共識。從街道的小商家開始讓他們接受培訓，他們學習如何幫老人服務，目前共有 38 家進入敬老的團隊中，並給予張貼「長長久久」的標誌。關於失智長者的問題，在基礎建設上的努力從老人公寓來談，這個公寓的特點就是幫失智長者找回到家，在公寓的週邊道路漆上不同顏色、在他們的家戶標上不同的標誌等。建立「失智老人護養指南」讓照顧(護)者可以參考，包括自家環境及外面環境上在指南上都有說明。首爾也是一個領頭的城市，透過這 6 個領域創造了給予高齡老人的諸多福利，以上是首爾高齡友善推動的內容。

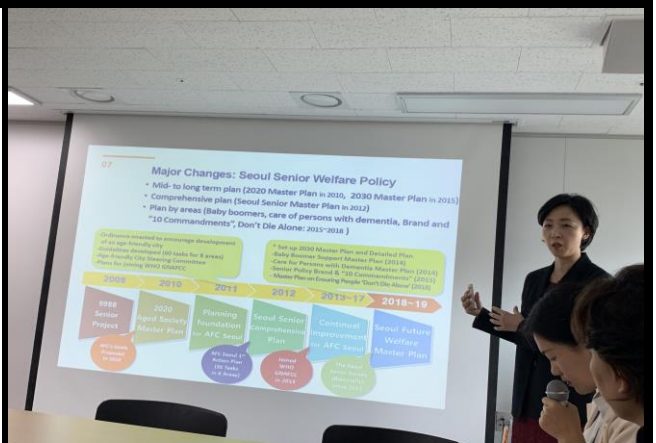
台灣健康城市聯盟副秘書長亞洲大學健康管理系廖宏恩副教授進行臺灣高齡友善城市推動八大面向的特色項目案例分享簡報，首先簡介國民健康署在執行長者健康政策上的策略：

1. 醫療服務轉型：建構讓長者無憂、優質的慢性病照護網。
2. 醫護機構調適：營造增進長者健康、尊嚴、參與的高齡友善健康促進照護機構。
3. 社區服務網：布建活化老者身心社會功能的社區健康促進網路。
4. 縣市建設升級：推動相容、無礙、促進長者活躍的高齡友善城市。台灣在推動高齡友善城市主要的觀點有：
 1. 高齡者價值：提供高齡者參與有意義的活動機會，加強他們參與程度，對於其「無價」的貢獻、智慧以及成熟的技能表達敬意。
 2. 規劃、開發和工程設計對於高齡者的回應：規劃、開發、管理以及公共設施的設計過程中認同高齡者多樣化的需求。
 3. 小改變能有大效果：對於高齡人口而言，改善現有設施以提供適合的功能、設計元素和調適的使用相當重要，同時也代表了對於高齡友善的高度認同與承諾
 4. 透過有效的溝通建立良好關係：改善與高齡者的溝通方式，及改善社區內資訊提供的方式，都可與高齡者建立信任關係，並減低其積極參與活動所面臨的障礙。

會中並分享台灣高齡友善城市推動的特點專案，有關臺南市的項目為交通局的無障礙道路及停車規劃、桃園市政府工務局的暢行無礙，最有愛桃園人行樂陶陶，公共建設以人為本，從法規、創新、道路、騎樓及公園政策推動，嘉義縣政府的改善偏鄉老人交通困境試辦計畫，臺北市南港區健康服務中心的居家好照投，耆老安康保，南投縣信義鄉衛生所的健康活躍老化，疼惜布農老寶貝，臺北市政府體育局的臺北市活躍樂齡計畫，苗栗縣政府教育處的祖孫共學，幸福山城計畫。



衛生局黃瑞培科長代表致贈首爾市福利基金會理事長伴手禮-奇美博物館名片匣及「台南人」胸針、臺南市觀光地圖、觀光醫療宣導單張



首爾市社會福利院社會福利基金與研究開發組組長鄭博士進行簡報



台灣健康城市聯盟副秘書長亞洲大學健康管理系廖宏恩副教授分享臺南市高齡友善城市案例規劃



台灣健康城市聯盟郭憲文秘書長與首爾市福利基金會相關人員進行經驗分享



首爾市福利基金會大廳挑高，採暖色系設計，明亮溫馨



首爾市福利基金會建築物設「50+(50PLUS+, 50歲以上的人群在戰後出生，其生活及教育弱勢)工作部門」

十一、參加韓國健康城市國際論壇 9月25日下午

此次參訪行程中安排參加韓國健康城市國際論壇，大會邀請澳洲、英國等國際學者以全球實踐健康城市及建立夥伴關係相關議題進行演說，也邀請臺灣健康城市聯盟洪德仁副理事長分享臺北市推動健康城市的經驗與展望，如何在城市規劃發展時將健康促進政策融入其中，符合「Health in all policies」健康城市推動的目標，是我們需要繼續努力的方向，期許讓全民有更優質的生活品質。

