

全國婦聯第八屆執委會第一次會議選舉產生新的領導班子

彭珮雲 當選全國婦聯主席

陳慕華 獲推舉為全國婦聯名譽主席

其他當選副主席的包括:

顧秀蓮(並獲推選為書記處第一書記)、巴桑、沈淑濟、孔令仁、謝麗娟、錢易、韋鈺、劉海榮、彭綱、劉雅芝、田淑蘭、華福周。而另外七位亦獲選為書記處書記,分別是沈淑濟、劉海榮、田淑蘭、華福周、馮淬、莫文秀、李秋芳。

婦女免費法律諮詢熱線服務

Free Legal Advice Hotline Service for Women

服務已於十一月中開始推出,熱線電話為 28933303,服務時間為星期一至五上午十時至下午一時,下午二時至六時半,以及星期六上午十時至下午一時,服務對象為全港婦女。在此多謝香港電訊免費提供電話線服務,及「當值律師服務」的協助。

熱線 28933303

為婦女在家庭、物業及遺產三方面提供初步法律意見。



編者的話 Words From Editor

何淑賢

擔任婦協刊物主編已超過五年。猶記起當初創會時被委派負責這份差事,由不是以自己興趣去撰擇的工作,到最後欣然接受,只是基於自己對選擇加入這個組織所能貢獻的其中一個機會。

打從起草第一份創刊號開始,已覺責任重大。既本着不偏不倚的原則,以及抱着嘗試挑戰自己的能力,去製作一份婦女會會刊,實在是對自己的一個考驗。希望這份刊物能得到大多數人的認同和對曾有錯漏的地方,多多包函。

五年,說長不長,說短不短。過去埋首製作過的刊物,除季刊外,另包括五年內舉辦過的大型回歸項目,國慶、就職禮特刊及其他等。檢討過去,儘管未能做到盡善盡美,但總算已盡力,不竟仍是自己樂意去做的一份差事。

對曾出版過的刊物,雖有一份滿足感,但亦感到有不足之處。過去每每在交予承印商去印刷的時刻,如發現有小小錯漏的地方都總會要求取回作修改。儘管如此,但到出版之後,還覺得有不滿意的地方。是要求高?還是自己能力問題?

兩屆的任期,能夠定期及按時出版季刊和其他刊物,實有賴出版組各成員,特別是副召集人張佩玉、秘書處全人、投稿人及供稿人、以至承印商的職員(因曾經多次需要通宵改稿)的協助,以及曾在問卷中給予意見的會員,在此表示謝意。

新一屆已到,應該是適當的時候由另一位理事或執委負責這份出版工作。讓這份屬於大家的刊物可以更有創意和有所改善,讓這份刊物進一步發揮其作用,進一步發熱、發光。



婦協季刊

第十九期 (九八年十二月)

第五次會員大會暨第三屆理事選舉 5th Annual General Meeting of the Hong Kong Federation of Women and Election of the 3rd Council Members

婦協第五次會員大會及第三屆理事選舉已成功於十二月九日在中華總商會禮堂舉行,出席之選舉會員及普通會員共 135 人,另有 13 個團體會員派代表出席。

首先由主席林貝聿嘉向大會作會務報告並簡略有關一九九八年內舉行之八十多項活動。主席更提到婦協所舉辦的大型活動,均受到特區政府及各界人士的支持及讚許,並得到傳媒的廣泛報導,藉此感謝大家對婦協的支持。

而在大會報告中,更簡略報導了有關未來的活動,並呼籲會員繼續積極參與。其中一個大型活動將為慶祝祖國建國五十週年。婦協為此即將發動籌募活動,在五個省市興建職業先修學校十間,以助女童繼續學業,培育人才,貢獻國家。而「紫荊吐艷慶騰騰」國慶晚會亦計劃於明年十月三日在香港紅磡體育館作第三度演出。為加強中港台婦女的溝通,更計劃舉辦大型的中港台婦女交流會,並計劃邀請國內二十個省市的女市長到港,讓她們多了解一國兩制成功在港推行之實際情況。

位於灣仔堅拿道天橋底的「香港婦協如心服務中心」亦即將落成,展望未來,婦協將為婦女提供更多服務,並團結及推動各階層婦女,為香港作出更多貢獻。大會亦通過繼續委任德勤關黃陳方會計師行為義務核數師和委任張鄭寶蓮夫人、譚惠珠太平紳士及蔡關穎琴律師為義務法律顧問。

而第三屆婦協理事會成員亦已順利選出,分別為:

主席:林貝聿嘉

副主席:曾黃麗群、劉孔愛菊、廖湯慧靄、伍淑清

義務秘書:李楊一帆

義務司庫:黃汝璞

理事: * 丁毓珠	* 何淑賢	* 余詩思	呂蘇綺麗
* 岑敏玲	李孫文英	李桂珍	李婉紅
李樂詩	李潔明	* 周轉香	* 林康繼弘
胡郭秀萍	倪秀娟	* 唐允淑圻	唐美馨
* 孫方中	高李蓓蒂	梁冬陽	陳小玲
陳耘	陳馬美玉	* 陳雷素心	* 勞潔儀
華慧娜	* 費斐	黃周娟娟	楊舒振聲
葉賀曾愉	* 葉順興	雷羅慧洪	蔡月嫻
蔡馬愛娟	蔡關穎琴	* 鄺心怡	羅蔡妙玲
關淑華	* 蘇曹莊儀		(* 執委)

在會員大會後,更舉行聯誼聚餐,會員聚首一堂,氣氛熱鬧。至於第三屆理事就職典禮,亦已定於一九九九年二月十一晚上舉行。



主席林貝聿嘉向大會作會務報告



到場的選舉會員、普通會員、團體會員及名譽會長達一百五十人



會員均非常關注及研讀會務報告



各選舉會員踴躍投票選出第三屆理事

歡迎會員投稿,題材不限,最好切合各專題,字數最多以不超過五百字為限

投稿請寄香港灣仔皇后大道東 228 號中華大廈十樓 B 座 電話:2833 6131 圖文傳真: 2833 6909

新年進步

Wishing you a Happy and Prosperous Year of 1999

陳鳳英女士 - 新華通訊社香港分社第一位女副社長

The First Female Vice - Director of Xinhua News Agency, Hong Kong Branch - Ms. Chan Fung Ying



好不容易才能夠約到新華社香港分社陳鳳英副社長見面(因為她一直都不肯接受訪問)。所以今次她一坐下便開宗明義,表示絕不會接受訪問。一向低調的她就連她的母校最近四十週年校慶要跟她做訪問,都被她拒絕。於是在無計可施的情況下,只有談天說地,閒話家常,唯有視這次是兩人的單獨約會,雖有增進感情,但未能浪漫一番(一笑)。

筆者認識陳鳳英大姐早於婦協成立之前,當時陳大姐是負責婦女青年部。由於筆者是屬於其中的一個青年組織—青年商會,故此有機會跟陳大姐接觸。陳大姐給筆者的印象是謹慎、隨和而低調的一個人,更是屬於少說話、多做事之前輩。雖然個子小小,但說話時,有條不紊,措詞清晰而語句肯定。

在婦協成立之初,到組織參加九五婦女世界大會,以至在九七回歸年的多個活動裏,她一直都給予婦女很大的支持和提供不少寶貴的意見,在參予討論的時候,她既是一個好的聆聽者,又是一個頭腦冷靜,從分析到給予意見都非常中肯的顧問。

