



香港五金電子科技業總工會

會址：九龍新蒲崗大有街32號泰力工業中心5樓6室

電話：2780 7893

傳真：2780 0371

☎：9563 9258

網址：www.mtu.org.hk

電郵：fmtu@mtu.org.hk

辦公時間：星期一至星期五 上午10時至晚上8時

星期六 上午10時至晚上6時 星期日及公眾假期休息

工會進修中心

九龍油麻地彌敦道499-501A號獨立大廈1/F

電話：2770 1286

傳真：2782 2460



2023 · 10



職業性失聰推廣活動 暨 慶祝工會成立75周年會慶聯歡

日期：2024年1月1日（星期一）

時間：上午11時30分恭候，下午1時入席

地點：九龍旺角彌敦道612號倫敦大酒樓

費用：\$200(大小同價)歡迎五金電子從業員及家屬參與

*會慶聯歡有：職業性失聰常識有獎問答、活報劇及幸運大抽獎

會慶活動由



職業性失聰補償管理局 贊助

訂票電話：2780 7893

2023 秋冬蛇宴

日期：2023年11月12日（星期日）

2023年11月18日（星期六）

時間：晚上7時30分

地點：九龍通菜街189-195號永輝大廈
2樓（飲食業職工總會康樂部）

費用：每位會員 \$300

（只限會員購買、每位會員最多購買10位）

每席：10人

菜譜

太史五蛇羹（兩窩）
七彩炒蛇絲
發財一品窩
寶鼎明珠（迷你佛跳牆）
當紅脆皮雞
支竹炆黑草羊
蒜茸陳皮蒸鱔
蛇汁灼生菜
生炒糯米飯

售票日期：2023年10月17日開始

名額有限 先到先得 報名及查詢：2780 7893



更多優惠資訊請下載工聯APP

詳情請向所屬工會或工聯會查詢

3652 5700
www.ftu.org.hk

入會、續會 免費可享 2023年 20萬元平安保險



凡工聯會屬會及贊助會16歲至100歲的會員，於2023年交費有效期內，免費獲20萬元平安保險保障，繼續為會員及家屬提供及時支援。

- 保障範圍**
- 意外傷亡：每人最高賠償額為港幣20萬元
 - 意外住院現金津貼：住院連續超過2天，第3天始獲此保障。
- 索償須於意外發生一個月內提出
為免失去受保資格，請謹記於會費屆滿日前續交會費。
賠償細則及解釋以中國太平保險(香港)有限公司保單條款為準。

- 每日住院津貼 350元 (僅限香港境內)
- 20萬元平安保險與私人保險無抵觸，可同時索償
- 每年最高住院津貼 6300元
- 24小時全球意外保障

網上入會 正式推出

簡單 快捷 方便

製作日期：2022.12

中國太平 CHINA TAIPING
中國太平保險(香港)有限公司
China Taiping Insurance (HK) Company Limited
查詢熱線：3716 1616



代報工聯會進修中心課程

工聯會進修中心2024年春季課程，將於2023年11月19日(星期日)會員優先報名；工會為減輕會員報讀時排隊輪候的不便，將繼續安排提前為會員代收報名表的服務。

2024年春季課程代報日期：
2023年10月24日至10月30日
代報時間：上午10時至晚上10時
如有任何查詢請致電：2770 1286
代報及郵寄報讀：九龍油麻地彌敦道499-501A號
獨立大廈1/F

每科課程需要單獨一張支票繳交(費用小數點後不計算)，支票抬頭寫「業餘進修中心」及2.2元回郵信封一個。

會員優惠

美心西餅券/東海堂餅券

	會員價	原價
每張	\$40	\$50

鴻福堂自家精選套票特價優惠

	會員價
自家湯品	\$395
自家涼茶套票 (1套10張)	\$205
補氣滴雞精禮券 (1張)	\$225
正品藥製龜苓膏套票 (1套10張)	\$355 (1套) / \$600 (2套)
滴雞精禮券	\$205
自家喜慶禮卡 (1張)	\$43
\$50禮券套票 (1套11張)	\$350
\$50結婚禮卡 (張)	\$35

以上代售服務可到五金電子工會屬下(油麻地KW)進修中心購買，查詢電話：2770 1286 (價格如有變動，以購買時為準)

唔知道今年入會有咩優惠呢?

