



舊社區實現「在地老化」之 社區公共設施改造行動研究

蔡淑瑩*

一、計畫緣起

臺灣到 2020 年之高齡化率將超過 14%，臺灣地區的老年人居住於一般住宅之比例為 82.6%。老人的居住問題不容忽視，過去郊區化、大型化、機構化的安養機構已不適合現代的長者需求，因此逐漸轉變成社區化的安養方式，讓高齡者居住於熟悉的社區中，以達到「在地老化」(Aging in place)，避免高齡者由於環境變遷所造成的不適應。其中居住的問題，不僅只侷限於現在的住宅內部空間的問題，而是希望能與周圍的社區環境有更加密切的關係，依此，「居住環境」應是指廣義的社區環境。

本研究希望透過老人與社區環境的調查，能夠了解老人與社區的互動方式與活動需求：社區的公共設施如何針對老人的需求，在社區環境提供給高齡者多樣的設施？總的來說，社區中期能達到服務性質朝「在地化、社區化」的方向發展，一方面以滿足高齡者多樣化的需求，另一方面高齡者能與社區居民達到互動的效果，以避免老化的社會隔離；更進一步期望了解城鄉差距觀點下，都市與農村不同生活型態下社區老人的公共設施需求與活動的差異，並以行動研究進行公共設施之實質環境改造。期望讓高齡者能融入於社區，充分利用社區的資源，使高齡者得以擴充有限的生活空間。

二、執行經過

本研究是就臺灣地區城市與鄉村各擇一個社區進行比較，選擇指標如下：臺北縣板橋市是縣轄市的第一大都市，其中社後社區更為早期發展的重要起源，故以社後社區為都市社區之研究範圍。臺南縣以其老人關懷中心的

* 國立臺北科技大學建築系暨建築與都市設計研究所副教授

建立在全國為首創，具有創新行動的優勢，其中西港仔是西港鄉的中心聚落，為西港鄉早期發展的聚落之一。西港、慶安、南海社區即位於西港鄉中心，是西港鄉人口最多的三個社區且實施都市計畫地區，故以此為鄉村社區的研究範圍。共遴選 400 位社區居民，進行公共設施使用現況與需求之調查分析；並以參與式設計邀請板橋社區和西港社區高齡者就關懷中心進行實質環境改造設計。

三、文獻回顧

公共設施是提供市民生活中所共同必需的設施或設備，其目的在因應都市運作上的需求，因而影響到都市生活環境品質。Chapin & Kaiser（李瑞麟譯，1990）指出社區的設施系統應根據每個系統及其服務遞送概念而設計，服務水準應與每個設施的使用團體配合。遊憩設施、學校、圖書館、醫療設施、警察局、消防隊、及其他社區設施，都應位於團體便於到達並可便宜開發的地點。同時在法令面上，都市計畫法第 43 條規定，公共設施用地，應就人口、土地使用、交通等現況及未來發展趨勢，決定其項目、位置與面積，以增進市民活動之便利，以及確保良好之都市生活環境。

對高齡者日常活動而言，實質環境及社會環境扮演重要的角色。實質環境跟高齡者生活緊密結合，高齡者參與公共空間的活動，可以藉由心理上的健康來促進物理上的健康。公共空間包括了公園、街道、市場、文化中心等可以增加高齡者參與社會活動的空間。紐約友善都市的公共空間研究指出，公共空間和健康有關的如：(1) 自然環境或自然元素可能促進使用者的幸福，(2) 個體物理上的水平程度會增加戶外空間的參與，以及 (3) 戶外環境會強化社會參與的機會，並提出重視可及性，來檢視都市公共空間的設置。

郭恩慈（2006）曾就香港高齡者以近家社區環境工作坊方式，邀請 30 位高齡者參與，以模型社區環境營造遊戲探討近家社區公共設施。參與者多會將供應日常生活必需品之地方如便利店、藥房及街市放在最近家的位置，社區中心也被視同類近家設施，可見長者對提供娛樂、資訊及社區鄰里聯誼服務的社區中的殷切需求。

