

賽馬會齡活城市計劃 長者及年齡友善地區概況



西貢



賽馬會齡活城市
Jockey Club Age-friendly City

策劃及捐助



香港賽馬會慈善信託基金

製作



THE HONG KONG
POLYTECHNIC UNIVERSITY
香港理工大學

Institute of
Active Ageing
活齡學院

前言

為應對本港人口老化帶來的挑戰和機遇，「賽馬會齡活城市計劃」由2015年開始推行，在四間本地大學老年學研究單位的專業支援團隊和社區不同持份者的共同努力下，積極推動「齡活」概念，提升公眾對長者及年齡友善城市的認識，一起建構「齡活城市」，讓香港成為適合不同年齡人士生活的地方。此《長者及年齡友善地區概況》系列涵蓋全港十八區，目的是分享「賽馬會齡活城市計劃」的研究結果、實踐經驗、各區的關注點及相關建議，並附以地區有用資訊，供不同持份者參考和使用，鼓勵社區參與，持續建設長者及年齡友善環境。

《長者及年齡友善地區概況》系列得以編製完成，實有賴計劃下各大學專業支援團隊提供寶貴資料，不同機構和團體提供相關圖片，並由香港理工大學團隊加以整理。因時間環境不斷改變，使用資料時仍需更新以作準確理解。

香港理工大學「賽馬會齡活城市計劃」專業支援團隊



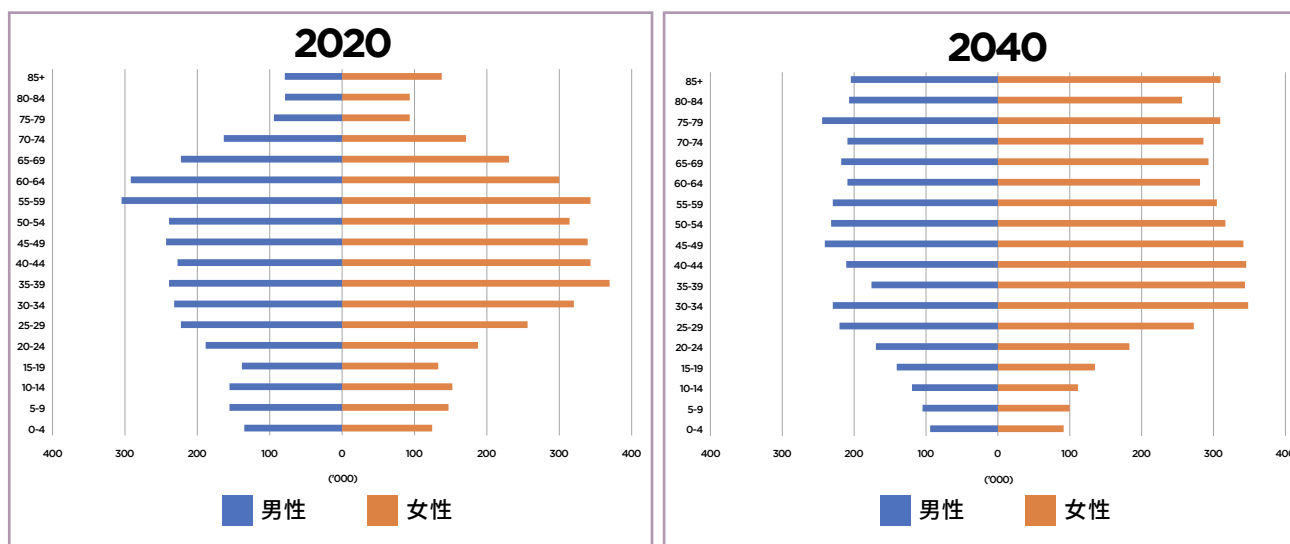
目錄

1	賽馬會齡活城市計劃	P.2
2	地區背景及特色	P.4
	人口特徵	
	長者及年齡友善社區設施	
3	長者及年齡友善發展狀況	P.7
4	實務智慧	P.11
	活動案例	
	地區參與	
5	地區需要和前景	P.15
	改善建議	
	未來展望	
6	有用資源	P.19



