

耆樂警訊季刊 二零一八年五月 ● 第十期

警察公共關係科出版 ● 耆樂警訊網頁: <http://www.police.gov.hk>

第一頁

內容大要

- P. 1 耆樂警訊港島總區新春團拜
- P. 2 耆樂警訊領袖及活動訓練營
- P. 3 攝影及標語創作比賽頒獎禮
- P. 4 單手掌上壓挑戰閉幕典禮
- P. 5 警區活動
- P. 6 會員投稿
- P. 7 耆樂資訊及有獎問答遊戲
- P. 8 耆樂警訊會員獲頒發好市民獎

耆樂警訊港島總區新春團拜

耆樂警訊中央諮詢委員會與港島總區四警區名譽會長會戊戌年新春團拜於3月7日舉行。由耆樂警訊中央諮詢委員會主席暨港島總區指揮官余達松警務處助理處長出席主禮，其他嘉賓包括東區警區指揮官陶輝、西區警區指揮官黃少卿、署理中區警區指揮官柳美欽、灣仔警區副指揮官謝名揚、警察公共關係科高級警司（社區關係）余鎧均、前警察公共關係科警司（社區關係）吳翠婷、耆樂警訊中央諮詢委員會委員及港島總區四警區耆樂警訊名譽會長會主席及四區耆樂警訊會員約三百人出席活動。

警務處助理處長余達松致辭時向出席嘉賓送上新年祝賀，亦

藉此闡述港島總區去年整體罪案下跌約百分之十四，電話騙案對比二零一六年亦大幅下降。他感謝警區積極推動社群參與及舉辦各類型防騙、滅罪的宣傳活動，亦感謝社會賢達及耆樂警訊會員對耆樂警訊鼎力支持，他呼籲各界繼續支持警方，共同攜手打擊罪案，使香港繼續成為世界上最安全的城市之一。

大會在新春團拜上安排了大抽獎活動，並邀請到警察流行樂隊 D 隊及佛教筏可紀念中學醒獅隊表演助慶，令現場充滿歡樂氣氛。

第二頁

耆耆樂警訊領袖及活動訓練營

警察公共關係科於 3 月 12 至 13 日舉辦「耆耆樂警訊領袖及活動訓練營」。活動除了為未來的國內或海外交流團汲取經驗外，「隊長」和「長門人」亦能透過參觀警隊設施增強他們對警隊的認識。訓練營一共吸引 53 位「隊長」及「長門人」參加。

活動內容多樣化，包括參觀沙嶺警犬訓練學校及警隊博物館，並首次安排參加者於八鄉少年警訊永久活動中心宿營及參加集體訓練，藉此進一步提升他們的團體精神和溝通能力。活動首日參觀沙嶺警犬訓練學校，由警犬隊人員介紹不同品種警犬的功能、領犬員的職責，以及警犬如何協助警隊執行人群控制和搜索等任務，有助加深參加者對警犬隊職務的了解。參加者更可以欣賞警犬日常訓練以及近距離與警犬拍照留念。

最後，參加者前往山頂警隊博物館參觀，並在博物館導賞員帶領下，透過歷史圖片及檔案、制服、裝備、槍械及其他文物了解警隊百多年來的發展歷史。參加者表示他們在年輕時亦曾見過博物館中的一些警隊制服或裝備，感到特別親切，同時亦見證著警隊越來越進步。

另外，他們亦指出，參加耆樂警訊除令他們眼界大開外，更與其他警區的「隊長」打成一片，增進彼此間的友誼，擴闊各人的社交圈子。

第三頁

耆樂警訊及投資者教育中心合辦攝影及標語創作比賽頒獎禮

耆樂警訊與投資者教育中心首次合辦的「耆智理財」攝影及標語創作比賽 2018」，頒獎禮於 4 月 25 日在中區少年警訊會所舉行。比賽旨在讓參賽者透過攝影和標語創作向長者推廣防騙及理財訊息。

前警察公共關係科警司(社區關係)吳翠婷致辭時表示警隊成立耆樂警訊的目的是加強警方與長者社群溝通，建立減罪夥伴關係，宣揚防罪信息以及減少長者成為罪案受害者的機會。除此之外，也透過教育及宣傳向長者推廣“預防投資騙案”與“精明理財”的訊息。

