

動物醫生 工作証
2008-2009
動物姓名: DR. JUMBO
主人姓名: 李淑玲
種別: 金毛尋回犬
編號: 81-10091
有效日期: 2/2009



狗不僅是人類最忠誠的朋友，牠還能醫治病病人！ Page 2



你有沒有聽過海豚的笑聲？ Page 4



香港海關百周年專頁一邊境及港口處點滴。 Page 6



總監督譚偉倫與我們分享獲選為「2009年特殊奧運冬季世界賽—執法人員火炬傳送代表」的喜悦。 Page 8



體康會活動花絮。 Page 9

我和牠有個約定 人狗情未了

牠，機靈又活躍。牠，忠誠又可愛。當牠的兄弟姐妹在溫室中備受呵護寵愛時，牠則在各大口岸、貨場盡忠職守地工作。牠，把大部份的生命獻給海關緝毒工作，是我們不可或缺的一員——海關搜查犬。

阿雋與Millie

緣·起

何品雋（阿雋）自小鍾愛狗隻，但由於居住環境所限，未能在家中「撫養」，只能偶然在口岸接觸工作中的搜查犬。適逢「狗隊」招募車長兼狗房助理員，阿雋便毅然投考，後來更決心加入海關領犬員行列。阿雋笑言：「起初以為當領犬員很『有型』，因為可以指揮搜查犬工作嘛！怎料，原來殊不簡單，每位領犬員都要為犬隻付出無比愛心，還要照顧牠們的起居飲食，好比自己的仔仔女女哩！」

Millie比阿雋更早投身緝毒工作，牠是阿雋的好拍檔、好幫手。阿雋說：「Millie較我更更有經驗，初時牠對我這名『見習領犬員』不大服從，簡直可以稱牠為『犬領員』哩。」磨合期過後，阿雋與Millie愈益合作無間，平均一年偵破七宗毒品案件。二零零六年，Millie更憑著其超卓的緝毒表現，獲動物醫生頒發「香港傑出動物大獎」呢！

「與Millie一起工作，實在有無比的滿足感！」阿雋表示，領犬員的工作很全面，除負責搜查犬的起居生活外，亦須兼顧搜查犬訓練、發展和部署聯合行動等，別具挑戰性。他說：「處理案件時，我們還須注意搜查犬的『職安健問題』，決定是否讓搜查犬接觸潛在有害的物質。我必須時刻保持警覺，保護我的好拍檔。」

若狗拍檔生病，領犬員最是牽腸掛肚，恨不得值班照顧牠。阿雋說：「下班後，我們也會經常致電其他當值人員，問候狗拍檔的情況和提醒他們代為餵藥。」狗房裡出現「請代為照顧，萬分感激！」的字條，屢見不鮮。

無論是工作或是生活，總會有起有跌。在工作上，Millie是阿雋的最佳拍檔；在生活裡，牠則是他的良朋好友。阿雋感慨道：「有時，狗比人更懂得體諒人。當你失落的時候，牠就像知道般，輕輕地依偎你、舔



Millie與阿雋「行仔嘅」五年後退休，阿雋誓言會好好照顧Millie，讓牠安享晚年。

你，默默地給你安慰。在狗房裡靜靜地看著牠，心境也會平靜起來。」阿雋自言，Millie不但給予他無限的支持和安慰，更令他在工作和待人接物方面愈趨成熟。

緣·續

一份感情，十分落力。阿雋透露，多年前，他從一齣內地搜查犬的特輯中知悉，內地「戰績彪炳」的搜查犬過世後，會獲安葬於紀念墓園裡；所以，他亦決心要與Millie並肩作戰贏取輝煌成績，好讓牠光榮退役。

Millie服役多年，剛於二月二日退休。阿雋家裡的太座雖然並不特別鍾愛狗隻，但亦樂於全力配合，迎接Millie這位新家庭成員。他們更早已為Millie退休作好準備，搜集狗糧、狗用品和狗酒店等資料，讓Millie好好的安享晚年。阿雋笑言：「Millie退休後，我會給予牠從未享受過的『寵物犬』福利哩！」

穎榆與Choca

去年中，盧穎榆（穎榆）與Choca在香港國際機場揀選旅客清關時，聯手檢獲530克大麻樹脂，總值港幣四萬多元，並拘捕兩名入境旅客。在雲南受訓完畢，這對好拍檔駐守機場候命還不足兩個月，便憑著無比的默契與互信偵破案件，獲得部門的嘉許。

拔足狂奔 攔「毒客」

案發當天，穎榆和Choca揀選完涉案航班旅客清關，便會鳴金收兵、班師回朝。在該航班抵港前，穎榆還特意與Choca玩毛巾，讓牠抖擻精神完成當天最後一項任務。穎榆憶述：「當時一名入境旅客已走到我們十

米外的地方，但Choca突然回頭，拉著我拔足狂奔追著他，然後很開心地坐在他跟前。我從Choca的反應，已肯定該名入境旅客身上藏有毒品！」她續稱：「在沒有任何情報下，



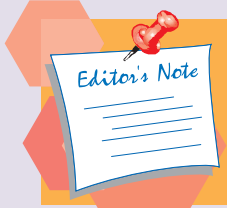
一月九日，Choca在穎榆的引領下，踏著輕盈的步履，登上部門嘉許狀頒授典禮的頒獎台，接受助理關長周廣的嘉許。

Choca自己主動找到毒品，尤其當時牠已經很累，但依然敬業樂業，這最令我開心！」

寓工作於娛樂 最愛工作

這對拍檔最愛工作，因為他們都在工作中找到樂趣。穎榆是愛狗一族，能與她最喜愛的伙伴一起工作，簡直是樂此不疲。她說：「每次看見牠在傻笑，我就忍不住發笑！」穎榆又指，在Choca的世界裡只有玩樂，根本沒有工作這回事。由於領犬員會以遊戲方式，引導搜查犬尋找毒品，穎榆與Choca都「樂業」非常。

（轉下頁）



桐言

經過海柏編輯委員會各委員的努力，今期海柏終於趕得上在二月份出版，並多以粉紅色設計以突顯今期的主題——「愛」。

今年二月是情人節的月份，因為無論中西方的情人節都在同一個月、同一星期內慶祝。情人節是一個「愛」的節日，而普天之下「愛」很廣泛，包括親情和友情。能夠和情人、家人、友人，甚至身邊所有人一起慶祝，分享

我們真摯的愛和心意，怎樣度過也可以同樣快樂滿足。快樂是雙向的，給人快樂的同時，就是給自己快樂，畢竟「施比受更有福」這句說的真諦是要體會過才會明白。

最近，由一間非牟利機構委託香港大學在2008年所做的一項「香港生活與工作平衡調查」顯示，生活與工作失衡，已為企業員工的身心帶來影響。與過往兩年一樣，超過六成僱員表示由於生活與工作平衡欠佳，經常感到疲累和極度疲倦。而生活與工作平衡欠佳形成了多個負面趨勢，包括僱員與伴侶和家人相聚的時間不斷

