

新来港人士活动

地址：九龙深水埗南昌邨南昌社区中心高座地下
费用全免
报名及查询：请致电2386 6967与负责职员联络。

母亲节-手作蝶古巴特布袋

手作蝶古巴特手提袋,作为母亲节礼物送给妈妈。(共八堂)

日期 9/5/2026(星期六)
时间 下午2:30-4:00
对象 新来港人士及其家庭成员
名额 10人
负责职员 刘晓红姑娘

成人广东话班

通过学习教学,训练参加者广东话之听读能力(共八堂)

日期 1-10/6/2026(星期一至星期五及星期一至星期三)
时间 上午10:00-下午12:30
对象 18岁或以上新来港人士
名额 20人
负责职员 洪琪媚姑娘

英语学习 (入门及初班)

学习简单日常英语、提高对英语的兴趣(共八堂)

日期 11-21/5/2026(逢星期一至四)
时间 上午10:30-中午12:00
对象 18岁或以上新来港人士
名额 18人
负责职员 游爱莲姑娘

求职讲座

让新来港人士了解如何在港寻找工作。

日期 10/6/2026(星期三)
时间 下午2:30-4:30
对象 18岁或以上新来港人士
名额 10人
负责职员 梁伟成先生

「妇女组」端午包粽乐

透过制作美味的鲜肉粽,贺端午及舒缓压力,扩阔社交圈子

日期 13/6/2026(星期六)
时间 上午10:00-下午12:30
对象 新来港妇女
名额 10人
负责职员 洪琪媚姑娘

新来港人士活动

地址：上水北区社区中心2楼
费用全免
报名及查询：请致电2353-6119与负责职员联络。

活动名称	日期	时间	内容	对象	名额	负责职员
青聚烘焙乐	8,15/5/2026 (星期五)	下午 4:30-6:30	亲手制作简单烘焙食品,培养正向生活态度,学习禁毒信息,扩阔社交圈子	就读中一或以上之跨境或新来港学生	10人	程静静姑娘
为爱花时间	9/5/2026 (星期六)	上午 10:00-11:30	透过趣味互动游戏和共同制作母亲节手工礼物,让亲子共度温馨的节日	就读中一或以上之跨境或新来港学生	10人	程静静姑娘
亲子走进警队博物馆与大馆	16/5/2026 (星期六)	上午9:15-下午5:00	透过参观警队博物馆及大馆,认识香港执法部门的工作,以及毒品信息及祸害,提升抗毒意识	育有就读小三或以上学童之新来港或跨境家庭	40人	刘家意姑娘
如何培养孩子抗逆能力	20/5/2026 (星期三)	上午 10:00-11:30	抗逆力与孩子性格及成就的关联,如何协助孩子正面对挫折及家长管教策略	跨境或新来港家长	10人	谢露琳姑娘
软粉彩素描工作坊	18,25/6/2026 (星期四)	下午 4:00-5:30	学习软粉彩素描技巧,提升绘画技术和自信心及认识常见毒品及提升抗毒意识	跨境或新来港家庭	8人	李家豪先生

新来港人士活动

地址：黄大仙下邨龙和楼地下
费用全免
报名及查询：请致电2773-5773与负责职员联络。

活动名称	日期	时间	内容	对象	名额	负责职员
成人广东话 2026年05月	4-8/5/2026 (星期一至五)	下午 1:00-3:00	学习基本广东话	新来港成人	15人	朱淑韵姑娘
房屋信息站 2026年05月	12/5/2026 (星期二)	上午 10:00-12:00	了解申请公屋资格	新来港成人	15人	朱淑韵姑娘
在线就业讲座 2026年06月	23/6/2026 (星期二)	上午 10:00-11:30	介绍劳工法及再培训课程(在线形式ZOOM)	新来港人士优先	100人	朱淑韵姑娘

香港生活信息站

本社小红书为新来港人士介绍香港不同信息,例如:就业、申请公屋、生活日常及香港文化。欢迎成为我们粉丝。小红书号:5680535918



香港国际社会服务社 广东办事处 公众号

欢迎关注我们公众号。



编者的话

香港的医疗体系分为公营及私营两大类,提供多元化的医疗服务选择。其中公营医疗以收费低廉,为市民建立起重要的健康安全网,让不同背景的市民都能获得适切的医疗照顾。本期通讯将为您详细介绍政府家庭医学诊所的预约方式,包括手机应用程序及电话预约的具体步骤,以及长者医疗券的使用方法,让大家轻松掌握便捷就医渠道。

新民心声

您好,我有糖尿病及高血压,需要长期服药,来香港后需要看专科医生才可配药吗?谢谢!

