



瑪利諾神父教會學校

家長教師會會訊 (中學部)

第二十七期 2026年7月



地址：九龍大坑東桃源街2號 | 電話：2777 5117 | 傳真：2778 5871 | 網址：<https://www.mfs1.edu.hk/>

感恩情厚 家校攜手

主席的話

感恩再次攜手同行

轉眼陰飛逝，今年已是我第六年出任家長教師會委員，適逢今年會訊的主題為「感恩」，本人有許多感恩的事情想藉此機會和大家細細分享。

首先，我很感恩能夠重返家長教師會，繼續為各位服務；亦感謝一眾委員一路同行、互相扶持、用心策劃及籌辦各式各樣的活動。

當中最讓人感恩的，莫過於親子旅行。當日出發時仍大雨滂沱，豈料抵達馬灣目的地後，天色放晴、驟雨停息。感恩參加者可以開心心、順順利利完成當天的行程。

至於兩場家長學堂活動——親子減壓沙畫工作坊與青花瓷

工作坊，本會十分感恩兩個工作坊都分別獲得參加者的一致好評，家長們可以藉著工作坊放鬆身心、紓解壓力，同時也享受與孩子一起學習、一起發揮創意的溫馨美好的親子時光。

本學年一眾家長義工，積極無私地協助學校及家教會舉辦各項活動，不論是運動會、Fun Fair 攤位，還是親子旅行，都有義工們默默付出的身影。在此，我謹代表家教會，向各位義工致以衷心的謝意！

盼望大家往後繼續支持家長教師會的工作，多給予寶貴建議，讓本會會務不斷進步！最後祝願各位身心健康、家庭和陸、生活美滿幸福！



家教會主席
黃瑞容女士

校監的話

感恩於心 省察於行

感恩是基督徒的一個基本態度，它源於一種深刻的認知：一切美好的事物都來自天主的恩典。感恩不僅是情感的流露，更是一種信仰的回應，幫助我們在日常生活中看見天主的美善、眷顧與引領。正因如此，感恩是我校的核心思想之一，貫穿宗教教育與校園生活的各個層面。

學校開始在宗教課堂上帶領學生實踐耶穌會的靈修祈禱方法——「意識省察」(Examen)。在現代繁忙的學習節奏中，我們深感學生需要一個安靜的空間，讓心靈停下來，重新審視自己的生活，並在天主的臨在中找到方向與平安。省察的起點，是邀請學生留意並感恩日常生活中的點滴恩典與經歷，不再把一切視為理所當然，而是以欣賞與感謝的心情去迎接每一個新日子。

藉著這項祈禱經驗，我們希望學生能在日常生活中養成感恩的習慣，學會珍惜與回饋。當學生學會對生活各樣大小事心懷感激時，他們會更懂得以仁愛與關懷回應鄰人，把愛與感恩帶入與同學、家人及社會的互動之中。我們期望，學生在持續的 Examen 經驗中，無論在品格、情感或靈性上都能有所成長，成為一個思想清晰、情感成熟、信念穩固的人。

感恩與省察的培育，不僅是學校的責任，也需要家長的支持與陪伴。家長在家庭生活中可以成為學生實踐感恩的榜樣，與子女一起回顧一天的經歷，幫助孩子發現天主如何在日常中護祐他們。我們期待家長與學校攜手合作，鼓勵學生對每日的成長保持省思，在天主的恩典中，邁向更成熟的靈性生活。



葉嘉雯校監

校長的話

共建愛與信任的校園

時光荏苒，轉眼間已加入瑪神第三個學年。站在校園的小徑上，看著孩子們在晨光中穿梭、成長，我不禁深感：教育從非學校孤軍奮戰，而是一場家校攜手、溫柔而堅定的並肩前行。今日提筆，內心滿溢著一個詞：「感恩」。

動靜皆宜：多元活動的活力與深度

首先，我必須衷心感謝全體家教會委員的投入與熱忱。在這一年的裡，家教會不僅積極參與學校各項大型活動，更在規劃上展現了非凡的智慧。你們成功在「靜態活動」與「動態活動」之間取得了完美的平衡。無論是引導家長心靈成長的教育講座，還是釋放汗水與笑聲的親子活動，委員們都能安排得井然有序，讓家校合作不僅有深度，更有溫度，真正做到了「動靜皆宜」。

