



編者的話

◆謝文慧

相 信編號 V59492 及之前的讀者已收到續訂通知信，在這段期間，編輯室收到很多的電話查詢，並且陸續收到大家的「續訂回條」。趁此機會，分享一些「續訂」小貼士，以幫助大家順利完成「續訂」行動。

- 是次續訂行動只涉及編號 V59492 及之前的讀者，其他讀者是不會收到有關信件，亦代表著不用參加這次「續訂」行動；

- 凡希望繼續收到《松柏之聲》的讀者，均需要把「續訂回條」寄回，就算內附的讀者資料正確無誤，也需要放入回郵信封，並貼上 \$2 郵票寄回。如果資料有錯或遺漏，請直接在回條上修正便可；

- 如讀者不想繼續收到本報，就不用把「續訂回條」寄回；

- 由於此「續訂」行動會維持至

「續訂」小貼士

7 月，相信大家有足夠時間辦理，故不會接受電話續訂；

- 續訂是免費的，但讀者如欲藉此機會施善，可以透過支票，抬頭請書「聖雅各福群會 松柏之聲」或「St. James' Settlement」，如只寫上「松柏之聲」支票是不能兌現的；

- 如以香港匯豐銀行或恒生銀行直接存款到本會匯豐銀行戶口，請填寫或輸入 111-287769-004，如是其他銀行戶口，請填寫或輸入 004-111-287769-004，然後將該入數紙連同回條寄回。



- 編號 V59492 及之前的讀者收到的續訂信件。



人物掃描

◆瑞光

由

自我封閉到豁然開朗，由挑剔苛刻到寬厚體諒，65 歲梁銳成在經歷喪妻和投資失利兩大打擊後，竟被一枝小小的飛鏢而啟發改變，開展第二人生，短短三年間，橫掃各大長者飛鏢比賽，贏得四個獎項，包括兩次冠軍。他說在飛鏢世界裏，重新認識、瞭解自己，慢慢蛻變成另一個新的自己：「以前人哋話我唔講嘢，坐埋一邊；依家開心咗，一周起碼會有三次與朋友聚會。」

初與 Herman 見面，完全想不到笑臉背後歷過的滄桑。他娓娓道出三年前與飛鏢結緣，主要是因自己早年喪妻，鬱鬱寡歡下被朋友開解遊說到聖雅各福群會中西區長者地區中心參加活動所致。他憶述：「以前我嘅生活得工作同太太，連個女都話我（生命中）只係得媽媽，所

以太太在 2006 年上咗天堂，對我嚟講好大打擊！」當時，Herman 形容自己心情非常抑鬱，「食飯拎起隻碗都手震」，做任何事都提不起勁，更開始封閉自己，足不出戶，整天留在家中。

後來，因 Herman 友人不斷開解，頻頻邀請他一同參加家庭聚會，他始在一年多後慢慢走出社會，重投工作。不過，Herman 坦言自己當時未完全走出喪妻陰霾，即使外出參與活動，都仍然愛自己一人，不願打開心扉接納其他人。情況一直至 2015 年，Herman 再遇上人生第二個沉重打擊：「嗰年投資失誤，冇咗好多錢……」

或許是命運的安排，Herman 就在同年見到長者地區中心舉辦由職業飛鏢手教授的飛鏢班，並成功以候備身份參與此班，學習投鏢技巧、

計分方式、投鏢企位及鏢靶認識等。Herman 笑言，自己一試便愛上飛鏢此運動，「呢種運動要好專注，玩時可幫我忘記以往不愉快的經歷，更可為自己定目標，如果能夠做到，會好開心，因為有進步！」

就這樣，Herman 靠飛鏢一步一步走出陰霾，人逐漸變得合羣開朗，臉上的笑容愈來愈多，從前外號「奄尖大少」的他，待人處事亦變得寬厚體諒，懂得為人易地而處：「飛鏢令我瞭解自己平日太急躁，欠耐性，但其實快又唔一定好。」

Herman 最後鼓勵其他老友記，如晚年喪偶，

醫療券的金額增加了，衛生署的調查發現，以申請的個案計算，使用醫療券金額最高的是視光師服務，平均每宗申報達到二千元。以 2018 年為例，政府用於醫療券的開支共 28 億元，其中視光師服務的申報額是 7.6 億元，是總數的四分之一以上。

