

整個警隊有三萬名警察，無可能只要某一種性格。
大家可能會覺得外向的人應該較適合，
文靜的未必勝任，但現實並不是這樣的。
如果全部人都是一式一樣，豈不就像機械人？

——周一鳴——



周一鳴

T for Team

城市走走
平安包 百年文化

活力廊
冰之驕女

體藝館
粵劇點玩法？





CONTENTS

目錄

- 01 開講有益 周一鳴 T for Team
- 07 城市走走 平安包 傳承百年文化
- 09 快速搜畫 天馬凌雲 展期一年
- 13 活力廊 冰之驕女 滑出香港紀錄
- 15 體藝館 國寶！粵劇技藝點玩法？
- 17 社區同行 智啟教學新藍圖
- 19 JC 日誌 推介特色藝文活動

2026年5月出版 電話：2966 8111
 香港賽馬會版權所有 傳真：2966 7019
 香港01有限公司製作 電郵：stridingon@hkjc.org.hk
 香港跑馬地體育道壹號 網址：www.hkjc.com

出版：  香港賽馬會
 The Hong Kong Jockey Club 

製作：  香港01 本刊物以環保紙印製

新章

《駿步人生》面世 12 年，與香港
同呼吸，同進步。

今期開始，內容及版面再度推陳出新，
拉闊廣度，提升深度。

知性、趣味、活力，攜手同行。

新欄目，涵蓋人物訪問、
社會專題、體育與文化資訊，內容更多元，
版面設計力求更美觀、清爽。

給你耳目一新，是我們的願望。



周一鳴 I for Team

警務處處長周一鳴（Joe）加入警隊超過 30 年。新紮師兄當年駐守旺角，日以繼夜、晨昏顛倒的刑偵生涯，見盡正邪對決；後來加入情報科，在「木人巷」中練就出一身全能的「武功」。



1997 年攝於機動部隊結業會操。（相片由受訪者提供）

去年四月上任香港特別行政區政府第九任警務處處長，統領逾三萬名人員。在周一鳴眼中，這支「亞洲第一」、有 182 年歷史的香港警隊，成功要素在於團隊精神。一支警隊，一個團隊，各司其職、上下齊心，方能保家衛民；警察生涯中，與一班好同袍並肩作戰、甘苦與共，他認為是最難能可貴之處。

長期從事情報工作的人向來口風嚴密，過往案件恕難奉告，然而，在今期《駿步人生》，處長還是樂意分享從警 30 年的點滴、警隊願景，以至烹飪之道，為大家呈現更立體的警察故事。

CID 日與夜

訪 問在舊油麻地警署進行。踏進愛德華式建築，磨石地板與拱門長廊依舊，如今這裡已活化為「光影之旅」旅遊景點，定格了無數經典港產警匪電影的浪漫與肅殺，成為遊客的「打卡」勝地。當中一個「刑事調查隊 CID 房」的場景佈置，讓時光倒流 30 年，開啟警務處處長周一鳴的「刑事偵緝檔案」。

今年 53 歲的周一鳴，大學攻讀生物。「大學二年級時，同學提議一起投考輔警，說課餘時間能有點收入。我本來只是陪他去，結果自己也考上了。」可惜輔警訓練時間與大學球隊練習日程相撞，那時他熱衷足球和手球，只好放棄輔警，「但那個念頭一直留在我心裡」。升上四年級，他開始思考前程，便向已加入警隊的大學師兄請教警務督察的工作性質及發展前景，當年的「那團火」就此重燃。畢業後，他毅然投考警務督察，從新紮師兄一步步走到警隊「一哥」這位置。

旺角黑夜 / 不知時辰

談到 30 年警務生涯中最難忘的崗位，Joe Sir 首推做 CID 的日子。「那時候，我剛完成藍帽子（PTU）的崗位，正考慮接下來去哪個崗位，上司給了很多建議，像是衝鋒隊、教官等。」但他語氣堅定地說：「我要做 CID。」

刑事調查工作，他形容是一段「不知人間何世」的日子。當年在旺角警區做 CID，他經歷過「八日一循環」的更份，即是早、中、夜更不斷輪替，「有日返十七（下午五時）、有日返十四（下午二時）、有日返八（上午八時）。每天不同，醒來都不知道晝夜，也分不清星期幾。」那時旺角警區共有七隊 CID，巔峰時，凌晨時份這七隊人馬竟然全部留在辦公室工作。「所有人都無得收工，當時真的覺得 you will never walk alone！」周一鳴笑說。

周一鳴後來轉任情報科，官至情報科主管。做情報工作，需要口密、懂得「隱身」。「你不需要在鎂光燈下工作，最好是做完了也沒有人知道。如果你希望讓人知道自己的工作，甚至每宗案件都想跟家人分享，那你未必適合做情報工作。」

「我有一班很好的同事。每晚當大家（市民）睡覺時，有一班人默默保護著香港，你睡醒了，根本不會知道發生過甚麼事，同事們從不介意別人不知道他們做了甚麼工作。」

此外，他認為要當一個好的 team player，發揮團隊精神也很重要，「大家分工做好自己的部份，再整合起來，決定下一步行動。」

幾件案件 / 一世回憶

刑偵及情報工作看似孤獨，滿足感卻從不缺席。「例如我們曾破獲連環劫案，拘捕疑犯並起回贓物。我們邀請受害事主來認人和認領失物時，看到他們那種釋然和欣慰的眼神，我們整隊人就已經很開心。」

在 Joe Sir 眼中，真實的警務工作最講求上下一心。他在訪問中多次提到團隊精神：「警隊是一個團隊，不論是巡邏警員還是警務處處長，都是團隊的一員。我們不會把成功歸於一個人，而是屬於整個團隊的。」

他表示：「我時常說，做警察是講回憶的。有一些開心、成功、有滿足感的案件，十幾廿年後，大家（同袍）聚會吃飯，講來講去，還是那幾宗案件。這就已經有好多好多的回憶。」

未來報告

周一鳴在 2025 年 4 月出任警務處處長，至今一年，願景之一是建立一支有溫度的警隊。「在警隊 182 年的歷史裡，承傳著很多優良傳統，要讓市民感覺警隊有溫度，處事可以人性化一點。」他說，規條及法律是硬指引，無法更改，但警務人員多講一句、多行一步，市民的觀感可能截然不同。「尤其當不幸事件發生，同事如何以同理心處理，設身處地、將心比己，想想如果自己受害者人會怎樣處理？希望同事可以深化警隊這文化。」

