



婦協季刊

第二十一期 (九九年七月)

熱烈祝賀 Congratulations!

方黃吉雯女士
婦協基金信託人
榮獲
金紫荊星章

伍淑清女士
副主席
榮獲
銀紫荊星章

廖湯慧靄女士
副主席
榮獲
銅紫荊星章

陳小玲女士
理事
榮獲委任為
香港特區太平紳士

活動預告篇 Coming Events

日期	活動名稱	地點
6月至10月	「新來港學童英文作文比賽'99」	全港性活動
7月31日	「養生強身群英薈」耆英嘉年華會	灣仔學校
8月7日	團體會員「互訪互賞互勉」交流會	童軍總會營地及北區多個婦女會
8月至11月	與各團體會員合辦婦女健康講座	港九不同地點
8月16日至8月27日	「專業家務助理培訓班」(再培訓班)	婦協會所
9月13日至9月28日	「物業管理員及保安員訓練課程」(再培訓班)	婦協會所
9月6日至10月6日	「實用普通話課程(初級班)」(再培訓班)	婦協會所
9月4日及9月11日	西式餐禮儀訓練班	婦協會所
10月12日至11月18日	「實用普通話課程(中級班)」(再培訓班)	婦協會所

編者的話 Words From Editor

何淑賢

做義務團體的編輯工作最艱難的地方是要追稿，之外，編輯每次都要負責寫稿就更添責任，因為除了校對工作外又要追時間定期出版，既是挑戰、又是負擔。今期確實遲誤了一個多月，在此特別表示歉意。

每年私人為了舉辦起碼兩班的青少年訓練，由五月至八月期間，可算是本人忙上加忙的時間，既沒有私人特別助理，更需要付出起碼一至兩小時解說給每一位參加者及他們的父母聽有關課程內容，說真一點，沒有愛心，沒有耐性，沒有多一份的堅持，是不可能每年做這份的工作。

本來訓練青少年跟婦女工作表面上是拉不上關係，但是如果訓練到青少年認清自我、有自律、對讀書做人都有方向，又能集中和有興趣去嘗試新事物，不給自己有任何藉

口，無形中就是幫助了許多婦女家長，促使他們彼此更多一點溝通和諒解，使她們有更和諧的家庭，從而使父母及子女可以為社會作出更大的貢獻和承擔更具挑戰的義務工作。

每年的每一個訓練都有不同的收穫和滿足感。當看到一個一個的青少年從第一天的不投入，感到恐懼和缺乏自信，到最後一天的投入以及從心底裏說出真性的感受，更向在坐父母作表白及感謝，是非常的勇氣和信心的表現。每一班都是難得的組合，難得的成果、難得的體驗。

這個訓練不經不覺已舉辦了八年，每年聽到不少受過訓練的青少年得到較好的成績、變得更有自律和收到不同家長的良好回應，對過去自己一直默默的耕耘，總算是個人感受的大豐收。

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

Series of Activities on "Salutations to Parents"

為慶祝母親節及父親節而首次舉辦

「頌親恩活動系列」

「頌親恩活動系列」由四月中旬開始策劃，並第一次由宣傳出版小組及團體會員聯絡組合辦。活動主旨更為一)表揚父母對子女的愛；二)鼓勵子女對父母表示敬意；三)喚起子女與父母多作溝通；四)宣揚和睦家庭關係及五)發揮互相關懷、延續愛的理想。

圍繞上述主旨，籌委會構思了一連串大型活動項目隨即展開。其中第一項活動為「愛的語錄」詩詞及短文徵求比賽。各界反應熱烈，在截止前後共收到七百多份稿件。參賽作品非常有水準，大部份內容反映時下兩代之間關係，亦不乏表達親子之間的互愛互信，文筆感人。籌委會最後將各組得獎作品編製成一本「愛的語錄」，並在匯演當日派發給各參加者。

第二個項目是「母親的愛真情演繹」比賽。該曲是由特首夫人董趙洪娉女士填詞。透過宣傳，一共有十四間小學報名參加初賽。各學校隊伍均認真排練，並以各種不同方式表達及演繹這首「母親的愛」。初賽當日，揀選了三間優秀隊伍作決賽。結果由蘇浙小學奪得冠軍；而寶血會伍季明紀念學校下午校及浸信會呂明才小學上午校分別奪得亞軍及季軍。而大會在決賽日更選出一隊有特別創意的學校—聖公會主恩小學以舞台劇型式在匯演當日作表演。

而壓軸的項目是在五月二十二日在大會堂音樂廳舉行之「頌親恩匯演顯繽紛」節目，入場人數接近一仟四百人。當日大會邀請到立法會主席范徐麗泰女士為主禮嘉賓。在舉行過簡單而隆重的開幕儀式後，一連串的頌親恩匯演節目一個接一個演出。首先是三間小學的「母親的愛」真情演繹決賽，繼而由八個婦女團體負責不同型式的演出，包括長洲婦女會的「南獅表演」；將軍澳各界婦女協會之「兒童講故事」；國際婦女會小曲獻唱「我愛媽媽」；香港東區婦女福利會之「兒童律動表演」；海怡半島婦女聯合會之「健康舞表演」；九龍婦女福利會之「小提琴獨奏」；香港離島婦女聯合會之「我的成長」劇目；以及港九街坊婦女會之「彎彎的月光」舞蹈表演，節目各自各精采。

當日演出節目更包括「真情剖白」環節。分別由嘉賓任伯江博士一家人，黃英豪律師及其子女，以及特別嘉賓李司祺女士及劉丹先生在台上與參加者分享父母親子關係，相處之道，以及如何維繫父母子女彼此間之溝通。各個嘉賓的發言均令到台下參加者非常有共鳴。

當日的另一高潮是由嘉賓獻唱，包括了袁鳳英、任綺薇及馮家能演唱由大會指定的經典歌曲「親情」、「念親恩」及「GREATEST LOVE OF ALL」，最後更連同三間小學學生、嘉賓及台下參加者一同共唱「真的愛你」。台上台下打成一片，氣氛感人。

「頌親恩」活動系列由籌備至壓軸匯演，不足兩個月的時間，實有賴各籌委成員的合作。大會聯席召集人為何淑賢及呂蘇綺麗，而副召集人分別是李桂珍、蔡月輝及羅李妙鸞以及宣傳出版小組及其他團體會員出席代表。當日的演出獲得一致好評。在此，再次向各評判、贊助商、學校、報界及有關之義助人士致謝。

匯演的當日並為每位入場參加者預備了精美的頌親恩環保袋，將得獎作品編印而成的「愛的語錄」及報章特刊作為留念，而每位出席的父親及母親更獲得康乃馨絲花一枝，增添溫馨氣氛。



