

運牛車輛遇意外 供應只剩三分之一

牛羊商會副理事周德指，本港牛肉供應經常性不足，昨日收到五豐行通知，由於負責運送活牛來港的車輛發生意外，本來計劃到港的46隻活牛未能順利來港，今日的活牛供應中斷，但承諾之後的活牛供應會回復正常。鮮肉大聯盟指，昨日供港的活牛只有18隻，估計今日全港只有三分一的牛肉擁有牛肉賣，供應嚴重不足。聯盟擔心，五豐行會再因活牛供應不足提高牛肉價格。

香港防癌會癌症探測及預防委員會主席暨臨牀腫瘤科專科醫生應志浩，昨日出席一個有關推廣癌症知識的活動時說，現時大腸癌是香港第二號癌症殺手，但患大腸癌的個案已由1983年的1584宗增至2010年的4000多宗，上升速度極快，預計未來幾年內，大腸癌會超越肺癌，成為本港的頭號癌症殺手。

醃製紅肉增中招機會

應志浩指，人類的腸道非常曲折，若進食過多紅肉，腸道蠕動會變得緩慢，亦很容易在體內積聚致癌物質。港人近年的飲食習慣越趨西化，少菜多肉，又缺乏運動，增加患大腸癌的機會。他又特別提到，若是食用經過醃製的紅肉，危險更會大大增加。

應志浩稱，大腸癌的早期病徵並不明顯，導致很多病人發現時已經到了中晚期，而預防癌症又是「有方法，無捷徑」，因此，他呼籲市民要回歸「基本功」，即維持一個均衡的飲食模式，每周不應進食超過13兩紅肉，每日應吃5份不同種類的蔬菜和水果，平日亦應少煙少酒，勤做運動。他又說，50歲以上的人士屬於患大腸癌的中度風險的人群，應該定期做檢查。

「嫻姐」後悔太愛工作

乳癌康復者立法會議員陳婉嫻分享了她個人的抗癌經驗。她說，自己患癌前，平時飲食已經比較健康，因此當時得知自己患有癌症的時候，連她自己也感覺不可思議。但她仔細思考，覺得患癌其實是「大自然在懲罰只顧與工作談戀愛，違反自然規律的人」，於是常勉勵自己，也鼓勵身邊患病的朋友要積極面對，改變不良的生活習慣。

陳肇始說，政府會繼續加強支援癌症患者。政府也一直致力推行控煙工作，以及向市民積極推廣健康的生活模式以預防癌症。

四分一港男會患癌

癌症是香港的頭號殺手。其中，肺癌、大腸癌、乳腺癌、肝癌及前列腺癌為現時最常見的5大癌症。本港男士在他們的有生之年，每4位當中就有1位會患上癌症，女性則5位中就有1人。全球每年約有1100萬人證實患上癌症，而有800多萬人會因此而死亡。在全球死亡總數之中，癌症佔其中的30%以上，是香港的頭號殺手。



▲陳肇始（右二）及陳婉嫻（左一）等出席活動，提醒市民多運動，少吃紅肉和有正常作息
本報實習記者楊致珩攝

鹽食少市民籲劑藥

【本報訊】實習記者楊致珩報道：香港藥劑專科學院稱，麵包常被認為是較健康食物，但其實暗藏高鹽，腸仔包及叉燒包等均屬高含鈉量食品。學院自昨天開始推行為期一星期的「減鹽關注周」，呼籲市民飲食少鹽，外出進餐時則主動要求食肆少鹽，減低患高血壓及心臟病風險。

香港藥劑專科學院基層醫療藥劑師學院副主席羅俊昌表示，根據世界衛生組織今年1月發表的新指引，成人每天攝取的鈉應低於2000毫克，即食用的鹽少於5克。但香港人生活節奏快速，習慣吃快餐，又經常進食香腸、煙肉等加工食品，以及薯片、蝦條等等食，極易攝取過多鹽分，造成體內鈉含量過高，增加患心臟病和中風等疾病的風險。羅俊昌又說，要保持心臟健康，平時還要注意鈉的攝入量。

