

遠東師生帶動跳 新和婆媽不落拍

記者張淑娟／新市報導 105.6.29 中華日報 84

一群遠東科技大學運動行銷中心的師生們廿八日到新市區新和里，帶著婆婆媽媽們一起舞出活力，阿嬤阿公級的居民挑戰著高難度的雙手雙腳交叉，再併攏跳起，一練再練，總算挑戰成功。社區理事長王寶玉表示，新和的婆婆媽媽可是舞林好手，蹦蹦跳跳對大家而言，沒在怕。

昨天新和社區活動中心熱鬧滾滾，百餘名阿公阿嬤跟著遠科大的師生們拉著筋、跳著舞，一個弓步一個馬步，總能運動自如，年紀對婆婆媽媽而言並不是問題，似乎大家有用不完的朝氣，只要老師帶著跳，各種動作都能應付自如，整齊劃一的舞步手法，呈現的正是一幅「I運動」的畫面。

由於新和社區不只有婆婆媽媽擔任志工，還有樂齡學習課程，該社區又是新市區最大的一里，因此集結了最多的婆婆媽媽、阿公阿嬤一起來運動。遠科大運動行銷中心人員表示，學校就在新市區，因此希望扎根與地方的親密關係，所以陸續走入社區與居民連結，也帶領大家一起「I運動」，讓長輩們能有更健康的身心靈。

昨天社區婆婆媽媽歡喜得跳了兩小時，竟可以臉不紅氣不喘，讓師生們見識到新和的無窮活力，同時更帶領大家高難度的動作，一點也難不倒阿公阿嬤，阿公阿嬤表示，能跳一跳、走一走，或者來個健康操，都能讓精神更好，所以希望有更多年輕人到社區指導他們，也讓他們感受到年輕人的熱情與青春朝氣。