

出國報告(出國類別：開會)

參與2024年
第8屆亞太地區職能治療國際會議
(APOTC)

The 8th Asia Pacific Occupational
Therapy Congress 2024

服務機關：衛生福利部

姓名職稱：賴如琳專員

派赴國家/地區：日本/札幌

出國期間：113年11月4日至113年11月10日

報告日期：113年11月15日

摘要

亞太地區職能治療國際會議（Asia Pacific Occupational Therapy Congress，APOTC）是亞洲太平洋地區每4年舉辦一次的職能治療領域交流會議，透過學術分享、輔具操作、科技運用等，探討如何改善長者、慢性病患者等個案的生活品質，該會議聚集了職能治療、護理、醫學、社會工作等領域的專家學者、實務工作者與學生，發表、交流有關職能治療的研究與臨床實踐，關注以個案為中心，從身體機能、心理健康、社會互動、增強家庭照護者支持，來達到全人照護的目標。

這個會議自創辦以來，已成為職能治療師、長照服務提供者的重要盛會，對提升專業知識、分享臨床經驗、推動學術研究及加強地區間的合作關係具深遠的影響。這一屆會議及工作坊於2024年11月5日至9日在日本札幌召開，主題為Empowering Collaborative Community: Sustainable and Evidence-Based Occupational Therapy(賦權協作社群：可持續且實證的職能治療)，多國專家學者與實務工作者，從過往單純改善個案身體功能，逐步發展至重視個人與社區的社會參與，藉此提升患者心理健康、人際互動，並隨著新世代數位科技發展，運用電子遊戲融合輔具，提高患者復健的動機、頻率與強度，並開發APP等程式推廣職能治療、長期照護等在AI數據上的統計分析與運用，另外也有研究指出，藉由訓練長者專注力，可減緩老化進程，前開模式均可作為臺灣職能治療、長期照護發展的參考。

目 次

壹、目的	3
貳、研討會過程	4
參、心得與建議	14
肆、附錄	18

壹、目的

人口老化是世界各國的現象與趨勢，依國家發展委員會的人口分析，臺灣預計於2025年邁向超高齡社會(長者人口數將占總人口數比率20%以上)，少子化、高齡化、家庭型態的改變，除衝擊勞動人口外，也影響未來長期照護的需求與模式。

本次會議主題 Empowering Collaborative Community: Sustainable and Evidence-Based Occupational Therapy(賦權協作社群:可持續且實證的職能治療)，討論的專題包括長者職能評估與處遇、認知障礙症患者照護方法、促進患者自我照顧與獨立生活的策略；另外如何運用數位電子遊戲搭配輔具，突破職能治療、長期照護的限制與框架，也是此次會議的重點項目。透過亞太地區國家的分享(日本、韓國、新加坡、菲律賓、臺灣等)，與會者能了解近期最新的研究成果、臨床實務經驗，尤其近年來數位化及技術創新，APOTC也聚焦如何利用科技如虛擬實境(VR)、人工智能(AI)來提升職能治療的服務效益，以提升個案社會參與、落實資源整合、關注長期照護為策略，共同因應人口高齡化所帶來的挑戰、創新職能治療的發展，並促進長期照護體系的進步。

此次參加會議的目的是為了瞭解亞太地區國家因應高齡化社會的現況與限制，在延緩老化、社區參與、電子遊戲輔具、數位程式應用、長者專注力訓練等面向，汲取經驗，以作為臺灣長照服務、職能治療、健康需求因應的參考。



貳、研討會過程

一、 會議主題及議程

本次會議於2024年11月5日至9日舉行，地點在日本札幌 Sapporo Convention Center，從主題 Empowering Collaborative Community: Sustainable and Evidence-Based Occupational Therapy(賦權協作社群：可持續且實證的職能治療)，發展討論面向包含 Empowering Collaborative Community: Community Development(賦能協作社區：社區發展)、Innovative Technology and Occupational Therapy(創新科技與職能治療)、Building Evidence in Occupational Therapy(職能治療的實證)、Innovative Role of Occupational Therapy(職能治療的創新運用)，延伸子題有社區參與、職能發展、兒童和家庭、技術和職能治療、實證實踐等。

會議議程詳表1至5，主辦單位置於官方網頁供參閱及下載(網址為：https://www.c-linkage.co.jp/apotc2024/index_jp.html)，進行方式包含主題演講、座談、工作坊、口頭報告及海報展示等。

表1、2024年11月5日議程表

Room	104	105	201	202	206	207
8:00						
8:30						
9:00						
9:30						
10:00	10:00-11:30 Pre-1 Empowering Independence: A hands-on exploration of purposeful activity-based electrical stimulation therapy for severe upper extremity paralysis	10:00-11:30 Pre-2 Brain function measurements for evidence based occupational therapy practice	10:00-11:30 Pre-3 Rehabilitation during disasters and disaster prevention measures in Japan		10:00-11:30 Pre-4 Mindfulness for Occupational Therapist: Introduction to Mindfulness-Based Stress Reduction(MBSR)	10:00-11:30 Pre-5 Cognitive Activation Therapy (CAT), a multitasking program that combines motor and cognitive tasks
10:30						
11:00						
11:30						
12:00						
12:30						
13:00	13:00-14:30 Pre-6 Connection Between People Through Plants: Japanese Horticultural Therapy Workshop	13:00-15:00 Pre-7 Development of occupational therapy framework to support immigrants/refugees	13:00-14:30 Pre-8 Objective assessment of activities of daily livings and instrumental activities of daily livings using PhysiFlow	13:00-16:00 Pre-11 Occupational therapy using Otaku culture - using Japanese plastic models and video game consoles -	13:00-16:00 Pre-10 3D printing workshop for occupational therapists	
13:30						
14:00						
14:30						
15:00						14:30-16:00 Pre-9 Senior support dogs, assistance dogs and animal assisted therapy that contribute to occupational therapy
15:30						
16:00						

