



兒童脊科基金

Children Chiropractic Foundation

讓 孩 子 挺 直



Annual Report  
2017-2018  
年度報告

# 目錄

## 有關兒童脊科基金

願景、信念、使命

P.3

主席的話

P.5

總幹事的話

P.6

組織架構

P.7

## 核心服務

全港挺直護脊校園計劃

P.11

計劃成效

活動花絮

創意護脊校園

學童脊科保健計劃

護脊大使培訓

護脊校園網絡學校

社區教育活動

P.23

賽馬會護脊社區推廣計劃

全港挺直日暨世界脊骨日2017

第九屆「讓孩子挺直」慈善高爾夫球賽2018

十周年慈善晚宴

「讓孩子挺直」賣旗日

其他機構/團體培訓及活動

挺直脊科中心

P.33

基層兒童義診計劃

脊醫諮詢日 / 挺直之旅

受惠團體 / 機構

## 心「晴」分享

榮譽顧問脊醫分享

P.38

孩子的故事

P.39

護脊大使分享

P.41

## 媒體報導

P.43

## 財政報告

P.46

## 鳴謝

P.47



## 兒童脊科基金

本會的會徽是一條挺直的脊骨，由三節色彩繽紛的脊骨組成，外形像一個活潑的小孩，具體顯示了擁有健康脊骨的孩子能享受健康精彩的人生；同時亦帶出了我們對兒童脊骨健康的關注，並展示了我們的使命——建立「脊骨護理從小做起」的文化，讓孩子免受脊骨錯位的干擾，展現最高潛能。

### 願景：

社會大眾能注重脊骨保健，從小都能自覺地維持脊骨健康，免受脊骨錯位的干擾，享受健康的人生。

### 信念：

透過矯正脊骨的錯位，能促進神經系統自行運作，以引發人體的自癒能力；孩子擁有健康的脊骨神經，便能展現最高潛能。

### 使命：

推動大眾實踐衡健生活，建立「脊骨護理從小做起」的文化。

# 兒童脊科基金

的展開源於一位脊醫、一位同工、一位義工、一位熱心贊助人、一位受患者、一位校長、一所護脊校園，還有一個夢想——讓孩子免受脊骨錯位的干擾，享受健康挺直的人生，展現最高潛能。

「兒童脊科基金」是全港唯一關注兒童脊骨神經健康的慈善團體(編號：91/8705)，先後成為香港社會服務聯會及香港公益金的會員機構，我們透過全港挺直護脊校園計劃、護脊大使訓練及社區教育等，致力推動社會大眾關注脊骨神經健康。本會轄下「挺直脊科中心」提供學童脊科保健計劃、基層兒童義診等，為有需要的兒童提供適切的脊骨護理服務，提升孩子的健康潛能與健康質素。



## 主席的話

今年，兒童脊科基金昂然跨過十周年。一直以來，我們堅守本會的服務願景，致力讓每個孩子，特別是基層兒童，享有定期檢查及調整脊骨的機會，使他們擁有健康脊骨神經。作為全港首間關注兒童脊骨神經健康的慈善團體，我們透過不同的核心及獨特的服務，包括「學童脊科保健計劃」、「基層兒童義診計劃」及「全港挺直護脊校園計劃」，令更多兒童及家長認識脊骨神經健康的重要性，並親身體驗脊骨神經的奇妙之處，編寫更多令人鼓舞的故事。



主席：楊國強脊醫

我深信身體創造的奇妙，然而，這偉大的設計逐漸被人們遺忘了，這激起了我的決心，十多年來對宣揚脊骨神經健康的熱誠絲毫沒有減退。因此，我們的目標是要在香港建立一間典範的挺直脊科中心，使孩子們及其家庭成員的神經系統能發揮最高的效能，彰顯奇妙的創造。

今年最具意義、最難忘的亮點活動，當然是基金會十周年慈善晚宴，眾多持份者能夠聚首一堂(包括義務脊醫顧問、榮譽教育顧問、捐助者、伙伴機構及身體力行的護脊大使等)。全然感受到他們的百分百支持，與我們一同見證成果，展望基金會未來的發展方向。

為了優化基金會的管理，本年度我們已成功物色合適的社會賢達及專業人士加入執行委員會及各個管理委員會。在未來的日子，我們必定時刻謹記本會的核心價值及理念，繼續堅持及努力為更多兒童締造健康人生。期盼能繼續得到您的支持，攜手創造更多令人振奮的故事，共同為孩子建立健康人生。

## 總幹事的話

從護脊校園計劃、基層兒童義診計劃、全港巡迴脊骨檢查、卓越護脊校園、賽馬會護脊社區推廣計劃、學童脊科保健計劃，到挺直脊科中心的設立。兒童脊科基金的服務可說是從校園走進了社區、從教育推廣邁向更全面的脊骨護理。

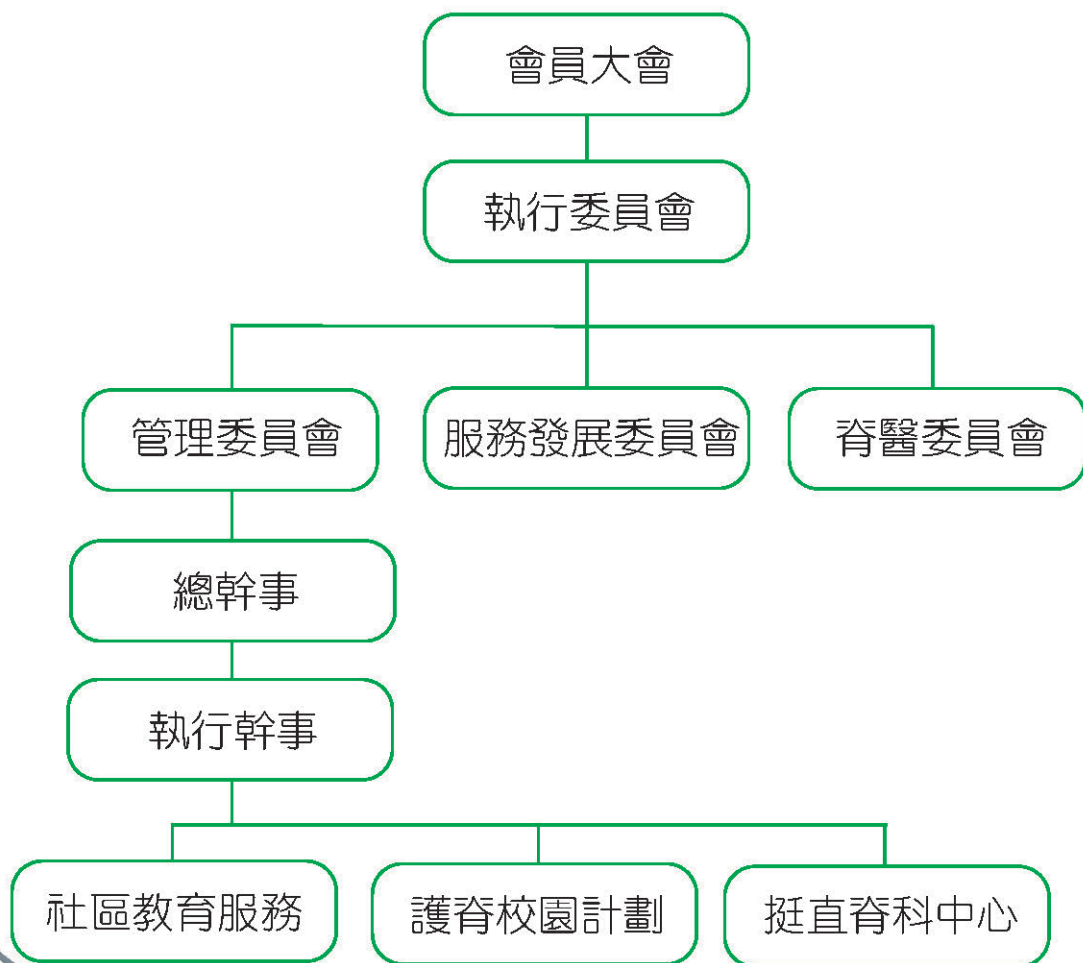
隨著挺直脊科中心的成立，本會的服務更從外展的到校及社區服務，增加了中心駐點的一站式服務。以全天候的開放模式，讓市民可以更方便及更彈性地來中心，享受脊骨護理、護脊遊戲教育等服務。

