

USR愛陪伴計畫 邀跨世代共同品味人生

學校要聞

【本報訊】USR「守滬樂齡 宜然自得：建置以長者為關懷的『為愛AI陪伴』手機APP」計畫，5月11日上午9時於商管大樓B302A，舉辦「USR x品味」壯世代健康講座，講座課程分成「品啡品樂」、「品味AI」、「愛來運動」及「品味壯」4個主題，邀請專業教師及醫生顧問帶領課程，計畫主持教師群與學生近60人參與。計畫主持人，歷史系教授林嘉琪，首先說明該計畫截至目前的活動以及「為愛AI陪伴」APP的實際推廣進度、現有的功能以及預計推出如「愛來運動偵測活力指數」、「寵物陪伴」、「通知」等新功能，以促進長者的身、心、靈全方位健康並加強長者們使用的意願。

「品啡品樂」由通識與核心課程中心教授干詠穎與火的意志大屯火山咖啡創始人侯奕璋，說明音樂對於活化大腦的幫助，透過AI科技帶領大家進行手指音樂創作，並請多位參與者共同實際操作，協力完成三首歌曲。為了提升互動關係人對老年憂鬱症能有更進一步的認識，計畫特別邀請長庚醫院一般及老年精神科主任李淑花與醫師花茂修，分別以「老年憂鬱症的病因與治療」與「老年憂鬱症狀介紹」為題，介紹老年憂鬱症的特點與危險性以及如何治療；「愛來運動」由高齡健康管理學研究所所長鄧有光向參與者進行說明AI活力偵測，先請參與者拍一次活力偵測，再由體適能指導員楊雁如來帶領大家進行運動，並在運動後再拍一次活力偵測，團隊會根據參與者的活力偵測指數進行運動前後的活力分析對比。

歷史四曾揚清分享，和樂齡世代一同品味各種不同的快樂非常有趣，也學習到很多有關壯世代的新知識，能夠在「品味壯」中和大家分享學期成果也感到非常榮幸。她認為「跨世代的互相交流與學習是非常重要的，這次的講座更有助於此。」（文／USR愛陪伴計畫）



