115 年長者量六力互動式展覽活動資訊

一、 活動名稱

115 年長者量六力互動展「六力時光機，找回健康力」

二、 活動時間

115 年 9 月 10 日（星期四）至 9 月 14 日（星期一）

每日上午 10 時至下午 6 時

三、 活動地點

高雄市駁二藝術特區 P3-1 倉庫（高雄市鹽埕區大勇路 1 號）

四、 主辦單位

衛生福利部國民健康署

五、 活動對象

中高齡族群、65 歲以上長者及其家屬、一般民眾(免費參觀)

六、 活動簡介

隨著年齡增長，長者的認知、行動、營養、視力、聽力及情緒等六大內在能力，可能逐漸出現功能衰退情形。為協助民眾及早發現風險並建立健康老化觀念，衛生福利部國民健康署特別辦理「長者量六力互動式展覽」，透過生活化、趣味化及互動式體驗關卡設計，帶領民眾認識長者六大內在能力（ICOPE）及健康老化的重要性。

七、 展覽內容

（一）六大內在能力互動體驗區

展覽以認知、行動、營養、視力、聽力及情緒等六大內在能力為主題，規劃生活化遊戲，讓民眾親身體驗，認識自身健康狀況。

（二）長者量六力自評及檢測區

現場規劃 ICOPE 自評及 ICOPE 檢測體驗，協助民眾認識長者量六力檢測內容及服務流程，並提供相關衛教資訊與資源連結。

（三）健康老化主題講座

展覽期間 9/10、9/12 及 9/13，邀請高齡、營養、心理健康等相關領域專家，以生活化方式分享健康老化觀念及實用照護知識。

（四）22 縣市 ICOPE 成果展示區

介紹地方政府共同推動長者量六力、預防延緩失能之在地服務成果，協助民眾了解各地可運用之健康支持服務。

（五）三高慢性病防治主題展區

介紹高血壓、高血糖及高血脂等慢性病預防觀念，協助民眾了解定期健康檢查、健康飲食、規律運動及健康管理的重要性，提升慢性

病早期發現、早期介入之健康識能。

八、 團體報名連結

https://seminars.tca.org.tw/D15r01522.aspx

九、 交通資訊

（一）高鐵/台鐵轉乘捷運：由「高鐵左營站」或「台鐵高雄車站」轉乘捷運紅線，至「美麗島站」轉乘橘線，於「鹽埕埔站（02 站）」1 號出口下車，再沿大勇路步行約 5 分鐘即可抵達 P3-1 倉庫。

（二）輕軌：搭乘高雄輕軌至「駁二蓬萊站（C13 站）」下車，即可抵達駁二大勇區及蓬萊區，再步行前往 P3-1 倉庫。

（三）公車：可搭乘建國幹線（88）、56、五福幹線（50）、33、11、219、24B 等路線，於「捷運鹽埕埔站（五福四路）」下車，再步行前往駁二藝術特區。

十、 聯絡資訊

衛生福利部國民健康署 王小姐 02-2522-0693

展覽活動廠商 周先生 02-2570-6337#9522

歡迎踴躍參觀，一起認識「長者量六力」，及早掌握健康狀況，邁向健康老化新生活。

HPA 衛生福利部 國民健康署

六力時光機

找回健康力

營養力

聽力

認知力

行動力

情緒力

視力

好禮三選一

★ 完成體驗即可選擇一項好禮帶回家! ★

精彩講座　六力體驗

高雄場	9/10-9/14	駁二倉庫
		p3-1