

# 高齡者互動休閒育樂輔具之設計

銘傳大學商品設計學系 陳振甫副教授

## 前言

隨著時代變遷，從傳統及工業社會轉型到現今高科技及資訊社會，家庭成員之間的互動模式產生了一些改變，例如遠方的人拉近了距離，而身邊的人疏遠了距離。本研究期能透過高齡者相關休閒育樂輔具設計，讓高齡者能感受到親子關懷之外，也能保持平日休閒娛樂活動，活絡身心健康。

## 高齡者休閒育樂活動屬性分析

高齡者休閒育樂輔具設計構想發展，首先使用KJ法（以KJ法創始人

Kawakita, Jiro的英文姓名縮寫命名）進行腦力激盪，將設計團隊收集的訊息資料以最簡單的形式填寫在紙條上，並散置在大張紙上，閱讀其每張紙條，之間覺得有關係的分成數個小群，再檢討小群成為中群，並賦予簡潔的特徵標題，最後再於各中群之間建立相互關係。剛開始的時候，將高齡者休閒活動育樂屬性儘量寫在紙條上，進而加以小群分類及找出座標軸相對屬性關鍵字（keyword）；於十字座標上，依軸名屬性將紙條放上去。此時尚未決定開發什麼產品，只是腦力激盪一些觀念、想法，貼於四象限上（圖1）。

