

# 基于“适老化”的老年大学规划设计

## ——以青岛市市南片区为例

刘晓寒

山东建筑大学艺术学院, 山东 济南

收稿日期: 2024年9月22日; 录用日期: 2024年11月26日; 发布日期: 2024年12月5日

### 摘要

随着城市的快速发展越来越年轻化, 城市逐渐对老年群体有所忽视, 同样对于下岗休业的人群也缺少放松身心的“漫步空间”, 常常处于城市化快节奏的神经紧绷的高压状态。本文主要以健康的老年群体和想要修身养性的休业人员作为研究出发点, 将养老作为设计空间的突破点, 对优质的地理位置进行规划设计, 从而提供一个释放压力、修养身心的场所。

### 关键词

室内设计, 养老服务, 适老化设计, 新中式风格

# Planning and Design of Elderly Universities Based on “Aging Adaptation”

## —Taking the South Area of Qingdao City as an Example

Xiaohan Liu

School of Art, Shandong Jianzhu University, Jinan Shandong

Received: Sep. 22<sup>nd</sup>, 2024; accepted: Nov. 26<sup>th</sup>, 2024; published: Dec. 5<sup>th</sup>, 2024

### Abstract

With the rapid development of the city getting younger and younger, the city gradually ignores the elderly group, and also lacks the “walking space” for the laid-off people to relax, and is often in the high pressure state of the fast pace of urbanization. This paper mainly takes the healthy elderly group and the unemployed who want to cultivate their morality as the starting point, takes the pension as the breakthrough point of the design space, and plans and designs the high-quality geographical location, so as to provide a place to release the pressure and cultivate the body and mind.

## Keywords

Interior Design, Elderly Care Services, Age-Friendly Design, New Chinese Style

Copyright © 2024 by author(s) and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY 4.0).

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Open Access

## 1. 引言

随着城市节奏逐渐加快，各方面越来越趋于年轻化，逐渐对老年群体有所忽视。根据《2023年民政事业发展统计公报》显示，全国60岁以上的老年人口有29,697万人，占总人口的21.1%；65岁以上的老年人口21,676万人，占总人口的15.4%，这意味着全国60岁以上的老年人占比已超过20%，未来还可能继续发展[1]，人口老龄化已成为本国面临的重要民生问题之一。

老年大学是老年人更新知识、修养身心、开心娱乐、广交朋友的场所，目前国内的老年大学设施相对传统老旧，学习内容相对局限和狭义，无法满足老年人的文化精神需求。

设计师应当紧跟时代的步伐，为处于“快速生活”的老人群体建立他们的“独立空间”，去享受当下也能紧跟时代步伐。考虑到城市发展和老年群体的适应速度的不同，设计师应当以老年群体为研究出发点，对风景优美景色宜人的地理位置进行开发利用，为这类人群提供一个“停下来”享受生活的空间环境，释放压力、放松身心。

## 2. 国内外研究现状

### 2.1. 国内研究现状

从1999年开始，中国已经成为世界上老龄人口最多、增长最快的国家，基于“未富先老”的社会背景，“老龄化”与“养老”已经成为社会广泛关注的一项问题。伴随着经济及信息技术的较快发展，人们的生活、居住以及家庭都在进行着各种各样潜移默化的转变，人口老龄的程度也在日益加深，传统的养老方式很难继续延续下去，这些转变改变了传统的家庭养老，不再只是单一的“起床-吃饭-睡觉”，并且老年人对于生活质量的追求，让改变养老方式成为了大势所趋。

湘潭市在当地大力落实“让学习随时随地发生”，在政府的正确领导下建设了老年开放大学、社区大学、社区学院以及社区学习中心，开设各类课程进行教学授课，从而推动了老年教育的发展，受到广大老年人的热爱，让他们紧跟时代步伐，让生活变得更加生动有活力[2]。

Atelier GOM的设计团队在上海对老年大学进行设计建造，设计师推翻了老年群体的高层建筑，设计师改用大平层的设计方案，符合了老年人追求平静的心态，建筑平面主张平和，减少凹凸不平的外观设计，形成了八个大平层，其中大小教室其中的路线整体采用回字设计；外观刻意回避“冷酷”的现代主义，转用温柔典雅的风格，多方面考虑了老年群体的要求[3]。

