



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



保良局
PO LEUNG KUK

安泰復康中心

2025 年 10 月號 中心季刊第十五期



編者的話

目錄

編者的話、光映常伴 Vlog 計劃	P.1
中心資訊	P.2
活動花絮	P.3-14
醫護資訊—認識諾如病毒感染	P.15-16
職業治療資訊—	
如何選購合適的輪椅	P.17-18
SQS 服務質素標準	P.18
服務統計資料、10-12 月活動預告、	
人事變動	P.19
義工招募、日間照顧服務	
觀塘區殘疾人士日間及住宿暫顧服務	P.20

社工 鄭偉軒

在生活中，我們難免會遇到壓力，但壓力並不一定是壞事。適度的壓力可以激發潛能、推動成長；然而，若未能妥善處理，則可能影響身心健康。因此，學習正面地面對壓力，是我們邁向健康生活的重要一步。

減壓的方法不一定複雜，關鍵在於持之以恆。你可以透過運動來釋放壓力，例如每天散步或做簡單伸展，讓身體動起來，心情也會跟著輕鬆。靜觀練習或深呼吸能幫助我們回到當下，減少焦慮。培養興趣如畫畫、種植、閱讀等，也能讓心靈獲得滋養。最重要的是，願意與人分享感受，讓情緒有出口，也是一種正面的自我照顧。減壓的正面影響非常多元。首先，它有助於提升情緒穩定性，讓我們更容易保持平和與樂觀的心態。當壓力減少，我們的專注力與工作效率也會提升，無論是學習、工作還是照顧家人，都能更得心應手。此外，減壓有助於改善睡眠質素，讓身體獲得充分休息，自然更有精神面對每一天。長遠來看，良好的減壓習慣更能強化免疫力，減少患病風險，讓我們活得更健康。

減壓不是一時的選擇，而是一種生活態度。當你為自己騰出空間，去呼吸、去放鬆、去感受當下，你會發現，壓力可以轉化為正面的力量。

光映常伴 Vlog 計劃

上期季刊我們向各位介紹了「光映常伴 Vlog 計劃」，透過拍攝舍友的日常生活影片，並精心製作成 Vlog 短片定期於中心的 YouTube 頻道發佈，讓家屬及公眾更了解舍友的精彩生活和院舍服務。

本季度中心 YouTube 頻道發佈了「4-6 月生日會」及「2025 夏日美食巡禮」Vlog 短片，未知大家已經看了嗎？

請大家 **按讚、分享、追蹤**，以便第一時間接收最新的影片通知啊！我們需要你的支持！



保良局安泰復康中心

@plkotrc · 19 位訂閱者 · 3 部影片

頻道詳情...更多資訊



自訂頻道

管理影片

影片

播放清單

貼文



2025 夏日美食巡禮

收看次數：108 次 · 3 星期前



4-6 月生日會

收看次數：120 次 · 2 個月前



中心資訊



本季度中心收到 3 項捐贈：

善長
郭先生

Fung Hill Ching Nadia
舍友郭志偉媽媽

捐款/贈品
港幣 2,000 元正
港幣 2,300 元正
8 張餅咭

在此衷心感謝家屬及社區人士認同及欣賞本中心服務，每一份心意都代表一份祝福，捐贈將直接用於舍友茶點/活動上。再次感謝善長的關愛！

中心感謝郭媽
媽捐贈餅卡



中心定期會有不同界別的专业人士到臨為舍友提供服務，本期向大家介紹中心的營養師及言語治療服務。

營養師服務

營養師在嚴重殘疾人士護理院舍中擔任重要角色，負責為院友制定合乎健康需要的膳食計劃，確保他們獲得均衡營養。營養師會根據院友的健康狀況、吞嚥能力、病歷及個人喜好，與護理團隊協作訂定食物種類、質地及進食方式。他們亦會定期監察院友的體重、營養攝取及身體狀況，並提供專業意見。透過營養師的專業支援，讓院友享有更安全、適切及愉快的飲食體驗，提升生活質素。



