

# 花蓮黎明教養院

## 100 年『後山綠自然照顧支持性服務推廣研習計畫』

壹、計畫依據：中華社會福利聯合勸募協會 100 年度社會福利服務方案第 10000550 號

貳、指導單位：中華社會福利聯合勸募協會、花蓮縣政府

參、主辦單位：花蓮黎明教養院

肆、合辦單位：花蓮縣衛生局、台灣長期照護專業協會

伍、計畫緣起：

根據內政部九十九年統計顯示，花蓮縣身心障礙人數約占全縣人口 7.76%，是全台灣第二大身障人口的縣市，其中家庭照顧者的身心負荷及照顧壓力亟需關注及給予支持。學者指出照顧工作對照顧者的影響有體力負荷、情緒負荷、經濟負荷、服務體系加諸照顧者的負擔及缺乏照顧技巧所造成的壓力等。

因此，為舒緩家庭照顧者及受照顧者身心負荷，以及幫助照顧者擁有更多元的照顧方法及策略，黎明教養院參考歐洲國家最近極力推廣的綠自然照顧新興健康促進模式，透過健康照護與綠自然元素作結合，發展以綠自然概念為主的輔助性治療（園藝療法、音樂療法、芳香療法），透過體驗式及參與式的系列課程，吸引服務輸送體系直接接觸者（家庭照顧者為主，第一線專業人員為輔）來滿足家庭照顧者本身的各項需求，並進一步將本方案所學到的專業技巧應用至身心障礙者的各項生理、心理及社交層面的需求上。

陸、計畫目的：

提升身心障礙家庭照顧者及第一線專業人員綠自然照顧之輔助性療法相關知識，輔助性療法（園藝療法、音樂療法、芳香療法）運用於家庭照顧者壓力緩解之技能，以及輔助性療法運用於受照顧者之實際操作技能，以有效降低家庭照顧者身心壓力，與增進照顧技巧，提升家庭照顧者與受照顧者之生活品質。

柒、計畫內容：（日程、地點若有變更，以本院網站公告為主）

一、辦理日期：100 年 7 月至 9 月

二、辦理地點：花蓮黎明教養院

三、研習對象：

（一）持有身心障礙手冊之家庭照顧者。

(二) 身心障礙及長期照護相關之第一線照顧人員、學校教師。

(三) 對輔助療法有興趣之一般民眾。

#### 四、辦理方式：

(一) 課程分為『園藝療法』、『音樂療法』、『芳香療法』三階段進行，每一階段課程為 20 堂課，每堂課 2 小時，採上課、討論及實際操作方式。

(二) 課程進行中，經評估後家庭照顧者可免費申請講師到家指導乙次，以協助實際操作順利。

(三) 研習課程時間如下：

1. 園藝療法：7 月 2 日至 7 月 16 日，每週六、日全天，限 75 人

2. 音樂療法：8 月 6 日至 8 月 20 日，每週六、日全天，限 75 人

3. 芳香療法：9 月 3 日至 9 月 17 日，每週六、日全天，限 30 人

#### 五、報名日期與方式：

(一) 報名日期：即日起至 100 年 5 月 31 日止。

(二) 報名方式：

1. 現場報名：報名表及身心障礙手冊影本送至本院一樓服務台即可。

2. 傳真報名：將報名表及身心障礙手冊影本（免費參加者）傳真至本院 03-8346995，傳真後請以電話確認報名完成；需繳費者請在轉帳後將帳號後四碼加註於報名表內傳真，確認資料完整後才算報名完成。

3. 繳費：自費參加者請以 ATM 轉帳，帳戶：花蓮市第二信用合作社美崙分社（銀行代號 216），帳號：040-004-00023305。

#### 六、報名費用

(一) 凡持有身心障礙手冊之家庭照顧者全程免費參加，並提供講義、午餐、課程所有材料等。報名時每一課程繳交 500 元保證金，上課時數達 70% 者全數退費。

(二) 其他參加人員報名費用如下：

1. 園藝療法：3000 元（含講義、午餐、所有園藝材料）

2. 音樂療法：1000 元（含講義、午餐、所有音樂材料）

3. 芳香療法：3600 元（含講義、午餐、所有精油材料）

(三) 費用折扣：凡報名二項課程，總費用九折計算；報名三項課程，總費用八折計算。

捌、學分：本課程申請公務人員學分申請中、護理人員繼續教育學分申請中、長期照護專業人員學分申請中。

玖、研習課程內容如下：(課程內容若有更動，以當日課程實施內容為主)