另外，警隊繼續推動借助科技加快效率，便利市民。他以違例泊車為例說，「市民被抄牌已經很不開心，還要等我們簽罰款通知書，只會更不耐煩。現在（發電子告票）程序加快，雖然市民還是會不开心，但至少有效率多了。」他再舉例，「從前是筆錄口供，現在用 speech to text（語音轉文字）技術，錄取口供的時間就大幅縮短。」

國際刑警全體大會將於今年 11 月於香港舉行，是國家第三次承辦有關會議，前兩次都在北京舉行，今年首次移師香港。屆時香港將接待來自國際刑警 196 個成員國的逾千名嘉賓，周一鳴希望透過此最大型的警政會議，展現香港在「一國兩制」下取得的成功，「說好中國故事、香港故事、香港警察故事。」



舊油麻地警署當年使用的座椅令曾任職政府的馬會公司事務執行總監譚志源（中）禁不住緬懷一番，逗得各人笑逐顏開。圖左為當日另一訪問主持人、馬會公共事務副總經理（慈善傳訊）李臻。圖右為警務處處長周一鳴。



馬會支持「少年警訊禁毒防罪 3x3 籃球培訓計劃 2025」。圖為警務處處長周一鳴（前左）接受馬會公司事務執行總監譚志源（前右）代表馬會送出支票。

對付外圍 打擊與教育並重

周一鳴在 2012 至 2013 年派駐法國里昂的國際刑警總部秘書處，出任刑事情報主任。當時他已經明白罪案沒有國界之分，今時今日，深偽詐騙、網上外圍等更見猖獗；適逢今年 6 至 7 月舉行 2026 年世界盃，警方更是嚴陣以待。他表示，「我在國際刑警總部的主要工作之一，正是聯合不同國家及地區，統籌打擊非法外圍賭博。」



周一鳴代表中國香港在第 92 屆國際刑警全體大會發言，成功爭取全體支持 2026 年在香港舉辦第 94 屆周年大會。（香港警務處圖片）

香港警方針對一些大型比賽，例如世界盃等，均會採取行動，打擊非法外圍賭博活動，而且不少都由三合會操控，打擊他們的收入來源是每一年的警務處處長首要行動項目之一，所以這方面的工作繼續是今年的主軸。」

他認為預防勝於治療，「市民未必明白向非法外圍賭博公司投注是犯法行為，所以我們會不斷進行教育宣傳，希望市民了解自己要承擔的後果，不要參與外圍賭博。」

（編按）根據《賭博條例》，除了受規管的賽馬、足球博彩、六合彩，獲政府發牌批准的活動如麻將館，以及受法例豁免的社交性質賭博活動之外，其他賭博活動均屬非法。按現行法例，非法收受賭注，最高可被判處罰款 500 萬港元及監禁 7 年；參與非法賭博最高可被判處罰款 5 萬港元及監禁 9 個月。

非法賭博蠶蝕社會資源，更帶來嚴重的社會問題，包括高利貸、貪污、暴力追債、問題賭徒和多種家庭問題。馬會恪守有節制博彩政策，透過提供合法的博彩渠道，協助政府打擊非法賭博，並一直與「平和基金」、非政府機構及警方攜手，從多方面教育市民預防非法賭博的陷阱。

事實上，馬會着力宣傳有節制博彩，透過電視宣傳短片、於各投注處擺放宣傳品等，提醒投注人士不要借貸賭博，亦應拒絕參與任何形式的非法賭博活動；馬會並定期與國際組織及業界，交流打擊非法賭博及推廣有節制博彩的經驗。

透過運動 宣傳防毒防罪

2025 年，馬會贊助逾 170 萬港元，支持警隊舉辦「少年警訊禁毒防罪 3x3 籃球培訓計劃」，共有 66 間中小學、近 6,000 名師生參與。計劃透過籃球運動向年青人宣揚遠離毒品、防罪，以及反非法賭博等訊息，培育青年正向價值觀，促進身心健康發展。

周一鳴感謝馬會支持這個計劃，表示透過運動宣揚防毒、防罪，有助參與活動的年輕人建立團隊精神，也有利他們身心發展。處長出席活動，跟同學交流，「他們在香港（學界）可能已經是數一數二的籃球員，但到內地和當地年青人比賽後，他們跟我分享說『天外有天』。」他指，這也是一個很好的機會，讓本地年青人更了解國家的發展。



周一鳴熱愛球類運動，圖為他參與新興運動匹克球。（香港警務處圖片）

馬會支持 優化八鄉少訊中心

說到讓年青人認識警隊，不得不提成立超過半世紀的少年警訊計劃。周一鳴笑說：「我小時候也有參加少年警訊。」少年警訊計劃紮根香港超過 50 年，目的向青少年灌輸正確價值觀，教導他們成為守法市民。隨著時代轉變，娛樂更多元化，要吸引年青人參與活動，他坦言需要更多創新元素，正進行優化工程的八鄉少年警訊永久活動中心暨青少年綜合訓練營（八鄉少訊中心）就是一個好例子。

警方八鄉少訊中心 G 座的優化工程，以科技訓練中心為定位，2025 年 2 月舉行工程啟動禮，預計 2027 年第二季落成，屆時將融合創新科技，提升學員體驗及訓練效果。工程計劃增加約 1,000 平方米的訓練空間，預計耗資 1,900 萬港元，其中逾 1,500 萬港元由馬會慈善信託基金贊助。



警方招募運動員加入警隊，計劃的活動獲不少運動員現身支持。左起張小倫（前香港劍擊運動員）、李致和（前香港三項鐵人運動員）、周一鳴、江麗莉（香港跆拳道代表）及張玲（前香港網球運動員）。（香港警務處圖片）

周一鳴稱，「很高興獲馬會資助翻新大樓，內部將有更多科技元素，譬如氣手槍靶場，既是運動亦講求自律；另一個戰術大樓，可以模擬刑事調查工作。我想年青人對這些新穎的活動會感興趣。」

