

# 建構活躍老化的樂齡學習社區

蔡承家

美和科技大學老人服務事業管理系專任助理教授

## 摘要

樂齡學習社區已成為迎接老化社會挑戰的優勢資源，而老化社會的來臨，也為發展樂齡學習社區開啓有利的機會。一種以年滿 55 歲以上者為主體，定位『活躍老化』為願景，且建立有一套成員共同遵循之學習機制的社區型態，其發展成效，刻正受到舉世各國關注之中。而推動活躍老化，可為高齡人口提供一個積極的扶持環境。

**關鍵字：**活躍老化、樂齡學習、學習型社區

## 壹、前言

樂齡學習社區已成為迎接老化社會挑戰的優勢資源，而老化社會的來臨，也為發展樂齡學習社區開啓有利的機會。一種以年滿 55 歲以上者為主體，定位『活躍老化』為願景，且建立有一套成員共同遵循之學習機制的社區型態，其發展成效，刻正受到舉世各國關注之中。而推動活躍老化，可為高齡人口提供一個積極的扶持環境。它意味著使個人健康、社會參與、社會安全達到最適化機會的過程，以便促進民眾老年時的生活品質。

老化社會與終身學習，是人類邁入第三個千禧年最鮮明的兩大特徵。前者，由於人口結構的改變，高齡人數快速增加，無論在社會、經濟、消費型態均產生鉅大變化，預期未來可能從老化社會邁向老化社會，甚或超老化社會，屆時影響將更深遠；後者，則強烈地宣示，學習是終身的歷程，是任何年齡者共享的權利，特別是屆入第三年齡的高齡者，更可經由學習活動的參與，因而提昇生命品質及生活滿意度，使得『活躍老化』(active aging)成為可能。一般咸認，一個擁有豐富且多樣學習資源與學習機會的社區，因其獨具近便性的特質，乃是激發高齡者願意參與學習行動的主要誘因。而現今台灣老人退休社區，普遍缺乏學習的機能。有鑑於此，為期提昇高齡者生活滿意度，進而追求自我實現，規劃「以社區為本位，以高齡者為主體，以學習為核心」的學習社區，將正規、非正規、非正式學習資源整合，透過建構社區高齡者學習體系，促進學習機會的普及，學習參與的普遍，形成一樂齡學習社區，作為滿足老年人的學習需求與社區參與的機制，實是目前亟待探討的重要議題。本研究首先揭明樂齡學習社區的發展背景、其次闡釋樂齡學習社區的定義與重要性，再者論述樂齡學習社區的願景—活躍老化，最後勾繪樂齡學習社區的實施策略並綜以結語。

## 貳、樂齡學習社區的發展背景

樂齡學習社區的形成，乃是在二十世紀末諸多因素共同匯聚下的產物。旨在透過學習社區的型塑，緊扣高齡者學習權的落實，且兼顧社區終老的雙元目標，寓「在地老化」(aging in place)深意於社區的價值創新之中。有關促成樂齡學習社區的背景因素，擬就：(一)高齡化現象轉遽，人口老化問題日益嚴重；(二)終身學習理念的興起，第三年齡學習議題受關注；(三)發展樂齡學習社區，迎接老化社會挑戰等三方面說明之。

### 一、高齡化現象轉遽，人口老化問題日益嚴重

老年人口的快速增加，「老人國」數的持續上升，是二十一世紀世界潮流的主要特徵之一。全球老年潮的快速發展，主要來自二個因素：

一為生育率的降低，其次為壽命的延長。二者相互影響，少子化的現象，加速了老化社會的發展(黃富順，2005)。

生育率的降低，是全球普遍的現象，已開發國家則更為顯著。爰於經濟的發展，婦女教育水準的提高，女性主義意識覺醒，晚婚與不婚人口比例的增加，以及婦女勞動參與率的上升，育兒資源及支持的不足，復以控制生育技術的新發展，合法墮胎的被接受，而使得全球生育率空前的降低，2005年台灣地區嬰兒的出生率降至1.12，成為已開發中國家中最低者之一。在高齡化方面，由於老人人口急遽增加，人口老化指數快速成長，目前台灣已成為全球老化速度最快的國家之一。至2007年3月底，台灣社會的老人人口已達2,298,852人，佔總人口的10.05%(內政部統計處，2006a)。另一至值關注者，厥為隨著醫療科技進步，衛生保健水準改善，生活品質提昇，復以抗老化的研究成果日益豐碩，我國國民的平均壽命亦逐年增加之中，2006年國人零歲平均餘命，男性為74.57，女性80.81(內政部統計處，2006b)。

