

文/圖 吳菁菁

關山鎮位於花東縱谷南段，人口僅8,575人，居民多務農維生，是全臺人口最少且唯一未達一萬人的鄉鎮，由於年輕人口外移，已逐漸成為高齡化的社會。

偏鄉地區人口逐年減少影響下，農村年長者們的生活逐漸變得單調而孤寂，經常是以「簡單」應付平時的飲食，長久下來導致健康問題。為了鼓勵年長者走出家門，方便攝取營養均衡的飲食，關山鎮米國學校田媽媽餐廳推出特別措施，凡六十五歲以上的關山鎮居民，憑身分證件



米國學校田媽媽餐廳鼓勵鎮上銀髮族前來用餐

進入用餐即享八折優惠，藉以鼓勵鎮上銀髮族走出家門前來用餐。

近幾年，臺東場積極辦理田媽媽研習及現地輔導課程，讓轄區田媽媽班學習如何運用各式在地食材，變化出具在地特色之餐點，更結合競賽活動驗收成果，營造亮點產業。米國學校田媽媽班員學以致用，推陳出新，應用所學，將學習成果融入招牌餐點「大碗公飯」，配合季

節時蔬變化菜色，讓長者們吃得安心健康。

臺東場表示，米國學校的田媽媽餐廳基於鼓勵，讓長輩們有機會在愉悅的用餐氣氛，重新連結生活中的人際關係，也大幅提升其生活滿意指數。餐廳提供銀髮族八折優惠，非將長者視為弱勢群體或以營造社會福利為目的，有別於社福機構集中照顧營運模式，反將這樣的客群視為獨立且自由的群體，推動的背後目標，不是「怎麼照顧長者」，而是「如何創造友善的環境，鼓勵長者走出戶外」。

米國學校接受農政單位的輔導成立田媽媽班，以取之於社會用之於社會的精神，善盡義務有所回饋，相當值得其他田媽媽班學習。米國學校的田媽媽餐廳已成為樂齡慢活的鄉村食堂，長輩們透過愉快用餐氛圍，分享曾經那些講給兒孫聽的故事，找回長者生活的尊嚴，無形中也傳承了農村文化與美好的記憶。

→ 台9線旁的田媽媽米國學校餐廳，可方便解決遊客用餐需求

