



義務民生委員探訪 冀杜絕孤獨死

根據日本 NLI 研究所 (NLI Research Institute) 一項統計，日本每一小時便有三人孤獨死。只要在家中死了四天沒人發現，便屬於孤獨死。

為了杜絕孤獨死，日本政府推行了「零孤獨死」政策，例如在日本市內各區設立一個類似區代表性質的民生委員，專門負責區內事務。他們經選後被委任，義務為市民服務。

岑啟灝稱，這些民生委員會不時上門探訪，以防長者在家中孤獨死，也會讓居民上門表達意見。早前上演的日本電影《小偷家族》中，一位先生上門探訪花枝婆婆，他便是民生委員。

此外，在地區上還有組織實施「有償義工制度」，當中會提供「傾聽服務」，讓傾聽義工陪伴長者聊天，當中不少義工也是銀髮族，他們還會代為遛狗，陪伴購物。這些義工在提供服務後會獲得點數在日後換取其他服務，或獲得小額金錢或社區券作為心意，讓他們在區內的一些小店購物，保持與社區的連繫及互動。



■若在家中死了四天沒被發現，便屬於孤獨死。 網上圖片

介護保險未雨綢繆 崩潰恐釀連鎖災難

日本政府於2000年起實行強制性的介護保險制度，當中分為七個護理級別，最底層的，是要支援的第一及第二級別，然後是五個級別的要介護級別，數字愈高，需要的照顧愈多。

介護保險中把保險人分為兩類，40歲至64歲需要按不同年齡每月供款5,300日圓至6,500日圓不等。65歲或以上則毋須供款，若被評定為要介護，便可使用服務，每個級別可使用的保險額不同，以一級要支援級別為例，每月服務金額上限是49,700日圓，當事人要支付4,970日圓，即相等於約10%，部分自付額會佔最高約30%。

介護保險覆蓋的範圍非常廣泛，入住安老院、上門居家照顧、交通、用品、甚至家中改裝都覆蓋。以家中改裝為例，每名長者的服務金額上限是20萬日圓，長者的自付額為當中的一至三成，餘額則由介護保險支付。

監管嚴謹 可匿名舉報

岑啟灝指出，由於日本長者在使用服務時大多能以介護保險付費，為確保各機構的服務質素，當局設有通報機制，讓職員或家人作匿名通報，一旦接獲通報便會派人調查。另一方面，政府也會審視各服務機構的文件，了解其對介護保險的索賠情況，若發現有違規情況出現，便會大大收緊機構對介護保險的索賠額度。

自付額上升 難負擔如虛設

然而，由於近年日本國內生產力不足，內需減少，國債沉重，令政府國庫空虛，縮減財政開支，使介護保險的自付額百分比愈升愈高，由一至三成，升至三至五成。

岑啟灝認為，如果自付額持續上升，令很多人負擔不起，那介護保險便形同虛設。

香港近年陸續出現以長者為目標住戶的住宅，在日本，這類迎合中產需要的私營長者住宅數目亦與日俱增。此類住宅每月收費最低139,800日圓，內含租金及膳食，讓長者的居住模式有多一個選擇。另外，當地亦非常重視長者與社區的連接，故一些包含了長者住宅、殘障兒童託管設施及學生住宿的共生社區陸續出現。

■香港文匯報特約記者 仲慧緣



■膳食簡單精緻。受訪者提供



■長者互相幫助，圖中住戶正為其他行動不便的老人家取餐。受訪者提供

「共生社區」攻中產 老幼樂活新模式 每月14萬日元包長者食住 促進世代交流



■日本人回老化，對長者住宅的需求愈來愈大。 網上圖片

專門研究日本老人介護及社會福祉制度的「鐵樹銀花」創辦人岑啟灝接受香港文匯報專訪時表示，日本對長者住宅的需求愈來愈大。由2012年的少於1,000棟，到2016年已增加至超過6,000棟，提供合共逾20萬個單位，仍供不應求，有申請人要排隊一年才能入住。

長者住宅入住條件寬鬆，大部分只要年滿60歲已可申請入住。岑啟灝列舉了其中一間名為「銀木屋」的長者住宅，其入住費用按照不同樓層區分，一個面積為18.42平方米的單人房間，最平不計稅為每月139,800日圓。住宅內亦設有緊急服務及生活顧問服務，回答住戶在護理及情緒方面的需要查詢。有護理需要的長者，則可通過政府的介護保險服務，按照本身的護理計劃，支付原價的一至三成，請專人提供上門服務。

認知障礙症患者自由出入

岑啟灝曾到此長者住宅參觀，發現當中有不少認知障礙症患者居住，但住宅實施的是「門常開」政策，讓長者像住在自己家中可以自由出入。岑啟灝解釋道，長者會經過專業人士評估，以確定能否不受規管。住宅一方也會和家

