



新民通讯

2020年5-6月第161期

| | | |
|---|--|----------------------------|
| E | POSTAGE PAID HONG KONG CHINA 中国香港 邮资已付 | Permit No. 特准编号 6295 |
|---|--|----------------------------|

香港国际社会服务社
内地新来港人士服务
深水埗南昌邨南昌社区中心隔座地下



跨境及国际个案工作服务
抵港一线通热线
新界上水龙运街2号
北区社区中心2楼
电话: 2353 6119

深水埗(南)综合家庭服务中心
九龙深水埗南昌邨
南昌社区中心高座地下
电话: 2386 6967

天水围(北)综合家庭服务中心
天水围天悦邨
服务设施大楼2至3楼
电话: 2446 1223

服务目的 香港国际社会服务社自1969年开始为新来港定居人士服务，协助他们解决个人及家庭问题，使其尽快适应及融入社会。

新民通讯(电子版) <http://isshk.org/zh-hk/services/newsletters/new-arrivals-from-mainland-china>

抵港 一线通 查询热线

服务时间
星期一至五
上午9:00至下午1:00
下午2:00至下午5:45
公众假期除外

服务内容

- 想了解香港福利资讯?
- 想知道香港教育制度?
- 想申请香港公共房屋?
- 想报读培训课程/找工作?
- 想夫妻更恩爱, 子女更听话?
- 有疑问? 打电话或微信我哋啦!!



(香港)



(内地)

香港: 2353-6811 /
6218-2187 /
3503-0986
(专人接听)
内地: 132-6816-0986

编者的话

亲爱的新来港朋友们，目前新型冠状病毒肺炎疫情持续影响日常生活，请注意个人防护，保重身体。但初初来到香港，你知道如果身体不适时应该如何求诊吗？香港又有哪些医疗资源呢？本期通讯将为大家介绍香港的公共医疗资讯，包括使用普通科门诊电话预约服务，符合资格的长者可运用医疗券购买私营基层医疗服务等，请不要错过精彩内容。

港言港语

| 书面语 | 本地话 | 例句 |
|-----|-----|------------|
| 取号 | 搵算 | 你办证，搵左算未啊？ |
| 多少钱 | 几钱 | 搵身份证要几钱？ |
| 排队 | 打尖 | 搵咁打尖，唔该排队！ |

| 简体字 | 繁体字 |
|-----|-----|
| 医院 | 醫院 |
| 诊所 | 診所 |
| 查询 | 查詢 |
| 排队 | 排隊 |

新民心声

您好，我是新移民。我住在青衣，因为刚来香港不久，所以不是很会说广东话，想请问哪里有广东话学习班可以报名？另外，我想要尽快找到一份工作，但是又没有什么专业技能，你们能提供什么协助给我呢？如能提供，将不胜感激。谢谢。

黄小姐2020年4月来信

编者回应

黄小姐：

您好，感谢您的来信！本中心定期为内地新来港人士提供广东话学习班，最近一期将于6月1日开班，您可致电2386 6967查询课程信息，报名时请带备本人有效之单程证。另外，香港雇员再培训局简称ERB，有提供不同种类的课程给予有兴趣进修的人士，其中亦包括广东话学习班，若您想在住址附近报读广东话课程，请致电182182与雇员再培训局职员联络或浏览网页<https://www/erb.org>查询相关课程信息。如您需要求职协助，可致电25443271或浏览劳工处互动就业服务网站<https://www2.jobs.gov.hk>查询相关求职信息。祝生活愉快

编者 谨覆

医院管理局普通科门诊电话预约服务

为免患偶发性疾病（如感冒、伤风、肠胃炎等）的病人于身体不适时到诊所排队轮筹而遭日晒雨淋，同时为降低病人交叉感染的风险，医院管理局为大家特设普通科门诊电话预约服务，让你安坐家中进行预约。

