

臺中市社會住宅的 友善環境設計

從「空間」無障礙邁向「心」無障礙

臺中市政府都市發展局 / 陳煒王





打開胸懷,重建社交網絡



傳統法規僅限物理設施的改善，忽視心理健康與社會支持需求。

現代都市面臨原子化、單身家戶攀升與超高齡社會挑戰。

「心」無障礙



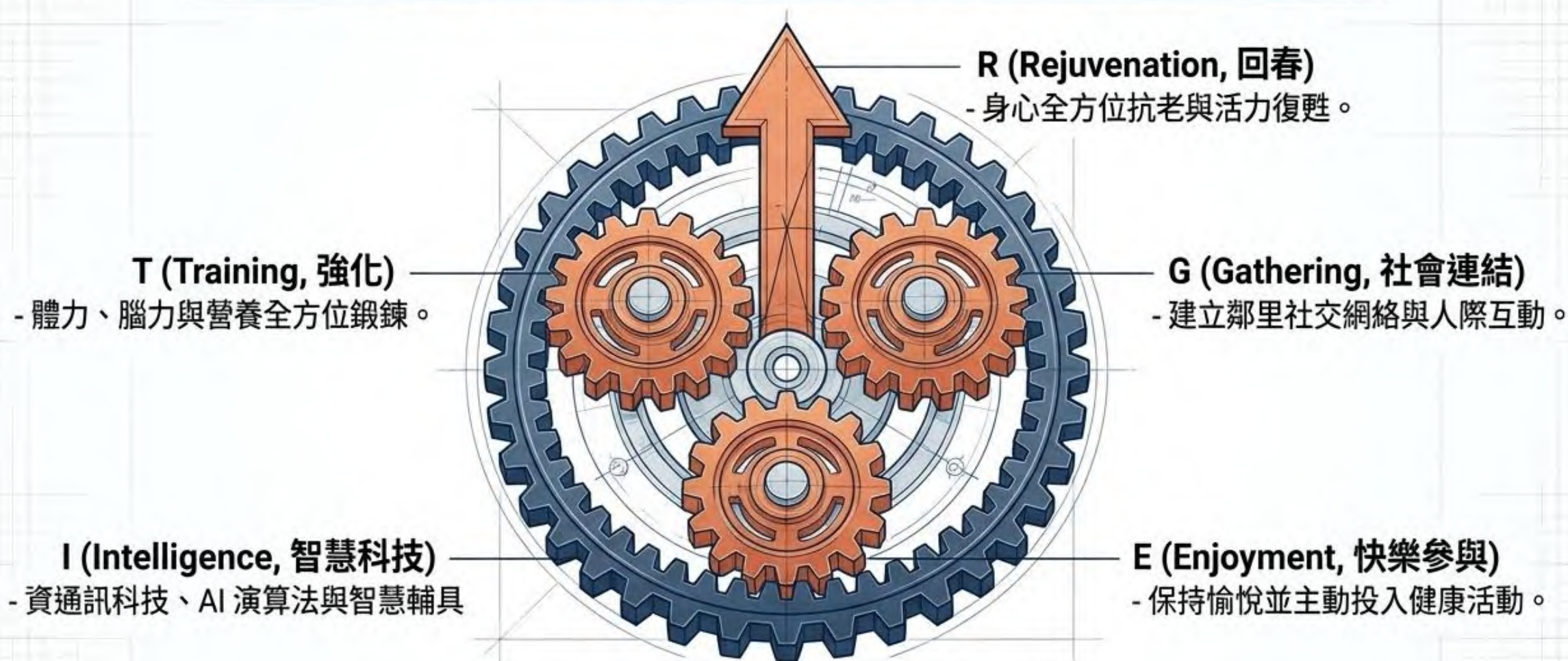
老林的「藍天故事」證明：打開物理空間，才能引導居住者打開心靈。

陳亮恭

「空間設計與城市規劃」，就是最好的預防醫學。從『疾病治療』轉向『功能改善』。



TIGER 模式：驅動智慧長壽的核心引擎

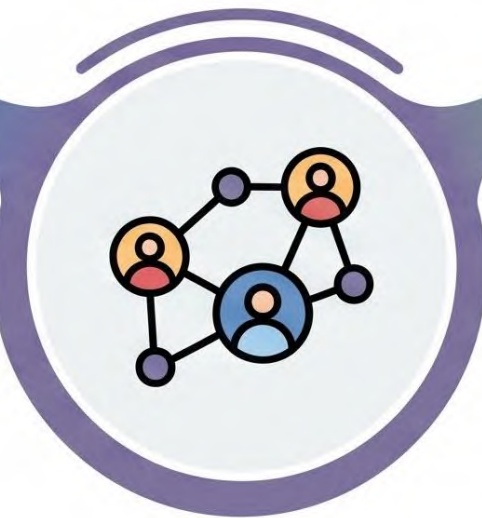


源自「台灣整合高齡照護研究」(TIGER) 實證，科技驅動人文，成就逆齡生態系。



Physical
Spaces
實體設施

社交網絡
Social
Networking



心無障礙



Psychological
Well-being
生理健康

心靈照護
Physiological
Health



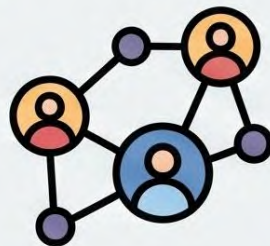
全面環境無障礙

Part 0



Physical
Spaces
實體設施

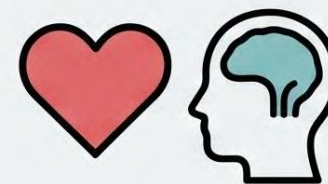
社交網絡
Social
Networking



Psychological
Well-being
生理健康



心靈照護
Physiological
Health



• 臺中市社會住宅技術規範與設計標準指南



節能模組

第2章 基地規劃與環境氣候調適
【被動式節能】

第8章 機電與給排水工程(MEP)
【主動式效能】



友善環境模組

第4章 公共空間與設施規劃
【社區共融】

第5章 商業店舖與招商技術規範
【生活機能】

第9章 景觀工程與生態設計
【綠化與微氣候】

第11章 全方位無障礙與通用設計
【平權與包容】



易維養模組

第3章 居住單元設計：標準化與機能優化
【規格標準化】

第6章 地下室與交通動線系統
【管線與動線分明】

第7章 物業管理與智慧建築系統
【預防性維護】

第10章 立面外觀與材料計畫
【耐候與易潔】

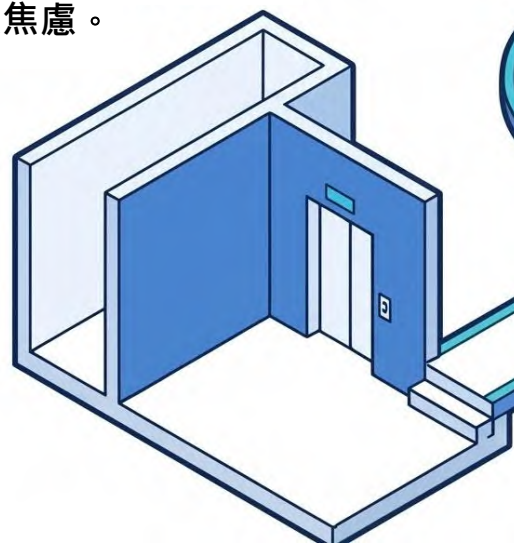
基礎模組

第1章 緒論：設計哲學與法規架構
【奠定整體社宅開發的核心價值與法規基準】

• 動線無縫接軌與建築地景漫遊

直覺防迷失

地下室梯廳辨識色系統，減輕空間迷失焦慮。



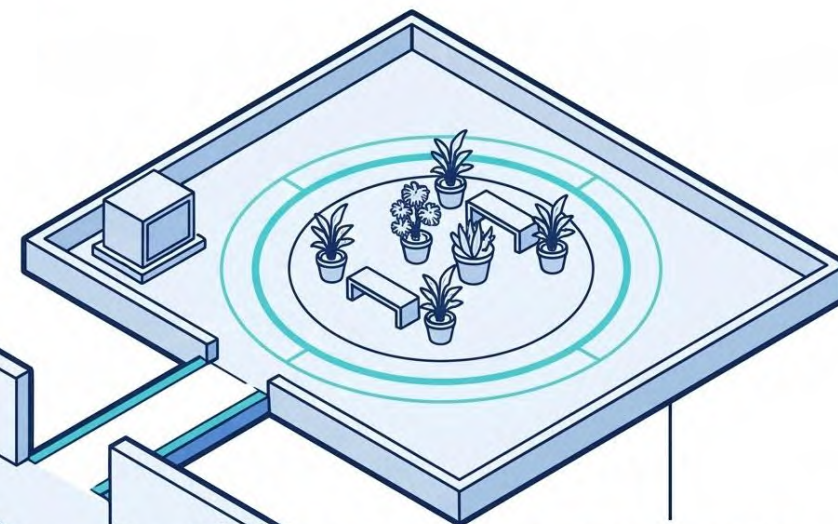
消弭阻力

磁吸式常開防火門與自動門禁，維持動線暢通，免除推拉厚重門扇的物理與心理挫折。



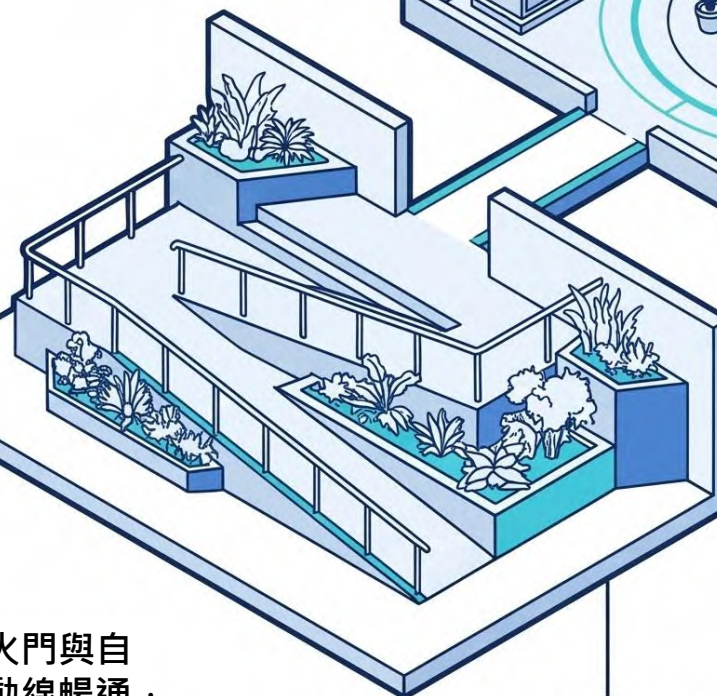
空中復健散步道

機電設備集中屋頂四周釋放腹地，打造安全的漫步步道與園藝場域。

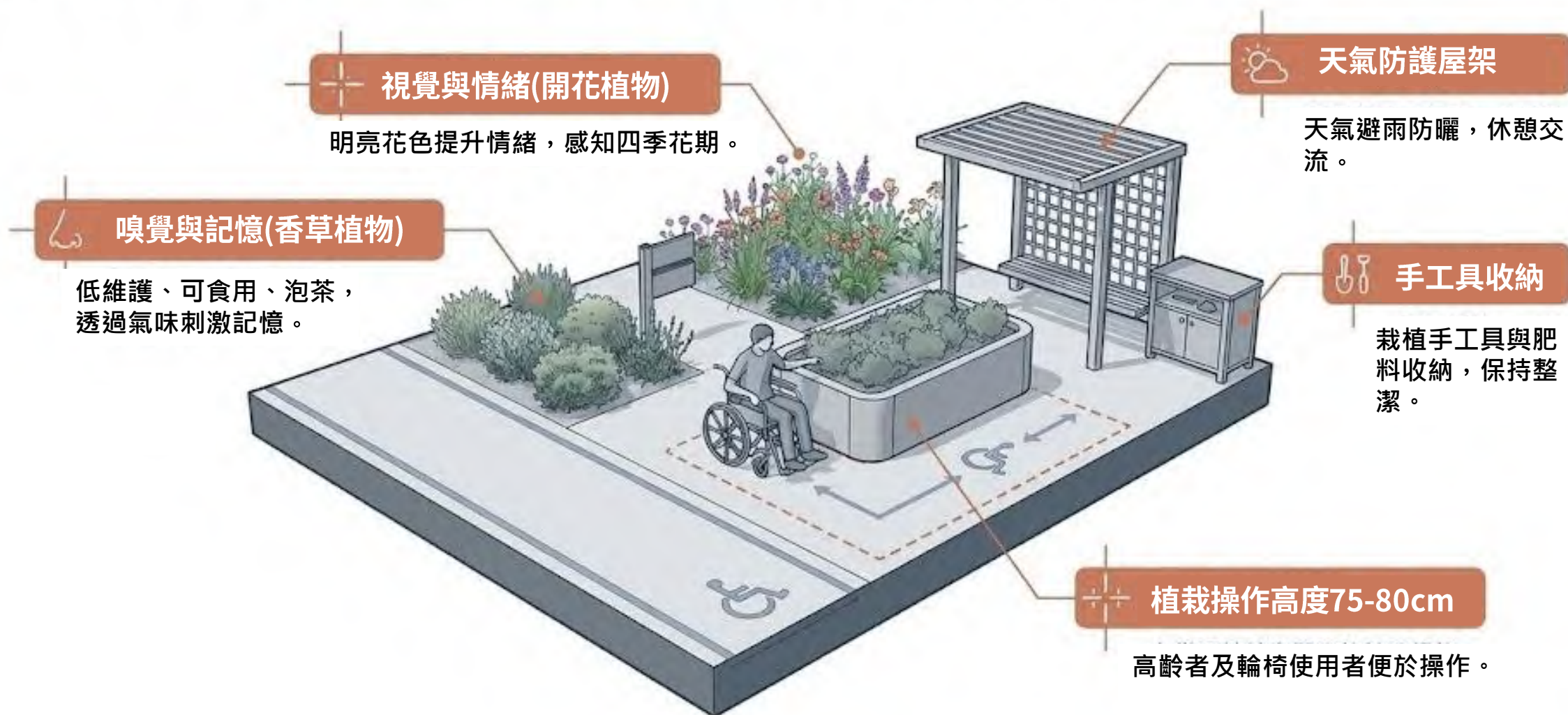


建築地景漫遊

結合植栽休憩的大階梯與平緩斜坡道，讓無障礙坡道成為鄰里交流節點。



• 療育庭園與感官復甦



• 垂直移動與出入節點

電梯設置邏輯

1-2 台相鄰 → 設置 1 台 無障礙電梯 (具專用按鈕)

