

香港社區組織協會 兒童權利關注會 香港脊骨神經科醫學院基金
「不適切居所的兒童及青少年住屋環境與脊骨健康」調查報告 新聞稿

1. 引言

香港社區組織協會及兒童權利關注會聯同香港脊骨神經科醫學院基金就不適切居所的兒童及青少年住屋環境與脊骨健康調查報告並發佈調查結果。聯合國《兒童權利公約》(United Nations Convention on the Rights of the Child)於1989年11月20日訂立，聯合國並將當日訂定世界兒童日(World Children's Day)，《公約》自1994年適用於香港，至今已30年，呼籲社會正視兒童權利。

2023年全港共有955,500名18歲以下的兒童，當中215,000名兒童生活在住戶入息中位數一半以下的貧窮家庭，其中37,080名(2023年12月)為15歲以下的兒童領取綜援¹，其他來自低收入家庭，香港兒童貧窮率為22.5%；兒童貧窮率由2013年的24.5%，至2023年稍降至22.5%，反映兒童貧窮情況在過去十年未有大幅度改善；約每五名兒童之中，便有一名生活在貧窮境況，兒童貧窮人口及比率持續高企，仍待社會正視。統計資料顯示，現時居於劏房、板間房、天台屋等不適切居所的人口逾22萬，當中包括34,002名兒童(15歲以下)。截至2024年6月底，約有21萬宗公屋輪候冊個案，估算18歲以下人士數據約10萬人，輪候公屋兒童的人口不斷增加，兒童人口百分比徘徊在20%至25%。粗略估算，當中本港近五萬名兒童及青少年居於劏房等不適切居所；輪候公屋時間延長，兒童居於劏房、板間房，既面對高昂租金，又面對學習及活動空間嚴重不足問題，長期蝸居不適切居所，影響身心健康成長及學習。其中兒童脊骨健康一直受忽視，脊骨健康影響人的一生，但劏房狹小，兒童常要屈身做功課，家具又不合，有礙兒童的脊骨健康成長。

逾四萬兒童蝸居不適切居住環境 健康成長憂堪

適切的居住環境，對兒童健康成長至關重要，奈何一個基本適足的居所，對於身處惡劣居住環境的基層兒童及青少年而言，仍是一個遙不可及的夢。根據2021年人口普查的《主題性報告：居於分間樓宇單位人士》，只計算分間單位的劏房，未包括居住環境更為惡劣的板間房、閣樓空間、太空艙、床位及天台屋等不適切居所類型，全港約有108,200個分間樓宇單位，共有107,400個住戶、215,700名居民，當中更有近一成六為15歲以下兒童。²在2021年，在本港107,371戶劏房住戶，當中有34,002名是15歲以下的兒童居於劏房，佔香港兒童人口的約4.5%，劏房兒童分布於約2.6萬個家庭內，當中尤其以深水埗和油尖旺佔多數(油尖旺有7,119名，深水埗有7,015名，九龍城有3,591名)(參見附表一至三)；若計及15至18歲的兒童，以及其他不適切居所類型(包括：板間房、工廈、床位等)，粗略估算全港居於不適切居所的兒童(18歲以下)近5萬人，涉及兒童及青少年人數具一定規模。

2. 調查結果及分析

為探討住屋環境對兒童脊骨健康的影響，本會與香港脊骨神經科醫學院基金合作，於2024年9月至11月進行不適切居所的兒童及青少年住屋環境與脊骨健康調查；調查探討居於不適切居所的兒童及青少年的居住環境情況、個人感受、生活起居狀況，以及檢視脊骨健康住屋環境的關係。除了網上問卷調查，亦一併使用脊椎掃描器檢測。是次問卷調查成功訪問503位貧窮兒童，並為234位兒童檢查脊骨，發現絕大部份受訪貧窮家庭兒童脊骨健康出現不同程度問題，概要如下：

2.1 受訪者個人資料

- 人數：調查共訪問503位基層家庭兒童，近六成(57.5%)為男童，四成(42.5%)為女童(表1)；
- 年齡：逾半(54.3%)兒童年齡介乎7至12歲，其次(39.6%)為13至18歲，中位數11歲(表2)；
- 教育程度：近五成半(53.3%)受訪兒童正就讀小一至小六，四成多(43.4%)為中學學生(表3)；
- 家庭收入：逾半(54.3%)受訪家庭收入源自工作，或工作及低收入綜援，三成(33.2%)領取綜援(表4)；
- 家中兒童人口：近半(45.3%)家中有1名兒童，四成(40.6%)有2名兒童，中位數2名。(表5)
- 家庭人數：最多4人家庭(29.8%)、其次為3人(29.6%)及2人家庭(26.8%)，中位數3人(表6)

