

科技部人文社會科學研究中心

學術研究群成果報告

高齡社會健康治理研究學術研究群

學術研究群編號：MOST104-2420-H-002-016-MY3-SG10504

學術研究群執行期間：105年3月1日至106年1月31日

學術研究群召集人：陳靜敏

執行機構及系所：國立成功大學人文社會科學中心

中 華 民 國 1 0 6 年 1 月 16 日

補助學術研究群暨經典研讀班結案報告

高齡社會健康治理研究

計畫編號：MOST104-2420-H-002-016-MY3-SG10504

執行期間：105年3月1日至106年1月31日

執行機構及系所：國立成功大學人文社會科學中心

計畫召集人：陳靜敏

計畫成員：王靜枝、林麗娟、翁慧卿、劉立凡、張珩、胡淑貞、許永河、鄭永祥、劉世南、張玲慧、趙子元、黃百川、陳麗光、范聖育、陳毓璟、李雅慧、劉黃麗娟

兼任助理：吳佳穎

研讀書籍：(研究群可不必填寫)

中 華 民 國 1 0 6 年 1 月 16 日

補助學術研究群暨經典研讀班成果自評表

請就研究內容與原計畫相符程度、達成預期目標情況、研究成果之學術或應用價值（簡要敘述成果所代表之意義、價值、影響或進一步發展之可能性）、是否適合在學術期刊發表或申請專利、主要發現（簡要敘述成果是否具有政策應用參考價值及具影響公共利益之重大發現）或其他有關價值等，作一綜合評估。

1. 請就研究內容與原計畫相符程度、達成預期目標情況作一綜合評估

達成目標

未達成目標（請說明）

說明：

2. 研究成果在學術期刊發表或申請專利等情形(請於其他欄註明專利及技轉之證號、合約、申請及洽談等詳細資訊)

論文：已發表未發表之文稿 撰寫中 無

專書：已出版尚未出版撰寫中 無

其他：

3. 請依學術成就、技術創新、社會影響等方面，評估研究成果之學術或應用價值（敘述成果所代表之意義、價值、影響或進一步發展之可能性）。

本學術研究群定期聚會，除為本研究團隊於高齡研究議題提供交流平台外，更提供場域給校外社福機構人員及社區鄰里成員加入學術討論、分享實務困難與需求，促使本研究團隊日後在學術依據及研究規劃時，能更有效的結合政府政策及導入社會環境，以共創高齡友善社會。

補助學術研究群暨經典研讀班成果彙整表

| | | | | | |
|-----------------|-------|--|----|----|---|
| 計畫主持人：陳靜敏 | | 計畫編號：MOST104-2420-H-002-016-MY3-SG10504 | | | |
| 計畫名稱：高齡社會健康治理研究 | | | | | |
| | | 成果項目 | 量化 | 單位 | 質化 (說明：各成果項目請附佐證資料或細項說明，如期刊名稱、年份、卷期、起訖頁數、證號...等) |
| 國內 | 學術性論文 | 期刊論文 | 0 | 篇 | 請附期刊資訊。 |
| | | 研討會論文 | 29 | | |
| | | 專書 | 0 | 本 | 請附專書資訊。 |
| | | 專書論文 | 0 | 章 | 請附專書論文資訊。 |
| | | 其他 | 0 | 篇 | |
| 國外 | 學術性論文 | 期刊論文 | 0 | 篇 | 請附期刊資訊。 |
| | | 研討會論文 | 30 | | |
| | | 專書 | 0 | 本 | 請附專書資訊。 |
| | | 專書論文 | 0 | 章 | 請附專書論文資訊。 |
| | | 其他 | 0 | 篇 | |
| 參與計畫人力 | 本國籍 | 教授 | 7 | 人次 | |
| | | 副教授 | 7 | | |
| | | 助理教授 | 4 | | |
| | | 博士後研究員 | 0 | | |
| | | 專任助理 | 0 | | |
| | 非本國籍 | 教授 | 0 | | |
| | | 副教授 | 0 | | |
| | | 助理教授 | 0 | | |
| | | 博士後研究員 | 0 | | |
| | | 專任助理 | 0 | | |
| | | 其他成果 | | | |
| | | (無法以量化表達之成果如辦理學術活動、獲得獎項、重要國際合作、研究成果國際影響力及其他協助產業技術發展之具體效益事項等，請以文字敘述填列。) | | | 無 |