3 台相鄰 → 設置 1 台 無障礙電梯 (具專用按鈕)
+ 其他非無障礙電梯需連動



• 系統整合：科技隱形守護網

AI跌倒偵測

走廊設置AI攝影機

防眩光夜間照明

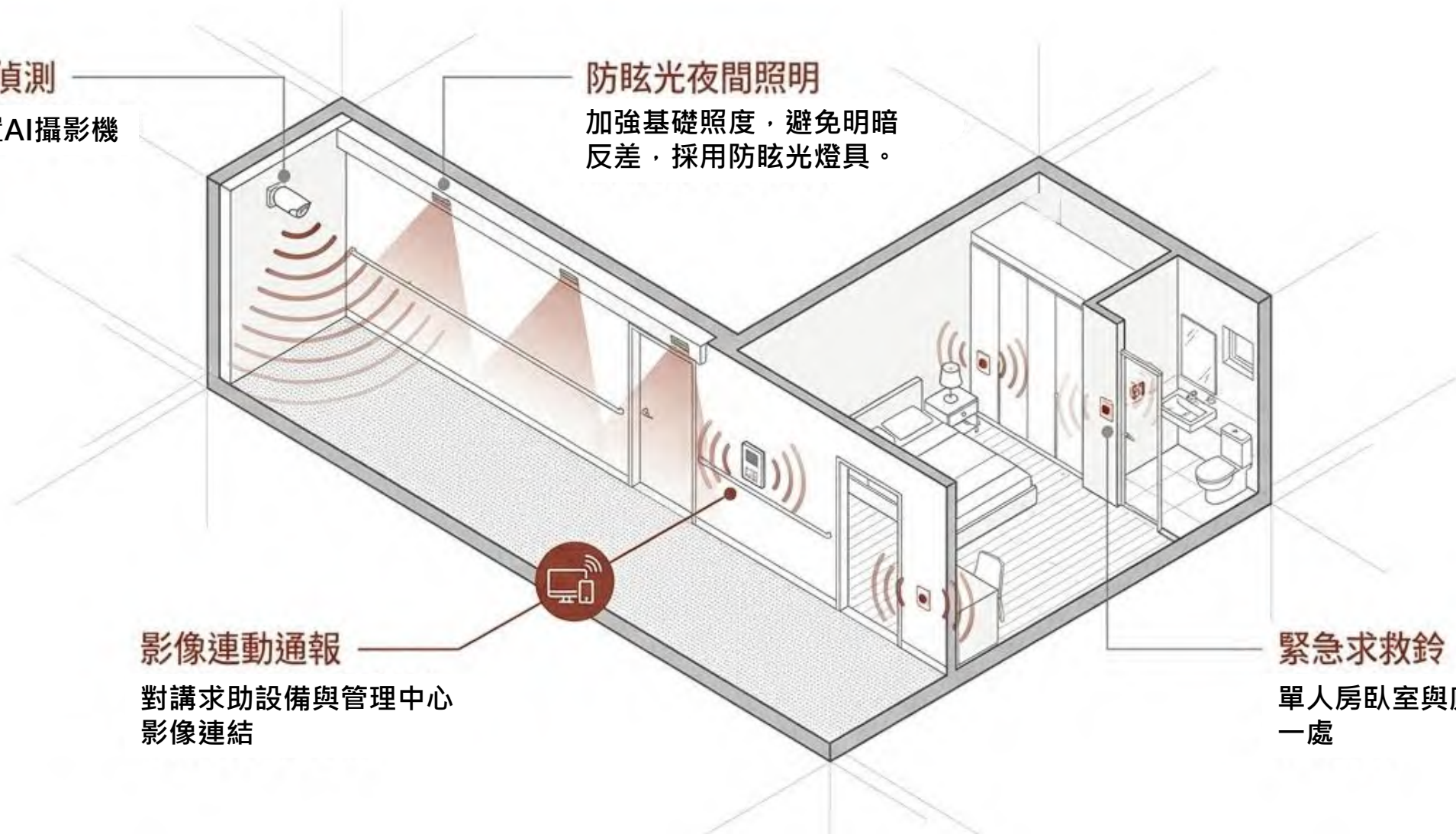
加強基礎照度，避免明暗反差，採用防眩光燈具。

影像連動通報

對講求助設備與管理中心
影像連結

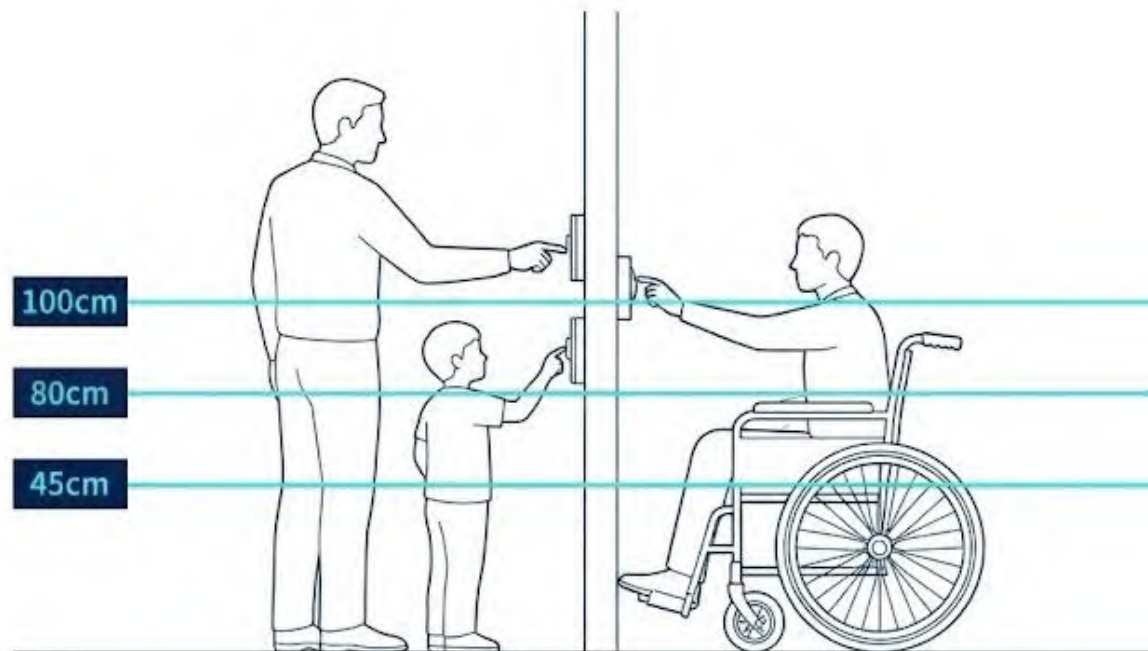
緊急求救鈴

單人房臥室與廁所各設置
一處



• 全齡尺度友善設計

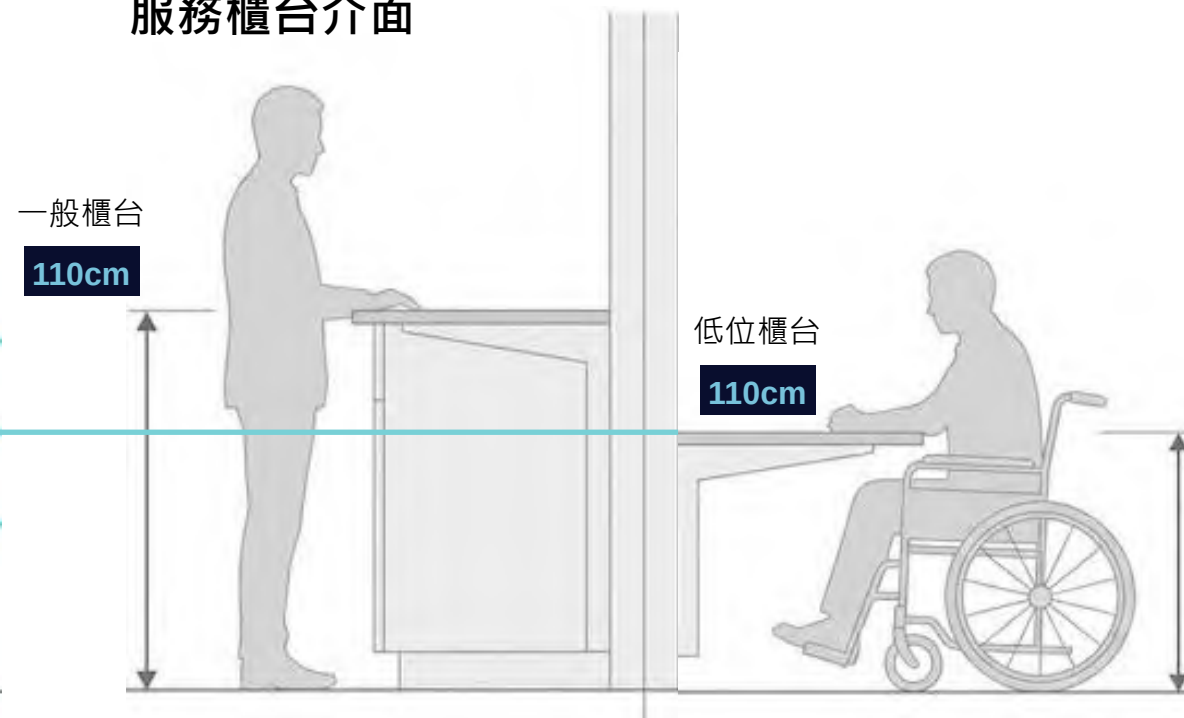
設備操作介面



100cm 平權基準

室內開關、插座、感應器統一設定，交集成人、兒童站姿與輪椅使用者最佳可及性。

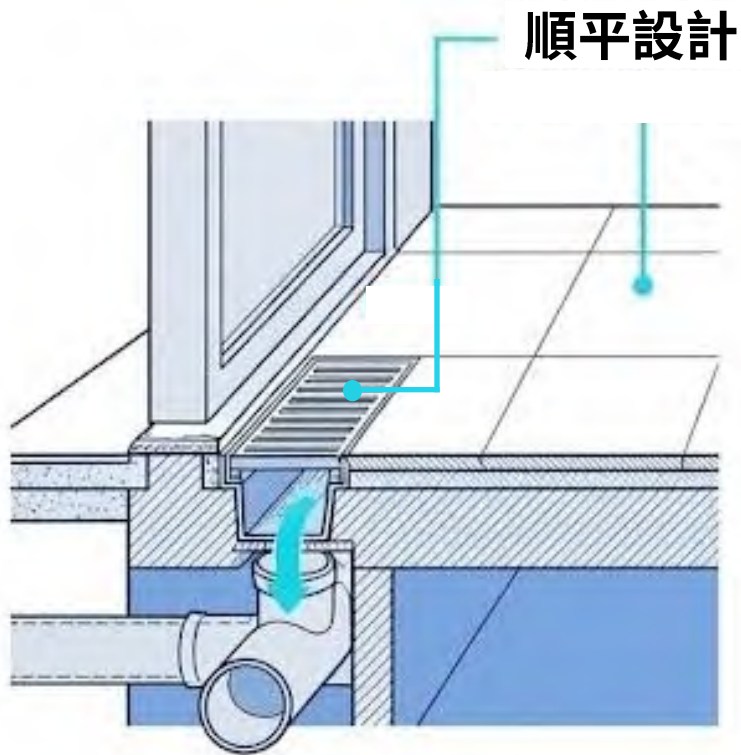
服務櫃台介面



輪椅專屬等候區

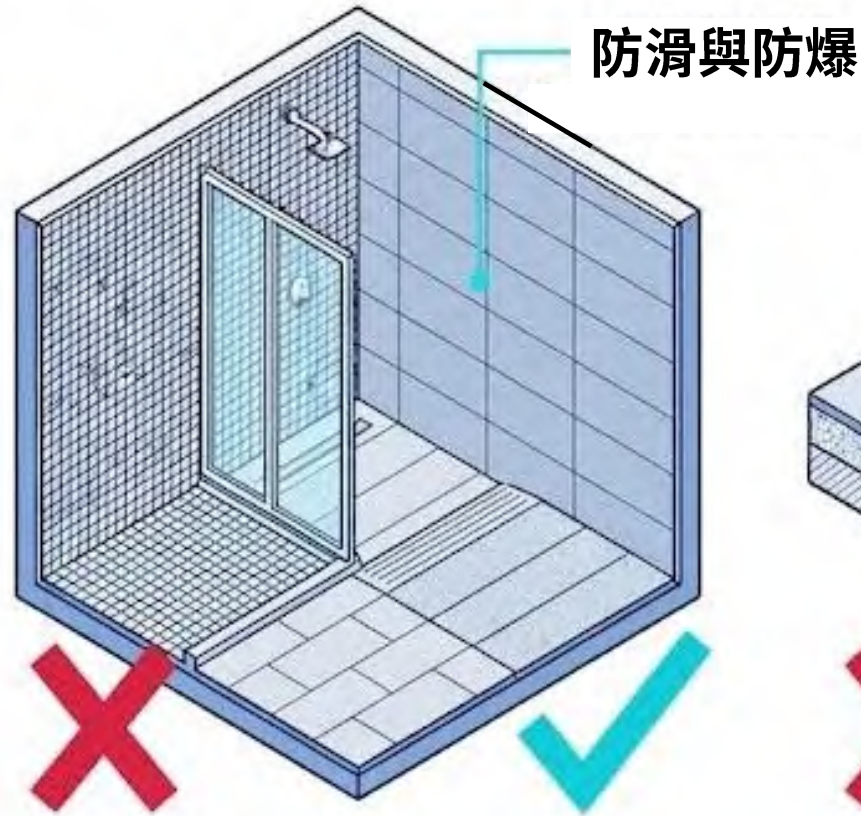
設置 90 cm × 120 cm 專用空間，方便輪椅停留且不阻礙主要動線

• 順平設計與預防性材質



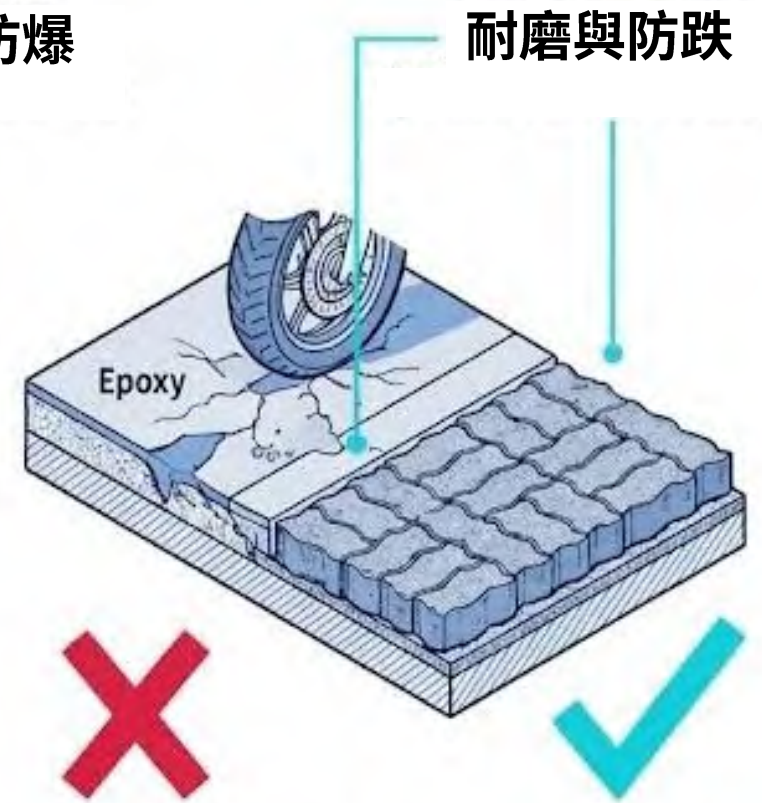
順平設計

取消浴室門檻，採用隱藏式截水溝，達成無縫順平。



防滑與防爆

地板禁用馬賽克，採用30*60以上防滑地磚，取消玻璃淋浴門，防自爆與救助不易(內開門)。



耐磨與防跌

機車停車區鋪設高壓耐磨車道磚取代Epoxy，防機車中柱刮損產生坑洞絆倒行人。

Part 1

社交網絡
Social
Networking

心靈照護
Physiological
Health

Physical
Spaces
實體設施

Psychological
Well-being
生理健康



「獨居老人宅」首破70萬宅創新高 僅2%願住養老機構

根據內政部最新統計，Q1全國僅老人居住宅數近92.3萬宅，創統計以來新高，其中僅1名老人居住的「獨老宅」更首度突破70萬宅，高達達71.3萬宅，年增2.1%，同步寫下新高。

很少社交會增加失智風險嗎？孤獨、獨居與社交孤立的影響

作者: [Hsu Huai Chiu](#) 分類: [大腦退休金](#), [失智症](#) | [巴金森氏症與神經退化疾病](#)

研究顯示，長期孤獨與社交孤立和較高的認知退化及失智症風險有關，但這不代表獨居、內向或喜歡安靜就是疾病。

都市裡的孤獨感



永豐銀行

Bank SinoPac

茶湯會

TRISA 6800

上訴



阿明餅太陽餅

宏信大藥局

P-RITWORLD

陳光

九文房

聖橋牌

寶島鐘錶

巢旅宿 SU TACHUNG HOSTEL 8F

元大期貨 元大



耶

ART BANK TAIWAN

藝術銀行

權路

uan Rd.