张鹤学者在研究中指出：新时代老年大学建设正有序开展，加快建设老年大学教育制度是促进老年教育高质量发展的一项战略性举措[4]。

### 2.2. 国外研究现状

国外发达国家进入老龄社会时间较早、准备较长，因此建立了较为全面的养老服务体系。但是随着全球的经济增长速度放缓，国外的老龄化趋势逐渐严重的情况下，养老体系也出现了许多问题。

吕维善、林竟成学者对日本的老年大学进行了研究，在 20 世纪中叶日本就开始进行老年俱乐部的建设，对老年教育娱乐进行开发，日本在全国各地建设老年大学，最重要的一个成果就是 1959 年在德岛县建立的“老年大学”，主要学习“与年轻人协调问题”“健康管理”“社会教养”“人际关系”等内容，这所大学使社会各地都受到广泛影响，纷纷开始建设老年学堂[5]。社会发展至今，各地也对老年大学的空间、教学等方面进行多方面研究和改进。

法国是世界上第一个老年型国家，也是老年教育比较正规的一个国家。法国把老年大学称之为第三年龄大学，他的课程包括体能、卫生、文化等方面，学员年龄在 55 岁到 90 岁之间，平均为 65 岁[6]。法国的建筑空间设计选址根据依山而建的依据进行选择，利用景观调节改善生活；建筑采用贴近自然的颜色减少了视觉上的冲击；室内采用较为鲜亮的分隔空间不使用传统颜色，增加空间中的动感，但过于鲜亮的颜色总会让老年人长时间停留时视觉上感到疲惫。

江娜、程豪两位学者研究表明：老年大学是实现积极老龄化的有效载体。由于社会、经济、文化、教育等因素的差异，不同地区形成了各自独特的老年教育发展模式，如“自上而下”的法国模式、“自下而上”的英国模式、文化混合模式、基于社区的美国模式等多元发展模式。他们都体现了对积极老龄观的逻辑演绎，都为本国老年大学的发展模式提供有效参照[7]。

### 3. 研究方法 with 内容

#### 3.1. 初步设想

本文通过对老年大学的调查研究，明确研究的目的及意义，查阅资料了解国内外老年大学的现状，结合设计主题，通过对该设计的研究，改善老年大学的空间环境与教学内容方式，增加老年人在其中的愉悦感和舒适感。采集筛选当地的地域环境特点，运用现代手法进行设计构思的提炼和演变，通过平面布置以及模型制作对方案进行研究与改进。通过进行实验性、创新性的老年大学建筑设计及室内装饰设计，将设计元素结合外观以及室内软装进行综合性的合理性的设计创造，以创新性建筑表现形式为载体，进行创意性设计探索。

#### 3.2. 突破点

养老——“一处院子，三两好友，享受生活”，以身心愉悦、安逸享乐为主题，结合人体工学和老年人心理活动，将建筑空间和家具软装由外到内、由表及里的服务老人。建筑外观采用海鸥飞翔的翅膀作为设计元素；整个空间采用沉稳的原木色与暖白色结合。原木色贴近自然，它洋溢着一种不加雕饰的美感，纹理质朴、色泽素雅，每一个空间都是风景，有似乎在诉说过往的故事，给人可以触摸的温柔，是一种极具有生命力色彩，它让自然元素融入家居空间成为另一种生命的延续；将室内空间根据当地地域文化特点进行创新设计，融入历史文化底蕴，让老年人回顾历史、怀念青春，让他们更有活力。

#### 3.3. 预期效果

设计与自然做到恰到好处的融合，从设计细节上体现对老年人的关怀，在空间中做到无处不在，加大艺术感与舒适感的融合，做到视觉与心灵上的舒适。

#### 3.4. 可行性论述

随着信息化步伐的加快，老年人更加需要重新适应社会，需要通过再学习来减少与下一代之间的代沟，也需要通过学习来怀念以往青春年华，提高生存能力，提高生活质量，增加心灵上的自信。内部空间设计在符合老年人的基础上增添历史地域文化设计，增加情感上的认同感，创造一种舒畅的共享空间。

## 4. 项目概况

### 4.1. 项目背景

通过仔细研究、充分分析老年群体的文化需求，融合地域、环境、文化的特色，体现出区别于常规老年大学的特点；更新自身的知识，掌握更多有趣的技能，开拓视野，修养身心，锻炼身体，陶冶情操，愉悦身心，纵享年华，减少老年生活在柴米油盐中的消磨；让老年人在快节奏的生活中慢下来，让他们的身心更好更舒服的享受生活、愉悦心情、获取知识并且减少因无人照顾引发的种种风险。

