



深水埗區議會
保良局石硤尾社區服務中心

SHAM SHUI PO DISTRICT COUNCIL

PO LEUNG KUK SHEK KIP MEI COMMUNITY SERVICES CENTRE

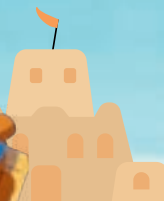


2026年 5月-8月 中心通訊

<< 新會員限時入會優惠 >>

由即日起入會者，可獲限定福袋2個。

先到先得，送完即止。



掃描以下QR CODE，
加入中心WHATSPY 頻道
獲取中心最新資訊!!!



目錄



活動報名須知 留意	P. 3
「醫」、「社」連「深」支援計劃	P. 4
核心服務 - 醫療服務	P. 5
核心服務 - 課餘託管服務	P. 6
核心服務 - 有營飯堂食物援助服務	P. 7
核心服務 - 幼兒暫託服務	P. 8
暑假幼兒暫託服務-暑假小寶寶 新增	P. 9
幼兒暑期活動 新增	P. 10 - 14
幼兒恆常班	P. 14 - 18
暑假課餘暫託服務 新增	P. 19
兒童暑期活動 新增	P. 20
兒童恆常班	P. 21 - 22
婦女活動	P. 23 - 24
成人及社區活動	P. 25 - 29
樂齡系列活動	P. 29 - 37
義工服務	P. 38 - 39
親子活動	P. 40
中心及飯堂頻道介紹 新增	P. 41 - 42
場地租用	P. 43



報名須知及方法：

參加者須填妥「活動報名表」並攜同有效之會員證辦理報名手續；

16歲以下參加者須得家長/監護人簽署作實。如會籍過期須先續會；

除特別活動外，本中心以「先到先得」為報名原則，額滿即止。

恆常班組報名注意事項：

- 參加者須於每月最後一堂前繳交下期學費，否則現有名額將開放予其他正輪候的會員參加，而不予通知；
- 恆常班組活動按月收費，參加者如在個別日子有要事，只可少報一堂；
- 除獲得醫生證明不適合上課外，如需報少兩堂或以上則當自動放棄學額。

一次性/特別活動報名事宜：

- 參加者須按個別活動備註上所顯示的方式報名，如個別活動需收取按金則需於報名時一併收取。如無故缺席，按金則會沒收；
- 部份活動如註明必需完整出席，則需整月報名。

付款須知：

- 中心接收現金/支票繳交費用，恕不接受\$1,000大鈔，請備輔幣找續。
- 支票抬頭請寫：「保良局」或“Po Leung Kuk”。

報名及付款後事宜：

- 為免任何糾紛，參加者一經報名及繳費後，**中心將不設退款及名額轉讓**；
 - 為確保中心日常運作，**無故缺席者將不獲退款或補堂安排**；
 - 如遇上惡劣天氣，中心將按照「惡劣天氣安排」決定活動的舉行情況；
 - 若活動因人數不足或天氣惡劣而受到影響，**本中心保留款項延期、補堂或取消舉辦該活動的權利。一般而言：本中心將優先以款項延期/補堂方式處理，不予退款**
1. 款項延期的例子：恆常班於二月已付款5堂（\$100），中心可安排三月續報時扣減一堂的費用。（如未有報讀，中心將不會退款）
 2. 補堂的例子：中心將安排活動於指定時間補回（如未能出席，中心將不會退款）
- 如最終活動確定取消及需要退款，中心職員將另行通知參加者辦理相關手續。
 - 請保存本中心發出之收據，直至所有活動課堂完結。
 - 本中心收集的個人資料、拍攝及影片，只供作機構活動推廣及聯絡之用。



本中心保留條款的解讀及最終決定權





深水埗區議會
保良局石硤尾社區服務中心
SHAM SHUI PO DISTRICT COUNCIL
PO (LEUNG) WUK SHEK KIP HOI COMMUNITY SERVICES CENTRE

「醫」、「社」連「深」支援計劃

為區內基層家庭提供醫療資助以減輕基層家庭的醫療開支負擔
並促進其身、心、社交健康

受惠
對象

深水埗區內基層家庭

- ✔ 獨居/雙老長者
- ✔ 單親家庭
- ✔ 低收入家庭
- ✔ 劏房戶

申請
辦法

成為中心
會員

填妥申請表格
遞交證明文件

職員約
見面談

審批成功可獲
醫療優惠卡一張



憑證可獲五次優惠價使用本局石硤尾社區服務中心(醫療服務)的中西醫服務及物理治療服務, 有效期半年。

診金
優惠



		西醫	中醫	物理治療
原價	65歲以上	\$200	\$200	\$360
	其他合資格人士	\$250	\$250	\$450
優惠價	65歲以上	\$100	\$100	\$160
	其他合資格人士	\$150	\$150	\$250

4

查詢電話：2608 9112

*名額有限，先到先得；中心保留最終決定權。
此計劃由潘建生爵士伉儷撥款贊助



醫療服務

Medical Service



以低廉價格提供中醫、西醫、牙醫、推拿及物理治療，另有身體檢查和疫苗注射服務等。

開放時間：

- 星期一至六：
 - 上午9時至下午1時；
 - 下午2時至6時
- 星期日及公眾假期休息



注意事項：

醫生當值時間以查詢為準，敬請先行致電預約！

如有經濟困難，可向中心查詢醫療資助（詳見P.4）

1. 中心已參加社區牙科支援計劃，並於2026年起新增洗牙、杜牙根及鑲配假牙等服務，部分合資格人士費用全免，詳情請向診所職員查詢。
2. 2025/26季節性流感疫苗仍可供接種。

查詢及預約電話：

 **2390 2711**



課餘託管服務：兒童組

AFTER SCHOOL CARE PROGRAMME FOR
PRIMARY SCHOOL STUDENT



課餘託管服務供就讀小學的學生使用，提供日常功課輔導及課外多元化學習服務，分擔親職就教導子女學習的困難，減輕家長和照顧者的壓力。

服務對象：

深水埗區內的6至12歲學童

*小學一至六年級

(家中無人照顧者優先)

服務日期：

逢星期一至五

(*星期六、日及公眾假期休息)

服務時段：

(A) 下午3:45 至 5:45

(B) 下午5:45 至 7:45

(C) 下午3:45 至 7:45

(其中3 - 4小時)

