



香港基督教服務處
HONG KONG CHRISTIAN SERVICE

全人關心 卓越創新
care for all excel in all

護老者通訊


躍動晚年服務

2017年
4-6月

Thank you



目錄

- 
- ① 主題：為低收入家庭護老者提供生活津貼試驗計劃
 - ⑤ 照護信箱
 - ⑥ 服務介紹及各單位護老者活動

香港基督教服務處（服務處）

成立於 1952 年，多年來致力建立一個仁愛、公義的社會。服務處一直為有需要人士提供適切、專業、真誠的優質服務，對弱勢及被忽略的社群尤為關注，並以「社會仁愛公義、人人全面發展」為願景，為市民及社會締造希望、倡導公義、牽引共融。

聯絡我們

香港九龍尖沙咀加連威老道 33 號

☎ : (852) 2731 6316

📠 : (852) 2731 6333

@ : info@hkcs.org

為低收入家庭護老者提供生活津貼試驗計劃

關愛基金於 2014 年 6 月推出為期兩年的「為低收入家庭護老者提供生活津貼試驗計劃」，旨在向低收入家庭護老者發放生活津貼，以補貼其生活開支，並讓有長期護理需要的長者可在護老者的協助下，得到更適切的照顧及繼續在熟悉的社區安老。基金於 2016 年 10 月開展試驗計劃第二期至 2018 年 9 月，為期兩年，並由社會福利署負責推行。

申請資格

申請人，即為有關長者提供照顧的護老者，必須符合下列**所有**條件：

- 護老者所照顧的長者，須居於香港及經社署安老服務統一評估機制（評估機制）評定為身體機能中度或嚴重缺損，並於 2016 年 2 月 29 日或之前已在中央輪候冊輪候資助長期護理服務（即院舍照顧服務及／或社區照顧服務）；
- 在申請及領取津貼期間，受照顧長者須居於社區、沒有使用任何院舍照顧服務及非長時間在醫院接受住院治療^(註一)；
- 護老者須為受照顧長者每月提供不少於 80 小時的照顧；如照顧超過一名長者（有關長者須於 2016 年 2 月 29 日或之前已在中央輪候冊輪候資助長期護理服務），則須每月提供合共不少於 120 小時的照顧^(註二)；
- 護老者須有能力承擔照顧的責任（例如年齡未滿 15 歲的人士，或已被評估機制評定為身體機能中度至嚴重缺損的人士，或正在中央輪候冊上輪候資助長期護理服務的人士，或傷殘津貼受助人，將不會視為合適及有能力的護老者，亦不符合資格申領此津貼）；
- 護老者須為本港居民及居於香港，並與受照顧長者沒有任何形式的僱傭關係；
- 護老者須沒有領取綜合社會保障援助或長者生活津貼；及
- 護老者須屬低收入家庭（即護老者及與其同住家庭成員^(註三)的家庭每月入息須不超過相關住戶人數的指定入息上限，資產並不計算在內。）

參考資料：

註(一)、(二)、(三)：http://www.swd.gov.hk/tc/index/site_pubsvc/page_supportser/sub_PCA/

護老者及社工對「低收入家庭護老者提供生活津貼試驗計劃」的看法及期望。

為照顧母親而甘願辭去全職工作的護老者

3年前，40多歲的林小姐因工作壓力大辭去當時的工作，休養生息一段時間後本想重投職場，但母親因中風無法自理，於是林小姐決定暫停找工作，照顧母親。

照顧中風後的母親絕對不比職場工作輕鬆。林小姐形容自己就是母親的「手」和「腳」，要照顧母親一日三餐，要扶抱母親，協助沖涼和換尿片等。如果單單是這些，林小姐會覺得和工人沒什麼區別，但她說要照顧母親的心靈，陪母親聊天，和母親做她喜歡的事情，例如一起看電視，並且告訴母親電視正在播放的畫面。當母親不開心時，她要懂得聆聽和安慰。林小姐希望母親能過一個有質素、有尊嚴和快樂的晚年。

林小姐認為「為低收入家庭護老者提供生活津貼」最大的幫助是心理層次。對於林小姐來說，「護老者」是一個很重要的名份，照顧長者不再是子女、媳婦天經地義的事情。津貼的發放讓自己感受到政府和社會留意到「護老者」群體的存在，並且認同「護老者」的貢獻。

