

正行高

# 香港的島嶼

獅子滾球

弓洲全景



弓洲為一由兩島一礁排組成之長形島嶼，全長四百多碼，略分東西兩半，西高而東矮，中隔一近十呎之深海溝，西部為一高百呎許之小崗，四坡陡直，頂有短草及小樹，有兩樹並排，高度相等，極為顯眼，西岸有一狹長石縫。東岸海溝旁亦有一傾斜石隙，寬二三呎，高數丈，石隙附近有一明顯之白色石脈，自水邊直上山頂，山坡岩石如級，可攀援而登頂，北岸峭壁下有一海穴，頗廣大。

東島又分兩部，靠北者較大，全為堅硬岩石，西半為一高二十多呎之山崗，自北坡勉可攀上，險而不危，在西島隔海溝回望此一石崗，如一伏獅搖頭，身首俱備，甚為逼肖，崗南下方有一巨大岩穴，高兩三丈，深亦如之。一片黯黑，洞內有水，當為海浪湧入之積水，穴前有一大礁石離岸獨立，相去丈許，海水深綠，料極深邃，此洞名獅子滾球，蓋以礁石為球，小崗為獅，亦頗貼切，島東為一列綿長之岩石地帶，引伸近百碼，石上多白紋，漸東漸矮，而入於海，此島之岩石形狀，與大鵬灣東畔之獨牛洲同為一類。

此島島形特異，獅子之形，只在島西可見，海中遠望，則四方形狀均有不同，又因東海浪大，島之四周暗湧極急，泊舟不易，登遊頗難。

島在塔門西北角正東七百碼處，西北一千多碼外有一小礁排，上有燈塔，西東八十碼有小石嶼名黃泥洲，高十丈許，南岸石壁直下，有一海蝕平台，頗值一遊。

弓洲一帶多產鮑魚，附近漁民按時泊舟潛水以取，聞近年因外來潛客較多，攜備新式潛水工具，肆意搜捕，即未成熟者亦一概取去，遂致產量日少。若干年後，塔門之鮑魚島美稱，將成歷史名詞。

弓洲

有所思居



七

春日山行每遇霧。如在單線路上行走，當感迷濛滾動者亦可愛。若在岔亂之區時，則茫茫迷困，不知去向來途，未有不心焦神慮者。

猶憶六七、六八年間常登獅子山：在山上每見霧海翻騰、忽聚忽散；聚時連天厚幔、目無所見；散時美景閃耀、令人目眩。然獅子山屬單脊山脈，故無所苦。七一年登大、小菴山時，巧值微雨趁風，霧從山隙湧上：羣丘隱現如飄動不止，令人屏息。七二年遊上七木橋村

，剛入村窩中，已見白霧困處，淡淡輕飄；諸景隱約、恍似仙幻境界，使人迷醉。然同年自燕岩廢村登大帽山，却遇大霧：在山坡上奔突，終不得正路；下望又茫然一片，即領帶者也急得通體冒汗；幸偶來良風，山下一徑入目，辨知爲鉛礦均林務站附近，大隊乃披荆穿亂林而下，終得脫困。七三年宿遊糧船灣洲，黃昏出遊時又遇霧：終被困於花山、官門廢村與南沙之間；一宵奔竄，耳中常聞狂濤拍岸响而不知身處何地，終於自南沙過坭壩（時萬宜水庫工程已開展）夜走西貢而脫險。故若春霧者，在有目的、有選擇性之安排下去細賞，自然是件好事；若不幸被困，必要心平意堅、免臨不測。當然，訪遊自己

