

# 蔡英美

## 一、基本資料

中文姓名	蔡英美	英文姓名	Tsai Ying-Mei (Last Name) (First Name) (Middle Name)
國籍	中華民國	性別	<input type="checkbox"/> 男 <input checked="" type="checkbox"/> 女

## 二、主要學歷

畢/肄業學校	國別	主修學門系所	學位	起訖年月(西元年/月)
國立體育大學	中華民國	體育研究所	碩士	2003/09 至 2005/06
文化大學	中華民國	體育系	學士	1986/09 至 1990/06

## 三、現職及與專長相關之經歷

服務機關	服務部門/系所	職稱	起訖年月(西元年/月)
現職:中臺科技大學	老人照顧系	教授	2011/08 訖今
經歷:中臺科技大學	老人照顧系	教授兼系主任	2016/02 至 2018/07
中臺科技大學	學務處/課指組	教授兼組長	2010/08 至 2016/01
中臺科技大學	體育室	教授	2009/08 至 2011/07
中臺科技大學	體育室場地競賽活動組	組長	2009/08 至 2010/07
中臺科技大學	學務處/衛保組	組長	2002/02 至 2006/01

## 四、專長

1. 功能性體適能	2. 銀髮族休閒活動設計與規劃	3. 銀髮族身體活動評估與實作	4. 老人健康促進
-----------	-----------------	-----------------	-----------

## 五、論文著述：

### (一)期刊論文

期刊論文	
1	蔡英美、王文郁、李淑玲* (2018)不同身體活動量之社區老人骨質密度、骨質代謝指標與 功能性體適能的差異。大專體育學刊。20 卷 2 期，129-140 頁。(TSSCI).
2	蔡英美、王俊明* (2013)銀髮族休閒運動參與動機、運動參與程度及幸福感之研究。南開學報。10 卷 1 期，23-34 頁。
3	蔡英美、郭慈安、王俊明* (2012)。老年人生活型態、運動參與程度與功能性體適能之研究。運動與健康研究。2 卷 1 期，25-49 頁。
4	Chen, L. H., Chen, M.-Y., & Tsai, Y.-M. (2012). Does gratitude always work? Ambivalence over emotional expression inhibits the beneficial effect of gratitude on well-being. International Journal of Psychology., 47(5), 381-392. (SSCI)
5	蔡英美、王俊明* (2011)。銀髮族身體活動量、生活品質及身體自我概念之研究。南開學報。8 卷 2 期，19-28 頁。
6	Chen, L.H., Tsai, Y.M* & Chen, M.Y. (2010). Psychometric Analysis of the Orientations to Happiness Questionnaire in Taiwanese Undergraduate Students Social Indicators Research. 98, 239-249.(SSCI)
7	蔡英美、王俊明* (2010)。中部大專學生參與運動性社團的休閒態度、參

	與動機及休閒滿意度之研究。雲科大體育。12期，49-62頁。
8	Wu, C.H., Chen, L.H., & Tsai, Y.M* (2009). Investigating importance weighting of satisfaction scores from a formative model with partial least squares analysis. <i>Social Indicators Research</i> , 90, 351-363(SSCI)
9	Chen, L.H., Chen, M.Y., Kee, Y.H., & Tsai, Y.M. (2009). Validation of the Gratitude Questionnaire (GQ) in Taiwanese undergraduate students. <i>Journal of Happiness studies</i> . 10(6), 655-664. (SSCI)
10	Chen, L.H., Kee, Y.H., & Tsai, Y.M*. (2009). An examination of dual model of perfectionism and adolescent athlete burnout: A short-term longitudinal research. <i>Social Indicators Research</i> . 91,189-201.(SSCI) (*Corresponding author)
11	Wu, C.H., Chen, L.H., & Tsai, Y.M.* (2009). Longitudinal invariance analysis of the Satisfaction with Life Scale. <i>Personality and Individual Differences</i> . 46(4),396-401.(SSCI) (*Corresponding author)
12	Wu, C.H., Tsai, Y.M*.,& Chen, L.H. (2009). How do positive views maintain life satisfaction? <i>Social Indicators Research</i> . 91,269–281. (SSCI). (*Corresponding author)
13	Tsai, Y.M* & Chen, L.H. (2009). Relation of Motivational Climate and Fear of Failure in Taiwanese Adolescent Athletes. <i>Psychological Reports</i> . 104,627-632. (SSCI).
14	蔡英美、王俊明* (2009)。大學生對體育課程期望與學習滿意度之研究-以中臺科技大學為例。雲科大體育。11期，306-318頁。
15	蔡英美、王俊明* (2007)。中年人運動參與動機量表之信度與效度分析。國立體育學院論叢。18卷1期，23-38頁。
16	蔡英美、王俊明* (2006)。中年人運動參與動機、自我效能、知覺運動障礙及運動行為之關係。臺灣運動心理學報。9期，109-131頁。

