



雜誌

# 新一屆區議會 新亮點

# 候選人年輕化 高學歷

## 政黨練兵培育人才

### 四參選者抒發抱負

P. 10



4 胡詩韻  
深水埗西區F1



2 龐智笙  
觀塘東南區J1



4 明偉傑  
觀塘中區J2



4 許民楓  
觀塘西區J4

目 錄 / c o n t e n t s

003	堅 評	突破舊思維框框 積極參與新區選
004	區 會 新 貌	新一屆區議會新亮點 候選人年輕化高學歷 政黨練兵培育人才
010	候 選 者 言	曾住劏房深明基層苦況 胡詩韻：「搶回市民向電視台的投訴」  服務觀塘區逾10載 工作不分晝夜 龐智笙：「必須保持街坊能找到我」  頂尖科學家投身區議會 明偉傑：「大學經驗落實社區應用」  從街頭喊咪抗暴走到議事廳 黑超哥許民楓：「讓港人有尊嚴地生活」
018	重 獲 新 生	港專推新昕計劃 助反修例犯事青年重回正軌 陳卓禧：「隱形炸彈拆得一個得一個」
022	財 政 危 機	面對逾千億財赤 香港吃老本維生 公共財政何去何從 管浩鳴：「擴闊稅基開徵銷售稅」 林素蔚：「引入糖稅保市民健康」
030	弱 勢 社 群	協助聽障就業 實現自我價值 社企推廣「聾健共融」無聲勝有聲
036	娛 樂	火雞姐上身 傅嘉莉露出真本性
042	旅 遊	體驗傳統與時尚 吃喝京都風情
046	健 康	抗流感治未病



**堅 Magazine**

九龍九龍灣常悅道19號  
福康工業大廈9樓8-9室  
Flat 8-9, 9/F,  
Fook Hong Industrial Building,  
19 Sheung Yuet Road,  
Kowloon Bay, Kowloon.

**編輯部：**

電話：+ 852 2157 9881  
傳真：+ 852 2157 9880  
電郵：info@kinliu.hk

**廣告部及市場部：**

電話：+ 852 2157 9881  
傳真：+ 852 2157 9880  
電郵：ad@kinliu.hk

**PUBLISHER 出版人：**

諾訊國際有限公司

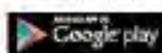
**PRINTER 印刷：**

Teams Printing Co., Ltd.  
Unit 2501, 25/F, Trend Centre,  
29-31 Cheung Lee Street,  
Chai Wan, Hong Kong.

2023 All Rights Reserved to kinliu.hk  
版權所有 · 翻印必究



手機應用程式  
免費下載



## 突破舊思維框框 積極參與新區選

新一屆區議會選舉即將在12月10日舉行投票，市面上的選舉氣氛日漸濃郁。本次區議會選舉是完善地區治理、重塑區議會之後的首次選舉，因此也是一次全新的選舉，市民大眾應走出舊的思維框框，擺脫對這次選舉的幾個錯誤認識，積極參與新的選舉，讓香港的地區治理更有質素，讓政府的政策措施更能貼近民心、民意。

新一屆區議會選舉是一次全新的選舉，對香港逐步走上良政善治，具有十分重要的意義。對於新一屆區議會選舉，社會上仍然存在一些錯誤認知，影響了一部分市民參與投票的意欲，有必要作出澄清，讓絕大部分市民都對新的區選有正確的認知。

一部分人認為，新的選舉沒有了反對派參選，就是「清一色」，不值得參與投票。這種看法是錯誤的。區議會本身就不是一個政治角力場，不應該成為政治鬥爭的舞台。但在過去很長一段時間，區議會也被泛政治化，區議會被異化為所謂的建制派、反對派兩大陣營的政治角力場，互相爭奪政治資源，每日爭吵不休，內耗不止。

就像街頭有人打架爭吵，會吸引大群人圍觀，區議會成為政治角力場，每日吵鬧不休，也會吸引一些市民的眼球，成為街頭巷議的話題，但對社區發展和民生福祉卻沒有任何好處。街頭打架只會帶來破壞，區議會終日吵鬧，效果也是一樣。

重塑後的區議會，撥亂反正，回到《基本法》規定的正軌上，把社區和民生放在最重要的位置，以服務居民，增加市民幸福感和獲得感為宗旨目標。這樣的區議會，或許不再再有「娛樂」性，但是對社區居民的好處卻很實在。

重塑後的區議會，落實了「愛國者治港」原則，能夠參選者都是愛國者，但並非變成了「清一色」。事實上，參選者中有年青人、有專業人士、有少數族裔，來自不同社會階層，具有不同的文化教育背景，持有不同的政治理念和政策主

張，代表不同的利益群體，呈現「五光十色」。而新一屆區議會的組成到底有多「五光十色」，最終則取決於選民的投票。

也有一些人認為，社會已經平靜下來，每一位參選者都是愛國者，誰當選都可以，「不差我一票」。這種看法同樣是錯誤的，政府完善地區治理，重塑區議會，之所以強調選舉仍具有重要價值，被保留了下來，就是希望市民透過投票行使權力，積極參與地區治理。香港有句俗話：「有得揀，先至係老闊」，選舉就是讓選民可以行使權力，揀人服務社區，選民的每一票都很重要。

參選人都是愛國者，但參選人之間也有差別，有些人比較重視中產階層的利益，有些人則較側重基層和弱勢社群；有些初出茅廬的年青人有朝氣、有拚勁、充滿創意，另外一些長期服務社區的人選則熟悉社區、穩重持平；有些人具有專業背景，能助社區更上層樓，另有些人則較有親和感，能貼心服務社區居民，帶來溫暖……，社區到底需要哪一類人，哪位參選者更符合居民心意，需要選民用自己的一票作出決定。好中選優是這次區選的主要特色，選民應該用好自己的那一票，選出最優的候選人，出任區議員。

還有一種錯誤的論調，就是將投票率掛鈎選舉成敗，這也可以說是別有用心，話語陷阱，目的是要攻擊和抹黑新的區議會選舉制度。事實上，每一次選舉，政府與參選團隊和社會各界，都有責任盡最大努力，鼓勵市民積極參與投票，但卻不能直接把投票率高低掛鈎選舉的成敗。在選舉之前，一再鼓吹、渲染投票率掛鈎選舉成敗的論調，與所謂「杯葛」選舉，並沒有本質的區別，目的都是要破壞選舉，市民須小心提防。

今年的區選是新的選舉，不再是過去政治惡鬥式選舉的延伸，而是將民生福祉放在最重要位置的選舉，市民應突破舊的思維框框，全面地認識新的選舉，積極參與投票，共同推動香港走上良政善治。K



# 新亮點

# 化高學歷



民建聯的候選人，  
平均年齡37.9歲。

工聯會的候選人，  
平均年齡38歲。



## 新一屆區議會

# 候選人年輕

## 政黨練兵培育人才

新一屆區議會選舉，將於12月10日舉行，也是重塑區議會完善地區治理架構的一個重要里程碑。今屆區議會選舉有一大特色，就是各大政團、政治組織主打年輕牌，當中不少更具高學歷，甚至擁有專業資格。多名政界人士分析，主要原因在愛國者治港的原則下，議會秩序重回正軌，政治暴力絕跡，從而吸引一批有意服務社區的年輕人躍躍欲試。

其中，在44個選區均派員參選的民建聯直言，視區議會直選為人才培養的主戰場，冀透過直選的洗禮，增加本身的政治實力。而新冒起政團「香港新方向」就派出五名「90後」和「95後」的新人參選，並主打高學歷及專業背景，冀借助新的選舉模式，為政治「新丁」打開一條出路。

全國港澳研究會顧問劉兆佳就認為，有新血加入，當然對香港政制發展有一定的幫助，但特區政府不能視為政治人才庫，必須繼續重點培養人才。

文：鄭濬文 圖：Ian Wong 黃冠華





## 根

據資料顯示，民建聯參與地區直選的44人，平均年齡37.9歲，最年輕是27歲，平均年齡為37.9歲，是自2007年有紀錄以來最年輕的一屆，擁有大專學歷佔97%。而工聯46位參選人，平均年齡為38歲，35歲以下佔39%，最年輕的參選人為25歲。學歷方面，大專程度以上佔91%，碩士佔22%，其中一位更是博士。

至於新民黨方面，最年輕的參選人只有24歲，最年長為亦得47歲，平均年齡是37歲。30歲以下的參選人佔14%；40歲以下比例佔72%。學歷方面，大學畢業的參選人佔86%；碩士或以上學歷人士佔38%。「香港新方向」方面，最年輕為27歲。

劉兆佳認為，區議會已不再是政治鬥爭場所，對年輕人有吸引力。

## 劉兆佳： 為有志服務社區青年提供平台

對於今屆區議會選舉湧現大批新面孔。全國港澳研究會顧問劉兆佳認為，區議會屬政府諮詢架構，對完備特區的政治人才庫，沒有直接的作用，但能為有志服務社區的年輕人，提供一個平台，讓他們從中吸收經驗，對日後繼續從政，又或從事其他業務等，都有正面幫助。與此同時，劉兆佳指出，無論政黨或議會本身，有新血補充的話，將令組織增添動力，不致過於因循守舊。

劉兆佳接受《堅雜誌》訪問時指出，今次區議會吸引不少年輕、專業的新面孔參選，很大程度基於落實完善地區治理後，區議會已非政治鬥爭場所，再沒有政治抹黑、不同立場互相攻擊等亂象。在愛國者治港下，議會還原實質性功能，塑造了一個正面形象，對年輕新血確實具一定吸引力，他們可藉區議會這個平台，鍛鍊個人政治能力，和參與公共服務的機會。

其次，劉兆佳亦提到，年輕人可透過區議會，作為發展個人事業的起步點，逐步累積政績，為日後參與更高層次的議會，甚至加入政府管治班子、諮詢委員會等崗位，預先打好基礎。就算日後選擇不從政，也可借助擔任區議員時，曾涉獵的各種政策、人脈、已建立的知名度等條件，協助發展其他事業領域。

## 大眾重點政府如何發展經濟

今次區議會選舉，出現不少新面孔，但劉兆佳認為，這不代表特區政府不用培養政治人才，管治班子仍須加大力度，為具潛質的新一代提供機會，區議會最多也只能視為從政者一個起步點，若年輕人想藉區議會，踏上更高的政治階梯，往後還要面對不少鍛鍊。

劉兆佳表示，亦有留意到今次區議會選舉，不少候選人都擁有政團、政治組織、民間組織或工會等背景，證明相關組織，藉此吸引新血，進入議會內，把他們代表不同板塊意見，包括經濟、文化藝術、城市規劃、社會福利等帶入議會，為居民謀福祉，同時，有關代表亦藉此累積個人的政治本錢，兩者達到多贏的狀態。

對於在新政治環境下的區議會，劉兆佳表示，當然社會上還有各種各樣的矛盾，特別是經濟、民生及福利、勞工等需要處理，但整體來講，香港的政治環境已較為穩定，再沒有過往黑白對立，或是零和遊戲，在愛國者治港下，透過溝通及協商解決問題，往後大眾的眼球將會集中特區政府如何發展經濟，融入國家發展大局、改善民生等，更甚者，管治團隊能否展現出勇氣、魄力及擔當，和有沒有足夠的政治智慧，處理香港各項問題。

