

第1536期

**遠足線****冬梅之友 「馬騮重遊下城門」**

6月1日星期日早上8時45分長沙灣深水埗地鐵站B2出口近北河街處認旗集合，準九時正乘車往馬騮山石梨貝巴士總站起步。行友亦可自行前往預時等候，首經長源路秘徑入金山腹地落金山徑過麥徑六段燒烤場下城門水塘出大圍散隊。交通糧水自備。  
聯絡電話：何國雄 9229 0611

**長征旅行隊**

6月1日「大東走三鄉」晨8時30分，東涌消防局前集合起步，黃龍古道、大東山、伯公坳、高植林路、青龍湖大休，午後南山大地塘望渡坳、三鄉，東涌散隊。全程6小時，量力參加。  
晚9-11電：28187786 葉永常

**綜合線****星藝旅行團 迎端午 歡樂遊**

(2號) 端午佳節為免票價提升，周日(1號) 舉辦迎端午歡樂遊△晨準九時尖沙咀北京道一號「免稅店」出發，首往林深樹茂大霧山，初夏晨步曲徑通幽龍門徑、妙高台、蝴蝶地，沿途高處臨下美景盡收，順訪千佛山古樸幽雅觀音岩(午宴享用海味應節佳餚) 續遊畫棟雕樑望天后宮，漫步旗海飄揚海濱堤岸，感受鼓聲齊響之賽龍奪錦氣氛。冷氣車隨團每券\$160。  
查詢△6月14/15日父親節，惠州博羅新景，五星酒店精選遊。  
△券站中環大道中151號英記茶莊△九龍旺角道英記茶莊△26737941、64170168。

**獵影遊**

旅訊：(一) 漁護署主辦「四季、遊歷」郊野公園攝影比賽，目的鼓勵市民到郊野公園，欣賞四季呈現的美麗景致及認識香港豐富的野生動物植物，並透過相片，分享四季遊歷故事，傳遞愛護自然的訊息。詳情見http://www.natureintouch.gov.hk。  
(二) 齋色園及珠海學院香港歷史文化研究中心主辦、華南歷史學會協辦「傳統信仰與非物質文化遺產」講座系列：6月7日(周六) 下午3時至5時假香港歷史博物館舉辦「黃大仙祠——歷史今昔與社區民生」講座，講者鍾潔雄女士(資深出版人，香港出版學會學務委員)。

會訊：探遊十八區「灣仔區——灣仔峽、忠靈塔遺址」31日(周六) 上午。民俗民情「端午節日夜扒龍」6月1日(周日)、2日(周一)，「順德杏壇龍母誕廟會」5日(周四)，鄉村探遊「坪洋三鄉龍尾頂」8日(周日)，以上活動集合時間地點電聯。  
查詢：5402 0372 郭志標  
網址：http://photohiking.com

**友誼之旅會**

\*飛越二十八載，迎正職男女(色情免問)  
6月1日海上燒烤釣魚樂。6月7日特色晚宴。6月15日交友遠足團。6月21日舞餐會。逢三社交舞班，逢四卡拉OK自助餐。以上節目請早報名，額滿即止。本會為非牟利團體，歡迎正職男女(色情免問)。  
地址：九龍油麻地鴨打街33號達達商業大廈21C室(紅茶館酒店對面)，油麻地港鐵站C出口(文明里)  
電話：2771 3900 網址：http://marybeauty.com

**珊瑚海渡輪服務 歡迎自由行參加**

三家村(鯉魚門)——東龍島。乘雙層客船，經鯉魚門往清水灣半島對岸之南佛堂東龍島(又名東龍洲)。該島面積2.42平方公里，除了是攀石、露營、燒烤、觀星象、欣賞日出日落及拾螺垂釣的好去處外，也是探索古蹟的尋幽勝地。島上著名的炮台遺址，以及列為法定古蹟的「東龍石刻」，均值得細看。沿途可觀驚濤拍岸，一睹噴水奇岩，大開眼界。接續往飛機坪，遠眺西貢諸島和香港最南端的島嶼蒲台島，飽覽海上無限風光。  
逢星期六、日及公眾假期開航，來回船費\$39，地鐵油塘站A2出口，向左行約10分鐘，便到九龍鯉魚門三家村小輪碼頭。  
查詢熱線：2513 1103  
網址：http://www.coralseaferry.com.hk



