

家福會「香港家庭幸福指數」2024

行政摘要

引言

1. 香港家庭福利會(家福會)一直關注香港家庭的福祉，於 2020 年發佈全港首個「香港家庭幸福指數」量度工具，喚起公眾關注家庭幸福。「香港家庭幸福指數」是全港首個切合香港社會文化和信效度俱佳的量度家庭幸福的工具。家福會透過全港性調查，定期評估香港家庭的幸福水平，透過與過往數據比較，探討香港家庭幸福的趨勢，並作出相應的建議，為香港家庭、政府及不同持份者，在促進家庭幸福方面提供重要的參考。
2. 2024 年是「香港家庭幸福指數」第三次調查研究。第一次調查於 2019 年 7-8 月香港社會動盪期間進行；第二次則於 2022 年 1 月新冠疫情第 5 波高峰前進行。另外，為回應照顧者需要及作出適切的支援，是次調查亦特別探討家中有照顧者的家庭幸福狀況。

研究設計摘要

3. 「家庭」和「家庭幸福」的定義

研究借鑒並適當調整 2018 年香港家庭影響評估(Family Impact Assessment)研究對於「家庭」所作的定義，將其定義為「由兩人或以上組成(通常源於血緣、婚姻或領養)，彼此間的關係存在情感支持和照顧的功能，而關係的維持是基於承諾和責任，且沒有預設時限」。而「家庭幸福」則被定義為「家庭在與環境互動中履行各項家庭職能、滿足其成員多元需要的能力的狀態」。在電話調查的部分，「家庭」或者「家人」的使用由受訪者根據其自己的理解和定義來操作。

4. 香港家庭幸福指數的構成

「香港家庭幸福指數」由六個範疇組成，三個範疇與家庭內部相關，分別為(1)家庭團結、(2)家庭資源、(3)家庭健康；另外三個是家庭與社會相關的範疇，分別為(4)社會連繫、(5)社會資源和(6)生活平衡。

5. 分數範圍

家庭幸福指數由 0 至 10 分，7.5 分或以上為「良好」，6 至 <7.5 分為「一般」，5 至 <6 分為「偏低」，5 分以下則屬「較差」。

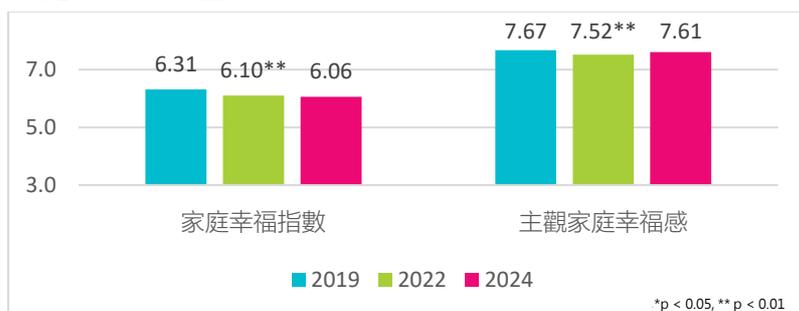
樣本資料

6. 家福會今年委託香港民意研究所於 2024 年 1 月 2 日至 23 日期間，由真實訪問員進行隨機抽樣電話訪問，透過固網及手提電話，邀請 18 歲或以上與家人同住的香港居民，回答「香港家庭幸福指數」問卷。成功樣本數目為 2,014 個，回應比率為 44.6%。
7. 加權方法按照政府統計處提供的統計數字以「反覆多重加權法」作出調整。統計數字均

