

高齡者日常生活活動功能對幸福感之貫時性 分析：以社會活動參與為中介變項

王詩涵*、丁毓珊**、楊培珊***

* 國立臺灣大學社會工作學系博士生。

** 國立中興大學師資培育中心 / 教師專業發展研究所助理教授。本文通訊作者，通訊地址：402臺中市南區興大路145號，電話：04-22840668轉914，E-mail: ysting@nchu.edu.tw。

*** 國立臺灣大學社會工作學系教授。

中文摘要

隨著臺灣高齡人口快速增長，高齡者的身心健康議題日益受到重視，實現成功老化已成為重要社會目標。既有高齡研究多採橫斷面設計，較少同時考量日常生活活動功能、主觀幸福感與社會活動參與之間的長期預測關係。本研究旨在運用縱貫資料，探討高齡者日常生活活動功能、社會活動參與及主觀幸福感之間的動態關係。研究資料來自中央研究院「華人家庭動態資料庫」(PSFD)近三波(2016、2018、2020)調查，共納入1,112位60歲(含)以上受訪者進行分析。研究結果發現：(一)高齡者在日常生活活動功能與主觀幸福感上呈現中高程度，在社會活動參與方面則為中低程度，且三個變項在三波調查中皆呈現穩定的變化趨勢。(二)高齡者的日常生活活動功能能力可正向預測其後續的社會活動參與程度。(三)高齡者的社會活動參與程度可正向預測同一期之主觀幸福感。(四)整體縱貫分析結果顯示，社會活動參與在日常生活活動功能與主觀幸福感之間，於時間序上呈現具顯著但微弱之中介效果。本研究根據分析結果，提供政策制定者、社會組織及相關研究人員具體建議。

關鍵詞：主觀幸福感、日常生活活動功能、社會活動參與、華人家庭動態資料庫、縱貫模型

壹、前言

過去五十年來，隨著社會與經濟的快速發展，臺灣經歷了生育率下降與平均壽命延長的變遷，導致高齡人口比例顯著上升，進而改變整體人口結構（國家發展委員會，2024）。目前，臺灣 65 歲以上人口比例已達總人口的 19.80%（內政部戶政司，2025），即將進入超高齡社會，隨著高齡人口持續增加，如何有效促進高齡者的生理、心理與社會健康，以實現健康老化的目標成為重要的研究議題。

世界衛生組織（WHO）將健康老化定義為一項促進幸福的過程，其核心在於發展並維持高齡者的「功能能力」，以促進幸福感（World Health Organization [WHO], 2015）。世界衛生組織自 2015 年提出健康老化（Healthy Ageing）架構，將功能能力視為支持參與與福祉的核心條件，並於「健康老化十年行動方案（2021–2030）」及相關指引中持續深化與政策化此一觀點，顯示功能能力在高齡者幸福感發展歷程中具關鍵的角色（WHO, 2017）。活動理論（Activity Theory）指出，參與社會活動有助於提升高齡者的幸福感與生活滿意度（Havighurst, 1961; Lemon et al., 1972）。具有社會意義的關係與積極參與社會活動，能有效促進心理健康，降低憂鬱、疾病與失能的風險（Luo et al., 2020），同時提升主觀幸福感、生活意義、生活滿意度與個人掌控感（Lloyd and Auld, 2002; Wahrendorf and Siegrist, 2010）。

儘管活動理論及相關研究已指出，參與社會活動對高齡者的身心健康具有多項正面效益，既有研究證實日常生活活動功能、主觀幸福感與社會活動參與會同時影響高齡者的健康老化，研究主要集

中在橫斷面設計，探討日常生活活動功能、主觀幸福感與社會活動參與的個別影響因素，或是兩兩變項之間的關係，而用於估計這些變項間因果關係的縱向研究則相當少（Bath and Deeg, 2005; Luo et al., 2020），既有研究中，Ohrnberger et al.（2017）以縱貫資料探討身體健康與心理健康之相互影響，結果顯示早期日常生活活動功能可透過社會互動影響後期心理健康。然而，上述研究以歐美文化脈絡為背景，其社會互動型態、家庭支持結構及高齡者社會參與形式，與華人社會情境仍存在差異。相較於西方社會較強調個人主義與正式社會參與，華人文化中高齡者之社會互動往往更緊密嵌入家庭關係、代間支持與非正式互動網絡（Wang and Cheng, 2024）。此一文化差異可能影響日常生活活動功能如何轉化為實際社會參與，以及社會參與對主觀幸福感之作用機制。隨著高齡者平均壽命的延長，高齡者在生命歷程中常經歷許多社會網絡和連結喪失的動態變遷，例如：從職場退休、婚姻狀況改變等，這些變遷導致活動、社交連結和目標的喪失。

因此，本研究旨在填補這些研究缺口，使用多波次資料驗證縱向模型，考量時間因素和變動過程，探討高齡者日常生活活動功能、社會活動參與與主觀幸福感之間的動態關係，更準確地反映高齡者的實際情況，提供更具說服力和實用性的研究結果，以支持政策制定和實踐，促進高齡者的健康老化。

貳、文獻探討

為了詳盡說明高齡者的日常生活活動功能對主觀幸福感之縱貫性分析，以下分成四個部分進行說明，分別說明主觀幸福感、社會

活動參與、日常生活活動功能各個變項相關的理論與過往研究，最後說明各個變項間的關係。

一、主觀幸福感（Subjective Well-being）理論基礎與操作性定義

（一）主觀幸福感的定義與內涵

主觀幸福感是個體對自己生活品質的整體性認知，以及其生活中感受到的正向情感程度。主觀幸福感（Subjective Well-being, SWB）是指個人對自己幸福程度進行總體性評估。Andrews and Withey（1976）指出，主觀幸福感包含三個核心成分：生活滿意度（life satisfaction）、正向情感（positive affect）與負向情感（negative affect）。Diener（1984）則進一步整合相關研究將三個成分系統化為主觀幸福感的理論架構。整體而言，他認為幸福是指個人在生活中經歷較多的正向情感，並滿意自己的整體生活（Diener, 1984; Diener et al., 1999）。

主觀幸福感常使用自陳式報告來測量。常用於高齡者的量表包含 Diener et al.（1985）的生活滿意度量表，此量表用於評估主觀幸福感的認知向度，並且已證實適用於高齡族群。Diener et al.（1984）回顧主觀幸福感（Subjective Well-Being, SWB）相關文獻，包含三大面向：測量（measurement）、影響因素（causal factors）、理論架構（theory），指出主觀幸福感包括生活滿意度、正向情感、負向情感，次年，Diener et al.（1985）發展並驗證一份生活滿意度量表（Satisfaction With Life Scale, SWLS），後更將使用該量表的文章進行文獻回顧，研究發現具有良好信效度（Diener et al., 1999; Diener et al., 2018）。此外，許多研究亦採用

陸洛（1998）所編製的中國人幸福感量表，並根據不同研究需求調整其測量題項，來衡量高齡者的幸福感（石泐、李孟芬，2021；陸洛、高旭繁，2016）。儘管幸福感的測量工具相當多樣，考量高齡族群的特性，高齡者更自然地傾向專注於正向經歷與情感（Charles and Carstensen, 2010）。因此，本研究選擇以「正向情感」與「生活滿意度」作為主觀幸福感的主要指標，既符合高齡者的情緒特徵，也回應了主觀幸福感的核心構面（Diener, 1984; Diener et al., 1999; Diener et al., 2018）。

儘管本研究僅採用兩個題項進行測量，但根據 Sandvik et al.（1993）指出，單題測量有助於減輕受試者負擔、提高填答率，且能有效反映整體幸福感，其測量結果亦與多題量表具有良好一致性。綜上所述，本研究認為主觀幸福感是指個體對自己生活品質的整體性認知，以及在生活中感受到的正向情感程度，並將主觀幸福感操作性定義為生活滿意度和正向情感（快樂）兩個構面。

（二）高齡者的主觀幸福感之影響因素與相關研究

在探討高齡者主觀幸福感的研究中，許多因素會影響其幸福程度，例如年齡、性別、教育程度、身體健康狀況、社會支持以及社會活動參與等（石泐、李孟芬，2021；陸洛、高旭繁，2016；楊桂芬等，2012）。研究顯示，年齡和生活滿意度之間的關聯通常呈現 U 型曲線，但這個 U 曲線也依據不同的族群有不同的狀況（Diener et al., 2018）。國內縱貫研究進一步支持此現象，發現中年世代的幸福感處於 U 型曲線低谷，而年輕與高齡世代的幸福感則相對穩定並較高（劉蓉果、朱瑞玲，2020）。

此外，既往研究也發現身體狀況和社會活動參與在成功老化

中的重要性。高齡者的日常生活活動功能與幸福感之間存在關聯（Brenes et al., 2007; Na and Streim, 2017）。Uppal（2006）指出，隨著日常生活活動功能的下降，高齡者的幸福感逐漸降低，且此關聯不受特定身體失能類型的影響。Brenes et al.（2007）發現日常生活活動功能與憂鬱及焦慮情緒、幸福感相關，Na and Streim（2017）進一步指出，日常生活活動功能越差，個體的主觀幸福感越低。另一方面，參與社會活動對高齡者的心理健康具有顯著的正向影響，包括預防心理健康問題及提升主觀幸福感（Chiao et al., 2011; Elsdén and Roe, 2021; Hong et al., 2009; Morrow-Howell and Greenfield, 2012; Steptoe and Fancourt, 2019）。

二、日常生活活動功能（Activities of Daily Living, ADLs）之理論基礎與研究脈絡

（一）日常生活活動功能的定義與內涵

日常生活活動功能（Activities of Daily Living, ADLs）常用於評估個體在執行日常任務與扮演社會角色時的能力，當個人在此方面出現困難時，代表其有失能情形（Ran et al., 2017）。目前，我國對於失能程度的評估內容涵蓋個案基本資料、照顧者資訊、溝通能力、短期記憶、ADLs、工具性日常生活活動功能（Instrumental Activities of Daily Living, IADLs）、居家環境與社會活動參與等面向。其中，最常用來判斷高齡者生活功能的指標，即為 ADLs 與 IADLs 的測量指標（張席熒等，2006）。

世界衛生組織（WHO）於《World Report on Ageing and Health》中指出，健康老化係指在高齡階段維持功能能力，以促進參與並支持福祉的歷程，顯示功能能力在幸福感形成中具有關鍵