傳統的老年學研究者通常將人在一生中最後時段，視為生命的窄縮期，其表徵包括了個人生理機能上的退化、行動範圍的縮小，此時期對高齡者而言，空間不再是充滿機會的場所。但是最近的老年學研究已開始體認到，環



境適應在各個老年個體上有著極大的差異性。Kahana 與 Kahana (1983) 曾指出，當討論老人和環境交互作用時，應重視的是個別主體的不同，其對於環境刺激的認知也有所差異，並認為大多數老年人具有反應及行為的能力，老人可藉由正面、自我的改變來面對環境的適應。此種觀點已開始重視老人在個體性上的差異。

Iwarsson (2003) 提出，與活動的產生有著相互關係的因素包括了：「意象性」、「可及性」和「使用性」，意象性指人生活於環境時對其環境及其行為可預期及可選擇的程度；可及性指人對於環境可接近的狀態；使用性指因為個人動機與需求，產生於環境的活動及使用。人對於環境的設施或空間有所了解後，會選擇適合自己接近的場所與使用的設施；因此本研究以「意象性」、「可及性」和「使用性」，並加上影響高齡者出門意願之重要因素「安全性」四個向度來討論公共設施之使用現況與需求。

四、參與式改造設計

(一) 設計工作坊

研究團隊以參與式設計在城鄉社區各舉辦四次設計工作坊，首先介紹工作坊之活動內容及目的，使用 KJ 法請社區居民選出其喜愛的方案，並和社區居民一起進行改造設計及方案選定。



圖一：工作坊說明簡報

圖二：需求空間討論

圖三：KJ法貼出喜愛活動

(二) 改造設計

北部社區：因受限於活動中心目前隔間型態，居民對於空間使用偏向單一使用。藉由各硬體空間將靜態與動態活動作一區隔，規劃內容如下（如表一）。

1. 社區意象營造：社後社區主要特色為重視環保及強調資源回收，對於該社

表一：南北社區關懷中心改造設計

	北部社區規劃設計	南部社區規劃設計		
	<p>北部社區規劃設計</p> <p>南部社區規劃設計</p> <p>一樓平面圖</p> <p>二樓平面圖</p>			
空間模擬圖	<p>後方花園</p>	<p>資源回收空間</p>	<p>胡麻休憩平台</p>	<p>社區展示櫃</p>
	<p>綠色大門</p>	<p>屋頂花園</p>	<p>教室</p>	<p>練舞室</p>
	<p>廣場</p>	<p>社區展示板</p>	<p>健康管理站</p>	<p>環形運動區</p>

資料來源：本研究繪製



區而言，藉由資源回收的物品收集到活動中心，使得志工與居民間交流連結。研究團隊認為活動中心現有回收區太過狹隘且凌亂，整個廣場內缺少視覺焦點，故建議加大現有回收區，上層設置一小舞台，供里民聚會時使用；下層則用拉簾與活動隔板分類回收物品。另外，活動中心內活動也因宣導不足而鮮為人知，遂利用廣場周邊鋼架加以展示活動海報。入口意象的營造，也遵循該社區綠美化的特色，使用綠牆及雨水回收系統，企圖營造社區的綠色大門。

2. 家的氛圍延伸：本研究將活動中心目前閒置的後方空地規劃為花園，社區居民建議庭園四周要有高牆，以防宵小，且沿著圍牆能有環型步道，部分步道可以變成鵝卵石的健康步道；在花園入口則有一景觀水池，提供居民生態及養魚的樂趣，進行庭園的規劃。並建議在屋頂部分規劃空中花園。廣場鋪面部分，採用以資源回收區舞台為中心的向心方式，使得視覺焦點落在舞台上，整體而言希望塑造「社區客廳」的氛圍。
3. 健康促進空間：居民希望有室內上課或運動的空間，於一樓建議設置按摩區，並維持二樓活動及跳舞的空間，作為環型運動健身空間，成為社區健康管理站。
4. 學習交流空間：建議將其中一間儲藏室改為文康休閒室，並在三樓增加卡拉OK室及圖書室等空間，供居民使用。另外考量到高齡者上下樓層的安全性，建議可增設電梯，以便高齡者能更安全的使用。

