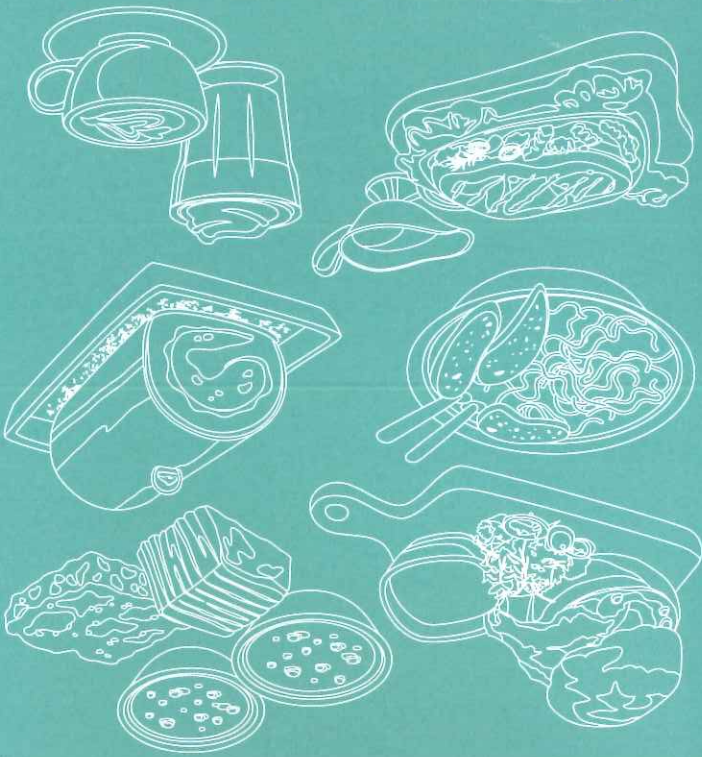




舌尖滋味 飲食文化與歷史

SHAM SHUI PO
01
深水埗

【項目簡介】

香港具有舉足輕重的國際地位，她不但與中國近代史息息相關，亦與世界各國有著千絲萬縷的關係。然而，這個「東方之珠」的故事，你又了解多少？

由香港中文大學博群全人發展中心舉辦的「香港文化導賞計劃」，透過一系列專業培訓（內容包括：資料搜集、行程設計與建構、敘事要訣及導賞技巧等），引導參加的中大同學成為導賞員，由他們按特定主題規劃導賞路線、實地考察及撰寫講稿，繼而帶領他人追尋本土歷史與文化足跡，完成後更合力製作本導賞地圖。

礙於新冠病毒肺炎疫情肆虐，本計劃的2020-21年度導賞團以360°虛擬實境影片及眼鏡，配合真人網上同步介紹之形式進行，招待了逾七百位來自20所主流中學與三所特殊學校的學生，以及27名中大員生。

【主題簡介】

若論美食薈萃，深水埗在本港不至最有代表性；但以飲食風格之新舊交融而言，此區便頗能作為示範。在深水埗除可嚐到豬潤麵、白糖糕及豆腐花等中式食品外，也可細味咖啡與純素甜品等西式美食，而區內更有由美荷樓活化而成的青年宿舍，令這個社區充滿懷舊特色又不失創新元素，猶如香港的縮影。「舌尖滋味——飲食文化與歷史」導賞團帶領參加者遊覽屹立區內數十載的老牌餐廳及近年開業的咖啡店，道出一段段中西融合、新舊並存的飲食故事。

【鳴謝】

周大福慈善基金



虛擬實境影片合集



1 維記咖啡粉麵

香港人常吃雲吞麵、魚蛋粉及餐蛋麵，為何豬潤麵（即豬肝麵，廣東人稱豬肝為豬潤）會成為此店的招牌菜？從前深水埗為中下階層集中地，居民收入不高，為謀生便需吃些既飽肚又有營養的食物；由於肉類比內臟昂貴，既然買不起豬肉，便退而求其次選擇豬潤。豬潤營養價值極高，內含十多種維他命及礦物質，當中維他命A、B群及C的含量更是眾內臟之首；其鐵質也非常豐富，為同等份量普通紅肉的三至四倍。因此，豬潤麵便成為一道既便宜又能補充營養的平民主食，深受大眾歡迎。

地址：福樂街62 & 66號及北河街165-167號D舖



2 坤記糕品

店東傅先生於1958年開始跟隨父親街頭擺賣，小學時已幫忙做糕；80年代中期，坤記便進駐現時舖位。60年來，店內所售賣食品沒有太大改變，主要為砵仔糕、白糖糕、芝麻糕與馬蹄糕等中式糕點，僅加入少許士多貨品，例如啤酒及汽水。坤記售賣的糕點看似平平無奇，卻連續五年榮獲米芝蓮的嘉許，全因店東擁有源自廣東順德的獨門秘方，更堅持人手製作及用米磨漿。糕點的製作過程艱辛複雜，縱使現今部份工序已機械化，省卻了不少功夫，但仍難以吸引年輕人入行；曾有年輕人向店東拜師學藝，但體驗一日後都紛紛放棄，蓋因做糕要凌晨開始，而且基本上沒有休息日，再者利潤不算可觀，故店東認為他應是最後一代做糕人，店舖或無以為繼。

地址：福華街115-117號北河商場10號地舖



3 老鳳冰室

殖民地時期的香港只有外籍人士打理的餐廳才會售賣西式食品，價格較高。當時香港人深受英國文化影響，嚮往西方美食卻難以負擔昂貴價格，故冰室應運而生。早期冰室於粵港澳三地大受歡迎，為大眾提供平價的仿西式食品；傳統冰室主要售賣冷熱飲料及甜品等輕食，例如紅豆冰及三文治，後期才逐步加入粉麵飯等不同熱食，慢慢演變成今天的茶餐廳。老鳳冰室除供應上述食物外，也緊貼潮流提供時尚美食，例如「焗保齡球」，即農夫包。此店的內部設計相當別緻，不論店面裝潢或餐桌物件都走出幽默路線，各式擺設更印上新潮用語，懷舊之餘又不會跟時代脫節。

地址：基隆街216號



4 飛鷹餐廳

港式扒房於70年代崛起，飛鷹餐廳正是其一。當時普遍香港人難以負擔正宗且奢華的西餐廳之收費，而介乎港式平民餐廳與高級西餐廳之間的港式扒房正好滿足到他們一嚐西餐滋味的願望。然而，港式扒房的食物賣相和質素並不能跟真正的西式餐廳相比，大部份這類餐廳的牛扒餐用鐵板上桌，除視之為噱頭外，亦望能以此加上醬汁去隱藏冰鮮肉類的味道。飛鷹餐廳的裝潢偏向西式，風格較為優雅，燈光柔和並偏黃，以營造浪漫氣氛；牆身用紅磚，餐桌則鋪上紅白色格子餐布。此外，此店也會提供一些正宗西餐廳不常見的食品，例如雪糕紅豆冰。

