

# 臺中縣銀髮族休閒需求及休閒效益之研究

林素媛、李城忠

E-mail: 9805871@mail.dyu.edu.tw

## 摘要

本研究旨在探討休閒需求與休閒效益之關係，並以休閒體驗為中介變項，針對台中縣銀髮族為研究主題。高齡化社會已逐漸成為世界潮流，台灣從1993年邁入高齡化社會，高齡人口所衍生的諸多問題，一直為個人、家庭甚至政府單位或民間社團團體所關注。在本世紀休閒活動已是生活品質的象徵，就銀髮族而言，在延長生命之餘，如何運用休閒活動來提升生命的品質更屬重要，本研究以探討銀髮族透由休閒體驗其休閒需求與休閒效益之關係。本研究以台中縣年齡55歲以上為對象，以便利取樣的方式選取樣本，共取得有效問卷230份。

經過問卷調查及結構方程(SEM)檢測本研究之模式，分析結果顯示此模型之配適度良好。本研究有以下結果：(1)銀髮族休閒需求對休閒體驗有顯著正向影響；(2)銀髮族休閒體驗對休閒效益有顯著正向影響。

本研究並以模式推估結論，提出銀髮族休閒策略，喚起銀髮族個人休閒需求自覺，設計適當的休閒體驗、並關注銀髮族心理及友伴的支持。因此，當個人、家庭或機關團體致力於推動銀髮族休閒活動時宜注意其休閒需求及欲達到的休閒效益。

關鍵詞：休閒需求、休閒體驗、休閒效益、銀髮族

## 目錄

中文摘要	iii
英文摘要	iv
誌謝辭	vi
內容目錄	vii
表目錄	ix
圖目錄	x
第一章 緒論	1
第一節 研究背景與動機	1
第二節 研究目的	3
第三節 研究問題	4
第四節 研究範圍	4
第二章 文獻探討	5
第一節 休閒需求	5
第二節 休閒體驗	15
第三節 休閒效益	18
第四節 銀髮族	24
第三章 研究方法	35
第一節 研究架構	35
第二節 研究變數之操作性定義	35
第三節 研究假設	37
第四節 研究工具	38
第五節 抽樣對象與取樣	42
第六節 資料分析與方法	43
第四章 資料分析與研究結果	46
第一節 問卷基本資料分析	46
第二節 信度與效度分析	51
第三節 整體結構模式分析	62
第五章 結論與建議	68
第一節 研究結論	68
第二節 管理意涵	70
第三節 後續研究建議與研究限制	71

參考文獻 . . . . .	73
附錄A 研究問卷 . . . . .	86

表目錄

表 3-1 休閒需求量表題項 . . . . .	39
表 3-2 休閒體驗量表題項 . . . . .	40
表 3-3 休閒效益量表題項 . . . . .	41
表 3-4 預試問卷各變項量表之信度分析 . . . . .	42
表 4-1 樣本結構分析統計表 . . . . .	48
表 4-2 銀髮族不同性別在各變數之差異性檢定表 . . . . .	49
表 4-3 銀髮族不同年齡在各變數之差異性檢定表 . . . . .	49
表 4-4 銀髮族退休與否在各變數之差異性檢定表 . . . . .	50
表 4-5 銀髮族不同職業對各變數單因子變異數分析一覽表	51
表 4-6 測量配適度指標與參考標準值對照表 . . . . .	52
表 4-7 休閒需求配適度彙整表 . . . . .	55
表 4-8 休閒需求之收斂效度與信度分析 . . . . .	56
表 4-9 休閒需求之潛在構念區別效度分析表 . . . . .	56
表 4-10 休閒體驗配適度彙整表 . . . . .	58
表 4-11 休閒體驗之收斂效度與信度分析 . . . . .	59
表 4-12 休閒體驗之潛在構念區別效度分析表 . . . . .	59
表 4-13 休閒效益配適度彙整表 . . . . .	61
表 4-14 休閒效益之收斂效度與信度分析 . . . . .	62
表 4-15 休閒效益之潛在構念區別效度分析表 . . . . .	62
表 4-16 整體模式配適度彙整表 . . . . .	64
表 4-17 休閒需求、休閒體驗與休閒效益之關係模式分析表	65

圖目錄

圖 3-1 本研究架構圖 . . . . .	35
圖 4-1 休閒需求之驗證型因素分析結構圖 . . . . .	54
圖 4-2 休閒體驗之驗證型因素分析結構圖 . . . . .	57
圖 4-3 休閒效益之驗證型因素分析結構圖 . . . . .	60
圖 4-4 整體結構模式圖 . . . . .	63
圖 4-5 休閒需求、休閒體驗與休閒效益之關係模式圖 . . . . .	66

