

18歲大學生玩健身電玩 疑跌倒失救

安全玩Switch 專家提三大要點

量力而為

洪永橋一名18歲男生玩Switch《RingFit》疑跌倒猝死。前日（20日）下午2時許，警方接獲洪福邨洪樂樓一名婦人報警，指其18歲姓李兒子在住所做完運動後暈倒，不省人事。救護員接報趕至，檢查後證實男事主已明顯死亡，毋須送院。警方初步調查後，相信事主當時正進行一款名為「RingFit Adventure（健身環大冒險）」的冒險遊戲，疑突然暈倒及跌倒受傷，惟真正死因有待剖屍確認。

專家指出，市民進行這類體感遊戲或家居運動時，需要注意三個因素，包括個人能力、器材安全及環境安全等。

大公報記者 周亮恒



▲專家建議，市民進行體感遊戲或家居運動時需要注意個人能力、器材安全及環境安全。



家居運動安全要點

- 進行運動前，應確保地面平坦乾爽；安排足夠及安全的活動空間；確保用具合適及穩健安全；並保持室內空氣流通。
- 避免於太飽或太餓時進行運動，更不應空腹進行運動。
- 注意個人的健康及身體狀況，並考慮是否適宜進行有關運動。
- 進行運動前，應有足夠的熱身活動；運動後亦要進行適合的緩和活動。
- 因應個人的健康及體能狀態，選擇適合自己的運動強度、時間及次數。
- 應以低運動量活動開始，循序漸進地提升強度、時間及次數；並要注意呼吸，不應閉氣。
- 運動後要補充適量的水分，注意個人衛生及保持身體清潔。
- 進行運動時切勿對鄰居造成影響。

現場消息指，事主為大學生，沒有患病紀錄，前日起床後獨自在家中客廳玩電子遊戲機任天堂Switch的「RingFit Adventure（健身環大冒險）」的運動遊戲，至下午2時半，其母親回家時發現事主倒臥客廳中昏迷，頭部有損傷，耳、鼻溢血。當時電視機仍然開着，事主亦手持Switch遊戲機遙控器（Joy-Con），腳部綁有遊戲用的配件，地上放有瑜伽墊，於是報警。



玩遊戲前應充分熱身

翻查資料，電子遊戲機任天堂Switch於2019年推出的《健身環大冒險》遊戲，包含健身小遊戲和健身鍛煉的模式，玩家需要使用一個環型配件Ring-Con，腳部亦要綁上腿部固定器，配合熒幕進行不同的動作，為一款全身動起來玩的冒險遊戲。據遊戲的包裝上列出的安全須知，建議玩家應於遊戲前進行充分熱身，避免勉強身體的情況下使用，另外有傷患、疾病或懷孕等亦應先諮詢醫生建議。

注意器材及環境安全

有專家指出，市民在進行這類體感遊戲或家居運動時需要注意三個因素，包括個人能力、器材安全及環境安全。首先，市民應考慮自己的年齡、健康情況而量力而為，注意身體疲倦程度，從而在運動遊戲中選擇合適自己的強度。對於用作運動的器材及裝備，要確保設計安全，不容易令自己或他人受傷。此外，因香港居住環境比較擠迫，進行家居運動時需要有足夠環境空間，亦要注意運動時汗水會否令地面濕滑，使人容易跌倒。

居家避疫 健身遊戲受歡迎



香港2020年疫情爆發開始，市民在家避疫，減少出外運動及健身，許多人開始尋找在家鍛煉的替代品，不少體感健身遊戲因此受到追捧。

遊戲化的健身方式極大地提升了健身樂趣，讓一大部分不愛運動或在家避疫的玩家有了每天堅持運動的動力。

寓玩樂於運動

任天堂早在2006年於Wii主機上推出休閒體感遊戲《Wii Sports》，玩家可以利用專門的體感控制器進行各種運動競賽。在Switch遊戲產品面世後，任天堂再推出各種體感遊戲，例如《Fitness Boxing》、《健身環

大冒險》（RingFit Adventure）、《Nintendo Switch Sports》等體感遊戲。

剛在4月29日推出的《Nintendo Switch Sports》，開售不足一個月，全球銷售量凌厲。《NS Sports》目前收錄了足球、羽毛球、排球、乒乓球等六個遊戲模式。

