

出國報告（出國類別：考察）

芬蘭適應運動與運動輔具相關政策與 建置考察

服務機關：運動部

姓名職稱：黃培婷科員

派赴國家：芬蘭

出國期間：114 年 11 月 2 日至 11 月 11 日

報告日期：114 年 12 月 8 日

摘要

本次出國考察赴芬蘭，主要目的在於了解該國推動適應運動政策、運動輔具服務及共融環境建置的經驗，並參訪復健中心、帕林匹克委員會、帕奧訓練中心及適應運動暨輔具科技展，作為我國政策研擬與制度優化之參考。

芬蘭高度重視身心障礙者運動權益，透過跨部門合作，建立從醫療復健到社區運動的完整銜接機制。其帕林匹克委員會除競技運動外，積極推動全民適應運動，提供運動輔具租借服務，降低使用門檻，並與主流體育組織合作，促進共融。

考察重點包括：

Validia Synapsia 復健中心：結合復健與運動，設有無障礙健身房、水中運動區及運動輔具租借服務，並採跨專業團隊模式，與帕林匹克委員會合作，協助使用者順利過渡至社區運動。

帕林匹克委員會：整合帕奧、特奧、移植運動等國際窗口，業務範圍涵蓋競技運動與全民運動推廣，提供全國性運動輔具租借服務。

Pajulahti 奧運暨帕奧訓練中心：芬蘭唯一結合奧運與帕奧的國家級基地，兼具競技訓練、教育培訓及全民運動推廣功能，全區採無障礙設計。

Apuväline 展會：結合輔具、適應運動與無障礙生活，設有運動體驗區，並舉辦示範賽及專業研討會，展現「體驗+教育+產業」的整合模式。

芬蘭在政策推動上，強調運動平權與社會共融，並透過與復健中心的連結、輔具租借服務、教育推廣及主流體育協會合作等機制，形成完整支持網絡。相較之下，我國目前仍以競技為主，運動輔具流通及全民推廣較為不足，需加強醫療與運動、適應運動與主流運動的跨域合作，加強全民適應運動推廣，並完善輔具制度。

目次

壹、緣起與目的.....	3
貳、過程.....	4
參、心得.....	24
肆、建議事項.....	28

壹、緣起與目的

- 一、芬蘭位於歐洲北部，國土面積約 33.8 萬平方公里，人口數約 550 萬人。依據歐盟官方資料顯示，芬蘭的身心障礙人口比例為 34.9%，是歐盟成員國中，身心障礙人口比例第 2 高的國家，僅次於拉脫維亞。其身心障礙人口分布以 65 歲以上最多，且女性的比例均高於男性。芬蘭為高度的已開發國家與福利國家，國民生活品質良好，依據聯合國公布的《世界幸福感報告》，芬蘭自 2018 至 2025 年連續八年名列全球第一最幸福的國家。
- 二、聯合國《身心障礙者權利公約》(Convention on the Rights of Persons with Disabilities, CRPD) 第 30 條明定，締約國應確保身心障礙者「在與其他人平等的基礎上參與文化生活、娛樂、休閒和體育活動」。我國雖非聯合國會員國，惟自 2014 年起已將 CRPD 納入國內法制，展現對身心障礙者運動平權與人權保障的高度承諾。隨著 114 年 9 月 9 日運動部成立，新設「適應運動司」掌理適應運動發展、身心障礙競技運動與共融運動之規劃、推動、輔導、管理及監督，確立將身心障礙者的運動權益納入國家運動政策的推動主軸，強化身心障礙者及特殊需求族群在運動、休閒活動參與和全齡健康發展的支持。
- 三、依據 2024 年底衛福部統計資料顯示，我國 123 萬身心障礙者中，僅約 15 萬 7,000 人為先天障礙者，其餘近 88% 逾百萬身心障礙國民，為因疾病或意外等因素導致之後天障礙。如何協助身心障礙者重建生活功能，進而參與運動，需建立完善的「醫療→社區運動」轉介與支持服務體系，以提升其生活品質與社會參與。
- 四、此外，在整體身心障礙運動政策推動中，「運動輔具」亦為推動參與的重要關鍵。適切的運動輔具不僅能提升身心障礙者的運動參與，亦協助克服身體限制、強化運動表現，並在安全性、舒適性、自信心與社會參與感等面向產生正向影響，是落實運動平權不可或缺的基礎條件。
- 五、芬蘭在推動身心障礙者運動與運動輔具政策方面累積豐富經驗，值得我國借鏡。芬蘭政府高度重視身心障礙者的運動權，建置有復健與適應運動的銜接機制，藉由復健中心與帕奧組織的合作，使民眾在醫療復健結束後得以順利銜接至社區運動團體，持續保持規律運動與健康生活。並將「運動

輔具」納入公共健康與運動政策的一環，透過與非營利組織的合作，提供運動輔具租借等措施，確保身心障礙者均能平等參與運動。

六、本次考察特赴芬蘭參訪其復健中心、帕林匹克委員會與帕奧訓練中心，並參與在坦佩雷(Tampere)舉行的年度適應運動推廣活動。透過實地訪查與交流，期能掌握芬蘭於推動適應運動轉銜之策略、運動輔具支持服務與管理制度，並觀摩其多元推廣模式及其融環境建置，以作為我國政策研擬及制度優化之依據及參考。

