

臺灣扶輪

Rotary

TAIWAN

<http://taiwan-rotary.org>

12

December
2023

中華民國112年

以食物為語言所教會我們的事——
一個扶輪聯誼會用味覺團結世界

扶輪和平獎學金學者瑪麗亞·茱莉婭·莫雷拉接受台灣扶輪月刊專訪

全球獎助金案例分享
台北市海洋社——珊瑚的復甦與永續

世界六大馬拉松與芝加哥國際扶輪總部——美好相遇

Rotary 

2023-24 年度 國際扶輪最高職員

社長

麥金納利 R. Gordon R. McNally
蘇格蘭 South Queensferry 扶輪社

社長當選人

歐琦珂 Stephanie A. Urchick
美國賓夕法尼亞州 McMurray 扶輪社

副社長

梅瑞威瑟 - 阿濟茲
Patricia Merryweather-Arges
美國伊利諾州 Naperville 扶輪社

財務

凱斯勒 Drew Kessler
美國紐約州 North Rockland
(Haverstraw) 扶輪社

理事

瓦思康塞洛斯 Antônio Henrique
Barbosa de Vasconcelos
巴西 Fortaleza-Alagadiço 扶輪社

切基尼 Alberto Cecchini
義大利 Roma Nord-Est 扶輪社

周錦木 Ghim Bok Chew
新加坡 Bugis Junction 扶輪社

齊桑加 Patrick D. Chisanga
尚比亞 Nkwazi 扶輪社

康威 - 加齊 Eve Conway-Ghazi
英國 Redbridge 扶輪社

希梅爾斯帕赫 Daniel C. Himelspace
美國科羅拉多州 Denver Mile High 扶輪社

赫斯特 Jeremy S. Hurst
開曼群島 Grand Cayman 扶輪社

卡斯騰 Hans-Hermann Kasten
德國 Aachen-Frankenburg 扶輪社

基德瓦伊 Muhammad Faiz Kidwai
巴基斯坦 Karachi Karsaz 扶輪社

米耶斯考格 Lena J. Mjerskaug
挪威 Enebakk 扶輪社

喬杜瑞 Anirudha Roy Chowdhury
印度 Calcutta Mega City 扶輪社

佐藤芳郎 Yoshio Sato
日本岡山南扶輪社

史塔布斯 Beth Stubbs
美國田納西州 Maryville 扶輪社

蘇布拉馬尼安 T.N. "Raju" Subramanian
印度 Deonar 扶輪社

尹永浩 Yeong Ho Yun
韓國 Masan South 扶輪社

秘書長

姜修果 John Hewko
烏克蘭 Kyiv 扶輪社

扶輪簡史

保羅·哈里斯於 1905 年 2 月 23 日在美國伊利諾州芝加哥組織成立了第一個扶輪社。當時是一名年輕律師的保羅·哈里斯，為了追求聯誼與職業上的同事情誼，邀請一群各自從事不同職業的男士，成立這個新的社團。社員資格的基礎—社區中每一事業及專業只限一人參加。最初，新創立的扶輪社其社員集會係輪流在彼此的事業處所舉行，此即「扶輪」名稱之由來。

今日，扶輪社員超過 120 萬人。共同奉行「超我服務」理想的 35,000 多個扶輪社遍及於 200 多個國家及地理區域。

使命聲明

國際扶輪是全世界扶輪社的聯合會，其使命在於透過事業、專業、及社區領導人之聯誼，來服務他人、推廣崇高的道德標準及促進世界瞭解、親善與和平。

扶輪宗旨

扶輪之宗旨在於鼓勵並培養以服務之理想為可貴事業之基礎，尤其著重於鼓勵並培養：

- 一、藉增廣相識為擴展服務之機會；
- 二、在各種事業及專業中提高道德之標準；認識一切有益於社會的職業之價值；及每一扶輪社員應尊重其本身之職業，藉以服務社會；
- 三、每一社員能以服務之理想應用於其個人、事業及社會之生活；
- 四、透過結合具有服務之理想之各種事業及專業人士，以世界性之聯誼，增進國際間之瞭解、親善與和平。

四大考驗

我們所想、所說、所做的事應事先捫心自問：

- 一、是否一切屬於真實？
- 二、是否各方得到公平？
- 三、能否促進親善友誼？
- 四、能否兼顧彼此利益？

特別月

母親與兒童健康月	2023 年 7 月
社員暨拓展新社月	2023 年 8 月
基礎教育與識字月	2023 年 9 月
社區經濟發展月	2023 年 10 月
扶輪基金月	2023 年 11 月
疾病預防與治療月	2023 年 12 月
職業服務月	2024 年 1 月
和平締造與衝突預防月	2024 年 2 月
水資源與用水衛生月	2024 年 3 月
環境保護月	2024 年 4 月
青少年服務月	2024 年 5 月
扶輪聯誼月	2024 年 6 月

註：以上特別月係根據國際扶輪網站最新的行事曆 (Calendar)

2023-24 年度 扶輪基金保管委員會

主委

拉辛 Barry Rassin
巴哈馬 East Nassau 扶輪社

主委當選人

梅隆尼 Mark Daniel Maloney
美國阿拉巴馬州 Decatur 扶輪社

副主委

潘迪亞 Bharat S. Pandya
印度 Borivli 扶輪社

保管委員

赫爾曼 Martha Peak Helman
美國緬因州 Boothbay Harbor 扶輪社

玄天旭 Chun-Wook Hyun
韓國 Seoul-Hansoo 扶輪社

瓊斯 Jennifer E. Jones
加拿大安大略省 Windsor-Roseland 扶輪社

柯納克 Holger Knaack
德國 Herzogtum Lauenburg-Mölln 扶輪社

林修銘 Hsiu-Ming Lin
台灣台北同德扶輪社

朗斯福 Larry A. Lunsford
美國密蘇里州 Kansas City-Plaza 扶輪社

曼涅克 Geeta K. Manek
肯亞 Muthaiga 扶輪社

梅孟 Aziz Memon
巴基斯坦 Karachi 扶輪社

三木明 Akira Miki
日本姬路扶輪社

帕德 Greg E. Podd
美國科羅拉多州 Evergreen 扶輪社

德爾加多 Carlos Sandoval Delgado
墨西哥 San Nicolás de los Garza 扶輪社

肖爾 Dennis J. Shore
澳大利亞 Hawthorn 扶輪社

秘書長

姜修果 John Hewko
烏克蘭 Kyiv 扶輪社

目錄 CONTENTS

國際扶輪區域扶輪雜誌

2023 年 12 月 | 疾病預防與治療月



一、世界扶輪資訊

ROTARY WORLD NEWS

- 3 社長文告
President's message
- 5 扶輪基金保管委員會主委文告
*Message from the Foundation Chair--
What Rotary is all about*
- 7 2024 國際年會——提早註冊的首要理由
2024 Convention--Top reasons to register early
- 8 以食物為語言所教會我們的事
一個扶輪聯誼會用味覺團結世界
*Lessons in the language of food
A Rotary fellowship unites the world around
matters of taste*
- 20 世界各地採取行動的人
People of Action around the globe
- 22 兒童權益倡導者的國際扶輪前社長
詹姆斯·雷施益逝世，享年 92 歲
*Past Rotary International President James
L. Lacy, an advocate for children, dies at 92*
- 24 服務人類為其事業的國際扶輪前社長
理查·金恩逝世，享年 84 歲
*Richard D. King, past Rotary International
president who made humankind his business,
dies at 84*
- 25 歡迎——探訪宜蘭北區社
Welcome: The Rotary Club of Ilan North
- 26 聖誕節的椰子
對波多黎各人來說，椰奶酒是個值得品嚐
的假期雞尾酒
*Coconut for Christmas
For Puerto Ricans, coquito is a holiday cocktail
worth savoring*

封面：溪畔楓紅 晚秋楓葉翩翩

3461 地區台中港亞太社 薛秋雄 PDG Trading

二、地區活動報導

DISTRICT REPORTS

- 27 洪清暉前總監 PDG Ortho 榮選為
國際扶輪基金會保管委員 TRF Trustee
*PDG Ortho Ching-Huei "Frank" Horng
elected as TRF Trustees for RY 2024-28*
- 27 扶輪和平獎學金學者瑪麗亞·茱莉婭·
莫雷拉接受台灣扶輪月刊專訪
*Conversation with Taiwan Rotary:
Peace Scholar María Julia Moreyra from
Argentina reveals her journey of fighting
human traffic and slavery*
- 30 第八屆台日／日台扶輪親善大會
*The 8th Taiwan-Japan / Japan-Taiwan Rotary
Goodwill Conference*
- 35 醫療社會服務終身成就獎得獎感言／
楊敏盛
*PDG Knife's thoughts on receiving a Lifetime
Achievement Award for Medical Service to Society*
- 38 二一二二獨一無二總監班遊記——
日本輕井澤秋之旅暨職業參觀與例會觀摩
／吳中仁
*Taiwan PDGs of the class 2021-22 travel to
Karuizawa, Japan for vocational and club
meeting tours*
- 43 3461 地區扶輪青少年領袖獎訓練營
活動紀實／黃朝國
2023 RYLA camp of Rotary District 3461
- 46 3461 地區 2023-24 年度「地區扶輪服務日」
——為世界創造希望、讓和平成為可能／
黃聖榮
*2023-24 District Rotary Service Day of
District 3461*
- 49 3482 地區扶輪青年領袖獎研習營
——Meet AI 希望領袖／謝宗運
2023 RYLA camp of Rotary District 3482



51 一年好景君須記 北國楓紅杏黃時／陳莉娟
*PDGs Fellowship of Rotary Districts 3501/3502
sponsors a reunion trip to Japan*

54 3523 地區根除小兒麻痺症慈善音樂會／
楊奕蘭
*District 3523 sponsors a charity concert for
polio eradication*

全球獎助金案例分享

Experiences of sponsoring GG Project

57 台北市海洋社——珊瑚的復甦與永續／
俞伯璋
*RC Taipei Great Pacific, D3522 works for
sustainable resilience of coral reefs in Penghu*

88 各社活動輯要
Clubs in action

三、扶輪作品

SPECIAL ARTICLES

60 畫說扶輪／朱魯青
*Comics on Rotary: The club meetings
emphasize on members friendship*

61 又和莊子談心／謝文田
More reflections on Zhuangzi and one's inner parts

61 扶輪武功祕笈——扶輪的核心價值／黃維敏
Tips from Rotary leaders--Core values

62 錢髒不髒？／蘇一仲
Is money dirty?

63 台灣香蕉的一頁滄桑／李博信
Rise and fall of Taiwan banana industry

65 主編精選——
台灣中小型家族企業的管理權傳承／洪堯棟
*Editor-in-chief's selection--
The crisis of management right succession of
SME family businesses in Taiwan*

67 華文世界，第一個護照扶輪社——
台北護照扶輪社／陳定勝
*RC Taipei Passport is chartered as the first Rotary
club of its kind in Chinese-speaking community*

69 閒聊「社秘聯誼」／蔡文龍
*Fellowship activities of the club presidents and
secretaries in my district*

71 治印留痕／劉昌奇
An art work of Chinese seal engraving

71 寰宇之趣／戴文鑫
Interesting encounters in traveling around the world

72 四大烏龍茶／藍芳仁
Oolong tea varieties in four growing regions

74 不靠藥可降血壓／賴東明
Lowering blood pressure without medicine

75 一張郵票的故事——物理學家愛因斯坦／
丁天降
*Story of a stamp--about the great physicist
Albert Einstein*

77 咖啡莊園中之冥想／簡靜修
Meditation, poetries and a coffee farm

79 大家歡喜來跑步！健康活到老！／簡本昌
Slowing aging with running

81 感恩之心，成就功德，利益眾生／林允進
How I gratefully give back to our community

82 世界六大馬拉松與芝加哥國際扶輪總部
——美好相遇／陳慧如
*My trip to Chicago for Rotary Headquarter tour,
Marathon major and Rotary club meeting*

85 實現用音樂美化人生的扶輪圓夢計畫／
簡郁峰
*A "Imagine Rotary" concert realizing a club
president's dream to make life more beautiful*

87 說文解字正音（十七）／陳怡德
About some Chinese characters (part 17)

111 編輯後記
Editor's note

7 全世界扶輪社、社員人數及扶輪夥伴之現況
Rotary numbers

23 台灣 12 地區扶輪社數及社員人數
Rotary club & member figures by district in Taiwan

非天然災害

12月，我將出席在阿拉伯聯合大公國杜拜舉行的聯合國氣候變遷大會(COP28)。會中我將談論兩項全球危機的交替作用：氣候及心理健康。如世界衛生組織所指出，氣候變遷讓心理健康問題的風險因素惡化——例如對家園及生計的破壞。災害造成的情緒痛苦也讓人很難恢復及重建。

扶輪的合作夥伴「庇護箱」(ShelterBox)是一個災害救濟的國際慈善組織，曾在近100個國家運用緊急避難所、重要家用物資，及技術支援，協助超過250萬名流離失所的人。我邀請該組織的執行長桑吉·史里坎桑(Sanj Srikanthan)共同撰寫這個月的專欄，他會解釋我們選擇用來描寫災害的詞語為何很重要。

——葛登·麥金納利



「天然」災害一詞長久以來都被用來描寫熱帶風暴、洪水、地震，及火山爆發，可是我們所使用的語言需要緊急修正。雖然這個詞語看似無害，但我們的用法並非都很正確，透過我們在受災社區的工作，我們瞭解到這個詞語如何延續了一個危險的迷思：我們無能為力防止人們受到災害嚴重的影響。這個誤導及有害的論點可能造成缺乏行動來協助需要幫助的人。

我們所使用的語言很重要。當我們把災害界定為「天然」，便沒有突顯出大自然與人類行動之間的複雜交互作用及這些行動如何影響世界各地的社區。

地震、海嘯、火山爆發，以及極端的暴風、旱災，與洪水都會因為地球上的自然因素而發生。然而有可能讓這些事件成為災害的卻是這些事件如何影響人類或環境——其結果受到人類因素的影響，像是人們居住的地點、他們住宅的種類、政治不穩定，以及缺乏防患未然的措施來保護易受害的社區。天然災害是取

得資源及權力的系統性不平等所致。受災最重的災民就是過著貧困生活的人，他們保護自我的方法最少，也缺乏資源來承受下一場災害。

把這些事件界定為天然，我們便減損了採取預防性措施來保護脆弱社區的必要性，掩飾了讓邊緣化及弱勢社區承受不成比例災害的潛藏的社會、經濟，及政治不穩定。我們的團隊親眼看到不平等、貧窮、都市化、砍伐樹木，及氣候危機等問題如何讓社區更容易受災。

在庇護箱，我們只說「災害」或是更明確說出是極端氣候、地震、海嘯或火山爆發。我敦促各位使用能反映出人們嚴重受害之確切原因的語言，協助我們打破這種惡性循環。

只有這樣，才能鋪好解決受害之潛藏因素的道路，用必要的投資、資源，及防範措施來協助保護受災社區，努力為所有人打造一個更公正、更平等的未來。

讓我們停止說災害是天然的。

桑吉·史里坎桑 SANJ SRIKANTHAN
庇護箱執行長

Unnatural disasters

In December, I will attend the United Nations COP28 climate change summit in Dubai, United Arab Emirates. There, I will speak about the convergence of two global crises: climate and mental health. As the World Health Organization has noted, climate change worsens risk factors — such as disruptions to homes and livelihoods — for mental health problems. The emotional distress of a disaster also makes it difficult for people to recover and rebuild.

Rotary partner ShelterBox is an international disaster relief charity that has helped more than 2.5 million displaced people in approximately 100 countries with emergency shelter, essential household items, and technical support. I wish to share this month's column with their CEO, Sanj Srikanthan, who explains that the words we choose to describe disasters matter.

— GORDON MCINALLY



The term “natural” disaster has long been used to describe tropical storms, floods, earthquakes, and volcanic eruptions, but there needs to be an urgent shift in the language we use. While the term may seem harmless, and we’ve not always gotten it right, we’ve learned through our work with disaster-affected communities how it perpetuates a dangerous myth that nothing could have been done to prevent people being so badly affected. This misleading and harmful narrative can lead to a lack of action to help people who need it.

The language we use matters. When we frame disasters as natural, we fail to acknowledge the complex interplay between nature and the role of human actions and how they impact communities around the world.

Earthquakes, tsunamis, volcanic eruptions, and extreme storms, drought, and flooding occur because of natural processes on Earth. But it is how these events affect people or the environment that has the potential to make them a disaster — outcomes influenced by human factors like where people live, what types of homes they have, political instability, and the lack of proactive measures to protect vulnerable communities. A disaster is the result of systemic inequalities in access to resources and power. Where we live and how much money we have often deter-

mines our ability to recover. The people worst affected are those living in poverty, with the least means to protect themselves and few resources to withstand the next event.

By framing these events as natural, we undermine the need for proactive measures to protect vulnerable communities, masking the underlying social, economic, and political instability that makes marginalized and disadvantaged communities disproportionately affected. Our teams see firsthand how issues like inequality, poverty, urbanization, deforestation, and the climate crisis can make communities more vulnerable.

At ShelterBox, we simply say “disaster” or are more specific, describing the extreme weather, earthquake, tsunami, or volcanic eruption. I urge everyone to help us in breaking this cycle by committing to language that accurately reflects why people are affected so badly.

Only then does it pave the way to address the underlying causes of vulnerability and work toward a more just and equitable future for all, with the necessary investment, resources, and proactive measures to help protect affected communities.

Disasters are not natural. Let’s stop saying they are.

SANJ SRIKANTHAN
CEO, ShelterBox



扶輪基金保管委員會主委文告

扶輪的重點

「聖誕節到了／你做了什麼？」是約翰·藍儂 (John Lennon) 在 1971 年發表、與小野洋子合唱的經典聖誕歌曲「聖誕快樂 (戰爭結束)」(Happy Xmas [War is Over]) 中唱道的。

年底佳節是溫暖與團聚的時機，可是也是省思的時刻。最重要的，這個時節是展現慷慨大方的時候，尤其是對那些較不幸運的人。

在進行佳節捐獻時，請記得捐贈給扶輪基金會的款項可能無法好好裝在禮物盒裡，但卻可以一整年都發揮奉獻的作用。

12 月也是疾病預防與治療月。只要想想扶輪中沒有各位——我們的扶輪家人——的慷慨解囊便無法辦到的行動。考慮我們根除小兒麻痺的工作所達成的難以置信的進展——我們解救的無數生命，我們所恢復的希望。想想世界各地扶輪提供設備的診所，透過基金會獎助金獲得訓練的醫療專業人員，協助對抗心臟病及幾內亞線蟲病。

各位給基金會的捐款也透過大規模計畫，讓醫療資源不足的社區得以取得醫療保健服務。現在，那些獎助金的受獎人正努力在尚比亞終結瘧疾，降低奈及利亞母親及嬰孩的死亡率，並在埃及消除子宮頸癌。

插圖：Viktor Miller Gausa

當然，我們的範圍遠遠超過預防及治療疾病。在災害期間，我們必須快速行動來消弭痛苦及提供支持。因應 9 月發生在摩洛哥的強震，扶輪基金保管委員會成立「摩洛哥地震救助基金」(Morocco Earthquake Response Fund) 來支持扶輪社員在現場所主導的立即的救災行動。你可以直接捐款，你的地區也可以在 2024 年 9 月 21 日以前（或至該基金用罄為止）向該基金申請獎助。任何人都可以在「為扶輪募款」(Raise for Rotary) 的平台，為該基金發起募款活動，為你的慷慨開啟新的助人管道。

我們確實擁有奉獻的能力。透過扶輪來奉獻及改善世界的機會有無限可能。

在歲末之際，我邀請各位在 12 月 31 日之前捐款。各位的慷慨解囊將對許多人發揮深遠的影響力，這些人可能跟你素昧平生，可是他們的生命也一樣會發生改變。

我代表內人伊瑟，祝福各位佳節愉快。感謝各位對扶輪基金會及扶輪的精髓——幫助他人——給予持續的支持、奉獻，及不變的承諾。

巴利·拉辛 BARRY RASSIN

扶輪基金保管委員會主委



TRUSTEE CHAIR'S MESSAGE

What Rotary is all about

“So this is Christmas / And what have you done?” sang John Lennon in the holiday classic “Happy Xmas (War Is Over),” released in 1971 with Yoko Ono.

The holidays are a time of warmth and togetherness but also of reflection. Above all, the season is a time of generosity, especially to those less fortunate.

During your holiday giving, remember that gifts to The Rotary Foundation may not fit nicely in a present box, yet they keep on giving throughout the year.

December is also Disease Prevention and Treatment Month. Just think of all the Rotary efforts that would not be possible without the generosity of you, our Rotary family. Consider the incredible progress we have achieved in our fight to end polio — the countless lives we’ve saved and the hope we’ve restored. Think of all the clinics around the world Rotary has equipped and the medical professionals trained through Foundation grants, helping fight heart disease and Guinea worm disease.

Your gifts to the Foundation also help make health care accessible to underserved communities in a big way through Programs of Scale. Right now, those grant recipients are working to end malaria in Zambia, reduce the mortality rate of mothers and their infants in Nigeria, and eliminate cervical cancer in Egypt.

Illustration by Viktor Miller Gausa

Of course, our reach extends far beyond disease prevention and treatment. During times of disaster, we must act swiftly to alleviate suffering and offer support. In response to the devastating earthquake in Morocco in September, The Rotary Foundation Trustees established the Morocco Earthquake Response Fund to support immediate relief efforts led by Rotary members on the ground. You can contribute directly, and your districts can apply for grants from the fund until 21 September 2024 or until the funds are fully allocated. Anyone can initiate a fundraiser for the Morocco fund on Raise for Rotary, opening further avenues for your generosity.

We truly have the gift of giving. There are no limits to the opportunities to give and make a difference through Rotary.

As we approach the end of the year, I invite you to make your gifts before 31 December. Your generosity will have a profound impact on many — people who you may never meet, but whose lives you will change just the same.

On behalf of Esther and myself, we wish you all a joyful holiday season. Thank you for your continued support, dedication, and unwavering commitment to The Rotary Foundation and to what Rotary is all about: helping others.

