



P.4-5

港鐵獨大故障頻生
鐵路優先不合時宜



P.8

不當使用隨時爆炸
懶人火鍋暗藏危機



■生活中，往往不難發現一群又一群低著頭的「手機控」(鄒君臨攝)

青少年成

手機控

上癮問題趨嚴重

隨着科技進步，智能手機興起，手機除了肩負起通話和傳達訊息功能，還能提供網上娛樂和購物，令現代人開始機不離手。現時，無論在狹小的地鐵車廂或是廣闊的校園，不難發現，大部份人低著頭用電話。人們依賴手機的情況日益嚴重，無論什麼時候都在使用，甚至獨自走在街上，亦會因為無手機旁身而感到不安，有人甚至沒有收到訊息，也要長期拿着手機查看。更可怕的是大家都未意識到自己已手機成癮，而此問題亦在年輕人社群蔓延。有專家將手機成癮稱之為“Nomophobia”「無手機恐懼症」。患者不願意關機、不時刷新屏幕、如廁也要手機相伴……當這些警號響起，也正正提醒大家，要正視及解決長期使用手機對青少年生活帶來的影響。

版面編輯、記者：胡俊緯 鄒君臨

根據國際數據資源網站 Statista 一篇有關不同國家市民使用智能電話習慣的文章顯示，過去幾年，人們使用手機上網的時間明顯增加。在接受調查的國家中，巴西的智能電話用戶使用時間升幅最大，由2012年平均每天使用1小時45分鐘升至2016年接近5小時；而中國智能電話用戶則由2012年平均每天使用1小時30分鐘，上升一倍至2016年接近3小時，反映使用手機習慣有普及和增加趨勢。

觀乎目前，大部份年輕人對手機著迷，大抵是離不開被互聯網世界吸引。在網絡中，他們能夠隨時隨地接收海量資訊。然而，這些資訊有好有壞，年輕人最難抗拒的是社交平台，尤其是當中百花齊放的娛樂及社交資訊。有受訪大專生向本報表示：「空閒時便會使用手機，而且大部分時間都是漫無目的地在社交平台讚好。」有些學生更表示，曾經強迫朋友追蹤自己社交平台的動向。

遠離手機減依賴

本港臨床心理學家鄒凱詩接受本報訪問時表示，在一個手機成癮案例中，一名應屆中學文憑試名校生因過份沉迷手機遊戲，成績跟不上進度，最終考不上大學，更使家庭關係出現問題。鄒凱詩表示，上述案例其實是全球現象，不單單在本港發生。她更指，手機成癮對腦部健康有所影響，甚至令控制情緒能力減低。她表示，青少年習慣在手機上取得滿足感和喜悅，傳統社交模式被摒棄，他們逐漸失去了朋友間相處的喜悅、學習上的快樂和運動帶來的快感等等。情緒方面，以往正常社交中與朋友的相處及衝突，也是一門

情緒控制的訓練，但手機使用時間增加，令日常訓練也隨之減少，久而久之，性格也變得封閉。

對於如何治療手機成癮，鄒凱詩表示，醫學界把這種心理病納入為特殊恐懼症，並透過認知治療令患者明白自己有手機和無手機的行為和情緒分別，從而剔除思想謬誤。再者，延長離開手機的時間也是必須的，例如外出用膳時，嘗試不帶手機以了解自己對工具的依賴程度再作出相應的調節。

上網有時 褪網有時

另外，明光社項目主任歐陽家和表示，手機上癮由很多不同情況造成，主要是青少年長時間玩手機遊戲，以及使用社交網絡。歐陽家和認為，在手機上癮的議題上，不應單以青少年使用手機上網時間的長短，去判斷他們是否上癮或沉溺；應將焦點放在長時間使用後，會否產生其他問題之上，例如能否自我控制。他解釋，很多人可能因為工作或學習需要而長時間使用手機，但當他們完成工作，便會停止使用，所以不應以使用手機時間長短去決定是否上癮。

他又指，手機上癮不應只圍繞青少年去討論，因為這可能是整個社會的問題，無論生產商、家長甚至政府也應該一起探討這種新舊科技變遷帶來的現象。

被問到如何才可防止青少年上癮？他指出，最主要是有良好的溝通：「很多家長看見自己子女長時間使用手機，便認為他們是上癮或沉溺，沒有任何溝通之下，便做出一些激進行為，例如關掉子女網絡，這樣對他們沒有幫助，更可能使家庭關係決裂。」他又指，家長應先透過溝通，理解子女的情況，再與子女討論減少使用時間。

明光社亦倡議「上網有時，褪網有時」的生活態度。一旦停止使用手機上網，就能完全放得低，沒有任何掛念，便是一個合宜的使用方法。



■明光社建議社會各界關注手機控問題(網絡圖片)