●电话预约系统特色

24小时运作，方便你随时致电系统预约

- 搜寻未来24小时的诊症时间

- 设有查询及取消预约功能

- 当选择的诊所额满时，系统会自动搜寻就近诊所的筹额

- 设有长者预约专筹

普通科门诊服务

医院管理局普通科门诊致力提供以社区为本的基层医疗服务，主要服务对象包括长者、低收入人士和长期病患者

| 普通科门诊照顾的病人 | 预约方法 |
|--------------------|-------------------|
| 偶发性疾病病人（如患感冒、肠胃炎等） | 病人致电电话预约系统进行预约 |
| 长期病患者（如患糖尿病、高血压等） | 诊所按病人临床需要安排下次覆诊时间 |

普通科门诊分区预约电话

| 地区 | 医院/诊所 | 地址 | 预约电话 |
|-----------|-----------------|----------------------------------|-----------|
| 港岛区 | 西营盘赛马会普通科门诊诊所 | 香港西营盘皇后大道西134号 | 3543 5000 |
| | 贝夫人普通科门诊诊所 | 湾仔皇后大道东282号邓肇坚医院 社区日间医疗中心地库高层 | 3157 0000 |
| | 香港仔赛马会普通科门诊诊所 | 香港仔水塘道10号 | 3543 5011 |
| | 筲箕湾赛马会普通科门诊诊所 | 筲箕湾柴湾道8号一楼 | 3157 0077 |
| 九龙区 | 长沙湾赛马会普通科门诊诊所 | 长沙湾广利道2号 | 3157 0122 |
| | 中九龙诊所 | 旺角亚皆老街147号A | 3157 0810 |
| | 柏立基普通科门诊诊所 | 新蒲岗太子道东600号 | 3157 0113 |
| | 圣母医院家庭医学诊所 | 黄大仙沙田坳道118号 圣母医院门诊大楼地下 | 3157 0118 |
| | 广华医院全科门诊部 | 九龙窝打老道25号 广华医院东华三院徐展堂门诊大楼1楼 | 3157 0125 |
| | 观塘社区健康中心 | 观塘协和街60号地下高层 | 3157 0687 |
| 新界区 | 大埔赛马会普通科门诊诊所 | 大埔汀角路37号地下 | 3157 0906 |
| | 元朗赛马会健康院 | 元朗青山公路269号 | 3543 5007 |
| | 天水围(天业路)社区健康中心 | 天水围天业路3号 (香港湿地公园及天葵路慧景轩对面) | 2469 9222 |
| | 屯门诊所 | 屯门新城青贤街11号 | 3543 0886 |
| | 北大屿山社区健康中心 | 大屿山东涌松仁路8号 北大屿山医院3楼 | 3157 0106 |
| | 石湖墟赛马会普通科门诊诊所 | 上水石湖墟马会道108至130号地下 | 3157 0965 |
| | 青衣市区普通科门诊诊所 | 青衣青绿街21号 | 3157 0105 |
| | 马鞍山家庭医学中心 | 马鞍山西沙路609号地下 | 3157 0982 |
| | 将军澳(宝宁路)普通科门诊诊所 | 将军澳宝宁路28号地下 | 3157 0660 |
| | 戴麟趾夫人普通科门诊诊所 | 荃湾沙咀道213号 | 3157 0107 |
| 沥源普通科门诊诊所 | 沙田沥源街9号地下 | 3157 0972 | |

更多普通科门诊预约电话可参阅 医院管理局 网站<http://www.ha.org.hk>

首次使用电话预约系统的人士请注意

电话预约服务适用于曾在该诊所登记或求诊的人士。新症病人请带备身份证明文件正本，亲身前往日后欲预约的普通科门诊所登记，以核实数据，日后方可使用电话预约服务。

预约步骤



成功预约后，请带备身份证明文件及医疗纪录册(如有)，于预约时间前15分钟抵达诊所，办理登记手续。假如不能依时应诊，请尽早并最少于预约时间前一小时致电有关诊所的电话预约系统，按照操作指示取消预约，以腾出名额予他人使用，使名额得以善用。

查询或取消

请致电已约定之诊所的电话预约系统，按照指示操作。



医疗收费

从2017年6月18日起医院管理局辖下医疗服务已实施新收费。

公众收费 - 符合资格人士

新来港人士使用公共医疗服务，请带备香港居民身份证及签证身份书。

| 服务 | 收费 / 港币 |
|-------------------------|------------------------------|
| 急症室 | 每次诊症180元 |
| 住院费用 (急症病床) | 入院费75元, 每天120元 |
| 住院费用 (疗养 / 复康、护养及精神科病床) | 每天100元 |
| 专科门诊 (包括专职医疗诊所) | 首次诊症135元, 其后每次诊症80元, 每种药物15元 |
| 普通科门诊 | 每次诊症50元 |

