



香港東區家長教師會聯會



兒童脊科基金



家庭與學校合作事宜委員會
Committee on Home-School Co-operation

「全港挺直」護脊行動（一）：親子護脊日

據衛生署的學童健康服務指出於 2007/08 學年內，參加學生健康服務的學生中，有 285,475 名學生曾接受脊骨評估，懷疑有「脊骨側彎」的學生人數佔 13.5% (約 38,540 名)。另外學童因生活習慣導致不正確姿勢，脊骨問題日趨嚴重。

鑑於小童出生至 12 歲是脊骨成長的關鍵時期，如能從小培養護脊習慣及儘早偵察脊骨問題，便可預防問題惡化，當脊骨神經協調，可令神經系統正常運作，更令孩子充份展現天賦的生命力及潛能。為響應建立脊骨護理從小做起之文化，香港東區家長教師會聯會及家庭與學校合作事宜委員會，參與由兒童脊科基金舉辦之「全港挺直」護脊行動之一系列講座及教育活動，旨在讓家長和子女增進護脊知識，也讓老師們一起參與，彼此健康成長。

要成功開展兒童脊骨護理之教育，必須明白脊骨與神經系統的關係，怎樣維持脊骨的健康狀態，讓我們為社會新一代的生命更添豐盛。有關的活動詳述如下：

目標：	1. 培養家長和學生護脊知識，了解兒童護脊的重要性 2. 提倡關顧兒童的健康，從而建立護脊習慣 3. 透過示範，教授全港挺直護脊操，建立護脊的生活模式
日期：	2009年12月16日(星期三)
時間：	下午4時至5時15分
地點：	聖公會柴灣聖米迦勒小學 (香港柴灣柴灣道380號)
講者：	楊國強脊骨神經科醫學博士是兒童脊科基金的創辦人，多年來倡導兒童脊骨保健不遺餘力。在脊骨護理從小做起的概念下，鼓勵家校齊心協力，啓動兒童的潛能。講者履歷：美國脊骨神經科醫學博士、美國運動學碩士、兒童脊科基金主席、香港執業脊醫協會公共關係主席
內容	護脊講座、教授全港挺直護脊操(調查顯示能有效提升學童脊骨健康及改善學童姿勢)、護脊錦囊，優質健康孩子概念，常見兒童脊骨問題，如何替子女檢查脊骨。

敬請校長、老師、家長及各界人士積極參與，請填妥以下回條，並於2009年12月11日(星期五)或以前，傳真至2710 9970。如有查詢，請致電3698 4376與家校會秘書處聯絡。

回條 - 「全港挺直」護脊行動（一）：親子護脊日

傳真：2391 0470/2710 9970

聯絡人姓名：_____ 先生/女士 聯絡電話：_____

參加人數：_____ 位 (包括聯絡人) 學校名稱：_____

我希望從電郵收到「教育局」及「家庭與學校合作事宜委員會」所舉辦的活動資料，我的資料如下：電郵地址：_____

我是一位* 校長/老師/社工/家長(中學/小學/其他_____)

請刪去不適用者