去年,她因病入院,做手術後休息了不多久,就立即返回崗位繼續工作(當時她還是擔任新華社香港分社協調部部長兼社長助理的工作),可見她絕對是一個非常負責任的人。

一直在香港受教育至高中,直至工作陳大姐在新華社香港分社工作已有三十多年。過去她經常都忙於兩地工作,一直默默耕耘,處事低調。到今天,在一個一向以男性作主導的機構中,能夠獲委派擔任副社長之職,真的殊不簡單。既是她個人的成就,又可以算是其工作單位對肯定和認同女性魄力和才幹的其中一個例證。她的成功,當然一定有很多她個人努力奮鬥和無懼艱辛的經歷,可惜她不太願意和大家分享,避免有宣傳自己之嫌。

據知,陳大姐精通書法,筆功純熟且秀麗。可能是她對自己要求高,每次她被邀請作題字的時候,她都從不馬虎,每趟都會寫上數遍,一直寫到自己滿意才交卷。

陳大姐有一個溫暖的家,是兩子之母。大兒子已出來做事,二子仍在讀書。她的先生也是一個非常低調的人,難得的好丈夫。在她住院期間,每天耐心地陪伴她,體貼入微。所以筆者認為一個成功的女士,實在難得有一位好丈夫在幕後支持和在需要時,隨時侍奉左右。

(以上是筆者個人觀察所得的意見)

何淑賢



自婦協創會至今,陳大姐都一直給予大力支持及寶貴意見



參加九五年在北京舉行之世婦會



陳大姐熱烈支持婦女慶祝回歸各項活動



拜訪全國婦聯時,陳大姐擔任訪問團之名譽顧問

小組活動 Sub-Committees' Activities

再培訓課程 Retraining Courses

婦協於八月至九月期間與僱員再培訓局共合辦了三個課程:包括「基礎英語課程」、「實用普通話課程」以及「物業管理及保安精修訓練課程」,報名情況反應熱烈,成績理想。尤以「物業管理及保安精修訓練課程」,報讀者眾。是項全日制課程除了提供為期一個月的訓練外,更為學員提供一年的就業跟進服務。截至十二月底,已有十多位學員成功覓得與課程有關的工作。

三個課程的結業禮在月前經已舉行,更承蒙僱員再培訓局行政總監鄺勝仕先生親臨主禮及主持頒發出席證書。鄺先生於典禮上表示:「無論在質量及效果方面,婦協辦得非常成功。」鄺先生更表示僱員再培訓局將會繼續支持婦協開辦其他多元化的培訓課程。而主席林太亦表示婦協將會繼續努力,為全港有需要的失業人士提供更多的培訓機會。



婦協秘書處製作了一本「物業管理及保安精修訓練課程剪輯」送予僱員再培訓局行政總監鄺勝仕先生(右一),主席林貝事嘉(右二)正介紹剪輯的內容。



「實用普通話課程」及「基礎英語課程」的學員與嘉賓在結業禮完畢後來一張大合照!

探訪團體會員 Visiting Corporate Members

社會事務小組於八月十五日分別到「香港離島婦女聯會」及「長洲婦女會」作探訪及交流,藉以了解其他婦女團體的運作模式,服務情況及活動種類等。婦協成員首先參觀了東涌新市鎮的商場及其他區內設施,和了解新市鎮的發展。



「香港離島婦女聯會」主席周轉香(右一)帶領婦協成員參觀東涌古堡,並解釋東涌新市鎮的發展情況。



「長洲婦女會」理事長李桂珍(紅衣者)正介紹該會的成員與婦協會員認識。

展,並參觀了東涌古堡的炮台。隨後到達「香港離島婦女聯會」位於梅窩的辦事處,正式交流兩會的服務心得。

當日接着探訪「長洲婦女會」,並由「長洲婦女會」理事長李桂珍介紹該會的成立及發展經過。據解釋該會成立初期,會員大部份都是家庭及漁民婦女,服務多屬於聯誼性的康樂活動。後來參與了較多社區服務,例如長者網絡計劃服務、探訪獨居老人等,及後該會更聯合其他新界婦女團體,交流推行婦女服務的心得,互相學習,以推動香港婦女服務的發展。理事長李桂珍可算是第一位女性村代表,其後委員李清及副理事長郭美蘭亦相繼出任村代表一職,打破了新界地區的傳統——由男性出任重要的公職,對於婦女在參與選舉事務上可說是跨出重要的步伐。

會上大家均認同政府應盡快制定婦女政策,以全面發展為婦女度身訂造的服務,滿足婦女的獨特需要。當然,要達到這個目標,還需各團體繼續互相交流和合作。

婦女健康面面觀講座 Women's Health Talk

教育訓練小組於十月十七日假婦協會所舉行「婦女健康面面觀」講座,並在香港大學婦產科黃令翠教授的協助下,邀請到瑪麗醫院營養部李素恩營養師、香港大學婦產科鄧靄珊醫生,以及瑪麗醫院放射診斷部何惠清顧問醫生擔任主講嘉賓。

三位分別以「婦女健康飲食快訊」、「婦女更年期」及「婦科癌症普查」為題,與參加者分享了婦女保健之道。

是次講座內容豐富,並有幻燈片配合主講題目,使參加者更能明白講座的內容。當日參加者均踴躍發問,可見各位對健康之重視,相信他們從講座之中已獲取了不少寶貴的訊息。



主席林貝事嘉(右三)、理事鄺心怡(右二)及關淑華(左三)與主講嘉賓李素恩營養師(左一)、鄧靄珊醫生(左二)及何惠清顧問醫生(右一)



何惠清顧問醫生正以幻燈片向參加者介紹「婦科癌症普查」的重要性及內容。

何瓊師傅教你耍兩招

Teaching of "Luk Tung Kuen" by Ha Kinh

「何瓊師傅教你耍兩招」活動在一個陽光普照的中午進行，參加者帶着充滿活力的氣息，與何瓊師傅所授的「六通拳」三十六招，相映成趣。雖然活動已告一段落，但大家對此活動的熱衷程度相信只有增無減。何瓊師傅今年已達八十多歲之高齡，但其行動之敏捷可比美二、三十歲的青年。

在傾談之中，知悉她所授的「六通拳」，的確有強身健體之效。所謂「六通拳」，就是包括了三十六式的健身操，運動全身，包括兩手、兩腳、身體及頭等六部份，使各部份的血脈流通、神經系統和內分泌協調，更有助身體內循環和神經系統暢通無阻，是為「六通」。如持續性地練習，可以精神百倍，百病全消。



圖中所見為「六通拳」三十六招之第九式，名叫「扎馬打鼓」。據何師傅說，練這一招可以通五經內臟和抗癌殺菌！

一齊仰頭望天，原來這是六通拳的其中一招。在短短時間，大家共學會了「三十六招」。



律政司司長在百忙之中抽空到來迎新會為新會員致詞鼓勵。

會中氣氛熱鬧，會員更主動介紹自己及表達了對婦協的期望。

迎新會

Welcome Party for New Members

會員拓展小組於十一月十四日假會所舉行第二次「迎新會」。是日共有六十多人出席，氣氛熱鬧。主席林貝聿嘉在會上向各位簡介了婦協的歷史、工作成績以及未來動向，加深了新會員對婦協的認識。當日更特別邀請到名譽顧問、律政司司長梁愛詩女士親臨致詞勉勵，及頒發「熱心介紹會員獎」給三位會員，分別為廖湯慧靄、何麗貞及吳玉娟。