面對著生活電子化，兒童脊骨側彎及寒背等問題日益嚴重和年輕化，我們除秉承過往，在推動護脊操和建立理想體態等預防性服務外，我們更會努力尋求資源，提供更多脊科義診的配額，以幫助更多受脊骨錯位影響的兒童，重拾健康愉快的生活。讓孩子挺直，是我們的盼望，願你能繼續支持。



兒童脊科基金總幹事  
呂慶忠先生MH

# 組織架構



# 執行委員會成員

## 主席

楊國強脊醫博士

## 副主席

唐右天脊醫博士

## 義務秘書

盧淑宜校長

## 義務司庫

蘇家文女士

## 董事

楊榮基先生

孔偉成校長

溫文灝脊醫博士

周穎芝女士

周克遜先生

Ms. Betty Chan



# 顧問團隊

## 榮譽運動處方顧問

沈劍威教授  
鄭毓全先生

香港中文大學 體育運動科學系助理教授  
香港中文大學 體育部講師

## 榮譽教育顧問

李鏗教授太平紳士  
陳耀文博士  
周國良博士  
王伯基校長  
侯麗珊校長

林惠玲太平紳士  
張愛娥博士  
盧淑宜校長  
林偉雄校長  
王淑芬校長

關李榮博士  
馮立榮校長  
孔偉成校長

## 榮譽核數師

蔡國偉會計師

## 榮譽法律顧問

黃添偉大律師

趙佩麗律師

## 榮譽顧問脊醫

楊國強脊醫  
梁式妍脊醫  
唐令淳脊醫  
馮顯聲脊醫  
伍仲恒脊醫  
溫文灝脊醫  
葉兆德脊醫  
潘海勳脊醫

黎其林脊醫  
杜啟弘脊醫  
范祥生脊醫  
陸嘉寶脊醫  
謝京紅脊醫  
黃先志脊醫  
吳婉薇脊醫  
陳鎰生脊醫

譚陽斌脊醫  
周家健脊醫  
林孝煌脊醫  
曾佩珊脊醫  
徐梓鰲脊醫  
吳霈慈脊醫  
徐潔脊醫  
李昉鈿脊醫

江明珊脊醫  
廖崇位脊醫  
唐右天脊醫  
何裕康脊醫  
吳慕德脊醫  
王漢榮脊醫  
曲德漢脊醫

# 核 心 服 務

# 全港挺直護脊校園計劃



「全港挺直」護脊校園計劃自2008年起推行以來，獲得學界的支持和推介，每年參與計劃的學校數目有顯著增長，讓更多學童得以受惠。本年更獲香港公益金資助，為全港250間小學及幼稚園提供到校護脊操訓練、學童護脊工作坊、教師護脊培訓等護脊教育服務，計劃亦為4400名學童提供脊骨檢查及轉介義診服務。

## 計劃成效

本年度全港共有257間學校(106間小學、151間幼稚園)參與護脊校園計劃，受惠學童人數超過98,000人，年內更舉行了127場護脊操訓練及學童護脊工作坊，亦為739名教師舉行10場教師護脊培訓班。

護脊操訓練及學童護脊工作坊提升了學童對脊骨的認知，學習護脊操更能提醒學童建立護脊習慣。教師方面則加強了他們對脊科的認識，學習體態檢查法可讓教師於校園內初步評估學童的體態和脊骨問題。

### 服務數字概覽

參與學校	257間
參與學童	98096名
參與教師	7535名



活動	舉行次數	參與人數
到校護脊操訓練	107次	12213人
學童護脊工作坊	20次	1454人
教師護脊培訓班	10次	739人
親子護脊遊戲工作坊	14次	720對親子
學童脊科保健	192次	4622人
護脊大使培訓	2屆	100人

# 活動花絮

## 親子護脊遊戲工作坊

透過嶄新設計的親子護脊遊戲，讓家長及學童認識建立理想姿勢和建立護脊習慣的好處。內容非常豐富，包括短片欣賞、護脊訊息分享、親子遊戲如「明辨姿勢」、「護脊招式大檢閱」等，參加者都非常投入，寓遊戲於學習，在輕鬆的氣氛下加強了家長及學童對護脊的關注。



## 學童護脊工作坊

透過兩小時密集式的護脊遊戲訓練，讓學童更加深入地了解脊骨神經健康的重要性、脊骨錯位的影響、動態轉換姿勢概念、和建立恆常做護脊操的習慣。



## 護脊操訓練

本年度舉行了107場到校護脊操訓練，教授學童做護脊操的技巧，亦藉活動提醒學童經常做護脊操的重要性。



## 教師護脊培訓班

我們相當重視教師的培訓，期望教師掌握了護脊知識後，可以把知識教授學生。本年度我們共舉行了10場聯校教師護脊培訓班，共有739名老師參加。歷時兩小時的培訓內容十分豐富，除以小組形式進行討論，更安排了榮譽顧問脊醫講解專業脊科知識、指導教師們學習護脊操的技巧、為學生檢查脊骨的方法等。大家都很投入學習，從中體驗到護脊互動環節的樂趣。



## 創意護脊校園

各校園製作不同教材，並自發性創作活動，加深學生對脊骨神經健康的認識。深信護脊已成為校園不可或缺的部分。



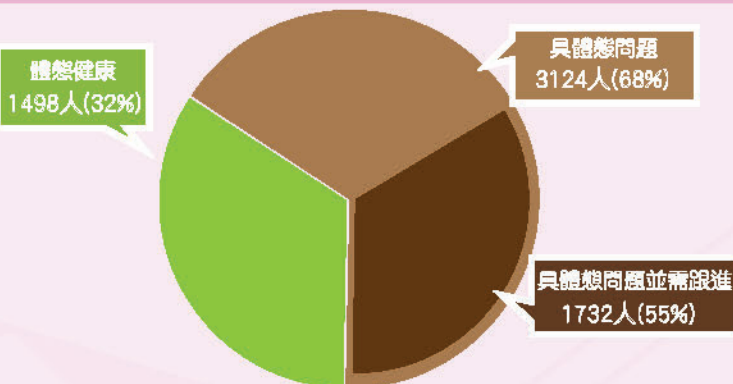
## 學童脊科保健計劃



本會推行「學童脊科保健計劃」，由註冊脊醫為16歲或以下學童提供脊骨神經講座及體態檢查。以提升學童及家長對脊骨神經健康重要性的認識、建立良好的脊骨護理和運動習慣、幫助了解學童的脊骨健康狀況，以預防和及早介入處理脊骨問題。

本年共為4622名學童進行初步脊骨檢查及體態分析，而當中有3124名學童發現有一項或以上體態問題，當中有1732人需要跟進。

### 學童體態問題統計







## 護脊大使

### 第七屆護脊大使

大使可以從中學習到義工服務的概念、帶領活動的技巧、九型人格、團隊合作、護脊知識、護脊運動及簡易檢查脊骨的技巧。大家更一起齊唱齊跳學習護脊操，他們對內容都表示一致讚賞，覺得非常豐富和實用。本會於未來會再接再厲、精益求精，讓護脊大使掌握最新最全面的護脊知識。



