



黃祖慧同學與梁健文校長及余傑榮副校長合照

2023 恒隆數學獎

$$p^x - q^y = z^2$$

每兩年一屆的恒隆數學獎，今年獲近50間中學、逾70支隊伍參賽。本校學生黃祖慧在副校長余傑榮博士指導下，以「On Solutions of the Exponential Diophantine Equation $p^x - q^y = z^2$ 」為專題研究主題，脫穎而出，成功獲選為恒隆數學獎最強15隊最後決賽者之一。這是本校首次打入決賽，希望日後再接再厲。



黃祖慧同學成功獲選為恒隆數學獎15隊入圍參賽者之一



設計與科技 創新中心剪綵儀式

本校「設計與科技創新中心」已於1月24日（星期三）舉行剪綵儀式，承蒙香港蘇浙滬同鄉會張浩然會長、陶錫祺校監及各位嘉賓蒞臨主持啟用儀式。新中心獲政府撥款設計及建造，為學生提供更好的學習環境，讓教與學事半功倍。



全港綠色 微電影創作大賽

恭喜地理科同學參加香港環境師學會舉辦的全港綠色微電影創作大賽，成功獲得優異獎。同學透過綠色微電影的創作，傳達了低碳減廢、碳中和和環保意識的重要性，從而鼓勵同學從個人和社區層面採取行動，共同建設更綠色、更可持續的未來，以實現香港零碳排放、綠色宜居和持續發展的願景。



獲獎學生：

- 5A 李詩諾、蕭子靖
- 5B 陳綺婷、廖天藍、柯竣仁



觀賞影片



獎學金頒獎典禮



梁校長致訓勉辭

2022至2023年度獎學金頒獎典禮在2024年1月24日（星期三）於本校邵逸夫堂舉行，承蒙香港蘇浙滬同鄉會張浩然會長、陶錫祺校監、陳沐文常務副會長、程雲青副會長、王寶明副會長、嚴元浩副會長、曹忠豪副會長、朱家源秘書長兼校董、沈龍校董、周冠邦校董、金維明校董及陳雅麗校長蒞臨主禮及頒發證書。眾多嘉賓及家長撥冗光臨，濟濟一堂，令典禮倍添光彩。

典禮於下午三時十分開始，在步操樂團的悠



主禮嘉賓王寶明副會長與得獎同學合照

揚樂韻中，嘉賓步入禮堂，為典禮揭開序幕。首先由校長梁健文博士致詞。梁校長勉勵同學培養正確的學習態度，並分享本校學生於中學文憑試日語課程中考獲佳績的喜訊。接著，各主禮嘉賓頒發多項獎學金及證書給在不同領域表現優異的同學，在場嘉賓及同學均以掌聲鼓勵得獎學生。最後，陶錫祺校監陪同張浩然會長頒發公開試優良增值獎予數學科老師，並頒發積極推動課外活動教師獎，表揚相關老師在中文、英文、藝術及科技範疇的貢獻。

頒獎儀式結束後，家長與獲獎同學紛紛拍照留念，典禮在一片歡笑聲中圓滿結束。



得獎學生與家長拍照留念



主禮嘉賓進場

聖誕歌唱比賽

2023年12月20日，本校迎來了年度的盛事——聖誕歌唱比賽。隨著節日的鈴聲響起，加上璀璨的聖誕樹裝飾，學校洋溢著溫馨和歡樂的氣氛。學生們熱切參與這慶祝活動，展現了他們的才藝和團隊精神。

這次的聖誕歌唱比賽分為獨唱和合唱，各班都悉心準備，挑選了各式各樣的聖誕曲目。比賽在學校禮堂舉行，其中不乏閃耀的星星和五彩的燈光，營造了極具節日氣氛的環境。

學校今年邀請校友任日霞、黃綺雯、彭詩程、余一龍和唐煜俊擔任評判，不但與同學分享歌唱心得，還一展歌喉，唱出《永不失聯的愛》一曲。在比賽結束時，壓軸出場的師生聖誕合唱表演將全場氣氛推至最高潮。

