

113 年度行政院辦理
直轄市與縣(市)政府
推動性別平等業務輔導

獎勵計畫

性別平等創新獎

112 年社會創新服務及地方婦女培力發展

深耕計畫

臺東縣

45 的幸福加值人生計畫



臺東縣政府 Taitung County Government

113 年度行政院辦理直轄市與縣(市)政府推動性別平等業務
輔導獎勵計畫

性別平等創新獎

112 年社會創新服務及地方婦女培力發展深耕計畫
臺東縣 45 的幸福加值人生計畫

自評表

113 年度行政院辦理直轄市與縣(市)政府推動性別平等業務輔導

獎勵計畫

性別平等創新獎

提報單位：臺東縣社會處

提報計畫：臺東縣 45+ 的幸福加值人生計畫

提報日期：113.06.25

評審項目內容 (創新方案之創新性、深度及廣度)	自評分數	自評說明 (每項以 1000 字為限)
1. 與性別平等之關聯性(含內容與題目)。(10 分)	10	一、<u>背景特性與性平關聯性：</u> (一)<u>台東婦女現況概述</u> 1. 當今高齡化、平均餘命女性高於男性等趨勢，女性老後的生活安排議題將成為婦女權益重要議題。 2. 與全國相較，臺東縣人口性比例 105.83 高於全國平均 98.26(內政部戶政司人口統計資料 109 年 7 月)，臺東縣人口總數 21 萬 5,768，男性人口 11 萬 942 人，女性人口 10 萬 4,826 人，占全縣總人口數 48.58%。大環境尚持續存在性別傳統觀點，農村及偏鄉更為顯著。 3. 臺東縣女性失業率雖低於男性，但勞動參與率相較男性來說仍偏低。108 年度臺東縣勞動參與率 59.4%，男性 67.3%；女性 51.6%；失業率 3.6%，男性 4.9%；女性 1.9%。(行政院主計總處「人力資源調查統計年報」) 4. 108 年度臺東婦女生活狀況調查結果，臺東縣婦女沒有工作占 41.2%，原因以「料理家務」的比例最高占 25.8%，其次為「在學或進修中」，再其次為「照顧小孩」佔 15.5%。

		(二)<u>農村生活狀況及中高齡婦女的困境與需要</u> 1. 就業與照顧情形：農村民風保守，農村婦女多是無酬家屬工作者，承擔家庭的照顧責任，照顧家中長輩或孫子女外，也會從事農務零工。 2. 社會活動參與情形：依據 108 年度臺東婦女生活狀況調查結果顯示，七成以上婦女表示參與社區活動之參與動機多為同儕或鄰居相邀，參與的活動性質為社區發展協會、社區照顧據點、或社區關懷志工；近三成鮮少參與社區辦理的活動。 3. 個人自信展現部分：逾五成婦女表示樂於與社區民眾分享與交流，但近五成婦女卻表示較為害羞、無自信。 4. 老後生活安排部分：缺乏轉變中的中高齡婦女的社會網路或心理支持系統；同時婦女反映期待有伙伴支持、培養第二專長、改善經濟、居住的社區活絡發展。
2. 將性別觀點融入業務程度。 (15 分)	15	一、<u>計畫內容與性別觀點融入：</u> (一)<u>拓展中高齡婦女生命重整之團體服務(創造婦女福利服務的價值)</u> 傳統觀念對婦女角色的期待不易被攪動，婦女一生以家庭為中心，在家從父、出嫁從夫、夫死從子，尤其偏鄉隔代教養普遍，婦女年老可能還需要照顧孫子女，久而久之，變成社區、家庭中被隱形且無聲的婦女。加上高齡化的衝擊，中高齡婦女因高齡化及平均餘命高於男性，將會面臨伴侶離世、孩子離家的空巢期，婦女預備老後將是重要的議題。為因應偏鄉的福利需求及服務供需落差大的困境，本計畫將透過生命梳理團體工作坊模

		組服務，梳理婦女生命經驗，增進自我察覺，轉換自我價值，使中高齡婦女有對於第二人生生活規劃之自我想法。 (二)<u>重塑中高齡婦女生命價值之技藝培力(獲得相同資源實踐友善平權)</u> 社區在地的服務資源，多仰賴社區發展協會或地方性團體，從實務服務經驗觀察，地方性組織多為男性領導，女性鮮少主動爭取話語權。本計畫將從婦女內在增能、導入以女性需求為主體的培力課程，引導地方團體中的中高齡婦女創意思考，從原有的產業由舊創新，如料理技藝、風導覽、照顧產業、關懷服務、連結產品開發及販售行銷概念，讓婦女不只侷限於單一的弱勢角色。 (三)<u>打造具在地特色的中高齡婦女老後生活安排之服務模式(降低社會照顧資源及成本)</u> 因應偏鄉的福利需求及服務供需落差大的困境，本計畫將整合跨局處與在地資源，針對中高齡婦女實際需求，引導婦女預備老後的生活安排，維持婦女身心健康、發展人際網絡；同時創造社區中高齡女性第二人生實踐舞台（ex 除了社區既有的志工服務及福利社區化之實際參與服務以外，未來退休安排可以透過社區型產業實踐機制建置：「例如社區手作體驗教室、婦女私廚食堂、女力微旅等微型創業」，讓中高齡婦女開拓第二人生），嘗試建立符合臺東關山地區特性的中高齡婦女老後生活安排服務模式，成為臺東縣婦女福利創新服務的模式。 (四)<u>傳遞中高齡女性生命梳理之記憶經驗(協助婦女經驗傳承，使中高齡婦女關注老後議題)</u> 本計畫婦女透過前兩年的學習，看到更多老後生活不同的樣貌與可
--	--	---

