

第十七屆「蹲點·台灣」服務成果報告書



團隊成員：林婕妤、黃于玲

學校：國立暨南國際大學

科系：社會政策與社會工作學系

服務名稱：灣來一Y

服務日期：2026/07/05 - 2026/07/24

蹲點社區：嘉義縣六腳鄉灣北社區

目錄

壹

服務進行方式

一、灣北社區發展協會長輩之服務規劃

(一)服務對象

(二)服務目標

(三)課程規劃

(四)其他

二、灣內國小兒童營隊之服務規劃

(一)服務對象

(二)服務目標

(三)課程規劃

貳

服務使用器材與設備及其來源

參

前置準備工作與時間

肆

灣北社區發展協會長輩之服務紀錄與成果

一、服務過程圖文記錄

二、服務效益與影響

目錄

伍

「灣北尋寶大作戰」兒童營隊之服務紀錄與成果

- 一、服務過程圖文記錄
- 二、服務效益與影響

陸

整體總結與服務反思

柒

社群媒體經營

捌

附件

- 附件一：灣北尋寶大作戰兒童營隊報名表與肖像權同意書
- 附件二：灣北尋寶大作戰兒童營隊營冊
- 附件三：灣北尋寶大作戰兒童營隊教案
- 附件四：灣北尋寶大作戰兒童營隊獎狀
- 附件五：灣北尋寶大作戰兒童營隊獎勵貼紙

壹、服務進行方式

一、灣北社區發展協會長輩之服務規劃

(一)服務對象

每次活動約“十位至十五位”社區長輩參與，年齡落在63至98歲之間，其中服務對象之特質與生理狀況如下：

1. 生理機能狀況

多數長輩因高齡而生理退化，肢體耐力有限，無法長時間久站；視力較為退化，無法看清過於精細的物品與文字；部分長輩則有重聽現象，對高音頻或過快的語速反應較慢。

2. 識字與閱讀能力

約半數長輩的識字與書寫經驗較少，部分長輩在簽名或閱讀文字資訊時需要他人協助，因此較不適用於簡報、書面等文字授課方式。

3. 興趣偏好與學習動機

長輩特別喜愛豐富且鮮明的色彩，且對於手作類型之課程有興趣。

(二)服務目標

1. 促進社會互動與情緒支持

透過毛根花、黏土魚等手作活動、人物冊分享及歡唱KTV，營造輕鬆且具有互動性的活動氛圍。鼓勵長輩主動交談、分享生活經驗，並在活動過程中相互欣賞作品與提供協助。以及藉由近距離陪伴、耐心傾聽及適時引導，提供正向情緒支持，增加長輩參與社區活動及與他人互動的意願，提升其參與感與自我肯定。

2. 維持身體活動與精細動作能力

考量部分長輩行動能力及體力狀況，在肢體相關活動上大多以可定點、坐姿下進行的簡易健康操，帶領長輩活動上肢關節，練習身體律動與動作協調。另外，透過毛根扭塑、冰棒棍組裝及黏土捏塑等手作活動，讓長輩練習抓握、按壓、搓揉、彎折與組裝等手部動作，以增加手部活動機會，維持手眼協調及精細動作能力。

3. 提供多元感官及認知刺激

運用不同顏色、形狀與材質的毛根、黏土等素材，引導長輩選擇顏色、步驟模仿及作品創作，提供視覺、觸覺與動作等多元感官刺激，並完成各種手作。針對識字能力較弱或視力退化的長輩，採用大字體、清楚示範及個別協助，引導其書寫「平安、吉祥、開心」、個人姓名與生肖等熟悉文字，在無壓力的互動情境中增加文字辨識、回憶與表達的機會。

壹、服務進行方式

(三)課程規劃

服務日期	核心活動主題	核心活動目標
2026/07/07 (二)	毛根小花與健康操相見歡	建立初步信任與社交互動、增加手部精細操作及上肢律動機會。
2026/07/16 (四)	人物冊與冰棒棍相框	增加書寫與認知刺激、練習手部操作及促進自我表達。
2026/07/23 (四)	可愛黏土魚、歡樂KTV與成果展	提供觸覺與手部操作刺激、促進同儕互動及回顧共同參與經驗。



細流連結：活動流程

(四)其他

除了規劃辦理三次手作與動態律動主題課程外，我們也在蹲點期間協助社區發展協會的每週例行課程（如各式手作、團康與運動等），擔任志工小幫手，提供長輩們即時的個別化陪伴與協助，以深化在地深耕服務。

壹、服務進行方式

二、灣內國小兒童營隊之服務規劃

(一)服務對象

本次兒童營隊原規劃由六位灣內國小學童參與，第一日另有2位學童臨時加入，實際共“8位”灣內國小之學童。學童年齡橫跨較廣（涵蓋一年級至五年級），具體年齡分佈為一年級2位、二年級1位、三年級2位、四年級2位、五年級1位。其中服務對象之特質如下：

1. 團體熟悉度高，同儕凝聚力強

因灣內國小規模較小(全校約30-40人)且部分學童間更有親戚關係，因此儘管有年齡差距，彼此也並無明顯隔閡，日常互動打鬧融洽，且能自然地玩在一起。

2. 個性活潑外向，課程配合度佳

學童個性普遍活潑、親和力強，能很快地與我們熟識，建立信任關係，且很配合課程安排之活動，並熱情參與。

3. 「大帶小」的互助特質

在團體互動中發現，年齡較大的孩子會自發性、主動地照顧與協助比自己年紀較小的孩子（如幫忙操作手作、提醒活動規則等），呈現良好的跨年齡同儕支持。

(二)服務目標

1. 增進團隊合作與溝通表達能力

透過跨年齡團康與小組任務（如「支援前線」、社區走讀「轉灣ㄅ」等），引導學童學習傾聽、分工與共同解決問題，培養高年級學童之責任感與領導照顧力，並協助低年級學童增加跨年齡合作、表達及相互協助的實際經驗。

2. 深化在地認同與安全預防

結合灣內社區在地特色（如鳳山宮、綠色隧道等），設計「大夢想家」大富翁遊戲、隧道明信片與社區漫步探索等活動，引導學童運用觀察力探索家鄉，凝聚對在地環境的認同與連結。同時結合趣味團康與生活宣導（如颱風與地震防災「挖那世災」、交通安全「轉灣ㄅ」），以寓教於樂方式提供防災與交通安全知識的討論及情境練習機會。

壹、服務進行方式

(二)服務目標

3. 代間共融與老幼共學

在「轉灣ㄅㄟ」社區走讀活動中，邀請高齡90歲的在地耆老-丁財阿公（鳳山宮主委，兼任40年廟公）進行跨世代互動。透過阿公親自講述鳳山宮歷史故事與廟宇文化規矩，促進社區長者之生命經驗傳承，同時增加學童接觸在地信仰文化與長者生命經驗的機會。

