

新大研究：不管是否处于阻断措施期间 与他人同住年长者 比独居者更满意生活

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的高，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。

这些数据来自新加坡管理大学的幸福老龄化研究中心定期进行的新加坡生活与健康研究。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。

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。

懂使用多种通讯科技长者 不易感觉被孤立

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%



调查显示，无论是否处于病毒阻断措施期间，与他人同住的年长者比独居老人对生活感到较满意。（档案照）

她说，虽然不可能有一项计划适合所有的年长者，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。

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。

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。