減少、僱員失眠和欠缺食慾的比率上升，以及與朋友關係轉差等。其實，生活與工作失衡是導致壓力的元兇，任何工作都有不同程度的壓力。面對社會的不斷轉變和訴求，海關的工作也充滿挑戰，我們應妥善監察及計劃自己的生活模式，以便適當地處理壓力。面對無處不在壓力的時候，我們需要學習一些簡單的鬆弛方法和技巧來紓緩壓力，在適當的時候，更可以將心得跟其他同事分享和交流，達到教學相長的效果。

人與人相處是一門學問，但人與動物相處又是否特別困難呢？我們

前線的工作除了有海關人員之外，還有四十多隻海關搜查犬協助我們做好把關的工作。我們往往只是見到領犬員拖著搜查犬在貨物檢查站或在各口岸工作，但是他們的領犬生涯又如何呢？訓練犬隻或其他動物又是否一件苦差呢？我們將會在今期內文為您細細道來。

踏入2009年，對於部門來說別具意義，因為它已經服務香港一個世紀，慶祝成立一百周年。而水運會亦將於3月6日在九龍公園舉行，揭開部門大型慶祝百周年活動的序幕，各位同事記得踴躍參加。



Choca年紀輕輕已主動出擊破案，在穎榆的悉心訓練和鼓勵下，他日必定表現更出色。

(接第一頁)

「人生幾乎有一半光陰在工作中度過，所以我會選

擇開心地工作！只要對自己工作產生興趣，便可以從中找到快樂，每天都輕鬆愉快地過！」

一起成長 沿途有你

Choca只有兩歲，年紀較輕，性格亦較膽小。穎榆稱：「牠膽量較小，凡事要我先做，見我安然無恙，才會跟著幹！但牠很細心、謹慎，工作時會『嗅』得比較久和仔細，我最欣賞牠認真的態度。」穎榆與Choca一起成長，最愛見牠不斷的進步。她說：「Choca幼時很

畏高，連跳高和『企高』去嗅高的地方亦不敢。但經過我和同事合力的訓練，牠已克服怕高的心理障礙，在頒授典禮上更順利跳上頒獎台，乖乖的接受屬於牠自己的獎項。」

成功的背後，往往經過百般的試煉和努力。破案前一天，穎榆與同事們剛好為Choca進行緝毒訓練。她說：「我非常感激曾經協助訓練和照顧Choca的同事，希望以後大家都可以開心地工作，Choca可以健康快樂地成長。」

李淑玲與Jumbo

李淑玲（阿玲）與Jumbo，是上一代的「狗隊」成員。阿玲於一九九九年加入狗隊，是部門首批女領犬員之一；Jumbo於二零零七年底退休，是阿玲第二任狗拍檔。

不一樣的開始

Jumbo是隻不一樣的搜查犬，牠不足一歲便給部門自漁農自然護理署那兒收養過來，由狗隊上下自己訓練。阿玲表示：「若然訓練失敗，Jumbo未能通過測試，那牠便要離開狗隊了。」所以，大家都很著緊Jumbo的訓練，阿玲和其他領犬員更會犧牲自己的用膳時間為牠特訓呢！

阿玲說：「Jumbo很害怕小朋友，可能牠流浪時給欺負過罷。那我們便針對這點，讓他多接觸小朋友，助



Jumbo退休後結識了不少狗友，最愛一起「遊山玩水」，展開了另一頁的「狗」生活。

牠克服『童年陰影』。」Jumbo成搜查犬之路較為崎嶇，牠經過多次的特訓，考了兩次試方合格，由被遺棄的金毛尋回犬變成海關搜查犬！

不一樣的晚年

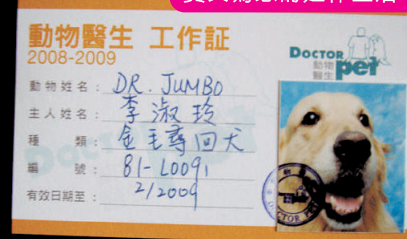
Jumbo工作了大半生，阿玲還擔心牠不適應退休生

活，特意放一週假陪伴牠。阿玲說：「出乎意料，Jumbo很快便習慣了優遊自在的退休生活。閒時落街會狗友，又與其他狗友一起行山、游水，牠好不開心哩！」

退休前，Jumbo憑著優秀的工作表現獲委任為動物醫生；退休後，阿玲決心要讓Jumbo做個真正的動物醫生，把歡樂帶給別人。這次，

Jumbo不用特訓，順利於去年底考獲「見習」動物醫生資格，未來更會展開探訪工作，過其既閒適又充實的退休生活。

搜查犬Jumbo退休後轉行做動物醫生，過著充實又寫意的退休生活。



1. 早晨散放 每朝早，我們都會散散步，放放肚子裡的穢物。憋了一整晚，終於舒服了！

8. 安然就寢 一天工作順利完成，晚安！

2. 清洗狗房 散放期間，領犬員會為搜查犬清洗「房間」，予牠一個清潔乾淨的安樂窩。

7. 傍晚散放 就寢前，再去鬆鬆筋骨，清清肚子。

6. 餵食糧草 工作了一天，終於可以開飯！

3. 衛生護理 來一個泡泡浴，真爽！再梳梳毛，整理儀容準備出關工作。

4. 出關工作 一切準備妥當，搜查犬急不及待登上車，出關工作去！

5. 行李檢查 左嗅嗅、右嗅嗅。邊工作，邊玩尋寶遊戲！

我們的一天

和平使者的守護天使

上班一族早上的步伐通常有點重，心情亦會因為開始一天的工作而帶點沉鬱。不過，今天早上我的步伐格外輕鬆，因為我正前往很多人都喜愛的樂園——海洋公園。

海洋公園其中一個特色，就是園中有不同的動植物，而海洋劇場更是每一位海洋公園的遊客必到的地方，不過我們通常都只可以遠遠的欣賞表演，至於表演背後關於海洋動物的訓練及成長，恐怕不是太多人認識。

今天，我們很榮幸邀請有九年海洋哺乳動物訓練經驗的海洋公園高級海洋動物訓練員阿德接受訪問，為我們解開海豚的成長及訓練背後的喜與憂。



• 阿德和海豚Angel均笑容滿面。

海豚的成長

海豚大概分為三種，而海洋公園的十六條海豚皆為體形最小的樽鼻海豚，又稱寬吻海豚。成年的樽鼻海豚腹部會有斑點，一般可以大約每四年懷孕一次，懷孕期約十二個月，通常每次一胎。四年為一個可懷孕週期的原因，是海豚媽媽會照顧初出生的海豚嬰兒，直到其開始獨立為止，才會離開子女。

訓練員會於海豚出生後三四個月開始餵飼海魚，大概到歲半至兩歲就會完全戒奶。根據阿德的憶述，海豚媽媽會把剛出生的海豚嬰兒拋到高空，協助其呼吸第一口新鮮的空氣，當嬰兒再次落入水中時，牠已經懂得與母親以同一節奏游泳了。相比海豚，原來人類協助初生嬰兒第一次呼吸的方法是十分「人道」的。

