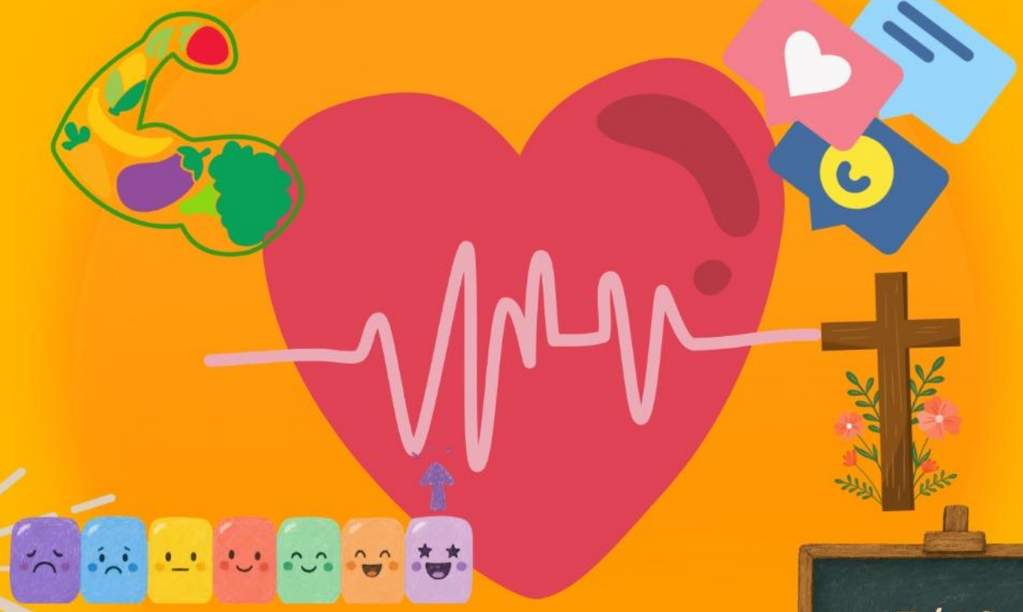
2026年10月份通訊

香港基督教新生會
新田圍堂長者鄰舍中心

社會福利署資助服務
Subsidised Service by the Social Welfare Department





世人哪！耶和華已經指示你甚麼是善，他向你所要的又是甚麼；無非是要你行公義，好憐憫，謙虛謹慎與你的神同行。　(彌迦書，6:8)

活動推薦:

- **9/10** 淺談八段錦：簡易養身(線上講座)
- **14/10** 愛心券簡介日**2026**(例會)
- **15/10** 注射流感疫苗**2026**
- **20/10** 聽覺保健知多少(講座)
- **21/10** 消化系統與腸道健康(講座)
- **28/10** 天天好心情(例會)
- **30/10** 秋季樂悠遊(旅行)

中心快訊

1.	**公眾假期：** 10 月 1 日(四)為國慶日公眾假期 ，本中心暫停開放一天。 10 月 19 日(一)為重陽節翌日公眾假期，本中心暫停開放一天。
2	**2026-2027 年度續會事宜：** 中心已於 4 月初開始續証，請未續証之會員儘快到中心辦理有關手續，成功續証者獲贈禮物乙份，數量有限送完即止。
3	**2026-2027 年度招募長者會員：** 歡迎年滿 60 歲或以上之長者加入本中心成為會員；可於辦公時間內，帶同身份証、半身近照乙張及$31.00(包括年費$21.00 及會員証費$10.00)到本中心辦理，如有查詢可致電或親臨本中心。
4	**2026-27 年度招募服務成員：** -包括第三齡(55-59 歲)人士服務、護老者、義工（詳情見中心單張），歡迎登記及享用不同服務。
5.	**2026-27 年度主題：** 中心本年度主題為「**健康搓 fit 人**」，將透過不同活動服務讓大家認識健康之道，並建立健康生活，詳情請留意各月份之通訊及例會之介紹，歡迎踴躍參與。
6.	**同工消息：** 梁婉媚幹事(活動工作員)於 9 月底榮休，10 月 1 日離職，感謝媚幹事多年於中心之服務，願主賜福媚幹事！
7.	**鳴謝：** 承蒙奧比斯香港惠贈愛心迷你月餅 876 盒、富臨集團惠贈愛心月餅 400 個及銀杏館惠贈迷你月餅 75 個，謹致謝忱！本中心亦已於各活動及服務中分派給中心各服務使用者，共慶佳節，分享愛心暖意。

目錄

P. 1	封面
P. 2	中心快訊
P. 3	中心常設服務
P. 4-5	70 周年會慶活動花絮
P. 6-7	70 周年會慶活動花絮
P. 8	靈言蜜語
P. 9	中心例會、特別活動推介
P. 10-11	月曆
P. 12	認知障礙症服務
P. 13	護老者支援服務、外展長者服務
P. 14	有需要護老者支援服務、義工服務
P. 15	愛心券
P. 16-17	長者進修學院課程
P. 18	第三齡服務
P. 19	流感針
P. 20	底頁-醫院管理局運作單位來電顯示/媚幹事臨別贈言
加頁 1	旅行
加頁 2	腦智趣

統一報名日

日期：10 月 7 日(三)
時間：上午 9:15 起
地點：本中心正堂
對象：中心長會員

備註：1. 請帶備有效會員證親臨中心報名 ；
2. 活動名額有限，額滿即止。
3. 憑已填活動報名日表格，向中心職員報名作實。
包括免費活動及收費活動。
4. 由當天下午 2:00 開始，可以用以下形式報名。
(親臨、電話、代別人報名)。



「常設服務/活動」齊參加!

