

礦工 幾許辛酸 誰銘記



昔日馬鞍山是香港唯一一個具運作規模的鐵礦場。礦場全盛期為50-60年代，當時大量北方人因戰亂逃難到此，全盛期的礦場養活了三千名礦工。當年礦場由大公洋行管理，並與日本公司訂立合作協議，將開採得來的鐵礦運往日本作戰後重建之用。礦場後來因經營困難終在1976年關閉，少量礦工仍繼續居於該處至今。馬鞍山鐵礦場充滿了昔日礦村的生命故事。

洪伯一他是今天仍居住在村內的少數礦工之一，年青時他為馬鞍山礦場賣力，礦場關閉後並沒有獲得半點補償，如今落得孑然一身。今天，還有多少人記得在數十年前，曾有數以千計礦場工人為香港的經濟耗盡了自己的青春與血汗？

現年81歲的洪伯在1949年跟同鄉從新會偷渡來港，初來埗到便在礦場的寫字樓當上雜工，後來又調到山上露天礦場負責選礦。他形容當時礦場工序分工仔細，每樣都是勞力工作。以選礦為例，他與其他工人約10人組成一選礦小隊，僅靠一輛鐵錘子作為主要選礦工具，敲打從礦場運出來的泥礦、分辨石頭和礦物。剔出石頭的石頭礦物會在二廠夾碎後，用車運到大廠(即選礦一廠)磨成粉。

洪伯在選礦一廠和二廠都工作過，雖不是什麼重要崗位，但他仍做到盡忠職守。他憶述自己在礦場工作多年也曾出過意外，其中一趟有幾個會玩的學生將一塊鐵丟進選礦一廠的碎石機內，機器隨即發出不正常的轟隆、轟隆聲，他發現後大為緊張並即時跑去開機，途中不慎撞傷了腳。

他感嘆說：「果時唔開機唔得，不然機器全部散嚟。」洪伯又補充，那時候壞一台機是大件事，因為那些昂貴機器的大小零件均從日本入口，不是隨便找得補充零件。至於撞傷了腳的他在意外後，並未求診，簡單塗了些藥酒又再開工，結果傷口久久也沒有復原。

洪伯為礦場勞心勞力，可惜礦場開工不足影響生計。他曾經有數年時間往外間做泥工維生，後來再回到礦場工作三、四年，直至礦場在1976年停止運作。洪伯的大半生便是奉獻給這個似乎被遺忘了的鐵礦場。

基督教香港信義會恩青營(鞍山探索館)「活化恩青計劃」啟動於2012年透過翻新位於馬鞍山昔日礦村中之一所教堂及建築群，重新投入服務，提供四大元素，以「工業遺產」、「鄉村遺產」、「宗教遺產」及「自然價值」為主題的體驗活動及服務。我們的使命是保育香港獨有、別具意義的鐵礦業歷史，傳承當中的歷史、社會意義及價值觀，教育下一代。

根，能挑啟爭端；愛，能遮掩一切過錯。(箴言10:12)

綠天使·暖耆心計劃

園藝治療分享會及體驗工作坊

信義會長者服務團隊於2012年10月起，獲匯豐銀行慈善基金透過香港公益金撥款資助，為長期病患、臨終和受情緒困擾之耆老及護老者，推行為期三年，以園藝治療/治療性園藝手法的身心靈療癒之旅。

「碰觸土壤會快樂(Park & Lee, 2008)，種植類課程可碰觸土壤和植物，影響控制自主神經和有釋放壓力的效果……明顯地降低了可體松(cortisol)濃度，有效率地降低壓力」

本港針對耆老照顧壓力舒緩之介入模式，以知識和技巧層面為主。有見及此，服務團隊嘗試將園藝治療手法應用於受照顧壓力困擾，或衰弱的護老者身上，望可拓展創新並具實效的護老者心理健康支援介入手法。

感恩，此探索式試驗服務成效顯著，喜見服務使用者積極回饋與肯定。本會願以此階段累積之耆老和護老者實務經驗與成果，集結成書，並舉辦專題分享會，理論與實務並重，與業界同儕交流切磋，推動本土化實踐。

