

## 一、中心主題

2015-2016 年度的康福堂社會服務以「長中康健齊參與、一磚一瓦建我家」為主題。正藉長者中心踏入服務三十二年，感謝主豐富的預備，承蒙陳國威太平紳士以令先叔母陳潘佩清女士名義捐款一百萬元予中心，同時得到環保及自然保育基金的節能項目資助更換冷氣及照明系統，中心完成了整項翻新工程，並重新命名為：『香港基督教播道會聯會中國基督教播道會康福堂陳潘佩清紀念長者中心』。中心翻新後，長者在一個舒適的環境下進行活動，建立中心成為長者的第二個家。中心翻新刻意在房間加設鏡牆，使房間隨時變身為運動跳舞場地，增加了讚美操及椅上操，把更多的活力元素帶給長者。除此之外，與康健中心不同服務年齡層的結合，推行長幼同歡樂傳承，藉著長者與學童的相處，達到長幼共融。

## 二、服務概況

### (1) 自由天地

偶到服務、閱報服務、閱刊服務、焦點新聞、健身閣服務、天天量血壓、借用 I-PAD 服務

### (2) 小組活動

- I. 健康：門球組、乒乓球班、硬地滾球班、草地滾球班、椅上操、讚美操
- II. 教育：耆 sing 唱家班、國畫班、書法班、粵曲組、二胡班、鑼鈸班、楊琴班、成教長者基礎電腦班、趣味中文班、英文基礎班、成教基礎普通話班、i-Pad 全接觸、聖經識字班
- III. 義工：紅十字會耆英團、非常義工組、康福探訪隊、康福議會、長青團契探訪隊、耆義關懷展愛心訓練
- IV. 社交：哈哈齊歡唱、棋藝組、腦還童俱樂部

### (3) 個別服務

諮詢服務、健康檢查、探訪、轉介服務、平安鐘/長者卡申請、個案轉介、輪椅借用、查詢智能手機使用、查詢及處理關愛基金「長者牙科服務資助」

### (4) 特別活動

- I. 健康：代購/直銷服務(如奶粉)、健康檢查、流感防疫注射、中大防跌治療計劃、共創精彩人生、生命之旅「笑看人生」、硬地滾球推廣日、硬地滾球交流日、探訪「老人院」、美荷樓生活館、威爾斯醫院「骨質密度檢查」、普及健康運動、中文大學「少肌症免費檢查及運動治療」、中文大學「防跌講座及肌肉評估」、敬老護腦休閒日、高纖健康飲食、肩周炎、改善記憶、長者常見皮膚問題的護理、認識中風、急救常識、長者常見眼疾、護眼之道、手部退化性關節炎、慎防跌倒、骨質疏鬆症、綠色生活講座、深入了解糖尿病、免墜糖衣陷阱、深入了解糖尿病、識飲識食自然 fit 多 D

- II. 教育：防騙講座、通訊事務管理局「做個精明通訊用家」、夏日全方位護膚秘笈、長者化妝新體驗
- III. 義工：派月餅、粵曲組聚餐、易剪義愛心剪髮服務、愛心雲吞麵、耆義關懷展愛心、愛心生果贈長者、耆英團新界東地區委員會成立暨第一屆就職典禮、耆英團新界東地區委員會地區服務日暨節日聯歡、耆英團西貢生日會、新界區聯合宣誓典禮、耆英團義工嘉許暨春節聯歡、耆趣急救大比拼、王少清老人院報佳音、新春贈揮春
- IV. 社交：旅行、團拜、中樂表演、粵曲匯演、生日會、團年飯、粵劇欣賞、恩愛喜相逢迎聖誕、恩典小組、大集會、香港生態漫旅、愛心券慰勞宴、博康邨幼兒學校聖誕節報佳音、開心長者賀端陽、香港童軍總會「長幼樂融融」、竣工感恩典禮、科學館「科學廚房」、軒情間、暢遊挪亞方舟、親親大自然·齊享九大簋

#### (5) 協作活動

衛生署健康講座、播道會長者中心門球同樂日、播道會長者中心硬地滾球同樂日、「開心長者賀端陽」派粽活動、「愛心月餅」派發、香港歷史博物館、土木工程處、香港童軍總會之長幼樂融融、香港文化博物館、科學館、康樂及文化事務處

#### (6) 參與區內或全港性活動

長者進修學院、義賣敬老護老愛心券、文化博物館「粵曲新星」、公益金賣旗日

#### (7) 宗教活動

長青祈禱會、長青團契、中文聖經識字班、福音旅行、晨早堂崇拜、團契探訪隊、福音電影欣賞

### 三、總結與展望

長者中心在過去一年，是極具挑戰和感恩的一年。長者中心得到陳潘佩清女士慷慨捐款一百萬元，經歷兩個多月的裝修，裝修過程中少不免影響中心的服務運作，而對裝修設計一竅不通的職員，幸好有義務室內設計師的協助解決裝修上的難題，使一項艱鉅的工程順利完成，並於同年8月舉行感恩竣工典禮，一起數算主的恩典。

中心繼而面對人事的轉變，中心總監及同工的離職，無論同工及會員之間也需要適應，而新同工的加入也需要互相磨合，建立良好的工作團隊。

我們深信今天的退休人士活力無限，在未來的一年，中心發揮他們所長，建立一群動感活力的長者。

### 四、鳴謝(排名不分先後)

感謝以下各位義務導師在過去一年對中心及長者的愛心服務與關懷：  
鍾梁潔玲女士、陳王美云女士、陳月蓮女士、黃葉慧明女士、梁偉明先生、鄭奇建先生、黃榮湛先生、陳陸秀屏女士、梁首培女士、文麗明女士、梁月華女士、譚桃彩女士、

梁偉強先生、李桂蓮女士、張燕芳女士、司徒寶歡女士、何鳳才女士

除此以外，本年度得到多個團體及有心人士參與大集會主題分享，包括：香港基督徒中樂團、視博恩、恩典小組、花園大廈浸信會提摩太團契、寶光實業(國際)有限公司、香港中文大學醫學院、港大專業進修學院保良局社區書院、維達公司、防止罪案科、香港樹仁大學基督徒團契詩班、聖士提反女子中學附屬小學、證道國際教會

## 五、服務統計

### (1) 會員資料

年齡分佈		性別	
年齡	總人數	男	女
50-55	9	1	8
56-60	46	2	44
61-65	106	18	88
66-70	164	40	124
71-75	113	31	82
76-80	94	25	69
81-85	66	19	47
86-90	40	9	31
91 以上	10	4	6
	648	149	499

### (2) 服務統計

#### (A) 中心出席人次

全年總人次： 29,480 人次

開放節數： 540 節

平均每節人次： 55 人次

#### (B) 2015/2016 年度服務內容及統計

服務內容		數字統計
每節平均出席		55
舉辦小組、活動及計劃：		
A	健康/心理健康	115
B	教育及發展性	24
C	義工發展/招募	24
D	護老者支援服務	N/A
E	社交及康樂	118
與策略性伙伴合作總數		N/A
長者義工人數		159
長者參與策略及推行		N/A

## 六、執事會名單

主席：杜杏姬女士

副主席兼傳道部：蔡永全先生

執事：黃金玉小姐、劉瑋琳女士、谷玲玲女士、黃友諾先生

## 七、職員名單

### 長者中心同工名單

中心總監：李應新牧師(2015年8月2日離職)  
何文勝先生(2016年1月2日到任)

中心主任：葉美滴女士

活動幹事：鄧思聰先生(2015年9月30日離職)  
廖靖宜小姐(2015年9月1日到任)

助理活動幹事：吳麗娟女士

## 八、相片



紅十字會耆英團探訪老人院長者



15年8月16日舉行竣工感恩典禮



健體椅上操



腦還童

主旨：藉紀錄年度工作及其果效，讓讀者「看見／體會」神的作為。

## 一、中心主題

2015-2016 年度中心主題：「敬老護老」。中心透過全年健康活動，與專業護理人員持續加強長者的基層健康服務及提高長者健康知識。其次為透過全不同形式的活動，加強長者及護老者之支援服務，從而減輕彼此的壓力，促進身體及精神健康。

