



香港拯溺總會季刊 HKLSS NEWSLETTER

匯川河成浩翰，集眾志成廣益！

封面

人物

漁業世家、推己及人、普及救生 姜彥文名譽顧問



作為長洲原居民，姜氏家族一直從事漁業生意。從小，姜教授已是生於水、長於水，對水尤其鍾愛；就是這情意結，他希望任何人都可以經常享受水中樂趣，減少不必要的意外。

姜教授服務拯溺界逾半世紀，為救生拯溺無私付出，回報兩字從未浮現他的腦海。當年郭漢銘先生非常支持及欣賞他對拯溺救生的推廣和貢獻，兩位志同道合者於是並肩向前，推動並普及拯溺運動的發展。

現任港九水上漁民福利促進會理事長的姜教授憶述，該會於1964年成立後，主要提供常識及家庭護理學培訓課程，為提高公眾對拯溺的認識，更安排一系列的拯溺救生訓練課程，主要是泳池及沙灘救生。

隨著時代的轉變，時下的消遣及娛樂包羅萬有，年青人普遍對拯溺救生欠缺深入的認識，更莫論熱誠投入，積極參與。他希望年青一代可以繼承發揚拯溺的偉大使命，將救生精神及其箇中意義流傳下去。姜教授認為急救技術在拯溺上佔據了最重要的角色；他更對自己被委任為水警少年警訊會長會永遠名譽會長及獲李兆光局長頒發長期服務獎等多個榮銜，深感榮幸。

姜教授意重深長地道出：「現在，拯溺救生的發展只是一個開始；在香港，遇溺的個案仍然很多」。作為總會其中一位資深顧問，姜教授堅持繼續推廣水上安全的理念。因為香港四面環海，在水中發生危險的機會相對較高。而現時有關水上安全及預防溺水之宣傳工作仍有改善空間，政府必須加以提倡並扮演著主導的角色，無論是資源或經濟上的支援，香港拯溺界的確需要實質的支持和鼓勵。

細聽姜教授娓娓道來——然而，未變的是，過去的拯溺救生工作跟現時依然沒變，救生員的工作依舊頻繁。幸而進步是，我們現在增添了不少救生器材，包括水上電單車和快艇，這些工具均大大提昇拯救效率，成功救回不少寶貴生命。最後，姜教授重申，資源和經濟確是拯溺界的「維他命」。

小記者：Alison, 紹民 & 嘉晉



新部門・新人事 - 預防溺水

何福強先生

「預防溺水委員會」與「何福強先生」作為總會嶄新的委員會及主委，這兩個元素合二為一後，帶來了一番新景象。

跟拯溺甚有淵源的何主委被入讀航海學校的哥哥影響下開始接觸拯溺運動。由於哥哥每年都會參加由「大埔體育會」舉辦的吐露港渡海泳公開賽，故此亦經常鼓勵他一同參與。但年僅14歲的他已經意識到水上安全是游泳最大關鍵，於是投考首個章別—銅章。自結上這個拯溺緣後，磁章、泳池救生章、沙灘救生章、教師證書及高級教師證書等等相繼成為其後的目標；更於1991年獲委任為一級主考。



作為商人，業務極之繁重，有什麼因素令他加入執行委員會之班底呢？何主委以生命比喻。他認為每個人在各階段應有不同目標，生命過程本應如此。細問之下，原來一級主考原是他最大的意願，如今亦希望朝著人生下一個里程碑進發。一直擔任考試委員會考試審計部副召集人的何主委早已清楚拯溺背景和運作模式，加上得到資深一級主考陳濟之的推薦，促使他決心參選執行委員會。雖然現任兩個委員會的要員，他卻未感到工作沉重及壓力，並寄予「敬業樂業」；令人領悟到只要投入，便會樂在其中的真諦。

問到如何開拓預防溺水的事務，他意重深長地道出「一切由零開始」；危機處理往往是首要條件，來年目標會定期到訪公共及私人泳池和海灘，以確保有足夠救生員數目、更台及其他救生設備。他們更會分派小組以神秘顧客身份，隨機抽樣去視察各泳池及海灘，並因應其設備提出改善建議。預防溺水委員會安排相關巡查是為了檢討香港的水上安全及潛在危機，達致預防勝於治療的理念。

說到多年的拯溺生涯，不得不提這件往事——當日他帶領一班學生進行沙灘章訓練時，得知一名約九歲的男孩遇溺失蹤，他立刻要求所有學生去搜索受害者。學生尋獲男孩後，當時的何主委即時為他施救，可惜受害者遇溺時間太長，最後失救死亡。正當何主委跟學生心感惋惜之際，眼見一位男士抬著另一位男童上岸，何主委見狀，同樣為該受害者即時施救，在施行心肺復甦法後，男童最終成功逃離鬼門關。這個首次救生經歷，就同時遇上失救及獲救情況，足以令他對自己的拯溺人生感到非常難忘，其後一直銘記「救人一命勝造七級浮屠」。

何主委更感激太太的體諒及對家中的照料，更讓兒子伴隨他考取各個資歷，默默支持他對拯溺救生的抱負和投入。對於將來，他希望能積極改善救生技術及發展，提高拯溺運動在香港的透明度及國際舞台上的地位。

從本期開始，我們會為大家細說香港拯溺救生中的大小典故、各種不同儀式及活動的由來與當中故事，與大家一同了解、感受香港拯溺界中大小事跡；與您們說盡「拯溺界典故」、齊來做個「救生達人」！

