

香港「群山」郵品 10·26開售

【大公報訊】獅子山、鳳凰山、龍脊……香港群山千姿百態，各有特色，景致迷人。香港郵政以「香港自然景觀——群山」為題，發行一套六枚郵票、兩張郵票小型張及相關集郵品，並將於本月26日起在各郵政局及「郵購網」發售，而貼有特別郵票的已蓋銷首日封及珍藏套裝只限在集郵局發售。

郵票設計以香港知名的年輕攝影師袁斯樂鏡頭下捕捉香港群山獨特風景的相片作為藍本，展示香港群山疊嶂的優美景色，包括獅子山、蚋蛇尖、釣魚翁、龍脊、二東山、鳳凰

山、大金鐘和彎曲山。這套特別郵票由黃虹虹女士設計。版票及10元郵票小型張以平版技術印製，而20元郵票小型張則以平版加局部光漆及質感效果技術印製。

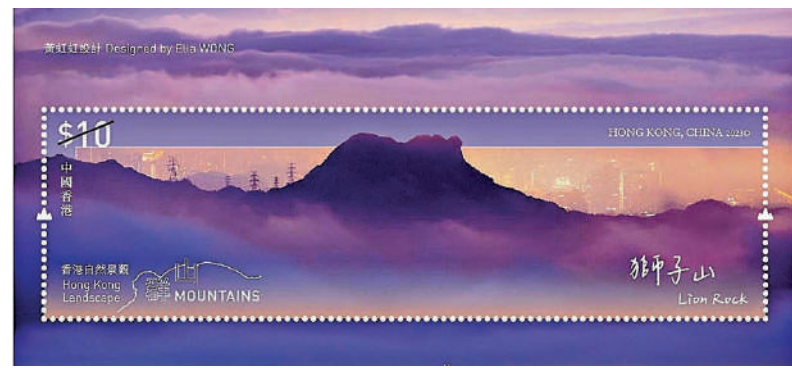
全線郵政局和網上購物坊「郵購網」今日起發售「香港自然景觀——群山」正式首日封，每個售價2.5元。

上述特別郵票和相關集郵品於本月18日起在郵政總局、尖沙咀郵政局、荃灣郵政局、沙田中央郵政局和屯門中央郵政局展出，供公眾人士參觀。此外，各集郵局於今

日起至17日期間接受自備封蓋銷服務的預約申請。

香港郵政將於本月26日上午9時30分至10時30分在郵政總局安排「香港自然景觀——群山」特別郵票簽名會，攝影師袁斯樂將親臨為市民的相關郵品簽名。

各郵政局將於同日為所有正式首日封／紀念封／註明首日字樣和本地地址的自製封，提供即時人手蓋印服務。所有郵政局會於當日設置收集點以便顧客遞交需要人手蓋印服務的正式首日封／紀念封／自製封。



▲以獅子山為主體圖案的10元郵票小型張。

衛生署鼓勵全民運動 明起可報名

組隊「日行萬步」 有益又有獎



步行可帶來很多健康益處，衛生署今年將繼續舉辦「日行萬步」活動，並推出第二個階段的步行挑戰，鼓勵市民和家人或朋友一起增加體能活動，將日行萬步融入日常生活。市民可以2至4人為一組報名參與，每名隊員平均每天步行達8000步或以上的隊伍，將會獲得獎勵，累計總步數首100名的達標隊伍，更可獲得額外獎項及獎狀。活動明日（10月12日）起接受報名。

大公報記者 鍾佩欣

第二階段步行挑戰以「家家齊萬步，開心又健康」為口號，市民可與家人或朋友組成2至4人的隊伍參加。市民由明日起至本月31日，可到活動網站報名，名額有限，先到先得。成功報名的隊伍，要在下月1日至30日接受步行挑戰，使用手機的計步應用程式、穿戴式裝置或計步器記錄活動期間的步數，保留步數記錄的照片或螢幕截圖，並登入活動網站填寫步數紀錄。

達標隊伍可獲購物禮券

每名隊員平均每天步行達8000步或以上的隊伍，將可獲100元購物禮券和「匿獅」環保袋；所有隊員累計總步數首10名的隊伍，可額外獲1000元購物禮券；第11至100名的隊伍，亦可額外獲500元購物禮券。

衛生署指出，步行可改善心肺功能、強化肌肉和鞏固骨骼、舒緩焦慮和抑鬱，以及減低患上肥胖、高血壓和糖尿病等常見長期疾病的風險。成年人可根據自己的身體狀況、能力、節奏和個別情況，將日行步數的目標逐漸提升至1萬步；即使達不到目標，多步行總比坐着好。