		能性，期能透過課程分享方式，讓婦女彙整過往經驗至本縣其他區域進行分享，也使更多的中高齡婦女開始關注老後生活安排議題。
3. 開發及運用資源情形。(15 分)	15	一、開發及資源運用情形： (一)在臺東我們建立了在地中高齡女性的創新服務設計，利用「生命梳理」找回女性主體價值並提供「技藝培訓」豐富婦女退休生活的生命歷程。 (三)自 110 年以來在臺東關山鎮地區成功培力婦女創新的服務模式「女力微旅」，串聯社區觀光並帶動當地婦女形成自助團體，打造社區女性新角色，把關山鎮的美好帶給大家；及「私廚辦桌」的婦女創新服務模式，以家為始，用款待家人的心用愛準備獨具創意與特色的在地風味餐食。 (四)再衍生另一亮點成果，攜手受培力的關山鎮中高齡婦女親手釀造打造了屬於自己的生命料理品牌「胭脂造咖」的誕生。 (五)更跨局處連結縣府交通及觀光發展處辦理的大型觀光活動(例如：臺東最美星空音樂會等)去擺攤推廣「胭脂造咖」結合臺東元素獨創的美食(例如：胭脂漢堡、胭脂刈包等)拓展品牌知名度及提升參與方案的中高齡婦女自信心與幸福感。 (六)並且在引導婦女重新梳理生命經驗後，聯手受培力婦女共同出版完成《百味逆旅》的食譜生命故事書，以料理的方式呈現人生故事，搭配在地的食材，做成一道道美味菜餚，將文化的經驗傳承，也是將中高齡婦女的專長技藝轉化。
4. 創意及創新程度。(30 分)	30	一、運用社會工作方法-創新臺東在地婦女方案並打造服務藍圖： (一)關鍵現象與議題梳理—聚焦臺東中高齡女性的需要 在臺東我們觀察到臺東婦女的勞

		動參與率低，許多的女性一輩子都沒出過社會，個人與社會脈絡的關聯常面臨三低(少)「生命經驗整合少」、「自我價值感受低」、「社會參與內涵單一」；再者，在臺東尤其以農村保守社會下的熟齡女性所面臨的困境更是嚴峻，社會的「傳統價值」與「家庭照顧」及「中高齡的限制」等等因素影響著「女性角色的發展」與「女性生活的展現」及進行「社會參與的選擇」；即便是退休後參與社區事務，但仍不習慣為自我發聲，雖見女性身影，但擔任的角色也多為輔助、協助、純參加活動者，過著無薪、無話語權的人生。為了補足上述發現的臺東中高齡女性的自我肯定與自信心不足的需求，我們先鎖定臺東縣內務農比例較高的關山鎮(中高齡女性)為發展本次婦女創新方案的關鍵服務對象。 (二)回應需求與創意解方—建立臺東中高齡女性的創新服務設計：突顯臺東女性生命價值(保值) 在梳理臺東中高齡女性的需求議題之後，我們希望可以建立設計屬於臺東中高齡女性的創新服務，並同時思考如何創造兼具勞動經濟與社會價值的行動方案。 (三)加值服務效益與突破—臺東婦女創新方案的服務模組：發展臺東女性的生活永續(創值) 為了使臺東婦女創新方案的服務可以更加深化、並且可以因應不同區域(在臺東縣內其他鄉鎮操作)及時代變遷發展的新興之需求，我們也沉思如何「破除既有思維」導入新的元素，期待可以加值既有的服務效益，達到1加1大於2的附加效益，將效益最大化。 所以延續前兩年度在關山培力中高齡婦女的成功經驗，在112年
--	--	--

		我們將所開創的臺東婦女創新方案的實施場域帶到了臺東的人口精華區域－臺東市，嘗試並建立符合臺東市地區特性的中高齡婦女服務模組，為臺東婦女福利創新服務的模式再添創新色彩與劃下重要期許。 <u>(四)以終為始下一步－幸福臺東(共好)：</u> 我們運用社會工作方法促成臺東婦女創新的服務，透過爬梳臺東中高齡女性需求議題、設定在地中高齡女性服務目標、落實中高齡女性第二人生服務規劃、評估中高齡女性服務的社會影響力等，整合中高齡婦女培力經驗並創造中高齡女性創新服務的模組產生，開展臺東中高齡女性退休的實踐與探索。期待藉由臺東婦女創新的行動方案以終為始，陪伴並支持每位臺東中高齡女性可以自在做自己，並期許我們可以因地制宜不斷檢視需求與服務缺口去設計屬於臺東中高齡女性的婦女服務，滿足每位在地女性的需求，一起營造幸福共好的臺東。
5. 影響程度(包含對機關及民眾之影響及具體績效)。(30 分)	30	一、影響程度(質化)： (一)發揮互助力與共生價值為符合聯合國 SDGs 永續目標，將臺東婦女創新的服務更加精準以及可以設計更完善得以支持服務繼續發展，我們串聯相關資源與單位一起加入服務行列。在關山兩年的培力經驗中，我們鏈接公私部門並連結青創團隊投入(如：鎮公所、社區發展協會、在地青創團隊等)，創造社區連結與提高社會支持力，讓臺東中高齡女性同時可以發揮互助的價值以及整合社區能量與降低社會照顧成本並觸及異溫層的大眾共譜友善社會環境的臺東家鄉藍圖。 (二)有感培力經驗需要傳承，因此我們在 112 年市區的婦女創新服務

