

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, 85 Stone Nullah Lane, Wanchai, Hong Kong. Tel: (852)2831 3215

國際聯網 Internet: <http://www.thevoice.org.hk> 電子郵件 E-mail Address: 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 ★



頭條

◆ 陳按鋒

香港大學秀圃老年研究中心
博士後研究員

增強社區承載力

達至

居家安老目標

「居家安老為本，院舍照顧為後援」是香港安老政策的方針 [1]，但要達至以上目標，卻存在不少挑戰。除了目前政府資源分配，主要集中於院舍照顧之外，另一個更重要的問題便是人手不足。香港的安老服務主要以專業導向為主，即依賴社工、護士、物理治療師及職業治療師等專業人士去計劃及帶領服務。在現行模式下，由於人手不足，導致輪候服務人數不斷上升，而這個情況在可見將來將會更為嚴峻。

根據香港統計處資料，長者人口預計會由二零一六年的 116 萬升至二零三六年的 237 萬人，即由總人口的 16% 升至 31%。推算至二零六六年，長者人口更會達至 259 萬（佔總人口的 36%）[2]。隨著人口老化，預計老年撫養比率，亦將會大幅上升至由 2018 年約每 3.92 名工作人口，撫養一名 65 歲或以上的退休長者，至 2066 年每 1.48 名工作人口便撫養一名長者 [3]。在這個趨勢之下，現時以專業主導的社會服務將會無以為繼。

因此，要有效達至居家安老的目标，我們必須尋求其他可行方案，而增強社區照顧承載力，相信會是一個有效而可持續的方向。所謂增強社區照顧承載力，是透過運用及加強現有的社區資源，讓地區可以更有效地支援有需要人士，從而延長長者在社區安老的時間。有見及此，香港大學秀圃老年研究中心在香港賽馬會慈善信託基金資助下，於東區、南區及黃大仙區試行了健康大使計劃。計劃與三區的長者地區中心及長者鄰舍中心合作，訓練約 160 位義工。參加者根據所學，於未來一年為地區進行不同類型的義工服務。計劃有以下的主要特點：

以地區為本

計劃以地區為單位，主要招募居住於區內的長者及退休人士。完成課程後，參加者承諾一年內會在區內機構服務不少於 100 小時（即每星期大約服務 2 小時），參加由長者地區中心及長者鄰舍中心安排的義務工作。透過鼓勵地區居民，積極投入服務自己所屬的社區，發揮互助精神，從而為該區建立更好的社區支援網絡。

提升居民的知識及能力

有別於以往集中運用義工現有技能的義工服務，是次計劃另一個重要元素，是令參加者掌握新的技巧與知識。每名參加者需要在三個

不同範疇，包括認知障礙、抑鬱，以及體弱內揀選一項，並於大學接受四節，合共十二小時的培訓。培訓主要幫助參加者掌握疾病的基本認識；並學會運用簡單評估工具，以分辨長者情況；同時學習協助患者方法，及了解可用的社區資源等。完成培訓後，參加者會在中心支援各類相關活動。例如支援社工帶領小組；在中心宣傳有關認知障礙、抑鬱，以及體弱的知識；與照顧者交流，為照顧者提供精神上的支持；以及及早發現潛在問題長者，交予社工跟進等。

提供義工晉升階梯

有興趣及能力的參加者，將來可以銜接秀圃老年研究中心的其他相關活動，例如「耆力無窮」及「賽馬會樂齡同行計劃」，並接受一百小時的專業培訓。這些獲得更專業培訓的義工，將會在社區及機構內，擔當更重要的角色，包括成為運動教練，在長者中心及安老院舍帶領運動小組，或成為情緒支援大使，陪伴及協助需要情緒支援的人士。

長者及退休人士，本身是一個穩定而可靠的人力資源。正如哥倫比亞大學公共衛生學院院長 Linda P. Fried 於一個關於老齡化的演講中指出，大部分長者都有健康的身體，而且有能力在不同渠道去貢獻社會。但有別於其他年齡人士，長者階段在現今社會中的角色及責任依舊是模糊的。因此，二十一世紀最大的機遇，便是如何有效地規劃這個生命階

段，讓他們發揮所長 [4]。我們相信只要透過合適的培訓，便能令長者們擔當起重要的角色。這一個方案，在個人層面上，長者可以充實自我，學到更多的知識，亦能繼續投入社會，達至積極的晚年生活；在社區層面上，更多居民學會了有關老年的相關知識（例如認知障礙、抑鬱，以及體弱），他們遊走於自己的社區，有助及早發現需要協助的人士，轉介專業人士跟進，並且能在社區中為有需要人士及家庭提供支援，令社區發展成一個互相支援的網絡；在社會層面上，透過釋放長者及退休人士這龐大的勞動力。這有助彌補勞動力不足的問題，將部份專業人士的工作，例如帶領小組和家訪分派予受過專業訓練的義工，為專業人士騰出空間，處理較為嚴重的個案。

人口老化是一個不能避免的現象，只要我們學會善用地區資源，適當地為照顧服務完善分工，並在地區建立更強大的支援網絡，居家安老的目标，將會變得更務實而可行。

參考資料

1. 勞工及福利局 (2018). 由安老服務規劃說起.; Available from: https://www.lwb.gov.hk/blog/chi/post_05082018.htm.
2. 政府統計處 (2017). 香港人口推算 2017-2066.
3. 政府統計處 (2018). 2018 年香港統計月刊專題文章：香港的撫養趨勢.
4. Columbia Mailman School of Public Health (2019). How to harness old age for the good of all.; Available from: <https://www.mailman.columbia.edu/public-health-now/news/how-harness-old-age-good-all>



◆ 巧竹