

本會慶祝中華人民共和國建國第七十五年週年

香港蘇浙滬同鄉會
慶祝中華人民共和國國慶



本年十月一日是中華人民共和國建國第七十五週年國慶日，本會九月廿七日會董會議召開前，舉行慶祝儀式，張浩然會長主持儀式並致詞。本會同仁共祝祖國欣欣向榮，科技發展，經濟繁榮，民富國強。祝願香港與祖國同進步。【訊】

蘇浙會訊

第164期

(非賣品)

香港蘇浙滬同鄉會(創立於一九四六年)
《蘇浙會訊》季刊(一九九六年八月創刊)

Kiangsu & Chekiang Newsletter Quarterly

出版：香港蘇浙滬同鄉會

地址：香港皇后大道中58號10樓

電話：2524 4758

傳真：2877 0846

網頁瀏覽：www.kcsrahk.org.hk

印刷：K. W. YEUNG PRINTING CO.

【本期共出紙10版】

2024年度會員週年大會 張浩然會長會務報告

各位名譽會長、贊助人、顧問、常務副會長、各位副會長、各位會董、各位會員：

今天本會召開2024年度會員週年大會，承蒙各位撥冗出席，本人謹代表同鄉會向各位表示衷心的感謝。現將本會一年來的會務向各位報告如下：

一、教育：

本會屬下四校現有學生5200餘名。上學年香港中學文憑考試，蘇浙公學、沙田蘇浙公學及葵涌蘇浙公學三所中學不負辦學團體厚望，取得不俗成績。沙田蘇浙公學核心

科目合格率更高達87.5%。蘇浙公學國際部IGCSE及IB課程考試再傳捷報，考生成績優異，畢業生入大學率高。蘇浙小學中一派位成績理想，獲得學生家長廣泛認可。

葵涌蘇浙公學梁校長退休，原副校長余傑榮先生現升任為校長。

沙田蘇浙公學三月二十三日，校董會、校長、師生、家長、校友及嘉賓歡慶創校四十五週年。

本會辦學歷史悠久，長期為香港社會培育人才。

(轉第二版)



2024年度會員週年大會



(接第一版)

二、安老服務：

安老院管理委員會高度重視兩安老院之服務質素，實行兩院一體化集中管理，共同提高對兩院住院長者的安老服務水準。

何詩麗女士現為屯門安老院院長，曾露萩女士為葵青良友安老院院長。目前兩所安老院有住院院友201人，為適應長者的身體和生活需要，院舍安排各種有益身心的文娛活動，豐富長者的精神生活，同時本會亦不斷改善院舍條件，提高管理質素，務求院友得到更貼身及周到的服務，身心康泰。

三月十四日中聯辦社聯部余學傑副部長等率領13位全人到葵青良友安老院進行探訪，深得中聯辦對本會安老事務重視。

三、醫療服務：

蘇浙滬醫療中心以非牟利方式服務香港市民六十多年，除中醫、西醫門診服務，還有牙科、老人科、精神科、眼科、心臟科、骨科及物理治療等多項專科服務。在同鄉會大力支持下，又添置物理衝擊波儀器，提供更全面的治療方案給有需要人士。

在冬季流感季節推行外展疫苗接種服務，醫療中心安排醫療團隊到學校、院舍或中心、公司等場所，注射流感疫苗針。

今年又舉辦多項健康及醫療講座，向市民傳達健康訊息。

四、會員餐廳：

本會餐廳廣受會員青睞，餐廳堅持弘揚中華廚藝，提供江南佳餚，食在「蘇浙」。

本會餐廳對會內外關係具有很大凝聚力，會員與會員、家人及親友之間、日常生活、社交、會議等餐敘，提供高質素餐飲服務。本會餐廳高水準，是餐廳管理委員會悉心管理所致。

五、蘇浙會訊：

《蘇浙會訊》創刊至今二十八週年，至今已出版163期。內容及編輯與時俱進，有聲有色，向會員傳達正面訊息。會訊重點報道本會重要會務、屬下機構工作、專訪資深人士及對外交流活動等訊息，真實記載了本會的發展歷程。

六、康樂文化活動：

今年舉辦甲辰年新春聯歡晚會，同時又繼續舉行了書法班學習。十一月五日至八日同鄉會三聯盃在中山舉行高爾夫球場比賽。十二月三日將舉辦參觀大埔慈山寺活動，首次開放給本會會員參與，反應踴躍。

七、友好往來：

四月八日，在張天豪會董陪同下，上海市金山區統戰部領導參觀蘇浙滬醫療中心、葵涌蘇浙公學，晚上本會宴請來訪嘉賓。

五月十三至十七日本會組團拜訪浙江省統戰部，參觀浙江省博物館、寧波永新光學儀器廠，拜訪上海統戰部及上海市金山區統戰部。感謝曹其東副會長悉心安排。

九月二十四日上海市金山區統戰部來訪本會。

本會明年將組團拜訪江蘇省統戰部。全人們期盼能多點回到家鄉觀看國家發展的卓越成就，並加強兩地合作及交流。

八、喜納賢才：

本會新增贊助人：陳鎮仁先生；新增顧問：范久祥先生、王偉礎先生、周安橋先生、楊紹信先生；新增常務副會長：陳沐文先生；新增會董：榮康信先生、曹國俊先生及阮婷婷女士。

本會會務承蒙各位名譽會長、贊助人、顧問、常務副會長、各位副會長、會董和會員熱心支持，本會將本著自強不息的精神，繼續努力發展會務。同時，本人謹代表本會，向本會辦公室及屬下各機構全體全人勤奮出色的工作表現表示謝意！