及後更有錄影帶欣賞、有獎問答遊戲以及茶敘等。

午間探訪樂融融

Visiting the Ng Siu Mui Home cum Care & Attention Unit for the Elderly

社區服務小組於十一月二十八日舉辦了一項名為「午間探訪樂融融」的活動-探訪香港東區婦女福利會伍少梅安老護理院約一百位長者，並與他們歡渡了一個愉快的週末。當日更安排了遊戲、粵曲演唱及中國舞表演(由聖心書院學生演出)，並有二十位婦協成員擔任義工，派發禮物予長者，並逐一與他們閒聊，各位長者無不感激各位到場義工，場面極之溫馨。

婦協執委及香港東區婦女福利會主席丁毓珠及小組召集人余詩思亦有到場打氣，為活動加添氣氛。活動結束時，許多長者都表示玩得很高興，並希望再次能夠見到婦協朋友的重臨，帶給他們有另一個愉快的一天。



婦協執委丁毓珠到場協助派發禮物給長者，每位公公婆婆都顯得特別高興。

看！每位義工及工作人員都笑容滿面，就知道「做義工」的樂趣。



婦協團結各界婦女支持行政長官一九九八年度施政報告 HKFW Supporting the 1998 Policy Address by the Chief Executive

婦協在十一月四日發表聲明，並致函及呼籲各位立法會議員投票支持行政長官董建華一九九八年度施政報告。內容為：

「婦協支持董特首在施政報告中以香港定位為中國主要城市之一，並為亞洲首要國際都會，經濟發展方面必須結合中國珠江三角洲經濟實力，使本港經濟更多元化及高科技化，人才專業化。由此而鞏固香港特別的優越條件，重點發展中醫藥、旅遊業及電影業等行業。

同時亦支持施政報告對於目前的工商業困境及失業問題提出的對策：

(一)撥出廿五億元的特別信貸計劃，幫助中小型企業獲得融資；(二)增加僱員再培訓局撥款五億元，為失業

人士提供合適課程及培訓津貼；(三)全速推行既定的幾項基建計劃，帶來二萬七千個新就業機會。

在施政報告內，特首再一次確認了婦女對家庭，對香港的經濟以至整個社會傑出的貢獻。尤其是報告提及政府會不斷努力，通過教育、訓練和其他支援，幫助婦女盡展潛能。雖然報告內未有對婦女政策制定明確的方針及沒有提及設立婦女服務基金，令我們感到失望，但整份施政報告，對香港未來及長遠發展是有利的，所以婦協全人大力支持。深盼明年的施政報告能更深入明確的提出婦女政策。

我們希望立法會以實事求是的態度，監察特區政府落實政策，與廣大市民團結一致，群策群力，轉危為機。」

在立法會「政府當局回應致謝議案辯論」之當日，婦協亦有組織各方婦女到立法會門前作出支持行動。



婦協及多個團體會員在立法會前合照



主席林貝聿嘉親向立法會議員劉健儀呈上支持特首施政報告之聲明函件



各界婦女，團結一致，群策群力，共渡時艱

婦協與其他到訪團體作交流

Views Exchange with Mainland and Japanese Women Organizations

七月九日江門市婦聯主席陳麗娟及陳照平副市長共十二人到訪。



海南島婦聯黃玉梅主席共五人於七月十五日到訪婦協並互贈紀念品。



七月廿一日陝西省婦聯十三人到訪婦協，並由幾位名譽會長廖湯慧靄、孫方中、邊陳之娟、楊舒振聲、華慧輝等設午宴招待他們。



廖湯慧靄(右二)及伍淑清(左一)兩位副主席與到訪佐賀縣市市長及其他嘉賓於晚會時合照



婦協理事、名譽會長及會員廿多人於八月份曾與百多位來港訪問的日本佐賀縣婦女，就生活、文化、家庭、社會等作出交流。圖為其中一分組討論時情況。

「紫荊吐艷慶歡騰」國慶晚會 National Day Celebration Variety Show

「紫荊吐艷慶歡騰」國慶晚會已於十月四日成功舉行及演出。婦協很榮幸邀請到行政長官夫人董趙洪媽女士及新華社社長夫人朱曼黎女士蒞臨主禮。特區政府眾多高官、部份各級議員、人大代表、政協委員、社團代表等均有應邀出席，一同慶祝祖國成立四十九周年。

今年已是婦協第二次團結全港婦女慶祝國慶。基於去年全女班之大合唱備受好評，故此婦協再次號召團體會員及婦協成員再作演出。有份參予合唱的成員均非常熱心，在組長李楊一帆帶領下，大家都非常投入練習，只不過舉行了三次的排練，當晚的演出已得到預期成功，全場座無虛設。

兩小時緊湊而豐富的節目由二百多位婦協成員組成的大合唱揭開序幕，一曲「獅子山下」，悅耳動聽，再一曲「歌唱祖國」，氣勢高昂，再加上粉紅及紫色系列旗袍的風姿，真是極盡視聽之娛，令到場嘉賓讚嘆不絕。接着由全女班藝員紅星演出不同環節，節目豐富多姿，尤其是由汪明荃小姐主持的最後一個環節，彰顯了香港婦女的多方面才華與幹勁，得到各方好評。

晚會節目是由電視廣播有限公司負責製作，並於當晚在翡翠台直播，讓全港市民共同分享國慶的喜樂。大會司儀由汪明荃、沈殿霞、鄭裕玲三位重量級阿姐擔任，表演嘉賓包括陳潔靈、李蕙敏、周海媚、蓋鳴暉、關詠荷、陳松伶、許美靜、楊盼盼、蔡少芬、姚瑩瑩、鍾麗淇、郭少芸、朗暉粵劇團之小朋友及無線舞蹈藝員等，清一色女性，陣容非常鼎盛。

嘉賓之一何鴻燊博士，對婦協籌備大型活動的幹勁與魄力，特別是當晚大合唱環節尤其欣賞。為表示對各參加者及籌備工作人員的鼓勵，何博士更特別贊助婦協於十月廿七日晚上舉行慶功聯歡宴，筵開二十席，以慰勞大家。許多台前幕後的人員均有應邀出席。大家再次高歌「獅子山下」，在回味當晚緊張又興奮的心情之餘，更以此曲向何博士致謝。

是次晚會的召集人由廖湯慧靄副主席、劉孔愛菊副主席、唐尤淑圻執委擔任，她們出錢出力，功勞不淺。藉此機會更要向電視廣播有限公司台前幕後工作人員及當晚出席的嘉賓致意，並希望在明年祖國五十週年金禧慶祝晚會上再見！



兩位主禮嘉賓董趙洪媽女士(左八)及朱曼黎女士(左七)，於酒會中與眾嘉賓來一張大合照留念，其中萬綠叢中一點紅的男士為何鴻燊博士。



主席林貝聿嘉(中)，晚會召集人廖湯慧靄副主席(左二)，迎接到場嘉賓，民政事務局長藍鴻震(右二)及夫人(右一)，立法會議員黃宜弘先生(右三)及其夫人梁鳳儀博士(左一)，以及外交部特派專員馬毓真夫人(左三)。



