

2020-2021 Annual Report 年度報告

「疫」・逆同行



兒童脊科基金
Children Chiropractic Foundation
讓孩子挺直

關於 兒童脊科基金



基金會的成立源於一個信念 – 每位小朋友都可享有定期檢查和調整脊骨的機會。兒童脊科基金於2007年成立，首個推行的項目是「全港挺直」護脊校園計劃，因為家長和老師是推動兒童脊骨神經健康的重要持份者，要教育學童護脊，必須同時教育家長和老師；2014-2017年我們獲得香港賽馬會慈善信託基金支持，推行護脊社區推廣計劃，將護脊服務延展至社區；2016年於九龍城設立第一個服務中心 – 「挺直脊科中心」，讓我們可以從外展式服務，發展至擁有固定服務點；2017年成為香港公益金會員後，有較穩定資源推行護脊校園計劃；2019年成功申請「賽馬會挺直之旅計劃」，開展護脊運動教育、鍛鍊和培訓，同年榮獲「2019社聯最具成效中小型非政府資助社會服務機構獎」。

核心 服務

- 護脊校園計劃
- 學童脊科保健
- 兒童脊科義診
- 脊骨檢查及調整
- 脊醫諮詢日
- 護脊運動訓練
- 「挺直之旅」體驗天地

信念

我們深信透過適切的脊骨調整和護脊運動，能促進神經系統的效能，引發人體的自癒能力，讓孩子發揮最高的天賦潛能。

願景

社會大眾擁有自然取向的生活模式，注重脊骨神經健康，每個孩子都能得到脊骨保健，免受脊骨錯位的干擾，享有健康挺直的人生。

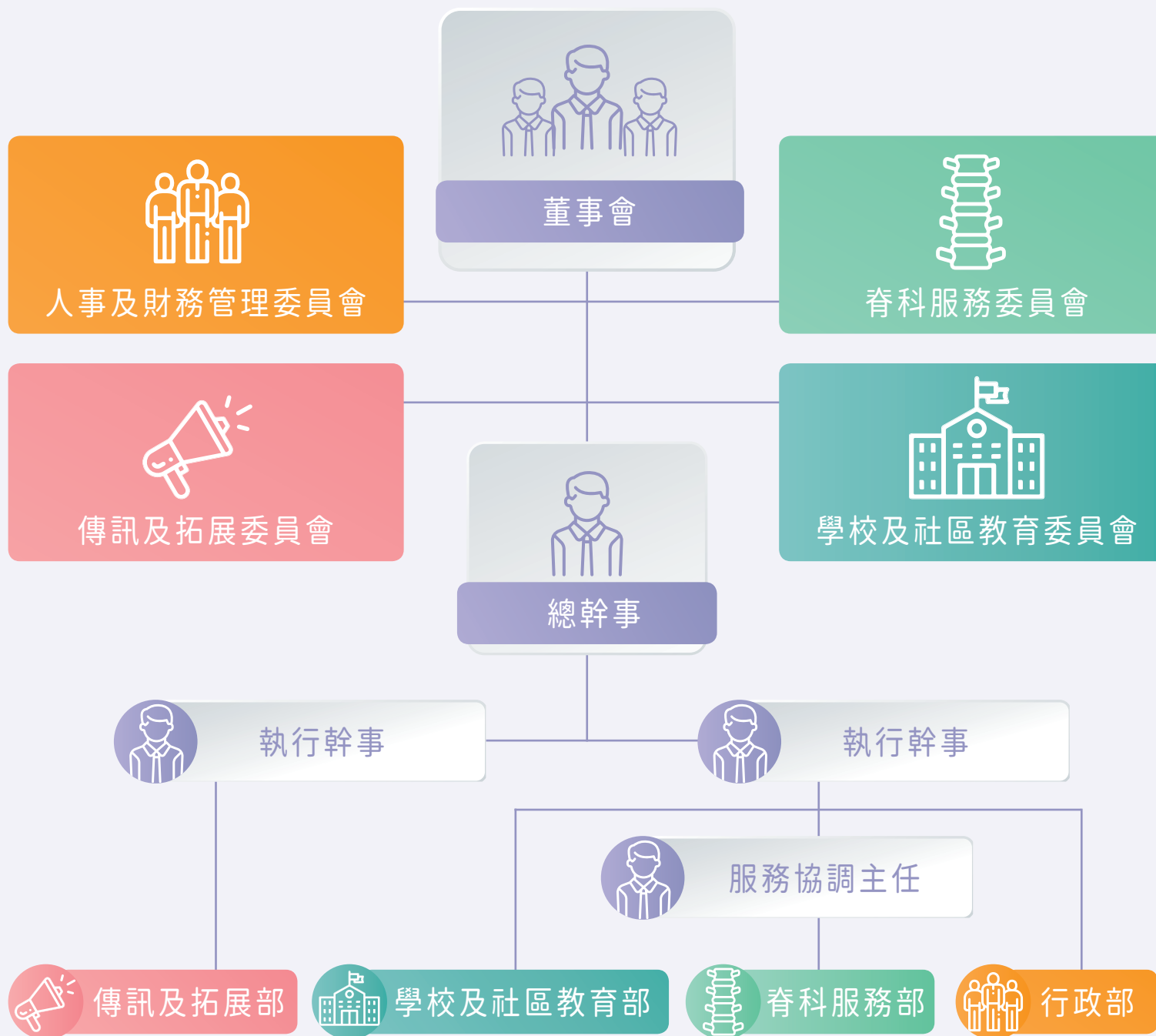
使命

推動脊骨神經健康的維護，提供脊骨調整及護理，讓孩子邁向健康挺直的人生。

目錄

2	機構管理架構	10	線上線下齊護脊	34	財政報告
3	主席的話	14	逆境同行 齊心抗疫	35	顧問團隊
4	重點活動花絮	22	逆流奮起 全民護脊	36	護脊校園名單
6	服務定位	26	挺直之旅 全面啟航	40	鳴謝
7	2020-2021 年度 服務總結與前瞻	30	連結 讓護脊種子散播更遠		





董事會成員

主席：楊國強脊醫博士
 副主席：溫文灝脊醫博士
 盧淑宜校長
 周穎芝女士
 榮譽秘書：蘇家文女士
 榮譽司庫：周克遜先生
 董事：唐右天脊醫博士 (截至 2021 年 2 月)
 孔偉成校長
 楊榮基先生

只要相信，便會看見

回顧這一年，全世界瀰漫着恐懼、不安和無助，大家都無奈地等待病毒自行消失及治療疫症的藥物出現。在這樣的「疫」境中，當全港機構都感到舉步維艱的時候，我們卻無間斷地提供服務，還奮力地在逆境中尋求突破，竭力維護孩子的脊骨神經健康，因為我們確信人體擁有一種與生俱來的「本能」，讓身體可以抵抗病菌、自我修復、發揮潛能；而這種「本能」需要有良好的脊骨神經系統才能有效地發揮。

我們亦有一個信念，就是每個人都有適應、克服困難的能力，超越環境的限制，因此我們從不聚焦於困難，也沒有等待時間、人力和資源充足的時候才去實踐我們的使命，同工們亦願意實行不同的方法，堅毅地朝向 CCF 的願景圖進發——讓孩子邁向健康挺直的人生。這股強而有力的信念驅動我們去衝破種種困難。過程中雖是戰戰兢兢，卻得着萬般喜樂——感染到更多人在疫情期間紛紛支持我們，包括護脊大使、義務脊醫、捐款者、伙伴團體、企業等，亦讓我們有機會服務更多從未曾接受過服務的群體，例如割房兒童、天水圍區的基層家庭等等；也推行了很多嶄新項目，意想不到這是更加豐盛的一年！

疫情下雖然活動空間有限，為了增強孩子的脊骨神經系統效能，強化他們的「本能」以抵抗病毒，我們除了加強推行家居護脊運動之外，更增加兒童脊科義診名額，使更多孩子能接受脊骨調整。我們喜見接受脊科護理的孩子，在疫情下反而越來越健康、活力有加、學習和運動潛能也大大提升，這讓我們深深讚嘆這種「本能」的同時，也讓我們感受到身體的設計是一種何等奇妙的創造！

我常常想起一段經文「信心就是對所盼望之事有把握，對不能看的事能肯定」(Now faith is the assurance of things hoped for, the conviction of things not seen.) (希伯來書 11:1)，它一直提醒我，基金會的成立也是信於未見之先。我的信心並不是來自我的自信，亦非來自過去的成功經驗，乃是源於對上主創造天地萬物的認定，令我有信心和動力來實踐機構願景，落實維護孩子脊骨神經健康的決心，繼續令更多人關注脊骨神經健康，召聚更多同行者，同心協力為孩子脊骨神經的健康全力以赴。