內容：

1. 功課輔導
2. 多元學習時段
3. 不定期特別活動



師生比例：1:7

收費（月費模式）：

(A) / (B) - \$1,400/月；

(C) - \$1,800/月

查詢請致電 2608 9112



延伸服務-三人專科補習

服務時間：

逢星期六（公眾假期暫停）

上午10時至下午1時

*每節一小時，報名時請註明補習科目

服務收費：

每小時\$120（按月收費）

*現有報讀課餘託管學生可享優惠價每小時\$100

備註：每節最多兩組，師生比例最高為1:3

* 中心保留最終決定權

申請方法：

1. 申請者須為中心會員
2. 親臨本中心索取申請表格、學習需要調查、服務須知及同意書，填妥後連同學童近照及近期學校成績表影印本交予職員，等待審批
3. 職員會在7個工作內致電申請者，簡介服務內容；並預約家長及學童到中心與負責社工/職員進行面談

備註：

1. 學童需自行帶備所需學科課本。
2. 中心將會提供練習予學童作溫習。



課餘託管服務： 幼兒組



AFTER SCHOOL CARE PROGRAMME
FOR KINDERGARTEN CHILDREN

為需要長時間工作、工時不穩定的父母
或遇有突發需要的家庭，提供3至6歲
幼兒託管服務。

服務對象：

深水埗區內的3至6歲幼兒



服務時間：

星期一至五：

中午12時 - 晚上7時

星期六、日

及公眾假期暫停



服務收費：

• 月費模式

\$ 1,000 (每日固定時間使用3小時或以下)

\$ 1,400 (每日固定時間使用3小時以上)

• 按小時收費 \$20

*如有需要，可以\$14訂購膳食及\$5訂購茶點



！使用服務前必須預約！

幼兒託管期間活動

語文天地



藝術創作 大小肌訓練



集體遊戲



數理天地



有營飯堂食物援助服務

HOT MEAL FOOD ASSISTANCE SERVICE

為區內人士提供廉價熱餐為主要的食物援助服務，
支援基層居民的基本生活需要。

服務對象

- 居於或工作於深水埗區內；及
- 面對緊急經濟困難人士或家庭
 - 因身體或家居原因無法煮食



服務收費



- 早餐：每份 \$5 (預訂) / \$6 (即場購買)
- 熱餐 (午餐或晚餐)：每餐 \$14
- 免費派發：速凍饅饅 (可按訂餐日數及實際需要，每星期最多可領取 6 盒)

服務時間

星期一至六

早餐 上午9時-上午10時

午餐 中午12時-下午1時30分

晚餐 晚上 6時-晚上7時

(*星期日及公眾假期暫停)



購買早餐須知

1. 早餐可現場付現金購票
2. 早餐數量有限，售完即止
3. 每日提供最少多款早餐
4. 可選擇堂食或外賣

自行攜帶器皿-免收外賣費
(如需膠碗及膠袋，則按環保徵費收取\$2)





深水埗區議會
保良局石硤尾社區服務中心
SHAM SHUI PO DISTRICT COUNCIL
PO LEUNG KUK SHEK KIP MEI COMMUNITY SERVICES CENTRE

暑期小寶寶 2026

以幼兒為中心，提供遊戲中學習，
讓幼兒從遊戲中獲得全面及均衡的發展。

日期：13/7/2026-21/8/2026 (逢星期一至五)

時間：上午10:30-下午2:30

地點：本中心

對象：3-6歲幼兒

收費：\$80/日

午膳：\$14

(可選擇訂購午膳或自備午餐)

時間	一	二	三	四	五
10:30-11:15	分組活動				
11:15-12:15	排洗及午膳				
12:15-13:15	整理及午睡				
13:30-14:15	數理邏輯	創意藝術	體能活動	語文百科	多元科學
14:15-14:30	整理放學				

備註：

- 師生比例為1:6
- 職員確認報名後方會繳交費用
- 學費及膳食費需一併繳交
- 活動有機會按當日實際情況有所調整
- 如果家長下午有託管的需要可以考慮同時報讀下午的幼兒暑假活動(附頁P. 10-P. 17)
中心職員將會代為把幼兒帶到相關課室。(可以\$5訂購下午茶)

幼兒中文學堂



讓幼兒在輕鬆愉快的氛圍中學習認字、說話和寫作，避免死記硬背，激發他們對中文的興趣與愛好。

日期	(星期一)7月13、20及27日；8月3、10及17日【共6堂】		
時間	下午3:00-4:00	名額	8名
費用	\$540/6堂 (全期收費)	對象	4-6歲幼兒



幼兒甜心茶座



透過製作不同的簡單甜點，培養專注力、小手肌肉發展，讓幼兒在烘焙的過程中收穫快樂與成就感！

日期	(星期一)7月13、20及27日；8月3、10及17日【共6堂】		
時間	下午4:15-5:15	名額	8名
費用	\$720/6堂 (全期收費)	對象	3-6歲幼兒



幼兒英語動動樂



透過繪本故事、兒歌律動及遊戲教學，激發孩子對英語的興趣，提升聽說能力。讓幼兒不再害怕英文，輕鬆愉快地學習。

日期	(星期二)7月14、21及28日；8月4、11及18日【共6堂】		
時間	下午3:00-4:00	名額	8名
費用	\$540/6堂 (全期收費)	對象	4-6歲幼兒



幼兒唱遊教室

結合音樂、節奏、律動與遊戲，透過唱歌、敲擊樂器及即興舞蹈，在輕鬆環境下放蒙音樂興趣。

日期	(星期二) 7月14、21及28日；8月4、11及18日【共6堂】		
時間	下午4:15-5:15	名額	8名
費用	\$540/6堂 (全期收費)	對象	3-6歲幼兒



幼兒暑期活動

幼兒故事手工班

透過生動的繪本故事結合創意手作（如黏土、拼貼及繪畫等），激發幼兒的創造力、專注力與小肌肉發展。

日期	(星期三) 7月15、22及29日；8月5、12及19日【共6堂】		
時間	下午3:00-4:00	名額	8名
費用	\$540/6堂 (全期收費)	對象	3-6歲幼兒



小小設計師養成班

旨在啟發幼兒的創造力及想像力，透過扮演時裝設計師、玩具設計師、室內設計師及飾物設計師等，讓幼兒體驗從靈感、草圖、挑選材料到完成作品的全過程。

日期	(星期三) 7月15、22及29日；8月5、12及19日【共6堂】		
時間	下午4:15-5:15	名額	8名
費用	\$540/6堂 (全期收費)	對象	3-6歲幼兒





幼兒輕黏土班



教授幼兒以輕黏土製作不同主題的作品如卡通人物、食物及動物等、讓幼兒在揉捏、塑形、混色的過程中，加強訓練觀察力、小手肌的發展及創意等。

日期	(星期四) 7月16、23及30日; 8月6、13及20日 [共6堂]		
時間	下午3:00-4:00	名額	8名
費用	\$540/6堂(全期收費)	對象	3-6歲幼兒



