

港東港西



九龍塘真光中學的校服是簡約樸素的淺藍色長衫



▲培道女子中學高年級學生的夏季制服，是全港目前唯一一款白色旗袍校服

▲五款經典校服中，新法書院的藍色水手裝（右二）現已「絕版」
大公報記者湯嘉平攝

還記得那些年一起穿過的校服嗎？唔使追憶，鄭晴今日就帶大家搭時光機重返校園，兼讓你慢慢「打卡」！

位於香港教育大學的全港首個校服博物館，即日起向公眾免費開放，展期好長，去到明年10月31日。聽館長張樹娣話，館內共展示香港百年來60多套校服，只要你今年未滿一百歲，總有屬於你的一代！

旗袍水手服格仔裝

從頭睇起：清末民初的馬褂長袍大襟裝，到二戰後的工人褲；盡顯東方女子溫柔端莊的旗袍，到洋氣新潮的水手裝、格仔裝，曾經被不少讀書郎吐槽「扼殺個性」的校服，其實都有過它的時尚一頁！例如現在香港已「絕版」的水手裝，就是受日本文化的影響，典型代表是上世紀七、八十年代新法書院的藍色水手裝校服。

揀中心水打張卡

百年來校服變遷，反映的是時代的轉變及進步，當中蘊含的歷史、時代背景，甚至是社會文化，都值得我們細細品味。光看不過癮，博物館還有十多件

穿上校服 回到那些年……



不同學校的旗袍可供訪客拿着「打卡」。想玩盡嘅，近門口處更設虛擬校服選取服務，只要拍個大頭照，在屏幕上選取校服，即可看到自己穿着各種校服的模樣。鄭晴提醒大家，博物館將每天朝十晚五開放，公眾假期休館。

人生誰無年少？看見校服，勾起你青澀的初戀回憶？還是黑板上密密麻麻的方程式和做不完的作業？校服博物館，讓你回想那些年，回望那些事。



▲香港教育博物館館長張樹娣介紹香港校服變遷
▶訪客需先拍大頭照，然後選取屏幕提供的各式校服



▲拍完照、選完校服後，即可預覽自己穿校服的模樣

強化骨骼 齋食鈣片就足夠？

骨質疏鬆防不勝防，校長都未必知。中文大學副校長張妙清今年五月因跌入院，證實股骨骨折，她重視健康，會定期身體檢查，自知骨質密度偏低，故有食鈣片的習慣，但骨折後才知「少肉多菜」的飲食並不正確，原來「齋食鈣片，而無肉增加蛋白質並不足以強化骨骼。」她呼籲年輕女性別盲目追潮流「瘦身美白」，要在25歲前多攝蛋白質、多曬太陽，讓骨骼健康生長，減低骨折風險。

香港每年有1.5萬宗骨質疏鬆致骨折

的個案，他們隨後一年內的死亡率高達20%，較同齡無骨折的2%死亡率為高。中大醫學院引入「3D骨質檢測儀器」，該儀器可檢查30歲以下人士的鬆質骨密度有否下降，2D儀器則做不到，3D檢測費與2D相若，約600至1000元。

中大建資料庫助診斷骨質疏鬆

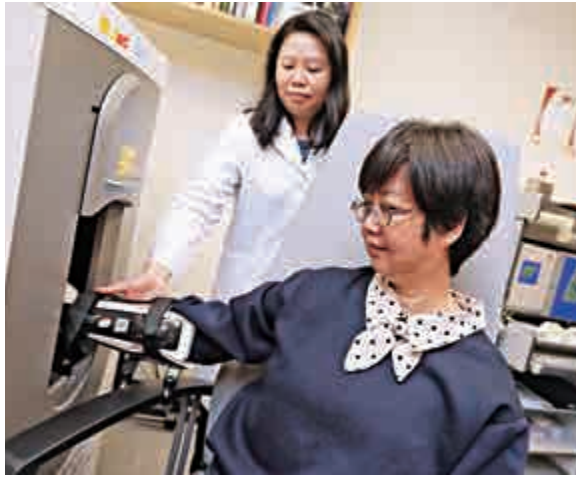
研究團隊於2015至2017年間，招募1072位20至79歲市民接受檢測，量度遠端橈骨及脛骨，建立相關資料庫，目前尚在