¹ 社會福利署回覆香港社區組織協會之信函

² 二零二一年人口普查- 主題性報告：居於分間樓宇單位人士 <https://www.census2021.gov.hk/doc/pub/21c-SDUs.pdf>

- **家庭收入:** 最多介乎 10,000 元至少於 20,000 元(52.7%)、其次 5,000 元至少於 10,000 元(24.7%)；月收入中位數 13,000 元(表 8)，若按家庭人數劃分的受訪者的每月家庭收入，受訪家庭每月入息中位數均明顯低於同期全港住戶入息中位數的一半(即貧窮線)(表 9)。

2.2 居住環境

- 絕大部份(82.5%)受訪兒童的家庭正租住套房(劏房)、租住板間房(4.8%)或其他(例如: 合租單位、租住天台屋、暫住親人家中、寮屋等)(7.3%)(表 10)。
- **居住面積 (平方呎) (只計算家中租住面積，不包括公用走廊等):** 絕大部份(82.3%)受訪者表示居住面積介乎 51 至 200 平方呎，受訪住戶居住面積中位數為 140 平方呎，平均數為 154 平方呎。(表 11)
- **租金:** 近半(49.5%)住戶每月租金介乎 4,000 元至少於 6,000 元，每月租金中位數為 5,000 元，平均數為 5,257 元(表 12)
- **整個單位間戶數:** 最多受訪住戶表示單位間 3 戶居住(31.2%)，共住中位數為 3 伙。(表 13)
- **租住年期:** 最多(52.5%)受訪者表示已居住 1 至 5 年，居住中位數為 2 年 8 個月(表 14)
- **單位廁所及廚房情況:** 三成(31.4%)表示家中有獨立廁所及獨立廚房、三成(30.2%)表示有獨立廁所，但廚房在廳，其餘是有廁所但與廚房一起(16.3%)(表 15)
- **是否有書桌、學習地方及獨立睡床:** 大部份受訪家庭(74.0%)表示沒有(表 16)，七成半(73.4%)受訪家庭表示子女沒有固定學習地方(表 17)，逾七成(71.0%)表示不是所有子女都有獨立睡床(表 18)。倘若兒童沒有獨立睡床，最多受訪者表示會與母親(52.9%)一起睡，其次為、兄弟(7.6%)、姊妹(6.4%)等(表 19)。
- **輪候公屋:** 近七成(66.6%)兒童正輪候出租公屋，輪候公屋中位數為 5 年以上至 6 年(表 21)。

2.3 兒童缺乏適切居所，基本生活及學習需要被剝奪

受訪貧窮兒童及青少年中，七成半(74.0%)沒有書桌或固定地方學習(73.4%)，可見住屋環境確實影響其學習或日常生活。一張可做功課的書枱，一小片生活作息空間，對兒童成長是基本的條件，但對劏房兒童來說卻很難擁有，這些兒童要在床上、檯子、飯枱上做功課，家居處境惡劣，而且租金昂貴，嚴重違反國際人權公約，違反房屋權的規定，剝奪兒童健康成長的權利。

2.4 八成兒童不喜歡現居 逾半坦言礙精神健康

八成(80.3%)受訪兒童表示不喜歡目前自己居住的地方，主要問題是活動空間不足、居住環境亦擠迫；又沒有玩樂的空間，加上廁所狹小、空氣混濁且光線不足又嘈吵，反映斗室中的空間、採光、通風氣流、安靜度等均不宜居的問題。此外，環境惡劣不安全(如:石屎掉,滲水等)等因素，亦對兒童的健康及人身安全構成一定風險。除了上學在學校外，家中是兒童最多時間逗留的地方，在物質、心靈和情緒上均是兒童最重要的提供者，若居於不適切居所的兒童不喜歡逗留在家，認為家中不合適溫習、讀書和玩樂，將對其實際生活和個人情緒帶來負面影響。惡劣的居住環境，導致絕大部份(87.1%)兒童認為阻礙其生活作息和學習質素，逾半(51.5%)的受訪兒童坦言影響個人精神健康，三成多(32.8%)表示影響個人體格健康；逾六成(60.4%)反映有不同身體那個部位感到疲累或酸痛(如:肩頸腳腰等)，反映不利的居住環境，亦會打擊清貧學童的學習及生活動力。根據過往經驗，就算是成年人³，長期居住不適切居所，人會喪失鬥志，覺得自己無希望，兒童正值成長階段，如長期處於情緒低落情況，絕對損害其身心成長。