BARRY RASSIN

Foundation trustee chair

2024 國際年會

提早註冊的首要理由



PHOTOGRAPH: SINGAPORE TOURISM BOARD

對安排好日期的旅行浮想聯翩，乃是人生的小確幸之一。如果目的地是到新加坡——擁有眾多文化及獨特景點的美麗亞洲花園城市——參加 2024 年國際扶輪年會便更是如此。以下是提早註冊的其中幾個理由。

- **給自己一個可以期待的假期。**無論你是初次還是再次造訪，都會在新加坡找到啟發及驚喜。
- **節省可觀的金錢。**早鳥註冊優惠的最後一天是 12 月 15 日。註冊費不可能更低了。
- **好好選擇機票及飯店。**要買到划算的機位正是時候，價格越接近 5 月 25-29 日幾乎必定會上漲。以優惠價格預訂飯店的選擇空間也比較大。想找划算的房價？有市景的房間？為小孩找寬敞空間？現在就去看看有什麼選擇。

- **預訂特殊體驗。**扶輪社員專屬的行程可能會售罄，主辦單位已安排一些套裝旅遊行程，探索新加坡及鄰近國家不為人知的美好。
- **留時間來召集同好。**菲律賓奎松市 (Quezon City) 庫寶 (Cubao) 扶輪社的 Veronica and Johnny Yu 在墨爾本年會期間便承諾要到新加坡，並一直鼓勵他人也利用早鳥註冊優惠。Johnny Yu 說：「要參加年會才會深信扶輪的魅力。」沒有兩個年會是一樣的，因此即使你參加過年會，這還是一個與朋友重新連結、獲得啟發的機會。這場年會便是社友將與世界分享希望的構想化為行動的大好機會。

詳情及註冊請至 convention.rotary.org。

國際扶輪 一瞥

至 2023 年
11 月 15 日止

* 為 2018 年 1 月 31 日數字
資料來源：國際扶輪

扶輪
社員人數：

1,188,470

扶輪社數：

37,082

扶青社
社員人數：

170,061

社數：

11,244

扶少團
團員人數：

341,159

團數：

14,833

扶輪社區服務團
贊助夥伴人數：

213,900*

團數：

13,176



這張桌子是為羅馬市郊的聖貝妮黛塔酒莊的義大利麵食製作課程所設置的。

以食物 為語言 所教會 我們的事

一個扶輪聯誼會
用味覺
團結世界

撰文：Diana Schoberg

攝影：Camillo Pasquarelli

那是個美好的春日，陽光燦爛，微風吹拂，鳥兒鳴唱。我與 50 餘位扶輪社員及朋友一起到羅馬市郊的「聖貝妮黛塔酒莊」(Cantine Santa Benedetta) 聚會，站在一條古老羅馬道路的橄欖樹樹蔭下。剛長出新葉的葡萄田連綿到天際。我們啜飲玫瑰調酒（rosa tonic，粉紅酒、奎寧水、迷迭香及紅石榴糖漿），一邊聽酒莊主人描述這座葡萄園，她的家族已經在此釀製葡萄酒超過 300 年。

我們到這裡是參加扶輪美食家世界聯誼會的第一次跨國聚會。這個團體在全球擁有超過 500 名團員，在義大利便有 300 名。這是 100 餘個扶輪聯誼會之一，凝聚會員的是共同的愛好——從摩托車到衝浪，跑步到本文談到的美食。很多很多美食。

我們移動到中庭，酒莊莊主展示如何製作義大利麵食：在一堆麵粉當中挖一個凹洞，混入一顆蛋，再加一點鹽巴、橄欖油讓麵團更有彈性，加點葡萄酒蓋掉蛋的味道。米蘭歐洲 (Milano Europa) 扶輪社社員克莉絲汀娜·貝瑞塔 (Christina Berretta) 跟我的翻譯低聲說：「我祖母兩個都不用，只加蛋。」

在示範之後，輪到我們自己動手。我們在兩張臨時設置的桌子——把長木板放在葡萄酒桶上——周圍各就各位，蛋放在一小堆一小堆麵粉上面，旁邊放著其他食材。我周圍的扶輪社員敏捷地打蛋、攪拌、揉捏，做出最後成為我們午餐的美味麵條。他們讓這一切顯得如此輕鬆簡單，讓我也決定試試身手。

立馬後悔。我的蛋流出麵粉堆的凹洞外，四溢到桌面上。我把麵粉推去圍住蛋，開始拍打及混合，可是在手忙腳亂的情況下，我忘記加橄欖油及葡萄酒，就裝在我旁邊的兩個小杯子裡。

我大笑，發自丹田大笑，我的頭髮在微風中飄盪，雙手包覆著含蛋



用這家酒莊的粉紅酒所調製的雞尾酒。





左起：加蛋製作的義大利麵孔穴比較多，用來搭配較濃郁的醬汁及湯品；法碧雅·貝妮黛塔 (Fabia Benedetti) 解釋這家酒莊的歷史。

的麵粉。我膽怯地看著貝瑞塔——她以前揉過幾次——她以動作示意讚許，令我鬆一口氣。

在製麵的挫敗之後，接著是做青醬比賽——以及關於食物正統問題的一些無傷大雅的對抗。貝瑞塔向我解釋熱那亞青醬的傳統材料（羅勒、大蒜、鹽、松子、起司，及橄欖油）時，突然就爆發關於使用羅馬羊奶起司或帕馬森起司是否正確的激辯。在美食聯誼會主委，住在西西里島的文森佐·卡洛羅 (Vincenzo Czarollo) 搗碎今天比賽的食材之際，一小群人為他加油打氣。有人大叫：「文森佐，加油加油！」可是當他要拿胡椒時，群眾哎嘆道：「不——」



「好餐桌雜誌」(La Buona Tavola Magazine) 總監，本身是侍酒師的雷納多·羅科 (Renato Rocco) 及扶輪美食家世界聯誼會主委文森佐·卡洛羅。

「當你談到美酒，談到美食，每個人都會微笑。」



聯誼會會員自製的義大利麵食成為午餐。



退休的美食編輯，扶輪社員克莉絲汀·貝瑞塔說：「當你談到美酒，談到美食，每個人都會微笑，每個人都開心。」



美食是視覺及味覺的饗宴。

貝瑞塔責怪說：「南部才加胡椒。可是最早的配方呢？沒有胡椒。」

最後，3 位扶輪裁判圍著一張小桌子，看起來像是電視節目《英國烘焙大賽》(The Great British Bake Off) 裡的普魯·利斯 (Prue Leith) 及保羅·郝里伍 (Paul Hollywood)，除了他們手上拿的是一杯弗拉斯卡蒂 (Frascati) —— 羅馬最知名的葡萄酒。5 支隊伍，5 道菜。這支認真嚴謹的評審團討論、比劃、再三品嚐、提出釐清的問題。最後，他們宣布優勝者，大家都鼓掌。然後開動的時候到了：開胃菜是捲心菜佛卡夏三明治、搭配 3 種葡



安東尼奧·柏納多 (Antonio Bernardo) 擔任該聯誼會義大利分會的會長，協助籌辦這些聚會活動。





左起順時針方向：青醬製作的比賽競爭激烈；聯誼會會員雅卓安娜·辛尼斯寇奇 (Adriana Siniscalchi) 試聞中庭四周高大的迷迭香叢的氣味；一位扶輪廚師用其他團員現摘拿到餐桌上的羅勒葉製作熱那亞青醬。

萄酒凍的鹹羅馬羊奶起司、羅馬爐烤豬肉；搭配番茄醬及麵包塊的布拉塔起司；我們自製的義大利麵食；加入茴香花粉的紅酒燉牛肉；搭配生奶油的法式千層酥。聚會活動還有一天。

卡洛羅很喜歡這個聯誼會匯集了這麼多人——儘管有打趣的對抗時候——提升了扶輪社的經驗。今天出席的

不只是來自義大利各地的扶輪社員，還有來自德國及土耳其的。2110 地區地中海護照 (Passport Mediterranee) 扶輪社社員卡洛羅說：「在聯誼會裡，吸引我的事情之一就是我們都說同樣的『語言』。我們都一起共享某個事物。」

隔天，我們搭巴士到羅馬義大利廣場 (Roma Foro Italico) 扶輪社社員皮諾·德

洛馬 (Pino Deroma) 的家族持有的一座綿羊農場及起司工廠。在那裡聽介紹、試吃，及進行另一個有關義式鹽漬豬頰肉佐番茄培根醬應有的脆度的激烈討論。結束時，只剩下一件事可做。德洛馬的同社社友珍妮·潘諾佐 (Jenny Bohlin Panozzo) 警告說：「要提前做好心理準備。在這之後，在死之前我們都要享受美食。」



聯誼會會員對食物或許很認真講究，可是他們也很喜歡開玩笑。





左上起順時針方向：德洛馬家族的起司工廠每天使用超過1萬3,000加侖的牛奶；吉安皮洛·特羅瓦魯西(Giampiero Trovalusci)與他的毛小孩也是參加者；德洛馬家族飼養綿羊來製作羊奶起司。貝瑞塔以義大利語說：「我們沒有大農場，只有中型及小型。他們照顧及關愛他們的產品及動物。」



桑托・卡拉卡帕（右，Santo Caracappa）檢查起司，在一旁觀看的是法蘭科・薩卡（Franco Saccà）。



柏納多・布拉席歐 (Bernardo Blasio) 喜歡這場聚會。



西西里島阿奇雷亞萊 (Acireale) 扶輪社的珠瑟帕・潘尼西 (Giuseppa Pennisi) 及安傑羅・柏爾茲 (Angelo Borzi) 品嚐食物。



生的蠶豆莢可以當酥脆的點心。





左上起順時針方向：聯誼會在德洛馬農場的聚會菜色使用超過 50 磅的羔羊肉；義大利麵食印證珍妮・潘諾佐的感覺：「這裡是最適合辦理本聯誼會活動的國家之一。這裡很難找到難吃的食物或是葡萄酒。」；厄茲勒姆・安吉恩 (Özlem Engin) 遠從土耳其來參加

參加扶輪美食家世界聯誼會 4 月在義大利維蘇威火山附近的下一場跨國聚會。詳情請留意 wfrg.org。請至 rotary.org/fellowships 尋找更多可以參加的聚會。

世界各地 採取行動的人

撰文：Brad Webber

秘魯

秘魯生產的牛奶大部分從未離開過農場：農民家庭直接食用、餵給小牛、或用於製做手工乳酪。4465 地區 Fusión Latina 網路扶輪社與非營利組織 CEDEPAS Norte 合作，幫助該國北部高地自給自足的農民。去年，該社運交了不少鋼壓榨機和模具，來開設了兩家乳酪生產工廠。一筆超過 50,000 美元的全球獎助金用於支付設備、訓練、管理和行銷費用。居住在特魯希略 (Trujillo) 的扶輪社社長費爾南多·巴雷拉 (Fernando Barrera) 表示，「到目前為止，已為 21 名新員工和 63 個家庭提供了服務，並通過秘魯政府的 Agroideas 計畫贈送了 25 頭懷孕乳牛。」

Rotary
E-Club of Fusión Latina Distrito 4465



美國

厄爾·諾斯 (Earl Knauss) 在收到鄰居贈送三英斗的紅辣椒時，學到了食物浪費的教訓，這些紅辣椒因為畸形而被農場丟棄。「我發現形狀怪異、有瑕疵和不完美的蔬菜被傾倒或銷毀。」紐約州西部漢堡 (Hamburg) 扶輪社的諾斯說。他向農場主索取更多滯銷農產品，並收集了 18 加侖的蔬菜，將它送往食品儲藏室。後來，「農場到家庭」專案擴大到包括三個農場，漢堡扶輪社於 2018 年正式採用該專案。從 5 月到 12 月，扶輪社員們和朋友與諾斯一起運送蔬菜給大約 3,000 個家庭。2022 年，他們向 23 個配送站提供了超過 10 萬磅蔬菜。其中包括奇克托瓦加 (Cheektowaga) 的復活生命食品儲藏室，食品儲藏室主任金·雷諾茲 (Kim Reynolds) 說，如果沒有該計畫，該網站就不會有很多新鮮蔬菜。「我們的客戶依靠農場到家庭來填補蔬菜缺口」她說。

Rotary
Club of Hamburg

6,000 億美元

全球每年在收穫期間或收穫後
所浪費的食物總值

36,849 噸
2021 年秘魯乳酪產量

PHOTOGRAPHS: COURTESY OF ROTARY AND ROTARACT CLUBS

義大利

越來越多的年輕人患有飲食失調症，這促使 Terre Cremasche 扶青社和非營利組織 Consultorio Insieme Crema 為 20 至 35 歲的人舉辦研討會。從 4 月開始，該系列涵蓋了三個主題：身體形象、注意飲食，及健康和可繼續維持的飲食習慣。這些課程是與諮商中心和心理學家合作開發的。「目的是引導參與者批判性地審視他們的飲食習慣以及飲食的情感和歷史意義。」社員艾瑪·普雷沃 (Emma Prevot) 說。該社為該計畫提供了大部分資金，並在克雷馬鎮 (Crema) 的一座 15 世紀修道院內的公民博物館舉辦了一場盛大的雞尾酒會。

Rotaract
Club of Terre Cremasche



300 萬

患有飲食失調症的義大利人

菲律賓

盧塞納大學區 (Lucena University District) 扶輪社的兩位扶輪社領導人都是註冊營養師，因此非常重視健康飲食。該扶輪社與菲律賓營養師協會奎松 (Quezon) 分會搭檔，在監獄中提供有關飲食如何預防疾病、運動、睡眠和喝足夠水的重要性以及其他主題的課程。該社社長喬伊·凱薩琳·薩蒙特 (Joey Kathlyn Samonte) 和前社長貝拉·卡斯特羅 (Bella Castro) 還解釋了各種食物組的最佳分量的食物圖表。雄心勃勃的廚師們在烹飪比賽中使用監獄種植的有機蔬菜來測試他們的廚藝。該社社員賈斯珀·潘加尼班 (Jasper Panganiban) 稱讚這對夫婦的熱心。潘加尼班說，「這些專案在社區鼓勵健康生活方式和飲食，非常貼近社區居民的心。」

Rotary
Club of Lucena University District



6.4%

菲律賓成年人肥胖比例

巴布亞紐幾內亞

蛋白質缺乏是生長遲緩的主要原因，巴布亞紐幾內亞約有一半的 5 歲以下兒童患有蛋白質缺乏症。澳大利亞布里斯本扶輪社社員與非營利組織 Kyeema 基金會合作，捐贈了約 2,900 美元，在瓦烏 (Wau) 鎮建造了一個雞舍和庭院。其目的是保護本地家禽品種，這些品種抵抗疾病能力更強，需要的補充食物更少，而且生產的雞蛋和瘦肉營養豐富。在對村民進行訓練並在農場放養本地種雞之後，該社在加巴加巴 (Gabagaba) 村興建了一個類似的設施。該社社員兼 Kyeema 理事西莉亞·葛蘭寧 (Celia Grenning) 表示，該專案對社區來說是一件好事，該社區以前大部分蛋白質來自沿岸，導致捕撈過度和珊瑚礁受損。如今，該社和 Kyeema 在陸地和海上開展行動：他們強化了工作，將珊瑚礁復育納入工作範圍。

Rotary
Club of Brisbane



1,600+

全球公認的雞品種數

兒童權益倡導者的國際扶輪前社長 詹姆斯·雷施益逝世，享年 92 歲

熱衷改善兒童生活且孜孜不倦為扶輪根除小兒麻痺工作募款的國際扶輪前社長詹姆斯·雷施益 (James L. Lacy) 去世，享年 92 歲。

雷施益是美國田納西州庫克維爾 (Cookeville) 扶輪社社員，社齡 53 年，於 1998-99 年間擔任國際扶輪社長。他的社長主題是「追求你的扶輪夢想」(Follow Your Rotary Dream)，敦促成員將夢想化為行動，以解決社區問題，特別是兒童的需求。

「我想使社長主題變得切身。我想要一個活潑的主題，對扶輪社員有些挑戰的東西，」他在當年國際扶輪英文月刊 The Rotarian (現在的 Rotary) 雜誌的一篇簡介中說明如上。「我開始思考扶輪及扶輪基金會是如何從夢想起步的。夢想是發自內心，但是用雙手實現的。透過行動，你才能實現夢想。」

1999 年在新加坡舉行的扶輪國際年會上發表演說時，他向扶輪社員們發起挑戰，將他們的關懷傾注到社會最有價值、但也最脆弱之成員的生活中：我們的兒童。

「對我來說，扶輪的夢想得以實現，就是看到遭受苦難的孩子們變得快樂健康，他們的生活充滿新的機會。我明白我無法獨自實現這個夢想，但我知道，只要我們所有人齊心努力，並肩奮鬥，手牽手心連心，我們就可以開始實現這個夢想。」

雷施益是 1967-70 年田納西州眾議院議員。自 2000 年至 2017 年，他在扶輪的美國根除小兒麻痺倡議工作小組任職，期間包括擔任主委 (2006-17 年) 和副主委 (2001-06 年)，在此之前，他是勸募政府支持根除小兒麻痺的倡導者。他在確保美國為根除小兒麻痺提供超過 26 億美元資金方面發揮了關鍵作用。1997 年，他參加印度的全國免疫日活動，為超過 1.27 億名兒童接種了疫苗。他因在該計畫中之

奠基角色及持續支持，於 2018 年被表彰為「根除小兒麻痺等疾病先鋒」(PolioPlus Pioneer)。

「詹姆斯·雷施益是兒童權益倡導者，」2016-17 年度扶輪國際社長、田納西州同鄉約翰·

澤恩 (John F. Germ) 回憶道。「他發起了《兒童機會獎助金》計畫，並在根除小兒麻痺方面非常積極。詹姆斯在該計畫的啟動中發揮了重要作用。」

1964 年，34 歲的雷施益加入庫克維爾扶輪社。根據他在雜誌中的簡介，他曾離開該社是因為同齡的社員很少，但不久後就被說服回來。社裡邀請了其他同齡的專業人士加入，並讓他們參與服務計畫。1977-78 年，雷施益率領一個團體研究交換團前往英國，此行「讓他看到了扶輪的國際性」，並成為他最美好的回憶之一。他還在 1978-79 年度擔任該社社長。

他感謝雙親向他灌輸了對社區服務的熱忱。「他們總是教導我要與那些不幸的人分享，」他告訴國際扶輪英文月刊 The Rotarian「我一向對那些窮困的人感同身受。父母親總是告訴我，有了機會，你也要盡義務。我總是樂於義工工作，這種感覺促使我多年來參與扶輪服務。」

除了國際扶輪社長之外，雷施益還擔任國際扶輪理事、扶輪基金會保管委員及保管委員會主委、地區總監及國際講習會主持人。他因大力支持教育及人道計畫而獲得了扶輪基金會的有功服務獎，以及特優服務獎與扶輪超我服務獎。他與夫人柯勞婷是永久基金捐獻人。



雷施益是一家糖果公司的所有者及董事長。1986 年，他買下位於肯塔基州帕杜卡的吉利安糖果公司。他透過購併肯塔基州以及喬治亞州、堪薩斯州和紐約州的其他糖果製造廠，擴大規模。在此之前，他曾是一家投資公司的總裁和一位成功的房地產開發商。1952 年至 1954 年，他曾在軍中服役。

在社區裡，雷施益執掌兒童棒球教練 17 年，從 1961 年開始在他兒子的球隊中執教，但在兒子長大離開球隊後他仍繼續執教很長一段時間。他相信棒球可以幫助兒童建立自信、團隊合作與溝通技巧。雷施益家族也是長老教會的長期成員。

2005 年，庫克維爾扶輪社成立了「詹姆斯與柯勞婷·雷施益兒童基金」，使普特南郡學校系統能夠為有需要的學生提供衣服、鞋子和其他必需品，該社以雷施益的姓名命名該基金，以表彰雷施益身為國際扶輪社長所做的服

務以及他對改善世界各地兒童生活的奉獻。

雷施益前社長身後遺下與他結縭 74 年的夫人柯勞婷 (Claudine)；他的兒子比爾與來自堪薩斯州奧拉西的媳婦蘇西；弟弟艾爾文與來自田納西州斯巴達的弟媳芭芭拉；以及來自北卡羅來納州希科里的嫂嫂羅薇娜·雷施益。如欲表示悼念，可捐款給庫克維爾扶輪社，地址：Cookeville Rotary Club, P.O. Box 1005, Cookeville, TN 38503, USA，或捐款給庫克維爾第一康柏蘭長老教會，Cookeville First Cumberland Presbyterian Church, 565 E 10th Street, Cookeville, TN 38501, USA。

撰文：Arnold R. Grahl

台灣扶輪月刊譯 2023/10/20，

資料來源：<https://my.rotary.org/en/past-rotary-international-president-james-l-lacy-advocate-children-dies-92>

台灣 12 地區扶輪社及社員人數

資料來源：9 地帶 RC Jimmy 公布日期：2023/10/1

	2023 年 7 月 1 日	2023 年 10 月 1 日	2023 年 7 月 1 日	2023 年 10 月 1 日
	扶輪社社數	扶輪社社數	扶輪社社員人數	扶輪社社員人數
3461	66	67	2,878	3,021
3462	64	64	2,513	2,527
3470	72	75	2,309	2,538
3481	96	97	2,949	3,076
3482	81	81	2,456	2,528
3490	103	103	4,385	4,557
3501	86	86	2,689	2,933
3502	75	76	2,605	2,791
3510	97	97	3,189	3,304
3521	67	67	2,375	2,441
3522	77	80	2,891	3,119
3523	79	79	2,513	2,575
總計	963	972	33,752	35,410

服務人類為其事業的國際扶輪前社長 理查·金恩逝世，享年 84 歲

理查·金恩 (Richard D. King) 是一位律師、教育家及藝人，熱衷於改善人們的生活，如今逝世，享年 84 歲。

金恩是美國加州奈爾斯（弗里蒙特）扶輪社社員，曾任 2001-02 年度國際扶輪社長。他以「服務人類是我們的事業」(Mankind Is Our Business) 為主題，鼓勵社員向需要幫助的人們提供安慰及援助，並為世界持續面臨的挑戰找到可行的解決方案。他說，扶輪的事業是改善我們每一個社區的生活品質。

他也請社員伸出援手，歡迎事業及專業領導人加入扶輪，「就像我們一樣，這些人有機會發展自己的才能和技能，並希望利用這些能力來幫助他人。」

在 2016 年他的扶輪社進行的一次採訪中，金恩講述了塑造他扶輪生活的早期經歷。他曾帶領一個團體研究交換印度之旅，當時他陪同一位扶輪社員醫生前往一個貧困村莊。這名醫生執行白內障手術後，在病患的孩子在旁邊的情況下幫病患拆除繃帶，以確定她是否能夠看見。

「她有生以來第一次看到自己的三個孩子，」金恩回憶道「我永遠不會忘記她臉上的表情。我永遠不會忘記，令我感到熱血沸騰。而她並非當天唯一獲得視力的人。」

金恩也曾擔任輪椅基金會的顧問委員會成員，並透過該基金會與扶輪參與了一個為世界各地人們提供數千輛輪椅的計畫。

金恩最喜歡扶輪的一點是幫助有需要的人。「我們幫助人們，無論他們的宗教信仰、政治立場、膚色、語言，」他在 2016 年的採訪中說道。「每天的每一秒…我們都在治癒病人。我們拯救生命。我們帶來希望。我們帶來和平。這就是扶輪社的動力。藉此，扶輪社員也成了一個被改變人。」

金恩自 1968 年成為扶輪社員迄今，曾擔

任國際扶輪理事、扶輪基金會保管委員、國際講習會分組討論領導人及地區總監。他曾榮獲扶輪基金會的有功服務獎及特優服務獎，以及根除小兒麻痺等疾病先鋒獎。

他曾任 King, King & King 律師事務所資

深合夥人，美國司法協會會員。他獲准在加州、猶他州及美國最高法院執業。他擁有加州大學柏克萊分校的三個學位，並獲得韓國首爾漢陽大學的榮譽法學博士學位。他曾在楊百翰大學教授法律，並獲得楊百翰大學管理協會頒發的年度慈善家獎及傑出公共服務獎。

金恩是加州大學的傑出軍官畢業生，曾在美國陸軍軍事情報部門服役。他在職業生涯早期，曾在拉斯維加斯、太浩湖、舊金山及其他城市製作節目並以歌手身分表演。

金恩也是美國童軍的積極募款者，以及聯邦俱樂部的成員。他曾獲得德莫萊騎士勳章及榮譽軍團勳章，並入選德莫萊國際名人堂。他曾獲得義大利功績勳章及巴西蒂拉登特斯獎章。他是摩門教的大祭司。

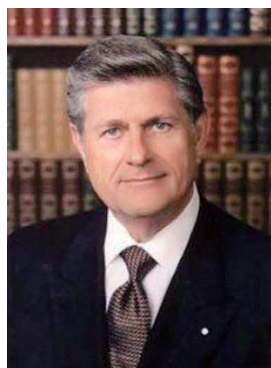
金恩身後留下遺孀 Cherie Kay King 及兩個兒子 Robert 與 Tyson。您可以捐款給 5170 地區設立的理查·金恩永久基金 (Richard D. King Endowed Fund)，以代替鮮花，該基金將為扶輪和平中心提供全面支援。

撰文：Arnold R. Grahl

2023 年 10 月 25 日

台灣扶輪月刊譯 2023/11/14

資料來源：<https://my.rotary.org/en/richard-d-king-past-rotary-international-president-who-made-humankind-his-business-dies-84>





歡迎

地點：台灣宜蘭縣大同鄉

問候語：Lokah Su'（泰雅族語「您好」）

高麗菜：台灣東北部的（宜蘭縣）大同鄉是泰雅族原住民的原鄉，族人數十年來一直耕種享譽各地的高麗菜 (cabbages)。唯地球日漸暖化意味著滋生更多害蟲，這也意味著要使用更多的殺蟲劑，對水源造成威脅。

松露和栗子：宜蘭北區扶輪社與國立宜蘭大學結為夥伴一起合作，幫助泰雅族農民從高麗菜轉種板栗與生長於栗樹根部的松露。宜蘭北區扶輪社前社長王宜達表示：「松露及板栗作物比較永續且產量較高，使農民能夠發達繁榮並兼顧保護生態系統」。扶輪基金會的一筆全球獎助金為此提供訓練及設備，使農民有能力將松露推向市場。

宜蘭北區扶輪社：社員包括教授、高中校長及扶輪社員的子女，該社服務焦點著重於為年輕人辦理職業訓練。

註：本文由國際扶輪英文月刊主編特別撰寫刊於該雜誌 2023 年 12 月月刊。國際扶輪 3490 地區大同鄉南山村四季村協助泰雅族原民農戶種植松露板栗全球獎助金計畫被國際扶輪篩選為全球七大焦點領域優良計畫之一，且獲 2022-23 年度國際扶輪社長珍妮佛·瓊斯列為任內「想像影響力之旅」八站的其中一站，而來台訪視（詳情請參閱台灣扶輪月刊 2023 年 2 月號）。



黛麗雅・科羅拉多
(Delia Colorado)

波多黎各 San Juan 扶輪社

聖誕節的椰子

對波多黎各人來說，椰奶酒是個值得品嚐的假期雞尾酒

波多黎各最喜歡的聖誕假期飲品，常常被拿來比擬為蛋奶酒，雖然許多傳統配方完全不會用到蛋。椰奶酒 (coquito) 的獨特之處是一種深深融入這個熱帶島國飲食之中的食材：椰子。（coquito 在西班牙文是「小椰子」之意）。

聖胡安 (San Juan) 扶輪社社長黛麗雅・科羅拉多 (Delia Colorado) 表示，這個經常在聖誕節派對供應的濃郁奶香調酒，「超級容易調製」。她女兒——每年聖誕節都會自製許多瓶椰奶酒分送給朋友及鄰居——所用的配方混合了煉乳、淡煉乳、椰奶、椰漿，及波多黎各萊姆酒，再撒上肉桂及肉豆蔻。科羅拉多解釋說，她的成品「非常甜且濃郁，因此我們會小口啜飲，經常裝在烈酒杯裡喝。」

文化傳統：最早出版的椰奶酒配方出現在 1950

年代，可是這種調酒在波多黎各的起源更早。就跟蛋奶酒一樣，有許多不同的配方。科羅拉多回憶說她小時候，祖母會把這種調酒搭配聖誕節的特殊菜色，例如蒸肉派 (pasteles，大蕉及肉製成的派)、烤豬肉 (pernil)、及酒漬磅蛋糕。她說：「這對我們波多黎各人來說很重要。它對我們的文化的重要性就跟鳳梨可樂達調酒 (Piña colada) 一樣。」

人生很甜美：科羅拉多表示，因為椰奶酒廣受歡迎，會把人凝聚在一起。她建議說：「如果你冰箱有一瓶椰奶酒，你可以與突然造訪的客人分享。如果你一個人又感到無聊，喝一小口會讓你重拾微笑！」

撰文：John M. Cunningham

插圖：Chelsy Escalona Suárez

洪清暉前總監
PDG Ortho

榮選為國際扶輪
基金會保管委員

TRF Trustee



台灣扶輪出版暨網路資訊協會第四屆監事會主席暨扶輪基金會和平巨額捐獻倡議顧問 PDG Ortho 於 2023 年 10 月國際扶輪理事會會議被選為扶輪基金會保管委員，任期 4 年，自 2024 年 7 月 1 日開始。