貳、過程

一、考察人員

服務單位	性別	姓名	備註
運動部（適應運動司）	女	黃培婷	科員

二、考察行程

日期	地點	行程內容
11/2（星期日）	臺灣桃園->德國慕尼黑	23:25 BR71 班機自臺灣桃園國際機場起飛，於隔日 07:05 抵達德國慕尼黑機場
11/3（星期一）	德國慕尼黑->芬蘭赫爾辛基	於德國慕尼黑轉機，搭乘芬蘭航空 AY1402 班機 10:30 起飛，於 14:05 抵達赫爾辛基機場
11/4（星期二）	芬蘭赫爾辛基	上午：參訪適應運動復健中心 Validia Synapsia Rehabilitation Centre 下午：拜訪芬蘭帕林匹克委員會總部 Finnish Paralympic Committee Headquarters
11/5（星期三）	芬蘭拉赫蒂、赫爾辛基	上午：參訪芬蘭帕奧訓練中心 Pajulahti campus - Paralympic Training Centre 下午：拜會台灣駐芬蘭代表處
11/6-8（星期四-六）	芬蘭坦佩雷	參與適應運動暨輔具科技展 Adapted Sports & Assistive Technology Expo
11/9（星期日）	芬蘭赫爾辛基	參訪赫爾辛基中央圖書館 (Oodi)
11/10（星期一）	芬蘭赫爾辛基->奧地利維也納	09:25 AY1471 班機自芬蘭赫爾辛基機場起飛，於 10:55 抵達奧地利維也納機場，轉乘 BR66 班機 12:05 起飛回臺
11/11（星期二）	奧地利維也納->臺灣桃園	06:40 抵達臺灣桃園國際機場
備註	芬蘭與臺灣時差為 6 小時（慢）	

三、 考察過程

本次考察係結合國立體育大學之辦理「芬蘭適應運動與運動輔具相關政策與建置考察計畫」，由本部委請國立體育大學組團共赴芬蘭執行。其考察團成員包括：國家運動科學中心運動醫學研究處處長、本部「推展學校適應體育深耕計畫」-課程相關設施及運動輔具建置與使用子計畫主持人、國立體育大學適應體育學系朱彥穎教授；輔助科技全球聯盟（Global Alliance of Assistive Technology Organization,GAATO）理事、台灣復健工程暨輔具科技學會政策推動委員會主委、長庚大學早期療育研究所程欣儀教授；6度獲得世界花式滑輪溜冰錦標賽金牌之直排花式男子組選手、國立體育大學國際運動管理與創新博士學位學程博士後生陳毅帆先生等3名專家代表共同參與。以上人員係以學者及選手之專業角度，協助蒐整芬蘭適應運動及運動輔具政策之創新作為，提供未來我國政策發展之可行評估與建議，以作為我國政策制度優化與推動策略的參考。

(一) 適應運動復健中心(Validia Kuntoutuskeskus Synapsia Rehabilitation Centre)

1. 中心介紹：

- (1) 位置：Nordenskiöldinkatu 18 B, 00250 Helsinki, Finland
- (2) 服務對象：身心障礙者、脊髓損傷者及其他需要復健支持的族群。
- (3) 服務範圍：提供全國性復健與運動服務，亦接受跨國人士入住。

2. 中心特色：

- (1) 完全無障礙設計：建築物位於赫爾辛基市中心，交通便利(市政府並提供身心障礙者交通補助)，全館採無障礙設計，包括專用停車格、寬敞走道、自動門、無障礙電梯及各樓層無障礙廁所。確保輪椅使用者能獨立或在輔助下順暢通行。

(2) 運動與復健結合之空間：

- A. 無障礙健身房：配備輪椅族可使用的健身設備，可依個別能力進行調整；使用者可以在專業教練的指導下使用，亦可自行獨立訓練。
- B. 多功能運動館：以不同顏色提供不同種類運動之畫線區隔，可提供輪椅籃球、輪椅橄欖球、網球、羽毛球、坐式排球等運動之使用空間。

- C. 運動輔具服務：由專業團隊共同評估後配發基礎型輔具，並可視需求提供即時調整或進階型輔具支援。
- D. 攀岩牆：支援適應運動與功能性訓練，並設有專為行動障礙者設計專用的安全裝置。
- E. 水中運動區：設有兩座水池，水溫皆高於攝氏31度。一座為物理治療池，另一座為游泳池，配備無障礙入水裝置及多項復健輔助設備，並於池側設置芬蘭特色之桑拿房。

(3) 跨專業整合服務：

- A. 該中心配置有物理治療師、職能治療師、與運動指導員等專業人員，以跨專業團隊模式，協助使用者從醫療復健順利過渡至社區運動參與。
- B. 該中心與芬蘭帕林匹克委員會合作，建立長期適應運動參與管道，並提供運動輔具租借等支持服務(該中心為帕林匹克委員會在全國設立的6個運動輔具租用據點之一)，強化運動參與的可持續性。



圖 1 復健中心大門

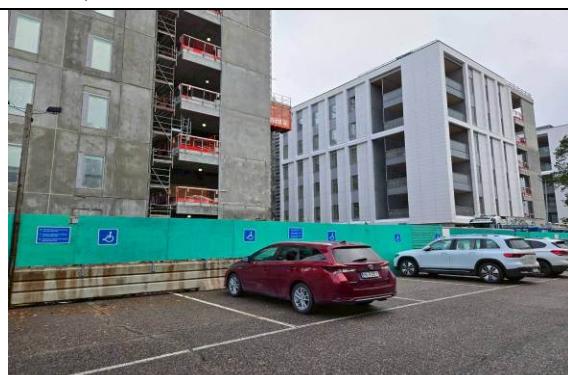


圖 2 復健中心的停車格皆為無障礙車位



圖 3 入門處設有清潔輪椅輪胎的裝置



圖 4 中心內芬蘭帕委會的運動器材室



圖 5 無障礙健身房



圖 6 攀岩牆



圖 7 多功能運動場，不同顏色的標線由不同種類的運動所使用



圖 8 考察團於運動場內合影

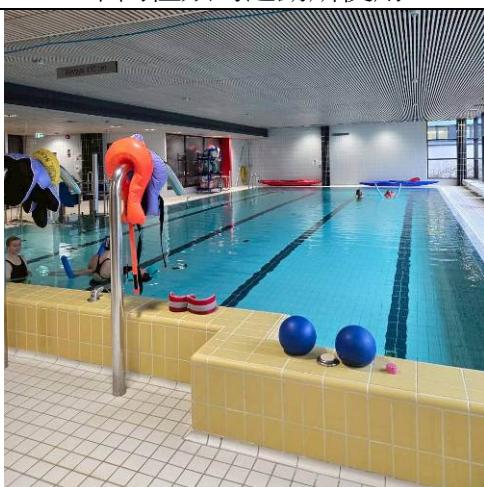


圖 9 水中運動區-游泳池



圖 10 水中運動區-物理治療池，內建設備可以自由調整池深



圖 11 門把設計為適合輪椅族使用



圖 12 中心提供音樂治療，用顏色來幫助學習鍵盤的彈奏

(二) 芬蘭帕林匹克委員會 (Finnish Paralympic Committee)