橋咀郊野公園位於西貢牛尾海，佔地100公頃，成立於1979年，是本港面積最小的離島郊野公園。公園包括鄰近8個海島：最大的為橋咀洲，其他七個小島包括橋頭、白沙洲、大鐘洲、小鐘洲、枕頭洲、游龍角及斷頭洲。

# 夏日遊

# 橋咀郊野公園

橋咀洲地質步道 相片由漁護署提供

橋咀洲近年為西貢區最受歡迎的弄潮勝地，南部的廈門灣，水清沙幼，每逢假日都吸引大批弄潮兒到訪，令海灘熱鬧非常；若想避開人潮，又可以選擇西部的橋咀泳灘。這兩個泳灘，都設有防鯊網，在夏日均有救生員當值。

**弄潮垂釣 逍遙自在**

橋咀洲擁有天然海濱沙灘，最宜弄潮作樂，四周島礁環繞，景致醉人，島上綠意蒼鬱，環境青蔥宜人，遊人可取道風景小徑暢遊。橋咀洲與附近的橋頭島由一條天然沙堤連接，屬海岸沉積地貌，地理上稱為連島沙洲。橋咀的沙堤長約250米，兩側靠海處為中細顆粒的砂，夾雜貝殼碎屑，中央則由含礫粗砂組成。橋咀的連島沙洲隨着海潮漲落而時隱時現，極具特色，可遇不可求，所以特別具吸引力，許多遊客也愛在退潮時分到此漫步或戲水。  
公園內海島的岩岸，又是磯釣一族的垂釣勝地。不少喜愛釣魚的人士於沿岸進行垂釣活動。遊人更可在西貢墟碼頭乘坐街渡前往上述各島作沿岸遊覽。

**賞岩爬山 動靜皆宜**

橋咀洲是海浪侵蝕的最佳例證，浪流在島上大刀闊斧地創作，雕塑出海星灣、廈門灣、浪芒灣、石鼓環等大小海灣和岬角，當中海星灣的橋咀泳灘和廈門灣的水質與環境最令人心曠神怡，是暢泳的理想之選。廈門灣則位於橋咀洲南部，因沙灘呈半月形，又稱半月灣，同樣是優質泳灘。

橋咀洲的最高點雖然只有136公尺，但島上也有一條山徑連接南部的廈門灣及北岸的海星灣，途經黑山頂及橋咀灣。山徑部分路段陡斜難走，間中或會長滿野草，需要遠足經驗才可行走。走到島上的最高處，極目一看，海灣的優美景色就在眼前。