警察公共關係科於 2015 年起聯同「商業罪案調查科」及「投資者教育中心」合辦「耆樂理財防騙長門人」，推出理財防騙課程，由專家向學員介紹各種形式的行騙手法、防騙資訊以及精明理財的概念。而這次與投資者教育中心合辦「耆智理財」攝影及標語創作比賽」，希望提高長者對提防投資騙案及加強審慎理財的意識。

頒獎禮的其他嘉賓包括投資者教育中心總經理李博衛、教育計劃及統籌主管葉卓明、經理蔡淑敏、耆樂警訊中央諮詢委員會委員胡楚南太平紳士、耆樂警訊中央諮詢委員會委員伍啟陽先生、商業罪案調查科鄧舜仁總督察以及元朗區警民關係主任李伯豪總督察。

比賽設冠、亞、季軍各一名，另外耆樂警訊組及公開組優異獎各 20 名。元朗警區耆樂警訊會員曾煥屏獲得季軍，並在得獎時分享其作品設計理念，同時呼籲長者時刻警醒，提防受騙。而亞軍及冠軍均由公開組參賽者奪得，他們也有分享作品設計心得和審慎理財的概

念。

冠、亞及季軍的得獎者:

冠軍 - 蔡錦霞

亞軍 - 廖國忠

季軍 - 曾煥屏

季軍得獎心得:

騙徒騙財手法離不開利用受害人的貪心、同情心或對家人的關心。保持冷靜，細心求證，騙徒自然無從得手。呼籲大家留意警方的防騙宣傳，時刻保持警醒，提防受騙。

第四頁

「單手掌上壓挑戰」閉幕禮創造健力士世界紀錄

「單手掌上壓挑戰」閉幕禮於4月7日於荃灣愉景新城舉行，三百名警務人員、輔警人員及運動精英參與，一同持續做一分鐘單手掌上壓，創造「最多人同時做單手掌上壓」的健力士世界紀錄。

閉幕禮的嘉賓包括行動處處長鄧炳強先生、保護遺棄動物協會創辦人陳淑娟女士、輔警總監楊祖賜先生、助理處長（支援）林曉彤女士、助理處長（人事）蕭澤頤先生、港區人大代表鄺美雲小姐、影帝郭富城先生、國家奧運體操金牌得主李小鵬先生、香港浸會大學體育學系副教授雷雄德博士、藝人宣萱小姐和江美儀小姐。

行動處處長鄧炳強先生致辭時感謝社會各界人士，包括體育精英、藝人、社會賢達及市民大眾對「單手掌上壓挑戰」的鼎力支持。有賴他們的踴躍參與和支持，為保護遺棄動物協會籌得超過一百萬善款。此外，鄧炳強先生亦委任郭富城先生為「動物守護計劃大使」。

郭富城先生呼籲市民飼養動物前必須三思，不要隨便遺棄寵物，要做個負責任的寵物主人。

壓軸環節是分別由三百名警務人員、輔警人員及運動精英，在各出席嘉賓及市民大眾見證下，一同持續做一分鐘單手掌上壓，這項壯舉成功創造「最多人同時做單手掌上壓」的健力士世界紀錄，希望藉此帶出愛護動物、尊重生命的訊息。

為答謝耆樂警訊及少年警訊中央諮詢委員會、各名譽會長會、各警區單位及市民大眾鼎力支持活動和踴躍捐輸。警務處處長盧偉聰先生於5月8日舉行支票頒贈儀式，將捐款贈予保護遺棄動物協會創辦人陳淑娟女士。另外，處長亦向擔任「單手掌上壓挑戰宣傳大使」的香港浸會大學體育系副教授雷雄德博士頒發感謝信。

第五頁

大埔區耆樂警訊福建中華文化及公安交流之旅

大埔區耆樂警訊於4月10日至4月13日期間進行福建中華文化及公安交流之旅，大埔區耆樂警訊名譽會長與30多名耆樂警訊會員從深圳北乘坐高鐵前往廈門。期間，大埔區耆樂警訊獲廈門市公安局接待，安排參觀廈門市公安局。公安局方面安排人員介紹廈門市公安局的指揮情報中心及反詐騙中心，展示廈門市日常打擊及防止罪案的設備及運作。最後香港警方代表及大埔區耆樂警訊名譽會長會與廈門市公安局代表互相交換紀念品留念，並期待日後進一步交流。