目前全球面臨高齡化及少子化問題，還有氣候變遷的威脅，各國積極推動健康促進等各項政策，韓國各城市也藉由參加國內外健康城市聯盟組織，展現以健康為主軸推動各項策略的決心，而韓國原州市政府與轄內韓國延世大學健康城市研究中心合作，積極發展健康城市計畫，為韓國第一批加入 AFHC「西太平洋健康城市聯盟」的城市。在延世大學健康城市研究中心主任南教授協助之下，輔導韓國其他區域推動健康城市計畫，推動成果豐碩，首爾市江東區區長為本屆 AFHC 西太平洋健康城市聯盟指導委員會主席，首爾市鐘路區區長為韓國健康城市聯盟理事長，以實踐聯合國制定未來 2016-2030 年 SDGs(永續發展指標)，來打造 Health in all policies(將健康元素融入各項政策)的健康及高齡有善環境。

本次會議邀請澳洲 Prof. Evelyne de Leeuw 以 SDGs 建構健康城市夥伴關係為題目及英國 Dr. Agis Tsouros 分享 21 世紀健康城市未來方向，藉由國際論壇進行交流。

1. 澳洲 Prof. Evelyne de Leeuw 以 SDGs 建構健康城市夥伴關係

de Leeuw 教授擁有衛生政策和管理碩士學位（荷蘭馬斯特里赫特大學，1985 年），加利福尼亞大學伯克利分校的比較衛生系統研究碩士學位（1986 年）和衛生政治學博士學位（馬斯特里赫特，1989 年）。自 1986 年渥太華會議以來，她一直參與世界衛生組織的健康促進工作，並參加了隨後的所有國際健康促進會議；在第四屆會議（雅加達 1997 年）和第八屆會議（赫爾辛基 2013 年）時，她擔任會議的報告員。自 1986 年發起以來，她一直活躍於國際健康城市運動。從 1992 年到 2001 年，她擔任馬斯特里赫特大學世界衛生組織健康城市研究合作中心主任。她協助世界衛生組織在區域和全球範圍內進行「健康城市」評估報告，最近在《國際健康促進》和《城市健康雜誌》的特刊中提供協助。她與五大洲的地方在國家和國際政府機構合作制定和實施健康城市戰略。在 1992 年至 1998 年期間，她曾擔任歐洲地區公共衛生學校協會秘書長兩個任期。這使她能夠為公共衛生學院和醫學院的公共衛生課程開發做出貢獻。

此次會議上 de Leeuw 教授倡導 SDGs(永續發展指標)及建構健康城市夥伴關係，17 項永續發展目標（Sustainable Development Goals, 簡稱 SDGs），如以下所示：