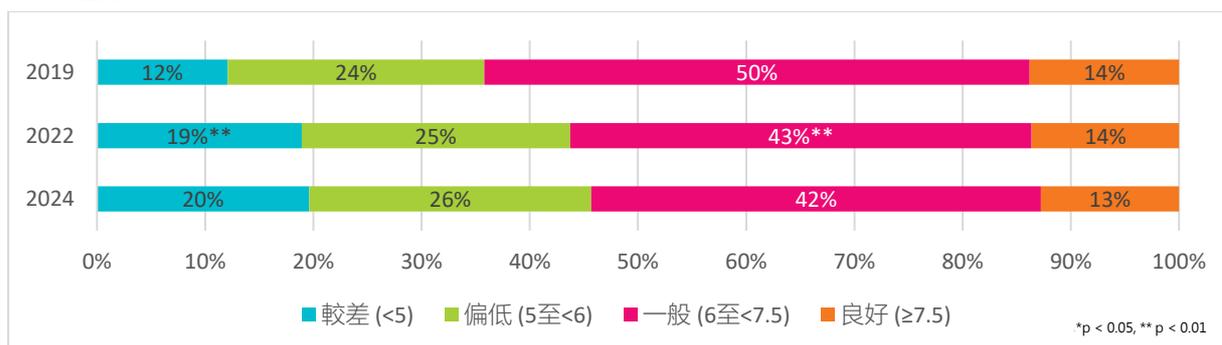
來自綜合住戶統計調查(2023 年第 3 季)。涉及的人口變項包括：性別、年齡、教育程度(最高就讀程度)、經濟活動身分及住戶人數。

香港家庭幸福指數結果及趨勢比較

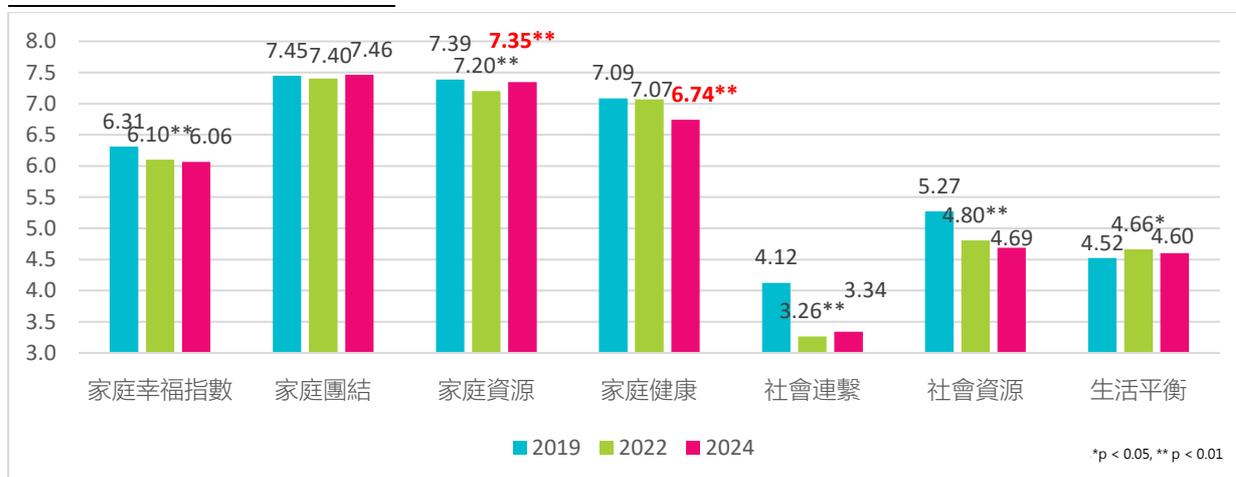
8. 「香港家庭幸福指數」2024 的分數為 6.06 分，2022 年為 6.10 分，2019 年則為 6.31 分。數據顯示香港家庭幸福水平與 2022 年相若，跌幅不明顯。然而，主觀家庭幸福感則比 2022 年上升。



