

給長者有選擇互作的機會

◆李孟進

不要一看到對方身分證的出生年，便不管他的工作能力，就搖頭嫌棄他老，拒他們於就業門檻。目前本港社會已步入高齡化，加上勞動人口正逐年下降，為什麼僱主仍未能接納長者繼續工作呢？

在香港立足超過 15 年的銀杏館，設有餐館、有機農莊、食品製造、盆菜宴等餐飲到會、長者樂隊、銀髮士多、長者就業及中介服務，它的信念是給長者一個選擇工作的機會，只要你身體健康符合工作崗位，求職者年紀愈老、經濟需求愈大、就業機會愈高。目前他們有 150 名員工，8 成是長者，平均年齡是 68 歲。

銀杏館行政總裁麥敏媚說，長者就業有很多優點，他們上下班紀律好，不會隨便亂請假，工作態度穩定，熱誠肯學又肯承擔，加上豐富的人生經驗，這都是金錢買不到的。雖然，有時會善忘眼矇，銀杏館設有培訓，叫大家多用紙筆記事，或在張貼的訊息版寫上大大的字，方便閱讀記牢。如果有人質疑 55 至 65 歲長者的工作能力，麥姑娘笑著回應說，我們特區政府的管治班子，不少人就是這個年齡群的。

別以為所有長者喜歡幹回老本行，經

驗所得，他們多數喜歡轉行，做一些輕巧少壓力可調動時間的工作。以銀杏館為例子，喜歡與人溝通的可以安排在餐廳做顧客服務之類工作，不喜歡說話的，可以做後勤如包裝、或靜靜地醃製食物如鹹柑橘等；喜歡音樂唱歌者可以加入樂隊……還有不少是管理及電腦專才崗位等，長者均可加入。

醫療進步令長壽的人增多，長者退休後有人選擇做義工、或在長者中心結識朋友遊樂、或讀書進修、或行山旅遊等各形各色。不過，由於本港退休保障制度不完善，很多長者退休後都要面對生活或經濟壓力，他們想自食其力不想領取福利，工作是他們唯一的出路，亦有不少已屆退休年齡的長者，希望憑著過去的經驗及能力，用工作肯定自己，在未來的生活中繼續貢獻自己。

雖然說上述這批人可以為勞動市場增添不少生力軍，不過，他們在應徵時往往遇上年齡歧視，不少公司聞老色變。麥姑娘希望公司、企業、學



●已退休的長者可憑著過去的經驗及能力，繼續用工作肯定自己，貢獻社會。(銀杏館提供)

校銀行及人力資源部門當有職位空缺時，預留百分之五給長者，或者優先考慮他們的工作能力及背景，而不是年齡歧視或棄老於門外。她又建議政府提供更多支援鼓勵商界聘用長者。這不單是勞動市場的供求問題，更是社會資源，亦可充實長者生活及將其工作經驗傳承下去。

最後，如有讀者希望查詢銀杏館或長者應徵工作，可電 2810 9211 人事部梁小姐或社工談先生約談。

治老奇方之三十二

昔日美少年 臥蠶變眼袋 老來貌慈祥 自得人喜愛 白頭有風采 何必多感慨



◆香山亞黃

另一半走後，日子怎麼過？

◆梁穎勤

就時間剛剛好，可以牽著手一起上路了。但現在

孤家寡人，走到哪兒都不是滋味。我們聽了也心酸。只是伯伯生性內斂，若非好友相邀也較少外出。

觀，去四五次街市買菜等小輩回來共飯，又學東學西，剪紙畫畫。

2017 年數字，香港每 100 個成年人中就有 3 個、每 10 位長者就有 1 位患抑鬱症，泰半都沒求醫。

後，生活苦悶，難以排解，尤其是伯伯，一來可能男性形象要堅強，更少找人傾訴，甚至身體不適也較少求醫。

也見過老友記婆婆送他走另一半後，冷靜地說寧可他早走，也不願長留他在世間生病受苦。冷靜的背後，婆婆當然也有暗自垂淚的時刻，縱使她生性外向活潑，又多朋友，每星期三兩次圖書館和博物館參

努力學用 WhatsApp 去拍照拍片、傳相傳片、寫字或錄音與老少通話。

若發覺有問題，可透過社工尋求醫療協助，避免事情嚴重化。

筆者上門派飯的日子，見過一位溫文有禮的伯伯，每次坐下，都長嘆短嘆，說如果太太可以遲走幾年，他早走幾年，不

走幾年，他早走幾年，不

走幾年，他早走幾年，不

走幾年，他早走幾年，不

打機可延緩長者認知障礙症惡化

◆楊巧明

很多老友記認為年青人打機是浪費時間、不務正業，甚至可能會因玩物喪志影響前途。但打機可以為長者

帶來好處，有許多研究顯示，打機對提升大腦的「認知能力」很有幫助，而且不少長者也漸漸愛上這個活動。有報道指日本橫濱市一間養老院讓

一眾長者試玩 PlayStation 音樂遊戲《太鼓之達人》和賽車遊戲《GT Sport》，怎知他們一玩就不能自拔。

救世軍海嵐長者中心社工溫浩軒表示透過打機讓長者有新的興趣，與人交流，又可以保持腦部靈活。而這個新設的互動垂直投射系統可以訓練長者手眼協調以

及手腳的靈活度。對於初期患上認知障礙症的長者可參與聽從指令的生活化遊戲，例如踩甲由，而中晚期的患者則可享受感官刺激和音樂類遊戲帶來的樂趣。

港府現時有資助計劃如「健腦全接觸」長者數碼外展計劃」等鼓勵長者善用科技，而長者亦愈趨接受新玩意。自 2017 年起，救世軍海嵐長者中心增設電子互動

救世軍海嵐長者中心現在也積極訓練老友記義工，希望可以讓更多長者享受打機的樂趣。

救世軍海嵐長者中心現在也積極訓練老友記義工，希望可以讓更多長者享受打機的樂趣。