「澎」的一聲，七彩繽紛的紙條由天空降下，為「匯演顯繽紛」揭開序幕。

「頌親恩」活動系列



主席及婦協成員在接待處歡迎主禮嘉賓范徐麗泰。



婦協主席、副主席、是次活動的要員與嘉賓及名譽會長在台上留影。從左至右分別為副召集人蔡月嫻及李桂珍，聯席召集人何淑賢，名譽副會長張何麗梅，名譽會長孫方中，嘉賓任伯江，主席林貝聿嘉，副主席伍淑清，籌委譚胡秀英及蘇曹莊儀。



蘇浙小學，以清脆明亮的女聲獨唱及字正腔圓的唱功，令評判一致讚賞，獲得冠軍。



寶血會伍季明紀念學校下午校，表現不遑多讓，勇奪亞軍。



浸信會呂明才小學上午校，表演出色，獲得季軍。



「母親的愛真情演繹」創意獎得主聖公會主恩小學，於匯演當天表演得獎項目。



袁鳳英客串演出時帶領百多位學生獻唱「赤子」，歌聲鏗鏘。



港九街坊福利會派出蘇浙小學表演「彎彎的月光」舞蹈

「頌親恩」活動系列



「真情剖白」嘉賓任伯江博士及其家人分享家庭相處之道及親子關係。



黃英豪先生帶同子女應邀擔任「真情剖白」的嘉賓，盡顯和洽的親子關係。



主禮嘉賓范徐麗泰女士頒贈「愛的語錄徵求比賽」的獎項。圖為公開冠軍戴若薇。



香港東區婦女福利會的幼稚園學生，精靈可愛，表演項目生動有趣，為節目增添歡樂氣氛。



特別嘉賓李司祺女士及劉丹先生從百忙中特別抽出時間與大家分享其對父母及子女的心得。



新城DJ黎海珊小姐為當日大會司儀，帶動節目一氣呵成。



海怡半島婦女聯合會廿多位會員身穿中國服裝，以律動表演慶祝父母親節。



5月22日下午的香港大會堂音樂廳座無虛設，出席的人士扶老攜幼，一同支持這個有意義的活動。



三位友情客串的嘉賓歌星帶領台上嘉賓及學生獻唱「真的愛你」，向天下父母致意。

小組活動 Sub-Committees' Activities

香港教育改革諮詢會 Consultation Forum on Hong Kong Education

社會事務小組於五月二十日假婦協會所舉行了一個「香港教育改革」諮詢會，並邀請了四位嘉賓講者出席，就香港教育各個方面發表寶貴的意見。四位講者包括：香港政策研究所主席葉國華先生、公民教育委員會主席鄭慕智律師、香港大學教學訊息技術專門小組主席程介明教授及教育統籌委員會委員戴希立校長。

當天由蔡關穎琴理事逐一介紹了嘉賓及其講題後，各嘉賓講者均先後發表了寶貴的意見。繼由四位婦協社會事務小組組員：李華、孔美琪、陳小玲及周轉香分別就教育目標、幼兒教育、教師及家長的角色以及延續教育等方面發表了意見，以回應講者的講題。及後更由參加者自由發言，公開研討，氣氛熱烈。最後並由小組召集人岑敏玲作總結。



左起：岑敏玲理事、程介明教授、葉國華先生、林貝聿嘉主席、鄭慕智律師、戴希立校長、蔡關穎琴理事

以下節錄各位嘉賓的部份發言內容供大家分享

葉國華先生

(題目：面向知識經濟年代的教育改革)

『談到教育的問題，我認為要將教育與文化連起來去討論，而進行教育與文化的改革時，有幾個平衡點是要特別注意的。第一是如何將文化、藝術、道德、精神文明、教育等這類比較溫柔、普世、價值取向的東西，與現今所講求的相對概念，如市場、物質、技術、知識等取一個平衡。第二是如何取得民族主義與國際主義間、民族文化價值與國際文化價值間的平衡。第三是如何平衡東方文明所著重的團體主義與西方文明所講求的個人權利。我認為在進行改革時，向某一方面傾側不就不等於解決了問題，在矯正的過程中注視到平衡的重要才是更寶貴的經驗。』

廿一世紀是知識經濟的年代，有一句說話可作為對全世界的警告：「不學習，便滅亡」。意思是指停止了學習，國家、民族、家庭、個人就會步向滅亡，會在競爭中被淘汰。而學習是指終身學習，是要不斷的吸收，不斷的發展。更重要的是，學習不再只是學生的生活，而是全體市民的生活內容。因此，我們需要一個不斷學習，不斷革新的社會，去適應廿一世紀的知識年代。如果香港在這場知識文化教育的競賽中落後，我相信，香港將會在國

際社會的競爭中被淘汰。故此，我們實在需要培養一種文化的氛圍。

孟德斯鳩說過：有這樣的人民，便有這樣的政府。我加以演譯，成為以下這句話「有這樣的社會、文化、藝術、教育，便會產生這樣的人民，有這樣的人民便會產生這樣的政府」，政府及社會的形態實是取決於怎樣的文化教育氣氛。婦協是一個婦女團體，我感到婦女對社會的推動力和感染力是極之巨大的。婦女的推動力是沉渾而雄厚、深入而細緻、溫柔而巨大的。假若婦女能動員起來，積極參與文化教育藝術的事務，我相信香港的教育改革會很有希望。』

鄭慕智律師

(題目：目前公民教育的推行情況及它在香港教育改革中的角色)

『我認為有關公民教育的文獻資料是非常豐富，所包含的內容亦很廣泛，但今時今日的公民教育尚有未完善之處，並面對著許多挑戰：(一)大部份香港市民在個人情感或態度上仍未能充份地接受「一國兩制」中的「一國」。這可能是由於八十年代初至九十年代末期的公民教育著重了有關個人權益的推廣，以致現今的年青一代對「國家」的觀念未有完全的心理準備。故此，日後的公民教育在這方面應有更多的了解和著重；(二)在公民教育的設計上有兩個極端的議論，一個是馬上要關心民族的教育、愛國的教育；另一個是要培養下一代有世界觀，要有宏觀的世界角度。而往後的公民教育是需要讓兩者達到共識及適當的平衡；(三)公民教育以致整體教育面對著的是「教與學」的問題，究竟文獻上許多好的建議、好的思想，是否每間學校、每位家長都能充份地了解，而又真真正正地能夠傳授與我們的下一代呢？(四)我們要栽培和教導年青人，但這並不單是老師或學校的責任，而是家庭、社會、教會甚至是其他組織共同分擔的責任。如何將社會資源引進校園從而去推動公民教育的發展將會是一個重要的環節；(五)正如葉國華先生所言，處理教育問題時，我們必須取得平衡，取得適當的步伐。我們需要的是循序漸進的模式，去教導年青人成為一個對香港真正有承擔的人。』