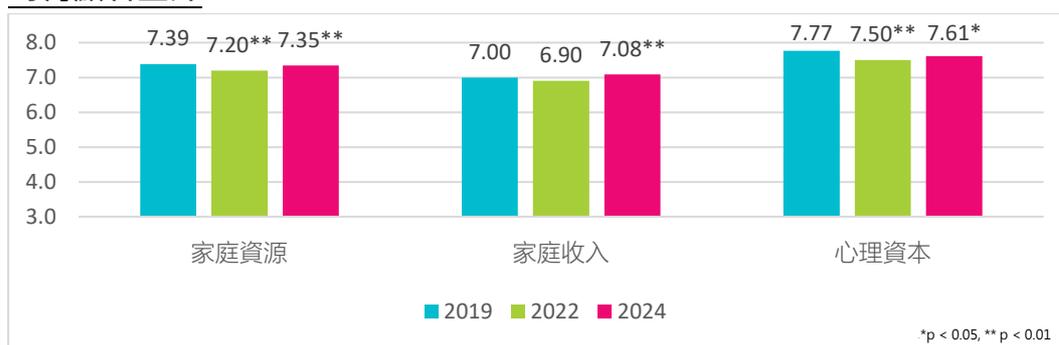
9. 接近一半受訪者的家庭幸福指數屬於「一般」，與 2022 年調查相若。然而，指數屬於「較差」的受訪者則持續上升。



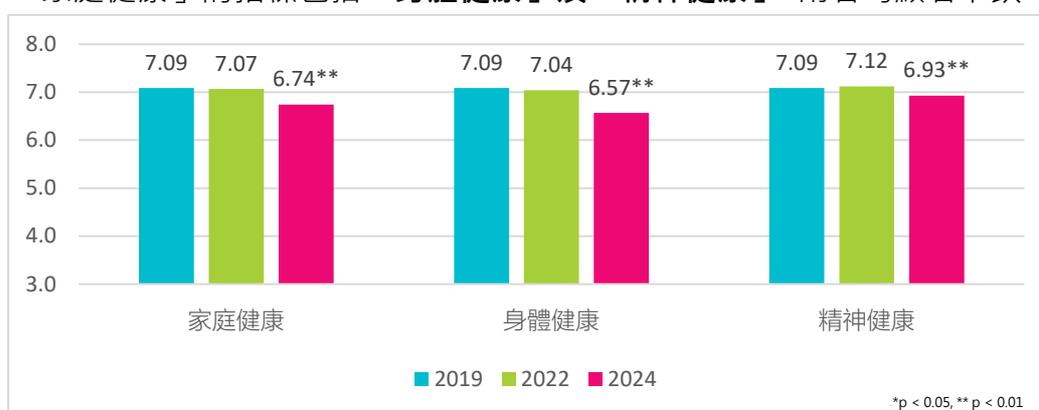
10. 家庭幸福六個範疇中，「家庭資源」顯著上升，「家庭健康」則明顯下跌；「社會連繫」在三次調查中皆是得分最低。