中文摘要

隨著人口快速老化與少子女化，台灣將面臨後續老人失能風險加倍與疾病負擔、國民醫療保健體系負擔沉重、勞動人力銳減、以及老人經濟安全體系財務負擔沉重之挑戰。2002 年世界衛生組織提出「活躍老化」概念，希望扭轉高齡者是人口依賴與負擔的刻板形象，確保充分發揮高齡者的潛能，使壽命的延長變成社會進步的資產。2012 年歐盟進一步發展「活躍老化指數」，提供政策制定者可以發展以證據為基礎的活躍老化策略之工具，強調建立高齡友善環境，盡可能發揮高齡者的潛能。因此，「活躍老化」也成為台灣政府回應人口老化的對策之一。鑒於台灣與歐盟國家的文化、制度、人口老化程度、與健康統計系統等不盡相同，WHO「活躍老化」概念及歐盟「活躍老化指數」在台灣的應用性值得我們進一步探討和檢視，以作為未來教學、研究與施政之參考。

本計畫目的即是根據活躍老化概念，組成跨領域團隊，進行讀書會，探討高齡社會健康治理，主要的工作項目與實施方法包括：1. 邀請本校（含合作學校）有興趣的老師組成跨領域團隊，就不同的研讀主題及成員專長進行國內外文獻回顧或研究成果分享。2. 辦理高齡論壇，邀請校外重要專家學者來本校演講，並與團隊成員互相切磋和討論。前述兩種實施辦法，皆著重團隊成員之互動與深入討論，以協助未來擬定研究方向和政策建議。

計畫執行期間共辦理 6 場讀書會及 5 場高齡論壇，共計 11 場次，探討高齡多元議題，包含高齡人力運用、人力資源發展及相關勞動政策、高齡心理、高齡認知、高齡學習與教育、高齡社會支持體系、長期照護、高齡與環境、高齡健康行為以及高齡社會參與等，與會人員除學術研究群成員外，亦吸引校內外近 250 人次參與，促使高齡化研究議題於成功大學人文社會科學中心受到關注、引發共鳴，並藉此獲得更深層的討論。

本計畫的成果有：1. 拓展團隊成員對於高齡研究各領域之了解廣度與深度。2. 透過定期的研究討論或期刊論文研讀，抑或演講活動的安排，激發團隊成員對於高齡研究議題的想法。3. 培養團隊成員合作默契，以便因應國家未來政策之需求，迅速組成各類研究小組。4. 透過社福機構人員及社區鄰里成員共同與會討論，瞭解第一線人員的實際需求，做為未來學術研究或研擬政策、辦法時的調整參考。

關鍵字：高齡化研究、活躍老化

目錄

| | |
|-----------------------|---|
| 報告內容..... | 1 |
| 壹、每個場次討論之題目及內容摘要..... | 1 |
| 貳、計畫執行之心得..... | 8 |
| 各成員成果彙整表 | |

報告內容

壹、每個場次討論之題目及內容摘要

時間：105年03月25日（星期五）12:10~13:10

地點：國立成功大學光復校區雲平大樓東棟五樓人文社會科學中心研討室

內容：

「高齡人力運用-台灣經驗及發展策略」 郝鳳鳴教授

一、背景說明：

我國15-64歲工作年齡人口將於2015年達到最高峰後逐步下降，未來勞動力供給來源緊縮，將影響整體經社發展。此外，根據資料顯示，目前與周邊國家相比，我國中高年齡層勞動參與率較低，且「早出」的比率也較高。因此，面對高齡人社會，如何運用高齡人力將是解決我國勞動力不足的方法之一。

二、問題分析

我國中高齡勞動力參與率較低之可能因素，從環境面來看，臺灣就業環境尚存年齡刻板印象，非典型就業機會較少，且照顧服務資源尚待建置，多數中高齡人口退休後便於家中從事家務、照顧年幼或年長、失能的家屬；而從個人面來看，目前台灣就業環境不友善，技能落差，未能適時安排在職教育，使得許多人退休後再就業意願不高。

