

敬老院户外活动空间的设施设计

程师师, 胡希军

(中南林业科技大学, 长沙 410004)

摘要: **目的** 基于敬老院这一特定场所研究户外活动的设施设计。**方法** 通过对户外设施概念和分类的阐述,结合老年人自身生理、心理和行为的变化,从不同年龄人群、不同健康人群和不同爱好人群对户外活动项目的需求进行了分析。**结论** 根据人性化原则、整体性原则、环境协调性原则和美学原则,在户外活动设施规划策略的指引下,从不同年龄人群、不同健康人群和不同爱好人群的户外设施等几个方面,论述了敬老院户外设施的设计内容和方法,从而设计出具有敬老院特色的户外设施。

关键词: 敬老院; 老年人; 户外活动; 户外设施设计

中图分类号: TB472 **文献标识码:** A **文章编号:** 1001-3563(2015)18-0118-04

Facilities Design of Outdoor Activity for the Geracomium

CHENG Shi-shi, HU Xi-jun

(Central South University of Forestry & Technology, Changsha 410004, China)

ABSTRACT: It aims to research outdoor facilities design based on the geracomium. On the concept and classification of the outdoor facilities, combined with the physical, psychological and behavioral elderly, from different age groups, different healthy people and different interest groups demand for outdoor activities projects are analyzed. On the basis of the principles of humanity, integrity, environmental coordination and aesthetic, in under the guidance of the outdoor activity facilities planning strategies, from different age groups, different healthy people and different interest groups outdoor facilities from several aspects, it discusses the design content and methods of geracomium outdoor facilities, thus designed with characteristic of geracomium outdoor facilities.

KEY WORDS: geracomium; elderly; outdoor activity; outdoor facilities design

近年来我国逐渐成为老龄化国家,老年人自我养老意识加强,倾向于独立居住形式的居家养老方式。敬老院作为老年人养老服务的社会福利事业组织,作为康复每个老年人的身心健康,宜养老宜学习宜娱乐的地方,吸引着老年人的到来。作为敬老院环境景观中的重要元素——户外活动的设施,对老年人在敬老院的生活起到重要作用。目前我国对于户外设施的设计与发达国家相比存在很大差距,一方面是因为资金不足,没有受到足够的重视;另一方面是我们缺乏能够真正做到体现对社会弱势群体的关爱,让人们可

以感受到平等参与户外设施设计的权利。因此,研究户外设施设计对老年人的生活来说是重中之重。

1 敬老院户外设施的概念与分类

1.1 敬老院户外设施的概念

敬老院户外设施是指在敬老院户外空间(包括室内到室外的过渡空间)中满足老年人户外活动所需用具的使用功能外,还要考虑到用具的无污染材质、可

收稿日期: 2015-05-06

基金项目: 湖南省“十二五”重点学科(风景园林学)(湘教发[2011]76号)

作者简介: 程师师(1990—),女,山西晋城人,硕士,中南林业科技大学硕士生,主攻园林规划设计。

通讯作者: 胡希军(1964—),男,浙江东阳人,博士,中南林业科技大学教授,主要从事园林规划设计、景观生态规划和城乡规划的研究。

持续使用、构造尺度符合老年人的人体工程学和视觉上的美观,真正做到“老年人——设施系统——环境”相互和谐。

1.2 敬老院户外设施的分类

对于敬老院户外设施的分类,可以从下面几点来考虑:首先,把户外设施视为景观环境设施,以其实用性、功能性和艺术性为基本出发点;其次,根据老年人自身特殊性,结合敬老院景观建筑,在这个大的背景下对户外设施进行分类进行制约,最终目的是在宏观层面上提升户外环境的品质;第三,依照户外活动空间的性质和所处的环境特点,分类时考虑户外设施与它们的相互作用。综合以上因素,本文从功能的角度对敬老院户外设施进行了分类,见表1。

表1 敬老院户外设施功能分类

Tab.1 Categories of functions of geracomium outdoor facilities

序号	功能	细分
1	休息类设施	桌几类、座椅类
2	休闲类设施	健身、娱乐设施类
3	照明类设施	路灯、地灯、壁灯等灯具类

2 敬老院户外活动项目的设置

从敬老院这一特定场所出发,为了了解老年人依据自身特点所需的户外活动项目,将敬老院老年人进行分类,这是为了更好的规划设计户外设施和协调好敬老院的户外空间布局。因此,从不同年龄人群、不同健康人群和不同爱好人群对户外活动项目的需求进行了分析。

