



本機構亦設有認知障礙症相關服務，為患者提供認知訓練，並協助家人掌握照顧知識與技巧。本期我們將介紹中心的認知障礙症服務內容；分享長者及照顧者使用服務的真實故事；以及介紹現時香港可應用於預防及支援認知障礙症患者的各類科技。

現時社區上已有不少為認知障礙症患者而設的服務，對患者及照顧者均十分重要。然而，最關鍵仍是及早求醫，尋找合適的治療及支援，才能有效減輕照顧者的壓力。隨着科技發展，照顧者亦可善用不同的科技應用，以更靈活地應對照顧需要，進一步減輕日常負擔。

隨着人口老化，認知障礙症的患病率持續上升。根據二零一九至二零二三年間進行的《香港長者精神健康調查》，在調整年齡及性別因素後，本港60歲或以上長者中有9.7%患有認知障礙症，且患病率會隨年齡增長而顯著上升，情況不容忽視。

隨著香港人口迅速高齡化，認知障礙症已成為社區中不容忽視的健康議題。目前全港估計已有超過十萬名患者，這不僅影響長者的生活，更為家庭帶來沉重挑戰。研究指出，「及早偵測、及早訓練」能有效延緩退化速度，協助長者維持自理能力，保持生活質素。

本會自2013年起率先推展認知障礙長者支援服務，並於2018年將計劃恆常化。十年來，我們不斷深耕，從試驗到成熟，逐步建立起完善的支援網絡。踏入2025-26年度，我們推出更全面的服務方案，繼續以專業與關懷，陪伴長者與護老者在記憶的旅程上溫暖同行、點亮希望。

專業評估，貼心配對

中心會為有需要的長者進行「香港簡易認知評估」(HKBC)，並根據評估結果，配對最合適的服務：

「智友天地」半日組

HKBC 16分或以下

2025 - 26
年度服務
人次

2,504

為輕至中度認知障礙長者而設的小組訓練，結合多種非藥物治療，包括現實導向、懷緬治療、藝術創作等，並融入義工參與與社交康樂活動，協助長者維持認知能力、增強自信。服務以「無失敗活動」(Failure-Free Activities)為理念，讓長者在無壓力的環境中獲得成就感；同時設有共聚午膳，讓長者在訓練之餘享受愉快時光。透過彈性安排及個別照顧，長者可按自己的步伐建立規律生活，更容易銜接正規服務。我們亦建立「無縫支援」模式，從早期識別、個人化介入到長期照顧，確保長者與家庭在每個階段都得到最適切的支援。

護老者支援與全方位關顧

我們每週提供小組活動，讓護老者獲得喘息空間，並舉辦互助小組「智家俱樂部」及專業培訓，再配合中心有需要護老者服務，使護老者在身、心、社、靈均得到全面照顧。

「智家俱樂部」

我們為護老者舉辦互助小組，讓護老者能夠找到同路人，互相分享照顧經驗，建立深厚的互助網絡。

護老者培訓

我們更舉辦系統性的專業培訓，邀請職業治療師深入講解家居安全、非藥物治療及壓力管理等實用知識。本年度合共舉辦了20次培訓，服務近360人次，讓護老者裝備護老知識，提升照顧能力，從而能更輕鬆應對。

「好友益智俱樂部」

HKBC 17 - 21分

針對輕度認知障礙(MCI)長者，猶如一個充滿趣味的「腦力健身房」。透過互動遊戲、時事討論、運動及獎勵計劃，鼓勵長者積極「健腦」與「健身」。

2025 - 26
年度服務
人次

3,181

個人化的支援服務

中心的社工會為有需要的長者及護老者配對個別支援服務，例如陪診、中心或家中陪伴等，給予他們最貼身的關懷。此外，我們亦積極配合「長者社區照顧服務券」(CCSV)家居支援服務，為合資格長者提供家居支援服務，將中心服務與到戶照顧無縫結合。