耆樂警訊會員亦參觀了馳名中外的福建土樓及廈門的名勝古蹟，認識福建客家民俗文化及廈門市的近代發展，了解中國的現代化的轉變。通過是次的交旅，耆樂警訊會員亦得到一次寶貴的回憶。

邊界區耆樂警訊惠州防罪交流團

邊界區耆樂警訊於 5 月 15 和 16 日舉辦了惠州防罪交流團，邊界區耆樂警訊 5 位名譽會長與 30 多名耆樂警訊會員從深圳沙頭角出發前往惠州。期間獲深圳市鹽田公安局接待，安排參觀鹽田公安局。

5 月 15 日當天，鹽田公安局副局長及鹽田區委統戰部副部長親自迎接交流團，安排人員介紹鹽田公安局的指揮中心、反詐騙中心、鹽田區日常打擊及防止罪案的運作；並通過座談會，互相交流香港與內地的電話騙案、最新趨勢和手法，及打擊這些騙案的措施，提高了各耆樂警訊會員的防罪及防騙意識。最後邊界警區代表及邊界區耆樂警訊名譽會長會與鹽田公安局代表互相交換紀念品，並期待日後有更進一步的交流。

邊界區耆樂警訊會員亦參觀了國家 4A 級旅遊風景區惠州西湖和甘坑客家小鎮，遊覽當地的名勝古蹟，體驗不一樣的風土人情，其樂融融，同時也認識了惠州客家民俗文化和發展。透過是次活動，邊界區耆樂警訊會員得到一個難忘且寶貴的經驗。

第六頁

會員投稿

元朗區 陸濃深

剛踏進……驚聞戰鼓齊鳴，響遍殿堂，兩列娘子軍夾雜男戰士相互操向對方，娘子軍英姿颯颯，男戰士雄赳赳，兩列「耆」軍對壘，大戰即發，豈料兩軍陣容突然變出不同陣式，赫然見周警長身處

一角，氣定神閒地指揮，不愧是耆英總駝主，有她在氣場已壓倒一切；原來這操演是為「元朗區耆樂警訊名譽會長會第二屆就職典禮」揭開序幕的一齣重頭戲“耆樂警訊團歌”。

偌大一個會場，擺滿 50 多圍酒席，氣氛熾熱，相信每一個人都感受到。當晚嘉賓致辭及晚宴表演都非常精彩，尤以主席袁蘭芳女士的致辭，帶出防騙減罪的訊息及警隊堅守本份維護社群的堅毅精神，字字鏗鏘，動人心絃，永烙於心。

節目由頒發名譽會長會委任狀、嘉許獎到副主席馮壽如先生致謝辭後，便展開一幕全場人仕高唱「我是中國人」的環節，歌詞壯烈，人人激昂地吭，當唱到“我誓做中國魂”，全場氣氛澎湃到沸點，當真是不唱不是中國人！

繼後表演更豐富精彩，大合唱隊的“千個太陽”，歌聲悠揚悅耳；一班耆英表演“防騙多咀街”，詼諧莊嚴並重，幽默風趣，對白發人深醒；小朋友獨唱“You raise me up”歌聲優雅。輪到有中樂團伴奏的兩個不同地區中心的耆英演唱“精叻 FUN 飛燕”及合唱“防騙帝女花”，吸引一眾嘉賓出來影相。當晚最後以一曲「愛家夜香江」作為晚宴壓軸戲碼，而大抽獎的環節更令全場樂不可支。

當晚節目編排緊湊，程序流暢，有賴主席，各位副主席及會長，背後鼎力支持、與眾同樂，為這個晚宴寫上完美句號，感謝他們！

葵青區 李小曼

自從警察公共關係科在 1974 年成立少年警訊，我便是其中一位會員（編號 972）。現在我依然保留批准入會這封信。記得當年是透

過家中收音機才知悉少訊活動的，第一次參加的活動是參觀警察總部槍械室。這是我難以忘記。

三年前，透過葵青區警民關係組和新界南防止罪案科舉辦宣傳運動，認識耆樂警訊這個組織並即時加入葵青警區，自此就成為耆樂會員。申請入會手續非常簡單，只需年滿 55 歲就可以。在過去四年內，葵青區耆樂不論戶外或戶內的活動都甚為多樣化。戶外活動包括：發減罪宣傳單張、參觀道路交通安全城和博物館等。我最愛的其中一項戶內活動是‘茶藝班’。陳志平老師在課堂上悉心教導我們中國茶道、茶的品種、泡茶方法等。課程當中最令大家難忘和大開眼界的是做茶餅，我們渡過了一個好開心的下午，不單可以有愉快的社交生活，認識茶藝，更令大家可以有更好的生活質素，一如李焯芬教授說過‘終生學習、一生精彩’。

