

樂齡、樂學、樂活－公共圖書館 的銀髮族服務

Senior Services in Public Libraries

15-37

曾淑賢

Shu-Hsien Tseng

輔仁大學圖書資訊學系教授

Professor, Department of Library and Information Science,

Fu Jen Catholic University

【摘要】

臺灣地區65歲以上的老年人口將近240萬，約占總人口數的10.41%。推估到了2025年時，老年人口數占總人口數的比例將超過20%。因應人口老化現象，公共圖書館應儘早規劃為55歲以上民衆量身訂製的服務和活動。

近年來，臺北市立圖書館積極投入銀髮族終身學習的推廣，提供符合銀髮族興趣及需要的書香宅急便、有聲書、大字書、講座、影片欣賞、俱樂部等服務和活動。除此之外，並於2008年與教育部合作設立大安、松山、士林三個樂齡學習資源中心，嘗試為銀髮族提供更豐富及方便的學習資源。

【Abstract】

Currently, Taiwan's aged population nears 2.4 million (10.41%). In 2025, Taiwan will have a super-aged population. In response to an ageing population, public libraries in Taiwan should offer special programs and events especially tailored for the 55+ audience.

In recent years, the Taipei Public Library has devoted much effort to promoting lifelong learning for the elderly. These include books by mail, audiobooks, large print

collection, lectures, films, club activities, play card games and performances that reflect the wide interests of today's seniors. In addition to the above-said programs, in collaboration with the Ministry of Education, the Taipei Public Library in 2008 set up 3 Learning Resources Centers for the Elderly in an attempt to provide aged people with easily accessible learning resources.

關鍵詞：銀髮族服務、樂齡學習資源中心、公共圖書館、臺北市立圖書館

Keywords：Senior Services, Learning Resources Centers for the Elderly, Public Libraries, Taipei Public Library

壹、前言

理想的社會是一個學習型的社會，在這個社會中，所有民衆都能接受充分的教育，且終其一生不斷學習。民衆的學習需求豐富多樣，正規教育制度無法充分滿足，所以非正規的教育應運而生，且占據民衆學習的絕大部分。獨立學習者自行規劃及進行學習活動時，需要各種協助，公共圖書館乃為最適當的協助機構。公共圖書館如能發揮其扮演社區教育中心、文化中心、資訊中心及休閒中心的角色，將是全民終身學習的最大助力。

當前世界先進國家都以達成學習型社會為努力的目標。在邁向學習型社會的過程中，圖書館服務要有新的使命，必須更積極創新，以結合各種資訊媒體與電腦科技及主動整合所有學習資源，並協助各年齡層民衆充分運用圖書館服務，提供完備多元的學習機會及無障礙的終身學習環境。

臺灣地區由於社會經濟的變遷，以及醫療衛生的進步，使得國人平均壽命不斷的延長，加上少子化的現象，使得65歲以上的老年人口所占的比例不斷上升。截至2008年10月底，我國65歲以上老年人口數已達238萬9,783人，占總人口數的10.38%。推估到2018年時，臺灣地區老年人口數將達到總人口數的14%，正式進入「高齡社會」；到了2025年時，老年人口數占總人口數的比例將超過20%，臺灣將正式成為「超高齡社會」，可見我國在人口結構上老化的速度非常快，高齡人口的

學習問題值得重視。（註1）

十年之後臺灣正式進入高齡社會，退休年齡逐漸提早，中年轉業、創業人口以及第三年齡健康長者都將增加，高齡者休閒旅遊、社會參與、心靈成長需求將大為提升；相對於世界各國對高齡社會的關注及老人教育所提出的多元因應政策（註2），我國迄今對老人相關政策仍以社會福利、醫療照顧居多，對於因應高齡者學習需求的相關政策並無全盤規劃，現有高齡學習活動空間亦嚴重不足，學習活動亦不夠多元創新。做為社區學習機構的公共圖書館，在高齡社會究竟應扮演何種角色，應如何為銀髮族提供服務？實應儘早規劃，提出相關政策。

過去，兒童、青少年、視障者在公共圖書館均被單獨考量，為其建置符合需求的館藏資料，舉辦專屬的閱讀推廣活動，並規劃適合的閱讀空間。反觀銀髮族群，其需求並未被重視，而是併入一般成人服務。圖書館缺乏適合銀髮族的資料內容、資料媒體、學習活動，以及閱覽環境。然而，銀髮族因年齡所產生的生理及心理變化、因退休所產生的生活適應，以及衍生的資訊需求，皆需要被特別對待，因此，在銀髮族使用人口愈來愈多的情況下，研擬具前瞻性、務實性的圖書館銀髮族服務政策，是臺灣公共圖書館發展上，刻不容緩的一項重要政策規劃。

貳、銀髮族的特性及資訊需求

聯合國對高齡化社會的定義，乃以65歲以上人口占總人口的比例，而我國公務人員服務法以65歲為退休年齡，老人福利法也以65歲以上為受益年齡，因此，65歲為進入銀髮族的年齡門檻。65歲以上的民衆，一般稱為高齡者、樂齡者、年長者、長者、老人或銀髮族。不過，由於提早退休的民衆日多，公私立機構為銀髮族提供的服務，也開始將年齡放寬至55歲，甚至50歲，學界對55歲以上民衆，也有了更細的劃分，如日本學者將老年人劃分為：初老期（55~64歲）、中老期（65~74歲）、高老期（75歲以上）；老人醫學界將老年人劃分為：老年前期（45~59歲）、老年期（60~89歲）、長壽（90歲以上）、壽星（100歲以上）；美國學者將老年人劃分為：年輕老人young-old（65~74歲）、中年老人old-old（75~84歲）、高齡老人oldest-old（85歲以上）；國內學者將老年人劃分為：低齡老人（60~69歲）、中齡老

人（70~79歲）、高齡老人（80歲以上）。（註3）

由於醫藥進步，國民壽命增加，銀髮族涵蓋的年齡層極廣，以公共圖書館而言，其服務對象並不限年齡層，只要有利用圖書館的意願，且身體硬朗，八、九十歲的民衆仍可能是圖書館的高度使用者。惟五、六十歲的民衆，其身心狀況、閱讀興趣及資訊需求，與八、九十歲的高齡老人，有著極大的差距。一般而言，銀髮族的特性如次：（註4）