香港現正面對人口老化的挑戰。雖然有一些長者確實缺乏自理能力而需接受院舍的照顧、但根據社署之服務安排，大部份長者仍安排接受家居或中心為本的照顧服務。香港特區政府的安老政策一向是「居家安老為本，院舍照顧為後援」，並秉持四項基本原則，即「鼓勵居家安老」、「提倡持續照顧」、「集中資源協助極需援助的長者」及「推廣積極樂頤年」。來推行和提供安老服務。但政府所安排的資源實在不足以應付龐大長者的健康需要。此外，「居家安老」這政策對護老者在照顧患有長期疾病或認知障礙症的長者，其起居生活、情緒方面，行為亦增添護老者不了少壓力和困擾。

作為一間規模細小的長者鄰舍中心，要開展專業護理及專業緩痛服務；實在是妙想天開。當中需要涉及的資源、人力、物力何其多。在現時儘管有經費也難以聘請相關富工作經驗的專業人士。但在上帝沒有難成的事，祂卻在不同的途徑，大大賜福與我們，我們累積了數個不同護理專業團體，作出不同的合作，讓中心能夠提供全面性的身、心、社、靈服務。因而使長者及護老者們得到更適切的服務。

## 二、服務概況

感謝上帝恩典，當我們把福音融合於服務當中，同事們把工作視為委身事奉時，我們一方面仰望上帝的供應；另一方面本著盡力而為的態度，上帝仍然感動對福音有興趣的長者加入「彩虹天地」長者團契，繼續認識救恩。在人手不足及財務緊拙的情況下，更為我們在有限的資源情況下，透過策略性的手法；主動及珍惜與不同機構合作的機遇，拓展成無限的資源。達至三贏的果效。

首先在護理服務方面：中心過去一年與不同的機構協作；當中包括了香港理工大學護理學系的梁顯利流動結合保健中心、葵涌醫院老齡精神科駐中心服務... 等等。去年更由葵青區區議會撥款一億元；與葵青安全社區及健康城市協會有限公司策劃主辦三年的「葵青區重點計劃」服務。中心有幸在此成為其中一個協作的伙伴。而「葵青區重點計劃」服務中包括了中醫服務、護士諮詢站、物理治療、音樂治療、復健運動班、廣場運動班、自助健康評估、健康講座、病人互助小組、護老者小組等。除專業治療師外，計劃亦安排半職註冊護士及全職保健員駐長者中心提供服務。截至 31/3/2016，共服務了 12,416 人次。

其次，支援匱乏長者計劃：中心亦成功申請了意贈慈善基金推行「福安至安心 - 支援長者計劃」，內容主要是透過社區義工訓練，加強關顧體弱，社交匱乏及經濟有困難的長者。除了定期作探訪及關心慰問外，亦順道餽贈糧油食品及日常用品，以減輕匱乏長者的生活開支。同時亦透過聚餐促進體弱，社交匱乏及經濟有困難的長者社交生活，擴闊社交圈子，拓展鄰舍互助支援。由 10/2015 至 31/3/2016，共服務了 222 人次

此外，生死教育計劃：中心獲得華永會撥款支持推行「思前顧後」人生圓滿計劃。計劃主要是與長者共同回顧每段人生歷程，肯定及鼓勵長者，正面編寫他們一生故事，從而談及對晚期照顧、身後事之期望、生死教育服務及有關社區資源分享。內容包括了：編製人生紀念冊(詳盡深化版)及面談。編製人生紀念冊(簡化版)、美好生命小組、璀璨生命小組、「囑」君安好小組、共擁生命日營、圓滿人生分享會。由 10/2015 至 31/3/2016 共服務了 131 人次

最後，活力愛心大比拼：中心經本區區議員推薦參加了由「中華廠商聯合會舉辦活力愛心大比拼」比賽，中心分別僥倖獲得「長者競技比賽冠軍及啦啦隊比賽冠軍」兩個殊榮，並且為中心贏得共\$35,000 之機構獎金。此獎金實為中心在足襟見肘的財政上，補添中心不敷之營運經費。

### 三、檢討和來年展望

總括而言，在回顧去年計劃中，長者健康服務的需求實有很大的需要，故此中心將在三年計劃中展開第二年計劃，期望深化服務的內容。在預防長者認知障礙及輕認知障礙症服務方面，將會作出統合及整理，期望更有效地推展服務。其次嘗試申請基金推行護老者服務，使護老者的需要進一步被滿足。在宣傳方面，中心將嘗試透過不同網絡媒體、計劃發佈會等，讓大眾對長者需要更為關注、

### 四、總結

總括而言，隨著人口不斷老化、有不少家庭不斷受到貧窮、破碎、不滿現狀困境的衝激，過往敬老尊賢、新舊孝道觀念與個人自主的矛盾與期望落差，使我們的工作更添挑戰。面對著難辛的挑戰；「我們的能力從何而來？我們的能力從造天地的耶和華而來」，我們祇能帶著謙卑僕人的態度、警醒與敏銳的心，去細察及洞悉服務者的需要，祈求從上帝賜下能力、恩典和智慧，使長者中心成為明亮的燈檯，使長者在黃金的歲月中認識福音與上帝同行。

### 五、鳴謝（過去一年協作機構、會員議會、個別義工及實習學生等等）

衛生署荃灣長者健康服務外展隊

理工大學護理系梁顯理結合流動中心

葵涌醫院老齡精神科

瑪嘉烈醫院社康服務部

葵青安全社區及健康城市協會有限公司

生命熱線

糖尿天使

香港耆康老人福利會

香港遊樂場協會賽馬會青衣青少年綜合服務中心

香港基督教女青年會長青松柏中心

香港中華基督教青年會葵青及荃灣青少年外展社會工作隊

香港聖公會麥理浩夫人中心青衣社區會堂

香港中樂團

路德會梁季彝夫人護理安老院

長青樂同行

明愛樂蒼軒

保良局葵涌綜合康復中心  
東華三院黃李明珍荃灣長者鄰舍中心  
葵青區議會民選議員譚惠玲議員  
中國基督教播道會恩福堂  
中國基督教播道會福安堂  
基督教宣道會青霖堂  
明愛聖若瑟中學  
中華傳道會安柱中學  
青衣何澤芸小學  
青衣地利亞閩僑英文小學  
青衣商會小學  
皇仁舊生會小學  
青衣聖保祿村及改善生活有限責任合作社  
長安邨業主立案法團  
港深聯合物業管理有限公司  
高耀物業管理有限公司  
康樂及文化事務署  
膳心連

長者諮詢委員會成員：

鍾明娜女士、黃秀娥女士、朱鳳仙女士、朱鳳娥女士、馮秀容女士、  
黎玉珍女士、冼定富先生、陳耀先生、鄧培先生、李風蘭女士。

特別義工

陳美玲女士、蘇貝珊女士、馬麗安女士、郭桂英女士、莫雅容女士、  
徐宛盈女士、陳國基先生、曹慶霖先生、陳勵成先生、陳寶國先生

## 六、服務統計

### 1. 會員資料統計

(A) 會員人數共： 1043 人

男 312 人

女 731 人

(B) 年齡：

60 以下	106 人
60-64	182 人
65-69	176 人
70-74	177 人
75-79	204 人
80-84	129 人
85 或以上	69 人

2. 服務統計

(A) 中心出席人次 : 50,570 人次

開放節數 : 544 節

平均每節人次 : 92.96 人

(B) 2015/2016年度服務內容及統計

服務內容	數字統計
每節平均出席	97.27
舉辦小組、活動及計劃：	
A 健康/心理健康	67
B 教育及發展性	46
C 義工發展/招募	58
D 護老者支援服務	47
E 社交及康樂	70
長者義工人數	119
長期護理服務統一評估個案	37
接受輔導服務之人數	133
個案結案率	29.32%
護老者總數	150
隱蔽長者服務 - 持份者	17
隱蔽長者服務 - 個案	64
隱蔽長者服務 - 個案結案率	39.06%

## 七、諮詢委員會名單

周民勇牧師(諮詢委員會主席)、  
蕭坤玲傳道(中心總監)、  
吳桂英女士(委員)  
梁麗紅女士(委員)  
伍廣聰先生(委員)  
周杰銅先生(委員)  
周賢明先生 (委員)