(三)課程規劃

服務日期	核心活動主題	核心活動目標
2026/07/20 (一)	挖那ㄗ災、支援前線與大「義」術家	培養團隊默契、建立防災觀念、啟發藝術創意。
2026/07/21 (二)	【轉灣ㄅㄟ】：社區走讀	落實生活安全、深化在地連結、培養環境觀察力、促進代間共融。
2026/07/22 (三)	隧道明信片與大夢想家	認識自然風貌、激發手作創意、深化在地連結、訓練隨機應變能力。
2026/07/23 (四)	灣北尋寶大作戰成果展	展現學習成果、增強成就感。

貳、服務使用器材 與設備及其來源

器材與設備分類	具體器材 / 材料名稱	來源說明
數位與影音紀錄設備	筆記型電腦、平板 (教案準備與輔助教學)	自備
	記錄用相機、手機、腳架	
	KTV視聽設備、教學投影幕	灣北社區發展協會/ 灣內國小提供
長輩課程材料	毛根 (粉/紫/黃/橘色)、毛球 (多色)、冰棒棍 (粗/細)、瓦楞板	自備
	綜合色彩黏土 (24小包、12種顏色)	
	長輩個人與團體照片	
兒童營隊活動道具	營冊、營隊名牌紙、名牌吊繩、營隊貼紙、大「義」術家著色圖	自備
	支援前線道具 (大寶特瓶*4、小寶特瓶*2、衣架*4、衛生紙*2、色鉛筆、彩色筆、餅乾、口罩*2、手套*2、鳳山宮帽子*2等)	

貳、服務使用器材 與設備及其來源

器材與設備分類	具體器材 / 材料名稱	來源說明
兒童營隊活動道具	隧道明信片材料（明信片紙、葉片布貼、綠色金蔥膠等）	自備
	社區大富翁圖紙、機會命運紙條、戳戳樂	
	兒童營隊結業獎狀	
	兒童營隊孩童個人與團體照片	
	著色筆、彩色筆、色鉛筆、削鉛筆機	自備，部分由孩童自行攜帶
	兒童營隊結業獎品	Formosa玩具基地提供
	活動簽到表	灣內國小提供
共用文具	剪刀、白膠、保麗龍膠	自備

參、前置準備工作與時間

準備階段	整體前置準備項目	日期	花費時間
共同規劃	服務企劃發想及社區初步聯繫	2026/06/06	4小時
	服務需求確認與目標設定	2026/06/11	2小時
	教案設計與規劃 (與吳盈慧老師及上屆學姐討論)	2026/06/19 - 06/21	10小時
兒童營隊	兒童營隊企劃定稿、校方聯繫及提案提交	2026/06/22	3小時
長輩服務	長輩服務內容確認、社區聯繫及企劃提交	2026/06/29 - 06/30	3小時
	參與社區固定課程之志工服務、需求觀察與後續活動調整	2026/07/06、07/08、07/10、07/13、07/15、07/20、07/22	14小時 (共7次，每次2小時)
	長輩活動材料試作與課程籌備	2026/07/06、07/10、07/22	約3小時
	成果照片牆設計與加工製作	2026/07/11-07/19	約3小時
兒童營隊	場勘與走讀路線確認	2026/07/12	1小時
	教案修正與材料整理	2026/07/19 - 07/22	約8小時
合計	前置規劃、實地觀察、材料籌備及教案調整	2026/06/06 - 07/22	約51小時

肆、灣北社區發展協會 長輩之服務紀錄與成果

一、服務過程圖文記錄

(一) 第一次服務：毛根小花與定點坐姿健康操

1. 毛根小花

藉由前期的觀察與閒聊，我們發現灣北社區的長輩們普遍有勞動或運動的習慣，且特別喜歡鮮豔的色彩與手作課程。因此，我們特地準備了橘色、黃色、粉色、紫色等亮色系的毛根，帶領長輩進行扭轉與塑形，藉此訓練手部肌肉與手眼協調。



在活動初期，長輩們展現了極強的參與動機。然而，我們在實作中發現，原先發放的輔助工具（單支竹筷）過細，導致長輩難以施力，部分長輩遭遇失敗或只能做出極小的花朵。我們見狀立刻進行彈性調整，改為提供管徑較粗的原子筆與奇異筆作為輔助。

換了工具後，長輩們不僅一個個順利成功，更在手作中獲得了極大的成就感。許多長輩甚至開始發揮自己的創意，主動嘗試將不同顏色的毛根結合成雙色花朵，或是將多朵小花串成一束美麗的花束！長輩們充滿笑容地完成了一朵朵毛根小花，這些作品經過我們的加工後，會黏貼於大型瓦楞板上，在最後，會組合成灣北專屬的成果牆。



肆、灣北社區發展協會 長輩之服務紀錄與成果

2. 定點坐姿健康操

在規劃肢體律動環節時，為了避免突然改變習慣而造成長輩的適應負擔，我們決定仿照社區原有課程老師所帶領的伸展動作，帶領長輩們進行最熟悉且安全無壓力的「定點坐姿暖身操」。

活動開始，當我們一邊示範、一邊喊出長輩們習慣的「1、2、3、4，2、2、3、4」等八節拍時，阿公阿嬤們精神抖擻地跟著大聲複誦，一邊笑著一邊擺動雙手。順應社區既有日常的健康活動，不僅更加拉近了我們與長輩之間的距離，也讓每位長輩在最習慣、最安全的節奏中活絡了筋骨，增加上肢伸展與身體律動的機會。暖身操結束後，我們將長輩們剛剛熟悉的動作進行延伸，邀請長輩與我們一起拍攝時下流行的社群短影音「Reels」。出乎我們意料的是，阿公阿嬤們面對相機鏡頭完全不害羞！每位長輩都展現了極高的配合度與熱情，大方地對著鏡頭展現最燦爛、最有朝氣的笑容與肢體動作。整場拍攝過程在歡笑聲中進行得非常順利，長輩們在鏡頭前毫不保留地展現自我，用熱情感染了現場的每一個人，也讓我們看見長輩自信可愛的一面！



→ Reels連結

肆、灣北社區發展協會

長輩之服務紀錄與成果

(二) 第二次服務：人物冊與冰棒棍相框

1. 人物冊

在前期陪伴與實地觀察中，我們注意到一個微小卻深刻的日常，每當課程活動需要「簽到、簽退」時，部分長輩總會顯得有些侷促，需要麻煩其他會寫字的長輩代筆。進一步詢問與閒聊後，我們才得知部分灣北社區的阿公阿嬤們因童年忙於農務工作而失去就學機會、不識字，甚至可能連自己的名字也不會寫，對此，他們也很有興趣學習。雖然這不影響日常生活，但若能在提示下練習書寫自己的姓名，也能增加日後自行簽名的便利性與自主感。