自由路二段

Free Rd. Sec 2



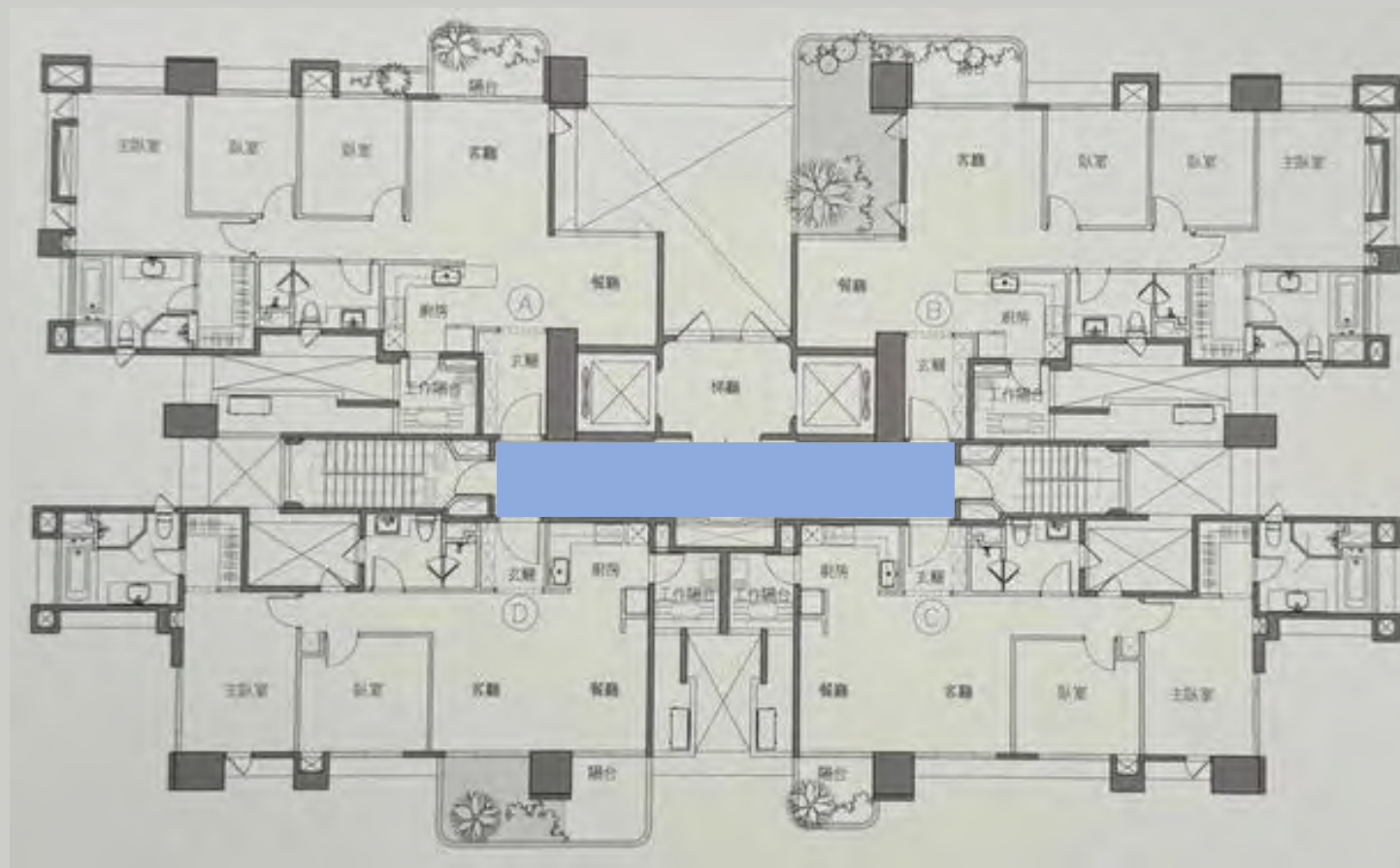




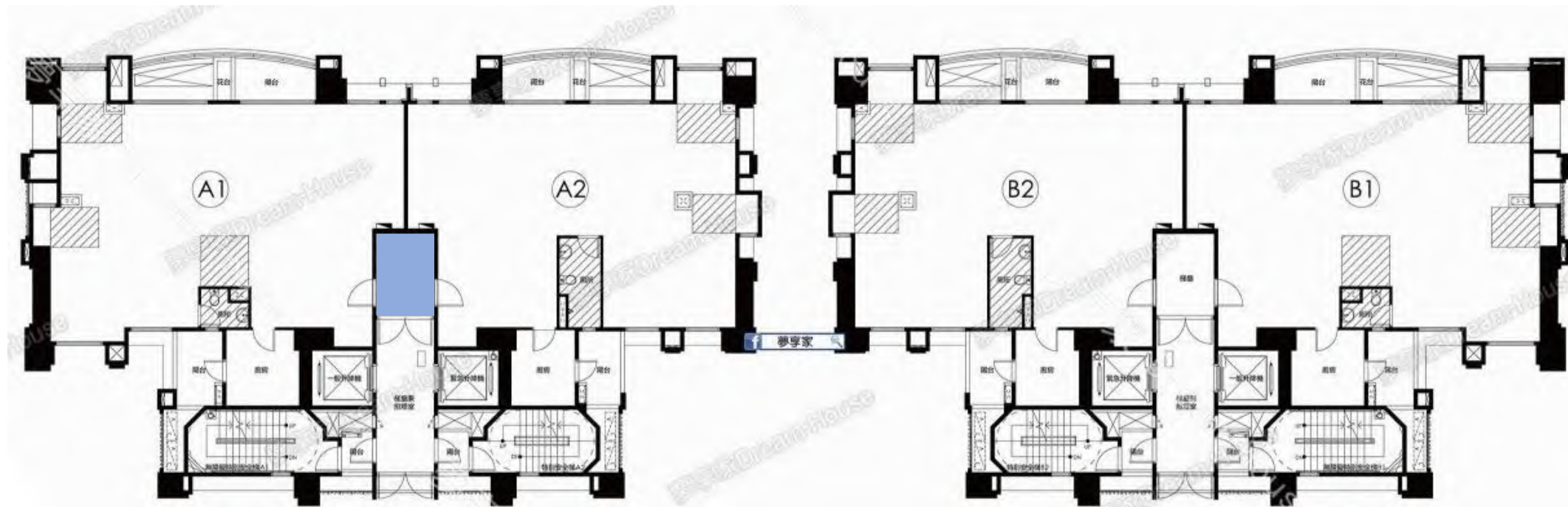
台灣的住宅平面 六拼型



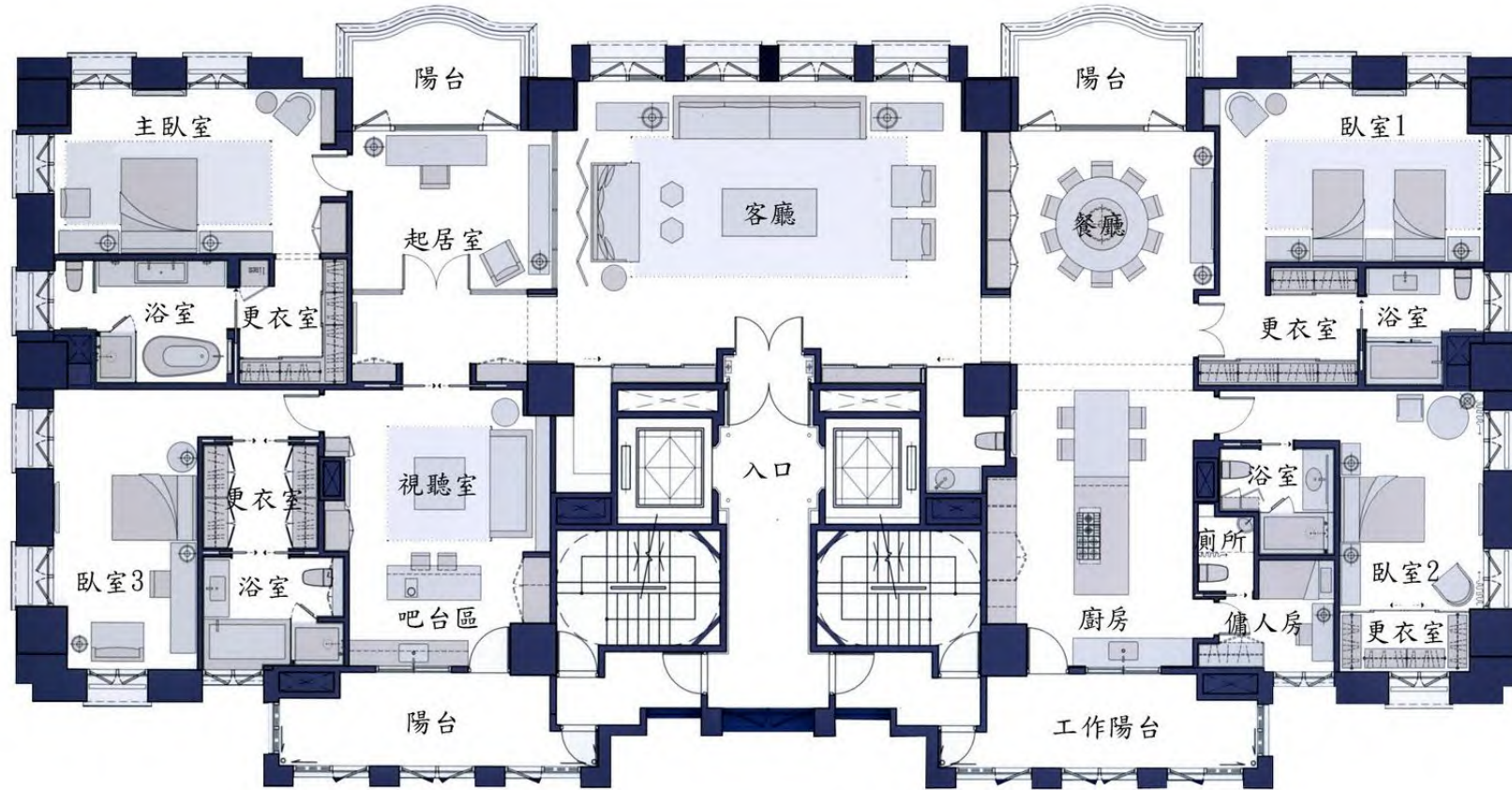
四拼型



二拼型



直接回家，越有錢越孤單。



共通點：一組電梯、兩座樓梯及越來越短且封閉的走道。





↑ B2 ↓ FLOORS 1-15

B2 ↓

B2

DOOR CLOSING

B2

DOOR CLOSING

EXIT

1202

1203

嚴禁吸煙
NO SMOKING

緊急通話
EMERGENCY CALL

↑
5F
↓



青銀 獨居



孤立的家庭拼裝在一起，
其實沒有構成社區，社區消失了。

為什麼台灣住宅格局都長得這麼像？

法規限制與結構安全

容積與容積率的壓榨

開發商為極大化銷售面積，導致建築輪廓受基地形狀限制。



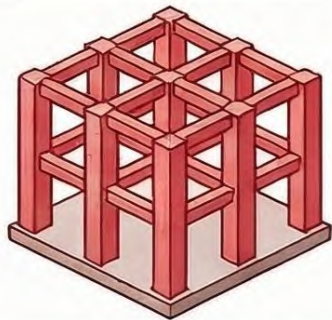
雙梯避難法規的制約

雙梯應與消防核心筒位置固定，直接限制了住戶平面變化。



耐震結構的對稱要求

頻繁地震使結構需維持規整柱位，降低了空間分割靈活性。

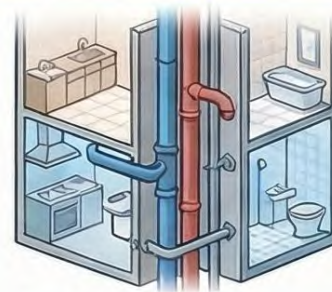


這些限制不該是設計的終點，而是我們設計的『邊界條件』。

經濟效益與市場習性

廚衛集中與成本考量

廚衛集中於垂直管道間可降低營建成本並提升排水效率。



標準化生產流程

重複使用施工模具能大幅簡化施工並降低結構計算成本。



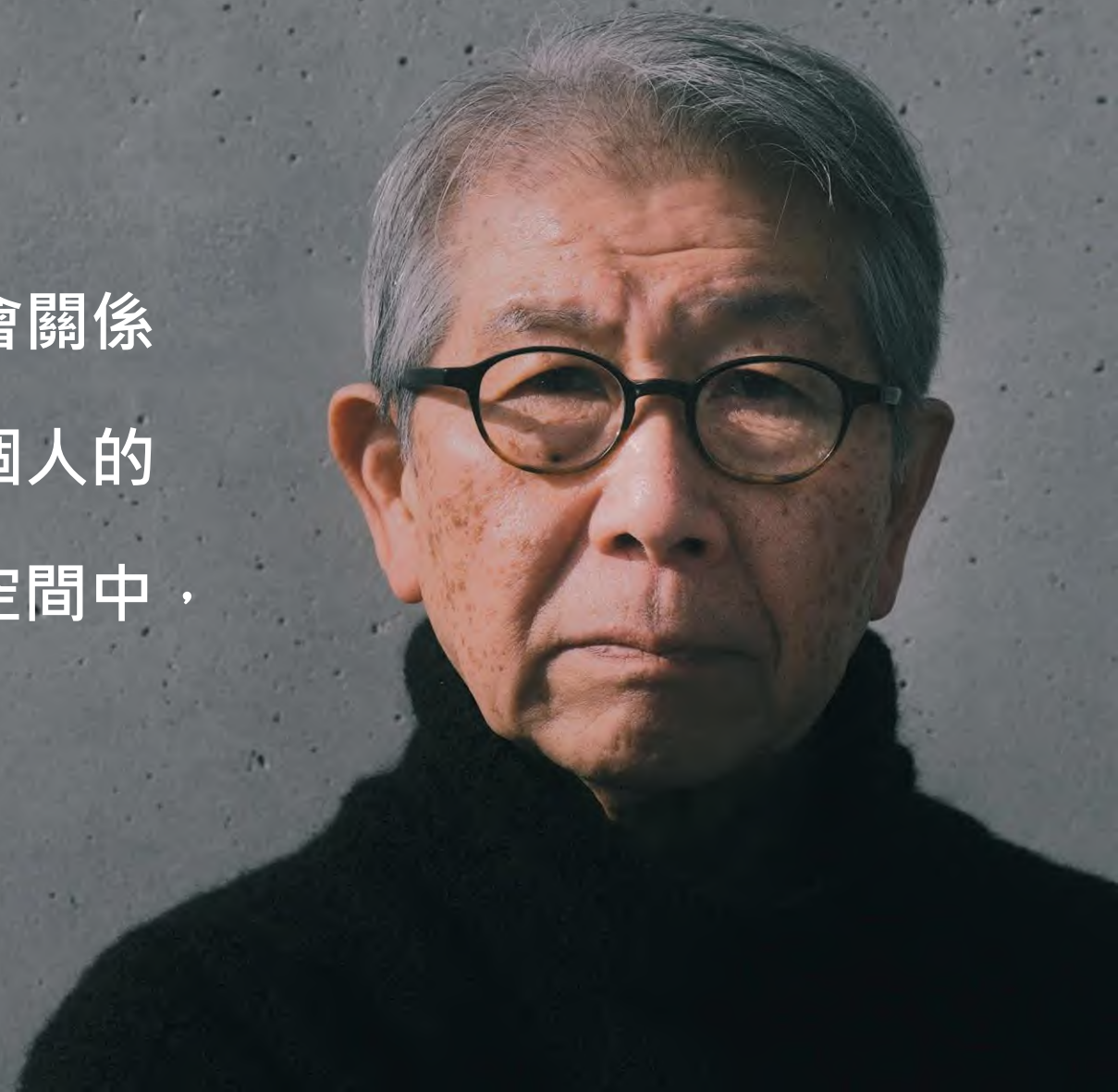
市場驗證的「好賣」格局

傾向採用正三房、雙衛浴等主流配置，以降低銷售風險。



山本理顯

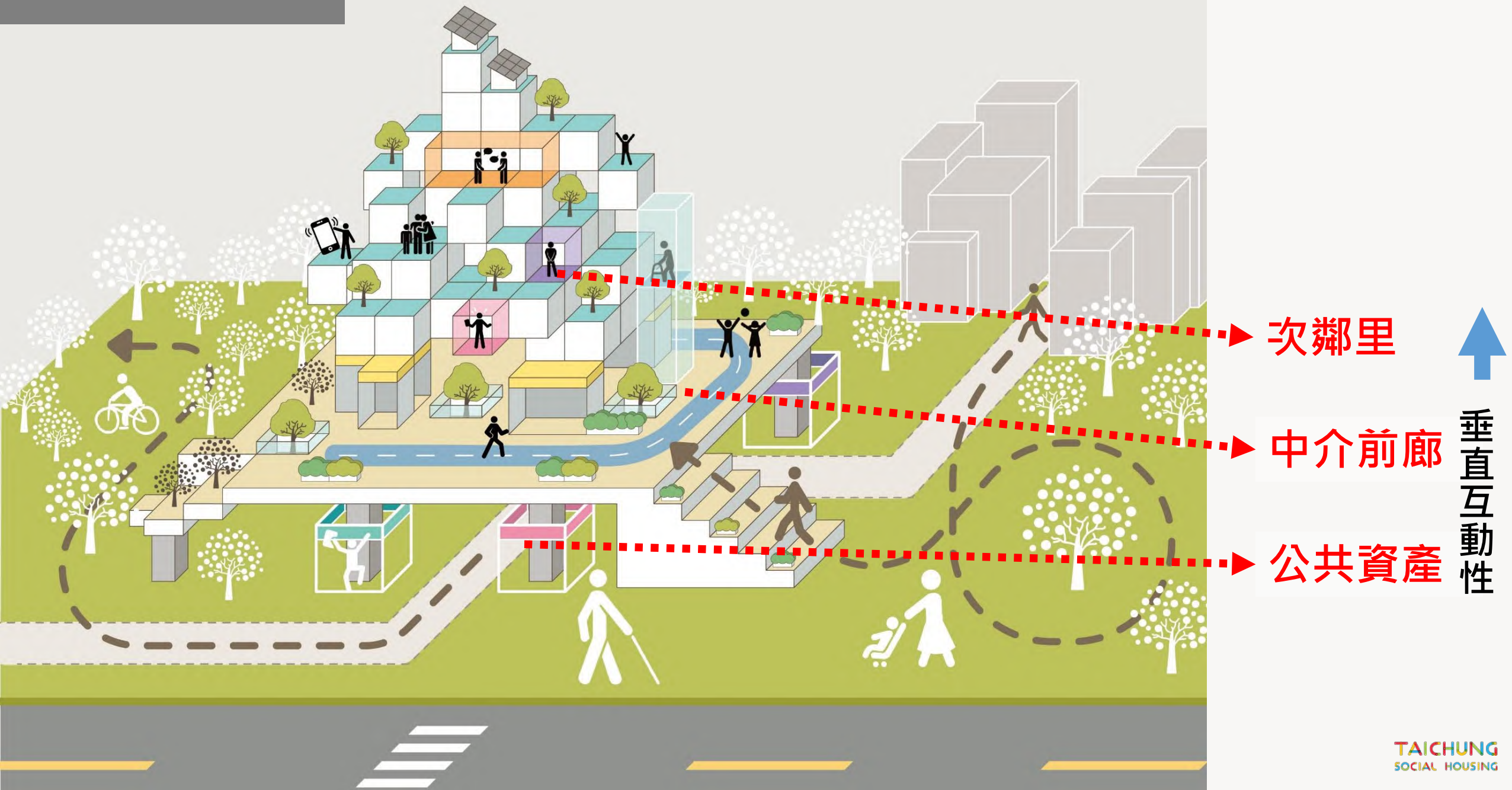
目前的建築方法強調隱私，卻否定社會關係的必要性，然而，我們仍可以尊重每個人的自由，同時作為一個共同生活在建築空間中，促進跨文化和人生階段的和諧。