在教育目標諮詢中我們得到對未來教育發展的共識：樂於學習、善於溝通、勇於承擔、敢於創新。其中，「勇於承擔」就是公民教育真正要關注的環節，我們希望令年青一代對香港、對個人、對家庭、對社會以至對國家都有

一份承擔和責任感。而公民教育的編排主要分開三個部份：學取知識、如何實行知識及應有的態度。今時今日的學校絕對做到第一部份，但我肯定，如果香港社會的文化氣氛沒有改變，第二和第三部份是很難做到的。所以，要改革公民教育，「知行合一，採取持平的安排」是我們應有的目標和態度。』

程介明教授

(題目：資訊科技在未來香港教育改革中扮演的角色及重要性)

『資訊社會其中一個特別之處在於「廣聯性」，意指互相的連繫加強了許多，並泛指時間、空間、等級、關係等領域。舉例而言，以往中國大陸那裡有交通，那裡便會發達；在將來，那裡有資訊，那裡就富有。資訊科技已影響我們的生活，究竟它是怎樣的呢？』

資訊科技並不單單等於「電腦」、等於「高科技」，教育署認為資訊科技就是花上長時間去教導學生使用電腦，因為電腦的操作很艱深。我卻認為剛剛相反，電腦對將來的市民來說就好像鉛筆、好像計算器一樣簡單，因為資訊科技越發達，高科技就越「傻瓜」，即每個人都懂得用、平常人都懂得用。因此，資訊科技更加不等於「專家專有」。資訊科技亦不等於多媒體，其重點在於令每一個人可以獲取資訊科技的能力延展得很遠，並且超越時空。

而資訊科技的發達將會帶來很多的影響：(一)以往的學習過程多在公共機構如學校、圖書館等進行，但現在我們可以透過電腦網絡便可以學習許多東西，故此，學習過程將趨多元化；(二)知識儲積的需要減退；(三)獲取資訊機會趨向平等，由以往老師擁有權威地位去教導學生，改變成老師要與學生鬥快去獲取知識；(四)人際交往更趨廣泛、頻繁、平等。

在我看來，資訊科技將會帶來兩個新趨勢。第一，學校不再是教學生如何去做，而是教學生如何去學。第二，是人才資訊化。我們不再要求學校培養電腦工程師，而是需要每個行業的人都懂得資訊科技。總結一句，要適應未來的社會，學生的「意願」和「能力」是很重要的。他們要培養主動的意願去延伸個人的能力去獲取知識，要主動參與無邊際、無資格限制的群體。

廿一世紀的社會是要終身面對學習的挑戰，並且要不斷面對變化的環境，而以往所講的「一技傍身」「學曉數理化，走遍天下都不怕」已經行不通。有些人對這個轉變會抱有負面的看法，因為每天在變令以往所學或今日所學的，明天便不通用。但從另一角度看，天天在變可以看為每天都是新的一頁，故此沒有永久的失敗，沒有永久的落後，你在甚麼時間起步都可以，因為每天都是新的一天。』

戴希立校長

(題目：公眾對第一期教育諮詢的回應及政府的結論，以及第二期和第三期諮詢的步驟)

『第一階段的教育諮詢有四個目的，分別是引起公眾討論、借討論教育目標去整理現時五花八門的教育改革、連繫各界力量去推動改革、為教育改革的三個主題(學制、課程、考試)制定新的建議。回顧第一階段，我認為四個目的都做得好，各界的反應亦相當好，我們共收到一萬四千份意見書，其中70%是來自家長和學生的意見。』

第一階段的諮詢給我兩個感覺，以致我認為這個階段的諮詢是達到目的：(一)「金手指」文化改變為社會共建的開始：過去香港社會充斥著金手指文化，每每遇上不滿便指責是對方的錯，沒有指責的對象，便說是政府的錯。在今次的教育討論中，雖然開始時大家都在吐苦水，但最終大部份人均認同教育是人人有責的，更有人自告奮勇提出大家合作起來，包括社工界、文化界等，這是一個很大的進步；(二)大家都認同教育目標諮詢文件所提到的「樂善勇敢」：「樂於學習」是指終身學習，包括學習的能力與態度。我們希望學生能在學習過程中獲得樂趣，從而令他們更有動力去學習；「善於溝通」不但講兩文三語、資訊科技，更重要的是人際關係；「勇於承擔」是要培養下一代對個人、家庭、社會、國家、民族以至世界的承擔精神；「敢於創新」是要學生有創新的思考，有批判的精神。

既然第一階段的諮詢做了一個聲勢，教育統籌委員會在第二階段的諮詢將會聯合所有教育諮詢組織及行政機關去參與，其中包括教育委員會、課程發展議會、考試局、課程發展署等。工會亦明確表示會站在改革的最前線，而我們亦會吸收不同界別人士參與政策的制訂，故第二階段的諮詢陣容非常龐大。至於這個階段要處理的工作有許多，包括：(一)由課程發展議會跟進課程問題，著手進行課程調適再定立課程發展的架構，以致逐步進行科目上的改革；(二)由考試局著手進行轉變考試方式的研究；(三)由教育統籌委員會作為中央，探討有關學制方面的兩大問題。第一是基礎教育的「拔尖補底」----如何讓質素較差的學生達到基本水平，讓高質學生更進一步，使學生有全面而具個性的發展。第二是如何讓基礎教育之後的學習階段變得更為開放、多元化、有彈性----考試制度及收生制度可說是咽喉，鎖死了我們的學習生活，其中小六升中及大學收生的制度更指揮了我們教育的過程及生活，這兩個環節都可能要動「手術」。

上述是第二階段諮詢的計劃，我們希望在明年初可以有另一份諮詢文件供大家討論，為了讓大家容易消化，在這段時間裏若有任何重要的改變可以提前讓大家討論，我們會透過傳媒發表，請大家留意。』

唱談學習普通話 Sing to Learn Putonghua

教育訓練小組於四月十三日至六月一日舉行「唱談學習普通話」訓練，經已完滿結束，一共有二十八人報讀，導師為歌唱家陳年芳老師。會員對是次以唱談形式學習普通話都表現得很有興趣，有些婦女更為報讀這個課程而加入了婦協成為會員呢！



探訪視障兒童家長資源中心 Visit to Parents Resource Centre for the Visually Impaired Children



婦協義工團一行三十二人於四月十七日往「視障兒童家長資源中心」參觀，目的是了解中心的宗旨和運作。視障兒童家長資源中心是在九八年八月成立，為「香港盲人輔導會」之附屬機構。主要是舉辦課程培訓家長如何與視障子女相處，及安排一系列的興趣班和戶外活動給視障兒童參與。由於中心的經費只來自熱心人士捐助，因此資源有限，人手亦不足，故極需要大批有熱誠和信念的義工去協助和照顧兒童。

