



6

章齡得
專樂自
畫滬然
計守宜

6-1

守滬樂齡宜然自得：建置以長者為關懷的「為愛AI陪伴」手機APP

撰文 | 愛陪伴計畫團隊
SDGs：3、4、10

計畫類別：大學特色類萌芽型
計畫議題：健康促進與食品安全
計畫實踐場域：新北市淡水區正德里、興仁里
守滬樂齡宜然自得 FB 粉絲專頁：https://www.facebook.com/TKUSRAI?locale=zh_TW
守滬樂齡宜然自得官網：<https://www.tkuusraicare.org/blog/12.html>

計畫主持人 林嘉琪 歷史學系 教授 / 註冊課務發展中心 主任
共同主持人 游國忠 人工智慧學系 教授 / 系主任
共同主持人 鄧有光 精準健康學院 副教授 / 行政長
協同主持人 陳怡妃 管理科學系 教授 / 系主任
協同主持人 張玄菩 資訊與圖書館學系 副教授
專任助理 陳 晞
專任助理 高杯淳



相 關 報 導

報導主題	媒體管道超連結
淡江大學 2024 年大學社會責任實踐計畫	愛陪伴網站： https://www.tkuusraicare.org/blog/12.html
第一、二次友好鄰里據點活動	愛陪伴 FB： https://reurl.cc/myvIMY 愛陪伴網站： https://www.tkuusraicare.org/blog/11.html
第三次友好鄰里據點活動	愛陪伴 FB： https://reurl.cc/0dxEvM 愛陪伴網站： https://www.tkuusraicare.org/blog/10.html
健康促進講座	愛陪伴 FB： https://reurl.cc/bYn7Y6 愛陪伴網站： https://www.tkuusraicare.org/blog/2.html
線上教學共展	愛陪伴網站： https://www.tkuusraicare.org/blog/3.html
2024 精準健康與社區智慧照護工作坊	愛陪伴網站： https://www.tkuusraicare.org/blog/9.html
日本參訪活動	愛陪伴 FB： https://www.facebook.com/share/p/19yYow15dt/ 愛陪伴網站： https://www.tkuusraicare.org/blog/14.html
第四次友好鄰里據點活動	愛陪伴 FB： https://www.facebook.com/share/p/19hrdSkhrL/ 愛陪伴網站： https://www.tkuusraicare.org/blog/15.html
第五次友好鄰里據點活動	愛陪伴 FB： https://www.facebook.com/share/p/1DW2SkANuh/ 愛陪伴網站： https://www.tkuusraicare.org/blog/16.html
第六次友好鄰里據點活動	愛陪伴 FB： https://www.facebook.com/share/p/1DW2SkANuh/ 愛陪伴網站： https://www.tkuusraicare.org/blog/17.html

計畫執行概況

學期	開課單位	課程名稱	學分數	授課教師	修課人數	課程屬性 (L1-L5)
112-2	歷史學系	歷史人口學理論及應用	2	林嘉琪	22	L4
112-2	人工智慧學系	機器學習 (二)	2	游國忠	67	L5
112-2	資訊與圖書館學系	圖書館知能服務	1	張玄菩	15	L4
112-2	高齡健康管理研究所	健康管理產業實習	2	鄧有光	20	L4
112-2	通識與核心課程中心	正向心理學	2	宋鴻燕	99	L1
112-2	通識與核心課程中心	音樂概論與數位應用	2	干詠穎	94	L1
112-2	西班牙語文學系	西語文化導覽	2	張芸綺	34	L1
112-2	通識核心課程中心	人際關係與溝通	2	胡延薇	70	L1
112-2	資訊管理學系	資訊管理專題	2	施盛寶	15	L5
112-2	通識核心課程中心	正向心理學	2	徐佐銘 胡延薇	68	L1
113-1	歷史學系	西洋婦女史	2	林嘉琪	31	L4
113-1	通核中心	正向心理學 B	2	宋鴻燕	85	L1
113-1	通核中心	人際關係與溝通 A	2	胡延薇	74	L1
113-1	高齡健康管理學研究所	健康管理產業實習	2	鄧有光	23	L4
113-1	資訊管理學系	企業雲端應用趨勢與實務	2	施盛寶	99	L5
113-1	通核中心	音樂概論與數位應用 A	2	干詠穎	72	L1
113-1	西班牙語文學系	西語文化導覽	2	張芸綺	39	L1
113-1	資訊與圖書館學系	圖書館知能服務	2	張玄菩	15	L4
113-1	人工智慧學系	機器學習 (一)	2	游國忠	61	L5

