

理財 從溝通開始





親子交流的契機

社工：陳翠婷

金錢——雖然是每個人生活的不可或缺的部份，既個人又切身，但金錢話題往往在許多家庭中被視為禁忌，不容易說出口，父母不願意向子女透露財務狀況，子女也不敢詢問家中經濟是否穩定，甚至被認為「講錢傷感情」。

以下為大家進行一個小測試，幫助家庭成員了解彼此的金錢觀念與溝通風格。你可以將它當作輕鬆對話的起點，也可以用作家庭活動或聊天時的一部分。

小測試：金錢與親情交流自我探索¹

選擇題（請選出最貼近你的答案）

1. 當你需要向家人借錢時，你會怎樣做？

- A. 直接開口，沒什麼好尷尬的
- B. 會先鋪陳一段時間，找適當時機才說
- C. 寧願自己解決，也不想開口
- D. 會用文字或訊息方式說，不敢面對面講

2. 家人送你一份昂貴的禮物，你的第一反應是：

- A. 開心接受，感謝他們的心意
- B. 有點不安，覺得自己要回禮
- C. 想知道他們是否負擔得起
- D. 覺得有壓力，不太想收

3. 如果你發現家人有財務困難，你會：

- A. 主動提出幫助
- B. 等他們開口才幫
- C. 默默幫忙但不說明
- D. 不太會介入，怕破壞關係

4. 你覺得家庭中談錢的氣氛是：

- A. 開放、坦誠
- B. 小心翼翼
- C. 緊張、容易爭執
- D. 幾乎不談

「講錢口難開」的迷思

社工：陳翠婷

在社工處理個案工作時，常遇見家庭因「錢難開口」而陷入無聲的張力。金錢話題往往被視為敏感、尷尬，甚至是引發爭執的導火線。然而，當家庭成員選擇迴避財務對話，不僅容易造成彼此的誤解，更可能錯失互相支持與理解的機會。打破這種迷思，是促進家庭關係及溝通健康發展的重要一步。

投資者及理財教育委員會曾於 2021 年 3 月和 4 月進行「親子理財調查」，訪問了 1,203 名子女就讀介乎幼稚園到大專院校的家長，以了解他們與子女在理財方面的交流情況。調查結果顯示，只有 28% 受訪家長有抽空與子女討論金錢管理，約 12% 家長更表示從未與孩子談及金錢相關話題，認為他們年紀尚小，未能明白理解¹。另一方面，有關長者照顧與財務安排方面的社會討論並不多，可見本地家庭裡都普遍存在「講錢口難開」的情況。

理財不只是數字的管理，更是一種情感的交流與價值觀的傳承。當長者願意坦誠與子女分享家庭的收支與理財狀況，不僅能讓子女理解長者的想法、擔憂及限制，也能加強家人間的信任與責任感。

開啟家庭理財對話不必一開始就觸及具體數字或敏感議題。選擇一個輕鬆的時刻，例如家庭聚餐後，從分享個人經驗或理財心得入手，是一種較為溫和而有效的方式。成年子女可以主動分享自己最近學到的理財知識、投資選擇，甚至是有趣的消費模式，例如如何賺取消費優惠等；長者可以從中認識子女在金錢運用的想法，也可以藉此機會分享過往的理財經驗，傳遞智慧。長者或會因收入減少，理財方面會變得謹慎，有不同的顧慮都往往放在心裡。常見是長者身體出現毛病，也不敢告訴子女，擔心花錢。因此，鼓勵長者在健康狀況穩健時，多分享自己對晚期照顧的看法，與家人討論希望接受的照顧形式及相應的財務安排，及早作好準備。這樣的互動，不只是資訊的交換，更是親情的深化。

財務透明不代表失去私隱，而是建立在信任與尊重之上的溝通。我們鼓勵家庭打破「講錢口難開」的迷思，創造一個讓每位家庭成員都能安心表達、共同承擔的空間。因為家，不只是避風港，更是一起築夢的地方。而理財，正是讓夢想落地的路，尤其是在面對晚期照顧的挑戰時，良好的晚期規劃和溝通可為長者與家庭帶來更多支持與理解。



晚年照顧與人生規劃

社工：張少玲

今次主題邀請我們的服務使用者，曾從事銀行業三十多年的黃伯與我們分享他的理財智慧與人生經歷。

黃伯回想年輕時，與一般年青人一樣，並沒有周詳理財計劃。他謙卑地表示自己並非高材生，畢業後只希望找到一份適合自己的工作。幸運地在親戚介紹下進入一家外資銀行工作。他深信只要勤力工作，便能闖出一番事業。當時的收入僅足以應付日常生活開支。

