



保良局
PO LEUNG KUK



社會福利署資助服務
Subsidised Service by the Social Welfare Department

保良局蕭明紀念護老院

2025年10-12月季刊



熱烈歡迎新院友

何恩龐伯伯 黃鳳蘭婆婆
黃明泰伯伯 黎引娣婆婆
羅福伯伯 伍錦娣婆婆
黃麗霞婆婆
白旺弟婆婆

歡迎加入蕭明紀念護老院！
期待與大家一起展開新的生活篇章，
共創更多難忘的時光。

職員動向



李瑞仙 庶務員

大家好，我是庶務員李瑞仙，工作細心負責，樂於協助同事處理各項庶務事宜。希望能以穩定可靠的服務，為團隊帶來順暢的支援。



李艷 護理員

大家好，我是新加入的護理員李艷。非常高興能成為這個充滿愛心的團隊一員。對我而言，護理工作最重要的不只是專業技能，更是一份將心比心的陪伴。我希望能用我的真誠與笑容，為長者們帶來貼心、溫暖的照顧，成為他們信賴的夥伴。

常務組消息

最喜愛的菜式選舉

1 滷水雞翼

中秋流心/回味軟餐

蓮蓉及奶黃口味





護理及康健服務



公立醫院將於2026年1月1日起實施收費改革，服務費用將增加，但醫療費用減免機制亦將同時優化，符合資格人士(主要是根據經濟審查)可向公立醫院或診所的醫務社工或社會福利署社工提出申請醫療費用減免。

收費改革重點

急症室

\$180 \$400

(危殆及危急病人可獲豁免。)

專科門診

診症/覆診: \$250

每項藥物(4星期): \$20

住院服務

每日住院費: \$300

普通科門診

診金: \$150

每項藥物: \$5

檢查服務

病理檢驗和非緊急放射造影服務將改為分級收費。

收費上限

將增設每年\$10,000住院及門診費用上限，涵蓋所有收費項目



復康治療專題

阻力鍛鍊及其對老年人的應用

隨著年齡增長，保持身體健康愈發重要。阻力鍛鍊是促進老年人健康與福祉的有效方式。

阻力鍛鍊的好處

1. 提高肌肉力量

阻力鍛鍊可對抗肌少症，增強肌力，改善行走、爬樓梯及搬運物品等日常活動，使行動更安全輕鬆。

2. 增強骨密度

訓練能提升骨密度，降低骨質疏鬆與骨折風險，對預防跌倒傷害尤為重要。

3. 改善平衡和協調能力

透過鍛鍊穩定肌群，有助提升平衡與協調能力，減少跌倒風險。

4. 提高新陳代謝率

增加肌肉量可提高靜息代謝率，有助體重管理並降低肥胖相關健康風險。

5. 增強心理健康

阻力鍛鍊可改善情緒、減少焦慮與抑鬱，並提升自信與整體心理福祉。



活動及輔導服務

外出活動

「奇妙樂園同樂日」

與老友記一同前往香港迪士尼樂園參觀，欣賞城堡與巡遊，享受輕鬆愉快的一天。



「蕭明海洋奇遇記」

我們帶領老友記暢遊海洋公園，近距離邂逅海洋生物、欣賞花車巡遊，並探訪小動物，共渡難忘的時光！



2025-2026 「老有所為活動計劃」

耆樂無窮

本年度本院獲社會福利署2025-2026年度『老有所為』活動計劃撥款，於院內舉行活動「耆樂無窮」，透過音樂及樂器作媒介，以小組進行非言語式的交流，亦安排於學習音樂後以樂隊形式向其他院友及社區人士表演，帶來歡樂同時能增加長者的能力感，促進社交發展。



院舍活動

「蕭明聚識煮」

實習社工蔡姑娘透過烹飪，協助組員發掘自身強項，促進互動與交流，建立正向的關係網絡與情感支持。從備料到分享成果，充滿互助笑語，大家在煮食中自然交流，享受共同創造的樂趣與滿足。



「好懷念舊時」

實習社工方姑娘以五感作介入，刺激和引導長者整合記憶、舊時故事與心情，於暢談青春歲月中，重溫記憶裡的酸甜苦辣，彼此聆聽與共鳴，重新認識並確認自己的強項。



「蕭明關愛隊」

實習社工蔡姑娘透過小組實踐形式，讓長者認識及體驗義工角色價值，一同參與院舍工作，例如購物樂及壁報製作等，加強互動，感受彼此的關懷，同時增加自身能力感及院舍歸屬感。



「2025躍動蕭明全運會」

適逢第十五屆全國運動會的舉行，院舍藉此和院友與國家同慶，就著全運會的主題將激情與活力帶進院舍。院友分組參與趣味競技，在互相鼓勵下投入比賽，體現「活躍老化、樂在社群」的精神。