## 八、職員名單

區麗卿女士 (中心主任)、黃美儀女士(社工)、梁嘉軒先生(社工) 、  
林國浚先生(社工) 、談愛萍女士(社工)、馬綺珊女士(活動助理) 、  
郭錦紅女士(事務員) 、黃寶珠女士(助理程序幹事) 。



同事訓練-Eldpathy



福安義工委任日



福安魔術學堂



長者急救班



園藝治療



福安裝修竣工感恩典禮



福安 28 跨啦啦



中秋福音粵曲分享大會



中醫診所 (由葵青社區重點項目資助)



福安至安心計劃- 上門探訪送暖  
(由意贈慈善基金資助)



思前顧後計劃-思前顧後小組  
(由華人永遠墳場基金資助)



思前顧後計劃-參觀華人永遠墳場  
(由華人永遠墳場基金資助)

## 一、引言

從 2015 年開始，全港的長者活動中心(SE)全面「升格」為長者鄰舍中心(NEC)，藍田區內一時間增加了四間長者鄰舍中心，各單位在區內已有劃區定位；中心於 2015~2016 年度的整體發展計劃中，制訂了以下的整體目標："與社區內其他服務機構一同攜手合作，建立一個地區性而又連貫的長者服務，以發揮較佳的效果，迎合社區的需求及期望。"多年來『隱蔽長者服務』均摯力服務去尋找社區內缺乏關顧的長者，讓他們得到照顧及更接近社區；更讓隱蔽長者知悉社區的發展。感謝神因祂有說不盡的恩賜，2015 年中心著手與不同的團體及教會攜手去關懷社區，由中心協助介入將福音廣傳，使人得福。

## 二、服務概況（特別服務及活動）

### 2.1.日常服務

#### (一)休憩園地

彩田樓101單位偶到服務及逢星期三晚上提供偶到及護老服務

彩田樓103單位上午提供閱報服務 下午中心小組或活動

#### (二) 小組活動

1. 健康：醫療服務日(共21次)、健康講座—(血壓高、認識抑鬱症、手部退化性關節炎、安全使用藥物、糖尿病患者的健康飲食、認識前列腺、口腔健康之牙齒及假牙護理、長者保健運動之運動樂頤年、活力長者健康操、低溫症)、免費血液篩查、血糖測試、防跌操、普及健體運動日及中醫手法痛症治療義診。
2. 教育：長者團契、「歷史及文化足跡在觀塘」導賞講座、襟花製作日、有球必應、趣味中文班、識字進階班、電腦進階班、耆英合唱團、東方舞班、智能手機(安卓)初班(共七班)、福音粵曲小組、手工藝班(共三班)、繪畫班、長者基礎普通話班、長者基礎電腦班、道路安全講座、暑期化妝美容班、共建關愛在「耆」中、『長者學院』畢業營、讚美操、智能手機(安卓)中班(共四班)、普通話班(共兩班)、電腦班。
3. 義工：「細細聽」義工訓練 (一)、手快有手慢無賣物會、「豐衣足食」派米探訪(共十二次)、賣旗日(循道衛理觀塘社會服務處、路德會、宣道會、開心社區、循理會)、循道衛理中學生探訪、齊學十段錦、愛心勵群獻金曲(共三次)、送您桃福米(共兩次)、端午獻關懷、「人間有情」義工嘉許禮、「細細聽」義工訓練 (二)、耆想的天空3長者友善社區論壇及閉幕禮、當值義工分享會、頤康快樂人A、活力開心組、頤康快樂人B、電話組義工分享會、愛心券2015、黃昏鬆一鬆時刻-冬日冷帽、信義會幼兒園探訪、

義工茶聚會、新春寫揮春、義工訓練之認識腦退化、探訪義工隊大召集、義工訓練(一)醫療服務、義工訓練(二)退休生活、義工訓練(三)電話接待、義工訓練(四)司儀技巧、友善社區大使介紹。

4. 社交：福音電影(共十二次)、下午茶(共十二次)、同歡唱(共二十次)、週末電影(共四次)、福壽康寧(共四次)、中心團契日營之旅、遠足行(南丫島、香港仔水塘、松子園、西貢井欄樹、金夫人馳馬徑、城門水塘、粉嶺鶴藪水塘、紅梅谷)、大埔自由行、尖沙咀荔園自由行、美食博覽自由行、開心迪士尼之旅、工展會一天遊、新年去吓迪士尼、全力愛聖誕聯歡佈道會、中心團拜、送羊迎猴開年飯暨生日會、讚美操、V一V、硬地滾球初班、硬地滾球中班、硬地滾球挑戰賽、長者佈道會。
5. 護老：護老者健康講座(認識大腸癌、強心護心飲食秘訣、認識肝炎、認識婦女小便失禁、慎防食物中毒、保護關節飲食法、認識中暑、與「疾」同行、認識虐老(長者篇)、低膽固醇 / 低脂肪飲食及烹調方法、防跌健骨飲食要訣、退化性膝關節炎(日常生活篇)、健康快樂 100 歲、長者常見眼疾及護眼之道、認識中醫天灸療法及保健養生食療、認識老年痴呆症(腦退化)、預防中風飲食要訣、睡眠健康、外用藥物使用巡禮)、「健康檢查」(共 4 次)、宣道會厚德堂-探訪護老者(共 4 次)、環遊世界(新加坡篇、聖誕聯歡報佳音、聖安當探訪日 2016、齊齊動腦筋、環遊世界(泰國篇)、齊畫復活蛋、端午手工串串糰、開心輕鬆慶中秋、冬日冷帽、深秋滋潤小食、關注虐老(長者篇)、改善記憶之日常生活應用篇、「智醒耆英」、黃昏護老時刻(齊唱手語歌及手語初階班)、靚湯會知音(鯊魚骨湯、瑤柱冬瓜湯、椰子煲雞湯)。
6. 隱蔽長者服務：健康查聚在藍田(共12次)、開心樹關懷您(共12次)、關懷社區計劃探訪(共4次)、「同里三分親」(共4次)、同福月餅送溫暖、新春敬老慈善盆菜宴2016。

### (三) 個別服務

寫讀書信、諮詢、健康檢查、「伴老群英大使」陪診、探訪、轉介服務、個案輔導、訂報、眼睛檢查、隱蔽長者服務、手提電腦及護老者物資借用服務及長者長期護理服務：另

#### 3.1. 長者中心現正協助區內長者申請關愛基金:

1. 低收入家庭護老者提供生活津貼試驗計劃
2. 長者牙科服務資助項目
3. 非公屋、非綜援的低收入住戶一次過生活津貼

#### 3.2. 長者中心現正協助區內人士申請:

1. 低收入家庭煤氣費優惠計劃

2. 單親家庭煤氣費優惠計劃
3. 傷殘人仕禁區上落車證明書
4. 長者咭申請

#### (四) 特別活動

- 4.1. 健康：健康講座—認識前列腺、口腔健康之牙齒及假牙護理、長者保健運動之運動樂頤年、活力長者健康操、低溫症)、普及健體運動日及中醫手法痛症治療義診。
- 4.2. 教育：「歷史及文化足跡在觀塘」導賞講座、智能手機(安卓)初班(共七班)、暑期化妝美容班、共建關愛在「耆」中、『長者學院』畢業營、智能手機(安卓)中班(共四班)。
- 4.3. 義工：「細細聽」義工訓練 (一)、手快有手慢無賣物會、「端午獻關懷」、「人間有情」義工嘉許禮、「細細聽」義工訓練 (二)、耆想的天空3長者友善社區論壇及閉幕禮、義工訓練之認識腦退化、探訪義工隊大召集。
- 4.4. 社交：福音電影、中心團契日營之旅、遠足行、全力愛聖誕聯歡佈道會、中心團拜、送羊迎猴開年飯暨生日會、長者佈道會。
- 4.5. 護老：護老者健康講座(健康快樂 100 歲、長者常見眼疾及護眼之道、認識中醫天灸療法及保健養生食療、認識老年痴呆症 (腦退化)、預防中風飲食要訣、睡眠健康、外用藥物使用巡禮)、聖誕聯歡報佳音、齊齊動腦筋、環遊世界(泰國篇)、關注虐老(長者篇)、改善記憶之日常生活應用篇、「智醒耆英」、黃昏護老時刻(齊唱手語歌及手語初階班)。
- 4.6. 隱蔽長者服務：同福月餅送溫暖、新春敬老慈善盆菜宴2016。