大自然創意畫室



將花草、樹枝、落葉、砂石等天然材料轉化為藝術品，啟發幼兒的想像力與創造力。

日期	(星期四) 7月16、23及30日; 8月6、13及20日 [共6堂]		
時間	下午4:15-5:15	名額	8名
費用	\$540/6堂(全期收費)	對象	3-6歲幼兒



幼兒數學基礎班



教授基礎的數學概念，包括圖形、對稱，亦會認識數字與數值之間的關係。透過教授基礎的運算技巧，為銜接小學課程作準備。

日期	(星期五) 7月17、24及31日; 8月7、14及21日 [共6堂]		
時間	下午3:00-4:00	名額	8名
費用	\$540/6堂(全期收費)	對象	4-6歲幼兒



健康美食新煮意

讓幼兒學習基本烹飪技巧，還能透過親身體驗建立健康的飲食觀念，減少挑食情況。

日期	(星期五) 7月17、24及31日; 8月7、14及21日 [共6堂]		
時間	下午4:15-5:15	名額	8名
費用	\$720/6堂 (全期收費)	對象	3-6歲幼兒




幼兒暑期活動

暑期小一面試預備班 Show and Tell

專為預備升小一的幼稚園學生設計的說話訓練課程，主要教授面試技巧，幫助學生提升表達能力與自信心，輕鬆應對各種面試場合。


日期	(星期六) 7月4、11、18及25日 [共4堂] 8月1、8、15及22日 [共4堂]		
時間	早上10:30-11:30	地點	6名
費用	\$720/8堂 (全期收費)	對象	4-6歲幼兒 (現正就讀K2-K3)



Baby學前體驗班

提供多元化成長活動，如Messy play，音樂唱跳和培養社交及自理能力~寓遊戲於學習，幫寶寶輕鬆適應團體生活!

日期	(星期六) 8月1、8、15、22及29日 [共5堂]		
時間	上午11:00-12:00	名額	6名
費用	\$600/5堂 (全期收費)	對象	2-3歲幼兒





暑期探索FUN—FUN



到訪位於西灣河的「香港兒童探索博物館」，讓幼兒於遊玩中自由探索、創造和表達、通過遊玩培養孩子的自主學習能力。

日期	(星期日) 8月23日		
時間	下午1:00-5:00	名額	30名
費用	\$50	對象	3-6歲幼兒
備註	<p>1. 活動優先讓一次性報讀2個或以上7月及8月份的暑假活動幼兒優先。</p> <p>2. 如連續報讀恆常班兩個月亦只當一個活動作計算。</p> <p>3. 如沒有報讀7月及8月的暑假活動的幼兒想報名此活動，可登記候補名單。</p>		



幼兒Steam小教室



通過科學(Science)、技術(Technology)、工程(Engineering)、藝術(Arts)和數學(Mathematics)，讓幼兒在互動中學習，培養他們的批判性思維和問題解決能力。

日期	(星期一) 5月11及18日【共2堂】 6月1、8、15、22及29日【共5堂】 7月6、13、20及27日【共4堂】 8月3、10、17、24及31日【共5堂】		
時間	下午5:00-6:00	名額	8名
費用	每堂\$90 (按月收費)	對象	3-6歲幼兒



幼兒創意畫室



透過不同的顏料及素材吸引幼兒投入創作，提高對藝術創作的興趣。讓幼兒在掌握多方面技巧效能綜合創作並靈活運用，發揮無限創意。

日期	(星期二)		
	5月5、12、19及26日【共4堂】； 6月2、9、16、23及30日【共5堂】； 7月7、14、21及28日【共4堂】； 8月4、11、18及25日【共5堂】		
時間	下午5:00-6:00	名額	8名
費用	每堂\$90 (按月收費)	對象	3-6歲幼兒



幼兒Hip Hop舞

以節奏明快的音樂配合簡單舞步，提升幼兒專注力、身體協調性、音樂感及空間感。

日期	(星期五) 5月8、15、22及29日【共4堂】； 6月5、12及26日【共3堂】； 7月3、10、17、24及31日【共5堂】； 8月7、14、21及28日【共4堂】		
	時間	下午5:30-6:30	名額
費用	每堂\$90 (按月收費)	對象	3-6歲幼兒
備註	<ol style="list-style-type: none"> 1. 參加者需穿輕便服飾及自備水樽 2. 家長可於活動完結前5分鐘到達欣賞兒童的演出 		



幼兒跆拳道

教授正確跆拳道技巧及其運用、套拳、搏擊技巧、比賽技術、自衛術等，並培養幼兒的運動精神。

日期	(星期六) 5月2、16、23及30日【共4堂】； 6月6、13、20及27日【共4堂】； 7月4、11、18及25日【共4堂】； 8月1、8、15、22及29日【共5堂】			
	時間	上午10:30-11:30	名額	15名
費用	每堂\$100 (按月收費)	對象	4-7歲幼兒	
備註	1. 教練資格：世界跆拳道聯盟四段及香港跆拳道協會黑帶四段 2. 視乎堂數及學員進度，約每四個月考核壹次以獲取考帶資格。 3. 需購買道袍，請向職員查詢。			



幼兒K-POP舞*



通過學習流行的K-Pop(韓國流行音樂)舞蹈，提升幼兒的舞蹈技巧、體能和自信心。

日期	(星期六) 5月2、9、16、23及30日【共5堂】； 6月6、13、20及27日【共4堂】； 7月4、11、18及25日【共4堂】； 8月1、8、15、22及29日【共5堂】			
	時間	下午 3:00-4:00	名額	8名
費用	每堂\$90 (按月收費)	對象	3-6歲幼兒	



*備註：1. 參加者需穿輕便服飾及自備水樽
2. 家長可於活動完結前5分鐘到達欣賞兒童的演出





芭蕾舞士舞班



融合爵士舞及芭蕾舞基本舞步，培養小朋友對爵士舞及芭蕾舞的興趣，展現優雅自信的舞姿。在舞蹈中獲得節奏、自信、肢體協調的發展，透過恆常的舞蹈練習增強舞蹈的表現力。

(星期四)

日期

5月7、14、21及28日【共4堂】；
6月11、18及25日【共3堂】；
7月2、9、16、23及30日【共5堂】；
8月6、13、20及27日【共4堂】



時間

下午4:40-5:25

名額

6名

費用

每堂\$100 (按月收費)

對象

4-7歲幼兒



幼兒芭蕾舞士啟蒙班



通過兒歌、故事、角色扮演及遊戲的形式，融合爵士舞及芭蕾舞基本舞步，培養小朋友對爵士舞及芭蕾舞的興趣，訓練音樂節奏和身體的協調性，增強團體紀律、自信心及創造力。

(星期四)

