

香港防止虐待長者協會  
提交立法會福利事務委員會  
檢討綜合社會保障援助計劃小組委員會  
於二零零七年十月二十九日舉行的會議  
就討論「對綜合社會保障援助計劃的標準金額每年作出調整」意見書

立法會CB(2)145/07-08(01)號文件

## 背境

現時的綜合社會保障援助（綜援）計劃，表面上來看，對於受助的長者而言，一切安排好像已經處理得盡善盡美；但本會從近期的長者求助、意見及日常工作過程或經驗告訴我們，現時的綜合社會保障援助（綜援）計劃，制度內裡其實是千瘡百孔，受助的長者被折騰得死去活來；部份個案更可能因此成為人間悲劇。

特首曾在施政報告提出的「社區安老理念」的政策。可惜，社會福利署一直故步自封，不願意衷誠合作，情況有如「愛理不理」；施政報告的理念與部份實際執行上，彷彿好像「思覺失調」那樣。

## 勞工及福利局文件上的數字

今天勞工及福利局提交的文件第六段，向各出席的議員及各出席的團體提供的綜援金額，看來好像每名受助人已得到每月 3539 元，表面上令人誤以為受助人可以得到該數目生活；但事實上，根據現時的綜合社會保障援助（綜援）計劃的標準金額而言，每位健全／殘疾程度達 50% 的獨居長者，扣除租金後，他們只可得到每月 2175 元的生活費（包括了一個月覆診交通、食物、家庭用品、水、電及煤氣等費用）。這是他們實際可用作所有生活開支的金額，出席的議員及各出席的團體，可參考本意見書的附件(一)的資料。

再者，勞工及福利局提交的文件，不斷重申每年的綜合社會保障援助（綜援）計劃支出；及一系列過時，而且官僚的綜援計算方法。完全沒有考慮受助人的生存需要、食物價格、交通費價格、燃料費價格急速上升的問題。

我們的長者，大半生勞累貢獻社會，香港才有今天的成就，大家應該好讓他們安享晚年。可惜，本港大部份長者，因為並無參與任何退休保障的計劃；或他們所參與的退休保障的計劃，無法滿足其生活上的基本需要。故此，他們只有選擇依靠綜援計劃來生活。那麼，我們綜合社會保障援助（綜援）難以滿足生存需要，直接影響那些長者的福祉，損害他們的權益，令他們生活困苦，難以安享晚年。

## 食物價格上升問題調查及研究

本會在本年六月至八月期間，共收到二百零五位綜援金受助的長者求助或投訴，主要內容針對「因食物物價急速上升，綜援金受助長者已無法滿足生存須要」。因此，本會政策及法律支援部，在 2007 年 8 月下旬，以家訪洗樓形式，共訪問了共 1500 位居在深水埗（白田邨、元州邨）、觀塘（秀茂坪邨、牛頭角下邨）及東區（小西灣邨、翠灣邨）綜援金受助的長者，因物價急速上升的情況下，他們對綜援金及生存須要滿意程度調查；同時將某大超級市場，在 2007 年 6 月 1 日及 8 月 31 日的價格差別，作對比及研究。

同時，由於食物價格急速上升，而且問題亦日益嚴重及有惡化跡象，所以本會早在本年九月上旬，已就該問題正式向立法會申訴部約見議員反映，有關與議員會面後的社會福利署回應的內容詳情，出席的議員及各出席的團體，參考本意見書的附件(一)部份。本意見書會就該問題，作出以下有關的補充。

## 2007年6月1日及8月31日某大超級市場價格差別

食品種類	01-06-2007 超級市場價格	31-08-2007 超級市場價格	升幅
新鮮豬展肉 (每斤計)	\$27.00	\$35.00	29.62%
新鮮牛肉 (每斤計)	\$28.00	\$48.00	71.42%
新鮮雞 (每斤計)	\$28.00	\$36.00	28.57%
菜心苗 (每斤計)	\$19.00	\$25.00	31.57%
罐裝火腿豬肉(每罐計)	\$13.50	\$16.50	22.22%
雞蛋 (六隻裝)	\$6.80	\$7.90	16.17%
泰國白米 (五斤裝)	\$34.00	\$40.90	20.29%
粟米油(3支900毫升裝)	\$53.00	\$60.90	14.90%
梳打餅 130 克 (每包計)	\$4.50	\$5.80	28.88%
生抽 (每支 500 毫升裝)	\$8.90	\$9.90	12.50%