1 賽馬會齡活城市計劃

香港的人口正在老化，預計未來的情況將愈趨明顯。人口老化是由於預期壽命延長及生育率下降所致，根據由政府統計處發表的《香港人口推算2020-2069》，預計隨著長者人口比例增加，年輕人口比例下降，到2040年香港的人口金字塔將會出現倒三角形。



為應對人口老化帶來的挑戰和機遇，香港賽馬會慈善信託基金聯同本地四間老年學研究單位於2015年起推行「賽馬會齡活城市計劃」，以地區為本和由下而上的模式，推動香港成為適合不同年齡人士生活的「齡活城市」。

計劃目標



評估社區的長者及年齡友善程度，在社區推動「齡活城市」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



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」

計劃主要概念

世界衛生組織於 2005 年開展「全球長者及年齡友善城市建設計劃」，並確認了在城市環境中促進積極和健康晚年的主要元素，涵蓋八個範疇。「賽馬會齡活城市計劃」亦以此框架為基礎，在本港建構長者及年齡友善城市。



全方位地區支援計劃

本地四間老年學研究單位的專業支援團隊分別於全港 18 區進行基線研究，檢視各區的長者及年齡友善程度，並與區議會及其他地區持份者合作，為各區制訂為期三年的行動方案，此外還招募和培訓「齡活大使」，並支援非政府機構推行地區計劃。

團隊名稱	支援地區
香港中文大學賽馬會老年學研究所	葵青、北區、西貢、沙田、大埔
香港大學秀圃老年研究中心	中西區、東區、南區、灣仔、黃大仙
嶺南大學亞太老年學研究中心	離島、荃灣、屯門、元朗
香港理工大學活齡學院	九龍城、觀塘、深水埗、油尖旺

計劃至今成效

18區

完成基線研究及終期研究
三年地區行動方案已分別獲區議會認可
已加入世界衛生組織「全球長者及年齡友善城市及社區網絡」

140 個地區計劃由超過
70 間非政府組織及大學舉行

180 間私人及公營機構
承諾推行長者及年齡友善措施

2,500 名
「齡活大使」已接受培訓

114,600 人
直接受惠於地區計劃

3,346,000 人
參與不同的宣傳及公眾教育活動

2 地區背景及特色

西貢區位於新界東面，主要包括西貢、坑口鄉郊、將軍澳等地。西貢市通往遼闊的郊野公園和大小島嶼，劃作自然保育和生態旅遊區，其中麥理浩徑和地質公園最具代表性。坑口鄉郊包括清水灣半島，除了香港科技大學和一些村落之外，其餘大部份地方仍未開發，交通也不太方便。將軍澳是八十年代重點發展的新市鎮，現時已有40萬居民，佔西貢區總人口85%以上。根據規劃，將軍澳新市鎮是集住宅、商業和工業的自給自足社區，購物、消閒、康體、醫療及福利服務設施完備，而且繼續在發展中。由於將軍澳的對外交通需求不斷增加，興建中的跨灣連接路和藍田隧道預計2022年通車，分擔目前將軍澳隧道的負荷。

人口特徵 (參考資料來源載於第20頁)



總人口¹

472,800

65歲及以上

81,200

(佔本區人口17.2%)



住戶數目²

157,400



住戶每月入息中位數³

\$35,300 (港元)

(全港 \$27,000)



勞動人口參與率⁴
(不包括外籍家庭傭工)

整體

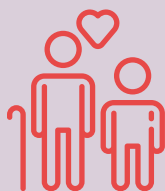
59.6%

(全港 57.4%)

55歲及以上

34.9%

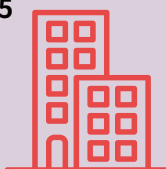
(全港 34.1%)



65歲及以上長者撫養比率⁵

240

(全港 251)



房委會公共租住房屋住戶⁶

28,100

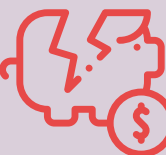
(佔本區住戶18%)



