

# 自費安養機構中高齡者休閒行為活動領域之研究 ——以台南地區三家安養中心為例

曾思瑜

國立雲林科技大學空間設計系  
e-mail:tzengsy@yuntech.edu.tw

(收件日期:93年08月20日；接受日期:94年07月08日)

## 摘要

了解入居高齡者休閒行為的類型，並探究影響其活動領域的相關因素是規劃設計自費安養機構休閒活動空間及設備的重要課題。本篇論文選擇涵蓋設置區位種類最廣的台南地區做為調查地點，包含市中心、市郊及縣郊區三家不同設置區位的自費安養機構，對入居高齡者及機構經營管理者進行深入訪談，並追蹤觀察紀錄高齡者進行日常休閒行為之狀況，從高齡者個人屬性特徵、休閒空間與設備、機構設置區位、休閒服務政策等四個軸次，分析探討其對自費安養機構之高齡者休閒行為活動領域的正負向影響因素。

本研究主要研究目的有以下三點：(1)了解自費安養機構中老人休閒行為的進行場所與活動內容，分析其休閒行為活動領域的類型；(2)分別從高齡者個人屬性特徵、機構休閒空間與設備、機構服務政策及設置區位四個軸次，分析影響高齡者休閒行為活動領域的因素；(3)分析不同身心機能高齡者的休閒需求，最後提出自費安養設施中休閒活動空間及設備之規劃設計、休閒服務政策、設置區位之建議。

從研究結果中我們有以下幾項發現：(1)自費安養機構中老人休閒行為的活動領域可分為寢室型、樓層型、機構型及社區型等四種類型；(2)入居高齡者本身的生活自理能力為影響休閒行為活動領域的主要因素；(3)寢室單元建議明確劃分私密空間與半私密空間，「廳房分離的自戶單元」設計概念較「單套房式」理想；(4)公共及半公共空間的休閒設備需考量日常生活自理能力較中度高齡者的需求，加強戶外無障礙環境的落實；(5)經營單位必需提供購物交通等服務，並定期舉辦各類休閒活動，但必須避免「服務過剩」；(6)豐富的社區里資源對於完全獨立到中度失能老人的休閒行為領域的延伸皆有不同程度的幫助，但應確保移動路徑的安全。

關鍵詞：高齡者、休閒行為、活動領域、自費安養機構、台南

## 一、研究動機與目的

台灣人口老化速度極為快速，因為社會及家庭結構的變化，高齡者本身教育水準及經濟能力的提昇促使自費安養機構成為未來高齡者重要安養型態之一。而由於卸下養育兒女的負擔及退休後自由時間增加，休閒活動的進行密切影響高齡者的生活品質。因此，了解自費安養設施中高齡者休閒行為的類型，

並探究影響其活動領域的相關因素是規劃設計自費安養機構休閒活動空間及設備的重要課題。

我國目前有關老人安養機構休閒行為之相關研究中，黃耀榮[6]針對台灣地區安養機構抽樣問卷調查，指出城鄉安養機構老人休閒需求方面之差異，提出促進老人社交的空間配置方式、依機構規模設置不同層級之休閒空間與設施之建議。李婉容[5]對南部某老人公寓之休閒設施使用情形進行觀察，發現因為休閒設施設置地下室，空間通風差造成使用率偏低之狀況，另外因場地挪移等問題，也造成不同性質之休閒活動進行相互干擾。鍾休炎[11]從醫務管理的角度出發，對居家、門診及機構的老人進行訪談，得出老人們在有關安養機構空間因素裡，最重視戶外休閒空間，其次為公共服務空間，信仰空間最不受重視。鄭凱心[9]以「行為設境」(Behavior Setting)的觀點，探討老人公寓中老人的社交行為與實質環境互動之情況，以了解何種空間或傢俱型態可促進社交行為之發展。

從上述相關文獻回顧中可知國內仍缺乏安養設施老人身心機能與環境互動之基礎資料，以及設施種類、設備、區位問題的整體探討。基於此本研究主要從老人本身、內部環境的空間規劃與設備、外在環境的設置區位、機構休閒服務政策四面向，分析探討其對自費安養機構之高齡者休閒行為活動領域的正負向影響因素。

本研究主要分析架構如圖 1 所示，並設定下列研究目的：

- (1) 了解自費安養機構中老人休閒行為的進行場所與活動內容，分析其休閒行為活動領域的類型；
- (2) 分別從高齡者個人屬性特徵、機構休閒空間與設備、機構服務政策及設置區位四個軸次，分析影響高齡者休閒行為活動領域的因素。
- (3) 分析不同身心機能高齡者的休閒需求，最後提出自費安養設施中休閒活動空間及設備之規劃設計、休閒服務政策、設置區位之建議。

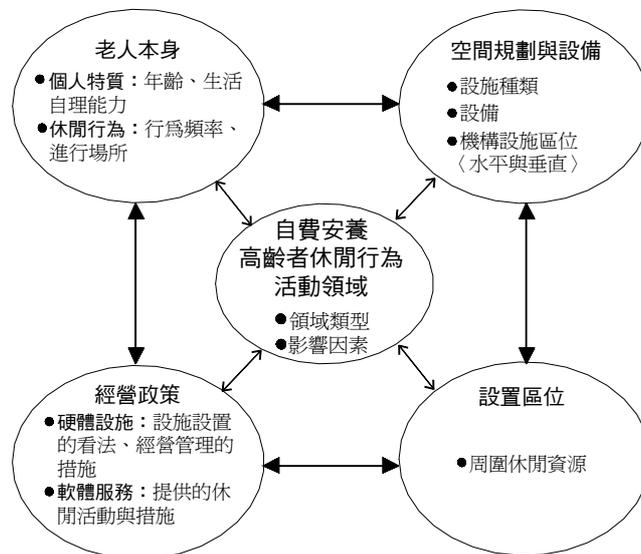


圖 1 調查分析架構圖

## 二、調查概要

### 2-1 調查設施概要

本文所指之自費安養機構係指由政府或財團法人出資設立之設施，供 60 或 65 歲以上身心健康，行

動正常，能獨立執行日常生活活動的老年人居住，須由個案自行付費，經營單位提供日常生活照顧，如三餐飲食、住宿及休閒活動等照顧服務。為了能比較同一地區不同設置環境區位、休閒活動空間及設備、經營服務政策等因素對老年人休閒行為活動領域的影響，因此本研究選定設置在台南地區市中心、收費中等，提供每週電影欣賞、卡拉OK、購物專車等服務的A機構；市郊區、公辦民營、收費最低，幾乎不舉辦活動的B機構；縣郊區、收費最高，每週一至週五分別提供電影欣賞、卡拉OK、泡茶聊天、香功、賓果與購物專車等服務的C機構等三家不同經營主體、規模及設置區位的安養機構為調查案例。三家機構的共同特徵是入居者都以後期高齡、國小或不識字、本省籍、喪偶的女性高齡者居多(表1)。

