



編者的話

◆ 謝文慧

近年很多老字號店舖因加租被迫結業，由茶餐廳、書店、麵包店、報檔、粥檔和百貨等，這些老字號開業動輒有三、四十年，甚或五、六十幾年歷史，與老街坊一同生活越半世紀，很有感情。

隨著食材、物品價格上漲，特別是租金以倍進升幅，小店老板紛紛撐不住而無奈關門，市民為嗜最後一口特色美食，又或正確一點來說是想表達由衷的支持，縱使要大排長龍，還是要前來一趟。

有人說，香港沒有歷史，只有集體回憶，故此，每有一些為大家認識的建築或店舖要被拆卸，又或告別離場，大家都是很捨不得。

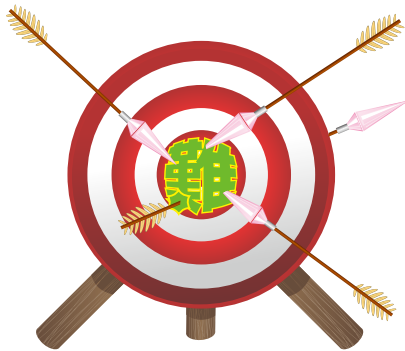
《松柏之聲》是七十年代的免費報紙，見證香港社福的種種，同樣面對大社會的轉變，紙價上漲，令印刷費用每年增加，經濟壓力雖沒有令我們有即時倒下危機，但卻要有所準備，除了是金錢外，還有是

# 迎難而上



整體報紙的需要，如早前給讀者的問卷和四月份的焦點小組，聆聽大家對閱報的需求和期望。

月初是復活節和清明節，兩個都是很有意思的節日，一個是死亡，一個是復活，前者帶有痛苦和離別，後者有重逢和盼望的意思。人生也一樣，有困難，也有希望。《松柏之聲》要走的路仍很漫長，曾經面對無數艱難，往往都是憑著為長者服務的宗旨和精神而支持下去，昔日如是，如今也是。



年前當有親戚病危，我們已跟兩老討論，他們都說要順其自然、勿讓無

救，但過後又會後悔自責；也聽過有些子女雖然曾答醫護人員不要無謂搶

日後因無效治療而受苦，正積極考慮將一份擇要的英文版「預設醫療指示」放

月 前家嚴入院，肺、心、腎皆衰竭，腎排

知醫生。醫生說縱然我們有不為病人做無效治療的想法，但他亦只能停止

亦在兄弟姊妹因爭論救與不救而手足反目；更多的



短評 劉光傑

## 為人生最尾一程而部署

在胸前，好讓醫護知道面對的人是不怕死、至怕痛苦，不必浪費資源、快快

照顧母親，所以決定放手，送母親往老人院，讓母親得到更好的照顧。



人物掃描

◆ 莫沛榮

## 看透 趙素仲

趙素仲，退休人士，大半生從事媒體工作，亦曾開設健康食品公司，退休後嚴重失落，但從學習書法、水墨畫中明白自己所追求的與以往已不一樣。



● 趙素仲以書法及水墨畫表達對人生豁達的看法。

趙素仲早年在傳媒機構工作，讓她覺得在一人之下，限制較多，後來開設了公關公司、健康食品公司，發揮較大。直到退休之年，才知道原來過往背負太多壓力。退休後，一下子壓力全消，她就覺得好像失去甚麼似的，非常失落。

而退休後最令趙印象深刻的，就是發現自己以往的優點，也都變成缺點了。退休前她辦事效率高，退休後她反而是急躁了；退休前她對工作成績很著緊，退休後反而是緊張了；退休前她做事認真，退休後她反而是太認真了。就是這種強烈的轉變，令她明白人生去到某個位置，就要用另一種心態去面對，現在她學會了放鬆

自己，做事慢一點點。

「當你老了，你要習慣失去，接受那份無力感。」趙認為當人愈變老，就要知道自己會慢慢地做不到某些事，但絕對不要去埋怨，而是要去接受。她說以往可以每天讀兩份報紙，但現在人老了，精神變差，便每天讀一份，不知將來何時，或許連一份報紙也不能讀完，但也只好逆來順受，因為你是真的沒有能力做到了。對於她母親，趙也感到無力，她母親經常嚷著為何趙不能整天照顧著自己，但趙明白無論在能力或精神上也無法像醫務人員般

照顧母親，所以決定放手，送母親往老人院，讓母親得到更好的照顧。

趙素仲就是抱著這種放下執著的心態去面對人和事。現在唯一值得她去堅持的，相信就是對真、善、美的追求。趙認為真就是真誠地去對事、對人，不懷半點害人、咀咒別人心之，當做到這點，就一定能達到善了，當真與善也齊備，美就自然會出現了。就如她的毛筆字，把自己想表達的思想認真地灌注在每個文字內，縱然不是大師作品，但也可從她的作品中，感受到那份平和美。



關懷社區

◆ 常悅

## 你的

憶力還好嗎？相信十位老友記當中有九位都會答：「好差！退化得好緊要。」我們知道身體機能退化是自然定律，腦功能同樣會隨年紀漸長而慢慢衰退，今天的腦功能表現自然及不上自己二、

三十年前的狀態，問題是退化到甚麼地步才算嚴重呢？

一般而言，假如你的記憶力跟大部份同年紀的長者相約，這可能屬於適齡退化，未必需要太擔心；但如果你的表現，比同年紀的長者也有顯著的差距，即比其他年紀相約的長者表現為

差，就可能需要進一步跟進評估，以了解是否出現早期腦退化症徵兆，及早辨識有助安排適切治療。

香港大學心理學系現正進行一項有關長者腦功能訓練的研究。參與這項研究，長者有機會被安排接受為期13個星期的腦功能訓練，訓

練主要以電腦形式進行，長者無需具備電腦知識亦可參與；參與的長者並可獲得由臨床腦神經心理學研究所提供既詳細而又費用全免的腦功能評估，讓長者了解目前的腦功能表現，以便於日常生活上作出相應的調適。曾參加過有關計劃的長者，大



都表示評估有助他們更加清楚自己現時的腦功能表現，尤其記憶力方面，知道

自己屬適齡退化還是真的比一般同年紀的長者為差。如有興趣參與的長者，只要是60歲或以上及現時沒有服用治療腦退化症藥物，可於星期一至五辦公時間（上午9:30至下午5:30），致電2831 5299或2831 5297查詢詳情。