

## 技藝陶冶組

愛與自信『槌』手可得 文/ 社工-李鼎文

依據台灣學者研究發現，智能障礙者的老化年齡大約從35-45歲開始逐漸明顯，經統計目前中心服務的大朋友們平均年齡為38歲，而超過60%大朋友們的家長年齡已超過65歲，考量雙老家庭的休閒需求，中心積極評估適合的休閒活動，促使大朋友們及家長透能過參與休閒活動改善老化對身體的影響。而槌球運動已在台灣推廣多年，為許多中老年人及身心障礙者喜愛的休閒活動，在草地上活動也讓人可以更親近大自然，剛好中心鄰近的竹南運動公園內有專業的槌球場地供民眾使用。

感謝富邦慈善基金會的支持，中心能帶著大朋友們在苗栗縣竹南槌球協會教練的指導下，在竹南運動公園專業槌球場進行槌球課程，藉著活動豐富大朋友的生活陶冶性情，讓他們發展正向的健康情緒，也訓練手部的力量及瞄準球門打擊的專注力，雖然先天或後天的限制，使他們在學習新事物需要花費比一般人更多的時間，但看著大朋友們認真學習的神情以及會提醒教保老師每一次上課的日子，就能看出他們對槌球課有多麼期待。

在訓練的過程中，如何讓大朋友把“要學會打槌球這件事”當成目標，對教保老師與社工都是一大挑戰，多次嘗試後，我們發現讓他們與不同的人配對練習或安排小比賽增添練習的樂趣都是好方法，隨著多次的課程已經比一開始進步非常多了，我們的目標是讓大朋友們能報名參加正式的身障槌球比賽，敬請期待我們傑出的表現。