社會住宅如何從「房地產商品」
轉化為「社會支持系統」？

揚棄「坪效」，追求「人效」

台中好宅空間原型



策略一：地面層的都市孔隙

底層全開放公共空間



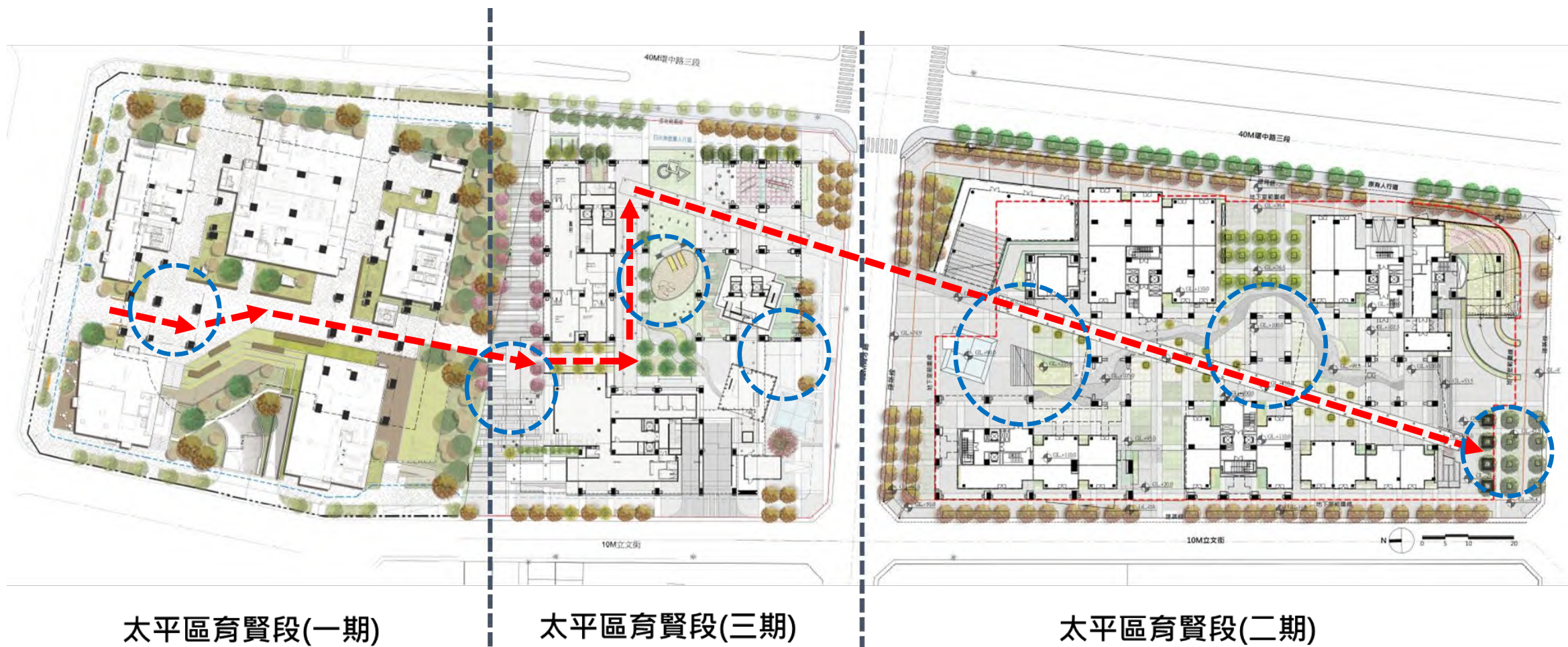
開放式地景底層

將社宅底層打造成全開放公共空間，化身為都市中的巷弄、迴廊、廣場與公園，自然融入城市街區脈絡。

此設計填補都市開放空間的不足，讓人群自由穿梭，打破社區與鄰里之間的隔閡，成為彈性的共享場域。

建築抬高，城市走進來，停留變得理所當然。

一條共融步道將七個主題廣場串連成連續的都市開放系統，
城市的日常風景輕盈展開，成就一處全齡共享的優遊場域。





協園好宅



富邦天空樹



手沖咖啡與茶
Coffee & Tea

手沖咖啡與茶
Coffee & Tea

特色糕點
Embrace

精緻手工藝
Handicrafts

慶典的歡騰聲成為
街道生活的美好延伸。





策略二：中介平台的社會性

回家前的那段路，才是社區形成的關鍵

在底層開放場域與上層私密住家之間增設二樓中介平台，作為過渡與連結的橋樑，是住戶回家前的「公共庭院」。



5F活動平台

社區閱覽室

韻律教室

公共空間 換書梯

2F活動平台

公共空間 茶屋

提供社區住民之書籍玩具交流空間，
豐富共好生活

休憩木平台與景觀
座椅，歡迎住民來
此泡茶聊天。

1F社區川廊

地下停車







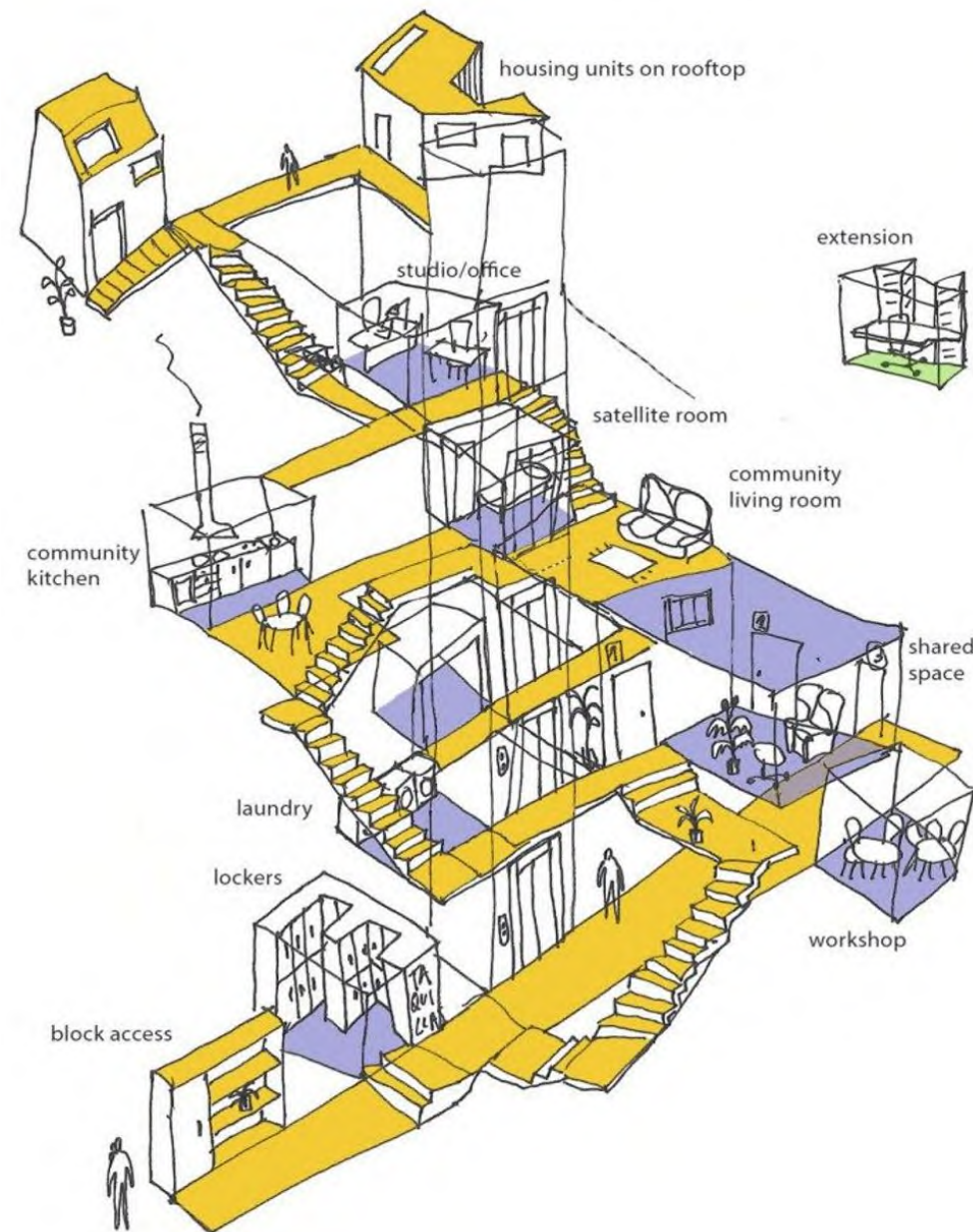
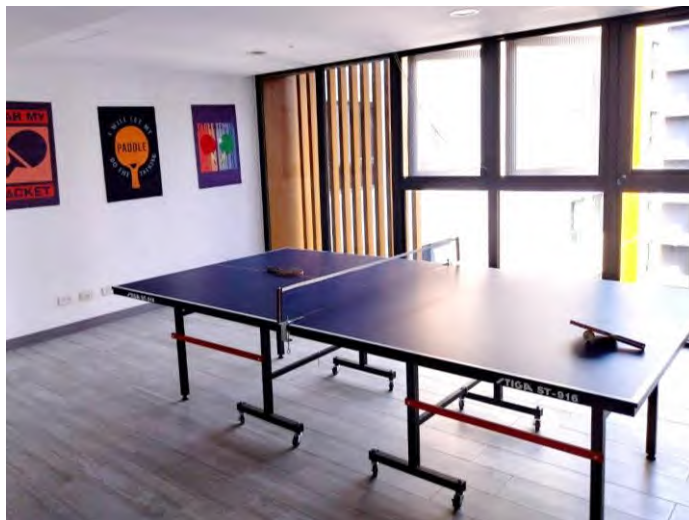






策略三：分散式公共設施

公共設施在各樓層分散配置，居民在返家途中即可遇見可停留**交流的共享空間**，**促進鄰里互動**，進一步形成交錯融合的多元居住模式。









台中公園好宅



精科好宅



台中公園好宅

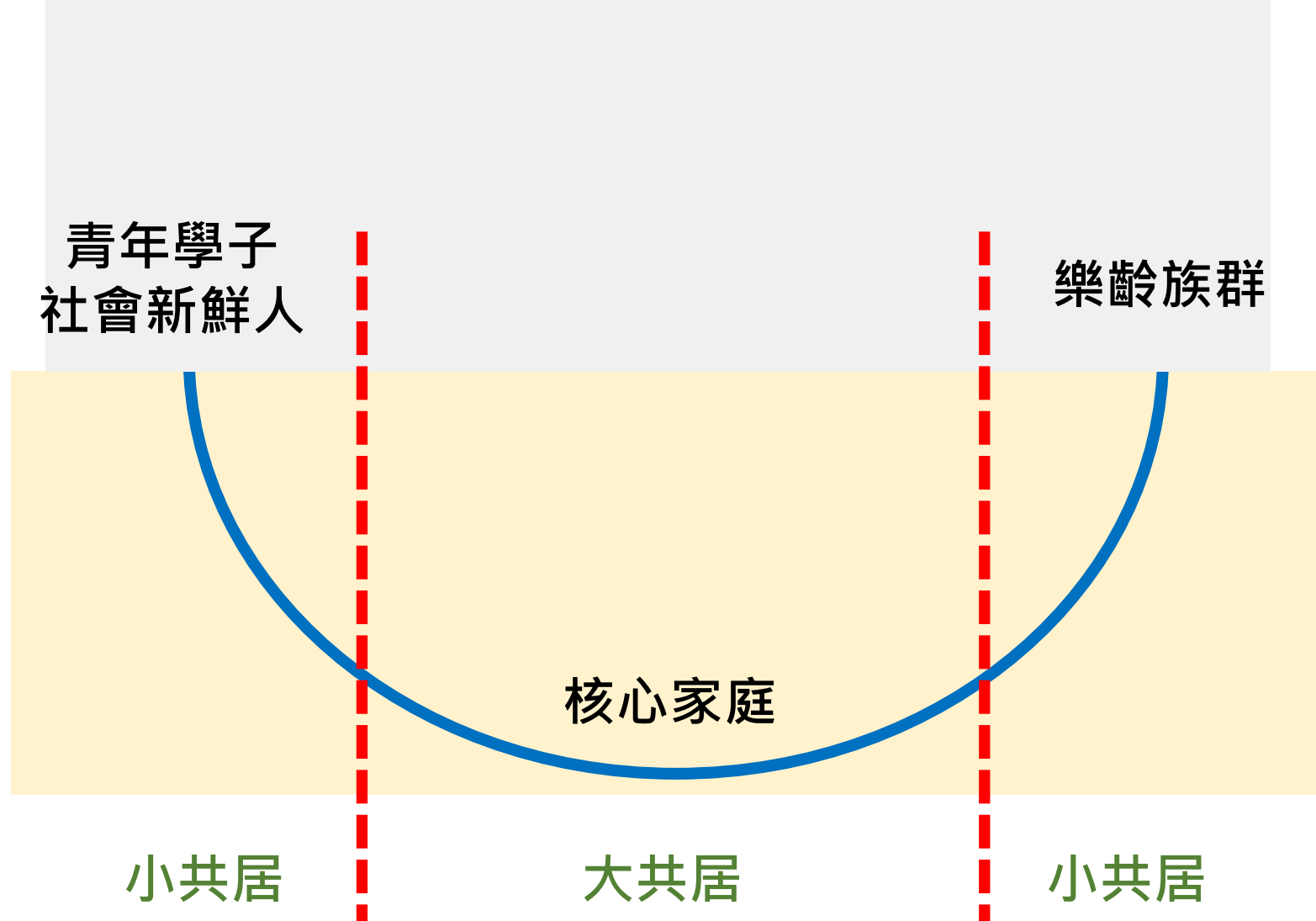




篠原聰子

《共享住宅——擺脫孤立的居住方式》

中指出，隨著單身人口的增加，傳統四口之家的標準家庭模式正逐步被取代。



共同生活微笑曲線三階段

北歐家具廠IKEA的研發實驗室Space10，發布在全球147國做的「共居2030」(One Shared House 2030) 調查，7000名受訪者多支持共居，主要原因是可以有伴、社交。