**橋咀洲的犬穴孔珊瑚**

相片由政府新聞處提供



橋咀洲的管海馬 相片由政府新聞處提供



橋咀洲位於西貢破火山口的西緣，擁有豐富多樣的火山岩。 相片由漁護署提供



橋咀洲的岩石地貌多樣，細心觀察可看到紋理。



沿着橋咀洲地質步道，會發現沙堤上有俗稱「菠蘿包」的石英二長岩。



西貢海島繁多。圖為橋咀洲。 相片由漁護署提供

**交通**

於西貢巴士總站旁，可乘搭街渡前往橋咀或廈門灣。

## 2014年5月27日 今日電視節目表 (星期二)

無線翡翠台	無線明珠台	亞視本港台	亞視國際台	中央電視台-1 (數碼頻道)	中央電視台 (國際頻道)	鳳凰衛視中文台	有線電影1台
6:00 星光少女 6:25 瞬間看地球 6:30 香港早晨 及 財經檔案 7:55 香港早晨 8:55 瞬間看地球 9:00 交易現場 9:45 金曲挑戰站 9:50 快樂長門人 10:00 碧血劍 10:30 包青天之開封奇案 11:30 宣傳易 及 新聞提要 11:35 交易現場 11:45 巴不得媽媽... 12:40 宣傳易 12:45 交易現場 1:00 午間新聞 1:15 瞬間看地球 及 財經檔案 1:20 左右紅藍綠 1:25 都市閒情 1:40 宣傳易 2:15 今日VIP 及 交易現場 2:45 女王辦公室 3:50 爆丸IV 及 交易現場 4:20 放學ICU 5:20 星夢學園 5:50 財經新聞 5:55 肥田節事 及 新聞檔案 6:30 六點半新聞報導 6:55 碧桂園特約：天氣報告 7:00 星期二檔案 及 2014 FIFA 巴西世界盃 一備戰全接觸 7:30 東張西望 8:00 愛·回家 及 2014 FIFA 巴西世界盃 一進軍巴西 及 西遊記·講呢啲 8:30 西遊記 9:30 女人俱樂部 10:30 走過足球聖地 11:00 晚間新聞 11:35 新聞檔案 11:40 天氣報告 11:45 瞬間看地球 11:50 娛樂頭條 12:00 今日財經	6:00 金融概要 7:30 NBC世界新聞 8:00 普通話娛樂新聞報導 9:00 教育電視 10:00 金融行情 10:30 交易現場 11:00 金融行情 11:30 交易現場 11:35 金融行情 11:45 交易現場 12:00 CCTV News - 直播 1:00 金融行情 2:00 交易現場 2:03 金融行情 3:58 交易現場 4:00 象王與乖孫 (III) 4:30 小鎮「動」起來! 5:00 少年勇將之宇宙激戰 5:30 智鬥火車頭 6:00 普通話新聞 6:15 普通話財經報導 6:20 普通話天氣報告 及 普通話新聞檔案 6:25 財經消息 及 32強完全檔案 6:35 亞洲足球新天地 7:00 藝坊 7:25 32強完全檔案 7:30 七點半新聞報導 7:50 天氣報告 7:55 瞬間看地球 8:00 美女意式佳餚 8:35 寵物小寶貝 (II) 及 32強完全檔案 9:30 明珠絕色：狂野巴西 10:45 環球金融速遞 11:45 財經透視 11:50 晚間新聞 12:05 瞬間看地球 12:10 狙魔人 (VII) 1:05 風雲備戰巴西世界盃 1:35 明珠檔案 2:00 世界足球狂熱 2:25 音樂熱點 2:30 明珠絕色：狂野巴西	6:00 平均髮教師·新造視頻 6:30 亞洲早晨 8:35 ATV焦點 8:45 亞洲新興都市 9:15 理財博客之即市錦囊 10:15 通識小學堂 10:45 iFit@tv 10:50 ATV 每日一歌 11:00 亞視經典回味：浮生六劫 12:20 當今今日 12:25 財經新聞 / 經濟快訊 / 天氣報告 1:00 理財博客之投資多面睇 2:25 iFit@tv 2:30 我愛下午茶 3:00 左右紅藍綠 3:05 把酒當歌 3:35 女主播 4:00 通識小學堂 4:30 戰鬥王之颯風戰魂 5:00 撒之進 (港台) 5:30 亞洲政策組 - 香港有問題? 5:55 當今今日 6:00 六點鐘新聞 6:35 ATV焦點 6:45 經濟快訊 6:50 體育快訊 7:00 醫生與你 7:30 粉紅色青春 結局篇 8:30 殭屍重生 / 我和殭屍有個約會 9:30 六合彩一端午金多寶 9:35 香江怒看 10:00 國際財經視野 10:25 當今今日 10:55 ATV焦點 / 馬上全接觸 11:10 把酒當歌 11:40 ATV 每日一歌 11:50 肥識過人 1:10 香江怒看	6:00 Music 120 7:00 新聞早點·中國新聞報導 7:30 文化報導 8:00 鐘頂之峰 9:00 精靈一族 9:30 奇幻寶島 10:00 中央電視台新聞·直播：綜合新聞 10:30 文化報導 11:00 綜合新聞 11:30 旅遊指南 12:00 自然 12:20 賽馬預測 12:50 