參考文獻

一、中文部分Bammel, G., & Burrus-Bammel, L. L. (1996), 休閒與人類行為(涂淑芳譯), 台北:桂冠, (原文於1992年出版)。Godbey, G. (2006), 休閒遊憩概論 - 探索生命中的休閒(葉宜矜, 王偉琴譯), 台北:品度, (原文於1990年出版)。內政部統計處(2005), 中華民國94年老人狀況調查結果摘要分析[線上資料], 來源: <http://www.moi.gov.tw/stat/survey.aspx> [2009, May 1]內政部統計處(2002), 中華民國91??人? 況調查結果摘要分析[線上資料], 來源: <http://www.moi.gov.tw/stat/survey.aspx> [2009, May 1]內政部統計處(2000), 中華民國89年老人狀況調查結果摘要分析[線上資料], 來源: <http://www.moi.gov.tw/stat/survey.aspx> [2009, May 1]內政部統計處(2008), 中華民國96年簡易生命表分析[線上資料], 來源: <http://www.moi.gov.tw/stat/life.aspx> [2009, May 1]?政院主計處(2000), 社會發展趨勢調查報告 - 休閒生活與

時間運用[線上資料], 來源: <http://win.dgbas.gov.tw/dgbas03/ca/society/index.html> [2009, May 1]?政院主計處(2005), 社會發展趨勢調查報告 - 休閒生活與時間運用[線上資料], 來源: <http://win.dgbas.gov.tw/dgbas03/ca/society/index.html> [2009, May 1]行政院經濟建設委員會(2008), 中華民國臺灣97至145?人口推計[線上資料], 來源: <http://www.cepd.gov.tw/m1.aspx?sNo=0000455&key=&ex=%20&ic=> [2009, May 1]台中縣政府(2009) 台中縣綜合發展計畫總體計畫之發展特色分析[線上資料], 來源: <http://links.taichung.gov.tw/imp/reports/00/00103> [2009, May 1]方怡堯(2002), 溫泉遊客遊憩涉入與遊憩體驗關係之研究 - 以?投溫泉為?, 國立臺灣師範大學運動休閒與管?研究所未出版之碩士?文。王梅子, 王照欽, 張孝銘(1999), 休閒需求、遊戲性與休閒參與流暢體驗之相關研究 - 以夜二專學生為例, 體育學報, 27, 81-89。王震宇(1995), 休閒體驗中之自由感對休閒活動參與情況之影響, 國立台灣大學森林學系未出版之碩士?文。行政院衛生署國民健康局(2006), 92年台灣地區中老年人身心社會生活狀況長期追蹤(第五次)調查成果報告, 台中:健保局。艾洛伊(2003), 中老年養生保健事典, 台北:暖流出版社。呂朝賢, 鄭清霞(2005), 中老年人參與志願服務的影響因素分析, 臺大社工學刊, 12, 1-50。李文題(2001), 國中教師的代間流動及影響其休閒參與之因素研究, 私立朝陽科技大學休閒事業管理研究所未出版之碩士論文。??儒, 洪維?(2007), 銀髮族運動?與程?及?益知覺關係之研究運動休閒餐?研究, 台北:品?股份有限公司發?。李茂能(2006), 結構方成模式軟體AMOS之簡介及其在測驗編制上之應用 - Gtaphics & Basic, 台北:心理出版社股份有限公司。?詩鎮, 陳惠美(2003), 探?活動團體氣氛與休閒效?關係之研究, 私立朝陽科技大學休閒事業管?研究所未出版之碩士?文。吳宗瓊(2007), 休閒遊憩參與及效益, 收於歐聖榮編, 休閒遊憩理論與實務, 380, 台北:前程文化。吳明烈(1999), 1999國際老人年與聯合國高齡者教育, 成人教育, 49, 2-7。吳淑女(2002), 小鎮婦女休閒體驗之初探 - 對員林居民之分析, 戶外遊憩研究, 15(2), 23-38。?元正(2007), 台?市退休警官從事運動休閒之動機、持續因素及休閒效益之探討, 國?體育學院運動休閒與管?研究所未出版之碩士?文。林東泰(1992), 休閒教育與其宣導策略之研究, 台北:師大書苑。?欣慧(2002), 解?成效對休閒效?體驗之影響研究 - 以登山健?為?, 國?臺灣師範大學運動休閒與管?研究所未出版之碩士?文。林晏州(1984), 遊憩者選擇遊憩區行為之研究, 都市計劃, 10, 33-49。邱皓政(2003), 結構方程模式:LISREL的理論技術與應用, 台北:雙葉書廊。洪煌佳(2002), 突破休閒活動之休閒效?研究, 國?臺灣師範大學運動休閒與管?研究所未出版之碩士?文。施清發(1999), 老人的休閒參與程度與休閒體驗中自由感無聊感及休閒需求間的關係, 國立高雄醫學院行為科學研究所未出版之碩士論文。高俊雄(1993), 休閒參與體驗形成之分析, 戶外遊憩研究, 6(4), 1-12。高俊雄(1995), 休閒??三因素模式, 戶外遊憩研究, 8(1), 15-28。高俊雄(1996), 休閒概念面面觀, 國立體育學院論叢, 6(1), 69-78。高俊雄(1998), 台灣地區居民休閒參與之研究 - 時間運用之觀點, 國科會研究計畫成果報告。高俊雄(1999), 台灣地區居民休閒參與之研究 - 自由時間的觀點, 台北:桂魯。高俊雄, 張孝銘(2001), 休閒需求與休閒阻礙之相關研究 - 以彰化市居民為實證, 體育學報, 30, 143-151。