表2、2024年11月6日議程表

	Venue 1 (Conference Hall)	Venue 2 (Mid-sized Hall A)	Venue 3 (Mid-sized Hall B)	Venue 4 (Room 107)	Venue 5 (Room 108)	Venue 6 (Room 204)	Venue 7 (Small Hall)	Venue 8 (Room 201+202)	Venue 9 (Room 206)	Venue 10 (Room 207)	Poster Presentation / Exhibition (Main Hall)
8:30											
9:00											
9:30											
10:00	8:30-10:30 Opening Ceremony										9:30-17:00 Poster Presentation
10:30	10:30-11:00 Coffee Break										Poster discussion
11:00	11:00-12:30 Keynote Address I Community Design: Create a system of the people, by the people, for the people Ryo Yamazaki										
11:30											
12:00											
12:30											
13:00	12:30-13:30 Lunch Break										
13:30											
14:00	13:30-15:00 Symposium 1 Empowering Collaborative Community Development	13:30-15:00 Oral presentation 1-2-3 Professional development	13:30-15:00 Oral presentation 1-3-3 Transdisciplinary research/practice	13:30-15:00 Oral presentation 1-4-3 Client perspectives and experiences	13:30-15:00 Oral presentation 1-5-3 Inclusive workplaces/ vocational OT	13:30-15:00 Oral presentation 1-6-3 Inclusive education/ school	13:30-15:00 Oral presentation 1-7-3 Health promotion	13:30-17:00 Education Workshop The Digital Shift: Navigating online and in- person learning	13:30-15:00 Scientific Workshop 1 Screening, Diagnosis and Early Intervention for Children with Autism: A family-centered, interdisciplinary team approach	13:30-15:00 Scientific Workshop 2 Restoration of occupational justice in disaster recovery	13:30-14:30 JAOT seminar 1 Children and parents support
14:30											
15:00	15:00-15:30 Coffee Break										Poster discussion
15:30											
16:00		15:30-17:00 Oral presentation 1-2-4 Human rights/social inclusion	15:30-17:00 Oral presentation 1-3-4 Children and family	15:30-17:00 Oral presentation 1-4-4 Client perspectives and experiences	15:30-17:00 Oral presentation 1-5-4 Inclusive workplaces/ vocational OT	15:30-17:00 Oral presentation 1-6-4 Ageing in place	15:30-17:00 Oral presentation 1-7-4 Health promotion		15:30-17:00 Scientific Workshop 3 A community-based occupational therapy supports sustainable community living and social participation for couples	15:30-17:00 Scientific Workshop 4 Healthy Kenda	15:30-16:30 JAOT seminar 2 Return to work
16:30											
17:00											
17:30											
18:00	18:00 Welcome Party										
18:30											
19:00											
19:30											

表3、2024年11月7日議程表

	Venue 1 (Conference Hall)	Venue 2 (Mid-sized Hall A)	Venue 3 (Mid-sized Hall B)	Venue 4 (Room 107)	Venue 5 (Room 108)	Venue 6 (Room 204)	Venue 7 (Small Hall)	Venue 8 (Room 201+202)	Venue 9 (Room 206)	Venue 10 (Room 207)	Poster Presentation / Exhibition (Main Hall)
8:30											
9:00											
9:30	8:00-10:30 Symposium 2 Innovative Technology and Occupational Therapy	9:00-10:30 Oral presentation 2-2-1 Community development	9:00-10:30 Oral presentation 2-3-1 Transition to community	9:00-10:30 Oral presentation 2-4-1 Human rights/social inclusion	9:00-10:30 Oral presentation 2-5-1 Professional development	9:00-10:30 Oral presentation 2-6-1 Occupational Science	9:00-10:30 Congress Theme Session 1 Mental health	9:00-10:30 Scientific Workshop 5 Relational developmental perspectives to understand the responsiveness of children with disabilities and build relationships with them	9:00-10:30 Scientific Workshop 6 Using Health-Related Databases for Research Introduction for Absolute Beginners to Use Big Data		9:00-17:00 Poster Presentation
10:00											
10:30	10:30-11:00 Coffee Break										Poster discussion
11:00	11:00-12:30 Sato Memorial Lecture People and community become healthier through occupations										
11:30											
12:00											
12:30											
13:00	12:30-13:30 Lunch Break										
13:30											
14:00	13:30-17:00 Student Forum Young person for the future, be ambitious!	13:30-15:00 Oral presentation 2-2-3 Technology in Occupational Therapy	13:30-15:00 Oral presentation 2-3-3 Health promotion	13:30-15:00 Oral presentation 2-4-3 Mental health/wellbeing	13:30-15:00 Oral presentation 2-5-3 Professional development	13:30-15:00 Oral presentation 2-6-3 OT theory/models	13:30-15:00 Congress Theme Session 2 Future of OT	13:30-15:00 Scientific Workshop 8 Innovative Occupational Therapy for Children with Sensory Processing Disorders: Introduction to Sensory Friendly Experiences	13:30-15:00 Scientific Workshop 9 Current events in occupational science in the Asia-Pacific: A Global Cafe	13:30-15:00 Scientific Workshop 10 Occupational Therapist for Community Dwelling Older People	13:30-14:30 Sponsored seminar 1 Sumitomo Pharma Co., Ltd.
14:30											
15:00	15:00-15:30 Coffee Break										Poster discussion
15:30											
16:00		15:30-17:00 Oral presentation 2-2-4 Technology in Occupational Therapy	15:30-17:00 Oral presentation 2-3-4 Health promotion	15:30-17:00 Oral presentation 2-4-4 Mental health/wellbeing	15:30-17:00 Oral presentation 2-5-4 Professional development	15:30-17:00 Oral presentation 2-6-4 Ageing in place	15:30-17:00 Congress Theme Session 3 Traditional/New role of OT		15:30-17:00 Scientific Workshop 11 Exploring Personal Narratives in Occupational Therapy Practice and Education: An Introduction to Playback Theatre	15:30-17:00 Scientific Workshop 12 Bringing Out the OT-self in Developing Therapeutic Relationship with Special Needs Children	15:30-16:30 JAOT seminar 3 Driving and mobility
16:30											
17:00											
17:30											
18:00											
18:30											
19:00											
19:30											