常設服務名稱	日期/時間	內容	參加辦法
①健康站 **(量血壓,單車機,綠動機等)** **(歡迎第 3 齡人士參加)** 3	10 月 2 日至 10 月 31 日 逢周一至五 上午 9:30-下午 12:30 下午 2:15-下午 5:00 地點：中心分處 (公眾假期除外*)	每位每節到中心分處使用一次	為加強大家對健康關注，中心於 2026 年 4 月份開始免費有器材給中心會員自行使用！ **如需協助，可向當值職員查詢！**
②棋藝共展(魔力橋) **(歡迎第 3 齡人士參加)** 3	詳見第 8-9 頁月曆 上午 9:15-下午 12:30 下午 2:15-5:30	動動腦筋、切磋棋藝、增進友誼	-在接待處出示會員証，向職員登記及借棋，玩完交回。 -每枱 3-4 人 -因應場地和活動安排，每節可開放的枱數有限，詳情請向當值職員查詢。
③「愛回家」積分獎勵計劃	第一期 29/9-12/10 [換禮物：10 月 13 日] 第二期 13/10-26/10 [換禮物：10 月 27 日]	多來中心，見您一面，蓋個印仔，換份禮物。	-憑「愛回家票」到中心蓋印仔，每節可蓋 1 個印仔，每期累積 10 個印仔或以上可獲獎，印仔愈多，獎品愈豐富。 (註：上午及下午各為一節，每節只可蓋 1 個印仔)
④嘉頓麵包派發	10 月 15，29 日(四) **上午 10:30-下午 12:30**	隔周派發，**憑券**領取嘉頓麵包，**逾期不候**	- 出示有效會員證 - 只限已續會會員拿取 (2025-2026 年度) 1.由 **2025 年 7 月份起**，中心不再以排隊形式領取麵包。 改由**參加周三的中心例會後領取麵包換領券**，並於周四上午 10:30-下午 12:30 期間領取麵包，**逾時作廢**。 2. 領取人需帶備會員證和換領麵包券，於領取時間內到中心領取麵包，**不得轉讓他人**。如代領，請出示該會員的會員證。
⑤購取加營素 **(歡迎第 3 齡人士訂購)** 3	**登記日期：** **10 月 7 日(三)** **(統一報名日)** **購取日期：** **2026 年 11 月 12(四)** **下午 2:30-3:30**	請按照指定時間到中心購取奶粉，逾時不候。	1. 須出示有效會員証 2. 每人最多只限訂購 6 罐 3. 只收現金(不收一千元紙幣) 4. 敬請自備購物袋/購物車 **15/5/26 雅培金裝加營素(雲喱拿/朱古力味)**調整 900 克調整為 850 克，價錢不變！ **從 2026 年 10 月開始**，雅培奶粉**不再提供 400 克的奶粉(即是金裝加營素及怡保康)** 全部奶粉**只提供 850 克裝** **由 2026 年 10 月 19 日起價格調整如下：** 金裝加營素(原味)$205； 金裝加營素(朱古力味) $205； 活力加營素$253； 怡保康(大)$236；
⑥義剪服務	登記日期：10 月 7 日(統一名日) **剪髮日期：** **2026 年 11 月 6 日(五)** **上午 9:30-中午 12:00**	為長者提供免費剪髮服務	活動前必需**在家中預先洗頭**，沒有洗頭的參加者，本中心有權停止提供剪髮服務 *活動與「**香港髮型協會**」合辦，謹此謝忱！

香港基督教新生會 70 周年會慶感恩崇拜暨午宴*速遞*



感謝神！期待已久的**「香港基督教新生會 70 周年會慶感恩崇拜暨午宴」**於 9 月 27 日上午 10 時至下午 3 時在麗豪酒店順利舉行，超過四百位的嘉賓、海外會友、本港會友、全會同工、中心會員及眾親友們濟濟一堂，獻上讚美、獻上感恩，也親切分享，共享愛筵！

很多多年未見分散海外的會友、新加坡大成教會的肢體遠道而來，三堂兩中心的同工、會員、兄姊再次共聚，特別是榮譽會長林重生牧師專程出席送上祝福，令這個日子倍添意義！

緊接崇拜後在聚賢廳筵開 34 席感恩午宴，大家分嚐豐富菜餚之餘，還有各單位代表表演助慶和大抽獎，更有嘉許持續在本會服務由超過五年以上的同工共 13 位，願主賜福眾同工的貢獻，亦力上加力、恩上加恩給予眾同工兄姊，將本年度主題繼續化為行動：「凝聚眾心・創建新生」，以榮神益人！











圖片說明：

1. 全體大合照
2. 何國添會牧證道
3. 林重生牧師(榮譽會長)祝福.
4. 聯合詩班獻詩
5. 詩歌敬拜小組領唱
6. 聯合讚美操隊揭開序幕
7. 主禮人合照

香港基督教新生會 70 周年會慶感恩崇拜暨午宴



主禮團/敬拜隊/詩班/讚美操隊

主禮團/執理事/董事/老人服務中心組



感恩午宴



主禮人/董事/嘉賓





香港基督教新生會 70 周年會慶感恩午宴















感恩午宴剪影：1. 教牧/執理事/各單位代表舉杯祝福　2.潘希文理事(董事會主席)致詞
3.陳寶珍理事謝禱(董事會副主席)　4. 海外會友獻詩　5. 總堂讚美操隊
6.新田圍堂粵曲班福曲獻唱　7.何文田堂唱歌班歌唱表演

七十周年會慶員工嘉許



頒發：潘希文理事　獲嘉許員工芳名：(由左至右)　何國添會牧　何笑琴牧師　劉邦華牧師　蔡志雄牧師　馮慧寶姑娘



頒發：陳寶珍理事　獲嘉許員工芳名：(由左至右)
梁婉媚幹事　何俊文先生　曾珮玲姑娘　張愛蓮幹事
(伍樂遙姑娘未克出席)



