



**社會參與 · 長青同行**  
*Social Participation, from Young to Old*

**林正財醫生**  
行政會議成員  
安老事務委員會主席  
基督教靈實協會行政總裁

# 長者社會參與的定義



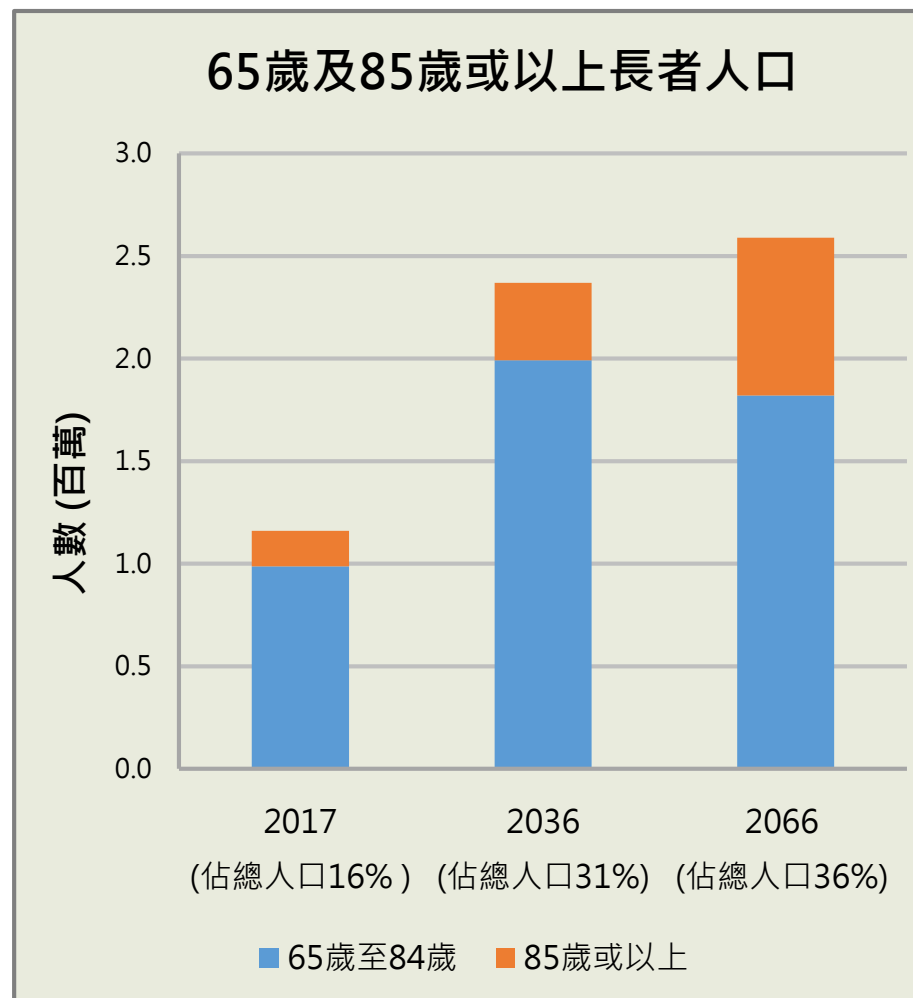
- 鼓勵繼續參與文化、社交、休閒和宗教活動
- 體貼長者的活動安排，例如收費、時間、地點、設施及發布活動信息的渠道等
- 促進長者建立社交網絡

