



# 實用稱心 各適其適 智選父親節禮物

父親給予的陪伴，無聲卻令人安心。在六月的第三個周日（今年是6月18日），便是父親節。無論一句問候、手寫賀卡，還是全家人出遊，都是子女向父親表達感謝的方式。在這個充滿愛的節日裏，不如請父母吃上一頓溫馨晚餐，送上為父親精心挑選的禮物，一家人亦可藉此機會歡聚一堂。

大公報記者 顏 琨

為爸爸挑選一份稱心如意的禮物，的確要花費心思。比起傳統送給父親的例如領帶、紅酒、剃鬚刀，這一次想搞搞新意思，不如選擇實用性強或是與父親愛好相關的禮物，以表孝心。

## 健康為先

### 筋膜槍

提及實用性的禮物，筋膜槍一定榜上有名。長期伏案工作，腰背肌肉宜適當拉伸。父親下班回家後，使用筋膜槍可以有效緩解肌肉痠痛，有助血液循環，想必這份禮物能夠成為爸爸們使用率超高的好物。

當然，使用筋膜槍需要注意避開頸椎、脊椎、神經和血管密集處、關節處和韌帶等敏感部位。拿到筋膜槍後，最好全家一起學習如何正確使用，以發揮筋膜槍的最大效用。

### 恆溫足浴盆

除了筋膜槍，恆溫足浴盆亦是不錯的選擇。假若爸爸平時注重養生，送上恆溫足浴

盆，可以幫助他養成每日泡腳的好習慣。足浴盆搭配泡腳藥包，養生效果更佳。若足浴盆內還帶有按摩功能，就可緩解足部的疲憊，為良好睡眠打下基礎。

### 專業級跑步鞋

皮鞋和西裝構建了男性白領一族的日常穿搭，但不知從何時起，不少皮鞋不離腳的父親也開始穿起了運動鞋。

一雙舒適的專業跑步鞋，可以讓日常忙碌的父親利用閒暇時間開始運動。無論散步、戶外跑步還是其他運動，一雙好的運動鞋都可以帶給父親絕佳的外出體驗。

## 驚喜出行

### 美食攻略

若果父親平日喜歡品嚐美食，經常帶著家人一起外出探索的話，這一次適逢父親節，不妨偷偷親手準備一份美食攻略吧。

不論與父親分享一下自己最近喜愛的美食店，還是重溫那些藏在記憶深處的懷舊餐



▲香港數碼港艾美酒店推出家庭住宿計劃。

▶麗晶軒推出父親節套餐。

◀筋膜槍。

廳，都能帶給家人滿滿的感動。為父親點上幾道合口味的菜餚，坐在店內聊聊記憶中與父親相處的點滴，享受當下的快樂。

### 短途旅行安排

正值假日，為父母安排一場兩天一夜的短途旅行吧，提前告訴父母預留出父親節那一周的周末。在周五的晚上交給他們機票和酒店信息，告知這一次旅行的目的地，為他們創造一次難忘的父親節旅行。想必父母收拾行李的時候，面上也會掛着笑容。

除了外遊，在香港staycation慶祝父親

節，也可以是一個選項。香港數碼港艾美酒店推出家庭住宿計劃、與爸爸於6月17日體驗戶外親子瑜珈等，讓一家人共度溫馨時光。

### 智能電子產品

男性大多喜歡把玩智能電子產品及配件，蘇寧由即日起至6月18日推出「父親節世一禮物」優惠活動，部分人氣產品低至三折，看看當中有父親的心頭好。



▲足浴盆。



◀舒適運動鞋。

## 慶祝活動多 締美好回憶

### 城中活動

父親節（6月18日）將至，不妨來一次父子／女間的夏日親密互動，運動、露營都是不錯的選擇。無論行山、海邊散步，抑或逛市集，可與家人一起製造溫馨的回憶。

### 聽音樂做運動

2023年「中環夏誌」再次帶來免費的好玩活動。這一次，中環海濱會舉行一系列免費的大型暑假活動，並設置多個夏日限定的打卡地點，今年大會再舉行平衡車嘉年華和舞蹈派對，與大家齊齊做運動，燃燒熱情。

