

苗栗縣政府衛生局新聞稿

苗栗縣 107 年銀髮健康系列活動

「大手牽小手，一起”粽”健康」

發稿機關：苗栗縣政府衛生局 保健科
聯絡人及電話：科長 廖秀慧 037-558500
專案助理 謝昱亭 037-558530
三義鄉衛生所主任 劉家泳 037-872014

苗栗縣政府衛生局暨三義衛生所結合三義鄉勝興社區發展協會及僑成國小學童，於107年6月14日(四)在三義鄉勝興社區活動中心，舉辦銀髮健康促進系列第六場-「大手牽小手，一起”粽”健康」活動，由勝興關懷據點志工隊的婆婆媽媽們中青代協助準備食材，因傳統節慶日端午節會吃到的粽子，以說明粽子食品營養與安全，讓大家吃得開心又健康，並藉由長者經驗傳承與學童一起動動手包粽，更讓學童更加景仰長者智慧及經驗傳承，而非百無一用為老人，進而覺得家一老如有一寶，落實敬老、尊老、愛老。

徐縣長耀昌表示：繁忙的社會型態，有很多傳統手做美食都漸漸被忽略，取而代之全是造成身體負擔的速食，而且小朋友少有親手包粽子的經驗，藉由此活動促進祖孫同樂也把健康飲食的概念帶入日常生活，並且為讓老人家從家裡走動到家外多多參與活動，長者與學童雖然互不相熟，但可學童把長者當作自家的阿公阿婆看待，那長者也把學童當自家的孫般的疼愛及傳承端午節包粽的文化習俗和技術，讓整個苗栗縣其樂融融。

臺灣高齡化速度越來越快，苗栗縣人口平均 100 人中就有 15 人為 65 歲以上的長者，為讓長者生活更加快樂與充實，縣府團隊部門結合社區及在地產、官、學共同建構高齡友善生活環境，期望透過豐富多元、生動有趣的樂齡健促活動，鼓勵並支持銀髮長者願意多做社會參與及樂齡學習，以落實「高齡友善、銀得精采、活躍老化」。