

全民運動日一連兩天免費開放多項康體設施 新興體育項目任試玩

特首與市民切磋 享受運動樂趣

「全民運動日2026」昨日連續第二天舉行，康文署免費開放多項室內外康樂設施、公眾游泳池等，適逢9月將舉行亞運會，今年運動日以「亞運爭鋒 全民運動」為主題，昨日下午2時至6時在18區指定體育館舉辦免費康體活動。香港特區行政長官李家超、文化體育及旅遊局局長羅淑佩，以及體育專員蔡健斌等人齊集九龍公園體育館大展身手，其間李家超與在場小朋友切磋手球，羅淑佩則試玩虛擬足球挑戰射龍門，官員與市民在歡笑聲中享受運動的樂趣。

●香港文匯報記者 鍾靜雯



●李家超與小朋友互動。

香港文匯報記者黃艾力 攝

昨日李家超出席地區諮詢會後，馬上換上運動服並在羅淑佩及蔡健斌等人陪同下，抵達九龍公園體育館出席最後一天的全民運動日活動。一行人先觀賞武術表演和全民健體操示範，其後陸續走訪多個體驗攤位與示範區，包括參觀手球示範及互動同樂環節，接着就體驗「全民『足』動」足球虛擬運動、「賽艇同樂」虛擬賽艇項目與名為「馬上闖關」的虛擬馬術體驗。現場亦設有多項新興運動展示，例如軟式曲棍球、滑板示範等。

其間，李家超與在場的小朋友拋手球，由李家超傳球，小朋友們都能逐一接住，羅淑佩就挑戰虛擬足球運動項目射龍門，官員同樂的場面十分溫馨。

李家超：現場活動非常多元化

李家超其後在社交專頁表示，很享受與市民一同揮灑汗水。他指出，時至今日做運動已經不再局限於傳統場地和玩法，留意到現場活動非常多元化，除了武術、手球等傳統項目，還有軟式曲棍球這類新興運動，以及結合科技元素的虛擬賽艇、虛擬馬術等體驗，亦有廣受年輕人歡迎的滑板，可說是包羅萬有。

李家超表示，看到在場市民無論男女老幼都玩得十分投入，自己也深受感染，與香港武術運動員莫宛瑩一起落場試玩「亞運項目投擲樂」。適逢第20屆亞運會將於9月舉行，亞殘運會亦將於10月緊接舉行，藉此機會他邀請全港市民一起延續熱潮，全力支持香港體育發展，為正在積極備戰亞運及亞殘運會的國家隊和港隊運動員集氣加油。

政務司司長陳國基昨日到馬鞍山體育館，親身體驗「智能單車挑戰」及「地壘運動」；律政司司長林定國由於天雨關係，未能如常於室外打匹克球，改到室內打壁球響應活動。

此外，保安局局長鄧炳強、醫務衛生局局長盧龍茂亦分別在社交平台上發文，表示響應全民運動日。鄧炳強去青衣體育館，與市民一齊玩足毽、匹克球、地板冰壘同射擊。而盧龍茂也與市民打成一片，與幾位老友記一起玩地板冰壘，又參與手球和劍擊同樂活動。



●盧龍茂昨日與市民一起玩地板冰壘，傳遞「日日運動半個鐘 健康快樂人輕鬆」的信息。



●陳國基參與智能單車挑戰。

市民：虛擬馬術賽艇新穎 不受天氣影響



吳先生



劉女士



李女士

香港文匯報記者黃艾力 攝

香港文匯報訊（記者 鍾靜雯）不少家庭昨日特來體驗「全民運動日2026」，其中帶同7歲女兒到場的劉女士表示，本次是透過女童軍的安排知悉並參與全民運動日活動，場內設有多個運動體驗攤位，完成攤位挑戰並集齊印章即可兌換紀念禮品。她先後體驗虛擬馬術、滑板、軟式曲棍球以及虛擬賽艇等多個項目，當中虛擬馬術體驗令其印象最為深刻。她指出，香港一般市民平時難有機會親身接觸騎馬運動，室內虛擬裝置不僅不受炎熱天氣影響，設備還會配合畫面晃動，玩家拉動繩繩便可模擬跳欄動作，新穎有趣之餘亦能讓小朋友感受騎馬的樂趣。

有意繼續參加往後同類活動

劉女士提及，女兒本身已學習跆拳道等運動，今次參與旨在讓孩子接觸更多元化的體育種類。她坦言暫未強制規劃女兒的運動發展路向，但會先讓孩子多方嘗試不同項目，倘若日後對某項運動展現濃厚興趣與天賦，才會安排專業訓練，她