地址：荔枝角道256號



5 合舍

創辦人包括本地木雕藝術家，旨在提供平台予志同道合人士於此找尋發展渠道，並拉近鄰里關係，形成一個具有藝文創意的空間。店舖開放予不同人士租借，經常舉辦展覽、分享會及工作坊等活動，亦讓藝術家寄賣手作產品。店內餐廳部份佔地不多，現時食品供應商為 Moono，主打純素甜品（即不添加蛋、奶與牛油，而只用荳乳、米粉及蔗糖等食材製作），包括卷蛋、曲奇、蛋糕、馬卡龍及迷你撻等，當中提拉米蘇卷蛋廣受歡迎，而味噌芝麻、紫蘇及粟米等味道的曲奇亦非常創新，其幾何造型相當獨特。合舍的命名有其意思，中文的「合」字可拆成「人一口」，意指一人一口，代表空間分租的營運概念；而英文「Form Society」中的「Form」可代表一個社會有各種形狀在一起，另外也可看作動詞，大家一同建構社會。

地址：大南街186號



6 Colour Brown x Phvlo Hatch

樓高兩層的整棟大樓原是 Phvlo Hatch 的工作室，其後與咖啡品牌 Colour Brown 合作於地面開設咖啡店，旨在協助附近家庭提升技能，提供就業機會，促進社區可持續發展。店舖保留昔日的製衣元素，並分為室內外兩部份，室外位置有屋簷遮陽，較為通風；室內裝潢則結合綠色鐵皮及水泥，旋轉樓梯更是「打卡」熱點。店內供應多種食物，意粉、經典英式早餐、沙律、蛋糕、鬆餅、貝果及港式公仔麵一應俱全，特色飲品則有士多奶茶、咖啡紅豆冰與意式咖啡鴛鴦等，充份反映時下咖啡店新舊交融的飲食文化。近年上層改作展覽廳，有時會舉辦與眾不同的教育活動，啟發對藝術、時裝、設計、電影和音樂等感興趣的人士。

地址：黃竹街13號

Sham Shui Po 深水埗

嘉頓
香港食品公司，主要生產麵包、餅乾及蛋糕。總部位處深水埗，廠房則設於深井。



逾60載老字號，相鄰之處有三間分店，最馳名的食品為豬潤麵。

1 維記咖啡粉麵

已有60年歷史，更在2016至2020年連續五年獲得米芝蓮街頭小食的獎項。



2 坤記糕品

公和荳品廠
百年老店，以售賣傳統石磨豆製品及副產品而聞名，如豆腐、豆花、豆漿、腐乳、豆卜及魚腐等。



南昌街
俗稱花邊街。



3 老鳳冰室

又名「良記餐廳」，是區內非常著名的冰室，招牌菜為「焗保齡球」。

汝州街
俗稱珠仔街。

基隆街
俗稱鈕扣街。

4 飛鷹餐廳

港式扒房，主打鐵板牛扒；其他食品亦迎合香港人口味，例如意粉、焗飯及蝦多士等。



5 合舍

因糅合展覽與飲食的創新經營模式，故成為塑造社區文化的重要一員。



6 Colour Brown x Phvlo Hatch

前身是布料行，於2017年改成新式咖啡店，其中 Phvlo Hatch 是具社區可持續發展理念的時裝品牌。



冷知識

1 有些店舖招牌上「咖啡」的「咖」字是合併「口」與「加」二字，有些則在「咖」字下加「木」字，為何會出現此現象呢？原來咖啡傳來香港時擬以其英文「Coffee」直接音譯出中文名字，但因本無此物，故到底用哪個「咖」與「啡」便眾說紛紜，出現不同寫法。後來，這飲料的名稱才約定俗成為「咖啡」。

2 以往除了主食會以內臟取代肉類去製作，以達致節省成本之效外，飲料也會循既便宜且有營養之方向去製作。奶水就是牛奶加熱水，味道比普通牛奶淡；滾水蛋則於剛煮沸的水內加鮮蛋及糖加以攪拌，內含高蛋白質；至於牛肉茶，最初用牛肉浸水再加鹽和薑煮沸飲用，內含豐富鐵質，後來乾脆用保衛爾牛肉汁加熱水代替。

參加者感想

我很榮幸能夠參與是次活動。虛擬實境技術將美食店舖的面貌都清晰地呈現在眼前，有風味獨特的小吃、潮流菜式、西式點心、中式糕點等；各式各樣的美食看得我眼花繚亂，街頭吆喝聲於耳邊響起，食物的香氣彷彿就在面前飄過，彷彿置身其中的感覺使我沉醉。活動讓我真正地認識到深水埗的飲食文化和歷史，原來如此多姿多彩！

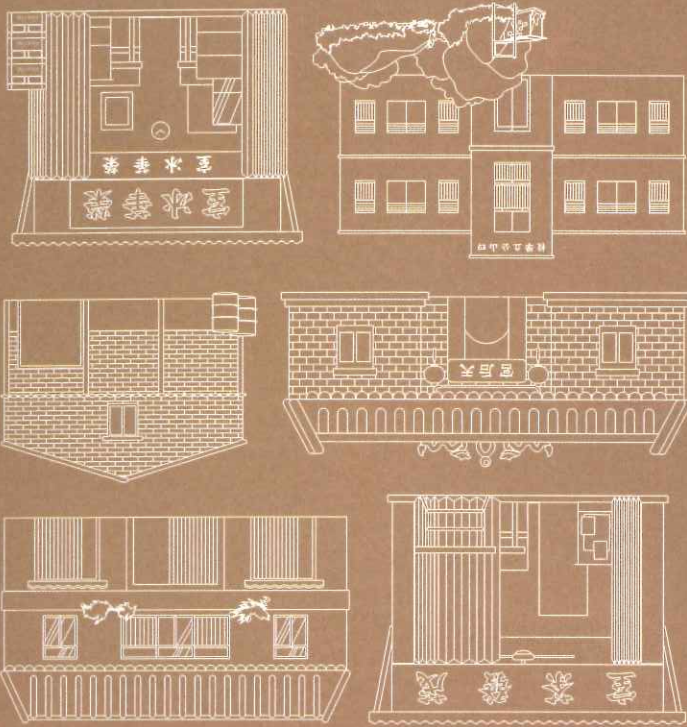
參加者（九龍工業學校）

是次導賞團讓我體會到團體精神的可貴，感受到分享知識的喜悅。由準備到帶領，博群職員、導師及一眾組員都勞苦功高，少不了多次到訪深水埗實地考察、挑選景點、撰稿後不斷綵排……當中我們各有意見，卻能彼此理解，娓娓道來一段中西交融的飲食故事。最終看到參加者熱心提問與衷心致謝，實在不枉一番努力！期待日後有更多人可以參與這場文化之旅。