當評委宣布獲獎名單時，整個禮堂沸騰起來。獲勝的班級和學生在台上分享了他們的喜悅，同學為他們鼓掌和歡呼。活動不僅為學校帶來了節日的歡樂，也增強了師生之間的凝聚力。



師生合唱



高級組冠軍4A



高級組亞軍5D



班級高級組季軍5A



班級初級組冠軍2C



班級初級組亞軍3A



班級初級組季軍2D



吉他手



獨唱冠軍(6D鄭悅禧)



獨唱亞軍(6C吳卓橋)



獨唱季軍(6B鄭慧芳)



鼓手



合唱冠軍



合唱亞軍



合唱季軍



致送紀念旗予校友評判

	名次	獲獎者	參賽歌曲
初級組	冠軍	F.2C	《Beat It》
	亞軍	F.3A	《Cupid》
	季軍	F.2D	《Wake》
高級組	冠軍	F.4A	《Try Everything》
	亞軍	F.5D	《Treasure》
	季軍	F.5A	《Santa Tell Me》
獨唱	冠軍	F.6D 愛社 鄭悅禧	《Everything I Need》
	亞軍	F.6C 愛社 吳卓橋	《櫻花樹下》
	季軍	F.6B 禮社 鄭慧芳	《刻在我心底的名字》
合唱	冠軍	F.5A 忠社 李詩諾 F.5B 禮社 陳綺婷 F.5B 忠社 柯竣仁 F.4D 愛社 廖卓希	《Kill This Love》
	亞軍	F.6B 愛社 曾憲清 F.6D 愛社 葉欣霖	《一事無成》
	季軍	F.6C 禮社 方有駿 F.6C 仁社 黎培育 F.6C 愛社 吳卓橋 F.4D 仁社 陳卓希	《上次講到》

「STEAM 愛心嘉年華」

「STEAM 愛心嘉年華」於12月2日（星期六）隆重舉行。活動內容豐富，包括工作坊、科學實驗和學生才藝表演等，讓學生有機會展示才華，將所學知識實際應用，同時也有助於提升他們的領導能力和解難能力，培養他們對學校的歸屬感。



步操樂團在開幕禮表演

其中，學生導賞員帶領來賓遊覽校園，介紹學校的歷史及最新設備，讓來賓加深對本校的認識。而「親子（Micro:bit）工作坊」和「親子創藝工作坊」通過科技和藝術形式鼓勵家長和子女互動，創造親子交流時間，並留下難忘的回憶。而不同學科的攤位遊戲則由學生主導，向各位來賓介紹或演示他們所學到的知識。例如，生物科的「顯微世界與生物工程」、物理科的「Physics Carnival」以及化學科的「Chemistry Wonderland」，各個實驗室都充滿了熱烈的氛圍，大家都樂此不疲。



學生認真介紹生物科展品

此外，青少年眾樂樂隊在星夢舞台表演，歌聲美妙動聽。同時，舞台下擺放了由機械人學會製作的碰碰車、機械人和迷你遙控車攤位等，整個活動熱鬧非凡，現場人聲鼎沸。而位於有蓋操場的禮品換領攤位更是吸引了大量人潮，來賓均獲得豐富的禮品和精美的學校紀念品。