領悟人溺己溺養成捨己救人

天后像矗立淺水灣香港拯溺總會訓練總部

巍峨壯麗之「海神」代表美與善、普渡眾生

天后——乃是東南亞沿海民間最崇奉之海神，亦是救生界及航海人士最信仰的『拯溺之神』。

金輝燦爛之陽光籠罩着整個淺水灣頭，碧波閃閃，浪花輕撫着幼砂，海風拂面，令人心曠神怡，遠處山巒重疊，在此水天一色之美好環境中矗立著一具巍峨天后像，身高35尺，與台灣省彰化市內之八卦山釋加大佛及日本鎌倉大佛為東方文物鼎足而立。座落於淺水灣香港拯溺總會訓練總部，俯瞰淺水灣全景，為慈愛與美善之象徵。

此天后之建設歷經5年籌謀與計劃，於1965年2月始，並在1970年完成修建，由當年香港拯溺總會主席郭漢銘先生倡議並設計，繼由水上安全主席蔡準先生及顧問姜彥文先生所籌建，而名裝飾師葉中生博士及雕刻師何文為此文物之骨幹者。

施工期間，為求逼真與準確，特聘專家考究，不惜先後兩次拆建修改，經考古學家小心參訂，精研細琢，對於天后衣着及燈光之研究，尤為注意，最後終能克服一切，建設完竣。而形象又能符合民間傳說，晚間神像大放光明，燦爛無比，堪稱全港最宏偉建設之一。

天后像建立目的，主要為鼓勵救生人士，使彼等能從其中領悟到『人溺己溺』之意，養成捨己救人，普渡眾生之偉大精神；並藉此宏偉之建築吸引更多遊客，使本港旅遊事業更趨繁榮。



前港督戴麟趾夫人，十分欣賞及支持此項偉大中華國粹及歷代民間所景仰象徵之建築，讚同此建築極具意義，更親臨主持揭幕儀式，顯出其重視程度。

天后存在之說源於2000多年前，至今仍流傳不絕，可見的確具有相當之歷史價值。

至1975年，又在天后像的另一側修建了一座與天后等高的觀音菩薩像，救苦救難的觀世音也是一位拯救海上遇險或殘疾人士之神，兩位菩薩分立於鎮海樓的兩側，氣勢恢宏，面部表情祥和、慈愛，成為信眾最信賴的神靈，增強了確保平安、求財得福的信心，此處更成為香港著名的旅遊景點。

自此以後，圍繞着兩大神像旁及濱海鄰里，設置了各界慈善人士不斷到訪修葺的各式神靈牌位、塑像、碑碣、鐙柱、石刻、以及門、亭、橋或台階……等，林林總總，多達百處，密度之高幾近「一步一神像、一步一碑碣」的密集程度。所奉神靈多達數十位，幾乎涵蓋了我國民間傳統信仰的一切神靈，大至佛教的始祖釋迦牟尼、道教的太上老君，以至財神、土地爺及至玉瑞獅、壽龜、天馬等動物神靈，無所不有。

還有很多特色神像、塑像、石刻之典故未能一次盡錄，我們將於其後之「匯」再為大家詳述，讓大家成為真正的「救生達人」。

資料來源：

"The Life-saving Journal" (1970)，香港拯溺總會《香港寺觀園林景觀》一書中之《淺水灣神像群》一文，朱鈞珍教授著



本會於2010年3月27日舉行了一年一度的週年講座，參加會員約250人。一如以往，講座除頒發各個救生獎項予得獎屬會及學校，以及頒發委任狀予主考及評核員外，各委員會更就來年的工作計劃作出講解，使屬會更能掌握及協助推動總會之各項活動。有關救生獎項如下：

2009/2010屬會救生考試成績獎勵名單



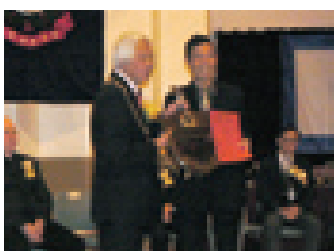
會長盃 PRESIDENT'S TROPHY

第一名：康樂及文化事務署
第二名：北葵涌公眾泳池拯溺會
第三名：藍鯨拯溺會



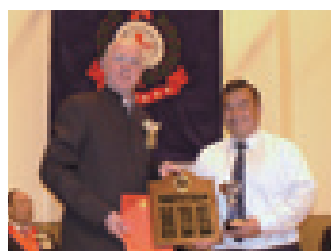
飛魚獎 FLYING FISH TROPHY

第一名：康樂及文化事務署
第二名：北葵涌公眾泳池拯溺會
第三名：藍鯨拯溺會



會長盾 PRESIDENT'S SHIELD

北葵涌公眾泳池拯溺會



教育署長盾 DIRECTOR OF EDUCATION SHIELD

第一名：香港航海學校
第二名：賽馬會體藝中學
第三名：職業訓練局香港專業
教育學院(柴灣分校)



市政盾 URBAN SERVICES SHIELD

第一名：康樂及文化事務署
第二名：北葵涌公眾泳池拯溺會
第三名：藍鯨拯溺會



卓越進步獎 OUTSTANDING PROGRESS AWARD

第一名：騰達體育會
第二名：南區拯溺會
第三名：匯友體育協會



郭贊盃 KWOK CHAN TROPHY

第一名：康樂及文化事務署
第二名：北葵涌公眾泳池拯溺會
第三名：藍鯨拯溺會

2009/2010屬會拯溺競賽成績獎勵名單



教育署長盃 DIRECTOR OF EDUCATION TROPHY

香港中文大學拯溺會

此外，為鼓勵更多中小型屬會積極參與拯溺考試，本年度新增「卓越進步獎(OUTSTANDING PROGRESS AWARD)」，詳細之計分方法及準則如下：

1. 「本年度考試成績總分(即飛魚獎得分)」減以「去年度考試成績總分」之總差，作為名次排名；
2. 已在該年度獲得考試相關獎項(即：會長盃、會長盾、郭贊盃、市政盾、飛魚獎、或教育署長盾)之屬會，將不獲提名此獎項；
3. 去年及本年之總成績(即飛魚獎得分)必須達1000分或以上，才獲考慮；
4. 設有第一、二及三名獎。



