



# 新加坡高齡教育政策探究



# 新加坡高齡教育政策探究

許民忠

國家教育研究院教育制度及政策研究中心副研究員

## 摘要

本文旨在瞭解新加坡高齡教育政策之面貌，以文件分析法為主，探討新加坡高齡教育政策發展背景、發展現況以及省思該國高齡教育政策，提出建議。本研之結論為：（一）新加坡能即早成立跨部會組織，制定成功老化政策架構，奠定高齡教育發展之基礎；（二）新加坡結合個人、家庭、社區、官方及民間之力量，全民邁向活躍老化；（三）新加坡培訓高齡志工，鼓勵高齡者再就業；（四）新加坡建構樂齡健康完整理念，指引多元創新的課程與教學；（五）新加坡強調代間教育，積極促進世代融合。建議如下：我國應（一）成立跨部會高齡社會對策委員會，規劃政策，並整合各部會資源；（二）扶植民間組織，獎助民間團體辦理多元的高齡教育活動；（三）成立高齡教育專責研發機構，提昇高齡教育品質；（四）加強不同世代學習融合的機會，並提供優惠措施；（五）提供全國性高齡志工人才交流平台，促進老有所用。

**關鍵字：**成功老化、高齡教育、新加坡、樂齡

## **A Study of Elderly Education Policy in Singapore**

Hsu Min-Chung

Associate Research Fellow, National Academy for Educational Research

### **Abstract**

This study aimed to understand Singapore elderly education policy. Through document analysis, this study tried to explore the background factors of Singapore elderly education policy, its development and current status, reflecting on its policy for advancing suggestions. The results of this study indicated that (1) Singapore (SG) has earlier established an integrated organization to develop a full range of successful ageing policy framework; (2) SG united with the strength of individuals, families, communities, government and the non-official organizations, moving towards active ageing; (3) SG trained elder volunteers and encouraged the elderly re-employment; (4) SG constructed all-around ideas of active ageing to provide the diverse innovative teaching and curriculum; (5) SG strengthened the intergeneration education to promote intergenerational fusion. Suggestions were as follows: Our government should (1) establish an inter-ministerial committee to administer elder policy and integrate resources; (2) facilitate the development of the private sectors and offer a grant in aid of the diverse elderly educational activities; (3) set up an elderly educational research unit to enhance the quality of elder education; (4) strengthen the intergenerational education and provide incentives; (5) provide a national elder volunteers exchange platform to promote the use of elder resources.

**Keywords: successful ageing, elderly education, Singapore, active ageing**

## 壹、緒論

隨著少子化趨勢以及人類壽命的延長，世界各主要國家高齡人數比率增加，高齡族群是否也讓國家老化或轉而成為社會資產，有賴政府建立完善的高齡教育制度，活躍老化，善用高齡人力資源，以維持國家競爭力。世界衛生組織大會對「活躍老化（active ageing）」的定義為「提供老年人促進健康、安全及社會參與的最佳機會，以提昇其生活品質」〈World Health Organization [WHO], 2002〉。活躍老化可涵蓋健康老化、成功老化、正向老化、就地老化與提供高齡友善環境等說法，但範圍更為廣泛（Han & Braun, 2011）。依據歐盟2012年所訂定之活躍老化指數，乃是從「就業」、「社會參與」、「獨立、健康及安全生活」及「活躍老化能力及有利的環境」四大面向，延伸出22項指標，除了涉及多項身體健康及社會參與多項指標之外，也包括志工活動、就業能力、心靈健康、財務安全、世代交流、使用資訊科技以及終身學習等多項指標（European Centre Vienna, 2013），實可作為各國高齡教育發展之參酌內涵。

對新加坡這個「城市國家」而言，天然資源極度缺乏，人力資源運用便成為國家發展最大的資本，高齡族群也是人力資源重要的一環，亟需高齡教育政策作為引導。事實上，新加坡政府有感於人口老化的威脅，自1980年便針對人口老化議題成立許多政府高層的委員會，積極制訂相關政策目標與架構，目前已建立成功老化政策架構，邁向成功老化，其高齡教育政策之發展背景，值得探究，為本研究動機之一。

其次，新加坡在高齡教育政策規劃與實務方面，經驗豐富，其樂齡教育之推展為人所推崇，我國「樂齡」（active ageing）翻譯一詞便源自新加坡，樂齡學習中心的設置乃受到新加坡高齡教育政策的啟示，國內學者偕同台灣樂齡發展協會成員曾組團至新加坡參訪，並於2011年出版《新加坡樂齡學習組織與實務》專書（胡夢鯨，2011a），

介紹新加坡高齡教育相關組織，並說明其具體作法及成效。有關新加坡高齡教育政策發展現況，值得進一步探討，為本研究動機之二。

新加坡與我國同為華人文化區，在邁向高齡化社會的同時，大多數國家競爭力指標皆超越我國，尤其在21世紀各國倡導終身學習的趨勢下，高齡者職場能力也形成國家競爭力的一環，有必要汲取新加坡高齡教育政策精髓，提供我國高齡教育政策實施之參考，為本研究動機之三。

本研究主要採用文件分析法蒐集資料，蒐集新加高齡教育相關的研究文獻，以便瞭解新加坡高齡教育發展之背景以及高齡教育政策現況與問題。文件資料來源包括期刊論文、專書、國家圖書館之「全國博碩士論文」、新加坡官方統計資料、新加坡高齡教育相關網站資料、教育部樂齡學習網站資料、以及網路上之電子文獻等。其次，為實際瞭解新加坡當地高齡教育狀況，充實本研究之資料，也諮詢多位曾經到新加坡實地參訪的專家學者（包括臺灣樂齡協會成員及某大學高齡教育研究所教授），彙整各方寶貴意見，多方比對校正，增加資料可信度，以利完整呈現新加坡高齡教育政策發展之面貌。

綜合以上所述，本研究之目的歸納如下：（一）瞭解新加坡高齡教育政策發展之背景；（二）瞭解新加坡高齡教育政策發展現況；（三）省思新加坡高齡教育政策，對我國提出建議。

## 貳、新加坡高齡教育政策發展之背景

### 一、新加坡人口結構及影響因素

新加坡人口組成有兩大類：居民及非居民人口。居民則包括新加坡公民（Singapore Citizens, SCs）及永久居民（Permanent Residents, PRs）；有一部份新加坡移民每一年會取得新加坡公民或永久居民資

格，而加入居民人口數；非居民意指在新加坡工作、求學及生活者，不會永久居住的外國人；觀光及短期旅客不列入總人口數。截至2012年6月，新加坡總人口數有531萬，新加坡居民有382萬，包括329萬新加坡公民及53萬永久居民，另外還有149萬的非居民（Non-residents）（National Population and Talent Division, 2012b）。

人口高齡化是當前及未來世界的挑戰，亞洲國家也不例外，預估在2030年左右，亞洲60歲以上之人口佔全世界60歲以上人口數之60%。根據WHO之定義，65歲以上人口數占全國總人口數的7%以上者，即為「高齡化社會」（ageing society），達到14%者為「高齡社會」（aged society），而達到20%者為「超高齡社會」。新加坡為亞洲快速老化國家之一，將於2030年達到19%，即將邁入超高齡社會。諸多影響因素帶給新加坡人口結構不少挑戰，說明如下（Committee on Ageing Issues [CAI], 2006; National Population and Talent Division, 2012a）：

### （一）生育率降低

生育率降低是全球趨勢，隨著第二次世界大戰嬰兒潮(1947—1964年)之後，1960年代中期生育率便快速下降。1957年為嬰兒潮高點期，平均每位婦女生育數為6個，1965年新加坡獨立時為4.6個，1977年為2.1個，自此之後，未再上揚，2008年，已下降至1.28個，2010年為1.15個，2012年微幅上升至1.2個，但此下降趨勢已維持低於2.1個替代率超過30年。由於每年出生之嬰兒數不多，年輕者比例也逐漸下降。

生育率下滑起因於單身人數升高、晚婚者增多、以及結婚後的夫妻子女生育數大為減少。近年來，新加坡單身人數有上揚之趨勢，2001年，新加坡居民30-34歲者，男性單身佔33.5%，女性佔22.3%，到了2011年，男性單身佔44.2%，女性佔31.0%，較10年前高出許多。若以教育背景來看，35-39歲的年齡層當中，受到高等教育的女性最難找到適合的結婚對象，教育程度較低（中學以下）的男性單身比率也



最高。以晚婚情形而言，2001年，男性結婚年齡平均為28.7歲，女性為26歲，2011年，男性上升至30.1歲，女性上升至27.8歲。由於晚婚，第一胎的生育平均年齡也受到延遲，2001年為28.7歲，2011年為29.8歲。以子女生育數而言，對照10年前，年輕夫妻的生育數減少，以2011年為例，30至39年齡層的子數個數平均為1.52，而40至49年齡層的子數個數為2.06。

廣泛說來，社會及經濟因素影響著婚姻及為人父母的決定，如：高等教育擴張延遲民眾進入職場及組成家庭的時間，即使結了婚，面對婚姻困境時，多數人以離婚收場，而非儘可能維繫婚姻。民眾也考量養兒育女費用與社會福利，實難控制其個人自由意志。新加坡官方統計數字顯示，其生育率已從2000年的1.6不斷下降至2011年的1.2，其中，華人種族生育率最低（1.08），印度人也很低（1.09），馬來人較高（1.64）。新加坡政府期待能恢復到以往1.4至1.5的水準。

## （二）高齡人口增加

由於社會經濟發展與醫療服務品質提高，新加坡在過去30年平均餘命增加10年以上，從1980年的72歲增加至2010年的82歲。若以1970年至2009年為例，平均壽命從65.8歲上揚至80.9歲，男性則從64.1歲延長至78.4歲，女性則從67.8歲延長至83.2歲；年老者壽命加長，65歲男性平均壽命從12.6歲延長至17.4歲；65歲女性則從15.4歲延長至20.8歲。截至2011年，新加坡國民平均餘命82歲（男性79.6歲，女性84.3歲），僅次於日本。

新加坡定義高齡者為達到65歲，平均餘命增長使高齡人口數量節節上升。自從1965年宣佈獨立以來，65歲及其以上者，從1965年總人口數的2.5%上升至2009年總人口數的8.7%，換言之，1965至2009年這段時期，高齡人口從47,200上升至330,100。不僅高齡人口增加，高齡人口也變得越來越老，1980年80或80以上歲數佔居住人口的0.2%，有4,500位，至2000年中期增加至0.7%，在2009年時已超過27,800位。在



高齡族群當中，女性比例超過男性，以2009年為例，65或65以上的高齡男女比例是：平均每1000個女性才有795個男性；85或85歲以上的男女比例更加明顯，為1：2。2010年老年人口已上升至12.1%，估計至2030年，將有900,000位高齡者，平均每5位居民，有1位是高齡者。2050年之前，38%之新加坡國民將達60歲以上。

### (三)勞力縮減及經濟負擔

2005年，新加坡12個居民當中就有1個老人，在2030年之前，高齡人口將增加三倍，達到900,000位。尤其戰後嬰兒潮的第一批人口將於2012年達到65歲，即將從勞力市場大量消失。1970年時，13.5位20歲至60歲之工作人口，負責1位65歲及其以上之老人，到了2011年，大約6.3位工作者須負責1位高齡者，在2030年之前，平均2.1位工作者須負責1位高齡者。

面對越來越多人退休及越來越少人投入職場的狀況下，勞動力人口將於2020年開始萎縮，家庭結構也有所改變，年長人口比年輕人口多，為了供養老年者，年輕者必須擔負逐漸增加的稅收及經濟負擔；人口老化可能也導致經濟活力及創新減少，客源減少，並缺乏足夠的人力，跨國公司可能因此不在新加坡設廠，國內公司也會面臨裁員、關閉或另謀出路的窘況，其結果是經濟發展遲緩，難以滿足新加坡人高度的生涯期望，年輕人只好遷移至國外就業，無形中更加重高齡社會中國內年輕人的負擔。其次，面對日益增加的老年人口（2030年將增加3倍），國家醫療保健及長期照護的成本增加，家庭外勞、看護或護士的需求也會倍增，對個人或國家經濟乃是一大負擔。

### (四)人口遷移之調整

移民也是人口變化的一項因素，新加坡在鼓勵結婚及生育之餘，若能調整移民作法，可能有助於減緩人口及勞動市場的老化。新的移民需要一段時間融入社會，太多的移民不利於社會團結。一般而言，新加坡移民想擁有新加坡公民或永久居民資格，其判別標準涉及考量

