

Organised by :



Sole Funder :



香港賽馬會慈善信託基金
The Hong Kong Jockey Club Charities Trust

The Hong Kong Jockey Club Community Project Grant

The 9th Global Conference of the Alliance for Healthy Cities

“SMARTER HEALTHY CITIES BEYOND COVID-19”

3-5 November 2021

臺中市政府衛生局 Health Bureau of Taichung City Government

銀髮好「食」力
身體都如意

Good dietary behavior,
better healthy elderly



Director General

TSENG, TZU-CHAN 局長曾梓展



大綱

- 臺中市長者營養現況
- 營養推動藍圖
- 營養推動策略-渥太華行動綱領
 - 團隊組織運作
 - 發展個人技巧
 - 建立健康公共政策
 - 建立支持性環境及強化社區行動力
- 推動成效
- 未來展望

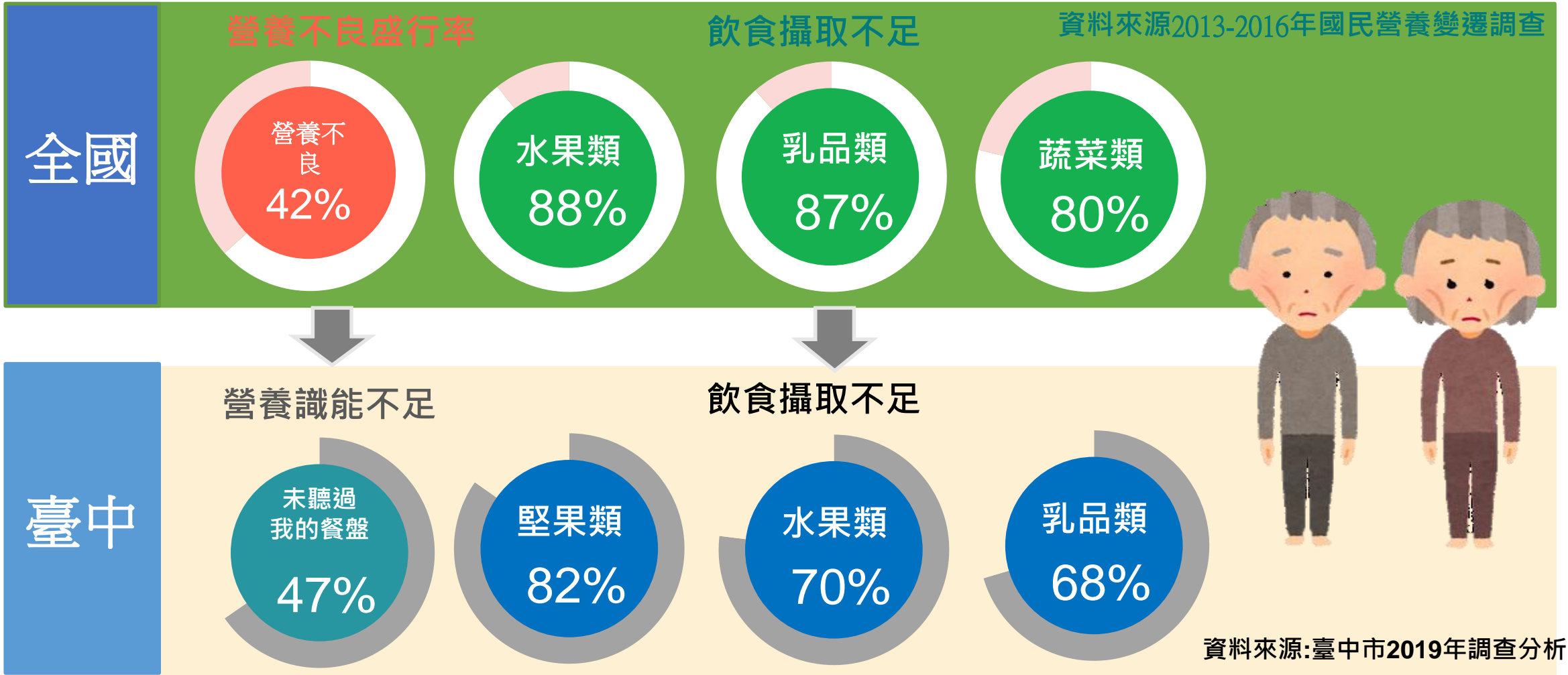


追蹤。按讚。分享



臺中市銀寶貝

民以食為天，營養是重點



SP
REC*

以前...小孩都在一起

銀寶貝營養推動藍圖

2018
巧手主廚



星級主廚至據點進行「高齡友善健康餐食」菜單改造活動

2019
乳品料理競賽



邀請據點及業界廚師共同研發乳品料理，並舉辦競賽活動

2020
均衡飲食觀念



透過實體課程及網路行銷推廣「三好一巧」及「我的餐盤」營養觀念

2021
銀養小點心

Ing

代間共融的長者點心備製活動，受限疫情調整為錄製影片進行線上宣導

2022
堅果入菜

Coming soon

製作適合長者生理狀況攝食之堅果料理，吃好油保健康

銀寶貝營養推動策略

渥太華行動綱領(The Ottawa Charter)為主軸
全方面推動~

建立健康
公共政策

Build Healthy
Public Policy

主管支持度

建立支持
環境

Create
Supportive
Environments

媒體通路整合

強化社區
行動力

Strengthen
Community
Actions

跨部門合作

發展
個人技巧

Develop
Personal Skills

培訓相關人員

調整
服務方向

Reorient
Health Services

提升可近性

團隊組織運作



社區關懷據點



社區總體營造



綠色健康站



食安青年軍



社會局

文化局

教育局

原民會

客委會

農委會

大專院校

家庭服務中心
新住民

團結就是力量

建立健康公共政策 Build Healthy Public Policy

首長帶領錄製衛教直播節目

總觸及率約83萬人次

《曾醫師聊聊日》直播



《小衛星特派員》街訪



臉書圖文



提高互動率

全國首創，局長直播

發展個人技巧 Develop Personal Skills

運用社區資源

提升長者均衡
飲食可近性