頒發：利穎君理事　獲嘉許員工芳名：(由左至右)
陳妙玲姑娘　劉深鉦傳道　余光耀幹事

70 周年會慶同樂日

23.09.2026

李炳新牧師分享中秋訊息





何國添會牧送贈榮休紀念座予梁婉媚幹事



分享愛心月餅





嘉賓致詞



濟濟一堂賀會慶+迎中秋



嘉許義工隊與嘉賓



奇聲小組獻詩-活出愛

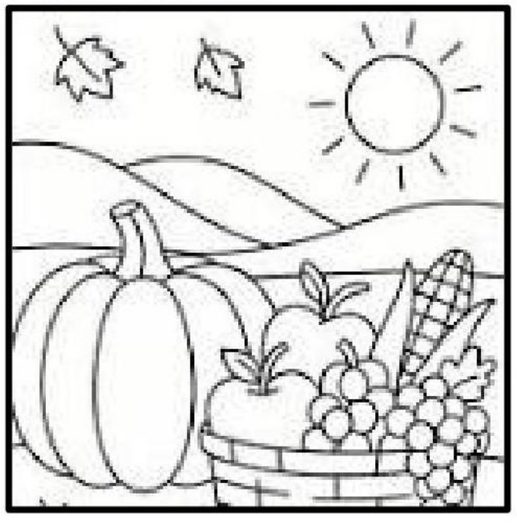
靈言蜜語：秋中說秋

劉邦華牧師

中秋已過，深秋到來。提起秋天就記起馬志遠的散曲《天淨沙·秋思》「枯藤老樹昏鴉，小橋流水人家，古道西風瘦馬。夕陽西下，斷腸人在天涯。」短短的 28 個字寫盡了秋天悲涼，那句「斷腸人在天涯」，說出了秋的淒酸，連粵語流行曲都出了句「悲秋風、碎春夢」。秋總是哀傷的季節。但唐·劉禹錫《秋詞》卻有詩句「自古逢秋悲寂寥，我言秋日勝春朝。」秋日晴空萬里，正好表達了作者浩瀚之志。其實想多一點秋天應是一個感恩的時候，因為這時正是農收季節，今時我們忘記了，因為我們身在城市裏，卻少看見果子累累的田間，故此我們多會悲秋風而不記得這是感恩的日子。豐收帶來了富足，我們能夠享受上天的祝福，所以應當感恩。事實上神賜我們豐足的厚恩，正如聖經說：「感謝　神，因祂有說不盡的恩賜！」(哥林多後書 9:15)所以秋日不但提醒我們「悲寂寥」，也提醒我們要感恩，感謝上帝賜的恩賜，祂給我們有豐盛的成果，也讓我們回想神對我們的恩情，祂為愛世人而死在十字架上，我們可以因信耶穌而得永生。今天讓我們一同感恩，不忘記所以秋是提我們感恩的日子，願意我們一同感恩。

(寫及讀以下聖經—哥林多後書 9:15)
感謝　神，因他有說不盡的恩賜！

請填上適當顏色：



感謝　神，因他有說不盡的恩賜！

你可藉禱告祈求天父：

親愛的天父！感謝祢賜我們生命，使我們富足並有餘。感謝祢！ 因愛我們而死在十字架上，今天我們可以因信耶穌而得永生。我願意信靠祢、接受祢成為我的救主和生命的主。願主引導我的一生。奉主耶穌基督的名禱告。阿們!

中心例會及活動推介

愛心券簡介日 2026

日期：10 月 14 日 (星期三)
時間：下午 2:15-4:00
內容：介紹本年度「敬老護老愛心券」慈善籌款活動內容，鼓勵會員/義工一同支持、參與及認購愛心券。
對象：本中心會員、第三齡人仕
名額：200 人　　費用：全免
地點：新田圍社區會堂 禮堂
負責職員：林先生、何先生
統一報名日：10 月 7 日(三)

天天好心情

日期：10 月 28 日(星期三)
時間：上午 9:30-11:00
內容：透過分享及講解，認識影響情緒的想法，學習正向思考，轉換好心情。
對象：本中心會員、第三齡人仕
名額：200 人　　費用：全免
地點：新田圍社區會堂 禮堂
負責職員：關姑娘
統一報名日：10 月 7 日(三)

治療流沙畫工作坊

日期：10 月 5 日(星期一)
時間：上午 10:00-11:30
內容：製作流沙畫，在製作與觀察成品的過程中緩和情緒及舒壓。
地點：中心禮堂
對象：中心會員、第三齡人仕
名額：12 人**(名額已滿)**　費用：$15
負責職員：關姑娘

淺談八段錦:簡易養身(線上講座)

日期：10 月 9 日(星期五)
時間：下午 3:00-4:00
地點：中心禮堂
內容：八段錦改善身體的原理、練習注意事項及養身小貼士。
對象：中心會員、第三齡人仕、外展長者
名額：40 人　　費用：全免
負責職員：林姑娘
統一報名日：10 月 7 日(三)
由「東華東院」資深職業治療師 雷梓雯女士主講，謹謝致忱！

和諧粉彩班

日期：10 月 3 日、11 月 7、14 日
12 月 5 日(星期六) (4 堂)
時間：上午 10:00-11:30
內容：學習和諧粉彩基本技巧，每堂一幅作品。
地點：中心禮堂
對象：第三齡人仕(優先報名)、中心會員
名額：8 人　　費用:$20
負責職員：關姑娘
報名日：第三齡會員**即日**報名，
中心會員 **9 月 28 日**起開始報名。

生活規劃講座-後顧無憂

日期：10 月 17 日(星期六)
時間：下午 2:30-4:00
地點：中心禮堂
內容：生前規劃的重要性、最新殯葬資訊、社會服務資源。
名額：40 人　　費用：全免
對象：中心會員、護老者、外展長者、第三齡人仕
負責職員：關姑娘
統一報名日：10 月 7 日(三)
由「聖雅各福群會」職員主講，謹謝致忱！

消化系統與腸道健康(講座)

日期：10 月 21 日(星期三)
時間：下午 2:15-3:15
地點：中心禮堂
內容：營養學家互動問答及派發小禮物環節，提升有關消化系統及腸道健康的知識。
對象：中心會員、外展長者
名額：30 人　　費用：全免
負責職員：林姑娘
統一報名日：10 月 7 日(三)
由「香港益力多乳品有限公司」營養學家主講，
謹謝致忱！

大電影-警察故事

日期：10 月 31 日(星期六)
時間：上午 9:30-11:30
地點：中心禮堂
內容：特警陳家駒拘捕毒梟後被陷害，他一邊逃亡一邊尋找證物洗脫嫌疑。
名額：35 人　　費用：全免
對象：中心會員、外展長者、第三齡人仕
負責職員：何先生
統一報名日：10 月 7 日(三)

