



第十五期
2026年3月

澳門特別行政區2016至2025年 長者服務十年行動計劃資訊報

前言

為了讓居民了解行動計劃的各項工作，養老保障機制跨部門策導小組（下稱“策導小組”）透過出版《長者服務十年行動計劃資訊報》，向社會大眾介紹各項措施的最新執行情況，藉此提升社會大眾對人口老齡化的關注，同時結合個人、家庭、社區、政府和社會整體等多方力量，構建“老有所養、老有所屬、老有所為”的共融社會。

養老保障機制跨部門策導小組 及康復服務十年規劃跨部門策導小組聯合會議

養老保障機制跨部門策導小組及康復服務十年規劃跨部門策導小組 2025 年度第二次聯合會議於 2025 年 9 月 4 日在澳門科學館會議廳舉行，由策導小組代組長、社會工作局局長韓衛主持會議。會上就“2026 至 2035 年長者服務十年行動計劃”及“2026 至 2035 年康復服務十年行動計劃”措施收集情況進行討論及提出優化建議，以及引入無障礙立法前期研究工作進展等。



社會工作局韓衛局長主持策導小組會議



舉行策導小組 2025 年度第二次聯合會議



2016至2025年長者服務十年行動計劃總結分享會 及下一階段十年行動計劃說明會

養老保障機制跨部門策導小組於 2025 年 10 月 28 日假澳門科學館會議廳，舉行“2016 至 2025 年長者服務十年行動計劃總結分享會及下一階段十年行動計劃說明會”。與會者包括公共部門代表、長者事務委員會委員、專家學者、專業團體、社會服務機構人員和長者代表等，約 150 人出席。

策導小組代表於會上總結及分享工作成果。回顧過去 10 年，在特區政府多個公共部門的積極協作、民間機構及社會各界的支持及共同參與下，首個長者服務十年行動計劃合共推行 445 項措施，取得良好的成效。

此外，策導小組代表在會上亦引介第二個長者服務十年行動計劃的重點內容，包括將以大健康、智慧科技、銀髮產業及長者友善共融環境作為四大發展方向，並以身心康健、樂齡生活、多元供給、社會共融為四大聚焦範疇，透過 13 個政策類別有序落實。



註：養老保障機制跨部門策導小組由 13 個政府部門代表組成：社會文化司司長辦公室、社會工作局、統計暨普查局、勞工事務局、衛生局、教育及青年發展局、文化局、體育局、社會保障基金、澳門理工大學長者書院、公共建設局、房屋局及交通事務局。

行動計劃整體執行概況

截至 2025 年 12 月 31 日，策導小組已按時完成行動計劃合共 445 項的短、中及長期措施，完成率為 100%。

2016 - 2017 年
短期措施 **204 項**

2018 - 2020 年
中期措施 **141 項**

2021 - 2025 年
長期措施 **100 項**

2025年下半年行動計劃的重點工作成果

● 獨居和兩老家庭長者普查及登記工作

為加強關顧和了解獨居和兩老家庭長者的生活狀況，逐步建構各區資料庫，從而更好地向他們提供支援。社會工作局聯動 70 多個社會服務設施及服務計劃，於 2025 年 9 月 18 日至 2026 年 3 月 31 日開展“獨居和兩老家庭長者普查及登記工作”。

普查對象為 1960 年或之前出生的人士，且持有澳門居民身份證及於本澳有居所的獨居和兩老家庭長者（當中不包括家傭），社會工作局將向受訪者發出通知信函。在普查工作期間，訪問員會穿著所屬設施或社會服務團體的工作服，並佩戴由社會工作局發出的工作證，協助普查對象填寫“登記表格”和“篩檢問卷”；受訪者完成後可獲得 20 澳門元超市禮券。



● 東區 -2 增設一所長者日間護理中心

為配合本澳新區發展及完善社會服務配套，社會工作局透過資助民間社團，於東區 -2 增設一所長者日間護理中心。該中心已於 2025 年 12 月 30 日正式投入運作，旨在為社區內的長者，尤其著重為欠缺獨立生活條件的長者及其家庭提供輔助，以協助長者保持與社會間的相互聯繫，樂享積極豐盛的耆年生活。

隨著該中心投入服務，本澳長者日間護理服務的名額已增至 545 個。社會工作局將持續因應本澳人口老齡化的發展及長者服務需求，優化長期照顧服務的整體規劃，推動構建“15 分鐘社區長者服務圈”，以落實原居安老的政策目標。



● 衛生局與國際失智症協會舉行座談會

衛生局於 2025 年 11 月中旬與國際失智症協會的代表團及社會工作局、社團代表和醫療機構代表舉行座談會，就失智症方面的工作展開交流。協會充分肯定了特區政府的失智症政策及工作成效，認為與世界衛生組織所倡議《2017 至 2025 全球應對失智症的公共衛生行動計劃》的內容高度相符，並落實該行動計劃中 7 大領域範疇的工作，故此評定澳門為全球第 27 個制定和實施了全面失智症政策的地區。澳門亦自 2019 年起，在該協會的“從計劃到實踐 II”報告中，連續 7 年被評為最高級別的 5A 級地區。



