

新聞稿

2025 年 10 月 23 日

滙豐夥惜食堂調查：三分之一受訪香港長者受孤獨感困擾

僅四成長者指於需要幫助時能有所依

將與惜食堂推新項目 助改善長者身心健康

滙豐銀行慈善基金（下稱「基金」）早前夥惜食堂就香港長者孤獨感進行調查（下稱「調查」），發現達三分之一（34%）長者認為自己受孤獨感困擾。此外，更只有少於一半（40%）長者表示在需要幫助時身邊有所依靠。為向長者送上溫飽兼照顧其身心健康，基金與惜食堂將於本月底公布新項目，旨在透過遊戲，鼓勵大眾多與身邊長者對話互動。

是次調查由基金及惜食堂攜手進行，旨在了解本港長者心理健康現況，以及社交習慣。當中，接近九成受訪長者（85%）認為運動或實體遊戲對其身心健康有幫助或非常有幫助，不過，僅有 35%有定期做運動或遊戲的習慣。

調查亦發現，約十分一長者表示在過去一週曾感到無助、焦慮，或覺得沒有人理會自己。此外，雖然近半數長者在過去一個月並未參與過任何社區活動，但有三成會與家人和朋友保持定期聯繫。

滙豐銀行慈善基金諮詢委員會秘書長招智輝表示：「老有所依是滙豐銀行慈善基金的重點工作範疇。近年香港面對人口老化、加上獨居長者數目上升，長者的身心健康亟需關注。今次與惜食堂的調查讓我們理解到，雖然不少香港長者在日常生活面對孤獨感，但其實只要一句問候、花時間一起遊戲，已經可以讓他們能感到有所依靠。我相信今次新合作能鼓勵大眾與老友記打開話題，從而推動社區關愛共融。」

與長者相比，則有六成大眾認同孤獨感為身邊長者的日常生活帶來影響。受訪的照顧者亦表示，飲食（36%）是照顧長者時最花時間的項目；而體能活動或玩遊戲的優先度則最低。孤獨感方面，整體受訪者認為導致老年人孤獨感最主要的因素為健康（66%）、缺乏社交活動（63%）及家庭關係疏離（50%）。

滙豐銀行慈善基金一直支持惜食堂膳食支援服務，並於 2023 年公佈為期三年合作計劃，以支持惜食堂擴建其速凍飯餐設施。今年，基金與惜食堂期望為長者送上溫飽之餘，同時提高長者身心靈健康。

就此，雙方將於本月底公布最新項目，希望藉一系列小遊戲改善他們的社交身心理健康、訓練手眼協調，並鼓勵大眾多與身邊長者互動。

完/ 更多

關於「香港長者孤獨感調查」

滙豐銀行慈善基金於今年9月聯同惜食堂，委託民調機構YouGov進行調查，旨在了解本港長者心理健康現況，以及改善長者身心和社交健康的方式。調查訪問1,031位香港居民，並主要以網上問卷方式進行。此外，惜食堂團隊亦面對面訪問了共103位65歲以上的長者。

傳媒查詢：

滙豐

廖霽鋹

matthew.p.s.liu@hsbc.com.hk

惜食堂

黃君婷

3704 8216 / 9377 1636

ianicewong@foodangel.org.hk

香港上海滙豐銀行有限公司

香港上海滙豐銀行有限公司是滙豐集團的始創成員。集團在 57 個國家及地區設有辦事處，為全球客戶服務。截至 2025 年 6 月 30 日，集團的資產達 32,140 億美元，是全球規模最大的銀行和金融服務機構之一。

關於惜食堂

惜食堂於 2011 年成立，宗旨為「停止浪費・ 解決飢餓・ 以愛相連」。惜食堂團隊致力向本地飲食界回收仍可安全食用之剩餘食物，通過嚴格的食物安檢程序，再經中央廚房製作成營養均衡的膳食及食物包，並由物流團隊免費派發給社會上需要食物援助的人士。現時，惜食堂平均每星期回收 33 噸仍可食用的剩餘食物，每天自家製作超過 20,000 份營養均衡的膳食，並協助提供約 6,000 份其他膳食及食物包，免費給予社會上有需要食物援助的人士。

網址：www.foodangel.org.hk

Facebook: <https://www.facebook.com/FoodAngelHK>

全文完