



香港可持續發展研究中心  
HONG KONG SUSTAINABLE DEVELOPMENT RESEARCH INSTITUTE

# 《香港活力長者的發展及影響研究》

## 行政摘要

2013 年 11 月

香港可持續發展研究中心

## 《香港活力長者的發展及影響研究》

### 行政摘要

1. 根據香港特別行政區統計處人口統計組 2012 年統計資料，香港人口年齡中位數由 1996 年的 34 歲上升至 2006 年的 39 歲，預計到 2030 年，香港超過 30%的人口將是 65 歲以上長者。
2. 香港可持續發展研究中心於 2013 年 4 月至 7 月份進行「香港活力長者的發展及影響研究報告」，瞭解活力老年在香港的發展狀況，通過研究結果瞭解長者的活力程度對其家庭關係及個人生活滿意度的影響，就長者活動提出建議，推動香港跨代關係的改善。
3. 是次調查研究分為六個部份，分別為：1) 背景資料分析；2) 文獻回顧；3) 香港「活力長者」歷年發展；4) 調查研究設計；5) 問卷與訪問調查結果及分析；6) 評論及建議。
4. 在研究中，我們向各個長者中心發放了共 500 份問卷，結果錄得有效問卷 374 份，受訪者基本涵蓋香港十八區，受訪者年齡都是 60 歲以上，女性相對男性多 28%，年齡多集中在 65-74 歲之間，佔總受訪者 48%，而有 59%受訪者學歷為小學或以下。
5. 調查結果顯示，香港長者活力度均值為 14.08(總分 20)，生活滿意度均值為 36.47 (總分 50)，在這之中，女性活力度與生活滿意度均值均高於男性，分別高出 0.63 度及 0.97 度。於此同時，長者活力度同跨代家庭關係以及生活滿意度都具有統計正相關性，隨著活力的增加，長者的跨代家庭關係與生活滿意度都有所提升。
6. 從活力度方面來看，香港長者在義工活動，體育運動，文化活動幾個指標上都獲得較高分數，特別是義工活動和體育運動方面，長者的參與積極性都較高，有 22.70% 的長者每週參與義工活動，而有 44.1%的長者每天參與體育運動。
7. 在跨代家庭關係方面，子女在經濟方面都給予了長者基本的支持，但是在情感方面，包括親密度，理解度，關心度上，還需要進一步提升。
8. 生活滿意度上，香港長者對家庭生活，經濟狀況，精神狀況，身體狀況及居住環境方面的滿意度都較高，但社會環境、社區環境同醫療護理方面還需要改善。

9. 通過與四位長者進行訪談，本報告尋找更深層次原因解釋長者活力度對跨代家庭關係和生活滿意度的影響。在這之中，我們亦瞭解到，長者經濟狀況、個人興趣愛好以及子女的關心程度都對長者生活活力度、滿意度以及跨代家庭關係有重要的影響。

10. 根據研究結果，本中心對香港社會、家庭和個人有如下一些建議：

A) 政府需要努力改善社會和社區環境，同時增加對醫療以及護理的投入，通過為長者提供平價的醫療服務，並且制定有效的退休保障，減輕長者經濟負擔；

B) 支持銀髮產業在香港的進一步發展，為長者提供更豐富的產品以保障長者生活質素，滿足不同需求；

C) 完善長者繼續教育機制，為退休長者提供更多課程學習相關的資源，幫助他們豐富老年生活，尋找和實現自身興趣愛好；

D) 鼓勵長者參加更多文化活動，同時政府亦需完善和支持長者文化產業的發展，滿足他們的文化需求；

E) 社會亦需要多鼓勵非失能長者參與義工活動，不僅有利於其活力的提升，亦能照顧到其他有需要的長者；

F) 子女亦能多陪同長者參與社會活動，同時幫助他們接觸新資訊和新科技，例如教會他們使用社交網路和一些簡易的軟體，豐富退休之後的生活。

11. 從研究結果得知，活力長者這個概念非常重要，因此為人子女應盡力提升祖父母的活力程度。傳統文化「孝」的觀念每令很多年青一輩的會供養祖父母，為祖父母提供最好的物質享受，然而卻忽略了與祖父母相處的互動，忽視長者活力的重要性。本中心認為，傳統孝道中對待祖父母的態度已不能滿足祖父母的需要，本中心將致力推動年輕一代更注重與祖父母的互動，發揮更深層次的孝道精神，不再是過往被動式的孝。研究結果顯示，長者普遍較喜歡與後輩相處，所以本中心會建議後輩多與長者共同參與多元化的活動，提升他們參與康體、文化、義務工作等活動的積極性。

## 聯絡我們



地址：香港灣仔駱克道81-85號霸田商業中心14樓B室

電話：(852) 3678 8817

傳真：(852) 3005 4326

網頁：[www.hksdri.org](http://www.hksdri.org)

電郵：[info@hksdri.org](mailto:info@hksdri.org)