坦誠相見：推動學校進步的動力

學校的發展需要前瞻性的眼光，更需要最真實的反饋。我非常感激各位委員總能坦誠地就學校政策、環境優化及學生福利等範疇表達寶貴意見。這份「坦誠」是建立在對學校的信任之上。更令我感動的是，大家在提出建議之餘，亦給予校方足夠的空間與時間進行檢視與改進。這種互相體諒、理性溝通的文化，是我們學校最珍貴的無形資產。

攜手減輕負擔：最堅實的後盾

最後，我想對所有幕後籌備工作的委員及家長義工說聲：「辛苦了！」每一場成功的活動背後，都凝聚了你們無數的汗水與心血。從物資採購到現場協調，你們周全的籌劃極大地減輕了前線教師的負擔，讓老師們能更專注於教學與照顧學生。你們的付出，校方看在眼里，更感念在心。

在主內，我們是一家人。感恩有你們這群熱心且專業的家長委員，成為孩子成長路上最堅強的後盾。讓我們銘記聖經的教導，繼續這份充滿愛的服務：

「凡事要謙遜、溫和、忍耐，在愛德中彼此擔待。」

(厄弗所書 4:2)

願天主降福大家，願我們繼續在愛中攜手，為孩子成就更美好的明天。

祝 平安喜樂，主寵日隆。



宋凱恩校長

感恩服務 與主同行

在過去四年於瑪神服務家教會的日子裡，心中感覺十分奇妙。因為看見許多充滿愛心的家長們在不同崗位上默默付出：在PTA內的主席、宋校長、老師們及家長們都盡心盡力；家長義工們更投入時間與心思，參與並設計各類活動，例如有手工揮春、Fun Fair、運動會義工等。看到參與人數比以往增加，已是一份美好的回報。感恩家教會的委員們由構思到籌備，再到活動當天，每一個細節都愈加完善、有規模，相信參與的家長們也會由衷點頭讚許。更值得感恩的是，在這些日子裡，我們不僅見證了孩子們的成長，也共同見證了學校的蛻變與進步，愈來愈美好。

最後，也是最重要的感恩，就是天主的恩典。祂在過去的日子裡不斷支持我，賜予我無限的創意，並保守活動當天的天氣與和平的氛圍。回望過去，處處皆有天主的同在與恩典，這是我最大的感恩——與主同行。



家長校董兼家教會副主席
陳淑櫻女士

信德同行 感恩有您

瑪利諾神父的信德與教導，讓我們在天主的愛中互相扶持，學校的禮儀與彌撒把信仰融入日常。作為家長教師會秘書，親身參與學校旅行、Fun Fair 及「青花瓷」製作，見證到師生、家長齊心合作的力量。特別要感謝校長與老師的關懷與愛心，令我女兒在校內學習得很開心、充滿安全感。衷心感謝校方、神父及每位義工的付出，並為孩子們祈禱，願天主賜福他們在成長路上平安喜樂。未來我會繼續投入，邀請更多家長參與，與大家以信德同行，共創溫暖有愛的校園。願我們實踐神父的博愛，留下美好回憶。感恩有您！多謝您！



家教會秘書
李淑珊女士

五年相伴 心懷感恩

光陰似箭，轉眼間兒子在瑪利諾神父教會學校已步入中五。回首這五年的中學生活，我滿懷感恩。看著他從昔日懵懂的少年漸漸成長，變得成熟、懂事，這一切都離不開學校的孕育與栽培。

衷心感謝每一位老師的悉心教導與無私奉獻。最令我感動的，是老師們願意接納並尊重孩子不同的性格特質，因材施教，用愛心與包容引導他們走正確的路，讓兒子能在一個充滿關愛的環境中建立自信。