的前置作用（WHO, 2015）。在成功老化的觀點中，衡量成功老化的四項主要指標包括：日常生活活動功能、認知功能、無憂鬱症狀，以及良好的社會支持。亦即，若高齡者在日常生活活動中無困難（或雖有困難但未超過三個月）、認知功能正常、無憂鬱症狀，且具備良好的社會支持，則可視為達到成功老化（Rowe and Kahn, 2015）。其中，與生理健康最密切相關的為日常生活活動功能與認知功能。因此，本文在指標選取上，從資料庫中擷取與日常生活活動功能相符之題項，作為本研究中衡量日常生活活動功能的依據。

（二）高齡者的日常生活活動功能之影響因素與相關研究

我國高齡者在日常生活活動功能上呈現明顯之年齡與性別差異。根據衛生福利部國民健康署（2025）「臺灣地區中老年身心社會生活狀況長期追蹤調查」之分析結果，58 歲以上中老年人中，約四成自述因健康問題導致日常生活活動受到長達六個月以上之限制，且活動功能受限比例隨年齡增加而明顯上升。就性別差異而言，女性之活動受限比例高於男性，尤其於 65 歲以上族群中差異更為顯著，75 歲以上女性之活動受限比例為各年齡層中最高。

在國內，日常生活活動功能與幸福感的關聯亦獲得實證支持。楊桂芬等（2012）針對臺灣社區高齡者的研究發現，日常生活活動功能與幸福感呈現高度相關，且維持較佳的日常生活活動功能有助於提升高齡者的幸福感。陸洛、高旭繁（2016）研究發現高齡者的身體健康狀況對於主觀幸福感會有正向影響。

三、活動理論（Activity Theory）與社會活動參與（Social Activity Participation）之研究脈絡

（一）社會活動參與的定義與內涵

活動理論由 Havighurst（1961）提出，該理論提及四個核心概念，分別是活動、平衡或穩態、角色喪失的調整和生活滿意度。此一理論認為隨著活動的增加，生活滿意度會提升，且積極的社會活動對高齡者的心理和社會適應至關重要。社會活動參與（Social Activity Participation）是基於「活動理論」（Activity Theory）發展出的概念，該理論為社會活動參與提供了理論支持。社會活動參與作為實踐層面的表現，指的是個人主動或被動地參與社區和社會活動，並與他人互動（Lennartsson and Silverstein, 2001; Levasseur et al., 2010），反映了活動理論中對高齡者積極參與活動的期望和建議。

社會活動參與的種類包括正式參與、非正式參與、生產性參與、人際參與，以及社區、社會、公民參與。其中，「正式社會活動參與」指在既定組織內與他人進行結構化活動，例如志願組織、教育機構、社團、宗教組織或民間團體；「非正式社會活動參與」則指個人與朋友、家人、親戚、鄰居、同事等的非結構化互動（Ertas, 2013; Plagnol and Huppert, 2010）。

（二）高齡者社會活動參與之影響因素與相關研究

過往研究表明，高齡者參與社會活動對其身心健康與自我實現具有重要意義。如同黃國彥、詹火生（1994）指出，即使高齡者已退出工作角色，仍應擁有平等的機會與權利參與社會活動，不僅有

助於人際關係，更能實現自我價值。研究也發現，參與社會活動能正向顯著地影響高齡者的心理健康，包含預防心理健康問題及提升主觀幸福感（Chiao et al., 2011; Elsdén and Roe, 2021; Hong et al., 2009; Morrow-Howell and Greenfield, 2012; Steptoe and Fancourt, 2019）。相關研究指出，社會活動參與對心理健康的影響甚至比對身體健康的影響更為顯著（Elsden and Roe, 2021; Steptoe and Fancourt, 2019）。

質性研究的訪談與觀察結果顯示，隨著社會活動參與程度的提高，高齡者獲得更多的社會互動機會，能夠更加充分地融入生活，同時承擔個人或集體義務。這種參與感提升對生活的掌控感，還提升生活的意義感與生活滿意度（Lloyd and Auld, 2002; Wahrendorf and Siegrist, 2010）。再者，參與社會活動也有助於維繫良好的社會關係，進而降低孤獨感與死亡風險。相關研究指出，即使在控制基線心理與身體健康的情況下，孤獨與社會孤立仍然顯著與死亡風險的增加相關（Steptoe et al., 2013）。

（三）社會活動參與類別對身心健康的影響

Levasseur et al. (2010) 運用內容分析法檢視多篇相關文獻，並提出了「萊瓦塞爾分類法（Levasseur taxonomy）」來系統化分類社會活動參與的不同層次。該分類法將社會活動參與視為一個連續的概念，涵蓋從個人獨立活動到服務社會的不同層次，依序可分為以下六個層次：個人獨立進行的活動（如：閱讀）；與身邊的人一起進行的個人活動（如：運動）；與他人共同參與的活動（如：外出用餐或拜訪親友）；以完成特定任務為目的的活動（如：幫助親友）；為他人提供支持的活動（如：參加社團活動）；以及服務社會

的活動（如：從事志工服務）。Dury et al. (2021) 依據上述分類，探討不同類型的活動與幸福感及身體健康之間的關聯。研究結果顯示，身體較為虛弱的老年人也能從社會活動中獲益，無論活動的具體形式為何，參與活動均有助於延緩身體功能的惡化。換言之，即使身體日益虛弱，持續參加社會活動仍然有助於成功老化（Rowe and Kahn, 2015）或健康老化（WHO, 2015）。研究進一步發現，與周圍的人一起進行的活動（如運動）、與他人一起參與的社交活動（如：外出用餐、拜訪親友），以及幫助社會的公益活動（如志工服務）類型的活動對主觀幸福感有正面影響。Mendes de Leon et al. (2001) 透過社會活動參與評估標準，包括與親友見面頻率、通話次數及組織活動參與程度，並根據家庭成員（如父母、配偶、兄弟姐妹和孩子）與親密朋友的數量衡量社交網絡的強度，研究結果發現社交網絡的強度與個體身心健康相關。

上述研究顯示參與社會活動及與親友互動活動都顯著提升了個體的主觀幸福感。因此，本研究從資料庫中篩選出具備社會活動特徵的題項作為研究變項，具體選取的活動包括種花、運動、打麻將、參加團體活動，以及與親友進行社交聊天、拜訪和聯絡等，這些均被納入為社會活動參與的指標題項。

四、日常生活活動功能、社會活動參與與主觀幸福感之縱貫關聯

（一）日常生活活動功能與社會活動參與之縱貫關聯

日常生活活動功能主要衡量個體在日常生活中進行自我照顧和獨立生活的能力，常用於評估高齡者的功能限制和獨立性（張席榮等，2006）。研究顯示，日常生活活動功能對高齡者參與各類活動

有長期且深遠的影響。Bennett（2005）的縱貫研究探討日常生活活動能力對社會活動參與的影響，結果顯示，早期日常生活活動功能與身體狀況可有效預測後期社會活動的參與程度，早期功能程度低者，後期社會活動參與度降低。Sirven and Debrand（2012）發現，中年時健康狀況較佳者，在高齡時更能維持積極的社會活動參與，反之，健康狀況不佳者則更易出現社會退縮，減少社會活動參與。此外，陸傑華等（2017）發現，即使過往社會活動參與程度較低，若能維持良好的健康狀況，仍可促進晚年的社會活動參與，顯示健康狀況比早年社會活動經驗更有效預測高齡者的社會互動。

（二）社會活動參與對主觀幸福感之縱貫關聯

Santini et al.（2021）研究發現社會活動參與與心理健康呈現正相關，早期社會活動參與度越高，後期心理健康狀況越佳。Baker et al.（2005）進一步指出，高齡者參與生產性社會活動的程度與其主觀幸福感呈現正相關，國內研究方面，許雅喬、朱美珍（2022）以代間學習課程作為社會活動參與媒介，證實高齡者參與度越高，其幸福感和生活滿意度越高。

（三）社會活動參與作為日常生活活動功能預測主觀幸福感的中介角色

Ohrnberger et al.（2017）的研究探討身心健康之間的相互影響，研究結果指出，早期日常生活活動功能透過社會互動，影響後期的心理健康，早期日常生活活動功能越好的高齡者，與親友頻繁互動，有助於提升後期心理健康。Huang et al.（2023）透過路徑分析模型，發現慢性病狀況會影響日常生活活動功能，進而影響社會

活動參與，最終對生活滿意度與憂鬱程度產生影響。

綜合上述文獻，儘管已有文獻證實社會活動參與可作為日常生活活動功能預測主觀幸福感的中介角色，以及活動理論中社會活動參與與幸福感之間的正向關係（DeLiema and Bengtson, 2017; Lemon et al., 1972），但多以橫斷面資料做分析，未關注社會活動參與在生命歷程中如何變化，尚不清楚活動變項是否隨時間保持穩定還是變動（Armstrong and Morgan, 1998），亦較少研究考慮日常生活活動功能、長期社會活動參與對幸福感的影響（Luo et al., 2020; Min et al., 2012）。因此，本研究採用「單向因果」的縱貫中介模型，以時間序列設計驗證社會活動參與在日常生活活動功能與主觀幸福感之間的中介角色，並探討變項間的動態變化與相互影響機制，為高齡者的健康促進與社會支持策略提供更具體證據。

參、研究方法

一、研究資料來源

本研究使用中央研究院人文社會科學研究中心之公開資料庫—「華人家庭動態資料庫」（Panel Study of Family Dynamics, 簡稱 PSFD）於 2016 年、2018 年與 2020 年三波的調查資料。PSFD 是一項長期追蹤調查計畫，旨在瞭解華人社會中家庭面貌和動態變化，是國內追蹤時間最長，樣本規模最大且涵蓋面向最廣的家庭調查之一。該計畫自 1999 年啟動後，初期為逐年調查，於 2014 年起調整為每兩年進行一次，截至 2022 年，PSFD 已完成 19 波調查，主樣本以年齡介於 25 至 64 歲之間的成年人口為主要訪問對象。首波調