11. 「家庭資源」的次範疇包括「家庭收入」及「心理資本」。「家庭收入」及「心理資本」均有顯著上升。



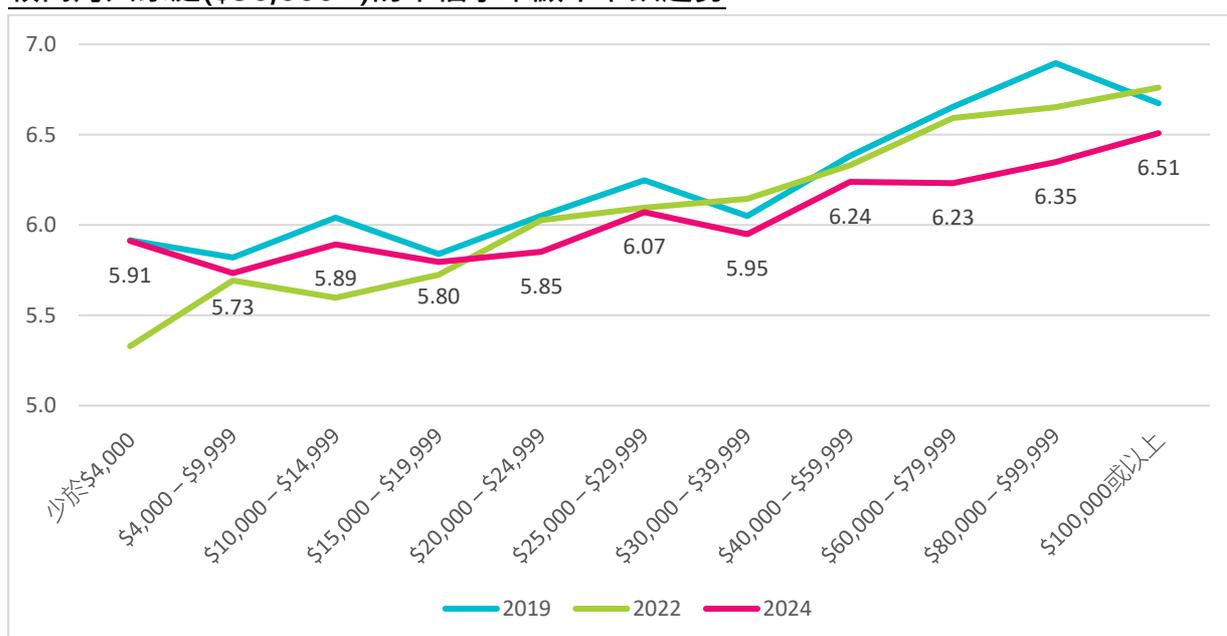
12. 「家庭健康」的指標包括「身體健康」及「精神健康」。兩者均顯著下跌。



人口變項對家庭幸福水平的影響及其趨勢比較摘要

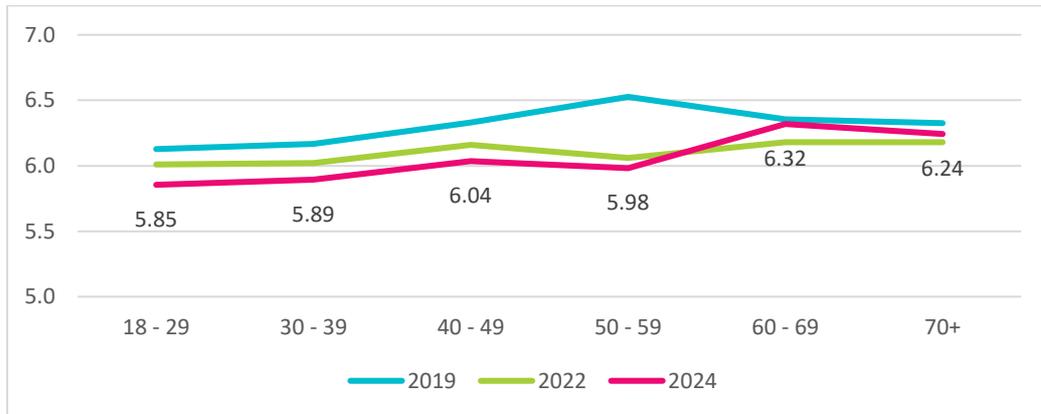
13. 家庭入息

家庭入息繼續對家庭幸福指數有頗大影響，但貧富家庭的幸福指數差距比 2022 年收窄，較高月入家庭(\$30,000+)的幸福水平顯示下跌趨勢。



14. 年齡

較年輕人士的家庭幸福水平依然明顯較低，並有持續下降的趨勢；而 18-29 歲組別在三次調查中皆是得分最低；50-59 歲組別自 2019 調查至今跌幅最大。



15. 婚姻狀況

分居/離婚人士的家庭幸福水平較低。

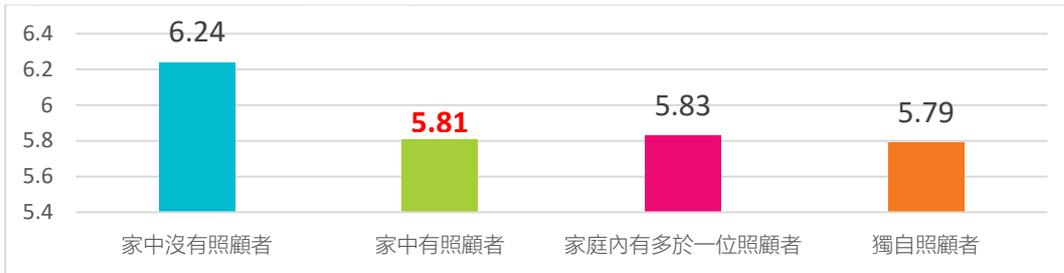


家庭入息與家庭幸福六個範疇之關係

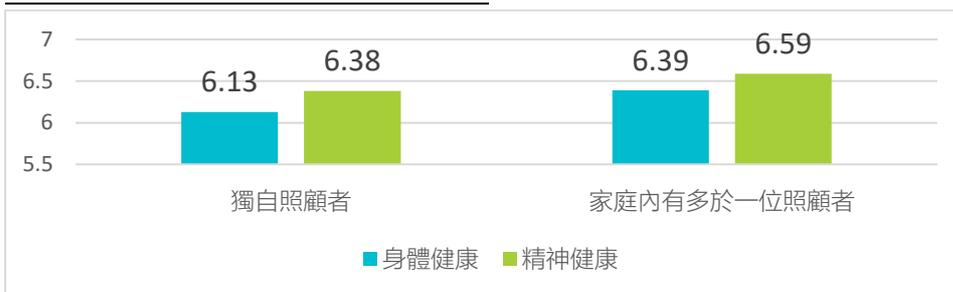
16. 以家庭入息作對比，貧富家庭的幸福指數差距收窄。家庭月入超過\$60,000 的家庭在「家庭團結」、「家庭資源」、「家庭健康」、「社會資源」和整體家庭幸福指數在統計學上均有顯著下跌。