為此，我們設計了「人物冊」課程。考量到短時間內無法教導複雜的拼音閱讀，我們將重點增加握筆與手部操作練習，與練習在範例與提示下書寫個人姓名。活動第一階段，我們採取漸進式的字體仿寫，準備了放大版字體、筆劃清晰的紙張，引導長輩從最簡單且充滿祝福之意的「平安、吉祥、開心」開始描摹，讓長輩在無壓力的過程中重拾握筆的熟悉感。而此時那些識字、手部功能較好的長輩，非但沒有感到枯燥無聊，反而主動成為課堂助手，熱心地走到一旁、手把手地協助握筆能力較弱的長輩。



第二階段，當長輩們的指尖逐漸熟悉握筆的力道後，我們開始一對一引導他們書寫自己的「姓名、年齡、生肖、喜好食物與季節」。長輩們展現出超乎想像的專注與求知慾，每當遇到不會寫的字，便會主動找我們求助寫在旁邊，再自己一筆一劃地練習，甚至在雙面紙張都寫滿了名字後，仍意猶未盡地要求繼續練習。而進度較快的長輩，則在我們的引導下，在生肖與喜好食物旁發揮創意畫下插圖。

肆、灣北社區發展協會 長輩之服務紀錄與成果

2. 冰棒棍相框

繼上一次「毛根小花」的熱烈氛圍，這次課程我們帶領長輩製作後續成果展「照片牆」所需的專屬相框。我們引導長輩利用四支粗冰棒棍與兩支細冰棒棍進行交疊、黏合，並提供多色彩的毛根與毛球，讓長輩自由發揮想像力進行裝飾。

按照過去在學校服務學習與高齡活動的實務經驗，長輩們在面對自由度較高的課程時，往往容易因為缺乏安全感而產生「仿造習慣」，或在沒有標準範本時顯得遲疑與退縮。然而，灣北社區的阿公阿嬤們卻在相框製作過程中都各自展現了獨立的創造能力，不拘泥於我們提供的範本樣式。有人將毛根扭成優雅的波浪，有人將深淺不一的毛球拼貼成小花，各自設計出完全不一樣的精美造型。



即使在過程中遇到極為細緻的毛根扭轉，或較難對準黏貼的狀況，長輩們也沒有絲毫氣餒，相反地，他們帶著亮晶晶的眼神積極向我們求助，而在我們的一對一機動協助與鼓勵下，長輩們一個個在個別示範與協助下完成較細緻的操作步驟，順利完成作品。看著在自己雙手與色彩搭配下誕生的獨一無二相框，長輩們高高舉起作品，臉上滿是驕傲與喜悅。



肆、灣北社區發展協會 長輩之服務紀錄與成果

(三) 第三次服務：可愛黏土魚、歡樂KTV與成果展

1. 可愛黏土魚

作為手作系列的壓軸課程，我們設計了「可愛黏土魚」捏塑活動。我們提供十二種繽紛色彩的黏土，引導長輩自由挑選三種顏色，並透過「拆解式教學」，將複雜的立體捏塑細分為：製作小魚本體、搓揉花紋黏貼、點綴深色眼睛，最後將黏土魚固定於粗冰棒棍上。利用循序漸進的引導降低了學習門檻，而長輩們也能跟隨拆解後的步驟完成作品。



其實在活動前，我們十分擔憂黏土捏塑對高齡長輩而言，會不會過於幼稚？或者因為成品不夠精美而讓長輩產生挫折感？然而，灣北阿公阿嬤們那毫無保留的熱情與捧場，打破了我們所有的顧慮！大家不僅沒有覺得幼稚，反而開懷大笑地不停互相觀察與稱讚。阿公阿嬤們發揮各自的想像力，熱烈地討論起彼此制作的黏土魚：「你這隻眼睛這麼大顆！」、「我這隻肚子圓滾滾的比較肥，一定很好吃！」甚至還認真爭論起誰捏的小魚是公是母。充滿童心的幽默與討論，甚至延續到了下一個活動環節仍未停歇，長輩們紛紛揮舞著手中的黏土小魚，向旁人展示自己的「得意傑作」。



肆、灣北社區發展協會 長輩之服務紀錄與成果

2. 歡樂KTV

在蹲點陪伴的過程中，我們觀察到部分長輩平時便有唱歌的習慣，常利用早晨課程開始前的空檔開啟社區據點的KTV設備，點選自己熟悉的歌曲。看見音樂是長輩日常生活中重要的休閒與交流方式，因此我們在2026/07/23最後一次主題活動中安排「歡樂KTV」，希望以長輩熟悉且喜愛的形式增加彼此互動。

活動開始後，幾位平時喜愛唱歌的長輩主動拿起麥克風點歌。過程中，我們發現部分長輩熟記自己常唱歌曲的四碼或五碼點歌編號，也有長輩拿出隨身攜帶、親手記錄的「愛歌小本子」，上面整理著喜愛的歌曲與對應編號。這些細節讓我們看見，唱歌並不是當天臨時安排的娛樂，而是原本就存在於社區生活中的興趣與習慣。



隨著活動進行，互動也從我們邀請長輩唱歌，逐漸轉變為長輩希望我們也點歌、遞上麥克風，邀請我們一起演唱。KTV因此不只是最後一次活動的安排，也成為彼此交流的媒介。



肆、灣北社區發展協會

長輩之服務紀錄與成果

3. 成果展

成果照片牆結合了長輩們先前完成的毛根小花、冰棒棍相框，以及我們在服務期間所拍攝的活動照片，將大家共同創作的回憶展示於大型瓦楞板上，作為此次服務成果的紀錄與呈現。

當長輩們看到成果照片牆時，臉上立刻露出燦爛的笑容，紛紛睜大眼睛尋找照片中的自己，也仔細欣賞自己親手製作的花朵與相框，互相分享指出自己的作品，或是照片中的日期與活動，反覆欣賞著共同完成的成果，更感到十分滿意與驕傲。

此外，我們也特別準備了小禮物，將每位長輩的個人照及團體合照沖洗成相片贈送給他們，每位長輩收到後，都開心地反覆欣賞或與身旁的朋友分享。在短短不到三週的相處中，我們很感謝長輩們每一次的熱情參與和真誠投入，不僅陪伴我們完成每次活動，也讓我們累積了寶貴的服務經驗，更留下許多溫暖且難忘的回憶。



肆、灣北社區發展協會 長輩之服務紀錄與成果

(四)協會常態課程協助

除了團隊自主規劃的三場主題活動外，在蹲點的二十天裡，我們也積極化身為「常態課程小幫手」，全程參與並協助社區發展協會為長輩安排的各項例行課程（如：自製香膏、日常團康與多元手作課程）。