表4、2024年11月8日議程表

	Venue 1 (Conference Hall)	Venue 2 (Mid-sized Hall A)	Venue 3 (Mid-sized Hall B)	Venue 4 (Room 107)	Venue 5 (Room 108)	Venue 6 (Room 204)	Venue 7 (Small Hall)	Venue 8 (Room 201+202)	Venue 9 (Room 206)	Venue 10 (Room 207)	Poster Presentation / Exhibition (Main Hall)	
8:30												8:30
9:00												9:00
9:30	9:00-10:30 Symposium 3 Building Evidence in Occupational Therapy	9:00-10:30 Oral presentation 3-2-1 Technology in Occupational Therapy	9:00-10:30 Oral presentation 3-3-1 Health promotion	9:00-10:30 Oral presentation 3-4-1 Children and family	9:00-10:30 Oral presentation 3-5-1 Human rights/social inclusion	9:00-10:30 Oral presentation 3-6-1 Ageing in place	9:00-10:30 Congress Theme Session 4 Education	9:00-10:30 Scientific Workshop 13 Community engagement through collaborative participatory approaches: A workshop about photovoice and other collaborative strategies	9:00-10:30 Scientific Workshop 14 Craftivism and occupational therapy	9:00-10:30 Scientific Workshop 15 Occupational Therapy Leadership: Empowering Through Therapeutic Modes & Communication	9:00-17:30 Poster Presentation	9:30
10:00												10:00
10:30	10:30-11:00 Coffee Break											10:30
11:00												11:00
11:30	11:00-12:30 Symposium 4 Innovative Role of Occupational Therapy	11:00-12:30 Oral presentation 3-2-2 Technology in Occupational Therapy	11:00-12:30 Oral presentation 3-3-2 Health promotion	11:00-12:30 Oral presentation 3-4-2 Children and family	11:00-12:30 Oral presentation 3-5-2 Transition to community	11:00-12:30 Oral presentation 3-6-2 Transition to community	11:00-12:30 Congress Theme Session 5 Community	11:00-12:30 Scientific Workshop 16 Clinical competency in empowering sexuality and intimacy for adults with physical disability / chronic illness	11:00-12:30 Scientific Workshop 17 What happened after we got to know AMPS	11:00-12:30 Scientific Workshop 18 Advancing OT practice in the mental health field: How to develop evidence-based occupation focused interventions	11:00-12:30 Sponsored seminar 2 SAKAI Medical Co.,Ltd.	11:30
12:00												12:00
12:30	12:30-13:30 Lunch Break											12:30
13:00												13:00
13:30												13:30
14:00	13:30-15:00 Asia Pacific OT Forum	13:30-15:00 Oral presentation 3-2-3 Community development	13:30-15:00 Oral presentation 3-3-3 Professional development	13:30-15:00 Oral presentation 3-4-3 Children and family	13:30-15:00 Oral presentation 3-5-3 Mental health/wellbeing	13:30-15:00 Oral presentation 3-6-3 Evidence based practice	13:30-15:00 Congress Theme Session 6 Management/Career	13:30-15:00 Scientific Workshop 19 Advancing Occupational Therapy Education in Asia Through International Graduate School Education and Scholarship, taking inspiration from Tokyo Metropolitan University	13:30-15:00 Scientific Workshop 20 Social prescribing with Occupational Therapy –Empowering new health systems: Cultivating Progress Through Our Initiatives-	13:30-15:00 Scientific Workshop 21 Client-centered goal-setting tools: ADCC and C-COG	13:30-14:30 Sponsored seminar 3 Inter Reha Co.,Ltd	14:00
14:30												14:30
15:00	15:00-15:30 Coffee Break											15:00
15:30												15:30
16:00	15:30-17:00 Oral presentation 3-1-4 Community development	15:30-17:00 Oral presentation 3-2-4 Community development	15:30-17:00 Oral presentation 3-3-4 Professional development	15:30-17:00 Oral presentation 3-4-4 Children and family	15:30-17:00 Oral presentation 3-5-4 Mental health/wellbeing	15:30-17:00 Oral presentation 3-6-4 Evidence based practice	15:30-17:00 Congress Theme Session 7 Vocational OT	15:30-17:00 Scientific Workshop 22 Introduction of Management Tool for Daily Life Performance (MTDLP) in Japan	15:30-17:00 Scientific Workshop 23 Supporting our LGBT+ Clients: Developing LGBT+ Good Practice Guidelines for Occupational Therapists in Ireland and Japan	15:30-17:00 Scientific Workshop 24 Introducing Innovative Practical Tools to Facilitate People with Dementia to Engage in Meaningful Occupations		16:00
16:30												16:30
17:00												17:00
17:30												17:30
18:00												18:00
18:30												18:30
19:00												19:00
19:30	19:00 Gala Dinner Sapporo Park Hotel											19:30