重點活動花絮



賽馬會挺直之旅計劃 - VR 體驗奇妙的脊骨神經



金旗愛心大使 - 宣揚脊骨神經健康



新聞發佈會 - 公佈疫情下學童脊骨健康數據



「疫」境暖流 - 為基層家庭送上防疫用品



「一校一脊醫」到校檢查



榮獲「2019 社聯最具成效中小型非政府資助社會服務機構獎」



為 31 名劊房兒童提供脊科義診



護脊大使培訓 - 齊來研究動態姿勢轉換



回到脊骨正軌 21 天 - 響應世界脊骨日



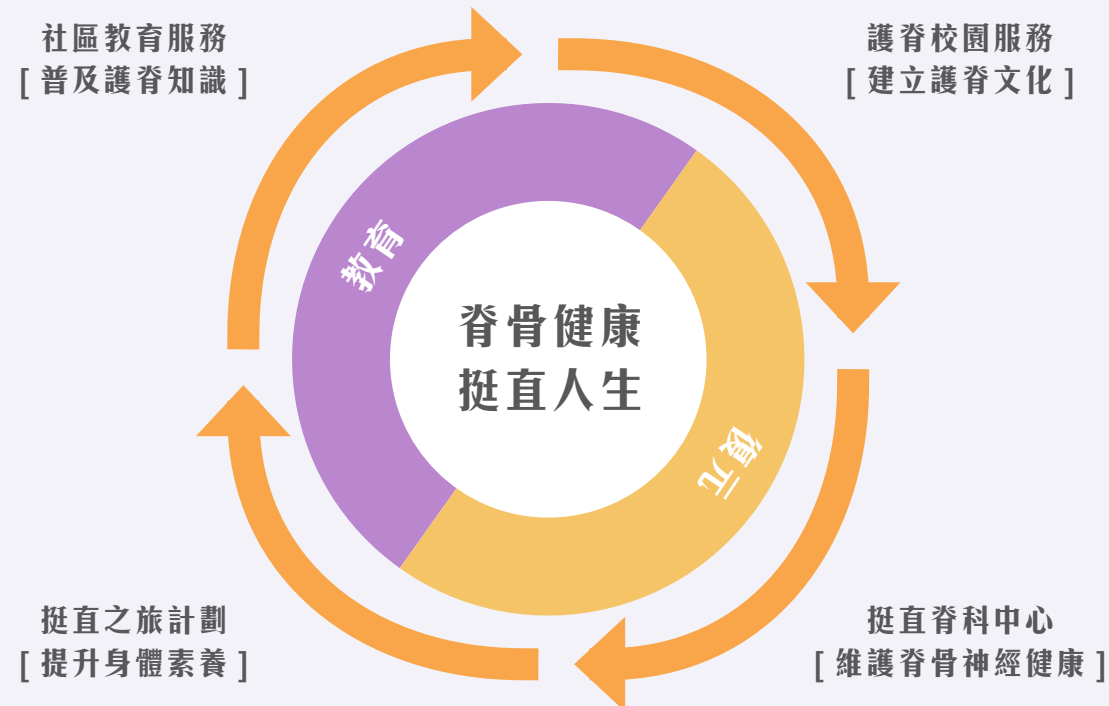
挺直脊科中心 - 加強護脊運動

兒童脊科基金有限公司成立於 2007 年，是全港唯一關注兒童脊骨神經健康的慈善團體（稅局慈善註冊編號 91/8705）。致力推動社會大眾關注脊骨神經健康，提供護脊知識及理想姿勢教育活動，以推動社會大眾實踐健康生活，令孩子可以健康成長。

一直以來，本會均朝著「教育」(Education) 與「復元」(Resilience) 兩大方向來規劃服務。「教育」是指在認知和習慣建立層面上的提升。我們透過不同類型的「社區教育服務」及「護脊校園計劃」，讓護脊知識普及至全港市民，並幫助幼兒及小學學童從小建立護脊的意識和文化。而「復元」是指人體本能與身體素養的回復和功能提升。我們推動護脊操，期望藉護脊運動幫助大眾的神經系統回復正常運作，從而促進其自癒能力的復元和身體機能的平衡。2016 年，我們更開辦了全港首間提供學童脊科保健、兒童脊科義診及優惠脊科護理服務的「挺直脊科中心」，由專業脊醫為有需要者進行脊骨調整，提供直接的復元輔助。

而為了進一步整合認知教育與實踐習慣的建立，我們依據認知學習與遊戲學習等理論來設計了「挺直之旅計劃」，把護脊運動與脊科知識透過動態與 VR 遊戲揉合在一起，幫助小朋友認識脊骨、鍛鍊脊骨，維護及提升脊骨神經健康。

從認知 (Cognition) 至行為習慣 (Behavioral Habits) 建立、從康復 (Recover) 至復元 (Resilience)，是本會推動的護脊服務方向，目的是讓孩子的神經系統效能發揮得更好，讓其本能和人體的自癒能力得以復元，可以享受健康挺直的人生。



疫 · 逆同行，感恩有你

自 2019 冠狀病毒進入社會開始，全球累計過億人受到感染。學校停課、居家工作、人數限聚等導致教育、經濟、國際往來、社交聚會與生活秩序都受到嚴重的衝擊和影響。經濟衰退、人際關係疏離、負面情緒與心理負擔增加、變種病毒持續出現等，且疫境也不會在短時間內結束。在這些衝擊下，機構的大部份服務停頓了、同事的工作流程被打亂了、自負盈虧服務的收入也嚴重受到影響……

但辦法總比困難多！感恩機構有一班肯承擔和充滿熱誠的好同工，還有支持我們的持份者，在社會大眾慌亂失措的情況下，仍持守著機構的信念——「深信透過適切的脊骨調整和護脊運動，能促進神經系統的效能，引發人體的自癒能力，讓孩子發揮最高的天賦潛能。」深信維持脊骨調整和護脊運動的習慣，才是提升人體本能與抗疫能力的基礎法門。在人人自危，大部份人減少外出或參與社交聚會的情況下，我們仍逆向而行，推出了不少創新的服務，在加強了機構防疫措施的情況下，鼓勵服務使用者到來參與各項護脊服務和護脊運動，以提升身心健康。

突破時空限制，護脊訊息不停

受到疫情與限聚的影響，大部份到校護脊操訓練和學童護脊工作坊等實體活動雖然未能如期開展，但同工們卻加強了在 Youtube 及 Zoom 平台上的護脊運動訓練和護脊工作坊，使服務人次倍增至 33,479 人。此外，更首創「SPINE」網上護脊學習平台，教授各類護脊運動，推動學童和家長在家持續鍛鍊脊骨。總括而言，除了護脊校園受惠外，各項護脊服務與資訊更能散播至全港學童，讓本年度的師生和家長服務人數仍能維持往年水平，達到 120,304 人次。





加強實體操練，護脊運動不倦

挺直脊科中心在維持恆常的脊科服務外，也積極為服務使用者提供護脊運動班，提升他們對護脊運動的認知和操練技巧，讓他們體驗護脊運動對脊骨神經健康的好處。在限聚和保持社交距離的情況下，護脊運動班以小組形式進行，同工們不怕多做，採取了化整為零的策略，以減少每組的人數比例和增加場次的方式推行，讓服務人數達 2,361 人次。此外，為響應世界脊骨日，同工們也設計了「回到脊骨正軌 21 天」護脊運動挑戰，推動社會大眾持續每天做護脊運動的習慣。

挺直之旅，逆疫啟航

「賽馬會挺直之旅」體驗天地的工程雖受疫情延阻，但亦在本年度內完成一切裝置，全面啟動。我們為 1,167 人次推行了「護脊運動基礎證書課程」、「脊骨與健康巡迴展覽及體態篩查」、「兒童護脊運動小組」、「挺直之旅」體驗，為參加者提供運動培訓、示範、建議、鍛鍊和遊戲體驗。開啟他們對護脊運動的認知和興趣，大大增加了參與者學習護脊和鍛鍊脊骨的機會。在疫境之中逆流而上，航向更健康的境界。



無懼困阻，全因有你同行

回顧這一年，雖然疫情影響了我們很多計劃，但卻沒有減退我們推動護脊運動、提升兒童身體素養的熱忱。我們不但維持了恆常的服務，也迅速應變而開發了更多元化新項目，更廣泛地推行護脊運動和脊骨鍛鍊。在每次社區教育推廣、學童脊科保健、兒童脊科義診活動中，我們堅持鼓勵大家做護脊運動，無論是小組實體或是透過網上平台，都把握機會讓參加者認識護脊運動對促進脊骨神經系統效能的重要性及體驗護脊運動的好處。而對於正受到脊骨問題困擾的兒童，我們不單增加了團體義診活動和義診的受助名額，更與其他社福機構合作推行了「割房兒童義診計劃」，較為全面地以外展方式走進社區，服務有需要的家庭。



從這一年的服務成果來看，我們無論是服務量、籌款額、義工人數與服務口碑，都能保持平穩。能做到這個成果，實有賴一班持份者，如護脊先鋒、護脊之星、護脊大使、護脊隊長、各界別的義工、贊助團體、社福機構、政府部門等的支持和鼓勵。

未來的環境變幻，渺小的我們無法預測，但因着「推動脊骨神經健康的維護，讓孩子邁向健康挺直的人生」這強大的使命和有您的同行，將驅使我們繼續前行，不會因疫情而退縮，反而會逆向而行，為孩子的脊骨神經健康而努力！





線上線下齊護脊

首創網上護脊平台

本年度到校服務雖然受疫情影響而減少，然而在我們的堅持下，與上年度比較，學童護脊工作坊及到校護脊操訓練的實體活動次數仍能維持接近 4 成；教師護脊導師培訓更能維持到 8 成的服務次數。另一方面，我們更善用網絡科技，首創「SPINE 網上護脊學習平台」，內容包括拍攝各類護脊運動短片、護脊小遊戲、脊醫分享等，然後透過 Youtube 及 Facebook 專頁平台發放，同時鼓勵學校以其名義派發家長通告，將這些網上護脊資源推薦給家長，讓學童在家也能持續增進護脊知識及學習護脊運動，支援疫下停課學童，全年接觸達 35,157 人，較上年多超過 2 萬人。

我們的堅持一方面守護孩子的脊骨神經健康，同時也讓學童、家長、老師都明白到護脊的重要性，縱使停課、人數限聚，我們都總要找出鍛鍊脊骨神經的空間。



參與人數 35,157

普及脊醫到校檢查

疫情下學童在家學習容易忽略姿勢，加上活動少，更易出現脊骨錯位和體態問題，例如寒背、頭部前傾等。為幫助學童盡快檢查脊骨，我們本年度除了為「卓越護脊校園」提供「一校一脊醫」服務外，亦為 30 間「認證護脊校園」提供到校體態檢查名額，讓更多學童能盡快接受首次體態檢查，並能及早處理脊骨問題。



