

策劃及捐助 Initiated and funded by

香港賽馬會慈善信託基金
The Hong Kong Jockey Club Charities Trust
同心 同步 同進 RIDING HIGH TOGETHER

主辦院校 Host institution

THE HONG KONG
POLYTECHNIC UNIVERSITY
香港理工大學

Institute of
Active Ageing
活齡學院

支持院校 Supporting institutions

香港中文大學
The Chinese University of Hong Kong

香港中文大學
賽馬會老年學研究所
CUHK Jockey Club Institute of Ageing

香港大學
THE UNIVERSITY OF HONG KONG

香港大學
香港大學秀圃老年研究中心
Sue Pei Centre on Ageing
The University of Hong Kong

Lingnan 嶺南大學
University Hong Kong | 50

亞太老年學研究中心
Asia-Pacific Institute
of Ageing Studies



賽馬會齡活城市
Jockey Club Age-friendly City

「賽馬會齡活城市計劃」公眾論壇 空間活用 · 建築共融

Jockey Club Age-friendly City Project Public Forum INNOVATIVE USE OF OPEN SPACE AND INCLUSIVE BUILT ENVIRONMENT

04.12.2018



賽馬會齡活城市計劃

為應對人口老化帶來的挑戰，香港賽馬會慈善信託基金於2015年主導推行「賽馬會齡活城市計劃」，並聯同本地四間老年學研究單位：香港中文大學賽馬會老年學研究所、香港大學秀圃老年研究中心、嶺南大學亞太老年學研究中心，以及香港理工大學活齡學院，與社區不同持份者共建「齡活城市」，讓香港成為適合不同年齡人士生活的地方。

「齡活」包含靈活、積極的意思。馬會希望透過計劃，於社區推動長者及年齡友善的風氣，建立地區可以提升長者及年齡友善程度的框架，並加深公眾對長者及年齡友善城市的認識。



計劃目標

計劃的主要目標是：

- 評估社區的長者及年齡友善程度，在社區推動年齡友善的風氣；
- 建立地區可以持續提升長者及年齡友善程度的框架；以及
- 推動「齡活」概念，加深公眾對長者及年齡友善城市的認識，並鼓勵社區參與，共同建構「齡活城市」。

何謂「長者及年齡友善城市」？

世界衛生組織（世衛）於2005年開展全球長者及年齡友善城市計劃。根據世衛的定義，長者及年齡友善城市致力推動積極樂頤年，讓長者可以保持健康、積極參與並得到保障，從而提升他們的生活質素。實際上，一個長者及年齡友善城市會因應長者不同的需要及能力，為他們提供包容、無障礙的環境和服務。長者及年齡友善城市並非只是便利長者，而是友待不同年齡的人士。

八大範疇



室外空間
和建築



交通



房屋



社會參與



尊重
和社會包容



公民參與
和就業



信息交流



社區
與健康服務



長者及年齡友善的室外空間和建築

定義

乾淨、舒適及安全的綠化環境和休憩空間，以及完善和安全的行人過路設施和建築，都是適合長者的生活環境。

元素



「長者及年齡友善城市」基線研究

問卷調查發現

與「室外空間和建築」相關的因素



聚焦小組發現

各區就「室外空間和建築」的共同例子



改善建議



問卷調查發現 (全港18區 9,785 份問卷)
聚焦小組發現 (全港18區 91組 739位參加者)

認識「公共空間」

- 「公共空間」是指公眾可共同免費享用的空間

什麼是「公共空間」?



- 「公共空間」並不包括「私人空間」，因為「私人空間」是受到法律的私有產權所保障，所以產權擁有者有權力限制某些人進入這些地方

資料來源: 拓展公共空間

「公共空間」對年長人士的重要性

根據香港城市設計學會 (HKIUD) 2018年有關「締造健康及易行的共融城市設計」的研究，受訪長者認為保持健康活躍及良好活動能力是維持心情健康愉快的最重要因素，故此提供休憩及運動空間是為長者締造健康生活的基本建設，有助長者保持身心康泰。受訪長者亦認為長者及年齡友善的城市設計包含4大重要元素，1) 交通便利、2) 步行舒適、3) 休憩設施及4) 無障礙物，以上為推動易行的共融城市設計的必要參考要點。

4大重要元素



資料來源: 香港城市設計學會
'Inclusive Urban Design: Built for Health and Mobility'



你覺得「公共空間」包括什麼呢?