扶輪和平獎學金學者瑪麗亞·茱莉婭·莫雷拉接受台灣扶輪月刊專訪

本刊編輯部

阿根廷籍扶輪和平獎學金學者（前受獎人）瑪麗亞·茱莉婭·莫雷拉 (María Julia Moreyra) 於今年 10 月 24 日飛抵台灣展開 6 天訪問行程。她拜訪了尤美女律師、鄭南榕基金會、婦女館、國家人權館、雲林故事館、參與 NGO 組織合辦交流活動。她於 10 月 29 日週日離台前，在台灣扶輪月刊台北中山北路辦事處，接受了扶輪基金會和平巨額捐獻倡議顧問暨台灣扶輪出版暨網路資訊協會監事會主席 PDG Ortho 洪清暉前總監 (D3490) 代表台灣扶輪月刊對她的專訪。

接待瑪麗亞此次台北行的台北達仁社 (D3522)，由 P Mabel 黎若梅、CP Sue 溫淑慧、PE Solid 謝睿哲，及專業口譯社友 Howard 簡德浩陪同出席專訪。扶輪月刊主編 PP Teacher 王友民 (D3461) 及來賓土城社 PP Thomas 朱福民 (D3490) 也一同作陪。

據悉，瑪麗亞是一位律師、國際關係碩士，在阿根廷（內閣部長辦公室）人口販運委員會、國家司法與人權部及布宜諾斯艾利斯省婦女、性別政策和性別多元部等政府部門工作，參與打擊人口販運。她以堅實的學術背景，在政府機構、國內外大學從事或教授與婦女、和平與安全、人口販運領域檢測及陪伴相關的工作及議題。她是國際組織和平婦女跨越地球 (PWAG) 拉丁美洲與加勒比區域協調員及國際婦女和平團體的和平導師。她在阿根廷及玻利維亞、哥倫比亞、巴拿馬、洪都拉斯、



合照：左起 CP Sue、PE Solid、PP Thomas、Howard、María Julia Moreyra、PDG Ortho、P Mabel、PP Teacher

尼加拉瓜、委內瑞拉、哥斯大黎加、瑞士、印度尼西亞、塞內加爾等各國會議演講，並著有《武裝衝突與針對婦女的性暴力》一書，且在自己專業領域撰寫文章。她在蒙特維的奧托托利扶輪社工作了4年。她畢業於泰國朱拉隆功大學和平中心，曾與一位烏拉圭籍和平獎學金得主一起培訓學校教師，以預防青少年成為人口販運這種犯罪的受害者。她在哥倫比亞4281地區「通往和平之路繼續」文憑課程上提供線上培訓，主題為「性別及其與和平的聯結」。瑪麗亞是「終結人口販運」扶輪社的扶輪社員，也是「扶輪反奴隸制行動團體」(RAGAS)的理事之一；也是扶輪的夥伴「經濟與和平協會」(IEP)的IEP大使。

訪談中，洪清暉前總監向她提出了多項問題，包括瑪麗亞來台的緣由？她在婦女、和平、安全、人口販運等領域已有豐富的學識及工作經驗，為何還會參加扶輪和平中心的課



María Julia Moreyra 解說與和平息息相關的打擊人口販運

程？扶輪和平中心獎學金對她在打擊犯罪的專業如何進一步提升？她參與扶輪的契機？關於人口走私和性別犯罪的連結是什麼，性別與和平的連結又是什麼？她與另一位受獎人在烏拉圭的和平計畫的內容是什麼？在訓練當地的老師時，有沒有因此學到什麼呢？她在和平建構有什麼未來的計畫嗎？有無與扶輪繼續合作的項目？瑪麗亞也予以詳盡回答，摘要如下：

瑪麗亞表示，此番來台是因為她曾於2015年在墨西哥一項研討經濟與和平的國際會議中擔任來自台灣雲林故事館創辦人唐麗芳的英、西語翻譯。當時恰逢一位在阿根廷國內交情甚篤的同事突然病逝，瑪麗亞為此悲痛不已，而唐女士的百般慰助令她非常感動。因此她在獲選並參加國際扶輪今年10月中在尼泊爾舉辦的國際和平會議後特地來台，希望有機會拜訪唐女士，同時藉機瞭解此地的人權情況，並透過扶輪的精神與連結，與此地扶輪社交流。

雖然未能相遇已去瓜地馬拉參加國際竹子研討會議的唐女士，但是瑪麗亞卻對台灣留下良好的印象。她看到了參觀故事館的許多父母親子的愛心表現；她在雲林認識的一對台英聯姻的夫妻表示他們非常喜歡台灣，尤其是來自英國的先生，認為台灣近年各方面進步非常多，因此希望能永遠在台灣；她也體驗了年輕的台灣扶輪社友們的活力及衝勁。旅遊過亞洲其他國家（印尼、泰國、尼泊爾）的瑪麗亞，據她觀察所得，認為台灣是一個安全充滿愛的



María Julia Moreyra 在2003年11月號台灣扶輪月刊簽名留念



PDG Ortho 代表理事長 PDG Dental 致贈紀念禮物

地方，人們和平共處。雖然每個國家都有各自的困難挑戰，但台灣人民知道擁有的美好得來不易，應該珍惜這樣平和的社會氛圍。她熱愛自己的國家，但也感慨阿根廷擁有 4 千 5 百萬人口，有豐富的人力資源與天然資源，如今卻有 40% 人口處於貧窮，生活艱困，社會動盪，令她十分難受。

瑪麗亞表示她有機會成功申請到了泰國朱拉隆功大學的扶輪和平獎學金 (ROTARY PEACE FELLOWSHIP) 源於阿根廷 LA PLATA SUD 扶輪社社友的鼓勵與支持，這使她能與世界各地的人權和平學者相互交流，學習彼此不同的經驗，並改變了她的事業及人生。雖然她擔任律師已 25 年，也有資深的人權、婦女平權及反奴隸方面的經驗，但若無扶輪給予的機會，她認為可能僅會聚焦在自己的國家，而較無法擴展自己的眼界。扶輪的和平中心及和平獎學金計畫，讓全世界如她一般的人權工作者，能夠在婦女兒童的人權方面提升知識，共同奮鬥。而扶輪的網絡使得世界各地的社友能結合力量，讓婦女能夠獲得更多幫助。對此，台北達仁社 P Mabel 及 CP Sue 也補充說明，透過美國明尼蘇達州的扶輪社友引介，以網路舉行例會的台北達仁社接待瑪麗亞來訪，進行相關議題的特別講座，並在台北市蔡瑞月舞蹈社（玫瑰古蹟）舉行了肯亞婦女手工藝品的義賣活動，協助瑪麗亞的扶輪和平獎學金學者同學 Dr. Sella Kingoro 在肯亞創設的婦女和平中心，幫助受割禮惡習及家暴摧殘的當地婦女。瑪麗亞很驚訝募款所得超出預想數倍，並感謝 RIDE Naomi 林鑾鳳及 PDG Nellie 林乃莉在內的台灣社友與一般民眾的慷慨支持。

對於 PDG Ortho 表示和平解決衝突領域並非只有預防戰爭發生，範圍其實更大更廣，瑪麗亞也認同他的看法，她指出反人口販運及反婦女兒童性剝削也是其中一環。並就 PDG Ortho 徵詢她關於台灣目前僅有極少數扶輪和平獎學金學生，而台灣扶輪社群希望積極參與國際扶輪和平願景卻又不太熟悉人口走私議題



大家聆聽 Howard（右三）的口譯說明

有何建議。她表示台灣扶輪社友可參與扶輪反奴隸行動小組 (Rotary Action Group Against Slavery, RAGAS) 及 A21 這個反人口走私的組織 (a21.org)。

她表示，人口販運是現在全世界都可見的可怕犯罪，通常有縝密的組織及網絡。雖然許多婦女甚至男性都受荼毒，兒童及青少年卻是最主要的受害者。因此結合全球扶輪社友的力量來培訓更多教師，向兒童及青少年宣導小心人口販運藉以遏止此類犯罪極為重要。而預防這些犯罪最好的方式就是去瞭解受害者如何成為受害者，並徵得受害者的同意，把她們的遭遇分享出去。她舉例說，她有一位年輕的朋友因為與雙親相處不睦，遂離開家庭，到祖母家居住；她把自己的處境告訴了一位男性朋友，卻被設局強暴並販賣給娼家，然而她勇敢堅持，花了七年終於逃脫魔掌。她鼓勵瑪麗亞向最易受害的兒童及青少年分享這不幸的經驗，以防止她們掉落性剝削及人口販運的深淵。

對於未來的計畫，瑪麗亞表示希望將來能夠更加聚焦於協助位於南美洲的各國（例如玻利維亞）的社友及社區人士來預防人口販運、性剝削的犯罪。她也希望台灣有更多社友參與及支持這些與締造更和平的世界息息相關的活動。

最後訪談在意猶未盡，但時間有限下結束，隨後大家餐敘聯誼為瑪麗亞餞行。



第八屆台日／日台扶輪親善大會

撰文：本刊編輯部

照片：台日國際扶輪親善會／CP Wedding 林子傑／本刊編輯部



右起：PDG 羽部大仁、DG 朽木一夫、吉田雅俊總裁、RIDE 水野功、PDG Knife 楊敏盛理事長、PRIP Gary 黃其光、PDG TY 楊祖穎、PDG Kega 姚啟甲

第八屆台日／日台扶輪親善大會於 2023 年 10 月 20 日（週五）下午 2 時至晚上 9 時在台北萬豪酒店 5 樓萬豪廳舉行，近 900 位台日扶輪社友、寶眷及嘉賓出席，場面盛大熱鬧。大會還在隔壁宜華廳設有友誼之家，讓來賓註冊後，隨可以聯誼休息，品飲咖啡茶點，欣賞琮人樂團的室內樂演奏、歌唱，觀摩台灣 12 個地區服務成果展影片，或到各攤位詢問扶輪資訊或購買扶輪用品及台灣名產伴手禮。

大會主席台日國際扶輪親善會理事長 PDG Knife 楊敏盛於下午 4 時半宣布開會。在大家高唱兩國國歌及司儀福原康兒、柳季蘋介紹與會貴賓後，多位貴賓受邀上台致詞。他們

除了獻上祝賀之外，也為大會帶來各項重要的訊息。

大會主委 PDG TY 楊祖穎致歡迎詞時，說明此一備受關注的扶輪活動，因疫情干擾延宕三年，而如今因疫情消散熱情重燃，經理事長 PDG Knife 決定由台灣規劃籌備恢復辦理。他慶幸兩國扶輪菁英又能齊聚一堂，共享扶輪友誼；他特別感謝日台ロータリー親善會總裁 PDG 吉田雅俊帶領眾多日本社友和家屬蒞臨，為大會增添光彩。

台日國際扶輪親善會理事長 PDG Knife 在致祝詞中，簡介他去年 7 月接下理事長後在一群熱心而充滿智慧的伙伴幫助推動會務下所進

行的多項工作，包括組團到日本取經，從多位日本扶輪領導先進瞭解當年發起成立這個組織的苦心和運作的模式；今年元月中舉辦一次招待在台日本商會代表的新年會，出席會員 200 多人；接著在北部及中





總裁 PDG 吉田雅俊



日本台灣交流協會
副代表岡島洋之



台北市蔣萬安市長



PRID Jackson 謝三連及台北年會
推廣主委 PDG Venture 林華明

部地區舉辦理監事會及會員聯歡會；在日方的全力支持與配合之下，本屆親善大會也順利盛大展開，總共有近 900 人出席，會前一日有近百位兩國的會員參與蘭陽一日遊，參訪光耀扶輪故事館，受到館主人 PRIP Gary 伉儷熱情接待。他感謝台北市蔣市長、日本交流協會副代表及台日兩國多位扶輪領導人蒞會致詞。

日台ロータリー親善會總裁 PDG 吉田雅俊致詞感謝 Knife 理事長和台日扶輪親善會精心策劃及準備，在台北召開第八屆台日／日台扶輪親善大會。他感慨上回在福岡舉辦的第七屆日台扶輪親善大會，因新冠疫情而延期一年，台灣與會者必須透過線上參加，所以現場參加活動從 2018 年第六屆高雄大會以來，已

時隔五年了。他隨後表示日本有 432 個扶輪社與台灣扶輪社建立了姊妹社或友好社關係。未來希望以日台扶輪親善會為中心，讓日本和台灣的扶輪社員不僅能夠增進友誼，而且能夠作為跨越國境的扶輪服務活動，成為世界各地的行動者共同參與。接著他推廣將於 2025 年 5 月在北海道札幌舉行的第九屆日台扶輪親善大會，並祈禱台日間的扶輪親善大會能夠永遠持續舉行。

今年 5 月上任的日本台灣交流協會副代表岡島洋之致詞表示他第一次參加如此難忘的盛會，感到非常榮幸。他指出日台國際扶輪親善會作為日本與台灣交流的橋梁，一直深入到各世代，在兩國發生自然災害時都會開展支援活動。他向包括歷屆理事長在內為推動日台關係努力奮鬥的各位扶輪人表示衷心的敬意和感謝。他說去年日本台灣交流協會慶祝了成立半



PDG Porite 朱秋龍



RC Jimmy 賴志明



PP Yoneyama 林志昇



受獎生星野天河



友誼之家相聚



日本舞——壽

個世紀週年。今年邁出了下一個 50 年，也可以說日台友好 100 年的一步，希望能夠與與會者一起，作為志同道合的伙伴，在各個領域進行合作。

前國際扶輪社長黃其光 PRIP Gary 表示感謝今年度的理事長楊敏盛 PDG Knife 接任後，積極舉辦許多有意義的活動，包括組團前往東京拜會日台國際扶輪親善會創會總裁前川昭一前總監、RI 前理事小沢一彥，及未來的 RI 理事水野功，同時也專程到福岡拜訪前任總裁大島英二前總監。並在今年，在台北萬豪酒店盛大舉辦年度大會，讓已停止三年的活動又活絡起來。PRIP Gary 期望台日國際扶輪親善會的會員人數繼續增加，能使台日國際扶輪親善會成為台日友誼的橋梁，增進台日美好的交流！

日本 RI 理事當選人水野功致詞時簡介了日台／台日扶輪親善大會的肇始，指出擔任台日國際扶輪親善會首任理事長的林士珍



攤位一景

先生 PDG Micro 於 2007 年 2 月以當時 RI 社長 William (Bill) Boyd 的社長代表身分，參加 2580 地區年會期間，與當時的總監佐藤千壽、前總監前川昭一等人商談，在同年 3 月，約 50 名扶輪社員在台北凱撒大飯店召開了成立準備會議。於隔年 2008 年 5 月在品川區的東京太平洋酒店（當時）舉行「第一屆日台／



聯誼



讚



唱日本國歌

台日扶輪親善大會」，由來自台灣的 159 名扶輪社員及其家屬的親善訪問團和近 500 名日本扶輪社員參加，活動舉辦得很成功，並持續至今。他表示，兩國扶輪社員過去協力合作解決了各種問題，並且在東日本震災發生時，給予非常大的支援，如此的相互信賴關係每年不斷增強，令人感到非常欣慰。

台日國際扶輪親善會監事暨國際扶輪 9 地帶扶輪協調人 RC Jimmy 賴志明報告台灣扶輪近況。他說截至今年 10 月 1 日，國際扶輪有 37,064 個扶輪社和 1,183,713 名扶輪社友。台灣排名第八。亞洲扶輪社員人數約為 430,000 人，佔全球扶輪社員人數三分之一以上。全球扶輪社的女性比例為 25.95%，台灣為 27.30%。9 地帶中台灣有 12 個地區，972 個扶輪社和 35,410 名扶輪社友。從 2023 年到 2026 年台灣社員成長的目標是每個地區在三年內社員人數各增加 500 人。他相信在 2026 年台北國際年會上，將有 40,000 名台灣扶輪人歡迎大家。

日台ロータリー親善會議長 DG 栃木一夫報告日本扶輪近況。他表示台灣和日本之間的姐妹社／友好社締結的數量從去年的 429 個增加到 446 個，增加了 17 個，是台灣與日本關係進一步深化的一個跡象。日本的扶輪社有社員 82,627 人、2,215 社、34 個地區。他也詳細報告台日／日台扶輪親善大會自 2008 年迄

今，日本及台灣輪流在自己國家舉行 8 屆會議的地點及參加人數。

中華扶輪教育基金會董事長 PDG Porite 朱秋龍報告該基金會近況。他說明創立於 1974-75 年度，為慶祝第一個扶輪社——芝加哥扶輪社創立七十週年而成立的中華扶輪教育基金會，是台灣扶輪共同的社會志業。四十八年來，總共獎助國內外優秀青年共 5,737 名，其中包括早期獎助的 208 名、國內碩、博士研究生 5,529 名，台灣扶輪大使獎學生 47 名，傑出／特殊人才 16 名，積沙成塔的成果，全賴台灣扶輪社友無私奉獻。他也介紹了中華扶輪教育基金會設置「榮譽董事」、「受獎學生委員會」及「台灣扶輪圖書文物館」的情況。

中華扶輪教育基金會大使獎學金日本受獎人及 2022-23 年度台灣米山獎學金受獎生星野天河分享他以國立高雄師範大學台灣歷史文化



聯誼

及語言研究所碩士生研究台東縣達魯瑪克部落文化的情形，還在現場哼唱一段達魯瑪克部落歌謠。他也報告自己參與中華扶輪教育基金會獎學金頒獎典禮、台灣米山學友會、高雄南星扶輪社例會、台北南山扶輪社演講等活動情形。

中華民國扶輪米山會理事長 PP Yoneyama 林志昇報告我國扶輪米山會近況。他簡介日本扶輪米山獎學金創立的由來，獎助的台灣留日學生已達 3,578 人，目前返台服務的學友已超過 3 千人。台灣米山學友會於 1983 年創立，迄今 40 週年。1997 年該會以「中華民國扶輪米山會」為名登記為公益社團，2002 年取得社團法人資格。除促進台灣與日本民間的交流外，在台灣積極投入社會、教育、文化各方面服務，並在 1999 年台灣 921 震災、2004 年日本新潟中越地震、2011 年日本 311 東北大震災及 2018 年日本風災中募集捐款及物資方面協助極大。此外，許多原日本米山獎學生也成為扶輪社友及創立扶輪社貫徹扶輪米山精神。2006 年中華民國扶輪米山會理事會通過設立獎學金後，迄至 2023 年共獎助日本來台留學生 54 人。

2026 年台北國際扶輪年會 HOC 主委 PRID Jackson 謝三連及國際推廣主委 PDG



歡樂

Venture 林華明介紹將在 2026 年 6 月 13-17 日舉行的台北國際扶輪年會。他們詳細說明年會會場台北南港展覽館、中央政府全力支持、台北市政府提供免費搭乘捷運、各項公共交通費率、桃園市政府提供免費搭乘機場捷運、台灣美食、景點、便利設施，以及在 2025 年 6 月 21-25 日加拿大卡加利國際年會期間，可享的早鳥註冊優惠，價格約每人 450 美元。

日台ロータリー親善會理事 PDG 羽部大仁也以影片介紹預定 2025 年舉行的第九屆北海道札幌日台扶輪親善大會。他表示 5 月是札幌一年中最適宜的季節，丁香花盛開非常美麗，可享用壽司、烤羊肉、拉麵等等美味料理。他期待各位多多登錄參加。

至此，這場下午舉行的第八屆親善大會在全體合影之後於晚上 6 時半結束，經短暫休息，隨即於 6 時 40 分展開親善晚會。首先理事長 PDG Knife、PRIP Gary、PDG TY、PDG Kega、總裁吉田雅俊、RIDE 水野功、



宜蘭大同國小棒球隊員



原住民同樂

DG 朽木一夫、PDG 羽部大仁一同舉杯向晚會來賓們祝酒，隨後大家入席並欣賞 3481 地區台北牡丹扶輪社（創社社長林汶玲 CP Wenny 領團）、宜蘭大同國小棒球隊員 21 位學生、3522 地區台北忠美扶輪社老嬰合唱團（陳建民 PP Jeremy 領團）、3522 地區台北環球扶輪社環球室內樂團（劉漢仲 CP Dreamer 領團）、3501 地區苗栗桐花扶輪社（創社社長南賢天 CP Lima 領團）、3522 地區台北仁愛扶輪社帶來的精采表演。

台北市長蔣萬安也蒞臨晚會，他表示今年是台日／日台扶輪親善大會第二次在台北舉辦，台日國際扶輪親善會的成立，是台日友誼深厚的表現，擔任民間台日交流的橋樑，歡迎大家再度齊聚台北市。他也報告上任後全力支持台日交流活動，包括與日本前首相麻生太郎會面，期望台北市能與日本的城市合作舉辦東亞城市峰會、接見日本自民黨青年局訪問團，探討世代議題、邀請日本 10 個縣市一同參與 2023 年的台灣燈會在台北、台北 101 大樓和日本晴空塔締結「台日友好地標」，並同時特別點燈，慶祝台日地標友誼 10 週年，以及透過北市與日本松江市、東京、松山市、靜岡縣濱松市的城市交流活動，持續深化台日關係。

晚會最後由台日國際扶輪親善會秘書長 PDG CT 劉建德致閉會詞，他感謝日本來台的 410 位嘉賓及台灣各地 464 位社友及寶眷蒞臨親善大會，並表示非常珍惜這個因疫情延宕，五年來兩國社友首次親身出席的親善大會，因此特別戰戰兢兢，慎重規劃，特別是在大會之前籌劃友誼之家，讓兩國的社友有充裕的時間進行聯誼及交流。他指出台日兩國的社友，有超過 400 個社的姊妹社，有米山獎學金幫助台灣赴日的留學生，也有中華扶輪教育獎學金幫助日本來台的留學生，兩國的社友在全球獎助金方面都彼此互相贊助，完成很多社會服務的計畫。兩國之間的社友在年度中相互的訪問更是頻繁，更透過兩國親善大會的活動促進雙方社友的交流，值得我們珍惜及讚揚。在他致詞之後，親善晚會於晚上 9 時正式結束。

醫療社會服務終身成就獎 得獎感言

桃園社
楊敏盛 PDG Knife



繼 9 月 22 日在青島獲頒世界傑出華人醫師霍東英獎後，昨日（10 月 22 日）又獲國家生技醫療發展基金會頒贈「醫療社會服務終身成就獎」，對於敏盛過去近五十年的發展過程中，投入社會服務的豐碩成果給予肯定。授獎後我應邀上台發表獲獎感言：

感謝周董事長及諸位基金會先進厚愛，頒贈這一份大獎對敏盛體系過去近五十年的努力給予最大的肯定，我雖覺不敢當，但仍視為最大的榮耀與鞭策。

猶記當年高中畢業第一志願是台大工學院土木系，希望學成後能為國家重大建設做出貢獻，未料老天卻為我在台大醫學院醫科開了這一道門，讓我免試通關，展開日後的行醫濟世生涯。



當醫學院第七年實習醫師時，全班 93 名同學，80 名都準備去美國進修，我也不例外，卻因在結核病病房實習時染上肺結核而被留下來。進入台大醫院外科，這應該是老



天替我做的第二項決定。

老天給我的第三項決定是替我找到我的終身伴侶彩碧，與我一起成家立業、甘苦與共、風雨同舟，六十年間一路相挺，無怨無悔。

我本計畫完成外科專科訓練後留在台大繼續進修，從事研究教學的工作，可惜久久等不到正職職缺，單憑每月三千元的津貼根本無法養家活口，於是老天又替我做了第四個決定，離開象牙塔攜家帶眷返鄉開業。

我自覺在台大八年的專科訓練，學識技能十分堅實，因此以開放醫院的模式起家，充實設備，收治各方前來求診的病患，凡本科的患者我親自侍候，非我專長的患者，則請台大的學長或老師、教授來院診治，靠著台大亮麗的招牌和充沛的資源，醫院業務迅速開展。在「開放」的基礎上繼續發展，短短 20 年間桃園縣南北共開辦了四家醫院、一家長照中心，

還有一家專門生產不織布濾材的敏成公司，從摸索中逐漸形成連鎖醫院的規模，為私立醫院的發展建立了新模式。



這期間我擔任醫師公會理事長，任內把暮氣沉沉的公會有有效活化起來，是時署桃、長庚紛紛設立，每年數百位新醫師加入，會員人數從 400 餘人，一下子增加到 900 多人，成為國內僅次於台北、高雄的第三大公會。各項會務推動得有聲有色，會員之間的關係，大小醫院與基層診所會員之間相處融洽，深獲好評。

同一時間我應新生醫校董事會之邀，出任校長，該校創校第 12 年，護理科、醫技科共有學生 1,200 人。我接校長後發現師資不足，校園缺少溫度，很多學生早上出門不到學校，而在車站、公園等公共場所閒逛，我一方面廣聘優良師資，並請國防部樂儀隊指揮來校協助我成立樂儀隊，於每日降旗後在操場演練，經





一個學期已經有模有樣，那年暑假就靠著他們到各國中表演，吸引了很多國中生的眼光，那年招生 700 人，報名人數近 1,500 人，盛況空前。又挪用敏盛的資金 5,000 萬元蓋一棟綜合大樓做圖書館、餐廳和學生宿舍，另外兩層樓的教室全部加蓋三樓，容納爆滿的新生，三年不到的時間，學校面目一新，在全省競試中，履獲佳績，學生總人數倍增，學生們因為感受到校園的溫度，不再在各地流連，這些學生畢業後很多到敏盛來任職，一度是敏盛護理人力的大水庫。

當我發現台灣的醫療大環境有很多問題需要改革時，我毅然投入立委選舉，進入立法院，研擬全民健康保險法，讓台灣的醫療有一個新秩序，人民就醫的財務與便捷得到有效的改善，當醫院發展到一個程度有比較寬裕的財務支撐，我立刻投入社會服務，以有限的資金，投入急難救助，舉辦各種比賽，推動體育風氣，培育優秀選手，並投資校園，協助社區中小學發展特點活動，改善學童教育環境，更以 50 年的時間參與國際扶輪的公益活動，在

兩年的台灣總會理事長任期內到台灣山地實地考察，改善 110 個山地部落老人關懷站的設施，並促使行政院原民會寬列預算，廣設文化健康站，改善全國數十萬部落老人的關懷與服務。近年又在台大母校三任校長的肯定下，先後以改善學生活動中心、提供獎學金及實體捐贈護理大樓等，回饋母校。