調查結果(一)得出，佔85%的長者，對於現時的「因物價急速上升的情況下，綜援金無法跟隨」表示非常不滿意，認為無法滿足生存須要；10%的長者認為可接受，但亦感到非常無奈；5%的長者則認為滿意。

調查結果(二)得出，佔90%的長者，希望社會福利署，因物價近月急速上升，立即增加綜援金。否則，他們只有節衣縮食；或及用自己的方法補貼生活(如拾紙皮、拾汽水罐及吃二手飯等)；5%表示無奈，但又不知道可以怎樣；5%表示無意見。

### 現有綜援制度，無視長者的生存須要

縱使，近月物價及交通費急速上升，但在現行發放綜援的官僚制度下，綜援金無法作出任何「即時」的調整，最快亦要至二零零八年二月的綜援金檢討，綜援受助的長者才有機會，就現在的物價及交通費急速上升而追加發放。

那麼，這幾個月綜援受助的長者，面對綜援金不足及無法滿足生存須要的情況下，叫他們怎樣過活生存下去呢？在過去的四個月，已有十多位長者因生活逼人，在街上拾紙皮推車的時候，被車撞倒及撞死。相信這情況仍會繼續發生。可惜，政府仍不肯正視問題的嚴重性。

其實，食物價格急速上升，對本會庇護中心向受助人提供每天四餐免費的膳食服務；及本會為家庭暴力受害人而設的食物銀行服務，亦面對沉重的經濟壓力。

本會現就庇護中心同工，每天早上在某大超級市場購買的食物，向出席的議員及各出席的團體進一步反映，根據每天購買食物收據的金額顯示，直到二零零七年十月二十四日的食物價格升幅比率如下。

## 2007年8月31日及10月24日某大超級市場價格差別

食品種類	31-08-2007 超級市場價格	24-10-2007 超級市場價格	升幅
新鮮豬展肉 (每斤計)	\$35.00	\$35.00	0%
新鮮牛肉 (每斤計)	\$48.00	\$50.00	4.16%
新鮮雞 (每斤計)	\$36.00	\$38.00	5.55%
菜心苗 (每斤計)	\$25.00	\$25.00	0%
罐裝火腿豬肉(每罐計)	\$16.50	\$16.80	1.81%
雞蛋 (六隻裝)	\$7.90	\$9.90	25.31%
泰國白米 (五斤裝)	\$40.90	\$41.90	2.44%
粟米油(3支900毫升裝)	\$60.90	\$84.90	39.40%

梳打餅 130 克 (每包計)	\$5.80	\$5.80	0%
生抽 (每支 500 毫升裝)	\$9.90	\$10.90	10.10%

### 現有綜援制度，令長者無法滿足基本的營養須要

衛生署不斷在各大傳媒及長者中心的宣傳上，呼籲長者做到均衡飲食，達到食物金字塔的營養標準，每天更要「三份蔬菜及兩份不同顏色的生果」的健康飲食指標（見附件二）；在食物價格高昂，但綜援不足，連生存都有困難的情況下，相信現時的綜援金，只可令到受助的長者，達到「營養不足」的標準。

再者，根據衛生署建議長者的營養食譜及餐單如下：

早餐—牛奶麥皮或肉絲湯米；  
 午餐—免治牛肉蒸水蛋和炒菜；或豆腐煮魚和炒菜；  
 下午茶點—純餅乾及脫脂奶；或芝蔴糊  
 晚餐—時菜肉丸湯和蒸肉餅；或粟米蛋花湯和時菜炒雞柳  
 生果—橙、香蕉、蘋果

