

基于养生理念的养老社区景观设计研究

陆小曼,张琦,王荔倩,陈宇
(南京农业大学,江苏 南京 210095)

摘要:为了探求具有中国特色的田园式休闲养老社区景观设计开发模式,对基于养生理念的养老社区景观设计进行了研究,在对老年人进行心理、行为分析及了解老年人对养老社区需求的基础上,进一步探究景观设计原则与方法,同时对比分析了华东地区三个较有代表性的养生养老社区——中慈华林安老养生园、江南养生文化村、华东金陵天泉胡养老,研究发现当代养生养老社区具有位于城市近郊、生态环境优越,医疗系统融入传统中医“治未病”的理念,将田园体验融入景观等特点。

关键词:养生理念;养老社区;景观设计

中图分类号:TU986.2 文献标识码:A 文章编号:1002-2767(2017)01-0086-04 DOI:10.11942/j.issn1002-2767.2017.01.0086

随着我国老龄人口的逐步增多,老龄市场消费迅速发展,目前市场上养老模式层出不穷。而具有一定消费能力的老人开始对养老有更高的诉求,渴望回到自然山水的怀抱,回归养生的生活方式,应运这一类需求而生的便是养生养老模式,例如康复型养生养老、医疗型养生养老、居家型养生养老、异地养生养老、农业休闲养生养老等,探究具有中国特色的养生养老社区模式成为景观设计

中一项重要的研究内容。

1 基于养生理念的概述

1.1 老年人对养老社区景观的需求

1.1.1 道路景观环境 根据老年人生活中的自理能力,我国《老年人建筑设计规范》将其划分为了自理老人、介助老人、介护老人,其中不同类型的老人对道路景观环境的需求有所不同^[1]。

表 1 不同类型老人对道路景观环境的需求

Table 1 Requirements of environmental road landscape design for different types of elderl

项目 Items	自理老人 The self-care elderly	介助老人 The device-aided elderly	介护老人 The nursing-cared elderly
行为特征 Behavior competencies	不需要他人帮助,且生活行为能自理的老年人。	生活行为需要依靠外界设备的老年人。	生活行为依赖他人护理的老年人。
道路交通景观需求 Requirement of traffic landscape	道路设计避免太过于曲折,沿途植物配置丰富有层次,景观小品色彩简洁明快。	需要考虑轮椅的使用要素,其中道路应平缓,注意防滑,铺地以软质材料为主,对设计要求安全性较高。	
道路导向需求 Requirements of guide	由于老年人生理特征原因,有时不能及时感知环境中的危险信息,甚至在方向辨别上存在障碍。因此,最好增加听觉、触觉等多维感官导视。		

1.1.2 交往活动景观环境 在景观设计中应充分考虑老年人之间交流沟通。设置室外闲坐区、娱乐健身区、半开放庭院区域都有益于老年人的身体健康。

1.1.3 植物观赏景观环境 老年人通常喜欢植被丰富,绿化环境好的室外环境。因地制宜地选择植物种类,在多维感官上创造最佳的绿化效果,让老年人享受丰富多彩的绿色空间^[1]。开辟种植区供老年人自行种植,也是多数老年人喜爱的。

1.1.4 水景观环境 水景不仅能为老年人提供良好的观景环境,还能很好地改善局部小气候^[2]。社区内应设置多种类型的水体景观,以满足不同类型的老人需求。由于老年人生理特征原因,水景应以观赏为主,同时在保证安全的前提下,可以设置垂钓等区域,增加老年人的参与性。

收稿日期:2016-11-30
基金项目:南京农业大学园艺学院创新项目重点创新资助项目(1号)
第一作者简介:陆小曼(1996-),女,福建省福鼎市人,在读学士,从事景观园林规划设计研究。E-mail:21009532495817@163.com。
通讯作者:陈宇(1975-),江苏省江阴市人,博士,副教授,从事景观园林规划和园林历史与理论研究。E-mail:qo-moo@163.com。

1.2 老年人的心理、生理特征及对田园式养老生活的需求

1.2.1 老年人生理特征及对田园式养老生活的需求 人进入老年化以后,随着老年人机体的快速衰老,老年人会出现感知力下降,记忆能力错位,注意力下降等生理特征,如老年人记性变差,身体反应速度缓慢,声音颤抖等诸方面。老年人对不断变化、不断进步发展的新的社会环境难以适应,对于过去的美好时光会产生强烈的怀念之情^[3]。所以为了满足老年人在生理方面的需求,田园式养老社区的设计需要在很多细节方面注意。比如设计的时候要充分考虑老年人在视觉能力的降低和认知能力的减弱,养老社区中和文字有关的标志尽量不要使用反光材料,景观设计要增加一些怀旧方面的事物等人性化设计。