主考出勤獎2009



一級主考

第一名：王國榮
 第二名：劉中民
 第三名：鄭志陵



二級主考

第一名：黃少文
 第二名：楊偉文
 第三名：張文華



三級主考

第一名：李光明
 第二名：符國鈞
 第三名：黎志仁



考試支援隊出勤獎狀2009

第一名：高偉健
 第二名：林鳳美
 第三名：吳嘉泳



考試支援隊最佳領隊獎狀2009

第一名：梁耀材
 第二名：林仲安
 第三名：林炳信

傑出拯溺教練獎2009

LIFESAVING INSTRUCTOR OF THE YEAR 2009

由匯豐銀行慈善基金教練獎勵計劃資助



左起：高兆基、吳焯麟、嚴志文、梁韻玉、郭金英、朱錫泉



第四屆全國體育大會 香港救生代表隊 - 慶功宴

港隊勇奪3面一等獎、
2面二等獎及15面三等獎



主席陳偉能榮譽勳章在授旗禮上與港隊合照

在2010年5月17日至19日期間，香港特區代表團救生運動員一行16人，在中國安徽省合肥市舉行的「第四屆全國體育大會」救生賽事中勇奪合共3面一等獎、2面二等獎及15面三等獎，成績驕人，而且此一等獎更是整個香港特區代表團的首三面金牌，實在令人振奮和鼓舞。而且這幾面一等獎更是整個香港特區代表團的首幾面金牌，實在令人振奮和鼓舞。為慶祝港隊凱旋歸來，總會特設宴慰勞各運動員及競賽委員會要員。

是次賽事乃香港特區政府首次正式組織代表團參加全國體育大會，共派出92位運動員及32位隨隊工作人員參與19個競賽項目，其中包括救生項目，所有競賽項目已於5月26日結束。代表團由行政長官曾蔭權先生擔任名譽團長，民政事務局局長曾德成先生及常任秘書長楊立門先生分別擔任團長及名譽顧問，而副團長則由中國香港體育協會暨奧林匹克委員會會長霍震霆先生及康樂及文化事務署署長馮程淑儀女士擔任。

今次港隊得到香港特區政府的大力支持，最終不負眾望，取得佳績。他們囊括了的獎項包括：

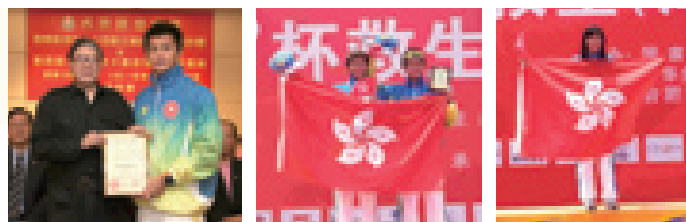


圖1

圖2

圖3

3面金牌(一等獎)

1. 男子救生板競速：李建良(圖1)
2. 男子救生板救生：李建良、呂思濬(圖2)
3. 女子救生板競速：容美華(圖3)

2面銀牌(二等獎)

1. 男子救生板競速：呂思濬
2. 女子救生板競速：黃學穎

15面三等獎(第三至八名)

1. 男子100米腳蹼假人救生：王國良
2. 男子4x25米運送假人接力：李康怡、何肇峰、李建良、王國良
3. 男子4x50米自由泳障礙接力賽：袁啟禮、呂思濬、何肇峰、李康怡
4. 女子50米假人救生：張碧瑩
5. 女子100米混合救生：李琮恩
6. 女子100米混合救生：張碧瑩
7. 女子100米混合救生接力：張碧瑩、劉嫻子、李琮恩、黃學穎
8. 男子50米假人救生：李建良
9. 男子50米假人救生：李康怡
10. 男子100米混合救生：袁啟禮
11. 男子4x50米混合救生接力：袁啟禮、李建良、李康怡、王國良
12. 女子4x25米運送假人接力：容美華、李琮恩、張碧瑩、黃學穎
13. 女子4x50米自由泳障礙接力：張碧瑩、賴潔華、劉嫻子、李琮恩
14. 男子浮標救生：袁啟禮、何肇峰、李康怡、王國良
15. 女子浮標救生：李琮恩、張碧瑩、賴潔華、劉嫻子



2009年度水上安全運動之 救生星章頒獎典禮



由香港拯溺總會主辦的「救生星章頒獎典禮」於2010年5月29日（星期六）下午三時假香港銅鑼灣掃桿埔奧運大樓賽馬會演講廳舉行。由康樂及文化事務署署長馮程淑儀太平紳士擔任主禮嘉賓，其他嘉賓包括政府飛行服務隊總監陳志培機長，香港拯溺總會會長劉漢華BBS太平紳士，副會長黃學堯先生及韋錦潮先生，水上安全總監吳家麗女士S.S.St.J.、名譽顧問陳燦輝先生、主席陳偉能先生榮譽勳章、副主席楊志滔博士KILS及義務秘書陳志球博士太平紳士等。救生星章頒發的目的是希望藉此表揚拯溺救生、救急扶危的精神，使這種英勇行為得到正面的肯定。