查於 1999 年針對 1953 至 1963 年出生的人群進行，而後隨著主樣本年齡增長與樣本流失，陸續增補其他世代的主樣本（于若蓉、黃奕嘉，2018）。

PSFD 在抽樣設計方面，以內政部戶籍資料為母群，採用分層多階段等距抽樣法（包括鄉鎮市區、村里與個人三層次），抽樣範圍涵蓋整個臺灣及金馬地區。資料收集方式主要透過面對面訪問進行，近年的調查則加入網路調查方式。調查問卷可分為核心題組與加掛題組，核心題組包含受訪者的基本資訊，個人暨家庭結構與互動等主題，且固定出現在每一波的追蹤問卷中，而加掛題組則是依據該年度的調查主題，在不同波次新增特定題項。詳細調查設計與方法說明可參見官方網站¹。

二、研究樣本與分析資料

本研究所採用的變項來自 PSFD 的核心題組與老年專屬題組。基本資料包括「受訪者基本資訊」中的性別、出生年、婚姻狀況與經濟狀況；主觀幸福感與社會活動參與則取自個人暨家庭相關題項；而身體健康與另一部分的社會活動參與題項則來自「老年專屬題組」。上述變項的測量方式與題項設計在 2016、2018、2020 年三波調查中皆保持一致，具備良好的縱貫比較基礎。該資料於原始蒐集階段已完成研究倫理審查並取得受訪者知情同意，且對外釋出之資料皆為去識別化資料，研究者無法辨識特定個人身分。本研究未涉及與研究對象之直接接觸，亦未進行任何介入性研究行為，對研究對象不致構成額外風險，故依研究倫理相關規範，得免除倫理審查。

¹ 華人家庭動態資料庫簡介，取自 <https://psfd.sinica.edu.tw>。

本研究以臺灣「家庭動態資料庫 (PSFD)」2016、2018 與 2020 年三波資料為基礎，針對 60 歲以上高齡者進行分析（即民國 45 年〈1956 年〉以前出生者）。以 2016 年為基準，三波資料合併後，共納入 1,112 位符合年齡條件之受訪者，包含男性 477 人（42.9%）；女性 635 人（57.1%），平均年齡為 69.20 歲（SD = 6.34）。由於在後續追蹤中，2018 年與 2020 年樣本數分別有所減少，至 2020 年完成三波調查者約占初始樣本的 76%，為因應縱貫資料中不可避免的樣本缺失問題，本研究採用完全資訊最大似然法（Full Information Maximum Likelihood, 簡稱 FIML）進行分析。

三、研究變項

（一）受訪者基本資料

由於過去的研究指出，性別、年齡、婚姻狀況和經濟狀況會影響主觀幸福感（石泱、李孟芬，2021；陸洛、高旭繁，2016；楊桂芬等，2012），因此本研究將上述變項納入控制變項，以提升模型解釋力與估計準確性。具體而言，性別分為男性與女性；年齡以 2016 年為基準計算；婚姻狀況選項包含未婚單身、已婚、分居、離婚與喪偶。經濟狀況以自陳滿意程度測量，為四點量尺。

（二）主觀幸福感

本研究以 2016、2018、2020 年的兩題心理健康指標作為主觀幸福感之評估，題項分別為：「整個來說，您最近這陣子的生活過得快樂嗎？」、「請問過去一年來，您的生活過得好不好？」。兩題題目均為七點量尺，1 代表「很不好」、「很不快樂」，7 代表「很好」、「很快樂」。由於主觀幸福感量表僅包含兩題，因此依據 Eisinga et

al. (2013) 之建議，本研究以皮爾森積差相關係數 (r) 作為內部一致性指標。三波資料的相關係數分別為 .83、.77、.76，顯示具良好一致性。

(三) 社會活動參與 (Social Activity Participation)

本研究以 2016、2018、2020 年三波資料中的兩大題組作為社會活動參與的指標：一為與健在子女的社會互動，包含通話、寫信與見面次數；二為從事社交性活動的情形，包含下棋或打牌、與親友鄰居見面聊天、種花園藝、運動、參加團體活動，共計八題題項。

其中，與健在子女之聯絡狀況以三個題項衡量，依子女之長幼次序，分別詢問受訪者與每位健在子女之聯繫頻率（最多蒐集至六位子女），題目包含：「健在子女每月打電話（含網路即時通訊）次數？」、「健在子女去年寫信（含 Email）次數？」、「健在子女去年見面次數？」。第一題使用五點量尺，1 代表「幾乎每天」、5 代表「幾乎沒有」；寫信、見面頻率則為六點量尺，1 代表「幾乎每天見面 / 通信」、6 代表「幾乎不碰面 / 通信」。為確保量尺一致性，六點量尺之見面頻率題項轉換為五點量尺後納入分析，並對三題皆進行反向計分處理，分數愈高代表與子女聯絡頻率愈高，亦即社會活動參與程度愈高。

另外，在從事社交性活動的部分，本研究採用老年專屬題組中的五項指標，題項皆以「請問您去年一年中常不常…」作為開頭，後接不同活動項目，包括：「下棋或打牌？」、「與親友、鄰居見面聊天或進行其他活動？」、「種花、整理花園、園藝、盆栽？」、「運動？」、「參加團體運（活）動？」。五題皆採五點量尺，1 代表「每

週四次以上」、5 代表「都沒有」，並進行反向計分處理，分數愈高表示社會活動參與程度愈高。

（四）日常生活活動功能

本研究使用 2016、2018、2020 年資料中老年專屬題組中的一大題組作為衡量日常生活活動功能的指標，該題組僅針對年滿 60 歲之受訪者填答。題目為：「下面是一些您日常可能從事的活動，請問您目前身體狀況會不會限制您從事這些活動？如果會，到底限制有多少？」共計十題，涵蓋日常生活中各項自我照顧與活動能力。每題皆採三點量尺，1 代表「會，受到很多限制」、3 代表「不會，完全不受限制」，得分愈高表示受訪者在各類日常活動（包含費力活動）上皆未受限制，功能狀況較佳。三波資料之內部一致性信度係數分別為 .93、.93、.92，顯示受訪者的回答具有高度一致性。

四、研究設計與架構

本研究採用縱貫性設計，使用自我迴歸中介模型（autoregressive longitudinal mediation model），檢驗高齡者的「日常生活活動功能」（A）對「社會活動參與」（B）及「主觀幸福感」（C）的跨期影響，並進一步探討 A 是否能透過 B 對 C 產生中介作用。相較於橫斷研究，縱貫資料的中介分析，優勢在於能夠避免橫斷研究所存在的誤差，也能提供變數間因果或中介關係的證據（方傑等，2021）。

為便於追蹤變項在不同時間點的變化及因果關係，本研究以 A1、A2、A3 分別代表 2016 年、2018 年和 2020 年的「日常生活

活動功能」，B1、B2、B3 分別代表同三個時間點的「社會活動參與」，C1、C2、C3 則分別代表各波次的「主觀幸福感」。

在模型設定上，首先納入各主要變項之自我迴歸效果。本研究以 γ_{A1A2} 代表「日常生活活動功能」在 2016 年（A1）對 2018 年（A2）的預測效果， γ_{A2A3} 則表示 2018 年（A2）對 2020 年（A3）的影響。同理， γ_{B1B2} 和 γ_{B2B3} 分別代表「社會活動參與」在前後期次間的自我相關，而 γ_{C1C2} 和 γ_{C2C3} 則對應於「主觀幸福感」在各波次間的自我相關。

此外，關於變項之間的預測路徑設定上，本研究僅納入理論上具有合理時間順序之單向影響關係，其中以 γ_{A1B2} 、 γ_{A2B3} 代表「日常生活活動功能」對「社會活動參與」的預測力。同樣地， γ_{B2C2} 和 γ_{B3C3} 分別代表「社會活動參與」對「主觀幸福感」的當期預測力。綜合前述，本研究提出的具體假設模型說明如下，請參考圖 1：

H2-1.「日常生活活動功能」對「社會活動參與」具有正向的預測效果：高齡者於前一波之日常生活活動功能（A1、A2），可分別正向預測下一波社會活動參與（B2、B3）。

H2-2.「社會活動參與」與「主觀幸福感」具有正向的預測效果：高齡者之社會活動參與程度（B2、B3），對其主觀幸福感（C2、C3）具有正向的預測效果，該影響可能呈現於同一時間點或跨時間波次。

H2-3.「社會活動參與」在「日常生活活動功能」與「主觀幸福感」之間具有中介效果：高齡者之前一期日常生活活動功能（A1、A2），將透過下一波之社會活動參與（B2、B3），進而影響其主觀幸福感（C2、C3），形成具時間序之縱貫中介效果。

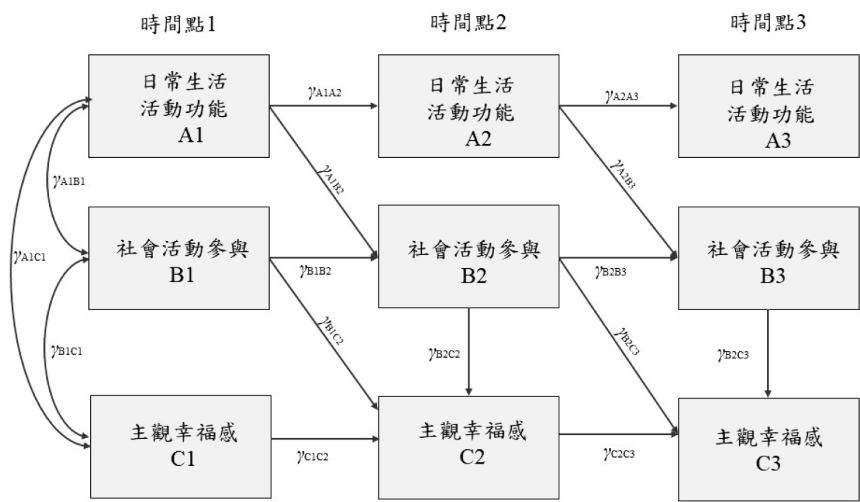


圖 1 研究架構圖

註 1：單箭頭表示模型中設定之迴歸路徑，雙箭頭表示同一波次變項之共變關係。
註 2：模式已控制「性別」、「年齡」、「婚姻狀況」與「經濟狀況」，為求簡潔，未於圖中呈現。
註 3：模型已允許部分同波變項之殘差共變，為求簡潔，未於圖中呈現。

