



施政報告 2022 年-安老政策措施

行政長官李家超於 2022 年 10 月 19 日發表首份《施政報告》，當中包含有關安老政策的措施，與大家息息相關，現在為大家節錄有關內容。



支援居家安老

長者社區照顧服務券試驗計劃

恆常化，將受惠人數由現 8,000 人分階段增至 12,000 人，服務券適用範圍亦會擴展至租借輔助科技產品。

長者鄰舍中心

未來五年新增 16 間中心，並於明年第四季把中心服務範圍擴展至退休生活規劃、樂齡科技推廣等。



離院長者綜合支援計劃

擴大服務人數，將每年受惠人數由約 33,000 人增至 45,000 人，其中可被轉介至家居照顧服務的人數由約 9,000 人增至 11,000 人。

優化長者醫療券計劃

實施為期三年的先導計劃，將現時每名長者每年 2,000 元醫療券增至 2,500 元，增添的 500 元會在長者使用至少 1,000 元醫療券於預防疾病和管理健康等特定基層醫療用途後發放至戶口作該等用途，以鼓勵長者更有效使用基層醫療服務。此外，容許夫妻共用長者醫療券。

增加資助院舍宿位

在 2027 年年底前增加 6,200 個資助院舍宿位，當中 2,600 個會在明年投入服務。



資料來源: <https://www.policyaddress.gov.hk/2022/tc/p100.html>

報告事項

2023 年 1 月月會

場次	日期	時間
第一場	12 月 29 日(星期四)	上午 9 時
第二場	12 月 30 日(星期五)	上午 9 時
第三場	12 月 30 日(星期五)	下午 2 時

請會員於 12 月 1 日(四)起，致電或親臨中心報名月會。此外，會員可於 12 月 22 日(四)起，自行或請親友到中心領取 1 月份月訊乙份，亦歡迎瀏覽本中心網頁閱覽相關資訊，謝謝！

活動提醒

已報名之參加者請按時出席活動！
如有查詢，請向中心職員查詢。



活動名稱	內容	日期/時間/地點
香薰芳療按摩 (補)	為受慢性痛症或情緒、睡眠困擾的護老者，提供免費的手部香薰按摩。	12 月份 下午 3 時(本中心)
三中長者學苑 玉石鑑賞進階	進一步學習區分不同種質的翡翠、使用儀器進行鑑賞。	12 月 3 日(六) 下午 3 時(本中心)
耆暉量血壓	透過 e 體健系統，為長者提供量血壓服務，持續監察血壓情況。	12 月 3、10、17、24 及 31 日(六) 12 月 7、14、21 及 28 日(三) 下午 2 時(本中心)
心靈藝術 之旅	透過不同的藝術活動，減輕日常照顧壓力和舒緩情緒。	12 月 5 日(一) 上午 10 時(本中心)
「擁抱快樂」 小組	透過正向心理學的快乐七式，讓護老者學習如何在照顧的工作上發揮正能量。	12 月 5 日(一) 下午 3 時(本中心)
精靈「腦」友記	透過桌遊和小遊戲，一齊動動腦筋，活化大腦。	12 月 6 日(二) 上午 10 時(本中心)
老有所為-無伴 奏合唱小組	由香港無伴奏合唱工作室的導師教導長者學習無伴奏合唱，把音樂帶入長者的生活，並成為義工，外出探訪。	12 月 6、13、20 日(二) 下午 3 時(本中心)
中心委員會	提供平台予會員參與及商討中心事務。	12 月 29 日(四) 下午 2 時(本中心)

健康生活



體適能運動班-踏步舞

MACS:000261
MACS:000262

日期 12月3、10、17及24日(A班-逢星期六)
12月7、14、21及28日(B班-逢星期三)

時間 上午9時30分至11時 地點 本中心

內容 透過專業的體適能教練以輕鬆及有趣的方法與參加者做運動，舒展筋骨。

名額 10人 費用 會員\$20 職員 廖雅芳 姑娘

- 備註
1. 參加者必須出席所有節數，如有特別情況，請向廖姑娘查詢。
 2. 參加者需經過評估及甄選，有興趣者可先留名登記，職員會再作通知。
 3. 參加者只能選擇其中一班。



保健按摩-12月

MACS:000254

日期 12月7、14、21及28日(逢星期三)

時間 上午9時至12時45分(每節45分鐘) 地點 本中心

節數 4節 費用 會員\$380

職員 曾觀梅 姑娘 名額 5人

內容 按摩師提供足底及肩頸按摩服務。

- 備註
1. 參加者請在活動前先清潔腳部。
 2. 參加者必須購買整個月之節數，如有特別情況，請向曾姑娘查詢。



衛生署講座_長者常見的氣喘問題

日期 12月9日(星期五)