## (二)研討會論文

研討會論文	
1	陳秋霞、蔡英美* (2020)銀髮族心流體驗與幸福感之研究。2020年健康促進學術研討會。台北。國立台灣師範大學。
2	沈舒華、蔡英美* (2020)社區老人介入12週及36週預防及延緩失能照護方案之成效分析-以臺中市北屯區社區為例。2020年健康促進學術研討會。台北。國立台灣師範大學。
3	呂燕玲、彭田、蔡英美*(2020)照顧服務員休閒參與與留任意願之相關研究。2020年健康促進學術研討會。台北。國立台灣師範大學。
4	謝詩儀、蔡英美* (2020)12週預防及延緩失能照護課程介入對高齡者功能性體適能之影響。2020年健康促進學術研討會。台北。國立台灣師範大學。
5	蔡英美*、楊忠諺、張哲銓、黃千瑜、吳文妤、董家秀、陳珮妤(2019)公園運動設施對銀髮族休閒態度及生活滿意度之影響。2019年健康促進國際學術研討會。台北市，國立臺灣師範大學。
6	呂燕玲、蔡英美*(2019)健康促進運動介入對衰弱老人功能性體適能之研究。2019年健康促進國際學術研討會。台北市，國立臺灣師範大學。
7	陳秋霞、蔡英美* (2018)老年人身體平衡功能與跌倒評估之研究。2018年學術研究暨專題發表成果展。台中市，中臺科技大學。
8	呂燕玲、蔡英美* (2018)36週運動介入對高齡者功能性體適能之研究。2018年學術研究暨專題發表成果展。台中市，中臺科技大學。

9	劉欣亞、胡友綸、王啟賢、林明毅、蕭郁如、林宜亭、譚婉汶、陳宜君、蔡英美* (2017)社區老年人運動休閒態度與憂鬱情緒之相關研究。老人照顧的發展與前瞻研討會。台中市，中臺科技大學。
10	Ya-wen Hsu & Tsai, Y.M. * (2017) Relationship of physical self-concept, stereotypes, possible self and well-being in older adults participating in health promotion programs. This congress is organized by the Institute for Biotechnology and Medicine Industry and the Central Taiwan University of Science and Technology. May, 11-12, 2017.
11	蔡英美(2017)十二週肌力訓練對社區老人功能性體適能之影響。2017年社區高齡失能及健康促進區域研討會。屏東縣，高雄榮民醫院屏東分院。
12	蔡英美(2017)銀髮族水中運動參與動機與休閒運動滿意度之相關研究。2017年社區高齡失能及健康促進區域研討會。屏東縣，高雄榮民醫院屏東分院。
13	陳思仔、蔡英美、王文郁、陳怡婷、戴呈儒、游力嘉、李淑玲* (2012)不同身體活動量的社區老人其飲食狀況之探討。2012身體活動與健康促進學術研討會暨觀光休閒論壇。屏東縣，屏東科技大學。
14	王文郁、李淑玲、陳怡婷、蔡英美* (2012)不同活動量的社區老人其骨質密度情形之探討。2012身體活動與健康促進學術研討會暨觀光休閒論壇。屏東縣，屏東科技大學。
15	蔡秀貞、呂菁、張然舜、劉昱麟、楊宏智、蔡英美* (2012)身體活動與健康促進學術研討會暨觀光休閒論壇醫事人員對健康體適能與運動處方知識之調查。中華民國糖尿病衛教學會年會。台北國際會議廳。
16	蔡英美、歐欣萍、游家禎、邱文萱、楊乃成、李淑玲* (2010)補充紅景天對停經後婦女血液生化值之影響 首屆海峽兩岸高校保健營養學專業教學科學學術研討會。福建，福州。
17	Shu Lin Lee ,Ying Mei Tsai, China Fan Lin, Kuei Hui Chan, and Mei Chich Hsu (2010) Effects of Rhodiolarosea supplementation on cardiovascular risk factors in postmenopausal women. 5th IWG World Conference on Women and Sport, Sydney, Australia. May, 20-23, 2010.
18	Chen, L.H., Chen, M.Y., & Tsai, Y.M. (2009) Orientations to happiness and well-being in Taiwanese undergraduate students. Paper presented at the 117th annual convention of the American Psychological Association, Toronto, Canada.

