

## 人口老化問題現 跨代共融顯迫切

### 長幼身份互換 添認識 消偏見

2019年將至，當年輕人興高采烈迎接新一年時，可有想過20年後，香港人口當中三成會是65歲或以上的長者？有見香港人口老化問題嚴重，香港電台教育網站eTVonline昨日舉辦「身份互換 長幼共融一年齡友善同樂日」，期望推廣長幼共融訊息。

德兆日報記者

#### 香港人口持續老化

政府統計處去年推算，香港人口將持續老化。2039年，近三分一的香港人口會是65歲或以上。另外，根據日本厚生勞動省今年七月發表的2017年度全球平均壽命統計報告，香港連續兩年成為全球最長壽之都，女性平均壽命有87.66歲，男性則是81.7歲。

#### 年輕人不熟悉祖父母

不過，昨日出席「同樂日」的香港城市大學社會及行為科學系莊明蓮教授引述《香港跨代關係之研究報告》（2014）指出，年齡分布為20至40歲的受訪者中，近一半不知道祖父母的中文全名，並有逾七成忘記祖父母的生日，這反映受訪人士不熟悉其祖父母。

#### 從小多接觸長者 長大有更好幸福感

莊續表示，小時候甚少和祖父母接觸的成年人，長大後會對長者產生很大的偏見，甚至影響他們工作上的表現。相反，從小多接觸長者的青年傾向經歷較好的幸福感。故此，莊建議年輕人多主動接觸長者。昨日同場的安老事務委員會主席林正財醫生認同「跨代共融」的重要性，認為這能促進長幼之間的了解，減滅年齡歧視的問題。

#### 逾300名長者及年輕人參加「同樂日」

香港電台教育網站eTVonline為配合「第13屆傳媒初體驗」計劃的主題—「跨代共融」，昨日於沙田一所中學舉辦「身份互換 長幼共融一年齡友善同樂日」，包括「高齡體驗衣」體驗、長者示範沙畫及書法、長者樂隊表演，以及由長者義工主持的攤位。活動有逾三百名中、小學生參加，並有多名長者負責活動。

#### 穿上高齡體驗衣 感受長者辛苦

本報抽樣訪問十位學生，他們均認為「同樂日」有助增加他們對長者的了解，其中逾半數對「高齡體驗衣」尤感深刻。一名9歲男學生試穿體驗衣後，感到背痛、腳重，他明白到長者的體能限制及日常活動遇到的困難。模擬高齡體驗衣活動由本港社企Eldpathy歷者者首創，他們期望年輕人穿上體驗衣後，能感受當長者的痛苦。而昨日擔任主禮嘉賓的香港耆康老人福利會服務總監李家輝先生亦認為，體驗式活動有助年輕人了解長者的生活狀況。



香港電台教育網站eTVonline舉辦「身份互換 長幼共融一年齡友善同樂日」，邀得香港耆康老人福利會服務總監李家輝先生、立法會議員鄭泳舜先生、安老事務委員會主席林正財醫生、立法會議員毛孟靜女士、香港城市大學社會及行為科學系莊明蓮教授，及香港中文大學賽馬會老年學研究所項目經理黃翠珊女士（左起），擔任啟動禮的主禮嘉賓，並分享對促進「跨代共融」的建議及看法。（蔡鎮徽攝）



左：這位9歲小學生穿上長者體驗衣，包括負重背心、駝背背帶、膝蓋約束帶及足托器等裝備，並在腿上加重，扶着拐杖蹣跚行走。（曾熙嵐攝）

右：來自香港基督教服務處順利長者鄰舍中心的「消代餅Silver Band」成員平均年齡達75至84歲，昨日在台上表演《歲月無聲》及《千載不變》認真專業，台下嘉賓也聽得投入。（何嘉敏、曾熙嵐攝）



左：負責主持「互相標籤的關愛座」裝置的長者義工表示，平日間中會使用關愛座，但使用時有困難，因為年輕人不要讓座。（鄭翠瑩攝）

中：跟長者學習寫書法的這位小學生對長者寫得一手好字感到意外，認為長者多才多藝。（曾熙嵐攝）

右：示範沙畫的林伯伯年逾60歲，他學習沙畫4年，喜歡這項活動，因為可以和年輕人一起活動，並能解悶。在場學生看見長者示範沙畫，均表現投入。（曾熙嵐攝）

#### 專心耐心同理心 與長者溝通有法

研究老年學的莊明蓮教授在上月有關「跨代共融」的工作坊中提到，長者樂意與年輕人接觸，但他們感到自卑，擔心不知如何和年輕一代交談，怕被嫌棄老土、沉悶。莊建議，年輕人跟長者溝通時，最重要是展現出想認識長者和願意聆聽的態度，傾談時專心眼望長者，不要只看手機，也要保持同理心，將心比己，想像和理解長者面對的困難。當教授長者一些新知識時，要保持耐性，「其實老人家也有學習能力，不過手腳較慢，及視力欠佳，需要較長時間。」