香港警察故事，是三萬名警務人員的故事。警務處近年推出不同計劃吸引有志投考的年青人，包括警隊學長計劃、輔警大學生計劃等，周一鳴特別提到運動員招募計劃。

他認為運動員需具備體能、自律，以及良好的心理素質，與警隊的要求不謀而合。「很多運動員在比賽時即使暫處下風，仍可以一分、一分的追回來，我想具備這特質的人，是成為警務人員的合適人選。」

警務處在 2021 年推出計劃，向精英運動員、職業運動員，甚至學界運動員招手，「希望他們退役時可以有更多一個選項。」目前已有超過六十名運動員透過計劃加入警隊。

「E人」「I人」不重要 只要有心人

究竟哪類性格最適當警察呢？是 E 人（Extrovert，外向型）還是 I 人（Introvert，內向型）？

Joe Sir 笑說：「整個警隊有三萬名警察，無可能只要某一種性格。大家可能會覺得外向的人應該較適合，文靜的未必勝任，但現實並不是這樣的。如果全部都是人是一式一樣，豈不就像機械人？」他續稱，「健康的警隊應該是多元化，有些工作崗位不需要說話太多，譬如爆炸品處理課進行拆彈，就不用多說話；有些工作則比較多與人接觸，有些可能需要心思細密，也有些要求比較剛強的性格，因此很難一概而論。」他表示，「我想最重要是，你是否真的有志加入警隊？」

阿Sir煮乜餸

工餘的周一鳴原來最愛下廚，「每星期最開心就是上街市」，笑說「這是我的減壓方法。」

他從小就想跟媽媽學習烹飪卻不得要領，到後來媽媽不方便做飯，他才有機會上場。「最初是跌跌碰碰，煮出來無人食，到終於有人肯食，到現在大家都覺得可以接受。」

阿 Sir 廚房，有何拿手小菜？Joe Sir 即興設計出三道菜餐單。「頭盤簡單點，可以焗一個泰式豬頸肉。主菜有好幾樣我都喜歡煮，天冷可以吃羊腩煲，吃牛的話可以煮牛腩。甜品建議法式燉蛋（Crème Brûlée），但要用慢煮方式，坐於水內慢煮一個多小時……」每逢農曆年，處長又會親自挑選蘿蔔，在廚房蒸製私房蘿蔔糕。

可是吃多了，不怕胖嗎？大學時周一鳴喜歡足球和手球，現在則多數游泳和跑步。「每星期跑三至四天。跑步步機我覺得太悶了，喜歡跑戶外，尤其現在海濱長廊很漂亮。」跑步是其中一個最好的減壓方法，他說不斷跑，人便會放空，出一身汗之後更加輕鬆。他喜歡獨跑，笑說原因是「追不上同袍的速度。」

廚房的灶火與海邊的微風，恰好緩衝工作的急迫，而唯有幽默，才能四兩撥千斤。

後記

「我係寒戰郭富城……」



訪問尾聲，主持人之一的香港賽馬會公司事務執行總監譚志源和 Joe Sir 踱步於「光影之旅」的警匪片場景，大談電影回憶。陳永仁的電腦檔案、Mark 哥的海報、方中 sir 的委任證……引得譚志源連連追問。



「追查案件，真的會用線把地點連起來嗎？」

「我自己沒有用過。」



「（警察）是不是可以像成龍一樣在雙層巴士跳來跳去？」

「應該電影才有。」

「見到阿 sir 一定要立正敬禮？」

「學堂時需要，但工作時基本禮貌打招呼便可以了。」

「警匪電影內究竟跟現實有幾成相似？」

「我想如果完全跟真實相似的話，可能會無人入場，因為都幾悶。」

瀏覽
訪問短片



當走到電影《寒戰》海報前，Joe Sir 分享了一件小趣事。「《寒戰》中（演員）郭富城和梁家輝分別飾演負責不同工作範疇的副處長，我上任副處長出外介紹自己時，有人會問我是『郭富城』還是『梁家輝』？」周一鳴笑得開懷，「我便跟大家說我是郭富城那崗位（做管理）的。」同時不忘幽自己一默：「不過他靚仔好多！」

「長洲太平清醮」於每年農曆四月初五至初九、與佛誕同期在長洲舉行，它既是傳統慶典也是旅遊盛事，當中的飄色巡遊及搶包山比賽別具特色，每年吸引大批市民及海外遊客前往島上「朝聖」，令海島瀰漫一片熱鬧氣氛。大家趁著假期大可登島走一走，吃個平安包及四處「打卡」，近距離接觸這項傳承百年的國家級非物質文化遺產。

「太平清醮」的「太平」意指消除疫症、平息災禍，保佑合境安寧；「清醮」則泛指舉行隆重的祭神儀式。相傳在清朝晚期，長洲爆發嚴重瘟疫，島上居民死傷無數；為平息疫症，鄉民於農曆四月延請高僧、道士設壇祭祀，並恭請北帝神像在島上巡遊驅邪，其後瘟疫逐漸消退。長洲居民為酬謝神恩，並祈求來年風調雨順、合境平安，決定每年農曆四月均舉辦太平清醮，當中的豐富傳統內涵，傳承了百年，發展成今日的太平清醮慶典。

長洲太平清醮於 2011 年被列入第三批國家級非物質文化遺產名錄。

馬會支持 弘揚傳統魅力

香港賽馬會慈善信託基金自 2012 年起，撥款支持長洲太平清醮值理會建造三座巨型包山，並製作兩萬個寓意吉祥的「平安包」免費派給市民，象徵將平安、健康帶回家；透過支持相關節慶活動，讓市民認識這項獨有的傳統文化和價值，承傳文化保育，為社會注入文化活力。

除了長洲太平清醮，馬會自 2010 起支持由大坑坊眾福利會主辦的中秋節大坑舞火龍慶典；同時也支持大澳端午龍舟遊涌等傳統習俗。這兩項慶典同被列入國家級非物質文化遺產名錄。

同時，馬會推行賽馬會「傳·創」非遺教育計劃，匯聚傳統工藝大師與當代藝術工作者重新演繹非物質文化遺產，引領學生與公眾探索傳統文化之餘，亦開拓視野新觀點。

一個平安包 傳承百年文化

長洲太平清醮

4大看點

1 平安包：長洲名物

平安包最初是祭祀神明及孤魂野鬼的祭品，過去被稱為「幽包」，意指用作超幽祭祀的包子，直至 2005 年才改名為「平安包」。平安包以麵粉製成，常見餡料包括麻蓉、蓮蓉和紅豆沙；包身用紅色食用顏料蓋上「平安」圓印，現已成為長洲名物。