「參加完先知道，原來打爛呢個咁作堅強嘅外殼佢咁舒服嘅。」 護老者 美玉

「上堂記得，前花有花開花落，唔係永久最靚，開花時好靚，但知道最靚嘅一刻唔係永久。所以照顧我媽媽的時候，唔會再給佢幾時會走、唔會再倒數。」 護老者 美儀

日期：2016年3月23日(星期三)
地點：香港生產力促進局(九龍塘港鐵站旁)
內容：上午 - 由服務團隊分享推行經驗與服務成效，續由計劃顧問馮熾儀女士(香港園藝治療協會會長及資深園藝治療師)及海外學者進行服務回響
下午 - 園藝治療師帶領參加者分組體驗主題性園藝治療工作坊，讓參加者親身經歷應用實踐之旅。

*參加者將獲贈計劃分享集一本。
查詢：31124 7633

編者話

在香港這片小小土地上，住上了眾多種族人士，南亞裔人是其中一種。沒有西洋人那仿似天生優越的背景，無論是來港謀生的、土生土長的、抑或已經紮根香港多代的南亞裔人，總有著額外不平凡的成長經歷。在這個宗教、文化、習俗、語言均與故鄉迥異的社會立足，這群少眾的生活如何？福祉如何？今期耆樂坊主題為「也是香港人」。我們邀請得香港中文大學社會工作學系助理教授羅慧蓮博士為讀者剖訴少數族裔在港生活的處境，並就現時為少數族裔提供的服務給予建議。我們又特選了三位少數族裔的故事，把他們在港生活的拼勁與勇氣呈現給讀者們。今期繼續有由金齡人士親自執筆的書評專欄，向讀者推介《日常健康生活忠告》一書，請萬勿錯過。

督印人：陳靜宜 編輯小組：劉聯、吳志成、李鳳儀、梅詠雯、陳惠芳、戴安雯、黃偉康、萬露怡
聯絡：沙田多元化金齡服務中心 地址：沙田瀝源邨貴和樓123,125-140號地下 電話：2691 7163 網址：<http://www.elchk.org.hk/service>

基督教香港信義會 長者綜合服務

信義耆樂坊

以人為本 處處顯關懷

如不欲收到此刊物，可致電 2691 7163

印刷品 如未能投遞，請寄回沙田瀝源邨貴和樓123,125-140號地下 沙田多元化金齡服務中心

基督教香港信義會 長者綜合服務

以人為本 處處顯關懷

第50期 01/2016

香港人 HONG KONG

碧輝儀 (Raees Begum Baig) 博士
香港中文大學社會工作學系助理教授

根據香港2011年人口普查，全港人口中6.4%是少數族裔，約451,183名，包括菲律賓人、印尼人、印度人、巴基斯坦人和尼泊爾人，撇除外籍家庭傭工，南亞裔人士為多。部份早已紮根非華裔人士，長久以來默默地編寫著人在他鄉的奮鬥故事。隨著年月，他們不少也漸漸老去，香港社會為他們提供的支援概況是如何呢？又遇著什麼的限制呢？

少數族裔長者在選擇服務上的限制

根據資料，本港現時只有7至8間社區服務中心為少數族裔提供支援服務。對於居住地散落在全港各區的少數族裔來說，要接觸相關服務已經有地理上的限制，更遑論讓行動不便或有特別需要的長者接受支援。另外，由於少數族裔繁多，如印度、尼泊爾、巴基斯坦等，各族語言不通不同，一種服務要支援眾多種族，宣傳品和服務推行的翻譯工作艱鉅，有用資訊難打入少數族裔群體當中，探討他們是否願意接受支援也實屬過早。要為一個群體提供適切支援，了解該群體的文化倫理關係最為重要。除了語言限制外，服務講識和 frontline 社工是否有足夠的文化敏感度、洞察力和語文能力進行有效的需要評估和推廣服務呢？現時少數族裔獲取有用資訊的主要途徑是通過族內社交網絡散播。以實際支援如申請綜援為例，可以說一個家庭成功受助，全族有需要者也能受惠。少數族裔的社區凝聚力強，遇事只會尋求同鄉支援，不假外求。這種文化習性，為提供服務上帶來什麼啟發呢？

