

# 信念

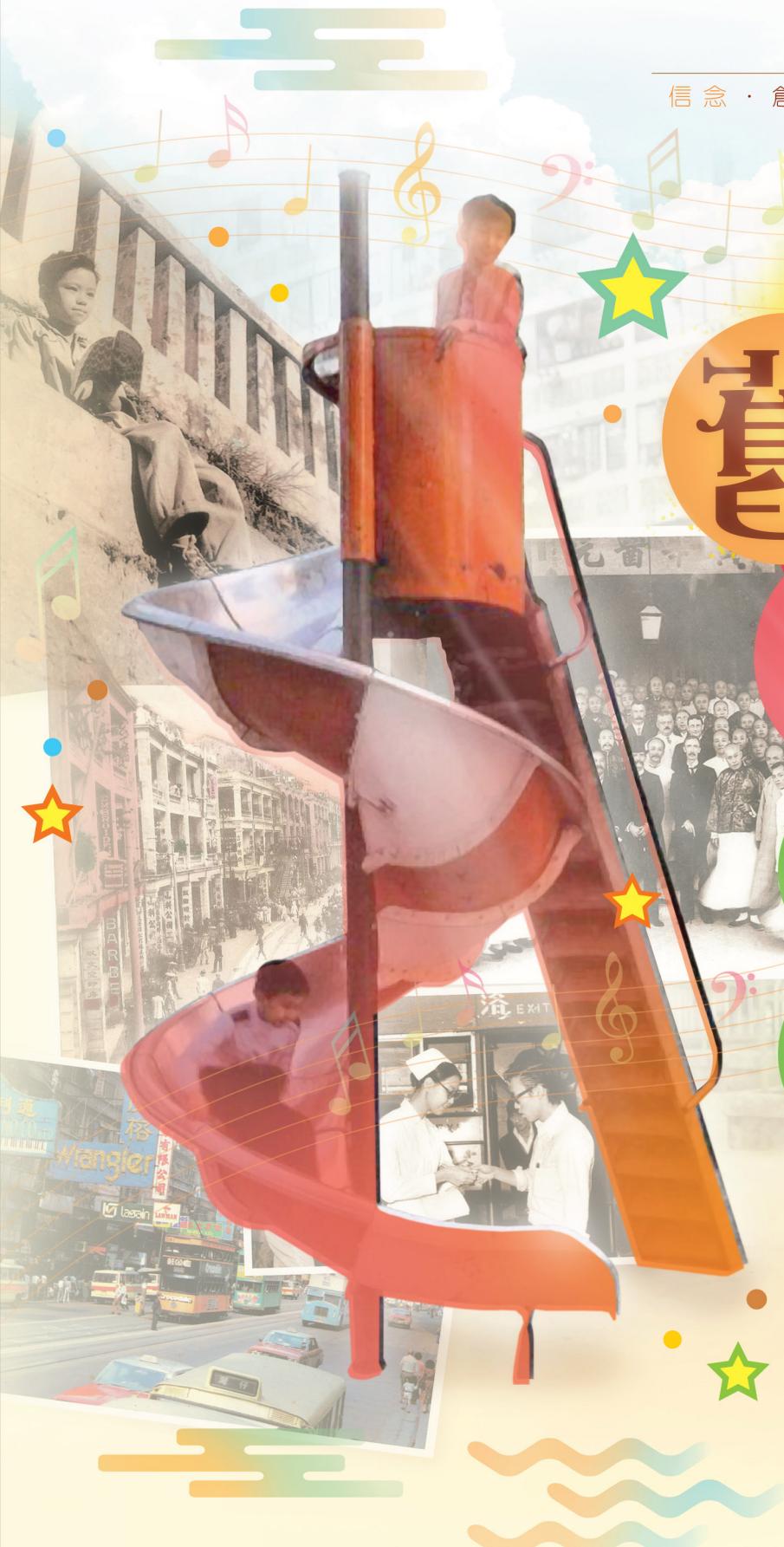
信念 · 創新 · 關懷

信義會社會服務部

舊

時

香  
港



鄭國江與他創作的粵語流行曲——鄭國江  
相中有據，言之有物——余震宇  
醫療檔案中發現舊香港——東華三院  
遊香港·尋香港——程尋香港

村校校歌 有田有山有水有意還有歷史——史嘉茵





Photo: ricmac32

## 編者的話

這陣子香港人似乎在竭力保護舊事、舊物，有人說：要珍惜就應該在今時今日，愛在當下。我們身邊還有一些僅餘或倖存的、值得珍惜的社區物事、人情，活在當下，愛在當下，不要待物事過去了再去追思、追憶。

可供我們回憶的不只是舊物，還有舊情，令人感到奇怪的是，這些舊香港的舊情懷，在舊相片、舊檔案與文學作品中被保留了下來，卻沒有多少人去留意、重視它們，沒有多少人會去翻一翻、看一看，感受一下！

其實，這不也是對保留香港舊情懷、老文化的一種憑弔嗎？且讓我們珍惜眼前的人和事，別讓它成為遺憾的過去。 ↗

周淑屏



基督教香港信義會  
社會服務部

基督教香港信義會社會服務部於1976年成立，是香港大型的綜合性社會服務機構，以創新的方式、關愛及以人為本的精神為基層及弱勢社群提供多元化的服務。本機構現時共有超過五十個服務單位，由幼兒至長者，從家庭、學校以至職場，服務人次每年超過二百萬。

## 信義達人

請即加入信義達人 Facebook (ccd@elchk.org.hk)，閱讀精彩內容，收取《信念》最新出版資訊。

### 督印人

陳麗群

### 編輯委員會

林兆秀、周淑屏、許恬莉  
廖得安、麥運端、陳曉盈

### 廣告及市場推廣

廖得安  
Tel: 3692 5468

### 封面及美術設計

Open the Close

### 承印

日昇柯式印刷有限公司

### 信念電子版下載網址

<http://www.elchk.org.hk/service/publish1.php>

### 基督教香港信義會社會服務部總處

地址：香港九龍油麻地窩打老道  
50A信義樓一樓  
電話：2710 8313  
傳真：2770 1093  
電郵：[admdept@elchk.org.hk](mailto:admdept@elchk.org.hk)  
網址：<http://www.elchk.org.hk/service/>

### 《信念》50期手機版



<https://bit.ly/2leepHj>

所有內容版權均屬本機構所有，歡迎轉載，但須於轉載前取得本機構同意。

## Contents

# 信念

50

### Feature

鄭國江 — 鄭國江與他創作的粵語流行曲	6
余震宇 — 相中有據，言之有物	9
東華三院 — 醫療檔案中發現舊香港	12
程尋香港 — 遊香港 · 尋香港	15
史嘉茵 — 村校校歌 有田有山有水有意還有歷史	18

### Focus

天朗中心中醫治療服務 — 與戒毒者同行逾十載的中醫師	22
賽馬會鼓掌 · 創你程計劃 — 兩個雙失青年重新出發的故事	24

### Column

趙榮德 — 教育隨筆	28
袁文輝 — 生命因愛動聽	29
司徒永富 — 職場信念	30
黃國基 — 北斗北行	31
潘狄思 — 愈食愈瘦	32
Mak Mak — 一秒感動	33

### Service

信義角度	36
社關服侍	37
2019香港礦山挑戰賽	39
信義會65周年會慶啟動禮暨步行籌款「119大步走」/ 《照護人》電影放映會 x 《香港年青護理人員留職意向調查》發佈會	40
「賽馬會新世代爸媽支援計劃」服務啟動禮暨嘉年華	41
信義好事	41
外界協作	42
社區脈搏	44

## Reader's palette



圖、文：王健一

### 被撕去的日曆

被撕去的日曆告訴我們時間飛逝，很多珍貴的東西也隨着時間被一頁頁地撕去，天台學校傳來的上課鐘聲、手繪的電影海報、隨處可見的霓虹招牌……最後，成為一代代香港人的集體回憶。

### 誠徵畫稿

每期「信念」均會以圖像手法表達主題故事意念，歡迎對圖像創作有興趣的人士聯絡我們。  
電話：3692 5468（信念編輯部）

「歌詞都反映我們在生活中積累的東西。當時很多人都住鐵皮搭成的寮屋，每當打風前，我們都會幫住在寮屋的親友，用繩將屋頂綁緊，不讓它被風吹走。幾十年過去，情況都沒有太大變化，只不過從前的寮屋變成了今天的劏房。」—— 鄭國江

「香港島由開埠至今的海岸線變遷，由南區、中環到柴灣，最初皇后大道中是海傍，還有炮台，雪廠街以前有船將冰運到，在皇后大道中和雪廠街交界下貨，將冰運到雪廠，供全港人用，填海後成為德輔道中、干諾道中……」—— 余震宇



Photo: 約 1920 年的干諾道中（余震宇提供）

「早期華人對西醫仍然缺乏信心，所以創院後頭幾年（1911 至 1914 年），中醫贈診人數仍較西醫的多，但隨後數年（1915-1922 年），可能是基於藥費考慮，情況開始轉變。」—— 東華三院

「你可能覺得香港沒有地方好玩，那只是因你不知道香港有甚麼地方好玩而已。因此，我們就是讓參加者從認知香港出發。」—— 程尋香港

「我每一次講，內心仍會泛起一份感動，試想想學生由廿幾歲到五十幾歲都有，幾十人齊集於一間廢校內，只為重唱以前的校歌，那聲音、那畫面實在震撼到我！」—— 史嘉茵



Feature

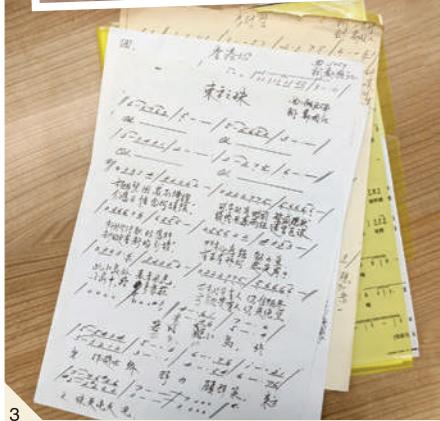




採訪、撰文：Jonathan / 摄影：Mak Mak / 部分相片由被訪者提供



2



1. 鄭國江是第一代粵語流行曲填詞人，作品超過二千首，有「勵志詞人」之稱。
2. 小時候的鄭國江，攝於知行小學。當時國文老師的啟迪間接幫助他後來創作出《紅棉》。
3. 鄭國江提供的《東方之珠》歌譜。

有一種舊物雖不可觸摸，但陪伴我們走過青葱歲月；有一種記憶隨年月埋藏，卻會毫無先兆的突然襲來，勾起一則難忘的往事、一段刻骨銘心的感情，使內心跌宕起伏，甚至成為人生的轉捩點，它的名字叫粵語流行曲。那觸動人心的歌詞，是歌曲的靈魂，是我們的回憶，是那黃金歲月的路標。鄭國江是其中一個繪畫這記憶地圖的人。

鄭國江（人稱鄭 Sir）與黃霑和盧國沾被譽為第一代香港粵語流行曲填詞人，在七、八十年代的填詞界鼎足而立。鄭國江填寫的作品超過二千首，更被譽為「香港兒歌之父」和「勵志詞人」，其作品內容包括勵志、哲理、兒歌、戀愛情懷等，其膾炙人口的經典作品包括《星》、《紅棉》、《東方之珠》、《為什麼》、《伴我啟航》、《分分鐘需要你》、《戀愛預告》、《風繼續吹》、《今宵多珍重》、《似水流年》、《難為正邪定分界》、《小太陽》、《叮噹》、《IQ 博士》等等，建構出香港人對粵語流行曲的集體回憶。

#### 那是最愉快的時光

現年 78 歲的鄭國江十歲喪父，是家中的獨子，由母親撫養成人。鄭國江成長於戰後的香港，生活艱苦。「我們小時候沒有什麼娛樂，由於長輩喜歡看大戲，所以我很小便接觸大戲，也認識粵曲、南音、木魚書（以廣州方言演唱的一種說唱文學），以前的人會拿着木魚書唱歌，就像我們現在的卡啦 OK。」鄭國江喜歡粵劇，每逢颱風天不用上學的日子，他都會伏在收音機旁聽電台播放的粵曲，徹夜不眠。



讀書時，母親給他一毫子搭電車從灣仔住處到屈地街，再走上位於西營盤的聖類斯返學，但鄭國江卻選擇行路上學，不為省錢，而是喜歡一邊行一邊哼電台聽過的粵曲。「我就是記性差，經常唱一半忘記一半，所以便自己將歌詞作下去。」這是鄭國江小時候最愉快的時光。

「我原本想做大戲，但媽媽不許；想做播音員又要隨傳隨到，我有正職在身，怎麼可以呢？想做藝員但自己又只得五呎三。」鄭國江中學未畢業已經在麗的映聲擔任編劇，在電視台工作，人脈漸廣，自然有很多發揮的機會。當時香港百分之九十八的人都說廣東話，但是流行的都是國語時代曲，綜藝節目總監雲影畦希望找人為國語時代曲填上粵語歌詞，這一份差事別人視如草芥，鄭國江則求之不得。自此，他便走上填詞人的路，同時在不同的電視台擔任兒童節目的編劇等職務。為了擔起家庭，鄭國江追求穩定的工作，所以在葛量洪教育學院畢業後一直當老師直至退休，但他為了有更多時間填詞，多次推卻升職。

#### 「有人找我填詞，讓我發揮，我已經很滿足。」

鄭國江入行的時候，碰巧是粵語流行曲迅速發展的初期，也正值國內改革開放，卡式機和卡式帶流行，不少港人將卡式機帶返國內給親友，打開國內聽粵語流行曲的局面，其時國內都為此興起學廣東話。另一方面，知識產權的意識和法規未完善，很多出版商將大量外國流行歌曲改編成廣東歌，演變出不同版本，也造就粵語流行曲的興起。「國內開放是一個很大的推動力，當時我們一星期推出的歌曲類型，等同現在兩年的種類。當年的唱片銷量是數以十萬計的。」鄭國江補充說。