三、推動對策

目前行政院致力營造「友善環境」、「友善服務」，期透過推動各項對策，提升中高齡勞動力參與。於友善環境，勞動部正研議漸進式退休制度，希望透過展延年金鼓勵中高齡勞工續留職場；開發照顧服務產業、發展照顧人力多元組合，例如規劃將中高齡人口投入家庭照護產業，提供完善的照顧資源。友善服務方面，則成立銀髮人才資源中心，統合中高齡已退休仍有就業需求者與有意願雇用中高齡勞動力的雇主，建立人才資料庫，以及提供多元適性職訓、多元就業型態等就業促進措施。

四、結語

為因應我國人口結構改變，改善中高齡勞動力「早出」的現象，行政院致力營造「友善環境」與「友善服務」，期透過各項措施提昇中高齡勞動參與，以彌補我國勞動力不足的缺口。

時間：105年04月22日（星期五）12:00~14:00

地點：國立成功大學光復校區雲平大樓東棟五樓人文社會科學中心研討室

研讀主題：健康行為與老化

內容：

一、「長期照護體系下的自立生活」 張玲慧副教授

獨立包含多面向意義的概念，個人面向中獨立代表著能夠自立完成活動，也代表一種自己做決定的心理狀態，而在社會關係面向中，獨立是一種自我形象及與他人關係的呈現，台灣年紀稍大的長輩特別害怕自己的不獨立對子女造成負擔，但對外勞的幫忙則認為不算是依賴。獨立是生活自立的一部分，生活自立代表著有尊嚴的生活，為長輩提供長期個別支持性的環境是

很重要的。在國外有 reablement 這個很不錯的生活自立訓練，以個案的目標為導向在治療師監督下，居家服務員督促其訓練，惟目前台灣仍有推廣的困難，例如個案不願接受居服員教導其行動，只願被動接受其幫助。

二、「鄉村老人慢性病認知與因應」 陳毓璟副教授

台灣老人普遍教育程度低，且大部份居住於鄉村，屬於低健康素養的族群，健康素養指的是個人用以了解基本健康訊息及利用這些訊息增進健康的能力，健康素養不足者可能有較差健康狀態等後果。鄉村老人中低識字者比例高，其常採補償性方式及倚靠個人經驗來解決問題。鄉村地區低識字高齡者之健康自我照顧與就醫行為的研究中發現，許多病人認為退化性膝關節炎是老化的自然現象，通常都自行採取方法緩解不適，無法時才就醫，而年齡高與低教育程度會影響病人收集醫療資訊及理解的能力。

三、「高齡者功能性體適能的研究分享」 林麗娟教授

老年人功能性體適能檢測的目的在於協助檢視老年人改善身體機能或退化的情形，主要是對六十歲以上老人進行身體組成、有氧耐力等檢測，其中檢測志工為平均六十一歲的老人，以老人幫助老人檢測，更貼近受試者感受。研究依志工至各社區檢測的結果評估分析發現，不同認知程度的高齡者在某些項目確實有差異，並有隨著認知能力下降有衰退的趨勢，而大多項目在輕度認知障礙階段均未有嚴重退化情形，可見此階段為預防高齡者在日常生活中獨立自主能力衰退的關鍵時期。

時間：105 年 05 月 27 日（星期五）12:00~14:00

地點：國立成功大學光復校區雲平大樓東棟五樓人文社會科學中心研討室

研讀主題：環境與老化

內容：

一、「公園療癒環境與高齡者成功老化關聯性之研究」 張珩教授

本研究透過不同公園規劃中各個療癒環境元素的體驗差異，探討高齡者成功老化與公園療癒環境規劃之關係。成功老化的定義為身體健康、心理健康、社會健康三方面達到最適性，且能有足夠的獨立性、自主性，積極的社會參與；而療癒環境的定義為在規劃設計上能滿足使用者的需求，並藉由自然元素以及環境規劃上刺激感官知覺，進而協助人從負向身心理狀態恢復。由自然景觀對於身心理影響或身心理效應等說法都導向環境會經由感知進而對人的身心理產生不同效益。高齡者多以被動的方式來接觸公園環境，主要刺激來源是視覺、聽覺與嗅覺，為使高齡者擁有舒適、安全且具隱私及社會交流的活動空間，公園環境規劃除療癒元素外還得靠規劃設計和環境相互結合，才能發揮其療癒效果，進而影響高齡者自覺身體健康及社會健康。