- 參與受薪或義務工作
- 確保長者有足夠的資訊、選擇、培訓及工作機會
- 促進長者就業、參與義務工作、政策倡議及擔任顧問等



# 香港長者人口數據

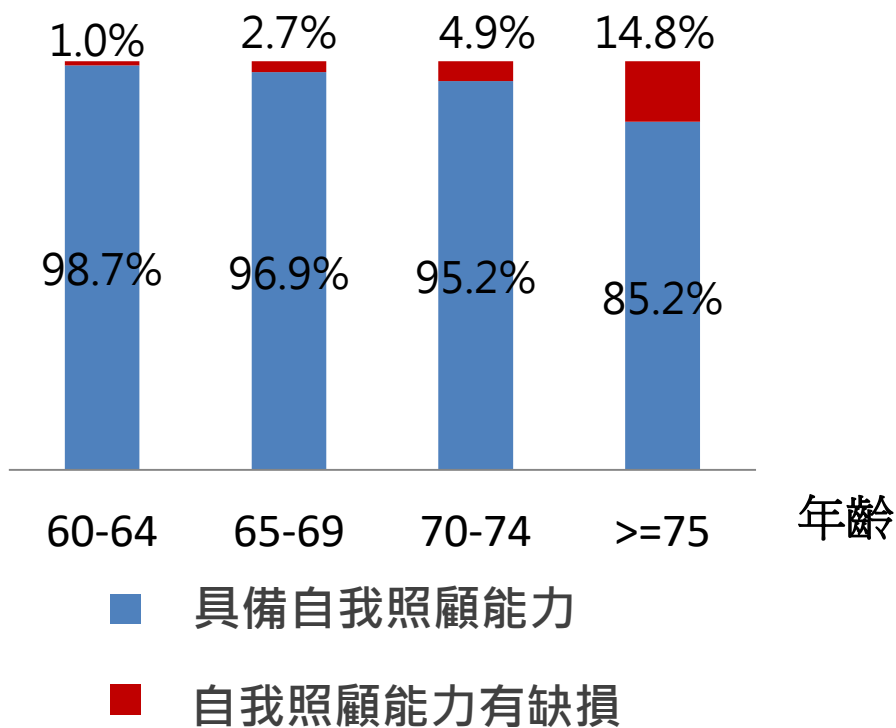
- 長者人數將大幅增加
  - 2017年：122萬（總人口16%）
  - 2036年：237萬（總人口31%）
  - 2066年：259萬（總人口36%）
- 「老老」（85歲或以上）的增加幅度更大
  - 整體長者至2066年增加約2.2倍
  - 「老老」同期增加約4.4倍
  - 「老老」需要長期護理服務的比率遠高於較年輕的長者