		行動方案，設計連結前兩年度受培力之關山中高齡婦女擔任種子藉由分享座談讓市區新參與培力計畫的婦女可以與關山學姐們彼此深入交流，除有不同面向的學習，同時借鏡關山地區農村中高齡女性對於退休人生規劃的經驗做參照，去啟動自我第二人生的生活安排規劃。此傳遞經驗的方式亦是將關山受培力之中高齡婦女從「被陪伴者」角色轉譯為「陪伴者」提升自我價值與成就感，期待各式各樣的婦女創新的行動方案可以在臺東遍地開花，影響更多臺東的中高齡女性。 (三)建構規劃爬梳女性生命重整和挖掘女性技藝才能的創新服務方案，陪伴臺東中高齡女性可以找回自我的主體價值並且發展人生的新角色且可以有展現自己的舞臺。 (四)提供並打造臺東在地年屆花甲的中齡女性退休支持的平台。藉由生命歷程的導引，肯定中高齡婦女的生命經驗，從梳理過去的生命經歷、探索自我進而可以讓臺東中高齡女性「肯定自己是因為滋養富足而給予，人生的下半場要為自己再創豐盛」挖掘屬於自己 45+(45 歲至 64 歲的中高齡女性)的幸福加值人生，一起共創退休行動。 二、影響程度(量化)： (一)拓展中高齡婦女生命重整之團體服務生命梳理工作坊：辦理 4 場次生命梳理團體(包含完成 1 套生命重整課程模組、辦理 4 單元的團體工作坊)，計有 20 名以上臺東市區婦女參與，並留有團體課程紀錄。 (二)傳遞中高齡女性生命梳理之記憶經驗-女力同行經驗座談：辦理 3 場次分享座談，共有 7 名關山婦女擔任分享者，計有 20 名臺東市區婦女參加，並留有團體課程紀錄。 (三)重塑中高齡婦女自我價值之技藝
--	--	--

		培力：辦理 2 場次之培力工作坊(含產出 4 套中高齡婦女老後生活行動方案)，共有 20 名以上臺東市區婦女參與。 (四)第二人生技藝學習模式拓展-技藝培力課程：辦理 10 場次之培力課程，協助女性發展不同面向之專業知能與多元技藝，共有 20 名臺東市區婦女參與。 (五)打造中高齡老後生活之服務模式： 彩齡花現幸福增值行動：辦理 2 場次彩齡花現工作坊(含產出胭脂造咖品牌雛形)，共有 10-15 名關山婦女持續參與。 臺東女力推廣活動：辦理 2 場次推廣活動(含共超過 200 名民眾參與消費、產出 3 套胭脂造咖套餐)。活動參與人次 241 人次。 幸福百味直賣所成果發表活動：辦理 1 場次成果發表，共有超過 200 名民眾參與，活動參與人次計 250 人次。 (六)幸福女力影像拍攝：完成 2 支影片(含 1 支 6 分鐘完整版、1 支 90 秒短版)，邀請衛福部社家署簡慧娟署長、臺東縣饒慶鈴縣長、臺東縣議會吳秀華議長、臺東縣政府社會處陳淑蘭處長共同拍攝，並於成果展放映。
總分(100 分)	100	

※佐證資料請檢附相關性別平等友善措施或計畫書、成果報告。

113 年度行政院辦理直轄市與縣(市)政府推動性別平等業務輔導
獎勵計畫

性別平等創新獎

112 年社會創新服務及地方婦女培力發展深耕計畫
臺東縣 45 的幸福加值人生計畫

佐證-1. 計畫

112 年社會創新服務及地方婦女培力發展深耕計畫 臺東縣 45+ 的幸福加值人生計畫

壹、緣起：

一、問題定義：請說明服務計畫或對象的背景特性、問題痛點和潛力期待。

(一) 背景特性：

1. 台東婦女現況概述

- (1) 當今高齡化、平均餘命女性高於男性等趨勢，女性老後的生活安排議題將成為婦女權益重要議題。
- (2) 與全國相較，臺東縣人口性比例 105.83 高於全國平均 98.26(內政部戶政司人口統計資料 109 年 7 月)，臺東縣人口總數 21 萬 5,768，男性人口 11 萬 942 人，女性人口 10 萬 4,826 人，占全縣總人口數 48.58%。大環境尚持續存在性別傳統觀點，農村及偏鄉更為顯著。
- (3) 臺東縣女性失業率雖低於男性，但勞動參與率相較男性來說仍偏低。108 年度臺東縣勞動參與率 59.4%，男性 67.3%；女性 51.6%；失業率 3.6%，男性 4.9%；女性 1.9%。(行政院主計總處「人力資源調查統計年報」)
- (4) 108 年度臺東婦女生活狀況調查結果，臺東縣婦女沒有工作占 41.2%，原因以「料理家務」的比例最高占 25.8%，其次為「在學或進修中」，再其次為「照顧小孩」佔 15.5%。