雖然唱片銷量驚人，但填詞人的待遇卻十分微薄。「七十年代的時候，我填詞是一百元一首，更是買斷版權的。當唱片業不景氣時，唱片公司都會推出精選碟，幾乎是無本生利。」由於鄭國江喜歡填詞，所以沒有計較報酬。「有人找我填詞，讓我發揮，我已經很滿足。」當時一張唱片有 12 首歌，除必要的幾首主打曲目有既定的方向和風格外，其餘的歌曲都給予填詞人很大的自由度。

#### 《東方之珠》背後的悲哀

鄭國江被人稱為「勵志詞人」，因為很多名曲都有勵志或警世作用，但他笑言自己寫勵志歌其實是為了鼓勵自己，因為他是一個很怕失敗的人，用歌詞給自己信心、鼓勵自己，結果卻鼓勵了其他人。他亦有將當時香港生活的艱苦寫進歌詞之中。

其中一首作品《東方之珠》，表達了在繁榮的背後仍藏着很多悲哀。此曲是 TVB 劇集《前路》的主題曲，由顧家輝作曲，其中一段「此小島外表多風光 可哀的是有人仍住陋巷」，道盡香港生活實況。訪問中，鄭國江說：「歌詞都反映我們在生活中積累的東西。當時很多人都住鐵皮

4. 鄭國江 2014 年獲香港演藝學院頒發榮譽院士，表揚他在填詞上的貢獻。圖為鄭國江與友人留影。

5.6. 鄭國江參與電視台兒童節目製作時照。

7. 鄭國江在伍華小學任教時與學生合照。





搭成的寮屋，每當打風前，我們都會幫住在寮屋的親友，用繩將屋頂綁緊，不讓它被風吹走。幾十年過去，情況都沒有太大變化，只不過從前的寮屋變成了今天的劏房。」此曲創作於 1981 年，距今 38 年，是少有「香港主題曲」中，如此真實反映香港實況的，至今也能引起共鳴。數年前，一位制作人跟鄭國江講，現在已沒有人想聽勵志歌，現在勵志歌已經沒有市場，暗示一個年代的過去。

#### 靈感是一種獎勵

在小學教書，又要兼顧大量填詞工作，鄭國江是如何應付過來？靈感何來？

「專業填詞人不可以等靈感，埋位便要做。但我有一個信念，每一首旋律都會有很匹配的歌詞，只是我們有沒有耐力慢慢去摸索和探求而已。有時當你去努力思索文句都得不到的時候，靈感便會出現。那是一種獎勵。」鄭國江有時會到人多的咖啡廳聽鄰座的客人談論些什麼，有時會洗澡讓頭腦清醒一下，在學校裡聽年輕人的心聲，平日他讀新詩、散文，這都是幫助他創作的方法。



當創作電視劇《新紮師兄》主題曲《伴我啟航》的時候，書架上剛巧掉下一本名叫《初航》的詩集，這樣就有了作品的方向；他看見從桂林買回來的盆景，原本光滑的表面因久經流水的滋潤，不知不覺長滿了青苔，於是有了《坭路上》一段歌詞。

10 「坭路上 懷過去 又覺愛似青苔 不經意地 細細蔓延 竟將我心滿蓋。」

#### 出乎意料之外的影響

粵語流行曲不單是一種潮流，也像青苔般默默地滲進不同年代聽眾的血脈之中，所作的影響，不分年齡、不計距離，更出乎鄭國江意料之外。

當年香港回歸引起移民潮，鄭國江為「香港心連心」活動作了一首《凝聚每分光》，鼓勵港人留港建港。多年後，他的一個學生邀請他出席哥哥建

8. 鄭國江獲此記念獎，多謝他為「香港心連心」活動填寫《凝聚每分光》，以鼓勵港人留港建港。
9. 黃霑是鄭國江的師父，兩人同是填詞界翹楚。
10. 因為書架上掉下這本《初航》詩集，他寫出了《伴我啟航》。
11. 鄭國江一生鍾愛粵劇，2008 年更成立兒童粵劇團，圖為台上與粵劇演員合照。



11

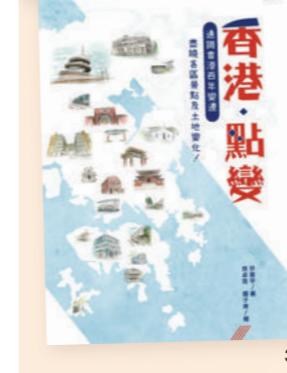


## Feature

採訪、撰文：周淑屏／攝影：Lily／部分相片由被訪者提供



# 「相中 有據 言之有物」



1. 余震宇由收集相片、出書、舉辦展覽，都希望香港人能客觀地認識歷史。
2. 「香港舊照片」除了 FB 之外，也有網站將舊有的香港資料分門別類。
3. 余震宇的著作 —《香港 · 點變》

余震宇 —「香港舊照片」Facebook 專頁負責人，「消失中的風景」系列叢書作者，先後出版《港島海岸線》、《九龍海岸線》、《戰後香港寫照》及《上半山 · 下中環》等著作。「香港舊照片」Facebook 專頁於 2012 年成立，銳意發展成網上平面博物館，透過發布舊照，吸引網民留言；透過文字分享，積沙成塔，化成掌故，讓香港人認識歷史。

因着興趣，余震宇自 2012 年起，將在網絡上看到的香港歷史圖片下載存起來。2013 年，想到與其將圖片貯存於硬碟中，不如放上臉書公諸同好，與其他人分享。沒料到放上去之後反應很好，不同年齡、階層的人在上面分享不同感受。之後，他更在臉書上向大家徵集有關香港回憶的相片，然後仔細分類，方便大家瀏覽。

慢慢地瀏覽者愈積愈多，2014 年更有出版社邀請他將相片匯集成書出版。於是，他更着力於尋找香港舊照片，有時到旺角的「好望角中心」搜尋，有時要到 Ebay 拍賣，購買的價錢由一百多到二千多元也有。幾經辛苦，排除萬難，終於成書。

#### 「懷舊意識」的轉變

此中，余震宇觀察到香港人的懷舊意識在佔中之後有了改變。從前只是單純的懷緬過去，2014 年佔中之後，人們開始更多關注現在與將來，而新舊對照的相片引起最多人關注。



例如現在的旺區銅鑼灣，原來從前十分荒涼，皇室堡從前是冰廠，七姊妹道以前是泳灘……認識歷史的轉變，令人更關愛香港，關注保育，譬如會喚起人們重新關注皇后碼頭的保育、中環閣麟街、永和號的保育問題等等。

由此，余震宇亦認識到緬懷過去，從純粹感性的緬懷，到客觀地認識歷史，講求研究、蒐集資料到認識的重要性。

在臉書分享與蒐集舊相片的過程中，他認識了一些人，從他們的口述歷史中，得到很多寶貴的資料。例如他認識了香港南區一位經營海鮮舫的家族後人，那位六十多歲的長者，由父祖輩的創業艱難說起，令他認識到整個海鮮舫的發展史，那位長者還請他吃私房菜，邊吃邊談談說說，真是難得的聽口述歷史的機會。

又如他因緣際會，認識了金棠第的主人何甘棠的曾孫，由是知道多了有關甘棠第的歷史，令他雀躍萬分，聽起歷史故事來令他興致盎然。

### 怎樣才是「行公義」？

由純粹緬懷過去過渡到明白理性客觀認識歷史的重要性之後，身為基督徒的他感到肩上多了一種責任感、使命感。到底怎樣才做到聖經上說的「行公義」？

研究歷史問題難免遇上有人顛倒是非黑白，有人篡改歷史的問題，從研究香港歷史相片當中，余震宇認識到原來相片可以擔當還原歷史真相的重任。

例如在2017年「六七暴動」五十周年的時候，有些媒體美化了當時暴動參與者的歷史，他有感於歷史相片可以幫助公眾認識歷史真相，便向南華早報借來當時的相片，在他籌備的「舊城中環」相片展覽中展出。

他指出，相片有豐富的藝術元素和歷史意義，相片也可以說故事，是讓公眾及年青學子認識歷史真相的媒介。

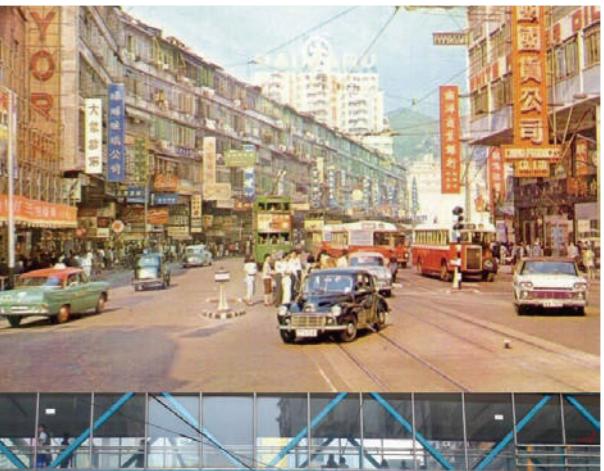
因此，他近來致力於運用籌集來的資金，從事歷史相片的研究工作，務求從中做到還原歷史真相，達到聖經所言「行公義」的目的。

### 「獅子山下」的精神？

香港人常提到的「獅子山下」的精神到底在舊相片中能否找到？余震宇指出，這種精神的演繹是人言人殊的，可是，他在研究地區發展時，發現政府和市建局、地產發展商發展地區、新市鎮的時候，常常會犧牲原居民的利益。受壓迫的小市民要苦苦掙扎求存。堅忍奮鬥的「獅子山下精神」後面，原來有不少血淚與不公義，這令他在對照地區發展前後的照片時，興起了一番感喟。

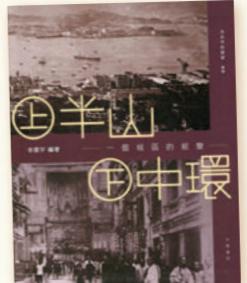
研究香港歷史相片是興趣，是使命，而余震宇的正職是中學教師，任教中國語文及文學科。他常常帶學生出外考察，例如到石硤尾的美荷樓、九龍城的衙前圍村、上環的古蹟……讓學生在追尋歷史足跡、欣賞舊景物、舊照片之餘，引發出研究香港史的興趣，學習理性地認識香港歷史。

了解香港歷史，欣賞香港的歷史照片，可以說是余震宇的精神食糧，由此，可以把生活上遇到不如意、不開心的心情過濾。因着有教師這穩定的工作，他可以無顧慮地投入香港歷史相片的研究。他期望和他一起研究的朋友、他的學生都由此對香港的歷史有着「持之有據」的精神，做好承傳歷史的工作。

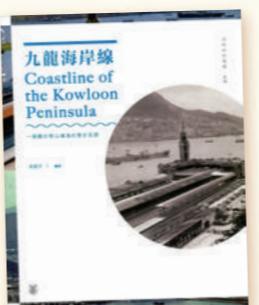


### 舊照片中的故事

「香港島由開埠至今的海岸線變遷，由南區、中環到柴灣，最初皇后大道中是海傍，還有炮台，雪廠街以前有船將冰運到，在皇后大道中和雪廠街交界下貨，將冰運到雪廠，供全港人用，填海後成為德輔道中、干諾道中……」余震宇娓娓道來，及後，他又用蒐集來的照片出版了幾本書。



**《上半山・下中環》：**先以十九世紀末的中環如何成為核心作背景，再從「上半山」、「下中環」、「去填海」三個截然不同的發展模式作深入探討，藉着昔日珍貴的老照片、舊報章、地圖及文獻，回顧中區在海濱規劃、經濟命脈、街道、文娛康樂及交通變化等各方面的百年變遷，揭示為何一個歐陸城區會由古典之都，蛻變成今時今日的石屎森林。無數具有歷史價值的建築都因着政治、經濟、商貿急速發展而被逐一拆卸。回歸後，人們對本土保育的態度，亦由事不關己變為積極關注，他在書中末章寫下對舊城中環的保育願景，盼望為歷史留下回聲。



**《九龍海岸線》：**九龍半島的歷史比港島更悠久，是研究香港史的瑰寶。英國自接管九龍半島後，便於東西兩岸填海拓地。無數反映地理特徵的地名，亦因移山填海，消失得無影無蹤。官涌因填海消失，馬坑涌山被夷平，九龍角原是梳士巴利道與



廣東道交界的一個海角，尖沙咀則是港島遙望半島的視覺形態，由於興建九廣鐵路，海灣被修整，海角被削平。一九四〇年代開始，港府便制定了跨越數十年的填海發展大計。軍營及各類工廠陸續消失，為住宅、文娛及商業大廈所取代。種種天然地理特徵及建設，隨年代先後淹沒。為了還原各時期的半島風貌，透過不同年代的鳥瞰照片，組合半島各區分割的歷史影像，展示百多年來的海岸線變化。



**《戰後香港寫照 1945-1967》：**由戰後至六十年代末，是香港發展的關鍵歲月，再次啟動大型填海、市區大規模重建、落實房屋政策、回購軍營、興建海底隧道、遷移九龍車站，均對七十年代香港的經濟起飛，提供了重要的基礎。但香港這階段的發展過往較被人忽略。此書以1945年至1967年間香港重要的政經社會大事為主線，按年排列，輔以大量舊照片、舊報紙及文獻資料，揭示戰後香港政制改革、各項基建和徙置房屋等項目的發展歷程。

4. 余震宇不時會帶學生考察認識香港歷史。
5. 新舊對照系列——莊士敦道
6. 昔日的七姊妹道是沙灘。
7. 余震宇的著作——《壹街一個故事》
8. 約1920年的干諾道中
9. 余震宇於2018年舉辦了「舊城中環」展覽和座談會。
10. 新舊對照系列——軒尼詩道
11. 八十年代初的銅鑼灣。



採訪、撰文：Mak Mak / 攝影：Lily / 歷史照片由東華三院文物館提供



## 東華三院 醫療檔案中發現舊香港

自 1870 年成立港島區第一間華人醫院東華醫院開始，東華三院一直致力提供和發展醫療服務，轄下規模最大的廣華醫院建於 1911 年，是九龍及新界區第一間醫院，該院保存下來大批有系統和連貫性的醫療文獻和資料，不僅見證百年來東華贈醫施藥的慈善傳統和中西醫此消彼長的發展，更成為學者研究舊時香港醫療發展和民生變遷的重要遺產。

