

「說學共讀品文山」

—臺北市文山區樂齡學習資源中心發展經驗談

田代如

臺北市立圖書館景新分館主任

國內老年人口急速上升，依據行政院經濟建設委員會「中華民國臺灣97年至145年人口推計報告」¹所示，民國82年，臺灣65歲以上人口佔全國總人口的7.10%，達到「高齡化社會」（7%）的指標；民國106年，臺灣老年人口將達到331萬，佔全國總人口的14%而成爲「高齡社會」；民國114年，臺灣老年人口將達到479萬，佔全國總人口的20.1%，而躍居成爲「超高齡社會」²。教育部於95年公布「邁向高齡化社會老人教育政策白皮書」，以終身學習、健康快樂、自主與尊嚴及社會參與爲主，積極、多元地推展高齡者教育。臺北市立圖書館身爲終身學習機構，爲落實高齡者教育，營造在地學習環境，97年10月分別於總館、三民分館、葫蘆堵分館設置「大安區、松山區和士林區樂齡學習資源中心」，98年10月於大同分館、景新分館和東湖分館設置「大同區、文山區和內湖區樂齡學習資源中心」，提供55歲以上年長者一個閱讀、休閒和學習的專屬空間。

臺北市文山區爲臺北市知名文教區，98年文山區老年人口佔全市老年人口爲

9.19%³，但目前僅有一處文山區老人服務中心及社區玩具工坊，尙未能全然滿足樂齡族群學習需求，故極有需要籌設樂齡學習資源中心；且社區內有「漢霖說唱藝術」、「臺北曲藝團」、「大漢玉集」等說唱藝術團體及國內唯一設有口語傳播學系的世新大學，考量區域性的豐富資源，結合「說唱藝術」及「口語傳播」藝術、語文、口語及溝通技巧等元素，進行課程整體規劃，除讓樂齡者認識中國傳統表演技藝，更能增進其口語表達能力、增強表達自信心，培養其面對大眾的勇氣，進而將人生智慧以「耆老講古」、相聲等方式傳承給新一世代。再者，社區內不少知名民間文教機構，藉由長期合作建立基礎，與其合作共同規劃「琴、棋、書、畫」課程或表演活動，充分開發地方文藝特色，並結合以「茶藝」爲館藏特色的文山分館，建構出一個具有「民俗藝術」及「茶館文化」氛圍的樂齡學習中心。

截至98年底文山區樂齡學習資源中心（以下簡稱「本中心」）中心共有96位學員，14位志工，學員中84位爲女性，佔全體學員87.5%；學員年齡以50歲至60

¹ 行政院經濟建設委員會（2008），「中華民國臺灣97年至145年人口推計報告」，第16頁，<http://www.cepd.gov.tw/ml.aspx?sNo=0000455>（檢索於2010年2月28日）。

² 當一個國家65歲以上人口占總人口比率突破7%時，就是進入高齡化社會（ageing society）；當此比率超過14%時，即稱爲高齡社會（aged society）；而當此比率超過20%時，則稱爲超高齡社會（super-aged society）。臺灣地區自82年開始進入高齡社會。

³ 臺北市政府民政局，「臺北市各年底人口數按性別及年齡分統計表」，<http://www.ca.taipei.gov.tw/ct.asp?xItem=1071180&ctNode=28544&mp=102001>（檢索於2010年3月1日）

歲為最多，佔43%，以60歲至70歲次之，佔41%；教育程度方面，以大專畢業為最高，共有37位；職業以退休最多，計有35位，家管次之，有34位，98年11月開課以來，共開設7門課程，參加人數達到1,114人次。

以下就本中心自籌畫設立至目前運作情形，以「筆路藍縷，草創伊始」（98年7月至98年9月）、「群策群力，學習啟動」（98年10月至98年12月）、「擘畫藍圖，活力展現」（99年1月至99年2月）及「在地深化，夢想啟航」（99年3月以後）四階段，提供營運經驗予同道分享。