分析數據，日後能作為華人骨質量度指標，冀助市民及早診斷骨質疏鬆，預防骨折。

中大賽馬會骨質疏鬆預防及治療中心總監郭志銳稱，研究亦發現男性較女性更常出現「少肌症」，患者因肌肉力量及韌度減弱及身體平衡力轉差，增加跌倒及骨折的風險，所以為骨質疏鬆患者確診後，最重要是強化肌肉，減低他們因跌倒致骨折的風險。除運動外，「振動治療」亦可有效增加肌力及改善平衡力，令跌倒致骨折的機會率減少四成。



▶張妙清教授（左一）呼籲年輕人要注意均衡飲食及多做運動
中大供圖



◀研究人員使用高解像度肢體骨定量電腦掃描儀器為骨質疏鬆患者檢查
中大供圖

醫管局年底設大數據平台 特首：助發展基因醫學

一連三天的第二屆人類基因組編輯國際峰會尋日喺香港開幕。對於香港能舉辦今次國際峰會，特首林鄭月娥主禮致辭時表示榮幸。她透露，香港醫院管理局預計今年底設立大數據平台，以收集臨床數據協助基因組編輯醫學發展。

首個科研機構實驗室明年運作

話時話，特區政府早於去年的施政報告就提出成立基因組醫學督導委員會，領導研究香港基因組醫學的發展策略。

新一份施政報告還提到，已接受督導委員會的初步建議，將撥款在香港推行大型的基因組測序計劃，建立本地人

口的基因組數據，協助診斷及找出致病成因。林鄭期望有關措施能有助加快本港的基因醫學發展。

講到施政報告，現屆政府在兩份施政報告中，共撥款約780億元推動創科發展，醫療科技正是重點發展項目之一，包括在科學園設立有關健康科技的研究中心，將會邀請世界各地的科研機構參與，預計首個科研機構設立的實驗室，會在明年內運作。

本月初，林鄭就與中國科學院院長白春禮在禮賓府簽署合作備忘錄，中科院轄下兩個研究所，包括廣州生物醫藥與健康研究所，以及北京自動化研究所，將會落戶香港科學園。

搭高鐵訪閩 張建宗讚快夾穩

高鐵香港段已經開通一段時間，往來內地高鐵沿線話咁快就到。政務司司長張建宗及一眾局長和副局長，昨天就親身體驗了高鐵的快捷方便。

張建宗昨率領多名局長及副局長乘搭高鐵前往福建訪問，創下高官坐高鐵到內地官式訪問的先河，此行乘坐的是和諧號列車二等座，張建宗說是自己的選擇。

坐上高鐵去訪問，張建宗大讚車程舒適，快而穩，車程相當愉快，相信高鐵對推動人流物流資金流等有一

定作用。雖然車程約五個多小時，但對比坐飛機，他說後者可能遇上空管，機場未必在市中心，交通時間可能相差不少，而下午開出的高鐵正好配合行會早上開會。他說，日後行程配合的話，也會乘搭高鐵。

隨團的政制及內地事務局局长聶德權表示，去年去長沙開會要先從香港坐車去深圳，再轉乘高鐵。今次可以由西九龍站出發，坐高鐵直達福州，實在方便得多了。「在平穩舒適的車廂內看看文件、處理公務，真係話咁快就到！」