#### 早餐—牛奶麥皮或肉絲湯米

牛奶麥皮成本價格合計：\$10.50  
 肉絲湯米成本價格合計：\$12.0

#### 午餐—免治牛肉蒸水蛋和炒菜或豆腐煮魚和炒菜

免治牛肉蒸水蛋成本價格合計：\$24.50  
 豆腐煮魚和炒菜成本價格合計：\$24.50

#### 下午茶點—純餅乾及脫脂奶或芝蔴糊

純餅乾及脫脂奶成本價格：合計：\$5.50  
 芝蔴糊成本價格：合計：\$5.00

#### 晚餐—時菜肉丸湯和蒸肉餅或粟米蛋花湯和時菜炒雞柳

時菜肉丸湯和蒸肉餅成本價格：合計：\$27.00  
 粟米蛋花湯和時菜炒雞柳成本價格：合計：\$27.50  
 （上述的收費未包括白米、油、燃料及調味料費用）

#### 生果—橙及蘋果成本價格：合計：\$6.50

早餐、午餐、下午茶點及晚餐最低成本價格：\$73.50

從資料顯示，單在每天最基本的食物價格上，每月已用了長者 2205 元，才可以達到衛生署的營養標準。難道，長者日常食用的白米、油、燃料及調味料等不須金錢嗎？那麼，單靠七百多元生果金為生的長者怎辦呢？或許，我們活在「二十年最好」的香港，做過「新香港人」，那就要捱餓吧！

由於物價近月急速上升，公務員、醫生、護士及社工的工資亦相繼向上調整。為何綜援受助長者的綜援金，沒有與時並進呢？明顯是我們的綜援保障制度出現問題，而現時的綜援金受助人，已無法維持基本的生存須要。由於情況牽涉政策、公眾利益及人命的問題。本會認為情況已經十分嚴重，如果再將事情視而不見，可能會再有更多長者，因為官僚制度，被迫生活陷入困境。

本會認為香港號稱國際大都會，又稱有完善的保障制度，但為何現在還有長者在街中拾紙皮、拾汽水

罐、居住籠屋，甚至劏街呢？這不是香港的恥辱嗎？這明顯是我們的那個保障制度支援無力。政府在增加公務員、醫生、護士及社工的工資的時候，明顯地漠視了我們依靠綜援金受助長者的「基本生存須要」。政府應立即恢復 1999 至 2003 年削減的綜援金額，恢復各項特別津貼，以改善長者的生活水平。

基於上述各項原因，本會現有如下訴求

- (一) 立即發放就食物價格上升，而相對增加綜援金；
- (二) 即廢除現有每年一次調整綜援金的方法；
- (三) 日後綜援金的發放金額，社會福利署或勞工及福利局必須承諾，所有發放的金額必須滿足或可購買，足以滿足香港衛生署；或及世界衛生組織，所定下營養標準的食物；及同時滿足聯合國社會、經濟及文化公約及基本法第 39 條內，各項生存及社會保障的規定。
- (四) 政府應立即恢復 1999 至 2003 年削減的綜援金額，恢復各項特別津貼，以改善長者的生活水平；
- (五) 未來所有綜援金上調的比率，應與公務員薪酬水平的調整比率劃一計算。

香港防止虐待長者協會  
政策及法律支援部  
29-10-2007



立法會秘書處  
LEGISLATIVE COUNCIL SECRETARIAT

來函編號 YOUR REF  
本函編號 OUR REF CP/C 691/2007  
電話 TELEPHONE 2869 9237  
圖文傳真 FACSIMILE 2521 7318

傳真信件

九龍  
尖沙咀郵政信箱96772號  
香港防止虐待長者協會  
(聯絡人：余嘉龍先生)

余先生：

**有關綜合社會保障援助金額未能追上物價升幅的意見**

貴會曾於2007年9月20日致函本秘書處，要求就綜合社會保障援助(下稱"綜援")金額未能追上消費物價指數一事，約見立法會議員。閣下表示不願意向政府當局透露貴會的名稱，但同意在刪掉貴會的資料的情況下，將貴會的意見書轉交社會福利署(下稱"社署")作出回應。其後貴會代表於2007年10月2日前來本秘書處與立法會議員陳婉嫻議員及余若薇議員會晤。會晤中，貴會代表除就上述事宜提出意見外，亦就高齡津貼(即"生果金")須因應物價升幅而增加，以及長者家居照顧服務計劃下的送飯服務飯饌份量須因應長者的食量作出調整等事宜，向議員表達意見。本秘書處遵議員的指示，現將當局的回應及有關個案的跟進情況告知你們。