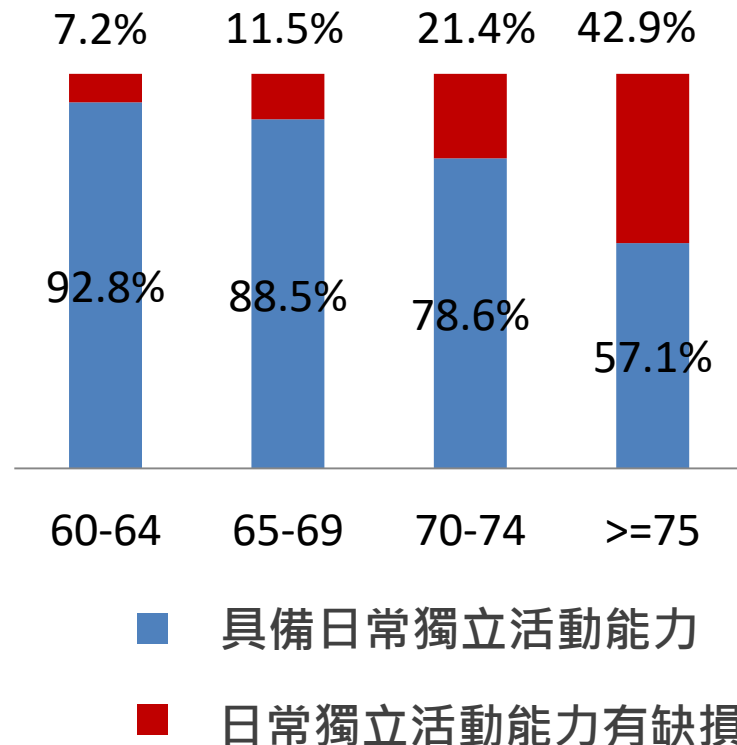


大部分長者有自我照顧能力，  
可以鼓勵他們積極參與社會

### 自我照顧能力缺損程度 (ADL Impairment)



### 日常獨立活動能力缺損程度 (IADL Impairment)



## 工作參與



**10.2%** 長者有參與工作  
(~12.5萬人)

*\*當中99%為65-84歲*

## 義務工作參與



**9.2%** 長者登記成為義工  
(~16萬人)

## 選舉參與



**71.5%** 長者登記成為選民  
(~116萬人)

# 參與義工前後對比

35 %



快樂程度 ↑

升幅高達 10%

26%



自信程度 ↑

升幅高達 15%

25%



合群程度 ↑

升幅高達 10%



有參與義工的長者

無參與義工的長者

做事能集中注意力

94%

74%

覺得自己在各方面擔當有用的角色

72%

48%

覺得自己處事可以拿定主意

90%

74%

覺得日常生活有趣味

93%

74%

能夠勇敢面對問題

92%

73%

# 參與義工的主觀得益

95%



學習與人相處和溝通的技巧

93%



學習到更多知識及技能

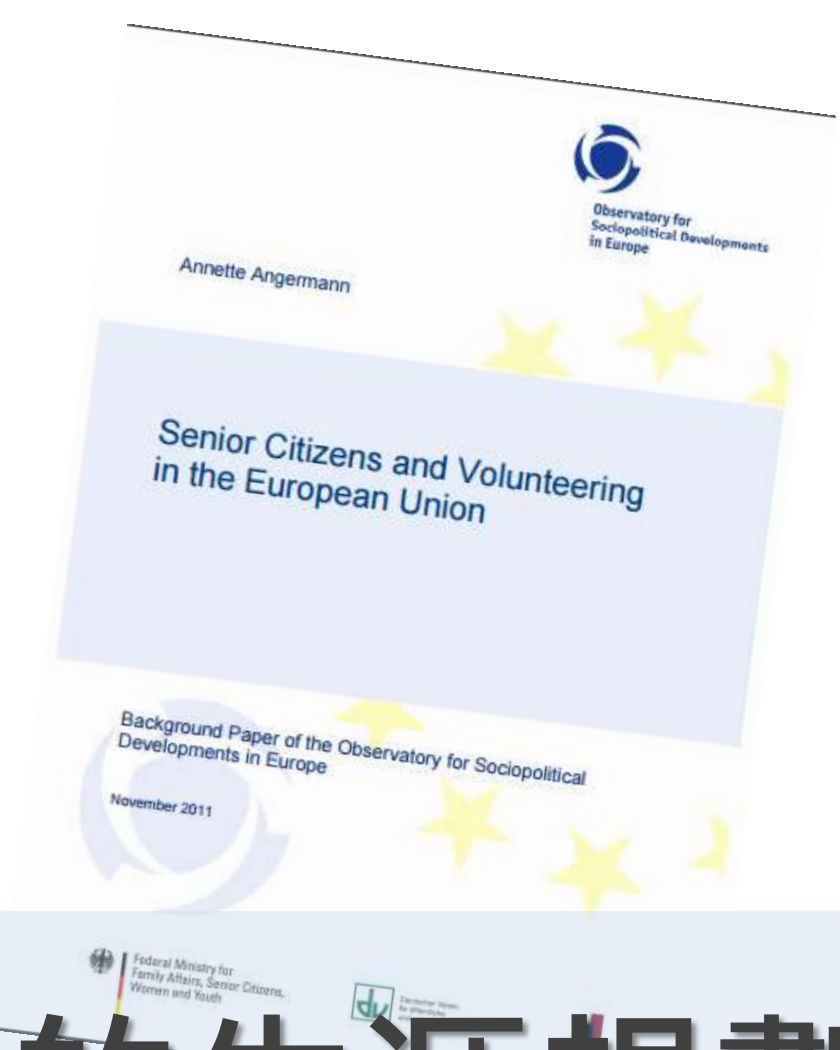
79%



為社會作貢獻







# 退休人士的生涯規劃課

# 長者社會參與的個人意義

保持與社會聯繫

肯定自我能力，自我價值

讓長者得到充權，發揮個人影響力

發揮長者潛能及強項

動員長者資源去貢獻社會

提高長者的社會意識及對政治參與的興趣

# 長者社會參與的社會意義

提昇長者形象及地位

提倡積極樂頤年

增加社會資源

令長者服務切合長者需要

伸張長者權益，提高長者權意識

將長者聲音帶到決策過程

加強長者的政治影響力

聯繫及團結長者的集體力量

# 長者孤獨感

## 「長者孤獨情緒與精神健康研究」

- 一成人有較嚴重的孤獨感
- 獨居、沒有兒子或男孫在港居住、自覺健康較差及不使用智能手機的長者，容易會感到較嚴重的孤獨情緒
- 孤獨長者容易引起「三高」問題，繼而增加患上心臟病、高血壓、中風、抑鬱症及認知障礙等的風險

