

# 香港公益金 全港挺直護脊校園計劃



近年來，患有脊骨問題日趨年輕化，而且患病兒童人數不斷攀升。香港公益金於2017年起每年撥款港幣一百多萬資助兒童脊科基金有限公司推行「香港公益金全港挺直護脊校園計劃」，每年為超過250間小學及幼稚園提供一系列的脊科健康服務，目的建立「脊骨護理從小做起」的護脊習慣。現在，讓大家認識一下計劃的服務：

**1 護脊操活動：**  
機構職員到訪學校，向學童、教師及家長教授護脊操。



**2 學童/親子護脊工作坊：**  
設計多個護脊遊戲，各個小遊戲均加入護脊運動元素，目的令不論學童、親子都可以在享受遊戲之餘，也能領略到護脊概念。



**3 脊骨檢查服務：**  
脊醫為年齡由2至16歲的學童檢查脊骨體態，偵測潛在脊骨問題及給予跟進建議。



**4 護脊大使訓練：**  
舉行護脊大使義工培訓，裝備參加者各種護脊知識，並成為到校護脊活動的帶領員。



**5 教師護脊培訓：**  
除了由脊醫講解脊骨神經健康資訊外，亦提供護脊遊戲培訓，分享設計護脊遊戲的理念，更鼓勵教師將護脊元素加入日常校本課程中，培養兒童護脊習慣。