表1 調查設施概要與空間性質的定義

空間性質	A 機構	B 機構	C 機構			
設置區位與基本資料	市中心 基地面積 1,100 坪 地下 1 樓，地上 7 樓	市郊區 基地面積 2,700 坪 地下 1 樓，地上 7 樓	縣郊區 基地面積 7 甲 地下 1 樓，地上 4 樓			
經營主體	私立財團法人	公辦民營	私立財團法人			
立案時間	89 年	85 年 12 月	84 年 12 月			
調查時間	91 年 4~5 月	91 年 1~2 月	91 年 11~12 月			
入居規模	80 人	329 人	80 人			
每月安養費	單人套房 - 人 12,800 元 雙人套房 - 人 14,000 元 兩人 17,500 元 特級房 - 人 19,700 元 兩人 23,100 元	單人套房 6,500 元 雙人套房 9,000 元 10,600 元	單人套房 - 人 28,000 元 兩人 40,000 元 - 人 33,000 元 兩人 47,000 元			
休閒活動與服務提供	每週定期逛大賣場、電影欣賞 2 次、卡拉 OK，不定期喝下午茶、公園半日遊。每月不定期逛百貨公司、農產品特賣會或文化中心參觀展覽。	無每週定期舉辦之活動。每月不定期舉辦觀光旅遊活動。	每週定期散步、保健諮詢服務、健身運動、香功、逛菜市場、手工藝、音樂律動、卡拉 OK、賓果、市區購物、影片欣賞、泡茶聊天。無每月定期舉辦之活動。			
調查當時全部入居者	40 位 (M15, F25)	56 位 (M25, F31)	41 位 (M16, F25)			
基本屬性特徵	○本省女性居多 ○教育程度偏低	△本省女性居多 △教育程度偏低	☆本省女性居多 ☆教育程度偏低			
受訪人數	28 位 (M11, F17)	18 位 (M9, F9)	15 位 (M6, F9)			
休閒空間配置特徵	主要休閒設施集中 3 樓，次要休閒設施分散至 1、2 樓，各樓層設置會客區	主要休閒設施集中地下室及醫樓，各樓層設置交誼廳	主要休閒設施集中 1 樓及地下室，各樓層設置交誼廳			
私密空間	單人房、雙人房 特級房	單人房、雙人房	單人房、雙人房			
設施內部	半公共空間	4~7 樓 走廊 居住樓層 會客區 公共廚房 樓層	2~6 樓 居住樓層 樓層	2~4 樓 居住樓層 樓層		
	公共空間	3 樓	健身中心 保健室 康樂室 長青學苑教室 會客區 戶外庭園	地下 1 樓	餐廳附設卡拉 OK 咖啡廳 棋藝室 娛樂室 多用途室	
		2 樓	餐廳附設卡拉 OK、視聽室 會客區		地下 1 樓	健身房 手工藝室 麻將區
		1 樓	戶外庭園	1 樓	會客區、診療室、圖書室、圖書室、圖書室、戶外庭園	
設施外部	社區鄰近的範圍 步行可到達 公園、社區巷弄、菜市場	公園、大賣場	無			
社區以外	需依賴交通工具 市中心鬧區、教會、大賣場	教會、菜市場、菜市場	菜市場、大賣場、教會			

## 2-2 空間性質之界定

領域概念最具有代表性的領域分類系統是 Irwin Altman 等 [12] 所提，其類型論的關鍵要素是有一種型態隱私性、關係或親密程度，包括初級領域、次級領域與公共領域三層次。另外，外山義 [3] 從私人居住住宅的觀點提出私密領域、半私密領域、半公共與公共領域等四種領域，私密領域為各居住者可自行控制的領域，居住單元內的臥室、半私密為各居住者共有的部份，半公共指的是居住樓層的走廊與交誼廳等空間，公共空間則為居住者、訪客、職員共同使用的部份，如大廳或中庭花園等空間。而王錦堂 [2] 則以別墅社區的觀點定義私密、半私密、半公共與公共空間，其私密空間指的是個人的、具有高度防守性的空間，如住宅建築體；半私密空間具聯合擁有的傾向，如出入口相關的緩衝空間；半公共空間則非個人所擁有但仍擁有之感覺，如住戶之前庭；公共空間則為各住戶共有的庭園部份。

本研究整合上述學者專家之論點來區分三家自費安養機構其空間性質如表 1 所示，但由於三家案例居住單元的單人房與雙人房都無明顯區隔客廳或臥室，僅有 A 設施特級房有明顯的區分，因此將三家機構的單人房與雙人房、A 設施特級房定義為私密空間，半公共空間為居住樓層的走廊、會客區及交誼廳等空間，公共空間為住民、訪客與工作人員共用的健身房、戶外庭園、一樓會客區等空間。機構外部則區分為可步行到達的社區空間範圍、需借助交通工具到達的社區外空間範圍。

## 2-3 調查分析方法

本研究的研究對象為入居自費安養機構的老人，主要了解其年齡、生活自理能力以及休閒行為的頻率、場所特性，藉以分析其休閒行為活動領域的類型與特徵，並從自費安養機構的硬體休閒設施、軟體休閒服務政策與周圍社區環境等角度分析內外環境對老人休閒行為活動領域的影響。

本研究於民國 91 年 4~12 月間分別對三家機構受訪的高齡者進行個別訪談，訪談內容大綱為：(1) 受訪者年齡、省籍、教育程度、身心機能狀況等基本屬性；(2) 平日、每週、每月的休閒行為內容及進行場所；(3) 影響其進行各項休閒活動的正負向因素。之後依據受訪者之調查資料將其休閒活動領域予以類型化，再使用 KJ 法將半結構式訪談所得的資料拆解、重新分類再加以歸類，將影響因素區分為高齡者個人特質、機構休閒空間與設施、休閒服務政策及設置區位等四個面向，分別探討影響休閒行為活動領域退縮或延伸的正向與負向的因素。

KJ 法是由日本文化人類學家川喜田二郎所發展出來的，藉著將情報（資訊）分割成有意義的最小單位和紙片化，再進行架構式的組織與統合，能完整有效地處理歸納看來似乎零散無法整理的事實意涵。KJ 法的實行程序首先盡量從各個角度來收集與主題有關的情報再進行下列四個階段。第一階段「情報紙片化」，選用「具有獨立的、最低限意思的句了」；第二階段「編組」，展開所有紙片進行小組、中組、大組等編組工作；第三階段「A 型圖解」，把已經編組完成的資料整理成構造上一見即能了解的圖型；第四階段「B 型文章化」，針對前一階段的命名與指標圖解等結果，排序出各組的邏輯順序關係，並以簡潔詞句依序解讀各組關係架構之意涵統合出明確的論述體系（沈正涼，1993）。

## 2-4 受訪者基本屬性

三家調查案例皆於正式調查前先請經營單位發送本研究的訪問意願表或詢問住戶受訪意願，確定受訪名單後再前往進行正式的訪問調查，每位訪問時間約 40 分鐘至 1 小時。調查結果 A 設施共有 28 位長輩接受訪問，B 設施共計 18 位，C 設施共計 15 位，三家總計 61 位受訪者，其基本資料如表 2 所示。