新福料理 營養實作課程

- 針對 新住民及通譯員
- 知識正確率 **上升8.7%**
- 活動滿意度 **91.9%**



供餐人員培訓

- 針對 據點供餐人員及社區餐飲業者
- 知識正確率 **上升11.5%**
- 活動滿意度 **89.8%**



巧手主廚到據點 菜單改造料理活動

- 邀請星級 主廚到社區據點 改造餐點，使其營養美味兼具
- 活動滿意度 **98%**



推廣健康盒餐

- 擴大向本市 餐飲業者推廣健康盒餐
- 2020年至今輔導累計 **193家**業者

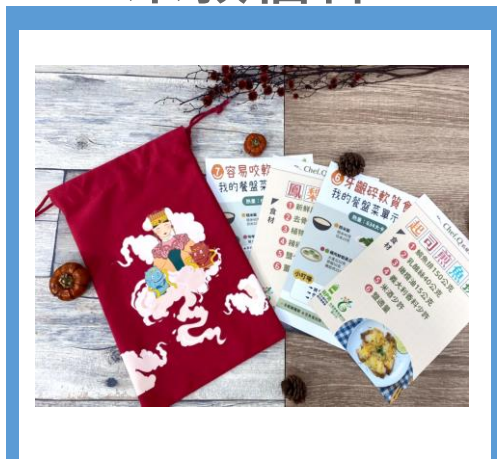


建立支持性環境及強化社區行動力

Create Supportive Environments & Strengthen Community Actions



結合在地
大甲媽祖
宗教信仰



針對**新住民**及**通譯員**設計
多國語言宣導單張



2020年健康傳播素材銅牌獎



中文、英語、越南語、
印尼語、泰國語

跨局處合作

台中市政府衛生局-健康小衛星 | 臺中市政府衛生局 Health Bureau, Taichung City Government

好吃卡
長輩怎麼吃才夠營養?
藥物安全要怎麼把關?

守護卡
怎麼做才能預防失智?
失能者如何申請長照?

長壽福氣包
有哪些在地高齡福利?
健康檢查的時程費用?

福利卡

臨終卡
如何平靜安詳的離開?
如何留下對世界的愛?

推動成效

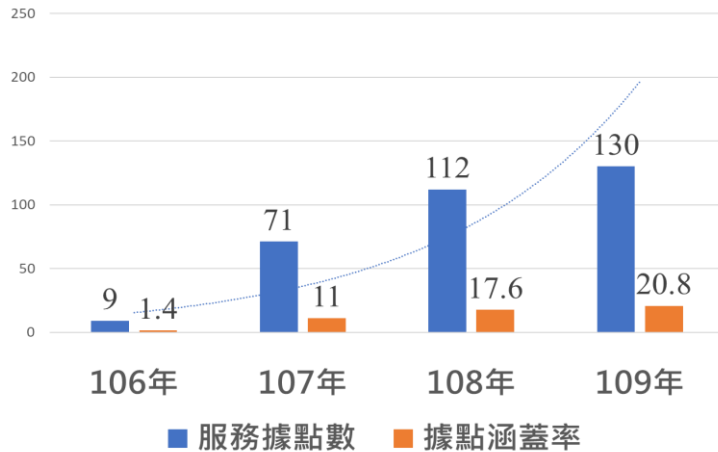


活動滿意度
96.4%

152場
營養宣導活動

多元宣導素材
通路觸及
41萬3,311人次

營養風險個案追蹤累計
150位



村里數
涵蓋率
20.8%

行政區
涵蓋率
100%



推動成效



65歲以上長者(受測長者：1,200人)



參與健走社區民眾(受測民眾：730人)

↑ 30.7%

知識

『我的餐盤』
認知率提升

94.7%

態度

其中1,136人願意
依照「我的餐盤」
均衡攝食

97%

行為

1,136人中有644位聽過「我的餐盤」，經回復施測625人持續使用



634人認識我的餐盤

86.8%

網路宣導
成效卓越



社區營養推廣中心
Community Nutrition Promotion Center
臺中市

調解省錢又省事 社區居民萬事和

輕食新煮義篇

土庫里里長
栗藍倩

社區長者
吳樹萱

我想問一下

未來展望

我們的家 · 高齡友善大臺中
(Home · Plus)



Organised by :



The Hong Kong Jockey Club Community Project Grant

The 9th Global Conference of the Alliance for Healthy Cities

“SMARTER HEALTHY CITIES BEYOND COVID-19”



臺中市政府衛生局

Health Bureau, Taichung City Government

感謝您與我們一起關心
銀寶貝營養

謝謝聆聽
敬請指教



追蹤。按讚。分享

f 台中市衛生局-健康小衛星 | Q