以上為二〇二四年本會之會務報告。

祝大家身體健康，萬事如意！

謝謝

2024年11月29日



十一月十八日晚本會宴請羅申美會計師事務所代表，左起：湯偉勳副會長、史習陶名譽會長、張浩然會長、執業會計師任德輝先生、陳沐文常務副會長及會計師楊德強先生合影。

平凡中見非凡

訪問本會資深會董金維明先生

在五十年代，內地人南下成為香港崛起的重要助力；而在八十年代，港人北上，亦為祖國經濟騰飛注入了強大動力。不少耳熟能詳的人物參與其中，本會資深會董金維明先生、其祖父和父親也是其中的一份子。他們默默耕耘，為香港和祖國的繁榮穩定作出了貢獻。

子承父業 克盡己任

金維明，祖籍浙江寧波。作為長孫，他五歲時隨祖父金宗城先生來港定居。祖父雖然沒有接受太多正規教育，但憑藉個人的努力、誠信和人脈，自一九三四年起任上海商業儲蓄銀行董事，早已在上海的銀行界闖出名堂。一九四九年，祖父只帶著少量金錢來港創業。他在鄉親間名望甚高，起初靠經營私人貸款起家，後來還經營華僑地產，創辦

蘭宮酒店。因與福建人相熟，他又擔任了海外信託銀行董事和工商銀行顧問等職務。

「我的求學過程再平凡不過了。」金維明表示。他因不懂粵語而進入明新幼稚園學習粵語，七歲時入讀德信小學，然後進入拔萃男書院。高中畢業後，他赴美國威斯康辛大學攻讀電機工程。努力學習之餘，他的大學生活也相當精彩。夏天，他會和同學們在校園內的湖泊划船和釣魚；冬天則溜冰。熱愛下廚的他常在家中親自炮製白切雞、元蹄等中式菜餚，招待朋友。他還曾擔任大學的中國同學會會長，足見他熱心助人的一面。大學畢業後，他成為美國WEC電力公司的一名工程師。

兩年過去，金維明被父親金如新先生召回香港協助家族生意。金父在內地從事保險業，於一九五八年來港。金維明道：「祖父廣

結善緣，每周都會在家宴請親朋好友。由於祖父知交滿天下，讓父親結交了不少祖父輩的朋友。他們大多來自江蘇省無錫和海門，經營棉紡業居多，涵蓋布廠、紗廠和製衣廠等。父親因此得以在香港發展保險業務。」金父

勇於開拓新業務，曾開辦洋行，經營棉花、紗布和鋼鐵生意，亦兼營建築業。

回港初期，金維明在父親的保險公司工作，後來又隨父親的好友學習紡織貿易，擔任香港寶通有限公司經理。在讀書期間，他聽從祖父的教誨，每年到銀行、電子廠或紗廠實習，因而與華資銀行界熟絡，加上父親的人脈關係，他開始自立保險代理並從事棉花和布匹貿易。在競爭激烈的商業世界中，他不僅累積了商業貿易經驗，還學到了智慧經營、善待客戶、誠信為本和樂於助人的經營理念。儘管父親的事業發展理想，金維明完全可以過著不愁穿吃的舒適生活，但他卻不甘於依賴父輩的庇蔭，毅然選擇自立創業的道路。一九七八年，他結婚後數天，即和妻子遠赴非洲尼日利亞開辦塑膠廠。

富貴險中求

遠離故土，人地兩疏，百廢待舉，在非洲創業顯然是一條崎嶇曲折之路。他親自帶領當地工人用了六個月的時間建立了一個數萬平方呎的廠房，自己主管採購、生產及銷售，妻子則負責財務。當年尼日利亞貪污成風，他剛到達，移民局便有專人前來取走護照替他辦理入境手續並徵收相關費用。每

月他都要向水務、電力、電話和海關等相關部門繳納款項，否則便會斷水斷電。「那個年代是最艱辛的時期，也是利潤最豐厚的時期，當時一個奈拉（尼日利亞貨幣）可兌100美元。」他感觸地說。在尼日利亞待了四年，有一天，他的工廠被搶劫，有工人被打死。考慮到家人的人身安全，加上長女已達讀書年齡，於是舉家回港。他總結這次創業的經驗：「遠在他鄉，我反而跟中國領事館人員接觸增多，對祖國的認同感倍增，領悟到祖國的強盛是身在海外華人堅實的後盾。」

回港後，他開始頻繁地跟隨父親往來內地，為祖國的改革開放添磚加瓦。一九八六年，作為寧波旅港同鄉會中的青年一代，他有幸應浙江省統戰部的邀請，率領同鄉會的青年才俊，組團訪問杭州和寧波，並與當地青年企業家進行交流座談。自此，他積極參



左起：陳沐文常務副會長、張浩然會長、金維明會董及嚴元浩副會長

金維明會董（前排中）為爺爺金宗城先生（右）、奶奶（後排中）及父親金如新先生（左二）合影



(接第三版)

