

初小兒童愈來愈唔開心

調查指愈做運動愈快樂 惟學業繁重阻小朋友取樂

香港文匯報訊（記者 何寶儀）有團體昨日發佈一項有關兒童快樂狀況的調查，探討兒童快樂程度及運動習慣。結果發現，約六成受訪兒童感到快樂，整體兒童快樂程度亦上升，平均達7.14分（滿分為10分），稍高於去年調查的7.04分。不過，6歲至8歲兒童的快樂程度卻連續兩年下降，平均分由前年的8.04分跌至7.42分，顯示初小兒童愈來愈不快樂。

調查結果亦顯示，兒童做運動時間愈多，快樂程度就愈高，但港童每周平均進行6.9小時的中等至劇烈活動，低於世衛建議的標準。而阻礙兒童運動的「元兇」為學業。

香港小童群益會上月進行「運動與快樂調查2018」，以問卷訪問837名6歲至17歲的兒童，當中男性佔50.3%，女性佔49.7%。

調查結果顯示，約六成兒童感到快樂，表示「一半一半」的約三成，而不快樂的則佔一成。快樂分數則由去年的7.04分，上升至7.14分。

雖然6歲至8歲的平均分最高達7.42分，但較前年的8.04分及去年7.82分低，顯示該組別的兒童一年比一年不快樂。至於12歲至14歲的平均有7.22分，15歲至17歲則最低，僅6.42分。

最熱門運動 跑步居首

調查又訪問兒童運動習慣，首3位最常參



■小童群益會調查反映，僅三成多受訪兒童達到世衛建議，兒童及青少年每日應至少進行60分鐘中等至劇烈強度的體能活動。香港文匯報記者何寶儀 攝

與的運動分別為「跑步/緩步跑」（65.3%）、「籃球」（29.8%）及「羽毛球」（27.8%）。54.7%兒童表示每日最少步行10分鐘。

不過，僅一成的兒童表示每日有進行中等強度及劇烈的身體活動。調查又指，兒童平均每周參與體育運動2.87日，12歲至14歲群組最多達3.1日，而15歲至17歲者最少，僅2.12日。

調查顯示，阻礙兒童運動的主因為「功課/學習繁忙」（65.1%）及「身體健康狀況不好」（31.1%）。小童群益會署理總幹事黃貴有估計，初小學生快樂指數微跌，與讀書壓力有關。

社會更關注兒童權利

他又說，兒童快樂程度較以往高，或與社會更關注兒童權利有關。

黃貴有亦指出，兒童快樂程度與運動時間

有明顯的正關係，每周運動時間較多的受訪兒童，其快樂程度亦較高。

他又說，世衛建議5歲至17歲的兒童及青少年每日應至少進行60分鐘中等至劇烈強度的體能活動，但僅36.9%受訪兒童達標。

適量運動增抗逆力社交技巧

浸會大學體育學系副教授雷雄德表示，外國的研究指出，適量的運動不但能提升兒童的體格及腦部健康，更能提高兒童的抗逆力及社交技巧。

11歲的小五學生楊頌希與不少學童一樣，因為課業繁忙需減少運動時間。他指，為了做運動，會善用導修堂時間做功課，放學後花一小時完成功課後，每日均會運動，包括：籃球、閃避球及跑步。他說，其快樂程度指數為9分，因考試需減少運動時數，「（滿分）扣1分，差在少了時間做運動。」

僅四成家長常與子女做運動



■調查指，家長對子女參與運動態度正面，逾九成家長支持子女參與。圖為親子一起跑步。資料圖片

俗語說「三歲定八十」，運動

的習慣也一樣，最好從小培養。有調查指出，僅四成的家長間中或經常與子女一起做運動。兒童心臟科醫生、小童群益會執行委員會主席吳彥明表示，家長應多與年幼的子女溝通，鼓勵子女參與感興趣的運動，建立健康的生活模式。

