

# 至fit 安全駕駛大行動 2018

為提升及推廣道路安全，運輸署連續十年舉辦「至fit 安全駕駛大行動」，透過一系列宣傳與教育活動，進一步提高商用車司機安全駕駛意識及注重個人健康。今年度的「至fit 安全駕駛大行動」共有五個主題，包括正確的駕駛態度、尊重其他道路使用者、切勿酒後藥後駕駛、注意身體狀況及司機和乘客互相尊重。



# 至 fit 安全駕駛大行動

## 2018(續)

2018年12月14日，運輸署在紅磡置富都會廣場舉行了「至 fit 安全駕駛大行動 2018 打氣大會」。打氣大會主禮嘉賓包括運輸及房屋局副局長蘇偉文博士（BBS, JP）、運輸署署長陳美寶女士（JP）、道路安全議會主席鄧炳強先生（PDSM）、交通諮詢委員會主席張仁良教授（BBS, JP）及道路安全議會道路安全宣傳運動委員會主席馬家慧女士。至 fit 安全駕駛大使黃德斌先生及黎瑞恩女士亦出席活動分享安全駕駛及個人健康貼士。承蒙業界踴躍參加，打氣大會得以順利舉行。

### 活動花絮



# 夜間非幹線路旁 貨車泊車位

為了善用資源，讓路旁泊車位更有效地分配給有需要的駕駛人士使用，運輸署已在一些非幹線路旁增設夜間泊車位。截至 2018 年 12 月 31 日，各區可供貨車使用的夜間泊車位地點已載列於下表。

(因並非整條路段可供貨車停泊，泊車前請留意路旁交通標誌或道路交通標記標示停泊地點及時間)

## 港島區

地區	夜間泊車位地點
中西區	干諾道西、豐物道、堅彌地城新海旁、西寧街、城西道
東區	嘉業街、新業街、東喜道
南區	利樂街
灣仔	堅尼地道、駱克道（東行綫介乎柯布連道和菲林明道，及西行綫介乎馬師道和杜老誌道）

## 九龍區

地區	夜間泊車位地點
九龍城	景雲街
觀塘	海濱道、鴻圖道、啓興道、高輝道、臨澤街、臨福街、宏開道、宏光道
深水埗	青山公路、瓊林街、東京街、通州街、窩仔街
黃大仙	五芳街、雙喜街、四美街
油尖旺	福全街



## 新界區

地區	夜間泊車位地點
北區	彩園路、嘉富坊、安全街、安福街、安居街、安樂門街、寶運路、新運路、業豐街、業和街、彩發街公眾停車場
西貢	駿昌街、駿光街、駿宏街、駿日街、敬賢里、唐俊街、翠琳路、運隆路
沙田	桂地街、瀝源街、文禮路、文林路（近明愛樂進學校）、鞍駿街、安麗街、安平街、安群街（介乎安麗街和安耀街）、黃竹洋街、源安街、源順圍、源禾路
大埔	大昌街、大發街、大富街、大景街、大貴街、大盛街、達運道、汀太路
葵青	長輝路、長隆街、長達路、青康路、工業街、葵昌路、葵豐街、葵樂街、葵德街、大連排道、青衣路、華星街、打磚坪街（介乎和宜合道和石建街，及介乎屏富徑和圳邊街）、嘉慶路、担杆山路、青衣航運路（介乎青尚路和青高路，及介乎青高路和三號迴旋處）、青尚路（介乎青衣路和青高路）
荃灣	橫窩仔街
屯門	海華路、洪祥路、建發街、建群街、三聖街、新力街、新安街、新平街、天后路、青楊街
元朗	俊賢坊、富業街、福喜街、福宏街、康業街、屏唐東街、屏唐南街、寶業街、宏利街、宏樂街
離島	裕東路

## 生效時段

- 下午七時至上午八時
- 下午九時至上午七時
- 下午八時至上午七時
- 下午八時至上午八時
- 下午十時至上午七時
- 下午十一時至上午七時
- 星期一至星期六下午八時至上午七時，星期日及公眾假期（全日）
- 星期一至星期六下午八時至上午八時，星期日及公眾假期（全日）