與聯誼同鄉、報效祖國的工作。他加入的同鄉會和海外聯誼會不勝枚舉，並曾任香港寧波同鄉會副會長、香港浙江同鄉會聯合會副會長、香港上海總會常務理事、香港甬港聯誼會理事、浙江省海外交流協會名譽理事、寧波鎮海海外聯誼會名譽理事等職務。同期，他擔任浙江省政協委員。在長達二十一年的任期內，他認真履行委員職務，積極參政議政，多次被評為積極提案分子，屢獲榮譽證書，更獲浙江省政協文史資料委員會頒贈關心並資助浙江文史事業的榮譽證書。

事業發展方面，金維明一邊繼續在香港保險業界大展拳腳，一邊與友人合作，在北京、杭州、上海、珠海等地投資房地產，並在杭州、無錫等地投資實業，屬於較早一批與內地合作的香港企業家。二〇一九年，他獲寧波市政府頒發「榮譽市民」獎狀，這肯定了他為祖國發展所做的努力。

「家風正，則民心淳」

能有今日的成就，金維明深深感謝祖父和父親的言傳身教。他自幼在祖父的嚴格



金維明會董(左)獲寧波市領導頒發「榮譽市民」獎狀

教育下成長。眼見祖父毫無不良嗜好，克勤克儉，白手興家，他自然不敢怠慢，一直恪守祖訓，銘記祖父的座右銘：勤儉自勵，忠厚待人。他笑盈盈地回憶：「我十分樂於搭乘公共交通工具，因為祖父也是公共交通工具的常客。他節儉得願意為一毫子提早一個車站下車。」他自小並無「富二代」、「富三代」的優越和奢靡，反倒養成了勤奮好學、刻苦自立、愛國愛鄉的良好品格。

然而，在行善方面，金維明的祖父毫不吝嗇。一九七〇年，他低調地贈予東華三院一百萬港元。金父同樣急公好義，慷慨大方。受到家人的薰陶，三十餘歲的金維明開始投身慈善事業。一九七七年，他捐款數十萬港元，擔任香港慈善機構保良局總理，協助生活困難的幼兒和婦女。多年來，他曾多次為香港及家鄉捐獻募款，捐助的項目涵蓋教育基金、敬老院、希望小學、賑災、幼兒園及運動場等。談到

總捐款金額，他表示為善最樂，金額不值一提。時至今日，他仍竭力在中港兩地物色值得資助的對象。文化教育事業是他最關心的一環。最近，他承諾捐贈中文大學逸夫書院，以翻新學生活動中心之用。可是，為什麼我們不常見到以「金維明」命名的獎學金或建築物呢？原來，幾乎所有金先生的資助項目皆以祖父、父親和母親的名字命名。唯一以自己名字冠名的慈善項目是浙江大學法律系的「金維明講堂」。以家人的名義行善，既表達了慎終追遠、飲水思源的情懷，又彰顯了繼承愛國愛鄉優良家風的決心。

美滿家庭 一生成就

現在，金維明已過古稀之年，但看上



金維明會董伉儷與家人合影

去卻像一名活潑矯健的“Young Old”。保持青春不老的秘訣，一是行善積德；二是多做運動；但最關鍵的相信是家庭幸福。他閒時常攜夫人周遊列國，感受當地風土人情，至今未曾去過的國家寥寥可數。他的三名女兒十分孝順，且學有所成，均在自己熱愛的事業中有所建樹。大女兒和丈夫一起自創公司；次女在加拿大任眼科醫師；三女兒在香港當心理諮詢師。孫兒們更是可愛趣緻，就算移居海外，也天天與祖母視像聊天。三代同堂，溫馨和諧的家庭生活是他一生中最滿意的成就。

金維明先生的故事告訴我們，真正的成功不僅在於事業的成就，更在於對社會的貢獻和對家人的關愛。

羅詠君

香港蘇浙滬同鄉會屬下機構



蘇浙小學・創辦於一九五三年
附國際部(一九九三年成立)
地 址：北角清華街30號
電話：2570 4108 傳 真：2807 2739



蘇浙公學・創辦於一九五八年
附國際部(二〇〇二年成立)
地 址：北角寶馬山道20號
電話：2570 2261 傳 真：2510 0264



沙田蘇浙公學・創辦於一九七八年
地 址：沙田豐順街7號
電話：2697 2179 傳 真：2602 5293



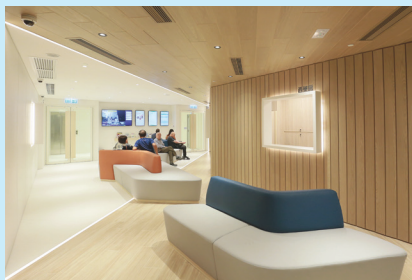
葵涌蘇浙公學・創辦於一九八二年
地 址：葵涌興盛路83號
電話：2420 2103-5 傳 真：2425 0500



屯門安老院・創辦於一九八五年
地 址：屯門蝴蝶邨蝶心樓2-3樓
電話：2467 5967 傳 真：2464 8974



葵青良友安老院・創辦於一九八七年
地 址：荃灣大窩口邨富國樓地下及1樓
電話：2614 3825 傳 真：2419 7763



蘇浙滬醫療中心・創辦於一九六三年
地 址：北角英皇道367-373號上潤中心一樓全層
電話：2571 1336 傳 真：2570 8257



香港蘇浙滬同鄉會餐廳・創辦於一九六九年
地 址：皇后大道中48號萬年大廈3-4樓
電話：2526 3251-3 傳 真：2525 7943



十月九日陳沐文常務副會長(左一)、曾露菽院長(左二)與安老院管理委員會委員榮康信會董伉儷(右三、右四)到訪考察本會屬下葵青良友安老院。 (訊)