香港小童群益會調查指出，家長對子女參與運動態度正面，逾九成家長支持子女參與，約六成家長更會間中或經常為子女安排體育運動。

然而，僅四成人會間中或經常與子女一起運動。如父母安排子女運動較多，兒童的運動時間明顯較長，尤其對6歲至8歲的兒童。

從年齡的分佈顯示，年紀較小的兒童較依賴父母安排體育運動，6歲至8歲及9歲至11歲分別有兩成人經常由父母安排。而12

歲至14歲及15歲至17歲則僅有11.8%及6.6%。

吳彥明表示，家長應鼓勵年幼的子女參與運動，讓他們專注一兩項感興趣的運動，長大後便能養成自己主動做運動的習慣。

他又說，與家人及朋友一同參與群體活動，更可領略團隊合作精神以及增進親子關係。

小童群益會又建議，家長鼓勵子女運動時，不宜增加其壓力，應正面教導子女看待勝負的心態。會方又促請家長不要過分「催谷」子女，避免讓興趣及補習班填滿其課餘生活。

四分一兒童缺場地運動

同時，調查又顯示，有四分之一的兒童因「缺乏場地」而阻礙其運動，建議學校除了在課後時間外，亦可按學校情況在假日及公眾假期開放校園供學生作體育活動之用。

■香港文匯報記者 何寶儀

醫生倡再引入噴鼻流感疫苗

香港文匯報訊（記者 顏晉傑）兒童一向是患流感的高危群組，特區政府雖然有資助6個月至未滿12歲的兒童接種流感疫苗，並提供到校接種流感針外展計劃，但他們今年的接種率仍只有22%，有公共衛生醫學專科醫生建議重新引入噴鼻式流感疫苗，指噴鼻式疫苗接種較方便，期望可吸引學校參與疫苗接種計劃，以提升疫苗接種率。

衛生署衛生防護中心在冬季流感高峰期間錄得逾400宗幼稚園及小學流感爆發個案，最少20名小朋友因流感而死亡，公共衛生醫學專科醫生江永明表示，兒童不單免疫力較弱，衛生意識亦較低，如果有小朋友生病，容易在學校傳染其他同學，造成爆發。

江永明建議重新引入噴鼻式流感疫苗，指疫苗適合2歲至49歲使用，效果與傳統流感針相若，但接種時只須將噴嘴放於鼻孔內便能簡單地將疫苗噴入鼻腔內，效率較高，適合在學校使用。這款疫苗在2009年11月獲批在香港使用，但在2013年3月因貨源不足而停止供港。

李陞大坑校曾為200生接種

李陞大坑學校在2010年曾獲資助使用噴鼻式流感疫苗大規模為學生預防流感，校長葉小麗表示，學校當年原本預留半日為學生打針，但最終只是用了約一小時便完成工作，為200名參與計劃的學生接種，



■李陞大坑學校在2010年曾獲資助為學生注射噴鼻式流感疫苗。受訪者供圖

而學童接種後亦不會哭鬧，老師毋須花大量時間安慰他們，可即時如常上課。

葉小麗補充指，當年參與計劃的學生人數佔全校學生總數約三分之二，同年學生因流感而請假的人次較前一年減少80%，認為注射流感疫苗對預防流感有明顯作用。

不過，即使政府近年有推出到校接種流感針外展計劃，李陞大坑學校亦沒有再為學生打針，葉小麗解釋原因與接種疫苗需要花大量時間，及接種後學生情緒受到影響有關，稱如果本港再引入噴鼻式疫苗，校方會再考慮推行全校接種。



■江永明(左)及葉小麗(右)希望香港可再次引入噴鼻式流感疫苗。香港文匯報記者顏晉傑 攝

兒科醫生憂年內保費倍增

香港文匯報訊（記者 顏晉傑）婦產科醫生雖然已經獲醫療保障協會（Medical Protection Society, 簡稱MPS）外的其他公司承保，但其他專科仍然只能向MPS投保，有兒科專科醫生預料，保費今年內或會以倍數增加。