#### (五) 聯合活動

普及健體運動日、「豐衣足食」派米探訪(全年性活動)、信義孩子慶聖誕、新春寫揮春。

#### (六) 信仰活動

長者佈道會、聖誕聯歡會(佈道會)、長者團契、關懷探訪、靈修小品、福音電影、福音粵曲小組、長者讚美操。

### 三、結語

2015年書院道真堂成立了十周年，多年來相互在信仰層面上合作無間斷，年內教會的弟兄姊妹參與了中心內的服務及長者團契，對中心而言都是值得我們感恩和喜樂的。聖經教導我們在生活中作鹽作光，縱使中心仍然面對著資源緊拙及服務轉型至社會福利商業化，但職員在與長者關係建立上仍要繼續努力，將更多元化及完善的服務送上給每一位老友記。

#### 四、鳴謝

<b>班組導師</b> 中文班-----許小玲女士 中文班-----余婉嫦女士 粵曲組-----觀華遊樂社 讚美操-----袁玉娥女士 繪畫班-----袁柏林先生 福音粵曲組--楊少萍女士 普通話班---林秀貞女士 十段錦-----廖碧雲女士 運動組-----蕭鳳興女士 運動組-----黃銀秀女士 手工藝班---呂麗琼女士 化妝班-----陳家琪女士 手語班-----郭希璇女士 手語班-----盧俊傑先生	社會福利署觀塘區福利辦事處 嗇色園主辦可榮耆英鄰舍中心 循道衛理觀塘社會服務處 社會福利署藍田綜合家庭服務中心 保良局劉陳小寶長者地區中心 義務工作發展局 聖安當女書院 香港耆康老人福利會長青網 觀塘東安老服務聯盟 觀塘區安老服務協調委員會 社聯 愛心勵群 明愛賽馬會德田青少年綜合服務 衛生署觀塘長者健康外展隊伍 康樂及文化事務署觀塘區康樂事務辦事處 香港心理衛生會順天利中心 宣道會社會服務處 房屋署藍田邨物業管理處 高耀物業管理有限公司 香港輪椅輔助隊有限公司 聖雅各福群會 機電工程署 長者安居協會 觀華遊樂社有限公司 開心樹社會服務 信義會將軍澳幼兒學校 全力愛 基督教宣道會厚德堂
<b>伴老群英</b> 張麗珍女士 蕭鳳興女士 陳秋容女士 李玉芳女士 李明珠女士	
<b>熱飯代訂服務義工</b> 陳秀琼女士 謝亞明先生 高麗雲女士 黃金梅女士 李明珠女士	
<b>醫療義工</b> 梁美霞女士 李麗卿女士 陳秋容女士 蕭鳳卿女士	

愛禮信長者中心長者議會委員：許小玲女士、黃均先生、黃美英女士、蘇麗珍女士、程惠容女士、鄭美好女士梁乃文先生

## 五、服務統計

### 3. 會員資料統計

(A) 會員人數共： 748 人

男 193 人

女 555 人

(B) 年齡：

60 以下	2 人
60-65	62 人
66-70	139 人
71-75	151 人
76-80	163 人
81 或以上	231 人

### 4. 服務統計

(C)中心出席人次：461414

開放節數：538

平均每節人次：85.76 人

(D) 2015/2016年度服務內容及統計

服務內容	數字統計
每節平均出席	85.76
舉辦小組、活動及計劃：	
A 健康/心理健康	48
B 教育及發展性	60
C 義工發展/招募	58
D 護老者支援服務	58
E 社交及康樂	61
與策略性伙伴合作總數	30
義工人數	133
社會福利署長期護理服務評估	25
接受輔導服務之人數	105
個案結案率	20.95%
護老者總數	154
隱蔽長者服務 - 活動	30
隱蔽長者服務 - 個案	47

## 六、諮詢委員會委員名單

主席：黎定女士  
副主席：曾偉文先生  
秘書：許知行先生  
司庫：王健偉先生  
委員：陳美芬小姐  
倪超駿先生

當然委員：陳培明牧師（中心總監）  
周賢明先生（社會服務總主任）  
郭華添先生（執事會代表）

## 七、職員名單

中心主任：馬偉昌先生  
社工：鄧潔瑩小姐  
社工：趙承安先生  
社工：陳小玲小姐  
助理程序幹事：周麗芬小姐  
活動幹事：彭寶瑠小姐  
事務員：馮敏兒女士  
活動助理：徐綺琪小姐  
活動幹事：鍾群麗女士

## 八、相片



27周年





中心裝修竣工禮



開年飯



嘉年華

## 一、中心主題 (包括過去一年度重點、成就、特別事項等等)

「**身體健康，快樂心靈**」，相信是很多人，不論男女老幼都希望得到的東西；這亦是中心會員議會委員建議的 2015 年度中心推行主題，表達了長者對生活的期望和心願。感謝神的恩典，中心過去一年努力朝著主題進發，在推行「**身體健康，快樂心靈**」的計劃及活動上，神都開路給予了中心資源和出路。

就「**身體健康**」，有見社區認知障礙症患者有增加趨勢，而且往往病症發展至中期始被確診，未能及早處理；而根據研究，患有輕度認知障礙(Mild Cognitive Impairment, 下稱“MCI”)的長者，最終患上認知障礙症的機會會比一般認知功能正常的長者高出 5 至 10 倍。但適當訓練可延緩他們的智能衰退，減低認知障礙症的病發率及公共醫療負擔之餘，亦能改善患者及家人的生活質素。故此，有關預防教育及支援服務實急不容緩；感恩中心成功申請健康護理及促進基金撥款，於 2015-2017 年度推行「預防認知障礙 - 健體動腦齊實踐」計劃。

計劃從預防的層面出發，期望及早識別出有輕微認知退化但未患上認知障礙症的 MCI 患者，提供經實証能有效改善 MCI 患者的情緒及認知功能的美樂人生小組(揉合音樂元素之認知訓練小組)；並透過「健體動腦齊實踐獎勵計劃」及「腦動樂」小聚，鼓勵 MCI 患者及一般長者建立恆常和有規律的「綜合認知活動及運動」的生活習慣<sup>1</sup>(經實証能維持患者認知及日常功能，並改善記憶及言語表達能力)和社交支援網絡，以延緩 MCI 患者的認知功能衰退及保持一般長者的認知能力，以預防長者患上認知障礙症。計劃亦透過舉行公眾教育、專業講座、推廣活動及心意咭創作比賽等，提升社區人士對認知障礙症及預防方法的認識，並鼓勵大眾關懷患者及其照顧者之需要。

支援輕度至中度認知障礙症患者方面，中心與香港理工大學護理學院合作，進行「音樂律動活動」研究-照顧者工作坊及評估。目標是改善患者的情緒及睡眠質素，並能減低照顧者壓力，增進照顧者與患者的關係

此外，中心與「護你站」合作，為會員及護老者進行免費心房顫動檢測及專業跟進，及早找出心房纖維性顫動及心絞痛的高危人士，預防中風。結果，4 位長者被診斷出患有心房顫動，獲轉介醫生跟進。

就培養長者「**快樂心靈**」的策略上，中心除繼續舉辦知趣性活動，讓長者擴闊視野，建立興趣和社交網絡外，亦推出一連串以「『家』倍愛」元素(體諒包容、感

<sup>1</sup>李國賢基金會於2011年開展「先知先覺智樂計劃」第二期，進行了由香港中文大學精神科學系林翠華教授領導的實證研究，對象是六十歲以上、有輕微認知退化但未患上老年痴呆症的居家長者。550名參與計劃的長者在特定的框架下參與運動及認知消閒活動，即每週三次，每次一小時，包括運動、認知活動及社交活動，為期一年。分析顯示，這些長者的整體認知功能及日常功能得以維持，記憶及言語表達功能有明顯進步。詳情可參閱：<http://www.simonkyleefoundation.org/tc/newsdetail-21.html>

