

大溪國小閱悅欲識「大開識界」學習單

班級	5 年 2 班	姓名	葉士樑
主題	行動	問題需求/探究主題	
發現問題需求	請就自身、親友或在地環境(學校/社區/國家等)所面對問題或困擾，提出相關改善需求。	台灣快速邁入超高齡社會!約 8 萬熟齡族恐因老年性黃斑部病變視力受損! 我想找到減少熟齡族黃斑部病變的解決方法。	
主題	行動	背景知識(關鍵字)	知識內容(每項重點摘要 60 字以內)
調查相關知識	請就問題需求(探究主題)深入探究，並提出 3 個最為相關之背景知識。	超高齡社會	台灣 65 歲以上人口快速增加，已進入超高齡社會。高齡人口增加，使慢性疾病與退化性疾病的問題更加嚴重，影響生活品質與照護需求。
		老年性黃斑部病變	老年性黃斑部病變是一種常見的眼部疾病，會造成視力模糊、變形，嚴重時可能失明，多發生在 50 歲以上的中老年人。
		視力退化與生活影響	視力退化會影響長者閱讀、行走與日常生活，增加跌倒與生活不便的風險，也可能造成心理壓力與社交退縮。
主題	行動	案例來源(出處)	解決方案(每項重點摘要 100 字以內)
蒐尋解決方案	請就問題需求(探究主題)，蒐尋 3 個國內、外相關且值得參考之案例及其解決方案。	良醫健康網	透過定期眼底檢查可及早發現老年性黃斑部病變，避免病情惡化。若出現視力模糊或變形，應儘早就醫接受治療。同時加強熟齡族眼睛保健宣導，培養良好用眼與健康生活習慣，以降低視力受損風險。
		墨新聞	面對超高齡社會，醫界呼籲重視視力保健。透過定期眼睛檢查，可早期發現黃斑部病變並及時治療。同時加強熟齡族視力保健宣導，培養良好用眼與健康生活習慣，以降低視力退化風險。
		NOWnews 今日新聞	提升民眾對眼疾的認識，鼓勵熟齡族定期眼科檢查，及早發現並治療黃斑部病變。政府可加強高齡健康教育、提供補助與篩檢服務；醫療端則推廣預防觀念與正確治療。透過宣導、檢查與醫療資源整合，降低高齡化帶來的健康風險。
主題	行動	自己獨特的想法、觀點或行動策略	

創新 行動 策略	綜合以上相關背景知識、案例及解決方案，提出自己獨特的想法、觀點，以及能落實生活實踐、解決問題、讓生活更美好之行動策略。	1. 想法：台灣變成超高齡社會，許多長輩因為老化而出現眼睛問題，真的會影響生活品質。我覺得熟齡族需要更多健康照顧，特別是視力相關的資訊。 2. 觀點：高齡化讓醫療需求增加，政府和社會不能忽視長者的眼睛健康。黃斑部病變如果沒有及早發現，視力可能會永久受損，因此教育、預防比事後治療更重要。 3. 行動策略： (1)辦講座：開發手機眼睛保健 APP、電視廣告時間宣導、融入戲劇節目的劇情。 (2)鼓勵長輩定期做眼科檢查：有來檢查可以得到獎勵，例如日常生活用品、食品、商品禮卷或是刮刮樂。 (3)在學校組成愛眼宣導小組到各班宣導，讓小朋友回去跟長輩宣導，也可以製作宣傳單讓小朋友帶回。 (4)社區「護眼關懷站」，在社區或里民活動中心設立護眼關懷站，志工定期幫老人檢查視力，並教他們簡單的護眼操，讓老人不用跑醫院也能保護眼睛。 (5)「護眼餐盒計畫」 由社區或學校設計「護眼餐盒」，提供含葉黃素的蔬菜與魚類，送給獨居老人，讓他們吃得方便又能保護視力。 (6)「護眼手環提醒」 發給老人護眼手環，定時提醒休息眼睛、補充水分或外出戴太陽眼鏡，養成良好用眼習慣。
補充說明		
1. 通關標準： (1)能針對議題提出問題，並廣泛搜集相關資訊。 (2)能關懷在地、發現問題，發表自己獨特想法。 (3)能完整製作簡報，且內容切題、充實、完整。 (4)能邏輯思考、自信表達，並回應評審的提問。 2. 成果規範： (1)完成學習後，請將成果檔案(學習單及簡報)email 給陳雅琳老師。 雅琳老師的 Email 信箱:happyread@teacher.dsps.tyc.edu.tw (2)本學習單版面、字型大小勿任意更動，篇幅不得超出 2 頁(含補充說明)。 (3)所填列內容須依各主題及行動之欄位提示說明，並切合所設定之探究議題。 (4)未依以上成果規範製作者，將予退回修正；通過審查者，安排於發表會發表。		