### 大使心聲

- 「脊醫及講員用心準備及教導」；
- 「費盡心思營造氣氛，將護脊操融入遊戲中」；
- 「我們重新認識脊骨神經健康的重要性及人體自癒力」；
- 「每次都會熱切期待課堂的來臨」



### 第八屆護脊大使

超過40人參加，場面哄動！進入多個體驗式學習活動，包括一人一夢想——訂立課程目標、護脊交換卡——齊玩護脊破冰遊戲、深入淺出的小組討論——破解健康迷思，另外大家亦一同學習不同的簡易體態檢測法。全賴一群大使鼎力支持，本會才可以順利推動多項活動，因此我們特別著重大使們的持續培訓，以裝備他們不同的技巧。





## 星級護脊大使



為資深護脊大使帶來全新護脊體驗，由中國香港體適能總會星級導師教導普拉提運動及毛巾健體操，並舉行野外行山，體驗郊遊樂趣，一同鍛鍊脊骨神經。



## 護脊遊戲技巧及故事互動劇場訓練

「護脊遊戲技巧篇」訓練中，大使連續體驗七個全新設計的護脊遊戲，更一齊創作護脊遊戲。而「講故事及互動劇場技巧篇」內容實用，精要獨到。日後到校活動可增加故事劇場環節，有助學童吸取護脊知識。





## 護脊大使聚會暨頒獎禮

一眾護脊大使和脊醫們於護脊大使聚會暨頒獎禮派對聚首一堂，一起重溫服務片段、互相鼓勵，更一起玩玩團體遊戲，增進彼此的認識。當晚亦藉此難得機會，嘉許一班熱心為本會服務的護脊大使，更重溫本會的理念、願景和使命，讓大家在未來的服務上同心合力，為孩子脊骨神經健康努力！願護脊大使發揮強勁的凝聚力，令兒童脊科基金走得更遠！



為每位大使及脊醫送上一張獨特設計的感謝卡，溫情洋溢。

# 護脊校園網絡學校

## 新界區

基督教樂道幼稚園	景林天主教小學	嘉福浸信會幼兒園
崇基幼稚園	天水圍宜道幼稚園	中華基督教會何福堂小學
新一代英文幼稚園暨幼兒園	天主教領報幼稚園	大埔浸信會幼稚園天澤邨分校
南元朗官立小學	田景邨浸信會呂郭碧鳳幼稚園	金錢村何東幼稚園
李榮基紀念中英文幼稚園	香港保護兒童會蝴蝶蝶幼兒學校	樂善堂張葉茂清幼稚園
救世軍田家炳學校	基督教信義會沙田信義幼稚園	建生浸信會白普理幼稚園
保良局廣福幼稚園暨幼兒園	基督教香港信義會將軍澳幼稚園	匡智元朗晨樂學校
香港道教聯合會純陽小學	善正幼稚園	香港教育大學賽馬會小學
梨木樹天主教小學	保良局田家炳千禧小學	基督教粉嶺神召會小學
匡智元朗晨曦學校	保良局莊啟程第二小學	大埔商會幼稚園
香海正覺蓮社佛教普光學校	聖公會天水圍靈愛小學	新界婦孺福利會梁省德學校
德恩幼稚園有限公司小牛頓中英文幼稚園	僑港伍氏宗親會伍時暢紀念學校	仁愛堂張慕良夫人幼稚園暨幼兒園
香港普通話研習社科技創意小學	樂善堂梁錫瑤學校(分校)	元朗商會幼稚園
保良局郭羅桂珍幼稚園	中華基督教會香港志道堂基博幼稚園(將軍澳)	保良局曾星如幼稚園
順德聯誼總會梁李秀娛沙田幼稚園	牽晴間培元英文幼稚園	上水惠州幼稚園(分校)
新界婦孺福利會上水幼兒學校	中華基督教會屯門堂幼稚園二校	佳寶幼稚園第一分校(屯門分校)
博愛醫院朱國京夫人紀念幼稚園	寶血會思源學校	佳寶幼稚園第二分校(建生邨)
保良局馮梁結紀念幼稚園	香港青年協會李兆基小學	石籬天主教小學
世界龍岡學校朱瑞蘭(中英文)幼稚園	天水圍循道衛理小學	保良局陳溢小學
美樂中英文幼稚園(景峰花園分校)	台山商會學校	石湖墟公立學校
路德會啟豐學校	東華三院徐展堂幼稚園	大埔舊墟公立學校(寶湖道)
海壩街官立小學	東華三院高德根紀念幼稚園	天佑小學
仁濟醫院何式南小學	東華三院馬錦燦紀念小學	東涌天主教學校
佛教林金殿紀念小學	香港浸信會華恩幼稚園	保良局方王錦全小學
東華三院港九電器商聯會小學	東華三院廖恩德紀念幼稚園	路德會建生幼稚園
基督教香港信義會馬鞍山信義學校	中華傳道會呂明才小學	天主教聖安德肋小學
順德聯誼總會李金小學	天主教聖安德肋幼稚園	東華三院姚達之紀念小學(元朗)
潮陽百欣小學	東華三院力勤幼稚園	保良局兩川小學
上水禮賢會幼稚園	東華三院王胡麗明幼稚園	順德聯誼總會何日東小學
安東尼亞國際幼稚園	東華三院李黃慶祥紀念幼稚園	路德會聖十架學校
東華三院馬陳景霞幼稚園	東華三院黃朱惠芬幼稚園	大埔商會張學明幼稚園(將軍澳)
匡智屯門晨輝學校	保良局鄧碧雲紀念幼稚園	大埔禮賢會幼稚園
保良局世德小學	保良局戴蘇小韜幼稚園	大埔浸信會幼稚園運頭塘邨分校
荃灣潮州公學	基督教宣道會太和幼稚園	大埔禮賢會幼稚園(分校)
聖公會何澤芸小學	樂善堂梁泳釗幼稚園	順德聯誼總會屯門梁李秀娛幼稚園
聖公會青衣邨何澤芸小學	沙田圍胡素貞博士紀念學校	伊斯蘭博愛幼稚園
寶血會培靈學校	東莞學校	青衣商會天水圍幼稚園
仁濟醫院九龍崇德社幼稚園/幼兒中心	保良局西區婦女福利會馮李佩瑤小學	大埔舊墟公立學校
竹園區神召會將軍澳康樂幼兒學校	港澳信義會黃陳淑英紀念學校	佳寶幼稚園第三分校(天瑞邨)
保良局方王煥娣幼稚園	靈光小學	路德會呂祥光幼稚園
香港華人基督會煜明幼稚園	仁濟醫院裘錦秋幼稚園/幼兒中心	中華基督教會屯門堂何福堂幼稚園/幼兒園
香港道教聯合會圓玄幼稚園(富善邨)	保良局田家炳幼稚園	保良局蔡冠深幼稚園
啟思幼稚園幼兒園(愛琴)	保良局田家炳兆康幼稚園	基督教香港信義會祥華幼稚園
聖公會聖約瑟堂幼稚園	保良局吳多泰幼稚園	聖公會靈風堂幼稚園
東華三院李東海小學	栢基海韻幼稚園	保良局易桂芳幼稚園
基督教神召會梁省德小學	聖文嘉幼兒園幼稚園(荃灣)	中華基督教會屯門堂幼稚園/幼兒園