綜援標準金額的調整機制

社署表示，綜援計劃是一項無須供款的社會保障計劃，經費全部來自政府的一般收入，計劃目的是為未能在財政上自給自足的人士及家庭，提供最後的安全網，以應付他們生活上的基本需要。

社署指出，香港常用的消費物價指數是甲類消費物價指數、乙類消費物價指數及丙類消費物價指數。這三類由政府統計處編製的消費物價指數都是用作反映不同開支範圍的住戶所使用的商品和服務的價格變動。

至於綜援標準金額的調整機制，政府一直都是按社會保障援助物價指數(下稱"社援指數")的變動作為調整綜援標準金額的指標。社援指數是一個具有以上功能，而對象是綜援受助人的消費物價指數。社援指數也是由政府統計處編制，涵蓋領取綜援住戶的一個消費物價指數，用以反映綜援受助人所面對的價格變動情況。因此，社援指數並不如上述消費物價指數

般涵蓋有關住戶使用的所有商品及服務。社援指數涵蓋綜援受助人所使用的各項商品及服務，但並不涵蓋已包括在特別津貼內(例如租金)及由政府免費提供的商品及服務(例如醫療服務)。

社署表示，綜援標準金額按客觀機制作週期檢討，在需要時作出調整，以維持其應有的購買力。社署按照這個調整機制，把綜援標準金額分別在2006年2月調高0.4%及於2007年2月上調1.2%。目前，該署會密切留意社援指數的變動，根據既定的調整機制來調整綜援標準金額。

社署補充，整體而言，綜援受助人的數目已由1996-1997年度的234 097人增至2006-2007年度的517 875人，而政府的綜援開支則由71億元增至176億元。同期的綜援開支在經常政府開支總額中所佔比率亦由5.0%增至9.2%。

#### 綜援計劃如何照顧長者的特別需要

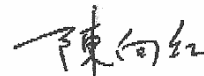
社署表示，綜援計劃向長者(即60歲或以上人士)提供較健全成人為高的標準金額，每名長者每月可獲發2,175元至3,930元(即高出1,010至2,300元)不等。

社署指出，高齡受助人可獲發其他特別津貼，以照顧其特別需要，例如支付眼鏡、假牙、搬遷費用，往返醫院／診所的交通費，以及醫生建議的膳食和復康及醫療用具等的開支。此外，綜援受助長者如已連續領取援助金12個月或以上，則每年可獲發一次的長期個案補助金，以更換家居用品和耐用品。身體殘疾程度達100%或需要長期護理而非居於院舍的綜援受助長者，每月可獲發放社區生活補助金，以顧及他們在社區生活可能需要較多費用。綜援受助長者均可在公立醫院及診所獲得免費醫療服務，包括免費藥物。

議員與貴會代表在2007年10月2日會晤時，曾表示立法會福利事務委員會及其轄下的檢討綜合社會保障援助計劃小組委員會一直有就相關議題作出討論，其中包括為長者提供的綜援、高齡津貼及醫療資助等事項與當局討論，而有關事宜會繼續由有關事務委員會或小組委員會跟進。遵議員的指示，本秘書處已將你們提出的意見轉交該等委員會考慮及跟進。謹此告知，上述小組委員會已訂於本年10月29日舉行會議，討論對綜合社會保障援助計劃的標準金額每年作出調整的課題。