2 搶包山：壓軸競賽

長洲居民相信，包山上的包子曾受神明祝福，因此爬得愈高、搶得愈多，寓意未來一年愈能保平安、獲福氣。每年醮期的壓軸、在午夜舉行的搶包山比賽，參賽者在北帝廟前的廣場攀爬高達 14 米的巨型包山，並於限時內鬥快搶奪最多分數的「平安包」，緊張刺激的賽事可說是整個節日的高潮，故太平清醮又稱「包山節」。

現時搶包山競技賽用的包山，基於安全及衛生考量，已改為鋼架搭建並掛上「塑膠包」，但由馬會支持建造、用於祭祀的三座傳統包山，則以竹棚搭建並掛上真正的平安包，彰顯傳統。



馬會自 2012 年起支持建造三座長洲太平清醮傳統大包山，並製作兩萬個寓意吉祥的「平安包」免費派給市民。

3 飄色與巡遊：話題做主角

在正醮日舉行的飄色及會景巡遊，源於昔日抬神像巡遊驅除瘟疫的習俗，後加入民間傳說及戲曲人物，演變成飄色巡遊。活動上，小童打扮成神仙或話題人物穿梭大街小巷，而小童能穩懸半空全靠隱藏在服飾內、以鋼鐵打造的「色梗」，它不但用作支撐其重量，還巧妙地配合造型。



4 神功戲與超幽：祈福普度

神功戲主要為酬謝神恩、祈求庇佑；超幽是祭祀孤魂野鬼，體現推己及人、慈悲普度的精神。醮期內，日夜會在傳統竹棚上演粵劇，娛神娛人；道士則進行「超幽」誦經施食，並焚燒高達數米的紙紮「大士王」（鬼王），為民眾祈福普度。



中國馬畫珍品 天馬凌雲展期一年

「馬」，象徵堅韌、矯健、忠誠、高貴等特質，歷來是中國畫家熱衷表現的題材。由馬會和馬會慈善信託基金共同成立的「公益慈善研究院」獨家捐助、香港故宮文化博物館與故宮博物院合辦的「天馬凌雲——故宮博物院藏繪畫珍品」，目

前正在香港故宮文化博物館舉行，展期長達一年至明年三月中為止，是香港賽馬會推出馬年系列活動其中一個重頭節目，與民共賞，同時推動旅遊，並促進馬匹運動和體育發展。本展覽也提供免費門票及導賞團予有需要的人士及學童，與市民同享藝術。

有關展覽旨在透過宮廷與文人、傳統與現代、中國與歐洲等多元維度，探析和展示中國馬畫藝術的成就。展覽分四期，展示由元代（1271-1368年）至20世紀共60餘位名家的近百件繪畫珍品，引領觀眾認識各名家的審美意識，更從畫圖中探尋不同時代的社會風貌、精神追求及文化交流，體悟中華文明的豐饒與精妙。

這次展覽為公益慈善研究院與故宮博物院五年合作計劃的重點項目之一，目的弘揚中華文化，並培育內地與香港的藝術科技人才。展覽設有人工智能互動體驗、講座及工作坊等活動，以創新數字科技令傳統文化煥發新生，讓年輕一代深入了解和欣賞中華文化，同時彰顯文化在塑造身份認同與自豪感，以及在凝聚內地與香港社會方面所擔任的重要角色。



「天馬凌雲——故宮博物院藏繪畫珍品」展覽。



「天馬凌雲——故宮博物院藏繪畫珍品」今年三月舉行開幕典禮。主禮嘉賓包括香港特區政府財政司副司長黃偉綸（左五）、中央人民政府駐香港特區聯絡辦公室宣傳文體部副部長林柎（右四）、故宮博物院常務副院長婁璋（右五）、馬會主席廖長江（左四）、馬會副主席兼公益慈善研究院主席黃嘉純（右三）、馬會慈善信託基金信託人兼公益慈善研究院副主席龔揚恩慈（右二）、馬會行政總裁兼公益慈善研究院董事廖家柏（左二）、香港故宮文化博物館董事局主席孔令成（左三）、西九文化區管理局行政總裁馮淑儀（左一），以及香港故宮文化博物館館長吳志華博士（右一）。

電影《馬到功成》 弘揚東方智慧

馬會馬年系列活動之一的創新巨幕電影《馬到功成》，是首部以中國生肖動物為主題的電影，由中國中央電視台領銜出品，講述八歲內蒙古少女與她的蒙古馬「兔來」共同踏上18公里耐力賽的成長之旅，過程中巧妙地串聯世界極具代表性的馬匹，頌揚馬匹敏捷、堅忍、忠誠等特質，並彰顯人馬之間的深厚情誼，向世界傳遞生肖「馬」所承載的東方智慧。

電影由曾經贏得艾美獎的自然歷史紀錄片導演馬克布朗羅（Mark Brownlow）執導，聯同中國頂尖團隊傾力打造，拍攝歷時三年，以內蒙古錫林郭勒盟大草原為主要場景，跨越亞洲、歐洲、中東和美洲；採用領先全球的巨幕科技，以及為電影特製8K超高清馬背攝影系統，讓觀眾沉浸式感受駿馬奔騰的磅礴氣勢。

馬會是《馬到功成》的獨家公益支持方，支持電影未來三年在全國各地上映，讓數百萬孩童感受馬匹的魅力。馬會日前舉辦了電影香港首映禮，來自香港特別行政區政府「共創明『Teen』」計劃的校友、友師、學員，以及合作夥伴委員會的策略夥伴委員代表，也一同觀賞電影3D版本。

其實，在馬會支持下，除了香港，《馬到功成》電影還曾在北京、上海、廣州及倫敦上映，未來更將於全球100多個國家及地區播放。



香港特區政府政務司司長陳國基（第一排，右四）、中華人民共和國外交部駐香港特派員公署副特派員花有（第一排，右二）、社會福利署署長杜永恆（第一排，右五）、馬會行政總裁廖家柏（第一排，右三）、馬會公司事務執行總監譚志源（第一排，右一），與「共創明『Teen』」計劃的校友、友師、學員，以及合作夥伴委員會的策略夥伴委員代表等參與者，在《馬到功成》電影香港首映禮合照。

