

(1988年)夏威夷老人

照顧計畫與建議

吳怡真譯

引言

一九七四年，二二五條文指出，美國政府老人服務處所發展的老人安養計畫（註一）含以下的幾點內容：

1. 近年來夏威夷州內超過六十四歲的人口一直在增加，因此州政府提供多項的老人照顧計畫例如：居住、教育、健康、社會服務以及提供就業等。
2. 協調政府和民間機構以減少重複的救助及補助經費的不足。

3. 從一九六五年所通過的老人法迄今，所有條文內容都已過於受限，不適應現代的潮流。

哥登顧問公司所發展的一套完整計畫有以下三點：

- 對現行老人安養制度的評估；
- 老年人的特殊需要；及
- 對這些計畫的執行、督導及建議。（註二）

這個計畫的目的是要提供督導人員、立法人員、社區工作人員等，讓他們去督導老人服務系統的發展政策，並且為老人們服務。哥登公司這一套計畫不久就成為夏威夷州的一個法令。

一九七四年十二月，哥登顧問公司將這份老人服務計畫送給老人安養協會，然後於一九七五年提交給第八屆夏威夷州議會。

這項老人安養計畫實行了十餘年，在這段期間

裏，人口結構產生很大的變化，老人社會的形成造成社會、經濟層面很大的沖擊，所以有許多針對老人需求的新興服務項目因應而生。

一九七四年，夏威夷人口中超過六十歲的老人約有七七、〇〇〇位，一九七四年老人的平均壽命約七十三、六歲。到了一九七八年時，夏威夷的老人健康預算佔了整個健康預算的四分之一，也就是說每個人每年的健康經費是七五三美元，而六十五歲的老年人每年在健康上的花費是二、〇二〇美元。（註三）

目前夏威夷超過六十五歲的老人高達四五、〇〇〇人，占全州人口的比率百分之十三、七，這些老人平均壽命高達七十八、二歲，遠遠超出在制訂老人福利政策者的意料之外。而州政府所設立的老人機構非常受到當地老年人的需要，所花費的老人醫療費用從一九七九年的三、五〇〇、〇〇〇美元到一九八六年的六、九〇〇、〇〇〇美元，成長了將近兩倍。

由於超過六十歲的年老人人口快速的成長，相對的對社會服務、就業、教育、房屋、健康、公共政策等服務項目也就感到迫切的需要。夏威夷是全美老年人口成長最快的州之一，到了西元二〇〇五年時，人口學家估計超過六十歲的人口將高達二三六、三〇〇名，比一九八〇年的老年人口數目成長兩倍，而八十五歲以上的人口從一九八〇年的五、六〇〇人到二〇〇五年的二八六、六〇〇人，其增加

的速度更快。(註四)

老年人口的成長也引起其它方面很大的變化，這些變化可以做爲預先制訂老人一些福利政策及服務事項的參考。

在制訂老人政策時，也必須同時考慮到夏威夷幾個地區的老年人，這些地區包含了太平洋島嶼的原住民、亞洲人等各種不同種族人的文化、習俗。因此，在處理健康、社會問題時，處理的方式也就不同。一九八七年所通過的美國老人法案中強調平等互惠的基本精神，並且允許公開討論推薦各種建議。美國老人法同時也指出夏威夷內土著老人的需求，因此經由修正法案的第六條使得夏威夷土著社區因而有機會可以依據自己的文化背景來發展其社會服務項目及計畫。

修正過的老人服務計畫的內容有一些新的觀念及議題，在這個計畫中，可以體認到夏威夷老人顯著變化。老人福利局提出修正的法案包括下面幾點前題：

a 計畫實施後要不斷的再評估、修改。

b 修正計畫的內容要附帶服務項目、行政組織、節目等項目。

c 必須以最新的人口結構、社會經濟結合在一起，以供未來計畫的參考。

爲了此計畫，政府單位特舉辦多項研討會，研討會的主要對象是各鄉鎮地區的老人事務中心、州政府各部門及民間機構之間的合作。剛上述各部門

的合作非常重要，因爲老人的服務是多方面的，且需嚴密的規劃，從健康、消費者自覺運動、就業、徵稅、交通、勞工、退休福利、房屋計畫、服務項目、人羣服務、教育方面、娛樂、保護等方面著手，因此需要各方面密切的配合，才能使上述計畫實現。