在這些課程中，我們扮演了「課程老師」與「長輩」之間的小幫手。考量到長輩們有許多重聽、視力退化或手指關節較不靈活的狀況，我們一看到長輩面露困惑、或因手部無力而跟不上進度時，便會立刻走到長輩身旁一對一耐心引導，或者在長輩耳邊用溫和的語速及長輩熟悉的語言（台語）重複老師的指令。

例如在「自製香膏」與「團康遊戲」過程中，我們陪伴長輩一起精細地攪拌材料、給予熱情的加油打氣。提升了課堂的整體流暢度，也確保了功能退化較嚴重的長輩，能在我們的細心協助下，順利完成作品並獲得滿滿的成就感。



肆、灣北社區發展協會

長輩之服務紀錄與成果

二、服務效益與影響

(一) 社區長輩

1. 促進社會互動與情緒支持

透過相見歡、手作活動、健康操及歡樂 KTV 等不同形式的團體活動，我們提供長輩持續參與社區活動、與同儕互動及表達自我的機會。長輩除了與我們逐漸建立熟悉與信任關係，也會主動與身旁夥伴交談、分享作品及互相協助。

例如在人物冊活動中，較熟悉書寫的長輩會主動協助需要提示的同伴；在黏土魚與冰棒棍相框製作時，長輩則會彼此觀看作品、討論造型與色彩搭配，甚至以幽默的方式分享自己的創作。歡樂 KTV 中，長輩也會主動點歌、邀請我們一起演唱。這些互動使活動不只是個人參與，也成為長輩與同儕交流及共同分享經驗的媒介。

2. 增加手部操作與多元感官刺激

在手部操作與感官刺激方面，我們安排毛根花、冰棒棍相框及黏土魚等不同材質的手作活動，讓長輩透過抓握、扭轉、黏貼、搓揉與捏塑等動作，增加手部操作及手眼協調的練習機會；不同色彩、形狀與材質，也提供視覺與觸覺上的多元刺激。

活動過程中，部分長輩在熟悉基本製作方式後，會進一步自行搭配毛根顏色、設計不同的相框造型，或改變黏土魚的花紋與配色。這些自主選擇顯示，長輩並非僅依照範例操作，而能依個人喜好進行創作，也增加其在活動中的參與感與表達空間。

肆、灣北社區發展協會

長輩之服務紀錄與成果

3. 提供書寫練習與自我表達機會

人物冊活動則提供部分長輩較少接觸的書寫與自我表達經驗。我們透過放大字體、清楚示範及描摹方式降低書寫門檻，引導長輩從「平安、吉祥、開心」等較簡單的文字開始，再進一步練習姓名，並透過年齡、生肖、喜愛的食物及季節等題目表達個人特色。活動中，有長輩遇到不會書寫的字時，會主動請我們先提供範例，再自行一筆一畫練習；也有長輩在原有紙張寫滿後，仍希望繼續練習。這些實際反應顯示，透過適當調整字體大小、活動難度及個別協助，可以增加長輩接觸文字、練習握筆及主動表達的機會。

4. 成果回顧與參與經驗留存

服務最後，我們將長輩完成的毛根花、冰棒棍相框與活動照片整合為成果照片牆，讓原本分散於不同場次的作品與互動經驗重新被看見。成果展示時，長輩會主動尋找照片中的自己、辨認自己的作品，並與身旁夥伴回顧當時參與活動的情形。

我們也將每位長輩的個人照及團體合照沖洗後贈送，使活動紀錄不只停留在成果展當下，而能成為長輩帶回家中保存與回顧的具體紀念。透過作品與照片的整理，也讓長輩能再次看見自己在這段服務期間留下的參與痕跡。



肆、灣北社區發展協會 長輩之服務紀錄與成果

(二) 社區發展協會

1. 補充每週固定課程中的個別陪伴人力

在二十天的蹲點期間，我們共參與 7 次、合計 14 小時的灣北社區發展協會固定課程。除了協助活動攝影與紀錄外，也在課程進行過程中提供長輩個別陪伴與操作協助。

由於參與長輩的身體狀況與需求不盡相同，我們會依據現場情況調整協助方式。例如針對有重聽情形的長輩，靠近其身旁並以台語重新說明活動步驟；面對視力較為退化、較難完成細部操作的長輩，則協助確認材料位置及較精細的手作步驟；若長輩因腿部行動較為不便而不易起身拿取材料，我們也會主動遞送所需物品。

透過現場的機動協助，使需要較多支持的長輩在遇到聽不清楚、看不清楚或操作困難時，能即時獲得個別說明與協助，也補充固定課程中的個別陪伴人力，讓授課老師進行團體帶領時，仍有人能留意長輩不同的參與需求。

2. 透過持續觀察回饋後續服務設計

對我們而言，參與協會固定課程不只是提供志工協助，也是持續理解服務對象的重要過程。透過一次次陪伴與觀察，我們逐漸掌握長輩在聽力、視力、手部操作、行動能力、語言溝通及活動偏好上的差異。

這些觀察也實際運用於後續自主規劃的活動，例如選擇色彩鮮明且容易辨識的材料、放大書寫字體、簡化操作步驟、增加個別示範，以及延續長輩熟悉的健康操節奏等。當實際活動中發現原先準備的工具不合適時，也會立即進行調整，使服務內容能隨著現場需求持續修正，而非僅依照事前教案執行。因此，7 次固定課程的參與不只是單次的人力支援，也成為團隊了解長輩需求、修正後續服務內容的重要基礎。

3. 留存活動影像與服務成果

除了課程中的即時協助外，我們也持續透過照片與影像記錄長輩參與社區活動及團隊自主課程的過程，並將部分影像、毛根花、冰棒棍相框等成果整理為成果照片牆。

伍、「灣北尋寶大作戰」

兒童營隊之服務紀錄與成果

一、服務過程圖文記錄

(一) 營隊活動第一天：防災 × 團隊合作 × 藝術創作

原先規劃由6位灣內國小學童參與，當天有2位小朋友臨時加入營隊。由於孩子們彼此原本就相當熟悉，加上個性活潑外向，很快便與我們建立互動，現場氣氛也逐漸活絡。

活動開始時，我們先讓孩子自行設計營隊名牌，除了作為後續活動使用，也藉此認識他們喜歡的卡通、明星及日常娛樂。接著透過「我從來沒有」破冰遊戲，讓彼此從簡單的生活經驗分享中更加熟悉，作為後續分組合作與課程帶領的基礎。

1. 挖那世災

這份教案以灣內社區生活中較可能接觸到的地震與颱風災害為主題，透過簡單易懂的說明與生活情境，引導學童認識基本防災知識。為避免單向講述，我們將相關內容設計成趣味題目放入營冊中，在課程過程中穿插提問，讓孩子透過回答題目回顧剛才接觸的防災觀念，也作為我們即時了解其理解情形的方式。