經由上述問題的呈顯，緣於生育率的降低與平均壽命的延長，會造成人口結構的老化，致使老化社會的來臨。此種人口老化的現象，對整個社會的影響既深且巨，包括：財政收支失衡，經濟成長遲緩，老人法規的修訂，社會文化的改變，消費行為與房地產業的調整，以及老人教育需求的重視等。其中，老人教育需求的滿足，在高齡人口持續增加的趨勢下，勢將愈形迫切，不容小覷。

## 二、終身學習理念的興起，第三年齡學習議題受關注

終身學習的觀念係指學習活動在一生中持續發生，要貫串在一生中，不僅限於兒童、青少年的時期，也不僅限於教育機構(黃富順，1996)。為期因應全球化、資訊化及知識經濟潮流的帶動，終身學習在二十一世紀儼然成為個體順應瞬息萬變的社會及自我不斷更新發展的重要渠徑。

至於所謂第三年齡，依拉斯里特在其名著「新的生命圖：第三年齡的誕生(A fresh map of life: The emergence of the third age)」的說法，係開始於個人退休，終止於個體身心機能開始進入快速衰退的時期，是一個透過活動而使個人獲得充實、個人成就和自我發展的時期。由於生命期的延長，第三年齡將長達二十五至三十年。因此，個體需要有新的架構和態度來因應此一年齡階段的生活(黃富順，2004)。台灣地區緣於社會結構與經濟結構的變遷，使得現今及未來的老年人將比以前老年人有著較好的人力資本，在他們的第三年齡，擁有較健康的身體、活動力強、有較佳的教育程度、有較好的生活經驗和技能、且擁有對社會奉獻的能量，仍然在探索有意義和價值的生命(Laslett, 1996)。

基於終身學習強調人人都是被鼓勵與推動的目標對象，且皆本具終身學習的必要性與需求性。而提供終身學習機會乃有助於高齡者生活的

更有趣、更有用且更能發揮功能(Henry,1989)。終身學習社會的來臨，更加凸顯了第三年齡學習議題的重要性與殷切。

### 三、發展樂齡學習社區，迎接老化社會的挑戰

社區是個人的日常重要生活場域，也與個人的生命歷程息息相關。鑑諸已達老化社會的國家，深體社區在回應老化社會挑戰的關鍵地位，採行學習社區的理念，以高齡者為主體，學習為核心，建立社區高齡者學習體系，整合正規、非正規、非正式學習機會與資源，提供高齡者就近學習，所形成的樂齡學習社區形態，實已蔚為重要走向。例如：美國大學連結退休社區(University-Linked Retirement Community, ULRCs)，是為滿足大學附近社區高齡者學習需求，而將大學校院門戶開放，彼此結合，使得高齡者普享大學的各種學習資源，形成一個重視學習機能為主的樂齡學習社區(Streib & Folt,2003；Tsao,2003)。以及日本與芬蘭跨國合作，位於仙台市的「芬蘭健康福祉中心」，與東北大學連接，提供終身學習資源(孫曉萍，2004)，皆係社區與周邊學習資源結合，形成樂齡學習社區型態，此外，英國深富學習機能的「永續社區」(李永展譯，2005)，其哲學基礎、運作方式，亦至值重視。再者，我國長庚養生文化村在社區中，建置專責規劃學習的組織—銀髮學園，為區內高齡者提供廣泛而多元的學習課程與學習活動，並且採行「連續性照護退休社區」(Continuing Care Retirement Community,CCRCs)模式(財團法人長庚紀念醫院，2002)，與現行在地老化趨勢切合，儼然是一樂齡學習社區，極具代表性。