金額方面，林小姐坦言2000元金額比較少，基本上林小姐把全部津貼用在母親的需要上，包括為母親購買尿片和為母親進行針灸及物理治療等服務。林小姐笑言感覺護老者津貼就像給護老者的「安慰獎」。如果按照目前的物價水平，林小姐建議將金額上調至3000元會更有實質的幫助，因為如果護老者本身辭去工作已經沒有收入，每天100元是很基本的支出。與此同時，林小姐期望入息審查方面盡可能寬鬆一些。

長者中心社工

中心職員訪問了部分領取生活津貼的護老者，大部分受訪者均表示生活津貼有助減輕他們的經濟負擔，特別是花費在長者身上的日常開支。護老者表示現時陪同行動不便的長者外出覆診時可乘坐的士，方便長者上落。有部分非同住的護老者亦表示生活津貼補助他們往來探訪的交通費，現能多探望長者。此外，生活津貼增加了長者外出活動的機會，到不同的地方舒展身心。對於需要照顧體弱長者的護老者來說，生活津貼可協助他們為長者購買護理及營養品，如胃喉、尿片及營養奶以及減輕醫療開支。

雖然生活津貼有助舒緩護老者的壓力，但有護老者表示申請表格繁複，且需要遞交很多證明文件，建議簡化文件程序。計劃內容包括負責社工於首半年每月與被照顧者及護老者進行一次家訪，少數在職護老者表示探訪頻率頗多，時間配合有難度，建議減少探訪次數，如由現時的每月一次改為兩個月一次，而半年後的接觸方面可彈性改為電話或電郵接觸，減省時間及人力資源。總括而言，超過九成護老者滿意此試驗計劃，但部分護老者建議津貼金額需跟隨通脹有所調整及調低入息門檻，讓更多在職但需要兼顧照顧長者的護老者可以申請，以更有效支援家中的長者。

工作員認為是次試驗計劃的好處是直接提供現金津貼，較為實際及讓護老者可以因應長者的需要彈性地使用此津貼，於經濟上更有效支援照顧長者的工作。另外，計劃亦提供現金及學習的津貼，讓護老者學習照顧長者的技巧，從而肯定護老者身份及工作價值，實踐長者「居家安老」的理念。然而工作員認為是次試驗計劃仍有改善的空間，現時的津貼金額是劃一標準，對於經濟負擔較重(尤其是護理需要較大的長者)，支援上未必足夠及/或全面，建議可因應入息及/或長者護理需要而分幾個等級來發放津貼，藉此增加服務的彈性。另外，是次試驗計劃只接受已在中央輪候冊輪候資助長期護理服務的長者；唯部分不在中央輪候冊的長者卻未能受惠於此計劃，故建議擴大計劃的廣泛性。

護老者的聲音

大部份護老者認為津貼只是補貼用在長者身上的開支，例如多買一些較好食物、日用品予長者，或可帶長者外出飲茶，甚至有需要時乘計程車等，未能減低在照顧過程中所消耗的精神和護理方面的照顧壓力。

在回顧申請資格方面，以現時 2000 元的津貼，護老者認為是一個鼓勵或獎勵金額的數目，**不理解為何要有入息審查**；因 2000 元幫助不大，有時照顧者仍需一面工作一面照顧長者，津貼只是聊勝於無。再者，如政府繼續推出第三、第四期的話，應考慮隨著物價上升，必須調升金額，例如增加至 3000 元及不用資產審查，甚至是一個更大金額，足以讓護老者不用外出工作，全職在家照顧長者，這情況下才應有資產審查。

照護信箱

護老者：「家中的長者常常拒絕進食，體重下降，怎麼辦？」

社工：「長者拒食有多個原因，例如身體不適／胃口欠佳，可提供長者較為喜愛的菜式，鼓勵進食；另外，亦有可能長者的吞嚥能力下降以致拒食，可申請職業治療師／言語治療師進行吞嚥評估；又或是患有認知障礙症的長者，對進食的意識減少或忘記是否進餐等原因，如有需要可進行認知評估。總括而言，鼓勵家人可從多方面著手了解長者拒食行為背後的原因，尋找相應的方法解決。」

護老者：我發覺媽媽會有「撞聾」問題，如何辦？

社工：不妨帶長者去做聽力檢查，可以預約門診轉介至專科覆診；也可以到香港聾人福利促進會預約時間檢查，以了解長者聽力情況，再作進一步跟進。

社區照顧服務券

由 2013 年 9 月開展的長者社區照顧服務券試驗計劃(社區券)，至今已推出第二階段並推廣至全港 18 區，不論是提供服務的機構或是服務內容都有所增加，服務券的面值亦有多種以配合長者的個人需要。