Music 120 3:00 教育電視 4:00 小寶哥 4:30 動物BB學堂 5:00 天然少女 5:30 亞視普通話新聞 5:55 天氣報告 6:00 中國新聞報導 6:25 海峽談 6:55 時事內幕追擊 7:25 財經透視 7:30 新聞及天氣報告 8:00 全歐訊息速遞 8:30 狂野極速 9:00 鐘頂之峰 9:54 粵視 10:00 尋寶專家 11:00 夜間新聞 11:20 賽馬預測 12:50am 中國新聞報導 1:20 狂野極速 1:50 尋寶專家 2:50 Music 120	9:03 粵視 9:08 天天飲食 9:26 電視劇 野鴨子2 10:15 電視劇 野鴨子2 11:01 粵視 11:06 電視劇 野鴨子2 11:54 粵視 12:00 新聞30分 12:30 粵視 12:35 今日說法 1:11 粵視 1:13 電視劇 幸福滿滿 1:59 粵視 2:04 電視劇 幸福滿滿 2:50 粵視 3:54 粵視 4:11 天天飲食 4:26 粵視 4:31 請您欣賞 4:32 時代楷模發佈廳 5:19 生活提示 5:26 粵視 5:30 第一動畫樂園 6:55 請您欣賞 7:00 新聞聯播 7:31 天氣預報 7:39 風雲訪談 7:58 粵視 8:04 粵視 8:06 特別節目 8:49 粵視 8:53 劇情提要 8:57 電視劇 我在北京，挺好的 9:45 精彩一刻 9:54 粵視 10:00 晚間新聞 10:30 粵視 10:32 動物世界 11:02 粵視 11:03 電視劇 大明按察使 11:49 粵視 11:51 電視劇 大明按察使	9:45 文明之旅 9:45 快樂漢語 10:00 中國新聞 10:10 時段專視 10:12 雙語劇場 10:57 時事開講 11:00 國寶檔案 11:20 國寶檔案 11:25 時段專視 11:30 海峽兩岸 12:00 中國新聞 1:00 華人世界 1:20 快樂驛站 1:30 走過中國 2:00 中國新聞 2:10 時段專視 2:15 雙語劇場 勳和小組 3:00 娛樂大風暴 3:45 快樂驛站 3:55 全媒體全時空 4:00 中國新聞 4:10 百家講壇 4:50 天天飲食 5:00 中國新聞 5:10 時段專視 5:15 遠方的家 6:00 中國新聞 6:15 中國文藝 6:45 國寶檔案 7:00 中國新聞 7:15 雙語劇場 勳和小組 7:20 走過中國 8:30 海峽兩岸 9:00 中國新聞 9:30 今日關注 10:00 天涯共此時 10:45 快樂漢語 11:00 今日亞洲 11:26 遠方的家 12:11 中國文藝 12:41 國寶檔案 12:56 時段專視 1:00 中國新聞 1:10 時段專視 1:15 百家講壇	9:00 鳳凰大視野 9:35 地球宣言 9:40 鳳凰全球連線 10:05 魯豫有約：說你的故事 10:50 名士風流 10:55 時事開講 11:20 健康新概念 11:25 鳳凰天下 11:55 大外交新思維 12:00 鳳凰午間特快 12:25 鳳凰氣象站 12:30 有報天天讀 12:55 今日視點 1:00 鑄鐵三人行 1:25 鳳凰點關注 1:50 文明啟示錄 1:55 娛樂大風暴 2:15 完全時尚手冊 2:35 全媒體全時空 3:00 資訊快遞 3:30 金曲點播 3:40 鳳凰午間特快 4:15 世界看中國 4:20 鳳凰大視野 5:00 大外交新思維 5:05 金曲點播 5:10 開卷八分鐘 5:20 心相簿 5:25 有報天天讀 5:55 健康新概念 6:00 娛樂大風暴 6:20 文明啟示錄 6:25 全媒體全時空 7:00 完全時尚手冊 7:20 地球宣言 7:25 鳳凰天下 7:50 今日視點 7:55 與夢想同行 8:00 鳳凰大視野 8:30 騰飛中國 8:35 鳳凰點關注 8:55 名言啟示錄 9:00 時事直連車	7:25 新流星蝴蝶劍 9:15 天生一對 11:15 絕種鐵金剛 1:05 俠骨仁心 3:20 古玉棋盤 5:10 三國之見龍卸甲 7:15 單身部落 9:00 至尊無雙 11:00 烈火戰車2極速傳說 1:15 臥虎藏龍 3:40 非常幸運 8:00 協會盃網球賽決賽 捷克對 塞爾維亞 10:00 體育王 10:30 韋伯盃保齡球賽 12:00 體育王 12:30 世界盃短池游泳賽-杜拜站 2:00 體育王 2:30 韋伯盃保齡球賽 4:00 體育王 4:30 協會盃網球賽決賽 捷克對 塞爾維亞 6:30 體育王 7:00 韋伯盃保齡球賽 8:30 世界盃短池游泳賽-杜拜站 10:00 體育王 10:30 韋伯盃保齡球賽 12:00 體育王 12:30 協會盃網球賽決賽 捷克對 塞爾維亞 2:00 體育王 3:00 韋伯盃保齡球賽 4:30 世界盃短池游泳賽-杜拜站