



保良局  
PO LEUNG KUK



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

# 李朝江伉儷紀念中心

2026年1-3月季刊



康復服務2025-2026年度  
義工感謝禮暨聯合春茗

7/3/2026



# 目錄

康復服務25-26年度義工感謝禮暨聯合春茗	P.1
醫護專題 — 認識高血壓	P.2
活動花絮	
• 組別午膳(1-3月)	P.3-P.4
• 義工活動	P.5
• 春暖心聚春茗活動(新年大型活動)	P.6-P.7
• 實習學生小組活動	P.8
• 安老服務敬老賀新春聯合春茗	P.8
• 慶祝新年室內活動	P.8
• 家屬活動	P.8
• 火警演習及消防講座	P.8
• 日間訓練花絮	P.9
• 流心軟餐	P.9
2025-2026服務滿意調查問卷	P.9
SQS(13-16)服務質素標準資訊	P.10
活動預告	P.11
服務概況	P.11-P.12

## 編者的話

註冊社工 陳淑樺

新的一年開始，我們持續關注學員的需要，季內我們安排了不同恆常外出及節日活動，例如舉辦新年及春茗活動，感受濃厚的新春氣氛；家屬活動進一步加深親子關係；組別午膳可讓學員走出日常，感受春天氣息。願嚟緊數月繼續多姿多采，豐富學員生活。

## 醫護專題 — 認識高血壓



護理主任 蔡穎

### 什麼是高血壓？



血壓是心臟收縮時將血液泵入血管所加諸血管壁的壓力。通常量度壓力是以毫米水銀柱 (mmHg) 為單位，高血壓是指上壓持續地處於或高於140 mmHg，或下壓持續地處於或高於90 mmHg。

### 高血壓常見症狀

高血壓常見症狀包括：暈眩、視線不清、頭痛、面部潮紅及疲倦等病徵。

### 成人血壓參考分級表 (mmHg)

血壓分類	血壓水平 (mmHg)		建議
	收縮壓	舒張壓	
理想血壓	低於 120	低於 80	兩年內再次檢查 (75歲以上的人士，每年檢查一次)
正常血壓	120-129	80-84	每年檢查一次
正常高值血壓	130-139	85-89	六個月檢查一次
高血壓	140 或以上	90 或以上	盡快約見家庭醫生聽取建議