樂暉長者地區中心早前邀請有參與計劃的護老者出席聚焦小組，分享使用服務券的經驗，以下為當中分享的重點：

1. 無需輪候，滿足需要

根據社會福利署的統計資料顯示，申請長者日間護理中心及改善家居及社區照顧服務的平均輪候時間為 10 個月。至於長者成功申請社區照顧服務券後，即可直接聯絡提供服務的機構，立即使用服務，無需輪候。

2. 針對需要的專門服務

個別機構專門提供認知障礙症、中風、腹膜透析(洗肚)、痛症及骨質疏鬆症服務，針對患者的需要。

3. 服務富彈性

計劃第二階段推出中心為本及家居為本的混合模式，方便同時需要中心及上門協助服務的長者。例如長者於日間時間到中心由職員看顧，同步亦可使用上門送飯、洗澡、家居清潔、陪診及接送服務等。家人及長者可按個別需要選擇合適的服務券面值，自由組合需要的服務。

4. 自由選擇機構

全港共有 124 個社署津助非政府機構、非牟利機構 / 社會企業及私營機構參與此計劃，為長者提供服務。長者及家人可自由選擇機構。如有需要，可以以月為單位轉換機構。

5. 資訊流通有待改善

同意服務能夠滿足長者的照顧需要，不過，此計劃強調長者及家人的自由選擇，所以服務資訊的開放及流通對長者及家人尤為重要。現時社署網頁及認可服務提供者所提供的服務概覽小冊子內容只提供基本資料，內容有限。建議社署加強社區教育，完善網頁平台的內容，鼓勵各機構發放服務的最新資訊，讓長者及家人掌握最新最全面的資訊。

活動負責職員：葉姑娘

樂暉長者地區中心

「青」新系列-漫遊山野間

日期：2017年4月22日(六)
 時間：上午9:00-12:00
 內容：暫時放下護老者的角色，一起享受行山的樂趣，呼吸新鮮空氣，為自己的生活注入正能量。
 對象：子女護老者(優先)及會員
 費用：全免(車費自備)
 名額：10人

吞嚥知多少

日期：2017年6月7日(三)
 時間：上午10:00-11:00
 內容：由衛生署註冊護士主講：
 (1) 常見吞嚥困難的成因、徵狀、危險
 (2) 強化口部肌肉的運動及預防哽嚥的方法
 (3) 急救吞嚥者的方法
 對象：護老者(優先)及會員
 費用：全免
 名額：20人

輪椅使用知多D

日期：2017年3月7日(二)
 時間：下午2:30-4:30
 內容：由註冊物理治療師主講輪椅的功能、安全使用的方法及檢查的步驟。另外提供少量檢查輪椅的名額(先到先得)。
 對象：護老者(優先)及會員
 費用：全免
 名額：20人

耆人棋士(一) &(二)

日期：2017年3月4日(六)、
 及3月11日(六)
 時間：上午10:00-11:00
 內容：介紹各種不同訓練元素的玩具，參加者親身試玩之後為家中的長者提供簡易的認知訓練。
 對象：護老者(照顧認知障礙症患者的家人優先)
 費用：全免
 名額：8-10人

樂暉長者地區中心

活動名稱	日期／時間	地點	內容	費用	名額／對象
觀塘護老者聚會	2017年4月7日、 5月12日、 及6月9日(五) 上午10:00-11:00	雲漢邨 漢松樓地下	互相支持、分享照顧長者的經驗及資訊；預告新活動。	免費	雲漢邨的護老者 名額：10人
耆樂護老者聚會	2017年4月13日、 5月25日、 及6月22日(五) 上午10:00-11:00	樂暉長者地區中心			九龍灣的護老者 (彩盈邨、彩德邨、彩福邨及得寶花園等) 名額：15人
樂聚在花園	2017年5月11日(四) 下午2:30-3:30	花園大廈 長者康樂中心			牛頭角的護老者 (牛頭角上下邨、花園大廈及淘大等) 名額：8-10人

