



真生活 真夥伴
THE REAL LIFE COMPANY

友邦香港

九龍太子道東712號
友邦九龍金融中心
電話: (852) 2881 3333
AIA.COM.HK

新聞稿

友邦保險具標誌性的健康調查揭示： 2013 香港的健康生活指數於亞太區 15 市場排名尾三

沉迷上網無分年齡性別 亦不限於年青人
香港成年人睡眠不足情況區內最為嚴重
89% 年青人認為健康狀況較五年前差
年青人偏好以靜態活動減壓 加劇對健康構成威脅

香港，2013 年 10 月 22 日 — 友邦保險集團於亞太區 15 個市場進行一項具標誌性的調查 — AIA 2013 健康生活指數調查，訪問區內超過 10,000 名成年人。調查結果顯示，香港的健康生活指數僅為 58（以 100 為最高），與兩個市場並列榜末的第 11 位。調查亦揭示了新冒起的健康威脅，例如都市人沉迷上網及身體過重的問題。此外，香港市民因免費戶外設施普遍不足，一貫已較傾向靜態的生活模式，現揭示了上網成癮問題日益惡化，市民大眾的健康更為受到威脅。

友邦保險集團首席執行官兼總裁杜嘉祺（Mark Tucker）先生表示：「友邦保險一直致力協助亞太區公眾生活得更加健康長壽。我們投放資源於這項獨特及具規模的區域性調查，銳意剖析時下影響各地市民健康的重要趨勢，藉此喚醒各界關注。今年的調查結果發現，現代生活模式改變，對市民的健康帶來新威脅，而香港的情況更為顯著。」

沉迷上網無分年齡性別 亦不限於年青人

相信因香港互聯網滲透率甚高，近六成半香港成年人（64%）承認愈來愈沉迷上網和使用社交網絡，遠超出亞太區平均 56% 的水平。由於市民普遍不願意承認有沉迷的習慣，估計香港及亞太區上網成癮的實際情況，很可能比調查結果更為嚴重。其中，30 歲以下年青人的情況尤為嚴峻，有高達七成的香港被訪者承認自己沉迷上網。

令人驚訝的是，沉迷上網不限於年青一族，在 45 至 65 歲的香港成年人中，有 58% 的人士承認沉迷上網，遠較亞太區平均的 36% 為高。此外，香港女性被訪者沉迷上網的比例，與男性一樣偏高（64% 對 63%），亦高出亞太區女性和男性平均的 54% 和 57%。互聯網在年輕男女成長過程中現已不可或缺，上網成癮的趨勢將日趨嚴重。此外，香港市民沉迷上網無分年齡和性別，所引致的問題包括減少運動時間、妨礙充足睡眠等，有部份更影響坐姿。上述種種數字顯示，香港市民的健康情況令人憂慮。

- 下接第 2 頁 -

香港成年人睡眠不足情況區內最為嚴重

大多數香港市民認為，充足睡眠是健康生活的最重要元素。惟在 30 歲以下年青人方面，卻有高達 86% 人士承認沉迷上網減少了他們睡眠的時間。

此外，香港市民的實際睡眠時間與理想睡眠時間差距為 1.8 小時，在 15 個調查市場中差距為最高（亞太區平均為 1.2 小時），更遠高於鄰近的澳門和中國（分別為 1 小時和 1.1 小時）。香港 30 歲以下年青人睡眠不足的缺口更大，高達 1.9 小時。

89%年青人認為健康狀況較五年前差

儘管正值壯年，有多達 89% 香港 30 歲以下年青人卻表示其健康比五年前差，高於整體有此同感的成年人(86%)；香港成年人的比率更屬亞太區中最高水平，情況令人憂慮。與兩年前的調查結果比較，當時只有 75% 香港成年人表示其健康比五年前差，反映港人的健康狀況正不斷惡化。

年青人偏好以靜態活動減壓 加劇對健康構成威脅

儘管高達 95% 香港成年人關注年青人癡肥情況愈趨嚴重，當中更有 65% 表示希望能夠減輕體重，但港人卻普遍慣性選擇靜態的生活模式。

其實，香港年青人健康問題嚴峻，從他們處理壓力的方式可略見端倪。調查發現，30 歲以下年青人選擇上網（62%）及看電視 / 電影減壓，與亞太區年青人平均只得 44% 形成強烈對比。與整體成年人比較，香港年青人偏好以靜態活動減壓，例如看電視 / 電影（60%，相對整體成年人為 54%）及玩電腦 / 手機遊戲（47%，相對整體成年人為 36%）。

