

在这一期的咨讯报，我们将与您分享本中心搬迁至全新的新加坡管理大学社会科学学院及综合学科学院的最新消息，并且呈现我们的新加坡生活与健康研究（Singapore Life Panel[®]，简称“SLP”）受访者对于照护关系、需求及偏好的关键发现。

ROSA 焦点

在 6 月 15 日，幸福老龄化研究中心（Centre for Research on Successful Ageing，简称“ROSA”）告别位于史丹福路 90 号的原新加坡管理大学社会科学学院的旧办事处。为了这次搬迁，团队花了一个月的时间规划和收拾，得以于同日在新办事处整理妥当，安顿下来。ROSA 的新办事处如今位于 **10 Canning Rise, #05-01 Singapore 179873**，就在新加坡管理大学全新的社会科学学院及综合学科学院内！整栋建筑就在杨邦孝法学院（Yong Pung How School of Law）和福康宁公园（Fort Canning Park）旁。



全新新加坡管理大学社会科学学院 / 综合学科学院外观

我们将从 2022 年 9 月为每月问卷及焦点研究小组重启面对面访问，届时期待你们之中一些会员的莅临。为供日后参考，以下是前往新办事处的交通指南。这附近有三个地铁站，分别是：市政府站（City Hall）、克拉码头站（Clarke Quay）和福康宁站（Fort Canning），下车后步行过来即可。你也可以在明古连站（Bencoolen）或百胜站（Bras Basah）下车，穿越 SMU Concourse，遵循沿途指示到达这里。你可至 <https://maps.smu.edu.sg/> 参考地图，更好了解新大楼的位置！

团队成员

让我们为你介绍 2021 年 12 月加入 ROSA 团队的两位重要成员 – 佳莹和燕聪！



佳莹担任研究助理一职，协助处理中心的运营，包括处理 SLP 会员所提交的询问，所以你们当中或许有人与她接触过！佳莹拥有心理学背景，对 ROSA 推动年长者身心健康如此有意义的工作充满热诚。她

希望继续借着所学的心理学知识以及对这个学科的热情建立自己的事业，协助他人改善心理健

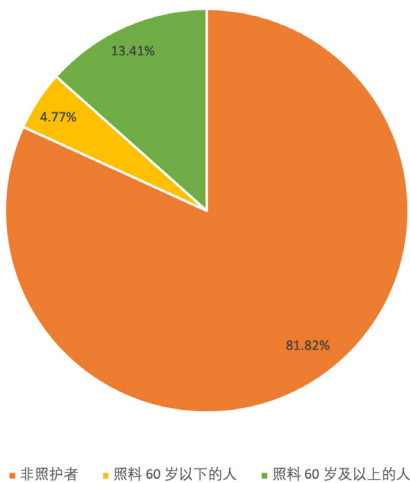
康，提升社会幸福感。工作之余，佳莹练习芭蕾舞，而且喜欢手工艺制作。



身为研究助理，燕聪在 ROSA 的主要工作是数据处理，准备每月的数据集以供分析研究。她同时也协助分析 ROSA 的部分研究专案。周末假日，她喜欢观赏视频博主日常、阅读非小说类的书籍，像是关于心灵成长以及涉及不同社会议题的书籍，她也和朋友出游，探索新加坡。