個別家庭與新加坡人的關係、對經濟的貢獻、個別條件、年齡以及家族情況等，以判斷申請者貢獻國家、融入社會及在地生根的能力。2009年底，新加坡便調整移民政策，掌控移民數量，確保移民能對國家有實質貢獻，與社會融為一體。2011年，有15,777人取得公民資格，有27,521人取得永久居民資格，新的居民教育背景良好，大多數擁有學位及大學文憑。

## 二、新加坡成功老化政策之發展

新加坡自1999年以成功老化（successful ageing）為遠景，意即能培養健康、活躍、財務穩固及生活獨立的高齡國民，並融入家族及社區，相互支持與依賴，建立代間密切的關係，最終創造出具包容性、凝聚力，以及經濟活躍的社會。以下說明其成功老化政策之發展。

### （一）1980年代成立委員會，及早因應人口老化

新加坡早在1980年代便體認人口快速老化的情形，1982年至1984年，便組成「人口老化問題委員會」（Committee on the Problems of the Aged），由當時的健康部長主持，研究老化問題及提出解決方案。該委員會認為人口快速老化的情況下，亟需制訂國家級的政策，其中一項重大的建議乃是要改變社會對老化及高齡者的態度，不容小覷高齡者對勞動市場的貢獻，呼籲將退休年齡從55歲延至60歲，並且提高領取退休金的年齡門檻。另外，也建議以變通的方式為高齡者創造更多的工作機會，例如：部分工時工作、彈性時間上班以及在家工作。該委員會也體認到家庭是照顧高齡者最好的保證，機構的照顧反而最後的手段，因此特別強調培養年輕人善盡孝道（Goh, 2006）。相關的公共政策包括改變中央公積金制度（Central Provident Fund）的老人提撥率、訂定老人之家的最低標準法案、提高高齡人口扶養人的免稅額、以及訂定奉養父母法。1988年也成立老年議題諮詢委員會（National Advisory Council on the Aged），研議相關政策之制訂與實施，例如：從1999年元旦起，退休年齡從60歲提高至62歲（國家教育研究院，2012）。

## (二) 1998年成立跨部會委員會，指引政策方向

人口老化議題，樣貌複雜，呈現變動的狀態，處理此項廣泛及跨領域的議題，需要各部門之間通力合作與協調，因此，新加坡政府的態度乃是以跨部會的方式來處理高齡化議題。1998年便成立跨部會老化人口委員會（Inter-Ministerial Committee on the Ageing Population），該委員會於隔年提出人口老化報告書，針對人口老化六大領域—財務安全、就業及可就業性、公共住宅與土地使用政策、老年人口之社會整合、保健政策以及高齡化社會之團結與衝突等，提出78項建議。該委員會強調家庭為主要照顧者，社區、家庭及高齡者本身必須成為伙伴關係，才能確保老年幸福（Goh, 2006）。

## (三) 成立高齡化議題委員會，提出政策目標、準則與方向

2004年成立高齡化議題委員會（The Committee on Ageing Issues），委員來自民間及公私立部門，整合各委員會以往之各項議題，提出政策建議，期待達到下列目標：1.就個人而言，高齡者應為人所敬重，確保健康、活躍與安全；2.就家庭而言，家庭成員與年長者形成互補，相互依存，發揮家庭功能；3.就社區而言，培養社區意識，提供服務網絡，讓高齡者有機會投入社區；4.就國家而言，需要發展高度的國家意識，因應人口老化帶來的社經問題（CAI, 2006）。

高齡化議題委員會重申1999年跨部會老化人口委員會三項準則，強調高齡者主動參與社會，有能力貢獻社會，而非只是尋求協助的被動參與者，意即：1.高齡者是社會貢獻的成員：相信高齡者也能對社會有所貢獻，盡可能保持其身心健康、活躍社會；2.家庭是關懷照顧的主要來源：相信家庭是照護的主要單位，有必要加強家庭功能，照顧好老人，老人機構是最後的去處；3.各部門形成集體的責任：老年人整體的幸福來自社區、家庭及老年人本身，首先，個人有責任為自己的老年生活做好準備，其次，家庭是第一線照顧者，社區是第二線協助者，協助家庭善盡照顧責任，國家則是規劃好政策，讓個人、社區及家庭扮演好自己的角色（CAI, 2006）。

2012年，第一批戰後嬰兒潮之高齡者達到65歲，新加坡為因應社會轉型與挑戰，高齡化議題委員會於2006年便提出人口老化報告書（Report on the Ageing Population），形成高齡者政策方向，歸納以下四點（CAI, 2006；Goh, 2006）：

- 1.高齡者住屋—應提供廣泛的居住選項（如組屋、公寓、私人住宅），符合高齡者實際需要，並鼓勵居住於家庭及社區當中，得到更多的關愛與支持。建構高齡友善的居住環境為首要，確保安全舒適。
- 2.高齡者便利—無障礙環境對老人極為重要，各個建築物、交通工具及各個接點應朝無障礙努力，方便老人往來住家及公共設施之間，並有利於高齡者參與社區或私人活動，過著樂齡的生活。
- 3.高齡者照顧—提供完善的健康與老人照顧服務，滿足老年人不同的需求，確保生活品質及尊嚴；對於居住於社區中的高齡者，健康及照顧服務能有效率、划算及便利。
- 4.高齡者機會—促進高齡者健康及正面積極的生活態度，提供世代情感交流的機會，滿足高齡者活動及學習選項，以展現高齡者活力與經驗。

除外，高齡者擁有豐富知識及經驗，為社會珍貴之資源，雖然到了正式退休年齡，依然十分活躍，工作慾望強烈，政府有必要協助其就業，貢獻社會。事實上，新加坡十分強調競爭力及人才運用，盡其可能從世界挖角及高薪聘用，以發展國家經濟，這種思維也影響高齡教育政策，政府不希望老人職場退休後，成為依賴人口或社會無用的一群，因此往後又推出老所有為政策，提供高齡再就業的方案，使老人退休後有人力可以再運用。

#### （四）成立內閣層級委員會，擬定成功老化政策架構

2007年3月，新加坡總理李顯龍任命總理公署部長（類似我國政務委員）林文興組成內閣層級的「高齡化部長級委員會」（Ministerial

Committee on Ageing [ MCA] )，整合各部會資源，評估高齡化帶來之社會問題，該委員會必須提供策略性與政策指導方向。新加坡並非一個福利國，政府遂採取「全民參與」的策略，由政府擬定架構，結合個人、家庭與社區的力量，因應老化。社區發展、青年及體育部（簡稱社青體部，但自2012年7月31日進行重組，成為社會和家庭發展部）主要負責管理新加坡有關人口老化等議題，成立工作小組，如「三方樂齡工作就業組」及「部長級老化工作組」，並結合其他社會福利機構，共同推動代間融合的政策與活動，從「保障」、「參與」和「健康」三大面向，實現新加坡「成功老化」的遠景。其政策架構如下四點（王維妮，2011；凌展輝，2011；Ministry of Social and Family Development [MSF], 2009a）：

- 1.老有所為：增加高齡者就業機會和財務保障，使高齡者保持就業狀態，經濟上能獨立，此乃成功老化的重要環節之一。高齡者可以繼續為國家經濟做出貢獻，一方面填補勞動職場空缺，一方面維持其經濟獨立，減少對家庭及政府的依賴。另一方面，政府也透過中央公積金制度來確保高齡者經濟來源無虞，如1987年開始規定公積金最低存款計畫，確保有一筆錢留在退休戶頭。
- 2.老有所醫：提供完整且收費合理的醫療保健與老人照護制度，確保老人需要照顧時，能繼續獲得醫療和老人安養服務，滿足他們不同的需求。新加坡醫療費用昂貴，政府硬性規定一部份的公積金納入保健儲蓄中，並提供全面性負擔得起的醫療保健和樂齡護理。
- 3.老有所養：推展在地老化，提供完善社區措施，包括無障礙生活環境及交通系統，讓老人家與子女一起居住，結合政府、社區、家庭及個人力量，就地養老。
- 4.老有所樂：推廣活力老化，確保高齡者能維持身心健康，持續效力社會，乃是成功老化的重要指標之一。1978年成立第一間樂齡俱樂部，辦理各項活動，鼓勵高齡者參與及終身學習。社青體部也成立活躍樂齡理事會，推廣「活躍樂齡」的概念。此外，新加坡的樂齡

據點主要包括鄰里服務中心、樂齡活動中心、民眾聯絡所、康樂中心和樂齡學院，以後政府也將增設6間日間護理中心及22間樂齡活動中心。

除了官方力量之外，理應結合民間人力與資源，培養高齡者獨立自主的力量，讓高齡者感受變老也是一種樂趣，積極體驗生命，選擇適合的工作機會，並從事各類銀髮產業與服務。圖1顯示成功老化政策之架構：

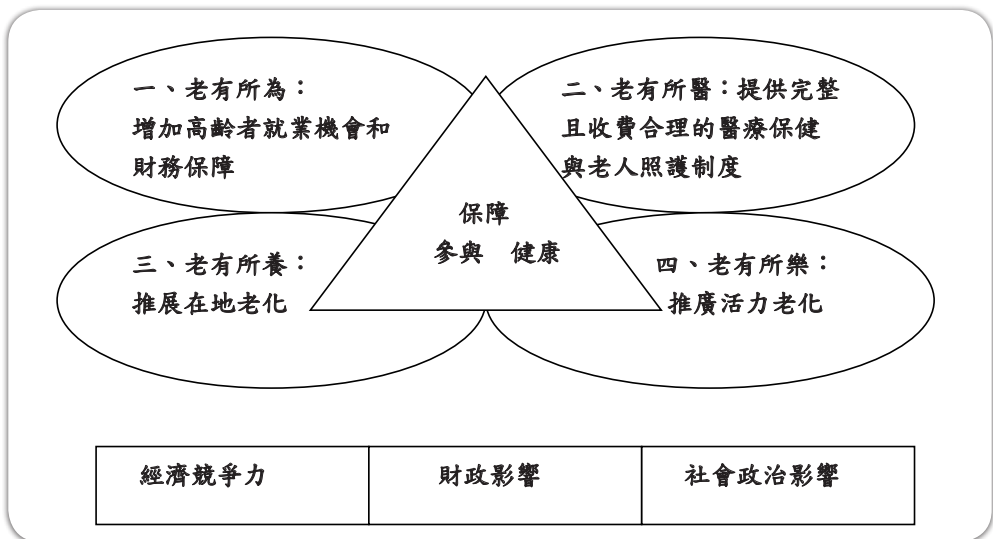


圖1 成功老化政策架構圖

資料來源：MSF (2009a). State of the elderly in Singapore 2008/2009: release1, p. 5. Retrieved from [http://app.msf.gov.sg/Portals/0/Summary/research/State%20of%20the%20Elderly\\_Release%201.pdf](http://app.msf.gov.sg/Portals/0/Summary/research/State%20of%20the%20Elderly_Release%201.pdf)

## 參、新加坡高齡教育政策發展現況

新加坡以「樂齡」或「樂齡人士」尊稱高齡者，以「樂」取代「老」，意謂「快活」、「安樂」之意，以「樂齡」呈現老年人快樂學習而忘記年齡的圖像，顯示出新加坡高齡教育的最佳標誌。新加坡樂齡教育之推廣機構涵蓋官方與民間組織，官方機構如「社區發展、



青年及體育部」，民間組織如「活躍樂齡理事會」，此兩大機構是新加坡推動活躍樂齡的兩大機構，在政策擬定與實務運作上，均展現優異的質量績效（朱芬郁，2011）；其他民間組織如快樂學堂、飛耀樂齡服務、樂齡志工組織等在樂齡教育推動上亦功不可沒，以下說明新加坡高齡教育相關機構及其具體作法：

### 一、社會與家庭發展部主導高齡教育，定期提出調查報告，並提供相關服務

社會與家庭發展部（Ministry of Social and Family Development, MSF）屬於新加坡內閣新成立的部會，於2012年11月1日由先前之「社區發展、青年及體育部」改組而成，透過政策、社區基礎設施、方案和服務，培養新加坡「心實力」（heartware），主要使命在於建構一個充滿愛心和韌性的社會，個人不畏懼挫折，家庭一體，社會有溫情，共同克服挑戰。