九龍區		港島區
基督教小樹苗幼稚園	九龍靈糧堂幼稚園	寶覺小學
樂善堂顧李覺鮮幼稚園	獻主會溥仁小學	官立嘉道理爵士小學
基督教香港崇真會安怡幼兒學校	鯉魚門循道衛理幼稚園	李陞小學
樂善堂小學	基督教宣道會宣基小學(坪石)	香港西區婦女福利會何瑞棠紀念幼稚園
基督教小天使(麗晶)幼稚園	福德學校	東華三院伍尚能紀念幼兒園
保良局黃樹雄幼稚園暨幼兒園	香港伯特利教會基甸幼稚園幼兒園	東華三院方樹泉幼兒園
白田天主教小學	天主教伍華小學	新翠培元幼稚園
保良局黃永樹幼稚園	油蔴地天主教小學(海泓道)	東華三院蕭旺李滿福幼兒園
保良局李徐松聲紀念幼稚園	保良局何壽南小學	培僑小學
協康會康苗幼兒園	啟基學校	香港東區婦女福利會黎桂添幼兒園
崇真會美善幼稚園	基督教聖約教會聖樂第二小學	筲箕灣街坊福利會張錦添紀念幼稚園
聖瑪加利男女英文中小學	黃大仙天主教小學	聖文嘉中英文幼稚園(利東)
保良局黃永樹小學	聖文嘉幼稚園(何文田)	聖文嘉中英文幼稚園(興東)
保良局謝黃沛涓幼稚園暨幼兒園	聖公會將軍澳基德小學	嶺南幼稚園(小西灣)
聖公會奉基千禧小學	閩僑小學	東華三院鶴山學校
香港漢文師範同學會學校(幼稚園)	保良局方王錦全幼稚園	英皇書院同學會小學第二校
香港保護兒童會新航黃埔幼兒學校	秀明小學	天主教海星幼稚園
將軍澳循道衛理小學	秀茂坪天主教小學	東華三院田灣幼稚園
西貢樂育幼稚園	迦密梁省德學校	宣道會上書房中英文幼稚園
保良局王少清幼稚園暨幼兒園	觀塘官立小學	基督教康山中英文幼稚園
中華基督教會協和小學	香港浸信會聯合會香港西北扶輪社幼稚園	英皇書院同學會小學
循道衛理聯合教會主恩堂幼稚園	天主教聖雲先幼兒學校	保良局莊啟程幼稚園
中華基督教會基顯學校	佳寶幼稚園	聖嘉祿學校
香港基督教播道會聯合會中國基督教播道會 厚恩堂厚恩幼兒學校	中華基督教會望覺堂啟愛學校	柴灣浸信會學前教育中心 呂明才幼稚園(小西灣)
基督教聖約教會司務道幼稚園	九龍塘天主教華德學校	基督教海面傳道會仁愛幼稚園
九龍塘學校(小學部)	天主教佑華小學	香港仔浸信會白光幼稚園
基督教宣道會香港區聯合會將軍澳宣道幼稚園	瑪利諾神父教會學校(小學部)	聖公會聖馬太堂幼稚園
順德聯誼總會梁潔華幼稚園	東華三院香港華都獅子會幼稚園	香港中國婦女會幼稚園幼兒園
中華基督教會基本小學	東華三院黎鄧潤球幼稚園	香港東區婦女福利會幼兒園
五邑工商總會學校	聖公會基福小學	柴灣浸信會學前教育中心呂明才幼稚園
聖公會聖約翰小學	五邑工商總會張祝珊幼稚園	聖馬可小學
聖公會牧愛幼稚園	基督教香港信義會南昌幼稚園	香港浸信會聯合會耀興幼稚園
樂富禮賢會幼稚園	聖愛德華天主教小學	港九街坊婦女會環翠幼稚園
禮賢會新蒲崗幼稚園		粵南信義會腓力堂與民幼兒學園
宣道會雷蔡群樂幼稚園		中華基督教會基灣小學
聖多馬堂幼稚園		基督教香港信義會信愛學校
深水埗浸信會幼稚園		
聖方濟愛德小學		
深信堂幼稚園		
油蔴地天主教小學		
中華傳道會基石幼稚園		
東華三院黃土心幼稚園		
天主教柏德學校		
保良局李筱蓂幼稚園暨幼兒園		
保良局梁安琪幼稚園暨幼兒園		
九龍靈糧堂幼兒園		

### 其他地區

深圳市蛇口學校

## 社區教育活動



本會積極為不同社區及機構推廣護脊操及脊科知識，本年度已成功向15個團體舉辦護脊講座、教授護脊操及護脊資訊。參加者加深了對脊科的認識，提高了護脊意識，更著重脊骨神經健康，並且更懂得愛護脊骨。

# 賽馬會護脊社區推廣計劃

## 十八區巡迴遊戲日(灣仔區)

2017年，我們進入灣仔區，透過攤位遊戲、體態分析及派發護脊教學材套，目的是把護脊資訊和文化帶到社區，讓大眾了解脊骨神經健康的重要性。



## 護脊教學材套

承蒙香港賽馬會捐助，製作「護脊桌上遊戲(護脊飛行/挺直之旅)」，一盒遊戲，具備兩種玩法，讓學生能從遊戲和樂趣中學習到脊骨神經健康的知識，並建立良好的護脊習慣及理想姿勢。



護脊故事繪本



護脊桌上遊戲



脊骨博士書夾



# 全港挺直日暨世界脊骨日2017



原訂於10月15日舉辦之「全港挺直日暨世界脊骨日2017」因八號熱帶氣旋影響而取消，但仍無減我們對推廣兒童脊骨神經健康的熱誠。我們終於力挽狂瀾，「全港挺直日暨世界脊骨日2017」於11月26日再次假樂富廣場舉行，並在一片歡樂氣氛中圓滿結束，場面熱鬧哄動！





各主禮嘉賓一同合力完成動態姿勢儀式，教導大眾定時轉換姿勢，減輕神經受壓。同場舉行護脊主題嘉年華、千人護脊操、護脊體適能測試、護脊工作坊、脊骨檢查等，吸引了超過兩千多名市民參與，場面非常熱鬧。透過豐富的體驗活動，深入了解脊骨神經的重要性。當日亮點是約百多對親子護脊操大使肩負使命，向社區人士宣揚護脊信息。



### 親子護脊操大使齊齊跳護脊操



# 第九屆「讓孩子挺直」

## 慈善高爾夫球賽2018





第九屆「讓孩子挺直」慈善高爾夫球賽於2018年1月17日假香港哥爾夫球會舉行，目標為義診服務及挺直脊科中心籌務運作經費。

今年再添新意，學童親自致送運動毛巾予參加者，齊做拉頸運動，場面溫馨。活動更特設手機體態分析，瞬間知道體態結果。

本會特別鳴謝香港哥爾夫球會贊助場地及各個贊助商和團體的鼎力支持，亦感謝協助活動的護脊大使和脊醫，全賴他們，孩子能體驗到高爾夫球運動的樂趣，亦使活動在一片歡樂氣氛中順利完成！



### 齊做毛巾拉頸運動



# 十周年慈善晚宴



當晚星光熠熠，感謝眾星出席和鼎力支持

2017我們邁向十周年並拓展了嶄新的服務，成立「挺直脊科中心」，集教育、遊戲於一身，透過挺直之旅體驗、多媒體遊戲，讓兒童認識脊骨神經的重要性。

衷心感謝各界一直的支持，我們特此舉行了十周年慈善晚宴，分享成果及喜悅。當晚星光熠熠，榮譽護脊大使鄭文雅、藝人區瑞強、護脊操的主唱姜文杰及特別嘉賓李亞男，還有星級司儀朱慧敏小姐，慧妍雅集代表宋愛儀小姐及唐麗球小姐，眾護脊之星為晚宴生色不少。