肥佬麥

大幅山大城石澗主源三支，俱自大幅來（北支由四方山流下；然

嘉龍潭壺穴

將軍飲酒

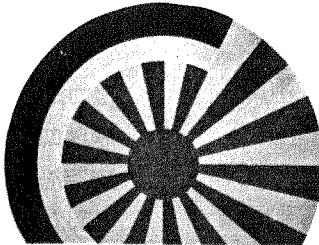
有「磐石談經花滿地」句，今已漫漶不可讀。此山丘今多稱爲蓮花山，舊作「蓮花台」。

嘉龍潭在南涌；潭不大，外淺內深；潭石黝黑平順，勢不急而可攀。潭上方壺穴圓串連，俱可容兩人共落。若於潭上穴旁凝視，則湛然碧水，如翠玉瑩瑩；茸苔環生，若綠氈鋪布；漾漾映照，似蘭湯在盆；誘發妙思，動人沐興，實爲罕有而獨絕之情味。

四方山亦大幅山支脈）。三源匯合處之下數百碼，澗道略收，流水暗藏；澗道側有巨石，不知何時起被人以漆油寫上「肥佬麥」三個大字。若在此處離澗向東北，可接鉛礦均下大埔；直上可窮溯主源；西南走植林道可重下城門水塘，位當轉折要衝。一般遊人自城門水塘至此，不論末段何去，多在此休歇；因先後行進不同，初權以石上題字一「肥佬麥」爲約候之地處，漸漸成爲習慣，至今竟成此地之專有稱呼，亦大異事也。

# 康樂活動

# 樂也融融



## 清溪小徑留踪影 攀山越野樂趣多



郊遊

香港——這個面積有四百平方公里的地方，（包括九龍半島及新界），雖然直來飽受空氣及噪音的污染，但其中亦不乏充滿大自然景色、可供旅遊、野餐、遠足等戶外活動之能力。百年來，市民都熱衷於運動身心的健康，因此假日前來郊遊的上人士衆，尤其是青年朋友們，更應時常有山林的戶外活動。

郊游的去處甚多，其中以郊島地區最為遊人所嚮往，由於該處地方幽靜山幽，不惟有清新的風氣，而且有著齊齊的海濱空氣；同時島上風光仍可保持原狀，置身其中，令人忘塵俗，俗盡全消。

為方便一些對香港環境不大熟識的青年朋友起見，特列在此介紹些郊島及郊界郊遊的勝地，但由於篇幅所限，不能一一介紹，欲知其好去處請向有關部門及組織查詢，從而取得更詳細資料。

大嶼山

大嶼山是香港最大的島嶼，面積為一百四十、點六平方公里，赤原五十點七平方公里，比香港還要大一倍。

島上風光明媚，山明水秀，樹木茂盛，著名的沙螺門、民風古樸的沙螺村、崇農、分佈島上。

（花旗圖書公司編印）為樂

浪不斷向崖邊的岩石堆衝擊，每當一個巨浪撲向崖邊之後，行人便須步衝過，否則便會被繼後而來的巨浪弄致衣櫛盡棄。

東平洲島形如新月，全島面積約零點三四平方公里。

新界地甚廣，可供遊覽的地方頗多，如沙田的獅子山、大埔的新娘潭及淡水湖，粉嶺的植物及鹿頭，葵涌的城門水庫，元朗的南生圍和西貢的鹽田及大澳西灣，以上地區每逢假日遊人甚衆。

其中大埔之淡水湖及元朗之南生圍不可併入遊覽，並可結合青人騎腳踏車，鷺鷥的城門山，城門則已被視為燒烤勝地，而大埔之新界還是旅行人所嚮往的地方。

新娘潭三面環山，位於一險阻之中，潭水清澈，水深不足一丈，在南生圍者瀑布，尤為壯觀，瀑布高約百尺，飛瀉而下，拍濺為霧，水花如飴如露，極富天然情調。環境十分雅潔，適宜舉體旅行。

在元朗觀者瀑布，尤為壯觀，瀑布高約百尺，飛瀉而下，拍濺為霧，水花如飴如露，極富天然情調。環境十分雅潔，適宜舉體旅行。

對於喜歡遠足的旅遊人土，西貢的船上實為理想的地點，它位於海拔約一千多呎的高山上，為一處廣闊山谷，西面高山環繞，樹木叢密，山體起伏，灑滿翠竹，遍地綠草，置身谷中，令人有通世之感。