點止公園咁簡單!

公共空間包括不同的種類及功能，而公園只是眾多「公共空間」中的其中一個種類。你覺得除了公園外，「公共空間」還包括什麼呢？讓我們一起玩遊戲發掘更多。



鬧市中的「半公共空間」

- 「公共空間」可以由政府或者私人擁有
- 私人擁有的「公共空間」多數屬於「半公共空間」，現時不少私人發展項目也須要按照地契或「撥出私有地方供公眾使用的契約」（公有契約）的要求，向公眾提供休憩空間及設施，亦是公共空間的一部分
- 這些「半公共空間」由私人擁有，但公眾亦可以使用，私人擁有的「半公共空間」很多時因物業管理的考慮而限制了公眾的使用權，這引起了公眾的使用權的矛盾及爭議，共享「公共空間」及「半公共空間」時應互相尊重，避免其他使用者造成不便
- 同時，這些「半公共空間」所提供的休憩空間及設施往往難以被普羅大眾所察覺，主要原因包括不清晰的指示（例如沒有列明該地方是屬於公共空間的一部分）和不方便的位置（位置非常隱蔽）等，令人誤以為是私人地方而不使用

「公共空間」知多少



你對公共空間有多熟悉及了解呢？
參與配對小遊戲－「公共空間」知多少？



以下是4張來自港九新界不同地方的相片，請選取你認為是屬於「公共空間」的地方。



西洋菜街（旺角）

不屬公共空間（運輸署已於
2018年8月4日終止旺角
行人專用區試驗計劃）



新城市廣場平台花園
(3,5,7,9/F) (沙田)

半公共空間



九龍公園（尖沙咀）

公共空間



香港嘉里酒店
一樓休憩空間（黃埔）

半公共空間

「公共空間」的好處

改變行為習慣， 促進身心健康



一個橫跨世界14個城市之研究表示，
住於便利外出活動社區的市民，

每星期平均體能活動多**48-89分鐘**

(已相等於世衛建議每星期運動量150分鐘之3-6成)

城市提升綠化環境比例，
市民有更多機會外出運動，

可降低超重和
肥胖比率約**40%**



市民每親近綠化環境多10%，
步行更多，心情愉快，

一生中預期患病
時期便可減少約**5年**

提升心理健康，
減少焦慮、
抑鬱及孤獨感



提供綠化空間， 改善環境質素

全港約480棵古樹名木每年能為香港

減少逾**1300公斤**的空氣污染物，
相等於可節省35萬元的環保開支。



假如在都市中增加一個面積約
1,000平方米的綠化空間（相
等於一個登打士街休憩處大小），
足以影響當區局部氣候，
如**溫度降低1-2°C**

吸引更多市民步行

締造宜居城市， 增加社會效益



每投放1元開支於改善步行及使用單
車環境配套，可以為整體社會健康帶來分別

60和168元之回報

綠化的居住環境可大幅
收窄貧乏社群與富裕社
群間的死亡率差距達



50% (由93% 減至43%)