香港拯溺總會一直以來都與各政府部門緊密合作，一同推動水上安全的訊息及進行拯溺培訓的工作，以確保市民在暢泳時的安全。統計去年，拯溺總會共派出數百名義務救生員往政府公眾游泳池及泳灘當值，為確保市民的水上安全出一分力，總當值更次超過6000更次。

（右圖1）左至右：政府飛行服務隊總監陳志培機長、政府飛行服務隊何鳳翔及水上安全總監吳家麗

（右圖2）去年5歲的外籍男童Edward在游泳池深水處拯救了一名4歲小孩，獲總會頒發救生嘉許狀。總會呼籲有志救人的人士，應參加拯溺訓練，學會自救及救人技術，並在自身安全情況下，才進行拯救。

（下圖）康樂及文化事務署得獎者合照

123名人士獲頒授救生星章及救生嘉許狀

水上安全主席盃

水上安全主席盃由本會前水上安全主席王賜豪醫生BBS太平紳士送出。此榮譽特別頒發予該年所有拯救事件中最突出的事件或救生隊伍，以表揚其發揚拯溺精神及他們在保障市民水上安全所付出的努力。在去年的眾多拯救事件中，評審團認為政府飛行服務隊-何鳳翔該拯救事件的表現最具代表性，故獲頒授此獎盃予以鼓勵。



圖1



圖2



遊樂船河及水上活動之 義務救生服務計劃

鑑於去年有多宗遊船河遇溺送命事故，香港拯溺總會希望透過提供「遊樂船河及水上活動之義務救生服務計劃」，以減少遇溺事故的發生。

為了提高公眾人士及外界團體或機構就遊樂船河及水上活動的水上安全意識，香港拯溺總會秉承一貫宗旨，設立一套《義務救生服務計劃》，希望透過此服務，減少本港的遇溺事故，宣揚本會的創會宗旨「天下有溺者，由己溺之也」，為廣大市民服務。本會將聯同轄下各屬會會員，盡力協助有需要此項服務的團體或機構，提供義務救生服務，藉以減少相關遇溺意外的發生。

計劃簡介

各界團體及機構可在舉辦遊樂船河或水上活動之前不少於一個月，向本會要求提供義務救生服務。本會之服務及發展委員會轄下之專責小組將會就個別活動的水上安全需要，提供專業及周全的義務救生服務建議。若團體及機構接受有關安排，本會將安排相關資歷人士提供救生服務，而服務將收取基本的救生員當值車馬費、器材費及運費等。

簡單而言，在一般標準遊樂船活動，參加人數達40人或以下，本會建議最少派出3名義務救生員，而每多1至20人之參加者，需多加1名義務救生員，（即41人參加的遊樂船河活動，最少有4名救生員當值），如此類推。此外，若涉及風險較高之水上活動，如潛水、滑水或香蕉船等，在機動艇上必須另設最少1名救生員當值（駕駛船隻人士及船家不包括在內），以策安全。

義務救生員除當值外，他們還會帶同基本的救生及急救器材，包括急救箱、救生浮標、袋裝面罩、哨子和水翼等，視乎活動之性質和類別需要，更會利用望遠鏡及通訊器材，如無線電對講機，以協助救生工作的進行。

「遊樂船河及水上活動之義務救生服務計劃」詳情請瀏覽總會網頁：

http://www.hklss.org.hk/public/modules/Lss/Lss_type.asp



南區拯溺會－船河更當值分享

經總會多番聯系，在2010年6月16日端午節，南區拯溺會率先擔任遊樂船河義務救生服務，並得到該機構的高度讚賞：“All lifeguards are very helpful and friendly and the service is excellent.” 今期特別訪問南區拯溺會陳永昌先生，分享他當船河更的心得。

陳永昌表示：「當船河更最重要是主動，以一個服務社群的心態去為人服務，除了要擔任一般救生工作外，更要務求精益求精，在危機管理上做足措施，時刻找出有機會令參與人士有危險的地方，並加以防範，預防於未然。此外，更要抱著一顆優質服務的心，事事力求盡善盡美，以親切有善的態

度提供服務，並與參與人士多作溝通。」他指出，當天雖然船河活動不涉及下水，但義務救生員也積極地在各方面不斷作出風險評估。例如：有參與者在船上飲酒，並將啤酒罐棄置在船倉地上，救生員便即時作出勸籲，以免參與者誤踩鐵罐而跌傷；同時，一般市民認為沒有危險的地方，如上落船隻，其實亦有一定危險，救生員應主動在岸邊及船邊加以扶助參與者上落，以策安全。

陳永昌認為，在許多市民心中，救生員都只是在遇溺事件發生後才有所行動，其實在救生員的職責中，預防溺水事故發生，才是最有效的拯救！



（上圖左）總會在上月底正式發佈《遊樂船河及水上活動之義務救生服務計劃》

（左起：競賽委員會主委梁智輝、副主席楊志滔博士、主席陳偉能MH、義務秘書陳志球博士JP、服務及發展委員會主委梅日耀）

（上圖中）基本救生及急救器材

（上圖右）南區拯溺會義務救生員與機構合照（左起：阮永豐、兩位機構負責人、陳永昌、徐英健、羅嘉昕）

2010年拯溺（海洋及沙灘）分齡賽

香港拯溺總會主辦、康樂及文化事務署資助

比賽日期：2010年5月23日（星期日）
 比賽地點：石澳泳灘
 報名人數：300人（達最高限額）
 比賽項目數量：48項（其中有3項取消）
 報名項次：566

簡介：本會由2002年開始舉辦拯溺（海洋及沙灘）分齡賽，當時仍未設有少年組比賽，參賽人數亦不足100人，直至2005年才正式加入少年組別的比賽，報名人數亦因此大幅提升50%，以當時每人限報3項計，比賽接近450項次。經歷了8年的努力，拯溺（海洋及沙灘）分齡賽於本年正式獲得康樂及文化事務署的資助，因此可以在減收報名費的同時亦提升了參加人數的限額，而且得到各屬會的支持，報名人數創出最高紀錄「300人」。