在過去一年，我曾參加耆樂警訊週年大會 2016 小冊子設計比賽，獲得優異獎。在頒獎當日除了欣賞到耆樂警訊大使、減罪大使、防罪大使的表演之外，更可以與各區得獎者交流設計小冊子心得，得到寶貴的經驗。

雖然 我的人生已過了三分之二，但我希望老友記們不要停下來，繼續努力加油。無論在任何年齡，記得繼續學習，動動腦，保持心境開朗，多做自己喜歡的事。我藉此更多謝葵青警區耆樂會各位會長及警民關係組人員不遺餘力舉辦各項活動。

荃灣區 崔玉霞

「打機」是年青人的玩意？是長者鮮有接觸的事物？沒想到我們一班老友記連按鍵盤及操作滑鼠都不甚純熟，竟然勇敢到去參加比賽！

經過一個月來的秘密培訓，在 6 月 12 日下午我帶著既興奮又

緊張的心情，出戰由長者安居協會及 Acer 公司合辦的「老友鬼鬼電競交流賽 2018」，這是香港首次舉辦的長者電競賽。當天 12 位老友記加上 8 位年青人分別組成 4 隊比賽，現場氣氛非常熱鬧，有傳媒做直播及採訪，觀戰播放區坐滿了各隊的支持者。雖然參賽者是長者安居協會「老友網」會員，但其中 5 位亦是耆樂警訊會員。經過一輪刺激緊張的戰事，終於由全女班長者 Special Mission (特別任務)，年齡合共 199 歲的我，黃婉萍及鄭靄儀，以快速「爆塔」、「奪貢品」、「毀城」，幸運勝出，摘冠而回。最值得高興的是湊巧我們 3 位都是耆樂警訊會員，這顯示耆樂警訊光環無處不在。

透過這次電競比賽，足以證明長者有能力吸收新事物，與時並進，及樂於投入年青人的時代觸角，營造跨代共融的和諧景象，讓我們繼續發揮耆樂精神參與社會有意義的事。

東區 孫少鈞

有一天，我和一班朋友偶然經過北角警署時，被門外的巨型海報所吸引，見是招募耆樂警訊會員，於是我們全班人馬上衝了入去報名，接待我們的是梁警長 (Mabel) 的甜美笑容和親善的態度！從此，我和朋友之間的話題，由以前的張家長李家短，逐漸加入了防騙意識，防盜意識，電腦網絡的使用方式，交通安全意識等比較正面的話題。亦由於耆樂警訊的活動，我們經常集體出動，例如派發減罪宣傳單張、聽講座、學製糕餅、郊遊等，使到我們之間的關係增進了不少，由朋友進化到隊友，大家群策群力，事事有商有量，互相配合，互相體諒。在梁警長團隊的帶領下，完成了一個個快樂的任務！在梁警長升遷後，由傅警長 (Mandy) 接任，她又是一位年輕漂亮，親和而有魄力的領導！最近我們在她的帶領下，警民齊心協力，完成了東區耆樂警訊名譽會長會第二屆就職典禮的鼓樂演出，幸不辱命，受到現場嘉賓們的

熱烈讚賞，大家又完成了一個漂亮的任務！我們希望以後都能保持著這份熱誠，繼續為耆樂警訊服務！

邊界區 呂春發

自從我加入「耆樂警訊」之後，我有著很多不同的體驗和得著，使我獲益良多。

回顧過去四年，我認識了一班來自不同階層背景的會員，大家彼此關心和尊重，讓我很容易投入這個大家庭。我曾經參與多個不同的活動，例如：防騙講座、派發防騙減罪宣傳單張、戶外觀光交流日、「減罪新煮意」烹飪比賽及「才藝大賞」比賽，也參觀了不同警察單位及政府部門，從而獲得有關防騙、防罪及道路安全等資訊。除了我自己得益之外，還學會將防罪知識廣傳給身邊的朋友。我亦得到警民關係組人員的信任推薦成為「耆樂隊長」，對我來說意義重大，在訓練期間，讓我增強了領導才能，協助組織及推動會員積極參與耆樂警訊舉辦的活動。