有关详情可参阅 医院管理局 网站 <http://www.ha.org.hk>

常见问题

Q1. 我已在一间普通科门诊所登记使用普通科门诊电话预约服务，是否可以预约任何一间普通科门诊诊所？

答：为方便病人及善用资源，电话预约系统把就近的普通科门诊所结连，形成一个诊症名额互通的网络，你只需在其中一间普通科门诊所登记，日后便可以透过电话预约系统，预约就近普通科门诊诊所的服务，无须再次登记。假如你想使用其他地区的普通科门诊所服务，请前往该区的诊所再作登记。

Q2. 我想预约诊症时间，应该在什么时间致电电话预约系统？

答：普通科门诊电话预约系统24小时不停运作，并持续更新未来时段的诊症名额。此安排除了方便病人，亦避免电话线路于特定时段过份繁忙。因此，你可随时致电诊所的预约系统，而无须于特定时间致电预约系统。

Q3. 我可否选择诊症时间？

答：为尽量善用资源，避免名额被浪费，电话预约系统会为你安排最早的诊症时段，并以顺序方式编配诊症时间。假如你不接受系统提供的时间，可以放弃该预约时间，再另行选择搜寻未来24小时内其他有剩余诊症名额的时段，例如上午、下午及晚上，系统会因应你的选择及名额的剩余状况再编配该时段内最早可提供的诊症时间。

Q4. 假如在操作电话预约上遇到困难，我可以怎么办？

答：普通科门诊诊所设有辅助处，为使用电话预约服务遇到困难的人士提供协助。假如你使用电话预约时遇到困难，可向辅助处查询。此外，你的亲友及不少小区组织如长者中心亦能提供协助。

| 活动名称 | 日期 | 时间 | 内容 | 对象 | 名额 | 负责职员 | 备注 |
|-------------|-------------------------------|-----------------|----------------------------|-------------|-----|-------------|----------------------------------|
| 广东话学习小组 | 1-5、8-10/6/2020 (星期一至五、星期一至三) | 上午10:00-下午12:30 | 通过学习教学，训练参加者广东话之听写能力 (共八堂) | 18岁或以上新来港人士 | 15人 | 吴华利先生及洪琪媚姑娘 | 报名时请出示有效之单程证文件 |
| 社区资源讲座 | 11/6/2020 (星期四) | 下午2:30-下午4:30 | 认识香港的社区资源，以帮助新来港人士更好的了解香港。 | 新来港人士 | 12人 | 陈丽丹姑娘 | 报名时请出示有效之单程证文件 |
| 房屋资讯站 | 18/6/2020 (星期四) | 下午2:30-下午4:30 | 了解房屋政策、填表需知、公屋相关信息。 | 新来港求职人士 | 10人 | 林佑聪先生 | |
| 义工活动：「粽」是安康 | 20/6/2020 (星期六) | 上午10:00-下午12:30 | 制作端午粽形香包，送给基层有需要人士。 | 新来港人士及其家庭 | 15人 | 苏奕嘉姑娘、林钰铮姑娘 | |
| 医疗话你知 | 24/6/2020 (星期三) | 下午2:30-下午4:30 | 了解香港医疗制度及福利。 | 新来港人士 | 10人 | 梁伟成先生 | |
| 香港一日游之长洲行 | 27/6/2020 (星期六) | 上午9:00-下午5:00 | 游览长洲，欣赏香港离岛风景。 | 新来港人士及其家庭 | 50人 | 洪琪媚姑娘及陈丽丹姑娘 | 27/5/2020开始报名，\$20/人，3岁以下免费，午餐自理 |
| 求职资讯站 | 30/6/2020 (星期二) | 下午2:30-下午4:30 | 了解劳工法例、求职途径、强积金及培训信息。 | 新来港求职人士 | 10人 | 林佑聪先生 | |

中心位置图：



地址：深水埗南昌邨南昌社区中心高座地下 (南昌地铁站D出口，钦州街西方向)