到校交流，增進彼此默契

縱使在疫情下，我們仍維持了 42 次到校探訪，雖比上年度輕微減少，但我們彼此都珍惜這些見面交流的機會，亦更激發了維護學童脊骨神經健康的決心，各校園更重視疫情下學童的護脊需要。

「全港挺直」護脊校園

護脊校園階段分佈

服務分類	小學	幼稚園	總計
護脊校園	98	158	256
認證護脊校園	17	34	51
卓越護脊校園	17	23	40
總計	132	215	347



服務 / 活動

	活動次數	參與人數
到校護脊操訓練	79	3,261
學童護脊工作坊	9	297
SPINE 網上護脊學習平台	-	29,921
教師護脊導師培訓	8	359
「一校一脊醫」到校檢查	5	447
學校探訪	42	172
護脊材套借用	11	/
其他到校服務	2	700
總計	156	35,157

校本推動護脊文化從小做起

黃玉嬋校長 (天主教佑華小學)

本校於 2012 年參加「護脊校園」，積極協助同學建立護脊運動習慣，例如安排一年級同學體育課時學護脊操，二、三年級同學上課前在操場上做護脊操，暫停面授課期間鼓勵同學在家進行。

護脊促進學習 啟發創意

課前護脊操讓同學們精神抖擻地開始新一天的學習，亦有助他們坐立時更挺直、放鬆背部及建立理想姿勢。同學表示「大麻鷹」這動作能有效伸展脊骨，有老師表示「肩頸無咁痛」。有同學甚至會帶領家人一齊做護脊操，他們很有成就感。認識護脊的重要性更引發了同學的創科意念，2015 年以「護脊 3 寶」參賽，獲「香港資訊及通訊科技獎」學生發明獎金獎。



家校攜手 關注脊骨神經健康

全校教師參加護脊導師培訓；家長和同學踴躍參加「全港挺直日暨世界脊骨日」、「全港親子賣旗日籌款」、脊骨檢查、家長講座等；同學積極參與校本活動，曾到觀塘海濱公園、佐敦谷公園、啟德郵輪碼頭拍攝護脊操短片。家校齊心，將護脊訊息由學校延展至社區。

受惠於「一校一脊醫」服務

2014 年晉升成為「卓越護脊校園」，註冊脊醫每年到校為一級的學童檢查脊骨，如發現同學有脊骨問題，會建議家長盡早帶學童作詳細檢查及跟進，透過學校轉介，學童可獲優惠收費，而領取綜援或書簿全津者更可豁免收費。

我們知道脊骨神經健康對學童的成長和學習非常重要，所以積極在校園建立護脊文化，教育學童「護脊從小做起」。

心繫基層兒童

吳需慈脊醫 (榮譽顧問脊醫)

作為一個專業兒科脊醫，促進兒童的脊骨神經健康是我的使命，我希望每位小朋友都能健康成長。當我知道香港有首間關注兒童脊骨神經健康的基金會，不斷努力推廣和教育大眾「護脊從小做起」，亦為基層兒童提供脊科義診，這與我的行醫理想和致力推廣的理念不謀而合，所以便加入了基金會。

我對基層小朋友特別有情意結，有時知道基金會需要脊醫到某些地區幫基層小朋友檢查脊骨，我都會立即報名，抽空去幫手。很開心能幫到社會上被忽略、有需要卻無力負擔脊科費用的一群社會未來棟樑。每一個小朋友都應該有健康成長的機會，我會盡我所能給他們一個機會。最難忘的是到油麻地為劏房戶的小朋友做詳細脊科檢查，我發現他們很多都有嚴重脊骨問題。劏房戶的小朋友家庭經濟拮据，居住環境惡劣，令我非常感觸，他們很需要脊科義診。

另一方面，我希望更多幼稚園參加護脊校園計劃，讓學童能從小建立良好的護脊習慣，同時亦想透過免費脊骨檢查工作坊，即場為更多基層學童提供脊科護理服務，脊科護理真的要從小做起，這對他們的健康成長非常重要。





逆境同行，齊心抗疫

來勢洶洶的疫症，卻無阻我們推動脊骨神經健康的使命，反而更讓我們細察到社會的需要，不斷尋找服務空間，讓大家認識脊骨神經健康的重要性。

推行護脊特訓，加強護脊運動班

疫情期間，學童坐多運動少，故此我們特別推出「疫」境護脊特訓，為學童進行頸骨活動能力測試，增加他們對自我體態的認識，並教導他們做脊骨伸展和肌肉鍛鍊運動，幫助他們改善不理想姿勢，促進他們的脊骨神經健康。

另一方面，在積極推動下，參加挺直脊科中心護脊運動班的人次較上年增加了超過 8 倍（由 276 人次增至 2,361 人次），令人鼓舞。讓我們對每一位接受脊科護理服務的使用者都能學習、體驗和堅持做護脊運動這期望，邁進了一大步。



此外，為響應世界脊骨日，我們舉行了「回到脊骨正軌 21 天」挑戰，推動大眾連續 21 天做「脊骨超人」運動，以建立護脊運動習慣，令脊骨重回正軌，提升健康質素。而此活動更獲「世界脊骨神經科聯會」頒發「世界脊骨日 2020」比賽一等獎，肯定了我們維護孩子脊骨神經健康的貢獻，讓我們更具信心和勇氣迎難而上。



參與人次 2,361

從個人到家庭，擴大護脊空間

我們確信健康是由內而外的，當脊骨神經的訊息傳遞效能良好，人體的抵抗力和自癒力就可以提升和發揮，孩子就可以有健康的身心發展。疫情下，恆常的脊科服務不但從沒間斷，本年度，接受脊骨調整的兒童人數還持續增加，較去年多 1,200 人（約三分一）。另外，我們推行了「挺直之星」及「脊科家庭樹」嘉許行動，一方面鼓勵那些自 2017 年開始至今仍持續接受脊科護理的服務使用者，他們不但認同脊科理念並積極跟身邊朋友分享，甚至帶動整個家庭關注脊骨神經健康。另一方面我們也期望藉他們的故事分享，讓其他新服務使用者明白將脊科護理融入生活的重要性。



送贈防疫護脊用品 增添無限愛

在缺乏的時刻，感恩得到眾多有心人士的支持，向我們的服務使用者送贈各類防疫物品，有的更親手製作口罩套給小朋友；亦有團體向 330 戶天水圍的基層家庭送上護脊抗疫禮包。疫境中，為有需要的人送上關懷的同時更宣揚了護脊信息，讓大家在逆境中增添了不少愛與被愛的情懷！



挺直脊科中心服務

脊科護理服務

	人數	人次
脊骨檢查（兒童）	1,301	1,301
脊骨檢查（成人）	291	291
脊骨調整（兒童）	3,445	8,430
脊骨調整（成人）	1,122	3,109
總計	6,159	13,131

中心活動

	次數	人次
護脊運動班	356	2,361
護脊學堂	26	547
脊醫諮詢日	4	865
響應世界脊骨日 - 回到脊骨正軌 21 天挑戰	1	9,000
總計	387	12,773



割房兒童義診，為健康改善注入曙光

上年度與救世軍油麻地青少年綜合服務合作，為一班割房兒童提供了詳細脊科檢查後，心裏一直惦念患嚴重脊骨及健康問題的小朋友的健康。本年5月至6月，我們終於可為其中15位小朋友安排義診跟進服務。服務當天為他們安排了頸骨活動能力測試和教授護脊運動，並透過護脊桌上遊戲加深了他們對脊骨神經健康重要性的認識，脊醫更即時為他們調整脊骨，幫助他們改善脊骨錯位。最開心聽到家長的真情分享：「沒想到可以有機會接受義診，好感動，好開心」。



參加了8次脊骨調整的義診家庭，有接近9成家長表示小朋友的整體健康有改善。10月底，舉行了首次割房兒童義診分享會，小朋友天真瀟灑的分享，家長由衷的感謝，成為我們強大的動力。

15位割房戶兒童在完成義診計劃後，再次進行詳細脊科檢查，發現即使在疫情影響下，他們的寒背問題並沒有惡化，反而在接受脊科護理後情況有所好轉，出現寒背的人數比例由疫情前的86.7%下跌至疫情期間的53.3%。

	疫情前	佔整體百分比	疫情期間	佔整體百分比	下降百分比
檢查人數	15	N/A	15	N/A	N/A
出現寒背問題人數	13	86.7%	8	53.3%	33.4%



增加義診名額， 擴展地區協作網絡

疫情令學童少外出，學校轉介參與學童脊科保健的總人數減少了。然而，脊醫檢查後卻發現有體態問題的學童和需詳細檢查的百份比卻較上年度上升超過7%，這也增加了義診的需求。感恩在此時得到有心人士的捐助，讓中心能額外增加100個義診名額，使更多有需要的基層兒童能得到適切的脊科護理。

此外，為讓不同社區孩子能得到脊科護理服務，我們增加了與不同地區團體的聯繫，為基層兒童檢查脊骨。脊醫發現接近8成兒童都有超過3項或以上體態問題，需要進一步跟進。符合資格的兒童更獲安排接受詳細脊科檢查、調整及護脊運動訓練，盡早處理脊骨問題。

學童脊科保健

	人數
體態檢查	2,541
發現體態問題	2,194 (86.3%)
需詳細檢查	1,500 (59%)