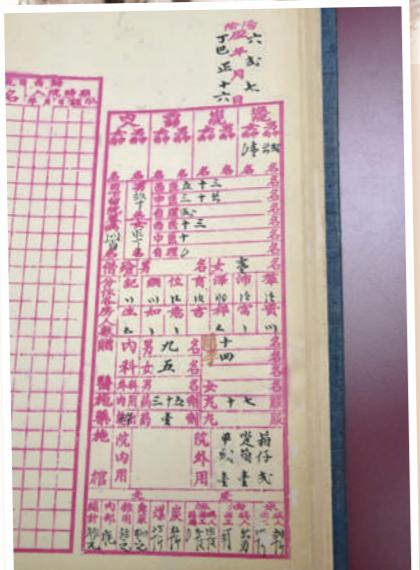
### 傳承醫療發展史

東華三院於 2010 年成立檔案及歷史文化辦公室，辦公室轄下有 1970 年成立的文物館及 2016 年成立的何超蓮檔案及文物中心。位於葵涌的何超蓮檔案及文物中心，是修復、整理和保存東華歷史檔案及文物的重要基地。在檔案及歷史文化總主任史秀英的引領下，我們參觀了中心檔案庫、修復室和數碼工作室等設備，了解到中心修復和保存文獻的過程。

史秀英指出，除了工作人員的努力外，浩大的文獻修復和保存工程有賴一些專家的協助及數十位活躍義工在過去十年的無私付出，而東華保留資料的傳統、對保育文物的認同及前任管理層的遠見，亦令到有逾百年歷史的資料得以傳承下來並在最後為公眾使用。

退休建築師何湛是檔案及文物中心其中一位資深義工，主要協助數碼化檔案的工作。提到他當初加入成為東華義工的原因，才知道原來他與東華的淵源甚深，其祖父正是東華醫院「馬棚先友墳場」的設計者何想。

修復逾百年醫療檔案的工作十分龐大，當中單涉及廣華醫院的入院總冊和紀錄就達到一千多項，包括由 1917 年開始的入院總冊、30 年代的產房紀錄和 50 年代的手術室紀錄等。在檔案及文物中心打開一本仍待修復的 1925



1. 1911 年廣華醫院開幕，港督盧押爵士（中央戴帽者）到場致賀。（東華三院文物館藏）
2. 入院總冊詳細記錄病人和中西醫人數，以及贈醫施藥和雜項費用等資料。
3. 這本有待修復的廣華醫院中式線裝入院總冊已有近百年歷史。



年中式線裝入院總冊，可看到冊內詳載病人姓名、籍貫、住址、病徵、入院日期及選擇中醫還是西醫治病的資料。史秀英相信，總冊所以收錄多項資料是基於向社會負責，而華人社會重視籍貫，所以總冊特別設有籍貫這項目。相關資料不僅有助了解當時特別是九龍區的人口健康、公共醫療發展和民生變遷，還在一定程度上反映中西醫的流行情況。

### 中西醫此消彼長

廣華醫院創院時已備有中西醫的治療，留院病人可以自由選擇中醫或西醫治療，因為是贈醫施藥所以分文不收。門診方面，礙於中藥材昂貴和醫院經費一直緊絀，所以中醫只有贈醫，西醫則在殖民地政府補貼下醫藥全免。早期華人對西醫仍然缺乏信心，所以創院後頭幾年（1911 至 1914 年），中醫贈診人數仍較西醫的多，但隨後數年（1915-1922 年），可能是基於藥費考慮，情況開始轉變。

透過了解廣華醫院的百年歷史，參照醫院徵信錄（類似今天的年報／院務報告書）、入院總冊、董事局會議紀錄和不同時期的剪報等各類文獻，可以讓我們看到百年來中西醫在香港此消彼長的演變，如殖民地時代政府曾以不同手法規限中醫發展和推動西醫；戰後隨着民間思想逐漸開放，西醫的治療成效漸為華人社會受落；回歸至今，社會上更多人談及的是中西醫的融合互補。

閱讀廣華自開院以來中西醫贈診人數的統計，會發現 1922 至 1935 年間，原來已趨下滑的中醫贈診人數忽然大增，甚至超越西醫的贈診人數，史秀英由此分享了 20 年代一位隱名

女士義助中醫一把的故事。這位女士當時有見於廣華中醫贈診不贈藥，先後四次捐贈合共五萬零五百八十元的鉅款（以當時物價，全幢新建樓

宇亦不過數千元）作施贈中藥之用，而深受這位女士的誠意打動的東華總理亦另外籌款七萬多元，成立一筆逾十二萬元的基金生息，讓中醫也可贈醫施藥，於是此後十數年間，選中醫贈診的人數便大幅上升，由 1922 年的 18,080 人增至 1935 年的 162,779 人。

4. 中心工作人員正在努力修復 50 年代的醫院文獻。
5. 1953 年港督葛量洪巡視東華醫院。（東華三院文物館藏）
6. 60 年代在課室學習的廣華醫院護士學生（東華三院文物館藏）
7. 1922 年一位女士捐贈鉅款，要求廣華醫院施贈中藥的信。（東華三院文物館藏）
8. 文物中心資深義工何湛（右）與史秀英總主任（左）



9  
百年來贈醫施藥

這故事帶出了東華自 19 世紀以來的贈醫施藥傳統。史秀英表示，東華三院的創辦，可追溯自建於 1851 年位於港島太平山街的廣福義祠。義祠原是用作市民安放先人靈位的地方，後來卻成為流落無依人士及垂危病人的居所，由於衛生環境日益惡劣，引起政府及全港市民的關注。當時一群熱心公益的華人領袖有見及此，便倡議集資於附近興建一所醫院。東華醫院在 1870 年依據「華人醫院則例」創立，以中醫中藥免費為貧病華人治理疾病。醫院尚未落成，創院的華人領袖已在院址附近開設臨時贈醫所，為貧病者提供服務。

東華免費醫療服務的傳統一直維持百多年，是本港贈醫施藥歷史最悠久的醫療機構。時至今天，東華旗下醫院繼續提供免費中西醫門診服務，另各醫院每年合共提供免費病床 600 張（其中 200 張由政府資助，其餘 400 張由東華承擔），機構每年舉辦「愛心滿東華」等活動，籌款支持免費醫療服務。

戰時山窮水盡處

成立至今近一個半世紀，東華的醫療服務在戰時曾一度面臨停頓。1941 年太平洋戰爭爆發，東華東院先被港英政府徵用，再由日軍接收，被迫停辦，東華醫院與廣華醫院也只能提供有限度服務。日據時期 (1941-1945) 香港百業蕭條，同樣陷入極度困難營運階段的東華，在經費困絀下仍堅持提供醫療服務。史秀英指出，從戰時董事局的會議紀錄，可以看到醫院當時主要集中處理門診，而日據那幾年，醫院的財政都是入不敷支的。



10

她表示，當時時局混亂，全體董事局成員不惜留任以維持東華的運作，與市民一起共度時艱。會議紀錄常見討論病人膳食與營養問題，只因當時不夠白米，於是成員想到在膳食中滲入同樣有營養價值的眉豆和紅豆。另一些紀錄又提到日軍炸尖沙咀，醫院一時間要處理很多被炸傷的病人。

在經濟緊絀的情況下，董事局成員也曾想到出售物業及藏畫等，惟戰時絕大部分人都生活困難，想找人承接也不容易。東華勉力維持服務數年，至戰事結束前已面臨山窮水盡和倒閉的狀況。史秀英指出，幸好當時好多民眾支持東華，響應募捐活動。東華三院為解決經費問題開源節流，曾於 1945 年在全港發起募捐運動，包括賣旗籌款和舉行遊藝賣物會，合共籌得近 60 萬元，反應遠超預期。和平後，東華三院全面恢復醫療服務直到今天。



11



12

9. 史秀英指出，東華保留資料的傳統及對保育文物的認同，令到有逾百年歷史的資料得以傳承下來。
10. 全港募捐，護士賣旗。（東華三院文物館藏）
11. 有數十年歷史的廣華醫院接生紀錄冊
12. 由歷史學者編撰的《益善行道》和《善與人同》，述說東華三院逾百年歷史發展。
13. 文物中心義工何湛向我們展示「馬場先難友紀念碑」的照片，何的祖父正是建築的設計者何想。

13

## Feature

採訪、撰文：陳曉盈 / 攝影：賴偉忠 / 部分相片由被訪者提供



2



3

1. (左起) 阿得、達芬妮、露絲打、佐治四人在讀中學時相識，因對歷史的興趣而成立了「程尋香港」。
2. 佐治介紹油麻地廟街的廟宇建築群。
3. 「程尋香港」亦設有親子導賞團，讓小朋友認識香港歷史。

香港面積雖小，但每區都有特色，歷史元素亦相當豐富。作為香港人，你對香港認識幾多呢？是否在此居住了幾十年，就可以說自己熟悉香港呢？不如跟「程尋香港」一起尋覓香港歷史文化吧！

### 組團・遊香港

一講到香港歷史，即使對歷史不感興趣的人，也會想知道自已身處的地方發生過甚麼事。可惜，很多人都不知從何開始了解，即使教科書也甚少篇幅提及香港歷史。「我們所舉辦的導賞團不需要特別的 gimmick，因為香港人都是 hungry for information。」溫佐治 (George)、陳得 (阿得)、陳達芬妮 (Tiffany) 和陳露絲打 (Rosita) 四人在讀中學時相識，經常到處尋找香港歷史文化景點。「當其他同學去行街睇戲時，我們就是去睇歷史、學文化，佐治更帶我們一起去大嶼山食齋。」四人將興趣變成專業，於 2014 年 12 月成立了「程尋香港 Hide and Seek Tour」，以導賞團方式帶參加者認識香港。佐治對中文和歷史有豐富認識，帶團時能詳細講解不同歷史故事和文字的意思；阿得修讀城市規劃，會向參加者分享建築和城市發展的關係。達芬妮和露絲打二人主要做對外聯絡和推廣宣傳的工作。



4

5

自 2015 年起，「程尋香港」每月都會舉辦地區導賞團，遊走各區讓人認識香港。例如在孫中山壽辰時帶參加者認識孫中山在香港生活過的地方，又在清明節時帶參加者去墳場認識不同風雲人物的墓地，亦在探索灣仔同時認識港式奶茶等等，從不同角度認識香港。「你可能覺得香港沒有地方好玩，那只是因為你不知道香港有甚麼地方好玩而已。因此，我們就是讓參加者從認知香港出發。」達芬妮每次跟着導賞團去探索時，都被香港歷史所吸引：中環百子里是革命組織輔仁文社的根據地、國父母親楊太君安葬在飛鵝山百花林、四處都有逃難到港的清朝文人的墨寶……「香港雖然細小，但擁有重要歷史，真是一塊福地。」

佐治補充，在兩個小時的導賞團中，不可能令參加者成為地區的萬事通，但希望透過資訊讓他們認識



6

財，而不是現時的抽利是。這些習俗都是歷史的瑰寶。」

佐治和陳得由書本及口述歷史中整合不同香港故事，再與參加者分享。基於有太多資訊，即使同一個地區團，去同一個講解點，他們每次都有不同的分享內容。陳得表示，他們很注重帶參加者「行」，因為去到建築物前講故事，與看着相片或書本是不一樣的。佐治補充，導賞員講解時的語氣、表情會影響到每個參加者，他們會因為導賞員的興奮而興奮，亦會因導賞員的可惜而感到可惜，這些情感難以在書本上感受得到。因此，他們帶的團吸引了不少人報名，小至 5 歲、老至 80 歲都有。「曾經有老友記撐着柺杖參加，全程都跟得很貼，聽得津津有味。同時，他們亦有很多回應，分享以前的所見所聞，成為另一種口述歷史。」這一種互動，對佐治四人辦的導賞團是很重要的支持。

### 發展・我香港

舊時和現在的香港都是百花齊放，但隨時代的演變，衡量的方式會有所不同。隨著社會的轉變，很多行業會慢慢沒有人繼承，慢慢式微，直至有一日全部消失時，人們才會覺得可惜。其中，油麻地是即將變天的地方。

佐治指出，油麻地由開埠至今都是人口稠密的地方。昔日以廟宇為中心，有着商議油麻地五約（油麻地、尖沙咀、官涌、旺角及深水埗）地區事務的公所、商貿重地的上海街和果欄、油麻地戲院、水務設施等等。七、八十年代政府發展彌敦道，九龍的商業中心就由上海街移到彌敦道。上海街以前的旺鋪就成為現在的老店，多種行業亦式微。馮滿記在香港有八十多年歷史，主要賣藥油、裙褂、籐蓆等等。但隨着社會文化的改變，人病了不用藥油、結婚也少穿裙褂，籐蓆又不用，老店最終結業。「當中九龍幹線落成、市建局完成市區更新後，油麻地將會不一樣。」

「但我們所辦的團不會是『守候 xx 的最後一夜』，因為這並不是出於『支持』和『珍惜』。」佐治指出，有很多人都是在某老店要結業、某舊建築要清拆時才一窩蜂去排隊，口說「珍惜」、「保留」，但原來從未光顧或留意。即使最後得以保留，但又有幾多人真心去了解呢？達芬妮補充，他們所辦的團不是要懷緬過去，而是向前看，讓參加者認識香港及參與保育，思考一條街、一個地區，甚至香港的將來可以如何演變和發展下去。

發展和保育並不對立，但先要有認識才可談保育。阿得以 PMQ 元創坊為例，他會反問參加者：將前荷李活道已婚警察宿舍活化成創意中心是否最好的保育方式？當年，社會對此地改建為酒店的爭議不絕。但阿得認為，既然前身為宿舍，改建成酒店只不過是將住宿的功能延續下去，不應因為「商業」、「酒店」一