65歲或以上長者住戶⁷

獨老戶 **8,700**

雙老戶 **8,100**



貧窮情況⁸ (恆常現金政策介入後)

貧窮住戶 **22,200**

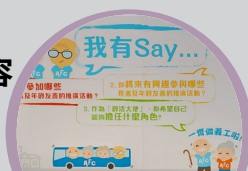
貧窮人口 **50,000**

貧窮率 **11.4%** (全港15.8%)

長者及年齡友善社區設施 (參考資料來源載於第20頁)

長者及年齡友善範疇	設施 / 服務	數據 / 資料
室外空間和建築 	康文署大型公園 ⁹ 緩跑徑 / 健身徑 ¹⁰ 長者健身園地 ¹¹ 無障礙設施 ¹²	3 個 香港單車館公園 寶康公園 寶翠公園 6 個 29 個 共有183處公共設施設有無障礙設施
交通 	港鐵綫 ¹³ 巴士路線 ¹⁴	觀塘綫：調景嶺站 將軍澳綫：調景嶺站 將軍澳站 坑口站 寶林站 康城站 運輸署 2021-2022 年度西貢區 巴士路線計劃
房屋 	公共屋邨 ¹⁵ 公共屋邨單位 ^{6, 16}	11 個屋邨 房委會 10 個 房屋協會 1 個 30,007 個單位 房委會 28,500 個 房屋協會 1,507 個
社會參與  	長者地區中心 ¹⁷ 長者鄰舍中心 ¹⁸ 體育館 ²⁰ 公眾游泳池 ²¹ 公共圖書館 ²²	2 個 5 個 7 個 坑口 香港單車館 寶林 西貢壁球場 調景嶺 將軍澳運隆路 翠林 2 個 將軍澳 西貢 固定圖書館 3 個 西貢 調景嶺 將軍澳 流動圖書館 8 處 厚德邨 健明邨 明德邨 寶林邨 西貢孟公屋路 尚德邨 翠林邨 怡明邨

尊重和社會包容

長者學苑²³

11 個單位位於中小學

郵政局²⁴ (提供繳費和

5 個

長者提款等多類服務)

彩明 寶林 西貢 尚德 將軍澳

公民參與和就業

僱員再培訓²⁵

10 個培訓中心

「後50系列」²⁶

僱員再培訓局提供跨區服務

中高齡就業計劃²⁷

勞工處提供跨區服務

年長求職人士專頁²⁸

同上

信息交流

固定WIFI熱點位²⁹

216 個

長者數碼外展計劃³⁰

政府資訊科技總監辦公室跨區舉辦

長者進階數碼培訓計劃³¹

同上

社區與健康服務

公立醫院³²

屬九龍東聯網

- 靈實醫院
- 將軍澳醫院

公立普通科門診診所³³

3 個

- 方逸華普通科門診診所
- 將軍澳(寶寧路)普通科門診診所
- 將軍澳賽馬會普通科門診診所

公立專科門診³⁴

10 科

(將軍澳醫院、靈實醫院)

耳鼻喉科 眼科 婦科 內科 產科 兒科 外科
矯形及創傷外科(骨科) 紓緩醫學科 精神科衛生署長者健康外展分隊³⁵

西貢區長者健康外展分隊

長者健康中心³⁶

將軍澳長者健康中心

(新遞交會員申請的輪候時間請參閱相關網頁)

地區康健站^{37a}

西貢地區康健站

(提供重點基層醫療健康服務, 會於日後過渡至地區康健中心)

綜合家居照顧服務隊³⁸

3 隊

安老院³⁹

18 間

津助安老院 8 間

自負盈虧安老院 4 間 私營安老院 6 間

宿位名額^{40 a,b}

資助安老院舍服務 1,281 個

(截至31.3.2021)

非資助安老院舍服務 999 個

長者日間護理中心^{41 a,b}

資助 5 間

自負盈虧 1 間



3 長者及年齡友善發展狀況

在「賽馬會齡活城市計劃」下，專業支援團隊在西貢區進行了基線研究*，評估長者及年齡友善程度。終期研究的結果顯示本區的「長者及年齡友善範疇」得分最高兩項是「交通」、「室外空間和建築」；最低兩項是「社區與健康服務」、「公民參與和就業」。

