

南華大學

休閒產業經濟學系碩士班

碩士論文

天氣因素與休閒活動參與之研究

The Study of Weather Factors and Leisure Participation

指導教授: 楊政郎 博士

研究生: 林怡君

中華民國壹零參年陸月

南 華 大 學

休閒產業經濟學系

碩 士 學 位 論 文

論文題目：天氣因素與休閒活動參與之研究

The Study of Weather Factors and Leisure Participation

研究生：林怡君

經考試合格特此證明

口試委員：陳璋在

楊政郎

陳寶媛

指導教授：楊政郎

系主任(所長)：楊政郎

口試日期：中華民國 103 年 5 月 31 日

摘要

本研究旨在瞭解嘉義縣市地區民眾休閒運動參與現況、休閒阻礙因素及天氣因素影響休閒參與狀況，而根據研究結果的發現，提出對嘉義縣市地區之民眾參與休閒活動之建議，並提供政府主管機關規劃民眾因應天氣因素參與休閒活動之參考。本研究以嘉義縣市民眾為研究對象，發放問卷 500 份，取得有效樣本 420 份，有效回收率為 84%。所得資料以描述性統計、獨立樣本 t 檢定、單因子變異數分析來加以處理分析。在調查結果中顯示：嘉義縣市地區民眾休閒活動參與現況中，休閒參與態度方面，以「我認為休閒活動對每個人都很重要」為最首要；而在休閒參與功能中，則以「參與休閒活動給我自信心與成就感」影響最大。休閒阻礙因素的構面上，以結構性阻礙為最高；其中以距離遠近、休閒設施優劣及家庭經濟的影響較高。而天氣因素影響休閒參與方面，以溫度變化影響最高，其中以炎熱高溫因素影響民眾參與休閒活動最鉅。在不同居住地、教育程度及參與對象之嘉義縣市民眾在休閒活動參與現況中有顯著差異；但在不同性別、年齡、職業、所得水準、家庭人口數及休閒頻率上則沒有顯著差異。不同年齡、職業、教育程度、參與對象及休閒頻率之嘉義縣市民眾在休閒活動阻礙因素上有顯著差異；但在不同性別、居住地、所得水準及家庭人口數上則沒有顯著差異。此外，不同性別、年齡、職業、教育程度、參與對象及休閒頻率之嘉義縣市民眾在天氣因素影響休閒參與上有顯著差異；但在不同居住地、所得水準及家庭人口數上則沒有顯著差異。

關鍵詞：休閒活動、休閒參與、休閒阻礙、天氣因素

Abstract

This research aims to find out the present participation, constraint factors and weather factors on leisure participation of the residents in Chiayi area, and make suggestions based on the results for people to participate in leisure activities and for authorities' organization to work out leisure activities which people can participate in any weather types. The study used the residents of Chiayi as the research object. The study sent out 500 questionnaires and recovered 420 questionnaires with 84% of the valid recovery rate. The result data is analyzed through descriptive statistics, t-test, and one-way ANOVA. The major findings are presented as follows: In participation in leisure activities, for the attitudes of leisure participation, people think that leisure activities are helpful for them. And for the functions of leisure participation, people think that taking part in leisure activities can get confidence and achievement from these activities. For constraint factors of leisure activities, the structural constraint is the main discouragement that restrains people from participating in these activities. Distance, facilities and financial condition influence most. For leisure participation influenced by weather factors, high temperature is the main factor that influences people most. People with different residence, educations and companions make significant difference to their participation in leisure activities, but those who are different in genders, ages, occupations, monthly income, numbers of family and the frequency of leisure participation show no difference. People with different ages, occupations, educations, companions and the frequency of leisure participation make significant difference to the constrains, but those who are different in genders, residences, monthly income and numbers of family make no difference. People with different genders, ages, occupations, educations, companions and the frequency of leisure participation make significant difference to leisure participation influenced by weather factors, but those who are different in residences, monthly income and numbers of family show no difference.

Keywords: Leisure Activities, Leisure Participation, Leisure Constraint, Weather Factors



目錄

1	緒論	1
1.1	研究背景與動機	1
1.2	研究問題與流程	3
2	文獻回顧	4
2.1	休閒的發展與定義	4
2.2	休閒參與的定義與休閒功能之探討	6
2.3	休閒活動的參與現況	8
2.4	休閒活動阻礙的定義與因素之探討	9
2.5	天氣因素對休閒參與之研究	11
3	研究方法	13
3.1	研究假設	13
3.2	研究流程	15
3.3	問卷設計與資料處理方法	15
4	研究結果與討論	19
4.1	樣本結構分析	19
4.2	信度測試	21
4.3	描述性統計分析	23
4.3.1	休閒活動參與現況量表分析	23
4.3.2	休閒活動阻礙量表分析	25

4.3.3	天氣因素量表分析	26
4.4	差異性分析	27
4.4.1	不同性別對各構面之差異性分析	28
4.4.2	不同年齡對各構面之差異性分析	29
4.4.3	不同居住地對各構面之差異性分析	31
4.4.4	不同職業對各構面之差異性分析	33
4.4.5	不同教育程度對各構面之差異性分析	35
4.4.6	不同所得對各構面之差異性分析	37
4.4.7	不同家庭人數對各構面之差異性分析	37
4.4.8	不同休閒頻率對各構面之差異性分析	38
4.4.9	不同休閒參與對象對各構面之差異性分析	41
5	結論與建議	43
5.1	結論	43
5.2	建議	44
	參考文獻	46

表目錄

4.1	不同背景變項資料分析	20
4.2	休閒活動參與情形	21
4.3	不同構面之信度分析結果	22
4.4	不同構面之信度分析結果	24
4.5	休閒活動參與現況量表分析	25
4.6	休閒活動阻礙量表分析	26
4.7	天氣因素量表分析	27
4.8	不同性別對各構面之差異性分析	28
4.9	不同年齡對各構面之差異性分析	30
4.10	不同居住地對各構面之差異性分析	32
4.11	不同職業對各構面之差異性分析	34
4.12	不同教育程度對各構面之差異性分析	36
4.13	不同所得對各構面之差異性分析	38
4.14	不同家庭人數對各構面之差異性分析	39
4.15	不同休閒頻率對各構面之差異性分析	40
4.16	不同休閒參與對象對各構面之差異性分析	42

第 1 章緒論

台灣在時代變遷之下，隨著經濟發展以及政府政策改變，民眾在忙於工作之同時，為減輕工作壓力，身心靈放鬆及健康養生意識逐漸抬頭。故，近幾年各項休閒活動逐漸受到重視，甚至趨於多元性。然而，並非每個人在參與休閒活動過程中均能隨心所欲，因著各種不同理由，如：時間、工作、學習及費用種種因素而影響民眾參與休閒活動的意願。本研究即欲探討天氣因素對嘉義縣市地區民眾參與休閒活動現況及其休閒阻礙之關連性。

1.1 研究背景與動機

近年來臺灣經濟結構改變，由傳統產業轉為以工商業為主之社會型態，導致國民所得普遍提升，加上政府自 2001 年起全面實施周休二日制度，使民眾閒暇時間增多，因而個人參與休閒活動的機會增多。政府對工作時數明文規定，直接使休閒時數增加，多項與休閒相關的建設與政策反應出社會對休閒的需求與重視，更顯示出休閒時代的來臨（黃千珊，1999）。而根據交通部觀光局對國人旅遊的調查狀況顯示，從國人旅遊受訪者中，與八十年、八十二年、八十四年三次國民旅遊調查結果比較，以八十四年九四·七%的受訪者曾經外出旅遊的比率最高（張文禎，2001）。由此數據顯示，國人已不如往昔只在乎工作，不重視休閒，因而逐年提高休閒比率。在此也說明了，「休閒活動」一詞不再只是一般名詞，而是國人生活當中所積極追求的活動之一。為追求更高生活品質，滿足自我成就及創造美好健康人生，休閒活動已成為民眾之間流行的共同話題。

在工作型態轉變之下，工作壓力增加，現代人為了紓解工作及生活壓力，更為了自身健康著想，因此，休閒活動成為國人生活的基本需求。由於經濟結構改變、國民可支配所得提高，加上文化水準提升，民眾所受到各方面的刺激也增多，因而國人可從事的休閒活動種類也隨之多樣性。民眾參與休閒活動中，期望能從休閒活動中獲得各種可以增進正常社交活動的機會，藉此體驗不同的生活角色，並調適身心平衡，以減少行為偏差。個體若能從休閒活動中獲得滿足個體需求與

成就，將有助於建立其統整性之人格，使其消除現代生活所承受之壓力和緊張，以便增強其能力之恢復和再創造力的表現 (詹皓宇, 2001)。在有關運動與心理健康方面的文獻結果指出，規律運動不論是對健康或心理障礙者，皆有達到放鬆心情、改善自我概念、自我形象及減低憂鬱與焦慮等功效 (Weyerer and Kupfer, 1994)。若個人能從事規律性的運動，可增進身體健康、預防疾病與肥胖，也能減輕沮喪與焦慮引發的精神疾病，進而促進心理健康並提升生活品質等。由上述各學者觀點可知，休閒不僅僅是傳統觀念中的休息、休憩，而是有不事勞動生產或學習，活化身心的意思。因此，「休閒」在現代人的生活中扮演著愈來愈重要的角色。

雖說現代社會中，經濟能力提升、休閒活動意識抬頭，國人休閒風氣日漸盛行，參與休閒活動的意願也比以往增加。但也因著工作型態隨時代轉變，新興產業衍然而生，民眾為因應此改變，所需投入工作的時間及精力增加，此對於參與休閒活動的意願與能否規律進行活動，均受到或多或少の影響。衛福部國民健康署也在 2014 年針對國小學齡兒童調查，目前學齡兒童因過多著重靜態生活，因而導致學童缺乏運動，導致近視、肥胖等問題而影響身心健康。一般民眾在工作與經濟上考量，而學生在教育政策逐年修訂之下，多元學習壓力大，再加上個人對休閒所抱持的態度、個人價值觀念、及所從事的休閒活動相關知識技能培養等，也都造成休閒阻礙。由此可知，個人能否克服其阻礙，進而順利從事休閒活動，增進身體健康及自我實現，實值得探討。

如前所述，個人參與休閒活動的意願雖然較以往傳統社會高，然也因生活型態改變，並非每個人都能順利參與休閒活動，或從事休閒活動過程中遇到困難及阻礙。其阻礙因素諸如：經濟、時間、工作、學業及天氣等。而在地球暖化天候變化差異大的環境之下，天氣因素確實對民眾參與休閒活動產生了影響。在 2014 年氣象局發布天氣狀況指出 2014 年 1、2 月戶外天氣變得又濕又冷，週休二日人潮大減。由於天氣不佳，加上氣溫下探，戶外休閒地點遊客人數相對減少很多。以桃園縣拉拉山風景區為例，桃園縣風景區管理處統計，以往每天約有二千五百名旅客，2014 年 2 月週休二日僅約一半人數到遊，主要是戶外天氣不好，溫度又比較低，旅客出遊意願降低。而 2014 年 3 月報導也指出，天候及經濟都不佳，去年台灣自行車出口值下滑 3.39%。台灣自行車輸出公會在第 27 屆台北國際自行車展的展前記者會中指出，2013 年台灣自行車出口值的下滑，探究其原因來自 2013 年全球經濟的偏弱，歐美天氣也不好，影響了自行車的休閒運動和需求。由此可知，經濟狀況與休閒參與狀況受天氣變化影響。而除上述諸如時間配合、費用、場地、參與人員等因素對休閒參與產生影響之外，本研究欲探討天氣因素是否在嘉義地區也對民眾參與休閒

活動產生影響。

1.2 研究問題與流程

根據上述研究背景與動機，本研究欲探討天氣變化影響之下，是否對民眾之休閒參與意願產生影響，而本研究主要探討的問題如下：

1. 了解嘉義縣市民眾參與休閒活動現況為何？
2. 了解嘉義縣市民眾參與休閒活動的阻礙因素為何？
3. 探討天氣因素與嘉義縣市民眾參與休閒活動的相關性為何？

而根據上述問題，研究者訂出本研究之流程，步驟說明如下：

1. 擬定研究主題：經準備工作後，訂定以嘉義縣市地區民眾為主體，以天氣因素與休閒活動參與及休閒阻礙之關聯性為研究主軸。
2. 研究背景及動機：根據研究目的進行相關文獻之蒐集與整理，深入探討在全球暖化氣候變遷，對民眾參與休閒活動的相關性。
3. 研究對象：本研究對象以嘉義縣市500位民眾進行研究。
4. 相關文獻探討：蒐集並探討有關天氣變化因素、休閒阻礙、休閒活動參與之相關文獻後，建立相對應的理論架構。
5. 建立研究架構：針對研究主題與目的，並參考相關文獻，建立研究架構。
6. 選擇研究方法：本研究採用問卷調查法，分析相關的理論與研究成果。
7. 問卷設計：本研究參考國內、外，有關休閒參與現況、休閒阻礙、天氣因素之文獻進行問卷設計。

第 2 章文獻回顧

本研究旨在探討嘉義地區民眾在天氣因素對其休閒活動參與現況及休閒阻礙之相關性，因此，本章將與本研究相關之文獻，分別加以探討、整理分析，作為本研究之理論基礎。共分為五節，第一節說明休閒的發展與定義；第二節說明休閒參與的定義與休閒功能之探討；第三節說明休閒活動的參與現況；第四節說明休閒活動阻礙的定義與因素之探討；第五節探討天氣因素與休閒參與之研究。

2.1 休閒的發展與定義

十八世紀工業革命前，屬傳統農業社會，在無工業發展之下，所謂的生產機具可說是少之又少，大部份都是以人力、獸力為主要的生產條件，人們必須日出而作、日落而息，以體力來換取生活所需。因此，休閒活動常被視為偷懶安逸、貪圖享樂的行為表現，所以在傳統社會平民階級中，休閒應是不被認可的。而能從事休閒活動的，多是社會階級較高者如貴族等人。此情形可反應在十六世紀文藝復興時期，當時雖名為休閒活動之黃金時代，但休閒卻也僅僅是貴族的專利，無法普及至平民階層。而到了工業革命之後，機器逐漸取代人力的生產方式。使得空閒的時間跟著增加。休閒活動概念逐漸被大眾重視。到了二十一世紀休閒已是普及的名詞。