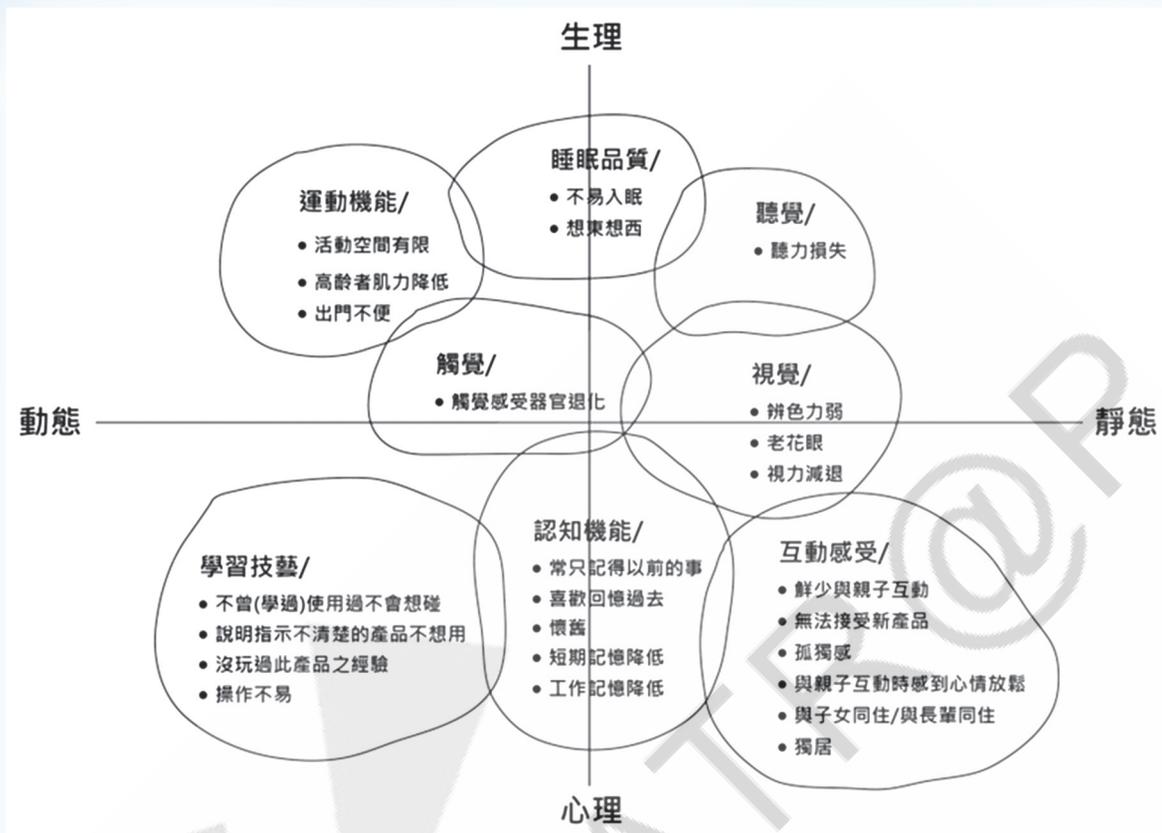


圖1、高齡者休閒育樂活動屬性

本研究的設計構想發展即是依圖1所示之高齡者休閒育樂活動屬性為基礎，同時探討高齡者對於休閒娛樂的需求，最終發展出三個構想概念設計創作，並以問卷調查進行評估。

## 高齡者休閒育樂輔具設計創作

### 一、設計案例A「疊來疊趣」

#### (一) 設計理念

此設計概念運用圖1高齡者休閒育樂活動屬性表格中的認知機能：「懷舊」、「喜歡回憶過去」；運動機能：

「活動空間有限」、「高齡者肌力降低」；互動感受：「與親子互動時感到心情放鬆」，以及訪問高齡者所得知的外觀問項「容易親近、溫馨」、「感到快樂的傳統產品」、「增進話題」、「與兒孫或家中長輩一起使用互動產品時感到情緒放鬆」為主要設計考量，延伸發展本研究設計案例A「疊來疊趣」遊戲。藉此設計案例期能使高齡者觸動過去的經驗，喚起童年回憶，並提供適當活動促進手眼協調能力，專注力與手的穩定度，增添高齡者生活樂趣。

#### (二) 玩法

2-3人遊戲，以沙漏計時，玩家輪流放置木棒，先倒塌者即為輸家。

## (三) 案例A設計圖 (圖2)

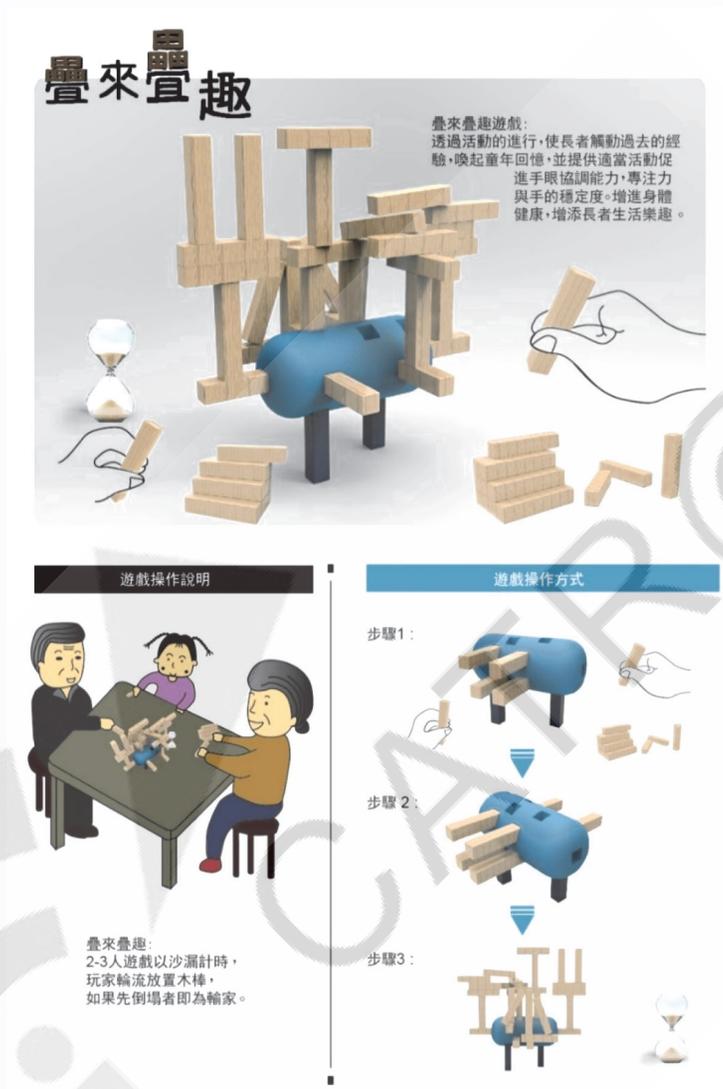


圖2、設計案例A「疊來疊趣」

## 二、設計案例B「祖孫卡好」

## (一) 設計理念

此設計概念運用圖1歸納之高齡者休閒育樂活動屬性表格中的認知機能：「短期記憶降低」、「工作記憶降低」；視覺：「變色力弱」、「老花眼」、「視力減退」；互動感受：「與親子互動時感到心情放鬆」，加上整體「感到親子互動上的滿足」為主要設計

考量，延伸發展本研究設計案例B「祖孫卡好」遊戲。而透過活動的進行，使高齡者可訓練其記憶力，有助腦力退化訓練及眼動訓練，並藉由與親子互動遊戲過程中，增進其家庭親子間之生活樂趣。

## (二) 玩法

一款2人玩樂的親子遊戲，玩法說明如下：

1. 翻牌記憶遊戲：選擇同樣圖案2張插入即開始遊戲。先記憶同樣圖案位置後並蓋上蓋子，以沙漏計時，並把相同圖案之蓋子取下，找尋相同圖案數量，在時間內首先完成或數量最多者取

