

文 / 蘇姝妃 (東豐纖維企業股份有限公司廠長)

# 舒適又美觀的高齡者服飾 打造時尚從容的銀髮族

根據聯合國統計資料指出，目前全球老年人口已突破6億，占全球總人口比重8.5%，而隨著全球平均壽命的提升，估計未來 20 年內，全球老年人口總數將倍增至11億，占總人口比重13%。同時，美國人口調查與統計局 (US Census Bureau) 的研究報告也指出，到 2050 年全球 65 歲以上的人口將會有 16 億人，約占17%，全球平均壽命預估將從 2015 年的 68.6 歲，增加到 76.2 歲，80 歲以上的「超高齡人口」也將大幅增加，預估會從 2015 年的 1.265 億人成長到4.466億人。<sup>1</sup>

專家以「老化海嘯」比喻這波即將對全球產生巨大衝擊的浪潮。有人擔心因老化致勞動人力降低，會使產業生產停頓、經濟全面崩潰。有人則從危機中看出轉機，眾多高齡人口正在造就一場龐大的銀髮商機，舉凡生活用品、醫療保健、行動通訊、飲食、服飾、休閒娛樂等等需求，幾乎無所不包。世界知名的設計顧問公司IDEO，已著手針對高齡者的設



高美館的銀髮志工群既有智慧又美麗，2015 年藝術家洪素珍的作品《世間女子》便是邀請志工參與的共同創作。  
(高雄市立美術館資料照片，攝影：洪素珍)



失能者服裝經過特殊處理後，可以穿得既舒適又美觀（蘇妹妃提供）



計，打造時尚從容的銀髮族。歐美各知名時尚品牌商，也競相投入高齡者時尚設計的行列。此趨勢將會如滾雪球般越滾越大，成為一股席捲全球的巨大浪潮，這才是「老化海嘯」真正的威力。

然而，無論時尚設計如何翻新花樣，總要顧及服飾的基本要求，如舒適、美觀、功能性、機能性、保暖等。俗話說「三分人，七分妝」，穿著舒適美觀固然是人人所需，筆者乃不揣淺陋，也來湊湊熱鬧、趁熱打鐵，湊合著提供一些選購要點，以免買了不合身、不美觀的服飾。希望能讓高齡者穿得舒適、美觀、時尚又光鮮亮麗。

#### 依體型與需求選擇設計

要談如何穿得美觀，首先當了解自己的體型。究竟是環肥還是燕瘦、矮小或是瘦高，是先天、或者後天因素造成的各類特殊體型，然後再選擇適合的服飾。所謂「人要衣裝，佛要金裝」，了解體型的優缺點，才能夠展現優點、掩飾和修正缺點，穿出美觀，自然能夠展露自信。

- ※瘦高者：可運用大格子、淺色系服裝來修飾。
- ※矮胖者：可應用深色系、細條紋來產生比例上的錯覺效果，顯得高瘦一些。
- ※瘦小者：可運用淺色系、條紋、圖騰或抽細摺設計來修飾。
- ※駝背者 / 斑鳩體型者：可在服裝版型上進行修正（補正）後進行縫製（立體裁剪手法）。
- ※失智者：如行走自如但需留意走失的，可在衣襠內側、袖口側、後龜背內採用繡花、印花，或是採用logo標轉印在衣服上，也可善用新科技智慧

產品設計在服裝上，與家屬連結網絡，例如可將QR Code放在服飾上（標上聯絡方式）。

- ※失能者：對於臥床、坐輪椅者，如需倚賴旁人協助穿著的，其服裝的機能性與功能性可做特殊處理。以西裝外套為例，可以將後中心領片分開、後片背部裁開，刪除背部因為輪椅椅背而擋住的多餘布料，並且在後背部增加黏扣帶或縫釦，以固定外觀。袖口處可以採用開叉，讓手臂容易穿脫，腰間左右側可開邊洞，方便在行動時繫用安全帶；長褲的設計則可以在腰圍至股圍處進行切割設計，便利穿著，並且在後片腰圍處，安上鎖眼釦或是採用黏扣帶（魔術貼）；如果是裙子，則可以採長裙設計，好遮蓋到腳部掩飾缺點，例如一片裙、多片裙、細褶裙等，都是很好的選擇。