(一) 園藝療法

日期	單元名稱	內容
7/2	園藝治療的介紹、運用	1. 何謂園藝、分類、栽培。 2. 園藝治療的歷史由來。 3. 園藝治療的定義園藝包含的項目及分類。 4. 園藝治療在身心障礙者的運用。5. 園藝治療師如何申請認證
	薄荷繁殖	1. 增加薄荷的栽培繁殖技巧。2. 了解薄荷的運用方式。 3. 嗅覺體驗，增加記憶力。
	迷迭香油製作	1. 了解迷迭香的栽培技巧。 2. 迷迭香油的製作。
	羅勒栽培技巧	1. 羅勒的栽培介紹與運用。 2. 移植、換盆的操作。
7/3	檸檬香茅香包製作	檸檬香茅的栽培及香包製作
	檸檬馬鞭草茶包製作	檸檬馬鞭草的栽培、香包製作
	薰衣草香芬糖	薰衣草的品種介紹與應用
	玫瑰天竺葵栽培	玫瑰天竺葵的栽培要點與利用
7/9	甜菊繁殖	甜菊的栽培介紹與利用
	茉莉花栽培	茉莉花的栽種、嗅覺體驗
	組合盆栽	利用小品盆栽作創意搭配
	種子盆栽	種子盆栽的預措處理、栽培步驟及注意事項
7/10	戶外教學	認識常見花草樹木
	蛋糕花	蛋糕花的創作
	Table Garden	利用室內耐乾旱、觀葉的植物及裝飾品做庭院的設計及創作
	香草世界(防蚊液)	香草的栽培、利用、加工
7/16	壓花鑰匙圈	乾燥花材的運用
	拓印創作	利用枝條、葉片、果實的漂亮形狀做美麗的構圖創作
	豆豆相框	運用不同顏色的豆子拼貼成可愛圖形
	分享與討論	園藝課程活動的操作分享與心得報告

(二) 音樂療法

日期	課程單元名稱	內容摘要
8/6	課程介紹、音樂治療的內容與輔助治療的介紹	課程介紹/作業講解/我的音樂分享
	音樂治療的起源與定義	歌曲歡唱/音樂心情故事分享/課程講述
	音樂治療與其服務對象的介紹	我們的歌-歌曲創作/課程講述/我的音樂心情故事
	音樂欣賞與分享-大自然的聲音	我們的歌/我的音樂心情故事
8/7	音樂治療與特殊教育	我們的歌/課程講述/我的音樂心情故事
	音樂欣賞與分享-旋律音樂的運用	我們的歌/音樂與肢體/我的音樂心情故事
	音樂治療與醫療	我們的歌/課程講述/我的音樂心情故事
	音樂治療與兒童	我們的歌/課程講述/我的音樂心情故事
8/13	音樂欣賞與分享-節奏音樂的共鳴	我們的歌/我們的節奏/即興創作/指揮
	音樂治療的方法/派別	我們的歌/課程講述
	音樂治療的技巧與活動內容-樂器使用	我們的歌/樂器的獨奏與合奏/分組創作
	音樂治療的技巧與活動內容-樂器使用	我們的歌/樂器的獨奏與合奏/分組創作
8/14	音樂治療的技巧與活動內容-音樂與肢體	我們的歌/音樂活動/我的音樂心情故事
	音樂治療的技巧與活動內容-即興音樂	我們的歌/音樂活動/我的音樂心情故事
	音樂治療的發展與現況	我們的歌/課程講述
	音樂治療的程序-課程講述與範例	我們的歌/課程講述
8/20	音樂治療的活動設計(一)	課程講述/分組設計
	音樂治療的活動設計(二)	課程講述/分組設計
	音樂治療的活動設計(三)	課程講述/分組設計
	期末分享與回饋	