因處高原之七，到船上一定要長途跋涉，可由大網仔趕行，部份路程頗為鍛鍊，頗為吃力，但能一睹綿延的風光，亦不枉此行。

郊游公園

獅子山——位於九龍半島東北端，象鼻山由大網仔道向東伸展，直至沙田村頭。攀越此山之北部，則涉田在掌。

雖然獅子山上有不少險要的路途，亦有陡峭的懸崖，但當登上山頂，整個九龍半島，盡入眼簾，景色之美，令人心曠神怡。故每逢假日，此處極受喜愛登山之旅行人士歡迎。

新界的獅子山公園亦為旅行人土的好去處，目前，該處已有四個燒烤地點，設置有燒烤爐、野餐箱及長椅等。在不久的將來，該處將會添置更多的設備以滿足旅遊人士的需求。

攀登獅子山之路徑有二，可從黃大仙開始，亦可由九龍彩虹邨乘92號巴士到西貢總站，轉乘93號巴士由大網仔，再從山腳，穿石上走，便可找到通往山上的黃泥小徑。

金山——包括石壁及深井兩地。自一九七三年開始，政府為提供更多的郊遊地點，便市區能有更多的機會接近大自然起見，已把這兩地作為郊遊地點。

至目前為止，該地區已共有三十二處郊遊地點，四個公園及七個燒烤地點在此興建。同時，還有供遊人休憩的空地，其中設有椅、換

船，是著名漁村之一。上船後徒步離市鎮不久，即有一廣闊之草地，極適宜露營。

露營人士可先乘火車到大網仔，繼而轉乘塔門線小輪前往，每天只有一班航次，早上七時二十五分開出，但在日落則在八時二十分開出。

貝澳

位於大嶼山之南，鄰近船澳，可由中壟港外線碼頭乘搭小輪往來船澳，再轉乘巴士前往。

貝澳是倒吊形，一片幼石地帶，為搭營理想之地，附近是鹹田村，取水及購膳用亦方便。

大埔林

為一個遍地草叢的高地，面積甚廣，後有密林，山坡下有小溪，不勝水源。

先乘火車往大網仔，繼而轉乘92號巴士往林村。

濱海島

有著名魚場，場下湖可露營。草地、海灘及山巒均實為理想的地點。

船澳在中壟美孚碼頭乘船，但在平日要到上環威靈頓街碼頭乘船前往，幸倂各異。

井欄樹（小夏威夷）

是一個大山谷，雜草如蔓，山巒處處，灌木叢不遠，是頗理想之地。

在彩虹邨乘92號巴士前往，到井欄樹下車，步行約廿分鐘，沿山坡直下即到。

東涌

小橋流水處處，苦葛遍地。海邊與山腳之間有一大片草地，可供露營，東涌為大嶼山風景最優美地點之一。

大澳

地點在西貢東面，是露營人最常去的地方，有溪水，灘旁有樹叢，附近亦有村落，假日在此露營人甚衆。

在九龍彩虹邨乘92號巴士，到總站後，再轉乘鄉村車到灘洲，然後沿一條蜿蜒的小徑前行，步行約四十五分鐘即可抵達。

大網仔

到處都是荒廢的田地，故綠茵遍地，溪水潺潺，附近牛羊成羣。

在九龍彩虹邨乘92號巴士到西貢總站，轉乘93號巴士由大網仔，下車後約十五分鐘即到露營地點。不過，再步行卅分鐘，便到北潭涌，這裡才是最理想的露營地。

靈廟營地

