



# 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

WhatsApp：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 · 4



## 助人為快樂的源泉

### ——甄文耀榮獲「傑出義務工會工作者獎」



甄文耀是工會「五金電子耆樂社」的幹事，獲得工聯會頒發2022年度「傑出義務工會工作者獎」。他非常謙虛的表示自己只是略盡綿力，獲此厚譽，實在是喜出望外，十分感動。

甄文耀參加工會多年，初期只是想善用餘暇為會員服務。如致電關心會員的工作及生活，向會員推廣工會活動，幫忙工會節慶活動及郵寄工會會訊的工作，進行會務推廣及選舉街站，參與環保義工隊到郊野清理垃圾……大大小小的義務工作都有他的身影。甄文耀積極投入工作，因而成為了耆樂社的幹事。

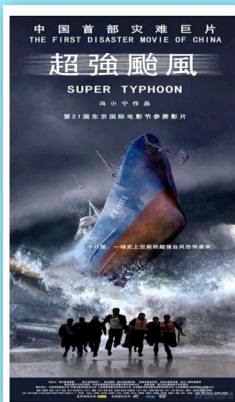
幾年前耆樂社邀請他在旅遊巴上介紹嘉道理農場的背景，希望會員對農場加深認識，增加參觀的趣味。他覺得此舉是工會對自己的信任，因此盡心盡力尋找相關資料作準備。果然當他介紹農場的內容時，會員都聽得津津有味，甄文耀看到各人臉上欣喜的神情，使他得到極大的鼓舞，自始令他更喜愛做工會義工。

耆樂社舉辦長者生日會時，是運動健將的甄文耀時常教大家做運動，非常有責任心的他事前都會做足準備功夫，令老友記獲益不少；同時，身為專業人士的他又低調地幫忙處理活動前後的食具或棄置垃圾，希望令參加者都盡興而歸。為使工會長者

有更多資源資助活動，他每年售賣「愛心券」時必全力以赴，甚至用盡職場的人情喲，以支持工會的活動。而工會舉辦專題講座時，人緣甚佳的甄文耀又請來他的專業朋友來擔任義務講者，盡顯愛會之情。

新冠疫情爆發初期，全港抗疫物資短缺，工會急會員所急，購買了一批蓮花清瘟膠囊，連同各方送贈的口罩、檢測包等，動員義工到工會包裝物資，致電會員登記所需抗疫物品，然後相約會員分區在港鐵站外派發，或直接送到會員家門外。在當時人人自危的時刻，甄文耀與不少義工都自告奮勇，承擔這份有意義的工作，親身感受到會員對工會關心的感激之情。

甄文耀表示，日後會更加投入做好一名工會義工。因為很多時做義工都感到帶給會員喜樂，自己又有極大的滿足感，更令自己有美好的回憶呢！



中國首部 故事 科普 災難 鉅片  
超強颱風

Super Typhoon

本會推介免費電影欣賞

日期：2023年5月21日（星期日）

時間：上午10時至中午12時

地點：土瓜灣馬頭涌道50號工人俱樂部9字樓

會員請即WhatsApp 9563 9258

留票，額滿即止！

# 75週年 工聯會75周年會慶 會員尊享優惠

工聯會自1948年成立，在「愛國、團結、權益、福利、參與」的方針下，積極爭取勞工權益，推動制訂與改善勞工法例，更關心打工仔女們的身心健康的健康。

工聯會工人醫療所、工聯會進修中心、工聯優惠中心在75周年會慶期間，特別為工聯屬會、贊助會會員推出多項精選優惠。



工人醫療所服務：  
特選體檢、參茸藥材  
**75折**



工聯優惠中心：  
精選生活百貨  
低至**75折**



工聯會進修中心：  
學員優惠  
**75折**



優惠詳情連結



精彩不斷！

工聯優惠多蹤跡

包括：購物、美食、服務、休閒娛樂等等...

