

口试练习

【适合年级】高华（高年级）

鼓励年长者就地养老 政府翻新旧邻里 增添乐龄设施

口头报告（两分钟）

题目：你认为政府为鼓励年长者就地养老所做的准备工作足够吗？为什么？

参考 答案	我认为和睦的邻里关系是建设和谐社区的重要因素。它除了能提升个人的生活质量，还能整个社区创造良好的氛围。那我们要如何维护睦邻关系呢？ 首先，我们要懂得尊重邻居的隐私。我们应该尊重他们的私人空间，不要随意进入他们的“领地”。有不少组屋单位是面向走廊的，我们在经过时也要避免往邻居家里头窥探。 第二，我们应该保持友善的沟通。平时见到邻居时，我们可以主动微笑问候，表现出友好的态度，从而建立信任和良好的关系。在遇到噪音或垃圾处理等问题时，也要尽量用和平冷静的方式与邻居沟通，共同寻求解决方法。 第三，在良好关系的基础上，我们可以在邻居有需要时，主动伸出援手，例如帮他们照顾孩子或老人。如果有多余的物品或食品，我们也可以和邻居分享。在得到邻居的帮助和分享后，我们当然也要表示感谢，日后也可以跟他们分享一些食品等。我相信在“礼尚往来”间，我们能建立更好的关系。 第四，因为大家住得十分靠近，自己的一些行为有可能会给他人带来影响。因此，我们要保持适当的生活习惯，避免做出干扰他人的行为，例如制造噪音或占用公共空间。如果我们把私人物品摆放到走廊上，不只占用了公共空间并对他人造成行走上的不便，更有可能引发火患。 最后，我们也要有包容和理解的心态。大家的族群、宗教及文化背景不同，生活习惯自然也不一样。我们必须保持包容的心态，互相理解彼此的文化和习俗，避免产生矛盾。
答题 指引	• 能仔细观看视频，听出和话题有关的内容 • 能清楚地分析观点 • 能举例支持自己的观点 • 在作报告时必须有条有理，语速、语调适当

师生讨论 (共 3 题)

问题 1: 听完这个新闻后，你对政府为年长者就地养老所做的翻新工作有什么感受？为什么？
(引申题)

参考 答案	第一，我感到很欣慰，政府通过“乐龄翻新计划”展现了对年长者的关怀。这些翻新不仅仅是表面上的改善，实际上是从年长者的生活需求出发，为他们提供更舒适和安全的社区环境。无障碍坡道、健身步道和康疗花园的增设，能够帮助那些行动不便的老人，特别是使用轮椅或拐杖的年长者，让他们能更轻松融入社区，增加活动机会，减轻依赖家人的负担。通过这些设施，年长者能够在自己熟悉的环境里继续独立生活，保障了他们的生活质量。 第二，我感到敬佩，政府能积极面对社会老龄化问题，并提前采取行动，显示出其长远的社会规划。随着社会老龄化的加剧，越来越多的年长者需要一个适合的环境来养老，而政府推出的这一计划，让我们看到它对年长者的重视。通过这些翻新措施，政府不仅仅是解决生活上的不便，还展现了尊重年长者的态度。让他们在熟悉的社区中老有所依，不必因为设施不适应而搬离，避免了年长者在陌生环境中感到孤独和不安。这种关怀让我感到政府非常体贴且负责任。
答题 指引	*能够根据新闻的内容，说明你的感受，说明原因时可以结合新闻中的重点信息。 *能用适当的语速，语调，语气表达。

问题 2: 除了新闻中提到的翻新设施，你认为还可以增添哪些设施或服务，来进一步帮助年长者更好地在社区养老？(创意题)

参考 答案	第一，我建议在社区内增加日间护理中心。这类护理中心可以为那些需要定期医疗护理或有慢性病的年长者提供照护，减轻家庭成员的照顾压力，特别是那些需要外出工作的家属。例如，像患有阿尔茨海默症或中风后的年长者，他们可能无法独立处理日常生活琐事，家属也难以每天在家陪护。如果社区有这样的日间护理中心，年长者可以在中心内得到专业的护理和照顾，而家属可以放心地去工作或处理个人事务，不用担心老人的安全问题。这不仅能提高年长者的生活质量，也能为家属提供更大的支持。 第二，我建议政府举办更多的社区活动，尤其是促进代际互动的活动，让年轻人与年长者多交流，增强社会凝聚力。年长者不仅需要身体上的照顾，更需要心理和情感上的支持。通过代际互动，年长者能够感受到年轻人的关怀，减少孤独感，提升他们的心理健康。例如，社区可以举办一些“代际共享日”或是“家庭运动日”，让年长者与年轻人一起参与游戏和
----------	---

	活动，互相学习、交流。通过这些活动，年轻人也可以更多地了解老年人的需求和生活方式，培养尊重与关怀之心，这有助于形成一个更加包容和有爱的社区氛围。
答题 指引	*能有针对性地提出切实可行的建议。 *能够有条理地进行说明。

问题 3：你认为社区翻新的乐龄设施是否能有效缓解新加坡老龄化带来的社会问题？为什么？
(评价题)

参考 答案	我觉得社区翻新的这些乐龄设施确实能在一定程度上缓解老龄化带来的问题，但光靠这些设施还不够，必须有更多的帮助才能解决老龄化的复杂问题。 第一，这些设施确实能改善年长者的生活质量和安全感。像无障碍坡道、健身步道、康疗花园这些东西，让年长者可以更方便地在社区里生活，减少对家人的依赖。这能帮助减轻家庭和社会的照顾压力，尤其是减少对医疗服务的需求。而且，增加的健身步道也鼓励年长者多锻炼，身体好了，生病的机会就少了，医疗费用也就能降下来，这对社会也是有好处的。 第二、不过，光有这些设施还是不够的。年长者除了生活上的需要，心理上的需求也很重要。很多老年人退休后失去了工作和社交机会，容易感到孤独。所以，除了这些设施，社区还应该多组织一些活动，帮助年长者保持社交和心理健康。通过志愿者活动或代际互动，可以帮助他们不觉得自己被社会遗忘，心情好，生活质量才会更高。这样才能真正缓解老龄化带来的更深层次的问题。
答题 指引	*能针对题目的观点，从两到三个角度发表自己的看法。 *能够有条理地针对自己的看法进行论证。