### 獨居長者人數

2016年：152 536人 (13%總長者人口)

54.3%

2006年：98 829人 (11%總長者人口)

# 孤獨長者的社會參與



如：長者數碼外展計劃



如：持續貢獻社會、再就業等

# 社會參與的機會



# 社會參與的機會



## 跨代共融

- 如：賽馬會跨代溝通及健康推廣計劃



## 建設長者友善社區

- 如：長者友善交通計劃 - 巴士長者無障礙設施



## 持續學習服務社群

- 如：老有所為「剪」姿彩計劃



## 建立鄰里互助支援網絡

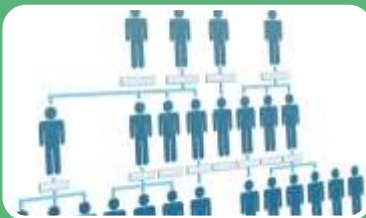
- 友善商鋪顯關愛

# 社會參與的機會



## 政策諮詢

- 如：安老事務委員會「安老服務計劃方案」公眾諮詢論壇



## 加入長者組織

- 如：香港長者協會、老人權益促進會等



## 創立組織

- 社企 - 如：仁人學社；網上平台 - 如：樂活新中年



## 加入政府委員會

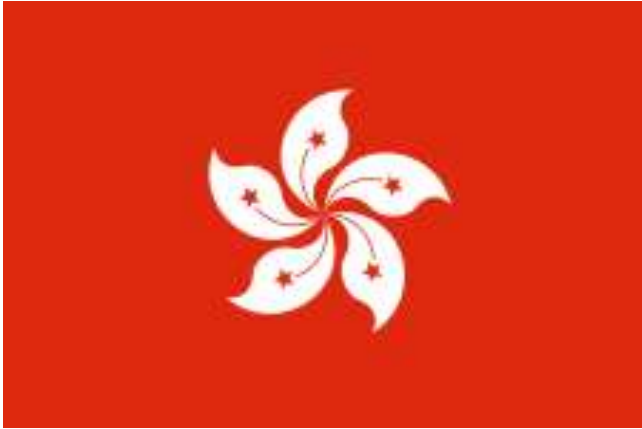
- 如：房委會



# 社會參與的機會： 「長者學苑計劃」

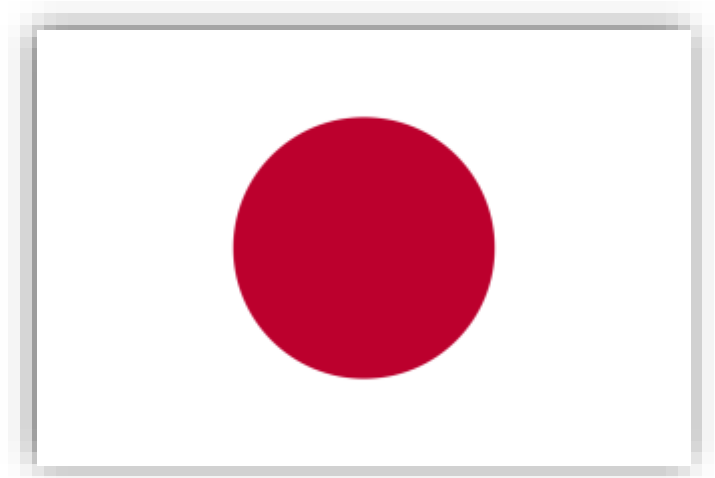


# 社會參與的機會： 無年齡限制的就業



## 香港

- 大型專題招聘會
- 地區性兼職工作招聘會
- 在就業中心設立特別櫃台
- 為年長求職人士而設的就業講座
- 在「互動就業服務」網站設立年長求職人士專題網頁
- 「中年就業計劃」發放每月達4,000元的在職培訓津貼



## 日本

「銀髮人力資源運動」  
招募長者投入社區層面的勞動市場，推動社區發展

Thank you

