

主題報告

以環境行為觀點探討日間照顧中心高齡者之行為

—以台南市仁愛日間照顧中心為例

王奕棋¹ 李嘉瑋² 陳映融³ 馬行遠⁴

前言

自十八世紀以來，全世界的醫療水平與科技水平有飛躍性的發展，婦女教育及知識水平的提升(Christopher,2017,p392)也間接導致出生率大幅下降，尤其台灣出生率世界最低(World Population Review)，根據中華民國內政部 107 年人口統計資料顯示，從民國 63 年至民國 107 年間，出生率從 22.66%降至 7.66%，共 15 個百分點；且 65 歲以下國民的死亡率也從 13.95 下降至 2.26，約三個百分點，這代表高齡人口比例將不斷上升，人口老化的議題受到重視。

在閱讀心理學相關文獻時，我們發現在有關環境行為模式的研究中，相當缺乏高齡者的研究資訊，於是興起了研究高齡者環境行為模式的想法，利用在台南仁愛日照中心一日的觀察機會，探討高齡者在不同的環境下是否有偏好的行為模式，期望能在老年環境行為學的領域中有所貢獻。

鑒於不同的行為會在不同的時間、空間內產生，本實驗著重在觀察日照中心的高齡者們在不同時間及空間下，產生不同行為的可能因素，以及高齡者偏好停留的空間與家具擺設的關係，並以此作為高齡者環境行為模式的前瞻性研究。

¹ 國立成功大學 老年學研究所 第 11 屆 研究生

² 國立成功大學 老年學研究所 第 12 屆 研究生

³ 國立成功大學 都市計劃研究所 研究生

⁴ 國立成功大學心理學系 學生

文獻回顧

第一節 環境行為學理論

壹、名詞解釋-環境行為(Environmental behavior)：

環境行為學(EBS)為一門探討人與環境互動之研究，結合心理學、社會學、地理學、建築學、都市計畫和人類行為等領域，並受到文化因素的作用，適用於廣泛的環境、課題和跨文化之研究(Rapoport, 1982; Zeisel, 1981)。

環境行為學源起於 1950 年代「環境心理學」(Environmental Psychology)，其所關心的是日常生活中人類行為和物理環境之互動(危芷芬, 1995; 常懷生, 1995)，1968 年美國成立了「環境設計協會」(EDRA) 並創刊《環境與行為》(Environment and Behavior) 雜誌，1969 年英國召開首次環境心理學討論會，隨後日本、澳洲、荷蘭等亦有相關國際會議與協會，如歐洲的「歐洲人文環境協會」(IAPS)、澳洲的「人與實質環境研究協會」(PAPER) 和日本的「人與環境研究協會」(MERA)。台灣在 1971 年引進環境行為學，由漢寶德教授在東海大學建築系授課，而後 1983 年王錦堂教授在逢甲大學建築系授課，1988 年關華山教授在東海大學建築系授課(王錦堂, 1994)。

貳、國內研究

環境行為學研究對象相當廣泛，有依照年齡區分為兒童、青少年、壯年和老年，也有依身份不同來區分，例如居民、遊客、學生、老師等，不同的分類方式會得到不同的行為模式，而其所需的空間也大不相同，本研究整理國內與環境行為學相關研究如下表 2-1-1。

以環境行為觀點探討日間照顧中心高齡者之行為-以台南市仁愛日間照顧中心為例

表 2-1-1 國內環境行為學相關研究一覽表

作者年代	研究題目	研究目的	研究對象/行為	研究方法/紀錄/時間	研究結果
2000 陳弘哲	以環境行為觀點探討都市開放空間之使用-以彰化文化中心開放空間為例	1. 了解彰化文化中心開放空間之使用狀況，探究其與設施互動關係 2. 根據分析結果探討開放空間再規劃、設計與管理上之成效	·對象：在開放空間活動的人們，依年齡分為兒童、青少年、青年、中年級老年 ·行為：針對使用者於開放空間之行為活動	·方法：實地調查法、訪談法 ·紀錄：行為註記圖、照片、問卷 ·時間：分為假日、非假日及休館時段	1. 道路與開放空間臨界性的重要 2. 使用者多為來文化中心自習的學生，時間集中在假日，高峰期為早上十點、中午一兩點、晚上四到六點 3. 使用者大都結伴而來，有群體特性，連帶引發行為 4. 空間遮蔽設施是相當重要的
2002 鄭凱文	老人公寓公共空間中高齡者社交行為之建築計畫研究	1. 理解高齡者社交行為的內容與特質並分類，且分析場景的特徵 2. 剖析高齡者社交行為之時間與空間構成 3. 探討社交行為與空間物件關聯性 4. 不同的老人公寓進行社交行為之比較與分析 5. 了解高齡者社交行為之需求，並歸納具體建議給未來空間設計參	·對象：陽明老人公寓及五股老人公寓 ·行為：在公共空間的社交行為，分為拘束性行為、必須性行為和自由性行為	·方法：觀察法、訪談法 ·紀錄：行為註記圖、照片 ·時間：高齡者早晨至餐廳用餐到晚間回寢室就寢的一日時間	1. 高齡者社交行為最常發生在過渡性空間的走廊上 2. 高齡者族群問題影響社交行為 3. 半固定物件是社交行為的最大支應物 4. 開放性空間促進社交行為發生 5. 管理室之空間物件設置影響高齡者之社交行為 6. 餐廳和交誼廳的空間型態影響社交行為