2.5 六成兒童欠脊骨知識 七成現寒背 脊骨健康教育不足

脊骨成長關係人的一生健康，雖然社會普遍知悉保護脊骨健康的重要性，但調查顯示近六成(59.4%)受訪兒童缺乏脊骨知識，從沒有接受過資訊；在日常生活中，亦無從判斷平日自己站立姿勢或坐下來姿勢是否正確，甚至有七成(71.6%)受訪家長目測發現子女有寒背的問題；反映政府健康教育不足，貧困兒童無機會接收健康資訊，因而未能做好預防保健的準備，反映基層兒童的脊骨健康已亮起警號。

³ 香港社區組織協會 2012/13 籠屋板房及套房研究報告

2.6 近七成幼童、三成小學生書包過重 損害兒童脊骨健康

除居住環境的因素外，貧窮兒童每天負荷的書包重量，亦是對脊骨健康不利的一大風險因素。受訪兒童平均書包重量中位數達 5 分斤，當中更有三成(30.8%)書包重達 6 公斤或以上。根據醫學研究顯示，身上如果負重超過體重 10% 的物品，身體姿勢就會明顯改變；當揸包負重達體重 15% 以上，頭顱、胸椎、腰椎與四肢的姿勢都會改變。與此同時，脊椎的曲度亦會顯著因為壓力而變化。為此，美國兒科醫學會以及許多研究都建議孩童背上負重不應超過體重的 10%~15%。若以最高即體重 15% 以上為警戒線，參考香港衛生署的「香港 2020 生長圖表」⁴，3 發現調查在 3 至 6 歲的受訪兒童中，當中近七成(67.7%)書包重量是 3kg 或以上；在 7 至 12 歲的受訪兒童中，當中三成多(31.1%)書包重量是 6kg 或以上；至於 13 至 18 歲受訪兒童中，三成半(34.2%)書包重量是 6kg 或以上。由此可見，有相當比例的受訪幼童及小學階段學童每日脊骨負重量甚高，長遠對脊骨健康構成一定風險。根據研究發現，書包過重對個人健康可能造成以下影響，包括：影響脊椎曲線(脊椎側彎、駝背、腰椎前凸)。書包過重是本港學童普遍面對的問題，當局應該正視，並透過不同方式，減少各級學童負荷書包過重的情況，保護兒童脊骨健康。

2.7 長時間學習及使用電子設備 長期坐著不利脊骨健康

除書包普遍過重外，受訪兒童普遍缺乏充足運動、長時間做功課，以及使用電子設備做功課或作娛樂用途時間過長的問題。調查發現，逾七成(72.7%)受訪兒童每天需要用 2 至 3 小時完成家課，時間頗長；更要每日要花 1 至 2 小時使用電子設備，包括：做功課或作娛樂之途；逾三成多(34.2%)受訪兒童每天使用電子設備娛樂用時數長達 2 至 3 小時，不少(30.5%)使用電子設備 60 分鐘甚至 1 至 2 小時或以上才作休息，甚至一成(10.3%)兒童不作休息。由於兒童普遍坐著使用電子設備，過長時間保持坐著的姿勢，會令肩頸等部份缺乏足夠休息；甚至增加脊骨向前傾(即寒背)的情況，長期坐著不利脊骨健康。