1. 芬蘭適應運動發展沿革：

年份	大事紀
20世紀初	出現了第一批為聽障人士設立的運動俱樂部，並於1920年成立了「芬蘭聽障者體育協會」。
1960年代	針對退伍軍人、視障者、智障者等族群，陸續成立適應運動組織。
1980年代	成立移植運動組織，由器官移植組織相關團體獨立推動，鼓勵器官移植受贈者積極參與運動。
1994年	芬蘭帕林匹克委員會正式成立。
2010年	視障、肢障、智障及移植運動等組織合併為「身心障礙運動與休閒協會」(VAU)。
2015年	70個主流運動組織中，已有39個設有適應運動項目。
2020年	VAU和芬蘭帕林匹克委員會合併，形成統一的適應運動推廣與競技管理機構。

2. 芬蘭帕林匹克委員會的定位：

(1)雙重角色：既是服務機構，也是國家體育窗口。

- A. 作為服務機構，為地方、區域和中央政府提供適應運動的相關支援。
- B. 作為國家窗口，負責帕拉運動、特殊奧林匹克、和移植運動的競技推廣及國際聯繫。

(2)業務內容：依據芬蘭憲法、反歧視法、體育法等規定辦理，主要可分為三類：

- A. 普及性適應體育活動。
- B. 共融運動推廣。
- C. 競技型帕拉運動。

(3)運動類型：涵蓋帕拉運動、特殊奧林匹克、移植運動、非帕奧項目及唐氏症運動員等。聽障運動(達福林匹克)尚未完成整合。

3. 芬蘭適應運動推動的組織架構：

層級	公部門	私部門
中央	教育文化部	全國特定體育團體(70)+其他全國性團體(包含公共衛生組織)(35)
區域	區域州行政機構(6)	地區體育團體(15)+體育機構(11)
地方	市政廳(313)	運動俱樂部(約10,000)

4. 運動輔具政策及服務

(1)租賃據點：芬蘭各地設有6個運動輔具租賃單位，分布於復健中心(Masku、Helsinki)、體育機構(Rovaniemi、Vuokatti)及地區運動團體(Seinajoki、Kuopio)。

(2)服務內容：提供設備租賃、使用指導及購買自有設備的建議。

(3)合作模式：用於公開展示活動，與教育機構、體育聯合會、市政廳或復健專業人員合作推廣。

(4)協助處理民眾以下使用困境：

- A. 輔具費用昂貴。
- B. 即使在國外找到合適輔具，卻無法在國內進行測試。

C. 缺乏使用的相關正確知識。

(5)輔具服務機制：

A. 透過網站搜尋需要的輔具(<https://valineet.paralympia.fi/>)。

B. 在6個租賃據點或特別展示活動中試用。

C. 與物理治療師或其他專業人員記錄試用體驗。

D. 提供購買管道、價格資訊及補助申請指引。



(三) 芬蘭帕奧訓練中心(Pajulahti campus - Paralympic Training Centre)

1. 簡介：

(1)名稱：Pajulahti Olympic & Paralympic Training Centre (芬蘭奧運暨帕

奧訓練中心)

(2)位置：Pajulahdentie 167, Nastola, Lahti, Finland (距赫爾辛基約 1 小時車程)

(3)成立時間：始建於 1929 年，2015 年正式成為芬蘭唯一結合奧運與帕奧的國家級訓練中心。



圖 18 Pajulahti campus 地圖

2. 中心特色：

(1)競技與適應運動訓練基地：提供芬蘭奧運國家隊及國際運動員全年訓練營與比賽場地，並與芬蘭帕林匹克委員會合作，舉辦國家隊集訓及多項國際賽事。

(2)多元運動項目：具備夏季及冬季運動設施，包含室內外場館、湖泊、森林及草地，能支援田徑、游泳、體操、戶外運動、越野滑雪等多類運動訓練，兼具自然體驗與專業訓練功能。