海豚的護理

現時只有八隻海豚到海洋劇場表演，其他的在海洋學堂接受護理，包括量體溫、照超聲波、抽血化驗等等，以確保身體健康及評估牠們的生殖能力。



• 海豚多享受訓練員細心的牙齒保健服務。

一般護理完成後，訓練員便會和海豚玩耍，並教育海豚一些我們在表演中欣賞到的動作及一些特別的“SD” (Discriminated Stimulus)，即是指令，例如訓練員觸摸池邊便要游到池邊及排隊等。

阿德透露，訓練海豚做一些與生俱來的動作如跳水，可能只需一節時間，海豚已經能夠掌握，不過其他難度較高的動作，就要視乎海豚的天資及性格了。



• 阿德用訓練棒教導海豚轉圈。海豚會一直用吻部，即吻部貼著棒子，從而做出不同的動作。

海豚的獎勵

海豚的美食當然是魚，不過原來冰和啫喱（魚膠粉加水）都是海豚的佳餚。然而，有時海豚的獎勵並非食物，只要牠們得到訓練員的嘉許，拍拍牠們的額頭、和牠們玩耍，牠們都會很快樂，亦會更服從訓練員的指令。



• 看海豚得到海魚獎勵有多快活！

喜與憂

九年的日子裡，阿德遇上很多難忘的事情：第一次觸摸海豚、第一次二十四小時輪班觀察懷孕的海豚、第一次目睹分娩過程，第一次表演……都令阿德印象難忘。不過，原來阿德工作最大的滿足感，是來自海豚對他完全的信任，而這點卻不是一朝一夕可以做到的。



• 任由訓練員觸摸最脆弱的尾鰭部位，是海豚對訓練員信任的反映。



• 跳水

有喜就會有憂，對阿德來說，海豚生病就令他最擔憂。看著牠們沒精打采、食慾不振的模樣，訓練員的心裡都感到很難過。另外，對一般剛入職的同事來說，要認出每一條海豚及認識其性格亦是一大難題。不過阿德說，海豚已經是比較容易分辨的海洋動物，因為每一條海豚的頭形、背鰭及尾鰭都一定會有不同的特徵，當然時間和愛心是成功的基本要素。

後記

站在池邊的個多小時訪問中，池中的兩隻海豚不時發出清脆的聲音，落入耳中，就像是聽到牠們嬉戲時的笑聲，再望著其他訓練員一臉笑意，我這個遊客也不能不感受到他們之間的感情及默契，熟悉得來卻又可以那麼盡在不言中。



• 海豚Angel與其孩子所組成的合唱團。

訪問及撰文：督察 張惠雯



Get Fit 第一課 - Get Start

想Fit，個個都會叫你多做運動。但是應該選擇什麼運動？打球要組隊，去fitness centre又貴又不知如何做起。

首先讓我們界定何謂Fit吧！Fitness（體適能）是指個人能力除足以勝任日常工作以外，還能有餘力享受休閒，並能夠應付突如其來的變化及壓力之身體適應能力。其5大元素為心肺耐力、肌力與肌耐力、身體成分、柔軟度和神經肌肉鬆馳。

心肺耐力 - 心、肺及循環系統能夠有效地為肌肉提供足夠的氧氣及養分

肌力與肌耐力 - 肌肉系統能夠有效地工作，如保持身體姿態、走路、慢跑或快跑

身體成分 - 身體淨體重與身體脂肪比例

柔軟度 - 身體各關節能有效地作最大範圍的活動

神經肌肉鬆馳 - 指身體能夠有效地放鬆或減輕不必要的緊張

其實keep fit並不如想像中難，今期開始我會同大家分享做gym心得，使大家可以有個健康身體及理想身型！

做gym大致上分為帶氧運動及重量訓練兩類：

帶氧運動



簡單來說，做運動過程中持續有暢順的呼吸，沒有氣促的現象，並令心跳維持在特定水平。例如緩步跑便是帶氧運動，100米衝刺則是無氧運動。不同程度的帶氧運動

可提升心肺耐力及燃燒脂肪，在健身室內我們常見的帶氧運動器材有跑步機、單車機、太空漫步機和划艇機等。

常見誤解 - 別以為辛苦或汗流浹背就是最適合你的訓練，應該以心跳率為標準。計算訓練心跳率有很多公式，就以最簡易快捷的為例：

最大心跳率 = 220 - 年齡

目標	維持在最大心跳率之
燃燒脂肪	65-75%
提升心肺耐力	75-85%

重量訓練

這類運動是透過肌肉負重而進行的，通常是利用健身器械或啞鈴幫助訓練，亦可利用自身重量進行，例如掌上壓、引體上升等。不同程度的重量訓練可產生不同的效果，如收緊肌肉、增加肌肉體積或提升肌肉力量。



常見誤解 - 別以為重量訓練會令你變成筋肉人，不適合女士。其實適當的調校重量及重複次數，可以有效地幫助你達到目標

目標	重量	重複次數
收緊肌肉	輕	20-25
增加肌肉體積	中	8-15
提升肌肉力量	重	4-6

那麼我應該如何開始訓練計劃呢？訓練場地又要如何選擇呢？

我建議大家放大部分時間在帶氧運動上，就以1小時的訓練來說：

分鐘	10	30	15	5
訓練	拉筋(warm up)	帶氧運動	重量訓練	拉筋(cool down)

運動前拉筋十分重要，因為可以避免受傷，尤其在冬季，更可以避免因肌肉過冷而在運動初段出現抽筋的情況。之後30分鐘的帶氧運動應每次選定同一部機器；盡量避免因使用不同組合（如10分鐘跑步機 + 10分鐘單車機 + 10分鐘划艇機）而出現間斷，令心跳不能維持在特定水平。15分鐘的重量訓練應針對身體大肌肉為主，如胸肌、背肌、三角肌（肩）、三頭肌（byebye位）、二頭肌（老鼠仔）、腹肌、大腿肌及小腿肌。

器械／動作	訓練肌肉
臥推舉 	胸肌、三頭肌
高拉背 	背肌、二頭肌
肩推舉 	三角肌、三頭肌
仰臥起坐 	腹肌
蹲腿 	大腿肌
坐定提膝 	小腿肌

最後為了使已訓練的身體各部位得到舒展，必須再做一次拉筋，避免關節活動的範圍減少。

我開始訓練了，怎麼效果好像不顯著？

體能訓練或身型改善不是一朝一夕便可成功，以每星期進行3-4天訓練來說，開始訓練後6-8星期才會見到最佳效果。當然還要配合節食或均衡飲食才可達到最理想成績。距離天氣回暖還有一段日子，好好把握時間鍛鍊身體迎接夏天吧！