來賓聚集在有蓋操場欣賞舞蹈學會同學表演

這次嘉年華活動在歡樂的氛圍中圓滿結束，來賓滿載而歸，學生盡展所長。希望未來還能舉辦類似的活動，為學生們提供更多展示才華和學以致用的機會。



來賓投入欣賞青少年眾樂樂隊的表演



學生為來賓解釋物理設置



小學生及生家很喜歡親子MicroBit工作坊



家長及小學生一同參與串串珠工作坊



學生導賞員為來賓介紹學校新設計及與創科中心

橫琴澳門歷史文化考察團

本校於2023年10月2日至10月3日舉辦了兩日一夜珠海、澳門歷史文化考察團。是次交流團有28位同學參加，由梁健文校長、林鳳婷老師及王嘉英老師帶隊。

當日從港珠澳大橋出發，於珠海橫琴參觀了珠海規劃展覽館及創新坊。第二日展開澳門行程，由當地特色建築龍環葡韻開始，之後到金蓮花廣場、澳門基本法紀念館以及回歸賀禮陳列館學習有關澳門回歸祖國的歷史。下午師生繼續前往澳門旅遊塔、澳門博物館、市政廣場及大三巴等景點。

從交流團中，學生除了學習兩地的歷史文化外，亦了解到香港、珠海及澳門的協作發展及其帶來的機遇。對學生而言，這是一次難得的學習機會。



2023-2024

上海市南洋模範中學交流團

本校20名中四同學於11月14日至11月18日參加「2023-2024上海市南洋模範中學交流團」。是次交流團旨在加深同學對國情及國內重點中學學生的學習方法、態度及生活情況的認識。故五天行程中，學生其中三天與當地師生一同上課，體驗當地國際課程，進行別開生面的體育競技活動，出席座談會，與朋輩交流學習心得。

在課餘時間，學生參觀了中共一大紀念館，認識國家歷史事件，感受國家的崢嶸歲月。此外，學生還遊覽田子坊、豫園、南京路步行街、黃埔外灘及上海書城，欣賞上海中西交融、新舊融合的建築風格，體會上海獨特的城市氛圍和深厚的文化底蘊。其後，一行人又到訪上海天文館，探索宇宙的奧秘。短短數天的行程，同學們能開拓視野，獲得珍貴的友誼，相信此趟旅程定必成為他們中學生活的寶貴回憶。



同學們夜遊黃埔外灘



同學們懷着興奮的心情出發



同學們認真聆聽導賞員介紹中共一大紀念館



品嚐特色滬菜



同學們在課堂上作自我介紹



同學們夜遊黃埔外灘



在新環境中學習，大家都既期待又緊張呢！

上海交流團學生感想——4A梁曉倩

此趟旅程，我們一行人參觀了多個上海特色旅遊景點，例如南京路、外灘、上海天文館等。最讓我印象深刻的是中共一大紀念館，此館由中國共產黨第一次全國代表大會會址、宣誓大廳、新建展館等部分組成，是國家一級博物館、全國愛國主義教育示範基地、全國廉政教育基地、國家國防教育基地，讓我了解到更多關於中國的歷史。



上海交流團學生感想——4A黃佳宇

除了在南洋模範和當地同學交流之外，給我影響最為深刻的便是遊覽豫園老街和參觀上海天文館。

豫園老街，正如其名的「老」字，有著百年的歷史，盡顯老上海的文化風貌——屹立湖上湖心亭、腳下的青石磚路，左右兩側林立的飽含江南老式建築風格魅力的樓閣，無不見證了上海近百年以來的滄桑，也向我們訴說著屬於這個城市的文化色彩。而街上，都是清一色的文化特色和創意店鋪，進入其中任意一間，都能親身體驗到上海的文化特色，領略這個城市的獨特色彩。

而在交流團的最後一天，我們參觀了位於滴水湖旁的上海天文館，這是全世界最大的天文館，也是我夢寐以求想來的地方。天文館被分為「家園」、「宇宙」、「征途」三個主題，向我們展示了浩瀚宇宙的壯闊和神秘，啟發我們思考宇宙的由來和意義。遊覽完天文館後，我不禁感歎人類和地球在宇宙中的渺小，展館出口「星空浩瀚無比，探索永無止境」的結束語，亦激勵作為年輕一代的我們，要努力刻苦地在如茫茫星河般的學海中不斷前進，豐富見識並有所感悟，為全人類的事業做好作出貢獻的準備，成為千千萬萬個推動人類向深空探索的一份子。