名家傑作 帶你進入古今馬世界

由公益慈善研究院獨家捐助、故宮博物院主辦的「神駿——故宮書畫藝術中的馬世界」展覽，在位於北京的古宮博物院「文華殿」正式揭幕。展覽精選逾50件故宮博物院院藏書畫作品，當中包括20件國家一級文物，展現人馬之間源遠流長的深厚情誼，及其在中國文化中的歷史內涵。

展覽設行遊、牧放、武功、神駿四個單元，匯聚院藏珍貴書畫上起唐宋，下至明清及近代，展出李公麟、趙孟頫、任仁發、郎世寧、徐悲鴻等名家的重要作品，引領觀眾沉浸於古今馬的世界，深化對中華馬文化的理解，提升文化認同與自豪感。

故宮乃中華文明的瑰寶，在此舉辦展覽以弘揚馬在中國歷史文化的重要地位，別具意義；適逢丙午馬年，觀眾可藉此盛事，探索馬在歷史與藝術長河中的多重意義。

馬年系列活動詳情：



賽馬 × 欖球 = 世界級體育娛樂



馬會主席廖長江（左三）、香港特區政府文化體育及旅遊局局長羅淑佩（右三）、中國香港欖球總會主席蒲敬思（左二）、馬會行政總裁應家柏（右一）、立法會議員霍啟剛（右二），以及廣東省社會體育和訓練競賽中心主任蔡建祥（左一）在跑馬地馬場出席「賽馬 × 欖球」活動時合照。

賽馬與欖球都是充滿力量與緊張刺激的體育運動，「香港國際七人欖球賽」及「香港足球會國際十人欖球賽」聯乘賽馬體育，把欖球運動的澎湃動感推至高峰，展現香港的世界級體育娛樂盛事魅力，有助提升香港的國際地位，推動旅遊經濟發展，而這份動感，延伸至社區，普羅市民也感受得到。

香港國際七人欖球賽於4月17日至19日在啟德主場館舉行，之前率先在沙田馬場賽馬日，舉行「賽馬 × 欖球」啟動儀式，標誌着馬會與中國香港欖球總會及香港足球會的合作邁進新里程。

欖球運動有龐大的群眾參與，也揉合嘉年華會熱力四射的元素，與跑馬地馬場每周三上演的「快活星期三」（Happy Wednesday）夜馬賽事，有異曲同工之處。馬會在跑馬地馬場舉行「賽馬 × 欖球」慶祝晚宴，匯聚賽馬與欖球的動感活力。當天日間先有「國際十人欖球賽」，隨後在跑馬地馬場上演夜馬賽事；賽馬與十人欖球賽首次同日在



跑馬地馬場設「打氣區」，球迷吶喊為欖球賽提前造勢。

跑馬地舉行，方便旅客在觀賞欖球賽事後，咫尺途程便抵達快活谷馬場，投入世界級賽馬活動。

馬會連續第五年擔任「香港國際七人欖球賽」官方社區合作夥伴，並首度成為香港足球會「國際十人欖球賽」的官方社區合作夥伴。馬會透過在場館的球迷村設置互動攤位、馬會義工隊 CARE@hkjc 成員參與其中；馬會又支持外展項目及青少年欖球比賽，派發門票予學生、長者及弱勢社群，讓社會各界一同體驗欖球帶來的刺激感，惠及超過 12,000 人。



今年七欖的馬會攤位特設與雪特蘭小馬合照。



「賽馬會社區七人欖球計劃」凝聚社會投入體育盛事。

高球盛事 展現香港魅力

今年3月在本港圓滿舉行的高爾夫球界盛事「LIV Golf 2026 香港站」，由馬會首度擔任活動的官方社區合作夥伴，與香港哥爾夫球會合作，以高球連繫社區。賽事匯聚世界頂尖球手較量技術，同時帶來精彩多元的娛樂活動，展現香港作為國際體育盛事之都的魅力。是次活動獲「大型體育活動事務委員會」頒授「M」品牌認可。

馬會透過推出「賽馬會社區高爾夫球計劃」，包括校本活動、體驗課程、校際比賽，以及派發免費門票給弱勢社群，鼓勵更多不同背景及能力的市民參與，提升社會對高球運動的參與和關注，長遠促進香港高球運動的發展。馬會在香港站的觀眾村設置馬會攤位，馬會義工隊成員亦參與製作氣球公仔，增添歡樂。

大賽之前，訪港的國際高球手曾走訪小學，與學生交流，球手更獲邀體驗本地文化和美食，包括走訪中環大館及到跑馬地馬場觀賞「快活星期三」賽事，助推廣賽馬旅遊，並向世界展示香港的多元魅力，說好香港故事。



LIV Golf 2026 香港站早前在本港圓滿舉行。圖為嘉賓見證捧盃時刻，包括香港特區政府財政司司長陳茂波（左四）、香港特區政府文化體育及旅遊局局長羅淑佩（右四）、香港旅遊發展局主席林建岳博士（右三）、馬會公司事務執行總監譚志源（右二），以及香港哥爾夫球會會長郭永亮（左二）等。



香港哥爾夫球會的高球手為來自「賽馬會亞洲高 Fun 小球手計劃」及「香港賽馬會社區資助計劃：特奧高爾夫球發展計劃」的年輕球手提供指導。



學生參與香港花卉展覽 2026 的「賽馬會學生繪畫比賽」，描繪盛放花卉的美態。

香港花卉展 「綠」 訊息傳社區

馬會自 2013 年開始支持的香港花卉展覽，今年以芬芳優雅的紫羅蘭為主題花，寓意香港兼具魅力與堅韌的氣質。馬會作為活動的主要贊助，今年繼續支持多項社區活動，鼓勵公眾在欣賞園藝之餘，亦加深對綠化的認識，其中包括重點項目之一的「賽馬會學生繪畫比賽」，約有來自 250 間中小學及大專院校、共約 2,200 名學生參與描繪盛放花卉的美態。來自 38 間學校的學生亦參與了「賽馬會學童鑲嵌花壇」，於場內共同佈置大型園藝裝置。

至於「賽馬會社區綠化遊樂場」，以回收及再利用材料製作互動遊戲及自然主題設施，讓小童及家庭在遊戲中學習綠化及環保。馬會義工隊成員在現場協助傳達環保訊息，亦於展後協助拆卸布置及回收植物。