值得注意的是，這類健身體感遊戲，從玩家的回饋中經常可以看到雙臂痠痛、肌肉勞損等言論。更有外國遊戲主播使用時不小心將Joy-Con甩了出去，意外砸壞了電視屏幕。

我們必須注意，安全第一，系統提示休息時要跟隨休息，避免令身體受傷。

大公報記者 吳俊宏

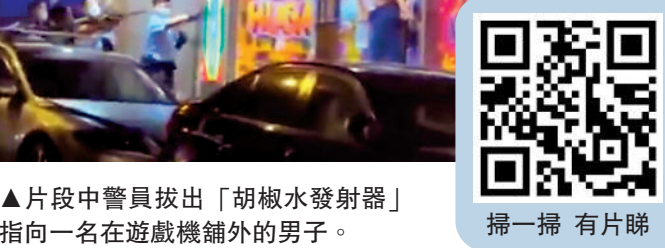
男子刀劈機舖 警拔「胡椒水槍」制服

【大公報訊】記者周亮恒報道：網上流傳一短片，片中顯示數名警員在一間遊戲機舖外疑似擎槍戒備，並有警員持伸縮警棍大喝：「企好啲、企好啲」，一名身穿藍衣拉低口罩的男子，在門外舉高雙手狀似投降，警員見狀一擁而上，把他按在地上制服。據了解，該名男子持刀闖入文英街5號一間機舖，劈爛三部遊戲機及四張椅子，警方接報趕抵現場，其間有人情緒激動，雙方一度對峙，警員於是拔出「胡椒水發射器」指向該男子。

警方表示，前日（20日）晚上10時30分，警方接獲一名48歲姓王職員報案，指一



▲片段中警員拔出「胡椒水發射器」指向一名在遊戲機舖外的男子。



名男子手持一把長約30厘米的刀進入一間位於佐敦的遊戲機舖，情緒激動並破壞店內設施。警方接報後迅速到場，發出警告要求疑犯放下武器，但該名男子仍情緒激動及拒絕聽從警方指示，警員遂擎「胡椒水發射器」作出戒備，並果斷制服疑犯，以「刑事毀壞」和「藏有攻擊性武器」罪將該名44歲姓陳男子拘捕，案件已由油尖警區刑事調查隊第六隊調查。

屬新型低殺傷力武器

警方重申，警隊有嚴謹的武力使用守則並會按需要使用最低所需武力拘捕疑犯。事件中，警員使用的「胡椒水發射器」是一種新型低殺傷力武器，與其他可致命武器不同；「胡椒水發射器」發射的胡椒水是一種天然混合物，胡椒水引起的不適一般約45分鐘便會消失，並不會對感染者造成永久傷害。而自警隊引入「胡椒水發射器」以來，有關武器有助警方更有效處理暴力人士，及減少對其他市民的影響，從而更有效保護市民的生命財產安全。

78歲乘客鐵線勒頸劫的哥

【大公報訊】記者周亮恒報道：昨日（21日）凌晨約四時，一輛的士於牛頭角彩德商場接載一名男乘客，當駛出邨口至彩榮里時，49歲姓伍男司機突遭人從後以鐵線勒頸，伍極力掙扎並繼續駕車，其間成功掙脫，對方亦跌出車外受傷。警員接報趕抵現場，即場拘捕該名78歲姓林疑犯，他頭部受傷，與口部受傷的司機，一同被送往醫院治理。警方搜查後在林男的斜頂袋內檢獲一把刀，將案

件列作「傷人」及「藏有攻擊性武器」處理。

司機掙扎開車 鬆脫鐵線

據悉，林以電話預約的士服務，上車地點為彩榮路彩德商場OK便利店對外，而目的地為機場。當的士接載林男上車後，林突然聲稱忘帶物品需回家取回，並要求的士司機停車，伍於是將車停在彩仁樓的路邊，並打開車門讓林落車，惟林男沒有落車並突然取出一

條鐵線從後向的士司機勒頸，疑企圖行劫，司機掙扎並開車右轉入彩興路，其間成功鬆脫鐵線，而林亦失平衡從的士跌出車外受傷，司機其後報警求助。

註冊臨床心理學專家張傳義就上述案件情況表示，疑犯雖然年紀老邁，相信他清楚知道不能單靠個人的身體力量進行劫案，為求一擊即中，於是加入其他武器或工具協助，企圖制服對方，例如今次的鐵線，惟最終事敗收場。