### 4.2. 定位分析

“悦享”老年大学的地理位置位于选择在山东省青岛市市南区中山公园的东侧(见图 1)，此处区域属于青岛市的海滨风景区的主干，地理位置优越，依山傍水，全年气候温润，适宜老年人居住。

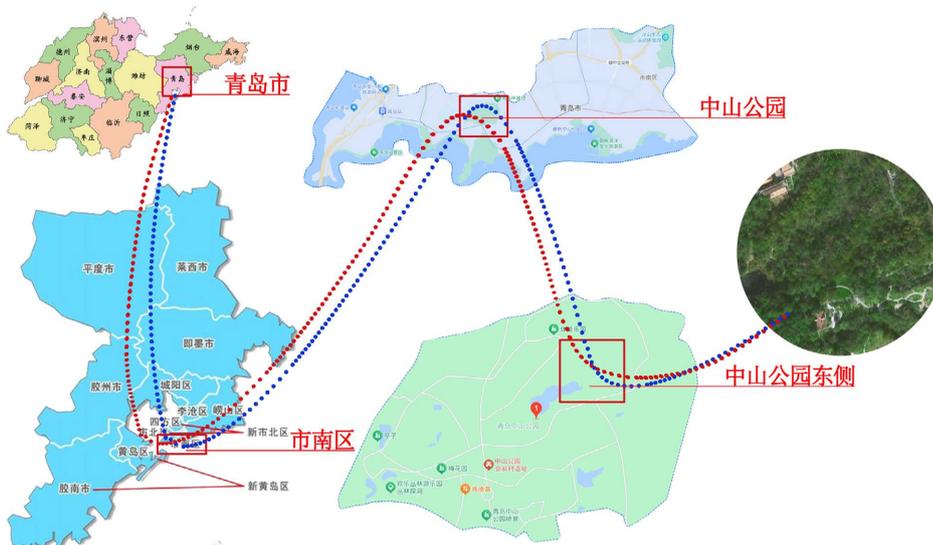


Figure 1. Design area positioning  
图 1. 设计区域定位

### 4.3. 设计理念分析

主要针对人群包括享受生活的退休人群、50~70 岁的老年人以及少部分 70~80 岁的老年群体。根据老年人的身体的坐卧习惯，在空间中运用人体工学对桌椅等进行尺度的研究，以满足老年人的身体需求；根据老年人的心理习惯，在空间中采用原木色为主色调加以暖白色进行搭配，给老年人一种温馨舒适、宁静安逸的感觉，再加上与流水、植物的景物结合，给老年人带来一种亲近自然、享受生活的感觉。在流线上，地面铺设地毯，既符合了老年人喜静的特点，又起到了防滑的功能，可以增加老年人活动的安全系数。在本设计方案中，主要以老年人的安全、舒适、舒心为侧重点来设计。

通过对老年人的饮食、学习、健康分析，在功能分区的设计上，主要分为休闲娱乐区和学习鉴赏区两大板块，又在大区域中划分不同的小区域，使老年人的选择具有多样性，减少刻板单一的功能形式。人流动线采用回字形设计，串联各功能区，使整体空间感流畅，有序缩短路线，减少体力消耗。

### 4.4. 元素提取

基于安逸以及享乐的养老条件，在老年大学的设计方面注重建筑环境与自然环境相结合，将艺术与

技术，人与自然充分的融合。因为此地区靠近海边，且气候温暖，所以常年有海鸥来此地栖息，因此本次课题建筑外观采用海鸥为设计元素，提取翅膀形态、结构，简化拆分组合成外观形式；在室内空间设计方面，由于考虑到老年人的身体和心理方面，结合设计元素，室内提取海鸥羽毛形态和海水为设计元素，抽象变形组合成室内装饰；在走廊的设计上，不宜过度复杂，做好提示标语；在软装上面加装减噪防撞的细节，必要位置加装辅助无障碍设施，一切从老年人的角度出发(见图 2)。

