

老龄问题研究

面向老年人的居住区规划对策思考

张军民

(山东建筑工程学院建筑系 邮编: 250014)

1 满足养老服务体系의 公建配置

人口老龄化带来的诸多社会和经济问题,其核心是社会与渐趋庞大的老年人群的关系问题,主要是如何使老年人从国家和社会获得物质帮助,保障老年人的生活。所以建立和完善社会养老保障体系,是老年人最迫切需要解决的问题。(表 1)

表 1 老年人最迫切需要解决的问题

问题	就医就诊	安居	及时发放退休金	子女赡养	社会保障体系
百分比	26.79%	9.25%	25.47%	3.96%	34.53%

资料来源: 济南时报 1998.2.10 第 11 版

由于老年人的生理特点,不论何种养老模式均要求有较方便的医疗保障设施为其服务,对千名老年人生活服务设施的需求调查也表明了这点(表 2)。社会养老要求有老年公寓,护理中心设施为支撑;社会家庭共养模式要求有托老所,老年人服务中心为依托。而老年人具有更多闲暇时间的社会特征,使他们除了满足物质生活以外,极其需要更丰富的文化与精神方面的生活内涵,就要求社会提供健身、娱乐、社交、学习乃至发挥余热的必要活动空间和相应的配套设施。随着老年人比重的不断增加,客观上为老年人服务的设施也就有了大量的服务对象和潜在的顾客。

表 2 千名老年人对生活服务设施的需求

项 目	医疗站	服务站	市 场	老年人公寓	洗衣店
人数(人)	434	302	231	221	205
百分比(%)	31.2	21.7	16.6	5.91	14.7

资料来源: 林琳《为老年人创造居住区无障碍环境系统》

众多老年人养老的基地是“家庭”,而家庭又扎根于“居住区”之中。那么居住区公建配置要与之相适应,并符合“老有所养,老有所医,老有所乐,老有所学,老有所为”我国特有的养老服务体系。建议居住区老年人生活服务设施配置系统应从老年人供养设施、老年人医疗保健设施、老年人娱乐设施、老年人教育设施四个方面着手研究。本文仅从定性上提出项目内容,而非量化的标准,意在提出适合人口老龄化的居住区公建设施配置的思路(表 3)。

表 3  居住区老年人生活服务设施配套系统

等    级	总    人    口	老年人口	老年人生活服务设施项目			
			老年人 供养设施	老年人医疗 保健设施	老年人 娱乐设施	老年人 教育设施
居住区级	30 000—50 000	3 000—5 000	福利院 老年公寓 护理中心（一 般、特殊）	老年人专科 医院老年人 护理医院	老年剧场	老年大学
居住小区级	7 000—15 000	700—1 500	托老所（日、全 托）、老年人服 务中心	老年门诊部 心理咨询站	老年活动 中心、健身房、舞 厅	老年学习班
居住组团组级	1 000—3 000	100—300	老年人服务站	卫生站、保 健站	老年人活 动站、活动场地	

2  适应老年人特征的户外空间环境

不同年龄的人，对空间环境的需求各不相同。这一方面表现为人们对空间环境的认识和理解不同，另一方面又表现为对空间环境的选择不同和行为的差异。老年人的特征表现在以下几个方面：

（1）生理方面，随着年龄的增加，老年的感觉系统（走、看、听、说、记忆、书写、阅读）发生退行性变化。在中枢神经、肌肉和骨骼系统的变化以及疾病的困扰下，老年人的活动受到很大限制，使老年人对环境的反映时间变长，克服环境障碍的能力变弱。

（2）心理方面，老年人心理方面的需要概括来说，有安全、交往、尊重三要素。安全是老年人最基本的需要，在行动上表现为对安定和有序的空间环境特别偏爱。交往是老年人极其重要的需要。老年人需要别人的尊重，要求独立自主，大部分老年人进行自己购物等日常活动。

（3）社会方面，退休是老年人的社会主要特征。老年人在社会中的工作角色已丧失，这对老年人来讲是必须要适应的。老年人有了更多的闲暇时间，可以参与更多的社会活动，使用居住区的设施，并能“老有所为”为其他人提供力所能及的帮助。

老化进程带给老年人一系列的生理、心理和社会方面的变化，影响了老年人对环境的感知、判断、理解和行为。应参照老年人的特征来规划和设计居住区的空间环境，以弥补老年人衰退和丧失的机体能力，创造适合老年人的居住空间环境。

