

高齡健康博覽會

推動醫養大未來

亞洲 | 臺灣

正念勤修學與覺
精進力行菩薩道

隨著臺灣的老年人口比例快速上升，2025年六十五歲以上人口將達到四百八十五萬人，占總人口的20.8%，臺灣正式邁入「超高齡社會」。如何幫助國人維持健康快樂的「長壽新經濟」，將成為下一波重要的產業趨勢。由國家生技醫療產業策進會、生技醫療科技政策研究中心主辦推動，並由經濟部產業發展署、經濟部產業技術司、國家衛生研究院、數位發展部數位產業

署共同主辦的「第一屆高齡健康產業博覽會」，於8月2日至4日在臺北世貿一館盛大舉行，設立健康照護、智慧服務、快樂生活三大展區，集合產官學研醫兩百多家企業單位，超過七百個攤位，共同展示臺灣在高齡科技領域的領先成果。

慈濟基金會長照推展中心與慈濟醫療法人聯袂參展，慈濟主題館規劃「名人講堂」、「健康檢測」、「長照特色」及「醫療院所」展區，



攝影／賴廷翰



8月

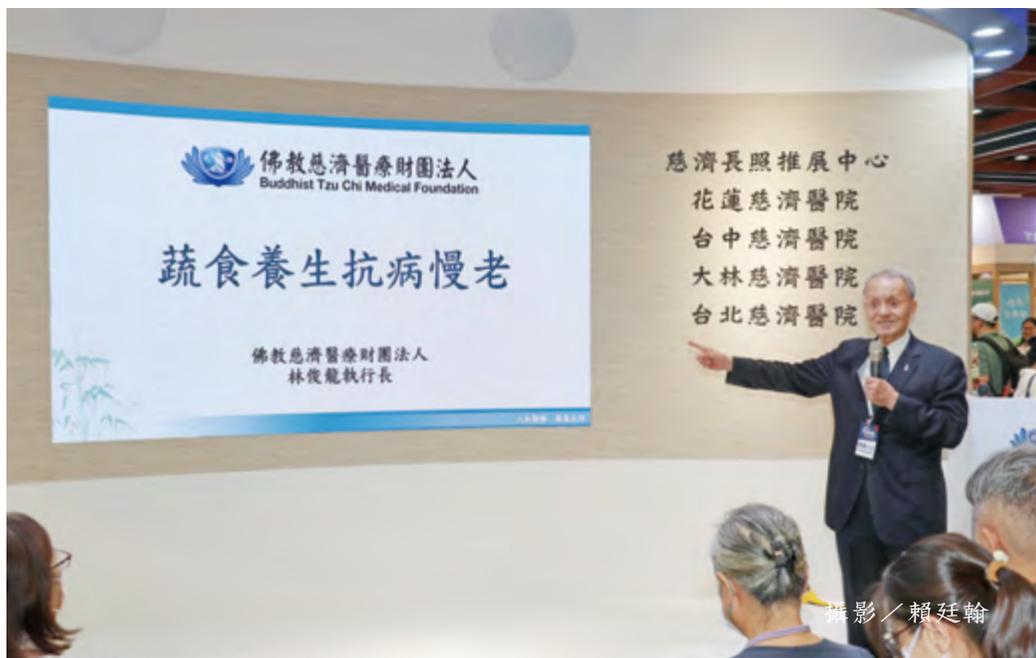
重要足跡

內容包含全臺慈濟長照介紹、樂齡健康生活照護、環保桌遊、素食推廣、智慧健康長照資訊系統等項目，活動現場也提供 AI 手機檢測老化、肌少症風險評估、腦波壓力評估和腦力退化評估、耳穴健診諮詢、中醫經絡能量檢測等，吸引許多觀眾民眾排隊體驗。

慈濟展位開幕式，由五位參與慈濟高雄日照中心的長輩表演活力健身操，熱情帶動與會人士一起舞動身軀做有氧運動，顯示銀髮長輩具備健康的身體素質。衛福部長照司長祝健芳肯定慈濟全臺推動長照的努力，強調必須照顧老人健康才能減少醫療沉重負擔，真正落實減少臥床比率與住院天數。慈濟基金會董事兼長照推展中心總召集人林