九月二十三日晚香港寧波同鄉會會長即本會顧問范久祥(右一)在香港寧波同鄉會餐廳設宴本會右二起：張浩然會長、周國華名譽會長、張作鑫名譽會長、王惟翰香港寧波同鄉會永遠名譽會長、丁午壽名譽會長、史習陶名譽會長、竺銀康香港寧波同鄉會名譽會長、陳沐文常務副會長、嚴元浩副會長、徐仲候會董、朱家源秘書長及金維明會董。 (訊)



上海市金山區
頤和苑老人服務中心
周保雲董事長來訪本會及
參觀屬下葵青良友安老院



九月二十四日中午張浩然會長(中)在會所餐廳宴請上海頤和苑老年服務中心周保雲董事長(左二)、陳沐文常務副會長(右二)、嚴元浩副會長(右一)及張天豪會董(左一)陪同出席。



上海非牟利機構養老院——上海頤和苑老年服務中心董事長周保雲周保雲先生(左三)，在本會張浩然會長(右四)、陳沐文常務副會長(左一)、嚴元浩副會長(右一)、張天豪會董(左二)、何詩麗院長(右三)及曾露菽院長(右二)陪同下到訪葵青良友安老院探望長者，及在葵青良友安老院合照留念。

第八屆「三聯盃」高爾夫球賽



「三聯盃」球員在珠海金灣高爾夫球場熱身揮桿前合影

獎 項	得獎者	屬 會
最少桿數獎	陶介德	香港蘇浙滬同鄉會
冠 軍	林峰嶙	香港蘇浙滬同鄉會
亞 軍	陳昭邦	上海總會
季 軍	張天豪	香港蘇浙滬同鄉會
最遠程獎	雷秉堅	上海總會
	商蕾蕾	香港寧波同鄉會
最近洞獎	金維明	香港寧波同鄉會
	方 勳	香港蘇浙滬同鄉會
	雷秉堅	上海總會
	陶介德	香港蘇浙滬同鄉會

香港蘇浙滬同鄉會、上海總會及香港寧波同鄉會第八屆聯合舉辦「三聯盃」高爾夫球比賽，今次由上海總會主辦，行程十一月五至七日，共有二十位球員出席。六日先在珠海金灣高爾夫球會進行熱身揮杆，七日早上在中山長江高爾夫球會舉行「三聯盃」高爾夫球比賽。長江高爾夫球會現已建成36洞具有國際標準的頂級球場，位於中山市著名的長江旅遊風景區，環抱著天然秀麗的長江水庫。

整個球場依山傍水，渾若天成，一草一木，均經過精雕細刻，堪稱東南亞地區頂級球場。球場佔地共3,200畝，分為A、B兩個場，各18個球洞。球會又喜獲由世界權威雜誌《高球文摘》評選的「中國十大最佳球會」稱號，其中B場的第4洞和B場的第18洞被列入「中國十八名洞」。

本次比賽在B場舉行，場地高低起伏，有一定的難度。經過激烈比賽，賽出了友誼及成績，賽後全體球員合照留念及舉行了頒獎典禮，得獎者名單如下：



(轉第七版)

「三聯盃」球員在中山長江高爾夫球場比賽前合影

(接第六版)