7



8



9

詞就反對。「當然，不是說 PMQ 一定要改酒店，但這證明先要理解事件的本身，才可作出批判和改變。」他們曾帶參加者認識舊日灣仔的歷史和發展，總結時讓參加者以畫畫方式表達理想中的灣仔。「一開始都擔心香港人對身邊很多事都不關心、冷漠，會不願分享，但參加者在認識社區之後，都很踴躍分享自己對社區的看法，希望社區、香港都可以變得更好。」

4. 阿得（左）、陳達芬妮（中）、溫佐治（右）希望以導賞團方式讓參加者認識香港。

5. 旺角山東街觀音廟掛上生菜。

6. 阿得帶參加者認識建築與歷史。

7. 導賞團不乏中年人及老友記參與。

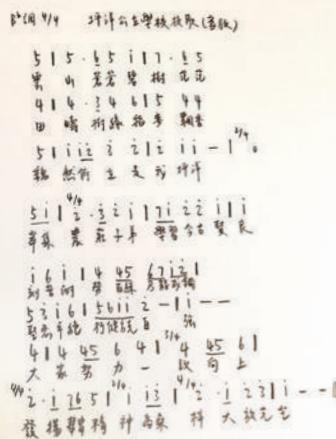
8. 油麻地天后廟旁的觀音樓社壇是昔日油麻地五約公所辦事處。

9. 參加者參加完導賞團後，以漫畫形式畫出理想中的灣仔。



採訪、撰文：Mak Mak / 攝影：Lily、劉曉茜 / 部分照片由「香村」提供

# 村校校歌 有田有山有水有意還有歷史



『雲山蒼蒼，碧樹茫茫，田疇樹綠，稻麥飄香』……，單看村校坪洋公立學校這首校歌的歌詞，已令人想像無限，思緒隨之飄到五、六十年前，想像當時村中學校與周遭田野及大自然融為一體，鄉村子弟樂在其中的畫面。

2013年，藝術工作者史嘉茵在已廢棄的打鼓嶺坪洋公立學校，舉辦以想像閒置空間的可能性為主題的「空城藝術節」，剛好聽到回到坪洋公立學校的半百舊生唱出這首校歌，由此啟發了她訪尋香港其他村校校歌的計劃。

## 半百舊生重唱校歌的震撼

每次提到當時的經歷，史嘉茵（阿史）仍會覺得心頭一熱，她說：「我每一次講，內心仍會泛起一份感動，試想想學生由廿幾歲到五十幾歲都有，幾十人齊集於一間廢校內，只為重唱以前的校歌，那聲音、那畫面實在震撼到我！」那次經歷也引發了阿史的好奇心，她很想知道其他村校的校歌又是怎樣的一回事，於是開始走訪香港不同村落，又透過朋友網絡和在地服務社福機構的幫助，尋找以前在村校就讀的舊生和他們的校歌，當中有許多已隨着村校結業而失傳。

透過收集更多村校校歌，阿史發現不同學校的校歌既各有特色又有異曲同工之處。她指出，歌詞中很多時都有記錄村校座落的方位、校舍周圍坐擁山海樹田的環境及學校的校訓，從中可領略到以前香港村落的地理版圖及早年鄉村教育對村中小朋友的期望。

五、六十年代村校發展蓬勃，有數以百計村校，但至八十年代由於人口下降和城市發展，學生開始到城市讀書，加上村校因收生不足陸續停辦，至今尚在



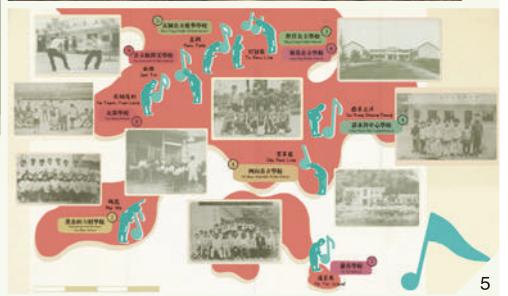
營運的村校不足二十間。阿史認為，從村校出發，可以認識到很多香港的故事。隨着社會各方面的發展，縱然村校與座落的環境都不斷被改變或遺忘，校歌卻仍深深印在舊生的腦海中未曾褪色。

## 收集校歌也收集城市變遷

從事音樂與舞台藝術工作的阿史近年關注到城鄉的發展，她在2016年錄製了音樂大碟《香村》回應新界東北的土地發展問題，又以「香村」為名創立藝術團體，開展一系列與鄉村有關的藝術活動。今次她與拍檔蔡旭威（John）共同策劃這個村校校歌聲畫紀錄計劃，共收集了九間村校的校歌，覆蓋範圍北至打鼓嶺，東至清水灣，南至蒲台島，西至梅窩，九間村校的位置正正環繞着香港的外圍。除了收集歌詞，計劃又邀請舊生重遊村校及重唱他們的校歌，阿史和John都期望，參與過計劃《有你有我有田有山有水有意》村校校歌展的觀眾，可以在接觸到舊生的歌聲與校歌的內容後，重新想像及思考城鄉的變遷。

《有你有我有田有山有水有意》村校校歌展剛於今年二月下旬至三月初在長春社位於西營盤的文化古蹟資源中心順利舉行。展覽涵蓋的九間村校中，八間已成廢校，當中只有位於打鼓嶺的嶺英公立學校仍在運作。

阿史指出，九間村校的外在環境都在過去三、四十年經歷了很大的變化，例如位於茶果嶺的四山公立學校，現在周遭也是石屎森林，若不是翻看學校五、六十年代的舊照片，看到操場外便是大海，很難想像為何舊生說以前常常放學後「通山跑」，一出校門便跳落海游水，更不要說明白到校歌裡面提到「波光海色，旭日融融」的意境了。她語帶惋惜指出，有些村



校以前被農田圍抱，現在卻被豪宅及棄置泥頭環繞。

## 錄製校歌也記錄消失中的村校

在阿史眼中，每所村校的故事都與別不同，例如是1988年停辦的蒲苔學校以前有長達三個月的暑假，只因學生都是水上人，五月後風向轉變，避風塘的艇戶要轉移陣地，因此每到農曆三月天后誕，學生就會在竹棚上行畢業禮、唱校歌，然後便可以放暑假。

John 則指出，校歌也記錄了社會的變遷，像坪洋公立學校的校歌就有兩個版本，舊版提到「農莊子弟學習今古賢良」，新版則說「勤勞子弟學習今古賢良」，反映以往鄉村務農的人多，但隨着商業發展，農業也逐漸式微。

他又補充，校歌還可以反映到歷史和時代背景，例如歷史悠久的元朗廈村友恭學校建立於戰亂頻仍的30年代，前身是傳統的卜卜齋家塾，由於創校的都是憂國憂民的知識分子，其校歌歌詞就不乏「我們要發奮圖強，我們是國家的棟樑」的愛國情懷。

村校教育讓人與人、人與自然之間建立緊密的關係。在訪問村校舊生的過程中，阿史和John都感受到，鄉村學生大多很淳樸和敬重老師，師生之間感情深厚，大家都熱愛以前的村校生活。

未來，阿史與她的「香村」團隊仍會繼續關心鄉村的過去、現在與未來，構思中的計劃包括製作一張以客家、圍頭等鄉村本土語言為主的唱片，還有年尾在坪輦舉辦古典音樂會，嘗試將不同音樂元素引入鄉村。



1. 阿史與她的「香村」團隊關心鄉村的過去、現在與未來

2. 坪洋公立學校校歌（舊版）歌詞

3. 《有你有我有田有山有水有意》展覽中舊日村校的擺設

4. 坪洋公立學校的舊生回到已荒廢的校園重唱校歌

5. 九間村校的地圖

6. 阿史未來計劃製作一張以客家、圍頭等鄉土語言為主的唱片，還打算年尾在坪輦鄉村舉辦古典音樂會。

一個與戒毒者同行十載的中醫師；兩個經社工協助開展人生的年青人。中醫師受情緒病所困，結果卻讓他更容易進入吸食者無力的世界，了解他們、幫助他們。年青人迷失於成長的路上，因為社工和計劃的幫助，重尋自己的方向，與社會接軌。今期介紹的兩個服務，都顯示了在同行路上，了解、支持和給予機會的重要。



Photo: AnnieSpratt

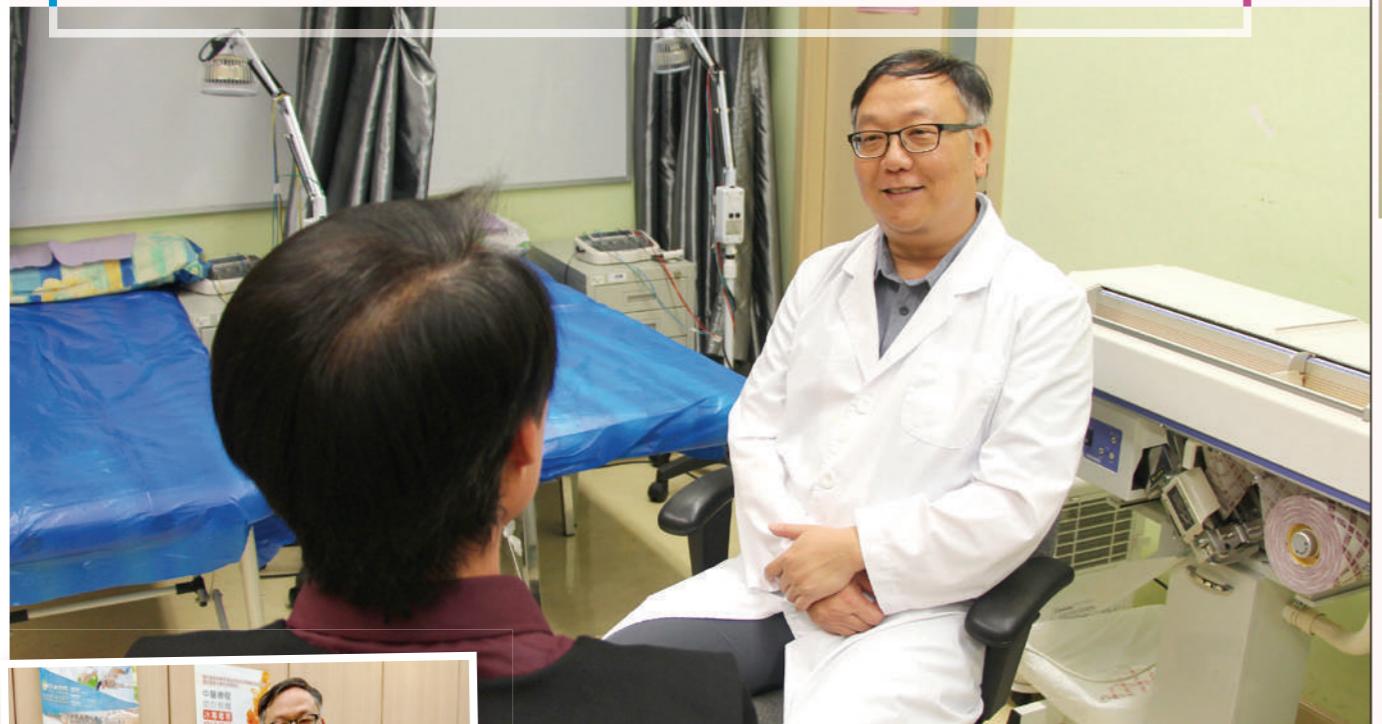


**Focus**



天朗中心中醫治療服務

## 與戒毒者同行逾十載的中醫師



1. 背向鏡頭的阿華是晨曦島的戒毒學員，因得知有為冰毒使用者而設的中醫治療失眠服務，而到天朗中心求醫。
2. 信義會戒毒服務總監梁玉娟與中醫劉浩泉相信中醫治療是有效的介入方法，幫助吸食者戒除毒癮。
3. 劉浩泉在早前的中醫治療吸毒後遺症成效發佈會中分享。

**假如戒毒過程是漫長而艱苦的戰爭，為戒毒者施以適當的治療則絕對是成敗關鍵。為此天朗中心於十年前開始引入中醫藥針灸治療，更聘請了一名駐場中醫師劉浩泉。曾患上情緒病的劉浩泉，對吸食引起的情緒問題感同身受，他十年來累積了豐富的治療經驗，為中醫治療吸食後遺症這種嶄新的介入方法，奠定了穩健的基礎。**

### 四十歲的中醫學院優等生

劉浩泉原為中學教師，嚴重的抑鬱症迫使他放下了十五寒暑的教鞭。一次偶然的機會，中醫鄰居以針灸治好他的痛症，令他體會到中醫的奇效，再加上被鼓勵進修，最終他進入了中文大學中醫學院修讀中醫。四十歲才重返校園修讀中醫，班裡的教授都不看好，更囑咐他要多加努力，怎料少時大學修讀化學和生物化學的劉浩泉因為基礎好，加上自己的努力，成為全班的優等生。大學畢業後，他受聘於博愛醫院——香港中文大學——醫管局中醫教研中心（元朗），參與了以中醫藥針灸治療吸食後遺症的新計劃。自此，劉浩泉便開始了為吸食者醫治之路。

當時，正值天朗中心成立初期，需要尋找不同的介入方法，接觸和幫助社區戒毒者，治療吸食後遺症是其中之一。「我們一直以止痛藥幫助戒毒者減輕痛楚，但發現效果不太理想。」基督教香港信義會戒毒服



務總監梁玉娟表示，當時知道博愛醫院有幫助戒毒者以中醫治療的計劃，在合作過程中認識了劉浩泉。

「我們與博愛醫院合作了兩期，治療對改善吸食者的痛症和尿頻等問題初見成效，對服用K仔的吸食者的改善情況甚為明顯。他們甚至不需要靠K仔幫助止痛。」梁玉娟對治療的果效甚為滿意。

### 情緒病經歷成為治療契機

後來，天朗中心聘請了劉浩泉作為駐場中醫幫助戒毒者。曾患上情緒病的劉浩泉多少能理解吸食者的情緒困擾，這種共鳴感有助取得戒毒者的信任，從而使他們接受幫助。「吸食者多少都患有抑鬱等情緒病，由於吸食者的家庭關係受到影響，通常也會產生疏離感和被遺棄感等等。而實際上，在中醫學習的過程中，我個人喜歡親身試藥，這也幫助我了解哪些情緒問題可以用哪些治療方法處理。」雖然每天看症數目不能跟在博愛醫院時相比，但中心的工作卻要兼顧安排藥房管理、開拓服務需要、出外推廣等等工作，令他對於吸食者的需要有更全面的認識和了解。