馬會同時透過「賽馬會一人一花計劃」推動綠化教育，向學生免費派發幼苗以培養園藝興趣。展覽結束後，適合的花卉將透過「賞花，惜花！」賽馬會花卉重新栽種計劃轉贈學校及非牟利機構，延續花卉生命並支持社區綠化。馬會也為長者、殘疾人士、學生及有需要家庭提供免費交通及導賞服務，促進更廣泛參與。



年僅 20 歲的短道速滑運動員林靜欣，首次出戰今年於意大利舉行的米蘭科爾蒂納冬季奧運會，即於女子 1,500 米賽事中取得第七名，創下中國香港運動員於冬奧上的最佳成績，並獲「賽馬會優秀運動員獎勵計劃」頒發獎金，以表揚她的卓越表現。她在冬奧期間一直帶傷上陣，接受《駿步人生》訪問期間仍未完全痊癒，但依舊帶著冰場上自信又青澀的微笑，把她的追夢旅程娓娓道來。

冰之驕女

滑出香港紀錄



相片由中國香港體育協會暨奧林匹克委員會提供

“我希望可以為香港更多喜歡冰上運動的小朋友，提供更多資源及幫助”

活力指數



林靜欣每日平均訓練時間為**8**小時



她的短道速滑最快圈速是**8.7**秒
平均時速約為**46**公里/小時

帶傷上陣滑出佳績

首戰冬奧短道速滑女子 1,500 米賽事，林靜欣坦言「非常激動和開心，終於踏上從小夢想的舞台。」她表示，從四年前的冬奧資格賽便開始累積經驗和調整心態。今年賽前她的目標原只是滑進頭 20 名以內，卻一路從初賽滑到準決賽，再以分組第二名的成績晉級決賽，最終以第七名完成賽事，寫下港隊歷史佳績，為港爭光。

訪問期間，她不時輕撫膝蓋。原來比賽期間她一直受傷患困擾，但她笑說：「賽前只覺腳痛，以為是肌肉痠痛。」由於運動員常有腰痛膝傷，她憶述比賽時未感到擔心。賽後回港接受磁力共振檢查，證實是腓骨骨裂及筋膜撕裂。她一直帶傷上陣，展現出非凡毅力和堅韌，才取得破紀錄的成績，實在令人鼓舞。

欣頒發 375,000 港元現金獎勵，以表揚她的卓越表現。她直言，這成為了她「更堅定走這條路，並充滿希望繼續前行」的動力，同時亦認為計劃有助運動員更堅定目標，並減輕他們的經濟負擔。



林靜欣獲「賽馬會優秀運動員獎勵計劃」頒發獎金，表揚她的卓越表現。

獲馬會嘉許：令我更堅定走這條路

林靜欣憶述賽後得知自己創下歷史性的佳績時，她說：「當時的心情是十分神奇，感覺很不可思議，像在做夢，不敢相信。」林靜欣感謝家人、教練、隊友與香港市民對她的支持，她亦特別感激父母從不要求她在學業與運動中取捨，只希望她快樂並堅持所愛。



林靜欣（中）與家人感情深厚，父親（右）更是鼓勵她轉向短道速滑的啟蒙者。（相片由受訪者提供）

香港賽馬會多年來一直支持本地體育發展，積極推廣社區及精英體育運動。馬會贊助香港體育學院於 2023 年推出為期三年的「賽馬會優秀運動員獎勵計劃」，獎勵在頂尖大型運動會中表現優秀的中國香港運動員。該計劃向林靜

滑冰快感如同「人馬合一」

滑冰健將背後，林靜欣的興趣相當廣泛，熱衷於游泳、踏單車、騎馬等戶外運動，閒時亦喜歡聽歌及看電視劇減壓。談及騎馬，她雙眸閃亮地說：「很享受馬匹奔跑的速度感與無拘無束的自由。」林靜欣一邊說，一邊比劃出風從耳邊快速掠過的動作，「冰場上是運動員與冰刀的結合，馬背上則是與馬匹的默契。」她認為，騎馬讓人感到不受拘束，直言這種「人馬合一」的境界，與她在冰上滑行時的感受如出一轍。

作為首位打入冬奧短道速滑決賽的中國香港運動員，林靜欣希望能藉此為喜歡冰上運動的小朋友帶來更多資源，讓他們有更大信心登上更高舞台。對於未來期望，她表示：「每個運動員都有成為奧運冠軍的夢想。」

自小嚮往速度

林靜欣先是學習滾軸溜冰，在八歲那年接觸滑冰後便一試愛上，表示「很喜歡滑行的速度感」。當時她在父親的鼓勵下，從滾軸溜冰轉戰短道速滑，自此她便以參加冬季奧運會為目標，在香港和內地開展了長時間的技術和力量訓練。

她笑指自己從小「精力旺盛，總是活蹦亂跳」，好動的天性讓她在短道速滑中逐漸找到滿足感，注定成為「冰之驕女」。及後，她在 11 歲被教練發掘天賦並加入港隊，在兼顧日常訓練和學業壓力的同時，她亦深感責任重大，「成為中國香港代表後，背負了很多人的支持和期望。」



香港特別行政區政府文化體育及旅遊局局長羅淑佩（左四）、馬會公司事務執行總監譚志源（左三）、中國香港體育協會暨奧林匹克委員會會長霍震霆（左一）、香港體育學院主席鄧竟成（左二）等嘉賓，在「賽馬會優秀運動員獎勵計劃」支票頒授儀式上與米蘭科爾蒂納 2026 冬季奧運會港隊代表林靜欣（右二）合照。



文武生

劇團的「第一男主角」。文能風流儒雅談情說愛，武能披甲上陣大展功架，是「文武雙全」的全能行當。

國寶!

粵劇技藝點玩法?