▲ 112-2、113-1 社會參與課程列表

屬性	項目名稱	重點描述	運作成效	場數	人次
團體會議	團隊例行會議	每月固定召開例行會議，妥善安排計畫時程、經費使用，有效地推進計畫。	◆確認計畫詳細時程、經費使用等，使計畫可順利達成。 ◆以學生和場域為對象，整合各主持教師專業，形成計畫特色。 ◆成果報告書資料收集與內容編輯。 ◆規劃辦理工作坊及課程成果共展、SIG 論壇的呈現方式。	9	77
團隊會議	助理會議	每週固定召開前、後端組助理工作會議，學生和主責教授們就執行進度、困境和解決方案等進行討論，除自主學習完成各自組內工作外，亦互助形成小組學習。	◆討論手機 APP 為『AI』陪伴」的後台管理員介面、資料庫與 API 成功建置並持續穩定的執行。 ◆「為愛 AI 陪伴」手機 APP 第一版已於 2023 年 8 月底上架 Google Play，助理群們透過各方面的反饋，不斷更新版本、修正 Bug。	34	305
團隊會議	室務會議	USR 計畫辦公室召開室務會議，提出校方可支持作為。	◆各計畫於 10 月 11 日填報「USR 計畫端」之利害關係人類型調查。 ◆報告未來重大事項。	5	7
籌備會議	活動籌備與檢討會議	Happy Life 共展內容和相關文宣設計及經費規劃。	籌備長者照護機構參訪培力活動、Happy Life Map 教學共展等活動。	3	23
場域共識會議	鄰里共識會議	與各據點聯絡窗口分享計畫理念，了解其運作模式，形成促進長者全方位健康的合作共識。	確認課程學生進駐陪伴長者，進而從中觀察長者生活需求，並理解長者生活痛點，協助長者下載和使用「為愛 AI 陪伴」APP。	2	7
培力活動	增能工作坊	隨計畫推動，適時地規劃安排計畫教師及助理參加增能課程，儲備能力，以達成計畫執行所需。	長者照護機構參訪培力活動、淡江 USR 年報與中長期效益評估工作坊等。	2	60
場域活動	校內外合作活動	師生一同至合作場域，實際與長者互動，建立與利害關係人良好關係。	◆成功推廣「為愛 AI 陪伴」APP 至淡水 C 據點正德里、北投里、鄧公里、水碓淡水好厝邊和崁頂里國都新市長社區。 ◆吳沙社區活動中心、財團法人宜蘭縣私立宏仁老人長期照顧中心合作。 ◆與本校 USR 好生活和樂齡團隊進行長者健康促進的橫向連結活動。	7	380
教師成長社群	以人工智慧技術促進老年生活之手機應用程式設計與開發	校內經費補助跨院系所教師籌組研究團隊，以本計畫成員為主，形成研究團隊開啟 AI 與人文的對話。	至日本學術機構、長照機構進行交流。	1	8

▲ 相關會議和活動辦理

策略構面	一、計畫治理				二、人才培育				三、主題共融				四、夥伴關係			
	1-11	21-31	42-12	22-32	43-13	23-33	44-14	24-34	4							
行動項目	財務支持	團隊協作	激勵賦能	內控調適	課程設計	跨域共學	素養發展	行動展演	議題關注	場域服務	問題解決	經濟促進	多元合作	單位交流	跨國鏈結	價值溝通
淡水據點實踐行動	√	√			√	√	√			√						√
USR x 品味壯世代健康講座	√		√		√	√	√	√	√				√			√
Happy life 教學共展	√	√	√		√	√		√	√				√			√
日本高齡政策與健康照顧服務講座	√		√			√		√	√							√
蘭陽據點實踐行動	√	√				√	√		√	√						√
精準健康與社區社會照護工作坊	√		√			√	√		√	√						√
長者活力檢測	√		√			√	√		√	√						√
日本國際參訪交流	√		√			√			√					√	√	√
淡水據點實踐行動	√	√			√	√	√		√	√						√