市民被偷八達通 盼據消費紀錄擒賊

【大公報訊】不少市民以八達通領取政府消費券，以致八達通內餘額隨時有幾千元。有屯門街坊日前在網上帖文，稱被人偷去八達通，並發現被花光裏面的消費券連本來的增值金額合共近2000元。惟八達通App上留下了賊人的消費紀錄，令網民熱議是否可根據消費時間及

CCTV紀錄找到犯人。

事主已報警，推測小偷消費其八達通的地點在屯門，相信如若翻查CCTV及消費時間已能找到犯人。事主說如小偷只是用少少錢他可能不會報警，但現在約2000元餘款被清袋，希望小偷看到帖文，「用少少都算，但係好似碌卡咁」。

全部交易		
九龍購物有限公司	2022-05-18 19:54	-482.0
廣悅	2022-05-18 19:56	-565.0
Bauhaus	2022-05-18 19:43	-536.0
德品360°	2022-05-18 19:50	-203.9
大家樂	2022-05-18 19:46	-68.0
大家樂	2022-05-18 19:56	-48.0

▲有屯門街坊稱被人偷去八達通，八達通App上留下賊人消費紀錄。

理大女生被假公安電騙30萬元

【大公報訊】記者周亮恒報道：騙徒連續兩日冒充「內地官員」，先後向19歲青年及20歲理大女生騙走共約230萬元。昨日（21日）下午近3時，一名理工大學學生宿舍的20歲姓姜內地女大學生向警方報案，指自今年4月尾起多次接獲不明來電，其中一名人士自稱內地公安，指女學生涉嫌干犯一宗關於洗黑錢的刑事罪行，並向她提供一個網站連結，要求她輸入個人銀行賬戶資料；女學生不虞有詐，按指示於網站輸入資料，其後發現戶口內30萬元已被人轉賬，懷疑受騙。警方暫列作以欺騙手段取得財產，並交由九龍城警區刑事調查隊跟進。

此外，前日（20日）早上11時許，大

坑勵德邨勵潔樓一名19歲姓杜男子報案，指接獲一名自稱為內地官員男子來電，指事主涉及內地一宗洗黑錢案，要求事主轉賬一筆款項以證清白。事主遂按指示將約200萬港元存入對方指定的三個賬戶，唯其後懷疑受騙，於是報警求助。

警方提醒市民，即使騙徒能說出你的個人資料，甚至傳送執法人員證件或載有你照片的拘捕令，他們並非真正的執法人員；真正的執法人員在調查案件時，不會透過電話對話索取銀行賬戶及密碼，亦不會要求保證金作資產審查。此外，切勿透露個人資料，包括：身份證號碼、住址、賬戶及密碼，如有懷疑應致電「防騙易18222」熱線查詢。

15人涉非法收數被捕 最細14歲

【大公報訊】警方於5月17至20日展開代號「雷霆 2022」及「創頂」的反非法收債行動，於全港多區以「刑事毀壞」、「傷人」及「刑事恐嚇」罪拘捕13男2女，年齡介乎14至68歲，涉及最少六宗非法收債案件，相信涉及多個由不同黑幫操控的非法收債集團。而案中兩名14歲的被捕學生更涉嫌負責埋伏及襲擊受害人等前線角色。行動中，警方於被捕人的犯案車輛及住所搜獲油漆、鐵槌、手套及收債紙條等證物。警方調查發現，被捕人涉嫌

向受害人發恐嚇來電、短訊，或向其住所及公司淋潑油漆及貼追債字句，甚至埋伏及襲擊受害人。

埋伏及襲擊受害人

灣仔警區反三合會行動組主管陳梓銓督察指出，其中一宗收債案涉及一間連鎖虛擬貨幣交易店，其多區分店先後被淋油、扒玻璃門及貼追債紙條。

灣仔警區重案組探員其後在其一分店外埋伏，待兩名涉案男子

到達再次犯案時將他們制服，該兩名分別28歲及40歲的男子已被暫控一項刑毀罪，另有一名41歲男子則獲准保釋候查，其餘被捕男女則正被扣查，警方不排除有更多人被捕。

警方呼籲市民如需借貸，應找有信譽及認可的放債人，亦需注意合約條款。如有懷疑，應立即停止交易並與警方聯絡。警方亦重申，「刑事毀壞」屬嚴重的罪行，一經定罪，最高可被判處監禁10年，市民切勿以身試法。