MSF管轄的政策範圍廣泛，自1980年以來便成立跨部會委員會處理人口老化問題。MSF也是樂齡教育的主導機構，與其他部會和機構形成策略聯盟，解決相關問題，如：活躍老化與就業、家庭護理和家庭協助、健康和社會保健服務與設施發展、老人安養之人力開發等。其次，人口老化加上平均餘命的延長，罹患慢性病及其他疾病之年長者非常普遍，全面性的照顧老人的方式必須顧及身體、情感和精神方面的需要，MSF乃與衛生部密切合作，發展綜合性衛生和老年保健服務與方案（Ministry of Community Development, Youth and Sports [MCYS], 2009）。

歷年來，MSF於固定時期提出人口指標統計數字及高齡化政策各項報告，如：1999年提出跨部會人口老化報告書、2005年提出全國高齡居民調查報告、2006年提出人口老化報告書、2008年提出老人學習需求調查報告、2009年提出新加坡老人概況報告書等、2013年提出2011全國高齡居民調查報告以及非正式照顧調查報告書（MSF,



2013)；另外，也自行或與其他單位合作，出版老人關懷相關手冊，如：瞭解老人（2000年）、如何安度晚年（2000年）、如何有效與老人溝通（2000年）、了解長者受虐待和忽視—如何檢測和協助、家庭第一—2009年家庭狀況報告、活躍老化手冊等（MCYS, 2009）。

除外，MSF也針對高齡者提出相關服務，項目包括：（一）友善服務：家訪、電話呼叫、規劃外出及出差、發放配給、援助較孤立的老人；（二）諮商服務：協助高齡者及其家人處理困境，保持身心健康；（三）老人活動中心：提供老人社交娛樂場合、緊急服務、資訊服務、監測體弱及閒居家中之老人、醫療諮詢；（四）其它服務：高齡族群之家（針對肢體傷殘者）、老人服務熱線、庇護之家（針對無家庭依靠者）、長期及短期照顧服務、社區照顧服務（MSF, 2013）。

事實上，社青體部於1999年便全年度引介樂齡（active ageing）公眾教育，強調提早規劃好老年及高齡者，以維持樂活的形態，並參與家庭及社區活動。在媒體、學校及志工團體的協助下，發展對老化及高齡者正面的態度。除外，還有許多類似的計畫也在進行，培養敬重高齡者的態度。每一年度皆頒發高齡公民榮譽獎（Seniors Citizens Award），獎勵模範祖父母及社區樂活之長者，供其他年長者仿效（CAI, 2006）。由以上可知，MSF及其前身扮演著新加坡高齡教育政策推展之最高指導機構，根據各個報告書，擬定政策方案並提供相關老人服務。

## 二、活躍樂齡理事會揭示樂齡健康六大面向，定期辦理活躍老化活動

活躍樂齡理事會（Council for the Third Age, C3A）成立於2007年5月，屬於半官方機構，兼具公私立色彩，揭示樂齡健康六大面向：靈性健康、社交健康、知性健康、身體健康、情緒健康以及職業健康（Council for the Third Age [C3A], 2012），其目標在於創造一個充滿樂齡的社會，藉由教育、推廣及夥伴關係，老年人可以按照自己的興

趣和能力，融入社會，過著積極和有意義的生活。該理事會注重三個領域：（一）促進老年樂觀就業：培養老年人及其家人樂觀就業的態度，促進社會參與及幸福；（二）實用社會老年學：提倡成功老化的觀念，並瞭解社會對老化的看法；一方面以社區為基礎，安排老年學課程，傳達成功老化訊息，培養對老化正面的態度—「活得好，老得好」；另一方面與其他機構形成策略聯盟，創造成功老化的例子，吸引新的伙伴加入，豐碩成果；（三）終身學習：透過代間學習課程，改善大眾對老人的看法，加強世代之間親密關係，達成社會一體（C3A, 2012, 2013b）。活躍樂齡理事會也揭示樂齡健康六大面向，如圖2：

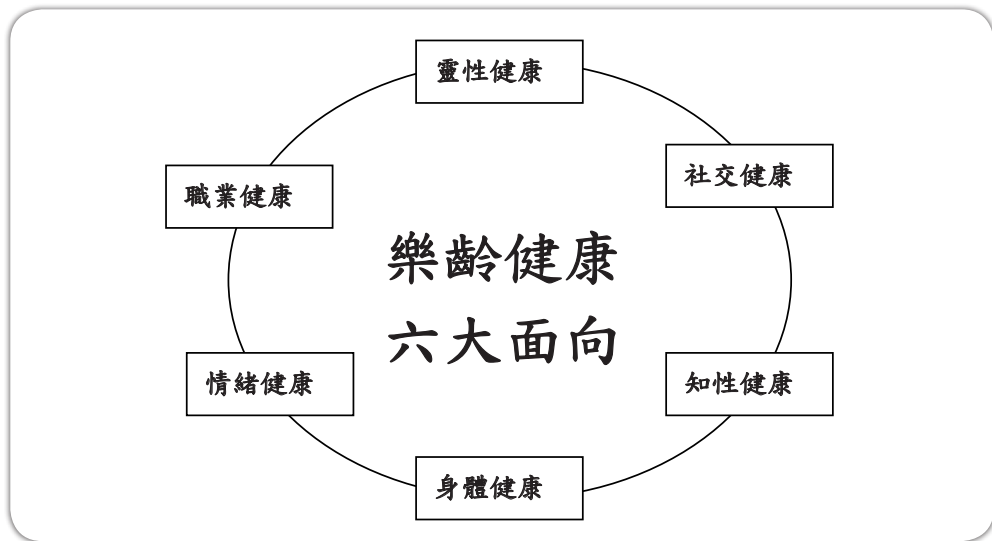


圖2 樂齡健康六大面向圖

資料來源：C3A (2012). Active ageing & 6 dimensions of wellness. Retrieved from <http://c3a.org.sg/active-living>

有關樂齡健康六大面向之理念，說明如下：（一）靈性健康：意指一個人可以欣賞生命的深度與廣度，以及宇宙中自然的力量，自己擁有一套價值系統，引導其日常生活，也願意探討人類生存的意義及目的，對多元文化理念保持開放；（二）社交健康：意指一個

人能與環境及社區維持和諧關係，並尋求之間正向及相互依賴的關係；（三）知性健康：知性健康意指終身學習，隨時隨地充實知識與技能，鍛鍊心智，形式不拘課堂學習、閱讀或嗜好追求；（四）身體健康：意謂擁有良好的身體素質，能優遊自在老化。健身可以提升高齡者健康與活力，健身四大要素為：力量訓練、耐力運動、平衡訓練及伸展運動；（五）情緒健康：意指一個人可以自由表達情緒，接受自身與別人不同的情緒，肯定生活。情緒健康者可以獨立工作，必要時，也會尋求與別人合作，有效處理壓力；（六）職業健康：意指一個人可以從工作中得到滿足及自我實現，符合自己的價值、興趣與信念。職業健康者能從事有意義的工作，貢獻自己的才能，進而擔任志工，發揮貢獻社會的本能，所投入的時間與精力也會獲得回報，豐富自己的生活(C3A, 2012)。

C3A在政府經費挹注之下，陸續推動各項新政策與活動方案，2007至2013年所辦理的活動主要有以下幾項（王維妮，2011；C3A, 2007, 2008, 2009, 2013a）：

### （一）活躍樂齡季

活躍樂齡季（Active Ageing Festival）屬於年度盛事，時間長達5個月之久，以2009年為例，主要活動如下：

- 1.活躍樂齡嘉年華（Active Ageing Carnival）：整整有2天（6月20-21日）的時間，超過3萬人參與慶祝活動，活動多采多姿，讓大家體會活躍老化的精神。其中有1000人參與競走的活動，各種興趣社團及志工福利機構也展示精彩不同的活動；
- 2.活躍老化街頭秀（Active Ageing Roadshows）：連續2年（2008-2009），由活躍樂齡理事會贊助五個社區發展協會，將活躍老化措施推展至新加坡中心地帶，第二年由中心地帶者（共17,025人，增加20%），跨越新加坡，將活躍老化訊息傳達至家家戶戶；

- 3.活躍老化慶祝活動（Active Ageing Celebrations）：由活躍樂齡理事會贊助NTUC俱樂部倡導活躍老化生活方式，將近7000人參加，內容涵蓋退休與再就業、健康與幸福、運動與健身、理財以及親子趣味活動等；
- 4.傑出活躍樂齡獎（Active Agers Awards）：此獎項乃是對於活躍樂齡者的肯定，起了示範作用，激發同儕，在465個提名當中，有5位獲得年度活躍樂齡獎，第六位獲獎者則是由新加坡通訊發展局（Infocomm Development Authority of Singapore, IDA）頒佈的冠軍獎項，表示該位得獎者最能將通訊科技融入生活；
- 5.祖父母節（Grandparents' Day）：祖父母節為每一年11月的第四個星期，表揚祖父母對家庭及社會的貢獻，並強調世代連結的重要性。

## （二）活躍老化公眾教育運動

「活躍老化」對新加坡人而言，還是新穎的概念，有必要加深民眾印象，實際採取活躍老化生活的行動。因此，活躍樂齡理事會乃通過撥款、贊助和組織大型公眾教育活動，鼓勵老年人多利用機會，過著有意義的老年生活。同時，也營造活躍老化的生活文化，改善社會對老年人的觀點，以正面的眼光看待。從2009年5月至2010年3月，活躍樂齡理事會辦理許多戶外活動，推動活躍老化概念與生活方式，製作大型海報宣傳，以2008年傑出活躍樂齡獎作為海報上宣傳示範，強調樂活不受年齡限制，鼓勵高齡者突破自己，勇於追求。

## （三）黃金時機基金

黃金時機基金（Go! Fund）先前由社青體部提供2千萬資金設立，資助推展活躍樂齡理想的社區機構，支持樂齡人士發展各種計畫與活動，如：志工培養、終身學習、健康、網路以及銀髮產業市場開發與服務等，皆符合補助範圍。另外，也從中提撥一部份基金，成立代間連結獎（Intergenerational Bonding Awards, IGB），補助代間交流相關之方案。以2009年為例，有28項計畫獲得補助，超過3萬位高齡者

受惠，其中還有6位獲獎，藉此鼓勵更多機構推展代間教育，並表揚典範。

#### (四)樂齡公眾教育伙伴計畫

樂齡公眾教育伙伴計畫（Public education on Active Ageing Partnership Programme, PEA）為政府資助的基金計畫，協助推廣樂齡教育之第三團體，活動內容須符合推廣活躍樂齡的精神，類型多元，如：樂齡工作坊、娛樂或體育競賽、代間互動方案、樂齡概念創意推廣活動、或是與樂齡嘉年華結合的相關活動。2009年，補助11個計畫，嘉惠4,000位高齡者。

#### (五)知識網路平台

知識網路平台是活躍樂齡理事會新的創舉，共提供兩個網路平台，一個是樂齡興趣網路（SIGN-IN），提供有共同興趣的高齡者，分享網路資源與資訊；另一個是高齡方案知識網，目的在於促使活躍老化及老年學知識之分享，提高民眾對老化議題的興趣，共同面臨人口老化的挑戰，並進一步分享高齡相關的知識，促進情感交流。2013年又開闢C3A入口網站，提供高齡者友善介面，方便老人取得各項訊息。

#### (六)銀髮產業博覽會

銀髮產業博覽會（50PLUS EXPO）目的在於縮短產業與消費群之間的落差，特別針對50歲以上的人士設計，2009年首次舉辦，為期兩天，2012年有132個廠商參加，參展內容涵蓋保健、學習、生活、理財、旅遊等，將高齡產業新知介紹給大眾。2013年則以學習、聯絡及參與為主軸，高達30場會議，涵蓋腦力提升、立遺囑以及部落格建置等各式各樣議題，參加人數達75,000人。

#### (七)建立理財策略聯盟

活躍樂齡理事會與郵政儲蓄銀行形成策略聯盟，提出一系列方案、產品與服務，以迎合嬰兒潮世代及新時代的樂齡人士健康與理財

的需要。首先推出活躍鄰居計畫，其中包括協助高齡客戶進行銀行交易或學會銀行自助服務。2010年4月，又聯合推出活躍現金卡（Active Card）。此卡提供了一系列好處，如醫療保健、生活特享、現金折扣，以及避免詐欺交易的可能性，使高齡消費者充分享受樂齡生活。