關於「休閒」(leisure) 之定義，由於時代變遷，及各個專家學者從不同角度的觀點，其定義具有複雜和多樣的特徵，茲分別由字源方面、哲學觀點、社會學觀點、時間觀點、活動觀點以及心靈體驗觀點分述如下：從字源看來，休閒 (Leisure) 一字源於拉丁文的 Licere，有「被允許」之意，而後又引申出 Loisir (法文字，意即「自由時間」) 和 License(意即「許可」) 兩字。因此，「休閒」，可說是行動的自由；另一方面，Leisure 的定義則源於希臘字的 Schole，意指「學習活動」，在古希臘時代，貴族仍有許多自由時間享有休閒活動，因為他們有奴隸代其勞動，因此，休閒在古希臘時代意味著是一種生活學習，且有自由狀態及具有精神啟蒙作用的積極意義。而現代人

將其視為可自由運用的時間來從事非工作及生活所需以外的活動，這些活動是具有學習意義或是能獲得某些體驗與感受的。而亞里斯多德以哲學觀點提出，休閒即為存有的狀態，自然界要求我們做好工作，更要做好休閒，兩者都重要，但休閒比工作重要，因為休閒給了我們生活的快活及娛樂，有了愉悅的生活，才有活動、工作的動力。故，亞里斯多德將休閒定義為「免於生活瑣事後，為了休閒本身的目的去完成的活動」，在當時音樂及沉思被視為最有價值的休閒，因為音樂可以陶冶心靈，而沉思能追求真理和快樂。故，亞氏認為休閒是指個人在必要的勞動之外的心理狀態或心智自由的狀態，在這樣的心境下所從事的各種活動都是為了個人本身的目的和好處。希臘哲學家是以內在動機來鼓勵人們從事休閒，而不是藉助外在獎懲來迫使人們去做某種特定休閒。因此，希臘人很重視休閒對內心的重要性，把休閒視為個人身體健康、精神愉悅的基石，且休閒也提供人際互動的媒介，甚而扮演個人社會化過程，學習休閒的態度和休閒技能的重要角色，因此休閒是為提昇生活品質。根據西方的古典傳統，休閒非但意味著一種沉思冥想、自我充實、與自我實現的境界，同時也是象徵著幸福和快樂的泉源，更是生命價值之所在。對這個傳統而言，休閒是無所為而為的活動、是一種允許個人得以探究真理的狀態，而休閒的精髓就在於它是一種非功利性、無實用價值、完全發自內在動機對真理與生命的探索（葉智魁，2003）。

以社會學觀點來看休閒，休閒活動並不是偶發的行動，而是具有其社會的意義與基礎，甚至有其社會網絡。Kelly (1972) 指出，從微觀的角度來看，指的是個人的休閒體驗與少數人或小團體之間的互動與動態。另外，以宏觀的觀點來看，則以團體、機構或是組織，甚至文化乃至國家與全球的角度來看休閒此種社會現象。由上述可知，從社會學觀點看來，休閒活動是個體建構社會行為體系的基礎，其在兒童時期所經歷的休閒行為對日後所從事的休閒活動及其參與意願具有重要影響。因此，家庭在個體進行休閒社會化過程中扮演著極重要的角色。小孩子藉由角色扮演遊戲，學習大人的社會行為，藉此建立其所認知的社會價值體系。人們透過休閒活動參與來擴展視野，培育休閒態度，學習休閒技能，因而維持或提昇人際關係和社會互動。

而就時間觀點來看，自工業革命後，機器取代了人力，使得人們工作時間減少，休息的時間逐漸增加，對於這段可以自由支配的時間，能夠予以適當的運用，是非常重要的。從時間觀點來看休閒的涵義，休閒是滿足生存及維持生活以外，可以自由運用的時間。也就是扣除工作、生活所需，所剩餘的時間，我們可以自由運用、從事自己想做的活動。例如對上班族而言，是指在工廠、辦公室、商店等工作時間以外，能依自身意願做事的時間；對學生而言，扣除在學校的上課時間、

補習、通車、做家事及作功課、睡覺、吃飯、盥洗等時間之外，可自由運用的時間內。

再以活動觀點來看休閒，休閒參與的目的應該是帶給人在工作壓力之下有紓解的作用、給人的感受是正向積極，在參與過程中可使自己心靈愉悅、增進自己知識技能、有益身體健康且提高自我成就的活動。Dumazedier(1967) 爲了區分哪些可稱爲休閒活動，將人類所從事的活動大致分爲四種類型：有報酬性的工作，例如工作活動、家庭義務性的活動，例如洗衣、煮菜及整理家務等、社會責任性的活動，例如志工義工服務、參與公益活動等及自我充實、自我實現的活動，例如參加運動比賽、學習技藝等，而其中只有第四類的活動能夠稱爲休閒。

最後，從心靈觀點來看休閒，休閒不僅是促進身體健康，也是一種釋放生活上各種壓力，使身心靈放鬆的活動。休閒主要是一種富於精神性的休閒觀，它不以外在的形式表達；其所強調的是自由舒暢的心境、自我實現，甚至超越自我真實的心智狀態，感受休閒本身所帶來的樂趣及心靈解放，以達到滿足自我內在的目的。因此，Pieper(1963) 將休閒視爲一種心理態度與一種心靈的處境。由此觀點來定義休閒，其所著重的是如何透過休閒活動來自我充實以豐富心靈及確立其生命的價值。

綜合以上的觀點，休閒的定義就是：從字源來看，指的是自由時間所從事的學習活動。就哲學觀點來看，是指個人在學習勞動時間之餘所從事的活動，已達到身心充實愉悅的狀態。就社會觀點來看，個人經由參與休閒活動，來達到社會化的過程，建構社會認知。就時間觀點來看，是指人們去除維持生活所需時間之後，所剩餘的時間，稱爲空閒時間。從活動來說，在免去義務、責任所從事較爲自由、個人的活動，稱爲休閒活動。就心靈體驗觀點而言，不強調外在形式，而以自由舒暢的心境、自我實現，甚至超越自我真實的心智狀態，感受休閒本身所帶來的樂趣及心靈解放，以達到滿足自我內在的目的。

2.2 休閒參與的定義與休閒功能之探討

如前所述，休閒參與即是非工作性質的活動，可以在工作、求學之外自由選擇參與或不參與及自由選擇所參與的活動 (吳文銘, 2001)。休閒活動是參與某種特定活動的頻率或象徵個人普遍所參與的休閒活動類型 (陳中雲, 2001)。它是個人對休閒活動的內在興趣、價值或需求所引發從事的休閒行爲和休閒經驗 (謝文真, 2001)。休閒參與也可說是一種由目標導引，有所爲而爲之行爲，其目的在滿足休閒參與者個人生理、心理及社會的需求 (簡鴻楨, 2003)。亦即在閒暇時，

人們是按照自由意願、毫無受強迫的去從事活動，並在從事休閒活動過程當中可使自身身心狀況恢復，且滿足個人自我成就、鍛鍊強健體魄或促進親子關係，進而達到增廣見聞與自我實現的目的。高俊雄 (1999) 也曾提及休閒參與可說是在必要時間及義務時間以外，參與某種活動的頻率與情形。個人對休閒活動的產生興趣、感覺有其價值性或有需求而引發從事休閒的行為和經驗即可稱為休閒參與 (謝文真, 2001)。休閒參與更可以說是人們在閒暇時，主動、毫無受強迫的去從事自己喜歡、有興趣的活動，並且在從事過程及事後可以恢復身心、滿足個人需求，進而達到自我實現的目的 (薛文惠, 2008)。

「休閒參與」可以定義為扣除個人工作、學習時間，所剩下的空閒時間，基於個人身心健康，紓解壓力之因素，所進行自己意願所選擇、配合自己興趣與能力而從事的各種活動。藉此獲得心靈精神滿足、維持生活上自我肯定、拓展人際關係、激發個人創造力，因而提升生活層面與品質。

參與休閒活動能帶給個人或社會有何益處或害處呢？休閒能否改善個人身心狀況，或帶來壞處？正當的休閒對於個人而言，可以增進身心健康、培養創造力與毅力、增長人際關係、拓展生活領域以及養成良好習慣；而就家庭社會而言，增進家人之間情誼、促進人際關係、使人們因參與休閒活動而互相了解，無形中提高社會意識，促使社會更加團結。在休閒的功能上，林秋芸 (2001) 指出其具有社會工作的三大功能：(一) 發展：老人得以尋回因過去工作上能力未及且樂意的休閒活動，以充實晚年。(二) 預防：使壽命延長、身心愉快，使生活快樂更有意義。(三) 治療：藉由休閒活動，得到精神支持，透過友誼互動，發現生命的意義，進而適應社會。在休閒活動的益處上分為四大類：第一在個人方面—促進身心健康，包括消除疲勞、恢復體力、鬆弛筋骨、滿足好奇心、成就感以達到自我實現等。第二在家庭方面—家庭之中有相同興趣並共同參與，使全家獲得共同樂趣增進情感。第三在社會方面—由於休閒活動對個人及家庭皆有所助益，間接就能促進社會風氣的安定和樂，以及維持社會結構的穩定，提高國民生活的素質。第四在經濟方面—由於休閒活動可以消除疲勞，提高人們的工作情緒及工作效率，間接的提高生產率，促進經濟成長。

李維靈 (2005) 也指出休閒也具有 4R 的功能，包括：Relax-休閒具有放鬆或釋放的本質，亦即從平時例行性或不滿意的事物中跳脫或從活動中停止；Rest-因為人們需要抒解身心疲勞，故休閒具有恢復、休息的意義；Recreation-休閒是由活動中獲得樂趣，無論是主動參與或被動參與，均可從中獲得技能及知識；Renew-休閒具有再造、創新、實現自我的積極面向，以及自我更新的功能，使得個體在尋求新經驗的同時，更能由促進生活的輕鬆自在。綜上所述，休閒的功能

對個人而言，不僅能促進身體心理健康，更能拓展人際關係、增長知識見聞、達到自我實現。就家庭而言，促進家人情感及家庭和諧幸福氣氛。就社會整體而言，促進工作效率、提升經濟發展、建立和樂安定之社會。

2.3 休閒活動的參與現況

如前所述，休閒的功能不僅帶給個人如身心健康、壓力解放、自我實現，家庭氣氛和諧，有助經濟發展及替社會創造許多福祉。然而在傳統觀念中，社會風氣保守，生活單純，只著重於工作與學習而忽視了休閒的重要，隨著社會型態的變遷，農業社會轉為工業社會，國民所得提高，閒暇時間相對增多，國民生活素質亦隨之改善，休閒活動的重視也應運而生。

休閒活動對個人發展具有極大影響，特別是幼童與青少年處於人格養成、心靈成長時期，應特別留意其所選擇的休閒活動。故，休閒活動內涵必須符合孩童及青少年生理、心理、社會與文化等各個層面的需求。若沒有受到適當引導，將會造成不良後果，例如：身心受傷害、影響學習態度、壓抑潛能的發揮，甚至自我放棄而導致犯罪，在成年之後，將帶給自己、家人及社會極大的遺憾，造成社會嚴重問題。而對於成年人亦然，成年人忙於工作與生活，若未能透過正當管道參與休閒活動，以紓解工作及生活上大大小小壓力，將使個人精神或身體狀況受到嚴重影響，推及整個社會、國家，將影響甚鉅。修惠蘭（1985）在研究台北市就業者的休閒狀況時發現，其最常參加的休閒活動為看電影、聽廣播或錄音帶、逛街、其他球類、郊遊；共同參與的夥伴以朋友、家人為主；想參加或很少參加的休閒活動依次則為旅行、駕車、學語言、游泳、打高爾夫球、露營等。文崇一（1988）以台灣都會區居民休閒活動為研究對象的研究中發現，都會區民眾經常從事的前六項休閒活動為：種花及養盆栽、看電視電影錄影帶、聽收音機、聽音樂、看小說雜誌或非小說及與朋友餐敘或聊天。何福田（1990）發現青少年最喜歡的前五項依序為：球類活動、登山露營、遊覽名勝、觀賞電視、戶外遊戲等。最常參與的前五項休閒活動依序為：觀賞電視、球類活動、聊天聚會、收聽廣播、觀賞電影。調查中雖指出青少年偏好球類或體能活動，但最常參與的活動為觀賞電視，而體能活動比率較少，成年人對此現象應有所留意。

除了國內學者提出的研究，國外學者也針對不同對象調查其參與休閒活動的現象。Kleiber（1986）也針對美國中西部郊區高中生的休閒活動調查，發現高中生喜歡的活動類型分為鬆弛性的休閒活動以及轉換型的休閒活動，提供個人在休閒過程中所獲得主觀經驗，藉以聯結成人後的

休閒活動, 如運動、藝術、嗜好等。

上述之研究結果, 國內年輕族群的休閒活動較偏向媒體型一類, 其中以看電視居多, 較年長的族群則偏向知識性、藝文性或體能性; 而國外民眾較重視運動型、社交型或者社會性活動。相較之下, 休閒參與因年齡或區域性不同而有所差異。國內因著政府全面實施週休二日, 政府也逐漸重視休閒議題, 在改善休閒設施方面也多所著力; 而十二年國教課程推行, 強調多元適性學習, 學生不再只是單純重視「讀書」, 民眾休閒活動種類也應有所調整, 不應再侷限在少數休閒活動類型上。

2.4 休閒活動阻礙的定義與因素之探討

個人因其興趣、偏好或能力來選擇其最適合自己的休閒活動, 但在參與過程中, 或許因為工作學業、時間、家庭經濟因素或天氣因素等各種原因而受影響, 因此而產生阻礙。在個人偏好一項休閒活動, 但受到種種因素影響, 而使個體無法或很少參與以及中斷參與休閒活動的各種因素, 這些因素則稱為「休閒阻礙」。Crawford & Godbey(1987), Ellis & Rademacher(1986) 及張良漢 (2002) 等人指出個人參與休閒活動時, 可能受某些因素的支配或干擾, 這些因素可能導致個體不願意參與休閒活動、中斷休閒活動、或使得個體無法獲得休閒滿足感, 這些因素統稱為休閒阻礙。人們原本就存有休閒的偏好, 由於休閒阻礙因素的介入, 才使得此休閒偏好無法實現或參與。也就是說如果沒有休閒阻礙的介入, 人們的休閒偏好便可以繼續維持。國內外提出休閒阻礙定義的中外學者眾多, Ellis & Rademacher (1986) 認為休閒阻礙是任何阻礙或限制個人參與休閒活動的頻率 (frequency)、持久性 (duration) 及參與品質 (quality) 的因素。而影響個體在休閒時間內, 不喜歡或不願意投入參與的休閒運動, 如: 球類運動、戶外運動、民俗運動、舞蹈、健身活動、技擊運動及水上活動等身體活動的理由或因素。