### 有效預防及控制高血壓

- 定期量度血壓
- 按醫生指示服藥及定期覆診
- 均衡及低鹽飲食
- 適當運動(每星期至少三日30分鐘中等強度的帶氧運動)
- 戒煙/酒
- 保持心境開朗



### 高血壓的成因

- 吸煙
- 缺少運動
- 過量飲酒
- 家庭遺傳關係
- 飲食不均衡
- 攝取過多鹽分
- 年齡增長
- 其他疾病或身體變化所引起，例如腎病

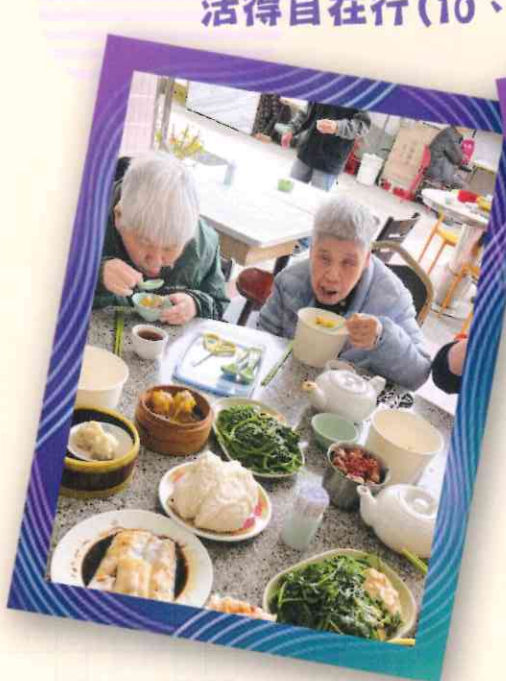
資料來源：衛生署長者健康服務網站

# 活動花絮 組別午膳(1-3月)

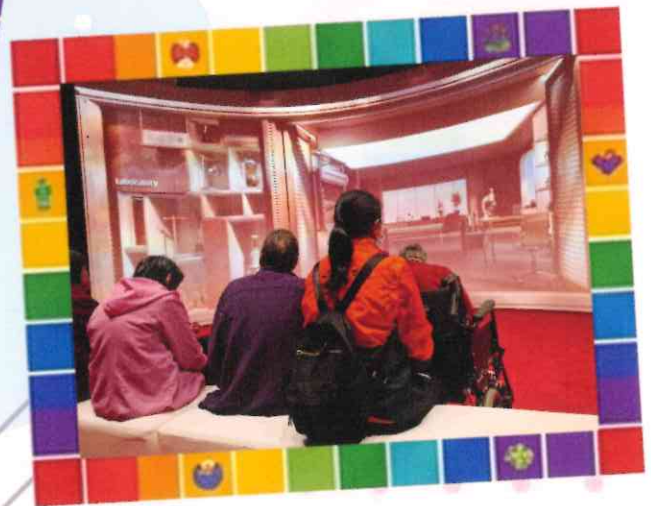
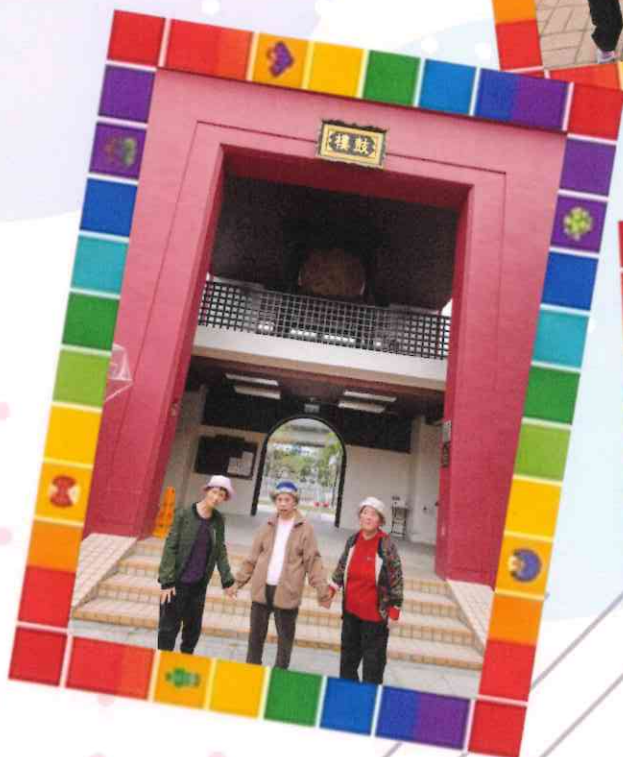
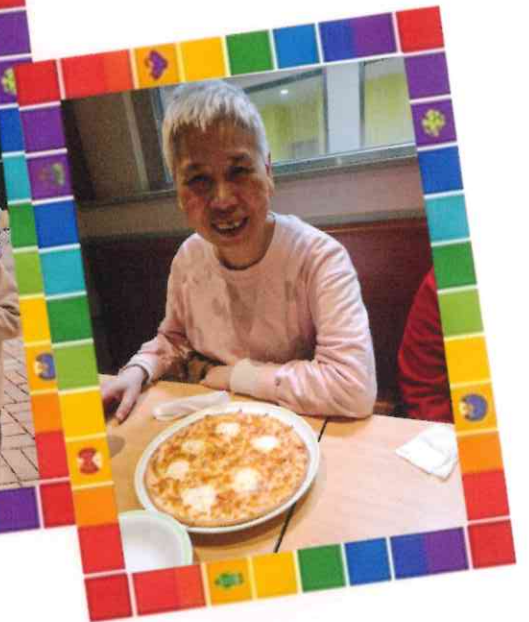
如心樂 (5、19、20、28/1/2026)



活得自在行 (10、11/2/2026)



中醫藥文化(4、9、10、23/1/2026)



# 義工活動

簡易小食手工製作 (25/1/2026)

新春利是遊戲活動 (15/2/2026)