目標一 揮別貧窮(No Poverty)：終結全世界各種形式的貧窮。

目標二 零飢餓(Zero Hungry)：終結飢餓、達到糧食充裕及促進營養、並推動永續性農業。

目標三 良好的健康及社會福利(Good Health And Well-Being)：確保所有年

齡層的人都能健康的活著並促進他們的福祉。

- 目標四 優質教育(Quality Education)：確保有教無類且具有品質均等的教育及推動人人有終身學習的機會。
- 目標五 性別平等(Gender Equality)：每個地方都達到性別平等、婦女賦權。
- 目標六 乾淨飲水及衛生(Clean Water And Sanitation)：確保所有人都能獲得並永續管理水資源及良好衛生環境。
- 目標七 可負擔的乾淨能源(Affordable And Clean Energy)：確保人人取得可負擔的、可信任及永續的現代能源。
- 目標八 適當的工作及經濟發展(Decent Work And Clean Energy)：促進強健、包容性及永續性的經濟成長並讓所有人都有好的工作。
- 目標九 產業創新結構(Industry, Innovation And Infrastructure)：建立有彈性的基礎設施、推動包容性且永續性的工業化並加速創新。
- 目標十 減少不平等(Reduce Inequalities)：減少國家間與國家內的不均現象。
- 目標十一 永續城市及社區(Sustainable Cities And Communities)：使城市與人類的居所具有包容性、安全及永續性。
- 目標十二 負責任的消費及生產(Responsible Consumption And Production)：確保永續性的消費與生產模式。
- 目標十三 氣候變遷行動(Climate Action)：採取緊急行動以對抗氣候變遷及其影響。
- 目標十四 維護水域生物(Life Below Water)：保育且永續性的使用海洋資源以永續發展。
- 目標十五 維護陸域生物(Life On Land)：保護、保存並推動土地生態系統的永續利用、永續管理森林、對抗沙漠化、並減少及彌補土地消退及防止生物多樣性消失。
- 目標十六 建構和平正義機構(Peace, Justice And Strong Institution)：推動和平且有包容性的社會以利永續發展，以提供人人取得正義並在所有階層中建立有效、課責性及有包容性的制度。
- 目標十七 建構夥伴關係(Partnerships For The Goals)：強化及增進永續發展的執行方法及全球夥伴關係。

de Leeuw 教授強調發展 17 個永續發展目標，最重要的是第 17 個目標建構夥伴關係(Partnerships For The Goals)：強化及增進永續發展的執行方法及全球夥伴關係。de Leeuw 教授認為強化夥伴關係，需要打破各自為政的藩籬觀念，各城市及各國家間要彼此合作，分享成功經驗及進行支援的聯合夥伴關係，唯有各方面的合作與協調，才能達到永續的目標，使得人類在和煦舒適的環境下健康的生活，所以永續發展和健康是一體的兩面，只有二者合而為一，才能建構真正的健康城市。

2. 英國 Dr. Agis Tsouros 21 世紀健康城市未來方向

前衛生政策與治理司司長 世界衛生組織，歐洲區域辦事處，丹麥哥本哈根 Dr. Agis Tsouros 他是前世衛組織歐洲區域辦事處健康與福祉政策與治理司司長。該司負責實施新的《歐洲衛生政策-健康 2020》；國家和地方衛生政策；衛生治理；健康的社會決定因素以及平等，性別和人權主流化；脆弱性和健康，包括移民和羅姆人的健康；健康城市和健康區域網絡；將促進健康納入主流，並協調健康環境網絡。

自從 1988 年加入世衛組織歐洲區域辦事處以來，他一直負責多個領域的規劃和管理責任，包括城市衛生政策和健康城市；健康老齡化，公共衛生，非傳染性疾病和危險因素，國家和國家以下各級的環境衛生和衛生政策。在 2004 年至 2006 年間，他被借調到希臘衛生部，擔任國家公共衛生委員會主席和希臘疾病預防控制中心主席。在 2004 年雅典奧運會的公共衛生準備工作中，他發揮了重要作用。

Dr. Agis Tsouros 強調健康識能的實踐，以 Top-down 及 Bottom-Up 的市民多元參與模式，體現健康平等議題，藉由宣導教育及跨部門合作，達成健康促進共識，進而影響健康生活，而政府治理面也是一件重要的事，首長支持度、財政、法律、透明度、政策執行與評估，也影響健康平等的普及率，Dr. Agis Tsouros 分享歐洲推動健康城市的經驗，從一個城市到一個國家，打造健康城市的概念已經深植到每位首長的施政理念上，Health in all policies(將健康元素融入各項政策)不再是個口號，而是一種實踐對人民的承諾，在和平的基礎下，於社會、經濟、環境、文化、城市綜觀等各個層面上，打造一個健康平等的宜居城市。

3. 各個健康城市經驗分享：

- a. 韓國龍山市：位於韓國中南部城市，以農業為主，為推動健康城市政策，設立健康城市支援科執行業務，建構高齡友善環境，採走動式服務深入社區，讓長者獲得完善的照護。
- b. 臺北市：由臺灣健康城市聯盟洪德仁副理事長分享臺北市推動健康城市的經驗與展望，如何在城市規劃發展時將健康促進政策融入其中，以 SDGs 永續發展目標為依據，符合 WHO「Health in all policies」健康城市推動的目標。
- c. 韓國首爾市江東區：江東區是西太平洋健康城市 AFHC 的會員，現任江東區李區長為本屆 AFHC 西太平洋健康城市聯盟指導委員會主席，為打造健康城市而努力並推動高齡友善政策，針對獨居長者，推出「幸福者同行」政策藉由鄰居、親友等朋友互助關係，關心及照顧長者的生活起居，以幼老扶助老老的精神，協助用餐甚至陪伴旅行，使長者獲得妥善照顧。江東區也規劃「百歲諮詢中心」，希望居民都能長命且健康，也建置「銀青共融」環境，讓年輕人的活力挹注於長者日常生活，長者也可以分享其生活經驗，提升成就感。