整體來說，受訪者的入居前居住方式以安養機構居多，年齡以超過 75 歲以上的後期高齡者居多，

表 2 三家設施受訪者個人屬性比較表

個人個人屬性項目	A 設施此次調查			B 設施此次調查			C 設施此次調查			三家總計 (單位:人)	
	男	女	小計	男	女	小計	男	女	小計		
年齡	60歲以下	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
	61歲~65歲	1	0	1	0	0	0	0	0	2 (3.3%)	
	66歲~70歲	1	3	4	1	2	3	0	1	1	8 (13.1%)
	71歲~75歲	2	3	5	3	3	6	2	1	3	14 (22.9%)
	76歲~80歲	3	5	8	1	2	3	1	3	4	15 (24.5%)
	80歲以上	4	6	10	4	2	6	3	4	7	23 (37.7%)
總計	11	17	28	9	9	18	6	9	15	61 (100%)	
教育程度	專科以上	4	3	7	3	0	3	3	1	4	14 (22.9%)
	高中、高工	5	1	6	2	0	2	1	2	3	11 (18.0%)
	初等中學、國中	1	3	5	2	0	2	1	0	1	8 (13.1%)
	初等小學、國小	1	7	8	2	6	8	0	2	2	18 (29.5%)
	不識字	0	3	3	0	3	3	1	4	5	11 (18.0%)
總計	11	17	28	9	9	18	6	9	15	61 (100%)	
省籍	本省籍	5	12	17	2	8	10	5	8	13	40 (65.5%)
	外省籍	6	5	11	7	1	8	1	1	2	21 (34.5%)
總計	11	17	28	9	9	18	6	9	15	61 (100%)	
入居前居住地	台南市	6	11	17	7	3	10	1	1	2	29 (47.5%)
	台南縣	2	3	5	1	3	4	1	3	4	13 (21.3%)
	外縣市	3	1	4	1	3	4	3	5	8	16 (26.2%)
	國外	0	2	2	0	0	0	1	0	1	3 (4.9%)
總計	11	17	28	9	9	18	6	9	15	61 (100%)	
婚姻狀態	喪偶	1	14	15	2	7	9	4	7	11	35 (57.3%)
	離婚或分居	7	0	7	4	1	5	1	1	2	14 (22.9%)
	未婚	0	0	0	2	0	2	0	0	0	2 (3.3%)
	夫妻同住	3	3	6	1	1	2	1	1	2	10 (16.4%)
總計	11	17	28	9	9	18	6	9	15	61 (100%)	
入居時間	未滿半年	5	5	10	1	4	5	3	1	3	18 (29.5%)
	滿半年但未滿一年	1	0	1	0	0	0	1	0	1	2 (3.3%)
	一年以上	5	12	17	8	5	13	2	8	10	40 (65.5%)
總計	11	17	28	9	9	18	6	9	15	61 (100%)	
入居前居住方式	自宅獨居	1	1	2	1	1	2	1	4	5	9 (14.7%)
	與子女同住	2	5	7	5	5	10	2	5	7	34 (55.6%)
	夫妻同住自宅	3	2	5	0	1	1	3	0	3	9 (14.7%)
	夫妻同住安養設施	1	2	2	1	1	2	0	0	0	4 (6.6%)
	安養設施	4	7	12	2	1	3	0	0	0	15 (24.6%)
總計	11	17	28	9	9	18	6	9	15	61 (100%)	
日常生活自理能力 (ADL)	完全獨立 (ADL100)	8	8	16	5	5		4	4	8	34 (55.7%)
	輕度依賴 (ADL80~99)	2	7	9	3	4	7	1	4	5	21 (34.2%)
	中度依賴 (ADL50~79)	1	2	3	1	0	1	1	1	2	6 (9.8%)
	重度依賴 (ADL小於50)	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
總計	11	17	28	9	9	18	6	9	15	61 (100%)	

註：灰色網底部份表示人數居多的各類屬性。

育程度則以國小及專科以上者居多，在省籍方面以本省佔多數，入居前居住地則以台南市居多，在婚姻狀態方面則以喪偶佔多數。參照日常 ADL (Activity of Daily Living) 生活自理能力量表，以完全獨立 (ADL=100) 者居多數共有 34 位，輕度依賴者 (ADL=80~99) 共 21 位，中度依賴者 (ADL=50~79) 僅有 6 位。

### 三、調查結果分析

#### 3-1 高齡者休閒行為的內容與場所

本節嘗試從居住單元（私密空間）、設施內部（半公共・公共空間）、設施外部（社區空間）等不同空間層次來分析受訪者的休閒行為的內容與場所。

##### (1) 私密空間

私密空間主要為寢室空間，除了內部面積大小不同外，三家機構的單人房與雙人房都為設有陽台、提供電視櫃與書桌、附浴廁的套房，A 機構特級房則為一間寢室加客廳、餐廳的型態。另外，B 機構的寢室都設有調理區，提供簡便流理台、電磁爐與冰箱（表 3）。多數入住者都將內部空間以活動傢俱區隔出不同生活機能空間，如睡眠區、電視區、書桌區及會客區等。而在寢室私密空間中進行的休閒行為在性質上較偏向個人及靜態的活動，包括聽音樂、看電視、看報紙・書、看聖經、唸佛經、看 VCD、聽廣播・收音機、寫詩・書法、作手工藝等，其中以看電視最普遍；動態活動則有彈電子琴及在寢室陽台進行作體操、練氣功及曬太陽的緩和性運動休閒。亦有與朋友互動交流的喝小酒、聊天及玩撲克牌等社交休閒行為。

##### (2) 半公共空間

半公共空間包括三家機構各居住樓層的走廊、會客區、交誼廳、佛堂・教堂等宗教空間，A 機構各居住樓層尚設置公共廚房及四樓閱覽室。三家機構受訪者於半公共空間的共同休閒行為包括於交誼廳・會客區進行聊天、下棋、看電視、看書報的行為，或於走廊散步。較特殊的現象為 A 機構的一位受訪者利用公共廚房的餐桌進行寫書法的行為。

##### (3) 公共空間

在公共空間方面，A 機構與社區長青學苑合併設置在一起，故有電腦教室、韻律教室與烹飪教室等專用教室，另有健身中心設置桌球、撞球、腳底按摩、復健器材等設備；康樂室提供麻將桌、骰玩與射飛鏢等娛樂設備，兩者為住民與長青學苑學員共用的設施。另外，三樓保健室派有護理師每日提供居民體溫、血壓等服務；二樓的會議室附設電腦放映室，餐廳則設有卡拉 OK。

但實際上 A 機構受訪高齡者參與長青學苑的狀況並不熱絡，28 位受訪者中僅有 3 位曾參加過電腦、國語與英文課程。保健室則有部分受訪者常於一邊電療一邊與護理、鄰居聊天的休閒行為，亦有部分受訪者固定至健身中心進行撞球或腳底按摩等休閒。在一樓的戶外庭園除了提供住民散步、聊天之外，因經營單位每週會舉辦下午茶等活動，故在週末假日常有團體的休閒活動產生。

B 機構公共空間包括一樓交誼廳、健身房、圖書室與戶外庭園，以及地下室的餐廳附設卡拉 OK、咖啡廳、橋棋室與音樂室、韻律室與多用途室等空間。B 機構受訪者在公共空間的休閒包括看書報、按摩、散步、種花草、作體操、騎腳踏車等行為，戶外庭園是使用人數最多的地方，有 13 位受訪者經常利用戶外庭園散步、種花草、騎腳踏車、作體操等休閒行為，而圖書室及設置於地下室主要的休閒設施卻無人前往使用。

C 機構公共空間包括地下室設有桌球與撞球設備的娛樂室、韻律室設施，一樓的交誼廳、卡拉 OK 室、圖書室、大禮堂與保健室等空間，以及特別照顧樓層的公共佛堂。受訪者中共有 6 位固定有定期參加於地下室韻律室香功活動，但其他設備並無受訪者前往使用。卡拉 OK 室有定期皆有受訪者主動前往進行唱歌休閒，特別是用餐時間前較多人使用；而大廳的交誼廳則每日固定有受訪者於該空間聊天。在公共佛堂方面，經營單位每月初一與十五定期舉辦法會，且對外開放給鄉鎮居民，有 3 位受訪者固定參加。

表 3 居家設施居住單元配置型態比較表



(4) 機構外場所

因為 A 機構設置在市中心地區，使用交通資源相當方便，附近的巷弄、菜市場等場所沿著街廓步行即可到達，但和中山公園相隔車流量大的馬路。數位受訪者每日到中山公園參加氣功、氣功等活動，或到菜市場購物及利用附近巷弄散步；亦有受訪者每週會到市區參加教會禮拜、逛街購物、到寺廟參拜或回市區舊家找親友聊天聚餐，也有每週星期徒步到火車站搭乘火車到外縣市找朋友聚餐的個案出現。