導賞員羅宇謙（歷史系四年級）

製作中式糕點辛苦複雜





本地礦業盛與衰 礦山痕跡

香港茶果嶺
CHA KWO LING

項目簡介

香港具有舉足輕重的國際地位，她不但與中國近代史息息相關，亦與世界各國有著千絲萬縷的關係。然而，這個「東方之珠」的故事，你又了解多少？

由香港中文大學博群全人發展中心舉辦的「香港文化導賞計劃」，透過一系列專業培訓（內容包括：資料搜集、行程設計與建構、敘事要訣及導賞技巧等），引導參加的中大同學成為導賞員，由他們按特定主題規劃導賞路線、實地考察及撰寫講稿，繼而帶領他人追尋本土歷史與文化足跡，完成後更合力製作本導賞地圖。

礙於新冠病毒肺炎疫情肆虐，本計劃的2020-21年度導賞團以360°虛擬實境影片及眼鏡，配合真人網上同步介紹之形式進行，招待了逾七百位來自20所主流中學與三所特殊學校的學生，以及27名中大員生。

主題簡介

論到昔日香港第一產業，大家都會自然想起漁農業，礦業則常被遺忘。為此，本中心特意挑選礦業作為導賞主題，望能讓社會大眾對它有更多認識，為傳承歷史盡點力。「礦山痕跡——本地礦業盛與衰」導賞團帶領參加者遊歷鬧市異世界，一睹廢棄礦山與礦村，瞬間時光倒流50年。除展現香港礦業的起承轉合外，亦剖析城中小村的前世今生，一步步反思礦業對香港的影響，以及探索未來城市發展的平衡之道。



虛擬實境影片合集

鳴謝

周大福慈善基金



1 茂發茶室

店東吳先生於一歲時由大埔搬至茶果嶺村，乃四山公立學校第17屆畢業生，曾獲多間報章與雜誌社訪問。茶室過往以爐灶煮食，早期燒柴，其後用木；最有名的食品為雲吞麵，而壽司或已切水果亦可於此購買。茶室後來因店東足痛及不能長期站立，故轉以士多形式經營，現每日營業至午夜十二時；店東期望傷患好轉後，可重賣雲吞麵。此外，村內鄰里關係緊密完全反映在茶室中，例如牆壁上滿佈村民寄存的鎖匙，大家隨手可得；而小孩也時會隨意進出，甚或自行打開冰箱拿取飲料，互信程度極高。茶室入口旁以紅漆繫上「shop」與面積數字，實為以前地政總署在尚未電子化時所作的紀錄，以防僭建。

地址：茶果嶺大街114號



2 榮華冰室

店東歐陽先生是廣州人，戰後跟隨父親來港，自此居於茶果嶺村並開設食店，是典型的前舖後居，歷經四代。冰室最初主要售賣麵包，現時還提供麵食與三文治。此店處身以花崗岩建成的石屋，前身為教堂，但屋頂採用傳統客家的尖形瓦頂設計，蓋因昔日村內居民多為客家人，文化多元，中西交融。店內許多設備由開業保留至今，例如門口冰櫃及玻璃櫃內三隻美國製造的玉色杯、手寫餐牌、禁止吐痰的打油詩及加上店名的通花鐵閘，別有一番風味。餐桌也不全以木或玻璃製造，而是非凡地於花崗石桌面表層加上木板保護，故須仔細側看，才可看到它「深藏不露」；實木卡椅甚至比店還老，數年前更得到博物館人員的青睞，獲店東答允在拆村結業時捐出。

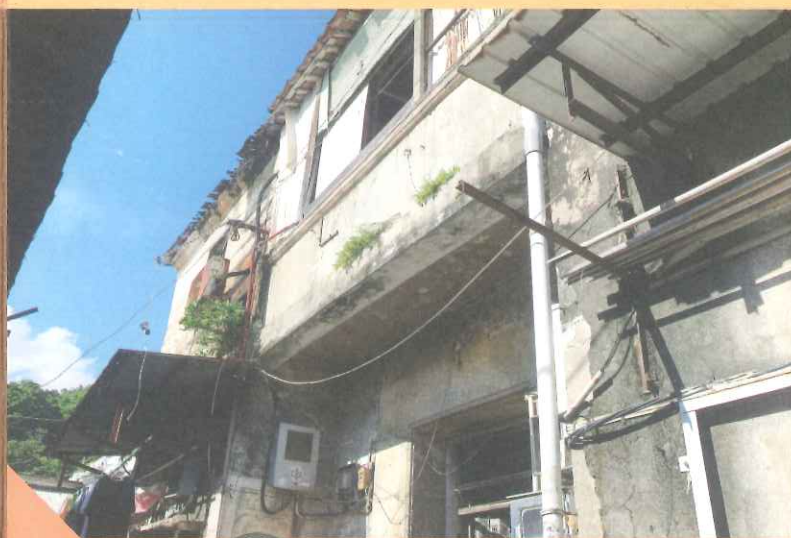
地址：茶果嶺大街106號A



3 廢紙回收廠

村內大部份房屋以鐵皮與木材搭建，此廢紙回收廠卻為少有的石屋，饒有特色，例如外牆打斜凸出的支撐柱，是為扶壁，又名扶垛。扶壁為外牆上附加的牆或其他結構，用以加強牆體穩定性，抗衡土體等對外牆的推力；此結構常見於歌德式建築，特別是教堂。設有扶壁的建築物可擁有更薄外牆，地基亦可更淺，但建築物可發展得更高。此外，建造石屋圍牆、內室及地台的材料均呈方正長條狀，稱作「地牛石」，是一大塊花崗岩打成的石磚。

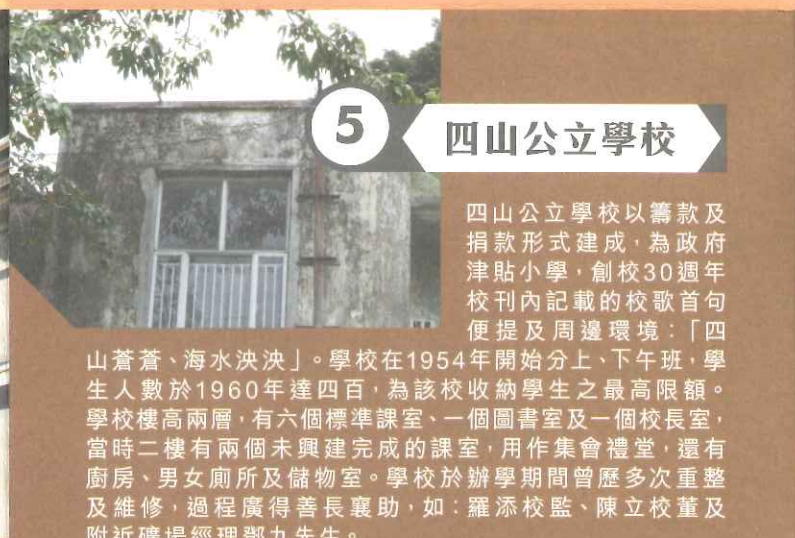
地址：茶果嶺大街82號A



4 羅氏大屋

相傳羅氏家族祖籍廣東淡水，為最早聚居茶果嶺的家族之一，約始於20世紀初。羅氏大屋由當時區內最有名氣、外號「友益堂堂主」的羅水央先生建造，樓高兩層，有灰色屋簷、中式人字瓦頂與山牆，全盛時期有逾二百人居住，50至80年代改建為廠房，及後再變成倉庫及住宅。由於茶果嶺盛產花崗岩，而村民亦多為石匠或礦主，因此羅氏大屋以來自茶果嶺石礦場之大麻石條建成；當時每日爆石兩次，分別為中午十二時與下午三時，在爆石前礦場工人會打響銅鑼，通知村民。

