

大牌檔

◆ 鄭寶鴻

自 1841年香港開埠時起，已有不少食檔在各區開設，多集中在中環街市附近的士丹利街、威靈頓街、以及灣仔道醫院山腳一帶等。尤以這一帶的交加街於1920年代更為繁盛，晏飯店及大牌檔遍設。

1927年，當局開始對大牌檔作出規限。到了1935年，再將小販牌照分為「大牌」及「小牌」兩種，用木架車販賣者，須領「大牌」。

1946年，為方便戰後市民可享用廉價食物，和增加就業機會，當局在各區規劃出不少大牌檔擺賣地點。附有持牌人照片的大型牌照須懸掛於牌檔範圍，是「大牌檔」名稱之由。

1950至60年代，遍設大牌檔的街道有港島的士丹頓街、依利近街、鴨巴甸街、美輪街、士丹利街、吉士笠街、興隆街、畢街、禧利街、急庇利街、修打蘭街、水街、盧押道、柯



●「跔」大牌檔的食客，1920年代。

以清湯牛腩馳名的九記，與憑奶茶馳名的蘭芳園，現時均已「入舖」大加發展。而一間位於機利文街的雲吞麵檔「奕記」，現時已在各處遍設分店。

大牌檔的食品可謂「包羅萬有」，包括甜品糖水、煎堆、雲吞牛腩及魚蛋粉麵、燒味飯品、粥品、燉品、奶茶咖啡、以及潮州「打冷」等，百味紛陳。鋪記，亦是由上環廣源西街一大牌檔演變而至今日的地位者。同樣，一「吳源記」麵檔於1970年代亦演變為一位於荷里活道的同名酒家。

此外，北京道、廣東道、吳松街、廟街、白加士街、楓樹街、桂林街及北河街等。



● 1920年代的大牌檔和食客。



● 街邊熟食檔小販，約1900年。



● 灣仔史釗域道的大牌檔，約1960年。



● 灣仔區的大牌檔，約1965年。



● 結志街蘭芳園，2005年。



● 油麻地廟街的食檔，約1968年。

你需要照顧家中體弱老伴或父母？

◆ 譚嘉媛

「太太中風後，身體活動能力差了很多，連吃飯、上廁所都很吃力。我每天扶抱太太多次，腰骨都弄傷了！」

「丈夫是『三高人士』，高血壓、糖尿病及高膽固醇樣齊。我想好好照顧他，以免他的身體再惡化下去，但卻無從入手？」



● 課堂上參加者學習操作輪椅技巧。

「一場大病，令原本作為一家之主的爸爸完全無法照顧自己，事無大小都要依賴家人協助。在溝通和照顧上，我和爸爸經常發生磨擦，大家都鬧得不愉快。」

隨著年齡增長，長者的身體機能逐漸退化，容易出現各種健康問題。部份長者更會因中風、心臟病等急性病患，令健康狀況於短時間內轉

差，家人面對突如其來的轉變，未必懂得如何為體弱長者提供適切的照顧。作為家中的護老者，他們不論在精神或身體上都面對很大壓力。

新手護老者經常面對一連串的挑战：輪椅如何使用？照顧不同長期病患長者的飲食要注意甚麼？怎樣扶抱長者才不會弄傷自己及長者？……如果護老者能懂得多一點護老技巧及知識，在照顧長者方面自然更有信心，亦可減輕護老者的照顧壓力，並提高長者的生活質素。

香港基督教服務處樂暉長者地區中心將於七月份於觀塘區舉行護老培訓課程。課程內容由專業社工、護士及物理治療師跨專業度身設計，全面涵蓋護老者必要的知識及技巧，

包括：拆解長者老化迷思、「長者疾病」通識、衣（衛生護理）一食（營養膳食）一住（家居安全）一行（扶抱/防跌）全科技巧及一些實用秘技、長者溝通錦囊，照顧認知障礙症患者技巧，復康用品巡禮等等。

課程同時歡迎護老者及熱心社區人士報讀，後者完成課程更可成為「護老大使」，為區內60歲或以上有需要的長者提供到戶支援服務，提供義工服務，例如：陪診、護送、在家陪老和認知遊戲訓練等等，為紓緩體弱長者及其護老者面對的壓力及困擾出一分力。

有意參加培訓課程，或成為義工，歡迎致電 2717 0822 與譚姑娘聯絡。