



保良局
PO LEUNG KUK

安老院舍外展專業服務隊 (荃灣及葵青)

2023 - 2024年度



第3期

懷舊玩具

7-9月活動花絮

金曲樂唱坊



音樂演奏廳



動感椅子舞



健康資訊

長者抑鬱症

近年社會大眾逐漸提升對精神健康的關注，長者精神健康亦開始被重視，透過及早發現及介入，幫助長者安享晚年。

情緒認知症狀

- 情緒低落、沮喪、悲觀、消極
- 對所有事物失去興趣
- 脾氣變得暴躁
- 有罪咎感及自我價值過低
- 難以集中精神
- 嚴重者有自殺傾向



身體行為症狀

- 失眠
- 不願參與活動、容易疲倦
- 動作緩慢、完全不願意移動身體 (精神運動性阻滯)
- 食慾不振或失調
- 體重失調
- 對性失去興趣
- 原因不明的身體疼痛



*以上資料由香港醫院管理局 - 青山醫院精神健康學院提供

諮委會 & 解憂中醫大搜「茶」

2023-2024年度 第三次服務諮詢委員會暨中醫講座

日期：2023年10月18日 (星期三)

時間：下午二時三十分

電話：3841 7733

誠邀各院舍出席



締造玩具王國

玩

具

王

國

我們每人都擁有一段與玩具相關的珍貴回憶，而每個年代亦有當代專屬的玩具，成為那代人的共同語言和歷史的一部分。

二次大戰前，香港已有鐵罐廠兼營鐵皮玩具。戰後塑膠成為工業新興原料。大量塑膠廠於本地開立，生產各種日用品及塑膠花。玩具逐漸獨立以塑膠生產，成為新興工業。

六十年代中期，玩具製造成為香港塑膠業的最大範疇。本地玩具商歷年推出自家研發的產品，製造出品質優良的玩具，令香港在玩具產業中嶄露頭角。

隨著海外及日本的生產成本上漲，海外品牌紛紛來港尋找廠商代工生產玩具，大力提升本地玩具生產規模及技術。1972年起，香港成為世界最大玩具的出口中心。



「煮飯仔」遊戲是每個小女孩的共同回憶。



圖中的塑膠製電車，當年紙盒上還印有仍未拆卸的希爾頓酒店。

童年玩具回憶

公

仔

紙

公仔紙是隨香煙附送的促銷宣傳品。二十世紀初，煙商為了促銷香煙，每包香煙均附送印製了特別圖畫的硬卡片，由於印刷十分精美，成為不少人喜愛的收藏品，亦成為了成人送給小童的小禮物。後來公仔紙發展成獨立玩具，而主題款式更趨多元化，包括古典小說、漫畫人物、電影人物等等，上世紀六七十年代風靡一時。

最廣為人知的玩法：

- (1) 兩人手掌上各拿著一張公仔紙，有公仔的一面向著對方，然後兩卡互拍，掉下時誰的卡有公仔的一面向上就算勝利，勝者可得到對方的公仔紙。
- (2) 拍公仔紙的人在桌面大力拍一下，以令公仔紙底面反轉。反轉了的公仔紙屬於拍公仔紙的人。



服務使用者意見及讚賞

本單位每年為區內超過80間私營、自資及合約院舍提供不同的專業治療及社康服務，每位同工都盡心為各院友提供最適切的服務，滿足區內院友身心靈需要，幫助他們適應院舍生活，提高生活滿意度。我們感謝院舍及院友特意表達一些讚賞及建議，給予同工們在工作上的肯定與支持，以下是部分院舍對同工的意見及讚賞。



是日社工陳景拿姑娘到本院與院友進行活動，陳姑娘非常親切有禮，活動氣氛帶領和掌握非常好，院友及職員都投入其中，非常開心。非常感謝貴局同工到本院為院友提供各項專業支援服務，特別是籌辦活動的同工，每次都花盡心思，不論是大型活動，還是小組手工，都令院友開心滿足，各同工均親切友善，與職員關係亦非常好。

- 新景安老院有限公司



今天的吞嚥講座，講師講解內容清晰充實，實習時間充裕，獲益良多。保良局今天提供的講座十分精彩，同事們聽得津津樂道，受益匪淺。歡迎保良局的同事們，多來院舍為我們員工提供更多不同的講座，謝謝。

- 廣福護老院(荃灣)有限公司



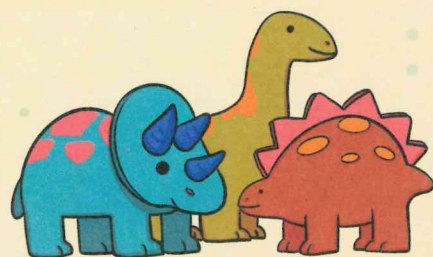
感謝言語治療師 - 黃安蕎姑娘為院舍開調凝固粉講座培訓。在培訓中，她不但指導員工正確開調凝固粉，講解不同牌子凝固粉開調方法，並親身示範開調凝固粉，令本院員工加深認識正確的開調技巧。

