



親愛的家長：

校長的話

各位家長好！

本校辦學團體香港神託會成為渣打香港馬拉松慈善計劃 2024 的受惠機構之一。感謝家長們的大力支持，響應早前《家訊·家書》的呼籲，慷慨解囊捐款贊助本校張冠康校長、鄧智強協理副校長、陸偉浩老師、陳家智老師、趙汝愷老師、李嘉展老師及 12 位中三至中五的同學成為慈善跑手，並將於本星期日 2024 年 1 月 21 日參加「10 公里（非挑戰組）」賽事。是次募捐共籌得港幣 27,460 元，籌得的所有善款全數捐予香港神託會作為支持傷健共融項目的營運發展。在此代表受惠人士感謝大家的愛心。

捐款港幣 100 元或以上並表示需要收據之家長，稍後將會收到由香港神託會發出的捐款收據作申請扣稅之用。捐款收據抬頭將按「捐款人姓名」發出。

「好施捨的、必得豐裕·滋潤人的、必得滋潤。」（箴言 11:25）

今期家書還有以下事情請你們留意：

1. 家校會親子一天遊：灣景國際自助午餐、大館及香港海防博物館

本校家校會將舉行一天遊活動，藉此讓大家享受一個愉快的週末及親子同樂。若子女未能出席，亦歡迎家長報名參加。

活動詳情如下：

日期：2024 年 3 月 30 日(星期六)

時間：上午八時四十五分集合，大約下午四時三十分回校

費用：\$250 (大小同價，已扣除家校會資助每位\$58，每個家庭最多津貼 4 位，第 5 位起每位\$308)

支票抬頭：馬錦明慈善基金馬可賓紀念中學法團校董會

名額：120 人

備註：

- (1) 團費已包括交通、自助餐、專業導遊及旅遊平安保險。
- (2) 如參加是次旅行團者，當日未能隨團出發，團費將不獲退款。
- (3) 如出發前兩小時，香港天文台已懸掛或已宣佈將於兩小時內懸掛 8 號颱風訊號，當日活動自動取消，並將改期進行。

行程：

08:45-09:00	於學校集合	11:30-13:00	享用灣景國際酒店自助午餐
09:00-10:00	乘車前往大館	13:00-13:30	乘車前往香港海防博物館
10:00-11:00	遊覽大館	13:30-15:30	參觀香港海防博物館
11:00-11:30	乘車前往灣景國際酒店	15:30-16:30	乘車返回學校

報名方法：現尚餘少量參加名額，如有興趣報名請於 1 月 24 日前(星期三)前填妥電子通告，上期已報名參加者無須再次報名參加；校務處將聯絡家長遞交參加者資料及繳交款項，如報名人數超出名額上限，以親子形式報名將獲優先，餘額以抽籤處理。

(報名以交費作實)

【尚有資料請翻閱後頁】

願你們身心健康！



張冠康 校長

2. 香港 2023/24 冬季流感季節來臨及量度體溫的額外措施

根據衛生署衛生防護中心的公布，本地季節性流感活躍程度在上周持續上升，顯示香港已進入 2023/24 冬季流感季節。衛生防護中心的監測數據顯示，季節性流感病毒陽性百分比和公立醫院流感相關入院率均已上升超越基線水平。現時主要流行的流感病毒為甲型（H3）流感。過去兩周的院舍／學校流感樣疾病爆發個案分別為一宗及 11 宗，而上周首四天（二零二四年一月七日至十日）則有 21 宗。大家需做好個人保護措施，預防季節性流感及其他呼吸道感染。高風險群組人士如兒童、長者和長期病患者，應盡早接種流感疫苗以加強個人保護。上述人士如出現流感症狀，應盡快求醫，及早接受合適治療，以免出現併發症。

由於學校／機構是群體聚集的地方，因此傳染病（如流感及其他呼吸道感染）很容易通過人與人之間的緊密接觸而傳播。疾病源頭可以是工作人員、訪客或學童（尤其是有徵狀的）。為防止流感及其他呼吸道傳染病的爆發，學童如出現發熱（口探高於 37.5℃，或耳探高於 38℃），不論是否有呼吸道感染病徵，都不應回校上課。