今年5月，政府公布本屆區議會的競選模式。



陳學鋒說，區議會可讓年輕一代提升政治水平。



## 陳學鋒： 較具經驗成員轉戰間選

負責今次民建聯區選工程的民建聯副主席陳學鋒就指出，一直以來，民建聯都會安排具潛質的「新丁」參與直選，作為一種錘煉。加上在新選制下，區議會由委任、地區委員會界別（間選）及地方直選組成，較具經驗的成員，便轉戰間選，無形中給新人有更多機會。陳學鋒認為，從宏觀或政團本身，持續注入新血，對整體發展都是正面。

陳學鋒接受《堅雜誌》訪問時表示，為培養年輕一代有更多歷練，提升其政治水平，地區直選確實是一個很好的平台。而在新選制下，選區面積增加了十倍，選舉策略、方式也需要從新部署，「過往民建聯在



自由黨派出7人參選區議會。

再不能只識吵架，而是須具備真知灼見，熟悉社區事務，具宏觀視野，能提出有建議性或有效的政策方案，再沒有非黑即白的無謂爭拗，由於大家來自不同階層及專業，可以從不同角度表達意見，令事件更立體。他相信，未來香港的政治環境，將會越來越好，令市民有幸福感、滿足感和獲得感。

今屆區議會選舉，氣氛熱烈。



2019年黑暴期間，區議會成為政治迫害場所。

### 議會吵鬧令專業人士卻步

此外，陳學鋒亦提到，近年有不少青年才俊加入民建聯，他們有良好學歷外，亦具備專業背景。對於多了具條件的年輕人願意從政，陳學鋒就有此分析，過往無論地區議會或立法會，被反對派操弄，仿如鬥獸場般，開會只有吵架又吵架，海量的抹黑，令到年輕專業人士卻步，而自落實完善選舉制度後，議會回到正軌，讓不少有意服務社區的年輕人，蠢蠢欲試。

陳學鋒認為，無論是民建聯又或整體政壇，有新血加入都是一件好事。除可以注入更多活力，帶出不同的新角度外，一代接一代，世代交替，由有經驗一代帶着新生代，互相補足，避免出現僵化情況，這才能有進步，才能健康發展，「我都是第二代，當年由葉生（葉國謙）接捧服務社區」，可能實質操作未必太熟手，但應該給予機會，讓他們成長。

陳學鋒表示，在新的政治生態下，議員



張欣宇：

## 比拼政治理念及辯才

近期新冒起的政治組織「香港新方向」，在今次區議會選舉中，共派出五名「90後」和「95後」新人參選，對於被指走年輕路線，「香港新方向」立法會議員張欣宇接受《堅雜誌》訪問時就指出，「可能自己屬年輕一代，多與同年齡層接觸，加上，

『新方向』又是新成立的組織，自然聚了一批年輕人，並無刻意走什麼路線」，但他認為，在新選制下，選區擴大了，舊式的「人盯人」的拉票方式再不湊效，而是比拼政治理念、辯才能力等，反而對「政治新丁」有利。

對於缺乏知名度的「政治新丁」，如何

突破選民固有的投票習慣，願意給新人一個進入議會的機會，張欣宇認為，每名新人都需要面對同樣的挑戰，當年自己參選也不例外。選民覺得「你們咁年輕，之前唔多見你在樓下行來行去，能唔能夠勝任呀！」當時自己就花了不少氣力，說服選民，爭取他們的信任，而自己的成功例子，就成為了年輕人從政的範本。

張欣宇表示，在新選制下，確實有志從政的年輕人提供一個很好的契機。最明顯一點，就是選區大了，「傳統的做法，候選人專注幾幢樓，只要每天在區內打躉，街坊有印象，已經有一定把握，但今屆區議會的選區面積大了十倍，點樣打躉都無法接觸所有選民」，如何利用最短時間，令選民「有印象、願意投你一票」，那就變成為政

綱、理念及論政能力之間的比拼，「這種玩法對慣用傳統拉票手法的候選人、政團來說，確實很困難。」

### 議會沒有政治爭拗 認真解決地區問題

另一個契機，就是香港政壇重回平靜，張欣宇指出，身邊不少年輕人，尤其是具有專業資格的一群，他們只希望透過自己的專業知識，令社區建設得更好，不想牽涉入任何政治爭拗中，可惜過往的議會，只流於政治立場的表態，「這是大家不願意，亦不擅長，也為有意者設下一個很高的門檻。」

在新選制下，議會內再沒有任何政治爭拗，大家可以回到政策的內容，進行討論，以事論事，認真解決地區問題，加上，社區大了，就可從宏觀、整體性去考慮問題，以前區的範圍小，為了所屬選區利益，單討論一條巴士線，幾迂迴都要經過自己所屬的邨，不理是否實際、會否浪費資源，將來就可以從宏觀及理性去考慮問題，無需以極端或出位的手法表演。

雖然，香港的外在政治環境，對新人有較大吸引力，但張欣宇就指出，身邊有不少的年輕人，仍持觀望態度，等待有沒有更多成功的前行者，都是處於一個探討階段，因此，「香港新方向」派員參與今次區議會選舉，就是一個嘗試，冀能探索出一個適合年輕從政者入門的模板。



張欣宇說，今屆選舉選區大了，候選人並不能專注幾座大廈就可以當選。



精彩影片  
請掃QR code

美孚站 Mei Foo Station



曾住劏房深明基層苦況

胡詩韻

搶回市民向電視台的投訴



區議會選舉將於下月（12月）10日舉行，一眾候選人近日密密落區積極拉票。在美孚港鐵站外，瞥見深水埗西區直選中唯一一位女候選人胡詩韻，正在把握這段時間派發宣傳單張，與居民交流分享其政綱及理念。她提到自己出身基層，曾經與父母住在狹窄的劏房，獨特的成長經歷讓她體會到每個階層都有不同的需要，更希望將深水埗打造成宜居的優質社區。

文：Mike 圖：Ian Wong

胡詩韻是深水埗西區直選中唯一的女候選人，故特別希望多關注區內女性，尤其是她們的精神健康等問題。



胡詩韻細心地在店舖門外貼上宣傳海報。

## 胡

詩韻憶起小時候住在廚廁共用的

劏房，環境相當狹窄，「開枱食飯時需要打開房間的門，然後3個人坐櫈仔食飯」，之後抽到公屋再搬到居屋，一番努力下才成為企業的管理層。

## 基層環境長大感受深刻

正是這種獨特的成長經歷，讓她相信「知識改變命運」，並理解基層的想法及需要甚麼。她說：「基層的需要很簡單，未必是要一些很冠冕堂皇的東西，可能環境衛生、乾淨一點、安全已足夠。」正所謂「針唔括到肉唔知痛」，胡詩韻指她現時作為「小中產」，理所當然知道政府的政策比較少關注到中產，「他們會面對供樓、交稅多等財政問題」，故她可謂完全明白基層至中產的需要，以「貼地」來形容再適合不過。

## 望打造深水埗成優質社區

胡詩韻以「深繫民心、由你講、有我做」作為競選口號，她指有幸當上區議員後，要做得好，「必定由街坊、市民告訴你」，所以一定要耐心去聽，再分析问题原因，最後再身體力行解決區內問題。

胡又指自己的理念是將該區市民可以擁有一個優質社區，形容可能有些地方表面沒看到問題，但事實上區內可能有很多行動不便的人士，有一條無阻礙通道對他們來說已經相當「優質」。



胡詩韻在美孚港鐵站外派發宣傳單張，讓市民多了解她的政綱。

自己作為一個年輕人，今次走出來服務社區，可以從而感染更多年輕人願意留在香港、服務社區。她又希望

## 不擔心投票率低

被問到會否擔心今屆區選投票率會較低，胡詩韻直言不會太擔心，皆因連日落區都感受到市民仍然「着緊」區選，很多街坊均積極就政綱等問題與她交流。她又分享日前派發傳單時，有位太太將其宣傳單張拿回家後，翌日太太的丈夫特地過來詢問她的政綱，並聆聽到很多中產人士的需要。她在那一刻明白到「原來香港的市民仍然很關心選舉這個議題，他們會很認真地檢視候選人，哪一個才是心目中的候選人」。

社會上現時出現一種奇怪現象，不少市民遇到民生問題，寧可主動向傳媒訴苦，當中以一間免費電視台的節目特別「受歡迎」。面對這種情況，胡詩韻指假如當選後會積極宣傳，「市民未必知道怎樣解決遇到的社區問題，才無奈地找電視台或其他媒體反映」，因此她會讓市民知道怎樣可以找到區議員，甚至善用 WhatsApp 等線上平台聆聽市民聲音；另外更會以身作則做實事，從而達到口耳相傳的效果，「讓街坊知道你得嘅」，雙方重新建立一種信心。

地區直選深水埗西選區的候選人還有何坤洲、鍾宇軒及黃永威。



精彩影片  
請掃QR code

觀塘區逾 10 載 工作不分晝夜

# 保持街坊能找到我

Sunny 覺得做區議員，最重要是隨時可以被市民找到，並盡快解決問題。



民生無小事，枝葉總關情。現任觀塘區（油翠選區）區議員、公屋聯會成員龐智笙（Sunny），從 2019 年當選至今，致力服務社區坊眾的初心沒有變。他坦言：「做區議員其實並沒有遇到很多驚天動地的個案，都是一些瑣碎事。但我都盡量做，希望令到街坊了解到我們一直在幫助他。」

為了盡快解決居民的問題，龐智笙盡量親自接聽每一個求助電話。「從我第一天做區議員開始，我就必須要保持着街坊能夠找到我，手機來電起碼 9 成都是我自己接聽的，確保不會錯過了個案。」

文：潘翠華 圖：黃冠華

民生無小事，Sunny 盡量親力親為，不假手於人。



Sunny 善用通訊軟件定期發送政府資訊給居民，藉此建立密切關係。

# 服務

# 龐智笙： 必須

## Sunny

人如其名，予人一種充

滿陽光般溫暖而親切的感覺。「街坊一般叫我『龐仔』，有些長者可能不太懂讀我的名字，就會『有邊讀邊』叫我『籠仔』，我都照回應他們，無謂特別去改啦，大家溝通開心就好。」

Sunny之所以投身地區服務，要追溯到2007年加入青年地區團體「油塘晴

空」開始。當時他剛在內地讀畢大學後，隨家人從佛山來港定居。由於在港認識的朋友不多，他於是主動參與「油塘晴空」，往外走廣交結友。熱情和積極的性格令他很快在當區建立起人際網絡，及後更順理成章成為義工處理街坊的求助個案，自此累積了豐富的社區經驗。

2019年反修例風波期間舉行的區議會選舉，建制派幾近全軍覆沒，Sunny卻憑着其扎根地區的實力，成為了少數勝選的建制派之一。這4年來他甚少休息，甚至試過在內地考察期間，特地早一天趕回港處理居民的求助。在他心目中，幫到街坊是令他最滿足的事，從不覺累。