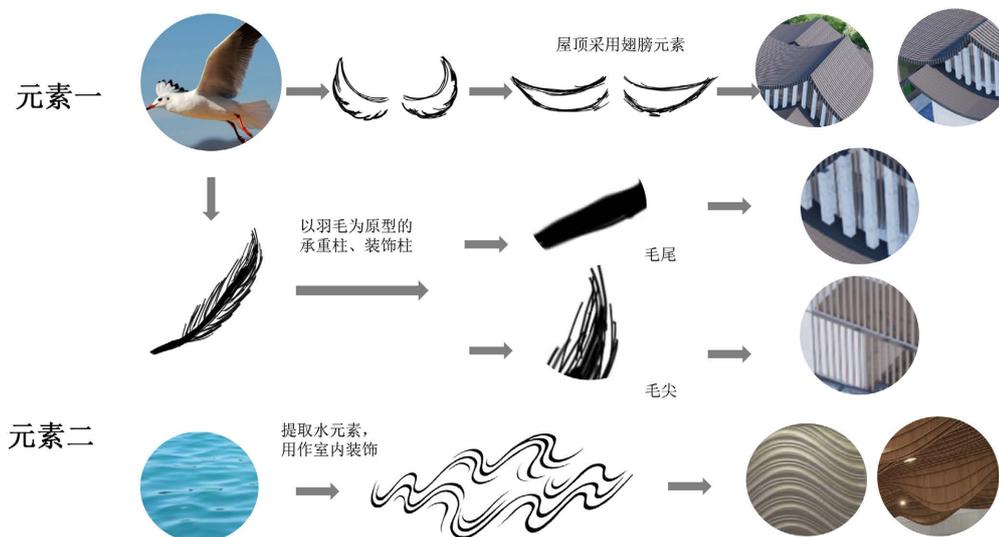


Figure 2. Design element extraction  
图 2. 设计元素提取

## 5. 设计在空间中的运用

### 5.1. 选材

#### 5.1.1. 材料介绍

在空间材料应用上主要选取了混凝土、木地板、防滑大理石、地毯、钢化玻璃等材料；在空间设施设计上采用无障碍设施以及建造铺装设计。

#### 5.1.2. 材料应用

室外墙面采用混凝土材质，因其具有较高的荷载能力、抗压强度高所以将其作为外墙主要建筑材料；室内休闲娱乐空间多采用暖色木地板材质，一则是其保温性能较好，二则可以起到隔音隔热的作用，使得室内冬暖夏凉；玻璃材质全部使用钢化玻璃，其具有硬度高，防爆破，具有整体性，透光度高(见图 3)。



Figure 3. Concrete exterior walls of the building, Indoor wood floor, armoured glass  
图 3. 建筑混凝土外墙、室内木地板、钢化玻璃

学习动手的空间采用防滑大理石材质，既可以起到防滑的作用，减少老年人在行走时的意外伤害，又可以起到打理污渍便捷和快的效果；影音鉴赏空间主要采用地毯铺装，减少噪音传播，防滑减震，材质柔软，减少磕碰(见图 4)。



**Figure 4.** Indoor anti-slip marble, carpet  
**图 4.** 室内防滑大理石、地毯

## 5.2. 室内软装

提取水元素运用在顶面以及立面装饰上，如：大堂吊灯，大堂吊灯采用水晶长条组合衔接悬吊，纹样依据海水浪花进行排列组合，富有流动感，水晶线条采用隐形钢丝串联，微风拂过后长条相互碰撞，发出美妙的韵律，就像浪花波动时发出的声音；吊顶，运用海水翻涌时高低起伏的形态进行设计，表达无论是多高的波浪始终是一个整体，不会四散飘零；在立面装饰上，提取涨潮落潮时的姿态，提取线条组合进行展现，体现生命的流动、延续(见图 5)。



**Figure 5.** Ceiling lamp, furred ceiling, elevation decoration  
**图 5.** 吊灯、吊顶、立面装饰

卫生间设置无障碍设施，为老年人起身坐下弯腰等动作提供辅助力量，采用铝合金材质，铝合金材质硬度高但整体较轻，安全性好，并且在有突发情况时不会对老年人造成二次伤害；走廊设置双层辅助扶手，并且墙面两侧均对称安装，按照老年人的人体工学数据将上层高度设置在距离地面 90 厘米，下层高度距地面 65 厘米，便于老年人轻松握住扶手，方便发力，供老年人支撑，端部采用圆角设计，防止发生意外(见图 6)。



