



編者的話

謝文慧

烈，市場反應跟現實家庭情況或許也很相近。

向不少年長爸爸了解，知道他們當年為生活、為家庭，長期外出工作，有的更是航海，一家人見面時間少，就算見面不期然就會教導子女一番，原因是平日沒機會把一些重要做人處世的道理傳授子女，擔心他們長大學壞或行錯路，訓示式的溝通方法往往是父親留給子女的印象。久而久之，子女親

相比母親節的節日宣傳，父親節往往好像沒有那麼熱



母親，多於親父親。曾聽到退下職場的父親，現在待在家中的時間多了，希望在家人關係上作出補償，嘗試由多訓示，轉為多聆聽，對子女在工作上吃苦頭，不作批評，反而偶意分享一些類似經驗以示支持和鼓勵。很欣賞這位銀髮爸爸開放自己，為自己生命最重要的家作出轉變，除了愛相信沒有方法可以做到。

上月送別了一位父親，他就是我們尊敬的勞永樂醫生，他一生在醫療和社區健康工作不遺餘力。同時，他與《松柏之聲》亦有莫大淵源，今期請來陳總撰寫文章，記念勞醫生的工作和貢獻。

短期來說，政府應在《安老院實務守則》上規定住院長者入宿時向院友及家屬派發服務使用者的權利須知，列明院舍作為照顧者在法例上的權責，事實上在美國大部份地區，入宿時院友及家屬必須觀看政府拍攝有關院友權利

及公眾清晰服務使用者的權利。香港政府如要實踐上述兩項目，相信一年內可全面實行，在培養住院消費者權益意識方面設立了基本的機制。

《安老院實務守則》進行檢討，清晰指出院舍管理層及其員工對住院長者有法定謹慎責任，並明確列出罰則。目前的條例只約束營運者，並未直接對住院長者作出法律保障，在檢討時應研究能否在條例上加上相關條款，使嚴重疏忽照顧住院長者的行為成為刑事罪行。



藍宇喬



上月有媒體報道大埔運頭街劍橋護老院，有長者被職員推出露天平台上被脫去衣服，全裸或半裸長達超過一小時輪候洗澡一事，引起全港各界關注及討論。筆者認為單是譴責，無助於捍衛長者尊嚴，改善監察政策和機制，就有關問題與民間團體

及投訴渠道的錄影帶，以確保其知悉，多年來行之有效，讀者可在互聯網觀看。另一方面，政府並必須規定獲牌院舍設「院舍會」組織，由家屬、精神健全住院長者、員工、管理層及社區人士代表組成，定期監察院舍的日常運作，讓住院長者、家屬

府必須嚴懲執法，並設立緊急接管不良院舍的機制及程序，與營運安老院舍服務的機構保持溝通，以能在有安老院舍營運失當或嚴重違規時，可吊銷其牌照而同時安排服務，把住院長者逐步轉介至其他院舍的宿位，估計下一年已能真正加強監管，保證護老院質素。



人物掃描

姿凝

提起「修哥」胡楓，相信大家都會帶着艷羨的目光看他！羨慕的是他八十三歲高齡的健康身體和充沛的活力，兒孫滿堂的幸福家庭，更難得是仍有很多有趣的工作等着他。二十歲初出道時做小生，想不到今天八十歲仍是「小生」，他笑言很享受工作，自己編排日程，除了拍攝電視片集，也愛登台和在演唱會當嘉賓，生活過得充實愉快！

修哥分享他對工作的看法：「我不會刻意找工作，但時刻都作好準備，有工作時便埋位。」怪不得不久前當他被邀請和其他兩位老友記合拍

胡楓

——時刻作好準備的「活力小生」

的《三個小生去旅行》電視集時，心境年青的他完全不需預定講稿和路線，對白就發自他和拍檔的內心，帶大家經歷一個歡樂的旅程，所以節目受歡迎完全可以理解。

提起這節目修哥顯得很開心，因為收視率很不錯，他又得知網民反應熱烈，連以前很少看這類電視節目的觀眾也讚好。片集雖已播完一段時間仍有觀眾不時提起，大家也期待新一輯節目。修哥透露他已準備好，隨時可以出發拍攝呀！

有機會和修哥聊天，最重要當然是向他偷師保養之道

作參考。修哥說養生之道其實很簡單，就是多動和多走路。他說自年青時已深明多動的好處，所以經常爭取機會走動練氣，連看電視也不會閒坐着。怪不得他現時在舞台上唱歌跳舞，身手靈活也夠氣。他囑咐我提醒大家要保持健康，勿忘少吃肥膩和煎炸之物，最重要還得多走動呀！