今年新入會同續會兩年都有優惠券送

詳情可睇下面介紹

五金電子工會會員介紹兩位會員新入會送鴻福堂\$50禮券一張

2023年4月開始新入會兩年續會兩年送\$50超市券一張

優惠期至2023年12月31日

電子版會刊 既方便又環保

各位會員：

為更方便又環保，本會現推出「電子版會刊」。會員可以把您已儲存在手機通訊錄的工會WhatsApp專線9563 9258，留言：「電子版會刊」WhatsApp到工會，工會便於會刊出版後即時發送到您的手機，以代替原來的「實體紙本會刊」。如有疑問，可隨時與工會聯絡。謝謝！



開戶攻略 電子貨幣食玩買

為了更便利地北上消費，擁有一張內地銀行咭賬戶來綁定支付工具是必不可缺的。「北上」開戶這攻略將指導會員如何在內地開設銀行賬戶，包括開戶流程、所需文件及注意事項。

日期：2023年10月20日(星期五)

時間：晚上19:30-21:00

地點：九龍新蒲崗大有街32號泰力工業中心5樓6室

導師：沈頌恒先生

費用：會員\$20元、非會員\$50元

學員：30人(名額有限 報名從速)

電話：2780 7893 WhatsApp：9563 9258



聖誕燈飾戶外攝影

捕捉燈光、色彩，展現節日氛圍，分享瞬間美麗

日期：2023年11月20日(星期一)，(暫定)*

時間：19:00至20:30

地點：尖沙咀

導師：沈頌恒先生

費用：會員\$20 非會員\$50

課程日期會受燈飾何時亮燈影響，以工會通知為準

查詢報名：2780 7893 WhatsApp：9563 9258



香港五金電子科技業總工會

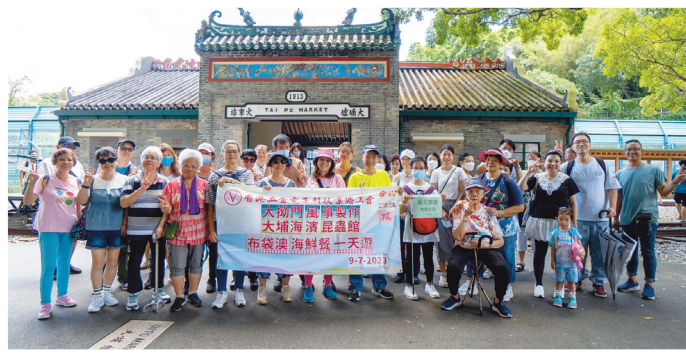
『工作環境整理好 安全效率自然高』推廣活動

鳴謝： 職業安全健康局員工參與計劃 贊助

7月9日大坳門風箏製作、大埔海濱昆蟲館、海濱長廊一天遊



大家手上拎著風箏在大坳門郊野公園拍照留念



在大埔香港鐵路博物館大合照

7月15-16日珠海航天太空中心、 四季果園、老爺車博物館二天團



團友在珠海航天太空中心拍照留念



我們品嚐了不同種類的新鮮果園水果

班組活動



美食班 - 酥皮海皇羹製作完成，香味四溢，真令人垂涎三尺。Yeah！



「減壓自我催眠工作坊」結束，多謝兩位講者（前右三及四）



人工智能 — 汽車篇

• Sunny Hui



在汽車的發展歷史中，與電腦的聯繫著實不多。例如波箱由手動轉為自動，車窗也從手動變成電動，軟盤使用了風油軟，空調系統，電動門鎖，行車紀錄儀（車CAM），泊車感應器，自動導航系統等等，當中每一項功能都是獨立運作的。直至電力引擎的出現，燃料由柴油或電油改為充電池後，半電動車及全電動車應運而生。而當中最令人感動的是，以一個電腦系統將所有汽車內的功能都串聯起來，駕駛者可以從單一螢幕中得到所需資訊並加以操控。

但說到人工智能方面，現時來說就是自動駕駛（或無人駕駛）這科技了。在香港，早於1979年開始，地鐵已經使用了「列車自動運行系統」。而迪士尼綫及南港島綫更是無人駕駛的列車。然而，鐵路的運行路線是固定的，也不用面對太多的不明朗因素或突發事件，所以運作上也比較容易。相比之下，在路面情況多變及複雜的路面上行走的