清一色全女班華服赴會，各顯綽約風姿。



部份籌委及名譽會長，副會長合照。



三位重量級司儀汪明荃、沈殿霞、鄭裕玲。



主席林貝聿嘉在大合唱成員排成的紫荊花圖案前為晚會致詞，旁為召集人之一廖湯慧靄。



主席林貝聿嘉(右四)，晚會召集人劉孔愛菊副主席(右二)及唐尤淑圻執委(左三)，陪伴主禮嘉賓董趙洪媽女士(左四)及朱曼黎女士(右三)，律政司司長梁愛詩(左二)、新華社社長陳鳳英(左一)，及外交部特派專員馬毓真夫人(右一)欣賞節目。



蔡少芬的男裝扮相非常俊俏，與其他女藝員演出，同樣有牡丹綠葉之效。



由全女班小童演出粵劇，生動有趣，劇目為「天姬送子」。



蓋鳴暉、關詠荷演出的黃梅調折子戲「游龍戲鳳」，非常精采。



汪明荃小姐一曲「千個太陽」氣勢激昂，並同時介紹香港各行各業的傑出女性。



節目完滿結束，晚會召集人與眾籌委成員，在台上舉杯互相祝賀。



演出前大家對練習都非常認真，全情投入。



慶功聯歡宴上大家再次高歌一曲「獅子山下」。

「三喜臨門」慶祝晚會

Dinner Reception in Honour of Seven Outstanding Women

- 賀**
- 陳鳳英大姐榮任新華通訊社香港分社副社長
 - 范徐麗泰名譽顧問、譚惠珠義務法律顧問榮獲金紫荊星章、林貝聿嘉主席榮獲銀紫荊星章、孫方中名譽會長榮獲銅紫荊星章
 - 陳鳳英副社長、林貝聿嘉主席、曾黃麗群副主席、費斐執委光榮獲選為全國婦聯第八屆執委會執行委員

婦協喜事年年有，今年特別多。在十一月十二日一個平凡的星期四，百多會員歡聚在黃竹坑鄉村俱樂部，為恭賀七位不平凡的女性、舉行了一個既溫馨又感人的「三喜臨門」慶祝晚會，向她們傑出的成就及所獲得的殊榮致敬。

七位嘉賓各有各不同的成功因素，但每位都懷有一個共同的信念，就是堅守工作崗位，盡心盡力為大眾服務，貢獻社會。七位傑出的女性更深感謝姊妹朋友們的關懷，她們認為有大家的愛護和支持，才能夠鼓勵她們克服重重的困難。正如主席林貝聿嘉道出「風雨同舟，有你支持，今日榮譽，與你分享」的心聲，可見她在獲得殊榮後的心聲是她非常珍惜大家的友誼。各位亦不約而同指出，只要香港的婦女團結一致、互相扶持，這「半邊天」的力量必定可以為社會作出更大的貢獻，一同推動香港未來的發展。七位嘉賓在席間毫不吝嗇地與大家分享了她們多年來的做人處事心得、細訴心聲，而每一位更大開金口，高歌與眾同樂。

是晚梁愛詩司長在百忙中抽空出席致賀，更親自送上鮮花予七位主角。當晚出席的還包括東莞婦聯的三位代表，分別為東莞市人大主任羅慧貽、東莞市婦聯主席黃碧蓮及副主席鄒聯、新華社協調部的幹部、婦協執委及理事、名譽會長、名譽副會長以及會員等共一百多人。

負責安排是次活動的四位召集人包括副主席劉孔愛菊、義務秘書李楊一帆、執委丁毓珠及唐尤淑圻。她們費盡心思為當晚安排了一個既浪漫又溫馨的場地，整個晚上洋溢着輕鬆愉快的歡笑聲。



婦協會員分批與七位傑出女性及梁愛詩司長拍照留念。



每張桌上有寫上金色「賀」字的氣球作為裝飾，為會場增添喜慶氣氛。



女中豪傑的譚惠珠從名譽會長范徐麗泰手中接過獎牌，致送給她的水晶紀念座及禮物。



婦協的好朋友陳鳳英大姐與大家分享她的成功心得。



林主席及范太齊開金口高歌一曲，實是難得之極。

第二屆新來港學童英語閱讀獎勵計劃 '98

The 2nd English Reading Award for Newly Arrived Children '98

婦協與東方日報合辦之「第二屆新來港學童英語閱讀獎勵計劃 '98」經已完滿結束，並已於十二月五日假婦協會所舉行了一個頒獎禮，以祝賀各參賽組別之優勝者。

是次活動之目的是為了培養新來港學童有良好的閱讀習慣，增強他們的英語閱讀及寫作能力，並藉此鼓勵他們善用學校圖書館資源。各界對是次活動反應熱烈，婦協共收到二百七十二份報名表格，分別來自四十三間中、小學，而準時呈交的參賽作品則有二百多份。

經過義務改卷老師及評審團成員的審慎甄選後，三個參賽組別(初級組、中級組、高級組)的冠、亞、季軍及五名優

異獎之得勝者亦順利誕生，並由婦協主席林貝聿嘉女士、社區服務小組召集人余詩思女士及東方報業集團有限公司外事部經理黃莉莉女士親臨頒發獎項予各級得勝者。評審團成員包括教育署首席督學(英文)譚兆明先生、贊育醫院行政總監盧時楨女士、東方日報代表曹捷先生、維多利亞幼稚園校長孔美琪女士、社區服務小組副召集人陸恩美女士。

活動能夠順利完成，實有賴各方面的支持和協助，在此特別鳴謝東方日報合辦及贊助是次活動經費，並希望明年有機會繼續合作是項活動，藉以提升新來港學童的英語水平和協助他們融入香港社會。

鳴謝：東方日報

香港婦女獲委為中國婦女第八次全國代表大會之特邀委員

HKSAR Women were invited as Special Representatives to the Eighth National Congress of Chinese Women

香港婦女一共廿六位來自不同的界別、機構、組織，獲委為中國婦女第八次全國代表大會之特邀委員。香港特邀代表包括：陳鳳英、林貝聿嘉、曾黃麗群、劉孔愛菊、廖湯慧靄、伍淑清、費斐、丁毓珠、葉順興、孫方中、李樂詩、李陳勁秀、楊志紅、蕭詠儀、岑敏玲、何淑賢、張妙清、陳小玲、陳婉嫻、林華英、周轉香、徐尉玲、高寶齡、唐尤淑圻、黃汝璞、蔡素玉。

一行廿六人於八月卅一在北京人民大會堂出席了開幕式。當日出席的嘉賓包括黨和國家領導人江澤民、李瑞環、胡錦濤、尉健行及李嵐清等，他們的出席，受到了一千多位正式代表，以及一百多名列席及特邀代表的熱烈歡迎。在開幕式前，全體出席人士更先來一張合照。其他出席的人士包括中央、國家機關各部委及民間團體等一共有六千多人。

是次香港婦女代表團是由新華社副社長陳鳳英擔任團長、婦協主席林貝聿嘉及副主席曾黃麗群擔任副團長。開幕儀式由第七屆全國婦女聯合會主席陳慕華主持，並在莊嚴的氣氛下致詞。全國總工會副主席、書記處第一書記張丁華代表人民團體致賀詞，而中共中央政治局常委、國家副主席胡錦濤更代表中共中央向大會祝詞。大會主席團常務主席顧秀蓮亦代表全國婦聯第七屆執委向大會作了跨世紀努力奮鬥的宏偉工作報告。(部份講詞及工作報告內容已刊登於後頁與大家分享)。

大會期間，香港代表除參予了多項分組討論外，並對大會工作報告以及未來婦女發展工作積極發表了意見。更藉在北京期間，拜會了中央統戰部並獲全國政協副主席、中央統戰部部長王兆國接見。