**Figure 6.** Toilet barrier-free facilities, double-layer auxiliary armrest  
**图 6.** 卫生间无障碍设施、双层辅助扶手

## 6. 空间平面及效果的设计表现

### 6.1. 空间的功能区域划分

首层主要是休闲娱乐空间，一层功能分区入口是大堂空间，主要包括前台接待和休息等候。一层中庭西侧设置的是棋牌室和健身房；北侧是餐厅；东侧有休息洽谈室以及影视鉴赏室；中层以及顶层主要是学习鉴赏空间，二层是根据教育功能逐步安放，二楼入口为音乐鉴赏室，中间是镂空设计，可看到一楼大堂，视野宽阔，在走廊中行走可使心情畅通，北侧有书法室和阅览室，西侧为摄影室和手工室，东侧是形体训练室；三层为顶层，有一个露天休息平台，旁边紧靠一个舞台剧场观演室，本层还有独立琴房、古筝室、茶艺室、古典舞蹈室以及太极拳教室，中间设置办公室和会议室进行办公(见图7)。

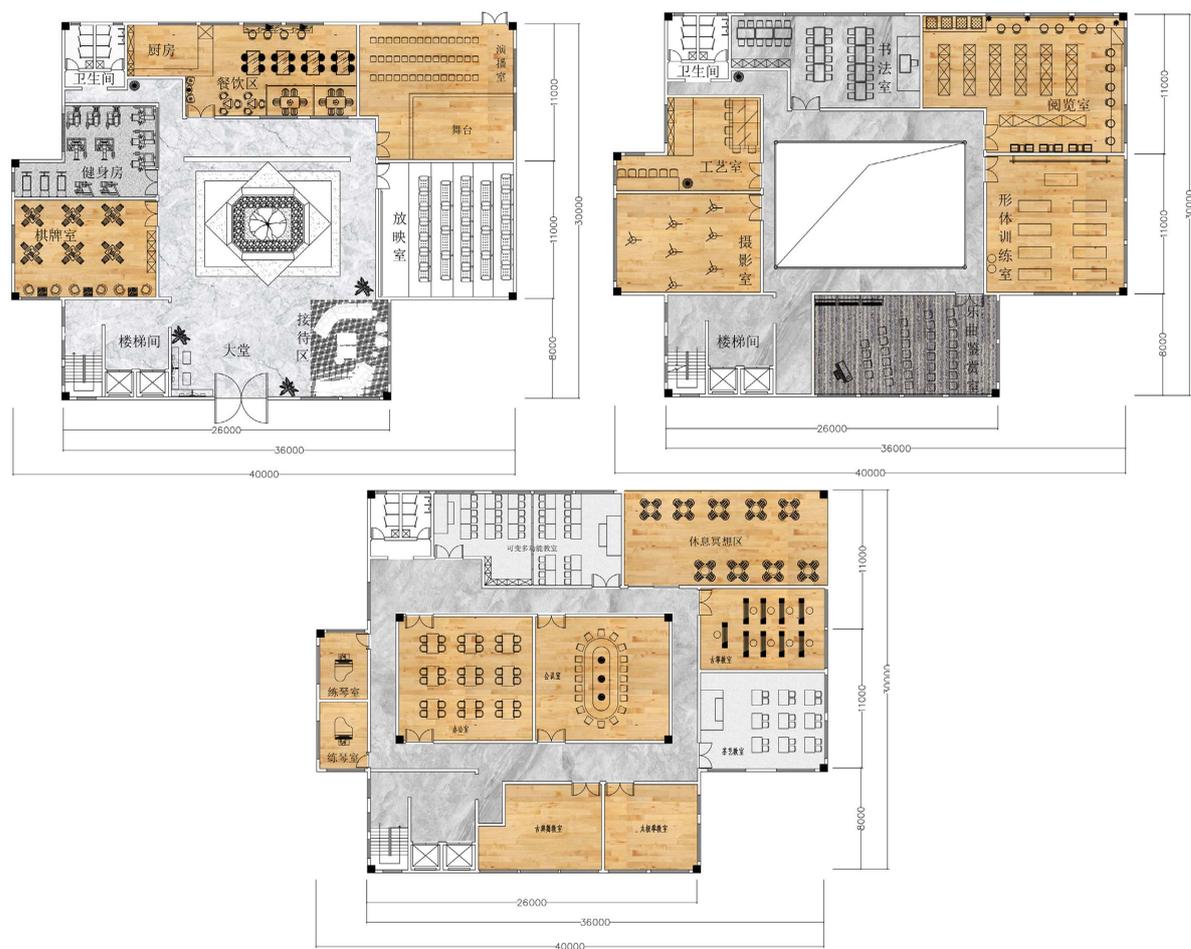


Figure 7. First floor plan, second floor plan, third floor plan  
图7. 一层平面图、二层平面图、三层平面图