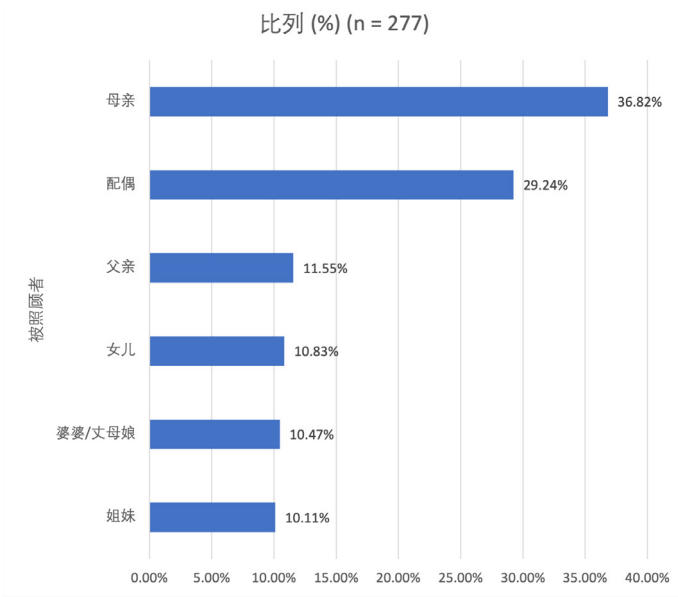
研究重点

在 2022 年 3 月，我们询问一部分会员身为照护者的体验，抑或若非照护者，则是其对于照护支助的需求和偏好。在参与问卷的 1529 名 SLP 会员当中，1251 名会员（81.82%）并不是照护者，205 名会员（13.41%）照料 60 岁或以上的长者，73 名会员（4.77%）照料 60 岁及以下的人（见图解 1）。



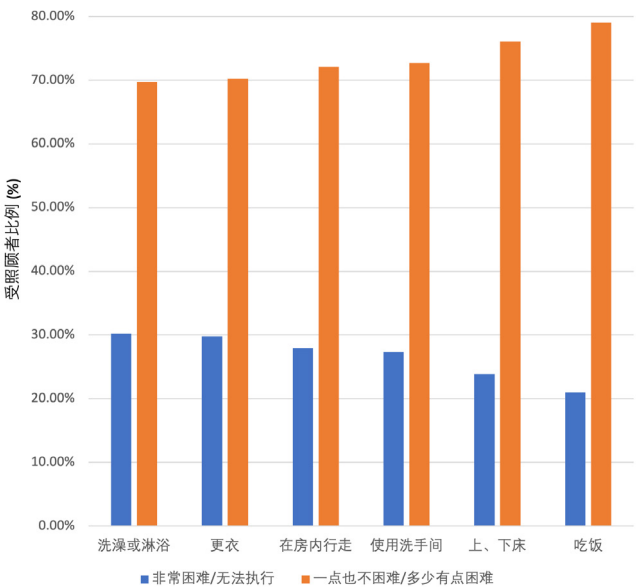
图解 1: 照护者的比例

我们发现，照护者极可能为直系亲属提供照料，其中以“母亲”和“配偶”为最常见的受照顾者。请见图解 2。



图解 2: 受访的照护者所照料的人。数字代表受访者所照料的人的比例。

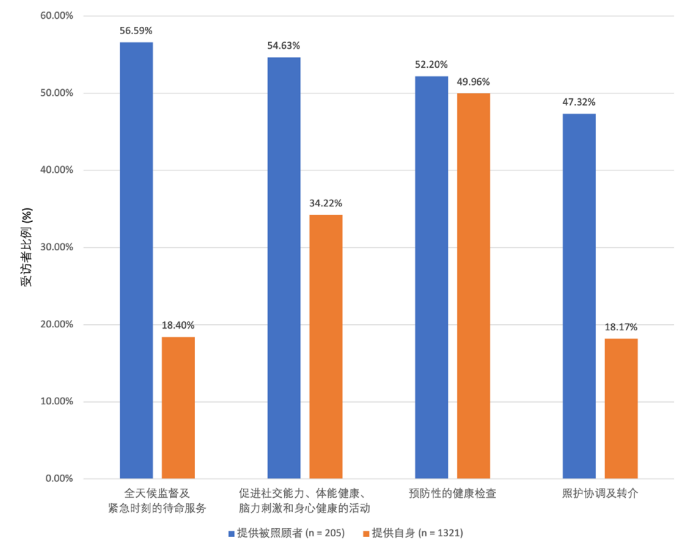
36.82% 的照护者确认他们照顾的人为他们的母亲，29.24% 确认其配偶为被照顾者，其余则是父亲（11.55%）和女儿（10.83%）。



