

重返 歲月

／宜蘭大學園藝系

溫柔依





★**方案名稱：**重返歲月

★**創作者：**溫柔依

★**方案目標：**

以認知強化為主要目標，藉由簡易的園藝作物加工品（古早味美食），提供個案品嚐，鼓勵參與者分享感受到的感官體驗以及過去的經驗和回憶。

參與者條件、資格及人數：年齡 65 歲以上、輕中度失智症患者、可以自主飲水吞嚥，無對堅果花生過敏者、人數約 12-15 人。

★**摘要：**

本活動以延緩輕度、中度失智症患者認知退化為目標，透過活動帶領者的引導，讓所有參與者都能回憶，並分享對古早味美食的偏好食用感受及過往經驗，藉此達到活化認知及延緩病程的效果。

★**活動時間與長度：**

90 分鐘，活動進行時，中間需要休息 5 分鐘。

★**活動地點與設備：**

照護中心，需要有院內的志工在旁協助。

★評估方式或方法

表達食物的樣貌 (顏色、形狀、等等)	表達(句子)1次1分，最高3分
說出正確食物名	講出食物名稱3分 透過圖片提示輔助講出食物名稱1分
說出對味道、氣味的感受	表達(句子)1次1分，最高3分
說出對口感的感受	表達(句子)1次1分，最高3分
分享相關經驗與回憶	表達(句子)1次1分，最高3分

★材料與工具

- 紙盒
- 茶壺
- 杯子
- 薺菜
- 棗糕
- 麵茶
- 金桔茶

★方案內容說明與實施程序

1. 懷舊美食品嚐(主題)- 如麵茶、薺菜、棗糕、金桔茶。
2. 先拿麵茶、薺菜、棗糕、金桔茶的圖卡讓參與者猜這些是什麼食物。
3. 開始介紹食物的知識、歷史、添加的內容物。
4. 介紹完食物就讓個案品嚐。
5. 中場休息。
6. 鼓勵個案分享吃到的味道、口感及以前的經驗或回憶。
7. 收拾環境與大合照。



創意綠療育活動方案表

✦單元名稱：重返歲月

✦活動次數：1 次

✦時間長度：90 分鐘

✦活動目標：

以認知強化為主要目標，藉由簡易的園藝作物加工品（古早味美食），提供個案品嚐，鼓勵參與者分享感受到的感官體驗以及過去的經驗和回憶。

活動內容 與時間	實施程序	設備與材料	備註
自我介紹 10 分鐘	主持人向大家簡單介紹自己及本次的活動內容，拉近彼此的距離。	2 名主持人	目的是讓帶領團隊與個案的關係不要太陌生
活動執行 50 分鐘	1. 拿麵茶、蔴荖、棗糕及金桔茶的圖卡，讓個案動腦猜猜看是什麼。 2. 簡單的介紹這些食物的歷史或添加物。 3. 請組員端上食物給個案品嚐。 4. 請個案彼此分享食用這些食物的口感及味道。 5. 鼓勵個案一起分享昔日食用這些食物的美好時光與回憶。	麵茶、蔴荖、棗糕、金桔茶、圖卡	



活動結束 與回饋 20 分鐘	回顧今日活動食物名稱，分享今日活動的感受，為了讓參與者都有分享的勇氣和機會，使用引導回答的方式來詢問，例如： 1. 叫什麼名字。 2. 喜不喜歡吃、之前有沒有吃過。 3. 吃起來的口感如何？ 4. 在哪裡吃到的？和誰一起吃？ 5. 以前吃這些食物時候的往事或回憶（回想以前跟家人的相處美好時光等）。		
收拾環境 與大合照 10 分鐘	來張開心的大合照		

