

編者的話 醫學發展令人口預期壽命不斷上升，「老友記」的生活愈來愈精彩。香港文匯報一連兩天推出專題，探討長者如何開展人生新篇章，他們擁有年輕人無可比擬的寶貴歷練和智慧，既可在職場大放異彩，繼續貢獻社會；也可選擇環遊世界、精明消費，為經濟注入新活力。

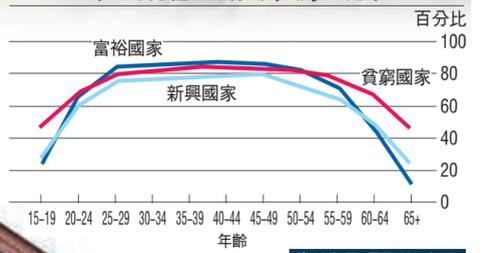
73歲的戴維退而不休，在紐約教長者健身。
網上圖片

長者勞動動力 愈做愈潮

任Uber司機 證共享經濟非年輕人專利

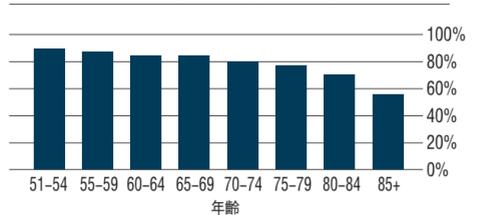


不同年齡組別的勞動市場參與比率



資料來源：國際勞工組織

2013年美國人在職場及家居工作佔整體比率



資料來源：《老年病學期刊》



長者專題之一

隨着全球人口逐漸老化，不少國家均研究推遲退休年齡，既可善用長者勞動力，同時減輕社會福利開支負擔。研究發現，儘管科技日新月異，但老人在不同經濟範疇均可作出貢獻，已有不少退休人士參與共享經濟和創業，即使不再外出工作，留在家中照顧孫兒，又或擔任義工，也可產生龐大經濟效益。

夏威夷大學及加州大學學者的統計指出，延長退休年齡有助經濟發展。

延遲退休 助抵消人口轉變影響

在富裕國家，人們在65歲退休後，平均可活多20年，當中一半行動自如，在人均壽命較長的國家如德國、日本和西班牙，若於2010年至2050年間，每10年將退休年齡推遲2至2年半，便足以抵消人口轉變對國家的影響。

共享經濟並非年輕人專利，不少長者便當上電召車應用程式Uber和Lyft的司機，估計參與共享經濟的美國人中，1/4為55歲以上。此外，律師、會計師、教師及私人助理行業，也有愈來愈多老年人受聘，紐約中介公司Wahve指，他們成功為數以百計來自金融及保險業的退休專業人士覓得工作，他

們大部分年屆60至70多歲。

研究創業趨勢的考夫曼基金會數據顯示，美國55歲至65歲年齡群組中，有意創業者的比率，較20至34歲人士還要高65%。英國新創業者也有40%是50歲以上人士，年逾70歲的在職人士中，有60%以自僱形式工作。日本及韓國不少長者被裁後亦選擇創業。

照顧家人 英年慳逾千億

老人即使留在家中湊孫，也能「釋放」年輕子女外出工作，產生巨大經濟效益，英國慈善團體Age UK指老人家照顧家人，每年為英國節省114億英鎊(約1,160億港元)開支。美國國家與社區服務組織則稱，去年美國55歲以上的義工，共提供33億小時義務工作，經濟貢獻達780億美元(約6,084億港元)。

較健康願工作 有消費力增經濟效益

醫療科技發展成熟，長者平均壽命得以延長，估計全球65歲以上人士佔整體人口比例，將從前年的8%，升至2050年的16%。人口老化不但令勞動力短缺，亦使經濟發展停滯及政府財政負擔加重。國際貨幣基金組織(IMF)預計，富裕國家用於退休金及醫保的開支，目前佔國內生產總值(GDP)逾16%，若不加以應對，到本世紀末會升至25%。然而，若老人擁有經濟能力，並且健康情況無礙及願意工作，他們提供的消費力和勞動力，對經濟的潛在效益不可小覷。

事實上，如今踏入65歲退休年齡的長者，較以往的同類人士來得健康，只要他們願意，絕對可補充勞動力。不過若要令長者發揮所長，大眾需改變對長者先入為主的觀念，例如願意給予65歲以上人士更多工作機會，並安排彈性工時和提供兼職職位等。與此同時，市場因應長者的經濟能力，可開拓針對性的產品。以退休投資產品為例，金融業可因應老人壽命延長及生活模式改變，調整投資產品，為長者預留更多現金流。

未雨綢繆 打工仔需儲錢

另外，打工仔亦應為更長壽而未雨綢繆，早年增加儲蓄防老，如參加自動註冊養老金計劃。保險公司亦可增加患上腦退化症或活至120歲的受保範圍，從而鼓勵經濟環境較佳、領取養老金的人多消費、少儲蓄，為經濟注入動力。