一九六五年通過的美國老人修訂案及HRS三四九章裏說明了各種老人的計畫目標，希望給予老人在公平機會中去運用各式各樣的資源及從事下列活動：

一、使他們有足够的金錢來支付日常生活所需。
二、不計成本代價提供物質、心理上的健康照護。
三、提供老人們個別需要以及廉價的房屋。
四、對於需要特殊照護的老人，提供長期及廣泛的服務。

五、不因年齡的高低而對老年就業的歧視。
六、光榮的退休，並時時保持身心的健康。
七、追尋文化、娛樂及各種有意義的活動。

八、提供各種有效率的服務，讓老年人的生活無憂無慮。

九、從各種研究中所得到最新老人新知，從而改善他們的健康及促進他們的幸福。

十、社區能夠讓老年人獨立撰寫活動計畫，並能够參與計畫的實施。(註五)

上述所修正後的計畫總目標，從廣泛的角度而言，經由經濟的、社會的、物質的、心理方面對老

人的認知而達到上述各目標，這些都是一種自給自足的表現方式，顯示出老人的多變化性，從而反應出計畫的實行、年齡範圍、及經濟狀態之間的差別。

壹、人口目標

夏威夷老年人口的特質是多樣化的且呈現各種不同的背景，如：教育背景不同、收入不同、身心健康的不同、就業狀況、是否居住在養老院或住在自己的家裏以及其它社會和經濟特質的不同。另外，這羣老年人口中是有不同的人生文化、歷史背景所組成的，因此彼此之間的差異很大，而導致各自需求也就不同，這不是單純的計畫、服務就可以解決的，必須擁有一個多元化的計畫才能滿足老人需求。

在此修正計畫中可經由經濟狀況及每一個年齡階段的功能，分成三個不同的老人團體，這三個團體是：

A 「傷弱性羣」老人團體

這羣老人長期遭受疾病的困擾，是老年人口羣中依賴性最大的。他們長期居住在養老院之中，並且約有兩倍的人口需長期居住在社區療養院中，這羣老年人最顯著的特點是老婦人多，而且大都是寡婦、孤苦無依的老婦人，以及低收入的貧苦老人，住在療養院中有百分之七十三是女性。這個團體年齡大部份是八十五歲以上。

B「過渡性族羣」老人團體

一般而言，這羣老年人較健康且富有，但老化的生理過程是不可預測、也不可避免，這種現象影響他們日常生活起居，從獨立生活到依賴他人生活，伴隨而來的是身體上、精神上、社會上及經濟上的改變或損失。但如能提供適當的幫助給老年人，就可以減低及防止老年人依賴性的增加。如何去幫助他們呢？就是儘量讓他們生活在他們所熟悉的社區裏。

C「自足性族羣」的老人團體

這羣老人較能自給自足，而且在日常生活上也没有重大的困境，我們通常把他們歸納於「年輕老人型」，這羣老人較第一類型傷弱團體為健康，而且教育程度較高並且較富有。

州政府的施政重點應該包括下面四點因素：

1. 經濟資源：包括收入、就業狀況等。
2. 基本需求：如食物、衣服、住家、健康、疾病照顧、交通規劃等。
3. 個人成長：包括教育、社會服務、文化、休閒活動及自我發展機會。
4. 個人的權利：如法律服務、保護服務等。

貳、傷弱性族群老人團體

一般活動目的的申明：

加強老人福利工作如：身體方面、社會方面、

經濟方面、認知及心理方面。

§ 傷弱性族羣老人團體活動的總目標：

以社區為基礎為傷弱老人提供一連串連續性且有組織性的活動。

經濟生活

§ 一般經濟生活

這一羣傷弱性族羣的老年人，他們的主要收入來源是社會安全基金，雖然這些福利金對他們而言，是非常重要的，但因金額太少，不足他們的開支。這羣老年人超過七十五歲以上的大多有固定退休金，當時他們對這筆退休金感到滿足，可是對於逐漸高漲的生活費用而感覺到經濟安全性越來越低，特別是老婦人，由於受到工作時的歧視，退休福利金的差別待遇必須依賴配偶收入，而導致形成貧窮的女性化。

近年來世人對於老年婦女悲慘的情況有了深刻的認知，在國會中也提出平均收入法案，讓夫婦兩人人都能享受到社會福利的好處，而使女性更能得到平等的社會福利支援。

老年人嚴重的居住問題和經濟、社會、身體方面有很大的關係，這個原因的形成如上節所述，傷弱性族羣的老人的房租費用已超過個人收入加社會福利基金的總和，因此要提供一個安全舒適的居住場所是很難達成。事實上在一九八三年，夏威夷的一份評估報告中指出，六十歲以上的老年人有一二、〇〇〇人遭遇經濟困難（註六），其中有百分之

