

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，但原稿需註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



網約車發展大勢所趨

荃葵

疫後通關以來，遊客日多，家居附近的西鐵站雖不是遊客區，但兩個相距不遠的出口就有兩個的士站，明顯是方便業界接載乘客。然而，好些司機不時蹲在路邊玩手機，或圍在垃圾桶旁抽煙，生意不見得有多好。以前常見人們揮手截的士，特別是上班高峰時段，的士站大排長龍。此情此景已不復見，近年聽聞得最多的是的士兜路、拒載、割客。

年前筆者去東京出差，工作完畢搭的士到機場回港，司機很有禮貌，我付較大額紙幣說不用找贖，轉身就走，他非要追上來找回零錢不可，這與我在港搭的士給小費不聞「多謝」聲差別甚大。那些年筆者值夜班，下班時港鐵已收車，只好搭小巴再轉一輪「未跳錶」的士回家，搭了一年，未遇過嫌短程拒載。想不到現在服務

欠佳的司機卻不少。

的士業界怪責被網約車和白牌車搶生意。其實網約車收費不高、導航可靠等優點多，其發展是全球大勢所趨。政府將於7月完成對網約車的規管研究，屆時有新公布。筆者認為的士與網約車並存是好事，有挑戰有機遇，有競爭有進步，只要發牌量控制好，監管得宜，乘客選擇多，拒載、割客情況必有改善。

一項調查訪問了1,030位市民對網約車和的士的看法，73%受訪者認為網約車便利、價格可負擔、有更多交通選擇，的士服務存在問題最多的是司機的不專業行為（75%）、拒載（63%）、兜路（39%），沒有電子支付（38%）。66%受訪者認為此舉會損害香港作為國際城市的聲譽。的士業界應引以為戒。

消暑妙趣多

管淑平

盛夏的陽光如烈火般炙烤着大地，風裏也帶着滾滾熱浪，於是，人們紛紛採取各種辦法來消暑度夏。

俗話說：「心靜自然涼。」這並非空談，而是對消暑之道的深刻領悟。在酷暑中，保持一顆平靜的心，如同在沙漠中找到一片綠洲。靜坐於樹蔭之下，閉目養神，被草木滋養，讓心靈與大自然融為一體。此時，即便身體被熱浪所包圍，心靈卻如沐清風。

然而，僅僅依靠心靜是不夠的。在物質層面，我們也需要採取一些措施來對抗高溫。首先，飲食是消暑的關鍵。夏日裏，應多食用清淡、易消化的食物，如綠豆、冬瓜等，它們不僅具有消暑解渴的功效，還能夠為身體提供必要的營養。此外，我們還可以利用一些傳統的消暑食品，如酸梅湯、菊花茶等，它們既能解暑又能提

神。

除了飲食外，穿着也是消暑的重要環節。我們應選擇輕薄、透氣的衣物，避免穿着厚重、不透氣的衣物。同時，我們還可以利用一些防曬用品，如遮陽帽、太陽傘等，來減少陽光對皮膚的直接照射。當然，我們還可以借助現代科技來消暑。空調、風扇等電器設備在夏日發揮了巨大的作用。然而，過度依賴這些設備也可能對我們的身體造成不良影響。因此，在使用這些設備時，我們要注意適度、科學地使用。

讀書也能消暑。在炎炎夏日裏，人們往往容易變得浮躁和焦慮。讀書則可以讓我們在文字的世界裏找到一片寧靜的港灣，潛移默化中不僅能培養我們的定力，還能培養我們的文化素養。長長的夏天，我們不妨慢慢地過。

香港仔



電子版

碼上睇

時事追蹤 給您真相
扎根基層 報您所想

評論專欄 為您發聲
服務資訊 有您着數

www.lionrockdaily.com



最佳標題

亞軍：
上海灘頭掀狂潮
獅子山下憶「輝黃」
(賴志堅)



季軍：寮屋變燎屋 銀紙成廢紙
(梁啟剛)



最佳文化藝術新聞報道
季軍：客家文化系列(陳藝)

報業公會新聞獎
2023年《香港仔》得獎作品

最佳版面設計系列



優異：
亞運系列
(崔竣明·徐浩然)

