

[illegible]

執行期間：101 年 8 月 1 日至 102 年 12 月 31 日

共同主持人：張肇松

- ☐赴國外出差或研習心得報告一份
- ☐赴大陸地區出差或研習心得報告一份
- ☐出席國際學術會議心得報告及發表之論文各一份
- ☐國際合作研究計畫國外研究報告書一份

中 華 民 國 102 年 03 月 25 日

行政院國家科學委員會專題研究計畫成果報告

NSC Project Reports

計畫編號：NSC 100-2410-H-507 -008

執行期限：101 年 8 月 1 日至 102 年 12 月 31 日

主持人：杜佩蘭 國立金門大學運動與休閒學系

共同主持人：張肇松 私立高雄醫學大學醫務管理暨醫療資訊學系

一、中文摘要

社會資本理論吸引心理和文化與休閒相關的研究者，多數研究視休閒參與為創造社會資本的潛在資源。晚近，有些休閒的研究證明休閒對健康有影響力。本研究以金門居民為研究對象，有效樣本 372 份，以層級迴歸分析檢測休閒參與在社會資本與身心健康之間的調節效果。研究結果發現僅信任與安全感對身心健康有顯著正向影響，而且當金門民眾對大家的信任及安全感愈來愈高時，相對於低藝文活動參與的民眾，高藝文活動參與的民眾其身心健康較好，另當民眾的社區活動參與較高時，相對於低運動活動參與的民眾，高運動活動參與的民眾其身心健康較好。。

關鍵詞：社會資本、休閒參與、身心健康

Abstract

The association of social capital and health are increasingly proposed during the last decade. Lots of studies have shown the positive effects of the relationship between social capital on population and individual health. Moreover, recent studies also pointed out that the participation rate of leisure activities could also be a potential role as a factor in moderator effects of the relationship. In order to provide deeper analysis of these two relationships, we investigate the 372 residents at King-Men Island. The results indicate that social capital has significantly positive effect on health and leisure participation moderates the relationship between social capital and health.

Keywords: social capital, leisure participation, health

二、計畫緣起與目的

過去十幾年來社會資本(Social capital)的概念無論是理論的發展或是實務的應用，在國際間、政府機構及各學術領域都已引起相當大的興趣與研究的投入。從 1990 年以來許多的學術單位與不同領域的學者已應用社會資本理論來探討其對社會、經濟、政治和族群身心健康的影響，社會資本理論已攫取了一個嶄新的研究領域。

政府對此領域亦進行相關探討，行政院主計處於民國87年首次辦理「社會發展趨勢調查」，將現行家戶面社會調查予以整合，俾建立完整之社會調查統計體系，內容包含家庭生活、社會參與、休閒生活與時間運用及安全健康等四大主題，以分期循序辦理方式進行，並建立經常性調查制度，明瞭國民身體健康狀況、生活習慣、人身安全及各類事故傷害發生之情形，供政府研擬社會相關政策參據，並建立觀察社會發展趨勢之時間數列資料，提供編製社會指標之參考(行政院主計處，1998)

Coleman(1988)所提出社會資本的概念，乃泛指建立在信任與互惠交易等規範基礎上的社會合作關係與文化脈絡，而且有助於提升社區集體行動能力上的一種資產。金門位於福建省東南方的廈門灣內，為一離島，除行政村里外，多數為自然村，各鄉、鎮公所轄內亦鼓勵成立社區發展協會，但金門居民相當重視家廟，村落大部分均以宗祠為中心所形成，宗祠為金門特色之一，從社會資本理論的角度，金門居民社會資本的關係是綿密的，大多為宗親的關係，民風較為封閉保守，形成一種不同於台灣居民的規範、信任及綿密的網絡