#### 美感選擇的秘訣

選購服飾時，部份高齡者或因行動、認知上的問題，得靠家人協助。因此家人也要了解高齡者的喜好，挑選長者喜歡且合適的服飾。下面以圖例說明，列舉出穿著時美觀與不佳的對照，以供參考。

#### 穿用舒適的材質

如何穿得舒適，有3個要點。其一，要選擇在款式、版型上設計得宜的服飾；第二，製成品要能夠符合人體活動的需求，車縫技術宜採用立體車縫法，涵括肢體機能活動量；第三則是應用觸感良好、保暖，涼爽輕盈、富彈性的纖維材質，更可以增進穿著的舒適性。

現代機能性素材琳瑯滿目，筆者依多年實

務經驗，略舉日常生活中，適合各種衣物的質材並說明如下：

- ※吸濕排汗：可快速排除汗水使身體乾燥的材質，常用於運動裝、襯衫、褲裝、休閒服等，還有保暖、免燙、防污等優點。
- ※防蟲抗菌：衣服上滯留人體的汗水或代謝物，容易滋生細菌而產生異味，有礙衛生。有防蟲抗菌特色的材質，適合用於襯衫、內衣、襪子、床單、被套等衣物。此外，防黴、防蹣、防蚊、防過敏、防臭、涼感或芬多精等素材亦屬於此類。
- ※透氣防水：此類材質主要是為了阻擋水分進入，並且能將人體產生的汗水排出衣物之外，讓穿著者感到舒適。這

類材質多半應用在戶外休閒使用的登山服、羽絨衣、夾克衫、自行車服、休閒服等。

- ※抗紫外線：這類屬於防護性服裝的功能需求。高齡者皮膚相較脆弱，台灣又位於亞熱帶氣候，紫外線強烈容易傷害皮膚，造成曬傷，或因累積過多黑色素沉澱，而增加罹患皮膚癌的風險。購買時可查看成份標示，這類的材質經常運用在運動休閒裝、套裝、夾克、袖套、帽子、陽傘等相當多樣。其他如防輻射、防電磁波、防靜電、防燃、防風、夜光、反光等也屬於此類的應用。
- ※智慧機能：服飾材質結合電子科技，應用於醫護保健，例如監測心跳、脈搏、



輪椅者褲裝前片照

坐輪椅時將二支褲管套上至褲檔底處

後片照

後片褲底腿圍處左右將其裁開，使輪椅上易穿脫

側面照

當做在輪椅上外出時，左右邊需覆蓋住二側，故腿圍處不可全部剪開，以免曝光。

後片腰圍處調整照

後中心腰圍左右側加入鬆緊帶設計，且上面縫上魔术贴，具有彈性來調整腰圍舒適度。

(蘇姝妃提供)

體溫、血壓等，透過電子傳輸與遠端遙控，讓家屬或醫護院所能隨時掌握高齡者的身體狀況，即時做適當的處置。

### 小結

綜合以上的介紹，筆者認為要打造時尚從容的銀髮族服裝，讓高齡者穿得既美觀又舒適，簡而言之，離不開以下三個要訣：第一，要了解自己體型的優缺點，適時展現優點，掩飾與補正缺點。選購服飾時能避免穿著後的外觀缺點，即能美化自己的外觀形象；第二，視場合需求適當搭配服飾色彩，不要因為年長而侷限使用無彩色（黑灰白系類），這會使人覺得暮氣沉沉。適當運用亮麗的色彩，不僅可增加活力生趣，令人精神愉悅，更是時尚美的展現；第三，採用機能性彈性纖維服飾產品，兼具舒適與靈活性，讓活動時能夠自由自在、伸展自如。除此之外，要讓整體造型更上一層樓，適當地搭配合宜的髮型、裝飾品（耳環、項鍊、手環、圍巾等）、襪子、鞋子等，更能展現舒適美觀又時尚的穿著。

2017年高雄國際貨櫃藝術節以「銀閃閃樂園」為主題，關心的就是我們現今所面臨的社會高齡化議題。除了以往我們常見的建築設計之外，在「花樣年華」展區，有用老布設計出時尚感的衣服，也有年輕設計師以高齡者為對象，設計出時尚又符合身體機能的服裝。只要在設計上用心，在製作和選材上留意，打造時尚從容的銀髮族，一點都不困難！



(攝影：連美恩)