地址：茶果嶺道50號A、51號及51號A



5 四山公立學校

四山公立學校以籌款及捐款形式建成，為政府津貼小學，創校30週年校刊內記載的校歌首句便提及周邊環境：「四山蒼蒼、海水泱泱」。學校在1954年開始分上、下午班，學生人數於1960年達四百，為該校收納學生之最高限額。學校樓高兩層，有六個標準課室、一個圖書室及一個校長室，當時二樓有兩個未興建完成的課室，用作集會禮堂，還有廚房、男女廁所及儲物室。學校於辦學期間曾歷多次重整及維修，過程廣得善長襄助，如：羅添校監、陳立校董及附近礦場經理鄧九先生。

地址：茶果嶺道210號（天后廟旁）

6 風水卵石

四山公立學校外有一風水卵石，在過去為不少村民摸拜，祈求得子。相傳婚後多年無子的村民若得此石應許，便須於嬰兒出生後一個月，帶同三種肉類、薑、酒、冬菇、紅雞蛋及香燭等酬謝此石；石前碑文也有記載此說，並附錄真人真事。部份村民更憶述他們會於石前踢足球，甚至頑皮地爬到石上，但當聽聞卵石鬧鬼，他們都不敢再於晚間到此遊玩。



7 天后廟

天后在港為眾所周知的海神，福建與台灣人則稱祂作「媽祖」。天后廟常建於海邊，全港多達數百間。此廟外寫有「母儀堪配地，水德可參天」的牌匾是歌頌天后恩德的，廟頂則有雙龍戲珠。廟內設有「莊嚴廟貌」的門煞，以免邪氣直接衝擊神明，乃風水設施。正殿供奉天后、華光及金花娘娘；現供奉觀音的左殿前身為四山義學，原為四山公所的右殿則供奉魯班、孔子及李準。殿側特設觀音閣房，內有龍床；善信到廟除上香外，也會「摸龍床」，龍床上有不少東西，若摸到蓮子預卜今年抱孫，花生代表今年生意興隆，銅錢則表示今年有大財到手。

地址：茶果嶺道（近油塘）

Cha Kwo Ling 茶果嶺



1 茂發茶室

已屹立逾半世紀，年屆六旬的店東繼承父業經營至今。



位處昔日人流興旺的茶果嶺大街，60年代初開業，見證區內興衰，前港督彭定康也曾到訪。

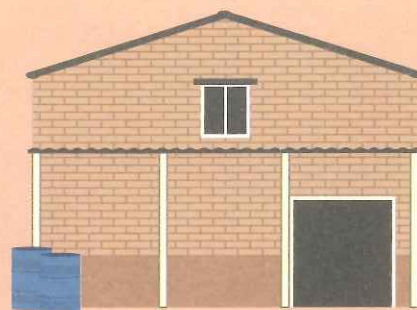
2 榮華冰室

3 廢紙回收廠

前身為高嶺土加工廠，曾養活數百人。

茶果嶺石礦場

位置近海，方便運輸。盛產高嶺土及花崗岩，以露天形式開採，主要用作填海。此外，高嶺土可製化妝品及陶瓷，花崗岩則可建教堂及石屋，後者的石英與長石更可造玻璃。



4 羅氏大屋

三級歷史建築，是區內現存歷史最悠久（逾百年）的民居。



四山公所

牛頭角、茜草灣、茶果嶺與鯉魚門合稱「四山」，從前村民主要從事開山採礦的工作，每村有一「頭人」，主管村內的大小事務，並代政府收稅，擁有崇高地位，當地官員都須拜會「四大頭人」。四山沒有祠堂，故於天后廟商討村務，設立四山公所。

茶果嶺道

以茶果嶺及安達臣道石礦場人手開採所得的建築材料填海而成。

5 四山公立學校

前身為四山義學，於1952年開辦，1993年停辦，這址現由茶果嶺鄉民聯誼會管理，使用者包括新域劇團。



7 天后廟



廟內碑文記載此廟建於道光年間，歷經多次重修，曾遷至茶果嶺。現址的新廟只有石門框為原裝，其他結構均重新建造；現為全港唯一由花崗岩建成之廟宇，石材來自附近礦場。

6 風水卵石

俗稱「求子石」，狀似翠丸。



冷知識

- 香港雖為彈丸之地，但因遠古時期沿蓮花山斷層有過劇烈的地殼活動，故境內礦石資源豐富。早於明朝，已有人於梅窩開採鉛礦，因其內含少量白銀，遂稱該處為銀礦灣；而開埠前也有不少客家人於九龍打石，尤以四山石質最佳。50至60年代為香港礦業巔峰期，鎢、石墨與鐵等甚至外銷至歐美及日本作軍事及工業用途。然而，70年代起經濟轉型，礦業逐漸息微。時至今日，只剩屯門藍地石礦場仍在運作，不過也可能於2023年關閉。儘管礦山痕跡已隨時日褪去，但部份地名仍露端倪，如：鑽石山、石澳、石塘咀及Quarry Bay (中文名為鯪魚涌) 等。
- 茶果嶺石礦場初時全以人工開鑿，過程稱作「打石」，而「炮製」是打石之重要工具（「製」指鑿或鑿東西之鋒利器具，為長支形鐵條）。石匠先用鐵錘把製慢慢打進礦中（約數尺深），成功開孔後便倒入火藥爆開石頭，運往山下鑿成石料，再以帆船裝載並經水路運往港島或珠海、黃埔等地，以拓展城市或建造炮台等設施。廣州石室聖心大教堂之石材亦來自此處。