在保持心理健康方面，他笑言自己一向樂觀愛說笑，心境保持年青，對不如意的事一笑置之。修哥強調作為長輩，他樂於主動與後輩溝通，打破隔膜。他尤喜與年青人結緣成乾兒女，其中經營美容院的 Mence 眼中的「契爺」性格開朗，從不抱怨，凡事讚好。

她特別欣賞「契爺」經常在適當時候主動從旁提點，建議後輩如何將事情辦得更好，令人受惠不淺！

滿頭烏髮的修哥現時在工作以外盡量謝絕應酬，爭取與家人相處的時間，家裡四代

關係融洽，有空便弄曾孫為樂。他謙稱自己十分幸運，但其實是「樂觀性格、處世待人之道，和時刻作好準備的心」造就今天幸福的他。大家要活得精彩快樂，得多多向修哥學習呀！



●修哥分享養生之道、工作態度和做人哲學。



陳炳麟 前《松柏之聲》總編輯

勞永樂醫生，我們永遠懷念您

長期辦理《松柏之聲》一份純以長者為對象的刊物，若從單一層面述說內容，不旦令編者搜索枯腸，讀者感到枯燥乏味，刊物最終「革命尚未成功」而消失；即是說《松柏之聲》要有一個穩固的基礎，方可有自一九七六年一月起成為首份全球發行的華文長者讀物成績。

很感激時為港大醫科三年級學生的勞永樂連同梁萬福於《松柏之聲》創刊翌年負責撰寫「松柏延年」版的稿件工作，本著「長者該有健康，才可有豐盛人生」的宗旨，他們縱使學業及隨後工作繁忙也犧牲寶貴休息時間撥冗撰稿，在 1981 年時編者還要在清晨六時

守勞永樂醫生家樓下，於他上班時拿取他晚上趕寫的稿件；令筆者深深感受勞永樂醫生對長者健康的付出，直教筆者工作要有著理想才可達宗旨。

勞永樂醫生所撰的文稿脫俗，以抒情生活化在你我遇到的事情上帶出健康的重要，從而令人以自我力量來活出健康晚年；他更不忘反映一些老年人的苦況所引來的健康問題，藉引起大家的關注；當中他撰寫的「三婆的病」、「拉車夫的故事」，啟導筆者在構思《松柏之聲》題材上，是要從全面的生活層面出發，勿只呆在問題的點子枯腸中苦思。

他們更將「松柏延年」版的稿件分別結集成兩本書籍——《松柏延年》及《松柏延年 老年健康護理指南》，結果兩冊銷出近兩萬本，從中可見他們的歡迎度。

事實上，由於有著有質素的文稿，也帶動坊間有份量的各方專業人士義務參與提供稿件，遂令《松柏之聲》成為一份受長者歡迎的刊物的根基來。

勞醫生以「救人為醫生天職」為己任，早年更默默為行動不便的《松柏之聲》讀者免費上門診病；出資創立「全民健康動力」組織，致力推行完善和推動香港的醫療和公共衛生服務；筆者曾直率說他花盡不少時間在「非診病」工作上，實是「不務正業」，他欣然回答「只要能為社會做點事，個人得失何需掛齒。」

勞醫生在患病時也曾向筆者透露腰痛的問題，當然他的回應是「尚有很多工作需要完成」而拒休息的建議，後在 2012 年立法會選舉前夕確診肺癌

才減少工作，唯他在病危時每日仍撰文發聲盡力推動全民健康至四月下旬。

勞永樂醫生本年五月九日雖已離世，筆者亦於 2011 年後離任，但他對《松柏之聲》的影響尤深，面對社會急劇轉變及人口不斷老化，本著「革命尚未成功」下，同寅早已傳承勞永樂醫生的辦事思維，從點線面的方式構思《松柏之聲》的文稿，更學會他竭智盡力地服務讀者，不斷發掘有關長者福祉的題材，盡力完善和推動香港安老服務的發展。

勞永樂醫生，我們永遠懷念您。



歡迎捐款

《松柏之聲》並無當局任何經費資助，乃全仰賴各界善長捐款以維持，善款多少不拘，如蒙厚愛，敬希惠寄郵票、支票，抬頭「聖雅各福群會 松柏之聲」或 (St. James' Settlement)；並請註明捐款人姓名、讀者編號(若有)、地址或電話，俾便致謝。