汽車，要以單一的程序去應對不同的狀況基本上是不可能的，所以機器的自我學習（Unsupervised Machine Learning）變得非常重要。經計算後的最佳結果更可以分發至所有汽車的系統使用。這一切看上去好像很理所當然，但當然仍需很長的時間進行測試及評估結果，畢竟保障生命安全仍是最重要的東西。

當有一天無人駕駛汽車到達一定安全及穩定程度時，對於一些因身體健康問題而不能駕駛的人士、長者，甚至乎有精神上的問題的駕駛者（如醉酒或藥物的影響，睡眠不足等等），也都可以駕駛汽車到達目的地。再者，也可以減少駕駛者因長時間駕駛或失誤而導致意外的可能性，從而也減少了因此而做成的路面擠塞，也變相可以令道路更加有效率地被使用。



智能手機利與弊？

• Frances Cheung



近年，一項與人類息息相關的發明面世了，是什麼呢？就是智能手機。它，除了加強原來手提電話的通話功能外，還可以私訊、傳送照片、視像通話、視像會議、電郵……，不一而足，溝通的途徑多得很。

與此同時，互聯網的發明，打破了我們和世界的隔閡，祇要我們有網址，或寫出關鍵字，便可以知道所有資訊，既便利，又快捷。

所以，現在，智能手機，不但解決了我們的溝通障礙，而且也開拓了我們的視野，除此之外，智能手機，對我們日常生活，還有其他益處。

智能手機的用途，宛如一部微形電腦，它具備電腦系統的大部份功能，例如：google的應用程式，可以觀賞電影、聽音樂、玩遊戲、收看網台製作的節目、自家製作的短片、看新聞、查地圖、看相簿、做文件……等，應有盡有，而且智能手機攜帶方便，已成為我們日常生活不可或缺的溝通工具。

其實，智能手機，還可以拍照、拍片、錄音、計算、照明、時鐘、看天氣……等功能，效果也毫不遜色；其次，智能手機只要下載指定應用程式，無論衣食住行和學習，都帶來便利，例如：電子錢包，可以不用攜帶金錢購物，十分便捷，也可以上網處理財務、訂購物品等。

智能手機，為我們帶來很大的便利，但也有其弊端，就是個人私隱。萬一遺失了，給別人撿拾了，便十分危險，也有機會給別有用心的人作犯罪用途；其次，長期不當使用手機，會導致手、眼睛、肩頸勞損，所以我們要適當使用手機，避免過度勞累，同時更要安裝密碼，提防財物損失。





我是叮叮嗎？

• 馬鳴

用電力驅動的車輛叫電車，香港人最熟悉的電車莫過於1904年開始服役的「叮叮」了。但今日要談的是汽車，2023年第一季中國汽車出口量超越日本成為世界第一。歐、美、日等國家憑藉百年來汽車製造的技術沉積，中國這個初哥理應很難超越。隨著近年環境保護的意識增強，新能源汽車受到重視，但各傳統車廠自恃技術了得，又不願意太快放棄百年的研究成果，所以對新能源汽車研發放慢板。中國在傳統汽車技術上累積不多，於是在新能源汽車研發上卯足全力找到突破點，一鼓作氣成為今年汽車出口第一國。

新能源汽車泛指不用化石燃料、汽油、柴油，而用相對潔淨、少污染環境的動力，例如太陽能、甲醇、氫氣、壓縮空氣、電力……等。現在最成熟的技術是電力驅動的汽車，簡稱電車，但不是「叮叮」。「叮叮」已爬行超過百年，現代電車要和燃油車比拼有幾個技術關口要突破，發動機、電池和電控。

發動機Motor，廣東人音譯「摩打」，是電力發動機的專稱，「摩打」通電後架車就可以行。小朋友拆過玩具車的「摩打」，知到裡面有磁鐵(攝石)，磁鐵的磁力愈強，電動機的扭力愈大。現在電動機在超強磁鐵加持下，可以不用變速器(波箱)就能提供足夠扭力直接驅動車輪。你想知道現在磁鐵有多強？深水埗鴨寮

街有賣磁鐵的街檔，有塊警告板上面寫著「小心受傷」，在這裡我領教過被兩片只有半吋大小的磁鐵吸合時，把手指夾到皮破血流。



電池Battery，電池技術之爭主要在能量密度KWH/Kg，即每公斤電池可以貯多少度電力。現在主要有兩種鋰電池能達到要求。在能量密度上，寧德時代的三元鋰電池 NMC Battery稍為領先比亞迪的磷酸鐵鋰電池 LFP Battery。2年前比亞迪在組裝技術上潛心研究，做出了刀片電池，即長條形電池，這樣改善了傳統圓柱體電池空間利用率不足的問題。加上不會像三元鋰電池有高溫自燃的原罪，因此有高安全系數而得到各大車廠認同。