此外，這幾年我也積極參與了家長教師會的活動。家教會的活動內容非常多元化，動靜皆宜，在輕鬆愉快的互動中，不僅讓我更深入、更全面地認識學校的教育理念，也大大增強了我對學校的歸屬感，真正體現了「家校合作」的精神。

再次由衷感激學校與全體老師的用心經營，能成為這個大家庭的一分子，我和孩子都感到無比幸運。



家教會學術
陳可欣女士

感恩相伴 見證成長

看著孩子步入中學，褪去稚氣，心中滿是欣慰與感恩。感謝學校與老師們的默默耕耘，用專業與愛心照亮孩子的青春之路；感謝一路上陪伴他的同儕，讓他在歡笑與挫折中學會分享與堅強。

最要感謝的，是那個每天都在努力進步、逐漸長大的孩子。因為有你們的愛與陪伴，這趟成長旅程才如此溫馨。

願我們常懷感恩，與孩子並肩同行。



家教會總務
林巧兒女士

從小到大，黑板上龍飛鳳舞的「感恩」二字向來是我不解的課題。身邊大人們上下翻飛的唇瓣總會伴隨這二字的出現，它可謂是無處不在，可真要詢問箇中含意，我卻只能如現在一樣，支支吾吾地在面試官前試圖擠出一些聽似宏大的道理。對方沒有苛責我的狼狽，只柔聲讓我有時間好好思考下。我坐在公園的椅子上，微風拂過臉頰，使方才發燙的臉稍稍冷卻了下來。晴空萬里無雲，我心裡卻反倒被疑雲縈繞著，一方面疑惑於問題與實習面試的關係，一方面也是在思考著問題的答案。「你覺得感恩對於人而言有甚麼重要性？」這條看似會在倫理課上聽到的問題著實讓我犯了難，感恩對我而言不過是禮儀的一種體現方式，一句「謝謝」便已是全部，感恩和感謝在我眼中毫無差別，但這顯然不是面試官喜歡的答案。

課室後的窗外烏雲密布，黑得似乎能擠出墨汁一般，瓢潑大雨中夾雜著同學的怨聲載道。凡是下雨，就預示著同學們在午餐時將要面臨的一場「硬仗」，畢竟距離最近的食肆，學生也需撐著傘步行一段時間，被雨水浸泡的襪子絕對稱不上「舒適」二字。但學生也是毫無辦法，我站在校門口，看著身旁密密麻麻的學生無奈地敞開雨傘，往雨幕中闖去，藍色和白色擠在一起，成了學校獨有的景象。驀地，一道鮮黃色撞入我的眼簾中，我忙不迭地向那道身影揮手致意，雨傘往前收納，母親的笑容可掬與天上的陰鬱形成了鮮明對比。她把帆布袋中的飯盒遞到我的手中，褲腳早已暈染上了

深色的點點水漬，可手中飯盒卻溫暖乾燥，她甚麼都沒說，只摸摸我的頭，囑咐我好好吃飯。直到那道鮮黃的身影快要被藍白色淹沒前，母親仍在依依不捨地向我揮手告別。我坐在涼爽的教室內吃著便當。此時，同學也拖著濕漉漉的雨傘進了班內，在準備把傘架在房後晾乾，經過我的座位時，艷羨的目光投來，伴隨著一句「好好喔，不用出去淋雨就有飯吃。」

聽著朋友的話語，我突然想起面試官的問題。確實，我並非沒有意識到自己的幸運，有著一個不辭辛勞的母親，一個把子女的方便置於自己的辛苦之上的母親。我也無比感謝如此的母親，可也不僅僅停留於感謝。應該說正是這樣的母親讓我有動力，讓我的感謝不只是在放學後與母親的擁抱，一句「謝謝」中存在，而是叫我有努力的原因。正因為母親的無私奉獻不是膚淺的一句話語能回應，才讓我希望活出一個「有用」人生，不論是對社會，抑或是對自己，能在學業上拼盡全力，不叫父母失望，以向父母證明，他們的辛苦並不會徒勞無功，而是體現在我的生命所踏出的每一步中。

感恩是我活著的動力來源，正因為感恩，所以有回應這一份期許的渴望。知識固然重要，可若是連自己努力的動機都搞不懂，那也不過是頭莽撞的鬥牛，注定會耗盡力氣癱倒在鬥牛場上。每個人其實從未停止過感恩，只是忘了給予其貼上姓名。

The Heart of a Teacher

1A 33 Yeung Kin Lok

Teachers, teachers, wise and nice,
Giving students smart advice.
Whether in the morning or at night,
Teachers lead us to the light.