「步行是最簡單，而且最多人受惠到的運動。」香港教育大學健康與體育學系副系主任雷雄德接受《大公報》訪問時稱表示，步行不用準備任何工具或專業場地，同時不拘任何形式進行，而多步行都對身心健康大有裨益，包括維持適當的體重、改善心肺功能、強化肌肉和骨骼、減輕焦慮和抑鬱症狀、減少患上慢性疾病，例如高血壓、二型糖尿病、心血管病和

某些癌症的風險。

約花45分鐘 只需忙裏偷「行」

雷雄德預計步行8000步約需時45分鐘，過去有研究指本港每人日均步行約6000步，他認為市民可以在生活中「忙裏偷閒」，例如乘坐巴士提早一、兩個站點下車步行回家或公司；辦公室工作每半小時行走兩至三分鐘，去一趟洗手間或行兩、三層的樓梯；放工或晚餐後到街上步行20分鐘等，爭取更多時間運動。

雷雄德認為政府近年成立18區地區康健中心、開展大腸癌篩查計劃，以至舉辦「日行萬步」步行挑戰等，讓市民更加注重新個人健康，他亦呼籲市民在日常飲食少鹽少油、有充足睡眠、保持心境開朗。

▶每日步行或緩步跑，有益身心。



「日行萬步」步行挑戰詳情

- 活動時間：2023年11月1日至30日 ●報名時間：10月12日至31日
- 活動對象：2-4人為一組的隊伍 ●報名方法：到www.10000stepsaday.hk填表

活動流程

- 1 使用手機的計步應用程式（如 Google Fit、Apple Health、華為運動健康等）、穿戴裝置（如智能手錶）、或計步器記錄步數*
- 2 所有隊員均各自達到平均每天步行 8000 步或以上
- 3 完成步行挑戰後問卷調查
- 4 可獲得達標獎勵（100元購物禮券和「匿獅」環保袋）

*隊員累計總步數前100名隊伍，可獲得額外獎項（前10名可獲1000元購物禮券、獎狀和「匿獅」獎賞包，前11-100名可獲500元購物禮券、獎狀和「匿獅」獎賞包）

啟德體育園迎全運會 創2000職位

【大公報訊】港隊於杭州亞運中取得佳績，粵港澳三地亦將於2025年合辦第15屆全國運動會。啟德體育園昨日宣布，將在未來六個月招聘約100個職位，涵蓋餐飲、體育設施管理、運動課程策劃、服務管理、財務管理及策劃、市場策劃及活動推廣等全職及半職工作，目標是在2025年中前創造約2000個職位，以配合體育園的長遠發展，並為香港打造主場優勢。

啟德體育園首批招聘的職位涵蓋多個領域，除全職職位外，亦有半職工作。園方指，希望通過招才計劃，為香港人提供更多參與體育事業的機會，培養更多專業人才，推動體育運動產業化。

園方推介十大好工，包括草坪維護

及操作大使、設施維護經理／技術員、活動及賽事日程管理員、園景經理、灌溉技術員、啤酒桶操作技術員等。有意應徵者，可透過網上登記或使用WhatsApp即時通訊軟件，發送訊息至啟德體育園招聘熱線（852）6926 8108查詢。



▲啟德體育園昨計劃在2025年中前，創造約2000個職位。大公報記者蔡文豪攝

啟德體育園項目總監莊澤基表示，啟德體育園將成為香港的主場，提供優質的體育設施，支持香港未來的體育發展及推廣全民運動，支援香港舉辦國際體育賽事，讓本地運動員有更多機會在香港作賽，佔盡主場之利，並為有志投身體育事業的人士提供良好的事業發展機會。

小天瑜父親與醫管局達成索償和解

【大公報訊】罹患「橫紋肌肉瘤」的女童周天瑜，三年前疑因醫療事故變成植物人，天瑜爸爸周先生其後向醫管局提出民事索償。高等法院昨日舉行開門聆訊，審議雙方和解協議。據了解，法庭接納雙方和解協議，雙方在「無損權益」下達成和解，透過賠償解決。周先生向傳媒確認，法庭接納雙方和解協議，基於內庭保密協議，不能透露和解條款，形容接受醫管局和解方案是「無奈下顧全現實的決定」，但強調事件並非就此告一段落。