二十老年人經濟只能勉強達到日常的開支。

建議事項：

● 老人行政單位 (The executive office on Aging) 簡稱EOA對於老年人問題應著重在監督、倡導各種社會安全福利的建設和研究。

● EOA應積極探討老年人貧窮問題並提出解決方法。

● EOA應與各公私立機構合作來提供有效方法及財政政策，減低老年人對高漲物價的壓力。

● EOA應與地方政府及各公私立機構配合，積極設計廉價房屋給老年人居住。

● EOA應幫助低收入老年人渡過生活的難關。

§ 長期照護的經費——

隨著老年人口的增加，伴隨而來的是長期照護的需求也隨之增加，那些患慢性疾病、心理疾病、社會適應不良的老年人，其照護費用非常高昂，這些現象出現在以下的幾個因素：如老人院的照護費用高、自費付費的老年人少、低收入的老年人、美國年輕一代所面臨的經濟困難以及婦女勞動力的增加。因為這些婦女一直是照顧老年人的生力軍，但是這些婦女成為上班族後，就缺乏人力去照顧老年人。

很多人都相信聯邦政府應該有一個照顧老年人的長期計畫，而這個計畫過幾年就會實現，因此夏威夷州很快的也會實現照顧老年人的長期計畫。

建議事項：

●EOA應積極倡導一個全國性的長期計畫來照顧各式各樣的老年人（不管他們或她們是來自何處。）

●EOA應對夏威夷州的老年人實行長期照顧計畫，並且設計一套長期的財政資源來支援這個照顧計畫，更進一步的說EOA應和全美老人協會積極的倡導三點計畫：①提供保險政策來支持以住家或社區為單位的居住服務計畫。②這個保險計畫是不分是否住院或非住院的老年人，他們完全可以享受到各種福利待遇。③保險政策是具有互換性及彈性，但必須要有一個保證人。

●EOA應多向大眾宣導老人問題的重要性，並可提供一些教育課程，這些事項必須和美國貿易部、衛生部、美國健康中心及人羣社會服務部密切配合。而關於長期計畫的經費來源，則包括：

社會福利：

§社會活動和個人成長——

傷弱性族羣的老人增加後，適當的社會活動可以減輕他們生理、心理以及其它方面的困難，老人院生活型態，或以社區為單位的生活型態可以減輕他們交通的不便。這些社會活動不僅可以減輕他們身心壓力，而且也可以發揮他們無限的潛力。這些對他們往後（後生）的成長有很大的幫助。

建議事項：

●EOA應對老人院的潛在功能及角色進行評估，評估重點應放在傷弱性老人的特別需要。

●EOA對於養老院或其它相關機構提倡辦理一些社會服務活動，這些活動對傷弱性老人的需要可提供社會刺激的作用。

§長期照護：

在夏威夷州大約有八〇%——八五%的老人需要長期照護，這些工作通常是由自己的伴侶所擔任這些照顧老年人的照顧者通常是中年女性或老年女性，她們時常埋怨在金錢上、感情上、身體上的負擔非常沉重，甚至為了照顧老年人而提早離開工作，這種情形對他們老年人時有不良的影響。因為以社區為單位的長期照護計畫非常受到老人喜愛，且州政府的花費也較少，因此從這個跡象可顯示由公家或私人機構來提供在家的照顧方式似乎形成一種強迫性，但事實並非如此，這種計畫和服務早已存在，只是數量不多，人力不足，也沒有多餘的經費來訓練在宅服務工作者

建議事項：

●EOA應對夏威夷實行一種長期復健計畫，並提供一種長期的服務，有效的刺激人們來加入照顧老人行列，而且也必須提供各式各樣的訓練課程來滿足在宅服務者的需求及開支。

●EOA應發展一些教育和訓練課程來協助官能缺陷、重殘的老人心理和社會需求。

●老人福利當局應做好協調服務工作來協助在宅服務者。

§身體狀態——

雖然過渡性族羣老人受到生理、心理及其他方面限制而必須得到他人的協助方能過正常生活；但仍然必須去防止這些老年人身體狀況的惡化。一般的老人院社區可以做到以下數點：如運動、營養活動、醫療上的謹慎照護等，長期性健康檢查可使老年人的生活達到良好狀態。