报名及查询：请致电2386-6967与负责职员联络。

恶劣天气安排

| 天气情况 | 室内进行的活动 | | | |
|--------------|---------|----|----|-----------|
| | 中心开放 | 学童 | 成人 | 水上 / 户外活动 |
| 雷暴警告 / 风球：一号 | ✓ | ✓ | ✓ | ✗ ○ |
| 风球：三号 | ✓ | ✓ | ✓ | ✗ ✗ |
| 风球：八号以上 | ✗ | ✗ | ✗ | ✗ ✗ |
| 暴雨警告：黄色 | ✓ | ✓ | ✓ | ✗ ○ |
| 暴雨警告：红色 | ✓ | ✗ | ✓ | ✗ ✗ |
| 暴雨警告：黑色 | ✗ | ✗ | ✗ | ✗ ✗ |

✓ = 活动 / 服务照常进行；
✗ = 取消、立即停止；
○ = 视乎情况，本社职员将通知各参加者

生活放大镜—医疗券

香港政府自2009年1月1日起推行3年长者医疗券试验计划，为长者提供资助，让他们选择最切合健康需要的私营基层医疗服务，包括预防性护理服务，藉以辅助现有的公营医疗服务，例如普通科门诊和专科门诊诊所。医疗券是在现有公营医疗服务以外，为长者提供的额外选择。在试验计划下，年满70岁的长者每人每年会获发5张面值50元的医疗券。

在2014年，长者医疗券试验计划已由试验性质转为恒常长者支持计划，每名合格长者的医疗券金额亦增加至每年2,000元。同时，为了令长者能更有弹性地使用医疗券，由2014年7月1日起，每张医疗券的面值由50元调低至1元。

政府由2017年7月1日起将长者医疗券计划的受惠长者合格年龄由70岁降低至65岁。65岁或以上的新来港长者，只需向任何已登记参与计划的服务提供商出示香港身份证及签证身份书或豁免登记证明书，并由服务提供商进行简单登记程序就可开设医健通(资助)户口。医疗券将会通过医健通(资助)系统电子系统发放和使用，而不会另行以纸张形式派发，使用者无需预先进行登记或领取医疗券。尚未使用的医疗券金额可保留和累积使用，可保留的年期不限，但每名合格长者尚未使用的医疗券累积金额总和，以8,000元为上限。只要长者于2018年年满65岁，并持有有效的香港身份证或入境事务处发出的有效《豁免登记证明书》，无论是否于2019年6月26日或之前已开设医疗券户口，均合资格获发2018及2019年提供的一次性额外1,000元医疗券金额。

醫療券

Health Care Voucher

香港特别行政区政府
The Government of
The Hong Kong Special Administrative Region

Q1. 可以使用医疗券使用哪些医疗服务?

医疗券可用于私营西医、中医、牙医、脊医、注册护士和登记护士、物理治疗师、职业治疗师、放射技师、医务化验师(专职医疗及化验服务须按现行的转介安排)及于注册名册第1部分注册的视光师所提供的服务;及预防性、治疗性及康复性的服务。

自2019年起，每名合格长者可使用医疗券支付视光服务的配额为每两年2,000元。两年期内未用的视光服务配额于有关年期结束时失效，不可累积至下一个两年期。

Q2. 如何识别参与计划的医疗服务提供商?

成功登记参加计划的医疗服务提供商会获发本计划标志，张贴于其执业地点，以方便长者识别。你可以登入计划网站www.hcv.gov.hk 或致电2838 2311取得参与计划的医疗服务者名单。

Q3. 是否可以与配偶开立联合医疗券户口以便日后任何一方都可以使用医疗券?

医疗券只供符合资格长者本人使用，每名长者须开立其个人医疗券户口，医疗券不可以兑换现金或转赠别人或与别人共享。

打击贪污 共建廉政(二)

申请服务 勿「走后门」

申请政府及公共服务时，切勿「走后门」，即使行贿目的未达到，行贿者亦会犯法，习俗和行规均不能作为辩解的理由。

个案一:

一名市民提供礼物予房屋署职员，期望可以获得分配较佳的公屋单位，触犯《防止贿赂条例》被判入狱。

个案二:

一名驾驶考试考生，向一名运输署考牌主任提供五百元贿款，以求取得考试及格，被判入狱。

衷心致谢 无须打赏

公职人员全心为市民服务，如果你满意他们的表现，只要说声「谢谢」便已足够，无须额外打赏或送礼。

提防 电话骗案

阿妈，我俾人捉咗! 要钱担保!