張少熙 (2003) 指出時間、經費、工作壓力、體能、個人能力、興趣、同伴等, 是佔較高比例的休閒活動阻礙因素。由此可知, 休閒阻礙就是當個體欲從事休閒活動時, 不論內在因素 (如: 個人生理、心理狀況) 或外在因素 (如: 環境優劣、工作、時間不足), 凡是影響個體是否投入、參與意願與頻率或是否具持續性等因子, 均屬休閒阻礙。

而談及休閒阻礙因素, 如前所述, 現代人因科技技術與經濟改進, 人民參與休閒活動的閒暇時間增多, 休閒活動選擇也隨之多元化, 但人們在從事休閒活動中仍存在著或多或少的內外阻

礙因素,因而造成無法持續進行其休閒活動。就整體而言, Crawford & Godbey(1987) 將休閒阻礙因素分為三種類型,分別為 1. 個人內在阻礙: 是指個人內在心理狀況或態度而影響其休閒喜好或參與的因素,如壓力、憂鬱、信仰、焦慮、自我能力、及對適當休閒活動的主觀評價等因素; 2. 人際阻礙: 係指個體因沒有適當或足夠的休閒伙伴,而影響其休閒喜好或參與的外在因素; 3. 結構性阻礙: 指影響個體休閒喜好或參與的外在因素,如休閒資源、休閒設備、時間、金錢及休閒機會等因素。Chubb, M., and Chubb, H. (1981) 將休閒阻礙分類: 1. 外在阻礙因素: 外在經濟因素、人口因素、社會結構、社會型態、犯罪和破壞公物之情形、都市的混亂與戰爭、資源的變化(未開發資源、開發中資源、已開發資源)、交通問題。2. 個人阻礙因素: 個性、知覺與態?、知? 和技能、性別、年齡與生命週期、文化與次文化的影響、目標和生活型態、居住地區、職業類型、個人收入及分配、可利用之休閒時間。在研究阻礙個體休閒喜好與休閒活動參與的影響因素中,可歸納出以下三類: 1. 個體內在阻礙 (Intrapersonal Constraints)-個體因內在的心理狀態或態度,而影響其休閒喜好或參與,如壓力、憂慮、信仰、焦慮、自我能力及對適當休閒活動之主觀評價等。係指個人的心理狀態以及歸因與休閒偏好相互影響,進而在偏好與參與之間形成了阻礙。2. 人際間阻礙 (Interpersonal Constraints)-人際互動或個人特質之間關係影響的結果,這種阻礙可能相互影響偏好與繼續的參與,也可能影響穩定參與的休閒活動。3. 結構性阻礙 (Structural Constraints)-指介入休閒偏好與阻礙之間的因素。

一般民眾的休閒阻礙主要以「工作壓力」,其次依序為設備或場地過度擁擠、不易找到同伴一起參與、離家太遠 (Searle & Jackson, 1985)。Kay & Jackson(1991) 的研究中也指出阻礙休閒參與因素以「金錢」及「時間」為最主要的休閒阻礙因素。國內學者對休閒阻礙因素也多所研究。在國內情形中,一般民眾的休閒阻礙因素多數以時間、場地、缺乏指導、費用負擔、交通問題等為主;另依序為沒有友伴、沒有興趣、體力問題、課業問題、資訊不足、環保問題、運動技巧、家人問題、教育程度等 (沈易利, 1999)。而若針對不同族群來調查其休閒阻礙因素,其原因略有所差異。江澤群、林國瑞 (2001) 在針對高中職學生研究發現: 天氣因素、缺乏運動場所、缺乏時間、缺乏運動器材、缺乏友伴等為其休閒阻礙因素。若以中學教師為調查對象,則其阻礙因素為: 時間因素、天候因素、同伴因素、場地設施、器材設備、興趣因素、場所缺乏經營管理等 (張少熙, 2003)。另外以大學教師所調查出的休閒阻礙因素則為氣候狀況不佳、工作繁忙、工作時間太長、運動場所空氣不好、使用場所有時間的限制等為主要因素 (張文騰, 2004)。不論調查

對象為何，個人在參與休閒活動過程中，或多或少因個人內在因素，或外在因素而受到干擾。

根據上述研究結果可發現，不同性別、年齡、居住區域、職業、收入、教育程度等背景變項之對象，參與休閒活動阻礙之因素與分類亦有所差異，本研究將根據 Crawford and Godbey (1987) 所提出的理論，將阻礙因素分類為：「個人內在阻礙」、「人際阻礙」、「結構性阻礙」等三個構面，做為分析及討論時之依據。

2.5 天氣因素對休閒參與之研究

從過去百年以來，台灣天氣逐漸產生變化，根據中央氣象局統計資料顯示，2008年時，全台灣平均溫度上升0.8度，比同期全球平均升溫的兩倍。冬季低溫的天數雖然減少，但冬季平均溫度常出現十度以下之低溫；相對於夏季溫度，屢創新高，動輒將近四十度，且高溫日數增加，加上台灣海島型氣候，夏季常受颱風豪雨影響，甚至受大陸沙塵暴影響，空氣品質不佳，在如此劇烈變化的天氣狀況下，多少影響民眾從事休閒活動，如：戶外旅遊等的意願。而在國際間情況亦然，2014年2月，因俄羅斯出現暖冬，使得降雪量減少，影響了俄羅斯索溪冬季奧運比賽，2010年的溫哥華冬季奧運，氣溫高於平均溫度，使得比賽問題連連，主辦單位還動用直升機運雪。「氣候經濟學」一書中提到天氣決定人們的休閒活動(范瑞薇譯，2006)，書中提到：自行車工業需要宜人的天氣；遊戲市場需要壞天氣。由於2002年德國嚴重水災，自行車銷售嚴重受此影響，而到了2003年夏天熱浪頻襲，反而吸引了大量喜歡曬太陽及熱愛戶外運動之德國人外出，連帶創造出自行車市場銷售力，亦即影響人們的休閒習慣。而在瑞典也有類似情況，自行車市場銷售情況端視天氣、流行和購買力而定，瑞典自行車多在春季銷售，天氣多晴暖和舒適時，銷售就增加，亦即天氣狀況良好，願意外出從事休閒活動的人數增多。而天氣狀況不好時，促使德國的遊戲盒與電腦遊戲軟體銷售額大幅增加，顯示出陰雨綿綿使得人們不願外出從事戶外休閒活動。由此可知，人們的生活型態及休閒活動都受到天氣好壞而影響。天氣宜人舒適時，人們會多參與戶外休閒活動，而天氣狀況與環境品質不佳時，可能影響了其參與休閒活動的意願。

莊慧秋(1994)在研究台北市民對戶外休閒活動感到不滿意的因素發現依序為人太擁擠、體力不夠、環境污染、天氣惡劣、提不起興趣、交通擁擠等。雖天氣因素並非第一要素，但確實對民眾參與休閒活動中有其影響力。張少熙(2000)也曾以台北市不同年級學生為研究對象，結果發現阻礙參與的因素為天候因素、興趣、時間、器材裝備、個性、安全因素、場地設備、同伴、經

費、技術等。江澤群、林國瑞 (2001) 針對高中職學生調查其休閒阻礙因素為天氣因素、缺乏運動場所、缺乏時間、缺乏運動器材、缺乏友伴等。胡信吉 (2003) 研究花蓮地區青少年的休閒活動的阻礙因素, 以時間因素和課業壓力為最高, 其次為天候、家人態度和休閒場所距離。王禎祥 (2003) 以台北市學童為對象, 參與休閒運動的阻礙因素前十項依序為: (1) 氣候因素不佳 (2) 課業繁重 (3) 健康情形不佳 (4) 沒有多餘的時間 (5) 運動時會有危險 (6) 家人的反對 (7) 場地設施不足 (8) 器材設備不足 (9) 自己的個性 (10) 老師的反對。沈清華 (2006) 在研究軍官休閒阻礙與休閒參與關係, 結果得知最高的前五項為「交通擁塞」、「活動安全性」、「休假不正常」、「參加時天氣狀況」、「費用太高」。洪升呈、辛麗華 (2010) 以大專學生為研究對象, 發現以「天氣不適合」、「休閒活動地點或設施收費太高」、「認識的人太忙, 所以無法與我一起參與」等因素會影響休閒參與意願。而阻礙最高的天氣不適合因素中, 主要原因是台灣的地理位置處在亞熱帶地區, 天氣高溫、紫外線強, 間接影響外出活動的意願。

綜觀上述各專家學者研究結果, 我們可以發現在不同的研究對象中, 其休閒運動阻礙因素亦不盡相同, 對一般民眾而言, 其阻礙因素以時間、場地、夥伴、天氣、環境品質為主; 對教師族群而言, 其阻礙因素則以工作、夥伴、家務、氣候、場地設備為主; 而對學生而言, 其阻礙因素以時間、費用、升學課業、氣候變化為主。總而言之, 雖休閒阻礙因素眾多, 而天氣影響休閒活動參與, 在各族群中都有或多或少之影響。由此可知, 天氣因素對民眾參與休閒活動的意願, 佔有重要影響成分。

第 3 章 研究方法

本研究旨在探討天氣因素對嘉義縣市地區休閒阻礙與休閒參與的影響，以進行分析探討。本章共分爲三個部分來說明，第一節爲研究假設；第二節爲研究流程；第三節爲問卷設計與資料處理方法。茲分別陳述如下：

3.1 研究假設

本研究依據研究目的、問題與相關文獻探討，擬定本研究架構。本研究之主要目的在瞭解天氣因素對嘉義地區民眾在休閒阻礙及休閒參與之影響，並探討不同背景變項之嘉義地區民眾在休閒阻礙及休閒參與之關係。根據研究問題與相關文獻探討的結果，本研究將提出下列假設：

假設一：不同背景變項之嘉義縣市民眾休閒活動參與現況無顯著差異。

1. 不同性別民眾參與休閒活動的現況無顯著差異。
2. 不同年齡民眾參與休閒活動的現況無顯著差異。
3. 不同居住地民眾參與休閒活動的現況無顯著差異。
4. 不同職業民眾參與休閒活動的現況無顯著差異。
5. 不同家庭月收入總所得民眾參與休閒活動的現況無顯著差異。
6. 不同教育程度民眾參與休閒活動的現況無顯著差異。
7. 不同家庭人口數參與休閒活動的現況無顯著差異。
8. 不同休閒頻率參與休閒活動的現況無顯著差異。
9. 不同參與對象參與休閒活動的現況無顯著差異。

假設二：不同背景變項之嘉義縣市民眾休閒活動參與阻礙無顯著差異。

1. 不同性別民眾休閒活動參與阻礙無顯著差異。
2. 不同年齡民眾休閒活動參與阻礙無顯著差異。
3. 不同居住地民眾休閒活動參與阻礙無顯著差異。
4. 不同職業民眾休閒活動參與阻礙無顯著差異。
5. 不同家庭月收入總所得民眾休閒活動參與阻礙無顯著差異。
6. 不同教育程度民眾休閒活動參與阻礙無顯著差異。
7. 不同家庭人口數休閒活動參與阻礙無顯著差異。
8. 不同休閒頻率休閒活動參與阻礙無顯著差異。
9. 不同參與對象休閒活動參與阻礙無顯著差異。

假設三：不同背景變項之嘉義縣市民眾於天氣因素參與休閒活動無顯著差異。

1. 不同性別民眾於天氣因素參與休閒活動的現況無顯著差異。
2. 不同年齡民眾於天氣因素參與休閒活動的現況無顯著差異。
3. 不同居住地民眾於天氣因素參與休閒活動的現況無顯著差異。
4. 不同職業民眾於天氣因素參與休閒活動的現況無顯著差異。
5. 不同家庭月收入總所得民眾於天氣因素參與休閒活動的現況無顯著差異。
6. 不同教育程度民眾於天氣因素參與休閒活動的現況無顯著差異。
7. 不同家庭人口數於天氣因素參與休閒活動的現況無顯著差異。
8. 不同休閒頻率於天氣因素參與休閒活動的現況無顯著差異。
9. 不同參與對象於天氣因素參與休閒活動的現況無顯著差異。

3.2 研究流程

本研究流程，由指導教授指導學生閱讀與研究領域相關文獻，經由閱讀文獻，概念形成確立後，請教指導教授確認研究主題，根據研究主題蒐集整理相關文獻，在發展出本研究觀念架構的主軸後，經由指導教授與相關專家學者審視後，進行問卷設計與調查，並將資料彙整後進行統計分析，最後將研究結果進行討論與建議。

本研究之進行包括準備、資料蒐集整理及完稿三階段，步驟分為蒐集相關文獻資料、分析文獻內容、設計研究工具、問卷發放、資料處理與分析，以及提出研究結論與建議，分述如下：在蒐集整理相關文獻資料方面，研究之初為蒐集天氣因素、休閒阻礙以及休閒參與等相關文獻，並依據文獻內容發展出研究目的以及欲探討的問題。在分析文獻內容方面，蒐集相關資料後，透過文獻分析法瞭解天氣因素、休閒阻礙以及休閒參與之定義與相關影響因素後，開始撰寫本文部分內容。同時透過文獻內容的分析，擬定問卷問題和研究工具。

設計研究工具方面，透過相關的資料蒐集後，開始進行研究工具之設計。主要研究工具為問卷調查，做為了解民眾休閒參與現況，以及不同天氣型態與休閒阻礙的相關性。問卷調查上，是以嘉義縣市民眾為研究對象，進行問卷發放。主要方式是透過問卷調查，希望能夠瞭解民眾的休閒參與現況以及在天氣因素影響下與其休閒阻礙的關連性。在資料處理與分析方面，則是將所蒐集到的問卷資料鍵入電腦之中，並以 SPSS 19.0 進行分析，並根據所得之結果進行說明與討論。最後在提出研究結論與建議上，根據文獻、問卷等資料的輔助和檢證，撰寫研究成果。進而提出建議，期望民眾重視與積極參與休閒活動，更希望政府機關相關單位規劃完善符合民眾需求的休閒活動與設施。