羅奕龍局長、戴華浩代院長等與國際失智症協會執行長 Paola Barbarino 率領的代表團合照



衛生局與國際失智症協會代表團舉行座談會

● 粵港澳三方社保交流座談會在澳舉行

廣東省社會保險基金管理局、澳門特別行政區政府社會保障基金、香港特別行政區強制性公積金計劃管理局於 2025 年 11 月 14 日舉行交流座談。三方回顧過往的合作成果、介紹粵港澳三地社保及公積金制度的最新發展，以及就着各方關注的議題進行探討。未來期望持續深化服務對接、推動資料聯通，互相借鑑先進經驗，共同提升服務水平和保障力度，助力居民尤其長者養老和生活更便利。



粵港澳聯動共研提升社會養老保障體驗

● “粵澳社保一窗通” 跨境服務專窗延伸至江門市

社會保障基金透過粵澳合作，近年先後於橫琴合作區、廣州市南沙區以及中山市建設了“粵澳社保一窗通”專窗，透過“一個服務大廳、提供兩個地區服務”，實現粵澳社保融合辦。2025 年 8 月，“粵澳社保一窗通”專窗服務進一步延伸至江門市，方便身處當地的澳門居民辦理粵澳兩地的社保公共服務。



“粵澳社保一窗通”進駐江門便利當地澳人

● “全民健身·強健身心”社區健康諮詢站

衛生局積極落實“健康社區”計劃，與教育及青年發展局、市政署及房屋局合作，聯動社團於2025年8月9至10日在本澳不同區域，共設置10個社區健康諮詢站點，深入社區向居民推廣運動的重要性，營造全民運動及隨時隨地做運動的良好氛圍，促進居民身心健康。兩天活動共吸引約14,000人次參與，活動圓滿舉辦，居民反應熱烈。活動內容豐富多元，包括：運動小遊戲、居家運動示範、中醫諮詢，以及向居民宣傳防範基孔肯雅熱及登革熱、心理健康等。



工作人員帶領居民練習實用的伸展動作



居民體驗籃球攤位遊戲

● 向長者推廣大眾體育活動

為增加長者參與體育鍛鍊的機會及選擇，豐富其餘暇生活，提升身體與生活素質，體育局透過與相關團體合作，定期舉辦大眾體育健身興趣班及全澳長者運動日等活動，推動更多長者參與體育鍛鍊，培養健康生活模式和健身習慣。此外，體育局亦深入社區，在本澳不同地點舉行體育健康諮詢站和大眾康體日，幫助長者認識自己的身體狀況，並建立正確運動觀念。



體育健康諮詢站



迎全運 x 社區運動同樂日

● 第二屆澳門國際兒童藝術節一長者系列工作坊

2025年7至8月第二屆澳門國際兒童藝術節舉行期間，文化局舉辦了2項專為55歲或以上人士而設的工作坊，為長者提供活動的機會，促進身心健康。其中，《樂齡郁郁貢》工作坊共有6節，融合舒緩伸展、節奏律動與創意即興，在安全愉悅的環境中，幫助長者放鬆肌肉、提升柔軟度與平衡感，透過音樂與肢體的對話，重新感受身體的自由與活力，同時促進社交互動與心靈愉悅；而《樂齡好聲音》工作坊共有4節，以輕鬆互動的方式，帶領老友記掌握呼吸控制、發聲技巧與情感表達，更好地演繹經典金曲和充分表現作品的內容和感情。



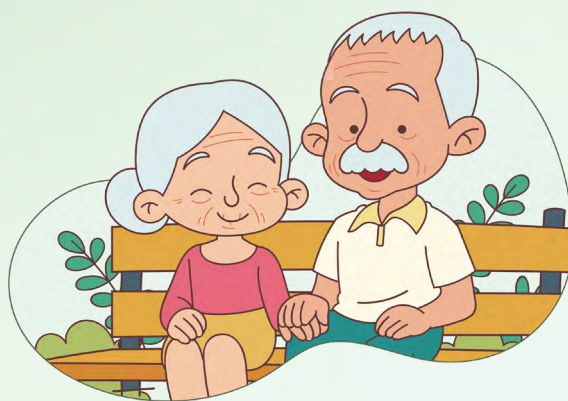
《樂齡郁郁貢》工作坊



《樂齡好聲音》工作坊

● 文物景點節慶工作坊

2025 年 7 至 12 月期間，文化局共舉辦了 13 場長者專場工作坊，有關工作坊費用全免，反應熱烈。各項工作坊涵蓋不同範疇的主題，包括“植栽工作坊”、“陶瓷彩繪工作坊”、“金箔畫工作坊”、“首飾盒彩繪工作坊”、“國畫屏風工作坊”、“壓花枱燈工作坊”、“輕黏土浮雕畫工作坊”等，參與的長者逾 110 人。