香港基督教新生會新田圍堂長者鄰舍中心

2026 年
10 月通訊

「……要記得主耶穌親自說過的話：
『施比受更為有福。』」
（使徒行傳 20:35，現代中文譯本）

星期日	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
				1(廿一) 國慶日 公眾假期	五餅二魚服務計劃 2(廿二) 9:15-12:30 健康站(中心分處) 9:15-12:30 棋藝共展(中心分處) 2:15-3:45 開心天地 2:15-5:00 棋藝共展(中心分處) 2:30-5:30 健康站(中心分處) 3:45-4:45 奇聲小組	3(廿三) ✿社區護老者支援服務 9:15-12:30 棋藝共展 **10:00-11:30** **和諧粉彩班** 2:15-5:00 棋藝共展 3:00-5:00 奇樂小組 (東莞工商總會張煌偉小學)
4(廿四) 主日崇拜 10:00-11:30	5(廿五) 9:15-12:30 棋藝共展(中心分處) 9:30-12:30 健康站(中心分處) **10:00-11:30** 治療流沙畫工作坊 2:15-3:45 ✿健腦下午茶 2:15-5:00 棋藝共展(中心分處) 2:30-5:30 健康站(中心分處)	五餅二魚服務計劃 6(廿六) 9:15-10:15 繽紛色彩班 9:30-12:30 健康站(中心分處) 9:30-12:30 ✿認知檢測日：「智康健」腦退化檢測及社區支手援計劃(中心分處) 10:15-12:30 棋藝共展 2:00-4:30 粵曲班 2:15-5:15 ✿認知檢測日：「智康健」腦退化檢測及社區支手援計劃(中心分處) 2:30-5:30 健康站(中心分處)	**統一報名日** 7(廿七) 9:15-12:30 棋藝共展(中心分處) 9:30-12:00 健康站(中心分處) 2:15-5:00 棋藝共展(中心分處) 2:30-5:30 健康站(中心分處)	8(廿八) 9:15-10:15 書法班(中心分處) 9:30-12:30 健康站(中心分處) 2:00-3:15 讚美操班(會堂禮堂) 2:30-5:30 健康站(中心分處)	五餅二魚服務計劃 9(廿九) **9:00-4:00** 《森動社區・關愛同行》協作計劃(戶外) 9:15-12:30 健康站(中心分處) 9:15-12:30 棋藝共展(中心分處) 10:00-11:00 ✿桌上遊樂 2:15-5:00 棋藝共展(中心分處) 2:30-5:30 健康站(中心分處) 3:00-4:00 淺談八段錦：簡易養身(線上講座) 4:00-5:00 奇聲小組	10(九月初一) 9:15-12:30 棋藝共展 2:15-5:00 棋藝共展 3:00-5:00 奇樂小組 (東莞工商總會張煌偉小學)
11(初二) 主日崇拜 10:00-11:30	12(初三) 9:15-12:30 棋藝共展(中心分處) 9:30-12:00 健康站(中心分處) 9:30-10:45 ✿一手造成工作坊 2:15-3:45 ✿健腦下午茶 2:15-5:00 棋藝共展(中心分處) 2:30-5:30 健康站(中心分處)	五餅二魚服務計劃 13(初四) *9:00 開始愛回家小結(第一期)* 9:15-12:30 棋藝共展(中心分處) 9:30-12:30 健康站(中心分處) 11:00-12:00 ✿壓力縮一縮 2:00-4:30 粵曲班 2:15-5:00 棋藝共展(中心分處) 2:30-5:30 健康站(中心分處)	14(初五) 9:15-12:30 棋藝共展(中心分處) 9:30-10:45 逆齡全身操(會堂禮堂) 9:30-12:00 健康站(中心分處) 11:00-12:00 普通話班 **2:15-4:00 例會：愛心券簡介日 2026（會堂禮堂）**	**派麵包 10:30 開始** 15(初六) 9:15-10:15 書法班(中心分處) 9:30-12:00 健康站(中心分處) **9:30-12:00 注射流感疫苗 2026（按預約時間前來）** 2:00-3:15 讚美操班(會堂禮堂) 2:15-5:00 棋藝共展(中心分處) 2:30-4:15 ✿腦友同歡聚 2:30-5:30 健康站(中心分處)	五餅二魚服務計劃 16(初七) 9:15-12:30 健康站(中心分處) 10:00-11:00 ♥新友里聚會 2:15-3:45 開心天地 2:15-5:00 棋藝共展(中心分處) 2:30-5:30 健康站(中心分處) 3:45-4:45 奇聲小組	17(初八) 9:15-12:30 棋藝共展 2:15-5:00 棋藝共展(中心分處) **2:30-4:00** **生前規劃講座-後顧無憂** 3:00-5:00 奇樂小組 (東莞工商總會張煌偉小學)
18(初九) 主日崇拜 10:00-11:30	19(初十) 重陽節翌日 公眾假期	五餅二魚服務計劃 20(十一) 9:15-12:30 棋藝共展(中心分處) **9:30-10:30 聽覺保健知多少(講座)** 9:30-12:00 健康站(中心分處) 2:00-4:30 粵曲班 2:15-5:00 棋藝共展(中心分處) 2:30-5:30 健康站(中心分處)	21(十二) 9:15-12:30 棋藝共展 9:30-10:45 逆齡全身操(會堂禮堂) 9:30-12:00 健康站(中心分處) 9:30-10:30 ✿電玩天地 1 10:45-11:45 ✿電玩天地 2（中心分處） 11:00-12:00 普通話班 **2:15-3:15 消化系統與腸道健康(講座)** 2:30-5:30 健康站(中心分處)	22(十三) 9:15-12:30 棋藝共展(中心分處) 9:30-12:00 健康站(中心分處) 2:00-3:15 讚美操班(會堂禮堂) 2:15-5:00 棋藝共展(中心分處) 2:30-4:15 ✿腦友同歡聚 2:30-5:30 健康站(中心分處)	五餅二魚服務計劃 23(十四) 9:30-12:00 健康站(中心分處) 9:15-12:30 棋藝共展 2:15-3:45 開心天地 2:15-5:00 棋藝共展(中心分處) 2:30-5:30 健康站(中心分處) 3:45-4:45 奇聲小組	24(十五) 9:15-12:30 棋藝共展 （中心分處） **2:00-5:30** 「敬老護老愛心 2026-走出社區獻愛心(1)」 （戶外） 3:00-5:00 奇樂小組 （中心分處）
25(十六) 主日崇拜 10:00-11:30	整「裝」義工隊 26(十七) 9:15-12:30 棋藝共展(中心分處) 10:00-11:00 ✿男士腦力再拉伸 9:30-12:30 健康站（中心分處） 2:15-3:45 ✿健腦下午茶(中心分處) 2:15-3:45 ★五十肩及退化性手腳關節運動(雀巢佳膳講座) 2:30-5:30 健康站(中心分處)	五餅二魚服務計劃 27(十八) *9:00 開始愛回家小結(第二期)* 9:15-10:15 繽紛色彩班 9:30-12:00 健康站(中心分處) 11:00-12:00 ✿華爾茲抒壓小組 2:00-4:30 粵曲班 2:15-5:00 棋藝共展 2:30-5:30 健康站(中心分處)	28(十九) 9:30-12:00 健康站(中心分處) **9:30-11:00 例會：天天好心情（會堂禮堂）** 11:05-12:05 義工組 2:15-5:00 棋藝共展(中心分處) 2:30-5:30 健康站(中心分處)	**派麵包 10:30 開始** 29(二十) 9:15-12:30 棋藝共展 9:30-12:00 健康站(中心分處) 2:00-3:15 讚美操班(會堂禮堂) **2:00-5:30** 「敬老護老愛心 2026-走出社區獻愛心(2)」(戶外)	五餅二魚服務計劃 30(廿一) **9:15-5:00 旅行：秋季樂悠遊（戶外）** 9:15-12:30 棋藝共展(中心分處) 9:30-12:00 健康站(中心分處) 2:15-5:00 棋藝共展 2:30-5:30 健康站(中心分處)	31(廿二) **9:30-11:30** **大電影：警察故事** 2:15-3:15★護老者月聚 3:00-5:00 奇樂小組 (東莞工商總會張煌偉小學) 3:15-4:15★護老者舞蹈