兒童脊科義診

	次數	人數	人次
團體義診活動	5	69	69
中心義診（檢查及調整）	1,257	183	1,257
總計	1,262	252	1,326



孩子的故事



食得是福

諾諾有脊骨側彎，胃口差，又有磨牙，調整脊骨錯位後，他背部挺直的能力提升，坐姿有明顯改善。脊骨神經健康了，諾諾現在的食量增多，磨牙亦改善了七成。

平衡力 Level up

樂樂平衡力弱，經常跌倒，腸胃功能較差，亦較易煩躁。接受脊骨調整後，樂樂整體感覺舒服了，挺直能力提升，情緒較先前穩定；平衡力、腸胃都有改善。

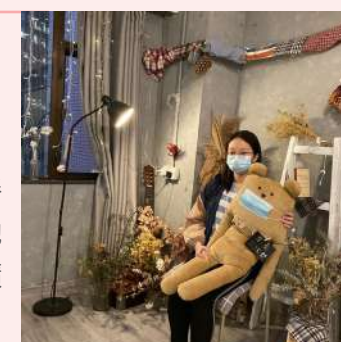


總有出路

琪琪從小就有鼻敏感，每天早上都會打噴嚏；膝頭亦痛了一整年，嘗試過其他治療方法都無效。脊骨調整提升了脊骨神經系統的傳遞功能，琪琪感覺身體舒服了，膝頭沒有再痛，鼻敏感亦大幅改善。能夠找到方法幫助女兒重拾健康，媽媽感到欣喜和放心。

冬天不再那麼冷

穎洵有脊骨側彎、背部明顯凸起、平衡力較弱、腳容易趺，也很怕冷。脊骨調整後她背部凸起的情況改善了九成，脊骨神經健康改善後，她的抵抗力增強，其他健康問題也隨之改善，也不再那麼怕冷了。



奇妙體會

天藍有嚴重鼻敏感，晚上鼻塞至難以入睡，影響精神；膝頭亦會無故感到痛，要用毛巾熱敷才能暫時紓緩。調整脊骨錯位後，改善了脊骨神經系統的效能，天藍雀躍地表示肩頸膊都放鬆了，鼻塞有顯著改善，膝頭痛的情況亦改善了八成。相信小小年紀的他已體會到脊骨神經健康的重要性。



重見曙光

詩軒小一時已有脊骨側彎，媽媽擔心她發育期會迅速惡化，但卻求助無門，亦負擔不起脊科護理費用。直至參加了義診，詩軒接受脊骨調整後，寒背有明顯改善，脊骨側彎沒有惡化，而且從小到大的鼻鼾、睡眠不佳、氣管敏感、咳、頸痛都改善了。媽媽一直的擔憂和無助，現在終於見到曙光。



「幸」運「兒」

幸兒有頭部前傾，背部左邊凸起，脊骨調整後明顯改善了。以前在冷氣地方會打噴嚏和咳，晚上亦會鼻塞到難以呼吸和入睡，並有便秘，調整後這些情況改善了超過七成，磨牙和鼻鼾也幾乎消失了。媽媽好開心幸兒能夠有機會接受脊科義診，重拾健康。

逆流奮起，全民護脊



本年度的各項活動雖然處處受限，然而卻是考驗我們堅持信念和創新服務模式的好時機。同工們珍惜和把握每個可服務的機會，別出心裁地發掘和嘗試不同的可能性。過程並不容易，回首一看，卻是驚喜處處。

不一樣的賣旗日

全港賣旗日遇上世紀疫情，7.29街頭賣旗活動最終無奈取消，但我們並沒有輕言放棄，更着力推動「金旗愛心大使」。很感恩最終能招募到1,700多名大使，向數萬人宣揚護脊信息。得到眾多位支持者願意與我們並肩同行，讓我們體會到在這維護孩子脊骨神經健康的旅程並不孤單。



逆境同行 多元護脊教育推廣



疫情無阻我們為不同持份者舉行護脊工作坊和活動，包括與香港生命之糧首次舉辦「綠色護脊」工作坊，將「素食」與「護脊」結合，啟發參加者了解自己的脊骨神經健康狀況；到公開大學為自在人生自學計劃的學員分享護脊小貼士；透過「Back to School - 醒目家長嘉年華」，向家長及小朋友宣揚護脊訊息；與聖雅各福群會合作，教導照顧者日常如何保護脊骨。



護脊大使培訓

疫情未有減退一班護脊大使的熱誠，暫停了一年多的「護脊大使」培訓在本年度得以恢復，並在半年內舉辦了第十二屆及第十三屆課程。大使們認為課程緊湊活潑，打破了他們舊有的健康概念，開拓了很多新思維，並極力推薦朋友參加；有參加者更將做護脊操變成他們的親子活動。而舊有的護脊大使亦堅持到中心參加護脊延伸課程，學習使用體態分析 apps 做體態分析及講解，期望在未來的日子可以為不同社區人士進行體態分析，增進大眾對脊骨神經健康的認識。



社區教育活動 / 服務數字

服務人次 151,056

	次數	人次
賣旗日	1	40,000
護脊工作坊	3	84
護脊社區推廣	8	110,700
「護脊大使」培訓	8	217
「護脊隊長」培訓	4	55
總計	24	151,056

	人次	時數
義工參與服務	866	3,031

多姿多彩的義工平台

護脊隊長 Judy



我透過女兒的小學參加了護脊大使培訓。最初以為是學做護脊運動，想不到完成訓練後參與了很多義工工作。自 2015 年到現在，已經連續做了六年義工。

這六年的義工生活非常多元化，從社區推廣到不同種類的到校服務，例如家長工作坊、教師工作坊、學童護脊工作坊等。最深印象的是「賽馬會護脊社區推廣計劃」的「巡迴十八區社區遊戲日嘉年華」，每次義工團隊都汗流浹背，因為要處理大量物資並需要很多準備功夫，但當見到親子透過攤位遊戲玩得很開心及增進了護脊知識，我便感到很有意義和滿足。

我亦見證了機構不斷拓展很多嶄新服務，例如 2016 年由粉嶺搬到九龍城，設立首間挺直脊科中心，在中心開設了「挺直之旅」體驗天地。兩年前，慶幸我可以擔任護脊隊長，分享多年的義工經驗，協助一些新的護脊大使完成訓練，還讓我學到如何促進小組的溝通和學習。

機構讓我們有機會發揮才能，還為我們提供各樣培訓，有具實用性的技巧訓練，例如與有特殊需要小朋友的相處技巧，還有各類興趣工作坊。護脊大使培訓真是一個很特別的義工平台，盼望我在 CCF 能繼續貢獻自己和成長，發光發熱。





挺直之旅，全面啟航

好開心今個年度終於可以開展「賽馬會挺直之旅」計劃。計劃以「認識脊骨」及「鍛鍊脊骨」兩個層次去提升大眾對脊骨神經健康的認知；同時針對受脊骨錯位影響的學童之需要，讓他們以「寓學習於遊戲」的方式進行護脊運動，鍛鍊脊骨神經系統效能，以緩解及預防因脊骨錯位所引致的健康問題。



「挺直之旅」體驗

花了約半年時間，我們重新設計和改善設於挺直脊科中心一樓的「挺直之旅」體驗天地。透過脊科學堂（脊骨神經系統及人體健康資訊展覽、體感遊戲）、我是小脊醫（角色扮演）、探究脊骨神經（VR360脊骨探索設施）、齊來動動脊（繩網、攀石牆、護脊運動鍛鍊）4個互動體驗區，幫助參加者寓學習於遊戲，認識脊骨神經系統與健康的關係，並助他們進行脊骨鍛鍊，從而增強脊骨神經效能，使其身體本能得到更好的發揮。





護脊運動基礎證書課程

融合脊骨神經學和護脊運動相關理論及訓練原則，培育一批對脊骨神經復康運動、健康素養與體態鍛鍊技巧熟習的護脊運動大使，使他們成為「挺直之旅」的種子，在本計劃各項活動或日常生活中，幫助大眾提升健康。

課程在本年度已成功培訓 20 位護脊運動大使，他們成功通過考核，現已成為「挺直之旅」體驗活動及兒童護脊運動小組的帶領者，積極參與社區護脊運動的推廣教育。

脊骨與健康巡迴展覽及體態篩查

在 18 區舉行巡迴展覽，讓市民認識脊骨神經系統的功能和護脊知識；另外也安排了體態篩查環節，並提供護脊運動示範及跟進建議，幫助大眾了解自身的脊骨健康狀況。



兒童護脊運動小組

由認證體適能導師或護脊運動大使到學校及機構提供連續 4 堂的護脊運動訓練。內容結合故事教學與運動，通過進行不同方向及角度的全身關節運動，伸展及鍛鍊脊骨，培養兒童恆常進行護脊運動的習慣。而透過活動和針對性護脊運動，也提高了孩子對身體的察覺性、活化本體神經感覺、學習自身理想姿勢，進而提升身體的自控力、協調力和平衡感。



賽馬會挺直之旅計劃服務數字

	次數	人次
護脊運動基礎證書課程	8	121
脊骨與健康巡迴展覽及體態篩查	10	200
兒童護脊運動小組	14	713
「挺直之旅」體驗	10	133
總計	42	1,167



疫情下 97.6% 學童出現脊骨問題



連結，讓護脊種子散播更遠

晴報

5.2.2021 Fri | skypost.hk

讀者人數免費報第2位

News

32

9成學童 脊骨出事

疫情下學童長期在家上網課，缺乏運動之餘，長時間使用電子產品，坐姿不良更易引起脊骨毛病。兒童骨科基金統計發現，去年有9成7學童有脊骨問題，比例較前年升近19個百分點，較多人出現頸背及頸部前傾、肩痛、長遠或致脊骨錯位，建議應注意坐姿及定時進行伸展動作。

記者：李曉怡 編輯：黎家豪 美編：陳玉珍

疫下上網課易坐姿不良

學童在疫下長期使用電子產品上課，沒有學校教師提醒下坐姿易出現問題。

兒童骨科基金統計接受脊骨檢查的學童，2019年6,807名學童中有5,374人出現1項或以上脊骨問題，2020年因疫情關係檢查人數減至1,688人，其中有1,648人有脊骨問題，比例達97.6%，較前年增18.7個百分點。最多有頸背及頸部前傾問題，而小學和幼稚園學童有脊骨問題者比例相若。