關係。

Kleiber、Hutchinson 與Williams (2002, p. 222)中提及，休閒以它和特有的熱情以及友誼的形式，並且透過社交活動，可以明顯的為人們提供社會支援且減少孤獨和隔離感的感覺(Glover & Parry, 2008)。近年來休閒的議題成為一個重要的面向，休閒不再被視為是工作或者其他社會領域的一個依變項，其本身已經成為社會重要的一個領域，不但被其他領域所影響、互動，亦可影響其他領域，因此休閒是一個自主的領域，在經濟扮演極重要的角色，在個人的生活品質與經驗追求上也有關鍵的地位(李力昌, 2005)，由此可知探討休閒相關議題有其必要性。多數學者們研究休閒對健康正面的貢獻(Han & Patterson, 2007)，但Caldwell 與Smith(1988)認為休閒這個機制一般還是被忽略，即使它被發現對健康作出傑出的貢獻；Wankel(1994)將休閒和幸福以及健康連結起來，而且推論認為發展廣泛的休閒技能是促進豐富而且有意義的體驗和提供擴展社會網絡的基礎，此為對休閒的一個主要的觀點，而且Wankel 認為休閒對人們的幸福感受有重要的意含(Wankel, 1994)。

但從過往的研究中發現，社會資本、社會參與與身心健康之間實存在複雜的相互關係，Haluzi-DeLay(2006)對加拿大城市休閒設施的研究中提出，休閒設施經常被視為創造社會資本的潛在資源，不過，當考量系統的妨礙(如種族主義)時，研究顯示族群偏見會促進社會資本以及社會凝聚力的增長，反而造成社會資本的社會網絡及社會凝聚力相對也會影響居民休閒設施的使用。

Glover(2006)認為在休閒的研究背景中檢測社會資本時，往往會忽略社會資本(利己)自我中心的特性，並且不正確的暗示社會資本可以被一個社群網絡中全部成員平等的挪用，然而社會資本理論陳述資源是嵌入在社會關係裡，如此資源的接觸和使用終究還是屬於個人。但在社群網的成員其社會位置不同所使用和接觸社會資本不同，個人社會資本的回報經常是分配不

均的。Glover 亦認為社會資本可能同時具有優缺點，主要根據當事者所佔有社會網絡來決定，有潛在的不公平而且存在有不當的使用社會資本(Glover, 2004)。

Hemingway(2006)認為Putnam 的社會資本理論吸引心理和文化與休閒相關的研究者，然而，雖然在休閒研究過程中，休閒，社會資本和社區發展之間的關係已被驗證，但並不表示對社會資本與休閒相關的評估已解釋明確，社會資本對休閒研究而言仍然需要嚴謹的概念和理論的分析，因此，本研究認為對此一研究議題而言，仍有一些可以填補的空間。因此本研究主要的目的(1)探討社會資本對身心健康的影響；(2)確認社會資本、休閒參與及健康間的關係。

三、文獻探討

Putnam(1993)與Woolcock (2001)對於社會資本的界定被視為最簡明的定義，包括三個主要的構面，即網絡、規範和信任，使參與者為追求共享目標時能共同行動，雖然Coleman 和Bourdieu 視社會資本在個人的屬性而Putnam 則為社區的屬性，因此社會資本可以視為存在於個人間連結的集體資源所產生的社會網絡、互惠的規範與信任。(1)信任：信任是社會資本的主要構面，信任潤滑了人與人之合作，可以釋出資源以減少人與人和人與組織間的交易成本；信任也產生社會義務，形成互惠的信任(reciprocal trust)。信任亦分為對個人與對群體的信任，對個人的信任又分為兩種形式，一是信任你所熟悉的人，另一是信任你所不熟悉的人(即一般人)；而對群體的信任則是對群體、組織、社區到國家政府體制性的信任，因此建立社會資本的首要就是建立個人對人或對群體間的信任；(2)規範：規範或一些規則(rules)與約束力(sanction)是彼此互相同意所寫下的行為規則，這些規則可以給與個人投資在集體或群體的行動時的信心，認為別人也會如此作，個人能夠負責和確定自己的權益不會被侵害，彼此同意的制約也可確保那些違反規則者將被懲罰；(3)網絡：網絡是指個人或群體間的連結，可分為正式網絡與非正式網絡，正式網絡包含了經由正式的組

織如志工團體或協會所產生的連結；而非正式網絡則包含家庭、朋友、鄰居和工作夥伴間的連結，此類的網絡常扮演社會支持者的角色(Woolcock, 2001)。

隨著健康觀念的演進，從疾病的治療到健康促進，從個人健康到族群健康，研究學者開始注意到一些社會因素如收入、貧窮、社會網絡等對健康的影響，從1990年以來，許多的研究學者已應用社會資本理論來探討其對個人或族群健康的影響，Wolf 與Bruhn 的研究結果，提供社會資本是對社區健康是有重要影響的重要證據(Wolf & Bruhn, 1992)。Veenstra(2002)探討社會資本、社經狀態和健康的關係，他發現工作場所同事間的交際、參與宗教性活動和一些俱樂部是對健康有正面相關；Putnam(2001)研究顯示社會連結對健康有強烈的作用，甚至發現當個人參與一個團體，則此人於次年死亡的機率減半。