藥劑師鄭綺雯則補充，平時被認為是健康食物的白麵包，吃上去雖然沒鹹味，但每100克的麵包，大概就含有250毫克的鈉，因此它其實是一種隱藏的高鹽分食物。若再在其中加上香腸等加工食品，製成腸仔包、叉燒包等麵包，含鹽量則會更高。

撥款難解安老院人手不足

【本報訊】記者陳卓康報道：立法會昨日討論舍前線人手不足問題，團體反映指護理員工作辛苦，中年人士寧轉做保安員，年輕人亦因薪酬致流失率高。議員批評政府單靠一筆過撥款以為問題，政府指繼續與各持份者合作改善業界待遇。

立法會福利事務委員會昨討論津助安老院舍社區照顧服務，非專業前線護理員人手不足的問題。香港團體代表獲邀到場表達意見。香港中國婦女服務總監黃耀明表示，調查發現家務助理及個別員過去一年流失率超過20%，空缺率達8至12%，職原因依次為薪金偏低、輪班時間不理想及工大。

機構發現超過半數員工入職平均年齡逾50歲，新來港人士及本地人學歷僅初中程度，預計未來對退休高峰期人手不足問題將越趨嚴重。據其調查，團體反映現時11000元的起薪點難以吸引中年職，因為同價可選工作較舒適的保安員，而15000元的頂薪亦難以吸引或挽留年輕人在行內發展。

立法會議員陳婉嫻批評政府一筆過撥款是「」，將員工和架構分化無助解決制度矛盾，政府問題責任推到服務機構身上。她建議參考建築業引重新編制職級，為年輕人提供明確晉升機會及並強調任何服務性行業需要明確就業階梯吸引。

社福界立法會議員張國柱稱，政府以中位數款金額不合理，逼使部分機構另覓資金請人。他指員工工作性質辛苦，員工老化及工傷問題嚴重，政府增加特別津貼。

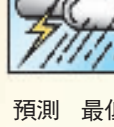
社會福利署助理署長李婉華回應稱，新資歷出後提供明確晉升及進修階梯，低學歷年輕人或位的資深員工，先從護理員及保健員做起，之後年全日制培訓課程成為登記護士。她又指政府已

源供安老院舍，提供資源的水平與法例最低標準要求無關，財委會通過一億六千萬撥款後，院舍單位成本達8300元遠較現時高，額外資源可供機構提升招聘待遇。

最高
最低

24 ℃
19 ℃

天氣



大致多雲

預測		最低	最高	預測		最低	最高
澳門	薄霧	18	24	馬尼拉	多雲	26	33
廣州	多雲	16	26	曼谷	雷暴	27	35
天津	有雨	4	9	新加坡	天晴	25	33
濟南	有雨	1	8	悉尼	驟雨	20	27
南京	有雨	4	12	墨爾本	天晴	24	37
上海	雷暴	6	22	洛杉磯	天晴	9	26
杭州	天晴	8	22	三藩市	天晴	6	17
福州	多雲	7	24	紐約	多雲	2	13
海口	天晴	11	25	溫哥華	毛雨	4	9
台北	多雲	19	30	多倫多	有雨	6	10
北京	密雲	16	22	倫敦	有雪	-2	0
首爾	多雲	1	12	巴黎	有雪	1	5
東京	多雲	4	18	法蘭克福	有雪	0	3

中國西部主要城市天氣預測

預測		最低	最高	預測		最低	最高
重慶	雷暴	16	24	蘭州	多雲	5	17
成都	多雲	11	22	西寧	多雲	-1	15
西安	多雲	6	16	烏魯木齊	天晴	-4	4
昆明	多雲	9	22	銀川	多雲	1	12
拉薩	天晴	-4	12	呼和浩特	密雲	0	8
貴陽	多雲	16	24	南寧	多雲	19	29

大公報

二〇一三年三月十二日 星期二

熱門露營勝地大嶼山貝澳經歷去年發生遊客與本地人爭位衝突，為免事件重演，康樂及文化事務署昨日宣布，在「五一黃金周」等3個內地長假期間，試行預訂營位新措施，港人可提早一個月預約到該處紮營，預訂最多4天。有議員及地區人士擔心政府宣傳不足，令不知情旅客敗興而歸。