大會期間更選出了第八屆之執行委員共二百一十九人。香港代表陳鳳英、林貝聿嘉、曾黃麗群及費斐更被選為執行委員。

閉幕式由全國婦聯副主席、國務院婦女兒童工作委員會主任吳儀代表國務院及國務院婦女兒童工作委員會對大會的圓滿結束表示祝賀。

大會期間，各姊妹也非常記掛災區，以及紛紛伸出援手，即席發起募捐，藉以幫助災區人民盡快重建家園。香港代表在集腋成裘下籌集了約三萬元之款項並在大會閉幕時交由全國婦聯代轉至災區。最後陳慕華大姐亦立即代表中國政府和人民感謝港澳婦女同胞對內地災民所給予的支持和捐助，並讚揚港澳婦女為祖國教育事業所做的扶貧辦學工作。

後記：香港婦女一直都關心的一位全國婦聯副主席，黃啓璋大姐去年因病入院，大會期間，幾位香港代表難得有會探訪了她。據說她精神飽滿、笑容和語調依舊，她更向關心她的香港姐妹致意。未能親身探望她的香港婦女，惟有繼續向她作遙遠的祝福。



香港婦女特邀代表在進入人民大會堂出席開幕式時先來一張合照。



特邀代表在分組討論時積極發言。



除日間分組會議外，在晚上亦爭取時間向受捐助的省市了解有關資助山區女童入學後的情況。



大會期間，陳慕華大姐與香港特邀代表一同切餅，慶祝大會成功舉行。



林主席、曾副主席、陳鳳英副社長及陳婉嫻議員代表婦協探訪黃啟璋大姐，祝她早日康復。

中國婦女第八次全國代表大會在北京舉行

The Eighth National Congress of Chinese Women held in Beijing

在中國婦女第八次全國代表大會上，各領導人的致詞非常親切及導出了婦女努力的成果，多位更在講話中不忘鼓勵婦女要自強不息。個別的部份講話內容已撮載如下與大家分享：

國家副主席胡錦濤書記在中國婦女第八次全國代表大會上致詞時，特別向香港特別行政區女同胞致以良好的祝願，其講詞部份內容如下：

『中國婦女掙脫長期受壓迫、受屈辱的枷鎖，經過艱辛的探索，在這一歷史進程中，充分施展自己的才智和力量，為國家富強和民族振興作出了新的重大貢獻，贏得了社會的廣泛尊重和讚譽。

只有得到婦女這支偉大力量的積極支持和參與，我國革命、建設和改革事業才能取得成功。全國各族各界婦女更要勇敢地擔負起光榮的歷史使命，在全面推進偉大事業的進程中，建立新功業，弘揚新風尚，取得新進步，同全國人民一道昂首闊步邁向新世紀。

希望廣大婦女自強不息，艱苦奮鬥，為深化改革和促進經濟發展貢獻更大的力量。在一切可以發揮作用的地方施展才幹，再創佳績。

婦女是物質財富的創造者，也是精神財富的創造者。各界婦女須從自身做起，從現在做起，從點滴事情做起，大力弘揚社會新風，要努力做到熱愛祖國、關心集體、熱心公益、自覺奉獻，做到艱苦創業、開拓進取、知難而進、自強不息，做到遵紀守法、誠實守信、崇尚科學、愛崗敬業。堅決抵制拜金主義、享樂主義、個人主義和封建迷信、黃賭毒等社會醜惡現象。婦女在家庭美德建設中具有不可替代的作用，要努力做到勤儉持家、尊老愛幼、夫妻和睦、鄰里團結，堅持移風易俗，實行計劃生育，教育培養好下一代，積極推動良好家風的形成和發展，以實際行動促進社會全面進步。

廣大婦女要以強烈的責任感和緊迫感，以堅韌不拔的毅力和持之以恆的精神努力加強學習，努力使自己成為新時期有理想、有道德、有文化、有紀律，自尊、自信、自立、自強的建設者。

努力把婦聯工作提高到一個新水平，實現祖國完全統一，是海內外一切愛國的中華兒女的共同心願。婦聯要加強與香港特別行政區女同胞、澳門和台灣女同胞、海外女僑胞的聯系和交流，為完成祖國統一大業而共同努力。尊重婦女，保護婦女，是社會進步

的一個重要標誌，是文明社會應有的法律規範和道德風尚，把男女平等作為促進我國社會發展的一項基本國策，依法維護婦女在國家政治、經濟和社會生活中的平等地位和各項權益，使我國婦女的地位從根本上得到了保障。社會上輕視歧視婦女、侵犯婦女合法權益的現象還時有發生，由法律上的男女平等達到事實上的男女平等，任務仍十分艱巨。在跨越世紀的新征途上，具有光榮革命傳統的中國婦女，一定能夠擔負起歷史賦予的崇高使命，創造出無愧於時代的輝煌業績。』

全國婦聯主席陳慕華致詞表示：

『十年前我接受組織安排，邁入全國婦聯機關大門的情景和感受，十年中與姐妹們風雨同舟，在實踐中跋涉前進的追求和探索，歷歷在目，盡現眼前。

我衷心的感謝一貫關心支持婦女工作的各級黨政領導，深深的感謝與我同行的全國婦聯書記處和各級婦聯幹部，我還要向在十年中為祖國建設作出卓越貢獻的全國各族各界婦女姐妹們，表達我最誠摯的敬意！

十年的工作實踐，使我深深感到，科學的理想，共同的信念，一致的行動，是將中國婦女凝聚成一個整體，在新征途上共同奮鬥的力量所在。為此，堅持不懈地在廣大婦女中進行正確的世界觀、人生觀、價值觀教育，十分迫切艱巨。當前，引導廣大婦女樹立正確的世界觀、人生觀和價值觀，就是要堅持以為人民服務為核心、以集體主義為原則的社會主義思想道德。

在婦女權利問題上，應立足於爭取婦女的徹底解放，使婦女在政治、經濟、文化、教育、社會、家庭等方面享有與男子同等的權利，並着力維護婦女的政治和經濟權利，提高婦女的政治和經濟地位。

最後再一次對大家獻身婦女事業所作出的努力，表示最真誠的敬意！你們是時代的驕子，因為你們正面臨着世紀之交的大好機遇；你們是時代的強者，因為你們在改革和建設的大潮中拼搏。我將為你們的每一點成績而驕傲，為你們的每一步跨越而歡欣。願你們振奮精神，迎接挑戰，創造更加燦爛輝煌的明天。』

大會主席團常務主席顧秀蓮總結了五年的工作報告，部份內容如下：

『五年來，在黨的基本理論和基本路線指引下，廣大婦女發揚了“四有”、“四自”的精神，全面參與有中國特色的社會主義經濟、政治、文化建設，取得了新的進步和發展。四有包括：有理想、有文化、有道德、有紀律。四自即：自強、自立、自信、自尊。

而國有企業下崗女職工不自卑，重走創業路，主動從社會需求中尋找新的崗位。

第九屆全國人大女代表有650人，全國政協第九屆委員中女委員有341人，分別佔代表、委員總數的21.81%和15.54%。全國現有女研究生53517人、女大學生118.47萬人，分別佔在校學生總數的30.35%和36.42%，適齡女童入學率達到98.63%。