## 善用科技接觸居民

除了勤力、事事親力親為之外，辦事有條理、高效率亦是Sunny的賣點之一。「其實很多街坊找我處理的問題，未必需要見到我才處理的，有時打個電話給我，用手機都可以處理的問題，那就不必親身前來。另一方面，如果是一些文件上的處理，我會提醒街坊要準備甚麼文件，到他來找我時就可以很順利完成，不

需要走多兩轉。我們希望一次能做到的事，不用再翻手做，這是我們辦事處的一個服務精

度。」Sunny也善用科技資源和居民聯絡感情，譬如會用Whatsapp軟件和街坊定期分享一些政府資訊，從而拉近和街坊的距離。「很多街坊都因為我的分享，經常會和我聊天，沒有了議員和街坊的隔閡，大家打成一片。」

## 選區選民擴大了十倍

即將舉行的2023年區議會選舉，Sunny已報名參選觀塘東南地方選區，尋求連任。由於今次選舉將選區重新劃界，整個觀塘東南選區比往年擴大了10倍之多，選民數目也多了約10倍，他坦言感到有壓力，不過他說壓力不是來自於競爭對手，而是來自於居民：「因為我是現任議員，要對支持者負責。」

今次同區候選人還有民建聯陳嘉文及工聯會簡銘東，面對兩個建制派大黨之爭，Sunny直言有沒有政黨不是重點，「重點是我可以提

供甚麼服務，是否真誠地對待街坊，做事能否

讓他們滿意。」

街坊喜歡叫他「龐仔」，相當親切。



Sunny說，為提高效率，可以一次完成的工作，盡量不會「翻手做」。



精彩影片  
請掃QR code



疫情期間，Sunny穿上保護衣，落力派發物資。

# 頂尖科學家投身區議會

## 明偉傑：

# 大學經驗 落實社區應用

身穿西裝的明偉傑，斯斯文文，談吐亦溫文爾雅，讓人不禁聯想到專業人士的形象。的確，80 後的他非常不簡單，Hashtag 的話，# 傳染病及公共衛生學系助理教授 # 港大、哈佛的雙料碩士 # 更被史丹福大學列為全球前 2% 頂尖科學家。

但是他就自言是個平凡的人，在做看似不平凡的事。明偉傑直言，自己基層出身，父親是一個只有小學程度的酒樓廚師，「我爸爸經常教我，只需要做一個好人，幫到人最開心 ..... 這也是我為何選擇、在觀塘中選區參選的最大原因」。

文：郭延桐 圖：黃冠華、受訪者提供



明偉傑向街坊宣傳自己的政綱，與市民面對面交流，有市民稱讚他「專業不離地」。



精彩影片  
請掃 QR code



明偉傑培養了不少醫科學生成為醫療專才，服務市民。



明偉傑在哈佛大學碩士畢業時，父母都有出席畢業禮。

今

年37歲的明偉傑，是土生土長的香港人。和很多普通家庭一樣，生活簡單但知足。「父母是很勤力、很努力去養大我們4兄弟。我的爸爸為了頭家，一日返工14至15個小時，是很正常的事。」他直言，因為家庭收入不高，他20歲之前都沒有出過國，「我有機會去英國和美國留學，其實都是獲得獎學金的資助去的」。

### 改善觀塘貧窮問題 由基層教育開始

「觀塘這個地方，經常被人最大的標籤是：貧窮。」明偉傑說，但是貧窮本身不是問題，貧窮引出來出的教育資源不平等、醫療資源不平等才是最大的問題。

他說，若能成功當選，他定會去幫助這班基層家庭，會努力向政府爭取一些資源和機會給他們，譬如資助基層家庭的小朋友出外見識、交流、學習，擴大視野。甚至提供生涯規劃建議給他們，幫助他們發掘個人事業機會，「我相信，對於很多基層小朋友來講，可能會因此而擁有不一樣的人生」。

### 新思維處理基層醫療老舊問題

明偉傑說：「我們在觀塘，經常都聽到街坊說，去聯合醫院『很辛苦、很困難、等候時間又很長』。我在想，為什麼我們不嘗試思考，可以讓聯合醫院部分醫生落到社區，直接幫助我們的老人家，幫助我們有需要的人士去看病呢，其實這是

做得到的」。

他直言，未來的醫療隨着科技的進步，會有很多新的方法，可以解決我們舊的問題。譬如醫生、藥劑師可以提供遠程醫療及藥物諮詢，通過科技就可以即時聯繫到聯合醫院的醫生、街坊的主診醫生，甚至可否多提供中醫服務，「很多痛症，很多長期慢性疾病，其實某程度上是可以中醫去協助，去治療，或者幫手看着病情，甚至適時轉介」。

### 最希望幫到有需要的人

「為什麼市民也都期待着新的區議會？我認為，新的區議會，就是需要新的聲音，需要新的思維，去解決一些新的、舊的問題。」明偉傑說，而最終的目的是可以真正地幫到人。

他分享，在新冠疫情爆發期間，他當時就日夜研究數學預測模型，預測疫情走勢及評估醫療系統應對能力。但他發現，很多所做的研究，其實都無法真正落地，街坊都感受不到，很多老人家在急症室外苦候多時都無辦法見到醫生，「所以我今次，最主要希望可以通過自己的一些能力，包括我在大學一些經驗，我不希望是高高在上在大學發表一篇論文，而是真正幫到我們市民，讓他們感受到真實的改變。」明偉傑說。

2023年區議會地方選舉，觀塘中選區候選人包括：柯創盛、馬軼超、張洛淋、明偉傑。K

從街頭喊咪抗暴走到議事廳

黑超哥 許民楓

讓港人有尊嚴地生活



「黑超哥」脫下墨鏡向街坊拉票，  
街坊反應熱烈。



「大家好，我係『黑超』」。KOL「黑超哥」許民楓與廣大市民一樣，萬料不到，2019年的黑暴亂象可以在香港發生，眼見家園受到無差別的破壞，便以私家車作為Studio，一部手機，每天向黑暴發炮，在過去一段時間，更不斷就各項社會熱話發聲。

自《香港國安法》落實後，香港正由治及興，作為土生土長的新一代，「黑超哥」認為有責任維護香港的核心價值，讓香港人可以有尊嚴地生活，他更指出，在建設的過程中，各人可以擔任不同的角色，而自已就選擇走前一步，參選今屆區議會選舉，以行動建設社區。他參選的地區是觀塘西。

文：鄭濬文

圖：黃冠華

# 2019

年8月3日，黑暴最熾熱的階段，許民楓戴着超大的墨鏡，與數十名網友，跑到美國領事館請願，抗議西方勢力干預香港。由於造形突出，媒體便稱他為「黑超哥」，而這個稱呼亦成為許民楓的標記。為何選擇以此做型請願？「黑超哥」就指「這次示威之前，從未如此打扮，只是覺得自己戴起幅黑超，真係好型，希望大眾關注這次示威活動，便出一出位，估不到竟然成為自己的標誌。」

## 收死亡恐嚇家人被起底

從小商人到XO，現更參選區議員，「黑超哥」指冥冥中自有安排，這條路走得很容易，主要原因「香港是我家」，任何一件事都直接影響大家的生活。就以4年前為例，當大家聚焦在如何改善社區、做好民生工作，但西方勢力已策劃了一場觸目驚心的政治風暴已籠罩全港，沒有理性，只講暴力。每天都有排山倒海的暴力發生，「黑超哥」指，當時自己心中有一個強烈的想法，就是「我要走出來！」

在短短4年時間，「黑超哥」形容，這條路並不易走，包括收到死亡恐嚇，家人及公司全被起底，需要報警求助，但仍堅持下去，就是憑着一份使命感，一直撐到

今天，更認為，能在香港邁向新台階，以及中華民族偉大復興的過程中，擁有一個角色，已令自己感到無上光榮。他指，這個說法很像拉得遠了些，但讓港人有尊嚴地生活，住好些、弱勢家庭得到照顧、老有所依，民心安穩，也是一種參與。

## 評論員工作有助社區實務

「黑超哥」認為，XO的身份對他參選，有正面的幫助，「當時黑暴橫行，大家都希望能夠為社會出一份力，很自然便聚在一起，『黑超義工隊』就在此時成立，期間積極參與不少的社會服務，今次幸有一批熱心的義工們幫忙，如果唔係，咁大個區，以我一個獨立、無黨無派的候選人，真係唔知點搞。」他指出，義工隊是自己最好的樁腳，也是自己展開地區服務的重要拍檔。

對於由評論而走向區議會實務的地區工作，兩者性質有些出入，「黑超哥」就表示，早於入行做XO之前，已參與九龍區各界聯會的地區服務，除對地區不陌生外，加上自己都是評論政治及社會事務，相當貼地。

區議會地方選區觀塘西候選人，還包括有工聯會李嘉恒、獨立潘楚文、民建聯譚肇卓。K

「黑超哥」許民楓指，自己有一種使命，故站出來參選。



精彩影片  
請掃QR code

「新昕計劃」專為反修例事件中留有案底的15至21歲青年提供更生服務。



隱形炸彈

# 拆得一個得一個

陳卓禧希望計劃能幫香港拆除「隱形炸彈」。

年輕人是社會未來棟樑，但部分因犯過事而留有案底的青年，難以重投社會懷抱。

香港專業進修學校（港專）推出了「新昕計劃」，是本港首間大專院校推行類似計劃，目標是為2019年反修例事件中，留有案底的15至21歲青年提供更生服務，幫助他們建立正確的法治觀及價值觀，並度身訂造生涯規劃，協助他們重回正軌。

港專校長陳卓禧接受《堅雜誌》專訪時表示，案底成為年輕人不可磨滅的烙印，出獄後或會繼續潛藏於社會中成為「隱形炸彈」。他期望新昕計劃能夠為香港「拆彈」，拆得一個得一個：「一個炸彈可能已影響到很多人，所以我們影響的不是一個人，是一群人。」

文：潘翠華 圖：黃冠華



2019 黑暴事件中，不少青年參與其中。



港專推

新昕計劃

助反修例犯事青年重回正軌

陳卓禧：



反修例事件被捕的約有4成是學生。

「新昕」

意思是新一天的開始，我們希望用「新昕」這個名字，表達出這個計劃的目標，為年輕人開創一個新的明天。」陳卓禧說。

他透露，「新昕計劃」的出現是源於本屆特區政府的理念：「特首（李家超）上任前，都有提及對於一些因為在2019年觸犯了法例而受到法律懲罰的一班年輕人，希望社會能夠幫助他們。其中有一位善長捐出了一筆善款，贊助港專推行這個計劃。」

我們正跟壞分子爭奪年輕人

陳卓禧早在2019年反修例風波發生時，已預視到這個隱憂：「一批潛藏在社會，心裏充滿仇恨的年輕人，他們對社會的破壞性會有多大？如果再有壞分子推動他們再走前一步，他們就會激烈化、極端化，對社會造成危害和威脅。我們現在就是跟這些壞分子爭奪這班年輕人。」

陳校長認為，因犯罪而留有案底的年輕人，猶如留下一個不可磨滅的烙印，對將來升學、就業，都會產生負面影響，極有可能成為反社會分子。於是，「新昕計劃」透過懲教署轉介，針對15至21歲、仍然住在中途宿舍的青年，提供更生服務。這些青年日間如常上班或上學，晚上回到宿舍，接受約兩小時的培訓和輔導。由於學員的年齡、背景各不同，有的就業、有的仍然在學，該計劃會以個案形式，為每個學員度身訂造生涯規劃。

