

高齡休閒旅遊動機之探討

邱愛卉¹ 華慧敏¹ *徐淑麗²

¹南開科技大學 福祉科技與服務管理系

²靜宜大學 觀光事業學系

1. 研究背景與目的

依 104 年內政統計處通報指出台灣 65 歲以上老齡人口對 0-14 歲人口之老化指數為 85.70%，依 105 年 2 月底內政部戶政司(2016)人口統計資料顯示 65 歲以上年齡總數為 2,969,778 人，佔全國人口的 12.64%，顯示台灣人口加速老化現象，現今醫學的進步，也使得老人平均壽命越來越高，黃淑賢(2013)指出嬰兒潮世代的成功跨越老化特質：包括凡事看開正向思考、自我面質反求諸己、身體上的超越、以利他行為取代自我中心、改變金錢觀、自我成長持續學習與自我統整人生圓滿等八項特質，個人與社會關係層面：包含回歸簡樸生活、不在意世俗眼光活出自我、不拘泥於規範，享受正向獨處、調整角色位置、結交新友人、接納及包容他人觀點等七項特質，答世偉(2005)研究中指出，老年人越常參與休閒活動，其生活的滿意度就越高也越健康，林佳蓉(2002)研究中指出，支持參與休閒活動對老年期有相當正面的意義，不僅可為銀髮族帶來不同的滿足感，更可以協助銀髮族安享晚年生活，因此戰後嬰兒潮的高齡者，有良好的經濟觀，也比現今的年輕人更享受旅遊的生活，所以高齡旅遊活動更須謹慎的設計與規劃，才能提高銀髮族出外參與旅遊的意願與滿意度。

本研究目的如下：

- (1) 藉由此研究，來探討高齡者旅遊動機，並且進行高齡旅遊文獻與相關理論分析；
- (2) 藉由此研究作為相關產業在未來的規劃與提供高品質的高齡旅遊。

2. 研究方法

本研究採用文獻分析法進行分析，蒐集 2002 年至 2015 年國內相關文獻：博碩士論文 14 篇、期刊論文 6 篇以及會議論文 2 篇，進行統整後，探討高齡族群休閒旅遊動機與阻礙因素分析，並提供檢討與建議。

3. 結果與討論

對於高齡者的休閒旅遊動機，是指向高齡者透過旅遊而達到一個目標，即透過休閒旅遊獲得一個結果，依據以上相關文獻分析，高齡族群休閒旅遊動機主要有六個因素：「增進人際關係」、「增進知識」、「宗教朝聖」、「肯定自我」、「心靈享受」、「健康享樂」。

- (1) 增進人際關係：在老年人退休後，可透過旅遊可以結交新朋友，拓展人際關係，使老年人在生活中添加樂趣；
- (2) 增進知識：在旅遊過程中，可以拓展視野、增加知識，抱著活到老學到老的精神；
- (3) 宗教朝聖：宗教上的廟會拜拜。高齡族群旅遊行程可結合在地文化或民間信仰，配合節慶廟會、安排相關活動；
- (4) 肯定自我：高齡者透過旅遊，可以加強某種自我的形象，滿足成就感；
- (5) 心靈享受：透過休閒旅遊，高齡者可達到身、心、靈的舒緩，更能藉由休閒旅遊獲得精神放鬆；
- (6) 健康享樂：透過旅遊維持健康、延續生命。

綜上所述，可以得知藉由高齡者在參與旅遊活動的益處良多，不僅讓老年人退休後可以延續社交互動，也可幫助高齡者在生理、心裡上的發展與減緩老化，並可減少醫療保健支出，旅遊可讓高齡者提高生活品質，讓一成不變的生活添加一點樂趣。

一般對於高齡旅遊有正向的期待與觀感，相對的對於高齡休閒旅遊也是有阻礙，旅遊阻礙是指因為某些因素導致不想參加、不能參加特定的旅遊活動，並且無法從參與旅遊活動獲得各種滿足，根據相關文獻分析主要有3個因素：

- (1) 他人阻礙：因為家庭責任繁重或家人不支持出遊；
- (2) 經濟阻礙：某些旅遊費用是高齡者無法負擔，擔心自己經濟無法支付；
- (3) 生理阻礙：因為自己健康狀況或者擔心出遠門會有不適應感。

綜上所述，高齡者在參與休閒旅遊的動機及阻礙因素，而每個高齡者個人屬性不同影響的動機與阻礙也有所差異。

高齡旅遊產業已漸漸備受重視，醫療科技的進步，平均壽命的延長使高齡者能夠放鬆心情安排自己的休閒旅遊，高齡者參與旅遊活動不僅對個人有紓解壓力，增加知識及正向的影響，對社會上更會帶來好的影響力，再未來高齡旅遊活動數量越來越多，建議相關業者可針對不同屬性的高齡者的動機與阻礙因素，作為適當的旅遊行程規劃。

因此，銀髮族是旅遊主要參加的對象，建議政府機關與相關業者可多加宣傳高齡旅遊知識及減少旅遊障礙，如較靜態的室內活動旅遊行程，以溫和不激烈為原則，能降低旅遊中體力負荷，並選擇具有專業的醫護背景人員伴隨，預防高齡者旅遊之安全，及走樓梯時可多加利用無障礙坡道作為替代，足以降低旅遊時發生的危險，則相關業者可利用旅遊淡季或是人潮較少時段，設計多元化的旅遊行程及提供優惠促銷作為理念，提升最適當的服務來增加高齡者參與出外旅遊的意願。

隨者高齡人口的快速增長，台灣旅遊的服務內容精緻化、體貼化、無障礙空間的設計，將會為台灣的高齡旅遊市場帶來更多商機。

參考文獻

1. 內政部戶政司(2016)。人口統計。取自：
<http://www1.stat.gov.tw/public/Data/4101162931YWQ0W6Y9.pdf>。
2. 黃淑賢(2013)。戰後嬰兒潮世代跨越老化之研究。國立暨南大學輔導與諮商研究所學位論文。
3. 咎世偉(2005)。休閒滿意、生命意義與生活滿意之研究—以安養機構銀髮族為例。中國文化大學觀光事業學系暨研究所學位論文。
4. 林佳蓉(2002)。台灣地區老人休閒參與和休閒阻礙之研究。國立體育學院論叢，12(2)，59-75。