(3)適應運動與無障礙設施：全區採無障礙設計，包含輪椅可通行的動線、多間無障礙客房及友善運動場地，確保身心障礙選手於住宿、訓練及移動過程皆能安全順暢。

(4)運動科學與醫療支持：提供運動醫學、營養、心理諮詢服務，並設有運動生理與生物力學實驗室，可支援帕奧選手精準化檢測、訓練規劃與研究資源。

(5)全民運動與休閒服務：除服務精英運動員外，中心亦全面開放予一般民眾，推廣全民運動與適應運動。住宿房型包括單人、雙人及家庭房等，一般民眾均可預約入住。

(6)教育訓練與國際交流：與大專院校合作，提供教練、體育教師及相關專業人員之培訓課程，並支援運動科學研究與國際交流，為芬蘭培養專業運動與適應運動人才的重要基地。



圖 19 中心入口



圖 20 在這裡，每個人都是贏家

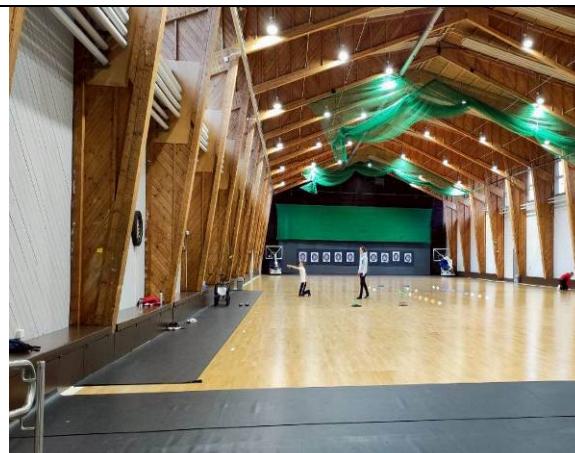


圖 21 連結住宿棟的體育館

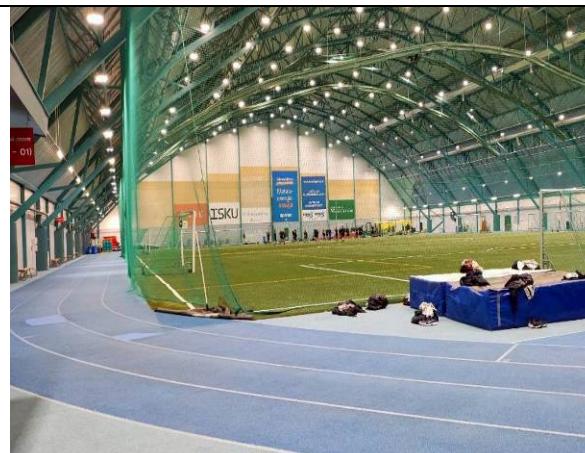


圖 22 獨棟的室內田徑場



圖 23 冬季運動專用場館



圖 24 中心內皆為無障礙設計



圖 25 無障礙房間



圖 26 衛浴設備亦為無障礙設計



圖 27 滑雪訓練實驗室



圖 28 滑雪訓練機的控制器及紀錄設備



圖 29 中心內餐廳，跟臺灣的國訓中心雷同，只是換成了芬蘭口味



圖 30 中心內走道兩側皆有扶手，牆上掛的是芬蘭歷史上重要的運動員



圖 31 與中心人員合影



圖 32 讓我們創造運動故事吧！

(四) 臺灣駐芬蘭代表處

1. 簡介：

- (1)名稱：駐芬蘭臺北代表處（Taipei Representative Office in Finland）
- (2)位置：Aleksanterinkatu 17, 4th Floor, Helsinki, Finland
- (3)設立沿革：1990年設立，原名「駐芬蘭臺北貿易文化辦事處」，後更名為「駐芬蘭臺北經濟文化辦事處」，2004年改為現名。
- (4)現任代表：林昶佐。

2. 業務說明：

- (1)代表處長期推動臺灣與芬蘭在經貿、科技、學術、文化、教育、運動

與旅遊等領域之雙邊關係，持續強化我國國際能見度。

(2)近期在運動外交方面，代表處於 10 月間協助周天成參與北極公開賽 (Arctic Open) 之相關行政協調與支持事宜，並與當地僑胞共同為臺灣選手加油，展現支持我國選手及推動運動交流的積極作為。

3. 林昶佐大使於會中表示，歡迎運動部持續深化與芬蘭在運動政策、競技交流及人才培育等面向的合作，代表處將配合我國政策需求，提供必要協助，作為推動雙邊運動與文化交流的重要橋樑。



圖 33 代表處門口合影



圖 34 與林昶佐大使合影

(五) 適應運動暨輔具科技展(Apuvälne – Assistive Technology Fair 2025)：

1. 簡介：

(1)展覽日期：2025年11月6日至8日

(2)位置：Ilmailunkatu 20, Tampere, Finland (Tampere Exhibition and Sports Centre)

(3)主辦單位：Expomark Oy(民間展覽公司)。

(4)週期：每兩年舉辦一次，是芬蘭規模最大的全國性輔具科技展覽，亦是北歐地區重要的輔具與無障礙技術交流平臺。

(5)參與對象：

A. 專業人士：醫療復健、輔具評估、特教、社會照護、科技研發等領域之專家。

B. 一般民眾：身心障礙者及其家屬、對輔具與無障礙議題有興趣的民眾。

(6)展會概況：本屆共約 150 家廠商參展，展期三天共吸引約 8,100 名專業人士與使用者參與。



圖35 適應運動暨輔具科技展展區地圖

2. 展覽特色：

- (1) 運動專區 (Sports Area / Sports Plaza)：由芬蘭帕拉林匹克委員會及相關身心障礙運動組織共同規劃，提供多元的適應運動體驗。
 - A. 共設有20多個運動站，參觀者可親身嘗試各類適應運動，包含輪椅橄欖球、輪椅競速、輪椅桌球、輪椅羽球、健身與健力、視障門球、視障射擊、帕拉滑雪、帕拉陸上&冰上曲棍球、帕拉定向越野、帕拉犬賽、智能障礙者體操等項目，由專業教練與運動員現場指導，確保安全並提升體驗品質。
 - B. 示範賽與互動活動：由芬蘭身心障礙運動員或俱樂部進行示範比賽，觀眾可與運動員交流，進一步理解運動技術與輔具操作方式。
 - C. 運動輔具展示：展出最新運動輪椅、適應運動器材與測試設備，提供試用、客製化建議與產品諮詢，協助民眾瞭解適合自身需求的輔具選項。
 - D. 推廣與教育：設有相關資訊攤位介紹身心障礙運動運動的效益、運