生日會 29/3/2026 1-3月



義剪 2/1、5/2及5/3/2026



# 春暖心聚春茗活動 (新年大型活動) 17.3.2026





# 實習學生小組活動

攜手新年迎好運9/1/2026 及 馬躍新春競技日 16/1/2026



安老服務敬老賀新春聯合春茗 26/2/2026



慶祝新年室內活動 18/2/2026



## 家屬活動

花展齊欣賞 24/3/2026

火警演習及消防講座 31/3/2026



# 日間流程訓練 10/2025-3/2026

上肢肌能運動



環保分類



樂齡創科



藝術手工



休閒活動



## 流心軟餐

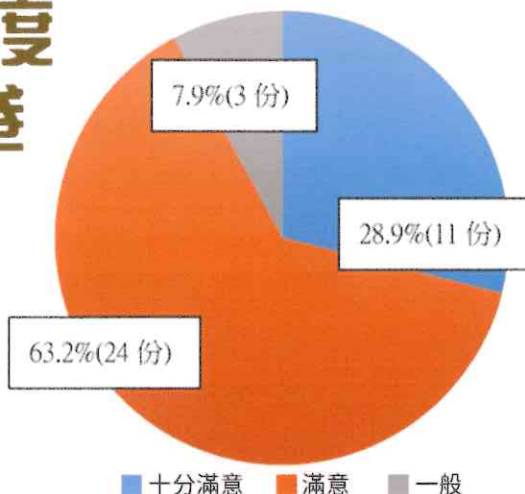
一點回味 常溫軟餐



焦糖燉蛋

## 2025-2026年度 服務滿意調查問卷

共發出55份，收到38份。



■ 十分滿意 ■ 滿意 ■ 一般

# SQS服務質素標準資訊

標準13：服務單位尊重服務使用者的私人財產權利。



服務使用者房間均備有獨立有鎖的衣櫃及床頭櫃，讓服務使用者存放私人財物。

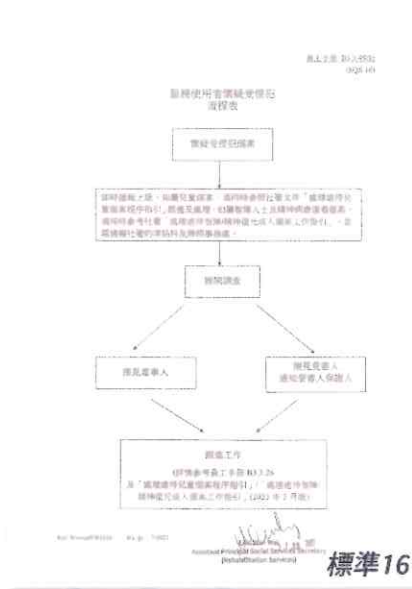
標準14：服務單位尊重服務使用者保護私隱和保密的權利。



各房間設有窗簾，以保障學員在房間活動及接受護理的私隱。

標準15：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，而毋須憂慮遭受責罰，所提出的申訴亦應得到處理。

標準16：服務單位採取一切合理步驟，確保服務使用者免受侵犯。



## 局方投訴政策及指引



服務單位備有確保個別服務使用者私隱與尊嚴得到尊重的政策及程序，並可供服務使用者、職員及其他關注人士閱覽。

## 活動會議記錄

標準15

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承提出他們關注的事情。

# 活動預告

April

4月

17/4組別午膳  
23/4組別午膳  
29/4組別午膳

May

5月

6/5組別午膳  
8/5慶祝母親節室內活動  
13/5組別午膳  
20/5組別午膳  
27/5組別午膳

June

6月

3/6組別午膳  
10/6組別午膳  
17/6慶祝父親節室內活動  
18/6組別午膳  
24/6組別午膳

義工活動

19/4、24/5、21/6/2026(4-6月生日會)  
義剪：2/4、7/5、4/6/2026

## 服務概況

### 舍友年齡分佈

\*數據資料截至 截至截至2026年3月31日

學員25-26年度年齡分佈



### 收額情況

服務名額：56(女)  
收錄人數：55(女)  
DAC服務登記率：93.75%  
ECP服務登記率：100%

### 1-3月專業治療服務

項目	1月		2月		3月	
	到訪次數	服務人次	到訪次數	服務人次	到訪次數	服務人次
駐機構臨床心理服務	0.5	2	0.5	2	0.5	2
職業治療服務	12	34	7	21	11	15
物理治療服務	4	34	4	19	4	24
駐機構言語治療服務	2	9	1	3	2	13
到診註冊醫生(VMP)	7	42	7	48	6	42

### 服務人次

項目	人次
戶外活動	108
室內活動	77
義工活動	268

# 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，協助中心小組訓練及興趣活動。有興趣成為義工之人士，請致電2605 6801與中心社工聯絡。

## 殘疾人士日間／住宿暫顧服務

為殘疾人士提供臨時而短暫的日間／住宿照顧，以紓減主要照顧者長期照顧殘疾人士的壓力，並讓他們在有需要時能得到短暫休息的機會，從而鼓勵及協助殘疾人士儘量繼續留在社區居住。如欲了解詳情，可瀏覽參閱社會福利署暫託服務空置名額查詢系統網頁。

## 意見反映

為使服務更臻完善，如對中心服務有任何意見／讚賞，歡迎與我們聯絡或來函、郵寄、電郵、傳真、投放於中心的意見箱或與中心營運經理陳樂婷姑娘聯絡。



地址：新界沙田大圍顯徑邨顯沛樓地下  
電話：2605 6801 傳真：2697 8929  
電郵地址：lck@poleungkuk.org.hk

督印人：營運經理 陳樂婷  
編輯小組：社工 陳淑樺  
出版日期：4/2026 印刷數量：30份  
殘疾人士院舍牌照事務處檔號：D0169