以後每期將介紹身體各部位的訓練方法，請留意下期< Get Fit - 第二課 ByeBye，ByeBye肉 >

撰文：督察 劉焯威

參考資料：香港體適能總會 - 體適能基礎理

香港海關水運會 2009 團結 凝聚 健康

踏入2009年，意味着香港海關服務香港已逾一個世紀。部門將於2009年3月6日（星期五）假尖沙咀九龍公園游泳池舉行香港海關水運會2009，揭開慶祝百周年大型活動的序幕。部門期望透過舉辦是次水運會，及一連串大型慶祝活動，加強海關同事的團結精神，提高凝聚力及歸屬感，並且鼓勵大家多參與有益身心的活動，更注重新健康生活。今年水運會除設有個人比賽

項目及分齡比賽項目外，更設有百周年紀念盃邀請賽，邀請各駐港海關代表和工會代表組隊參與；大會另增設家庭比賽項目，歡迎各同事攜同15歲或以下子女參加。除比賽項目外，更有精彩的示範表演，大家不容錯過。詳情請繼續留意本會的宣傳資料。歡迎你們參加比賽及到場為比賽健兒打氣。到時見啦！

香港海關體育及康樂會



香港海關今昔百載攝影比賽

繼標語創作和標誌設計比賽後，另一項饒具意義和獎品豐富的比賽——香港海關今昔百載攝影比賽亦快要截止。你還不拿起你的相機，按下快門，拍下你認為最能表達部門百年變遷的佳作？

主題：以「香港海關今昔百載」為題，透過攝影作品表達香港海關對香港及國際社會作出的貢獻及對部門的百年變遷作出見證。

獎項：得獎者一名，可獲得由關長簽發的獎狀和豐富獎品

參賽資格：所有海關人員，包括部隊、貿易管制處和一般及共通職系人員均可參加

截止日期：2009年3月31日

詳細資料請參閱EFS／部隊行政科／海柏資料夾內的公佈或電2852 3375向高級督察胡仁傑查詢。

百載服務獻香江 護法守關盡擔當



海關一百周年標語創作比賽和標誌設計比賽已經圓滿結束。同事反應十分熱烈，總共有220份參賽作品！經過遴選委員會的嚴格甄選，比賽結果如下：

標語創作比賽

勝出作品：百載服務獻香江 護法守關盡擔當
得獎者：督察池俊雄

優異獎作品（1）：香港海關迎百年 專業承擔邁向前
得獎者：總關員朱計明

優異獎作品（2）：海關新紀元 再闢新高峰
得獎者：助理監督陳偉超

優異獎作品（3）：把關衛稅跨世紀 商貿融通護權利
得獎者：助理文書主任黃少玉

標誌設計比賽

勝出作品：
得獎者：高級關員陳偉忠（88119）

優異獎作品（1）：
得獎者：高級關員陳偉忠（88119）

優異獎作品（2）：
得獎者：高級關員柯錦忠（8862）

優異獎作品（3）：
得獎者：關員黎瑞芬（06184）

恭喜以上獲獎同事！頒獎儀式將在今年第三季舉辦的海關同樂日中進行，獎品包括：關長簽發的獎狀、關長親筆簽名留念的「海關百周年」特刊、海關百周年紀念郵票、電子數碼相架／室內無線電話，及其他精美紀念品。

另外，以「香港海關今昔百載」為題的攝影比賽亦將於2009年3月31日截止。同事可透過攝影作品，見證香港海關對香港及國際社會的貢獻及海關這百年來的變遷。萬勿錯過！

請立即行動，現在就拿起你的相機，齊來參與這項輝煌盛事。如有查詢，請與高級督察胡仁傑聯絡（電話：2852 3375）。



緝私守關 便商利民

百周年紀念專頁今期主要介紹邊境及港口處的點滴。緝私守關是海關的主要職責。邊境及港口處的同事日以繼夜為海、陸、空把關，堵截可疑旅客和貨物進行清關。回望過去，有賴同事的經驗和努力，加上情報分析和先進儀器的協助，部門搗破大型走私案件不計其數，當中檢獲物品的種類、數量和價值都令人讚嘆不已。隨著時代變遷，不法分子的走私手法層出不窮。讓我們回顧近年清關程序的演變，或許會從中得到一些啟示。

犯罪集團利用「大飛」、內河船和貨櫃暗格進行走私活動一度極為猖獗。為加強海上堵截可疑船隻的能力，部門不斷擴充船隊，如添置海域巡邏船、小型淺水巡邏艇及高速截擊艇外，更為海關船隊更新更現代化和更有效率的裝備，例如全球定位系統，安全通訊頭盔等。機場和口岸方面，我們亦善用高科技協助打擊走私，如毒品爆炸品探測器、位於落馬洲管制站的出入境X光檢查大樓及其他流動X光檢查系統，便幫助前線同事偵破不少以往被視為十分棘手的「暗格」走私案件。作為執法人員，我們除了要

加強打擊走私，更要在護法守關與便商利民之間取得平衡。我們必須簡化通關手續，提高效率，促進物流業發展。我們由2005年11月開始在各管制站實施的紅綠通道系統，和於2007年7月1日通車的深圳灣口岸首度採用的「一地兩檢」清關模式，就是我們竭力提高效率，努力達至便商利民的成果。

根據世界海關組織制定的標準框架，全球海關升世紀要加強與商界合作，共同提高全球貿易供應鏈的安全。就此，部門將推行的「道路貨物資料系統」電子平台，前線同事可透過平台接收付貨人提交的電子數據，並在貨物付運前進行風險評估，縮短跨境貨車辦理清關手續的時間。展望未來，邊境及口岸處的同事將繼續以專業的態度，秉承緝私守關、便商利民的宗旨，以面對種種挑戰。

港口及海域科

香港四面環海，海岸線既曲且長，要對海上貨物的運輸作出有效管制，港口及海域科不單擁有24小時巡邏的船隊，亦在葵涌貨櫃碼頭旁建有清關大樓，對在香港海域的船隻及進出口貨物執行檢查工作。港口管制課主要有四個職責，包括：海運貨物查驗、船隻搜查、郵件查驗及郵輪乘客清關。



海運貨物查驗（左上）



船隻搜查（右上）



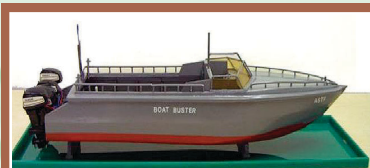
郵件查驗（左下）



郵輪乘客清關（右下）



部門現有兩艘淺水巡邏艇，轉責在港內進行職務。它們由1999年開始投入服務，於0.5米水深亦可行駛，最高速度達39海里。



退役反走私特遣隊快艇（右上，模型）及現役（左下）高速截擊艇。高速截擊艇的船身以碳纖維及玻璃纖維強化，最高速度可達53海里。（巡邏船的最高速度約為23-29海里。）

現役9號（海信）（左上）、2號（海鋒）（左下）巡邏船及退役2號（右上）、5號（右下）海關船。海信於2000年開始投入服務，海鋒則早於1986年已開始服務。

港口及海域科現有5艘海域巡邏船、4艘高速截擊艇、兩艘淺水巡邏船及8艘海駒式橡皮艇。主要巡邏香港水域及打擊海上走私活動。



60-70年代海關船雷達配件（左）及現役雷達（右）。現役雷達可自動追蹤目標，並計算互相的距離。



葵涌驗貨大樓及流動X光車輛掃描系統團隊

葵涌驗貨大樓在2001年建成，樓高10層，地下就是檢驗貨櫃的驗貨大樓，總面積約為6,325平方米。在2000年，兩部流動X光車輛率先投入服務。系統只需要約80秒即可掃描一架40呎的貨櫃及印出X光影像，這不單為清關工序提高了高度效率，亦令違禁品在車輛不受干擾的情況下無所遁形。

