

有關《學童脊科保健計劃-初步體態分析》事宜

敬啟者：

兒童脊科基金自 2007 年成立至今已為 59949 位幼稚園及小學學童檢查體態(並於 2017 年由香港公益金資助推行「學童脊科保健」)，據 2020 至 2021 及年學童體態統計發現，疫情下學童脊骨問題日趨嚴重及低齡化趨勢，超過學九成學童出現一項或以上脊骨問題，其中出現寒背的學童高達八成，部份學童更備受痛症困擾，情況必須及早正視。

因衛生署為 10 歲學童首次檢查脊骨，當脊骨錯位出現，身體通常會出現一些訊號，例如肩頸勞累、經常疲倦、頭痛、腳痛、頸痛、失眠、鼻敏感、呼吸不順、平衡力欠佳等。微小徵狀的出現，都可能表示他們的脊骨神經系統受到刺激、干擾，令身體出現失調的訊號。

本校已參加由兒童脊科基金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 貴子女童參加《學童脊科保健計劃》。倘若 貴子女有以上徵狀，或他們在學童健康服務檢查中被診斷疑似脊骨側彎，請家長務必把握這次檢查體態的機會。

《學童脊科保健計劃》	
活動內容：	由註冊脊醫進行初步體態分析 (包括：脊骨側彎、寒背、高低膊、頭部前傾、盤骨前傾) 【脊骨神經健康】短講(約 20 分鐘)
所需時間：	約 1 小時(必需出席整個過程)
檢查地點：	挺直脊科中心 元朗：元朗安寧路 180 號地下(港鐵屯馬綫朗屏站 B2 出口) 觀塘：觀塘成業街 7 號寧晉中心 23 樓 E 室(港鐵觀塘站 B1 出口)
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
備註：	基金會將不定期更新時段，以供選擇，名額有限，額滿即止。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均會影響學童的體態及脊骨成長。建議家長可定期或最少每 6 個月帶子女檢查體態。

備註：

1. 已預約日期時間不可更改或取消。基金會保留最終舉行的決定權。
2. 是次檢查及講解大約為一小時，請家長或監護人預留時間陪同子女參加。並準時出席；如遲到 15 分鐘，恕不能入場，需另再預約時間。
3. 基金會不會作出任何活動提示。由於輪候人數眾多，請家長珍惜是次預約。如未能出席，務必通知取消預約，以免耽誤其他有迫切需要的學童。另若失約，需於 6 個月後才能再次於網上預約
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. 經脊醫評估有明顯體態問題的學童需要另約一天進行詳細脊骨檢查。出席學童脊科保健計劃的綜援家庭兒童，於出席當場必須出示綜合社會保障援助文件正本，方可免費另外預約詳細檢查。其他兒童當天可以特惠收費\$150 預約，家長可自行選擇是否參與。
7. 極力推薦家長訂閱兒童脊科基金 YouTube 頻道平台內容包括：脊醫分享、護脊知識、護脊運動鍛鍊、護脊遊戲等影片。
8. 校方只代兒童脊科基金轉達訊息，家長參加與否，絕對自由。家長如有意安排 貴子女參加，請直接與機構聯絡，以便溝通和跟進。

此致

貴家長



校長： 舒敬 謹啟
(舒敬)

二零二三年三月二十四日

聖經金句：(耶穌)漸漸長大而強壯，充滿智慧，天主的恩寵常在祂身上。 (路 2:40)

負責老師：王彩彩主任