



結合泰雅文化展現活力的羅浮文健站

タイヤル文化で活みなぎる羅浮文化健康ステーション
Kinyawpan Culture & Health Station: Presenting Vitality with Tayal Cultural Curriculum

採訪 | 編輯部

圖 | 桃園市復興區羅浮文健站

羅浮文健站位在桃園市復興區，前身為羅浮部落老人日間關懷站，早自2010年即設立，於2015年隨原民會推動設立文化健康站的長照政策，便改為羅浮部落文化健康站，目前到站長者有31人，都是鄰近包括羅浮、河流、斷匯、高坡、大彎等部落的泰雅族長者。

從織布重拾往日光榮

因為文健站的照服員都較年輕，擔心所了解的文化知識還不足，但又希望能讓文健站的課程可以導入更多在地的泰雅族文化，所以會邀請部落大學以及樂齡學習中心的文化講師來上課。因此，口簧琴彈奏、編竹簍、織布等都曾安排在課程中，



由照服員先向泰雅族傳統手工藝老師學習製作泰雅族頭帶，再回到站上教導長者。

長者們在手作的同時，也會各自分享過去的生活片段，無論是上山打獵的趣事，或是編竹簍的新創意做法等，都是長者們在文健站相聚時的有趣話題。

特別的是，為了讓長者們能恢復泰雅織布的技藝，文健站安排了很多織布課程，也買了一些桌上型織布機，最初只是單純的織布，長者們會把織布做成背帶、

飲料袋、坐墊或是地墊，但也有的長者手藝精湛，織出了很多好作品，並在一些成果展活動的攤位市集擺出來販售。

活力健康操競賽成績驚艷

在文化活動方面，值得一提的帶領長者們每年參加活力健康操競賽，而且連年都有獲得名次，不僅是文健站所引以為傲，實際上，



文健站長者在老幼共學慶耶誕活動中與羅浮國小附幼的學生一起玩抓老鼠遊戲。

在活力健康操的展演設計上，也是結合了泰雅族的文化元素，以及長者們的創意，所匯集而成的演出作品，為了讓每次的展現都別具新意，每年都會融入不同的文化主題在演出內容的設計上，包含織布文化的呈現，或是將生活器物汲水器做成樂器，融入在演出上，抑或是老幼共同上台演出等，每每別出心裁的演出，都獲得評審的肯定與掌聲，激勵了長者們的信心與成就感，更讓活力健康操的參賽成為長者們生活的重心，不僅可以讓他們主動的練習，促成社交的形成，也讓他們自然有了共同的話題與目標。

分享今昔對比

另一個受到長者們所喜愛的課程，是原稱為「YAKI的廚房」，後改名「媽媽的拿手菜」，結合烹飪的與傳統飲食

文化的課程，在課程中會與長者們一起醃肉、醃小魚，或是烹煮一些傳統食材，課程所製作的作品，還可以帶回去與家人分享。長者們也在課程過程中，感慨的分享述說在昔日物資缺乏的年代，小朋友嘴饞都是採路邊的野果來充作零食，過去也沒有幼稚園可以就讀，不過，現在年紀大了，還有文健站可以上許多有趣的課程。

從長者的需求為出發點

羅浮文健站是由伊甸社會福利基金會所經營，基於全人服務的理念，所以也希望透過文健站可以讓原住民長輩的生活更多采多姿。因此，在課程的安排上，都會預先考慮能夠給與長者們的幫忙是什麼，運用原住民文化的素材與器具，除了希望讓長者們能更認識自己的文化，也希望在懷舊的治療上能延緩老化。會在年度的

在課程的安排上，都會預先考慮能夠給與長者們的幫忙是什麼，運用原住民文化的素材與器具，除了希望讓長者們能更認識自己的文化，也希望在懷舊的治療上能延緩老化。



評核獲得優等的肯定，除了因為在行政作業上的穩健與完整，課程的部分也特別在意長者的反應，畢竟有些課程上久了，可以發覺得到長者們是否喜不喜歡。所以，因應調整是很重要的過程。而文健站據點的設立，目的也在於能把相關資源與服務帶進去社區，就關心長者，進而可以照顧失能或失智的長者們，讓他們可以在喜歡與舒服的地方好好生活，在想要的地方安老。◆