4. 受邀參加韓國健康城市會員大會晚宴。



參加韓國健康城市國際論壇



英國 Dr. Agis Tsouros 21 世紀健康城市未來方向



臺灣健康城市聯盟洪德仁副理事長分享臺北市推動健康城市的經驗與展望



韓國首爾市江東區李區長分享健康城市推動情形



受邀參加韓國健康城市會員大會晚宴，衛生局黃瑞培科長致贈 AFHC 西太平洋健康城市聯盟中村桂子秘書長紀念品



韓國健康城市聯盟理事長鍾路區金區長致歡迎詞

肆、心得

一、健康城市的未來趨勢：

健康城市在1981年開始由世界衛生組織開始推動，由世界衛生組織所顯示的資料指出，超過百萬人口的城市有112個，最遲至2025年，全世界逾60%人口會居住在城市中。工業化社會所帶來的問題，包括衛生、污染、環保、生態等問題，將愈來愈嚴重，世界衛生組織開始推動健康城市概念，期望人口密集的城市不只是生活緊張、環境污染等負面影響，也應該讓城市是健康、樂活宜居的。

WHO世界衛生組織為健康城市所下的定義，認為健康城市是定義一個過程，而不是一個結果：健康城市不只是實現了特定的健康狀況。健康城市是對健康意識的持續改善，基於此，任何城市無論其目前的主客觀條件，都可以是個「健康城市」。「健康城市」所需要的是實踐此一目標的進程與結構。「健康城市」能不斷改善自然及社會環境，擴大社會資源，使居民能夠在生活中發展其最大潛力。因為健康城市是一個過程，而不是一個結果，所以需要不停的檢視與修正，才能使居民獲得身心靈的健康。

健康城市於1981年開始推動，至今已近40年，經過這段漫長的日子，全球的人口及環境也產生巨大的變化，高齡化及少子化帶來的隱憂，科技社會的發展，讓我們必須修正我們的步伐與制度，才能順應這個時代的洪流，未來健康城市國際趨勢需要系統化經營政策，強化夥伴合作關係，利用數位科技發展協助居民醫療照護，對於非傳染疾病的預防與減緩失能，都是我們努力的方向。

二、高齡化社會的省思：

依據內政部報告指出，由於持續的低生育率、少子化，加上國人平均壽命的延長，2018年台灣65歲以上老年人口比率達14.36%，正式邁入國際慣稱的「高齡社會」；預估到了2026年，台灣更將走入「超高齡社會」，老年人口比率將達到20.63%。韓國發展長期照顧制度多年，利用輕中重度失智分級，可以減少照護人力，善用公私部門協力機制，也讓公部門站在監督角色，讓私部門發揮強而有力的執行能力，受益者就是民眾，讓長者獲得完善照護，也讓家屬能全力在工作上衝刺，減輕家屬的負擔。目前延世大學南教授正在原州市社會住宅長者服務中心進行「社會處方試辦計畫-長者憂鬱症社區計畫」，長者服務中心位於社會住宅內，花木扶疏，社區居民在中庭花園散步話家常，常有小孩嬉戲好不熱鬧，這樣的集合式住宅，銀青共融，營造友善環境也吸引長者外出訪友，在「社會處方試辦計畫-長者憂鬱症社區計畫」中音樂療癒的部分實驗，讓長者藉由音樂及懷舊的手作圖畫，寫出對於親友的思念，延緩失智情形。

三、提供居家醫療服務：

經過韓國龍山市的分享，成立健康城市專門業務科室推動業務，採走動式服務深入社區，讓長者獲得完善的照護。臺灣隨著推動長照2.0政策，出院準備服務已獲得醫院重視及討論，希望病患於出院前完成評估，出院後1-7天獲得照護服務，並在居家服務、居家護理、居家復健、喘息服務、簡易生活輔具五項內至少提供三項服務，醫院出院準備與照管中心搭起橋樑。衛生所在有限人力下能提供的是協助大醫院的社區觸角，辦理居家醫療及居家安寧業務，目前已有少數衛

