

樂齡享生活
快樂來學習

年年評鑑奪特優 金門縣金寧鄉樂齡學習中心



位於離島金門的金寧鄉樂齡學習中心（以下簡稱金寧學習中心）自 2014 年開辦至今，努力推動各項教育活動，並取得多項榮譽。在歷年縣級評鑑中，多次獲得特優獎勵，同時也有 4 位講師榮獲教育部樂齡學習優良課程教案與教材評選佳作，展現中心講師們在教學上的績效。

打造幸福樂齡模範鄉鎮

在樂齡教育奉獻上，金寧學習中心也有優秀表現，不僅拿過團體獎特優大獎，個人方面也榮獲過卓越領導獎、傑出帶領人獎等重要獎項。這些成績都是中心同仁努力的成果，也成為其他樂齡學習中心的最佳示範。

金寧鄉總人口截至 2023 年 3 月止，共有 34,569 人，為金門第二大行政區。金寧鄉鄉長楊忠俊表示，近年臺灣面臨高齡化社會的挑戰，如今 55 歲以上人口已占金寧鄉總人口數約 30%，屬於高齡社會結構。為建構銀髮族安全、快樂、健康的在地學習環境，2014 年起，金門縣家庭教育中心即配合教育部推展樂齡學習，再轉至各鄉鎮執行辦理。

金寧鄉現有 6 個行政村，當初想把樂齡學習拓展至村里社區，過程中曾遇到不少困難。楊忠俊回憶，過去曾因許多長者不願意出門參與活動，故而發生過講師下鄉卻沒學員到場、工作人員被誤認為是詐騙集團等事，或許源自戰地的時空背景，早期的金門確實比較封閉。



金門縣金寧鄉樂齡學習中心成立 9 年以來，在中心夥伴的努力下，近年的評鑑皆獲得特優獎肯定，不僅成為各樂齡學習中心的模範，更有助於樂齡工作推展，落實終身學習、健康快樂、自主尊嚴、社會參與之四大願景。

撰文／蔡蜜綺

圖片／金門縣金寧鄉樂齡學習中心提供

「我們透過中心結合社區，努力宣導並不斷調整課程內容，盡量與生活融合，讓長者慢慢產生興趣，才逐漸使得社區居民產生共識並願意參與。」

發展特色樂齡課程

為讓年長者更方便的學習，金寧學習中心不斷拓展據點，2019年之前原有6個固定點和6個非固定點。而今年，這個數字已經增加到9個固定點和7個非固定點。「我們採走動式概念，希望通過社區引領長者出來學習，因此選擇在社區內開展活動。金寧鄉共有18個社區，目前已有16個配合我們進行樂齡點的運作，這個計畫推出來的成效相當不錯。」楊忠俊說。

學習中心的樂齡課程分成核心課程、自主規劃課程和貢獻服務課程三大主軸。核心課程包括運動保健、心靈分享、祖孫共學、語言學習等主題；自主規劃課程是將在地文化或傳統技藝融入教學中，例如製作紅龜粿、高粱掃把，以及利用當地盛產的石蚵殼做成相框、鑰匙圈等。

貢獻服務課程則是讓長者們走出社區，進行社會關懷活動，例如50歲照顧60歲、

60歲照顧70歲等。此外，樂齡課程也融入當地農業特色，推出的「食農教育～共好食代」便是透過農產品加工、病蟲害防治等課程，讓長者們更加了解新農業的知識和技術。

楊忠俊欣慰表示，一開始的時候，中心還需要輔導社區，以灌輸樂齡學習的重要性，但現在長者們已經認識到，走出來學習是一件快樂的事，讓他們的生活有了寄託，也創造了個人價值的生活圈。

「經過不斷的磨合和調整，我們逐漸進入佳境，據點也持續增加。」透過生動活潑的教學內容和增加的學習據點，讓更多的社區看到並主動加入，學員人數也年年增長，各項評估都取得不錯的

成績。「最大的成就在於每位學員的笑容，讓我們知道他們在這裡學習是快樂的。」



1. 金寧鄉的樂齡族聚集在一起製作糕點，保留傳統美食手藝。
2. 金寧鄉樂齡學習中心課程多元，長者有機會與人互動，有助身心健康。
3. 在樂齡教育奉獻上，金寧樂齡學習中心成績傲人，成為其他中心的最佳示範。