根據上述，美、英、日等老化社會國家，為期有效因應老年人口極劇增加所帶來的社會經濟問題，發展深富學習機能的樂齡學習社區，已成為最新趨勢。我國1998年提出「邁向學習社會」白皮書(教育部，1998)，其中第十二項推動學習型社區行動方案，從1998年擇取五個鄉鎮地區作為實驗點，進而2005年11月訂定「建立社區教育學習體系計畫」(教育部，2005)，並於2006年11月公布邁向老化社會「老人教育政策白皮書」(教育部，2006)，其重視學習型社區的建構以及高齡者教育權的落實，積極發展樂齡學習社區，藉以順利邁向老化社會的意圖，昭然若揭。

### 參、樂齡學習社區的意義

本研究樂齡學習社區含括高齡者、學習社區、樂齡學習社區等概念，茲界定其意義如下。

#### 一、高齡者

有關高齡者(senior citizens)之界定，由於每個人的老化程度和老化原因並非完全相同，很難有一致的標準。但是，從確保老年教育權利而論，為了使邁入高齡期的高齡者能持續擁有適應社會的知能，證諸歐美日等

國均將五十五歲以上者納入高齡者教育範疇(Lamdin & Fugate, 1997)。而我國無論是一般老人教育機構或高齡學習活動，其所規定的參與年齡皆以 55 歲為下限，如老人大學、長青學苑等。準此，本研究中指稱的高齡者係指年滿五十五歲以上的人。

## 二、學習社區

學習社區(learning community)的概念乃源自學習型組織的觀點，欲將社區發展成學習型組織。本研究所謂的學習社區，係指一個已建立一套成員共同遵循之學習機制的社區，包括：學習文化、學習誘因、學習環境、學習機會、學習參與、學習資源的整合與供給、學習成效評估等組織後設認知能力，在社區的功能、結構與文化不斷地創新與成長的趨動下，同時追求個人自我實現與社區永續發展。

## 三、樂齡學習社區

樂齡學習社區(the learning community for senior citizens)基本上，是以年齡滿 55 歲以上、生活型態較具同質性的老人，居住於共同的生活空間，創造悠閒多樣的休閒生活為共識，透過參與社區多元豐富的學習活動，同享優質的晚年生活品質，達致活躍老化為目的。是一種生活型態的創造——一個具有親和力、溫馨、友善、和諧、相互扶持，深富學習機能的社區氛圍，側重積極地滿足高齡者身心、醫療照護、社交、娛樂、教育等各方面的需求，開創一個優質的、適合老年人共同健康生活、休閒娛樂及文化教育的居住環境，不斷地凝聚與重塑老人的生活觀與價值觀。據此，本研究乃將樂齡學習社區界定為：「一種以年滿 55 歲以上者為主體，定位活躍老化為願景，且已建立有一套成員共同遵循之學習機制的社區」；視社區為有機的成長體，強調居民共享實際的行動經驗，透過社區各種學習機制，深耕於學習活動與學習參與，而以追求個人活躍老化及社區永續發展為共同願景。

## 肆、樂齡學習社區的重要性

學習社區是以學習者為中心，終身學習體系為基礎，確保人人皆學、時時能學、處處可學的新型社區。高齡者乃是社區的成員之一，自應普享各項學習機會與資源。因之，一種聚焦於高齡者為主體的學習社區，其重要性可從：(一)樂齡學習社區有助於高齡學習權利的保障；(二)樂齡學習社區是落實在地老化的具體行動；(三)樂齡學習社區有益高齡者活躍老化的達成；(四)樂齡學習社區是實踐老人教育的最佳場域等四方面縷析之。

### 一、樂齡學習社區有助於高齡學習權利的保障

每個人都有繼續學習的權利，不因年齡而有所不同，這種觀念已逐漸形成社會共識。換言之，高齡者的學習權利若能經由社區所建立的終身學習體系加以推動，將更能有效落實(楊國德，2006)。