他們不介意共享廚房、工作空間、花園或網路，但不愛和別人共用浴室或臥房。



**when you are not home
are others allowed to use
your private room?**

邀請你共同入住 台中第一座共居社宅

讓生活美好的總和，填滿共居空間裡的留白

這是北屯社宅的新共居生活！

我們計畫

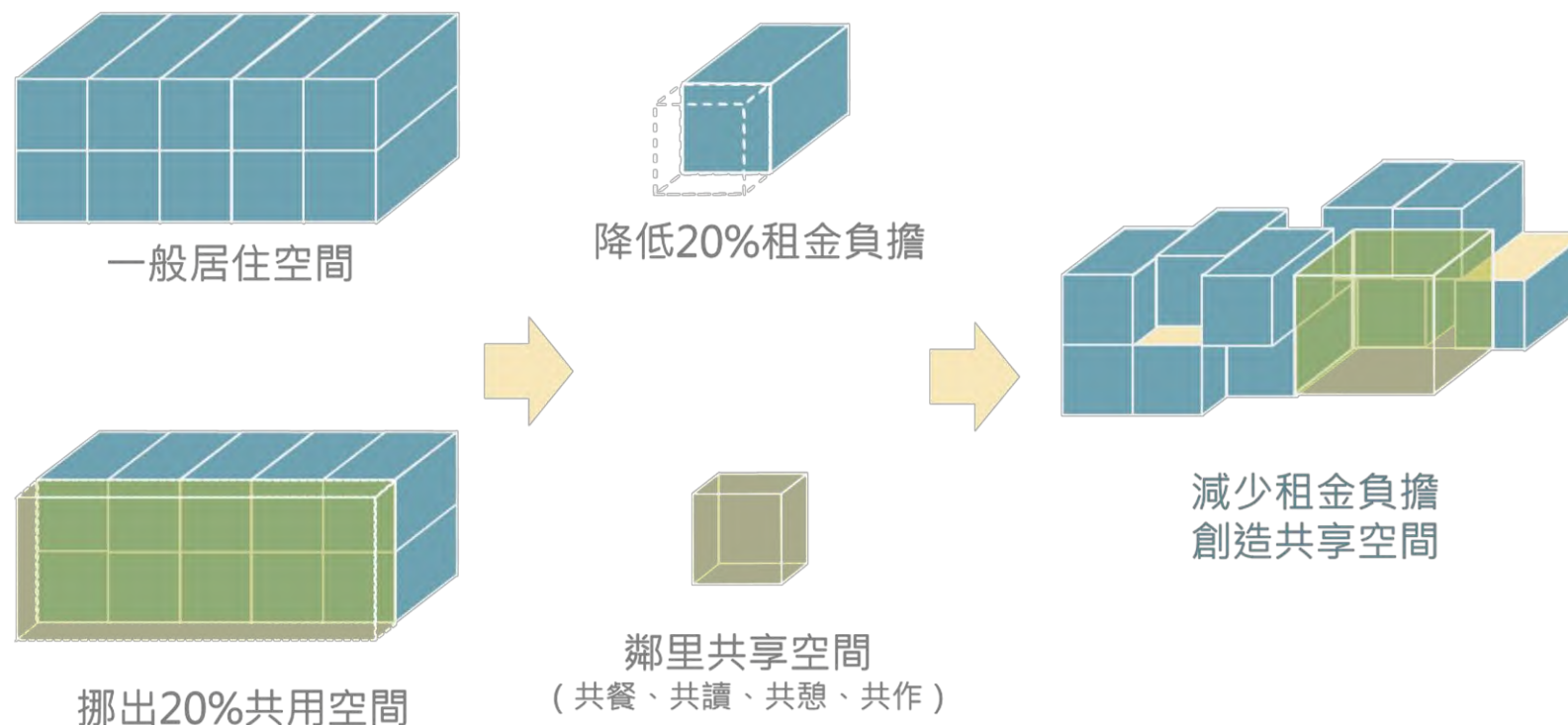
ME & WE

從我，
變成我們！



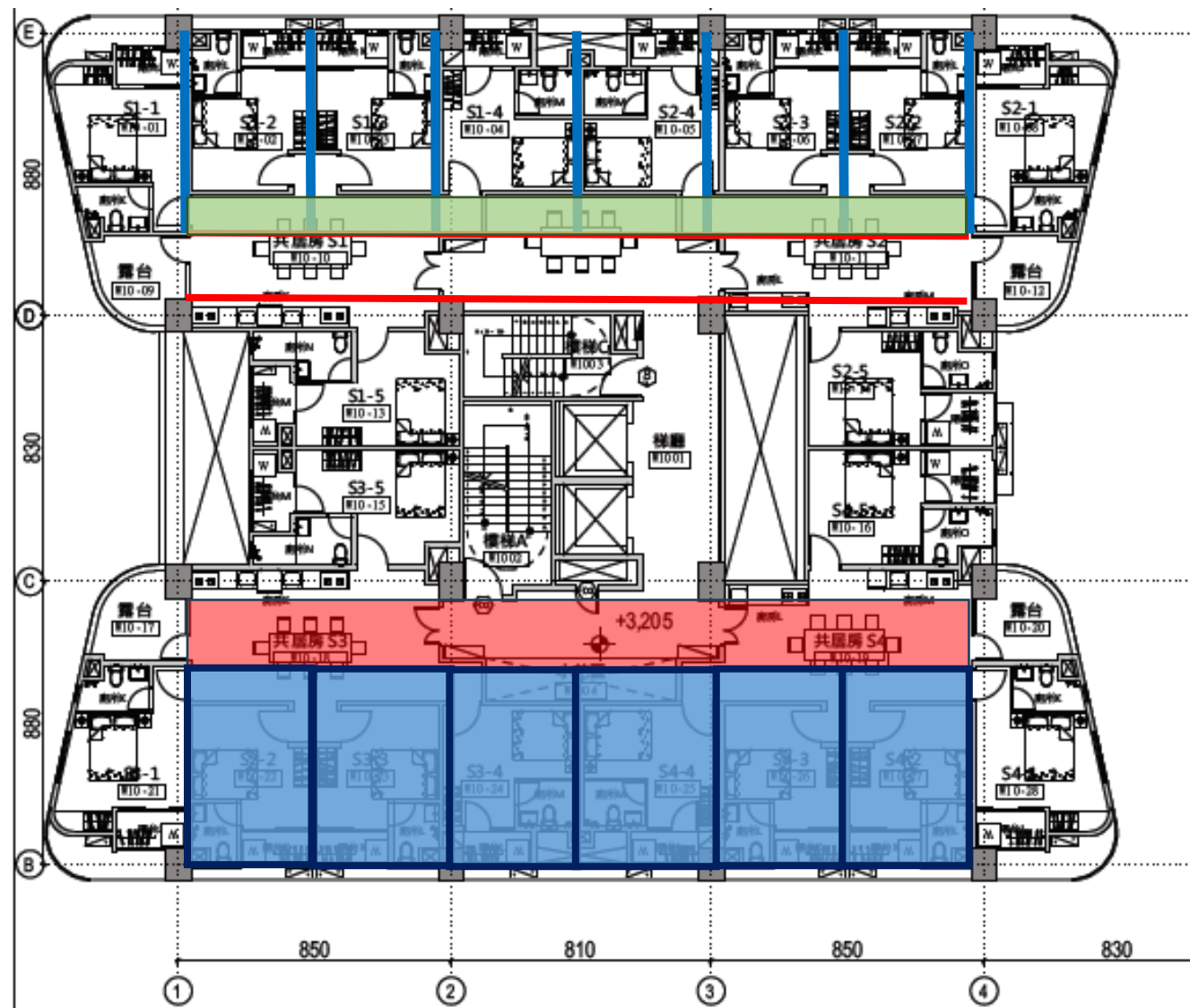
「共居房型 (Co-living)」是為了尋找一種「類家人」的支持網絡。

多元背景的年輕人共同居住，尋找的陪伴與合作。在日常互動中建立支持網絡，透過共同生活消解孤獨，同時在回到個人房間時保有私密空間。



挪出 20% 私有空間，創造 100% 共享空間

將原有連通居住單元的走道封閉，加上居住單元所移出的20%空間，形成群聚的共享空間。



從私密到鄰里：多層次的社會關係模型

1 私人空間

完整單元，確保個體生活權利

2 室友共享空間

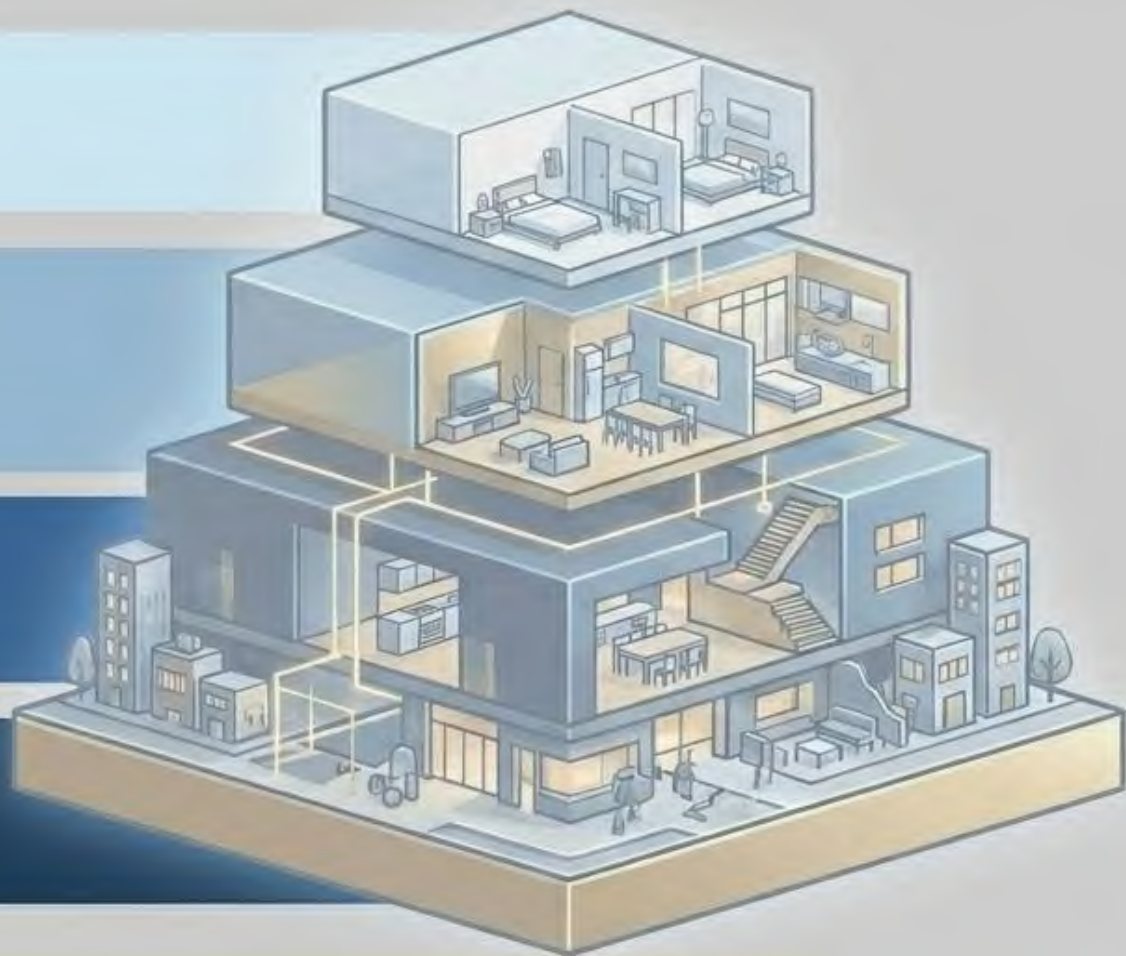
最小互助單元，高強度互動
- 如共居客廳餐廳

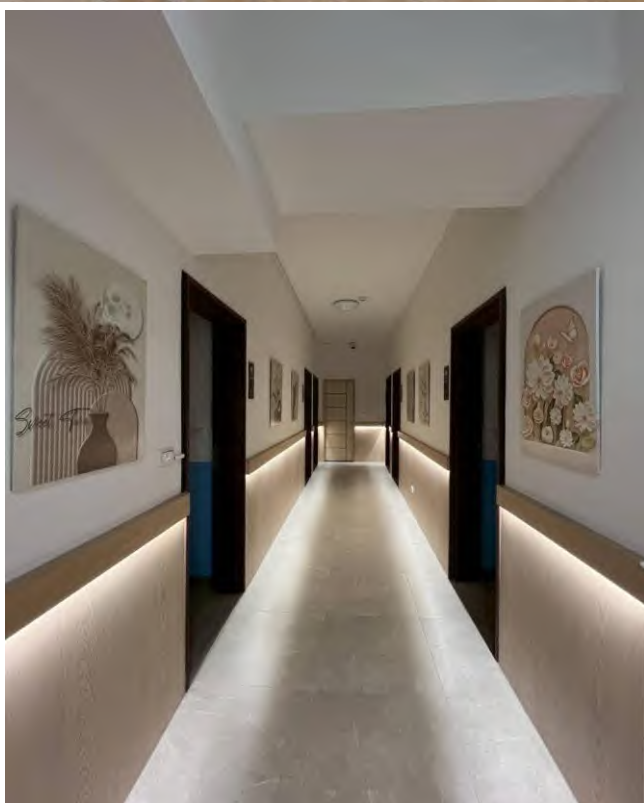
3 社區共享空間

建立跨戶網絡 - 如錯層平台、共享廚房

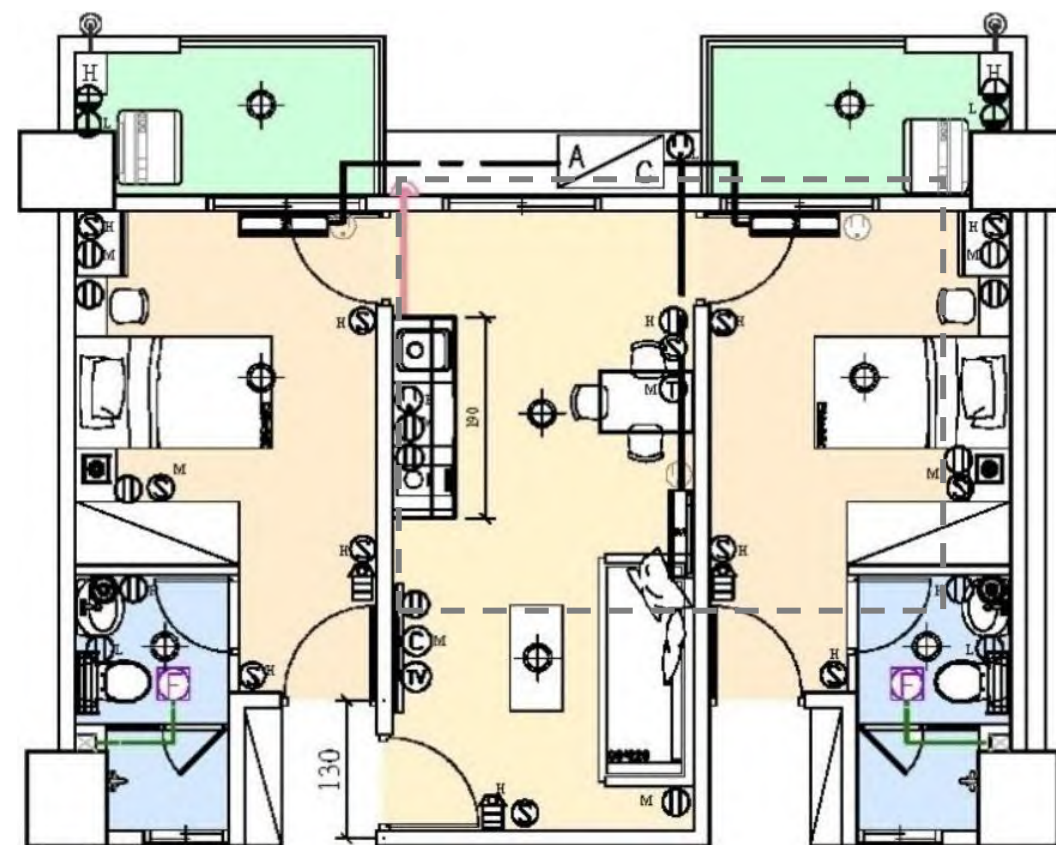
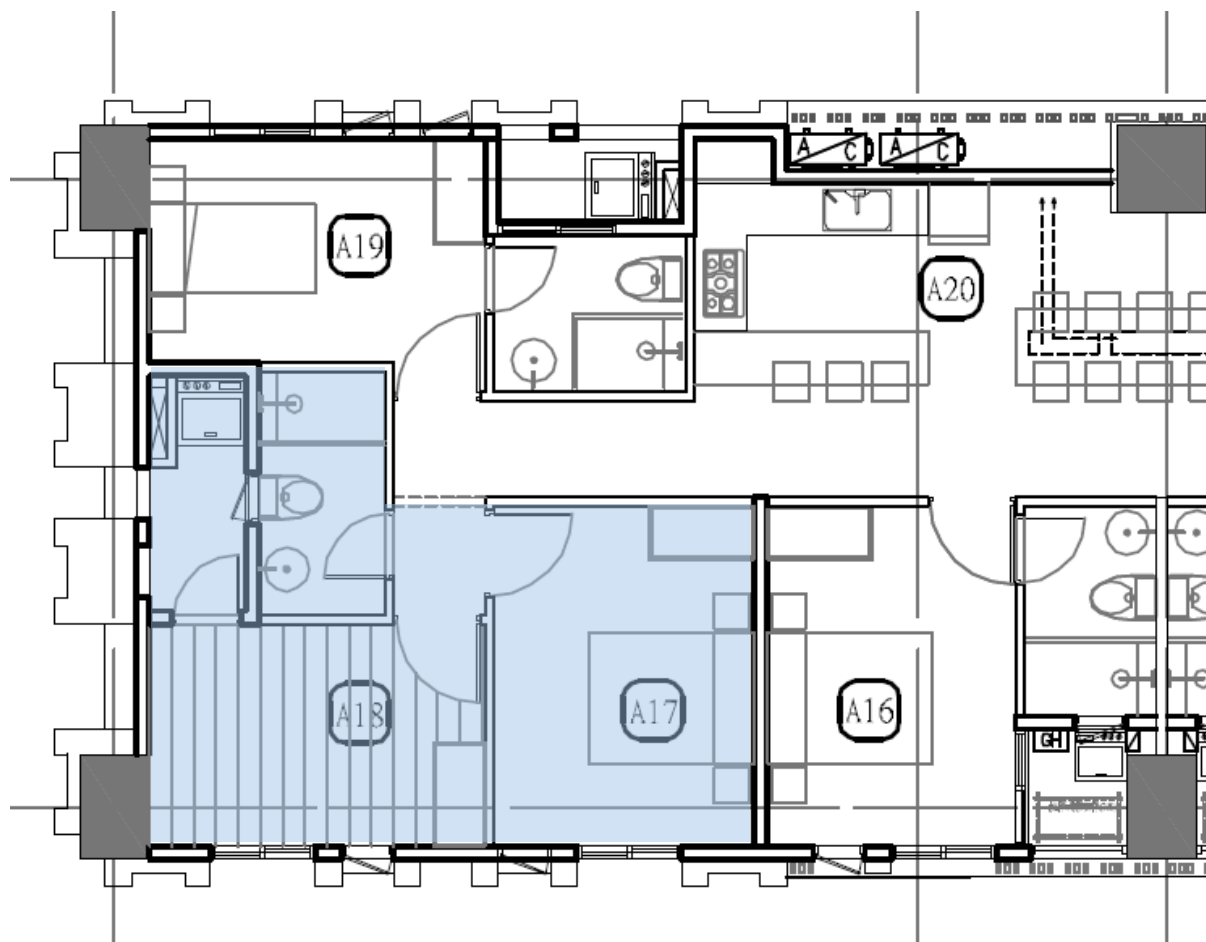
4 鄰里共享空間

向都市敞開的介面 - 如社區好站、廣場





共居房型——從「我」到「我們」



青青、青銀、青家共居

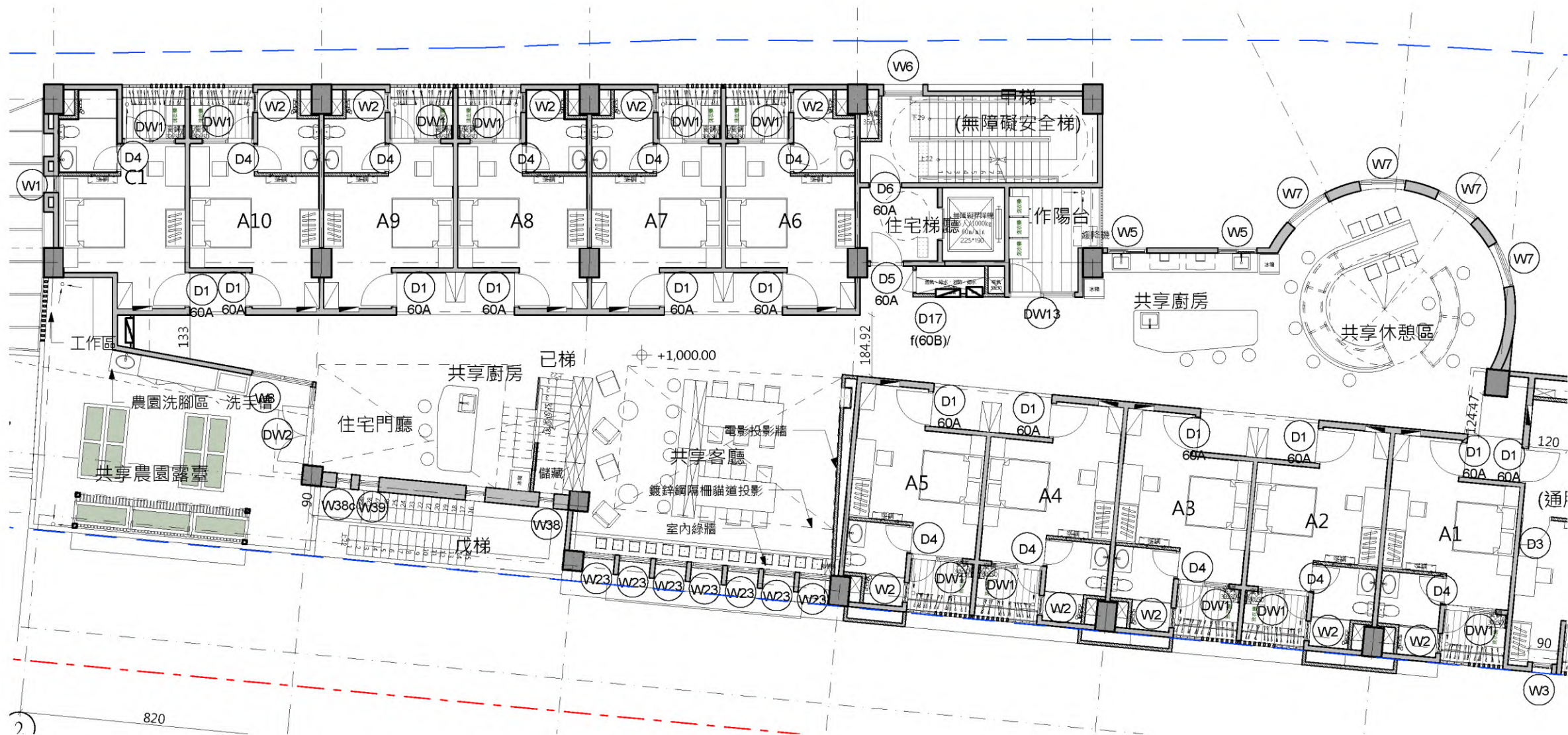
共居房型——從「我們」到「我」再到「我們」