五、資料分析

本研究使用三個時間點的資料來驗證所提出的模型，有助於更好地理解變數之間的交互效果。研究方法包括以下步驟：首先，以最大概似法（Full Information Maximum Likelihood, FIML）處理遺漏值，使用 SPSS 進行描述性統計、皮爾森相關和變異數分析。接著，使用 Mplus 8.4 版統計軟體（Muthén and Muthén, 2017）進行結構方程模式分析，建立三波次的縱貫自我迴歸模型，納入各變項在不同時間點的自我迴歸路徑，以控制其穩定性，並設定跨期預測路徑，檢驗日常生活活動功能對社會活動參與，以及社會活動參與

對主觀幸福感的影響。

在檢驗中介效果的部分，透過拔靴法行 1,000 次重複抽樣，並以 95% 信賴區間不包含 0 作為判斷中介效果的標準。本研究使用整體適配指標評估模型適配情況，包括 CFI、RMSEA、SRMR、及 Tucker and Lewis 指標（Tucker-Lewis Index, 簡稱 TLI）。其中，CFI 和 TLI 值大於 .9；RMSEA 值介於 .05 到 .10 之間；SRMR 小於 .08 則表示模型與資料的適配可接受（Browne and Cudeck, 1993）。

肆、研究結果

一、描述性統計

（一）人口背景變項分布

本研究共納入 1,112 位受訪者，其中男性 477 人（42.9%），女性 635 人（57.1%）。受訪者年齡介於 60 至 81 歲之間，平均年齡為 69.19 歲（ $SD=6.33$ ）。在婚姻狀況方面，受訪者以已婚者為多數，共 774 人（69.6%）；其次為喪偶者 257 人（23.1%）。離婚者 44 人（4.0%）、未婚單身者 24 人（2.2%），以及分居者 13 人（1.2%）所佔比例相對較低。在經濟狀況滿意度方面，三個時間點的平均值分別為 2.75（ $SD=0.68$ ）、2.79（ $SD=0.68$ ）及 2.81（ $SD=0.69$ ），整體略高於中位數 2.5。日常生活活動功能三波測量平均值介於 2.51 至 2.61 之間、社會活動參與平均值介於 2.41 至 2.42 之間、主觀幸福感平均值介於 4.97 至 5.09 之間。

（二）變項間相關分析

首先，在背景變項與本研究變項的相關部分，本研究發現年齡、經濟狀況分別各自與本研究的變項呈現顯著相關。其中年齡與日常生活活動功能、社會活動參與存在負相關（ $r_s = -.12 \sim -.41$, $p_s < .001$ ），與幸福感則無顯著相關；經濟狀況則與所有變項存在正相關（ $r_s = .21 \sim .53$, $p_s < .001$ ）。在三個主要變項之間相關的部分，本研究發現：主觀幸福感、社會活動參與、日常生活活動功能，在三波測量時間點，各具有中度至高度的自我正向關聯，顯示三個變項具有跨時間穩定性。至於，不同變項之間的關聯，其中「主觀幸福感」分別與「社會活動參與」之間存在低度正向相關（ $r = .11 \sim .24$, $p_s < .001$ ）；與「日常生活活動功能」之間存在低度正向相關（ $r_s = .14 \sim .26$, $p_s < .001$ ）；而「社會活動參與」與「日常生活活動功能」之間則存在低度到中度正相關（ $r_s = .22 \sim .33$, $p_s < .001$ ），請參考表 1。

表 1 研究變項之描述性統計及相關係數表

波次	年齡	經濟狀況	日常生活活動功能			社會活動參與			主觀幸福感		
			(A1)	(A2)	(A3)	(B1)	(B2)	(B3)	(C1)	(C2)	(C3)
年齡	1										
經濟狀況	.01	1									
日常生活活動功能 (A1)	T1	-.37**	.21**	1							
日常生活活動功能 (A2)	T2	-.33**	.22**	.67**	1						
日常生活活動功能 (A3)	T3	-.41**	.23**	.60**	.73**	1					
社會活動參與 (B1)	T1	-.12**	.23**	.31**	.29**	.22**	1				
社會活動參與 (B2)	T2	-.12**	.21**	.27**	.32**	.24**	.52**	1			
社會活動參與 (B3)	T3	-.14**	.20**	.25**	.31**	.33**	.41**	.55**	1		
主觀幸福感 (C1)	T1	-.01	.47**	.21**	.19**	.17**	.24**	.19**	.11*	1	
主觀幸福感 (C2)	T2	.02	.53**	.19**	.26**	.25**	.21**	.22**	.16**	.47**	1
主觀幸福感 (C3)	T3	-.02	.47**	.14**	.20**	.25**	.16**	.20**	.22**	.44**	.57**

註：T1 = 第一波 (2016年)，T2 = 第二波 (2018年)，T3 = 第三波 (2020年)。

* $p < .05$ ，** $p < .001$ 。

二、性別與婚姻狀況差異考驗

本研究以單因子變異數分析（ANOVA）探究不同性別與婚姻狀況在三個時間點的主觀幸福感、社會活動參與、日常生活活動功能之差異。單因子變異數結果顯示，不同婚姻狀況高齡者的主觀幸福感無顯著差異，雖 2016 年整體 F 檢定達顯著水準，惟 Scheffé 事後比較未發現各組間達顯著差異， $F_s(4, 854\sim 1096) = 1.59 \sim 2.61$ ， $ps = .03 \sim .17$ ， $\eta_p^2 = .006 \sim .009$ ；但在社會活動參與方面，則存在顯著差異， $F_s(4, 856\sim 1095) = 4.02 \sim 4.65$ ， $ps = .001 \sim .003$ ， $\eta_p^2 = .01 \sim .02$ ，已婚者的社會活動參與程度顯著高於離婚者，也高於喪偶者。在日常生活活動功能方面，也顯示顯著差異， $F_s(4, 856\sim 1093) = 9.88 \sim 13.17$ ， $ps < .001$ ， $\eta_p^2 = .04 \sim .06$ ，已婚者的日常生活活動功能狀況顯著好於喪偶者。

不同性別差異情形的結果顯示，在三個時間點上，性別在日常生活活動功能方面存在顯著差異， $F_s(1, 859\sim 1096) = 22.95 \sim 28.91$ ， $ps < .001$ ， $\eta_p^2 = .023 \sim .033$ ，男性的日常生活活動功能狀況皆顯著高於女性。然而，不同性別在主觀幸福感方面無顯著差異， $F_s(1, 857\sim 1099) = 0.06 \sim 0.62$ ， $ps = .43 \sim .80$ ， $\eta_p^2 = .000 \sim .001$ ；在社會活動參與也無顯著差異， $F_s(1, 859) = .005 \sim 1.35$ ， $ps = .27 \sim .82$ ， $\eta_p^2 = .000 \sim .001$ 。

三、測量不變性

本研究在進行縱貫模型前，先檢驗變項是否具有跨時間的測量恆等性。量尺恆等（metric invariance）係指不同時間點的因素負荷量是否相等，指標係為以限制因素負荷量恆等的模型與無參數限制的基礎模型做比較，模型的結果顯示，具有良好的適配情

形，日常生活活動功能 ($\Delta CFI=.006$ 、 $\Delta RMSEA=.004$)；主觀幸福感 ($\Delta CFI=.000$ 、 $\Delta RMSEA=.000$)；社會活動參與 ($\Delta CFI=.000$ 、 $\Delta RMSEA=.000$)，故依據標準 ΔCFI 小於 .010、 $\Delta RMSEA$ 小於 .015，表示三個變項具備尺度恆等 (Chen, 2007)。

四、縱貫模型結果

本研究採用三波縱貫之自我迴歸中介模型 (autoregressive longitudinal mediation model)，在控制「性別」、「年齡」、「婚姻狀況」與「經濟狀況」後，驗證本研究提出的假設模型。結果顯示，模型與觀察資料的適配度尚可： $CFI=.97$ 、 $TLI=.89$ 、 $SRMR=.03$ 、 $RMSEA=.07$ (如圖 2)。

本研究針對潛在變項間的自我迴歸、間接效果和總效果進行說明。首先，檢視縱貫模型的標準化自我迴歸係數，「日常生活活動功能」的自我迴歸係數分別為 $\gamma_{A1A2}=.60$ 、 $\gamma_{A2A3}=.65$ ($ps<.001$)；「社會活動參與」的自我迴歸係數分別為 $\gamma_{B1B2}=.46$ 、 $\gamma_{B2B3}=.49$ ($ps<.001$)；「主觀幸福感」的自我迴歸係數分別為 $\gamma_{C1C2}=.27$ 、 $\gamma_{C2C3}=.44$ ($ps<.001$)，整體而言，三條時間序列都呈現穩定的自我相關。

在納入所有變項的自我迴歸效果前提下，本研究發現前一期的「日常生活活動功能」(A) 對後一期的「社會活動參與」(B) 具有顯著正向預測效果，標準化迴歸係數依序分別為 $\gamma_{A1B2}=.11$ 、 $\gamma_{A2B3}=.14$ ($ps<.05$)。此結果顯示，較佳的日常生活活動功能有助於高齡者在後續時間中維持較高程度的社會活動參與。進一步分析社會活動參與與主觀幸福感之關係，「社會活動參與」(B) 亦能正向預測同一期的「主觀幸福感」(C)，標準化迴歸係數依序分別為

$\gamma_{B2C2}=.07$ 、 $\gamma_{B3C3}=.11$ ($p<.05$)，惟對後一期幸福感之跨期效果不顯著 ($\gamma_{B1C2}=.01$ 、 $\gamma_{B2C3}=.002$)。顯示社會活動參與對主觀幸福感的影響主要呈現於同一測量波次內，而非跨越較長時間的延宕效果，與幸福感屬於當下主觀感受的以及活動理論假設一致。接著，本研究進一步檢驗社會活動參與於日常生活活動功能與主觀幸福感之間的中介角色。結果顯示，前一期「日常生活活動功能」(A2)會透過後一期的「社會活動參與」(B3)間接影響「主觀幸福感」(C3) ($\gamma_{A2B3}=.015$, $p=.012$; BC 95% CI=[.006, .029])。此外，第一波日常生活活動功能(A1)對第三波主觀幸福感(C3)的總間接效果達顯著 ($\beta=.017$, $p=.002$; BC 95% CI=[.006, .031])。進一步檢視其間接效果的組成後發現，日常生活活動功能對較晚期主觀幸福感的影響，並非透過單一時間點的中介路徑所致，而是經由多段縱貫傳遞歷程的累積效果所形成。具體而言，縱貫模型顯示，在控制前期日常生活活動功能對中期功能狀態之延續影響(A1 → A2)後，中期日常生活活動功能(A2)可透過後期社會活動參與(B3)，進而影響後期主觀幸福感(C3)，其中，後期社會活動參與(B3)作為中介變項，形成顯著之縱貫中介效果。整體而言，雖然上述間接效果在統計上達顯著，仍有必要進一步從效果量角度加以檢視其實質影響程度。根據 Preacher and Kelley (2011) 所提出之效果量判準，本研究所檢驗之間接效果雖達統計顯著，但其效果量屬於小效果。此結果顯示，社會活動參與在日常生活活動功能與主觀幸福感之間確實扮演中介角色，惟其影響力相對有限，屬於微弱但穩定的中介作用。整體而言，研究結果仍支持本研究建構之縱貫中介模式：高齡者日常生活活動功能的變動，會透過後續社會活動參與的歷程，進一步影響其主觀幸福感。