你个包裹有问题! 要罚钱!

核实来电 提防受骗

温馨提示

- 切勿向陌生人透露银行帐户号码及网上理财密码
- 切勿将金钱存入陌生人户口
- 切勿向来电者透露亲人或朋友的个人资料
- 切勿轻信来电者，需要时致电亲人或朋友求证
- 如怀疑遇上「电话骗案」，请立即报警求助

核实身份 便宜莫贪
保护个人资料及财物

举报罪案
请致电 999



新Teen同学会



妇女组之传统茶果制作



香港一日游之赤柱



广东话班

香港西九龙高铁站

位于九龙半岛西面，经由行人天桥及隧道连接港铁柯士甸站及九龙站。是高铁香港段的终点站，该段铁路全长约26公里，由香港的西九龙连接至深圳，不设中途站，全线以地下隧道形式兴建，站内共9个长途站台及6个短途站台。



随着高铁香港段于2018年9月23日通车，标志着香港连接上国家八纵八横的高铁网络，大大缩短了香港与内地各主要城市的行车时间，为前往内地探亲、旅游或商务活动的旅客提供了多一个可靠快捷的选择。同时，西九龙站是实行「一地两检」的管制方式，设有海关、出入境及检疫设施，旅客抵港及离港大堂，离境等候休息室，免税区；更有美食广场，停车场、上落客区及卸货区等主要设施都设于地下。



来到香港西九龙站，除了可乘搭高铁往返香港与内地44个城市站点，车站外的公共休憩空间也非常值得前往。在这里可以饱览维多利亚港的动人景致，同时，也可在绿化步行区及树林公园散步以静享悠闲。

更多有关香港高速铁路的信息可浏览港铁-高速铁路网站
<https://www.highspeed.mtr.com.hk/to/main/index.html>

内地新来港定居朋友:

您好，来港已一段时间了，不知近况如何?可有面对一些适应上的困难?倘若您有任何疑问或需要，欢迎于办公时间致电、电邮(电邮地址: post@isshk.org)或亲自到各中心洽谈。以下有一些问题，烦请填写妥后寄回本社，在空格内请“√”。

地址: 九龙深水埗南昌邨南昌小区中心高座地下

姓名: _____ 性别: _____ 年龄: _____ 抵港日期: _____ 年 _____ 月 _____ 日

地址: _____

电话: _____ 方便联络时间: 随时 / 上午 / 下午 / 晚上 / 其他 _____

学生: 否 是: 曾否参加英文补习? 没有 有, 提供服务机构: _____

现时职业(请注明): 曾否进修? 没有 有, 提供服务机构: _____

可有到过本社任何一间服务中心与工作人员商谈问题?

没有 有, 记得他/她的姓名: _____

你希望日后收到: 本社适应活动资料 进修资料 就业资料 其他(请注明) _____

对目前的生活在那一方面感到最困难:

语言 居住 就业 子女入学 经济收入 工作技能 儿童照顾

夫妻关系 婆媳关系 亲友关系 其他(请注明) _____

其他意见、感受或问题, 请说明: _____

你提供的数据, 将会用作申请本机构服务之用。根据个人资料(私隐)条例, 你有权查阅及改正本机构所保存有关你的资料。如有任何疑问, 包括要求查阅或改正资料, 请联络有关职员或服务主任。

18区介绍 (西九龙区)

深水埗

一个历史悠久、充满港式情怀的老城区，坐落在繁华热闹的九龙半岛西北部，毗邻游客络绎的旺角和尖沙咀。当中的“埗”字与“埔”、“埗”两字相通，意思是深水而无浅滩的海湾，适合作码头，因此其实深水埗在过去是一个靠近深水码头的城区。随着西九龙填海工程的完成，深水埗由临海城区成为了如今的西九龙中心的老城区。这里缺乏繁华都市的热闹有序，却不缺少守望相助的小区人情。