在過去數年間，西貢區區內不同的持份者密切聯繫，並聽取長者就著相關政策的意見。在各有關部門和地區持份者的努力合作之下，多方面的長者及年齡友善服務和措施逐漸加強和改善。以下為八個「長者及年齡友善範疇」的重點成果及有待改善的地方**：

* 基線研究 (2017年)：共收回509份問卷、聚焦小組參加者共47位

終期研究 (2021年)：共收回568份問卷、聚焦小組參加者共31位

** 綜合評估的建議和近期發展



室外空間和建築

重點成果

- 室外空間寬敞，空氣質素良好，綠化怡人
- 建築物中有足夠的無障礙設施

有待改善

- 室外空間的長者及年齡友善及無障礙設施不足(例如戶外休憩設施的上蓋不足)
- 公共洗手間衛生欠佳，無障礙設施亦不足





交通

重點成果

- 車站的長者及年齡友善設施有改善
- 巴士服務的資訊足夠
- 偏遠地區的交通服務有改善

有待改善

- 過份倚賴鐵路，交通工具缺乏選擇
- 偏遠地區的交通服務仍然不足，特別是公共小巴
- 公共小巴缺乏無障礙設施



房屋

重點成果

- 社區的服務及活動場所容易到達

有待改善

- 舊屋邨缺乏商舖選擇及長者服務
- 銀行給予長者的服務不足





社會參與

重點成果

- 有足夠的室外空間和室內場所進行社交活動

有待改善

- 社區活動宣傳不足
- 疫情下因要保持社交距離，以致參與活動的機會減少



尊重和社會包容

重點成果

- 公眾對長者有基本尊重（例如：在公共交通工具上讓座給長者及協助開門予輪椅使用者等）
- 西貢區議會有定期諮詢長者對服務的意見

有待改善

- 諮詢長者的整體風氣可以進一步加強
- 年青人對長者的理解和態度可以進一步改善



公民參與和就業

重點成果

- 給予長者義務工作的機會（例如長者中心及社區中心）

有待改善

- 給予65歲或以上長者的工作機會較少





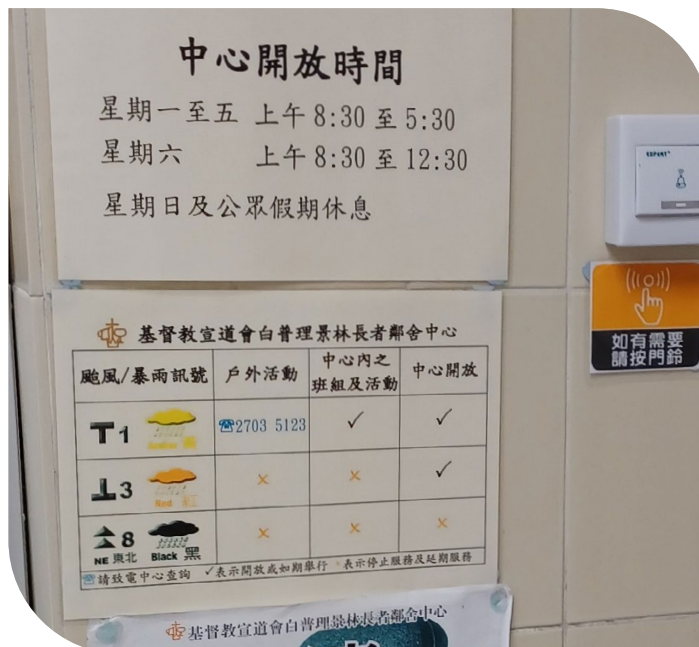
信息交流

重點成果

- 有多種渠道發放資訊予長者

有待改善

- 長者使用網上平台接收資訊有困難
- 一些私人屋苑不容許派發活動通訊及海報
- 疫情下資訊流通有困難



社區與健康服務

重點成果

- 為長者提供的社區及健康服務有改善

有待改善

- 醫療服務仍有不足，如專科診所輪候時間太長、普通科門診預約系統及手機程式難以使用等
- 社區支援服務資訊不足



4 實務智慧

活動案例

「賽馬會齡活城市計劃」在過去透過地區機構和大學老年學研究單位的努力，曾舉辦多項活動以提升區內長者及年齡友善程度。以下是從個別活動經驗中歸納出的實務智慧，期望繼續推行同類活動時可作參考。