17. 相反，月入低於\$15,000 的家庭在「家庭團結」、「家庭資源」、「社會連繫」和整體家庭幸福指數在統計學上皆有顯著上升。
18. 研究團隊亦就資料進行線性迴歸分析。過往 2022 年的線性迴歸分析顯示，「家庭團結」、「家庭資源」、「家庭健康」、「社會連繫」、「社會資源」以及整體家庭幸福指數均與家庭入息有顯著正向關係；在 2024 年數據的線性迴歸分析中，則是「家庭資源」、「家庭健康」、「生活平衡」以及整體家庭幸福指數與家庭入息呈顯著正向關係。
19. 以上數據顯示，「家庭團結」、「社會連繫」和「社會資源」和家庭入息的關係統計學上不再顯著，可以說是因為該三個範疇的貧富差距收窄。只有「家庭資源」由於本身和家庭入息的關係極大，因此即使貧富差距收窄，亦仍然繼續維持統計學上的顯著關係。

家中有照顧者的家庭幸福狀況

20. 是次調查中，「照顧者」的定義為需要照顧年長、患病、殘障或有特殊學習需要家人生活起居的人士。
21. 在 2,014 位受訪者中，有近 4 成受訪者家中有照顧者(39.1%)；當中自己或家人是獨自照顧者的比例有 **51.8%**。
22. 家中有照顧者的家庭幸福指數為 **5.81 分**，較家中沒有照顧者(6.24)相距甚遠。獨自照顧者的家庭幸福指數為 **5.79 分**，較家庭內有多於一位照顧者(5.83)為低。