- 一、隨著年齡的增加逐漸老化，而在衰退的過程中，常有身體方面的疾病，心智退化、心智失調等現象。
- 二、心理上不太能接受自己已老化，仍然希望被「肯定」，感受自己仍被「需要」，而非無用的、被遺棄的。
- 三、收入減少，閒暇時間增多。
- 四、常會感到孤獨寂寞。
- 五、常扮演長者的角色，喜歡分享自己的經驗。
- 六、依戀日常熟悉的事物，並從回顧往昔中，得到快樂、安全及滿足感。
- 七、先前養成的習慣，不太容易更改。

至於銀髮族的生活資訊需求，葉乃靜教授分析如下：（註5）

- 一、年長者在子女成家立業後，往往會碰到居住狀況由與子女同住，改變為與配偶獨居；當配偶去世後，可能會考慮獨居或選擇住在安養中心，並在決策過程中出現居住方面的資訊需求。
- 二、年長者在退休後沒有收入，若支付日常開銷的經費不足，可能出現經濟需求。
- 三、年長者因為老化等因素，可能有健康衰退的情況出現，因此，年長者為維護健康問題會出現健康資訊需求。
- 四、年長者在面臨失落感問題時，若能獲得人際或社會支持，可以降低失落情緒及引發的負面影響。此外，人際互動不僅可以獲得生活協助，也是重要的資訊獲得管道。
- 五、以目前臺灣社會鼓勵提早退休及平均壽命延長的情況下，年長者或為經濟，或為打發時間、貢獻社會等因素，希望繼續工作，因此，求職資訊需求會愈來愈多。

六、就媒體的使用而言，年長者最常使用的媒體是電視，其他尚有報紙和廣播，但以休閒為主。

參、銀髮族閱讀、資訊及空間需求之相關研究

隨著人口結構的高齡化，銀髮族的閱讀、資訊及空間需求受到圖書資訊界的重視，相關研究逐漸增多。這些研究正可提供公共圖書館規劃銀髮族服務的參考。

世新大學邱天助教授於民國98年3月26日至4月3日，以電話訪問方式，針對全國25個縣市65歲以上之民衆，調查其閱讀習慣與公共圖書館閱讀需求。調查以分層隨機、比例配置法進行抽樣，共完成654份有效樣本。經統計分析得到七項結論：一、臺灣六成以上老人不閱讀，主要原因是缺乏閱讀能力與生理機能退化；二、閱讀報紙是老人社會參與社會互動的重要管道；三、閱讀書籍的老人，多數傾向人文和生命的閱讀；四、雜誌是老人吸收醫療保健與商業財經資訊的重要來源；五、公共圖書館在老人閱讀中仍然扮演重要的角色；六、老人對公共圖書館並未充分使用，也缺乏高度需求；七、老人閱讀缺乏充分的圖書資訊。該研究並針對推動老人閱讀提出二項建議：一、打造溫暖、無障礙的老人閱讀空間；二、提供教育方案，讓老人有學習閱讀的機會和管道。（註6）

另外，民國96年、97年各有一項研究，是以臺北市的銀髮族為對象，探討其資訊需求和空間需求。輔仁大學圖書資訊學系碩士班學生高持平研究臺北市年長者的健康資訊需求及資訊尋求行為，於民國96年4月30日至5月25日間，在臺北市立圖書館（以下簡稱北市圖）總館及其14個分館，以立意抽樣法，針對65歲以上讀者進行問卷調查，瞭解年長者對於健康資訊的認知與需求、年長者尋求健康資訊時會利用的資訊來源及管道、尋求資訊的過程中所遭遇的困難，以及年長者的個人背景對其健康資訊尋求的影響，總計回收有效問卷253份；另外，訪談八位有網路使用經驗的年長者，深入瞭解其最近所遇到的健康資訊需求狀況，所使用的資訊來源，以及對圖書館健康資訊服務的建議。研究結果發現：一、年長者皆認為健康資訊很重要，對健康資訊的需求亦很高；二、年長者的健康資訊需求主題具多樣性；三、圖書館年長讀者仍傾向由報紙作為主要的健康資訊來源；四、年長者對於尋找合適的健康

資訊仍有困難；五、年長者很少透過網際網路尋找健康資訊；六、在健康資訊尋求方面，圖書館被視為有正面價值的資訊來源；七、醫療院所仍是最合適的健康資訊提供單位。該研究並建議圖書館可與醫療專業人員合作，採購專業書籍、回答專門性醫學問題、製作健康參考小冊子、搜集與評估網路上的健康資訊，以及加強轉介服務，指引年長者取得合適的健康資訊。（註7）

國立臺灣師範大學圖書資訊學研究所碩士班學生賴郁秀以臺北都會區銀髮族對公共圖書館空間需求進行研究，於民國97年4月至9月之間，透過法規比較及實地觀察訪談，以瞭解銀髮族與圖書館空間的關係。觀察訪談的地點為北市圖總館及其文山、萬華、西湖分館，總計訪談57位65（含）歲以上的銀髮族，瞭解其利用圖書館之原因、實際利用情形及其對圖書館空間之需求。在銀髮族利用圖書館方面，研究發現：一、銀髮族使用圖書館的原因，主要為瞭解時事及增長知識；二、在圖書館從事的活動以閱讀報章雜誌為主，因此主要的活動區域以期刊報紙閱讀區為主；在圖書館的空間方面，研究發現：一、北市圖的空間環境多數符合現行法規標準，其中以總館的符合度最高；二、多數銀髮族對於圖書館現有各項設施設備感到滿意；在環境需求方面，研究發現：一、銀髮族之生理及心理特性對其利用圖書館造成影響；二、利用圖書館經驗豐富之銀髮族，會將北市圖與其他圖書館相比較，因而影響其對於圖書館環境之需求。該研究並針對銀髮族對圖書館空間需求提出建議：一、圖書館閱覽區與兒童區應清楚區隔，以避免相互干擾；二、雜誌、報紙及字辭典可一同擺放，以利閱讀時參照；三、門及櫃臺位置與入口方向一致，以簡化動線；另針對銀髮族對設施設備需求，提出建議：一、應有適當照明角度及高度，以利閱讀；二、提供多樣式的桌椅，以滿足不同需求；三、電梯按鈕材質及形式應慎選且燈光應足夠；四、書架高度及架間距離應適當，以利書籍取用；五、為求明確辨識，標示宜採對比色且放置於適當位置。（註8）

