**國家文官學院每月一書導讀會 程序表**

* + - 書目：《**創齡：銀色風暴來襲**》
		- 作者：駱紳、朱迺欣、曾思瑜、劉豊志　著
		- 出版社：立緒
		- 導讀者：臺灣喜大人協會秘書長 駱紳
		- 時間：103年2月18日（星期二）晚上7時至9時
		- 地點：國家文官學院行政大樓 菁英禮堂（臺北市南港區忠孝東路7段576號）

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **時 間** | **程 序** | **主 持 人** |
| 18:30 ~ 19:00 | 報 到 |  |
| 19:00 ~ 19:10 | 致歡迎詞及導讀者介紹 | 梁主任秘書元本 |
| 19:10 ~ 20:30 | 導 讀 | 駱秘書長紳 |
| 20:30 ~ 20:50 | 心得分享、討論交流 | 駱秘書長紳 |
| 20:50 ~ 21:00 | 圖書抽籤 | 梁主任秘書元本 |
| 21:00 | 結束（期待下次再相會） |  |

* + - 圖書抽籤：《創齡：銀色風暴來襲》10本。
		- 導讀會預告：

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **月份** | **書目** | **著者** | **時間** | **導讀者** |
| 3 | **落腳城市** | Doug Saunders | 2014/3/25(二) | 國立臺灣大學建築與城鄉研究所退休教授劉可強教授 |

**講座簡歷－駱紳 秘書長**



**講座簡介－駱紳 秘書長**

【現職】

臺灣喜大人協會秘書長

【經歷】

* 1975年至2005年，歷任中國時報人間副刊執行編輯、影劇版主編、生活版主編、大地副刊主編、寰宇版主編、家庭版主編、旅遊版主編、醫藥版創版主編、社刊主編、及生活中心主任兼中國時報副總編輯，媒體工作經驗30年。
* 2006年2月為換心名醫、前振興醫院院長魏崢撰寫「活著上天堂」一書（天下出版）。
* 2007年1月為特殊奧運游泳金牌選手「唐氏症兒」范晉嘉代筆的「愛是『泳』不止息」一書由「印刻」出版。

**備 忘 欄**

|  |
| --- |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |

**《創齡：銀色風暴來襲》書目簡介**

【內容簡介】

*「創齡」一詞來自日本，*

*以全然不受限的精神年齡，*

*正面思索人生課題，*

*繼續築夢、追夢，開創充滿挑戰的第二人生。*

　　銀色風暴席捲全球

　　經建會在2011年初的時候，發表統計數據指出，2011年台灣地區人口老化程度排名世界第48，但最快在22年後，台灣將會超越日本成為全球最「老」的地區，較原先預測提前7年。加上台灣世界最低的生育率，人口老化的程度恐將侵蝕國本。

　　「老人潮」來襲， 老人倍增所形成的「銀色風暴」正在席捲全球，我們也身陷其中，即使你現在居住的地方還不屬於「超高齡地區」，那也不用高興得太早，「台灣老化地圖」很快就會畫到你家門口，把你居住的地方圈進去。

　　經建會很悲觀的預測：1990年以後出生的年輕人，將有3成沒孩子、4成沒孫子，50年後老年人口將成長3倍，這個預測簡稱為「9034現象」。

　　台灣少子化現象甚至是國安層級的問題了！

　　二戰後出生的「嬰兒」潮人口曾支撐起台灣經濟奇蹟，不過從2010年起他們開始進入65歲、正式成為老年人口。

　　當年這些受過很好的教育的中壯年知識群，現在也成了老年知識群。他們無論在經濟上、知識上、健康上，都有能力來關心和照顧老年這個話題。他們還掌握著今天這個社會的許多資源，他們不再是弱勢或邊緣人。

　　如何重新定義這一代的老人，並輔之相應的社會政策，將是今天台灣社會的新課題。

　　「創齡」運動正在發生！

　　高齡、少子化早已是台灣社會常態，當執政者面對敬老傳統式微、長照政策未明仍拿不出對策，高齡者社福機制還停留在發放津貼的同時，日本介助服務協會NCSA（Nippon Care-fit Service Association）已將Gerontology理念從「老人學」轉換為「創齡」一詞，以正面角度思索人生課題，鼓勵健康的老人能多外出、過快樂的生活，以建立一個活潑開朗的高齡社會為目標。