當晚亦頒發了感謝狀予護脊先鋒、顧問團隊、脊醫及資深護脊大使。為了讓持份者更了解我們的服務，我們更邀請受惠家庭分享義診故事。



受惠家庭分享孩子的義診經歷

## 「讓孩子挺直」賣旗日

本會於2017年7月8日(星期六)舉行了「讓孩子挺直」新界區賣旗日。我們每年均面對不同挑戰，適逢學校畢業禮及結業禮，令招募義工的工作異常艱辛。幸得眾多學校的支持，當日雖然天氣不穩定，且雨勢頗大，但仍喜見有二千多對親子參與；我們亦動員了50多位熱心的旗站工作人員，透過眾人熾熱的心融化了香港市民，籌款尚算理想，相信所籌得之款項能夠令更多人受惠。挺直團隊將全力以赴，開拓更多服務！



## 其他機構/團體培訓及活動



香港公開大學「帶領遊戲技巧」工作坊 —— 為200多名就讀幼兒教育的學生舉行3場「帶領遊戲技巧」分享會，希望他們對教育時刻保持熱誠。



家寧健康服務中心護脊工作坊



ERB導賞 職業發展服務處



華員會(全民運動日2017)



土瓜灣馬頭圍區護脊工作坊  
(與區議員合辦)



星河明居會所  
(向痛症說Bye工作坊)



參與「商界展關懷」社區伙伴合作展覽



參與「商界展關懷」簡介會



— 號銀海會所 — 向痛症說Bye工作坊

### 服務數字概覽

活動	舉行次數
遊戲日	1次
世界脊骨日	1次
慈善高爾夫球賽	1次
十週年慈善晚宴	1次
賣旗日	1次
護脊工作坊	7次
商界展關懷展覽	2次
義工參與	

人數：101人  
時數：1819小時



Peace box 祝福大行動為基層家庭送上心意和關懷



## 挺直脊科中心

「兒童脊科基金」於2016年10月設立「挺直脊科中心」，希望每個孩子，特別是基層兒童，能享有定期調整脊骨的機會。集教育及脊科護理於一身的「挺直脊科中心」提供學童脊科保健計劃、脊骨檢查及調整服務、護脊教育服務、基層兒童義診計劃。使他們能重拾健康，再展笑容，擁有充滿希望的將來。



## 基層兒童義診計劃

本會致力推行「基層兒童義診計劃」，為患脊骨及其他相關健康問題，並有經濟困難的兒童(領取書簿全津或綜援)，提供免費脊科檢查、體態及姿勢評估、脊骨調整服務及護脊運動教學。讓他們能建立健康生活模式，並透過適切的脊骨調整，恢復健康，發揮生命的最高潛能。



中心於2017年4月至2018年3月期間，共為169名基層兒童進行逾1200次脊骨調整及檢查。



## 脊醫諮詢日



中心定期會舉辦「脊醫諮詢日」，由註冊脊醫主講各種痛症與脊骨的關係、教授護脊操及提供免費體態檢查，以促進社區大眾對脊骨健康的關注和認識。



## 挺直之旅



挺直之旅是全港首創護脊體驗學習中心，融合脊骨神經系統和人體健康的資訊、體感遊戲、角色扮演、脊骨探索玩具、互動遊戲等元素。讓參加者可在遊戲中認識脊骨神經系統與健康的關係。

### 服務數字概覽

	人數
脊骨檢查(兒童)	643人
脊骨檢查(成人)	791人
脊骨調整(兒童)	4100人
脊骨調整(成人)	1596人
基層兒童義診計劃	169人
脊醫諮詢日	280人



## 受惠團體 / 機構

香港青少年服務處賽馬會方樹泉綜合青少年服務中心

香港仔坊會社區中心

曷明會

香港青少年服務處 賽馬會恆安綜合青少年服務中心

香港聖公會麥理浩夫人中心社區互惠銀行

樂善堂李賢義裔群社- 少數族裔支援服務中心

香港政府華員會

愛兒城

香港職業發展服務處

一號銀海會所

又一居會所

星河明居會所

家寧社會服務中心

OCHK LiPACE

保良局翠林中心 - 家庭暴力受害人支援計劃



# 心晴分秒

## 榮譽顧問脊醫分享



榮譽顧問脊醫  
伍仲恒脊醫

### 情繫家鄉

我在加拿大接受脊骨神經科醫學訓練，畢業後在卡加利執業了差不多30年，並且建立了一個美滿的家庭，但心裡仍十分惦念在港年逾過百的祖母，希望趁她尚健在的時候，可以多點探望及照顧她；同時亦得悉在港執業的脊醫實在太少，市民大多不認識脊骨神經健康，因此我便毅然回流，並決定在港執業。

我一向熱愛義務工作，例如在教會帶領夫婦成長小組，更加嚮往可以參與一些與脊科有關的義務工作，能夠貢獻自己的專業回饋社會實在是一樁美事。奇妙地，回港不久便認識了兒童脊科基金，並毫不猶豫地擔任了義務顧問脊醫。轉瞬間便接近10年了。期間一直持續參與不同範疇的活動，包括教師工作坊、家長工作坊、一校一脊醫、新聞發佈會、世界脊骨日、慈善高爾夫球賽、為小朋友做體態檢查和義診服務等，令我有不同體會。

最令我感到有意義的是提供義診服務予基層家庭兒童。其中有一個很深刻難忘的個案，她由2009年開始因頭痛及頭暈無法上學，更差點兒要輟學，雖接受了不同治療，但全不奏效，家長非常徬徨無助。經老師的鼓勵參加了義診計劃，發現她的頸椎出現錯位及患有脊骨側彎。我充當了她的義務脊醫，為她第一次調整了錯位的脊骨。奇蹟出現了，她翌日便可上學，而且還可長途跋涉地到將軍澳參加聯校活動，終於再次重踏校園，夢想成真，令我們不禁驚嘆脊骨神經健康的重要性。在這經歷中同時引證了身體奇妙的創造，體現了造物者精密的設計。

香港實在十分缺乏執業脊醫，社會有很大需要，尤其是基層家庭，護育意識不足，又未能負擔脊醫費用。今年，我喜見女兒也成為了脊醫，並決定在港執業，盼望她亦能跟隨我的腳蹤，以專業幫助更多有需要的人，繼續以生命影響生命。

# 孩子的故事



## 放下重擔

思宇患有高低膊，呼吸不順，嚴重影響睡眠。骨科醫生診斷他患有胸骨突出症，媽媽擔心需做手術。沒想到義診除了改善高低膊，現在體態、睡眠、外觀都改善了，媽媽終於可放下心頭重擔。



## 增強抵抗力

脊骨調整後，姐姐思雅的抵抗力增強了，鼻敏感改善了；弟弟思源則消化能力改善了，胃口好了，睡眠質素有改善，情緒也沒那麼容易煩燥。



## 我長「高」了

心心小一時因脊骨側彎而要戴支架，小六時又發現有長短腳。更有頭部前傾、盤骨高低、頭痛、頸痛、睡不安寧的問題。脊骨調整後，頭痛和頸痛立刻舒緩了很多，睡得好了，整個人精神奕奕。更難以置信的是長短腳問題都有改善。



## 挺直人生

浩浩站著時會不自覺地將重心傾向左邊，難以站直，現在終於可挺直地站著。



## 與脊醫成為好朋友

接受義診後，軒軒的高低膊問題改善了，走路時沒再說累了，睡眠和專注力都有改善。軒軒很喜歡中心的脊醫，大家都成為了好朋友。



## 再展笑容

每早起床，澄澄頭頂至後腦位置會間歇性感到痛。脊醫發現她有中度頭部前傾，引致頸椎性頭痛，並伴有肚痛、情緒壓力的問題。經過脊骨調整，澄澄的頭痛已減少了。平日也有注意姿勢及做護脊操。



## 脊骨神經真奇妙

謙謙走路傾向右邊，容易絆倒。參加義診服務後，走路及平衡力均改善了八成之多，並表示：「脊骨神經真奇妙。」



## 痛楚不再

馬星常受腳跟痛、常發惡夢、睡眠質素較差等問題困擾，經調整後，情況大大改善，現在更可以去行山做運動。



## 愛閱讀的小子

體質容易疲倦的友友，令媽媽頭痛不已。經慈善機構介紹，友友認識了「挺直脊科中心」。經脊醫檢查後發現他的脊骨有一系列問題。經過了十次調整後，友友在體力方面有顯著改善，不再容易疲倦。