回首來時路，我感謝老天適時讓我走出台大這一座象牙塔，在塔外我找到無限寬廣的空間，可以自由遨翔，盡情揮灑。五十年間敏盛建立的價值不在高深的研究與同儕爭勝，而是勇於作夢，勤於築夢，順著社會的脈動，展開自己獨特發展的模式，遂行上醫醫國的終極總目標，讓千萬敏盛人不捨晝夜、相互拉拔，快快樂樂地服務社會，造福人群。

今日獲此大獎，得到肯定之餘，我們不以此為滿足，全體敏盛人將以更大的熱忱投入職場，繼續執行各項社會服務，永無休止。

人生在世短短不過百年，能帶著無悔、無愧、無憾，滿足與感恩的心情離開，就不虛此生！



二一二二獨一無二總監班遊記—— 日本輕井澤秋之旅暨職業參觀與例會觀摩

赤崁社 吳中仁 PDG Supla



班遊緣起

早在今年初春，二哥主辦的泰安溫泉之旅中，同學們嚷嚷著要班長帶我們出去走走。恰好班長早已規劃一個N度蜜月小旅遊到輕井澤的「星乃野」，他便推薦這個行程，且願意把他的私人行程改成為班遊踩線的行程。由於該渡假村不接旅行團，所以我們在泰安直接個別上網訂房，先決定10月22-24日在「星乃野」，10月20-22日另訂輕井澤的旅館（因為由奢入簡難呀！），再延伸10月24-26日在東京，於是一個7日班遊的架構就出現了！旅行也是這樣，對於好朋友來說，重點是一起出遊的人，行程什麼都好說。於是我們在這接下來大半年時間，慢慢拼拼湊湊出一個保有扶輪風味的半自助的行程。10月19日晚上四哥四嫂在海真眷村菜（也是扶輪社友）為我們餞行，還巧遇3522地區現任總監Benison，且感謝贊助威士忌一瓶。20日一早，我們一行14人就從松山機場往羽田機場出發！



感謝 PDG Michael Lee 同學為我們餞行

抵達輕井澤

在羽田和提早2天來，也是N度蜜月的才子伉儷會合後，我們這次班遊的8對總監夫婦總算到齊了！遊覽車上話匣子不停，中途



入住英迪格酒店

停了有「小江戶」之稱的川越，給大家在藏造老街中散策一下，與著名的鐘樓合影，感謝五哥及女神分別請同學吃紅豆和菓子及味噌烤麻糬，然後趕緊往輕井澤出發，擔心太晚會找不到地方吃飯。車子進了舊輕井澤，昏暗的街景真有點不妙，果然我們這一大陣仗要臨時找地方吃飯有點不容易。幸虧班長領導有方，找到一個西式裝潢的餐廳讓我們可以化整為零地用餐。雖然店名以烏龍麵為主，但什麼餐點都有，也別有趣味！

輕井澤近郊

餐後辦好入住，男男女女就各自在「男湯／女湯」集合了。英迪格的溫泉有些特別，



火山熔岩公園

富含碳酸氣，所以全身會被小氣泡包住，真是奇妙的體驗。回到房間，內人嫌我們同學聊天太大聲，因為她們身在女湯都聽到男湯很「吵」，哈哈！由於我們是摸黑入住，隔天早上起床出門一看，不得了，繽紛的秋色



火山熔岩與高山植物

盡入眼簾！用餐後，我們上車先去「鬼押出園」。這是淺間山爆發熔岩所形成的地景公園，我4月初春隨斗六扶輪社走訪2550地區的真岡扶輪社及鹿沼扶輪社時也有來過，就是一片可以發揮想像力的奇岩怪石。但是現在初

秋的景色又大不同，經過春夏的培養，高山植物從岩縫迸出，加上秋涼賦色，在灰黑的背景中呈現多彩的景色。

接下來我們往白糸瀑布前進，雖然瀑布落差不高，但很寬，且是由石縫中迸出的泉，很有特色。尤其在入口處有賣烤魚，是高山魚，據說在台灣是屬保育類，感謝七哥伉儷請客，細嫩的魚肉讓同學們讚不絕口。中午我們回到舊輕井澤的銀座通下車，先走向著名的「雲場池」。從停車場到景點的路程雖不長，但由於途經幾家名店，搞得戶外散策變成逛飲食街。先有「才子」搶先下手購買的咖哩麵包，我內人也去購買了蘋果派，分送給同學。咖哩麵包



高山烤魚



雲場池

的源起是有「輕井澤鹿鳴館」之稱的「舊三笠飯店」，蘋果派的店名是「世界一」，東西看來簡單，但來頭都不小！雲場池並不大，但在楓紅妝點下，一步一景，消耗了大家的手機存量，也有看到新婚夫婦的攝影取景。

職業參觀威士忌酒廠

下午集合後，就前往鄰近的小諸市，準備進行本次的「職業參訪」行程。知名的輕井澤



來自台灣的解說員



過桶也是重要生產程序



入住水波房



傍溪房



班長對才子開示中

蒸餾所威士忌酒廠在上世紀末吹了熄燈號，並在 2016 年拆除。近年有來自原清酒界的投資人，以及來自台灣宜蘭的首席調酒師——張郁嵐的共同努力下，在適逢日本威士忌百週年的今年 7 月開幕「小諸蒸留所」，準備復活老牌「輕井澤威士忌」！我們趕上這個特殊意義的時間，安排了這個行程。幸運的是有一位來自桃園，也曾在宜蘭工作過的 Wendy 來給我們中文導覽，還特別安排了新酒的品嚐，讓我們對三年後的首賣充滿期待。

晚餐又是頭疼的時間，結果兵分二路，一路去昨晚的餐廳補點一些錯過的美食，一路則是前往著名的蕎麥麵店「川上庵」朝聖。但無論去哪，都是要排隊！好不容易進到店裡，結果招牌的鴨肉早已完售，只好點個大補熱量的天婦羅蕎麥麵。今天的晚餐感謝七哥及女神伉儷請客，原因是下午集合時因迷路誤了集合出發時間，被「歡喜紅箱」。

入住夢幻溫泉渡假村

第三天準備移師至星乃野，但白天的時間，是先安排至暢貨中心散策，也能輕鬆，也能衝衝衝。我換了零錢把行李寄到櫃子中，一轉身大家都不見了。這個王子飯店附設的 Outlet 真是佔地廣大，東逛西逛目不暇給。下

午集合時，大家多少都增加大包小包的，顯然戰果豐碩。坐上渡假村的接駁車，到了半年前就訂好的飯店，由於天色尚早，可以看到園區內景色，真是太美了！村內房型都是一間一棟，分散在園區中，各有趣味！晚餐由班長作東，在園區的「村民食堂」用餐，餐後則映著星光踱回房間，秋詩篇篇，笑聲連連。渡假村的湯屋有兩處，在村內的比較近，是室內的，但是有一個暗室，據說是可以作冥想用。幾位同學鼓起勇氣一起進到「消失的密室」中，沒有冥想，還是在談天下大事，哈！

觀摩輕井澤扶輪社例會補出席

第四天早上，勤奮的同學迫不及待地穿著渡假村的衣服及棉襖逛。白天行程又是兵分二



日本 2600 地區折井正明總監公式訪問

路，總監同學參加「輕井澤扶輪社」例會補出席，寶眷則由女神的尊眷 CP Super 帶隊至園區內的榆樹小鎮悠遊，也感謝 Super 請寶眷們喝咖啡。自從初春訂下行程，我就想在行程中有沒有可能參加日本的扶輪社例會？運用 RI 官方軟體 Club Locator 找到資料，復經數次電



班長 PDG Frank
代表致詞

郵連絡，終於敲定這個補出席行程。而且這次例會又正好碰上他們 2600 地區總監公訪，但仍歡迎我們前往，真是機會難得。我們事先有準備我們年度的制服與領帶絲巾，也有準備交換旗與一些小禮物，顯現

來自台灣的形象與友誼。例會中，在折井正明總監演講後，小野克永社長也邀請我們班長 Frank 代表來自台灣的 8 位前總監致詞。班長以流利的英文向在場社友致意，並不忘推廣 2026 年的台北國際扶輪年會！會後，小野社



小野社長的藝廊



長野冬奧冰壺競賽館

長熱情地招呼我們去他的藝廊參觀，並且親自沖泡咖啡招待我們。後來還找一位社友小崎陽一郎帶我們去旁邊的上野冬奧運動公園內的冰壺競賽館參觀，讓我們大開眼界。

真的沒事先安排的慶生

是晚的晚餐是個特別的場合，由我和內人作東，因為當天正好是內人與我的生日。感謝內人及同學送的生日禮物，又有小蛋糕，讓我們在榆樹小鎮中的義大利餐廳中，度過了一個別緻的生日。餐後，我們又召集同學們換輕鬆服裝在我的房間二次會（補酒精），有一位同學還直接敷著面膜就來了，一開門時簡直心臟都快停了。

第五天的早上，爭取中午退房前的時間，大家都在園區內各處取景，也衷心感謝班長帶我們到這麼漂亮的溫泉飯店。中午上車前往東京，先往羽田機場放下才子伉儷，他們因為早兩天來，所以也早兩天回去。入住六本木的飯店後，我們在附近的居酒屋用餐，心情輕鬆！

東京自由行

第六天是自由行動，五哥伉儷還脫隊自行安排了大阪一日遊，我們還在吃早餐，他們就已搭上新幹線了，但晚上會回來會合。我們則和七哥伉儷四人一組，先去逛合羽橋。廚藝高超的七哥，到了合羽橋的第一家廚具用品店就差點走不出來了。中餐隨意在路旁找一間和食店，結果也是百年老店。好不容易一路逛到淺草，和三個大燈籠合照，也在巷子內的傳統咖啡店稍事休息，才搭車回六本木。回房放下戰利品，四人又往銀座出發，逛了三越百貨及一些文具店，再又趕回六本木和大家一起晚餐。

晚餐是三哥伉儷作東，班長找到的這間產地直送的海鮮燒烤店，就在我們飯店到藥粧店的路上，生意很好，而且有些海鮮還要自己燒烤，也是有趣！餐後我們先去藥粧店再補貨，結果出來時遇到氣候突變，先是大雨，然後下冰雹，這種氣象劇變真少見，都上新聞了！最後一天就是從羽田回松山，然後各自回

家。回程路上，大家除了感謝班長用心安排外，更意猶未盡地希望班長還要再帶我們出來玩。

觀摩例會心得分享

前面記了一些流水帳，最後提供一些參與日本扶輪社的觀察給社友參考。如前文所述，我過去到國外出差時，都是仰賴 Club Locator 這個 APP 查詢各地扶輪社的例會資料看可否補出席。除了時間與地點外，同時上面也有各社社長、秘書的連絡方式。我通常先用電郵取得連絡，確認行程中可參加的例會是有舉行的，以及註冊方式與金額。以本次為例，是每人 3,000 日元，由於二哥是素食，事前還花了一番功夫溝通，後來還是能以不變金額換素食。此外，我也事先提供了團員名單，包括中英文姓名與職務，日方在介紹時，仍以護照英文正式姓名介紹，並未使用我們常用的暱稱。

社長敲鐘後，唱的不是〈扶輪頌〉，而是日文的〈我等の生業〉，且是由一位社友以指揮棒來帶大家清唱。接下來是介紹來賓，由於是總監公訪，主席桌上還有總監及助理總監。介紹完就先用餐，一人一份，直接一次上完。在用餐後段，社長就開始以「扶輪的聯誼」為主題致詞，接著秘書與各主委報告。此時大致

都用餐完畢，總監開始公訪主題演講。例會結束前再唱日文的〈四つのテスト〉後，鳴鐘閉會，整個例會含用餐準時在一小時結束。公訪例會程序中沒有我們常見的各式表彰，總監的演講也沒有播放影片，只使用 PPT，且僅圍繞在國際扶輪主題（策略行動優先計畫、End Polio、扶輪基金會等），並未有地區的服務計畫等內容，感覺很單純。值得一提的是，折井總監是法國國立社科院博士，而且是 3522 地區 PDG Venture 的好友。在他致詞時，還特別提到 PDG Venture 是他所知由米山獎學金前受獎生成為總監的全球三人之一，且即將在下個月的地區年會中擔任 RIPR，在場的我們也都覺得與有榮焉。在大合照時，折井總監也不忘要求大家一起擺出 End Polio Now 的手勢，真是用心！

註 1：本次出行團員伉儷依地區序號如附，3461 地區薛秋雄 PDG Trading、3470 地區吳中仁 PDG Supla、3481 地區黃永輝 PDG APPS、3482 地區許鈴裕 PDG Frank、3490 地區黃文龍 PDG Wood、3502 地區吳淑華 PDG Water、3510 地區蔡政旺 PDG Wonderful、3521 地區簡承盈 PDG Dennis

註 2：輕井澤扶輪社社刊，載有我們參加第 2645 次例會的記錄 <https://www.karuizawa-rc.jp/>



與輕井澤扶輪社及折井總監團隊合影

RYLA 扶輪青少年領袖獎 訓練營活動紀實

台中港西濱社 黃朝國 PP Kent



3461 地區 2023-24 年度 RYLA 扶輪青少年領袖獎訓練營，有別以往提前到 10 月 21-22 日在南投日月潭青年活動中心舉辦為期兩天一夜的訓練營隊。對象包含台中地區的國高中學子、扶輪社友子女、扶少團團員，還包括了因為疫情而缺席三年的 RYE Inbound 學生。天空作美給了我們 RYLA 團隊與所有學員兩天的好天氣，感謝地區總監 DG Tony 給予並賦予此次的機會擔任 RYLA 主委，同時有這麼多位來自各扶輪社優秀的團隊夥伴們鼎力相助，讓我們精心準備的自力造筏與定向越野活動得以順利舉辦。

RYLA 是國際扶輪訓練與服務青年人的重要活動之一，歷史悠久從 1971 年澳洲雪梨國際年會此活動被國際扶輪視為正式活動至今已超過 50 個年頭，全世界超過一半的扶輪地區都每年固定舉辦 RYLA，可見國際扶輪對於訓練年齡介於 14-30 歲青年人的品格、領導力、個人發展與公民精神的重視。不同地區舉辦的形式雖不盡相同，但是目標卻一致。3461 地區傳承以前 3460 地區的做法，以訓練營的形



式來進行年輕人領導力訓練。

兩年前在當時 DGN Tony 的提攜指派下接受了今年度 RYLA 主委的任務，當時對於 RYLA 的運作模式完全不清楚，於是筆者在去年度便開始著墨瞭解 RYLA。去年度活動結束後，在我腦中就浮出在南投日月潭場域進行相關領導力訓練的主意。於是乎與兩位前主委 Webber 與 Food 討論包括活動內容、活動時間提前的可行性後，就正式展開規劃。訓練營活動模式最棘手的招生，如何在年度 7 月開始至 10 月活動舉行招收到適量的學員並不容易，更何況 7 月至 9 月還是暑假期間，所以認真來





算真正傳達訊息給國高中生學子或扶少團團員並完成招生的時間僅有一個多月，連我自己都懷疑我是否可以招收到學員了。透過總監辦公室的活動內容推播與宣傳，加上 RYE 委員會與各社輔導扶少團的支持之下，最後報名人數來到 156 位，基本上達標。行前召開的兩次委員會會議中重點討論活動內容與各項細節，不容許有任何細節被忽略。最終活動當天達 151 位學員報到，極高的報到率堪稱近年之最。



活動開幕式前 DG Tony 及其團隊在當天一大早的台中馬拉松社公式訪問後立即驅車趕至日月潭青年活動中心，同時近年的 RYLA 前主委們一如傳統紛紛熱情參與開幕式，為了就是給予我們最重視的青年學子們鼓勵與支持。學員們有些已經參與多次 RYLA 活動、有些

卻是初試啼聲、甚至有些還是國中生帶著稚氣的臉龐，但是他們願意離開極度誘惑的 3C 產品參與群體活動就值得肯定。來自 7 個不同國家共 17 位的國外交換生帶著他們所屬國家的國旗輕鬆進場，台灣的同學們，這是一場跨國際的領導訓練營，期待嗎？

所有學員共區分為 8 個小隊，中午用餐後搭乘著接駁車前往第一個令人期待的「自力造筏」活動位於日月潭天主教聖愛營地。大蕃薯探索教育團隊與 RYLA 活動組團隊早早就在現場準備就緒。活動內容不僅只是造一艘竹筏，同時還帶入企業成本管控概念，學員必須在設定的虛擬貨幣成本範圍內決定各小隊必須採購哪些材料才可以完成造筏並且下水滑行至指定目的地完成任務。過程中，我們觀察出有些小隊潛藏著領袖特質的學員，很快就會冒出並且帶領著小隊執行任務。領導者同時也必須具有接受挑戰的特質，因為造筏過程中總是會有其他學員提出不同想法，因此真正的領導者必須有當下決斷、即刻反應的特質來帶領團隊達成任務。活動時間過了兩小時，開始有小隊已經完成造筏並且正式下水，對於絕大部分的學員這項活動都是初次體驗，尖叫聲此起彼落，一下子是哪個學員失去平衡落水、一下子是哪個小隊的筏解體了，又或者哪一小隊滑到目的地

的歡呼聲。最終結果只有三個小隊的筏沒有解體並達成任務。活動結束，各小隊必須再透過檢討與討論才算是真正完成自力造筏的體驗。返程途中，有小隊員小聲互相說道，我一定要告訴我朋友「雖然我沒橫渡過日月潭，但是我在日月潭游過泳」，這算不算是一種人生成就解鎖？



晚上的晚會近年來都是 RYLA 學員最愛的活動之一，由 3461 地區現任扶青代表與直前扶青代表擔任晚會主持人，跨時代的主題以第一支舞開場，各小隊輪番上陣表演各自準備的時尚舞曲，整個晚會兩個半小時毫無冷場。在場的扶輪社友大多都只剩下「點頭」跟「搖腳」的活力而已。有一個小插曲，學員說第一支舞他阿公和阿嬤以前也跳過，是真的嗎？

第二天上午，RYLA 團隊準備了定向越野

活動，從伊達邵碼頭到目的地九蛙步道路途中共設有九個站，各小隊必須依關卡所設計的內容回答問題，出發前必須先完成水管拼圖的挑戰才可以出發，這才是真正燒腦的挑戰，團隊中一定要有分工的概念與創意的思考才能完成目標，以現在青年人普遍害羞不敢表現的特質，總是要經過一段時間的磨合才會有領導者跳出並且帶領團隊解決問題。整個上午的活動結束前，反思與反饋分享是必須的，隊員們要輪流表達他們的意見，活動過程中：接受到指令時，你的想法為何？是否有人盤點工作？如何分工？如何合作？如何改善流程完成任務？

經過早上太陽無情地摧殘，有些學員似乎身體已經出現疲態，但是接下來的「尋找雅特蘭提斯消失的密碼」瞬間又燃起他們的活力。這是一個考驗團隊問題解決與分析能力的活動，之後又必須透過團隊分工與合作達成目標並且再重新設定更進一步可完成的目標。各小隊激烈的對抗後完成任務歡喜慶祝的表情是這麼的自然，筆者的心裡不自覺的也為這些青年學子感到高興。

兩天一夜的訓練營，時間說長不長、說短不短，相信在學員生命中一定也可以成為記憶的一部分，因為今年度的 RYLA 筆者就是以高中時期曾參加過救國團活動的記憶在宣傳，我也期盼學員可以在活動過程中嘗試找尋自我、挑戰自我。訓練與學習是無止盡。自勉之。



2023-24 年度「地區扶輪服務日」 為世界創造希望、讓和平成為可能

3461 地區扶輪服務日委員會主委 台中市政社 黃聖榮 PP Frank



每年的 11 月 11 日是世界各國的和平紀念日，今年度國際扶輪年度主題是「為世界創造希望」，國際扶輪呼籲全世界扶輪社友關注和平議題，並強調「建立和平的環境才是希望生根的土壤」。3461 地區特別選在今年 11 月 11 日於台中市民廣場舉辦「扶輪服務日」，為呼應國際扶輪重視和平的年度主題，扶輪日當天舉辦了「和平論壇」宣揚扶輪締造和平及防止



衝突對抗的貢獻，更集合超過二千名扶輪社友一起穿著白色的和平鴿 T 恤，舉行倡議和平的宣誓儀式，現場並有和平鴿展翅高飛，倡導八項積極和平 (Positive Peace) 的指標，包含「與鄰為善」、「杜絕貪腐」、「效能政府」、「尊重人權」、「資訊流通」、「良好商業環境」、「公平資源分配」、「優質人力資源」等。作為台灣的扶輪社友，一起向全世界發聲



和平是人類唯一選項，我們拒絕讓衝突成為生活的方式，積極採取行動締造和平環境，並讓世界充滿希望。

在全國大飯店舉行的「和平論壇」，邀請扶輪基金會的和平 MGI 倡議顧問暨保管委員當選人洪清暉 PDG Ortho 深入說明扶輪在締造和平這項焦點領域所作出的貢獻及服務計畫。另外，前參謀總長李喜明將軍則講述台灣安全與不對稱戰爭，並由國立中興大學國際政治研究所的學者專家透過烏俄戰爭、以巴衝突，及



亞太區域和平議題，去探討和平及防止衝突的可能性。這場扶輪和平論壇並開放一般民眾及學生到場聆聽參加，促進扶輪社友與非扶輪社友共同對話來探討如何締造和平的議題。

除了倡議和平外，本次扶輪服務日活動也聚焦在扶輪長期照顧的婦女、兒童及社經弱勢等族群，除了邀請三十多個社會福利團體進行愛心義賣活動，義賣所得全數回饋弱勢族群外，本次地區扶輪服務日活動剩餘款更將捐贈台中市政府社會局公益慈善平台，以公私協力合作方式來做公益並照顧社會弱勢族群。

近年來，國際扶輪更是倡導支持環境保護的公益服務，本次活動也結合阿爾發金融科技等強調 ESG 的企業，以及臺灣扶輪公益網





「公益心、環保情」的善心理念，舉行支持環保的閒置物資募集公益服務計畫。

11月11日扶輪日當天由3461地區2023-24年度地區總監楊金振 Tony 帶領參與社友宣誓和平倡議，並由台中市政府社會局陳坤皇副局長代表台中市政府與國際扶輪3461地區一起舉行捐贈台中市政府社會局公益慈善平台的捐贈儀式，並宣導預防毒品危害的決心。

扶輪服務日除了作公益服務外，當天也是舉辦嘉年華活動，當天有非常多的台中市社區民眾與扶輪社友們都一起帶著家庭成員來參加，當天有許多適合親子參與的活動，包括國



中小學生寫生比賽、認識扶輪親子遊戲、根除小兒麻痺公益時尚野餐、11分區社友趣味競賽、美食小吃文青手作園遊會，也有參與爵士音樂節演出的扶輪社友進行精彩的音樂節目表演，以及各式精彩的搖滾、國樂、爵士等音樂演出，藉由這樣的輕鬆活動，把扶輪的理念及服務的精神，宣傳給社區民眾瞭解。

今年度3461地區的1111扶輪日活動，地區總監楊金振 Tony 與主辦團隊圓滿順利地在和平紀念日一起來與扶輪社友共同倡議和平，照顧弱勢團體，及支持環境保護。積極採取行動為世界創造更多的希望！



RYLA 青年領袖獎研習營 Meet AI 希望領袖

RYLA 主委暨青少年服務委員會主委 台北華城社 謝宗運 CP Ken



這次的 RYLA 青年領袖獎研習營活動主題「Meet AI 希望領袖」，給予 18-30 歲的學員一次全方位的學習和成長機會。活動吸引了 57 名參加者，其中由扶青地區代表 Wilson 帶領 14 名扶青社員擔任了隊輔的角色，協助學員在整個過程中學習和成長。此次兩天一夜的營訓活動於 10 月 9-10 日在劍潭青年活動中心

展開，邀集國內外各領域在人工智能運用專精的教授與企業主舉辦七場講座，兩場 AI 自媒體實作，以及後續七場精彩的職業參訪，讓學員得以深入瞭解各行各業。



首先，這次活動的主要亮點之一是「青年培力」。學員們在工作坊實作中，學習目前最熱門的「ChatGPT 操作與 AI 深度生成」在自媒體的應用。這不僅提升了他們在文案撰寫與圖片生成的技能，也拓展了視野，增強了他



們的職場競爭力。其次，「連結企業」則是透過企業訪談的方式，讓學員深入瞭解企業文化和產品競爭力。這些訪談不僅增進了學員對業界的認識，也鼓勵他們在成果發表會上展示團隊合作能力，應用在課程中學習的 AI 技術，進而為產品舉辦實際的發表會。

「團隊聯誼」的部分則特別強調了扶青社和非扶青社學員之間的合作。這不僅是一次領導力訓練的機會，也是讓參與者們互相學習、共同成長的平台。透過晚會星座牌卡交流與團康的方式，學員們不僅學會了聯誼技巧，還深入瞭解了扶輪社的理念。最後，「公益服務」讓學員們認識到參與社會服務的重要性。他們

製作的短影音「扶輪 One story」不僅展示了他們的故事講述能力，練習課堂中學到的影片製作技巧，也幫助推廣了扶輪公益計畫。

在 10 月 29 日的發表會中，我們特別請到 6 個扶輪企業主與專業的包小柏老師、亞洲色彩周育瑾老師來擔任學員產品發表會的評審，也讓我們看到學員們精彩的學習成果。整體來說，這次活動不僅提供了豐富的學習機會，也強化了學員們的社會責任感，特別感謝 40 個社的贊助支持。透過職業參訪、工作坊、團隊合作和公益服務，學員們在多方面獲得了寶貴的經驗與啟發，也相信對他們未來的職業生涯能產生深遠的影響。