五年來，全面履行婦聯職能，以改革的精神不斷開創工作新局面推進婦女發展和維護婦女權益，包括已幫助了四十八萬下崗女職工實現再就業，及資助了七十五萬輟學女童重返校園；但下崗女職工較多，再就業難度較大；農村還有相當一部分婦女沒有脫貧；女性參政比例仍然偏低；婦女受教育程度城鄉差異較大；婦女權益受到侵害的現象還比較嚴重。有關實現婦女的合法權益和男女平等的進程，必須把提高婦女素質作為一項長期的戰略任務來抓。面向世界，面向未來，既保持發揚中國婦女的優良傳統，又不斷吸取一切優秀文化成果和反映現代社會發展規律的先進經驗，相互交流借鑒。現中國婦女佔世界婦女人口總數五分之一，到2010年，中國婦女發展的總目標是：男女平等基本國策進一步貫徹落實；婦女兒童的生存、保護和發展環境進一步優化；婦女在經濟、政治、文化、社會及家庭中的平等權利進一步實現；婦女的整體素質顯著提高；在廣泛參與中實現婦女的全面進步。

下崗女職工要進一步轉變擇業觀念，積極參加各種培訓，既要在社會急需的社區服務、物業管理、家庭服務等崗位有所作為，又要提高素質，自強創業，積極參與城鄉集體經濟、個體經濟和私營經濟的發展。婦女作為國家的主人，有責任參與國家和社會事務的管理和監督。各級人大女代表和政協女委員，要增強民主意識，珍惜人民賦予的權力，加強學習和思考，提高參政能力和議政水平，真正代表並及時反映人民群眾、尤其是婦女群眾的意願和呼聲。廣大婦女群眾要增強社會責任感，關心國家大事，依法參與國家和社會事務的管理。

廣大婦女要成為社會公德、職業道德、家庭美德的宣傳者。要滿腔熱情地幫助有困難的婦女姐妹，用實際行動為黨和政府分憂，為婦女姐妹解難，促進團結互助、平等友愛、共同前進的新型人際關係的形成。

廣大婦女更要肩負起歷史賦予的光榮任務，就是要自覺運用法律武器，維護自己的合法權益。要依法辦事，學會運用法律和政策，保護自己的勞動就業、勞動保障等權利，爭取公平參與社會競爭。對於社會上有損婦女形象和人格尊嚴的違法行為，要取於和善於運用法律手段進行。

廣大婦女要肩負起歷史賦予的另一光榮任務，就是要在提高自身素質上加倍努力。既要把中國女性的傳統美德繼承下去，又要不斷塑造符合時代特徵的新女性形象。以創造的精神，發揮聰明才智，發掘創造潛能，解放思想，更新觀念，以新的精神風貌，為國家的繁榮和民族的振興創造新的業績。

面向新世紀，應當是一支講學習、講政治、講正氣的隊伍，是一支求真務實、開拓進取的隊伍，是一支充滿活力的復合型人才隊伍。

婦女更要努力促進祖國統一和民間國際交流，當充滿希望的廿一世紀就要來臨之際，應緊密團結，奮發圖強，為實現我國跨世紀的宏偉目標，努力奮鬥！』

國務委員兼國務院婦女兒童工作委員會主任吳儀在大會閉幕式上的講話部份內容如下：

『今年是實施《中國婦女發展綱要》及《九十年代中國兒童發展規劃綱要》的關鍵一年，為此，應要切實加強領導和宣傳、培訓工作。

各級婦聯組織要注重對廣大婦女進行有理想、有道德、有文化、有紀律的“四有”教育和自尊、自信、自立、自強的“四自”教育，努力提高她們的思想道德水平和科學文化素質。為實現兩個《綱要》的既定目標、促進我國婦女兒童事業發展創造良好的社會環境，也為我們勝利跨入廿一世紀奠定基礎。為我國婦女兒童事業以嶄新的面貌邁進廿一世紀做好當前的各項工作，認真研究制定2001年到2010年婦女兒童發展規劃。還有繼續推進婦女兒童事業健康發展的客觀需要，也是這屆委員會必須擔負的歷史使命。』

第四次世界婦女大會後續行動經驗交流會 - 香港代表團發言稿

Seminar on the Follow-up Actions to the 4th World Conference on Women - Speech from Representatives of the HKSAR Delegation

香港代表團於六月十八至廿二日參予的「第四次世界婦女大會後續行動經驗交流會」上期已作報導。現將香港代表團其中兩位代表范徐麗泰及林貝聿嘉合撰，並由林太在大會發言之部份內容撮載如下與大家分享：-

『自九五年九月第四次世界婦女大會圓滿舉行後至今，香港婦女所做的工作取得了一定的成就和經驗。』

一九九七年是特別具有意義的一年，因為大家共同經歷和見證了香港回歸祖國及香港特別行政區的成立，落實了一國兩制、港人治港的理念。而香港的婦女，在整個回歸過程中，都有積極參與，為保持香港平穩過渡，竭盡所能，不遺餘力。

『港人治港』已經成功在香港實行，這是有目共睹，無可置疑的。但在香港回歸之前，香港市民對實行一國兩制有部分仍然是抱著半信半疑的心態。為了加強他們的信心及證明香港在過渡期的繁榮安定，亦由於婦女在家庭中深具影響力，因此，香港婦協在九六年中團結了八十多個婦女團體，並發起和組織了香港各界婦女慶回歸的籌委會，策劃及舉辦了七個大型的慶回歸活動。活動內容多元化，有動的、亦有靜的，目的是將回歸的喜悅信息帶給全港市民，加深大家對祖國的認識，及了解回歸的意義，同時，亦顯示了香港婦女的團結及卓越的辦事能力。更籌辦了在回歸後全港第一個婦女慶祝國慶的綜合表演晚會，節目由全女班演出，受到各方好評。

香港的婦女，在中西文化的薰陶下，逐漸明白到不單要肩負對自己家庭的責任，更需要關注及積極參與社會事務，維護婦女合理權益，從而改進個人、家庭及社區的生活質素。自香港特別行政區成立至今，婦女在參政議事方面，無論在參與人數及成就，均獲得肯定。例如，在推選香港特別行政區行政長官的400名推選委員會委員中，女委員有40位（佔百分之十），而臨時立法會，60位議員當中，有女性議員9位（佔百分之十五），而剛於上月24日選舉出來的第一屆立法會議員，有女性議員10位（佔百分之十六點七）。至於其他的議會，包括臨時市政局和臨時區域市政局，各個地區的臨時區議會、分區委員會及政府超過350個諮詢委員會，女性議員或女性委員均佔各委員會委員的百分之十二至十五。由於殖民地下的香港政府或目前的特區政府之議會或諮詢委員會內均無固定讓婦女參與份率的政策，因此，現在所有的成績，均是婦女努力爭取的結果。

值得一提的是，經過「香港婦協」代表晉謁特區首長，陳述了婦女問題及建議後，香港特別行政區行政長官在第一份施政報告更肯定了香港婦女

對社會繁榮進步作出了極大的貢獻，還承諾關注婦女應有的權益。大家感到這是個良好的開端，亦是特區政府與殖民地政府不同之處。

在維護婦女權益，推行平等機會及提供婦女服務方面，自九五年世界婦女大會舉行至今，香港各婦女團體，不斷游說、敦促及要求香港政府施行和推行合理及適當的婦女政策。香港政府當局亦採取了以下各種措施。