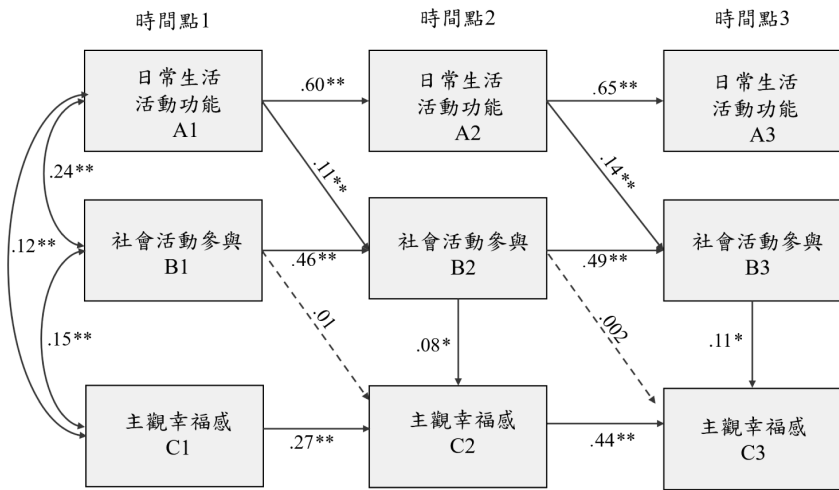


圖 2 縱貫模型結果

伍、研究討論

本研究旨在透過縱貫模型探討高齡者的日常生活活動功能、社會活動參與與主觀幸福感之間的關係，並驗證三項主要假設，分別為：(1) 日常生活活動功能是否能預測社會活動參與；(2) 社會活動參與是否能預測主觀幸福感；(3) 社會活動參與是否在兩者之間具有縱貫性中介效果。以下針對驗證結果進行討論。

一、高齡者的「日常生活活動功能」可以預測「社會活動參與」

本研究發現，高齡者的日常生活活動功能對其後續時間點的社會活動參與呈現顯著正向關聯。高齡者的日常生活活動功能愈好，其於後續時間點所呈現之社會活動參與程度亦愈高，反之，高

齡者的日常生活活動功能愈差，其於後續時間點所呈現之社會活動參與程度亦愈低，此結果顯示，日常生活活動功能在時間推移的歷程中，與高齡者是否能持續維持較高程度的社會參與狀態具有顯著關聯。此一結果與先前研究一致，日常生活活動功能能力愈佳之高齡者，其當期社會活動參與程度較高（Bennett, 2005; Berges et al., 2012; Liu et al., 2019; Min et al., 2012; Richard et al., 2013; Zhang et al., 2015）。本研究進一步證明，日常生活活動功能不僅與社會參與呈現當期之同時關聯，亦能在時間推移下，顯著預測高齡者於後續波次之社會活動參與程度，凸顯其作為社會參與之縱貫前置條件的重要性。

二、高齡者的「社會活動參與」可以預測「主觀幸福感」

本研究發現，高齡者的社會活動參與程度與其同一時間點的主觀幸福感呈現顯著正向關聯。亦即高齡者的社會活動參與愈高，其主觀幸福感愈高。顯示社會活動參與對主觀幸福感之影響主要呈現為即時且近程（Proximal）的效果，而非延宕至後續時間點方才顯現。根據本研究對社會活動參與的界定，此概念涵蓋兩個層面：其一為高齡者透過多元方式與親友維繫聯繫，如電話通話、書信往來及面對面交流等；其二指高齡者參與各類社交性活動，包括下棋、打牌、園藝、運動或團體性運動等。當高齡者於當下時間點能維持較高程度的社會互動與活動參與，其主觀幸福感亦隨之提升。此一結果與活動理論之主張一致，亦呼應既有研究所指出之社會活動參與與當期主觀幸福感之正向關聯（Chiao et al., 2011; Elsdén and Roe, 2021; Hong et al., 2009; Morrow-Howell and Greenfield, 2012; Steptoe and Fancourt, 2019）。

本研究並未直接檢驗社會活動參與影響主觀幸福感之作用機制，以下相關論述係根據既有文獻所提出之可能解釋途徑，作為理解本研究所觀察到之關聯結果之參考。既有研究已實證顯示，首先，積極參與社會活動有助於建構與維持人際支持系統。來自社交團體成員或親友的持續互動，在高齡者面對生活壓力時提供實質協助與情感支持，使其感受到被關懷與重視與提升幸福感（Schwartz and Litwin, 2019）。其次，多樣化的社會活動參與能豐富高齡者的日常生活體驗，此類活動本身具有愉悅與價值感，能提升其主觀幸福感（Brustio et al., 2018; Zhang et al., 2015）。最後，隨著年齡增長及健康狀況變化，高齡者之主觀幸福感可能面臨下降風險，而在此情境下，與親友互動或參與社會活動，與較佳之心理健康與幸福感水準呈正向關聯（Croezen et al., 2009; Kodzi et al., 2011）。

三、「社會活動參與」作為日常生活活動功能預測主觀幸福感的中介角色

有別於過往多以橫斷性資料探討主觀幸福感影響因素之研究（DeLiema and Bengtson, 2017; Lemon et al., 1972），本研究進一步運用縱貫性資料，檢視日常生活活動功能與主觀幸福感之間的時間序關聯，並發現社會活動參與在其中具微弱但顯著的縱貫中介作用。研究結果顯示，隨著時間推移，高齡者之日常生活活動功能與其後續社會活動參與狀態相關，而社會活動參與則主要與同一期之主觀幸福感呈現顯著關聯。

本研究所呈現的中介歷程，並非社會活動參與對主觀幸福感產生明顯的跨期影響，而是顯示其影響較可能發生於社會活動參與發生的當下情境中。亦即，日常生活活動功能的變化，會影響高齡者

是否能在後續時間中維持社會活動參與，而當高齡者實際參與社會活動時，其所帶來的人際互動、情感支持與生活充實感，會即時反映於其主觀幸福感水準之上。此一發現與 Ohrnberger et al. (2017) 的研究結果相符，其指出前期身體健康狀況較佳者，參與社會活動的頻率較高，並與其後期心理健康狀態呈正向關聯。整體而言，若高齡者於前期處於日常生活活動功能受限之狀態，將降低其於後續時間中維持社會參與狀態，進而減少其於該時期獲得幸福感提升的機會；反之，若能維持較佳之功能狀態，則有助於其於不同時間點中持續參與社會活動，並於參與當下體驗較佳之主觀幸福感。

四、婚姻狀態與性別對於高齡者日常生活活動功能、社會活動參與與主觀幸福感之相關

除了驗證本研究假設模型外，本研究亦觀察到以下現象。首先，由於性別與婚姻狀態在本研究的主要變項上皆呈現顯著差異，因此在模型中納入上述兩項作為控制變項，以提升解釋力與模型準確性。進一步分析顯示，本研究發現已婚者的社會活動參與和日常生活活動功能表現明顯優於其他婚姻狀況群體，此結果顯示婚姻可提供更多的社會支持資源和參與機會，促進社會互動。同時，已婚者的日常生活活動功能狀況顯著優於喪偶者，這與喪偶後的情感與社會支持減少有關（曹馨云，2024；梁珪瑜，2021）。在性別方面，男性在日常生活活動功能的表現顯著優於女性，此結果與男性身體在體能、肌肉上相對優勢有關（Moon et al., 2024）。

五、高齡者前期日常生活活動功能、社會活動參與與主觀幸福感會影響後期日常生活活動功能、社會活動參與與主觀幸福感

從模型的平均數與自我迴歸係數可見，高齡者的日常生活活動功能隨時間推移呈現下降趨勢，但整體而言，在三波數據仍維持高度穩定。前期的功能狀況可顯著預測後期狀況，顯示日常生活活動功能具有延續性，進一步凸顯了早期維護日常生活活動能力的重要性。其次，在社會活動參與方面，高齡者在同一年度及兩年後的參與頻率呈正相關，顯示若能在生活中建立穩定的參與習慣，將有助於中長期維持社會活動參與。然而，數據亦顯示，整體參與頻率偏低，此結果與 Lee et al. (2015) 的研究一致，特別是高齡女性，其參與社群活動的比例顯著較低，且平均參與的社交團體數量甚至少於一個。最後，高齡者對主觀幸福感的自評高於中位數，顯示多數人對生活持正向態度。此變項同樣展現高度穩定性，前期的幸福感水準可有效預測後期狀況，反映出主觀幸福感具有明顯的個體持續性。

陸、研究結論與建議

一、研究結論

本研究發現高齡者日常生活活動功能、社會活動參與與主觀幸福感之間呈現穩定性與相互關聯。首先，高齡者的日常生活活動功能和主觀幸福感整體穩定，前期狀況能顯著預測後期表現；社會活動參與雖具延續性，但參與頻率偏低，特別是在老年婦女中表現