2. 農村生活狀況及中高齡婦女的困境與需要

- (1) 就業與照顧情形：農村民風保守，農村婦女多是無酬家屬工作者，承擔家庭的照顧責任，照顧家中長輩或孫子女外，也會從事農務零工。
- (2) 社會活動參與情形：依據 108 年度臺東婦女生活狀況調查結果顯示，七成以上婦女表示參與社區活動之參與動機多為同儕或鄰居相邀，參與的活動性質為社區發展協會、社區照顧據點、或社區關懷志工；近三成鮮少參與社區辦理的活動。
- (3) 個人自信展現部分：逾五成婦女表示樂於與社區民眾分享與交流，但近五成婦女卻表示較為害羞、無自信。

- (4) 老後生活安排部分：目前較缺乏轉變中的中高齡婦女的社會網路或心理支持系統；同時婦女反映期待有伙伴支持、培養第二專長、改善經濟、居住的社區活絡發展。

(二) 問題痛點：

1. 傳統觀念對婦女角色的期待不易被攪動。
2. 樂於與社區民眾分享交流，但缺乏自信。
3. 期待老後生活安排有夥伴支持及發展舞台。
4. 培養第二專長、改善經濟、居住的社區活絡發展。

(三) 潛力期待：

1. 拓展中高齡婦女生命重整之團體服務(創造婦女福利服務的價值)

傳統觀念對婦女角色的期待不易被攪動，婦女一生以家庭為中心，在家從父、出嫁從夫、夫死從子，尤其偏鄉隔代教養普遍，婦女年老可能還需要照顧孫子女，久而久之，變成社區、家庭中被隱形且無聲的婦女。加上高齡化的衝擊，中高齡婦女因高齡化及平均餘命高於男性，將會面臨伴侶離世、孩子離家的空巢期，婦女預備老後將是重要的議題。為因應偏鄉的福利需求及服務供需落差大的困境，本計畫將透過生命梳理團體工作坊模組服務，梳理婦女生命經驗，增進自我察覺，轉換自我價值，使中高齡婦女有對於第二人生生活規劃之自我想法。

2. 重塑中高齡婦女生命價值之技藝培力(獲得相同資源實踐友善平權)

社區在地的服務資源，多仰賴社區發展協會或地方性團體，從實務服務經驗觀察，地方性組織多為男性領導，女性鮮少主動爭取話語權。本計畫將從婦女內在增能、導入以女性需求為主體的培力課程，引導地方團體中的中高齡婦女創意思考，從原有的產業由舊創新，如料理技藝、風導覽、照顧產業、關懷服務、連結產品開發及販售行銷概念，讓婦女不只侷限於單一的弱勢角色。

3. 打造具在地特色的中高齡婦女老後生活安排之服務模式(降低社會照顧資源及成本)

因應偏鄉的福利需求及服務供需落差大的困境，本計畫將整合跨局處與

在地資源，針對中高齡婦女實際需求，引導婦女預備老後的生活安排，維持婦女身心健康、發展人際網絡；同時創造社區中高齡女性第二人生實踐舞台（ex 除了社區既有的志工服務及福利社區化之實際參與服務以外，未來退休安排可以透過社區型產業實踐機制建置：「例如社區手作體驗教室、婦女私廚食堂、女力微旅等微型創業」，讓中高齡婦女開拓第二人生），嘗試建立符合臺東關山地區特性的中高齡婦女老後生活安排服務模式，成為臺東縣婦女福利創新服務的模式。

4. 傳遞中高齡女性生命梳理之記憶經驗（協助婦女經驗傳承，使中高齡婦女關注老後議題）

本計畫婦女透過前兩年的學習，看到更多老後生活不同的樣貌與可能性，期能透過課程分享方式，讓婦女彙整過往經驗至本縣其他區域進行分享，也使更多的中高齡婦女開始關注老後生活安排議題。

二、計畫價值：請分享這個計畫中最重要的終極藍圖和價值。

本計畫主要終極藍圖是希冀建置中高齡婦女老後生活安排服務模組，提升重要他人及社會大眾對婦女處境的理解，進而讓中高齡婦女建構屬於自己的第二人生。

45+的幸福加值人生

關鍵開始

在農村社會下熟齡女性，奉獻青春歲月辛勤地撐起家庭運作，卻過著無自己、無話語權、無酬的三無人生，我們希望幫助女性，展開不一樣的人生風景，建構屬於自己的新人生。

熟齡農村女性的個人和社會脈絡

- ▼ 生命經驗整合少
- ▼ 自我價值感受低
- ▼ 社會參與內涵單一

關鍵價值



關鍵目標

拓展中高齡婦女生命重整之團體服務（有自我）
傳遞中高齡婦女生命梳理之記憶經驗（有自省）
重塑中高齡婦女自我價值之技藝培力（有自主）
打造中高齡婦女老後生活之服務模式（有舞台）

關鍵對象

臺東縣
中高齡女性

梳理生命，肯定自己是因為滋養富足而給予
下半場要為自己再創豐盛，挖掘45+的幸福加值人生

三、**機會盤點**：請說明整理同質性單位(例如：政府/NPO/私部門)、不同性質或異業單位，或許可以合作單位。

(一) 同質性單位

1. 政府單位：臺東縣社會處、臺東縣各區域社會福利服務中心、臺東縣婦女福利服務中心、臺東縣新住民家庭服務中心、各鄉鎮市公所
2. NPO&私部門單位：關山大旗艦社區貼心關懷志工、各社區發展協會

(二) 不同性質或異業單位

1. 政府單位：臺東縣農業處、文化處、原民處、交觀處
2. NPO&私部門單位：國立臺東大學(系所合作)、商品設計師/影像紀錄/行銷團隊
3. 其他：關山鎮農會(米國學校)、微光集等

