

# 重生校友 通訊

重生校友會

九龍尖沙咀加連威老道41號2樓

電話：23012388 傳真：23012211

通訊編輯小組編印 非賣品

22-12-2009(4) 總 (118)

網址：<http://www.chungsangalumni.org>

電郵：E-mail:[chungsangalumni@yahoo.com.hk](mailto:chungsangalumni@yahoo.com.hk)

## 記 2009 友會歌唱比賽 如

一年一度的友會歌唱比賽經已完滿結束。今年由福建中學校友會主辦，定名『維珍妮盃』，舉行日期 9 月 20 日(星期日)下午，地點為福建中學觀塘分校二樓禮堂。

大會由十二間愛國學校之校友會組成，重生校友會為參與單位之一。當天我會共 10 多位校友連同理事出席，楊高如主席獲邀參與比賽啓動儀式(右列相片第五位)。各項比賽的結果(冠軍)：

(1)國、粵語流行歌曲組香港勞校校友會文鏗然《四季》；(2)藝術歌曲組香島中學校友會周潔華《我愛你，中國》；(3)小組唱香島中學校友會《烏蘇里船歌》；(4)大合唱福建中學校友會《春天的故事》



## 羅漢寺、東涌古堡、挪亞方舟一天遊 樑

為慶祝中華人民共和國成立六十周年，我會於 2009 年 9 月 27 日(星期日)舉辦本港一天遊，參加者十分擁躍，分乘兩部旅遊車，共 120 人。

當天上午九時，由港鐵太子站出發，乘空調旅遊車抵東涌羅漢寺—該寺規模宏大，正殿為大雄寶殿，佔地 130 平方米，內有巨型金身大佛像三尊。右殿為明心堂，左側為客房，樓下功德堂，樓上藏經樓，后還有地藏王殿、五觀堂和香積廚。側面是羅漢洞，供奉十八羅漢。

其後抵東涌古堡—此堡高有二丈，周圍有一百多丈，有三個城門，古堡始建於清代道光時間，堡內建有『清代古炮台』，遺留有六尊大炮供各團友欣賞。

下午遊覽方舟花園，花園內擺放造型栩栩如生的各式野生和部份稀有及瀕危動物雕塑，細味牠們的不同特徵和獨特個性。走過快樂園地的瀑布和小池，漫步方舟花園，喚起對動物和大自然的無盡關愛；在結合娛樂及知識性遊歷的方舟多媒體博覽館中，展開一次震撼心靈的探索之旅，了解挪亞方舟對人類歷史及未來的重大奧秘；180 度環迴影院內，親歷大洪水的威力；透過多艘來自全球的方舟珍藏模型，見證各民族的大洪水共同記憶；亞洲唯一的蜜糖蟻首度曝光；展示全港最大的太空隕石；珍貴動物組成的幻彩生命廊；讚歎大自然奇妙同時明白地球面臨的挑戰，透過 4D 立體影院，得到人類命運的啓示。旅程至此完畢，乘車回太子站，大家興盡而歸，度過愉快的一天！

### 日三屆周年聚會 榮

2009年9月25日(星期五)晚上,日三屆校友(1975年畢業)特為旅居新加坡多年梁秀蓮校友,於九龍灣稻香酒樓舉行聯歡會。梁秀蓮校友自畢業至今卅多年未有在港與同學相聚。當晚出席的同學非常擁躍,有洪家俊、葉煥泉、黃潤娣、余國雄、歐敬業、梁婉貞、伍秉勳、鄒民傑、源麗華、陳啓成、黃坤亮、張萬穗、龐玉燕、謝惠忠、葉錦榮、關逸庭、梁漢榮、區世良、洪學念、李鴻星、黎天佑、衛錦潤等共廿多人,筵開二席。大家難得聚會,席間彼岸暢談生活近況,互祝身體健康,生活愉快,家庭幸福。共晉晚餐後,又拍照留念,並希望日後保持聯絡。



### 荃灣城門水塘環走 祥

11月15日(日)早上9時正,天朗氣清,大家先在荃灣兆和街82專線小巴士站(千色店後面)集合,乘小巴士至城門水塘起步。

眾所周知,城門水塘(又名銀禧水塘)位於大帽山東麓,群山環繞,風景秀麗,是全港首批郊野公園之一。起步前,先往公園遊客中心參觀,內有設展覽介紹地區歷史等,公園內並設有標本,供遊客觀賞各植物。一行人首先沿左面之蝴蝶徑,信步前行至半閒亭,偶然遇上一班愛蝶人仕,看他們手拿各式各樣攝錄器材,聚精會神地為蝶兒留影,非常羨慕他們愛惜大自然的付出,不久歷奇樂園小休;繼而由自然徑續行至大壩水塘,返回小巴士站至荃灣解散。



### 探訪區鍾達老師 嵩

11月22日(星期日),本人和外子鄭錦漢(校友)到肇慶探親,因利乘便,順道往新興探訪區鍾達老師。自今年4月校友會聯歡一敘,轉瞬間已有八個多月,區老師雖年逾80高齡,見面時精神煥發,說話中氣十足,由於生活有條理,平日弄孫為樂,正在安享晚年。與區老師午飯後,我們拜訪蘇師母(蘇昭武遺孀),她因有點不舒服,剛看過醫生,見到我們卻精神奕奕,離開時仍有點依依不捨。區老師十分感謝一直關心他的教工、校友,並表示2010年會爭取在4月份校友聚餐回港一行,與我們一敘。這是眾多校友的期待。在這裡祝兩老身體健康、生活愉快!