言語治療服務

言語治療師在嚴重殘疾人士護理院舍中，主要協助院友改善溝通能力及吞嚥功能。他們會根據個別需要，進行評估及制定個人化訓練計劃，例如提升說話清晰度、理解及表達能力，或使用輔助溝通工具（如圖卡或溝通板）。此外，言語治療師亦會處理吞嚥困難問題，透過訓練或建議合適的飲食質地，減低噎咳及吸入性肺炎風險。他們亦會與護理人員及家屬合作，提供指導及支援，促進院友的整體生活質素。



活動花絮

活動名稱：豎琴療癒
日期：2、3、7、9/7/2025

療癒師會因應舍友當刻的狀態，彈奏不同音樂去配合舍友的情緒，讓舍友可抒發情緒、平靜心靈。



活動名稱：感官怪奇：走進 ASMR 的世界
日期：8/7/2025

舍友們到啟德 Airside 參觀藝術展覽。



活動花絮

中心分別於 2025 年 7 月 24 日及 9 月 3 日舉行了「2025 年夏日美食巡禮」活動，讓舍友淺嚐雪糕、豆腐花、乳酪及飲品等消暑甜品，同時玩集體遊戲，歡樂迎接炎炎夏日。

活動名稱：2025 夏日美食巡禮 I & II
日期：24/7 及 3/9/2025



活動花絮

活動名稱：7-9 月生日會
日期：6/8/2025

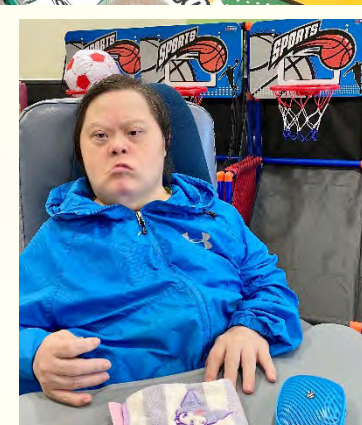
祝 7-9 月生日的舍友們生日快樂！開開心心！



活動花絮

活動名稱：安泰運動日 2025
日期：3/9/2025

為響應即將舉行的「中華人民共和國第十五屆運動會」（第十五屆全國運動會）及「全國第十二屆殘疾人運動會暨第九屆特殊奧林匹克運動會」，中心於 2025 年 9 月 3 日舉行了「安泰運動日 2025」活動，透過充滿趣味性的運動會，讓舍友體會做運動的樂趣和滿足感，提早感受運動比賽的熱烈氣氛。



活動花絮

活動名稱：遊治你心
日期：7-9/2025

本局安老及康復服務致力推行遊戲介入計劃，透過簡單具治療性的遊戲活動作介入，協助長者及殘疾人士釋放負面情緒，與人建立具情感的信任關係，個人效能感，達致心靈愉悅與安穩。

本季度同事按舍友的興趣、潛能及能力設計了 3 項集體遊戲：「棒子推球樂」、「滑梯乒乓球」及「推球入洞」，過程中鼓勵舍友運用手、眼完成遊戲，以提升手眼協調能力。同事及舍友從旁打氣，令參加者玩得更加落力，提升正面情緒及互動，充滿歡樂及熱鬧氣氛。



推球入洞



棒子推球樂



滑梯乒乓球



活動花絮

活動名稱：漫遊書展
日期：7/2025



活動名稱：感激我遇見
日期：5/9/2025

舍友到保良局深水埗綜合復康中心參與「感激我遇見」活動，內容包括製作苔蘚畫、參觀苔蘚畫作展覽及生命教育攤位。



活動花絮

中心每月定期安排舍友外出遊覽及於餐廳用膳，本季度舍友們暢遊了 **MegaBox** 及 **將軍澳**，讓舍友認識社區環境和設施，豐富生活體驗，舍友們每次外出均表現期待及興奮。