#### （八）辦理學術活動

活躍樂齡理事不定期進行老人調查工作，如2008年民眾對高齡者態度調查報告、2009年新加坡嬰兒潮高齡者調查報告；另外，也辦講座或工作坊，2009年之活動如下：1. 於9月14-16日三天，執行「活躍樂齡理事與牛津活躍老化機構計畫」，邀請知名學者討論老化議題，包括未來醫療照顧的模式、灰色人力的啟示、科技對工作與照顧的影響等；2. 辦理亞洲老年學經驗研討會：10月1-2日兩天，與新加坡國立大學政策研究所聯合辦理，集結100位來自亞洲15個國家之學術界、政府和社會服務人士，針對老年醫學訓練和研究的最佳做法進行意見交流，並進行地區性的合作；3. 辦理實用老年醫學認證課程：2月23日至3月15日，與國立大學衛生系統聯合辦理研習，協助醫療服務者瞭解老年科學及高齡者專業照顧；4. 專題講座：2010年2月21-26日，特邀老年醫學研究所主任及任教於多特蒙德大學（University of Dortmund）社會老年學的格哈德·內格勒（Gerhard Naegele）教授擔任老年醫學研究計畫認證課程講座，介紹老年實用醫學，並與決策者、從業者和學者分享他的專長。

### 三、飛躍樂齡服務為自願福利團體，深入家庭及社區，推動高齡教育

飛躍樂齡服務在新加坡頗富盛名，成立於1991年，隸屬於先前之「社區發展、青年及體育部」，包括「家庭服務中心」和「社區服務」兩大體系，乃是以推動樂齡服務活動的自願福利團體。該機構之使命是：透過提供高素質的社會服務，達到轉變生命的目標；願景是：透過整合性的社區網路，協助人過著豐盛有意義的生活，最



終成為一間卓越的機構；目標有四：（一）採用以家庭為基礎、以實證為根據的課程和服務，協助社區因應社會與家庭的變動與需要；（二）提升勞動技能和知識，提高專業服務水準；（三）不斷革新，促使機構全面性改善服務品質；（四）透過與國內外個人或團體之知識與經驗分享，強調機構的社會責任。其價值觀有四：正直—說到做到、團隊合作、創新與學習、設想周到。「飛躍」的標誌代表了生命轉變的過程，意味著一個人可以克服過去困難，轉變成煥然一新的自己，也象徵著一個人從舊有生活跨越到理想生活之間的蛻變（Fei Yue Community Service, 2012）。

1997年7月成立第一所家庭服務中心，隨後，不但推出不同的活動與支援計畫，更陸續在不同地點開設輔導中心，茲簡介推動飛躍樂齡服務的「家庭服務中心」、「鄰里服務中心」、「退休人員中心」以及「老人活動中心」，其服務項目如下所述（朱芬郁，2011；Fei Yue Community Service, 2012）：

- （一）家庭服務中心：有三間家庭服務中心（油池、武吉巴督、蔡厝港），目的乃針對有經濟困難、婚姻問題、親子問題、人際關係問題的個人或家庭，提供援助和輔導；同時也為兒童、青少年、家庭和高齡者提供發展性和預防性的課程。服務項目包括：1.核心課程：專業輔導、諮詢與轉介、預防與發展性課程；2.延伸課程：志工培訓、家庭教育、青少年課程、樂齡服務。其中，樂齡服務乃藉由舉辦各項活動，鼓勵高齡者過樂齡的生活，加強隔代關係。活動包括：三代同堂研討會、三代同堂活動、講座或工作坊以及培訓。
- （二）鄰里服務中心：有兩間鄰里服務中心（荷蘭弄、武吉巴督），目標為：1.在社區提倡志工精神，使高齡者及其他居民活躍生活，融入社區；2.建構社區互助網路，提高社區內的福利服務；3.成為居民與社區服務機構的橋樑，特別針對老弱社群；4.提供節目與活動，促進世代之間的互動關係；5.警報系統操作。相關課程及活動如下：1.核心課程：志工服務、網路互助發展、如何共同協助老弱



者、代間活動設計、警報系統管理；2.中心活動：晨間運動、馬來語學習、茶藝、基礎英文、基礎英語會話、基礎電腦、舞蹈課、手工藝、華語學習、廣東歌教唱；3.其他活動：理髮服務、戶外活動、女性身體按摩、家庭教育講座、社區推廣計畫。

(三)退休人員中心—蔡厝港飛耀樂齡中心，目標為：1.促進退休人員身心健康；2.拓展退休人員生活及社交圈，並加強隔代感情；3.提供退休人員發揮的平台，找到生命價值與意義。相關課程及活動如下：1.核心課程：身體律動、語言發展、邏輯發展、人際發展、創造力發展、自我覺察發展；2.其他課程：戶外活動、家庭教育座談、代間活動、社區服務、志工發展；3.中心活動：語言學習、歌唱、手工藝、舞蹈、晨間活動、遊戲。

(四)老人活動中心—有兩間（德惠、荷蘭弄），協助照顧60歲以上的低收入高齡者，避免這些弱勢的高齡者孤立於社會，辦理的活動或提供的服務有：郵票交換、血壓測量、心智刺激遊戲（避免老人癡呆）、每月慶生活動、資訊及轉介、日常活動（如晨間運動、互動遊戲、免費早餐）、特殊項目（如郊遊、唱歌班、電腦班、免費理髮、街區聚會、茶敘）。

除了以上之機構外，飛躍社區服務下設高齡者服務組（Eldercare Service Division），2011年提供一項特別的計畫，稱為「安寧照顧—祝福之旅」，此項計畫攸關死亡教育，死亡在新加坡也是禁忌話題，有必要對於死亡採取正向的態度，並討論安寧照顧和生死議題（Fei Yue Community Service, 2011）。2014年7月也將辦理第四屆臨終關懷與生死學研討會，顯示對老人死亡教育的重視。2013年，高齡者服務組也辦理資訊科技樂趣週，免費教導老人使用桌上或平板電腦，以及玩電腦遊戲（Fei Yue Community Service, 2014）。

2008年5月31日，飛躍社區服務特別為高齡者成立飛耀樂齡學院（Academy of Active Ageing，簡稱AAA）。AAA專為華人開設第一

個證書課程，招收對象為50歲或以上，且能以華文讀寫的樂齡人士，協助高齡者可以同時學習輔導技巧和第三齡自我成長的知識。課程為期六個月，有一系列有關社區服務及人文發展的知識和訓練，其目的有四：倡導高齡志工、提倡終身學習、保持活躍生活、促進社會網絡發展，繼而能積極貢獻社會及家庭。開辦這項計畫的宗旨是：讓高齡者透過課程的訓練，改變思維，面對年齡老化，活得更精彩及更有意義。除此之外，這項課程也鼓勵高齡者/退休人士成為社區的鄰里大使或準心理諮商師協助專業輔導員擴展與推廣輔導服務。課程是以中文來教學，引起熱烈迴響（Active Ageing Academy, 2012）。另外，2012年5月8日，飛躍樂齡學院專為非華人者開設黃金年齡學院（Golden Age College），提供短期必修及選修課程，必修課程如：基礎心理學（7.5小時）、家庭生活教育（7.5小時）、體驗課程（7小時）；選修課程如：化妝美白課程（3小時）、高齡者自我防衛（3小時）（Golden Age College, 2010）。

#### 四、成立全國性樂齡志工組織，運用高齡人力服務大眾

樂齡志工組織（Retired & Senior Volunteer Programme, RSVP）是一個非營利組織，由當時的總理吳作棟於1998年10月推出，成為高齡者貢獻社會的組織。該機構乃依據RSVP組織法，設立一個管理委員會，委員會成員皆是志工，包括專業人士、經商者、退休的學校校長及其他。RSVP的目標為「分享與服務」，鼓勵高齡者積極投入社會活動與參與，使退休生活更有意義。RSVP在活動設計中，結合教育、健康、資訊科技與代間整合等四大區塊，並融入高齡學習的概念，使參與的過程不限於「志工服務」，使個人更渴透過學習，獲得自我肯定與自我成長。目前，RSVP執行的計畫有以下十項（Retired & Senior Volunteer Programme [RSVP], 2014）：

##### （一）心智障礙者外援計畫（Mentally Disadvantaged Outreach Programme）

此計畫為RSVP與心理衛生機構合作，RSVP志工扮演照顧者角

色，協助精神障礙者恢復健康，適應社會。

## (二)活躍老化樂齡計畫 (Active Ageing Seniors Programme)

此計畫乃高齡者社區參與之全國性計畫，旨在維護老年身心健康。透過藝術及手工、運動、唱歌、跳舞、語言、說故事以及演講活動等，高齡者可以輪流分享社區生活點滴。該計畫有兩項措施：1.表達方面：包括自我充實活動與健康生活講座；2.視覺方面：滿足高齡者對攝影的喜好，包括工作坊、戶外攝影、數位圖片處理。。

## (三)網路科技引導計畫 (Cyberguide Programme)

此計畫乃藉由高齡義工的協助，教導其他高齡者資訊科技方面的技能。多年來，RSVP資訊中心已訓練出數以千計的高齡者，也由於教導高齡者有成，創造不少佳績。RSVP與微軟公司合作，提供高齡者學習微軟2007的機會，通過考試後，可取得微軟辦公軟體專業認證。

## (四)銀髮資訊科技維修計畫 (Silver IT Care Programme)

此計畫旨在傳授資訊科技基本技能和知識，以利老年人管理家務及進行一般電腦維修。此外，還鼓勵老年人，形成自助性的團體或社群，分享最新訊息，以利電腦維修，協助老年人自行解決簡單的科技問題，充分享受科技便利。

## (五)樟宜機場大使計畫 (Changi Service Ambassadors Programme)

此計畫讓高齡者與樟宜機場員工合作，扮演「流動大使」，引導到達樟宜機場的訪客及旅客至機場內不同區域（如購物區、用餐區及娛樂出口）；也提供過境購物引導以及機場外交通指引之服務。

## (六)伙伴計畫 (MyBuddy Programme)

這是一項家庭訪視計畫，與大醫院合作。高齡志工由健康專家指導，定期探訪出院的老人，陪伴病人，表達關懷，並提醒服藥，以減少老年人寂寞，能照料自己，樂觀看待人生。

### (七)接待計畫 (Hosting Programme)

此計畫是一項行之有年的既定方案，接待對象為國立新加坡大學 (NUS) 和淡馬錫理工學院的國際學生，以及短期接受培訓的政府官員 (隸屬於外交部事務計劃)，以下說明此三項計畫：(1) 理工學院接待計畫：協助國際學生適應新加坡的生活，給予信心，特別是英語；也包括邀請他們過農曆新年和其他慶祝活動，以及其他有趣的活動 (如：音樂會)；(2) 國立新加坡大學接待計畫：此項計畫類似理工學院，對象通常是大學及研究所學生，另外還有國際交換生；(3) 外交部事務計劃：包括短期停留的政府訪客，停留大約兩個星期。在兩個星期內，來賓會有一次到新加坡人家中作客，讓客人與新加坡家庭成員有所交流，留下美好的回憶。

### (八)學習之旅計畫 (Learning Journey Programme)

此項計畫是一項戶外學習的活動，提供高齡者與兒童有趣的互動機會。高齡者擔任義工，解說地方歷史，並傳達正確的價值觀 (如喜愛環境)，學生必須完成簡單的學習單，看看自己學到什麼。此項計畫的特色在於藉由高齡者擔任解說員，參與終身學習、活躍老化及代間融合之活動，學生也可以多瞭解新加坡的歷史及種種成就，以新加坡為榮。高齡者要擔任解說義工，需事先經過訓練，解說參觀地點涉及水壩、水庫、樟宜機場第三航廈、溼地、海灣、舊工廠、乾草乳品及農夫市集中心等。

### (九)指導計畫 (Mentoring Programme)

此計畫由高齡志工擔任指導員，指導欠缺家庭支持的低收入戶學生，有三小時課程，於放學後進行，活動包括講故事、藝術創作以及角色扮演，同時也灌輸道德教育 (如：堅持、責任以及同情)。

### (十)高齡導覽計畫 (Senior Guide Programme)

此計畫可協助高齡者終身學習、維持社交、心智活躍、得到滿足與認可、實現導覽者夢想及分享知識等，高齡志工在以下七個定點服

務：（1）新生水訪客中心：志工引導學生參觀該中心的陳列館，那是一項極為刺激興奮的活動。志工也協助戶外活動工作坊之進行，教導色譜分析與反滲透水簡單實驗；（2）Marina水壩：志工於週末擔任大使，宣導水資源保護及愛惜環境；（3）新加坡科學中心：志工在中心各個陳列館作導覽服務；（4）環境水資源部想像畫廊：擔任中學生導覽志工，解說新加坡環境及其遠景；（5）竹腳婦幼醫院：志工在入口處，引導方向及提供協助；（6）文化遺產保護中心：志工對遊客團體解說二級以上之文物，了解國家文物局如何管理、保存和收藏古蹟；（7）邱德拔醫院：對來自學校或社會之團體進行解說、擔任口譯以協助醫生或大眾溝通；（8）海事博物館和水族館：對來自學校的團體進行解說，讓學生熟悉海事博物館和水族館的主要設施與陳列。