「花好月圓．喜樂滿院」



於院內舉行中秋嘉年華，與院友共渡佳節，團團圓圓。

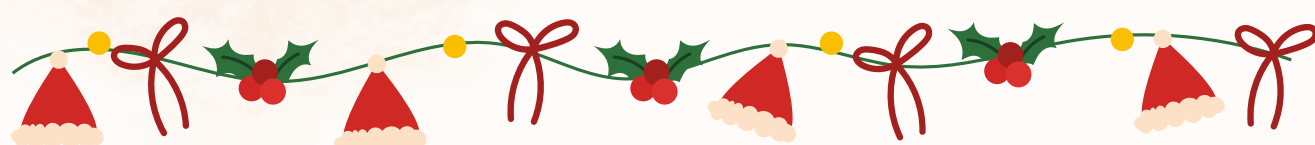


「樂齡齊聚慶長者日」



「願望之星工作坊」

與藍田綜合家庭服務中心的社區義工合作，與院友們一起編織手作星之花，共度歡樂時光。



「萬眾一心 維護和平——紀念抗戰勝利八十周年」外展工作坊

為紀念中國人民抗日戰爭暨世界反法西斯戰爭勝利八十周年，院舍成功邀請香港歷史博物館外展工作隊到院一同製作傳統印藝文化濃厚的個人化布袋。



「青少年萬里送自製愛心便當」

由百樂施教育基金會、煤氣烹飪中心等舉辦的活動，旨在讓青少年為父母及全港18區的長者親手製作健康愛心便當，表達孝心並關懷社會。天主教母佑會蕭明中學、聖公會白約翰會督中學及保祿六世書院的同學亦有探訪本院，送上《淮山馬蹄鳳凰球配杞子飯》，讓院友體驗跨代共融的社會意義。



蕭明聖誕聯歡會、蔡繼有中學學生聖誕探訪、長者義工聖誕探訪日

Merry Christmas!





<圓善人生>計劃

社工-黃灝垣

本年度保良局推出<圓善人生>計劃，於6月-12月透過舉辦不同類型的活動及外出參觀，推廣生命教育和生死教育，由專業人士深入淺出地解釋生前規劃的重要性，確保長者的意願得到尊重和實現，能以正面的態度面對生死，為人生最後的階段作好準備。



生死教育講座



後事規劃工作坊



「一刻照相館」



生命故事書小組





參觀東華義莊



參觀食環署海上撒灰服務



參觀食環署花園撒灰服務



參觀新式殯儀社企



「人生畢業派對」

長者和家人敞開心扉，分享心底話，藉著對話減少遺憾，留下珍貴的禮物

<圓善>一詞有圓滿及善終意思，希望透過計劃活動能讓每位參與長者感受到尊重和愛，並且與家人共同創造美好的回憶



🔍 自動轉帳優化計劃(宿費) ✕

為進一步提升整體運作效率及便利家人的日常安排，現誠邀尚未使用之家人登記並採用自動轉帳功能繳交宿費。成功登記後，宿費將於每月月初自動完成轉帳，亦無需逐次辦理，既有助確保繳付安排準確無誤，亦可減少因繁忙而遺漏的情況。

有關自動轉帳申請方法或了解更多詳情，歡迎向社工組同事或文員石姑娘查詢。



服務質素標準 (SQS)



「服務表現監察制度」由社會福利署與業界共同設立，透過《津貼及服務協議》訂明相關要求，包括基本服務規定、服務量和服務成效標準，並按16項服務質素標準，以評估受資助單位的服務表現。

SQS 9

服務單位採取一切合理步驟，以確保職員和服務使用者處身於安全的環境。

SQS 10

服務單位確保服務使用者獲得清楚明確的資料，知道如何申請和接受退出服務。

SQS 11

服務單位運用有計劃的方法以評估和滿足服務需要者的需要(不論服務對象是個人、家庭、團體和社區)。

SQS 12

服務單位盡量尊重服務使用者知情下作出服務選擇的權利。



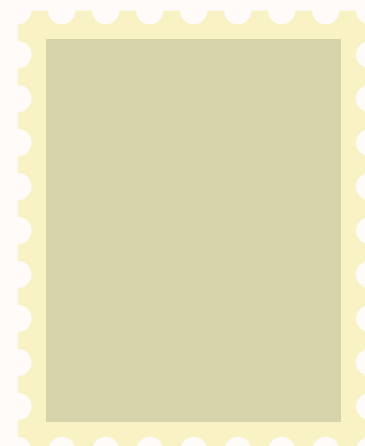
溫馨提示

- 長者或家屬請於每月五號或之前繳交院費，並由職員即時發出院方之正式收據。
- 院友或家屬須確保院友有足夠零用金以繳付購物及雜費支出，如零用金不足，院舍難以繼續替院友代購日用品。
- 每日派藥時間為 **08:00-09:00**；**11:30-12:15**；**16:30-17:30** 及 **19:00-19:30**。為免影響護士派藥，請避免於以上時間致電樓層護士。
- 請家屬只購買少量及保質期較長的食物予院友，若購買生果(例如香蕉)，亦請盡快享用，以保持最佳品質。所有食物記得放在食物盒內，避免食物變壞或影響衛生。
- 院友或家屬不應存放大量金錢或財物於院舍，倘有遺失，院方概不負責。
- 院舍護士只派發具醫生處方之藥物。
- 院友或家屬不可存放任何利器如鉸剪、刀等於院舍，免生危險。
- 院舍範圍內嚴禁吸煙及飲酒。敬請留意。
- 現時為流感高峰期，請各位家屬在探訪前務必自行佩戴口罩來到院舍。謝謝合作！
- 請所有家屬到本院探訪時到寫字樓填寫訪客登記表。如與院友外出時，亦請告知回程時間及所屬親友名稱。

如對本院舍服務有任何查詢、意見或建議，可即時向當值職員提出。閣下的意見有助我們持續改善、提昇服務質素，日臻圓滿，感謝支持。



保良局蕭明紀念護老院
九龍藍田廣田邨廣軒樓及廣雅樓地下及一樓



大家可使用以下QR CODE
進入本院網頁。



本院負責人

電話
傳真
電郵
地址

張芷穎姑娘
營運經理

2349 4800

2952 9857

siuming@poleungkuk.org.hk

藍田廣田邨廣軒樓及廣雅樓
地下及一樓

陳翬然姑娘
服務經理(安老)

2277 8888

2890 2097

soc.admin@poleungkuk.org.hk

香港銅鑼灣禮頓道66號
莊啟程大廈五樓