		考			7. 煮食行為促進人際互動
2004 董壽山	以環境行為觀點探討單身榮民宿舍之公共空間-以台北市某單身榮民宿舍為例	1. 了解單身榮民居住環境的問題 2. 探討高齡者因生、心、社會老化反映出的特殊需求 3. 根據研究結果歸納出具體改善建議	·對象：單身榮民指隨國民政府遷台的外省退伍軍人，65 歲以上且為單身者 ·行為：在公共空間的行為活動	·方法：參與觀察法、訪談法 ·紀錄：行為註記圖、照片、錄影、問卷 ·時間：假日與非假日，每日早晨起床後(7:00)至晚間就寢前(20:00)的生活作息	1. 鄰里環境應有良好服務設施才能讓高齡者生活圈完善 2. 在大規模宿舍中應重視高齡者的社交活動，甚至能開放給周遭居民的戶外中庭 3. 室內性公共空間、過渡性公共空間、戶外性公共空間有個別的研究結果

2015 彭紹雯	從環境行為觀察探討中原大學設計合院之空間使用模式語言	1. 了解設計合院使用者的行為模式。 2. 分析使用者選擇停留空間之偏好空間元素。 3. 置入不同型式的桌椅實驗並檢驗分析結果。 4. 透過提升空間環境品質增加使用者停留意願，促進使用者之間產生社會性的活動。	·對象：中原大學設計學院合院的使用者，主要為景觀學系及室內設計學系師生，其次建築學系及商業設計學系師生，亦包含校內部分師生及周遭居民。 ·行為：使用者停留點、動線、活動、特殊行為	·方法：田野調查法、直接觀察法、實地實驗法、訪談法 ·紀錄：行為註記圖、次數統計圖、照片 ·時間：平日、假日、各使用時段	1. 僅穿越的使用者多於停留，且停留的人次裡多為校外人士 2. 停留空間特性偏好有遮蔭，座位於動線旁、出入口、視線可及處以及具良好景觀的使用率高，可移動式的座椅較符合需求 3. 白色休閒椅的使用者多半為休閒停留行為，例如閉目養神、野餐，而折疊椅使用者的停留行為多課業上的討論或正式的談話 4. 實驗發現座椅形式降低使用 3C 產品，增加交流
2018 黃靖文	淡水觀潮廣場環境行為使用調查研究	1. 人為與自然環境的相互關係如何影響人們的行為 2. 相同環境裡不同的行為模式 3. 人們對環境的感受與前來動機相同相異處	·對象：從小到大原有居民、後來搬入新居民、遊客 ·行為：紀錄在廣場發生的行為、事件、動線	·方法：觀察法、描述性研究、訪談法 ·紀錄：照片、文字、受訪人畫印象圖 ·時間：平日、假日、早上、下午、傍晚	1. 廣場有些人喜歡、有些人沒有感覺，甚至希望更多設施;有人看見榕樹，但也有人沒看到 2. 有人不知道自己使用過廣場，但有些人可明確講出 3. 淡水的自然環境被商業設施掩蓋，讓遊客困惑、居民失意 4. 到淡水想親近自然，但人越多越不自然，例如淡水老街

資料來源：本研究整理

第二節 台南仁愛日間照顧中心基本資訊

壹、歷史沿革

仁愛日間照護中心，全名為「財團法人台灣省台南市天主教仁愛修女會附設臺南市私立仁愛社區式服務類長期照顧服務機構」，該機構因應原台南縣社會局從民國 91 年開始推動的社區機構照護關懷業務，於民國 103 年 3 月設立，由台南市私立老吾老養護中心支援該中心之服務，並營運至今。

貳、空間環境

仁愛日間照護中心原址為天主堂，共有兩棟建築物，一棟是主要活動區域，一棟是午休時及特殊活動使用之次要活動區域；兩棟建築以中庭分割，旁側設有庭院，環境相當多元(如下圖)，十分適合觀察高齡者在不同環境的行為。



圖 2-2-1 仁愛日照中心平面圖

資料來源：陳柏宗老師提供底圖，本研究後製

	
主活動室	沙發區
	
中庭與室外座椅	庭院
	
廚房	廁所

圖 2-2-2 仁愛日照中心內部空間

資料來源：本研究拍攝

參、現況收案情形與照顧人力

仁愛日間照護中心目前收受 30 位高齡者，男女比為 1:2，其中 17 位是重度失能者，平均年齡為 82 歲；照護人員則固定有四位照服員以及一位工讀生。

肆、課程安排

根據日照中心的活動安排(如下圖 2-2-3)，觀察高齡者在不同環境配置下有什麼偏好的活動，也是我們觀察的重點之一。

時間	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
8:00~9:30	司機接送、個別活動、量測生命徵象、散步				
9:30~10:00	現實導向、祈福、體適能				
10:00~10:30	飲水時間				
10:30~11:30	談天說地	感官活動	音樂活動	台灣歌謠	健康促進
11:30~12:30	午餐、盥洗				
12:30~14:00	午休				
14:00~14:30	耕心時間/生活禪				
	心靈雞湯	法鼓自在語	聖經故事	小品分享	生命關懷
14:30~15:00	點心、飲水時間				
15:00~16:00	八式動禪	手工藝	球類活動	認知活動	卡拉OK
16:00~17:00	如廁、自由活動、搭車返家				