有見及此，在2004年及2007年，部門分別再購買了四部流動X光車輛，令清關工作更為快捷及有效。

邊境及口岸

《架構的轉變》

1989年，部門根據各科系的功能組織、工作性質等進行架構改組，取代以前以地區劃分的標準。1989年8月1日，邊境及口岸科（CPC）正式成立，隸屬當時的行動處（Operations Branch），負責管理各陸路、鐵路及渡輪管制站，即包括羅湖組、落馬洲組、沙頭角及文錦渡組、港澳渡輪組、中國渡輪及九廣鐵路組和管理及支援隊。

隨著香港回歸祖國，中港兩地的關係愈趨緊密，社會對各邊境管制站的需求也日益殷切。2007年7月1日，深圳灣口岸落成，為過境旅客及車輛提供清關服務。同年8月15日，落馬洲支線正式通車。隨著各陸路口岸的增加及為確保各管制站運作順利，2007年10月，邊境及口岸科（CPC）改組為邊境及口岸（LBC）和鐵路及渡輪口岸科（RFC），以方便行政管理。

《現代化的電腦系統及先進的檢測設備》



已被淘汰的載貨清單打孔機



自動車牌識別系統

陸路邊界系統（Land Boundary System）及自動車牌識別系統（Automatic Vehicle Recognition System）

從前，過境車輛經過海關清關亭時，海關人員要靠人手把車輛號碼輸入系統，並把司機遞交的載貨清單放在打孔機下打孔，以資識別。近年來，部門積極完善各陸路邊界車輛管制站的清關設備。1998年實施的陸路邊界系統及2003年推行的自動車牌識別系統，就能支援這些管制站的運作，大大提升清關效率。

道路貨物資料系統（Road Cargo System, ROCARS）

快將推行的道路貨物資料系統（ROCARS），預期能夠大大提高過境車輛的清關效率。根據系統，已註冊ROCARS的司機可於入境前不多於14日以電子方式向香港海關遞交載貨清單，海關人員繼而會進行風險評估，並按評估結果對車輛/貨物作出抽查。此系統的推行，讓海關人員有充裕時間對車輛貨物進行風險評估，有效打擊非法走私活動之餘，亦縮短車輛過境時間。



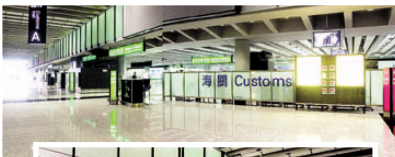
車輛X光檢查系統

車輛x光檢查系統（Fixed X-ray Vehicle Inspection System and Mobile X-ray Vehicle Scanning System）

為了有效打擊非法走私活動及加強執法，部門透過引入先進的檢測設備，如車輛X光檢查系統，偵測和防止各種違禁品和受管制物品的走私活動。先進科技設備的引進，除幫助海關人員緝查走私貨品之外，亦大大縮短了過境車輛接受檢查時間，成功在加強執法和便利清關兩方面取得平衡，促進合法貿易。

機場科

隨著香港政府於一九五八年於九龍灣興建了一條跑道，香港經濟亦急速發展。啟德機場的客貨運吞吐量在八十年代已超出其本來設計。截至一九九六年，啟德機場的客運量已位列全球第三位；而貨運量更位列全球之冠，達六萬噸。為了迎接航空業增長所帶來的挑戰，同時令香港保持其在運輸及物流業方面的優勢及競爭力，政府於一九九零年選址赤鱗角興建新機場。於一九九九年七月六日啟德機場正式關閉並隨即搬遷到新址赤鱗角，香港海關機場課的同事亦緊隨這個歷史性的「遷徙」移至赤鱗角上班去。



自2005年11月開始，「紅綠通道系統」正式於所有海、陸、空入境管制站實施。隨著新清關系統的實施，清關室替代了過往一直沿用的清關檯（俗稱豬肉欄），令香港海關的清關模式更能與國際接軌。當然，旅客亦因此享受更快捷和更能保障私隱的清關服務。



隨著八、九十年代的經濟發展，空運貨物的需求增長迅速，香港海關在啟德機場舊有的清關電腦系統已不敷應用。赤鱗角新機場於二〇〇七年七月正式啟用，每天24小時運作，貨運辦商的數目亦由一個增至六個。為提高貨物清關的效益，並配合新機場有多個營辦商的運作環境，香港海關推行了一「空運貨物清關系統」。新的貨物清關系統令海關的服務更趨完善，為應付航空貨運業持續的增長奠下了良好的基礎。

根據「保稅高速公路」的概念，香港海關於赤鱗角新機場落實了一項新措施。空運抵港的轉運貨物於機場只需要進行一次檢查，加上綠色海關封條後便可隨即運上機場的專用貨車及船隻運往中國大陸。新措施令貨物出口不需要辦理多重清關手續，毋須在入口及出口的不同階段先後在不同的海關檢查站接受檢查，減省了不少時間。亞洲空運中心的中港快線、香港空運貨物的超級中國幹線就是這項新措施底下所衍生出來的直通貨運服務。

為部門增光 延續奧運精神 總監督譚偉綸任特殊奧運火炬手



總監督譚偉綸於1月10日，以執法人員火炬傳送最後一棒香港代表的身份，在上海出席2009年特殊奧運冬季世界賽「特殊奧運全球執法人員火炬跑」上海站傳送「希望之火」的歡迎儀式。

當我們還在回顧去年8月及9月期間由中國北京舉辦、香港有份協辦的第29屆夏季奧運會運動員們精湛的競技，及第13屆殘奧會上參演人員精彩的表演，以及來自各地的志願者和包括香港海關在內各紀律部隊忠誠、有效執行各項任務之際，奧運不分種族、追求公平競技的精神已徐徐地由「2009年特殊奧運冬季世界賽」延續。這項比賽將於今年2月7日至13日於美國愛達荷州(Idaho)波伊西市(Boise)舉行。而比賽的火炬「希望之火」亦於去年11月12日在希臘雅典燃點後出發，再跨越五大洲，途經中東、南非及歐洲多個城市後到達上海，現正在主辦國美國的國度裡傳遞。

特殊奧運會(Special Olympics)是一個世界性的運動組織，為佔全球總人口達百份之二至三的智障人士舉辦體育活動，透過訓練及比賽培養其獨立及自信，漸而融入社群。每兩年交替舉行的特殊奧運會夏季及冬季世界比賽是全球數千名特奧運動員爭相一展身手的世界級賽事，讓各健兒在比賽中充份發揮特奧精神。

