

# 建築人

第十一期  
2019年11月

地盤我至型

# 建築事



## 紮鐵師傅靠體力同意志力 鍊成鋼鐵之軀

90後嘅發仔，唔單止大隻，加埋一身古銅色皮膚，一睇就知係紮鐵師傅！三年前，佢本住「若要生活好，去做紮鐵佬」呢個信念，毅然參加建造業議會嘅在職培訓計劃入行。三年過去，白滑男生變身成粗獷型男，立志將紮鐵工成終身職業！

雖然發仔從小鍾意健身、運動，但佢話入行初期大量體力勞動工作都好吃力，要幾個月先適應。發仔話自己跟同事關係好，「大家有重嘢一定預埋我！」因為同事知道他勤力、大力、手腳靈活，他要跟同事徒手將長6米3、重58公斤的鐵枝豎起，再以一人之力拎到工作地點，絕對唔簡單，「完成工作唔單止要夠力，仲要有意志力。」

對發仔而言，做紮鐵嘅回報除咗金錢，仲有健碩的身型及完美的線條。「做咗紮鐵，基本上都少咗做gym，返工就係做gym。」可以將刻苦的工作，結合興趣去看待並非人人做到，未來發仔期望不斷完善自己，令事業更進一步！

剛入行嘅發仔青靚白淨！  
(前排左四)

每日返地盤都會揸電單車，又型又方便~

除咗健身仲會爬龍舟，想唔大隻都難啦~

建造業議會  
葵涌訓練中心



# CISVP 你今年玩咗未？

## 建義勇為CISVP三週年特輯

建造業議會係2016年9月成立建造業運動及義工計劃(CISVP)，鼓勵建造業從業員積極參與運動和義工服務，提倡健康的生活方式同關懷文化。如果你唔知CISVP係咩、無參加過CISVP嘅活動，咁就走寶啦！我哋一齊回顧佢嘅成長路，睇定有咩活動可以參加啦！



▲ 大家一齊數「三、二、一，啟動」後，CISVP嘅豐富活動多到一發不可收拾！

### 三年搞超過200項活動

CISVP係2016首次舉行「建造業運動會暨慈善同樂日」，吸引接近800名從業員參加，盡展活力的一面。同場舉行「建造業運動及義工計劃」啟動禮，讓大家發揚「樂健行義」精神！