活動名稱：樂遊 MegaBox
日期：8/2025



活動花絮

活動名稱：樂遊將軍澳
日期：9/2025



活動花絮

健康美食團
日期：7-8/2025



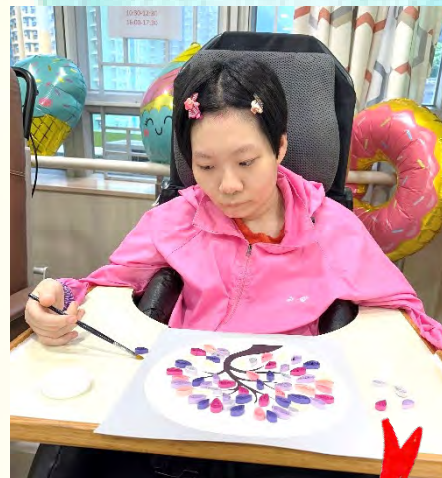
導師小組

舍友們拍檔製作輕食，體驗烹調樂趣。



療癒紙藝
日期：7-8/2025

大家一同學習製作「創意捲紙」，鼓勵舍友發揮創意，發展藝術興趣。



Cupcake



向日葵



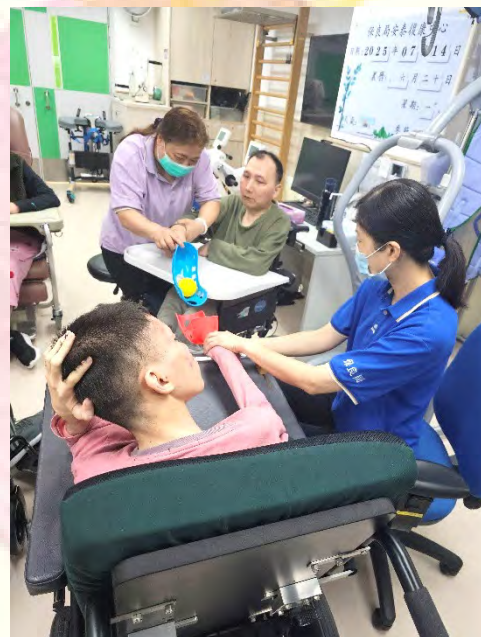
樹

活動花絮

物理治療-機能小組
日期：7/2025

小組旨在強化學員的軀幹穩定性及坐立時的平衡能力，並透過互動交流促進舍友之間的社交參與。活動過程中，物理治療師會根據舍友的身體機能狀況調整訓練的難度，確保每位參加者都能充分發揮潛能，體驗成功和共同達成任務的喜悅。

治療部



活動花絮

日常運動

治療部



活動名稱：流體工作坊
日期：14/9/2025

在職員帶領下，舍友、家屬及義工
一同合力設計並製作流體作品，留
下美好的相處時光。

義工服務



活動花絮

家信教會義工於 7 月和 8 月到訪中心與舍友一起唱歌、玩遊戲和製作小手工，分享快樂。

義工服務

家信教會義工探訪

日期：25/7 及 21/8/2025



義工剪髮
日期：11/9/2025



病原體

諾如病毒是一種無包膜核糖核酸病毒，屬於杯狀病毒科。諾如病毒常引致急性腸胃炎，是食物中毒的常見成因。在人多聚集的地方，如學校、安老院舍、酒店、遊戲設施場地及郵輪等，諾如病毒亦可引致急性腸胃炎爆發。所有年齡組別的人士均有機會受感染，而感染於冬天較為常見。諾如病毒以往常被稱為諾沃克類病毒。