## 五、「快樂學堂」提供高齡者終身學習的園地，服務人群及社區

新加坡的「快樂學堂」（YAH!Community College），是由馬林百列家庭服務中心於2005年創辦的一個非營利的社區服務計畫，提供50歲以上之年長者多樣的培訓課程與活動，繼續發揮潛能，並增強自身與家庭和社區的凝聚力。YAH 代表Young-at-Heart!，即「心不老」的意思，快樂學堂相信活躍老化將改變社會對老人的刻板印象與負面的評價，使高齡者在過程中重新找回自身尊嚴與價值，其理念是要促使高齡者改變心態，積極正面地繼續為社區服務，而且相信唯有從實踐中學習，親身體會，才能夠使得高齡者在晚年階段經歷自我發展及轉化，賦予老化積極的意義。其目標有三：（一）藉終身學習來促使年長者成功達到活躍樂齡之目的；（二）協助年長者發展潛能，成為領袖，引導同儕或未來的年長者成為有尊嚴、活躍與快樂的族群；（三）以公眾教育、社區參與、討論活動等方式，改變社會對老化的刻板印象（YAH! Community College, 2014）。

「快樂學堂」旨在營造一個讓高齡者生活有意義及價值的社會，讓活躍老化成為生活的方式。提供的課程與活動如下（YAH! Community College, 2014）：

### (一)樂齡快樂學課程

從2005 年至今，快樂學堂讓1600多名樂齡改變生命，擁有樂活生活。2013年開始，快樂學堂則積極推動樂齡在自我實現之餘，也能為他人服務，成為快樂的愛心散播者。課程內容將包括應用樂齡學（如溝通、家庭關係、心理、看護者等課題），以及讓高齡者有機會體驗並學習社區服務的樂趣。

### (二)專業證書課程

以2013年為例，開設的課程有：基本英語會話、基本中醫、初級聲樂班、資訊科技等，以上課程分別於1月、5月及8月份開班，主題有所不同，為期3個月，共27.5小時；除外，也開設iPad/iPhone短期課程（10小時）。

### (三)傳愛行動網

這是一個完全由高齡者自主發起的學習行動項目。高齡者聚在一起分享及學習彼此的興趣，技能與經驗。快樂學堂也鼓勵高齡者在學習之餘，把自身的快樂及收穫傳遞到社區中需要幫助的高齡人士。

社區學習小組可以依照自己的服務熱忱，選擇不同的行動項目。在快樂學堂的激發及鼓勵下，小組能夠承擔各項活動規劃。社區學習小組的目的即是讓樂齡者在社區中學習，並將學習成果回饋在社區中。社區學習小組成為快樂學堂在社區中的行動種子，將更多愛心傳出去。興趣交流的主題有：體育活動（如太極，排舞）、精神層面（如瑜伽、讀書會）、工藝美術（如串珠、中國結）、休閒生活（如書法、烏克蘭麗麗、口才訓練）。

### (四)社區大使培訓

1.預防嗜賭推廣大使：新加坡有鑒於賭博問題日趨嚴重，快樂學堂於2008年首次與全國預防嗜賭理事會合作，培訓本地第一批「預防嗜賭推廣大使」。培訓課程涵蓋「社區服務課程」及「預防嗜賭課



程」。如今，共有88個高齡者完成了這為期120個小時的培訓課程。

這項培訓課程包括了賭徒個案研究和參訪賭博機構（新加坡博彩和新加坡賽馬俱樂部）的實地考察。過後，這群充滿活力的大使們將會自行舉辦所有的公共教育活動。而宣傳活動主要是為了提高公眾對嗜賭的意識及為問題賭徒的家人提供援助。大使們也需要參加每週3小時的討論與交流會。這群大使讓大眾對嗜賭的嚴重性更瞭解，並通過特別設計的遊戲、講座及戲劇來推廣。目前為止，已超過132,000個公眾因大使們的志願工作而受益。

2.心理健康大使：在新加坡，精神病患者共有百分之十三，但卻只有三分之一的精神病患者尋求治療。一些分析資料顯示，心理健康促進模式能夠有效地減緩精神疾病。心理健康促進模式中，陪伴服務目的主要是提升個人的積極想法，例：自我實現、社會支援、以及建構有效地應對技巧和社會關係。這項服務主要是針對患有心理健康問題者，志願服務者將會與患者們建立支援網路關係，透過此關係帶領患者們參與社區各個活動以幫助他們重拾信心以及自我實現。目前快樂學堂共有55位校友被訓練成為心理健康大使。大使們本身具有普通精神病患常識，其主要服務對象的年齡為45或以上者。目前為止，共有150位以上患者透過友伴服務計畫與大使建立了關係，並且透過大使們的帶領下逐步走進社區裡。

### （五）「我愛樂齡」活動

新加坡稱呼高齡者為樂齡人士，正在提倡我愛樂齡活動，改變社會對老年人的刻板印象，肯定老年人的獨特性與尊嚴，相信只要社會對老年人採取更積極創意的作法，必定能激發更多的潛能。目前已成立臉書網站，鼓勵大眾留言，同時也記錄老年人生活點滴及其對社會的影響。



## 六、政府補助民間組織，積極強化代間教育

新加坡人非常重視家庭，高居九成的民眾特別強調其重要性，對家庭生活也表達滿意的態度。新加坡人家居生活的快樂大多源自親子關係良好、家人健康情況良好以及夫妻感情和諧（MSF, 2009b）。政府為了強化家庭功能，深覺家庭生活必須與工作取得平衡，因此，在人力資源運用上，會考量到家庭生活，目前以五天為工作時間，在工作場所也採取輔助的措施，如：彈性時間的安排、奉親假、子女養育假（CAI, 2006）。事實上，依據新加坡住屋發展局2008年的調查報告，有60.3%的高齡者與配偶及（或）未婚子女同住，10.9%的高齡者與已婚子女同住，獨居者或與別人同住者各佔19.3%及9.3%。有59.6%的高齡者，有意願想與配偶及（或）未婚子女同住，14.6%的高齡者有意願與已婚子女同住，不想獨居的比例從2003年之24.3%下降至18%。即使不住一起，父母與子女也想就近居住，方便探訪與照顧，在過去20年，父母與子女約有九成一個月至少會面一次，有將近九成的子女會照顧生病的父母（MSF, 2009b）。由此可見，新加坡父母與子女之間的家庭聯結頗為強烈，互相依賴及照料的意願也很強，有利於實施代間方案，發揮家庭功能。

為了促進與祖父母及世代間的聯繫，2002年，社青體部設立工作小組，由家庭事務（Family Matters）機構及社青體部本身負責贊助，開始世代溝通計畫。自2002年起，新加坡有許多單位和團體都在推行代間方案（International Learning Programme, ILP），包括社會福利團體、活躍樂齡理事會、飛耀社區服務、人民協會、學校、國家圖書館、宗教團體等，倡導不同種類的代間活動，主要活動如下：

### （一）活躍樂齡理事會之代間活動

自2011年4月開始倡導，以社區為單位，提供高齡者終身學習及世代交流的平台。在教室中，由年輕人擔任教師角色，教導高齡者，特別是教導資訊科技、照相及數位處理。代間活動之課程有兩種模式：  
1. 預先開發的課程：涵蓋資訊科技及健康管理兩類，前者涉及數位技

能，教導高齡者透過網路與家人及朋友保持聯絡；後者教導高齡者為自己的健康負責，吸收保健知識，如：營養、運動、健康老化、預防跌倒及心理健康；2. 客製化課程：只要不違背代間方案的精神，學校可發揮創意，自行發展課程（C3A, 2014）。

## （二）飛耀社區服務家庭中心負責代間課程規劃

自2013年6月開始，由活躍樂齡理事正式任命飛耀社區服務下屬之家庭中心為代間方案課程規劃機構，透過訓練、諮詢及分享最佳的作法以及參與的學校，提供課程架構、教學方法以及能力指標。代間課程之目標有三：1. 促進高齡者心理與社交健康：學習與世代交流可以避免老年癡呆及憂鬱等疾病；2. 世代交流可以改善老年人及年輕人彼此之間負面的看法與態度，凝聚社會團結；3. 促進終身學習蓬勃發展：老年人同儕之間的學習課程較多，應增加世代學習課程，特別是由年輕人教導老年人的課程（Family Central, 2014）。

## （三）推行親家庭政策

1. 稅務優惠計畫：照顧父母、殘障的父母、配偶的父母、祖父母、曾祖父母者，若符合相關條件，享有7,000至11,000元新幣之稅務優惠；另外，全職母親若將小孩委由祖父母照顧的話，每年可獲得3,000元新幣之稅務優惠；2. 贍養父母法令：凡60歲以上，無法照顧基本需要者，可透過法庭向孩子領取贍養費；3. 購屋津貼：已婚子女或父母第一次購買組屋的地點，若距離父母或已婚子女住處距離在2公里以內，可享3至4萬元新幣的購屋津貼；已婚子女申請預購組屋，若想和父母同住或住在附近，機會比其他申請者多一倍；4. 社會福利政策：透過政府部門，結合其他社福機構，共同推動親家庭和代間融合的政策與活動（凌展輝，2011）。

## （四）機構代間方案活動

1. 三合一中心：將不同年齡層需要照顧的族群規劃在同一大的機構內，彼此有自己的活動空間，也有互動的活動空間，更將日常的活

動結合在一起，讓老少彼此學習與分享快樂；2. 學校：補助學校在校推廣家庭教育、學生參與社會服務計畫、推展樂齡義工參與計畫；3. 幼稚園：把家庭教育帶入幼稚園，辦理各項家庭教育活動；4. 國家圖書館：國家圖書管理局也辦理閱讀計畫，由高齡志工在圖書館講述一系列的故事給小朋友聽（凌展輝，2011）。

## 肆、新加坡高齡教育政策省思

在面臨全球老齡化的趨勢，新加坡擬定高齡教育相關政策，帶領國家邁向成功老化，對此發展歷程與背景，值得省思與學習。另一方面，成功老化為新加坡高齡教育的願景，新加坡社會凝聚力強，政府善於與民間團體合作，並發揮家庭及社區功能，達成政策目標。高齡教育政策的順利推動，除了政府主導的力量之外，民間組織功不可沒，其發展特點與相關問題，亦值得吾人省思與學習。以下綜合學者意見，說明如下：

### 一、新加坡高齡教育政策發展背景分析

#### （一）重視人力資源開發，倡導終身學習

在客觀環境不利的狀況下，人力資源是最大的國本，新加坡政府善用人力資產，獲利能力傲居亞洲四小龍之首。一般人對於高齡者的刻板印象是：需要依賴的、需要照顧的、教育程度低…等等；但隨著嬰兒潮世代受過良好教育者之老化，有越來越多教育程度良好的高齡者，渴望有終身學習的機會，新加坡政府認為有必要為這些高齡者量身訂作高齡學習計畫，提供彈性化且可負擔的學習；提供更具支持性之環境，協助高齡者進行終身學習（湯玲玲，2004）。在全球化經濟競爭的態勢下，新加坡在高齡教育政策面向，以終身學習為依歸，藉由高齡者的再學習，帶給社會附加價值的資產。誠如魏惠娟（2011）指出，新加坡已塑造「終身學習，自我要求」的學習文化，意味濃厚。

## (二)能及早確立宏觀的政策思維，實際採取行動與對策

新加坡政府的本能往往可以逆勢操作，轉頹勢為優勢。新加坡自1970年代開始，短短30餘年，人口快速老化，衝擊國家發展，乃迅速採取行動，推行社會整合、住屋安排、人力開發、財政安全、醫療照顧，提倡活躍老化與強調世代之間良好互動，邁向成功老化（凌展揮，2011）。除外，新加坡政府從1980年代開始，便展現行動，陸續成立跨部會委員會研擬對策，1999年，跨部會老化人口委員會以「成功老化」政策思維為基礎，目標在於協助老人成為健康、活躍、經濟獨立的樂齡者，內容具整合性，不會只關注老人單一面向（王維妮，2011）。2007年，委員會層級拉高至內閣，提出全方位的成功老化政策—老有所為、老有所氧、老有所樂；活躍樂齡理事會（C3A）的成立，使高齡成為全國議題，掌握「活躍老化」核心概念，拓展靈性、社交、知性、身體、情緒、職業等六個面向，形成系統完整的理念背景（魏惠娟，2011）。

