研究問題:

台灣銀髮族缺乏運動 (阻力訓練或重量訓練)，導致肌少症以及骨質疏鬆相當普遍。銀髮族跌倒相當常見以及膝關節手術造成銀髮族生活品質不佳，降低生活品質。

研究目標

透過肌力測試與訓練手機app建置，蒐集銀髮族肌力資料，培養重訊習慣，提高生活品質以及幸福感。

系統建置部分

1. App 建置部分

智慧型手機app 建置測量銀髮族肌力以及紀錄肌力訓練(主要是二頭肌彎舉以及滑牆運動)。

1. 網站部分

後臺部分主要蒐集使用者上傳資料，並提供基本分析與統計。

1. 資料保護以及使用誘因

透過區塊鍊以及虛擬貨幣(token)設計增加使用誘因

系統有效性驗證

1. 實驗法(實驗組 vs 對照組) 使用肌力app前後測肌力變化，或類實驗(quasi-experiment)僅做實驗組前後測。
2. 系統的可用性測試(Usability Testing), 包含使用者介面(User Interface)，使用者經驗(User Experience)等。
3. 大數據分析: 根據蒐集的銀髮族重量訓練資料，提供個人化(personalized)的運動菜單建議(重訊推薦系統)等，以及運動類型分類、分群等分析。

1. 請問設計給男性使用者使用的2個1.857公升罐子，是如何固定在一起的呢？是否會容易鬆脫？

2. 軟體內下肢的檢測動作是Wall sliding，而目前針對下肢體適能，有查詢到的常模是使用Sit to stand作為檢測動作，在Wall sliding和Sit to stand的相關性方面，學生會再做文獻的搜尋，若過去無相關文獻則要討論看看是否要自行做實驗建立兩檢測動作的相關性。

3. 簡報P. 24左下角的圖示顯示醫師和使用者端會有互動，王老師則認為針對長者體適能的主題，比較會有興趣的職類可能會是長照機構內的治療師或相關健康管理人員。

4. 上次在台大進行的關節角度測試，有發現關節角度的數據會受到衣服顏色、衣服長短袖、畫面中有2個以上的人所影響，請問目前的關節角度測試是否仍會受到其他外在因素影響呢？