B 機構外部休閒場所又可區分為社區附近步行可到達的人賣場與公園，及社區以外需交通工具方能到達的菜市場、游泳池、市中心商店街、教會等場所。僅有兩位受訪者使用設施附近的人賣場進行購物的休閒行爲、1 位到附近公園參加社團運動；社區以外的場所則有 10 位受訪者分別自行騎機車或搭計程車到市中心進行逛街、教會作禮拜、逛菜市場、外出找朋友聊天等休閒行爲。

C 機構受訪耆的休閑場所包括該鄉鎮中心的菜市場、佛寺，該縣的圖書館與外縣市的觀光景點。共有 5 位受訪耆藉由經營單位每日提供的購物交通車，至鄉鎮中心逛菜市場，一位受訪耆每月初一、十五搭交通車到附近的佛寺參加法會。另有兩位受訪耆則自備汽車每星期前往圖書館當義工，或每月到外縣市觀光景點旅遊。

### 3-2 休閑行為活動領域的類型 (表 4)

為了釐清影響入居高齡耆休閑行為活動領域的因素，本研究以受訪耆平日進行休閑行為時所到達的最廣範圍定義為其活動領域，並將休閑活動領域劃分為寢室型、樓層型、機構設施型與社區型四種類型，進一步分析三家機構 61 位受訪耆各類屬性特徵。

#### (1) 寢室型

三家機構中僅見 A 機構出現 4 位寢室型的案例，受訪耆身心機能輕度依賴，或雖能獨立自理但個性內性不善與人互動交往，如 a16 有自內障、a17 行動不便、A10 罹患憂鬱症；因對周圍環境不熟悉、機構無該項設施（如喜愛打槌球但該設施周圍無槌球場地），無法進行喜歡之休閑活動。

4 位受訪耆其平日休閑行為雖然大多侷限於寢室私密空間中，但到星期假日其休閑行為活動領域則出現向外延伸的現象，如 A10 平日多於寢室看 VCD，少與他人互動，但每星期則固定會到教會作禮拜或外出逛街購物。

#### (2) 樓層型

除了到餐廳吃飯外，此類型受訪耆平日的休閑行為活動領域最廣僅延伸至居住樓層的公共空間的走廊或會客區、交誼廳，進行與鄰居聊天或看報、散步、看電視、復健等休閑行為。共有 10 位屬於此類型，其生活自理能力共同特徵皆為輕度依賴或中度失能耆，如 a1 因車禍後仍處於復健階段，a10、C6、c3 需輪椅等輔具始能行走。

6 位樓層型之受訪耆不論平日或假日其休閑行為活動領域都侷限在居住樓層無向外延伸的傾向，但另 4 位卻因為參加經營單位舉辦的電影欣賞、香功、寶果等活動或有親友的協助等因素，不定期將其休閑活動領域而延伸至公共空間或機構外的風景區場所，如 a10 每月女兒會固定開車載她出外兜風。

#### (3) 機構設施型

此類型受訪耆佔最多數共有 34 位，平日休閑行為活動領域最廣延伸至設施內部的公共空間或戶外庭園中。其生活自理能力屬完全獨立耆有 17 位、輕度失能耆有 15 位、中度失能耆有 2 位。

同樣在每週或每月的週期中，也可看到的高齡耆將休閑活動領域延伸到附近社區、社區外面的現象。如 A4 本身因罹患關節炎行動能力較弱之故，其平日的休閑行為活動領域僅於機構中私密空間的閱覽室，但每星期則有數次會到附近社區的菜市場購物。而 b2 與 b8 則因每週日自行搭乘參加市區教會作禮拜，而 C1、c2、c6、c8 與 c1 則每星期因經營單位提供每星期免費購物專車舉辦逛大賣場購物活動，促使受訪耆的休閑行為活動領域延伸至社區以外的場所。

#### (4) 社區型

僅有 A、B 兩機構有社區型的受訪耆存在，設置在郊區的 C 機構則完全無此類型。共有 13 位受訪耆將平日休閑行為活動領域延伸至社區附近的公園、菜市場、游泳池、或市中心熱鬧街區、美容院、教會，其共同特徵為身心機能健康狀況皆能獨立自理，此類型受訪耆的休閑生活內容相當活躍，平均每人於設施外皆有 3 種以上的休閑活動。

此類型受訪耆平日皆有到社區附近公園運動、社區巷弄散步的習慣，社區巷弄與鄰近的公園社區休閑資源成為外出休閑的誘因。到假日會將休閑行為活動領域更向外擴張，如 A1 與 A3 每星期或每月利用該設施鄰近的火車站交通工具至外縣市找親友聚餐。

表 4 A 設施休閒行為場所特徵

場所	機 構 內														機 構 外													
	私 密 空 間		半 公 共 空 間				公 共 空 間				社 區 附 近				社 區 外													
	寢 室	廳 堂	鄰 居	公 共 房 間	四 樓 樓 宇	五 樓 樓 宇	六 樓 樓 宇	長 青 學 苑	保 健 中 心	健 康 館	會 館	康 樂 館	戶 外 康 樂 園	餐 廳	會 議 室	交 誼 廳	戶 外 康 樂 園	附 近 街 道	公 共 街 道	舊 街 場	物 業 會 所	朋 友 家	市 中 心	釣 魚 場	回 家	寺 廟		
受 訪 者	聽 音 樂	看 電 視	看 報 紙	聽 收 音 機	看 電 視	看 報 紙	看 報 紙	看 報 紙	學 習	學 習	英 語 課	與 人 交 談	邊 觀 邊 聊	邊 觀 邊 聊	打 牌	打 牌	打 牌	聽 歌	看 影 片	看 報 紙	看 報 紙	看 報 紙	看 報 紙	看 報 紙	看 報 紙	看 報 紙	看 報 紙	
	聽 音 樂	看 電 視	看 報 紙	聽 收 音 機	看 電 視	看 報 紙	看 報 紙	看 報 紙	學 習	學 習	英 語 課	與 人 交 談	邊 觀 邊 聊	邊 觀 邊 聊	打 牌	打 牌	打 牌	聽 歌	看 影 片	看 報 紙	看 報 紙	看 報 紙	看 報 紙	看 報 紙	看 報 紙	看 報 紙	看 報 紙	
	聽 音 樂	看 電 視	看 報 紙	聽 收 音 機	看 電 視	看 報 紙	看 報 紙	看 報 紙	學 習	學 習	英 語 課	與 人 交 談	邊 觀 邊 聊	邊 觀 邊 聊	打 牌	打 牌	打 牌	聽 歌	看 影 片	看 報 紙	看 報 紙	看 報 紙	看 報 紙	看 報 紙	看 報 紙	看 報 紙	看 報 紙	看 報 紙
寢 室 型	Y17 平日	●	●	●	●	●																						
	Y8 平日																											
	Y16 平日																											
樓 層 型	Y1 平日																											
	Y10 平日																											
	Y2 平日																											
機 構 設 施 型	Y4 平日																											
	Y5 平日																											
	Y6 平日																											
設 施 型	Y9 平日																											
	Y12 平日																											
	X2 平日																											
設 施 型	X5 平日																											
	X11 平日																											
	X4 平日																											
設 施 型	Y15 平日																											
	X6 平日																											
	Y13 平日																											
設 施 型	V3 平日																											
	X9 平日																											
	X8 平日																											
設 施 型	X7 平日																											
	Y11 平日																											
	X1 平日																											
設 施 型	X3 平日																											
	Y7 平日																											
	Y1 平日																											