貳、服務對象及目的：

一、關鍵對象：請整理計畫中的關鍵服務者、相關組織群體、外擴的社群或對象。

- (一) 蛋黃區：臺東關山鎮及臺東市 45 歲至 64 歲的社區婦女（參與社區發展協會活動、志工服務、從事社區照顧工作、或是全職家庭照顧者等）
- (二) 蛋白區：家人、地方社群（如女性社團/議題社群）、臺東縣婦女（適度結合臺東縣各區域社會福利服務中心、婦女福利服務中心、新住民家庭服務中心既有資源與推薦個案）
- (三) 蛋殼區：地方民眾、縣府、台東大學、地方農會（關山鎮米國學校）、風土設計師、行銷團隊、其他

二、關鍵目標：請說明計畫的重要關鍵目標。

- (一) 拓展中高齡婦女生命重整之團體服務（創造婦女福利服務的價值）
- (二) 傳遞中高齡女性生命梳理之記憶經驗（協助婦女經驗傳承，使中高齡婦女關注老後議題）
- (三) 重塑中高齡婦女自我價值之技藝培力（創新婦女自我價值，提升自我照顧能力及自我認同）
- (四) 打造中高齡婦女老後生活之服務模式（創造婦女發展實踐舞台，降低社會照顧風險及成本）

參、主辦單位：

臺東縣政府社會處

肆、協辦單位：

臺東縣各鄉鎮市公所、臺東縣各區域社會福利服務中心及各社區發展協會等

伍、計畫期程：自決標日起至 112 年 12 月 10 日

陸、服務策略：請對應關鍵目標，列點寫出預計進行的策略；包括過程中規劃模式、服務流程、會議產出、團體模式、活動、影像、募資計畫等。

一、拓展中高齡婦女生命重整之團體服務：預計辦理 2 場次女性第二生涯解析團體工作

(一) 辦理說明：

引用關山婦女生命重整團體工作模式，針對臺東市區週邊鄉鎮婦女(註：配合本處資源運用調整，為了讓更多中高齡弱勢婦女可以參與幸福加值計畫，預計以位於臺東市區週邊鄉鎮為主要範圍，其他地區婦女可視實際辦理情形參與)，預計辦理團體服務課程 2 場次(預計招募參與婦女人數 20 位)，除了希望形成臺東市區中高齡婦女行動團體以外，課程更將採生命梳理(基礎核心)與第二生涯(應用規劃)兩大主題方式，後續搭配關山地區姊姊的女力同行課程(例如退休資源連結、老後生活的與社區參與角色的轉變心境分享等)，及鏈結「女力報到幸福共創設計培力」與「第二人生技藝學習培力」等實體陪伴課程工具，重新梳理並找到臺東市區婦女45+後的第二人生規劃目標與行動成果實踐之初探。

(二) 預計辦理內容：

場次	單元	課程摘要內容
生命梳理 (基礎核心)	女子心力量	把自己愛回來 探索女性特質與自我價值 我希望成為什麼樣的人
	女子新視野	如何預約您的第二人生 第二人生的必修課題(女性生涯規劃問題解析與自我測驗)
第二生涯 (應用規劃)	女力崛起	農村女性創業案例介紹 中高齡婦女創業資源介紹
	女力報到	中高齡婦女生涯規劃指引藍圖 做自己的生命設計師 註：後續緊接搭配關山地區姊姊的女力同行課程、連結「女力報到幸福共創設計培力」與「第二人生技藝學習培力」等陪伴工具

註：以實際核定辦理為主

二、傳遞中高齡女性生命梳理之記憶經驗：預計辦理 3 場次女力同行經驗傳承座談

邀請前二年度關山地區受培力婦女擔任種子教師，以臺東市區及週邊鄉鎮為主要操作場域，為本縣各區域社福中心或其他網絡單位推薦之中高齡弱勢婦女講述第二人生經驗分享課程，預計辦理 3 場次女力同行經驗傳承座談（預計參與婦女人數 20 位），藉由經驗的傳承與彼此的討論，讓婦女們有不同面向的學習，同時借鏡關山地區農村中高齡婦女的第二人生規劃經驗分享，結合進一步去啟動第二人生的生活安排規劃。

三、重塑中高齡婦女自我價值之技藝培力

（一）女力報到幸福共創設計培力活動：預計辦理 2 場次

依據本計畫前兩年之服務模式，針對臺東市區婦女串連現有中高齡婦女退休服務資源（ex 社區志工服務、婦女學院、小旗艦、社區專業經理人/本處所辦理之社區專業經理人基礎與進階培訓課程，完成後可透過爭取獎補助進行社區服務工作等），善用村落自然生態有機/綠色生產/文化傳承場域，結合參與式規劃培力方式，以性別及年齡（女性/中高齡）的角度規劃及設計開發女力特色共創服務行動（至少 2 種方案），進一步強化在地女力新角色（例如志工服務、社區導覽或手作體驗達人）與共創服務之亮點效益。

（二）第二人生技藝學習模式拓展：預計辦理 10 場次技藝培力課程

依據本計畫前兩年之服務模式，針對臺東市區婦女，結合第二生涯解析團體工作與女力報到幸福共創設計培力的實際產出，規劃辦理私廚及微旅（或其他）技藝培力課程各 5 場次，協助發展出女性不同面向之專業知能與多元技藝，開創婦女生活之不同樣貌，同時增進女性經濟潛力。