動俱樂部聯絡管道及地方參與資源，強化民眾對適應運動的認識與參與意願。

(2) 專業研討會與工作坊：聚焦輔具創新、復健科技、數位輔助設備、無障礙設計與通用設計等主題，提供跨領域專業交流與最新技術分享。

(3) 展品範疇：

A.個人輔具與技術（如輪椅、助行器、視覺與聽覺輔助設備）

B.康復與治療設備

C.居家與環境調整方案

C.醫療與護理相關設備

D.溝通、教育、運動、休閒與旅遊之相關服務與科技展示。



圖 36 展覽入口處，人潮絡繹不絕



圖 37 運動體驗區全覽



圖 38 體驗健身器材，可以設定調整重量



圖 39 輪椅羽毛球



圖 40 輪椅族也可以使用的露營帳篷設備



圖 41 舉重



圖 42 馬術



圖 43 曲棍球



圖 44 飛鏢



圖 45 滑雪



圖 46 輪椅橄欖球



圖 47 地板冰壺

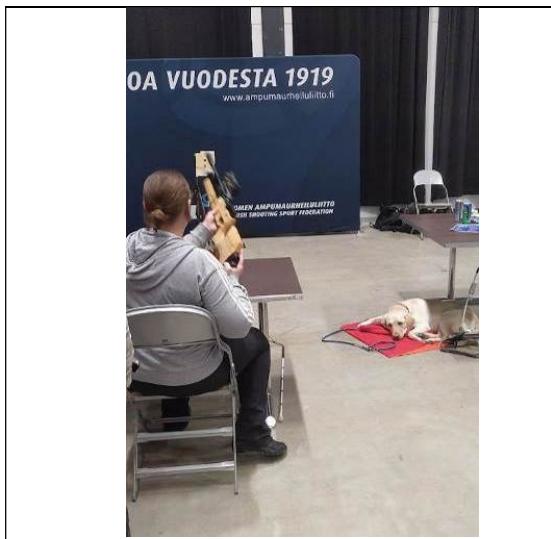


圖 48 盲人射擊

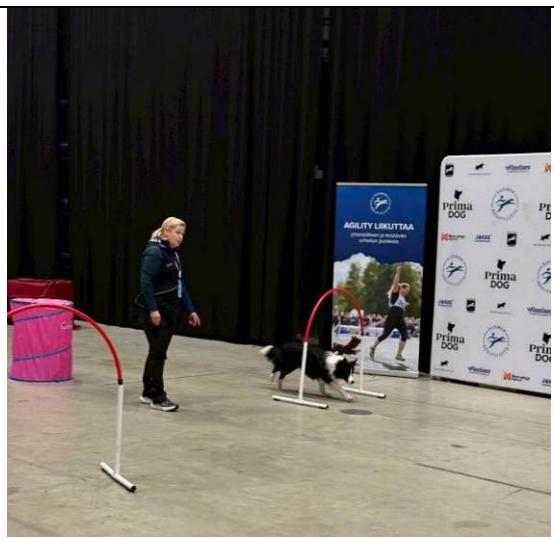


圖 49 帕拉犬

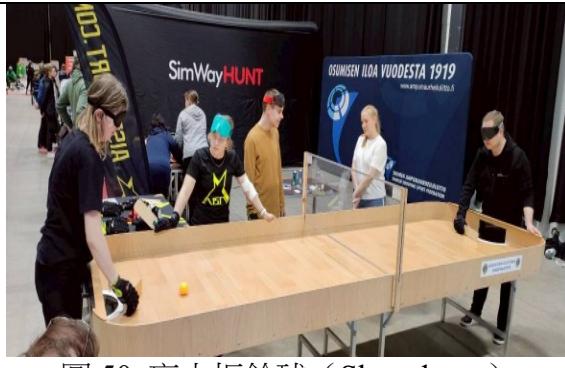


圖 50 盲人板鈴球 (Showdown)



圖 51 三輪車跑步機



圖 52 划船



圖 53 定向越野



圖 54 高爾夫球



圖 55 唐氏症運動員的體操表演



圖 56 在展場再次遇到帕拉林匹克委員會的夥伴



圖 57 小朋友也可以玩的射擊遊戲



圖 58 地板滾球



圖 59 盲人門球



圖 60 給特教小朋友玩的遊戲，必須要 4 個人一起同心協力讓球從起點到終點



圖 61 盲人咖啡廳



圖 62 輪椅專用的訓練場



圖 63 廠商在會中展示可以帶著身心障礙的孩子一起爬山健行的輔具



圖 64 由身心障礙者主講的研討會



圖 65 輔具會場

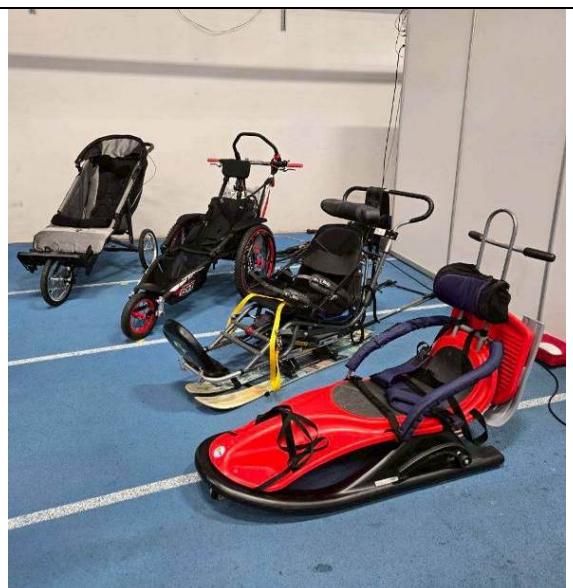


圖 66 會場展示的多種運動輔具

(六) 赫爾辛基中央圖書館 (Helsinki Central Library Oodi)