3.3 問卷設計與資料處理方法

本研究旨在研究天氣因素對休閒阻礙與休閒參與的影響，以嘉義縣市民眾分為學生及非學生兩類作為母群體進行抽樣。問卷總份數為 500 份，分別在嘉義縣發出 300 份問卷，回收 287 份問卷，回收率達 95.6%；嘉義市發出共 200 份問卷，回收 176 份問卷，回收率達 88%，剔除兩區無效問卷共 43 份，嘉義縣市回收有效問卷共 420 份，有效回收率為 84%。為達到本研究目的，我們採用問卷調查法來蒐集相關資訊，有關休閒活動參與及休閒阻礙部份所使用題項之編製係參考胡明哲

(2008) 及游贊薰 (2010) 等人之研究問卷, 配合本研究之需求加以修改而成, 共設計 46 個題項。

問卷內容包含四個部分, 第一部分為「個人基本資料」, 第二部分為「休閒參與現況」, 第三部分為「休閒阻礙因素」, 第四部份為「天氣因素」。

(一) 個人基本資料

1. 性別: 分為男性與女性兩種。
2. 年齡: 分為 10-20 歲及 21 歲以上等兩項。
3. 現在居住地: 分嘉義縣與嘉義市兩個地區。
4. 職業類別: 分為學生與非學生等兩項。
5. 家庭月收入總所得: 分為 20,000 以下、20,000-30,000、30,000-50,000、50,000-80,000、80,000 以上等五項。
6. 教育程度: 分為國中 (含以下) 及高中 (職) 以上等兩項。
7. 家庭人口數: 分為 3 人、4 人、5 人及 6 人以上等四項。

(二) 休閒活動參與現況

本研究用以分析休閒活動參與現況之量表, 係引用游贊薰 (2010) 所編制的休閒活動參與量表, 分成休閒參與現況、休閒參與態度及休閒參與功能等三個層面。此一部分主要目的在了解嘉義縣市民眾休閒活動參與現況之探討研究實際情形, 內容為: 休閒活動參與時間為何、休閒頻率高低、與何者共同參與休閒活動、經由何種管道獲得休閒活動訊息、民眾休閒偏好、從事休閒活動的目的為何, 等共計有 7 題。並採用李克特 (Likert scale) 五點量表的方式計分, 選答「非常不同意」、「不同意」、「沒意見」、「同意」、「非常同意」分別給予 1、2、3、4、5 分, 量表各題目得分愈高, 表示休閒參與態度與休閒參與功能愈高, 反之則愈低。其問卷題目如下: 休閒參與態度構面之我會邀請家人朋友一起與休閒活動、我認為休閒活動對每個人都很重要、我希望可以增加我的休閒時間; 而休閒參與功能構面之參與休閒活動可以紓解我的身心壓力、參與休閒活動給我自信心與成就感、休閒活動可以讓我面對挫折與打擊以及休閒活動可以增加我的人際關係等題項。

(三) 休閒阻礙因素

本研究採用的休閒活動阻礙量表, 係引用胡明哲 (2008) 所編制的休閒動阻礙量表, 量表內容共有 3 個構面, 分成個人內在阻礙、人際阻礙及結構性阻礙等三個層面, 13 道題目的休閒活動阻礙量表。並採用李克特 (Likert scale) 五點量表的方式計分, 選答「非常不同意」、「不同意」、「沒意見」、「同意」、「非常同意」分別給予 1、2、3、4、5 分, 量表各題目得分愈高, 表示休閒阻礙愈高, 反之則愈低。其問卷題項如下: 個人內在阻礙構面之我無法在休閒活動的參與中獲得成就感、我的家人或朋友覺得這項活動不安全、身體健康狀況影響我從事休閒活動、個人沒有興趣參與休閒活動、個人沒有習慣參與休閒活動; 在人際阻礙構面之學業及工作壓力影響我從事休閒活動、沒有時間影響我參與休閒活動、沒有人可以陪伴我參與休閒活動、認識的人沒有足夠技巧可以和我共同參與休閒活動; 以及結構性阻礙構面下之家庭經濟影響我參與休閒活動、休閒設施優劣影響我參與休閒活動、距離遠近影響我參與休閒活動以及資訊因素影響我參與休閒活動等題項。

(四) 天氣因素

本研究採用的天氣因素量表分析天氣因素影響休閒活動, 量表內容共包含 3 個構面 (溫度高低構面、雨量多寡構面及環境品質構面), 14 道題目。並採用李克特 (Likert scale) 五點量表的方式計分, 選答「非常不同意」、「不同意」、「沒意見」、「同意」、「非常同意」分別給予 1、2、3、4、5 分, 量表各題目得分愈高, 表示天氣因素對休閒活動參與的影響愈高, 反之則愈低。其問卷題項如下: 溫度高低構面下之氣溫寒冷時會影響到我從事休閒活動的意願、氣溫涼爽舒適會影響到我從事休閒活動的意願、高溫炎熱會影響到我從事休閒活動的意願; 而雨量多寡構面之寒流或下雪時會影響到我從事休閒活動的意願、天氣晴朗我才會從事休閒活動、下雨天會影響到我從事休閒活動的意願、水氣變化會影響到我從事休閒活動的意願、不同季節會影響到我從事休閒活動的意願、水氣多寡會影響我從事休閒活動的意願; 最後, 環境品質構面下之紫外線強度會影響我參與休閒活動的意願、空氣品質會影響我參與休閒活動的意願、溼度高低會影響我參與休閒活動的意願、風力強弱會影響我參與休閒活動的意願與環境品質 (噪音、人潮) 會影響我選擇休閒活動種類等題項。

在計分方面, 本量表係採用李克特 (Likert scale) 五點量表的方式計分, 從「非常不同意」、「不同意」、「沒意見」、「同意」、「非常同意」分別給予 1、2、3、4、5 分, 由受試者就李克特量表上, 依受試者本身最適合的尺度上打勾, 量表各題目得分愈高, 表示天氣因素影響休閒參與與阻礙愈高, 反

之則愈低。

在資料處理與分析方面，本研究在正式問卷施測後，依據有效問卷回收的資料，採用量化研究方法，以 SPSS 19.0 套裝軟體進行資料處理與統計分析，顯著水準設為 5%，由分析結果說明本研究所獲得之結論。根據研究目的與研究假設，所需要的統計分析方法包括：描述性統計分析、獨立樣本 t 檢定、單因子變異分析等。依序介紹如下：1. 描述性統計分析 (descriptive statistics)：本研究針對嘉義縣市民眾背景資料及休閒活動參與現況之得分，以次數分配、百分比、平均數及標準差等方法來加以統計。2. 獨立樣本 t 檢定 (t-test)：本研究以受訪者性別、年齡、居住地、職業及教育程度作為自變項，探討其在休閒參與現況、休閒參與阻礙以及天氣因素等構面上是否有顯著的差異存在。3. 單因子變異分析 (one-way ANOVA)：本研究以所得水準、家庭人數、休閒頻率及休閒參與對象作為自變項，探討其在休閒參與現況、休閒阻礙以及天氣因素等構面上是否有顯著的差異存在。

第 4 章研究結果與討論

本章旨在將問卷調查法所獲得的各項資料進行相關之統計分析，以瞭解天氣因素對嘉義縣市民眾休閒活動參與及休閒活動阻礙的影響，其結果內容將依研究問題之不同依序加以敘述，共分為四節，第一節為樣本結構分析；第二節為信度測試；第三節為描述性統計分析；第四節為差異性分析。茲分別陳述如下：

4.1 樣本結構分析

表 4.1 為人口統計變項之分佈情形，分別按照性別、年齡、現在居住地、職業類別、家庭月收入總所得、教育程度及家庭人口數等七項；在性別方面，「男性」人數有 234 人，佔 55.7%；「女性」人數有 186 人，佔 44.3%。在年齡方面：「10-20 歲」人數共 354 人，佔總人數 84.3%；而「21 歲以上」人數共 66 人，佔總人數佔 15.7%。居住於「嘉義縣」的人數為 275 人，佔全體的 65.5%；居住於「嘉義市」的人數為 145 人，佔全體的 34.5%。職業類別分為兩類，「學生」人數為 348 人，佔總人數的 82.9%；「非學生」人數為 72 人，佔總人數的 17.1%。

家庭月收入總所得「小於兩萬」的人數為 40 人，佔總樣本數的 9.5%；「2 萬-3 萬」的人數為 67 人，佔總樣本數的 16.0%；「3 萬-5 萬」的人數為 114 人，佔總樣本數的 27.1%；「5 萬-8 萬」的人數為 91 人，佔總樣本數的 21.7%；而「8 萬以上」的人數為 108 人，則佔總樣本數的 25.7%。教育程度為「國中以上」的人數為 330 人，佔全體人數中的 78.6%；而「高中以上」的人數為 90 人，佔全體人數中的 21.4%。家庭人口數在「3 人以下」的民眾人數為 56 人，佔母群體數的 13.3%；家庭人口數為「4 人」的民眾人數為 148 人，佔母群體的 35.2%；家庭人口數為「5 人」的民眾人數為 118 人，佔母群體的 28.1%；而家庭人口數為「6 人以上」的民眾人數為 98 人，則佔母群體的 23.3%。

表 4.2 為休閒活動參與情形，在參與頻率方面，其中選擇「每天一次以上」的民眾人數為 136

表 4.1: 不同背景變項資料分析

變數	選項	人數	百分比 (%)
性別	男性	234	55.7
	女性	186	44.3
年齡	10-20	354	84.3
	21 以上	66	15.7
現在居住地	嘉義縣	275	65.5
	嘉義市	145	34.5
職業類別	學生	348	82.9
	非學生	72	17.1
家庭月收入總所得	小於 2 萬	40	9.5
	2 萬-3 萬	67	16.0
	3 萬-5 萬	114	27.1
	5 萬-8 萬	91	21.7
	8 萬以上	108	25.7
教育程度	國中以上	330	78.6
	高中以上	90	21.4
家庭人口數	3 人以下	56	13.3
	4 人	148	35.2
	5 人	118	28.1
	6 人以上	98	23.3

資料來源: 本研究整理

人, 佔總體的 32.4%; 「每週一次」的民眾人數為 120 人, 佔總體的 28.6%; 而「每週 2-3 次」的民眾人數為 164 人, 則佔總體的 39.0%。共同從事休閒活動的主要對象選擇「獨自一人」的民眾人數為 86 人, 佔總人數 20.5%; 「家人陪同」的民眾人數為 150 人, 佔總人數 35.7%; 「同學或同事」的民眾人數為 47 人, 佔總人數 11.2%; 「朋友」的民眾人數為 137 人, 佔總人數 32.6%。

表 4.2: 休閒活動參與情形

變數	選項	人數	百分比 (%)
休閒頻率	每天一次以上	136	32.4
	每週一次	120	28.6
	每週 2-3 次	164	39.0
休閒對象	獨自一人	86	20.5
	家人陪同	150	35.7
	同學或同事	47	11.2
	朋友	137	32.6

資料來源: 本研究整理

4.2 信度測試

信度是測驗測量所得結果的一致性或者其穩定性, 或測驗實際反應出真實量數程度的一種指標 (吳明隆, 2005)。在測量所得的分數中誤差所佔比率降低時, 表示真實特質所佔的比率也就相對性提高, 亦即信度細數會增高。本研究以 Cronbach's Alpha 係數來考驗量表的內部一致性。表 4.3、表 4.4 將分別以各個不同構面來說明:

在「休閒活動參與態度」構面: 分析休閒活動參與態度構面中的各題項中, 其總量表顯示 α 值為 0.75, 就應有足夠的信度。而各題項刪除後 α 值都未超過 0.75, 顯示刪除任一題項也不會增加整體的信度, 因此在此構面中無須刪除任何題項。在「休閒活動參與的功能」構面: 由休閒活動參與功能的構面中可知, 其總量表的 α 值為 0.51, 即應有足夠的信度。在題項第 16 題中, 其 α 值為 0.81, 故在刪除題項第 16 題後, 其可信度提高為 0.81, 因此要刪除此題項。

在「休閒活動參與的個人內在阻礙」構面: 在休閒活動參與個人內在阻礙的構面中可知, 其總量表的 α 值為 0.80, 即應有足夠的信度。在題項第 22 題中, 其 α 值為 0.84, 由此可之, 在刪除

表 4.3: 不同構面之信度分析結果

題號	問卷題項	修正的 項目總 相關	刪項後 α 值	整體 α 值
休閒參與態度				0.75
13.	我會邀請家人朋友一起與休閒活動	0.51	0.74	
14.	我認為休閒活動對每個人都很重要	0.68	0.55	
15.	我希望可以增加我的休閒時間	0.56	0.68	
休閒參與功能				0.51
16.	參與休閒活動可以紓解我的身心壓力	0.21	0.81	
17.	參與休閒活動給我自信心與成就感	0.56	0.34	
18.	休閒活動可以讓我面對挫折與打擊	0.41	0.40	
19.	休閒活動可以增加我的人際關係	0.47	0.39	
個人內在阻礙				0.80
20.	我無法在休閒活動的參與中獲得成就感	0.61	0.76	
21.	我的家人或朋友覺得這項活動不安全	0.64	0.74	
22.	身體健康狀況影響我從事休閒活動	0.37	0.84	
23.	個人沒有興趣參與休閒活動	0.73	0.72	
24.	個人沒有習慣參與休閒活動	0.65	0.74	
人際阻礙				0.69
25.	學業及工作壓力影響我從事休閒活動	0.43	0.65	
26.	沒有時間影響我參與休閒活動	0.48	0.62	
27.	沒有人可以陪伴我參與休閒活動	0.51	0.60	
28.	認識的人沒有足夠技巧可以和我共同參與休閒活動	0.47	0.62	