希望上述資料對你們有用。謹代表議員，多謝你們提出此事。

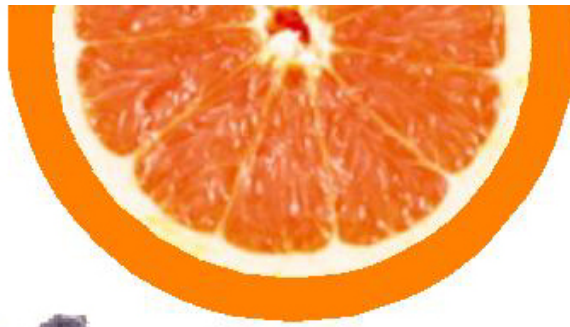
立法會秘書處秘書長



(陳向紅女士代行)

2007年10月18日

ltr3-d



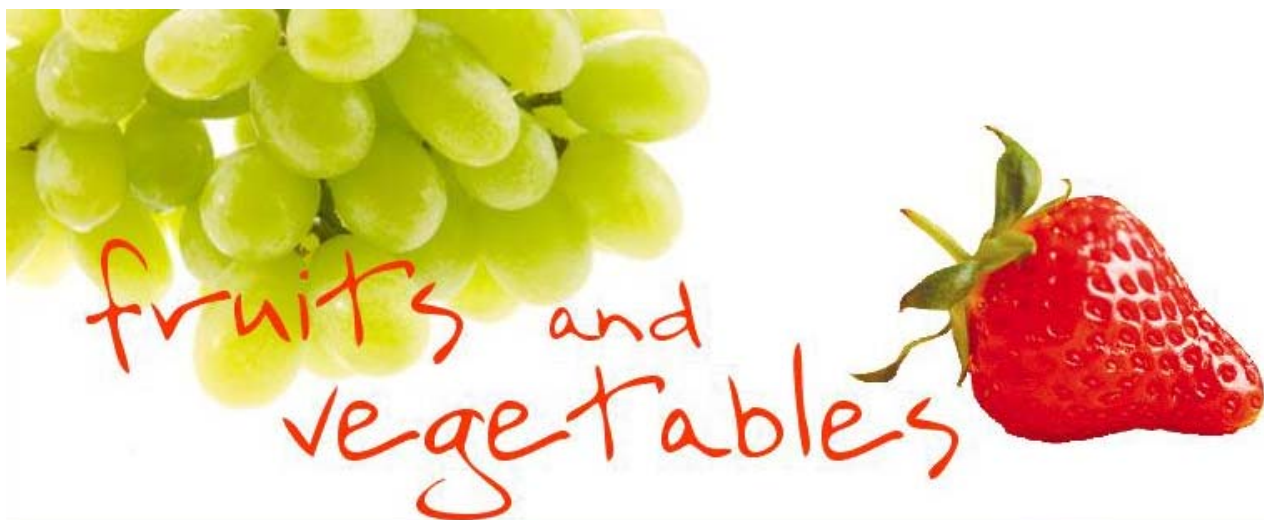
# 水果蔬菜不可少 日日記得二加三

Enjoy Fruits and Vegetables Every Day

Two plus Three is the Way



衛生署  
Department of Health



# fruits and vegetables

## 為何進食足夠的蔬果如此重要？

大部份水果與蔬菜都是天然低脂和低熱量食物，同時能為人體提供各種營養素及預防疾病的物質，如維他命、礦物質、水份、膳食纖維和植物化合物等。不同研究亦顯示，在均衡飲食中進食足夠蔬果，能**有助預防多種主要疾病及健康問題**，如高血壓、糖尿病、中風、心臟病、一些癌症及肥胖等。

## Why is it important to consume adequate amounts of fruits and vegetables?

Most fruits and vegetables are naturally low in fat and calories while offering a wide range of nutrients and disease - protective substances such as vitamins, minerals, water, dietary fibre and phytochemicals. Various researches also revealed that adequate intake of fruits and vegetables as part of a balanced diet can **help prevent many major diseases and health problems** such as hypertension, diabetes, stroke, heart diseases, certain cancers and obesity.