▲執行成果綜整

▼共同績效指標達成情形

	量化成效	質性成效
師生參與	【計畫參與教師】：10 位 【修課學生】：1,017 位	◆增加學生跨時代的溝通能力。 ◆增加學生跨領域整合之能力。 ◆加強專業技能。
校外人士參與	【活動數量】：11 場 【活動參與人次】： 實體活動 337 人 / 線上參與 1,281 人	◆與關懷照顧據點合作，透過課程學生將「為愛 AI 陪伴」手機 APP 實際帶到據點，教導長者做使用及下載。 ◆透過舉辦健康講座，幫助長者們吸收健康知識，也宣傳下載「為愛 AI 陪伴」手機 APP。
教師成長	【教師工作坊】：2 場	◆能更了解本計畫欲達成的目標，了解更多長者痛點，學習並加強製作 APP 的技能。 ◆獲得對書寫各項報告書的更多相關知識。 ◆對於 APP 設計及上架有更多理解及思考方向。
跨領域整合課程推動	【校外】：6 場	◆強化學生和助理們的敘事能力及團隊合作能力。 ◆增強學生們的團隊協作能力。

6-2

友好鄰里據點活動

撰文 | 愛陪伴計畫團隊
SDGs：3、4、10

由「歷史人口學理論與應用」的修課學生及計畫助理團隊實踐，透過生活痛點關懷問卷了解長者的生活狀態、手機使用情形及習慣，並協助長者進行本 APP 的下載、更新及新功能教學。

活動過程中，學生及助理針對不同長者的興趣及疑問進行個別說明，成功推廣「為愛 AI 陪伴」APP 至地方據點給長者使用，且收集多位長者提供許願清單的回饋，並實踐更新，更新後 APP 已新增「每日英文」、「歷史上的今天」與「長情永樂健康單」進行定期使用者數據分析及回饋等許願功能，並持續更新中。

在 112 學年第 2 學期，由林嘉琪老師領導的「歷史人口學理論與應用」課程，課程結合計畫，由學生將「為愛 AI 陪伴」手機 APP 實際帶到淡水區正德里社區照顧關懷據點，教導長者做使用及下載。引導學生們對

長者進行生活痛點的關懷，也提升學生跨世代的溝通能力。在推廣的同時，也能透過實際和長者的接觸，得到反饋以優化本「為愛 AI 陪伴」手機 APP。更透過多次的拜訪據點，以增加長者使用本 APP 的黏著度。

課程延續上學期的拜訪，同學們和長者的相處更熟悉，除了進行本 APP 的更新及教學，並針對不同長者有興趣、疑問的部分進行個別說明。也多和長者聊天，進行生活痛點關懷。每次活動結束後，再根據長者的使用回饋進行小組課程反思。於最後一次活動請長者填寫後測問卷，以觀察長者們在使用本 APP 前後的改變及成效。



▲社區據點關懷長者活動

除了 APP 教學外，同學們還進行採訪，製作完整的訪綱，各組訂定不同主題，了解不同受訪者，如第二組將訪問主題定為「聰明飲食、快樂生活」，受訪長者除了積極學習使用 APP 外，也分享許多她精彩的人生經驗，同學們也配合主題引導長者，將健康飲食的觀念融入生活中。形成社區鄰里間新的交流主題。

本課程呼應 SDG 3 良好健康與福祉、SDG 4 優質教育、SDG 10 減少不平等，透過引導長者使用「為愛 AI 陪伴」手機 APP，並進行長者生活痛點關懷與學生進行採訪設計思考及實際訪問長者等活動，共完

成 2 次據點實際，並產出 4 組採訪。在據點實踐中，學生們透過採訪，關懷、同理長者來學習服務利他的精神。而藉由史學敘事力和跨領域設計思考的運用，結合場域經驗，發想更多長者所需之功能。透過多次拜訪鄰里，推廣本「為愛 AI 陪伴」手機 APP，增加長者使用本 APP 之黏著度。



▲學生們分組向進行教學



▲學生引導長者使用 APP



▲學生們與長者暢談



▲學生與長者一同使用 APP

6-3

USR x 品味
壯世代健康講座撰文 | 愛陪伴計畫團隊
SDGs : 3、4、10

113年5月11日，舉辦「USR x 品味壯世代健康講座」。張玄菩老師、鄧有光老師、陳怡妃老師、干詠穎老師、侯奕璋執行長、楊雁如老師、李淑花主任、花茂修醫師，帶領長者實際操作音樂器材以及憂鬱症講座和運動。