立刻加入成為工會會員  
即享工聯會所有福利優惠



歡迎網上入會

membership.itu.org.hk



\*計劃以本會公佈為準，本會保留最終決定權

## 代報工聯會進修中心課程

工聯會進修中心2023年秋季課程，將於2023年8月6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。

2023年秋季代報日期：7月8日至7月14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「工聯會業餘進修中心」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

五金電子  
9563 9258

會員可以透過工會WhatsApp留言「電子版」，讓工會知道您選擇以電子版會訊代替此紙本會訊，更方便又環保，並可更快收到工會的其他訊息。

五金電子WhatsApp專線  
9539 9258。記得將這個號碼儲存在您的手機呀！

# 活動回顧

## 慶祝工會成立74周年會慶聯歡花絮

### 工會訊息



2023年1月1日各理事同大家祝酒，祝願新一年大家身體健康



職業性失聰補償管理局遊戲，得獎者合照



歌班同學唱歌助慶



手機初階實習班合照



3月5日有機農莊茶果DIY一天遊200人大合照

## 香港五金電子科技業總工會

# 慶祝工會成立75周年歌唱比賽

### 獎項

冠軍：現金獎\$1,800

亞軍：現金獎\$1,000

季軍：現金獎\$300

\*參賽者均可獲參賽紀念狀以作嘉許

### 決賽餐會

日期：2023年10月15日(星期日)

時間：下午1:00

地點：油麻地城景國際2樓水晶殿

形式：自助午餐

收費：會員\$250元 非會員\$400

(每位會員可會員價購票3張)

### 比賽詳情

報名日期：由即日起至2023年5月31日

入圍形式：2023年6月6、8、10或11日到工會初選

決賽日期：2023年10月15日

決賽地點：油麻地城景國際2樓水晶殿

報名費用：每位150元(7月15日前繳費減收50元)

參加資格：須為本會合格會員

參加組別：1. 會員可自行參加(獨唱)

2. 會員可與另一位會員或一位直系親屬組隊參加(不接受小組唱)



查詢電話：2780 7893

五金電子WhatsApp專線：9563 9258



報名表格



比賽詳情

 人工智能 一語言篇 • Sanny Hui ...

在最近的幾十年，科技改變了人類很多生活上的習慣。在很遠久的古代，人類用符號及象形文字來記錄歷史及傳遞訊息。之後開始創造了文字，又發明了利用紙筆來取代以往用竹簡來雕刻。絲印、印刷技術、打字機，以至使用電腦鍵盤輸入文字都大大提高了製作書本及文件的速度。

然而，現在人們只需拿著一部智能電話，無論是什麼型號也能輕鬆地用語言直接將文字輸入。這種比任何一種文字輸入法都快速而又無需特別訓練的方法，使得寫作變得更加簡易。另一方面，科技也令文字可以活起來。經由電腦或智能電話可以直接以用家選擇的語言讀出來。文字看不懂？按個翻譯鍵便可。當然現在還不能做到百份百的詮釋，但透過人工智能及機械學習，不用多久人們便可享受高準確度的文字翻譯服務了。

在香港，早期比較流行市面的語音輸入系統非蒙恬及好易通電子字典系列莫屬。然而，因為當時互聯網絡的速度及科技的限制，語音的資料都是儲存在主機內的數據庫。在有限的資源上去識別不同人的語音及內容都是極其困難的。以致結果往往不符預期。其實，早在二戰過後，有外國人已經開始打算利用機器來進行不同語言之間的翻譯了。當然在連電腦都未開發的年代這只可以是一個不切實際的幻想。但經過人們不斷的開發及研究，這個夢想在這個年頭發光發亮了。也令我們這一輩的人受惠不少。

事實上，除了在文字，語音和翻譯的領域上，現在的人工智能也能夠自行寫作文章及和用家以語音對答，但這些「服務」也帶來了另一方面的問題：誠信及倫理上的爭議。我會在往後的文章內探討這類問題。



 我不是機械人 • 馬鳴 ...

爆紅的電腦程式ChatGPT (Chat Generative Pre-trained Transformer) 懂吹水，經訓練後具創意的變形金剛，一般簡稱為「聊天機械人」。這IT程式的最新版本最近在社會激起波瀾，引起教育界、學術界..... 打工子女的擔憂。在日臻完美的人工智能(AI)加持下，這機械人程式懂得通過不斷學習來模仿人類的思維模式，並且具有個性和感情。當然它更有著電腦的DNA，憑藉大數據資料庫(記憶力)和高速運算(思考力)，加上AI自我學習(組織力)，這機械人比一般人類的能力強太多了。

曾經有人要求ChatGPT以「我有一顆鑽石」為題寫一篇文。以下是它的作品，大家認為它可在老師手上拿多少分呢？

「我有一顆鑽石，它是我最珍貴的寶物。它不僅僅是一個物品，對我來說，它更是一種情感和回憶的象徵。這顆鑽石是我父親送給我的生日禮物，他告訴我，這是對我一生的祝福和對我對家庭的承諾。我父親去世後.....是我生命中最美好的回憶。.....」