勤儉持家

後來黃伯組織自己的家庭，與太太二人各自發展事業。直至孩子出生，太太選擇留在家中照顧孩子。由於她曾從事幼兒工作，故轉型在家中為其他孩子補習，以增加家庭收入。黃伯則在外工作，回家後亦積極分擔家務。當時他們的生活簡樸，並無多餘金錢儲蓄。訪問期間，黃伯不停稱讚太太持家有道，欣賞她的忍耐力，即使面對人事上的挑戰也能從容應對。太太一向節儉，不亂花錢，而他們的孩子亦承傳了這份美德，延續家庭的價值觀。



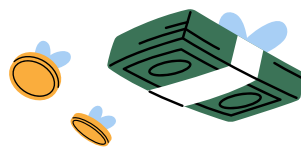
退休財務規劃

「有錢不是萬能，無錢萬萬不能」黃伯坦言，人生需要有財務規劃。他直至 50 歲才意識到年華老去，開始著手儲蓄，為退休生活作準備。雖然公司並無硬性規定退休年齡，但他與太太商議後，決定於 65 歲一同退休，迎接人生新階段。



晚年照顧安排

在黃伯踏入 80 多歲時，因他與太太活動能力退化，兒子遂為他們申請家福會的家居照顧服務，以支援其生活所需，讓他們安享晚年。然而，好景不常，有天他因病入院，需接受一段長時間的治療。由於長期臥床，他的活動能力進一步退化。這段期間幸好有本會為太太安排膳食服務，讓他能在醫院安心休養。此外，兒子亦積極為黃伯出院後的照顧作準備，向本會社工及醫務社工諮詢意見，為黃伯安排出院後入住長者院舍暫托宿位，以確保出院後的照顧無縫銜接。



然而，當時正值新冠肺炎疫情期間，同房院友確診感染，黃伯亦需被安排到亞洲國際博覽館進行隔離。他深深體會到「人生到最後，什麼也帶不走」的道理，並在心中默默規劃自己的遺囑，其後，他便主動向子女表達有關自己臨終安排的意願。目前，黃伯開始閱讀有關預設照顧計劃的資料，並會主動與家人坦誠溝通，表達自己在當生命危急時的意願安排，為未來作出周全準備。

黃伯很感恩在患病期間遇到許多幫助他的人，回家後本會社工迅速為他重啟所需服務，讓他感受到社區支援的溫暖。子女亦積極回應兩老的照顧需要，為他們聘請工人，並申請上門運動服務以改善黃伯的活動能力，又購買合適復康用具，改善家居環境 等等。如今，太太雖然記憶力有所退化，但身體尚算健康。