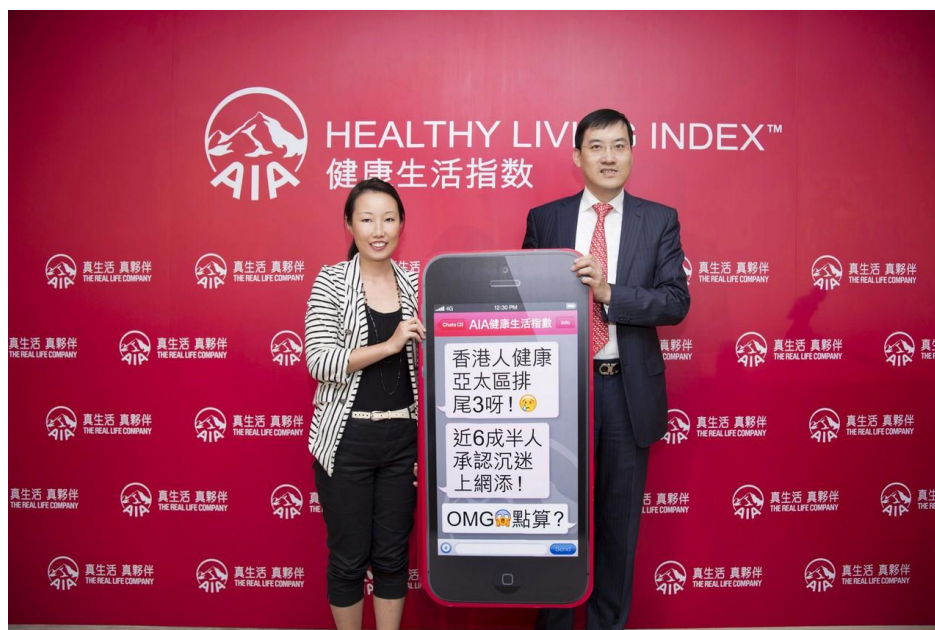
調查又顯示，近八成（79%）香港成年人因為經常上網，減少了他們做運動的時間。30 歲以下的香港年青人亦不太熱衷於運動，只有 61% 表示有定期運動的習慣，平均每星期運動僅 2.3 小時；遠不及中國有 75% 的年青人保持定期運動、每星期平均運動 4 小時。不足一半（48%）香港 30 歲以下年青人會選擇做運動減壓，比率遠低於鄰近市場（澳門：74%、中國：53%）。

友邦保險具標誌性的健康調查揭示：2013 香港的健康生活指數於亞太區 15 市場排名尾三
2013 年 10 月 22 日
頁三

是次健康生活指數調查反映，香港市民未來的健康已響起警號，尤其是 30 歲以下的年青人，他們大多選擇較靜態的生活模式，加上嚴重沉迷上網，情況令人關注，相信香港健康生活指數未來亦難有改善。

友邦香港及澳門首席執行官陳榮聲先生表示：「調查結果顯示香港市民的健康已響起警號。今年這項具標誌性的調查肯定了健康生活的重要性，以及喚醒大家對健康的關注。作為香港市民生活的真夥伴，友邦香港將更加切實在產品和服務方面，進一步鼓勵客戶及香港市民為個人健康作出實際行動及正面改變，攜手實踐健康人生。」

首次 AIA 健康生活指數調查於 2011 年進行，藉此了解市民對健康的滿意度、健康生活習慣、所關注的健康問題，以及對健康生活的期望。調查由友邦保險集團委託獨立國際市場調查機構 TNS 進行，分別於 15 個市場，包括中國、香港、澳門、新加坡、馬來西亞、泰國、韓國、台灣、印度、印尼、菲律賓、越南、澳洲、新西蘭和斯里蘭卡，合共訪問了 10,245 名年齡介乎 18 至 65 歲的成年人士（香港受訪者人數：600）。



友邦香港及澳門首席執行官陳榮聲先生和 TNS 定性研究部門總監傅以勤女士，揭示 AIA 2013 健康生活指數調查的結果，藉以喚醒港人實踐健康生活模式。

- 完 -

- 下接第 4 頁 -

「友邦香港」或「公司」是指友邦保險（國際）有限公司（於百慕達註冊成立之有限公司）。

友邦保險具標誌性的健康調查揭示：2013 香港的健康生活指數於亞太區 15 市場排名尾三
2013 年 10 月 22 日
頁四

關於友邦香港及澳門友邦保險

友邦香港及澳門友邦保險是友邦保險集團附屬公司，友邦保險集團於 1931 年開始經營香港的業務。我們於香港及澳門擁有最龐大的財務策劃顧問團隊*，致力開發保險產品，以滿足客戶不同階段的需要。我們提供的產品，包括個人壽險、團體人壽、意外、醫療、個人財物保險及超過 100 款投資選擇的投資連繫壽險計劃。

*截至 2013 年 5 月 31 日

友邦保險簡介

友邦保險控股有限公司及其附屬公司（統稱「友邦保險」或「本集團」）是最大的泛亞地區獨立上市人壽保險集團，在亞太區 17 個市場營運，包括在香港、泰國、新加坡、馬來西亞、中國、韓國、菲律賓、澳洲、印尼、台灣、越南、新西蘭、澳門和汶萊擁有全資的分公司及附屬公司、斯里蘭卡附屬公司的 97% 權益、印度合資公司的 26% 權益，以及在緬甸的代表處。

友邦保險今日的業務成就可追溯逾 90 年前於上海的發源地。按壽險保費計算，集團在亞太地區（日本除外）領先同業，並於大部分市場穩佔領導地位。截至 2013 年 5 月 31 日，集團總資產值為 1,470 億美元。

友邦保險提供一系列的產品及服務，涵蓋退休儲蓄計劃、壽險和意外及醫療保險，以滿足個人客戶在儲蓄及保障方面的需要。此外，集團亦為企業客戶提供僱員福利、信貸保險和退休保障服務。集團透過遍佈亞太區的龐大財務策劃團隊及員工網絡，為超過 2,700 萬份個人保單的持有人及逾 1,600 萬名團體保險計劃的參與成員提供服務。

友邦保險控股有限公司於香港聯合交易所有限公司主板上市（股份代號為「1299」）；其美國預託證券（一級）於場外交易市場進行買賣（交易編號為「AAGIY」）

友邦香港
鄭凱惠小姐
+852 2881 4413

恒信公關國際有限公司
陳德成先生
+852 3960 1903

###