此外，令我最深刻的就是 2018 年 5 月 15 至 16 日惠州防罪交流團，由多位會長帶領，我能有幸參觀鹽田公安局，令我大開眼界，讓我能了解當地文化歷史及防罪工作。同時，我們在惠州參觀了多個景點及享受當地的美食。這次交流團令我樂而忘返。在此，我衷心多謝各位會長出錢出力及警民關係組人員全程無微不至的照顧。

第七頁

耆樂資訊

長者也可以成為足球好手

筆者聽過不少年長朋友慨嘆自己年紀大，有意重拾年輕時的「踢波」之樂卻又力不從心。足球一如大部份的競賽性質運動，運動強度甚高，使很多身體機能退化的朋友因而卻步。近年在香港興起的一項新運動，名為「步行足球」(Walking Football)，相信是許多年長朋友的佳音。這項運動已是國際普及，不但富競技性和挑戰性，而且讓不同年齡和體能狀態的人士都可以參與。

「步行足球」(Walking Football) 源自英國，於 2011 年面世，改良自普及的足球運動，特點是球員以步行取代跑步追球，而且不可以作身體碰撞。這項改動能減少參與者受傷的機會，一般中老年人的體能狀態也能應付。英國已有九百多隊健步足球隊，後來德國、澳洲及印尼等國家亦相繼引入。

香港則起步較遲，至 2015 年才由香港中華基督教青年會 (Chinese YMCA) 引入，連藝人鄭丹瑞、鍾志光，甚至香港足球隊前教練金判坤也大力支持。運動規定球員只能「步行」，不能「跑動」，而且雙腳也不可同時離地，龍門亦比傳統細和矮，踢球時球不得踢高過龍門門楣，故此這項運動強度較一般足球溫和。球員能無限次輪流替換，參賽者可以按照自己體力彈性控制出賽時間。步行足球去除了一些容易身體碰撞、受傷的元素，但保留了當中大部份的競技和策略性，而且對參與者的平衡力、肌力、心肺功能都有益。

這運動提供一個很好的平台讓球員之間作交流和聯誼，讓長者可以「以球會友」，實在是一項有益身心的運動。這運動讓中、老年人也可以與年輕人共享踢球的樂趣，可促進三代關係，因此已成為歐洲國家流行的家庭運動。

各位讀者們，不知道你們讀畢後是否也感到躍躍欲試，想與親友一起參與這項跨代的國際流行運動呢？

上期（2018 年2 月）《有獎遊戲》答案：

1. 錯 2. 對 3. 對 4. 對 5. 對 6. 錯 7. 錯 8. 錯

由於上期答中者眾多，經抽籤後得獎名單如下：

九龍城區 沈美紅 江滿蓉

黃大仙區 梁志成 盧妙琮 陳萃山 歐陽運媚 林蔚雲

屯門區 余穎民 陳立夫 黃麗萍 梁崇渾

油尖區 姚宗南 鄭慧燕

大埔區 周安燊

中區 黃小英 余淑芬 何寶榮 羅妙球

東區 陳秀麗

荃灣區 李月娥

有獎遊戲

步行足球知多啲

以下各項陳述是或非??? 請在方格內以對或錯表示

- 1. 步行足球源自美國。
- 2. 香港中華基督教青年會於2015 年將步行足球引入香港。
- 3. 步行足球對參與者的體能要求較一般足球高。
- 4. 步行足球的球員間可作身體衝撞。
- 5. 步行足球只適合長者參與。
- 6. 步行足球規定球員只能步行，不能跑動。
- 7. 步行足球能訓練參與者的平衡力、肌力、心肺功能。
- 8. 步行足球能促進參與者的社交聯誼。

有獎問答遊戲截止日期為 2018 年7 月31 日

答案以警察公共關係科耆樂警訊公布為準，如答中者人數眾多，得獎

者會以抽籤形式選出。

參加者請將答案連同中文姓名、會員編號、所屬警區及聯絡電話；註明《有獎問答遊戲》傳真至2527-1777或郵寄至編輯部。得獎者可獲知100現金禮券，得獎名單將於下期季刊公布。獎品將交由所屬警區警民關係組轉贈。