中六在迪士尼樂園留下美好回憶



中四級學生參觀恆生大學



學生專心製作工藝品



長者與學生齊做手工



中三級師生於澳門大三巴牌坊前大合照

OLE活動日

為促進學生的全人發展，擴闊他們的視野，培養正面的價值觀和態度。本校於11月24日舉行多元學習活動，藉以豐富學生的學習經歷，當日各級主題如下：

級別	活動主題
中一	傳統工藝體驗工作坊
中二	大灣區考察——澳門之旅
中三	賽馬會「動·融」運動計劃——「傷健運動齊接觸」工作坊及生涯規劃體驗活動
中四	參觀大專院校及課程體驗
中五	義工服務講座及老人院舍探訪活動
中六	迪士尼自學探險之旅



傷健運動體驗



學生精美的作品



攝影棚體驗



學生教導長者使用智能手機



賽馬會「動·融」運動計劃講座



長者與學生樂也融融

中二大灣區考察——澳門之旅

本校於十一月二十四日舉行了「大灣區考察——澳門之旅」，由梁校長及老師帶領全體中二學生前往澳門進行一天的考察活動。

當天的行程豐富，分別參觀了龍環葡韻住宅博物館、澳門回歸賀禮陳列館、澳門博物館、大三巴牌坊和大炮台，了解澳門的歷史文化演變。其後，同學亦到訪了澳門漁人碼頭和觀摩澳門的酒店建築，認識當地的旅遊業發展和產業結構。此外，同學更在官也街和議事亭前地的購物區體驗當地的民生和消費模式。同學們都為是次境外考察感到雀躍萬分，更主動於生活與社會科課堂上分享觀察所得，將考察見聞和課堂知識融會貫通，寓學習於娛樂。

是次的考察團不但能拓寬學生視野，實踐所學，更能讓學生放鬆心情，與同學建立一段美好的回憶，定必成為他們中學生涯中難忘的體驗。



日本沖繩 科學及歷史文化交流團

張雪敏老師

本校於十二月八日至十一日舉行了日本沖繩科學及歷史文化交流團，參與學生有二十名，他們都是中三至中五選讀歷史、生物、化學及物理的學生。由梁校長及張雪敏老師負責帶領學生進行四日三夜的行程。

行程中，學生分別參觀了不同的地方，從而了解日本的科學及歷史文化。學生到訪了萬座毛，萬座毛是一處位於日本沖繩縣的風景名勝，萬座毛面對著東海，屬於沖繩海岸國定公園。接著參觀了海洋博公園，公園擁有國內最受歡迎的海鯨、海豚、海洋文化館。在水族館中，壯觀神秘的沖繩生物世界展現眼前。另外，同學更乘搭半潛艇觀光船出海，欣賞海洋生態。抵達熱門的潛水點後，同學們進入下層船艙，透過大型觀望室的玻璃窗，就能一窺海洋的神秘面貌。學生更到訪沖繩宇宙通信所，通信所專門展出各種人造微型和各式各樣的宇宙飛行器和設備，帶你瞭解宇宙。此外，學生更參觀了沖繩科學技術大學，同學在校園遊中，了解到不同的科學研究範疇。除了參觀與科學相關的景點外，亦參觀了舊海軍司令部戰壕，了解沖繩在戰時的歷史。此外，師生也參觀了波上宮和首里城。雖然四天的行程緊密，但學生對日本沖繩科學和歷史文化有更深入的了解，令學生有所裨益。

學生感想

3C 許幃婷

在本次沖繩交流團中，我領略到沖繩人熱情有禮的特性；遊覽了沖繩當地的名勝，例如波上宮、首里城等；還吃到一些沖繩當地的特色拉麵，特色炒菜；欣賞到獨特的琉球舞蹈以及美麗的沖繩景色。當中我最喜歡的景點是建在礁上的波上宮，聽導遊說它是祈福的聖地，每當新年來臨時，沖繩人就會去到波上宮參拜，祈求新年的好運。