拯溺（海洋及沙灘）分齡賽由舉辦以來都是在港島南區康樂及文化事務署轄下一個十分優美的海灘進行 - 石澳泳灘，該泳灘不但水清沙幼，其海浪的天然環境更是拯溺海洋及沙灘的理想場地。拯溺海洋比賽最具特色的包括海浪游泳(Surf Race)、海浪板(Surf Board) 及海浪艇(Surf Ski)，以上項目均強調海浪和浪濤(Surf)，與泳池比賽相比，海洋及沙灘賽既可考驗參賽者的體能，亦可挑戰他們的膽量，絕對是別具意義。

冠軍名單

項目	姓名	屬會
男子少年甲跑跑跑賽	關浩然	深水埗體育會有限公司
女子少年甲跑跑跑賽	梁采茵	衛星游泳會
男子少年乙跑跑跑賽	廖本權	愉園體育會有限公司
女子少年乙跑跑跑賽	林咏	3A體育會
男子青年甲海浪游泳賽	曾境鏞	大埔拯溺會
女子青年甲海浪游泳賽	馬駿惠	匯友體育協會
男子青年乙海浪游泳賽	何肇峰	匯友體育協會
女子青年乙海浪游泳賽	李琮恩	香港中文大學拯溺會
男子成年甲海浪游泳賽	袁啟禮	大埔拯溺會
女子成年甲海浪游泳賽	陳家祺	將軍澳體育會
女子成年乙海浪游泳賽	吳金鳳	匯友體育協會
男子成年乙海浪游泳賽	黃卓然	南區拯溺會
男子少年甲沙灘奪標賽	文成峰	吐露港游泳訓練學會
女子少年甲沙灘奪標賽	車真緻	衛星游泳會
男子少年乙沙灘奪標賽	區皓軒	匯友體育協會
女子少年乙沙灘奪標賽	曾芷程	吐露港游泳訓練學會
男子青年甲沙灘奪標賽	文浩恩	深水埗體育會有限公司
女子青年甲沙灘奪標賽	郭蕙霖	吐露港游泳訓練學會
男子青年乙沙灘奪標賽	陳家銘	大埔拯溺會
女子青年乙沙灘奪標賽	李達恩	匯友體育協會
男子成年甲沙灘奪標賽	梁家興	愉園體育會有限公司
女子成年甲沙灘奪標賽	卓樂萍	吐露港游泳訓練學會

項目	姓名	屬會
男子少年甲90公尺海浪板速度賽	劉穎淳	3A體育會
女子少年甲90公尺海浪板速度賽	鄧卓盈	匯友體育協會
男子少年乙90公尺海浪板速度賽	區皓軒	匯友體育協會
女子少年乙90公尺海浪板速度賽	鄧禮媛	匯友體育協會
男子青年甲250公尺海浪板速度賽	梁家銘	大埔拯溺會
女子青年甲250公尺海浪板速度賽	馬駿惠	匯友體育協會
男子青年乙250公尺海浪板速度賽	呂思濬	匯友體育協會
女子青年乙250公尺海浪板速度賽	黃學穎	匯友體育協會
男子成年甲250公尺海浪板速度賽	李健聰	匯友體育協會
女子成年甲250公尺海浪板速度賽	容美華	匯友體育協會
男子成年乙250公尺海浪板速度賽	黃卓然	南區拯溺會
女子成年乙250公尺海浪板速度賽	黃金蘭	匯友體育協會
男子少年甲60公尺沙灘跑賽	文成峰	吐露港游泳訓練學會
女子少年甲60公尺沙灘跑賽	車真緻	衛星游泳會
男子少年乙60公尺沙灘跑賽	文禮德	3A體育會
女子少年乙60公尺沙灘跑賽	車曉晴	衛星游泳會
男子青年甲60公尺沙灘跑賽	羅浩朗	遨洋體育會
女子青年甲60公尺沙灘跑賽	陳寶琪	黃大仙區拯溺會
男子青年乙60公尺沙灘跑賽	王志彬	碧濤游泳拯溺會
女子青年乙60公尺沙灘跑賽	黃學穎	匯友體育協會
男子成年甲60公尺沙灘跑賽	簡智勇	碧濤游泳拯溺會
女子成年甲60公尺沙灘跑賽	陳樂欣	南區拯溺會
男子成年乙60公尺沙灘跑賽	盧京文	碧濤游泳拯溺會