(三)申請專利

	專利名稱	專利類型	發照機關	技轉/授權	申請人/權利人	申請日期/生效日期
1	輔助老人感知統合之協調裝置	新型專利	經濟部智慧財產局	技術移轉	中臺科技大學	2020/09/01
2	護理用洗頭浴盆結構	新型專利	經濟部智慧財產局	技術移轉	中臺科技大學	2017/06/02
3	具實用附加功能之手杖結構	新型專利	經濟部智慧財產局	技術移轉	中臺科技大學	2016/01/02

## (四)申請校內改進教學計劃

	年	計劃名稱	執行情形
1	2021	預防及延緩失能照護計畫-健康活力 GOGOGO 課程設計	進行中
2	2017	預防跌倒增強長者肌力平衡活動設計	已結案
3	2016	活化腦部延緩失智活動設計	已結案
4	2015	銀髮族創意活動設計	已結案
5	2014	多功能腳踏車內胎	已結案
6	2013	銀髮族功能性體適能檢測教學影音光碟	已結案

## (五)申請校內社群計畫

	年	社群名稱	執行情形
1	2017	老人健康活動設計師生專業成長社群	已結案
2	2016	銀髮活力秀師生成長社群	已結案
3	2015	健康促進學習 TBL 成長社群	已結案

## (六)指導學生專題比賽

	指導學生	專題名稱	獲獎名次	地點	日期
1	陳秋霞	榮獲 109 年臺灣運動教育學博碩士論文獎	佳作	國立體育大學	2020/12/05
2	張洧睿、梁思涵、賴秉媛、張家芸、林俞汶	2017 台北國際發明暨技術交易展發明競賽-護理用洗頭浴盆結構	銅牌獎	台北世貿中心	2017/9/28-2017/9/30
3	張洧睿、梁思涵、賴秉媛、張家芸、林俞汶	2017 第 6 屆韓國 World Invention Creativity Contest 競賽-護理用洗頭浴盆結構	金牌獎	韓國 SETEC 國際會議中心	2017/7/28-2017/7/30
4	林思旻、顏慈、陳韋濤	高齡社會人才想像與高齡產業行銷企劃徵選比賽-「蘿蔓蘿蘭婚紗-銀髮樂活新服務」企劃案	全國第二名	嘉義中正大學	2015/06/15
5	林思旻、顏慈、陳韋濤	2015 海峽兩岸橘色科技學生專題實作競賽-再愛一次-蘿蔓蘿蘭婚紗	全國第二名	宜蘭聖母護校	2015/06/11

## 六、核定之研究計畫：

計畫名稱	計畫內擔任之工作	起迄年月	補助或委託機構	執行情形
預防及延緩失能照護計畫-健康活力 GOGOGO 模組師資增能輔導研習	主持人	2021/04/01-2022/01/31	臺中市伯樂城鄉關懷協會	進行中
2021 全國銀髮創意能力競賽	協同主持人	2020/12/1-2021/07/31	財團法人佳醫健康基金會	進行中

