

擁抱超高齡社會的藍海：第二屆高齡健康產業博覽會心得

老年所林煒庭

第二屆高齡健康產業博覽會以「再青春」為主題，聚集了眾多專家學者、產官學單位、學生以及民眾共同參與，參展單位非常多元且主題新穎，活動現場可以說是非常地熱鬧。此外，與會者的身份背景多元，不論是長期關心高齡議題的專業人士，或是單純來參觀體驗的民眾，都展現出對樂齡健康與科技應用的濃厚興趣。



本次活動我們展出的主題為智能健身 x 芳香舒心，吸引了不少人駐足詢問。上午的參觀者多半對我們展示的內容充滿好奇，主動詢問我們的研究方向與應用場域，除了有專家學者想探討運動介入的成效與應用，亦吸引了《康健雜誌》編輯的關注，詢問目前對於長者健康與運動的看法。此外，老年學研究所畢業的同學團隊（爺奶司令部）也特地前來探訪交流。

隨著人潮漸增，互動體驗區漸漸成為焦點，而我們以健身環結合 Switch 的體驗活動也吸引了許多長者主動參與，甚至願意排隊體驗。在引導長輩跟隨螢幕上的虛擬遊戲角色進行動作訓練與闖關時，我們發現這不止是單純的遊戲，而是一種能即時偵測動作準確度，並且回饋成效的互動式的訓練系統媒介。身旁一位阿嬤邊玩邊笑說：「這個比在公園散步有趣多了，還知道我哪裡可以做更好！」她的反應讓我深刻體會到科技輔助運動不僅能提升訓練效果，也能讓長者在娛樂中建立運動的動機與信心，也有長輩特別好奇我們有沒有在賣器材，我們才趕快補充說明：我們沒在賣器材啦。



趁著交班喘息的空檔，我也把握機會參觀了其他攤位。我注意到許多參展單位專注於發展智慧化的銀髮族運動器材與生活輔具。這些產品的設計不僅全面顧及了高齡者的肌力、平衡與安全考量，操作介面也做得非常簡潔明確，對始俑者來說是真的非常友善，讓我深刻體會到科技與人性化結合的可能性，同時也對那句經典台詞：「科技始終來自於人性」產生了強烈的共鳴。此外，還看到能透過感測分析的「智慧把脈系統」，雖然排隊人潮太多沒能親自體驗，但可感受到民眾對於「預防醫學」與「自我健康監測」的關注。隔壁的醫工系展示的虛擬鏡像實境治療系統，同樣讓我印象深刻，他們運用 VRMT 系統結合虛擬實境技術，讓中偏癱患者能在遊戲情境中進行手部功能的訓練，兼具趣味性與復健功能，顯示醫療科技正朝向「互動化」發展。

我們的展區中，也設置了以蘭花精油為主題的芳療體驗。相較於運動體驗區的熱絡，這一區的氣氛顯得較為安靜。部分長輩對芳香比較不太敢嘗試，但也有幾位在聽完解說後，願意體驗並表示放鬆、愉悅。這讓我思考到，高齡者在接觸新事物時，除了需要安全感與信任感，更需要耐心的引導與陪伴。

整體而言，這次的博覽會讓我對高齡健康產業有更深的認識，也見證了科技融入健康生活的未來趨勢。無論是體感互動式運動還是智慧醫療應用，這些多元的方案不僅是技術展示，更是社會對於「幸福老化」的想像與實踐。高齡化社會不在只是挑戰，也成為推動跨領域合作與創新的契機。未來，我們更堅信在產官學的合作下，能確保在安全、健康與尊嚴的基礎上，擁抱充實快樂的全齡生活。