### 收生條件：不抗拒參與培訓

收生準則方面，陳卓禧透露在青年參與課程之前，校方會先安排培訓前會面，讓青年先了解課程內容及理念：「起碼第一件事，他不抗拒參與這些培訓，這個很重要。如果大家建立不到互信，就沒有辦法再行下一步。還有一個（收生）條件，就是他是否（犯罪分子）骨幹？有沒有改變的意願？這些都是我們考慮的因素。」

「新昕計劃」今年8月啟航，首階段暫有9位青年學員，至本刊截稿前，已經完成了第一階段課程。陳卓禧形容，學員反應積極正面：「我們的同事在觀察學員表現後，認為他們對課程不反感，覺得值得參加。當中有些人比較積極和主動，表達了一些未來的計劃，也開始和我們同事建立了信任。」

### 盼政府撥專項基金支援計劃

不過陳卓禧承認，「拆彈」是一件艱巨工作，他不期望這些青年一時三刻會有大改變，但仍希望「救得一個得一個，拆得一個炸彈就拆一個」。

「一個炸彈可能已經會影響很多人，所以一個炸彈拆了，影響的不是一個人，是一群人。」陳卓禧希望透過計劃，社會亦會放下對更生青年的歧見，大家一起向前望。

贊助這項計劃的善心人希望能夠「拋磚引玉」，產生示範作用，引領企業或其他有能力之士繼續支持及捐助，令港專可以擴大服務範圍，陳卓禧亦希望政府可以撥出專項基金支持。



青年犯罪後留有案底，成為人生中不可磨滅的烙印。



懲教署會挑選在中途宿舍暫住的青年轉介參與新昕計劃。

陳卓禧表示參與計劃的首要條件是「不抗拒」接受改變。



# 為學員度身訂造生涯規劃

港專作為「新昕計劃」的組織者和執行者，當更生青年獲懲教署轉介到港專後，便會接受由港專設計的一系列課程。與其他更生計劃不同的是，「新昕」會啟發青年學員從更多角度去思考問題，並透過督導委員會各個成員的輔導和經驗分享，讓學員感受到社會的關愛。

## 「新昕計劃」三部曲

該計劃主要分三部分，第一部分是「正向人生增值之旅」，活動包括邀請過來人作分享的「真人圖書館」、以傳統遊戲大富翁為藍本而設計的「價值教育桌遊」，以及「軟硬技能培訓工作坊」、「小組活動」等等。計劃亦會邀請嘉賓以網上短片或錄音等形式向學員作主題分享。

第二部分則是「專業技能深化課程」，因應每個學員的不同需要和興趣，為他們度身訂造生涯規劃，轉介他們到港專接受培訓，深化個別技能或專業範疇知識。

第三部分是「導師及持續輔導服務」，由社工繼續跟進學員情況，以及在導師指導下，讓學員深入了解職場所需技能，並鞏固他們的正確價值觀。



同學及更生青年應度身訂造生涯規劃，不應因年紀、期望等。

## 涉黑暴在囚人士逾500人

根據懲教署2023年2月發表的數字顯示，2022年因涉及黑暴事件相關罪行（包括非法集結、管有攻擊性武器、縱火及參與暴動等）及違反《港區國安法》而被收納入懲教院所的人士達829人次（當中22人次涉及違反《港區國安法》），較2021年385人次少156人次，下跌16%。

當中有456人次為服刑人士，其餘373人次為還押人士，包括650人次為男性、179人次為女性；21歲或以上人士有671人次，未滿21歲人士有158人次。截至去年底，因涉及黑暴事件及違反《港區國安法》的在囚人士有522人，較前年415人上升26%。

## 懲教署：根據需要提供適切更生服務

懲教署回應《堅雜誌》查詢時表示，署方為每名青少年在囚人士提供半天職業訓練及半天教育課程。署方亦會因應他們的更生需要提供適切的更生服務。另外，現時署方與本港約100個非政府機構、宗教組織、慈善團體、協作機構、社區持份者合作，為在囚人士提供更生服務，包括各種輔導、文化、宗教及康樂活動。這些提供服務的機構組織包括義務工作發展局、基督教勵行會、香港善導會、香港青年協會等。



精彩影片  
請掃QR code



面對逾千億財赤 香港吃老本維生

# 政何去何從



管浩鳴：  
擴闊稅基  
開徵銷售稅





2018至2019財政年度之後，  
儲備一直下跌

# 公共財



林素蔚：  
引入糖稅  
保市民健康





設銷售稅已討論多年，但未能落實。

本屆政府第二份《施政報告》推出多項經濟民生發展計劃，涉及數十億元政府經常性開支，財政司司長陳茂波預期，2023至24年度的財政赤字，會比年初估算的544億元高，可能超過1千億元。政府財政入不敷支，出現巨額財政赤字，但又沒有明確的解決方案，公共財政能否持續下去，受到社會廣泛關注。

立法會選委界別議員管浩鳴於11月8日的立法會上，提出議員議案「公共財政政策的檢討」，關注人口老化令公共開支逐步增加，促請政府審視目前公共財政狀況，着手研究增加財政收入來源，議案獲得通過。

管浩鳴接受《堅雜誌》訪問時表示，他一直關注社會老齡化的問題，認為在老齡化、少子化的雙重影響之下，香港剛好走到十字路口，如果今天不着手研究解決公共財政困境的辦法，未來將會出現危機。他認為，其中一項可以研究的是開徵銷售稅。

立法會議員林素蔚則建議政府可以考慮徵收糖稅，世界上已有多個國家有這一稅項，不僅可以為政府增加庫房收入，亦有助推動健康生活。

文：文武 圖：黃冠華、何英銓

## 財

政赤字高懸，令人關注香港的公共財政能否持續的問題，亦擔心不可持續的公共財政，有可能會影響經濟和金融系統的穩定，影響民生福祉。

### 財政儲備27年最低 五年跌幅四成

管浩鳴指出，政府的財政儲備由2018年的1.1萬億元，減至目前6,500億元，跌幅超過四成，目前財政儲備僅可應付政府9個月開支，是27年以來最低水平。他指出本港近年負債增加，如綠色債券在未償還的貸款餘額佔GDP的比例，亦由過去三年的3%增加至現時的4.3%，令市民擔心會否重蹈西方國家負債的覆轍。

他又指，公共開支佔GDP的比例由回歸前14.13%，大幅增加為2022至23年的28.44%，認為公共開支逐步增加，政府需要居安思危，以應付突然而來的危機。

而香港的納稅人口只有182萬人，約

佔356萬勞動人口一半，交稅最多群組為年收入70萬以上人士，約佔兩成，繳交近九成的薪俸稅。利得稅亦大同小異，約9%註冊公司繳交九成稅款。

根據政府公布的數據，截至今年9月底，本財政年度首6個月赤字1,777億元，首6個月整體開支3,556億元，收入1,313億元，綠債所得收入466億元，財政儲備6,571億元。雖然政府回應指出，這組數據主要是薪俸稅及利得稅主要在財政年度後期收取所致，不過，政府正面對高額財政赤字的壓力，卻是不爭的事實，而政府至今沒有提出解決財赤困境的有效方案，令社會對公共財政的穩健日顯擔憂。



內地養老可以大幅度降低成本，管浩鳴期望未來會有更大突破。

## 少子化意味納稅人口將減少

管浩鳴表示，對於本港公共財政狀況的問題，他已關注一段較長的時期，香港進入「愛國者治港」的新時期，過往受政治爭拗而拖延、阻礙的許多政策和發展項目，近期較集中地推出，更令他擔心公共財政是否能夠承受得住的問題。

政府早已作出預告，香港社會的老齡化問題將日趨嚴重，65歲及以上的長者佔整體人口比例將由2022年中的20.8%，逐步上升至2028年的25.3%，2040年將上升至30.1%。與此同時，香港又面臨少子化的問題，生育率逐年下降。長期關注這一問題的管浩鳴形容，香港剛好走到一個十字路口，人口結構的變化，意味着未來納稅的人口將進一步減少，領取社會福利的人口則增加，公共財政將面對更大困難。

## 老齡化問題不能視而不見

「不要以為還有十多年時間，如果今天不着手研究解決，危機很快就會出現。」管浩鳴指出，「如果我們只用鴛鴦政策不去想，未來會有暗湧。香港的事情並非今天講，明天就得到。現在公共財政已響起警號，雖然未到水深火熱，不過如果再不想，一定會有危機存在。」

解決財政困境的辦法，管浩鳴認為，應從擴闊稅基的方向去研究，「最簡單的方法，如果稅收不只集中在一小群人，能夠讓大家都攤分一點，情況就會改變。」此外，他也認為，政府應該積極考慮徵收銷售稅。

他認為，全球所有發展經濟體中，可能只有香港沒有銷售稅，而且有關開徵銷售稅的問題，香港也已討論很長時間，有較好的基礎。

## 倡積極研究開徵銷售稅

對於社會上有些人士認為，開徵銷售稅有可能會損害香港簡單低稅制的優勢，削弱香港的競爭力，管浩鳴並不認同這種看法，他認為，香港具有很多的優勢，即使徵收了銷售稅，香港的稅制仍算簡單。而新徵收的銷售稅，如果用於特定的社會公共服務領域，市民也未必會有很強烈的反應。最重要的是，香港必須面對現實，要讓政府的收支要平衡，解決公共財政困境的辦法。

在社會高度「泛政治化」時期，民粹主義抬頭，政府未找到擴闊財政收入的辦法，但對社會福利的承擔則不斷增加，用於教育、醫療和社會福利的開支，已佔政府總體開支的近六成，而且仍在持續上升，但市民對政府各項服務的滿意度並沒有相應地提升，在一些領域的不滿情緒反而升高。

管浩鳴希望政府及早研究，積極應對人口老齡化的挑戰。



人口老齡化的影響之一是公共醫療開支將會大幅上升。





工程項目成本高，原因之一是人手不足，管浩鳴希望勞工界面對現實，積極考慮以較低成本引入外勞。

### 社會福利開支增市民反而更不滿

管浩鳴認為，這一現象值得政府和社會深入思考。他指出，香港回歸以前，港英政府並沒有直接承擔各項社會福利事業，參與得較少，主要由民間慈善組織、宗教機構負責，有多少資源，就提供多少服務，受惠的市民不會嫌少，而且感恩。現在，政府承擔起大部分的社會福利事業，市民反而覺得是應份的，甚至樣樣都要求政府津貼，人人都想得到政府照顧，把政府視如無底的提款機，反而還會對政府不滿。他認為，政府和社會都應該思考一下，為甚麼會出現這樣的現象，又應該

如何作出改善。

### 工程成本不斷上升令人疑惑

財政赤字高企，但政府近年推出的工程成本卻不斷上升，早前政府重提興建沙田14號主幹路，短短2.3公里的道路，工程費用預計約71.64億元。近日提出重建荔枝角收押所，涉及55億元的預算，令社會嘩然。

