



保良局  
PO LEUNG KUK

劉漢宣紀念長幼天地

2025年10月通訊

中秋節快樂



地址：新界葵涌邨合葵樓地下1-4及18-19號  
電話：3998 4550

傳真：3998 4551  
電郵：[kcfjc@poleungkuk.org.hk](mailto:kcfjc@poleungkuk.org.hk)

# 中秋節節慶活動

香港中秋節最常見到的景象，是遍布香港各個公園、海濱共享空間的燈籠裝飾，包括尖沙咀海濱、利東街等多處。其中不少燈籠配備LED燈等現代科技，你隨時可以見到一場燈光秀。維多利亞公園會舉辦全港最大規模的中秋燈籠嘉年華。

香港另一獨特的中秋節慶活動，就是被列入國家級非物質文化遺產名錄的大坑舞火龍。插上12,000枝線香的巨型火龍，在健兒們的舞動下，穿梭於大坑的大街小巷。這項習俗起源於歷史上保護村落免受瘟疫侵襲的儀式，區內客家社群至今仍致力保護及傳承這一傳統。薄扶林村亦會舉辦舞火龍慶祝活動。

花好月圓

資料來源：香港旅遊發展局

<https://www.discoverhongkong.com/tc/explore/culture/mid-autumn-festival-traditions-festivities-and-delicacies.html>

# 提防騙子

## 提防騙子 由您開始



騙徒手法層出不窮，真係要時刻保持警覺，仲要提醒埋身邊嘅家人朋友一齊「智防騙局」，避免誤墮騙徒陷阱！



你好，我係你樓下嘅宋女士，我屋企天花頂滲水咗，想同你溝通下，影相滲水嘅地方短信發唔出，請Whats我 [53609403](https://api.whatsapp.com/send?phone=53609403) 方便溝通

### 中年婦情陷

### 誤墮情騙

## 慘失120萬

資料來源：

1. 香港警務處
2. 水警總區防止罪案辦公室
3. 網上圖片



# 賽馬會智齒保健計劃

Jockey Club **Special Oral Health** Programme

## 計劃目的及對象

計劃為確診**腦退化症**或**柏金遜症**人士\*提供**免費基本牙科服務**，培養自我保持牙齒衛生的習慣，以維持身體技能及認知能力。

\*需符合相關條件



### 資助項目

- ✓ 基本牙科服務 (6個月內)
- ✓ 陪診及來回的士車費資助  
(最多報銷2次，每次上限\$500，實報實銷)

### 基本牙科服務

🦷 口腔檢查

🦷 全口X光

🦷 氟化物治療

🦷 牙齒衛生指導

🦷 洗牙

🦷 補牙

🦷 脫牙



盈愛健齒通App

記錄每天刷牙  
學習正確刷牙方法  
瀏覽牙科資訊  
儲分換領電子現金卷



資料來源：賽馬會智齒保健計劃  
<https://jcsohp.org/>

## 計劃特色

## 計劃年期

- ✓ 來回的士車費資助 2024年2月至2027年2月 (名額2,000位，先到先得，額滿即止)
- ✓ 牙醫及姑娘有技巧及經驗應對腦退化及柏金遜人士
- ✓ 姑娘1對1牙齒衛生指導
- ✓ 提供意識鎮靜口服藥物幫助參加者開口接受口腔檢查 (如需要)
- ✓ 診所無障礙設施及特殊設備 (如吊機)
- ✓ 透過流動應用程式3D牙齒模型展示參加者的口腔狀況



## 參加資格

### 基本條件 (需符合以下所有條件)

- **確診腦退化症或柏金遜症**

(需提供確診證明：醫生信/藥袋/醫健通或HA Go藥物紀錄)

- 居住於社區
- 擁有自己牙齒
- 過去2年沒有參加過關愛基金「長者牙科服務資助」
- 從未受惠於本計劃



### 經濟條件 (正受惠於以下其中一項政府津貼)

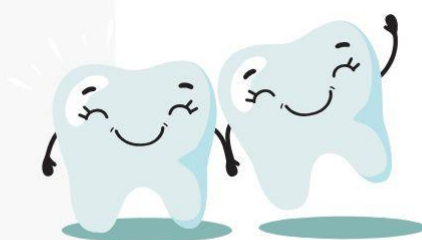
- 長者生活津貼 (每月\$4,250)
- 傷殘津貼
- 長者社區照顧服務券

領取綜援人士不符合資格，因綜援本身有牙科資助，詳情可向社署或所屬社工查詢。

如沒有領取以上津貼，符合以下條件亦可參加計劃：

- **腦退化**人士：獨居/雙老及居住基層房屋\*
- **柏金遜**人士：居住基層房屋\*

\*基層房屋包括公屋/居屋/唐樓/單棟舊樓/過渡房屋





保良局劉漢宣紀念長幼天地

# 秋月共賞耆樂聚

日期：2025年9月26日（星期五）

時間：15:00-15:45(每節15分鐘)

