



文化課程實踐多元共存的大光文健站

文化講座で多元の共生を实践する大光文化健康ステーション
Ta-Kuang Culture & Health Station: The Cultural Curriculum Has Been Realizing Diversity-Based Coexistence

採訪 | 編輯部

圖 | 臺南市大光文健站

如同許多在都會區的文健站一樣，適合的場地取得往往都是能否順利設站的先決條件，所以位於台南市延平市場巷弄內的文化健康站，便是向大光教會租借一樓場地作為設站的地點。目前文健站核定服務的長者為40人，平日到站的長者約有20多人，其餘長者多是居家關懷的對象。目前以阿美族與排灣族的長者居多，另外也有布農族、泰雅族、太魯閣族、卑南族，成員的組合比較多元。

透過課程喚起往日記憶

由於是位在都會區的文健站，而且許多長者已離鄉背井40到50年之久，昔日部落的文化與生活樣貌多已淡忘，也或許因為傳統文化的



長者體驗傳統編織工藝。

流失，有許多長者從未真正接觸過本族的文化元素。不過，透過文化課程的安排來喚起回憶，一直是照服員們在課程設計上重要的一環。因此，不僅從工藝品的手作、繪畫、編織來重新認識各族文化在工藝創作上的豐富樣態，也為了讓長者們能夠認識到不同族的文化風情，文健站每3個月會分別推廣一個族群的特色，介紹的內容包括享用該族的傳統飲

食、播放與該族相關的影片、學習歌舞，也鼓勵長者們學該族的族語。長者們藉由這樣的活動安排，除了可以認識其他族群的文化，最有趣的地方是長者們會相互比較各族在族語、生活或是飲食文化上的差異。

認識體驗各族的文化

在作法上會先由照服員來介紹自己的族群特色，如排灣族的照服員就會先準備許多與排灣族有關的課程內容來現身

說法，也會邀請排灣族的長者一同來協助族語教唱或美食分享等。雖然也曾想過要製作排灣族的頭冠，但是考量經費與材料的取得不易，就改採用畫頭冠的設計圖，即使只有繪圖，但是排灣族的長者仍會分享頭冠的特色，圖騰的意涵，以及花草果實要如何綁在頭冠上的技巧與方法。又例如為了讓長者們認識石板屋，也會改利用珍珠板為原料，教長者一片片的搭蓋起小石板屋模型。為了要實際體會到傳統食材的美味，除了會從部落訂食材，也會與小農購買，先前曾請阿美族的長者提供野菜食材並親自烹煮，長者也會分享過去在部落食用野菜的經驗，若是有其他人有讓料理更加美味的作法，就會在下次的烹煮上改變作法。

也因為想要讓長者們認識到更多的族群，這樣的活動便調整成一個月介紹一個族群，尤其有部分小族是許多長者從未接觸過的，在透過照服員介紹各族的服裝、舞蹈或是祭儀之後，也讓長者們更加認識各族文化的豐富樣貌。

創造都會與部落的連結

照服員即使為了準備課程的內容，需要遍尋網路上的相關資源，或是邀請朋友來協助上課。不過，也認為在沒有原

鄉部落的都會區，要蒐集傳統文化的素材資料，或是採集文化元素仍較吃力。因此，若可以與部落連結進行交流，帶長者們走入部落裡，感受一定會更加親切，所以，目前也正在積極接洽可以探訪的地點，希望能夠順利成行。

除了文健站所安排的課程與文化，只要有文化相關的活動，長者們也會受邀參加，如在台南市舉辦的阿美族捕魚祭，甚至是目前盛行於原住民族社群的傳統射箭比賽等，都是讓長者們能在都會區也多參與文化相關的休閒活動。

建立自身文化的價值

都會區的文健站儘管不像在原鄉部落文健站一樣，可以隨手取得文化元素融入到課程中，不過，大光文健站的照服員能夠善用長者們不同族別身分的多元優勢來設計課程，也

大光文健站的照服員能夠善用長者們不同族別身分的多元優勢來設計課程，也讓長者們輪流來介紹講述自己的文化，除了可以建立他們的自信，也更能體認到自身文化的價值與意義。



讓長者們輪流來介紹講述自己的文化，除了可以建立他們的自信，也更能體認到自身文化的價值與意義。◆



在文化課程中體驗頭冠彩繪。