保良局 PO LEUNG KUK

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

安老院舍外展專業服務隊(荃灣及葵青)

2026-2027年度第一期季刊

集體回憶之

百年老店

★ 精選百年老店介紹　★ 物理、職業、言語治療資訊分享

★ 季度活動回顧　★ 小遊戲：找不同　★ 單位資訊更新及分享



照片來源：人工智能（AI）生成

靈丹妙藥治百年—源吉林盒仔茶

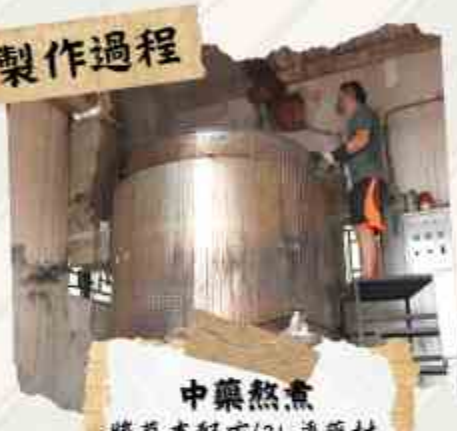
由於當年求醫或中藥價格昂貴，價格較低的盒仔茶因而出現，讓平民百姓也能負擔。加上當時藥房不多，「盒仔茶」逐漸成為平民常用的藥物，至今仍深受街坊歡迎。





盒仔茶

製作過程



中藥熬煮
將草本配方(21 重藥材，長時間熬製，萃取出精華藥汁。



藥汁融合
將熬製的藥汁倒進茶葉上並拌勻，使茶葉充分吸收藥汁。



九蒸九曬
九次蒸製與藥汁融合，使藥汁滲入茶葉，再經日曬乾燥並自然發酵。

港式經典潮百年— 利工民



耐穿
柔軟又透氣





利工民創於1923年，堅持本地生產。以「金鹿」高質線衫及「秋蟬」羊毛內衣聞名，是當時的耐穿高檔貨。經典廣告詞深植人心:「秋蟬牌羊毛內衣，著咗全身暖曬！」。更有李小龍與周星馳等巨星在銀幕內外親自著用。





衣服款式



金鹿底衫
利工民最高級底衫，採用100支紗純棉，細緻透氣，輕薄涼爽

秋蟬牌羊毛衫
採用42支毛紗編織，經軟油處理，單穿不刺膚，輕盈保暖





藍鹿底衫
採用86支紗純棉，紗線支數僅次於金鹿，質感同樣輕薄柔軟

光華底衫
採用80支紗純棉，價位親民，透氣吸汗



資料來源：TVB USA Official、Mill MILK、香港01、Madame Figaro Hong Kong、維基百科

遮風擋雨百年情 — 梁蘇記

梁蘇記始創於1885年的廣州。1941年，品牌落戶港島繁華的德輔道中。目前由創辦人的第六位兒子親自管理及經營。



一把好遮，撐起過無數風風雨雨，
就像紀錄了大家當年辛苦的持家歲月。





以前《黃飛鴻》電影入面打功夫用的黑色大遮，其實是向梁蘇記特別訂造。因為拍攝動作片打得激烈，一般遮骨容易斷，而梁蘇記的純鋼遮骨好硬淨、打不爛，最後成為電影中的精彩一幕。



梁蘇記最深入民心的形象骨架「永久維修」的承諾，代表終身保用的質量保證；「一世承諾」的背後，係三、四代人風雨同路的人情味。





資料來源：龍國、星島頭條、明周文化、《黃飛鴻》電影劇照

薄鳧林牧場 -舊牛奶公司牧場

見證香港鮮奶的誕生





牧場的高級職員宿舍
已於2023年完成活化，
將香港的百年歷史再重現大眾



1887年同一棟
高級職員宿舍



牛奶公司電視廣告詞:
「牛奶系邊度嚟架？媽咪~」

聽到句經典電視廣告對白，是不是立刻勾起不少回憶？原來在八十年代之前，牛奶公司的鮮奶全部都是「香港製造」。當年大家常喝的牛奶，正是來自我們這次參觀的薄鳧林牧場！當年新鮮牛奶每日源源不絕送往全港不同角落，成為無數家庭的營養飲品。