■鄒凱詩指手機成癮危害身心(網絡圖片)

香港熱門手遊

內地是全球最大的手機遊戲市場，根據《全球移動遊戲產業白皮書》統計，內地去年移動手遊市場收入逾146億美元，是第二名美國（77億美元）的兩倍，業內估計內地手遊用戶已超過7.7億，全球手遊商都想進軍內地分一杯羹。香港手遊《吞食天地》準備在今年夏天打入內地市場，但負責人坦言由洽談遊戲上架、盈利拆帳安排，到宣傳推廣吸引玩家等也面臨重重困難。另外有港商就認為，港手遊應放棄內地市場，寧可轉投東南亞發展。

記者：袁嘉詠 劉美儀 鄧溢禧 趙嘉駿 陳紫情 李寶賢



原為線上遊戲的吞食天地，近年亦推出手機遊戲版本，希望進軍內地市場，分一杯羹（《吞食天地5》遊戲畫面）

進軍內地路難行

中華網龍以電腦遊戲起家，在香港、台灣經營電腦遊戲業務超過十多年，近年逐漸發展手遊市場，將原有的線上電腦遊戲改為手遊上架，其中一款以三國作背景的皇牌遊戲《吞食天地》已推出到第五代，並希望將該作品打入內地市場。

「我們當初要打入內地市場，是看中中國的龐大市場。」負責該項目的中華網龍香港分公司經理賴漢杰指出，內地市場雖大，但進軍不易，無論是在遊戲上架、收入分成、吸引內地用戶上都屢遇挑戰。他笑稱「做遊戲好難」。賴漢杰表示，他們的內地合作伙伴盛訊達在遊戲設計上有不少要求，兩方就上架條件、遊戲調整方面進行多次討論，拉鋸半年才稍有成果。《吞食天地5》暫未能在內地上架，其中一個原因是對方要求調整遊戲中的裝備和武將系統，以吸引玩家課金升級裝備，升級後裝備的能力會比非付費玩家的同一裝備強。他解釋，對方重視以上的調整，是因為內地公司對吸納付費玩家較為進取，「一開頭就想盡辦法要玩家付錢。」相對來說，香港、台灣推出手遊時會傾向使用「溫和派」策略，公司希望玩家先建立對遊戲的感情，在需要時才付費。

除了要滿足內地合作平台對遊戲設計的要求外，賴漢杰亦遇到內地監管部門的審查問題。「內地在年初進行審查重組，影響審查時間，預計六至七月才有審查結果。」中國廣電總局在今年年初下發通知，開展網絡遊戲出版專項整治行動，主要針對價值觀有嚴重偏差、涉及暴力及色情的網絡遊戲等內容，又要求遊戲採取措施防止玩家沉迷。

內地龍頭分帳七成 不利經營

即使遊戲能成功上架，但平台抽成高昂，「食水」之深亦令港商利潤減少。賴漢杰指，內地手遊目前是以騰訊（700）及網易作為主要上架平台，可說是兩家獨大，共佔整體市場的七至八成。今次他就選擇兩大平台以外的盛訊達合作，也是考慮到利潤問題。

「因為他們（騰訊和網易）都是大平台，有決定權。」賴漢杰解釋，香港手遊的兩個主要上架平台是 Google 及蘋果公司，他們的抽成約三成，而內地兩大平台的抽成卻是香港的兩倍以上，平均抽成達到七至八成。

賴漢杰又表示，因保密協議而不能透露具體數字，但這次與盛訊達合作的抽成較騰訊低，利潤可增加50至100%。他續指，待未來做出成績，便會有籌碼與大平台洽談，希望將來能在騰訊等大平台上架，而未來拓展中國市場只能「見步行步」。

根據中國數據平台《極光大數據》今年2月公布的數據，截至去年底，內地手遊市場用戶規模達7.76億，每名手遊用戶平均安裝3.35款手遊應用程式，可見內地手遊市場龐大。賴漢杰覺得打入內地市場是可取的，因扣除分成後仍有「肉食」。他舉例指，假設內地上架後的總收入為200億元，即使分了抽成予騰訊，餘下的三成收入也比香港市場多，因此認為初入內地市場「蝕一蝕亦無妨」。

攻內地市場不容易 鍾培生：東南亞是出路

觀乎港商開發內地市場的過程處處碰壁，香港遊戲產業協會理事鍾培生則直言「冇得做」。他分析指，Google 和 Facebook 才是港商熟悉且發展成熟的平台，香港手遊商主要依靠 Google、Facebook 來「買」玩家，即透過在平台刊登廣告，來吸引用戶下載遊戲，但內地完全是另一套「遊戲規則」。「如果香港人想做 Game，東南亞是個很好的市場，外國人不懂做，而大陸公司又好少攻東南亞。」鍾培生又指，雖然進入東南亞市場要重新翻譯遊戲，但相比在內地被大平台壓制，仍然覺得東南亞的出路更闊。