高俊雄, 溫景財, 黃煥業(1997), 休閒行為分析在運動員非訓練時間應用之探討, 國立體育學院論叢, 7(2), 39-58。高嘉鞠(2007), 瑜珈教室消費者參與動機與持續涉入模式, 私立大葉大學休閒事業管理研究所未出版之碩士論文。馬上鈞(2001), 休閒效?與生活壓?關係之研究 - 以高雄地區郊山登山者為?, 國?臺灣師範運動休閒事業管?研究所未出版碩士?文。張君如, ?敏惠, 蔡桂城(2008), 休閒?與對銀髮族社會支持、自覺健康?況、生活效能之影響 - 以台中市長青學苑?人為?, 長榮運動休閒學刊, 2, (2008.06)。張少熙(1994), 青少年自我概念與休閒活動傾向及其阻礙因素之研究, 國立台灣師範大學體育研究所未出版之碩士論文。張少熙(2003), 台灣地區中學教師?與休閒運動?為模式之研究, 國?臺灣師範大學體育研究所未出版之博士?文。張孝銘(2006), 登山冒險遊憩行為模式之研究, 國立體育學院體育研究所未出版之博士論文。許建民(1999), 以休閒活動類型及正式規劃休閒活動之探討, 大專體育, 42, 158-164。許皆清(1990), 老人需求之研究, 國立中山大學中山學術研究所未出版之博士論文。陳中雲(2001), 國小教師休閒?與、休閒效?與工作滿意之關係研究 - 以臺?縣公?國民小學教師為?, 國?台灣師範大學運動與休閒管?研究所未出版之碩士?文。陳宏欣(2004), 台中市中老年人休閒阻礙與休閒需求之調查研究, 國立體育學院體育研究所未出版之碩士論文。陳美玲(1997), 從成人發展觀點探討嘉義地區成人休閒態度、休閒參與及其相關因素, 國立中正大學成人及繼續教育研究所未出版之碩士論文。陳美齡(2003), 長期運動介入對社區50-75歲中老年人體適能之成效探討, 國立台北護理學院護理研究所未出版之碩士論文。陳凱俐(1998), 森林遊樂區遊客遊憩體驗及遊憩效益影響因素之探討 - 以棲蘭森林遊樂區為例, 宜蘭技術學報, 1, 27-37。陳勁甫, 吳劍秋(2005), 銀髮族海外旅遊動機與市場區隔之研究, 旅遊管理研究, 5(1), 1~16。陳肇男(2001), 快意銀髮族 - 台灣老人生活調查報告, 台北:張老師文化, 127-128。郭為藩(1986), 人格心理學理論大綱, 台北:正中書局。黃聿恒(2004), 台灣地區中老年人與老年人休閒活動差異之探討, 私立逢甲大學建築及都市計畫研究所未出版之碩士論文。黃定國(1996), 從政府施政方針探討當前都市社區總體營造的課題 - 以台北市為例, 台北技術學院學報, 29。黃宗成, 吳忠宏, 高崇倫(2000), 休閒農場遊客遊憩體驗之研究, 戶外遊憩研究, 13(4), 1-25。馮祥勇(1992), 農民休閒需求相關因素之研究, 農業推廣學報, 9, 95-123。游家翔(2007), 田園耕種休閒活動影響高齡者生活之研究, 私立元智大學資訊社會學研究所未出版之碩士論文。楊宏志(1998), Leisure, Recreation, Outdoor Recreation .戶外遊憩研究, 4(4), 97-100。鄭琦玉(1995), 日月潭風景特定區遊客特性及遊憩需求型態分析, 觀光研究學報, 1(4), 39-53。鄧建中(2002), 綜合高中教師休閒需求及參與之研究, 私立朝陽科技大學休閒事業管理研究所未出版之碩士論文。蔡伯勳(1986), 遊憩需求與滿意度分析之研究, 國立台灣大學園藝學研究所未出版之碩士論文。劉興漢(1992), 台灣地區國民休閒需求調查研究, 教育與心理研究, 51, 215-240。謝美娥(1993), 老人長期照護的相關論題, 社會工作叢書, 台北:桂冠。鍾振華(2003), 台北PUB消費動機與體驗之研究, 私立文化大學觀光事業管理研究所未出版之碩士論文。韓惠華(1997), 電子業女性勞工休閒參與及需求滿足之相關研究 - 以高雄地區為例, 國立高雄師範大學成人教育研究未出版之碩士論文。蘇文彬(1996), 台中市大樓住戶在大樓社區內休閒情形及活動參與之探討, 私立東海大學社會工作研究所未出版之碩士論文。二、英文部分Ajzen, I. (1991). Benefits of leisure: A social psychological perspective. In B. L. Driver, P. J. Brown, & G. L. Peterson (Eds.), Stage College (pp.411-417). Pennsylvania: Venture Publishing.Beard, J. G., & Ragheb, M. G. (1983). Measuring leisure motivation. Journal of Leisure Research, 15(3), 219-228.Bright, A. D. (2000). The role of social marketing in leisure and recreation management. Journal of Leisure Research, 32(1), 12-18.Csikszentmihalyi, M. (1975). Beyond boredom and anxiety. San Francisco: Jossey-Bass.Csikszentmihalyi, M., & Kleiber, D. A. (1991). Leisure and self actualization. In B. L. Driver, P. J. Brown, & Peterson, G. L. (Eds.),