對全民運動日的活動體驗感到滿意，有意繼續參加往後同類活動。

陪同3歲女兒到場的劉女士表示，女兒正開始接觸手球訓練，特意藉今次全民運動日帶她體驗各式各樣運動項目，藉此拓闊孩童對體育運動的認知，「幼童階段多嘗試不同運動對身心成長大有裨益。」母女倆體驗虛擬足球以及虛擬馬術攤位，孩童在過程中玩得十分投入開心，劉女士亦已和女兒約定明年再度到場參與。

吳先生昨午攜同即將升讀小三的7歲兒子到場。他形容現場氣氛熱鬧濃厚，眾多體驗項目中，兒子最喜歡虛擬馬術裝置，由於日常生活難以接觸騎馬運動，這類室內虛擬形式既能確保安全，又可讓小朋友體驗新興運動。其兒子平日已有參加田徑、羽毛球的常訓，昨晨又成功預訂並使用康文署免費開放的羽毛球場。「一家人首次參與全民運動日，這類活動有助推動大眾運動風氣，平日閒暇亦會帶兒子外出打球鍛煉，日後會繼續參與同類公眾體育活動。」吳先生說。



●市民參與馬術電子虛擬遊戲。



●市民參與足球電子虛擬遊戲。



●市民參與賽艇電子虛擬遊戲。



●市民參與滑板活動。



●市民參與軟式曲棍球活動。



●市民參與手球活動。

幸福設計融入屋邨改善 美林邨首階段工程街坊回應正面

香港文匯報訊（記者 吳健怡）為推廣幸福概念及增強社區的凝聚力，房屋局與香港房屋委員會由2024年起推出「共築·幸福」計劃，將幸福設計概念，作為日後新建公營房屋及現有屋邨翻新的參考和設計依據，已揀選逾40個屋邨進行改善工程。其中沙田美林邨是被選為「幸福先行·預試計劃」的屋邨之一，目前已完成雕塑公園、美化橋柱等首階段工程，將繼續分階段推進其餘項目。房屋署表示，將沙田美林邨的舊有水池空間，打造成一個可讓街坊走進去、近距離接觸大樹和雕塑的開放式空間，亦透露未來會繼續每年揀選合適屋邨進行改善工程。

原本是沙田美林邨的舊有水池空間，在計劃下，變身成開放式雕塑公園，工程團隊拆除了水池原有的圍欄，又引入行人步道、照明裝置和社交座椅，將該處打造成一個可讓街坊走進去、近距離接觸大樹和雕塑的開放式空間。雕塑公園同

時增設賞樹徑和樹木的相關信息牌，向居民介紹一直陪伴在他們身邊的各種樹種。

除了改善邨內公共空間，團隊希望讓居民在進邨時能感受到回家的氛圍，因此與路政署合作，以美林邨的特色創作藝術壁畫，美化屋邨入口處行車天橋的高架橋柱，讓街坊在交通燈前等待回家時看着壁畫，便能感到溫暖，同時也可把屋邨特色延伸至大圍社區。

居民參與美化環境感自豪

房屋署高級屋宇保養測量師謝卓敏表示，地方優化後「更好坐、更好走」，街坊的回應也十分正面，以往屋邨翻新工程較着重改善硬件，這次最大分別在於「非常着重與居民共創」。團隊不但透過社交媒體收集意見，更設立街站和舉辦工作坊，親身聆聽居民的聲音，與街坊攜手設計屬於自己的社區。

此外，為了深化社區參與，團隊特別邀請曾參

加工作坊的循理會美林小學學生出席雕塑公園的開幕儀式，象徵社區共同參與、共同見證成果，別具教育與傳承意義。參與種植活動的小學生鍾整仁表示，很開心能為美化環境出一分力，日後經過也會想起當時的情景；另一名學生吳心祈則指，這是難得且深刻的第一次植樹體驗，既有成就感也十分自豪。

循理會美林小學事務主任謝怡認為，學生與區議員和地區服務及關愛隊成員合作親手植樹，所學比書本知識更為深刻，形容新空間是課室的完美延伸，非常適合舉辦植物生態觀察、專題研習或戶外寫生等體驗式學習活動。

謝卓敏總結指，「共築·幸福」計劃推出至今，已揀選逾40個屋邨進行改善工程，大部分進度良好，不少已完成外牆粉飾或屋邨改善工程，成效顯著，未來會繼續每年揀選合適屋邨進行改善工程，以實而不華、暖心和貼心的設計，持續為街坊提升幸福感。



●小學生鍾整仁（右一）、吳心祈（左一）和其他同學，在老師謝怡（中）帶領下一同參與種植活動。



●謝卓敏表示，地方優化後「更好坐、更好走」，街坊的回應也十分正面。