賴漢杰認為，內地市場龐大，扣除分成後仍有「肉食」（趙嘉駿攝）



鍾培生則認為，內地市場「冇得做」，東南亞市場的出路更闊（相片由受訪者提供）

手遊「抄風」盛行？ 港商無懼抄襲

各地遊戲製作商轉戰手遊市場，行業競爭間掀起一股「抄風」，在手機軟體架上充斥着玩法相近的內地手遊。即使玩法大致相同，畫面相似，如被評為仿作的騰訊《王者榮耀》能一季大賺逾百億元。在港手遊商闖關北上之時，行內互相抄襲會否阻礙發展？香港遊戲產業協會理事鍾培生就認為，港手遊商不用太擔心抄襲問題，遊戲受歡迎程度主要視乎遊戲是否擁過人之處。

鍾培生引用蘋果公司前總裁喬布斯說法，認為創新概念皆建基於前人智慧。他舉例指電競龍頭《英雄聯盟》亦參考2005年遊戲《遺蹟保衛戰》，後來騰訊手遊《王者榮耀》又參考《英》、《王》，雖較遲推出卻更具吸金能力。他又指，「抄不代表一定贏」，例如迪士尼曾推出一款被指手遊抄襲日本遊戲《Game of Dice》的手遊，結果大公司卻不如原作成功。他認為手遊應與時並進，擁有過人之處方可突圍而出。

港手遊開發商賴漢杰則指，研發獨特玩法的手遊十分費時，內地上架手遊多不勝數，要突圍而出本已有難度，而遊戲的玩法又難申請著作權，故不易防範。不過他並不擔心旗下遊戲會被抄襲，指因抄而成功的遊戲非常少。「最緊要的是抄襲之餘有創新的點子，令人耳目一新」。

2016年推出風靡全球的《Pokémon Go》未能在內地官网上架，有內地公司以快打慢，率先在當地推出《山海經 GO》等玩法相似的手遊，因其畫風獨特惹起網民熱議；去年推出的日本手遊《旅行青蛙》因其簡約可愛風被追捧，緊隨其後3個月內即有旅行熊貓、旅行小貓等「致敬作」面世。行動迅速或成這類手遊的過人之處，下載量亦可於短期內飆升，但綜觀過往例子（參附表），一般而言手遊原作因為能將理念貫徹始終、加上不斷更新的新元素，令它們較易成為突圍而出、難以取締的手遊王者。



《龍族拼圖》（左）在日本推出時因其獨特玩法而大受歡迎，有港商視着該遊戲未進軍本地前，即推出近似玩法的《神魔之塔》（右）大賣（圖片由受訪者提供）

附表：玩法相似手遊一覽

原作	最早上架日期	相似作品	最早上架日期
旅行青蛙	2017年11月	旅行熊貓	2018年2月
王者榮耀	2015年11月	傳說對決	2016年10月
Game of Dice	2015年10月	迪士尼魔法骰子	2017年6月
Pokémon Go	2016年7月	山海經捉妖 GO	2016年8月
陰陽師	2016年9月	封神召喚師	2017年6月



香港玩家近期都鍾情於內地公司發行的多人合作通關手遊（趙嘉駿攝）

上架費貴 審批緩慢

手遊靠2% 付費玩家支撐營運 港付費玩家鍾情日產國產手遊

「課金」是手遊玩家的術語，即是用家付費購買遊戲內道具，是手遊商的主要收入來源。不過，手遊用戶的課金情況極端，有用戶願意花數十萬來「課金」，亦有用戶一元也不願意花。根據國際手遊市場研究機構 Swrve 發表的報告，一款手遊中付費最高額的2% 玩家，已經足以支撐一款手遊的營運。內地及香港的手遊市場就出現所謂「圈大戶」的情況，即公司會想盡辦法吸引願意投入大量金錢到遊戲上的用戶，以確保公司能賺錢。記者訪問到其中一名香港「大戶」玩家，他直言偏好玩國產及日產手遊，認為港手遊不夠吸引。

27歲的香港玩家 Andy，玩了手遊4年，至今已經投入逾25萬港元於手遊上。他透露，有一次日本手遊《殺戮魅影》正與他喜愛的日本動畫《魔法少女小圓》合作，那次他一天內就花近一萬元到那款手遊上。由於單日課金的金額太大，引起銀行懷疑，令信用卡被凍結，他要立即致電到信用卡公司處理，Andy 苦笑表示，他那個月是真正的「零收入」。