圖 2-2-3 仁愛日照中心活動安排流程圖

資料來源：本研究整理

第三章 研究設計

第一節 研究架構

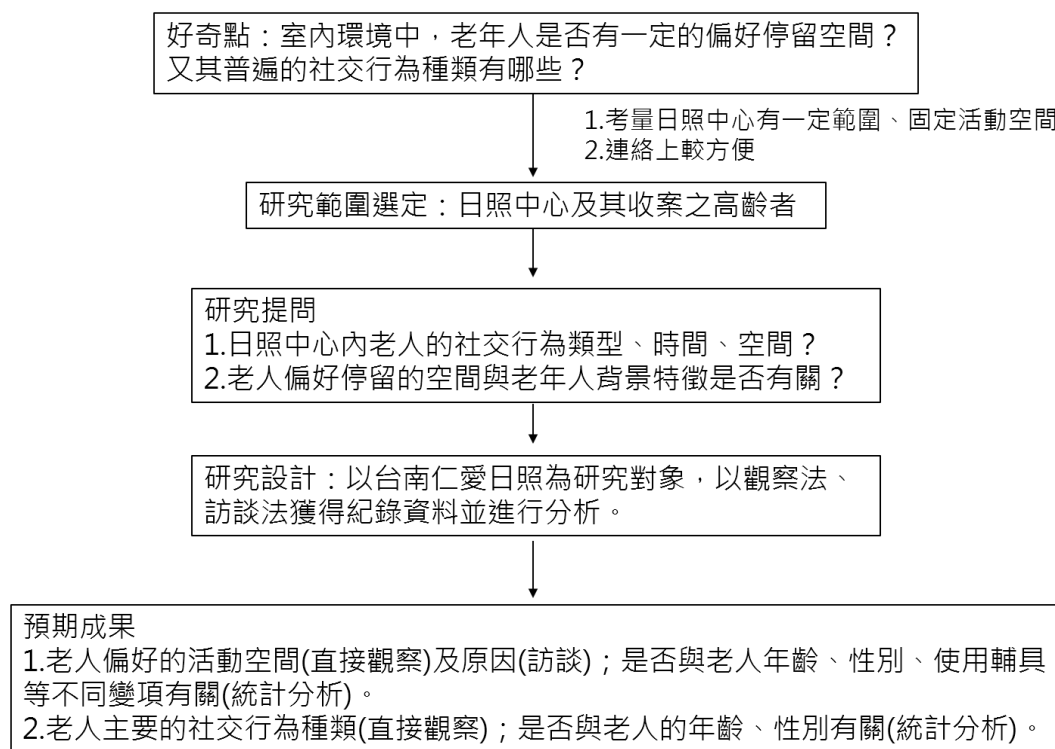


圖 3-1-1 研究架構圖

資料來源：本研究繪製

第二節 研究方法、時間與對象

本研究方法為田野調查的「觀察法」和「訪談法」，田野調查適於研究在社會情境中人類的行為活動，涉及學習、理解或想描述一群互動的人群，選擇地點與進入，建立關係進行觀察訪談研究(Neuman, 2014)，田野調查優點對社會生活的意義能達到其他研究無法深入的層次，關注當下小團體的互動可以發揮最強效力，其缺點為不適合宏觀層次的社會結構，以及涉入他人生活的倫理兩難問題(Neuman, 2014)。觀察法及訪談法之具體操作內容，說明如下表 3-2-1。

表 3-2-1 研究方法及具體操作內容

觀察法 (Observation research)

- 觀察日期：2018 年 4 月 26 日星期五
- 觀察時間：8:00 AM-17:00 PM
- 天氣狀況：晴天
- 觀察對象：當日在日照中心活動的所有高齡者、照服員、社工與實習生
- 紀錄方式：每半小時紀錄高齡者、照服員、社工和實習生活動空間與位置，並記錄其活動內容、人數、性別、年齡、所處位置、使否使用輔具，將上述用符號標示在平面圖上。
- 記錄圖例：

性別	女	●	男	●
失智	有	⊗		
輔具	拐杖	○'	助行器	⊏
			輪椅	⊞
修女	有	△		
朝向		○	⊙	⊖
活動	聊天	←-----→	看風景	↗ ↘
			散步	~~~~~
工作人員	照服員	■	社工	■
			實習生	■
觀察點		✕		

- 觀察點：



- 研究者分工：8:00-11:00 王奕棋, 10:45-13:00 馬行遠, 12:45-15:00 李嘉瑋, 14:45-17:00 陳映融。
- 研究者角色：選擇性讓照服員與社工了解研究內容。

訪談法 (Interview)