一年好景君須記 北國楓紅杏黃時

3501/3502 前總監聯誼會會長 PDG Leader 寶眷陳莉娟 Elisa



疫情影響之下，睽違數年的 3501/3502 地區前總監聯誼會海外旅遊終於成行，10 月 13 日展開北海道五日秋之戀。

天公做美五日舒適的好天氣，承辦人 Jenny 及旅遊達人 PP Dennis 細心規劃精緻行程，我們尋幽訪勝許多著名景點，連續兩晚入住定山溪鶴雅度假溫泉 SPA 森之譚，欣賞「溫泉二見公園」夜晚大自然與燈光結合的盛典，第一晚享用道地日式自助餐，由 PDG Peter、Leader 兩位會長贊助日本竹鶴威士忌小酌。

第二天看氣勢壯觀的豐平峽水壩、富麗堂皇建築和日式庭園的有形文化財「小樽貴

賓館」、小樽運河，返回鶴雅度假溫泉森之譚晚餐時，有 PDG OBS 伉儷贊助日本富士威士忌、大吟釀清酒助興，這兩天很多人早晚都泡湯，充分享受札幌後花園之稱的定山溪溫泉。

第三天去蝦夷富士山羊蹄山腳下湧泉的「京極町名水公園」



3501/3502 前總監北海道秋之戀



攬勝，經過六萬年火山活動培育的土壤和森林過濾了水，並將清澈的水輸送到公園，羊蹄山的降雨和雪，經過漫長年月變成含有豐富礦物質的泉水，據說每天湧出純淨甜美的泉水可達八萬噸之多。

下午抵達
2008年世界八大工業國高峰會
(2014年俄羅斯被凍結會籍改稱七大工業國組織) 指定酒店
「洞爺湖溫莎度假酒店」，這間酒店傍晚夕照或



清晨破曉，隨手一拍都是令人讚嘆的美景。這天晚上有3501地區DG Dentist、3502地區DG Joyce 宴請酒店的日本懷石料理，兩位總監公務繁忙未能同行旅遊，在台灣親自以手機視訊方式問候大家，當晚PDG George 伉儷、PDG Archi 夫人 Betty 姐、PDG Ken 伉儷贊助日本大吟釀清酒、Sapporo 啤酒暢飲。

第四天坐有珠山纜車抵達山頂，360度飽覽遼闊北海道景色，心靈被深深觸動，身心彷彿與這海、這湖、這火山的豐富景色融合，洞爺湖的有珠山、昭和新山是名聞遐邇的火山地質公園，被選入聯合國教科文組織認定的地質公園，保留非常珍貴的火山地貌變遷史跡。

札幌JR Tower 日航酒店 Check in 之後，導遊安排利用有限的時間，匆匆進出札幌狸小



3501/3502 前總監聯誼會北海道之旅



路唐吉軻德藥妝店和 Stellar Place 購物中心，稍稍滿足一下購物的小小慾望。當天由主辦旅遊的兩位會長於札幌「蟹本家」宴請主廚懷石料理晚餐搭配 Blue Lable 威士忌，RI 前理事 Surgeon 伉儷、PDG ENT 伉儷、PDG Johnson 贊助日本大吟釀清酒，榻榻米上的日式晚宴賓主盡歡。

第五天微雨中前往絕美賞楓景點「惠庭溪谷」，北國楓紅杏黃、伴隨流水潺潺，輕輕踩著遍地黃葉，詩情畫意的美景深印腦海，最後走進三井 OUTLET 做旅遊完美的句點。



感謝前總監們的熱情參與——有 RI 前理事 Surgeon 伉儷很早就響應報名；有 PDG George 夫人小娟姐手術修養六個月後，綁著束腰與 George 前總監扶持同行；有 PDG OBS 夫人 Kammy 姐出發前晚扭傷腳，仍然拄著拐杖由 OBS 總監推輪椅出遊；有三位美女姐姐 PDG Archi 夫人 Betty 姐、PDG Porite 夫人婉麗姐、PDG Bear 夫人淑錦姐靚麗倩影；有 PDG Ken 伉儷、PDG ENT 伉儷、PDG Johnson、PDG Peter 伉儷（從菲律賓趕三趟班機抵達）、PDG Water 伉儷（下屆會長）、DGN Deniel 伉儷撥冗參與；有拍照達人 PDG ENT 夫人 Rita、DGN Deniel 伉儷的手機攝影，和 PDG Peter C 的相機攝影；有小樽運河漫步時 PDG Peter C 伉儷贊助的北海道冰淇淋；有大家五日歡樂與共的爽朗笑聲和開心臉龐；因為有諸多難以計數的美好，方能串連成 2023 年 10 月 13-17 日 3501/3502 地區前總監聯誼會北海道秋之戀令人難忘回味的旅程。

風風雨雨人生路，幸福總在轉念間。離去的，都是風景；留下的，才是人生，感恩有您們相伴的人生。

根除小兒麻痺症慈善音樂會

台北政愛社 楊奕蘭 DG Stela



2023 年 10 月 2 日，規劃了一年多的根除小兒麻痺症慈善音樂會終於登場了，邀請到世界知名的陳毓襄鋼琴大師以及最優秀的長榮交響樂團，在國家音樂廳來一場音樂盛宴，根除小兒麻痺症——最後一哩路，Together we end polio。

根除小兒麻痺症慈善音樂會，這是今年十大工作計畫中重量級的一場，我始終認為根除小兒麻痺症是全世界扶輪人共同的榮耀，從



1988 年開始全球根除小兒麻痺症計畫啟動，為時近 36 年的時間，幫助了 122 個國家，約 30 億的兒童免於小兒麻痺症的迫害，這是一件多麼偉大，為世界更美好做出的貢獻。

早在一年前就拜託 PP Ping 幫忙擔任根除小兒麻痺症音樂會的主委，感謝您沒有拒絕，勇敢的陪我從做白日夢開始，要做就做最好的，這是我們共同的認知，謝謝您！我們要在國家音樂廳辦一場世界級的音樂盛宴，我



們也要讓社友著正式服裝享受屬於我們根除小兒麻痺症最後一哩路的榮耀！一年多來我們經歷了太多的事情，感謝扶輪人，感謝老天爺，一切都是最好的安排！感謝長榮張逸士團長不離不棄始終的陪伴及指引，感謝德籍大指揮家舒馬庫斯率領長榮交響樂團超水準的演出，每分每秒扣人心弦的音樂聲，交織著社友的心靈悸動，真的太令人感動了！餘音繚繞，深入心坎，聆聽無數次的音樂會，真的這一場特別震撼，神乎其技令人陶醉，尤其最後一首安可曲——3523 地區年度歌曲〈分享〉，第一次在國家音樂廳可以大聲地和社友一起唱出內心的感動好特別，相信一定令大家終生難忘。

音樂會只是募款的一種方式，但真正值得驕傲與感動的是扶輪人為世界創造希望的那分愛，原本我們希望設定 500,000 美金的目標，剛開始我和主委常常在想是不是太高呀？2,000 個座位坐的滿嗎？感謝主委、感謝團隊，我們的努力及用心，讓更多社友、更多企業感動，日夜顛倒永不放棄的精神，我們真的超過預計的目標，再加上比爾蓋茲基金會二倍的捐款，親愛的，我們把錢變大了！我們真的募集了超越 5,000 萬元台幣，可以幫助全世界更多的孩童免於小兒麻痺症的迫害，感動感謝再感恩，主委 PP Ping、特別顧問 PDG Jack Chu、顧問 PP TV、服務計畫大主委 PP Joy、





副主委 PP Sofie、執行長 PP Flora、法務組 DS Kevin、註冊組 PP Carrie、票務組 PP Lily、財務組 CGS Rita、餐飲印刷場佈組 PP Printer、公關媒體組 PP Bannie、多媒體組 PP Angus & PP C.K.、社福團體組 AG Vivian、糾察組 PP James、聯誼組 IPP Colleen、萬能組 IPP Joe Wang、司儀 PP Anthony、糾察聯誼大家真的都好棒，缺一不可的完美組合，點點滴滴的美好成就扶輪無限可能。

不可不提到根除小兒麻痺症音樂會感恩晚宴，記得當天晚上都深夜 1 點了我還是興奮得睡不著，因為那天是我人生中的第一場鋼琴演奏會，還能夠與世界級鋼琴大師陳毓襄同台，真的是三生有幸啊！感謝大倉久和飯店董事長

的大力支持，提供非常好的場地。非常榮幸我們的理念讓陳毓襄老師、長榮交響樂團張逸士團長和音樂總監兼首席指揮舒馬富斯都深受感動。感謝中秋佳節前夕，感恩世界名曲〈月亮代表我的心〉——透過社友們發自內心的合唱，聲音特別動人很有能量，根除小兒麻痺症慈善音樂會感恩晚宴透過撩人心弦的琴聲，醉人的音樂凝聚了大家的心，與社友們又一次難忘美好又有意義的夜晚！

善待每個夢想，給自己信心知道你能夠實現它。每個夢想都絢爛多姿，因追逐的過程讓生命更精彩。生命不設限，勇於行動，天天都精彩，愛分享・分享愛，為世界創造希望。祝大家健康平安、天天開心！



澎湖之美

珊瑚的復甦與永續

台北市海洋社社長 俞伯璋 Raymond



澎湖，這片擁有豐富海洋生態的天堂，在夏季，每當陽光透過碧綠的海水照射到沙灘，海邊的珊瑚彷彿在跳動著生命的節奏，但隨著環境變遷和人為因素的影響，這片海洋的生態平衡正在受到威脅。不過，澎湖的未來仍充滿希望，因為有一群扶輪人的努力與投入，他們正在進行珊瑚復育計畫，希望重現澎湖的珊瑚盛景。

環境的呼喚

澎湖，這片被稱為「海中的珍珠」的地方，矗立著多姿多彩的珊瑚，吸引著



台北市海洋社社員及潛水教練於水下進行珊瑚復育時的合影。



欲放置在水下特製磚塊內的珊瑚種子。



海洋社社員於水下驗收珊瑚復育成果，填寫珊瑚成長紀錄卡。



珊瑚復育工作團成員包括台北市海洋社社員，友社社員及地區長官於澎湖機場合影。



珊瑚復育工作團成員與主要執行單位海洋公民基金會成員一同合影。



珊瑚復育工作團成員於小池角社區聽取執行單位進行珊瑚復育各項成果簡報。

成群的魚兒穿梭其中，每一寸土地和水域都透露著大自然的神奇和美麗。近年的環境變遷與人為因素之下，這片天堂正面臨嚴重的挑戰，這片美景已逐漸變得稀少。環境破壞、海洋污染、過度捕撈等問題，都讓這片海域的生態越來越脆弱。

珊瑚復育：扶輪人播下希望的種子

對於澎湖的生態環境，台北市海洋社不僅僅停留在關心的層面。他們成功地申請到國際扶輪全球獎助金計畫 (Global Grant)，並在合作夥伴澎湖科技大學的協助下，啟動「澎湖珊瑚復育計畫」。他們認為只有社區、學界和公益組織聯合起來，才能真正解決問題。這項計畫不僅是珊瑚的重生，更是對整個生態環境健康的投資。

扶輪全球獎助金計畫的公益性，體現在扶輪人所投入的時間、金錢和心力。他們籌集資



珊瑚成長紀錄卡，用於記錄珊瑚的大小、顏色，及種類。



台北市海洋社社員於下水驗收前一同與教練進行各項潛水裝備的檢查。



本次珊瑚復育基地——澎湖小門海域中其他自然生長的珊瑚。

金，培訓志願者，購買設備，並組織各種活動來提高公眾對珊瑚復育與保護的認識，藉由引進先進的技術和經驗，使澎湖的珊瑚復育工作得以更上一層樓。

共創永續的未來

在扶輪人的支持下，澎湖科技大學研究人員開始了珊瑚研究，利用最新的科技手段，觀察珊瑚的生長環境，並根據研究結果進行合理的珊瑚移植。此外，學者們還對珊瑚受損的原因進行了深入研究，希望找出最佳的保護和復育方法。

然而，珊瑚復育不只是專家的工作，它需要社區的參與和公眾的關注。因此，與地方社區的合作，以及公眾及媒體的參與，成為此計畫成功的關鍵。每一位參與的社友和居民，都視自己所培育的珊瑚如同自己的孩子，期待它們能茁壯成長。

教育與觀光的完美結合

珊瑚復育海域鄰近西嶼的觀光景點，是進行環境教育的絕佳場所。通過教育和宣傳，台北市海洋社希望讓更多的人瞭解珊瑚的重要性，同時號召一起來投入保護環境的行列。

每個人都能做的事

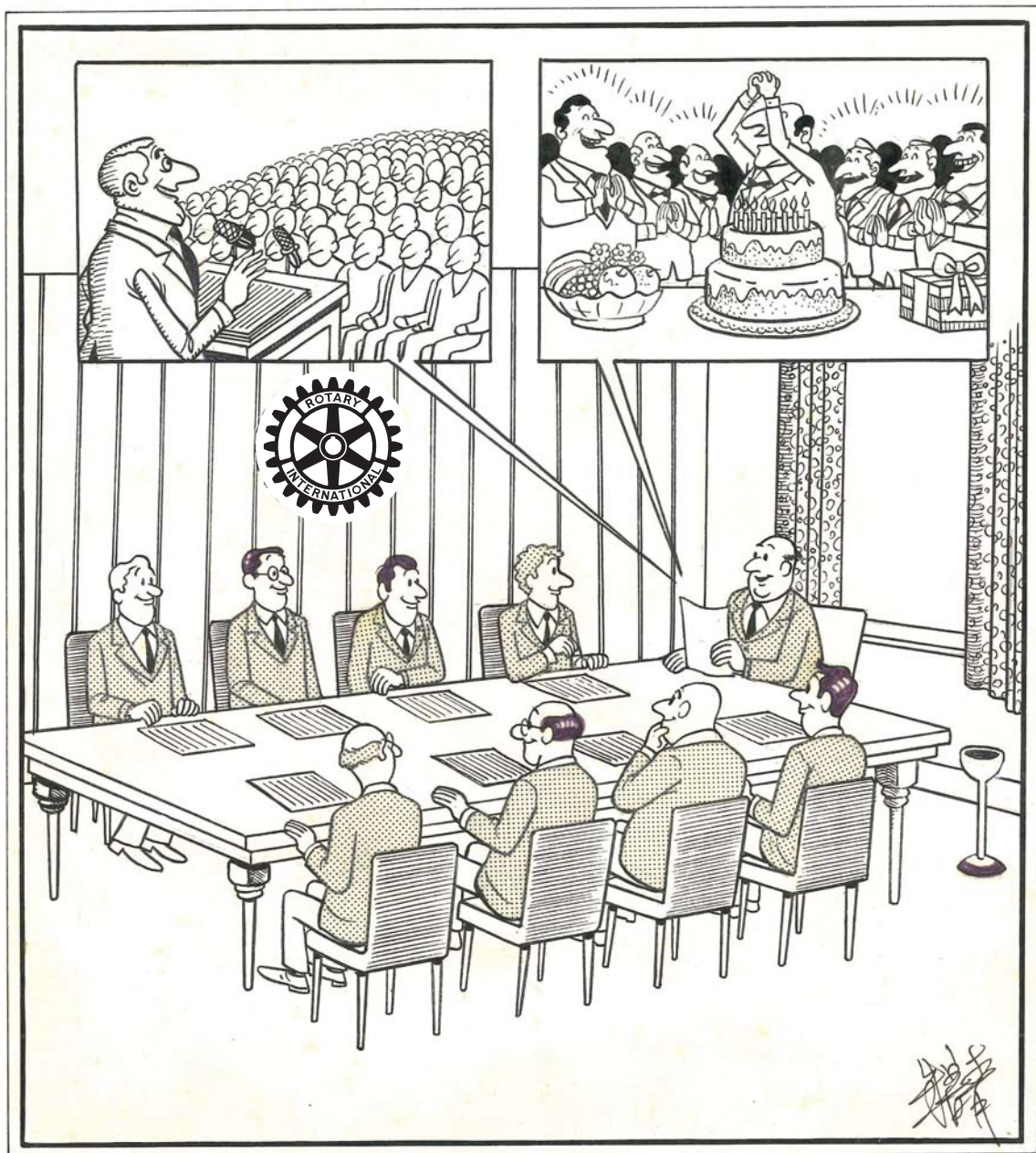
對於珊瑚復育和環境保護，每一位居民和

旅客都可以發揮作用。無論是支持公益團體、減少塑膠使用，或是參與環境教育活動、參加清潔海灘的活動，每一個小小的努力，都對澎湖的未來有著無比的意義。

且讓我們記住這一點：珊瑚的復育，不只是澎湖的事情，它關乎我們這一代，乃至於未來幾代人的共同家園。澎湖的珊瑚和海洋，正在呼喚我們一同守護和珍惜。讓我們攜手前行，共創一個更美好、更永續的未來。



台北市海洋社社長及水下驗收成員於小門海域下水驗收前合影。



例會注重聯誼

全體社友參與社務活動，扶輪精神才能發揮無遺，因此，例會要加強聯誼，培養團隊精神。

The Club Meetings Emphasize On Members Friendship

It is only when all the members take part in the official affairs that the true spirit of Rotary can be brought into fully play.

又和莊子談心

台中南屯社榮譽社友

謝文田 PP Lawyer



和莊子談心，首先必須懂得莊子的心是什麼？

心看不見，摸不著，是人最隱密、最幽微的所在；但它會透過言語舉止顯示，所以也最清楚、最明白。古人有云：莫見乎隱，莫顯乎微，就是這個意思。

而且談心，也不一定當面，就像現代人幾乎人手一機，時時傳遞訊息。

時空相隔，或者甚至相隔百千年，就像我們和莊子談心，彼此神交，卻如同當面晤對一般。

之前我曾圖文並傳了一張照片請友人猜猜看是什麼？答案是：「瀑布的裝置藝術」（茶漬＋衛生紙）我還特地加上案語：美好的事物，通常都需要一些想像力！

和莊子談心就需要發揮我們的想像力！

想像力可以讓我們的心自由自在，活潑潑的像莊子。

個人習畫作畫已逾 20 年，停筆多時，幾個月前才從新開始。

體會人世無常，一切都在虛實有無的變化中。惟萬變不離其宗，瞬息萬變的表象，有混沌不變的永恆——初心。

心無所住而生其心，受到莊子的啟發，心無罣礙，嘗試各種媒材作畫方式的探索，無拘無束，畫風從此轉變。

雖筆墨鈍拙，畫面的掌握，仍心餘力拙，難以意到筆隨，但畫好畫壞已不太在意。始終敬謹以對的是——心中這一片澄明的藍天！

就是和莊子談心，所帶來的那種超然物外的情境。

人之可貴，乃在於有顆冷靜的頭腦、溫暖的心。誠懇的態度，誠實的容顏，永遠是面對歲月的最佳態度。

千江有水千江月，每個人所見的月亮不同，但月亮只有一個，那就是我們這顆珍貴的心！

扶輪武功秘笈

17

扶輪的核心價值



台北百齡社

黃維敏 PDG Tommy

核心價值 (CORE VALUES)

以下這五種價值是扶輪社員的基本特質，扶輪在 2007 年採用核心價值作為扶輪策略計畫的一部分。自從採用之後，這些核心價值也獲得理事會重申，並受到全世界扶輪社員的大力支持。

國際扶輪的核心價值為：

聯誼 Fellowship

正直 Integrity

多元 Diversity

服務 Service

領導力 Leadership

有關核心價值的詳細資訊請閱讀 Rotary 網站。



台北士林社
蘇一仲 PDG Antonio

人生下一步會怎樣？會嚐到什麼滋味？會遇到什麼樣的人？沒人知道。也因此，讓人生充滿酸甜苦辣的驚喜。

看過人生無數風景的蘇一仲，親自用文筆與畫筆譜出的心靈浮世繪，獻給每一個為人生打拼的你。要與你一起——和過去及未來的酸甜苦辣乾杯！

錢髒不髒？

兩個人在爭辯。一個人說：「錢很髒。」另一個說：「新鈔剛印出來時，一點也不髒！」第一個人又說：「再怎麼新，它就是髒的！」受過邏輯訓練的人就知道，這是邏輯裡的概念界定問題。

第一個人所說的「髒」是指「金錢為萬惡之源」的「髒」，第二個人則是指無數人摸過，上頭沾滿細菌的「髒」。在辯論時，如果使用的詞語沒有清楚界定，就會導致這種雞同鴨講的狀況。

「邏輯」(logic)，源於古希臘文「logos」，最初是指詞語、言語，後來引申為思維或推理之意。邏輯是獲得知識的重要工具。孫中山先生將其譯為「理則學」，日本譯為「論理學」。尤其用於複雜難解的哲學討論，提供了比較客觀的思考方式與規則。西方人所建構的科學知識、理論，都必須依循邏輯的法則。透過邏輯的訓練，不僅增加說服力，更可幫助人們做出客觀而正確的判斷。

古希臘時期，一個學法律的學生，和他的老師訂了一紙合同，當學生畢業，打贏第一場官司後，得來付學費。結果學生畢業後跑去學音樂，不願當律師，老師遲遲收不到學費，一狀告上法庭，並下結論道：「錢我是穩拿的！若我打贏官司，依據判決，學生得付我學費；若我輸了，依據合同，學生仍得付我學費。」這是邏輯上的「兩難謬論」(false dilemma)，只選擇對自己有利的判準，來設下一個讓對手左右為難的問題。要破解，學生也不是省油的燈，如此論道：「這筆錢我是不必付的，若我打贏官司，依照判決，不必付老師學費；若我輸了，依照合同，仍不必付老師學費。」

思考合乎邏輯，清楚有條理，才不致於發生矛盾，人云亦云。科技發達，資訊隨處可得，到底誰是誰非？景氣變好，但客人變少，到底問題出在哪？商務談判，僵持不下，到底如何擊破？有了「邏輯力」，勝過超能力。

透過邏輯的訓練，不僅增加說服力，更可幫助人們做出客觀而正確的判斷。

台灣香蕉的一頁滄桑

台北中山社 李博信 DGE Marine



撰寫「台灣香蕉」一文，好像是在炒冷飯似的顯得老到掉牙，其實我要寫這篇文章是緣於前一陣子在網路上看到一篇報導，提到2020年東京奧運會時日本內閣指定靜岡縣御殿場作為東京奧運的台灣選手村，當時還特別鼓勵當地小學的營養午餐要每週吃一次「台灣香蕉」，藉此推廣台灣香蕉，因此曾經掀起了一陣吃「台灣香蕉」的風潮。

談起台灣的香蕉，因為外型呈如弓狀，因此台語稱之為「弓蕉」，後來統稱為「芎蕉」。「台灣香蕉」在台灣農業經濟史及貿易史上都佔有很重要的篇頁，尤其有「香蕉王國」、「香蕉的故鄉」稱譽的旗山更是遠近皆知。

「台灣香蕉」最早可以追溯到台灣的史前期，當時的野生蕉尚未品種改良，台灣的原住民也沒留下任何相關的紀錄。在荷蘭統治時期雖曾進行部分的改良，但是並未成功。到了明鄭時期曾經引進部分南洋品種，做為獻給皇室的貢品。直到日治時期才開始積極進行香蕉的品種改良。當時日本的農學家將台灣的原生種與後來種交配所產生的農產品，成為當時日本

出口的主要品種。

談到台灣香蕉的出口，據說最早將台灣香蕉輸出到日本的是大阪商船會社基隆支店的職員都島金次郎。

根據都島先生的回憶，1903年8月下旬從和尚洲（蘆洲）運來400公斤的香蕉裝載在「恆春丸」，由基隆港出海運往神戶，此即首次的「台灣香蕉登陸日本」。此後，日本市場的台灣香蕉消費量持續增加。

1924年12月頃，青果業者整合了台灣各地的蔬菜青果同業組織，而成立了「台灣青果株式會社」。隔年2月在東京、橫濱、大阪、神戶、下關、門司等地創設「台灣青果荷受公會」，這兩個組織成立之後，奠定了台灣香蕉穩定輸日的制度和基礎。此種榮景一直延續到二次大戰結束。

1949年，中國大陸情勢不穩，台蕉輸往大陸各地的數量銳減，民間業者均認為香蕉輸日還是比較可靠，因此開始認真思考重啟香蕉輸日的途徑。同年8月，載運台灣香蕉的海平輪在福州遭共軍劫持，台海情勢進入險峻狀態。

同年，甫成立的農復會撤退台灣，當時的主委蔣夢麟先生率領農復會技師繼續進行改良工作。改良後的品種即為目前的香蕉品種，並且以此開始大量生產，成為暢銷國內外的極品農產品。

由於香蕉的大量外銷出口，不但使台灣



日本人心中的台灣印象

賺取了大量的外匯，也讓台灣博得「香蕉王國」的稱譽。如眾所知，台灣香蕉的主要產地分布在高雄的旗山、那瑪夏、內門；台南的山上、屏東縣和台東縣，以及其他散居各地之農民自己種植的農地。

據悉，當年全台灣約有 8,000 公頃的農地種植香蕉，其中南部 5,000 公頃生產的香蕉用於外銷，北部約 3,000 公頃的香蕉則供應國內市場。



綠色未熟香蕉



熟成的香蕉——
有黑斑的最香甜

根據 1991 年統計的數據，大約有 2,284 公頃的香蕉種植地分布在高雄縣；1,862 公頃在彰化縣、南投縣、台中縣、1,254 公頃在屏東縣，185 公頃在嘉義縣、台南縣、雲林縣，108 公頃在花蓮縣、台東縣。從這個數據來看，香蕉的產地大都集中在中南部，其中又以南部的高、屏地區為最。

台灣的外銷香蕉主要出口地是日本。1967 年台灣香蕉向日本的出口貿易量達到巔峰，約有 416,000 噸。



107 MARKET BANANA, TAICHUNG

(中壢) 旗市蕉色得滿

台中的台灣香蕉市場



高雄市陳其邁市長推廣旗山香蕉

旗山也在當時奠定了完整的香蕉產業鏈，早期的香蕉包裝並不用紙箱，而是使用竹簍，而竹材則產自鄰鄉的內門。香蕉於採收後即運到集貨場，交由青果商處理，開始進入外銷輸出的作業，這些就是當年的情況。