由於初期缺乏資源，要在中心設立診療所，更需要如針灸治療儀、軟紅外線治療儀、藥物、棉花、針等等，但最難處理的莫過於管理過百種中藥，沒有傳統的百子櫃，唯有代之以獨立包裝的顆粒中藥，再用塑膠櫃桶甚至密實袋串起取代百子櫃，後來得到某本港著名顆粒中藥廠商免費借用設備，配藥設施變得系統化，藥物也從原來的100種，增加至300種，為中心提供更有效率的配藥流程。

### 堅持治療是唯一的出路

劉浩泉指，從中醫角度看，毒品都是損傷心腎的，所以會引起失眠、尿頻、腦部功能以致情緒問題等等，其他如痛症、牙患亦是很常見的，而觀察所得，有超過八成的吸食者都有失眠問題。吸食者在情緒上也容易煩躁、抑鬱和缺乏動力。劉浩泉認為「陰陽不調、心腎不交」是問題所在，如果能撥亂反正，情緒和失眠問題也就可以解決。

由於中藥治療一般用藥溫和，要一段時間才見成效，所以有部分接受治療者會因短時間內看不見果效而放棄。「因為怕傷害到身體，我們用藥較溫和，最快都要一至兩星期才開始看見效果。有一個病人因為吸服氯胺酮令膀胱容量減至只有三十多毫升，他堅持治療超過一年，膀胱容量增加了十倍到三百多毫升。」劉浩泉表示這些能堅持治療一年以上的案例，最終都能戒除毒癮，重返正途，更有一些成為了機構的朋輩輔導員，幫助其他戒毒者。

天朗中心兩年前與中文大學中醫中藥研究所合作，探討用中醫理論指導下自組的中藥方劑，處理冰毒吸食者的身體不適，其中以睡眠失調、日間倦怠以及情緒問題為主，希望藉此提高他們的戒毒動機，此研究計劃亦成功獲得禁毒基金贊助。在此計劃尾聲的一次分享活動中，晨曦島的一位職員兼過來人得知有此計劃，急不及待走到中心表示希望接受治療。原來這位住在天水圍區的女士曾服用冰毒導致失眠情況非常嚴重，她在一次簡短的談話中可以打幾個呵欠，嚴重影響生活。經歷八個星期的療程後，她的狀況有明顯改善，更在停藥後持續好轉。因這次的成功，她回到晨曦島將這喜訊廣傳開去，令到信義會和晨曦島開始合作，也幫助了不少該會的戒毒人士的身體恢復。

現在劉浩泉每年為超過100個戒毒/康復人士持續看症，中心也開始增聘中醫為戒毒人士治療，近十年累積到的治療經驗，有助治療團隊探討出更有效利用中醫藥針灸去幫助戒毒人士的方法。梁玉娟表示，中醫治療除了幫助戒毒者減輕後遺症的影響之外，也讓社工另覓蹊徑，發現並接觸隱蔽吸食者，從而提供更整全的支援。



4. 劍浩泉在天朗中心進行針灸治療。

5. 農本方提供了300種標示清晰的中藥材給天朗中心，使配藥更便捷和系統化。



賽馬會鼓掌·創你程計劃

## 兩個雙失青年重新出發的故事



中學畢業、打工，可能是一般年青人必經的人生階段，但對於中一輟學曾經眼裏只有跳舞的老葉和找不到工作的 Candy 來說，這些卻不是必然的。他們都透過參加「賽馬會鼓掌·創你程計劃」(CLAP)，經過漫長的摸索，慢慢找到未來的人生方向。

### 為跳舞選擇中一輟學

23 歲的老葉中一時對舞蹈充滿熱誠，放學後經常練舞至深夜，導致第二天無精神上學，經常缺課。完成中一後，老葉便不顧家人的反對離開學校。後來，他在青年學院完成了「Teen 才再現計劃」後，便一直和朋友做散工，也沒有刻意去找一份自己有興趣和穩定的工作，閒來繼續跳他喜愛的街舞，缺乏工作動力和目標。

有一次，老葉獲舊相識郭姑娘邀請在一次活動中表演跳舞。郭姑娘得知他的狀況後，便轉介他到 CLAP 計劃，讓他有機會參加多彩多姿的活動。其中，拿到夢想基金去日本旅行的經驗令老葉印象最深刻，這也是他第一次出國。他在當地見識到日本與香港舞蹈文化的差異，令他大開眼界。這次經歷令他建立了一個目標——努力工作賺錢，然後多去旅遊，增廣見聞。

### 開闊眼界後 為夢想考駕進

老葉是計劃中參加最多活動的年青人，這些活動包括學習越野電單車、潛水班、航拍班、hiphop 舞班、DJ 班、扮演神秘顧客、於日本義務維修農場設施等等，在眾多的活動當中，他找到了新的興趣——潛水。他隨計劃參加台灣潛水團，並考到第一個潛水牌。雖然考第二個潛

1. 現為信義會職員的老葉於展覽會場地宣傳計劃。
2. Candy 講述如何透過社工接觸計劃。
3. 老葉透過郭姑娘的介紹下參加賽馬會鼓掌·創你程計劃，為未來找到方向。
4. Candy 參加的狗狗同行活動，幫助自己疏理過往的經歷。

2



5

6

水牌的時候，因為已經用過夢想基金，令他需要自費考試，但他的態度變得比以前更積極，並嘗試與導師協商，提議用分期付款的方式去考取牌照，令他可以繼續向潛水發展。「除咗跳舞之外，我係第一次見佢咁投入去做一件事。」郭姑娘很高興見到他有這樣積極的態度。

經 CLAP 計劃社工介紹下，老葉現時正參加勞工處「展翅青見計劃」的就業起動計劃，在信義會進行一年的在職培訓，負責文書工作和協助舉辦活動等等。現在的工作令老葉可以平衡生活與興趣，晚上他仍能抽時間跳舞，又能於清晨練習潛水，為考獲下一個潛水牌作努力。

老葉知道認可的基本學歷有助他將來向自己的興趣方面發展，所以工作合約完結後，他決定再次進修和以完成毅進課程為目標。

### 中五退學後 因恐懼和緊張無法工作

現年 22 歲的 Candy，數年前就讀中五時面對無間斷的測驗、週會、功課等，沉重的壓力令他經常失眠，最終決定退學。後來，Candy 在青年學院修讀商科，因英語授課讓他難以理解學習內容，最終也無法完成課程。最後，Candy 經青年學院社工轉介，於 2017 年 4 月參加了 CLAP 計劃。他透過農耕體驗、狗狗同行（一個從認識狗隻經歷幫助疏理自己過往的活動）等活動，尋找到自己的興趣和建立正確的處事態度。

Candy 以往嘗試過找工作，但因為對水有恐懼、緊張時雙手會不由自主地抽搐、喜歡穿女性化的衣服等等原因，讓他處處碰壁。

「我冇工作經驗，又唔識打字，乜都唔識，你係老闆都唔請我啦！」Candy 過往失敗的經歷，令他沒信心找到一份穩定的工作。長期找不到工作也使 Candy 與家人的關係變得緊張，甚至覺得自己一無是處，更影響到自己的情緒。

### 慢慢學會堅持 為接軌社會做好準備

後來，計劃安排了 Candy 進行工作實習，負責一些打字和資料搜集的工作。為使 Candy 逐步習慣有規律的工作模式，計劃社工郭錦如姑娘為他安排了較自由和彈性的工作環境和工作時間。郭姑娘希望透過文書及活動助理的實習經驗，培養 Candy 適當的工作態度、技能和知識。實習了兩個月，Candy 慢慢學會堅持，即使工作有難度，都會嘗試完成，有不明白的地方，就會主動向同事請教。

只剩下一個月實習期的 Candy 感到時間緊迫，他希望於實習完結前能適應一般人的上班時間，更希望將來能在社福界找到文書或活動助理的工作。對於本來失去信念，並以「見步行步」的心態參加 CLAP 的 Candy 而言，這已是一個很大的進步。

### 賽馬會鼓掌·創你程計劃

「賽馬會鼓掌·創你程計劃」是一個為期 5 年，為 15 至 21 歲非在學非在職的年青人規劃前路的計劃。

大部分的青年都是透過不同的中心或學校轉介，計劃以四個階段幫助青年規劃人生，包括：1. 啟發參與（鼓勵年青從興趣出發，多參與活動和擴闊體驗）2. 自我認識 3. 多元出路探索（了解想投身的行業）4. 計劃及生涯管理。青年規劃好自己的生涯後，計劃社工仍會繼續跟進半年，以確保他們能朝着目標前進。由 2015 年 5 月至今，信義會已透過計劃幫助 1,700 個青年，至 2020 年計劃完結前，希望能協助 1,880 名青年計劃及管理自己的職涯和未來人生。



5. Candy 為狗狗同行活動準備狗狗曲奇。

6. 老葉透過 CLAP 計劃到日本觀摩，圖為他在日本金龍山淺草寺前跳街舞。

7. 自透過計劃認識潛水運動後，老葉便全情投入這項運動，更希望可以考取牌照。



趙榮德 — 教育隨筆  
袁文輝 — 生命因愛動聽  
司徒永富 — 職場信念  
黃國基 — 北斗北行  
潘狄思 — 愈食愈瘦  
Mak Mak — 一秒感動

Photo: gaetano-cessati

文章僅代表作者意見，並不代表本會立場。



Column



# 「在津貼中引入國際課程」，好難啦！

最近有議員倡議在津貼中學引入適量國際課程，讓基層家長及學生有更多選擇，我和朋友討論過這個議題的可行性，以下是我們討論的內容：

趙為本人 友為教育界朋友

友：趙 sir，你認為議員那個「落實多元教育，紓緩學生及家長壓力」的議案是否值得支持？又能否推行？

趙：我相信沒有家長會反對「落實多元教育」，但是否落實了「多元教育」，就可以紓緩學生及家長壓力呢？那就見仁見智了。

友：為甚麼給家長、學生多了選擇，就不能紓緩他們的壓力呢？

趙：議員一定認為現行的中學文憑課程使家長和學生深受壓力，但問題是，有沒有實際研究指出壓力有多大，以及壓力出自何處呢？因為任何用作甄選的課程都會有考試，而考試一定對學生產生壓力。考 DSE 有壓力，難道考 IB、GCE、A Level 沒有壓力嗎？家長或教師應教導學生或子女減壓的方法。如果壓力不是來自考試，而是來自課程，議員應向政府提出改善課程部分，而不是引入另一個課程，除非議員認為原來的課程「冇得醫」。

友：同意。改善原來課程易得多，引入另一課程似乎比中六合彩更難！

趙：引入適量國際課程的確很難。首先，我們要問：「何謂『適量』？」直資中學因為一半受政府津貼，所以有一半人可以讀 IB；津貼中學百分百受政府資助，理論上學生不能選讀國際課程，「夾硬來」最多可讓四分之一學生選讀。但 IB 課程或任何國際課程，都要求校長、教師重新接受訓練，例如 IB，其辦學理念是令學生成為「世界公民」(global citizen)，重視領袖訓練 (leadership training)，要求學生主動探索和追求知識。習慣教 DSE 的教師如不「重新」接受訓練，怎教 IB 課程？況且國際課程必然用英語教學，而香港只有百多間主要用英語授課中學，教育局願意額外花一筆錢來訓練校長、教師去教一批將來可能到外國升學的學生嗎？

友：一定不會吧！

趙：所以我認為很難成事！



趙榮德

現為輔導教師協會顧問，曾任喇沙書院副校長。關心香港教育，於《明報》、《星島日報》、《公教報》撰寫專欄，出版著作甚豐，有《不一樣的家長》、《趙 Sir 教英文》等。  
電郵：chiu24@gmail.com



# 他，同時也是祂

世間上，一切有形有體的生命總有一個存活的期限，在此之後一切機能便會結束，人類稱這現象為「死亡」，這也是地球上所有生命體都必須經歷的自然現象，無一倖免！

「出生與死亡」對所有生命體來說，都是最貼身的課題，但大家可有想過，生命結束之後還會在某個空間繼續存在嗎？

那就只有經驗過死亡、且有能力從死後世界再回來的人，才可以有望解開這個千古謎題！

在四福音內所描述有關耶穌復活的記載，我認為這其實是人類歷史中最重大的發現！事件的重要性根本就是超越種族、超越文化，甚至超越所有宗教的。

耶穌復活的事件，其獨特之處在於，在歷史中復活了的耶穌基督見證了祂就是創造天地萬物、掌管生命的主宰，因着愛成為人的樣子來到世上，也為人類的緣故捨身十架、經歷死亡，並且死後三天可以突破死亡，在眾人眼前不可思議地復活過來！

他不僅是一個能夠從死後世界回來的人，他同時也是祂！

祂是上帝！一個為人類而死的上帝！

藉着一種屬於超自然的復活能力，向世人宣告：「復活在我，生命也在我，信我的人雖然死了，也必復活！」

祂告知我們，人只要願意向祂悔改認罪，並將生命的主權交給祂，便可得着祂所賜的永遠生命！歷史上無數人因着相信祂，生命產生了翻天覆地的轉變。

十字架上祂受難的大痛苦，極盡屈辱，極度痛楚，見證了祂的愛！

空墳墓內祂復活的大能力，充滿榮耀，充滿盼望，見證了祂是誰！

在記念耶穌基督受難和復活的日子，盼望你也能踏出生命中最重要的一步，接受這位為你犧牲為你復活的主成為你個人的救主！



袁文輝

袁文輝，影音使團總幹事，1989 年成立影音使團。從最初幻燈片到福音電視及電影製作，致力以具創意、多元化的影音媒體製作傳遞福音信息，助人反省生命；於 2003 年創辦本港首個 24 小時基督教電視台——「創世電視」，在 myTV SUPER 602 台、NOW TV 545 台、有線電視 15 台播放。除了影視媒體，更於 2006 年創立《天使心》月刊，是首本在全港便利店發售的基督教刊物。