壹、筆路藍縷，草創伊始（98年7月至98年9月）

一、籌設地點選擇

選擇景新分館為文山區樂齡學習資源中心籌設地點，其優勢分析如下：

- （一）位於景新分館1樓，為專屬空間，有洗手間便於長者利用。
- （二）交通便利，在景美捷運站附近，步行7分鐘可到達，另近20條公車路線經過。
- （三）隸屬臺北市政府教育局市立圖書館，終身學習資源豐富。
- （四）長期辦理社教藝文推廣活動，累積社區資源，易於整合。
- （五）活動場地多元，可依活動性質，作適當選擇。

二、願景訂定

『景美樂齡 樂在學習 新呈古藝 聲聲不息』

結合社區樂齡資源，營造樂齡快樂學習的氛圍，在學習過程中找到自信，肯定自己，進而開發樂齡族群的價值。

三、目標確認

- （一）以樂齡族群的學習需求為起點，設置文山區樂齡學習資源中心，並結合文山區的社區資源辦理研習課程與活動。由於國內知名兩大說唱藝術團體—「漢霖民俗說唱藝術團」、「臺北曲藝團」皆設立於文山區，故以「說唱藝術」作為課程主軸。而鄰近之世新大學為國內唯一設有研究口語傳播學系之學校，利於結合資源並舉辦講座，增進樂齡族群人際及家庭溝通技巧。
- （二）結合文山區在地師資規劃多元學習課程及講座，並透過團體學習與分享，讓樂齡族生活更為豐實。
- （三）提供「曲藝」及「口語傳播」為主題的閱讀素材及相關設備，成為樂齡族群學習相聲、數來寶等說唱藝術或口語傳播技巧的資源中心。
- （四）成立樂齡服務團隊，以有組織、計畫性地培訓課程，使樂齡族群之專業長才藉由服務得以延伸，並能獲得社會參與之成就感，拓展其人際關係。

四、課程規劃

7月提出中心計畫且於10月計畫核定前，中心遂即開始進行志工招募、師資聯繫及招生事宜，開設課程總共有國畫基礎、松年讀書會、竹板快書、時尚花藝設計、手語帶動唱、對口相聲及銀色魔術等7門課程，值得一提的是，中心特色課程「竹板快書」及「對口相聲」為與臺北曲

藝團合作，由曲藝團提供專業師資之課程，而每門課程均有志工協助課務進行，並於11月1日開始上課。

貳、群策群力，學習啟動（98年10月至98年12月）

在空間定位、目標及願景明確化後，遂進行中心空間籌設事宜，經邀集空間藝術專家及樂齡志工召開「內部空間規劃設計及運用諮詢會議」，讓志工參與規劃及設計空間，讓樂齡志工感覺，處於自己規劃設計出的空間是舒適、自在且具有成就感。

一樓中心經過眾人的勞動整理及開會討論後，遂於98年12月21日邀集樂齡志工及藝術實驗室老師進行室內空間粉刷及彩繪，同時傢俱採購、大圖輸出及標示、牌體工程、大門、電話、保全系統、監視器鏡頭之裝設均即刻進行。12月22日召開志工會議，籌備中心開放，遂即於12月24日開放並嘗試運作。

中心課程於98年10月開始上課，教育部樂齡輔導小組於12月24日進行業務訪視，12月30日於本中心舉行盛大的「98年度臺北市樂齡學習資源中心聯合揭幕儀式暨成果聯展」，當日邀請教育部及臺北市政府教育局長官蒞臨指導，並由國立教育廣播電臺「銀髮新視界」郭念洛小姐主持節目，亦有大愛及人間衛視等媒體採訪，各中心志工及學員分別負責成果靜態展示及動態展演，中心亦架設網站，樂齡服務熱情啟航。

以下是一些在本中心的研習課程中，學員給予我們的回饋意見：

一、竹板快書班（學員）

方景鈞（79歲）—今天上課很愉快，老師上課方式活潑生動，在講解同時也加上表演，使上課氣氛不流於枯燥，會適時請學員練習咬字發音，教大家辨認注音符號的字音，收穫頗多。

李瑞蓮（58歲）——快樂無比：生活充滿了趣味，因可隨處練習。二、提升語文能力：無論走路、坐車（捷運）可反覆背誦段子，絕不感到無聊。三、字正腔圓：除了靈活操作技巧（促進手的運作）還可增進語文表達能力。

