



高齡健康處方 從需求洞察到介入設計數位微課程

* 本課程由衛生福利部補(捐)助 115年度高齡健康處方設計師跨領域創新人才培訓計畫



林依瑩 理事長

鄰里123共生協會

單元一 → 政策趨勢

解析健康台灣深耕計畫與長照3.0政策，探討醫療長照整合及共生照顧模式，結合公私協力與社區互助，實踐在地老化與尊嚴照顧。

看見變老的未來—超高齡社會與健康台灣願景



廖健妤 執行長

老玩客股份有限公司

單元三 → 數據轉譯

結合FITT運動處方與服務流程設計，分析熟齡族群需求、參與痛點及整合數據應用，打造兼顧安全、有效與心理支持的高齡健康服務。

從健康數據到有效介入—運動處方的實務應用



陳建任 副組長

工業技術研究院服務科學研究中心

單元五 → 數位驅動

探討智慧科技於高齡照護的應用，透過智慧住宅、音樂療癒、VR舞蹈及健康數據整合，優化照護流程與健康處方，打造具科技效益與人性關懷的智慧照護模式。

從科技導入到生活實踐—打造高齡智慧健康新場域



林文綺 創辦人

應用劇本實驗室

單元二 → 厚數據做對的事情

聚焦使用者需求洞察，運用快速人誌學、代言人(Persona)及情境分析工具，探索高齡者生活痛點與照護需求，發展以人為本的高齡健康處方。

多視角用戶研究—以人為本洞察力

單元四 → 厚設計把事情做對

以需求洞察與行為改變為核心，運用 HMW、概念一頁書、創新矩陣及顧客歷程等工具，結合國內外智慧醫療與熟年生活案例，培養跨域創新與介入設計能力，打造兼具實用性、健康效益與永續價值的高齡健康處方。

多維度跨域創新—引導轉型設計力

單元六 → 小試身手

整合用戶研究與跨域創新方法，從現有服務痛點出發，結合智慧科技、情境設計與服務模式，透過線上挑戰任務，完整演練研究規劃、體驗原型發展及評估優化流程，將創新構想轉化為具實用性、可行性與影響力的高齡健康處方提案。

設計健康處方—線上挑戰任務



社團法人亞洲華人醫務管理交流學會
Asia Association of Chinese Healthcare Management



→ 觀看課程