## (三)政府挹注民間團體，致力於樂齡教育推動及高齡產業

新加坡體會到政府力量有限，民間活力無窮，樂齡應是全民運動。為實現成功老化理念，2007年成立高齡化部長級委員會，委員會成員認為因應高齡化不能只仰賴政府力量，應結合民間資源與人力，尤其要培養高齡者獨立自助的能力。為了推廣活躍老化，政府乃提撥經費，輔導民間設立專職機構，2007年5月乃正式成立活躍樂齡理事會，扮演活車頭的角色，推動各項樂齡方案（王維妮，2011）。政府的功能在於提供願景、制定架構與指標、補助經費及績效評估，民間組織才是高齡教育真正的推動者（胡夢鯨，2011b；魏惠娟，2011）。隨著高齡人口的增加，銀髮產業勢必成為高齡化社會新興的產業，配合終身學習的趨勢，值得掌握先機，利用未來的樂齡學習方案進行創業及企業經營（魏惠娟，2011）。

## 二、新加坡高齡教育政策發展現況分析

### (一)社會與家庭發展部現況分析

高齡化問題為全球及全國的問題，勢必涉及其他部門，高齡教育能否成功實施，高齡者之健康問題、經濟問題、住屋問題、生活問題也必須同時解決，因此這是跨部會的問題，需要成立跨部會委員會，才能畢其功於一役。新加坡主管人口老化相關政策之主要部門為社會與家庭發展部（MSF），其前身為社體青部，下設老化政策部長及委員會，由政務部長（相當於我國行政院政務委員）擔任主席，有利於整合政府其他部門與機構，推動高齡教育相關政策（胡夢鯨，2011b）。換言之，負責高齡教育政策跨部會委員會形同一個智囊團，能顧及不同層面，對於國家因應人口老化之應興應革提出政策建議，然後由MSF與其他部會合作，制訂高齡相關政策，才能符合國家最大的利益。

## （二）活躍樂齡理事會現況分析

活躍樂齡理事會為新加坡政府推動高齡教育的代表機構，成立至今有5年，致力於達成活躍老化理念之實踐，提升高齡者靈性、社交、知性、身體、情緒、職業等六個面向之健康，其發展現況有以下之特色（王維妮，2011）：

### 1.由政府扶植活躍樂齡理事發展，影響力深遠

新加坡地小人稠，基於國情與政府結構，以中央集權並輔以跨部會委員會之方式運作，在政策方針引導、政策宣導、基礎建設落實、經費挹注、以及活動的辦理，較能突破體制，依照政策辦理，而達到立即的效果。活躍樂齡理事在新加坡政府鼎力協助之下，財物穩固，能固定辦理全國性大型的活動，成為高齡教育推動的亮點。

### 2.活躍樂齡理事採企業化經營，具創業家精神

活躍樂齡理事具扁平化組織特色，分工清楚，高度結構化，講究成效，而且是非會員制的社會企業，以全民利益為考量，消弭社會問題，讓高齡者生活有尊嚴。其實踐方式也常跳脫傳統思維，力求創新，如辦理長期的活躍樂齡季取代短期的樂齡嘉年華、與郵政儲蓄銀

行共同開發活躍現金卡，皆展現出創業家精神。除外，活躍樂齡理事也重視資源整合，與其他組織合作，如辦理博覽會、提供知識分享平台，創造更大的利益。

### 3.以第三齡者為主要服務對象，多元創新

活躍樂齡理事會積極倡導活躍老化，各項活動皆以活躍老化為號召，不拘形式，貼近生活，以協助第三齡者達到成功老化。其運作理念基礎涵蓋社交、知性、身體、職業、情緒以及靈性等六大層面，以此發展出多元創新的活動，如節慶活動、產業博覽會、樂齡講座、體驗活動、表揚樂齡傑出人士等。

#### (三)樂齡志工組織現況分析

我國樂齡中心雖有志工培訓，但因培訓不普遍及缺乏有系統的組織，未形成如新加坡樂齡志工組織的規模（胡夢鯨，2011b）。新加坡樂齡志工服務項目及範圍廣泛，充分運用高齡人力資源，對個人及社會發展呈現雙贏的局面，以下說明其發展現況之特色：

#### 1.政府大力補助，以社會企業模式經營

樂齡志工組織（RSVP）由新加坡政府社福基金高額補助成立，奠定長期發展利基，同時也向活躍樂齡理事申請各類補助方案，推出服務計畫，短短10幾年，成果輝煌。而且，RSVP採社會企業模式經營，雖然員工為高齡志工，但組織架構嚴謹、分工與責任清楚、績效指標清楚、考核不含糊、方案定位明確，市場有所區隔，能發揮志工專長與興趣（陳雪珠，2011；魏惠娟，2011）。

#### 2.充分利用及訓練高齡人力，提供全方位服務

（1）以利基概念辦理志工組織：高齡退休人士乃是一群經驗豐富與心智成熟的年長者，有不同的專長與興趣，因此，在志工的運用上，長久之計，務必以個人才華或興趣為基本考量，才能發揮其服務熱情，貢獻所學。另一方面，利基點必須與市場潮流配合，高齡者有



其專長，但若無法與市場潮流配合，便無法展現其市場價值。如學童督導計畫或心智障礙外援計畫，為市場所需，如果高齡人力可以支援，便能凸顯高齡者在社會的價值；（2）提供彈性化志工服務機會：樂齡志工組織與其他組織合作，提供各式各樣的志工機會，高齡志工可以根據自己的意願，選擇適合自己時間、地點、興趣或專長的服務類型；（3）實習與實作並行：參與志工服務的高齡者，有所謂行前訓練，包括：服務機構工作內容、技能要求、應有的義務旅行，權益保障及保險項目；（4）全方位自我服務概念：RSVP的成員，除活動及課程參與之外，必須擔負該中心的行政業務，使業務運作及活動辦理順暢；（5）多元服務概念：RSVP除了提供多元的服務之外，也提供多元的組織管理諮詢服務，內容包括：策劃方案、財務管理、人力資源管理、合作協商、工作流程重設、標準化處理流程、社福企業規劃、各式訓練課程（高文彬、李雅慧，2011）。

### 3.充分發揮高齡人力資源，展現其社會價值

新加坡提供高齡志工服務平台，善用高齡者豐富技能與經驗，一方面傳承知識與經驗，避免斷層；另一方面展現高齡者社會價值。以社會需求而言，由於新加坡是高度觀光產業的國家，導覽成為高齡志工活動重要的一環，包括機場導覽、景點導覽、教學導覽等；除外，接待工作也符合社會需求，如：海外學生接待、外國政府官員來訪接待等。其次，弱勢團體的照顧也符合社會需求，如：學童的陪伴與教育、心智障礙者的陪伴與看護等，皆可提供高齡人力揮灑的空間（高文彬、李雅慧，2011）。

### 4.推廣退休準備教育

新加坡的RSVP藉由教育、健康、資訊科技與代間教育，提供高齡者一個服務的平台，但志工對象不僅限於高齡者，亦招募即將邁入高齡或準備退休之人士（40-49）歲，提供社會參與的機會，預先體驗高齡生涯，提前規劃退休生涯，使將來之退休生活能正向發展（高文彬、李雅慧，2011）。



## 5.提供代間整合方案

新加坡的RSVP也注重代間教育，避免家庭結構改變帶來世代疏離，因此在10個計畫當中，學童督導計畫及理工學院學生外援服務等兩項計畫便利用高齡志工協助弱勢家庭兒童以及國際學生，提供家庭溫暖，增進世代之間經驗與感情的交流（高文彬、李雅慧，2011）。

### (四)飛耀樂齡服務現況分析

飛耀服務服務範圍廣泛，涵蓋老人、兒童、幼兒、青年、家庭與社區，樂齡服務只是其中一環，其發展特色如下（朱芬郁，2011）：

#### 1.飛耀是新加坡樂齡服務績效特優的志願福利團體

飛耀是一所學習型組織，為新加坡首次獲得「ISO9001：國際標準化認證」以及「人力資源發展計畫」證書兩項殊榮之機構，2002年級2009年也分別獲得新加坡品質獎及企業卓越獎。

#### 2.以樂齡為理念，強調獨立自主與輔導素養培訓專業課程

飛耀涵蓋六個服務中心，其中有三個中心推動樂齡服務，以樂齡為主軸，推動相關活動。家庭服務中心之核心課程特別強調諮商輔導，飛耀樂齡學院也開設實用輔導證書課程，強調輔導技巧之培養。飛耀樂齡學院也提供第三齡成長課程，協助高齡者能自立更生。

#### 3.重視志工發展，強調社區服務

鄰里中心的核心課程強調志工服務，新加坡有八成以上的居民住在政府的組屋，社區運作顯得更重要，社區志工的培養有利於社區安全與服務，特別是獨居或共租之低收入高齡者，從事志工可彰顯「老有所用」、「老有所為」，深具意義。

### (五)快樂學堂現況分析

快樂學堂相信高齡者仍具無限潛能，其發展特色與趨勢如下：

### 1.教學方式創新多元，重視體驗與分享

快樂學堂上課的對象為高齡者，而且不限制學歷，其教學方式乃脫離傳統巢臼，多元創新。上課方式採小組討論、體驗學習、服務學習方式，並透過對話、分享與反省，結合大家的知識與經驗，激發高齡者學習熱忱（蕭玉芬，2011）。

### 2.對高齡者抱持正面看法，創新課程

快樂學堂對於樂齡族的看法不自我設限，以開發潛能角度規劃學習課程，相信老年人仍具備年輕人的活力，安排潛水、搖滾、攀岩…等活力十足的課程，注入創新的元素（魏惠娟，2011）。

### 3.依據課程理論規劃的觀點，規劃較有深度的學習內涵

快樂學堂的課程規劃觀點，超越一般高齡者休閒娛樂的觀點，重視課程深度，並提供證書，顯示較為完整的課程規劃（魏惠娟，2011）。

### 4.因應社會高齡化趨勢，將朝社會企業化經營

快樂學堂黃校長正思考未來將朝企業化經營，開設分店，擴大經營視野，以因應高齡人口的增加（魏惠娟，2011）。

5.培訓領導人：未來將規劃6-8小時課程，進行催化員訓練，培養高齡者成為某種興趣的種子教師，甚至有能力服務社區中失智及憂鬱症患者（魏惠娟，2011）。

## (六)代間教育現況分析

新加坡固然重視代間教育，但面對人口老化以及現代化科技文明的挑戰，世代之間的年齡與距離漸行漸遠，世代之間的關係也面臨挑戰，代間教育可能面臨的困難如下：

### 1.祖孫相處時間減少

2004年新加坡聯合早報的一項調查顯示，55歲以上的高齡者有近七成有孫子，但只有53%在幫忙照顧孫子，越來越多的長者認為自己操勞大半輩子，應該過自己想過的生活。而且，年齡較大的年長者（65歲）以上，照顧孫子的比例較少，加上年輕人較晚生小孩，到時候父母恐怕將超過60歲，心有餘而力不足（凌展輝，2011）。

### 2.付費參加的意願不高

參與代間教育需要花費，上述調查顯示，有38%的回答者不認為自己有足夠的錢養老，而一般樂齡人士也不願意花錢參加活動，辦理機構通常必須自行擔負活動費用，因此，付費的活動，參與的意願不高（凌展輝，2011）。

### 3.高齡者參與活動的意願問題

上述調查顯示，只有17%的高齡者（55歲以上）過去一年曾參與活動，58%沒有參加，25%根本不知道（凌展輝，2011）。2008年，一項全國性樂齡人士需求調查顯示，高齡者參與活動，年齡是一大關鍵，年紀越大者，參與意願越低；其次，教育程度也會影響，教育程度高者參與程度較高，而具有電腦知能者，參與的意願也較高（Tan, 2008）。

### 4.社會未來更多元化

新加坡是多元種族、多元語言的社會，雖然英語為主要語言，但是有許多人諳英語，尤其馬來族及印度族群無法參與華語或英語為主的樂齡活動；再者，新加坡也是移民社會，越來越多的新移民，也構成語言及溝通障礙，不利於代間教育之實施（凌展輝，2011）。