第八屆「三聯盃」高爾夫球賽頒獎典禮花絮



上海總會李可莊
副理事長(左)頒最少
桿數獎給陶介德主任



上海總會詹傑美
副理事長(左)頒最近洞獎
給金維明會董



上海總會詹傑美
副理事長(左)頒最遠程獎
給雷秉堅先生



香港蘇浙滬同鄉會
張浩然會長(左)頒亞軍
給陳昭邦先生



上海總會張宗琪
副理事長(左)頒冠軍
林峰嶙先生



上海總會詹傑美
副理事長(左)頒最遠程獎
給雷秉堅先生



上海總會詹傑美
副理事長(左)頒最遠程獎
給商蕾蕾女士



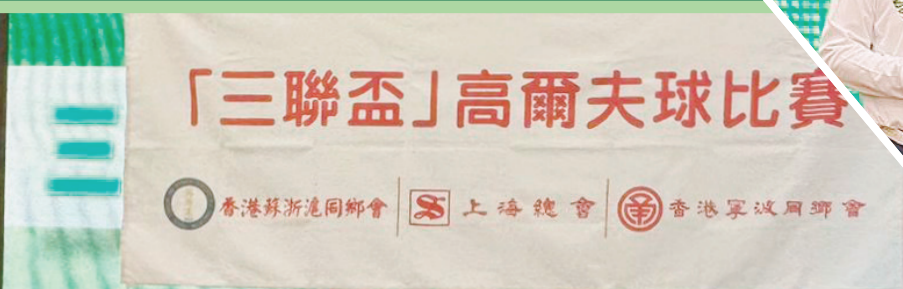
上海總會詹傑美
副理事長(左)頒最近洞獎
給方勳名譽會長



寧波同鄉會金維明
副會長(右)頒季軍給
張天豪會董



上海總會詹傑美
副理事長(左)頒最近洞獎
給陶介德主任



「三聯盃」全體球員比賽後大合照

本會康樂委員會主辦參觀大埔慈山寺



十二月三日康樂委員會主辦，由嚴元浩副會長安排，康樂委員會主任委員陶介德會董率領下參觀大埔慈山寺，共有50幾位會董及家屬、會員踴躍參加此項活動。參加者包括有陳鎮仁贊助人、張浩然會長伉儷、陳沐文常務副會長、程雲青副會長、嚴元浩副會長伉儷、湯偉勳副會長、朱家源秘書長、徐仲侯會董、張天德會董伉儷及阮婷婷會董。當天眾人於早上十一時十五分在金鐘乘坐旅遊巴士出發前往香港賽馬會沙田會所凱旋廳品嚐美味點心及佳餚，程詒謀名譽會長伉儷陪同出席，各位吃得津津有味！下午二時抵達大埔慈山寺，慈山寺地處香港新界大埔洞梓，背靠八仙嶺，面向船灣淡水湖，佔地約50萬平方呎，慈山寺旨在弘揚佛法，為社會大眾提供一個淨化心靈、清淨無染的修行道場，淨化人心。

進寺後由導賞員遊帶大家遊走寺院中高達七十六米戶外素白觀音聖像區、主佛殿區及佛教藝術博物館。重點介紹各造像和布置的風格特色之餘，亦講解背後的宗教故事，頗具啟發性。大雄寶殿氣氛確是莊嚴肅穆，而寺院內最精采的是藝術博物館收藏了各地珍貴的佛教造像及文物，融合佛教文化與藝術。

於寺內參觀約兩小時，讓大家感受祥和平靜的氣氛，了解寺院特色的同時，也對佛教有更深入的认识，各位覺十分值得參與，亦非常喜愛是此活動。訊



於香港賽馬會沙田會所凱旋廳共進午餐

小便困難，夜尿多？認識前列腺增生

隨著年紀增長，許多男性會遇到小便困難、夜尿頻密等困擾，這些症狀很可能與前列腺增生有關。在60歲以上男性當中，逾半患有前列腺增生問題，而80歲以上男士，則有九成是病患者。

前列腺是男性生殖系統的重要器官，位於膀胱下方，包圍著尿道。當前列腺隨著年齡增長而逐漸肥大時，就會壓迫尿道，導致排尿不順暢，小便不清，尿頻等，進而產生一系列的泌尿系統問題。要注意的是，因前列腺肥大而長期阻塞膀胱會導致膀胱老化及併發症，如尿瀦留，膀胱結石等。

前列腺增生的成因及風險因素

- 前列腺增生是男性正常衰老的生理過程，亦與以下因素有關：
- 遺傳因素：家族中有前列腺增生病史的人，除患病風險較高外，前列腺亦普遍較大且診斷年齡較早。
 - 代謝綜合症(肥胖、葡萄糖耐受不良、血脂異常和高血壓)：兩項整合分析研究發現，患有代謝綜合症的男性比沒有患有的男性具有更高的前列腺生長率和更大的前列腺體積。
 - 生活習慣：研究發現增加身體活動量能減少因前列腺增生而引起的小便問題。
 - 飲食因素：減少總咖啡因攝入量能改善小便頻密，尿急等問題。同時，飲食中的番茄紅素、β-胡蘿蔔素、總類胡蘿蔔素和維生素A對減輕男性小便困難症狀有正面作用。

前列腺增生的症狀，併發症及診斷

前列腺增生最常見的症狀包括：

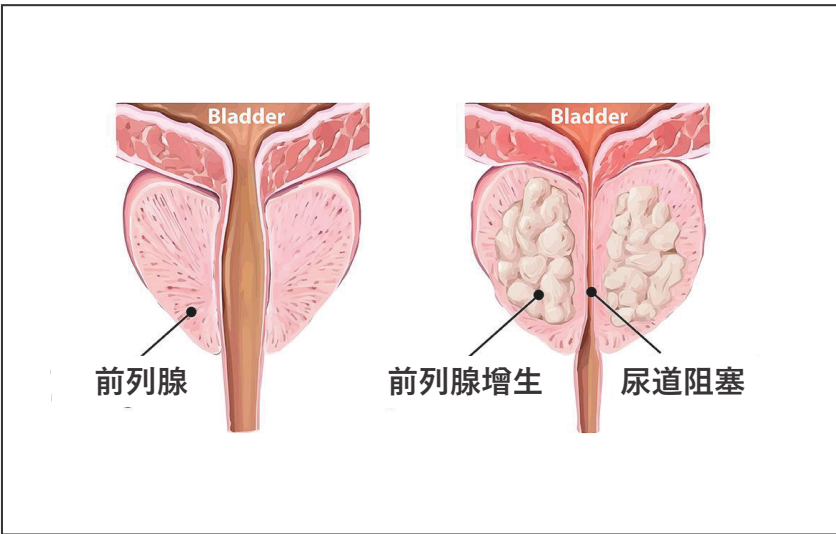
- 排尿困難：尿流變細、變弱、斷斷續續或尿流遲緩。
- 尿頻：一天內頻繁需要小便，尤其是夜間。
- 尿急：突然強烈地感到需要立即小便。
- 尿失禁：無法控制尿液，導致漏尿。