答對題目的學童可以獲得貼紙，並於後續活動兌換獎品。獎勵機制提高了孩子主動回答的意願，加上題目融入較輕鬆有趣的情境，孩子們會彼此討論答案，也踴躍舉手回應，使原本較具知識性的防災內容能以較沒有壓力的方式進行。



伍、「灣北尋寶大作戰」

兒童營隊之服務紀錄與成果

2. 支援前線

在防災課程後，我們安排「支援前線」團隊任務，將學童分為兩組，要求各組在限定時間內找出指定物品，並完成指定動作。活動除了增加動態參與，也希望藉由有限時間與共同目標，觀察孩子如何進行溝通、記憶與工作分配。

任務剛開始時，部分孩子較傾向各自尋找自己記得的物品，彼此之間尚未形成明確分工，甚至會出現不太相信同伴是否記得正確物品的情形。經過幾輪任務後，孩子開始自行調整合作方式，有人負責記住題目內容、有人分頭尋找物品，也會互相提醒尚缺少哪些物件。從原先「各拿各的」，逐漸轉變為共同討論與分工完成任務，讓團隊合作不只是事前設定的課程目標，而是在實際遊戲過程中逐步發生。



伍、「灣北尋寶大作戰」

兒童營隊之服務紀錄與成果

3.大「義」術家

結合社區的布袋戲產業與廟宇文化，由我們事前製作布袋戲台與廟宇著色圖，並將每幅圖切分為兩部分，交由不同孩子進行著色，完成後再像拼圖一樣重新組合成完整作品。活動除了讓孩子進行藝術創作，也加入需要彼此討論與協調的設計，使個人作品最終成為共同完成的成果。

在準備教案時，我們原先曾考量低年級學童可能較適合色塊大、線條簡單的圖案，但仍希望提供孩子嘗試較細緻圖案的機會。實際進行後，孩子並未因圖案較細而降低參與意願，反而相當投入。由於兩張圖最後需要拼接，有孩子會主動與另一半圖紙的同學討論顏色配置，希望兩側能使用相互呼應或對稱的色彩，使合併後的作品更加完整。原先預留的活動時間不足以讓所有孩子完成著色，大部分學童也主動表示希望能繼續完成作品。觀察到孩子對活動的投入程度後，我們沒有要求他們倉促結束，而是調整後續兩日的活動流程，另外保留時間讓孩子持續完成「大『義』術家」作品。這次調整也讓我們發現，課程進度不必完全依照原先教案推進，當孩子對某項活動展現持續投入的意願時，適度保留探索與完成作品的時間，同樣是回應學習需求的一部分。



灣北尋寶大作戰



伍、「灣北尋寶大作戰」

兒童營隊之服務紀錄與成果

(二) 營隊活動第二天：轉灣ㄟ-社區走讀

社區走讀開始前，我們先在灣北社區發展協會集合，說明步行及騎乘腳踏車時的交通安全注意事項，並邀請孩子共同討論想探索的社區地點。原先規劃以鳳山宮及柑仔店為主要路線，孩子們則主動提出希望前往距離較遠的「苦楝樹綠色隧道」，部分孩子也希望騎腳踏車同行，因此我們將其納入當日走讀安排。



為增加孩子在走讀過程中的參與感，我們將學童分組，並安排「首席攝影官」、「營冊導航官」及「地圖尋寶雷達」三項任務，分別負責影像紀錄、閱讀營冊題目與尋找沿途指定景物。任務分配過程中沒有出現明顯爭執，較年長的孩子也會主動協助低年級學童，使不同年齡的孩子都能參與小隊任務。

走讀第一站來到鳳山宮，由在地耆老丁財阿公介紹廟宇的基本參拜禮儀、抽籤問事方式及廟內祭祀神明。互動過程中我們發現，孩子們雖然平時經常出入鳳山宮，對廟宇環境並不陌生，但對部分台語詞彙及廟宇文化知識仍不完全熟悉。透過丁財阿公的分享，孩子得以從不同角度重新認識日常生活中熟悉的場所，也讓在地長者的生活經驗與文化知識有機會透過面對面的互動傳遞給下一代。



伍、「灣北尋寶大作戰」 兒童營隊之服務紀錄與成果

第二站抵達柑仔店後，孩子們短暫休息並購買補給，隨後便帶著我們前往期待已久的苦楝樹綠色隧道。途中，孩子們主動介紹平時熟悉的小徑，從原本由我們規劃路線的參與者，轉變成帶領我們認識社區的「小小嚮導」。



抵達綠色隧道後，孩子們興奮地使用相機記錄沿途景色，也主動向我們介紹遠方經過的高鐵、田間種植的水稻及周遭環境。這些自然發生的分享讓我們看見，對孩子而言，社區並不是陌生的學習場域，而是他們已累積許多生活經驗的地方；透過走讀與影像紀錄，這些原本習以為常的景物，也成為孩子重新觀察、介紹與分享家鄉的素材。返程前，天色逐漸轉陰，灣北社區發展協會理事長來電確認隊伍位置，考量天候及返程安全，隨後開車前來接送我們與未騎腳踏車的孩子返回社區發展協會。這次臨時調整也讓原先的走讀活動在兼顧孩子探索意願的同時，能依現場天候狀況彈性結束行程，安全完成「轉灣ㄌㄟ」社區走讀。



伍、「灣北尋寶大作戰」

兒童營隊之服務紀錄與成果

(三)營隊活動第三天：隧道明信片 × 社區大富翁

1. 隧道明信片

延續第二天實際走訪苦楝樹綠色隧道的經驗，我們將孩子前一天看見的社區景色帶回教室，作為「隧道明信片」的創作起點。活動開始時，我們先向孩子介紹苦楝樹在枝葉茂密及開花時的不同樣貌，也提供黃花風鈴木、櫻花等不同色彩的樹木隧道照片，讓孩子觀察自然景觀在季節與植物種類改變後所呈現的差異，並從中想像自己喜歡的隧道模樣。



在進入手作前，我們先邀請孩子在明信片上寫下一段想對「五年後的自己」說的話，將對未來的想像融入作品之中。實際書寫時，有些孩子並未侷限於原先設定的對象，而是主動提出想將祝福寫給家人或寵物。我們因此保留孩子自行選擇書寫對象的空間，讓每張明信片承載不同的情感與意義。

完成文字後，孩子利用毛根、葉片布貼、綠色金蔥膠等素材自由創作心中的隧道。相較於前一天由相機記錄真實的苦楝樹綠色隧道，這次則讓孩子重新運用色彩與材料，將實際走讀經驗轉化為具有個人想像的作品，也使社區景物從「看見」進一步成為可以重新詮釋與創作的素材。