「篤撐、篤撐、查篤撐！」樂曲奏起，耍纓槍、舞關刀、文武生等陸續出場……粵劇融合戲劇、文學、音樂、舞蹈與武術於一身，是嶺南地區的傳統表演藝術項目，承載嶺南地區的民間歷史與深厚文化底蘊，是香港本地文化中極具代表性的戲曲劇種，也是香港首項獲聯合國教科文組織列為世界非物質文化遺產的傳統表演藝術。究竟這項盛載了幾代香港人集體回憶的國寶級技藝，有甚麼獨特之處，又如何傳承下去，繼續發光發熱？

「省港大班」 奠在港地位

粵劇是廣東省主要戲曲劇種之一，扎根於廣東、廣西兩地。早在十九世紀末，已有部分粵劇藝人從廣州來香港謀生，直至 1920 年代起，香港開始出現規模較大的戲班，其中薛覺先的「覺先聲劇團」及馬師曾的「太平劇團」等「省港大班」，引領了粵劇多方面的革新，為粵劇在港蓬勃發展奠定基礎。

蓋鳴暉：心理說服自己是男兒

本地著名粵劇女文武生蓋鳴暉向《駿步人生》憶述，年幼時與母親到戲棚看神功戲，受表演者的華麗戲服吸引而萌生成為粵劇演員的夢想。她指當年參與粵劇學院的招生面試，因花旦競爭激烈，老師建議她選擇小生行當，於是展開了「反串」之路。她演出生涯中最喜愛的角色之一，是歷史典故「完璧歸趙」中的藺相如，因其人物展現為國盡忠的高尚情操。她分享指，演繹角色時，會在心理層面說服自己是一名男子漢，以充分展現忠君報國的氣概，同時巧妙運用電視劇演出的經驗，將生活化的演繹方式融入粵劇演出，令表演更為靈活、自然。



蓋鳴暉投身粵劇演藝事業逾 35 年，以反串文武生著稱。（相片由蓋鳴暉提供）

花旦

舞台上的「第一女主角」。多飾演年輕貌美、情深義重的女性。以婉轉百迴的唱腔，以及柔美細膩的「造手」見稱。

武生/武旦

專責高難度武打與翻滾功架的行當。武生多飾演威武霸氣的將帥長輩；武旦則是英姿颯爽的巾幗英雄。

丑生

劇中的「搞笑擔當」。標誌性特徵是鼻梁上化有一抹白粉。專責插科打諢，為緊張或悲情的劇情點綴輕鬆歡樂的氣氛。

唱做唸打 演活角色情節

香港早期的粵劇演出分為在社區戲棚上演的「神功戲」及在戲院演出的劇目，是民間重要娛樂活動之一。粵劇劇目以古典文學、歷史故事為主，同時涵蓋反映民生百態的題材。粵劇的基本演繹方式分為「唱（唱腔）、做（身段動作）、唸（台詞說白）、打（武打）」，配合音樂、戲服道具及舞台場景，生動地表現出故事情節。

粵劇的音樂分為唱腔及樂器伴奏——唱腔分為板腔體、曲牌體和說唱體；而伴奏可分作旋律樂器及敲擊樂器，用作營造氣氛及戲劇效果，現今演出所使用的樂器逾四十種。

服飾方面，粵劇早期以模仿明代的衣冠式樣製作，及後受京劇影響，兼具刺繡特色與珠片裝飾的華麗風格。粵劇化妝流行濃脂厚粉，顏色以紅、黑、白、藍、黃為主，用以象徵角色性格忠奸，而不同角色皆有獨特的化妝方式。



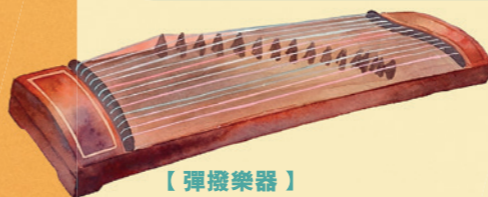
「賽馬會查篤撐兒童粵劇推廣計劃」培養學生對於粵劇藝術的欣賞及興趣。

馬會支持粵劇 連繫新世代

為推動粵劇藝術的傳承和發展，香港賽馬會慈善信託基金自 2017 年起捐助查篤撐兒童粵劇協會開展「賽馬會查篤撐兒童粵劇推廣計劃」，為幼稚園及小學生提供一系列粵劇推廣及教育活動，同時亦為有志投身粵劇教育的導師提供培訓，培養其以創新而富活力的方式向兒童教授粵劇的能力，期望透過有關計劃加強學生對粵劇藝術的欣賞及興趣，同時支持香港非物質文化遺產的傳承工作。

「賽馬會查篤撐兒童粵劇推廣計劃」重點活動包括每年舉辦的「校際兒童粵曲大賽」、「查篤撐兒童粵劇節」以及「大型原創兒童粵劇演出」，讓小演員能夠有機會於西九戲曲中心等大型表演場地粉墨登場，展示多項傳統粵劇功架。計劃亦以生動有趣的方式，鼓勵小朋友認識中華文化。

粵劇伴奏主要樂器



【彈撥樂器】

分為橫式與豎式兩類，例如箏（如圖）、琵琶等。



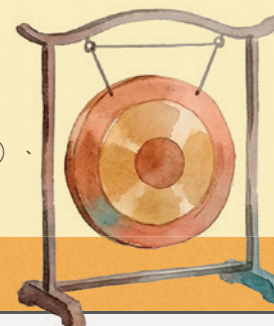
【拉弦樂器】

例如二胡（如圖）、革胡等。



【吹管樂器】

分為無簧哨吹管、帶哨吹管和簧管三類，例如大笛（如圖）、簫等。



【敲擊樂器】

例如大文鑼（如圖）、木魚等。



智啟教學 新藍圖

「AI 教育不僅打破年級界限，也拉近了師生距離。在學習過程中，有時候學生反而是我們的老師，我甚至會稱呼一位熟練 AI 的學生為『Dr Chung』！」聖博德學校中文科科主任劉惠芝笑說。人工智能 (AI) 正急速改變世界，對教育工作者而言，如何讓學生在科技浪潮中穩健前行，已成為教育界必須面對的課題。油蔴地天主教小學校長張作芳博士與聖博德學校中文科科主任劉惠芝的所屬學校，都參加了「賽馬會人工智能教育」計劃 (JC GoAI)。他們不約而同地表示這個計劃為學校、教師與學生在教與學上帶來重大轉變。

AI 領航 學習不停步

「AI 發展一日千里，學校不能再坐觀其變。」張校長指，自己最擔心學生使用 AI 時缺乏思考與判斷能力，變成「Copycat」。她坦言，許多學生早已在家中接觸免費的 AI 程式。若學校不及早介入，便會錯失培養正確學習態度的黃金時機。學校參與 JC GoAI 計劃後，前線教師與專家攜手開發實用資源，提升學生學習 AI 及其應用能力。劉主任補充，參與計劃的教師會互相交流經驗、解決技術難題，也可共享創新的教案。共同將枯燥的學習內容轉化為互動體驗，讓 AI 真正走進日常教學。