恩及分享等)為主題之活動，幫助長者建立健康、快樂心靈。就之前「估中及反估中事件」，會員間或會員與親友或年青人之間因不同意見、看法而產生爭拗；長者因擔心持不同意見而對與學生、年輕人(包括家人)對話溝通而卻步；亦有長者表達婆媳相處有困難。為鼓勵長者抱尊重、包容、體諒和彼此接納的態度，建立有效溝通技巧及促進長幼共融，維持良好關係，獲得快樂心靈，中心全年推出多個長幼共融及有關教育活動，包括：(一)「相處的藝術~婆媳關係」講座。(二)印度人士義工隊於中心「『家』倍愛」生日會中送贈長者自製蛋糕，為長者畫印度彩繪紋身和祝賀長者等，長者十分開心，讚賞她們十分友善親切。(三)與保良局唐乃勤初中書院再度合作，進行多個長幼交流活動，包括智能手機基礎班及進階班、書法分享班、齊唱金曲卡拉 OK、長幼乒乓同樂日、環保我至叻成長小組(同時與中國基督教播道會奇恩堂合辦)、學生工作體驗計劃、關愛長者中國園林導賞課程及長者口述歷史計劃。長者反應踴躍，相處氣氛融洽、愉快，能夠開放溝通。(四)長青包粽同樂日活動「同 fun 同享「粽」有您」，讓老友記與青少年一起玩遊戲，建立長青共融的和洽關係。

另外，中心與教會、各團體、院校等合作，提供了多元化服務，協助長者加強心靈健康。服務包括：(一)由 2015 年 10 月開始，與葵涌醫院老齡精神科「老齡心理健康社區護士診所」合作，為有需要長者提供護士會診及轉介服務，以支援其情緒需要。(二)與香港大學社會工作及行政學系周燕雯博士邀請合辦「喪偶長者善別服務」計劃，於中心舉辦善別輔導小組予喪偶長者及護老者。(三)更多定期義工探訪隊，包括恩福堂義工隊及奇恩堂義工隊定期探訪關心獨居、兩老長者及其他有需要之中心長者，表達關懷，傳揚福音。(四)與香港小童群益會美孚青少年綜合服務中心合作舉行「蘿蔔關懷行動—探訪獨居長者」及「耆耆共建有情天之有「深」人寒冬送暖行動」，讓青年及婦女義工認識及服侍長者，促進長者建立社區支援網絡。

除此之外，中心亦提供多個輔導及支援小組，幫助長者及護老者情緒得到舒緩；讓同路人交流經驗，建立彼此支持網絡。有關小組包括「柏友男士小組」(患有柏金遜男士長者支援小組)、「愛·永恆」-- 認知障礙患者家屬小組、護老者加油站、「豐盛生命」小組、與衛生署長者健康外展隊伍合辦之糖尿病老友記互助小組，以及與香港老年學會合辦之「告別抑鬱小組」。

願神繼續保守、帶領，令中心能夠成為長者的第二個家；在這家中感受和認識到基督的愛，得到支持和溫暖，接受福音，獲得真正的快樂鑰匙；安享晚年。亞們！

## 二、服務概況 (特別服務及活動)

2.1)為幫助長者培養及實踐「『家』倍愛」精神和態度(體諒、笑容、關懷、欣賞、感恩、樂助、分享)，從而協助長者建立正面、快樂人生觀及和諧人際關係，獲得快樂心靈，中心進行了以下推展策略和主題活動。包括：

- 於大部份恆常班組及活動(包括迎新小聚及重聚日、隱蔽長者支援小組、護老者活動、第七屆長者學院畢業典禮暨謝師茶聚、義工嘉許暨委任禮、義工訓練)內容加入「『家』倍愛」元素，加強有關氣氛及參加者認知。
- 舉行多個長幼及不同民族共融活動，促進彼此接納、欣賞和溝通。

- 「相處的藝術~婆媳關係」講座
- 同『紛』同享『糴』有您 (香港傷健協會賽馬會沙田青少年綜合服務中心合辦)
- 「『家』倍愛」生日會
- 周年紀念活動-感恩花瓶製作及展覽
- 「『家』倍愛」~環保互愛分享平台

2.2)承蒙健康護理及促進基金贊助，推行「預防認知障礙 - 健體動腦齊實踐」計劃。

2015 年度服務包括：

- 「預防認知障礙-健體動腦齊實踐」啟動禮 -- 內容包括嘉賓致辭、計劃介紹、啟動儀式、長者表演、攤位遊戲、教育展板、簡易認知評估
- 「預防認知障礙-健體動腦齊實踐」推廣街站 -- 內容包括教育展板、計劃內容、簡易認知評估
- 「預防認知障礙-健體動腦齊實踐」計劃簡介會 -- 內容包括講解認知障礙症及輕度認知障礙的分別、預防及延緩認知衰退之方法、計劃內容、簡易認知評估
- 「預防認知障礙--健體動腦齊實踐」計劃 ~ 義工訓練 -- 教育參加者了解認知退化現象及預防認知障礙症方法；訓練義工協助推廣及掌握提問技巧
- 「健體動腦齊實踐」獎勵計劃\* -- 鼓勵輕度認知障礙患者及一般長者建立恆常和有規律的「綜合認知活動及運動」的生活習慣及社交支援網絡，以延緩輕度認知障礙患者的認知功能衰退及保持一般長者的認知能力，以預防長者患上認知障礙症
- 「美樂人生」(I-III 期)\* -- 透過音樂元素，介紹特殊記憶法、補償策略，從而訓練輕度認知障礙患者認知功能及鼓勵保持正面生活態度
- 「腦動樂」小聚\* -- 提供不同刺激認知功能的遊戲及工具供輕度認知障礙患者及一般長者參與，保持一般長者認知能力及延緩輕度認知障礙患者認知能力衰退；並建立社交網絡
- 「認識認知障礙症及輕度認知障礙」專業講座 -- 由香港認知障礙症協會講員主講認知障礙症的成因、病徵、認知障礙與常老化與的分別、預防認知衰退方法
- 「如何照顧認知障礙症患者 - 溝通技巧和行為處理」專業講座 -- 由香港理工大學應用社會科學系高級專任導師暨活齡學院顧問錢黃碧君女士主講照顧認知障礙症患者技巧、介紹預防認知障礙方法及活動
- 「認識和預防認知障礙症」外展講座 -- 為竹園區神召會大埔堂長者組組員及職員介紹認知障礙症的成因及預防方法，提高參加者對認知障礙症的預防意識
- 「預防認知障礙--健體動腦齊實踐」計劃~興趣探索 -- 透過提供不同的認知刺激活動，加強「健體動腦齊實踐獎勵計劃」參加者參加認知活動及運動的動機；並促進參加者物色志同道合的朋友，進一步長期參與活動。曾舉行興趣探索活動包括：健康養生茶、社交舞初探、蝶古巴特拼貼手工、書法初探