病徵

症狀包括噁心、嘔吐、腹瀉、腹痛、輕微發燒及不適。大部分患者一般會自行痊癒，症狀通常在 1 - 3 天內有所改善。

傳播途徑

感染可透過下列途徑傳播：

1. 食用或飲用受病毒污染的食物或水；
2. 接觸患者的嘔吐物或糞便；
3. 接觸受污染的物品；或
4. 經嘔吐時產生的帶病毒噴沫傳播。

潛伏期

潛伏期通常為 12 - 48 小時。

治理方法

只要為患者補充足夠水分，並提供輔助性治療，一般可於 1 - 3 天內自行痊癒。抗生素對此病並無療效。

預防方法

沒有疫苗預防諾如病毒感染，市民應採取一般預防腸胃炎的措施：

1. 保持良好的個人衛生

- 經常保持雙手清潔，尤其在處理食物或進食前及如廁後。洗手時應以梘液和清水清潔雙手，搓手最少 20 秒，用水過清並用抹手紙或乾手機弄乾。如沒有洗手設施，或雙手沒有明顯污垢時，可考慮使用含 70 至 80% 的酒精搓手液潔淨雙手。由於酒精未能有效殺死諾如病毒，酒精搓手液並不能代替使用梘液和清水潔手。
- 清理或處理嘔吐物及糞便時，須戴上手套及外科口罩，事後必須徹底洗手。
- 如出現發燒、嘔吐或腹瀉等腸胃病徵的人士，不應上班或上學及應向醫生求診。
- 患者或帶菌者切勿處理食物和照顧兒童、長者和缺乏免疫力的人士。



2. 保持良好的食物衛生

- 處理食物時應遵從食物安全五要點，即精明選擇（選擇安全的原材料）、保持清潔（保持雙手及用具清潔）、生熟分開（分開生熟食物）、煮熟食物（徹底煮熟食物）及安全溫度（把食物存放於安全溫度），藉以預防由食物傳播的疾病。
- 只飲用煮沸後的自來食水或出品自可靠商戶的樽裝飲品。
- 避免飲用來歷不明的冰塊所調製的飲料。
- 從衛生及可靠的地方購買新鮮食物，不要光顧無牌小販。
- 一般而言，可進食經徹底洗淨的水果皮。不過，如果希望減低患上疾病的風險，尤其是身處外地時，進食生的水果前應去掉外皮。
- 所有食物（特別是貝殼類海產）應該徹底煮熟才食用。
- 孕婦、嬰兒、幼兒、老人和免疫系統較弱等易受感染的群組，應避免進食沒有烹煮的食物（例如貝類海產，特別是生蠔）或食物內含有不會被煮熟的原料（例如預製或預先包裝的沙律）。

*請瀏覽食物安全中心網頁，以獲得更多有關食物安全的資訊。



3. 保持良好的環境衛生

- 保持室內空氣流通。
- 必須立即清理嘔吐物 / 糞便，及妥善消毒被污染的地方（詳情請參閱以下有關消毒的指引）；清理期間，應安排其他人士遠離被污染的地方。
- 保持衛生設施和排水系統正常運作。
- 應妥善清潔及消毒患者曾使用的廁所和受排泄物污染的地方。



消毒被嘔吐物 / 溢出糞便所污染的地方的指引

- 在清理過程中，應安排其他人士遠離受污染的地方。
- 在整個消毒的過程中，應戴上手套及外科口罩。
- 如果嘔吐和腹瀉發生的附近範圍內有未覆蓋好的食物，應棄掉所有食物。
- 小心清除受污染床單及衣服上的大型污穢物，接著浸在 1 比 49 稀釋家用漂白水（把 1 份含 5.25% 次氯酸鈉的家用漂白水與 49 份清水混和）30 分鐘，然後徹底清洗。若未能即時清洗，便應把它們放置在密封的袋內，並盡快清洗。
- 用即棄抹布由外至內抹去嘔吐物或溢出的糞便，再用 1 比 49 稀釋家用漂白水（把 1 份含 5.25% 次氯酸鈉的家用漂白水與 49 份清水混和）清洗受污染的地方表面及附近的地方（例如消毒從嘔吐物或糞便溢出邊緣起兩米內的範圍），尤其是經常接觸的地方例如門柄、扶手等。待 15 - 30 分鐘以徹底消滅病毒，然後用水清洗並抹乾。
- 切勿以拖把清理嘔吐物。
- 完成消毒後，必須把所有清潔用具浸在 1 比 49 稀釋家用漂白水（把 1 份含 5.25% 次氯酸鈉的家用漂白水與 49 份清水混和）30 分鐘，然後徹底沖洗，待自然風乾後才可再次使用。
- 事後必須徹底洗手。