(三) 芳香療法

日期	課程單元名稱	內容摘要
9/3	芳香療法的歷史、分類、精油品質的判別	1. 芳香療法由來的介紹 ○選購精油的標準 ○「人工合成」、「香料」、「精油」之差別 ○影響精油品質判別及價格因素
	芳香療法-植物精油的來源介紹	1. 每種植物精油的來源、萃取方式介紹 2. 單方精油介紹(迷迭香/檸檬)
	芳香療法-使用精油的安全準則	1. 使用精油的注意事項、禁忌 2. 精油的使用方法 3. 單方精油介紹(薰衣草)
	芳香療法-晴時多雲偶陣雨	情緒精油的調配與應用
9/4	芳香療法的作用原理與居家保健	1. 芳香療法在人體作用原理 2. 芳香療法如何使用於居家保健 3. 單方精油介紹(茶樹/薄荷)
	常見單方精油的介紹	1. 葡萄柚 2. 羅勒 3. 檸檬香茅 4. 玫瑰天竺葵
	植物油的認識	1. 南瓜籽油 2. 向日葵油 3. 甜杏仁油
	芳香療法的常用居家止癢油膏	萬用油膏的調配與應用
9/10	純露的介紹	純露的來源、使用方式、作用
	芳香治療對於壓力和焦慮的反應	植物精油使用於調解壓力紓發的方式
	軟陶精油薰香瓶	軟陶薰香瓶製作與應用
	芳香舒眠法	舒緩精油的調配與應用
9/11	芳香治療使用於皮膚反應	1. 植物精油適用於哪種皮膚案例 2. 植物精油適用於哪種傷口照護 3. 案例分享
	芳香療法用於肌肉酸痛照護反應	植物精油使用於調解肌肉酸痛的方式
	芳香療法-拒絕乾妹妹	身體乳的調配與應用
	芳香療法-泡泡世界	泡澡錠的製作與應用
9/17	戶外教學	認識常見香草植物
	芳香療法-按摩的基礎概念與介紹	按摩的重點與準備
	芳香治療的活動設計	
	分享與討論	芳療課程活動的操作分享與心得報告

拾、講師介紹

講師	學歷、經歷與證照
盧廷鑫園藝治療師	明道大學精緻農業學系、亞太園藝治療協會園藝治療師 園藝丙級技術士、造園施工丙級技術士 現任黎明教養院專任園藝治療師
陳綺慧音樂治療師	美國維吉尼亞州雪蘭多大學教會音樂碩士、音樂治療學士 現任黎明教養院音樂治療師、東華大學音樂系兼任講師、 中華民國應用音樂推廣協會理事
陳宥安芳療師	大仁大學護理系畢業、國軍總醫院內科護士、國軍總醫院精神科護士、東莞虎門台新門診部護理長 澳洲植物治療薰衣草專論學分、澳大利亞植物油學分、芳香治療與皮膚再生學分、耳鼻喉科系統學分、免疫系統學分、靈氣治療師第一階訓練及第二階訓練 NAHA 美國國家整體芳療師協會芳療師 現任黎明教養院專任芳療師

100 年『後山綠自然照顧服務推廣研習計畫』報名表

姓名	身份	<input type="checkbox"/> 家庭照顧者 <input type="checkbox"/> 一線照顧人員 <input type="checkbox"/> 教師 <input type="checkbox"/> 其他		
性別	<input type="checkbox"/> 男 <input type="checkbox"/> 女	電話	手機	
E mail				
住址				
報名課程 (可複選)	<input type="checkbox"/> 園藝療法(7月) <input type="checkbox"/> 音樂療法(8月) <input type="checkbox"/> 芳香療法(9月)			
費用	<input type="checkbox"/> 免費 <input type="checkbox"/> 園藝療法 3000 元 <input type="checkbox"/> 音樂療法 1000 元 <input type="checkbox"/> 芳香療法 3600 元 <input type="checkbox"/> 二種課程_____元 <input type="checkbox"/> 三種課程_____元，轉帳帳號後四碼_____ (繳費必填)			
其他	1. 用餐： <input type="checkbox"/> 葷食 <input type="checkbox"/> 素食 2. 音樂療法必填：家中是否有 CD 播放器？ <input type="checkbox"/> 有 <input type="checkbox"/> 無 3. 身份證字號(申請學分者必填)：_____			
備註	4. 是否願意繼續收到本院相關訊息？ <input type="checkbox"/> 願意 <input type="checkbox"/> 不願意 1. 報名日期：即日起至 100 年 5 月 31 日止，額滿為止。 2. 傳真報名(傳真號碼：03-8346995)後，請電話確認是否報名完成，聯絡電話：03-8321220 分機 1217 林小姐 3. 免費報名者，請附身心障礙手冊影本，與報名表一同傳真。 4. 本報名表可自行影印。 5. 參加研習人員請務必攜帶環保杯筷。			