更為明顯。此外，本研究發現已婚者在社會活動參與和日常生活活動功能方面表現優於其他婚姻狀況群體，而男性在日常生活活動功能上亦顯著優於女性。最後，本研究採用三波縱貫資料建構中介模型，補足既有研究多以橫斷或兩波資料推論變項關係之限制，進一步檢視日常生活活動功能、社會活動參與與主觀幸福感之間的時間序與發展性關聯。縱貫模型結果顯示，前期日常生活活動功能與後續社會活動參與狀態呈顯著關聯，而社會活動參與則主要與同一期之主觀幸福感水準顯著相關。此結果顯示，社會活動參與在日常生活活動功能與主觀幸福感之間，扮演一種具發展性意義、但影響主要發生於參與當下的中介角色。綜上所述，本研究結果強調高齡者之功能能力對其後續社會活動參與具有關鍵影響，而實際參與社會活動則有助於提升其當下之主觀幸福感，此發現亦能為不同性別與婚姻狀況群體之健康促進與社會參與相關政策介入提供實證支持。

二、研究建議

根據本研究的發現與結論，針對三大面向提供建議，包含環境面、干預面、政策層面。

（一）建立高齡者友善社會活動參與環境

首先，在環境層面，由於高齡者的社會活動參與環境相當重要，政府機構與相關社會組織應提供無障礙、包容友善的參與環境，減少高齡者參與社會活動的結構性障礙（Franco et al., 2015）。具體而言，高齡友善環境之建構不宜假設高齡者為同質群體，而應納入高齡者日常生活活動功能差異，避免以單一參與模式作為通用設計原則。在活動場域與制度設計上，可透過提供近端活動空間、

彈性活動時段與友善動線配置，提升高齡者參與社會活動的可近性與安全性，使功能尚可維持之高齡者能在熟悉且負擔較低的環境中持續參與。

此外，社會環境層面亦同樣重要。透過教育與公共宣導，改善社會大眾對高齡者的刻板印象與年齡歧視，有助於營造支持高齡者參與公共生活的友善氛圍。相關單位亦可擴充適合不同功能狀態高齡者參與的社會活動類型，特別關注老年婦女與身體活動能力受限者之需求，並以媒體或教育宣導方式，向高齡者及其家庭成員傳遞社會活動參與對身心健康的正向意義，形塑鼓勵參與的社會文化脈絡。

（二）採取分眾化設計，以施行促進高齡者社會活動參與之相關干預措施

在干預層面，相關政策與實務介入宜在高齡者身體健康下降的早期階段，即開始進行分眾化設計，對於 ADL 僅出現輕微受限之高齡者，相關環境設計可著重於降低參與門檻與提升可近性；對於 ADL 僅呈現輕度受限之高齡者，可進一步考慮引入「社會處方籤（Social Prescribing）」機制，於醫療或健康照護端即早辨識功能退化風險，並媒合適切之社會活動資源，以預防其過早退出社會參與歷程。相對地，對於 ADL 狀態較差或獨居之高齡者，單純的活動媒合可能不足以產生實質效果，相關干預策略尚須結合無障礙交通支持、到宅或近端活動方案，以及數位社會參與（Digital Inclusion）設計，以降低實體參與之結構性障礙，協助其維持基本社會互動與參與機會。

（三）積極推動促進高齡者社會活動參與的政策與措施

在政策制定層面，政策制定者應積極推動鼓勵高齡者參與社會活動的措施，可以透過提供設立高齡者專屬活動中心等誘因，吸引更多高齡者持續社會活動參與。此外，當局可加強對社會活動對幸福感提升作用的宣導，提高高齡者及其家屬對參與活動益處的認識。最後，政府和研究機構亦能建立持續追蹤系統，利用大數據分析，深入了解不同年齡、性別及健康狀況的高齡者需求，進而提供更精準、個別化的干預方案。

柒、研究限制與未來研究建議

一、樣本代表性

本研究三波資料之留存率為 76%，約有 24% 的樣本於追蹤期間流失，進一步檢視發現，流失樣本與留存樣本在婚姻狀況、年齡及三項主要變項上皆呈顯著差異，顯示流失並非隨機，為因應縱貫資料中不可避免的樣本缺失問題，本研究採用最大概似法（Full Information Maximum Likelihood, FIML）處理遺漏值，有助於降低因樣本流失所導致之估計偏誤。然而，儘管 FIML 可有效處理缺失資料並提升估計穩定性，樣本流失所造成之代表性限制仍需審慎看待。此外，本研究觀察到流失樣本多為年齡較高、離婚或喪偶者，且其經濟狀況、主觀幸福感、日常生活活動功能與社會活動參與程度相對較低，此一現象亦與既有研究結果相符（李妙純、張雅雯，2014），反映高齡者參與長期追蹤研究之實務挑戰。未來研究可透過延長追蹤期間或結合其他資料來源，以提升研究結果之推論性。

二、測量工具

本研究在主觀幸福感的測量上，僅使用「生活滿意度」與「快樂感」兩個題項，分別代表認知與情感面向，未能涵蓋負向情感等其他構面，會限制對主觀幸福感的評估，建議未來研究可使用更多元的測量工具，以提升測量精確性。此外，本研究將「與子女聯絡」等較具義務性的家庭內互動，與「社交性活動」等較具自願性的家庭外參與合併為單一「社會活動參與」構念進行分析，雖有助於反映高齡者整體社會連結程度，但可能忽略不同互動類型在心理功能與動機上的差異，未來研究可進一步區分不同類型之社會互動以提升測量精確度。

三、模型驗證與推論

本研究提出的縱貫模型，雖已證實發現變項間的預測關係，然而在推論變項之間的因果仍有其局限。儘管本研究採用縱貫數據，變項間存在時間序列關係，但觀察性研究仍無法確立確定的因果性，未來可考慮採用實驗設計或工具變量法等更嚴謹方法，驗證因果機制。

儘管存在上述限制，本研究仍為理解高齡者日常生活活動功能、社會活動參與與主觀幸福感之間的動態關係提供實證基礎。盼本研究能深化對高齡幸福感機制的認識，並為高齡友善政策推動及社區實務工作設計，提供實證依據與參考。

參考書目

中文部分

內政部戶政司（2025）。《戶籍人口統計速報》。內政部戶政司網頁（<https://www.ris.gov.tw/app/portal/346>）。

【Department of Household Registration, Ministry of the Interior (2025). *Monthly Bulletin of Interior Statistics*. Website of Department of Household Registration, Ministry of the Interior (<https://www.ris.gov.tw/app/portal/346>)】

于若蓉、黃奕嘉（2018）。〈家庭動態調查：樣本結構、問卷內容、資料外釋與應用〉，《中國統計學報》，第 56 卷第 4 期，頁 98-115。

【Yu, R.-R. and Huang, I.-C. (2018). ‘The Panel Study of Family Dynamics: Samples, Questionnaires, Data Dissemination and Applications’, *Journal of the Chinese Statistical Association*, 56(4): 98-115.】

方傑、溫忠麟、邱皓政（2021）。〈縱向資料的中介效應分析〉，《心理科學》，第 44 卷第 4 期，頁 989-996。

【Fang, J., Wen, Z.-L. and Qiu, H.-Z. (2021). ‘Mediation Analysis of Longitudinal Data’, *Journal of Psychological Science*, 44(4): 989-996.】

石決、李孟芬（2021）。〈社會參與和靈性健康對臺北市社區高齡者幸福感影響之研究〉，《中華心理衛生學刊》，第 34 卷第 2 期，頁 97-120。doi: 10.30074/FJMH.202106_34(2).0001

【Shih, Y. and Li, M.-F. (2021). ‘The Impact of Social Participation

and Spiritual Health on the Well-Being of Elders in Taipei City’, *Formosa Journal of Mental Health*, 34(2): 97-120. doi: 10.30074/FJMH.202106_34(2).0001】

李妙純、張雅雯（2014）。〈社經弱勢軌跡與健康結果之關係〉，《台灣公共衛生雜誌》，第 33 卷第 5 期，頁 483-496。doi: 10.6288/TJPH201433103048

【Lee, M.-C. and Chang, Y.-W. (2014). ‘Social Disadvantage Trajectories and Health Outcomes’, *Taiwan Journal of Public Health*, 33(5): 483-496. doi: 10.6288/TJPH201433103048】

陸洛（1998）。〈中國人幸福感之內涵、測量及相關因素探討〉，《國家科學委員會研究彙刊：人文及社會科學》，第 8 卷第 1 期，頁 115-137。

【Lu, L. (1998). ‘The Meaning, Measure, and Correlates of Happiness among Chinese People’, *Proceedings of the National Science Council, Republic of China, Part C: Humanities and Social Sciences*, 8(1): 115-137.】

陸洛、高旭繁（2016）。〈正向老化之概念內涵及預測因子：一項對台灣高齡者的縱貫研究〉，《醫務管理期刊》，第 17 卷第 4 期，頁 267-288。doi: 10.6174/JHM2016.17(4).267

【Lu, L. and Kao, S.-F. (2016). ‘Conceptualizing and Predicting Positive Aging: A Longitudinal Study among Elderly Taiwanese’, *Journal of Healthcare Management*, 17(4): 267-288. doi: 10.6174/JHM2016.17(4).267】

陸傑華、李月、鄭冰（2017）。〈中國大陸老年人社會參與和自評健康相互影響關係的實證分析——基於 CLHLS 資料的檢驗〉，

《人口研究》，第 41 卷第 1 期，頁 15-26。

【Lu, J.-H., Yue, L. and Bing, Z. (2017). ‘The Relationship between Self-Reported Health and Social Participation of Chinese Elderly: Evidence from CLHLS Survey’, *Population Research*, 41(1): 15-26.】

張席熒、謝妤葳、薛漪平、謝清麟（2006）。〈日常生活活動功能評量之四十年回顧〉，《台灣復健醫學雜誌》，第 34 卷第 2 期，頁 63-71。doi: 10.6315/2006.34(2)01

【Chang, H.-Y., Hsieh, Y.-W., Hsueh, I.-P. and Hsieh, C.-L. (2006). ‘A Forty-Year Retrospective of Assessment of Activities of Daily Living’, *Rehabilitation Practice and Science*, 34(2): 63-71. doi: 10.6315/2006.34(2)01】

曹馨云（2024）。《台灣高齡者的喪偶經驗和社會參與》。國立政治大學社會學系碩士論文。

【Cao, S.-Y. (2024). *Taiwanese Older Adults’ Widowhood Experience and Social Participation*. Unpublished dissertation, Taipei: National Chengchi University.】

國家發展委員會（2024）。《中華民國人口推估（2024 年至 2070 年）》。臺北。

【National Development Council (2024). *Population Projections for the Republic of China (Taiwan) (2024-2070)*. Taipei.】

衛生福利部國民健康署（2025）。《民國 112 年中老年身心社會生活狀況長期追蹤調查結果報告》。臺北。

【Health Promotion Administration, Ministry of Health and Welfare (2025). *2023 Taiwan Longitudinal Study on Aging Survey Report*.

