



形塑*

李 蘭、成 亮
洪百薰、洪美玫 合著
劉文玉、吳文琪



陽光家園

健康社區

DIY



目錄 CONTENTS

序／行政院衛生署署長 陳健仁	◆ I
序／行政院衛生署國民健康局局長 翁瑞亨	◆ IV
序／光寶科技股份有限公司董事長 宋恭源	◆ VI
自序／李蘭	◆ VIII
【前言】	◆ 1
如何運用本書	◆ 2
【健康促進】	◆ 9
健康生活人人要	◆ 10
健康檢查有必要	◆ 20
健康促進更重要	◆ 26
【營造理念】	◆ 33
社區願景不可少	◆ 34
營造社區有門道	◆ 42
社區經驗要知道	◆ 48
社區的總體營造	◆ 56

社區的健康營造	◆68
【社區實作】	◆75
社區資源的連結	◆76
社區組織的建立	◆84
社區共識的形成	◆94
健康議題的選擇	◆100
營造策略的發展	◆108
志願人力的培養	◆118
成效評價的落實	◆126
永續機制的建立	◆134
參考文獻	◆142
【附錄】	◆147
社區成長團體	◆148
「人力銀行」與「社區互助家庭」	◆191
志願服務法	◆199
書後心語／成亮	◆208
跋／中央研究院院長 李遠哲	◆210