日期

5月7、14、21及28日【共4堂】；
6月11、18及25日【共3堂】；
7月2、9、16、23及30日【共5堂】；
8月6、13、20及27日【共4堂】



時間

下午5:30-6:15

名額

6名

費用

每堂\$100 (按月收費)

對象

3-5歲幼兒

備註：

1. 參加者必須穿著舞蹈服裝、絲襪和跳舞鞋上課。
3. 舞蹈服裝可向舞蹈學校訂購。
4. 合資格參加者可報考澳洲聯邦教師協會 (CSTD) 考試 (*須繳交考試費用及有指定考試服)，詳情可向舞蹈老師查詢。



幼兒鋼琴基礎證書課程

培養幼兒對音樂的興趣，建立基礎鋼琴演奏技巧，並培養良好的學習習慣。課程內容包括認識琴鍵、基本樂理、節奏練習、手指訓練和簡單的樂曲彈奏。

日期	(星期三) 5月6、13、20及27日【共4堂】； 6月3、10、17及24日【共4堂】；7月8、15、22及29日【共4堂】		
時間	下午4:40-5:25	名額	6名
費用	\$1440/12堂 (全期收費)	對象	4-6歲幼兒



鋼琴進階證書課程

讓已掌握基本指法與簡單曲子的幼兒開心升級！一起學五線譜、更長更美的曲子、練習雙手協調、認識節奏變化，透過玩有趣的音樂遊戲，訓練小耳朵聽和弦與旋律。用可愛的故事和彩色教具，讓幼兒邊玩邊進步，自然愛上鋼琴，彈出屬於自己的小小音樂會囉！

日期	(星期三) 5月6、13、20及27日【共4堂】； 6月3、10、17及24日【共4堂】；7月8、15、22及29日【共4堂】		
時間	下午5:30-6:15	名額	6名
費用	\$1440/12堂 (全期收費)	對象	4.5-6歲幼兒



鋼琴深造證書課程

鋼琴深造課程專為已有扎實基礎的小朋友設計，課程內容包括進階技巧如音階、琶音等，還有深入的和聲與樂理知識，幫助孩子理解樂曲的結構與情感。透過合奏遊戲，培養敏銳的音樂聽覺與表達力。

日期	(星期四) 5月7、14、21及28日【共4堂】； 6月4、11、18及25日【共4堂】；7月2、9、16及23日【共4堂】		
時間	下午5:30-6:15	名額	6名
費用	\$1440/12堂 (全期收費)	對象	5-7歲幼兒



1. 每位幼兒配備電子琴，確保學習效果。
2. 完成全期指定堂數課程後，可獲得琴室頒發的證書。





深水埗區議會
保良局石硤尾社區服務中心
SHAM SHUI PO DISTRICT COUNCIL
PO LEUNG KUK SHEK KIP MEI COMMUNITY SERVICES CENTRE

暑期課餘託管班

全日提供一系列趣味學習活動及團體遊戲，
培養團體精神及訓練創意思維。

日期：13/7/2026-21/8/2026

(星期一至星期五)

時間：上午10:30-下午6:30

地點：本中心

對象：升小二至升小六學童

時間	一	二	三	四	五
10:30-11:45	功課及學習輔導				
11:45-13:00	午膳時間				
13:00-14:30	電影欣賞/ 工作坊	創作學堂	桌遊大激鬥	語文闖關	電影欣賞/ 工作坊
15:00-16:00	團體遊戲				
16:15-17:00	閱讀新視野				
17:00-17:30	自由時間/ 整理放學				

收費：\$4800 (全期)

\$160 (單日)

午膳：\$14

(可選擇訂購午膳或自備午餐)

- 師生比例最高為1:6
- 學童須帶備暑期功課，可自備課外練習
- 不設補堂，繳費作實後不設退款
- 活動有機會按當日實際情況有所調動

躲避盤體驗班

與中心會員體驗躲避盤，了解新興運動。



日期	(星期六) 7月11日		
時間	下午2:45-4:45	名額	12名
費用	\$20	對象	6-12歲兒童

啟德獨木舟暢遊體驗之旅

參與由賽馬會啟德水上運動中心舉辦之獨木舟活動，暢遊舊啟德機場及於海上近距離欣賞啟德體育園，學習簡單操作技巧，感受水上寧靜與成就感。

日期	(星期四) 8月13日	地點	本中心及啟德水上活動中心
時間	上午8:30-13:30	名額	24名
費用	\$20 (按金)	對象	6-12歲兒童
備註	<ol style="list-style-type: none"> 1. 活動由賽馬會專業導師帶領。 2. 活動將提供旅遊巴由中心往返活動地點。 3. 參加者需穿著輕便服裝及預備全身游泳服飾到達時作更換。 4. 因牽涉水上活動，參加者必須懂游泳。 5. 活動人手比例為1:6 		

活水小偵探—活水公園一日遊

認識九龍東不同歷史文化活化設施、了解香港不同土地用途，並關心社會上不同人士的需要。

日期	(星期三) 7月22日		
時間	下午1:00-4:00	名額	12名
費用	\$20	對象	7-12歲兒童
地點	本中心及鑽石山活水公園		



兒童K-Pop舞班



通過學習流行的K-Pop(韓國流行音樂)舞蹈，提升兒童的舞蹈技巧、體能和自信心。

日期
(星期六)
5月2、9、16、23及30日【共5堂】；
6月6、13、20及27日【共4堂】；
7月4、11、18及25日【共4堂】；
8月1、8、15、22及29日【共5堂】



時間 下午4:05-5:05

名額

8名

費用 每堂\$90 (按月收費)

對象

7-12歲兒童

備註

1. 參加者需穿輕便服飾及自備水樽
2. 家長可於活動完結前5分鐘到達欣賞兒童的演出

STEAM 科藝創作班



激發孩子跨領域思維，動手探索科學與藝術的無限可能，讓孩子從玩樂中學習，開啟科藝創新大門！

日期
(星期六)
5月2、9、16、23及30日【共5堂】
6月13、20及27日【共3堂】
7月4、11、18及25日【共4堂】
8月1、8、15、22及29日【共5堂】

時間 下午4:15-5:15

名額

8名

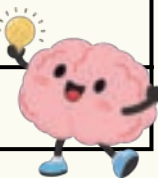
費用 每堂\$90 (按月收費)