本研究使用「半結構式訪談法」，經由預先的訪談綱要來訪問受訪者以蒐集相關資料，並從受訪者回答中追問與題目相關之其他問題。

- 訪談日期：2018 年 4 月 26 日星期五
- 訪談時間：16:00-17:00PM
- 訪談對象：四位照服員與一位社工
- 訪談內容：為對於活動空間的感受與所喜好停留的原因，及較少活動發生的空間其原因。
- 訪談問題：
 - 1 哪些空間高齡者使用率高？為什麼？ 哪些空間高齡者使用率低？為什麼？
 - 2 哪些空間老年人使用不方便需改善？問題點？
 - 3 高齡者有無特定行為？其原因為何？
 - 4 高齡者是否有特別喜歡的空間？為什麼？
 - 5 照服員與社工自身喜歡的休息空間為何？
- 研究者分工：李嘉瑋, 陳映融

資料來源：本研究整理

第四章 研究成果

第一節 訪談照服員與社工

壹、對空間環境之意見

訪談照顧者可以讓我們得知空間形塑的環境可以對照護的行為帶來何種影響，我們一共訪談 3 位照服員與一位社工有關空間的使用率以及對空間的看法，使用質性研究的主題歸納方法得知：在空間的使用率上，主要使用空間為室內的活動室與午休室，中庭與花園等室外的空間鮮少有高齡者喜歡久待，原因可能為台灣的夏天溫度炎熱且太陽直接曝曬，導致舒適度不如開冷氣的室內來的舒服，因此減少高齡者往開放式空間移動的意願。而有關對空間的看法，照顧者普遍認為仁愛日照的空間規畫並沒有太大需要改進的問題，雖然空間限制使得多數高齡者大部分的時間只使用一個活動室，課程、運動、吃飯都在同一個空間進行，有一位照服員提到這樣需要時常變換空間桌椅配置來滿足不同需求有些麻煩，但是多數的照顧者都認為這樣的桌椅變動對他們而言並不困擾，且可以強迫讓高齡者們起身，多了身體的活動可能反而是件好事；另外，也提到在沒有隔間並可以讓照服員站在一角就可以掌握全場的活動室，有利於照顧者應付不同狀況的發生，在午休時間高齡者分散兩個空間的時候則必須要兩兩一組負責各兩個空間的安全。

貳、高齡者特殊行為

少數高齡者有特定空間的特殊個人行為，比如說有特定失智高齡者會在中庭與花園遊走，如果照服員判斷此失智高齡者身體功能不錯，並沒有跌倒的風險，就不會特別限制，但像是有女性的高齡者在黃昏的時候容易躁動衝去馬路上時，就會特別注意這些特殊行為帶來的安全性問題，照服員會根據安全性判斷來考慮要不要限制高齡者的行為與空間，是照護人力不足以保護每一位高齡者的限制。

參、對高齡者行為的規範

依據訪談，照顧者對高齡者的行為規範建立在利於掌握狀況與安全性至上的原則。首先，照服員提到他們在夏天超過 4 月之後就一定會開冷氣，避免心浮氣躁的高齡者們想要往外移動，利於在照顧人手吃緊的時候讓高齡者都待在室內並掌握所有高齡者的狀況，細探這樣的行為，雖然就我們所學，對高齡者的活躍性有所限制並不是好事，但是就照顧者的角度與安全性來看，的確沒有這樣的人手可以亦步亦趨的跟著遊走的高齡者確保他們的安全，因此有這樣的限制概念有點無可奈何。第二，有個別不安全的個案，比如說中午午休時間會頻繁起身但是有跌倒風險的高齡者，照服員會在這位高齡者的輪椅前面擺一餐盤以暗示性的擺放限制個案起身，這也是規範的一種。

第二節 變項與行為

壹、性別與行為

觀察性別變項時，會發現男女有地域性，慣性地同性會聚集在同一區域，比如說午睡時候女性高齡者和男性高齡者會分開在至少有矮隔牆的不同隔間休息，吃飯的時候亦傾向同性做同一桌，根據照服員解釋，會有這樣的分別從有女性高齡者反應午休時旁邊不要有異性高齡者時開始，後來安排座位時，便開始以男女作為區分，但無法斷定是否每一位高齡者的意見都一樣，如果高齡者是失智症患者，可能也無法表達對座位的分布想法，若由照服員帶領入座，就會遵循照服員的指示以男女分開為原則，便成為慣例至今，這樣的現象無法用高齡者的性別自我意識作為解釋，只能說是因為某些高齡者的意見使照服員以此作為安排座位的參考。

可以討論的是日照中心的男女比例是女性高齡者多於男性長輩，因此，女性長輩的需求可能較容易被照服員看見，在座位上的安排可能也是基於同樣的道理，形成類似排擠男性長輩休息空間的現象。



圖 4-2-1 行為註記圖(4 月 26 日 12:00-13:30)

資料來源：本研究繪製

貳、失智與行為

有些失智的長輩在日照中心環境的某些時間點會突然混亂，比如說我們觀察到的會在中庭與花園遊走的失智高齡者，與根據照服員敘述黃昏時候就衝出去的阿嬤，以及一些會翻牆翻窗戶的長輩，午休的時候也觀察到一位失智的女性高齡者會對著空氣持續的大聲說話，每一位失智高齡者顯現的行為都不太相同，對環境空間的行為也不盡相似，可能跟大腦的部分功能缺損有關，也有可能與失智症的種類有關，是否應為空間造成症狀的出現可能還要在更深入的討論，目前日照中心做的因應就是加高圍牆與增設額外的門禁管制，至少可以預防最危險的跑出去的狀況。