可能是城鄉銀髮族生活型態差異，以及各縣市圖書館資源不同之故，在邱天助教授的研究中，顯現臺灣六成以上老人不閱讀、老人閱讀缺乏充分的圖書資訊，以及老人對公共圖書館並未充分使用，也缺乏高度需求的情況。此項研究結果與高持平及賴郁秀在臺北市所進行的二項調查所呈現的銀髮族充分利用圖書館增長知識、瞭解時事、打發時間、查閱資料，以及獲取資訊的結果有差異；也與北市圖目前銀

髮族的借閱率占所有借閱族群的第四位，以及銀髮族積極參加圖書館講座、影片欣賞的情形有極大的不同。

肆、美國公共圖書館提供的銀髮族服務

美國公共圖書館事業進步，對於各類民衆的服務均有周詳的規劃，在銀髮族服務方面，其服務方式值得國內借鏡。以下整理美國公共圖書館為銀髮族提供的服務，分資料內容、資料形式、推廣服務及活動、建置專屬網頁和閱覽空間等項目，加以介紹。

一、提供符合銀髮族閱讀嗜好與資訊需求的資料內容

銀髮族之閱讀嗜好與一般成人接近，無論在主題或是態度上，都是多樣化的，其較喜好之主題，包括浪漫小說、傳記、美國西部故事、偵探小說、旅行、宗教、大自然、懷舊之情及有快樂結局等，至於有關性、暴力與科技方面之圖書資料，則不感興趣。基本上，銀髮族可歸類為喜好輕鬆讀物的一個讀者群，而非具有個人嗜好之個體。

銀髮族的資訊需求則偏重於與自身相關者，圖書館協助其獲得與生存相關之資訊，例如收入、保健、營養、住宅、交通、工作、退休、經濟福利等方面之資訊。

二、提供適合銀髮族的閱讀資料型式

適合銀髮族在圖書館內、外利用之資料，在形式上主要包括精裝書、大字印刷書、雜誌、CD、DVD、VCD、圖畫書、大開本圖書、有聲書、影片、錄影帶與藝術複製品。而針對身體殘障，無法正常使用一般媒體資料之銀髮族，圖書館可提供輔助閱讀機、翻頁機、Kurzweil閱讀機等設備。

三、規劃適合銀髮族的推廣服務及活動

圖書館為銀髮族提供的團體性活動與服務包括：（一）讀書會（二）說故事（三）手工藝（四）電影與幻燈片欣賞（五）音樂欣賞（六）文藝創作班（七）戲劇節目（八）時事節目（九）宗教活動（十）演講（十一）美術展覽（十二）保

健活動（十三）營養活動（十四）圖書館之友（十五）電臺節目（十六）旅行活動（十七）俱樂部（十八）跳舞活動（十九）網路資訊利用課程（二十）棋藝活動。

為行動不便或身體殘障而無法便利使用圖書館設施與資源之銀髮族，圖書館提供能增進其利用資料之服務，例如圖書巡迴車、圖書及媒體之郵遞服務、寄存館藏（如寄存於老人公寓、療養院或安養機構）、接送銀髮族到圖書館之服務，以及提供相關書籍供老人社團、座談會參考。

此外，也有圖書館將傳統服務項目擴大為專為銀髮族所提供者：（一）資訊及參考服務（二）族譜資料（三）口述歷史（四）地方歷史（五）書目服務（六）就業資訊（七）終身學習（如為不識字者提供基礎教育班或為外來之移民提供英語班）。

四、建置銀髮族專屬網頁

為銀髮族建立專屬網頁（Senior Spaces），推薦適齡的好書、資料庫和報紙（Senior's Databases and Newspapers）；並整理適合銀髮族的網站資源（Senior Links），其主題類別包括學習、健康、財務、老化、下一個職涯等。

五、設置銀髮族閱覽空間

為銀髮族設立專屬的閱覽空間，在書架、桌椅、地板及燈光的材質及型式設計上，均考量銀髮族的身體狀況，並將適合銀髮族閱讀的圖書資料陳列於此空間。

伍、北市圖樂齡學習資源中心建置經驗

臺北市65歲以上的市民，96年度有31萬4,515人，97年度有32萬2,975人，約占全部人口的百分之十二。（見表1）（註9）由於館舍均座落於鄰里社區，方便銀髮族利用，所以，在臺北市，利用公共圖書館的銀髮人口越來越多，除了閱讀報章雜誌，他們也會參加講座、欣賞影片等。97年度，北市圖各年齡層的借閱量中，51-60歲中老年讀者借閱量達96萬5,912冊，位居第3；61歲以上的銀髮族借閱量81萬2,956冊，名列第4（見圖1），銀髮族的閱讀力及閱讀需求不容忽視，已經成為公共圖書館不能忽視的使用族群。（註10）北市圖宜在年度經費中，編列銀髮族館藏及服務

的預算項目，並且在服務規劃上，提出銀髮族的服務策略及方案。

表1 臺北市65歲以上人口統計

種類 年度	全市總人 口數	銀髮族人 口總數	65~69 歲	70~74 歲	75~79 歲	80~84 歲	85~89 歲	90歲 以上
96年	2,629,269	314,515	94,560	73,220	65,664	47,529	23,269	10,273
97年	2,622,923	322,975	98,086	75,143	64,561	49,242	25,099	10,844

資料來源：臺北市政府主計處，「臺北市人口之年齡分配」中華民國97年臺北市統計年報，http://w2.dbas.taipei.gov.tw/NEWS_WEEKLY/abstract/homepage.html（檢索於2008年8月6日）。