旅行日

12月15日(星期五)為本校的全校旅行，師生懷著興奮的心情，聚首一堂，一同親近大自然，共享燒烤樂，除紓減日常的課業及生活壓力外，更促進了師生彼此間的情誼。





莊子琪老師

我是莊子琪老師，任教英文科，興趣是旅遊、跳舞、郊遊、學習。

我的座右銘是馬丁路德金的「如果你不能飛，那就跑吧；如果你不能跑，那就走吧；如果你不能走路，那就爬行。無論怎麼做，都必須持續地前進(If you can't fly, then run. If you can't run, then walk. If you can't walk, then crawl. But whatever you do, you have to keep moving forward)。」而我想對葵涌蘇浙公學的同學說，想想哪些事做得好，哪些可以做得更好。同學各有不同的起步點，但可以選擇比昨天的自己做得更好。對抗拖延症，可以試試「25+5」的習方法。放下手機，高度專注地做功課或溫習25分鐘，然後小休5分鐘。3個循環後，大休息20分鐘。每次完成工作後，可給予自己小獎勵，以推動自己繼續努力。



雷倩儀老師

大家好，我是雷倩儀老師，任教數學科。平日興趣是看書，看劇集。假期時會去旅行，多看看世界。我的座右銘是「機會是留給有準備的人，成功是留給最堅持的人」。希望葵涌蘇浙公學的同學都能夠訂立自己的目標，好好裝備自己，堅持不放棄，成為一個成功的人。

新老師介紹分享

New Teachers

我是梁上行老師，任教音樂及生活與社會，喜歡欣賞不同形式的藝術，視日常生活不同的事物為藝術，如音樂、美食、軍事、管理等。我欣賞創作人有意無意的心思，細味他們用什麼方式表達，理解他們的為人，從作品便可知曉這些。

梁上行老師



「人生的目的在於忠實地發展自身的潛能，完成自我。」我希望還未找到自身潛能的同學可以多加觀察自己，進而改善自己，挑戰自己，視困難和壓力為機會，完成自我。



鄭濤徽老師

大家好，我是任教化學科及科學科的鄭濤徽老師。平日的興趣是看看劇集，聽聽音樂。我有一句座右銘常常提醒自己，來自於50年代的英文歌曲的歌詞：“Whatever will be, will be”(世事難料，順其自然)。很多事情我們無法控制，倒不如及時行樂，活在當下。讀書的時候，常常提醒自己溫習一段時間後要休息，給自己空間去娛樂一下，而且在開考前好好調節心態，不會把課本或筆記內容強行記進腦中，否則只會弄巧反拙。最後，想跟各位葵涌蘇浙公學的同學說，很高興遇見你們每一個，希望你們能在中學發光發亮。在老師的教導下，成為一個更好的人。

劉鎮武老師



大家好，我是劉鎮武老師，很開心能加入葵涌蘇浙公學這個大家庭。我主要任教地理科及生活與社會科。我的興趣是旅遊及聽歌。

「人生是掌握在自己手中。」還記得數年前，自己為文憑試及成為老師積極奮鬥，感恩最終能夠夢想成真，所以我希望透過自身的經歷去鼓勵葵涌蘇浙公學的每一位同學。在學習、成長以及追夢的過程中，定必會遇到不同的挫折及困難，希望大家堅持不懈，盡自己最大的努力去克服及嘗試，相信終有一天亦能走上實現夢想的道路。

每當我感到有壓力時，很喜歡約朋友一邊吃飯，一邊聊天，忘卻煩惱，稍作休息。同學感壓力時，不妨找我傾訴或吃飯。作為老師，我未必可以幫到你，但我會陪著你。

最後，很開心可以認識到葵涌蘇浙公學的每一位，來年我們一同加油。

葵涌蘇浙公學的同學們大家好！我是布婷老師，很高興可以加入葵涌蘇浙大家庭！我主要負責教中一中史、中一二普通話以及高年級的中文延伸班。平日裏我很喜歡烹飪，尤其是麵包類的，有同學也很愛吃麵包嗎？