生所提供在宅醫療服務。

四、高齡化社會與衛生所的轉型模式：

這幾年台灣走向社區化，鼓勵長者在地老化，各級政府都積極嘗試的推動在地照顧模式如「一鄉鎮日照」、「小規模多機能」、「團體家屋」、「社區日托」等機構。隨著老年人口快速成長，所衍生的長照需求與家庭照顧責任將日益沈重。衛福部也積極推動衛生所轉型與強化為「社區健康照護管理中心」，讓臺灣老人都能擁有專屬的健康照護管理團隊。其主要任務有三：1. 在地健康照護資源的盤點、轉介與連結。2. 進行社區高齡者的「健康照護管理」，針對每一個高齡民眾進行周全性健康需求評估與照護管理。3. 提供預防性健康服務以及在地、即時、便利的醫療服務，同時提供24小時健康照護諮詢。強化社區為基礎的健康照護能力，建立連續性的全人照護模式，重建社區健康照護體系質量與信任。

五、公部門的服務提供與監督機制：

公部門有組織嚴謹、服務完善的老人福祉館，重視資源整合，提供全人全方位的服務。例如：韓國老人福祉館除了多元課程，還兼顧醫療、就業、餐飲、美容、洗衣等等。老人因不同目的而來，在這兒都能滿足個人需求，自然就對福祉中心認同高。相對的，機構也能永續經營。對於私部門的協助，設立基金會進行監督和預算控管，以提高工作效能。

六、首長的施政方針與支持度：

此次拜訪首爾區江東區及鍾路區，其區長有相當魄力，不僅重視橫向聯結及縱向層層督導，政策推動得以貫徹，民眾認同度高也實際參與受惠。政府並定期嚴格評鑑執行機構，確保福利服務品質。運用民間力量以節省政府人力，多運用學校社團與宗教團體之資源，提昇社區之互動與生活經驗之結合。

七、建構數位化城市：

首爾是一個高度數位化的城市，其數位機會指數（Digital Opportunity Index）排名世界第一，手機普及率高，開設長者數位課程，讓服務及生活進行連結，也可以跟國際接軌，「秀才不出門，能知天下事」是發展數位城市最好的寫照。

八、城市綠美化及裝置藝術的設置：

首爾市街道及建築可以見到綠美化工程和大型裝置藝術的擺設，參訪的江東區區公所及鍾路區區公所都進行綠美化建築，香草公園也設有大型裝置藝術，裝置藝術具有加分作用，加上夜間燈光點綴，別有一番風味，這不僅是入口意象也是區域的表徵標誌，增加區域鑑別度也更利於城市區域行銷。

九、增加市民運動可近性：

聯合國提出警告很多慢性疾病的發生及死亡都因為「不動」引起的，民眾常因工作壓力大，找出很多藉口不運動，首爾市規劃有運動園區、市民運動中心，市區也規畫多條友善行人步道，郊區沿著山丘地形也設有登山步道，標示明顯吸引市民外出運動，增加運動可近性。目前本市為鼓勵市民運動，藉由跨局處規劃、興建腳踏車步道、每區至少設立一條健康步道，並進行熱量消耗標示，達到運動減重的效果，並舉辦健走、路跑活動，藉由群眾力量吸引市民一起來運動。

十、銀青共融的社會：

江東區為打造高齡友善健康城市，針對獨居長者，推出「幸福者同行」政策，藉由鄰居、親友等朋友互助關係，關心及照顧長者的生活起居，以幼老扶助老老的精神，協助用餐甚至陪伴旅行，使長者獲得妥善照顧。除此之外，江東區也規劃「百歲諮詢中心」，希望居民都能長命且健康，也建置「銀青共融」環境，讓年輕人的活力挹注於長者日常生活，長者也可以分享其生活經驗，提升成就感，每年10月規劃「敬老月」活動，長者除了獲得禮金外，也教育年輕人有「敬老」的思維，進而影響其行為。首爾市也設立有敬老十條訓示，讓年輕人學習尊重長者。

十一、設置青壯年服務平台：

將高齡友善平臺服務年齡提前到50歲，首爾市「50+人才復興計畫」，讓50歲以上的人群在戰後出生，其生活及教育弱勢族群期待繼續貢獻社會並持續自我學習以重塑中高齡者的個人價值。