## 運動健將

原是運動健將的淇淇，近年受頭痛及腳痛困擾，現在疼痛的情況大大減少，更改善了睡眠質素，在運動場上經常奪標。



## 理想姿勢型人

腰背痛令瑋瑋難以入睡，經過調整，瑋瑋表示睡眠質素有改善。更承諾注意姿勢並勤做運動。



## 無憂生活

自從參加義診計劃後，鈞鈞不但在睡眠質素方面有改善，也開始注意自己的姿勢，在坐姿上有很大的改進，可以無憂地繼續閱讀。



# 護脊大使分享

## FANNY

對我來說，當義工不但可以幫人，還可以學到如何協助一個機構推廣和籌辦有意義的活動。我很高興能發揮所長，感恩有機會學習新事物，擴闊視野。從義工活動中，我找到了自己的價值，並以自己的技能貢獻社會。正所謂「施比受更為有福」，有能力為他人作出貢獻，是我的福氣。我相信，只要帶著謙卑的心及使命感，定能達到「讓孩子挺直」的目的！



## 陳Sir

定期收到CCF(兒童脊科基金)的護脊資訊，經常聽到CCF宣傳「脊骨神經好重要」這個訊息。潛移默化下，我更加關注自己的脊骨健康。

說到收穫，當然是和孩子們開開心心地渡過一個又一個的歡樂時光，這的確是快樂中的快樂。深願將來在全港18區都可推展護脊大使培訓，有更多人加入CCF的義工團隊。



## GORDON

常有人問我為什麼要當義工？答案很簡單：我退休後有更多空餘時間，為了充實地善用餘暇，我決定做義工。當我正考慮要加入哪個慈善團體時，有位朋友建議我到兒童脊科基金當義工，不但可以幫助有需要的基層兒童，亦可增加對保護脊骨方面的認識，從而改善自己的寒背問題。當時，我抱著姑且一試的心態答應了朋友的邀請。起初，我只打算參與單次或短期的義工活動，但在參與義務工作期間，我發覺中心的職員十分親切友善，常常關心我們。我很喜歡這裡的環境及氣氛，有一份像家的溫暖。現在，參與義務工作已成為我生活的一部分，亦使我的退休生活過得很充實、很快樂。

# 書包重 玩手机 學童易「冇腰骨」

獨眼江  
江文

下週五新學年開學，華莘學子又要背起沉甸甸書包，長時間坐在書枱前做功課和溫習。兒童骨科基金為近1400名16歲以下學童檢查脊椎健康，發現近七成都有一項或以上體態問題，包括脊柱側彎、寒背、高低腳，有個家脊椎更彎至70度，需進一步治療如手術矯正。基金負責人表示，近年學童脊椎問題嚴重，相信與「低頭族」有關，家長應多帶子女做運動和護脊操，否則長大後手尾長。

兒童骨科基金去年9月至今年8月舉辦「全港兒童護身校園計劃」，在不同地區小學、基金轄下的私立學校和中心，為1392名16歲以下人士作體態檢查。結果發現，有67%、即944名學童有一項或以上體態問題，當中主要有寒背、高低腳亦有不少，另有近四分之一有脊柱側彎【表1】。

## 脊椎體態問題多

基金總監劉國賢、首席神經科醫生陳耀基表示，學童普遍有脊椎問題，相信主要是因為平時坐姿不良如加緊執筆、上課後做功課時喜歡托著書等，另外，書包太重亦是因素之一。此外，近年寒背多小朋友及大多時間玩電腦手機或平板電腦成為「低頭族」，均是導致體態和骨質問題加劇。

體態檢查，是針對學童體態檢查時，發現不少有嚴重高低腳，部分個案的彎曲度約10度的C或S型，更嚴重者有1、2名學童脊椎側彎度60-70度，可能與先天性結構問題有關。同時又有學童骨盆位置不良，已由家長提供意見，建議調向骨科醫生手術，甚至調換手術才能矯正。「目前檢查是高的，相信有不少個案將來，有問題需要更進一步體態治療，有問題需要更進一步體態治療，有問題需要更進一步體態治療。」

調查指出，不少有體態問題的學童，因為過重的書包重量，有時會響呼吸和睡眠，大腦接收神經信號傳導的訊息亦會受到干擾，或甚至受干擾，故可能出現過敏症狀。

劉國賢指出，不少有體態問題的學童，因為過重的書包重量，有時會響呼吸和睡眠，大腦接收神經信號傳導的訊息亦會受到干擾，或甚至受干擾，故可能出現過敏症狀。

基金轄下位於九龍城區的健康科學中心，會為有體態問題的學童進行詳細檢查，家長可致電預約，領取全套體態檢查報告和諮詢專家意見。家長亦可向基金查詢，如何避免體態檢查和治療。



陳耀基表示沉重的書包重，會導致學童重心向上傾，長時間出現脊柱側彎，故書包重量應只占體重10%。(攝：攝攝攝)

## 兒童脊骨問題調查結果 表1

總檢查人數	1392人
發現有體態問題	944人
寒背	622人 (66%)
高低腳	409人 (43%)
脊柱側彎	230人 (24%)

## 預防脊骨問題小貼士 表2

1. 保持正確坐姿，不要彎腰或托腰。
2. 書枱高度應與孩子坐時雙腳的10%，上眼最多為12%。
3. 使用智能手機或平板電腦時，眼不要靠得太近，應與眼睛保持水平，不要使用長時間，每30至45分鐘就要站起來做伸展。
4. 多運動，可跑步、步行、同時多做一些伸展。
5. 每日做護脊操，一日2至3次，每次10至15分鐘。

## 玩手机應正確坐姿 表3



## 父母協助 糾正坐姿

用智能手機、平板電腦玩遊戲或成功功課，是不少兒童喜愛及日常活動，玩遊戲更是拿上手就沉迷不放。家長林先生的8歲女兒和6歲兒子，善用智慧手機YouTube，加以東坐坐不正確姿勢矯正，結果出現脊柱側彎問題，甚至影響生活。林先生與小三的女兒QQ，做功課喜歡趴伏枱，又經常翻腳，YouTube一翻就一兩個鐘，唔叫佢們只

會一直「」。他和太太都要上班，不能在家長時間看著子女，外傭則坐好又冇閒，最近覺得子女走起路時歪歪，又有寒背，故帶去檢查。確定為高低腳及脊柱側彎問題。



林先生指女兒QQ趴在枱功課及用低頭枱長大，致出現高低腳及輕微脊柱側彎。(攝：攝攝攝)

## 追聞

# 低頭用電子產品 小一生致寒背

### 68%學童現體態問題 嚴重恐長骨刺

不少學童對電子產品愛不釋手成為「低頭族」，調查發現，近70%學童有寒背、高低腳及脊柱側彎等問題。

兒童骨科基金於去年9月至今年8月，透過全港兒童護身校園計劃，在不同地區小學及私立學校和中心，為1392名16歲以下人士作體態檢查。結果發現，有67%、即944名學童有一項或以上體態問題，當中主要有寒背(43.3%)及脊柱側彎(24.4%)。

基金轄下位於九龍城區的健康科學中心，會為有體態問題的學童進行詳細檢查，家長可致電預約，領取全套體態檢查報告和諮詢專家意見。家長亦可向基金查詢，如何避免體態檢查和治療。