2.1 不同年龄人群的户外活动项目需求

老年人的户外活动项目与年龄有着重要的关联,因此老年人年龄及活动特征的分析对其日常户外活动的设施设计具有重要意义。按照《中华人民共和国老年人权益保障法》及国际通用标准,我国将年满60周岁及其以上的人称为老年人^[1]。联合国对老年人按年龄进行了分类,将60~69岁称作低龄老年人口,70~79岁称作中龄老年人口,80岁及以上称作高龄老年人口^[2]。

1) 60~69岁:此年龄段的老年人处于健康活跃期,身体机能状况健康良好,喜爱到距离较远的空间活动,经常进行的户外活动有跑步、打拳、健身操、球类运动等,多为群体活动。

2) 70~79岁:此年龄段的老年人处于生活自立期,生理机能在行动能力、适应能力上逐渐衰退,交流能力逐渐弱化,步行虽良好,但上下台阶需依靠支撑物。经常进行的户外活动有下棋、打牌、器械健身、弹唱等,多以成组形式活动。

3) 80岁以上:此年龄段的老年人处于照顾护理期,借助工具移动,依赖护工进行户外活动,经常观望、静坐、聊天等,多以个体形式活动。

2.2 不同健康人群的户外活动项目需求

我国《老年建筑设计规范》按身体状况对老年人进行划分,分为自理型老人,介助型老人,介护型老人^[3]。从老年人自身的生理需求出发,参照其身体条件进行适度的调整,得出不同健康程度的老年人适合什么类型的户外活动,见表2。

表2 不同活动类型的户外设施和参与者

Tab.2 Different activity types of outdoor facilities and participants

活动类型	户外设施	参与者
观望、静坐	休息类设施 照明类设施	自理、介护、介助型老年人
聊天	休息类设施 照明类设施	自理、介护、介助型老年人
下棋、打牌	休息类设施	自理、介护型老年人
弹唱	休息类设施	自理、介护型老年人
器械健身	休闲类设施	自理、介护型老年人
拳术、跳操、跳舞	休息、休闲类设施	自理型老年人
球类	休息、休闲类设施	自理型老年人

自理型老人。行为上与普通人没有太大差别,不依赖外力协助,生活能够自理,心态健康。这一类型的老年人热爱运动、有表现欲,与外界接触比较多,对于户外活动空间的使用率也比较高。无论是静态活动项目还是低强度的动态活动项目都积极参与。

介助型老人。由于年龄的增长或偶然的意外事故使得生活行为具有一定的障碍和困难,需要依赖扶手、拐杖、轮椅等的帮助。同时心理存在压力,情绪不定,影响老年人的健康状况。这类型的老年人喜好安静,又渴望与外界接触,对与他人交流、静态的一些活动项目有着浓郁的兴趣。

介护型老人。这类型的老年人,生活不能自理,需要护工监护,一般很少参加户外活动。由于行动不便等原因,观看他人活动感受乐趣,倾诉情感等活动类型对老年人就显得格外重要。

2.3 不同爱好人群的户外活动项目需求

根据老年人内心的交往需求、娱乐需求和舒适度需求,将老年人的爱好分为交流交往、健身娱乐和观赏等。在活动空间范围内设置适合老年人活动特点和爱好需求的活项目,对提高老年人出行频率有着促进作用。

对于爱好交流交往的老年人来说,需要对户外活动项目易产生信赖感、安全感和亲切感等。比如聊天、下棋、钓鱼、弹唱等。

对于爱好健身娱乐的老年人来说,在不受到自身健康状况制约的条件下,需要不断地实现自我价值,充分发挥自己的余力和潜能,追求个人兴趣,发展爱好,从一系列户外活动中体验到成功的喜悦和满足感,做到“老有所为”^[4]。例如打球、健身操、跳舞等项目。

对于爱好观赏的老年人来说,当周边环境不能满足老年人对户外活动项目的需求时,在能力允许的情况下老年人可能会选择距离较远且风景优美的观赏地进行观望、静坐。

3 敬老院户外活动的设施设计

敬老院户外活动的设施应根据老年人在户外活动空间的活动特征,在设计、组合方式上因地制宜,从不同老年人对户外活动项目的需求得出适合敬老院老年人户外活动的设施,在整体的规划策略和原则的前提下,分别从不同年龄、不同健康和不同爱好的人群对户外活动设施设计进行探讨。