對象：中心會員

名額：50人

地點：本中心

收費：\$30

負責職員：賴姑娘

內容：於中心參與攤位遊戲，一起慶祝中秋節，活動後可獲禮物1份。

時段由系統安排  
請依時出席

# 活動報名及參加須知

1. 所有活動請於中心開放時間內親臨接待處報名/繳費，額滿則會截止報名。不設電話預留名額。
2. 會員須親身報名，並出示有效會員證。
3. 15歲或以下的會員可由家長代為報名，但必須出示該會員的有效會員證；每次家長只能協助一名會員。
4. 會員繳交款項時，請與職員當面點算金額，中心亦會即時列印收據予會員。
5. 所有收費小組/活動一經繳費，費用恕不退回。（因天雨關係或特別情況取消活動除外）。
6. 有名額限制的活動會以「先到先得」形式進行報名。
7. 抽籤活動：負責職員會於指定日期進行抽籤，並致電通知中籤者。如會員沒有收到負責職員的電話通知，則表示未能中籤，本中心恕不另行通知。
8. 被抽中之會員需於指定時段內到中心登記，否則名額會由後備名單上的參加者補上。
9. 如會員成功報名後而未能出席活動，請於活動前盡快通知負責職員，如無故缺席活動而沒有通知中心兩次，中心有可能暫停該會員下次參與活動的權利。
10. 會員需親身出席已確認報名的活動，不可自行轉讓予其他會員或替代。
11. 活動舉行期間，本中心有機會拍攝活動相片，日後用於機構刊物、網頁、中心播放或作服務推廣之用。如會員不願意被拍攝或不同意相片用途，請於報名時或即時向活動負責職員提出。
12. 除活動註明外，不可帶同非參加者出席活動。
13. 有關活動的詳細內容及報名細則，以中心最後公佈為準。中心亦會保留修改任何活動細則的權利，請會員留意最新公布。
14. 若想接收到本中心的資訊，首先請儲存中心電話(59991355)，然後WhatsApp通知本中心想接收月訊。完成以上步驟，中心便會將您加入到廣播名單，日後便可接收到本中心的資訊。

如有任何查詢，歡迎與中心職員聯絡  
了解更多詳情。

# 2025 年10月

| 星期日                                                    | 星期一                                                                                          | 星期二                   | 星期三                    |
|--------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------|------------------------|
|                                                        |                                                                                              |                       | 1                      |
|                                                        |                                                                                              |                       | 國慶日假期                  |
| 5                                                      | 6                                                                                            | 7                     | 8                      |
| 10:00-11:00<br>愛笑瑜伽(第四節)<br>12:30-14:00<br>水墨畫班(補堂8/9) | 中秋節翌日                                                                                        |                       | 14:15-16:00<br>星期三電影欣賞 |
| 12                                                     | 13                                                                                           | 14                    | 15                     |
| 10:00-11:00<br>愛笑瑜伽(第一節)                               | 11:30-12:45<br>宣長唱歌班(第三期)1<br>14:30-16:00<br>鉤織工坊(一)                                         | 11:00-12:30<br>流感疫苗注射 |                        |
| 19                                                     | 20                                                                                           | 21                    | 22                     |
| 10:00-11:00<br>愛笑瑜伽(第二節)<br>12:30-14:00<br>水墨畫班(第一節)   | 11:30-12:45<br>宣長唱歌班(第三期)2<br>14:30-16:00<br>鉤織工坊(二)                                         | 10:00-11:00<br>例會     |                        |
| 26                                                     | 27                                                                                           | 28                    | 29                     |
| 10:00-11:00<br>愛笑瑜伽(第三節)<br>12:30-14:00<br>水墨畫班(第二節)   | 10:00-11:00<br>衛生署講座 ( 認識流行<br>性感冒 )<br>11:30-12:45<br>宣長唱歌班(第三期)3<br>14:30-16:00<br>鉤織工坊(三) | 重陽節                   |                        |