參、輔具與行為

根據行為註記圖的標誌，依賴輪椅行動的長輩和行動力較佳的長輩分佈的空間有不太一樣的特性，依賴輪椅的長輩較容易出現在活動室的前後端，剛好是障礙物與椅子較少的地方，可能是方便進出與行動，也方便在前後側在廚房等處理設備工作的照服員可以快速因應；另外，在靠牆的一排沙發椅也有特地留兩個椅子大小的空間位置，讓坐輪椅的高齡者可以直接坐著輪椅與其他座沙發的高齡者一起互動；還有在午餐時間觀察到坐輪椅的長輩在吃飯的時候，比起行動自如的長輩在桌子上吃午餐，照服員會讓他們靠牆並架設個人餐盤吃飯，據觀察可能是

以環境行為觀點探討日間照顧中心高齡者之行為-以台南市仁愛日間照顧中心為例

桌子高度問題，讓坐輪椅的高齡者沒辦法在午餐的時候和坐桌子的其他高齡者互動；而拿單拐與助行器的高齡者就相較於坐輪椅的高齡者，行動力比較好，也比較沒有空間上的限制。

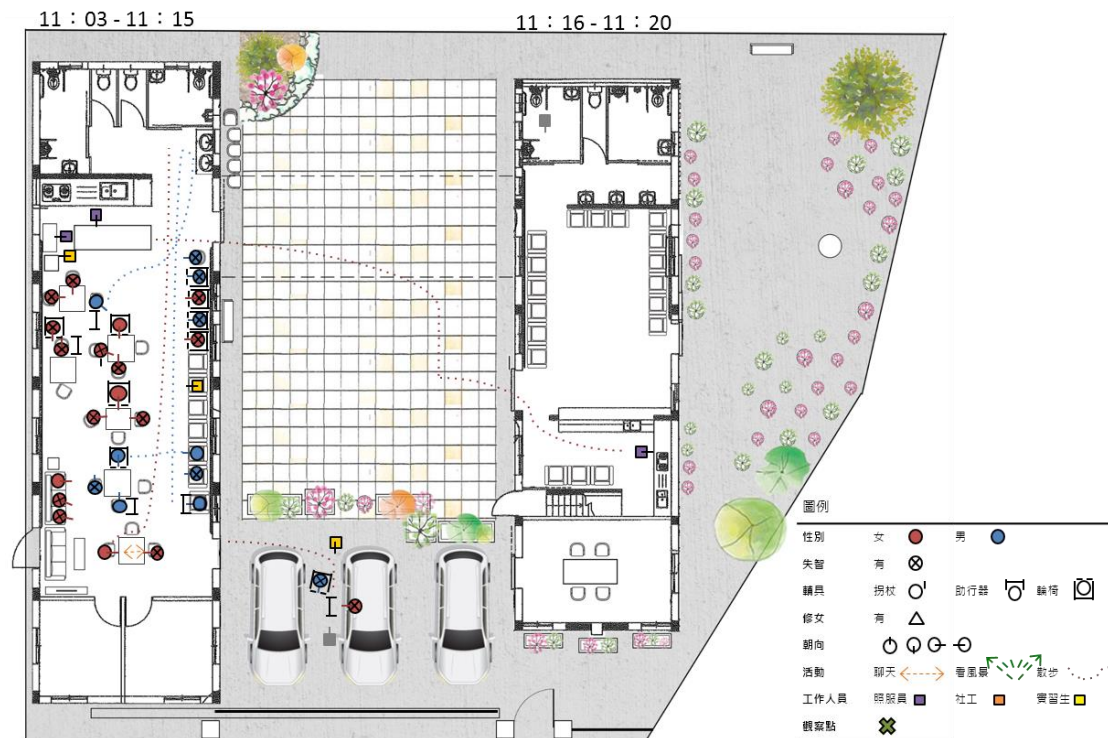


圖 4-2-2 行為註記圖(4月26日11:00)

資料來源：本研究繪製

第三節 空間與行為

壹、外部空間與行為

一、臨側的幼稚園

此日照中心位於一樓，與臨側環境密切相關，外側的聲音、活動、車輛進出和綠意等皆可引起室內高齡者的注意。根據我們的觀察，早晨還沒開始活動時，有幾位先抵達日照中心的高齡者會坐在靠近幼稚園的窗邊，並且看向幼稚園，同時也是幼稚園小朋友上學時間，車輛進出、小朋友的聲音引起高齡者的注意。

- 8:02一位失智婆婆會坐在旋轉椅子，時而看向幼稚園，時而與照服員聊天。
- 9:02一位失智婆婆坐在旋轉椅子玩牌，且看向幼稚園，身旁有三位實習生圍繞與其嬉戲。
- 約11點時，背對幼稚園，坐在沙發區的失智婆婆說：「今天小朋友的聲音比較大，……，他們跌倒時會叫比較大聲。」由此段話可知，即使視覺沒有看向幼稚園，也會受小朋友的聲音影響。
- 一位實習生說：「中間有一扇門可以直接通往幼稚園，在特殊節日時會打開，小朋友會過來。」