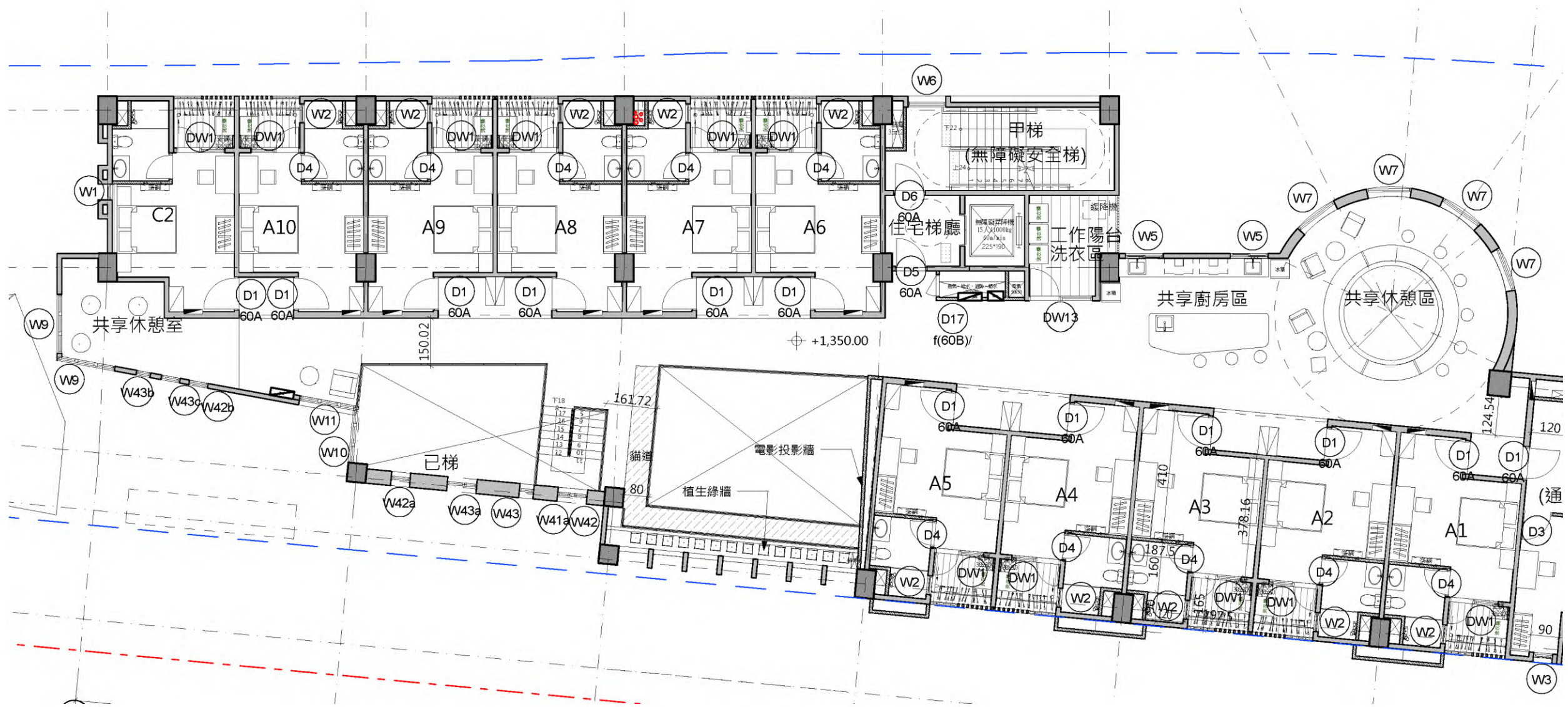
不再以幾房型來定義居住單元，依照
家庭成員需求(新生小孩或父母依親)
來變動空間格局。



策略七： 生活聚落——從「我」到「很多我們」



生活聚落——從「我」到「很多我們」



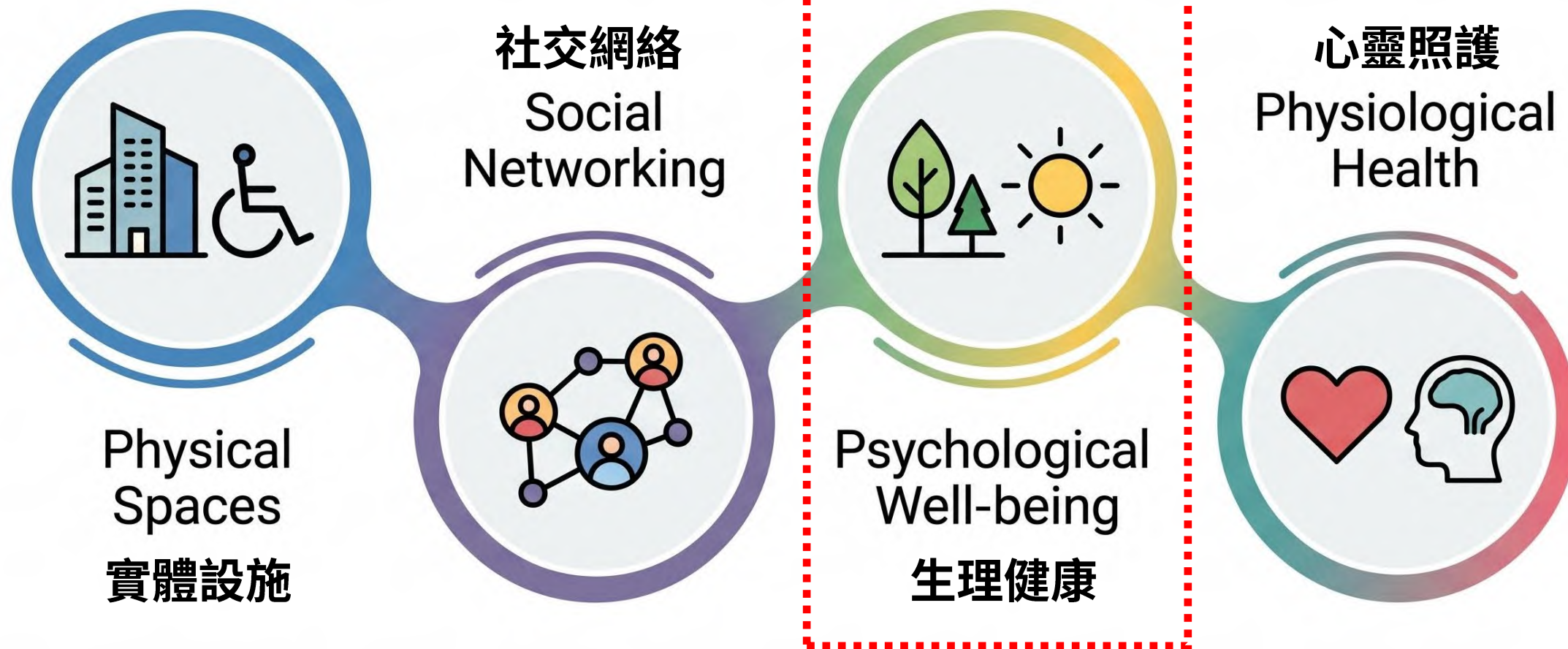








Part 2



• 微氣候調適與環境韌性

順應自然流動的被動式設計，打造低耗能的生態微棲地。



單側走廊智慧節能

引入自然光、分時調光，
減少白天照明用電，
營造明亮且節能的公共空間。

外牆光熱管制策略

西曬與風場分析，
東西向配置深窗與格柵，
阻斷熱負荷。

自然通風

引導氣流穿越建築與中庭，
促進空氣對流，降低空調需求，
提升室內外舒適度。

暴雨排水韌性

雨水回收、滯洪與導排系統，
因應極端降雨，減少淹水風險。

原生生態融入

保留老樹、採用原生植栽，
營造多層次綠化，
打造都市中的生態棲地。

立體合院與綠色生態設計

Figure 1 is a schematic diagram showing the layout of five buildings (A, B, C, D, E) in the study area. The buildings are arranged in a U-shape around a central courtyard. Building A is at the top right, B at the top center, C at the top left, D at the bottom center, and E at the bottom left. The diagram includes dimensions for each building and the overall layout. Arrows indicate the orientation of the buildings.