吴女士2026年3月来信

编者回应

吴女士:您好,感谢您的来信!如有身体不适,应先向家庭医学诊所或私家/家庭医生求诊,由医生评估情况后,再作治疗。如需进一步由医管局辖下的专科门诊跟进、诊症、治疗及检查,诊所的医护人员会作出转介安排。小编祝愿您身体健康,在香港展开美好新生活!祝生活愉快

编者 谨复

港言港语

书面语	本地话	例句
取号	擺筹	我宜家準備去擺筹。
害羞	怕丑	上台表演唔洗咁怕丑,大胆啲就得啦。
聪明、机灵	醒目	明仔,醒目仔黎嘅,你哋唔洗咁担心。
多久/多长时间	几耐	仲要等几耐先到我哋?



简体字

排队
发烧
压力
辅导
医疗

繁体字

排隊
發燒
壓力
輔導
醫療

内地新来港定居朋友：

您好,来港已一段时间了,不知近况如何?可有面对一些适应上的困难?倘若您有任何疑问或需要,欢迎于办公时间致电、电邮(电邮地址:post@isshk.org)或亲自到各中心洽谈。以下有一些问题,烦请填写妥后寄回本社,在空格内请“√”。

地址：九龙深水埗南昌邨南昌社区中心高座地下

姓名：_____ 性别：_____ 年龄：_____

抵港日期：_____年_____月_____日

地址：_____

电话：_____ 方便联络时间：随时 / 上午 / 下午 / 晚上 / 其他_____

学生：□否□是：曾否参加英文补习? □没有□有,提供服务机构：_____

现时职业(请注明)：_____ 曾否进修? □没有□有,提供服务机构：_____

可有到过本社任何一间服务中心与工作人员商谈问题?

□没有□有,记得他/她的姓名：_____

你希望日后收到：□本社适应活动资料□进修资料□就业资料

□其他(请注明)_____

对目前的生活在那一方面感到最困难：

□语言□居住 □就业 □子女入学 □经济收入 □工作技能 □儿童照顾 □夫妻关系

□婆媳关系 □亲友关系 □其他(请注明)_____

其他意见、感受或问题,请说明：

你提供的数据会用作申请本机构服务之用。根据个人资料(私隐)条例,你有权查阅及改正本机构所保存有关你的资料。如有任何疑问,包括要求查阅或改正资料,请联络有关职员或服务主任。



新民通讯

香港国际社会服务社
内地新来港人士服务
深水埗南昌邨南昌社区中心高座地下



2026年5-6月197期
POSTAGE PAID
HONG KONG
CHINA
中國香港
郵費已付
Permit No.
特許編號
6295



小红书号：
9772687446

内地新来港人士服务有小红书啦!内容会包括有趣的广东话,生活习惯以及重要社会需知,立即扫进二维码关注啦!

此通讯由本社内地新来港人士服务寄出,如对本通讯有任何疑问,请致电2386 6967查询。

跨境及国际社会服务 深水埗(南)综合家庭服务中心 天水围(北)综合家庭服务中心
抵港一线通热线 九龙深水埗南昌邨 南昌社区中心高座地下
新界上水龙运街2号 北区社区中心2楼 电话:2353 6119
电话:2386 6967

服务目的:香港国际社会服务社自1969年开始为来港定居人士服务,协助他们解决个人及家庭问题,使其尽快适应及融入社会。

抵港一线通



查询热线

香港:6816-0986(专人接听)
内地:132-6816-0986
服务时间星期一至五
上午9:00至下午1:00
下午2:00至下午5:45
公众假期除外

服务内容

想了解香港福利资讯?
想知道香港教育制度?
想申请香港公共房屋?
想报读培训课程/找工作?
想夫妻更恩爱,子女更听话?
有疑问?打电话或微信我哋啦!!