社會資本理論吸引學者探討其與健康的關係，主要基於以資本的概念來看社會資本，而社會資本的投資意味著健康的生產(Bolin, Lindgren, & Nystedt, 2003)，社會資本與有利的健康結果有關係(Campbell & McLean2002; Cattell 2001; James, Schulz, & van Olphen 2001)，特別是關於生活品質和各種壓力，尤其社會資本的增加也可以減少社會的不平等，增進社會政府的績效與功能，進而減少健康的不平等，社會資本的建立更是健康促進的策略(Edmondson, 2003)。因此，本研究建立假說一。

假說一：社會資本對身心健康有顯著的正向影響。

休閒即是在自由時間裡，經由以自由選擇決定，有意識的行動，同時著重於行動過程中，自身的心理感受、體驗和行動的結果(高俊雄，1996)；程紹同(1994)認為休閒指的是自由的，沒有義務或自由支配的時間。張宮熊與林鈺琴(2002)則提出休閒是個人或群體，以自願性而非強迫性的方式，用自由選擇的活動，滿足自我心理或生理欲望的非工作性質活動。

Rowe 與Kahn(1998)對健康的定義為：當人們年長時，能用促進健康和自主

性，而且可以防止或者延緩生病、生理殘障的影響模式來修改他們的生活模式。多數學者們研究休閒對健康正面的貢獻(Han & Patterson, 2007)，但Caldwell 與Smith(1988)認為休閒這個機制一般還是被忽略，即使它被發現對健康作出傑出的貢獻。Wankel(1994)將休閒和幸福感到健康連結起來，而且推論認為發展廣泛的休閒技能是促進豐富而且有意義的體驗和提供擴展社會網絡的基礎，此為對休閒參與的一個主要的觀點，而且Wankel 認為休閒參與對人們的幸福感到很重要的意含。

Cassidy(1996)發現個人以更積極態度從事休閒活動會有較少的心理疾病、較少焦慮、較少沮喪和呈現較少敵意。不同類型的休閒活動參與被發現有助於人們健康，如透過增加使用公園(Orsega-Smith, Mowen, Payne, & Godbey, 2004)和參與宗教或休閒設施的體驗等(Heintzman & Mannell, 2003; McDonald & Schreyer, 1991)。另外，有許多研究已經支持體能活動的健康效益可以導致心血管疾病的正面的改變，如更低心臟病發生率和壽命的延長(Henderson, 2002; Veal, 2001)。Taylor、Sallis 與Needle(1985)亦認為透過常規的、適度的身體活動可以改進自我形象，社交能力和心理健康，可以降低輕度的憂慮和焦慮的症狀，並且有助於認知功能及整體的幸福感到；Iwasaki、Zuzanek、與Mannell(2001)亦提出身體活動的休閒明顯的有助於較高的身體健康和幸福感到，以及對輕度的精神疾病有助益。而Caltabiano(1995)檢測戶外休閒對疾病症狀的主要影響，她發現不論面臨何種壓力，戶外運動的參與有利於健康，另Orsega-Smith 等人(2004)探討在壓力、公園休閒與老年人的生理和心理健康之間的關係，研究結果發現當受訪者在公園與朋友交誼時會呈現較低的血壓。

Schaefer-McDaniel(2004)以年輕人為研究對象，他認為年輕人能透過社會資本中社群網絡和資源的利用而增進其學術成就，而且，他相信社會資本對成年人健康的貢獻，對年輕人也會有相同的助益；加強社群網絡和關係可以增加彼此的信任關係，並讓自己如同歸入一個社區的感覺，

