

## 法務部矯正署綠島監獄身心障礙及高齡收容人處遇課程紀錄

111年8月8日身心障礙及高齡收容人處遇課程

- 一、 本次課程為身體保健主題，由社工師準備適合是類收容人之健康操，陪同收容人一同活動身體。本次挑選以「那魯灣舞曲」為背景音樂之健康操，悠揚輕快的音樂搭配簡易的舞蹈，讓收容人舒展筋骨時也能藉由聆聽音樂放鬆心情。本次健身操難易度偏易，收容人皆能於正確的節拍上跟上舞步，社工師藉此機會鼓勵收容人能專心投入課程，增進收容人之成就感。
- 二、 社工師接續準備「手指健康操」三部曲，三部曲之難易度由淺入深。第一部曲需搭配音樂做出對應動作；第二部曲需跟上快節奏音樂做出對應動作；第三部曲則需仔細聆聽繞口令內容並做出指定動作。過程中收容人從不熟悉動作到後來能找到節拍，並在活動中玩得不亦樂乎！社工師鼓勵收容人手指健康操不受空間限制，在等待看診、盥洗或其他空閒時間皆能操作，活絡手指的小肌肉更能促進大腦活動，預防失智症。勉勵收容人可將幾個簡易步驟記下，並於活用於生活中。

課程照片



課程照片

