

考心思園地

編號：TSW26/A021

負責職員：Jayden Wong

9-10月答案：

1. 大明養小明，邊個養大明？(猜一四字成語)

答案：A. 久仰大名

2. 製造日期與有效日期是同一天的是什麼？

答案：報紙

2026年11-12月問題：

1. 什麼的水果一見到人最鍾意「郁手郁腳」吉人？

答案：_____

2. 農場裡有 3 隻母雞，牠們在 3 天內總共生了 3 個雞蛋。

按照這個相同的生蛋速度，請問 12 隻母雞在 12 天內會生出多少個雞蛋？

答案：_____

備註：11-12考心思園地問題提交截止日期：12月14日(一)

**秋季生日會2026**

編號：TSW26/A040-3

如您是10、11及12月份生日的聽障會員，即居住於九龍區/新界區(不包括屯元天)，將軍澳中心誠邀請您出席秋季生日會2026，活動包括抽獎，小遊戲及享用豐富的自助午餐；生日的您，更可獲生日禮物一份，歡迎您和家人一同出席。

日期	5/12 (六)
時間	中午12:00-下午3:00 (中午12:00自行到餐廳)
地點	沙田萬怡酒店自助餐-MoMo Café
對象	10、11及12月份生日的聽障會員，即居住於九龍區/新界區(不包括屯元天) 及其親友
名額	50人
費用	10、11及12月份生日的聽障會員：\$150 D \$190 (*長者/小童 \$180) H \$220 (*長者/小童 \$200) N \$260 (*長者/小童 \$220)
負責職員	Jayden Sir
備註	1)*長者為60歲或以上，小童為3-11歲；2)每位生日聽障會員最多帶3位親友參加



D 聽障會員 **H** 健聽會員 **N** 非會員 **C** 4-11歲兒童 **E** 65歲或以上(特別註明除外)



「心靈綠洲」

「旨在提供一個舒適寧靜的共享空間，讓大家暫時忘卻繁忙生活及為你打氣，每次設有不同主題，主題活動結束後，另備有其他活動選擇，讓大家在同一空間也能找到安舒區。歡迎照顧者及聽障會員獨自/一同前來，使用煥然一新的共享空間。」

	小食時間— 杯子蛋糕	交通app (港鐵、巴士、小巴)	出走北區— 塋原深度行	芬蘭木棋體驗 2
編號	TSW26/S046	TSW26/S047	TSW26/S048	TSW26/S058
內容	香噴噴小蛋糕，無論是早餐吃、下午茶填肚子，還是送給朋友都非常合適。歡迎一起來製作杯子蛋糕，共度愉快週末。	現時交通工具公司都有手機應用程式，打開就可以看到交通資訊，如到站時間、轉乘資訊，懂得用確實方便好多，如你有想了解的交通工具，可以來一起認識。	塋原自然生態公園是一個結合濕地保育、農耕作業與自然教育於一身的生態保育設施。我們一同走進塋原，觀察植物及野生動物，親親大自然。 *參加者須自費乘車前往 集合時間地點： 上午9:30 上水港鐵站	芬蘭木棋是一項源自1996年的戶外投擲運動，結合了保齡球的擊倒玩法與飛鏢的計分規則。玩家需要投擲木柱擊倒標有數字的木棋，目標是最快精準獲得50分。
日期	14/11 (六)	13/11 (五)	27/11 (五)	15/12 (二)
時間	上午11:00-下午12:30	下午3:00-4:30	上午10:00-下午2:00	下午2:30-4:00
地點	本會將軍澳中心	本會將軍澳中心	塋原自然生態公園	香港單車館公園草地
對象	聽障人士及其照顧者 (單獨後備)			
名額	10人	8人	12人	10人
費用	\$20/人	全免	全免	\$5/人
導師	黃玉丹女士	梁姑娘 (Kitty)	梁姑娘 (Kitty)	梁姑娘 (Kitty)

將軍澳中心現設有社區支援服務，主要服務對象為隱蔽聽障人士及照顧者，隱蔽聽障人士為社交連繫較弱或/及缺乏社區支援的人士，提供個案輔導及服務轉介、多元化小組及活動、上門驗耳及義工探訪活動等。歡迎向黃姑娘/梁姑娘查詢服務詳情。