二、手語帶動唱（學員）

何月里（70歲）—我很高興來此上課，老師教得非常好。我們也很認真學習，可學唱歌又可學跳舞，對身體健康非常有幫助，希望繼續辦下去。

三、銀色魔術班（學員）

蔡榮贊（65歲）—今天的課程很好，在我一生中是個很好的學習機會，和我一起上課的有我太太、女兒、孫子一起來學習很新奇，可以學到魔術的入門，帶給老人小孩很多快樂和學習經驗，希望政府多多推廣這類課程。

四、時尚花藝班（志工）

李慧慈—簡單易學，成效非常好；作品很美觀，很有成就感；上課氣氛輕鬆有趣。

五、國畫初階班（教師）

看到最高齡的八十幾歲爺爺也來上課，身體硬朗，真是標準的活到老，學到老，若中心有經費問題，我願意志願來教

學，因此班學生皆很用功認真，進步很快，進度也超前，上課氣氛亦非常融洽。

參、擘畫藍圖，活力展現（99年1月至99年2月）

為結合文山社區豐沛資源以活絡中心一樓空間、實現生活美學及創意城市的概念、展現樂齡學員學習成果，本中心於98年12月8日以及99年1月4日分別召集兩次會議籌備「樂齡99，創意UP!—文山樂齡中心成果展暨生活美學創意市集」活動，活動於99年1月16日舉行，以一種「歡喜來作客」的中心概念，將樂齡中心溫馨舒適且具藝術感之布置氛圍，推展到一樓公共空間，並藉由國立臺北教育大學文化產業設計與經營研究所及藝術實驗室的協助策劃；景新托兒所、文山婦女暨家庭服務中心的協辦，以及景行里里長張水柳、景美傢俱行的贊助，並與蝴蝶琴室、文山社大及手工藝術創作者合作，在當天展售各種樂齡美學與創意表現的手工藝品，亦安排精采的藝文表演、祖孫DIY課程，以及創意市集的攤位，讓參加民眾享有欣賞音樂和趕集逛攤的雙重樂趣，也充分展現文山區創意藝文產業的活力！

肆、在地深化，夢想啟航（99年3月以後）

歲末之際，本中心開始籌畫99年度上半年的研習課程，除延續98年度課程外，新設研習課程共有4項，分別為配合自然生態教育年開設的環保課程「銅鋁罐的春天」（環保花藝飾品DIY）、圍棋初階、大文山健行暨文史生態遊學及旅遊英

語讀書會等，較特別的是，此次樂齡志工發揮貢獻與影響力，擔綱任教上述四項課程，完全未使用到中心任何經費，可見文山樂齡已漸漸運用自我資源運作，朝向永續化經營。

另外，本中心亦於99年度上半年度與市圖各樂齡中心以策略聯盟方式規劃社區宣導講座暨志工外展服務，並分別與竹板快書及手語帶動唱課程聯合進行志工外展服務及宣導講座：4月份於景美國小老人識字班舉辦「銀向身心健康之道講座」、文山社大（景美國中）公民素養週舉辦「高齡政策宣導講座」；5月份於力行分館舉辦「銀髮住宅居家安全講座」；6月份於木柵分館舉辦「退休理財規劃講座」、永建分館舉辦「婆媳之間代間教育講座」。

樂齡中心與一般學校、長青學苑、老人會及關懷據點相同之處在於皆為提供樂齡（中高齡）學習資源的地方，從課程創造之差異點在於「提供滿足規範性需求的課程」，需加強展現的教育精神有：宣導高齡社會準備課程、協助特殊樂齡族：應付、維持、並能生存發展的能力、進行樂齡講師訓練、吸收其它類型學習場域的長處⁴。為更有規劃及策略性提供文山區銀髮長者服務，展現與上述服務銀髮長者相似機構的不同處，本中心展開99年度工作計畫，如下表所示：

⁴ 樂齡教育輔導團，「樂齡中心與類似學習場域的異同」，樂齡培訓教材，<http://team.senioredu.moe.gov.tw/031-98.htm>（檢索於2010年3月2日）。