表5、2024年11月9日議程表

	Venue 1 (Conference Hall)	Venue 2 (Mid-sized Hall A)	Venue 3 (Mid-sized Hall B)	Venue 4 (Room 107)	Venue 5 (Room 108)	Poster Presentation / Exhibition (Main Hall)	
8:30							8:30
9:00							9:00
9:30							9:30
10:00							10:00
10:30							10:30
11:00							11:00
11:30	10:30-12:00 Keynote Address II Occupational Therapy: Thriving on Opportunities Samantha Shann						11:30
12:00							12:00
12:30	12:00-12:30 Closing Ceremony						12:30
13:00							13:00
13:30							13:30
14:00							14:00
14:30							14:30
15:00							15:00
15:30							15:30
16:00							16:00
16:30							16:30
17:00							17:00
17:30							17:30
18:00							18:00
18:30							18:30
19:00							19:00
19:30							19:30

二、參與場次的重點摘要

(一)主題演講 (Keynote Address) 重點摘要：

1. Community Design: Create A System of The People, By The People, For The People

主講者：Ryo Yamazaki (CEO of studio-L)

在日本約70%的職能治療師都在醫院等醫療相關機構工作，能進到社區，參與居民生活、互動的機會有限，因此許多職能治療師對進入社區推展職能治療，以及個案出院後回歸家庭、社區這領域仍感到十分陌生。

講者是社區賦權領域的專家，致力以社區賦權的方式，促進個案健康，他表示要實地了解社區生態、文化、經濟、社會結構，然後以最低干預的方式將社區中的個人及群體聯繫起來，反而更能讓個案在熟習的環境恢復身心機能，他提到日本職能治療也逐步推展這樣的模式，將對象從單獨聚焦於個人，擴大到家庭、鄰里、社區，突破醫院、機構等制式化空間與規範的限制，讓個案融合土生土長的環境與文化，藉由熟悉的人事物，提升職能治療及長期照護的效益。實踐社區賦能的概念才能真正發揮職能治療及長照服務想要幫助個案的目標。

把服務場域建設在社區中是很好的概念，建在學校旁可以推動老少共融、建在社會住宅裡，能讓長者繼續像往常那般地生活，周邊環境不是冷冰冰的設施或穿白袍、制服的人，這樣的社區互動，才能促進個案擁有生活品質及參與感，進而提升身心健康。

2. Occupational Therapy; Thriving on Opportunities.

主講者：Samantha Shann(President, World Federation of Occupational Therapists)

依世界衛生組織數據顯示，全球人口老化加劇，非傳染性疾病盛行率

上升，全球至少16%人口患有嚴重殘疾，超過25億人需要至少一種醫療服務，除此，氣候變遷、人為及自然災害也默默影響日常生活，這些數據意味著環境及全球的變化，對健康和社會產生不少影響。時代的日新月異，大眾所關心的已不再只是侷限健康的管理和維持，社區、社會層面亦十分重要，我們需要宏觀的正視健康、福祉、環境和社會因素，尤其針對長者族群，他們期盼的除了生活自主、延緩衰弱及老化，還包含能在日常生活、工作和社交活動中充滿信心和生活品質。

透過講者分享，職能治療、長照服務已從個體為中心，發展成為強調人與環境的全面規劃，身體功能恢復當然重要，但個人如何在生活環境中有效地參與各種活動也是不容忽視的課題。身障者、健康、亞健康或需要長期照護的長者，對環境有一定的敏感度，可以依不同需求設計不同的友善環境，加強無障礙設施、空間的規劃與設計。

隨著大眾對健康福祉的重視，特別針對慢病管理、災後重建、老年健康和心理健康領域的需求日益增長，我們在職能治療、長期照護領域需要更具前瞻了解時代的變化與需求，制定應對策略。此外，跨專業健康照護服務的整合，比如職能治療、醫療、社會工作、心理學等專業合作，才能提供多層面的支持和服務。

(二)座談會(Symposium) 重點摘要：

1. Community Development Contributing to Preventive Care for Elderly People in Urban Areas of Japan

主講者: Akie Kawamura(Occupational Therapy Course, School of Allied Health Sciences, Kitasato University)

日本人口高齡化，許多住宅區也因青壯人口遷移至城市而出現了嚴重的老化，要讓長者活躍老化、在地老化，並且讓他們可以在熟悉的領域獨立

生活，就要以社區為中心，以協助者角色引導長者有動機的參與並持續社區活動，鼓勵他們走出家門，並且建立與社區「場所」、「鄰里」的聯繫。講者運用了實驗組與對照組做研究，實驗組的職能治療賦予長者權力去選擇在自己喜歡的時間，用喜歡的方式活動，而對照組則接受了控制好的照表操課，制式請長者照時間到固定場所上課。實驗6個月後，各組轉為獨立小組，但對照組過沒多久就解散，而實驗組迄今仍繼續保持活動 12 年。由此可發現，讓長者自發性的主導這些規劃，反而更能讓長者有動機、毅力地去維持社會參與。

可見社區發展對預防延緩老化多麼重要，高齡化社會，長者面臨的健康與生活挑戰日益增多，除了日間照護服務，鼓勵長者群體發展社交活動，都能幫助長者保持身體活力、減少孤獨感；其次，建立友善環境，如無障礙設施，可提升長者生活自主性、降低跌倒風險；再者，社區若可安排一些健康教育與疾病預防管理，如定期健康檢查與健康講座，不但能強化長者對健康管理的認識、及早發現健康問題，還能有效減少長者對醫療資源的依賴、促進長者長期健康與獨立生活。

2. Accessing The Community Using Powered Mobility: Evaluating and Training Safe Wheelchair and Scooter Use with Older People

主講者：Caroly Unsworth(Federation University, Churchill, Australia, James Cook University, Townsville, Australia, Monash University, Clayton, Australia, Jönköping University, Jönköping, Sweden)