From the moment they begin to teach,
They share their knowledge upon each.
With such courage, with such hard work,
Teachers teach us the importance of teamwork.

Teachers, teachers, wise and nice,
Giving students smart advice.
Whether in the morning or at night,
Teachers lead us to the light.

In which areas, in which places,
Do students have the happiest faces?
On what grounds do they aspire?
How many minds do they inspire?
No matter the era, no matter the race,
Teachers are there in every place.

No matter the time, no matter the people,
The teachers see us all as equal.
They help us acquire knowledge,
Which prepares us for exams at college.
They always work so hard to teach,
Beyond the words of just a speech.

More than just a VA project

3A Avis Lo

One special memory from my Form 3 life is our VA project. We had to make clothes for a small mannequin. My first attempt was a total disaster—the fabric wouldn't stay on, the glue left stains, and the sleeves were completely uneven. I felt so frustrated.

But then my classmates came over and said, "Let's do it together!" We split the work: one cut the cloth, one sewed, and I handled the final fitting. After two hours of teamwork, the little outfit finally looked decent.

We stood back and laughed at our messy workspace. The mannequin wasn't perfect, but we made it together. Since I'm still in Form 3, moments like this constantly remind me of how great this year truly is.

Under the Sunshine of Grace

4A Chui Pui Ling, Peter

Endless lessons, huge amounts of homework, and relentless exams are the typical definitions of a student's life. Yet, while we are fighting hard for a brighter future, we easily overlook the simple warmth around us. Gratitude, a gentle but powerful quality, is exactly the key to helping us overcome challenges and grow into better versions of ourselves.

In every trivial moment of our daily lives, the essence of gratitude can always be found. At home, we owe an immense debt of gratitude to our parents. They wake up early to prepare breakfast for us, stay up late to keep us company while we study, and tolerate our impatience without complaint. They devote their time, love, and resources selflessly to nurturing us, serving as a safe harbor for us to grow up freely. Many of us may take their care for granted, but each ordinary act of companionship is a rare blessing worth treasuring. Isn't it high time to say a simple "thank you" to repay their love?

At school, gratitude fills every corner of our campus. Teachers are always a beacon of guidance for us students. They consistently take the time to patiently explain difficult concepts

in class, meticulously mark our homework, and encourage us when we feel frustrated or confused. They do not merely teach us academic knowledge; they guide us to discern right from wrong and cultivate good virtues. It is their profound devotion that deserves our sincere gratitude at all times.

In addition to teachers, the school's janitors also provide a clean environment for us. They play an indispensable role silently, cleaning every single classroom and corner of the school. Without their hard work, we would never have the opportunity to study in such a tidy and comfortable environment. Their quiet dedication undoubtedly commands our deepest respect and gratitude.

There is gratitude everywhere! Gratitude manifests through practical actions in daily life rather than empty words. We can express gratitude through small deeds: by greeting our parents warmly, respecting our teachers sincerely, and saying 'thank you' to our janitors politely.

Let us cherish every kindness around us, and gratitude will light up our youthful paths forever.

家校活動花絮

雨過天晴春日遊： 馬灣古蹟與奶茶文化之美

家教會於2026年2月28日舉行了春季旅行。當日天主造美，我們抵達馬灣後雨過天晴。大家先遊覽了由舊建築活化而成的文創小店、新落成的展覽館及保存珍貴文物的博物館；期間，大家更紛紛把握機會，在別具漁村風味的景色前合照留念，準備日後挑選佳作參加攝影比賽。隨後，我們前往酒店享用豐盛的自助餐，並在席間舉行了有獎問答比賽，家長與子女發揮合作精神，氣氛非常熱鬧。最後，我們參加了奶茶工作坊，親身體驗這項香港非物質文化遺產的獨特魅力。