如果前列腺增生不及時治療，可能會導致以下併發症：

- 尿瀦留：膀胱無法完全排空，導致尿液滯留及下腹疼痛。
- 尿路感染：尿液滯留增加細菌感染的風險。
- 腎功能衰竭：因尿液從膀胱逆流到腎臟導致腎功能受損。
- 膀胱結石：尿液中的礦物質沉積形成結石。

當患者有前列腺增生導致的小便症狀，醫生會詳細詢問患者的病史和進行重點身體檢，包括腹部檢查、泌尿生殖系統檢查及肛門指診(Digital Rectal Exam)。肛門指診是醫生透過肛門觸摸前列腺，評估其大小和硬度。

同時，所有患者均應進行尿液分析，目的是識別其他泌尿系統疾病，例如前列腺癌或膀胱癌。而50歲以上或有前列腺癌家族史的男性，更有需要檢測血液中的前列腺特異抗原(PSA)水平，以排除前列腺癌的可能性。此外，泌尿外科醫生會為患者安排尿流速及殘餘尿量檢查，測量排尿的速度、流量和評估瀦留情況。



前列腺增生的治療

前列腺增生的治療方法因人而異，醫生會根據患者的症狀嚴重程度、前列腺體積、年齡和整體健康狀況等因素來制定最佳的治療方案。

對於症狀輕微的患者，醫生可能會建議醫學觀察，生活方式改變和行為療法。

生活方式改變包括控制睡前的水分攝入，減少咖啡因和酒精攝入，避免便秘，增加活動量，包括定期進行劇烈運動和體重控制。行為療法包括定時排尿及骨盆底肌肉訓練。

對症狀屬中度的患者，除改善生活方式外，醫生更會建議藥物治療，當中包括：

- α-腎上腺素受體阻斷劑(α-blocker)：放鬆前列腺尿道和膀胱頸部的肌肉，數天內改善尿流，減輕症狀。副作用有低血壓，頭暈，乏力和射精功能障礙。
- 5α-還原酶抑制劑(5α-Reductase Inhibitor, 5ARI)：適合前列腺體積較大的患者，5ARI治療可長期減小前列腺體積、改善小便症狀、減緩前列腺增生惡化速度並減少併發症發生機率。副作用包括勃起功能障礙、射精功能障礙或性慾下降。

對於症狀較嚴重的患者，或已經出現併發症，例如尿瀦留或膀胱結石等，醫生會建議手術治療：

微創手術治療

(Minimally Invasive Surgical Treatments, MIST)

相對傳統手術侵入性或潛在副作用較低，對麻醉或止痛藥的需求亦較小，所以手術可以在監測麻醉或局部麻醉下進行，病人大多可以在手術後當天出院。常用的微創手術包括前列腺水蒸氣熱力治療和前列腺尿道提拉術。

前列腺水蒸氣熱力治療

(Water Vapour Thermal Therapy)

使用對流水蒸氣能量來消融前列腺組織，隨著時間身體會吸收治療過的組織，使前列腺縮小。大多數患者最早可在兩週內開始體驗到症狀緩解，最大益處可能在三個月內顯現。水蒸氣療法適合前列腺體積在30至80克之間，同時希望保留射精功能的患者。

前列腺尿道提拉術

(Prostatic urethral lift)

透過尿道插入微小的永久性植入物，將增大的前列腺移開。植入物留在原位以拉起增大的前列腺組織，令原本阻塞的前列腺尿道打開，緩解小便症狀。此手術適合前列腺體積在30至80克之間，同時希望保留射精功能的患者。

其他手術治療

其他手術包括經尿道前列腺切除術、雙極及鈦激光前列腺剝離術和激光前列腺汽化術等。手術的選擇應基於前列腺的大小和形狀、患者的出血風險、症狀嚴重程度及對潛在手術風險的接受程度。

結語

前列腺增生雖然常見，但並不可怕。及早發現、積極治療，可以有效緩解症狀，避免膀胱老化，提高生活質素。如果男性朋友出現小便困難、夜尿多等症狀，應及時就醫，尋求專業醫生的幫助。



屬下機構快訊

蘇浙小學
幼稚園2024-2025學年親子秋遊



幼稚園小朋友們和爸爸、媽媽、老師一張合影留念的照片

蘇浙公學
歌舞歡騰迎國慶
學子盡顯愛國情

為慶祝祖國成立七十五週年，蘇浙公學老師於九月三十日的課後帶領五十名同學前往西九龍文化區，與其餘二十一所中學，共一千名學生共同參與「新生代千人合唱國慶」活動。學生們在現場演唱多首愛國歌曲，並配合無人機與各單位的演出，演繹國家由「站起來」、「富起來」，到「強起來」三個階段的發展故事。為了準備是次表演，我學生多次進行排練，他們不僅需要熟習《大中國》、《龍的傳人》、《中國人》和《歌唱祖國》等歌曲，亦要背誦不同動作，甚至假期時仍須回校練習。他們願意花費不少時間與精力於此，只為在舞台上呈現最佳的自己，讓社會大眾共同分享國慶喜悅，宣揚愛國情懷，為國家略盡綿力。縱然當天無人機因受到干擾而未能起飛，活動亦因此延遲開始，但同學一直忍受著酷熱的天氣，堅持不懈地昂首挺立在