金箔畫工作坊



植栽工作坊

● 長者參與“持續進修發展計劃”課程

對長者而言，持續學習不僅有助保持腦力活躍，也能促進社交連結，提升自我價值感。“持續進修發展計劃”除激發居民的學習興趣外，更保障長者學習的權利，幫助他們與時並進，拓展生活圈，減少孤獨感，增強成就感與自信心。

截至 2025 年 12 月底，參與第五階段“持續進修發展計劃”課程的 65 歲或以上長者累計約 33,000 人次，涉及約 7,400 個課程，資助金額逾 2,900 萬澳門元。長者參與的課程主要包括健身操、太極、書法、音樂、衛生保健、舞蹈、語言及電腦科學等。



長者學習音樂，有助抒發情緒



學習保健養生操，促進長者身體健康

● 開辦長者職業培訓計劃

勞工事務局於 2025 年 10 及 11 月與澳門工會聯合總會開辦餐飲業長者培訓課程，培訓對象為報讀年齡介乎於 55 至 70 歲的澳門居民，課時 80 小時。其中，「銀髮族職業培訓計劃 - 第 2 期中西餐侍應課程」共 20 人參與培訓，8 人畢業；「銀髮族職業培訓計劃 - 第 2 期西餐廚藝工課程」共 20 人參與培訓，11 人畢業。



第 2 期中西餐侍應課程



第 2 期西餐廚藝工課程

● 長者導師進階培訓課程舉行結業禮

由社會工作局與澳門理工大學長者書院合辦的“長者導師進階培訓課程”，於 2025 年 12 月 17 日在澳門理工大學舉行結業禮。結業禮上，社會工作局局長韓衛及澳門理工大學代校長李雁蓮分別致辭，並向一眾長者學員頒發結業證書。

“長者導師進階培訓課程”於 2025 年 10 至 12 月進行，相關學員此前均曾修讀“長者導師培訓課程”或曾從事社服設施教學工作。是次課程旨在延續過往培訓成效，透過強化實務應用與專業指導，進一步提升學員的教學技巧及課程質量。學員共完成了 17 小時的面授課程、教學實踐及交流總結會，順利取得結業資格。



一眾長者學員獲頒結業證書



結業禮大合照

● “東方明珠大馬路／樂居”巴士站正式啟用

為進一步回應政府長者公寓及周邊新建住宅居民的出行需要，設於東方明珠大馬路之新巴士站——“東方明珠大馬路／樂居”站自 2025 年 9 月 23 日起正式啟用，供往澳門方向的 34 及 51A 路線，在經友誼大橋進入東方明珠大馬路後將增停該站，以更便利區內居民出行。



“東方明珠大馬路／樂居”巴士站

● 澳門理工大學長者書院在書畫攝影大賽獲頒多項獎項

澳門理工大學長者書院於早前舉辦的“第六屆全國老年大學書畫攝影大賽”勇奪多項殊榮。學員林琦（書法組）和李慕貞（攝影組）榮獲優秀獎，溫子成老師和李錦華老師獲頒優秀指導老師獎，而長者書院再次獲頒優秀組織獎，成績斐然。

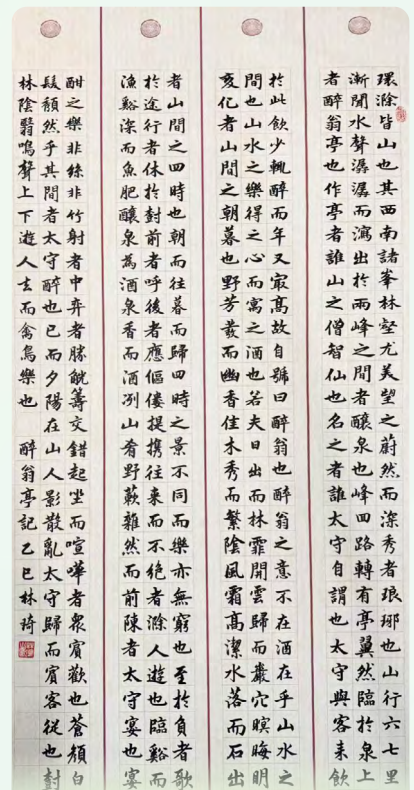
是次活動由中國老年大學協會及浙江日報報業集團聯合主辦，以“銘記歷史·銀齡丹青”為主題，面向全國老年藝術愛好者徵集作品，共收到作品近 5,800 件。長者書院是次再積極組織學員投稿，共提送作品 31 幅，包括書法 26 幅、繪畫 4 幅及攝影 1 幅。經初賽篩選後，共 25 幅作品進入複賽，晉級率達 80%，最終共有 2 位學員作品脫穎而出，榮獲獎項。



澳門理工大學長者書院榮獲優秀組織獎



學員李慕貞的作品榮獲攝影組優秀獎



學員林琦的作品榮獲書法組優秀獎



澳門特區長者服務資訊網：www.ageing.ias.gov.mo

澳門特區長者服務資訊站手機應用程式：



編者：養老保障機制跨部門策導小組

出版：澳門特別行政區政府社會工作局

出版日期：2026年3月

書刊編號：

IAS/C-PUB-02/ESPC-03.2026-650exs