安全守護

義工同行

服務的成功有賴穩固的支持系統。中心設有防走失設施、完善程序及合適人手比例，保障長者安全，讓家人安心。義工團隊亦是重要力量，25-26年度義工貢獻超過800人次服務，並培育出眾多「智健大使」。不少義工本身是護老者，他們將個人經歷化為助人動力，活現「受助」到「互助」、再到「助人自助」的精神。安全環境與義工力量交織而成的支持網絡，正是服務持續成功、為長者與家庭帶來希望的關鍵。

服務使用者心聲

各中心提供的「智友天地」認知訓練小組服務，陪伴不少認知障礙症長者及其家人走過一段又一段的日子。每一段護老者的心聲，都讓我們看到小組如何陪伴家庭走過困境，迎向希望。

景林長者中心

保珠

智友天地，共建友情

保珠是景林長者中心的獨居會員。透過參與「智友天地」活動，保珠結識了一群志同道合的朋友。由於地緣相近，彼此逐漸建立起緊密的鄰里關係。



更多 >

利福長者中心

錦梅

不言放棄，是家人的座右銘

在家人的堅持與長者中心的協助下，錦梅透過積極參與多元活動，成功提升了認知能力並建立起新的社交圈。這不但讓她重拾身心健康與活力，也大幅減輕了家人的照顧壓力。



更多 >

長亨長者中心

玉梅及國強

智友同行·蛻變故事

在「智友天地」的支援下，患有認知障礙症的國強從起初的抗拒轉變為主動融入、重拾自我價值；太太玉梅亦在中心的陪伴與鼓勵下，從筋疲力竭的照顧者蛻變為助人自助的同行義工。中心服務不僅點亮了長者的晚晴生活，更為照顧者牽起並肩前行的力量，讓中心成為他們充滿安全感的第二個家。



更多 >

油麗長者中心

定儀及劍明

參加智友小組，已成為生活的寄託

定儀是油麗長者中心智友天地的參加者，丈夫劍明是主要照顧者。在參加小組前，定儀因認知功能漸漸退化，她對生活失去了方向，對任何事情都提不起勁。自從加入「智友天地」後，定儀變得比以前開朗、也積極主動起來，更分享說，參加小組後，她的生活終於有了目標，日子變得充實許多，逐漸找回自信和歸屬感。



更多 >

更多 >



結語

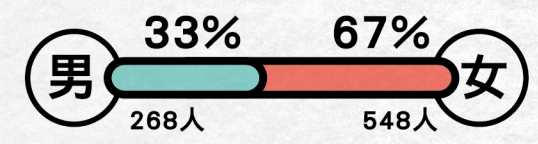
認知障礙症的照顧之路從不容易，對家人而言更是一場持久戰。但「智友天地」的服務不僅點亮了長者的晚晴，更牽著照顧者的手，把壓力化為並肩前行的動力，讓這條路不再孤單。