建議事項：

●EOA對於以社區或養老院為單位的老人機構應積極實行預防性措施，讓老年人在身體上所受到的限制減低至最少（能滿足身心需要）。

●EOA應支持國會所通過的美國老人法案，因為這些法案能照顧過渡性的老人需要，並提供資金來舉辦各式各樣的社會福利活動。

§認知／心理狀態——

傷弱性老人羣中患有認知和心理障礙或缺陷的老人急速增加。六十五歲以上的老人有百分之五都遇到此問題，而八十五歲以上的老人有百分之三得到老人癡呆症，這種疾病逐年增加，這種疾病的產生因素有環境方面、經濟方面、社會因素、藥物、貧窮、體力衰弱及老人活動力減弱等等。

傷弱性族羣老人團體所遭遇的問題並不只是心理健康的問題，從研究報告中顯示，其家庭成員或朋友在照顧老年人時，也會遇到沮喪、罪惡感、憤怒、悲傷等，且不幸的是，極少數的照顧者能得到喘息的機會，他們也得不到其它方面的報酬，事實上，個案諮詢是非常重要的，因為可以減輕他們的

壓力及憂愁。

建議事項：

- EOA在年度計畫中實行經濟、身體方面的一些建議事項。

- EOA應大力倡導社區福利中心、社區心理衛生中心的老人核心計畫，運用這些服務項目來滿足老人的需求。

- EOA應對那些照顧老人的服務者給予身體、心理衛生的服務項目。

- EOA應對以家庭、社區或養老院提供上述幾項服務。

- EOA應大力倡導夏威夷州的老年人長期照護計畫，提供照顧者的個案諮詢及個人照顧等輔導計畫。

叁、過渡性族群老人團體

一般活動的目的：

保持並加強老年人經濟方面、社會方面、身體認知、心理方面良好狀態，

§過渡性族群老人團體總活動目標：

對於那些經由適當的照護就能夠自己照顧自己的老人，我們要保護他們的安全，並維護他們的獨立感。

不同部門間的合作是非常重要的，因為老人服務事項非常廣泛，包括健康、醫療、人羣服務、教育、休閒、娛樂、保護等多項。

經濟狀態：

§一般經濟狀態——

不要因貧窮的老年人不多，就認為大多數美國

老人可免於經濟困難，以過渡性族群老人團體裏的成員而言，雖然擁有自己的房屋，但退休金是固定的，因此，必須考慮到生活費用的日漸高漲，而且由於聯邦政府將實施五年的房屋津貼補助額取消。使那些沒有自己房屋的老人常覺得房屋租金太高，且房屋的建築及安全性又不理想，再加上房東對老年人的不敬，而使這些老年人在居住方面遭遇許多的困難。社會安全福利基金雖不多，但對老年人是一種最好的保障，但因美國赤字年年增加，導致在議會時，不得不降低甚至刪去了這筆福利預算，因此，在過去幾年裏一直檢討這個法案，假設這筆福利基金被刪除了，對於過渡性團體的老人將造成很大的影響，如他們的交通問題、三餐、居住等。即使社會福利基金是足夠的，但日常生活開支的逐年增加，人事費用的增加及其它項目將佔去大部份的健康支出。

建議事項：

- EOA聯合所有公私立團體舉辦一些社會活動及提供財政資源來照顧老年人。

- EOA應扮演監督社會福利基金支出的角色，並積極防止老人福利基金預算被刪除。儘量充足老人日常生活所需要的。

- EOA應提供適宜的租屋資訊給老年人。

- EOA應和相關機構合作，並對老年婦女提供就業、孫子女的照顧及退休金補助，使她們避免遭遇更多的經濟困難。

§退休後的老年生涯計畫——

根據自給自足性老人團體研究報告顯示：大多

數的老人在退休後仍想做些兼職的工作，所以，對那些身體狀況較好的過渡性團體的老人，更要積極倡導並提供他們工作機會。但一般人對老年人有些偏見而導致他們在尋找工作時受到歧視。