沙中線通車無期「居民很不滿」

港鐵沙中線幾時開通？民建聯促請有關當局盡快交代，在確保安全下盡快通車。

有消息稱，港鐵擬採取分階段模式，首先開通大圍至鑽石山站，再到其他。就此，民建聯主席李慧琼昨引述九龍城段居民對此感到不滿。她認為，應將通車範圍由大圍至鑽石山站伸延至何文田站，令更多市民受惠。

九龍西立法會議員鄭泳舜指出，九龍城南角道商戶的生意，因宋皇臺站工程而受影響，故希望沙中

線能盡早通車，減低對商戶生意的影響。民建聯立法會議員蔣麗芸亦稱，沙中線通車已一拖再拖，土瓜灣、九龍城區居民每日飽受路過塞車之苦，希望能盡快通車。她又稱，已經就沉降問題的補償方案與港鐵人士開會，港鐵需於12月份提供具體方案。

九龍城區議員關浩洋稱，近六、七年土瓜灣人口不斷增長，對沙中線渴求並非短時間，他認為除紅磡站外，其他站的工程大致完成，相信有足夠技術逐步通車。

水泉澳邨嘉頤耆護養院開幕



◀張建宗稱，政府會加強安老院的外展醫生到診服務，以及引入新的言語治療服務

由新世界集團嘉頤護理有限公司開辦的水泉澳邨嘉頤耆護養院揭幕，政務司司長張建宗主持儀式。

提供100個宿位

該護養院佔地逾1.5萬平方呎，提供100個宿位，60個為政府宿位、40個為非資助宿位，而周大福慈善基金撥款1270萬元資助裝修及提升設備水平，每年仲會資助600萬元，補貼非資助宿位及營運經費，為期五年。

張建宗致辭時表示，政府年底將推

出10億元的「樂齡及康復創科應用基金」，資助安老及康復服務單位試用、添置或租借科技產品，以改善長者的生活。政府亦會加強安老院的外展醫生到診服務，以及引入新的言語治療服務。

周大福慈善基金主席鄭家成表示，除了水泉澳邨嘉頤耆護養院，仲有位於北角的嘉頤護老中心，希望為長者提供有質素的院舍服務，讓他們安享晚年。護養院由新世界康健品牌「Humana 優山仁社」管理，團隊包括註冊護士、物理治療師、職業治療師、註冊社工等。

今日天氣預報 >>>

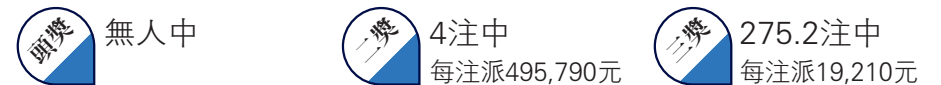
最高21℃ 最低18℃ 多雲有雨

中國						亞太					
預測	最低	最高	預測	最低	最高	預測	最低	最高	預測	最低	最高
澳門	有雨	17	21	上海	多雲	12	17	成都	多雲	8	14
廣州	有雨	16	22	杭州	多雲	10	17	西安	沙塵暴	1	14
北京	多雲	-3	8	福州	密雲	14	21	昆明	天晴	4	19
天津	多雲	0	11	海口	驟雨	20	23	拉薩	多雲	-5	11
濟南	多雲	4	15	台北	天晴	18	21	呼和浩特	天晴	-9	4
南京	多雲	6	17	重慶	多雲	8	17	烏魯木齊	多雲	-7	-1

歐洲						美洲					
預測	最低	最高	預測	最低	最高	預測	最低	最高	預測	最低	最高
倫敦	多雲	5	8	洛杉磯	天晴	13	24				
巴黎	有雨	4	8	三藩市	有雨	12	16				
法蘭克福	多雲	3	5	紐約	天晴	5	7				
馬德里	天晴	3	13	西雅圖	驟雨	11	13				
羅馬	有雨	8	13	溫哥華	驟雨	11	11				
蘇黎世	有雪	3	4	多倫多	有雪	2	3				

六合彩攪珠結果 >>>

第135期攪出號碼



多寶獎金：26,740,390元