## 三、新加坡高齡教育發展對我國的啓示

我國高齡教育之發展歷程約略可分為三期：(一)愛心服務期：

1978年開始，由宗教團體發起，秉持敬老尊賢的態度，辦理「愛心服務」的活動；(二)福利服務期：1980年開始實施老人福利法，公部門社交機構與民間的社會福利機構有系統推動「福利服務」；(三)學習權益期：在終身教育理念引導之下，教育部與民間福利部門全面推動老人教育（教育部，2012）。但長期以來，我國政府較重視老人福利及照顧，老人教育的投資相對減少。例如：1980年就通過老人福利法，2007年開始提出「老人長期照顧十年計畫」，預計投入817億，而在前樂齡時期（2008年推動樂齡教育之前），老人教育投資平均每人大約只有70元（魏惠娟，2012）。目前，臺灣高齡教育政策之推展，已由福利取向轉為樂齡學習，期望55歲以上之中高齡者能「快樂學習，忘記年齡」。2006年，教育部便提出「邁向高齡社會：老人教育政策白皮書」，揭示四大願景：終身學習、健康快樂、自主尊嚴、社會參與（教育部，2006）。2008年，教育部開始推動樂齡教育，設置樂齡學習資源中心，並委託國立中正大學成人及繼續教育系及高齡教育研究中心，成立「樂齡教育行動輔導團」，對於新成立的樂齡學習中心，進行交流、督導訪視及培育人力，開啟老人教育新的里程碑（魏惠娟，2012）。

平心而論，我國對於人口老化的敏感度不若新加坡，具體行動落實高齡教育的腳步也較晚，成功老化程度不若新加坡。一項調查顯示，87%的新加坡人相信高齡者在社會能扮演活躍的角色，而且75%的新加坡人也認為新加坡人比以往更加活躍，新加坡人認為70歲才是老年的開始（MCYS, 2009），可見其心態之年輕。新加坡在邁向成功老化的歷程中，政府扮演適當的角色，發揮民間組織的力量，從理念形成、傳達及落實，分工清楚，一脈相承，對我國有莫大的啟示，以下說明之。

### （一）新加坡政府角色功能的啟示

#### 1. 政府必須發揮決策與主導的角色，制訂架構與績效指標：

政府必須建立具決策能力跨部會工作小組，協助整合政府資源，

落實高齡政策（王維妮，2011）。其次，由政府主導，制定成功老化的架構，激發民間活動的創意，換言之，政府有必要擔負架構建立的責任，整合相關資源，不需主導活動辦理（魏惠娟，2011）。最後，由政府制訂績效指標，讓民間在執行時有所依據，而且在全面開放的情況下，可呈現多元並達到品質的管控（魏惠娟，2011）。

## 2.政府能與民間通力合作，建構完整的樂齡體系：

政府推動高齡政策，必須與民間單位有良好互動，授權予合適之民間單位，代表政府，推動常態性大型活動，以擴大民眾得高齡議題之認知。另一方面，政府必須建立樂齡學習獎勵制度與補助機制，扶植民間組織，鼓勵創意提案，提供不同的服務，並加強產官學三方合作，建構完整的樂齡體系，滿足不同的學習需求與樂齡服務，奠定成功老化及高齡政策之基礎。關注於第三齡之活躍老化，才能減少長期照護之需求（王維妮，2011；胡夢鯨，2011b）。

## 3.政府必須充實高齡教育經費，支援民間團體：

績效卓著的民間團體，通常都獲得政府補助，但隨著高齡者增加的趨勢，未來將有更多的民間組織參與高齡教育，需要政府更多的支援與協助。政府有必要固定編列預算或成立「樂齡基金」，集結民間資源，擴充樂齡學習的經費。因應未來高齡人口增加，政府應給予民間團體充分的支援與協助（朱芬郁，2011；胡夢鯨，2011b）。

## （二）民間組織運作對我國的啟示

### 1.民間組織運作之順暢與否，有賴政府政策理念引導：

人口老化議題之因應，需有明確發展願景與理念作為引導，C3A成立後得以順利運作，在於新加坡政府過去20年打下的基礎（1980年代開始），其施政方針明確，取得社會共識，反觀台灣，尚缺乏整體嚴謹性的討論，即使2006年訂頒老人政策白皮書，也缺乏中長程計畫配合（吳明烈、陳雯萍、楊國德，2008；胡夢鯨，2011b）。

## 2.高齡服務與學習機構之運作理念，應朝正向老化思維創新活動

綜觀我國樂齡學習活動，常呈現單一面向的活動內容，偏重醫療方面的服務，不像C3A呈現活潑多樣的活動，以活躍老化進行老人教育，因此台灣在規劃老人活動，應朝正向老化發展，而非負向老化或自然老化（王維妮，2011；胡夢鯨，2011b）。

## 3.培養專業的高齡教育推動者

我國民間推動高齡教育，以社會福利為主，尚未有計畫性及系統性的培育高齡專業人才，凸顯我國推動高齡教育之專業師資不足（教育部，2012）。新加坡除了政府的架構清晰之外，也十分強調實務工作者的專業素質與自我要求，以便注入創新的元素。因此，除了要求基本學歷（如大學畢業）外，也可開設長期進階的課程，授予證書。例如：飛耀樂齡學院開設80小時以上的課程，長達6個月，然後舉行畢業典禮；快樂學堂也開設終身學習認證課程。我國社區大學也開設18週的課程，新加坡課程較具內涵，我國可開設定期更完整的課程，於結業後辦理畢業典禮，增強學員成就與榮譽感。

## 4.成立全國性樂齡志工協會，充分開發志工人力資源

臺灣有許多高齡組織，但是倡導高齡者服務的機會並不多見，可見我國高齡者參與志工的比例甚低。一方面我國樂齡志工培訓並不普遍，另一方面未形成有系統的組織（胡夢鯨，2011b）。如果能學習新加坡RSVP的實踐經驗，設立全國性機構，整合中高齡資源，並加以訓練與包裝，將國家需要與高齡人力結合，一方面可滿足高齡者自我成長及自我價值感的需要，一方面可將中高齡的資源及影響力擴大至整個社會層面，發揮更大的效益（胡夢鯨，2011b；高文彬、李雅慧，2011）。

## 5.落實退休準備教育

我國在推動退休準備教育，零零星星，不足以應付以後的退休生



活。一項調查顯示，約有33%的退休族群缺乏退休的養老計畫（黃富順、林麗惠、梁芷瑄，2008），可見退休準備教育的重要性；而新加坡藉由RSVP，鼓勵中年人參與社會活動，提供擔任義工的機會，預先規劃退休生涯，此種方式值得我國參考（高文彬、李雅慧，2011）。新加坡甚至以40歲為老化教育及退休生涯規劃為起點，40歲者就必須開始思考自己的健康與人生規劃（李孟芬，2011）。

## 6. 加強代間教育，促進世代融合

我國國情與新加坡類似，同屬於儒家文化圈，重視倫理道德。但物質文明的發展，情感交流淡化，老人歧視多所存在。新加坡高齡機構大多提供代間方案，進行代間教育。如：RSVP整合中高齡資源，協助弱勢兒童及國際青年，促進世代之間的和諧發展，值得我國參考（高文彬、李雅慧，2011）。飛耀社區服務提供組屋照護、家庭教育中心及學生關懷中心，形成三位一體的照顧模式，可促進代間友誼及縮短文化差異（黃鈺樺，2011）。新加坡三合一中心亦是成功的案例，將老、中、青、幼巧妙安排在一起，學習大家庭相處，互助互愛。而我國較缺乏橫的聯繫，有許多福利場館內，有老人福利單位、幼稚園、婦女會或青少年中心，但分屬於不同行政管轄，各有各的方案，實難造成互動。未來，應該在各個高齡者活動據點，提供世代場域分享的機會，促進世代融合（李孟芬，2011）。

## 7. 加強社區功能，協助正向老化

新加坡高齡教育為全民參與的教育，以家庭為中心，以社區為範圍，以政府為架構，家庭為第一個支持點，家庭力量不夠的話，則有賴社區發揮實質力量（胡夢鯨，2011b）。培訓社區志工，開設樂齡實體商店，在新加坡有不錯的成效，臺灣亦可培育高齡志工，除了擔任行政工作外，亦可開設實體商店，增加收入及高齡教育機構運作經費。除外，新加坡飛耀樂齡學院畢業的高齡者，可以擔任鄰里大使，協助社區宣導工作（如個人安全、預防犯罪等），並提供老弱及貧苦者心理及社交網絡支援。另外，修畢快樂學堂—「社區教育證書課

程」者，可以將所學貢獻社區，如擔任社區健康大使、預防嗜賭大使等。因此，深耕社區服務，培育樂齡推廣大使也是我國值得學習的作法（朱芬郁，2011）。

## 8.提供諮商輔導服務，重視生命教育

高齡者會遇到許多老年問題，包括個人煩惱及家庭問題，相關的輔導機制特別重要。飛耀樂齡學院開設心理輔導課程，希望畢業者可以輔助心理輔導工作，協助釐清社區問題，提供老人及家庭適當的支援。其次，高齡者在心理層面必定面臨死亡問題，飛耀樂齡服務也重視此區塊，陸續辦理相關的工作坊，滿足高齡者生命意義的追求，並以正向態度看待死亡。快樂學堂則體認到樂齡學習課程不能只停留在消遣層次，乃加入生死議題，藉由經驗分享，讓學員體驗生命的價值。我國高齡教育機構一方面可針對老人諮商輔導需求，提供必要的協助，另一方面應加強高齡者生命教育，圓滿其生命（朱芬郁，2011；魏惠娟，2011）。

## 伍、結論與建議

### 一、結論

#### （一）新加坡能即早成立跨部會組織，制定成功老化政策架構，奠定高齡教育發展之基礎

影響新加坡高齡教育政策發展之人口結構因素為生育率降低、高齡人口增加、勞力縮減以及人口遷移等因素，但新加坡洞察先機，自1980年便針對人口老化議題階段性成立政府高層委員會，積極制訂相關政策目標與架構，成為成功老化的國家。

#### （二）新加坡政府結合個人、家庭、社區、官方及民間之力量，全民邁向活躍老化

對新加坡而言，高齡教育為全民教育。首先，乃是以個人為出

發點，希望建立新加坡成為各年齡層最適合居住的國家；然後，以家庭為中心，並藉由代間教育，強化家庭照顧功能，促進世代和諧；再者，以社區為範圍，訓練高齡者擔任志工、樂齡大使或鄰里大使，照顧弱勢貧苦者，甚至開發銀髮產業。為推展高齡教育相關活動，由政府制定政策架構，提供願景與績效指標，然後扶植民間組織，採取社會企業化經營，官方與民間機構分工清楚，發揮全民推動政策的力量。

### (三)新加坡政府整合高齡人力資源，培訓高齡志工，鼓勵高齡者再就業

對新加坡人而言，70歲才步入老年，政府也大力補助樂齡志工組織，行之有年，提供退休人士適才適所及彈性的服務機會與場域。高齡志工進入家庭、社區、學校、醫院、圖書館、機場，照顧兒童、弱勢者或幫助需要幫助的人，形成社會的一股極具影響力之暖流。另外，高齡階層也是新加坡人力開發的資源之一，使人才運用與經濟發展相得益彰，以便調整一般人對高齡者不事生產、體弱多病的刻板印象，政府並以減稅方式鼓勵企業主晉用退休員工，減少國家經濟負擔。

### (四)新加坡建構樂齡健康完整理念，指引多元創新的課程與教學

活耀樂齡理事會揭示樂齡健康六大面向，包括社交健康、知性健康、身體健康、情緒健康、工作健康及靈性健康，極為完整。此六大面向也指引民間團體課程方面的設計與規劃，呈現多樣化的活動與課程：休閒娛樂、健康活動、代間課程、心理輔導、生命教育。另一方面，也深化課程內涵，提高參加的意願；上課方式也多元：小組討論，體驗學習，服務學習，並藉由對話、分享與反省來完成課程。飛耀樂齡學院也開設心理輔導課程，滿足高齡者靈性方面的需求。

### (五)新加坡政府十分強調代間教育，積極促進世代融合

新加坡在高齡教育政策的推動上，強調就地養老，老人家能與子女一起居住，鼓勵世代同堂（如三代組屋可以獲得減稅），成立代間連結獎，推動祖父母節。許多高齡機構提供代間方案，增加高齡者與

家人、兒童、青少年相處的機會，高齡志工也有機會服務兒童及青少年，甚至安排老中青幼四代在一起學習如何相處，達成世代融合的理想，三合一中心便是成功的案例。隨著未來延後退休政策的推動，世代相處將從家庭場域、社區場域轉型至工作職場，新加坡持續加強代間教育，促進世代融合。