聯合國(UN)自 1982 年起展開一系列關懷高齡者生命品質的國際性計畫「國際老化行動計畫」，並在 1992 年 10 月通過關懷老人的行動策略(1992-2001 年)，其中特別將 1999 年訂為「國際老人年」，並強調學習權為老人基本人權(吳明烈，1999)。聯合國大會在 1991 年通過的「聯合國老人綱領」，即曾提出了五個要點，包括：獨立、參與、照顧、自我實現與尊嚴 (United Nations/Division for Social Policy and Development,1998)。2002 年 4 月 12 日，在美國主導下世界老人大會(World Assembly On Aging)通過了 2002 年國際老人行動計畫。這一計畫旨在確保世界各地的老人們可有尊嚴地安享天年並可繼續作為當地公民享有參加其社會活動的所有權利。該計畫指出需優先考慮的內容包括：組織老人參加開發活動、推動老人的保健和福利事業、並確保社會有一個支持老人的環境使老人有不同的服務選擇。包括認識到老年婦女的需求、老人需要繼續積極參與社會的願望、以及需要建立各世代之間的團結。這些主題顯示了國際社會對老人更美好的未來所持的共同看法(江亮演、應福國，2005)。

從上述國際組織及各先進國家有關高齡者學習權利的分析中，可知學習權乃係老年人權的重要內涵，而一個充滿學習機會與資源的樂齡學習社區，因其擁有完整多元的高齡者學習體系，將更有助於高齡者學習權的落實。其重要性，昭然若揭。

## 二、樂齡學習社區係落實在地老化的具體行動

「在地老化」(aging in place)理念源起於 1960 年代北歐國家。吳淑瓊、莊坤洋(2001)指出，世界主要國家的老人照護政策，均以在地老化為最高指導原則，認為老人應在其生活的社區中自然老化，以維持老人自主、自尊、隱私的生活品質。

台灣在「在地老化」主流理念影響下，社區式照顧、居家式照顧及其他新型照顧服務模式，被積極鼓勵發展。內政部有鑒於我國人口老化的速度遠比歐美等先進國家快，為滿足高齡者急速增加的多元化居住需求，乃積極推動老人住宅建設，又為落實社會福利應朝多元化、社區化與普及化發展之施政理念，有關老人住宅之規劃興建方式，朝人性化、分散化及社區生活化方向推動辦理，俾與在地老化政策相契合。在此要特別說明的是，樂齡學習社區容或是以高齡者為主體所自然形成的學習社區型態，但是，在發展進程中，藉由人為有規劃的推動，將有助於其匯聚各種有利條件。職是，由官方或第三部門、民間企業所投入的銀髮住宅產業，設若能妥善建置學習機能者，自屬樂齡學習社區範疇。例如

美國大學連結退休社區、日本仙台市芬蘭健康福祉中心，我國長庚養生文化村等，皆為其例。

顯而易見，從國內、外經驗及老人在地老化的需求觀察，是項需求將與日俱增，形成老化社會中極重要的趨勢。這個趨勢必將緊密依附在社區主體架構而發展，易言之，社區應將高齡者相關需求納入整體考量，建置合宜妥善的軟硬體設施，是重要的。其中，對大部份健康長者而言，社區中豐富多樣化的學習機制，讓高齡者能擁有學習機會，參與學習活動，將可延緩老化，對健康的促進，有莫大的裨益，進而增長健康期，成為活躍老化的長者，在社區終老。

### 三、樂齡學習社區有益高齡者活躍老化的達成

「活得老又活得好」是老年生涯的理想意象。世界衛生組織(WHO, 2002)提出『活躍老化』觀念，將其定義為：使健康、參與、和安全達到最適化機會的過程，以便促使民眾老年時的生活品質。同時，世界衛生組織及歐洲委員會宣稱：推動『活躍老化』的總體策略，是因應 21 世紀人口高齡化挑戰的積極作為，可為高齡人口提供一個積極的扶持環境，此亦是聯合國「第二屆老齡問題世界大會」的會議共識之一。在活躍老化總體策略中，特別強調營造老年人參與社會活動的優質生活環境—包括社會參與、個人健康和社會安全。目前有關活躍老化理念，已成為重要國際組織或國家對老年健康政策擬定之主要參考架構。例如英國，其老化指數至 2003 年已達 87.1%，其勞動福利局(Department for Work and Pensions)乃率先提出「老年的機會—迎向二十一世紀老化的挑戰」之策略，以回應人口變遷所帶來的衝擊。在此一因應策略中，首次採取跨部會的作法，揭明「活得更長久、活得更健康」為訴求，針對老化社會研商對策，主要議題焦點為：如何擴展高齡者的工作生活，如何協助高齡者在社區中活躍老化，以及如何提供高齡者更多服務，以協助其過獨立自主的生活等(DWP,2005)。