當時台灣香蕉在日本的市場佔有率已經超過九成，每年替國家賺取 6 千萬美元的外匯，其中最重要的推手即為當時的「旗山青果運銷合作社」，對於台灣青果輸出的輝煌成就，貢獻厥功至偉。

台灣香蕉產業的全盛時期，每年為國家貢獻超過三分之一的外匯收入，而旗山的香蕉生產量至少佔了其中的百分之十，這是最好的時代。

旗山由於盛產香蕉致富，可媲美九份的黃金，因此當時還流行「北九份、南旗山」之稱譽。旗山香蕉的最盛時期，當地的酒家、茶室、戲院、銀行林立，蕉農們無不被奉為上賓，風光一時。

然而，好景不常，直到 1969 年爆發隱含政治因素的「金飯碗事件」之後，外銷量大幅下跌，香蕉的黃金時代也逐漸蕭條。直到 1990 年，出口噸數只剩 48,000 噸，最終畫下香蕉風雲史的休止符。

如今，旗山已經不再是台灣香蕉產量最豐的產地，根據農委會農糧署 2019 年的農業統計年報，目前屏東產量佔第一位，其次是嘉義、南投，第四才是高雄。



台灣中小型家族企業的管理權傳承

喜禾祥投資與管理顧問有限公司執行長 洪堯棟博士

前言

根據統計，全球企業中由家族掌控的約占 85%，台灣家族企業的占比則為 68%。因此，家族企業是普遍存在的所有權型態，有別於股權分散的大眾化公司或是由政府所擁有的國營企業。在家族企業的傳承上，華人有「富不過三代」說法，美國「到了第三代，還是只穿襯衫」，墨西哥「父親是商人，兒子是紳士，孫子是乞丐」，義大利「從馬廐到明星，再回到馬廐」，以及巴西「富爸爸、尊貴兒子、窮孫子」。不同國家的說法呈現出家族企業接班傳承的共同問題。

台灣家族企業的接班傳承挑戰首先來自「成家立業」與「綿延流長」的傳統價值觀，因此有將近 9 成的上一代想將事業傳給下一代；其次，強調血緣至上，不管婚生與非婚生下一代均平均繼承，使得股權分散，企業不容易累積經濟規模，造成企業偏小、弱化，甚至導致爭權糾紛與外力介入的情事不斷上演。因為血緣至上，也使得專業經理人難有發揮的空間，甚至出現被血緣綁架的現象，導致企業在管理者的挑選上受到極大的限制。台灣董事學會蔡鴻青博士早在 2012 年「華人家族企業關鍵報告」中就指出，台灣的家族企業面臨變小、變老、變弱（資本規模小、董事會老化與分家失和）的三大挑戰。

管理權的接班傳承

家族企業的接班傳承包含三個面向：所有權傳承、管理權傳承以及財富傳承（見圖一）。所有權傳承涉及家族企業的存亡，因為如果家族成員無法掌握企業的過半股權，就無法掌控這家企業。過往出現不少案例，就是股票上市的家族企業，在股權的爭奪戰中屈居下風，遭市場力量取得過半所有權，因此喪失對企業的控制權。就管理權而言，掌握一家企業

的家族可以指派家族成員或非家族成員管理這家公司，因此管理權的傳承與運作與這家企業的興衰息息相關。長時間研究華人家族企業的香港中文大學教授范博宏 (Joseph Fan) 曾經追蹤研究台灣、香港、新加坡 217 家的家族企業市場表現，發現華人家族企業在執行長換人的前後八年，股價平均跌幅將近 60%（扣除市場變動因素）。他認為，除了破產之外，這是最嚴重的事！上述研究不僅顯示出管理權傳承對企業的重要性，也指出影響家族企業興衰的關鍵因素。

圖一：家族企業傳承的三個層面

管理權接班	所有權傳承	財富傳承
• 無意願 • 無能力 • 匆促上陣	• 股權分散、稀釋 • 出售、轉讓與質押	• 繼承 • 損耗、弱化

上一代的「三不」與下一代的「三沒」

培養家族企業的接班人，為何這麼難呢？家族企業順利接班的兩個要件：第一代願意放、敢放（傳），以及第二代願意接班且有能力（承）。家族企業的成功往往是創業者主導性格與控制慾的產物，第一代將企業視為己出，除非自己退位，否則很難放心將企業交給其他人，若是加上對接班人信心不足、未做好心理調適以及欠缺具體退休規劃，就會形成上一代「不願放」、「不敢放」，到最後「不去想它」，抱著船到橋頭自然直的心態。根據經濟部中小企業處 2018 年中小企業白皮書，有 86.52% 的企業主打算讓下一代接棒經營，卻只有 39.61% 有傳承行動。上一代要記住美國

作家約瑟夫·曼庫索 (Joseph Mancuso) 曾說過的一段話，就是「一個人憑著勇氣和夢想建立的企業王國，很可能因他捨不得交出權力而瓦解。」至於下一代的「三沒」，包括「沒意願」、「沒能力」以及「沒準備」。新一代自主性高，往往志不在家業，或是對事業前景缺乏信心。此外，下一代能力不足，或是未能循序漸進養成所需技能，甚至匆促接班，都深深地影響管理權的順利傳承，難怪不時聽到第一代抱怨「生意罔歹生」。

管理權傳承需要長時間

成功接班要多久時間呢？國立中山大學陳世哲教授等學者在一項研究中發現，在家族企業內擔任經理人的平均年資達 7.26 年，顯示家族企業對家族成員接班養成期至少 7 年以上。香港中文大學范博宏教授則表示，接班人要花 20 年培養，因為最難的是練習。筆者認為，管理權傳承最難的是練習失敗與挫折。因為接班是「反覆試煉」的過程，不是短跑，而是「障礙跑」。下一代若是純粹靠血緣關係而擔任 CEO，往往會在與其他所有權型態的企業競爭中落敗。義大利的政治學家與哲學家馬基維利在《君王論》中提到，全靠時來運轉、不費吹灰之力登上寶座的君王，往往要費盡心力才能保住權位。

要提早進公司，還是到外面歷練呢？如果上一代身體狀況良好，沒有接班的急迫性，就應該讓下一代先到外面去歷練。如果下一代的第一份工作就是從家族企業開始，不僅容易受到既有框架的影響，也很難學到真正的本事，因為他們總是升遷得比較快，得到比較多的尊敬，如果犯錯，也沒有人敢對他們說「你把事情搞砸了！」為了避免這種問題，國外聲譽卓著的大型家族企業都有明文規定進入家族企業的服務條件與退場機制，因為經驗告訴他們，對於家族企業而言，有好的家族治理，才有好的企業治理。

有計畫地從小開始

上一代要避免成為一位成功的企業家，

卻是失敗的家長。政治大學教授司徒達賢曾在 2020 年〈台灣 CEO 100 強〉頒獎典禮與產業論壇的演講中表示，他見過很多企業老闆很成功，但太少時間與家人相處，然後突然有一天，公司裡出現一個很陌生的年輕人，自稱是兒子，並且準備接班。由於彼此之間價值觀差太遠，如果關係又不佳，更會拉大兩代間的溝通問題。因此，上一代務必在下一代的成長過程中，增加相處的時間以避免隔閡，並以家族刻苦耐勞、勤儉美德、誠信經營以及家訓等遺緒 (legacy) 進行做人處事原則的交流。至於母親的角色，身為配偶、母親與老闆娘的多重身分，企業內老闆娘的角色持續受到產官學的關注，然而家庭內母親的角色則未受到對等的關注。因為接班需要長時間，所以要從小開始，更顯得母親角色的重要性，特別是母親如何描述父親的工作、如何教育下一代以及母親的金錢觀，因為有不少的下一代成為財富下犧牲品。以色列創業之父 Yossi Vardi 曾經來台，在接受訪問時談到造就以色列在當今技術領域成功的原因，就是「母親時刻告訴你，你必須茁壯成長，你必須獨立，你必須學習，那麼這些就會成為你的價值體系。」

結論

一項大型的研究調查橫跨五大洲、超過一萬家的中型企業，發現家族所擁有且由家族成員擔任 CEO 的企業經營績效明顯落後於其他所有權型態的公司，甚至比國營企業還要差。國立中山大學陳世哲教授等學者曾對台灣的家族企業與非家族企業（專業經理人治理）的績效表現進行研究，也獲得相似的結論，就是家族企業的績效低於非家族企業。如果要讓企業永續經營，交給下一代是一個好辦法，不過順利傳承給下一代的企業還是要面臨環境變遷與同業競爭的挑戰，此刻經理人的良窳就成為重中之重。如果下一代只因家族身分，就升上領導職位，或是把進公司工作視為理所當然、視為職場退路，或是在毫無準備的情況下進公司服務，或是上一代強迫子女進公司，都會讓企業在管理權的傳承上出現重大的問題。

華文世界 第一個護照扶輪社

Rotary Club of Taipei Passport 台北護照扶輪社

台北護照社 陳定勝 PP Alex



故事要從三年前 2020 年 7 月 1 日談起，帶著筆電跟著新任台灣扶輪出版暨網路資訊協會理事長，3522 地區的 PDG Horace 一起來到協會報到，網路資訊編譯及架構社群通路是理事長交付的工作，因為離筆者工作地方很近，很方便就任新職，每週固定會來上班，當個快樂的 Nomads。

開始接觸國際扶輪大量一手原文資訊，的確是要花上一點時間，理事長的期許是及時且立即的掌握全球扶輪網路資訊，護照社開始只是概念探討，接觸的初始就是在協會舊址待處理的一堆網路資訊當中。

當時的扶輪月刊主編是 3521 地區的 PP Marine，現在已經是 2024-25 年度 DGE，他希望筆者也加入撰稿的行列，於是針對護照社的模範細則開始瞭解進行編譯，2020 年 11 月 14 日也曾針對「服務主題」扶輪社發表專文：CBC-Cause Based Club 創造新的扶輪社模式 (<https://reurl.cc/5OaAon>)。

2020 年 11 月 30 日為了隔年的台北年會必須開發私房景點，於是專程前往金瓜石地景藝術及社區發展的評估行程，言談中觸及護照社的新模式，PDG Paul 當下就鼓勵應採取行動創立新社。



協會閉門練功



金瓜石社區訪問

籌備初期按照 RI 官方護照社指南及模範章程所表述來規劃新社，社友一聽到沒有固定例會、沒有 speaker、沒有用餐，認為這不是扶輪社，建議不要在理事會提案，不會通過…。瞭解本社的疑慮之後，就決定在扶輪出版協會借址開課，自行物色 CP 及安排訓練課程，開始長達三年的“lonely Battle”孤獨戰士，閉門練功。

CP Jason 也在當年的 DGE Michael 同意下於 2021 年 3 月的 PETS 中完成社長當選人受訓，當時創社社友名單也已經有 20 多位，奈何 COVID-19 襲來內需產業受創，畢竟強調遊走各社的運作模式，在安全隔離的要求下，很難推動，籌備工作只好暫停。



PETS 頒發證書

2022 年國際扶輪增列以興趣為主的新社模式 (<https://taiwan-rotary.org/article/detail.php?id=491>)。2023 年 7 月，My Rotary 進行大幅改版，感覺 RI 的治理策略有了重大改變，首頁簡化，大幅加強 Club Search 的功能，稍加檢視發現三年之間全球護照社由 15 個增加到 78 個，顯然市場已趨成熟，而且大都由資深領導人來創立，DGE、PDG 出任 CP 的大有人在，德國 1900 地區就是。

於是嘗試與本社 2023-24 年度新任社長建議，是否先做社友意見調查，如果可行，再進行籌組創社委員會。2023 年 7 月 31 日 CP Jason 第一次以專題演講的方式，在例會中



台北市東誠社專題主講

將護照社說帖完整呈現，這是 Taipei Passport 第一次 Road Show，也是唯一的一次。會中提出問題有三大類：1. 你現在有多少創社社友；2. RFE 跟旅行團有什麼差別；3. 萬一模式不成功，有無補救辦法。最終結果，當然沒有達成輔導的共識。

其實新社準備工作從沒停過，也估算招募來的創社社友應該不會來自傳統人脈通路。2023 年 8 月 15 日開始大量使用社群媒體，每天六張貼文鋪天蓋地，不管是 FB、Line、IG，只要有流量的就將說帖以「PPT 方式加上報名表」貼出，點閱率瞬間衝高。2023 年 9 月 20 日在信義光復的小樹屋進行第一場創社座談會，來了 8 位貴賓，跨越四個扶輪地區，當場就收下超過 8 張創社社員意向書，沒有一個是被人脈發動來的，社群媒體傳播功能完全獲得認證，會後並通知線上曾來詢問但尚未謀面有意參與的創社社友，告知在 10 月 4 日之前要完成填表準時送件。

2023 年 10 月 5 日已達創社最低人數，新模式以取得 RI 登錄為優先，人數不必強求、不必久戰，他日有此需求者自然歸來，於是按時程規劃遞件給地區總監辦公室。2023 年 10 月 6 日電傳 RI 創立新社窗口 CDS 正式申請。

2023 年 10 月 18 日送件後的座談會還是在小樹屋，也是 8 人，CDS 還要求澄清例會地點是什麼名字，在共同空間開例會應該也是聞所未聞，CDS 還建議中文社名可否就叫「護照社」，欣然接受。

銘傳扶青 OB 成員，一致選擇先送件再見面，很高興終於等到新模式，方得以回歸扶輪，算算那已是 25 年前的年輕回憶，而 25 年前，筆者的角色是帶領他們的銘傳扶青團輔導主委，回歸扶輪的這些創社社友，原來是我親自帶過的前團員 Alumni，Recall 是如此順理成章，只是改不掉的還是叫我“Uncle”。

2023 年 10 月 26 日核准函寄達，籌備三年，但從開始受理報名到核准只花了兩個月，沒有一次飯局，沒有創社基金，沒有籌備會，也沒有臨時社，沒有長官致詞，低調到不敢公

開與人言及，避免對方不知如何回應。

社群媒體有序的貼文攻勢下，串起失聯的前社友、前 CP、PP、銘傳歷任團長等等，可見 RI 請顧問公司開發的 Club Model 可以立功，招募效果完全在原先 RI 估算的六大族群之內沒有例外，其中以扶青 OB 成員過渡到扶輪，美妙結局令人激賞。



結語

三年來幾番思索，也因為長期負責編譯 RI 文件或教材，慢慢瞭解策略計畫者的原委，「以參加者為中心讓扶輪進入日常生活當中」。

護照社去中心化的平台功能與扶輪既有的強大 Social Capital，是可以透過現代數據工具鏈接的，例如：Google Calendar 共同行事曆來共享。

台北護照扶輪社鮮明的 Connector 角色與功能，終於說服了離開扶輪多年的前社友及 OB 多年的扶青社員重返扶輪。

最後感謝三位榮譽社友，在孤獨戰士創社初期無人看好，甚至質疑不斷之下，所給與的信心與支持，從第一場小樹屋社務座談，就一起走過來，3490 地區板橋中區社 PP Sophie、3522 地區台北市東美社 PP Trevor、3522 地區台北市海洋社 PP Mike。

閒聊「社秘聯誼」



台中大屯社 蔡文龍 PP Buck

凡是擔當過社長、秘書職務的社友，都很清楚「社秘聯誼」是怎麼一回事。

眾所皆知，每年的 7 月 1 日是扶輪新年度啟動的開始。同一天，咱大屯的社長 Further、秘書 Rock 和 A2 分區其他 6 社的社長、秘書成為同一年度的「社秘同學」，在 A2 分區助理總監（台中西區社 PP Attorney）的輔導下，進行「23-24 社秘聯誼」的相關活動。以 A2 分區為例，7 社的社長、秘書 14 位加上總監指派的長官 Attorney 共 15 位成員。每個分區社秘聯誼的活動，在不同助理總監的輔導、「桶箍」之下，所呈現的氛圍不盡相同，各自營造的成效也是各異。

Buck 以參與的兩屆社秘聯誼說明如下：2004-05 年度，大屯是前社長 John，和秘書 Buck。隸屬改制前的 3460 地區，A2 分區有 8 個扶輪社加上指派的助理總監共 17 位成員。2004-05 的社秘聯誼是每 3 個月聯誼餐敘一次，只有社、秘兩位出席（沒有邀請另一半）。各社輪流主辦，財務也是各社輪流擔任。截至目前，有 2 位社長和 2 位秘書退社，目前 A2 的社秘只剩下 13 位成員。時光飛逝，今年進入第 20 年，雖然互動次數不甚頻繁，同學之間彼此相處融洽，畢竟已有 20 年的交情。

2012-13 年度，我和 Star 接棒大屯第 30 屆社長和秘書的工作，Star & Buck 是當年社秘聯誼的亮點。那一年 A2 分區成長為 10 社，來自台中中央社的助理總監 Sue（我們尊稱她為班長）又指派兩位同社的 Dentist 和 Case，分別擔任 A2 分區的秘書和親睦，社秘聯誼的

成員來到 23 位。Sue 非常熱心的「桶箍」帶領我們，第一年每個月都舉辦社秘聯誼活動，並且邀請成員的另一半參加，每一次的活動出席人數都有 40 位之多。一年下來互動頻繁，參訪活動和餐敘的激勵下，40 多位的同學都融入了這個團體，每次的活動出席率都來到 9 成 5 以上，甚至多次到達出席率 100%。每一社輪值主辦活動時，都卯足勁遍訪中部地區名勝景點、事前先探路踩線、安排導覽解說、精選特色的餐廳（註）。主辦社自掏腰包買伴手禮，班長 Sue 再加碼精緻的伴手禮。每次的聯誼活動都是長知識見聞之旅，並且得以品嚐各地的美食佳餚，所謂的「有吃又有掠」。每一社都辦得有聲有色，賓主盡歡，活動結束時讚歎聲不斷…。就以最近 9 月 24 日的杉林溪踏青之旅，主辦社台中社安排遊覽車，為避車潮早上



7 時出發，在杉林溪踏青觀瀑，吸收負離子芬多精，中午杉林溪遊樂區內，室外野餐、品嚐茶香，享受山林間的寧靜悠閒，偷得浮生半日閒。下午回程順道參觀「竹山文教園區」，欣賞早年竹藝文化，在日常生活中扮演重要的角色，大夥留下深刻的印象。晚上班長 Sue 在金悅軒宴請所有與會和當日不克出遊的成員，席開四大桌，升級的高檔套餐，Sue 歡喜做，而我們所有成員更是歡喜受。衷心感恩班長 Sue 和長官 PDG Dentist 和親善大使 Case。

3461 地區 A2 分區的「社秘聯誼」，是非常開心、愉悅、幸福的一群！

（註）社友 Culture 經營管理的「古蹟重建」景點：

1. 梧棲老街的「梧棲出張所」
2. 潭子區的摘星山莊
3. 北屯區的一德洋樓

都是大屯輪值主辦社時選定的景點，叫好又叫座。



治印留痕

台中南屯社 劉昌奇 Charles



敬事而信 2.5×2.5×7cm 白文 奉天石

「敬事而信」語出《論語·學而》，子曰：「道千乘之國，敬事而信，節用而愛人，使民以時。」



原文通釋為，孔子說：「治理一千輛兵車的國家，認真地做事並守信用，節約開支來愛護人民，按時令役使老百姓。」



寰宇之趣

台中西區社 戴文鑫 Danny



在千年歷史古道「西班牙聖雅各朝聖之路」的終點，西班牙的西北部—聖地牙哥康波斯特拉 (Santiago de Compostela) 大教堂，若繼續往西南邁進，會來到在當時被羅馬人視為「世界盡頭」的大西洋海岸，Muxiá 小鎮。在海岸邊「朝聖之路」的 0km 起點旁，有顆刻有扶輪 Logo 的岩石，還有座稱為「大海的傷口」(The Wound) 的巨型石雕 (A Ferida)，石雕乃紀念前來救助因船難產生嚴重漏油事件的志願人士。(Mirador Jesus Quintanal with the sculpture A Ferida in Muxia on the Way of St. James, Province of A Coruna, Galicia)



四大烏龍茶

台中東興社 藍芳仁 PP Tea
亞太創意技術學院茶業技術應用系主任



您知道名聲響亮的大紅袍嗎？正是閩北烏龍茶。您知道名聞遐邇的鐵觀音嗎？即是閩南烏龍茶。您知道令人嚮往的鳳凰單叢嗎？就是廣東烏龍茶，更擁有享譽國際的知名好茶，台灣烏龍茶是也。

世界的烏龍茶：烏龍茶在全世界，只有四大區域產地，而六大茶類中，唯獨烏龍茶重視「茶樹品種」。

台灣烏龍茶：台灣的烏龍茶，如果將它們細分，則是在製造工藝有所區隔。由於台灣不斷在工藝上精進品類繁多，但其中最大宗就屬清香型的球狀「高山烏龍茶」。不只高山烏龍茶，台灣的烏龍茶還有：東方美人、包種茶、紅水烏龍、紅烏龍、木柵式烏龍等等，皆是屬於「烏龍茶」。以最具代表性的高山烏龍茶來說，雖然茶葉清香味不易保存，但其優點高雅清香，苦澀味低，是品茗人士的最愛選擇之一。

閩南烏龍茶：閩南為四大烏龍茶產地之一，以安溪縣為代表產地，當地品種中以鐵觀音最具特色，茶葉商品常以「安溪鐵觀音」為命名稱



販售。在 1990 年後段，由於大陸市場也普遍喜歡「輕發酵」台灣式烏龍茶，因此安溪茶區也跟著製造輕發酵烏龍茶，甚至比台灣更輕的趨勢。也由於發酵太少太輕，再加上安溪茶區銻土重金屬的影響，近年來茶價影響甚深，其他烏龍茶產區可作為前車之鑑。

廣東烏龍茶：在烏龍茶中為最南端的就屬廣東烏龍茶區，當地佳茗「鳳凰單叢」是代表茶品。單叢何以稱作「單叢」？在宋代，我們的茶前輩就在烏嶼山發現的單株優質茶樹，前輩



四大烏龍產區



們保存著，高壓、扦插等無性繁殖至今，所以稱為「宋種」或「某種香型」的單叢。主要生產地在廣東潮州一帶，茶湯優點有明顯香氣，品種特色鮮明。



閩北烏龍茶：常在茶葉市場看到的「大紅袍」、「武夷岩茶」就屬於閩北烏龍茶，茶區以武夷山市、建甌為中心，製茶歷史悠久、傳統製作工藝，採重發酵、高焙火、條型的製作方式。即使到了現今，並沒有因時代變遷而改

變，且市場需求高，茶品價位也維持在一定的水平。武夷山茶區常以小範圍特殊生長環境取勝，如「三溪兩澗」，產區中特殊品種相當多，皆具有獨特性，在烏龍茶世界獨佔鰲頭。茶湯滋味強、茶韻長，不容易因存放時間長產生劣變，降低存茶的品質。

南投縣茶葉種植面積廣、茶葉種類多，加上觀光資源豐富，自前五次舉辦「南投世界茶業博覽會」，引注國際焦點，更是國內輝煌盛事，吸引約 50 萬人次至南投縣買茶、識茶、體茶及觀光，因此奠定了舉辦大型活動的基礎及優勢。台灣茶葉除了南投縣外，新北市及嘉義縣也是主要產地，各具特色，每年各縣均配合產季辦理春茶及冬茶評鑑比賽頒獎及展售會，吸引愛茶人士的採購，遊客分散至各茶區，使茶葉產業無法一次多元呈現，更無法吸引國外遊客一次買足，玩透透的需求。因此，希望藉著年年辦理的茶產業活動，促進全國有潛力的茶產業，打響國內外知名度，形成台灣年度節慶大事。



不靠藥可降血壓

台北北區社 賴東明 PP Brain

大增刷出来!
10万部突破!!

薬剤師だからわかった!
減塩、薬に頼る前に
できることがある!!

1日5分! 自分でできる降圧法で
血圧の不安、悩みから解放される!

1日5分!
薬に頼らずに
血圧を下げる
方法を
知る

体験者から感謝の声!

「降圧ストレッチで減塩なしでも今は快調です」(60代女性)
「要注意を指摘された血圧も今は安定しています」(60代男性)
「減塩もせずいつもの食事で血圧の悩みから解放されました」(60代女性)

薬剤師・体内環境師
加藤雅俊

メディアも注目!
『女性自身』3/28号
で紹介されました!