電控Electronic Control，由整車控制Vehicle Control、發動機控制 Motor Control 和電池管理Battery Management三部份組成。其中整輛車控制和發動機控制在過去已累積不少技術，而電池管理對電動車而言是較新和較重要的環節。因電池佔了一部車的40%成本，主導了電動車的機本性能，車能不能動都要看電池，但偏偏電池又是整輛車最脆弱的部分。需知電池不是一整塊的，而是由上千塊小電池串拼而成，單要管理好每一塊小電池適量充放電也不是易事。



香噴噴的薯仔餅

• 蕃薯

我把兩個薯仔用清水洗淨，
再用刨去皮，然後把薯仔刨絲，
把薯仔絲放入湯碗中，
把一隻生雞蛋放入湯碗內，
把一撮麵粉放入湯碗內，
下適量的鹽在湯碗內，下一把蔥花在湯碗內，
用筷子把所有材料攪勻，
跟著，開了爐火，把平底鑊放在爐頭上，
調校適當的熱度，灑下一點點煮食油，
再把調伴好的薯仔餅材料，適量放在平底鑊內，
用鑊鏟把材料弄至平滑，
鑊內發出吱吱、吱吱的響聲，

等待著等待著，薯仔餅溢出陣陣香氣，
把薯仔餅轉向另一面，
薯仔餅在爐火下，
已變成一大塊微焦的、金黃色，令人垂涎三尺的香餅，
把香噴噴的、色澤誘人的薯仔餅輕輕地放在碟上，
之後，周而復始，重複以上步驟，
薯仔餅完成了，用剪刀把薯仔餅弄成一塊塊，
配上一壺香茶，一家人團團圍桌，品嚐品嚐！
你一言，我一語，一口一口的吃著吃著，
頓覺齒頰留香！一下子吃光了，
計劃著計劃著，挑一個悠閒的假日，
再烹調美食！大家享受溫馨的家庭樂！





流行曲及民歌訓練班

導師：周國榮先生

日期：2024年1月13日 星期六 (共10堂)

時間：上午11時至下午12時30分

內容：認識簡譜、呼吸運氣、發聲技巧及歌曲練習

費用：會員\$350 (只限五金電子工會會員)



耆樂社2023年第四季度活動

健康探索團

1. 2023年10月20日(星期五)

「樂齡家居睇真D」：

測試下肢肌肉強度及患上退化性膝關節炎的風險；學習坐式八段錦運動；拆解關節的不同迷思及介紹相關的長者友善生活輔助工具。

2. 2023年12月15日(星期五)

「耆望看真D」：

測試長者的眼內壓、立體知覺、視覺敏銳度及黃斑點病變風險；學習漸進式肌肉鬆弛法；拆解與視力相關的迷思及介紹相關長者友善的生活輔助工具。

註：以上兩項活動參加者必須年滿60歲

3. 2023年11月17日(星期五)

「智醒家居睇真D」：

透過參觀及講座，了解認知障礙症人士在生活中面對的挑戰，「智友善」家居的理念及如何善用生活輔助工具及家居設計以協助認知障礙症人士達至「居家安老」。

註：這項活動參加者不限年齡

上述三項活動

集合時間：上午9時30分(活動大約12時左右結束)

集合地點：油麻地地鐵站C出口路面(文明里出口)，認「五金電子耆樂社」三角旗報到。

活動地點：房協長者安居資源中心

費用全免，名額30位，額滿即止。

虎門美食一天遊

日期：2023年11月12日(星期日)

集合地點：太子地鐵站A出口地面
(認五金電子耆樂社旗報到)

開車時間：上午8時正

費用：會員/社員每位270元(每位可購票2張)

行程特色：*暢遊逆水流龜村堡、海戰博物館
*虎門地標61樓觀光空中餐廳，品嚐「三文魚海鮮刺身、任食豪華自助餐」

註：回程在福田口岸解散

香港五金電子科技業總工會

工聯會 75th Anniversary

環保悠遊樂 2023

日期：2023年11月12日(星期日)

時間：早上10:00-12:30

地點：慈雲山步行到沙田(以輕鬆為先)