香港的男童軍總會、女童軍協會均設有營地，供童軍團體及組織可與上述兩會接洽：香港童軍總會電話：三一六七三〇九六；女童

申請表格，可向北角組別大廈十三樓B座（電話：五七〇〇九八五）、各旅舍或各區民防署索取。

現將香港青年旅舍協會管理的四個營舍，即白沙灘、大尾篤、施樂園及鯉灣，略作介紹：

白沙灘：位於新界，可容廿四人，由彩虹邨乘92號巴士出發，到西貢總站下車，再轉乘萬錦大嶼鄉村客貨車即到達。

大尾篤：位於新界大埔汀角道（船澳淡水湖畔），可容八十多人，可由紅磡乘坐火車，或由佐敦道碼頭乘70號巴士，亦可由大角咀碼頭乘22號巴士前往大尾篤，再轉乘75號巴士於總站前一個站下車。

施樂園：在新界大帽山，可容四十八人。若由大角咀出發可乘51號巴士，到大帽山頂路下車（即四頭屋服務站），再步行前往。

鯉灣：在新界鹿背門，可容卅二人，由佐敦道碼頭乘50號巴士；或於假日在尖沙嘴碼頭乘250號專巴七，到元朗巴士總站下車，再轉乘巴士前往。又可在元朗巴士總站改乘57號巴士到站下車再步行。

馬屎沙

由中華基督教青年會主辦，位於新界人頭洲的東面。由紅磡乘船到大學站，轉乘青年會營舍渡船公司水上巴士或威信船公司機動船隻，約十五分鐘可達。

青年新村

由中華基督教青年會主辦，位於新界人頭洲的東面。由紅磡乘船到大學站，轉乘青年會營舍渡船公司水上巴士或威信船公司機動船隻，約十五分鐘可達。

大澳

地點在西貢東面，是露營人最常去的地方，有溪水，灘旁有樹叢，附近亦有村落，假日在此露營人甚衆。

在九龍彩虹邨乘92號巴士，到總站後，再轉乘鄉村車到灘洲，然後沿一條蜿蜒的小徑前行，步行約四十五分鐘即可抵達。

大網仔

到處都是荒廢的田地，故綠茵遍地，溪水潺潺，附近牛羊成羣。

在九龍彩虹邨乘92號巴士到西貢總站，轉乘93號巴士由大網仔，下車後約十五分鐘即到露營地點。不過，再步行卅分鐘，便到北潭涌，這裡才是最理想的露營地。

交通：由彩虹邨乘92號巴士到西貢總站，轉乘93號巴士由大網仔，下車後約十五分鐘即到露營地點。不過，再步行卅分鐘，便到北潭涌，這裡才是最理想的露營地。

編一九七六年印行之「中國郵令譜」後，以「為你現在、為你將來」為口號之渣打銀行今年又再印行四款以康樂活動為主題之海報及小冊，今期刊載轉載者為該轉有各類體育及戶外活動之海報第一張，其餘三份將於季內陸續推出。

據悉，渣打銀行印製此轉海報之目的係提倡有益身心之野外活動，增進野外知識，從而享受更多郊遊樂趣，與本刊出版之主旨不謀而合。

該海報不但內容充實、印刷精美，版面設計美觀，且選圖配文尤具心思，其中蒙牛一相乃選自本刊資料室者。據渣打銀行客戶服務經理李志鵬對野外月刊記者稱，今年第一張海報（見本版）已大量印妥，歡迎本刊讀者及各界人士到中環渣打銀行總行二零一室或各分行索取，全部免費贈送。