	聖誕滴膠手機支架	法式滾球體驗	蛇暖入心懷	照顧者燒烤聚會
編號	TSW26/S055	TSW26/T010	TSW26/S067	TSW26/S053
內容	聖誕滴膠手機支架是一種結合了聖誕節慶元素與手作滴膠 (樹脂/水晶膠) 藝術的手機配件，如你喜歡手作，歡迎你報名參加。	滾球運動不僅以擲較近目標球者方能得分，而且每局目標球均會轉位置，是一項考驗大家投擲技術與智謀的運動。	本會已累積超過200位照顧者，並提供各式活動及課程為大家打氣。今年本服務再次舉辦別開生面的聚會，誠邀大家出席，互相認識及對服務表達意見。如報此活動，請向將軍澳中心負責職員查詢及報名。	在工作室內玩遊戲、談心交流，再以美食分享互動，與一眾照顧者共度快樂下午。
日期	19/12 (六)	16/11-7/12 (逢星期一，共4節)	18/11 (三)	5/12 (六)
時間	上午10:00-中午12:00	下午2:30-4:00	晚上7:00-9:00	下午2:00-晚上6:00
地點	本會將軍澳中心	香港單車館公園草地	星廚管理學校 油麻地廟街2-8號 昆鏡大廈2樓	葵芳金龍工業大廈
對象	聽障人士及其照顧者 (單獨後備)		只限聽障人士照顧者	
名額	8人	8人	32人	20人
費用	\$20/人	\$20/人	\$300/人	\$80/人
導師	梁姑娘 (Kitty)			
負責職員	梁姑娘 (Kitty)			



	桌遊學堂 - 拔毛運動會(1)	桌遊學堂 - 拔毛運動會(2)	台灣老師煮食班 - 聖誕蛋糕
編號	TSW26/S050	TSW26/S051	TSW26/S056
內容	誰說跑得快就能贏？在《拔毛運動會》裡，「記得住」才是真正的贏家！一起來學啦！		還在煩惱聖誕節、去哪裡慶祝嗎？其實，最珍貴的禮物，是親手製作的心意！一齊製作自己的聖誕蛋糕。
日期	5/11 (四)	19/11 (四)	14/12 (一)
時間	下午2:30-4:00	下午2:30-4:00	下午2:30-4:00
地點	本會將軍澳中心		
對象	聽障人士及其照顧者		
名額	8人	8人	10人
費用	\$20/人	\$20/人	\$40/人
導師	梁姑娘 (Kitty)	梁姑娘 (Kitty)	Reina 老師
備註	1) 活動前一星期截止報名及確認名額。 2) #需先留名，待工作員確認參加者資格，才會確認報名。		
負責職員	梁姑娘 (Kitty)，黃Sir (Easter Sir)，雷姑娘		

	行山樂 - 雙魚河	行山樂 - 太平山環迴步行徑	最佳拍檔：夫婦同行小組
編號	TSW26/S052	TSW26/S057	TSW26/T012
內容	此路線的起點與終點交通均是港鐵，甚是方便，而且路面大多是極為寬闊的平路，非常適合三五輪椅使用者同行。歡迎未必能行太多山路的參加者參與。	在山頂及山頂公園都可一睹香港島、九龍和離島等景色，路也易走，大可視作閒逛短遊。	學習在疲倦中聽見彼此的心聲，重新欣賞及感謝對方，在互相照顧中相知相惜，成為彼此最溫暖的依靠。(夫婦須一同出席)
日期	7/11 (六)	12/12 (六)	30/11-21/12 (逢星期一，共四節)
時間	上午10:00-下午2:00	上午10:00-下午2:00	下午2:30-4:00
地點	雙魚河 (上水)	山頂，灣仔 (出發)	本會將軍澳中心
對象	聽障人士及其照顧者(單人後備)	聽障人士及其照顧者(單人後備)	聽障人士及其照顧者夫婦
名額	12-16人	12-16人	10人
費用	\$10/人	\$10/人	\$20/每對夫婦
導師	黃Sir (Easter Sir)	黃Sir (Easter Sir)	雷姑娘
備註	1) 活動前一星期截止報名及確認名額。 2) #需先留名，待工作員確認參加者資格，才會確認報名。		
負責職員	梁姑娘 (Kitty)，黃Sir (Easter Sir)，雷姑娘		

報名方法	可透過電話、WhatsApp或親自到各中心遞交報名表。
備註	1)活動前一星期截止報名及確認名額；2)#需先留名，待工作員確認參加者資格，才會確認報名。
負責職員	梁姑娘 (Kitty)、黃Sir (Easter Sir)
查詢	電話：2711 1974、傳真：2761 4390、電郵：tsw@deaf.org.hk、WhatsApp：5399 4758