#### CISVP個人會員人數



### 年度業界盛事

#### 「建造業運動會暨慈善同樂日」

參與人數一年勝一年，2018年有近1,500名業界從業員參加，除競逐田徑項目及隊際比賽外，仲同一家大細玩嘉年華會遊戲！



#### 建造業開心跑暨嘉年華

分為十公里賽及三公里開心跑，2019年新增「專業工友盃」，工友都爭住報名！同場舉行嘉年華會，與眾同樂。

今年將增設「親子牽手跑」及「突出隊型接力跑」！快啲報名喇~



#### 建造業乒乓球比賽暨嘉年華

雲集業界乒乓波好手，「殺波」、「抽波」、「凹波」場面緊張刺激，上演超過200場精彩賽事！

#### 龍舟競賽 — 建造業議會魯班盃

每逢端午節，城門河上都會見到建造業界龍舟精英隊伍同場比拼，奮力爭奪「建造業議會魯班盃」嘅桂冠！2017有16隊業界龍舟勁旅參加，咁2019年呢？係32隊呀！



#### 建造業五人足球同樂日

2019年首度登場，廣邀業界團體、從業員及工友組隊參與。首屆共有47隊報名參賽，競爭激烈！同場加設建造業關愛盃，踢住波做善事。

▼ 扭得好，踢得鬼馬，個個都足球小將上身！



▲ 2019年報名踴躍，超過300名來自40多個不同機構的乒乓球好手參與。

## 義工服務

CISVP由成立至今，共為社區提供**250次**各類型的義工服務，受惠人數超過**24,000人**！

### 「建造業義工獎勵計劃」

喺2017年推出，旨在鼓勵及肯定業界義工的貢獻，並推廣義務工作的文化。至2019年，共有40間建造業機構及17間社福機構參與，人才濟濟！



▲ 為善不甘後人

### 建造業關愛機構計劃

2019年7月推出此計劃，表揚以行動支持及推動企業社會責任的業界機構。計劃得到業界的踴躍支持，短短幾個月間，就有超過50間機構參與，旗下員工總人數多達六萬人！



介紹番CISVP三位靈魂人物，(左起) Eunice、Nick同Vincent！但凡想參加業界大大小小嘅義工或體育活動，都要搵佢哋！

#係愛呀？定係責任呀？



### 魯班服務月

建造業議會將七月定為「魯班服務月」，鼓勵各建造業公司或機構，於月內組織或參與不同的義工服務，宏揚魯班先師貢獻社會的精神，一連串已舉辦的服務包括乒乓球義教、家居院舍維修、藝術工作坊、導賞參觀活動等。

### 目標

將關愛文化推廣到全港超過47萬名註冊建造業工友。你都快啲加入我哋，一齊「樂健行義」！



## 築動世界



2019.12.17-20 | 香港會議展覽中心  
**建造創新博覽會**

由香港特別行政區政府發展局、中國住房和城鄉建設部科技與產業化發展中心及建造業議會合辦的建造業盛事——2019建造創新博覽會就嚟開始喇！

為期三日半嘅展覽展示四大建築創新科技主題，包括裝配式建築、建造機器化、建造數碼化以及先進技術及材料，建造業最新最勁嘅資訊全部有齊！參觀者更有機會體驗虛擬實境技術 (VR Cave)、全息投影桌 (hologram table)，同埋參與建築信息模擬體驗工作坊。

此外，主辦單位仲會每日喺展場內抽出兩位幸運兒，可以獲得香港迪士尼樂園酒店住宿一晚連兩張樂園門票套票一份，或者一套雙人來回機票 (目的地為峴港、新加坡、首爾及東京不等)。



參觀展覽費用全免！想見識業界最新科技兼抽大獎，即刻去呢個網站預先登記！

## 渠務署義工隊 將心比己與長者同行

你有無諗過自己老咗之後嘅生活會係點？長者嘅需要同困難你又了解幾多？本住「以心為心·盡力盡心」嘅精神，渠務署於2017年推行「愛·與耆義同行」，透過活動關懷、協助長者之餘，更加深義工對長者身心認知、了解更多佢哋生活上需要！

將心比己、代入角色係最可以了解受助者嘅方法，所以「愛·與耆義同行」有別於其他長者活動，特別安排一系列活動，等義工自我增值，透過親身交流及夥拍耆義，學習與長者合作和溝通。在「愛·身歷耆境」活動入面，義工更著上「高齡體驗衣」，包括負重嘅背心外套、手腳綁上重物，模擬長者身體機能限制，親身體驗長者生活中所遇到的困難。

義工體察了長者的困難建立了同理心，經過年半嘅獨居長者探訪，雙方更增加信任和友誼，義工團隊亦透過為期半年的探訪活動與長者閒談、了解他們的故事，最後更將老友記分享嘅逸事結集成「生命故事冊」！呢個咁有意義嘅項目早前就榮獲「建造業義工獎勵計劃2019」非凡建造業義工項目金獎！好勁呀！



▲ 義工同長者打成一片~ (渠務署網頁圖片)  
 ◀ 「做老人家」一啲都唔容易！(渠務署網頁圖片)



## ⚠ 地盤意外 個案分析

### 預製石屎樓件翻倒

一名工友協助將四件預製樓卸貨，先將三件樓件從車斗卸下，餘下一件運到另一處。工友留在車斗時，預製樓件突然倒下，把他壓在樓件與車斗側板之間，引致死亡。



#### 意外原因

- 沒有使用支撐架或安全拉索方法以固定預製樓件

#### 工友應該

- 遵從僱主提供的安全工作程序和預防措施
- 當發覺工序有危險時，立刻通知管工
- 接受適當吊運訓練

#### 管工和負責人須注意事項

- 訓練及監督搬運工友依照安全工序與方法工作
- 提供適當的支撐架或安全拉索設備固定樓件

資料來源：勞工處





# 派VR眼鏡教安全 CIC教師傅返工要知「驚」

建造業議會安全周2019延續活動「工地齊FUN享」，向地盤派出近100份VR眼鏡體驗套件，主題為高空工作，訓練內容設四個情景，包括使用棚架、升降台、地台隆和人字梯。工友感受逼真的高空工作，可模擬平日工作的程序，體會潛在危險，再透過片段，得知如何改善相關危機工序。