人事先表明對長者的無約束方針，故家屬必須同意才會安排入住，讓長者有絕對的自主權。

為了避免長者住宅或院舍自成一角，促進長者、特殊需要社群與社區的連繫，日本政府亦在各市積極推行共生社區政策。岑啟灝稱，當地十分着重教育民眾社區觀念，故大家對存在各群體的共生社區十分接受。除了社區上的共生，長者住宅或一些安老院舍亦會設置一些小賣店，售賣糖果及小玩具之類，吸引住在區內的小孩前去購買，並讓長者負責做店員，使兩個世代有所交流。

小規模大機能 全天候居家護理

岑啟灝特別提到，日本自2006年開始，出現了一種地區型全天候24小時居家護理機構，它既提供上門居家護理服務，如煮飯、餵食、打掃等，也同時是日間照顧中心，照顧有需要的長者。若長者臨時有留宿照顧需要，機構也能容納長者過夜，人數以9人為上限，服務非常全面。這類機構一般只接受25人至29人登記，條件是必須為區內居民，使用者可以介護保險繳付費用，減輕家人的照顧壓力。



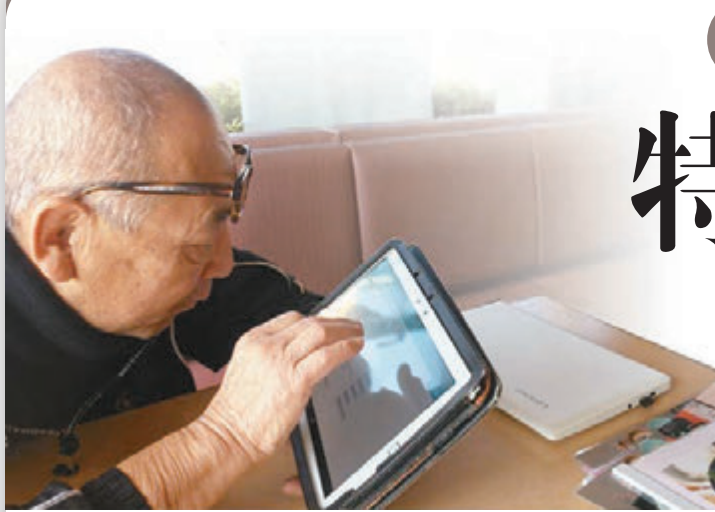
■位於東京的銀木屋長者住宅住了54位住客。受訪者提供



■為了讓長者和孩子多點連繫，長者住宅內設有專賣糖果的小商店。受訪者提供

為港長者謀福祉

特赴日本學護老



■岑啟灝在日本時與一位伯伯特別投緣，他教對方用平板電腦。(右圖)為兩人同到京都遊覽。受訪者提供

特稿

今年只有30歲的岑啟灝，於2015年毅然赴日本修讀社會學碩士，研究日本老人介護(即護理)、社會福祉制度及民間動向。那時只有27歲的岑啟灝，為達至理論與實踐並重，更毅然到當地的安老院舍工作，照顧長者起居飲食之餘，希望深入了解當地安老院的理念及運作模式，並把所學帶回香港。

在「靈堂」吃飯 學懂平常心

岑啟灝在日本留學期間，最難忘的經歷要數和各長者相處的點滴。他坦言很多人以為老了，或患了認知障礙症，人生便等同走到尾聲，但他和老人家接觸時，卻發現他們其實很可愛，甚至有些中度認知障礙症患者即使不是天天見面，也會記得他的名字，叫他十分感動。也有一位70歲的伯伯和岑啟灝特別投緣，待他如兒子一樣，更笑言要做岑啟灝的「日本

爸爸」，不但常找他一起吃飯，還親自駕車幫忙搬屋，也教了他很多做人的道理。岑啟灝剛開始在安老院工作不久，發生了一件小插曲。那時他看到同事都在一間放了幾張長者遺照的房間裡吃午飯，後來他才知道那是安老院內專門為已逝老人做法事的「靈堂」，不過員工們都不會忌諱，也不會覺得在裡面吃飯是不尊重，反而很明白生老病死是人生必經階段，這平常心也為岑啟灝帶來了深深的啟發。

被問到與日本長者相處與與香港長者相處有否什麼不同時，岑啟灝坦言，兩地長者都非常親切，但香港長者給他一種「沒有選擇」的唏噓，彷彿總會說「人老就是這樣子了」，「因為很辛苦，所以死也沒所謂」的話，令人聽了心痛。日本長者對於死亡卻是一種「我這輩子已能活到這年紀，離開也不會有太大遺憾」的態度。



■岑啟灝與表演的老友記合照。受訪者提供

成立「鐵樹銀花」

改善護理文化

最近，岑啟灝成立了社會企業「鐵樹銀花」，積極把日本一些值得借鏡的經驗和意念帶到香港，期望改善香港的一些護理文化，為長者帶來更幸福的生活。他解釋道，「鐵樹銀花」中的「鐵」和「銀」都代表了長者，鐵樹開花雖是百年難得一見的景象，但只要提供適合的條件，鐵樹也能盛開漂亮的花朵，這意味長者其實擁有無限的可能性。