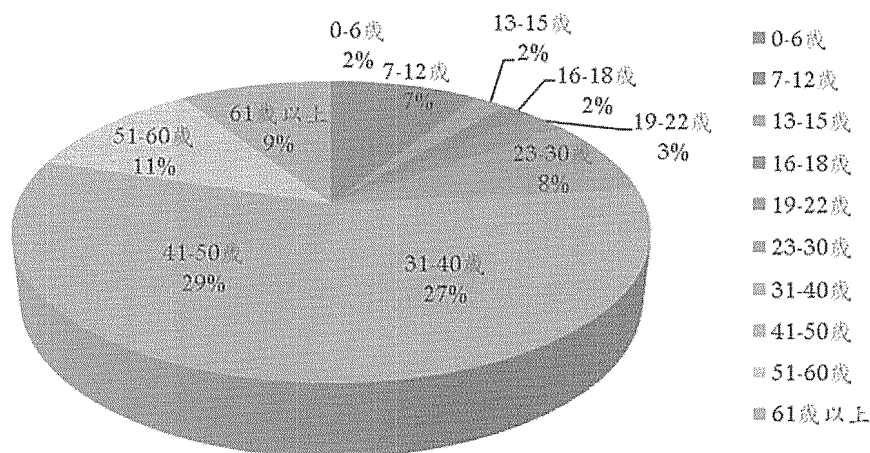


圖1 北市圖97年度各年齡層讀者借閱率統計圖

資料來源：臺北市立圖書館，「卓越市圖，臺北幸福：臺北愛閱讀年度記者會」，http://www.tpml.edu.tw/download/eresource/tplpub_year_report/9801.pdf（檢索於2009年1月20日）。

公共圖書館是最佳的社區老人學習場域，過去，北市圖雖曾專為銀髮族規劃學習活動，但並非經常性辦理，亦未設置銀髮族專屬閱覽空間，面對愈來愈多的銀髮族使用人口，如何在館藏規劃、空間氛圍、活動辦理和學習課程規劃上，考慮到銀髮族的閱讀需求、生理狀況及心理調適，是公共圖書館的重要課題。

教育部於95年公布《邁向高齡社會老人教育政策白皮書》，以終身學習、健康

快樂、自主與尊嚴及社會參與為四大政策願景，積極規劃推動老人教育活動。為落實邁向高齡社會老人教育政策，白皮書中特別提出老人教育政策之推動策略，包括建構老人終身學習體系及增設老人教育學習場所，實施「教育部設置各鄉鎮市區樂齡學習資源中心計畫」，並整合教育資源，建立社區學習據點，鼓勵老人走出家庭到社區學習。97年起，結合地方之公共圖書館、社教機構、社區活動中心、里民活動中心、社區關懷據點及民間團體等場地，分3年規劃設置368鄉鎮市區「樂齡學習資源中心」，97年設置100個、98年設置168個、99年設置100個，以期建立一個終身學習的健康社區。（註11）

北市圖在臺北市政府教育局指導下，積極爭取「教育部設置各鄉鎮市區樂齡學習資源中心實施計畫」的補助經費，於總館及分館設置樂齡學習資源中心，希望藉由為樂齡族打造的專屬空間及服務，以提升更優質的服務內涵及品質。97年度北市圖成立了位於總館、葫蘆堵分館以及三民分館的大安區、士林區以及松山區樂齡學習資源中心。98年度文山區、大同區以及內湖區的樂齡學習資源中心也在緊鑼密鼓的籌劃中，希望藉由中心據點的拓展，服務更多的樂齡族群。

一、臺北市樂齡學習資源中心設置特色

（一）大安區樂齡學習資源中心

1.中心目標

提供銀髮長者一個舒適的學習與交流空間，集合具有相同信念的銀髮族，共同推廣民衆對生活品質和節能環保觀念的重視，以創意營造綠色環保、快樂生活的健康臺北城。

2.課程特色

以「節能・創意・綠生活」為活動主軸，辦理相關學習課程並結合戶外教學觀摩活動，以及提出「樂齡歲月百寶箱，打造創意新生活」標語。

3.未來展望

（1）提供完善的學習環境，有組織、計畫性地規劃培訓課程及觀摩活動，使銀髮族

的興趣、專業長才藉由學習得以延伸，能回饋社會並獲得社會參與之成就感，每天快樂生活、樂在學習。

- (2) 鼓勵銀髮族終身學習及社會參與，促進銀髮族之社會價值及自我肯定。
- (3) 藉由參與各項多元化活動，協助銀髮族生活過得健康、快樂，並拓展樂齡族的人際關係營造無年齡歧視之社區文化。（註12）

（二）松山區樂齡學習資源中心

1.中心目標

以「玩美、創藝」為活動主軸，提供樂齡族學美、賞美、畫美等相關學習活動，透過追求美感之個人化表現，創造屬於自己風格之美，讓學習變成是一種享受生活、享受生命，將美應用於生活、傳達於社區，共創生活美學。

2.課程特色

結合三民分館館藏特色「美術」，課程規劃以創意美術為特色，並成立「玩美創藝俱樂部」，提出「樂齡·樂活·樂學習，玩美·創藝·畫人生」的標語。

3.未來展望

- (1) 落實在地化之銀髮族學習服務，結合圖書館及社區發展的特色，共推生活美學。
- (2) 鼓勵銀髮族終身學習及社會參與，促進銀髮族之社會價值及自我肯定。
- (3) 辦理多元化之活動，協助銀髮族生活過得健康、快樂，並拓展銀髮族的人際關係。（註13）

（三）士林區樂齡學習資源中心

1.中心目標

從圖書館出發，成為典藏在地社區與銀髮族學習資源的中心；藉由探究家族族譜的方式，尋根並成為凝聚親情的動力；辦理銀髮族生活中最需求的課程，成為學習的最佳場所；提供銀髮族服務據點，使其發揮銀髮族的光采。