時間 上午10時15分至11時15分

地點 本中心

內容 由衛生署護士講解氣喘的原因，慢性阻塞性肺病的定義、誘因、徵狀及預防觸發氣喘的要點，以及學習改善呼吸的運動。

名額 15人 費用 免費 職員 曾觀梅 姑娘



健康檢查-12月

MACS:000253

日期 12月15日(星期四) 時間 上午9時至10時30分

地點 本中心 內容 驗血糖、驗膽固醇。

名額 20人

費用 □驗血糖：會員\$10 □驗膽固醇：會員\$40

職員 曾觀梅 姑娘

備註 活動當天，檢查內容不作更改。



教育發展



☆ IT 支援站

日期 12月1日(星期四)
12月2日(星期五)
時間 下午3時至4時
地點 本中心
內容 為有需要的會員，解答操作智能電話、平板電腦時遇到的問題。
名額 4人(每節1人) 費用 免費
職員 黃發龍 先生
備註 標記「☆」的科技產品教育活動，會員只可二選一。



☆ 智 Net 生活-HA Go

日期 12月9日(星期五)
時間 下午3時至4時
地點 本中心
內容 介紹應用程式- HA Go，並教授基本的操作方法，鼓勵參加者把智能科技融入生活當中。
名額 10人 費用 免費
職員 黃發龍 先生
備註 標記「☆」的科技產品教育活動，會員只可二選一。



2D 咖啡拉花體驗班

MACS: 000265

日期 12月19日(星期一)
時間 上午9時30分至11時30分
地點 本中心
內容 由專業導師教授啡拉花技巧及基本咖啡知識。
名額 15人 費用 會員\$10 職員 張創裕 先生



義工服務



秋季長者友善社區關注組

日期 12月12日(星期一)
時間 下午3時至4時
地點 本中心
內容 一同商討寶林區內長者友善設施的建議。
對象 長者友善社區關注組成員
費用 免費 職員 王穎恩 姑娘



冬至「關懷長者」探訪-義工招募

日期 12月
時間 待定
地點 戶外
內容 招募義工探訪獨居、雙老長者關懷區內長者。
名額 不限 費用 免費
職員 王穎恩 姑娘
備註 有興趣者可以向職員查詢。



騷哥利_12月

MACS: 000255

日期 12月19日(星期一)
時間 下午2時30分至3時30分
地點 本中心 名額 8人 費用 會員\$20
內容 聖誕佳節將至，與老友記一齊DIY製作聖誕飾品。
職員 曾觀梅 姑娘 備註 如有需要，請自備眼鏡。



護老/有需要護老者支援

○ 護老小城大事

日期 12月1日(星期四)
時間 上午9時至下午4時
地點 本中心
內容 用 WHATAPP 訊息功能寫下護老者照顧心得，為他/她們加油打氣，完成後傳送至中心手提電話 (#52270446)，職員會將訊息集合並刊登在下一期月訊。成功刊登的會員可獲贈小禮物一份。

名額 不限
費用 免費
職員 王華鑫 先生



○ 新都城長者資訊站

日期 12月16日(星期五)
時間 下午3時至4時
地點 本中心
內容 為區內人士及持分者推廣中心護老者服務，並介紹及分享安老資訊，讓參加者在資訊上有進一步的掌握。

名額 15人(新都城住戶優先)
費用 免費
職員 黃發龍 先生



○ 「植」得一賞

日期 12月22日(星期四)
時間 上午10時至11時
地點 本中心
內容 向參加者派發香草株和介紹香草。

名額 8人(護老者優先)
費用 免費
職員 王華鑫 先生



□ 護老迎聖誕

MACS: 000263

日期 12月24日(星期六)
時間 下午3時至4時
地點 本中心
內容 與護老者製作手工並一同歡度聖誕。

名額 8人(護老者優先)
費用 會員\$20
職員 王華鑫 先生



認知障礙長者支援服務

○ 訓練認知樂齡站

日期 12月8日(星期四)
時間 下午2時30分至3時30分
地點 本中心
內容 透過樂齡產品，讓參加者認識及體驗訓練認知工具。

名額 10人
費用 免費
職員 林婉汶 姑娘



○ 認知評估站

日期 12月9日(星期五)
時間 上午10時至11時
地點 本中心
內容 進行認知障礙症評估。

名額 4人
費用 免費
職員 林婉汶 姑娘



認知障礙長者支援服務



「觸」你聖誕快樂 MACS:000264

日期 12月13及20日(星期二)
時間 上午10時至11時
地點 本中心
內容 透過聖誕小手工，讓參加者刺激觸覺和轉動腦筋，並一起感受聖誕氣氛。
名額 8人(患認知障礙症長者優先)
費用 會員\$10
職員 林婉汶 姑娘