參加者感想

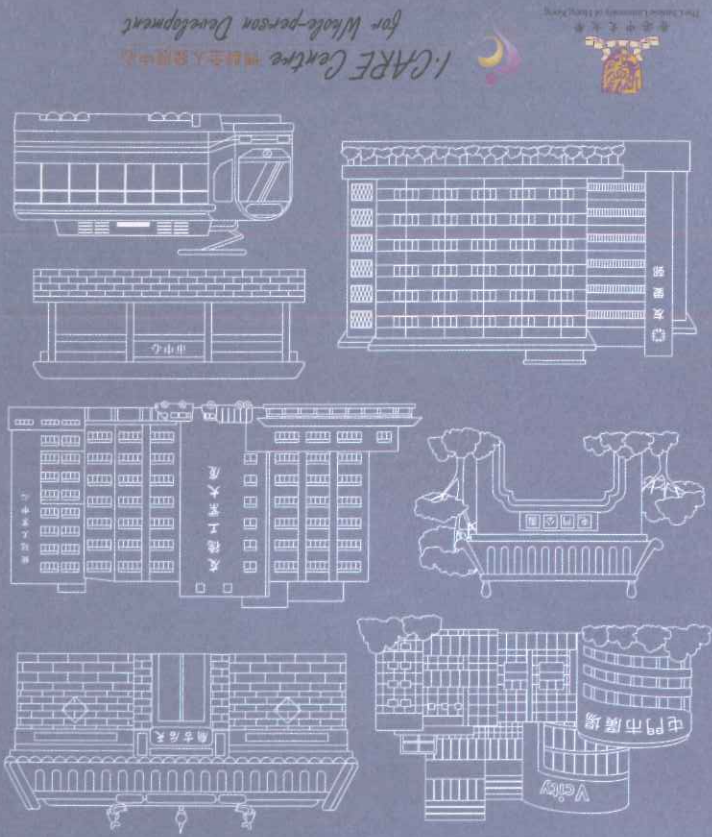
導賞中最令我難忘的景點是村內的榮華冰室，我認為它的舊式鐵閘很好看，現在香港已很罕見。我最喜歡此活動會讓同學投票，通常問題的答案都令我們大開眼界，例如打石能夠製出化妝品，非常有趣！我希望日後能有機會親身到現場探索。雖然VR眼鏡令人有些暈眩，但日常生活中很少可以有此體驗，故利用科技營造出親臨其境之感仍可謂疫情下的斬新體會。

參加者（世界龍岡學校劉皇發中學）

過去一年，我們從構思、規劃、實地考察到正式導賞，每一步都費盡心思，一切都得來不易。我雖本是歷史系學生，但起初對香港礦業史也一無所知。參與此計劃讓我有機會走進茶果嶺村作口述歷史訪問，繼而搜集大量資料加以整理，再把當中的歷史趣事透過生動方式介紹予中學生。我雖為介紹者，但同是學習者，很高興能和參與此計劃的每位一起經歷、記錄並承傳歷史。

導賞員簡詠詩（歷史系四年級）





近郊規劃 新市鎮發展歷程

03
TUN MUN

【項目簡介】

香港具有舉足輕重的國際地位，她不但與中國近代史息息相關，亦與世界各國有著千絲萬縷的關係。然而，這個「東方之珠」的故事，你又了解多少？

由香港中文大學博群全人發展中心舉辦的「香港文化導賞計劃」，透過一系列專業培訓（內容包括：資料搜集、行程設計與建構、敘事要訣及導賞技巧等），引導參加的中大同學成為導賞員，由他們按特定主題規劃導賞路線、實地考察及撰寫講稿，繼而帶領他人追尋本土歷史與文化足跡，完成後更合力製作本導賞地圖。

礙於新冠病毒肺炎疫情肆虐，本計劃的2020-21年度導賞團以360°虛擬實境影片及眼鏡，配合真人網上同步介紹之形式進行，招待了逾七百位來自20所主流中學與三所特殊學校的學生，以及27名中大員生。

【主題簡介】

香港新市鎮發展50載，各個新市鎮都有不同的城市規劃與面貌。「近郊規劃——新市鎮發展歷程」導賞團帶領參加者遊歷位處大西北的屯門，講述此邊陲城鎮的歷史、土地規劃、社區風俗與生活文化等，除了展現屯門的滄海桑田外，更帶出近年與此區相關的時事討論及電影文化，讓參加者一睹當區居民的真實生活面貌與轉變，冀增加他們對香港新市鎮發展方向之了解，並多加反思。



虛擬實境影片合集

【鳴謝】

周大福慈善基金



1 工業區

現時仍有部份著名品牌於此設廠，其一是維記牛奶。九龍維記牛奶公司於1940年成立，牧場設於市區，直至1972年，為配合政府收地興建公屋，便將牧場搬往元朗新田，而廠房則遷至屯門現址，而當時屯門便開始被開發成新市鎮。及至1984年，維記再搬廠到廣東，現今屯門廠房只負責處理廣東運來的鮮奶。此外，世界聞名之YKK廠房本來也屹立於此，惟於2021年十月宣佈關閉。YKK始於日本，1934年成立，直至1966年才於香港正式開設分公司，註冊為「YKK拉鏈（香港）有限公司」，其拉鏈業務之全球市場佔有率現仍達40%。以往成衣業蓬勃時，YKK曾於1981年佔有高達80%之香港拉鏈市場，形成壟斷；1984年，屯門人口接近25萬，工廠所提供的二萬多個職位中，YKK便佔逾三千個。再者，當年YKK因對香港市場樂觀，便決定興建第二期工廠大廈，得到時任布政司出席動土儀式，足見YKK的影響力及港英政府對其投資之重視。

地址：東到屯門河、南及皇珠路、西達鳴琴路、北至石排頭路



2 天后廟

建於明初，位處屯門舊墟，於清代至1931年期間曾多次集資重修，現時廟內仍保留康熙36年鑄造的銅鐘。天后廟為傳統中式建築，多以二進式設計，第一進為門屋，第二進後便見正殿，兩旁各有一個側殿，並以青磚及綠琉璃瓦建成。屯門漁民傳統上會於每年天后寶誕當天（農曆三月二十三日）舉行廟會慶祝，近年則變為連續五天舉辦一系列活動，如：舞龍及舞獅，大型戲棚舞台更會架設於廟前廣場以上演神功戲；另廟前廣場亦會於每年農曆新年前，化身年宵市場。一旁的花炮展覽館不但介紹天后傳說、廟宇背景及獨特之處等，更於對正門口之中心位置展示花炮與簡介其特色。每逢天后誕，香港各原居民鄉村及花炮會均會獻上花炮，以備拜祭儀式後被爭奪；第一個成功「搶花炮」者會被視為「好意頭」，喻意拿到好運氣！

地址：洪祥路與天后路交界（天后橋旁）



3 屯門公園

素為區內重要之合家歡休閒及遊樂地點，為許多屯門人之成長回憶。從前公園北面有人工湖與大水管等遊樂設施，讓居民泛舟湖上及四周遊玩；隨著時代變遷，部份遊樂設施已被拆卸，居民轉玩遙控船或觀鳥。爬蟲館與兒童遊樂場均位於公園南面，為園內特色景點之一。前者於1999年啟用，為康樂及文化事務署首個設立的爬蟲館，免費展出數十種爬蟲類動物，並圖文並茂介紹有關資料及模型標本；後者則於2018年搖身一變，成為香港首個加入水與沙等設計元素之無障礙遊樂設施，讓不同年齡及能力之傷健兒童於和睦愉快的環境中同樂；設施包括幫助聽障兒童辨別聲音的不鏽鋼滑梯，輪椅兒童則可玩滾筒式滑梯。場內亦讓用家自行探索不同玩法，務使所有人享受同樣趣味，推廣共融。