賽馬會齡活城市計劃 - 「智·友善網絡」 認知障礙友善社區計劃

基督教靈實協會

靈實長者地區服務 主辦



(攝於疫情前)

活動簡介

主題範疇

- 信息交流
- 社區與健康服務
- 尊重和社會包容
- 社會參與

活動目標

- 定期為護老者舉辦聚會，建立地區認知障礙症患者及護老者平台
- 邀請專業護理人員為護老者及義工提供培訓
- 組織及培訓輕度認知障礙症長者成立樂團
- 透過社區宣傳及公眾教育，促進社區人士對認知障礙症患者及家庭的包容

活動對象

- 患有認知障礙症的長者及其照顧者

活動方法和形式

- 護老者培訓及分享聚會
- 義工培訓
- 「鐘鼓齊鳴」樂團
- 工作坊
- 專題講座

與持份者的協作

- 定期舉辦護老者及義工聚會及培訓，建立支援網絡
- 與區內長者服務單位及專業團體建立伙伴關係，參與機構包括區內長者中心、明愛賽馬會照顧者資源及支援中心、明愛專上學院湯羅鳳賢社會科學院及將軍澳醫院



(攝於疫情前)

媒體運用

- 製作關愛認知障礙症患者及其家庭的宣傳短片，於社區團體播放
- 舉辦計劃分享會，邀請社區人士在社交媒體推介長者運動宣傳片



評估方法



工作人員觀察



抽樣活動問卷調查



抽樣訪問

遇到的困難及解決方法



護老者很多時需要同時照顧患者，不能投入參與活動

中心為長者提供暫托服務，讓護老者可專心參與活動



齡活大使對計劃都有不同的期望及意見

主辦單位須定期與大使聯絡以了解他們的想法



活動成果



- 參加者更了解患有認知障礙症長者的需要及照顧竅門，增加照顧患者的信心



- 長者義工與區內的持份者(屋苑管業處、診所、區議員等)宣傳區內可給予認知障礙症患者的服務，讓長者義工成為社區的橋樑，增加社區人士對認知障礙症患者的關注



- 建立護老者網絡，讓同路人互相鼓勵及支持，並互相交流心得，建立認同認知障礙友善社區的重要

地區參與

除了相關機構作為主導之外，地區上一些長者亦可以透過不同平台，由下而上地倡議和直接策動建設長者及年齡友善的環境。以下為西貢區其中一個長者平台，希望鼓勵更多不同持分者支持和參與。

西貢長者友善關注聯席

背景

由西貢及將軍澳區不同的安老服務單位及長者團體於2006年組成，旨在推動建設不同長者友善設施及政策的改善。現時，聯席成員已成為西貢區議會「長者友善社區工作小組」長者代表，他們會將居民關注的議題帶到議會內討論，爭取長者權益。

成員身份和組織架構

- 由個別機構推薦長者代表及職員參與
- 由長者及同工組成之平台，透過定期會議，商討社區的長者友善措施及政策

參與促進長者友善事務方式和紀錄

聯席曾就不同設施及安老政策反映意見及要求，部份如下：

改善地區環境 (2009-2021年爭取以下事項)：

- 將軍澳圖書館設立長者區及長者設施，如設置放大鏡
- 鴨仔山興建涼亭及公廁設施
- 寶林北路過路設施延長行人過路綠燈時間
- 翠林邨黃橋建立電梯工程及行人過路設施
- 景林社區會堂改善洗手間之設施
- 西貢市中心公共小巴士站避雨設施
- 尚德商場附近白鴿及衛生問題
- 寶豐路增設坐椅