リブ全店
島根生活館門 15/22 ~ 5/28

楽天ブックス
京都の医学館門 4/17 ~ 4/23

Amazon
心療の医学館門 15/20 ~ 5/28

丸善日本橋店
紀伊國屋書店新宿本店
三友堂書店有楽町店

10冊
1冊
1冊
1冊
1冊
1冊
1冊
1冊
1冊
1冊

アチーブメント出版

三分之一版面廣告上有藥劑師加藤雅俊的照片，也有廣告主的名稱。由二者來談「不必靠藥品來降低血壓有方法」，吾等可信廣告之真實。

何況，其在廣告上云：已突破 10 萬份，在上架書店這 10 週來，書的銷售量均具第一位。一天 5 分鐘！用自己會的降壓法來脫離血壓之不安、煩惱。

至於書的內容如下：

- 高血壓的體內，有何事？
- 因加齡而血壓上升是自然現象。
- 要一生持續吃降血壓劑？
- 以藥降血壓有危險。
- 以減鹽來升高血壓，是何方之說？
- 不變動餐食，也能降血壓的理由。
- 不必減鹽的加藤式法。
- 從大調查知道了鹽分不會有問題。
- 醫療現場正在注意穴道之效果。
- 對肺與血管可操作降壓舒張。
- 茶會成為自然利尿劑。
- 肉食會使血管與筋肉回到年輕。
- 男人叫喊，女人多嘴，對降壓會有效果。

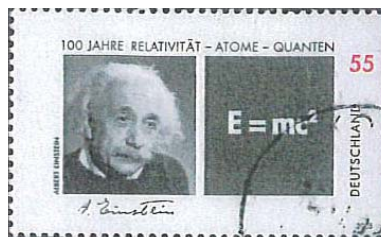
由上觀之，本書是由藥劑師執筆，可作為醫病時的第二意見，也可作為未病時的健康參考。

物理學家愛因斯坦

潮州社 丁天降 PP Austin



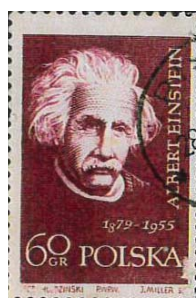
愛因斯坦在 1903 年 1 月和同學美列娃·瑪莉克結婚，一年後長子出生。1905 年 4 月在瑞士蘇黎世大學以「分子大小的新測定法」論文取得博士學位。1909 年任蘇黎世大學理論物理學副教授。1910 年春，31 歲時，次子出生。1919 年 2 月和妻子美列娃離婚，但是一直保持友誼。同年 6 月和表姊愛莎結婚。1928 年到瑞士達沃斯療病，發表《物理學的基本概念與其最近變化》。4 月聘海倫·杜卡司小姐擔任終身私人秘書。1950 年 2 月，在電視台演講，反對美國製造氫彈。1951 年連



德國郵票



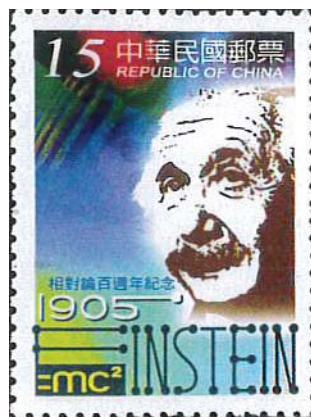
義大利郵票



波蘭郵票



東德郵票



中華民國郵票



美國郵票



法國郵票

續發表文章與信件，指出美國的擴軍備戰政策是世界和平的嚴重障礙。1952 年發表《相對論與空間問題》和《關於一些基本概念的緒論》。11 月，以色列第一任總統魏茲曼 (Chaim Weizmann, 1874-1952) 歸天之後，以色列政府請愛因斯坦任總統，他拒絕了。1954 年 3 月，75 歲生日，號召美國人民起來與法西斯勢力進行抗爭，被斥責是「美國的敵人」，秋季臥病數月。11 月在雜誌上發表聲明：「不願在美國當科學家，寧願做一個水管工人或小販文集」。1955 年 3 月，被美國法西斯分子攻擊為「顛覆分子」。4 月嚴重腹痛，後診斷為動脈出血，10 月 18 日蒙主恩召。

愛因斯坦在著作中寫道：我絕對深信，世界上的財富並不能幫助人類進步，即使它掌握在那些對這事業最熱誠的人手裡也是如此。只有偉大而純潔的人物榜樣，才能引導我們具有高尚的思想和行為。

學習，不斷地追求真理與善美，是使我們能永保青春的活動範圍。

客觀地衡量，一個人以熱情奮鬥所獲得的真理實在微乎其微；但奮鬥能使我們解脫自身的束縛，並使我們成為最優秀、最偉大的人物的同體。

當人們體會到，要達到一個目的就要用一定的手段，那時候，手段本身就成為一種目的。理智使我們弄清楚手段與目的之相互關係。

人，一旦發現了正確的道路，就能夠做出大的犧牲。

不管時代的潮流與社會風尚如何，人總可以憑著自我的高尚品質，超越和脫離時代和社會風氣，走自己正確的道路。現在大家都為了汽車、房屋、家電用品而奔波、追逐、競爭。這是我們這個時代的特徵了。但是也還有不少人，他們不追求這些物質的東西，他們追求真理和理想，得到了內在心靈的自由和安寧。

我認為要是一個有理性的人，在家裡不能暢所欲言，這樣的家就算不了是一個家庭。「一個明白是非的一家之主，可以對家人是非對錯的指點暢所欲言，很不容易的，忠言逆耳，歹教示、不聽話、無奈何、無法可度，「家」室內有豕（豬）沒有辦法，尤其大男人VS女強人不相讓。」



俄國郵票



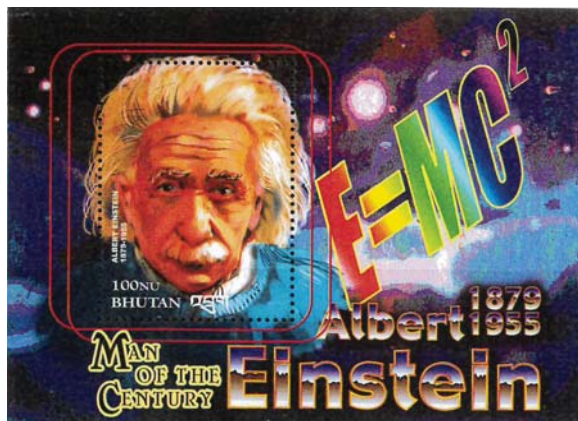
薩伊郵票



剛果郵票



查德郵票



不丹郵票

為了使每個人都能表白他的觀點而沒有不利的後果，在人群中，必須有一種寬恕和包容的精神。

如果我重新當個青年人，並且要決定怎樣去工作謀生，我絕不想做什麼科學家、學者或教師。為了希望求得在當下的環境裡還可以得到的那一點獨立性，我寧願做一個水管工，或者做一個沿街叫賣的小販。（他厭惡運用科學戰爭。）

中國人受人注意的是他們的勤勞，是他們對生活方式和兒童福利的要求低微。他們比印度人更樂觀，也更天真。他們大多數是負擔沉重的，男男女女為每日五分錢的工資天天敲石子。實在是一幅悲慘的圖像。——《對上海的印象文集第三卷》（愛因斯坦 1922-23 年間到過上海）

欲望、喜愛、痛苦、恐懼等這些內在力量，支配著各人自我保存的本能。同時，作為社會的人，在和別人的關係中，我們被同情、驕傲、仇恨、追逐權力、憐憫等這樣的感情所激動。

滿足物質上的需要，固然是美滿生活的條件，但只做到這一點還是不夠的，為了得到滿足，人們還必須有可能根據他們個人的特點和能力來發展他們理智上與藝術上的才能。

人類價值的基礎畢竟還是道德。在古代就清楚地認識這一點，正是我們摩西（基督教徒）的無比偉大之處。對比之下，你們看看今天的人們！

咖啡莊園中之冥想

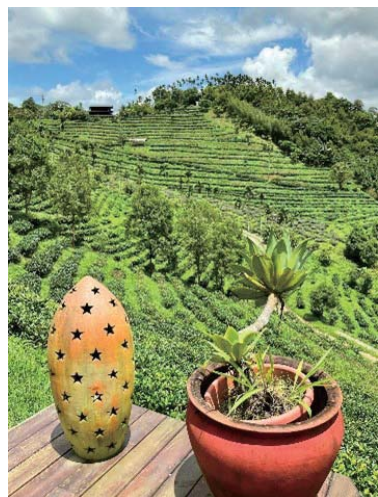
台中東南社 PP Robinson 夫人簡靜修



我一直很喜歡觀山賞雲。來來去去飄忽不定、變化萬千的雲朵總提醒我人生無常，如夢似幻，而聳立於天地間的青山，如如不動，帶給我一股安定的力量。清朝詩人袁枚所寫的「雨過山洗容，雲來山入夢，雲雨自往來，青山原不動。」饒富禪意。這首詩提醒世人要守住本來面目，堅定不移，方能無懼於外界的變化，笑傲人世間的風雲煙雨。

王維的「終南別業」中「行到水窮處，坐看雲起時」是令我非常嚮往的意境。前些日子在埔里友人的介紹下，和 Robinson 前往位於南投魚池鄉的鹿篙咖啡莊園。一下車就感受到在群山環繞下的莊園，絕對是坐看雲起的世外桃源。從觀景步道緩緩拾級而上，漫步雲端的幸福感油然而生。進入莊園後，放眼望去視野遼闊，落地窗的設計讓人們和大自然融為一體。遊客們在此觀山看雲，喝茶、喝咖啡、聊天、拍照，不亦快哉！我相信寫過「眾鳥高飛盡，孤雲獨去閒，相看兩不厭，只有敬亭山」的李白，如果來到這裡必定也會流連忘返！

從莊園往下望是一片青翠的茶園，但見兩個採茶女勤快地採著茶，空中偶而飛來幾



隻白鷺鷥，點綴其中。此情此景讓我想起了王維的「漠漠水田飛白鷺，陰陰夏木囀黃鸝」。看著看著採茶女，我的思緒卻不知不覺飛了出

去，英國田園詩人 William Wordsworth 筆下的孤獨割麥女 (The Solitary Reaper) 彷彿出現於眼前。這首詩所描述的是詩人在蘇格蘭高地散步時，看到一個女郎孤獨地在麥田裡邊割著麥，邊唱著悲傷的小調，歌聲嘹亮，迴響幽谷。歌聲美



好勝過夜鶯和杜鵑的啼叫，而詩人無法瞭解歌詞的意涵，因為女郎所用的語言是蘇格蘭高地的方言，但反而引起詩人無限的想像和猜測。這首充滿美麗與哀愁的小調讓詩人難以忘懷，餘音嫋嫋，在心中不斷縈繞。

威廉·華茲華斯 (William Wordsworth, 1770-1850) 生於英格蘭西北部風光明媚的湖區，他的童年經驗影響他甚深，和兄弟姊妹的生離和父母的死別，都成為他作品中不斷出現的主題。他熱愛大自然，經常藉著詩作歌頌大自然。他是英國浪漫主義詩人，曾當上桂冠詩人。

茲將本詩和拙譯列於后，和大家分享！



Behold her, single in the field,
Yon solitary highland lass!
Reaping and singing by herself;
Stop here, or gently pass!
Alone she cuts and binds the grain,
And sings a melancholy strain;
O listen! for the vale profound
Is overflowing with the sound

No nightingale did ever chaunt
More welcome notes to weary bands
Of travelers in some shady haunt,
Among Arabian sands:
A voice so thrilling ne'er was heard
In spring-time from the cuckoo-bird,
Breaking the silence of the seas
Among the farthest Hebrides.

Will no one tell me what she sings?
Perhaps the plaintive numbers flow
For old, unhappy, far-off things,
And battles long ago:
Or is it some more humble lay,
Familiar matter of today?
Some natural sorrow, loss, or pain,
That has been, and may be again?

Whate'er the theme, the Maiden sang
As if her song could have no ending;
I saw her singing at her work,
And o'er the sickle bending --
I listened motionless and still;
And, as I mounted up the hill,
The music in my heart I bore,
Long after it was heard no more.

看啊！麥田裡那孤零零
似乎遠在天邊的高地女郎！
她獨自割麥並歌唱；
請留步，不然就悄悄離開！
她自個兒割下麥穗並捆綁，
悲傷的小調嘴邊唱。
聽啊！整個幽谷裡
她的歌聲迴盪。

她美妙的歌聲比
傳到歇息於阿拉伯沙漠樹蔭下
疲累遊子耳裡的夜鶯啼
更悅耳更討喜。
她美妙的歌聲比
在最遙遠海布裡地群島
劃破大海寂靜的春天杜鵑啼
有過之而無不及！

誰能告訴我她唱些什麼？
這哀傷的歌聲或許是關於
令人煩悶的塵封往事
以及古時的戰役；
要不然，會是首平淡無奇的歌，
敘述的事情眾所皆知？
會是令人惆悵、失落或痛苦的事，
曾經發生過，可能會再重覆？

不管女郎唱些什麼，
她一唱再唱，似乎不會停止；
看著她邊工作邊歌唱，
拿著鐮刀，彎著腰——
我屏息聆聽，動也不動；
而當我登上山丘，
餘音仍縈繞心頭，
於久久不聞那歌聲之後！



大家歡喜來跑步！健康活到老！

台中東南社 簡本昌 PP Surgeon



生、老、病、死，人生必經之路，誰都逃不掉，這是自然法則！隨著時代進步，衛生環境改善，食物充足營養豐富，醫療技術發達，平均壽命每年都在延長，百歲人瑞已不罕見，活得老不是問題，如何將老年活得好？才是未來需面對的重大課題。

依照聯合國定義，將 65 歲以上作為老年人口比率衡量標準，若老年人口占全人口比率達 7% 為高齡化社會 (aging society)，若老年人口占全人口比率達 14% 是高齡社會 (aged society)，若老年人口占全人口比率達 20% 以上，則稱為「超高齡社會」(hyper-aged society)。

台灣自 1993 年起，步入高齡化國家，2018 年成為高齡社會，推估 2025 年將成為超高齡社會。如何面對老年生活已是刻不容緩的課題。



老有那些特徵？外表開始改變，皺紋多了、齒危、髮禿、彎腰、駝背、失能、失智…，「老」代表著身體各種功能漸漸衰退，體力漸漸下降，各種慢性病開始出現。現在台灣平均壽命已達 80 歲，但不健康階段平均長達 8、9 年，需仰賴他人的幫忙照顧，雖然政府一直在重視這問題，推出各種長照制度，俗話說：千斤重擔有人擔，四兩病痛無人替！所以長照不如長動，長動就不需長照，最好能健康活到老。

台灣將老年定在 65 歲，達此年齡就會得到一張愛心卡，相信剛拿到時一定跟我有同樣的感覺——有些不能接受，自己已經老了。所以如何清楚定義「老」呢？有些人 60 歲就已老態龍鍾，但也有人 80 歲依然健步如飛，充滿活力，年齡只是一個參考數字，差別就在於保養，就在於鍛鍊。俗話說：人老腿先衰，年老下



肢無力需拿拐杖，甚至需坐輪椅，不想如此就要盡早改變，養成良好的運動習慣。

運動種類繁多，各有不同的特色與樂趣，跑步是所有運動中最簡單，最容易的項目，不需要找同伴，不需要找場地，不挑時間只需一雙跑鞋就可以進行。

常有人問跑步是否會傷膝蓋？膝關節一輩子都在承受身體重量，磨損退化是遲早的事，其實造成膝關節退化最大的原因是體重過重，不當使用，過度勞動，下肢肌力不足…，強化下肢肌力反而能保護膝關節受傷、退化。任何運動都有可能照成運動傷害，跑步也不例外，但只要遵行幾個原則：按部就班、循序漸進、持之以恆，就能跑得健康、跑得快樂！

人生無常，明天跟意外哪一個會先到？誰都無法預料。但只要活著就一定會慢慢變老，如何面對老年生活的來臨？是我們無法逃避的課題，現在面臨高齡化、少子化，我們可能是照顧上一代的最後一代，也即將成為被下一代拋棄的第一代，有人說：教好自己的孩子，不要成為社會的負擔。照顧好自己的身體，不要成為孩子的負擔。

老年生活是感嘆：夕陽無限好，只是近黃昏。有錢、有閒、卻沒有體力，走不動了，無法享受，飽受病痛折磨。還是，莫道桑榆晚，為霞尚滿天！人生美好的戰已打拼過，漸漸可以放下重擔，有錢、有還有體力可以體驗更精彩的生活。

改變要趁早，在還來得及的時候。分享個人經驗，我加入扶輪社以後才開始跑步，2009年國際扶輪盃日月潭馬拉松是我的初馬。至今跑步已十多年了，剛開始跑步時我的體重高達90多公斤，現維持在70公斤左右，我是骨科醫師因接觸跑步才深入瞭解跑步的知識，只



要用對方法身體一定是越練越強壯，我從來也不是運動高手，近60歲時才開始跑步，我常說我能跑，大家都能跑，很多人受我影響開始跑步，我們台中東南社號稱東南大軍，社友、夫人一起跑馬拉松，登富士山、玉山，單車環島，今年人生剛七十，終於完成身為台灣人一生要做的三件事最後一項——跟社友們一起泳渡日月潭。留下一次次精彩難忘的回憶！

跑步簡單易行，但要持續下去並不容易，最好有伴互相鼓勵，設定目標有訓練計畫才會進步，養成規律運動習慣才会有成效。

228扶輪盃馬拉松接力賽是扶輪界每一年的跑步盛事，接力賽最能展現團隊合作精神，歡樂氣氛洋溢跑場，今年228扶輪盃馬拉松接力賽，3461、3462地區合辦，各主委團隊用心規劃，將在台中中央公園舉辦，接力賽每隊6棒，每一棒跑5公里，推出吉祥物——熊呵勝、金促咪，口號「奔跑匯聚愛、6162一起來」，精彩可期，歡迎全國各社組隊參加，以跑會友，互相聯誼，共享健康歡樂！

人不是因為變老而無法跑步，是因為停止跑步而變老。願大家都能越跑越健康，越跑越快樂。健康快樂迎接老年的到來，享受更精彩燦爛的人生！

感恩之心，成就功德，利益眾生

台中社 林允進 PP Propeller



人生在世必然受到許多貴人相助，才能有所成就，成功之後不忘感恩之心，最好的報答方法就是要能成就諸功德，利益眾生，成為許多人的貴人，把這分愛傳達出去，滋潤有緣周遭人士。筆者認為這是最好的報恩模式，謹以此文闡述筆者現在的心境，與大家共勉。

筆者出身在偏僻的海邊農村，從小即有創業脫貧的心願，很幸運的考上海洋大學造船系，在 1970 年代日本造船興盛，全球一半以上商船皆在日本建造，所以筆者又發願將來能夠去日本深造，學習「船舶設計技術」。皇天不負有心人，讓筆者申請到東京大學船舶工學研究所的「船型設計研究室」，以及日本政府提供的「交流協會獎學金」，這對一個農村青年而言，真似從天上掉下來一樣最珍貴的禮物。1975 年 4 月第一次出國，到東京大學又遇到非常親切的指導教授，順利進入碩士班，研究貨櫃船前半部船型改良，獎學金支持博士班讀一學期。後來又領「德同航運公司獎學金」一年，及日本扶輪社捐助的「米山獎學金」一年半，幫助筆者順利取得博士，1980 年 8 月筆者學成歸國，進入台灣大學造船研究所任教。

筆者的博士論文「貨櫃船後半部船型研究」獲得日本關西造船協會最佳論文獎的殊榮，筆者發明一個新的船艏形狀，可以提升推進效率 10% 以上，所以被全球商船設計所應用，被製作一個很大的模型在基隆海科館展示著，完成了筆者去日本學習「船舶設計」的心願。筆者也把博士論文印刷成書，贈送給日本

及台灣的好友。大家才知道這種新型船艏是林老師所創作發明的免費給大家去使用，這是筆者心懷「感恩之心，成就功德，利益眾生」的第一個事蹟。

在 1986 年筆者毅然決然地棄教從商，辭去台大教職，到台中市創立「般若科技公司」，經過 38 年的努力經營，筆者的主力產品「水上摩托艇及休閒用船外機的螺槳」市佔率佔全球一半以上，筆者首先照顧了公司同仁，重視幹部教育訓練，使大家都成為能力及向心力都很強的團隊，待遇福利好，每年舉辦國內、外員工旅遊，這是筆者「感恩之心，成就功德，利益眾生」的第二事蹟。

從 2005 年以後，筆者開始行善，對於偏遠故鄉的學校育華國小、芳苑國中提供獎學金、演講，對於員林中學、台中二中、海洋大學、東京大學都有捐助回饋母校，並且提供中華扶輪教育獎學金給大學生、碩士班、博士班學生，每年提供一名「米山獎學金」給來台留學的日本學生。這是筆者「感恩之心，成就功德，利益眾生」的第三個事蹟。

筆者在 2012 年成立了「大古鑄鐵公司」利用製作螺槳的「精密脫脂鑄造技術」，來開發生產世界上最高端、最美麗的鑄鐵壺及鍋具來貢獻給世人，為世人帶來健康幸福。在 2020 年筆者在高雄興達港又鉅額斥資成立「大方船舶公司」，希望能夠提供平民化休閒遊艇給人們，並且成立最大的中小型船舶的維修中心。這是筆者「感恩之心，成就功德，利益眾生」的第四事蹟。

世界六大馬拉松與芝加哥國際扶輪總部

——美好相遇

台中馬拉松社 陳慧如 Angel

人生好比馬拉松。挑戰世界六大馬拉松賽事，夢幻的六星甜甜圈獎牌是跑者追夢的終極目標。Angel 是台中馬拉松社社員，挑戰世界六大馬，興趣與事業結合。跑步旅行，職業服務。旅行事業，服務跑友，挑戰賽事。實踐「以跑服務、以跑會友、以跑聯誼」的目標。2023 年 10 月 8 日芝加哥馬拉松賽事，Angel 挑戰世界六大馬拉松，第五站芝加哥，意義非凡。芝加哥是扶輪發源地，世界上第一個服務社團，美國伊利諾州芝加哥扶輪社 (Chicago)，是由一名律師保羅·哈里斯 (Paul P. Harris) 與 3 位事業友人於 1905 年成立。

芝加哥馬拉松賽事前，與芝加哥國際扶輪總部美好相遇。國際扶輪總部所在地在 Evanston，任何扶輪社員來到芝加哥，若沒有去參觀國際扶輪世界總部第一扶輪中心大樓 (One Rotary Center) 旅程就不算完整。Angel 在台灣事先預約團體參訪芝加哥 RI 總部，10 月 6 日扶輪愛跑社友們參訪芝加哥 RI 總部，非常感謝 CP Aircon 協助聯繫，感謝 RI 總部人員王嫻梅中文導覽介紹，倍感親切萬分。RI 1987 年購入大樓，共有 18 層。一樓有保羅·哈里斯塑像，Angel 很榮幸有機會在此留影。17 樓有 2004 年設立的阿奇·柯藍夫會廊 (Arch Klumph



Society Gallery)，表彰捐獻美金 25 萬元或以上給扶輪基金會的人士。AKS 肖像廊上很多位熟悉的台灣扶輪領導人，令人振奮。全球共有 1,000 多名 AKS 會員，台灣就佔了 152 位，為全球 AKS 會員人數第 3 高的國家，截至 2021-22 年度台灣捐款總額已超過 1,600 萬美元，持續維持世界排名第五，足證台灣扶輪人的愛心領先世界，對台灣扶輪社員在一年能創下超過



20 位 AKS 會員的歷史紀錄表達最高敬意與感謝。

美好緣起——世界六大馬。2019 年跑第一場德國柏林馬拉松，最速賽道。42 公里低溫下雨中完賽，成績破 PB，美妙的初體驗。賽事特色是暢飲德國啤酒。可惜，當天太冷，只想喝水。賽前一天，5 公里早餐跑，世界嘉年華會，各國國旗裝扮，Angel 台灣國旗衣、國旗帽、臉頰國旗貼紙，5 公里伴隨著非洲舞蹈及音樂聲，邊跑邊玩，抵達終點奧林匹克運動場。豐富早餐無限吃到飽。留下美麗深刻賽事體驗。

2019 年申請抽籤芝加哥馬拉松，Angel 很幸運抽中 2020 年芝加哥馬拉松賽事資格，但因疫情順延至 2023 年。柏林馬拉松成為最速賽道之前，最速的封號屬於芝加哥馬拉松。因疫情，原本五年計畫，改為一年五馬。2023 年 3 月 5 日日本東京馬拉松、4 月 17 日美國波士頓馬拉松、4 月 23 日英國倫敦馬拉松。挑戰短短 6 天內，跨國連馬，美國及英國，克服時差及體能恢復，順利完賽。芝加哥馬拉松，已完賽五大馬，心情很興奮，終點處，有亞培世界六大馬拉松甜甜圈，幫完賽選手戴上，Angel 告訴賽事人員，已完賽五大馬，賽事人員預祝我六大馬完賽，日行一善，讓 Angel 搶先跟六大馬甜甜圈合照，超開心，很期待完賽第六馬紐約馬，明年計畫跑澳洲雪梨馬拉松，



七大馬拉松完賽。

芝加哥馬拉松賽道，今年打破世界紀錄 2 小時 35 秒。Angel 很榮幸與世界冠軍同場賽事。也是 Angel 沒破 PB 的完美賽道。練跑期間，因 Garmin 手錶預估全馬 42 公里，可 4 小時完賽。快樂錶，可增添信心。可惜感冒戴口罩，降速跑，突然看到破 4 小時的配速員，立馬拿下口罩，努力跟上，配速員沒進水站，前半馬配速稍快，跟了 21 公里，進了水站，就跟不上破 4 列車了。人生好比馬拉松，人生上半場與人生下半場。人生上半場努力衝刺，下半場體力耗盡。人生上半場穩定配速，下半場穩定達標。去年台北馬拉松，感冒戴口罩，降速跑，起跑慢，穩定度高，意外驚喜，大破 PB。長距離馬拉松賽事比的是心理素質，越穩定，越達標。今年芝加哥馬，心一急，起跑快，努力衝刺後，後半馬降速完賽，好好享受賽道，開心拍照比 YA。人生隨時動態調整，享受當下，享受賽道。42 公里的馬拉松賽道，有如 42 公里的紅地毯，賽道英雄，享受歡呼。人們的熱情，讓你每一次的喘氣都更有動力。每一個步伐都更加有力。人是最美的風景，最美的感動，為你加油打氣的每個人。

跑步認識一座城。芝加哥（風城）位於密西根湖的淡水湖畔。華麗一英里，充滿活力又浪漫的城市。感受風之城的活力風采，暢享難忘的芝加哥。盡情探索這座



城市的無限魅力。日出晨跑，看旭日東升。日落搭船，賞傳奇建築。芝加哥湖畔晨跑，美麗的湖畔，緩跑欣賞日出美景，幸福時刻。芝加哥建築遊河，我們選在傍晚時分搭船，欣賞芝加哥「建築峽谷」，夜晚燈光點綴摩天大樓，戴上桃紅色的女王皇冠。映入眼簾這美麗的城市就在我們面前，激勵著我們。芝加哥大學的校徽「鳳凰」，象徵「浴火重生」，1871年芝加哥大火，造就全新建築風格摩天大樓建築熱潮，芝加哥是美國發展最快速的城市。跑步旅行最大的魅力，可以更加瞭解並且融入當地生活，體驗不一樣的文化。參與當地舉辦的馬拉松，跟著他們一起跑步，藉由運動可以看到更多這個地方真正的樣子，享受生命的美好，更加激勵人心。