編者

### 安全細則

(一) 謹標示前往地區之地圖。



(二) 出發前必須將你的途徑地區告知家人，以便萬一迷路時尋找。

(三) 出發前必須將遊覽區域附近的警署及醫院的電話號碼記下，以備萬一發生意外能迅速進行救援。

(四) 除非你富於徒步旅行經驗，否則不可單獨在遙遠的郊外旅行。

(五) 徒步旅行者應有自知之明，最初宜選擇較短路程。

(六) 山徑深邃處遭毒蛇所匿藏，則應只在較低地面上行走，嚴禁穿鞋，易遭導致迷途或失足。

(七) 可堅持行走不明顯或雜草叢生的小徑，否則極易迷途，在此情況下應立即折回，另覓其他途徑。

(八) 不可進入輸水隧道或引水道，以免山洪暴發時危急生命。

旅行地圖

郊野公園地圖可到裏頭政府合署十二樓舉昇裝置購買，每張六元。

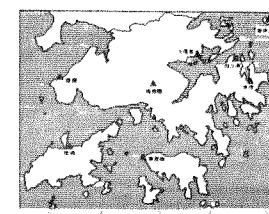
多種不同的旅行地圖

可以在下列地點購買：

(一) 在花旗銀行華美大廈十一樓的地圖測量處。

(二) 在葛羅教道九龍政府合署十樓。

地圖、紙筆、食物、器具、急救包、其他用品





**職員**  
中心之營地主任及數名教練均於中心內住宿

**膳食**  
營內備有膳食供應。

**可提供之活動**

射箭	康樂棋
彈網	繩網
籃球	兒童遊戲
滾軸溜冰	小型高爾夫球
乒乓球	生態學研習
排球	土風舞
滾球	露營
體能訓練	燒烤
游泳	爬山
獨木舟	小型壁球
網球	



## 中心位置圖

**收費**

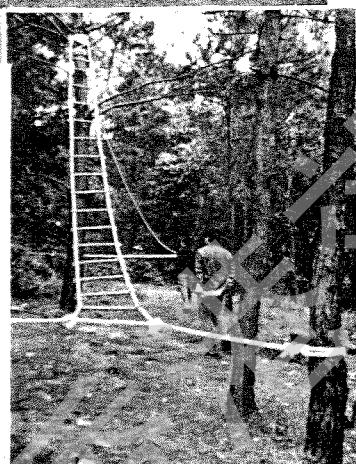
住營	每晚五元
日營	每人一元
膳食	Ⓐ 早餐 每位兩元 Ⓑ 午餐 每位四元 Ⓒ 晚餐 每位四元 Ⓓ 燒烤 每位七元

**申請辦法**

康樂體育事務處將經常於中心內舉辦各項康樂及體育活動營或其他康樂活動給予市民參加，詳情可往該處各分區辦事處查詢。  
如欲申請借用中心內之設備者，均需用書面向康樂體育事務處總辦事處申請（九龍馬頭角道一號）  
查詢電話：3-030111



▲石山花園



►繩網攀沿訓練

►繩網攀沿訓練

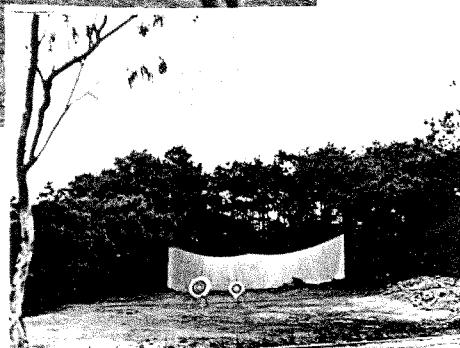


▲繩網攀沿訓練



◀兒童遊戲攀架

►射箭場



# 西貢戶外康樂中心



路口指示牌

**中心之面積**  
9.7公頃

**名額**

每次可同時容納200人，其中除備有家庭式之營舍並有專為弱能人士而提供之設置。

**中心之設備**

四座營舍（每座均設有房間十個）

飯堂

廚房

康樂室

浴室

燒烤場地

游泳池（現正建設中）

兒童遊戲攀架

滾軸溜冰場

籃球場

排球場

體能訓練場及健體徑

小型高爾夫球場

室內體育館  
生態學研究中心} (正計劃興建)