《Time Out Hong Kong》杂志是这样描述的：“深水埗，这个劳工阶层集中的老区，没有拔地而起的玻璃帷幕大楼，却有深含着历史韵味的简朴旧楼房；没有海景餐厅的高档大餐，却有米其林推荐、只花数十元便能祭一顿五脏庙的街边美味。从早期移民兴建的古刹、犹如博物馆的主题商店街，到最夯的概念店和咖啡厅，到处都是真实的庶民生活场景。”就让我们从衣、食、行去感受这个隐藏着独特魅力的平凡小区。

衣。

深水埗曾经是香港纺织业的发展集中地，虽然在上世纪八十年代衰落。但时至今日，这里还保留了很多与时装相关的元素。走入不同的主题商店街，可以发掘到价廉物美的心头好。

长沙湾道 (时装街)

这条细长的街道是购买平价时装的好地方，聚集了各式各样的店铺，售卖布料、纽扣、装饰品和时装成品，重点是大多数商品都比市价便宜！无论是想添新装，还是买饰物衬裙子，都会看得眼花缭乱。



地址:九龙深水埗长沙湾道

钦州街临时小贩市场 (布料市场)

这个以铁皮、塑料帆布搭建而成的布料市场，当地人称为「棚仔」，已有40多年的历史，售卖各种颜色、图案或材质的布料。



地址:九龙深水埗荔枝角道373号

食。

在这里的传统餐厅、平民小吃店可以尝到经济便捷的面食、甜点等；也有各种特色港式小吃。

北河同行

北河同行提供泡面、米饭简餐等经典茶餐厅小吃。除了亲民菜式，老板明哥的义举更是让邻里赞誉有加，他不遗余力的帮助区内有需要的人，为他们送上餐券和便当。2016年，由于租金大幅上升，餐厅面临结业危机，幸蒙热心邻居赞助，得以租下另一间店面，让慈善精神延续下去。



地址:九龙深水埗大南街278号

合益泰小食

深水埗为庶民美食集中地，到处都是让人垂涎的街头美味，其中合益泰的肠粉更是无人不晓。这家米其林推荐小吃店的肠粉每日新鲜现做，皮薄嫩滑且富米香，与甜酱、麻蓉和酱油搭配得天衣无缝，虽是平价小吃，却有满足好滋味。



地址:九龙深水埗桂林街121号

行。

在商品琳琅满目的露天市集，选购便宜好物。

鸭寮街 (电子产品街)

繁忙热闹的鸭寮街两边伫立着一排排售卖3C产品的店铺和小摊子，由新款手机配件到古董打字机和家电都有，随时让你收获意想不到的惊喜



地址:九龙深水埗鸭寮街

福荣街 (玩具街)

别名「玩具街」的福荣街，是个陈列满玩具、平价文具和派对小物的小宝库。街上有超过30家店铺，每逢佳节前夕，这里变身为节日装饰销售点，市民可到这里购置价格相宜且各具特色的节日装饰。



地址:九龙深水埗福荣街



福建中學(北角) 启动课程

FUKIEN MIDDLE SCHOOL (NORTH POINT)

专为新来港学童而设 (来港不足一年或并未在本港学校入读超过一年的学龄儿童)

- 六个月全日制小学至初中适应课程
- 小班教学，每班约20人
- 着重繁体字、广州话(选修科)训练
- 设校本课程，以便衔接本地课程要求
- 全职社工提供辅导课及个人辅导，多样化适应社会活动
- 成绩及品行优秀的学生，可以升读福建中学、福建中学(小西湾)及福建中学附属学校(视乎学额数目)

完成课程后，协助安排到香港其他主流学校继续升学

强化英语 密集教学

课节特多、按水平分组、补课、阅读课节、表演、话剧训练、外籍老师会话、科组活动等，务求在短期内为新来港学生打好英语基础。

学费全免 额外资助

经济困难的学生可申请车船及课外活动津贴及赠送二手校服计划



外籍英语教师



义工服务

电话: (852)2578 1753

传真: (852)2571 3987

校址: 香港北角 渣华道210号5楼

网址: <http://www.fmsnp.edu.hk>

电邮: email@fmsnp.edu.hk