註: 刪項後 α 值代表該項目被刪除時的 Cronbach's α 值

題項第 22 題後，其可信度提高為 0.84，因此要刪除此題項。在「休閒活動參與的人際阻礙」構面：分析休閒活動參與的人際阻礙構面的各題項中，其總量表顯示 α 值為 0.69，就應有足夠的信度。而各題項在刪除後 α 值都未超過 0.69，顯示刪除任一題項也不會增加整體的信度，因此在此構面中無須刪除任何題項。在「休閒活動參與的結構性阻礙」構面：由休閒活動參與結構性阻礙構面中的各題項中顯示，其總量表顯示 α 值為 0.85，就應有足夠的信度。而各題項刪除後 α 值都未超過 0.85，顯示刪除任一題項也不會增加整體的信度，因此在此構面中無須刪除題目。在「天氣因素溫度」構面：在分析天氣因素溫度構面的各題項中，其總量表顯示 α 值為 0.87，即應有足夠的信度。而各題項刪除後其值都未超過 0.87，表示刪除任一題項也不會增加整體的信度，因此在此構面中無須刪除題目。在分析「天氣因素雨量」構面下的題項：在天氣因素雨量的構面中可知，其總量表的 α 值為 0.89，即應有足夠的信度。而在題項第 37 題中，其 α 值仍為 0.89，由此得知，在刪除題項第 37 題後，其可信度提高為 0.89，因此要刪除第 38 題。在分析「天氣因素環境品質」構面下的題項：在天氣因素環境品質的構面中可知，其總量表的 α 值為 0.86，即應有足夠的信度。而在題項第 46 題中，其 α 值仍為 0.86，由此可知，在刪除題項第 46 題後，其可信度提高為 0.86，因此要刪除此題項。

4.3 描述性統計分析

4.3.1 休閒活動參與現況量表分析

表 4.5 指出本研究休閒活動參與現況的構面排序中，「休閒參與態度」構面平均值為 4.27，「休閒參與功能」構面的平均值為 4.04。表 4-5 中也指出本研究休閒活動參與現況構面題項平均值排序中，在構面平均數第一高的「休閒參與態度」中，題項平均數最高為「14. 我認為休閒活動對每個人都很重要」，其平均數為 4.45、其次為「15. 我希望可以增加我的休閒時間」其平均數為 4.41，最後為「13. 我會邀請家人朋友一起參與休閒活動」，其平均數為 3.96；在構面平均數次高的「休閒參與功能」中，題項平均數最高為「17. 參與休閒活動給我自信心與成就感」，其平均數為 4.15、其次為「19. 休閒活動可以增加我的人際關係」，其平均數為 4.08，最後為「18. 休閒活動可以讓我面對挫折與打擊」，其平均數為 3.90。

表 4.4: 不同構面之信度分析結果

題號	問卷題項	修正的 項目總 相關	刪項後 α 值	整體 α 值
	結構性阻礙			0.85
29.	家庭經濟影響我參與休閒活動	0.62	0.84	
30.	休閒設施優劣影響我參與休閒活動	0.70	0.81	
31.	距離遠近影響我參與休閒活動	0.74	0.79	
32.	資訊因素影響我參與休閒活動	0.72	0.80	
	溫度			0.87
33.	氣溫寒冷時會影響到我從事休閒活動的意願	0.76	0.80	
34.	氣溫涼爽舒適會影響到我從事休閒活動的意願	0.73	0.83	
35.	高溫炎熱會影響到我從事休閒活動的意願	0.75	0.81	
	雨量			0.89
36.	寒流或下雪時會影響到我從事休閒活動的意願	0.72	0.87	
37.	天氣晴朗我才會從事休閒活動	0.59	0.89	
38.	下雨天會影響到我從事休閒活動的意願	0.74	0.87	
39.	水氣變化會影響到我從事休閒活動的意願	0.79	0.86	
40.	不同季節會影響到我從事休閒活動的意願	0.73	0.87	
41.	水氣多寡會影響我從事休閒活動的意願	0.70	0.87	
	環境品質			0.86
42.	紫外線強度會影響我參與休閒活動的意願	0.69	0.82	
43.	空氣品質會影響我參與休閒活動的意願	0.76	0.80	
44.	溼度高低會影響我參與休閒活動的意願	0.70	0.82	
45.	風力強弱會影響我參與休閒活動的意願	0.68	0.82	
46.	環境品質會影響我選擇休閒活動種類	0.53	0.86	

註: 刪項後 α 值代表該項目被刪除時的 Cronbach's α 值

表 4.5: 休閒活動參與現況量表分析

題號	題項	平均數	標準差	構面平均
	休閒參與態度			4.27
14	我認為休閒活動對每個人都很重要	4.45	0.85	
15	我希望可以增加我的休閒時間	4.41	0.84	
13	我會邀請家人朋友一起參與休閒活動	3.96	1.02	
	休閒參與功能			4.04
17	參與休閒活動給我自信心與成就感	4.15	0.92	
19	休閒活動可以增加我的人際關係	4.08	0.93	
18	休閒活動可以讓我面對挫折與打擊	3.90	1.05	

資料來源: 本研究整理

4.3.2 休閒活動阻礙量表分析

表 4.6 顯示本研究在休閒活動阻礙構面排序中，休閒活動阻礙各構面平均值皆在 2.00 以上。其中以「結構性阻礙」構面的平均值最高，其平均數為 2.83，其次為「人際阻礙」2.63，而以「內在阻礙」，其平均數為 2.00 得分最低。而分析本研究休閒阻礙各構面題項平均數值排序，在構面平均數最高的「結構性阻礙」中，題項平均數最高為「31. 距離遠近影響我參與休閒活動」，其平均數為 2.99，其次為「30. 休閒設施優劣影響我參與休閒活動」，其平均數為 2.97，再其次為「32. 資訊因素影響我參與休閒活動」，其平均數為 2.91，最後為「29. 家庭經濟影響我參與休閒活動」，其平均數為 2.49；在構面平均數次高的「人際阻礙」中，題項平均數最高為「25. 學業及工作壓力影響我從事休閒活動」，其平均數為 3.05，其次為「26. 沒有時間影響我參與休閒活動」，其平均數為 2.84 及「28. 認識的人沒有足夠技巧可以和我共同參與休閒活動」，其平均數為 2.36，最後為「27. 沒有人可以陪伴我參與休閒活動」，其平均數為 2.29；在構面平均數排序最後的「內在阻礙」中，題項平均數最高為「21. 我的家人或朋友覺得這項活動不安全」，其平均數為 2.15，其次為「20. 我無法在休閒活動的參與中獲得成就感」，其平均數為 2.02，再其次為「24. 個人沒有習慣參與休閒活動」，其平均數為 1.95，最後為「23. 個人沒有興趣參與休閒活動」，其平均數為 1.87。

表 4.6: 休閒活動阻礙量表分析

題項	題項	平均數	標準差	構面平均
	結構性阻礙			2.83
31	距離遠近影響我參與休閒活動	2.99	1.28	
30	休閒設施優劣影響我參與休閒活動	2.97	1.22	
32	資訊因素影響我參與休閒活動	2.91	1.24	
29	家庭經濟影響我參與休閒活動	2.49	1.23	
	人際阻礙			2.63
25	學業及工作壓力影響我從事休閒活動	3.05	1.25	
26	沒有時間影響我參與休閒活動	2.84	1.21	
28	認識的人沒有足夠技巧可以和我共同參與 休閒活動	2.36	1.10	
27	沒有人可以陪伴我參與休閒活動	2.29	1.13	
	內在阻礙			2.00
21	我的家人或朋友覺得這項活動不安全	2.15	1.01	
20	我無法在休閒活動的參與中獲得成就感	2.02	0.94	
24	個人沒有習慣參與休閒活動	1.95	1.03	
23	個人沒有興趣參與休閒活動	1.87	1.00	

資料來源: 本研究整理

4.3.3 天氣因素量表分析

表 4.7 指出本研究在天氣因素構面排序中, 天氣因素各構面平均值皆在 3.13 以上。其中以「溫度變化」構面的平均值最高, 其平均數為 3.40, 其次為「雨量多寡」, 其平均數為 3.36, 而以「環境品質」, 其平均數為 3.13 得分最低。在天氣因素各構面題項平均數值排序, 在構面平均數最高的「溫度變化」中, 題項平均數最高為「35. 高溫炎熱會影響我從事休閒活動的意願」, 其平均數為 3.47, 其次為「34. 氣溫涼爽舒適會影響我從事休閒活動的意願」, 其平均數為 3.40, 最後為「33. 氣溫寒冷時會影響我從事休閒活動的意願」, 其平均數為 3.34; 在構面平均數次高的「雨量多寡」中, 題項平均數最高為「38. 下雨天會影響我從事休閒活動的意願」, 其平均數為 3.44, 其次為「36. 寒流或下雪時會影響我從事休閒活動的意願」, 其平均數為 3.43 以及「41. 雨量多寡會影響我從事休閒活動的意願」, 其平均數為 3.43, 第四為「39. 水氣變化會影響我從事休閒活動的意

願」, 其平均數為 3.38, 最後為「40. 不同季節會影響我從事休閒活動的意願」, 其平均數為 3.14; 在構面平均數排序最後的「環境品質」中, 題項平均數最高為「43. 空氣品質會影響我參與休閒活動的意願」, 其平均數為 3.32, 其次為「42. 紫外線強度會影響我參與休閒活動的意願」, 其平均數為 3.23, 再其次為「45. 風力強弱會影響我參與休閒活動的意願」, 其平均數為 3.04, 最後為「44. 濕度高低會影響我參與休閒活動的意願」, 其平均數為 2.96。

表 4.7: 天氣因素量表分析

題號	題項	平均數	標準差	構面平均
	溫度變化			3.40
35	高溫炎熱會影響我從事休閒活動的意願	3.47	1.18	
34	氣溫涼爽舒適會影響我從事休閒活動的意願	3.40	1.30	
33	氣溫寒冷時會影響我從事休閒活動的意願	3.34	1.21	
	雨量多寡			3.36
38	下雨天會影響我從事休閒活動的意願	3.44	1.23	
36	寒流或下雪時會影響我從事休閒活動的意願	3.43	1.22	
41	雨量多寡會影響我從事休閒活動的意願	3.43	1.26	
39	水氣變化會影響我從事休閒活動的意願	3.38	1.19	
40	不同季節會影響我從事休閒活動的意願	3.14	1.26	
	環境品質			3.13
43	空氣品質會影響我參與休閒活動的意願	3.32	1.23	
42	紫外線強度會影響我參與休閒活動的意願	3.23	1.26	
45	風力強弱會影響我參與休閒活動的意願	3.04	1.21	
44	濕度高低會影響我參與休閒活動的意願	2.96	1.19	

資料來源: 本研究整理

4.4 差異性分析

爲了瞭解嘉義縣市不同性別、不同年齡、不同居住地、不同職業及不同教育程度的民眾在休閒活動參與上是否有差異性存在, 本節將以 t 檢定考驗性別、年齡、居住地、職業及教育程度; 並以單因子變異數分析考驗不同所得水準、家庭人數、休閒參與頻率及休閒參與對象在休閒參與現

狀、休閒阻礙及天氣因素三個層面是否有顯著差異，並以0.05 為顯著水準。

4.4.1 不同性別對各構面之差異性分析

表 4.8 顯示出不同性別在休閒參與、休閒阻礙及天氣因素影響休閒的平均是否不同，其結果分述如下：在休閒參與態度的層面，男生的平均數為4.21，女生的平均數為4.34，t 統計量為-1.84，在5%的顯著水準之下，無法拒絕二者平均數相同的假設，顯示在休閒活動參與態度之層面，男生與女生並沒有差異。而在休閒參與功能的層面，男生的平均數為4.05，女生的平均數為4.03，t 統計量0.25，在5%的顯著水準之下，無法拒絕二者平均數相同的假設，顯示在休閒活動參與功能之層面，男生與女生並沒有差異。

表 4.8: 不同性別對各構面之差異性分析

問卷選項	男生	女生	檢定統計量
休閒參與態度	4.21 (0.86)	4.34 (0.56)	-1.84 (0.06)
休閒參與功能	4.05 (0.92)	4.03 (0.70)	0.25 (0.79)
內在阻礙	2.00 (0.91)	1.99 (0.69)	0.09 (0.92)
人阻阻礙	2.59 (0.89)	2.68 (0.79)	-1.06 (0.28)
結構性阻礙	2.83 (1.07)	2.85 (0.99)	-0.21 (0.83)
溫度	3.27 (1.18)	3.56 (0.96)	-2.79** (0.00)
雨量	3.28 (1.09)	3.45 (0.94)	-1.71 (0.08)
環境品質	3.04 (1.09)	3.25 (0.95)	-2.04** (0.04)

註：男性的樣本數目為234，女生的樣本數目為186，合計420個。男性與女性空格內的數字，在小括符上方為平均數，小括符內為標準差。在檢定統計量格子內的數字，小括符上方為 T 值，小括符內為機率值。而**代表在5%的顯著水準之下，拒絕虛無假設。

休閒阻礙之個人內在阻礙層面, 男生的平均數為 2.00, 女生的平均數為 1.99, t 統計量為 0.09, 在 5% 的顯著水準之下, 無法拒絕二者平均數相同的假設, 顯示在個人內在阻礙之層面, 男生與女生並沒有差異。至於在人際阻礙層面, 男生的平均數為 2.59, 女生的平均數為 2.68, t 統計量為 -1.06, 在 5% 的顯著水準之下, 無法拒絕二者平均數相同的假設, 顯示在人際阻礙之層面, 男生與女生並沒有差異。而在結構性阻礙層面, 男生的平均數為 2.83, 女生的平均數為 2.85, t 統計量為 -0.21, 在 5% 的顯著水準之下, 無法拒絕二者平均數相同的假設, 顯示在結構性阻礙之層面, 男生與女生並沒有差異。

天氣因素影響休閒活動中, 在溫度高低的層面, 男生的平均數為 3.27, 女生的平均數為 3.56, t 統計量 -2.79, 在 5% 的顯著水準之下, 拒絕男生的平均數等於女生的平均數的假設, 女生平均數大於男生平均數, 顯示女生比男生參與休閒活動時更在意溫度高低, 來決定是否從事此休閒活動。在雨量多寡的層面, 男生的平均數為 3.28, 女生的平均數為 3.45, t 統計量為 -1.71, 在 5% 的顯著水準之下, 無法拒絕二者平均數相同的假設, 顯示在雨量多寡影響休閒參與層面上, 男生與女生並沒有差異。最後在環境品質的層面, 男生的平均數為 3.04, 女生的平均數為 3.25, t 統計量 -2.04, 在 5% 的顯著水準之下, 拒絕男生的平均數等於女生的平均數的假設, 而女生平均數大於男生平均數, 顯示女生比男生參與休閒活動時更在意環境品質。