# 成功點子就在不遠處

有一天，一群青蛙在森林裡散步，忽然有一隻跌進了一個很深的泥坑。這隻青蛙自然十分驚慌，牠用盡最大的力氣向上爬，希望能夠盡快跳出這個泥坑。可惜，這個泥坑實在太深了，無論這隻青蛙多努力，還是沒有甚麼進展。這時候，站在深坑上面的青蛙看到那青蛙那麼辛苦，終於忍不住對牠說：「我們的朋友，你不如放棄吧！你是不能跳出來的。」

可憐的小青蛙好像聽不到上面的青蛙們的勸告似的，牠還是不斷地向上跳，像期待着有一線生機。奇蹟往往會在絕望中出現。由於青蛙不斷在原地上向上跳，那處的泥濘因為青蛙不斷跳動擠壓而變硬，最後青蛙用最大的力氣一躍而上，竟然能夠跳出泥坑。

這時，一直站在旁邊的青蛙對於同伴能夠成功逃出泥坑都嘖嘖稱奇。他們問那青蛙：「剛才我們都以為你今次不能逃出，還叫你放棄，你為甚麼還那麼堅持呢？」小青蛙笑着說：「因為我的耳朵不靈光，聽不清楚你們所說的話。」沒錯，在我們人生的旅途上，為着自己的目標努力奮鬥時，不少人會認為我們的努力是沒有作用的，向我們發出各式各樣的負能量，甚至著我們放棄。這時候，我們必須重回初心，清楚自己究竟想要甚麼，重新堅定出發，把別人的眼光和評語放在一邊（不要驅逐，向它們微笑好了），親手為自己打開一片天窗！

成功的人士往往是能夠創造出別人從來沒有想過的事物，例如喬布斯想出了智慧電話，馬雲想出了網上交易平台……這樣成功的商業巨子的點子，起初在身邊人眼中，都不是甚麼出息的點子。事實上，有些對手甚至比他們更早想出這些點子，只是不屑發展

下去。例如前世界手機巨頭諾基亞比喬布斯更早想出了智能手機用的系統，但是他們的高管認為智能手機不會成為潮流。伊士曼柯達公司從前是世界攝影相關產品的領導者，在輝煌的時期這公司總部所在的美國羅徹斯特市中，幾乎所有立足在這裡的公司都是和伊士曼柯達公司有生意來往的，儼然是伊士曼柯達公司擁有的城市。伊士曼柯達公司的工程師也是最早發明數碼照片技術的，可惜因為短視的管理層擔心數碼相片會影響沖曬相片的業務，結果這間曾經是世界市值最高的企業落得破產的下場。

世界上最不務正業的可能是日本品牌 Yamaha。一開始以維修鋼琴起家的 Yamaha 山葉，不單是樂器製造專家，更做飛機、機車、汽車和船舶引擎，做着做着，更製作出整條船舶，更使用玻璃纖維製作船體和模組化衛浴。另外，他們還有做腳踏車、燒錄機、音效晶片 …。

是的，成功沒有必然的定律，也沒有甚麼秘笈，只是必先要有驚人的敏銳力和決心，加上過人的勇氣和冒險精神，願意付諸實行，成功便變得有可能。?



司徒永富

鴻福堂集團控股有限公司總經理兼執行董事

香港專業人才服務機構主席

著有多本管理學及心靈書籍，包括：《老闆要的不是牛》、《唔緊要——心中有富的人生智慧》、《教曉員工高飛——風箏管理學的 5P 魔法》



# 社工專業互認？

《粵港澳大灣區發展規劃綱要》中，忽然冒出了「推進社會工作領域職業資格互認」一句話，讓社福界掀起了不少疑惑。不少人的即時反應是：中、港兩地的社會工作專業水平相距太遠，如何可以互認？筆者覺得水平差距雖是事實，但這並不重要，更重要的是兩地對社工的價值觀要求迥異。

在香港，要成為註冊社工，必須透過修畢被認可的專上學院課程，而「社工註冊局」對這些課程的一個必須而重要的要求，是有學院的導師全程及緊密地督導的「工作實習」設置；目的是確保「準社工」不單具備知識及工作技巧，更要對專業理念及操守重視。

在國內，「社工師」是透過職業考試獲取，當中並沒有必然要修讀社工課程的要求；而縱使是唸社工專業的，亦沒有類似香港的「工作實習」要求。事實上，內地社工在考取社工職業試時，更依賴的是一些「考試天書」。作為專業，理念及操守是重要及不可缺少的，而這些信念，要透過實踐，才可體驗及建立，課本及考試只有知悉而非「內化」(internalise)的效果。

使兩地社工在專業理念及操守出現差距的，更呈現在香港及內地對社工的角色及專業理念要求並不相同。

香港的社會文化及歷史發展，容許大部分的社福機構在依賴政府資助下，仍有一定的獨立性；在機構工作的社工，亦因而得以持守社會工作信念中對公義的重視、對服務對象利益的絕對尊重。

但在內地，雖有「維權」的概念，社工也讀同內容相近的社工哲理課本，但卻因社會及政治制度上的要求，在實踐上大為不同。直接點說，當我們視服務對象的利益至上時，內地社工被要求更重視的是有利政府的和諧管理。

在被視為開創今天內地重視社會工作的《中共中央關於構建社會主義和諧社會若干重大問題的決定》<sup>1</sup>文件中，便是將「建設宏大的社會工作人才隊伍」放置在「加強黨對構建社會主義和諧社會的領導」一段之中；在「充分發揮專業社會工作在社會管理中的重要作用」一文強調「發展專業社會工作，對寓管理於服務、用服務強管理、增強社會管理效果具有重要作用」。<sup>2</sup>

事實上，作為推動社會工作的兩大火車頭的城市——深圳及廣州，前者早在數年前便將「社區服務中心」改稱為「黨群服務中心」，而作為廣州主體社會工作服務單位的「家庭綜合服務中心」，亦在最新的服務設計及評估中，將「黨建引領服務」，視為重點。

不同的服務理念，自會帶動及影響社工的專業價值及信念，互認「職業資格認可」，有基礎嗎？?

1. 2006年10月11日中國共產黨第十六屆中央委員會第六次全體會議文件

2. 刊於期刊《中國社會工作》，2010年1月（上），作者為時任「民政部人事司（社會工作司）司長戴均良」



黃國基

投身社會工作三十多年後，近年因應內地推動社會工作專業，亦投身其中，出任內地的社工督導及機構顧問。



# 足夠的蛋白質有助養成 「易瘦體質」

隨着年紀漸長，即使吃的東西和份量不變，但身形總是大不如前？儘管成功減磅，身體卻是「鬆泡泡」？有沒有想過，這是由於我們吸收的蛋白質不足，令我們的肌肉流失、新陳代謝減慢所致的呢？

事實上，一個體重 50 公斤的女士，每日平均最少需要 60 克蛋白質（50 公斤  $\times$  1.2=60 克），即早午晚三餐應各攝取約 20 克的份量。如有運動習慣，又或正在透過負重運動增加肌肉的朋友，則需要更多的蛋白質（50 公斤  $\times$  1.8=90 克）。

因此，若果想養成「易瘦體質」，就必須要注意蛋白質的攝取並配以適量的運動，以免身體隨時間漸漸流失寶貴的肌肉。肌肉量少而脂肪較高的朋友，新陳代謝不單會較慢，燃燒卡路里的能力也必定較遜色，造成吃很少也會不斷變胖的問題。

每天吃 60 克蛋白質是一個怎樣的概念呢？舉例說，若希望做到每餐攝取 20 克的蛋白質，可以考慮以下的食物選擇：

1. **三文治**：配料首選雞蛋、芝士、吞拿魚等等含高蛋白質的食材。（雞蛋每隻含 6 克蛋白質；鹽水罐頭吞拿魚半罐已有 18 克的蛋白質）
2. **牛奶**：每 200 毫升已經有超過 6 克的蛋白質。
3. **無添加糖的低脂希臘乳酪**：每杯的蛋白質含量高達 23 克！
4. **小吃**：多士配花生醬或蘋果配花生醬。
5. **蕎麥麵**：85 克的蕎麥麵（1 人份）已經有 12 克的蛋白質！只需要加入少量肉類，每餐 20 克的目標其實也很容易達到。
6. **牛肉**：是蛋白質最多的肉類，可以適量食用，女性還可以透過牛肉補充鐵質。



潘狄思 (Kay)

身高只有 157 厘米的 Kay，30 歲前體重高達 154 磅。後來憑着「愈食愈瘦」飲食方法，成功在 6 個月內減去 40 磅，至今沒有復胖，脂肪比率更由癡肥級別的 43%，減至標準級別的 20%。近年醉心研究健康飲食，閒時愛下廚和在 Facebook 上分享食譜及推介健康食品。著有《愈食愈瘦》、《愈食愈瘦 2》及《愈食愈瘦 3》，其中《愈食愈瘦 2》榮獲第三屆香港金閱獎「最佳醫療健康書」的榮譽。

臉書：[fb.com/kforkitchenhk](https://fb.com/kforkitchenhk)

電郵：[info@kforkitchenhk.com](mailto:info@kforkitchenhk.com)



# 冰島的貝殼山



@ 冰島

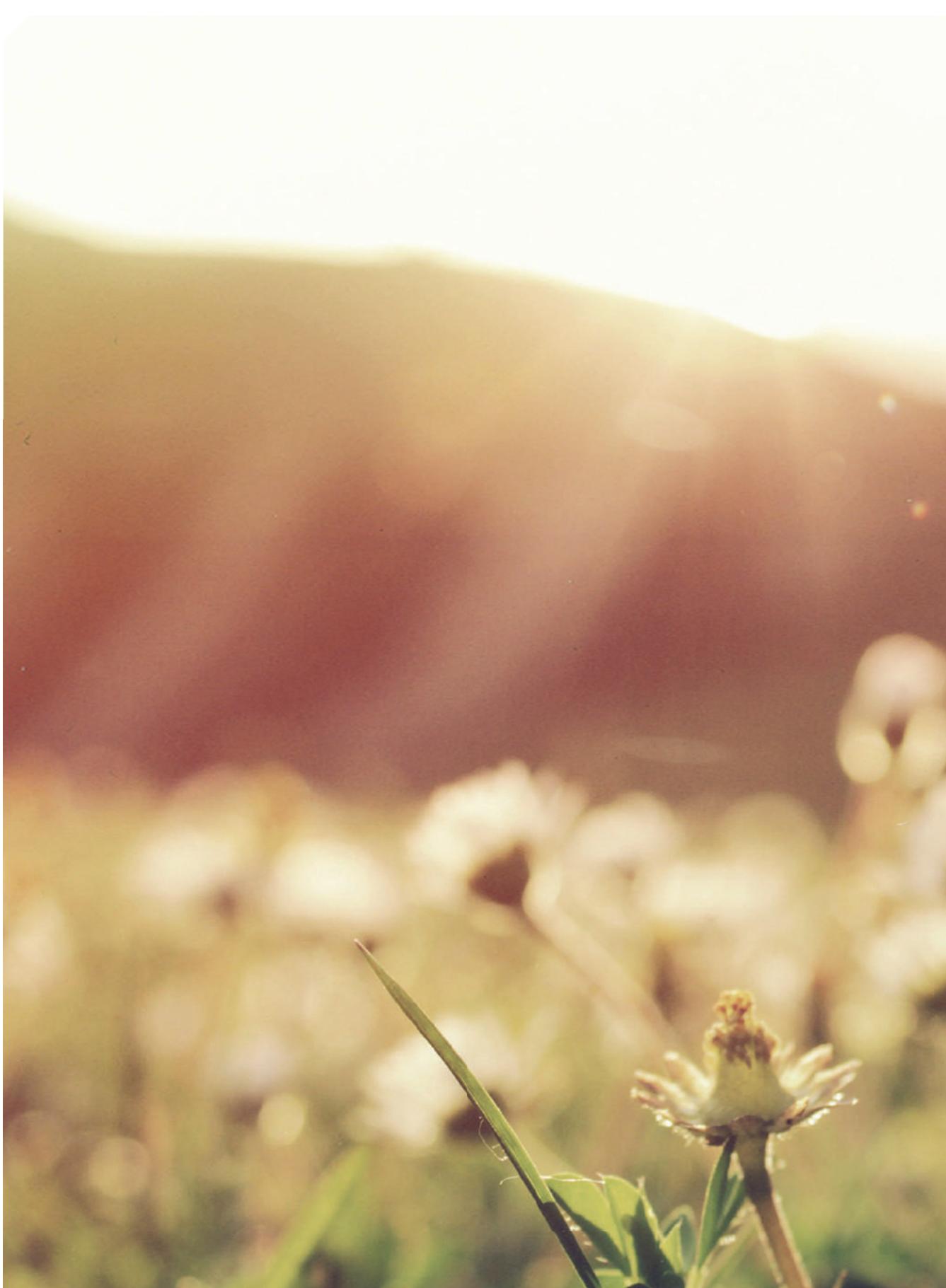
記得年前第一次遊冰島，不僅被當地純淨的大自然景觀吸引，更感動是看到當地人對自然資源的充分利用。你知道嗎？冰島人用地熱為人類和植物製造溫室，小孩子放假時會做保護環境的社區工作，堆積如山的貝殼會被用來鋪馬路……，在這個冰與火組成的國度，可以看到的是純淨的冰川、多姿的奇峰峻嶺、雄偉的瀑布和地熱噴泉，還有許多許多人與自然的結合。

如果，每個人都有珍惜資源的理念；如果，每個人心中都有一座貝殼山……



Mak Mak

別號「右腳雀仔」，由讀書時代至今一有假期總愛往外闖，大學畢業後先後從事傳媒及特色旅遊產品開發工作，現任職社會服務機構。熱愛自助旅遊，享受旅程中種種人和事，藉人與人、人與地之間建立的關係去反思生命、關心世界。過去曾遊歷近百國家，足跡遍及南北極地區，旅遊文章散見於各大報章及旅遊雜誌。



