**參考資料**



本計劃由

透過

撥款資助

**港人身後事準備調查發佈**

基督教香港信義會社會服務部近年積極向長者推廣「生死教育」服務，「生死教育」著眼探索及了解生命的意義、思索如何面對死亡，其中重要的一環便是預先為自己的後事作打算及安排，就著這個題目，本團隊於**2015年3月至9月間**透過自願填寫問卷及網上問卷形式，進行了「港人身後事準備調查」，受訪對象為社區人士，收回有效問卷共**1047份**。

調查目的：

1. 了解本港不同年齡層的人士是否希望可以自主後事安排；
2. 了解本港不同年齡層的人士在人生最後一刻希望表達的說話。

發佈核心訊息：

1. 預早安排後事重要性

2. 死亡及後事討論最需要是家庭溝通

(調查結果另見附件簡報)

1



本計劃由

透過

撥款資助

**信義會「生死之交」十大自主後事清單**

**後事心願**

* 確定誰人幫忙處理自己後事，是否與對方溝通清楚自己心願?
* 有沒有心事或叮囑想向身邊人交低?
* 如果有一日患上末期病患、長期昏迷或變植物人，是否接受維生治療?

**「三遺」處理**

* 是否已安排好遺物、遺體及遺產的處理?

**實際喪葬安排**

* 個人物品，包括照片、陪葬品、壽衣等，是否已經預備?
* 喪葬形式及骨灰處理，是安放靈位?撒大海? 花園葬? 製成鑽石?或其他方式?
* 喪禮或追思會的地點在哪裡?
* 喪禮細節，包括規模、佈置、帛金處理等?
* 有沒有特定宗教儀式?
* 有沒有擬定喪禮賓客名單?

(資料來源﹕基督教香港信義會 生死之交長者生死教育及支援計劃)

信義會生死教育小冊子 免費派發

索取方法﹕請電3124 7633 或 Whatsapp 5472 7757 或 [電郵projectcrossroad@elchk.org.hk](mailto:電郵projectcrossroad@elchk.org.hk)

留下中文全名及聯絡電話

計劃查詢﹕

電話﹕3124 7633 Whatsapp: 5472 7757

Facebook專頁﹕生死之交長者生死教育及支援計劃

2



本計劃由

透過

撥款資助

**受訪者背景資料﹕**

姓名﹕陳麗嬋

年齡﹕81歲

家庭狀況﹕丈夫離世，有5名子女，家人關係良好。

身份﹕信義會馬鞍山長者地區中心長者會員、前義工及「生死之交」計劃小組參加者。

分享﹕積極為自己安排後事，由計劃到交代，一早舖排，包括訂製壽衣、製作生死札記

**何時開始有安排後事的念頭?**

*「家中子女信奉不同宗教、想法可能有不同，為免他們在傷心之時仍要為我後事煩惱……而且自己有哮喘，試過幾近窒息，既然隨時會做，安排定先好。」*陳女士憶述曾有一次入院，受氣喘影響，她一句說話都要分3次講。護士說她狀況已很危險，豈料陳女士很開心回應說﹕「如果一窒息便走，就好了!」那樂觀的態度，逗得護士忍不住笑出來。

**參與小組製作「生死札記」**

陳女士寸步不離照顧體弱丈夫十多年，以往沒太多時間參與活動。陳女士表示年少時沒機會受教育，故數年前丈夫離世，時間多了，就活躍參加長者中心活動，希望增進知識。上年，陳女士參與信義會「生死之交」計劃所舉辦的生死體驗旅程小組，探討生死話題。陳女士指參與小組，可製作生死札記，記下後事心願，非常有用。另外，陳女士已將札記的副本分別贈予家人，以便家人在其健康欠佳及預備後事時作參考。

談及具體後事安排，陳女士沒有忌諱，反而笑容滿面。

*「我件壽衣係家人陪我去度身訂造，我收得好好的。我覺得好靚，係一件裙來的。」*陳女士一邊在手上比劃著衣袖的長度，一邊說自己親身揀壽衣一定「岩心水」。除了壽衣以外，女兒也陪伴陳女士選購了鞋子。而靈位早早已預備，是「家庭營」，一個位可放4位家人的骨灰。至於平安紙，陳女士笑稱自己「家無恆產」，故此沒特別立下，但數件有紀念價值的飾物已分配予子女。

**主動與家人分享後事心願**

陳女士親力親為安排後事以外，更主動向子女分享自己心願。參與信義會生死體驗旅程小組期間，陳女士製作了一本札記。內裡記載了陳女士的人生，也寫下了後事心願，包括是否希望在危急時接受維生治療或介入性醫療程序。*「我寫得好清楚，亦都(將札記)分俾將來幫手做(後)事的子女，佢地會知道我心意。」*

長者豁達，但家人反應又如何呢? *「佢地(子女)都好明白我心意，大家都知*

*道。」*對於時至今日，不少長者或家人提及預備後事，仍會避之則吉。預早

安排後事有何意義? 陳女士即時回應「可以放下心頭大石囉!」

為自己作好打算，希望最後一個人生畢業禮可以按心意而行，相信也是送給

後人一份珍貴的禮物。***(另見附表﹕陳女士後事心願清單)***

3



本計劃由

透過

撥款資助

**陳婆婆的後事心願清單**

|  |  |
| --- | --- |
| **生死札記﹕** | 製作生死札記，將心聲、預設醫療指示、喪葬等心願記下，與家人分享 |
| **紀念品﹕** | 壽宴送贈金戒指予兒孫作留念 |
| **壽衣﹕** | 已由家人陪同度身訂造壽衣及鞋履 |
| **照片﹕** | 已拍攝將來喪禮上使用的照片 |
| **遺產及遺物﹕** | 自行與家人預先溝通分配 |
| **喪葬形式﹕** | 火化並放入早已預留的骨灰位，與家人合葬 |
| **宗教禮儀﹕** | 按自己宗教信仰，選擇佛教儀式 |
| **帛金﹕** | 由家人保管運用 |

4