# 活動一覽表

| 星期四                   | 星期五                         | 星期六                                                    |
|-----------------------|-----------------------------|--------------------------------------------------------|
| 2                     | 3                           | 4                                                      |
|                       |                             | 14:30-15:45<br>兒童黏土樂園(第一節)                             |
| 9                     | 10                          | 11                                                     |
| 9 : 30-10 : 30<br>護士站 | 10:00-11:00<br>愉快小手作(日間中心)1 |                                                        |
| 16                    | 17                          | 18                                                     |
|                       |                             | 14 : 30-15 : 45<br>兒童黏土樂園(第二節)                         |
| 23                    | 24                          | 25                                                     |
|                       |                             | 09:30-10:30<br>長幼理髮廳<br>14 : 30-15 : 45<br>兒童黏土樂園(第三節) |
| 30                    | 31                          |                                                        |
|                       | 10:00-11:00<br>愉快小手作(日間中心)2 |                                                        |

# 長幼活動資訊

## 愉快小手作

日期：10月10，31日和11月14日(星期五)

時間：上午10:00 - 11:00

對象：中心會員

費用：\$15

導師：洪玉珍女士

地點：日間中心

名額：10名

負責職員：陳麗萍(福利工作人員)

## 兒童黏土樂園

日期：10月4，18，25日(星期六)

時間：下午2:30 - 3:45

對象：中心會員

費用：\$120 / 3堂

導師：洪玉珍女士

地點：本中心

名額：6名

負責職員：陳麗萍(福利工作人員)

## 護士站

內容：由中心護士為長者量血糖，作藥物查詢。

日期：10月9日(星期四)

時間：上午9:30 - 10:30

對象：中心會員

費用：驗血糖，藥物查詢 \$20

地點：中心鏡房

名額：10名

負責職員：蘇姑娘(護士)

# 長幼活動資訊

## 星期三電影欣賞

日期：10月8日(星期三)

時間：下午2:15-4:00

對象：中心會員

地點：中心鏡房

費用：\$10

名額：12位

內容：《九品芝麻官之白面包青天》，是1994年的香港喜劇電影，主角：周星馳。講述北宋名臣包拯的後人包龍星。包龍星是一名小官，雖然曾經貪污受賄，但他渴望改過自新，成為一位好官。故事描繪了他如何轉變，克服內心的掙扎，並最終為一名被冤屈、判處死刑的女子伸冤，打敗犯罪者及其背後的惡勢力，還原真相，告訴世人。

負責職員：梁美慧(社工)

## YouTube播放

食住爆谷飲住野開心欣賞電影



## 愛笑瑜伽

日期：10月13, 20, 27日及11月3日(星期一)

時間：上午10:00 - 11:00

對象：中心會員

費用：\$10

導師：羅潤金女士

地點：中心飯堂

名額：10名

負責職員：陳麗萍(福利工作人員)

# 長幼活動資訊

## 宣長唱歌班(第三期)

內 容：參加者一起學習唱歌，享受唱歌的樂趣。

日 期：10月14日至 12月2日（逢星期二） 共8堂

時 間：上午11:30-中午12:45

對 象：中心會員

地 點：中心鏡房

名 額：15名

費 用：\$50

導 師：胡炳游先生

負責職員：梁美慧(社工)

## 鉤織工坊

日 期： 10月14，21，28日及11月4日(星期二)

時 間：下午2:30 - 4:00

對 象：中心會員

地 點：本中心

費 用：\$20

名 額：10名

導 師：鄧惠玲女士

負責職員：陳麗萍(福利工作人員)

## 水墨畫班

日 期： 10月20日，27日及11月3，10日(星期一)

時 間：中午12:30 – 下午2:00

對 象：中心會員

地 點：本中心

費 用：\$180

名 額：12名

導 師：黎景笙女士

負責職員：陳麗萍(福利工作人員)

# 長幼活動資訊

## 10月例會

內 容：簡介11月活動及分享最新生活及健康資訊

日 期：10月22日(星期三)

時 間：上午10:00 - 11:00

對 象：中心會員

費 用：全免

地 點：本中心

名 額：70名

負責職員：梁美慧(社工)

## 長幼理髮廳

日 期：10月25日(星期六)

時 間：上午9:30-10:30

地 點：中心鏡房

對 象：中心會員

費 用：\$20

名 額：15名

負責職員：陳麗萍(福利工作人員)

備 註：1. 使用服務前，請先清洗頭髮，確保衛生整潔  
2. 剪髮不設特定造型，以整潔及清爽為主

## 衛生署講座

主 題：認識流行性感冒

日 期：10月28日(星期二)