二、「高齡者交通使用行為之風險分析」 鄭永祥教授

高齡駕駛人的生理感知能力和意外反應能力可能隨者年齡因素而下降，希望透過交通事故客觀資料分析，了解高齡駕駛人的交通使用行為，以及高齡駕駛人交通風險情境，以作為改善駕駛環境之參考。研究將台南五年車禍事故鑑定資料加以分析，針對 65 歲以上老年駕駛人以及一般行人兩大部分，統計分析可能風險時間及區位。研究結果發現老人之旅次較為短，事故

多發生於市中心或是人口密集地區；部分老人居於農地，而舊台南縣之省道速限較高，車速快流量大事故因此較多；遠離市中心之衛星市鎮未戴安全帽情形嚴重，導致死亡事故較多；巷子與通聯道路交叉口為事故聚集之地；凌晨至早上六點為高風險時段；若路口寬度拉長至三十甚至四十公尺以上就容易有高齡行人通行時間不足的問題。在人口逐漸高齡化的台灣，希望未來在設計交通系統時，能回歸以人為本，將高齡者交通使用行為之風險納入考量，以營造安全友善的交通環境。

三、「氣候變遷與高齡防災社區之策略」 趙子元教授

台灣可能是世界上最易受到天然災害衝擊的地方，於高齡化社會中，隨著高齡人口比例增加，高脆弱性人口也逐漸增加，希望藉由探討高齡社區區位脆弱度、災害潛勢圖的套疊，以了解社區與老人福利機構區位分布跟災害潛勢的相應性，並進行高齡社區年長居民災害感知調查分析，作為日後社區防災策略規劃之依據，更進一步建立社區型防災網絡系統，達在地老化目的。由分析結果可知，高齡者大部分並不主動關注災害資訊且對事前防備的認知不足，並不願參與教育訓練課程，而災害發生後撤離與留在原地兩者考量，就地避災風險較小。此外，亦發現政府 SOP 規劃的老福機構區位實際上的防災能力並不高，選址的規畫應更深入思考應對，並可參考日本福利避難所的操作模式。再者，高齡者的災害知覺與防避災知識是高齡社區防災的關鍵問題，老福機構本身若能進一步透過社區化與福祉避難所的制度建立，勢必能在未來成為社區防災的重要一環。

時間：105 年 06 月 24 日（星期五）12:10~14:00

地點：國立成功大學光復校區雲平大樓東棟五樓人文社會科學中心研討室

內容：

一、「高齡期的智力發展」 黃富順理事長

智力是各種能力的綜合也是遺傳與環境交互作用的結果。美國學者提出智力可分為流質智力與晶質智力。流質智力有關個體天生的能力，與後天智慧經驗無關，像是空間知覺、速度等等；晶質智力則是由經驗和教育獲得的知識，包括一般常識、語言了解等等。兩者發展依循不同路徑，流質智力成長至青少年達高峰後，至成年期後逐漸下降，晶質智力則相反。研究發現智力發展還是有其可塑性，可透過練習來重建神經迴路，例如：學習新知、運動、減少卡路里攝取等等都是增進大腦可塑性的方法，故建議高齡者可藉由持續參與學習活動、常用腦、維持身體健康等方式來促進智力發展。

二、「高齡心理與教育」 李百麟教授

講者的研究主要在談論心理跟教育層面對高齡人口的影響，首先談到認知健康的重要性，例如新實施的法令鑑於高齡人口佔高車禍比例，新規定七十五歲以上駕駛兩年需體檢一次。心理學上提到控制信念(control belief)，有些人在老化過程中相信自己有能力控制大部份的事情，這些人便屬於高度控制信念者，而藉由回想成功的經驗可以增強控制信念。關於身體活動或認知活動及自覺身體健康與記憶抱怨關係，講者提到正向情緒會影響記憶抱怨，記憶亦會提取線索，在快樂的心情下更容易回想起快樂的事情。藉研究發現，記憶訓練是可行的，也不能輕忽記憶抱怨，對於成功老化，心理教育方面都須努力。