從賦權增能(empowerment)理念觀察，老人教育權乃高齡教育得以遂行的主要依據，而高齡教育的目的，則懸鵲在活躍老化之促進。高齡學習是老化社會整體現象之一，而教育與學習乃是導入高齡者社會參與的要素，伴隨教育與學習活動的進行，有益於高齡者在老化過程中，享有較佳的生活品質(Boulton-Lewis, Buys & Lovie-Kitchin, 2006)。由於樂齡學習社區即係針對高齡者提供廣泛而多樣化的終身學習機會，透過高齡學習活動，有助於高齡者的健康，增進生活滿意度，以及維護獨立尊嚴的生活。

### 四、樂齡學習社區是實踐老人教育的最佳場域

根據研究發現，老年人喜歡住在自己家中，不願意搬遷，尤其是社區中的住宅，是提供安全與自由最可能的地方，在美國約有 88%的老人

住在這樣的住宅中(黃富順, 1995)。寇克斯(Cox,1993)的研究指出, 老人比其他族群如孩童或其他個人更受限於其居住的環境中, 因此, 其住所、鄰居、社區的環境比其他年齡族群還要更嚴格。而老人所居住的環境也提供了學習、完成、競爭、互動、和激勵的機會。由於老人囿於慢性疾病、心理障礙、活動力減低等因素, 使其活動範圍受限, 而老人生活於社區之中, 其各種需求也必須由社區來提供。林振春(2001)認為老人教育的提供方式可分成三類: 學校教育方式、社區教育方式、社會教育的方式。其中社區教育方式是在社區中推展各種教育活動, 如設置社區老人教室、長青學苑或在仁愛之家設置老人學習俱樂部, 提供老人有進修學習的機會。此方式的優點是, 方便老人參與為考量, 以其日常生活圈為範圍, 是老人教育的最佳選擇, 老人教育落實在社區的層次, 社區本位的老人教育才能真正發揮其目的與功能。

老人教育是實踐高齡者社會權的重要表徵, 而社區所具有的近便性與熟悉性, 實是高齡者獲得學習機會與資源的最佳場所。一個社區能以年齡上、生活型態之同質性的老人居住於共同的生活空間, 並以學習為中心, 創造悠閒多樣的生活為共識, 整合正規、非正規、非正式學習資源, 構成完整的社區終身學習體系, 這就是樂齡學習社區, 也是實踐高齡者教育的主要場域。

## 伍、樂齡學習社區的願景—活躍老化

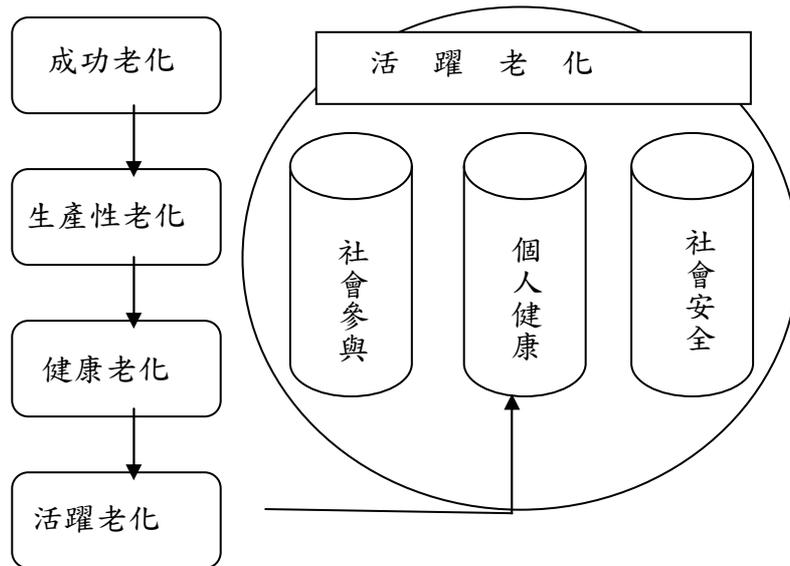
願景(vision)是指引策略的方向舵, 也是組織能否生存的關鍵元素。願景反應出管理當局對企業與事業的期望, 提供對於未來往何處去的全面景像(David,2001)。本研究懸鵠『活躍老化』為樂齡學習社區的願景, 亦即使健康、參與, 和安全達到最適化機會的過程, 以便促進民眾老年時的生活品質(WHO,2002: 12)。活躍老化所呈現的意象是追求身體、心理、社會等多方面的健康, 使老年時期仍能維持自主與獨立, 參與社會經濟文化等活動, 進而提高生活品質。