對於財政赤字之下的政府工程費用不斷上升，管浩鳴也感到困惑，他指出，與香港僅一河之隔的深圳，大約只需香港約四分之一的價錢，就可以完成類似的建設，而且建得又快又好。「我最近到廣東省考察，他們建一家有千多張病床的醫院，只需8.3億元，香港建一間學校卻要3.8億，我覺得奇怪，為甚麼人家可以做到，我們卻不行。」

### 高薪引入外勞值得商榷

管浩鳴認為，導致香港工程費用過高的其中一個原因，是本地建造業人手不足，輸入外地勞工，又須與本地工人薪資看齊。他認為，高薪引入外勞的做法，值得商榷，香港坐擁鄰近內地的優勢，卻未能用好這方面的優勢，令人感到可惜。勞工團體應該現實一點，本地工人的薪酬待遇應該得到保障，但輸入外地勞工，則應該用更便宜的價格，省下的錢，受益的是整個社會，不僅政府可以減少成本開支，普通市民也可以在購買物業時受益。相反，堅持以本地薪資中位數聘請外地勞工，則對大家都沒有益處，只會害死自

己。他認為，在愛國者治港的新時期，政府應加強與勞工團體的遊說，多從現實出發，不要過多受政治因素的干擾。

另外，政府的工程項目大多數由本地公司和外國公司承建，也令成本一直居高不下，管浩鳴認為，特區政府應考慮引入內地的企業和國企，事實上，現在內地的建造水平很高，成本又較低，值得引入。他說：「現在我們真的要想一想，否則塘水滾塘魚，一定滾死。」他認為，合理地引入內地相對較便宜的勞動力和工程建造公司，也是香港與內地深度融合的一種表現，值得政府深入研究。

### 長者內地養老 有助大幅度降低成本

促進兩地融合，也有利於大幅度降低香港社會福利成本。管浩鳴指出，香港的老齡化日趨嚴重，現時特區政府的安老政策以居家安老為主，而與本地養老相比，在大灣區內地城市養老，成本很低，大致上，政府用於1位本地養老的津貼，足夠津貼4位在大灣區內地城市養老的費用。他指出，廣東省政府十分配合香港的內地養老政策，已解決大部分障礙，未來在醫療方面也將會有更大的突破，可以為長者提供更好的安老環境。

管浩鳴亦指出，即使本地養老，也可以節省開支的辦法，比如，興建長者公寓，將長者安老服務集中起來，就可以節省一定的成本，也更有利於使用智能科技，如果長者都分散在社區，就比較困難，成本也較高。

## 美歐亞多國徵收糖稅

就財赤高企、政府財政存危機，林素蔚則認為，政府應積極考慮引入糖稅，既可以增加財政收入來源，又可以積極推動市民的健康生活，解決公共醫療的財政負擔。她指出，糖稅在世界上不算新的概念，比如，亞洲地區的泰國、馬來西亞等國，以及美歐的美國、英國、法國等都有徵收糖稅，政府也可以積極參考這些國家的經驗，徵收糖稅。

出身社工的林素蔚表示，她在地區服務中，發現香港越來越多市民患有糖尿病，而且，糖尿病還呈現年青化的趨勢，曾經見過10歲的小朋友，因飲食習慣和生活作息的問題，患上糖尿病，顯見這一問題值得關注。另一方面，政府推動公共醫療改革，注重基層醫療，現在正投入資源做慢性疾病的預防和管理，而糖尿病就是其中之一。因此，她認為，現在正是一個很好的契機，讓政府研究引入糖稅。

## 引入糖稅三重好處

林素蔚認為，徵收糖稅會有多方面的良好效果。第一方面，政府可以擴闊稅基，增加財政收入。第二方面，有助推動市民的健康生活，透過徵收糖稅，向市民作出提醒，讓市民逐步養成飲食中減少吸收糖份，注重健康飲食和日常生活習慣，長久堅持下去，就可以起到促進全民健康，減少公共醫療開支負擔的正面作用。

第三方面，參考外國徵收糖稅的經

驗，政府也可以將徵收的稅收，用於專項的社會服務，比如興建學校、社福機構，或者用於解決貧窮人口和跨代貧窮問題，特別是用於解決兒童貧困的問題，對社會發展也有會益處。她舉例說，美國西雅圖就將徵收的糖稅，用於幫助低收入人群，作為緊急的食物券，可以作為特區政府的參考。

## 社會關注糖尿病年青化

林素蔚認為，推動糖稅不能只由政府某一個部門負責，而應從香港的整體出發，要有整全的計劃，由多個部門聯手，整體地去推動。徵收糖稅可能涉及財政司、財經事務及庫務局，還涉及醫衛局、民青局、勞福局等多個不同部門。她希望未來能夠配合政府不同的部門，深入社會，聽取不同意見，積極推動這一建議。

她認為，社會上對糖尿病問題的關注也正在提高，曾有大學做過研究，糖尿病呈現年青化的趨勢，有不少中小學生出現

癡肥的問題，學校和家長雖然想了很多辦法應對這一問題，但並不容易，涉及許多層面的因素，而且環環相扣。她認為，如果政府能衝破思維，深入民間聽取不同意見，相信會聽到許多好的建議。



甜食誘人，但未必有利健康。

林素蔚建議政府參考其他國家的經驗，引入糖稅。

林素蔚說：「政府現在比以前開放，願意聆聽不同的意見，如果政府想諮詢不同地區的人士，不同意見時，我可以幫手，我相信市民也願意給意見，為自己和下一代，提出好的建議。」

為應對財政赤字，政府表明未來兩個財政年度，在不影響民生的基礎上，將削減1%的經常開支。林素蔚支持政府削減開支，但希望政府不要削減社會福利開支，希望政府不要在扶助弱勢社群方面縮減開支。

## 政府未積極回應引入新稅項

對於管浩鳴提出要求着手研究增加財政收入來源的議案，財經事務及庫務局副局長陳浩廉回應指出，研究引入新稅項，須清楚政策目標，並須讓社會有充分、深入及知情的討論，才能作出權衡和取捨，需要時間醞釀。並沒有就引入新稅項作出具體的積極回應。管浩鳴坦言，對此感到失望。他指出，政府似乎太早關上後門，想也不願想了。

他認為，政府應該實事求是地面對問題，國家要求政府要有擔當、敢作為，以往香港許多問題一直解決不了，就是因為有些官員不想做醜人，不想得罪人，但現在社會情況已經不同了，香港已經走到十字路口，用十年的時間為應對老齡化問題，並不多，不能太過樂觀，更不能等問題十分嚴重了，才着手去研究，政府應該積極着手研究應對之策。

管浩鳴指出，社會廣泛關注公共財政存在的問題，以前在泛政治化的影響下，過多政治爭拗，阻礙相關討論，現在正是好時機，可以深入研究這個問題。

## 倡推動演唱會經濟 帶動香港日夜繽紛



發展演唱會經濟可以產生連鎖效應，但香港仍須改善配套。

保持公共財政穩健，增加政府財政收入，離不開積極發展經濟，「做大個餅」。在環球經濟不振，外部需求下降的情況下，內部消費成為支持香港經濟持續增長的重要支柱。林素蔚認為，特區政府應積極推動演唱會經濟，做好配套，藉以推動旅遊、消費，讓香港的日、夜經濟都繽紛多彩。

林素蔚認為，香港在演唱會經濟方面，一直有一定的基礎，也有一定的優勢，但近年來，卻出現了一些隱憂。最典型的例子是，美國歌星 Taylor Swift，今年捨棄了香港，改

選新加坡舉辦演唱會，其中一個原因，就是新加坡有場地可以容納5萬名觀眾，而香港沒有。

她認為，香港其實具有相當的優勢，可以發展好演唱會經濟，只須在一些相關的配套上作出調整，比如，正在興建中的啟德體育園，就是可以用以舉辦大型演唱會的良好設施，但政府已表明將體育優先，如果能稍作調整，放開一點條件，讓更多的演唱會可以在這樣的優良環境下舉辦，將會吸引更多海內外的遊客來港。

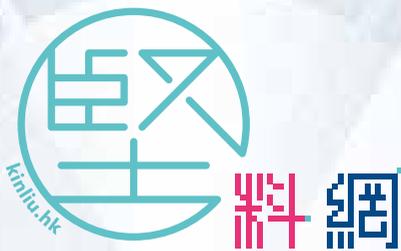
### 長沙經驗值得借鑑

林素蔚認為，搞好演唱會可以帶動香港的日、夜經濟，產生連串效益，國內、國際的超級巨星來港開演唱會，可以吸引數以萬計遊客來港旅遊消費，享用香港地道美食，讓日、夜經濟都繽紛。

在演唱會經濟方面，內地一些城市發展得很好，比如，湖南長沙市，因為有演唱會經濟的整體配套，令當地夜市十分紅火，夜晚到凌晨3、4點仍然繁華熱鬧，她認為，特區政府可以從長沙借鑑經驗，發展好演唱會經濟。



精彩影片  
請掃QR code



再獻新猷

創新又創新

視頻增添新節目



聖亮點

資深傳媒人 藥亮主持

熱門議題

民生大小事

深入剖析

支持



kinliu.hk

優質新聞資訊為你奉上

# 協助聽障就業 實現自我價值

## 社企推廣「聾健共融」 無聲勝有聲

聽障社企「活髮社」創辦人鄭毅敏 (Amy) 天生弱聽，她向大家示範簡單手語。



根據政府統計處 2021 年 12 月發表的《第 63 號專題報告書——殘疾人士及長期病患者》，2020 年全港有 47,900 人，認為自己在安靜環境下有長期性聽覺困難。正在使用特別聽覺輔助儀器、復康工具的則為 246,200 人。

活在一個「無聲」世界，聽障人士往往是沉默而弱勢，他們的權益有誰來關注？

聽障人士除了聽覺外，基本和常人無異，普通人做到的工作，他們一樣有能力應付，只要社會大眾願意接納和肯定，他們絕對能夠貢獻社會、自力更生，他們缺乏的只是一個機會。

聽障社企「活髮社」創辦人鄭毅敏 (Amy) 天生弱聽，她深明聽障人士在社會上面對的困難和挑戰，於是成立「活髮社」為聽障人士提供培訓和就業機會，讓他們有機會學得一技之長，找到自我價值。

文：昭仁 圖：黃冠華



「活髮社」支持聽障就業，聘用的員工8成有聽力障礙，向社會傳達「聾健共融」的正面訊息。

**聽**障社企「活髮社」主要為客人提供頭髮護理服務，內裏八成聘請的員工都是聽障人士，餘下兩成才是健聽人士。

### 「活髮社」八成員工有聽力障礙

「我通常和健聽的同事說，你看看我們的聽障同事，雖然無法（語言）溝通，但最重要是笑，笑容可以發出友善訊息，同事之間都相處融洽。」「活髮社」宣揚和推廣「聾健共融」理念，>>>希望透過社企方式，讓社會更加了解和認識聽障群體。

「他們是有能力的，雖然聽不到，但腦袋沒問題，手脚也沒問題。」Amy回歸初心，希望「活髮社」能幫助聽障人士就業，融入社會：「讓他們認識真正的社會是怎樣運作，不要只是活在自己的世界裏面。」