家庭溝通與照顧規劃

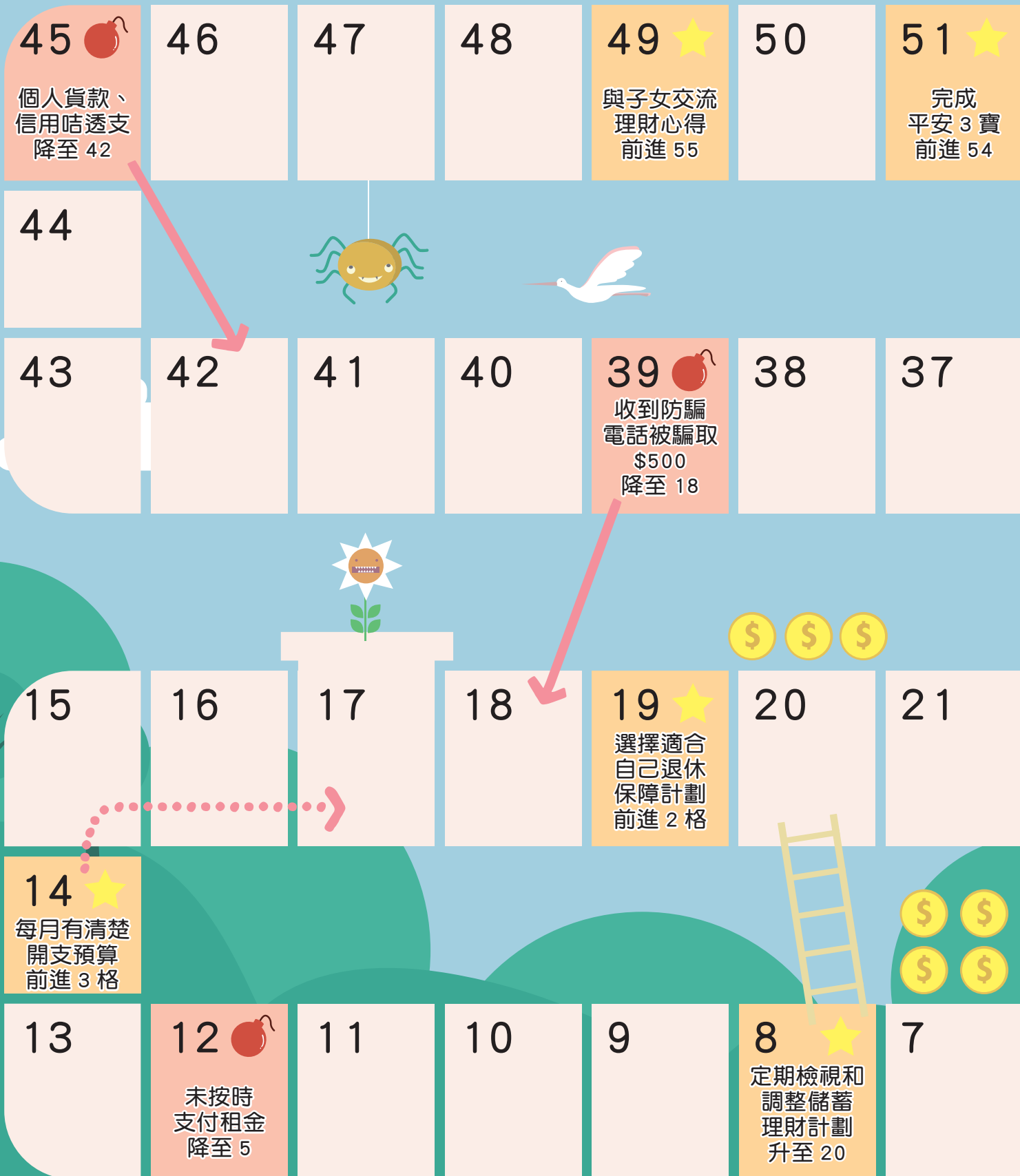
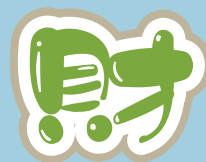
從黃伯的故事中，讓我們明白要晚年達至財務自由，除了個人自律、勤儉的生活態度、及適切的預算與儲蓄計劃外，同樣重要的是家人之間的互相理解與支持，並共同考量經濟承擔能力等因素。當家人各盡其職，彼此信任、溝通順暢，並能適時運用社區資源，即使面對照顧上的困難，也能找到希望與平安。黃伯一家正展現了這份默契與力量。他們的經歷提醒我們，照顧不只是責任，更是一份愛的延續。只要彼此同心，『講錢也「不傷」感情』，反而能讓家庭關係更緊密，共同走過人生的每一個階段。



社工：呂紫楠

透過棋盤遊戲，讓長者可與子女一同參與，在輕鬆互動中學習儲蓄、消費與預算管理，促進家庭間的理財溝通，寓教於樂。

遊戲方法：參加者可使用任何小型物件作為棋子，並需自備一顆骰子。擲骰後，根據所擲出的點數及棋盤上的指示前行。





財務自由
家庭幸福美滿

52

53

54

55

56

57

58

36



身體轉差
與子女商議
照顧方案
前進 3 格

35

34

33

32

31



理解貨款、
利率、製定
還款計劃
升至 57

30

22

23



購買助行器
減低跌機會
升至 34

24

25

26

27



到長者中心
參加活動
前進 2 格

28

6

5

4

3



2

1

學習理財
知識
前進 3 格

起點



《長者理財繪本 應用工作坊》

社工：黃雅麗

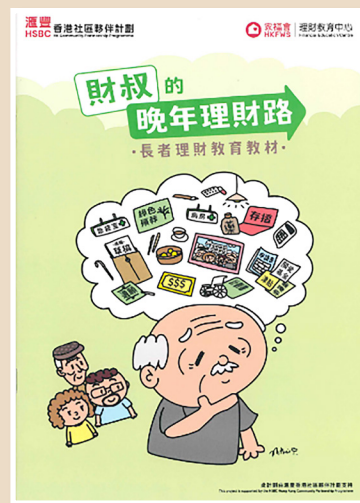


「同子女/兄弟姐妹點講錢？個個都有頭家、有難處，唔識開口」
「都退左休，冇收入，講咩嘢理財，又唔係後生仔」
「睬！大吉利是！有排都未輪到你/自己，講咩嘢身後事安排」