***支持環保愛地球，一人一份已足夠 2026 年 9 月 30 日 第一版 250 份

認知障礙症服務　【負責社工:林先生】

健腦下午茶
日期：10 月 5、12、26 日
（逢星期一）
時間：下午 2:15-3:45
內容：一同享用下午茶，傾吓講下。
選擇喜歡的健腦活動。
地點：中心禮堂 (5/10 ,12/10)
***中心分處(26/10)**
對象：欲維持認知情況之會員
(由社工邀請)
名額：10 人
費用：$20 (3 節收費)
負責職員：林先生、陽幹事



一手造成工作坊
日期：10 月 12 日(星期一)
時間：上午 9:30-10:45
內容：製作「水果乳酪杯」，增強動手能力，也從中加強 5 感的刺激。
地點：中心禮堂
對象：欲維持認知能力之中心會員
名額：8 人　(由社工邀請)
費用：全免　負責職員：陽幹事

腦友同歡聚
日期：10 月 15、22 日
11 月 19、26 日
12 月 10、17 日 (逢星期四)
時間：下午 2:30-4:15
內容：透過每星期的定期聚會，以不同元素(五感、認知刺激療法、藝術、運動等)，讓組員有認知刺激、互相分享聯誼，激發參加者的能力。
對象：欲維持認知能力之中心會員 (由社工邀請)
地點：中心禮堂　名額：12 人
費用：全免
負責職員：林先生、陽幹事

桌上遊樂


日期：10 月 9 日(星期五)
時間：上午 10:00-11:00
內容：一同學習不同種類的桌上遊戲，動動腦筋、延緩腦退化!
地點：中心禮堂
對象：欲維持認知能力之中心會員
名額：20 人　費用：全免
負責職員：林先生、陽幹事
***10 名公開報名**(參加者可於 10 日 7 日(星期三)統一報名日」報名)
當日不能同時報名「遊樂天地」
10 名由社工個別邀請。

電玩天地
日期：10 月 21 日(星期三)
時間：上午　9:30-10:30(1 組)
上午 10:45-11:45(2 組)
內容：一同遊玩體感電子遊戲遨活腦筋，齊齊守護腦健康。
地點：中心分處　費用: 全免
對象：關注腦健的會員
名額：每組 8 人
負責職員：林先生
1 組：參加者可於 10 月 7 日「統一報名日」起報名，當日不能同時**報名「桌上遊樂」**。
2 組：由社工邀請



男士腦力再拉伸
日期：10 月 26 日(星期一)
時間：上午 10:00-11:00
內容：一同透過集體遊戲，鬥智鬥力。
地點：中心禮堂
對象：欲維持認知能力之中心男士會員
(由社工邀請)
名額：10 人　費用：全免
負責職員：林先生

認知檢測日：「智康健」腦退化檢測及社區支援計劃
日期：10 月 6 日 (星期二)
時間：上午 9:30 - 下午 12:30 / 下午 2:15 - 5:15
地點：中心分處　費用：全免
內容：免費認知檢測，了解個人的認知情況，如有需要，作出服務轉介。
對象：欲維持認知能力之中心男士會員(由社工邀請)
名額：9 人　由「耆智園」職員提供，謹謝致忱！

護老者支援服務　【負責社工:何先生】

護老月聚 本月主題：家居防跌大檢查
日期：10 月 31 日(星期六)
時間：下午 2:15-3:15
地點：中心禮堂
內容：以遊戲、分享、小禮物，讓護老者能互相支持。
對象：所有已登記或新登記之護老者
名額：15 人　費用：全免



護老者舞蹈
日期 ：10 月 31 日(星期六)
時間 ： 下午 3:15-4:15
地點：中心禮堂
內容：與護老者一同練習舞蹈。
對象：已登記或新登記之護老者會員
名額：15 人　費用：全免



五十肩及退化性手腳關節運動
日期：10 月 26 日(星期一)
時間：下午 2:15-3:45
地點：中心禮堂
內容：學習運動以舒緩五十肩及關節退化。
對象：所有已登記或新登記之護老者
名額：30 人　費用：全免
活動後有**雀巢佳膳奶粉售賣**。



復康用品借用
時間：中心開放時間
手續：借用復康用品人士，需親身到中心辦理借用手續，並繳交按金$100。
每次可借用兩星期，按金會於歸還復康用品時退回！
對象：中心會員及已登記的護老者。
可借用之復康用品：輪椅，拐杖，助行架，四腳拐杖。



外展長者服務　【負責社工:林姑娘】

新友里聚會
日期：10 月 16 日(星期五)
時間：上午 10:00-11:00
內容：分享社區信息、以遊戲、互相分享近況。
對象：區內非會員獨居及雙老長者
地點：中心禮堂
名額： 12 人　費用：全免

友好計劃
日期及時間：10 月彈性時間
內容：會員如發覺需要支援而未有適切服務之長者，可轉介給本中心。
對象：區內非會員獨居及雙老長者
***推薦人可獲禮物乙份以資鼓勵！**

有需要護老者服務　【負責社工：馮姑娘】



社區護老者支援服務 10-12 月份

中心為有需要的照顧者及其家人提供支援服務，讓照顧者得到及時喘息空間。



時間: 辦公室時間內

①**〈護送〉：** 護送中心或指定地點、陪診等

②**《中心看顧》：**在照顧者沒有其他人手看顧的情況下、或有需要處理私務等情況下，長者家人可短暫時間在中心看顧，期間按不同長者需要，由照顧員提供認知或運動練習。

