

從新竹地區居民觀點探討「銀髮族養生園區」規劃之研究

*簡鴻儒 羅瑜誼

明新科技大學 老人服務事業管理系

1. 研究背景與目的

人隨著年齡增長，身心機能逐漸退化，對於居住空間之需求也隨之變化；早期老人安養及養護機構提供老人長期照護所需要的服務，然而由於台灣倫理價值觀及文化特質之因素，部分民眾（尤其是中南部之民眾）仍然有排斥之心理，而居住在養護機構之老人也由於感受到束縛且缺乏自主隱私的生活，有產生回歸家庭與社區的趨勢；另外根據資料顯示在 OECD 國家中，六十五歲以上老人進住機構的比例有逐年呈現負成長現象（黃富順，2011），而 70 年代 OECD 提出在地老化(aging in place)之觀念，廣受各國長期照護政策歡迎，認為老人之安養應以家庭與社區為主，機構為輔；因為此種方式，才能夠給予老人較熟悉的居住環境，創造老人身心需求的最大滿足（王俊豪，2005）。所以本研究乃是透過新竹地區居民的觀點，進行「銀髮族養生園區」之規劃，期望透過此一規劃案，能夠滿足地區性銀髮族在「食、衣、住、行、育、樂」各方面的需求。

2. 研究方法

本研究規劃之「銀髮族養生園區」位於新竹縣新豐鄉，面積共計 99,294 平方公尺，第一階段已使用 25,913 平方公尺的土地興建「頤養園老人長期照護中心」，預計於民國 105 年中開始營運。剩餘之 73,381 平方公尺為本研究規劃案之土地面積。為了瞭解新竹地區銀髮族對於「銀髮族養生園區」之需求及建議，本研究採分層隨機抽樣之方式，分別於新竹縣新豐鄉 12 個村，每村抽取 12-14 位銀髮族樣本及竹北市 30 個里，每里抽取 3-5 位銀髮族樣本，共 285 位銀髮族受訪者自 104 年 2 月 1 日至 104 年 6 月 30 日止完成面訪式問卷調查。當本研究調查問卷草稿完成時，作者邀請一位相關研究領域之大學教授與二位新豐鄉推動銀髮族社區活動之專家共三位，進行問卷效度檢測。本研究問卷之效度檢測乃是採用內容效度指數(Index of Validity, CVI)，每一道題目底下均附列三個選項：「適切」、「宜修正」、「不適切」，由學者專家判定。此次效度檢測，除了題目用詞須更通俗化之建議外，皆為「適切」之選項，符合謝廣全、謝佳懿(2010)建議內容效度指數(CVI)值應在 0.8 以上，為可適用標準之範圍。本次問卷調查同時採用 SPSS (Statistical Package for Social Science) for Windows 16.0 統計軟體為分析工具，資料統計分析項目包含敘述統計（平均數、標準差）、可信度分析、Pearson 相關分析等。

3. 結果與討論

本研究 285 位受訪者年齡分布較為廣泛，從最年輕的 52 歲到最年長的 90 歲，受訪者平均年齡為 66.01 歲(SD=8.074)，其中男性占 43.6%，女性占 56.4%。在教育程度方面，37.6%之受訪者為國小畢業，另也有幾乎相同比例之受訪者其教育程度分別為高中（職）畢業(17.8%)、無或國小未畢業(17.7%)、國中畢業(17.6%)。此外，受訪者的身體健康狀況也是本研究關注的重點之一；調查結果顯示，前三名受訪者最常罹患之慢性病分別為心臟病、高血壓、腦血管疾病者(26.7%)、關節炎或風濕症、骨質疏鬆症者(23.6%)與糖尿病、痛風、高血脂(20.0%)。但很可喜的是，也有 28.5%之受訪者表示他們身體非常健康沒有罹患任何慢性病。

隨著台灣老年人口的不斷增加，銀髮族心目中未來理想的老年生活為何？是規劃「銀髮族養生園區」值得探討。根據本研究調查結果顯示，72.1%的受訪者最想過的老年生活為身體健康的生活，其次是能與家人團圓的生活(44.8%)和有良好居住環境的生活(36.4%)。同時作者也探討銀髮族對老