Taipei.】

梁珪瑜（2021）。《生命中難以承受的慟～談高齡者的喪偶與哀悼反應》。康健雜誌網頁（https://www.commonhealth.com.tw/blog/4098?utm_source）。

【Liang, K.-Y. (2021). *The Unbearable Grief in Life: On Spousal Loss and Bereavement Reactions among the Elderly*. Website of Common Health Magazine. (https://www.commonhealth.com.tw/blog/4098?utm_source).】

許雅喬、朱美珍（2022）。〈由社會資本探討高齡者社會參與與幸福感之研究〉，《台灣健康照顧研究學刊》，第 25 期，頁 74-99。

【Hsu, Y.-C. and Ju, M.-J. (2022). ‘A Study on Social Participation and Well-Being of the Elderly from Social Capital’, *The Journal of Taiwan Health Care Association*, 25: 74-99.】

黃國彥、詹火生（1994）。《銀髮族之社會資源》。嘉義：國立嘉義師範學院編印。

【Huang, K.-Y. and Chan, H.-S. (1994). *Social Resources for the Silver-Haired Generation*. Chiayi: National Chiayi Teachers College.】

楊桂芬、許哲瀚、唐憶淨、龔建吉（2012）。〈社區老人日常生活活動、生活品質與幸福感之相關研究〉，《台灣老年醫學暨老年學雜誌》，第 7 卷第 4 期，頁 217-232。doi: 10.29461/TGG.201211.0002

【Yang, K.-F., Hsu, C.-H., Tang, Y.-J. and Kung, C.-C. (2012). ‘Correlation among Activities of Daily Living, Quality of Life, and Sense of Well-Being in Elderly Community Dwellers’,

Taiwan Geriatrics & Gerontology, 7(4): 217-232. doi: 10.29461/TGG.201211.0002】

劉蓉果、朱瑞玲（2020）。〈臺灣民衆幸福感變動趨勢：世代、年齡及人格的影響〉，《人口學刊》，第 60 期，頁 43-94。doi: 10.6191/JPS.202006_(60).0002

【Liu, R.-K. and Chu, R.-L. (2020). ‘Change in Subjective Well-Being during Adulthood in Taiwan: The Impact of Cohort, Age, and Personality’, *Journal of Population Studies*, 60: 43-94. doi: 10.6191/JPS.202006_(60).0002】

外文部分

Andrews, F. M. and S. B. Withey (1976). ‘*Social Indicators of Well-Being: Americans’ Perceptions of Life Quality*’. New York, NY: Plenum Press. doi: 10.1007/978-1-4684-2253-5

Armstrong, G. K. and K. Morgan (1998). ‘Stability and Change in Levels of Habitual Physical Activity in Later Life’, *Age and Ageing*, 27(S3): 17-23. doi: 10.1093/ageing/27.suppl_3.17

Bath, P. A. and D. Deeg (2005). ‘Social Engagement and Health Outcomes among Older People: Introduction to a Special Section’, *European Journal of Ageing*, 2(1): 24-30. doi: 10.1007/s10433-005-0019-4

Baker, L. A., L. P. Cahalin, K. Gerst and J. A. Burr (2005). ‘Productive Activities and Subjective Well-Being among Older Adults: The Influence of Number of Activities and Time Commitment’, *Social Indicators Research*, 73(3): 431-458. doi:

10.1007/s11205-005-0805-6

- Bennett, K. M. (2005). ‘Social Engagement as a Longitudinal Predictor of Objective and Subjective Health’, *European Journal of Ageing*, 2(1): 48-55. doi: 10.1007/s10433-005-0501-z
- Berges, I.-M., G. S. Seale and G. V. Ostir (2012). ‘The Role of Positive Affect on Social Participation Following Stroke’, *Disability and Rehabilitation*, 34(25): 2119-2123. doi: 10.3109/09638288.2012.673684
- Brenes, G. A., J. D. Williamson, S. P. Messier, W. J. Rejeski, M. Pahor, E. Ip and B. W. J. H. Penninx (2007). ‘Treatment of Minor Depression in Older Adults: A Pilot Study Comparing Sertraline and Exercise’, *Aging & Mental Health*, 11(1): 61-68. doi: 10.1080/13607860600736372
- Browne, M. W. and R. Cudeck (1993). ‘Alternative Ways of Assessing Model Fit’, in K. A. Bollen and J. S. Long (eds.), *Testing Structural Equation Models*, pp. 136-162. Newbury Park, CA: SAGE.
- Brustio, P. R., M. E. Liubicich, M. Chiabrero and E. Rabaglietti (2018). ‘Dancing in the Golden Age: A Study on Physical Function, Quality of Life, and Social Engagement’, *Geriatric Nursing*, 39(6): 635-639. doi: 10.1016/j.gerinurse.2018.04.013
- Chen, F. F. (2007). ‘Sensitivity of Goodness of Fit Indexes to Lack of Measurement Invariance’, *Structural Equation Modeling*, 14(3): 464-504. doi: 10.1080/10705510701301834
- Charles, S. T. and L. L. Carstensen (2010). ‘Social and Emotional

- Aging', *Annual Review of Psychology*, 61: 383-409. doi: 10.1146/annurev.psych.093008.100448
- Chiao, C., L.-J. Weng and A. L. Botticello (2011). 'Social Participation Reduces Depressive Symptoms among Older Adults: An 18-Year Longitudinal Analysis in Taiwan', *BMC Public Health*, 11: 292. doi: 10.1186/1471-2458-11-292
- Croezen, S., A. Haveman-Nies, V. J. Alvarado, P. van 't Veer and C. P. G. M. de Groot (2009). 'Characterization of Different Groups of Elderly According to Social Engagement Activity Patterns', *The Journal of Nutrition, Health & Aging*, 13(9): 776-781. doi: 10.1007/s12603-009-0213-8
- DeLiema, M. and V. L. Bengtson (2017). 'Activity Theory, Disengagement Theory, and Successful Aging', in N. A. Pachana (ed.), *Encyclopedia of Geropsychology*, pp. 15-20. Singapore: Springer. doi: 10.1007/978-981-287-082-7_102
- Diener, E. (1984). 'Subjective Well-Being', *Psychological Bulletin*, 95(3): 542-575. doi: 10.1037/0033-2909.95.3.542
- Diener, E., E. M. Suh, R. E. Lucas and H. L. Smith (1999). 'Subjective Well-Being: Three Decades of Progress', *Psychological Bulletin*, 125(2): 276-302. doi: 10.1037/0033-2909.125.2.276
- Diener, E., R. A. Emmons, R. J. Larsen and S. Griffin (1985). 'The Satisfaction with Life Scale', *Journal of Personality Assessment*, 49(1): 71-75. doi: 10.1207/s15327752jpa4901_13
- Diener, E., S. Oishi and L. Tay (2018). 'Advances in Subjective Well-

- Being Research’, *Nature Human Behaviour*, 2(4): 253-260. doi: 10.1038/s41562-018-0307-6
- Dury, S., L. Stas, L. Switsers, D. Duppen, J. Domènech-Abella, E. Dierckx and L. De Donder (2021). ‘Gender-Related Differences in the Relationship between Social and Activity Participation and Health and Subjective Well-Being in Later Life’, *Social Science & Medicine*, 270: 113668. doi: 10.1016/j.socscimed.2020.113668
- Eisinga, R., M. te Grotenhuis and B. Pelzer (2013). ‘The Reliability of a Two-Item Scale: Pearson, Cronbach, or Spearman-Brown?’, *International Journal of Public Health*, 58(4): 637-642. doi: 10.1007/s00038-012-0416-3
- Elsden, E. and E. Roe (2021). ‘Does Arts Engagement and Cultural Participation Impact Depression Outcomes in Adults: A Narrative Descriptive Systematic Review of Observational Studies’, *Journal of Public Mental Health*, 20(3). doi: 10.1108/JPMH-06-2020-0060
- Ertas, N. (2013). ‘Formal and Informal Social Participation of Public, Non-Profit, and Private Employees’, *International Journal of Public Administration*, 36(8): 578-587. doi: 10.1080/01900692.2013.772632
- Franco, M. R., A. Tong, K. Howard, C. Sherrington, P. H. Ferreira, R. Z. Pinto and M. L. Ferreira (2015). ‘Older People’s Perspectives on Participation in Physical Activity: A Systematic Review and Thematic Synthesis of Qualitative Literature’, *British Journal of Sports Medicine*, 49(19): 1268-1276. doi: 10.1136/

bjsports-2014-094015

Havighurst, R. J. (1961). 'Successful Aging', *The Gerontologist*, 1(1): 8-13. doi: 10.1093/geront/1.1.8

Hong, S.-I., L. Hasche and S. Bowland (2009). 'Structural Relationships between Social Activities and Longitudinal Trajectories of Depression among Older Adults', *The Gerontologist*, 49(1): 1-11. doi: 10.1093/geront/gnp006

Huang, D., J. Wang, H. Fang, Y. Fu and J. Lou (2023). 'Longitudinal Association of Chronic Diseases with Depressive Symptoms in Middle-Aged and Older Adults in China: Mediation by Functional Limitations, Social Interaction, and Life Satisfaction', *Journal of Global Health*, 13: 04119. doi: 10.7189/jogh.13.04119

Kodzi, I. A., S. O. Gyimah, J. Emina and A. C. Ezech (2011). 'Religious Involvement, Social Engagement, and Subjective Health Status of Older Residents of Informal Neighborhoods of Nairobi', *Journal of Urban Health*, 88(S2): 370-380. doi: 10.1007/s11524-010-9482-0

Lee, K.-L., C.-H. Wu, C.-I. Chang, L.-J. Weng, Y.-C. Wu and C.-Y. Chen (2015). 'Active Engagement in Social Groups as a Predictor for Mental and Physical Health among Taiwanese Older Adults: A 4-Year Longitudinal Study', *International Journal of Gerontology*, 9(1): 1-6. doi: 10.1016/j.ijge.2014.01.005