元州長者鄰舍中心

活動負責職員：何姑娘

護老者聚會	認識糖尿病
<p>日期：2017年4月18日、5月16日、 及6月13日(二)</p> <p>時間：下午2:30-3:45</p> <p>地點：元樂樓活動室</p> <p>內容：護老者談心相聚，分享正向心理學以及照顧話題。</p> <p>對象：護老者</p> <p>費用：\$5</p> <p>名額：15人</p>	<p>日期：2017年6月15日(四)</p> <p>時間：上午10:00-11:00</p> <p>地點：元樂樓活動室</p> <p>內容：講解糖尿病的成因、誘發因素、症狀及併發症；預防及治療糖尿病的原則。</p> <p>對象：護老者及會員</p> <p>費用：全免</p> <p>名額：30人</p>

順利長者鄰舍中心

活動負責職員：樊姑娘

護老專題：做個開心快樂人

日期：2017年4月20日(四)
 時間：上午10:00-11:00
 內容：由註冊護士主講：
 (1) 晚年期的身心轉變；
 (2) 如何保持身心健康。
 對象：護老者及會員
 費用：全免 名額：30人

護老專題：低脂肪飲食及烹調方法

日期：2017年5月26日(五)
 時間：上午10:00-11:00
 內容：由註冊護士主講：
 (1) 如何選擇低膽固醇及低脂肪食；
 (2) 低脂肪的烹調方法；
 (3) 出外飲食時應如何選擇。
 對象：護老者及會員
 費用：全免 名額：30人

護老專題：護老樂聚

日期：2017年4月6日、5月11日
 及6月8日(四)
 時間：下午2:30-3:45
 內容：透過輕鬆活動、遊戲等，建立正向思維和交流護老心得。
 對象：護老者
 費用：全免 名額：12人

護老專題：自助按摩

日期：2017年6月29日(四)
 時間：上午10:00-11:00
 內容：由註冊護士主講：
 (1) 正確的按摩方法和用途；
 (2) 手力按摩的禁忌和要訣；
 (3) 手力按摩簡單技巧及自我護理方法。
 對象：護老者及會員
 費用：全免 名額：30人

幸福長者鄰舍中心

活動負責職員：黃姑娘

護老好安心：長者簡易保健運動

日期：2017年4月20日(四)

時間：上午10:30-11:30

內容：由註冊護士主講：

(1) 一些簡單的保健運動，適合體弱的長者或護老者；(2) 使患有慢性疾病的長者透過一些簡單的伸展，防止因長期坐椅或卧床而引致的關節僵硬。

對象：護老者及會員

費用：全免

名額：30人

中醫講座：如何改善睡眠

日期：2017年5月24日(三)

時間：上午10:30-11:30

內容：由專業中醫講述改善睡眠的方法。

對象：護老者及會員

費用：全免

名額：30人

護老好安心：慎防跌倒（社區篇）

日期：2017年6月22日(四)

時間：上午10:30-11:30

內容：由註冊護士主講：

(1) 認識長者跌倒的嚴重後果；

(2) 介紹引致跌倒的因素；

(3) 預防跌倒的方法及減少跌倒的機會；

(4) 實踐預防跌倒的保健運動

對象：護老者及會員

費用：全免

名額：30人

護老 high tea (一)、(二)、(三)

日期：2017年4月22日、5月27日及6月24日(六)

時間：下午2:30-3:30

內容：分享護老心得及生活逸事，輕鬆渡過一個悠閒下午。

費用：全免

名額：20人

⑩ 各單位護老者活動

幸福長者鄰舍中心

活動負責職員：黃姑娘

玩轉 Free D

日期：2017年6月30日（五）

時間：下午2:30–3:30

內容：簡單遊戲、藝術及創作，輕鬆一小時。

費用：全免

名額：6人

參加活動須知

1. 有興趣之參加者，請直接聯絡相關中心報名。
2. 如有疑問，請致電或親臨舉辦中心查詢。
3. 各項活動內容，最終以舉辦中心決定為準。

各單位的聯絡方法

香港基督教服務處躍動晚年服務單位資料

單位	地址	電話/傳真	電郵
樂暉長者地區中心	香港九龍觀塘 彩福邨彩樂樓地下	2717 0822 / 2174 5564	bdecc@hkcs.org
幸福長者鄰舍中心	香港九龍幸福邨 福日樓地下	2387 9951 / 2307 9784	fnec@hkcs.org
順利長者鄰舍中心	香港九龍觀塘順緻街 2號順利社區中心2樓	2345 8323 / 2763 4585	slnec@hkcs.org
元州長者鄰舍中心	香港九龍深水埗 元州邨元樂樓地下	2720 3105 / 2725 7792	ucnec@hkcs.org