醫生專業責任保險問題過去幾年一直困擾婦產科醫生，最終獲保險界立法會議員陳健波協助下獲另一保險公司AON承保。

香港婦產科學院前院長梁國齡透露，現時已經有三分之二婦科醫生轉向AON購買專業責任保險，形容婦科醫生面對的情

況有所改善，「已經離開深切治療部，但仍在醫院留醫。」

婦科已甩身 兒科未脫困

不過，AON暫時只是有向婦科醫生提供專業責任保險，其他的專科暫時亦只能繼續向MPS投保。

兒科專科醫生劉成志指，他們現時所繳交的保費雖然未是最高，但卻持續增加。

劉成志表示，兒科本身屬低風險的專科，但MPS近年卻將兒科分類為中等風險的專科，上次調整保費時大幅加價逾



■梁國齡(右二)透露現時有三分之二婦科醫生向AON購買專業責任保險。香港文匯報記者顏晉傑 攝

倍，現時每年保費逾5萬元，並預計今年再調整保費後他們每年要付六位數字的保費，指部分醫生為避免支付高昂保費，現時只提供風險較低的門診服務。



■愛培自閉症基金昨日舉辦「藍服日」，呼籲大眾關注自閉症患者。香港文匯報記者 何寶儀 攝

「藍服日」挺自閉童 家長盼社會理解

香港文匯報訊（記者 何寶儀）養兒一百歲，長憂九十九。現今社會為人父母並非易事，要照顧有特殊需要的子女更困難。有養育一對自閉症子女的母親身負重擔之餘，亦得不到家人的諒解，家中的長輩誤以為其育兒方針出問題。亦有母親表示曾受到歧視，希望社會能對自閉症患者多一分理解。

根據美國疾病控制及預防中心數據指，每68名兒童便有1人患上自閉症。2015/16年度香港亦有約6,800名自閉症學童。昨日為「世界關注自閉症日」，香港愛培基金舉辦「藍服日」，呼籲大眾關注自閉症患者。

昨日出席「藍服日」活動的王女士育有一對分別5歲及3歲的女兒，均被確診患有自閉症。

她說，大女兒晴晴兩歲半時被發現言語能力弱，初時作為母親很難受，「為何會這樣，明明自己及丈夫也正常。」

她坦言，針對有特殊需要學童（SEN）的資源缺乏，女兒輪候精神科及早期訓練均需約兩年時間，而市面上的私人服務費用昂貴難以負擔，以言語治療為例，每45分鐘便索價900元。

她說，因小兒子的病情較嚴重，需接受職業治療、言語治療及幼兒導師服務，若在私人市場估計每月要花上萬元，所幸現時獲基金資助，每月治療費用約2,000元。

上學前班受歧視 被要求轉校

不過，令她更難受的反而是兒子上學前班時所受的歧視。她憶述，兒子上學3星期後，幼稚園便斷定其子「教不好」，要求她為兒子轉校，「那時我束手無策，又找不到其他學校，亦不想兒子躲在家中令其社交環境更差。」

除了學校不諒解，她亦需處理因育兒產生的家庭衝突。她續指，夫家長輩誤以為子



■王女士(右)育有一對分別5歲及3歲的女兒，均被確診患有自閉症。

香港文匯報記者何寶儀 攝

女的行為問題源於她不懂管教。

長輩罵孩子不聽話 母難受

她說，長輩不理解自閉症小朋友需要以溝通及獎勵為主的管教方法，「老一輩很舊的管教方法，會說小朋友不聽話、沒有用，作為母親聽起來很難受。」

凌女士7歲的兒子建豪亦患有自閉症。她說，最初得知兒子確診，心情很難受，因自己對自閉症認識不深，「以為自閉症會越頭埋腦、自殘。」

她說，自閉症兒童較難聽從指令，兒子曾因不習慣港鐵人多的環境而大吵大鬧，亦試過因兒子在公園搶去其他小朋友的玩具，而被怒目而視。

她提醒同路的家長遇上尷尬情況時，可向大眾解釋原因。她又呼籲家長正視小朋友的自閉症的狀況，並有耐性及積極面對，不要逃避。

她提醒，家長可嘗試轉移子女的情緒讓他們平靜下來，以自己為例，會袋着糖果安撫兒子。

勞工及福利局副局長徐英偉指出，現時支援自閉症家庭服務的輪候時間長，政府已增加資源，增加服務名額及地方，而家長支援中心則由現時的6間，增至19間。