VR眼鏡派到去工地後，各地盤都分別舉辦「工地齊FUN享啟動禮」，向地盤師傅宣傳，鼓勵佢哋同來體驗，「玩完真係驚一驚，開工會加倍小心！」在短短四個月，已經有超過2,400人次體驗過。議會在11月更舉行了「高處工作安全分享會」，邀請了不同建築公司分享推廣安全心得。



▲ 師傅們都對呢個學安全嘅新模式好感興趣！

## 一格漫畫

# 卧虎藏龍



插圖師: Humchuk

## 地盤術語

# 【波板糖】

波板糖？食得㗎？非也非也！喺地盤出現嘅波板糖原來係道路指示板咁解，雖然唔食得，但就喺指揮交通方面功不可沒！



- 【中】 停去牌
- 【英】 Stop Go Sign
- 【意】 每當有工程需要封路嘅時候，工友就會舉起波板糖指揮路上嘅車輛，確保行人同車輛都可以安全使用道路。



公司網站

**工程科文**

- 負責地盤工程監督
- 須有五年以上工程監督經驗及懂閱讀地盤圖則
- 勤奮、上進、富責任感
- 可隨時上班並持有有效平安咭

**地盤倉務員**

- 具樓宇工程項目收貨 / 倉務經驗；
- 處理一般地盤倉務工作、接收貨物及檢查貨物、搬運貨物、貨存記錄；
- 於長沙灣工作

**學徒**

- 中學程度或以上
- 負責地盤一般事務
- 良好溝通技巧

有意者請將履歷傳真至：2572-4080 或  
電郵：hrd@pentaocan.com.hk 或  
致電 2961-2956 林先生洽。

**招聘 Recruitment**

香港建造學院 HONG KONG INSTITUTE OF CONSTRUCTION

現招聘多名全職工藝導師 / 導師助理

- 測量 / 平水、油漆
- 紮鐵、釘板、泥水
- 機電 (消防、空調及制冷裝置)
- 起重機操作

尚有其他工種的職位空缺  
有興趣之申請人  
請於辦公時間內致電  
2100 9019 或 2100 9020

CONSTRUCTION INDUSTRY COUNCIL 建造業議會  
HAPPY ORGANISATION 開心機構  
Caring Organisation  
共融機構  
積金好僱主  
INDUSTRY CARES

**招聘 Recruitment**

CONSTRUCTION INDUSTRY COUNCIL 建造業議會

現招聘多名全職工藝導師

- 測量 / 平水
- 紮鐵、釘板
- 混凝土、機電
- 棚架 (竹及金屬)

尚有其他工種的職位空缺  
有興趣之申請人  
請於辦公時間內致電  
2100 9019 或 2100 9020

CONSTRUCTION INDUSTRY COUNCIL 建造業議會  
HAPPY ORGANISATION 開心機構  
Caring Organisation  
共融機構  
積金好僱主  
INDUSTRY CARES



**easyJob 建工易**

首選搵工App 電子註冊 更快更易

建造業議會強勢推出嶄新「建工易」流動應用程式，為僱主及建造業工友提供一站式直接工作配對平台及一系列創新功能。就業服務費用全免且簡單易用，協助求職人士找尋建造工作和僱主招聘合適員工。