南部社區：慶安社區居民很重視社區特色的營造，在工作坊中多次表達該社區特色為胡麻，並且也以胡麻為傲。此外，社區環境綠美化也是當地居民引以為傲的一大特色，希透過空間規劃積極的將社區文化向外發展；另從工作坊訪談中，發現多數人對於空間運用傾向於維持多用途複合的使用方式。為免於過去研究顯示「大空間、無固定家具會讓人有設備不足的印象」，本研究建議可使用活動式隔屏，可依人數多寡與活動性質，將空間隨自己意願調整，並且有需要時，可整層打通為一大廣間，提供特殊節日開會或節慶時使用。在設備上則認為應設置無障礙設備，以便高齡者能夠使用二樓空間，空間分區如下。

1. 社區意象營造：在空間規劃上，社區居民皆表示社區須有一代表意象，藉以凸顯該區文化特色，故計畫將歷年環境綠美化所得的獎牌、獎盃等設置一空間展示，藉此闡述該社區特色。另外該地區以種植胡麻聞名，也計畫

- 以胡麻為展示對象，打造社區意象。
2. 世代交流空間：在慶安社區中，志工參與了該社區的環境維護與關懷中心管理，而志工多為女性組成，當中不乏家中有小孩及孫子須照顧者。許多志工媽媽表示，會擔心小孩下課後沒人照顧及課業問題，因此建議將二樓閒置空間，規劃為圖書室兼課後托護空間，提供給放學的小朋友，可以到該處寫功課或看書，也可使值班志工就近照顧，免除擔心。而部分未擔任志工的社區媽媽們，則建議關懷中心應該增設高齡者可以跟年輕人一起使用的空間，如跳舞或運動的空間；多數高齡者也表示，來關懷中心可以看到小朋友、年輕人，感覺自己好像變年輕、也帶給他們活力。
 3. 健康促進空間：從工作坊可得知，該社區居民大多很關心身體健康，有不少高齡者表示該社區關懷中心健身器材匱乏，多數人認為運動器材不足，並且缺少運動健身的地方，因此建議將環型運動健身的空間規劃於二樓，成為社區健康管理站。
 4. 學習交流空間：許多高齡者表示，以前關懷中心會舉辦多種課程，後因為經費、空間等問題，導致課程逐漸減少。他們從訪談中也表達了對於年輕時書讀得少的遺憾，希望能提供學習知識的空間，而外籍新娘族群也提及，想學習臺灣傳統文化，卻苦無地方學習，故建議將學習交流空間增設於目前二樓閒置空間。
 5. 多用途複合空間：從工作坊訪談中，多數人傾向於維持多用途複合的方式規劃空間。本研究建議可使用活動式隔屏，可依人數多寡與活動性質，將空間隨自己意願調整，並且有需要時，可整層打通為一大廣間，提供特殊節日開會或節慶時彈性使用。

五、結論與建議

本研究經過為期三年之計畫，深入當地社區，經由多次工作坊及社區服務得知該社區居民於社區環境之實質意見，並經由焦點團體得到社工領域及建築領域專家之意見，一致認為老人福祉設施之設置應偏向「小規模，多機能」且「社區化」之設置模式。綜合而言，高齡者福祉設施之規劃指標建議如下：

(一) 加強社區的意象性

高齡者對社區環境的意象性，會受到居住的區位與居住時間所影響，應



促進高齡者對社區的認同感，以增加鄰里環境的了解，建議：

1. 城鄉可就社區特性配合其社區營造方式，鼓勵高齡者參與老人福祉設施之活動。
2. 透過地方文化，高齡者可將其傳承給下一代，使其不只是一老人福祉設施之據點，進而加強社區各年齡層之連結，並同時增加對社區之認識，發揮其社區性或區域性文化傳承的附加價值。
3. 福祉設施應結合社區產業活動的推廣，由點推廣到面的方式，以福祉設施為據點，將活動推廣到社區及需要社區支持的家庭等。
4. 都市社區人際關係較為冷漠，對於社區認可感也較薄弱，可經由活動的參與提升其對社區的認同。