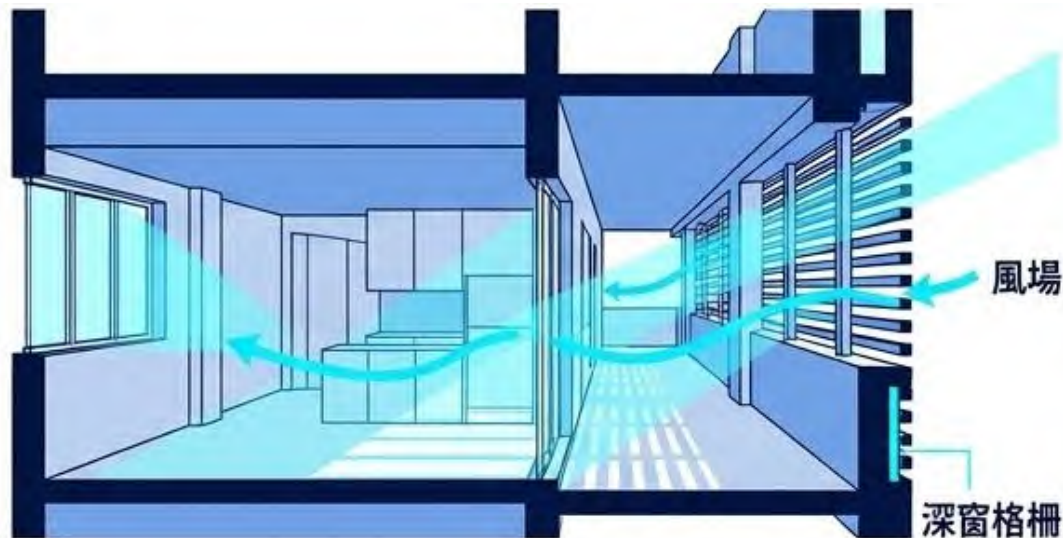
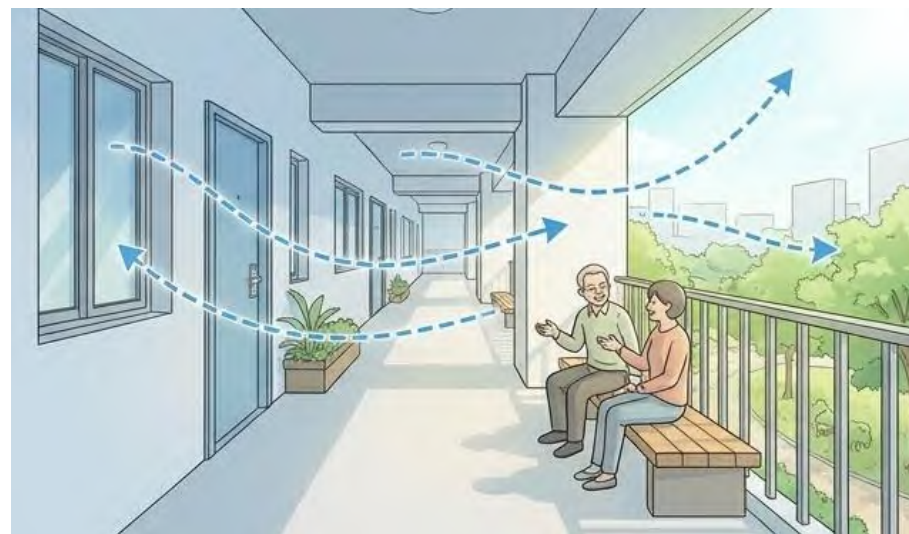
Building	Dimensions (m)
A	710, 863, 830, 830, 830, 273, 1905
B	710, 863, 830, 830, 830, 273, 1905
C	710, 863, 830, 830, 830, 273, 1905
D	710, 863, 830, 830, 830, 273, 1905
E	710, 863, 830, 830, 830, 273, 1905

• 建築物理環境改善：單側走道與微氣候調適

傳統高密度集合住宅配置模式



- 公共走道配置：單側臨接住宅單元，半戶外開放式走廊，自然採光通風
- 環境微氣候：引導氣流降溫，大幅降低空調能耗
- 心理效益：消除幽閉感，增加偶然相遇、駐足與寒暄機率

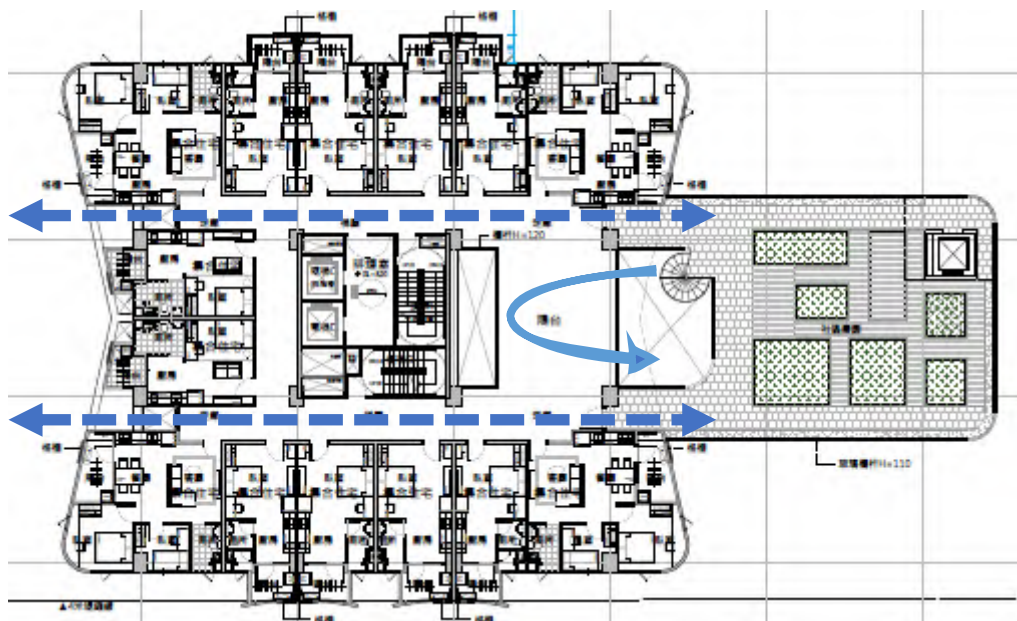




單側走道

減少走道一側的住戶單元配置，讓光線及空氣得以在室內流通，降低熱負荷以達節能目標，這不只是節能，是對居住品質的基本尊重。







干城好宅

立體院落

引用傳統三合院

「埕」的啟示，運用錯層合院構成的空間結構結合垂直綠化，在垂直向度上復活這種整合生活與鄰里關係的模式。每棟建築須多留設3-5%「非室內共享空間」。



育賢一期好宅

穿梭在城市中

風與綠的城市優遊對話

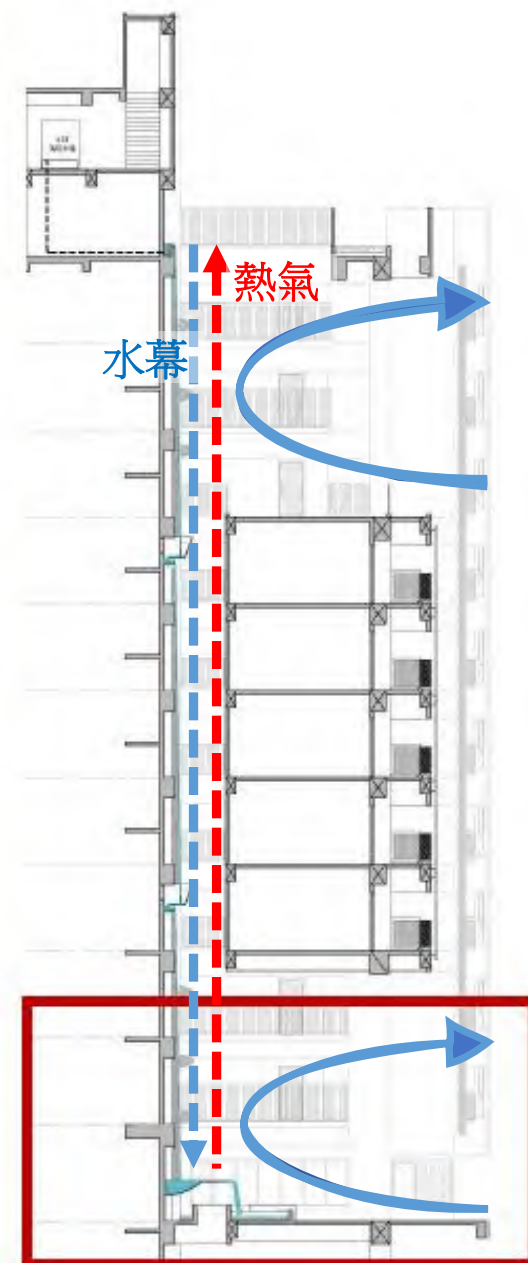
微風緩緩吹來，穿越空間，流動社區，
風不再只是空氣的移動，而是設計的語言。







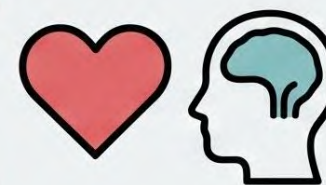




Part 3

心靈照護

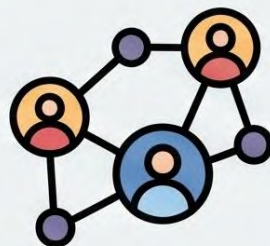
Physiological
Health



Psychological
Well-being
生理健康



社交網絡
Social
Networking



Physical
Spaces
實體設施

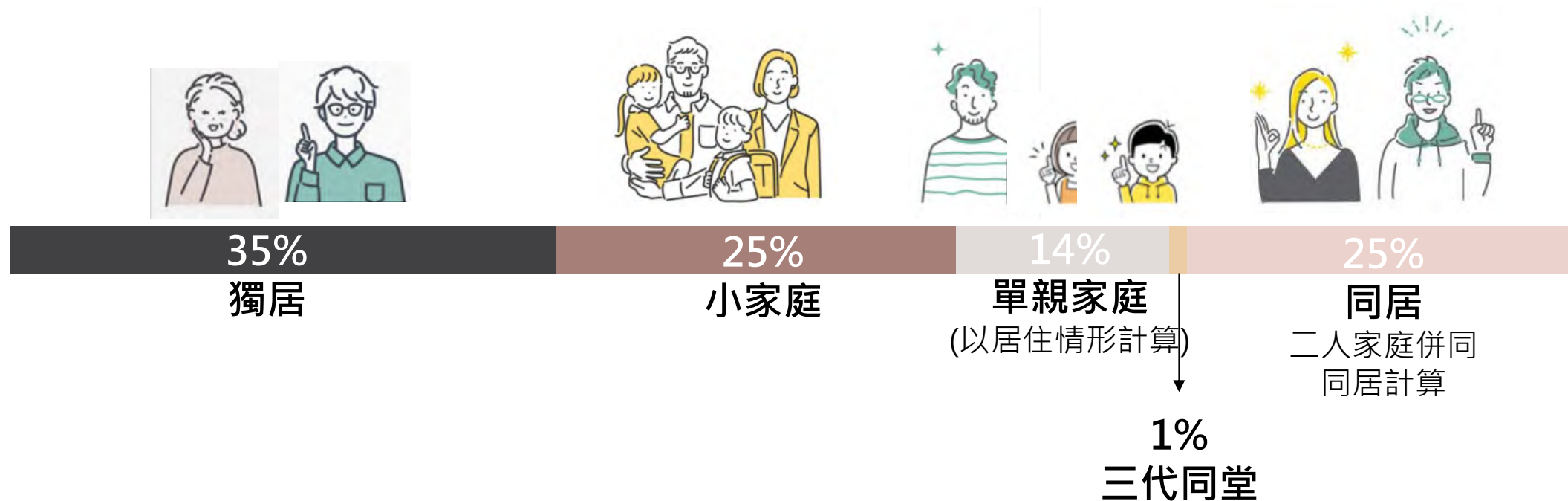




社會住宅的住民



| 台中社會住宅 | 家戶組成



流動的組成 流動的關係 流動的社區

我們開始遊說社福團體進駐



社宅裡 社區支持系統

育賢路

環中東路三段



| 台中好宅特色 | 計畫原型

非營利組織

住民入住後，預防照顧

- ✓ 日常關懷、資源轉介
- ✓ 社區工作、支持培力
- ✓ 風險控管、預防事件發生

都市發展局
住宅發展工程處
(住宅主管機關)

社會住宅興辦、營運

社會住宅
照顧需求

警察局、社會局

家庭暴力、衝突、自傷、傷人事件

警察局、衛生局

疑似社區精神病人

區公所、社會局

- 家戶有多元福利需求者，疑似符合脆弱家庭之指標
- 經濟貧困，但未具備中低收等福利身分者
- 住戶欠租，無力償還租金及滯納金

成案前(預防)

成案後(治療)

關懷協助

進行關懷訪視、提供社會福利諮詢，並轉介相關資源。

支持培力

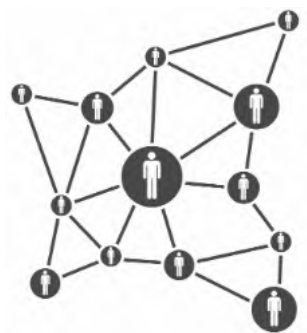
連結社會資源，協助經濟自立、生活穩定，累積自身能量。

社區工作

協助住民適應社區環境，促進鄰里民眾間友善包容。

關於社區好站 | 計畫脈絡

回應社宅議題和社會議題的解方——促成社宅可持續經營



1.空間的精采需要活動當觸媒。

2.社會安全網在社宅內部的連結和佈點。

3.從陪伴、培力到貢獻，讓社宅住民除了照顧自己、更能發揮自己



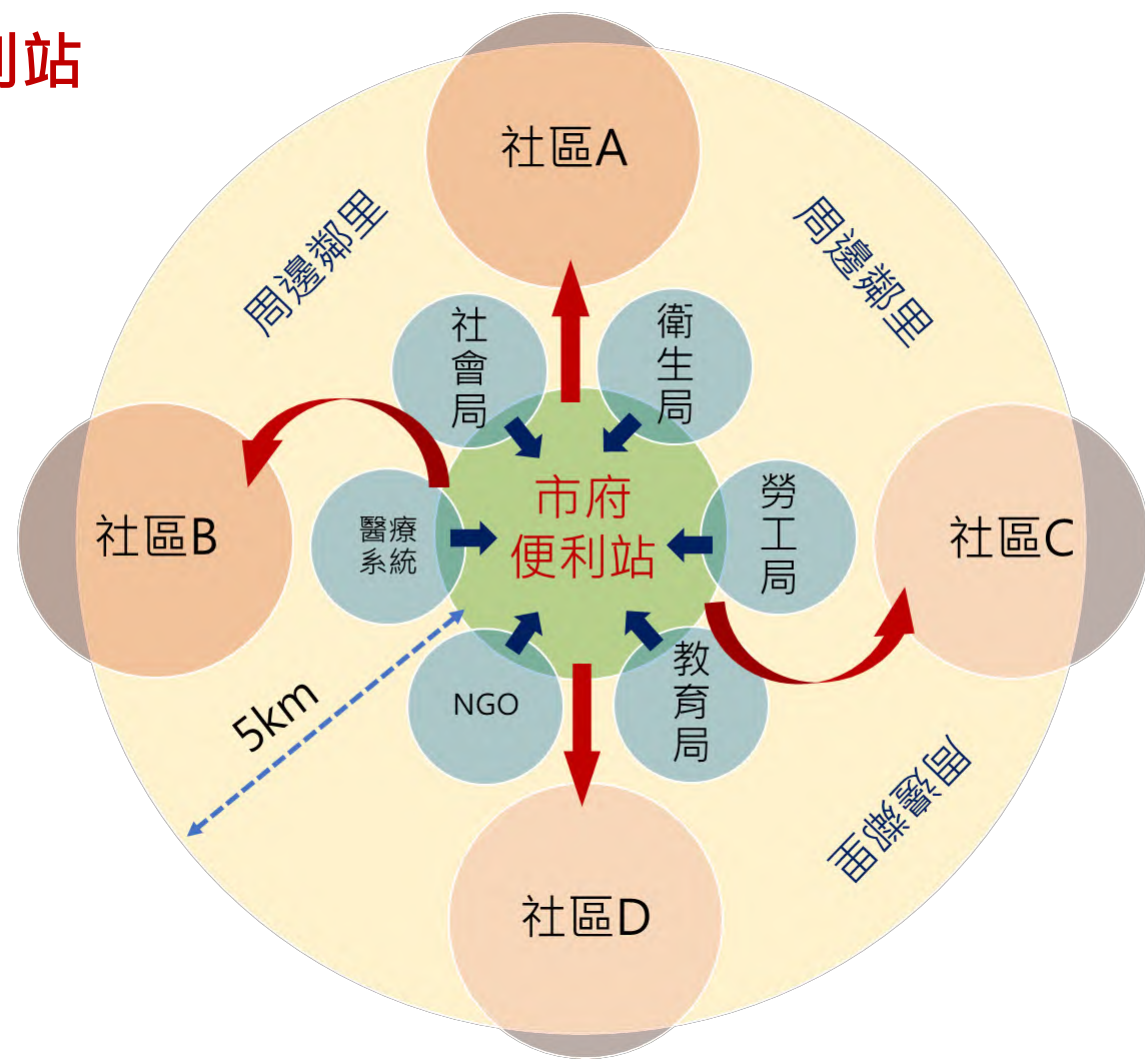
社區好站

| 社區好站 = 市府便利站 |

從 1 社宅、1 好站 ➡ 1 鄰里、1 市府便利站

由內向外，與鄰里形成互助的網絡

	合作單位	合作內容
公部門	臺中市豐原監理站	用路安全宣導講座
	臺中市政府消防局豐原分局	居家防火與火災應變講座
	臺中市豐原分局豐東派出所	防高齡詐騙宣導
私部門	富邦人壽中彰豐原分處	智慧手機使用教學
	華山基金會	個案服務
計劃型方案	(教育部)中國醫藥大學USR附冊計畫	中醫與運動醫學
	(教育部)高齡自主學習團體實施計畫	木工DIY



