



1

前言

關於失智症

目前全世界約有兩千兩百萬人罹患失智症
而國內社區人口的老年失智盛行率約為2.5%

因此，失智症的防治照護及改善醫療保健、
社區生活品質是目前全球共同關注的議題

依2002年行政院經建會

推估台灣在2051年老人人口將會佔總人口的29.8%

屆時失智人口勢必成為台灣醫療照顧和社會服務的重要課題

失智症議題不僅關注患者、照顧者與醫療體制間，
更乃至於創造友善社會、社區環境等需要更全面的關注與營造。

2



R
U
N
T
O
M
O
?

何謂RUN伴

源自2011年
日本法人認知症協會
想和失智者共同完成一件事而發起之活動
當時完成函館至札幌300公里的伴走里程
接著在往後的每年持續辦理

友善失智 地方社區 資源網絡運動

活動全名為RUN TOMO-RROW(簡稱RUN伴ランとも)
即是朋友、親友一起共同陪伴失智者的意思。

TOMO=伴 因此在台灣稱為RUN伴

3



RUN TOMO

#強調 **陪伴** 對失智者的重要性

#各縣市 **在地串連資源** 力量

#倡議 **失智社區** 營造

#創造失智者與民眾 **相互認識與交流**
機會

#適合老幼婦少、闔家參與
失智者充實生活、調解身心
幫助

的



ABOUT RUN TOMO

4

RUN伴 TAIWAN 歷程

2016年 RUN伴 TAIWAN 開始
由居盟涂心寧名譽理事長 遠赴日本沖繩接棒

2017年

自基隆市至台中市
共**8縣市**
累積**144公里**
1599人參與
(含失智者112人)

2018年

自基隆市與台北市
分頭出發 環走全台
共**19縣市**
累積**240公里**
5435人參與
(含失智者557人)

2019年

環走全台+離島地區
共**22縣市**
累積**102公里**
6903人參與
(含失智者481人)

5

2020年

共14個縣市參與活動

RUN伴台灣 | 高雄場

由社團法人高雄市受恩社區關懷協會代表主辦

日期	縣市	單位
10月17日(六)	新北市	社團法人愛福家協會
	新竹縣	福氣銀髮事業有限公司
	嘉義縣	財團法人嘉義縣私立瑞泰社會福利基金會
	屏東縣	財團法人介惠社會福利慈善基金會
	宜蘭縣	社團法人宜蘭縣社區照顧促進會
10月24日(六)	新竹市	財團法人老五老基金會
	台中市	財團法人向上文教基金會
	高雄市	社團法人高雄市受恩社區關懷協會
	金門縣	有限責任金門縣第一照顧服務勞動合作社
10月25日(日)	雲林縣	社團法人雲林縣老人福利保護協會
	台南市	財團法人台南市基督教青年會、社會福利慈善事業基金會
10月31日(六)	苗栗縣	財團法人苗栗縣私立幼安教養院
	嘉義市	戴德森醫療財團法人嘉義基督教醫院
	南投縣	財團法人愚人之友社會福利慈善事業基金會

6

RUN伴X社團法人高雄市受恩社區關懷協會



【友愛智者，社區相伴】



2018、2019年RUN伴高雄場

由財團法人高雄市私立宏仁老人長期照顧中心主辦

社團法人高雄市受恩社區關懷協會受邀 擔任Run伴高雄場活動志工

夥伴帶著熱情與活力 一同共襄盛舉

專業的照服員們陪伴著長者走到活動終點，
並將攤位布置成懷舊的遊樂場，
讓阿公阿嬤來玩吊酒瓶跟彈珠台！

7

社團法人高雄市受恩社區關懷協會

針對退休或老年族群規劃居住環境，
以**連續性照顧方式**，發展長期照護的社區化。

提供**多元彈性的智慧居家環境及照顧團隊**，協助
照顧長者，讓長者能在此從事多元、創意的生活

推廣「**居家及社區照顧服務**」，
並建立社區內長、短之住宅照顧服務。

透過傳承長輩的智慧與愛，以社會企業創新模式，
結合社會之教育、文化、宗教、娛樂、健康、理財等資源，
期望透過「**創意老化**」為服務核心，整合在地與國際資源。



8

RUN伴活動報名費用



個人參加

NT\$500/人

RUN 伴 T-shirt
伴走證明



三人以上報名

NT\$300/人

RUN 伴 T-shirt
伴走證明



單純支持活動

NT\$399/人

單純支持活動不到場
獲得活動衣服一件

9

活動報名

- (1)報名日期：即日起開放報名，截止日期2020年7月15日截止。
- (2)報名限制：不限年齡參加。但未滿15足歲，須由家長陪同。不符合規定者，主辦單位有權取消該報名資格，並將報名費扣除100元行政手續費後，直接退費至匯款帳戶。
- (3)報名方式：網路報名、傳真報名，傳真電話：07-9518385。