照顧・照顧者

就著新社區支援服務的推行，我們希望接觸更多社群，以支援照顧者和讓更多人認識他們的需要。

聽障人士照顧者定義：

因照顧聽力缺損而需擔任長期照顧工作的同住或非同住人士」（包括夫婦、子女、其他親屬、朋友、鄰里等）

照顧工作包括：

- 協助日常溝通：覆診、購物、外出膳食、交通、社交活動等
- 一般起居照顧：膳食安排、洗衣、清潔、護送
- 協助生活自理：沐浴、餵食、如廁、穿衣、扶抱、協助步行、大小便的處理、藥物安排
- 其他支援：財務或文件安排、醫療決定、情緒支援等

將軍澳共享空間

為凝聚會員到中心聚會和休憩，將軍澳中心在2025年11月起，於社交及康樂中心開放時間內，增設共享空間，提供桌遊物資，自組玩樂。中心視乎當日服務使用者人數，再安排在那個位置活動。職員定期會新增物資及舉行桌遊教學，歡迎查詢。

參加資格	1) 其中一位持本會有效之會員證之會員（聽障或健聽均可） 2) 會員可携同親友、朋友或照顧者出席活動
可借用的用品	1) 棋類 中國象棋、五子棋、鬥獸棋、魔力橋、層層疊、克朗棋 2) 牌類 UNO、LOOK、德國心臟病、哈鈴果鈴、動手不動口、牛頭王 3) 桌遊 Take it Easy輕鬆放、估估劃劃、火柴人說話、沉睡皇后、魔法照路、閃靈快手、卡米諾 4) 其他 破冰企鵝、5秒定律、籤籤入扣
租借用品須知	1) 借用時效：用具只限在本中心借用及玩樂，一會員證只可借一份用具，每次不多於3小時 2) 借用檢查：收到用具時，應立即清點所有零件，並與參考圖片及文字介紹用具作核對，確認齊備無誤，才借用用具 3) 歸還檢查：由中心職員檢查用具狀態，確認無損壞或遺失，才算完成歸還手續 4) 處理損壞：若用具因使用不當造成損壞、破損或遺失，需按程度或以市價賠償
負責職員	梁姑娘 (Kitty)
查詢	將軍澳社交及康樂中心 (電話：2711 1974、傳真：2761 4390、電郵：tsw@deaf.org.hk、WhatsApp：5398 5968)





活動名稱 課程編號	日期	時間	堂數	地點	費用	名額	對象	內容/備註
戶外活動								
水晶隊西九戲曲中心展銷	1/11 (日) 、 6/12 (日)	上午 11:00 - 下午 6:00	/	西九戲曲中心地下 (售票處對出空地)	/	/	公眾人士	本會將軍澳中心的「水晶及手工藝舍」響應由創業軒推廣的創業市集計劃，推出各款手工藝品作展銷活動。產品包括布藝品、首飾、乾花飾品等，歡迎大家來支持聾人創業！
水晶隊中環展銷	14/11 (六) 、 5/12 (六)	上午 10:00 - 下午 5:30	/	中環7號碼頭1樓 (往尖沙咀碼頭)	/	/	公眾人士	如有聽障會員有興趣加入水晶隊，可與負責職員梁姑娘聯絡。
龍脊海景輕鬆遊 TSW26/A076	4/12 (五)	上午 10:00 - 下午 4:00	/	龍脊	D \$10 H \$15 N \$20	12人	聽障會員及其親友	舉辦「龍脊海景輕鬆遊」戶外遠足活動，誠邀大家一同親近大自然，輕鬆漫步山脊，飽覽沿途的開揚海岸風光。 負責職員：康Sir, Jayden Sir
M+藏品主題「山水裏行」導賞及工作坊 TSW26/A107	9/12 (三)	上午 9:00 - 下午 2:00	/	M+博物館	全免	20人	聽障會員及其親友	誠邀參加「M+人人共賞遊計劃」藏品主題導賞及工作坊，以不同距離及視角探索山水之美。活動費用全免，設旅遊巴接送及手語翻譯服務（不提供膳食）。 負責職員：康Sir, 陳姑娘 (Angelique)
室內活動								
動感Switch同樂會 TSW26/C089	3/11 - 24/11 (二)	下午 3:30 - 5:00	4	本會將軍澳中心	D \$10 H \$15 N \$20	10人	聽障會員及其親友	透過互動遊戲，讓大家在輕鬆歡樂的氣氛下盡情揮灑活力。促進參加者之間的交流與互動，共度愉快時光。 負責職員：康Sir, Jayden Sir
你畫我估大亂鬥 TSW26/A102	26/11 (四)	下午 2:30 - 4:00	/	本會將軍澳中心	D \$10 H \$15 N \$20	10人	聽障會員及其親友	透過趣味繪畫猜謎遊戲，考驗默契與創意，在歡笑中發揮創意、拉近彼此距離，為生活增添歡樂。（註：本活動需使用手提電話參與） 負責職員：康Sir
11月桌遊小組 TSW26/C064	4/11 - 25/11 (三)	下午 3:00 - 5:00	4	本會將軍澳中心	\$20/人	12人	聽障會員及其親友	同事每月會推薦不同的桌遊給參加者，職員會提供教學及指導。參加者有興趣可向職員建議喜歡的桌遊與會員一同遊玩。 負責職員：梁姑娘
12月桌遊小組 TSW26/C067	2/12 - 30/12 (三)	下午 3:00 - 5:00	5	本會將軍澳中心	\$25/人	12人		
勁歌金曲點唱站 TSW26/C090	21/11 - 19/12 (六)	下午 2:30 - 5:00	5	本會將軍澳中心	D \$20 H \$30 N \$40	12人	聽障會員及其親友	無論您想一展歌喉，還是安坐品茶、隨拍子和應，這片自由點唱的空間都隨時歡迎您。誠邀您與知己重聚，共度悠閒歡樂的音樂午後！ 負責職員：康Sir