註 1：代號 X 者為男性受訪者，Y 者為女性受訪者。

3-3 影響休閒行為活動領域的因素

(1) 高齡耆個人屬性特徵 (表 5)

從三家機構 61 位入居耆的訪談資料中共同歸納出限制入居高齡耆休閒活動領域的負面影響因素可概分為四類：(a)身心機能衰退身體老化衰退，如因視聽覺退化影響外出及使用設備或參加社團活動的意願、聽力障礙影響社交意願、尿失禁苦遠離寢室如廁不便；(b)高齡耆本身個性內向孤僻、沒學習興趣；(c)因為省籍語言之差異缺乏休閒同伴，怕獨自外出易發生意外危險；(d)對周圍環境陌生不熟悉等(圖 2)。而平日個人運動習慣的培養、具宗教信仰促使其每週外出到教會作禮拜、家屬支持並提供協助外出或外界朋友和既有社交關係之連繫等則為正向因素。

表 5 三家設施休閒行為活動領域類型的影響因素比較表

影響因素類型	老人本身的因素			硬體設施因素			軟體經營政策			設置區位		
	A	B	C	A	B	C	A	B	C	A	B	C
Na=28 Nb=18 Nc=15 總數 N=61	▼身體虛弱，行動不便	8	6	5	▼寢室缺乏私密性及會客用餐空間	5	6	4	▼閱覽室部份書籍借閱時段限制	3	▼無檯球場休閒資源	1
	▼視力退化影響外出及使用設備意願	5	2	2	▼寢室吊掛式電視影響看電視意願	6	2	▼經營單位少舉辦活動，設備無法發揮休閒功用	13	▼至公園運動需橫越車流大的馬路，交通危險	6	
	▼因聽力障礙影響社交意願	1	1	1	▼缺乏公共佛堂	6	2	▼健身房與地下室休閒設施年久失修	2	▼位於市郊不方便購物逛街	6	
	▼尿失禁若遠離寢室如廁不便	1	3	3	▼戶外庭園地不平不能散步、有階梯怕跌倒	2	2	▼無提供購物交通車的服務	4	▼周圍缺乏可步行到達的菜市場、熱鬧街區等休閒資源	11	
	▼學東西增加身體負擔	1	1	1	▼戶外庭園可散步的綠地空間較小	7	2	▼缺乏社工陪伴散步聊天	2	▼缺乏社區休閒資源較不適合健康、活動力強的老人居住	3	
	▼獨自外出怕發生危險	2	2	2	▼地下室休閒設施離居住樓層較遠	2	2	▼閱覽室部份書籍借閱時段限制	1	▼附近缺乏大眾交通接駁站，外出	5	
	▼對周圍環境不熟悉	2	2	2	▼地下室空氣不好	2	2	▼園區出入開門管制	1	1	1	2
	▼不會騎機車	1	1	1	▼休閒設施缺乏放映電影的功能	1	1	▼收費過高，並非每一位老人皆參加經營單位提供的活動，較不公平	2	▼離市區較遠外出需花錢搭計程車影響外出休閒意願	3	
	▼缺乏同伴	1	3	2	▼健身房的設備不適用而且太遠了	2	2	▼提供過多服務不一定對健康老人比較好，	2	▼離大賣場太遠，雖可步行到達但體力無法負荷	2	
	◎身體健康可騎機車出去	1	5	5	▼公共廚房封閉型僅備具烹煮功能無社交機制	5	5	▼休閒活動集中一樓舉行，特別照顧樓層較少活動	1	▼離菜市場較遠需花錢坐計程車	1	
	◎對附近環境熟悉	4	3	3	▼主要休閒設施與特別照顧樓層距離較遠	1	2	◎賽果、香功活動	1	▼離教會太遠，上教會不方便	1	
	◎之前即有運動習慣	1	2	2	◎居住樓層走廊地坪平坦方便散步	1	2	◎公共設施適度開放給長青學苑較熱鬧	12	▼周圍缺乏社區廟會的聊天場所	1	
	◎機構外部朋友社交圈的維繫	1	1	1	◎寢室鄰近交誼廳促進使用意願	1	1	◎保養室提供健康諮詢、復健與聊天功能	3	▼交通不便影響老人外出意願	2	
	◎家人協助支持	4	2	2	◎保健室具有復健與聊天功能	2	2	◎經常舉辦各種娛樂休閒活動	5	▼附近缺乏餐館，親友來訪外	1	
	◎宗教信仰促進外出參加活動意願	1	1	1	◎單邊走廊寬敞又可觀賞景觀，受訪者喜愛於走廊散步	1	1	◎提供購物交通車服務	2	◎出聚餐不方便	5	
		2	2	2	◎一樓會客區提供沙發與冷氣空調	2	2	◎一樓會客區提供多樣選擇的報紙種類	2	◎近菜市場便於購物	2	
		4	4	4	◎戶外庭園可散步的空間大且安全	4	4	◎設施管理適當	2	◎近市中心熱鬧街區方便購物逛街	5	
		1	1	1	◎戶外庭園可讓住戶自行種植花草蔬菜	1	1	◎附設長青學苑提供學習性休閒的管道	2	◎空氣好、安靜，散步空間大又安全	8	
								◎服務親切，工作人員經長與住民聊天	1	◎全		
								◎提供電動代步車	1	◎鄰近親友家方便就近照顧	5	
							◎開設油畫課程、舉辦畫展讓老人有成就感	1				

(2) 機構休閒空間與設備

三家機構在私密空間方面，「寢室斷眠區域缺乏視覺上的區隔，於親友來訪時有礙觀瞻，會客時缺乏私密性」；及公共空間「戶外庭園、中庭花園地坪鋪面凹凸不平有高低差，害怕跌倒而避免使用」兩點，及 C 機構的「寢室缺乏簡易流理台、內部吊掛式電視不方便觀看」被列為負向影響因素。

在公共空間方面，則僅有 A 機構的「公共廚房設置型態封閉且位置偏遠，不利自戶間共餐互動」被列為負向影響因素。在公共空間方面，A 機構「未設置公共佛堂」、「戶外庭園及綠地空間狹小」；B 機構「缺乏電影放映的設備」、「將主要休閒設備設置地下室，距離居住樓層太遠，地下室空氣不好，設備也不適用」；C 機構「主要休閒設施與特別照顧樓層距離較遠」等項被列為負向影響因素。

而 B、C 機構「附設面積廣大的戶外庭園，提供無能力或不敢獨自外出的老人一個理想的運動空間」；A、C 機構「保健室具備復健與聊天功能」共同被列為正向影響因素。另外，A 機構「機構內部休閒空間冷氣開放」、「會客區提供沙發座椅等設備」；B 機構「寢室鄰近交誼廳、佛堂空間」、「走廊平坦空間提供行動不便老人一個安全的散步場所」；C 機構「機構內部配置為單邊走廊採光與景觀較佳成為老人散步場所」等對擴展老人休閒行為活動領域都具正向影響力。

