

你的心聲

徵稿啟事

本版歡迎各界人士投稿，來稿內容和題材不限，文責自負，每篇在600字以內，可用實名或筆名發表，但原稿需注明真實姓名和聯繫方法。如刊用將付薄酬。投稿及查詢，請電郵至：opinion@lionrockdaily.com

鼓勵牙科畢業生實習

晉士

早前牙醫管理委員會評審認為，港大牙醫學院課程存有結構問題，令畢業生臨床經驗差異極大。政府衛生局反應迅速，提出於2025年起全面落實強制本地牙科畢業生實習制度，統一規範強制本地牙科畢業生實習制度，幫助牙科畢業生鍛煉臨床手術的手藝。既然政府願意承擔額外資源，為本地牙科畢業生安排實習崗位。各牙科畢業生，應該珍惜多一年臨床實習機會。

據牙科教授介紹，牙科的臨床案例，和做手術的技巧手藝千變萬化。傳統以來新畢業生多透過師徒形式，一代帶一代透過臨床手術實習，多練習、多比較、多研究，積累經驗成為執業牙醫。修讀牙醫學

士學位的專業研究領域非常專精，而牙醫專業又是一門重視手術手藝的醫學專業之一。畢業生唯有透過積累更多臨床實習和手術經驗，才能夠鍛煉精進。

作為牙科畢業生，接觸到越多臨床案例，鍛煉更多臨床手術，對臨床和學術成長都是有益無損。筆者明白，在香港學牙醫的時間成本很高，很多畢業生都希望盡快早日出身，可以獨當一面私人執業。但試想，如果沒有精湛臨床手術經驗，又有誰敢相信？鼓勵各位牙科畢業生，要珍惜新實習制度當仁不讓，珍惜到前線實習多一年機會。相信政府的改革措施，是極為重視香港牙醫專業培訓及監管，同時亦珍惜各本地牙醫學生的前程。

端午糉子香

金幼蕓

春去夏來，陽光漸顯灼熱，萬物在熱浪中生長，唯有那樹間的枇杷，悄悄由青轉黃，熟了。丈夫瞥見窗外的枇杷樹，輕聲道：「快端午了，你買些食材，我們包糉子。」

每次包糉子，我負責採購所需食材：糯米、糉葉、五花肉、鹹蛋黃、紅棗、紅豆……回家後，先把糉葉清洗好，再用開水浸泡。把五花肉切成小塊狀，放入老酒、鹽、美味鮮醬油醃製。我把所有食材整齊地擺放在桌上，等他下班後大展身手。

回到家中，丈夫清淨雙手，開始包糉子。只見他的雙手在糉葉和食材之間靈活地穿梭，每一次折疊、每一次捆紮都顯得那麼從容不迫。他先將糉葉捲成一個漏斗狀，然後填入糯米和餡料，再用手指輕輕壓實。接着迅速地將糉葉的兩側向內折疊，形成一個三角形的形狀。最後，用細棉繩將

糉子緊緊地捆紮起來，一個完美的糉子就這樣誕生了。

我站在一旁躍躍欲試，也想學他包糉子。然而手中的糉葉似乎不聽從我的指揮，時而扭曲，時而鬆散，怎麼也達不到丈夫那種嫺熟的程度。我無奈地笑笑，只好給他打下手。

我將包好的糉子放入鍋中煮。隨着鍋中的水汽升騰，糉子的香氣也漸漸瀰漫開來。

端午是屈原的紀念日。「路漫漫其修遠兮，吾將上下而求索。」屈原的這句詩，使我們感受到他對理想的執着追求。

讓我們在生活中，也像包糉子一樣，用心去感受每一個細節，去珍惜每一個瞬間。在追求夢想的同時，不忘初心，牢記自己的根和魂。這樣，我們才能在人生的道路上，走得更加堅定，更加從容。

玩樂



■各年代車票

紅磡站見
穿梭鐵路今昔

鐵路不僅是交通工具，更是生活夥伴，帶動社會發展。鐵路故事，也是大家的集體回憶，無論是當年坐火車回鄉探親的種種逸事，還是「黃頭」、「烏蠅頭」等列車暱稱，抑或讓大家琅琅上口的車站廣播、「港鐵宋體」標誌字體、馬賽克車站建築等等，多年來陪伴無數港人成長，情懷滿載。

由1910年九廣鐵路(英段)通車，香港的鐵路發展至今已逾百

年歷史，朝向一站接一站的新里程馳騁。

1979年地下鐵路投入服務，2007年地鐵公司(地鐵)與九廣鐵路公司(九鐵)的業務正式合併，更多鐵路線、車站陸續落成通車，現時香港十八區皆有鐵路覆蓋，鐵路線段星羅棋布，連接機場，往返內地，香港鐵路品牌更擴展至海外，推動城市前行，連繫生活每一站每一程。

由即日起港鐵紅磡站舉辦「站見」鐵路展，

免費開放，以「站見」作為主題，意思見站也見人，設有3大展區，包括「鐵路解碼」展區、「鐵路歲月」展區及「下一站……回憶」展區。當中大家可以欣賞到3大退役列車和過百件鐵路珍藏，穿越香港鐵路的時光。

想要參觀「站見」鐵路展必須預約，每場參觀時間為75分鐘。預約一經確認，申請人將收到確認電郵，參觀人士到場時必須向工作人員出示此電郵或預約編號，而所有預約亦都不可以轉讓。



柴油機車



黃頭

展期：即日起至今年年底
開放時間：逢星期六、日及公眾假期，免費入場
(由7月起將增設平日時段)
可預約場次：上午9時45分、上午11時30分、
下午1時15分、下午3時及下午4時45分
地點：紅磡站大堂(近出入口C1)

願我會撞
港鐵

烏蠅頭