2.課程特色

結合葫蘆堵分館所在地區的特色，課程規劃以創意族譜為特色，並提出「鄉土・憶舊～老大人ㄟ創意族譜」標語。

3.未來展望

蒐集社區老人學習資源，豐富銀髮族圖書資料；建立社區耆老家譜檔案，發揚長者家族榮光；建立社區長者人才檔案，適切活用長者專長。（註14）

二、樂齡志工招募及培訓

為推動銀髮族服務，北市圖除將銀髮族業務交由原先負責終身學習業務的諮詢服務課負責外，並招募志工協助樂齡學習資源中心的運作。樂齡志工由各中心分別招募，並由總館諮詢服務課及推廣課統一辦理培訓課程，志工的任務為協助中心運作執勤，支援行政和課程活動等工作。志工培訓課程分別於97年12月及98年4月各辦理一梯次。藉由志工研習課程的辦理，讓志工對銀髮長者的身心發展有所了解，同時培養與銀髮長者的溝通技巧，並藉由專家的指導，了解如何為銀髮長者挑選適合的閱讀讀物並規劃適當的閱讀活動，讓銀髮長者也能透過閱讀尋找退休後的另一項生活樂趣。第一次培訓課程內容包括銀髮族的身心發展、銀髮族的溝通技巧、銀髮族閱讀活動的規劃、銀髮族閱讀媒材的選擇；第二次培訓課程內容包括服務禮儀應對技巧、認識銀髮新世代的特色、老人社會福利資源與社會參與、高齡者的學習特質與活力老化策略。（參見表2）（註15）

表2 北市圖樂齡志工培訓課程一覽表

梯次	志工訓練類別	辦理日期	辦理地點	課程內容	參加人數
1	銀髮伴讀志工研習課程	97.12.20 (六) 97.12.21 (日) 13:00-17:10	總館11樓 樂齡學習 資源中心	1.銀髮族的身心發展 2.銀髮族的溝通技巧 3.銀髮族閱讀活動的規劃 4.銀髮族閱讀媒材的選擇	156
2	樂齡俱樂部學習 Easy GO 志工特殊訓練 高齡者社會學習特質研習課程	98.05.02 (六) 10:00-17:30 98.05.09 (六) 13:10-17:30	總館9樓 多功能活動室	1.服務禮儀應對技巧 2.認識銀髮新世代特色 3.老人社會福利資源與社會參與 4.高齡者的學習特質與活力老化策略	220

三、樂齡學習資源中心會員概況

北市圖樂齡學習資源中心的學員主要招募年滿55歲以上且設籍臺北市之居民，目前三個中心的學員合計565人。依據已報名學員的資料表統計，其中，男性171人、女性394人；在年齡層的分布上，50~54歲4人、55~59歲130人、60~64歲172人、65~69歲111人、70~74歲74人、75~79歲39人、80~84歲23人、85~89歲12人；在教育程度的分布上，研究所35人、大學194人、專科114人、高中120人、國中13人、小學36人，另有未填寫者53人；在職業別的分布上，已退休者（包括目前無工作者）266人，從事家管者142人、公教者17人、自由業17人、商16人、服務業11人、工5人、其他6人，另有85人未註明職業別；在居住地區的分布上，大安區189人、松山區138人、士林區66人、中正區29人、文山區25人、信義區25人、臺北縣23人、中山區17人、萬華區15人、內湖區11人、北投區8人、大同區8人、南港區5人，另有6人未填寫居住地區。（見表3至表7）（註16）

表3 北市圖樂齡學習資源中心學員性別統計

性別	男	女	總計
人數	171	394	565

表4 北市圖樂齡學習資源中心學員年齡統計

年齡	50~54	55~59	60~64	65~69	70~74	75~79	80~84	85~89
人數	4	130	172	111	74	39	23	12

表5 北市圖樂齡學習資源中心學員學歷統計

學歷	研究所	大學	專科	高中	國中	小學	未填
人數	35	194	114	120	13	36	53

表6 北市圖樂齡學習資源中心學員職業統計

職業	退休/無	家管	公教	自由業	商	服務業	工	軍	農漁牧	其他	未填
人數	266	142	17	17	16	11	5	0	0	6	85

表7 北市圖樂齡學習資源中心學員居住地區統計

居住地區	大安區	松山區	士林區	中正區	文山區	信義區	臺北縣	中山區	萬華區	內湖區	北投區	大同區	南港區	未填者
人數	189	138	66	29	25	25	23	17	15	11	8	8	5	6

上述統計資料顯示，參加公共圖書館樂齡學習活動的民眾，女性明顯多於男性，在年齡層分布上，以60~64歲的民眾最多，其次為55~59歲及65~69歲，80歲以上者亦有35人，可見，在健康許可的情形下，高齡銀髮族樂於參加公共圖書館的學習活動；在學歷分布上，擁有大學程度者最多，其次為高中、專科、小學、研究

所、國中；在職業分布上，已退休的民衆及家庭主婦居多數，其他仍在工作者，在職業分布上，包括從事公教、商、服務業、自由業及工，數量上並無明顯的差別；在居住地區的分布上，以大安區最多，其次為松山區及士林區，與目前北市圖樂齡學習資源中心設置於大安區總館、松山區三民分館及士林區葫蘆堵分館有地緣關係。

四、樂齡學習活動辦理情形

北市圖大安區、松山區、士林區三個樂齡學習資源中心的學習活動，由3個分館依其設立宗旨及特色各自規劃辦理。

表8為大安區樂齡學習資源中心所辦理的活動，97年度「創意生活樂齡俱樂部」課程規劃以「節能·創意·綠生活」為活動主軸，辦理相關學習課程並結合戶外教學觀摩活動，進而鼓勵樂齡會員走進社區，將所學知識見聞回饋社會。課程項目包括長青「英閱」會、創意環保Good idea：園藝DIY班、創意環保Good idea：廣告紙編DIY班、悠遊人間桃花源：華陶窯景經典遊；98年度「創意生活樂齡俱樂部」課程規劃除延續以往「節能·創意·綠生活」為活動主軸，同時增加健康保健系列活動，讓樂齡學員可以快樂學習，健康生活。此外，並組成學員興趣小組，例如圍棋、西洋棋、跳棋、園藝、數獨……等，依學員興趣建立聯絡網組成興趣小組，共同聚會學習分享。（註17）

表8 北市圖大安區樂齡學習資源中心辦理活動一覽表

編號	活動名稱	辦理日期	辦理地點	活動性質 (內容)	參加 人次
1	銀髮族電腦輕鬆學－ Word銀髮文學班	97.09.16-09.25 週二及週四 9:00-12:00	北市圖總館9樓 電腦資源教室	研習課程 電腦學習	133
2	銀髮族電腦輕鬆學－ Blog生活記憶班	97.10.07-10.16 週二及週四 9:00-12:00	北市圖總館9樓 電腦資源教室	研習課程 電腦學習	132