圖 2 A 機構影響社區型的因素

### (3) 休閒服務政策

機構休閒服務政策之主要分析內容包含休閒服務及休閒設施管理維護兩大項。在休閒服務方面，A 機構「定期舉辦卡拉 OK 唱歌活動及休閒影片欣賞等休閒活動」、「保健室專業護理人員提供健康諮詢服務，成為老人聚集聊天的休閒場所」、「一樓會客區提供多樣報紙」、；C 機構「開設油畫課程」、「提供賓果、香功活動」，及 A、C 機構「提供購物專車」都對於老人的休閒行為活動領域的延伸產生正面的影響。但 A 機構「每週視聽室放映的電影多為外國片，看不懂」；B 機構「經營單位甚少舉辦健康休閒活動」、「未提供購物交通車」、「缺乏志工陪伴進行散步聊天」；C 機構「休閒活動集中於一樓舉行，特別照顧樓層的休閒服務較一般居住樓層少」，這些都對入居高齡者的休閒行為活動領域產生負面影響。另外，C 機構部份身體較健康的老人認為提供過多的休閒服務不一定比較好，應讓健康老人自決，而不是都由經營單位主導，活動費用及成本其實包含房租中較不公平。

在休閒設施管理維護方面，A 機構「在健身中心之休閒器材定期維修保養」、「適度開放部分公共空間給長者學員使用促進兩者交流，在心理上感覺較熱鬧不寂寞」為正向影響因素。但 A 機構「圖書室在借閱時段上有限制」；B 機構「健身房的運動器材與地下室娛樂室的撞球等設備年久失修」；C 機構「園區圍門管制方式讓有意願外出的受訪者產生行動自由受到控制的感受」則列為負向影響因素。

### (4) 設置區位

A 機構因地處市中心，基地較小缺乏槌球場等較大的特殊運動設施；市區車流多、交通危險，對此

類型行動不便的受訪者而言，為影響外出意願為負面的影響。而「鄰近市場、市中心休閒資源，促進受訪者每週外出」、「方便家屬就近探望照顧」為正面影響因素。

B 機構位於市郊區，周圍多空地與公寓，鄰近僅有一處大賣場，但距離稍遠，對無法走太遠的高齡者不甚方便。受訪者都一致認為外出購物及外交通連繫不便；附近缺乏步行可到達的菜市場、熱鬧街區等休閒資源；又缺乏大眾交通系統的接駁站，因而影響外出休閒意願。

身心機能狀不同的受訪者對設置在台南縣郊區的 C 機構持有相當差異的看法。對行動不便或身體虛弱無法外出活動的受訪者而言，認為空氣較好、安靜，設置區位提供廣大戶外庭園、安全的散步空間是正向影響因素。但對於健康、活動力較強的受訪者而言，則認為交通不便影響外出意願、離教會場所太遠、附近缺乏菜市場、廟會、餐館及可打發時間的熱鬧街區等社區資源為負面的影響因素。

### 3-4 三家機構高齡者休閒行為活動領域類型的比較

本研究嘗試將三家機構 61 位受訪者每日、每週、每月的休閒行為活動領域分別區分為寢室型、樓層型、設施型、社區型、社區外延伸型等五種類型，建構出圖 3 三家機構受訪者生活自理能力與休閒行為活動領域之關係圖。由圖 3 可以明顯劃分為兩大區域，I 區域之休閒行為活動領域侷限在機構內，以生活自理能力輕度 (ADL: 80~99) 和中度 (ADL: 50~79) 居多；而 II 區域為休閒行為活動領域向機構外延伸的族群，則以完全獨立 (ADL: 100) 的受訪者佔多數，可見受訪者身心機能健康狀況為影響其休閒行為活動領域的重要因素。

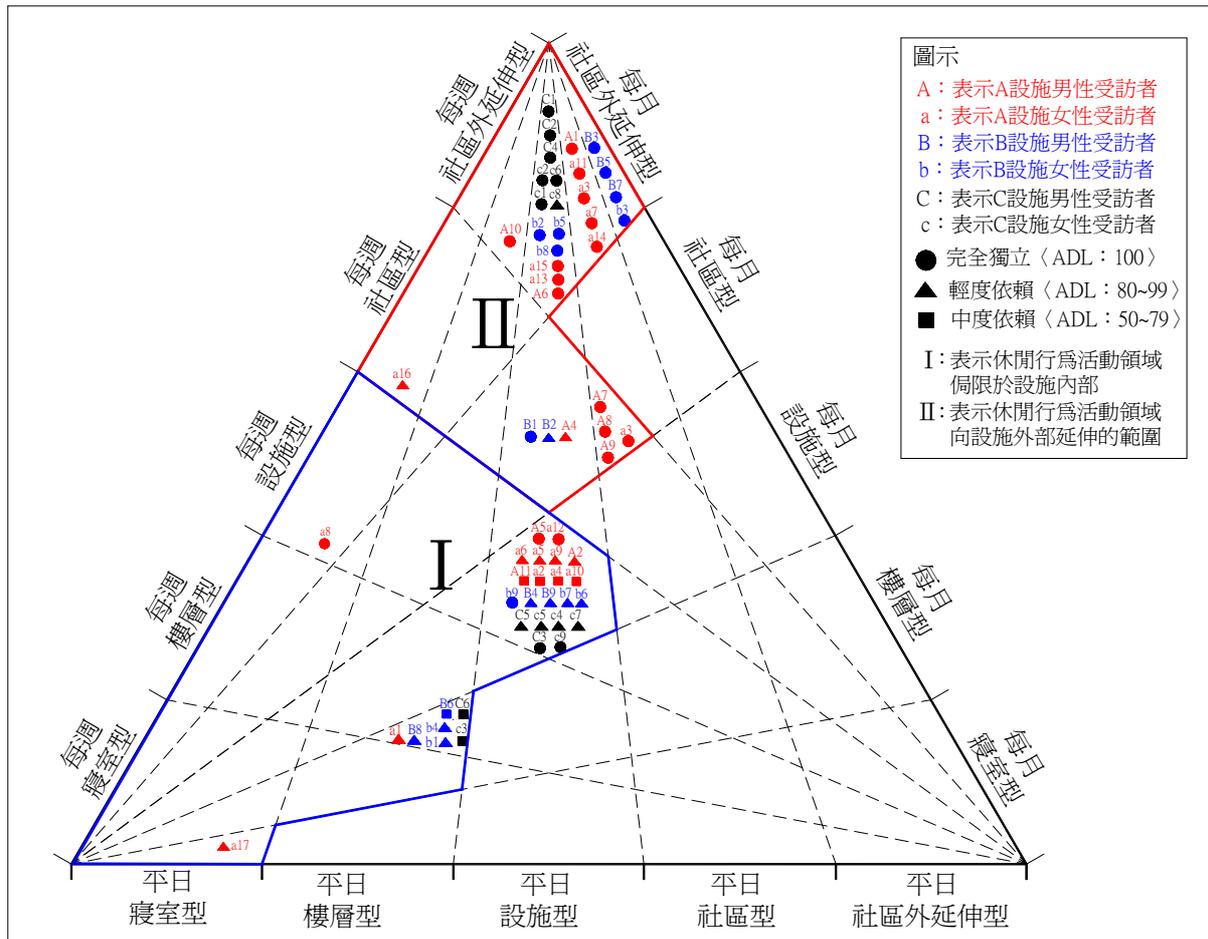


圖 3 三家設施受訪者生活自理能力與休閒行為活動領域關係圖

同時可以發現同樣是生活自理能力為完全獨立者，呈現出 A、B 機構其休閒行為活動領域較廣，而 C 機構受到限制的現象，如出 A、B 機構平日休閒行為活動領域即有向社區或社區外的場所延伸的現象，而 C 機構則侷限於設施內部，直到星期假日才向社區外延伸。而同樣為輕度或中度失能者，B 機構平日侷限於居住樓層的現象較為明顯；而 A、C 機構則因參與經營單位舉辦的休閒活動、到保健室聊天、或到中庭花園、戶外花園散步，而有延伸到機構公共空間的現象。