本會四間長者鄰舍中心 認知障礙長者支援服務概況

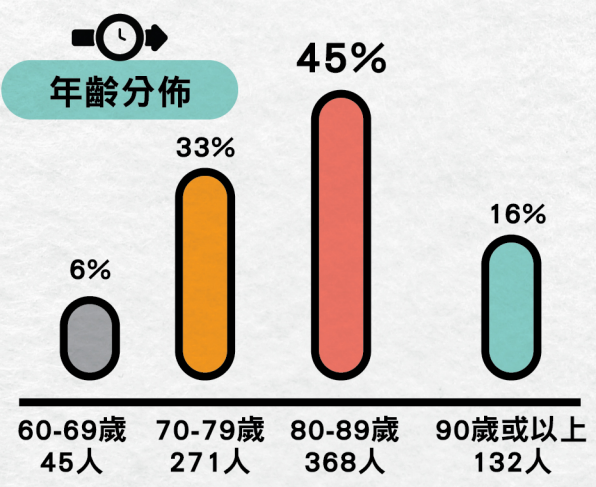
認知障礙
長者支援
服務總人數

816

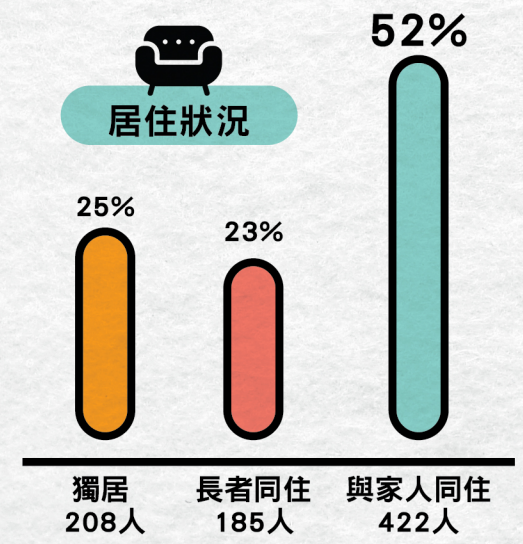
性別分佈



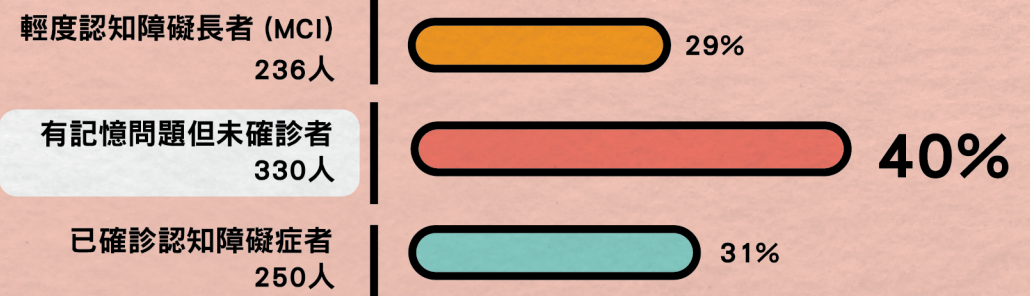
年齡分佈



居住狀況



認知健康概況



日本



QR Code
指甲貼紙



傳統防走失手鐲或胸針，長者常因不適或更換衣物而除下，效果有限。日本研發的「QR Code 指甲貼紙」直徑僅一厘米，透明防水、可貼於指甲，毫無異物感，能維持約兩週。

若長者走失，警方或大眾只需掃描 QR Code，即可讀取社福編號與緊急聯絡電話，不涉及住址或敏感資料，保障私隱。

此服務已由試點擴展至多地政府，納入官方「長者安全守護網絡」，合資格家庭可免費或獲補貼申請。部分安老院與日間中心亦定期替長者更換，成為日常安全管理的一環。



指尖上的守護網



全球失智小鎮的「去機構化」革新



法國

達克斯失智村 2020

以幸福感與包容性為核心，融入當地建築與文化，減輕環境轉變帶來的不安。



澳洲

麥覺理港失智村 2024

採用小家庭式住宅，營造溫馨氛圍，讓長者能安心散步、社交與參與日常活動。

這些案例顯示，全球照顧哲學正轉型，致力讓認知障礙症長者在被理解與接納的環境中，持續有尊嚴地生活。

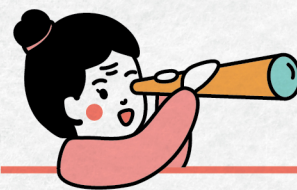
荷蘭

霍格威村 2009

傳統院舍常限制長者自由，容易引發焦慮。荷蘭於二零零九年建成全球首座失智村「霍格威村」，設有超市、餐廳、理髮店，專業人員偽裝成店員，在不破壞長者世界的前提下提供協助，讓他們在社區中自主生活。



「世紙」



防走失裝置？
防遊走裝置是一套結合定位、感測器、警報提醒與智能監測的系統，旨在防止長者因認知障礙症狀而在無人陪伴下離家走失或迷路。這項科技的目標是預防走失、即時通知照顧者，提升長者活動自由及減輕家屬的夜間照顧壓力。