布婷老師

此外，我也很喜歡看書，主要是文學類的書籍，也歡迎大家向我推薦不同類型的好書喔！古人云：「道阻且長，行則將至。」

希望同學們遇到逆境可以勇敢面對，不要輕易放棄。堅信只要我們努力總是會有收穫的！



範疇	活動名稱	獎項	獲獎學生
文學	第二屆荃灣葵青區中小學微型小說創作大賽	亞軍	F.4C 儲君樺
		季軍	F.4B 張家銘
		優異獎	F.4A 曾泳銘 F.4C 徐美媛 F.4D 陳雨潔
數理科學及科技	2023第十七屆創協盃創意科技機械人大賽	亞軍	F.3B 歐陽俊軒 F.3B 阮灝章
		季軍	F.3A 吳栢謙 F.3B 黃文翔
音樂	38th International Children and Youth Singing Competition	Junior : First Runner-Up	
	港澳青少年管樂大獎賽2023	高級組亞軍	F.5B 陳諾謙
	第87屆 STEINWAY & SONS 國際青少年琴比賽	六級考試組：Merit	F.4A 鄧敏桐
	第七屆(台灣)亞洲·愛琴海國際音樂大賽	六級考試組：一等獎	F.4A 鄧敏桐
	第三屆非伯爾鋼琴大賽	六級考試組：二等獎	F.4A 鄧敏桐
		小奏鳴曲組：三等獎	
樂詣音樂節 2023	六級考試組：Distinction	F.4A 鄧敏桐	
其他	AiTLE x HKIIT Cybersecurity Centre x CheckPoint : 「聯校網絡安全比賽 2023」初賽	優異獎	F.6B 李禹瀟 F.6C 方有駿 F.6D 施淑泳
	全港綠色微電影創作大賽	優異獎	F.5A 李詩諾 蕭子靖 F.5B 廖天藍 柯峻仁 陳綺婷
	香港文藝協會全港十八區中秋節填色比賽	冠軍	F.4B 周卓琳
		亞軍	F.4A 李沁妍 F.4B 黃芷妍 F.6A 彭靖茗 葉凱晴
		季軍	F.4A 陳衛庭 F.4B 吳采頤 鄧凱喬
金獎	F.4A 梁曉倩 葉凱明 黃佳宇 黃穎彤 F.4B 施曉樸 李珮瑄 蔡寶穎 F.4D 何寶兒 F.6C 馮韻兒		

中六準畢業生心聲

6A 黃心怡

我會做好目前的事，努力為DSE備戰。DSE是一場持久戰，感謝身邊的人一直支持我。我希望在DSE全力以赴，搏盡無悔，取得佳績。

6B 鄭佳儀

只要你想，堅持一下，朝著自己的方向前進，什麼事情都可以成功。感謝所有幫助過我的同學和師長。我會盡己所能，不留下一絲遺憾。

6B 余彩詩

要在DSE取得好成績，首要條件是良好的心情和心態，所以要安排好溫習和作息的時間。我要感謝老師用心的教導和自己堅持不懈的努力。我相信各位同學必定夠達到自己的目標，發光發亮。

6A 郭恩美

我相信付出多少努力，就有多少回報。希望大家最終能夠達成自己的目標。

6B 吳宜康

感謝老師和家人的支持、鼓勵和教導，他們是我們成長路上最重要的後盾。

6B 吳宛恩

為了考上大學，我這一年也付出了很多努力。我很感謝所有曾教導過我的老師，也希望我的同學們能考上自己心儀的大學，大家一起加油！

6A 楊欣妮

感謝所有悉心教導、照顧我們的老師和校工。考入心儀的學校和學系需要勞逸結合，才能跑得更長遠。各位同學要用心準備，一齊奮鬥，希望在七月我們都能得償所願！