建議事項：

- EOA應提供良好的工作機會給這些老年人。

§長期照護資金——

對於過渡性老人團體而言，長期照護資金並不是第一件重要的事，但對於較窮苦的老年人而言，就較為重要，因為有了長期照護的資金就可以做為他們生活的保障。

老年人通常需要外界提供多項服務來維持生活正常。如就業、飲食、住屋、教育、文化、休閒活動等，這些活動可由公私立機構在社區中實行。

老年照護基金是來自聯邦政府，這筆基金是一九六五年美國老人法案中所通過的，再加上州政府及地方政府的捐款，所以，目前唯一可行方法就是將這筆基金發揮最大作用。

為了達到最高效能，各機構的聯繫就非常重要，這些服務有：

交換服務——包括資訊取得、交通和其它服務。

社區服務——包括法律的支持、個案處理、資訊服務、娛樂休閒活動、成人教育課程、健康常識宣導等。

在宅服務——包括家中瑣事如電話接聽、案主照護、朋友訪問等。

由於國會想減低聯邦政府預算赤字，因此期望增加老年福利基金的希望就不大了。

建議事項：

●EOA應鼓勵私人機構資助老人福利活動。

●EOA應對各種老年族羣提供至少一五%——二五%人口比率的服務。

●EOA應建立一個完整的資料庫，對於各區推行的福利活動和預算執行的狀況，能確實掌握，作為日後推展業務、評鑑、編列預算的參考。

社會狀況：

§人口活動——

許多屬於過渡性族羣的老人都有身體方面的限制而不能積極的投入生產事業，但是州政府仍應鼓勵那些想工作的老人獲得適當的工作。

建議事項：

●EOA應和私人機構徹底檢討現行政策，提出良好的辦法，使那些想工作的過渡性族羣老人獲得適當工作。

●EOA使各個公私立機構了解老人的工作能力並不亞於一般人。

●EOA應幫助大眾支持老人的就業及其它退休後的計畫。

§休閒活動——

所有的老人對於休閒活動都有極高的興趣，但對於過渡性族羣的老人的身體一些限制則需要考慮活動的內容。

建議事項：

●EOA應結合各個公私立團體為老人們準備各式各樣的自願性服務活動。

●EOA倡導、發展各式各樣適合老人需要的休閒活動。

§個人成長——

人類的成長從生到死是從未間斷的，但對於過渡性團體的老人而言，由於受了身體功能衰退的限制，他們不再對學習新的技能、充實生命感到興趣。

人類必須要體認到過渡性族羣老人在社會的定位問題，而不能加以忽視。設計休閒活動時需針對他們聽力喪失的因素加以考慮。

建議事項：

●EOA應設計發展各種具有教育性的活動來豐富老人的生活。

●EOA應教育大眾及老人，使他們能够了解並適應聽覺能力喪失後的各種狀況。

§身體狀況——

「自給自足型老人」團體的身體狀況類似中年人，但是「過渡性老人族羣」就差多了，因此，若沒有適當的保健常識和醫護設施，那麼這羣「過渡性族羣老人」就會生活在病床上，依賴着他人的照顧。

建議事項：

●EOA應推動有關保障老人身心健康的計畫，計畫內容應包括疾病的預防，避免受傷、早逝，並能提供適當的交通工具，使老人們能自己獨立的生活在家中或社區中。

●EOA應提供教育性節目來宣導保健、醫藥常識並防止疾病的發生。

§認知心理的狀態——

在一次研究報告顯示，人類的心智能力並沒有因年老而急速喪失，但是老年人的反應遲鈍却是一項不可爭議的事實。

一般人們會有一種錯誤的觀念，以為人類的心智能力會隨着年齡增長而降低或喪失。但是從研究

報告中顯示，心智能力的喪失和經濟上的貧窮，身體的疾病這二個因素的關係更加密切，這個論點可從年老的婦人身上得到證明，她們之所以容易喪失

心智能力就因為她們在就業、退休等方面往往比男性要少之故。

建議事項：

●EOA應對「過渡性族羣」老人盡早提出經濟上、保健上的計畫。

●EOA應發展適當的老人社區心理健康計畫。

●EOA應提高社區對一些需要特殊照顧者的關注，例如：老年、疾病、婦女等。

自足性老人團體

概括性計畫目標：

提高老年人在經濟、社會、心理及認知（心智）方面的福利。

自足團體全面性計畫的目標：

預防有關經濟、社會、心理、及認知／心智上會遭遇矛盾情形，使老年人在生命最後數年中能够重新站起來。

當我們依照這個計畫作討論評鑑時，最初原本認為這是屬於有關老人之行政機關的事，後來認為它必須由各部門間來共同研究，像這樣的合作研究基本上是必須的，就老人問題來說，應該是要從健康、就業、交通、家庭安養、服務、教育、復健、保護服務方面盡量全面來共同研究。