編號	活動名稱	辦理日期	辦理地點	活動性質 (內容)	參加 人次
3	長青英閱會—Tumble一下	97.10.15-12.17 每週三 9:30-11:30	北市圖總館9樓 多功能活動室	研習課程 英語學習	131
4	創意環保Good idea 園藝DIY班	97.11.11-11.28 週二及週五 9:30-11:30	北市圖總館9樓 多功能活動室	研習課程 園藝栽種	103
5	創意環保Good idea 廣告紙編DIY班	97.11.13-12.01 週一及週四 9:30-11:30	北市圖總館9樓 多功能活動室	研習課程 紙編DIY	116
6	悠遊人間桃花源 華陶窯景經典遊	97.11.30 (日) 08:00-17:00	苗栗縣華陶窯	戶外教學 華陶窯燒窯介 紹、自然景觀賞 遊及陶藝教學	87
7	「找回身體的愛」影片 欣賞	98.03.29-07.26 每月第四週週日 14:00-16:00	北市圖總館9樓 多功能活動室	影片播放 介紹銀髮族常見 疾病的注意事項	40
8	樂齡俱樂部學習Easy GO 生活英語EASY GO	98.04.10-07.10 每週五 10:00-12:00	北市圖總館9樓 電腦教室	研習課程 英語學習	206
9	樂齡俱樂部學習Easy GO 長命拍打功	98.04.11-06.13 每週六 10:00-11:30	北市圖總館11樓 研習教室	研習課程 健康養生拍打功	365
10	樂齡俱樂部學習Easy GO 西洋棋俱樂部養成班	98.04.11-06.13 每週六 10:00-11:30	北市圖總館11樓 樂齡中心	研習課程 西洋棋介紹教學	177
11	樂齡健康Easy GO 如何對抗慢性疼痛	98.04.16 (四) 14:00-16:00	北市圖總館10樓 會議廳	健康講座	41
12	樂齡俱樂部學習Easy GO 環保園藝EASY GO	98.04.19-08.02 每月單週週日 14:00-16:00	北市圖總館9樓 多功能活動室	研習課程 園藝栽種	59

編號	活動名稱	辦理日期	辦理地點	活動性質 (內容)	參加 人次
13	尋譜溯源	98.04.30 (四) 13:00-17:00	板橋林家花園	戶外研習 欣賞古蹟建築之美及林本源家族發展史	106
14	環保園藝EASY GO 環保園藝－北新農場	98.05.23 (日) 13:00-17:00	淡水北新農場	戶外研習 有機生態及有機植栽 導覽解說	106
15	樂齡健康Easy GO 大腸癌防治	98.06.18 (四) 14:00-16:00	北市圖總館10樓 會議廳	健康講座	53
16	文物之美 國立故宮博物院	98.06.25 (四) 13:00-17:00	國立故宮博物院	戶外研習 古文物賞析	83

表9為松山區樂齡學習資源中心所辦理的活動，以「玩美、創藝」為活動主軸，提供樂齡族學美、賞美、畫美等相關學習活動，透過追求美感之個人化表現，創造屬於自己風格之美，讓學習變成是一種享受生活、享受生命，將美應用於生活、傳達於社區，共創生活美學。97及98年度課程規劃辦理如下：（註18）

1. 我的色鉛筆手繪生活：利用色鉛筆描繪各種日常生活物品、風景及人物等，讓學員畫出生活中的每分每秒，並製作具有個人風格與特色之書籤、賀卡及月曆等。
2. 版畫－藏書票：認識、製作藏書票，及設計與完成具個人特色之「橡膠版」、「孔版」、「石膏版」及「實物版」等4種版畫作品。
3. 美的遠足～樂淘陶：參觀鶯歌陶瓷博物館，並由陶藝老師指導學員捏陶，使學員在玩陶的樂趣中回味童年。
4. 馬賽克拼貼樂趣體驗：以DIY方式，利用不同馬賽克素材創造具個人風格之馬賽克相框、杯墊及燭杯等生活用品。
5. 創意美術－油黏土自塑像：利用油黏土將個人外表或內心世界雕塑出來，打造立體版個人塑像，呈現別具特色之自傳作品。
6. 銀髮族輕鬆學－電腦與網路入門：帶領銀髮族實際操作電腦，練習開機、關機，

使用滑鼠及利用鍵盤打字，瞭解Windows、WWW，以及學習IE瀏覽器基本操作、上網與搜尋資料。

7. 銀髮族快樂show－影像與相片處理入門：帶領銀髮族輕鬆操作影像軟體，編修、美化個人相片，製作具播放效果與安插音樂之相片，讓美好回憶重現。
8. “皂”就自然－樂活DIY手工皂：DIY製作天然、健康、環保手工皂，呵護自己及家人的肌膚。

表9 北市圖松山區樂齡學習資源中心辦理活動一覽表

編號	活動名稱	辦理日期	辦理地點	活動性質（內容）	參加人次
1	我的色鉛筆手繪生活	97.11.12-12.08	北市圖三民分館 6樓視聽室	利用色鉛筆色彩繽紛、生活化的感覺，加上便利、可隨身攜帶的特性，空閒時間能隨時作畫。	127
2	版畫－藏書票	97.11.14-12.09	北市圖三民分館 6樓視聽室	打破「版畫」刻板印象，以簡易製作藏書票為主，為自己的書量身訂作身分證，激發學習興趣。	76
3	美的遠足－樂淘陶	97.11.27	鶯歌陶瓷博物館	由博物館陶藝老師指導學員捏陶，在學陶、玩陶的樂趣中回味童年。	45
4	馬賽克拼貼樂趣體驗	98.04.17 98.04.24 98.05.01	北市圖三民分館 6樓視聽室	以DIY方式，利用不同馬賽克素材創造具個人風格之馬賽克相框、杯墊及燭杯等生活用品。	41