　　坦然面對身體的老化，並與之共存，繼續築夢、追夢，開創充滿挑戰的第二人生，是現今高齡者共同的願景。

【主編簡介】

 **駱紳**　　中國時報前副總編輯、喜大人協會秘書長。

【作者簡介】

 **朱迺欣**　　美國密西根大學（University of Michigan）神經生理學博士，曾任林口長庚醫院神經科主任，長庚醫院顧問級醫師及榮譽副院長，目前退休。

 **曾思瑜**　　國立雲林科技大學建築與室內設計系教授，日本國立筑波大學藝術學研究科環境設計分野設計學博士。

 **劉豊志**　　財團法人金屬工業研究發展中心區域研發服務處專案經理，國立陽明大學醫學工程研究所博士。

**《創齡：銀色風暴來襲》書目簡介**

【目錄】

Ⅴ．銀髮住宅大改造∕曾思瑜

**一般居家高齡者住宅**

　高齡者對現有住宅的評價

　　．對現有住宅的滿意度

　　．優質老後生活及住宅的規劃與考量

　　．住宅及居住空間方面的考量

　　．老年人住居規劃與設計之建議

　日本茨城縣神栖町無障礙住宅案例

　　．無障礙住宅的基本條件

　　．基地及空間配置特徵

　　．空間寬敞的生活起居室

　　．站坐皆能調理食物的廚房空間

　　．暗藏玄機的主臥室──電動吊梯

　　．乘坐輪椅也方便使用的衛浴空間

日本東京都瓦斯之兩代同堂示範住宅案例

**集合式高齡者住宅**　　　4

　高齡者住宅的建構原則

　高齡者住宅的建設計畫

　　．設置區位與規模

　　．高齡者住宅意象

　　．公共設施的計畫

　　．餐廳、小型廚房

　　．文康休閒∕交誼廳等公共空間

　　．走道空間

　　．樓梯、電梯

　　．空間標示及色彩計畫

　住戶計畫

　　．住戶面積

　　．廚房、調理設備

　　．浴室、廁所衛生設備

　　．身體老化殘障時的設計考慮

Ⅵ．「創齡」的故事

．呂世光與林茂雄 創辦TARP的雙人搭檔

．宋恒新 把健康交給醫生，把生命交給上帝，把快樂留給自己

．周詠棠 行萬里路的人生

．王士彥 推動「生命自主權」

．王　健 精采人生的七個大夢

．陳海陸 闖入瑜珈殿堂十年有成

．潘秀雲 噴射機阿嬤的運動人生

．薛　無 七十五歲玩九個部落格和七個網路社群

序 老人們請奮起！∕駱紳

Ⅰ．銀色風暴∕駱紳

．二○三三年，台灣將超越日本成為全球最「老」的國家

．石原慎太郎的直言：「停經婦人還活著是一種恥辱」

．台灣老化地圖很快就會畫到你家門口

．歐豬中的希臘跟義大利為什麼會「樓起樓塌」？

．與老共舞，你準備好了嗎？

．遺產要怎樣分配呢？

Ⅱ．美國的老人與「老年問題」∕朱迺欣

．老年族群的崛起

．老伴、老本、老狗和老友

．「超老」人口增加中

．由老人照顧老人的高齡社會

．美國老人真幸福

．老人醫療與長期看護

．不要小看「老人問題」

．債台高築的福利天堂!?

．長期照顧的變通

．以「銀髮智慧」為榮

Ⅲ．日本創齡學習之旅∕劉豊志

．亞洲最富有、最長壽、對老人最友善的國家

．專為老人服務的京王百貨

．東京的高齡者銀座

．捨棄「保障」，選擇「機會」

．團體家屋：不只活著，還要感受生活

．生活方式、生命延續或結束的選擇權

Ⅳ．二十一世紀的明星產業∕劉豊志

銀髮族多元照顧產業

　．將防醫學概念導入居家照顧體系

　．跨時代的銀髮產業革命

　．亟待整合的多頭馬車

　．仙台—芬蘭健康福祉照護中心

　．充滿懷舊氣息的銀髮育與樂

　．由身障者照顧老人的案例

醫療照護產業的創新思維　　　173

　．醫療資源的延伸：居家照護服務

　．換藥十分鐘，等待一上午

　．社區藥局：居民的健康諮詢顧問

　．放眼老年居家醫療照護商機

　．從OEM走向OBM的醫材產業

　．由社區出發的大同世界