參與計劃的學校學生利用 AI 生成故事繪本。

教師備課新視角

「以往最怕學生在中文課打瞌睡，現在他們都主動發言，真正令課堂活起來！」劉主任說。過去中文課著重背誦與默寫，她一度擔心 AI 難以融入，但在 JC GoAI 計劃的技術支援下，她開發了聊天式教學工具，讓學生能與中國歷史人物文天祥「對話」，探討忠義的取捨與抉擇。學生從被動聆聽轉為主動思辨，令課堂更生動、學生學習更投入。

「AI 為老師提供了新靈感。」張校長舉例說，一年級課堂講解「水無固定形狀」時，老師透過 AI 獲得靈感，讓學生在透明的資料夾上滴水，學生赫然發現大家的水滴形狀均各有不同，令抽象概念變得具體。



參與計劃的學校學生透過 AI 生成匯報文稿。

計劃目標

300
間聯網學校

2,200
位教師受訓

100,000
名學生受惠

11,500
位家長參與

學生在創作中重拾自信

「成績一般的學生，反而在 AI 創作上表現出色。」劉主任觀察到，AI 讓更多學生被看見，平日不積極的學生也主動投入討論。她指這證明計劃為每位學生提供了公平的舞台，讓不同天賦的學生都能找到亮點與自信。

老師在課堂上把 AI 生成指令比喻為「魔法指令」，讓學生生成成語圖像作品。過程中，同學必須理解成語的意思才能構思適切的「魔法指令」，無疑提升了同學的語文理解與創意思維，讓學習從死記硬背變成主動探索。



油蔴地天主教小學校長張作芳博士 (左) 與聖博德學校中文科科主任劉惠芝 (右) 的所屬學校，都參加了「賽馬會人工智能教育」計劃。

家校攜手激發學生潛能

「家長都明白，懂 AI 的人將會取代不懂 AI 的人。」張校長說。學校在計劃支持下，定期舉辦家長會與工作坊，讓家長了解 AI 教育的重要性，同時讓他們與孩子安全、正確地利用科技一同學習。對張校長與劉主任而言，AI 教育的真正價值，不止於教會學生使用新科技，更是激發學生潛能、啟發教師創新，讓更多學生在科技浪潮中找到屬於自己的光芒。

馬會透過其慈善信託基金策劃及捐助逾 2 億 5,500 萬港元，並與香港中文大學聯合推出為期四年半的「賽馬會人工智能教育」計劃，將 AI 學習元素，融入中小學各學科的課程中，讓教師善用 AI 輔助教學，從而系統地從多方面支援高小及初中的人工智能教育，藉此推動數字教育的高質量發展。



香港特別行政區政府教育局局長蔡若蓮 (右) 及馬會董事陳衍里 (左) 於 3 月 12 日為「賽馬會人工智能教育」計劃主持啟動禮。

新角度 再遇蒙娜麗莎

意 大利文藝復興時期的經典名畫《蒙娜麗莎》，以嶄新面貌在香港「亮相」。香港賽馬會慈善信託基金作為法國五月藝術節的主要合作夥伴，撥款支持了一系列藝術節節目及教育計劃。焦點項目包括「香港賽馬會呈獻系列：邂逅蒙娜麗莎·文藝復興的再現」展覽，展出由法國羅浮宮博物館及大皇宮沉浸式展覽館（Immersive Grand Palais）特別為香港製作的多媒體節目，另有多項由法國國家文藝復興博物館和意大利昂布羅修藝術博物館等文博機構借出的珍貴展品，為觀眾大放藝術異彩。

是次展覽分為兩部份，第一部份「邂逅蒙娜麗莎」，透過數碼媒體及互動裝置，帶領參觀者穿越時空，從嶄新角度認識和欣賞《蒙娜麗莎》這幅經典名作，感受耳目一新的沉浸式體驗。第二部份「文藝復興的再現」，展出由法國及意大利著名藝術機構借出的文藝復興瑰寶，包括四份來自文藝復興時期巨匠達文西的親跡素描和筆記，以及同期其他藝術大師的作品。



香港賽馬會呈獻系列：
邂逅蒙娜麗莎·文藝復興的再現

日期：即日起至7月27日

地點：位於沙田的「香港文化博物館」

白陶舞馬
唐代
咸陽市禮泉縣張士貴墓出土
昭陵博物館藏



觀長安 窺探隋唐盛世

唐朝被譽為中國歷史上的黃金時代，首都長安更曾經是「中外融合」的東方國際都會；然而，這種開放包容的時代特色，實際上是繼承包括隋朝一代的雄才韜略。由香港賽馬會慈善信託基金獨家贊助的「香港賽馬會呈獻系列：長安萬象—陝西隋唐文明展」，精選陝西及香港文物逾 165 件（套），讓觀眾透過珍貴文物感受隋唐兩代的璀璨文明。

展覽以魏晉南北朝作為起始，踏入隋朝的勵精圖治關鍵歷程，再步入大唐的輝煌盛世，展現開放創新、樂觀自信的國家氣度。觀眾從中得以細味長安的精緻繁華，以及深入認識隋唐時期香港的商貿及軍事關要。

是次展覽為馬會橫跨全年的馬年系列活動之一，因此展覽的教育互動區，特別展示馬文化相關展品，包括與馬球、舞馬、狩獵、出行騎乘、戰馬相關的唐代陶俑，馬具、馬飾和多媒體裝置，並結合沉浸式虛擬實境與擴增實境體驗，包括重現唐代壁畫與雕塑中的馬術及馬球場景，為觀眾生動呈現唐代的騎馬文化。



香港賽馬會呈獻系列：
長安萬象—陝西隋唐文明展

日期：即日起至8月24日

地點：位於尖沙咀的
「香港歷史博物館」

非法賭博



小心GG鳥

SAY "NO" TO ILLEGAL BETTING!
OR YOUR FUTURE IS GAME OVER!

平和基金賭博輔導熱線
Ping Wo Fund Gambling Counselling Hotline

183 4633



香港賽馬會
The Hong Kong
Jockey Club