編號	活動名稱	辦理日期	辦理地點	活動性質（內容）	參加人次
5	創意美術－油黏土自塑像	98.04.21	北市圖三民分館 6樓視聽室	利用油黏土將個人外表或內心世界雕塑出來，打造立體版個人塑像，呈現別具特色之自傳作品。	8
6	銀髮族輕鬆學－電腦與網路入門	98.05.05 98.05.12	北市圖三民分館 5樓「學習e樂園」	帶領銀髮族實際操作電腦，練習開機、關機，使用滑鼠及利用鍵盤打字，瞭解Windows、WWW，以及學習IE瀏覽器基本操作、上網與搜尋資料。	39
7	銀髮族快樂show－影像與相片處理入門	98.05.14 98.05.21 98.05.26	北市圖三民分館 5樓「學習e樂園」	帶領銀髮族輕鬆操作影像軟體，編修、美化個人相片，製作具播放效果與安插音樂之相片，讓美好回憶重現。	59
8	“皂”就自然－樂活DIY手工皂	98.06.03-07.01	北市圖三民分館 6樓視聽室	DIY製作天然、健康、環保手工皂，呵護自己及家人的肌膚。	68

表10為士林區樂齡學習資源中心所辦理的活動，結合該中心的特色「創意族譜」，藉由探究家族族譜的方式，辦理銀髮族生活中最需求的課程，尋根並成為凝聚親情的動力，成為學習的最佳場所。97及98年度課程規劃辦理如下：（註19）

1. 家庭族譜基礎班：講授姓氏堂號源流、家族譜的意義與內容、族譜編修與方法、創意家譜的應用，以及創意家譜的製作。
2. 家庭族譜進階班：規劃自畫像、生命樹、童年生活、年輕的記憶、我的家庭、50歲後的生日等主題，鼓勵學員以平面、半平面或立體作品，創作及描繪個人生平事蹟。

3. 三峽文化巡禮、藍染體驗一日遊：在三峽藍染工坊學習及體驗傳統藍染過程，DIY自製獨一無二的大方巾，並至三峽歷史文物館、民權老街及清水祖師廟參觀。
4. 馬賽克拼貼樂：以馬賽克材料拼貼相框、存錢筒。
5. 創意美術創作：以各種材料雕塑立體的創意作品。
6. 動手玩族譜：製作創意的家族譜。
7. 阿公阿婆說故事：介紹說故事的技巧、題材選擇、製作方法、製作小書及個人生命故事書。

表10 北市圖士林區樂齡學習資源中心辦理活動一覽表

編號	活動名稱	辦理日期	辦理地點	活動性質（內容）	參加人次
1	老大人ㄟ創意族譜：臺灣姓氏堂號源流	97.11.10	北市圖葫蘆堵分館9樓視聽室	介紹姓氏源流	10
2	老大人ㄟ創意族譜：家庭創意美術－自畫像	97.11.11	北市圖葫蘆堵分館9樓視聽室	創作自畫像	5
3	老大人ㄟ創意族譜：家族譜的意義與內容	97.11.12	北市圖葫蘆堵分館9樓視聽室	介紹家族譜	7
4	老大人ㄟ創意族譜：照片合成及修圖	97.11.13 97.11.20	北市圖萬華分館7樓「學習e樂園」	介紹照片修圖技巧	30
5	老大人ㄟ創意族譜：家庭創意美術－生命樹	97.11.14	北市圖葫蘆堵分館9樓視聽室	創作生命樹	7
6	老大人ㄟ創意族譜：族譜的編修	97.11.17	北市圖葫蘆堵分館9樓視聽室	製作族譜	9
7	老大人ㄟ創意族譜：家庭創意美術－童年生活	97.11.18	北市圖葫蘆堵分館9樓活動室	水彩畫出童年生活	7

編號	活動名稱	辦理日期	辦理地點	活動性質（內容）	參加人次
8	老大人ㄟ創意族譜： 基礎數位相機攝影入門	97.11.19 97.11.26	北市圖葫蘆堵分館9樓活動室	攝影入門	23
9	老大人ㄟ創意族譜： 家庭創意美術－立體自畫像	97.11.21	北市圖葫蘆堵分館9樓活動室	捏塑自畫像	10
10	老大人ㄟ創意族譜： 教學上創意家譜的應用	97.11.24	北市圖葫蘆堵分館9樓視聽室	創意家譜教學	13
11	老大人ㄟ創意族譜： 家庭創意美術－年輕的記憶	97.11.25	北市圖葫蘆堵分館9樓活動室	蠟筆畫出年輕時的環境	12
12	三峽文化巡禮、藍染體驗一日遊	97.11.27	三峽藍染工坊 三峽歷史文物館	三峽一日遊	47
13	老大人ㄟ創意族譜： 家庭創意美術－我的家庭	97.11.28	北市圖葫蘆堵分館9樓活動室	畫出自己的家庭	12
14	老大人ㄟ創意族譜： 創意家譜製作	97.12.01	北市圖葫蘆堵分館9樓活動室	製作家譜	11
15	老大人ㄟ創意族譜： 家庭創意美術－50歲後的生日	97.12.02	北市圖葫蘆堵分館9樓活動室	畫出50歲後生日的願景	10
16	老大人ㄟ創意族譜： 各姓氏家族譜	97.12.03	北市圖葫蘆堵分館9樓活動室	互相交流各自的家族譜	11
17	老大人ㄟ創意族譜： 家庭創意美術－半立體生命樹	97.12.05	北市圖葫蘆堵分館9樓活動室	捏塑自己的生肖作品	8
18	紫雲膏製作	98.02.08	北市圖葫蘆堵分館9樓活動室	製作紫雲膏	10

編號	活動名稱	辦理日期	辦理地點	活動性質（內容）	參加人次
19	養生保健書展－「銀髮閱讀趣，健康幸福來」	98.02.21-03.31	北市圖葫蘆堵分館5樓書展區	書展	235
20	銀采乍現俱樂部二部曲：馬賽克拼貼樂	98.04.13 98.04.20 98.04.27	北市圖葫蘆堵分館9樓活動室	以馬賽克材料拼貼相框、存錢筒	35
21	銀采乍現俱樂部二部曲：創意美術創作	98.04.14-05.12	北市圖葫蘆堵分館9樓活動室	以各種材料雕塑立體的創意作品	68
22	銀采乍現俱樂部二部曲：動手玩族譜	98.04.22-05.13	北市圖葫蘆堵分館9樓視聽室	製作創意的家族譜	48
23	銀采乍現俱樂部二部曲：阿公阿嬤說故事	98.04.17-05.27	北市圖葫蘆堵分館9樓視聽室	介紹說故事的技巧、題材選擇、製作方法、製作小書及個人生命故事書	52