十二、增加國際交流的機會：

在五天的參訪行程中，致贈韓方代表本市的胸針及臺南市觀光摺頁、觀光醫療和奇美博物館名片夾等宣導品，讓大家對臺南市這個美食文化古都留下深刻的印象。此次參訪也將臺南市的施政成果進行意見交流，以增加國際能見度。我方也主動提出邀請，希望韓方代表能來臺灣及臺南市拜訪旅行，期能有進一步的合作機會，達到國際交流及資訊共享的目的。

伍、建議事項

- 一、臺灣與韓國同樣面臨高齡化、少子化的議題，為了因應人口快速老化，除了積極推動高齡友善城市，營造對長者友善的軟硬體環境外，延緩及預防失能都是目前政府需積極推動的政策，而長照法規政策之推動及執行應利用各種管道廣為宣導，讓全國民眾了解及支持。
- 二、在社區中如何讓課程能達到預防及延緩失能，又能吸引長者參加是一大考驗，此次參訪的試辦計畫，將傳統韓國文化融入課程，透過熟悉的事物來吸引長者，提升參與度及意願，所以辦理課程除強化身體功能外，心理健康及憂鬱更是辦理重點。
- 三、首爾市政府推動「50+人才復興計畫」，期待繼續貢獻社會並持續自我學習以重塑中高齡個人價值，達到自主與健康老化目標，台灣可借鏡韓國經驗大力發展老年人職業介紹所，給老年人提供力所能及的工作崗位，以增加老年人的經濟收入。
- 四、養成良好的健康生活習慣，生活教育從小做起，藉由校園的生活規範教育，培養出重孝道、有禮貌、尊師長、愛健康的小小公民。
- 五、為提升長照機構的服務品質，政府應有完整的管理及輔導的機制，以確保接受服務的高齡者，能獲得尊重及安全的生活。
- 六、因應高齡化社會來臨，公部門應當領頭羊，依據長照 2.0 計畫，衛生所轉型成立符合資格的居家照護機構，提供民眾妥適的照顧。為確保照服員人力的品質、培育及福利，建立人力培訓及資料庫，並鼓勵年輕人加入照服

行列。

- 七、配合聯合國 2016-2030 年制定的以 17 項永續發展目標 (Sustainable Development Goals, 簡稱 SDGs) 發展健康城市及各部門夥伴關係。
- 八、因應高齡化社會的來臨，應積極跨域整合醫療照顧、生活照顧及教育面向，提供相關服務老人癡呆症治療中心，積極推動失智老人照顧工作。
- 九、打造高齡友善的環境，戶外空間的安全性對高齡者獨自行動的能力與生活品質，更需連通配合都市道路工程暢行無礙的人因設計。
- 十、加強由下而上的社區自發性推展健康城市計畫，定期辦理健康社區組織學習營及健康社區評比，藉由民眾的參與及社區的支持，將健康概念深植於日常生活中。

陸、效益評估

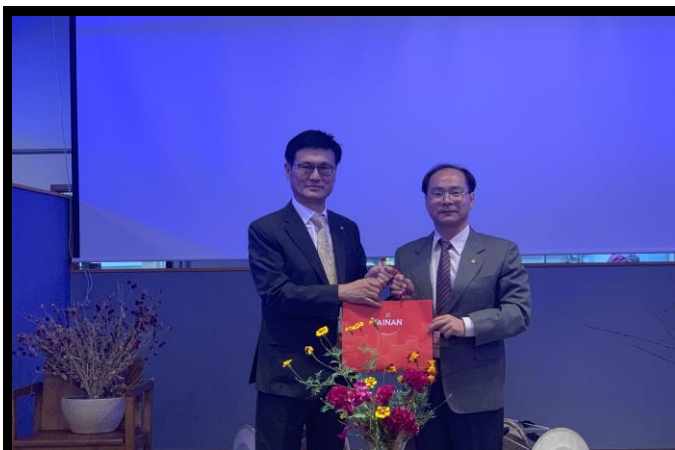
臺南市為臺灣健康城市聯盟會員，積極參與聯盟各項健康促進事務，此次配合臺灣健康城市聯盟參訪韓國首爾市及原州市，首爾市江東區區長為本屆 AFHC 西太平洋健康城市聯盟指導委員會主席，首爾市鐘路區區長為韓國健康城市聯盟理事長，韓國延世大學健康城市研究中心位於原州市，藉由拜會參訪行程，分享雙方在健康城市及高齡友善城市推動經驗，讓韓方各城市留下深刻印象，也讓本市提升國際能見度。雙方以實踐聯合國制定未來 2016-2030 年 SDGs(永續發展指標)，打造 Health in all policies(將健康元素融入各項政策)的健康及高齡友善環境。