費用：全部自費

集合地點：黃大仙廣場，近港鐵E出口(五金旗幟)

清／潔／山／中／森
路／過／不／留／痕

☎ 2780 7893 📞 9563 9258

頌砵瑜伽體驗班

導師：Jobi

日期：B班 2023年11月4日(星期六)
C班 2023年11月19日(星期日)

時間：下午2時30分至3時30分

地點：LH進修中心瑜伽室(地址：新蒲崗景福街104號
新時代工貿商業中心12樓02室)

每堂費用：會員60元 非會員150元

體驗內容：學員在導師帶領下學習簡單的放鬆動作，以達致調整情緒、放鬆身心、釋放壓力的作用

專業講座

防網購陷阱

導師：李煒敏

網購是時下的潮流恩物，但網購過程中有不少陷阱是一般買家沒注意，除損失金錢還損失精神和時間，要避開陷阱做個精明的網購者呢！

日期：2023年10月27日(星期五)

時間：晚上7時30分 - 9時正

費用：會員80元 非會員150元



行山樂路線

認「行山樂」旗

2023年10月8日

集合時間：

上午9時30分
(準時出發·逾時不候)

集合地點：

西灣河民娛中心門外

行程：

興東邨→康柏郊遊徑
→金督馳馬徑→寶馬山

難度：★★★★

2023年11月19日

集合時間：

上午9時30分
(準時出發·逾時不候)

集合地點：

鑽石山鐵路站C1出口集
合，91M巴士到井欄樹
起步

行程：

井欄樹→飛雲徑→飛鵝山
道→基維爾營→慈雲山

難度：★★★★

2023年12月17日

集合時間：

上午9時30分
(準時出發·逾時不候)

集合地點：

黃大仙鐵路站D2出口集
合，38號巴士到豐力樓起
步

行程：

龍欣道→鷹巢山自然教育
徑→九龍水塘→美孚

難度：★★★★

2024年1月 14 日

集合時間：

上午9時30分
(準時出發·逾時不候)

集合地點：

調景嶺鐵路站A出口

行程：

將藍大橋→日出康城→釣
魚翁郊遊徑→將軍澳坑口

難度：★★★★

注意事項

(行山樂)是本會轉載行山愛好者的信息，毋須報名，參加者自行依時到集合地點會合即可，準時出發，逾時不候。

活動時間：於指定星期日上午9:30舉行，步行約4小時。

★級制：由一粒至五粒，★越多表示難度較大

備註：是次活動為自願參加的活動，參加者安全責任自負，本會不承擔相關責任和賠償，建議參加者需自行購買保險。

費用全免、車費自備、自備全日糧水、穿平底鞋、行山手杖、手套及防雨用具。

【興趣互傳網】導師：李淑芬女士

以下食品製作班均在本會會所上課。學員請自備食物盒，以攜帶一份製成品回家享用。

懷舊豆沙水晶餅

● 晶瑩通透，Q彈清甜可口。

日期：2023年11月11日
(星期六)

時間：3:00pm - 4:30pm

費用：會員100元
非會員150元



賀年五香芋頭糕

● 過年唔少得

日期：2023年12月16日
(星期六)

時間：3:00pm - 4:30pm

費用：會員100元
非會員150元



播沙湯丸

● 上海名小食，元宵佳節及日常最啱吃。

日期：2024年1月13日
(星期六)

時間：3:00pm - 4:30pm

費用：會員100元
非會員150元



美食班DIY 導師：鄭靜音女士

DIY檸檬香草沙拉醬

● 不用煮，保證新鮮，隨時與朋友共享美味沙律

日期：2023年10月7日(星期六)

時間：下午3時 - 4時30分

費用：會員80元 非會員110元



自製健康薩琪瑪

● 簡單、隨意港式的薩琪瑪

日期：2023年11月4日(星期六)

時間：下午3時 - 4時30分

費用：會員80元 非會員110元



燈影涼瓜片

● 想不到的吃法，意外的驚喜

日期：2023年12月2日(星期六)

時間：下午3時 - 4時30分

費用：會員80元 非會員110元



手作麵包 導師：李煒敏女士

自己都可以做到新鮮出爐的麵包，又香又熱辣辣，好有滿足感。學員可帶回成品回家品嚐。

日期：2023年11月25日(星期六)

時間：下午2時30分 - 4時30分

費用：會員80元 非會員150元