臺北市文山區樂齡學習資源中心99年工作計畫

願景	目標	策略	行動方案	辦理時程	實際辦理情形
景美樂齡 樂在學習 新呈古藝 聲聲不息	一、課程 深化	(一) 續辦樂齡 中心研習 課程	1. 國畫研習課程	99年3月2日至 6月29日	已開課。
			2. 松年讀書會	99年3月3日至 6月30日	已開課。
			3. 竹板快書	99年3月10日至 5月12日	已開課。
			4. 手語帶動唱	99年3月5日至 6月25日	已開課。
			5. 時尚花藝設計	99年3月5日至 3月26日	已開課。
		(二) 新辦樂齡 中心研習 課程	1. 銅鋁罐的春天(環 保花藝飾品DIY)	99年3月2日至 6月29日	已開課。
			2. 圍棋初階	99年3月3日至 6月30日	已開課。
			3. 大文山健行暨文史 生態遊學	99年3月3日至 6月30日	已開課。
			4. 旅遊英語	99年3月3日至 6月30日	已開課。
			5. 電腦入門研習	6月5日、6月12 日、6月19日、 6月26日	申請臺北市府教育局 經費1萬8,000元辦理。
		(三) 宣導課程 (必修)	「高齡政策宣導講 座」	99年4月26-30 日	已規劃於文山社大(景 美國中)公民素養週辦 理。
		(四) 基本生存 課程	1. 「銀向身心健康之 道講座」	99年4月份	已規劃於景美國小老人 識字班舉辦。
			2. 「銀髮住宅居家安 全講座」	99年5月份	已規劃於力行分館舉 辦。
			3. 「婆媳之間代間教 育講座」	99年6月27日	已規劃於永建分館舉 辦。
			4. 「退休理財規劃 講座」	99年6月13日	已規劃於木柵分館舉 辦。

願景	目標	策略	行動方案	辦理時程	實際辦理情形
景美樂齡 樂在學習 新呈古藝 聲聲不息	一、課程 深化	(五) 貢獻影響 課程	1. 志工外展服務	99年2月至6月 預計共辦理6場	(1) 與市圖各樂齡中心以策略聯盟方式規劃，並分別將與竹板快書及手語帶動唱等課程聯合於宣導講座時進行志工外展服務。 (2) 目前已辦理1場「樂齡聯合宣導暨日本高齡教育心得分享外展服務」。
			2. 圖書館利用教育課程(志工系列)	99年4-12月	將規劃辦理。
			3. 圖書館利用教育課程(祖孫共讀系列)	99年7-12月	將規劃辦理。
	二、行銷 宣傳	(一) 提升媒體 報導率	1. 平面媒體	99年1-6月	99年1-3月世新大學小世界週報報導已報導2則。 99年1-3月U-Paper已報導1則。
			2. 廣播媒體－國立教育廣播電臺「銀髮新視界」報導	99年1-6月	99年1-3月已播出1次- 2月5日。 99年4-6月預計受訪1次。
			3. 電視媒體－萬象有線電視報導	99年7-12月	將規劃進行。
			4. 網路媒體－電子報	99年1-12月	99年1-3月市圖電子報已報導2則。 99年1-3月臺北電子報已報導1則。
		(二) 網站全方 位經營	1. 臺北市立圖書館首頁最新消息	99年1-12月	已報導2則。
			2. 臺北市立圖書館樂齡網站報導	99年1-12月	已上傳共72則。 (1) 樂齡新聞2則。 (2) 樂齡活動報名3則。 (3) 活動剪影58張照片。 (4) 增加9堂研習課程行事曆。
			3. 臺北市立圖書館－館員學習與交流部落格	99年1-12月	已報導1則。