春日定格・美景同賞： 馬灣春季旅行暨攝影比賽

家教會於2026年2月28日順利舉行了馬灣春季旅行暨攝影比賽，共度了溫馨愉快的時光。為了留住當天的美好瞬間，大會特別舉辦了「馬灣春季旅行攝影比賽」。

比賽獲得了大家的踴躍支持，參賽作品各具特色，充分展現了馬灣的獨特風情與親子間的歡樂氣氛。經評審細心挑選後，各獎項已於「敬師日」頒發。

瑪利諾神父教會學校(中學部)家長教師會 2026 春季旅行攝影比賽



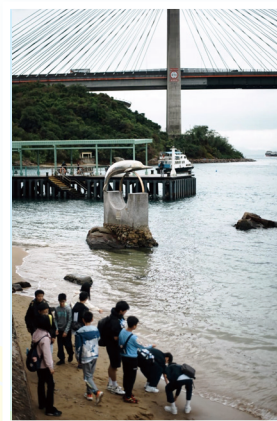
冠軍
1C 郭政宏
「整裝待發的和平鳥」



亞軍
1C 吳禹逸
「壁畫下的馬灣時光」



季軍
梁醒標老師
「嘆・春色」



優異獎
家長文凱欣女士
「當中學生遇上海浪，
是青春悄悄綻放」

感謝所有參加者的熱烈支持，用鏡頭捕捉了這段難忘的家校回憶。期待在下一次的活動中，再與大家一同出發，發掘更多美好風景！

指尖流沙聚親情：親子減壓沙畫工作坊的溫馨時光

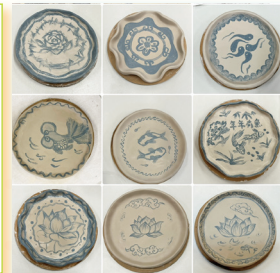
為了增進親子溝通與舒緩生活壓力，家教會與沙畫學院協辦了「親子減壓沙畫工作坊」，並已於2025年12月20日順利舉行。該日，十組親子齊集學院，在導師指導下利用沙盤進行藝術創作。在小小的教室裡，滿載著天馬行空的創意，洋溢長幼互助的溫馨與佳節將至的愉悅。散亂的沙粒，合成了一幅美麗的圖案；親子同心，享受了一段美好的時光；家校合力，成就了一節難忘的課堂。



拈筆繪青花：青花瓷工作坊圓滿舉行

傳統藝術，親子共創！家教會於2026年4月25日舉辦了「青花瓷工作坊」，邀請了專業機構到校，為家長和子女帶來一場別開生面的文化藝術體驗。

活動當天，家長與孩子們齊心合力，發揮無限創意，親手繪製出充滿個人特色的青花瓷作品。在落筆與構圖之間，不僅讓大家領略了傳統工藝的獨特美感，更增進了親子間的溝通與默契。小小的教室裡，滿載著溫馨的歡笑聲。感謝大家的積極支持，讓這節課堂成為我們共同的難忘時光！



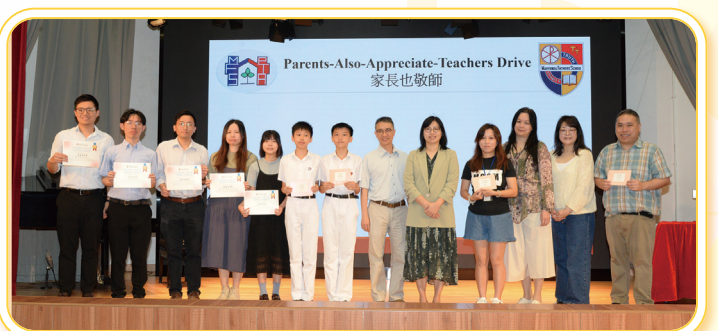
家校同心・尊師重道：「家長也敬師」

為了弘揚尊師重道的精神，本校於2026年5月29日舉辦了「敬師日」，當中家教會參與了「家長也敬師」的環節。

家長教師會主席黃瑞容女士及康樂黃夏瑩女士到校分享家長與老師、老師與同學相處的點滴。為表家長教師會的心意，兩位家長教師會的代表向校方致送紀念證書及禮物，以表家長對老師們的謝意。當天活動還包括：