儘管因年邁而選擇不再開車，許多長者仍希望有可自由活動的生活與權利，在澳大利亞，長者經常使用電動移動設備(powered mobility

devices, PMD)如踏板車和輪椅來活動，然而PMD事故也時有耳聞，甚至造成傷亡。在日本，PMD的使用推廣尚不普遍，甚至2024年有44萬8,476人因擔心引發事故而自願交出駕照，但這些只是被動選擇安全但行動受拘束的生活。

講者表示在澳大利亞，他們針對長者有職能治療師的協助，透過個別化評估、PMD導引手冊，協助長者選擇合適的PMD設備，針對每位長者的個別需求，先進行環境調適與功能訓練，指導正確使用PMD，以確保行動安全，並避免意外傷害；另外，他們還爭取政府及民間的研究與資源，改善公共低地板公車使用PMD的穩定性和安全性，運用科技計算PMD設備可能產生的滑動與翻倒問題，測試PMD設備需要多少的空間及軌道行徑，以便個案均能安全及便利的用PMD活動及搭乘公共運輸工具。

其實在臺灣，運用PMD的確能幫助長者改善行動能力、降低外出障礙，讓他們更能自由地活動，如購物、短旅行等，進而增加社交聯繫、減少孤獨感、提升生活滿意度，但設備使用的安全性，包括速度調節、方向操作，以及目前大眾運輸工具、交通路線等空間的規劃與設計似乎還有可以再強化的地方，我們可以再多些資源去投入這樣的規劃，以兼顧長者活動的動機、維持自主性、減少對他人照顧的依賴、走出家門，並避免長者運用PMD可能危害己身及其他用路人的安全。

(三)工作坊(workshop)重點摘要：

Occupational Therapy Using Otaku Culture- Using Japanese Plastic Models and Video Game Consoles

主講者：Gembu Deguchi (Department of Occupational Therapy, School of Health Sciences at Odawara, International University of Health and Welfare)、Shiho Naga (Department of Occupational Therapy, School of Health Sciences at

Odawara, International University of Health and Welfare)

在職能治療中運用輔具搭配電子或視頻遊戲來鼓勵患者積極參與治療，已成為越來越常見且有效的治療方式，這些設計以樂趣和動機為基礎，創造愉快和有趣的環境，來降低個案因身心損傷產生的低落感，或因此而拒絕相關治療或復健。

透過這個工作坊，講者介紹了許多運用於輔具的電子和視頻遊戲，類型多樣，且能針對不同的需求進行治療。例如，動作遊戲有助於提高手眼協調和精細運動技能，益智遊戲能刺激認知功能的發展，包括反應力、記憶力、注意力和問題解決能力，角色扮演遊戲可以幫助患者模擬現實中的社交情境，進行情感調節與反應訓練。我們以為這只對年輕人有效果，但實務上，調整遊戲的難易度，搭配長者有共鳴的遊戲，此類輔具的復健與治療也相當有效果。長者不會覺得治療是一種強迫或枯燥的活動，反而更願意投入更多精力，甚至這些遊戲還能提供安全的模擬環境，使長者能夠在無風險的情況下進行訓練，進而達到治療目標。

我們在工作坊分組互動，實作了以雙眼取代雙手操作的電子遊戲輔具，雖然過程需經歷不熟悉操作技巧、語言互動的困窘，但逐漸練習、完成任務、克服困難時所感受的成就感，的確有助於實作的動機與信心。

(四)口頭報告(oral)重點摘要：

Smart Remote Device of SpO₂ Monitoring to Enhance Telemonitoring for Patient with Respiratory Disease - A Pilot Project by Occupational Therapist (OT) in Integrated Care and Discharge Support Services (ICDS), Kowloon Hospital, Hong Kong

主講者：Wai Tak Ronny Lam, Tsz Shan Teresa Tsui, Wai Lee

Cherry Lau, Yuk Lin Dora Chan (Occupational Therapy Department, Kowloon Hospital, Hospital Authority)

在 COVID-19 大流行期間，為了治療疾病，並考量醫護、職能治療師、長照服務等人員的安全與健康，各國均發展了不少遠距照護模式，這些運用與進化，是職能治療、醫療服務、出院後長期照護等重要工具的策略。

講者提到他們研究計畫重點是利用遠端監測設備，追蹤有呼吸系統疾病患者他們日常中的血氧飽和度(SpO₂)，從監測期間的數據與分析，協助呼吸系統疾病患者評估合適的治療方式與在宅追蹤，以早期檢測症狀、及時處遇，並做氧氣治療的調整。病患在使用遠端監測設備時，可將資料定期回傳給醫療服務提供者及個案師，讓服務提供者能精準掌握病患的身體狀況，並根據監測的數據，調整醫護或照服員到宅隨訪的頻率，並協助患者調整生活作息與方式，這項研究實測可減少20%面對面接觸時間，也減少了家訪的次數，僅1例（約5.3%研究對象）在使用遠端監測設備後28天內因呼吸系統疾病再次住院。

遠距照護的確運用科技提供醫療與健康照護服務，它提升了服務的可近性、即時性，減少了患者及長者往返醫院的交通與時間成本，讓醫護、職能治療師、照服員等，更能有系統地針對服務對象的身體狀態與個別需求做更好的規劃，但除了科技所帶來的優點及便利，它也存在著限制與挑戰，包含監測設備本身所需要的技術與操作問題、監測設備的介面及語言多數使用的是英文、操作的難易度也因監測項目而有所不同，有些設備甚至需要注意維持電力、網際網路及數位憑證的連結，這對獨居者、長者或部分身障者來說，可能會有使用上的困難，另外設備所蒐集到的數據、資訊與應用，涉及病患隱私，如何在健康管理與個資維護中取得平衡，是需要去思考及克服的課題。