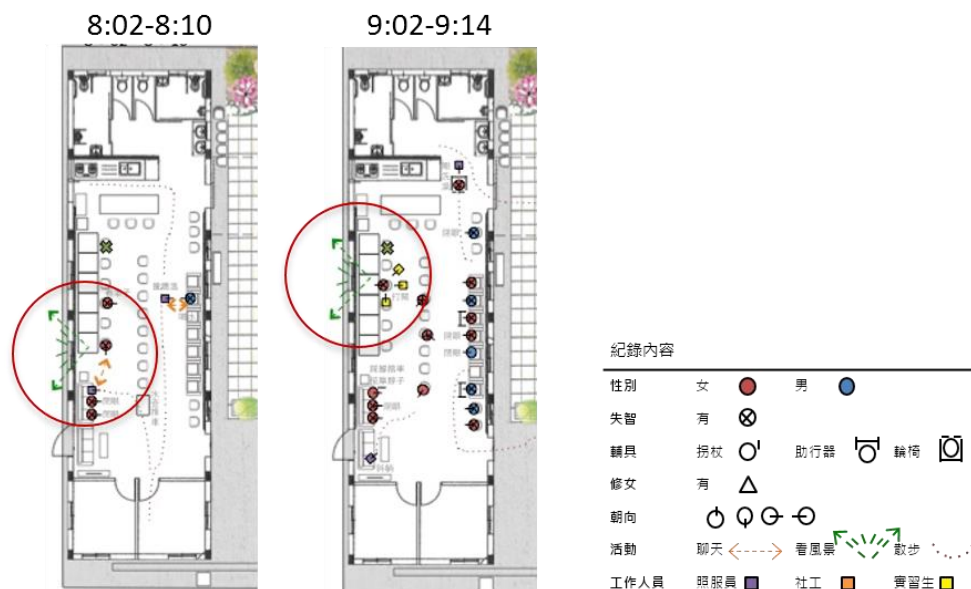


圖 4-3-1 行為註記圖(4月26日8:00、9:00)

資料來源：本研究繪製

二、中庭

日照中心兩棟建築量體中間圍著一個戶外中庭，硬鋪面且植栽很少，上方一區有可動式遮簾，照服員說：「四月開始太熱就會拉起來。」根據我們的觀察，中庭使用率很低，早上只有一位使用助行器的失智爺爺在如廁後會出來散步一圈。下午才有其他高齡者出來中庭長椅休息，我們推測可能原因為室內空間小、悶熱、失智症的黃昏症候群。

- 9:02一位使用助行器的失智爺爺如廁後從後門走出來，散步一圈後從前門回到主要活動空間。
- 15:30一位失智婆婆獨自坐在中庭的長椅看風景。
- 16:30一位使用助行器的失智婆婆坐在長椅上與在一旁坐輪椅的失智爺爺（兩位為夫妻）一起在中庭看風景、聊天。

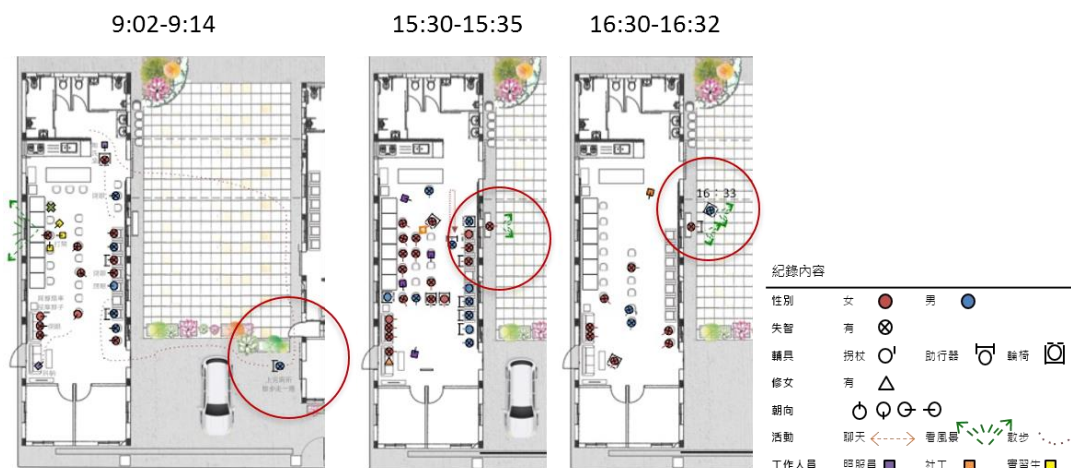


圖 4-3-2 行為註記圖(4月26日 9:00、15:30、16:30)

資料來源：本研究繪製

貳、內部空間與行為

一、沙發區

根據我們的觀察，早晨時先來的高齡者會先坐沙發，旋轉椅子較少人坐，照服員說：「大家喜歡坐沙發，早上先來的會先搶，有些長輩還會裝病要坐沙發，我們會給年紀大的先坐。」我們推測可能原因為沙發比旋轉椅子更舒服。

此外，客廳區有兩個三人座沙發，其中一個前方有桌子，另一個前方沒有東西，根據觀察發現，高齡者們都坐在沒有桌子的那張沙發，可能原因為桌子會阻擋高齡者行動，並且我們上網查到以前設計的客廳和現在客廳的配置截然不同，可能原因為不適合高齡者使用，因此照服員將客廳配置改變。