鼓勵不同年齡和階層人士交流，
增進社區共融及團結



資料來源：

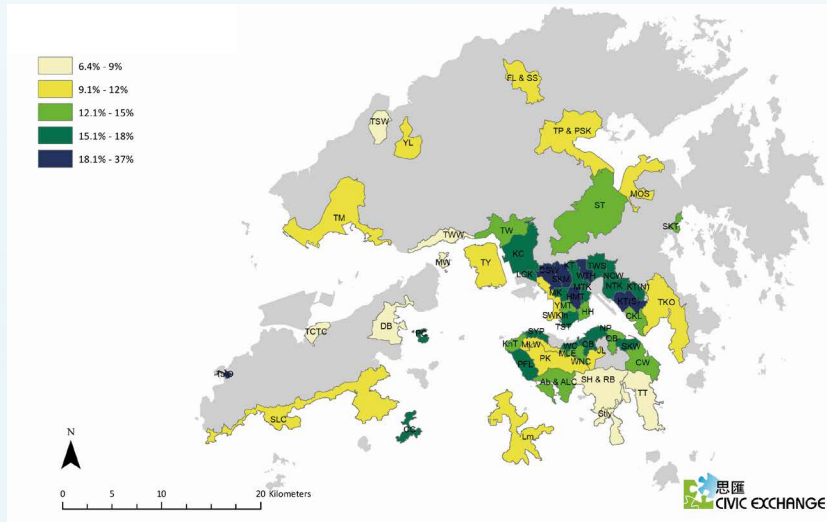
- Sallis, James F., et al. "Physical activity in relation to urban environment in 14 cities worldwide: a cross-sectional study." The Lancet (2016)
- Sarkar, Webster, Gallacher, Webster, Chris, & Gallacher, John. (2014). Healthy cities [electronic resource] : Public health through urban planning. Cheltenham: Edward Elgar.
- "Improving the public's health" The King's Fund (2013)
- THEI園藝及園境管理研究
- 世界綠色組織, 2018

現時香港公共空間的分佈

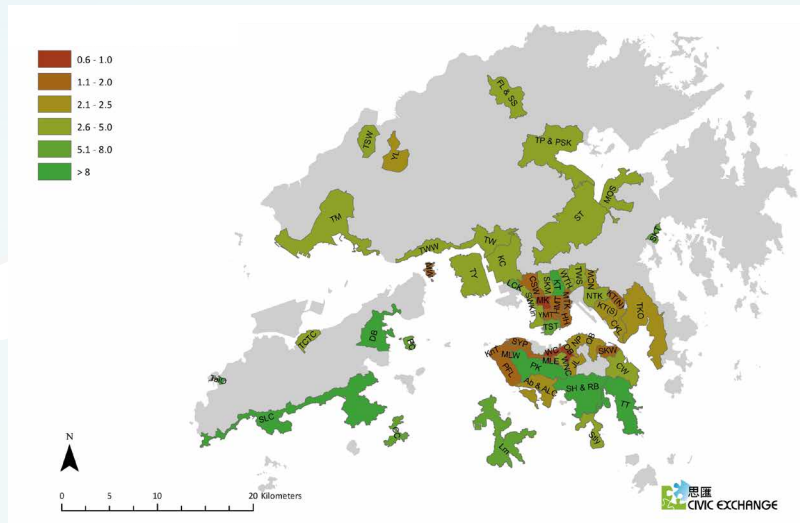
根據思匯政策研究所的「不公空間：香港公共空間應有的合理規劃研究（2017）」，香港市區的人均休憩用地是2.7平方米，落後於其他鄰近的已發展城市（如東京、首爾）的5.8 - 6.1平方米。

以地區分佈來看，部分地區的人均休憩用地遠低於現時香港政府所定立的人均休憩用地供應標準（即2平方米）。同時，部分休憩用地供應不足的地區亦為65歲及以上人口百分比比較高的分區，在公共空間供應不足的限制下，如何建立一個「長者及年齡友善」的社區環境顯得更具挑戰。

65歲及以上人口百分比（2011）



人均可計算休憩用地（平方米）（2012）



香港10個休憩用地供應不足的地區與長者人口比例

排名	分區	按分區計算65歲及以上人口百分比 (註1及2)	現存人均可計算休憩用地面積 (平方米)
1	旺角	16.1%	0.6
2	灣仔	16.9%	0.7
3	半山區西部	10.5%	0.9
4	銅鑼灣	17.1%	1.0
5	堅尼地城及摩星嶺	14.4%	1.0
6	西營盤及上環	16.4%	1.1
7	紅磡	12.7%	1.3
8	長沙灣	18.2%	1.4
9	油麻地	15.0%	1.5
10	半山區東部	13.2%	1.6

註1：以上為2011年的人口統計資料。
註2：全港65歲及以上人口百分比是13.3%。

提升休憩用地的供應標準

香港政府現時訂立的人均休憩用地的供應標準是2平方米，並於《香港2030+：跨越2030年的規劃遠景與策略》提議增加人均休憩用地的供應標準至2.5平方米。思匯政策研究所則建議提高至3平方米。