設立「活髮社」之前，Amy曾與一眾聽障人士去學習做美容、美甲等手藝，看看能否在這些領域讓他們學得一技之長，無奈因為他們的聽力障礙有可能引致危險而放棄，最終只有選擇做危險性低又易上手的頭髮護理工作。不過，縱使是頭髮護理，要培訓一名聽障人士獨立服務客人也非易事：「培訓最少三個月才可以獨立工作，個別同事要一至兩年。有些（聽障人士）未接觸過健聽世界，心理障礙才是他們的最大困難。」Amy強調，如果他們肯學、不害怕，肯去突破心理障礙，她很願意悉心培訓。

### 聽障缺點變優點獲顧客好評

學滿師的聽障人士，可以在「活髮社」獲得工作機會，他們會與健聽員工分工合作，健聽員工負責接待和與顧客溝通，聽障員工就負責頭髮護理工作，他們專業的服務獲得了顧客肯定和好評：「客人反應不錯，覺得他們的缺點變成了優點，都說這裏很寧靜、休閒，不會



### Step 3

以文字、手語安排聽障員工為客人進行頭髮護理



### Step 5

因應不同客人的情況，完成各式護髮療程

### 不懼旁人目光突破心理障礙

有人騷擾你，他們（聽障員工）專注於自己的服務，又不會問長問短，客人可以好好享受自己的時間。」Amy說他們雖然聽不到顧客說話，但都非常聰明，兼且感覺靈敏，只要客人做適當手勢，就大概猜到需要甚麼：「很多客人反映，就算他們未說出要求，對方已經知道客人想怎樣，只是看一看杯子，就知道客人想喝水，反應很快。」Amy高度肯定聽障員工的工作表現。

「以前我很怕被人看到我的助聽器，現在我直情露出來讓人看，原來只要接受了，你就會突破障礙。」Amy以自身經歷鼓勵聽障人士跨越自己的缺陷，勇於活出自我，突破自卑、封閉的心理障礙。回想過去一段頗長時間，Amy其實並不察覺自己有聽力問題，以為聽力與常人無異，直到2004年陪女兒去做聽力檢查，意外得知自己聽力原來存在很大缺陷，後來專家建議Amy配戴助聽器，這對當時的她來說，簡直是晴天霹靂。

「配了助聽器後，我過不了自己那關，覺得原來我屬於這個（聽障）界別，要戴耳機。」Amy突破不了心理關口，直至去了做義工、社會服務，才發覺別人不會歧視你，當他們知道你聽不到，反而會千方百計怎樣遷就你，自此才慢慢突破心理障礙：「我經常跟同事說，你要讓人知道你戴耳機，別人才懂得遷就你，從而找到一個好的溝通方法，消除障礙。」

### 籲政府津貼僱主聘用傷殘人士

談到現時聽障人士的就業情況，Amy無奈表示比以前更困難、更狹窄，以往不少聾人從事郵差工作，但現已今非昔比：「就算我同事聽力比我還好，他家人在郵局工作，叫他過去試試，最後連面試機會都沒有，見到他都說現在不請聽障。」私人機構情況亦不見得有多好，Amy說以往不少銀行都有聘請聽障人士，但現時亦少了很多機會。她建議政府



# 「聾健共融」聽障社企護髮流程圖



Step 1  
先替客人檢查頭髮狀況



## Step 2

耐心講解客人的頭髮健康問題



## Step 4

聽障員工細心為客人提供護髮服務



提供更多津貼予聘請聽障人士或殘障人士的企業，推動他們就業：「外國或內地，聘請殘疾人士都有補貼，我覺得這件事香港都可以做。我們為了聘請聽障人士投入了很多資源，政府可以向每間公司提供補貼，鼓勵僱主聘請聽障或殘疾朋友工作。」

「活髮社」元朗分店店長貝貝是聽障人士，坦言在此工作得很開心，待遇亦好。



# 聽障人士僅靠文字短訊求援

## 江玉歡：992報警系統落後過時

普羅市民若要尋求警方協助，只需撥打「999緊急熱線」，但一些聽障或語言障礙人士卻難以透過「999緊急熱線」求助，所以警方於2004年10月起推行「992緊急短訊求助服務」，方便聽障或語言障礙人士尋求救助，奈何「992」服務使用將近20年，卻未有與時並進，一直停留在古舊的短訊求助方式，實用性、即時性等問題一直為人詬病，社會大眾均關注「992」能否為有需要人士提供到適切援助。

### 聽障人士「992」求助波折重重

聽障人士貝貝在佩戴助聽器的情況下，雖然能勉強聽到聲音和說出字句，但發音與表達並不清晰，所以她登記了「992緊急短訊求助服務」，更曾使用過相關服務向警方求助。

貝貝向《堅雜誌》記者講述求助經歷：當時貝貝與一眾好友行山，突然有朋友扭傷腳，她使用「992緊急短訊求助服務」希望得到支援，但求助過程不如她想像中順利。

「發了訊息後，等了大概2、30分鐘才收到回覆訊息，問我在哪個位置？但問題在山上我也不知道怎樣通報自己

立法會議員江玉歡關注「992緊急短訊求助服務」的不足，未能為聽障人士提供到適切支援。

的位置。」

貝貝當時只可以查地圖，盡量在短訊中描述附近地貌特徵，然後一直等到入黑，才終於迎來救援：「他打電話給我，我耳朵聽不到，他改發訊息給我說正在找我的位置，然後我又發訊息給他。後來終於找到，救了我們，那件事



救命啊





江玉歡耐心了解聽障人士對「992」服務的意見反映。



江玉歡與「992關注組」成員會面，聆聽他們的訴求。

我很難忘。」

貝貝明白有些地方如山上信號不好，使用「992」需要等待比較長時間，但作為過來人，她建議「992」在有可能的情況下可以加入視像服務：「因為很多聽障人士不懂打字，又不懂怎樣去表達，所以最好能夠開視頻打手語，會比打字更清晰。」

### 江玉歡：僅靠短訊求助不合時宜

立法會議員江玉歡向來關注弱勢社群，她近月曾與「992關注組」的一眾聽障人士會面，聆聽他們對於「992緊急短訊求助服務」及手語翻譯員不足問題的意見和訴求。當天聽障人士都向她反映，「992」多年來都只是一個短訊求助服務，沒有追蹤定位功能，很多時他們留了訊息又未能獲得即時回覆。

「大家可以想像得到，有時譬如真的很緊急，但只靠一個文字短訊，今時今日似乎不太先進，追不上潮流，所以很希望「992」短訊求助服務能有一個提升。」江玉歡認為現時社會已全面復常，是時候投放更大力度去幫助弱勢社群，捍衛他們的基本權益。

### 使用應用程式取代短訊求助

江玉歡建議當局，可以推出應用程式（App）取代短訊，透過應用程式收發影片，亦可以視像形式與警方實時交流，再輔以定位功能。江玉歡認為這樣做可以大大加強對聽障或語言障礙人士的緊急支援：「其他國家都有很多這些視像支援，譬如他們撥打視像電話，即時會有手語服務。你問我當然這

樣最好，對於一個城市而言，現階段起碼需要做一個App，至少令他們可以加快求助。」在未做好App之前，江玉歡亦希望加強現時的短訊求助服務。

### 全港只有50名手語翻譯員

面對訊號接收問題，江玉歡建議為有需要人士配置特別電話，加強接收功能：「其實電訊商是做得到的，不是全香港人都要有這些電話，至少有聽障或語言障礙群體，能否給這些電話一個特別訊號，只要按一下按鈕就可發送求救訊息，我覺得會更好。」

當然，有足夠的手語翻譯員亦是關鍵之一。江玉歡指現時全港只有50名手語翻譯員，面對大量聽障人士需求，顯然未能提供足夠服務，有關方面必須更大力去推廣、推動手語培訓和發展：「加強手語訓練，也要加強公眾教育。有時我們可以學習一下，亦能幫到他們。」

### 執法部門正更新992通訊系統

江玉歡已向有關部門反映並作出建議，她也會在立法會福利事務委員會中持續跟進事件。據悉，執法部門正進行第四代指揮及控制通訊系統更新工作，推出新一代緊急電話號碼系統，包括一個可讓市民傳送與報案相關的文字、相片、影片的訊息平台，此平台亦適用於「992報案系統」，協助聽障或語言障礙人士報案。由於系統更新需時，預計要一至兩年後才能推出使用。



精彩影片  
請掃QR code

# 火雞姐上身

傅嘉莉 (Kelly) 最近人氣急升，憑藉新劇  
 男仔頭角色 Funny 成功彈出，不論是搞笑抑或  
 感情戲都被網友激讚。

今年傅嘉莉三套劇集播出，有完全不同的  
 造型及性格，演出令人眼前一亮，不再只局限  
 於靚女或情婦角色。模特兒出身的她，回想當  
 年在片場曾被「罵到飛起」，但歲月累積令  
 她演技漸進，慢慢已變成實力派演員。

文：陳偉立 攝：Cody Wong  
 髮型：Ray Mork @Admix hair styling  
 配飾：@faa official hk 場地：荷里活廣場蒲田

外型亮麗，模特兒出身，傅嘉莉  
 出道以來已備受矚目，但也令觀  
 眾忽略了她在演技上的努力。



傅嘉莉形容自己私下是「乾物女」一名，與新劇飾演的男人婆  
 Funny 其實有很多相似的地方。



# 露出真本性



傅嘉莉扮演的火雞姐，無論節奏、表情、聲線，都與原著超神似。



傅嘉莉與洪永城合作多次默契十足，劇中感情線令人印象深刻。

模特兒出身的傅嘉莉 (Kelly) 外型亮麗，加上有八分一德國血統，入行初期已備受注目，但可惜外間往往因為她標緻的外型，忽略了她的演技。

原來傅嘉莉不經不覺已加入電視圈逾10年，經歲月浸淫及時間累積，早已由當年演技青澀的「咖啡妹」，到現在扮演不同類型角色都遊刃有餘的實力演員。

今年傅嘉莉有三套電視劇接連播出，《廉政狙擊》飾演高冷知性的尹在詩，《一舞傾城》飾演90年代愛爭風吃醋的風塵女子 Paula；最近的《香港人在北京》，她飾演男人婆 Funny，演出既有喜劇元素亦有多場內心感情戲，當中模仿周星馳電影《食神》「火雞姐」一場更引來極高討論度，大批網民激讚她神還原。《香港人在北京》播出後傅嘉莉人氣急升，演技備受讚賞。為此她很感恩三套劇能夠在同一年播出，令觀眾看到她不同方面的演出：「今年是值得紀念的一年，被大家看到我演戲的闊度，幾種角色都能夠演到，可算是我的里程碑。」

### 靠男人婆突圍 扮火雞姐熱爆

《香港人在北京》是近期關注度甚高的無綫劇集，多條人物線都相當凸出，當中傅嘉莉飾演的粗魯男人婆 Funny，一直暗戀吊兒郎當的洪永城「阿喱」，最後更為對方拒愛百億富二代，多場內心感情戲甚有發揮。