除了盡早接種季節性流感疫苗以保障個人健康外，同學及家長應注意以下各點：

- 保持手部衛生，避免觸摸眼睛、口和鼻；
- 雙手一旦染污，應使用梘液和清水以正確方法洗手；
- 打噴嚏或咳嗽時應用紙巾掩着口鼻，把用過的紙巾棄置於有蓋垃圾箱內，其後應徹底洗手；
- 保持室內空氣流通；
- 正確佩戴口罩十分重要，包括在佩戴口罩前及脫下口罩後保持手部衛生；
- 當出現呼吸道感染病徵，應戴上外科口罩，不應上學，避免前往人多擠迫的地方，並盡早求醫；
- 當需要接觸有發燒或呼吸道感染症狀的患者時應佩戴口罩；
- 市民在乘搭交通工具或在人多擠迫的地方逗留時亦應佩戴外科口罩；
- 高危人士到訪公眾地方時應佩戴外科口罩；
- 保持均衡飲食、恆常運動及充足休息，不要吸煙和避免過大的生活壓力，以建立良好身體抵抗力。

若有學生因病缺課，學校會盡量為他們提供學習支援，使他們不會因缺課影響日後的學習進度。我們再次籲請各位家長通力合作，保持家居清潔衛生，並時刻提醒貴子弟注意個人衛生，做好一切的預防措施。

3. 2024 全港少年技能競賽

由職業訓練局、建造業議會及製衣業訓練局合辦，並獲教育局支持的 2024 全港少年技能競賽，比賽項目包括 3D 遊戲技藝、時裝科技、美髮、機電一體化、西點製作、櫥窗設計及鋪瓦，若同學有興趣了解及參加，可參閱學務組壁報板或瀏覽二維碼，如有興趣參加，可聯絡樂宣辰老師。



4. 「出口成章」微型故事創作比賽 Write Up! Flash Story Competition

鼓勵同學參與活動，比賽詳情：

比賽以三至五句句子為限，以本港衣、食、住、行及休閒活動的生活特色為題，分別創作中、英文對照的微型故事，中文及英文故事字數上限分別為 150 字。

比賽詳情可參閱網址：<https://cps.hkfyg.org.hk/2023/12/10/flashstorycompetition/>

同學如欲參與，請於 21/2(三)或之前，向圖書館鄭佩殷老師報名。

5. 第三十五屆中學生閱讀報告比賽

比賽分主題閱讀組及廣泛閱讀組，主題閱讀題為「光影流蹤——穿梭歷史時空」，而廣泛閱讀組分中文組及英文組，鼓勵同學踴躍參與。

比賽詳情可參閱網址：<https://bookreport.hkep.com/index.html>

同學如欲參與，請於 6/3(三)或之前，向圖書館鄭佩殷老師報名，而作品須最遲於 15/3(五)前交回學校，以便遞交。

6. 第一屆智醒消費學堂：「消費·智惜碳」網上問答比賽（中一、二同學適用）

爲了幫助學生建立正確的消費價值觀和行爲，消費者委員會舉辦「消費·智惜碳」網上問答比賽，歡迎所有中一、二同學參加。

注意事項：

1. 由 16/1 起同學們可自行瀏覽以下連結：<https://student.edcity.hk/sec/zh-hant/smartconsumptionacademy/> 並在頁面最底的智惜碳攻略部分，閱讀相關文章，爲比賽作好準備。
2. 1/2-7/2 期間，中一及中二同學可自行瀏覽上述連結及參與是次網上問題比賽。



這是一個既有趣又有意義的學習活動，而且獎品豐富，鼓勵同學積極參與。

備註：參賽學生必須以有效的香港教育城的學生戶口登入作賽。若同學有任何問題，可聯絡何展華老師、李凱欣老師或廖美瑋副校長。