有見及此，該活動召集人陳陳秀瑛、蕭司徒潔及關莫燕華預算於稍後與視障中心聯合策劃舉辦活動，招待視障的小朋友，希望能令他們有一個難忘的夏日。



探訪香港婦女發展聯會婦女資源中心 Visit to Hong Kong Women Development Association - Women Resource Centre

社會事務小組於四月二十四日探訪香港婦女發展聯會婦女資源中心，並藉此交流心得及經驗。中心可說是「麻雀雖小，五臟俱全」，內設有圖書室、玩具閣及活動室，並提供形形色色的課程及活動供婦女及其家庭參與。

西貢一天團 One-day Trip to Sai Kung

會員拓展小組與會員福利小組合辦了新界一天團，日期為四月二十五日。當日共有五十三人出席，參觀的地方包括香港科技大學、獅子會自然教育中心、及擁有四十五年歷史的蠔涌車公廟。行程緊湊，人人都盡興而返。



義工服務講座 Seminar on Voluntary Services

義工團講座已於六月十一日於婦協會所舉行，共有近五十人參加。此活動由社會福利署義務工作統籌科派員主講並介紹義工角色、態度、和義工在照顧老人、小孩及往醫院服務時應注意的事項等等。大家更共同分享經驗，令活動氣氛熱烈，會後更有會員主動加入義工團。



歡送盧曉女士晚宴 Farewell Party for Ms. Lu Xiao

前新華社部長高級助理盧曉女士於六月底離開香港返回北京在全國婦聯出任新職，婦協各成員特於六月二十三日晚設宴歡送，筵開四席。自婦協創辦以來，盧曉大姐都給予婦協

極大的支持，尤其是在祖國的事務上，更給予不少協助。婦協全人更特別致送水晶紀念座及胸針一個給她作為紀念。席上盧大姐與各位話別依依，並邀請大家到北京探訪她！



「更年期←健康大倒退？」專題講座 "Menopause Health" Talk

婦協與多個團體會員在七至十一月期間合辦多個有關婦女更年期知識的講座。頭一砲已於七月三日在婦協會所舉行，參加者多達七十餘人。是次活動是由美國禮來大藥廠贊助，現場還有免費替婦女量度骨質疏鬆的驗查，並有專業人員提供骨質保健的方法。



「食得最Fit、最靚、美容減肥茶餐」講座 Keep Fit Seminar ---- Jointly-organized with Ming Pao

由明報書會主辦，婦協協辦的「食得最Fit、最靚、美容減肥茶餐」講座已於七月十七日舉行，約有八十多人參加。講座之主講嘉賓包括：香港執業藥劑師協會會長龐愛蘭、香港營養師協會副主席鍾素珊、七四年香港小姐冠軍張文瑛及八六年香港小姐亞軍吳婉芳。各嘉賓講者在當日分享了很有用的減肥及Keep Fit 秘訣，令參加者收穫甚豐。



迎新會 Welcome Party for New Members

會員拓展小組於七月十七日假婦協會所舉行九九年度第一次「迎新會」，邀請了在一九九九年七月前加入婦協的會員參加，是次活動邀請了林貝聿嘉主席向各位致詞並簡介婦協之歷史、過往工作及未來動向，是日共有四十多人出席活動，並安排了有獎問答遊戲，錄影帶欣賞及茶敘等。

婦協在報章刊登聲明關注內地子女來港定居問題 Announcement on Newspapers Showing Concerns on "Issues of Mainland Children's Citizenship in HKSAR"

婦協聯合二十七個團體會員及五十七個友好婦女團體及一些團體的婦女部，於五月十七日在文匯報、東方日報、明報及蘋果日報刊登「關注內地子女來港定居問題」的聲明，並一連三日發動遞信行動，致函香港特區行政長官董建華先生、行政會議成員及立法會議員，促請他們盡快請中央政府協助，解決內地子女居港權。以下為刊登在報章之聲明：

關注內地子女來港定居問題的聲明

『婦協一直以來都關注內地子女來港定居及融入社會的問題，我們一直強調內地子女來港一定要有秩序及完善的安排，以免做成社會不安及震盪。』

最近我們得悉終審法院的裁決將導致一百六十七萬內地子女在未來十年內來港。香港是不可能承受這般的壓力，後果更是不堪設想的，在房屋、教育、醫療、社會福利、失業率上，將會是沉重的負荷，令香港生活水平倒退，香港人在這幾年為繁榮安定作出的努力，將

付諸東流。因此我們急切懇求特區政府，早日作出決定，盡早爭取中央政府的協助，解決居留權的問題。我們實在不能等到明年三月人大開會才處理這個問題。

據我們所知，現時在內地出生時父母親中一位已是香港永久性居民的婚生子女已有超過十萬人，而這十萬人的數字並不包括在這新增的一百六十七萬人內。我們希望特區政府和中央政府達成協議，安排這十萬人有序來港，融入香港社會，為香港的繁榮安定，各出一把力。』

香港各界婦女聯合協進會暨全體二十七個婦協團體會員

- | | | | | |
|-----------|------------|----------|-----------|-----------|
| 香港中國婦女會 | 香港女童軍總會 | 長洲婦女會 | 香港離島婦女聯會 | 北區婦女聯會 |
| 香港南區婦女會 | 沙田婦女會 | 荃灣葵青區婦女會 | 屯門區婦女會 | 香港東區婦女福利會 |
| 香港婦女會 | 黃竹坑婦女會 | 元朗區婦女會 | 海怡半島婦女聯合會 | 港九街坊婦女會 |
| 香港世界和平婦女會 | 香港西區婦女福利會 | 香港鴨脷洲婦女會 | 亞洲婦女協進會 | |
| 柴灣婦女聯會 | 香港天水圍婦女聯合會 | 九龍婦女福利會 | 新九龍婦女會 | |
| 華富邨婦女聯合會 | 將軍澳各界婦女協會 | 東九龍婦女協會 | 國際婦女會 | |