時間：105 年 09 月 02 日（星期五）12:00~14:00

地點：國立成功大學光復校區雲平大樓東棟五樓人文社會科學中心研討室

研讀主題：高齡人口的勞動政策與人力資源發展

內容：

一、「台灣長期照護政策演變與發展」 劉立凡教授

台灣目前老年人口增速較他國快，但工作年齡人口卻遠低於他國，此情形會影響整個社會結構。台灣長期照顧計畫 1.0 主要以服務提供為主，依家庭經濟狀況提供不同補助，照顧類型有居家跟社區式的照顧服務、居家護理等等及機構式的長期照顧機構服務，此外此計畫執行中也逐步將失能人口納入。新政府提出的長照計畫 2.0，完成長照發展基金的設立亦強化在地服務體系，以及完備的長照法推動，面對 1.0 計畫廣告較少民眾無從得知的問題，也有增加宣傳的努力，並彈性與擴大 1.0 的服務項目。高齡社會白皮書為因應高齡社會衍出的挑戰與機會，規劃推動的各項高齡政策，希望為年輕人找出路、為老年人找依靠，為企業找機會，也為弱勢者提供有尊嚴的生存環境。

二、「人口老化、勞動參與與經濟成長」 許永河教授

台灣的人口老化程度高，有使產出成長下跌的趨勢，應利用政策反應來改善此情況。例如透過鼓勵 R&D 及促進要素市場的效率來達到促進要素效率的成果。因老年人口過多可能會降低國家儲蓄，故此方面應透過鼓勵儲蓄，讓資本形成來加深資本深化的影響。勞動方面則是可以規劃永久的方案鼓勵勞動參與，提高勞動參與率，以及鼓勵自然生育、社會移民來增加勞動年齡人口的比重。

三、「海外工作者之職涯發展：一個代間生命史的應用研究」 劉黃麗娟教授

我國目前海外就業人才流向包含了大陸及越南的產業人才，以及赴新加坡的高技術服務業人才，及赴澳洲打工度假的大學畢業青年。面對人才外流的問題，研究提供面對人才回流呈現的問題及積極性作法。此外，應注重海外人才政策的整體性，利用網絡科技打造海外就業平台，讓台灣改善代間隔閡，創造代間互助合作，並針對特定世代的族群有不同的職涯政策發展。

時間：105 年 09 月 09 日（星期五）12:00~14:00

地點：國立成功大學光復校區雲平大樓東棟五樓人文社會科學中心研討室

內容：

一、「長照體系與醫療體系如何接軌」 陳桂敏教授

透過急性治療、中期照護、長期照護建立完善的健康照護整合服務，使長照與醫療接軌。現今台灣的醫院病人有高齡化的現象，因應此現況促使高齡友善健康照護機構的成立，提供長者需要的療癒環境，延緩老年失能發生。另外亦有以「病患的生心理及社會狀態」為中心的高齡醫學整合門診以及高齡病房的成立。而醫療與長照銜接的方式有出院準備服務、護理之家、日間照護中心、居家醫療復健、送餐服務等等。除此之外，長照體系也能透過醫師巡診、藥師諮詢、復健評估、營養師評估等方面達到與醫療的合作。

二、「退休人力資源發展促進因素初探：從高齡教育機構的經驗出發」 李雅慧教授

許多人從工作狀態轉換為退休時，因為面對了社會地位改變、時間生活內容的解構，而產生沮喪喪志的情緒。參與學習是退休轉換的策略，透過學習開始對更多的事產生興趣。教授透過研究發現高齡者在生活中需要有同伴，引導退休者做貢獻服務有助於持續參與學習，高齡教育亦可作為人力資源發展的平台。

時間：105 年 09 月 23 日（星期五）12:10~14:00

地點：國立成功大學光復校區雲平大樓東棟五樓人文社會科學中心研討室

內容：

一、「高齡社會與通用設計」蔡淑瑩副教授

通用設計為全方位之考慮，此研究以住宅為對象，考慮各年齡層居住安全與便利，著重不同需求間之整合，從而提出通用住宅規劃設計手冊。通用性設計七項原則為公平彈性使用、簡單易懂、資訊簡明、容差納誤、節省體力、空間尺寸可及性及易使用性。通用設計的使用者包括行動不便者、高齡者、兒童、婦女。整體計畫上考慮到不同使用者，水平方面由停車間、與走道、地板鋪層、門等空間相互連接，而垂直方面由電梯、坡道、樓梯相互連接，主要分為外部與住宅內部空間。公共環境、住宅環境、設備、居家健康方面也有關於通用住宅的設計。一般大眾亦可利用通用設計評估表來檢驗自己的住戶是否為通用住宅，主要係以大方向性的條列式題目。參考日本獨居高齡失智者的生活情況，其生活起居由照顧服務者到家裡服務，服務範圍以簡單照護為主。通用設計應為對失智高齡者、高齡者、全民友善的一種設計。