部門與特殊奧運會有解不解之緣。自1991年起，部門便積極參與每年一度的「特殊奧運會執法人員火炬慈善跑」，除了進行內部募捐，香港海關更與各紀律部隊參加慈善跑，把籌得之款項支持運動員到海外參賽、為本港智障人士提供長遠及全面性之全年體育訓練及比賽，以及成立運動員獎學金，鼓勵他們積極投入訓練。

曾長期參與香港特奧火炬慈善跑及為推廣特奧運動

不遺餘力的總監督譚偉綸(譚sir)，去年獲部門推薦，提名出任香港代表，鑑於他多年的熱心參與及鼎力支持，在七大紀律部隊的候選名單中，譚sir成功脫穎而出，由「火炬跑諮詢委員會」獲選為「2009年特殊奧運冬季世界賽—執法人員火炬傳送最後一棒香港代表」。屆時，譚sir將會聯同各國的代表，在美國愛達荷州將「希望之火」運送到位於南帕市(Nampa)的2009年冬季奧運會開幕禮的場地。

參與火炬慈善跑至今已達17年的譚sir高興地道：「能成為本屆唯一的中國代表，這不僅是個人難能可貴的經驗，亦是部門的光榮，因為除了警務人員，從未有其他紀律部隊人員能夠成為傳送最後一棒的香港代表」。譚sir將與全球各國百多位多以警察為主的代表們，並肩作戰十多天，積極推廣特奧運動及冬季世界賽。



總監督譚偉綸於1月29日至2月7日代表香港，與來自世界各地的執法人員代表及特奧運動員，遠赴美國愛達荷州(Idaho)傳遞火炬最後一棒，以體現社會對智障人士的關愛和保護，推動特奧運動在全世界的傳播和發展。

自1992年以來，譚sir便身體力行，積極推動部門參與「特殊奧運會執法人員火炬慈善跑」的籌款活動。由2004年至2008年，譚sir率領部隊行政科獲部門當中最高籌款額的科系達4年；自2006年起被委任為部門的體育及康樂會主席以來，令香港海關的籌款額及火炬跑手人數

更勝往年。譚sir又分別於2007年及2008年火炬慈善跑獲個人籌款最高獎的第一名和第二名，不斷為特殊奧運會作出重大貢獻。

肩負着「冬季世界賽火炬傳送」最後一棒的重任，譚sir和他的戰友們負責將聖火送抵開幕會場。為此，譚sir於兩個多月前已積極備戰，將身體操練至最佳狀態。減磅後，譚sir便着眼于提升體格，由開始時每天跑800公尺，再每四天伸延400公尺加強鍛練，以應付屆時在愛達荷州嚴冬下(約零下20度)，提着火炬，與其他隊員每天接力跑15公里的要求。

清減不少後的譚sir，精神更顯抖擻，兩個多月的鍛練，減去約15磅，現在他仍然堅持每天鍛練及清淡飲食，務求以最佳狀態傳遞火炬。「屆時我每天要以一小時十公里的速度，每天跑15公里，一連跑八日，所以現



副關長與譚Sir出席特奧授旗典禮。

在必須加緊練習，以最好的狀態，代表香港，代表香港海關，在愛達荷州宣揚特奧精神。」

譚sir已於1月27日抵達愛達荷州，並於29日進行一連十日的聖火傳遞活動，每天清晨起牀準備一天馬不停蹄的活動，除了穿梭不同城市傳送聖火，還會於學校及社區會堂進行一連串的演講及出席盛大的宣傳活動，發揚特殊奧運會的精神，宣揚冬季世界賽。最後，祝願譚sir順利完成傳遞任務、成功完成火炬手的使命！

訪問及撰文：督察 李寶枝

女童軍名人慈善競技2009

於二零零九年一月十一日，一群熱心公益關員，包括海關訓練學校、海關樂隊及部門龍舟隊同事所組成的「香港海關隊」參與由香港女童軍總會假香港仔運動場舉辦之籌款活動《女童軍名人慈善競技2009》，並由副關長擔任名人領隊。

《女童軍名人慈善競技》是香港女童軍總會每年均舉辦的大型籌款活動，以隊制形式邀請各方名人、團體及紀律部隊參與，旨為其總會籌募經費，用以發展及培育本地女童軍活動。比賽當天，共有二十八隊慈善隊伍參與，熱鬧非常。



「香港海關隊」賽後與眾嘉賓及紀律部隊合照留念

本著為善最樂及充分發揮專業團隊精神，「香港海關隊」分別在「隊伍大巡遊」和「紀律部隊精英邀請盃」競技遊戲中，贏得「紀律部隊最佳口號、標語設計獎」及季軍。

訓練及發展科



「大腳八」- 這個遊戲不簡單！



香港海關聖誕兒童聯歡 2008

海關聖誕兒童聯歡已於今年聖誕節Boxing Day (2008年12月26日)在海關高級官員會所舉行，共有近三百人參加。參加費用全免，很多參加者亦有自費訂購餐券，並與親友到餐廳，享用豐富的聖誕下午茶自助餐及參加幸運大抽獎。

當日氣氛熱鬧，聯歡活動包括：

1. 兒童趣味攤位遊戲 - 百發百中射籃球、幸運飛標、神槍手、飄

移計時賽、七彩彈彈球、瘋狂帽子、幸運鴨池、Tic Tac Toe

2. 手工藝 — 面譜製作、收縮膠匙扣、銅線掘名

3. 充氣彈床 - Slide Castle

4. 小丑魔術雜技表演

身兼香港海關體育及康樂會副會長的海關副關長歐陽可樂先生蒞臨主持幸運大抽獎，中獎的幸運兒都獲得了豐富的獎品。



香港海關體育及康樂會 2008年週年會員大會



香港海關體育及康樂會2008年週年會員大會已於2008年12月12日假海關高級官員會所圓滿舉行，共150多名會員出席。會議前體康會邀請了海關武術學會派出會員作武術表演，更邀請了現場會員參與共同示範自衛術，氣氛熱烈。關長暨體育及康樂會主席袁銘輝先生於會後頒發感謝盾和感謝狀，表揚過去一年對體康會和屬會積極作出貢獻的人士。大會結束後，會員在會所共享晚餐，交流推廣活動的心得。

獲頒發感謝盾人士

許昭俊先生 (前職員關係課參事)
陳啓興先生 (前海關排球隊領隊)

獲頒發感謝狀人士	所屬單位	職銜
周鳳華女士	海關武術學會	執行委員會委員
陳志光先生	海關攝影學會	執行委員會委員
趙穎琦女士	海柏編輯委員會	委員
何漢發先生	海關足球會	教練
安慶健先生	海關籃球隊	教練
張滿華先生	海關保齡球隊	教練
陳啓興先生	海關排球隊	隊員
鍾應森先生	海關乒乓球隊	隊員
謝富明先生	海關田徑隊	隊員
何美玲女士	海關義工隊	隊員