### 6.2. 天花吊顶布局划分

主要采用无主灯设计，减少灯光对老年人眼睛的刺激性。首层吊顶中间镂空，顶部为绕一圈灯带，在二层设置与主题呼应的大型吊灯，一二层中间镂空部位增加了空间的通透感；顶层办公空间设置条形灯，增加亮度有利于更好地办公，增加办公的积极状态；东北角上的露天休息平台主要利用筒灯，增加氛围感，让人们身心放松，消除疲惫(见图8)。

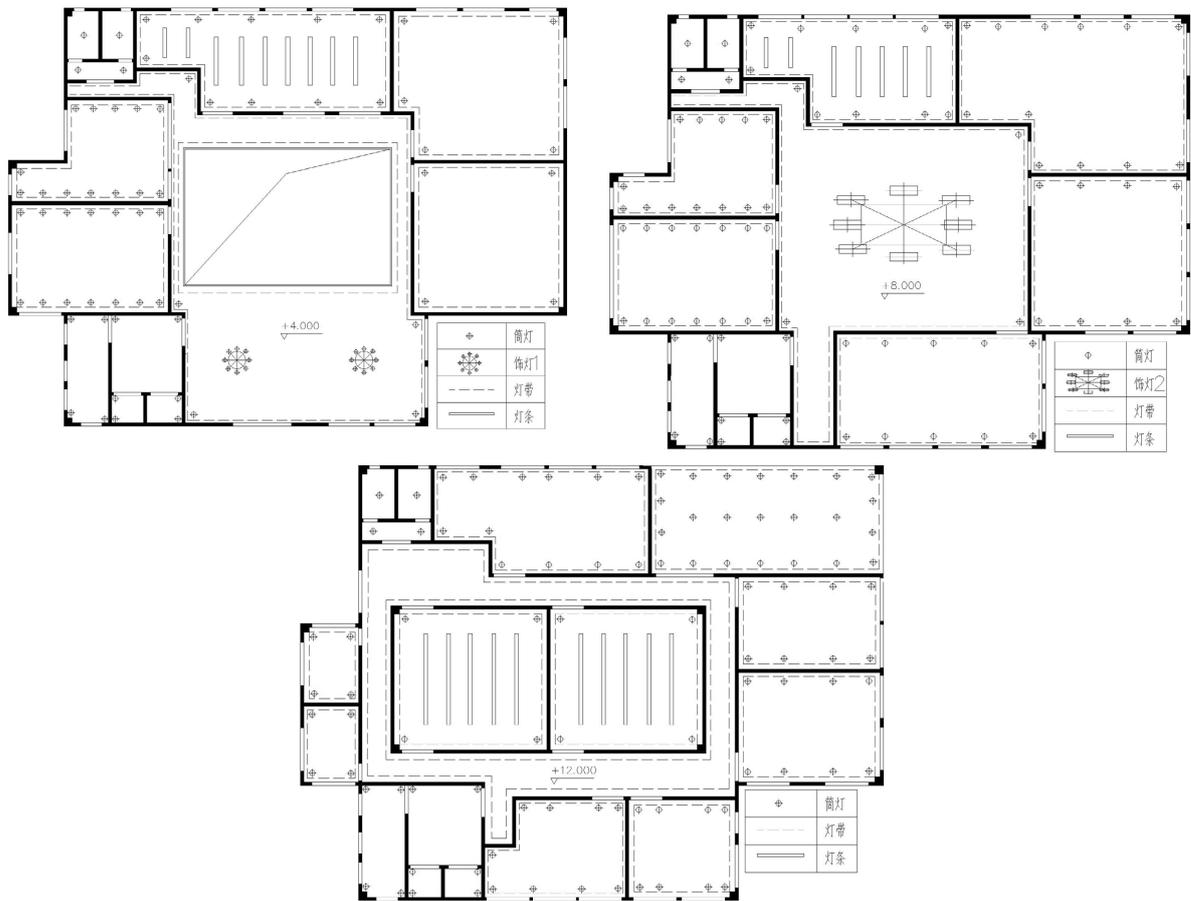
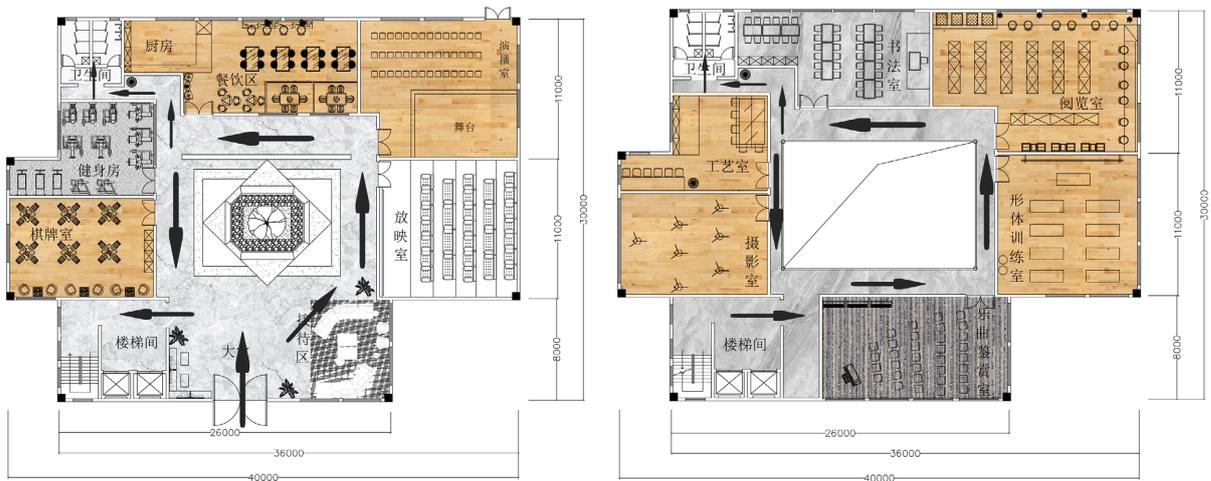
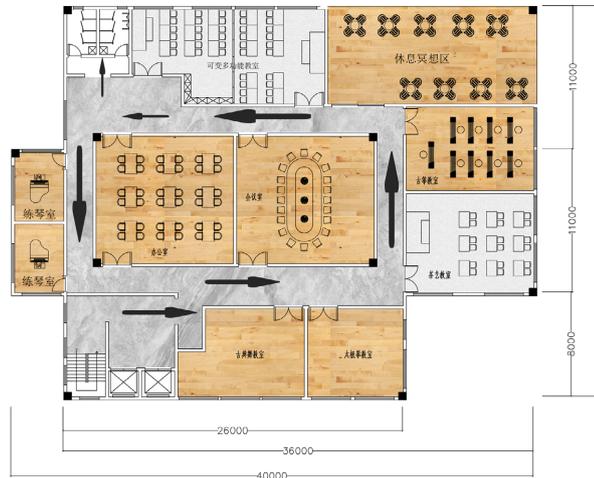