1. 簡介：

(1)位置：Töölönlahdenkatu 4, Helsinki, Finland，毗鄰國會大廈、赫爾辛基音樂中心與當代藝術館 Kiasma。

(2)啟用時間：2018年12月5日（芬蘭獨立日前夕）。

(3)建築規模：總面積約 17,000 平方公尺，地上三層樓。

(4)館藏量：約 10 萬冊書籍，為赫爾辛基市立圖書館的 37 個分館之一，可連結 HelMet 圖書館網絡（總藏書約 350 萬冊）。

(5)國際獎項：2019 年獲國際圖書館協會聯合會(IFLA)「世界最佳公共圖書館」獎。

(6)空間配置：

A.一樓：開放式市民活動空間，設有電影院、展覽廳與咖啡廳。

B.二樓：創客空間 (Urban Workshop)，提供 3D 列印、音樂錄製、等設備與場地。

C.三樓：傳統圖書館空間，包括圖書閱覽區、兒童閱讀區與咖啡館。

2. 特色-創客空間 (Urban Workshop)：

(1)提供多元創作工具，涵蓋數位製造、影像處理、手作工藝、音樂與多媒體製作等領域。設備包括：3D列印機、雷射切割機、UV印刷機、熱壓機、貼紙切割機、大型A3掃描器、電子工作站、縫紉機與拷克機、徽章製作機、大幅面印表機、裝訂機、雕刻機、音樂錄音室、攝影與剪輯工作室、遊戲室、會議空間等。

(2)所有設備需透過赫爾辛基市的預約系統 Varaamo 進行預訂 (<https://varaamo.hel.fi/en/search>)。設備使用免費，但材料需自備或支付成本費用。



圖 68 圖書館 1 樓大廳



圖 67 中央圖書館門口



圖 69 在圖書館裡巧遇駐臺辦事處的同仁

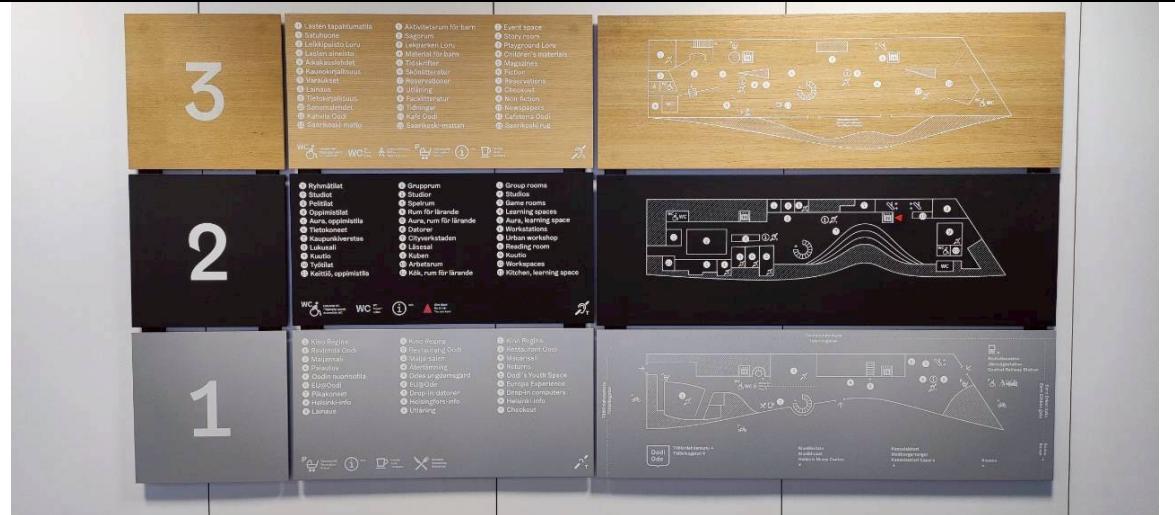


圖 70 赫爾辛基中央圖書館各樓層平面圖，其各樓層皆設有無障礙廁所

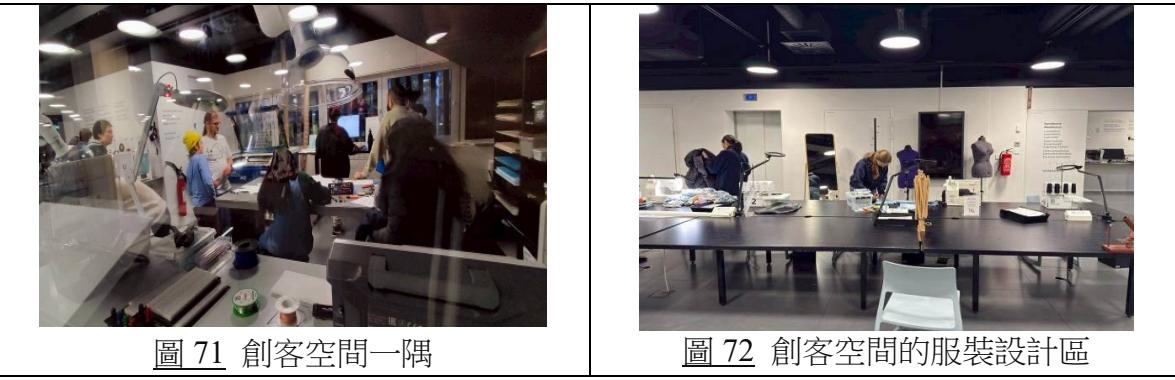


圖 71 創客空間一隅



圖 72 創客空間的服裝設計區



參、 心得

一、我國與芬蘭適應運動推動比較

項目	芬蘭	臺灣
主管適應運動之政府單位	由教育與文化部主政，設有青年及運動政策司 (Department for Youth and Sport Policy)。	原由教育部體育署辦理，因應組織改造，自 114 年 9 月 9 日由運動部主政，設有適應運動司。
帕拉林匹克委員會角色	<ol style="list-style-type: none"> 競技運動與全民推廣並重。 推動「適應運動融入主流體育」，已有 39 個主流體育組織辦理適應運動項目。 提供全國性的運動輔具租借服務。 	<ol style="list-style-type: none"> 專注於競技運動。 與主流運動協會合作有限。 運動輔具僅以提供選手使用為主。