九四年林貝聿嘉在立法局動議通過香港應引進聯合國〈消除對婦女一切形式歧視公約〉。香港政府因此制定了條例並由立法局正式通過〈性別歧視條例〉（1995）及〈家庭崗位歧視條例〉（1997），並成立平等機會委員會（1996），負責執行這些反歧視條例，務實地逐步推行公眾及宣傳教育活動，推廣平等機會的訊息，尤以僱傭範疇為然。委員會印發〈僱傭實務守則〉協助僱傭界別認識及避免做出違法的歧視行為。

與此同時，政府決策科亦發出通函，提醒各部門在推行和制定一些影響女性的計劃及政策時，必須適當地考慮〈消除對婦女一切形式歧視公約〉的條文，為了加深公眾的認識，政府亦透過教育和宣傳推廣平等機會，而〈消除對婦女一切形式歧視公約〉的全文亦放置在互聯網上，供市民參閱。

此外，於九七年及九八年期間，立法機構亦通過了多項條例草案，其中亦有附屬法例，旨在改善對懷孕僱員的保障，提高幼兒中心在照顧兒童方面的服務質素及對担任幼兒托管人的人士加以管制，又訂明在婚姻法律程序中，妻子與丈夫均享有同等的保障、權利及義務。此外，在無理拖欠贍養費的情形下，法院有權發出扣押入息令等。

政府在一九九七年施政報告中，承諾增加資源為長者提供更多住宿名額、健康護理、醫療及社會服務。在幼兒服務方面，根據資料顯示，政府近年亦有增加日間育嬰院、托兒所的名額及增加聘用家庭社會工作者，以應付家庭個案服務的需求。凡此種種，旨在向婦女提供一個較公平的工作及社會環境，舒緩香港基層婦女面對贍老侍夫養幼，打理事務的責任，從而增加參與社會公共事務的機會。

儘管如此，香港的婦女團體或志願機構仍需繼續努力不懈，推廣婦女服務，開設更多婦女中心，提供多元化服務，對象包括幼兒園、中、小學、老人中心等，服務範圍包括探訪及舉辦個人健康、社區及家庭生活教育、再培訓課程、興趣班、提供心理輔導等，務使各社區的基層婦女增加參與社區活動的時間。其實，目前香港婦女拿出時間全職或兼職去為志願團體服務的人數遠比男性要多，包括作為志願機構的委員或義工，出錢又出力，可惜政府尚未有足夠鼓勵，而且婦女在各政府諮詢架構中的成員比例亦普遍偏低。

(下一頁續)

(續上頁)

據一項有關婦女服務的調查顯示，目前雖然有七成的社區服務單位，因應社區的需求而開展了婦女服務，但由於政府沒有直接提供資助，這些婦女團體祇靠自行設法籌款，礙於資源缺乏，致令婦女服務受到限制。曾屢次在特區政府臨時立法會中提出要政府成立「婦女發展基金」，但至今政府仍未有回應。

深信香港的婦女團體會繼續努力爭取資助，向政府反映有關婦女政策的意見，監察政府的施政，繼續向決策當局要求推行合理、適當的婦女政策，爭取參與公眾事務的機會，提高婦女在社會上的地位，而姐妹們更要發揮互助的精神，團結一致，使男女平等的觀念更為普及，將我們的專長貢獻社會，大家攜手合作，創造更美好的明天。』

全國婦聯副主席、書記處書記王淑賢女士，在「第四次世界婦女大會後續行動經驗交流會」之閉幕式上之發言值得大家參考，以下是其發言之撮要內容：

『各國政府、非政府組織和國際社會在落實世婦會後續行動方面所取得的進展，存在的問題以及今後的發展方向和需求採取的措施。研討會在坦誠、友好的氣氛中進行，大家集思廣益，對共同關心的實質性問題進行了充分的討論與交流，開闊了視野，增進了了解和友誼，分享了信息和經驗，提出了一些有益的建議。』

大會及小組討論的問題，包括現時全球十多億

貧困人口中，70%是婦女，消除婦女的貧困是各國政府和國際社會急需解決的首要問題。此外，對促進男女平等，消除教育、保健、經濟、參與決策等方面婦女所受的不公正的待遇和歧視，以及消除對婦女的暴力，保護婦女的人權仍是我們婦女矢志不移的目標工作。

從大會發言和小組討論的情況可以了解到，世婦會後，婦女事業有了長足的進展。各國政府、非政府組織及社會各界，越來越重視婦女事業的發展，並為此採取了積極的行動。關注內容包括：

1. 婦女參與經濟和婦女脫貧
2. 婦女的教育與培訓
3. 婦女參與權利與決策
4. 對婦女的暴力行為和婦女人權
5. 女童的教育、健康和保障女童的生存和發展。
6. 婦女與保健 - 包括計劃生育、環境衛生、職業健康、殘疾和傳統習俗對婦女的影響等。
7. 婦女與環境 - 婦女應有機會獲得環境資源和教育，通過受教育與培訓，增加婦女參與環境決策。
8. 婦女與媒體 - 特別強調傳媒應對公民和社會負責，反對傳媒對婦女歧視和暴力的描繪。

在此呼籲大家應攜手起來，化諾言為行動，變希望為現實，認真執行《北京宣言》和《行動綱領》，為提高全球婦女地位，盡早實現平等、發展與和平的總目標相互支持，密切合作，努力不懈。』



會員投稿 Members' Corner

茶葉蛋製法 How to make Tea Leaf Egg

(一) 材料

- | | |
|------------|-----|
| 1. 雞蛋 | 一打 |
| 2. 紅茶包 | 三包 |
| 3. 八角 | 二粒 |
| 4. 鹽 | 二茶匙 |
| 5. 雞粉 | 二茶匙 |
| 6. 生抽或雞汁豉油 | 三湯匙 |
| 7. 白或黃砂糖 | 一茶匙 |

(二) 製法

1. 把雞蛋用水連殼煮熟（記得要煮透）
2. 放在冷水中浸一會兒
3. 用兩隻雞蛋對敲，直至全部雞蛋敲碎，但蛋殼仍要留在雞蛋上，蛋殼敲得越細塊越好（因煮好後的花紋越幼細）。
4. 把全部敲碎的雞蛋加八杯水，加八角煮八個小時（可以分開兩、三天煮，也可以連續煮，若水不夠可以再加水，以保證水蓋過雞蛋為佳）。
5. 吃時才去蛋殼，剩餘連汁放在雪櫃保存一至二星期，再吃時加熱為佳。

注意：茶葉蛋可以煮超過八個小時，煮得越久，蛋黃越鬆化，蛋白越嫩。

(李楊一帆提供)

團體會員活動 Corporate Members' Activities

香港鴨脷洲婦女會

香港鴨脷洲婦女會自1991年成立至今已屆八載，日前舉行了第三屆委員就職典禮。

該會最近更獲贊育醫院邀請參加「中西區健康日」活動，並全力協助贊助醫院推廣有關身體健康的訊息，讓街坊們於遊戲中知道多一些健康常識。



長洲婦女會

長洲婦女會於十一月一日舉辦【健康知識知多少】活動，當日的內容包括有健康講座、檢查身體、錄影帶播放等。是次活動廣受居民歡迎，更提高了居民對健康知識的認知。



屯門區婦女會

屯門區婦女會之敬老樂園專為60歲以上的會員每月舉行一次聚會。目的是關懷年老會員，使她們擴大社交生活圈子，增進友誼。會員可聚首一堂唱唱歌，跳跳健康舞，保持身心舒暢。聚會形式有：健康講座，電影欣賞會，旅行，生日會，粵曲茶座等，每次參加人數都非常踴躍。