活躍老化概念源自 1999 國際老人年(Year of Older People in 1999), 提出五項原則, 包括: 獨立、參與、尊嚴、照顧、自我實現, 充分呈現對老年人權的尊重(Davey,2002)。嗣後, 鑑於全球人口老化的發展趨勢, 世界衛生組織在其出版的「活躍老化: 政策架構」(Active Ageing: A Policy Framework)報告書指出, 活躍老化之概念係由成功老化(successful aging)、生產性老化(productive aging)、健康老化(healthy aging)逐漸發展而來(陳畊麗, 2005; WHO,2002), 期能建構一個更能符應老化社會來臨, 老年人口增加的老化概念。早在 1984 年, 美國麥克阿瑟基金會(The John D. & Catherine T. MacArthur Foundation)即進行老化的「正向觀點」研究, Rowe & Kahn(1997, 1998)則認為成功老化的發生必須三個主要因素同時存在: 避免疾病和殘障(Avoiding disease)、高認知與身體功能(Maintaining

high cognitive and physical function)、社會參與(Engagement with life)。企圖指出成功老化的高齡者，擁有較低得病的風險和失能的機率，且能主動的解決問題、對事物有概念，持續保有與社會接觸的語言技巧和參與生產性的活動。2002年美國學者 Crowther 領導的研究團隊在這三項指標之外，提出第四個要件—「正向的靈性」(positive spirituality)，以宗教(religion)和靈性(spirituality)之特性所導致的正面結果，整合成成功老化的四大元素(吳錦勳，2006)。生產性老化係指高齡者在老化的過程中，藉由生產性活動之參與以提供產品或服務，並在此一過程中強調老年生產力(不論有酬或無酬)之開展(Davey,2002)；所謂健康老化係指：個體採取有益健康的行為，以維持或強化身體和心理功能，讓自己成爲一個有活力的人，並積極融入社會之中，希望在穩定的社會環境中維持獨立自主性，進而保持有意義的人際關係(Walker, 2002；WHO,2002，引自林麗惠，2006b)。並將社會參與、個人健康和社會安全視爲活躍老化政策架構的三大支柱，如圖 2-10。林麗惠(2006b)則將高齡學習列爲活躍老化的第四大支柱，藉以強化高齡者學習在活躍老化進程中的重要性，企圖使之更趨周延。顯見，活躍老化代表一種更尊重自主和參與的老年生活，其層次較成功老化更爲進階。

值得特別重視的是，活躍老化所關心的層面，除了高齡者身心健康和獨立自主，亦涵蓋社會參與和社會安全層面，可謂跨越舊思維，凸顯對老化更積極、更活力的看法。易言之，本研究認爲，定位『活躍老化』願景爲樂齡學習社區的最高指導原則，其主要的意義厥在：