4.4.2 不同年齡對各構面之差異性分析

表 4.9 顯示不同年齡對於休閒參與、休閒阻礙及天氣因素影響休閒參與的平均是否不同, 其結果分述如下: 在休閒參與態度的層面, 10-20 歲民眾的平均數為 4.24, 21 歲以上民眾的平均數為 4.42, t 統計量為 -2.76, 在 5% 的顯著水準之下, 無法拒絕二者平均數相同的假設, 顯示在休閒活動參與功能之層面, 10-20 歲民眾與 21 歲以上民眾並沒有差異。而在休閒參與功能的層面, 10-20 歲民眾的平均數為 4.04, 女生的平均數為 4.06, t 統計量為 -0.23, 在 5% 的顯著水準之下, 無法拒絕二者平均數相同的假設, 顯示在休閒活動參與功能之層面, 10-20 歲民眾與 21 歲以上民眾並沒有差異。

在個人內在阻礙層面, 10-20 歲民眾的平均數為 2.00, 21 歲以上民眾的平均數為 1.97, t 統計量為 0.39, 在 5% 的顯著水準之下, 無法拒絕二者平均數相同的假設, 顯示在個人內在阻礙之層面, 10-20 歲民眾與 21 歲以上民眾並沒有差異。

表 4.9: 不同年齡對各構面之差異性分析

問卷選項	10-20	21以上	檢定統計量
休閒參與態度	4.24 (0.78)	4.42 (0.42)	-2.76 (0.06)
休閒參與功能	4.04 (0.86)	4.06 (0.60)	-0.23 (0.81)
內在阻礙	2.00 (0.87)	1.97 (0.51)	0.39 (0.69)
人際阻礙	2.62 (0.86)	2.65 (0.73)	-0.26 (0.78)
結構性阻礙	2.77 (1.05)	3.20 (0.88)	-3.12** (0.00)
溫度	3.35 (1.13)	3.67 (0.88)	-2.16** (0.03)
雨量	3.32 (1.07)	3.53 (0.77)	-1.82 (0.07)
環境品質	3.11 (1.07)	3.25 (0.82)	-0.95 (0.34)

註:10-20歲的樣本數目為354, 21歲以上的樣本數目為66, 合計420個。男性與女性空格內的數字, 在小括符上方為平均數, 小括符內為標準差。在檢定統計量格子內的數字, 小括符上方為 T 值, 小括符內為機率值。而**代表在5%的顯著水準之下顯著異於0。

在人際阻礙層面中, 10-20 歲民眾的平均數為 2.62, 21 歲以上民眾的平均數為 2.65, t 統計量為 -0.26, 在 5% 的顯著水準之下, 無法拒絕二者平均數相同的假設, 顯示在人際阻礙之層面中, 10-20 歲民眾與 21 歲以上民眾並沒有差異。

而在結構性阻礙層面, 10-20 歲民眾的平均數為 2.77, 21 歲以上民眾的平均數為 3.20, t 統計量為 -3.12, 在 5% 的顯著水準之下, 拒絕 10-20 歲民眾的平均數等於 21 歲以上民眾的平均數的假設, 顯示 21 歲以上民眾的結構性阻礙大於 10-20 歲民眾結構性阻礙, 認為家庭經濟、休閒設施優劣、距離遠近及資訊便利與否等原因會影響其休閒參與意願。

天氣因素影響休閒活動中, 在溫度高低的層面, 10-20 歲民眾的平均數為 3.35, 21 歲以上民眾的平均數為 3.67, t 統計量 -2.16, 在 5% 的顯著水準之下, 拒絕 10-20 歲民眾的平均數等於 21 歲以上民眾的平均數的假設, 顯示 21 歲以上民眾比 10-20 歲民眾參與休閒活動時更在意溫度高低, 以溫度高低來決定是否從事此休閒活動。

在雨量多寡的層面, 10-20 歲民眾的平均數為 3.32, 21 歲以上民眾的平均數為 3.53, t 統計量為 -1.82, 在 5% 的顯著水準之下, 無法拒絕二者平均數相同的假設, 顯示在雨量多寡影響休閒參與層面上, 10-20 歲民眾與 21 歲以上民眾並沒有差異。

而在環境品質的層面, 10-20 歲民眾的平均數為 3.11, 21 歲以上民眾的平均數為 3.25, t 統計量 -0.95, 在 5% 的顯著水準之下, 無法拒絕二者平均數相同的假設, 顯示在環境品質影響休閒參與層面上, 10-20 歲民眾與 21 歲以上民眾並沒有差異。

4.4.3 不同居住地對各構面之差異性分析

表 4.10 顯示不同居住地對於休閒參與、休閒阻礙及天氣因素影響休閒參與的平均是否不同, 其結果分述如下: 在休閒參與態度的層面, 嘉義縣民眾的平均數為 4.21, 嘉義市民眾的平均數為 4.37, t 統計量為 -2.09, 在 5% 的顯著水準之下, 拒絕嘉義縣民眾的平均數等於嘉義市民眾的平均數的假設, 而嘉義市平均數大於嘉義縣, 顯示嘉義市民眾比嘉義縣民眾更注重休閒活動對個人身心健康之影響。休閒參與功能的層面中, 嘉義縣民眾的平均數為 4.00, 嘉義市民眾的平均數為 4.11, t 統計量為 -1.19, 在 5% 的顯著水準之下, 無法拒絕二者平均數相同的假設, 顯示在休閒活動參與功能之層面, 嘉義縣民眾與嘉義市民眾並沒有差異。

休閒阻礙因素中, 在個人內在阻礙層面, 嘉義縣民眾的平均數為 1.99, 嘉義市民眾的平均數

表 4.10: 不同居住地對各構面之差異性分析

問卷選項	嘉義縣	嘉義市	檢定統計量
休閒參與態度	4.21 (0.77)	4.37 (0.68)	-2.09** (0.03)
休閒參與功能	4.00 (0.85)	4.11 (0.77)	-1.19 (0.23)
內在阻礙	1.99 (0.86)	2.01 (0.73)	-0.18 (0.85)
人際阻礙	2.62 (0.86)	2.64 (0.82)	-0.17 (0.86)
結構性阻礙	2.82 (1.08)	2.86 (0.97)	-0.39 (0.69)
溫度	3.40 (1.13)	3.40 (1.02)	-0.08 (0.93)
雨量	3.34 (1.06)	3.39 (0.99)	-0.41 (0.67)
環境品質	3.13 (1.03)	3.15 (1.03)	-0.17 (0.86)

註: 嘉義縣的樣本數目為275, 嘉義市的樣本數目為145, 合計420個。男性與女性空格內的數字, 在小括符上方為平均數, 小括符內為標準差。在檢定統計量格子內的數字, 小括符上方為 T 值, 小括符內為機率值。而**代表在5%的顯著水準之下顯著異於0。

為 2.01, t 統計量為 -0.18, 在 5% 的顯著水準之下, 無法拒絕二者平均數相同的假設, 顯示在個人內在阻礙之層面, 嘉義縣民眾與嘉義市民眾並沒有差異。在人際阻礙層面, 嘉義縣民眾的平均數為 2.62, 嘉義市民眾的平均數為 2.64, t 統計量為 -0.17, 在 5% 的顯著水準之下, 無法拒絕二者平均數相同的假設, 顯示在人際阻礙之層面, 嘉義縣民眾與嘉義市民眾並沒有差異。結構性阻礙層面中, 嘉義縣民眾的平均數為 2.82, 嘉義市民眾的平均數為 2.86, t 統計量為 -0.39, 在 5% 的顯著水準之下, 無法拒絕二者平均數相同的假設, 顯示在結構性阻礙之層面, 嘉義縣民眾與嘉義市民眾並沒有差異。

天氣因素影響休閒活動中, 在溫度高低的層面中, 嘉義縣民眾的平均數為 3.40, 嘉義市民眾的平均數為 3.40, t 統計量為 -0.08, 在 5% 的顯著水準之下, 無法拒絕二者平均數相同的假設, 顯示在溫度高低影響休閒參與層面上, 嘉義縣民眾與嘉義市民眾並沒有差異。雨量多寡的層面中, 嘉義縣民眾的平均數為 3.34, 嘉義市民眾的平均數為 3.39, t 統計量為 -0.41, 在 5% 的顯著水準之下, 無法拒絕二者平均數相同的假設, 顯示在雨量多寡影響休閒參與層面上, 嘉義縣民眾與嘉義市民眾並沒有差異。環境品質的層面中, 嘉義縣民眾的平均數為 3.13, 嘉義市民眾的平均數為 3.15, t 統計量為 -0.17, 在 5% 的顯著水準之下, 無法拒絕二者平均數相同的假設, 顯示在環境品質影響休閒參與層面上, 嘉義縣民眾與嘉義市民眾並沒有差異。

4.4.4 不同職業對各構面之差異性分析

表 4.11 顯示不同職業對於休閒參與、休閒阻礙及天氣因素影響休閒參與的平均是否不同, 其結果分述如下: 在休閒參與態度的層面, 學生的平均數為 4.25, 非學生的平均數為 4.36, t 統計量為 -1.59, 在 5% 的顯著水準之下, 無法拒絕二者平均數相同的假設, 顯示在休閒活動參與態度之層面, 學生與非學生並沒有差異。休閒參與功能的層面中, 學生的平均數為 4.05, 非學生的平均數為 4.00, t 統計量為 0.51, 在 5% 的顯著水準之下, 無法拒絕二者平均數相同的假設, 顯示在休閒活動參與功能之層面, 學生與非學生並沒有差異。

在休閒阻礙因素的個人內在阻礙層面中, 學生的平均數為 1.99, 非學生的平均數為 2.01, t 統計量為 -0.15, 在 5% 的顯著水準之下, 無法拒絕二者平均數相同的假設, 顯示在個人內在阻礙之層面, 學生與非學生並沒有差異。在人際阻礙層面, 學生的平均數為 2.61, 非學生的平均數為 2.70, t 統計量為 -0.78, 在 5% 的顯著水準之下, 無法拒絕二者平均數相同的假設, 顯示在人際阻

表 4.11: 不同職業對各構面之差異性分析

問卷選項	學生	非學生	檢定統計量
休閒參與態度	4.25 (0.78)	4.36 (0.48)	-1.59 (0.11)
休閒參與功能	4.05 (0.85)	4.00 (0.67)	0.51 (0.61)
內在阻礙	1.99 (0.87)	2.01 (0.57)	-0.15 (0.87)
人際阻礙	2.61 (0.87)	2.70 (0.72)	-0.78 (0.43)
結構性阻礙	2.76 (1.06)	3.20 (0.84)	-3.33** (0.00)
溫度	3.34 (1.14)	3.70 (0.82)	-3.16** (0.00)
雨量	3.31 (1.08)	3.59 (0.71)	-2.76** (0.00)
環境品質	3.10 (1.07)	3.31 (0.78)	-1.56 (0.11)

註: 學生的樣本數目為348, 非學生的樣本數目為72, 合計420個。男性與女性空格內的數字, 在小括符上方為平均數, 小括符內為標準差。在檢定統計量格子內的數字, 小括符上方為 T 值, 小括符內為機率值。而**代表在5%的顯著水準之下顯著異於0。

礙之層面，學生與非學生並沒有差異。在結構性阻礙層面，學生的平均數為 2.76，非學生的平均數為 3.20， t 統計量為-3.33，在 5% 的顯著水準之下，拒絕學生的平均數等於非學生的平均數的假設，顯示非學生比學生參與休閒活動的結構性阻礙大，認為家庭經濟、休閒設施優劣、距離遠近及資訊便利與否等原因會影響其休閒參與意願。

在天氣因素溫度高低的層面中，學生的平均數為 3.34，非學生的平均數為 3.70， t 統計量 -3.16，在 5% 的顯著水準之下，拒絕學生的平均數等於非學生的平均數的假設，顯示非學生比學生參與休閒活動時，更會考量溫度高低的因素。而在雨量多寡的層面中，學生的平均數為 3.31，非學生的平均數為 3.59， t 統計量為-2.76，在 5% 的顯著水準之下，拒絕學生的平均數等於非學生的平均數的假設，顯示非學生比學生參與休閒活動時，雨量多寡是其參與休閒活動與否的考量因素。最後，在環境品質的層面中，學生的平均數為 3.10，非學生的平均數為 3.31， t 統計量為-1.56，在 5% 的顯著水準之下，無法拒絕二者平均數相同的假設，顯示在環境品質之層面，學生與非學生並沒有差異。

4.4.5 不同教育程度對各構面之差異性分析

表 4.12 顯示不同教育程度對於休閒參與、休閒阻礙及天氣因素影響休閒參與的平均是否不同，其結果分述如下：在休閒參與態度的層面，國中以上民眾的平均數為 4.24，高中以上民眾的平均數為 4.38， t 統計量為-2.22，在 5% 的顯著水準之下，拒絕國中以上民眾的平均數等於高中以上民眾的平均數的假設，顯示高中以上民眾的休閒參與態度高於國中以上民眾。而休閒參與功能的層面中，國中以上民眾的平均數為 4.03，高中以上民眾的平均數為 4.05， t 統計量為-0.20，在 5% 的顯著水準之下，無法拒絕二者平均數相同的假設，顯示在休閒活動參與功能之層面，國中以上民眾與高中以上民眾並沒有差異。

在休閒阻礙個人內在阻礙層面，國中以上民眾的平均數為 2.02，高中以上民眾的平均數為 1.91， t 統計量為 1.41，在 5% 的顯著水準之下，無法拒絕二者平均數相同的假設，顯示在個人內在阻礙之層面，國中以上民眾與高中以上民眾並沒有差異。在人際阻礙層面，國中以上民眾的平均數為 2.62，高中以上民眾的平均數為 2.65， t 統計量為-0.24，在 5% 的顯著水準之下，無法拒絕二者平均數相同的假設，顯示在人際阻礙之層面，國中以上民眾與高中以上民眾並沒有差異。結構性阻礙層面中，國中以上民眾的平均數為 2.77，高中以上民眾的平均數為 3.07， t 統計

