

不倒翁(預防跌倒)創新專案

緣起:為延緩長輩失能並強化健康，本家藉由多元的全身肌力訓練(輪椅腳踏車、健美圈、皮拉提斯、床邊運動、健身操)，讓長輩不管戶外或室內都能復健運動，期望增加長輩肌力、維持關節活動度，以增進平衡減少跌倒。

成效:本家積極協調向上扶輪社捐贈輪椅腳踏車，讓住民從室內復健延伸至戶外，經分析109年跌倒件數比108年減少7件，其中無傷害件數增加8件，一、二、三級傷害件數均減少，比較圖如下：

109 VS 108 跌倒比較