婦協友好婦女團體 / 友好團體婦女部

- | | | | |
|--------------------|------------------|------------------|---------------------|
| 九龍西區各界協會 (婦女部) | 三聖賢毅社 | 大坑坊翠福利會 (婦女組) | 大坑譚公會有限公司 (婦女部) |
| 巴哈伊婦女委員會 | 安定友愛賢毅社 | 汕尾市海陸豐同鄉會 (婦女部) | 奇力灣婦女會 |
| 旺角街坊會 (婦孺部) | 旺角賢毅社 | 東莞同鄉總會 (婦女部) | 香港中華出入口商會 (婦女部) |
| 香港公民協會 (婦女會) | 香港仔漁民婦女會 | 香港行政管理人員協會 (婦女部) | 香港何氏宗親總會有限公司 (婦女部) |
| 香港南區各界聯合會 (婦女部) | 香港國際創價學會 (婦女部) | 香港基層婦女聯會 (婦女部) | 香港荷李活獅子會 (婦女部) |
| 香港華人革新協會有限公司 (婦女部) | 香港華僑華人總會婦女委員會 | 香港貴州聯誼會 (婦女部) | 香港灣仔區各界協會 (婦女部) |
| 香港鑽石獅子會 | 旅港盧氏宗親總會 (婦女部) | 柴灣翠苑居民協會 (婦女部) | 梨木樹賢毅社 |
| 深水埗婦女協會 | 通濟商會 (婦女部) | 港九小商販聯誼會 (婦女部) | 紫荊青年商會 |
| 華南電影工作者聯合會 (婦女部) | 新界原居民婦女委員會 | 僑友社 (婦女部) | 樂康婦女會 |
| 冀魯旅港同鄉會 (婦女部) | 蘇屋賢毅社 | 灣仔區街坊福利會 (婦女部) | 灣仔賢毅社 |
| 觀塘民聯會 (婦女部) | 鯉魚涌居民協會 (婦女部) | 跑馬地街坊福利會 (婦女部) | 香港女童軍灣仔分會 |
| 灣仔白鶴長者樂園 | 潮州公和堂聯誼會 (婦女部) | 鵝頸街市販商聯誼會 (婦女部) | 銅鑼灣協進會 |
| 大坑關注社 | 社團活動中心 | 夏漢雄體育會 (婦女部) | 中區街坊福利會 (婦女部) |
| 通善壇福利中心 (婦女部) | 灣仔區文娛康樂體育會 (婦女部) | 跑馬地居民協會 (婦女部) | 香港中西區各界協會有限公司 (婦女部) |
| 香港東區各界協會婦女委員會 | | | |

(排名不分先後)



婦協呈遞函件後，由林貝聿嘉主席發表談話及宣佈信件內容。

林主席將函件親手呈遞給行政會議成員方黃吉雯。

婦協發動各界婦女們分別向各行政會議成員及立法會議員呈遞關注內地子女來港的函件。

婦協在報章發表聲明遣責北約 NATO Led by States "Booming Chinese Embassy in Yugoslavia"

婦協聯合團體會員在五月十三日在大公報和文匯報刊登遣責北約轟炸中國駐南斯拉夫大使館的聲明，內容如下：

強烈抗議以美國為首的北約野蠻轟炸我國駐南斯拉夫大使館的罪惡行徑，並對四位死者的家屬及二十餘傷者與家屬致以深切的慰問！



香港各界婦女聯合協進會暨團體會員

- | | | | |
|------------|----------|-----------|-----------|
| 香港中國婦女會 | 香港女童軍總會 | 長洲婦女會 | 香港離島婦女聯會 |
| 香港南區婦女會 | 沙田婦女會 | 荃灣葵青區婦女會 | 屯門區婦女會 |
| 黃竹坑婦女會 | 元朗區婦女會 | 海怡半島婦女聯合會 | 香港世界和平婦女會 |
| 香港西區婦女福利會 | 香港鴨脷洲婦女會 | 亞洲婦女協進會 | 柴灣婦女聯會 |
| 香港天水圍婦女聯合會 | 九龍婦女福利會 | 新九龍婦女會 | 華富邨婦女聯合會 |
| 將軍澳各界婦女協會 | 東九龍婦女協會 | 國際婦女會 | 北區婦女聯會 |
| 香港東區婦女福利會 | 港九街坊婦女會 | | |

婦協與到訪團體交流 Exchanging Views with Beijing Delegations

北京市婦女聯合會主席李巧雲一行三人於四月二十三日日到訪香港各界婦女聯合協進會與婦協理事交流，並交換紀念品。



中國兒童少年基金會副會長、全國婦聯書記處書記莫文秀 (中坐者) 及基金會的四位幹部親臨婦協向林主席匯報「山區女童教育計劃」的情況，並歡迎婦協組團往各山區考察。



新華社王永樂部長到訪婦協並與執委午餐 Lunch with XinHua News Agency Officials

婦協多位執行委員於四月二十一日邀請新華社協調部新任部長王永樂及幹部午餐，藉以增加溝通。



前排左起：廖潔慧、劉孔愛菊、王永樂部長、林貝聿嘉、范瑞方副部長、曾黃麗群。

後排左起：李若文處長、丁毓珠、唐允淑、黃汝儀、盧曉部部長高級助理、李楊一帆及何虹副處長合照。

紀念五四運動八十週年 80th Anniversary Celebration on "May Fourth Movement"

由香港青年聯會發動之「香港五四青年節聚會」於五月三日假富麗華酒店舉行，婦協為合辦團體之一。



圖為林貝聿嘉主席代表婦協在紀念「五四運動」八十周年簽署宣言後與部份團體代表合照。

拜訪雲南省婦聯主席趙秀英——Chairperson Visiting Yunnan Women's Federation

林貝聿嘉主席在參加昆明「世界園藝博覽會」開幕典禮期間，順道拜訪雲南省婦聯主席趙秀英。並獲得趙主席邀請婦協組團往雲南作交流。



澳門回歸祖國在即 - 第一任行政長官亦已誕生

With the Reunification of Macau with China is approaching, the Successful Election of the First Chief Executive has been made.

澳門回歸在即，為使大家對澳門選出行政長官後的實際現況多一些了解，最近筆者有機會訪問一位澳門特別行政區籌備委員會委員，了解澳門同胞對選出特首後的感覺。

問：最近，澳門特區的第一任行政長官已經順利選出，請問澳門市民有些什麼看法？

答：在五月十五日澳門特區第一任政府推選委員會選出了何厚鏞先生為澳門特區第一任行政長官，他將會在今年十二月二十日正式上任。何特首以超過八成的高得票率當選，可以說是「眾望所歸」。澳門是一個人口只有四十多萬的小城市，人際關係非常密切，何特首在過往的十多年來積極參與社會事務，他既是立法會副主席，銀行公會主席，各大商會及社團的領導或顧問，又是自來水，巴士，電視台及國際機場等各大公共服務公司的股東，澳門市民對他的處世為人，做事作風一向都甚為熟悉，他十多年來一直都生活在澳門群眾的中間，他的個人歷史無可隱藏，亦無需要隱藏。現在，澳門人選擇了他當特首，就是對他的認同，相信他有當一個好特首的誠意和能力。我個人就甚為佩服他這一份肯為歷史使命作出承擔的勇氣。