兒童骨科基金榮譽顧問醫藥師陳生表示，學童在疫下長期使用電子產品上課，沒有學校教師提醒及學校桌椅，易出現錯誤坐姿如駝背、趴在桌上及扭身等，造成頸背和頸部前傾，影響呼吸情況，血液循環，長遠甚至可能導致脊骨錯位。

長期來背，可致脊骨錯位

他建議，學童在課室之間進行伸展運動，並改善姿勢，如坐直及雙腳貼地，並選擇適合學童高度的桌椅，同時留意為電子產品提供支撐，如平板電腦支架及手機夾等，減少學童錯誤姿勢，並設定使用電子產品時間。

基金過去曾為劃房兒童提供檢查，其中無接受脊骨調整的兒童中，疫情後頸背比例由50%升至78.9%，基金榮譽顧問醫藥師陳生指出，劃房環境狹窄，兒童難有恰當桌椅，甚至用一塊板墊着便上網課，易出現脊骨問題。基金今年會增加100個兒童骨科義診名額至250位，對象為基層兒童，包括劃房住戶，助改善健康。

責任編輯：朱麗珊

經濟一週

經濟一週

疫下學童患脊骨問題惡化 專家：愈趨低齡 籲家長正視

AMT30 | Feb 4 2021 | 2206

吳佩儀(左)及陳生(右)。(徐達君攝)

疫情下在家上網課普及，學童久坐案正，加上長期面對電子螢幕，容易導致脊骨出現問題，例如駝背、高低腳等，嚴重更會引致骨質移位，干擾神經線。兒童骨科基金統計發現，去年高達97.6%學童出現最少一種脊骨問題，較前年、疫前的78.9%，急增18.7個百分點。而低下齡兒童脊骨問題比率亦升(83.9%)，其次為頸部前傾(79.9%)及腰背新傾(52.5%)。專家認為，增補閱讀與電子學習有關，情況不容忽視。

東方日報

19 (醫健) 東方日報 2021.02.05 星期六

坐姿錯 後遺多 97%學童背不妥

調查指網課太久 寒背 頸部前傾最普遍

小兒骨科基金日前公佈一項調查報告，以「疫下學童脊骨健康」為主題，調查發現，去年有97.6%學童出現最少一種脊骨問題，較前年、疫前的78.9%，急增18.7個百分點。而低下齡兒童脊骨問題比率亦升(83.9%)，其次為頸部前傾(79.9%)及腰背新傾(52.5%)。專家認為，增補閱讀與電子學習有關，情況不容忽視。

基金榮譽顧問醫藥師陳生指出，劃房環境狹窄，兒童難有恰當桌椅，甚至用一塊板墊着便上網課，易出現脊骨問題。基金今年會增加100個兒童骨科義診名額至250位，對象為基層兒童，包括劃房住戶，助改善健康。

0h! 爸媽

0h! 爸媽 生活健康 健康百科

兒童健康 | 近98%學童出現脊骨問題 調查發現疫情下再趨惡化

2021-02-05

學校停課無期，學童又缺少日常活動和運動下，兒童骨科基金一項調查發現，在疫期間學童脊骨問題更趨惡化，去年出現脊骨問題的學童比例高達97.6%，較2019年上升近20%，當中頸背及頸部前傾最為普遍，「駝背」學童更因生活空間狹小，令他們的脊骨問題加劇惡化。

97.6%學童有脊骨問題 甚至趨向低齡化

兒童骨科基金統計了2019年的6,807名學童，以及去年1,688名學童的脊骨問題，包括脊背側彎、駝背、高低腳、頸部前傾及頸部前傾，結果發現學童脊骨問題，在新冠疫期間出現加劇惡化，兒童骨科基金榮譽顧問醫藥師陳生表示，2019時有78.9%學童有脊骨問題，惟至去年，即疫後出現後，有脊骨問題的學童比例急升至97.6%，換言之，每100名學童中便有97人有脊骨問題。

除了小學學童外，幼稚園學童的脊骨問題亦相當普遍。陳指出，有脊骨問題的幼稚園學童比例高達95.8%，顯示學童脊骨問題有低齡化趨勢，須及早正視。

兒童骨科基金榮譽顧問醫藥師陳生表示，脊骨問題代表身體處於不平衡的狀態，及出現脊骨錯位，有機會干擾脊骨神經，令神經受干擾，影響神經訊息傳遞，導致呼吸系統問題，肢體不協調，專注力不足，睡眠問題等。

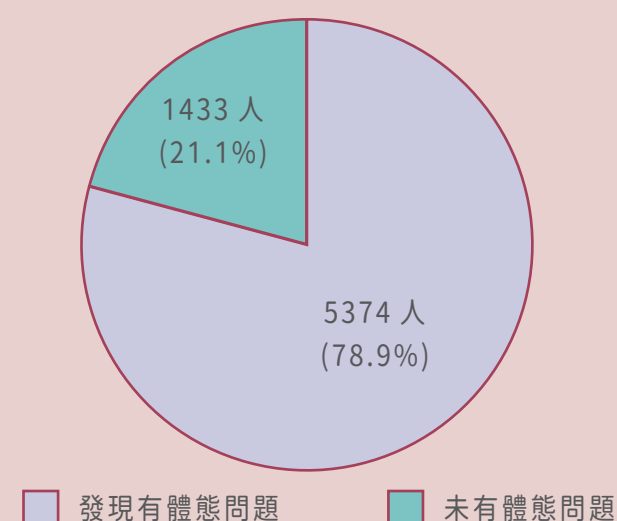
基金會建議，學童可每30至40分鐘做一次伸展運動及護脊操，減少脊骨神經受干擾；以及坐與站姿保持直，避免趴在桌上。

《香港晚報》專頁：<http://hk.on.cc/fea/hk/disease>

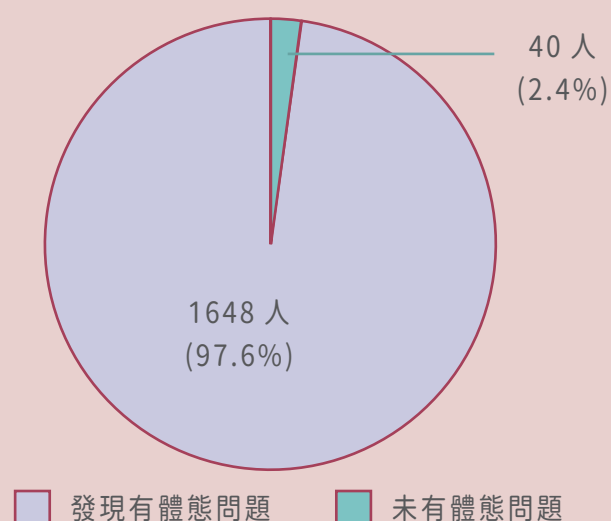
疫情下，我們特意統計了 2019 年 6,807 名學童及 2020 年 1,688 名學童的脊骨問題，結果發現疫情期間學童脊骨問題加劇惡化，普遍上升近 20%，我們就此舉行新聞發佈會，藉不同媒體的報導，喚起家長、學校在疫情下更要關注學童的脊骨健康，明白脊骨調整對學童體態和健康的重要性；亦藉此讓其他機構了解我們的脊科義診服務，希望可以攜手幫助到更多有脊骨問題的基層兒童。



2019 學童體態分析統計



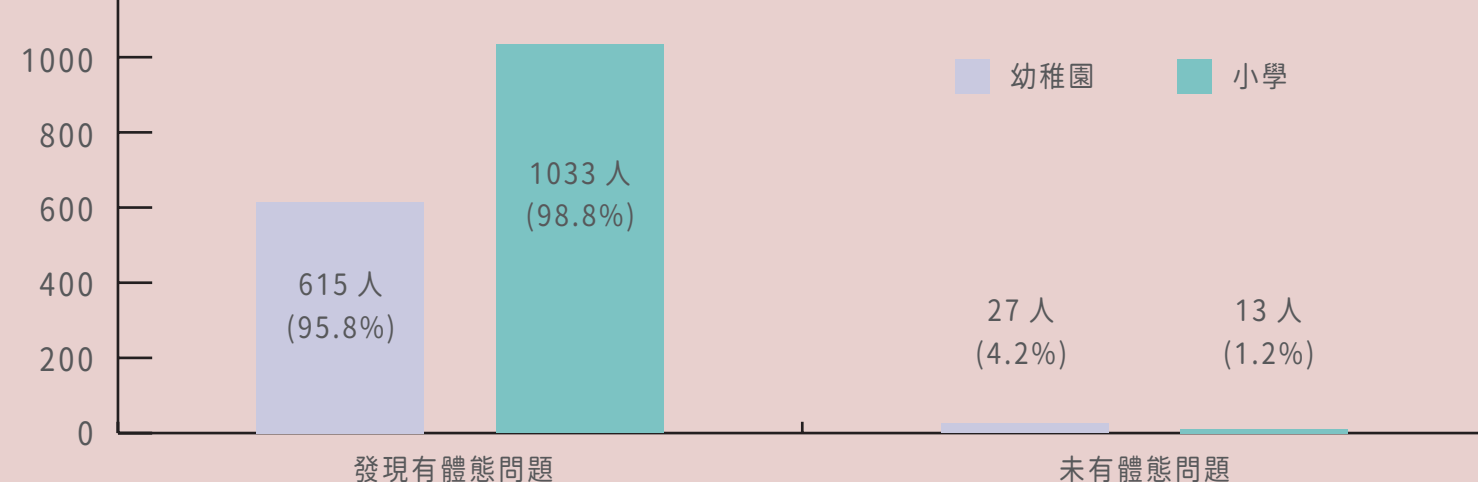
2020 學童體態分析統計



脊骨問題低齡化

統計發現，2020 年接受檢查的 642 名幼稚園學童，有 1 項或以上脊骨問題的幼稚園學童有 615 人 (95.8%)；而接受檢查的 1,046 名小學學童中，有 1 項或以上脊骨問題的小學學童有 1,033 人 (98.8%)，比例只差 3%，結果十分相約。