牛奶公司三大經典滋味



鮮牛奶

錫紙蓋的厚玻璃瓶
瓶裝鮮奶，
每天清晨由專人送
到家門外

雪糕杯

紙杯雪糕配
帶有淡淡木香的
扁平木匙

雪糕磚

長方形雪糕磚由
長辈切成一片片，
讓一家大小
開心分享















資料來源：薄鳧林牧場官網、香港商報香港自遊樂在18區、U Food

老友尋味出遊 - 走訪牧場舊地

院友與職員大合照





老友記漫遊百年牧場，回憶昔日香濃牛奶的味道！
於百年建築前感受微風，此刻既輕鬆又寫意！

體驗模擬「擠」牛奶









導賞員講述牧場歷史

炎炎夏日外出
最啱就坐低
飲啖茶食個包





春遊





好戲

青衣戲棚是香港極具代表性的傳統文化慶典，每年於農曆三月的「真君大帝寶誕」及農曆四月的「天后誕」期間舉行兩次。

適逢區內盛事，本單位於5月活動舉辦期間，陪同青衣區院友到場回味昔日生活點滴，並以青衣居民的身份互相訴說青衣戲棚多年以來的演變。





我以前都學過大戲



紀錄

聽講而家啲後生咁擺甫士





等我影比阿仔睇先

雲泉仙館

踏入初夏，本單位安排三間安老院舍的院友前往打鼓嶺雲泉仙館賞花、踏青，享受片刻恬靜，並品嚐馳名素菜。

適逢荷花盛放，長者久違地親近大自然，紛紛擺出各種姿勢，用手機留下倩影，與友人留下美好回憶。







經過那些年



求得上上籤

海洋公園 春遊



本單位獲贈海洋公園門票，6月份安排三間安老院舍的院友前往海洋公園遊玩，度過愉快的一天。當日院友乘搭海洋列車，與一眾活潑可愛的企鵝見面，隨後到大熊貓館探望2024年在港出生的大熊貓龍鳳胎「加加」與「得得」，並開心合照留念。

其後，大家走進海底世界，在水族館欣賞色彩斑斕的魚群悠然暢泳。院友們都懷著愉快而滿足的心情，為這趟難忘的旅程畫上圓滿句號。









魚仔係咪都一日三餐呢







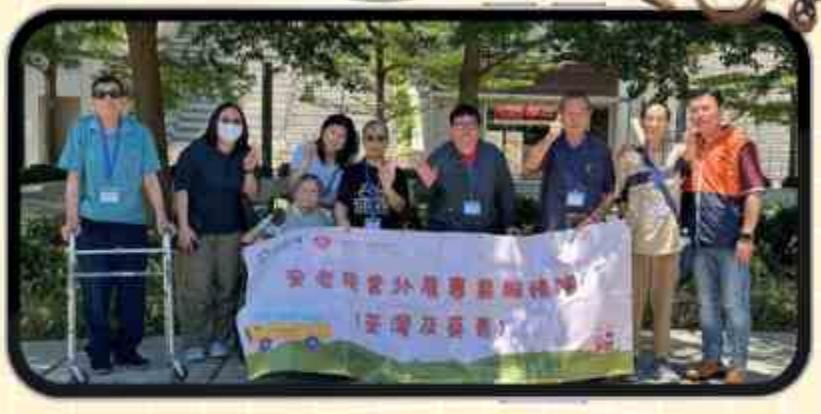
我係企鵝媽媽

紀錄

















荃灣西站海傍



雖然身處院舍，長者仍希望與家人及社區保持聯繫，緊貼社會潮流。早前，本單位招募了對手機攝影感興趣的院友，分享人像及風景攝影技巧，並安排他們前往荃灣西海濱一帶即場實習。院友運用所學拍攝海濱景色、路旁樹木及人像身影，透過鏡頭記錄生活點滴，並與大家分享他們眼中的世界。

母親節活動

本隊誠邀院友參與母親節插花活動，一起製作獨特的花籃。
院友巧手為花加裝造型，呈現心中母親的形象。
大家互相分享作品，場面溫馨動人❤

插花很愉快~



漂亮嗎~?