符合老年人特征的居住区环境设计可从以下三方面来进行：

首先是加强环境的弥补性。即空间及其中的环境设施应补偿老年人各种能力的下降，但还应保留适度的激励，以维护和锻炼老年人尚存的独立生活能力。老年人日常生活服务设施应尽可能邻近并易于前往，最大的服务半径不宜超过 0.8 公里。公交车应直达老年人住房的附近，扩大老年人出行范围。老年人住房位置宜选择在比较安静的区域，以尽量避免噪音。提供给老年人活动的空间，要使老年人有较大程度的安全感。因此，老年人应当拥有住房附近空间的使用控制权，一定数量的住户组成的组团，应拥有适当的半公共空间，并且老年人能名副其实地控制它。空间的选择要避免陡坡及不规则地形，尽可能减少陡斜的走道，坡道和踏步。地面必须平坦防滑，且外围最好提供绿荫和坐处，以供观赏和休息。并应通风、日照良好避免风口、阴冷等。

其次是环境的强化。我们知道，老年人所发生的退行性变化表现为身体机能的衰减。因此，通过强化空间的秩序、等级、方向性、标志性增强空间环境的识别性，从而使老年人对环境有较准确的理解，并作出较恰当的行为。比如可运用色彩对比以加强主体与背景之间的差异，将字体放大易于识别，改善照明等手段来强化空间环境。

再次要特别注意不同场所过渡时的安全性。在老年人住宅周围要避免穿越性交通，居住区内的道路设计，应避免漫长而垂直的线路，力求蜿蜒富于变化。在道路的转折与终点，及高程发生变化时，可安排有吸

引力的标志,让老年人清楚地觉察。要提供给老年人安全良好的步行系统,且步行道的走向及位置应易辨别,具有鲜明的导向性。步行道上应避免在老年人身体高度内有横向物,以免老年人碰撞。路面要有防滑装置,路面高度有变化时,一般要采用平坦的坡道而非台阶。对细部如灯光、草丛、栏杆、扶手、假石等要专门处理,以免老年人受到意外伤害。

### 3 增加老年人交往的活动系统

从心理学观点来看,老年人需要在户外有可供安静的消遣活动和娱乐活动的场所,供老年人与其它各年龄层人员尤其是老年人本身交往。由于生理原因,老年人从社会参与的主流退出,但是越脱离社会,其生产机能的丧失越加速,为此要积极鼓励老年人参与各种社会活动,使老年人交往活动增加,这样才能延缓生理机能的衰退。

在居住区范围内,概括起来老年人的交往活动系统由基本交往活动圈和扩大邻里交往活动圈组成。

基本交往活动圈是指在老年人日常交往活动中,使用频率最高和停留时间最长的场所,主要局限于老年人住房周围领域,其间老年人交往的对象主要是邻里。在此交往活动圈内又包含两个层次:

(1)住宅入口及邻近区域 这是最小型的老人活动交往的场地,可在住宅底层留出部分空间或适当增大入口的面积,也可将入口雨蓬挑出或在住宅出入口处加大铺地,这便成为老年人户外休息、聊天、晒太阳、观赏的极好场所。

(2)住宅组团级活动场地 与儿童游戏场地分开,并可直接通向住宅单元的各个入口,具有方便的联系和通透的视线。场地宜安排在地势平坦的地方,以羽毛球场大小为宜,也可容纳拳术等各种动态健身活动。

老年人在这个交往活动圈内易产生安全感和亲切感。活动半径约在180~220米,符合5分钟的老年人出行距离。

扩大邻里交往活动圈是指以居住小区或居住区为出行规模的老年人交往活动范围。这是老年人长期生活和熟悉的空间,由于老年人对这里的人文、地理环境有很强的依赖性和怀旧感,因此也很愿意在此类场所进行交往活动。扩大邻里交往活动圈也包含两个层次:

(1)小区级活动场地 这种活动场地可以以一个门球场地为中心,并与老人活动中心、托老所相配合,使老人们在不同的季节和气候条件下能开展各种户内外体育娱乐活动。

(2)居住区级活动场地 这种活动场地应该是开放的、生动热闹的、提供多人停留的地方。它可位于一个独立的区域,也可布置在老年公寓附近,并与老年公寓的室内公共活动设施相配合,这样可大大增加老年人活动的灵活性、多样性以及活动频率。

在此活动圈内的老年人,出于和同阶层老年朋友迫切交往的意向和需求,乐意与“志趣相投的”老年人交往。其活动半径不大于450米,适合老年人10分钟的疲劳极限距离。

通过这样规划设计的交往活动系统,就能使尽可能多的老年人得到增加正式和非正式交往的机会,有助于维持老年人独立生活能力和广泛参与社会活动的机会。

#### 参考文献:

- 1 王玮华·研究老年型城市规划特点及对策·城市规划,1997;4
- 2 洪国栋·中国人口老龄化问题的主要对策·城市规划,1997;5
- 3 王伯伟·可持续发展社区与人口老龄化的对策·城市规划汇刊,1997;3
- 4 杨森·关于老年人的活动·老年问题研究,1988;4
- 5 王爱珠著·老年经济学·复旦大学出版社,1996;6
- 6 我省老年人过千万·齐鲁晚报,1997;11—4

(责任编辑:姜向群 收稿时间:1999—02)