四、打造中高齡婦女老後生活之服務模式

（一）彩齡花現—幸福加值行動：預計辦理 2 場次

依據本計畫前兩年之服務模式，結合風土設計手法（5W1H、故事力&市場感受力&美學力&風土設計力），持續輔導培力關山地區中高齡婦女「生活支持社群」，首先，引導姊姊們提出幸福女力創新實踐想法（結

合上述配合社區可操作空間場域，提出可永續之社區型產業實踐行動方案，創造關山地區中高齡婦女第二人生實踐場域，例如社區手作體驗教室、婦女私廚食堂等)；其次，透過參與式規劃模式，結合中高齡姊姊的生命故事，串連在地生活文化特色元素，協助姊姊們提出地方微型產業實踐行動方案(彩齡花現X幸福加值行動)；最後，透過合作參與意願確認、媒合對接可運用之退休/創業資源與串連「臺東女力」與「幸福百味直賣所」活動推廣等方式，希冀能成功打造幸福女力私廚的運營組織雛形(或其他)，進而逐步實踐關山地區中高齡女力微型產業推廣實例。(至於前述女力報到幸福共創設計培力的共創服務，主要是針對臺東市區的新參與婦女姊妹們，可以提出後續的共創服務行動方案)

(二)「臺東女力」行動推廣活動：預計辦理 2 場次

結合臺東縣政府政策推動之農業、觀光、文化等主題性活動，串聯本府農業處、交通及觀光發展處、原住民族行政處、文化處及地方鄉公所等單位，搭配觀光、藝文等年度行事曆、縱谷大地藝術季等特色活動，規劃臺東女力幸福加值限定推廣活動，將人潮引入偏鄉農村，帶動地方活力與商機，加值婦女服務。

(三)「幸福百味直賣所」—成果發表活動：預計辦理 1 場次。

預計以關山地區豐泉社區竹工坊空間，結合前述彩齡花現—幸福加值行動實踐方案產出結果，辦理 1 場「幸福百味直賣所」成果發表活動，露出婦女角色及才能。

(四)幸福女力影像拍攝 1 式(長度至少 3 分鐘)

用影像記錄臺東中高齡婦女第二人生實踐改變過程，喚起共鳴並擴大影響力。



45+的幸福加值人生

體現時代女性的生命意義
展現社區產業的女力特色

建置農村中高齡婦女老後生活安排服務模組

首部曲(110年)

有自我

- 生命重整×音式說書
- 食憶食藝×食譜故事
- 女力引路×提升自我
- 百味逆旅成果發表

二部曲(111年)

有自主

- 生命梳理×第二人生
- 食尚私廚×辦桌體驗
- 女力微旅×自我展現
- 百味逆旅新書推廣

三部曲(112年)

有舞台

- 生命設計×退休共創
- 食藝培力×創新體驗
- 女力幸福×自我互助
- 幸福百味直賣所實踐

註：112年的女力幸福X自我互助 是對應服務策略中之彩齡花現—幸福加值行動實踐方案，透過姊妹互助合作方式，提出可以實踐女力幸福的微型產業行動方案

柒、計畫關鍵歷程及檢核點：請填寫計畫執行中關鍵歷程及檢核時間點，可運用甘特圖或其他格式

呈現。

工作事項辦理內容	1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	備註
女性第二生涯解析團體工作													
女力同行經驗傳承分享座談													
第二人生技藝學習模式拓展 (私廚微旅或其他技藝培力課程)													
女力報到幸福共創設計培力活動													
彩齡花現幸福加值行動													
「臺東女力」行動推廣													
幸福百味直賣所成果發表													
幸福女力實踐影像製作													
各期工作/檢核點													
期初查核點				★									
期中查核點							★						
期末查核點										★			

捌、預期效益及影響力：

序號	類別	效益	評估方法
	成果	例如：辦理場次、參與人次	包含量化/質化評估工具
	成效	例如：參與者的改變、影響層面	如何證明成效之方法(包含量化/質化評估工具)
1	成果	女性第二生涯解析團體工作 辦理場次：2 場 參與人次：40 人次	1. 活動執行紀錄 2. 活動滿意度及問卷調查分析
2	成果	女力同行經驗傳承 辦理場次：3 場 參與人次：60 人次	1. 活動執行紀錄 2. 活動滿意度及問卷調查分析
3	成果	第二人生服務模式拓展(私廚及微旅技藝培力課程) 辦理場次：10 場 參與人次：200 人次	1. 活動執行紀錄 2. 活動滿意度及問卷調查分析
4	成果	女力報到幸福共創-女力共創服務設計培力 辦理場次：2 場 參與人次：40 人次	1. 活動執行紀錄 2. 活動滿意度及問卷調查分析
5	成果	彩齡花現—幸福加值行動 行動徵選：2 場 參與人次：40 人次	1. 活動執行紀錄 3. 活動滿意度及問卷調查分析
6	成果	「臺東女力」行動推廣活動 辦理場次：2 場 參與人次：60 人次	1. 活動執行紀錄 2. 活動滿意度及問卷調查分析
7	成果	幸福百味直賣所成果發表活動 辦理場次：1 場 參與人次：100 人次	1. 活動執行紀錄
8	成果	幸福女力實踐影像製作 1 式	影像成果產出
9	成效	本計畫農村中高齡婦女的角色改變，建構屬於自己的第二人生 1. <u>關山地區姊妹</u> 透過地方微型產業實踐方案，創造在社區的新角色。 2. <u>臺東市區姐姐</u> 參加生涯解析團體工作及經驗傳承活動，對於生涯規劃發展新的規劃。 3. 臺東市區姐姐有了社區的新角色，透過私廚、微旅及女力共創服務。也可以運用退休資源	1. 生活改變記錄（時鐘蛋糕） 2. 能力改變（文字改變記錄） 3. <u>關山地區與臺東市區參與女性之</u> 角色改變與退休資源連結情形記錄
10	成效	提升重要他人及社會大眾對農村婦女處境的理解	1. 重要他人（如家人、朋友）訪談記錄 2. 活動意見調查回饋
11	成效	豐泉社區客藝竹工坊多元合作模式	1. 中高齡婦女與社區空間之合作維管運作模式文字說明 2. 活動參與人數