防遊走裝置？

甚麼是

認知障礙症長者的走失情況日益嚴重，令無數家庭的照顧者時刻擔心長者安全。為了減低走失風險並減輕家屬心理壓力，市面上推出了多款防遊走裝置相關科技產品，用科技守護長者，讓家人重拾安心。

科技防走失有妙法

穿戴式防走失裝置

將裝置放在患者身上，照顧者可以透過手機看到患者的所在位置。



防走失手錶



智能定位標籤



長者安居協會：一線通®守護卡



「智蹤計劃」



手機「定位追蹤」App

透過智能手機安裝 GPS 追蹤，可隨時查看長者位置，並提供緊急聯絡、安全區域設定及被動追蹤等。



「友里蹤跡」APP

環境感知系統

在家中重要出口（如大門、窗戶）安裝感應器或鏡頭。當長者靠近出口會發出語音提醒及向照顧者發送警示。



智能管家（互動視像錄影）



門窗開關感應器



更多 >



資料來源：產品官網及公開資料

編者的話

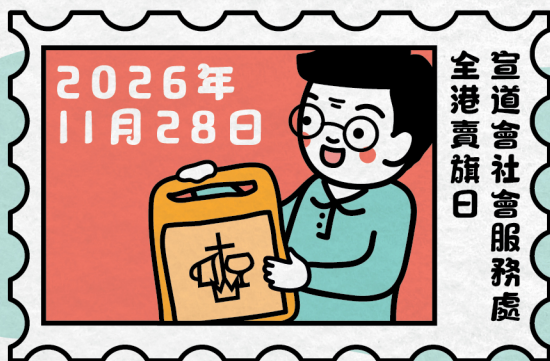
走進「智友天地」，我們看見長者與家人的蛻變故事。從定儀在小組中重拾自信與生活目標，到錦梅透過恆常訓練提升認知能力、結交新朋友；從國強在中心的陪伴下蛻變為笑容滿面的參與者，到保珠因鄰里友情而告別孤單，每一段經歷都印證了服務的力量。

這些真實的心聲，展現了認知障礙支援服務不僅為長者帶來活力與歸屬，更為照顧者減輕壓力，讓他們在漫長的照顧

路上找到同行的力量。這些轉變，正是本會自2013年起深耕認知障礙長者支援服務所結出的累累碩果。

在今期的宣紙中，我們除了介紹本會的認知障礙長者支援服務外，更會分享如何以創新科技應對長者走失的痛點，並放眼世界，認識各地為認知障礙長者提供的多元服務。願這些故事與經驗，能為社區帶來更多啟發與希望。

長者服務協調主任
布敏姿姑娘



賣旗網頁



線上捐款

記得支持我們呀！



歡迎大家對今期宣紙表達意見，
可掃二維碼填寫意見問卷！



智友樂活有辦法
意見收集區



基督教宣道會
社會服務處有限公司

地址：九龍大角咀海輝道11號奧海城一期
政府服務中心閣樓

電話：2787-5212

傳真：2395-2855

電郵：cao@cmasshk.org

網址：www.cmasshk.org

本會網址



督印人：吳燕卿姑娘

編輯小組：布敏姿、莫栢詩、陳嘉儀、
甄惠雅、曾凱恩

印刷數量：3,000份



社會福利署資助服務

Subsidised Service by the Social Welfare Department

長者服務單位資料

長亨長者鄰舍中心	電話：2432-7232
白普理景林長者鄰舍中心	電話：2703-5123
油麗長者鄰舍中心	電話：2346-3231
利福長者鄰舍中心	電話：2552-1115
海濱花園耆學軒	電話：2406-0201
翠樂長者睦鄰中心	電話：2814-9701

服務使用者 心聲

「參加智友小組，已成為生活的寄託」

定儀是油麗長者中心「智友天地」的參加者，丈夫劍明為主要照顧者，女兒則居於海外。過去因認知功能逐漸退化，定儀對生活失去了方向，對任何事情都提不起勁，令劍明與遠方的女兒深感憂心。