二、「中高齡健康促進」錢桂玉副教授

此研究主要為中高齡婦女做適合的水中運動課程設計，資料統計停經後的婦女主要面對的有心血管代謝的危險、骨質疏鬆、肌肉退化等等問題，課程設計主要是為了改善這些問題。研究應以人為本，在經過測試後發現停經婦女對跳躍動作定量的設計回饋最佳。水適能阻力訓練動作設計要素有時間安排、訓練強度、訓練組數、動作種類、肌群順序。研究發現負重 90 拍，無負重 70 拍水中 EMG 和陸上相仿，水中起跳期 TA、GMandADD 肌電活性與陸上相當。

時間：105 年 10 月 21 日（星期五）12:00~14:00

地點：國立成功大學光復校區雲平大樓東棟五樓人文社會科學中心研討室

研讀主題：高齡就業設計

內容：

一、「台灣社區創意高齡就業機會設計與執行初探：以台南西港麻油穀倉餐廳為例」周玟琪教授

由於台灣人口高齡化，協助有就業意願與需求年長者順利就業，是政府現今的任務。依調查發現，工作機會不足是我國老人最不滿意的事項，因透過就業能夠補充收入，一定比率的退休老人仍是期望能繼續就業。此研究希望能透過計畫規劃出適當的工作量，讓老年人有朝向幸福的勞動機會。以台南西港銀髮人才與世代合作中心社區行動研究實驗計畫為例，改造農會穀倉成穀倉餐廳，販賣西港著名的麻油料理，讓在地的老年人投入勞力，負責餐點準備等工作。透過在地資源，發展地方特色，創造中高齡與經濟弱勢族群的工作機會。

二、「高齡者工作動機與工作生活：以社區為基礎的行動研究」 劉世南副教授

此研究期望透過人本取向、成人發展理論、混齡工作團體及工作生活型態等方向，提出工作動機理論模型，將改善對策導入實際應用的行動方案，更完整的描述工作生活的型態。研究結果發現年紀越大流動智能減少，但結晶智能反而增加，證明老化不是退化只要選對工作，而工作性格、成就動機、職業興趣、情緒、自我概念、價值觀等都是非能力性工作心理特徵的發展。透過成人工作動機模型，將以上心理特徵透過改變機制，尋找適合的工作原則與改善對策。此研究結果的延伸效益將由提供跨世代工作社會生活方案、友善與合理發展應用高齡人力資源、提供研究資源、階段性研究成果發表等預期貢獻。

時間：105年10月28日（星期五）12:00~14:00

地點：國立成功大學光復校區雲平大樓東棟五樓人文社會科學中心研討室

研讀主題：高齡社會支持體系

內容：

一、「社會資本與高齡幸福感－30國國際資料比較」 翁慧卿教授

當經濟發展到某個程度，主觀福祉不再隨GDP經濟成長而上升，而世界各地區的老年人幸福感皆較低。根據研究報告發現，影響幸福感最高的因素是社會支持，若個人能夠在群體間的社會網絡中爭取利益，幸福感較高。此研究從國家層次、個人層次方面來看對依變項幸福感的影響，並透過統計分析三十個國家年齡層間的幸福感受否顯著差距，而後發現從個人層次來看，對老年人而言，有伴侶、較健康、教育程度高等等，幸福感較高，其餘年齡層也是一致走向。而從國家層次來看，社會資本對老年人有顯著正向影響，且會弱化居住都市與否、教育程度高低等對幸福感的影響力。

二、「高齡者社會參與促進方案之調查與行動」 楊靜利教授

此研究由旗津在地協力與大學參與，透過跨界合作，由大學作為社區跨界協力的重要角色，打破藩籬。中山大學社會系與旗津社區合作，派駐專門人力長期經營社區，並以社區為中心進而推行社會創新實踐方案。調查發現目前旗津高齡者多為個人層次活動，缺乏與社會的互動，希望透過活動讓高齡者發現自己的社會能動性，跳脫缺乏互動的活動類型，翻轉被照顧者的既定角色。活動方案其中一項為資深公民走秀活動，讓旗津地區的資深公民，透過口述表演方式，讓大家看到旗津的在地文化多元樣貌，並喚起老年人的積極參與。透過與大學生分享造船技藝等活動，不僅讓高齡者對自己的經驗歷史有更高的認同，並願意走出家門、踏出社區、與人分享，也翻轉了學生對高齡者的成見，進而願意接觸合作。團隊未來希望能開創青年銀髮基地，在旗津打造青銀共創的可能。