玩家挑食 本地手遊難圈課金戶

Andy 雖為香港重課金玩家，但未曾在本地手遊上課金，他的錢反而被國產或日產手遊「圈走」。他認為好的手遊要看重遊戲性，要有挑戰難度，不過香港很多手遊開發商本末倒置，為了賺錢而忘了玩家玩遊戲是為了娛樂，形容本地不少代理手遊「剛上市先圈一筆錢，等營收下跌就殺雞取卵搞一大堆特惠一直到圈唔到錢，就直接感謝大家關愛然後停止營運。」



Andy 花了不少金錢在日本手遊上，很多高等級角色都是他經營已久的心血。（圖片由受訪者提供）

宣傳力不足 良作不為人知

內地學生手遊玩家肉丸也表示，她主要花費在內地人氣遊戲上，曾經為騰訊的《王者榮耀》花超過五千元人民幣。記者其後向她展示了多款本地原創手遊包括《龍之氣息》、《Dynamix》等讓她了解，她看後覺得都是很優良作品，畫面很吸引：「這些香港遊戲我覺得很棒！本來會很多人感興趣的，只是知道的人太少了」。由此可見，本地製作其實有一定吸引力，但礙於財力不及內地及日本開發商，沒法大力宣傳推廣，故錯失了許多付費玩家的青睞。

2018年甫開始，東鐵線隨即於二月發生停駛3小時事故，是自兩鐵合併以來最嚴重。最近港鐵故障頻生，去年觀塘線故障，造成列車受阻逾十小時，為市民出行帶來諸多不便。政府推行近18年的「鐵路優先政策」逐漸備受質疑。



港鐵多條路線現時的繁忙時間載客率已超過九成(劉卓穎攝)

記者：林凱兒 劉卓穎

「鐵路優先政策」當中提到香港交通政策會採用鐵路為主，巴士、小巴為輔的策略。自此每當新鐵路線通車，運輸署便會推行巴士及小巴重組方案，部分巴士線及小巴線會因其載客量不符合運輸署所訂立的標準而被削減班次，甚至取消服務。

鐵路通車 路面交通遭削減

以最新兩條鐵路線為例，觀塘延綫通車後，運輸署隨即推行觀塘延綫的公共交通服務重組計劃，宣佈削減33條巴士線班次及13條小巴線班次。九巴212及小巴7號更在通車後全面取消服務。而在南港島線通車後，新巴及城巴旗下9條巴士線也需要削減班次，新巴94X和95B則全面取消服務。此政策最初是為了減少道路擠塞，從而方便市民出行而制訂，但根據運輸署報告，取消九巴212線後，每天受影響人次達800人，區議會指出線路取消後不少居住在深水埗富昌邨的長者，需再轉乘九巴來往廣華醫院及伊利沙伯醫院，為他們造成諸多不便，「鐵路優先政策」慢慢變得弄巧反拙。

此外，「鐵路優先政策」推行後，政府大幅削減原有的巴士及小巴線，變相強迫市民使用鐵路服務。居住在將軍澳市中心近10年的受訪市民周先生表示將軍澳綫通車後，多條往來將軍澳各區及港島中西區的殘巴線如691、692、693已相繼取消服務。現時將軍澳每天僅有殘

港鐵載客量爆滿惹不滿

此外，按目前鐵路的繁忙情況，「鐵路優先政策」的效用也備受乘客質疑。政府近18年來致力推行「鐵路優先政策」，使鐵路成為香港最核心的交通工具。然而香港過份依賴鐵路，逼使鐵路的使用量達致頂點。根據港鐵公司所提供的乘客資訊，2017年港鐵總載客量高達16億人次，而運房局資料顯示2016年觀塘綫繁忙時間載客率，以每平方米站四人計算，已超過九成，可見車廂已極為擠迫，鐵路服務實際上未能完全配合其龐大的載客量。有每天在港島北角商業區上班的受訪市民表示，每天上、下班

港鐵獨大故障頻生 鐵路優先應予檢討

繁忙時間在金鐘候車往往需要等候5至6部列車才能勉強逼進車廂，不僅浪費時間，擠迫的車廂也帶來諸多不便。

故障頻生 市民出行受阻

近來，港鐵列車服務延誤事故頻生，運房局報告亦顯示港鐵多於8分鐘的延誤已達230宗，而去年十月觀塘綫的故障，服務受阻時間更長達10小時。每天都乘搭觀塘綫上學的受訪市民李小姐表示，眼見故障頻繁，為免遲到，她每天都需要多預時間等候列車恢復服務。「鐵路優先政策」原是為了讓市民能以鐵路作主要出行工具，減少使用

道路交通所帶來的不便，從而方便市民。然而，港鐵持續的故障，加上政策實行後多條巴士及小巴線被削減，導致部分市民在鐵路故障時沒有其他替代交通而上班上學遲到，「鐵路優先政策」的成效反而適得其反。



