

年长者参加“拉密牌”赛锻炼脑力

拉密牌也称“以色列麻将”，是一种益智桌上游戏。游戏者须依规则将手上的牌组成相同数字、不同颜色，或颜色相同、数字连续的组合来出牌，最先将手上的牌出完者获胜。

■张佳莹 报道
jayingc@sph.com.sg

全神贯注，不容一丝疏忽。约230名年长者齐聚一堂，用颜色和数字一较高下。

拉密牌（Rummikub）也称“以色列麻将”，是一种益智桌上游戏。游戏者须依规则将手上的牌组成相同数字、不同颜色，或颜色相同、数字连续的组合来出牌，最先将手上的牌出完者获胜。

92岁“常胜将军”：
比赛限时反应要快

这场别开生面的拉密牌竞赛星期六（9月30日）在勿洛心运动大厦举行，活动集结了20个活跃乐龄中心的年长者，其中15个中心参加了正式比赛，另外五个以休闲形式参与。两轮预赛各三回，总决赛共四回。

现年92岁的胡锡盛是最年长的参赛者。自2017年退休后，他几乎每天都到活跃乐龄中心报到，从此爱上了玩拉密，每次可玩上三个小时，在中心是“常胜将军”。

胡锡盛说，原本只想以休闲形式参与星期六的活动，但后来玩得起劲，决定卯足全力参赛。他坦言，首次参赛有点紧张，在玩得开心、动动脑筋之余，也希望可以获得第一名，最后赢了预赛两个回合。“比赛压力很大，有时限所以反应要很快，不能想太久的，还好我跟上。”

比赛由城市丰收关怀服务社举办，并得到护联中心和新加坡社区基金会联合成立的“FUN! Fund”基金支持，致力于改善年长者面对的社交孤立现象。因此，比赛如火如荼进行之际，也欢迎公众加入轻松玩乐，现场有不少志工协助教导游戏规则。

26岁的洪瑞晴（数据分析师）和27岁的何家富（业务分析师）是活动中最年轻的志工。他们通过公司星展银行的志愿服务门户网站报名参加，在活动中与年长者一同玩牌，也帮助有兴趣的公众认识这款游戏。

两人坦言，两周前上了三小时的课，才第一次正式接触拉密牌。他们说，拉密牌简单易懂，年长者可轻松上手。为了让自己更熟悉游戏玩法，洪瑞晴说，“我还请亲朋好友下载手机版的拉密牌，每天一起玩一小时”。

恩典之家社会服务中心的一组参赛者获得团体第一名。其中一名组员蓝彩凤（65岁，退休人士）也获得个人组第一名。她是在2019年冠病疫情开始前首次接触到拉密牌，疫情期间就几乎没玩了。

后经朋友介绍，蓝彩凤开始到恩典之家社会服务中心一起玩拉密牌。她坦言，参赛会有点紧张，两个多月就开始跟其他参赛者每周练习一次，“第一次参赛就获得第一名，真的意想不到，参赛没想那么多，纯粹只是支持这个活动”。



来自20个活跃乐龄中心的200多名年长者星期六齐聚一堂，投入到拉密牌竞赛中，锻炼脑力之余也广交朋友。（白艳琳摄）

国家发展部兼通讯及新闻部高级政务部长陈杰豪出席了这场活动。他鼓励年长者保持身心愉悦，一起玩拉密牌、运动和聚会，“参与社区活动，共同享晚年”。