3.1 户外设施的规划策略与原则

为了提高敬老院硬质条件水平,塑造人性化的户外活动空间,强化特殊环境下户外设施的功能性、识别性和引导性并改善当下的使用频率。针对不同强度的户外活动设计不同功能的户外设施,利用自然条件、人文环境、老年人生理、心理及行为能力的特征和对户外活动项目的需求,进行全面的规划设计户外设施。在设施的空间布局上,依据老年人身体情况在不同空间范围内进行户外设施设计,从而满足需求。敬老院户外活动范围分为四个层次:住宅周边绿地、健身器材空间、娱乐空间和周边景观空间。在距离住宅100米内的周边绿地上设置座椅和灯具等设施,满足老年人聊天休息的需求;户外活动中运动健身是不可缺少的,在100到200米内的健身空间范围设置健身器械和座椅等设施;距离住宅200到500米内的娱乐

空间范围设置不同的娱乐设施和桌椅设施等,既满足老年人的放松娱乐又不会打扰到住宅内的老年人;而500米以外的景观空间则适合老年人散步、聊天,安置座椅、灯具等设施。

敬老院户外设施具有四项原则:

1) 人性化原则,以人的本性需要为出发点,基于行为心理学和色彩心理学原理,创造出由生理关怀转换为心理感动的设计。

2) 整体性原则,以安全为首要目标,运用新技术增强功能性,系统规划布局,全面考虑老年人的行为模式和适应尺度,以便提高使用几率,增进感情交流^[5]。

3) 与环境协调性原则,引入自然要素,利用植物弱化设施边角,丰富构图^[6],突出人文气息和地域特色,提升其识别性、引导性,创造和谐的交往空间。

4) 美学原则,遵循人体工程学原理,从外观结构进行调整,设计样式多变,合理运用色彩,凸显设施特色。

3.2 不同年龄人群户外活动的设施设计

为了让不同年龄的老年人对敬老院产生“家”的感觉,户外设施要满足聊天、休闲娱乐、健身、照明等不同类型活动的需求,设计上要做到“心理上的感动、生理上的舒适、行为上的便利”等功能。为了加深老年人对敬老院的认同感和归属感,设施的形态结构依据人机工程学进行尺寸设计,色彩与周边环境和谐,融入地方特色体现文化价值,从而营造出亲近、合理的休闲娱乐环境。在行为上,由于老年人生理机能退化,视觉能力下降,思维反映速度减慢,对于设施使用中功能实现的操作随机性和操作界面的不统一,使其很难在短时间内适应接受。因此字体清晰、通俗易懂的说明文字更符合需求,高度上也要照顾乘坐轮椅的老年人,例如户外健身设施依据老年人自身特点,设计的设施简单易于操作,安全注意事项明显等,这些都需要清楚的文字加以说明。另外,老年人的色彩辨别能力下降,色彩鲜艳、图底对比强烈的设施更加容易辨认,因此可采用特殊的荧光材料运用到设施中,即便在夜间,也可以充当照明设施给以指引,便于散步聊天。

3.3 不同健康人群户外活动的设施设计

针对不同健康程度的老年人在不同活动类型下所需要的户外设施要以安全性设计为首要目标(见表2)。老年人对自身安全保护的能力较差,体质弱,对外界感官功能下降,设计户外设施时要考虑老年人的便利性,例如在健身器械设施周边放置不可缺少的休

息类设施座椅,为了方便老年人就座和起立,设计带有超过椅子前缘的扶手。功能上采用新技术进行更好的互动。利用太阳能的可持续性和对环境无污染性,设计低碳照明设施,白天将太阳能收集起来并转化为电能以供夜间照明,不仅可以节约电能,还可以避免施工人员铺设线缆时对植被的破坏^[7]。另外利用太阳能发电的感应路灯有利于老年人的安全使用。材质上满足老年人的舒适性,户外设施的材质以木材为主要对象,通过镂空、层叠等设计手法强调户外设施的光影感和层次感^[8]。在提示性操作原理下,顺应人本能动作形式,设计一个座面、椅背有多个不规则式圆形凸起物,坐久会有不适之感的不舒适性座椅,而且还具有声音鸣叫、灯光闪烁等提示的功能,在休息的同时又提醒老年人此处不宜久留。遵循可持续发展的设计理念,因植物能释放大量的负氧离子,有利于老年心脏病、高血压、神经衰弱的健康恢复,可以为老年人营造一个健康的植物景观环境。另外,为保证老年人视野范围内活动的安全性,在植物设计上要考虑老年人视觉的通透性。最终通过以上安全性设计原理满足老年人不同身心阶段对户外设施的要求。