自從加入「智友天地」後，定儀的改變有目共睹。她變得開朗積極，每次上課前都主動詢問劍明何時前往中心。她分享道，參加小組後生活終於有了目標，日子變得充實。雖然偶爾仍會忘記，但她會用女兒送的白板和字條提醒自己。更令人欣喜的是，定儀逐漸找回自信與歸屬感，從最初的被動參與，到如今能主動與組員交流，社交能力明顯提升。她更會定期與女兒視像，分享小組點滴，這些轉變令家人深受鼓舞。



定儀及劍明



「不言放棄，是家人的座右銘」

面對記憶漸漸流逝的迷惘，錦梅曾感到不安。去年夏天，她嘗試參加其他中心的日間暫託服務，但因不習慣而退卻，令家人焦慮不已。

去年9月，錦梅在利福長者中心接受認知評估，得分僅13/30。然而，家人與中心並未放棄。自10月起，她開始恆常參加「智友天地」半日組，並積極投入飛鏢班、讚美操、大笑運動等活動。

今年6月再度評估時，她的分數已提升至17/30，進步令人鼓舞。7月起更「升級」加入「好友益智俱樂部」，生活日程充實：除了熟悉的運動，她還挑戰平板電腦遊戲與健樂操。更重要的是，她在活動中結識了一群志同道合的朋友，建立緊密的社交網絡。如今的錦梅活力充沛、自信光彩，中心的服務不僅改善了她自身的狀態，也大大減輕了家人的照顧壓力。



錦梅



服務使用者 心聲



玉梅及國強

「智友同行・蛻變故事」

患有認知障礙症的國強起初非常抗拒服務，太太玉梅在缺乏疾病認識與龐大照顧壓力下深感無助。

改變的契機來自長亨長者中心職員如家人般的親切與耐心。中心提供彈性安排，容許玉梅陪同參與訓練，讓國強建立安全感。職員更精心設計簡單任務，讓他重拾「我還有用」的自我價值。如今，國強不再孤立自己，願意主動到中心、與人打招呼，並享受義工探訪，展現久違的笑容。中心對他而言，不再只是訓練場所，而是第二個家。

國強的轉變亦釋放了玉梅的壓力。在中心鼓勵下，她接受培訓成為「智友天地」義工，並參與探訪。這個新身份讓她將壓力轉化為助人動力，從「精疲力竭的照顧者」蛻變為「助人自助的同行者」。



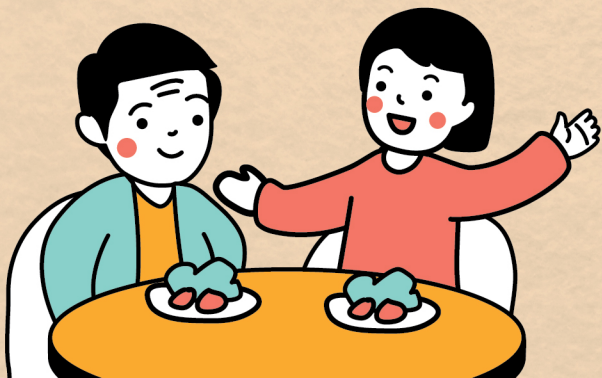
保珠

「智友天地，共建友情」

保珠是景林長者中心的獨居會員，過去生活較為平淡，僅偶爾獨自到公園或商場消磨時間。因認知能力開始退化，她在職員安排下加入「智友天地」認知訓練小組，生活自此改變。

她開心地表示活動有趣，讓她告別沉悶日子。透過小組，她結識了一群志同道合的朋友，建立緊密的鄰里關係。即使沒有小組活動，她們仍會在中心日常活動中相聚，令保珠每天都懷著愉快心情前來。更讓她感到溫暖的是，組員會一起午膳，讓她享受久違的共餐氛圍。

