

# 建築的事 之開心跑

跑步是有益身心的運動，假如能夠與家人、同事一起參與，必定得到更大快樂。自2017年起舉辦的「建造業開心跑暨嘉年華」，凝聚建造業工友培養運動習慣；而嘉年華會設有特色攤位遊戲及表演，讓建築人與家人歡度一個健康、愉快的周日。

# 一呼千應 善心傳遞 有一種開心叫跑

「建造業開心跑暨嘉年華」（開心跑）由建造業議會（議會）旗下的「建造業運動及義工計劃」（CISVP）舉辦，計劃旨在鼓勵從業員參與多元化的運動及義工服務，達致強身健體和關愛有需要的社群，為社會注入正能量。CISVP每年為業界舉辦多個運動項目，除了開心跑暨嘉年華外，還有運動會暨慈善同樂日、乒乓球比賽、五人足球同樂日、籃球邀請賽及龍舟競賽等。

## 業界樂支持 善心澤社群

「開心跑」一直得到業界的踴躍支持及參與，今年吸引約五十個業界機構、逾千人報名參加。活動已於1月12日在香港建造學院大埔訓練場舉行，比賽路線途經大埔海濱公園，跑手沿途可以享受美麗的自然風光。「開心跑」分別設有「10公里男、女子組個人賽」及「3公里開心跑」。為鼓勵更多建造業家庭及同事組隊參與，今年新增4 X 250米「突出隊型接力跑」及500米「親子牽手跑」。

除了個人賽項，大會亦頒發多個團體獎項，包括「建造業議會盃—全場總冠軍」、「人才濟濟盃」及「學院盃」。議會更將是次「開心跑」合共16萬元的報名費，全數捐贈予「建造業關懷基金」及「建造業關懷基金綜合服務中心」，幫助有需要的建造業從業員及家庭。

## 動員齊運動 汗水化善舉

今年的「全場總冠軍」由新鴻基地產集團（新地）奪得，獎項是計算團體首十名以最快平均時間完成10公里賽事。新地最佳成績的參賽者為來自旗下新輝（建築管理）有限公司建築部採購經理關子健（Michael），以39分9秒衝線。Michael表示：「今年是第二次參加『開心跑』，新地一直鼓勵同事透過運動鍛煉身體、挑戰自己，更贊助同事以至家人參與不同慈善和公益體育活動，鼓勵公眾和同事將汗水化成善舉，貫徹一直提倡的『運動行善』精神。」

Michael認為香港人的工作、生活十分忙碌，



▲建造業開心跑是業界年度盛事，今年吸引約五十個機構、逾千人報名參加。

加上手機網絡發達的年代，許多家庭都缺乏溝通；透過運動，大家可以從中有更多互動、了解。「我平日會跟家人、朋友及同事一起跑步，更喜歡在練跑時『與自己對話』，清空一下思緒，許多平日煩擾的問題，都可以在跑步時想出解決方法。」Michael與14名同事組隊參加，充分體現運動能夠帶給人的正能量、毅力和共融團隊精神。「賽前大家都未有想過能奪得『全場總冠軍』，將會一起飽餐一頓來慶祝！」



▲「全場總冠軍」由新鴻基地產集團奪得，該集團最佳成績參賽者關子健以39分9秒佳績完成10公里賽事。

## 出錢又出力 以身作榜樣

「人才濟濟獎」是計算派出最多跑手完成10公里及3公里賽事的團體，今年由天和工程有限公司（天和）首次奪獎。天和董事曾燈發更是「出錢出力」，除了是今年的金贊助商外，也身體力行參加3公里開心跑。他說：「自『開心跑』舉辦以來，天和每年都鼓勵同事參與。建造工友由早到晚辛勞工作，投入運



▲天和工程有限公司獲頒「人才濟濟獎」，該企業董事曾燈發（左）及扎鐵工友羅俊軒一同參與賽事。

動的時間較少，活動是一個難得的平台，讓大家透過運動鍛煉身心健康；所以我十分支持，並透過各工地主管宣傳這項賽事。」現時天和擁有自己的義工隊、關愛隊及龍舟隊，並積極鼓勵員工參與CISVP舉辦的運動項目。

天和的扎鐵工友羅俊軒今年是第一次參賽，他表示：「參加長跑運動有助鍛煉體魄，公司鼓勵同事一齊參與『開心跑』，令大家的關係更密切，沿途彼此送上一句『加油！』已經很足夠。嘉年華會設有很多適合一家大小的攤位遊戲，提供一個家庭聚會的良機，是一件很開心的事。」

## 捕捉開心一刻



Presented by  
**CONSTRUCTION INDUSTRY COUNCIL**  
建造業議會  
www.cic.hk

下期預告  
建造業同心抗疫  
將於三月十一日刊登