## 是不是單靠「每日二加三」就能做到飲食與營養均衡？

沒有一種食物能為我們提供所有維持健康所需的營養素，因此我們建議你參考以下均衡飲食的主要原則：

- ◆ 選擇不同種類食物。
- ◆ 以全穀類食物作為每餐主要食物。
- ◆ 進食充足蔬果。
- ◆ 進食適量瘦肉（包括家禽、魚、海鮮、蛋）或豆類，及低脂奶類產品。
- ◆ 避免進食加工或醃製食品，以及高脂、高膽固醇、高鹽份及糖份的食物。
- ◆ 喝足夠的飲料。
- ◆ 飲食要定時定量。
- ◆ 均衡飲食之餘，也要多做運動，保持適中的體重。

## "2 Plus 3 A Day" - Is that all we need to do to achieve balanced diet and nutrition?

There is no single food which can provide us with all the nutrients we need to stay healthy. Thus you are recommended to adopt the following major components of a balanced diet:

- ◆ Choose a variety of food.
- ◆ Consume whole grains as the major component of each meal.
- ◆ Eat plenty of fruits and vegetables.
- ◆ Eat adequate amounts of lean meat (including poultry, fish, seafood, eggs) or beans and reduced-fat dairy products.
- ◆ Avoid processed or preserved food and foods that are rich in fat, cholesterol, salt and sugar.
- ◆ Drink adequate amounts of fluids.
- ◆ Have regular meals.
- ◆ Balance our food intake with regular exercise and maintain a healthy weight.





## 計算兩份水果時，有甚麼可以包括在內？


以下類型的水果均可以計算在「兩份」之內，但應盡可能選擇新鮮的水果：

- 新鮮、罐頭和冷藏水果，但添加大量糖份的水果（如甜品）及天然高脂肪的水果（如椰子、榴槿和牛油果）除外。
- 沒有添加糖或鹽的果乾和乾棗類。
- 沒有添加糖的鮮果汁。

## What are counted towards the 2 servings of fruits?

Fruits in the following forms can be counted towards the "2 servings". You should, however, try to aim at meeting the recommendation by eating fresh fruits whenever possible:

- Fresh, canned and frozen fruits (except fruits with a lot of added sugar such as desserts, and fruits which are naturally high in fat such as coconut, durian and avocado).
- Dried fruits and dates without added sugar or salt.
- Fresh fruit juices without added sugar.



## 進食不同種類的水果有助攝取不同的營養素。「一份水果」約等於以下其中一個例子：

- 兩個小型水果（如：布祿）。
- 一個中型水果（如：橙、蘋果、奇異果）。
- 半個大型水果（如：香蕉、西柚、楊桃）。
- 半杯水果塊或漿果（如：西瓜、皺皮瓜、蜜瓜、車厘子、士多啤梨）。
- 半杯其他種類的水果（如：提子、荔枝）。
- 四分之一杯沒有添加糖或鹽的果乾（如：提子乾、西梅乾）。
- 四分之三杯沒有添加糖的鮮果汁（如：鮮橙汁連果肉）。

(註：一杯 = 240 毫升)

## Eat a variety of fruits to obtain different nutrients. One serving is approximately defined as one of the following examples:

- 2 pieces of small-sized fruits (e.g. plum).
- 1 piece of medium-sized fruit (e.g. orange, apple, kiwifruit).
- 1/2 piece of large-sized fruit (e.g. banana, grapefruit, star fruit).
- 1/2 cup of cut-up fruits or berries (e.g. watermelon, cantaloupe, honeydew melon, cherries, strawberries).
- 1/2 cup of other types of fruits (e.g. grapes, lychees).
- 1/4 cup of dried fruits without added sugar or salt (e.g. raisin, prune).
- 3/4 cup of fresh fruit juices without added sugar (e.g. fresh orange juice with pulp).

