長者捱貴租

◆陸倩盈

通脹猛於虎！7月份私人房屋租金升幅達8.8%、創10年新高之際，政府向綜援受助人發放的租金津貼卻連續5年凍結，全港近10,000名長者所領取的租金津貼，不足夠支付實際租金，被逼節衣縮食，甚至拾紙皮維生。社福團體紛紛促請政府調高租金津貼，讓長者安享晚年。

租金勁升

本港7月份通脹率達6.3%，創11年來新高，當中，私樓租金的升幅更達8.8%，是10年來最高。

香港社區組織協會指出，政府於1998年取消《租務管制條例》之後，業主可肆意加租或濫收按金，甚至在1年內多次加租；而單身租客首月上樓亦需支付首月租金、上期、水電費按金等費用。無論是單身長者或長者夫婦，都被逼節衣縮食，應付昂貴租金。

何謂「租金津貼」？

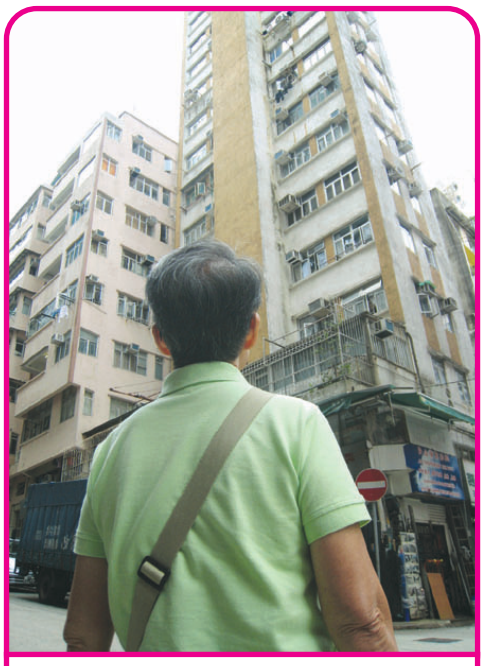
現時，所有綜援受助人（包括長者）均獲發租金津貼，以支付住屋開支。津貼金額相等於實際支付的租金，或者是按家庭成員人數釐訂的最高金額，以較低者為準。以單身長者為例，每月獲發的租金津貼是1,265元，長者夫婦則獲發2,550元。

租金勁升，租金津貼卻自2003年一直凍結至今，政府資料顯示，現時全港9,000多個分別居於公屋或私樓的長者綜援戶，所領取的租金津貼不足以支付實際租金！

捱貴租 節衣縮食

香港社區組織協會幹事施麗珊表示，綜援戶為應付租金，唯有節衣縮食，甚至拾紙皮。她說，相比起年青人，長者病痛較多，每月要額外支付一筆醫藥費，百上加斤。長者在炎熱的天氣下，不敢開電風扇或開冷氣，部分長者在迫不得已的情況下需多次搬遷，居住環境每況愈下，生活非常徬徨。

事實上，香港社區組織協會、老人權益聯盟等團體一直促請政府調高租金津貼，讓長者安享晚年。施麗珊說，隨著新一屆立法會正式展開，將繼續要求政府調高租金津貼，並檢討現時計算租金津貼方法。另一方面，會促請政府重新訂立《租務管制條例》，立法規定業主兩年內不可將租金增加超過20%的上限。



• 望樓興嘆 —— 捱貴租！

人生七十

開心，卒之見
到中國人由東
亞病夫，變東
亞強人咯！

◆香山亞黃

令自己快樂的元素

◆阮惠貞

人口老化所衍生的需要問題，令人憂心重重，政府先後推出強積金計劃、醫療融資方案，但這些計劃只針對長者的生理問題，並未照顧到長者的精神需要；另一方面，醫療科技進步及孩子數量減少，令長者陷入既長壽又欠缺照顧的境況，令他們生活變得單調和寂寞，有調查發現，有8成以上的中高齡者感到生活不開心。