# 正確使用輕型貨車 (包括客貨車)

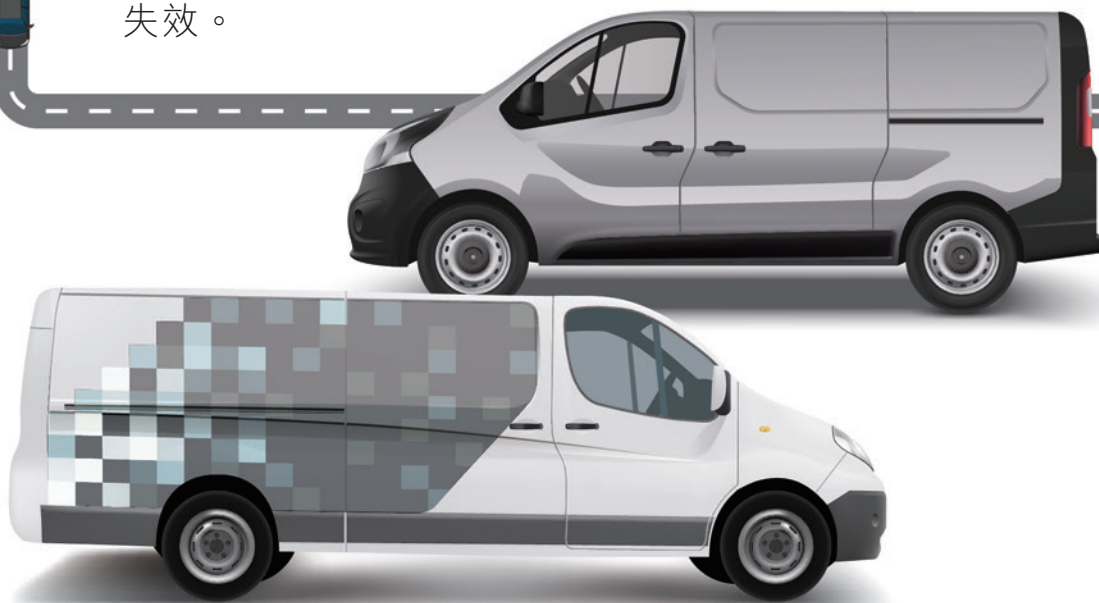
**貨**車的角色是提供載貨服務。乘客不應把輕型貨車（包括客貨車）當作公共交通工具。無論要到甚麼地方，即使帶着物品，如乘客可以自攜該物品乘坐公共交通工具，便不應該租用輕型貨車。

法例規定，任何人士不得 —

- (a) 駕駛或容許他人駕駛或使用貨車作出租或取酬載客用途；或
- (b) 招攬或企圖招攬他人乘坐以出租或取酬方式載客的貨車。

違者初犯可被罰款 5,000 元及監禁 3 個月，再犯可被罰款 10,000 元及監禁 6 個月。

當輕型貨車用作載客取酬，有關車輛的第三者保險或會失效。



# 保健

# 食療

**職**業司機每天在道路集中精神駕駛，而且活動範圍不多，血液循環便減弱，身體承受的壓力實在不少，痛症便容易形成。

我們感謝香港註冊中醫學會王德利中醫師提供以下治療痛症食療參考。

**食療**

## 山楂薏仁粥

**材料：** 山楂、白扁豆各 15 克，薏苡仁 30 克，紅糖適量。

**製法：** 將山楂水煎取汁，加扁豆、薏苡仁同煮為稀粥，待熟時調入紅糖服食，每日 1 次，連續 7-8 天。

**功效：** 活血化瘀，化痰通絡。



**歡迎讀者提供意見**

如有意見，請寄交九龍旺角聯運街 30 號旺角政府合署 2 樓 209 室或傳真至 3104 9001，《貨車運輸通訊》貨車事務組收。