《經濟學人》

長者推動經濟發展

- 消費力** 嬰兒潮一代每年消費開支，較其他世代高出約4,000億美元(約3.1萬億港元)
- 全球財富** 美國70%可支配收入掌握在60歲以上人士手中
- 熱衷科技** 2009年至2011年間，美國互聯網使用者中，65歲或以上用戶增長達150%，在各年齡組別中增幅最高
- 71% 有每日上網習慣
- 34% 使用社交媒體

打破「負累」標籤 增跨世代團隊效率

現時長者平均壽命增加，即使已屆退休年齡，仍有能力繼續工作。若要釋放長者的經濟潛力，外界要糾正過往觀念，不再認為老人是負累，並適應老人成為職場生力軍的工作環境。長者也可善用科技產品，令生活保持獨立自由，減少依賴。

美國退休人員協會的調查顯示，近2/3美國人曾在職場見證或經歷年齡歧視。雖然推出防止年齡歧視法例可改善問題，但最佳做法是讓僱主意識到，聘請長者是有利營運的明智決定，而非社會責任。研究指出，老人在跨

世代團隊工作時，可提高其他人的效率，較單一代團隊有更佳表現。德意志銀行採取這做法，令工作上出現較少錯誤和得到不少正面反應。

另有意見認為，富裕與貧窮人士之間的壽命差距過大，後者往往較短命，無法參與更多經濟活動。要處理壽命不均的問題，需增加對公共醫療系統的投資，如提供全民醫保或全民優質教育。個別人士亦要負起更多照料自己的責任，讓自己更長壽，從而為社會作出貢獻。

《經濟學人》

專門大學助學到老 解決「孤獨老人」

人口老化改變了城市面貌，在設施以至醫療服務上，都要因應年長居民不斷增加而作出改變。同時，許多大城市面對勞動力持續下降問題，擁有經驗和技術的長者，成為了重要的補充勞動力。

加拿大：按財力提供家居照顧

不同城市應對人口老化的策略各異，

加拿大卡爾加里僅2%老人參與勞動，為增加勞動力，當局推出計劃，聘用擁有特別技能的退休人士，參與一些短期項目。芬蘭赫爾辛基則推出試驗計劃，讓居民按個人財政能力，接受由公、私營及志願機構提供的家居照顧服務，以舒緩醫療需求增加。許多老人都選擇避世，鼓勵就業是

解決「孤獨老人」現象的方法之一。葡萄牙里斯本創立「老人大學」，由資深義工教導50歲以上人士藝術或電腦；里斯本科技大學亦為年逾50歲人士開設學位課程。

大阪：便利店訓練 支援腦退化

英國曼徹斯特則有民間組織合作，

解決老人面對的問題，包括支援50歲或以上人士重返勞動市場。

為鼓勵老人與外界接觸，土耳其比錫達斯於2013年推出健康服務計劃，老人只需按一按鈕，便可叫外賣或上門理髮服務，以及打電話給親友。

腦退化症等老人病是「銀髮城市」面對的另一挑戰。日本大阪的便利店特別訓練店員成為「腦退化症病人支援者」，以減少與腦退化症相關的意外發生。

《綜合報道》

70歲看護員照顧長者 「我了解老年人感覺」

日本安老中心Cross Hearts由小學改建而成，70歲的田阪惠一擔任看護員，每天和長者們談天說笑。曾專職做豆腐的田阪非但沒想過在近期退休，還打算繼續在Cross Hearts發展職場第二春。

隨著生育率驟降、老年人口大增，日本成為「超高齡」國家，有2成以上人口超過65歲。2020年前，全球會有13個國家面臨同樣狀況。日本勞動力短缺，看護業是受影響最大的行業之一。為活化停滯不前的經濟，日本鼓勵更多長者和人妻重返職場。

可做到80歲

過去5年來，田阪接送老人往來家裡和日間照護中心，還幫忙餵飯及陪伴老人，「我本來就對看護工作有興趣，因為退休人士在日本受到的照顧不是很多，我真的很感謝這裡給我機會。我年紀也大，所以了解老年人的感覺。我覺得自己不是在照顧長者，而是和他們一起打發時間。」

除了田阪之外，Cross Hearts有許多員工超過65歲，另有一些年輕的日本與外籍員工。Cross Hearts規定的退休年齡是70歲，有意願工作者可留任到80歲。日本一般退休年齡在60至65歲之間，根據日本厚生勞動省2015年調查，儘管不時有延後退休年齡的呼聲，但日本80.5%的公司仍把退休年齡訂在60歲，員工退休後，許多公司會再以較低的薪資回聘。

年齡非束縛 冀讀書考執照

Cross Hearts理事長足立聖子表示，要讓年長員工更有參與感的關鍵，就在於協助他們專注看護工作，要讓他們不覺得這是打工，而是真的可以發展的事業第二春。田阪咧嘴一笑：「我想再讀書，再看看護執照，以後出任管理職務。我不覺得年齡會讓我綁手綁腳。」



田阪(中)在安老中心擔任看護員。網上圖片