2.8 家中狹窄難持續運動 貧窮運動量較一般兒童更低

根據衛生署(2024 年)體能活動指南(幼稚園及幼兒中心適用)⁵建議，3 至 6 歲幼兒每天應進行至少 180 分鐘不同類型和強度的體能活動，當中包括至少 60 分鐘中等至劇烈強度的體能活動，包括：跑步、跳繩、跳舞、到公園玩耍、踢足球、游泳等。⁶至於對所有健康的 5-17 歲兒童及青少年來說，世衛建議每星期平均每天進行最少 60 分鐘中等至劇烈強度(以帶氧運動為主)的體能活動；有助強化肌肉和骨骼的活動。假設是次調查中所有受訪兒童表示進行的亦是中等強度的運動，以每日最少 60 分鐘標準估算，近八成(79.5%)受訪兒童運動量皆不達標(表 32)。比對 2023 年本港調查，七成多(72.7%)兒童運動量未達世衛建議⁷；反映貧窮兒童運動不達標情況較全港兒童嚴重。受訪兒童平均每天運動時數僅 15 分鐘，近四成(39.6%)更沒有做運動，兩成(19.9%)兒童更表示整個星期無做運動。另外，本港四成多(42.1%)兒童表示「家中空間不足」阻礙參與體能活動，與本調查中七成多(72.6%)受訪兒童表示「活動空間不足」有較明顯分別。

2.9 居所狹小，九成兒童有不同程度的脊骨脊椎問題

調查顯示兒童居所狹小，沒有空間學習及生活，甚至近三成(28.2%)兒童表示要屈著身做功課、一成(8.2%)表示不能坐直身；九成兒童有不同程度的脊骨脊椎問題，可見問題普遍及嚴重，必須及時矯正以免惡化。

脊醫人體掃描檢查兒童脊骨健康情況，本次人體掃描調查中一共有 234 名 6 至 18 歲人士參與，當

⁴ 香港 2020 生長圖表(香港 2020) 香港特別行政區政府衛生署(2024 年)

https://www.dh.gov.hk/english/useful/useful_PP_Growth_Chart/files/growth_charts.pdf

⁵ 香港特別行政區政府 衛生署(2024 年) 體能活動指南 https://www.startsmart.gov.hk/files/pdf/physical_guide_tc.pdf

⁶ 香港特別行政區政府 衛生署 活出健康新方向 - 體能活動的分類及劇烈程度

https://www.change4health.gov.hk/tc/physical_activity/facts/classification/index.html

⁷ 香港小童群益會《兒童快樂調查 2023：運動與快樂》調查撮要 https://www.bgca.org.hk/uploads/file/202308/Research_Chi.pdf

中 55.1% (n=129) 的參加者為男性；而 44.9% (n=105) 的參加者為女性。(表 45)

掃描脊椎背面評估肩部平衡(44.4%不平衡)、脊椎側面評估頸椎傾斜角度(75.2%不達標準)、脊椎側面評估盤骨傾斜角度(42.3%不達標準)方面，在 234 名檢查對象當中：

- 評估項目有最少一項或以上輕度或嚴重的人數：219 (93.6%)
- 評估項目有最少兩項或以上輕度或嚴重的人數：141 (60.3%)
- 評估項目有最少一項或以上嚴重的人數：108 (46.2%)
- 評估項目有最少兩項或以上嚴重的人數：15 (6.4%)

有 13 名 (5.6%) 對象懷疑患有脊柱側彎，當中男性佔 7 名 (53.8%)，女性佔 6 名 (46.2%)，他們均需轉介至詳細檢查。

3. 調查建議

脊骨成長關係到人的一生健康，必須從小作出適時保護，香港政府應立即為基層弱勢家庭中的兒童提供支援，推行長短期的房屋支援政策，履行《經濟、社會及文化權利國際公約》及聯合國《兒童權利公約》的規定，維護兒童享有適切的居所。為此，本會就房屋、醫療及教育三大方面作以下建議：

3.1 增建出租公屋，縮短輪候時間，完善過渡房屋政策

3.2 引入兒童優先原則 將兒童(3 至 12 歲)列入公屋優先安置的行列

3.3 為正輪候公屋的兒童家庭提供租金津貼，將「現金津貼試行計劃」恆常化

3.4 為低收入劏房住戶推行改善家居援助計劃

3.5 增設社區客廳及設立社區學習中心

3.6 檢討私樓綜援租金津貼金額及調整機制，訂立租津上限能應付九成私樓綜援租金目標

3.7 立法訂立起始租金 避免業主牟取暴利

3.8 加強檢查脊骨 提早學童脊柱側彎篩查並一年一檢及資助跟進治療

3.9 全面善用現存學校及公共資源

3.10 引進扶貧角度 評估貧窮兒童及青少年需要 以青少年服務作扶貧

3.11 訂立青少年中心活動收費減免機制 補貼服務單位增加財政誘因

3.12 增加康樂活動受助名額，訂立活動收費豁免機制

3.13 強化學校扶貧功能 推行港版校園 Head Start 計劃

2024 年 11 月 17 日