## 四、討論與建議

### 4-1 高齡者個人屬性特徵與休閒行為活動領域關係

從調查結果中得知身心機能衰退身體老化衰退、個性、對周圍環境不熟悉、有無同伴及所持有外社社交資源等高齡者個人屬性特徵因素都影響高齡者休閒行為活動領域。

其中「生活自理能力」是最重要的關鍵因素，日常生活自理能力獨立自立的入居者其移動能力較佳，休閒行為活動領域可延伸到社區空間，而相對地輕、中度依賴入居者因無法外出或害怕外出發生危險，則較侷限且依賴機構內的休閒設施。但至於機構外有宗教或親戚朋友等外社的社交資源，如家屬主動提供長輩遊憩的休閒活動，將會間接促進老人休閒活動領域向外擴張。

### 4-2 機構休閒空間與設備的建構

#### 4-2.1 私密空間

除了 A 機構之特級房像一般住戶單元有內外之分外，三家機構的居住單元都為單一房間的套房型配置型式，調查結果發現三家機構之受訪者非常重視寢室的私密性與會客區半私密空間之分界，因為私密與半私密空間缺乏明確界定，會客戶與朋友在寢室進行休閒行為時會有缺乏隱私的問題。

自費安養機構的寢室空間除了須滿足入居高齡者看電視、聽收音機等個人休閒外，亦需考慮高齡者接待客人或鄰居、朋友家屬等之聊天需求或與人互動共同進行其他休閒行為的需求。三家機構之受訪者對明確劃分「私密空間」與「半私密空間」都有共同的訴求，可見「單一寢室住戶單元」的模式並不能滿足入居者對確保個人隱私的需求。建議若能仔細考量經營者投資成本及入居者經濟能力負擔後，以面積較大、居住較舒適、較顧及私密性的「廳房分離住戶單元」概念來規劃設計會更理想。

#### 4-2.2 半公共空間

此次調查案例中，各居住樓層的半公共空間包括交誼廳（會客區）、各居住樓層的公共廚房、走廊、宗教空間，而實際使用上宗教空間設置於半公共空間可方便該居住樓層住戶使用，對其他居住樓層的住戶而言因可及性低影響使用意願，故不建議將佛堂、教堂等宗教空間設置在半公共空間裡。

另外，調查結果顯示許多行動不便的住戶將自費安養機構內部的走廊空間當成散步、來回移動復健的休閒場所，所以在規劃設計上不應該只將走廊當成單純的移動動線，宜將其美化並塑造造成寬敞、平坦、明亮與景觀眺望較佳的情境空間。

而各樓層交誼廳的功能相當於家中「客廳」，是促進同樓層住戶間互動或親友來訪交流之場所，建議考慮居住樓層之人數規模，若人數較多則宜設置兩個以上空間以增加選擇性並避免互相干擾，同時需考量傢俱型態藉以營造居家溫馨休閒氣氛促進使用意願。

關於公共廚房的設置位置需考量該居住樓層各居住單元的可及性，設置位置及型態宜開放避免過於

封閉，可藉由部份視覺穿透的隔間來促進人群聚集，內部空間可兼顧煮食與用餐的隱私性，以增進同樓層住戶聊天互動的機會。

#### 4-2.3 公共空間

受訪者對 B、C 兩機構「附設面積廣大的戶外庭園或中庭花園，提供無能力或不能獨自外出的老人一個理想的運動空間」有很高的評價，但因為自費安養機構部分入居高齡者因為老化行動不便，戶外空間應注意無障礙環境的落實，地坪鋪面避免凹凸不平有高低差。

有關休閒設施配置方面，各類休閒設施應該分層級及規模大小妥善均衡配置，避免將休閒設施集中於單一樓層，造成其他樓層住民使用不方便，特別是佛堂、教堂等宗教性空間宜設置在所有住民都方便接近使用的地方。另外，也不建議將休閒娛樂設備設置在地下樓層，因為空氣流通欠佳，距離入居樓層較遠不方便使用，如 B、C 兩機構將撞球與桌球設備等配置在地下室都影響住民的使用意願。

### 4-3 軟體休閒服務政策的建構

三家機構分別有不同的休閒服務政策，A 機構定期辦理活動，B 機構幾乎不辦活動，C 機構則規劃較多的休閒活動。B 機構經營單位認為入自老人公寓者應身體健康不需提供過多服務，故幾乎不提供各種休閒活動。但從入自老人的觀點來看，受訪者認為經營單位至少必需定期舉辦電影欣賞或卡拉 OK 活動、提供購物交通車，因為部分入居高齡者仍需依賴園方提供一定程度的休閒活動以有效增進入居高齡者與他人的互動交流的機會，間接延緩身心機能老化的現象。但入居者並不希望經營單位提供非常多的休閒服務，「服務過剩」反而會造成入居高齡者的負擔，如 C 機構部份健康受訪者認為應適當給予老人休閒自由的機會，由機構全面性主導的安排休閒活動對健康受訪者不一定好，另外也容易造成收費過高的問題。

另外，如 A 機構結合長青學苑合併設置，除了達到社區化之目的外，並可將休閒設施資源開放給社區中的長青學員使用方面，不但可以提昇設備使用頻率，也可達到資源共享及增加熱鬧氣氛減低入自老人孤寂感的目的。而為了提供入居者安全及易於操作使用的設備，機構內的各項休閒設備的定期保養維修，機構大門出入監控避免讓入居者產生行動自由被控制的感覺等，都會正面促進入居高齡者延伸其休閒行為活動領域。

### 4-4 設置區位的考量

研究發現 A 機構位於市中心巷弄內且鄰近火車站、公園、市場等休閒資源，生活自理能力獨立自由的老人可以善用社區的休閒資源，擴展其休閒行為活動領域。但因無法確保機構與這些休閒資源間道路的安全性，造成中輕度依賴行動不便或對周圍環境不熟的老人無法利用社區資源的問題。

B、C 機構之共同優點為位於郊區，都有面積廣大的戶外庭園及綠地，能提供無能力外出或行動不便老人一個安全的運動休閒場所。但因 B 機構位於市郊區，周圍缺乏可步行到達的市場、多為空地與公寓，影響老人外出購物休閒的意願，較易被孤立於生活圈之外；而 C 機構則因位於縣郊區對外交通不便，相對健康、活動力強老人的休閒行為活動領域則產生負面的影響，使其休閒行為侷限於機構內部。

## 五、結論

自費安養機構是期望能發揮將類似年齡層的高齡者集合居住的優點，但仍必須克服初期最大的心理敵人「孤獨與寂寞」。若能建構較完善的休閒空間與設備，加上經營單位的休閒服務政策之配合，必能促進住民間之交流互動，將能豐富自費安養機構入居者的休閒生活品質。

而高齡者休閒行為活動領域是高齡者本身個性、身心機能條件、有無外在人力資源、機構休閒空間與設備、休閒服務政策、設置區位、周圍環境條件等多數因素綜合作用的結果。本研究為比較三家不同經營型態、設置條件之自費安養機構入居高齡者休閒行為活動領域的實證研究，現階段整理休閒行為及活動場所之調查結果，可歸納出下列幾點結論。關於更深入探討入居高齡者各活動領域進行休閒行為的頻率及時間長短，及檢證比較居住者「單一套房式」及「廳房分離」自戶單元，其休閒行為活動領域之差異部份則有待後續研究進行探討。