這機械人寫的詩也不賴，有人要它模仿李白風格寫詩，它輕鬆地回了幾句：「真道相思了無益，



未知青松折作剪。明月高懸夜空中，今夜知君何處尋。」

還有一個更人性化的例子，有人問它：「為什麼老婆話2加5等於8」，ChatGPT竟然回答「如果你老婆說是8，就肯定是8了」。令人太驚訝了！這肯定是有經歷的人才懂的道理，你我還敢肯定它是機械人嗎？

好多時我們在上網申請一些東西時，網主為要防止惡意程式入侵，要我們在「我不是機械人」的選項上打勾後才能繼續下去。隨著機械人模仿人類愈來愈似，將來求職面試時，可能考官也會第一句問：「你是不是機械人」，而你必須回答：「我不是機械人」。但將有一天，考官會聽到這回答：「沒錯！我是機械人」！





## 疫後

• 瑪利安



世界不斷在轉變，這是自然現象，萬物皆如是，人類的社會也是一樣！

世上任何人，任何事和物都在變化，而且不斷地變，分別只是有些變得快，有些變得慢，有些只是變了少許。

當然正面的變化，可以帶來進步、耳目一新、平安、舒適、鼓舞……等等；反面的變化，則代表由好轉向壞方向，可能帶來不安情緒、傷害、甚至破壞社會的和諧穩定。

這次長達三年的新型冠狀病毒歷程，也將這個人類社會轉變了，急速發展的節奏拖慢下來；當年疫菌來時似狂風暴雨，雷鳴閃電一般鋪天蓋地席捲全球，人人自危，膽戰心驚，近乎躲都躲不開，承受着咄咄逼人的衝擊。先進國家都實施封關自保，更爭分奪秒競爭找出疫菌針藥！

此外，我們不難感受到在過去三年，因受疫情影響，人們的生活方式都出現了改變。其中一個明顯例子，就是有些在職人士，要由辦公室上班轉為在家工作，令到家因此同時成為職場，自己和家人的生活或多或少受到影響，工作效率可能未達到理想發揮。

相信疫情後，每個機構每間公司的僱主僱員都寄予新希望，重新上路，發展已長，力求創新和蛻

變，追回失去的機遇和時間！

至於學生，因學校有不少課程要由面授轉為網上教授，老師也得適應新的授課方式。雖然學生仍可繼續學習，但沒有真實學校環境這個小社會，師生和同學之間的彼此溝通交流方式，都出現了變化，不再是面對面交談，而變成透過視像見面。家除了是家和職場外，同時也變相成了學校，同一屋簷下的每個家人不得不重新適應，包容和理解，實屬不容易，尤其香港是寸金尺土的居住環境呢！

教與學曾有着翻天覆地的改變，隨著疫情緩和，面授課堂逐漸恢復正常，教育界也是時候着手做教育的以後策略和支援，如何增加教育系統的韌度和有效性，又如何應付未來的突變和時代需求，尤其是不知新疫菌藏在何處，何時反撲再爆發！

從事社福服務的社工們，這三年艱難歲月中，迫不得已由面談的關懷改為網上接觸，期間或多或少有點疏離感，令受助者不能那麼自然地把心中意念表達出來，無論如何工作方式因不同原故而改變，社工們仍緊記助人的初心！