			3. 產值數據調查
--	--	--	-----------

玖、組織結構：請說明投入的內、外部組織結構與資源。

項次	單位名稱	任務分工(角色及職責)
1	臺東縣政府社會處	本計畫主辦單位、綜規婦女創新服務計畫內容及執行、整合跨局處資源。
2	微慢城鄉生活顧問有限公司	本計畫執行團隊
3	臺東縣關山鎮及台東市各社區發展協會	1. 110-111 年度福利社區化大旗艦計畫聯合提案社區。 2. 在地資源結合
9	商品設計師	經過服務商品化設計，將婦女價值轉換，用故事文案、婦女形象設計、食物設計，包裝成一個商品或一套體驗經濟行程。
10	行銷公司	媒體策略規劃、廣告行銷、媒體投放、公關活動、口碑社群
11	臺東縣政府農業處	資源挹注或結合
12	臺東縣政府文化處	資源挹注或結合
13	臺東縣政府交通及觀光發展處	資源挹注或結合
14	臺東縣政府原民處	資源挹注或結合
15	臺東縣各區域社會福利服務中心	資源挹注或結合
16	臺東縣婦女福利服務中心	資源挹注或結合
17	台東縣新住民家庭服務中心	資源挹注或結合
18	臺東縣各鄉鎮市公所	資源挹注、場地空間資源結合
19	臺東縣關山鎮農會米國學校	場地空間資源結合、機制建立

壹拾、經費概算：(單位：新臺幣元)(本計畫內容如有不足之項目，請自行新增填寫)

項次	項目	單價	數量/單位	計畫總經費	自籌經費	申請補助經費	計算及使用說明	
一、人事費								
小計				0	0	0		
二、業務費及專案計畫管理費(如有項目無須編列，請自行刪減)								
1	出席費	2,500	24	人次	60,000	0	60,000	專家學者出席費、婦女出席廣宣活動的出席費
2	差旅費(含租車費用)	220,000	1	式	220,000	0	220,000	講師、專家學者及婦女、工作人員等相關交通(含租車)費用及住宿費用(不含公務人員)
3	講座鐘點費	2,000	51	時	102,000	50,000	52,000	課程鐘點費
4	場地租借及佈置費	80,000	1	式	80,000	0	80,000	辦理課程、成果展示等相關場地租金
5	視覺設計費	80,000	1	式	80,000	0	80,000	辦理幸福百味直賣所形象識別相關費用
6	美編設計費	120,000	1	式	120,000	0	120,000	商品及體驗行程的主視覺、廣宣設計
7	編輯企劃費	220,000	1	式	220,000	50,000	170,000	婦女議題（幸福加值創意行動）設計與規劃製作等
8	印刷費	80,000	1	式	80,000	0	80,000	含講義印刷、海報輸出等相關費用
9	撰稿費	40,000	1	式	40,000	0	40,000	計畫相關活動文案撰寫
10	教材費	50,000	1	式	50,000	0	50,000	辦理活動所需料理食材費用
11	膳費	100	400	人次	40,000	0	40,000	含婦女參加各項活動及課程所需誤餐費
12	保險費	20,000	1	式	20,000	0	20,000	含各項活動之公共意外保險費
13	影像紀錄費	100,000	1	式	100,000	0	100,000	拍攝婦女影像、配合首長重要活動等相關圖片攝影費用
14	臨時酬勞費	176	1440	時	253,440	0	253,440	支援課程、活動進行及辦理行政聯繫事務(註：每月 160 小時，共計 9 個月)
15	甲類專案計畫管理費	134,560	1	式	134,560	0	134,560	茶水、郵資、運費、文具紙張、補充保險費或其他庶務性支出費用 依補助項目實際需要核實計列，最高不得超過經常門核定補助總經費(不含專案計畫管理費)之百分之十。
小計				1,600,000	100,000	1,500,000		
總計：				1,600,000	100,000	1,500,000	中央補助 1,500,000 元 本府自籌 100,000 元	

113 年度行政院辦理直轄市與縣(市)政府推動性別平等業務輔導
獎勵計畫

性別平等創新獎

112 年社會創新服務及地方婦女培力發展深耕計畫
臺東縣 45 的幸福加值人生計畫

佐證-2.