時 間：上午10:00 - 11:00

對 象：中心會員

費 用：全免

講 者：衛生署姑娘

地 點：中心鏡房

名額：20名

負責職員：陳麗萍(福利工作人員)

# 中電有『營』飯堂 - 飯堂義工招募

計劃目的：推廣義工服務，宣揚關愛精神

服務內容：協助中心派發早/午/晚餐

服務時間：早9:00 - 10:00 午10:30 - 12:30

晚3:30 - 5:30

飯堂地點：有營飯堂 如有查詢，請與陳姑娘聯絡。

## CLP 中電 中電有『營』飯堂

計劃目的：提供廉價、健康及有營養的熱餐服務

服務對象：獨居、雙老或有需要的社區人士

服務內容：提供早、午、晚餐，憑「飯票」用膳

### 『有營飯堂』登記及賣飯票詳情

日期：逢星期二

時間：9:30-13:00及14:00至17:00

地點：中心正門接待處

如有任何查詢，請親臨本中心或與陳姑娘聯絡

| 飯餐時段 |    |               | 飯餐內容       | 價錢   |
|------|----|---------------|------------|------|
| 早餐   | 上午 | 9:15 - 9:45   | 各類中式早點     | \$5  |
| 午餐   | 中午 | 11:20 - 12:20 | 兩款餸菜、白飯及湯  | \$14 |
| 晚餐   | 下午 | 4:20 - 5:20   | 兩款餸菜、白飯及生果 | \$14 |

## 入會 / 續會事項

關於入會: (會籍有效期由入會日起計1年內有效)

個人會籍: 50歲或以上 年費\$21

家庭會籍: 2人或以上家庭 年費\$50

入會手續: 有意入會人士請於辦公時間內致電 3998 4550和中心職員預約辦理入會手續

所需文件:

1.身份證 2.住址證明文件 3.帶備半身正面近照1張 4.會員年費

### 關於續會:

請會員留意會員証上之**有效期**，並於到期**當月**到中心辦理續會，如有效期為2025年9月之會員，請於2025年9月內到中心辦理。



保良局劉漢宣紀念長幼天地

會員証 (個人)

姓名: 常歡笑

會員號碼: 2250-01234

有效期: 2025年9月



如欲接收中心  
WhatsApp  
廣播訊息



步驟

1

儲存中心

手提電話號碼

59991355

步驟

2

以WhatsApp

通知中心

想接收訊息



如有疑問，歡迎向中心職員查詢。

## 暴風雨訊號下服務安排

| 天文台惡劣天氣訊號                                                                                         | 中心服務                                                                                | 室內服務 / 活動                                                                           | 戶外服務 / 活動                                                                             |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|
| T1  黃          |  |  |  |
| ⌇3  紅          |  |  |  |
| ▼8 ▼8 ▲8 ▲8  黑 |  |  |  |
| SW 西南 SE 東南 NE 東北 NW 西北                                                                           |                                                                                     |                                                                                     |                                                                                       |



# 總「友」您鼓勵



如對本中心服務或員工感到滿意，期望表達欣賞、肯定或鼓勵；或有任何意見或建議，可填妥以下回條並交回本中心。您的鼓勵和意見有助我們持續改善及提升服務質素，臻於美善，多謝。

## 意見反映

歡迎您對本中心服務及員工表示欣賞和肯定，或提出其他意見，填妥後可親身交回、郵寄或傳真至本中心。請留下聯絡資料，以便跟進及回覆，感謝。

姓名：

聯絡電話：

---

---

---

---

---

---

---

---

## 捐款支持

本人\_\_\_\_\_ (善長姓名) 為會員/護老者，現樂意透過以下方式捐款予貴中心，以表支持：

☐ 劃線支票，金額：港幣\_\_\_\_\_

支票抬頭請註明「保良局」，並寄回本中心。

☐ 親臨本中心以現金進行捐款

負責人  
中心主任  
魏宇玲

電郵：[kcfjc@poleungkuk.org.hk](mailto:kcfjc@poleungkuk.org.hk)  
地址：新界葵涌邨合葵樓地下1-4及18-19號  
網址：<https://www.poleungkuk.org.hk/>

中心開放時間：  
星期一至六 上午9:00-下午5:00  
(星期日及公眾假期休息)



電話  
39984550  
傳真  
39984551

編制人：梁美慧 督印人：魏宇玲  
製作日期：2025年9月 印製數量：80份



掃描二維碼  
參閱電子版月訊