③**《家居看顧》：**在照顧者沒有其他人手看顧的情況下、或需要處理私務等情況下，提供短暫的上門看顧服務，期間按長者需要，提供認知或運動練習。

④**〈義工探訪〉：**中心義工探訪及慰問其需要

對象：有需要護老者及其長者家人

如有查詢及有需要，請與社工馮姑娘聯絡及預約

負責職員：馮姑娘、陽幹事　**服務全免**

壓力縮一縮



日期：10 月 13 日(二)
時間：上午 11:00-中午 12:00
地點：中心禮堂
內容：透過學習製作熱縮膠片手工，讓照顧者體驗如何將事情大事化小，正面處理，亦透過不同的色彩放鬆舒壓。
對象：已登記之有需要護老者會員
名額：10 人　　費用：全免
對象:已登記有需要護老者

華爾茲抒壓小組



日期：10 月 27 日
11 月 3、10、17 日
(逢星期二) 4 堂
時間：上午 11:00-中午 12:00
地點：中心禮堂
內容：小組以「華爾茲」(Waltz)舞蹈」為主，讓照顧者在優雅的輕運動裡，既提升社交互動，亦讓個人的身心壓力得力到釋放。
對象：已登記之有需要護老者會員
名額：10 人　　費用：全免

歡迎大家加入義工行列！

義工服務　【負責社工：林先生】



義工組

日期：10 月 28 日 (星期三)
時間：上午 11:05-下午 12:05
內容：信息交流，互相聯繫和報告中心最新資訊。
對象：長者義工
地點：中心禮堂

《森動社區 · 關愛同行》協作計劃

日期：10 月 9 日(星期五)
時間：上午 9:00-下午 4:00
內容：聯同區內關愛隊成員及 沙田區長者中心義工，透過參觀和導賞，認識更多長者資源，提升對區內長者的關愛支援。
地點：房協長者安居資源中心，君臨宴會廳，賽馬會 a 家
集合地點：中心禮堂(上午 9:00)
對象：中心義工　　名額：5 人 **(已滿額)**
負責職員：馮姑娘　費用：全免

整「裝」義工隊

日期及時間：10 月份彈性時間(按中心需要)
內容：義工協助中心包裝通訊/ 禮物

2026 年「敬老護老愛心券」銷售活動巡

- 一年一度「敬老護老愛心券」已經來到了！期待你一同參與、慷慨解囊、共襄善舉！
- 銷售日期：10 月 24 日至 11 月 29 日。
- 愛心券售價：$20 一張/$200 一本

戶外銷售日

日期：10月24日(六)，10月29日(四)
時間：下午2:00-5:00

- 外出售賣愛心券，籌集善款。

學校銷售日

日期：11月3日(二)
時間：下午2:30-5:00
地點：東莞工商總會張煌偉小學

- 外出售賣愛心券，籌集善款。

愛心大排檔

日期：11月10日(二)
時間：上午10:45-下午12:45
　　下午2:15 - 4:15
地點：中心禮堂

- 透過義賣形式，包括義工的手作食品、攤位遊戲等…銷售愛心券
- 每位/每組參加者，需至少有$300贊助才合資格成為是次活動的表演者
- 各表演者需11月11日前向中心遞交登記表報名

獎項

為鼓勵各位會員/會友踴躍支持，中心/機構設立了不同的獎勵以鼓勵參與

最高銷售獎
- 長者凡於中心認購愛心券，中心職員會記錄認購數量。認購最多的3位，將獲得最高銷售獎。

個人認購參與獎
- 凡於個人名義中心認購一本(10張)$200愛心券，即可獲得參與獎一份。(一本一份，如此類推)
- (*如獲得最高銷售之獎項，將不獲此獎項)

積極參與/參與獎
- 凡參與「戶外銷售 日」協助義賣活動的義工，即可獲得參與獎。
- 而參與戶外銷售活動2日，即可獲得積極參與獎。

長者進修學院/課程

查詢可聯絡負責職員

為鼓勵長者持續進修之終生學習精神，造就長者達到與時並進，服務社會之果效，本會於2003年成立香港基督教新生會長者進修學院。並由2022年1月1日起，凡中心之會員自動成為長者進修學院的學員，如報讀有學分制的課程活動而出席率達八成者，可獲該課程所設之學分。有關計算學分的課程，可參閱以下課程一覽表！

繽紛色彩班

日期：10月6日至12月22日(二)
(約8堂)
時間：上午9:15-10:15
內容：透過填色，讓參加者發揮創意，舒壓寬心。
地點：中心禮堂
對象：中心會員
名額：15人　學分：8分
費用：$30
負責職員：陳幹事

3

粵曲班

日期：10月6日至12月15日(二)
(約8堂)
時間：下午2:00-4:30
內容：學習粵劇的唱功技巧，了解戲曲文化
地點：中心禮堂
對象：中心會員（舊生優先）
名額：25人　學分：16分
費用：$80　義務導師：葉瑞燕女士
負責職員：關姑娘

3

逆齡慢慢操

日期：10月14日至12月23日(三)
(約10堂)
時間：上午9:30-10:45 (學分：8分)
地點：新田圍社區會堂
內容：舒緩關節不適及肌腱痠緊，使筋肌鬆軟，增進血液循環，增加活動能力。
對象：中心會員　費用：$40
導師：周惠萍姑娘
名額：20人　負責職員：關姑娘

3

普通話班

日期：10月14日至12月23日(三)
(約8堂)
時間：上午11:00-中午12:00
內容：讓長者學習普通話日常用語，以及唱普通話歌曲。
地點：中心禮堂
對象：中心會員
名額：17人　學分：8分
費用：$40　義務導師：周惠萍姑娘
負責職員：關姑娘

3

書法班

日期：10月8日至12月17日(四)
(約8堂)
時間：上午9:15-10:15
內容：學習基本楷書筆法、單字練習詩句等。
地點：中心分處(青草地)
對象：中心會員
名額：10人　學分：8分
費用：$50 學費(需另購紙筆用品)
導師：張詠梅女士　負責職員：關姑娘

3

讚美操班

日期：10月8日至12月10日(四)
(約8堂)
時間：下午2:00-3:15(學分：8分)
地點：新田圍社區會堂
內容：透過練習讚美操，增強體能、提昇身心、社靈健康。
對象：中心會員　導師：陳秀清女士
費用：$40　名額：20人
負責職員：關姑娘