(五)海報展示(Poster Presentation)重點摘要:

The Influence of Attention on Activities of Daily Living Among Older People in A Long-Term Care Facility

主講者：Maki Ogasawara^{1,2}, Takao Osanai², Toshimasa Sonel

¹School of Health Sciences, Fukushima Medical University,

²Graduate School of Health Sciences, Hirosaki University

這份研究是日本學者Maki Ogasawara與研究團隊探討長期照護機構(LTC)長者的注意力對日常生活自理能力(ADL)的影響。隨著年齡增長，長者的身體機能、認知能力及心理狀態會逐漸下降，長照機構提供長者日常生活照護，特別是針對已出現身體或認知功能受損的長者。

研究結果顯示，長照機構內的長者ADL與維持注意力功能具高度相關性，當長者注意力受到干擾或下降時，他們日常生活活動的表現也會變差。Maki Ogasawara表示他們透過這個研究發現，注意力測試(Trail Making Test Part A, TMT-A)的分數越高(表示注意力功能較差)，長者的ADL表現越低，而長者一旦在長照機構無法維持一定注意力，日常生活如穿衣、進食、洗澡等，便需要更多幫助，連帶增加照護需求與成本。

由此可見，注意力功能對長者ADL的影響扮演著重要角色，尤其是有認知障礙的長者。如果長者能維持一定的注意力，他們就更能自我照顧、減少對他人的依賴，這不僅有助於維持長者身心健康與自我認同，還能減少照顧者的負荷，交流過程中，Maki Ogasawara表示他們鼓勵機構內的職能治療師、照服員，藉由長期且有效的注意力訓練，延緩長者認知衰退的進程，並在機構空間、設施上，能有多點巧思與設計，把語言、數字等可以互動的測驗、遊戲及輔具融入環境中，讓長者在日常便可以訓練專注力，這對預防或減緩長者老化，尤其是認知障礙疾病特別有幫助。

參、心得與建議

從職能治療與長期照護的角度來看，這次會議交流重要的收穫包含：

一、兼顧個體個別需求與社區參與，讓患者與長者在熟悉環境中提升自我照顧能力、恢復自我價值

患者或長者如果長期僅待在機構或家中，只會更與社會隔離、更少對外接觸，而導致身心功能退化；引導他們在不同環境中與人互動、體驗，可以更健康塑造心理與身體機能，這對維持尊嚴、增強自信和成就感非常重要；患者雖然有障礙，但仍有自我實現的渴望、長者雖然老化，但仍有生活目標的追求，他們需要的家庭歸屬感、社會支持和情感連結，都需要職能治療、長期照護等專業引導與協助，幫助他們維持或恢復健康，甚至緩解惡化或退化的速度。

(一)臺灣目前在推動的社區照顧關懷據點、巷弄長照站、部落文化健康站、伯公照護站等，都是政府長照政策投入的資源與努力，鼓勵長者走出家門、進到社區，既可擔任志工、也可擔任講師，長者在其中可以是參與者、受服務對象，也可以是傳承者、服務提供者，這對長者自我認同實踐相當有幫助。

(二)須特別注意的是，目前長照資源的設置與規劃，在不同部會、不同地方政府是否有資源重疊？或是所設計的服務基礎(多元活動課程、共餐、延緩老化訓練等)是否真的實踐原本想像的藍圖？比如共餐，不只日本、臺灣，許多國家均表示獨居或單身長者常跟服務提供者反映獨自用餐的孤獨感、備餐困難、營養不均等問題，但鼓勵長者參與據點，理想上應先參與上午安排的交流活動、延緩老化訓練後再共餐，而非僅於共餐時段出席，否則僅是「在家用餐」改成「在社區換餐」。長照服務是要創造活動，讓長者能獲得「長效」的照護，而非「長期」的照護。

二、運用電子遊戲融合輔具，鼓勵患者與長者復健，改善身體機能

在日常臨床實踐中，職能治療師或照服員經常需要運用輔具幫助個案進行

功能性訓練，而這些訓練需要適當的調整和大量的練習才能發揮最佳效果，將電子遊戲融入職能治療或長照服務中，能為個案提供另一種激勵與訓練方式，不僅降低他們對輔具的刻板印象與抗拒，還能透過趣味、競賽的方式，提高他們對輔具的熟練與社交參與。

(一)臺灣其實也有研究團隊透過電子競技(E-Sports)的設計來訓練個案的反應與精細動作，幫助他們克服因身障、老化等所帶來的生活挑戰，加強他們的身體靈活度、生活趣味、打破孤立、提升他們的自信心。臺灣講者Tsan-Hsun Gloria Huang(OOPS limited Company, Disability Welfare Institution Evaluation Committee, Ministry of Health and Welfare, Taiwan)分享曾遇過一個10歲的孩子，因身障讓自己自暴自棄，但運用E-Sports成功吸引個案的興趣，讓個案卸下心防，透過E-Sports的競技性和社交性，促使個案更有動機去訓練身體機能，增加與他人交流和互動，這樣的成就感，讓他更相信可以投入更多的經費與心力，去精進E-Sports輔具的推廣。

(二)雖然電子競技與職能治療輔具的結合，的確運用科技與創意打破了制式職能治療的框架展現潛力與效能，但在實際應用中，臺灣仍存在對電子遊戲的刻板印象，認為這只是遊戲的沉迷與黏著，並非訓練或復健，因此講者表示他與他的團隊企圖以「E-Sports」的名稱來降低大眾對這項輔具發展的標籤與刻板印象，但相關預算仍十分不足，政府給予的資源有限，他們仍需爭取民間企業的支持，才能更有經費去開發相關的領域。