很開心~





這是我的寶貝~



看看它~



讚~



父親節活動



在父親節前夕，本隊誠邀院友共聚茶樓，一同飲茶慶祝佳節。大家在輕鬆愉快的氣氛中，分享與子女相處的點滴回憶，場面洋溢著溫馨氣氛。

【毛孩總動員！】

Angel Paws 足印





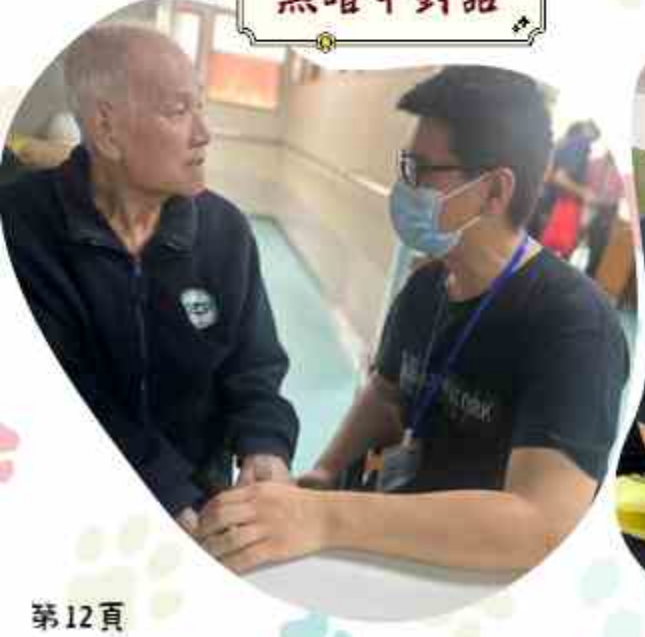




義工帶同可愛的柴犬、松鼠狗及侏儒兔到訪，這些人見人愛的寵物成為全場焦點。大家都忍不住與牠們互動一番，活動洋溢着歡樂氣氛和陣陣笑聲。

【跨越視障障礙】

黑暗中對話





「黑暗中對話」的義工雖有眼疾，但他們以自身的經歷與院友分享，互相勉勵，並派發小禮物，場面感動又勵志

點滴
-義工探訪

【音樂團體 齊獻唱】





和諧之聲

「首首金曲滿載歡笑！感謝一班
義工帶來精彩表演，
與大家共度開心的一天！」









微笑人生



樂匯之友

物理治療專題

關顧長者及照顧者安全

日常照料院友時，除關顧服務使用者安危外，照顧者/職員的安全亦同樣需要重視，以下列出3種常見情景，提醒大家多加注意安全。

!注意! 扶抱

- ☑ 院友狀態及自己能力
- ☑ 評估周圍的環境
- ☑ 向長者解釋轉移的程序
- ☑ 準備長者起動姿勢
- ☑ 目的地(輪椅/便椅)已上鎖
- ☑ 自己發力姿勢正確



- ☑ 我精神嗎？
- ☑ 有沒有不適？
- ☑ 手腳能發力嗎？

!注意! 沐浴

- ☑ 院友狀態及自己能力
- ☑ 評估浴室的環境
- ☑ 按需要使用合適的輔助工具
- ☑ 自己姿勢正確
- ☑ 保持空氣流通



- ☑ 我精神嗎？
- ☑ 有沒有不適？
- ☑ 按能力嘗試自理

!注意! 清潔

- ☑ 按需要使用長柄刷等工具
- ☑ 自己姿勢正確
- ☑ 保持空氣流通
- ☑ 配戴合適防護裝備
- ☑ 遵照化學物品的使用方法及安全措施



- ☑ 我精神嗎？
- ☑ 有沒有不適？
- ☑ 清潔/執拾位置過高/過低嗎？

職業治療專題

認知刺激治療小組

Cognitive Stimulation Therapy (CST)

認知刺激治療小組是具實證支持的認知刺激模式。以多感官刺激、現實導向、懷緬元素及群體互動，提升及維持服務對象的認知功能和生活功能。

小組共有14節，每節以特定主題進行一系列活動，希望幫助院友延緩認知衰退，維持自主生活能力。大家都積極參與一系列的小組活動，强化記憶、語言表達及思考能力，進一步提升生活滿足感。