計畫名稱	計畫內擔任之工作	起迄年月	補助或委託機構	執行情形
預防及延緩失能照護計畫-健康活力 GOGOGO 模組指導員培訓工作坊	主持人	2020/06/01-2020/01/31	臺中市伯樂城鄉關懷協會	已結案
南投縣預防及延緩失能、失智照護人才培訓計畫	主持人	2020/01/01-2020/07/31	紫南宮委員會	已結案
108 年度「長者健康管理-社區預防及延緩失能服務」計畫	主持人	2019/06/01-2019/11/30	台中市政府衛生局	已結案
2019 年全國銀髮餐食創意能力競賽	協同主持人	2019/03/16-2019/12/31	英屬蓋曼群島商佳醫股份有限公司	已結案
107 年衛生福利部預防及延緩失能照護計畫-特約單位	主持人	2018/04/01-2018/12/31	台中市政府衛生局	已結案
2018 全國銀髮餐食創意能力競賽	協同主持人	2017/12/10-2018/07/31	英屬蓋曼群島商佳醫股份有限公司	已結案
探討居家服務員從事居家服務之壓力因應與服務回饋	協同主持人	2017/08/01-2018/07/31	校內計畫教育部獎補助研究	已結案
106 年衛生福利部預防及延緩失能照護計畫-特約單位	主持人	2017/04/01-2017/12/31	台中市政府衛生局	已結案
2017 全國銀髮餐食創意能力競賽	協同主持人	2017/12/10-2018/07/31	英屬蓋曼群島商佳醫股份有限公司	已結案
106 學年度樂齡大學	主持人	2017/08/01-2018/07/31	教育部	已結案
A 區一里一樂齡-行動教室計畫	主持人	2016/04/01-2016/12/31	台中市政府衛生局	已結案
105 學年度樂齡大學	主持人	2016/08/01-2017/07/31	教育部	已結案
肌力操介入對社區老人功能性體適能之影響	主持人	2016/01/01-2016/07/31	社團法人南投縣基督教青年會	已結案
老人體能活動設計指導	主持人	2013/03/01-2013/06/30	行政院勞工委員會職業訓練局	已結案
老人體能活動設計指導	主持人	2012/04/01-2012/06/30	行政院勞工委員會職業訓練局	已結案
老人體能活動設計指導	主持人	2011/04/01-2011/06/20	行政院勞工委員會職業訓練局	已結案
老人體能活動設計指導	主持人	2011/08/20-2011/10/22	行政院勞工委員會職業訓練局	已結案
老人運動參與程度、生活型態與體適能之探討	主持人	2012/02/13-2012/07/31	雅來得股份有限公司	已結案
不同運動族群老人在鈣質攝取、骨質疏鬆認知與骨質密度之研究	主持人	2012/04/13-2012/12/31	校內計畫教育部獎補助研究	已結案
97 年度原住民及離島地區寒(暑)期大專青年社區部落健康服	主持人	2008/06/20-2008/09/30	行政院衛生署	已結案

計畫名稱	計畫內擔任之工作	起迄年月	補助或委託機構	執行情形
務計畫				
95 年度教職員工動態生活與體適能促進計畫。	主持人	2006/09/20-2006/11/30	中華民國體育學	已結案
95 年大專院校校園菸害防治計畫。	主持人	2006/08/01-2006/12/30	國民健康局	已結案

## 七、教師獲頒獎項與榮譽

年度	獲獎或榮譽名稱	校內/校外	頒獎機構
2019	107 學年度標竿典範導師	校內	中臺科技大學
2018	107 學年度招生績優教師	校內	中臺科技大學
2017	106 學年度招生績優教師	校內	中臺科技大學
2017	105 學年度優良導師	校內	中臺科技大學
2017	105 學年度院級教學優良教師	校內	中臺科技大學
2016	104 學年度標竿典範導師	校內	中臺科技大學
2015	教育部 104 年度友善校園獎傑出學務人員	校外	教育部
2015	榮獲健康促進學習 TBL 成長社群佳作	校內	中臺科技大學
2013	102 學年度標竿典範導師	校內	中臺科技大學
2013	102 學年度院級教學優良教師	校內	中臺科技大學
2012	101 學年度教訓輔奉獻獎	校內	中臺科技大學
2012	101 學年度招生績優教師	校內	中臺科技大學
2011	100 學年度標竿典範導師	校內	中臺科技大學
2010	99 學年度標竿典範導師	校內	中臺科技大學
2010	99 學年度優良導師	校內	中臺科技大學
2010	99 學年度院級教學優良教師	校內	中臺科技大學
2009	98 年榮獲台中市特殊優良教師	校外	台中市政府
2009	98 學年度榮獲台中市體育有功人員。	校外	台中市政府
2008	97 學年度中臺科技大學教學優良教師	校內	中臺科技大學
2008	97 學年度標竿導師	校內	中臺科技大學
2008	97 學年度教學優良教師	校內	中臺科技大學
2004	92-93 年度榮獲台中市扶輪社社區優秀志工表揚	校外	台中市扶輪社
2004	93 年度榮獲教育部中區大專校院優秀學生事務	校外	教育部