

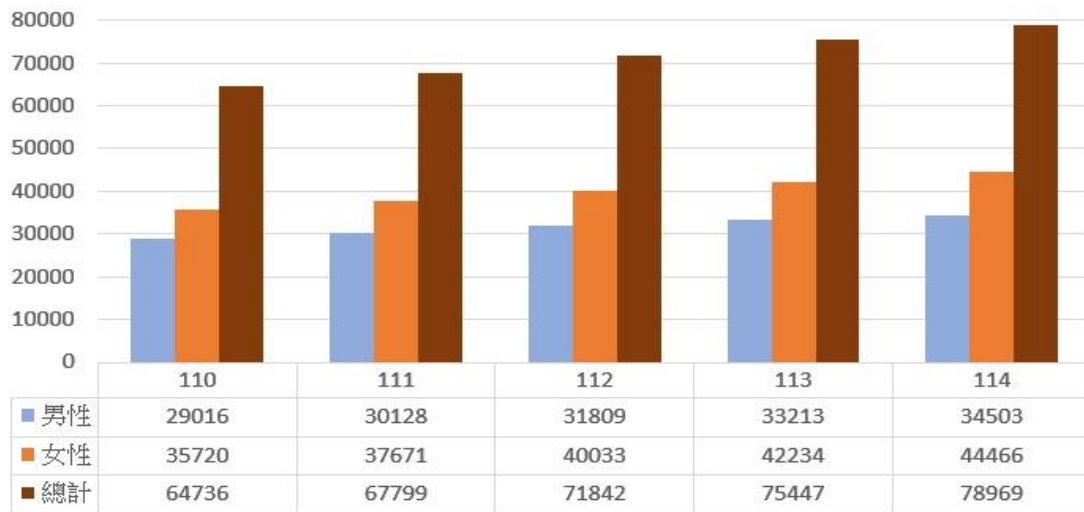
新北市三重區公所中高齡樂活暨性平講座性別統計分析

一、講座計畫緣起

隨著我國人口結構改變，中高齡及高齡人口持續攀升，加上少子女化趨勢，促使當今社會扶老比日益加重。然而，在長照需求持續增加的社會情境下，政府部門除了針對不健康的老年人之照顧議題積極發展相關因應政策與措施外，也秉持以「預防」的概念去提升及維持即將邁入或已邁入老年階段之民眾身心健康，期盼打造健康及樂活老化的友善環境，以更能呼應聯合國健康老化十年計畫(聯合國將 2021-2030 年定為健康老化十年)。

承上，老年化議題是各國都須努力因應的議題，而如何能健康與樂活老化更是在老化階段中不可忽視的重要課題。以本市人口結構來說，65 歲以上長者至 114 年已達總人數之 19.94%，而三重區 65 歲以上長者比例更來到 20.63%，且老年人口也逐年增加(如表 1)，已達超高齡社會標準，顯示老年議題之重要性及必須性。另外，從聯合國「消除對婦女一切形式歧視公約」(CEDAW)一般性建議第 27 號中可見，隨著全球人口高齡化現象日益顯著，世界各國皆須面對高齡議題為社會、經濟、身心健康等面向帶來的挑戰，其中高齡婦女的權利更是在第 25 號一般建議中被提及年齡是讓婦女受到更多困境的原因之一。因此，在第 27 號建議中要求各國正視高齡婦女因性別及年齡而形成的多重困境，並在社會保障、經濟安全、社會參與等面向採取更多實質措施。