- 傳遞感恩・敬師卡：學生早前將敬師卡帶回家中，與家長共同填寫，把滿滿的謝意與祝福帶回校園，向老師表達敬意。
- 感恩致禮・表揚各方：全校師生齊集禮堂，各班學生向各班班主任致送感恩禮物，而學生會代表亦向中六班主任代表、非班主任代表及職工代表致送感恩禮物，感謝全體教職員工對學生的無私奉獻。
- 榮譽時刻・敬愛老師：當天同時進行了「我最敬愛的老師」選舉頒獎禮。得獎的老師包括：陳詠琪老師、朱倬芙老師、李家璋老師、楊沛航老師、翁俊傑老師，五位老師在全校的歡呼與掌聲中上台領獎，將現場氣氛推向高潮。

感謝每一位家長的積極參與，讓今年的敬師活動圓滿成功。讓我們再次向所有培育下一代的老師與職工們致以最崇高的敬意！



家長教師會「第二十七屆家長教師會周年會員大會暨第二十八屆執行委員會選舉」暨中一至中六級家長日

「第二十七屆家長教師會周年會員大會暨第二十八屆執行委員會選舉」，以及中一至中六級家長日，已於2025年10月17日順利舉行。

在周年會員大會上，大會頒發了「最佳學業成績獎」予各班同學；同時，選出了第二十八屆家長教師會執行委員會的新一屆家長委員，並隨即舉行了隆重的就職儀式。大會結束後，家長們前往各課室與班主任面談，共同關心學生的成長。

我們衷心感謝所有家長對家長教師會的鼎力支持！



最佳學業成績獎 (2024 - 2025)

班別	姓名	班別	姓名
1A	盧衍廷	4A	李凱婷
1B	李佳蓉	4B	SAM SHIHABDEEN
1C	薛竣仁	4C	梁丞昊
1D	羅頌揚	4D	周祉妍
2A	盧安喬	5A	黃秋榕
2B	林慧豐	5B	高超全
2C	霍芊雅	5C	叶智銘
2D	楊騏菁	5D	李胤璋
3A	劉啟朗	6A	SARKER MD SALAHIN
3B	許菲琳	6B	許依恆
3C	張珀羲	6C	梁竣喬
3D	沈卓立	6D	曹展豪

2025-2026家長教師會各項活動總結

2025年10月	第二十七屆家長教師會周年會員大會
2025年10月	出席小學部家長教師會會員大會
2025年10月	籌組「家長義工團隊」 家長義工團隊服務：學校陸運會
2025年10月 2026年3月	協辦「健康午餐監察活動」
2025年11月	資訊日家長分享
2025年12月	舉辦「家長學堂一：親子減壓沙畫工作坊」
2026年1月	家長義工團隊服務：設計及主持Fun Fair家長教師會攤位遊戲
2026年2月	舉辦「家校活動：春季旅行 暨 攝影比賽」
2026年4月	舉辦「家長學堂二：減壓青花瓷工作坊」
2026年5月	協辦「二零二六至二零二八年度午膳供應商招標——試食評審」
2026年5月	協辦「家長也敬師」活動
2026年6月	中小學合辦活動：新興運動體驗活動
2026年7月	校服捐贈
2026年7月	出版會訊
2026年7月	中一新生家長會分享
2026年10月	第二十八屆家長教師會周年會員大會

家長教師會第28屆執行委員會名單(2025-2026)

職位	家長委員	老師委員
主席	黃瑞容女士	/
副主席	陳淑櫻女士	宋凱恩校長
司庫	蕭紫嫩女士	廖學謙老師
秘書	李淑珊女士	鄭康成老師
學術	陳可欣女士	徐嘉琪老師
康樂	黃夏瑩女士	梁醒標老師
聯絡	賴秀敏女士	葉德藍老師
總務	林巧兒女士	李舜華副校長