繳費方式

- (1)現金繳交：社團法人高雄市受恩社區關懷協會
- (2)匯款方式：銀行：第一銀行(代號007)
分行：博愛分行(代號7121)
帳號：712-10-532569
戶名：社團法人高雄市受恩社區關懷協會

10

活動流程

時間	項目	備註
07:30-08:30	●工作人員到位準備及彩排	工作人員最後確認流程
08:30-09:00	●參賽者、來賓與記者報到	主持人確認流程
09:05-09:10	●主持人開場	
09:10-09:15	●長者代表進場	邀請長輩代表進場/開場儀式
09:15-09:20	●長官及貴賓介紹	各單位介紹
09:20-09:40	●長官及貴賓致詞	邀請貴賓致詞及合影
09:40-09:50	●開場表演	開場表演
09:50-10:00	●暖身操	由日照夥伴音樂帶操
10:00-11:10	●健走開始	健走開始、闖關活動
11:10-11:20	●自由活動	逛攤位、玩遊戲、吃吃喝喝
11:20-12:20	●中場表演	中場表演
12:20-12:30	●閉幕表演	閉幕表演
12:30	●圓滿結束	

11

活動內容方式

- ◎日期：109年10月24日（六）
- ◎地點：凹仔底森林公園(高雄市鼓山區至聖路及南屏路交叉口)。
- ◎對象：社會大眾、失智症者及家屬、商家、學校、企業及長照機構。
- ◎目標：期待透過各地團體凝聚在地化力量，結合長照相關機構、據點與社區資源，如商家、學校、市場、鄰里活動中心等，將失智症議題以嘉年華方式傳遍大街小巷。

伴走隊伍 由民眾、家屬及志工陪失智症者組成RUN伴隊伍，傳遞用心溫暖的陪伴對失智症者是最好的照顧。

資源宣導 邀請在地社福團體，一同到場設置宣導攤位，宣導失智症照顧資源與傳遞相關輔療資訊。

遊戲同歡 設置四個中繼站，每一站各設計一款遊戲關卡，讓長輩及民眾能經由遊戲式的活動，洋溢歡樂氣氛。

擺攤市集 文創、飲食多樣性市集的方式，讓各行業一同共襄盛舉本活動，並集結人群，增加人流。

12

路線及場配規劃



場配規劃

預計舞台1個、救護站1個、中繼站4個、舞台休息區1個、帳篷市集共20個、200張摺疊椅、30張摺疊桌。

路線規劃

將所有參與者分成兩大隊，進行伴走闖關活動。

	出發時間	出發地	抵達中繼站	區間距離
第一隊	10:00	G	H	0.25KM
	10:15	H	I	0.20KM
	10:30	I	J	0.16KM
	10:45	J	K	0.20KM
	11:00	K	G	0.25KM
第二隊	10:00	G	K	0.25KM
	10:15	K	J	0.20KM
	10:30	J	I	0.16KM
	10:45	I	H	0.20KM
	11:00	H	G	0.25KM

13

遊戲規劃設計與說明

預計實際闖關參與者為200人，每關邀請一位長輩擔任大關主，全部長輩分成2大隊，每一大隊又分成4小組，每組25人，玩1個關卡遊戲。

投籃高手

製作投籃紙箱機，提供長輩遊玩。

增加長輩伸展四肢機會，促進血液循環與肌肉張力。

歡樂翻牌

總共25張牌卡，在遊玩過程中，關主洗牌，5人一組，翻出關主指定牌卡，玩家一同記住牌卡位置，並合力找出指定牌卡。訓練注意力的集中及增強認知能力。

獅面繪畫

搭配獅子軍腳色，繪畫獅子面具過程中達到藝術創作表達。

學習藝術欣賞並添生活樂趣，引導及啟發老人的創作力。

傳球遊戲

圍成一圈，配合音樂，關主隨性吹哨，必須把手上的球傳給下一位，左手橘色往左傳右手白色往右傳到音樂結束。

藉由關卡活動四肢筋骨，使老人獲得成就感及滿足感。

14

經費來源

活動報名

個人贊助

單位贊助

市集擺攤

宣傳活動方式

RUN伴官方網站

受恩FB粉絲專頁

受恩官方網站

廣告新聞媒體

高雄學校寄發傳單或EMAIL

高雄里長室寄發傳單或EMAIL

高雄社福單位寄發傳單或Email

活動地點周邊店家拜訪張貼傳單

15

贊助-現金5萬

共29項規劃

商標揭露處

- 伴走袋
- 伴跑證明
- 舞台看板
- 入口意象
- 手冊封面
- 攤位單位牌
- 攤位旗幟或布條
- 中繼站立牌
- 中繼站旗幟或布條
- 荷葉扇
- 邀請卡
- 官方網站
- 宣傳海報
- 活動短片
- 識別證揭露
- 手冊跨頁介紹
- 新聞稿揭露單位
- 衣服商標揭露於上方