- (一) 活躍老化能簡潔、清晰地表達樂齡學習社區存在的目的，也就是爲什麼要做的問題，即是：一個深富學習機能的學習社區，可協助高齡者追求身體、心理、社會等方面的健康，維持其自主、尊嚴與獨立，並持續參與社會經濟文化等事務，從而提高老年生活品質，成爲一位活躍長者。
- (二) 活躍老化爲願景，可定義出策略，具體呈現將如何實現樂齡學習社區存在的理由，即是：策略的成功完全取決於它們與後續發生事件相符到何種程度，以活躍老化爲願景所選定的策略，將能促進樂齡學習社區繼續存活，並維持成長。若無活躍老化這個更宏觀的目的，策略只能侷限在用來贏得當前賽局的戰術策略罷了。
- (三) 活躍老化爲願景的價值觀，是樂齡學習社區體現的關鍵假設、態度與內在的信念，並在日常運作中充分呈現出來，日益貼近存在理由，且支持策略，即是：活躍老化就是樂齡學習社區的規範，揭明在本社區中就是這麼做的。此價值觀與願景，彼此緊密連結，成爲樂齡學習社區文化的基礎。



推動活躍老化的總體策略

資料來源：陳畊麗，2005：4；WHO,2002：45

## 陸、樂齡學習社區的實施策略

策略並非獨存、臆測的計畫作為，乃是本諸願景、使命目標為依歸，擬訂具體可行達成目標的行動路徑。本研究定位『活躍老化』為樂齡學習社區的願景，研議樂齡學習社區的實施策略計有籌組高齡學習自助團體、參與社區公共事務、安排高齡者社交活動、成立長青人力銀行、成立高齡者終身學習促進會、設置高齡者終身學習資源中心、設立金齡學苑及建置行政支援服務系統等八項，茲依序說明之。

### 一、籌組高齡學習自助團體

高齡學習自助團體乃係本諸老年人權理念，以落實高齡者學習權為目標，運用學習型組織的運作方式，強調組織學習的重要性。高齡者基於共同興趣、嗜好，自由、自主的加入團體學習行動，藉由彼此間的相互學習，老人幫助老人，從而提升高齡者適應環境的能力及共同成長、發展所組成之團體。其有助高齡者積極發展，臻至活躍老化，自不殆言。

### 二、參與社區公共事務

參與社區公共事務乃係社會參與的一種形式，在學習社區運作過程中，居民對社區公共事務，從事有目標、組織和行動導向的過程和投入，透過結合社區成員以及有共同理念的相關組織、團體，凝聚社區意識、提升生活品質、社區生產力，以及設法解決社區的各種困難與問題；居民對社區公共事務參與的程度愈高，代表其對社區關懷的程度愈高，也從而促進社區的持續創新，追求永續發展。

### 三、安排高齡者社交活動

許多研究顯示，老人宜建立穩固的社會支持系統。社會孤立易造成較高的死亡率(LaVeist et al.,1997)；沒有和朋友、家人接觸等社會支持者，經驗認知損傷的機率亦較高(Bassuk,Glass & Berkman,1999)。安排高齡者社交活動旨在透過社會網絡持續社會互動，建立新的人際關係、自我認知、獨立感，並且運作社會支持，提升高齡者自尊、生活滿意度、肯定生命意義，使其順利適應環境和角色的改變。因之，為因應未來老年人口勢將遽增的事實，如何維持高齡者穩固的社會支持系統，期使活躍老化成為可能，已成為發展樂齡學習社區的重要事項。

#### 四、成立長青人力銀行

長青人力銀行主要是以社區中高齡者為對象，將其個人專長、技能人力素質加以登錄、建檔，並提供就業諮詢、輔導就業、志工服務、人員培訓之高齡人力資源管理與發展相關事宜，藉由中高齡人力的再開發與運用，讓老人有機會服務社區，或再投入職場，發揮畢生的經驗與人生智慧，從而解決勞動力不足的缺口，以及協助高齡者活躍老化。例如：日本針對退休老人人力採取的作法是：居家服務員、銀髮人力中心、老人社會服務團、人力銀行等(李瑞金，1998；涂永泰，1992)。本研究認為：高齡人力資源開發是社區人力資源發展的工作要項，而高齡者更是社區的重要資產而非負債。職是，就實質面而言，樂齡學習社區即係透過學習不斷提升人力素質的學習社區，長青人力銀行是人才庫，是社區中高齡人力再開發、再運用的動能中心，更是發展樂齡學習社區不可或缺的一環。