民事索償歷經三年

現年8歲的天瑜2018年患上惡性腫瘤橫紋肌肉瘤，2020年5月接受手術期間疑因醫療事故變成植物人，周先生翌年就事件提出民事索償，經過三年的時間，

民事索償終於畫上句號。周先生表示，相關的賠償並非「掩口費」，而是專家對天瑜壽命推算後，以此作為基礎估算的賠償金額，包含醫療開支等費用。

周先生亦向媒體表示，和解出於對天瑜的利益着想，暫能保障醫療開支，但作為父母，對和解不滿意。他稱，會與律師就手術中出現的紕漏商討，繼續追討醫管局刑事上的責任。早前已到警署報案，雖然警方未有為其錄口供，但律師會再就事件寫信予相關人士，盼會出現轉機。

將續追討局方刑事責任

醫管局表示，與病人家屬的和解申請昨日獲法院批准，醫管局法律團隊會繼續與病人家屬的代表律師保持聯繫，跟進相關法律事宜。醫管局表示，有關和解的安排並不代表事件中任何一方負上任何責任。醫管局亦表示，醫護團隊會繼續為天瑜提供適切的治療及護理，同時亦會與天瑜家屬保持密切溝通，提供所需協助。



◀小天瑜疑因醫療事故變成植物人，天瑜爸爸向醫管局提出民事索償，昨日雙方達成和解協議。

電工高處墮下亡 精進又涉事

【大公報訊】記者古偉勳報道：油麻地渡華路消防處新大樓地盤昨日（10日）發生致命工業意外，一名工人在進行拉電纜工程期間，由3米高處墮下傷重死亡。工業傷亡權益會指出今次已是涉事承建商在過去三年半內第四次奪命工業意外。

昨日下午2時08分，警方接報指渡華道4號一個地盤，一名56歲姓蘇男工人被發現昏迷倒地，頭部流血，懷疑由高處墮下。救援人員將事主送往伊利沙伯醫院搶救，惜最終不治。據了解，死者是兼職電工，在涉事地盤開工未滿一個星期，事發前在地盤地下大堂位置，乘電動升降台到3米

高的電線槽後，爬了5至10米，之後意外墮下，當時他身上有安全帶，但暫未知安全帶有沒有扣好。死者當時無戴頭盔，頭盔遺留在電線槽上，現場無閉路電視或目擊者，案件交由油麻地警區雜項調查隊跟進。

團體促勞工處徹查

工業傷亡權益會總幹事蕭倩文指連同今次事故，涉事承建商「精進建築有限公司」在過去三年半已發生最少四宗致命工業意外，要求承建商交代事件起因，以及必須認真檢討安全管理系統或制度是否出現問題，勞工處亦須徹查事件。

美國冒險樂園：彩虹圖案大於代幣

【大公報訊】美國冒險樂園的「掙彩虹」近日成為網上熱話，有市民因被指「碰界」無效而引發紛爭，其後更報警求助。美國冒險樂園昨日回覆《大公報》查詢時表示，分店經理是按公司指引及判獎準則，當時清晰看到代幣確與黑界重疊，故向顧客表示代幣不中獎，公司強調「幸運彩虹」每一個圖案均大於代幣，並不存在代幣大於彩虹圖案的情況，公司對

於顧客作出的不實指控，深表遺憾。

美國冒險樂園指出，當時經理用手機以俯視判獎角度拍下代幣相片，唯顧客仍認為代幣中獎，並自行報警處理。警員到場後，分店經理擺放一個中獎示範與顧客投出的代幣作出比對，同時再用手機以俯視角度拍下中獎示範予顧客觀看。經多番講解後，最終仍未能達成共識，警方建議顧客可從其他途徑跟進。

政府下月派員入校 助登記醫健通

【大公報訊】醫衛局呼籲市民善用醫健通服務，協助子女登記醫健通，為子女自小開始即建立電子疫苗接種紀錄以及個人終身電子健康紀錄，方便子女逐步成長時獲得連貫的醫療服務，局方經學校派發流感疫苗接種計劃同意書，隨附醫健通登記同意書，讓學童可一併登記參加。

醫衛局表示，現時16歲以下年齡組別的醫健通登記人數，佔該組別人口約三成。衛生署下月起開展2023/24

學年的學生周年健康檢查服務。屆時，醫衛局會派出流動登記隊伍輪流到訪各學生健康服務中心，協助學生及家長登記及下載應用程式。而衛生署轄下的母嬰健康院亦會在常規登記流程中，加入快捷登記醫健通。

另外，參照接種新冠疫苗的經驗，由今年11月起，市民登記參與由政府資助的疫苗計劃時，系統會預設為同意登記醫健通，以簡化登記程序。