健腦工具知多D

日期 12月17日(星期六)
時間 下午2時至3時
地點 本中心
內容 介紹健腦工具，讓參加者認識及體驗認知訓練工具「魔力橋」玩法。
名額 12人
費用 免費
職員 林婉汶 姑娘



社交康樂



去片! 睇電影(12月)

日期 12月2日(星期五)
時間 上午10時至11時30分
地點 本中心
內容 讓會員透過電影得到正能量、歡樂和輕輕鬆鬆度過快樂時光。
名額 15人
費用 免費
職員 廖雅芳 姑娘
備註 電影：一屋貪錢人



中心生日會 10-12月

MACS:000259
MACS:000260

日期 12月15日(星期四)
時間 第一場：下午2時15分至3時15分
第二場：下午3時30分至4時30分
地點 本中心
內容 與10-12月生日會員慶祝生日，開開心心慶祝。
名額 14人(每場)
費用 會員\$15
職員 廖雅芳 / 曾觀梅 姑娘
備註 10-12月生日會員可優先報名。



飛鏢樂園

- 日期 12月8及15日(星期四)
時間 上午10時至11時
地點 本中心
內容 介紹飛鏢的玩法，讓會員感受飛鏢的好處(訓練運算力、專注力及手眼協調等)及樂趣。
- 名額 10人
費用 免費
職員 廖雅芳 姑娘
- 備註 1.未曾參與 11 月份飛鏢樂園之會員可優先報名。
2.參加者必須出席所有節數，如有特別情況，請向廖姑娘查詢。



芬蘭木棋

- 日期 12月16及23日(星期三)
時間 上午10時至11時
地點 本中心
內容 介紹芬蘭木棋的玩法，讓會員感受其好處(訓練運算力、專注力及手眼協調等)及樂趣。
- 名額 10人
費用 免費
職員 廖雅芳 姑娘
- 備註 1.未曾參與 11 月份芬蘭木棋之會員可優先報名。
2.參加者必須出席所有節數，如有特別情況，請向廖姑娘查詢。



聖誕聯歡會

MACS:000257
MACS:000258

- 日期 12月22日(星期四)
時間 第一場：下午2時15至3時15分
第二場：下午3時30至4時30分
地點 本中心
內容 一同玩遊戲、抽獎，慶祝聖誕節。
- 名額 14人(每場)
費用 會員\$20
職員 張創裕 先生
- 備註 1.每位參加者可獲精美禮物一份。
2.會員只可參加其中一場。



12月冬至下午茶

MACS:000238

- 日期 12月22日(星期四)
時間 下午3時至3時30分
地點 本中心取外賣
內容 製作紅豆湯圓糖水，讓會員以外賣形式取回家中享用。
- 名額 30人
費用 會員\$8
職員 林婉汶 姑娘
- 備註 參加者請準時到達中心，活動開始30分鐘後將不會派發食物。



高達模型體驗班

MACS: 000256

- 日期 12月23日(星期五)
時間 下午2時30分至4時
地點 本中心 名額 10人 費用 會員\$20
內容 由專業高達模型導師教授參加者由剪件、修繕及組裝，一手一腳地製作完整的模型，從而達到訓練手眼協調、刺激思考的效果。
- 職員 黃發龍 先生





義工資訊通

國際義工日



1985 年第 40 屆聯合國大會通過決議，訂定每年十二月五日為「國際義工日」(International Volunteer Day)，目的是表揚義務工作者對社會的貢獻，提高各界對義工服務的認識，確認義工的貢獻，加強義工服務的聯繫和支援，以及進一步推廣義務工作。

聯合國亦藉此鼓勵全球各地政府及團體，於當天(國際義工日)舉行活動，呼籲社會人士支持及參與義務工作。

歡迎大家登記成為「莊老」義工，一起將愛心溫暖帶給有需要的人！如果想知多 D 義工活動，歡迎與中心職員王姑娘聯絡。

週六桌遊俱樂部

中心現開放週六進行桌上遊戲借用時間，強化認知能力，會員只需出示「有效會員證」向職員登記，便可於中心內進行活動。

日期	地點	節數	時間	人數
逢星期六	本中心	第一節	上午 9 時 30 分至 10 時 15 分	45 分鐘/節 8 人
		第二節	上午 10 時 30 分至 11 時 15 分	
		第三節	下午 2 時至 2 時 45 分	
		第四節	下午 3 時至 3 時 45 分	