中銀香港－第53屆體育節之 第13屆全港拯溺隊沙灘大會操暨沙灘競技賽

沙灘大會操成績

項目	姓名	屬會
會長盃超卓隊伍獎	—	智健冬泳會有限公司
檢閱長官選拔榮譽獎	—	衛星游泳會
香港救生優勝盃 - 男子組	冠軍	康樂及文化事務署 A隊 - 救生員隊
	亞軍	愉園體育會有限公司
	季軍	深水埗體育會有限公司
香港救生優勝盃 - 女子組	冠軍	康樂及文化事務署
	亞軍	南區拯溺會
	季軍	愉園體育會有限公司
全場男子裝備優異獎	冠軍	康樂及文化事務署 A隊 - 救生員隊
	亞軍	元朗拯溺會
	季軍	青衣泳池拯溺會
全場女子裝備優異獎	冠軍	康樂及文化事務署
	亞軍	南區拯溺會
	季軍	屯門拯溺會
救生小鐵人裝備優異獎	冠軍	青衣泳池拯溺會
	亞軍	粉嶺拯溺會A隊
	季軍	屯門游泳會
全場男子服裝優異獎	冠軍	康樂及文化事務署 A隊 - 救生員隊
	亞軍	愉園體育會有限公司
	季軍	深水埗體育會有限公司
全場女子服裝優異獎	冠軍	愉園體育會有限公司
	亞軍	康樂及文化事務署
	季軍	南區拯溺會

項目	姓名	屬會
救生小鐵人服裝優異獎	冠軍	愉園體育會有限公司
	亞軍	屯門游泳會
	季軍	香港浪濤救生會A隊
全場男子旗幟優異獎	冠軍	南區拯溺會
	亞軍	愉園體育會有限公司
	季軍	深水埗體育會有限公司
全場女子旗幟優異獎	冠軍	康樂及文化事務署
	亞軍	愉園體育會有限公司
	季軍	南區拯溺會
救生小鐵人旗幟優異獎	冠軍	香港浪濤救生會A隊
	亞軍	粉嶺拯溺會A隊
	季軍	雅麗珊拯溺會A隊
全場男子步操優異獎	冠軍	深水埗體育會有限公司
	亞軍	愉園體育會有限公司
	季軍	南區拯溺會
全場女子步操優異獎	冠軍	南區拯溺會
	亞軍	康樂及文化事務署
	季軍	屯門拯溺會
救生小鐵人步操優異獎	冠軍	香港浪濤救生會A隊
	亞軍	愉園體育會有限公司
	季軍	雅麗珊拯溺會A隊



拯總2010年4月-8月行事曆

日期	活動/賽事名稱	地點
25/4/2010 (星期日)	中銀香港第53屆體育節 - 第十三屆全港拯溺隊沙灘大會操暨沙灘競技賽	淺水灣泳灘
23/5/2010 (星期日)	2010年拯溺(海洋及沙灘)分齡賽	石澳泳灘
29/5/2010 (星期六)	2009年度水上安全運動之救生星章及義務救生員獎勵計劃頒獎典禮	奧運大樓
20/6/2010 (星期日)	2010年海浪計分賽 - 第一回合	淺水灣泳灘
10/7/2010 (星期六)	2010年水上安全揭幕禮	九龍公園拱廊
18/7/2010 (星期日)	2010年至2011年拯溺(泳池)分齡賽 - 第一回	馬鞍山游泳池
15/8/2010 (星期日)	2010年海浪計分賽 - 第二回合	淺水灣泳灘

藍鯨拯溺會



屬會編號：B-01
 成立年份：1986
 活躍地區：沙田
 屬會代表：鍾啟文先生

他們是一個低調合作，默默配合總會理念，活躍於沙田本區的地區屬會。由1998年開始於顯田游泳池提供義務更服務，直至2008年才正式成為駐池屬會，擁有於顯田游泳池範圍內的辦公室。

該會歷年來皆活躍於救生服務、證章及比賽訓練之中，因為坐落於擁有室內主池的顯田游泳池，有利於他們一年四季的競賽訓練。於2008至2009年度該會便得到市政盾第三名、會長盾第三名、飛魚獎第三名及郭贊盃第三名，成績有目共睹。除了每年舉辦各項泳池及沙灘拯救章等訓練，亦有培訓有意之學生成為教練，每年約有一至兩位學生被推薦考取拯溺教師資格。該會較少跟學校或機構合作，學生都是靠口碑吸引，以及被教練們對拯溺的熱誠感染，繼續學習拯溺的其他技能。

由於沙田已步向人口老化，青少年人口減少，吸納學生成為藍鯨拯溺會成為近年的難題。教練們會以隨遇而安的態度，對待學生人數的多寡。未來日子，該會會投放較多資源於服務及證章訓練當中，跟總會政策配合，提出改善的方法並靜待轉變。



九龍城區康樂及體育促進會(拯溺部)



屬會編號：K-08
 成立年份：1986
 活躍地區：九龍城
 屬會代表：周浩堯先生、盧俊文先生

踏入第24個年頭的九龍城區康樂及體育促進會（拯溺部）一直得到九龍城不同組織的支持。「課程多樣化」是該會的一大特色，包括游泳、拯溺、國際標準舞、田徑和足球等等。促進會跟九龍城區的社會賢達和各機構都維繫著良好關係，如康文署、民政署及區議會等。全靠各機構撥款贊助，該會才擁有充足資源為九龍城區居民推廣各項體育活動。

由1986年至今，九龍城區康樂及體育促進會（拯溺部）一直為大環山游泳池駐池屬會。九龍城區康樂及體育促進會有限公司本是地區體育會，建會初年只設立游泳部，次年才正式開辦拯溺部。由於資源有限及區內缺乏海灘，一系列於泳池訓練的項目如銅章、磁章、泳池救生章、水上急救章等都是其主力發展項目。而磁章更被該會視為教練「必須持有」的章別，由於磁章能夠加深學員對基本救生技術的認識及了解，所以主席周SIR重申這是該會教練考取教師證書的必經階段。考獲磁章不但提升學生的個人救生造詣，更有助改善教學質素。