伍、「灣北尋寶大作戰」

兒童營隊之服務紀錄與成果

2. 大夢想家

作為三日營隊課程的回顧，我們將前幾次活動中出現的社區元素，以及灣內社區的人文、歷史與地理小知識，重新設計成「灣內社區限定版」大富翁遊戲，讓孩子透過遊戲再次接觸這幾天走訪、討論與認識過的內容。

遊戲進行時，孩子依照擲骰結果前進；走到指定數字格時，便需透過「戳戳樂」抽出題目並回答，若停在「機會」或「命運」格，則抽取相對應的任務或小獎勵。題目內容結合鳳山宮、社區景點、防災及前幾日活動中曾出現的資訊，使孩子不只是進行一般的大富翁遊戲，而是在遊戲過程中反覆回顧與辨認熟悉的社區元素。

隨著遊戲進行，孩子會彼此討論答案、提醒先前走讀時曾看過的景物，也會期待抽到下一個與社區相關的題目。透過將營隊中的學習內容轉化為競賽與遊戲情境，「大夢想家」成為三日課程的統整活動，讓孩子在輕鬆的互動中再次回顧這幾天共同累積的社區探索經驗。



伍、「灣北尋寶大作戰」

兒童營隊之服務紀錄與成果

(四) 灣北尋寶大作戰成果展

成果展一開始，我們先帶著孩子回顧三日營隊內容，透過問答方式請他們說出每天進行過的活動，也邀請孩子分享自己最喜歡的課程。有人選擇需要動腦與競賽的「大夢想家」，也有人最喜歡實際走出教室、探索社區的「轉灣ㄟ」。從孩子主動說出活動名稱與內容的過程，也讓我們再次看見不同課程各自留下的印象。

接著，我們播放事前剪輯完成的三日營隊回顧影片，將活動過程中的團隊合作、社區走讀、作品製作與互動畫面重新呈現在孩子眼前。孩子們一邊觀看，一邊尋找自己與同伴出現在影片中的片段，也透過影像重新回顧這幾天共同完成的活動，使成果展不只是課程結束，而成為一次集體回顧營隊經驗的機會。



最後進入結業與頒獎環節。我們為每位參與學童頒發結業獎狀，並將三日活動中累積的點數貼紙進行結算，讓孩子依照自己的點數兌換玩具獎品。同時，我們也將營隊期間拍攝的個人照與團體合照沖洗後贈送給孩子，讓他們除了帶回作品、獎狀與獎品外，也能留下屬於這次「灣北尋寶大作戰」的具體紀念，為三日營隊畫下完整的句點。



伍、「灣北尋寶大作戰」

兒童營隊之服務紀錄與成果

二、服務效益與影響

(一) 參與學童

1. 增加團隊合作與溝通分工的實際經驗

三日營隊透過破冰活動、分組任務、社區走讀及團體遊戲，讓不同年級的學童有多次共同討論、分工與完成任務的機會。其中在「支援前線」活動初期，部分孩子較傾向各自尋找物品，彼此間尚未形成明確分工；經過幾輪任務後，孩子開始自行調整合作方式，有人負責記住題目、有人分頭尋找物品，也會互相提醒尚缺少的物件。此外，在「轉灣ㄅ」社區走讀中，我們安排首席攝影官、營冊導航官及地圖尋寶雷達等不同角色，任務分配過程並未出現明顯爭執，年齡較大的孩子也會主動協助低年級學童完成閱讀、操作及找尋任務。這些實際互動讓原先即存在的「大帶小」特質，有更多機會轉化為團體中的分工與互助經驗。

2. 從熟悉的生活環境中重新觀察與表達家鄉

營隊將鳳山宮、柑仔店、苦楝樹綠色隧道及社區相關人文、歷史與地理元素融入走讀、明信片及「大夢想家」社區大富翁等活動，希望讓孩子不只「住在這裡」，也有機會重新觀看與介紹自己的生活環境。

在「轉灣ㄅ」活動中，孩子主動提出希望前往苦楝樹綠色隧道，也在途中帶領我們走平時熟悉的小徑；抵達後，更主動介紹遠方的高鐵、田間種植的水稻及周遭景物。這些互動讓孩子從原本的活動參與者，轉變為帶領我們認識社區的「小小嚮導」。第三天再透過隧道明信片與社區大富翁，將走讀時看見的景色及社區知識重新轉化為創作與遊戲內容，使孩子能從不同方式再次接觸、辨認與分享熟悉的家鄉元素。

伍、「灣北尋寶大作戰」

兒童營隊之服務紀錄與成果

3.將防災與交通安全概念融入生活情境

第一天的「挖那世災」以地震與颱風為主題，透過簡單說明、營冊題目與趣味問答，引導孩子接觸基本防災觀念；活動過程中，孩子會主動舉手回答，也會彼此討論題目內容。第二天進行社區走讀前，我們則再次說明步行、過馬路及騎乘腳踏車時的安全注意事項，讓安全觀念不只停留在課堂題目中，也與實際外出活動連結。

4.創造在地文化的跨世代交流經驗

在「轉灣ㄅㄟ」社區走讀中，我們邀請在地耆老丁財阿公於鳳山宮向孩子介紹廟宇基本參拜禮儀、抽籤問事方式及廟內祭祀神明。過程中我們發現，孩子雖然平時經常出入鳳山宮，對環境並不陌生，但對部分台語詞彙及廟宇文化內容仍較少接觸。

透過丁財阿公親自分享生活經驗與地方文化，使孩子能從社區長者的角度重新認識原本熟悉的場所，也創造長者與兒童面對面交流的機會。這項安排讓社區文化不只透過文字或教材被介紹，而是由實際生活其中的長者進行傳遞，回應營隊原先設定的代間共融與老幼共學目標。

5.透過成果回顧留下共同參與經驗

營隊最後一天，我們以問答方式帶領孩子回顧前三日活動，請他們說出記得的課程及最喜歡的內容。孩子能主動提及「大夢想家」、「轉灣ㄅㄟ」等活動，也呈現不同學童對營隊內容各自不同的參與印象。

我們另外播放三日活動回顧影片，並頒發結業獎狀、進行點數兌換，同時將營隊期間拍攝的個人照與團體照贈送給孩子。透過作品、照片、影片與結業紀錄，使三日活動不只停留於當下，也讓孩子能具體回顧自己曾經參與及共同完成的歷程。