开学疑难话我知?

有心事打热线

来港每事问

爸妈有疑问?

打电话即解困



恶劣天气安排

天气情况	中心开放	室内进行的活动		水上活动	户外活动
		学童	成人		
1号风球/雷暴警告	√	√	√	×	○
3号风球	√	○	○	×	×
8号风球或以上	×	×	×	×	×
黄色暴雨	√	√	√	×	○
红色暴雨	√	×	○	×	×
黑色暴雨	未开放则停止开放,已开放则继续开放	已开始则继续进行,未开始则取消/延期		×	×

活动/服务照常进行 ○ 视乎情况而定

活动/服务取消、立即停止(延期与否,负责职员将个别通知活动参加者)



地址：
深水埗南昌邨南昌社区中心高座地下(南昌地铁站D1出口,钦州街西方向)
报名及查询：请致电2386-6967与负责职员联络。

医疗

香港医疗服务大致可分为公营和私营服务,这次内容主要介绍香港公营医疗服务。本港的公营医疗服务主要由医院管理局和卫生署提供。医院管理局有43间公立医院和医疗机构、49间专科门诊及75间家庭医学门诊(前称普通科门诊)。

A. 急症室服務

医院管理局辖下的18间公立医院的急症室,为需要紧急服务的病人提供诊断及治疗。为了确保有紧急需要的市民前往急症室诊治时,获得及时的急症服务,所有急症室已经实行病人分流制度。病人登记求诊时,分流护士会根据病人需要危殆、危急、紧急、次紧急及非紧急治疗而予以分类。病人获诊治的优先次序,是视乎病人的病况而不是根据登记的时间。病人的情况如不危急,应向公立或私家诊所求医。



18间公立医院的急症室名单,请浏览二维码

B. 家庭医学门诊 (前称普通科门诊)

医院管理局(医管局)家庭医学诊所致力提供以社区为本的基层医疗服务,服务使用者主要包括长者、低收入人士和长期病患者。家庭医学诊所照顾的病人主要分为两大类,包括病情稳定的长期病患者(如患糖尿病、高血压等),以及症状相对较轻的偶发性疾病病人(如患感冒、肠胃炎等)。需要覆诊的长期病患者于每次覆诊后,诊所会按病人临床需要,去安排下次覆诊时间,病人无须另行致电预约。而偶发性疾病病人则可透过医管局家庭医学诊所电话预约系统或医管局一站式手机程序「HA Go」内的「预约家庭医学诊所」功能,预约未来24小时的诊症时间。就诊的病人应带备身份证明文件到诊所办理登记手续。如未能依时就诊,请尽早取消预约,以腾出诊症名额供其他有需要的病人预约。



各家庭医学诊所预约电话,请浏览二维码

B1. 门诊电话预约系统特色

- 24小时运作,方便你随时致电系统预约
- 搜寻未来24小时的诊症时间
- 当选择的诊所额满时,系统会自动搜寻就近诊所的筹额
- 设有查询及取消预约功能
- 设有长者预约专筹



• 电话预约步骤

成功预约后,请带备身份证明文件和医疗纪录册(如有),在预约时间前15分钟抵达诊所,办理登记手续。假如不能依时就诊,请尽早并最少于预约时间前一小时致电有关诊所的电话预约系统,按照操作指示取消预约,以腾出筹额予他人,使筹额得以善用。

B2. 医管局应用程序「HA Go」

「HA Go」是医院管理局于2019年12月12日推出的流动应用程序,透过「HA Go」,病人可查阅个人预约纪录,支付账单及药物费用,预约普通科门诊及专科新症,查阅药物资讯或按照处方进行复康练习。「HA Go」提供中文及英文版本,现可于Apple App Store、Google Play及华为AppGallery下载。

如何透过「HA Go」预约家庭医学诊所:

只须下载HA Go,并登记及启动HA Go账户,即可透过手机程序预约、查询或取消诊症时间。「HA Go」有关预约家庭医学诊所教学,请浏览以下二维码:



C. 专科门诊

市民如有不适,应先向家庭医学诊所或私家/家庭医生求诊,如需进一步由医管局辖下的专科门诊跟进、诊症、治疗及检查,诊所的医护人员会另外作出转介安排。病人须带同香港身份证(或有效身份证明文件),由本地注册医生在最近三个月内签发的医生转介信及住址证明前往登记预约。



各专科门诊新症候轮候时间,请浏览二维码

D. 医疗收费

于公营医疗收费改革下,医院管理局(医管局)辖下医疗服务收费如下,相关收费已于2026年1月1日起生效。新来港人士使用公共医疗服务,请带备香港居民身份证及签证身份书。公众收费 - 符合资格人士



有关医疗收费详情,请浏览二维码

服务	收费 / 港币
急症室	每次诊症400元(分流为第I类(危殆)及第II类(危急)的病人可获豁免缴费)
住院费用(急症病床)	每日300元
住院费用(疗养/复康、护养及精神科病床)	每日200元
专科门诊(包括专职医疗诊所)	每次诊症250元,每种药物20元
家庭医学诊所(包括综合诊所)	每次诊症150元,每种药物5元,最多4星期

E. 常见问题

Q1. 我想电话预约诊症时间,应该在什么时间致电电话预约系统?

答: 家庭医学诊所电话预约系统24小时不停运作,并持续更新未来时段的诊症名额。此安排除了方便病人,亦避免电话线路于特定时段过份繁忙。因此,你可随时致电诊所的预约系统,而无须于特定时间致电预约系统。

Q2. 电话预约我可否选择诊症时间?

答: 为尽量善用资源,避免筹额被浪费,电话预约系统会为你安排最早的诊症时段,并以顺序方式编配诊症时间。假如你不接受系统提供的时间,可以放弃该预约时间,再另行选择搜寻未来24小时内其他有剩余诊症名额的时段,例如上午、下午及晚上,系统会因你的选择及筹额的剩余状况再编配该时段内最早可提供的诊症时间。

Q3. 假如在操作电话预约上遇到困难,我可以怎么办?

答: 家庭医学诊所设有辅助处,为使用电话预约服务遇到困难的人士提供协助。假如你使用电话预约时遇到困难,可向辅助处查询。此外,你的亲友及不少社区组织如长者中心亦能提供协助。

Q4. 我可以随时随地使用HA Go为自己的预约办理登记和缴费吗?

答: 你可在预约时间前2小时内,在任何地方使用HA Go办理登记和缴费。

- 备注:
1. 请携带有效身份证明文件就诊。
 2. 请依时赴诊,逾时者可能由职员另作安排。
 3. 请查阅预约便条上其他相关资料(如有)。

Q5. 假如我不能依时就诊,该如何取消预约?

答: 请你尽早并于预约诊症时间最少一小时前,致电有关诊所的电话预约系统,按照操作指示取消预约。你亦可以透过「预约家庭医学诊所」手机程序中的「为自己取消」选项取消预约,以腾出诊症名额予其他有需要的病人预约,使诊症名额得以善用。假如你于过去两个月内累积达三次在家庭医学诊所(不限于同一间诊所)失约的纪录,你将会被暂时停止使用电话预约系统及手机程序进行预约。如欲预约诊症时间,必须亲身前往诊所查询。

资料来源:香港医院管理局: <https://www.ha.org.hk/>

应用程序HAGo网站: www2.ha.org.hk/hago



香港医院管理局



HAGo

生活放大镜—医疗券

政府在2009年1月1日推出长者医疗券计划,旨在通过提供财政诱因,让长者选择最切合他们健康需要的私营医疗服务,藉以辅助现有的公营医疗服务。

年满65岁并持有有效香港身份证或入境事务处发出的《豁免登记证明书》的长者,即符合资格领取及使用医疗券,但若该长者是凭借其已获入境或逗留准许而获签发香港身份证,而该准许已经逾期或不再有效则除外。

