



感謝分享 香港寶貴的回憶

編者的話
◆ 謝文慧

上月有幸再次邀請到著名香港歷史掌故專家鄭寶鴻先生，為讀者們分享珍貴的香港歷史圖片，讓大家對自己身處的地方，加深了解，更重要是勾起對香港共同成長的回憶。

當天，有超過 160 位讀者朋友出席講座，聽鄭先生講述「香港華洋行業百年」的興起歷史及趣聞，由大型企業、南北行、律師行到貨倉船塢，令大家聽得津津樂道。

有些讀者已是第三次來到聖雅各福群會參加講座，對於編者未能一一記下各位名字，在此請多多包涵，但由於多次

見面，憑著一些記憶，也能與讀者相認，當中聽聽大家的近況和對香港歷史產生興趣的原因；在講座期間，鄭先生不時以有趣的問題，勾起大家對香港各行業發展的回憶，也有不少讀者能回答有關提問，在熱鬧及彼此互動下，接近兩小時的講座，於很豐富及開心的氣氛下結束。之後，仍有些讀者留下來，向鄭先生請教一些問題，可見大家意猶未盡。

在此，亦再次感謝鄭寶鴻先生

抽出寶貴時間蒞臨分享，往後大家更要留意《松柏之聲》的報導，有機會我們一定會再次邀請鄭先生與大家會面。



時光飛逝，不知不覺間又到立法會的選舉年了。回顧過去一屆的尊貴立法會議員言行，真的目瞪口呆，嘆為觀止！不獨看到拉布、剪布、買布、賣布、甩鞭事件、鬥大聲、鬥惡、流會、漫罵、自保、嘲諷、掙物件、喧嘩等等各式其式、百花齊放局面。在一般市民眼中，有份納稅者感到氣憤、無奈及不公平；亦有市民覺得好戲連場，水平內涵高下立見，但對整個立法會的架構及規範的不完整性亦嚴重不滿。對個別政黨及功能組別議員的盲目附和支撐政府方案大惑不解，對議



短評
◆ 關銳焯

立法會選舉的虛與實

一方面特區政府財爺奉行「量入為出」原則而年年有盈餘，另一方面卻每年每堅稱政府資源不足，在甚多政策上難以作出大膽策劃。反之機場三跑計劃便繞過立法會以自負盈虧機場稅方式籌集經費。港

員未有代表市民監察政府的立法、施政、及財務安排更難答同。更甚者是部分立法會議員連提問權也不動用，任由政府在一些高度關連民生的政策議題上平穩過渡，情何以堪！

鐵工程政府本身佔七成股權，卻年年加價，漠視民間疾苦。港珠澳大橋工程問題叢生，實際效用成疑，但政府卻一再追補撥款。大嶼山發展，新界東北發展等大計劃一改再改，實在可以媲美啟德跑道發展及西九海傍發展的蝸牛式進度呀！而近日司卻變成單單為低收入人士而作的扶貧計劃，變相掠奪其他市民的公平權，高官們與商界互相勾結，大

打恐嚇牌，令到退休人士與青年人對立，拼命強調面臨財政懸崖，卻不去思考其他融資安排及財務方案，真的為退休人士有保障嗎？
可恨者是立法會內的所謂建制派卻屢屢護駕保皇，令廣大市民怨恨難消，對立法會諸公缺乏認同感及可信度。各位醒目耆老們，今年的立法會選舉將會較往年複雜、難纏。屆時不少舊面孔亦相繼宣佈退役，年青一輩將會冒出，龍蛇混雜，真假難分。奉勸各位老友記，好好帶眼識人，為神聖一票而投，不為貪圖蛇齋糲餅而投票。做個有骨氣的老鬼，真的假不了，假的真不了，大家加油加油！

動，因為他惦记著當年與他出生入死的四十名師兄弟的英魂。



潘江偉世伯與妻子結婚逾六十載，鱗鱗情深。

抗日英雄 潘江偉



◆ 涂小蝶

潘江偉世伯總是笑臉迎人，慈祥友善，叫人難以猜想到他原來是一名香港東江縱隊的游擊隊員，曾經在日軍侵華時保衛中國國土。他獲中國政府頒贈抗日英雄的勳章，去年中國慶祝抗日戰爭勝利七十周年，他是香港十位到北京出席閱兵儀式的其中一位老兵。