因應高齡化及少子化可能造成衛生福利及經濟發展模式的變革與衝擊，故韓國近年來積極發展老人保健及養護設施，推動長期照顧服務產業、失智者照顧服務模式及衛生福利等相關措施，此次訪問規劃參訪首爾市轄內相關長期照護機構及老人相關福利設施，並瞭解韓國在高齡友善及長期照護的政策，汲取其高齡友善及照護之政策模式，作為未來相關業務推動及規劃之參考依據。此次也參觀健康城市環境的營造，健康步道、健康香草植物公園等，以城市綠州概念，打造舒適怡人的環境，使市民有優質活動空間，長者志工貢獻生活經驗，獲得成就感。

此次亦接受韓國延世大學健康城市研究中心南恩宇教授的邀請，至延世大學原州校區及原州市目前參與南教授「社會處方試辦計畫-長者憂鬱症社區計畫」的實驗社區進行參觀，受到社區長者熱情的歡迎，並安排至社區長者創生實施計畫點用餐，參觀地方民眾手做精美的手工藝品，如服飾、胸針、項鍊等佩件、陶藝品、傳統臉譜藝術品等，品嚐到當地居民自己栽種的有機蔬菜及飼養的豬肉餐點，用餐時間雙方也就健康城市推動成果及相關議題進行交流，分享本市施政執行成果。

行程中也安排參加韓國健康城市國際論壇，大會邀請澳洲、英國等國際學者以全球實踐健康城市及建立夥伴關係相關議題進行演說，也邀請臺灣健康城市聯盟洪德仁副理事長分享臺北市推動健康城市的經驗與展望，如何在城市規劃發展時將健康促進政策融入其中，符合「Health in all policies」健康城市推動的目標，是我們需要繼續努力的方向，期許讓全民有更優質的生活品質。未來推動健康城市八大面向時，應更積極跨部門多元成員協調整合，

本次赴韓國的五天參訪行程，拜訪了政府單位、學界及長照機構等處，充分將本市施政成果與韓方進行分享與交流，也建立起與韓國健康城市的溝通橋樑，藉由邀請他們到台南市旅行或參訪，增加國際交流的機會。特別為本次參訪而準備的臺南人胸針及臺南市觀光中英文導覽摺頁及奇美博物館名片夾等宣導品，一併放置禮物袋致贈給韓方代表並解說其意義及臺南市城市之美，在雙方互動過程中有效的進行城市行銷，把臺南的美、好宣傳出去，吸引更多遊客前來拜訪，聽聽屬於城市動人的老故事。



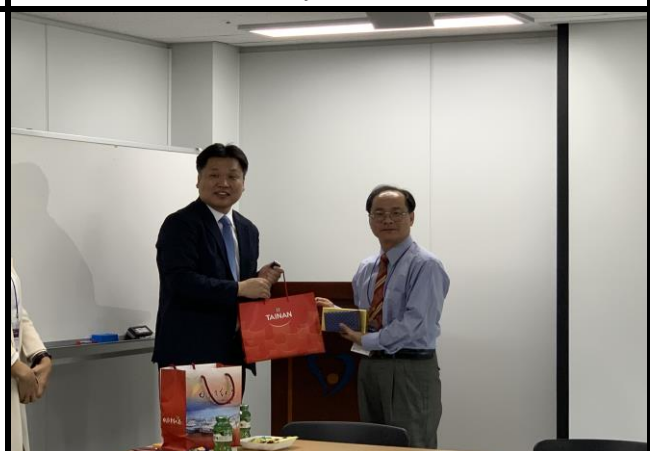
致贈禮品及台南市觀光地圖等宣導單張予延世大學南恩予教授



與鍾路區金區長交換名片及邀請到臺南市參訪



致贈禮品及台南市觀光地圖等宣導單張予鍾路區金區長



致贈禮品及台南市觀光地圖等宣導單張予首爾市福利基金會理事長

柒、附件