「香港夏威夷小結他節」歡迎任何年齡、不論是否識玩樂器的朋友參加，除了舞台上的表演，亦有遊戲攤位，音樂及手工藝工作坊等。夏威夷小結他容易上手，參加者更可體驗當地文化。

### 中環夏誌2023

日期：即日起至7月23日  
地點：中環海濱活動空間



▲「中環夏誌2023」海報。

### 昂坪市集打卡黃鴨

前往大嶼山慶祝父親節，不僅享受一家人的行山之旅，還可以體驗昂坪360全新的全透明纜車。全景纜車Crystal+車廂四周和底部採用全透明強化玻璃，可容納10人，一家人置身其中，可以遠眺港珠澳大橋、香港國際機場和天壇大佛。

除了在昂坪360上一覽大嶼山的風光，大家還可以前往昂坪市集打卡全城矚目的橡皮鴨藝術裝置。活動期間，5000隻黃色橡皮鴨登陸昂坪市集，還有近2米高巨型透明浴缸等打卡裝置。

### 「橡皮鴨二重唱」遊昂坪360

日期：即日起至9月3日  
地點：昂坪市集



幻浴室場景。



◀全景纜車Crystal+車廂可容納10人。

### 組裝獨一無二筆記簿

咖啡豆除了用來沖泡咖啡，還可以組裝成一本筆記簿。@fabricax\_hk咖啡再造皮筆記簿裝訂工作坊在今個父親節強勢回歸。工作坊將會使用環保物料M-Tex，縫合與組裝一本獨一無二的筆記簿，大家更可以在皮革上壓印專屬字母，為筆記簿加上專屬意義。

對比起傳統皮革的製作過程，M-Tex不含毒害成分，對環境污染的程度減至最低。參加工作坊既支持可持續發展，又能夠與父親一同製作別具意義的禮物。

### 父親節工作坊——咖啡再造皮筆記簿裝訂

日期：6月18日  
時間：每節45分鐘（13:00-13:45、14:00-14:45、15:00-15:45）  
地點：荃灣白田壩街45號南豐紗廠1樓108舖  
報名：<https://bit.ly/3N9FjRa>



▲咖啡工作坊。

### 兩代合照可獲贈飲品

這個父親節，中環街市推出父親節免費特色飲品派送活動，只須發布與父親的合照於限時動態並標籤@centralmarkethk，即可免費獲贈飲品優惠券一張，以兌換50元或以下的飲品一杯。

此外，中環街市會員由即日起憑指定分數，即可換領限定禮遇，包括Logitech 電子用品、Tartan 阮氏洋服特色愛爾蘭精品、銀杏士多湯包及漁民辦館養生茶。

### 免費飲品派送

日期：6月17日、18日  
時間：10:00-22:00  
地點：中環街市一樓詢問處

## 嘆米芝蓮美食

### 味蕾滿足

父親節臨近，不少餐廳推出特別菜單。在米芝蓮二星餐廳麗晶軒，大家可一邊欣賞維港景色，一邊品嚐精緻粵菜佳餚。該餐廳於6月17日及18日推出粵菜六道午餐菜單，包括廚師點心拼盆、花膠瑤柱燉竹絲雞、藤椒果醋蒸斑卷、蒜片雞縱菌炒穀物牛、黑松露海鮮炒香苗及燕液蛋白杏仁茶。

獲米芝蓮二星的龍景軒推出父親節午餐套餐，菜式有鮑魚雞球湯伊麵、花膠燒鵝炸芋球、窩貼蝦多士等。此

外，米芝蓮星級中菜食府萬豪金殿的父親節限定菜單，其中的八道午餐包括巧手點心、脆皮乳豬、百花炸釀龍蝦鉗及瑪卡響螺燉竹筍湯等。

馬哥孛羅香港酒店旗下餐廳Cucina將於6月17日及18日推出父親節限定和牛共享晚宴，主打42安士的扒澳洲戰斧M5和牛配時菜，讓一家人享用豐盛的意大利盛宴。

飽餐之後，甜品不可少。Italian Tomato推出「父親節黑森林蛋糕」，以朱古力海綿蛋糕與香濃朱古力慕斯相間，內裏藏著紅車厘果醬，另有焦糖脆脆，倍添趣味口感。



◀父親節限定和牛共享晚宴。

▶黑森林蛋糕。