- 注意：1. 活動場地有機會作出調整，請會員留意中心活動表提示。
2. 中心保留一切安排及最終決定的權利。

提提你：每月壽星 溫馨獻禮

10-12 月份壽星，請於 10-12 月期間，帶同有效會員證到中心領取生日禮物。最遲可於 2022 年 12 月 31 日(六)前取回禮物，逾期作自動放棄論。會員可自行到取或請親友代領，但必須帶同有效會員證。



電話智能卡實名登記制

《電訊(登記用戶識別卡)規例》(「《規例》」) 已於 2021 年 9 月 1 日正式生效以實施電話智能卡實名登記制 (「電話卡實名登記制」)。

《規例》指明由 2022 年 3 月 1 日起，電話智能卡用戶須開始為其電話智能卡向所屬電訊商進行實名登記。



所有新發售的電話智能卡(包括上台月費服務及電話儲值卡)均須在啓動服務前完成實名登記。

原有的電話儲值卡用戶須於 2023 年 2 月 23 日或之前向所屬電訊商完成實名登記。未有完成登記的電話儲值卡將不能繼續使用。

現行的上台月費服務用戶，除非「轉台」或開立新的電話號碼，否則無須再登記。

資料來源:

https://www.ofca.gov.hk/tc/consumer_focus/guide/hot_topics/sim_registration/index.html

護老自修室

十二月的「每月之書」是由好的文化出版社出版的《BYE BYE 失眠人生：「心」才是讓你一夜好眠的關鍵》。書中主要講解失眠的內在心理成因，讓睡不著的人能夠入睡。

【每月之書】

《BYE BYE 失眠人生：「心」才是讓你一夜好眠的關鍵》

好的文化出版社(2014)

SQS
服務質素標準
話您知

標準14: 私隱及保密

服務單位尊重服務使用者保護私隱和保密的權利。



「長者電話支援服務系統」計劃

- 目的：
1. 增設電話報平安系統服務，加強中心個案管理及電話慰問服務
 2. 協助中心推行活動、資訊發放

服務對象：中心個案、隱蔽長者 及 中心已登記參與本服務的會員

① 每天定時慰問 – 長者必須回應 與長者一同協定每天的致電時間

例子：「您好！呢個電話係由保良局莊啟程耆暉中心撥出，每日定時慰問你的情況，請按 1 字表示您已經聽到里個錄音，但如果有其他協助，需要支援，請即按 9 字，我地會盡快聯絡返您，多謝！拜拜！」

② 中心活動、特別資訊發放或祝賀 – 長者不需回應

- 酷熱天氣警告
- 農曆新年、端午節、中秋節、長者日、冬至等特別節慶
- 溫馨提提您 – 提示出席已報名活動






溫馨提示

惡劣天氣安排

中心以會員安全為首要考慮，會員亦應按自己所在地區的天氣、路面交通及安全情況，自行決定是否前往中心接受服務。如有疑問，請致電 2997 0206 與本中心職員聯絡。



懸掛訊號	中心開放	室內活動 / 班組	戶外活動 / 班組
雷暴警告 / 黃色暴雨警告 / 一號風球 	✓	✓	✓
紅色暴雨警告 / 三號風球 	✓	✓	✗
黑色暴雨警告 / 八號或以上風球 	✗	✗	✗

地址：將軍澳貿泰路八號茵怡花園第一座平台一樓
電話：2997 0206 傳真：2997 0236
電郵：vicwoodchong.nec@poleungkuk.org.hk
保良局安老服務網：
<http://elderly.poleungkuk.org.hk/tc/index.aspx>

中心開放時間：

星期一至五：上午 8 時 45 分至下午 5 時
星期六：上午 9 時至下午 4 時
星期日及公眾假期休息

保良局莊啟程耆暉中心同工：

林新慧、林婉汶、王穎恩、王華鑫、黃發龍、張創裕、曾觀梅、廖雅芳、陳淑英、彭燕萍、劉麗君、譚美儀

☆入會須知☆

服務對象	年費	備註
金咭會員 - 60 歲或以上	\$21	請於中心開放時間內親臨辦理入會手續，並請攜帶： 1. 身份證 2. 半身正面近照 1 張 3. 會員年費
銀咭會員 - 50-59 歲社區人士	\$50	
護老者會員 - 年滿 18 歲而需要照顧長者之人士	免費	

歡迎瀏覽本中心網頁