定向


創意

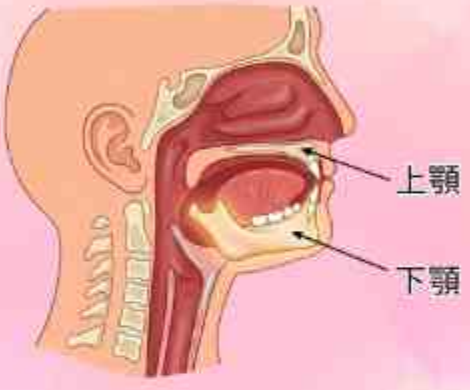

人面


童年往事

言語治療專題

口腔肌肉訓練是為了強化下顎、嘴唇和舌頭的力量、靈活度與協調性。這不僅能幫助改善發音咬字，也能促進安全的吞嚥與進食能力。

本年度言語治療師會分享口腔肌肉訓練的運動，以下簡單介紹下顎的結構及相關訓練，讓各位可自行抽空練習。



上顎：分隔鼻腔及口腔、防止食物倒流入鼻

下顎：協助咀嚼食物



練習一

下顎幅度：張口

訓練步驟：

- 用力張開嘴，維持5秒，然後放鬆
- 上述動作重複3次

練習二

下顎力量：張口鬥力

訓練步驟：

- 用手頂住下顎，慢慢張開口，手與下顎鬥力，維持5秒，然後放鬆
- 上述動作重複3次



* 如有任何疑問，歡迎詢問本單位到院服務之言語治療師

小遊戲-找不同



以下兩張圖片一共有5個不一樣的地方，
你能找出來嗎?請在圖2圈出不同之處。

(答案在下一頁)

1



2



2026-2027年度
第一次服務諮詢委員會暨茶聚





本單位已於6月16日舉行本年度第一次服務諮詢委員會。會上各專業同工分享相關專業知識，院舍代表亦分享照顧院友情況，討論氣氛融洽。是次會議讓各方交換服務心得、互相協助尋求解決方案，再次感謝各位代表撥冗出席！

暴風雨訊號下服務安排

颱風 / 暴雨情況	到院服務	戶外活動
雷暴 Thunderstorm T1 Amber 黃	✓	✓ (有需要會按實際情況再作安排)
T3 Red 紅	✓ (有需要會按實際情況再作安排)	✗
▼8 SW 西南 ▲8 NW 西北 ▲8 NE 東北 ▼8 SE 東南 黑 Black	✗	✗

遊戲答案

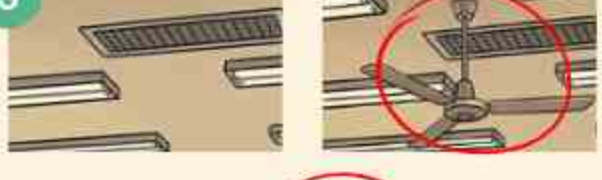
1



2



3



4



5



人事變動



吳姑娘已於2026年7月正式就任本單位之營運經理，期望繼續與各方保持良好交流合作，將愛與關懷帶到荃葵青的每一個角落。

轉職

職業治療師潘姑娘
於7月調職到保良局
顧卞裘莉長者日間護理中心
就任署任中心主任



在保良局安老院舍外展專業服務隊(荃灣及葵青)擔任職業治療師的這段日子，是我職業生涯中無比珍貴的時光。每天看著老友記由一開始無法自理，慢慢地在我們的協助下參與訓練，一步一步重新找回日常生活的尊嚴與自我價值，那種感動是任何言語都無法比擬的。

感謝各院舍主管、職員的信任與指導，感謝單位所有治療師、社工及團隊夥伴們的包容與協助，更重要的是院友及照顧者們對單位所有同事的信賴。因為有大家，我才能一起為老友記設計更好的康復治療。

雖然我即將前往下一站，但這段共同工作的回憶會一直溫暖著我。祝大家工作順心、身體健康。

歡迎



物理治療師
黃先生



物理治療師
彭姑娘

有緣再會

福利工作員
張姑娘於7月離職



在此感謝同事過去為本隊的付出與貢獻，
在此衷心祝福她前程錦繡，一切順利！

SQS服務質素標準

標準一：服務資料

服務單位確保製備說明資料，清楚陳述其宗旨、目標和提供服務的形式、隨時讓公眾索閱。

標準二：政策和程序

服務單位應檢討及修訂有關服務提供方面的政策和程序。

標準三：運作及活動紀錄

服務單位存備服務運作和活動的最新準確紀錄。

標準四：職責及責任

所有職員、管理人員、管理委員會和/或理事會或其他決策組織的職務及責任均有清楚的界定。

我有嘢想講...

讚賞 / 意見欄

服務後心情指數：



歡迎填寫意見後，交予本隊職員或傳真至3575 9921

地址：新界葵涌葵昌路56號貿易之都2樓201C室

電郵：moste@poleungkuk.org.hk

負責人：張銘森先生 署任服務經理(安老)　吳穎芝女士 營運經理　電話：3841 7733 傳真：3575 9921

主編：馮芷珊、符芳樺、葉健生　印刷日期：2026年8月　印刷數量：300