經濟弱勢的下肢障者，因中風而導致左側肢體不便，由哥哥協助案主申請入住社宅，左眼視力弱且左耳重聽，住進社宅後生活都需要自理。



一家六口居住在社宅，是經濟弱勢的兒少家庭，也因疫情影響收入導致租金繳納困難，為要增加家庭收入，媽媽到公司協助爸爸的工作，因疫情兩人於外地工作時雙雙確診，因擔心返家後造成群聚感染，故在選擇外隔離。



| 社宅裡 社區好站 是什麼 |

社群導入

行動者

 弘道老人福利基金會
大開劇團 劉仲倫老師



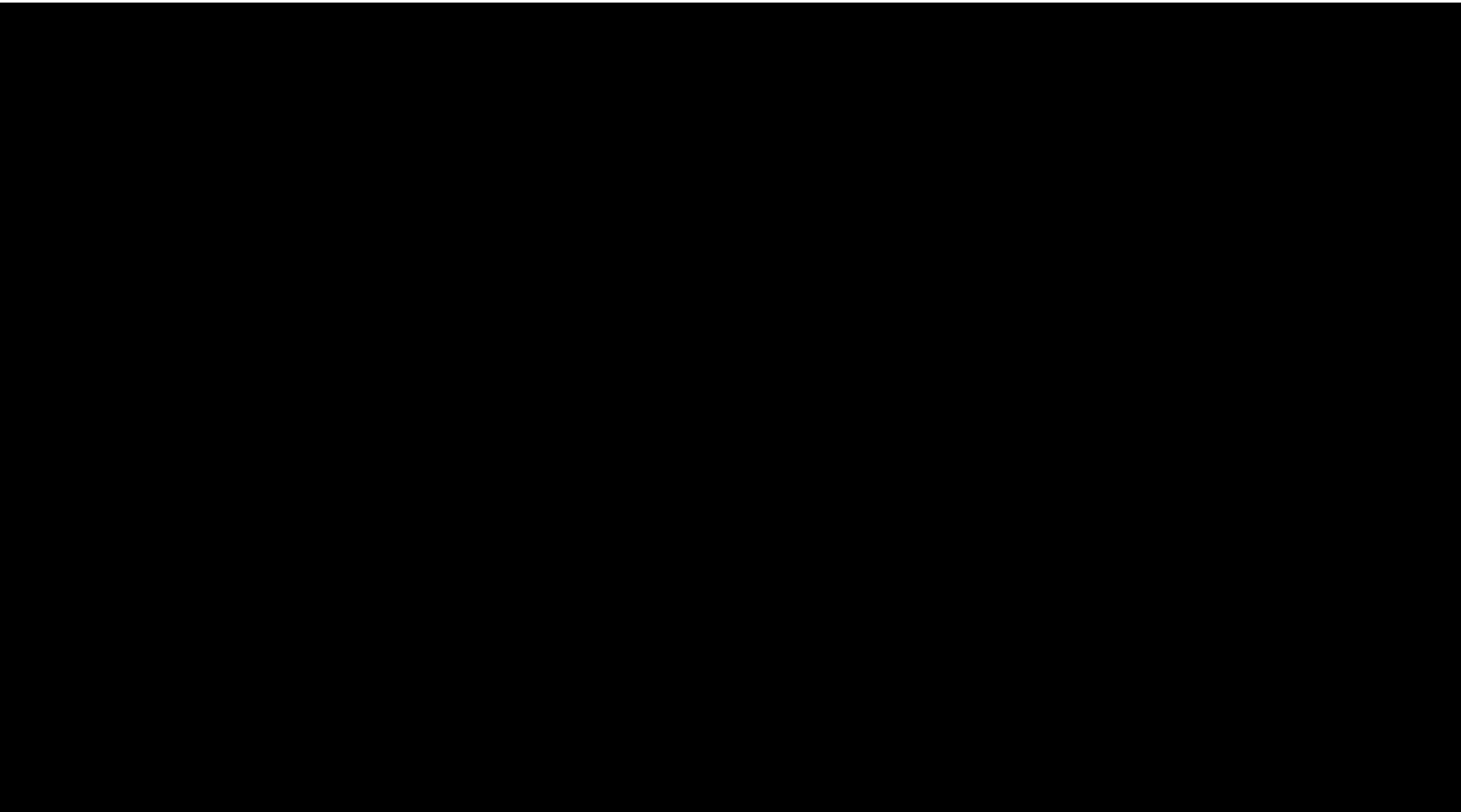
族群對話 探索生命歷程



集體創作

社宅劇團 開演啦 feat. 大開劇團

大開劇團 劉仲倫老師



| 社區好站 更可以這樣 | 洗衣服務x交流空間x情感聯繫

新型態永續+循環

WANT SHOW Laundry
• Since 1951 •
萬秀洗衣店



| 公共藝術計畫 | 公共工程經費1% 能做些什麼？

一般執行方式：



500億興建費用 有5億公共藝術經費

計畫型公共藝術

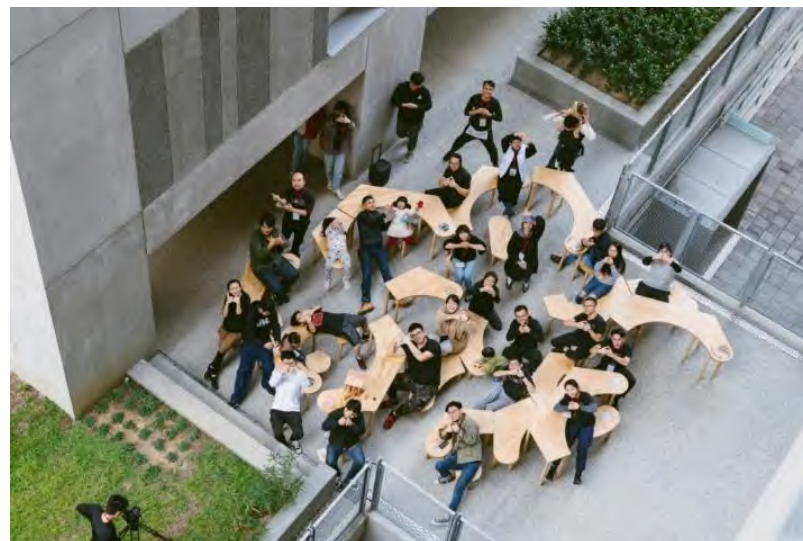
公有建築物應設置公共藝術，不得少於該建築物造價 1%。

北屯好宅
《未來學家》



大里光正好宅
《宅之風景進程》

太平育賢好宅
《N張桌子，
N張椅子！》



計畫型公共藝術

- 發揮公共藝術計畫的效能
- 藝術家帶領社區共同創作

每個作品都是對生活的探問

大家在城市裡過得好嗎



創造具循環性的社區資產

創作過程中促發公眾參與及對話，藝術作品發展為具有「互動性」、「可使用性」的社區共有資產



居民自主組成農園志工團



種子舉辦「物物交換」活動



333社團計畫

編織合作共學關係

形塑交換知識技能、分享生活經驗、物品共享互惠的文化，編織素人與專業、在地與外地的合作共學關係



媽媽烘焙社團



居民吉他團



社宅居民自辦社宅市集

社宅生活學校

培養住戶代的走的能力

專題課程

一起上課，建立理想自己，
也與鄰居好好互動！

專題課程是針對特定主題打造的系列課程，社宅鄰居就是為相同興趣，一起學習的好同學！

3

衛星課程

大家有發現社宅樓下進駐的各種商家和社福單位嗎？

衛星課程是整合各社宅進駐單位開設的點狀公開課程，涵蓋育兒親子、銀髮照顧、街區導覽、藝術療癒等多元主題。歡迎跨基地參加！

12

夏令營

除了大人能參加的課程和活動，有什麼是「孩子專屬」的社宅生活學習呢？

兩天的兒童營隊，一起探索、觀察，發現社宅有趣的面貌和故事！

9

社宅生活學校周邊小物

滋滋收藏 資料夾

※參加課程即可獲得



孜孜不倦 刺繡書籤

※報名專題課程，累積點數即可兌換



理想滋滋 識別證套

※報名專題課程，累積點數即可兌換



滋滋探險帽

※夏令營限定，報名並參與即可獲得



2

社宅生活學校

一起創造理想生活吧

滋滋登場啦

滋養你的理想生活

114年第一期

114.06

114.08

主辦單位 | 臺中市政府住宅發展工程處

策劃執行 | 好伴社計

廣告

社宅生活學校

多元開課 培力共學



廣播劇一起玩 feat. 劉仲倫(咪咪)

📍 東區台中公園一期好宅

聲優徵選 (可任選單一場次參加)

08/12(二) 14:00-16:00	08/12(二) 19:00-21:00	08/14(四) 14:00-16:00	08/14(四) 19:00-21:00
-------------------------	-------------------------	-------------------------	-------------------------

* 徵選聲優的朋友，也要記得填上你可以參加工作坊、排練與錄音的時間喔，希望你的聲音，為廣播劇帶來豐富與精彩呈現。

聲音暖身與試音工作坊 (可任選單一場次參加)

08/19(二) 14:00-16:00	08/19(二) 19:00-21:00	08/21(四) 14:00-16:00	08/21(四) 19:00-21:00
-------------------------	-------------------------	-------------------------	-------------------------



小小羽球放電營 透過運動健康成長

feat. 東區台中公園一期 小惡魔羽球社

📍 東區台中公園一期好宅

08/03 - 08/24
每週(日) 12:00-14:00

- * 課程免費，為連續型課程，需完整出席四堂課程
- * 招收對象為4-8歲，需自備羽球拍
- * 同時段為羽球社社團活動，歡迎家長一同運動，詳情請見報名表



11



夏令營 社宅探險隊：尋找好朋友！

📍 東區協園好宅

08/14(四) + 08/15(五)
09:00-17:00 09:00-17:00

- * 課程免費，兩日活動皆須參與
- * 招收對象：升小二至升小六，住在台中社宅的小朋友，限定20位！



10



環境教育

📍 戶外教學

07/13(日) 跟著節氣玩米趣系列課程
09:00-16:00 里山刈稻趣
feat. 觀樹教育基金會

📍 東區協園好宅

08/16(六) 認識淺山生物多樣性系列課程
14:00-16:30 冰涼愛玉的神祕客
feat. 觀樹教育基金會



17



育兒親子

📍 豐原安康一期好宅

07/17(四) 社區繪本說故事
10:00-11:30 feat. 豐原親子館
07/26(六) 想飛故事劇團表演
10:00-11:00 feat. 想飛故事劇團

📍 梧棲三民好宅

07/14(一) 跟著媽媽一起動手做
09:30-11:30 feat. 弘毓基金會

📍 太平育賢一期好宅

07/19(六) 社區繪本說故事
15:00-16:00 feat. 太平親子館

* 全系列課程免費



13

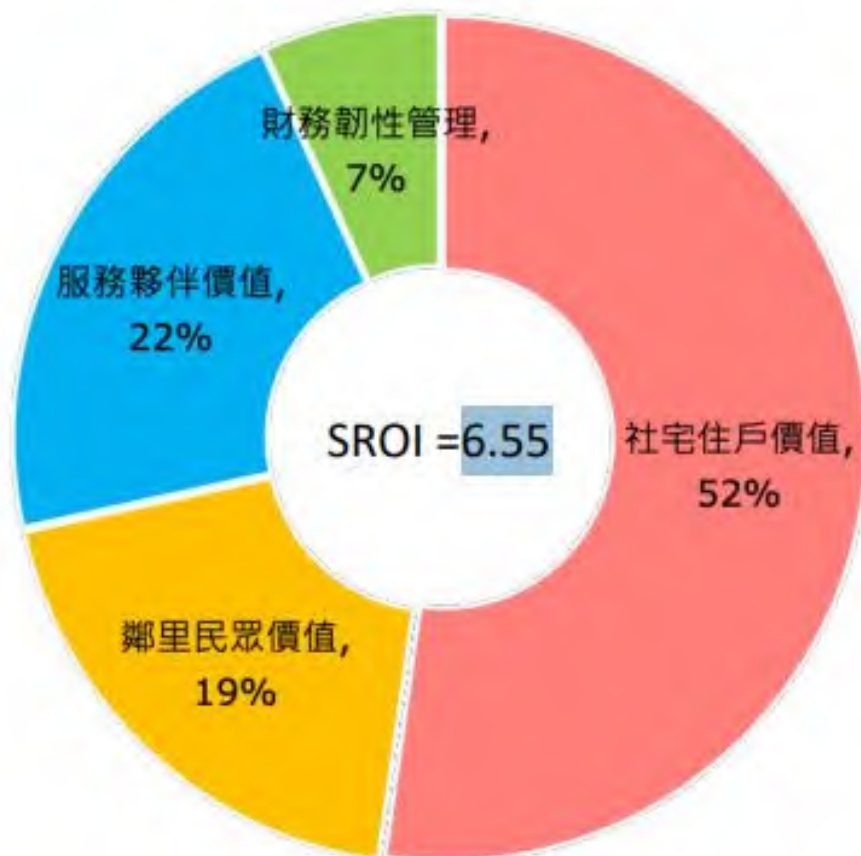
社宅生活學校

專屬實體教室

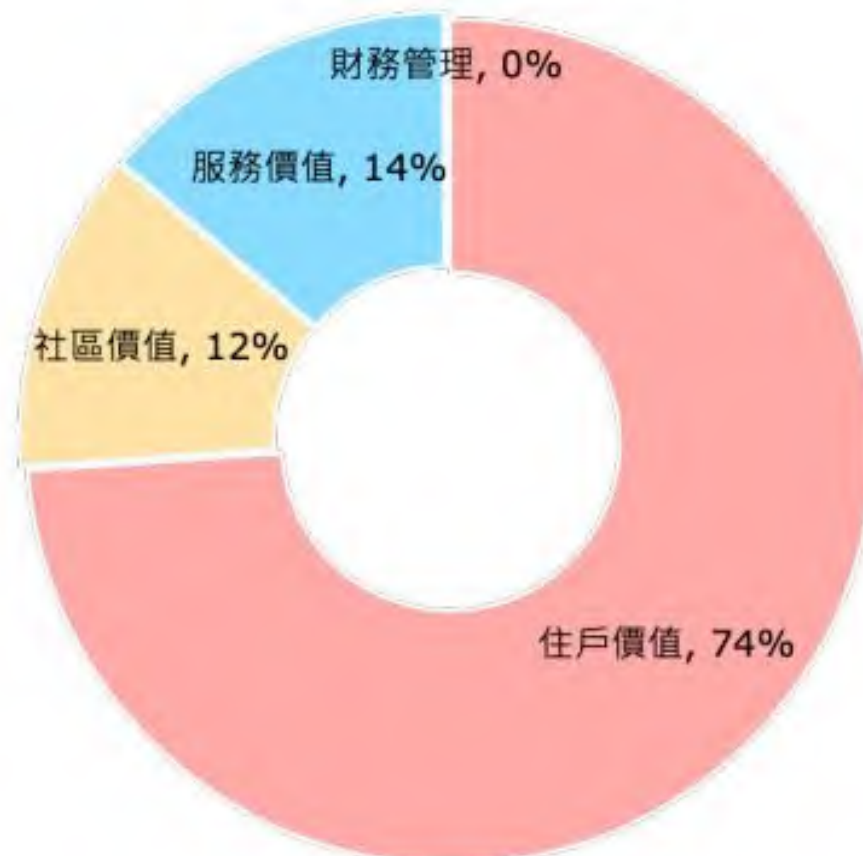


住宅價值創造結構比較：台中社宅 vs 一般民宅

台中社宅影響力估值結構



一般住屋使用價值結構



台中社會住宅SROI

資料來源：

1. 住宅處委託研究 (2024), 臺中市住宅政策社會影響力價值評估.
2. 九典聯合建築事務所內部參考資料：成大綠色魔法學校參考日本統計數據估列之.



侯文詠

人和空間是相互依靠的，當空間結構改變，也會改變人跟人相處的方式跟情感。

(從三合院、日式宿舍到現代建築，我們弄丟了什麼？2025/11 ta專訪)

一個人住，不如
一群人好好生活在一起。