## 中醫養生講座 祥

校友會於2009年12月18日(星期五)晚上8時至10時，在尖沙咀會所舉辦“中醫養生——合時湯水篇”講座，主講者為莫應帆校友(註冊中醫師)。莫醫師為夜校遠屆校友，行醫逾卅年，現仍在九龍新蒲崗衍慶街自行開設之診所應診。

當晚天氣雖然十分寒冷，只有約10至12度，但出席的校友超過四十人，反應熱烈。現摘錄講座內容如下：(有關經絡生活化養生常用穴位與保健要訣及10種秋冬飲食湯水篇可在網頁下載)

一、中國人有5,000多年的養生歷史：

- 順應自然(天、地、人)觀
- 現代與過去有什麼分別？
- 掌握人體生殺大權的是氣血



- 掌握食物的寒、熱、涼、平是保證氣血足的關鍵
- 體溫降低的後果就是動脈硬化
- 科學養生，過去的經驗是否不科學？
- 運動(生命在於運動)
- 無形的運動

二、經絡生活化養生常用穴位與保健要訣：

- (1) 中醫臨床保健治病常用指壓穴；
- (2) 保健十六要訣；
- (3) 飲食六宜。

三、秋冬飲食湯水篇：

麻仁當歸豬脰湯 首烏牛脰湯  
芝麻黑豆泥鰍湯 補脾粥 黨參杞子炒米茶  
五加皮牛肉湯 風濕調補湯 淮山羊肉湯  
桂圓紅棗飲 人參雞湯

## 快捷、環保的聯繫——互聯網

理事會於本年10月更新了本會的網頁。

新的校友會網頁網址為 [www.chungsangalumni.org](http://www.chungsangalumni.org)；電郵地址 [chungsangalumni@yahoo.com.hk](mailto:chungsangalumni@yahoo.com.hk)

新網頁除保留原有的內容外，由於容量及技術的提升，校友們現在可以方便地在網上檢視及下載過去的《校友通訊》，亦可下載於會員相關的表格供會員使用。校友會網頁作為校友間之聯繫平台，故各校友如有屆內活動，亦可將資料寄與秘書，以上載於網頁中的校友動態欄以通知舊同學。會員亦可經聯絡我們欄上選擇電郵與理事會聯絡。

網頁尚處於構建階段，將根據活動安排及最新消息而進行更新，各校友如有任何意見及建議，均歡迎隨時向理事會或本人提出，以共同打造一個屬於我們的校友會網頁。

同時，《校友通訊》已設有PDF版本，理事會決定向各位經常使用電腦的校友，以電腦發放該版本以代替印刷版。在為符合環保的大前提下，既可減少校友會於每次寄發通訊的工作量，又可節省經費開支，請向理事會提供閣下的電郵地址〔下載資料更新表格，以電郵或寄回校友會〕，希望各位能大力支持。

理事會秘書陳遠生 2009年12月

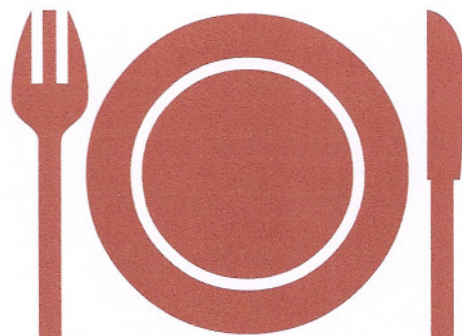
## ※校友會活動預告※

福聯部定於2010年1月23日(星期六)晚上8時，假中業校友會舉辦蛇宴聯歡會，地址九龍大埔道6-8號福耀樓3字樓，收費每位港幣\$140元。

### 當晚菜式包括：

秘製燒鰻魚、太史五蛇羹(兩大窩)、  
金鈎燴鮮野菌，杞子滋補蒸廣州水魚、  
北芪黨參竹絲雞炖五蛇、蛇汁菜膽雞、  
雙冬枝竹羊腩煲，新界靚油菜、  
生炒羊城腊味燻米飯。

有意報名者請致電謝國樑校友(☎62200117)，名額有限，請從速報名，並於中國銀行入重生校友會賬，賬號：064-791-00013079，保留收據。



## ☺重生校友會2010年度新春團拜☺

春節



- 日期：2010年2月28日(星期日)  
時間：下午2時至6時  
地點：九龍尖沙咀加連威老道41號2樓本會會所  
費用：全免  
形式：茶敘、卡拉OK、與老師和校友合照等  
報名：如往來一樣，當天上午舉行教工新春團拜。校友們可提早到會所，向師長輩拜年，恭賀新春佳節。有意參加者請先向各屆聯絡校友報名，落實人數後電陳惠娟校友(☎6286 6210)以統籌食品等工作。

## ≡重生校友會2010年度會員大會≡

### 暨三十三週年會慶敘餐

本會2010年度會員大會暨三十三週年會慶敘餐，定於2010年4月24日(星期六)晚上六時，地點為九龍美孚新邨百老匯街85號C地下富臨漁港(港鐵美孚站A出口)。

費用每位\$230元。當晚除召開2010年會員大會，公報年度財務報告外，另大會設卡拉OK、麻雀耍樂、敘餐、抽獎、與老師和校友合照等。請各位校友踴躍參加，先向各屆聯絡校友聯絡報名，落實人數後電楊嵩如校友(☎9107 8263)，並於中國銀行入重生校友會賬，賬號：064-791-00013079，保留收據。