Lemon, B. W., V. L. Bengtson and J. A. Peterson (1972). 'An Exploration of the Activity Theory of Aging: Activity Types and Life Satisfaction among In-Movers to a Retirement Community',

Journal of Gerontology, 27(4): 511-523. doi: 10.1093/geronj/27.4.511

Lennartsson, C. and M. Silverstein (2001). 'Does Engagement with Life Enhance Survival of Elderly People in Sweden? The Role of Social and Leisure Activities', *The Journals of Gerontology: Series B*, 56(6): S335-S342. doi: 10.1093/geronb/56.6.s335

Levasseur, M., L. Richard, L. Gauvin and E. Raymond (2010). 'Inventory and Analysis of Definitions of Social Participation Found in the Aging Literature: Proposed Taxonomy of Social Activities', *Social Science & Medicine*, 71(12): 2141-2149. doi: 10.1016/j.socscimed.2010.09.041

Liu, J., S. Rozelle, Q. Xu, N. Yu and T. Zhou (2019). 'Social Engagement and Elderly Health in China: Evidence from the China Health and Retirement Longitudinal Survey (CHARLS)', *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 16(2): 278. doi: 10.3390/ijerph16020278

Lloyd, K. M. and C. J. Auld (2002). 'The Roles of Leisure in Determining Quality of Life: Issues of Content and Measurement', *Social Indicators Research*, 57(1): 43-71. doi: 10.1023/a:1013879518210

Luo, M., L. Guo, M. Yu, W. Jiang and H. Wang (2020). 'The Psychological and Mental Impact of Coronavirus Disease 2019 (COVID-19) on Medical Staff and General Public - A Systematic Review and Meta-Analysis', *Psychiatry Research*, 291: 113190. doi: 10.1016/j.psychres.2020.113190

- Mendes de Leon, C. F., D. T. Gold, T. A. Glass, L. Kaplan and L. K. George (2001). 'Disability as a Function of Social Networks and Support in Elderly African Americans and Whites: The Duke EPESE 1986-1992', *The Journals of Gerontology: Series B*, 56(3): S179-S190. doi: 10.1093/geronb/56.3.s179
- Min, J.-Y., K.-J. Lee, J.-B. Park, S.-I. Cho, S.-G. Park and K. Min (2012). 'Social Engagement, Health, and Changes in Occupational Status: Analysis of the Korean Longitudinal Study of Ageing (KLoSA)', *PLOS One*, 7(10): e46500. doi: 10.1371/journal.pone.0046500
- Moon, S. H., E. Oh, D. Chung and G.-R. S. Hong (2024). 'Changes in Instrumental Activities Daily Living Limitations and Their Associated Factors According to Gender in Community-Residing Older Adults: A Longitudinal Cohort Study', *PLOS One*, 19(1): e0296796. doi: 10.1371/journal.pone.0296796
- Morrow-Howell, N. and J. C. Greenfield (2012). 'Productive Engagement of Older Americans', in N. Morrow-Howell and A. C. Mui (eds.), *Productive Engagement in Later Life: A Global Perspective*, pp. 47-58. London: Routledge.
- Muthén, L. K. and B. O. Muthén (2017). *Mplus: Statistical Analysis with Latent Variables: User's Guide* (Version 8). Los Angeles, CA: Authors.
- Na, L. and J. E. Streim (2017). 'Psychosocial Well-Being Associated with Activity of Daily Living Stages among Community-Dwelling Older Adults', *Gerontology & Geriatric Medicine*, 3:

2333721417700011. doi: 10.1177/2333721417700011

- Ohrnberger, J., E. Fichera and M. Sutton (2017). 'The Relationship between Physical and Mental Health: A Mediation Analysis', *Social Science & Medicine*, 195: 42-49. doi: 10.1016/j.socscimed.2017.11.008
- Plagnol, A. C. and F. A. Huppert (2010). 'Happy to Help? Exploring the Factors Associated with Variations in Rates of Volunteering across Europe', *Social Indicators Research*, 97(2): 157-176. doi: 10.1007/s11205-009-9494-x
- Preacher, K. J. and K. Kelley (2011). 'Effect Size Measures for Mediation Models: Quantitative Strategies for Communicating Indirect Effects', *Psychological Methods*, 16(2): 93-115. doi: 10.1037/a0022658
- Ran, L., X. Jiang, B. Li, H. Kong, M. Du, X. Wang, H. Yu and Q. Liu (2017). 'Association among Activities of Daily Living, Instrumental Activities of Daily Living and Health-Related Quality of Life in Elderly Yi Ethnic Minority', *BMC Geriatrics*, 17(1): 74. doi: 10.1186/s12877-017-0455-y
- Richard, L., L. Gauvin, Y. Kestens, B. Shatenstein, H. Payette, M. Daniel, S. Moore, M. Levasseur and G. Mercille (2013). 'Neighborhood Resources and Social Participation among Older Adults: Results from the VoisiNuage Study', *Journal of Aging and Health*, 25(2): 296-318. doi: 10.1177/0898264312468487
- Rowe, J. W. and R. L. Kahn (2015). 'Successful Aging 2.0: Conceptual Expansions for the 21st Century', *The Journals of*

- Gerontology: Series B*, 70(4): 593-596. doi: 10.1093/geronb/gbv025
- Sandvik, E., E. Diener and L. Seidlitz (1993). 'Subjective Well-Being: The Convergence and Stability of Self-Report and Non-Self-Report Measures', *Journal of Personality*, 61(3): 317-342. doi: 10.1111/j.1467-6494.1993.tb00283.x
- Santini, Z. I., P. E. Jose, A. Koyanagi, C. Meilstrup, L. Nielsen, K. R. Madsen, C. Hinrichsen, R. I. M. Dunbar and V. Koushede (2021). 'The Moderating Role of Social Network Size in the Temporal Association between Formal Social Participation and Mental Health: A Longitudinal Analysis Using Two Consecutive Waves of the Survey of Health, Ageing and Retirement in Europe (SHARE)', *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 56(3): 417-428. doi: 10.1007/s00127-020-01961-2
- Schwartz, E. and H. Litwin (2019). 'The Reciprocal Relationship between Social Connectedness and Mental Health among Older European Adults: A SHARE-Based Analysis', *The Journals of Gerontology: Series B*, 74(4): 694-702. doi: 10.1093/geronb/gbx131
- Sirven, N. and T. Debrand (2012). 'Social Capital and Health of Older Europeans: Causal Pathways and Health Inequalities', *Social Science & Medicine*, 75(7): 1288-1295. doi: 10.1016/j.socscimed.2012.05.009
- Steptoe, A., A. Shankar, P. Demakakos and J. Wardle (2013). 'Social Isolation, Loneliness, and All-Cause Mortality in Older Men and

- Women', *Proceedings of the National Academy of Sciences of the United States of America*, 110(15): 5797-5801. doi: 10.1073/pnas.1219686110
- Step toe, A. and D. Fancourt (2019). 'Leading a Meaningful Life at Older Ages and Its Relationship with Social Engagement, Prosperity, Health, Biology, and Time Use', *Proceedings of the National Academy of Sciences of the United States of America*, 116(4): 1207-1212. doi: 10.1073/pnas.1814723116
- Uppal, S. (2006). 'Impact of the Timing, Type and Severity of Disability on the Subjective Well-Being of Individuals with Disabilities', *Social Science & Medicine*, 63(2): 525-539. doi: 10.1016/j.socscimed.2006.01.016
- Wahrendorf, M. and J. Siegrist (2010). 'Are Changes in Productive Activities of Older People Associated with Changes in Their Well-Being? Results of a Longitudinal European Study', *European Journal of Ageing*, 7(2): 59-68. doi: 10.1007/s10433-010-0154-4
- Wang, P. and Cheng, X. (2024). 'The Impact of Intergenerational Support on Social Participation Patterns of Older Adults in Rural China', *Frontiers in Public Health*, 12: 1392900. doi: 10.3389/fpubh.2024.1392900
- World Health Organization [WHO] (2015). *World Report on Ageing and Health*. July 6, 2024. (<https://www.who.int/publications/i/item/9789241565042>)
- World Health Organization [WHO] (2017). *Global Strategy and*

Action Plan on Ageing and Health. July 6, 2024. (<https://www.who.int/publications/i/item/9789241513500>)

Zhang, W., Q. Feng, L. Liu and Z. Zhen (2015). 'Social Engagement and Health: Findings from the 2013 Survey of the Shanghai Elderly Life and Opinion', *The International Journal of Aging and Human Development*, 80(4): 332-356. doi: 10.1177/0091415015603173

A Longitudinal Analysis of the Relationship between Activities of Daily Living and Subjective Well-Being in Older Adults: The Mediating Role of Social Participation

Shih-Han Wang*, Yu-Shan Ting** and Pei-Shan Yang***

Abstract

With the rapid growth of the elderly population in Taiwan, the physical and mental health of older adults has become an increasingly important issue in achieving successful aging. However, existing research on aging tends to adopt cross-sectional designs. Few studies simultaneously consider the longitudinal causal relationships among activities of daily living (ADL), subjective well-being (SWB), and social participation. This study aims to explore the dynamic relationships among ADL, social participation, and SWB through longitudinal analysis. Data

* Doctoral Student, Department of Social Work, National Taiwan University, Taipei, Taiwan

** Assistant Professor, Center for Teacher Education / Graduate Institute of Teacher Professional Development (Corresponding Author), National Chung Hsing University. Address: No. 145, Xingda Rd., South District, Taichung City 402, Taiwan (R.O.C.). Phone: +886-4-2284-0668 #914. E-mail: ysting@nchu.edu.tw

*** Professor, Department of Social Work, National Taiwan University, Taipei, Taiwan

was obtained from three waves (2016, 2018, and 2020) of the Panel Study of Family Dynamics (PSFD), conducted by Academia Sinica, and included a total of 1112 respondents aged 60 and above. The results indicate that: (1) Older adults generally demonstrated moderate-to-high levels of ADL and SWB, and moderate-to-low levels of social participation; all three variables remained stable across the three waves. (2) ADL significantly predicted subsequent levels of social participation. (3) Social participation predicted same-wave levels of SWB. (4) Overall, the longitudinal analysis indicates that social participation plays a statistically significant but modest mediating role in the temporal relationship between activities of ADL and SWB.

Keywords: subjective well-being, activities of daily living, social activity participation, Panel Study of Family Dynamics (PSFD), longitudinal model