僱主網上平台 (www.cic.hk/easyJob) 同步推出，方便僱主刊登職位空缺及打理帳戶。  
想率先體驗此新穎，立即建立帳戶！



**僱主版**

主要功能：

- ✓ 按工種刊登空缺
- ✓ 自動配對求職者
- ✓ 與求職者即時通訊
- ✓ 獲取議會最新資訊

立即下載!  
DOWNLOAD NOW



**POST JOB 搵人更容易**

**工友版**

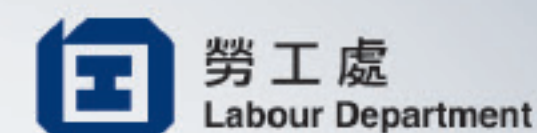
主要功能：

- ✓ 工作配對
- ✓ 電子預約、續期註冊及更新資料
- ✓ 拍咭檢視註冊資料
- ✓ 獲取議會最新資訊



☎ 2873 1911  
✉ www.cic.hk

**建造業 招聘中心**  
Construction Industry Recruitment Centre

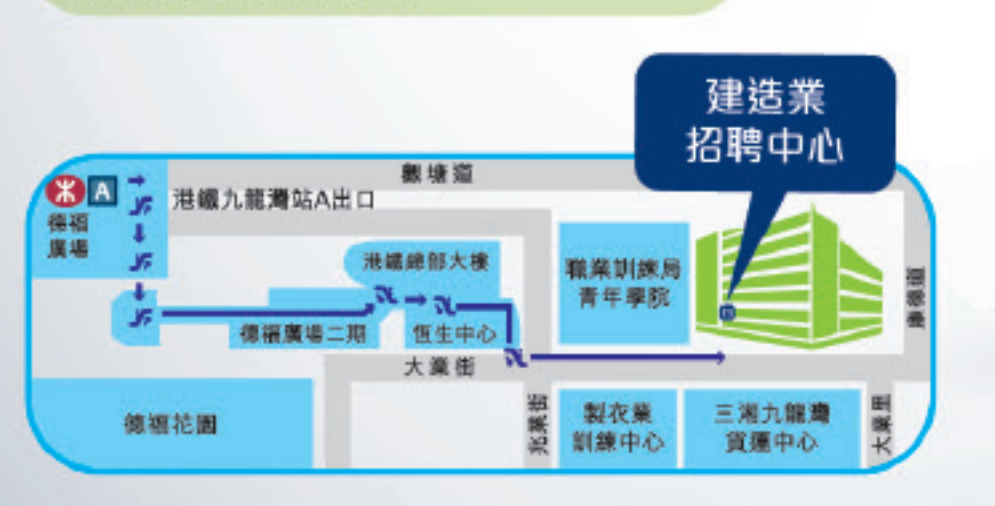


**一站式**  
建造業  
求職招聘平台



招聘會詳情可瀏覽  
www.jobs.gov.hk 或

預約熱線  
3428 3303  
面試名額有限  
請提前預約



3428 3303  
www.jobs.gov.hk  
九龍灣大業街44號香港建造學院-九龍灣院校1樓  
(港鐵九龍灣站A出口·近德福廣場二期)

\* 活動詳情以最新公布為準



11 | **2-12** | 1 (星期一至日)  
**STEAM 築樂園**  
 建造業零碳天地

12 | **8** (星期日)  
**建造業運動會暨慈善同樂日2019**  
 深水埗運動場

12 | **17-20** (星期二至五)  
**2019 建造創新博覽會**  
 香港會議展覽中心

1 | **12** (星期日)  
**建造業開心長跑暨嘉年華 2020**  
 香港建造學院大埔訓練場



## 第十一期問題：

截至2019年10月底，  
 CISVP個人會員人數達多少人？

答案：

**A: 5000 B: 6000 C: 7000**

參加者請將姓名連同答案  
 Whatsapp至91590122。  
 截止日期為2020年1月15日，  
 得獎者將獲專人通知領獎。  
 數量有限，先到先得。



**送**  
 實用精美布袋一個  
 (40CM X 23CM)  
 共20份

第十期答案：C. 五位

睇睇日曆，剛剛過咗二十四節氣中嘅「小雪」，代表日照時間變短、氣溫逐漸下降。想喺冬天時刻充滿活力、手腳暖笠笠，就要從飲食入手。今次就介紹個益胃健脾、養血補腎嘅湯水，等大家滋補養生吓！