發展少數族裔服務建議

要接觸少數族裔長者，透過宗教團體是其中一個可行的途徑。少數族裔長者較需要的其實不外乎是健康生理服務和護理的支援，故現時有團體會到清真寺為他們進行簡單身體檢查，嘗試與他們初步建立關係。另外，由於照顧責任多落在家中婦女身上，但外出就醫則主力由男性陪同，婦女對長者的病情和照顧需要是不甚了解，照顧困難自然倍增。服務如何搭建一道橋樑，把醫療、長者和婦女們更拉近一點？如何讓病理知識和照顧技巧有效傳遞到家中照顧者手中？也可以是其中一個入手點。

筆者媽媽是中國人，在長者中心教中英文；爸爸則是巴基斯坦人，基本上不會參與長者中心活動。其一是因為他不希望所有人說英語連就他，更重要是他們的傳統男性抗拒與女性傾談，故此以女性為主的中心活動，他都不會出席。現時有社工課程特別設計來訓練少數族裔將來擔任社工，讓他們服務自己的族群，有助把社會福利與資源帶進他們的社區裏。另外，服務講識可先了解所在地區聚居的族群才再策劃針對該族群生活需要的服務，避免所推廣的服務與聚居族群需要不相應。

(轉下頁)



(承上頁)

提供服務時的挑戰與反思

其實，少數族裔與大多數港人需要一樣，也面對貧窮、住屋、教育、醫療、就業、家庭關係與衝突等問題。他們在解難時更多了一個種族因素而增加了難度。例如租屋租舖創業遇到阻撓、遇到家暴問題求助無門等。基於文化差異和語言限制，他們難以得到深入輔導和支援的機會，然而家暴、情緒、精神困擾等情況在他們的社區裏也會出現，如何提供適切的支持和協助是一項相當大的挑戰。

從人權角度來看，在同一社區裏，一般社區人士與少數族裔也應該接收到相同的資訊。例如早前中東呼吸綜合的訊息，政府便針對少數族裔的需要印刷了不同語言的版本。同樣，有關社會福利的訊息，所有合資格港人長者也應該接收到；我們實有需要反思如何確保區內少數族裔能夠得悉有關社區服務的資訊。

社會工作理念重視「自主」，先決條件是當事人能掌握自己所擁有的選擇，從而為自己作出決定。在香港，少數族裔的生活選擇是缺乏的，他們很多時也被摒棄在主流之外，接受教育便是一個具體的例子。學校選擇少，語言限制了跟隨主流課程的能力，只有少數人可以成功完成大學課程。教育只是引子，談論的其實是整個香港社會制度對少數族裔的關注仍然不足。主流既未把他們的需要涵蓋在內，共融之路仍遠矣。

總結

綜觀香港的社會環境，無論是制度或社會服務上，為少數族裔提供的支援仍然不足。提供社區服務和社會工作的根本目的之一是要擴闊服務對象的眼光，協助他們了解自己擁有的選擇，從而讓他們選擇自己的生活模式與決定。希望透過本篇文章，能為服務機構在策劃少數族裔服務時，提供更多參考角度和思考與討論的課題。

香港現時為少數族裔提供服務的機構 (部分)

民政事務署種族關係組

民政事務署的種族關係組於二零零二年六月十七日成立，為促進種族和諧委員會及少數族裔人士論壇提供秘書處服務；並執行不同計劃或透過撥款資助非政府機構，向少數族裔人士提供一連串的支持服務。

詳情可參閱網頁(內含7個服務機構的網頁資料)：
http://www.had.gov.hk/rru/tc_chi/programmes/programmes_comm_sscem.html



另有以下兩個服務機構以供參考 (未能盡錄)：

香港融樂會

<http://www.unison.org.hk/>



香港聖公會

麥理浩夫人中心少數族裔服務
<http://www.skhlmc-em.org/>



人心籌算自己的道路，惟耶和華指引他的腳步。(箴言16:9)

P2

「七色人生·奇遇之旅」

信義會長者服務推行「七色人生·奇遇之旅」，透過長幼交流、共融活動、為少數族裔撰寫「生命故事」等活動，從而了解他們的文化，增加彼此的認識。少數族裔身在異鄉，融入當然有一定難度。可是少數族裔的身份，同時又可以為他們融入的獨特優勢。現選取以下三個個案，與讀者們分享少數族裔在港的生活經驗與生命歷程。