對象

6-12歲兒童

備註

參加者需自備圍裙及手袖套。



兒童跆拳道



教授正確跆拳道技巧及其運用、套拳、搏擊技巧、比賽技術、自衛術等，並培養兒童的運動精神。

日期	(星期六) 5月2、16、23及30日【共4堂】；6月6、13、20及27日【共4堂】； 7月4、11、18及25日【共4堂】；8月1、8、15、22及29日【共5堂】		
時間	上午11:45-下午1:15	名額	15名
費用	每堂\$120 (按月收費)	對象	7-12歲兒童
備註	<ol style="list-style-type: none"> 1. 教練資格：世界跆拳道聯盟四段及香港跆拳道協會黑帶四段 2. 視乎堂數及學員進度，約每四個月考核壹次以獲取考帶資格。 3. 需購買道袍，請向職員查詢。 		



綜合藝術畫班



每月繽紛節日主題配合不同的繪畫形式作繪畫或素描，加強兒童的繪畫技巧，讓孩子透過藝術探索世界，體驗創造樂趣。

日期	(星期六) 5月2、9、16、23及30日【共5堂】；6月13、20及27日【共3堂】； 7月4、11、18及25日【共4堂】；8月1、8、15、22及29日【共5堂】		
時間	下午3:00-4:00	名額	8名
費用	每堂\$90 (按月收費)	對象	6-12歲兒童
備註	參加者需自備圍裙及手袖套。		



成人K-Pop舞 ✨

由專業導師帶領學習熱門K-POP（韓國流行音樂）舞蹈，透過K-POP舞提升身體柔軟度及體能。歡迎沒有舞蹈基礎人士參與，一齊享受K-POP舞帶來的樂趣。

日期	(星期二)		
	6月2、9、16、23及30日【共5堂】 7月7、14、21及28日【共4堂】 8月4、11、18及25日【共4堂】		
時間	上午11:00-12:00	名額	8名
費用	每堂\$90（按月收費）	對象	18-60歲女士
備註	1. 參加者需穿輕便服飾及自備水樽。 2. 如有照顧需要，可於報名時為3-6歲的幼兒免費登記幼兒暫託服務。		



甜絲絲放鬆心情煮食班



一同製作烘焙，放鬆心情。

日期	(星期二) 5月19日及6月23日		
時間	上午11:00-下午1:00	名額	6名
費用	每堂\$50（按月收費）	對象	18-60歲女士



Yoga 婦女舒展運動班



透過不同瑜珈式子和呼吸調息，調整婦女身體機能，促進血液循環，同時提升身體柔軟度、防止骨骼疏鬆及保持青春活力。

日期	(星期四)		
	5月7、14、21及28日【共4堂】 6月4、11、18及25日【共4堂】 7月2、9、16、23及30日【共5堂】 8月6、13、20及27日【共4堂】		
時間	上午10:05-11:05	名額	8名
費用	每堂\$80 / 優惠價每堂\$50 (按月收費)	對象	18-60歲女士



塑型動感普拉提班 *pilates*

旨在透過專業普拉提訓練，幫助參加者強化核心肌肉、改善身體姿勢及提升柔韌性；在安全節奏中重建體態、提升柔韌度與身體覺察，達致身心放鬆與線條重塑的目標。歡迎報名一同追求健康體態。

日期	(星期三)		
	5月6、13、20及27日【共4堂】；6月3、10、17及24日【共4堂】； 7月8、15、22及29日【共4堂】；8月5、12、19及26日【共4堂】		
時間	上午10:30-11:30	名額	8名
費用	每堂\$80 / 優惠價每堂\$50 (按月收費)	對象	18-60歲女士

1. 請自備軟墊上課；
2. 如有照顧需要，可於報名時為3-6歲幼兒免費登記使用幼兒暫託服務；
3. 活動為恆常班，現有參加者優先續報；
4. 因後補名單人數眾多，如無故缺席超過1堂，名額將開放予後補名單；
5. 如需以優惠價報名，請出示低收入證明如全額書簿津貼/綜援等。





體能重建班



幫助因出到社會工作漸漸缺少運動的社區人士，於工餘時間與志同道合的朋友一同重新建立運動習慣，攜手邁向健康人生。

日期	(星期一)
	5月4、11及18日 [共3堂]
	6月1、8、15、22及29日 [共5堂]
	7月6、13、20及27日 [共5堂]
	8月3、10、17、24及31日 [共5堂]

時間	下午6:45-7:45	名額	6名
----	-------------	----	----

費用	每堂\$20 (按月收費)	對象	18-60歲社區人士
----	---------------	----	------------

備註	參加者需穿著合適運動服裝。		
----	---------------	--	--

社區同樂健身班



以簡單健身動作配以節奏音樂，使健身運動成為享受，激發社區活力。

日期	(星期二)
	5月5、12、19、26日 [共4堂]
	6月2、9、16、23、30日 [共5堂]
	7月7、14、21、28日 [共4堂]
	8月4、11、18、25日 [共4堂]

時間	下午3:00-4:00	名額	10名
----	-------------	----	-----

費用	每堂\$20 (按月收費)	對象	18-75歲社區人士
----	---------------	----	------------

備註	參加者需穿著合適運動服裝。		
----	---------------	--	--





以物易物社區交流日

安排社區人士於中心將自己不要的物品以物易物，讓物品在其他人手中得到二次利用，於社區實踐綠色生活。

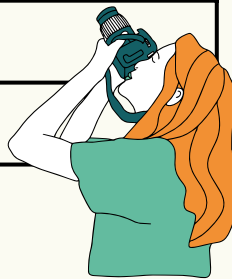
日期	(星期六) 5月30日、6月27日、7月25日及8月29日		
時間	下午3:00-5:00	名額	不限
費用	免費	對象	18歲或以上社區人士
備註	參加者必須確保帶來的交易物品符合衛生。		



光影石硤尾 - 地區攝影工作坊

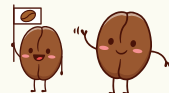
與參加者了解基本攝影概念，並實際走到社區尋找石硤尾的美麗角度。

日期	(星期六) 6月13日		
時間	下午3:00-5:00	名額	8名
費用	\$10	對象	18歲或以上社區人士
地點	本中心及石硤尾		
備註	參加者須自備智能手機。		