問：何特首是否已經着手籌組第一屆特區政府的治澳班子，請問現在這方面的情況怎樣？

答：跟香港當年的情況顯著不同，澳葡政府架構中的主要官員（七位政務司）現在還都是葡萄牙人，這七位政務司將會在十二月十九日一齊卸任離澳。根據特區籌委會的建議，何特首將要委任五位司級官員（行政法務司、經濟財政司、保安司、社會文化司及工務運輸司）在十二月二十日上任接替這七位離任的葡人政務司，並負起管治澳門的主要具體職責。除了這五位司長以外，特區的主要官員還有海關關長，檢察院院長及廉政專員，這總共八位的主要官員都必須是澳門的永久居民，以體現「澳人治澳」的精神。

另外，何特首還要考慮七至十一位行政會議的成員及七位立法會中的委任議員的人選。根據澳門基本法規定，澳門現在立法會中經過直選及間選而產生的總共十六位議員將可過渡到未來特區的立法會，但七位由現任澳督委任的議員將要離任，補充空缺議席的人選將由特首委任。

在未來的數個月內，何特首的部份主要工作將會是挑選及委任出這二十多位人士以作為第一屆特區政府班子中的骨

幹。為了廣泛聽取各界人士的意見，何特首已經安排了舉辦幾個諮詢大會，澳門市民將有充份機會發表他們關於特區主要官員挑選條件的意見。據何特首透露，他大約會在七月底定出主要官員名單報請中央委任，他估計這些官員將可以在九月初開始工作，為接掌特區政府作好準備。

第一屆特區政府的組班工作可以說正在按序進行，何特首一定可以保證澳門政府的平穩過渡，澳門市民是有信心的。

問：很多人都很關心澳門的治安及賭約的問題，請問你個人對這方面有些什麼見解？

答：澳門的治安發生問題，我認為主要是澳門法律制度上的問題。澳門現行的法律基本上就是葡萄牙法律，葡國法律是因應幾千里外葡萄牙的環境而制定的，一旦照搬來澳門，適用度一定會打折扣。而因為過去澳門政府並沒有為法律本地化做出成績，所以我認為澳門現行的法律並沒有充份反映澳門居民的價值觀，例如澳門就沒有借鏡香港行之有效的反黑社會；反貪污等條例，去訂立適用於本地區環境的法則。如果單純用西方社會的人權觀點去管理東方社會的黑社會問題，我認為肯定會事倍而功半。

澳門娛樂公司的賭約在2001年期滿，我認為這不是維持專利或多發幾個賭牌的問題。澳門特區政府應該研究如何利用「賭」的優勢去更有效地發展澳門的經濟。澳門居民期望將來經營賭場的一間或多間公司能為澳門的整體經濟發展作出更大的承擔。

港澳兩岸只隔一河，澳門回歸以後，肯定更可以加強兩岸的合作和交流。

為使大家對澳門的區旗區徽有認識，以下為澳門在較早前通過使用之未來特區區旗、區徽的設計樣本。



區旗



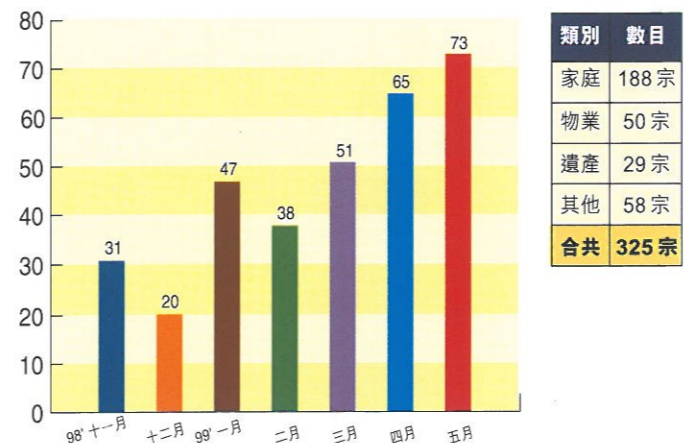
區徽

(以上純屬被訪者個人意見，並不代表婦協立場。)

「婦女免費法律諮詢熱線」

Free Legal Advice Hotline Service for Women

自去年十一月十六日到今年五月三十一日為止，統計共有三百二十五宗諮詢個案。



婦協謹向各位義務法律顧問致意，多謝她們數月來的辛勞，當值解答婦女的疑難，她們包括張鄭寶蓮夫人、朱佩瑩律師、何宋婉真律師、蘇潔兒律師、廖璧欣律師、勞潔儀律師、蕭詠儀律師、蔡關穎琴律師、唐美馨律師及謝天懿律師等。

招募小廣告：

由於熱線諮詢有增加的趨勢，現在法律熱線小組徵求有中五程度及有興趣學習法律知識的義工人員，定期協助接聽熱線服務。有意者請聯絡婦協秘書處承惠文小姐。

本期與各位分享的個案有二：

〈諮詢個案一〉

問：A女士與丈夫分開睡覺已很久，相方已沒有感情。女方決定提出離婚，但擔心離婚後，她不能分到丈夫名下現住的單位，以致無所依靠。

答：在香港如要單方提出離婚申請，須在分居兩年後提出，分居的定義並不代表要分開居住，但申請人須證明各自獨立生活。即A女士除了與丈夫分開睡以外，還要證明財政獨立，分開煮食，分開洗濯等等。另外，如她想獲得婚姻居所之全部或一部份，須在離婚呈請書內提出要求。到審訊時，法庭會從各方面去考慮而作出判決，例如，子女利益，男女雙方的經濟狀況或她有沒有在婚姻居所提供資助（無論在金錢或行為上）等等。

〈諮詢個案二〉

問：B女士致電查詢，因法庭已將子女的撫養權判給她，她可不可以禁止子女與前夫見面？

答：按香港法律，雖然法庭已將子女的撫養權判給B女士，但她亦沒有權阻止前夫與子女見面，除非她可以證明這見面會對他們造成傷害；如果任何一方要單方面更改探望權，便須要向法庭申請才有效。

談談氣功的藝術

The Art of Qi-kong

十六歲便入戲行，拍了二十多年戲的陳潔英（藝名歐陽珮珊），坦言離開娛樂圈是自然而然的事，一向低調的她，當中並沒有經過什麼心理掙扎。反而，在機緣巧合下接觸到針灸和氣功的藝術。

脫離演藝生涯之後，陳潔英便跑到成都的中醫大專學院，攻讀三年的中醫全科函授課程，並經臨床實習半年後，取得畢業證書。其間，她又參加北戴河教育基地的氣功理論課程，拜師張仁峰門下，研究氣功藝術。