首先邀請干詠穎老師及「火的意志大屯火山咖啡」的侯奕璋先生，為參與長者們帶來「品非品樂」，享受咖啡的同時也聆聽、創作音樂。

接者由長庚醫院一般及老年精神科的李淑花主任及花茂修醫師分享老年憂鬱症，也為長者們解答健康

相關的問題。再來為長者們進行活力檢測，分別在體適能指導員陽雁如老師帶參與者們做運動操前後，進行測試，以檢測活力。最後，課程同學分享自己到計畫合作據點（正德里）進行推廣手機APP的心得。

期望透過本次的健康促進講座，能使參與者們獲得豐富知識和實用的建議，最後，透過當天的回饋表單共20份，來調查參與者對本健康講座的不同意見以及學習成效。



▼ 和長者一同進行音樂活動



長者們一同做運動



▼ 為長者進行活力檢測



▲ 健康講座

6-4

品味快樂生活
線上教學共展

撰文 | 愛陪伴計畫團隊
SDGs : 3、4、10

113 年 5 月 13 日 至 5 月 24 日 舉辦「品味快樂生活」線上教學共展，將課程成果轉化成 Story Map，讓觀賞者能不分時間地點，皆能觀看同學們的成果。

活動橫跨 1 個館、6 個學院、1 個中心、13 位教師、11 門課程，超過 500 位修課學生共同完成。12 天的線上展覽有 1,281 人次觀覽、品味音樂互動投票有 214 人參與。

展覽項目包含品味書寫，有西語文化導覽課程學生製作的雙語國家導覽，透過雙語書寫的力量，「導覽」西語系國家觀光、美食、藝術與建築等風情。讓我們跟著學生筆下的文字，感受令人輕鬆、熱情、愉快的元素，漫遊異國文化所帶來的無限魅力及樂趣；以及品味永續，由探索永續課程的學生製作繪本，從個人觀點出發，提出在日常生活中實踐世界永續的方法，傳達世界共好的理念，引發大眾關注世界永續發展的重要。



▲參與課程

6-5

長者活力檢測

撰文 | 愛陪伴計畫團隊
SDGs : 3、4、10

113年6月24日於宜蘭湖北社區舉行AI長者活力檢測，林嘉琪老師、鄧有光老師、社區大學全國促進會常務委員謝國清、東吳大學社會工作學系教授莊秀美委員、推動中心專員陳育安與助理陳晞及蕭銓升協助長者檢測並與教育部訪視委員彙報計畫的階段性成果。

活動中，計畫團隊於社區場域與長者進行互動，帶領他們參與活

力促進運動，並向參與長者解說本計畫核心理念與內容，並協助長者進行活力檢測，鼓勵長者透過科技應用與生活結合，帶領長者運用科技關注身心靈健康。



長者活力帶動運動



長者活動



團隊老師與委員討論彙報

6-6

日本大學與長照中心參訪

撰文 | 愛陪伴計畫團隊
SDGs : 3、4、10

林嘉琪老師、游國忠老師、鄧有光老師、張玄菩老師、施盛寶老師、林子郁老師、李淑花主任、花茂修醫師於113年7月17日至7月23日前往日本交流，與拓殖大學工學院、早稻田大學運動科學研究所、日本東京健康長壽醫療中心研究所及進行交流，並思考如何將其經驗調整成台灣適用的方式，進而應用至本計畫的課程和所建置的手機APP中。

透過這次的參訪活動，幫助計畫對日本在老年人照護方面的先進技術和管理經驗有了更深的了解。

拓殖大學和早稻田大學的研究成果展示了人工智慧技術在老年人健康管理 and 生活輔助方面的巨大潛力，這些技術不僅能夠提升老年人的生活質量，還能減輕照護者的負擔。特別是在拓殖大學的參訪中，我們看到了機器學習和深度學習技術的實際應用，這為我們的「為愛AI陪伴」手機APP的開發提供了寶貴的參考。

總體而言，這次參訪不僅拓展了我們的視野，還為我們的項目提供了許多寶貴且實用的建議和啟示。我們將結合此次參訪的所見所聞，進一步完善我們的「為愛AI陪伴」手機APP，確保其能夠真正滿足老年人的需求。



▲參訪拓殖大學



▲早稻田大學高齡研究所智慧居家實驗室



▲參訪東京健康長壽醫療中心研究所



▲參訪早稻田大學

6-7

參與亞洲大學 共培活動

撰文 | 愛陪伴計畫團隊
SDGs : 3、4、10

113年12月19日，林嘉琪老師應亞洲大學護理學院USR計畫邀請，參與「永續發展未來進行式：AI時代的社會實踐」共培活動。此次活動中林嘉琪老師以本計畫今年度之發展成果為主題參與發表，活動促進了USR計畫之間的經驗交流與合作，展現各校在社會實踐領域的具體貢獻。