活動名稱 課程編號	日期	時間	堂數	地點	費用	名額	對象	內容/備註
送出一點心 ~ 理髮服務 TSW26/A008-4	12/12 (六)	上午 9:30 - 11:30	1	本會 將軍澳 中心	全免	30 人 (每時 段有 8個 名額)	聽障 會員 及其 親友	美髮隊多名義工為50歲或以上會員提供 免費理髮服務，締造一個亮麗髮型。 理髮活動新安排：活動將分成4個時段進 行，每時段有8個名額 1)時段A：上午9:30-10:00 2)時段B：上午10:00-10:30 3)時段C：上午10:30-11:00 4)時段D：上午11:00-11:30 備註：1)為確保衛生，參加者須在活動前 一天洗頭；2)必須預約；3)理髮完成後不 得異議；4)參加者必須於相應時段前15 分鐘到達本中心，逾時者將不提供理髮 服務。 負責職員：Jayden Sir
烹飪								
蘭士白汁 菠菜焗魚柳 TSW26/A072	21/11 (六)	上午 10:00 - 中午 12:00	/	本會 將軍澳 中心	D \$10 H \$20 N \$30 材料費： \$15	12 人	聽障 會員 及其 親友	活動由資深老師教授，一起動手製作美 食，學習簡單實用的烹調技巧，享受烹飪 樂趣，並與其他參加者分享美食、交流心 得，共度愉快時光！ 導師：陳詠蘭 負責職員：Jayden Sir
紹菜扒大鴨 TSW26/A077	19/12 (六)	上午 10:00 - 中午 12:00	/	本會 將軍澳 中心	D \$10 H \$20 N \$30 材料費： \$15	12 人	聽障 會員 及其 親友	
康樂保健								
11月頌鉢瑜伽班 TSW26/C065	9/11 - 30/11 (一)	晚上 7:30 - 9:00	4	火炭 瑜伽館	D \$100 H \$130 N \$160	8 人	聽障 會員 及其 親友	是次班組將在火炭瑜伽館舉行。會以瑜伽 結合頌鉢，利用獨特的頌鉢及瑜伽布，放 鬆心情及身體，體驗新的瑜伽方式，非常 有趣。 導師：陳老師 負責職員：Jayden Sir
12月低空中頌鉢 瑜伽班 TSW26/C069	7/12 - 28/12 (一)	晚上 7:30 - 9:00	4	火炭 瑜伽館	D \$100 H \$130 N \$160	6 人	聽障 會員 及其 親友	是次班組將在火炭瑜伽館舉行。以低空瑜 伽結合頌鉢，利用獨特的頌鉢及瑜伽布， 放鬆心情及身體，體驗新的瑜伽方式，非 常有趣。 導師：陳老師 負責職員：Jayden Sir
迷你健身球 健體班 TSW25/C064	9/11 - 30/11 (一)	晚上 7:30 - 9:00	4	本會 將軍澳 中心	D \$60 H \$80 N \$120	10 人	聽障 會員 及其 親友	由專業的健身教練教導大家如何利用迷 你的健身球，去鍛練肌肉和肌肉伸展，簡 單易明，非常適合少做運動的會員。快來 試試看吧!! 導師：中國健美總會導師 負責職員：Jayden Sir
新興運動 體驗活動 - 地壺球 TSW26/A070	25/11 (三)	下午 1:00 - 2:30	1	大角咀	D \$10 H \$15 N \$30	10 人	聽障 會員 及其 親友	不費體力、活腦強身！這款運動非常適 合男女老幼一家大細，玩法簡單、充滿歡 樂，快來一起智鬥大本營，享受運動樂 趣！ 負責職員：Jayden Sir

