

THE VOICE 松柏之聲

非賣品

聖雅各福群會 出版

地址：香港灣仔石水渠街八十五號 電話：(八五二)二八三一三二一五

St.James'Settlement, 85StoneNullahLane, Wanchai, HongKong.Tel:(852)28313215

國際聯網 Internet:<http://www.thevoice.org.hk> 電子郵件 E-mailAddress:thevoice@sjs.org.hk

★創刊於一九七六年一月，乃全球首份，最長壽兼全世界發行之長者華文讀物★



◆梁燕燕 資深社工

人口老齡化你我相關

香港人口推算顯示，在 2031 年，香港每四名市民就有一人年齡達到 65 歲或以上。在未來二十年，長者人口將會增至超過 200 萬，與現時 90 萬相比，增幅超過一倍。對於人口老化，一般人着眼於這個現象會為本港的社會保障、醫療護理和安老服務帶來更大壓力。其實香港人口老齡化，與每個香港人都息息相關，對於我們周圍的環境及日常的生活，在不知不覺間都起了變化。

世界老了！

世界各地正陸續進入人口老齡化，主要原因是 (1) 醫療進步，人類更長壽 (2) 生育率不斷下降 (3) 戰後嬰兒潮開始步入晚年。根據聯合國世界衛生組織的定義，65 歲以上稱為「老年人」。當一個地區或國家的人口中，老年人的比率佔總人口比率超過 7% 時，便即達到老齡化 (Ageing) 社會的門檻；而當老年人的比率達 14% 時，則達到老齡 (Aged) 社會；當 14% 再提高到 20% 時，將達到超老齡 (Super-Aged) 社會。

香港真的老了！

根據香港政府統計處數字顯示，2011 年中，香港 65 歲以上的老年人口佔總人口比率 13.2%，已踏入老齡化 (Ageing) 社會，並將跨進老齡 (Aged) 社會，推算香港老年人口於 2039 年會升至 28%。2009 年香港男性平均預期壽命為 79.8 歲，女性 86.1 歲；推算 2039 年男性壽命將上升至 83.7 歲，女性 90.1 歲，表示香港同時進入人口「高齡化」。

人口老齡化與你我何干？

人口老齡化不祇是政府、醫療和社會服務的事，如果你有留心觀察，你會覺得這變化正在影響着你與我；無論是公共建設、設施、商機、

商品、廣告、以及進修、就業，都因應本港的人口老齡化而有所轉變。

銀髮市場、商機無限

無論我們是走在街上還是在看電視雜誌的廣告，都會見到很多與長者有關的商品，例如：復康用品、退休 / 危疾保險、保健食品、長者旅遊、成人紙尿片、骨灰龕等等。因為老人人口多，對相關的商品需求一定增加，所以商家都會發展這個龐大的商機，並且會不斷研發適合長者及其照顧者的商品。尤其是未來 10 年，將會有近 100 萬的嬰兒潮出生人士進入退休行列，這群 50 後在經濟及學識上都較以前優勝，退休後會享受人生，着重養生，是消費能力高的一群，商家更會因應他們的需要度身訂造不同的銀髮商品及服務。

長者服務、前路一片光明

因為人口高齡化，加上傳統的家庭功能減弱，長者服務的需求增加，更需要大量招聘及培訓服務長者人才。所以，人口老齡化亦造就了很多進修和就業途徑及機會。我們可以

從社工、護理及復康等幾方面發展，在這大時代作出貢獻，為長者服務。另外，老年學、長者照顧的教育及研究著作亦會相應蓬勃發展，而各行各業為了要了解長者需要及特性，亦會為員工安排有關的長者培訓。

老齡人口、社區設施要配合

現在大部份的長者都住在社區內，而且若身體許可，就算要借助輔助步行用具，長者仍會經常在社區中走動。現在，有很多天橋都設有升降機，不用長者爬樓梯；但我們的社區仍有很多改善空間，可以成為長者能安居樂業的友善社區。長者喜歡上茶樓，但香港仍然有很多酒樓食肆無電梯；要方便長者每日品茗及家人帶長者去吃飯，酒樓食肆除了有電梯外，還要地方寬敞，方便輪椅及腳架通過及擺放。行人路要加闊，方便有很多行動緩慢或使用輔助步行用具的長者與我們一起使用。多設休憩地方，令總有一處在長者附近，方便長者做運動。街道上要加設長椅及坐立地方，讓長者走在街上可隨時休息，就能鼓

勵他們出外走走。此外，香港的紅綠燈轉燈快慢不一，應採用那種有時間顯示的紅綠燈，讓長者過馬路時心裏有數。還有的是，公共車不單可放輪椅位，而且車的地台要較矮，方便長者上落，司機及乘客也要有耐性及關顧，隨時預備等待及照顧乘車的長者。

撫養比率上升、勞動人口要供養更多長者

隨著人口老化，新增的老年人口將超過減少的青年人口。到 2013 年，撫養比率將逐漸上升，預計到 2033 年，撫養比率將上升至每千名 15-64 歲人士撫養 598 人。而老人的撫養比率由 2001 年的 155 升至 2033 年的 428，即每 1000 名 15-64 歲人士撫養 428 位長者。現在的夫婦普遍只生育 1-2 名子女，所以在未來日子，兩個年青人的家庭，可能在沒有其他兄弟姐妹及親人分擔下，需要負責照顧父母及再上一代祖父母的晚年。特首曾蔭權提倡每個家庭生 3 個子女，就是透過鼓勵生育，平衡撫養比率，解決人口老化的問題。

解決人口老齡化問題、人人可出力

要解決人口老齡化的問題，政府的政策固然非常重要。未來新特首上任，希望能落實去處理人口老齡化的問題。其實每一個香港人也可以盡一份責任：首先是每個人由細到大建立健康的生活方式，心理及生理都健康發展，到晚年便可繼續自主自立地生活，毋須依賴醫療及社會服務。第三齡人士適應退休轉變，好好規劃晚年，讓第三齡盡量延長及推遲第四齡。一些好的社會文化，例如：孝親、老吾老以及人之老、睦鄰等風氣予以保留，這樣，就能在服務以外，更能解決人口老齡化的問題。



◆巧竹