倡議長者政策

- 向區議會反映「長者友善社區工作小組」長者代表的角色及替補機制
- 關注及討論「長者安老服務計劃方案」，並舉辦研討會
- 關注安老服務及護老者的政策，如：退休保障、院舍條例、統一評估機制、護老者津貼

聯絡方法

香港聖公會將軍澳安老服務大樓
電話：2702 9897

5 地區需要和前景

改善建議

由於長者人口特徵和環境不斷變化，我們應對區內的長者及年齡友善需要作出持續評估和關注。「賽馬會齡活城市計劃」根據評估對每區建議一些跟進行動，以下基於這些建議和近期發展，再提出一些較為急切或可行的事項，希望引起有關方面的關注。

殷切需要

改善室外空間通道暢通和增加無障礙設施

- 戶外空間可供社交聚會的設施不足(如有蓋座椅、長者健體設施、公共洗手間)
- 社區設施及車站的連接缺乏暢通易達及年齡友善的設計(如行人天橋、避雨亭)
- 鄉郊戶外空間缺乏無障礙設施(梯級扶手、斜台)

建議行動

- 進行社區考察，為社區環境及設施的長者及年齡友善程度作評估



區內部份連接社區設施及車站的行人天橋

殷切需要

增強區內交通網絡和無障礙設施的配套

- 未有鐵路覆蓋地區的公共交通服務不足（西貢及坑口的鄉郊地區）
- 欠缺為傷殘人士及體弱長者而設的公共及復康交通配套

建議行動

- 進行社區考察，評估居住的社區交通網絡的長者及年齡友善情況，並向相關部門反映意見



改善鄉郊地區的交通網絡

殷切需要

向長者提供適合的家居維修資訊與增加社區服務

- 私人屋苑缺乏長者及年齡友善家居改裝服務的資訊及選擇
- 西貢市鄉郊地區缺乏社區服務(例如：公共圖書館、街市及超市、銀行等)

建議行動

- 為有需要的獨老雙老住戶提供家居安全評估及家居改裝跟進
- 設計資訊站提供一站式的家居安全評估及改裝資訊
- 組織自助團購小組



增加鄉郊地區的社區服務

加強改善地區醫療支援服務

- 輪候政府醫療服務時間長，社區照顧服務欠彈性 (如家居清潔服務的次數)
- 偏遠地區的醫療及社區照顧服務不足
- 為年輕長者及家庭主婦提供家居照顧服務訓練課程，促進提供靈活的社區照顧及支援服務
- 為偏遠地區的長者提供到戶健康檢查服務



加強地區醫療支援服務



未來展望

綜合上述分析和參考近期資料，西貢區的長者及年齡友善發展前景如下：

- 西貢區議會於早期已推動長者及年齡友善發展，是18區最早加入世衛長者及年齡友善城市及社區網絡的地區之一，長者代表投入參與長者友善社區工作小組，為長者服務及設施表達意見。另一方面，將軍澳年輕長者人口較多及其教育水平較高，有利於訓練成為長者義工及參與推動長者及年齡友善城市
- 將軍澳附近的鄉郊仍有新的發展計劃和空間，例如：百勝閣的中醫醫院項目，將會有利該區的醫療服務，但亦需要良好的配套設施，例如：交通等
- 西貢區幅員廣闊，雖然長者人口比例不算非常高，但由於居住密度和「規劃標準與準則」等因素，社區照顧服務集中於將軍澳新市鎮，鄉郊地點相對欠缺服務，長者難以獲得所需支援
- 將軍澳較多年輕家庭，各種設施比較重視年輕一代的需要，例如大型運動場館、高消費購物商場、智能服務設施等。隨著人口老化，長者服務需求愈來愈大，需要考慮部份社區設施及服務亦需要轉型以配合長者需要。例如家居維修（尤其私人屋苑住戶）方面應得到更多關注