信義角度  
社關服侍

2019香港礦山挑戰賽

信義會 65 周年會慶啟動禮暨步行籌款「119 大步走」

《照護人》電影放映會 ×《香港年青護理人員  
留職意向調查》發佈會

「賽馬會新世代爸媽支援計劃」  
服務啟動禮暨嘉年華

信義好事  
外界協作  
社區脈搏

Photo: Alexandru Tudorache



Service

# 信義角度

透過分析社會現象 帶出本機構關注議題

## 看見貧窮 1.2.3



市民大眾是真實地「看見貧窮」的一群，他們才是對香港貧窮最有發言權的一群，但在政策制訂的過程中，他們的聲音卻往往被忽略。有見及此，「社福抗貧聯盟」<sup>註1</sup>繼去年舉辦第一次的「民間扶貧高峰會」後，今年再接再厲，推展「看見貧窮 1.2.3」計劃。

聯盟各成員機構先在 2019 年 1 至 3 月推展了多達廿項體驗活動，包括執紙皮、探訪劏房家庭、露宿體驗、聆聽照顧者心聲、青年人圓桌會等，讓市民真正「看見貧窮」和反思問題所在。

來到 3 月 17 日，是「看見貧窮 1.2.3」的壓軸活動：「民間扶貧公聽會暨抗貧自由約」。位於油麻地的榕樹頭，向來給予人基層居民生活之地的感覺，那天卻在占卜、歌唱、擺賣外，忽然化身為「嚴肅」的議事廳，數百名市民聚首一堂，談論香港的貧窮問題。

我們聽到照顧者在缺乏服務及經濟支援下，得不到喘息的困境；有貧困家庭訴說輪候公屋 7 年仍未知何時上樓；有青年人對社會缺乏流動機會的憤怒聲音……問題多得讓人沉重，他們的困境雖各有不同，但卻是環環相扣，源於同一個不公義的社會制度和體系。

數百市民，就在象徵基層居民生活之地的榕樹頭，熱烈討論了 3 小時；多名扶貧委員會委員及立法會議員、議政組織代表，亦在場聆聽居民的心聲。

除公聽會外，大會亦同場進行了「抗貧自由約」，有十幾個有展示或提供體驗活動的攤位，讓參加者體驗執紙皮和住在劏房的生活；讓照顧者敷 Eye Mask 稍事休息及在



照顧者 Cafe 嘆杯熱茶；讓到來的公眾大玩「上樓難實況棋」和收緊綜援問答遊戲等，又有一群藝術家以裝置藝術、歌唱、照片等媒介，讓參加活動的市民「看見貧窮」。

近年由於香港財政盈餘不斷上升，預算案往往聚焦於如何「派糖」、應否「派錢」，但同一時間，香港貧窮問題嚴重，貧窮率居高不下，長期有超過 100 萬貧窮人口，在經濟、住屋各方面，均構成極大壓力……政府很富有，但市民很窮！



1. 公聽會吸引二百多個市民參與，討論氣氛十分熱烈。
2. 嘉賓包括扶貧委員會委員和聯盟成員機構的總幹事參與自由約活動。
3. 看見照顧者是公聽會及自由約其中一大議題。
4. 扶貧委員會委員參觀自由約攤位，包括本機構長者服務的「收緊綜援有數找」體驗攤位。
5. 青少年服務社工在公聽會上發言，談及年青人缺乏機會的無奈。

信義角度 Facebook



註 1：社福抗貧聯盟機構成員包括：基督教香港信義會社會服務部、香港社會服務聯會、循道衛理觀塘社會服務處、香港婦女中心協會、香港聖公會麥理浩夫人中心團體及社區工作部、仁愛堂社區中心、救世軍青年 / 家庭及社區服務、香港基督教服務處、新福事工協會、香港明愛青少年及社區服務。

# 社關服侍

實踐耶穌基督服務人群的精神

## 空隙 Gap

◎曾浩賢牧師

早前在網上讀到一則新聞，轉述一名游泳教練的網上貼文，是關於一名相信是患了腦退化症的伯伯呆站一個商場外，褲子半脫，滿褲糞便。只是很多途人都沒有伸出援手，反而是掩鼻離去，商場保安亦拒絕讓他進入商場，更有人舉機拍攝。最後是由這名教練出手相助，聯絡區議員及警方協助，又買褲給伯伯更換。相信游泳教練這則貼文不是為了炫耀自己的善行，而是如他在貼文所說，慨嘆為何香港人變得這麼冷漠，並勸告大眾要幫助有需要的人。

香港人是否真的變得冷漠？按筆者的日常觀察，其實很多香港人都是樂於助人的。只是若面對一些難度大、代價大或厭惡性高的情況，則不是很多人願意選擇出手幫助。而在反思基督教社關服侍 (Diakonia) 這課題上，這「選擇」的現象關乎到上期文章所分享到的「界限 (Boundary)」問題，就是作為服侍者，我們的「界限」有否窒礙我們選擇前往協助有需要的人？另一方面，若從宏觀一點的角度來思考，這「選擇」的現象明顯會在社會中造成一些「空隙 (Gap)」，即有些有需要的人不得不着協助，特別是那些不容易被人「選擇」去協助的人，正如這則新聞所見。當然，這「空隙 (Gap)」往往亦包括了那些在社會中很容易被遺忘的人，如那些罕見病患者，又或是那些無親無故又不會求助的獨居長者，被遺忘，自然也不在選擇之列。

聖經記述主耶穌對人的服侍，不少都是那些被人厭棄、被人遺忘的人士。痲瘋病人被當時社會撇棄和隔離，耶穌卻醫治他們，並用手觸摸他們（參馬可福音一章 40-45 節）；一個因被污鬼附身而變得癲狂的人，他屢次被人用鐵鏈鎖着，住在墳地的墓穴中，主耶穌卻刻意到那裡，把鬼從他身上趕出來（參路加福音八章 26-39 節）。這樣，教會在履行社關服侍的使命上，一個很重要的向度是要多把力量放在那些「空隙 (Gap)」上。無論是為這些「空隙」提供直接的服侍，或是為此爭取相關的社會服務，這都會讓那些被主流排拒或遺忘的人在得着幫助之餘，感受到一份愛與肯定，因為終於有人與他們同在、同行。

記得一個很早期便在深水埗欽州街天橋底派飯給無家者的教會牧者曾分享說：「早期沒有甚麼人去關心這裡的無家者，到現在有很多教會都來這裡派飯，他們有時一天收到五、六個飯盒。所以現在我們都不在這裡派了，我們改去關心其他未有人關心的人。」在香港，不少事情都有「一窩蜂」的傾向，拿手機捉精靈如是，開珍珠奶茶舖如是，在街頭派飯也如是。不是說這一定不是好事，只是若要作更進深的社關服侍，我們的眼目不要只停留在「主流」，反而是多留意「空隙 (Gap)」，並且可以的話，「Try to fill the service gap」。

作者：曾浩賢牧師

基督教香港信義會牧師、信義宗神學院助理教授（社關服侍學、實用神學）

恩青營（鞍山探索館）  
是全港首間集合探索昔日  
工業遺產、宗教遺產、  
鄉村遺產及自然價值的  
活動探索館。

## 宗教建築

### 探索礦村宗教遺產

認識馬鞍山昔日教會發展及民間救濟工作的歷史，例如坐落山頂、建於1952年、信義會自資興建的第一所座堂式禮拜堂—恩光堂（歷史評級建築）。

## 礦村

### 探索鄉村遺產

昔日礦村養活幾千礦工及家屬，交織出多篇感人的生命故事，漫步礦村生活圈，可多角度探索昔日繁盛的礦村小社區。

## 礦場

### 探索馬鞍山工業遺產

馬鞍山鐵礦場由上世紀四十年代開始歷盡興衰，帶你走訪鐵礦場遺址（歷史評級建築），親身體驗採礦工作，認識這個快被遺忘的馬鞍山鐵礦開採過程。

## 自然

### 探索馬鞍山獨有自然價值

馬鞍山具有得天獨厚的自然環境，蘊藏豐富而獨特的生物多樣性，如礦物地質、山徑、河澗與植物等。身處於這個寶貴的礦山自然學園，可享受探索大自然的樂趣。

# 鞍山探索館

## 四大元素



## 公眾開放

逢週六、日及公眾假期，設有公眾開放。  
開放時間：上午10時-下午5時  
免費入場，歡迎參觀。

#駐場導賞員介紹礦山故事

馬鞍山村上村 35 號

<http://gyc.elchk.org.hk>

3421-1436

鞍山探索館

gracecamp35

## 服務理念

活化後的鞍山探索館，將會帶給你一個別具意義的生活探索體驗，共同保育香港獨特的鐵礦業、宗教及礦村歷史，感受馬鞍山大自然的可貴，以故事及探索的方式，傳承馬鞍山礦村背後的社會意義及價值觀，以教育下一代。

## Service

# 2019 香港礦山挑戰賽



由鞍山探索館連續第三年主辦，香港首個以礦場為主題的慈善大型比賽——香港礦山挑戰賽 (Hong Kong Mine Challenge) 已於 2019 年 3 月 3 日順利進行。今屆賽事主題為「有您！高山低谷跑過去！」，賽事共吸引接近 200 支隊伍參加，環境局局長黃錦星先生更是連續三年支持賽事，擔任主禮嘉賓為參賽隊伍打氣。

賽事共分為 18 公里挑戰賽、12 公里公開賽及 8 公里體驗賽三個組別。參加者於賽事中化身成礦工，

在基督教香港信義會馬鞍山信義學校出發，走上 70 年前礦工的工作及生活路線，沿途經過選礦廠、信義會恩光堂、昂平高原、露天採礦場、240ml 磨洞範圍等馬鞍山獨特的自然美景及歷史建築，並完成不同的礦場任務，讓參加者認識珍貴的馬鞍山礦村歷史，體會昔日礦工及礦村村民的生活點滴。大會並於終點設有嘉年華和多個礦山資訊科技體驗的區域，讓參加者透過科技體驗認識昔日礦場、礦村的面貌，更有小丑表演及扭波體驗，與眾同樂。◆

### 香港礦山挑戰賽 2019 部分獲獎隊伍資料

獎項	獲獎隊伍
挑戰賽冠軍 (18km)	個人男子組：Thunder Lui (1:35:32) 個人女子組：Leung Ka Man (2:04:38) 團隊組：D&G (1:41:35)
公開賽冠軍 (12km)	個人男子組：L.A.I. (1:13:00) 個人女子組：黃曉彤 (1:45:07) 團隊組：男兒綠野行 (1:23:17)
體驗賽冠軍 (8km)	2S (1:09:05)
最高籌款獎	友仔



- 參加者通過完成礦場任務，體會昔日礦工及礦村村民的生活點滴。
- 環境局局長黃錦星先生出席開幕儀式並擔任主禮嘉賓。
- 參加者於比賽當日在基督教香港信義會馬鞍山信義學校出發。
- 今年香港礦山挑戰賽有約 700 位選手及義工參與。

## 信義會65周年會慶啟動禮暨步行籌款「119大步走」



今年是基督教香港信義會成立 65 周年。本會於 2019 年 1 月 19 日舉行 65 周年會慶啟動禮暨步行籌款「119 大步走」。參加者需要走遍信義會在沙田區的各個堂會、學校及社會服務單位，透過不同遊戲和任務，認識信義會六十多年來的歷史和演變，如何為着社區的需要，與香港人一起同心同行 65 載。

在眾多活動當中最具代表性的是長者體驗：參加者戴上使人看不清楚的「加料」眼罩，綁上沙包模擬長者行動不便，然後完成不同的家務……有些我們看為輕而易舉的事，但對行動不便的人來說卻是十分艱難的。大會在競賽元素之外，加入不同類型的任務，期望能激發參加者關顧他人的熱心。❸



1. 參加者於禾輦信義學校整裝待發。
2. 其中一項任務是進行長者體驗。
3. 全副裝備上陣的參加者衝線後留影。

## 《照護人》電影放映會 x 《香港年青護理人員留職意向調查》發佈會



1. 公開大學護理及健康學院副院長李燕瓊教授表示，當前要務是提升年青護理人員的工作滿意度。
2. 是次活動吸引不少關注年青護理人員的同業和公眾人士出席。
3. 論壇以「如何吸引及培育年青護理人才」為題，一同探討年青人在護理業的發展及晉升階梯等議題。

本機構聯同香港公開大學護理及健康學院於 2017 年進行了一項問卷調查，訪問了 137 位 18-30 歲的全職年青護理人員，探討他們對工作滿意度、留職與離職的意向及其影響因素，並建議制定相關的策略，解決現時人手短缺和流失的問題。調查結果已於 2019 年 3 月 2 日發布，結果顯示有 35.1% 受訪者表示對現時工作不滿意，另有 40.1% 表示未來不希望繼續從事保健員或護理員工作，並有 39.4% 正在考慮離職。

同場，本機構、公開大學及社會企業「鐵樹銀花」舉辦日本電影《照護人》放映會及公開論壇。安老事務委員會主席林正財醫生、公開大學李燕瓊教授、鐵樹銀花創辦人岑啟灝、本機構恩頤居吳志成院長及「信義青年護理服務啟航計劃」畢業生岑祉受邀參與主持討論。❸

## 「賽馬會新世代爸媽支援計劃」服務啟動禮暨嘉年華



1. 活動邀請了社會福利署副署長林嘉泰先生（左二）及賽馬會慈善事務經理列浩然先生（右二）擔任嘉賓。

2. 藝人章志文先生（右一）與年輕父母在台上分享。

3. 嘉年華設有各種各樣的遊戲攤位，家長與孩子可以一同參與其中。

本機構獲香港賽馬會慈善信託基金支持，於 2018 年 4 月起推行「賽馬會新世代爸媽支援計劃」，為元朗、天水圍、屯門 24 歲以下的年輕父母提供輔導、情緒管理、產前產後支援、親子活動等全面的支援服務。為讓公眾了解年輕爸媽的需要，於 2019 年 3 月 3 日假天水圍銀座廣場舉行「賽馬會新世代爸媽支援計劃」啟動禮暨嘉年華。