(三)對於不同狀態的身障者、長者、患者等，應根據他們的具體需求選擇合適的E-Sports遊戲，但目前並不是所有的E-Sports都能夠滿足個別化需求，如何開發英語之外的多國語言，調節遊戲難度，讓E-Sports的操作更簡單且更符合不同類別者，避免個案因過於繁雜或難度過高的遊戲設計，失去訓練或復健的動機及信心。此外職能治療師及照服員等需要專業的教育、訓練及指引，來評估個

案，並協助其選擇合宜的電子遊戲輔具，因為不同個案對同一輔具的使用感受度不同，E-Sports可被視為一個策略，但不是唯一，整體治療計畫仍需考量個案的生長環境、背景文化、個性與身心狀況，以融入多元方法去復健或改善身心機能。

三、利用遠距照護分析數據，適時、適切調整職能治療方法與長照服務模式

傳統的長期照護往往需要病人長時間住院或頻繁就診，遠距照護能突破地理與時間的限制，特別是對於偏遠地區或資源不足地區的長者或病患，他們透過遠距科技如穿戴式設備(智慧手環等)，就能夠在家中或社區接受專業的醫療指導與健康監測，醫療人員、照管人員能共同合作，監測長者或病患的健康狀況，即時發現異常情況，並進行遠程診斷，減少突發疾病或病情惡化的風險，如此不但能節省醫療機構資源與病人的交通成本，更可守護行動不便或偏遠地區的長期照護對象(如長者、慢性病患者等)的健康；另外透過遠距照護與醫療資訊系統，醫療人員可以更快速獲取病人的健康資料，促進跨科別、跨地區的合作，提高診療準確性和治療效果。

(一)在臺灣遠距照護已實施並有一定的發展技術與團隊，長者或患者可以在家中進行健康監測、接受醫師諮詢，獲得健康指導，這對行動不便者或偏遠地區民眾特別重要；透過設備自我測量血壓、血糖等，並將數據傳送給醫師進行遠端監控、調整治療計畫。此外，遠距照護也有助於減少醫療機構的就診壓力，特別是面對疫情等突發公共衛生事件時，遠距照護可有效避免交叉感染風險。

(二)但如其他亞太地區國家的分享，遠距照護的應用也面臨一些困境和限制，比如並非所有患者都能夠熟練使用數位設備或有穩定的網路支援，這會影響遠距照護的普及及便利性。其次，隱私及數據資料的安全問題也是一大顧慮，如何保護機敏健康資料不洩漏或遭濫用，需要更完善的法律及技術保障；另外儘管遠距照護能提高便利性，但某些病情的診斷和處置依然需要面對面的實體檢查或

臨床診斷，遠距照護仍無法完全取代傳統診療。

- (三)政府和相關機構應繼續加強對基礎設施設備與遠距數位技術的投資與研究，針對不同族群或地區進行數位網絡改善，並持續精進相關醫療、長照服務領域人員與工具的應用與訓練，相信透過遠距照護，能解決醫護與民眾間的時間、交通與照護成本，進而打造更符合大眾期盼的健康臺灣。

四、藉由專注力訓練及空間改善，可協助長照機構長者減緩老化進程，另輔以強化其家庭與社會支持，可有效維持長者認知與身體功能

在長期照護中，應重視注意力評估與訓練，以因應不同長者的身心狀況，制定個別化的照護策略。在臺灣長期照護及職能治療已具有發展規模，但仍可注意一些細節上的規劃與實踐：

- (一)透過認知刺激和注意力訓練幫助長者維持或提升他們的注意力，例如可設計一些簡單的遊戲或活動，如拼圖、記憶遊戲或簡單的計數練習，來挑戰長者的反應與速度，並訓練長者的專注力，這些遊戲和活動可以根據長者的狀態分為初階與進階，並漸進式的調整，以避免長者產生壓力或挫敗感。
- (二)長期照護機構的環境，對長者專注力也有重要的影響。設置適當的照明、避免過於嘈雜，以乾淨且溫暖的色系，提供安全且無障礙的空間，都能提升長者的日常生活自理能力。除此，長期照護機構應針對不同認知功能和專注力狀況的長者，制定個別化的照顧計畫，這不僅包括日常生活的照顧，還包括專業的認知訓練和注意力改善計畫，以促進他們在日常生活中的自主性。
- (三)高齡化社會是日本、臺灣及多數國家人口型態發展的趨勢，如何在家庭、機構、社區、社會，政府及民間，家人與職能治療師、照服員等專業人員間，建立有默契的合作關係，讓資源網絡效益最佳化，透過努力建構健康的長者友善環境，延緩長者認知與身體老化耗損，相信在地老化、活躍老化不會是奢望，我們都能在合理社會資源與成本間，落實長者服務，實踐長照與職能價值。