(Remark: 1 cup = 240 ml)



### 計算三份蔬菜時，有甚麼可以包括在內？

以下類型的蔬菜均可以計算在「三份」之內，但應盡可能選擇新鮮的蔬菜：

- ❑ 新鮮、罐頭或冷藏蔬菜（醃製的蔬菜除外，例如鹽醃及醋漬蔬菜）。
- ❑ 根莖及瓜類植物（馬鈴薯等日常飲食中作為澱粉質主要來源的植物除外）。
- ❑ 豆類、菇類、海藻及芽菜類。
- ❑ 沒有添加糖的新鮮蔬菜汁。



### What are counted towards the 3 servings of vegetables?

Vegetables in the following forms can be counted towards the "3 servings". You should, however, try to aim at meeting the recommendation by eating fresh vegetables whenever possible:

- ❑ Fresh, canned and frozen vegetables (except preserved vegetables, such as salt-cured and pickled vegetables).
- ❑ Root and gourd vegetables (except those consumed as major sources of starch in our diet such as potatoes).
- ❑ Beans, peas, mushrooms, seaweeds and sprouts.
- ❑ Fresh vegetable juices without added sugar.



### 進食不同種類的蔬菜有助攝取不同的營養素。「一份蔬菜」約等於以下其中一個例子：

- ❑ 一碗未經烹調的葉菜（如：生菜、紫椰菜）。
- ❑ 半碗煮熟的蔬菜、芽菜、瓜類或菇類（如：菜心、芥蘭、菠菜、白菜、豆芽、茄子、紅蘿蔔）。
- ❑ 四分之三杯沒有添加糖的新鮮蔬菜汁（如：新鮮蕃茄汁連渣）。
- ❑ 半碗煮熟的豆類（如：荷蘭豆、紅腰豆）。

（註：一杯或一碗 = 240 毫升）

### Eat a variety of vegetables to obtain different nutrients. One serving is approximately defined as one of the following examples :

- ❑ 1 bowl of raw leafy vegetables (e.g. lettuce, purple cabbage).
- ❑ 1/2 bowl of cooked vegetables, sprouts, gourds or mushrooms (e.g. Chinese flowering cabbage, Chinese kale, spinach, white cabbage, bean sprouts, eggplant, carrot).
- ❑ 3/4 cup of fresh vegetable juice without added sugar (e.g. fresh tomato juice with pulp).
- ❑ 1/2 bowl of cooked beans (e.g. snow peas, red kidney beans).

(Remark: 1 cup/ 1 bowl = 240 ml)

### 有甚麼簡易的方法能助我進食更多蔬果？

- 以新鮮水果取代糖果、朱古力和甜品，及以沒有添加糖的鮮果汁代替加糖飲品。
- 煲湯時不妨放少些肉類，並多以蔬菜和豆類作材料。
- 多自備飯盒，減少外出進餐，並確保飯盒裏有最少三分之一是蔬菜。
- 選購食物時先買蔬菜和水果，無論是午餐或晚餐，都應為每人準備最少三至四兩（一兩約等於 38克）的蔬菜。
- 把肉類釀進瓜類中，如節瓜和茄子等。
- 蕃茄、洋蔥、青椒、紅椒和菇類等多種蔬菜都很適合配搭肉類入饌，宜多採用。
- 吃自助餐時，可先吃沙律。
- 帶備一些容易去皮和進食的水果，並以此作小食，例如香蕉、布祿、提子和梨。
- 確保雪櫃經常儲備充足新鮮蔬果。
- 蔬果的烹調時間不宜過長，以減少營養素的流失。

### What are some easy ways to increase my fruit and vegetable intake?

- Replace candies, chocolate and desserts by fresh fruits, and substitute fresh fruit juices without added sugar for sweetened beverages.
- Use less meat and more vegetables and beans when cooking soups.
- Try to bring your own lunch box instead of eating out and fill at least one-third of your lunch box with vegetables.
- Start with fruits and vegetables when you do your grocery shopping. Buy at least 3 to 4 taels (1 tael is equivalent to about 38 grams) of vegetables for each person for lunch or dinner.
- Stuff your meat in gourds such as hairy gourds and eggplants.
- Use various vegetable ingredients which go well with most meat dishes such as tomatoes, onions, green and red sweet peppers and mushrooms.
- When you visit a buffet restaurant, start with the salad bar first.
- Bring along fruits that can be easily peeled or eaten as a healthy snack. For example, bananas, plums, grapes and pears.
- Always keep a good stock of fresh fruits and vegetables in your refrigerator.
- Do not overcook fruits and vegetables to minimise nutrient loss.