\*職員會為參加者進行「認知及情緒評估」前測及後測服務

- 2.3)提供認知障礙症患者支援服務，包括「健腦小組」、「腦友記」小組、與香港理工大學護理學院合作進行「音樂律動活動」研究-照顧者工作坊及評估。
- 2.4)提供多個輔導及互助支援小組服務，分別幫助長者及護老者定期獲得心理支援，舒解壓力；並讓同路人交流經驗，建立彼此支持網絡。有關小組包括「柏友男士小組」(患有柏金遜男士長者支援小組)、「愛·永恆」-- 認知障礙患者家屬小組、護老者加油站。
- 2.5)與中國基督教播道會奇恩堂合辦「奇恩義工深化探訪(2015-2016)」，透過全年定期探訪，讓長者感受到教會人士的關懷，認識福音；並增強受訪長者的支援網絡。
- 2.6)與中國基督教播道會恩福堂合辦「恩福義工深化探訪(2015-2016)」，義工定期家訪同 1-2 位長者，將社區的關懷和福音帶到他們的家中；讓長者感受到區內人士的關懷，增強受訪長者的支援網絡。此外，亦進行節期活動包括恩福聖誕節日探訪。
- 2.7)香港小童群益會美孚青少年綜合服務中心定期與中心協作，合辦多個關懷區內長者服務。活動包括婦女義工定期參與之「親善家訪之旅」及「有『深』人寒冬送暖行動」；青少年義工參與之「蘿蔔關懷行動—探訪獨居長者」。
- 2.8)2015 年 4 -5 月舉行「豐盛生命」小組，協助組員回顧和整合過往的生命歷程，加強欣賞自己的成就及曾付出的努力，提升自我價值及正面的人生觀。
- 2.9)2015 年 5 月 30 日及 2016 年 2 月 20 日與保良局學生支援服務及中華基督教會協和小學(長沙灣)合辦「長幼同樂齊齊玩」及「長幼齊玩樂繽紛」，讓長者與社區小朋友有分享及溝通機會，促進長幼共融。
- 2.10)2015 年 5 月 17 日中心長者義工參與了由義務工作發展局主辦的「匯豐愛心傳城義工大行動 2015」，讓義工接觸不同類形的被訪對象，擴闊義工經驗，提昇他們對社區需要之了解；並為有需要家庭帶來關愛。
- 2.11)2015 年 5 月與基督教播道會聯會長者中心合辦「乒乓球同樂日」，讓長者輕鬆參與運動，互相切磋，享受打球的樂趣。
- 2.12)中心獲勞工及福利局成人教育資助計劃基金批款，於 2015 年 4 -6 月舉行「退休生活多姿彩」。
- 2.13)2015 年 5 月 15 日參加由康樂及文化事務署主辦之「戲棚粵劇齊齊賞」，於大埔汀角路天后宮風水廣場戲棚欣賞粵劇折子戲<碧波仙子>及<長坂坡>，互動環節中了解戲棚建築特色、粵曲齊齊唱、化妝和戲服穿戴、大架、馬蕩子及兵器對打等做手示範，增加了長者對粵劇知識的了解。
- 2.14)2015 年 6 月 9 日中心粵曲班學員參加了由觀華遊樂社有限公司於紅磡高山劇場『新翼演藝廳』舉行之「第十七屆耆英粵曲交流研唱會」，進行公開粵曲表演及欣賞其他 30 多間長者中心的粵曲表演，互相交流及學習。
- 2.15)2015 年 6 月 17 日舉行了「第七屆長者學院畢業典禮暨謝師茶聚」，為長者學院班組學員總結過去 2 年的學習成就，提升他們持續學習的動力；並讓中心及學員感謝導師對長者教育的貢獻。宣揚「有教無類」、「體諒」、「包容」的精神。
- 2.16)2015 年 6 月 24 日舉行了「義工嘉許暨委任禮 2015」，嘉許 2014-2015 年度服務滿

- 10 小時或以上之義工及於 2013-2015 年度曾提供義工服務之機構、委任 2015-2016 年度之義工；並促進義工掌握「家倍愛」的元素，成為推動者。
- 2.17)2014 年 6 至 7 月與衛生署長者健康外展隊伍合辦「糖尿病老友記互助小組」，協助參加者認識糖尿病的治理及生活上的注意事項、認知運動對控制糖尿病的重要性，與及建立互助支援網絡。
- 2.18)2015 年 7-8 月中心與香港大學社會工作及行政學系周燕雯博士合辦「單腳踏實地」善別輔導小組，支援中心內的喪偶長者及護老者。並會評估參加者的哀傷情緒及精神健康，其結果能提供予中心同工作為跟進參考。
- 2.19)由中心「會員議會」委員籌劃，2015 年 7 月-9 月期間為會員及護老者提供代訂五穀米服務及五穀米講座，讓會員及護老者了解更多穀米的好處及煮法，以及認識更多健康產品的資料，促進培養健康飲食習慣。
- 2.20)2015 年 9 月 16 日舉行周年活動「歡欣樂聚十九載」，內容包括遊覽購物商場 Mikiki，與及於會所一號·郵輪堤岸進行周年聚餐，節目包括周年慶祝儀式、致辭、聚餐、抽獎、感恩活動及分享、會員表演等。當日共有 168 位會員及護老者參加，氣氛熱鬧開心。
- 2.21)2015 年 9 月 19 日與港鐵義工隊合作舉行「樂韻賀中秋」，義工隊獻唱及表演中樂和爵士舞，與長者玩中秋燈謎；參加者均獲紀念品一份。
- 2.22)2015 年 9 月-11 月舉行與深水埗區議會長者及康復服務工作小組、明愛鄭承峰長者社區中心（深水埗）、耆色園主辦可健耆英地區中心、鄰舍輔導會深水埗康齡社區服務中心合辦，深水埗區議會贊助之長者日活動計劃<<積極耆年展身「深」>>，活動包括進行為期 4 堂之「柔力球基礎班」及「積極耆年展身深」敬老心意站。
- 2.23)2015 年 10 月 23 日與中國基督教播道會奇恩堂合辦「滿滿喜樂自助餐一天遊」，讓參加長者有機會認識奇恩堂同工及福音，並建立社交網路。
- 2.24)由 2015 年 10 月開始，與葵涌醫院老齡精神科『老齡心理健康 社區護士診所』合作，為有需要長者提供護士會診及轉介服務，以支援其情緒需要。中心合唱團並獲邀於葵涌醫院老齡精神科『老齡心理健康 社區護士診所』深水埗區啟動禮中表演。
- 2.25)2015 年 11 月-2016 年 5 月期間與保良局唐乃勤初中書院繼續年度合作，進行多個長幼交流活動，包括「耆青樂共融之智能手機基礎班」、「耆青樂共融之智能手機進階班」、「耆青樂共融之書法分享班」、「長幼乒乓球同樂日(A)及(B)」、「耆青樂共融之齊唱金曲卡拉好 OK」、學生工作體驗計劃。並與奇恩堂及保良局唐乃勤初中書院合辦「耆青成長小組之環保我至叻」。
- 2.26)2015 年 12 月 15 日於觀塘藍田東社區會堂進行香港基督教播道會聯會長者中心聯合舉辦之「播道會長者中心硬地滾球同樂日」
- 2.27)與中國基督教播道會奇恩堂合辦之「快樂聖誕大派對」於 2015 年 12 月 19 日在中心舉行，共有 73 位會員參加。讓長者透過唱聖誕歌、遊戲、小丑福音默劇及訊息分享，感染聖誕快樂氣氛及認識福音。感謝主最後呼召回應中有 2 位舉手決志；4 位在回應表上表示決心信主，11 位表示會考慮參與奇恩堂聚會。

