

入圍
作品

祖父母

沙田崇真中學

陳學禮（中四）



小時候每一次到祖父母的家時都會好奇地問：「為什麼爺爺奶奶家的櫃子全都這麼矮，只到他們的肩的高度？為何他們的家到處都有扶手？為何廚房會有防滑地磚？」父母對着天真的我解釋因為他們有需要。但到我長大後才知道原因很簡單，因為他們老了。

他們的櫃子矮因為他們年輕時工作太辛苦了，長年彎身的工作，導致他們傷患累累，身體機能下降，難以攀高俯身，因為這樣會令他們容易跌倒或扭傷。因此所有櫃子都不會超過他們的身高，方便他們容易拿東西，減少受傷的機會。年老亦令他們的記憶衰退，櫃子上的一張一張分類紙便是最好的證明。父母把他們家中所有的物品都分門別類放在櫃裏，並在櫃前貼

上各樣的紙條，告訴祖父母每一個櫃子裏的東西。貼上紙條後，祖父母就不用因為記憶衰退而不知道在哪裏能找到所需物品。至於在家中安設扶手是因為他們的活動能力大不如前，需要扶手協助，以防他們在家中行動時失平衡而跌倒。廚房的防滑地磚是避免手腳不協調的祖父母在煮食時滑倒而產生危險。近年留意到他們家裏的文字都放大，無論是換了更大按鈕的電話，還是換了印上更大字樣的日曆，都反映到他們的視力開始衰退。

近年我和父母都搬了數次家，而且離祖父母的家愈來愈遠，但祖父母連一點搬近些我們的意欲都沒有，我想因為有幾項因素使他們這樣。

首先他們在現址住了三十年，很多鄰居都是他們在年輕時所認識的，人情味濃厚。他們在退休後可以跟這班老朋友每天一起消磨時間，如果叫他們搬離熟悉的朋友們，只怕他們會不習慣，在陌生的環境生活感到壓力。我們因平日的生活太忙而沒有太多時間陪他們，因此需要他們的老朋友陪伴，以免寂寞。他們因此一直生活在舊居中。

其次他們住在舊式的公共屋邨，所有的建設都在邨內，如老人院，幼兒園等，閒時能到老人院參加活動，跟其他長者交流，下棋，看電視。又能到幼兒園接小朋友放學，跟他們到公

園玩耍。既能消磨時間，又能過多姿多彩的退休生活。

從我的祖父母身上，我了解到長者的居所不單單要求家內的設備符合長者需要，更需要附近社區的環境設施得以配合。