臺北市銀髮族的學習意願非常強烈，無論是適應現代社會生活所必須的電腦及語文技能，維繫個人健康的養生保健課程，與個人興趣相關的美術、棋藝、環保、攝影課程，或是戶外參訪活動，學員的興緻高昂，並且勇於嘗試新的學習內容，展現出濃厚的學習興趣，值得政府投入更多資源，讓銀髮族透過公共圖書館快樂學習、快樂生活。

陸、結語

隨著社會變遷，高年齡層民衆數量在整體人口結構上所占比率快速增加，且獨居的老人愈來愈多，公共圖書館不能不重視其資訊需求及尋求資訊時所遭遇的問題。以北市圖為例，其所辦理的講座活動、影片欣賞，參加的民衆，以銀髮族占多數；97年度的借閱排行中，51-60歲中老年讀者借閱量居第3；61歲以上的銀髮族借閱量名列第4；再者，3個樂齡學習資源中心設置以來，銀髮族所展現的學習企圖心以及熱情的參與情況，超乎大家的想像，可見銀髮族已成為公共圖書館的主要使用族群。因此，如何提供符合銀髮族所需的圖書資料、講座主題、閱讀活動及影片欣

賞，是公共圖書館的重要課題。

目前，各縣市公共圖書館對銀髮族的服務，尚在起步階段，除北市圖外，為銀髮族設置專區，並有計畫地提供銀髮族服務及規劃銀髮族活動的公共圖書館，僅有嘉義縣水上鄉立圖書館及國立中央圖書館臺灣分館設置樂齡學習資源中心，建議其他公共圖書館可積極向教育部爭取「教育部設置各鄉鎮市區樂齡學習資源中心實施計畫」的補助款，建立社區的銀髮族學習中心；另外，各圖書館在空間上，宜考慮銀髮族的身體狀況，規劃適合銀髮族的閱讀專區；圖書館人員亦應瞭解銀髮族的閱讀及資訊需求，提供適合其閱讀的大字印刷圖書、有聲書等；同時，瞭解銀髮族的心理特性，瞭解與銀髮族溝通及服務技巧，亦是圖書館員需加以充實者；當然，國內出版社因應老人人口的增加及大量的閱讀需求，出版適合銀髮族閱讀的題材及大字圖書，亦是當務之急，如此，公共圖書館才不致於面臨巧婦難為無米之炊的情況。

註釋

註1：國立中正大學成人及繼續教育學系，「『研編建構樂齡學習體系10年發展計畫案』建構樂齡學習體系十年計畫焦點座談題綱」，民國98年8月17日。

註2：國立中正大學成人及繼續教育學系，「『研編建構樂齡學習體系10年發展計畫案』建構樂齡學習體系十年計畫焦點座談題綱」，民國98年8月17日。

註3：高持平，「台北市年長者之健康資訊需求與資訊尋求行為」。（碩士論文，輔仁大學圖書資訊學研究所，民國96年），頁10。

註4：周菁菁，「也談圖書館對老人問題及圖書館對其服務的探討」，書府9期（民國77年6月）：頁144。

註5：葉乃靜，「資訊與老人的生活世界：以『台北市兆如老人安養中心』為例」。（博士論文，臺灣大學圖書資訊學研究所，民國92年），頁37。

註6：邱天助，「老人的閱讀習慣與公共圖書館閱讀需求之調查研究」，臺灣圖書館管理季刊5卷3期（民國98年7月）：頁11-30。

註7：高持平，「台北市年長者之健康資訊需求與資訊尋求行為」。（碩士論文，輔

仁大學圖書資訊學研究所，民國96年），頁10。

註8：賴郁秀，「都會區銀髮族對公共圖書館空間需求之研究—以台北市為例」。（碩士論文，國立臺灣師範大學圖書資訊學研究所，民國98年1月）。

註9：臺北市政府主計處，「臺北市人口之年齡分配」 中華民國97年臺北市統計年報，http://w2.dbas.taipei.gov.tw/NEWS_WEEKLY/abstract/homepage.htm（檢索於2008年8月6日）。

註10：臺北市立圖書館，「卓越市圖，臺北幸福：臺北愛閱讀年度記者會」，http://www.tpml.edu.tw/download/eresource/tplpub_year_report/9801.pdf（檢索於2009年8月6日）。

註11：教育部，「教育部設置各鄉鎮市區樂齡學習資源中心實施計畫」，<http://tw.myblog.yahoo.com/jw!bYIwqeiTExJJoE.b8nW3/article?mid=9003&prev=9011&next=9001>（檢索於2009年8月6日）。

註12：臺北市立圖書館總館諮詢服務課，「教育部設置樂齡學習資源中心期中訪視臺北市大安區樂齡學習資源中心簡報」，民國98年2月26日。

註13：臺北市立圖書館三民分館，「臺北市松山區樂齡學習資源中心簡報」，民國98年2月26日。

註14：臺北市立圖書館葫蘆堵分館，「教育部設置臺北市士林區樂齡學習資源中心97年工作成果簡報」，民國98年2月26日。

註15：臺北市立圖書館總館諮詢服務課提供，「臺北市立圖書館樂齡志工培訓課程」，民國98年7月15日。

註16：臺北市立圖書館總館諮詢服務課、葫蘆堵分館及三民分館提供，「臺北市立圖書館樂齡學習資源中心學員統計」，民國98年6月30日。

註17：臺北市立圖書館總館諮詢服務課提供，「大安區樂齡學習資源中心辦理活動」，民國98年6月30日。

註18：臺北市立圖書館三民分館提供，「松山區樂齡學習資源中心辦理活動」，民國98年7月1日。

註19：臺北市立圖書館葫蘆堵分館提供，「士林區樂齡學習資源中心辦理活動」，民國98年6月30日。