周SIR期望該會能夠把拯溺精神薪火相傳，但時下青少年重視利益回報多於貢獻付出，所以培育真心服務拯溺界的學生確是極具挑戰。不過，他對於能見證學生成長以至各人相繼組織家庭，也感到十分高興和欣慰。他更表示該會必定珍惜及善用九龍城區各組織的慷慨捐款，同時鼓勵各學生積極參與健康的拯溺活動，回饋社會及將這有意義的運動繼續發揚光大。

聚會堂

香港童軍九龍地域(拯溺組)



屬會編號：S-06
成立年份：1988
活躍地區：九龍區
屬會代表：李嘉輝先生



香港童軍總會一直透過不同的活動及獎章計劃，鼓勵童軍成員學習不同技能，進行多元化發展及服務社會。因為拯溺能培養助人自助的精神及紀律性，拯溺亦因此成為童軍的訓練項目之一。為提昇九龍地域童軍成員對拯溺運動的興趣及配合海上童軍組的發展，九龍地域拯溺組於1989年正式成立。童軍拯溺組與香港拯溺總會一直互相配合；童軍們的拯溺徽章更是香港拯溺總會特別製作的「縮水」版銅章布章。

香港童軍九龍地域(拯溺組)服務區域之廣，令他們有足夠的人力物力自行舉辦拯溺競賽活動。所以拯溺組透過舉辦童軍界的拯溺比賽，吸引他們參加拯溺訓練班，大大提高了童軍們對拯溺的認識及興趣。另外，他們亦積極參加香港拯溺總會所舉辦的活動，例如在沙灘大會操暨沙灘競技賽及水上安全攤位設計比賽中，香港童軍九龍地域(拯溺組)表現出色，顯露出非凡的紀律性及團隊精神。他們的參與，實在令比賽生色不少。

雖然他們是擁有最多會員的屬會之一，但由於他們不是駐池屬會，沒有足夠泳線作拯溺訓練及未能提供義務救生服務，所以拯溺訓練及推廣發展等工作都因此而大受影響。但秉承著童軍勇於面對挑戰的精神，拯溺組希望跟隨香港拯溺總會的制度改革，積極爭取改變現時的童軍獎章制度，培養更多童軍考取救生員資格，提供義務救生服務，貢獻社會，服務社群。

將軍澳體育會



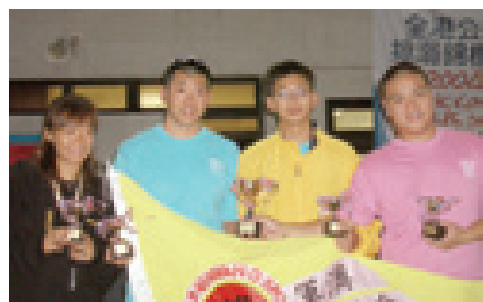
屬會編號：T-62
成立年份：2000
活躍地區：全港
屬會代表：周磐業先生

「力爭上游」是每位運動員面對比賽應有的態度，同時亦是將軍澳體育會的宗旨。將軍澳體育會由幾位志同道合的教練所建立，目的是把水上運動引進區內，由推廣拯溺運動開始，熱心的教練們都願意犧牲工餘時間，全心投入拯溺訓練，並把訓練班的收益回饋於競賽訓練及教學用途當中，實行全副心血貫注到拯溺運動之上。

雖然屬會名稱以「將軍澳」命名，可是他們的服務卻遍佈全港。訓練班不謹於屬會內進行，並與不同學校、公司、各慈善及更生服務機構合辦拯溺訓練。本著「推廣」二字，遇有拯溺訓練、考試或拯溺競賽的機會，他們都以認真的態度，帶備所需的器材走遍各區，配合合辦機構的需要。成立初期主力於各項拯溺章別的訓練，近年則著重於拯溺競賽、配合總會的競賽運動推廣。在過去的十年間，雖然各教練均忙於會務及訓練，但於每年全港拯溺大賽後都會設下晚宴，藉此維繫教練、會員及運動員的每一顆心，亦是因為這顆「拯溺心」將大家緊緊的凝聚一起。

隨着香港拯溺總會推動競賽運動漸趨專業，將軍澳體育會亦力求進步，參考世界各地運動員的訓練及技術，再加以改良及練習。未來發展方向將投放更多資源於拯溺競賽之中，期望把拯溺運動普及化，為每年各項拯溺比賽增添熱鬧並使之更具規模。

小記者：Sam, Alison, 紹民, 嘉晉 & 嘉祈



CONNECT TO THE WORLD



AUSTRALIAN COASTSAFE

The national coastal safety management service of Surf Life Saving Australia

澳洲的海岸線十分廣闊，長度超過35,877公里，若計算所有島嶼，長度更達59,736公里。超過80%的澳洲人生活在沿岸地區，而每年單是到訪旅遊區的海灘之旅客人次便超過5,500萬人次。沿海的海灘雖然方便了國民的生活所需及為社會帶來經濟收益外，它也帶著潛在的風險。每年，在澳洲海岸上發生大大小小的事故及意外，便奪去多達60條寶貴生命及造成幾百人受傷。

為了提供更安全的水上活動環境，Surf Life Saving Australia (SLSA)設立了一個名為CoastSafe的全國策略性泳灘安全智囊部門，負責協助澳洲境內泳灘的資料搜集以及個別泳灘的救生安全系統的建立。CoastSafe為各政府部門，海岸管理的機構和團體，私人發展商和旅遊經營者提供服務，目的為減少受傷或死亡的風險，保護澳洲人於沿海生活的美好形象以推持泳灘為國家帶來的的經濟效益。