- 2.28)2016 年 1 月 16 日獲展愛關懷慈善基金贊助，於孚佑堂舉行「展愛關懷金曲傳美孚」，讓長者舒展身心。
- 2.29)與中國基督教播道會奇恩堂合辦之「新春健步行 2016」於 2016 年 2 月 22 日舉行，共 112 位會員參加。活動包括透過參觀基督宗教手稿及元代景教銅牌展，讓長者及其親友有機會認識基督教及接觸福音，促進心靈健康。
- 2.30)2015 年 11 月-2016 年 1 月與明愛鄭承峰長者社區中心、香港基督教服務處幸福長者鄰舍中心、香港基督教服務處元州長者鄰舍中心、博愛醫院郭興坤長者鄰舍中心、博愛醫院美孚荔灣街坊會梁之潛伉儷長者健康支援及進修中心、鐘聲慈善社顏劉崑珠老人中心、萬國宣道浸信會元州邨浸信會耆樂中心合辦聯區活動-緩「痛」同行計劃。計劃共 3 節，分別邀請物理治療教授參加者鬆弛神經及減壓運動、香薰治療師介紹及提供治療、中醫師教導穴位按摩和飲食療法；並針對長者的痛症提供個別教導、實質應用方法。
- 2.31)2015 年 12 月-2016 年 3 月期間與「護你站」合作舉行「心房顫動檢測及跟進計劃」，服務包括「心房顫動計劃義工訓練」、「心房顫動講座暨心律檢測」等，為 30 歲或以上之護老者及長者提供免費心律檢測及跟進服務。
- 2.32)2016 年 1 月與香港老年學會合辦「告別抑鬱小組」，讓有壓力的長者及護老者增強對抑鬱症的認識，提高他們對病症的警覺性及知道如何幫助自己放鬆，舒緩壓力。
- 2.33)2016 年 2 月起開始新班組「太極呼吸運動養生班」，透過學習及練習太極呼吸運動，協助參加者全身經絡血氣通暢；強身健體，改善身體狀況。
- 2.34)2016 年 3 月 15 日舉行「參觀護理安老院及護養院」，分別帶長者參觀東華三院馬鄭淑英安老院、東華三院灣玥頤庭(護養安老院)，讓他們認識不同類型安老院舍，以便他們能作出合適的選擇。
- 2.35)與奧迪慈善基金會有限公司合作舉行「聽覺保健講座及聽力測試」，加強長者對聽覺保健的認識；並可透過聽力測試了解自己的聽力程度，繼而作出適當的治療，保護聽力。
- 2.36)中心定期舉行「血糖及血含氧量測試」，協助長者定期檢查，若發現有問題，能及早尋求醫治，促進長者健康。
- 2.37)中心與香港公開大學李嘉誠專業進修學院長者學苑「長青活學計劃」合作，為 60 歲以上長者提供實用、多元化的課程，以鼓勵長者發展朋輩社交、學習興趣及提升學習能力，豐富他們的退休生活和提高生活質素。2015 年舉行課程包括「實用中醫養生食療」及「痛症認知入門」。
- 2.38)提供「『一對一』手機諮詢站」服務，幫助長者學習手提電話科技，與時並進，有效應付社交及日常需要。
- 2.39)中心獲「迪士尼賞義工行動 201516」送贈入場票予於 2015 年 4 月 1 日至 2015 年 11 月 30 日期間完成 10 小時服務之中心義工。
- 2.40)中心獲「迪士尼社區共享計劃 2016」捐贈入場票予中心分別舉行了「護老迪士尼奇幻之旅」及「關愛長者夜遊迪士尼之旅」，共 132 位長者及護老者受惠。

### 三、檢討和來年展望

2015 年中心舉行了多個長幼及不同民族共融活動，促進了長幼及跨文化彼此接納和欣賞。又提昇了專業服務發展，提供多個輔導及支援小組予長者及護老者。並緊密與社區人士、多個教會、不同社區團體、大專院校保持友好關係及合辦各類型活動，讓長者獲得更多所需支援和專業服務。

而「預防認知障礙 - 健體動腦齊實踐」計劃推行九個月以來，透過公眾教育、專業講座、推廣活動，中心接觸之參加者已超過 1200 人次。參與 MCI 評估人數亦超過 150 人，當中識別出 60 位 MCI 患者；中心立即提供有關支援小組及活動，成功協助有關長者。2016 年度是中心 20 歲生日，除與會員大肆慶祝外，並會推出「起動~健體動腦齊實踐」運動！推動中心全民參予有關預防計劃，了解個人認知能力，促進認知健康；讓更多長者及護老者受惠。

除身體健康，心靈健康同樣重要。中心 2016 年度另一主打是期望長者「活得更『正』~」。「正」是正向心理學理論中所指的正向人生。中心會透過滲入正向心理學元素及聖經教導於部份中心活動及班組，推動正面的元素如樂觀、希望和互愛等，培養長者正面態度、情緒和相處氣氛，期望他們生活大部份時間可以感到愉快。並鼓勵長者發揮美德、才能，作出貢獻，老有可為；藉善用自已的長處去尋求最豐盛的滿足感，從而幫助老友記獲得美好和有意義的人生。

香港人口老化是不爭的事實，根據 2011 年人口普查結果，美孚區人口為 47385 人，至 2016 年，60 歲或以上長者人口已達 14508 人，即區內總人口的 30%；而中心 2015 年度會員人數已超過 1400 人，即區內只有十份一長者人口已登記成為中心會員。雖然如此，中心會員人數是每年遞增，現時服務需求已超出中心獲社會福利署津助而要求中心提供的服務數量。此外，中心處所面積不足是另一個限制中心發展及提供服務的障礙，約 250 平方尺的中心大廳需同時提供閱讀、運動、看電視、休憩活動如下棋，實在不敷應用，甚至造成長者間為使用地方而發生矛盾和不滿。雖然面對資源及服務地方不足，但我們仍深信神必有最好最合宜的預備和供應，因神一直都保守及看顧著中心，讓我們知道在人看來有限、不能夠的情況裡，祂卻能成就美意。所以，我們會繼續盡忠做好本份，並全心交托、仰賴那創始成終、滿有大能的神。願一切榮耀、頌讚都歸予施予我們深恩厚愛的父神！

### 四、總結

感謝、感恩、感激我們的父神過去一年大大的賜福、保守、看顧中心的運作和發展！賜下所需，讓服務順利推展，長者需要獲得滿足。

謝謝長者中心每位職員的投入、努力，服侍及關愛長者，令老友記得到所需服務和感受到溫暖關心，見證了神的慈愛！衷心感謝諮詢委員會各位委員一直對中心同工及服務運作的支持，又給予改善建議。感恩奇恩堂各位同工及弟兄姊妹對中心服務和職員的信任和支援，並肩同行。亦特別向過去一年長者中心的義工及導師致謝！感謝他們付出時間、愛心，積極投入協助各類型服務及有需要的長者。多謝會員、護老者對中心服務和職員的支持；並於「家倍愛中心」籌款運動 2015 中出錢出

力(擔任籌款街站籌款義工)，讓中心服務得以推展。多謝坊眾及會員對中心的捐獻及物資贈送，惠澤耆耄！

願 神繼續保守、恩領，與我們同工，讓中心職員繼續謙卑服侍，見證基督大愛；中心服務能與時、地、長者需要並進；福音得以廣傳，得人如得魚。

## 五、鳴謝<排名不分先後>

(政府部門、撥款基金、協作機構、企業、會員議會、個別義工及實習學生等等)

- 健康護理及促進基金撥款\$300,000，資助中心於 2015-2017 年度推行「預防認知障礙 - 健體動腦齊實踐」計劃
- 何東爵士慈善基金 2015 撥款\$49,000 購買中心設備，惠澤耆耄
- 陳國威太平紳士捐助中心\$16,000購置額外家具及設備，加強對長者及護老者的社區支援及服務
- 勞工及福利局成人教育資助計劃撥款中心舉行「退休生活多姿彩」
- 東方日報慈善基金、太陽報愛心基金及恆基溫暖工程基金愛心送暖顯關懷送贈禮物包予「新春健步行 2016」參加者
- 香港中樂團分別於 4、5、9 月捐贈 20 張「關廼忠的關廼忠經典」音樂會、40 張「中藥還需中樂醫」音樂會、20 張「和平禮讚」音樂會門票予中心會員免費欣賞
- 中國基督教播道會同福堂捐贈中秋月餅予中心獨老或兩老會員，表達關心
- 美心集團捐贈中秋月餅予中心會員，回饋長者
- 中國基督教播道會奇恩堂
- 中國基督教播道會恩福堂
- 香港小童群益會美孚青少年綜合服務中心
- 協辦隱蔽長者服務「期耆共建有情天」親善站機構：
  - ◇ 清麗苑業主立案法團
  - ◇ 匯秀企業有限公司
  - ◇ 康業服務有限公司
  - ◇ 佳定物業管理公司
- 保良局唐乃勤初中書院
- 保良局兒童及青少年服務
- 深水埗區議會健康及安全社區工作小組贊助聯區活動「齊齊量血壓」
- 深水埗區議會長者及康復服務工作小組
- 明愛鄭承峰長者社區中心 (深水埗)
- 嚮色園主辦可健耆英地區中心
- 鄰舍輔導會深水埗康齡社區服務中心
- 衛生署 - 深水埗長者健康外展隊伍
- 觀華遊樂社有限公司
- 香港大學社會工作及行政學系周燕雯博士
- 香港理工大學應用社會科學系高級專任導師暨活齡學院顧問錢黃碧君女士