潘世伯自幼父母雙亡，十四、五歲時與四十一名在印刷廠當學徒的師兄弟從上海來港在印刷廠跟隨師父工作，過了三年安穩日子。可惜日軍襲港，令他們生計頓失，便一同加入東江縱隊保家衛國，經歷身心受創，彷彿在煉獄內掙扎求存的數年艱苦日子。他在一場戰爭中被炸傷左腳，流血不止，性命垂危，今天雙腿仍能走路實屬奇蹟。可是傷口不能癒合，

自他五十歲開始更一直發炎，他至今每天仍要清洗傷口。曾經有一段時間他更雙腿乏力，可以想像他大半生都飽受皮肉之痛的折磨。不過，堅毅不屈的他並不消極埋怨，而是積極地不斷運動，使血氣運行，繼續走路。不過，最令他難過的是，在那班四十二名的同鄉兄弟團中，在戰後可以活下來的只剩下他和另一人。經歷著四十次的死別，而且都是死狀恐怖的死亡，可以想像他的內心有多痛苦。天性善良的潘世伯卻沒有因為這些可怖的經歷而扭曲性格，依然是一名謙謙君子，朋友圈中的老好人，妻兒眼中的好丈夫和好父親。

潘世伯非常念舊，他因為得到一些村民救助和兩人犧牲性命才能活命，一直心存感激。中國改革開放後，他常常叫女兒陪他到國內尋找曾

救他一命的村民的後人。他找到了一位中醫的女兒和女婿時，送了他們一些金錢以答謝其父親當年的救命之恩。潘世伯能夠以九十二歲高齡隻身背著背包到天安門出席典禮，也是全憑其驚人的毅力。香港很多老兵當知道大會不准家屬隨行時，紛紛打退堂鼓；但潘世伯從沒想過放棄，並且勇於接受女兒們的特訓：在個多月內背著背包在家中練習走路，又從家中走到火車站，以測試自己可以承受的重量；他又學習使用紙尿片和手提尿壺，甚至與女兒跑到深圳練習以手提電話打長途電話返港和拍照方法。當他坐在天安門閱兵台的時候，心情激



「有型又有營」計劃

◆ 黃仲然

認知障礙症又稱腦退化症、失智症或老人痴呆症，是多種引致腦部功能不正常地衰退的病患之統稱。隨著人口老化，情況更形迫切，全港現約有 10 萬名認知障礙症患者，年紀愈大，發病率愈高，現時大約有三成 85 歲或以上長者患有認知障礙症，估計至 2036 年，將有高達 28 萬名患者及其家庭受到影響，佔香港家庭總數的百分之十。

我們所認識的認知障礙症患者常常失去記憶、容易走失和逐漸失去自我照顧能力。同時，照顧者亦會因要協助患者日常生活起居而忽略其進食和運動的需要。有研究表明，均衡飲食和定期做帶氧運動，可以保持患者的體能和促進腦部血液供給。

聖雅各福群會於去年獲「攜手扶弱基金」贊助，推行為期兩年的「有營又有型」計劃。此計劃由不同專業的介入，包括心理師、營養師、

物理治療師及社工，為患者度身訂做計劃方案，每個個案的目標會因應不同能力及退化程度而編訂，盡量切合家居照顧者的困難及需要，家人的配合及參與是計劃成功的重要元素。

心理師先會就患者的病情、心理狀況進行全面評估，而家庭的參與亦是評估的重要一環；在飲食方面，營養師先會了解家人每日為患者準備的餐單，給予適當建議，如：怎樣選用顏色豐富的多樣化食材，如何保持低鹽、低糖和低脂的餐飲方式；

在運動方面，物理治療師會按患者情況增加帶氧運動量，並練習健腦操，藉感官刺激和手眼協調等動作幫助刺激腦部。此外，亦會練習雙重任務以保持腦部的靈活性。

認知障礙症患者的起動力、專注力和主動性都會隨病情退化而明顯減低，很多時需要很多鼓勵和不同介入方法，該計劃運動方案成為一個切入點，社工和活動工作人員的緊密聯繫及跟進亦成為一種推動力。參加該計劃費用全免，名額有限，並須經過評估。如欲查詢「有營又有型計劃」，歡迎致電：2596 2508 或瀏覽：<http://dementia.sjs.org.hk>。