3

長者進修學院/課程

查詢可聯絡負責職員

為鼓勵長者持續進修之終生學習精神，造就長者達到與時並進，服務社會之果效，本會於2003年成立香港基督教新生會長者進修學院。並由2022年1月1日起，凡中心之會員自動成為長者進修學院的學員，如報讀有學分制的課程活動而出席率達八成者，可獲該課程所設之學分。有關計算學分的課程，可參閱以下課程一覽表！

開心天地

日期：10月2日至12月18日 (五)
時間：下午2:15-3:45　(學分：10分)
內容：詩歌、遊戲、分享學習靈性知識，聯誼分享。
地點：中心禮堂　對象：中心會員
費用：全免　負責職員：劉牧師

3

奇聲小組

日期：10月2至12月18日 (五)
時間：下午3:45-4:45　(學分：10分)
內容：學習詩歌,抒懷減壓及在聚會獻唱。
地點：中心禮堂
對象：中心會員　費用：全免
負責職員：劉牧師

3

奇樂小組

日期：10月3日至12月26日 (六)
時間：下午 3:00-5:00
地點：東莞工商總會張煌偉小學
內容：遊戲、詩歌、分享、手工、茶點等。
對象：長者會員(參加者願與青少年一同學習、協助導師進行活動)
費用：全免
負責職員：劉牧師　何牧師



3

聽覺保健知多少(講座)

日期：10月20日(星期二)
時間：上午9:30-10:30　(學分:1分)
內容：失聰的原因及處理方法，選擇助聽器的要點及預防失聰的措施。
對象：中心會員、第三齡人仕、外展長者　地點：中心禮堂
費用：全免　名額：40人
負責職員：林姑娘
統一報名日：10月7日(三)
講座由「衛生署沙田區長者健康外展隊伍」註冊護士/職員主講，謹致謝忱！



3

香港基督教新生會新田圍堂長者鄰舍中心

社會福利署資助服務
Subsidised Service by the Social Welfare Department

地址: 正堂--沙田新田圍邨豐圍樓114-117號地下
分處--沙田新田圍邨康圍樓6樓平台47號舖 (青草地)　電話: 2604 6524

悅空間

本中心特設休悅空間
為55-59人士(第三齡)而設

培養興趣與技能
盡展所能祝福社群
認識社區資訊
策劃人生下半場

和諧粉彩班

活動地點: 本中心分處

10月3日、11月7 & 14日、12月5日
週六早上10:00-11:30
收費: $ 20 (共4堂)





參加資格: 55歲或以上人士

- **55-59歲**: 免費登記第三齡會員
  優先即日起報名
- **60歲或以上**: 必須為「中心會員」
  活動前一個星期六起報名

生前規劃講座
後顧無憂

認識生前規劃的重要性,
講解最新殯葬資訊、介紹社區資源

10月17日 (週六)
下午2:30-4:00
中心正堂
免費

報名方法

途徑1: 親臨中心正堂
途徑2: 電話 2604 6524
途徑3: 網上登記及報名 (只限55-59歲 未入會人士)

網上報名成功後
將收到 WHATSAPP 確定短訊
活動前請親臨正堂付款作實

第三齡會員還可參與
中心不同的活動或班組
詳情請掃瞄中心網頁
<通訊> 內標記 3 之活動

如有查詢, 可致電 26046524
聯絡負責社工關姑娘

香港基督教新生會新田圍堂長者鄰舍中心

社會福利署資助服務
Subsidised Service by the Social Welfare Department

2026年
注射流感疫苗



日 期: 2026年10月15日 (星期四)
時 間: 上午9:30-12:00(按登記時間前來)
地 點: 本中心禮堂

報名日期: 2026年9月15日(二) 上午9:15至10月6日
報名方法: 帶備身份證, 預留時間前來中心填寫「三價」滅活流感疫苗注射同意書, 並相約注射時間
對 象: 50歲或以上中心會員/護老者/第三齡人士
名 額: 100名

本年度疫苗選用:
三價流感疫苗 Fluarix (葛蘭素史克)



	3價 流感疫苗注射計劃	費用
受資助人士	50歲或以上中心會員/護老者/第三齡人士	免費
不受資助人士	50歲以下人士	$100

注意事項 !!!

1. **登記及注射當天必須出示身份證及有效會員證**
2. **此活動與毅力醫護健康集團合辦**
3. **注射當天請穿寬鬆衣服**

如有查詢:
請聯絡負責職員關姑娘 (電話: 2604 6524)

Kinetics 毅力醫護健康集團

醫院管理局運作單位來電顯示

家庭醫學診所	來電顯示號碼:
瀝源家庭醫學診所	1828 652

家庭醫學診所	來電顯示號碼:
馬鞍山家庭醫學診所	1828 654

家庭醫學診所	來電顯示號碼:
沙田(大圍)家庭醫學診所	1828 651

家庭醫學診所	來電顯示號碼:
圓洲角家庭醫學診所	1828 653

急症醫院	來電顯示號碼:
威爾斯親王醫院	1828 548

其他醫院及運作單位	來電顯示號碼:
白普理寧養中心	1828 555

其他醫院及運作單位	來電顯示號碼:
沙田慈氏護養院	1828 556

其他醫院及運作單位	來電顯示號碼:
沙田醫院	1828 557

來源：醫院管理局

梁婉媚幹事臨別贈言：



感謝天父在我急於要找另一份工作的時候，帶領我來到香港基督教新生會新田圍堂長者鄰舍中心，就這樣轉眼我在機構服務快 7 個年頭，今年 9 月也適逢我退休之年，多謝新生會給我機會在這裡服務老友記，同時也在他們身上學了怎樣與長者相處，多謝何會牧、各牧師的教導並各同工的協助及包容。求天父繼續帶領我再走人生的下半場，亦帶領新生會及各同工有更好的發展並進步，最後祝各人身體健康，心身靈平安，願榮頌讚歸於天上的父神，阿們！

地　址： 沙田新田圍邨豐圍樓 114-117 室地下
沙田新田圍邨康圍樓 6 樓平台 47 號舖(分處)

網　址： www.nlcchkstwnec.org

Facebook： www.facebook.com/nlcchkstwnec/
(歡迎讚好及追蹤中心的 Facebook 專頁)

開放時間： 星期一至六 上午9:00 至下午6:00
(下午 1:00-2:00 午膳時間暫停開放)
星期日設有早、午堂崇拜
公 眾 假 期 休 息

電　話： 2604-6524　　**傳真：** 2604-6136
3758-4114(分處)

電　郵： stwnec@nlcchkstwnec.org

WhatsApp: 5426-2172(只限中心發放訊息)
(不設回覆)　(請將中心電話 5426-2172 加入手機通訊錄以接收最新資訊)

