



編者的話

謝文慧

精明應對防疫期

新

可請家人或親友，甚至附近的長者中心或區議員了解，因有不同區議會已商討撥款購買防疫包，努力嘗試為區內居民尋找相關資源。尋求協助時不要怕麻煩後生一輩或朋友，只是現時市面供應情況十分緊張，確實需要些時間，相信他們會樂意相助。

當收到朋友傳來的訊息，我也時刻提醒自己，不要心急轉載、不要心急行動，多問「誰說的」、「有沒有證據」、「相片的拍攝地點在哪裡」和「日期是何時」等。如果找不到出處，就要小心了。就好像口罩只可供一次使用，現坊間已出現疑似將用過的口罩重新包裝出售的情況，亦有人謠傳高溫蒸口罩可殺菌。衛生防護中心及食物安全中心澄清，用過的口罩已沾有病菌，而沾濕了的口罩會影響效用，再次高溫消毒可能破壞口罩結構，大大減低防禦細菌病毒能力，籲市民用完口罩應對摺棄置在蓋蓋垃圾桶內。因此大家切勿重用口罩，亦不要購買包裝粗劣、來歷不明的口罩，以免因小失大。

新一年，祝願各讀者，百尺竿頭，更進一步，有聰明及智慧地與家人及身邊親友一起做好防疫措施。祝願中國、香港、澳門及有關世界各地早日把疫情控制，大家有更好的明天！

肺炎病毒出現，相信大家密切關心着情況。全城戒備，老友記還是要注意個人衛生，不要怕麻煩。外出要戴口罩之餘，避免去人多擠逼的地方。回家後、吃飯前、雙手接觸口罩前後，緊記徹底清潔雙手，要用肥皂或視液搓手至少20秒，大家不要忘了指尖、指間和手腕的位置啊！

即時通訊軟件和社交媒體不時傳來搶購口罩及其他防疫用品的消息，或會造成不安，各位先別太緊張，先審視自己的用品是否足夠應付未來兩至三個星期的用量。假如真的不夠，

人們常說長者們很喜歡懷舊，想當年！而往昔的香港市民大多都嚮往早日退休，可以享受遨遊四海，自由自主的金色晚年。然而時代在變，特區管治班子在變，真有一蟹不如一蟹的感覺。今天的香港，雖然市民的預期壽命冠全球，更超越了日本，但因為沒有制訂全民退休保障制度，故此市民一退便憂！而高官們卻笑稱長者都是「中年人」，就算政府有福利照顧，仍然可以去勞動市場找工作打拼

在另一方面，政府對基層人仕，尤其是所謂「貧窮人口」卻十分重視，專門設立扶貧委員會去處理。奈何今年的貧窮人口由往年的九十萬上升至一百四十萬。而局長則解釋因為人口老化，老年人零收入，故此在統計數字上增加了，但並不表示這群長者便必然是貧窮。回想在香港特區政府每年庫房開支中有關老人福利一項都有增加，於是有官員便振振有詞說政府有關長者福利了！然而香港的安老福利服務是相對地較遲起步的，加上欠缺長者退休保障，而老年人口又

急速上升。故此實際上就算政府可以保得住基層長者們的基本生活所需；但中產長者們便因為壽命延長而儲蓄不夠，生活質素下降，精神不健康，若更兼身體病痛纏身就更百事哀矣！試問若沒有政府福利制度上支援，誰人能夠維持退休前生活水平達20至25年之久呢？

在過去2019年中，自6月初開始的社會運動至今仍未平息，而參與者以年青人居多，於是特區政府便倉猝慌張地把資源轉移至年青群體中，間接拖慢了應該大力擴展的安老福利服務項目。長者們又如何得以安心呢？從另一角度看，在上述社會運動中特區政府在公共設施修復，公職人員的加時補水，國際貿易迴響及反應等導致的經濟損失，已經可以接受周永新教授團隊的「全民退休保障計劃」的財政承擔有餘了。奈何一個高度問責的政府管治團隊，迄今因為施政錯誤而導致民怨沸騰，不信任政府，憂心戚戚，心理衛生談何容易啊！各位老友記，2019年是香港回歸22年以來最令入難忘傷感的一年，讓我們一起向前看，養身養心，做一個好榜樣，重新起步吧！



短評

關銳煌

一退就憂的2019年

關銳煌

在另一方面，政府對基層人仕，尤其是所謂「貧窮人口」卻十分重視，專門設立扶貧委員會去處理。奈何今年的貧窮人口由往年的九十萬上升至一百四十萬。而局長則解釋因為人口老化，老年人零收入，故此在統計數字上增加了，但並不表示這群長者便必然是貧窮。回想在香港特區政府每年庫房開支中有關老人福利一項都有增加，於是有官員便振振有詞說政府有關長者福利了！然而香港的安老福利服務是相對地較遲起步的，加上欠缺長者退休保障，而老年人口又