項目	芬蘭	臺灣
國家運動訓練中心 (帕奧選手訓練)	<ol style="list-style-type: none"> 同時為奧運與帕奧國家訓練中心 開放一般大眾、學校、俱樂部使用。 對外提供教育培訓功能。 	<ol style="list-style-type: none"> 以奧亞運選手為主，近年來才開始有帕奧選手進駐。 原則上不對外開放。 培訓課程以中心內人員為主，無對外提供教育訓練。
運動輔具流通情形	<ol style="list-style-type: none"> 全國共有 6 個運動輔具租用據點，由帕拉林匹克委員會管理。 設有輔具租借專屬網站。 	<ol style="list-style-type: none"> 各縣市皆設有輔具資源中心，惟運動輔具稀少(多為復健用輔具)。可提供短期借用。 是否設有輔具借用網站，係依各縣市狀況而有差異。
輔具展覽	<ol style="list-style-type: none"> 適應運動為輔具產業中重要的一環，強調「輔具 × 適應運動 × 無障礙生活」整合。 展覽中有運動專區，提供多項適應運動體驗活動、示範賽與運動輔具試用。 	<ol style="list-style-type: none"> 多以「醫療復健」或「長照輔具」為主，適應運動參與度較低(近年帕總有參展)。 運動相關展位多為靜態展示，較少提供運動體驗。
移植運動	1980 年代即有專屬組織，現為帕拉林匹克委員會項下的業務之一。	未有專門組織。

二、個人感想

在去芬蘭之前，已多次聽聞芬蘭是全世界最幸福的國家。芬蘭的身心障礙人

口比率是歐洲第二高，並不是因為芬蘭的健康制度做的不好，而是芬蘭的老人人口比率高，而且福利制度完善，讓國民樂於成為政策數據上的身心障礙者。此次赴芬蘭考察，讓我深刻感受到芬蘭在推動身心障礙者運動、運動輔具服務與共融環境方面的成熟與用心。對芬蘭而言，「運動平權」不僅只是政策宣示，而是民眾日常生活中的點點滴滴。芬蘭透過跨部門合作，建立從醫療復健到社區運動的完整支持網絡，讓身心障礙者能長期持續規律運動，維持健康，建立自信，也更容易融入社會。

在參訪 Validia Synapsia 復健中心時，令人印象深刻的是他們把「復健」與「運動」結合得非常完整。中心內設有輪椅可使用的健身器材、多功能運動館和水中運動區，並與帕林匹克委員會合作提供運動輔具租借與調整服務。他們的運動輔具，很多都是傷痕累累，顯示使用頻率很高，並不是只是放著展示。中心內的大門設有方便輪椅者使用的推把，餐廳所提供的餐具，亦具有特別的設計，方便身心障礙者自行使用。在復健中心裡，不只是復健和運動，而是方方面面從身心障礙者的需求出發，以 CPRD 的精神來提供服務，協助身心障礙者能實現獨立自主的生活。

芬蘭帕林匹克委員會的運作方式也值得學習。除了支持選手訓練，他們更積極推動全民運動，並與一般體育協會合作推廣「共融運動」，拉近身心障礙者跟一般人的距離。他們所建置的全國性的運動輔具租借系統，讓使用者不必購買昂貴設備，也能輕鬆踏入運動領域，並提供專業指導與相關運動團體、俱樂部的引介。相比之下，我國帕總的業務推動目前仍以競技為主，與一般體育協會的合作也不足，仍有進步空間。此外，我們特別詢問了芬蘭是否有針對租用民眾提供意外傷害險，因為我們擔心有民眾使用輔具受傷的情形，芬蘭帕林匹克委員會的回答是，他們只有針對輔具本身保了財產保險，沒有保使用者的意外險，多年來沒有發生過任何使用糾紛(希望以後也沒有)。看起來，這個制度似乎也仰賴出租單位與使用者間的相互信任，才有辦法長久推行。

Pajulahti 奧運暨帕奧訓練中心，是芬蘭唯一同時服務奧運與帕奧選手的國家級訓練基地。整個園區從住宿到場館，都以無障礙設計為基礎，讓身心障礙選手

能無障礙地生活與訓練。中心也結合運動醫學、營養、心理與運動科學等資源，提供選手完整的科學化支援。此外，中心也對一般民眾與學校開放，並與大專院校合作培育教練，形成競技、教育與休閒並行的運動體系。在臺灣，有一部分的意見，希望能設立一座專門帕奧訓練中心，但芬蘭把奧運與帕運訓練結合的方式，似乎也是一個可行的做法，而且有助於奧運與帕運選手間的交流，實現共融與平權。此外，我國的國訓中心平時是不對外開放的，過去也曾發生參訪民眾隨意對訓練選手拍照的事件，造成選手的困擾。或許對芬蘭人來說，運動已是生活的一部分，運動選手對他們來說並不是太稀奇的事情，而且人與人間能互相尊重，開放自然也就成為了可行的選項。

在 *Apuväline – Assistive Technology Fair 2025* 展會中，芬蘭將「輔具、適應運動與無障礙生活」結合成完整體驗。展區裡有一半是輔具展區，一半是運動體驗區。在這裡，一整天也逛不完。除了琳琅滿目的輔具攤位外，運動體驗區裡有非常多的適應運動項目，我們在展區完成了輪椅橄欖球、身心障礙冰壺、地板滾球等多項運動體驗。展區旁設有一個「全盲咖啡廳」，讓一般民眾體驗視障者的生活情境。咖啡廳設在一個密閉的房間裡，進了門之後，還要再進入一個吸光的黑色布幕裡，裡面沒有任何的光線，怕黑的人，走進去會覺得非常可怕。服務生全是視障者，會帶領大家走到用餐的座位。我們光是從門口走到座位都覺得十分困難，但視障者卻能在裡面自在的工作，正確無誤地將餐點送到每一個人桌上，真的令人十分佩服。來參與這個展覽的身心障礙者非常多，除了輪椅者外，也有很多人是帶著導盲犬一起來。展覽搭配有免費的接駁巴士，排班的計程車則是以廂型車為主，方便輪椅者使用。這種「體驗+教育+產業」的展覽模式，拓展了展覽的效益，也帶來了許多商機。