## 腰果蓮藕栗子排骨湯

- 腰果一兩
- 蓮藕半斤
- 栗子四-五粒
- 生薑兩片
- 蜜棗兩粒
- 排骨半斤



步驟：

1. 排骨汆水。
2. 蓮藕洗淨，去皮切塊。
3. 所有材料加水(2000毫升)，大火煲滾後改細火再煲兩小時。
4. 最後加少許天然鹽。

**肺塵埃沉着病**係本港常見嘅慢性職業病，喺充滿塵埃同粉塵嘅工作場所(特別係地盤)又有正確使用防護裝備就最容易出事！

### 成因

長期吸入大量矽塵或石棉塵微粒，因微粒沉積於肺部而引起肺部組織纖維化。患者的肺部功能會因發病而衰退，影響患者日常活動。

### 症狀

初期症狀包括咳嗽、咳痰；病情惡化的話，更會出現呼吸困難、咳嗽及全身性的衰弱現象等症狀，或需要長期使用藥物或氧氣機以維持呼吸。

### 高危人士

- 從事噴砂表面處理、岩石壓碎及鑽孔、混凝土、隧道工程、矽、水泥或瀝青的工友。
- 四十歲至五十歲或以上人士。

### 資料來源

肺塵埃沉着病補償基金委員會  
 職業安全健康局



### 預防辦法

- 提高預防及安全意識
- 養成戴呼吸防護器的文化及習慣
- 正確使用呼吸防護器
- 定期接受胸肺檢查



# 建造業工友 專業發展計劃

CONSTRUCTION WORKERS PROFESSIONAL DEVELOPMENT SCHEME

築動專業技術  
IGNITE PROFESSIONAL SKILLS

計劃截止申請日期  
31.8.2020

計劃

獎金 (港幣)

**01** 持續專業進修獎勵計劃  
在評核期間參與至少五小時的建造業相關持續進修培訓

🏆 \$1,000

**02** 事業飛躍嘉許計劃  
① 鑽石級 ② 金級 ③ 銀級 ④ 銅級

🏆 \$800-2,000

**03** 一專多能嘉許計劃  
在評核期間考獲並註冊多個工種分項

🏆 \$2,000

查詢及報名

親臨建造業議會服務中心(青衣·南昌·九龍灣) ☎ (852) 2873-1911 🌐 www.cwf.cic.hk

建造業議會可在任何時候及任何情況下使用其絕對的決定權·撤回或修改計劃內容·而毋須事先通知。



# 招募建造業界僱主參與計劃

## 建造業議會 認可技術專才培訓計劃 高級技工 (證書)

培訓對象

香港建造學院建造證書；  
建造文憑課程應屆畢業生  
及成人短期課程畢業生 (部分工種)

培訓目標

5年內培訓1,100名年青畢業生成為知識型高級技工

訓練期

2年

計劃特色

學員最低月薪要求 (按工種而定)

首年: \$15,000或\$20,000

議會每月資助僱主\$5,000作為學員津貼

次年: \$20,000或\$25,000

議會每月資助僱主\$6,000作為學員津貼

議會提供學員實力鞏固課程 (兩年共32天)

查詢

電話: 3199 7310

電郵: opm.admin@cic.hk

# 專才 · 啟動



網頁

資歷肯定 · 服務提升

# 建造業工藝測試 申請資格調整

將於2020年  
1月1日起生效

(以「工藝測試通」手機應用程式/測試中心/  
工人註冊服務中心收到申請或郵戳日期計算)

中工  
大工

- 土木及建築工程技術工人技能測試
- 建造業機電工程技術工人技能測試

申請資格調整包括工作經驗及證明

增設中工筆試

WhatsApp / 微信: 5720 0071  
查詢電話: 2100 9143

新修訂安排將不適用於機械操作資歷證明測試

This document is related to the adjustment of application requirements of construction trade testing effective from 1 Jan 2020. Should you require an English version of this document, please WhatsApp / WeChat 5720 0072 or phone 2100 9207.



詳情請參考以上網頁