一提及長者長期護理開支或身後事，我們常常會在長者及家人口中聽到以上對話。長者理財是一個鮮有被深入探討的話題。傳統的觀念如「講錢傷感情」、「談及身後事不吉利」等，使大家避而不談，傾向見步行步，因而錯失了合適的時機及早規劃。長者理財不但只涵括投資，應急錢、社會福利、開支及身後事規劃等亦非常重要。如何協助長者及照顧者建立正確的理財觀念及加強實用理財技巧，實現財務自主及提升他們的生活質量，是一個任重而道遠的挑戰。

家福會理財教育中心為了在香港推廣長者及早進行財務規劃的重要性，推出了《財叔的晚年理財路》——一本專為長者及照顧者設計的漫畫繪本，以生動有趣的故事形式，傳遞晚年財務的關鍵知識，包括醫療開支、照顧開支、身後事規劃及身後事安排。繪本以第三身的角度，降低話題的敏感性，幫助長者及家人更清楚自己的想法及需要。

為鼓勵長者服務同工善用此教學工具，家福會在2025年8月14日舉行了《長者理財繪本應用工作坊》，30多名來自不同中心同工參與。工作坊講解長者常見的理財問題及應對策略，以及如何以漫畫教材資源與服務使用者展開 "Money Talk"，開闢多一個談論「錢」的渠道，未來希望大家將理財繪本融入中心服務，陪伴長者及家人共同規劃未來，講錢亦講心。



家福會 x 投委會 — 「銀齡防騙樂無憂」計劃

社工：黃雅麗



齊齊計計數，一起參與理財防騙工作坊



以小組比賽形式玩理財農場，測試參加者會否墮入騙局，提高防騙意識



家福會夥拍投資者及理財教育委員（投委會）會推行「銀齡防騙樂無憂」計劃，以提高長者及照顧者的理財知識，學習如何保障個人財富、審慎理財，以及提升識別詐騙的能力、增強他們應對詐騙的信心與能力。

計劃合共會舉辦 14 場工作理財體驗館參觀暨理財防騙工作坊，預計超過一千人次受惠，首場活動已於 2025 年 9 月 22 日正式展開。本會帶領長者及照顧者參觀投委會位於荃灣南豐紗廠的全港首個數碼理財體驗館，沉浸式體驗各種電子互動遊戲，一起學習防騙的小貼士，長者覺得以小組 VR 互動遊戲的形式齊齊學習，十分生動有趣。其後，參加者亦參加了理財防騙工作坊，進一步了解如何管理及保護個人財富，善用社區資源，並與家人溝通，加深長者及照顧者對理財的認知，預防騙案。



「子親」時間好去處：

南豐紗廠

社工：黃雅麗



過往我們經常說「親子」，強調由父母與年幼子女之間的教養關係，而近年「子親」的概念漸漸受到重視，即是成年子女陪伴及支持年長父母一同經歷及嘗試不同事情，創造溫暖回憶，提升幸福感。它是一種親子時間的延續，而主動帶領年長父母外出逛逛是其中一個重要的環節。

今期介紹子親時光好去處是南豐紗廠。南豐紗廠見證香港紡織工業的黃金時代及其式微，它在 2018 年完成活化，搖身一變成為集創意、藝術與體驗式零售的打卡熱點。紗廠內部設計沿用了舊時廠房的水泥風格和特色，並融合現代簡約工業風格的設計，建構成社區獨有的休閒活化空間。

南豐紗廠定期舉辦不同的文化活動、工作坊和藝術展覽，讓大家可以盡情體驗及探索香港本地獨特的藝術與文化，部分亦歡迎參加者與同寵物一起出席。長者及家人可以在懷緬舊時香港的同時，探索新的體驗，建立共同的話題。紗廠亦有許多本地的特色品牌商鋪及餐飲美食，長者及家人可以一起度過輕鬆愉快的子親時光。



開放時間：上午 10 時至下午 10 時
(CHAT 六廠、商店及餐飲的開放時間參閱下列網址)