香港南區婦女會

香港南區婦女會關懷祖國教育事業，曾於九七年十二月舉辦了為粵北山區陽山縣籌建校舍的「扶貧助學慈善步行」，取得可喜的成績，至使該會為籌建大路學校得以順利建成，並已於今年八月十七日舉行落成典禮。



該會主席林玉珍在開幕禮時勉勵師生善用及愛護校舍，為擺脫貧窮面貌，振興中華並須勤奮學習。學生代表更表示不會辜負熱心人仕所望，立志為建設家鄉，為祖國騰飛而努力讀書。

海怡半島婦女聯合會

該會於八月十七日響應海怡半島長江水災籌款聯會邀請，共同參與由樂施會發起為「長江水災」籌款活動，當日共籌得港幣\$216,813.70元正。

該會更組織黃竹坑東華三院護理安老院義工探訪組，並由二十多位會員擔任義工。冬季快到，義工組負責人更呼籲大家捐出冷帽、頸巾或剩餘毛冷，以便可轉送給安老院的老人家。

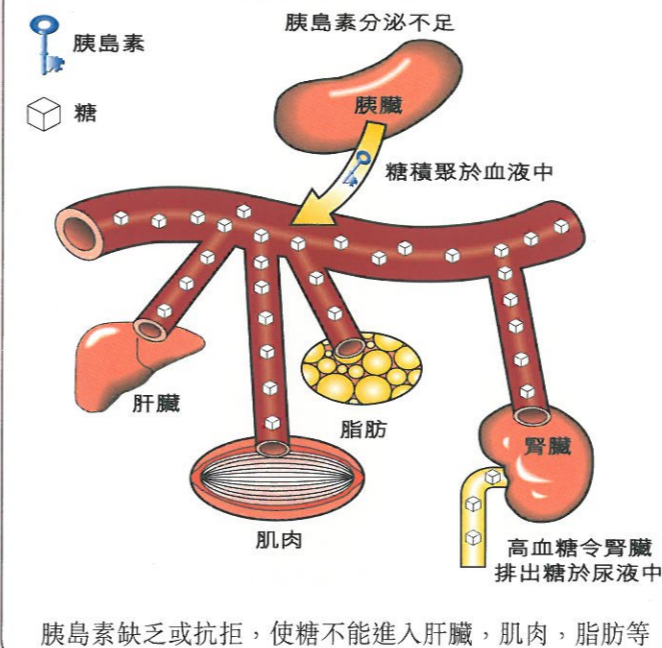


糖尿病 Diabetes

甚麼是糖尿病

糖尿病的成因，是由於人體的胰臟器官不能正常操作而引起。胰臟的功能是產生胰島素荷爾蒙，用來分解人體內的糖份，以供應人體有足夠的熱量。我們體內的葡萄糖是由日常食物裏的糖份及澱粉質得來，通常它在體內燃燒，化為人體所需的熱量與精力。但當人體沒有胰島素或胰島素不能正常運作時，葡萄糖就不能化為精力與熱量，而積聚在血液中，因而積聚過多而溢入尿中，產生「尿中有糖」的現象。如果沒有適當的治療和處理，日久便會引起併發症，破壞身體各器官如眼睛、腳部、腦部、心臟、腎臟等功能。

糖尿病的形成



甚麼人容易患糖尿病

1. 遺傳：家庭中的成員患有糖尿病。直系親屬如父母、兄弟、姊妹有糖尿病患者，則患病的機會會較高。
2. 年齡：糖尿病患者多超過四十五歲。
3. 肥胖：肥胖的人患糖尿病的機會比一般人高。
4. 曾生產過重的嬰兒（四公斤或以上）的母親。

糖尿病の種類

1. 1型：此型多發生於兒童的青年人身上。由於他們體內的胰島素缺乏或近於衰竭，故需要依靠胰島素注射，並加上運動和飲食調節等。
2. 2型：超過97%的糖尿病患者屬於此類型。患者大多是中年以上較肥胖的人。他們體內的胰島素分泌不足或身體對胰島素有抗拒性，因而引致血糖水平不能保持正常。治理方法多採用飲食調節和增加運動量等，而較嚴重及晚期病患者，則採用口服降糖藥或胰島素治療。
3. 妊娠性糖尿病：孕婦在懷孕期間，體內提升血糖的荷爾蒙增加，對抗胰島素的效用，使身體對胰島素的需求增加，造成血糖高。分娩後，血糖多回復正常，但有一半人在年紀較大時會再有糖尿病。

糖尿病的徵狀

糖尿病是一個慢性的疾病。有很多糖尿病人，特別是早期患者，不一定有明顯徵狀。糖尿病的病徵有：

- 容易疲倦，不能集中精神
- 常感到飢餓，食量增大
- 體重減輕
- 口乾，口渴，尿頻
- 皮膚痕癢，容易感染
- 視力模糊不清
- 腳部有麻痺，疼痛感覺，傷口難癒合及容易潰爛
- 慢性併發症的出現

治療的方法

醫生會依照糖尿病患者的病情，採取以下其中一種的治療法：

1. 飲食調節
2. 飲食調節與口服藥物
3. 飲食調節與注射胰島素。

無論採用那一種療法，飲食調節和適量運動是不容忽視的，因為這些都是能夠令血糖正常化的方法，可以幫助藥物發揮更高的效用。

糖尿病是一種慢性病，只可以控制而不能根治，病者必須耐心接受指導，與醫生合作及長期治療。糖尿病患者無須害怕，因只是未受到控制的糖尿病才會令器官受到損壞而引起併發症的。糖尿病人應：

1. 按時覆診遵行醫護人員所訂下的血糖控制計劃，如：服食藥物或注射胰島素
2. 調節飲食
3. 適量運動
4. 注意個人衛生
5. 恆常保持血糖於理想水平，以預防併發症
6. 經常監測血糖。

糖尿病共同護理計劃

糖尿病在香港是日漸普遍的都市病，估計十一個成年人中有一人患有糖尿病；年齡愈大，發病率愈高，五個老人中最少有一人患有糖尿病。由此推算，香港約有三十多萬人患有糖尿病。大部份的糖尿病人都在衛生署的普通科門診所或私家醫生接受診治，而有需要則轉介醫院管理局屬下的專科門診所治療。

為充分運用社會資源，醫院管理局已與基層護理醫生如衛生署普通科門診所及私家醫生在各醫院聯網推行糖尿病共同護理計劃。在這計劃下，病情穩定的病人會繼續在普通科門診所或私家醫生長期覆診，有需要的病人則會轉介到醫院管理局屬下各醫院的內科專科門診所作定期的評估及跟進服務。

為加強對糖尿病人的服務，醫管局現時共有九間糖尿病中心設於瑪麗醫院，伊利沙伯醫院，威爾斯親王醫院，瑪嘉烈醫院，屯門醫院，東區尤德夫人那打素醫院，廣華醫院，聯合醫院和東華東院。中心集合了各科專業醫護人員，如醫生、糖尿科護士、營養師、足部治療師等，為病人提供全面性的糖尿科服務。糖尿病患者及家人亦可透過香港糖尿病聯會或個別醫院的互助小組和講座，及各種康樂活動，認識和互相分享經驗，互相鼓勵和幫助，積極面對糖尿病，維持健康而正常的生活。

(醫院管理局瑪麗醫院內科部林小玲教授提供)