下午繁忙時間，九龍塘站月台上擠滿了下班的人潮(劉卓穎攝)

時事評論員李兆富：城市規劃入手 方為治本之道



李兆富建議，避免目前困局，應從城市規劃著手

鑑於目前鐵路優先政策不足，時事評論員兼專欄作家李兆富向本報表示，政策乃政府對運輸系統矯枉過正的結果。他指出：「鐵路的確有其獨有的優點，如不會遇上塞車，實在是其他路面交通工具未能比擬；同時，鐵路載客量亦遠較其他路面交通工具高。可是，鐵路在規劃上亦有限制，當一個地區依賴單一途徑出入時，一旦出現故障，就會非常麻煩，影響大量市民。」他補充指：「港鐵網絡不斷擴大，故障機會率大增亦無可厚非，因此近年政府正改變其政策方向，放棄執行有關政策，容許巴士公司開辦與鐵路線相約的巴士線。」

對於有區議員建議改為推行巴士優先政策，李兆富回應指出：「使用巴士亦有一定限制，如一些路線現時在繁忙時間不時出現「巴士牆」情況，政府因此不可能大幅增加巴士供應。」他續指：「問題其實出自城市規劃上，新市鎮無法建立地區經濟，而商業活動始終繼續集中於港九市區，自然有大量通勤人口須每日來往兩地；同時每個新市鎮通常只有一條主要幹道及一條鐵路連接市區，因此目前城市規劃限制了交通政策的制訂。」

基於上述限制，李兆富建議政府在市區重建時應多加考慮使用「商住並用」的規劃方式，而非單一土地利用方式，避免令商業區或住宅區過分集中，以解決通勤人流帶來的交通規劃問題。他強調，城市規劃是比較有效解決交通問題的方法，一個地區的交通應以混合模式發展，而非依賴個別交通工具。

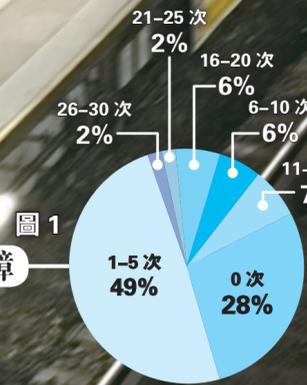
除城市規劃外，李兆富亦提出以道路收費限制個別幹道於繁忙時間的車流量，並預留作路面公共交通之用。他舉例指現時在繁忙時間，貨車於將軍澳隧道的使用量特別大；假若能提高貨車於繁忙時間的收費，以減少貨車於繁忙時間的車流量，幹道上多出的空間即可用作分流鐵路交通。他表示，將鐵路的客流轉移至路面交通上，目的是用以解決一些鐵路主導的新市鎮，如將軍澳線的擠塞問題。

對於重推渡輪政策，李兆富則有所保留，原因是有關政策推行難度高。首先，渡輪碼頭所在地因為填海，已隨海濱遠離市中心地帶，變相不再方便市民使用渡輪服務。其次，渡輪碼頭現時的所在地均不太鄰近港鐵站，市民難以從其他地區接駁轉乘渡輪。而單靠中環、灣仔與尖沙嘴，或北角與觀塘等的人流卻又未必能撐起整個渡輪模式的營運，故主流交通工具應以路面及鐵路交通為主導。

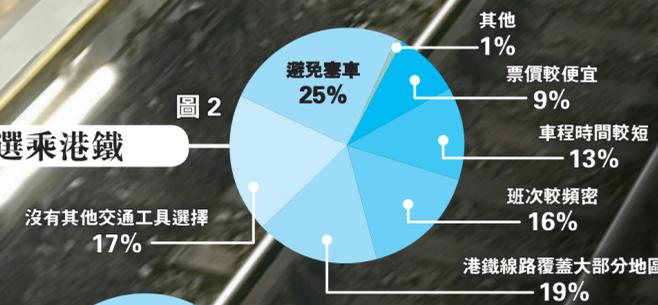
除了港鐵，個別地區在繁忙時間亦會出現「巴士牆」情況(劉卓穎攝)



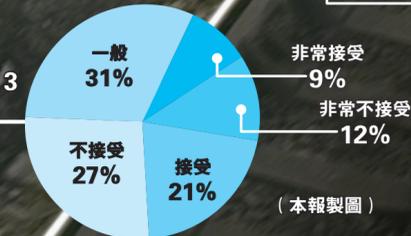
過去一年曾遇多少次列車故障



為何仍然選乘港鐵



是否接受港鐵故障頻密程度



市民被迫使用港鐵感無奈

本報記者於今年一、二月期間，以網上問卷訪問了共二百四十四位市民，了解他們使用港鐵的情況，以及對港鐵故障的看法。受訪者年齡介乎十四至七十歲。受訪市民普遍曾遇過港鐵故障，當中超過七成受訪者於過去一年遇過最少一次故障(圖1)。