長者及年齡友善的公共空間

行得方便

暢達度

- 道路 / 指示牌清楚易見
- 步行過程安全、舒適、快捷
- 沿路設置無障礙設施 (如扶手、升降機、斜台)
- 步行網絡 / 交通接駁
- 天橋 / 隧道

街道舒適及有趣度

- 衛生、可安全使用、充足的休憩設施
- 有社區特色、具歷史性的街道
- 洗手間
- 設置水霧降溫系統、加設飲水機

好的公共空間

行得舒服又唔悶

有嘢玩

空間使用及設施

- 彈性的空間設計
- 多元的活動選擇
- 鼓勵公眾參與

社交

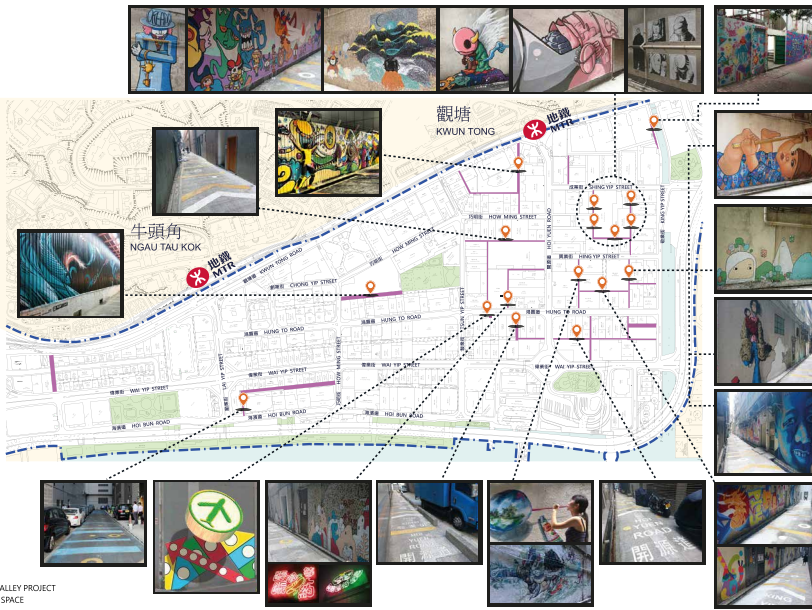
- 促進人際交流
- 增加對社區的歸屬感

識到朋友

香港的良好例子

BACK ALLEY PROJECT @ KOWLOON EAST

後巷計劃九龍東



圖：「後巷計劃@九龍東」的街頭藝術作品

資料來源：發展局起動九龍東辦事處



土炮遊樂場



賽馬會 ifva Everywhere 人民影院



非常香港 Very Hong Kong - 「非常()德Very DVRC」



麼地道花園的俯視圖

資料來源：KaCaMa



麼地道花園的開放與互動



土瓜灣社區客廳 - 土瓜灣公共空間遊蹤

資料來源：拓展公共空間

躍動觀塘健步行

計劃由香港賽馬會慈善信託基金贊助推行，由基督教家庭服務中心招募長者共同推動。旨在宣揚「長者友善社區」中八大項目中的「社區和健康服務」、「信息交流」和「尊重和社會包容」，以導賞遊的概念來推行本計劃。

計劃第一階段由2017年3月至6月期間進行，內容包括策劃會議、訓練活動、聚焦小組、地區訪問、健步行活動、製作手機應用程式和社區地圖及計劃發佈會等。

承接第一階段計劃的推行，第二階段由2017年9月正式展開。計劃繼續以導賞遊的概念推行，並透過一連串的社區推廣教育活動，促進信息交流，從而加強長者接觸電子化資訊的信心。另一方面，參加者繼續尋找富觀塘特色的地標，並編制成健步行路線。同時為路線的步行性（Walkability）作出評估，期望每條路線均適合不同需要的人士使用。第二階段的計劃內容包括有導賞員訓練、社區導賞團、路線設計工作坊、步行與健康調查及調查發佈會等。