義工們更不辭勞苦送疫包和隔離期的緊急支援，永遠發揮互助守望，關懷弱勢社群的精神從未減退。助人者如欠缺關愛的初心，服務便失去意義了！



## 幸福是什麼

• 阿福



大家老友記，你們好，我叫阿福呀！

今天剛60歲，趕得及拿2元搭車優惠，是五金電子工會耆樂社的忠實會員。

好多老友記問我幸福是什麼，這個問題看似無邊際，其實亦好簡單。就是「簡單」這兩個字，活得健康沒有大病，就是生活裡那些簡單的快樂。

珍惜當下做一個微笑掛在嘴邊，快樂放在心上的人。

笑對人生，知足常樂，心情美好，幸福伴隨。

簡單平淡也是一種幸福。所以什麼都可以丟，千萬不要丟了笑容，微笑是最好的彩妝，也是對一

團糟的生活最堅強有力的反擊！

用微笑讓不愉快的事情拋在腦後，愉悅的心情和笑容，也能帶來好運氣，也能影響別人，讓周邊的人都能感受到快樂與溫暖的氣氛！

佛經有這一個故事是這樣，有一個人被毒箭射中了，佛祖就問羅漢：「去爭論誰放的箭，是那角度放出來的箭，還是應先去救人好呢？」

其實問題最重要的是解決，不是爭論誰錯誰對，面對問題先去處理，不要爭論，更不要怨天尤人，亦是生活的態度。



大多數的男人都會說：女人心海底針！  
而女士們也常常這樣說：真搞不懂男人！  
問題不是在男女的差異，而是大家都懶得了解。互相都不願傾聽各對方的說話。

有甲乙兩人的故事：

阿甲對乙說話，但發現阿乙沒有聆聽而且很浮躁，坐立不安，所以就問阿乙「為什麼？你有問題嗎？你沒有聽到我在講話嗎？」

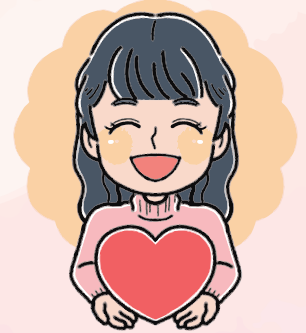
乙就回答：「聽是可以聽到，能不能聽進去才是問題。」

他說到了重點：「聽到是沒有問題，但有沒有聽進去是另一個問題。」

你有沒有想過你為什麼要聽別人說話？你聽到的是自己的想法，還是對方的想法？這兩者是很不相同的，如果你有先入為主的想法，或是只聽了一半，就以為自己聽明白了，就得出結論，這樣有聽不就不等於沒聽嗎？

- 要當個好好的聆聽者，要注意四個要點：
- 一 隨時留心。把注意力放在別人的話題上，試著進入他們的觀點，而不是從你的角度聆聽。
  - 二 注視對方的眼睛或臉部。不要左顧右盼，這樣會使對方分心，而且讓人覺得不受重視。
  - 三 應聲附和。是讓對方知道「我很認真在聽」，這是最好的方式；回應對方的話，不妨說出你對他們所說的話的了解，就你所聽見和理解的地方。
  - 四 忘了自己。如果無法忘記自己，你便無法傾聽。

養成有這樣的習慣，相信你會有更多的朋友啦！



工聯職安健協會有限公司

工聯會 新工運 75

## 心腦血管健康 之 HANDMADE減壓香氛茶燭工作坊

心血管疾病和腦血管疾病（心腦血管疾病）是香港常見的致命疾病。一些個人因素，例如既有的疾病、生活習慣和精神壓力等，可能會增加罹患心腦血管疾病的機會，甚或引致在工作時病發。這些個人風險因素絕大部分都可以透過改變生活方式和其他合適的措施加以避免或控制。

日期：2023年6月16日 星期五  
時間：晚上19:30至晚上20:30(講座)  
晚上20:30至晚上21:30(香薰製作)  
地點：九龍新蒲崗大有街32號泰力工業中心5樓6室  
人數：25人  
收費：\$20  
導師：註冊社工 - 韋秀儀女士(Zoë)

同場可學習製造  
茶燭製成品（每人四粒）

## 講者：永明團隊

### 如何分析及處理強積金講座

### 自願醫保及意外保講座

兩／個／講／座／合／一

日期：2023年4月28日(星期五)  
時間：晚上7:30-9:00  
費用：全免  
地址：九龍新蒲崗大有街32號泰力工業中心5樓6室  
報名：2780 3973 Whatsapp 5607 7218

兩／個／講／座／合／一

## 興趣互傳網之滋味班

導師：李淑芬女士

### 抹茶蜜豆山藥糕

- 參加者每人可親手製作2個，請自備食物盒。
- 日期：2023年5月13日(星期六)  
時間：下午3:00—4:30  
費用：會員100元  
非會員150元



### 家鄉鹹肉糰

- 講解五角糰包與扎的技巧及示範用水草的捆綁方法。
  - 參加者每人可製作1-2隻帶回家，請自備食物盒。
- 日期：2023年6月17日(星期六)  
時間：下午3:00—4:30  
費用：會員100元  
非會員150元



### 舂水生

- 古代江南的茶果子，最適合炎炎夏日享用。
  - 參加者可製作2個茶果子帶家品嚐，請自備食物盒。
- 日期：2023年7月22日(星期六)  
時間：下午3:00—4:30  
費用：會員100元  
非會員150元

### 冰皮月餅

- 每人可親手製作2個月餅，請自備食物盒。
- 日期：2023年8月26日(星期六)  
時間：下午3:00—4:30  
費用：會員100元  
非會員150元