2020 年幼稚園及小學學童脊骨問題比例比較



榮獲最具成效機構獎

另外，我們在「2019 社聯最具成效中小型非政府資助社會服務機構獎」嘉許計劃中榮獲最具成效機構獎。得到來自不同界別的評審團的認同，包括慈善基金、企業、專業團體、社福界、政府部門、傳媒及社聯管治層等，印證了我們獨特的脊科服務彌補了社會現時的斷層，亦讓我們可以藉此平台，創造更多合作機會，使護脊服務得以拓展，讓孩子受惠。

頒獎禮當日，我們與另外九間得獎機構輪流上台分享不同的主題，包括倡導、創新、動員。作為全港唯一關注兒童脊骨神經健康的慈善機構，我們分享創新服務如何彌補了現時社會服務的斷層，守護兒童的脊骨神經健康。



資產負債表 (截至二零二一年三月三十一日)			2021 HK\$	2020 HK\$
流動資產				
	銀行及現金結餘		7,596,645.41	6,845,375.45
	按金		276,740.00	281,740.00
	應收賬款		--	12,000.00
	預付款		141,600.00	--
			8,014,985.41	7,139,115.45
流動負債				
	應付費用		16,915.00	53,365.74
	遞延收入		437,559.27	--
			454,474.27	53,365.74
淨流動資產			7,560,511.14	7,085,749.71
詳細收支 (截至二零二一年三月三十一日)				
收入				
捐款收入				
	賣旗收入		1,169,609.51	1,209,022.00
	個人		382,556.43	469,611.00
	慈善高爾夫球賽		16,270.50	30,888.00
	學校		860.00	346,951.00
	企業捐款		95,571.34	--
	義賣		13,051.00	--
其他收入				
	香港賽馬會慈善信託基金		471,644.85	499,000.00
	挺直脊科中心		3,399,390.00	3,191,710.00
	香港公益金		1,269,120.00	1,306,700.00
	兒童事務委員會		--	60,239.50
	會員費		202.00	1,805.00
	利息		143,840.33	19,337.77
	社區護脊服務		24,620.00	--
	政府資助		705,012.00	--
總收入			7,691,747.96	7,135,264.27
支出				
	會計費用		18,000.00	--
	核數費用		4,500.00	4,000.00
	銀行費用		6,042.72	1,652.50
	清潔費用		49,345.00	42,534.70
	折舊支出		18,171.97	362,246.68
	賣旗日支出		42,156.80	89,943.60
	慈善高爾夫球賽		--	43,259.20
	保險		13,252.13	6,262.78
	會址管理費		4,774.00	22,662.00
	會員費		3,700.00	8,331.00
	挺直脊科中心支出		1,530,798.50	1,215,786.90
	挺直脊科中心 - 員工工資		669,465.00	964,405.54
	挺直脊科中心 - 強積金		33,061.25	47,287.63
	員工工資		1,422,802.11	1,019,858.26
	強積金		66,253.53	48,089.87
	郵費及快遞		2,520.00	1,379.30
	項目開支		116,307.40	67,370.70
	租金		921,240.00	1,039,300.00
	維修開支		51,991.40	44,019.10
	員工發展及福利		32,447.30	3,874.00
	雜費		16,140.40	23,502.70
	電話及傳真		18,444.00	24,227.04
	運輸		4,271.20	2,323.70
	辦公室水費及電費開支		15,817.70	30,455.00
	兒童事務委員會		5,955.10	58,253.39
	「全港挺直」籌款		17,140.00	128,803.10
	香港公益金		1,096,257.66	1,190,652.51
賽馬會挺直之旅計劃				
	一般支出		514,949.40	345,833.20
	員工工資		473,202.73	117,841.38
	強積金		23,664.20	6,076.28
總支出			(7,192,671.50)	(6,960,232.06)
本年度盈餘			499,076.46	175,032.21

顧問團隊

榮譽身體素養顧問

沈劍威教授（香港中文大學體育運動科學系副教授）

榮譽體適能顧問

鄭毓全先生（中國香港體適能總會執行委員）

榮譽教育顧問（排名不分先後）：

林惠玲太平紳士	吳偉文博士	周國良博士	陳耀文博士	張愛娥博士
關李榮博士	王伯基校長	王淑芬校長	林月好校長	周思華校長
林偉雄校長	林靄嬋校長	韋靜萍校長	侯麗珊校長	郭秀慧校長
郭桂梅校長	陳志恒校長	陳安欣校長	陳秋玉校長	莊婉賢校長
陳鳳嫻校長	梁綺媚校長	梁慧芬校長	馮立榮校長	黃玉嬋校長
馮佩珊校長	黃佩蓮校長	張美儀校長	張麗珠校長	葉鳳群校長
趙劍眉校長	羅倩兒校長			

榮譽核數師

蔡國偉會計師

榮譽法律顧問

趙佩麗律師

榮譽顧問脊醫（排名不分先後）：

廖崇位脊醫	唐令淳脊醫	江明珊脊醫	伍仲恒脊醫	黃先志脊醫
吳慕德脊醫	謝京紅脊醫	葉兆德脊醫	吳需慈脊醫	曲德漢脊醫
潘海勳脊醫	王漢榮脊醫	巴得凱脊醫	吳政諺脊醫	李昉鈿脊醫
陳鎰生脊醫	楊雋頌脊醫	孫 龍脊醫	黎偉鴻脊醫	谷德俊脊醫

卓越護脊校園

幼稚園

- | | |
|--------------------------|-----------------------|
| 1 路德會建生幼稚園 | 13 基督教香港信義會祥華幼稚園 |
| 2 大埔商會張學明幼稚園 (將軍澳) | 14 保良局易桂芳幼稚園 |
| 3 大埔禮賢會幼稚園 | 15 中華基督教會屯門堂幼稚園 / 幼兒園 |
| 4 大埔浸信會幼稚園運頭塘邨分校 | 16 金錢村何東幼稚園 |
| 5 大埔禮賢會幼稚園 (分校) | 17 樂善堂張葉茂清幼稚園 |
| 6 順德聯誼總會屯門梁李秀娛幼稚園 | 18 建生浸信會白普理幼兒園 |
| 7 伊斯蘭博愛幼稚園 | 19 大埔商會幼稚園 |
| 8 東華三院香港華都獅子會幼稚園 | 20 五邑工商總會張祝珊幼稚園 |
| 9 東華三院黎鄧潤球幼稚園 | 21 聖公會靈風堂幼稚園 |
| 10 中華基督教會屯門堂何福堂幼稚園 / 幼兒園 | 22 佳實幼稚園第三分校 (天瑞邨) |
| 11 路德會呂祥光幼稚園 | 23 東華三院黃朱惠芬幼稚園 |
| 12 保良局蔡冠深幼稚園 | |

小學

- | | |
|--------------------|---------------------|
| 1 九龍塘天主教華德學校 | 9 順德聯誼總會何日東小學 |
| 2 大埔舊墟公立學校 (寶湖道) | 10 路德會聖十架學校 |
| 3 中華基督教會基灣小學 | 11 瑪利諾神父教會學校 (小學部) |
| 4 天佑小學 | 12 基督教香港信義會信愛學校 |
| 5 保良局方王錦全小學 | 13 大埔舊墟公立學校 |
| 6 天主教佑華小學 | 14 聖愛德華天主教小學 |
| 7 天主教聖安德肋小學 | 15 啟基學校 |
| 8 東華三院姚達之紀念小學 (元朗) | 16 保良局西區婦女福利會馮李佩瑤小學 |
| | 17 聖馬可小學 |

認證護脊校園

幼稚園

- | | |
|----------------------|--------------------------------|
| 1 鯉魚門循道衛理幼稚園 | 19 世界龍岡學校朱瑞蘭 (中英文) 幼稚園 |
| 2 東華三院高德根紀念幼稚園 | 20 美樂中英文幼稚園 (景峰花園分校) |
| 3 天主教聖安德肋幼稚園 | 21 順德聯誼總會梁潔華幼稚園 |
| 4 東華三院力勤幼稚園 | 22 東華三院黃士心幼稚園 |
| 5 東華三院李黃慶祥紀念幼稚園 | 23 中華基督教會屯門堂幼稚園二校 |
| 6 聖文嘉幼稚園 | 24 香港基督教播道會聯會中國基督教播道會厚恩堂厚恩幼兒學校 |
| 7 保良局吳多泰幼稚園 | 25 東華三院方樹泉幼兒園 |
| 8 香港東區婦女福利會幼兒園 | 26 保良局田家炳兆康幼稚園 |
| 9 嘉福浸信會幼兒園 | 27 佳實幼稚園第一分校 (屯門分校) |
| 10 仁愛堂張慕良夫人幼稚園暨幼兒園 | 28 東華三院馬陳景霞幼稚園 |
| 11 保良局曾星如幼稚園 | 29 基督教海面傳道會仁愛幼稚園 |
| 12 香港浸信會聯會耀興幼稚園 | 30 東華三院廖恩德紀念幼稚園 |
| 13 天主教聖雲先幼兒學校 | 31 香港中國婦女會幼稚園幼兒園 |
| 14 浸信會華恩幼稚園 | 32 佳實幼稚園 |
| 15 基督教香港信義會南昌幼稚園 | 33 東華三院王胡麗明幼稚園 |
| 16 保良局郭羅桂珍幼稚園 | 34 佳實幼稚園第二分校 (建生邨) |
| 17 基督教聖約教會司務道幼稚園暨幼兒園 | |
| 18 順德聯誼總會梁李秀娛沙田幼稚園 | |