1.2.2 老年人心理特征及对田园式养老生活的需求 随着年龄的增加,老年人不仅在生理上有需求的改变,心理上的需求也有极大的改变。衰老使老人生活方面的能力都有所下降,所以安全设计是重中之重,一些必要的安全扶手的设置是极其重要的,安全的设施和完善的医疗服务都是老年人养老社区中所需要的。除此之外。田园养老社区当然要满足方便舒适的需求。合理的配置和空间安排,会使老年人的生活更加轻松。环境的舒适,会使老年人心情愉悦,有益老年人的身心发展。

1.3 养生理念对养老社区景观设计的影响

养生理念,根据《汉语大词典》的解释,有“摄养身心使长寿”的含义。这一理念具有浓厚的中国色彩,其核心思想为天人合一,对景观的影响主要体现在生态、美学、功能三方面。

1.3.1 生态方面 “协调平衡”是中医养生学的重要理论之一,通常用于形容人的机体生存,起居、饮食、运动,均离不开阴阳协调平衡。养老社区的景观设计同样适用于这一原则,因地制宜的设计基本要求景观设计师从场地的自然属性开始创造出一个自然和谐的环境设计。

1.3.2 美学方面 “天人合一”是中国养生理念的核心思想,讲究人与自然和谐统一,注重生命延续与外部环境的联系。中国传统审美亦认为个体投身于自然中,实现天人的和谐才是至高无上的美。因此在养老社区景观设计中,尤其强调目的地环境的自然美,尽量避免人工雕琢的痕迹。

1.3.3 功能方面 “通畅经络”作为一条养生的

指导原则,影响养老社区的景观设计中功能设计。人类的户外行为规律及需求是景观规划设计的根本依据^[3],满足这一功能的前提是人类生命活动顺利进行,而人类生命活动进行则需要气血不断营运全身,经络以通为用,即通畅经络。

2 基于养生理念的养老社区景观研究

2.1 养老社区景观设计原则

2.1.1 安全性原则 由于老年人身体机能衰退,安全性则是养老社区设计的首要原则。室外环境需要综合考虑不同类型老人的需求,确保整个社区的无障碍化。在材料的选择上应平整、防滑,且以软质为主,尽量避免尖角。同时,最好能在社区内设置呼救系统。在植物的选择上避免使用有毒有刺植物,确保老年人的安全。

2.1.2 社交可能性原则 由于老年人的生理、心理的特殊性,易产生孤独、抑郁的情绪,更加需要与人交流沟通,缓解心理问题。因而在景观设计中应充分考虑老年人之间社交可能性^[4]。合理的空间布置,可以有效地促进人与人之间的交流,不同的空间类型可以满足不同老年人的需要。休闲养老社区景观环境中,除了设计开敞空间之外,还应设计一定的私密空间,满足老年人的沟通需求。

2.1.3 物理保健性原则 近年来,人们越来越重视景观植物的保健作用。合理的选用植物,在讲究观赏性之外兼顾其养生功能,能够使老年人在植物的环抱中增强体质,改善精神状态。例如:中医认为,银杏能有助于缓解胸闷心痛、心悸、痰喘咳嗽等疾病,樟树的芳香性质能帮助人们止痛行气血,桂花则有镇静抗菌等作用。

2.1.4 可识别性原则 由于老年人的认知能力下降,对空间环境可能存在一些辨认障碍。因此,社区的可识别性显得十分重要。其中,标识系统应准确、清晰,避免使用生僻字。不同类型的场地应该从植物、铺装、景观小品等进行区分,便于老年人识别。

2.1.5 文化植入原则 在景观设计中,突出当地的地域文化特征,适度开发和保护乡村特有的田园景观特色。适当加入老年人与当地文化的互动、体验活动,形成具有浓郁乡土风情的文化景观,以增加老年人的归属感^[5]。

2.2 养老社区景观设计空间营造

2.2.1 空间营造基本要求 养老社区空间主要分为居住空间、公共空间、餐饮空间、医疗空间四

种,景观设计着重于公共空间设计,旨在为老年人的生活以及出行提供便捷舒适的服务。随着年龄增长,老年人生理机能衰退,心理上有着更为强烈的安全需求,因此,在空间营造与基本设施布置上,安全因素为首要因素。此外,室外环境还需满足无障碍性、易于到达、易于识别、易于交往等特点^[6]。

