

醫療走出醫院 長照走進生活  
北醫創齡小規模多機能機構開幕 打造社區數位賦能長照新典範



長照 3.0 今年正式啟動，以往由照顧服務為核心，將轉型為預防失能的整合照護模式。由臺北市政府委託臺北醫學大學經營的「北醫創齡小規模多機能機構」2月11日開幕，以「智慧創齡·數位賦能」為核心理念，導入智慧科技輔具，將復健訓練融入日常，陪伴長者提升行動力，找回生活節奏，全新打造結合生活場域與功能訓練的照護示範場域。

北醫創齡位於臺北市信義區六張犁社宅，總面積約 190 坪，每時段最高可同時收托 60 位長者，並設有夜宿床位，提供日間照顧、居家服務與喘息照護等多元服務，結合醫療專業、科技應用與生活復能，建構自立生活的幸福照護空間，讓醫療照護從醫院延伸至社區。



臺北醫學大學陳瑞杰董事長表示，台灣邁入超高齡社會，面對人口快速高齡化，長期照護更需呼應長者的根本需求，從復能邁向賦能。北醫體系長期投入高齡醫療與社區照護，此次設立北醫創齡機構，將醫療專業、復能訓練與數位科技整合實踐於生活場域，打造完整的智能長照生態圈，

臺北醫學大學吳麥斯校長指出，北醫創齡機構鄰近北醫大校區，未來將積極推動社區共融與跨世代互動，結合青年學子、社區居民與在地資源，規劃健康促進、數位共學與生活體驗活動，促進長者社會參與，讓長照機構成為社區支持網絡的一環，同時持續深化「復能、數位、生活」的整合模式，打造可複製的社區長照示範據點





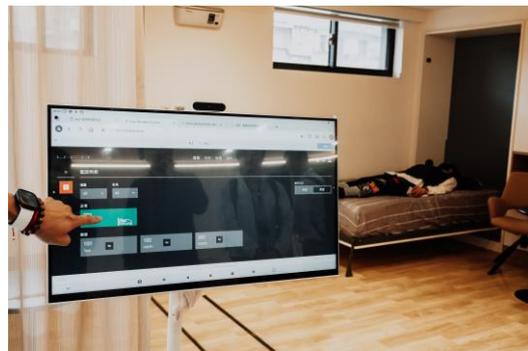
北醫附醫暨北醫創齡機構施俊明院長表示，北醫創齡機構以「生活復能」為核心，結合跨專業醫療團隊與智慧科技，將復健訓練融入日常生活，協助長者在安全、可追蹤的支持下，逐步恢復行動力與生活功能，從被照顧走向自立，讓長照不再只是延緩退化，而是陪伴長者找回生活節奏與尊嚴，持續在社區自在生活。

施俊明院長解釋，北醫創齡機構導入「RAFA Rhythm 生命節奏照護模式」，不同於傳統復健著重單一功能修復，而是透過情境式學習與角色式任務設計，讓長者在備餐、行走、採買與社交互動中，自然完成肌力、認知與口腔功能的整合訓練。



施俊明院長舉例，機構將廚房轉化為「最好的復健室」，讓長者在備餐過程中訓練高階執行功能、動態平衡與咀嚼策略；也將超市轉變為復能訓練場，透過採購任務鍛鍊路線規劃、提重行走與社交溝通能力，讓復能不再只是運動課程，而是真正回到生活。

北醫附醫暨北醫創齡機構張詩鑫副院長表示，因應長照 3.0 數位轉型與智慧照護的核心理念，北醫創齡建構「數位生活賦能空間」，導入 AIoT 智慧管理平台，整合人臉辨識簽到、數位生理量測、衰弱風險自動檢測與復能成效數據分析，不僅提升照護安全與效率，也協助長者逐步熟悉數位工具，培養科技使用信心；透過數位化紀錄與個人化復能模組，長者能清楚掌握自身進步歷程，從被動接受照顧轉變為主動管理健康的參與者。



另外，北醫創齡機構陳麗絹督導長表示，北醫創齡以實證醫學為基礎，導入日本 POWER Rehab 復能訓練系統，強調正確動作姿勢與節律性訓練，透過輕負荷循環運動重新活化肌肉功能，協助長者重拾行走能力與生活自主性。

北醫創齡機構陳素珍主任指出，北醫創齡也結合 AI 智慧賦能技術，運用行動力檢測與精準運動處方系統，透過 TUG 起立行走測試即時分析跌倒風險、平衡能力與下肢肌力，並由 AI 推薦個人化訓練方案，搭配專業醫療人員開立運動處方，讓復能訓練更安全、有效且精準。