據台大社會系林萬億教授研究過2千名45至64歲的中高齡人士，問及他們的生活過得好不好時，只有18.3%中高齡者覺得生活得很好或能享受人生，其餘8成以上則表示，生活得不開心，心情又差。對任何事都提不起興趣，甚至鬱悶、寂寞、孤單、傷心、悲傷或胃口不好，由此可見，不快樂的老人家真不少。

其實，近年本港亦有問卷調查顯示，市民大眾都生活得不開心，令香港人感到震驚；另一方面，亦有醫療專家提出警告，全球患憂鬱症的病人將會越來越多；這樣，我們實必須關注我們的精神生活，亦要反省我們的生活態度，以及提升我們生活質素的時候。

比較積極的人士曾提倡，多與家人一起談心及溝通、經常做運動、假日一家人或朋友到郊外旅行，可減輕工作壓力，身心又得到紓援。但是，能夠做得以上建議的人不多，因為該項調查還發現，中高齡者的傾訴對象，接近一半仍是他們的配偶，而子女肯談心的數字不高，約13%。

俗語話「幸福要自己爭取」，無論你的年齡有多少？都要保持一顆年青的心，經常學習新事物，關心世界大事，人就變得達觀；閒時可以培養一些藝術興趣、唱唱歌、跳跳舞、畫畫畫，既可以陶冶性情，又可以打發時間，生活自然會開心一點啦！

• 投入快樂，就是快樂的元素。

長者的全面醫護，能做到嗎？

◆謝悅漢

生老病死是人之常情，但年長者患病時，除了要有醫療照顧外，仍是需考慮其他方面的需要；以目前香港的社會福利制度，和醫療制度，甚至整個社會大眾對長者患病時之看法，都可能有偏差和未足之處。

西醫梁傳國就有以下看法，他表示，為他初任職政府醫院時，經常有機會接觸一些基層長者，這些老一輩的基層市民，他們一般收入比較低，文化程度低，自信心亦比較低，在某些個案中，有些更患有老年病或慢性病，特別是一些需要靠綜緩或子女供養的老人家，他們患病時，往往對自己患病的醫療方案，非由他們自行決定。很多時是由子女決定一切，而這些決定，可能老人家全不知情，所以這些老人家缺乏「自主性」。

如何令這些老人家知道自己病情，以及讓他們有自己的見解和「自主性」，這涉及社會觀念，和老人教育問題。

另外，梁醫生指出，對年長病人要做到「公平性」，因為有些長者患病時，諱疾忌醫，可能是經濟上或心理上原因，令長者不願求診，而令長者錯過求醫機會，可能令原先只是普通病症，或者重病之初期病患者，因缺乏診斷或醫療機會，令致病情惡化。

「為病人福祉著想」，梁醫生又指出，老年人如果多做運動，重視營養，對預防中風和老人痴呆，有很大幫助，尤其一般常見的高血壓症，只要有人提點或關注老人家，讓他們及早預防，只有百利而無一害。

「不要傷害病人」，很多長者如果患上老人痴呆症，又或者半身不遂，行動不便，無論進食，行動都不便，甚至大小便失禁，所謂「久病牀前無孝子」，有很多子女可能無法日夜侍候，即使將這些長者送往老人院或護理中心，是否又獲得適當照料，也是一個疑問。

最後，梁傳國醫生指出，只有照顧長者之飲食，或護理人員，肯樂於聆聽或出於真正的關心，才是對長者的照顧周到。

但在香港這個繁忙的大都會，的確是有很多長期患病的老人，是未有「自主性」，「公平性」，「為病人福祉著想」和「不要傷害病人」等適當的對待。

進修消息 普通話基礎班 17/10/08(五)上午 尹潔芳主持 10堂 $130 粵曲班 16/10/08(四)下午 龔添貴主持 10堂 $205 排排舞基礎班 17/10/08(五)下午 楊少馨主持 10堂 $150 粵曲練歌班 15/10/08(三) 下午 林華添主持 10堂 $80 浣紗中心上課☎ 2915 0093 普通話班 23/9/08(二)下午 周政民主持 10堂$100 銅鑼灣上課☎ 2570 0287 ○八年九月十一日出版單張，○八年九月十九日公開報名，歡迎附回郵信封到本刊索取單張。