如此將改進年輕人生活質量並且減少他們的壓力症狀。相對於前述學者，Schaefer-McDaniel(2004)研究發現年輕人因為歸屬於社群，會增進其社會資本，進而在社會和正式組織裡(如社團，青年團和運動休閒團隊)增加其休閒活動的參與，如課後活動或成為宗教組織的會員(Schaefer-McDaniel, 2004)，學者們如Chawla 與Heft(2002)亦有相同的見解，而且Chawla 與Heft 並強調如此的參與可以促進社會發展，包括增進自尊和決策能力(Chawla & Heft, 2002)。

相同於國外學者的研究，國內學者賴正能(2006)研究發現社會資本的規範、信任及網絡會影響個人的戶外休閒意願，在許多的研究中都可以發現，適度的休閒有助於減少焦慮與減少心理疾病的產生(Cassidy, 1996)。Peterson與Stumbo(2000)認為可以藉由休閒活動來探索自我、增進身體健康與開拓社交關係。Caltabiano(1995)也發現，在面對各種壓力時，選擇戶外型的參與活動最能有效的達成健康，另外，在面臨令人感到不悅的生活事件時亦會產生壓力，但若經由社交或其他休閒事件的緩衝後，則面臨的壓力亦會有所緩衝與紓緩，對健康有正面的助益。針對上述的文獻探討，本研究提出假說二。

假說二：休閒參與作為社會資本以及身心健康的調節變項。

四、研究方法

1. 研究對象

研究對象為金門地區15 歲以上民間人口，採便利抽樣，有效樣本為372份。基於本研究主題與假設，採用各項量表如下，採用李克特五點尺度測量方式。

1. 社會資本量表

本研究採用澳洲學者Onyx & Bullen(2000)所發展的社會資本量表為基礎，並以(1)社區活動參與(4題，Cronbach' α =.885)；(2)信任與安全感(4題，Cronbach' α =.849)；及(3)與鄰居的連結(7題，Cronbach' α =.888等3構面的15題的社會資本量表(張肇松、杜佩蘭、黃英忠，2012)。

2. 身心健康量表

本研究身心健康問卷採自張肇松(2005)「社會資本與身心健康關係之研究——以南台灣原住民為例」之個人身體健康狀態評估量表，健康狀態量表(SF-8)，包括自覺健康狀態變項及是否有罹患與壓力有關之慢性疾病，包含8個問項(Cronbach' α =.873)。

3. 休閒參與量表

休閒參與量表修改自參考Mannell & Kleiber (1997)的休閒參與量表，分別為運動活動6題(Cronbach' α =.862)、戶外活動6題(Cronbach' α =.852)、藝文活動6題(Cronbach' α =.847)等3構面。

五、結果與討論

透過相關分析結果如表1，其中信任與安全感參與及與鄰居間連結和身心健康為顯著的正相關，而社區活動參與和休閒參與的3構面皆為顯著正相關。另再透過層級迴歸分析，分別探討休閒參與的3構面在社會資本及健康的調節效果。表2至表4為以休閒參與的層級迴歸分析結果。先將人口統計變項作差異分析，透過分析結果作為控制變數的參照，因此將性別、婚姻、年齡、居住時間、職業作為控制變數。其中除年齡及居住時間為連續變項外餘皆為虛擬變項 (1)性別男性為1，女性為0；(2)婚姻狀況已婚者為1，單身為0；(6)職業為軍公教者為1，其他職業者為0。

表2為社會資本與藝文活動對身心健康的迴歸分析和交互作用分析，首先僅信任與安全感對身心健康有顯著的正向效果，且其中信任與安全感與藝文活動的交互作用呈顯著的效果(β =.785, p <.05)。表3為社會資本與戶外活動對身心健康的迴歸分析和交互作用分析，但並無顯著效果。表4為社會資本與運動活動對身心健康的迴歸分析和交互作用分析，其中社區活動參與和運動活動的交互作用呈顯著的效果(β =.646, p <.05)顯著效果。為進一步瞭解交互作用形式，分別以圖1及圖2呈現此調節作用。圖1表示對大家的信任及安全感愈來愈高時，相對於低藝文活動參與的民眾，高藝文活

動參與的民眾其身心健康較好，參與藝文活動對身心健康有助益，但前提是在對大家有高的信任及安全感。圖2亦表示對當大家的社區活動參與較高時，相對於低運動活動參與的民眾，高運動活動參與的民眾其身心健康較好。