现时,每名合资格长者每年可获发的医疗券金额为2,000元,而医疗券累积金额上限为8,000元。长者自符合长者医疗券计划资格的年度起,他们于当年度可获发的医疗券金额,会于1月1日自动存入他们的医疗券户口,长者无须预先进行登记或领取医疗券。已登记参加计划的医疗服务提供商(下称「已登记医疗服务提供商」)会在合资格长者首次使用医疗券时为其开设个人的医疗券户口。

医疗券可用于在香港注册并已登记参加计划的西医、中医、牙医、脊医、注册护士和登记护士、物理治疗师、职业治疗师、放射技师、医务化验师(辅助医疗业人员及化验服务须按现行的转介安排)、注册册第1部分注册的视光师,以及已登记参加计划并注册于政府认可医疗专业注册计划认可的相关医疗专业团体的听力学家、营养师、临床心理学家和言语治疗师所提供的服务;地区康健中心及地区康健站的服务;及香港大学深圳医院指定门诊/指定的健康服务中心的医疗护理服务。(包括预防性、治疗性及复康性的医疗服务)

Q1. 医疗券是否只能在香港使用?

答: 政府于2024年2月19日公布把七所位于粤港澳大湾区的医疗机构纳入「长者医疗券大湾区试点计划」,让合资格香港长者可用医疗券支付费用。这七所医疗机构分布在广州、深圳、中山、东莞,详细名单可以在政府医疗券网站查看。

Q2. 如何识别参与计划的医疗服务提供商?

答: 成功登记参加计划的医疗服务提供商会获发本计划标志,张贴于其执业地点,以方便长者识别。你亦可以登入计划网站 www.hcv.gov.hk或致电2838 2311取得参与计划的医疗服务者名单。



Q3. 长者如何与配偶链接医疗券户口?

答: 长者及配偶只需于任何一方使用医疗券时,一同亲身到参与长者医疗券计划的医疗服务提供商的执业地点,出示双方的香港身份证或入境事务处发出的《豁免登记证明书》,声明双方的配偶关系和同意共享医疗券,医疗服务提供商便可经系统把他们的医疗券户口连接,让长者可以由同日起接受私营基层医疗服务后,当长者本人医疗券户口内的余额耗尽,可选择使用其配偶户口内的医疗券余额,直至任何一方提出书面请求选择退出为止。