113年度行政院辦理直轄市與縣(市)政府推動性別平等業務輔導獎勵計畫-性別平等創新獎推薦事由相關佐證資料：

融合性別平等觀點－創新臺東在地婦女服務方案並打造服務藍圖「臺東縣 45+的幸福加值人生計畫」關鍵成果

45+的幸福加值人生

關鍵開始

在農村社會下熟齡女性，奉獻青春歲月辛勤地撐起家庭運作，卻過著無自己、無話語權、無酬的三無人生，我們希望幫助女性，展開不一樣的人生風景，建構屬於自己的新人生。

熟齡農村女性的個人和社會脈絡

- 生命經驗整合少
- 自我價值感受低
- 社會參與內涵單一

關鍵價值



關鍵目標

拓展中高齡婦女生命重整之團體服務（有自我）
傳遞中高齡婦女生命梳理之記憶經驗（有自省）
重塑中高齡婦女自我價值之技藝培力（有自主）
打造中高齡婦女老後生活之服務模式（有舞台）

關鍵對象

臺東縣關山地區
中高齡女性

梳理生命，肯定自己是因為滋養富足而給予
下半場要為自己再創豐盛，挖掘45+的幸福加值人生

圖片說明：臺東縣婦女創新服務「45+的幸福加值人生計畫」終極藍圖和價值



45+的幸福加值人生

體現時代女性的生命意義
展現社區產業的女力特色

建置農村中高齡婦女老後生活安排服務模組

首部曲(110年)

有自我

- 生命重整×音式說書
- 食憶食藝×食譜故事
- 女力引路×提升自我
- 百味逆旅成果發表

二部曲(111年)

有自主

- 生命梳理×第二人生
- 食尚私廚×辦桌體驗
- 女力微旅×自我展現
- 百味逆旅新書推廣

三部曲(112年)

有舞台

- 生命設計×退休共創
- 食藝培力×創新體驗
- 女力幸福×自我互助
- 幸福百味直賣所實踐

圖片說明：臺東縣婦女創新服務「45+的幸福加值人生計畫」過程規劃模式

113年度行政院辦理直轄市與縣(市)政府推動性別平等業務輔導獎勵計畫-性別平等創新獎推薦事由相關佐證資料：

融合性別平等觀點－創新臺東在地婦女服務方案並打造服務藍圖「臺東縣 45+的幸福加值人生計畫」關鍵成果



說明：本府參加社家署婦女創新方案期末成果發表會分享關鍵成果



說明：「45+的幸福加值人生計畫」女力微旅－串聯社區觀光帶動婦女形成團體

113年度行政院辦理直轄市與縣(市)政府推動性別平等業務輔導獎勵計畫-性別平等創新獎推薦事由相關佐證資料：

融合性別平等觀點—創新臺東在地婦女服務方案並打造服務藍圖「臺東縣 45+的幸福加值人生計畫」關鍵成果



說明：結合臺東在地素材研發獨創美食'胭脂馒头」將婦女專長技藝轉化並傳承



說明：連結縣府交觀處大型活動(最美星空音樂會)擺攤推廣拓展'胭脂造咖」品牌

113年度行政院辦理直轄市與縣(市)政府推動性別平等業務輔導獎勵計畫-性別平等創新獎推薦事由相關佐證資料：

融合性別平等觀點－創新臺東在地婦女服務方案並打造服務藍圖「臺東縣 45+的幸福加值人生計畫」關鍵成果



說明：「45+的幸福加值人生計畫」成果展－饒慶鈴縣長頒贈'胭脂造咖'圍裙



說明：「45+的幸福加值人生計畫」成果展－本處陳淑蘭處長專訪關山培力婦女

113年度行政院辦理直轄市與縣(市)政府推動性別平等業務輔導獎勵計畫-性別平等創新獎推薦事由相關佐證資料：

融合性別平等觀點－創新臺東在地婦女服務方案並打造服務藍圖「臺東縣 45+的幸福加值人生計畫」關鍵成果



說明：攜手關山中高齡婦女親手釀造打造了屬於自己的生命料理品牌「胭脂造咖」



說明：「45+的幸福加值人生計畫」成果展－露出婦女角色及才能及展示成果

113年度行政院辦理直轄市與縣(市)政府推動性別平等業務輔導獎勵計畫-性別平等創新獎推薦事由相關佐證資料：

融合性別平等觀點－創新臺東在地婦女服務方案並打造服務藍圖「臺東縣 45+的幸福加值人生計畫」關鍵成果



說明：「45+的幸福加值人生計畫」女力同行經驗座談－市區與關山婦女彼此交流



圖片說明：「45+的幸福加值人生計畫」完成出版食譜生命料理書轉譯人生故事

113年度行政院辦理直轄市與縣(市)政府推動性別平等業務輔導獎勵計畫-性別平等創新獎推薦事由相關佐證資料：

融合性別平等觀點—創新臺東在地婦女服務方案並打造服務藍圖「臺東縣 45+的幸福加值人生計畫」關鍵成果



圖片說明：「45+的幸福加值人生計畫」成果影片拍攝—紀錄改變過程擴大影響力



圖片說明：邀請社家署長與本縣女性首長拍攝 45+計畫成果影片提高社會支持力

113年度行政院辦理直轄市與縣(市)政府推動性別平等業務輔導獎勵計畫-性別平等創新獎推薦事由相關佐證資料：

融合性別平等觀點－創新臺東在地婦女服務方案並打造服務藍圖「臺東縣 45+的幸福加值人生計畫」關鍵成果



說明：「45+的幸福加值人生計畫」鏈結當地女性青創店家納入女力微旅景點



圖片說明：連結關山鎮公所推出限定餐盒吸引人潮帶動地方商機加值婦女服務