調查顯示，鐵路優先政策讓市民傾向使用鐵路通勤，市民的出行時間的確因此而縮短，他們亦能更輕易地往來新界與港九各地有受訪市民表示，縱使港鐵故障頻繁，其服務的覆蓋範圍廣仍是他們選擇的原因。但有關政策亦同時使市民只能選擇鐵路，近兩成受訪市民

指出即使面對港鐵經常故障，他們亦因沒有其他替代交通工具可以來往居住地與目的地，而只能繼續選擇港鐵(圖2)。雖然推行有關政策後驅使更多市民選擇較有效率的港鐵，近四成受訪市民卻表示不太滿意港鐵故障頻率(圖3)，選擇鐵路只是逼於無奈的選擇。

Decoding solo economy in China



“

The number of one-person households, or "singletons", in China has been on the rise. According to a 2017 report by ASKCI, a consulting firm, the number of Kong Chao Youths has exceeded 50 million and Shenzhen is the city with the highest number in China. Many businessmen have come up with creative ideas like "one-person gym", "mini KTV", "one-person Hot pot" etc. targeting this group of consumers.

”

Reporter: Cheung Jung Yeung, Kwong Yuet Ting, Tong Ka Wing, Lee Tsz Him, Ng Tsz Ching

Attracted by the job opportunities, Zhang Zhiyan moved from Zhuhai to Guangzhou. She is a 27-year-old urban designer living in a single department. Except when she is at work, she does almost all activities by herself. Although she enjoys hanging out with friends, the taste of freedom attracts her more. She likes to go to art exhibitions alone in her spare time. Otherwise, she prefers to lie on the couch to watch dramas on TV with her cat, with the food she ordered from an online food delivery service.



The lifestyle of Zhang, however, is not a special case in China. There is even a term for people like her: Kong Chao Youths (空巢青年). Kong Chao, or empty nest, originally refers to a situation in which the



■ Mini KTV embraces a shift in social habits by catering to the needs of individuals.

Terence Chong: Solo economy can hardly become mainstream

Dr. Terence Chong, Associate Professor of Economics at the Chinese University of Hong Kong, says businesses that cater their products to the solo economy usually have high production costs because of their small economies of scale. Furthermore, promoting products to singletons is expensive and hampers the effectiveness of promotions. Professor Chong also points out that although China's one-child policy has created a large population of singles, it does not

mean that they will choose the solo economy mode of consumption.

Regarding the future of solo economy in China, Chong thinks that it can hardly become mainstream. The reason is that traditional Chinese values center around families and groups. And he does not think that it can be a sustainable mode of economy in China because "the operation cost of solo economy is high. In order to support this mode of consumption, businesses need to have a large and sustainable group of consumers who are relatively well-off financially."



■ Chong supposes that solo economy is not matured yet.

Even if solo economy may not become mainstream in China, Chong still believes that some industries can survive. He thinks it is easier for mini KTVs and mini-cinemas to cater to the one-person mode of consumption in China because of their relatively flexible configurations which can be easily expanded to cater to a two-person mode of consumption or even that of small groups. One-person gyms, on the other hand, will find it harder to survive when the fad of solo economy is gone. The main reason is that it is difficult to attract customers to use a tiny "gym room" that has only one type of exercise equipment.

children have grown up and moved out, leaving their parents with an empty nest (home). The term is now being adapted to describe young adults who are living alone, most of whom workers migrated far away from their hometown.

The number of one-person households, or "singletons", in China has been on the rise. According to a 2017 report by ASKCI, a consulting firm, the number of Kong Chao Youths has exceeded 50 million and Shenzhen is the city with the highest number in China. Many businessmen have come up with creative ideas like "one-person gym", "mini KTV", "one-person Hot pot" etc. targeting this group of consumers. This new mode of economy is known as "solo economy". However, are they welcomed by Kong Chao youths?

Mini KTV is blooming, but singletons may not be major customers

Mini KTVs, which look like telephone booths, are popular in Mainland China. One can easily find about two to four mini KTVs in large shopping malls, such as the KK Mall and the Excellence INTOWN Shopping Centre in Shenzhen. Jason Lee Wai-kit, the vice-president of Investment Strategy Institute, opined that solo consumption model offers customers with more options and allow businessmen to find more opportunities in saturated markets. The number of mini KTVs in China has reached 30,000 and scattered in first-tier cities such as Beijing, Shanghai and Guangzhou, all of which have strong consumption power. The size of the mini KTV market is expected to reach 7.01 billion RMB in 2018, an increase of 120.4% year-on-year, while the aggregate profits will also increase rapidly.