Figure 8. First floor ceiling map, two floor ceiling map, three floor ceiling map  
图 8. 一层天花吊顶图、二层天花吊顶图、三层天花吊顶图

### 6.3. 人流动线走向分析

整个建筑三个楼层的流线都主要采用回字形走线的设计,既可以串联各功能区,使整体空间感流畅,又可以有序缩短路线(见图 9)。





**Figure 9.** First layer flow line chart, second layer flow line chart, third layer flow line chart  
**图 9.** 一层人流动线图、二层人流动线图、三层人流动线图

## 6.4. 室外空间分析

### 6.4.1. 建筑外观

本建筑的屋顶设计以海鸥的翅膀为设计元素进行提取，用海鸥飞行时煽动翅膀的定格形态进行提取，调整弧度形态进行组合，形成现在的屋顶形态；提取身体上的羽毛，较粗的毛尾提取成屋顶顶部的承重柱，较细的毛尖作为玻璃墙面的装饰。入口设置无障碍坡道，帮助不方便行动的老年人(见图 10)；鸟瞰图(见图 11)。



**Figure 10.** Main view of the building  
**图 10.** 建筑主视图



**Figure 11.** Airscape  
**图 11.** 鸟瞰图

### 6.4.2. 室内空间

大堂墙面利用大理石进行通铺，使得整体空间和谐通畅，地面用浅色防滑大理石进行呼应；二层护栏提取海浪元素设计立面装饰，富有流动之美，与吊灯、景观小品呼应，大堂的景观小品直接用一个海浪的形式体现，加上吊灯碰撞时的韵律，相互呼让空间应连成一个整体，入口处设置的接待区可通过通铺的钢化玻璃欣赏室外的景观，调节心情(见图 12)。