另，本研究預期檢測自我效能的調節效果，然為增加金門民眾對問卷填答意願，且認為休閒參與在本研究中乃屬較為重要的變項，因此捨棄自我效能的變數題項，並未納入研究分析，僅檢測休閒參與的調節效果，此成為本研究的限制。

五、參考文獻

- [1] 李力昌(2005)：《休閒社會學》。台北：偉華書局有限公司。
- [2] 高俊雄(1996)：〈休閒概念面面觀〉，《國立體育學院論叢》，6 卷 1 期，69-78。
- [3] 張宮熊、林鉦琴(2002)：《休閒事業管理》。臺北：揚智文化事業股份有限公司。
- [4] 張肇松、杜佩蘭、黃英忠(2012)：〈澳洲社會資本量表應用在台灣社區民眾之適用性〉，《管理實務與理論研究》，6 卷 4 期，17—37 頁。
- [5] 程紹同(1994)：〈現代體育發展的新趨勢—運動休閒管理〉，《中華體育》，7 卷 3 期，25-30。
- [6] 賴正能(2006)：《公務人員社會資本、戶外休閒與工作投入之研究》。國立中山大學公共事務管理研究所博士論文(未出版)。
- [7] Bolin, K., Lindgren, B., & Nystedt, P. (2003). Investments in social capital-implications of social interactions for the production of health. *Social Science & Medicine*, 56, 2379-2390.
- [8] Caldwell, L. L., & Smith, E. A. (1988). Leisure: An overlooked component of health promotion. *Canadian Journal of Public Health*, 79 (March/April), S44-S48.
- [9] Caltabiano, M. L. (1995). Main and stress-moderating health benefits of leisure. *Loisiret Societe/Society and Leisure*, 18, 33-52.
- [10] Campbell, C. and McLean, C (2002). Ethnic identity, social capital and health inequalities: factors shaping African-Caribbean participation in local community networks. *Social Science and Medicine*, 55 (4), 643-57.
- [11] Cassidy, T. (1996). All work and no play: A focus on leisure time as a means for promoting health. *Counseling Psychology Quarterly*, 9(1), 77-90.
- [12] Cassidy, T. (1996). All work and no play: A focus on leisure time as a means for promoting health. *Counseling Psychology Quarterly*, 9(1), 77-90.
- [13] Cattell, V. (2001). Poor people, poor places and poor health: the mediating role of social networks and social capital. *Social Science and Medicine*, 52 (10), 1501-16.
- [14] Chawla, L. & Heft, H. (2002). Children's Competence and the Ecology of Communities: A Functional Approach to the Evaluation or Participation. *Journal of Environmental Psychology*, 22(1-2), 201-216.
- [15] Coleman, J. S. (1988). Social capital in the creation of human capital. *American Journal of Sociology*, 94, S95-S120.
- [16] Edmondson, R. (2003). Social capital: a strategy for enhancing health? *Social Science & Medicine*, 57, 1723-1733.
- [17] Glover, T. D. (2004). Social Capital in the Lived Experiences of Community. *Leisure Sciences*, 26(2), 143-162.
- [18] Glover, T. D. (2006). Toward a Critical Examination of Social Capital within Leisure Contexts: From Production and Maintenance to Distribution. *Journal of the Canadian Association for Leisure Studies*, 30(2), 357-367.
- [19] Glover, T. D., & Parry, D. C. (2008). Friendships developed subsequent to a stressful life event: Links with leisure, social capital, and health. *Journal of Leisure Research*, 40 (2), 208-230.
- [20] Haluza-DeLay, Randolph. (2006). Racialization, Social Capital, and Leisure Services. *Journal of the Canadian Association for Leisure Studies*, 30(1), 263-285.
- [21] Han, J-S., & Patterson, I. (2007). An analysis of the influence that leisure experiences have on a person's mood state, health and well-being. *Annals of Leisure Research*, 9, 328-351.
- [22] Heintzman, P., & Mannell, R. C. (2003). Spiritual functions of leisure and spiritual well-being: Coping with time pressure. *Leisure Sciences*, 25, 207-230.
- [23] Hemingway, J. (2006). Leisure, social capital and civic competence. *Journal of the Canadian Association for Leisure Studies*, 30(2), 341-355.
- [24] Henderson, K. A. (2002). Women, physical activities, and leisure: Jeopardy or wheel of fortune AAHPERD invited scholar. *Women in Sport & Physical Activity Journal*, 12(1), 113.
- [25] Iwasaki, Y., Zuzanek, J., & Mannell, R. C. (2001). The effects of physically active leisure on stress-health relationships. *Canadian Journal of Public Health*, 92(3), 214-218.
- [26] James, S.A., Schulz A.J. & van Olphen J. (2001). "Social Capital, Poverty, and Community Health: An Exploration of Linkages." In Saegert, S., J.P. Thompson, and M.R. Warren, eds. *Social Capital and Poor Communities*. New York: Russell Sage Foundation.
- [27] McDonald, B. L., & Schreyer, R. (1991).