一改靚女形象演繹麻甩角色，傅嘉莉認為要多謝監製鍾澍佳賞識：

「今次是我們第一次合作，可能他是資深監製，見人於微，傾完偈後覺得我適合 Funny 這個角色，連我自己也不相信。一向都是演靚女或艷麗角色，這次對我來說是很大嘗試，但佳導自信一定沒有看錯人，令我受寵若驚。（粉絲有沒有被你的男仔頭造型嚇親？）沒有呀，大家都很正面，之前劇集都見到我靚女 look，今次認不到我反而有驚喜，更可以吸納到不同層面的 Fans。」

做了9年模特兒，傅嘉莉予人的印象一直都是很端莊，但她自爆其實很多特質都跟 Funny 相似，私下是「乾物女」一名，愛在家中打機吃零食：「我跟 Funny 有很多相似地方，只是大家不知道，我亦不敢呈現出來。其實我內心不太自信，由小到大都只是滿足

## 何里活廣場



傅嘉莉在劇集《香港人在北京》的演出獲大批觀眾讚賞，讚她既可以搞笑，演繹內心戲亦有深度。

《一舞傾城》



《四葉草》



不要被傅嘉莉的模特兒出身「騙到」，她其實性格相當男仔頭，在家中愛打電動，而且出街不愛打扮。



別人要求，從這個角色我學到原來我可以做自己，別人一樣會喜歡，很真實很貼地的我。」

### 節奏表情聲線 與原著超神似

《香港人在北京》有一場「劇本殺」的戲中戲，多位主角模仿不同電影經典角色，令人難忘。洪永城扮演周星馳飾演的食神，傅嘉莉則扮演莫文蔚演出的火雞姐。傅嘉莉不論造型抑或演繹都與原著超神似，難怪短短幾分鐘一幕戲，播出後有極大迴響，媒體紛紛報道，網民亦激讚。

「起初也覺得會頗有話題性，但想不到反應這麼好。特別要感謝每個崗位的同事，包括造型、化妝、攝影、打燈、配樂，他們造就了這場戲。更要多謝監製陪我們一同排戲，令節奏更準繩。（拍攝前有沒有重溫《食神》？）當然有，尤其單眼的節奏、扭動面部的幅度及聲線，我都盡量照跟，但演繹上再誇張一點，希望更搞笑。很開心大家反應這麼熱烈。」

講到跟洪永城的感情線，原來兩人已是「老

拍檔」，曾合作《張保仔》、《我瞞結婚了》及《法證先鋒》等劇集，兩人默契十足：「我們合作過很多次，見證大家成長，最深刻是前年的《凶宅清潔師》，看到他成熟了，不再只是嘻嘻哈哈。今次合作更有默契更暢所欲言，試過為劇本爭執，但鬧完之後就沒事，因為大家都對事不對人。」

### 難忘演戲被罵 努力鑽研演技

傅嘉莉自小從沒想過以演員作為職業，最多只是企上梳化唱下歌仔，表演慾不算強，入行可說是冥冥之中的安排。她笑說，求學時原本想當護士：「記得中六時去看人體奧妙展，有真實屍體展出。我即使見到血，又或者用皮甩骨的都不覺得怕。我想，我是否有這個天賦，可以嘗試為社會服務？但那年暑期工，我幫朋友做娛樂公司助手，工作是陪模特兒去拍照。有次CASTING電影《無間道》，有位經理人過來問我是否有興趣入行，最終竟然獲得演出機會。之後有份演出青春劇《四葉草》，當時就決定，嘗試先入行而沒有選擇入讀大學。之後跟一位Model朋友去旅行，認識到她的同事，游說我做模特兒，結果不知不覺做了九年模特兒。這段時間學習了很多，令我性格更獨立，又儲下很多拍攝經驗，之後輾轉加入TVB至今，可說是人生冥冥之中自有安排。」

18歲就有機會演出經典電影《無間道》，可惜傅嘉莉當時毫無演出經驗，十足「一嚙飯」，結果被導演「鬧到飛天」：「當時真的演得很差，現場被導演罵，要Cut走我所有戲分，對我來說是很大打擊。」

少女時期的傅嘉莉，志願是做白衣天使，但命運卻安排了她入娛樂圈，似是冥冥中自有安排。

## 珍惜每次演出 黎耀祥身上獲益良多

近年演技越來越成熟，傅嘉莉不介意做「角色演員」或「單元人物」，她珍惜每場戲，即使短短一分鐘都會努力鑽研。訪問期間說起如何揣摩角色，她更是滔滔不絕：「近年有些角色戲分不多，可能是反派甚至客串，但我認為每次都是磨練演技的好機會。演多了不同類型角色，我對演戲有了另外一個觀點，彷彿開了一扇門。近年學到多用眼神演繹人物，真的是『由內到外再回到內』，多運用微表情。每次我都會翻看自己演出，不斷思考怎樣進步。」

問她哪位前輩對她最有啟發？

傅嘉莉承認與視帝黎耀祥合作《財神駕到》時，跟對方學到很多東西：「他演得就像沒有在演戲，淡淡的就演了，卻很匹配那個人物角



《廉政狙擊》



色。我不斷想，如何理解這個境界？影帝周潤發也說過，演戲要像生活，不要見到演戲痕跡。當然，祥哥也有跟我分析劇本處理，例如如何將對白分段，注意咬字及語氣，都令我獲益良多。（之後還想挑戰甚麼角色？）很多類型都未試過。我會想，如果要我暴肥暴瘦，是否可以呢？相信是很大挑戰。另外就是身體有殘障的角色，不論外在或心理上的問題，事前都要花很多時間研究。」

## 演戲不忘進修 挑戰寶石鑑定

當年傅嘉莉選擇加入演藝圈，放棄升學，是她人生中其中一件憾事，因此近年她決定「再做學生」，修讀寶石鑑定課程，並成功通過公認為國際最高水平的FGA寶石鑑定師公開考試。

傅嘉莉邊拍劇邊讀書，雖然課程相當困難，但最終都順利完成：「兩年前疫情期間，多了點時間，於是決定增值自己。我很喜歡水晶及珠寶，可以研究一整天。有次



《無間道》



傅嘉莉提起揣摩演技即滔滔不絕，更大讚在視帝黎耀祥身上獲益良多。

單身的傅嘉莉不急於拍拖，希望再為事業努力數年。



ical Institute And Laboratory  
DGA Diploma Award Present  
APGS 10th Anniversary Ce



雖然忙爆，但傅嘉莉仍努力自我增值，更已完成 FGA 寶石鑑定師公開考試。

逛珠寶展，知道 FGA 這個課程，全世界很多鑑定師都有考這個公開試，合格率只有百分之三十多，我決定向難度挑戰。起初不覺得自己會考到，但報了名就要努力完成，幸運地適逢有幾個月時間返內地拍劇，沒有太多娛樂，在酒店房更加專心溫書，不過壓力也很大，要分配工作及遙距上課時間，最終沒想到能一 Take Pass，感動得哭了出來。」孜孜不倦的傅嘉莉，最近繼續修讀另一個珠寶課程，同時要拍攝兩套劇集，再度挑戰自己。

努力完成考試，是否想以珠寶鑑定作為副業？傅嘉莉承認，確實曾經有退出娛樂圈的打算：「曾經覺得機會不算太多，事業面臨瓶頸，想過不再做這行，但最近幾套劇反應不錯，令我再度『回血』，好像演藝路仍有希望，因此想繼續衝刺一下。我相信無論如何讀書都會有用，將來可以多一項技能。」

### 感情交白卷 靜待靈魂伴侶

事業發展越來越好，感情路上卻始終交白卷。傅嘉莉入行以來不乏緋聞，更曾傳出跟富商交往，至今 38 歲，仍然在為事業衝刺：「單身可能要怪自己，吸引力法則問題。我本不太想拍拖，真命天子自然不會出現。當然，近幾年有認識新朋友，但始終未有緣分。（朋友會為你着急嗎？）她們有介紹給我，不過熟我的朋友都知，我不太重視戀愛，之前拍拖一拍就很長時間，但我不是戀愛腦，非拍拖不可那種。（現在的擇偶條件是？）最重要忠誠，而且有愛，這種愛不是激情，是包容、尊重、陪伴，我覺得靈魂契合很重要。是否很難？因為不是很具體的條件。當然，我都喜歡睇靚仔，但到真正相處，就要睇內在。」

傅嘉莉深信將來自己還是會結婚生 BB，但屆時可能要放下工作，專注家庭。現階段她仍未準備好，仍想繼續努力工作幾年，因此還未心急拍拖。👉



精彩影片  
請掃 QR code



南  
北  
匯

# 精裝大閘蟹 蟹 套餐

原味·安心·尊貴

優惠價  
每位 \$1,088  
(兩位起)  
另收10%服務費

黑魚子滷香蛋  
黃金芝士蟹盒  
爽爽蘭花蚌  
蟹粉燕窩竹笙羹  
清蒸大閘蟹  
蟹公6兩至6.5兩  
(追加優惠\$148隻)

蟹粉脆米大明蝦球  
清雞湯蟹粉獅子頭  
蟹粉滑豆腐  
雞頭米紅杞泡翡翠  
蟹粉老上海白年糕

南北匯 CLUB SONO

地址：九龍尖沙咀天文臺道8號5樓502室  
訂購電話：6453 8383



時代變遷，想要傳承傳統，想要與時並進，如何可以並駕前行？香港人最愛的旅遊地點之一，擁有逾千年首都歷史的日本京都，你可能會從日常食住行之中找到答案，還可以順道來一次貼地的舌尖旅行。

文、圖：飛閣旅友

鳴謝：DoubleTree by Hilton, Peach 樂桃航空

## 體驗傳統與時尚

# 吃 喝 京 都 風 情



京都東山希爾頓逸林酒店 (DoubleTree by Hilton Kyoto Higashiyama) 今年 (2023年) 8月8日開業。

### 京都東山希爾頓逸林酒店

(DoubleTree by Hilton Kyoto Higashiyama)

地址：日本京都市東山區本町一丁目 45 番地

網址：<https://doubletree.com.cn/zh-hk/hotel/jingdu/itmhadi-doubletree-kyoto-higashiyama/index.html>



最頂級的客房配有獨立桑拿浴室，低調中顯奢華。



酒店由外到內都選用木系建築格調，與京都幽雅品味不謀而合。



晚餐可點京都產豚肉生薑燒定食，足不出戶已可體驗京都風情。



早餐設有辻利兵衛多款抹茶，夠地道又有實際提神功效。



### 木系建築風格 8月開幕

各地重啟旅遊，酒店開幕尤如雨後春筍。今次介紹的京都東山希爾頓逸林酒店 (DoubleTree by Hilton Kyoto Higashiyama) 於今年 (2023年) 8月8日才開業，樓高7層的酒店落戶清水五条站附近，亦可從京都JR火車站轉乘4、17或205巴士前往。由外到內，酒店選用清新簡約的木系建築風格，與旁邊清幽的名河鴨川十分相襯。

然而，新酒店共有158間和式及洋式床鋪客房，最高級兼限定的兩間套房，擁有間隔分明的客廳、睡房和衣帽間，更設有獨立桑拿浴室。而入住一般客房的朋友，則可到地面的大浴場，享受浸浴樂趣。

### 足不出戶體驗京都文化

酒店極為支持京都當地產物，酒吧提供市內黃櫻酒造出品的京都麥酒；早餐提供163年歷史的辻利兵衛多款抹茶；晚餐可點京都產豚肉生薑燒定食，以及宇治抹茶製作的甜品，推廣京都物產不遺餘力，旅客足不出戶已可體驗京都文化。