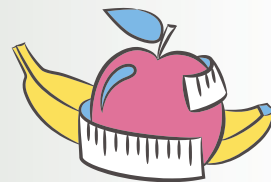
## 流行曲及民歌訓練班

- 導師：周國榮先生  
日期：2023年7月22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參加)



## 耆樂社2023年第二季度活動

### 健康探索團



- 2023年4月21日(星期五)  
「樂齡家居睇真D」(30人)：  
參觀最新的樂齡家居科技新設施，使照顧者可以改善家中設備，令居家長者能提高自我照顧能力，達至長者家居更加安全及更加舒適。
- 2023年5月19日(星期五)  
「留住腦朋友」(30人)：  
曾經試過忘記關火？不記得鎖匙放在哪裡？「留住腦朋友」會為大家拆解記憶衰退之謎，並會教大家醒腦秘笈。重點測試：認知障礙風險評估。  
註：參加者必須60歲以上
- 2023年6月16日(星期五)  
「身歷耆境」體驗團(30人)：  
走進長者的世界，了解他們在老化過程中，身體功能的轉變，以及長者友善家居的重要。  
註：參加者必須60歲以上



## 頌親恩蓮花燈製作班

導師：倫雪傑

親手製作一盞精美的蓮花燈，母親節送給媽媽，感謝她的愛和關懷。

- 日期：2023年5月6日(星期六)  
時間：下午2:30  
費用：會員120元 非會員180元  
地點：新蒲崗景福街104號  
新時代工貿商業中心12樓4室  
新蒲崗(LH)業餘進修中心

上述三項活動地點：房協長者安居資源中心  
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。  
注意事項：參加者必須提供姓名、性別、出生年份及聯絡電話。



#### 2023年4月2日(星期日)

集合時間：上午9時30分  
集合地點：粉嶺鐵路站C出口  
行程：粉嶺→鐵路旁小徑  
→流水響水塘→  
布吉仔→聯和墟  
難度：★★★★

#### 2023年5月7日(星期日)

集合時間：上午9時30分  
集合地點：地鐵顯徑站A出口  
行程：顯徑→衛徑引水道  
→九龍水塘→  
鐘山台→美孚  
難度：★★★★

#### 2023年6月4日(星期日)

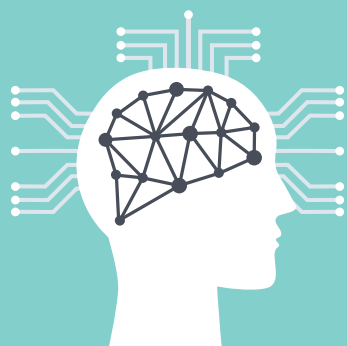
集合時間：上午9時30分  
集合地點：地鐵葵芳站A出口  
行程：36M巴士→梨木樹  
→城門水塘→下城  
門水塘→大圍  
難度：★★★★

#### 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。

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。

★級制：由一粒至五粒，★越多表示難度較大



## AI 智能科技

### 1. 講解火紅ChatGPT 使用方法

最近註冊已過一億次的聊天機器人ChatGPT，它可幫你寫論文、寫求職表、寫程式、寫歌詞，是不是無所不能？

### 2. 智能家居 增加生活便利度

智能家居可改善生活，當中有哪些地方要注意？

### 3. AI繪圖 你也是個藝術家

擁有獲獎能力的AI繪圖勝出了國際繪畫及攝影比賽，要輸入那個關鍵字，才可畫出來？

日期：2023年5月10日及5月17日(星期三)

時間：晚上7:30至9:00

地點：九龍新蒲崗大有街32號泰力工業中心5樓6室

費用：會員\$120 非會員\$220

人數：20人

導師：沈頌恒先生

報名及查詢：2780 7893

WhatsApp 專線：9563 9258



## 美食班DIY

導師：鄭靜音



### (一) 豆腐pizza

日期：2023年5月5日  
(星期五)

時間：晚上7:30至9:00

費用：會員80元  
非會員110元

### (二) 砵仔糕

日期：2023年6月3日  
(星期六)

時間：下午2:30至4:00

費用：會員80元  
非會員110元

## DIY押花竹杯墊

導師：鄺寶蓮(花藝師)

齊來製作一份充滿創意的專屬禮品。學員日後可利用這個概念及物料去製作不同的精品。例如：相架、led字母燈，各種手飾物品等等，製作過程約兩小時。

日期：2023年5月28日  
(星期日)

時間：下午3:00至5:00

費用：會員120元  
非會員180元

地點：工會會址