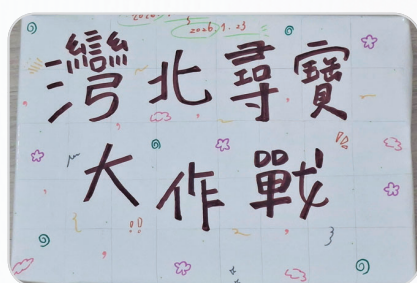
伍、「灣北尋寶大作戰」

兒童營隊之服務紀錄與成果

(二)灣內國小：留下可延續使用的在地化教學素材

本次營隊將鳳山宮、社區景點及灣內地區相關的人文、歷史與地理內容整理後，設計成「大夢想家」社區大富翁教材。活動結束後，我們將此套教材提供給灣內國小留存，使營隊中的成果不只在三日活動結束後停止，也能成為學校未來進行社會、家鄉認識或相關課程時可再次運用的教學素材。

相較於一般課堂講述，「大夢想家」將社區知識轉化為遊戲題目、機會與命運任務，提供學校另一種結合在地環境與遊戲學習的授課方式。未來教師亦可依不同年級或課程需求調整題目內容，使教材持續累積新的社區素材。



鳳山宮主要祭拜的神明是？

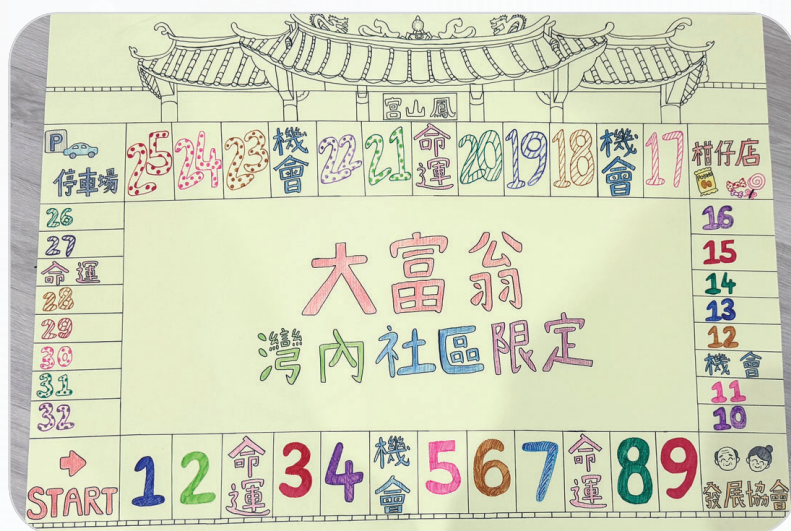
第三籤：
武德侯的本名是？

第四籤：
在雜貨店裡能夠看到許多零食，請說出五種零食。

第五籤：
喝完香奶茶的垃圾是資源回收還是一般垃圾？

第六籤：
【大家一起拍】－邀請大家一起拍 REELS

第七籤：



完整遊戲題目、機會與命運任務連結：大富翁籤

陸、整體總結與服務反思

一、整體總結

在二十天的蹲點期間，我們主要服務對象分別為灣北社區發展協會長輩及灣內國小學童。長輩服務除了自主規劃三次主題活動外，也持續參與社區每週固定課程，透過陪伴與協助逐步了解長輩在聽力、視力、行動能力、手部操作、書寫經驗及活動偏好上的差異，再將這些觀察帶回後續課程設計。兒童營隊則以團隊合作、安全教育及在地探索為主軸，透過防災活動、團隊任務、社區走讀、藝術創作及社區大富翁等方式，陪伴孩子從不同角度重新接觸自己熟悉的生活環境。

回顧整段服務，我們發現真正重要的並不是完成多少活動，而是每一項活動是否能回應服務對象當下的狀況與需要。從長輩的手作、書寫到孩子的社區探索，我們逐漸將原先由團隊單方面規劃的課程，轉變為一段需要持續觀察、互動與共同調整的服務過程。

二、服務反思

回顧二十天的灣北蹲點服務，從長輩活動到兒童營隊，我們在出發前其實帶著不少期待與不安。一方面擔心同時籌備兩類不同服務對象的課程，會讓時間與體力難以負荷；另一方面也反覆焦慮，自己設計的活動是否符合長輩與孩子的興趣、大家願不願意投入。真正進入社區後，長輩主動分享作品、彼此協助，孩子也熱情參與活動、提出自己的想法，這些回應逐漸減少了我們原先的不確定感，也讓前期的準備變得更有意義。

服務過程中，我們也發現，活動是否合適不能只靠事前想像，而需要從現場反應持續判斷。例如毛根活動中，發現竹筷不利部分長輩施力後，我們立即改用較粗的筆桿；兒童營隊中，孩子對「大『義』術家」比預期更加投入，我們便調整後續流程，保留更多創作時間。社區走讀時，孩子甚至主動帶著我們走熟悉的小徑、介紹生活中的景物，使原先由我們設計的活動，逐漸成為彼此共同參與的過程。

這段經驗讓我們理解，服務的價值不一定來自多大的改變，而是在願意觀察、傾聽與調整的過程中，看見參與者真實的回應。對我們而言，灣北留下的不只是活動成果，也讓我們更理解如何在服務中尊重差異、保留彈性，並珍惜每一次真誠的互動。

柒、社群媒體經營

一、服務與紀錄

在二十天的蹲點期間，除了每日在蹲點·台灣的平台更新日誌之外，我們也透過了Instagram、Facebook、YouTube、Threads發布我們在蹲點期間的日常生活。

二、社群媒體經營

(一)蹲點·台灣-日誌

- 日誌封面設計：每天都會以不一樣的顏色、圖案及標題做設計，除了增加生動及活潑的效果外，也增加了日誌的豐富度。
- 摘要撰寫：用簡單的一句話，也許是日誌的伏筆，也可能是當天令我們印象深刻的一句話，這是我們為日誌埋下的小巧思。



- 內容撰寫：透過文字的敘述與當天照片的呈現，與大家分享我們最真實、日常的一天。

溫暖的早晨...

原本今天打算早上六點起床，到社區發展協會看看長輩們準備共餐、挑菜的情況，但因為前一晚比較晚睡，實在太想睡了，又默默躺回床上，一睜眼已經八點多。等我們抵達協會時，已經九點了。

今天協會的固定活動是偏鄉巡迴中醫看診，因此不需要我們特別帶活動。不過，這是我們蹲點以來第一次遇到中醫看診（上週剛好停診），也藉此陪伴等待看診或看診結束等待共餐的長輩聊天互動。



柒、社群媒體經營

(二)Instagram

- 主要以每日更新蹲點紀錄與服務內容為主，貼文內容會一併同步至Facebook。此外，我們還會輪流選擇當天的代表歌曲，讓大家能夠一邊聽歌，一邊瀏覽我們的貼文。



gogo_wanbei.2026 8.7.26 【Day17 灣內一日遊】

！有空再來
阿公阿嬤們總是會很熱情與我們說有空再來
到了最後一週 時間一直在倒數著 也越來越緊湊
希望我們最後能夠和社區內所有的長輩好好說再見！

！隨性
今天的走讀活動 我們大家一起討論要去哪些地方
而大家比我們想像中得要厲害 居然去了綠色隧道
原本還想說太遠了沒想到是我們想太多了 😊 歡歡歡

！蹲、的心得分享 @_uting_...
來到這裡後感覺自己又更容易發覺生活中的美好事物了
可能是隨口一句要不要坐 或是熱情的問候
在這裡每個人都很歡迎我們 也很照顧我們
第十七天了！😊😊也太快