咖啡品嚐工作坊



講解不同類型的咖啡特性及咖啡對身體的療效，即場體驗及品嚐不同風味的手沖咖啡。

日期	(星期五) 6月12日		
時間	下午3:15-4:00	名額	8名
費用	每堂\$30	對象	18歲或以上社區人士



花茶養生體驗工作坊



帶你喝出好情緒：透過講解花茶的養生療效，在輕鬆的氛圍中學會用日常飲品來紓解壓力、調節身心。

日期	(星期三) 7月8日		
時間	下午3:15-4:00	名額	8名
費用	每堂\$20	對象	18歲或以上社區人士

血壓檢測站 - 免費量度

中心為社區居民提供免費血壓量度服務，歡迎所有居民到場接受檢測，並鼓勵有興趣的市民報名成為義工參與培訓。

日期	(星期一) 5月11及18日【共2次】；6月1、8、15、22及29日【共5次】； 7月6、13、20及27日【共4次】；8月3、10、17、24及31日【共5次】		
時間	上午11:45-12:30	名額	不限
費用	免費	對象	社區人士
備註	<ol style="list-style-type: none"> 1. 血壓指數僅供參考，建議妥善保存資料並轉告家庭醫生； 2. 如有任何異常情況，參加者可考慮登記使用醫療服務； 3. 如身體嚴重不適，請即求醫； 4. 活動由受訓義工提供。 		



健康工作坊系列



主題	八虛拍打 工作坊 	養生耳穴 工作坊	頌鉢聲療 工作坊 
日期	6月3日 及 8月26日 (星期三) 	6月12日 (星期五)	6月17日 (星期三)
時間	下午3:00-4:00	上午11:00-12:00	下午3:00-4:00
對象	18歲以上社區人士		
名額	每堂12名	8名	8名
收費	\$20/堂	\$20/堂	\$20/堂
內容	透過學習拍打八虛（包含：腋高、肘高、鼠蹊部及膝後高等），排出體內垃圾，達致強身健體的效果。	學習中醫耳穴知識，讓養生變得簡單。	頌鉢的震頻有助我們放鬆及平衡身心，無需任何技巧，便能令人瞬間舒壓及提升專注力。



中醫健康講座



	五月	六月	七月	八月
	5月12日	6月9日	7月7日	8月11日
主題	中醫體質辨證及調養	有覺好訓	認識濕疹	糖尿病的飲食調養
內容	由註冊中醫師主講，簡介中醫體質辨證及調養知識，了解自身體質差異，掌握合適養生技巧，促進身心平衡，享受健康生活。	由註冊中醫師主講分享中醫改善睡眠之道，認識影響睡眠的因素，應用日常調養方法，助你夜夜安眠，恢復身心活力。	註冊中醫師將深入淺出講解濕疹的中醫成因與處理，學習實用預防及護理建議，緩解皮膚不適，維持健康舒適狀態。	由註冊中醫師分享糖尿病飲食調養原則，提供適切飲食指引，幫助穩定血糖，改善生活質素，迎接更健康人生。

上午11:00至中午12:00 (星期二)

歡迎任何人士參與 (每場名額: 30人)



活動參加者可於講座結束後，登記免費中醫義診服務。

匹克球班



匹克球是一項結合網球、羽毛球和乒乓球樂趣的運動，簡單易學，齊來享受運動帶來的樂趣與健康。

日期	(星期一) 5月4、11及18日【共3堂】；6月1、8、15、22及29日【共5堂】 7月6、13、20及27日【共4堂】；8月3、10、17、24及31日【共5堂】		
時間	下午4:00-5:00	名額	8名
費用	每堂\$40 (按月收費)	對象	50歲或以上長者
地點	本中心及長沙灣體育館		
備註	參加者需穿著輕便舒適的運動服裝及運動鞋。		

恆

常

活

星期一

星期二

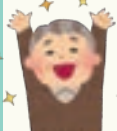
上午10:00
至
下午1:00

長者拉筋健體班

飛鏢教室

字帖書法班

自助桌遊時間



長者拉筋健體班（逢星期一） 名額：7名

內容	透過較溫和的拉筋訓練，有效地提高身體的靈活性，增強肌肉力量，並改善心肺功能；同時減輕關節疼痛，提高身體的協調性和平衡能力，從而降低跌倒的風險。
日期	5月4、11及18日【共3堂】 6月1、8、15、22、29日【共5堂】 7月6、13、20、27日【共5堂】 8月3、10、17、24日【共4堂】
時間	A 組：上午10:10-11:10 / B：上午11:10-12:10

此班組55歲或以上專屬

收費：\$25/堂（按月收費）



字帖書法班（逢星期一）

名額：10名

內容	透過臨摹字帖，學習正確的運筆方法，讓書法成為日常樂趣，帶來放鬆和平靜。
日期	5月4、11及18日【共3堂】 6月1、8、15、22及29日【共5堂】 7月6、13、20及27日【共4堂】 8月3、10、17、24及31日【共5堂】
時間	上午10:15至11:45

收費：\$20/堂（按月收費）



活動為恆常班，舊生優先報名。

運動項目參加者請自行衡量身體狀況，量力而為。

因後補名單人數眾多，如無故缺席超過1堂，名額將開放予後補名單。

樂齡活動
恆常班組須知



動

時

間

星期三

星期四

星期五

電影欣賞

飯前運動班

慢活太極班

(不定期提供義工教學)



樂齡系列活動歡迎50歲或以上社區人士參與

飯前運動班 (逢星期四)

名額：16名

內容	透過伸展運動，促進血液循環、防止骨骼疏鬆及保持活力。	
日期	5月7、14、21及28日【共4堂】 6月4、11、18及25日【共4堂】 7月2、9、16、23及30日【共5堂】 8月6、13、20及27日【共4堂】	收費：\$20/堂 (按月收費)
時間	上午11:05至中午12:05	



慢活太極班 (逢星期五) 名額：12名 (每班)

內容	透過太極練習，學習調整呼吸，舒緩身心壓力，提升整體健康。	
日期	5月8、15、22及29日【共4堂】 6月5、12及26日【共3堂】 7月3、10、17、24及31日【共5堂】 8月7、14、21及28日【共4堂】	收費：\$20/堂 (按月收費)
時間	A班：上午10:15至11:15	B班：上午11:30至下午12:30



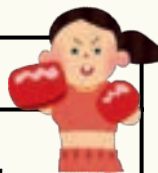
自助桌遊時間 (不定期提供義工教學)

內容	<ol style="list-style-type: none"> 1. 參加者可自由組隊於上午10:00-下午1:00期間借用桌遊 2. 中心將不定期提供義工導師，教導新穎桌遊/陪玩 3. 獨立參加者可經接待處預約 (通常星期二) 由中心協助組隊
----	--



樂齡拳擊班

調整拳擊成為可以幫助退休人士維持肌肉量及四肢協調的運動，提高生活質素。



日期	(星期五) 5月8、15、22、29日【共4堂】；6月5、12、26日【共3堂】； 7月3、10、17、24、31日【共5堂】；8月7、14、21、28日【共4堂】		
時間	下午3:00-4:00	名額	10名
費用	每堂\$20（按月收費）	對象	50歲或以上長者
備註	參加者需穿著合適運動服裝。		