活動包含了教育部USR推動中心、淡江大學、台北大學與主辦方亞洲大學等各方USR單位人員共襄盛舉，共81人參與。



▲以本計畫為主題發表



▲授與感謝狀



▲參與者共襄盛舉

6-8

效益評估當責工作：
利害關係人評估成果撰文 | 愛陪伴計畫團隊
SDGs：3、4、10

課程學生

學生參與 USR 守滬樂齡課程 / 活動成效回饋單，總共回收 197 份，124 位女性及 73 位男性，年級分布為 1 位大一學生、30 位大二學生、49 位大三學生、95 位大四學生及 2 位碩博士。問卷調查填答者的性別、年級、科系及授課名稱與課程方面的滿意度、自我認知調查。

在課程滿意度調查部分，學生填答所有問題評分均達 8 分，其中對課程內容之相關性調查評分最高，可見大部分學生對課程之安排進行，持正面評價；於自我認知與成效中，共有 6 題平均分達 8 分以上，包含自我成長度、協調能力、敘事能力、情緒表達、同理心、顛覆性概念之能力提升學習，其中學生對自我成長度評價最高，可見學生於課程後的成效具有正向認同感。

課程相關		自我認知與成效	
題目 / 分數	平均	題目 / 分數	平均
您對課程主題安排之滿意程度？	8.7	您對 USR 了解程度為多少？	7.27
主題的內容之相關性？	8.9	參加完此課程，您認為您自我成長的程度為多少？	8.35
您對講師整體表現的滿意程度？	8.86	參加完此課程，是否提升您團隊合作能力？	7.92
您對課程內容的滿意程度？	8.87	參加完此課程，是否提升您溝通協調能力？	8.21
您對課程進行整體的滿意度？	8.82	參加完此課程，是否提升您敘事能力？	8.12
		參加完此課程，是否提升您情緒表達能力？	8.18
		參加完此課程，是否讓您更有同理心？	8.08
		參加完此課程，對您而言是全新 / 顛覆既有認識的概念？	8.33

長者

針對已下載使用「為愛 AI 陪伴」手機 APP 者，進行使用滿意度調查，共回收 34 份。

有 41% 以上的長者覺得使用「為愛 AI 陪伴」手機 APP 讓孤獨感降低，有 38% 以上的長者覺得使用後會更喜歡社交活動，有 47% 以上的長者覺得使用後會提高自信心。64% 以上的長者對「為愛 AI 陪伴」手機 APP 感到滿意，有 57% 以上的長者覺得使用後會增加參與公共活動的意願，63% 以上的長者更加認同大學社會責任計畫，有 69% 以上的長者對淡江大學的好感度增加。

教師

教師參與 USR 守滬樂齡課程 / 活動成效回饋單，總共回收 9 份。我們調查填答者的授課名稱、所屬系所，並以教學與指導能力、團隊管理與協調能力、社會責任與教育視角、專業與跨領域能力、教育影響力與自我效能感，等五個面向收集教師自我評價，以前後問卷形式進行對比分析。

各項能力調查，後測問卷所有數據皆有提升，其中前後問卷對比，提升最多的項目為專業與跨領域能力面向中的「對於跨領域教學的掌握程度」，平均分提升 1.89 分；次多為社會責任與教育視角面向中的「對教育如何融入社會責任的了解程度」與「引導學生關注弱勢群體的需求」等能力，

平均分分別提升了 1.45 與 1.67 分。在自我評價的總結面向中「認為參與此計畫對您專業能力的整體提升有多大幫助」所有教師皆填答 8 分以上，平均達 9.22 分；「是否還會想加入類似計畫」教師皆填答 9 分以上，平均達 9.56 分，可見教師整體對計畫參與持正向回饋。

計畫助理

計畫助理參與 USR 守滬樂齡課程 / 活動成效回饋單，總共回收 13 份。我們調查各助理加入計畫之時長、系級，並以專業技能與實務能力、問題解決與創意思考、團隊合作與溝通能力、時間管理與目標導向、社會責任與個人成長等 5 個面向調查，以前後問卷形式進行對比分析。

在各項能力調查，後測問卷所有數據皆有提升，其中助理對計畫整體評價中對計畫帶來的整體學習成長，平均給出 8.25 分，可見助理團隊整體給予計畫高度認同與回饋。