(二) 提升社區公共設施的可及性

社區公共設施透過適當的規劃與建立完善的網絡系統，可提升設施的可及性。都市地區受訪者使用率最高的前五名，分別是公園、市場、運動場、社區活動中心及宮廟，而鄉村地區使用率最高的前五名卻是村里關懷中心/社居照顧關懷據點、社區活動中心、市場、宮廟及學校。其中，政府於社區設立的村里關懷中心、社區照顧關懷據點及社區活動中心，調查結果顯示都市地區的居民使用率較低，不及鄉村地區的使用率，故其推廣有待加強。另外，都市地區以「走路」的方式最為普遍，鄉村地區以「腳踏車」及「機車」最為普遍，而且兩者都在5分鐘內可抵公共設施，而為了為提升社區公設之可及性，建議：

1. 以社區休憩據點為概念，考慮高齡者之步行能力，宜以小規模、多機能之型態，使一般高齡者及失能之高齡者皆能輕易到達並參與活動。
2. 廣泛運用周遭社區資源，進而營造舒適之社區環境。
3. 設施之空間規劃上須考量垂直動線的方便性，可採無障礙設施之設置，使高齡者易通行於各樓層間。
4. 未來城鄉社區之規劃，應考慮當地之文化及環境背景，建構緊密結合之高齡者休閒服務網絡。
5. 未來對於影響公共設施之通道方面，應採無障礙方式提供較完善的交通系統。

(三) 增加社區公共設施的使用性

調查顯示高齡者參與的活動都是以特定群體為主，為了提高互動，可多

運用宣傳的方式及活動的策劃，在群體的帶動下讓老人參與活動，以充分利用鄰里的公共設施。參與公共設施的主要原因，在都市地區為離家近、有空間及交朋友，而鄉村地區受訪者則為有空間、服務人員態度好及交朋友。故對於社區公共設施如社區活動中心、公園等設置區位的合宜及空間軟硬體的良好規劃，都可以增加設施的使用性，因此建議：

1. 考量社區公設之功能及關係取向，規劃適合當地居民使用之空間環境。
2. 建議採複合式型態方式規劃，促進居民之代間交流。
3. 透過空間及活動的多樣性，提升高齡者參與活動之頻率。
4. 考慮活動之層級，例如：長期性活動、企劃性活動及臨時性的活動，於空間上應盡可能符合其活動需求。
5. 透過居民參與規劃過程，了解社區之活動型態及居民之期望，避免規劃完成後不符當地居民需求。
6. 建議替部分失能的長者提供簡易的生活服務（食衣住行育樂等），並促進失能長者走出家中參與活動。
7. 可於社區內落實定點或定時行動之老人文康休閒服務，提供影音視聽（卡拉OK等）及簡易醫療服務（量血壓及健康諮詢等），並以之作為資訊傳達平台。
8. 廣泛宣導預防勝於治療之概念，透過健康促進等相關活動，使高齡者健康的老化。

（四）加強社區公共設施的安全性

研究結果顯示，都市地區及鄉村地區都有約 30% 受訪者認為社區治安不佳會影響到出門意願，並且皆認為街道馬路最為危險。都市地區受訪者認為建築物死角、其他及出入口複雜，而鄉村地區受訪者則認為無監視系統、其他及建築間死角依次為造成社區危險的原因，因此建議：