三、「建構高齡社會支持體系與福祉科技」 陳燕禎副教授

現今社會高齡化與少子化的並存，凸顯長期照顧市場的新議題，高齡社會帶來許多未知的改變，教育資源、勞動市場皆受影響。高齡者目前需求亦與過去有變化，從以前醫療為重轉而需要日常生活支持。高齡社會應從國家到社會及個人方面都得有所準備，社會支持系統發展方向也有所改變，有在地老化、強化居家服務人力和專業，提升社區照顧品質等趨勢。研究發現八成失能老人是由家庭成員提供照顧，建構家庭支持關係的重要性高，及長期照顧者壓力上的

負荷也是很重要的議題。此外透過高科技介入長照服務也是新趨勢，善用福祉科技，紓解照顧負荷，創造與老共處的溫馨社會。

時間：105 年 11 月 25 日（星期五）12:00~14:00

地點：國立成功大學光復校區雲平大樓東棟五樓人文社會科學中心研討室

研讀主題、「老人認知與心理」

內容：

一、「失智長者行為與精神症狀之背後關聯因素探討」 王靜枝教授

此研究目的在探討 AD 患者的五種常見破壞性行為的基本需求，包括囤積、攻擊行為、重複行為、改變飲食行為及妄想行為，並透過馬斯洛的需求層次來描繪這些需求，而參與者包括患者及照顧者。研究過程中發現患者的照顧者大部份是他們的女兒或伴侶，還有失智者對舒適感及安全感的渴望，及歸屬感和自我控制的需求。而此研究對臨床實驗的貢獻為可先透過了解需求再進行實驗設計。

二、「社區高齡者認知促進之成效」李百麟教授

高齡人口的逐漸增加，避免失智成為未來需要重視的議題，退休人士可透過記憶訓練來預防失智。工具性日常生活活動能力包括膳食準備、家務、醫療保健、財務、電話、購物、旅行和個人衛生洗澡等十九個日常任務。此外研究發現教育、職業、休閒活動可降低百分之三十五到四十的失智機率。記憶能力可以透過訓練強化，透過日常中字詞配對、地圖位置評量等評量工具來進行。

三、「機構失智老人認知刺激之成效」黃誌坤副教授

研究的目的是希望透過現實導向的團體活動介入來改善機構失智長者的認知功能、憂鬱現況，從失智專區智長者中篩選出有參與能力的長者進行實驗，總共十四次團體活動，每次一小時，每週兩次。結果發現現時導向的認知刺激對失智長者有一定的成效，但對於減輕照顧者的負擔方面，因文獻較少，不太能確認其成效如何，希望透過累積更多的研究建立適合國內現實導向的操作模式。

四、「憂鬱症與認知功能的關係」歐玲君主治醫師

透過失智症和憂鬱症的症狀比對發現有兩點症狀相符，行為與情緒出現改變及喪失活動開創力。晚年憂鬱症危險因子包括失眠、低社經地位、離婚分居等等，而臨床診斷發現年齡、家族、性別、教育等等都是失智症的危險因素。研究透過比對晚年憂鬱症及失智症的症狀關聯，希望可以降低憂鬱症患者發生失智症的機會。

時間：105 年 12 月 23 日（星期五）12:00~14:00

地點：國立成功大學光復校區雲平大樓東棟五樓人文社會科學中心研討室

內容：

一、「中高齡男性參與學習之障礙與反思」胡夢鯨教授

透過資料顯示，高齡者參與學習上會有情境、機構、意向、訊息障礙等問題。性別的差異也會對學習有影響，中高齡女性往往比男性活躍，醫學上的解釋是賀爾蒙分泌改變導致的影響，文化及環境的影響也有相關。台灣目前樂齡學習的現況有性別失衡的問題，整體中高齡男性參與學習的比例亦屬偏低。經驗現象顯示課程決定了性別，希望可以透過增加男性有興趣的課程、夫妻同行、賦予角色、提供舞台等方式鼓勵男性參與學習。

