

## 編者的話

# 正視老年行動議題

王新台<sup>1</sup>

這期老年論壇內容，重點放在老年人的行動與可能影響行動的因子。討論行動，一定要先界定行動所在的生活空間。空間從內到外包括臥室、住家、住家外（包含庭院、停車場）、周遭環境（包括臨近街道與公園）、社區（包括銀行、商家、醫院等）、國內與國外（1）。由於篇幅限制，我們聚焦在透過建設環境的改善與交通工具的提供，對老年人行動的提昇。主題一要討論的是住家與住家外，如何透過通用設計與智慧住宅，滿足在居家空間內外行動需求。主題二要談的是老年人交通工具的選擇（包括汽機車與大眾運輸），如何滿足老年人就醫、購物、拜訪親友等行動需求，以及道路、交通號誌、交通指標設計等，如何考慮老年人的認知功能下降，以提昇行車安全。沒有討論到的是周遭環境與社區的規劃與設計，如何滿足老年人在鄰近生活圈內行動上之需求與安全。

老年所黃婉婷同學，透過訪談台南市政府交通局公車處課長與資料收集，報導與評論台南市公車系統對老年人的可負擔性、可近性、可獲得性和可接受性。她在評論中指出，依據老年人健康狀態（健康極佳、健康良好、健康不

---

<sup>1</sup> 國立成功大學老年學研究所教授

佳) 與年紀(65-74, 75-84,  $\geq 85$  歲), 提供不同且多元性交通工具選擇

(2)。對於衰弱的老年人，因為無法靈活掌控駕駛，無法自己開車。同時公車的可接受性和可近性無法滿足他們需求，需要替代行動方案。作者提到，多扶基金會所提供身心障礙人士的巴士接送服務(3)，應可思考延伸服務至衰弱老年人。目前台南市台灣大哥大車隊，也提供了無障礙計程車服務，但數量只有20輛。洪煒斌醫師討論老化所產生視覺、聽覺、反應時間等的衰退，對駕駛安全之影響。透過駕駛測試，規範老人駕駛，以保障老人與其他人路上安全。但是為維持老年人能獨立生活，如何提昇老年人自我規範駕駛行為，也是重要課題。鄭永祥教授透過台南市交通事故分析，了解交通事故發生地點、時間、原因，與傷害程度，作為未來道路設計、交通號誌設計、交通指標設計，與交通事故頻繁路口的改進之參考。當然車輛的駕駛與安全設計上對老年人駕駛很重要，但此次論壇未與著墨。

自我規範駕駛行為包含避免大雨中駕駛、夜間駕駛、尖峰時間駕駛、擁塞路段駕駛、長途駕駛、危險路段駕駛等(4)。也就是會考慮駕駛時狀況是否危險，以及減少駕駛次數，自我規範駕駛的行為。文獻中指出老年人會在考慮家人建議、醫師建議、健康狀況、經濟狀況，會逐步自我規範駕駛的次數與避免在危險時段、路線、天候駕駛(5)。如果老年人能自我規範駕駛行為，或透過

一些教育課程、協助老年人因應老化，提昇駕駛技術與改變駕駛的行為。如此不僅可維持獨立生活，並可能減少交通意外事故。在規範以年齡限制駕駛權利，不能不考慮老年人獨立生活的需要。如果無法繼續駕駛，應提供可替代的大眾交通工具。

目前文獻中所談到的都是駕駛汽車的自我規範駕駛行為，但是台灣老年人多以摩托車代步 ( 6 )。騎機車出外作運動 18% vs 駕駛車輛 7.6% ，工作相關 46% vs 19.7% ，相關老年人駕駛自我規範行為的研究付之闕如。在老年族群中，摩托車騎士對自我規範駕駛行為的意見與看法，相關行為的調查與影響因子，相關法規的制訂與依據等，目前沒有實証數據。但根據交通事故資料，摩托車死傷事故居於首位 ( 56.8% in 2013 )，老年人是死傷事故的高危險群 ( 7 )，因為事故傷害，所帶來醫療與照顧上的花費與社會成本，我們應該要正視老年人駕駛摩托車自我規範駕駛的行為這個議題。如果只是以年齡規範駕駛權利，固然可解決大眾與個人行路安全，但也斲傷個人獨立生活的能力，與造成生活品質的下降。如何取得平衡，需要研究數據與相關政策的制訂與推動。年紀大的老年人，接近八成的時間活動都在家裏 ( 8 )。由於身體功能下降，需要住家的設計或改裝，減少在住家內行動上障礙，達成個人 ( 因為老化與日常功能衰退 ) 與住家 ( 物理 ) 環境之間的配適。但住家對年紀大老年人，不只是

