

新大调查： 与他人同住年长者 比独居老人对生活更满意

宋慧纯 报道

hcsong@sph.com.sg

与他人同住的年长者比独居年长者对生活感到较满意，懂得使用多种通讯科技的年长者也较不容易感到被孤立。

新加坡管理大学的幸福老龄化研究中心（Centre for Research on Successful Ageing）的调查显示，在病毒阻断措施期间，与他人同住的年长者有43.44%对生活感到满意，独居年长者中只有34.46%有同感。

到了11月，迈入病毒阻断措施解除第二阶段好一阵子后，与他人同住的年长者对生活感到满意的仍然比独居者高，这显示不管是否处于病毒阻断期期间，与他人同住还是比独居更让人生活得满意。

懂得使用多种通讯科技 年长者不易感觉被孤立

这些数据来自幸福老龄化研究中心定期进行的新加坡生活与健康研究（Singapore Life Panel）。共有7598名年长者参与了去年11月的研究，当中包括7253名55岁至74岁的年长者。参与研究的55岁至74岁年长者中，

有7.88%是独居者。

除了分析独居与非独居年长者对生活的满意度，研究结果也显示，懂得使用更多种通讯科技的年长者较不容易觉得自己被孤立。年长者使用的通讯方式包括用手机通话、发短信、使用社交媒体、电邮等。

去年4月的调查中，使用两种至六种通讯科技的年长者中，有28.3%从未觉得自己被孤立；37.4%觉得自己不会常感觉被社会孤立。相较之下，完全不用或会用至少一种通讯科技的年长者中，有26.3%从未觉得自己被孤立；30.4%觉得自己不会常感觉被孤立。

为控制冠病疫情的传播，政府去年4月7日至6月1日实行病毒阻断措施，直到6月2日起才逐步放宽各项防疫措施。

参与上述研究的新大幸福老龄化研究中心主任郑宝莲教授指出，虽然我们无法改变年长者的生活安排，但大家可以一起努力，减低独居生活给年长者带来的孤独感。

郑宝莲提议，可借助政府的各种政策，协助推动民间发起各种活动。她说，虽然不可能有一

项适合所有年长者的计划，但只要各界伙伴齐心协力，就可以为各个不同的邻里特别推出适合各区年长居民的计划与活动，动员社区一起向邻居和年长者伸出援手，丰富他们的生活。

疫情期间年长者 工时缩短收入减少

除了关注年长者在疫情期间的心理状态，去年11月进行的研究也探讨了年长者在冠病疫情前后，还有在病毒阻断措施期间，对经济状况的满意度。

去年1月，有41%的年长者对他们经济状况感到满意或非常满意。但到了去年4月至6月，有同感的年长者所占比率跌至36%至37%。一直到去年12月，对经济状况感到的满意或非常满意的年长者占比才回升到与疫前相差不远的42%。

研究也显示，到了去年12月，有32%的年长者受疫情影响，必须减短工作时间，与去年5月的18%相比，明显增加。被迫拿无薪假的年长者也从去年5月占参与研究总人数的9%，增至去年12月的15%。这说明年长者在这段期间的工作收入减少了。