碧玉表示，慈濟五十八年前創立就走入基層照顧孤老，最早推動長照，現在全面推動社區包括偏鄉長輩參與長照，要結合更多夥伴讓長輩都健康呷百二。

慈濟長照推展中心自行研發的「880（幫幫您）健康管理照護系統」，榮獲「2024 全臺十大高齡特色友善科技、產品與服務」獎項，頒獎典禮於博覽會開幕首日舉行，由慈濟長照推展中心副召集人莊淑婷代表從總統賴清德手中接過獎狀。此系統透過前端 APP 訪視、量測照顧長輩的基本生命徵象數據，傳回雲端系統，由機構健康管理師監測數據，在長輩沒有警覺身體已經出現異常的情況下，掌握先機通報家屬帶長輩去醫院門診，事先發現潛



藏而尚未發作的疾病，妥善保障長輩的健康而獲得許多家屬感激。

慈濟展區「名人講堂」邀集涵蓋食衣住行、長照、法律等各領域的專業人士，在三天的展覽期間，分享蔬食養生抗病慢老、安養信託、自力支援照顧模式、口腔健康呷百二、樂齡照護你和我、抗衰樂齡生活化、失智預防延緩、愛陪伴憶啟動等九大主題，每場講座都深具特色，讓與會大眾透過聆聽專家的分享，了解老後生活並提前規劃、防範與養生。

身為臺灣素食營養學會榮譽理事長也是心臟內科名醫的慈濟醫療法人執行長林俊龍，在「名人講堂」中分享「蔬食養生抗病慢老」，列舉十六項醫學實證研究結果，表示養生就是做身體的環保，從「食」

開始，透過避免毒素與吃乾淨的食物，可以降低十項疾病風險，顯示素食者比葷食者更健康。長泰老學堂健康照顧體系林金立執行長，則以自身照顧者的經驗，介紹「自立支援」照顧模式，向社會大眾分享長照創新思維與作法，讓長者維持本來的生活模式當作復健，繼續活動、參與社會，做自己覺得有價值的事，可以避免衰弱與失能，歡喜過著老年生活，邁向成功老化。聆聽了四場講座的七十三歲民眾林先生表示收穫很多，每場講座都深具特色，了解到要活就要動，人會衰老，四肢、大腦等各器官都會隨著歲月老化，平常不好的生活習慣，要學習改變、融入團體中，以及多做運動，才能延緩身體功能的衰退，從最簡單最基本做起，呈現生

命價值。

在「長照特色」展區中，特別規劃長者手作義賣及環保桌遊體驗，豐富多元的義賣品來自全臺慈濟社區長照據點長者手工製作，長者們更歡喜地親自在現場推銷義賣品。環保桌遊也是來自據點長者手工製作，有別於一般的桌遊，從無到有全部是長者從環保站回收的瓶蓋純手工再製，富含SDGs綠色永續再生意義，並由據點長者擔任關主，帶動與會民眾玩環保桌遊，考驗自己的反應力與腦力，同時展現失智症患者練習的成果，認真發揮「老有所用」的精神，值得大眾學習。

慈濟展區之外，還有去年榮獲勞動部頒發「促進中高齡者及高齡者就業暨世代合作績優獎」的花蓮慈濟醫院，此次獲邀在博覽會以座

談方式分享「中高齡者在花蓮慈院的就職狀況」，介紹花蓮慈院積極聘用中高齡者再就業，善用青銀人力特質分工，讓世代合作常態化，並點出中高齡朋友最寶貴的就是經驗，鼓勵民眾再就業發揮專長，持續實現自我價值。

為期三天的高齡健康產業博覽會，慈濟醫養運用「智慧、友善、環保」的三大特色共創大未來，豐富精彩高齡生活的每一天。自1966年起，慈濟基金會與志業體秉持創辦人證嚴上人「守護生命、守護健康、守護愛」理念，為高齡者提供優質健康生活與服務。基於五十八年來的扶困濟貧與照顧，如何讓長者們「老有所依」，並且持續創造生命的價值，是慈濟永不間斷的使命。（彙編／楊采蓉）



攝影／鄭淑鳳