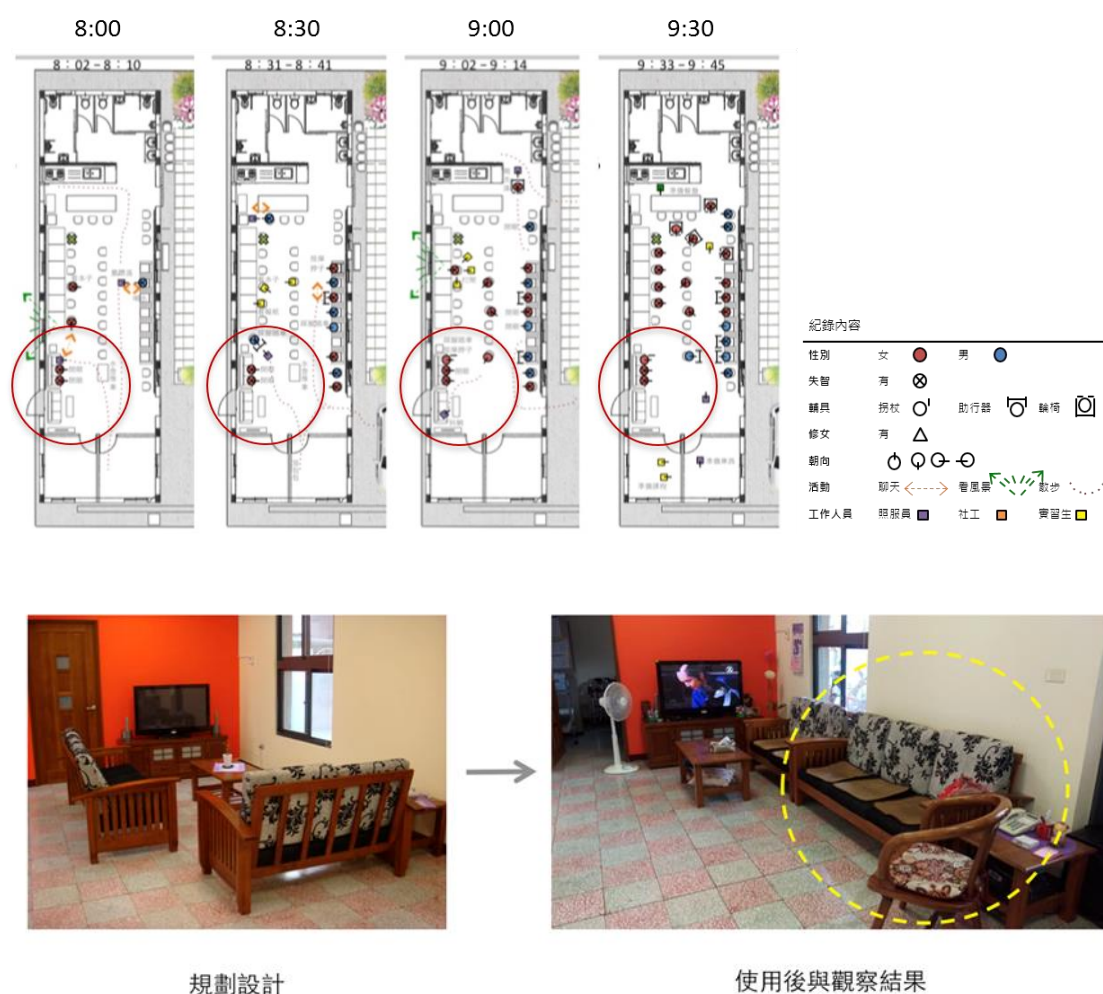


圖 4-3-3 行為註記圖(4月26日 8:00-9:30)

資料來源：本研究繪製

二、廚房空間

根據觀察，高齡者會坐在開放式廚房外側的座椅與照服員聊天，而廚房內側則為照服員和社工準備餐點的地方，照服員會阻止高齡者進入內區，其原因為廚房內側地板會滑，並且若要洗手可到廁所外側的洗手台。此外，坐輪椅的高齡者會被照服員推到廚房區，其可能原因為此區的座椅調整較方便、離廁所近，並且照服員照顧亦方便。



圖 4-3-4 行為註記圖(4 月 26 日 8:00、11:30、12:00、14:30)

資料來源：本研究繪製

參、傢俱配置與行為

一、運動時

觀察當天早晨的課程為「運動」，第一次 9:33 為實習生帶運動，實習生站在前方，此時觀察發現效果不好，跟著運動的高齡者很少數，且多半為坐在前方的高齡者。第二次 10:31 為社工帶運動，社工改變傢俱配置，將椅子圍成圓圈，並坐在中心，此時發現幾乎所有高齡者皆一起運動，尤其是原本坐在沙發上休息的高齡者，也一起踏步拍手，凝聚效果強。由此發現，同樣為運動活動，家具的改變可以帶來不同的效果，弧形有助於向心，可凝聚高齡者，使高齡者專心。

以環境行為觀點探討日間照顧中心高齡者之行為-以台南市仁愛日間照顧中心為例



圖 4-3-5 行為註記圖(4 月 26 日 9:30、10:30)

資料來源：本研究繪製

二、用餐時 (午餐、點心)

午餐和點心時，家具配置為四人一方桌，桌椅的改變造成高齡者互動方式不同，從原先一排一排坐著較無互動，到一桌一桌坐可相互聊天。此外，在沙發區和方桌中間有留一條動線，給照服員送餐以及高齡者如廁。