地址：荃灣白田壩街 45 號南豐紗廠

交通：
免費穿梭巴士服務

上車地點：荃灣港鐵站 A4 出口落天橋

港鐵荃灣站

A2 出口沿海貴路及大涌道有蓋天橋步行至白田壩街入口

A3 出口沿西樓角路有蓋天橋步行至青山公路入口

個別小巴及巴士路線參閱下列網址



全港賣旗日
HKFWS Flag Day

3·21 GO!
「傳」家福

請支持

 查詢電話：
2527 3171

 查詢電郵：
flagday@hkfws.org.hk

中心地址、電話及傳真號碼

香港家庭福利會—長者社區照顧及支援服務

愛東服務中心

香港筲箕灣愛東邨愛善樓1樓101室
電話：2564 7555 傳真：2564 7486
電郵：hkoth@hkfws.org.hk

上環服務中心

香港皇后大道中181-183號新紀元廣場低座地下
電話：2546 3332 傳真：2167 8987
電郵：hksw@hkfws.org.hk

長洲服務中心

長洲長貴邨長廣樓地下101 - 103號
電話：2986 8616 傳真：2981 3555
電郵：iscch@hkfws.org.hk

坪洲服務中心

坪洲金坪邨金坪樓N10B地下
電話：2559 7773 傳真：2983 9967
電郵：ispch@hkfws.org.hk

南丫島服務中心

南丫島榕樹灣大街31號A地下B座
電話：2982 4411 傳真：2982 1144
電郵：islih@hkfws.org.hk

梅窩服務中心

大嶼山梅窩銀灣邨銀日樓102號地下
電話：2984 7920 傳真：2984 9532
電郵：ismwh@hkfws.org.hk

大澳服務中心

大嶼山大澳龍田邨幼稚園座1號地下
電話：2985 5797 傳真：2985 6817
電郵：istoh@hkfws.org.hk

離島扶輪社健康中心

大嶼山大澳龍田邨天富樓101室
電話：2985 5797 傳真：2985 6817
電郵：istoh@hkfws.org.hk

九龍城活齡中心

九龍土瓜灣九龍城道55-61號同興花園第2座1樓
電話：2711 2488 傳真：2711 0925
電郵：kccaa@hkfws.org.hk

偉業服務中心

九龍觀塘偉業街161號The 80 120 3樓
電話：2387 7312 傳真：2387 0320
電郵：eklnwyh@hkfws.org.hk

牛頭角服務中心

九龍牛頭角樂華南邨展華樓地下141-150號
電話：2796 4880 傳真：2756 4948
電郵：eklnntkh@hkfws.org.hk

順利服務中心

九龍順利邨利富樓3樓(平台) 10 - 11號
電話：2798 8189 傳真：2345 3781
電郵：slhehc@hkfws.org.hk

利富服務中心

九龍順利邨利富樓3樓(平台) 23號
電話：2174 7737 傳真：2345 3781
電郵：vivasl@hkfws.org.hk

順安服務中心

九龍順安邨安逸樓地下1 - 4及9 - 12號
電話：2793 1670 傳真：2763 6000
電郵：eklnsoh@hkfws.org.hk

健明服務中心

新界將軍澳健明邨彩明商場1號平台1號
電話：2791 7230 傳真：2791 0091
電郵：tkoh@hkfws.org.hk

麗閣服務中心

九龍深水埗麗閣邨麗菊樓129號地下
電話：2361 8212 傳真：2728 7340
電郵：wklnlkh@hkfws.org.hk

麗安服務中心

九龍深水埗麗安邨麗正樓地下C翼6-10號
電話：2350 0955 傳真：2793 1680
電郵：ssphehc@hkfws.org.hk

大窩口服務中心

新界葵涌大窩口邨富安樓平台114 - 115號
電話：2436 9062 傳真：2776 6839
電郵：twehc@hkfws.org.hk

象山服務中心

新界荃灣象山邨秀山樓地下27-30號
電話：2411 3052 傳真：2413 1497
電郵：ntcsh@hkfws.org.hk

葵芳服務中心

新界葵涌葵芳邨葵仁樓地下11至14號
電話：2426 9666 傳真：2776 2131
電郵：ntkfh@hkfws.org.hk

長亨服務中心

新界青衣長亨邨亨業樓地下A翼
電話：2436 9090 傳真：2436 3661
電郵：ntchh@hkfws.org.hk

宏福服務中心

新界青衣青敬路75號宏福花園1座地下
電話：2436 1413 傳真：2495 0790
電郵：nttgh@hkfws.org.hk

拒收直接促銷通知

如欲要求本會停止使用閣下個人聯絡資料作直接促銷／推廣之用途，請填寫「拒收直接促銷通知書」，(表格於www.hkfws.org.hk下載) 並郵寄／傳真回本會，費用全免。聯絡資料請見左上方。

督印人：黃潔瑜 (高級經理 - 長者服務)

編委會成員：林新慧 (經理 - 長者服務) 陳翠婷 (社工)

張少玲 (社工) 黃雅麗 (社工) 呂紫楠 (社工)

本會為註冊之有限公司
2025年12月出版
印刷數量2,500