2.2.2 公共空间景观设计注意要点 交通空间注重无障碍设计,如公寓单元出入口平台要设置可以供轮椅回转的空间;社会交往空间大部分满足停滞性,充分利用步行通道、道路交叉口、楼与楼之间的空地设置休息交往区域;景观绿化空间应选用符合生态性和安全性原则、无毒、无刺、芳香不刺鼻的植物;健身锻炼空间保证独立性、不互相干扰,设置安全防护措施,铺装选择上以安全、防滑为主^[7]。

2.3 养老社区硬质景观设计和软质景观设计

硬质景观以及软质景观的定义是由英国人凡德保(Maritz Vandenberg)以及盖奇(Michael Gage)在其著作《城市硬质景观设计》中所提出的。硬质和软质景观在园林景观设计中发挥着及其重要的作用。田园社区养老的景观设计是重中之重,所以硬质景观设计和软质景观设计的细节是极其重要的^[8]。

2.3.1 硬质景观设计 硬质景观主要是泛指用质地较硬的人工材料或主要依靠人工材料创造出来的景观效果,在景观设计中的应用十分广泛。其类型可分为:点、线、面。点主要体现在景观小品上,如:亭、廊、喷泉等。线的元素主要体现在道路铺装的造型及起伏变化,特定的装饰的变化等。面的元素则主要体现在小绿地广场造型的变化。在田园养老社区的景观设计中要注意空间的分割,包括水景的组织,景观小品的放置,园路的规划等细节,以为老人提供舒适,美观的生活场所。此外,景观小品要和整个养老社区风格统一,要选取适合老年人的风格及色彩。通过错落有致的景观设计,为老年人提供一个风景怡人,舒适安心的田园养老社区。

2.3.2 软质景观设计 软质景观通常是指软质的东西比如树木,水体,自然风景等。软质景观主要以植物绿化设计为主,通过植物的配置,水体的流向,划分空间,营造意境。老年人养老更加注重周围环境,想要回归自然,追求纯净所以通过适宜的植物配置,将田园还原,将田园不同季节的特点

描绘出来,使之成为一幅“淡妆浓抹总相宜的”山水画卷。

2.4 养老社区景观设计细部设计

2.4.1 标识设计 标识外观设计上,应遵循简洁明了,可识别性强的原则。色彩方面,为使标识醒目,在标识需要突出部分使用明亮度、纯度、色彩对比度高的色彩(黄、橙、红等)提高发觉性,背景常用浅色,整体色调以暖色为主。标识高度需特别考虑轮椅使用者的眼高(110~120 cm),且使用有盲文或浮雕文的标识系统。

2.4.2 照明设计 一般来说,老年人视力、视觉适应能力相对低下,过强明度反差会造成行动不便。因此照明设计应注意照度的均匀性,避免眩光。除设置大型路灯保证一般照明外,还要在道路两侧、主要建筑物出入口、停车场以及有踏步、斜坡等有地势变化的危险地段、道路转折处及台阶、老年人游园活动处需要设置路面指示灯或贴近地面的庭院灯,作为重点照明。

3 基于养生理念的养老社区户外景观规划设计实例分析

3.1 中慈华林安老养生园

3.1.1 项目概况 中慈华林安老养生园位于东营市市区外南部近郊处,离市区大型医疗中心及大型商场约15 min车程,交通便利。项目占地136万m²,地貌平坦,利于开发,内部农田用地占53.18%,水系面积达45.94%,生态条件优良。

3.1.2 基于养生理念的景观设计 项目分为五个区域:颐养居住区、生活服务区、医疗康复区、田园养生区和绿色生态园。田园养生区包括养生庄园、水上乐园两部分。其中,生态园就在养生附近,且养生庄园靠近湖边,地理位置极佳。根据不同人的身体特质使用绿色食材,搭配出合理营养的膳食,并且结合养生体疗、理疗、药浴、水疗。同时,运用中西医结合的理疗方式,推出推拿、针灸、气功、按摩、刮痧等保健项目,为前来养生养老以及疗养的人提供专业化的服务。此外,另设有水上乐园,在园区天然湖景的依托下,结合,将田园体验融入景观,并配备垂钓园、亲水平台、轻水泛舟等设施,打造自然舒适、休闲娱乐的亲水休闲游憩空间。此外,绿色生态园中有可用于垂钓的养生垂钓区。