## 簡介

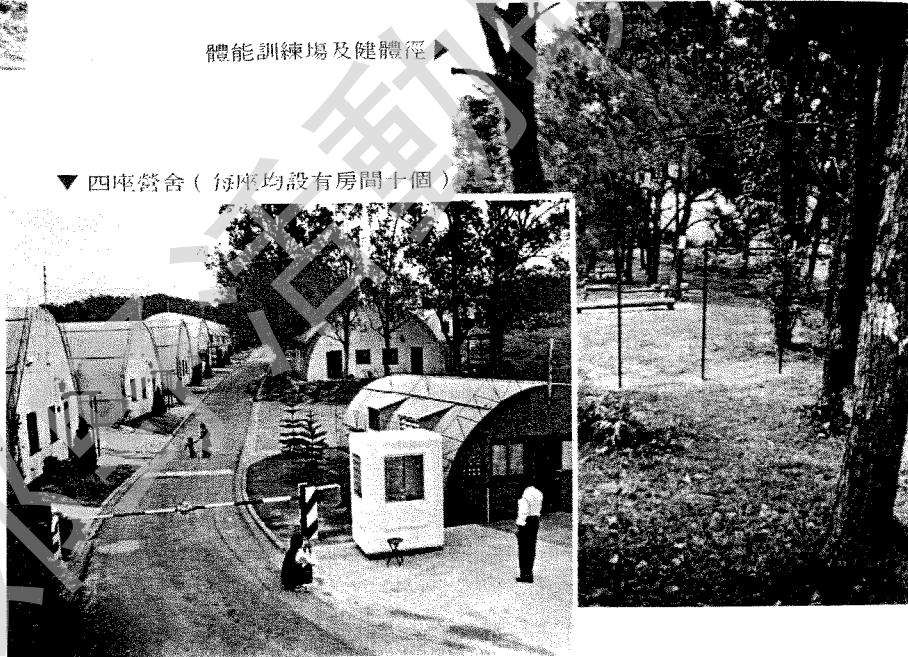
一九七六年四月二日，英國國防部將西貢軍營交回香港政府。

一九七六年六月，該營由康樂體育事務處發展為「西貢戶外康樂中心」，同年九月，此中心由政府特別基金撥款重新修葺，並加建游泳池，室內體育館，生態學研究中心等設備，為市民提供更多之康樂體育活動。現自四月一日始，其經費將由政府承担。

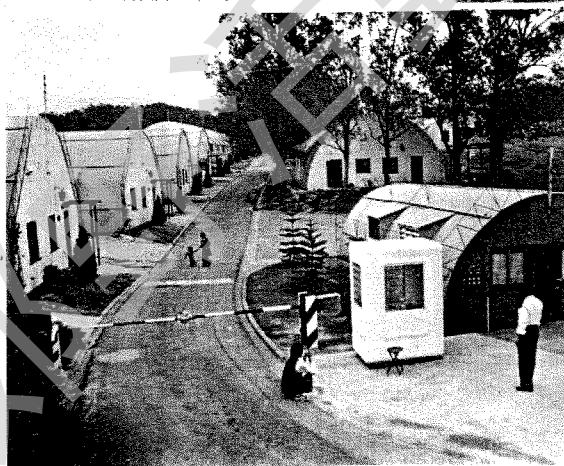
一九七七年二月七日，由雅麗珊郡主持啓用禮。目前，康樂體育事務處正盡量利用此中心為全港各區市民及青少年舉辦各種戶外康樂及露營活動。

過去六個月，中心之設備雖未臻完善，惟使用該營地作各種康樂體育活動之用途者，亦達一萬五千人之衆。

體能訓練場及健體徑



▼ 四座營舍（每座均設有房間十個）



## 交通

### 巴士

①由彩虹邨巴士總站乘搭第92號巴士至北港下車（見中心位置圖）步行前往即可（票價：五毫）

②由九龍城碼頭乘搭第293號豪華巴士至北港下車（只限假日）  
(票價：貳元)

### 小型巴士

由彩虹邨上車至北港下車

### 自用車/旅遊車

沿清水灣道至西貢公路及清水灣道交界路口轉左直行，至北港可見西貢戶外康樂中心之路牌。

## 中心示意圖