！蹲蹲、的心得分享 @ejyutw
這裡的大家幾乎都認識彼此（國小全校、社區全區），甚至可能彼此是親戚，但他們也都會很歡迎很熱情的對待從外地來此服務的我們，因此很快可以熟悉每個人 😊
倒數3天了，覺得自己的心離不開這裡了 😊

@youth_clicktaiwan

- 貼文文案撰寫：除了以小標題的型式進行分享外，我們也會分別寫下當天的心得。
- IG Reels：主要以影片的方式記錄，其中主要以長輩上課活動內容為主。
- 精選動態的建立：我們隨手將在灣北的日常以手機紀錄下來，這不只是二十四小時的限時動態，而是能夠一再回味的動態日記。



- 在蹲點期間，我們總共發布了25則貼文及8部Reels。

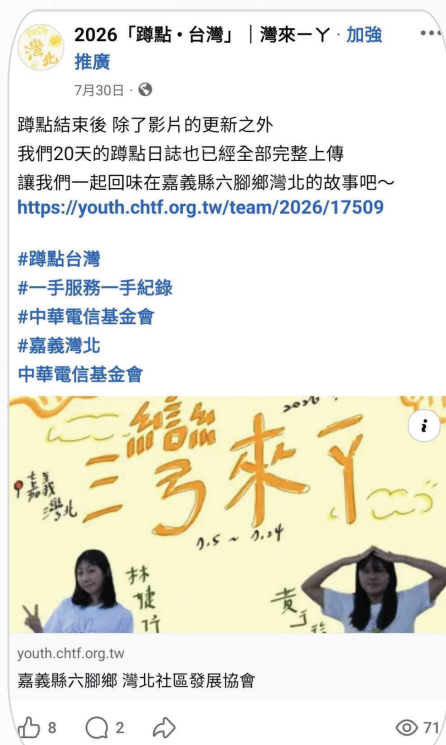
柒、社群媒體經營

(三)Facebook

- 除了同步更新Instagram的貼文外，我們也會將蹲點·台灣更新的日誌連結附在留言區。



- 貼文宣傳：除了宣傳我們的蹲點日誌外，我們也會在YouTube影片更新時，以貼文的方式宣傳。



柒、社群媒體經營

- 相簿建立：透過Facebook相簿的功能，將蹲點期間拍攝之照片分別分為長輩及兒童兩部分。並以日期做區分，除了能夠將未發布之活動照片與大家分享外，也透過此方式讓參與的大家能夠儲存自己喜歡的照片。



- 蹲點期間，Facebook一共更新了61則貼文，此外，我們也建立了9個相簿。

(四)YouTube

- 分為兩個系列，分別是介紹影片與灣世日常。
- 介紹影片：透過影片與照片之剪輯，與大家介紹灣北社區（社區發展協會、鳳山宮、娘媽堂）
- 灣世日常：將在灣北的日常以影片的方式呈現，除此之外還有兒童營隊的活動回顧、蹲點的心得分享。



- 在【灣來一丫】YouTube頻道上，一共有十部關於灣北的影片。

柒、社群媒體經營

(五)Threads

- 起初我們主要是發佈我們的蹲點日誌，但後來發現這樣的觸及並不高，所以到後面多以分享我們的心得，或是當天做的事情、聽到的故事。



- 在Threads的部分，一共有19則貼文。

三、社群媒體之連結

(一)蹲點·台灣-灣來一丫

<https://youth.chtf.org.tw/team/2026/17509>

(二)Instagram

[instagram.com/gogo_wanbei.2026](https://www.instagram.com/gogo_wanbei.2026)

(三)Facebook

[facebook.com/share/1HHjmb9JJm](https://www.facebook.com/share/1HHjmb9JJm)

(四)YouTube

<https://www.youtube.com/@2026蹲點·台灣【灣來一丫】>

(五)Threads

[threads.com/@gogo_wanbei.2026](https://www.threads.com/@gogo_wanbei.2026)

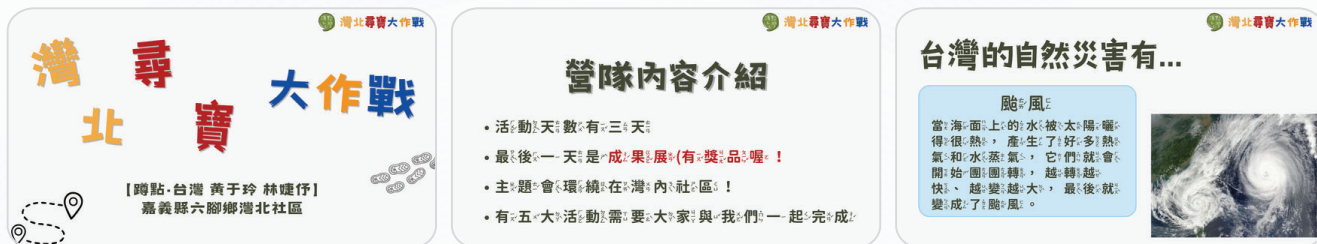
附件一：灣北尋寶大作戰兒童營隊報名表與肖像權同意書

附件二：灣北尋寶大作戰兒童營隊營冊

完整營冊連結：[灣北尋寶大作戰營冊](#)

捌、附件

附件三：灣北尋寶大作戰兒童營隊教案



完整教案連結：[灣北尋寶大作戰教案](#)

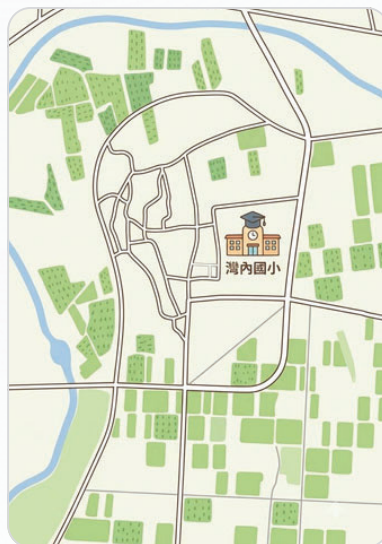
附件四：灣北尋寶大作戰兒童營隊獎狀



附件五：灣北尋寶大作戰兒童營隊獎勵貼紙



點數貼紙



灣內社區地圖



「在這裡，時間是一段漫長的陪伴，是一份最溫暖的照顧。」



「服務，是一種雙向的交流。享受當下，不虛此行。」