圖 4-3-6 行為註記圖(4 月 26 日 11:30、14:30)

資料來源：本研究繪製

三、唱歌活動時

下午唱歌活動，照服員和社工將椅子擺放方式朝前方，前方成為活動焦點，想唱歌的高齡者會往前坐。此外，旋轉椅子集中在一區和沙發中間還是有留一條動線給高齡者如廁使用。



圖 4-3-7 行為註記圖(4 月 26 日 15:00、15:30)

資料來源：本研究繪製

肆、其他環境因素與行為

一、音樂與燈光

早晨時從 8:00-9:30 會播放廣播且沒有開燈，僅有戶外的陽光照入，空間較昏暗，可能原因為讓先到的高齡者休息聽音樂，而到 10:00 時為早上活動的開始，照服員才將廣播關掉、燈光打開，喚醒高齡者的一天。

二、窗簾

午餐開始時照服員將窗簾拉上，可能原因為拉上阻隔陽光，有助於安定長輩不要向外跑、專心用餐。下午午睡時間結束才將窗簾拉開讓陽光透入，可能原因為象徵午休室變成活動室。

第五章 結論

第一節 討論與建議

壹、日照中心高齡者偏好停留的原因

本段綜整一日觀察到之現象，結合照服員、社工之意見，得出造成高齡者對不同空間有不同停留偏好之原因如下：

一、傢俱舒適性的差異

研究發現並與照顧者確認後得知，高齡者比起普通的椅子，更偏好柔軟的沙發。

二、障礙物的有無

同樣放置沙發，然前方有桌子阻擋的沙發使用率偏低，合理推測障礙物可能使高齡者在使用傢俱上有困難，連帶影響停留沙發區之偏好。

三、視野的寬闊度

視野較寬闊、光線較好的靠窗處為高齡者偏好停留處。

貳、空間與傢俱規劃設計建議

回應本研究之研究提問與研究目的，透過本研究之觀察，得了解高齡者使用空間之偏好與需求，藉以回饋予高齡者日照中心之空間與傢俱規劃設計，藉此設計出符合高齡者需求，甚至可促進社交活動之高齡友善空間。

本研究對於日照中心空間與傢俱規劃設計之建議有以下六點：

一、規模適當的單一活動空間方便日照管理

以本研究對象（仁愛日照中心）為例，在照顧人力有限的情況下，單一個視野開闊、規模適中的活動空間，有助於照顧者顧及所有高齡者的狀況與活動情形，避免危險並便於活動流程的進行。

二、注意廚房地板防滑程度

地板防滑程度若不足，會降低高齡者使用廚房空間的頻率並有安全疑慮，亦減少高齡者進行廚藝活動以維持一定身體功能的機會。

三、睡覺空間分為兩處為佳

因有部分高齡者不喜歡午睡，建議可將不睡覺、重聽的高齡者與容易入睡、淺眠的高齡者分於兩個空間午睡，避免互相干擾的情形。

四、傢俱、座椅不宜太重

變換室內傢俱擺設的過程，可作為使高齡者起身活動（移動）的機會，此時若放置不過重的椅子，使高齡者可自由搬動，有助於高齡者自主性與功能的維持。

五、重視廁所通風

廁所為高齡者如廁、盥洗、換藥處，為保持環境舒適度及避免有不好聞的味道，應注重廁所通風設計。

六、廁所洗手台可置於外側

廁所的洗手台建議可設計於廁所外面，便於高齡者隨時使用。

七、使用率低的戶外空間考慮改造設計

經研究及訪談發現，中庭、庭院的部分因位置、平日曝曬導致使用率低，現僅安排球類活動。使否可考慮導入園藝治療、動物治療概念，透過加入植栽，或將現有水泥及磚鋪面地板部分改造為人工草皮等作法，考量高齡者活動需求與興趣進行改造。

第二節 研究限制

壹、時間與人力限制

一、觀察時間不長

因研究人員僅有 4 位，考量人力、時間，僅能以一天觀察結果作為代表，半小時記錄一次。

二、研究人員記錄方式有異

雖進行觀察記錄前進行過多次團隊討論，但因記錄者不同，結果呈現會有微量差異。

三、無法記錄高齡者個別行為

因高齡者人數約 20 位，無法同時記錄所有高齡者的行為。

貳、日照規範與性質限制

一、禁止拍攝高齡者

日照中心內拍照，不能拍到長輩，難以增加其信效度。

二、高齡者狀況不允許訪談

仁愛日照中心收案高齡者多為中、重度失能或失智，考量到高齡者狀況及研究人員尚缺訪談經驗，在不打擾到高齡者活動的情況下，僅訪談照服員與社工，無法深入了解長輩行為之原因。

三、無法判斷觀察到的高齡者行為是否與照顧者安排有關

如午餐座位安排、限制高齡者戶外遊走等，照顧者所訂定的規範在何種程度上影響高齡者的行為，本研究無法進行判斷。

參考文獻

Christopher, J.M.(2017).Population and fertility by age and sex for 195 countries and territories,1950–2017:a systematic analysis for the Global Burden of Disease Study 2017.Lancet,392(10159),1995-2051.