小學

- | | |
|-----------------|--------------------|
| 1 獻主會溥仁小學 | 10 中華基督教會基順學校 |
| 2 福德學校 | 11 香港普通話研習社科技創意小學 |
| 3 基督教聖約教會堅樂第二小學 | 12 基督教宣道會宣基小學 (坪石) |
| 4 黃大仙天主教小學 | 13 台山商會學校 |
| 5 閩僑小學 | 14 石籬天主教小學 |
| 6 中華基督教會何福堂小學 | 15 天主教伍華小學 |
| 7 匡智元朗晨樂學校 | 16 中華基督教會望覺堂啟愛學校 |
| 8 秀茂坪天主教小學 | 17 油蔴地天主教小學 (海泓道) |
| 9 迦密梁省德學校 | |

護脊校園

幼稚園

1	小牛頓中英文幼稚園暨國際幼兒園	42	基督教樂道幼稚園	84	香港伯特利教會基甸幼稚園
2	循道衛理聯合教會主恩堂幼稚園	43	基督教小樹苗幼稚園	85	青衣商會天水圍幼稚園
3	東華三院灣仔幼兒園幼稚園	44	樂善堂顧李覺鮮幼稚園	86	東華三院徐展堂幼稚園
4	東華三院方樹福堂幼稚園	45	基督教香港崇真會安怡幼兒學校	87	港九街坊婦女會環翠幼稚園
5	博愛醫院朱國京夫人紀念幼稚園	46	基督教小天使（麗晶）幼稚園	88	聖馬太堂幼稚園
6	基督教宣道會香港區聯會將軍澳宣道幼稚園	47	保良局黃樹雄幼稚園暨幼兒園	89	基督教宣道會太和幼稚園
7	新翠培元幼稚園	48	西太平洋幼稚園	90	樂善堂梁泳釗幼稚園
8	東華三院蕭旺李滿福幼兒園	49	保良局李徐松聲紀念幼稚園	91	深水埗浸信會幼稚園
9	香港東區婦女福利會黎桂添幼兒園	50	崇真會美善幼稚園	92	香港浸信會聯會香港西北扶輪社幼稚園
10	安東尼亞國際幼稚園	51	李榮基紀念中英文幼稚園	93	上水惠州幼稚園（分校）
11	柴灣浸信會學前教育中心呂明才幼稚園（小西灣）	52	保良局謝黃沛涓幼稚園暨幼兒園	94	保良局鄧碧雲紀念幼稚園
12	聖文嘉中英文幼稚園（利東）	53	保良局劉進幼稚園暨幼兒園	95	基督教香港信義會沙田信義幼稚園
13	嶺南幼稚園（小西灣）	54	西貢樂育幼稚園	96	保良局田家炳幼稚園
14	禮賢會新蒲崗幼稚園	55	金巴崙長老會青草地幼稚園	97	路德會良景幼兒園
15	天主教海星幼稚園	56	仁濟醫院九龍崇德社幼稚園／幼兒中心	98	保良局元朗幼稚園暨幼兒中心
16	竹園區神召會將軍澳康樂幼兒學校	57	基督教中國佈道會恩恩創意幼稚園	99	路德會恩石幼稚園
17	東華三院田灣（一九九六至一九九七總理）幼稚園	58	新九龍婦女會樂華幼兒園	100	保良局朱李月華幼稚園
18	保良局方王煥娣幼稚園	59	花園大廈浸信會幼兒學校	101	保良局方譚遠良幼稚園暨幼兒園
19	宣道會上書房中英文幼稚園	60	港青基信幼兒學校（農圃道）	102	保良局慧妍雅集幼稚園
20	基督教康山中英文幼稚園	61	救世軍陳昆棟幼稚園	103	保良局張心瑜幼稚園
21	聖公會聖約瑟堂幼稚園	62	蔚思幼稚園	104	香港小童群益會樂緻幼稚園幼兒園（九龍灣）
22	聖多馬堂幼稚園	63	路德會陳蒙恩幼稚園	105	基督教宣道會茵怡幼稚園
23	天水圍宣道幼稚園	64	小時候幼稚園	106	香海正覺蓮社佛教林黃明慧幼稚園
24	天主教領報幼稚園	65	保良局劉陳小寶幼稚園	107	寶兒中英文幼稚園
25	田景邨浸信會呂郭碧鳳幼稚園	66	基督教香港崇真會安仁幼兒學校	108	香港基督教女青年會長青幼兒學校
26	保良局莊啟程幼稚園	67	聖母無玷聖心幼稚園	109	綠茵英文（國際）幼稚園（嵐山）
27	香港保護兒童會蝴蝶邨幼兒學校	68	香港聖公會麥理浩夫人中心幼稚園幼兒園	110	聖公會深水埗基愛堂幼稚園
28	基督教香港信義會將軍澳信義幼稚園	69	港九街坊婦女會孫方中幼兒園／幼稚園（穗禾苑）	111	聖公會聖三一堂會肇添幼稚園
29	善正幼稚園	70	中華基督教會望覺堂賢貞幼稚園	112	東華三院何藍瓊纓幼稚園
30	深信堂幼稚園	71	路德會沙崙堂幼稚園	113	明愛油塘幼兒學校
31	中華基督教會香港志道堂基博幼稚園（將軍澳）	72	卓基英文學校暨幼稚園	114	仁愛堂顏寶鈴幼稚園
32	中華傳道會基石幼稚園	73	中華基督教青年會葵涌幼稚園	115	香港華人基督會煜明幼稚園
33	筲箕灣街坊福利會張錦添紀念幼稚園	74	聖雅各福群會銅鑼灣幼稚園	116	啟思幼稚園（九龍塘正校）
34	牽晴間培元英文幼稚園	75	雅各中英文幼稚園（深水埗校）	117	保良局梁安琪幼稚園暨幼兒園
35	保良局李筱蓂幼稚園暨幼兒園	76	雅然中英文幼稚園	118	聖三一中心幼稚園
36	九龍靈糧堂幼兒園	77	聖士提反堂幼稚園／幼兒園	119	聖文嘉中英文幼稚園（華貴邨）
37	九龍靈糧堂幼稚園	78	美樂中英文幼稚園	120	東華三院洪王家琪幼稚園
38	崇基幼稚園	79	仁愛堂田家炳幼稚園	121	慈正邨菩提幼稚園
39	香港保護兒童會新航黃埔幼兒學校	80	金巴倫英文幼稚園	122	路德會沙崙堂幼稚園（慈愛分校）
40	保良局王少清幼稚園暨幼兒園	81	香港浸信會聯會利安幼兒園	123	翰林幼稚園（天水圍）
41	協康會康苗幼兒園	82	保良局方王錦全幼稚園	124	聖母潔心會黃大仙幼稚園暨幼兒中心
		83	大埔浸信會幼稚園天澤邨分校	125	啟思幼稚園幼兒園（愛琴）
				126	樂景幼稚園

127	筲箕灣循道衛理幼稚園	137	中華基督教會基真幼稚園	148	啟思幼稚園（匯景）幼稚園
128	基督教香港信義會靈安幼兒學校	138	鄰舍輔導會粉嶺幼兒園	149	啟思幼稚園（匯景）幼兒園
129	香港中文大學校友會聯會張煊昌幼稚園	139	仁愛堂劉皇發幼稚園暨幼兒園	150	啟思幼稚園（帝堡城）
130	香港道教聯合會圓玄幼稚園（富善邨）	140	青松興東幼稚園	151	啟思幼稚園（青衣）
131	路德會救恩幼稚園	141	東華三院譚錦球伉儷幼稚園	152	啟思幼稚園（馬灣）
132	荃灣商會鍾來幼稚園	142	光愛樂幼稚園（安泰）	153	仁濟醫院山景幼稚園／幼兒中心
133	中華基督教會深愛堂幼稚園	143	啟思幼稚園幼兒園（屯門）	154	仁濟醫院董伯英幼稚園／幼兒中心
134	東華三院馬陳家歡幼稚園	144	元朗公立中學校友會劉良驤紀念幼稚園	155	仁濟醫院林李婉冰幼稚園／幼兒中心
135	新界婦孺福利會上水幼兒學校	145	宣道會雷蔡群樂幼稚園	156	香港宣教會優質幼兒學校
136	仁濟醫院友愛幼稚園／幼兒中心	146	啟思幼稚園（杏花邨）	157	上水禮賢會幼稚園（截至2020年8月）
		147	啟思幼稚園（深灣軒）	158	念衡幼稚園（截至2021年1月）