Figure 12. Lobby  
图 12. 大堂

音乐鉴赏室采用地毯铺装，可以体会音乐优柔流动之感，也可减少音量向外传播；立面墙壁采用原木色和粗细不同的线条增加音乐的韵律感，让老年人更好地身临其境；外墙采用通铺的大面积钢化玻璃使整个空间通透明亮；棋牌室整体色调采用原木色，给人一种温馨舒适的氛围，墙面做凹凸不平的墙面装饰，减少室内音量对其他学习教室的干扰，座椅选用带有扶手和靠背的类型，坐起来更加舒适放松(见图 13)。



Figure 13. Music appreciation room, chess and card room  
图 13. 音乐鉴赏室、棋牌室

图书阅览室墙壁书架采用海水波浪形态，夸张定型高处作为书架摆放书籍，低处作为座椅休息空间，圆角设计，减少了锋利的棱角；室内配色选用暖色调、原木色，让人们可以投身其中，畅游在书的海洋(见图 14)。





Figure 14. Book reading room  
图 14. 图书阅览室

书法教室吊顶运用流水波浪的形态设计吊顶形式，地面采用防滑大理石，既增加安全性又便于清洁地面，座椅选用无靠背、加厚坐垫的样式，方便书写时站立与坐下，减少空间的占用；古筝室整体采用暖色调，墙面采用竖条木格栅，顶部采用平铺琴面纹样进行装饰，增加教室氛围感(见图 15)。

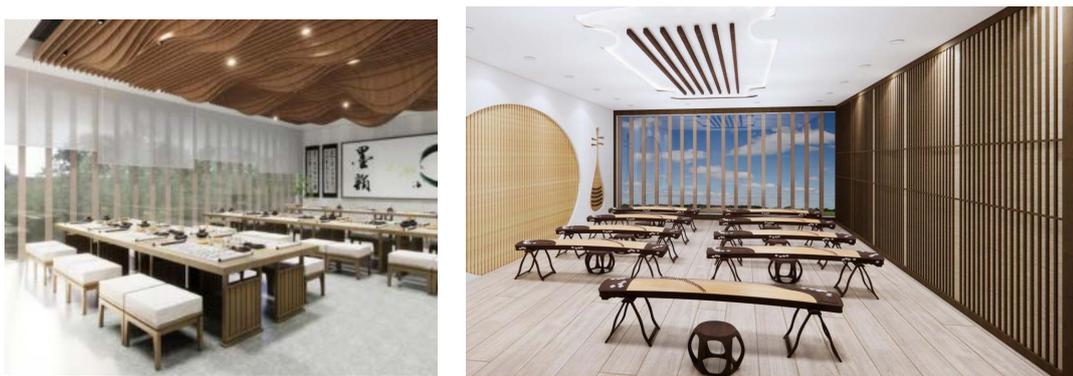


Figure 15. Calligraphy classroom, guzheng room  
图 15. 书法教室、古筝室

## 7. 结语

老年大学是丰富老年人精神文化生活，使他们一同享受社会发展进步的成果的需要；老年大学是巩固老年人思想文化阵地以及加强党的思想建设的需要；老年大学是构建终身教育的体系 and 建设学习型的党政、学习型的社会的需要；同时也是人口老龄化趋势的需要，也是加强社会主义精神文明建设的需要。结合国内国外的优秀案例与文献，达到理论与实践的融合，通过设计表现和自然元素的介入结合，呈现出不同的设计形态样式，设计出符合老年人的生活、学习环境和氛围。

## 注 释

文中所有图片均为作者自绘。

## 参考文献

- [1] 2023 年民政事业发展统计公报[Z]. 中华人民共和国财政部, 2024(8): 5-6.
- [2] 欧阳予慧. 让学习随时随地发生[N]. 湘潭日报, 2024-09-19(004).
- [3] Atelier GOM. 奉贤区老年大学[J]. 建筑实践, 2022(S1): 100-103.
- [4] 张鹤. 新时代加快建设老年大学教育制度的价值审视与创新路径[J]. 新西部, 2024(8): 97-101.

- [5] 吕维善, 林竟成. 日本的老年大学[J]. 国外医学(社会医学分册), 1986(1): 22-27.
- [6] 法国: 老年大学开设实用性课程[J]. 成才与就业, 2012(9): 63.
- [7] 江娜, 程豪. 老年大学的世界模式与中国借鉴[J]. 成人教育, 2024, 44(2): 77-84.