- Spiritual benefits of leisure participation and leisure settings. In B. L. Driver, P. J. Brown & G. L. Peterson (Eds.), *Benefits of leisure*. State College, PA: Venture Publishing.
- [28] Onyx, J. & Bullen, P. (2000). Measuring social capital in five communities. *Journal of Applied Behavior Science*, 36, 23-42.
 - [29] Orsega-Smith, E., Mowen, A. J., Payne, L. L., & Godbey, G. (2004). The interaction of stress and park use on psycho-physiological health in older adults. *Journal of Leisure Research*, 36(2), 232-256.
 - [30] Peterson, C. A., & Stumbo, N. J. (2000). *Therapeutic recreation program design: Principles and procedures* (3rd ed.). Needham Heights, MA: Allyn & Bacon.
 - [31] Putnam, R. D. (1996). The strange disappearance of civic America. *The American Prospect*, 7, 1-18.
 - [32] Putnam, R. D. (2000). *Bowling alone: The collapse and revival of American community*. New York: Simon & Schuster.
 - [33] Putnam, R. D. (2001). Social Capital: Measurement and Consequences. *Isuma, Canadian Journal of Policy Research*, 2(1), 41-51, issue on social capital. [Http://www.isuma.net/v02n01/index_e.shtml](http://www.isuma.net/v02n01/index_e.shtml)
 - [34] Rowe, J. W., & Kahn, R.L. (1998). *Successful aging*. New York: Dell Publishing.
 - [35] Schaefer-McDaniel, N. J. (2004). Conceptualizing Social Capital among Young People: Towards a New Theory. *Children, Youth and Environments*, 14(1), 140-150.
 - [36] Veal, A. J. (2001). *Australian leisure*. Frenchs Forest, NSW: Pearson Education Australia.
 - [37] Veenstra, G. (2000). Social capital, SES and health: an individual-level analysis. *Social Science & Medicine*, 50, 619-629.
 - [38] Wankel, L. M. (1994). Health and leisure: Inextricably linked. *Journal of Physical Education, Recreation and Dance*, 65(4), 28-31.
 - [39] Wolf, S., Bruhn, J. (1992). *The power of clan: A 25 year prospective study of Roseto, PA*. New Brunswick, NJ: Transaction Publishers.
 - [40] Woolcock, M. (2001). The place of social capital in understanding social and economic outcomes, in J. Helliwell(Ed.), *The contribution of human and social capital to sustained economic growth and well-being*. Geneva: OECD.

表1 各變項之描述性統計及相關分析

變項	平均數	標準差	1	2	3	4	5	6
1.社區活動參與	2.718	.992	(.885)					
2.信任與安全感	3.458	.803	.282***	(.849)				
3.與鄰居間連結	3.391	.748	.459***	.614***	(.888)			
4.藝文活動	1.874	.767	.194***	.004	-0.002	(.847)		
5.戶外活動	2.724	.896	.348***	.061	.219**	.457***	(.852)	
6.運動活動	2.438	.905	.258***	.04	.105*	.541***	.524***	(.862)
7.身心健康	3.828	.637	.021	.175**	.108*	-.006	-.044	-.017 (.873)