## 體態問題徵兆

- 坐姿歪斜或駝背
- 兩腳長度不一
- 兩腳長度不一
- 兩腳長度不一

不少學童對電子產品愛不釋手成為「低頭族」，調查發現，近70%學童有寒背、高低腳及脊柱側彎等問題。



## 陳章萍限期前 未回興德交接

【本報訊】獲委任的屯門區學校校長陳章萍，將於本週四(18日)與前任校長陳國興交接。

陳章萍將於本週四(18日)與前任校長陳國興交接。陳章萍將於本週四(18日)與前任校長陳國興交接。

陳章萍將於本週四(18日)與前任校長陳國興交接。陳章萍將於本週四(18日)與前任校長陳國興交接。

醫生籲家長  
留意子女坐姿

# 學童多「低頭族」 67%有脊骨問題



記者：彭安琪

隨着電子產品普及，不少兒童紛紛成為「低頭族」，威脅脊骨健康。脊科

基金今公布學童脊骨健康調查，發現六成七學童受脊骨問題影響，如：脊骨側彎、寒背及高低膊等，因而導致呼吸不暢順等後遺症影響。兒童脊科基金榮譽顧問陳鑑生表示，脊骨問題成因與學童經常低頭使用手機有關，提醒家長須多加留意子女坐姿，提醒子女多做護脊操及伸展運動。



小朋友因低頭看手機(左圖)及書包太重(右圖)等情況，令脊骨出現不少問題。黃賢創攝



脊科基金在去年九月至今年八月期間，為全港一千三百九十二名十六歲以下學童檢查，發現百分之六十七的學童有至少一項與脊骨相關的體態問題，尤以寒背為重，其中逾六成均患上寒背問題。陳鑑生表示，今年的數字比往年下降十四個百分點，反映學童和家長的護脊意識提高，但仍需加強教育。「百分之六十七這個數字仍然是很嚴峻。」他表示，由於學童身體的柔韌度較高，即使患上與脊骨相關的體態問題，亦不會感到痛楚，但已可能引致呼

吸不暢順，長遠而言，會產生痛症及骨刺等問題。陳鑑生表示，學童書包過重，擠壓包時身體自然向前傾，加重脊椎壓力，引致寒背。「書包重量不應超過學童身體的百分之十。」他又表示，學童患上脊骨問題的另一成因是長期低頭使用手機，增加頸部肌肉壓力，影響頸椎弧度，「若小朋友的頭太低，頸椎可能在承受近五十、六十磅的壓力，久而久之會影響頸椎弧度。」他指出，現時不少成人及兒童經常使用平板電腦，令頸椎弧度偏直。

## 書包重量勿逾體重10%

家長林先生的子女患有脊骨側彎及高低膊，他估計是與經常低頭使用手機有關，「每天至少花一至兩小時用手機看 YouTube，若不主動叫停，[子女]便會一直看。」經醫生診斷後，他發現脊骨問題可能影響子女的食慾，「平日[子女]連半碗飯都吃不下，之前沒想過原來(脊骨問題)會有影響，因為脊骨壓着神經線。」他表示，日後會提醒子女多做伸展運動，舒緩情況。

## 建議日做三次護脊操

陳鑑生建議，患脊骨問題的人士每天需做兩至三次的護脊操，每次需時的十分鐘。他亦提醒，家長除了留意子女坐姿，亦要叮囑子女每隔三十至四十分鐘轉換姿勢，伸展身體肌肉。現時衛生署的學生服務中心只為小學五年級或十歲學童檢查脊骨，陳認為，脊骨問題日益普遍，但家長及學童不易察覺，因此衛生署應加大服務，提高檢查人士年齡層至中學畢業。

7-8-21

明報 A12

## 低頭致痛症 脊醫倡每日護脊操

【明報專訊】現今不少學童已成「低頭族」，兒童脊科基金首次推行「暑期學童脊骨大檢閱」，脊醫陳鑑生表示，「低頭族」或坐姿不正確會對頸部和腰部造成壓力，衍生不同痛症，甚至影響脊骨；建議家長多留意子女坐姿，有脊骨問題的學童應每天做護脊操。

### 調查：2/3學童患「寒背」

兒童脊科基金去年9月至今年8月展開「全港挺直護脊校園計劃」，為1392名16歲以下學童提供體態檢查，發現當中950名學童有體態問題；逾六成半學童有「寒背」（又名圓背）、逾四成有高低膊及近兩成半有脊骨側彎。

陳鑑生指出，書包過重、缺乏運動和坐姿不正確為主因。而長期低頭或會改變頸椎弧度，造成肩頸痛和出現呼吸不暢順。陳建議，每30至45分鐘要轉換坐姿，每日做20至30分鐘護脊操，又建議學童書包重量為體重的10%至12%。

衛生署數字顯示，過去15年患有脊骨健康問題的兒童不斷上升，由2007/08年的13.5%上升至前年約17%，當中09/10年曾回落至不足10%，翌年又回升至約15%。

## Local

## Posture warning for children with head down in gadgets

Riley Chan

More than 67 percent of children and youngsters have bad posture, with a quarter of them suffering from abnormally curved spine as more people play with smartphones and tablets from a young age.

Children Chiropractic Foundation interviewed 1,392 youths aged 16 or below from last September to this month, and found nearly 66 percent suffered from

hunchback, 43 percent from unequal shoulder height, and 24 percent from scoliosis.

Chiropractor Jacky Chan Yat-sang, honorary adviser of the foundation, said hunchback and unequal shoulder height are common symptoms of spine problems.

"The spinal cord connects the brain to nerves throughout the body," Chan said.

"If the problems are not identified at an early stage, it could lead to bone spurs and other diseases."



A study by the Department of Health earlier this year found that children start using smartphones at one year old.

Chan said the way children stare at the phones increases the stress on their neck, as they usually drop their chins on to the chest. For example, the weight on the neck increases to 27 kilograms when the head is angled down to about 60 degrees.

He said the screen of electronic devices should be held at eye level to make sure the neck and spine are aligned.

Children who need to sit in front of the computer for a long time or over 45 minutes should make sure they sit upright with their back and shoulders against the back

of the chair. The feet should also be placed comfortably on the floor to avoid leaning forward, which would lead to hunchback.

Lam, a father of two, said he did not notice his children had mild scoliosis until he took them for a check-up by chiropractors. "I noticed that they have poor sitting posture, but my kids never complained to me about any unusual pain, so I wasn't aware of the problem," he said.

People with scoliosis have a spine that curves to the side, showing an "S" or a "C" instead of a straight line, Chan said.

Very often, cases of scoliosis go unnoticed as pain is rarely involved at the beginning. Parents should check by eye for the symptoms of unequal shoulder height and hunchback by asking their children to stand straight. They should also take their children to scoliosis screening every six months, so that early referral to specialists can be made, Chan added.

The foundation advised the government to extend the Student Health Service to cover students older than 10. Parents should also pay attention to the weight of the child's schoolbag.