肆、附錄



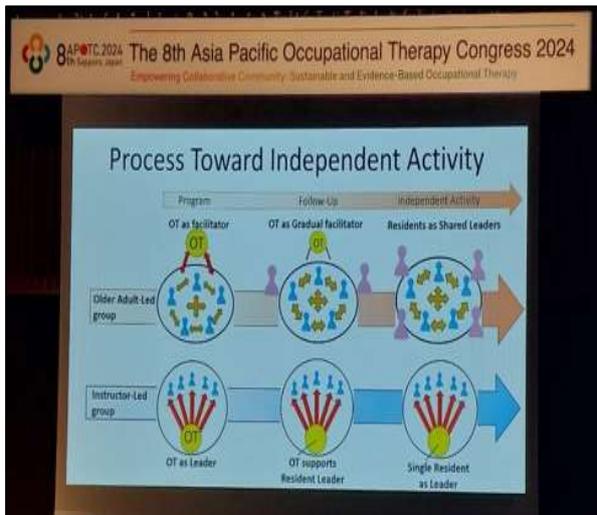
▲APOTC 2024 會場及背板區。



▲APOTC 2024 開幕式(與 APOTC 召集人兼日本職能治療師協會會長 Shinichi Yamamoto 合影)。



▲APOTC 2024 主題演講。



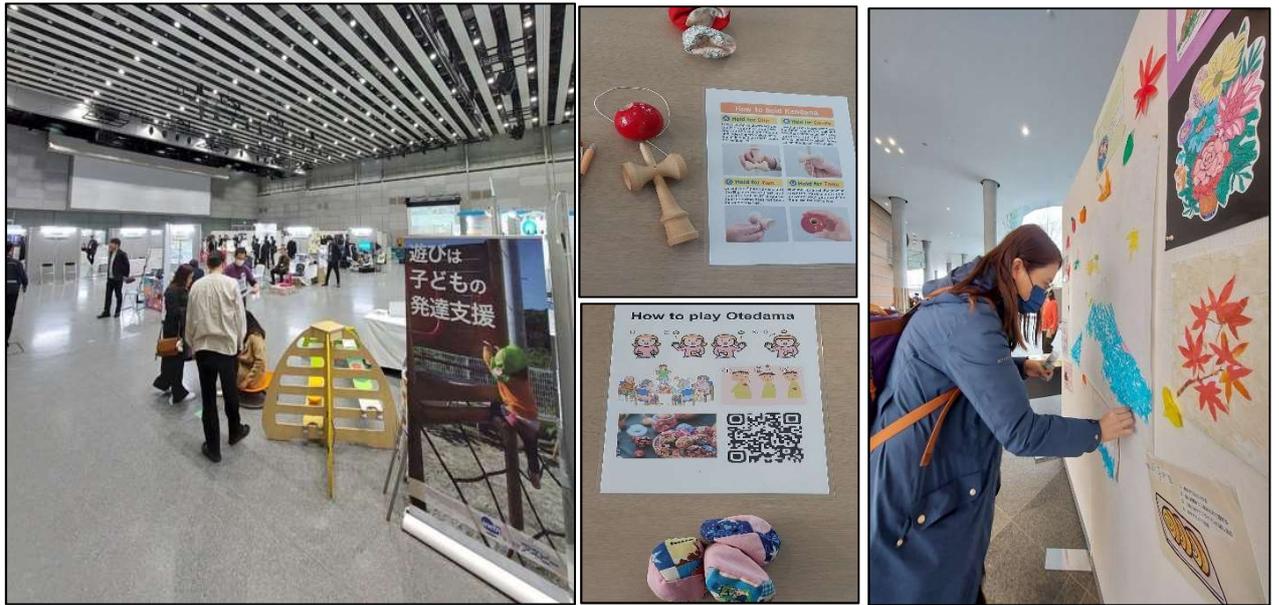
▲APOTC 2024 座談會。



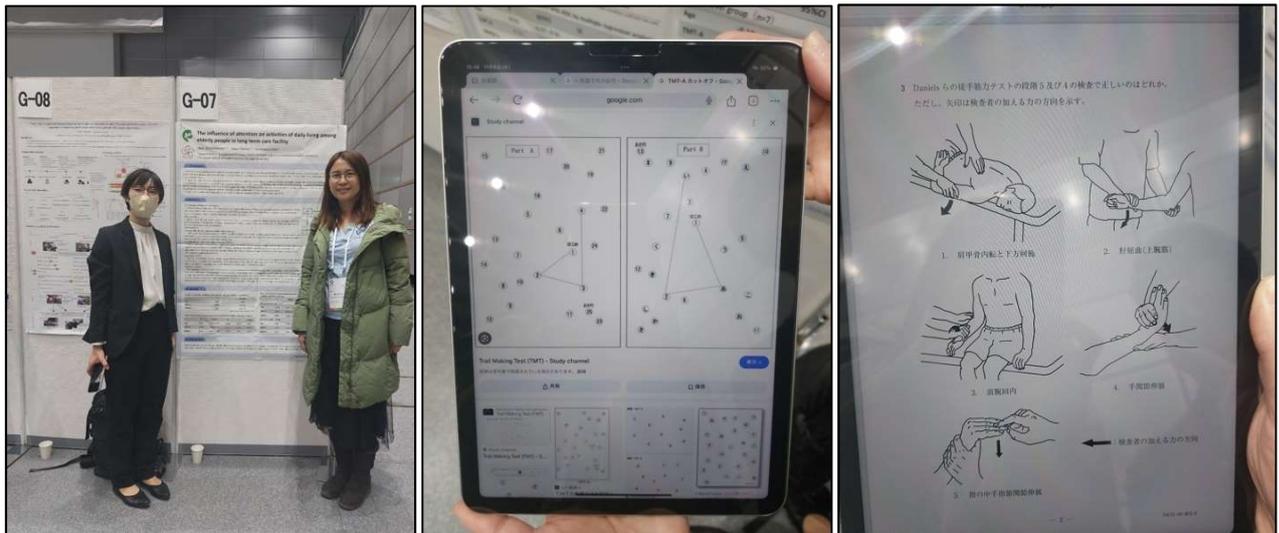
▲APOTC 2024 工作坊(電子輔具操作，並與講師 Gembu Deguchi 合影)。



▲APOTC 2024 口頭報告。



▲APOTC 2024 海報展場與攤位實作(機構內長者會使用的劍玉、沙包、撕紙畫)。



▲APOTC 2024 海報展示(The influence of attention on activities of daily living among older people in a long-term care facility, 與發表者Maki Ogasawara 合影、交流)。