本報記者 陳卓康

大嶼山貝澳景色優美深受露營人士歡迎，每逢假期營地亦擠滿遊人。現時做法採先到先得，到營地辦事處登記後即可即時免費使用，惟近年有內地旅客可能處當成住宿長期佔用，引發本地人不滿。去年中秋節適逢內地「十一」黃金周長假期，大批旅客與本港市民同時使用營地，導致出現爆滿情況，並擔心可能出現「炒爐」情況。

預訂超額即抽籤分配

康樂及文化事務署為避免去年情況重現，及方便露營人士預先計划，經參考現行場地預訂手續及諮詢離島區議會同意後，決定將貝澳營地位於該管理營地的52個營位，在「五·一」、「十·一」黃金周及農曆新年假期試行預訂營位新安排。申請人必須是香港居民，並於一個月前遞表，預訂人數超過營位數目署方以抽籤方式分配營位。每名申請人只可預訂一個營位，最多可連續預訂4晚。若有剩餘營位，使用人士可即場到場地辦事處，以先到先得方式登記使用。

以即將來臨「五一」黃金週為例，本港市民如欲使用員工營地，可由3月27日起填妥申請表格交回康文署，截止日期為4月11日（詳見附表）。發言人強調，上述三個長假期以外時段，署方仍沿用現行即場登記制，本地市民和旅遊人士無須預訂先到先得。有關新安排屬試驗性質，該署會密切監察上述期間營地的使用情況，適時檢討新安排的成效。

促多宣傳免旅客失望

立法會旅遊界議員姚思榮稱，珠三角地區同胞對香港逐漸認識，海洋公園及迪士尼等傳統景點多為數去過，近年趨向發掘未去過的偏門地點，令貝澳成為另一類旅遊熱點，有助分散熱門景點人口。他認為康文署針對混亂情況設預約措施合理，但應透過旅遊發展局或其他渠道加強向旅客宣傳，避免不知道措施的旅客到達後失望而回。

離島區議員周浩鼎贊成新措施，認為有效保障本地人預留營位權益，但由於營地周邊草地空位不屬康文署管轄，擔心無預約人士爭相佔用剩餘空間，造成



▲貝澳營地因交通方便，近年吸引不少遊客和本地家庭慕名而至

預訂營位簡介

地點	貝澳營地52個營位
適用時期	五一黃金周假期（4月27日至5月5日）、十一黃金周假期、農曆新年假期
訂營規定	· 申請人必須是香港居民 · 每人只可申請預訂1個營位，最多連續預訂4晚 · 若超額預訂，抽籤分配營地 · 若有剩餘營位，可即場到營地辦事處，先到先得登記使用
五一黃金周訂營日期	3月27日開始報名，4月11日截止報名，4月19日通知申請人預訂結果
報名方法	可在康文署網頁（ www.lcsd.gov.hk ）下載申請表，填妥後親身或以郵寄交回中環統一碼頭道38號海港政府大樓6樓離島區康樂事務辦事處
資料來源	康樂及文化事務署

▲有離島區議員贊成新措施，認為有效保障本地人預留營位權益

更大擠擁及混亂。他引述與會其他議員稱，康文署應提防「黃牛黨」濫用機制轉售名額，重現早前炒賣體育場地歪風，建議要求預約人士繳付按金。

康文署會展開公眾宣傳，包括透過該署網頁、發放新聞公布及於各區康樂事務辦事處和貝澳營地張貼告示等，讓市民知悉有關安排，並密切監察營地的使用情況，有需要時會加派人手管理。如出現非常擠擁的情況，署方會在東涌和梅窩的巴士站張貼告示，讓公眾及早得知從而更改行程。

香港郊野活動聯會發言人吳偉民表示，大嶼山貝澳營地因鄰近馬路交通方便，近年吸引不少遊客和本地家庭慕名而至，露營愛好者或資深遠足人士甚少到該處露營。他建議港人如想遠離煩囂可選位處偏僻的郊野公園，例如深受本地人喜愛的西貢灣仔營地，飽覽海景之餘享受遠足樂趣。