Mini KTVs attract more people in game centers than malls, especially teenagers. However, they seem to attract more couples and small groups of friends than singletons. On a normal weekday, it was observed that 10 parties used the mini KTV two hours after lunch time (2pm-4pm) at the KK shopping mall. Only 2 of them were singletons. Mr Chan, one of the mini KTV users, said he visited a mini KTV alone because he was waiting for a table at a restaurant nearby. His friend Miss Tuan explained that the types of songs available on mini KTV were similar to those on traditional KTV, but convenience was the selling point for her and the price was reasonable too.

Besides mini KTVs, one-person gym

rooms, which may be equipped with simply a treadmill, is another popular solo economy industry in Shenzhen. Some of the major providers in China's market include Supermonkey (超級猩猩), Slacker Fitness (懶蟲健身) etc. Misspao (覓跑), one of the key players in the market, provides one-person gym rooms of about 5 square meters for 0.2 RMB per minute if you pay by WeChat Pay.

In Shenzhen, one-person gym rooms are mostly located near and even inside commercial buildings or residential estates. Ms Kao, a local resident who lives in an estate which has no clubhouse, welcomes having this facility available. It is especially convenient for people who work till late because they can exercise anytime. Kao also likes the fact that she can go home and take a shower immediately after a workout.

Mr Deng is someone who likes to go to a gymnasium regularly and exercise. He says the equipment provided in one-person gym rooms is not enough. Besides the treadmill, some people want to use other types of exercise equipment such as a rowing machine for cardiovascular exercises. Furthermore, since there is no changing room to take a shower, it is inconvenient for users who are not residents of the estate in which the one-person gyms are located. On the contrary, tradition fitness centers are pretty well-equipped and the environment is more comfortable. "If there is a fitness center nearby, I will not choose to visit the one-person gym room", Mr Deng says. He adds that aerobic exercise requires good ventilation. "Running in a small and closed area is hard unless the ventilation is good", he emphasizes. The hygiene problem is also a big concern for users.

One-person gym makes me feel even more lonely

25-year-old Taiwanese Yang Congyu is an engineer who went to Dongguan because of the work one year ago and this is the first time he lives in China. He has not adapted to the environment in the Mainland and he has trouble making new friends. He, therefore, spends most of the time alone. He laments that as an expat, he indeed wants to make new friends but it is difficult for non-locals to become a member of the local community. "My daily entertainment is mainly going to the gym. But I would not go to a one-person gym because it is more fun to workout with a group of people. Also, the stuffy and small confined space makes me feel lonelier. I prefer to be in noisier places."



■ This one-person gym room is inside a residential estate.

不當使用隨時爆炸 懶人火鍋暗藏危機

饞嘴的香港人最愛美食，最近市面流行一款即食食品，名為「懶人火鍋」。標榜倒入一杯冷水，配合附送的發熱包便可以把食材加熱煮熟。但有媒體報導，內地食客在食用懶人火鍋時受傷，專家亦認為自熱食品潛在不少危險，食客必須注意食用時的安全。

記者：鄒彤 姜珈彥 許嘉琦

懶人火鍋先在內地掀起熱潮，吸引了過百家內地食品公司生產。在生產商投資下，較有名氣的品牌如海底撈和巴蜀懶人，更在去年開始打入香港市場。憑着「方便快捷」、「口味獨特」、能夠「一人獨享」等賣點，懶人火鍋在短期內成為青年人嗜鮮的對象。記者翻查網上購物平台淘寶網，懶人火鍋種類多達數千款，其中一款月銷售量最高產品，已經有5.5萬人選購，可見懶人火鍋有着頗高人氣。

這款新奇的即食食品依靠內附「自熱包」發熱，自熱包主要由生石灰組成，遇到水便會產生強烈放熱化學反應，製造大量水蒸氣，令溫度在兩分鐘內迅速提升，最高能達至120度。香港科技大學化學系講師陳鈞傑博士表示，自熱包內的生石灰是強鹼性物質，帶有腐蝕性，提醒食用時切勿打開自熱包，生石灰若直接觸碰到皮膚和眼睛，會被刺激和灼傷。他亦提到不要使用破損的自熱包，因為生石灰在發熱過程中，有機會連同水蒸氣湧出，或轉化成奶狀石灰漿，有可能進入食物中，若不慎進食會引致腸胃問題，甚至燒傷食道。

陳博士又指食用懶人火鍋時若沒有按照指示，或會有爆炸的可能。「懶人火鍋在加熱時會產生大量水蒸氣，盒內空氣亦會體積膨脹，令盒內壓力增大，若沒有預留排氣孔或排氣孔堵塞，便有可能令懶人火鍋盒炸開。」他續指，爆炸的威力可大可小，要視乎懶人火鍋膠盒軟硬度，如果爆炸讓沸騰的固體濺出，或令膠盒炸成碎片，後果可以相當嚴重。