表1—新北市三重區近五年(110-114年)老年人
口數

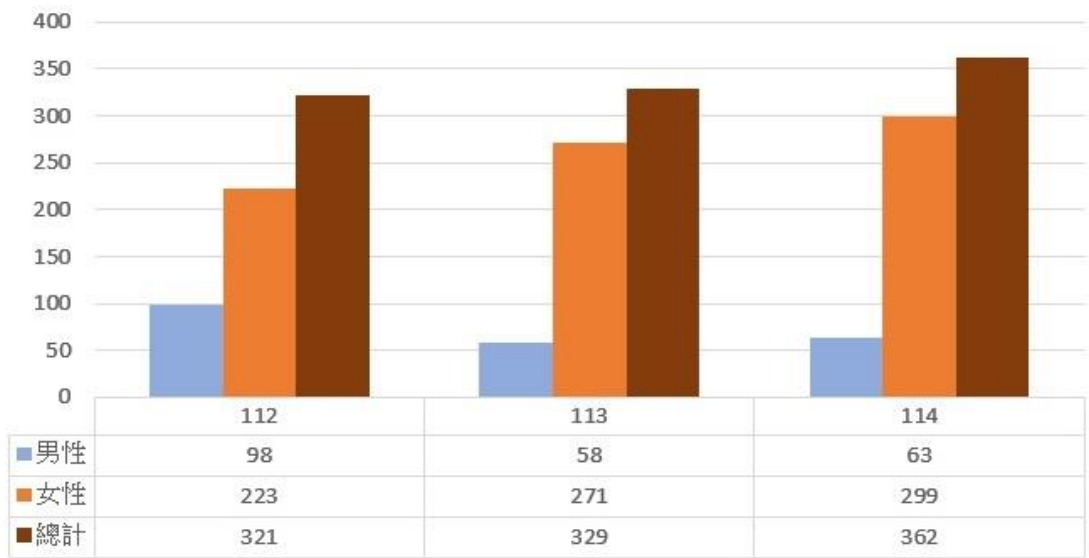


資料來源:新北市政府民政局

二、講座參與概況

本區自 112 年開始執行中高齡健康照護相關之計畫方案，並為回應國民健康署引領地方政府推動「高齡友善城市計畫」政策，朝著營造友善環境及「活躍老化」等目標導向努力。講座參與人數亦自 112 年的 321 人至 114 年的 362 人，參與的人數有逐年提升之趨勢，能看出民眾對於講座課程的期待。另外，參與的民眾在性別方面又以女性參與者多於男性(女性參與比例依年份分別為 69.5%、82.4%、82.6%；男性參與比例依年份分別為 17.4%、17.6%、30.5%)，可顯示雖然總參與人數有逐年提升，但參與之性別仍以女性參與者為主，其中也觀察到女性參與者亦有逐年上升之趨勢(112 年 223 人、113 年 271 人、114 年 299 人)；而男性參與者則以 112 年參與人數 98 人最多，其餘兩年參與人數分別為 113 年 58 人及 114 年 63 人。

表2－近三年(112-114年)三重區中高齡樂活暨性平講座參加人數



三、結論與展望

隨著本區中高齡樂活暨性平講座辦理至 114 年已邁入第三年，參與的人數呈現逐年提升，可看見三重區民眾對於講座參與的期待，這可能與三重區的交通便利、里長們協助宣傳活動資訊，以及課程主題多元等原因有關。

本所仍持續於每年推動此計畫，除了期盼能培養更多性別友善種子，也希望讓每個參與者透過參與講座課程提升性別意識(如:破除性別刻板印象與偏見)，以及能對於不同性別間可能面對到的身心議題(如:長者保健預防相關主題、壓力因應與調適主題)有更多的覺察與認識。另外，這幾年本講座課程整體參與的性別比例皆為女性多於男性，且男女平均比例為 2:8，此比例也與 112 年新北市教育局樂齡中心學習之性別比例統計結果相近，顯示男性參與之比例普遍偏低。有研究發現(林東龍、余嬪、陳武宗，2010 年)，男性在退休後比女性出現更多適應的困境(例如:更少的社會參與)，另外，也有研究發現(邱星翰，2024 年)，能與朋友相聚、敘說自身故事等期待是高齡男性社會參與的動力。因此，未來可思考如何提升男性民眾的出門參與講座課程的意願(例如:以參加獎的方式鼓勵夫妻或親朋好友共同報名，以增進男性民眾參與意願)，讓參與講座的性別比例能更加平均，亦是本講座課程未來持續推動的目標之一。

◎參考資料：

- 1、行政院（2011）。性別平等政策綱領。網址來源：
<https://gec.ey.gov.tw/Page/FD420B6572C922EA>
- 2、林東龍、余嬪、陳武宗（2010）。退休規劃與生活適應之間-退休人員之退休生活經驗初探，社區發展季刊第 132 期，頁 278~293。
- 3、邱星翰（2024）。老年男性社會參與之形式、功能與意義：質性研究（未出版之碩士論文）。國立成功大學，台南。
- 4、新北市政府民政局。網址來源：
<https://www.ca.ntpc.gov.tw/home.jsp?id=a5688376c95574b4>
- 5、衛生福利部（2022）。衛福部性別平等推動計畫(111 年至 114 年)。網址來源：
<https://www.mohw.gov.tw/cp-5404-65662-1.html>
- 6、衛生福利部社會及家庭署（2022）。因應超高齡社會對策方案(112-115 年)。網址來源：
<https://www.sfaa.gov.tw/SFAA/Pages/Detail.aspx?nodeid=1411&pid=11909>
- 7、衛生福利部國民健康署（2025）。112 年中老年身心社會生活狀況長期追蹤調查結果報告。網址來源：
<https://www.hpa.gov.tw/Pages/ashx/GetFile.ashx?lang=c&type=1&sid=58d15c4fd89247caac9b29fe42da9293>
- 8、聯合國（1979）。《消除對婦女一切形式歧視公約》（CEDAW）及一般性建議。