

115 年第 2 季衛教活動回顧

愛盲基金會的護眼活動屬公益性質，透過【衛教講座】、【視功能篩檢】、【校園宣導】、【企業宣導】、【活動擺攤宣導】、【專題講座】等多元方式，根據不同申請對象的需求，安排護眼防盲活動，以提升民眾對低視能風險與眼疾影響的認識。

活動中，參與者可佩戴低視能模擬眼鏡，親身體驗視覺受損帶來的不便，或透過篩檢發掘功能視覺中的高風險族群，從而促使民眾及早啟動護眼行動，養成更輕鬆、更健康的用眼習慣。

115 年第二季，愛盲基金會共辦理 12 場衛教活動以及 4 場視功能篩檢活動，服務人數達 760 人次，服務對象涵蓋長者、學生、企業員工及社區民眾，將視覺健康的重要觀念帶進校園、社區與職場。

讓更多人及早看見視力危機

在日常生活中，許多人認為只要看得清楚就代表眼睛健康，卻往往忽略了視覺功能退化所帶來的風險。愛盲基金會長期透過護眼衛教、視功能篩檢及低視能宣導，陪伴民眾建立正確的視覺保健觀念，及早發現問題、及早尋求協助。

從視功能篩檢，看見被忽略的視覺退化

許多人定期量測視力，卻不知道視力正常並不代表視覺功能完整。愛盲基金會推動的視功能篩檢，除了檢測遠、近距離視力外，也關注對比敏感度、中心視野、周邊視野等與日常生活息息相關的視覺能力。

第二季篩檢活動中，不少參與者首次接觸這類生活化的視覺檢查。透過專業人員一對一評估，協助民眾了解自身視覺功能狀況，也讓部分高風險族群及早意識到可能存在的視覺問題，進一步尋求醫療協助。

護眼知識走入社區與校園

在社區據點及長照機構中，我們帶領長者進行護眼保健操、視覺自我檢查及健康講座，鼓勵長者透過日常檢測維持視覺功能與生活自主性。

在校園宣導活動中，學生透過視障模擬體驗及互動課程，學習認識視覺障礙者的生活需求，也了解正確用眼的重要性。許多孩子在體驗後分享，第一次感受到視力受損對生活造成的挑戰，更懂得珍惜視力與尊重視障朋友。

體驗低視能，理解視障者的世界

本季活動中特別安排低視能模擬眼鏡及視覺輔具體驗，讓參與者親身感受黃斑部病變、青光眼等眼疾造成的視覺限制。

當民眾戴上模擬眼鏡閱讀文字、辨識物品或行走時，才真正體會視覺受損帶來的不便；而透過放大鏡、閱讀輔具及各類低視能輔具的實際操作，也讓大家看見科技與輔具如何協助視障及低視能朋友維持生活自主。

許多參與者表示，過去從未接觸過相關服務，透過體驗後，對低視能議題有更深刻的理解，也更願意關心身邊有視覺需求的親友。

【社區衛教-護眼活動】

- 115 年 04 月 07 日，台北市 / 台北市大安區虎嘯里-社區據點【視功能篩檢】
- 115 年 04 月 14 日，新北市 / 新北市私立真開欣社區長照機構【衛教講座】
- 115 年 04 月 15 日，台北市 / 台北市台大校區造園館【視功能篩檢】
- 115 年 04 月 27 日，高雄市 / 台灣灑福長照事務據點-社區據點【視功能篩檢】
- 115 年 05 月 04 日，新北市 / 新莊高中【校園宣導】
- 115 年 05 月 05 日，台北市 / 國立台北教育大學 特殊教育學系【參訪】
- 115 年 05 月 07 日，高雄市 / 台灣灑福長照事務據點-社區據點【衛教講座】
- 115 年 05 月 08 日，桃園市 / 西門國小【校園宣導】
- 115 年 05 月 14 日，台中市 / 台中榮總眼科醫師【參訪】
- 115 年 05 月 15 日，新北市 / 保長國小【校園宣導】
- 115 年 05 月 19 日，台北市 / 台灣杜邦【企業宣導】
- 115 年 05 月 20 日，高雄市 / 高雄市立圖書館新興分館【衛教講座】
- 115 年 05 月 21 日，台中市 / 台中市北屯區平安里-社區據點【衛教講座】
- 115 年 05 月 27 日，高雄市 / 高雄市自由社區關懷據點-社區據點【衛教講座】
- 115 年 06 月 05 日，台中市 / 台中神岡區溪州社區發展協會【視功能篩檢】
- 115 年 06 月 09 日，高雄市 / 勞動部高屏澎東區銀髮人才資源中心【衛教講座】

活動花絮



【台北市大安區虎嘯里】對於長者、夜間駕駛者或有眼疾風險的人群，定期檢測對比敏感度尤為重要。



【真開欣社區長照機構】長者們在講師的引導下進行穴道護眼操，為眼睛健康加分。



【台大校區造園館】阿姆斯特勒方格檢測，用來檢查中央視力是否異常，常用於早期發現或監測黃斑部病變。



【高雄台灣灑福長照事務據點】守護視力，從周邊視野檢測開始！



【新莊高中】講師示範正確引導視障朋友的四步驟『問、拍、引、報』



【高雄灝福長照事務據點】長者專心聽取護眼知識，展現樂活健康的心態。



【西門國小】有獎問答時間，學生們踴躍舉手搶答。



【保長國小】學生們挑戰視障模擬體驗活動!



【高雄市立圖書館新興分館】活動現場安排視覺類輔具體驗區，民眾參與反應熱烈，提升對低視能服務及視覺輔具資源的認識。



【台中市北屯區平安里】長者專心聆聽護眼知識，為自己的健康嚴格把關。



【高雄市自由社區關懷據點】帶領長者進行視覺自我檢查活動，協助長者延緩視功能退化。



【台中神岡區溪州社區發展協會】對比敏感度下降可能是白內障、青光眼、糖尿病視網膜病變或視神經退化的早期徵兆。



【勞動部高屏澎東區銀髮人才資源中心】參與者佩戴低視能模擬眼鏡，親身體驗視覺受損帶來的不便。



【勞動部高屏澎東區銀髮人才資源中心】參與者對視覺類輔具展現高度興趣

【公益講座】等相關衛教活動申請專線：(02)2311-7567 黃小姐