年生活最擔心之議題。本研究調查結果也顯示，72.6%的受訪者對於老年生活最擔心的問題為自己的健康問題，其次是自己生病的照顧問題(36.6%)和經濟來源問題(23.2%)。由此可知，現今之銀髮族也愈來愈體認到身體健康對於老年生活的重要性。

「銀髮族養生園區」規劃提供每個人三坪的土地供住民耕種。本研究調查結果顯示，將近半數(17.0%+25.5%=42.5%)之受訪者表示「非常願意」或「願意」耕種的意願；但也有將近三分之一(10.9%+19.4%=30.3%)之受訪者表示「非常不願意」或「不願意」耕種的相反意見。作者進一步探討，既然將近半數之受訪者願意耕種，那到底每個月多少錢的租金是受訪者可以接受。調查結果顯示，31.5%之受訪者認為每個月花費300-400元租金是合理，可以接受；依次為401-500元(16.4%)、600元以上(7.9%)。由此調查結果可印證，目前台灣銀髮族是屬於多元化的一個族群，雖然眾所周知，適當的勞動對銀髮族「成功老化」有一定的助益，但仍有將近三分之一之受訪者拒絕此項美意，但可喜的是「使用者付費」的觀點，已慢慢深植在銀髮族群之中。

「銀髮族養生園區」主要是提供銀髮族除了老人福利機構外，另一個退休安養的選擇。所以銀髮族心中理想的養生園區，應該擁有哪些空間是值得深思。本研究調查結果顯示，53.7%之受訪者認為景觀步道最為重要，依次為卡拉ok歡唱室(39.6%)、休閒農場(37.2%)與三溫暖設施。此外，終身學習是目前台灣政府致力推動的主要教育議題之一，也是促進銀髮族「成功老化」的重要因素之一；可惜的是超過三分之一之受訪者(35.2%)認為目前完全沒有必要再進修；可喜的是，仍有將近半數(26.1%+13.3%+10.3%=49.7%)的受訪者表達願意進修的意向。但仍有13.3%與10.3%之受訪者因為「經濟」與「健康」因素而無法達成其繼續進修的願望。雖然本研究調查結果呈現有35.2%的受訪者認為再進修是完全沒有必要。但是在「銀髮族養生園區」規劃中，提供住民終身學習的設施是必須。根據本研究問卷調查結果顯示，假設「銀髮族養生園區」開設終身教育課程，銀髮族最喜歡開設之課程前三名分別為健康運動系列課程(37.8%)、養生保健系列課程(35.4%)和運動休閒系列課程(28%)；而受訪者最不感興趣的課程為工商管理系列課程(0.6%)，由此可見現今銀髮族愈來愈重視健康、養生與保健。

另外，本研究亦以性別變數對各項變數進行獨立樣本t檢定，雖然檢定結果並無達到顯著性之差異；但從交叉分析表中仍可觀察出本研究男、女受訪者在教育程度、健康狀態等議題之差異性。本研究女性受訪者其教育程度在國、高中及研究所(含以上)畢業的人數比男性多出快一倍，即表示女性受訪者所受教育程度較男性受訪者為高。同樣分析結果也顯示，女性自覺健康狀況為「非常好」或「好」之人數，也較男性為多，此一數據亦可佐證台灣女性「平均餘命」高於男性之事實。此外，本研究之女性受訪者較男性受訪者更願意利用自身專長或專業服務回饋於社會。同樣的女性受訪者較男性受訪者對於終身學習有較高的意願也願意花錢。此一觀點獲得高淑貴與江怡婷(2009)的認同；她們在其透過農村高齡者學習活動參與之研究中察覺出，高齡女性對學習的興趣優於男性，因此能說明成人心理及繼續教育之關聯性。

參考文獻

1. 黃富順(2011)。高齡化社會的挑戰與因應。2014年11月8日下載自<https://moe.senioredu.moe.gov.tw/ezcatfiles/b001/img/img/28/294079371.pdf>
2. 王俊豪(2005)。德國活力銀髮族計畫與鄉村老人安養照護服務。《農政與農情》，146，63-71。2004。
3. 謝廣全、謝佳懿(2010)。SPSS與應用統計學：輕輕鬆鬆學統計。臺北市：巨流圖書股份有限公司。
4. 高淑貴、江怡婷(2009)。農村高齡者學習活動參與之研究。《農業推廣文彙》，54，71-86。