23. 獨自照顧者的身體健康及精神健康亦比家庭內有多於一位照顧者較差。



24. 受訪的獨自照顧者中，約 4 成超過 60 歲(40.9%)，而 70 歲或以上的佔了 17.0%。以此數據推算，全港「年長獨自照顧者」的人數估計超過 26 萬，情況需要關注。人口老化情況將更令問題加劇。
25. 此外，數據顯示有照顧者的家庭中，有 **13%家庭有照顧者移民海外**，而當中近 5 成(48.5%)表示照顧壓力在家人離開香港居住後有不同程度增加。
26. 家福會建議政府集中資源，針對「年長獨自照顧者」的需要提供適切的服務。政府首要投放資源，如大數據分析協助辨識及連繫隱閉及高危照顧者；同時亦應透過設立專責外展服務隊，主動接觸及協助尋找高危人士。
27. 除協助「年長獨自照顧者」本人外，亦需強化其家庭成員間的協作，以「家庭照顧夥伴」的理念，用團隊模式，彼此分工合作的去處理家人照顧事宜。
28. 「家庭照顧夥伴」的理念同樣可以在移民或非同住的家庭中實踐。**透過科技**，例如遙距協助處理生活事務、定時監察被照顧者的電子健康記錄、定期視像見面關心問候等，都可以支援照顧者，除減輕照顧者實際壓力外，更重要是減輕照顧者「孤軍作戰」的孤單感。

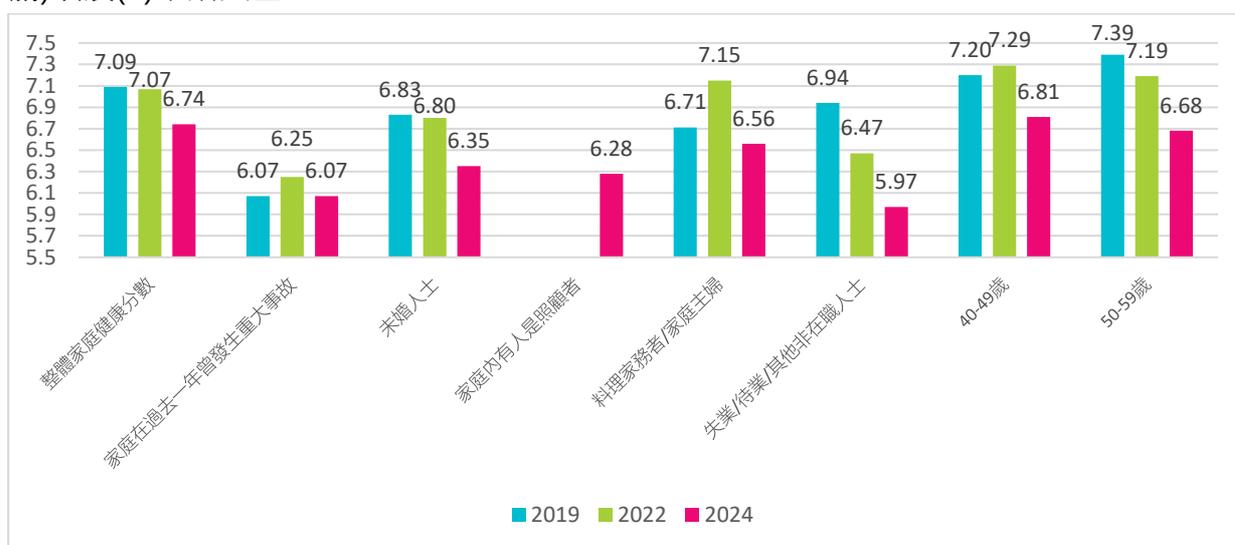
29. 家福會亦建議**動員社區不同持份者**，包括物業管理公司、鄰舍、醫護社福機構、教會、商戶及社區人士，一起**建構社區鄰舍網絡支援照顧者**。家福會認為可透過教育和培訓，提昇持份者對照顧者需要的認識及支援的能力，包括辨識高危照顧者、照顧者相關資源、鼓勵主動提供協助和關懷，適時轉介至專業人士作評估及進一步支援，以降低照顧者面臨困境的風險。
30. 在照顧壓力方面，越有**足夠私人時間放鬆**「叉電」的受訪照顧者，照顧壓力越少。「家庭照顧夥伴」的理念可幫助照顧者將照顧責任暫時交托其他家庭成員，讓自己多點放鬆「叉電」的時間，舒緩照顧壓力。