## 二、建議

### (一)成立跨部會高齡社會對策委員會，規劃政策，並整合各部會資源

我國由內政部擬定人口政策白皮書，揭示高齡教育體系之政策目標、理念、重點措施及績效目標；衛生福利部定期提出友善關懷老人服務方案，規劃執行策略及工作項目；教育部以樂齡學習在地化為施政方針，與地方政府協力推動高齡教育。然而，人口結構老化涉及層面廣泛，包括人口、家庭、經濟、社教、體育、醫療保健等，我國任何一個部會皆無法單獨處理此項議題，可學習新加坡成立行政院級跨部會委員會，建立溝通平台，定期檢討並修正人口政策，提出政策指引；另一方面，也有利於整合各部會資源，畢其功於一役。

### (二)扶植民間組織，獎助民間團體辦理多元的高齡教育活動

新加坡成功老化的經驗在於扶植民間組織之發展，深入基層，深化家庭及社區教育，辦理節慶式的全民運動，成為全民教育。國內高齡組織目前以弘道老人福利基金會最有名，拍攝「不老騎士」影片聞名，每年辦理不老夢想活動；2008年成立的臺灣樂齡發展協會戮力高齡教育人才。面臨未來高齡人口的增加，政府勢必更要借重類似的民間團體，推動高齡教育，政府只要擔任政策規劃、協助立法、經費補助、訂定指標、績效監督的角色，政策執行及活動辦理則交由民間團體，同時對於辦理績優者，應多加以獎勵。

### (三)成立高齡教育專責研發機構，提昇高齡教育品質

教育部目前藉由計畫委託方式，由國立中正大學高齡教育研究中心設置總輔導團，編輯出版樂齡教育工作手冊及學習教材，辦理樂

齡中心負責人及志工培訓，並且辦理樂齡學習中心交流會議、訪視輔導以及年度成果展等工作。然而，隨著人口老化日趨嚴重，政府有必要成立高齡教育專責機構，協助政府建立高齡教育評鑑指標，建立高齡教育課程理論，研發高齡教育多元創新之課程與教材（如：敬老教育、生命教育、科技學習），創新高齡教育教學模式，並提供高齡教育認證，培育高齡教育專業教師等，以期能提昇高齡教育品質，滿足高齡者物質或精神上不同層面的學習需求，老有所終。

#### (四)加強不同世代學習融合的機會，並提供優惠措施

我國已設置225所樂齡學習中心，但參與的對象大多是高齡者，少有老中青三位一體的創意代間模式，而新加坡代間方案的實施涵蓋家庭與社區，並擴展至工作場域，參與的對象擴及至老中青幼四代，不見得有血緣關係。除外，我國應學習新加坡採行一些減稅或購屋優惠的措施，促進世代交流相處的機會。

#### (五)提供全國性高齡志工人才交流平台，促進老有所用

銀髮族志願服務與老人生活適應發生密切關連，老人參與志服務的程度愈高，越有利於活躍老化。新加坡已建立完善的RSVP平台，透過各項計畫，運用高齡人力。我國平均餘命已接近80歲，平均退休年齡約為61歲，大約有20年退的休生活，我國鼓勵各縣市樂齡中心招募志工，成立「樂齡志工隊」，以老人服務老人，但未見國家有效統籌應用這些退休人力，殊為可惜。再者，過去的研究顯示我國65歲以上民眾參與志工服務的比率比先進國家還低，約1成多（林萬億、陳美蘭、鄭如君，2012）。政府應以高齡者為主要對象，提供全國性高齡

志工人才平台，讓高齡者「老有所用」。

## 參考文獻

- 王維妮（2011）。樂齡學習的領航旗艦—活躍樂齡理事會。載於胡夢鯨（主編），**新加坡樂齡學習組織與實務**（頁49-78）。高雄市：麗文文化。
- 朱芬郁（2011）。樂齡學習的關鍵支柱：飛躍家庭服務與樂齡中心。載於胡夢鯨（主編），**新加坡樂齡學習組織與實務**（頁133-156）。高雄市：麗文文化。
- 李孟芬（2011）。新加坡的代間教育。載於胡夢鯨（主編），**新加坡樂齡學習組織與實務**（頁175-193）。高雄市：麗文文化。
- 吳明烈、陳雯萍、楊國德（2008）。我國高齡教育的實施與發展。**臺灣教育**，649，2-10。
- 林萬億、陳美蘭、鄭如君（2012，3月）。**臺灣活力老化的推動：現況與議題**。論文發表於「臺灣因應高齡社會來臨的政策研討會」。台北市：國立臺灣大學政策與法律研究中心。
- 胡夢鯨（主編）（2011a）。**新加坡樂齡學習組織與實務**。高雄市：麗文文化。
- 胡夢鯨（2011b）。新加坡樂齡學習的經驗：臺灣樂齡學習的展望。載於胡夢鯨（主編），**新加坡樂齡學習組織與實務**（頁215-230）。高雄市：麗文文化。
- 高文彬、李雅慧（2011）。樂齡學習的重要推手：樂齡志工組織RSVP（一）。載於胡夢鯨（主編），**新加坡樂齡學習組織與實務**（頁79-103）。高雄市：麗文文化。
- 凌展輝（2011）。新加坡的成功老化政策。載於胡夢鯨（主編），**新加坡樂齡學習組織與實務**（頁23-48）。高雄市：麗文文化。



- 陳雪珠（2011）。樂齡學習的重要推手：樂齡志工組織RSVP（二）。載於胡夢鯨（主編），**新加坡樂齡學習組織與實務**（頁105-132）。高雄市：麗文文化。
- 教育部（2012）。**第七次中華民國教育年鑑**（第四冊）。台北市：作者。
- 國家教育研究院（主譯）（2012）。**東亞的人口高齡化問題：21世紀的挑戰與政策發展**（原作者：Tsung-Hsi Fu & Rhidian Hughes）。臺北市：松慧文化。（原著出版年：2009）
- 湯玲玲（2004）。新加坡之終身學習—近期之發展與挑戰。**成人及終身教育**，3，39-44。
- 黃富順、林麗惠、梁芷瑄（2008）。**我國屆齡退休及高齡者學習需求意向調查研究報告**。臺北市：教育部。
- 黃鈺樺（2011）。緒論。載於胡夢鯨（主編），**新加坡樂齡學習組織與實務**（頁1-21）。高雄市：麗文文化。
- 魏惠娟（2011）。新加坡樂齡學習的省思與啟示。載於胡夢鯨（主編），**新加坡樂齡學習組織與實務**（頁195-213）。高雄市：麗文文化。
- 魏惠娟（2012）。**臺灣樂齡學習**。臺北市：五南。
- 蕭玉芬（2011）。樂齡學習的創新典範：快樂學堂。載於胡夢鯨（主編），**新加坡樂齡學習組織與實務**（頁157-174）。高雄市：麗文文化。
- Active Ageing Academy (2012). *Active Ageing Academy*. Retrieved from <http://activeageingacademy.webs.com>
- C3A ( 2007). *Doing it our way 2007/2008*. Retrieved from [http://www.c3a.org.sg/images/pdf/C3A\\_Yearbook\\_FY2007-08.pdf](http://www.c3a.org.sg/images/pdf/C3A_Yearbook_FY2007-08.pdf)
- C3A ( 2008). *Council for the Third Age Yearbook 2008*. Retrieved from

- [http://www.c3a.org.sg/images/pdf/C3A\\_YearBook08%20final.pdf](http://www.c3a.org.sg/images/pdf/C3A_YearBook08%20final.pdf)
- C3A ( 2009). *Council for the Third Age yearbook 2009*. Retrieved October 16, 2012, from [http://www.c3a.org.sg/images/pdf/fullset\\_c3a\\_fresh\\_lrpdf.pdf](http://www.c3a.org.sg/images/pdf/fullset_c3a_fresh_lrpdf.pdf)
- C3A ( 2012). *Active ageing & 6 dimensions of wellness*. Retrieved from <http://c3a.org.sg/active-living>
- C3A ( 2013a). C3A ageing well: *Council for the Third Age yearbook 2012-2013*. Retrieved from <https://s3-ap-southeast-1.amazonaws.com/c3a-java-files/a41f2c3d83128c1ae0093beba99234b2.pdf>
- C3A ( 2013b). *Our programmes*. Retrieved from [http://c3a.org.sg/Aboutus\\_programme.do?id=67](http://c3a.org.sg/Aboutus_programme.do?id=67)
- C3A ( 2014). *Intergenerational Learning Programme (ILP)*. Retrieved from [http://www.c3a.org.sg/Aboutus\\_details.do?id=57](http://www.c3a.org.sg/Aboutus_details.do?id=57)
- CAI ( 2006). *Committee on aging issues: Report on the ageing population*. Retrieved from [http://app1.mcys.gov.sg/Portals/0/Summary/research/CAI\\_report.pdf](http://app1.mcys.gov.sg/Portals/0/Summary/research/CAI_report.pdf)
- European Centre Vienna (2013). *Active ageing Index 2012: Concept, methodology and final results*. Retrieved from [http://www.sopol.at/get\\_file.php?id=1358](http://www.sopol.at/get_file.php?id=1358)
- Family Central (2014). *Intergenerational Learning Programme*. Retrieved from [http://family-central.sg/learning\\_programme.html](http://family-central.sg/learning_programme.html)
- Fei Yue Community Service (2011). *Fei Yue Community Service annual report 2011*. Retrieved from <http://fycs.org/download.cfm?dobjid=414>
- Fei Yue Community Service (2012). *Family Service Centres*. Retrieved from <http://www.fycs.org/index.cfm?GPID=25>
- Fei Yue Community Service (2014). *Family Service Centre FY 2012/2013*.

- Retrieved from <http://fycs.org/download.cfm?dobjid=449>
- Goh, O. (2006). Successful ageing-A review of Singapore's policy approaches. *Ethos*, 1, 16-22.
- Golden Age College (2012). *Golden Age College: Creating active agers*. Retrieved from <http://www.goldenagecollege.webs.com>
- Han, D. & Braun, K. L. (2011). Promoting active ageing through technology training in Korea. In J. Soar, R. Swindell, & P. Tsang (Eds.), *Intelligent technologies for bridging the grey digital divide* (pp. 141-158). Hershey, PA: IGI Global.
- MSF (2009a). *State of the elderly in Singapore 2008/2009: release1*. Retrieved from [http://app.msf.gov.sg/Portals/0/Summary/research/State%20of%20the%20Elderly\\_Release%201.pdf](http://app.msf.gov.sg/Portals/0/Summary/research/State%20of%20the%20Elderly_Release%201.pdf)
- MSF (2009b). *State of the elderly in Singapore 2008/2009: release3*. Retrieved from [http://app.msf.gov.sg/Portals/0/Summary/research/State%20of%20the%20Elderly\\_Release%203.pdf](http://app.msf.gov.sg/Portals/0/Summary/research/State%20of%20the%20Elderly_Release%203.pdf)
- MSF (2013). *2013 archives*. Retrieved from <http://app.msf.gov.sg/publications.aspx?yr=2013>
- MCYS (2009). *Adding life to years!Happy, healthy, active seniors*. Retrieved from <http://app.msf.gov.sg/Portals/0/Summary/research/AddingLifetoYears.pdf>
- National Population and Talent Division. (2012a). *Our population and future*. Retrieved from [https://www.nptd.gov.sg/content/NPTD/home/\\_jcr\\_content/par\\_content/download/file.res/Issues%20Paper%20-%20Our%20Population%20Our%20Future.pdf](https://www.nptd.gov.sg/content/NPTD/home/_jcr_content/par_content/download/file.res/Issues%20Paper%20-%20Our%20Population%20Our%20Future.pdf)
- National Population and Talent Division. (2012b). *Population in brief 2012*. Retrieved from <http://www.singstat.gov.sg/pubn/reference/sib2012.pdf>
- RSVP (2014). *Programmes*. Retrieved from <http://www.rsvp.org.sg/>

volunteer/programmes

Tan, E. S. (2008). *MCYS survey on the learning needs of seniors in Singapore*. Retrieved from <http://app.msf.gov.sg/Portals/0/Summary/research/MCYS%20Survey%20on%20the%20Learning%20Needs%20of%20Seniors%20in%20Singapore.pdf>

Yah! Community College (2014). *About Yah!* Retrieved from [http://www.yah.org.sg/index.php?option=com\\_content&task=view&id=27&Itemid=117](http://www.yah.org.sg/index.php?option=com_content&task=view&id=27&Itemid=117)

WHO (2002). *Active ageing: A policy framework*. Retrieved from [http://whqlibdoc.who.int/hq/2002/WHO\\_NMH\\_NPH\\_02.8.pdf](http://whqlibdoc.who.int/hq/2002/WHO_NMH_NPH_02.8.pdf)