表 4.12: 不同教育程度對各構面之差異性分析

問卷選項	國中以上	高中以上	檢定統計量
休閒參與態度	4.24 (0.80)	4.38 (0.47)	-2.22** (0.02)
休閒參與功能	4.03 (0.87)	4.05 (0.65)	-0.20 (0.84)
內在阻礙	2.02 (0.88)	1.91 (0.53)	1.41 (0.15)
人際阻礙	2.62 (0.88)	2.65 (0.70)	-0.24 (0.80)
結構性阻礙	2.77 (1.08)	3.07 (0.85)	-2.42** (0.01)
溫度	3.32 (1.14)	3.68 (0.87)	-3.20** (0.00)
雨量	3.31 (1.07)	3.53 (0.84)	-2.06** (0.04)
環境品質	3.11 (1.07)	3.23 (0.90)	-1.01 (0.31)

註: 國中以上的樣本數目為330, 高中以上的樣本數目為90, 合計420個。男性與女性空格內的數字, 在小括符上方為平均數, 小括符內為標準差。在檢定統計量格子內的數字, 小括符上方為 T 值, 小括符內為機率值。而**代表在5%的顯著水準之下顯著異於0。

量為-2.42, 在5%的顯著水準之下, 拒絕國中以上民眾的平均數等於高中以上民眾的平均數的假設, 顯示高中以上民眾的結構性阻礙高於國中以上民眾, 會考量家庭經濟狀況、休閒設施品質、距離遠近及資訊便利性等因素。

在天氣因素影響休閒活動溫度高低的層面中, 國中以上民眾的平均數為 3.32, 高中以上民眾的平均數為 3.68, t 統計量為-3.20, 在5%的顯著水準之下, 拒絕國中以上民眾的平均數等於高中以上民眾的平均數的假設, 顯示高中以上民眾比國中以上民眾參與休閒活動時, 更在意溫度高低。在雨量多寡的層面, 國中以上民眾的平均數為 3.31, 高中以上民眾的平均數為 3.53, t 統計量為-2.06, 在5%的顯著水準之下, 拒絕國中以上民眾的平均數等於高中以上民眾的平均數的假設, 顯示高中以上民眾比國中以上民眾更留意雨量多寡因素而影響其休閒參與意願。而在環境品質的層面, 國中以上民眾的平均數為 3.11, 高中以上民眾的平均數為 3.23, t 統計量為-1.01, 在5%的顯著水準之下, 無法拒絕二者平均數相同的假設, 顯示在環境品質之層面上, 國中以上民眾與高中以上民眾並沒有差異。

4.4.6 不同所得對各構面之差異性分析

由表 4.13 研究結果中得知, 嘉義地區民眾在參與休閒活動時, 不會因為所得水準不同, 而在休閒參與現況、休閒阻礙以及天氣因素上有顯著的差異產生。探究其原因, 可能是近年來生活型態改變, 飲食習慣也因而隨之調整, 在此轉變之下, 現在社會中許多身心疾病有年輕化的現象, 故民眾基於增進身心健康以及注重養生保健, 所以不論什麼所得水準的民眾, 都有參與休閒活動的習慣及意願。故由本研究結果顯示, 所得水準並不會影響民眾參與休閒活動。

4.4.7 不同家庭人數對各構面之差異性分析

由表 4.14 研究結果中得知, 嘉義地區民眾在參與休閒活動時, 不會因為家庭人數不同, 而在休閒參與現況、休閒阻礙以及天氣因素上有顯著的差異產生。探究其原因, 可能是由於近年來國人注重休閒活動參與, 希望藉由休閒活動參與過程中, 不僅能增進家人情感, 最重要目的還是以能促進全家人身體健康, 也能從中獲得樂趣並建立正向積極人生態度。所以不論家庭人口數多寡, 在休閒活動參與的習慣及意願並無明顯差異。故由本研究結果顯示, 家庭人數並不會影響民眾參與休閒活動。

表 4.13: 不同所得對各構面之差異性分析

題項	A1-A2	A1-A3	A1-A4	A1-A5	A2-A3	A2-A4	A2-A5	A3-A4	A3-A5	A4-A5
休閒 態度	-0.18 (0.14)	-0.17 (0.13)	-0.28 (0.14)	-0.19 (0.13)	0.01 (0.11)	-0.09 (0.12)	-0.01 (0.11)	-0.10 (0.10)	-0.02 (0.10)	0.08 (0.10)
休閒 功能	0.08 (0.16)	0.13 (0.15)	0.20 (0.15)	0.07 (0.15)	0.04 (0.12)	0.11 (0.13)	-0.001 (0.12)	0.06 (0.11)	-0.05 (0.11)	-0.12 (0.11)
個人 阻礙	0.19 (0.16)	0.31 (0.15)	0.19 (0.15)	0.32 (0.15)	0.12 (0.12)	0.00 (0.13)	0.13 (0.12)	-0.12 (0.11)	0.01 (0.11)	0.13 (0.11)
人際 阻礙	0.09 (0.17)	0.03 (0.15)	0.15 (0.16)	0.11 (0.15)	-0.05 (0.13)	0.05 (0.13)	0.02 (0.13)	0.11 (0.11)	0.07 (0.11)	-0.03 (0.12)
結構 阻礙	0.02 (0.20)	0.10 (0.19)	0.17 (0.19)	0.10 (0.19)	0.08 (0.16)	0.14 (0.16)	0.08 (0.16)	0.06 (0.14)	0.00 (0.14)	-0.06 (0.14)
溫度	-0.16 (0.22)	-0.28 (0.20)	-0.28 (0.20)	-0.24 (0.20)	-0.11 (0.16)	-0.11 (0.17)	-0.07 (0.17)	0.00 (0.15)	0.03 (0.14)	0.03 (0.15)
雨量	-0.19 (0.20)	-0.26 (0.19)	-0.19 (0.19)	0.10 (0.19)	-0.07 (0.15)	0.00 (0.16)	0.08 (0.16)	0.07 (0.14)	0.16 (0.13)	0.08 (0.14)
環境 品質	-0.21 (0.20)	-0.14 (0.19)	-0.04 (0.19)	-0.02 (0.19)	0.07 (0.16)	0.16 (0.16)	0.19 (0.16)	0.09 (0.14)	0.11 (0.13)	0.02 (0.14)

註: A1代表所得水準小於兩萬、A2代表所得水準為2萬-3萬、A3代表所得水準為3萬-5萬、A4代表所得水準為5萬-8萬、A5代表所得水準為8萬以上;表格內的數字為平均差異數;小括符內的數字為標準差; **代表在5%的顯著水準之下,顯著異於0。

4.4.8 不同休閒頻率對各構面之差異性分析

表 4.15 以單因子變異數分析不同休閒頻率,在休閒參與狀況、休閒阻礙與天氣因素影響休閒的差異分析結果。嘉義地區民眾在參與休閒活動時,不會因為休閒頻率不同,而在休閒參與態度與休閒參與功能上有顯著的差異產生。探究其原因,可能是目前社會觀念中,休閒活動已成為生活的一部份,民眾對於休閒活動之於身體健康的重要性一致,故不僅在對於參加活動的態度及對於參與休閒活動所帶來的益處均有一定的認知。所以不論休閒頻率次數多寡,在休閒活動參與態度與休閒參與功能上並無明顯差異。故由本研究結果顯示:休閒頻率並不會影響民眾參與休閒活動。

嘉義地區民眾在參與休閒活動時,不會因為休閒頻率不同,而在個人內在阻礙及人際阻礙上有顯著的差異產生。探究其原因,可能是個人對休閒活動的認知與注重,或與他人共同參與休閒活動的習慣已固定,故參與頻率並不受這兩個構面影響。所以不論休閒頻率次數多寡,在個人內

表 4.14: 不同家庭人數對各構面之差異性分析

問卷題項	B1-B2	B1-B3	B1-B4	B2-B3	B2-B4	B3-B4
休閒	0.10	0.00	0.01	-0.10	-0.08	0.01
參與態度	(0.11)	(0.12)	(0.12)	(0.09)	(0.09)	(0.10)
休閒	0.32	0.21	0.16	-0.11	-0.16	-0.05
參與功能	(0.12)	(0.13)	(0.13)	(0.10)	(0.10)	(0.11)
個人阻礙	-0.07	0.00	-0.08	0.08	0.00	-0.09
	(0.12)	(0.13)	(0.13)	(0.10)	(0.10)	(0.11)
人際阻礙	0.16	0.12	0.15	-0.03	0.00	0.02
	(0.13)	(0.13)	(0.14)	(0.10)	(0.11)	(0.11)
結構阻礙	0.21	0.34	0.13	0.12	-0.08	-0.20
	(0.16)	(0.16)	(0.17)	(0.12)	(0.13)	(0.14)
溫度	0.13	0.24	0.13	0.10	0.00	-0.10
	(0.17)	(0.17)	(0.18)	(0.13)	(0.14)	(0.15)
雨量	-0.04	0.13	-0.11	0.18	-0.07	-0.25
	(0.16)	(0.16)	(0.17)	(0.12)	(0.13)	(0.14)
環境品質	-0.20	0.03	-0.26	0.23	-0.06	-0.29
	(0.16)	(0.16)	(0.17)	(0.12)	(0.13)	(0.14)

註: B1代表家庭人數為3人以下、B2代表家庭人數為4人、B3代表家庭人數為5人、B4代表家庭人數為6人以上;表格內的數字為平均差異數;小括符內的數字為標準差; **代表在5%的顯著水準之下, 顯著異於0。

在阻礙與人際阻礙上並無明顯差異。

在結構性阻礙方面, 休閒頻率每週1次大於每週2-3次, 每週2-3次大於每天1次以上。由此研究可得知, 表示參與休閒活動與結構性阻礙有正相關, 參加的次數越少表示阻礙越大, 顯示家庭經濟好壞、休閒設施優劣、距離遠近及休閒活動資訊取得之便利性影響了休閒活動參與意願。

在溫度高低構面上, 參與頻率以每週1次大於每週2-3次, 每週2-3次大於每天1次以上, 顯示民眾參與休閒活動時會參照氣溫高低來決定其休閒活動頻率。當溫度太低或太高時, 影響民眾活動的舒適度, 因而影響其參與活動的意願, 活動次數也因而隨之調整。

在雨量多寡構面上, 參與頻率以每週1次大於每週2-3次, 每週2-3次大於每天1次以上, 顯示民眾參與休閒活動時會參照雨量來決定其休閒活動頻率。當雨量時高時, 有可能影響民眾參與戶外休閒活動的便利性, 因而影響其參與活動的意願, 活動次數也因而隨之減少。

表 4.15: 不同休閒頻率對各構面之差異性分析

問卷題項	C1-C2	C1-C3	C2-C3
休閒參與態度	-0.14 (0.09)	-0.01 (0.08)	0.13 (0.08)
休閒參與功能	0.06 (0.10)	0.14 (0.09)	0.08 (0.09)
個人內在阻礙	-0.17 (0.10)	-0.09 (0.09)	0.08 (0.09)
人際阻礙	-0.13 (0.10)	-0.05 (0.09)	0.08 (0.10)
結構性阻礙	-0.34** (0.12)	-0.04 (0.12)	0.29 (0.12)
溫度	-0.75** (0.13)	-0.30 (0.13)	0.45** (0.11)
雨量	-0.65** (0.11)	-0.26 (0.12)	0.39** (0.11)
環境品質	-0.55** (0.12)	-0.19 (0.11)	0.36** (0.12)

註: C1代表休閒頻率為每天一次以上、C2代表休閒頻率為每週一次、C3代表休閒頻率為每週2-3次; 表格內的數字為平均差異數; 小括符內的數字為標準差; **代表在5%的顯著水準之下, 顯著異於0。

在環境品質構面上，參與頻率以每週1次大於每週2-3次，每週2-3次大於每天1次以上，顯示民眾參與休閒活動時會考量環境品質，如：紫外線強弱、空氣品質好壞、濕度高低及風力強弱等因素來決定其休閒活動頻率。當環境品質不佳時，如紫外線過高，民眾會認為參與戶外活動反而不利身體健康，因此可能會因此而減少其休閒活動次數。

4.4.9 不同休閒參與對象對各構面之差異性分析

表 4.16 以單因子變異數分析不同休閒參與對象，在休閒參與狀況、休閒阻礙與天氣因素影響休閒的差異分析結果。在休閒參與態度構面上，家人陪同大於同學及同事陪同、同學及同事陪同大於朋友陪同、朋友陪同大於獨自一人參加。探究其原因，可能是個人參與休閒活動時，希望除了促進身心健康之外，更期望能增進與家人間之情感，或者與同儕之間培養良好人際互動之關係。在休閒參與功能構面上，同學及同事陪同大於朋友陪同、朋友陪同大於家人陪同、家人陪同大於獨自一人參加。探究其原因，可能是個人參與休閒活動時，希望藉由同儕之間較了解彼此或有共同嗜好者一起從事該休閒活動，進而建立自己信心，且在面對挑戰與挫折時更能適時解決。

而嘉義地區民眾在參與休閒活動時，不會因為參與對象不同，而在個人內在阻礙及結構性阻礙上有顯著的差異產生。探究其原因，可能是若民眾著重在紓解身心壓力達到放鬆及個人健康考量，對於是否有人陪同或陪同對象為何，並沒有太大影響。所以不論休閒參與對象為何，在個人內在阻礙與結構性阻礙上並無明顯差異。在人際阻礙方面，獨自一人大於朋友陪伴、朋友陪伴大於家人陪伴、家人陪伴大於同學陪伴。探究其原因，可能是由於個人學業或工作壓力大、時間上與他人無法配合、找不到其他人可以共同從事休閒活動或者沒有足夠共同興趣及活動技巧的人，因而以獨自一人的比率為最高。

嘉義地區民眾在參與休閒活動時，不會因為參與對象不同，而在參與休閒活動中因溫度高低上有顯著的差異產生。探究其原因，可能是民眾在參與休閒活動時，溫度差異對身體健康的危害並不是立即性、嚴重的，故參與休閒活動時，一但有共同嗜好者陪同參與，溫度變化並不會有太大影響。在雨量多寡構面以及環境品質構面上，均為家人陪同大於朋友陪同、朋友陪同大於同學及同事陪同、同學同事陪同大於獨自一人參加。究其原因，可能是由於雨量大時或環境品質差時，對於參與者較有立即性的影響，且事關人身安全，參與者的家人基於安全考量，期盼在天氣狀況、環境品質不理想的狀況下，能有人陪同參與，而盡量減少獨自一人參與休閒活動。