1. 社區環境須整體規劃適合無障礙通行，以便利高齡者順利及安全抵達老人福祉設施。
2. 建議於社區危險空間結合社區人員巡守，以降低危險性，並可由社區高齡者主動組織動員以維護社區衛生及安全，讓高齡者增加其認同感。
3. 於社區環境中應考量高齡者之旅運安全，例如透過人行環境的規劃，使高齡者步行更加安心安全，進而增加高齡者之社會參與。
4. 於社區內增設監視系統及照明設備，以提升居民及高齡者夜間活動之安全



性。

5. 設施之空間方面，於設施規劃前應先考慮其建物本身之安全性，例如消防及耐震等相關安全問題，而設施內部則需採無障礙環境之規劃，方能規劃出安全舒適之環境供高齡者使用。
6. 複合式的休閒活動，將高齡者活動與其他年齡層活動結合，進行世代間交流。

城鄉社區有其不同的生活方式及社區特色，未來可依其需求規劃與改善其社區生活環境，以達在地老化之生活社區。是以，藉由硬體、軟體的配合，並且以「小規模、多機能」之模式，設置多處休息據點，將社區資源與高齡者緊密結合，讓原有社區環境滿足高齡者的使用，並透過參與式設計由社區老人以使用者的角度參與環境的設計。最後，希望藉由社區公共設施的實質改造能讓高齡者走出家中，參與社區活動，以達在地老化的理念。

後記：本研究對象——慶安社區，經由當地里長及關懷中心幹部極力爭取下，已向公部門申請到經費，將採用本研究團隊設計之方案，由區公所建設課統一發包。

參考書目

- 郭恩慈 (2006) 〈從老當益壯到大器晚成 - 長者為本生活環境研究及設計〉，香港理工大學設計學院用者為本設計實驗室。
- 陳婉璇 (2008) 〈高齡者社區照顧關懷據點參與態度與生活滿意度關係之研究—以高雄縣為例〉，高雄師範大學碩士論文。
- 徐麗君、蔡文輝 (1985) 《老年社會學：理論與實務》，臺北市：巨流。
- 蔡淑瑩 (2009) 〈就在地老化觀點探討城鄉之社區中心設計〉，2009 銀髮族樂活空間之設計與規劃研討會，pp.12-20。
- 黃耀榮 (1997) 〈老人休閒環境特性與需求之城鄉差異探討〉，《中華民國建築學報》，第 21 期，pp.01-17。
- 鄭健雄、張惠真，〈臺灣鄉村老人面臨的問題及因應對策（下）〉，《臺中區農業專訊》，第三期，臺中區農業改良場。（<http://tdares.coa.gov.tw/view.php?catid=1510>）
- 臺灣省家庭計畫研究所 (1989) 〈臺灣老人保健與生活問題調查〉。
- Chapin, F. S., & Kaiser, E. J. 著、李瑞麟譯 (1990) 《都市土地使用規劃》，臺北：茂榮，p.291。
- Jan Gehl 著、陳秋伶譯 (1996) 《戶外空間的場所行為：公共空間使用之研究》，臺北：田園城市文化。
- Myers, P. (1982) Aging in place-strategies to help the elderly stay in revitalizing Neighborhoods. Washington, D.C.: The Conservation Foundation.
- Kane, R. A. & Kane, R. L. (1987) Long-term care: principles, programs, and policies. New York: Springer Pub. Co.

- Krout, J. A. (1987) Rural-Urban different in senior center activities and services. *The Gerontologist* 27. The Gerontologist Society of America, pp.92-97.
- Panker, E. (1982) Factors related to attendance in a center for older people. *Journal of the American Geriatrics Society*. pp.474-479.
- Iwarsson (2009) Focus on aging in context: socio-physical environment, In Wahl, H., Scheidt, R., & Windly, P. (Eds.) *Annual review of gerontology and geriatrics*. Vol.23. pp.85-109.
- Kim, P. K. (1981) The low income elderly: under-served victims of public inequity, In Kim, P. K. & Wilson C. (Eds.) *Toward mental health of the rural elderly*. Washington, DC: University Press of America.
- A ge-Friendly NYC (高齡友善紐約, <http://www.nyam.org/agefriendlynyc/>)