



編者的話

◆ 謝文慧

2012年即將過去，從電視報紙會看到很多回顧的新聞，大家忙著為香港檢視這年有甚麼大新聞。同時，學生哥會接過學校派發的成績表，了解自己在學習上和品德上各方的表現，能在一些科目上取A的，當然值得開心，如拿了個光頭D的，那就要加把勁了！

長者呢？雖然沒有公眾或學校為你在2012年表現上授予成績，但我建議大家也可趁著此時，為自己在這年的生活表現上，作出回顧，當中嘗試檢視下自己。現在就拿起筆來，甲乙丙丁為自己在以下各科的表現上評一評分！

健康科，這科佔生命分數中的比重很大，是一門非常重要的學科，那麼你在身體的關顧上，會得分如何？你有沒有每天進行適度的運動？作息定時？三低一高的飲食？患糖尿或血壓或尿酸過高的老友記，有沒有戒

口？準時服用藥物？定期的檢查身體？聽講座或看一些健康資訊節目，提升自己的健康知識水平？身體有毛病時，會主動找醫生？

家庭科，每個人都離不開自己的家庭，丈夫、太太、子女、孫兒，甚或乎家姐、細佬都是你的家人。這一年來，你對家人的關顧如何？有沒有恆常地向他們發出關懷的慰問？你了解他們的生活情況？大家溝通得愉快嗎？不同住的，有安排聚面

嗎？你有困難或快樂時有沒有與他們分享？你樂意聽朋友的心事？有沒有定期與他們聚面？朋友之間有互相幫助和真誠的勸勉？

社會時事科，今年長者的新聞特別多，你知道的又有多少？有沒有在今年區議會選舉中投票？有沒有嘗試在任何渠道中表達過你對有關政策的意見？你會去參加時事論壇？平日你愛看那一類的新聞？是社會時事、國際要聞？遇到區內設施不足或環境問題，你知道在那裡尋求幫助？剛公布了香港貧窮的情況，你對社會上有需要的群體有甚麼回應（物質或非物質）？

與大家分享的時候，自己也在回顧在2012年的表現，大家在做得好的地方，不妨獎勵一下自己，在不足之處，就要留意和改善。小時候老師愛給學生的一句鼓勵說話，我想給大家分享也很合用，在送別2012與準備踏入新的一年之時，祝願各《松柏之聲》讀者「百尺竿頭，更進一步！」。

2012 成績表

嗎？親戚之間有電話慰問或互相拜訪？有沒有把自己的情況（身體、生活重要事）與他們分享？有沒有樂意接受家人對你的關心？你會向他們說感謝和欣賞的話？與家人有衝突時，會彼此忍讓？待平心靜氣時再作溝通？

人際關係科，這科主要是檢視自己與朋友之間的守望，自己在社交方面的表現。今年有認識新朋友？你能與別人有良好的人際關係？你知道朋友們的近況

在2013年將會標誌著香港二次世界大戰後出生的港人進入65歲退休年齡的分水嶺。接著而來的20年，香港特區政府在安老服務上的開支負擔有增無減。而65歲以上長者數目將由目前的94萬上升至100萬，升幅為1.7倍。更嚴重者是80歲或以上的長者數目則上升2.2倍，由27萬升至37萬。在2039年，每10個香港居民便有1位年屆80歲或以上的高齡長者。

近年香港特區政府遲遲未有制訂長期護理政策，一直強調「居家安老為本，院舍照顧為後援」的方針。政府推出的「離院長者支援計劃」雖然首次在18區內推行，但長者牙科保

症，每年新增個案達18,000宗，估計至2036年，患者更將高達28萬人。而護老者的支援服務亦刻不容緩啊！「錢跟人走」社區照顧服務券計劃，變相大力推廣長者服務私營化。例如私營安老院買位計劃；服務外判；合約

度。最後，謹以下列數語告誡高官、領導吧：「在工作上，能力不敵態度。在成功上，才華不敵韌度。在知識上，廣博不敵深度。在思想上，敏銳不敵高度。在做事上，精明不敵氣度。在做人上，速度不敵精度。在寫字上，文采不敵風度。在方法上，創意不敵



短評

◆ 關銳焯

落實回應人口老化實務政策

但實際上各種社區照顧服務只有約7,000個服務名額，遠遠未能追上長者數目的增長；資助院舍不足；私營院舍質素參差；專業護理人手不足；每10名65歲或以上的長者便有1人患有腦退化

但實際上各種社區照顧服務只有約7,000個服務名額，遠遠未能追上長者數目的增長；資助院舍不足；私營院舍質素參差；專業護理人手不足；每10名65歲或以上的長者便有1人患有腦退化