### 1. 高齡者屬性特徵

- (1) 依照活動領域觀點將受訪者休閒行為活動領域加以類型化，調查結果發現以機構設施型最多（34位），其次依序為社區型（13位）、樓層型（10位）、寢室型（4位）。
- (2) 研究結果發現入居高齡者的生活自理能力為影響其休閒行為活動領域的主要因素。中、輕度失能者較易受機構內部休閒資源提供狀況之影響，必須借助機構服務或親屬的協助才能延伸休閒行為活動領域；相對地，生活自理能力較高者，其休閒行為活動領域較廣，反而對機構外部休閒資源的近接性需求較強。
- (3) 雖然自費安養機構之入居條件為能自理生活的高齡者，但實際入住後仍無法避免因年齡老化或意外產生的失能現象，故自費安養機構在休閒環境建構上，應滿足生活自理能力完全獨立至中轻度失能者的基本需求，並針對不同體能狀況提供不同的軟體與硬體因應措施。

### 2. 機構休閒空間與設備的規劃設計

- (1) 因為寢室單元是入居高齡者個人重要的生活據點，傳統「單一套房式」的寢室設計個人私密性考量較不理想，若能克服高齡者經濟負擔及經營者投資成本問題，建議明確劃分私密空間與半私密空間，以「廳房分離的自戶單元」概念來規劃設計。
- (2) 公共及半公共空間的休閒設備需考量日常生活自理能力輕中度高齡者的需求，加強戶外無障礙環境的落實；
- (3) 走廊空間不該僅是移動空間，可以延伸為入居高齡者散步、交流、來回運動復健的休閒場所，宜平坦寬敞、注重採光與景觀眺望並加以美化。
- (4) 而各樓層交誼廳宜考慮居住樓層之人數規模增加選擇性即使免相互干擾，同時需考量傢俱型態藉以營造居家溫馨休閒氣氛促進使用意願。
- (5) 在公共空間方面，入居高齡者需要面積寬廣、安全的戶外庭園或綠地供散步、運動休閒使用，地坪鋪面避免凹凸不平有高低差。
- (6) 各類公共休閒設施應該分層級及規模大小均衡配置，考慮行動不便高齡者的可及性，避免設置直通風效果不良的地下室空間，或將休閒設施集中於單一樓層。

### 3. 休閒服務政策

- (1) 入居高齡者希望經營單位必需提供購物交通車等服務，並定期舉辦電影欣賞或卡拉OK等休閒活動，但必須避免「服務過剩」造成入居高齡者喪失自主性及費用負擔過高之問題。
- (2) 機構內部之休閒空間及設備需定期維修保養以確保使用安全。
- (3) 將機構內部休閒設施與設備開放給社區居民，不但可與社區居民共享休閒資源，且可增加機構活絡熱鬧的氣氛。

### 4. 設置區位

- (1) 豐富的社區鄰里資源對於完全獨立至中轻度失能者的休閒行為領域的延伸皆有不同程度的幫助，但應確保移動路徑的安全。

- 
- (2)若設置在都市中心，具有對外交通便利，入居高齡者充分使用周邊環境休閒資源之優點。但因為土地取得成本較高，容易有基地面積小缺乏綠地空間，及因交通流量大行動不便的高齡者怕危險不敢外出的現象之問題。
  - (3)若設置在郊區，雖有土地取得費用較便宜、基地面積大、綠地或戶外庭園寬廣之優點，但對外交通不便，周邊環境休閒資源不易取得，高齡者休閒行為易侷限於機構內部，容易被孤立於生活圈之外。

## 參考文獻

1. 川喜田 郎，1993，KJ 法應用實務，日本能率協會編著，沈正涼譯，超越在管顧問出版。
2. 日 錦堂編，1993，環境設計應用行為學，PP.85~103，東華書局印行。
3. 外山 義，1992，高齡者概括性生活環境（醫療、福利、居住）之變遷：以日本及瑞典經驗為借鏡，第十四屆中日工程技術研討會建築研究組〈社會福利設施計劃〉，內政部建築研究所籌備處。
4. 何麗芳，1992，台北市老人休閒活動與生活滿意度研究，私立東吳大學社會工作研究所碩士論文。
5. 李婉容，1997，從使用者觀點探討高齡者住宅環境使用之研究—以老人公寓為例，私立淡江大學建築研究所碩士論文。
6. 黃耀榮，1993，老人安養機構建築規劃設計準則研究，內政部建築研究所籌備處專題研究計畫成果報告。
7. 黃耀榮，1997，老人休閒環境特性與需求之城鄉差異探討，中華民國建築學會「建築學報」第 21 期，pp.01~20。
8. 蔡淑榮，2001，台北市居家老人生活空間與環境體驗，台大城鄉所博士論文。
9. 鄭凱心，2002，老人公寓公共空間中高齡者社交行為之建築計畫研究，私立中原大學建築研究所碩士論文。
10. 蘇球敏，1997，日常休閒活動類型與設施圍域關係之研究—以台北縣市婦女為例，中華民國建築學會「建築學報」第 20 期，pp.77~93。
11. 鍾林炎，2000，為老人設計的福祉設施—以老人生活族群及空間需求之設計規劃研究，長庚大學管理學研究所醫務管理組碩士論文。
12. Altman, Irwan, 1975, The Environment and Social Behavior.

## 誌謝

1. 本篇論文感謝台南市三家自費安養機構中心的工作人員及入居高齡者古研究調查期間的配合及協助。也感謝碩士班研究生蕭郁芬鼎力協助研究調查階段及資料整理工作。
2. 本篇論文為國科會專題研究計畫補助成果之一，編號 NSC 92-2211-E-224-018。



# A Study on the Territory of Leisure Behavior for the Elderly in Senior Apartment—By the Cases of Three Senior Apartment in Tainan Area

Tzeng Szu-Yu

Department of Architecture and Interior Design, National Yunlin University of Science & Technology  
e-mail:tzengsy@yuntech.edu.tw

(Date Received : August 20, 2004 ; Date Accepted : July 08, 2005)

## Abstract

In order to understand the reality demand and current status in leisure environments for the elderly in senior apartment, and get some guidelines for designing senior apartment in the future, we occurred this study by the view of leisure activities territory, to confer the factors and reality condition that limit the activities territory for the elderly.

The framework of this study is formed by four dimensions, which are the background and character of the elderly, leisure space and equipment in the facility, the location of the facility and the management policy of senior apartment. We have set three purposes in this paper :

- (1) To understand the places and contents of leisure activities for the elderly in senior apartment, and analyze the types of leisure behaviors territory.
- (2) To find the factors which influence the territory of leisure behavior for the elderly.
- (3) To find the leisure needs of the elderly in different physical condition, and get some suggestions by leisure space and equipment in the facility, the location of the facility and the management policy of senior apartment.

As the result of this research we find:

- (1) The patterns of territory of leisure behavior for the elderly in senior apartment could be categorized into four types: “room type”, “floor type”, “facility type” and “community type”;
- (2) ADL level is the main factor that influence on territory of leisure behavior for the elderly in senior apartment;
- (3) The private room for the elderly should be designed in the concept of “Home Unit”, and with clear distinction between private and semi-private space;
- (4) The public space and semi-public space should cover the leisure needs from “independent” level to “dependent” level, and the furniture and decoration should be created the home-like atmosphere;
- (5) The business sector holding some basic leisure activities or services periodically relates truly with the effects to enlarge the territories of leisure behaviors for the elderly, but should notice to avoiding the “over supply” problem;
- (6) No matter where the senior apartment is located, to ensure a safety passage for the elderly to access the leisure resources in ambient leisure resources is important.

Keywords: Elderly, Leisure behavior, Activities territory, Senior apartment, Tainan

