

課程名稱 | 6/2

## 繪本故事陪伴自己和家人4-青銀共照(9:30上課)

課程屬性 | 生命與健康

課程編號 | 1141-12199

授課老師 | 沈采蓉

最高學歷/ 樹德家商服裝科

相關學經歷/

台灣鐵路局隨車播音員、目前多方遊走於為人說故事和教授說故事的領域中、足跡遍佈全國各地。

現職/ 南瀛故事人協會執行長/台南縣街頭藝人

上課時間 | 每週一上午9:30-12:00 第一次上課日期 2025年06月02日 (星期一)

課程理念



### 關於這一門課：

#### 1. 為什麼想開這門課？希望帶領學員共同學習甚麼

繪本故事在不同的階段. 透過圖像與文字的結合. 能活化大腦的感知與增強閱讀樂趣。  
人生下半場的熟齡閱讀.. 閱讀頻率越高, 心智與記憶退化得越慢。  
若持續閱讀, 其大腦老化程度也將延緩許多. 透過說繪本故事. 熟齡者的生活品質. 社交能力與心靈的活化. 將更加充實而愉悅。

繪本裡有故事, 簡單易懂美麗。

故事外的故事, 我們發現椅子會跟我們說故事, 以及無限可能!

故事裡的故事, 我們探究心情的喜怒哀樂、人生的生老病死, 聊故事也透過故事療。

#### 2. 修此門課需具備什麼條件？

1. 透過課程社群協助進入社區做教與學回饋服務
2. 帶領長者追求放鬆. 快樂. 以故事相繪的愉快閱讀經驗
3. 以繪本共讀. 故事導讀方式. 讓自己回到如孩子般的童真. 勾勒溫暖的生命經驗
4. 將繪本共讀的感受內化. 學習自我對話也分享給家人

#### 3. 上課的方式是怎麼進行的？學生可以有什麼收穫？ □

1. 說故事與聽故事
2. 聊繪本與療繪本
3. 團體討論/你說我想

暫定最後一堂6/23(一)會進入日照中心為長輩說故事(團體/分組)

#### 4. 如何取得學分？（評量方式）

上課分享與互動狀況

#### 5. 備註&推薦書目

課程協同-傅沁怡

工作經驗:

◆台南社區大學 生命與健康學程經理人(2001年起迄今約23年工作年資)

近年相關學習經驗:

◆「2022藝術長照新知與動態工作坊」(主辦:社團法人台灣藝術長照協會 | 2022/11/12@台南, 共計6.5小時)

◆臺南37區社區健康營造 | 社區參與, 公民共學工作坊-

桌長培力及活動共識營」(主辦:臺南市政府衛生局 | 2023/1/18@台南社大, 共計3.5小時)

◆臺南37區社區健康營造 | 社區參與, 公民共學工作坊(主辦:臺南市政府衛生局 | 2023/2/3@新營東興辦公室, 共計6小時)

◆「失智友善小天使~跳進阿公阿嬤的「憶」想世界」-失智友善故事媽媽培力(主辦:臺南市政府衛生局 | 2023/2/21@新營, 共計7小時)

◆「失智友善《我的外婆不一樣》故事實作」(主辦:臺南市政府衛生局 | 2023/5/10@台南進學國小, 共計40分鐘)

◆「用繪本陪伴長者」熟齡繪本推廣員初階培訓通過(主辦:後青春繪本館 | 2023/4/20~4/21@台北, 共計12小時結業通過)

◆「水面劇社群藝術工作坊-照顧者社會處方箋」(主辦:北門.曾文.台南社區大學 | 2023/4/25-26@北門社大, 共計2天12小時)

◆「2023年藝術長照活動設計規劃師 第一期」合格通過(主辦:社團法人台灣藝術長照協會 | 2023/3/19~5/28@線上, 共計10天40小時)

<藝長研字第 11205280104 號>

◆112年度台南市婦女福利服務中心「面對疾病, 我們一起」(主辦:台南市永華婦女福利服務中心、郭綜合醫院 | 2023/6/10~7/29@台南, 共計8次16小時)

◆「弱勢中高齡長者服務之跨域網絡合作-

實務研討與分享會」(主辦:美善社會福利基金會 | 2023/7/26@台南, 計7小時)