酒店大堂設有外幣兌換，港幣兌換日圓非常方便。



單看半兵衛麩本店門口已感受到它的傳統氣息。

### 半兵衛麩本店

營業時間：10am - 5pm (星期三休息)  
 午餐時間：11am - 2:30pm (須預約)  
 地址：京都市東山區問屋町通五条下る  
 上人町433 (五条大橋東南側)  
 網址：<https://www.hanbey.co.jp/>

大正年代的和洋歷史感覺。當午餐奉上時，你必會驚訝於原來製作成分簡單的京麩，竟可變出十數款精美又美味的食品，而且口感有軟有硬、有〇彈有厚實，配以味噌、高湯等烹調出多款菜式，還有可愛又時尚的紅葉、竹輪或櫻花色彩造型，色香味俱備，傳統中帶有時代感，令人難忘。



店內偏廳放滿昔日製作京麩的用品，以及手工超精美的家具。

### 334年代相傳

## 歷久常新的京麩味道

離開酒店幾步之遙，正是至今已有一百三十四年歷史的半兵衛麩本店，旅客不容錯過。店舖早在元祿2年已開業，製作的京麩食品代代相傳。

所謂京麩，其實是小麥磨成粉再製作成的麵筋，由於京都水質偏軟，加上經歷數百年傳承，在多次京都匠人精雕細琢之下，其京麩品質優秀，賣相也因時代變遷而轉化出更多不同造型。

### 簡單京麩變出精美食品

旅客可預約品嚐午餐料理，用餐之前必須順道參觀這間如博物館一樣的日本民家建築。大堂偏廳展覽了昔日京都各寺廟製作京麩的用具，後方則陳列了各式金壁輝煌、外表華貴的便當盒子，足見半兵衛麩本店的名聲顯赫，也反映了京都人對用餐的要求和講究。



陳列室放置了各式金壁輝煌的華貴便當，可見當年光顧半兵衛麩本店的都是達官貴人。



#### 香港至大阪

MM68 HKG/KIX 0135 - 0605 (30/10 to 30/3)  
 MM64 HKG/KIX 1250 - 1720  
 MM66 HKG/KIX 1800 - 2230

#### 大阪至香港

MM63 KIX/HKG 0815 - 1150  
 MM65 KIX/HKG 1315 - 1650  
 MM67 KIX/HKG 2110 - 0045+1

京麩雖然材料簡單，但卻可變化出不同形狀軟硬的精緻食品，簡直是種魔幻藝術。

伏見酒藏小路以伏見區18家日本清酒酒造的品牌標誌作裝潢及招徠。黃櫻酒造不但釀製日本清酒，還開發了啤酒生產線，於伏見門市可以買到。



## 深入伏見清酒名區 舌尖感受歷史

吃的是京麩，喝的是近年極為流行，甚至全球也為它開辦課程的日本清酒。日本清酒其中一個發祥地就在京都伏見區。

京都水質偏軟，可以製作出絹滑豆品；也同樣因為水質偏軟，才可以釀造出口感柔順細滑、味道清甜、香氣濃郁的清酒酒體，並得到「伏見の女酒」美名。

雖然因城市發展，以大手筋為中心點的伏見區已變成住宅區，但月桂冠、黃櫻等大家耳熟能詳的廠家品牌，仍然堅持留守這裏。如果時間許可，又對日本清酒有興趣，只要離酒店10-15分鐘腳程，便可到達以上兩個品牌的門市及展覽館。

展覽館會講解各自品牌的歷史和今昔釀酒過程，當中月桂冠看罷展覽後有三杯可以試飲；而黃櫻則主力用河童作招徠，

加強大家對品牌的印象。

### 18家清酒一次過奉上

若時間緊迫，又想一網打盡，見識伏見各家特色日本酒，不妨出發前先網上預約「伏見酒藏小路」。

那裏可說是伏見區的日本清酒酒吧，場內每個當眼處都放置了伏見區內18家日本清酒酒造的品牌標誌，招牌套餐正是18家清酒一次過奉上，而且18杯清酒是用一個18格的木器盛載，賣相畫面相當震撼。

清酒種類由純米至吟釀都有，味道各有不同。場內有壽司、串燒及洋食等餐館，可以提供佐酒食品，又或順便吃個午餐晚餐，就算對清酒沒有深入研究，也是一個不錯體驗。K

日本三大清酒品牌之一的月桂冠正是扎根伏見，館內可了解它如何衝出日本。



18家清酒一次過奉上，場面震撼。



場內有壽司、串燒及洋食等餐館，遊客可買各式美食佐酒。

#### 伏見酒藏小路

地址：京都市伏見 平野町82番地2

網站：<https://fushimi-sakagura-kouji.com>

## Peach樂桃航班資訊

樂桃航空今年二月開始重新啟航，隨着聖誕及新年快到，10月29日起已增至每日3班對開航班，直航香港至大阪關西機場。當中有機會乘坐全新Airbus A321 LR，每排座位間的闊度曾加了10cm，予人更大空間感。樂桃航空繼續不收取燃油附加費，給旅客節省更多旅費。

另外，現時旅客入境日本前仍須上網做入境申報，出發前一定要注意。

網址：[flypeach.com/hk](http://flypeach.com/hk)

日本入境申報網址：<https://vju-lp.digital.go.jp/zh-hant/>

# 抗流感治未病

進入秋冬時分，不少人會感覺身體好像變得虛弱易生病，這些都是免疫力降低的現象。免疫力一但下降的話就會百病叢生，尤其是流行性感冒這種季節性傳染病。

從中醫學角度而言，應該怎樣解釋流感和免疫力？又如何提高人體免疫力，避免染上流感？註冊中醫師許天靖指出，提升免疫力要由健脾開始。

文：Charlotte



註冊中醫師許天靖

免疫力差自然會容易染病，秋冬期間流感肆虐，大家不能掉以輕心。



流感有不同種類，癥狀亦各異，咳嗽帶痰的話，多為風熱型或風濕型流感。

## 癘疫之邪流感之源

秋冬是流行性感冒（即流感）爆發期，根據衛生防護中心統計，本港冬季流感高峰期一般為一至三月。

流感一般可於七天內自行痊癒，但小童、長者或免疫力較低人士一旦患上流感，可能會併發支氣管炎或肺炎，甚至死亡。因此大家不應掉以輕心，應積極預防流感，減低患上流感的風險。

註冊中醫師許天靖解釋，流感屬於傳染病一種，古時已對流感有一定認識，不同時期有不同名稱：「流感在古時有『外感熱病』、『時行感冒』、『溫病』、『溫疫』、『疫癘』等，屬於『疫病』範疇。」

許醫師認為流感主要成因是感受「癘疫之邪」而引起，大致可分為三類——風寒、風熱及風濕：「風寒型症狀為發熱惡寒、頭痛、肌肉痠痛、全身乏力、打噴嚏、流清鼻涕等；風熱型則多見發熱、頭痛、喉嚨痛、痰粘稠、鼻塞、流黃鼻涕、口乾、痰黃粘稠；至於風濕型的症狀多為發熱、肌肉痠痛、關節僵硬、全身繃緊、有痰、胸悶，甚至伴有嘔吐和腹瀉等腸胃不適症狀。」



腹瀉是風濕型流感其中一個明顯症狀。

## 患者不宜自行用藥

中醫以辨證論治而馳名，根據患者體質而調配用藥，然而治療流感或外感熱病有一定的原則。許醫師說：「風寒型需要祛風散寒，辛溫解表，主要使用麻黃、桂枝、生薑、紫蘇葉等。風熱型則要疏風清熱，辛涼解表，主要使用金銀花、連翹、桑葉、薄荷、石膏等草藥。風濕型則要祛風利濕，常用藥物有藿香、佩蘭、香薷、白扁豆、厚樸等。」

中醫一般不建議患者自行用藥或飲用「涼茶」預防或治療感冒，皆因每個人體質、生活習慣不同，病情亦各異，若患上流感應盡快向註冊中醫或醫生求診。

## 增強免疫力借鑑《黃帝內經》

中醫學角度而言，免疫力強弱跟脾的關係最為密切。從中醫角度，脾是後天之本，是氣血生化的源頭，既可充養衛氣（保衛之氣），又可以增強防衛功能。四季對應不同的內臟，但脾旺於四季，亦即是說，脾在一年四季中都有着重要作用。要養護脾，平時盡量少吃高糖分、辛辣、油膩食物，每天早上9點到11點脾經最旺之時喝點溫水，會對脾臟運化更有利。



每個人的身體狀況和病情都不同，胡亂服用涼茶可能適得其反。

## 飲湯喝飲 增強抵抗力

### 1. 薑蔥紫蘇紅糖茶

針對感冒初起或平素怕冷者，適合寒底人士飲用。

功效：疏散風寒。

材料：紫蘇葉 6克、葱白連鬚 2-3顆、生薑 5片、紅糖適量。

做法：葱白洗淨切段、生薑切片、紫蘇葉洗淨。將所有材料放入煲內，加 2-3 碗水，煲 5 分鐘，以水代茶飲用，注意保暖，慎防汗出吹風。



紫蘇葉

此外，要「食飲有節」——飲

## 「食飲有節」勿胡亂進補

她介紹《黃帝內經》裏有不少養生預防疾病的方法：「《素問·上古天真論》說『虛邪賊風，避之有時』，在氣候轉變時要保持體溫，添衣以免着涼；免疫力較低人士要減少到人多公共場合，否則要戴上口罩減少受感染機會。」

中醫認為由於人體正氣不足，風、寒、濕、熱等外邪

乘虛而入引致感冒。許醫師解釋《黃帝內經》有曰「正氣內存，邪不可干」，強調「治未病」；「這話是指自身正氣充足、抗病能力高時，則可避免感受邪氣。」

「精神內守，病安從來」——保持心情平穩，不要令情緒過於刺激。許醫師說：「所謂『怒則氣上，喜則氣緩，悲則氣消，思則氣結，恐則氣下，驚則氣亂』，七情過激會影響血氣運行，令抵抗力下降。」

她建議高危人士考慮接種流感疫苗，並加強保持個人衛生，以策安全。



菊花

### 2. 桑菊茶

針對感冒初起或作預防之用，適合熱底人士飲用。

功效：疏風清熱。

材料：生甘草 6克、薄荷 3克、菊花 6克、桑葉 6克。

做法：所有材料洗淨，同放杯內，以熱水泡焗 10 分鐘後即可飲用。



免疫力較差人士，出外時最好戴上口罩，減低染病機會。

### 3. 虎乳靈芝湯

功效：益肺健脾，適合一般人士飲用。

材料：虎乳靈芝 15克、南北杏 20克、百合 30克、淮山 30克、陳皮 1個、蜜棗 2粒、瘦肉 500克。

做法：材料洗淨，瘦肉汆水，將所有材料同放煲內，煲 2 小時，加鹽調味即可。



虎乳靈芝



港專校長陳卓禧

港專推 **新斫計劃** P.18

助反修例犯事青年重回正軌



傅嘉莉 露出

**真本性**

火雞姐上身

P.36