個案(一) 主動融入新生活的Homa

Homa和她的丈夫來自伊朗，以政治難民身份在英國居住了幾年之後，隨著遠嫁的女兒來到了香港，至今已居港超過二十年。

Homa夫婦曾經在新界一個鄉村裏居住了17年。「我們是這裏唯一的外國人，起初，我們和村民很疏遠。」她憶述：「每次出門，我們都會用微笑和簡單的語言和村民打招呼，主動和他們拉近關係」。她和丈夫將原本破舊的農地和房子改造成怡人的花園住宅，也常常打開家門，歡迎村民們來做客。後來，Homa不但和村民當上了朋友，還在家裏辦起兒童英文班、美德班來。後來，政府購Homa居住的地方是僑建，她便和丈夫搬去另一條村子。「我知道村裏有些人遇到同樣的問題卻沒有離開的，但是我想既然政府說了，還是離開吧。」她相信，到了新的地方，她還能夠結識到新的朋友。

個案(二) 作港尼兩地驕驕的Dev

Dev來自尼泊爾，十多年前來港。「當時，尼泊爾正陷於內戰，我是記者，經歷過很多次槍林彈雨一甚至覺得不會有事的時候，也會發生(槍戰)。」回想起當時的情景，他仍然心有餘悸。「我的前妻那時在香港，於是我決定來香港度假。」一來到香港，他便喜歡上了這裏，後來更決定留在香港。作為記者，他優越的語言文字能力在港顯然無用武之地，再加上經歷感情危機，日子過得一點不易。幸運的是，他在一所以招收少數族裔學生為主的鄉村小學找到了工作，憑著他的社交能力，更為學校招收了很多尼泊爾學生，協助學校化解了殺校危機之餘，也為自己的人生打開了新一頁。

現在的Dev，在學校教導孩子們故鄉的文化，並擔任了家長教育的角色。「很多家長不會教孩子，會用打罵等粗魯的方式對待他們，我會勸他們」。此外，他還為自己的專業找到了發揮的空間，不單經常出現在香港媒體節目上，還自己創辦了尼泊爾語電台，為同族傳遞家鄉和香港的消息。

個案(三) 也是港警

Saiful Maluk，巴基斯坦裔，於1961年(當時23歲)與朋友一同來港投考警察，曾先後獲派駐守粉嶺、上水、打鼓嶺、落馬洲、沙頭角等地區。初到貴境，不諳粵語的他遇上不少趣事，例如當時華籍警員普遍不諳英語，溝通上遇到不少困難。及後他獲警隊安排學習基本粵語後情況便有所改善。由於他身材魁梧，故不論同袍還是市民起初都害怕與他接觸，經過一段日子才慢慢相熟起來。在香港警隊服務超過三十年的他，最難忘的事情要算是1967年的沙頭角龍戰，他和另外兩名巴基斯坦裔同袍均有份參與，這兩名同袍最終不幸在龍戰中殉職。他於1961年返回巴基斯坦娶妻並安排太太來港定居，他的子女均於香港土生土長。移居香港已逾半世紀，縱然仍會想家，然而一家已在港紮根多年，他早已視香港為自己的第二個家。

「茶是故鄉濃」、「酒是故鄉醇」。離鄉別井、人在他鄉，向來都不是一個簡單歷程。文字陳述雖然如此精簡，內裏埋藏的卻是他們百般滋味的成長旅程。我們不難看到他們的奮鬥與勇氣；不難看到他們同樣為香港付出了努力與貢獻。跟你和我一樣，他們也是香港人！

耶和華是我的力量，是我的盾牌，我心裏倚靠他，就得幫助。(詩篇28:4)

P3



聖經記載，二千年前，東方有三位博士千里迢迢來到中東伯利恆，給一名耶穌的新生嬰兒送上祝賀。博士們送上三份名貴禮物：黃金、乳香、沒藥。現時金價高企，黃金的價值不言而喻。至於乳香沒藥又是什麼東東？博士們知識淵博，而已誠意拳拳，禮物一定是經過精挑細選的，到底為什麼選擇乳香沒藥呢？

聽說，乳香沒藥是一種香料，可以用作宗教儀式，可以有類似香薰的作用。也聽說，乳香沒藥代表著一些基督教信仰上的象徵意義。我是中醫師，在此就不班門弄斧了，大家有興趣的話可以請教牧師。以中醫師的角度，如果收到這樣的禮物，到底可以如何使用呢？