輪椅不僅是代步工具，更是支援日常生活不可或缺的輔助設備。為確保選購的輪椅能真正符合使用者的需求，職業治療師在購買前會進行多面向的綜合評估，重點包括以下幾項：

1. 身體功能狀況

- 評估使用者的身體條件，包括肌力、手部操作能力、坐姿穩定性及體型（如身高、體重與身形尺寸），以確保輪椅的尺寸與設計符合個人需求。
- 判斷使用者是否具備自行推動輪椅的能力，或需他人協助，並進一步分析其適合使用手動輪椅或電動輪椅。

2. 日常活動模式與居住環境

- 考量使用者每日使用輪椅的時段。若長時間使用，則需特別關注舒適性與坐墊配置，以降低壓瘡風險。
- 評估其日常活動需要，包括居住、學習及工作環境、社區生活、覆診、社交及休閒活動等。
- 評估使用者居住空間的大小、門檻高度、通行寬度等條件，確保輪椅能順利進出並適用於日常生活環境。

3. 照顧者的支援能力

- 瞭解照顧者的體力與操作技巧，因部分輪椅設計可能影響推行的便利性與安全性。

4. 輪椅功能與安全性

- 檢視輪椅的安全設計，包括煞車系統、安全帶、扶手及可拆卸腳踏等，以保障使用者安全。
- 若選用電動輪椅，則需進一步評估電池容量、馬力及控制器的操作適配性。
- 建議選擇具備安全認證的品牌，以及提供完善售後服務的商號，以確保產品品質、使用安全，並滿足日後的保養與維修需求。

5. 價錢

- 應根據個人實際需求與經濟負擔能力，選擇具備良好性價比的輪椅款式，兼顧功能與成本效益，達到資源運用的最佳平衡。

手動輪椅的結構



電動輪椅的結構



綜合評估結果，職業治療師將根據使用者的個別需求與生活環境，提供最合適的輪椅款式與規格建議，協助服務使用者及其家人作出選擇，以有效提升日常功能表現與整體生活質素。

此外，在正式購買前，建議安排使用者親身試坐輪椅，以確認尺寸是否合適、功能配置是否切合個人需求及實際使用環境，從而提升輪椅的整體使用效能與舒適度。

參考資料：

1. Occupational Therapists Provide Wheelchair Assessments for Better Quality of Life (2025)
<https://www.ot-works.com/2025/01/occupational-therapists-provide-wheelchair-assessments-for-better-quality-of-life/>
2. An Occupational Therapist's Guide To Wheelchairs (ILS)
<https://ilsau.com.au/an-occupational-therapists-guide-to-wheelchairs/>
3. 賽馬會「家·輪椅」知多些
https://ageathome.hk/wp-content/uploads/2023/04/Educational-Brochure_Wheelchair-final.pdf

• 手動輪椅分大後輪(自推型輪椅)及小後輪(照顧型輪椅)



自推型輪椅

照顧型輪椅

	自推型輪椅	照顧型輪椅
後輪大小	大	小
推動人士	使用者自行推動	由照顧者推動
適合對象	上肢肌力足夠人士	上肢肌力不足人士
行動自主性	高	低
需要的空間	較大	較少
體積	較大	較小
重量	較重	較輕

拆解謬誤

✗ 大輪較穩定

• 輪椅穩定度是取決於前後輪的距離、輪胎與地板的接觸面積

✗ 大輪較堅固

• 堅固度取決於輪胎的物料及厚度

✗ 大輪較好推

• 大輪只是較省力，好不好推取決於輪子的軸承



Service Quality Standards 服務質素標準

標準 15

申訴：每一位服務使用者及職員均有自由申訴其對機構或服務單位的不滿，而毋須憂慮受責罰，所提出的申訴亦應得到處理。

1. 服務單位備有處理投訴的政策和程序，並可供服務使用者、職員及其他關注人士閱覽。
2. 服務單位處理投訴的程序應包括以下事項：
 - 訂明接獲投訴後採取回應行動的時限；
 - 確定職員需採取的行動，並指定由何人負責處理投訴；
 - 訂明如何 / 何時回應服務使用者的投訴。
3. 讓服務使用者知道他們有權投訴，並讓他們知悉投訴的程序和服務單位如何處理投訴。
4. 服務單位應鼓勵並讓服務使用者有機會討論提供服務方面的問題和坦誠提出他們關注的事情。
5. 所有投訴和處理投訴的行動均應記錄在案。