- 心悅庭



言語治療資訊

聲線訓練：言語治療訓練也會玩玩具？



發聲的兩條聲帶位於喉部，當我們吸氣時，聲帶會向左右分開；當我們說話時，空氣從肺部呼出，喉部肌肉收縮，聲帶緊閉，空氣從中經過，使聲帶產生振盪，發出聲音。患有神經性構音障礙 (Dysarthria) 的患者因為肌肉控制的問題影響口腔和所有負責說話的肌肉，所以患者會有說話不清，聲音沙啞等病徵。他們的語言理解和表達功能雖然正常，但往往聲線和發音出現問題，影響溝通。



對於這類患者，言語治療師會針對個別患者呼吸支援不足的問題給予呼氣肌肉強化訓練。其中一個治療方法中治療師會使用「派對號角」，請患者用力吹氣，吹直號角並發出聲音。因應訓練目標的不同，治療師亦會請患者維持吹直狀態一段時間。透過呼氣肌肉強化訓練，患者可以訓練肺部加強呼氣力度和口腔肌肉的活動，同時根據患者吹氣的力度表現，逐漸提升訓練要求。研究顯示呼氣肌肉強化訓練有助改善患者聲線和說話清晰程度，改善溝通能力。



太平清醮跨院填色比賽

為了與院友一同參與太平清醮節慶，以祈求來年平安，本次跨院填色比賽共有四十九間院舍(約三百八十位院友及三十一位職員)一同參加，而社工組在七月到各院舍頒發獎項予得獎者，得獎者們都雀躍無比，而院友們亦紛紛為得獎者歡呼興賀，氣氛熱鬧非常，以下是部分活動花絮。



頒獎禮花絮



畫鬼胎小遊戲

還記得兒時玩得津津樂道的懷舊玩具嗎？選取其中一個圖案，並以畫鬼腳方式找出正確答案。選一起點，一路沿直線向下，在遇上橫線分支點時，便需要橫行，然後再向下直行至最終點。



陀螺

鐵皮玩具

抓子

劍玉

畫鬼腳小遊戲 - 答案



劍玉

劍玉又名劍球，是一種日本的傳統民間遊戲，在日本及外國有著悠久的歷史。整個玩具由木頭製作而成，以十字形手柄為主幹，再經綿繩連接著木球。相信大家接觸劍玉前，觀看他人輕易把木球穿進木柄上，都會感覺這是一項操作簡易的小遊戲，但每次都是「只差一點點」才能成功。這項看似簡單的遊戲並沒有任何場地及年齡限制，任何人也可隨時隨地玩起來，在掌握基本技巧後，更可自創各項個人花式，能在玩樂同時亦可鍛鍊自身耐性、專注力、及創造力。

鐵皮玩具

“ 現時能看到的鐵皮玩具可謂愈發少見，盡管被發現了，也是無人問津。由於初期的鐵皮玩具都以人手製作，受上色技術所限，因此結構及顏色變化較為簡單，只靠發條就能啟動。到六十年代，內地擁有自己的生產線，令鐵皮玩具成為香港六、七十年代的主流玩具，設計及款式也更多元化。後來隨著塑膠業興起，鐵皮玩具逐漸被塑膠玩具取代。



爪子

與現在富裕的香港相比，六、七十年代的香港物質貧乏，兒童大多沒有足夠金錢買玩具，都要動動腦筋，發揮「小宇宙」自製各種小玩意，以供解悶，而爪子便是其中一項手作小遊戲，多以家中的剩餘布料及豆子製作。爪子玩法簡單，開始時把五個小豆袋擲在地上，選一個豆袋並拋上半空，在接回上空的豆袋同時，亦要在地上拿取一個豆袋，每次拋擲及拿取的豆袋數量會逐漸遞增。在玩樂同時，能夠訓練手眼協調能力和反應。



陀螺

“ 現時所看到的陀螺大小都是一式一樣，盡管設計及顏色配搭盡是精美無比，但缺乏個性及驚喜。尤記得兒時每個陀螺都是各具特色的藝術品嗎？小孩以刀子慢慢削出獨一無二的陀螺，無論是在周邊削出獨特形狀以加強攻擊力，或是加設鋼珠在底部增加摩擦力。另外，為了增加刺激性，孩子們還會以布條或繩子抽打陀螺，令陀螺保持或加速轉動。



”

服務質素標準SQS

標準九：安全環境

- 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

標準十：申請和退出服務

- 服務單位確保服務使用者獲得清楚明確的資料，知道如何申請接受和退出服務。

標準十一：評估服務使用者需要

- 服務單位運用有計劃的方法以評估和滿足服務使用者的需要
(不論服務對象是個人、家庭、團體或社區)。

標準十二：知情的選擇

- 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



讚賞 / 留言欄 / 意見

如對本隊服務有任何意見，歡迎與我們聯絡
你的寶貴意見有助我們持續改善，提升服務質素

歡迎填寫意見後，交予本隊職員或傳真至 3575-9921

負責人：嚴曉玲女士

馮家盛先生

營運經理

高級服務經理(安老)

電話：3841 7733

傳真：3575 9921

地址：葵涌葵昌路56號貿易之都2樓201C室

電郵：moste@poleungkuk.org.hk