CoastSafe綜合運用各種有效的風險管理工具，包括方案設定、資源分配、專業管理、準則和指引，旨在建立一個完善的泳灘管理系統。

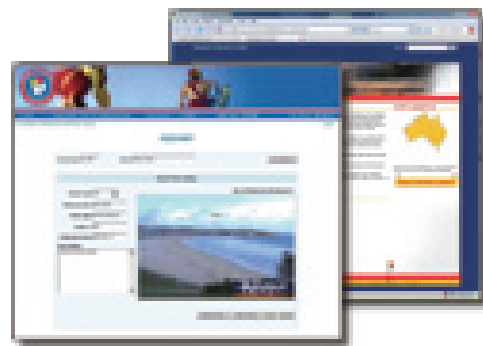
CoastSafe服務內容涵蓋以下項目：

- 澳洲海灘安全及管理計劃(Australian Beach Safety and Management Program – ABSAMP) - 利用網上資料庫儲存及收集澳洲境內超過11700海灘的數據和圖像。
- 澳洲海岸公眾安全指引
- 海岸風險評估
- 海岸風險評估員訓練計劃
- 救生員資歷架構名單
- 意外通報資料庫



COASTAL RISK MANAGEMENT SERVICES

CONNECT TO THE WORLD



澳洲海灘安全及管理計劃

Australian Beach Safety and Management Program – ABSAMP

ABSAMP在1990年由SLSA及悉尼大學海岸研究組合作建立的。ABSAMP是一個網上資料庫，資料庫內儲存了所有澳洲泳灘的詳盡科學數據，所有資料已被核實及統一。ABSAMP是世界上最完善和齊全的海灘調查和紀錄。ABSAMP除了用於科學研究、幫助澳洲海岸的管理和安全水平的提升外，亦是不少其他國家所仿效的標準。

海岸風險評估

海岸風險評估和審計是SLSA所提供的服務中最受歡迎，即是需求最大的一項服務。這些評估包括使用空間數據、ABSAMP海灘分類系統和研究、指示及警告標示擺放準則，以及由專業評估人員作出的現場的評估結果，去為地方政府，度假村經營者，私人發展商和世界各地的組織提供風險評估。這些風險評估不但對公共安全方面的風險作出全面的評估，更就如何管理這些風險提供詳細和專業的建議並提供改善的方案。

安全審查

SLSA同時為現時的救生服務和警告標示進行檢查、測試及檢討等。這個安全標誌審查的準則皆跟據澳洲及海外所使用的最佳標準而進行，審查後更會提供一份詳細的評核報告。

救生服務水平計算表

救生服務水平計算表是由SLSA所研發的，目的是幫助當地政府，土地使用者和水上活動設施營運者去判斷所擁有的救生的救生服務水平。任何一個泳灘或水上活動中心的救生服務水平可根據該泳灘或水上活動中心在12個月內或限定時間內的救生服務水平計算。而計算的標準包括ABSAMP泳灘危險級別、訪客及泳客人次、使用率、訪客及泳客的逗留時間、意外紀錄及地點的方便度。

國家海岸安全報告

SLSA由2001年起，每年都會發表一次國家泳灘安全報告。報告會紀錄每年的溺水意外數字及因溺水造成的死亡數字。從2007年起，泳灘安全報告所紀錄的範圍更擴展至因溺水造成的傷亡、溺水意外和其他與海岸安全有關的數字。這些數據都會被儲存於SLSA的中央資料庫(SurfGuard)，所有救生員，澳洲救生服務使用者的資料均會存到該資料庫，並且與傳媒監察報告和國家死亡資訊系統(NCIS)的資料庫互相參照。

意外報告資料庫

SLSA會紀錄於海岸發生的嚴重溺水事故及所有由SLSA的救生員所處理的拯救程序，包括拯救、急救護理、復甦法拯救及搜尋等等。這些資料有助了解及辨別高危的泳灘使用者，知道需要改善的地方，從而幫助提昇救生員的準備工作和訓練，提昇服務質素。

指引和標準

編寫澳洲海岸公眾安全指引(Australian Coastal Public Safety Guidelines – ACPSG)的目的是幫助海岸或泳灘管理員及營運者去提供一個安全的水上活動環境給使用者。經過多年的研究和參考澳洲及其他國家的各種指引、標準、守則及慣例而制訂。

CoastSafe的出現表示著救生自願組織有能力提供完善的國家級專業泳灘保護及安全服務，他們的佳績和成就值得香港拯溺總會借鏡，開拓有關性質的研究小組，集中制訂一系列的泳池及泳灘的海上安全配套。

資料來源：

http://www.coastsafe.org.au/Aquatic_Safety_and_Risk_Assessment

小記者：Sam & Edmund

出版：香港拯溺總會事務委員會會訊刊物部

期數：第七期(非賣品)

日期：二零一零年六月份

榮譽顧問：劉漢華會長BBS, JP、黃學堯副會長、鄧竟成副會長、韋錦潮副會長、陳偉能主席MH

顧問：楊志滔博士、陳志球博士JP、廖錦洪先生、何福強先生、蔡溢昌先生、梁智輝先生、鄭偉強先生、梅日耀先生、馬澤華先生

總編輯：馬澤華先生

編輯委員會：陳冠恒先生、馬丹妮小姐、劉嘉祈小姐、林穎芹小姐、趙佩玲小姐、梁詠珊小姐、葉紹民先生、梁澤文先生、余嘉晉先生、劉泳欣小姐

辦事處：

網址：<http://www.hklss.org.hk>

電郵：info@hklss.org.hk

地址：香港灣仔軒尼詩道258號德士古大廈21樓

電話：(852) 2511 8363

傳真：(852) 2507 5239