願景	目標	策略	行動方案	辦理時程	實際辦理情形
景美樂齡 樂在學習 新呈古藝 聲聲不息	二、行銷 宣傳	(二) 網站全方 位經營	4. 樂齡教育輔導團一 行銷宣傳少不了報 導	99年1-12月	99年1-3月已提供22張 照片。
			5. 教育部樂齡學習網 報導	99年1-12月	99年1-3月已報導1則(中心聯絡訊息)。
			6. 臺北市老人教育網 報導	99年1-3月	臺北市老人教育網—臺 北市98年樂齡學習資源 中心聯合揭幕儀式暨成 果1則。
			7. 臺北市文山區樂齡 學習資源中心網站 報導	99年1-12月	智邦生活館自設網站99 年1-3月已上傳13筆。
			8. YouTube	99年4-12月	將於第2季開始執行。
		(三) 創意海報 設計	將與世新大學圖文傳 播暨數位出版學系 (世新樂齡學堂)合作 辦理創意海報展	99年7-12月	規劃中。
	三、樂齡 故事	(一) 樂齡達人 生命故事	1. 將與世新大學新聞 學系小世界週報合 作辦理	99年7-12月	規劃中(臨時人員目前 為世新大學新聞系三年 級學生)。
			2. 將與文山地方頻道- 萬象有線電視合作 辦理	99年7-12月	規劃中。
		(二) 課程報導	將與文山地方頻道- 萬象有線電視合作辦 理	99年7-12月	規劃中。
		(三) 中心形象 宣傳	1. 將與文山地方頻道- 萬象有線電視合作 辦理	99年7-12月	規劃中。
			2. 將自製影片於社區 宣導講座前播放	99年4-12月	影片收集素材中。
	四、資源 連結	(一) 人力資源	1. 計時人員運用	99年1-12月	1月份共計80小時。 2月份共計80小時。
			2. 短期人員運用	99年4-12月	黎明專案人員1位。
			3. 志工招募	99年1-12月	目前總共17位，較98年 增加3位。 【98/11/01】召開「第1 次志工會議」。 【98/12/22】召開「第 2次志工會議」。 【99/01/30】進行志工 特殊訓練。

願景	目標	策略	行動方案	辦理時程	實際辦理情形
景美樂齡 樂在學習 新呈古藝 聲聲不息	四、資源 連結	(二) 機構資源(策略聯盟)	1. 市圖各樂齡中心策略聯盟 2. 臺北市立圖書館文山區分館	99年1-12月	1. 總館大安樂齡－規劃1場「樂齡聯合宣導暨日本高齡教育心得分享外展服務」。 2. 市圖文山區力行分館－已規劃1場社區宣導講座。 3. 市圖文山區木柵分館－已規劃1場社區宣導講座。 4. 市圖文山區永建分館－已規劃1場社區宣導講座。
		(三) 社區資源	1. 文山社大(景美國中) 2. 景美國小老人識字班 3. 臺北曲藝團 4. 文山婦女中心 5. 景新托兒所 6. 文山區老人服務中心 7. 武功國小玩具工坊	99年1-12月	【99/01/16】文山樂齡成果展暨創意市集活動。 【99/03/13-99/11/20】文山樂齡宣導－文山婦女市集活動(6場)。
		(四) 經費資源	1. 里長贊助 2. 地區銀行贊助 3. 基金會贊助	99年1-3月	【99/01/16】文山樂齡成果展暨創意市集活動 景行里張水柳里長贊助一萬元整及養生茶飲。
		(五) 成立諮詢顧問團	1. 景行里里長 2. 景行里里幹事 3. 景美國小校長 4. 景美國中校長及文山社大團隊 5. 藝術實驗室總監 6. 國立臺北教育大學文化產業學系 7. 臺灣電視公司行銷事業處前主任	99年1-3月、10-12月	【98/12/07】文山樂齡成果展暨生活美學創意市集籌備會議。 【98/12/08】文山樂齡成果展暨生活美學創意市集第1次籌備會議。 【99/01/04】文山樂齡成果展暨生活美學創意市集第2次籌備會議。

「景美樂齡，樂在學習；新呈古藝，聲聲不息」，文山樂齡服務於98年在景新圖書館正式啓航，我們將帶給社區民衆最快樂的學習經驗、最充實的閱讀體驗，在迎接生命的變化時，讓銀髮長者做好最充足的準備，恬適怡然又自在地忘記年齡、迎向美好未來！