樂齡手綿球自務小組

參加者自行與眾同樂，享受手綿球樂趣。



日期	(星期五) 5月8、15、22、29日【共4堂】；6月5、12、26日【共4堂】； 7月3、10、17、24、31日【共5堂】；8月7、14、21、28日【共4堂】		
時間	下午4:15-5:15	名額	8名
費用	每堂\$8（按月收費）	對象	50歲或以上長者



步行籃球體驗日

介紹新興步行籃球，以適合年長人士的方式享受籃球樂趣。



日期	(星期五) 5月29日		
時間	上午9:00-10:00	名額	10名
費用	\$20（按金）	對象	50歲或以上長者
備註	1. 參加者需穿著合適運動服裝。 2. 活動地點待定		



免費樂齡健康講座



5月27日 (星期三)

上午10:30-11:30

主題： 排便可以好輕鬆

一齊認識腸道健康小秘訣，輕鬆改善便秘煩惱，日常排便順暢又自在。

名額:30名



6月10日 (星期三)

上午10:30-11:30



主題： 預防肌肉流失

了解肌肉流失的成因同風險，學習簡單家居運動同補充關鍵營養，輕鬆保持肌肉強壯，行動自如添活力。

名額:30名



7月29日 (星期三)

上午10:30-11:30



主題： 慎防跌倒

認識跌倒高危因素同預防技巧，學習家居安全檢查，穩步行動遠離意外，健康生活更有信心。

名額:30名



8月26日 (星期三)

上午10:30-11:30

主題： 認識營養標籤


輕鬆了解食物包裝營養資訊，明白脂肪、糖、鹽含量高低，聰明選購健康飲食，日常飲食更安心。

名額:30名

心境年輕青春遊



與一眾樂齡人士遊覽時下年青人喜歡的聚腳地，體驗作為年輕一代的感覺。

日期	(星期三) 6月24日		
時間	上午11:00-下午4:00	名額	16名 
費用	\$80	對象	60歲或以上長者
備註	<ol style="list-style-type: none"> 1. 參加者需要自行負擔交通費。 2. 費用已包午膳。 3. 活動地點暫定為葵芳葵涌廣場及荃灣南豐紗廠。 		

扭扭棒花束盆栽工作坊



教授長者製作扭扭棒花束盆栽，陶冶性情，並能訓練手指靈活度。

日期	(星期二) 6月30日		
時間	上午10:05-12:05	名額	6名
費用	\$20	對象	50歲或以上長者



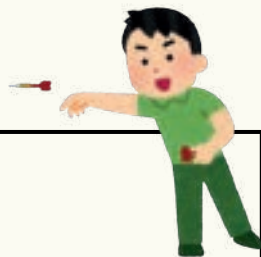
手機資訊站

有中心義工當值，教授長者及有需要人士了解手機使用資訊。

日期	(星期六) 5月30日、6月27日、7月25日及8月29日 		
時間	下午5:30-6:30	名額	不限 
費用	免費	對象	50歲或以上長者
備註	參加者必須帶同有充好電的智能手機。		



飛標教室



學習基礎飛鏢技巧，包括正確投擲姿勢與規則，
隨後參與簡單的飛鏢遊戲與小組比賽。

日期	(星期二) 5月5日、6月2日、7月7日及8月4日【共4堂】		
時間	上午10:00-11:00	名額	6名
費用	\$40 (全期收費)	對象	50歲或以上長者



電影欣賞

藉着播放經典懷舊的電影，及輕鬆溫馨的故事，讓長者回味過去，放鬆心情，並在社區中找到歸屬感。

(星期三)
5月6、13、20及27日【共4堂】；
6月3、10、17及24日【共4堂】；
7月8、15、22日【共3堂】；
8月5、12、19及26日【共4堂】



日期	(星期三) 5月6、13、20及27日【共4堂】； 6月3、10、17及24日【共4堂】； 7月8、15、22日【共3堂】； 8月5、12、19及26日【共4堂】		
時間	上午10:30-12:00	名額	30名
費用	免費	對象	50歲或以上長者





日常手機應用入門工作坊



為初學者設計，從智能手機基本操作入手，學習通訊、檔案管理及實用App使用，輕鬆融入智能生活。

日期	(星期四) 5月28日、6月25日、7月30日及8月27日【共4堂】		
時間	下午2:45-3:45	名額	6名
費用	免費	對象	50歲或以上長者
備註	參加者需自備安卓手機。		



端午節竹編畫工作坊

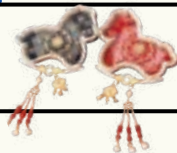
慶端午、添喜氣，一同製作簡單竹編畫。



日期	(星期二) 6月16日		
時間	上午10:05-11:05	名額	6名
費用	\$30	對象	50歲或以上長者

DIY小馬雪櫃貼工作坊

用木片、彩繡布同閃閃珠飾，親手製作精緻的小馬造型雪櫃貼。



日期	(星期二) 5月19日		
時間	上午10:05-11:05	名額	6名
費用	\$50	對象	50歲或以上長者





皮革散銀包工作坊

親手縫製迷你錢包，時尚又實用。



日期	(星期二) 7月21日		
時間	上午10:05-11:05	名額	6名
費用	\$30	對象	50歲或以上長者



乾花藤環裝飾工作坊

用永生花及藤圈，親手綁繫優雅花環掛飾。



日期	(星期二) 8月18日		
時間	上午10:05-11:05	名額	6名
費用	\$30	對象	50歲或以上長者

一起做義工：社區血壓檢測行動



加入中心量血壓義工隊，一同守護鄰里健康！活動將由經過培訓的導師指導義工們如何使用血壓機同時提供簡單的健康建議與衛教資訊。

這次的義工服務適合所有年齡人士參與，一起以行動關心社區長者及有需要人士的心血管健康。

日期	(培訓日-星期六)5月9日、6月6日、7月4日、8月1日		
	(服務日-星期一)5月11及18日【共2次】 6月1、8、15、22及29日【共5次】 7月6、13、20及27日【共4次】 8月3、10、17、24及31日【共5次】		
時間	(培訓日-星期六) 上午10:30-11:30	名額	10名
	(服務日-星期一) 上午11:45-12:30		
費用	全免	對象	義工



「月月探」義工探訪活動

義工探訪社區有需要長者，送上溫暖關懷。



日期	(星期六) 5月23日、6月27日、7月25日及8月29日		
時間	上午10:15-11:45	名額	6名/對
費用	免費	對象	18歲或以上社區人士
地點	本中心及石硤尾		
備註	6歲以下兒童需要家人陪同，歡迎親子義工參與。		