## 救救孩子脊骨 限「e奶嘴」不容緩

「低頭族」愈見年輕化，衍生的問題亦更嚴重。有調查顯示，逾六成學童受骨質問題影響，主要與學童經常低頭使用手機等電子產品有關。近年愈來愈多研究發現，電子產品對兒童成長各方面帶來影響，家長、學校及政府部門不容忽視，應從小開始預防及處理問題。

骨質問題，可以引致寒背、高低膊、脊柱側彎等。一旦骨質錯位形成，神經訊息的傳遞便會受到影響，身體可

能會出現各種疾病；如果沒有作適當治療，隨着年紀增長，問題有機會惡化，可能導致腰痛、心肺出現毛病。

手機等電子產品普及，不但對兒童骨質健康衝擊加劇，更帶來視力、社交發展和心理健康等問題。社會再不正視，將會禍延未來整代人發展，代價非常高昂。

要建立「挺直人生」，須從小開始護理骨質健康，家長必然是肩負第一防

線。父母要嚴格限制子女使用手機等電子產品時間，例如限制每天花少於兩小時，在電子屏幕產品上作娛樂用途。假日多帶子女出外活動舒展身心，培養小朋友發展興趣，減少他們對手機等電子產品的依賴。

學校與教育局也應針對學童骨質受損問題，推出全盤預防措施，包括體育堂須規定學童做相應的伸展性運動，甚至考慮要求學生每天上課前做早操，糾

正錯誤姿勢加強肌肉力量，及早改善骨質健康。

現時衛生署只為小學五年級或十歲學童作首次骨質檢查，但現實是不少學童早在入學讀書前，已獲父母送上「電子奶嘴」，處於成長階段的小朋友，身高增長速度快，衛生署應考慮每年為學童檢查骨質健康，以及早糾正骨質問題。

# 財政報告

資產負債表(截至二零一八年三月三十一日)

流動資產	2018 HK\$	2017 HK\$
銀行及現金結餘	5,238,961.40	2,678,590.96
按金	257,740.00	266,800.00
臨時帳戶	-	1,074.10
	<u>5,496,701.40</u>	<u>2,946,465.06</u>
流動負債		
應付費用	83,136.90	47,903.30
淨流動資產	<u>5,413,564.50</u>	<u>2,898,561.76</u>

詳細收支(截至二零一八年三月三十一日)

收入	2018 HK\$	2017 HK\$
捐獻收入		
賣旗收入	798,823.70	-
個人	2,911,739.64	3,408,227.65
慈善高爾夫球賽	554,648.00	827,510.00
學校	379,080.90	718,238.50
香港賽馬會慈善信託基金	699,164.10	218,124.90
香港公益金	996,720.00	-
挺直脊科中心	1,790,670.02	309,880.00
利息	592.26	308.11
雜項收入	-	67,681.60
	<u>8,131,438.62</u>	<u>5,549,970.76</u>

支出

會計費用	6,000.00	6,000.00
核數費用	4,000.00	1,500.00
廣告費用	-	3,800.00
銀行費用	2,689.40	2,022.00
資訊科技	33,339.50	13,984.50
顧問費用	-	87,915.00
佣金支出	-	32,800.00
清潔費用	35,124.50	23,030.60
折舊支出	755,328.32	404,934.98
活動開支	-	40,530.20
賣旗日支出	30,763.70	-
慈善高爾夫球賽	110,175.72	198,978.10
保險	8,917.13	14,891.15
挺直脊科中心支出	817,832.89	489,024.11
會址管理費	-	6,800.00
會員費	1,100.00	2,400.00
強積金	45,877.53	40,575.50
郵費及快遞	-	5,029.10
印刷及文具	-	5,739.40
項目開支	613,322.53	162,766.94
租金	1,043,980.00	638,740.00
維修開支	47,406.00	7,447.00
員工工資	1,323,293.06	800,640.10
雜費	7,663.66	4,452.46
電話及傳真	13,491.00	11,482.00
運輸	3,121.60	7,000.92
交通	-	4,188.80
辦公室水費及電費開支	21,999.90	15,017.70
賽馬會護脊社區推廣計劃		
一般支出	234,147.76	288,349.39
員工工資	149,600.00	413,380.10
強積金	5,610.00	20,669.00
總支出	<u>(5,314,784.20)</u>	<u>(3,753,889.05)</u>
本年度盈餘/虧損	<u>2,816,654.42</u>	<u>1,796,081.71</u>

# 鳴謝

基金會謹代表受惠的服務使用者，向所有在過去一年曾捐助及支持本會的人士及團體/機構，致以衷心感謝。  
(排名不分先後)

## 團體/機構

香港公益金	香港賽馬會慈善信託基金	慧妍雅集	香港檳球總會
蒲窩青少年中心	小明星舞蹈學校	香港家庭教育學院	志安哥哥
東方體育會	音樂農莊	耀鳴聲劇團	高人會
香港藝人高爾夫協會	香港婦聯	中國香港體適能總會	香港哥爾夫球會
香港華人女子高爾夫球總會	Golf 18 Club	美國Sherman脊科大學	領展LINK

## 企業贊助

美平實業有限公司	舶來品	富冠科技有限公司
明輝集團	新明苑飲食集團	創健環美醫學美容診所
德利機械有限公司	四喜珠寶金行(香港)有限公司	大惠皮具制品有限公司
怡泰製衣廠	植華品牌(亞洲)有限公司	松柏電池廠有限公司
黎耀華會計師事務所	嘉瑞國際控股有限公司	惠州協益五金有限公司
力嘉國際集團有限公司	迅誠電業有限公司	萬希泉鐘錶有限公司
龍皇酒家飲食集團	ECOSOFT SYSTEMS	SPI Development Ltd.
SINOMAX	Choi, Lo & Co. CPA	MoonRock
le coq sportif	Munsingwear	Kingcap Technology Co.
Downtown Chiropractic Limited	ISSI BOUTIQUE International Ltd	
Grown-Up Licenses (Asia) Limited		

## 護脊先鋒

陳晏枝先生	陳林青先生	陳 釗先生	張安隆先生	程志輝先生	蔡國偉先生
莊金寧先生	周聯發先生	鍾國全先生	崔雄益先生	洪育才先生	葉錦培先生
葉嘉慧小姐	葉蔓慧小姐	黎汝賢先生	林楚娟小姐	劉燕芬小姐	黃遠勳先生
李遠發先生	梁興台先生	梁光錢先生	廖浩然女士	盧秀翹女士	駱國昌先生
馬餘雄先生	彭嘉琪先生	沈慧林先生	曾慶豐博士	黃遠勳先生	姚瑞棠先生

Liu King Chun   Lee Chun Wai, Peter   Chan Yee Hang Gilda

## 捐款者

周玉霞	梁兆輝	盧惠儀	張愛娥	鄭永權	林凱恩	梁燕薇	莫雪貞	楊玉純	葉慧敏	王美玲
譚笑芳	周潔貞	蔡享利	駱振聲	蘇家文	張美儀	馮佩珊	鄭永權	楊榮基	趙劍盾	郭秀慧
陳美顏	林惠玲	黃永熾	梁慧芬	祝健輝	文慧芬	陳鑑生	周啟良	張麗珠	梁綺媚	簡幼娟
許譽曦	邵日平	馮立榮	黃偉權	吳偉文	王淑芬	馮福平	羅杰才	張麗華	余雅娜	
余秀玲	陳文權	盧淑宜	Man Lok Shing	So Yin Chun			Ho Chi Pang		Leung Ho Yuen	
Au Kin Hung		Leung Fung Ping Rose		Ophelia Lam			Chow Yuen Ha		Ip Wai Man Ivy	
Ken Li		Liao Chung Wei Henry		Leung So King			Crystal Wong		Chan C* T*	
Krystal Wong		Rebecca Au Yeung		KoKo Tsang			Anne Yip		Apple Leung	
Frankie Au		Chow Hak Shun Steven		Daniel Li			Tsang Yuk Yu		Eva Tsui	
Wu Chu Man		Lau Po Wah Lawrence		Law Sai Chung			Yun Kit Ling		Anny Chan	
Wong Pak Kei		Wong Wai Man		Lau Man Sau			Zoe ChenLee Suk Yin			
Lo Pui Yiu		Kwan Lee Wing		Lai Hiu Fung						



機構會員  
**HKCSS**  
Agency Member

兒童脊科基金乃香港公益金及香港社會服務聯會會員



美國Sherman脊科大學  
全力支持



兒童脊科基金

電話：(852) 2388 2826

傳真：(852) 2388 7213

電郵：info@ccf.hk

網址：www.ccf.hk

地址：香港九龍城啟德道24-26號地下

本會是根據稅務條例以兒童脊科基金有限公司註冊成立的慈善團體