其他項目

- 感謝狀
- 攤位擺設
- 名列合辦單位
- 開幕式貴賓名單
- 開幕式貴賓致詞
- 閉幕式感謝名單
- 報名傳單列名
- 其他未列出之文宣
- 活動消息列名
- 社群及官網介紹單位
- 伴走袋置入文宣或贈品



※RUN伴大會官網商標揭露部分，需於6/22(一)前提供。

16

贊助-現金2萬

共24項規劃



商標揭露處

- 伴走袋
- 伴跑證明
- 舞台看板
- 入口意象
- 手冊封面
- 攤位單位牌
- 攤位旗幟或布條
- 新聞稿揭露單位
- 荷葉扇
- 邀請卡
- 官方網站
- 宣傳海報
- 活動短片
- 識別證揭露
- 手冊單頁介紹
- 衣服商標揭露於下方

其他項目

- 感謝狀
- 攤位擺設
- 名列協辦單位
- 開幕式貴賓名單
- 報名傳單列名
- 活動消息列名
- 社群及官網介紹單位
- 閉幕式感謝名單

※RUN伴大會官網商標揭露部分，需於6/22(一)前提供。

17

贊助-現金1萬

商標揭露處 共19項規劃

- 伴走袋
- 荷葉扇
- 宣傳海報
- 入口意象
- 攤位單位牌
- 新聞稿揭露單位
- 邀請卡
- 伴跑證明
- 舞台看板
- 官方網站
- 手冊封底內頁
- 手冊1/4頁介紹

其他項目

- 感謝狀
- 報名傳單列名
- 活動消息列名
- 攤位擺設
- 名列協辦單位
- 開幕式貴賓名單
- 閉幕式感謝名單

※居盟資源之提供商標揭露部分，需於6/22(一)前提供LOGO給居盟。

贊助-現金5千5

共9項規劃

商標揭露處

- 攤位單位牌
- 大會舞台看板
- 手冊封底內頁

其他項目

- 感謝狀
- 攤位擺設
- 名列協辦單位
- 活動消息列名
- 開幕式貴賓名單
- 閉幕式感謝名單

18

其他贊助方式

各項硬體設備及其他所需贊助，列為贊助單位。

物資無償贈予

活動後無償贈予主辦規劃使用。

物資短期借用

活動後，歸還贊助單位。

消耗物資贊助

提供活動中各式補給茶點及飲品

廣告媒體贊助

提供大眾傳播媒體活動宣傳

活動演出贊助

提供活動表演、擔任主持或其他活動上之贊助。

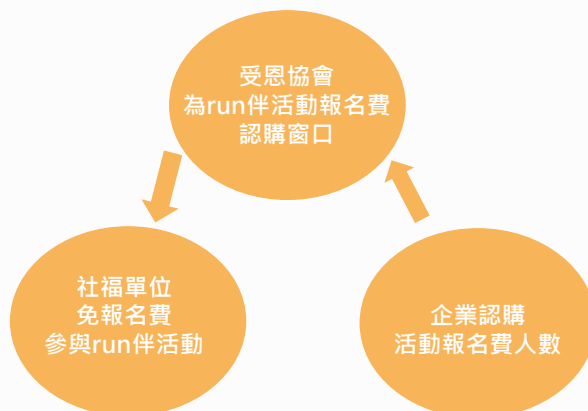
手冊置入廣告

手冊內頁廣告置入(單價 1,500/頁)

19

企業認購方案

邀請企業愛心認購活動報名費，支持社福單位參與活動，一同守護失智君，並將列為贊助單位及開立捐款收據給予認購者。



團體報名費：NT\$300/人

- 1.10人-3,000元
- 2.20人-6,000元
- 3.30人-9,000元
- 4.40人-12,000元
- 5.認購其他金額

20

風險評估

氣候因素

活動期間如遇大豪雨、颱風等不可抗拒之天災或人為因素，將以參與者安全之考量，決定是否取消或擇期舉行。

傳染疾病

大眾性的傳染性疾病（例如：諾羅病毒）則會視區域的狀況判定活動是否可以如期舉行。

通知方式

若活動時間有更改時，則會提前以EMAIL或電話通知各個參賽者，並於 FB 粉絲專頁、同步公告。

醫療救護

活動安排總長1公里健康伴走，參與者如身心不適，舞台區備醫護站防範意外，同步亦有巡邏人員巡查確保參加者及工作人員安全、降低傷害。

21

RUN TOMO



22