義工服務簡介會

義工活動



社區街站義工簡介會	維修義工簡介會	飯堂義工簡介會
介紹現行社區街站義工服務內容及發展	介紹現行維修義工服務內容及發展	介紹現行飯堂義工服務內容及發展
(星期五) 6月19日及8月7日	(星期五) 6月19日及8月7日	(星期六) 6月27日及8月29日
下午4:00-5:00	下午6:45-7:45	下午3:00-4:00
18歲或以上社區人士		
20名	8名	20名



「深」情義工食住傾聚會

與中心義工聚餐，互助分享做義工的感想及心得。			
日期	(星期六) 7月25日	地點	石硤尾多彩皇宮
時間	上午9:00-10:30	名額	10名
費用	\$20 按金	對象	中心義工
備註	參加者需至少於2026年1月至6月最少參與一次義工服務者方可參加。		

保良局賣旗日2026



擔任賣旗義工，支持保良局關愛扶弱工作，讓更多的兒童、青少年、長者 和殘疾人士受惠。			
日期	(星期三) 7月22日	地點	本中心及石硤尾
時間	上午9:30-11:30	名額	30名
費用	\$50	對象	社區人士 (14歲以下必須由家長陪同)
備註	每位參與賣旗的義工可獲由保良局發出的義工嘉許狀乙張。		





親子同樂烘焙班



透過烘焙活動，幫助親子建立回憶，一同製作成品。

日期	(星期六) 7月18日及8月22日		
時間	下午3:00-5:00	名額	8對
費用	每堂\$50 (按月收費)	對象	4-12歲兒童 及其家長



消防救護知多少?



由博物館導賞員帶領，認識消防歷史與救護知識，近距離觀賞消防服、頭盔、呼吸器等裝備，並參觀消防車及救護車，了解車上常用器材。

日期	(星期六) 7月25日		
時間	下午12:30-4:30	名額	30名
費用	\$30	對象	4-12歲兒童 及其家長
地點	本中心及消防及救護教育中心暨博物館		





深水埗區議會
保良局石硤尾社區服務中心

SHAM SHUI PO DISTRICT COUNCIL
PO LEUNG KUK SHEK KIP MEI COMMUNITY SERVICES CENTRE

中心會員WhatsApp群發頻道

經過漫長的研究，
以下是中心新開的WhatsApp頻道，
各位會員可以加入此頻道瀏覽中心所發出的
所有最新資訊!!!!!!!

用相機功能掃二維碼
進入中心會員頻道



飯堂whatsapp頻道

掃描以下二維碼加入whatsapp頻道
可接收

最新的飯堂資訊及相關活動消息。

有「營」飯堂

WhatsApp 頻道

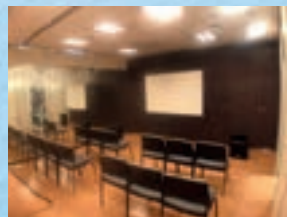


場地 租用

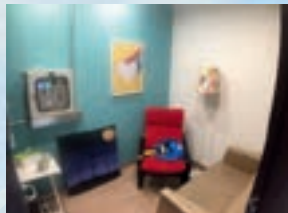
Venue Rental



多用途活動室(一)



多用途活動室(二)



面談室



課餘託管室



大堂

場地	可容納人數 及面積	可租用時間 星期一至五	可租用時間 星期六	租用費用 星期一至五 (以小時計算)	租用費用 星期六 (以小時計算)
面談室	不多於4人 約50呎	10:00-13:30 14:30-20:00	9:00-13:30 14:30-20:00	\$110	\$130
多用途室(一)	不多於 20人 約200呎	10:00-13:30 14:30-20:00	9:00-13:30 14:30-20:00	\$200	\$220
課餘託管室	不多於 30人 約400呎	10:00-13:30 14:30-20:00	9:00-13:30 14:30-20:00	\$280	\$330
多用途室(二)	不多於50人 約600呎	10:00-13:30 14:30-20:00	9:00-13:30 14:30-20:00	\$330	\$390
大堂	不多於80人 約800呎	10:00-11:30 14:30-17:30	9:00-11:30 14:30-17:30	\$650	\$850

注意事項：

- 每次租用最少為一小時；
- 為保障中心其他活動進行，如租用者於活動前需提前15-30分鐘作準備，並需15-30分鐘作完結及檢討，租用時間則按原定租用時間額外加上1小時；如場地另有活動安排，中心有權於租用時間完結後進行清場；
- 不足一小時亦當作一小時計算，超時15分鐘會視作一小時計算；
- 設備：供應桌椅，白板，空調設備(如需借用其他設備，可向職員查詢)

優惠及使用準則：

- 場地只供團體申請，學生團體可享7折優惠租用；租用團體須出示有效文件方可獲得優惠；
- 申請日期最早為租用日3個月前，最遲則於租用日前3個工作天申請；
- 所有租場均需以實際繳費記錄作實；
- 租用時須註明場地用途，如使用時與申請時的活動內容不符，中心有權即時終止其使用權並不作退款；
- 如租用期間場地設施有所損毀，租用者須照價賠償；
- 請租用者自行安排人手，以處理個別特殊需要協助及關注人士之狀況；
- 本中心保留一切使用及租用場地之最終決定權。

惡劣天氣安排

颱風訊號	暴雨訊號	中心內活動	中心外活動
一號風球	黃色暴雨	照常舉行	照常舉行
三號風球	紅色暴雨	照常舉行	取消 (如活動舉行前兩小時 仍懸掛活動則取消)
八號風球 或 更高風球	黑色暴雨	取消 (如活動舉行前兩小時 仍懸掛活動則取消)	取消 (如活動舉行前兩小時 仍懸掛活動則取消)

社區服務中心開放時間

星期一至六:

上午10:00 - 晚上8:00

*下午1:30 - 2:30為午膳時間

*星期日及公眾假期休息

醫療服務中心開放時間

星期一至六:

上午9時至下午6時;

*下午1:00 - 2:00為午膳時間

*星期日及公眾假期休息



深水埗區議會保良局石硤尾社區服務中心



最新資訊可掃讀
QR Code

聯絡方法

社區服務電話: 2608 9112

醫療服務電話: 2390 2711

傳真: 2797 2089

電郵: skmcsc@poleungkuk.org.hk

地址: 九龍深水埗白田街13號石硤尾邨美葵樓平台101號舖

(港鐵石硤尾站A出口 或 深水埗站D出口)

出版日期: 2026年5月

印刷: 500份

為支持環保將按需要時再加印