WhatsApp　Facebook　中心網頁

讚賞/建議/意見欄

你們的意見，都是對中心服務改善的機會，請踴躍發表！亦歡迎對中心服務提出任何讚賞/建議，請填妥以下表格交回中心或致電 2604 6524 與我們聯絡，謝謝你！

填表人姓名:_____ **填表日期:** _____

聯絡電話:_____

讚賞/建議/意見:

_____

_____

中心督導 何國添會牧
教牧同工 劉邦華牧師
中心同工 何笑琴牧師、林頌銘先生、馮慧寶姑娘、何俊文先生、伍樂遙姑娘、林才玲姑娘、關潔玲姑娘、陽小慶幹事、陳麗雯幹事、蕭云英幹事

香港基督教新生會新田圍堂長者鄰舍中心

秋季樂悠遊

日期：2026 年 10 月 30 日(星期五)
時間：上午 9:15(中心集合) - 下午 5:00
內容：遊覽前粉嶺裁判法院，輕鐵車廠導賞遊，
午膳於流浮山享用鮑魚海鮮餐。
名額：58 位
費用：會員 $170 非會員 $230
報名方法：7/10-10/10 起接受報名，如人數超出
限額需於 12/10 進行抽籤)
負責職員：何先生　　查詢電話：2604 6524

流浮山歡樂海鮮酒家【鮑魚海鮮午膳】餐單：

白灼海生蝦	翡翠鴛鴦片
果皮蒸鮑魚	魚香茄子
清蒸海上鮮	郊外油菜
金針雲耳蒸滑雞	絲苗白飯
京都醬爆骨	合時生果

每席 12 人用膳



腦智趣

會員姓名:_____

會員編號:_____

月份/年份：10/2026　　主題：蛇棋

請於 10 月 12 日前交回中心接待處。答對正確答案的會員，將獲發小禮物。



#擲骰子數字為前進的格數，到達梯子底部或蛇頭部的格子會有以下不同效果。

- 梯子底部=由梯子底部的格子前進到梯子頂部的格子。(向上爬)
- 蛇頭部=由蛇的頭部的格子掉到蛇尾的格子。(向下掉)

例子：陳幹事在第 4 格，骰子數字是「3」，她最後在第 7 格。
(提示：4 該格子不用數，向數字大的方向數。最後的格數等於：4 + 3 = 7。)

1. 林生在第 1 格，第一次擲骰子數字是「6」，第二次擲骰子數字是「2」，林生最後在第幾格? _____
2. 何生在第 8 格，第一次擲骰子數字是「1」，第二次擲骰子數字是「4」，第三次擲骰子數字是「4」，何生最後在第幾格? _____
3. 陽幹事在第 5 格，第一次擲骰子數字是⚀，第二次擲骰子數字是⚄，第三次擲骰子數字是⚅，陽幹事最後在第幾格? _____

香港基督教新生會新田圍堂長者鄰舍中心

活動報名表

2026 年 10 月份

姓　名：_____

會員編號：_____

報名須知

活動報名日期：2026 年 10 月 7 日 (星期三)

時間：上午 9:15-下午 12:30; 下午 2:00-5:00

地點：本中心禮堂

報名規則： 請出示有效的會員証、填妥此報名表及預備有關費用(如有)，**於活動報名日上午 9 時 15 分至下午 12 時 30 分，親身到中心報名，按籌號輪候登記報名，如超過 5 個籌號則要重新輪候。先到先得，額滿即止。**

** 若上午不便，請於活動報名日的下午 2 時開始，**可以電話/親友代報名/ 親身 等形式報名**。**

★ ***為收費活動，以付款作實。***

 # 其他/特別服務/活動 有關報名時間請留意中心通訊、例會或 WhatsApp 公告群組資料個別宣傳。

~ 如有查詢，歡迎與中心職員聯絡 ~

請在報名欄下之空格 "✓" 選想參加之服務/活動。

報名	活動/ 服務名稱	日期	時間及地點	名額	費用	對象
中心例會						
☐	愛心券簡介日 2026	10 月 14 日 (星期三)	下午 2:15-4:00 社區會堂 禮堂	200	免費	會員
☐	天天好心情	10 月 28 日 (星期三)	上午 9:30-11:00 社區會堂 禮堂	200	免費	會員
中心活動						
講座(3 個活動只可以 3 選 1)						
☐	淺談八段錦：簡易養身(線上講座)	10 月 9 日 (星期五)	下午 3:00-4:00 中心禮堂	40	免費	會員
☐	聽覺保健知多少 (講座)	10 月 20 日 (星期二)	上午 9:30-10:30 中心禮堂	40	免費	會員
☐	消化系統與腸道健康(講座)	10 月 21 日 (星期三)	下午 2:15-3:15 中心禮堂	40	免費	會員
☐	注射流感疫苗 2026	10 月 15 日 (星期四)	上午 9:30– 12:00 (按預約時間) 中心禮堂	100	免費	會員會/護老者/第三齡人士
☐	大電影：警察故事	10 月 31 日 (星期六)	上午 9:30-11:30 中心禮堂	40	免費	會員
☐	義剪服務	11 月 6 日 (星期五)	上午 9:30-12:00 中心禮堂	45	免費	會員
☐	「敬老護老愛心券」2026 愛心大排檔	11 月 10 日 (星期二)	上午 10:45- 下午 12:45 下午 2:15 - 4:15 中心禮堂	150	愛心券義賣	會員 / 公眾人士
☐	購取加營素	11 月 12 日 (星期四)	下午 2:30-3:30 中心禮堂	不限	免費	會員
認知障礙症服務(2 個活動只可以 2 選 1)						
☐	桌上遊樂	10 月 9 日 (星期五)	上午 10:00-11:00 中心禮堂	10	免費	會員
☐	電玩天地	10 月 21 日 (星期三)	上午 9:30-10:30 分處	8	免費	會員
第三齡服務						
☐	生前規劃講座-後顧無憂	10 月 17 日 (星期六)	下午 2:30-4:00 中心禮堂	40	免費	第三齡人仕/會員

中心活動 (外出) (需抽籤)						
☐	秋季樂悠遊(旅行)	10 月 30 日 (星期五)	上午 9:00- 下午 5:00	58	會員 $170 非會員 $230	會員/非會員
抽籤	**(10 月 10 日*截止登記*，10 月 12 日進行抽籤*公佈結果*)**					