「躍動觀塘健步行計劃」於新加坡奪得 Best Active Ageing Programme - Community 獎項

本會50+悅齡服務於5月14-17日參與由Ageing Asia所舉辦的「9th International Ageing Asia Innovation Forum」，其中有來自超過15國家和地區的團體雲集新加坡金沙會議展覽中心參與交流活動。而50+悅齡服務則以「躍動觀塘健步行計劃 Walking Kwun Tong For Active Ageing」競逐「Best Active Ageing Programme - Community」獎項。最後，本會成功脫穎而出，獲得獎項。我們將會繼續努力，持續推動創新服務計劃，讓長者能夠享受更長時間的健康。



- 本會服務總監(50+悅齡服務及健康服務)陳鳳雯女士及服務經理杜俊文先生與其中一位評審香港安老事務委員會主席林正財醫生BBS, JP合照

「居無礙·家點愛」

香港基督教服務處樂暉長者地區中心承蒙香港賽馬會慈善信託基金捐助，於2017年3月至6月推行賽馬會齡活城市計劃—「居無礙·家點愛」。計劃組織「居無礙大使」與商戶分享彼此的需要及關注，從而協商雙贏的長者友善維修服務組合，更將有關服務資訊整理成易讀便利的資訊包派發給有需要的長者。另外，計劃亦為社區加添愛的元素，由不同大專院校設計系的學生與長者交流對長者友善家居設計的構思，並共同創作了6款切合不同長者需要的居室設計實體模型，讓兩代能夠將彼此想法和創意化為現實，創造共融社區。



- 居無礙大使以親身經歷向維修公司代表分享長者對居室設計/維修服務的需要，並共同協商長者友善的維修服務組合。



- 計劃以「改變 CHANGE為主題，寓意為計劃透過網絡 (Network) 不同社區團體、推動「跨代」(Generation) 合作及長者「房屋」(Housing) 需要，由各界攜手建立「長者友善」(Age-friendly) 社區。

老友記，

參與式設計預埋你！

躍變·龍城
Kowloon City in Transformation
九龍城主題步行徑



2018年我們做了：



公共設施意見收集

我們在步行徑的路段收集過百用家對公共設施的意見，當中不少是長者。



老友記互動Hub

街道上將設計不同流動「躍動Hub」，包括適合長者訓練感官的互動Hub。



地膽導賞

「地膽導賞員」由區內長者組成，規劃路線照顧長者需要。

2019年等著你來參與！

查詢及報名：

電話 +852 3183 0928

電郵 kctwt@skhwc.org.hk

九龍城主題步行徑

Kowloon City Walking Trail



營運 Operated by



香港聖公會福利協會有限公司
HONG KONG SHENG KUNG HUI WELFARE COUNCIL LIMITED

資助 Funded by



市區更新基金
Urban Renewal Fund

九龍城友善社區 應用程式-交通



聖公會聖匠堂長者地區中心
S.K.H. HOLY CARPENTER CHURCH DISTRICT ELDERLY COMMUNITY CENTRE



東華三院
Tung Wah Group of Hospitals



在2016年，大約每5名65歲及以上人士便有2名有智能手機，相比2014年約4名65歲及以上人士中只有1名有智能手機。三年間增長近一倍。近年九龍城區有不同的公共設施落成，如黃埔、何文田鐵路站，加上道路進行大大小小的工程，以致行經本區的公共交通工具具有不同程度的變更。故此，一個簡易迅速的手機程式可集合各項交通工具(包括巴士、小巴、鐵路)的資訊內容，以九龍城區為本的設計，讓區內長者更易得到準確的交通資訊。

為長者提供一個綜合交通資訊工具以前往各類醫療及社會服務設施。本程式已加強了各種視像或音頻的輔助功能和簡化了獲得交通資訊的步驟，使其適用於不同年齡層的用戶。



· 友善大使在中心向社區長者推廣友善交通程式



· 長者專心聆聽導師講解如何使用交通程式



· 長者運用智能手機及平板電腦學習使用交通程式

鳴謝香港心理衛生會齡活大使 製作紀念品致送講者及嘉賓



支持機構（排名不分先後）