图解 3: 受访的照护者所照料的人在执行各项日常活动所面对的困难 (n = 205)

我们也询问了照料 60 岁及以上长者的照护者其被照顾者需要什么样的协助。根据**图解 3**，被照顾者在吃饭和上、下床面临的困难最低。然而，将近三分之一的被照顾者认为少了照护者或辅助器的协助，更衣或洗澡相当困难或无法自理。因此，虽然大部分被照顾者在这方面的活动未必需要特别协助，但仍有相当比例的照护者必须协助他们照料的人进行这类活动，可谓艰巨任务。

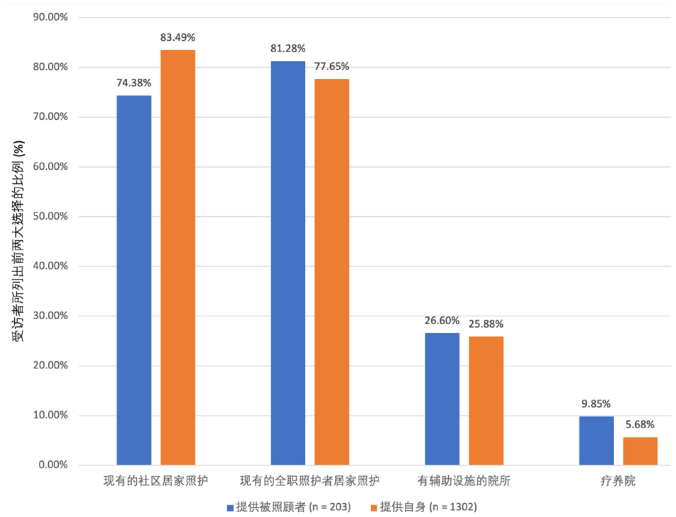
我们接着询问受访者他们认为什么样的服务将有助于他们的照护责任，抑或若非照护者，什么样的服务对他们自身有所帮助（见**图解 4**）。



图解 4：受访者认为有助于他们的照护责任的服务。
数字代表各组受访者所选择的各项服务比例。

两个组别对于所渴望的各类服务显然大相径庭。大部分照护者相信全天候的监督 and 紧急时刻的待命服务对他们大有帮助，另有非照护者的受助人则认为预防性的健康检查对他们的需求最有助益。

最后，我们询问受访者他们对其照料对象（针对照护者），抑或若非照护者，则是自身未来所偏好的生活安排。



图解 5：受访者所偏好的生活安排。数字代表各组受访者为自己或其受照顾者所列出的前两大选择的比例。

图解 5 的结果显示，两组的偏好极为类似，其中以社区提供的居家照护及全职照护者为两大选择。这表示无论是为自身或其照料对象，与其住在有辅助设施的院所或疗养院，受访者较希望在舒适且熟悉的环境中养老，比如自己的住家。从 SLP 受访者希望继续在社区保持活跃，安享晚年，我们可见日常生活中的社交关系之重要性。

保护自己，防御冠病

这一期咨讯报截稿前，卫生部预测 2022 年 7 月至 8 月之间将会有新一波的冠病疫情。我们想提醒尚未接种追加剂的 SLP 会员尽速完成施打。接种疫苗是保护自己和身边所有人，防御冠病的最佳方法。欲了解追加剂和冠病接种更多详情，请至 www.moh.gov.sg/covid-19/vaccination。

联系我们

如果您更换了住址或电话号码，需要获取任何有关完成问卷调查方面的帮助，有任何疑问，或希望提出反馈，请拨打我们的中心热线：6808 7910（星期一至星期五，上午 9 时至傍晚 5 时），或发送电邮至 slp@smu.edu.sg，与我们取得联络。我们将乐意为您服务。