资料来源:香港政府卫生署 - 长者医疗券计划: <https://www.hcv.gov.hk/>



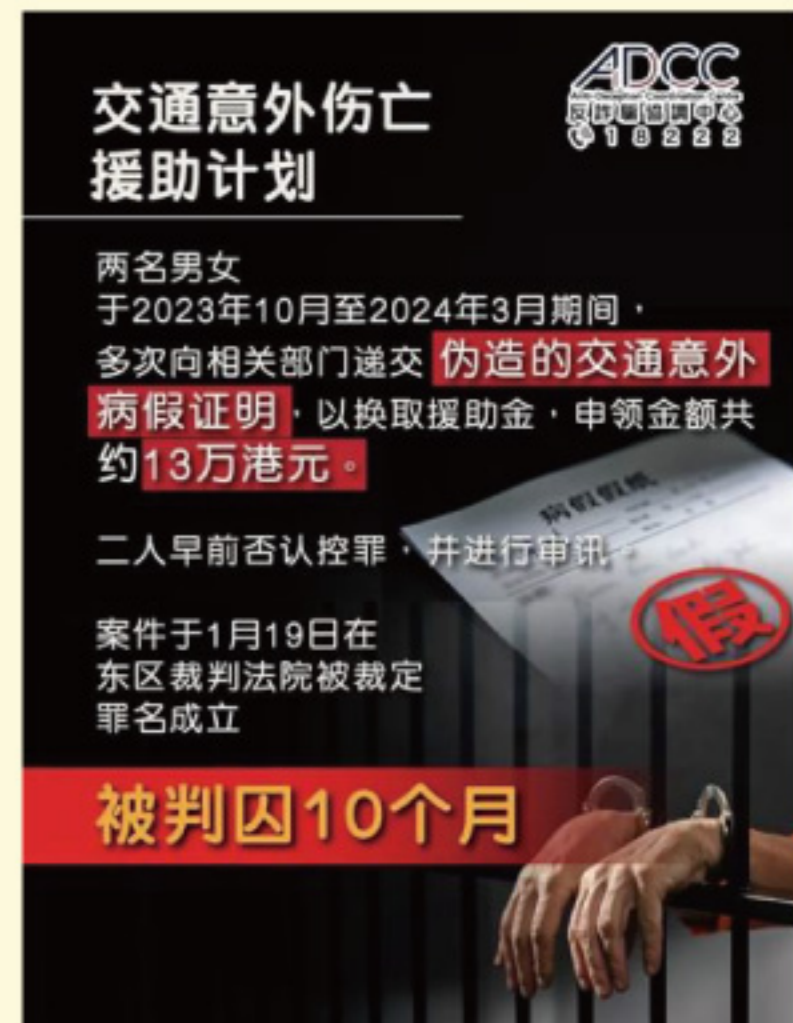
最新骗案警示

自2024年起,警方发现有不法分子试图骗取由社会福利署(社署)审批的交通意外伤亡援助金(俗称「车手奖」),骗徒伪造病假证明书,向社署夸大因道路交通意外而获取的病假日数,从而骗取援助金。

过去一年,警方共起诉180人,至今其中118人被定罪,刑罚介乎60小时社会服务令至10个月监禁,同时须偿还款项予社署。

当中,两名男女在2023年10月至2024年3月期间,多次向社署提交伪造病假证明书,骗取共约13万元的援助金。两人被警方起诉后否认控罪,最终在2026年1月19日经东区裁判法院审讯后被裁定罪名成立,被判入狱10个月及须偿还相关款项,为近期同类案中最高刑罚纪录。

警方重申,骗取援助金属严重罪行。任何人干犯欺诈罪,一经定罪,最高可被判入狱14年。



手机应用「防骗视伏App」已经推出,本应用程序载有下列主要功能:

- 1) 即时评估诈骗风险
- 2) 查阅及分享防骗资讯
- 3) 接收最新推送讯息



「利是」有助考牌过关?

情境:一名参与驾驶考试的考生为确保自己能在考试顺利「过关」,在考试时向运输署考牌主任送上「利是」,恳求考牌主任让他考试合格。

问:考生送「利是」给考牌主任以换取考试顺利「过关」会犯法吗?

答:会。考生向公职人员(运输署考牌主任)提供利益(利是),诱使该人员让他考试合格,已触犯《防止贿赂条例》。无论考试结果如何,向公职人员提供利益以求对方在履行职责时给予方便已构成行贿罪。

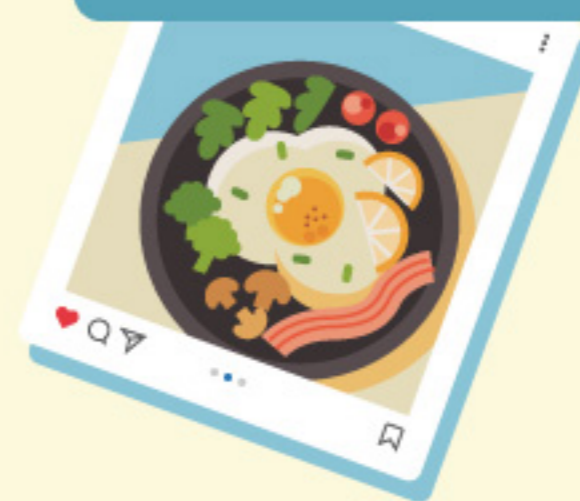
问:考生送「利是」给考牌主任只为祝愿「出入平安」,也会犯法吗?

答:会。即使没有影响考试结果的意图,任何人士与政府部门进行事务往来时,向该部门的公职人员提供任何利益,亦会触犯《防止贿赂条例》。

考牌过关切勿行贿

驾驶考试是为确保驾驶者的技术水准及保障道路使用者的安全,因此公平考核事关重大。提供利益予运输署考牌主任以换取驾驶考试合格,不但破坏公平的考核制度,还会触犯行贿罪,更会危害道路使用者的人身安全。

活动剪影



英文学习班



新年雪花酥及扭扭棒盆栽



香港一日游 - 大屿山+大澳



义工活动 - 新春摊位