保珠的轉變令女兒十分欣慰。雖然女兒因工作繁忙無法時刻陪伴，但看到母親在中心獲得悉心照顧與同伴支持，心中感到安心，並鼓勵母親繼續參與。



穿戴式防走失裝置

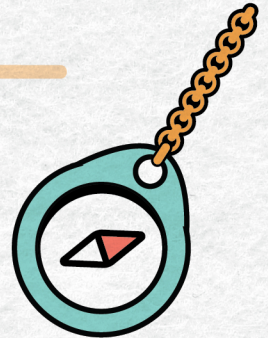


防走失手錶

結合了 GPS 追蹤與通訊功能，方便長者與照顧者溝通聯繫，並查看長者所在位置。

智能定位標籤

體積細小輕巧，可掛在背包或貼身衣物，部分支援藍牙網絡（如 Apple AirTag 或 Momax Pin 系列），適合中短距離或公共場所協尋。



長者安居協會：一線通®守護卡

能一鍵直達「一線通®平安鐘」7/24服務支援中心，配備位置搜尋功能、守護服務、及快速撥號鍵，能攔截陌生來電。配有應用程式，讓家人和照顧者可經應用程式隨時隨地掌握用戶位置及求助信息。

「智蹤計劃」

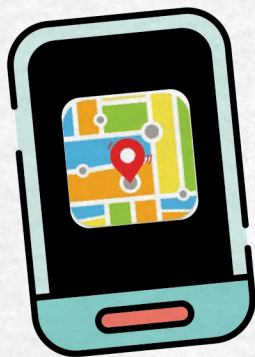
「智蹤計劃」是香港警務處東九龍總區失蹤人口調查組於2022年4月推出的數碼警政友善計劃。

計劃向有需要家庭派發配有特定鎖匙扣（吉祥物為「回家鳥」）的藍牙定位裝置。

裝置會透過附近具備藍牙功能的智能手機或網絡物品，將實時位置加密傳送至家屬的手機App，保障私隱之餘能做到跨區追蹤。



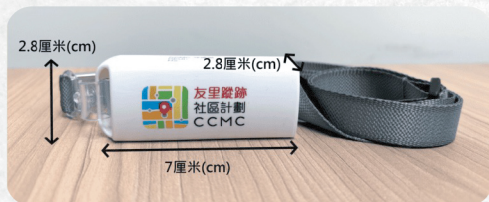
手機「定位追蹤」App



「友里蹤跡」APP

公眾協助（耆跡天使）：

一般市民下載程式後保持藍牙與 GPS 開啟。當走失人士攜帶*「守護蹤」電子裝置經過時，系統會自動偵測其位置並傳送匿名通知至伺服器，協助照顧者掌握行蹤。



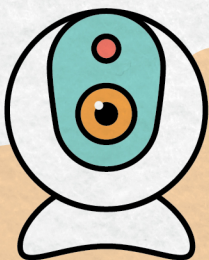
*「守護蹤」電子裝置

緊急報失：

當家人走失時，照顧者可利用 APP 內的報失按鈕，將走失人士的特徵、近照及失蹤時間等資訊，即時推播至所有「耆跡天使」的手機中，匯聚社區力量進行協尋。



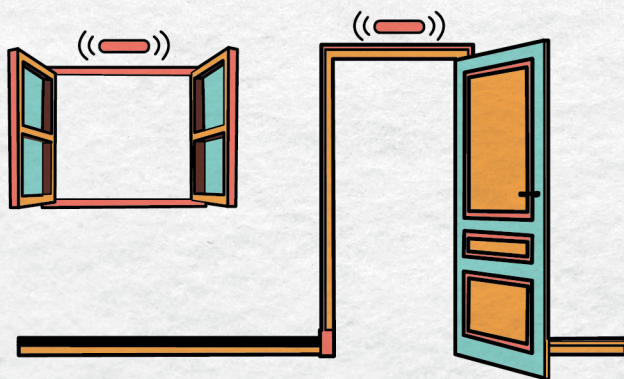
環境感知系統



智能管家（互動視像錄影）

Wi-Fi技術支援的工具，例如家居監視器，可讓照顧者短暫外出時於手機觀看視像。當發現患者突然獨自離家，便可通知管理員或鄰居攔截。

家中需要有穩定網絡，照顧者可以間中出門。



門窗開關感應器

當患者出門時，紅外線裝置可即時通知照顧者。