活動名稱 課程編號	日期	時間	堂數	地點	費用	名額	對象	內容/備註
長者常見 皮膚問題 的護理 TSW26/A017-6	8/12 (二)	下午 2:30 - 3:30	1	本會 將軍澳 中心	全免	20 人	聽障 會員 及其 親友	隨著年齡增長，皮膚會逐漸變得乾燥及脆弱，容易出現其他常見皮膚問題。是次講座特別邀請衛生署長者健康服務西貢區長者健康外展分隊護士主講，為大家介紹長者常見的皮膚問題、日常護理方法及注意事項，協助長者掌握正確的皮膚護理知識，保持皮膚健康。 講者：衛生署外展護士李姑娘/曾姑娘 負責職員：陳姑娘
手工藝及藝術								
環保實用改衣班 (入門班) TSW26/C061	5/11 - 24/12 (四)	上午 10:00 - 11:30	8	本會 將軍澳 中心	D \$120 H \$160 N \$240	8 人	聽障 會員 及其 親友	利用布料/舊衣物，設計新款且具個人特色的上衣，舊衣新著，實用性甚高！ 本班組歡迎任何手作愛好者，沒有車衣經驗亦可，老師會由零開始教最基礎的車縫技巧，快來體驗車縫的樂趣吧！ 導師：盧佩豪老師 負責職員：梁姑娘
藝術工作坊 - 聖誕裝飾 TSW26/A071	12/12 (六)	上午 10:00 - 11:30	1	本會 將軍澳 中心	D \$15 H \$20 N \$30	10 人	聽障 會員 及其 親友	聖誕節快到了！是次藝術工作坊將帶領參加者親手製作富有節日氣氛的聖誕裝飾，發揮創意之餘，亦可享受手作的樂趣。完成後更可將獨一無二的作品帶回家，為家居增添溫馨的聖誕氣氛，一起迎接歡樂佳節！ 導師：Miss Ida 負責職員：陳姑娘
書法班 (12-2月) TSW26/C074	17/12/ 2026 - 18/2/ 2027 (四)	上午 10:00 - 11:30	10	本會 將軍澳 中心	D \$170 H \$220 N \$320	12 人	聽障 會員 及其 親友	沉澱心靈，揮灑墨香！帶領大家感受筆墨之美，讓大家在輕鬆的環境下沉浸於中國傳統書法的世界，互相交流、陶冶性情。 負責職員：康Sir
其他								
(HISN活動) 夾艇遊雙洞火山 TSW26/A013-6	8/11 (日)	下午 3:00 - 6:00	1	西貢 小島	生日 會員 (8-11月) \$220 HISN 會員 \$240 HISN 會員之 親友 \$340	12 人	HISN 會員 及其 親友	一起登上遊艇！觀賞珍貴的大自然地質寶庫。 遊覽點：吊鐘洲、沙塘口山、峭壁洲及橋咀島 備註：1)此為夾艇旅程，會與公眾人士一同進行活動；2)團費已包導賞員、遊艇觀光、救生衣、保險；3)本活動需填寫HISN專用表格。 負責職員：梁姑娘 (Kitty)
(HISN活動) 15週年聚會 TSW26/A013-7	13/12 (日)	中午 12:00 - 下午 2:30	1	待定	(暫定) \$150 - \$220	25 人	HISN 會員	HISN已成立15週年，今次藉聚會凝聚會員朋友，既可互相認識，又可交流大家對小組的想法。不論你是新加入朋友，還是資深老友，很想邀請大家參與是次活動，及提早慶祝聖誕節，玩下遊戲及交換禮物。 備註：本活動需填寫HISN專用表格。 負責職員：梁姑娘 (Kitty)