海關保齡球隊

十二月六日，海關保齡球隊由部門體康會主席譚緯倫帶領，聯同海關槍會、籃球隊及羽毛球隊在澳門與澳門海關同事舉行友誼賽。今次是保齡球隊首次同行，共派出六名球員作賽。

保齡球賽事在澳門「巨蛋」運動場的保齡球場舉行，比賽項目為隊際三人賽並加設個人獎項；比賽過程十分緊湊，雙方的實力亦相當接近，比賽期間互有領先，旗鼓相當；結果香港海關隊以四分之微險勝澳門海關隊，奪得隊際冠軍，張滿華得到個人一局冠軍，而李國基得到個人一局季軍。首次與澳門海關比賽便有此佳績，實喜出望外。

其後我們更與澳門海關所有運動員一起晚膳，交換工作心得並談談工作逸事，樂也融融。今次與澳門海關的友誼比賽得到他們的熱情款待，保齡球隊十分感激，已邀請他們在2009年來香港作友誼賽，加深兩地海關的認識。



港澳海關保齡球隊合照



部隊行政科高級參事何生利先生應華員會關員級分會的邀請，於二〇〇八年十月廿六日前赴澳門，主持澳港女子籃球四角邀請賽開球禮。該四角邀請賽由澳門友傑體育會主辦，並邀請香港、深圳和

珠海三地共四方勁旅同場競技。華員會關員級分會共派出十四位英雌迎戰友隊，並得殿軍。賽後雙方交換紀念品和比賽心得，而賽事亦在興奮和愉快的氣氛中結束。

澳港女子籃球四角邀請賽

海關羽毛球隊

一年一度的紀律部隊羽毛球賽於2008年11月圓滿結束，參與的六支紀律部隊包括警務處、消防處、海關、入境處、懲教署及廉政公署。經過激烈的循環對壘，本部門獲得三項比賽季軍，包括團體賽、長官邀請賽及個人雙打賽，成績令人鼓舞。此外，球隊亦於10月舉辦的工商機構運動會羽毛球賽中，分別勇奪團體賽及女子雙打賽亞軍及季軍。



海關於工商機構運動會羽毛球賽的團體賽及女子雙打賽中，分別獲得亞軍及季軍



海關於紀律部隊羽毛球賽獲得季軍



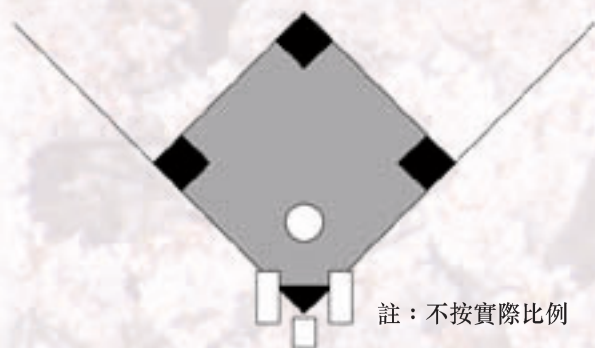
非撞式欖球課程

香港海關欖球會將於2009年2月9日、16日及23日（星期一）晚上七時半至九時於青衣運動場舉行非撞式欖球的入門訓練課程，歡迎各位同事及家屬參加。

非撞式欖球是一項刺激但安全的運動，以觸碰代替傳統撞式欖球的硬朗攔截，既保留了傳統欖球的快速及刺激特色，又有效地減少受傷的機會，非常適合各同事參與。

如有查詢，可電郵至 hkcustomsrugby@gmail.com，或直接聯絡見習督察陳夢迪（電郵：mt_chan@customs.gov.hk 或電話：9634 9463）及關員劉子安（電話：6039 2430）。

新球類運動之一 壘球



註：不按實際比例

以上的圖形可能會令你摸不著頭腦，但這些正方、長方、三角及圓形的組合對於一些熱愛壘球的朋友來說，可能是世上最美麗的圖案，因為這是一個模擬壘球場的圖形。

遊戲規則

壘球比賽由兩支各九人的隊伍先後攻守。攻

守完畢便為之完成一局(inning)。簡單來說，攻的一方如果先後有三名球員出局，便要由攻擊轉為防守，而最後一局完成後得分最高者就是勝方。

圖中逆時針方向的三個黑色正方形分別是一壘、二壘及三壘，而最下方的黑色三角形稱為本壘。當球員在出局前踏觸一二三壘及本壘，可得一分。圖中位於三角形兩旁的長方格就是擊球手(batter)所站的擊球區，至於站在左邊或右邊就視乎擊球手握壘球棒的手法。

圖中僅有的圓形為投手(pitcher)於投球時站立的位置，投手投球時會以下手方式將球傳到蹲在三角形下方的長方格內的捕手(catcher)。如果投手的球通過擊球手的好球帶(strike zone)又未被擊中，或擊球手揮棒卻未能擊中壘球，那便稱為好球(strike)，否則便為壞球(ball)。擊球手遇到三個好球便要出局，而四個壞球便可跑上一壘。

除了投手及捕手之外，防守隊另外七位球員會分別於內野（灰色地帶）及外野準備，務求盡快接住擊出的球，封殺擊球手及跑壘員(runner，即上了一二或三壘的球員)。

裝備

除了大家都知道的頭盔外，壘球棒和棒球棒的分別在於製造的物料。壘球棒是用金屬製造，而棒球棒就用木製。此外，壘球的面積亦比棒球大，有30.48公分。現時香港比賽所用的壘球已經由白色改為黃色。



擊球手頭盔 (Batting Helmet)

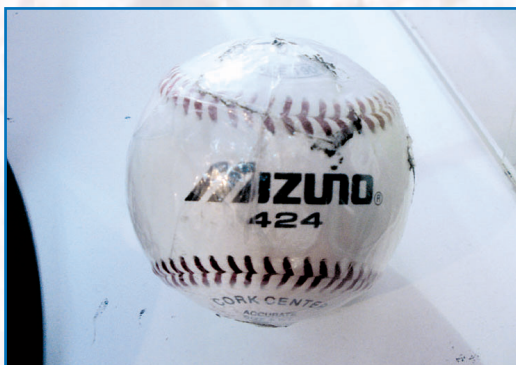


壘球棒 (Bat)





壘球



棒球

手套的款式很多，以配合不同的需要，價錢亦由幾百到幾千元一隻不等。不過，一般初學者都會選用基本的款式，日後可因應不同崗位需要選擇投手、捕手、內野手或外野手專用的手套。



除了一般的裝備如手套之外，捕手會有一套指定的配備以保護身體。



捕手頭盔 Catcher's Skull Cap

捕手面罩 Catcher's Mask

護胸 Chest Protector

護膝 Leg Guards

參加壘球

壘球在香港愈來愈普遍，很多中小學亦開始舉辦興趣班及訓練班，亦有學屆比賽可供參加。此外，香港壘球總會亦不時舉辦訓練班，以推廣壘球及培養新一代精英。大

家如有興趣，可以瀏覽以下網頁：

香港學界體育聯合會 <http://www.hkssf.org.hk/>
香港壘球總會 <http://www.softball.com.hk/>

撰文：督察張惠雯

健康南瓜雞脾食譜

蔬果含豐富維他命C、纖維素、礦物質，多吃對身體有益……相信各位對以上的老生常談已十分熟悉，不過，往往在實行起來時卻似有所阻滯困難，尤其各同事如要外出用膳，高纖飲食更似遙不可及。