最後，參訪赫爾辛基中央圖書館 *Oodi*，在 2019 年曾評為世界最佳圖書館之一，在這裡，讓我看到公共空間如何兼顧文化、科技與無障礙。*Oodi* 不僅是圖書館，更是城市的「創意客廳」，1 樓是公共空間，民眾可以在裡面看電影、看展覽，也很多人在這裡下棋。3 樓則是傳統的圖書館，內部是木頭裝潢，洋溢著濃濃北歐風。最令人印象深刻的是 2 樓，整層樓幾乎都是創客空間，放著各式各樣的儀器，3D 列印機、裁縫機，還有許多從沒看過、也叫不出名來的機器，眾

多年輕人在裡面穿梭著，充滿了生氣與活力。連結到適應運動，讓我想到的是，所謂的合理調整，應該有很多東西都可以自己動手作。之前臺師大的適應體育發展中心，曾經有開設以木工製作運動輔具的課程，在創客空間裡，則充滿更多的可能性，在適應運動的應用上，可以依身心障礙者需求，自由設計與創作專屬的運動衣、運動鞋、運動輔具、運動徽章、運動歌曲等等，讓適應運動有更多不同的想像與可能性。

參訪芬蘭是一個讓人難忘的經驗，也提醒了我：適應運動的推廣不只是一項政策，更是推動社會共融與落實平權的重要指標。古人說，「讀萬卷書，不如行萬里路」，這次考察收穫豐碩，不僅豐富了個人經歷，也擴大了國際視野，帶來書本中學不到的知識和啟發。希望此次所行，能協助適應運動司業務順利推展，而臺灣未來有一天，能成為更平權、更共融，也更幸福的國家。

肆、建議事項

依據考察心得及我國適應運動業務推動現況，建議可就「建立適應運動轉銜機制」、「提升全國性體育團體社會責任」、「完善運動輔具流通機制」等 3 方面參採芬蘭做法，說明如下：

一、建立適應運動轉銜機制

為協助更多身心障礙者養成規律運動習慣，適應運動司預計自 115 年啟動「適應運動轉銜及推廣計畫」，與大專院校或醫療院所合作，在北、中、南部試辦成立 4 所適應運動轉銜中心，結合社區運動據點或俱樂部辦理推廣工作。此為我國全新規劃之政策措施，然而社會有部分意見認為，在醫療中心推廣相關計畫，可能會造成運動資源分布不均的問題。

以芬蘭經驗觀之，其全國 6 處運動輔具租用據點中，有 2 處是設於復健中心，顯示與復健中心合作，確實有助於適應運動的推展。參考芬蘭做法，建議未來在推動適應運動轉銜機制時，可建立復健科醫師、物理治療師與運動指導員的合作機制，強化復健中心和運動團體的連結，促進醫療、運動及生活的完整銜接。並於我國運動輔具制度更臻成熟後，進一步研議轉銜中心與輔具制度的整合，以建構更完整的適應運動推動體系。

二、增加全國性體育團體的社會責任

芬蘭帕林匹克委員會除競技外，亦積極投入基層推廣，成功帶動全民適應運動的發展；相較之下，目前我國三大總會(帕拉林匹克總會、聽障者體育運動協會、智障者體育運動協會)的業務重心僅多聚焦於競技推展。外界亦反映，我國適應運動資源長期偏重於競技，未能充分回應社會需求。考量我國三大總會經費來源多仰賴政府挹注，建議未來可透過補助或委辦機制，引導三大總會強化全民適應運動推廣，擴大全民適應運動基數，不僅有助於培育菁英選手，亦可回應社會大眾的期待。

此外，芬蘭主流體育團體在推動適應運動與共融運動中扮演關鍵角色。我國目前適應運動仍以三大總會推動為主，與主流體育團體合作有限，推廣能量不足。建議未來可研議將適應運動納入主流特定體育團體的業務範疇，並透過經費補助等誘因，促使各協會增列「適應運動推廣」相關工作，如在教練培訓中增設適應運動課程、於賽事中增設身心障礙組別等，促進資源共享，提升社會對運動平權之認知，擴大全民參與，以強化全國性體育團體對於運動平權推動的社會責任。

三、完善運動輔具流通機制

我國現行輔具流通模式，公立輔具中心多提供免費借用，民間及醫院輔具中心則可提供租用服務。無論是公立或民間的輔具中心，其輔具與運動相關者，多屬復健用途，專門的運動輔具較為少見。因應 112 年特殊教育法修正，前教育部體育署自 113 年起，增加對身心障礙學生運動輔具的補助機制，以縣市的特教資源中心或學校為補助對象。適應運動司於 115 年度新增編列補助地方政府推動科技適應運動輔具器材設備應用的預算，預期可改善目前全民運動輔具較為不足的情形。

對照芬蘭由帕林匹克委員會推動全國運動輔具的租借機制，並建置專屬租借網站的情形，我國現階段帕拉林匹克總會量能有限，加上現行輔具流通機制較為分散，短期內較難比照芬蘭模式辦理。建議未來策略可參考芬蘭結合運動資源推動的做法，鼓勵地方政府於所屬運動中心配置運動輔具，並搭配適應運動課程或社團活動使用，以提升其使用效益；亦可研議以「使用者付費」方式辦理租用，並提供使用指導、維修等服務，有助於制度長期推動。

此外，適應運動司已規劃於 115 年建置適應運動資訊平台，平台建置完成

後，建議可於運動輔具的補助規定中明訂請各受補助單位將運動輔具相關資訊建置於平台，有利於民眾查詢運動輔具的種類與放置地點，提升流通效率。

俟我國的運動輔具及適應運動轉銜機制更趨完善後，可參考芬蘭做法，將運動輔具與醫療轉銜機制整合，由復健科醫師或物理治療師與運動指導員合作，提供個人化的運動輔具使用記錄與調整建議，可將更進一步提升民眾使用運動輔具之品質與舒適度。