3.2 江南养生文化村

3.2.1 项目概况 江南养生文化村坐落于浙江省桐庐富春山健康城核心区块,毗邻大奇山国家

森林公园,森林覆盖率达 80% 以上,一年中空气质量优良天数优于二级标准有 340 d 以上,PM_{2.5} 浓度年均值低于 35,负离子浓度 2 578 个·cm⁻³。

3.2.2 基于养生理念的景观设计 经实地考察得知,该项目有 6 500 m² 健康管理中心,以传统中医“治未病”理念为纲,中西并举,提供体检、问诊、理疗、睡眠监测和干预等服务。其打造 6 万余方的养生度假村、500 个单元的全地暖套房,可提供 1 000 人同时进行长短期养生养老健康促进服务,设有江南健康促进大学、江南瑜伽院、药浴理疗区等。此外,江南养生文化村自主开发了“江南健康促进系统”,辅以“健康促进信息系统”,提供个性化健康管理方案。

3.3 华东金陵天泉湖养老社区

3.3.1 项目概况 金陵天泉湖养生养老社区位于盱眙县天泉湖环湖路,距离南京市区 110 km。金陵天泉湖养生养老社区的总建筑面积是 150 万 m²,由两园组成,分别为玫瑰园和翡翠园,可满足 1.5 万户老年人的居住需求。其中,翡翠园园区为主园区,总建筑面积约为 130 万 m²,其占地面积约 200 hm²。玫瑰园园区占地面积较小,大约为 32.6 hm²,其总建筑面积约 20 万 m²。东北西三面环山,向南面湖,地理位置优越。

3.3.2 基于养生理念的景观设计 第一,生态环保。居住环境自然生态优越,空气清新,周围生态保护措施完善,养老公寓及设施建设低碳环保。第二,社区内生活设施配备齐全。社区内设施配备完善,有康体、娱乐、医疗、餐饮等生活设施,更是配有首层私家花圃、田园私家种植场地等田园生活设施。第三,户外活动以及室内活动相互配合,相互协调。建筑之间由廊道相互连接,户主无需在室外行走。第四,合理利用社区周边环境。40 km² 生态公园位于社区周边,且设有爬山步道、景观小品等多样景观设施,是风景优美的旅游度假区。

3.4 三个案例的比较与分析

3.4.1 三个案例在养生养老社区景观设计方面的相同之处 第一,三个养生养老社区案例在选址方面均选择了毗邻森林、水域环境优美的优质地理环境,且均位于城市近郊,交通较为便利。第二,养生养老社区均配备有医疗、康体等设备,将医疗与与传统中医“治未病”理念相结合,提供理

疗服务。第三,景观贴近自然,使老年人能够感受到浓浓的田园气息,勾起乡土情怀。同时,将田园体验融入景观,配备种植园地、垂钓园、亲水平台、轻水泛舟等设施,构建休闲游憩空间。

3.4.2 三个案例在养生养老社区景观设计方面的优势与不足 三个养生养老社区根据现代养生养老迅速发展的需求,充分利用现状优美的生态环境资源,优化养生养老环境,营造养生养老氛围,提升环境生活品质。在功能上设置医疗服务中心、体验园区、生活服务区等。以江南养生文化村为例,在景点设计方面,深度挖掘传统养生文化,依托基地中国的传统文化,设计标志性大门、雕塑、建筑等,设计具有浓厚文化内涵的建筑小品,突出养生养老主题。美中不足的是,该项目仍在建设当中,很多小品雕塑仍未完工。

4 结语

面对中国人口老龄化日益严峻的挑战,养生养老社区的建设在不断发展,仍要不断探索实践。社区建设不仅要营造优美的景观环境,更要符合老年人心理、行为以及老年人对养老社区的需求。在道路规划、活动设施、服务设施及景观设计等方面均要全方位统筹规划,合理布局,满足养老社区建设的安全性、社交可能性、物理保健性、可识别性、文化植入等设计原则。通过对基于养生理念的养老社区景观设计,建立养生养老社区模式,健全适应性的老年养生体系,从而解决我国养老问题的现实途径,缓解社会和家庭的压力。

参考文献:

- [1] 帅同检.我国城市“持续照护”型老年社区规划与设计研究[D].重庆:重庆大学,2010.
- [2] 许婷.社区居家养老模式与社区老人设施研究[D].天津:天津大学,2012.
- [3] 高莹.基于环境心理学的老年人疗养中心设计方法的研究[D].西安:长安大学,2014.
- [4] 王蕾.人文关怀下的养老社区景观设计研究[D].北京:北京林业大学,2014.
- [5] 徐婧.田园式养老基地环境景观研究与应用[D].南宁:广西大学,2015.
- [6] 万辉,王晓丽.集居化养老建筑模式下的室内空间设计研究[J].山西建筑,2013(13):1-3.
- [7] 曹玉杰.浅谈园林硬质景观设计与发展[J].中国科技纵横,2016(6):180.
- [8] 张辉,陈罡.浅议建筑无障碍设计的理论与社会意义[J].中外企业家,2010(4):213,223.

扬州市寺庙园林景观现状调查及保护建议

邹林海,陈宇

(南京农业大学 园艺学院,江苏 南京 210095)

摘要:通过对扬州市具有代表性的8个寺庙园林进行实地调研,归纳总结出扬州大明寺、天宁寺、重宁寺、高旻寺、琼花观、文峰寺、法海寺、准提寺等著名寺庙园林的建筑类型、置石理水、植物栽植、园路铺装、宗教小品等方面的营造及保护现状,简述扬州寺庙园林的艺术特征,分析了扬州寺庙园林景观在保护过程存在的问题与不足,并对扬州寺庙园林景观的保护和开发提出一定参考性和建设性的意见。

关键词:扬州;寺庙园林;艺术特征;保护

中图分类号:TU986 **文献标识码:**A **文章编号:**1002-2767(2017)01-0090-05 DOI:10.11942/j.issn1002-2767.2017.01.0090

扬州作为一个具有2500 a建城史的历史名城,历史文化悠久,自然资源与人文资源丰富。扬州的园林,亦因其在城市风景构成中的突出地位而流芳千古,李斗在《扬州画舫录》中引用刘大观的话评价扬州园林:“杭州以湖山胜,苏州以市肆胜,扬州以园亭胜,三者鼎峙,不可轩轻”^[1],由此可以看出扬州园林在中国古典园林发展历史中具有举足轻重的地位。

寺庙园林是有别于皇家园林、私家园林的一种重要的古典园林形式。扬州园林的一个重要组

成部分便是寺庙园林,寺庙园林的起源与发展完全是因为宗教文化在扬州的兴起与传播,早在魏晋南北朝时期佛教、道教、伊斯兰教等便在扬州得到了快速发展^[1]。在历史的潮流中,扬州的寺庙园林几经毁坏、重建,幸运的是,新中国成立以来,政府对宗教文化及寺庙建筑保护越来越重视,投入大量人力物力来保护这一文化遗产,在政府及广大市民的共同努力下,扬州寺庙园林的重建、保护工作取得可喜的成绩,但与此同时,保护过程中,在文化提取、景观优化配置,保护力度等方面也还存在诸多明显不足。本文通过对扬州市具有代表性的8个著名寺庙园林进行调查分析,对造园要素、艺术特征等进行总结归纳,针对寺庙园林景观保护过程中存在的问题提出发展建议,以期为提高扬州寺庙园林的景观质量,优化保护策略,进一步满足市民对优良的城市园林环境需求提供参考。

收稿日期:2016-12-07

第一作者简介:邹林海(1993-),男,江西赣州市人,在读硕士,从事园林历史与理论研究。E-mail:zhouhcyz@163.com。

通讯作者:陈宇(1975-),女,江苏省江阴市人,博士,副教授,从事园林历史与理论、景观植物造景及运用研究。E-mail:qomoo@163.com。

Landscape Design on Aging Community in View of Concept of Health Care

LU Xiao-man, ZHANG Qi, WANG Li-Qian, CHEN Yu

(Nanjing Agricultural University, Nanjing, Jiangsu 210095)

Abstract: To seek a pattern of landscape design on pastoral aging community with Chinese characteristics, landscape design on aging community in view of concept of health care was studied. They probe into the principle and method of landscape design basing on analysis of psychological and physiological need of the elderly, and in the meantime, make a comparison among three typical aging community with health care—Zhongci Hualin Aging Community, Jiangnan Aging Community, Jinling Tianquanhu Aging Community. It was discovered that aging community with health care generally locate in suburbs with superior environment, blend the idea that healing the illness before it occurred of traditional Chinese medicine and blend rural experience into landscape design.

Keywords: concept of health; aging community; landscape design