回港開設醫館之初，面對接二連三的諷言諷語，陳潔英坦言當時情緒極之低落。幸好，得到氣功師父和丈夫的開解，她明白到隨緣的道理，並不奢望能醫好每一個病人，唯有以行動證明她的誠意，以實淺成果，粉碎閒言。

初接觸針灸氣功的時候，陳潔英坦言，也是抱着半信半疑的態度，感覺神奇。但神秘的面紗掀開後，原來氣功只重一個「氣」字。事實上，以中醫的角度，先天的氣虛血弱，憑着不斷練「氣」，以增加身體的抵抗力，激發自身的潛能，便有助保健身體。陳潔英寄語想研習氣功的朋友，千萬不要相信氣功是仙丹靈藥，能醫百病，那些自誇能與神仙共話，數萬元專治癌症的傳言，並不能盡信。陳潔英笑謂，保持心境開朗祥和，方為上策。

陳潔英希望能開設一所學院，教授針灸氣功之道，以達到能醫亦能自醫的目標。

人生中，每人也會有個夢工場，是平淡或是燦爛並不重要，夢工場的意義只在於你是否享受箇中樂趣。人生之意義不過如此，活得精采方能不枉此生！願你我此生無憾！

國際婦女會

國際婦女會於五月二日至五日舉辦汕頭、廈門、鼓浪嶼四天豪華團。該會主席徐余梅馨與二十多名委員參加了是次活動，更加深瞭解內地之情況。

另五月十四日下午二時三十分該會獲廉政公署西九龍辦事處邀請出席『廉署會晤市民茶聚』活動。該會主席、副會長、副主席及十多位名譽會長、委員均有出席，參加者均能透過是次活動對廉署之工作更為瞭解及達至互相溝通之渠道。



港灣婦女會

港灣婦女會為了響應一九九九國際長者年，獲得灣仔區議會贊助於本年五月三十日舉辦了「雙親節長者郊遊樂」。一百多位長者除了參觀了數個景點外，還到候鳥公園觀賞各種雀鳥，並在流浮山品嚐豐富海鮮午餐。每位長者均獲禮品一份，而全場年紀最大的一位九十五



歲婆婆，更獲贈金牌一面。



屯門區婦女會



屯門區婦女會於五月至七月份舉行個『如何做好父母暨嘉年華會』活動。活動形式包括講座、親子日營及嘉年華會等。並在五月份至六月份已分別舉辦三個講座，主題分別是『如何從繁忙的生活中紓解自己的疲累和困擾』、『學習有效教養孩子之道』及『如何向子女灌輸正確的性知識』。

海怡半島婦女聯合會



海怡半島婦女聯合會於五月八日在海怡廣場美心酒樓舉行「第四屆會慶暨母親節聯歡晚會」。該會會長王月芬致詞時表示，該會會繼續團結更多婦女，關心社會，支持公益事業，並祝願母親們快樂健康。活動約有三百人出席。

香港南區婦女會

香港南區婦女會於五月九日母親節，舉行「親親媽咪」中國傳統民間藝術嘉年華。為了弘揚孝道，宣揚母親的偉大，該會每年均舉辦活動盛大慶祝。是日，更增加推廣中國傳統民間工藝之豐富內容：計有民間風俗表演，民間遊戲，民間工藝坊，民間食品展覽及親子競技遊戲等。



華富邨婦女聯合會

華富邨婦女聯合會與華富服務中心於三月十三日聯合舉辦「喬遷新會址暨新春團拜酒會」，應邀出席的嘉賓有政府官員、立法會議員、南區及華富邨多個社團領袖和各界友好人士濟濟一堂，場面熱烈。



香港鴨脷洲婦女會

香港鴨脷洲婦女會為響應國際長者年特別舉辦『曲韻薈萃頌耆英』聯歡會，免費招待區內三百餘位長者參加。當日節目內容包括粵曲欣賞、問答遊戲、幸運抽獎、派發敬老禮包及利是，希望透過活動使長者有一個愉快的週日並共同發揮互助互愛的精神。

該會更於五月及六月舉辦「頌親恩」海鮮宴一天遊，凡60歲或以上長者均獲贈敬老禮包一份。



香港離島婦女聯會

由離島臨時區議會贊助，香港離島婦女聯會主辦，離島區青年聯會協辦之「溫馨家庭同樂日」暨愛心書籤設計比賽及兒童填色比賽頒獎典禮於一九九九年五月九日(星期日)，假新界鄉議局南約區中學舉行。同樂日內容包括：攤位遊戲、得獎作品展、文娛表演、幸運抽獎等，場面非常熱鬧，節目豐富。



長洲婦女會

長洲婦女會為慶祝父母親節，分別舉辦“母親相聚·共建良朋”及“頌親恩聯歡聚餐”活動。並於六月四日舉辦每年一次的“敬老齊唱”活動，與長者聯歡歌唱。



九龍婦女福利會

九龍婦女福利會黃張見紀念老人之家於一九九九年四月廿七日假西貢樟木頭老人渡假村慶祝十六周年紀念，並舉辦「夢想中之老人院」設計比賽。老人家的設計作品，是用「快、靚、正」來作評分標準。





居所是社會的縮影，反映著整個社會的物質與精神生活，舉凡社會組織、經濟科技、倫理教化、宗教信仰、生活祈願等，無所不顯。一言以蔽之，居所是社會文化的寫照。

居所是古承今襲的文化泉源，是人們生活不可分割的一部分，是生活方式、倫理關係和民風俗習的投影，其外形和布局更是宇宙觀的體現。

被列為受保護古跡的中國傳統民居寥寥可數，然而這類古老建築不單是歲月與歷史的見證，更是昔日不同階層人士的居所，其自身價值跟那些巍峨壯麗、年代久遠，或滿載歷史意義的重要“古跡”不遑多讓。為了展示這些老房子，這次展覽特以民間環境為主題，集中展示不同地域、不同階層的民居建築。

雖然中國傳統宅第都遵循著一套既定的空間觀念、平面布局和結構營造，但因社會和地方環境的不同也產生地域性差異。這次攝影展選取了山西、安徽、蘇浙、福建和香港等五組地區作為代表，藉此展示不同地域、不同階層的民居外形與生活風貌，由富麗堂皇的豪門府邸以至尋常百姓居住的各式院宅，一一臚列。

由黃河和群山環抱的山西省，民居建築富有鮮明的地方風格。隋唐以至北宋初期(五至十世紀)，其發展繫隨皇室風尚。至明末清初之際(十七世紀)，山西省崛起了一批富商巨賈，大興土木建造院落重重的宏偉巨宅，其中以祁縣最為突出。高牆上瓦頂斜披，外挑的屋簷下是結構複雜而色彩華麗的斗拱設置。與此形成強烈對比的是一些面積狹小、以夯土築牆的單層民居。由於山西位處北方，冬季氣候嚴寒，不論貧富的居室都築有炕床，通常佔了房間面積的一半，此為山西民居與氣候配合的建築特色。