舞台，最終為大家帶來了精彩的表演，彰顯了堅定的愛國精神。

除了以歌聲傳達喜悅，該校七十五名學生亦參與了由東區民政處主辦、香港島各界聯合會及香港東區各界協會合辦的「祥龍獻瑞東區無人機暨文藝大匯演」，於十月二日在小西灣運動場作舞蹈表演。當天大會特安排「215架無人機，隨著悠揚的音樂，在天空中生動演繹祥龍獻瑞、航天科技、巨大國旗、熊貓寶寶等富有中國特色元素的圖案。學生們都非常雀躍，尋找最佳角度欣賞並拍下這壯觀的時刻，為國家的輝煌成就感到自豪。同時，是次舞蹈表演原定於國慶日前舉行，但礙於天雨關係，表演方式起初轉為錄影，但同學亦樂意配合拍攝至晚上，後來當被通知能於國慶日翌日作現場表演，同學們都十分積極踴躍，冀望在現場讓大家感受到他們澎湃的活力和熱切的家國情懷，最終舞蹈表演亦十分精彩，營造洋溢熱鬧的國慶氣氛。

國家成立七十五週年是個重要的里程碑，該校學生載歌載舞來祝賀國家繁榮興旺，即使表演途中遇到挑戰，仍無阻那熾熱的愛國心發光發亮。如習主席所言「青年興，則香港興」，青年人代表著國家和香港的未來，相信蘇浙的莘莘學子將來定必為建設國家作出更大、更重要的貢獻。

沙田蘇浙公學
參加2024「科學與中國」走進
「科創大講堂」計劃，中國科學院
基因工程專家楊衛平博士應邀到
校主持科普講座

為配合現今教育發展趨勢及應對科學和科技迅速發展，沙田蘇浙公學近年積極推動創新科技教育，並獲同鄉會及優質教育基金資助港幣220萬元於二〇二三至二四學年成立創科教育中心。本學年，該校應邀參加由香港科技創新教育聯盟主辦，並在中聯辦教育科技部、中國科學院學部科學普及與教育工作委員會、中國科學院學部工作局、中國科學院國際合作局、以及香港特別行政區政府支持下舉辦的2024「科學與中國」走進「科創大講堂」計劃，該計劃邀請中國科學院院士專家來港為中小學師生講授科普知識，範疇涵蓋天文、化工、古生物、動植物、人工智能等，並分享科學求學道路、以及科學家的素質，藉此培養中小學對科學的興趣。

二〇二四年十一月十八日，該校陳雅麗校長、生物科黃君賢科主任及科學科梁綺婷科長出席假教育局九龍塘教育服務中心舉行的2024「科學與中國」走進「科創大講堂」啟動儀式。十一月十九日，中國科學院研究員楊衛平博士蒞臨該校，在禮堂主持「基因的故事」科普講座。該校校長、副校長、老師、中三及中五級學生、以及家長逾二百人出席。

講座開始前，學校首先舉行升旗儀式，楊博士及全體師生和家長肅立，由女童軍升旗手護送國旗進場，五星紅旗伴隨著雄壯的國歌聲冉冉升起，儀式莊嚴隆重。升旗儀式結束，陳雅麗校長致歡迎辭。陳校長代表全校師生衷心感謝楊衛平博士與師生及家長分享基因工程之最新進展及應用，並期望學生以楊博士為榜樣，將來成為優秀的科學家，為國家科技事業的發展貢獻力量，造福世界。

接著，司儀邀請楊衛平博士到台上主持講座。楊博士帶領學生一起領略達爾文的思辨與困惑、孟德爾豌豆實驗的艱辛與驚喜、艾弗里肺炎雙球菌實驗的意外與價值、以及沃森和克里克革命性發現DNA雙螺旋結構的偉大意義，並以電腦簡報及動畫輔助講解。楊博士結合自身在中國科學院動物研究所的工作經歷，與在場學生互動，通過遊戲及電視劇片段介紹基因組學的基本概念及在醫學衛生、農業育種基因工程及司法鑒定中的應用與前景。楊博士以諾貝爾化學獎得獎者湯瑪斯林達爾的經歷作結，勉勵在場學生努力學習。最後，楊博士在答問環節為在場師生及家長解答關於基因科學的迷思。楊博士的演說內容豐富、精彩且富啟發，贏得台下全體師生、家長的熱烈掌聲。

演講完畢，陳校長向楊博士致送紀念品。該紀念品由該校師生合力製作，以表達學校同人對楊博士長期從事創科研究及致力推廣科學普及的敬意。最後，楊博士與校長、師生及家長拍攝大合照留念。是次活動在熱烈的掌聲及感謝聲中圓滿結束。

葵涌蘇浙公學
學校正增值比賽喜獲獎
營造正向氛圍 促進健康發展

恭喜該校中文、英文、數學科分別取得「7」和「8」級的正增值成績，其他科目增值分數保持在「平均」範圍內，而該校核心科和最佳五科的增值表現更排於同區22所中學前列。數據反映同學的成績有所進步，也反映全校師生共同努力的成果。

此外，該校於各類比賽中取得獎項。攝影方面，23黃銘姬同學在「2024年青少年文化藝術專才協會舉辦的[2024年]全球青少年及青少年攝影大賽」中榮獲金獎；而在香港中華煤氣有限公司及港華智慧能源舉辦的「捕捉野外大自然之傑作：生態攝影比賽」中，23班梁汶謙同學則獲得「空中生物」青少年組別「亞軍」。演講方面，在香港基本法基金會舉辦的「第二屆講好《基本法》演講比賽」中，30班蔣宜潤及23班黃銘姬同學分別獲得普通話組「最佳互動獎」及「最佳詮釋獎」。