勝。

2. 遊戲可選擇：簡單、中度、難度，三種遊戲難易程度。

### (三) 案例B設計圖 (圖3)



圖3、設計案例B「祖孫卡好」

## 三、設計案例 C「雙人瑜珈魔力球」

### (一) 設計理念

此設計概念運用圖1高齡者休閒育樂活動屬性表格中的運動機能：「高齡者肌力降低」；睡眠品質：「不易入睡」、「想東想西」；觸覺：「觸覺感

受器官退化」；互動感受：「與親子互動時感到心情放鬆」；學習技藝：「沒玩過此產品之經驗」，加上「增進與家人之間情感與肢體間的互動」、「與兒孫或家中長輩一起使用互動產品時感到情緒放鬆」為主要設計考量，延伸發展本研究設計案例C「雙人瑜珈魔力

球」。

雙人瑜珈強調兩個人共同協作，彼此協助完成一些雙人瑜珈動作，彼此信任是完成雙人瑜珈的重要條件，雙人瑜珈除了能喚醒自我，擁有瑜珈的好處，如：改善不良姿勢、瘦身塑身、促進循環代謝抗衰老、強化肌肉做復健、舒緩壓力助睡眠，亦可增加雙人親子間之互動樂趣。

## (二) 玩法

一款2人互動的親子運動，此遊戲為兩人雙人瑜珈音樂球互動概念，當2

人完成其一動作時，雙人持球互相觸碰，會撥放其懷舊音樂。音樂將隨著一個動作平均30秒結束，待繼續下一個動作時，會再隨機循環撥放歌曲；藉由音樂球轉移做瑜珈動作時的忍耐度以及增加其動作的持久力。

1. 可撥放傳統音樂：懷舊音樂一個招式30秒循環撥放。
2. 可錄音瑜珈老師動作指令，利於自家練習。

## (三) 案例C設計圖(圖4)

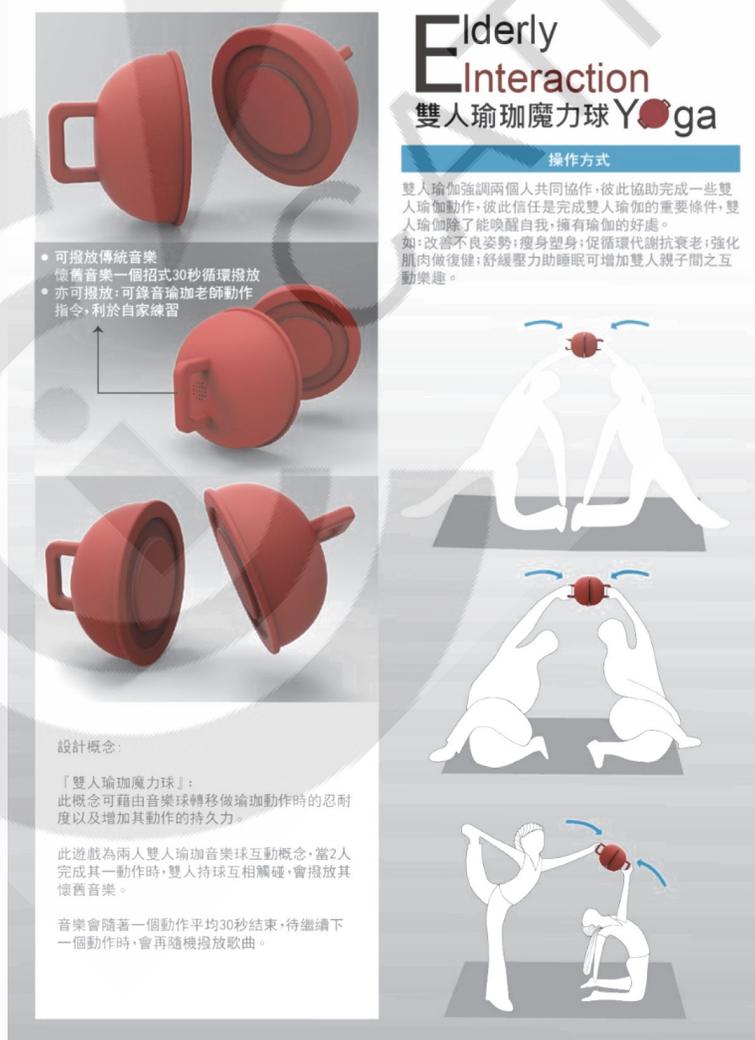


圖4、設計案例C「雙人瑜珈魔力球」

## 設計構想案例分析與討論

本研究分析結果指出，外觀方面顯示高齡者偏好案例C「雙人瑜珈魔力球」，本研究推測高齡者會對於新穎一代的運動外觀造形頗感好奇。從功能效果與整體感受之回饋顯示，高齡者都偏好案例A「疊來疊趣」；此結果顯示，懷舊遊戲能勾起高齡者對於過去遊戲經驗的回憶，以及遊戲過程中可感到心情放鬆，達到休閒的目的，同時與家人增進話題與實體互動。總體而言，高齡者相關休閒育樂輔具之設計應考量高齡者的五感體驗，而不僅止於打麻將、下棋、玩撲克牌等桌遊性質的活動。