6 有用資源



www.jcafc-port.hk



「齡活港」是由香港賽馬會慈善信託基金策劃及捐助的「賽馬會齡活城市計劃」建立的網上資源平台，為長者、社區人士和不同持份者提供各種與長者及年齡友善城市相關的有用資源，促進跨界別協作，推動建構香港成為適合不同年齡人士生活的「齡活城市」。

「齡活港」提供不同主題和各種類型(如小冊子、指南、短片、文章、流動應用程式等)的有用資源，包括：



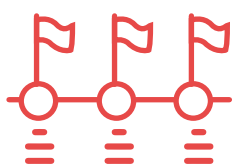
研究成果



地區概況



長者及年齡友善
城市概念



香港長者及年齡友善城市
發展的重要里程



香港及不同國家/城市
的良好案例

歡迎各界到訪資源平台瀏覽內容及參閱所需資料。



參考資料來源

附註編號	資料來源 (資料來源及相關網頁)
1, 2, 3, 4	政府統計處 按區議會分區劃分的 人口及住戶統計資料 2020 (1-表5 2-表1 3-表4 4-表10A)
5	政府統計處 按區議會分區劃分的 人口及住戶統計資料 2020 (表5 - 計算65 歲及以上人口數目與每千名 15 至 64 歲人口相對的比率)
6	房屋委員會 公共租住房屋人口及住戶報告 2021年6月
7	社會福利署 地區資訊 (參閱地區概覽內之地區福利需要社會指標)
8	政府統計處 2019年香港貧窮情況報告 (第72, 97-114頁)
9, 10, 11	康樂及文化事務署 公園 緩跑徑 / 健身徑 長者健身園地
12	堅毅忍者。障殘人士國際互助協會有限公司 地區及公共設施
13	港鐵公司 主頁
14	運輸署 2021 - 2022 各區巴士路線計劃諮詢文件
15	香港房委會 尋找屋邨
16	香港房屋協會 出租屋邨
17, 18, 19	社會福利署 長者地區中心 長者鄰舍中心 長者活動中心 (非政府資助)
20, 21, 22	康樂及文化事務署 體育館 泳池 公共圖書館
23	長者學苑 長者學苑在(各區)中小學 長者學苑在專上院校
24	香港郵政 郵政局
25, 26	僱員再培訓局 培訓中心地區 後50系列
27, 28	勞工處 中高齡就業計劃 年長求職人士專頁
29, 30, 31	資訊科技辦公室 固定WIFI熱點位置 長者數碼外展計劃 長者進階數碼培訓計劃
32, 33, 34	醫管局 公立醫院聯網 普通科門診診所 專科門診 (由二零一九年十二月開始, 病人可以透過智能電話流動應用程式「 HA Go 」內的「預約通」預約專科新症)
35, 36, 37, 37a	衛生署 長者健康外展分隊 長者健康中心 地區康健中心 地區康健站
38, 39, 40a	社會福利署 綜合家居照顧服務隊 安老院 資助安老院舍服務
40, 41a, 41b	非資助安老院舍服務 資助長者日間護理中心 自負盈虧日間護理中心
42	關護長者協會 銀鈴護士站



賽馬會齡活城市計劃 長者及年齡友善地區概況



賽馬會齡活城市
Jockey Club Age-friendly City

www.jcafc.hk info@jcafc.hk

策劃及捐助



香港賽馬會慈善信託基金

計劃夥伴



香港中文大學
The Chinese University of Hong Kong



香港大學
THE UNIVERSITY OF HONG KONG



Lingnan 嶺南大學
University 香港 Hong Kong



THE HONG KONG
POLYTECHNIC UNIVERSITY
香港理工大學



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



SAU PO CENTRE ON AGEING, HKU
香港大學壽園老年研究中心



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



版權及免責聲明

本刊物之版權屬香港賽馬會。歡迎複製本刊物之內容作非商業用途，但須註明資料來自本刊物。

本刊物的內容，包括由「賽馬會齡活城市計劃」產生和所引述第三方的資料均具時效性，香港賽馬會並不保證資料是否全面、準確，或為最新之數據，資料僅供參考。

2021年12月出版