機械人比賽方面，該校機械人學會參加由香港科技大學舉辦的「2024鵬程杯足

球機械人大賽」，榮獲分組賽冠軍、比賽季軍及最佳設計獎。又於香港專業教育學院（IVE）工程學科舉辦的「2024新能源新世代比賽」中，囊括「遙控太陽能車比賽」、「太陽能滑翔機比賽」、「太陽能船比賽」的冠軍、亞軍，以及全場總冠軍，成績令人鼓舞。期望同學再接再厲，在不同領域繼續為校爭光。

最後，該校關注學生身心健康發展，開學以來為各級安排了適切活動。中一級的「最佳選友」教育日營，藉活動讓同學反思自我價值及選擇良朋的重要，並儘早建立堅守法規，不受朋輩影響的人生價值。而九月十二日至十三日全校各級同學參加了成長挑戰日營或宿營活動，多元化的挑戰項目既能鍛鍊體魄，也有助同學提升積極性，建立團隊合作、堅毅的精神。另外，以「堅毅」、「勤勞」、「承擔精神」、「同理心」為主題的班際壁報設計比賽、「好歌送給您」午間歌曲欣賞及正向校園打氣活動也順利舉行。同時，學校為有需要班級及個別有興趣同學舉辦「Chin自在工作坊：中秋手繪月球燈」、「瑜伽紓壓活動」、「生命抉擇劇場」等活動。十月十八日則安排「樂活」精神健康日，提醒同學關注身心靈健康的重要性。一連串的活動有助營造正向的校園氛圍，促進同學身心靈健康發展。

屯門安老院
舉辦「蝴蝶社區種植日」

屯門安老院於二〇二四年十月二十日（星期日）假座荃灣帝盛酒店帝軒宴會廳舉行「樂在良友懇親會」，活動筵開8席，共有37位院友及49位家人參加。今年由Lingnan Musicians的大學生們作開場領唱，並與院友合唱懷舊金曲，燃起在場氣氛，院友的首本名曲「二雞四味」，更為午宴掀起序幕。

席間亦邀請到不少外間團體到場演出，今年邀請到Bloom Dance Academy兒童流行舞蹈學院進行舞蹈表演，小朋友們使出渾身解數，盡顯精湛舞技。聖公會荊冕堂葵涌幼稚園學生亦到場表演舞龍及唱歌，長者看到活潑靈巧好動的小朋友們的演出，都笑逐顏開。另外還有東華三院越齡的年青長者們亦進行Triangle樂器演奏，聽到耳熟能詳的歌曲，圍席內的院友及家屬均琅琅上口，樂也融融。

壓軸登場有本院院友擔當演出的「鼓之響藝」及型格舞蹈表演，院友毫不怯場，展現個人能力及刻苦用心練習的成果。家屬亦欣賞長者獻藝，留下滿滿回憶。活動期間，院友、家屬和全人們聚首，家人異口同聲讚賞職員的細心、用心，並表達感到窩心，本院亦感謝家屬的陪伴與對活動的支持，為我們帶來滿滿的原動力，期望下年再次相聚。

葵青良友安老院
「賀中秋、迎國慶」活動

中秋佳節，人月兩團圓！適逢又是賀國慶的好日子，屯門安老院於九月份進行了一連串的精彩活動，包括「中秋月滿樂融融」活動，邀請院友一起猜燈迷、中秋音樂傳月餅、更有院友獻唱中秋節經典歌曲，好不熱鬧。

緊接著「賀中秋、迎國慶」活動，除了有中秋節日外，更重要的是迎國慶活動環節，加深院友對祖國的認識。

中秋節當日更邀請到院友一起制作冰皮月餅，院友由抗拒「新鮮事」，到投入參與，笑言學到老，做到老！開心之表情都掛在臉上。

中秋佳節也祝願院友，生活美滿，身體健康！活動中見到長者對中秋節的節日活動之喜愛，讓同事們深感愉快。

蘇浙滬醫療中心快訊

1 十月已正式開始流感疫苗外展工作，截至現時醫療中心已為多個團體及學校接種，該中心不但為學童接種流感疫苗，同時也安排為教職員接種流感疫苗，希望可以為大家帶來方便，及提高接種率。

2 衛生署將於十二間推行人類乳頭瘤病毒（HPV）疫苗接種學校外展計劃，該中心已登記成為其中一間可提供此項服務的醫療中心，藉此為更多人服務。

以上服務詳情可致電2571 1336向診所職員查詢。

蘇浙菜單精選

冷盤：素黃雀、羊羔、牛筋塊、素鴨

甜豆炒蝦仁、火腩雞燉魚唇湯、炒雙冬、樟茶大鴨、酒糟蒸河鰻、上湯百頁豆腐、小籠包、桂花糖蓮藕（每席七千零五十元）



圖：炒雙冬

（由香港蘇浙滬同鄉會餐廳提供）

餐廳地址：香港皇后大道中38-48號萬年大廈3-4樓
電話：2526 3251 傳真：2525 7943

本餐廳祇招待會員

食在蘇浙