健康等卻長龍依舊啊！政府亦推出「關愛一次性津貼私樓計劃」助1.2萬長者；「教會關懷貧窮網絡」亦推動愛心糧倉及成長嚮導計劃等，但仍未能真正有效地幫助現

健，眼科，心理衛生、精神健康等卻長龍依舊啊！政府亦推出「關愛一次性津貼私樓計劃」助1.2萬長者；「教會關懷貧窮網絡」亦推動愛心糧倉及成長嚮導計劃等，但仍未能真正有效地幫助現

院舍等。在全港7萬多個安老宿位中，私院佔5萬個（達總數七成之多），更有近七成半住在私院的長者正在領取綜援，總數達100萬人。其中私營化所導致的問題多不勝數，不能單憑長官意志便可水到渠成。



人物掃描

◆ 莫沛榮

秋意間的寧靜 —— 李平



●「只要我的手還能活動，我會繼續寫下去。」

李平，過去是一位校工，零五年退休後重新學習書法，現在已為人師，閒來除了寫書法，亦喜好唱粵曲，弄弄孫。

李平與書法的故事開始在八十年代，那時她在小學當校工。某一天，在辦公室看到數卷書法，筆畫之蒼勁，鋪排之俐落，令她為之一動，細問下，原來是李主任李仁傑先生的作品，往後他便成為李平的啟蒙老師。

一晃便是十數年，在九四年後，她因工作繁重，

唯有停學書法，但她總是在想，退休後如有時間，總會繼續學下去，誰會想到當自己重拾毛筆，那隻手寫出來的已是她經歷過種種苦難的心。

九四年以後，李平自覺也辛苦了大半世，生活開始步入順境，當時雙親健在，與丈夫生活和睦，四個子女亦逐個投入社會。可是，這時期維持不久，一連串不幸事件就要發生，母親、丈夫及父親的相繼離世深深打擊了她，膝蓋關節的疼痛使她行動不便更是雪上加霜，稍感安慰的是子女們總算孝順。

這番遭遇後，使她明白人生無常，珍惜眼前人無比重要，與自己的子女共聚天倫，做自己喜歡做的事絕對是她餘生的大事。零五年後，因要專心治理腳傷，所以提早退休，亦是讓她可重新學習書法的一個契機。

十數年後再次拿起毛筆，以往所學的已經淡忘，要從頭起步。正因為李平對書法的熱誠，她決心尋回過去的筆觸，不斷把握時間練習。要寫一手好字，在揮毫

時就要心無旁騖，久而久之，便有收心養性之效；到達一個境界，能把煩惱暫時放下，精神上得到放鬆，所以書法可說是使她走出舊時陰霾的妙藥。

現在，她已是進階班的學生，亦是基礎班的導師。擔當老師比做學生更開心，這應該是施比受更有福的道理吧！能向學生分享自己的心得，見證學生逐漸掌握筆法，令她更熱愛書法，寫上一輩子也願意。



「香港街道趣趣地」免費講座



關懷社區

◆ 黃仲然

香港街道眾多，每條街名的命名，都有其原則和意義，就好像是上環的中山徑，是當年孫中山先生來香港學習醫科時走過的路，後來為紀念孫中山先生而命名；又好像旺角的染布房街，因為這裡是從事大型的染布工作的地方。還有……，大家是否很有興致想知道多一點處身

香港的街道的趣事？過去，鄭寶鴻先生一直在《松柏之聲》分享一些香港歷史圖片，介紹香港不同地區的舊貌，讓讀者可以回味一番之餘，同時對自己處身的地方多一些了解。故此，相信讀者們對鄭先生的名字一點也不陌生：他是香港著名的掌故專家，也是香港歷史愛好者，錢幣、郵票、歷史圖片及明信片等的收藏家，對香港殖民地時期、日治時期百年歷史、文化及地方誌等有專家級的認識。另外，港鐵站月台上裱上各區珍貴的懷舊街道圖片，很多也都是來自鄭先生的珍藏。而鄭先生的著作分別有《港島街道百年》、《九龍街道百年》、《新界街道百年》、《香江道貌：香港的早期電車路風光》等等。

明信片等的收藏家，對香港殖民地時期、日治時期百年歷史、文化及地方誌等有專家級的認識。另外，港鐵站月台上裱上各區珍貴的懷舊街道圖片，很多也都是來自鄭先生的珍藏。而鄭先生的著作分別有《港島街道百年》、《九龍街道百年》、《新界街道百年》、《香江道貌：香港的早期電車路風光》等等。

是次由聖雅各福群會的《松柏之聲》和《灣仔長青學堂》一起主辦，並邀得鄭寶鴻先生主講「香港街道趣趣地」免費講座，講座日期為2013年1月25日（星期五），上午十時三十分至十一時三十分，於灣仔石水渠街85號四樓明華堂舉行，大家千萬不要錯過這個親身到場聽鄭寶鴻先生說說香港街道有趣歷史的機會。由於名額有限，先到先得，報名查詢2831 3215。