「家庭健康」水平及趨勢比較

31. 受訪者的「家庭健康」整體評分為 6.74 分，2022 年為 7.07 分，2019 年則為 7.09 分；2024 年的分數與 2022 年的分數比較，在統計學上有顯著下跌。



32. 根據線性迴歸分析，「家庭健康」水平遍低的組別包括(1)未婚人士、(2)家庭在過去一年曾發生重大事故，(3)有較多照顧者的家庭以及(4)低收入家庭。從數字上，跌幅較大的組別包括(1)料理家務者/家庭主婦、(2)失業/待業/其他非在職人士、(3)中年人士(40-59歲)以及(4)未婚人士。



33. 在「身體健康」方面，受訪者的整體評分為 6.57 分，2022 年為 7.04 分，2019 年則為 7.00 分；2024 年的分數與 2022 年的分數比較，在統計學上有顯著下跌。根據線性迴歸

分析，「**身體健康**」與家庭月入呈正向關係。

34. 在「精神健康」方面，受訪者的整體評分為 **6.93 分**，2022 年為 7.12 分，2019 年則為 7.19 分；2024 年的分數與 2022 年的分數比較，在統計學上有顯著下跌。根據線性迴歸分析，「**精神健康**」與**年齡、住戶人數、及家庭月入**呈正向關係。
35. 家庭入息與「家庭健康」在兩次調查中均有正向關係，亦即**家庭月入越低，「家庭健康」水平越低**，低收入家庭的**家庭健康**值得關注。
36. 整體來說，香港家庭的「家庭健康」有下跌趨勢，當中包括「身體健康」及「精神健康」。家福會提倡以家庭作為單位推動「家庭健康」，以心理治療及基層醫療服務模式為例，提供以家庭單位而推出的健康護理服務包括體重及營養管理，以提升整體家庭的**健康**。
37. 在實踐「**健康是一家人的事**」，家庭成員更需要互相協助，一同提升健康。家福會建議家庭從「運動、營養、休息、溝通」四方面著手，讓「身體健康」及「精神健康」同樣照顧得到，建立一家人的**健康**的生活模式。

「社會連繫」水平及趨勢比較

38. 調查結果顯示，「社會連繫」(3.34)仍然落在較差的水平。在過去的三次調查中，**社會連繫**一直是得分最低的範疇。
39. 研究團隊亦就「社會連繫」與多個社經背景變項進行迴歸分析，發現「**社會連繫**」與**受訪者的年齡、教育程度、住戶人數**呈顯著正向關係。此外，女性、租住公屋、失業/待業/其他非在職人士、同居/已婚/喪偶人士、以及只與兄弟姊妹同住的人士則有較高的「社會連繫」分數。
40. 政府在過去兩年已經透過舉辦多元化的活動，積極加強家庭與社會之間的連繫，然而家庭參與社會及貢獻社會的程度仍然偏低。家福會建議於**制度上提供更多參與社會事務的途徑**，讓市民認識及認同參與公共事務的有效渠道，加強參與空間，提升與社會事務的**連繫**。
41. 家福會建議政府**進行調查和研究**，以深入了解家庭參與社會和貢獻社會所面臨的**障礙和挑戰**，從而制定相應的政策和措施來建立及推動社區支援網絡，以改善現有的情況。
42. 此外，建設更多**以家為本的社區設施、休憩和公共空間**，不單有助促進家庭身心健康，亦能提升家庭對社會的參與度以及歸屬感，提升香港家庭的**社會連繫**。