活動邀請了社會福利署副署長林嘉泰先生及賽馬會慈善事務經理列浩然先生擔任嘉賓，亦邀請藝人章志文先生分享父子情及建立健康親子關係心得。同時，多位參與計劃的年輕爸媽亦在台上以舞獅、歌唱、舞蹈形式分享幾年來的心路歷程，讓公眾了解他們的生命改變。同場亦設有魔術、雜耍表演、大型吹氣彈床及多個攤位遊戲，與眾同樂，享受親子時光。❸

## 信義好事

### 本機構服務計劃加入「01 心意」慈善眾籌平台

本機構加入了由香港 01 設立的「01 心意」慈善眾籌平台，讓公眾有多一個途徑捐款支持本機構服務發展。每位捐款者首次於平台捐款，香港 01 會就該筆捐款捐出相應款項（每項上限為 \$200）。現有「長腿叔叔信箱服務」與「耆智養生」兩項慈善眾籌計劃。捐款可以資助服務計劃的恒常開支，幫助更多青少年處理負面情緒，讓更多因身體機能衰退入住院舍的智障人士受惠。



<https://goo.gl/ZxW6ns>



### 信義會 65 周年會慶 Facebook 專頁

基督教香港信義會自 1954 年創辦至今已歷 65 年。本會一直遵行耶穌基督傳福音的使命，効法主耶穌行善的榜樣，廣傳福音，建立教會；同時興辦教育及社區服務，服務社群。在慶祝 65 周年之際，教會將聯同教育部及社會服務部一同舉辦各項精彩活動。歡迎大家讚好我們的專頁，關注各項精彩活動。

六十五周年 Facebook  
<https://bit.ly/2CcAp17>



## 外界協作



### 金齡足球隊與愉園體育會足球隊切磋球技

在天行織夢慈善基金會安排、健絡通贊助下，本機構金齡足球隊於 2019 年 2 月 27 日與香港球隊愉園體育會在觀塘遊樂場人造草足球場舉行了球技練習交流活動，互相交流足球心得。是次活動，不但令一班金齡球員能與香港現役球隊練習，亦提供了切磋和交流球技心得的機會，對金齡足球隊日後的練習和發展有所幫助。

### 將軍澳中心「賀年送暖共享蘿蔔糕」

將軍澳中心於 2019 年 1 月 31 日聯同本機構舉辦「賀年送暖共享蘿蔔糕」活動，與逾 40 個葵涌區家庭聚首一堂，一同享用由名廚馬榮德師傅精心製作的 100 底足料海味蘿蔔糕及賀年茶點，並獲贈新春福袋，喜迎新春。



### 油漆魔術師翻新校園

學校是小朋友的第二個家，因此要營造舒適的校園環境，讓他們愉快學習。有見及此，金門建築有限公司派出專業工程人員到訪頌安幼兒學校視察環境及作出評估，並於 2019 年 1 月 18 及 19 日安排 8 位義務工程人員為校舍進行燈柱、喉管及大門之油漆翻新工程，協助翻新校園。



### 保健養生・無懼骨質疏鬆

農曆新年最常聽見的祝福語是「身體健康」，新來港人士樂聚軒也十分關心婦女骨質疏鬆的健康問題，於 2019 年 1 月 25 日邀請了御藥堂（控股）有限公司註冊中醫師梁頌婉博士為葵青區 24 名基層婦女舉辦「骨質疏鬆」健康講座，讓婦女明白骨質疏鬆的成因及日常簡單的預防方法。



### 銀杏館「愛心行動喜迎春」

今年新春佳節暖洋洋，一群熱心義工更見火熱。銀杏館於 2019 年 1 月 30 日舉辦 LOVE Project「2019 愛心行動喜迎春」，安排 10 位義工到訪葵涌長者鄰舍中心，分組上門探訪葵涌區內 20 位體弱長者及其護老者。義工除了為長者送上豐富的賀年食品外，中心社工更教曉義工簡單的「健腦手指操」，讓義工家訪時與長者齊齊做運動，藉此預防腦退化。



### 信義龍獅・教學相長

不少人認為長者的手腳比較緩慢笨拙，但頌安長者鄰舍中心一班由長者組成的「信義龍獅隊」技驚四座，讓 500 名青年學生讚歎不已！粉嶺官立中學於 2019 年 1 月 31 日邀請了「信義龍獅隊」到校擔任「中華文化節」之舞獅表演。先由義務導師蘇志剛師傅為學生講解中國非物質文化遺產「獅藝」的歷史、種類及發展，再由長者隊員表演——「醉獅」及「雙獅獻歲」，與學生分享心得。



### Be A Superstar ! 才藝大匯演

葵盛宿舍於 2018 年 12 月 8 日舉辦「Be A Superstar ! 才藝大匯演」，一班在「Be A Superstar！」計劃中接受才藝培訓的智障人士學員於舞台上發揮演藝才能。是次活動榮幸獲得豐盛機電工程全力支持，強大的義工團隊到場以保姆及經理人身分協助智障人士演繹不同角色，並與參加者載歌載舞，一同演出。



### 香港足球會「悅讀童共享」

獨讀樂，不如眾讀樂！香港足球會於 2018 年 12 月 4 日贊助新來港人士樂聚軒在麥當勞餐廳舉行「悅讀童共享」故事會。當天邀請了 18 位葵涌區基層家庭的小朋友參加，一起聆聽有趣的繪本故事，共享美食及扭汽球，為他們打打氣！



### 童心 Fun Fun 義人行

相信能夠由「受惠者」變為「施予者」定會同蒙福氣，一班北區青少年綜合服務中心受惠的小朋友，長大後成為中心青年義工，於 2018 年 12 月 1 日與泓富資產管理有限公司 12 位企業義工，一起化身成為「糕點師傅」，同心製作立體聖誕 Cup Cake，並將所學的糕點製作技巧與 20 多個小學生分享，預早慶祝聖誕節！



### 衛安：樂聚軒之聖誕聯歡會

踏入 12 月，又到聖誕普天同慶的日子。衛安有限公司義工隊於 2018 年 12 月 8 日來到樂聚軒，與葵涌區內學童相聚一同慶祝佳節。義工們準備充足，先教一班小朋友跳簡單的跆拳舞，再與他們分享聖誕節由來和歷史故事、一同製作 DIY 聖誕帽及寫聖誕卡給聖誕老人。最後，更由 CEO Mr. Yap 扮演聖誕老人，為小朋友送上聖誕禮物，讓他們提前感受聖誕的喜悅和溫暖。



\* 若商界及其他團體有意與本機構合辦活動，歡迎致電 3692 5468 與本機構企業傳訊部聯絡。



## 社區脈搏

\* 詳細內容可瀏覽本機構網站內「傳媒中心」的「傳媒報道」

### 18歲年輕爸媽無悔誕女兒 爸爸做廚房撐起成頭家

「賽馬會新世代爸媽支援計劃」的年輕家庭分享作為年輕父母的體會與堅持。

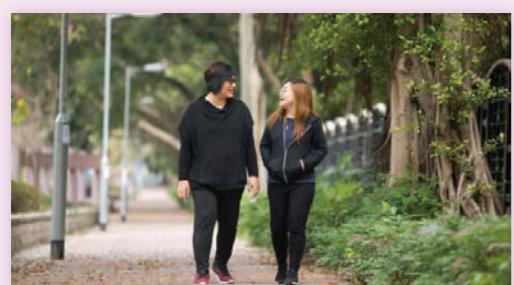


### 戒毒人士重建牙齒重建人生

戒毒人士 Anna 透過「牙齒閃閃」計劃修補牙齒，重建自信與人生。

### 有四成受訪年輕護理員有離職意向

《香港年青護理人員留職意向調查》發佈會後，多間傳媒作出報道，內容指出有四成受訪年輕護理員有離職意向。



### 【Voice Out! 街口有樂！】戒毒故事系列

信義會與明報周刊合作，與戒毒者真情剖白，讓公眾走進戒毒者的心路歷程。



### 「本地薑」華文創智系列 — 延智習作

港台《香江暖流》介紹延智會所為認知障礙症人士設計的健腦家居認知教材套

## 捐款表格

本人願意捐款支持基督教香港信義會社會服務部作服務經費：

港幣 \$100

港幣 \$300

港幣 \$500

其他：港幣 \$ \_\_\_\_\_ (請註明)

如捐款欲作指定用途，請註明指定項目：\_\_\_\_\_

### 捐款方法

捐款人可直接將捐款存入本會戶口（恒生銀行：388-558025-668），並將入數紙連同本表格郵寄或傳真至本會。捐款人亦可郵寄支票至本會，抬頭請寫「基督教香港信義會社會服務部總處」，捐款達港幣 \$100，可獲發免稅收據。

（地址：九龍窩打老道 50A 號信義樓一樓，請註明「信念編輯部」。傳真：2770 1093）

### 個人資料

姓名：\_\_\_\_\_ 電郵：\_\_\_\_\_ 電話：\_\_\_\_\_

地址：\_\_\_\_\_

## 訂閱表

如欲訂閱《信念》，請填妥以下表格：

### 個人資料

姓名：\_\_\_\_\_ 電郵：\_\_\_\_\_ 電話：\_\_\_\_\_

地址：\_\_\_\_\_

訂閱《信念》一年四期收費港幣 \$60，訂戶請將款項直接存入本會戶口（恒生銀行：388-558025-668），並將入數紙連同本表格郵寄或傳真至本會。（地址：九龍窩打老道 50A 號信義樓一樓，請註明「信念編輯部」。傳真：2770 1093）

## 索取地點



（朗屏站、北角康澤、杏花新城、南昌站、寶琳站、恆福、駿景園、康城站、何文田廣場、鲗魚涌、西九龍中心、新九龍廣場、筲箕灣寶文街、東涌逸東）

信義會屬下五十多個服務單位



道聲書局



曾福琴行 (灣仔)



（柴灣、筲箕灣、北角、香港仔、中環、尖沙咀、旺角、九龍灣、黃埔、土瓜灣、大角咀、深水埗、荔枝角、荃灣、屯門）



（中環、銅鑼灣、旺角、沙田、荃灣、元朗）  
米施洛 • MSL Since 1986



全線農本方中醫診所

香港教育專業人員協會 (旺角)

明愛專上學院 (將軍澳)

香港專業教育學院 (摩理臣山、李惠利、黃克競、觀塘、屯門、青衣、沙田、葵涌)



（都會大廈、泓富產業千禧廣場、泓富廣場）

香港中文大學專業進修學院 (中環、尖沙咀、將軍澳)

## 其他索取地點

### 香港區

香港大學(學生發展及資源中心)  
香港樹仁大學學生事務處  
城邦書店

議員辦事處  
區諾軒、羅健熙議員辦事處

### 九龍區

香港城市大學學生會 (九龍塘)  
香港浸會大學學生會、餐廳 (九龍塘)  
香港理工大學學生事務處 (紅磡)  
陳校長免費補習天地  
Kubrick (油麻地)

小息書店  
天道書樓 (新蒲崗)  
田園書局 (旺角)  
玄舞湖舞蹈用品  
序言書室

香港基督教新曙光教會  
基道書樓 (旺角)  
榆林書店 (旺角)

樂文書店  
匯豪山

議員辦事處  
沈運華議員辦事處  
胡碧雲議員辦事處  
胡志健議員辦事處  
涂謹申議員辦事處  
陳文堅議員辦事處  
黃碧雲議員辦事處  
藍偉良議員辦事處  
鄭景陽議員辦事處  
劉勇威議員辦事處  
鄭則文議員辦事處  
黃炳權議員辦事處  
陳文偉議員辦事處  
林紹輝議員辦事處  
陳美蓮議員辦事處  
黃偉賢議員辦事處  
鄭俊宇議員辦事處  
譚駿賢議員辦事處  
關永業議員辦事處  
蘇嘉雯議員辦事處

### 新界區

青年學院 (邱子文)  
香港中文大學專業進修學院  
嶺南大學  
天恩堂 (葵涌)

新景安老院

光明書局

卓匯教育

樂活書緣

梁錦威議員辦事處  
許銳宇議員辦事處  
陳文偉議員辦事處  
林頌輝議員辦事處  
陳美蓮議員辦事處  
林翠玲議員辦事處  
陳諾恒議員辦事處  
周偉雄議員辦事處  
區能發議員辦事處  
曾勤聰議員辦事處  
溫和達議員辦事處

林少忠議員辦事處  
林卓廷議員辦事處  
吳劍昇議員辦事處  
吳錦齊議員辦事處  
沈豪傑議員辦事處  
周偉雄議員辦事處

梁錦威議員辦事處  
許銳宇議員辦事處  
陳文偉議員辦事處  
林頌輝議員辦事處  
陳美蓮議員辦事處  
林翠玲議員辦事處  
陳諾恒議員辦事處  
周偉雄議員辦事處

黃宇翰議員辦事處  
黃炳權議員辦事處  
陳文偉議員辦事處  
林頌輝議員辦事處  
陳美蓮議員辦事處  
林翠玲議員辦事處  
陳諾恒議員辦事處  
周偉雄議員辦事處

劉勇威議員辦事處  
鄭則文議員辦事處  
藍偉良議員辦事處  
鄭景陽議員辦事處  
譚駿賢議員辦事處  
關永業議員辦事處

蘇嘉雯議員辦事處

## 《信念》亦可於以下地點免費借閱：

36間香港公共圖書館、港基物業管理有限公司管理的部分會所、東區醫院、房協長者安居資源中心、中國佈道會基福堂



基督教香港信義會  
天恩綜合家庭服務

人際

音樂節奏

# 2019 暑期

視覺空間

內省

活動  
詳情



肢體動覺

活動查詢

電話: 2418 9890

Whatsapp: 6997 8412

報名方法

請親臨本中心報名及繳費

地址: 葵涌葵盛圍364號

天恩堂103室(港鐵葵興站D出口)

音樂節奏

# 暑

# 期

# 活

# 動

邏輯數學

$$\begin{aligned} & 11011 \\ & + 1 \times 2 \times 2 \times 2 \times 2 \\ & + 1 \times 2 \times 2 \times 2 \\ & + 0 \times 2 \times 2 \\ & + 1 \times 2 \\ & + 1 \times 1 \\ = & 51 \end{aligned}$$



語文

自然



## 開發孩子8大多元智能