#### 五、成立高齡者終身學習促進會

高齡者終身學習促進會係一社區專責組織，旨在針對高齡者的各種學習需求，透過社區相關組織的設立，藉以促進社區高齡者獲致高齡學習權的保障，從而持續終身學習行動。林振春(2001)即指出知識社會時代，邁向終身學習社會理想的高齡者方案，必須與學習型社區建立緊密的關聯，才可能落實。並據此提出『學習型社區的工作項目與高齡者參與』策略之一為「組織社區終身學習推動委員會」方案，包括：(一)在此組織下特設社區老人教育推動小組；(二)保障高齡者在此推動委員會中的名額，以保障高齡者權益。可謂直接支持本項實施策略的要旨。要之，成立高齡者終身學習促進會，一則為學習社區注入更厚實的學習機能；再則由於高齡學習者受到妥適的安排，引發學習動機，參與學習活動，有助活躍老化的發展。

#### 六、設置高齡者終身學習資源中心

高齡者終身學習資源中心乃係一專門提供高齡者各項學習資源、諮詢服務的社區組織，旨在藉由學習資源的整合，發展適合高齡者學習的社區學習資源供給系統，透過多重管道的開通，讓社區高齡學習者普享

學習資源。我國 2006 年 11 月公布的老人教育政策白皮書之推動策略八，即提出「增設老人教育學習場所，建立社區學習據點」，例如：協調地方政府釋出因少子化造成正規學校閒置的資源，轉化為「社區老人教育學習中心」(教育部，2006)。基此，在社區中設置終身學習資源中心，益受重視，允宜加以推動，將有助於樂齡學習社區持續其競爭優勢。

### 七、設立樂齡學苑

此社區組織設立，旨在以社區為主體，提供高齡者滿足自我成長與學習需求的終身學習機制，其目的在希冀透過妥善的方案規劃，開設各種適合高齡者學習的課程與學習活動，積極地協助高齡者經營一個可再學習、再發展，獨立、自主、尊嚴的黃金般璀璨的生活學習。本研究鑑於樂齡學苑乃是樂齡學習社區在推動高齡學習工作的動能中心，宜妥為規劃各項執行方案，藉以凸顯其在樂齡學習社區推動高齡學習實務工作的重要性與地位。

### 八、建置行政支援服務系統

行政支援服務系統是樂齡學習社區所設立的行政管理組織，旨在解決社區高齡者在居住或生活中，可能發生的問題提供即時有效的服務。包括身心、健康、醫療、照顧、教育、娛樂、社交、安全等服務與設施。例如：「多元的養生休閒活動規劃」、「提供心理諮詢服務」、「建置各項長期照護支持系統」、「多功能的社區活動中心」、「完善的在宅居家服務」等。此項服務系統係以在地人服務在地人，居住者不移動，環境與服務不斷增加提供，落實在地老化理念的措施。職是，在學習社區的實務運作過程中，建置一多功能的行政支援服務組織，乃是樂齡學習社區追求永續發展不可或缺的一環。

## 柒、結語

老年雖不是揚帆的時候，但不是任其漂流。它是一個充滿機會、生長、學習，將問號轉化為驚嘆號的瀟灑金色歲月，也是一個終身學習之旅。

本研究提出『活躍老化』願景的定位及八項邁向樂齡學習社區的實施策略，代表樂齡學習社區階段性的期許，也提供了對於未來，樂齡學習社區往何處去的全面景像及行動路徑。鑑諸現今世界主要國家的老人教育或老年照護政策，咸以活躍老化為最高指導原則，作為促進高齡者生活品質，勾繪個人健康、社會參與、社會安全的老年圖像。因此，無論是政府機關、學校機構、銀髮住宅業者，均應持續關注此一議題，讓高齡者在社區中，能擁有健康、參與、安全的優質生活，而參與學習則是不可或缺的一環。長江前浪加後浪，勢將激起更璀璨奪目的浪花。歷史勢將證明，老狗也能玩出新把戲。高齡學習將是一個持續不斷的歷程！