地址：東到市中心輕鐵站、南及友愛邨、西達屯門河、北至屯門港鐵站



4 友愛邨

邨內配套設施齊備，包括商場、街市、學校、公園及輕鐵站等，滿足邨民衣食住行之需要。數十年間，部份上述設施屢變遷，包括80年代，當時的商場分作友愛及安定兩個，均為屋邨商場，而街市則只有一個，名為「友愛街市」（Yau Oi Market）；商場與街市俱由房屋署管理。及至千禧年代，領匯（現名領展）從房屋署接手管理商場與街市，並在2012至15年間翻新商場與街市，把友愛及安定兩個商場合而為一，易名「H.A.N.D.S」（意指 Have A Nice Day Shopping），街市則改稱 H.A.N.D.S Market，劃作商場一隅。2017年，領展再出售商場及街市予民坊，民坊不但為商場加上中文名「愛定商場」，也將街市翻新，使之成為全港唯一童話風街市，名稱變回「友愛街市」，直到2020年更添加英文名Yo Mart。現時商場與街市的租金及物價均上升不少，小店難以經營；亦有居民認為童話風街市與屋邨格格不入，翻新更令商場與街市失去原有特色。

地址：東到屯門鄉事會路、南及皇珠路、西達屯門河、北至屯門公園



5 市中心輕鐵站

輕鐵為新界西北獨有之交通工具，連接屯門、天水圍及元朗三個新市鎮；以5開頭為屯門區內路線號碼，屯門至元朗之跨區路線的首個號碼為6，而用號碼7開頭的則為與天水圍有關之路線。輕鐵常被拿來與電車相提並論，但前者平均車速比後者快，最高時速更達每小時80公里。屯門市中心輕鐵站便利區內各住宅（蝴蝶、豐景園及良景等）居民穿梭重要地帶（碼頭及市中心）、不同社區設施（泳池及醫院）與工業區（建安），甚至接駁港鐵站（屯門及兆康），輔助市民通勤；亦有少量支線，特別進駐屋邨範圍（友愛及山景南與北）。

地址：屯門鄉事會路（屯門公園以東）



6 市中心

昔日市中心以屯門市廣場為重心，現今略為北移，蓋因鄰近港鐵屯門站之大型商場V City落成，設有接駁天橋往返屯門市廣場。V City提供28萬平方米的商業樓面空間，內有各類零售店舖，上蓋為住宅項目瓏門，地面則為公共運輸交匯處。從前屯門市廣場為區內主要商場，一樓之中央廣場於80年代設有音樂噴泉，饒有特色。當時擁有音樂噴泉之商場寥寥可數，故居民會視室內觀看噴泉為一種消閒節目；現時音樂噴泉已被拆除，原址變作展覽及表演等用途。此外，八佰伴百貨公司亦為往日屯門市廣場之標誌，連繫整個社區，居民都愛於此購物，可謂屯門人之集體回憶。雖然此公司後來因金融風暴及集團管理不善等問題結束營業，現時已不復存在，但日資公司在港之重要性仍然不減，就如現今較流行的DON DON DONKI與壽司郎，均有進駐屯門市廣場。

地址：東到青山公路（青山灣段）、南及屯興路、西達屯門公園、北至杯渡路

Tuen Mun 屯門

1 工業區

屯門新市鎮的發展規劃，主要以屯門河與屯門公園分隔工業區及對岸市中心一帶之住宅區。當時廠房以容納輕工業為主，包括成衣、玩具及飲料等；直到90年代，香港工業開始式微，因而出現不少空置工廈，但現今部份品牌之工廠仍於此處繼續運作，例如維他奶。

集經濟、社交及文化活動等功能於一身之核心地帶，包含政府大樓、大會堂、法院、圖書館、百貨公司、各類商舖、辦公室與戲院等。

6 市中心

5 市中心輕鐵站

區內大型中途站，共五條路線經過此處，設有四個月台與兩條行人天橋連接屯門公園、屯門文娛廣場及其底層之公共運輸交匯處。

3 屯門公園

位於市中心填海區域之大型休憩用地，區內重要綠化帶之一，園內栽種逾十萬棵樹。此城市綠洲分隔住宅及工業區，減低後者（例如噪音）對附近居民的影響。

4 友愛邨

香港第93條公共屋邨，共11座，樓宇類型分長型、工字型（H型）及井字型三種，為當時較大型的公共屋邨。此邨的單位總數達九千二百個，可容納二萬五千居民，一度成為最多居民的公共屋邨。

2 天后廟

逾六百年歷史，舊稱口角天后古廟，因其位處以往海口角落，面朝屯門港，背靠杯渡山，故得此名，後來改稱后角天后廟。

屯門河

河道曾被渠化拉直成人工河，由北向南貫穿區內。從前居民常戲稱之為「臭河」，蓋因河道兩旁的農場、工商業樓宇及住宅排放廢料與污水到河中，使之發出難聞氣味；其後政府積極處理污染問題，現時情況已有改善。

冷知識

1 「屯門」一名比「香港」更早出現，始於唐朝，它是「屯兵之門」的代稱，也可解作「屯田防衛的海門」，舊稱青山。屯門歷史悠久，早於新石器時代中期，龍鼓灘一帶已有先民聚居；及至南北朝，有傳杯渡禪師以杯為輪至青山修行，並創立杯渡寺（現稱青山禪院），故現今區內也有相關命名：杯渡路和杯渡輕鐵站。明朝時，屯門經歷海戰的洗禮，曾佔據此處的葡萄牙人最後撤至澳門，至清朝間便逐漸發展成小漁村。時至今日，屯門發展面積達二千二百多公頃，總面積則與九龍半島相若；現時人口接近50萬，愈趨興盛。

2 政府於規劃新市鎮時參考花園城市之設計概念，即結合城市與鄉郊的優點，讓市民可同時享受前者之繁榮及後者之舒閒，從而吸引他們居住。提出此說的英國爵士認為人類不應忍受城市之擠迫、污染與高地租環境，城市及鄉郊並非相互排斥之二元空間，雖然後者缺乏基建，工作機會又少，薪金較低，但環境比位於舊區的前者優美，公共空間較多，壓迫感亦低。因此人們大量遷入新市鎮便有助舒緩市區過度擁擠的問題，體現近郊化；而政府為減少鄉郊地區之不足，會在發展新市鎮時糅合自給自足之理念，期望全面地滿足市民生活需求。

參加者感想

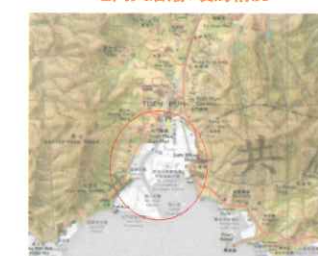
VR並非中學生經常接觸的事物，偶爾的新奇體驗可為沉悶的課堂增添樂趣。當我看到VR眼鏡的那刻，感覺到活動策劃人員非常用心地為我們準備導賞，真的很感謝他們費盡心思地於屯門錄製影片。我一直認為VR多用於遊戲，沒想過原來可用於學習。剛巧不久前才學畢新市鎮的課題，透過這次活動能夠溫故知新，加深印象。希望以後能有更多機會參與類似活動，寓學習於娛樂，一舉兩得！

