



石籬天主教小學
2020-2021 年度通告第(60)號
學童脊科保健計劃

負責人：潘達輝老師

敬啟者：

本校為兒童脊科基金會舉辦的護脊校園計劃參與學校之一，近日接獲兒童脊科基金會送來有關學生脊科保健計劃資料，特將有關單張轉達各位家長參考。參加與否，請自行決定。

(詳情請看附件)

此致
貴家長



鄧烈文校長
二零二零年十月十五日



兒童脊科基金

Children Chiropractic Foundation

讓孩子挺直

本會是根據稅務條例以兒童脊科基金有限公司註冊成立的慈善團體(編號: 91/8705)

香港九龍城啟德道24-26號地下
G/F, 24-26 Kai Tak Road,
Kowloon City, KLN, H.K.
Tel : (852) 2388 2826
Fax : (852) 2388 7213
Email : info@ccf.hk
Website : ccf.hk

董事會
主席
楊國強脊醫博士

副主席
周穎芝女士
溫文瀾脊醫博士
盧淑宜校長

榮譽秘書
蘇家文女士

榮譽司庫
周克遜先生

董事
孔偉成校長
唐右天脊醫博士
楊榮基先生

總幹事
呂慶忠先生MH

榮譽身體素養顧問
沈劍威教授
香港中文大學
體育運動科學系副教授

榮譽體適能顧問
鄭誠全先生
中國香港體適能總會執行委員

榮譽教育顧問
林惠玲太平紳士
吳偉文博士
周國良博士
陳耀文博士
張愛娥博士
關李榮博士
王伯基校長
王淑芬校長
林月好校長
周思華校長
林偉雄校長
林露輝校長
林韋靜校長
侯麗珊校長
郭秀慧校長
郭桂梅校長
陳志恒校長
陳安欣校長
陳秋玉校長
莊婉賢校長
陳鳳翔校長
梁綺嫻校長
梁慧芬校長
馮立榮校長
黃玉嫻校長
馮佩珊校長
黃佩蓮校長
張美儀校長
張麗珠校長
葉鳳群校長
趙劍眉校長
羅倩兒校長

榮譽核數師
蔡國偉會計師

榮譽法律顧問
趙佩麗律師

致家長/監護人：

《學童脊科保健計劃》

兒童脊科基金於2017-19年度為9211名小學及幼稚園學童進行了體態脊骨檢查，發現接近七成學童患有一項或以上體態及脊骨問題，人數較上年度更有上升及低齡化趨勢，情況不容忽視。

貴校已參加由本會舉辦之護脊校園計劃，挺直脊科中心為本會轄下之脊科服務中心，現重點推介貴子女參加《學童脊科保健計劃》，倘若您的子女有以下徵狀：肩頸勞累、經常疲倦、頭痛、腳痛、頸痛、失眠，或在學童健康服務檢查中被診斷疑似脊骨側彎，請務必把握機會。

《學童脊科保健計劃》

- 活動內容：
- 由註冊脊醫進行初步體態檢查 (包括：脊骨側彎、寒背、高低膊、頭部前傾、盤骨前傾)
 - 學習護脊運動
 - 護脊短講

檢查所需時間：約1小時
檢查地點：挺直脊科中心(香港九龍城啟德道24-26號地下)
服務對象：16歲或以下學童

費用：全免
檢查日期及時段：請在以下網址定期查閱
參加方法：[網上預約 ccf.hk/sscp](http://ccf.hk/sscp)

- 備註：
1. 本會將不定期更新時段，以供選擇，名額有限，額滿即止
 2. 如發現有明顯體態問題，脊醫會建議進行詳細檢查及收取\$100之檢查費用，家長可自行決定是否參與



脊骨神經對學童整體健康影響深遠，不良姿勢及長時間使用電子產品、書包重量等等均會影響學童的體態及脊骨生長。建議家長可定期或最少每6個月帶子女進行檢查。

備註：

1. 已預約日期時間不可更改或取消，請準時抵達，遲到者需另約時間
2. 本會不會作出任何活動提示
3. 請家長或監護人預留時間陪同子女參加
4. 檢查當日需出示學生手冊/學生證以核對學童姓名
5. 歡迎家中其他16歲或以下子女一同參與，可同時於網上登記報名
6. 極力推薦家長下載本會手機應用程式，透過護脊遊戲學習護脊知識、護脊操。(名稱：兒童脊科基金，Google Play及App Store適用)
7. 本計劃由香港公益金資助

途經巴士線：

1A, 2A, 3B, 5, 9,
10, 15, 16, 17, 21,
26, 27, 28, 42, 95,
101, 107, 111, 116,
203E, 796C, 796X,
途經小巴
25M, 46