第八頁

耆樂警訊會員協助警方滅罪獲嘉許

「好市民獎頒獎典禮」於3月21日在荃灣愉景新城舉行，44名協助警方撲滅罪行的市民於頒獎禮上獲表揚。其中3名更為耆樂警訊會員。

「好市民獎」由警察公共關係科主辦，香港總商會贊助，每年頒獎兩次，以獎勵市民積極參與協助警方撲滅罪行的英勇行為。至今，已有超過四千名市民獲獎。警務處行動處處長鄧炳強先生在典禮上表示，2017年香港的整體罪案數字下降至1975年後的新低，是警務人員努力及市民支持的成果。他深信市民均樂意與警務人員互相配合，協助維護法紀。他讚揚各位「好市民獎」得主的勇氣、機智和自發性。行動處處長鄧炳強先生感謝香港總商會一直支持這項有意義的活動，鼓勵市民向警方舉報罪行，挺身作證。他亦感謝撲滅罪行委員會及十八個分區滅罪委員會為打擊罪案所作出的貢獻。

透過各得獎者的協助，警方拘捕了逾三十人，他們分別涉及電話騙案、盜竊、搶劫、非禮及販運危險藥物等罪行。

本年度的好市民獎得主中，四人同時獲頒2017年「全年好市民獎」。「全年好市民獎」得主陳子軒、馮嘉恩、香鈺棠和葉兆良，於2016年11月，協助警方在香港國際機場拘捕一名持刀搶劫的男子。四人目擊該名男子持刀搶劫一間找換店，隨即報警並尾隨他。警方根

據四人提供的資料，迅速拘捕該名男子。該名男子其後因搶劫罪成，被判處監禁五年四個月。

今期最年長的得獎者為大埔區耆樂警訊會員劉漢麟，他與警員合力追截一名搶劫手袋的男子。該名男子其後因搶劫罪成，被判處監禁 48 個月。

睇波不賭波

足球是一項有益身心、形象正面的健康體育活動。在香港，不論男女老幼，都有不少足球愛好者，故足球對社會有廣泛影響力。然而，喜愛踢足球或喜愛觀賞足球比賽的足球愛好者一旦沉迷「賭波」，輕則損失金錢，重則影響生活、情緒及前途，長遠更會影響家人朋友，甚至會帶來社會問題。

參與非法足球賭博問題更加嚴重，並通常涉及其他非法活動，例如高利貸和收債罪行等。它也是很多有組織及嚴重犯罪活動的其中一項主要收入來源。香港於 2002 年 11 月起實行足球博彩規範化，目的是打擊非法足球賭博活動，並將非法的足球賭博投注納入受規範的途徑。藉此紓緩非法足球博彩問題，亦可減少警方打擊這些活動所需的資源。

隨著世界盃足球比賽舉行，警方將致力加強打擊非法賭波活動。「耆樂警訊」提醒老友記要認清「賭波」的禍害，學習審慎理財及養成儲蓄的習慣，成為睇波不賭波的足球愛好者。

參與非法賭波活動，無論是接受投注(俗稱「收纜」)，均屬違法。非法「收纜」屬嚴重罪行，一經定罪，最高可被判處監禁七年及罰款五百萬元。此外，向香港或海外的非法收受賭波投注集團投注，亦屬違法，最高可被判處監禁九個月及罰款三萬元。因此，警方再次

提醒市民大眾，在觀賞緊張刺激的足球比賽之餘，千萬不要以身試法。

耆樂警訊編輯委員會

警察公共關係科社區關係課警司黃冰冰（主席）

警察公共關係科耆樂警訊及長者聯絡組：

總督察劉家銘

督察余達智

警長楊肇得

警長袁美清

警員唐洁玲

邊界警區警民關係主任總督察吳嘉宏

葵青警區警民關係主任總督察謝美媚

東區警區警民關係主任總督察蔡映彤

編輯部

地址：香港灣仔軍器廠街一號

警察總部警政大樓十樓

電話：3660 7105

傳真：2527 1777

電郵：spc-office-2-pprb@police.gov.hk