表 4.16: 不同休閒參與對象對各構面之差異性分析

問卷題項	D1-D2	D1-D3	D1-D4	D2-D3	D2-D4	D3-D4
休閒參與 態度	-0.31** (0.10)	-0.26 (0.13)	-0.21 (0.10)	0.05 (0.12)	0.10 (0.08)	0.04 (0.12)
休閒參與 功能	-0.20 (0.11)	-0.39 (0.14)	-0.31** (0.11)	-0.19 (0.13)	-0.11 (0.09)	0.07 (0.13)
個人阻礙	0.08 (0.11)	0.33 (0.14)	-0.03 (0.11)	0.24 (0.13)	-0.11 (0.09)	-0.36 (0.13)
人際阻礙	0.34** (0.11)	0.32 (0.15)	0.31 (0.11)	-0.01 (0.14)	-0.02 (0.09)	-0.01 (0.14)
結構阻礙	-0.01 (0.14)	0.22 (0.18)	-0.01 (0.14)	0.23 (0.17)	0.00 (0.12)	-0.23 (0.17)
溫度	-0.35 (0.14)	-0.18 (0.19)	-0.19 (0.15)	0.16 (0.18)	0.16 (0.12)	-0.05 (0.18)
雨量	-0.58** (0.13)	-0.44 (0.18)	-0.46** (0.14)	0.13 (0.17)	0.11 (0.12)	-0.01 (0.17)
環境品質	-0.44** (0.13)	-0.32 (0.18)	-0.44** (0.14)	0.11 (0.17)	0.00 (0.12)	-0.11 (0.17)

註: D1 代表參與對象為獨自一人、D2 代表家庭人數參與對象為家人陪同、D3 代表參與對象為同學及同事、D4 代表參與對象為朋友; 表格內的數字為平均差異數; 小括符內的數字為標準差; **代表在 5% 的顯著水準之下, 顯著異於 0。

第 5 章 結論與建議

本研究目的在探討天氣因素對嘉義縣市地區民眾參與休閒活動現況及其休閒阻礙之關連性。本研究以嘉義縣市地區民眾為對象實施問卷調查，蒐集所需資訊，再運用統計方法將所得資料予以歸納討論，最後根據研究結論，提出具體建議，期望能提供民眾積極參與休閒活動以及政府主管機關規劃更完善因應措施與設備。

5.1 結論

綜合上述資料分析之結果，針對研究的主要發現及其代表意義，經由討論後，歸納出本研究之結論。茲說明如下：

嘉義縣市民眾在休閒活動參與上，在「休閒參與態度」構面中，以「我認為休閒活動對每個人都很重要」為最高，其次為「我希望可以增加我的休閒時間」及「我會邀請家人朋友一起參加休閒活動」；而在「休閒參與功能」構面中，以「參與休閒活動給我自信心與成就感」為最高，其次為「休閒活動可以增加我的人際關係」及「休閒活動讓我面對挫折與打擊」。而嘉義縣市民眾在休閒活動阻礙因素的構面上，以「結構性阻礙」最高，而在其阻礙因素影響依序為「距離遠近」、「休閒設施優劣」、「資訊便利性」及「家庭經濟」。其次為「人際阻礙」，阻礙因素依序為「學業工作壓力」、「沒有時間」、「認識的人沒有足夠技巧可以共同參與」及「沒有人可以陪伴」。最後為「個人內在阻礙」，阻礙因素依序為「家人或朋友認為此活動不安全」、「無法在此活動中獲得成就感」、「個人沒有習慣參與休閒活動」及「個人沒有興趣參與休閒活動」。另外，在天氣影響休閒活動參與因素中，以「溫度」構面影響最大，其中以「高溫炎熱」為最大影響原因。其次為「雨量多寡」構面，其中最大影響原因為「下雨天會影響我從事休閒活動的意願」。最後為「環境品質」構面中的「空氣品質會影響我參與休閒活動的意願」為最主要原因。

以不同背景變項在休閒活動參與現況之差異情形來說，不同性別、年齡、職業、所得水準、家

庭人口數及休閒頻率的嘉義縣市民眾在休閒參與態度與功能上沒有顯著差異。不同居住地、教育程度及休閒活動的參與對象之嘉義縣市民眾在休閒活動參與現況中有顯著差異。由此可知，居住地、教育程度及參與對象對休閒參與態度上有顯著影響。

而以不同背景變項在休閒活動阻礙因素之差異情形來說，不同性別、居住地、所得水準及家庭人口數的嘉義縣市民眾在休閒活動阻礙因素中沒有顯著差異。不同年齡、職業、教育程度及休閒參與頻率的嘉義縣市民眾均在「結構性阻礙」阻礙中有顯著差異。可知在年齡、教育程度越高及非學生族群的民眾，在休閒參與上更加考慮如休閒設施優劣、資訊方便性及距離遠近等，因而其休閒阻礙也越大，休閒頻率較低，維持在一週一次的頻率。不同參與對象的嘉義縣市民眾僅在「人際阻礙」構面上有顯著差異。顯示獨自一人從事休閒活動因工作課業壓力大、沒有時間或沒有人可以陪伴的阻礙最大。

就不同背景變項在天氣因素之差異情形來說：不同居住地、所得水準及家庭人口數在嘉義縣市民眾的休閒參與天氣因素中並無顯著差異。不同性別的嘉義縣市民眾在「溫度高低」及「環境品質」構面中有顯著差異。研究中顯示女性比男性更在意溫度變化以及紫外線強弱、空氣好壞等環境品質的優劣，因而影響其參與休閒活動的意願。

不同年齡的嘉義縣市民眾僅在「溫度高低」構面中有顯著差異。研究中顯示年齡層愈高的民眾愈在意溫度高低對其參與休閒活動的影響。不同職業及教育程度的嘉義縣市民眾在「溫度高低」與「雨量多寡」構面中有顯著差異。研究顯示，在非學生族群及高中以上教育程度的民眾較在意溫度變化及雨量多寡，因而影響其參與休閒活動的意願。不同休閒參與頻率及參與對象的嘉義縣市民眾在「雨量多寡」與「環境品質」構面中有顯著差異。顯示雨量愈多及環境品質愈差，休閒參與頻率愈低。

5.2 建議

根據本研究之發現與結論，研究者提出以下建議，期望提高民眾從事休閒活動的意願，並給予政府主管機關在推動及規劃休閒活動的參考依據，以及後續研究之建議。茲說明如下：

一、對於民眾個人之建議

首先、鼓勵民眾多方面嘗試休閒活動並增加休閒機會。學生方面因課業學習壓力大；非學生方面也因工作壓力大而導致休閒活動的時間減少，一般民眾在課業、工作之餘，應積極規劃休閒活動，

藉由參與休閒活動來紓解壓力。另外、選擇安全性的休閒活動場地及有益身心健全發展的休閒活動。民眾在選擇戶外活動或運動型活動時，應留意其安全性質。在安全環境中從事休閒活動，除了能達到增進健康之目的，也能從中獲得樂趣使身心靈放鬆，並能增進家人情感與人際互動，進而促進社會和諧。

二、對政府相關單位之建議

首先、積極倡導環境保護，減緩地球暖化效應，使氣候極端變化降低，減緩對戶外休閒活動的衝擊，使民眾能提高參與休閒活動的意願。另外、有身心健康的人民，才有強健的國家。故政府相關單位或政府鼓勵協助民間企業應多建設可替代戶外休閒活動的高安全性、低費用或免費及交通便利性高之健康休閒場所，如類似外國大型購物中心之多功能場地，除了提供購物功能之外，尚有娛樂性質（如：電影院、遊樂場或餐飲業）、運動性質（如：健身房或各式球類場地）等功能，提供民眾各種不同的休閒需求，以因應天氣變化而阻礙休閒活動的進行。並大力提倡從事休閒活動有益身心健康的概念；鼓勵組成休閒團隊，舉辦團體休閒活動，以鼓勵民眾增加休閒時間。

三、對後續研究之建議

首先、本研究僅以休閒活動參與現況、休閒活動阻礙及天氣因素變項進行調查，然影響休閒參與及休閒阻礙的因素眾多，未來有興趣從事相關研究的研究者，如能再增加研究變項，如「人格特質」、「生活型態」、「休閒需求」、「休閒滿意度」等進行調查，當可獲得較本研究更廣泛的研究結果。其次、本研究係以嘉義縣市民眾，大致分為學生與非學生兩族群為研究對象，研究樣本為 420 份，建議未來可將母群體擴大至不同縣市，擴大研究對象組群，或細分職業類別，以找出不同階層的休閒參與狀況及阻礙因素，突顯出彼此間的差異性。

參考文獻

(一) 中文參考文獻

- 王禎祥 (2003)。臺北市國小學生參與休閒運動現況與阻礙因素之研究。臺北市立師範學院碩士論文。
- 文崇一 (1988)。台灣居民的休閒生活。台北: 東大圖書公司。
- 江澤群、林國瑞 (2001), 臺北地區高中職學生參與休閒運動阻礙因素之研究, 北體學報, 第9期, 105-117
- 吳文銘 (2001)。休閒教育觀之初探, 國教新知, 第47期, 96-103。
- 吳明隆 (2005)。SPSS 統計應用學習實務-問卷分析與應用統計 (第二版)。臺北: 知城出版社。
- 李維齡 (2005)。臺北地區大學戲劇社員參與戲劇活動之休閒涉入與休閒效益。第七屆休閒遊憩觀光學術研討會論文集: 遊憩效益與預測篇。
- 沈易利 (1999)。臺灣省民休閒運動參與動機與阻礙因素之研究, 國立臺灣體育學院學報, 第4期, 319-370。
- 沈清華 (2006)。軍官休閒阻礙與休閒參與關係之研究。朝陽科技大學碩士論文。
- 何福田 (1990)。青少年生活適應與休閒活動規劃之研究。台北: 行政院青年輔導委員會。
- 林秋芸 (2001)。社區鄰里公園老年人休閒活動設施之調查, 戶外遊憩學會。
- 胡明哲 (2008)。台南縣不同居住地區國小高年級學生對休閒認定、休閒參與及休閒阻礙的研究。國立台南大學碩士論文。
- 胡信吉 (2003)。花蓮地區青少年休閒活動現況與休閒阻礙因素之研究。國立師範大學碩士論文。
- 洪升呈、辛麗華 (2010)。大專學生休閒阻礙研究, 真理大學運動知識學院運動知識學報, 第7期, 24-38。

- 高俊雄 (1999)。運動員休閒參與、休閒利益與自覺訓練效果之比較研究。戶外遊憩研究, 12, 43-61。
- 修慧蘭 (1985)。台北市就業者的休閒狀況與休閒倫理觀。國立政治大學碩士論文。
- 陳中雲 (2001)。國小教師休閒參與、休閒效益與工作滿意之關係研究-以臺北縣國民小學教師為例。國立臺灣師範大學碩士論文。
- 黃千珊 (1999)。家庭生命週期與家庭休閒活動決策歷程之研究-以基隆市核心家庭為例。高雄師範大學碩士論文。
- 張文禎 (2001)。國小學生休閒態度與休閒參與之研究-以屏東縣為例。國立屏東師範學院碩士論文。
- 張少熙 (2000)。臺北市不同層級學生休閒運動之研究。臺北市: 漢文出版社。
- 張少熙 (2003)。臺灣地區中學教師參與休閒運動行為模式之研究。國立臺灣師範大學碩士論文。
- 張良漢 (2002)。休閒運動參與動機、身體活動態度、休閒運動阻礙及滿意度之相關研究。臺北市: 師大書苑。
- 弗里德黑姆·施瓦茨 (2006)。氣候經濟學-影響全球 4/5 經濟活動的決定性因素。(初版)(范瑞薇譯)。台北市: 臉譜出版。
- 詹皓宇 (2001)。休閒活動與生活健康的關係, 台灣體育, 第 602 期, 41-44。
- 游贊薰 (2010)。國中教師休閒運動參與行為及阻礙因素之研究-以宜蘭地區為例。國立台灣師範大學體育學系碩士論文。
- 莊慧秋 (1994)。樂在工作外- 上班族的休閒生活。台北: 張老師出版社。
- 葉智魁 (2003)。莊子的逍遙之道-道家的休閒智慧。戶外遊憩研究, 第 16 期, 1-22。
- 謝文真 (2001)。公務人員休閒態度之研究-以台北地區為例。國立臺灣師範大學碩士論文。
- 簡鴻檳 (2003)。高中生休閒阻礙與休閒參與之研究。朝陽科技大學碩士論文。
- 薛文惠 (2008)。基督長老教會松年大學老年人休閒參與、休閒滿意與幸福感相關之研究。國立臺灣體育大學碩士論文。

(B) 英文參考文獻

- Chubb, M., & Chubb, H. (1981), *One-third of Our Time*. New York, NY:John Wiley & Sons.
- Crawford, D. W. & Godbey, G. C. (1987), Re-conceptualizing Barriers to Family Leisure, *Leisure Sciences*, 9, 119-127.
- Dumazedier, J.(1967),*Toward a Society of Leisure*, NY : Free Press.
- Ellis,G.D., & Rademacher,C.(1986), Developmentof a Typology of Common Adolescent Free Time Activies: A Validation and Extension of Kleiber, Larson, and Csikszentminalyi, *Journal of Leisure Research*, 19, 284-292.
- Kay, T., & Jackson, G. (1991), Leisure Despite Constraint: The Impact of Leisure Constraints on Leisure Participation, *Journal of Leisure Research*, 23, 301-313.
- Kelly, J.R. (1972), Work and Leisure: A Simplified Paradigm, *Journal of Leisure Research*, 4, 50-62
- Kleiber, D. (1986), The Experience of Leisure in Adolescence. *Journal of Leisure Research*, 18, 169-176.
- Pieper, J.(1963), *Leisure : The Basis of Culture*, NY: New American Library.
- Searle, M.S., & Jackson, E. L. (1985), Socioeconomic Variations in Perceived Barriers to Recreation Participation among Would-be Participants, *Leisure Sciences*, 7, 227-249.
- Weyerer and Kupfer (1994), Physical Exercise and Psychological Health, *Sports Med.*, 17, 108-116.