小小的

多面老旦 雷浣茜

涂寫人物工作坊

涂小蝶

六十年代麗的映聲的觀眾一定對雷浣茜留有深刻的印象，因為她經常在現場直播的電視劇集中展現她以小小年紀卻維妙維肖地扮演成熟婦人的精湛演技。

浣茜姐是香港業餘話劇社創社召集人牛叔雷浩然的二女兒，自小受到話劇名宿的父親的薰陶，常常跟隨父親在劇社內演戲。她的戲路縱橫，尤其擅演老角。我看過她分別在電視劇《視察專員》中與雷叔黃霑和舞台劇《金玉滿堂》中與報華哥袁報華演對手戲的劇照，都是充滿喜劇效果的。劇社台柱慧茵姐每次提起浣茜姐都一定會說：「雷浣茜演的戲很好，很夠放。」浣茜姐特別喜歡飾演「八卦婆」之類的角色，因為角色與真實的她完全不同，可以

讓她把平常不敢做的事和不敢講的話一起爆發出來，令她有一種莫名其妙快感。

自協恩中學畢業後，浣茜姐讀到葛量洪師範學院唸教育，曾在詩歌舞街官立小學教國文、體育和演說訓練。之後，她到香港中文大學的新亞書院進修，畢業後在聖母醫院開設的語言中心教授中文。一九六八年，她獲取獎學金到美國南卡羅來納州的 Winthrop College 修讀教育。獲得碩士學位後，她一直留在美國一邊教學，一邊在丈夫陳杰經營的餐館工作。後來，她在丈夫開設的麵廠和春卷廠任廠長，九七年退休，至今仍在南卡州約克鎮居住。她和丈夫是該鎮首對結婚的中國人，一場紅燭耀映的傳統中

式婚禮吸引了鎮上不少好奇的陌生人到場觀看。

浣茜姐說她一生人只重覆做了兩件事情。第一是從一間學校到另一間學校讀書和工作；第二便是照顧家人——青年時照顧兩名妹妹，婚後照顧三名女兒，退休後則照顧父母，直至母親兩年前以一百零三歲高壽仙遊。浣茜姐說：「我不會因為長年累月照顧家人而抱怨；相反，我在每一段照顧的過程中都享受到愛的回報，人生還有甚麼比這更幸福呢？」

幽默、愛笑和友善是浣茜姐的性格特徵。每次我與她電郵或即時通訊軟件聊天，或接到她的信件，總被她溢滿字裡行間的幽默感弄得捧

腹大笑。她常常自嘲糊塗善忘，其實她的記憶力很好，只是想為朋友添上歡樂而已。

她現時在約克鎮弄孫為樂，閒時與妹妹浣玲姐結伴喝喝茶，做做運動，愜意地享受生活。



雷浣茜從照顧家人過程中享受愛的回報。



關懷社區

黃仲然

做個精明老友記 善用長者醫療券

年滿65歲並持有有效香港身份證或《豁免登記證明書》的長者，即合資格使用醫療券，但若該長者是

憑藉其已獲入境或逗留准許而獲簽發香港身份證，而該准許已經逾期或不再有效則除外。

現時，每名合資格長者每年可獲發的醫療券金額為2,000元，可累積的醫療券金額上限為8,000元。

使用方法

向參與計劃的醫療服務提供者（其診所或服務處貼有計劃標誌）出示有效香港身份證或《豁免登記證明書》，並示

意要使用醫療券。在親身接受醫療服務後，簽署同意書確認要使用的醫療券金額。

查閱醫療券結存

已開立醫療券戶口的長者或授權的親友可登入計劃網頁 hcv.gov.hk 或致電醫療券結存查詢熱線 2838 0511，輸入身份證號碼及出生日期，便可查閱長者的醫療券結存、可用於視光服務的醫療券金額、將於來年一月一日發放至長者戶口的醫療券金額，以及預計會因超過累積上限而被

取消的醫療券金額。長者亦可參閱上次醫療服務後，醫療服務提供者給他的「醫療券使用記錄」。

使用醫療券小貼士

- ✓ 求診前：有醫療券戶口的長者可先查閱醫療券結存，並向醫療服務提供者查詢服務收費詳情
- ✓ 使用醫療券前：了解並同意收費項目
- ✓ 簽署使用醫療券同意書前：核對同意書上的資料及填上聯絡電話
- ✓ 如有需要，長者可尋求親友或護老者協助，例如

陪同求診

醫療券只供合資格長者本人使用，不可以轉讓、兌換現金或與他人共享，且不可用於：

- X 純粹購買物品，如藥物、眼鏡、海味、個人護理用品、食品等
 - X 除特別註明外，已獲政府資助的公共醫療服務
 - X 住院服務、預先繳費的醫療服務及日間手術程序（如白內障手術或內窺鏡檢查）
- 如欲知道更多資料，請瀏覽計劃網頁 hcv.gov.hk 或致電熱線 2838 2311。