小學

1	梨木樹天主教小學	34	南元朗官立小學	67	匡智張玉瓊晨輝學校
2	匡智元朗晨曦學校	35	聖瑪加利男女英文中小學	68	十八鄉鄉事委員會公益社小學
3	香海正覺蓮社佛教普光學校	36	官立嘉道理爵士小學	69	聖公會聖提摩太小學
4	保良局余李慕芬紀念學校	37	寶覺小學	70	基督教香港信義會葵盛信義學校
5	路德會啟聾學校	38	保良局黃永樹小學	71	東莞同鄉會方樹泉學校
6	九龍塘學校（小學部）	39	救世軍田家炳學校	72	路德會救主學校
7	海壩街官立小學	40	聖公會奉基千禧小學	73	匡智松嶺學校
8	中華基督教會基全小學	41	漢師德萃學校（幼稚園部）	74	將軍澳天主教小學
9	五邑工商總會學校	42	李陞小學	75	大埔浸信會公立學校
10	仁濟醫院何式南小學	43	荃灣潮州公學	76	獅子會何德心小學
11	佛教林金殿紀念小學	44	香港教育大學賽馬會小學	77	寶血會思源學校
12	東華三院港九電器商聯會小學	45	保良局陳麗玲（百周年）學校	78	荃灣商會學校
13	培僑小學	46	舊色園主辦可立小學	79	葛量洪校友會黃埔學校
14	基督教香港信義會馬鞍山信義學校	47	中華基督教會基華小學	80	白田天主教小學
15	順德聯誼總會李金小學	48	沙田公立學校	81	聖公會主風小學
16	聖公會聖約翰會肇添小學	49	世界龍岡學校黃耀南小學	82	油蔴地天主教小學
17	東華三院馬錦燦紀念小學	50	聖母無玷聖心學校	83	聖方濟愛德小學
18	潮陽百欣小學	51	聖公會基樂小學	84	禮賢會恩慈學校
19	匡智屯門晨輝學校	52	保良局羅氏信託學校	85	大角咀天主教小學（海帆道）
20	保良局世德小學	53	荃灣公立何傳耀紀念小學	86	慈雲山聖文德天主教小學
21	寶血會培靈學校	54	柴灣角天主教小學	87	大角咀天主教小學
22	東華三院李東海小學	55	將軍澳培智學校	88	路德會呂祥光小學
23	英皇書院同學會小學	56	樂善堂劉德學校	89	荃灣天主教小學
24	基督教神召會梁省德小學	57	優才（楊殷有娣）書院（小學）	90	佛教慈敬學校
25	景林天主教小學	58	循理會白普理基金循理小學	91	三水同鄉會禰景榮學校
26	保良局田家炳千禧小學	59	聖公會青衣邨何澤芸小學	92	東華三院周演森小學
27	保良局莊啟程第二小學	60	香港道教聯合會純陽小學	93	匡智屯門晨崗學校
28	聖公會天水圍靈愛小學	61	保良局何壽南小學	94	啟基學校（港島）
29	聖嘉祿學校	62	上水東莞學校	95	漢師德萃學校
30	樂善堂梁錫琚學校（分校）	63	中華傳道會呂明才小學	96	神召會德萃書院（小學部）
31	天主教柏德學校	64	靈光小學	97	德萃小學
32	香港青年協會李兆基小學	65	東華三院鶴山學校	98	觀塘官立小學
33	天水圍循道衛理小學	66	石湖墟公立學校		

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。

合作團體 / 機構

1. 美國 Sherman 脊科大學
2. 美國生命大學
3. 中國香港體適能總會
4. 東華學院
5. 香港社會服務聯會
6. 公開大學自在人生自學計劃同學會
7. 新界校長會
8. 銅鑼灣扶輪社
9. 聖雅各福群會
10. 親子頭條
11. 香港電台
12. 柏齡物業管理有限公司
13. 救世軍油麻地青少年綜合服務
14. 基督教香港信義會北區青少年綜合服務中心
15. 香港小童群益會賽馬會粉嶺青少年綜合服務中心
16. 博愛醫院文柱石家庭多元智能中心
17. 中華基督教青年會荃灣會所
18. 社會福利署土瓜灣綜合家庭服務中心
19. 博愛醫院鄭廖三紀念兒童及家庭發展中心
20. 博愛醫院李何少芳紀念兒童及家庭發展中心
21. DR-Max Limited
22. OPPO System Consultants Ltd

基金 / 企業 / 團體贊助

1. 香港公益金
2. 香港賽馬會慈善信託基金
3. 嘉瑞國際控股有限公司
4. 植華品牌 (亞洲) 有限公司
5. 華豐 (環球) 建材有限公司
6. 四喜珠寶金行
7. 迅誠電業有限公司
8. 怡泰製衣廠
9. Little Drummer
10. MAD 33
11. 俊譽環球企業有限公司
12. 藏·滿足
13. T Moon Medical Beauty
14. Associates Limited
15. Sino Trump International Ltd
16. 日昇移動國際有限公司
17. 農民有限公司
18. 導新數控工程有限公司
19. Wealth Rainbow Ltd.
20. Ateco Company Ltd.
21. Gammon Construction Co., Ltd.
22. 黎耀華會計師事務所
23. 萬希泉鐘錶有限公司
24. 蔡羅會計師事務所
25. 慧妍雅集
26. 智樂兒童遊樂協會
27. 中慧醫學成像有限公司
28. 古天樂慈善基金
29. 香港生命之糧
30. Innosphere Ltd.

每月捐款：

- | | |
|-------------------------|-----------------------------|
| 1. Tong Yau Tin | 13. Yeung Wing Kee |
| 2. Lai Yue Man | 14. Wong Mei Ling Zoe |
| 3. Chu Ching Man Stella | 15. Lock Chun Sing Stewart |
| 4. Liu Pik Yee | 16. Yeung Kwok Keung Dennis |
| 5. Hung Wai Shing | 17. Cheng Wing Kuen |
| 6. Lam Hoi Yan | 18. Mok Suet Ching |
| 7. Choi Hang Li | 19. Yeung Yuk Shun |
| 8. Cheung Mei Yi | 20. Leung Yin Mei |
| 9. Hui Chun Kit | 21. Tam Siu Fong |
| 10. Kwan Lee Wing | 22. Chow Kit Ching Rebecca |
| 11. Ip Wai Man Avy | 23. So Ka Man Carman |
| 12. Yun Kit Ling | |

熱心護脊先鋒

1. 陳孝聰
2. 嘉瑞國際控股有限公司

護脊先鋒

- | | | |
|---------------------------------|--|--|
| 1. Chan Yat Sang Jacky | 21. 無制限科技國際有限公司 | 36. Cranial Drive Healthcare Centre Ltd. |
| 2. Lee Fong Tin Aton | 22. Telefield Charitable Foundation Ltd. | 37. DFV Construction Material Co. Ltd. |
| 3. Decker Barry Frederick | 23. 黃勵恒 | 38. Chan Pui Sz |
| 4. Ng Chung Hang Hubert | 24. 葉嘉慧 | 39. 陳懿行 |
| 5. George Hwang | 25. Ying Cheong Construction Co. Ltd. | 40. 李麗潔 |
| 6. Joe Y B Tan | 26. Wings & Associates Consulting Engineers Ltd. | 41. 彭嘉琪 |
| 7. 溫文灝 | 27. Wu Kan Chi | 42. 廖敬珍 |
| 8. 植華品牌 (亞洲) 有限公司 | 28. 香港煌商佑鋼鐵實業有限公司 | 43. 趙翊展 |
| 9. 劉燕芬 | 29. Yu Wing Yee | 44. 陳林青 |
| 10. 葉錦培 | 30. 黃遠勳 | 45. 劉寶華 |
| 11. 鄧梓峰 | 31. 葉蔓慧 | 46. Pong Cheuk Wah |
| 12. 張安隆 | 32. 陳巧儀 | 47. 萬希泉鐘錶有限公司 |
| 13. 華豐 (環球) 建材有限公司 | 33. Chun Hin (Hong Kong) Engineering Ltd. | 48. 梁光錢 |
| 14. Chan Lap Jin Kevin | 34. Goodwill Global Enterprise Company Ltd. | 49. 黃偉文 |
| 15. 洪育才 | 35. Good Success Construction Engineering Ltd. | 50. 黎汝賢 |
| 16. Mass Insurance Agency Ltd. | | 51. 梁基南 |
| 17. 信明工程公司 | | 52. Little Drummer |
| 18. Wong King Chuen | | 53. 展榮工程有限公司 |
| 19. Karen Leung Dancing Academy | | |
| 20. Lo Ka Cheong | | |

年度捐款：(捐款 \$2,000 以上)

- | | |
|-------------------------|-----------------------|
| 1. Chiang Ming Shan | 5. Ku Tak Chun Wesley |
| 2. Chung Eli Kin Cheung | 6. 王英為 |
| 3. Wong Chun Kit | 7. 郭秀慧 |
| 4. Ng Ching Yin Jeffery | |

年度捐款：(捐款 \$1,000 - \$2,000)

- | | | |
|------------------------|-------------------------------|----------------------------|
| 1. 廖海艷 | 22. 杜達明 | 43. Ng Pui Ting |
| 2. 周玉霞 | 23. 張碧芳 | 44. Ho Siu Cheung |
| 3. 唐令淳 | 24. 梁啟明 | 45. Man Mei Kuen |
| 4. 鍾美珍 | 25. Chan Tsz Kin | 46. Tsang Hing Man |
| 5. Fan Ho Kee Jennifer | 26. 劉煒芬 | 47. Man Wai Lun |
| 6. Yeung Wing Kee | 27. Chan Wai Lung | 48. Heung Wing Shan |
| 7. Wong Suk May | 28. Chan Chun | 49. Law Ching Yan Chloe |
| 8. 林啟仁 | 29. Lai Ming Kong | 50. Mak Ming Yan Jessica |
| 9. 鍾美餘 | 30. Kei Yue Sing | 51. Leung Wai Pong James |
| 10. 羅倩兒 | 31. Cheng Wai Chun Daniel | 52. Leung Pui King |
| 11. 陳秋玉 | 32. Cheng Wan Grace Suk Ching | 53. Kee Choi |
| 12. Prof Albert Lee | 33. Yiu Ka Ming | 54. Wu Siu Kuen |
| 13. Leung Yee Mei | 34. Ng Tim Tak | 55. Chan Hin Hay |
| 14. Ha Sung Hin | 35. Lui Hing Cheung Victor | 56. Yeung Chun Wah Gabriel |
| 15. Anson Shek | 36. Tong Mang Lun | 57. Lam Kwok Cheong |
| 16. Law Suk King | 37. Leung Ngai Chun | 58. Lee Yuk Kwan |
| 17. Wong Luk Kwan | 38. Wong Ching Ming | 59. Kee Sung Simon |
| 18. 鄧雪芬 | 39. Yeung Chau | 60. Lam Wai Sum |
| 19. Ng Wai Yeung | 40. Polly Chun | 61. Chow Sai Tim |
| 20. Wong Wai Ho | 41. Wong Wai Hei | 62. 許春光 |
| 21. Ma Tai Ho | 42. Lai Ying Ping | |



香港公益金
THE COMMUNITY CHEST

會員機構 MEMBER AGENCY



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

網頁：ccf.hk

地址：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