位處江南水鄉的江蘇和浙江省，其民居大多白牆黑瓦，線條婉約柔麗；屋內修建庭園，以添雅趣；露天院落以迴廊相連，廊畔有雅緻的圍欄，門樓飾華美的磚雕；窗格和榻扇上的木雕尤其富麗多姿，榻扇更發揮著靈活的間格作用。不少文人士大夫的房子都是臨河道建造，房子的布局、結構和家具擺設盡顯江南文士的閒逸優雅。

南方的安徽跟北方的山西同是以營商有道而名聞全國。安徽民居有單層房舍，亦有高兩層或以上的樓房，大都圍繞著沿中軸延伸的狹長天井而建造，既有助採光，亦利於防火。室內格局跟江浙一帶的白牆黑瓦房子相近，木石雕飾極富地方色彩。由於這些建築具有歷史價值，自本世紀八十年代以來不斷展開大規模的修繕工程。

福建省西部山區的土樓最能彰顯閩西傳統民居的地域特色。此地居民祖籍中原，早年南遷至此，為鞏固防衛而建造了高大的圓樓及方樓聚族而居。大部分樓房都以夯土築成，不事裝飾，而最引人入勝的是其別樹一幟的空間布置、對天災與敵侵的高度防禦能力，及興建這些土樓所涉及的種種技術。

香港新界區的傳統村屋是以廣東民居為藍本而建造。早期南遷至此的漢人以其固有的社會經濟背景、專才和物質條件，因應當時環境建造了一些裝飾簡樸而帶小庭院的灰磚房屋。此後，多個氏族陸續移居到這片彈丸之地，其中原籍廣東和福建的客家人為了加強防衛和維繫宗族團結，建造了鞏固的城堡式圍村聚族群居，成為新界區另一具代表性的民居形式。村內祠堂的意義尤其重大，是族人群體活動的中心，亦是存放族譜、排解紛爭和舉行各種儀式的場所。祠堂建築考究和處於中心位置，可見其地位顯赫。

(按:羅啟妍籌辦的展覽曾於六月二十二日至七月十六日在大會堂展出)



婦女第二號殺手—乳癌 (Breast Cancer)

根據統計，癌症是香港婦女的頭號殺手，每年都奪去不少生命，癌症是醫管局十個須優先處理的醫療項目之一。癌病之中，乳癌更是婦女的剋星，每年約奪去三百多名婦女的生命。不過由於現代醫學昌明，如果愈早發覺及治療，痊愈的機會就愈高。

乳癌的成因

乳癌的成因仍未完全了解，但某些婦女患乳癌的機會略高，例如：

- 家族中曾有人患過乳癌，尤其是母親或姊妹。
- 那些沒有兒女或較遲生育。
- 曾服用早期的避孕丸（比現時避孕丸含有較多雌激素）。

近期研究顯示，用母乳餵哺嬰兒的，特別是年輕的婦女，可減低患癌的機會。

男性亦可能患上乳癌，但機會遠較女性為低。

乳癌的徵兆

- 有腫塊。
- 乳房的外形發生變化，一邊乳房比另一邊大。
- 乳房皮膚皺縮或陷入。
- 乳頭縮入。
- 乳房起紅疹。
- 乳房近腋下位置有腫塊。
- 乳房持續脹痛。
- 乳房有血或分泌物流出。

檢查乳房

由於百分之九十的乳房腫瘤都是婦女們自己發覺的，所以我們應養成自己檢查乳房的習慣。

自我檢查乳房應每月進行一次，用意是去熟悉自己乳房的特質，以便在重覆檢查時，可及早發現異狀或變化。

未收經的婦女，應在每月經期完結後兩至三天內進行自我檢查。收經後的婦女，應選定一天，如每月的第一天，進行自我檢查。

及早檢驗

假如乳房有任何不尋常的東西，應立即約見醫生。如需要，醫生可為安排檢驗，包括：

- 乳房X光攝影 (Mammography)
- 超聲波掃描 (Ultrasound)
- 針管抽吸術 (Needle Aspiration)
- 針管抽取活組織檢驗 (Core Biopsy)
- 組織切片檢查 (Excision Biopsy)

倘若不幸證實是乳癌，醫生會因應不同的病情及需要，採用適當的治療方法，每一階段的腫瘤都有不同的治療方法。

乳癌的階段

	體積	淋巴結	癌細胞
第一期	2厘米以下	未受影響	未擴散
第二期	2-5厘米	已受影響	未擴散
第三期	5厘米以上	已受影響	未擴散
第四期	任何大小	已受影響	已擴散

治療方法

治療的方法，大致可分為：

- **外科切除術**：切除部份或整個乳房，切除淋巴腺
- **放射治療**
- **化療藥物**：新一代的化療藥物，例如 Taxol，有更大的臨床成效
- **骨髓移植**：對某類乳癌病人有療效
- **激素治療**：新的激素藥物，例如 Toremifen ICI 182780，已研製成功
- **基因療病**：仍然是試驗階段，是有效防止身體的骨髓細胞被化療藥物損害
- **抗體療法**：是一種人造抗體，例如 Herceptin

復原機會

乳癌的五年生存率(Survival rate)要視乎腫瘤的大小及淋巴腺的擴散而定。早期的乳癌，五年生存率大約是90-95%。但如已經擴散，則生存率會下降至10%。

康復及輔導

1. 乳房再造術或外置義乳

乳房切割手術雖然會影響外觀，但卻可以挽救性命。況且婦女亦可透過乳房再造術或外置義乳，改善身體的外觀，維持體形均勻對稱，恢復女性特徵，令自信心提高。

2. 運動

康復過程中，運動是非常重要的。在治療過程或治療完成後，妳應繼續進行運動，如：步行、游泳、深呼吸運動、肩部運動等。

3. 心理輔導

對大部份婦女而言，患乳癌是痛苦的經歷。在康復過程中，心理輔導是不可缺少的一環。心理輔導可以協助克服焦慮、沮喪、徬徨、自責等情緒。

4. 乳癌病人互助小組

醫管局屬下多間醫院都設有癌症病人互助小組及資源中心，而醫管局大樓內的健康資訊天地亦有關於癌病的展板及資料及專業講座，協助乳癌病人面對疾病，於治療後盡快回復正常生活。讀者若有興趣查詢健康資訊天地舉辦活動的詳情，請致電 2300 7733 資訊天地熱線。

(本文資料由醫管局廣華醫院外科部門主管葉維晉醫生提供)