Ref No: OT/N/202505

通告-服務意見反映及申訴途徑

為使本中心服務口譯完善，歡迎舍友、學員、家屬及各界人士就中心服務，透過以下途徑發表意見：

- 將書面意見投入本中心接待處的意見箱
- 電話：2711 9299 聯絡營運經理
- 傳真：2711 9290
- 電郵：otc@poicunguk.org.hk
- 郵遞意見書到本中心地址：觀塘安秀道 23 號安泰邨服務院大樓 4 樓

收到意見後，我們會於七個工作天內初步聯絡投訴人，並按兩方機制跟進，一切資料，均會保密處理。



中心會於舍友大會上收集舍友對中心活動及膳食的意見



保良局安泰復康中心 謹啟

中心接待處設有意見箱，可讓服務使用者及職員作出申訴及提出關於中心的意見

服務統計資料

舍友人數統計 (截至 2025 年 9 月 30 日)

男舍友	26 人	女舍友	25 人
日間照顧服務使用者	1 人		

駐中心物理治療服務

	7 月	8 月	9 月
接受物理治療服務的舍友人數	48	49	50
接受物理治療服務人次	215	212	210

(備註：由於中心物理治療師職位從缺，故中心外購物理治療服務執行。)

駐中心職業治療服務

	7 月	8 月	9 月
接受職業治療服務的舍友人數	50	51	52
接受職業治療服務人次	305	297	328

10-12 月 活動預告

月份



活動

喜迎中秋賀團圓、遊治你心、
樂遊 PopCorn

10-12 月生日會、導師小組、
遊治你心、樂遊 PopCorn

聖誕活動、導師小組、
遊治你心、樂遊 PopCorn

人事變動

到職同事

保健員

劉瑋婷

離職同事

登記護士

張寶儀



義工招募

誠邀各家屬/監護人/公眾人士，參與中心的義工服務。義工可就個人專長、興趣及時間，協助中心的活動。

日間照顧服務

服務對象：15 歲至 59 歲嚴重智障 / 嚴重肢體傷殘人士

服務內容：提供膳食、護理照顧、康復服務、社交康樂活動和輔導服務。

服務時間：星期一至星期五
上午九時至下午五時

服務費用：按社會福利署釐定之收費

申請方法：可直接聯絡中心社工提出申請。

服務查詢：可致電 2711 9299 與社工聯絡。

退出服務：服務使用者 / 局方均可按合理的原因而提出終止服務，並必須預早一個月通知對方終止 / 退出服務及辦妥有關手續；已收取的費用按局方政策處理。

觀塘區殘疾人士日間及住宿暫顧服務

為居於觀塘區的殘疾人士，提供臨時而短暫的日間或住宿照顧，以紓緩照顧者的照顧壓力，讓他們在有需要時能得到短暫的休息或能處理其他事務。歡迎有需要人士參閱社會福利署網頁，了解提供服務的單位名單及詳情。

日間暫顧服務



住宿暫顧服務



為使服務更臻完善，如對本中心有任何意見/讚賞，歡迎郵寄、電郵、傳真、投放於中心的意見箱或與中心營運經理鄧穎欣姑娘聯絡。

郵票

地址: 九龍觀塘安秀道 23 號安泰邨服務設施大樓四樓

電話: 2711-9299

傳真: 2711-9290

電郵: otrc@poleungkuk.org.hk

網址: <http://rehab.poleungkuk.org.hk/zh-hk/1935/page.html>



YouTube 頻道: <https://www.youtube.com/@plkotrc>

督印人 : 營運經理 鄧穎欣
編輯小組 : 社工 鄭偉軒、文員 盧麗碧
印製數量 : 30 份
出版日期 : 2025 年 10 月
殘疾人士院舍牌照事務處檔號 : D0315



中心網頁



中心 YT 頻道