◆2023年度國立臺灣文學館「文學資源箱敘事引導培訓工作坊」(主辦:文化部、國立臺灣文學館 | 2023/9/2、9/9-9/10三天@台南, 共計18小時結業; 10/6和10/20參與台南市南區國宅社區資源箱主領人觀摩及主領考核通過)

◆「熟齡活動帶領師資培訓」(主辦:新活藝術 | 2024/7/11~7/21@台南, 共計4次12小時)

1. 毛小孩的療癒力-動物輔療x藝術輔療 (計3小時)

2. 玩出繽紛幸福力-桌遊x藝術輔療 (計3小時)

3. 從故事激發想像力-熟齡繪本x藝術輔療(計3小時)

4. 節奏中的創造力-音樂輔療x藝術輔療(計3小時)

◆「2024資源箱師資共學交流」(主辦:台灣文學館 | 2024/8/20@台南文學館, 2小時)

◆「屏東竹田樂智失智友善園區」參訪交流(2024/8/14)

◆「家庭照顧者喘息服務-戲劇工作坊」(主辦:遠雄人壽.台南市社會局 | 2024/8/15@台南, 4小時)

◆「熟齡心旅x繪出第二人生」工作坊 @台南銀髮人才資源中心, 6小時(2024/9/5)

◆「2024年文學資源箱進階培訓工作坊」(主辦:國立臺灣文學館)@台南, 共計二天12小時(2024/9/7-9/8)

◆台南藝術節《光陰的故事-樂齡創意工作坊》@台南, 共計二天8小時(2024/12/7-12/8)

◆「藝術長照工作坊」(主辦:國立台南藝術大學民族音樂學研究所 | 2023/10/12(8場)

- 2024.01.27-藝術長照-好棒棒工作坊  
 2024.04.20車鼓藝陣與藝術長照職能應用工作坊  
 2024.04.27音樂藝術應用寄頌鉢聲療工作坊  
 2024.06.22音樂治療之與知能與職能研習工作坊

◆「藝術長照場域參與實踐」(主辦:國立台南藝術大學民族音樂學研究所 |

- 2023.12.17雲林縣斗南鎮天主教福安老人療養所  
 2024.03.09台南市善化區開元護理之家  
 2024.04.27屏東善護大同護理之家  
 2024.07.28-29藝術長照前進新竹&苗栗-據點實踐與參訪之旅  
 2024.11.03 創新藝術長照跨領域之動靜態展演成果分享@台南文創園區  
 2024.11.16長照政策與藝術長照動態體驗工作坊@高雄社教館

招生人數 | 30 人 (若非課程特殊需求, 每班招收人數至少 35 人。)

學分收費 | 0 學分 500 元 (4 週課程/一次上課 2.25 小時)

週次	上課日期	課程主題	課程內容
1	2025-06-02 上午9:30~12:00	繪聲繪影繪歌頌	「音樂元素」帶入繪本故事照護中, 可哼唱、律動節奏、傳統戲曲、地景聲音陪伴自己到長者的身上施魔法。 如何透過懷舊音樂, 引動生命故事, 讓照顧有更完善的身心陪伴。  <繪本>隨學員狀況會調整 黎明 三隻三羊嘎啦嘎拉
2	2025-06-09 上午9:30~12:00	哼唱你的歌- 有故事的人	「音樂元素」帶入繪本故事照護中, 可哼唱、律動節奏、傳統戲曲、地景聲音陪伴自己到長者的身上施魔法。 如何透過懷舊音樂, 引動生命故事, 讓照顧有更完善的身心陪伴。  <繪本>隨學員狀況會調整 我不知道我是誰? 風中的小米田
3	2025-06-16 上午9:30~12:00	繪本. 音樂. 人生	「音樂元素」帶入繪本故事照護中, 可哼唱、律動節奏、傳統戲曲、地景聲音陪伴自己到長者的身上施魔法。 如何透過懷舊音樂, 引動生命故事, 讓照顧有更完善的身心陪伴。  <繪本>隨學員狀況會調整 繪本女神 八歲. 一個人去旅行 花地藏
4	2025-06-23 上午9:30~12:00	土地之歌- 打開箱子唱不完	「音樂元素」帶入繪本故事照護中, 可哼唱、律動節奏、傳統戲曲、地景聲音陪伴自己到長者的身上施魔法。 如何透過懷舊音樂, 引動生命故事, 讓照顧有更完善的身心陪伴。  <繪本>隨學員狀況會調整 劍獅出巡 百步蛇的新娘