

规划安全便捷的老年人行动系统

为什么设计高龄人口行动力是很重要的？

我们正开始处在一个高龄口浪潮。据湾区政府协会（ABAG），目前在湾区7人之中有一人超过65岁。在30年中，这将猛增至四人分之一。这对我们的社区有什么意义？我们是否准备好以适应人口老龄化的需要呢？

公交服务的社区地点是很适合老年人的，超过65岁的人有50%不开车。协调一个运输系统与高质量的步行环境，结合老年人服务和目的地，可创造老年人独立的公交运输生活。

到2035年，在海湾地区每4个人中就有一个超过65岁

任何环境改善的社区规划，应该从一开始就考虑高龄人口。包括在社区讲义上的“骑自行车和步行的设计”所有的大原则都与老年人有关。为了最大限度地提高老年人的福利，他们必须在改善通知的优先顺序上。

创建社区老年人独立行动力有显著的健康效益，并可转化为经济利益。不容易驾驶的老



右：对老年人参与社区规划。威廉与他的妻子最近搬进一个在安提阿的老人公寓，正在讨论他为什么喜欢生活在离杂货店商店，和捷运公共汽车步行距离的社区，可以在需要的时候用捷运去到奥克兰唐人街商店。

人，生活在没有任何地方在步行距离之内的社区中，将陷入社会孤立。当老人感到自己是别人的负担，他们不太愿意去看医生，购买新鲜食品或锻炼身体。以上这些因素可能会导致对他们的健康产生重大影响。

高素质的高龄人社区：

安全的街道 免于身体伤害和犯罪是老年人都非常关注的安全问题。高品质的安全性来自维护良好的人行道，减短过马路距离，并避免暴露在大量的车流。

更多人的地区 注重光线充足的街道和住宅群可加强人身安全，从而导致更多人的“街道上的监视”。很多的人出来走的街道是比较安全的，犯罪行为多发生在偏远地区。

目的地集中 老人住宅社区附近设立中转站，杂货店，药店，诊所，图书馆，老人中心，公园散步路径和餐馆娱乐区，让老年人使用方便。

过马路安全 长时间的过马路行人信号，为视力低下者的发声行人信号，更短的距离穿越，高能见度和高架行人横道，都是使街道更安全的主要元素。



左下：老年人喜爱奥克兰唐人街的行人穿越信号，容许人们在任何方向的穿越。这种创新的人行横道设计节省前往目的地的时间和精力。

安全，适合高龄人口的街道

- 宽的人行道 - 10英尺宽的专线
- 大量的长椅
- 遮阳罩，雨/风遮避所
- 树木和美化环境
- 厕所
- 行人街道照明水平
 - 大字体告示，高对比的颜色
- 垃圾桶
- 巴士站顶棚和长椅



捷运平台上的夫妇：
摄影：Noah Berger。独立生活，使生活更健康。捷运位于步行距离内的住宅可轻易通往各区域。

在老年人方便的地方建造房屋



切斯纳特河高龄公寓，有40户 100%可负担的房子位于购物街，卫生保健，社会服务娱乐的对面，同时离南旧金山的BART站步行不超出20分钟。



确保老年人参与的清单：

- 是否有公民咨询委员会的资深代表？
- 是否有计划来协调和改善老年人公共交通及社区服务？
- 是否在行人环境改善的建议中包括老年人的参与投入，以确定优先次序？
- 是否有特殊的推广努力，作出包括在规划区附近的老年人的投入？这些会议是否都是在早上以确定老年人的参与？

学习如何乘坐公交

一些社区开始提供“公交大使”计划，以传授新的过境乘客如何使用公共交通。大多数美国人不熟悉公共交通。当他们变老，失去驾驶能力，很多人发现他们不会使用公交。这些方案往往由志愿者带领，让老年人建立信心和发现更独立的方法。

纳帕县的Vine公交大使计划：

<http://www.nctpa.net/ambassadors.cfm>

折扣公共交通证



与公交公司合作，确定如何在资金和路线连接上，为老年人提供服务或出游的机会。

老年人接送巴士



与你的城市或县协调，由新开展区支持扩大现有公车服务。湾区社区服务（BACS）曾与阿拉米达县老年人公车服务提供资金。<http://www.bayareacs.org/transportation.html>

美国退休者协会对美国老年人行动力的调查：

- 40%的人说没有足够的人行道
- 47%的人说他们不能安全地横过马路
- 44%的人认为无法用公共交通