政府認為長者未有適當的使用醫療券，特別在預防疾病方面，醫療券發揮的效用不大；有鑑於此，政府提出建議，用於視光師服務的金額將設限，每兩年不得超過二千元。政府設限無可厚非，但這是消極的做法，政府應積極的宣傳醫療券的作用，並引導長者善用醫療券。這方面，筆者有以下建議：

第一，是長者在使用醫療券方面，自己應首先訂下計劃。例如，從一年的開始，長者遇到身體不適時，便應適當的使用醫療券，尤其是患有長期病患的長者，可定時使用醫療券接受治療、領取藥物；長者應該避免把醫療券留到年尾，那時發覺醫療券仍有不少餘額，於是不理自己是否有醫療需要，總之用盡餘下的數目，這才是真正的浪費。

短評

◆周永新

長

者醫療券在 10

年前開始推行，原先是 70 歲以上長者方合資格領用，金額是每年二百五十元。兩三年前，合資格年齡降低至 65 歲，金額提升至每年二千元，近兩年由於政府有盈餘，醫療券每年額外增撥一千元，累積的金額也提高到八千元。

第二，如果累積的金額有幾千元，建議用作身體檢查，不要把金額用於一些昂貴但對健康效益不大的項目，如選購名牌鏡框、高價的花膠等。當然，這只是建議，長者應按自己的需要作選擇。

第三，政府應與醫療專業團體緊密聯繫，除推介醫療券的作用外，更應鼓勵更多醫療人員接受醫療券，增加長者使用醫療券的機會和範圍，特別是身體檢查，長者多不知道哪裡可找到適合自己的服務。

最後，近年公立醫院的「迫爆」問題，引起社會人士廣泛關注。長者是公營醫療服務重要的使用者，若然他們能夠善用醫療券，不但可保自己的健康，還可有助紓緩公立醫院的負荷。

善用醫療券保康健

飛鏢飛出新生



梁銳成在剛舉行的長者飛鏢比賽中勇奪季軍。

「己亥說豬」及「皇朝禮器」展覽

◆德宜

今年是豬年，不知各位老友記對「豬」這個生肖熟不熟悉呢？如果你不熟悉，又想了解更多，不妨抽空到香港中文大學（中大）文物館參觀一個名為「己亥說豬」的賀歲展覽。

「己亥說豬」展覽

原來豬是人類最早馴化之一的動物，亦是人類重要的食物之一。在人類的歷史上，有不少與豬相關的傳說和經典，例如豬頭和尚、《西遊記》中的豬八戒等。

趁著今年是豬年，中大文物館特別陳列了該館及本地收藏家與豬相關的收藏品 20 餘件，與眾一起觀賞。

與此同時，文物館同時展出「皇朝禮器」展覽。是次展覽展出清朝祭器 60 餘件，另有一項乾隆年製的龍袍。展出的祭器均為《皇朝禮器圖式》所載的多種罕見祭器，以有色瓷質祭器為主，另有銅器及漆器。雖然在 1748 年至 1911 年期間，《皇朝禮器圖式》

所錄祭器被大量生產並用於北京皇家壇廟，但只有極少數流傳於世。是次展覽將史無前例地帶觀者走近清帝祈求神明指引、福佑天下的祭祀現場，一窺這些祭器如何在營造典禮肅穆隆重氣氛上扮演重要角色。

為了讓公眾多角度認識清朝祭器，文物館出版展覽同名圖錄，收錄客席策展人郭家彥博士編寫的論文，並附有不同器型的圖版及文字解說。

「己亥說豬」及「皇朝禮器」展覽詳情如下：

日期	即日起至 5 月 5 日
地點	香港新界沙田香港中文大學中國文化研究所文物館
開放時間	星期一至三、五、六：上午 10 時至下午 5 時 星期日及公眾假期：下午 1 時至 5 時
休館時間	逢星期四 2019 年 4 月 19 日至 22 日（復活節假期）
入場費	免費
查詢電話	3943 7416