乳香和沒藥，就像「花旗」參和「番」紅花一樣，是由外地傳入中國，而成中藥的。乳香是橄欖科小喬木卡氏乳香樹的樹脂，主產於非洲索馬里等地，是當地的主要收入來源。他是一種半透明而帶有特殊氣味的樹脂，古稱「薰陸香」，起初用作宗教活動上的香薰，後來才用作藥物。至於沒藥，也是樹脂，是橄欖科沒藥樹的樹脂，也是主產於非洲。

乳香沒藥味苦性溫，可以活血止痛，消腫生肌。因為兩藥功效相似，中醫師常一併使用，在處方上寫「乳沒」，意即「乳香加沒藥」。乳沒應用前一般經過炒製去油，增加功效並減少對腸胃的刺激。他們多用於跌打損傷，是傷科的重要藥物。傳統傷科中藥「七厘散」，就含有乳香沒藥，當然還有田七血竭等活血療傷的中藥。他們活血止痛生肌的作用，也可以配合其他補肝腎強筋骨的中藥(如杜仲、牛膝、桑寄生)，應用於慢性痛症。然而，他們味苦氣濁，有一種令人惡心嘔吐的氣味，因此不宜多用，脾胃虛弱的人就更要小心。除了煎成湯藥，乳香沒藥還可以製成丸散膏丹，不單內服比較方便易用，外用的話還可以減少對腸胃的刺激。

除了傳統的傷科應用之外，乳香沒藥還有其他作用：配合黃連、金銀花、菊花治療紅腫熱痛的瘡腫「陽証」，例如治療瘰癧的仙方活命飲；配合補氣養血中藥如人參當歸治療瘡瘍愈合緩慢，新肌不長，如糖尿病長者的傷口愈合困難，就可以用到這種配伍；配合當歸、丹參、莢朮等活血藥治療「瘡癩」，即現代醫學所指的盤腔良性腫瘤如子宮肌瘤、囊腫(水瘤)、巧克力囊腫等等。現代研究證明，乳香有良好的鎮痛作用，還可以促進組織修復，這跟自古以來的臨床應用相當吻合。

乳香沒藥的古籍描述頗多。《本草綱目》：「(乳香)消瘡疽(既熟又痛為瘡，不熟不痛為疽)諸毒，托裏(促進排膿)護心(保護心臟)，活血定痛伸筋」(沒藥)散血消腫，定痛生肌」「乳香活血，沒藥散血，皆能止痛消腫生肌，故二藥每每相兼而用。」《醫學衷中參西錄》：「乳香、沒藥，二藥並用，為宣通臟腑，流通經絡之要藥，故凡心胃腎肢體關節諸疼痛皆能治之。……外用為粉以敷瘡瘍，能解毒消腫，生肌止痛。雖為開通(即行氣)之品，不至耗傷氣血，誠良藥也。」以前的古人，一般都是死於傳染病、外傷、皮膚感染，當歸人參對貧苦大眾的幫助不大。乳香沒藥「心胃腎肢體關節諸疼痛皆能治」，又可以「外用為粉以敷瘡瘍」，如此的良藥，博士們當然要送給耶穌「看門口」。

《日常健康生活忠告》

作者 中國衛生部首席專家楊秉輝

不知甚麼時候開始，忙碌成為衡量生活意義存在價值的一把尺，這把尺彷彿有生命力，無限延伸使人筋疲力竭。楊秉輝說，往往就是這些緊張的生活節奏，令人忽略了日常健康生活的重要性，故此他希望這本書內的健康概念、保健方法等，能給大家帶來一個健康生活的指南及忠告。

作者楊秉輝，復旦大學附屬中山醫學院內科教授、博士生導師，並任中國抗協協會肝病專業委員會主任委員、中國健康教育協會副會長、中國科普作家協會常務理事、上海市科普作家協會理事等職。

醫生病人多溝通 疾病預防勝治療

這本書，是楊秉輝行醫四十多年的經歷、所感受的。在作者的醫療實踐中他深深體會到醫學必須為公眾所理解，為人治病的事才能做到好處。在書中，他分析許多病人對病情的誤解而延誤醫治，他們大多建基於錯誤的認識，對疾病一知半解所造成。故此，他認為醫學是為人民服務的，更應該努力為市民大眾所接受、所理解。

「長青進修在信義」及「樂為書師」學員 梁明光先生

一宿雖然有哭泣，早晨便必歡呼。(詩篇30:5)

P4