個人日常活動的地方，也是個人歸屬感的地方。Oswald et al. 曾指出文獻報告都是討論住家功能對健康之影響，對於住家的意義對老年人健康影響沒有著墨 ( 9 )。基於此，歐洲 Enabling Autonomy, Participation, and Well-Being in Old Age: The Home Environment as a Determinant for Healthy Aging” ( ENABLE-AG ) 計畫，將客觀的物理環境與主觀的認知 ( 包含家的滿意度, 家的意義, 可用性和有關家的掌控信念 ) 納入研究，探討住家客觀環境對老年人獨立與自主性之影響，以及主觀對家的認知對主觀幸福感之影響 ( 10 )。

Carr et al 提到不同建築設計理論，來滿足老化過程對物理環境的需求 (11)。這些設計理論有可近性設計，可調整性設計，跨世代設計和通用設計。文中論述認為可近性設計和可調整性設計易造成標籤化與年齡歧視，而且改裝花費高。通用設計除了避免標籤化與年齡歧視，同時提供安全、可近性與可用性住家環境，滿足所有可能用的到的老年人。雖然跨世代與通用設計雷同，但前著只針對衰弱或失能老年人，而且仍著重在年紀。目前理論與實際應用之間仍存在落差，原因包含建築師養成教育缺乏通用設計理論教導，限於建築法規，建築師的設計缺乏對顧客所面臨障礙的了解，顧客是最後決定者，建築師即使有好的通用設計，顧客未必接受，且費用可能過高。總結來說，如何落實

通用設計理論，滿足老年人住家需求，達成成功老化，是一塊充滿挑戰，但也  
是創新與實踐的機會。

三奕聯合建築師事務所主持人黃世銘建築師談到在建築設計實務上，針對高  
齡居住者的智慧性平台開發與應用。從健康資料的監控，居家空氣品質控制，  
溫度的調整，透過網路視訊擴大社交連結與互動，住家內活動的監控等。未來  
的建築設計，將走向智慧型住家與城市，為老化社會居住上需要，帶來創新性  
解決方案。

老年人的行動與成功老化和息息相關。透過住家的設計，交通工具與運輸系統  
提供，維持獨立與自主性，提昇主觀幸福感。

## 參考文獻

1. Webber S.G., Porter M. M. & Menes, V. H. ( 2010 ) . Morbidity in older adults: A comprehensive framework. *The Gerontologist*, 50, 443-450.
2. Shares that, B. P., Millonig, A., Hounsell, N. B., & McDonald , M. ( 2016 ) . Review of public transportation needs of older people in European Context. *Journal of Population Ageing*, 1-19.
3. 雄毅晰 ( 2013 ) . 導演轉行司機 · 載身障者遊台灣. 天下雜誌 530 期.
4. Coley M. J. ( 2002 ) . Self-regulation as a traffic safety strategy for the older driver. Thesis, Department of Civil and Environmental Engineering, MIT.
5. Molnar, L. J., Eby, D. W., Zhang L., et al. ( 2015 ) . Self- regulation of driving by older adults: A synthesis of the literature and framework for future research. A LongROAD study, AAA Foundation for Traffic Safety.
6. 陳子儀 · 陳雅珍 ( 2003 ) . 高齡者交通安全問題對策研究. 台北市：交通部道路交通安全督導委員會.
7. 機車道路交通事故分析 ( 2013 ) . 公路總局主計室.
8. Baltes, M. M., Maas, I., Wilms, H.-U., Borchelt, M. F., & Little, T. (1999)

Everyday competence in old and very old age: Theoretical considerations and empirical findings. In P. B. Baltes & K. U. Mayer (Eds.), *The Berlin Aging Study* (pp. 384–402). Cambridge, England: Cambridge University Press.

9. Oswald F., Wahl HW, Schilling O., et al. ( 2007 ) . Relationships between housing and healthy ageing in very old age. *The Gerontologist*, 47, 96-107.
10. Iwarsson, S., Wahl, HW, Nygren, C., et al. ( 2007 ) . Importance of the home environment for healthy ageing: Conceptual and methodological background of the European ENABLE-AGE Project. *The Gerontologist*, 47, 78-84.
11. Carr, K., Weir, P. L., Azar, D & Azar, N.R. ( 2013 ) . Universal design: A step toward successful ageing. *Journal of Ageing Research*, doi:10.1155/2013/324624.