Benefits of leisure (pp.91-102). State College, Pennsylvania: Venture.

Csikszentmihalyi, M. (1997). *Finding flow: The psychology of engagement with everyday life*. New York: Basic Books.

Denzin, N. K. (1984). *On understanding emotion*. San Francisco: Jossey-Bass.

DeVellis, R. F. (1991). *Scale development theory and applications*. London: SAGE.

Driver, B. L., Brown, P. J., & Peterson, G. L. (1991). Benefits of leisure (pp.411-417). State College Pennsylvania: Venture Publish.

Driver, B. L. (1997). The defining moment of benefits. *Parks and Recreation*, 32(12), 38-41.

Fornell, C., & Larcker, D. (1981). Structural equation models with unobservable variables and measurement error. *Journal of Marketing Research*, 18, 39-50.

Hair, J. F. J., Anderson, R. E., Tatham, R. L., & Black, W. C. (1998). *Multivariate data analysis*. New Jersey: Prentice-Hall.

Hatcher, L. (1994). *A step-by-step approach to use the SAS system for factor analysis and structural equation modeling*. North Carolina: SAS Institute.

Henderson, K. A., Bialeschki, M. D., Shaw, S. M., & Freysinger, V. J. (1996). Both gains and gaps: Feminist perspectives on women's leisure. State College, Pennsylvania: Venture Publishing, Inc.

Iso-Ahola, S. (1980). *The social psychology of leisure and recreation*. Dubuque Louisiana: William C. Brown.

Kelly, J. R. (1996). *Leisure* (3rd ed.). New York: Allyn and Bacon.

Lavery, P. (1974). The demand for recreation. In P. Lavery (ed.), *Recreational geography* (pp.21-50). Newton Abbot, London, and Vancouver: David and Charles.

Lounsbury, J. W., & Polik, J. R. (1992). Leisure need and vacation satisfaction. *Leisure Sciences*, 14, 105-119.

Mannell, R. C. (1980). Social psychological techniques and strategies for studying leisure experience. In S. E. Iso-Ahola (Ed.), *Social psychological perspectives on leisure and recreation* (pp.62-88). Springfield, Illinois: Charles C. Thomas.

Mannell, R. C., & Kleiber, D. A. (1997). *A social psychology of leisure*. State College. Pennsylvania: Venture.

Marsh, H. W., Balla, J. R., & McDonald, R. P. (1988). Goodness-of-fit indices in confirmatory factor analysis: The effect of sample size. *Psychological Bulletin*, 103, 391-410.

Maslow, A. H. (1970). *Motivation and personality* (3th ed.). New York: Harper Collins.

Neulinger, J. (1974). *The psychology of leisure*. Springfield, Illinois: Charles C. Thomas.

Neulinger, J. (1981). *The psychology of leisure* (2th ed.). Springfield, Illinois: Charles C. Thomas.

Sethi, V., & King, W. R. (1994). Development of measures to assess the extent to which an information technology application provides competitive advantage. *Management Science*, 40(1), 1601-1627.

Tinsley, H. E. A., & Tinsley, D. J. (1986). A theory of attributes, benefits, and causes of leisure experience. *Leisure Sciences*, 8(1), 1-45.