參加者（鳳溪第一中學）

我很開心有幸參與是次計劃——當初選擇加入乃為克服自己的內向性格，沒想到真正策劃導賞時，才深感成為計劃一員之得益遠比我想像中多。雖然今年轉為網上導賞，但收穫依然豐富，因為計劃除了帶團，還有前期培訓及講座等，讓我們學習到導賞技巧與認識更多題材。計劃也令我結識許多來自不同主科，但同樣喜愛香港的朋友；能有機會一起組織完整的導賞團，確實難能可貴。

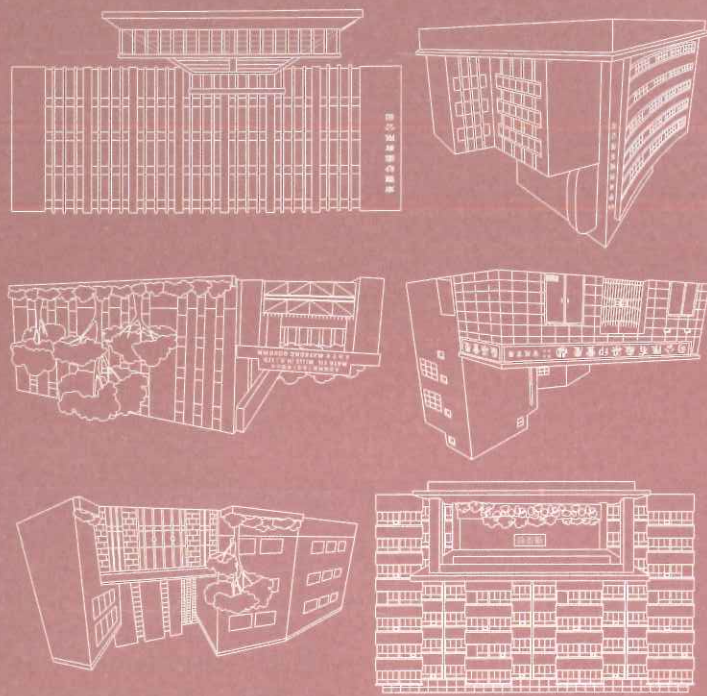
導賞員鄭羨凝（城市研究課程二年級）

屯門天后廟：填海情況



1975年的屯門





工業輝煌時代 重生王

04
TSUEN WAN

【項目簡介】

香港具有舉足輕重的國際地位，她不但與中國近代史息息相關，亦與世界各國有著千絲萬縷的關係。然而，這個「東方之珠」的故事，你又了解多少？

由香港中文大學博群全人發展中心舉辦的「香港文化導賞計劃」，透過一系列專業培訓（內容包括：資料搜集、行程設計與建構、敘事要訣及導賞技巧等），引導參加的中大同學成為導賞員，由他們按特定主題規劃導賞路線、實地考察及撰寫講稿，繼而帶領他人追尋本土歷史與文化足跡，完成後更合力製作本導賞地圖。

礙於新冠病毒肺炎疫情肆虐，本計劃的2020-21年度導賞團以360° 虛擬實境影片及眼鏡，配合真人網上同步介紹之形式進行，招待了逾七百位來自20所主流中學與三所特殊學校的學生，以及27名中大員生。

【主題簡介】

上世紀70年代為香港輕工業發展的輝煌時期。難以想像如今商場與住宅林立的荃灣，昔日竟是香港的輕工業重鎮，掌握香港紡織業的命脈。日轉星移，如今在荃灣所殘留的輕工業痕跡，縱然部份凋零零落、有些再度發光，但俱足證舊日的璀璨。當區居民數十年來的生活，也與紡織業密不可分。「戰後重生——輕工業輝煌時代」導賞團帶領參加者遊歷荃灣眾多紡織工廠與相關建築，從當中變遷得顯以往本土輕工業的蓬勃、紡織王國的衰落與城市的急速發展，以反思香港的工業、城市發展及保育的意義。



虛擬實境影片合集

【鳴謝】

周大福慈善基金



1 慶豐印染廠

70年代初成立，以處理布匹絲光與漂染為主。印染業於80年代初發展至高峰，90年代衰落，導火線為政府推行的排污政策；當時大部份染廠沒有條件實行環保措施，只好選擇結業或搬至內地。慶豐印染廠空置多年後，於2017年易手，其後政府重啟活化工廈計劃，新業主遂於2019年向城市規劃委員會提出申請，翌年染廠核准作計劃項目之一；而2021年的最新方案為重建成一幢樓高20層的數據中心，並擬採綠色及可持續建築設計，同年3月起諮詢公眾，7月獲通過，預計於2025年竣工。

地址：半山街18-20號



2 中央紗廠

由上海商人吳文政創辦，曾被稱為三大紗廠。紗廠的母公司是香港中央紡織有限公司，原本只經營布廠，直至1957年更成立紗廠；1962年，上述兩廠從青山道遷往沙咀道。紗廠以24小時輪班制運作，出產棉紗以紅雙喜、雙貓及富貴等為商標。由於作業人數眾多，紗廠曾於附近增設宿舍讓部份工人免費住宿，又安排廠車接送沒有住宿的工人上班。時移世易，有關廠房已於2010年代初期關閉並搬至內地，地段及後被其他財團收購重新發展，現為建築工地。中央紗廠曾是區內地標，採用現代主義建築風格，著重功能，裝飾簡約。工業年代地盡其用，中央紗廠因此沿著街道興建；它擁有弧形外牆，紅白雙色為主，大門鐵閘展示獨特「囍」字，除為宣傳紅雙喜牌外，其上下橫線連貫左右也有公司上下一心的寓意。

地址：沙咀道8-14號



3 富華織造廠

創辦人為駱肇祥，來自上海。富華織造廠進口日本及義大利絲綢，透過300多名工人與機器依自家設計編織各種產品直至上世紀末才停止運作。嘉華地產持有富華織造廠舊址多年，本世紀初曾構思將之重建為樓高24層的酒店並已獲批，但最終因應市場情況，決定重建成甲級商廈，取名嘉達環球中心，成為該公司於新界發展的首幢商用物業，並於2014年竣工。