註：N=372; * $P<.05$ ** $P<.01$ *** $P<.001$; ()為 Cronbach's α 值

表2 社會資本與藝文活動對身心健康的迴歸分析和交互作用分析

	模式1	模式2	模式 3	模式 4
	Beta	Beta	Beta	Beta
控制變項				
年齡	-.206**	-.231**	-.236**	-.235**
性別	.061	.063	.059	.064
婚姻狀況	.188**	.185*	.181*	.192**
職業	-.067	-.092	-.092	-.086
居住年資	.138*	.113*	.112*	.121*
自變項				
社區活動參與(1)		-.030	-.017	-.248**
信任與安全感(2)		.168*	.169*	-.219**
與鄰居間連結(3)		.042	.037	.186*
調節變項				
藝文活動(4)			-.052	-.705**
交互作用項				
(1)×(4)				.433
(2) ×(4)				.785*
(3) ×(4)				-.362
<i>F</i>	2.684*	3.306**	3.048**	3.382***
<i>R</i> ²	.035	.068	.071	.102
<i>Adj R</i> ²	.022	.047	.047	.072
ΔF		4.224***	.989	4.146***
ΔR ²		.033	.003	.031

註：N=372; * $P<.05$ ** $P<.01$ *** $P<.001$;

表3 社會資本與戶外活動對身心健康的迴歸分析和交互作用分析

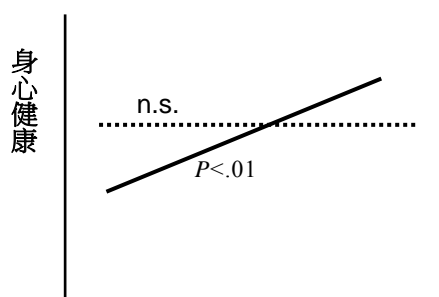
	模式1	模式2	模式 3	模式 4
	Beta	Beta	Beta	Beta
控制變項				
年齡	-.206**	-.231**	-.229**	-.228**
性別	.061	.063	.057	.054
婚姻狀況	.188**	.185**	.186**	.178**
職業	-.067	-.092	-.091	-.083
居住年資	.138*	.113*	.111*	.105
自變項				
社區活動參與(1)		-.030	-.018	.150
信任與安全感(2)		.168*	.163	-.013
與鄰居間連結(3)		.042	.047	-.252
調節變項				
戶外活動(4)			-.040	-.609**
交互作用項				
(1)×(4)				-.309
(2) ×(4)				.305
(3) ×(4)				.675
<i>F</i>	2.684*	3.306**	2.992**	2.996**
<i>R</i> ²	.035	.068	.071	.102
<i>Adj R</i> ²	.022	.047	.047	.072
ΔF		4.224**	.522	2.867*
ΔR ²		.033	.001	.022

註：N=372; **P*<.05 ***P*<.01 ****P*<.001;

表4 社會資本與運動活動對身心健康的迴歸分析和交互作用分析

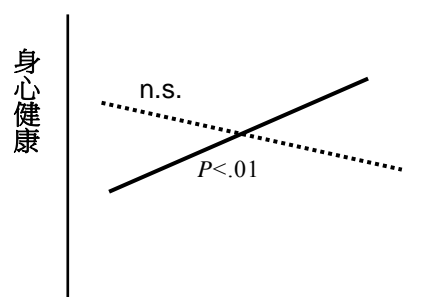
	模式1	模式2	模式 3	模式 4
	Beta	Beta	Beta	Beta
控制變項				
年齡	-.206**	-.231**	-.232**	-.229**
性別	.061	.063	.063	.059
婚姻狀況	.188**	.185**	.185**	.160*
職業	-.067	-.092	-.091	-.104*
居住年資	.138*	.113*	-.113	-.130*
自變項				
社區活動參與(1)		-.030	-.029	-.404*
信任與安全感(2)		.168*	.167*	.171*
與鄰居間連結(3)		.042	.042	-.112
調節變項				
運動活動(4)			-.005	-.673**
交互作用項				
(1)×(4)				.646*
(2) ×(4)				-.049
(3) ×(4)				.355
<i>F</i>	2.684*	3.306**	2.931**	3.245***
<i>R</i> ²	.035	.068	.068	.098
<i>Adj R</i> ²	.022	.047	.045	.068
ΔF		4.224**	.008	3.968***
ΔR ²		.033	.000	.030

註：N=372; * $P < .05$ ** $P < .01$ *** $P < .001$;



信任與安全感
—— 高藝文活動參與 低藝文活動參與

圖 1 信任與安全感與藝文活動對身心健康的交互作用



社區活動參與
—— 高運動活動參與 低運動活動參與

圖 2 社區活動參與與運動活動對身心健康的交互作用