經濟上的福利

§一般經濟福利：

老年人基本需求之一是經濟上的保險，若是沒有這項保險，老人們在晚年時身心逐漸衰老之時即陷入極大的危機。

雖然老年人口目前的經濟地位似乎已遠超過過去十年的經濟地位，老人貧窮的數字圖表所顯示的，却令人容易誤解且過度樂觀的傾向，這個趨向大部份是歸因於聯邦政府計算老人貧窮程度的公式，使結果（數字）反而少於通常較會有貧窮問題的青年人，尤其是窮人中最貧窮的是老婦人。

建議事項：

●EOA將會支持聯邦政府持續保持這項福利，促使政府及州計畫中能加入這項考慮，也就是成本的分配，於撥款時考慮老人的經濟福利。

●EOA也將會倡導對於老人貧窮的範圍、程度作正確而精密的評估。

§老人退休後就業問題——

大多數研究指出，許多已達退休年齡以上的老年人，都希望能延長自己在工作上的參與，或至少能在工作崗位上繼續維持兼職的機會。有一項調查研究顯示，百分之七十九的五十至六十九歲老人希望退休後仍能兼職的工作；在一九八二年時，百分之七〇·七的五十至六十四歲的男性和百分之四二·一的同年齡層女性老人是從事於勞力的工作，因為六十五歲以上老人的族羣，男性則下降到百分之二七·六，女性下降為百分之七·七。

忽略老人繼續有工作與就業機會之權益，這是社會的趨勢，由於社會現今的退休制、養老金及其他公共政策，使這種老人就業計畫受到阻礙。還有

因為一些抱持不同態度的說法，及陳腔爛調、錯誤的評估說老年人沒有工作能力，或以少數令人不滿意的工作者，阻礙了老人再就業的機會。

建議事項：

●EOA與公共或私人機構合作，將調查並檢定現存政策和其優點，促使發展老年工作者再就業的計畫及服務。

●EOA將會促使大眾瞭解老人努力的結果，即支持老人就業的計畫且更正錯誤的說法，還有一些對老人存有差別待遇的老套觀念。

§長期安養的資金供給——

對夏威夷自足老人團體最大的憂慮不是在經常缺乏財源來支付所需經費，而是看到他們因退休後收入和財產減少，或因為發生災難、疾病或長期殘疾的恐懼，許多現在的保險公司提供較高額的「長期安養保險」給這些老人，但却是超過許多老人能支付的能力，就某些個案來說：比如八十歲以上的老人就無法買這種保險，（無論價錢高低），這是由於保險公司本身訂定的購買策略，使得八十歲以上的老人無法購買。

建議事項：

●EOA將鼓勵聯邦政府及州政府，利用獎金鼓勵私人保險公司提供較合理價格的長期安養保險。

●EOA也會鼓吹公立或私立的股份公司發展一套長期在財政上照顧老人的策略。而且EOA與由各州組織起來有關老人方面的國際性協會合作，提倡以下幾點：（一）保險策略的發展，提供以社區服務較大範圍的保險項目及承保範圍。（二）合格的保險策略，必須有住院治療及項目做為條件。

●除此之外，EOA將要開始發展更廣泛的退休前計畫及處理方法，作為對準備工作者長期照顧之成本。

社會福利

§工作參與——

大多數從事勞動性工作多年，而身體仍然健康的老人，想從事一些有益且有利的工作，另外有許多能幹的、有技術技能的老人，希望維持例行的工作，讓他們在未來生涯發展中，繼續貢獻他們的知識和能力。從身體及心理健康之預防的配合看，充份證明：高度的社會參與和身心安寧之間有絕對的關係。由於老人若長期因失去原有工作角色、功能及熟悉的同事，會突然感到「孤」，寂寞，並失去自尊心。

建議事項：

●EOA將會追蹤，老人們在以前的工作部門就業的情形，並且詳載下來。

§休閒活動：

當老人從工作崗位退休下來之後，休閒的活動以及自己所扮演的角色有了新的意義。休閒的時間因教育程度、學識、成就、收入、身體的強壯或衰弱、居住地區、種族等之不同而有差別。有些老人很明顯地喜歡在工作參與上有所突破，其他則有些喜歡擔任義工或從事私人研究的方式表現自己，不管如何，有些研究顯示，老人人口在特徵上的改變，大約是每五年變過一次，因此每一代新的老人，從事於休閒活動時，比較不會去考慮從事老市民應有的活動，而是一般大社區社會規範內的活動。