3.4 不同爱好人群户外活动的设施设计

将老年人喜爱的户外活动分为健身娱乐、交流交往和观赏等,针对不同的户外活动,户外设施要做到人性化设计,体现“以人为本”的精神,满足老人生理、心理上的需求。同时在满足设施基本的物质功能外,还要关注其社会综合价值。不仅让老人与户外设施的关系更加友好,还可以给人带来过程的愉悦和精神上的享受。在健身娱乐过程中健身器材多以组合式的设施出现,这样有利于老年人的交流与放松。在其附近设有休息区,布置适当的休憩设施,供老年人活动之余休息。另外,为了吸引老年人来观看活动的人们,可以将休憩设施朝向活动区布置。而周边的座椅设施在尺寸大小上以人性化的舒适度为准,基于人体工学准则,设计有靠背和扶手。在观赏美丽景色时,设施要与环境景观相结合,自身也形成一道亮丽的风景。例如花箱式座椅,椅面左右分别设计有两个凹槽,在凹槽内种植花灌木,具有遮挡功能。与背景花丛相融合,形成私密空间。老年人置身其中身边围绕着花香,眼边有美丽的风景,让老年人心情愉悦,有亲切感。

4 结语

户外设施既是敬老院不可缺少的户外景观要素

之一,又是整个社会对老年人关怀的见证。在营造出优良的户外空间环境下,让户外设施在敬老院成为老年人的伙伴,为老年人提供安全的指导性帮助,使敬老院的户外活动空间成为锻炼、欣赏、休息等多种功能的混合环境空间。同时,为了使敬老院的老人感受到社会对他们的重视,未来则需要更多贴近老年人生活的设计,为实现敬老院作为“家”而努力。

参考文献:

- [1] 04J923-1,老年人居住建筑[S]. 04J923-1, Residential Building for the Aged [S].
- [2] 羌苑,袁逸倩,王家兰. 国外老年建筑设计[M].北京:中国建筑工业出版社,1999. JIANG Yuan, YUAN Yi-qian, WANG Jia-lan. Foreign Old Architectural Design[M].Beijing: China Architecture and Building Press,1999.
- [3] 杨·盖尔. 交往与空间[M].何人可,译.北京:中国建筑工业出版社,1992. JAN G.Life Between Buildings[M].HE Ren-ke, Translate.Beijing: China Architecture and Building Press,1992.
- [4] 程琼.现代城市养老居住环境设计研究——以老年公寓为例[D].重庆:重庆大学,2008. CHENG Qiong.Modern City Retirement Environment Design Research: Take the old Age Apartment as the Example[D]. Chongqing: Chongqing University,2008.
- [5] 张俊海,赵碧洁,陶晋.从行为引导探讨公共健身设施的安全感设计[J].包装工程,2014,35(18):44—45. ZHANG Jun-hai, ZHAO Bi-jie, TAO Jin.Security Design of Public Fitness Facilities Based on Behavior Guidance[J]. Packaging Engineering,2014,35(18):44—45.
- [6] 张冉,熊健新.城市公共空间座椅设计研究[J].包装工程,2010,31(14):13—14. ZHANG Ran, XIONG Jian-xin.Research on the Public Space Seats in the Urban[J].Packaging Engineering,2010,31(14):13—14.
- [7] 张志华,罗家.生态视野下的公共设施设计研究[J].包装工程,2014,35(2):52. ZHANG Zhi-hua, LUO Jia.Public Facilities Design from Point View of Ecology[J].Packaging Engineering,2014,35(2):52.
- [8] 李文嘉,孔晓燕,顾津.基于城市风貌规划的虹桥商务区公共设施设计[J].包装工程,2014,35(20):44. LI Wen-jia, KONG Xiao-yan, GU Jin. Hongqiao CDB Public Facilities Design Based on Cityscape Planning[J].Packaging Engineering,2014,35(20):44.