在注重健康生活的大前提下，今期先向大家介紹一個高纖飯盒，大家可以試試在家預備，待用膳時間好好享受。

南瓜雞脾紅白飯

材料：

1. 南瓜約100克
2. 紅白飯1½碗
3. 雞脾肉（去皮）約100克
4. 蒜蓉豆豉醬少許

做法：

1. 雞脾切片，用少許糖、生抽、生粉調味。
2. 炒香蒜蓉豆豉醬，加入雞脾肉，再加入切片南瓜炒勻。
3. 加入少量清水把南瓜煮唸，埋少許生粉獻，熄火即成。



注意事項：
●因大部分工作間均設有蒸爐，故南瓜雞脾可煮至七成熟，餘下的三成可靠蒸爐的高溫蒸熟。（如用微波爐加熱，即需要預先將材料煮至全熟。）

●紅米及白米可用1：1的比例一齊煮熟，若各位不習慣紅米的口感，可先用嘗試3：7的比例嘗試，然後逐漸增加紅米的份量，以攝取更多的纖維素。

營養分析：

碳水化合物 111克
蛋白質 44.2克
脂肪 15克
卡路里 750Kcal
纖維素 5克

筆者建議大家選用去皮雞脾，因為連皮雞脾的脂肪含量較不連皮的雞脾足足高出10克，卡路里亦高出約80 Kcal，故要有健康的飲食習慣，大家應選用去皮肉類。

成人每天應攝取20—30克纖維，而紅米及南瓜均可提供豐富的纖維素。若各同事可在餐與餐之間進食一個水果，把一天的攝取量分佈於不同時間，20—30克的指標便可更易達到，無需要在一餐或兩餐內進食大量蔬果。

撰文：督察彭慧芝



《接受利益(行政長官許可)公告》有關「受限利益」的重點簡介：

提供利益者的身份	禮物/折扣/機費、船費或車費	貸 款
親 屬	◆ 可索取或接受任何價值的禮物/折扣/機費、船費、車費	◆ 無限制
私交友好	◆ 只可在特別場合(如生日)或其他場合分別接受不超過港幣3,000元或港幣500元的禮物/機費、船費、車費 · 提供利益者並非有關訂明人員的下屬 · 提供利益者與有關訂明人員所任職的部門並無公事往來 · 該訂明人員以私人身份接受	◆ 每人每次不超過港幣3,000元 · 30日內清還 · 貸款者並非有關訂明人員的下屬 · 貸款者與有關訂明人員所任職的部門並無公事往來
其他人士	◆ 只可在特別場合(如生日)或其他場合分別接受不超過港幣1,500元或港幣250元的禮物/機費、船費、車費 · 提供利益者並非有關訂明人員的下屬 · 提供利益者與有關訂明人員所任職的部門並無公事往來 · 該訂明人員以私人身份接受	◆ 每人每次不超過港幣1,500元 · 30日內清還 · 貸款者並非有關訂明人員的下屬 · 貸款者與有關訂明人員所任職的部門並無公事往來
商人/ 商業機構/ 會社	◆ 可索取或接受任何價值的禮物/折扣/機費、船費、車費 · 非訂明人員可獲提供同樣的利益 · 提供利益者與有關訂明人員並無公事往來 · 該公務員以私人身份接受	◆ 無限制 · 非訂明人員可獲同樣的貸款條件 · 貸款是在貸款者經營正常業務情況下批出 · 貸款者與有關訂明人員並無公事往來 · 該訂明人員以私人身份獲批准貸款

建設關懷同儕文化活動花絮

「建立關懷同事文化」是今年部門推廣精神健康工作的重點。部門分別於1月5日及21日下午,在海關高級官員會所舉辦了兩場名為「建設關懷同儕文化」的研討會,由臨床心理學博士蔣君香女士主持。研討會的內容非常豐富,包括工作壓力的源頭、壓力對心理健康的影響、常見的情緒病、同事

出現情緒問題的跡象及建立關懷同儕文化的方法等,在場同事都深深被蔣博士的生動的演講深深吸引。接着蔣博士便引領同事進行個案討論,同事都非常投入,透過扮演個案中不同的角色,分享經驗和感受,這兩場研討會的確令同事得益不少。

部門將會於2月18日舉辦另一場研討會,對象是部門高級管理層人員,重點是如何從機構層面建立關懷同儕之文化。



「建設關懷同儕文化」研討會之實況。



臨床心理學博士蔣君香女士引領同事進行個案討論。

語文 “Fun” 蹤

上期和大家分享過與動物有關的英文字,這次,讓我們一起玩一個和日文有關的遊戲吧!

相信大家都留意到很多日文詞語都好像「中文字」一樣,而當我們需要推敲其意義時,通常會直接取這些詞語的中文解釋,例如:「歩く」解作步行、而「遅れる」就指遲到。不過,這個做法並非萬試萬靈的。以下常見的日文名詞,大家又能否推測它們的意思呢?

- | | | | |
|-------------|---------|-----------|-----------|
| 1. 勉強 | 2. 邪魔 | 3. 面倒 | 4. 試合 |
| (音:ben k 唷) | (音:炸 媽) | (音:man 多) | (音:事 唉 姨) |

答案:1.學習 2.妨礙/打擾 3.麻煩 4.比賽

下次推敲日本語解釋前,一定要三思,否則可能會弄出笑話呢!

常聽到別人說起「利益衝突」這四個字,究竟在公務員體系之內的「利益衝突」是甚麼意思?

「利益衝突」即公務員的私人利益與部門和政府的利益出現矛盾或衝突。『私人利益』包括公務員本人及下列人士/組織的財務上和其他利益:

(a) 他的家人及親屬;

(b) 他的私交友好;

(c) 他所屬會社及協會;

(d) 與他有個人或社交聯繫的其他人士;以及

(e) 他曾受恩惠或欠下人情的人的任何人士。

一般來說,公務員不應利用公職(或應一般來說,公務員不應利用公職(或應

避免令人有理由懷疑他利用公職),使自己、家人或親友得益。公務員並應避免處於對有公務往來的人士欠下人情的境況。如果遇到有利益衝突,應立即向管方申報,否則可能會受到紀律處分,在某些情況下,更可能會遭受刑事檢控。

某海關人員未有就其配偶受聘成為海關管轄的辦公地點工作而向部門申報,出現了利益衝突的情況。最後,該人員受到書面訓誠的紀律處分。

案例

《海柏》編輯部

編輯:李漢文

編輯委員:區而俊、張惠雯、趙穎琦、何倩婷、許劍、簡潔嫦、江燕妮、鄺耀慶、李振東、李寶枝、孫志傑、彭慧芝、曾凱婷、胡仁傑

電話號碼:2852 3375

傳真號碼:2815 3558

地址:香港中環統一碼頭路38號海港政府大樓25樓部隊行政科

電郵地址:parry_yk_wu@customs.gov.hk

下期截稿日期:二零零九年三月三十一日