



台北悠活村 悠活體驗館

歡迎蒞臨・免費參觀

參觀時間：每週二至週五 09:00-17:00
每週六至週日 09:00-20:00
(每週一休館)

導覽服務：週二~週日，免費提供團體預約導覽服務(10人以上)
電話：(02)2586-8716，市民熱線1999轉5888
傳真：(02)2586-8717
地址：花博公園台北悠活村-悠活體驗館(臺北市中山區玉門街1號)
網址：http://ulife-village.org.tw

台北悠活村
Taipei ULife Village
臺北市府衛生局 關心您

台北悠活村

高齡友善 悠活台北

隨著全球高齡化社會的來臨，人口老化是目前全球性人口結構變遷的普遍現象，臺灣相較於歐美國家，老年人口比率由7%至14%非常快速僅需24年，臺北市政府為因應急速高齡化的現象，提出「預防失能」與「自主健康管理」之策略，規劃「台北悠活村」做為提供關懷服務的友善指標點，包括悠活體驗館、合宜輔具中心、悠活資源館及照護管理中心等四處館所，希望為市民提供更完善貼心的健康與社會服務。在空間規劃上，希望透過現有空間活化持續進行不同族群的照顧服務，因此藉由延續圓山花博的活力能量，在花博公園內打造一處前所未有的智慧生活示範點。

悠活體驗館

我們準備好了！

「悠活體驗館」透過高齡友善的生活環境的範例建置，藉由展示及推廣居家通用的設計概念、傳達健康的生活習慣與保健觀念，以邀請不同世代族群參訪、鼓勵營造回歸家庭照護與友善居家氛圍，每位入館的市民朋友可利用台北卡或悠遊卡進行多媒體互動體驗，並上傳市府健康雲作為個人健康諮詢參考。邀請您，一起來推開悠活體驗館的大門，邁向健康的未來之路！



登錄一輸入一立即開始體驗！

智慧科技生活就在你我身邊！GO！

透過本館互動測驗，可了解個人生活型態及飲食狀況對健康的影響。開始本館體驗前，請先以台北卡或悠遊卡建立個人資料，卡片會在您完成體驗後、記錄數據，並自動上傳至健康雲。每個關卡開始前，請先感應刷卡以便啟動量測及紀錄體驗數據。

日後可上網至臺北市健康雲網站 (<http://cloud.health.gov.tw>)，登入後查看當天體驗結果。

註：本館備有臨時卡提供體驗，請洽詢本館服務臺。



1 健康啟航

以超音波進行身高體重測量

請利用台北卡或悠遊卡於機臺感應，輸入個人資料，及依畫面指示完成登錄。



2 孝民健康一起來

從拳腳功夫看出平衡感、肌耐力

依指示站在投影螢幕前圓點，讓感應器感測您的身體動作，畫面會出現與您同樣動作的人影；放鬆身體，跟著師父動作與指引來抬腿打拳，最後師父會給出評價囉！



3 森林裡的秘密

測試聽、視覺與手眼協調能力

「找一找」：
請在森林中找到白色蝴蝶、樹蛙或瓢蟲後，輕碰畫面，讓它們展現繽紛色彩！
「瞧一瞧」：
分別用兩眼看看小圓孔內，圖形是直線方格還是扭曲方格呢？
「聽一聽」：
請戴上耳機，聽聽看你的耳朵是否能清楚辨識聲音？



4 生命交響曲

從血壓及脈搏量測，感受起伏的生命樂章

請坐下歇息片刻，再開
始量測血壓。



5 理想居所

·自然導光庭園

透過光纖導光的特殊科技進行感測追光，將戶外日光直接引入室內，提供室內植物自然光源！

【展示內容】

·向日葵追光儀。

·便利起居室

專為長者規劃的貼心設計與家具，提供自在且便利的起居空間。

【展示內容】

·起身扶手、個人衛星定位器、相片輔助聽電話、遙控器、放大鏡立燈、護角。

·健康餐廚

依照飲食習慣互動桌面指引，依您的飲食習慣、輕觸螢幕點菜，即可計算攝取熱量及營養上是否均衡！

【展示內容】

·福祉餐盤、進食輔助筷、防滑餐墊、樂齡杯、餐叉、湯匙、牛奶盒握把。

·安心衛浴

【展示內容】

·推門式浴缸、緊急求救鈴、止滑墊、洗臉盆、水龍頭、化妝鏡、安全扶手、智慧型馬桶、嵌平淋浴門、淋浴椅。

·居家通道

【展示內容】

·感應式照明、牆面內嵌式安全扶手。



6 魔鏡·預見未來的自己

從飲食、抽菸及運動習慣，讓你穿越時光

點選答案回答魔鏡提問，來趟穿越時空的旅程吧！



7 光陰的故事

那些年我們一起玩的佚陶物仔

放置竹蜻蜓、彈弓、竹槍、滾鐵圈等古早玩具及遊戲解說！

8 健康達陣

·雷達圖的奧秘

依畫面指示操作，完成後出現專屬個人綜合評量的雷達圖，為體驗的總結果。

·祝福樹

請依照健康達陣的螢幕指示，擷取專屬您的平安葉。

特展區「樂齡360」系列微電影

【播放內容】〈尋找笑點〉、〈築夢計畫〉

歡迎一起來分享、見證跨越世代的溫馨小故事，傾聽長輩們的心願！