此外，有報章報導，在美國羅德州的寄宿學校 St. Andrew's School，有中國留學生因享用懶人火鍋觸動了一氧化碳警報器。原因是懷疑當時火鍋的自熱包釋放出一氧化碳，導致學校警報器響起，需要疏散學生。意外令人對懶人火鍋自熱包所用的物質感到疑慮，並擔憂懶人火鍋

陳博士提醒，若懶人火鍋上的排氣孔堵塞有可能令火鍋盒炸開（姜珈彥攝）



會否釋放出一氧化碳導致中毒。由於一氧化碳無色無味，受害人難以察覺中毒徵狀，但體內的含氧量會降低，令身體出現缺氧情況，嚴重的可能導致死亡。

為證實懶人火鍋發熱包在發熱期間會否釋放出一氧化碳，本報邀請陳博士協助，為其中一款最受歡迎的懶人火鍋進行實驗。實驗使用浸有碘酸鉀溶液的碘酸鉀澱粉試紙 (potassium iodide-starch test paper)，測試發熱中的火鍋自熱包會否釋放出一氧化碳。測試結果顯示，試紙沒有變黑，證明實驗所用的自熱包不含一氧化碳。測試又再用酸鹼試紙測試自熱包是否以石灰原理發熱，結果為酸鹼度為PH13，與石灰酸鹼度吻合。陳博士續指，雖然測試所用的發熱包發熱時不含一氧化碳，但仍不排除市面其他懶人火鍋有釋放出一氧化碳可能。

食用懶人火鍋除了要依足指示使用，亦要避免過量食用。本報發現，懶人火鍋內含有高份量的鈉質和防腐劑。以實驗用的懶人火鍋為例，其中火鍋底料包每100克，就含有7,691毫克鈉質，其他配料包每100克就有2,303毫克鈉質，而根據世衛建議，成年人每日攝取鈉含量，應該不多於2,000毫克。由此可見，懶人火鍋鈉含量超出每日建議鈉攝取上限三倍多，食客食用時要注意食用的份量，以免攝取過量鈉質，增加心血管病的風險。

懶人火鍋暗藏危險，食客食用懶人火鍋時切記依足包裝指示使用，亦要注意安全。在懶人火鍋發熱期間切勿觸碰，以免被灼傷或引致意外發生。此外，建議食客向可靠的商家購買懶人火鍋，當選用以石灰原理發熱的火鍋，食用時應保持空氣流通，以保障安全。

為免饞嘴食出禍，市民食用懶人火鍋時應小心為上（姜珈彥攝）



懶人火鍋在內地爆紅後，不少香港商家紛紛入口產品到港，但原來可能會觸犯香港法規。從事法律研究的恒生管理學院傳播學院助理教授胡欣立博士指，進口與銷售自熱火鍋時，進口商有責任保障食品符合《食物安全條例》中，對食物進口與分銷的登記制度。若要完成登記，必須在產地獲取衛生許可證，或得到食物環境衛生署事先書面批准、還要備妥食物進出記錄、倉儲地點之類要求。若沒有完成登記，而直接進口、販賣，則會違反該條例。他建議市民購買自熱火鍋時，應向已登記的食物進口或分銷商購買，否則食客或需自行承擔引申風險，如食品有問題時可能求償無門。

此外，新加坡農糧局去年十月，發出自熱火鍋禁售和禁入口的指引，原因是認為自熱火鍋內含有的肉類來源不明，並指含有肉類的食品，可能攜帶動物和食源性疾病，或影響公共健康，因此對這類產品進行監管。相反於本港，目前未見針對懶人火鍋內食材進行規管。

不過本地食客要注意，若自行透過內地電子商店購買，並以國際物流方式運送懶人火鍋，要承擔食物被海關充公風險。因為不少內地速遞公司均有運送條例指明，若運送到港的食物屬禁運商品，可能會被禁，想嚐鮮的買家或會因此得不償失。

懶人火鍋解構圖



內地爆紅後 港商紛紛引入

香港常見懶人火鍋



* 超世衛標準
註：三款火鍋食用指引未提及最高可達溫度，但有提示食客注意高溫

傳新報編輯委員會名單 EDITORIAL BOARD

執行編輯：鄒彤 許嘉琦

記者及版面編輯：陳紫情 趙嘉駿 鄧君臨 鄒彤 許嘉琦 姜珈彥 李寶賢 林凱兒 劉卓穎 劉美儀 鄧溢禧 袁嘉詠 胡俊緯 趙純淦

校對：姜珈彥

Reporters and Editors: Cheung Jung Yeung, Kwong Yuet Ting, Lee Tsz Him, Mung I Shan, Ng Tsz Ching, Tong Ka Wing, Yuen Nok Hei