- 香港理工大學護理學院耆年護理中心雷逸華博士
- 香港理工大學護理學院賴錦玉教授
- 香港理工大學護理學院何淑貞助理教授
- 職業訓練局香港專業教育學院高級講師張詩琪女士
- 香港理工大學護理學院研究助理黎樂臨先生
  - 葵涌醫院老齡精神科『老齡心理健康 社區護士診所』
- 香港認知障礙症協會
- 香港公開大學李嘉誠專業進修學院長者學苑「長青活學計劃」
- 香港傷健協會賽馬會沙田青少年綜合服務中心
- 保良局學生支援服務及中華基督教會協和小學(長沙灣)
- 奧迪慈善基金會有限公司
- 護你站
- 香港老年學會
- 展愛關懷慈善基金
- 香港迪士尼樂園
- 東華三院馬鄭淑英安老院
- 東華三院灣玥頤庭
- 竹園區神召會大埔堂
- 美國雅培有限公司
- 雀巢香港有限公司
- 宏康醫療
- 香港傳染病預防動力
- 康樂及文化事務署
- 義務工作發展局
- 港鐵義工隊
- 2015 -16年度長者中心諮詢委員會委員<排名不分先後>：
  - 馮德華先生(主席)、劉寶珠女士(副主席)、林陳杏兒女士(秘書)、卓潔冰女士(司庫)、楊趙敏機女士、楊雄輝先生、鄧寶成先生、周賢明先生
- 「愛心義務剪髮」義務剪髮師盧玉蘭女士
- 「古典詩詞習字班」義務導師，會員陳惠雯女士
- 「美樂合唱團」及「樂在耆中」義務導師，會員麥炳基先生
- 「美樂合唱團」及「樂在耆中」義務伴奏，會員鄭金銘女士
- 「福音粵曲齊齊唱」義務導師劉寶珠女士
- 「英文基礎班」義務導師，會員麥炳基先生
- 「週三英語會話班」義務導師吳坤儀女士
- 「週三英語會話班」義務導師吳榮燊先生
- 「活力乒乓球」義務導師周錦昌先生
- 「活力乒乓球」義務導師，會員蘇亮發先生

- 「耆樂無窮」義務導師楊蔚茵女士
- 電腦班義務導師<排名不分先後>：會員嚴柱龍先生、甄彥基先生、溫頌安先生；中心義工鄧建中先生；護老者會員李鳳儀女士
- 電腦班義務助教<排名不分先後>：會員楊趙敏機女士、鍾卓彬先生；中心義工陳懷美女士、杜換玲女士、沈素芬女士
- 「楊家24式太極操」、「太極呼吸運動養生班」、「預防認知障礙--健體動腦齊實踐」計劃~興趣探索(書法初探) 義務導師，會員何一明女士
- 「新春利是封全盒班-義工訓練」義務導師，會員李梅女士
- 「新春利是封全盒班」義務導師<排名不分先後>，會員李梅女士、劉玉潔女士、陳佩芳女士、戴友文女士、陳燦容女士、古寶珠女士及楊少嫻女士
- 「『一對一』手機諮詢站」婦女義工彭華娜女士
- 「『一對一』手機諮詢站」會員義工黃詩美女士
- 「腦友記」小組及「健腦」小組婦女義工陳懷潔女士
- 「腦動樂」小聚會員義工陳粵英女士及梁佩珊女士(協助指導參加者玩數字棋)
- 親善站(美孚)義工：會員陳明英女士
- 「美孚睿智樂聚」分享義工<排名不分先後>：會員梁佩珊女士(分享制作祝福語書簽)、葉顯揚先生(分享抗癌和抗骨痛經驗)、黎浩霖先生(分享「家居電路安全及相關裝修貼士」和「家居水喉及防漏水裝修貼士」)、何芝蘋女士(分享花藝設計)、陳漢強先生(分享手機及數碼相機攝影技巧)；中心義工吳榮燊先生(分享預防腸癌知識、香港世界聞名原因探討、長者常見疾病介紹、飲食營養與健康認識)
- 「敬老護老愛心券」戶外籌款站義工<排名不分先後>：會員黃鳳愛女士、甘妙芳女士、羅德榮先生、黎翠儀女士、李翹蘭女士、陳蓉女士、何育玲女士、黃詩華女士、陸民綱先生、劉錦儀女士、周寶珍女士、陳麗華女士、黎運年女士、黃麗華女士、陳秉枝女士、陳潤蘭女士、郭瑞治女士、梅陸雪英女士、周雪娥女士、楊少嫻女士、曾燕葵女士、施玉孫女士、杜如仙女士、方妙馨女士、梁月眉女士、梁月燕女士、陳五妹女士、吳圓珠女士、陳明英女士、陳佩芳女士、蘇瑞蓮女士、田鈞卿女士、李麗英女士、林月明女士；中心義工杜換玲女士；護老者會員黃燕芬女士
- 2014-2016年度(第九屆)會員議會委員嚴柱龍先生(主席)、蘇亮發先生(副主席)、羅德榮先生(秘書)、梁煥嫦女士(財政)、陳明英女士(總務)、何達明先生、張玉娣女士、黃秀英女士、陳五妹女士、楊淑顏女士、李瑞河女士、劉帶和先生
- 明愛專上學院社會科學院社會工作副學士實習學生劉存敬先生 3月23日至5月29日於中心進行社工實習。

## 六、服務統計

### 1. 會員資料統計

(A) 會員人數共：1405 人

男 407 人

女 998 人

(B) 年齡：

60 歲以下(55-59 歲非會員)	13 人
60-64 歲	161 人
65-69 歲	318 人
70-74 歲	241 人
75-79 歲	293 人
80 歲或以上會員	392 人

### 2. 服務統計

(A)中心出席人次：46434

開放節數：538

平均每節人次：86.31 人

(B)2015/2016 年度服務內容及統計

服務內容		數字統計
每節平均出席		86.31 人
舉辦小組、活動及計劃：		
A	健康/心理健康	100 個活動
B	教育及發展性	50 個活動
C	義工發展/招募	53 個活動
D	護老者支援服務	52 個活動
E	社交及康樂	82 個活動
與策略性伙伴合作總數		26.71%
長者義工人數		157 人
長者參與策略及推行		13.35%
進行「長者健康及家居護理評估」總數		35 人
接受輔導服務之人數		112 人
個案結案率		23.21%
護老者總數		148 人
隱蔽長者服務 - 與地區持份者合辦活動總數		12 個
隱蔽長者服務-個案人數		46 人

## 七、諮詢委員會名單

主席	:	馮德華先生
副主席	:	劉寶珠女士
秘書	:	林陳杏兒女士
司庫	:	卓潔冰女士
委員	:	楊趙敏機女士
委員	:	楊雄輝先生
當然委員	:	鄧寶成先生
當然委員	:	周賢明先生(社會服務總主任)

## 八、職員名單

中心主任	:	張潔薇女士
社 工	:	鍾麗嫻女士
社 工	:	賴琬婷女士
社 工	:	黃河山先生
程序幹事	:	呂再宜女士
活動幹事	:	潘錦盈女士(2015年5月31日離任)
活動幹事	:	陸如茵女士(2015年6月29日始, 2016年2月18日離任)
活動幹事	:	李詩敏女士(2016年3月14日始)
助理程序幹事	:	鍾兆汶女士
事務員	:	陳雪麗女士
活動助理	:	布淑貞女士



「預防認知障礙 - 健體動腦齊實踐」計劃



美樂人生小組中心「美樂合唱團」於10月獲邀擔任葵涌醫院老齡精神科「老齡心理健康 社區護士診」深水埗區啟動禮表演團體



「預防認知障礙 - 健體動腦齊實踐」計劃啟動禮



中心6月舉行了「第七屆長者學院畢業典禮暨謝師茶聚」，總主任、中心主任與高級文憑畢業生



中心定期舉行護老者街站，宣傳中心照顧者服務



中心舞蹤舞影學員參與香港舞蹈團《舞·跳·轉》合家歡舞蹈同樂日，演出《滾滾紅塵》



中學生教老友記玩 Wii，長幼共融



在長幼交流活動上，老友記悉心教導青少年寫書法，文化傳承



老友記與年輕人開心去旅行



長者義工辛勤為中心活動預備食物



糖尿病老友記互助小組



與香港公開大學李嘉誠專業進修學院長者學苑長青活學計劃合作舉辦課程，圖為「痛症認知入門」上課情況