二、「自立生活介入於台灣長照政策之規劃」蔡宜蓉助理教授

長照功能訓練面前遇到一些困境，除了在服務、財務、行政上有些許問題，執行上高齡與身障者容易有假性失能、資訊不足等問題，心智障礙者則有欠缺提升參與社會的服務類型等狀況，而兒童青少年則是有欠缺溝通能力的治療服務等等。北歐國家面對過去長照問題，發展出一種解決概念，名為 reablement，以個案目標為導向，在家宅和當地環境早期介入且有期限的生活參與訓練，不只是關注室內活動，也注重戶外活動參與，增進以居家為基礎的復健服務和居家照護之間的合作。不過實際執行中要透過團隊整合、服務分配等重新規劃才能成功達到成效。未來台灣希望能透過典範轉換中治療師的再訓練，開始觀念上的變革，進而導引政策取得法令的支持。

貳、計畫執行之心得

台灣已邁入高齡化社會，隨著 65 歲以上的老年人口佔總人口比例大幅增加，高齡化社會已然成為台灣所要面對的重要議題，其衍生的現象跟問題亦逐漸浮現，而本「高齡社會健康治理研究」學術研究群，透過經濟、環境、都市計畫、教育、勞動政策、長照醫療、科技等面向切入，探討社會及個人不同層面因應高齡化的對策。

從社會層面來看，高齡人口的增加影響了台灣的勞動結構，政府應透過制定優良的勞動政策，妥善運用高齡人力，促進高齡人力資源發展。同時，高齡化社會的來臨亦影響了台灣的經濟發展，如何推動高齡產業是促進發展的一個重要方向。政府除了勞動政策外，也需要致力於高齡長期照護政策的推動，除了透過良好的政策來分配長照體系的人力資源外，由於整體勞動力因人口老化影響而導致不足，完善的社會支持體系、科技的運用及結合社區型的長照資源規劃也不可輕忽。

從個人層面來說，老年人口的健康及心理狀況對其生活有很大的影響，許多研究皆在致力尋找增進老年人口學習能力及記憶能力的方法，以及觀察高齡人口面臨年紀的變動而影響的心理狀況，包括退休後角色轉換適應情形等等。以「高齡社會健康治理研究」學術研究群講者分享將研究投入社區實行為例，以重現地方傳統產業為平台，讓地方耆老的角色由被照顧者轉換為經驗傳承者，重新找回自己存在的意義，並促使高齡長輩走出孤立的獨居生活融入鄰里社區活動，亦可促進不同世代人群的溝通交流。

面對台灣高齡化來臨的衝擊，如何讓高齡人口保有良好的生活品質，維持社會經濟穩定發展，除了是政府面臨的挑戰外，也已成爲社會上每個人都需正視的課題。

高齡社會健康治理研究學術研究群

各成員成果彙整表

| 服務單位 | 姓名 | 國內 研討會論文數量 | 國外 研討會論文數量 |
|-------------------------------------|------|---------------|---------------|
| 成功大學/交通管理科學系 | 鄭永祥 | 1 | 1 |
| 成功大學/護理學系 | 陳靜敏 | 0 | 6 |
| 成功大學/建築學系 | 張珩 | 1 | 2 |
| 成功大學/老年學研究所 | 翁慧卿 | 3 | 2 |
| 成功大學/老年學研究所 | 劉立凡 | 5 | 1 |
| 中正大學/勞工關係學系暨研 究所 | 劉黃麗娟 | 1 | 1 |
| 中正大學/成人及繼續教育學 系暨研究所含高齡者教育碩士 班 | 李雅慧 | 6 | 4 |
| 成功大學/公共衛生學科暨公 共衛生研究所 | 胡淑貞 | 2 | 1 |
| 成功大學/護理學系 | 王靜枝 | 0 | 2 |
| 成功大學/經濟學系 | 許永河 | 2 | 3 |
| 成功大學/老年學研究所 | 陳麗光 | 0 | 0 |
| 成功大學/都市計劃學系 | 趙子元 | 2 | 2 |
| 成功大學/職能治療學系 | 張玲慧 | 1 | 2 |
| 成功大學/老年學研究所 | 范聖育 | 0 | 2 |
| 總計 | | 29 | 30 |