



「我的故事，我的色彩」樂齡繪本創作工作坊

用繪本溫柔描繪樂齡書香 從閱讀到創作



2025 年臺灣正式邁入「超高齡社會」，65 歲以上人口占比超過 20%，意味著每 5 人之中便有 1 位是長者。在此背景下，如何讓樂齡族願意走進圖書館，在不同人生階段重拾閱讀樂趣，成為公共圖書館共同面對的新課題，也開啟了豐富的終身學習新想像。

撰文 / Funny Li 攝影 / 江茗洋

作為國內閱讀推動的領頭羊，國立公共資訊圖書館（以下簡稱國資圖）早在 2012 年新館設立之初，即於館內設置「樂齡學習資源區」，並參考國立中正大學高齡教育研究中心魏惠娟主任編著《臺灣樂齡學習》，以書中關於樂齡族活躍老化過程相關的主題，設計樂齡主題式自主學習書區。近年來，館方更積極發展以 55 歲以上族群為核心的樂齡服務，從硬體到軟體，逐步建構友善多元的終身學習場域。

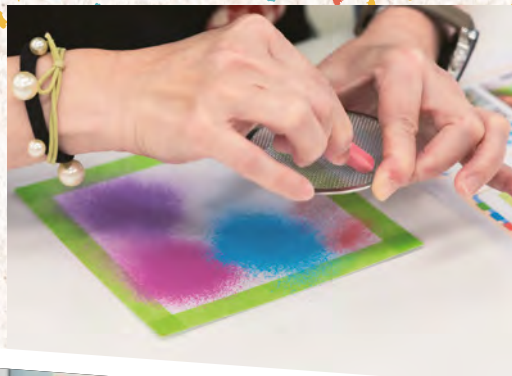
1	4	5
		6
2	3	

- 1. 國資圖以美感、科技、健康 3 大主軸，打造完整的樂齡學習系統。
- 2-3. 「銀力繪本花園」空間明亮舒適，以多元主題繪本豐富樂齡者的閱讀生活。
- 4-6. 「樂齡繪本創作工作坊」透過一系列課程帶領長輩從文字、色彩到手作，將回憶中的小故事，轉化為屬於自己的繪本作品。

回應樂齡需求的友善設計

來到國資圖 3 樓的「樂齡學習資源區」，可以清楚感受到這樣的用心：書架高度刻意調整，最下層不設書籍，讓彎腰成為非必要動作；座椅選用





有扶手、軟硬適中的款式，讓起身不再是一件吃力的事。此外，館內也採購適合高齡者使用的閱讀輔具，包括放大鏡、大型閱報機、有聲書與大字書等。

除了空間上的細緻規劃，國資圖於 2024 年正式成立「銀力學苑」，將原本零散的課程整合，以美感、科技、健康 3 大主軸，打造更完整的樂齡學習系統。國資圖多元文化服務科館員蔡佳勳表示，課程內容橫跨心理諮商、運動訓練、生活

美感、手機操作與 AI 應用，也觸及心靈與生命議題，回應長輩在退休後重新面對自我與生活的需求。「最受歡迎的當然是手機課！報名的人非常多，可以感受到長輩的迫切感。」蔡佳勳笑說，常聽到長輩抱怨子女忙、沒空教，不如自己學來得安心。國資圖特別重視資訊與媒體素養，當長輩學會操作手機、更理解網路世界，可以幫助他們辨識詐騙訊息，提升相關知識與社會安全。「我們不希望長輩成為『數位遺民』。」圖書館可以將公共資源轉化為適合長者使用的數位服務，讓任何人都不被時代拋在後頭。

閱讀與創作 啟動樂齡繪本力

為豐富樂齡者的閱讀生活，2024 年國資圖在館內打造了「銀力繪本花園」，並在 2025 年培訓志工開設繪本導讀課。「繪本不是只能給小孩看，它的文字量少，卻蘊含豐富的想像與情感，很能引發長輩的共鳴。」蔡佳勳分享，像是芭芭拉·庫尼的《艾瑪畫畫》或《花婆婆》，都引發不少討論，勾起許多長輩回憶，主動分享自身的生命故事。

在繪本的魅力下，不少長輩漸漸愛上圖書館。2026 年 3 月，國資圖進一步策劃「樂齡繪本創作工作坊」，邀請繪本說書人徐巧玲、繪本作家張曼綺、藝術陪伴工作者張蕙心與樂齡講師張素貞，透過系列課程帶領長輩從文字、色彩到手作，一步步將回憶中的小故事，轉化為屬於自己的繪本作品。

「我們希望長輩不只是聽故事的人，而是能成為說故事、創造故事的人。」蔡佳勳說，這樣的創作模式未來可以結合館方「圓夢繪本資料庫」，以電子書形式發表，開放給更多讀者閱讀，讓個人的生命故事成為公共記憶的一部分。如今「銀力學苑」逐漸累積起穩定的學員群，LINE 社群人數從 300 多人增加到 500 多人，關注者與參與者愈來愈多，遠遠超過預期。國資圖透過一張張書頁、一次次課程，為樂齡世代鋪展出另一條閱讀與創作之路，使終身學習不再只是口號，而是一種溫柔的書香陪伴。✦