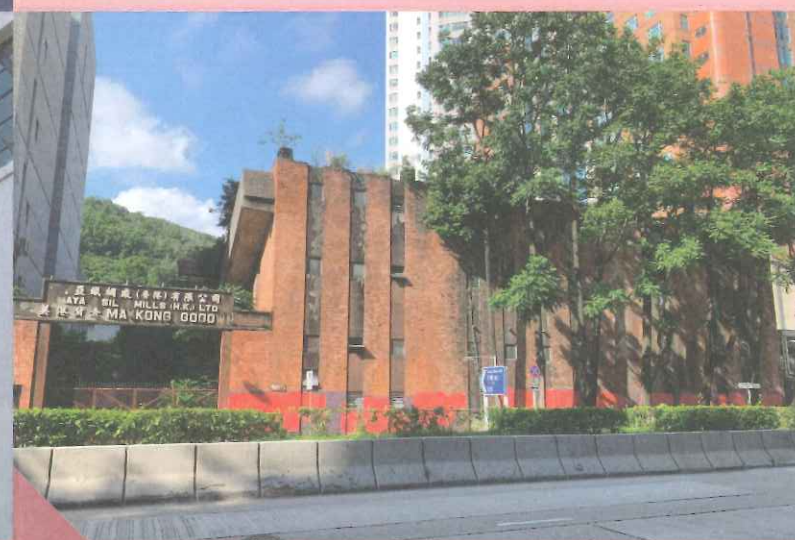
地址：沙咀道2至6號



4 南豐紗廠

由陳廷驊於1954年創辦，一至三廠已重建成私人屋苑翠豐臺，四至六廠則活化成The Mills，以文創、歷史及工業風等元素作主題，設有工作空間、紡織文化藝術館及多間文青零售店舖等。The Mills之建築設計既新穎又環保，正門一面改成玻璃幕牆，並增設玻璃天橋，中庭頂部則設置天窗採光，其天台亦綠化成「紗廠耕地」及「紗廠公園」，大型公共藝術作品《跡織繪》便於公園內展示，「白田壩里」也有不少壁畫。此外，當中的舊物蹤跡隨處可見，包括金杯牌大閘、綠色牆身樓梯及太平桶，長橋亦以紗廠原有的實心木門再造而成。活化保育中所用的巧思不但使The Mills榮獲數個建築大獎，更令它成為區內嶄新地標及「打卡」熱點。

地址：白田壩街45號



5 美港貨倉

香港美亞織網廠創辦人蔡聲白生於浙江，為1914年清政府選派的留美青年；其妻為上海絲業大亨莫蘭清之女，婚後協助岳父打理上海美亞織網廠，因戰後政局不穩，遂移居並將業務重心轉至香港。美港貨倉隨著蔡聲白於1977年在港逝世後，便一直空置至今，入口變成上鎖大閘，閘上牌坊的部份字體雖然剝落，但也看得出「美亞織網廠（香港）有限公司」與「美港貨倉」等字樣。由於貨倉多年來無人問津，雜草叢生，有人認為內裡鬧鬼，更於網上平台傳播相關故事；但鬧鬼之說應屬傳言，而貨倉內亦有人看守。2021年3月，貨倉突然開閘，更有貨車從內運走雜物，引致大眾紛紛關注其去向，擔心它會否面臨拆卸重建之可能。

地址：青山公路荃灣段364-372號



6 福來邨

全邨合共九座住宅大樓，均為呈L型的七層樓宇或樓高16層的舊長型大廈，配以外懸式的露台，外型酷似英式洋樓。剛入伙時，福來邨各座七層樓宇都沒有裝設升降機，至於舊長型大廈的升降機則只到15樓及以下樓層，居住16樓的居民便要徒步上落一層樓梯。當時的設計雖有不便，但福來邨對生活環境惡劣的基層市民來說已是極佳的容身之所，邨內不但供應穩定的食水及電力，更設有公園及遊樂場等休憩設施，附近也有商舖、學校等，滿足各種生活需要。鄰近的柴灣角工業區亦提供大量就業機會，不少居民均於南海紗廠或美港貨倉工作，既是鄰居亦是同事，關係緊密。過去城市規劃未及完善，大多數工業及住宅用地相鄰，雖或影響生活質素，卻便利市民上班。

地址：東到路德圍、南及海壩街、西達香車街、北至青山公路荃灣段

Tsuen Wan

荃灣

1948年成立，2009年正式結業，
現為甲級商廈嘉達環球中心。



慶豐印染廠

1

約50年歷史，原申請清拆
重建成非污染工廈，後改
為發展數據中心，以迎合
5G與大數據時代。

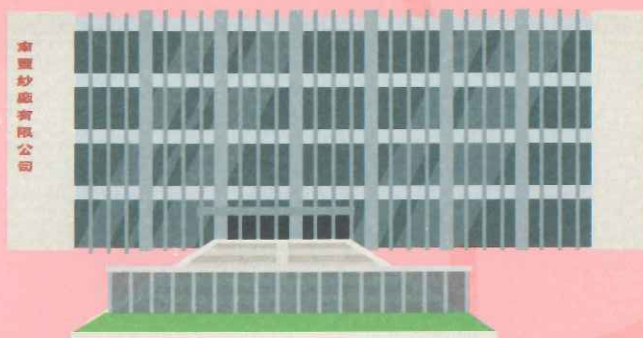


荃灣海濱走廊

附近一帶在過去是區內紡織
業樞紐，後發展成數個大型
私人屋苑、商場及商廈等。



2014年開展活化工程，2018年竣工。原為獨立的四至
六廠合併成單一建築群，內有「南豐店堂」、「南豐
作坊」及「CHAT六廠」三部份。



3 富華織造廠

2 中央紗廠

母公司創辦逾60年，
一至五廠陸續拆卸重
建成新式工、商廈。



4 南豐紗廠

樓高兩層，由紅磚砌成，設計獨特，以歐式
建築為本，重門深鎖，已空置逾40年。



5 美港貨倉

6 福來邨

香港屋宇建設委員會興建的
十個廉租屋邨之一，供應單
位予三千多戶居住。



大涌道

路旁原有一條通往藍巴勒海
峽的大明渠，後被覆蓋，成
為此路的擴闊部份。



冷知識

- 1 紡織原料大致分為天然及人工纖維兩種，前者包括棉花、羊毛及黃麻，後者則有尼龍及聚酯。成衣製作須經多重工序，首先是「紡」，即將棉花加工成棉紗；接著乃「織」，以針織或梭織等技術將棉紗以平行與垂直方向編織成胚布（原色布）；然後是「染」，即改變胚布顏色，使之七彩繽紛，成為染布；最後為「縫」，便是剪裁及拼合各種染布，製成衣服。
- 2 絲光指經特殊工序，透過化學作用將棉料加工成優質紗線，既可保留棉的自然特性，又可使其手感絲滑。
- 3 政府於2018年施政報告中宣佈重啟工廈活化計劃，鼓勵重建1987年前落成的工廈，放寬最高核准非住用地積比率上限至20%，亦接受業主申請改變工廈用途。

參加者感想

是次虛擬導賞團讓我認識不少香港輕工業發展的歷史，例如紡織業如何從蓬勃發展直至沒落。另外，過程中我感到十分有趣，因可以使用各種科技達致學習效果。個人最喜歡的環節便是利用VR眼鏡遊歷翻新後的南豐紗廠，我彷彿親歷其境，也能看到很多細節，甚至連樓梯盡處的油漆掉落都看得一清二楚，使我印象非常深刻。我亦對內裡環境很有興趣，時間容許的話，我會再到該處遊覽一番。

參加者（陳樹渠紀念中學）

近年，愈來愈多人關心本土文化，希望從中發掘屬於香港的特質，而我當初亦是抱著此心態參加導賞計劃的。由最初的選題、挖掘史料、實地考察等，直到後期的正式導賞，整個過程都是由我和組員一點一滴從無到有地建構，中途更遇上帶領虛擬導賞的難題……但正因這些困難，我更認清自己對本土文化的熱愛，也想向其他仍在堅持保護文化的人士致敬。

導賞員張泉材（計算機科學系三年級）