建議事項：

●EOA與公立或私立部門合作發展老人社區服務之保證計畫。

●EOA會支持發展這項對老人的社區服務計畫，也會支持休閒的計畫、活動及設備，以回應各種不同年紀老人的需求，並了解在老年人口中許多意外的變數。

s 個人成長 (Personal Growth) ——

在夏威夷，特別長壽的老年人，意味着許多老人個人成長機會可延長到九十年，由於有一些老人退休後的年數延長到四十年之多，這些年對個人的情況來說將有新的發展。例如在財務上，就可透過細心的事先計畫來激勵個人的成長。

建議事項：

●EOA將發展廣泛的退休後計畫及研究方法，鼓勵工作者斟酌、省視自己退休後個人成長的興趣方向及選擇。

●EOA會鼓勵可強化個人的教育計畫的發展，發展老年人新角色及功能的預備。

健康福利——

不管一些負面的或陳腔爛調的說法把老年人描寫的好像是虛弱無力、衰老等形象，其實大部份老人却是健康、精力充沛且有活力的。而且大部份有機能殘疾的老年人，在八十歲前，並沒有顯現出他們受到殘疾所限制，尤其是在老人自足團體中，增進健康的活動和社區服務之了解以及經濟來源都是預防的方法，以保證他們在社區中能夠獨立生活下去。老年人的健康福利可以透過提供充分營養、適當足夠的運動、養生法、健康預防的觀點以及安全的環境及生活上的節制以促進、加強這項福利的實

施。

建議事項：

●EOA將會為夏威夷的老人，與有關聯的財力來源合作來達成健康、提昇和教育計畫，這計畫提出營養方面的觀點、身體的運動和健康預防的行為。

EOA將會支持確保老年人身體安全的方法及計畫，如：透過預防傷害、適宜的建築特色、適合老人的運輸系統及其他方法。可支持老人在社區或自己住處中可以獨立生活。

精神／心理福利——

大部份對高齡老人的瞭解以及不正確的刻板印象，一般而言，並不是伴隨着老年人的年紀老邁或心理／認知方面的衰退，報告顯示正相反，他們對事情的判斷、正確性、和一般的知識，實際上是隨着年齡而增長的，也許，唯一可認定的是，老年人隨着年齡增長而會有所改變的，是老人們在反應速度上有衰退的現象，以及中樞神經系統的衰退。

以對老人的刻板印象去輕視老人，等於是以前年紀老邁的原因來辭退他們的工作一樣，所有關於老人負面或否定的說法，已明顯地證明會影響、破壞老年人每一天生活的社會互動、工作情境，以及我們所要發展的那些政策及計畫，甚至社會結構的每一個層面。

因為自足性老人團體，有相同文化及完整的保護及疾病的預防，使貧窮情形減少，顯然有着重要的意義。在夏威夷多民族的社區裏，文化的疏離感或相同種族價值觀、規範和信仰的捨棄會對整個自足性團體造成極大的壓力。

有充分的證據顯示，經濟上的保護措施是支持老人精神健康的最基本條件。許多研究指出，若是經濟減少以及身體健康上的衰弱時，連同心理健康也會衰弱，認知功能則會衰退。(Butler and Lewis 1982)。

建議事項：

●EOA將進行追蹤前面所敘述之有關健康福利的優點，EOA也將要提倡社區發展心理健康計畫及服務，與老人文化的價值觀相結合。

註釋：

1. State of Hawaii Revisor of Session Laws, *Session Laws of Hawaii Passed by the Seventh State Legislature Regular and Special Session 1974*, Act 225.
2. The State Commission on Aging and Gordon and Associates, *Comprehensive Master Plan for the Elderly*, December 15, 1974.
3. Executive Office on Aging and Commission on Population and the Hawaiian Future, *The Elderly in Hawaii a Data Digest of Persons 60 and Over*, 1982, table 38.
4. Department of Planning and Economic Development, *Hawaii Population and Economic Projection and Simulation Model*, July 1984.
5. Federal Law, *Older American Act of 1965, as amended*.
6. Executive Office on Aging, *A State-wide Needs Assessment of Individuals Age 60 and Over*, May 1983.