



# 高齡友善學習環境》自我檢核表

現在就來檢測看看（符合請打勾），您的中心符合幾項指標？

## 基本指標 務必達成的指標

### 一、行政支持

- 願景目標**  1.願景目標能反映高齡學習的精神
- 訊息提供**  2.訊息內容能運用多元管道廣為流通  
 3.訊息內容能易於接收與瞭解
- 溝通服務**  4.行政作業有彈性，以因應特殊需要

### 二、環境設計

- 室外空間公共空間**  5.建築物符合相關建築法規  
 6.具備定期檢查合格的消防安全設施  
 7.動線符合無障礙原則，有安全措施及標示
- 室內空間教室**  8.空間大小適宜，地板平整且止滑防跌  
 9.通風良好，光源充足且亮度適宜  
 10.座椅舒適安全，如有椅背、扶手

- 學習輔助**  11.電腦標示說明與操作步驟，易於理解

### 三、學習活動

- 課程設計**  12.融入「活躍老化」精神與理念  
 13.學習目標明確  
 14.適時評估學習成果，並持續改善

- 教學技能**  15.重視長者生理特質  
 16.學習活動多樣且適合長者能力  
 17.教師有高齡教育專業知能或相關證照

- 學習氣氛**  18.讓長者充分感受到被尊重  
 19.學習活動多樣且適合長者能力  
 20.對長者適度關心、協助與鼓勵

- 學習權利**  21.學習活動費用為一般長者所能負擔  
 22.學習活動時間安排能符合長者生活作息  
 23.設有表達意見的機制與管道

### 四、學習成效

- 社區參與**  24.長者能積極參與社區活動
- 世代交流**  25.長者能與不同世代交流互動
- 人力發展**  26.長者能學以致用，繼續在生活中發揮所學
- 志願服務**  27.長者能參與志願性服務工作

## 自我檢核計分表

高齡友善學習環境指標共有4大面向61項，我們來算一下分數，看看您們中心得到甚麼評語吧！本檢核表之評分共分為兩階段五等級，建議中心們先達成第一階段27項基本指標，再以達成第二階段之優化指標努力。

**待加強** 未達成27項基本指標  
您的中心還有待加強，請繼續朝營造高齡友善學習環境邁進。

**可** 已達成27項基本指標  
您的中心已經具備基本的高齡友善學習環境條件，再接再厲，向優化指標邁進。



如果您還想瞭解更多關於高齡友善學習環境的資訊，可以掃描QR CODE觀看影片，深入學習喔！

**良好** 已達成1-15項優化指標  
您的中心已達到良好的高齡友善學習環境條件，加油，朝下一級繼續優化！

**優質** 已達成16-30項優化指標  
您的中心已達到優質的高齡友善學習環境條件，繼續努力，以標竿為目標繼續優化！

**標竿** 已達成31-34項優化指標  
您的中心已經是高齡友善學習環境的標竿，保持下去！你們是最棒的！

## 優化指標 繼續精進提升的指標

### 一、行政支持

- 願景目標**  1.願景目標能呼應高齡友善學習環境內涵
- 訊息提供**  2.使用大且清晰的字體及顏色  
 3.張貼公告資訊位置適當
- 溝通服務**  4.行政人員提供服務能耐心說明

### 二、環境設計

- 室外空間公共空間**  5.設置無障礙廁所及緊急求救警鈴系統  
 6.上下樓設置電梯、爬梯機或其他代替方式  
 7.提供舒適交誼空間或療癒性環境
- 室內空間教室**  8.桌椅穩固且高度符合長者需求  
 9.桌椅排列能符合課程需求彈性調整

- 學習輔助**  10.電腦有加大字型的按鍵和字體標示  
 11.提供免費上網的資訊設備  
 12.提供學習輔助器材，如放大鏡、老花眼鏡

### 三、學習活動

- 課程設計**  13.規劃身心靈多元化課程  
 14.規劃過程能適度詢問長者意見  
 15.教材符合學習目標

### 教學技能

- 16.結合長者生活經驗
- 17.激發長者應用所學
- 18.學習活動有趣又實用
- 19.教學方法彈性，能視長者需要調整
- 20.教師能持續參與高齡教育相關研習，充實專業能力

### 學習氣氛

- 21.讓長者對自己有信心，並獲得成就感
- 22.促進互動並建立良好友誼關係
- 23.鼓勵參與團隊學習或活動
- 24.考量並尊重長者語言接受程度
- 25.聆聽並尊重長者的意見，並給予回饋
- 26.營造包容開放的學習氛圍

### 學習權利

- 27.提供弱勢長者參與學習活動的優惠措施
- 28.學習場所交通便利或有交通接駁安排
- 29.輔導成立自主學習團體，並提供協助
- 30.舉辦世代交流活動，如代間學習或祖父母節

### 四、學習成效

- 社區參與**  31.長者能運用所學服務社區
- 世代交流**  32.長者能認識瞭解不同世代，並予以支持
- 人力發展**  33.長者能成為在地文化傳承者
- 志願服務**  34.長者能參與志工訓練課程，並領取志願服務紀錄冊