芝加哥馬拉松賽事後，10月12日中午參與芝加哥的扶輪社 The Barrington Rotary Club 例會。我們何其幸運，該社原是早上7時的早餐例會，剛好10月12日變更為午餐例會。因我們必須搭乘一小時的火車車程，才能抵達 Barrington。中午例會剛好符合交通時間。當天早上，飄著細雨，我們抵達 Barrington 火車站。眼前所見，一位身材高挑的紳士，在火車站迎接我們到來。我們猜想應該就是 The



Barrington Rotary Club 扶輪社友。果真如此。原先我們是準備步行，從火車站走到例會餐廳，但因下雨，扶輪社友主動提前至火車站迎接我們，開車載我們到例會餐廳，深深感受到扶輪溫暖。抵達例會餐廳，The Barrington Rotary Club 社長及社友們紛紛熱情招呼，熱忱接待，該社多位社友來過台灣，超級親切。敏銳度高的社友說，Angel 和女社友服裝一樣耶，好巧！感受扶輪親和力。The Barrington Rotary Club 扶輪社有位社友（建築師，台灣人）在芝加哥執業近30年，他提到原本他沒參加午餐例會，恰巧該日時間許可，他才出席例會，我們才有機會於例會中認識。例會結束後，社友開車載我們到他家坐坐，喝咖啡，吃美味烤餅。扶輪人，一家人，感動滿滿的溫暖。扶輪串連彼此，扶輪友誼真誠。

跑步旅行——串連全世界，扶輪友誼——串連全世界。挑戰世界六大馬拉松賽事，芝加哥馬拉松賽事，參觀芝加哥國際扶輪總部，參與芝加哥的 The Barrington Rotary Club 扶輪社例會，為賽事行程增添了豐富美好回憶。Angel 感謝扶輪前輩們的指導與支持，人生路上貴人相助。期許在跑步中完成更多人生目標，用毅力、信心、健康跑向全世界，更希望有機會串連全世界扶輪友誼。

實現用音樂美化人生的扶輪圓夢計畫

台北旭東網路社 簡郁峰 CP Charles



36 屆卸任典禮——「想像扶輪」(Imagine Rotary)，也是台北北門社常言「有夢最美，希望相隨」，當社長的人，如果有理想要實現，扶輪社確實是一個可以讓社長去實現夢想的園地。（圖／台北北門社提供）

人生有夢，築夢踏實！每位扶輪社長都希望任這一任時，都能帶出成果，顯出榮耀。

如何將「我」想要，融入到「我們」想要，讓事情變得更好與不一樣。一個資深，有品牌與歷史，有資源的大社，如何像古典與現代的跨界融合，「社長」一如交響樂團指揮，呈現美好奏鳴，贏得觀眾熱烈迴響，榮耀歸給

這社與社友，考驗領導人的智慧。

他「夢想已經做到了！」台灣扶輪月刊帶領各位讀者來看看「台北北門社」2022-23 年度社長陳文聲 Healthy 怎麼「用音樂美化人生的社會服務」實踐旅程。

五月天那一晚（5 月 5 日），台北萬豪酒店傳來聲樂家的高亢歌唱，幾位聲樂家將宴會主席陳文聲迎接到舞台齊唱著名的義大利歌謠 Funiculì funiculà 登山纜車，歌聲激昂聲動全場，氣氛如同登山纜車和愛如潮水，當晚最高潮。全場相機猛拍，鼓掌，有人起身齊唱，那一刻如果你也是身在其中的 36 桌嘉賓，絕對可以感受「歌聲傳愛」的撼動與歡樂氣氛，當晚高水準的演出和氛圍讓時任國際扶輪理事提名人林鑾鳳 RIDN Naomi 讚譽有加，還在幾天後台北北門社的金蘭社——花蓮社 63 週年慶典致詞中再次被提起，印象深刻。

這是台北北門社 2022-23 想像扶輪年度社長陳文聲 Healthy「將音樂廳搬至大飯店」的美夢成真故事，7 月上任時邀請同班底聲樂家於台北萬豪酒店開唱，週年慶有



台北北門社（36 週年社慶典禮）社長陳文聲邀請 4 位目前在台灣極為傑出的聲樂家蔣啟真（右三）、鄭海芸（右二）、劉成華（左一）、丁一憲（左二）和鋼琴家呂冠亭來到萬豪酒店演唱歌劇，「實現將音樂廳搬到大飯店的夢想」。（攝影／簡郁峰）

始有終，依然以他熱愛的聲樂歌劇在36週年社慶慶典中獻聲高歌，而他也在一年社長任內「實現用音樂美化人生的社會服務」。

台北北門社曾有「總統扶輪社」稱譽（前總統陳水扁為該社社友，暱稱 Formosa），創社至今從36屆剛跨過37屆，由高齡96歲的統一翻譯集團董事長方振淵 Square 在1987年創立，萬家香醬油董事長吳仁春、台灣區電機電子公會副理事長／固緯電子董事長林錦章、名模林志玲父親林繁男…，還有多位跨領域的中小企業主和高階經理人都是該社社員。

台北北門社有台灣與海外的兄弟與姊妹友好社，傳承自母社台北延平社務實自律風格，國內與花蓮社、台南北區社和屏東南區社結為兄弟友好社，國外與日本姐妹社——日本茅ヶ崎中央社（東京）和琵琶湖八幡社（滋賀）逾34年情誼，和泰國挽那社締盟多年。與日本姐妹社多年來深刻交流，參與日台兩地的國際服務和社友子弟的青少年交流計畫（Home Stay），建立深厚國際友誼。兩國的扶輪社，不管是日本對台灣的「921大地震」、「88風災」或是台灣對日本「311大地震引發的海嘯與核災」都發起捐款



時任國際扶輪3482地區總監徐錕柏 DG Louis 和陳文聲社長在台北北門社36週年社慶典禮頒發感謝狀給許石家屬。

（圖／台北北門社提供）

應援，日台透過扶輪民間交流與服務，奠定了深厚親善友誼，泰國姊妹社也攜手在國際服務的偏遠地區淨水與醫療設備和偏鄉巡迴醫療車等全球獎助金計畫上合作無間。

還有衛星社（北門光熹衛星社）、北門扶少團（成淵高中）等新世代的未來領袖育成計畫，是有相當影響力的民間社團。

如何在老幹新枝的組織中，帶動創新，陳文聲社長提到自己在前社長和理事會當中將年度目標，自己的看見與想法，充分溝通，形成共識與計畫，擬定預算，帶領年輕扶輪社友「認真做代誌！」

愛好音樂，從事醫療保健產品代理，熱心教育事務，36週年社慶當天齊聚來自所屬扶輪地區（3482）、跨國、跨地區、跨社的貴賓與社友，音樂家、國、高中校長與家長會長，醫界友人齊聚同賀，展現他的人脈與好人緣。

陳文聲怎麼帶領台北北門社走向想像與夢想的道路，從就職到週年慶，都有安排大型的音樂演出，他要傳達什麼理念？陳文聲表示，自小喜歡音樂和歌唱，體會音樂除了能促進個人身心健康，眾人也可以自音樂薰陶產生共鳴，讓社會更和諧。舉辦大型音樂會希望有



緬懷並表彰台灣早年對音樂特別有貢獻的音樂家。選定台灣郵局2022年發行郵票來紀念的台灣4位近代知名作曲家（鄧雨賢、許石、楊三郎、周藍萍）為對象。（圖／台北北門社提供）

更多扶輪社友藉由精彩音樂節目欣賞而喜歡音樂，讓音樂融入生活，更進一步運用於扶輪的各項活動。



捐贈「北藝大歌劇班同學創作歌劇」拋磚引玉，台藝大教授林惠珍與鄧吉龍老師長期致力推動音樂搖籃的手，台北北門社陳文聲社長特別邀請長年熱中音樂灌溉的前總監劉思楨共同頒獎。

(圖／台北北門社提供)

2022-23 年度的亮點計畫主要以其較為熟悉的音樂來做扶輪的社會服務。

緬懷過去：「用音樂找回共同記憶，促進族群融合」地區獎助金案的申請。尋找一首早年大家熟悉的旋律，不分語言大家即可朗朗上口的台灣歌謠，來編成合唱曲，提出地區獎助金案的申請，「以音樂找回共同記憶促進族群融合」系列一（許石），拜訪許石家屬並獲得「南都之夜」原著的授權，委託台北愛樂文教基金會協助促成「南都之夜」4 部混聲合唱曲的出版，提供給全國合唱團體傳唱。藉由合唱曲的傳唱來達成「用音樂找回共同記憶，促進族群融合」的目的。

展望未來：捐贈「為台灣有志於歌劇深造的學生，創作新歌劇」拋磚引玉，期待未來獲得更多扶輪社友的持續支持。

說文解字

正音 (十七)



台中大屯社
陳怡德 PP Computer

筭^ㄅ 音「四」

方形竹箱；書箱。

成語：腹筭甚窘。謙稱學識不足。

鋤^ㄊ 音「居」

1. 一種兩端彎曲的鐵釘，用來固定建材，或接補有裂縫的器具。

如：鐵鋤。

2. 用鋤子接補器具。

如：鋤起來。

度^ㄉ 音「幾」

1. 置放收藏物的架子。如：度閣。

2. 置放；收藏。如：度藏。

庚^ㄍ 音「耕」

1. 天干第七位。

2. 年齡。如：同庚。

庚帖：舊式訂婚時，男女所交換載有雙方姓名、籍貫、三代世系，及生辰八字的帖子。

庠^ㄒ 音「詳」

古時對學校的稱呼。夏代稱「校」；商代稱「庠」；周代稱「序」。

庠序：學校的泛稱。

徐有庠：遠東集團創辦人。

各社活動輯要

3461 地區豐原北區社／張智惟

「扶輪之子在卓蘭」：本社助學行動圓滿順利

本社自始致力於社區關懷，最近在卓蘭高中校長的引薦下，啟動了一項跨區的助學行動。這個水果之鄉的小鎮有許多農家，他們的孩子需要助學金支持，同時也需要生涯指導。基於「扶輪之子」的理念，這項助學行動的目標是幫助中小學弱勢學生順利完成學業，鼓勵他們將來貢獻社會。

「扶輪之子」運作高效，學校推薦最需要支援的學生，捐款由扶輪社匯至學校，認養者能直接參與、見證受益學生成長，親力親為的參與方式讓認養者能直接看到受惠學生在逆境中成長，這對於參與的人們來說，是非常有意義的。



社長劉俊廷表示，本次跨地區辦理「扶輪之子」，主要是卓蘭雖處苗栗縣，但生活軌跡都與豐原緊密相連，社友子女與社友本身，也有部分在卓蘭就學就業，「扶輪之子」助學行動實質且有意義，幫助學生完成學業，促進社會健康發展，本社希望這計畫服務範圍能擴大，為更多學生提供機會，促進積極社會發展，這次活動圓滿成功，感謝社友的善心相挺。



3461 地區台中中興社／李伯友

長長久久的善念！

締結姐妹社 20 年來，2690 地區日本岡山岡南社一直用心支持本社，曾經多次在台灣的南庄鄉、南投縣、尖石鄉，甚至一起前往菲律賓協助馬尼拉基仁諾中區扶輪社完成許多國際服務、人道關懷的活動。

2023-24 年度是岡山岡南社重要的 30 週年授證紀念，邀集 55 週年的輔導母社岡山西南社及互





為姐妹社 55 週年的台中東南社、35 週年的本社共襄盛舉。2023 年 9 月 17 日由 Mario 社長，扶輪基金主委 Robin 及國際主委 Orion 代表台灣前往日本岡山市「津島兒童學院」，幫助身心障礙孩子們在學院的足球場興建一座「防球網」設施，也邀請足球選手、社友在現場與孩童進行友誼賽，場面

熱烈歡樂，是一次美好的國際服務活動，也為台日的友好交流，更邁進一步。

誠如主辦的岡山岡南社，磯邊崇社長接受媒體記者訪問時所說：「我們希望隨時看見孩子們的笑容」！

期望扶輪「善的願力」在每個服務活動中，為世界和平盡一分心力。

3470 地區台南中區社／許璿纓

112 年扶輪盃身心障礙者游泳比賽

台南市體育總會身心障礙運動委員會為提倡身心障礙者游泳風氣，增進其游泳技術及強健體能，以促進身心障礙者建立樂觀進取的人生觀，於 9 月 24 日上午 9 時，假台南市立大成國中室內游泳池舉辦「112 年扶輪盃身心障礙者游泳比賽」。

扶輪盃身心障礙者游泳比賽，多年來在台南市例行舉辦，除了鼓勵身心障礙朋友參與游泳運動的宗旨之外，發掘更多優秀選手以代表台南市參賽爭光，也是重要的目的。對肢體障礙與視覺障礙的選手來說，從事游泳運動所需克服的困難是非常多的，他們練習所需付出的時間與毅力較一般人



更多。但許多參賽選手仍能展現出精湛的泳技，可見其背後付出的努力！

活動當天本社社友及寶眷均熱心前往共襄盛舉，為來自台南市各學校、身障團體單位的參賽選手們加油打氣，展開各類組不同項目之游泳比賽，在大家熱烈支持鼓勵下，選手最後的成績均相當亮眼，112 年扶輪盃身心障礙者游泳比賽順利圓滿閉幕。

3481 地區新店萃英社

扶輪家庭日暨初咪農場職業餐訪

中秋佳節的前夕本社與初咪體驗農場攜手合作，為社友和他們的家庭提供一個別開生面的日子，充滿互動、學習和美味的活動，結合了親子旅遊和DIY 蔥麵包工作坊。

在DIY 蔥麵包工作坊中收穫新鮮蔥後，社友和家庭成員於工作坊與廚師一起學習製作美味的蔥麵包。參加者都習得了麵團製作、發酵和烘焙的所有步驟，也親自參與創作他們自己的綠蔥麵包。活動的高潮是品嚐新鮮出爐的蔥麵包，搭配初咪農場自製的蔬菜沙拉和當季美食，讓社友於團聚中共度愉快時光。



Steven 社長表示，非常榮幸與初咪體驗農場合作，為我們的社員和他們的家庭提供如此獨特的家庭日體驗。這不僅是一個讓我們共度歡樂時光的機會，還是一個瞭解農業和可持續發展的機會。

這次的扶輪社友家庭日促進了社員之間的聯繫，同時強調了可持續農業的重要性。初咪農場歡迎各年齡層的參與此活動，無需農業經驗，只需對農產品和美食有興趣即可。

3481 地區台北市和平社

陽明實業股份有限公司職業參訪

今年度社長莊見宗 Peter 是洗衣設備業，從上任前就著手安排跟洗衣相關的參訪活動，陽明實業股份有限公司主要是承包各大飯店、餐廳、布品洗滌及整熨洗滌設備，參訪當天下午我們來到南投竹山的洗衣工廠，感謝同樣也是扶輪社友的謝祝生董事長（3462 地區竹山社）親自帶領我們參觀以及詳細解說，從客房收回來的布巾、浴袍、床單、棉被、枕頭套等，都會送到洗衣廠進行清洗、烘乾與熨平。裡面充滿各種精巧的機器，洗衣廠員工會將





不同公司、不同種類的待洗衣物先進行分類及數量清點。遇到特別髒的汙漬，可以在旁邊的手洗區先進行清洗，然後丟進大型洗滌機器，根據待洗衣物的種類選擇設定好的套裝內容（洗滌劑的種類、劑量、洗滌時間等），就可以正式開始清洗了。衣物洗乾淨後，會被機器運送到樓上，在同條生產線進行脫水，再由員工拿起固定在夾子上，送入另台機器燙乾，最後再由人工熨平。經過職業參訪，我們對於洗衣工廠的流程有更多的認識，是一個非常有意義的參訪行程。

3481 地區台北信義社

授證 36 週年紀念晚會

本社於 9 月 19 日下午 5 時半假福華大飯店 B2 宴會廳舉行授證 36 週年紀念晚會，承蒙各界貴賓及友社惠賜花籃、賀儀，倍增本社光彩，隆情高誼，無任銘感，謹申謝忱。

36 年整整的投入公益是一件永遠值得記憶與紀念的生活。本社由老中青結合目前超過 50 位社友，攜手對社會、對人類、對世界有所貢獻與服務是大家一路走來加入社團的初衷。



社友們彼此連結和共享目的的精神，我們的目標在於不論是在社會議題或服務活動，都能得到

歸屬感。我們必須繼續締造包容和積極接納的環境，讓每位參與者都表現真正的自我。我們服務偏鄉老人、重症家庭與失學青少年等等。期待用拋磚引玉之心讓這些服務可以得到善的循環，本社全體社友們將繼續努力加油在另一個 36 年頭共創服務佳績。



3481 地區中和及安社／賴素月

第 257 次例會分享

時間：2023 年 10 月 25 日，主題：扶輪之子認養計畫。

由第九分區中和東區 PP Ted 所推廣「扶輪之子認養計畫」，為本地區首屆推廣之活動，盼大家

手攜手一起來關懷。以服務改善人生，推動扶輪之子認養計畫，讓更多人參與關懷弱勢學童，並付出愛心與實際行動，鼓勵正在就學的學生們不因環境困難而放棄夢想與學習機會，希望藉由認養計畫讓學生安心就學，培養學生感恩助人觀念，營造社會溫馨有愛，並勉勵學童不向命運低頭，努力上進。



這是由扶輪社友針對轄區在學弱勢兒少，發起的一項獎助學金計畫。以具體一對一認養方式來贊助學生使其安心就學、培養理財、投資自己與感恩助人的觀念。期望這個計畫可協助學生在成長過程中勇敢踏上追逐夢想的道路。由扶輪社所洽學校推薦最需要幫助的弱勢學生，認養人也可以透過自己的母校推薦認養的對象。捐款透過扶輪社匯至學校。



扶輪之子認養計畫宗旨為一起關懷、幫助其他的弱勢學生，形成一股「善的循環」；同時，也希望藉此激勵弱勢中小學生的進取心，提升其學習成效，避免誤入歧途或被犯罪集團所吸收而危害社會，造成國家的負擔。

計畫的推廣，有參與才有感受，持續支持扶輪之子認養計畫。

3482 地區台北城東社／郭中和

高雄茄萣國中暑期機器人體驗營

本社、淡江大學智慧自動化與機器人中心團隊，自 2016 年開始於高雄茄萣國中舉辦的暑期機器人體驗營，至今已走過 8 個年頭，舉辦了 6 場（2021 年與 2022 年因新冠疫情停辦），共計 110 人次。於 8 月 26-27 日舉辦，共 15 名中、小學生參加。

機器人體驗營招收對象為茄萣國中及學區國小學生，使用的教具為【LEGO MINDSTORMS EV3】，這是一套由丹麥樂高公司和美國麻省理工學院的媒體實驗室所開發的教具與圖控程式，學生可以循序漸進的學習機器人的原理與運作方式：



1. 透過對樂高零件的認識與組裝，做為學員創意發想的起點。
2. 課程的最後，所有學生皆可以結合感測器的應用來完成課程指定的題目（如循跡、避障



等等)。

3. 學生透過「做中學，學中做」的反覆練習與修改，將天馬行空的想法逐漸收斂到可以實踐的狀態，並從玩樂的過程中學會一些基礎的結構設計與程式設計。

4. 進一步培養學生掌握世界潮流，體認科技與機器人的時代，接觸科技應用的課程，進而實踐多元學習。

此體驗營是由淡江大學電機工程學系翁慶昌教授所指導的機器人研發團隊成員（由碩博士生與大學部學生組成），並由博士後研究員林怡仲領軍，每年小朋友們都反應熱烈，收穫滿滿。

3482 地區台北西北區社／李麗卿

燃點未來，聲援教育與音樂之美

教育和音樂，是社會進步的重要元素，也是本社一直以來關心並支持的領域。

對我們來說，教育一直是最有價值的資源之一。我們深信，每個孩子都應該有平等接受教育的權利，無論其出生背景或經濟狀況如何。因此，本社自9年前開始實行獎助學金計畫，旨在幫助財務困難的學生們繼續接受教育，這是對他們努力學習的肯定，也是對他們未來的鼓勵。



頒發獎助學金

音樂，作為一種跨越語言和文化的藝術形式，不僅能啟發創造力，也能夠培養學生的紀律和團隊

合作精神。正因如此，本社持續3年贊助「張正傑與大提琴走遍天涯海角音樂會」，這次音樂會在苗栗縣苑裡鎮藍田國小舉行，超越了校園的界限，邀請新隆國小和外埔國小，讓更多的孩子有機會接觸音樂之美。這場音樂會讓學生們欣賞到音樂家們（鋼琴家呂冠葦、豎笛家陳威稜及男中音林政勳）的精湛演出，也鼓勵他們參與，配合音樂家們的演奏；激發學生們對音樂的熱愛，也讓他們體會到音樂教育的力量。



左起：鋼琴家呂冠葦、大提琴家張正傑及豎笛家陳威稜

本社深信，教育和音樂有著無限的力量，能夠改變孩子們的未來，也能夠豐富他們的生活。我們將繼續努力，為教育和文化領域提供支持，點燃孩子們的夢想，讓他們茁壯成長，成為更出色的社會一分子。這也是本社的使命，期待著未來能夠繼續為社區和孩子們帶來希望和歡樂。

3482 地區台北蓬萊社

攜手扶弱——認護興南國小孩童 讓孩子安心就學

3482 地區自 2018-19 年度開始「地區扶輪之子服務計畫」，盼藉由各扶輪社友們的力量，秉「持恆關懷、持續服務」之精神，將「扶輪的愛」散播到台灣各個角落，以一位孩童的認護款為一年 12,000 元的長期計畫，藉此協助孩童安心就學並朝向正向積極面的人生發展。本社的孩童認護數累積達 34 名，我們深信長期穩定的供給生活補助和陪伴，能讓經濟狀況不健全的一家得以溫飽，讓孩童不要受限於經濟困境而影響教育權利，進而在安心就學的校園中建立自信，健康成長。

今年度 2023 年 9 月以前已完成認護 26 名孩童，其中透由本社社友張嘉玲 Anita 引薦下，首次認護中和區興南國小 13 名孩童及中和積穗國小 4 名孩童，本社亦於 9 月 14 日透過與台北圓環社跨區攜手合作送愛到南投縣仁愛鄉認護 9 名孩童。



9 月 21 日下午社長陳品蓓 Joanne 攜前社長陸彤 Ann、社友張嘉玲 Anita 一同代表本社前往興南國小完成捐贈儀式，由曾長麗校長代表致詞與感謝，說明目標學生需求並致贈感謝狀。當日現場感謝新北市中小學家長協會雙和區總會林秉宏會長、家長會黃貞瑜會長、田金玉會長、常務委員音華及志工隊蔡淑琿隊長皆特地一同出席熱心參與，此認護善款的付出讓學童減輕些經濟壓力，能夠穩定地安心地就學，相信讓大家都感受台北蓬萊社「女力」滿滿正能量。

3490 地區基隆東區社／張毓芳

2023-24 年度台日扶少團交流活動

樂在付出享受過程——活動歷程記錄分享

這次由本社主辦，舉辦為期 4 天的台日扶少團交流活動，在短短 4 天內，我們不僅為同學規劃了豐富的行程，每項行程並更具有十分大的意義：

- 學術交流：參觀在海洋大學舉辦的全國科學博覽會及海洋科學博物館。
- 體育交流：在瑞芳高工體育館舉辦羽毛球團體分組賽。
- 扶輪交流：在本社社館舉辦扶少團聯合例會。
- 社區服務學習：至七堵區友二里 3 位平均 100 歲的長者家，進行關懷訪問並協助居家清潔，以及與 10 位長者一同共餐，協助上菜及桌邊服務，同學們與長者們開心共桌談天用餐。
- 文化及地理交流：參觀和平島地質公園、黃金博物館、五坑坑道及基隆廟口。
- 友誼交流：心得分享會，一同分享交流心得，開心歡唱。



在此次豐富的行程下，筆者及社友也一路陪伴著同學們，看著他們從陌生靦腆到展開笑顏，不受語言限制，彼此交流開心體驗各項活動，4 天之內成長許多，實在是充滿了感動，我們在旁邊，也就像爸爸媽媽般的，一路拍照記錄著開心的點點滴滴，相信透過此次活動，不僅增長了同學們的國際觀，更讓他們眼見更加寬闊，在成長的路上能有非常大的助益。



3490 地區三重北區社／楊春梅

五北職業參觀

一年一度的五北聯合職業參觀（3501 地區新竹北區社及中壢北區社、3502 地區桃園北區社、3490 地區板橋北區社及本社）今年由板橋北區社擔任主辦社於 10 月 13 日前往蘇澳港區龍德造船廠參觀。

上午 9 時半各社陸續





抵達蘇澳港區龍德造船廠，由簡報得知龍德造船成立於 1979 年，以努力不懈的創業精神延續至今，他們是由一支小而緊密的專業設計團隊和建造團隊所組成，開發出從設計到竣工的完整造船工藝。除了一般交通船、旅客船、交通艇外，也承攬海軍船艦的建造，該公司造船的精神就是源自內心深處面對失敗，把夢想變成真實的力量，勇者不懼！值得我們學習。

中午 5 社社友及寶眷一同餐敘聯誼，大家總是珍惜這每年一次的聚會，餐敘時各社輪流到各桌去敬酒打招呼，雖然是一年見一次，但都感覺很親切。歡樂時光總是過得很快，餐敘結束也是離別的時候，期待明年再相聚。

3490 地區花蓮社

聯合社區服務

8 月 12 日本社與 3482 地區台北北門社舉辦聯合捐贈社區服務活動——「傳愛部落，愛不止息」暨部落弱勢兒童老人全面健康諮詢及義診，熱烈舉行。

本次捐贈新台幣 20 萬元（每社 10 萬元）並由花蓮社社長的康寧診所捐獻部分實物物資。本次資助對象為「花蓮縣秀林鄉小太陽關懷協會」，該協會長期幫助偏鄉 250 多位孩童及六個部落 300 多位獨居老人和臥床長者的實際需求，經費拮据急需救援。並邀請醫師社友們組成聯合義診隊，協助部落兒童和老人進行



全面健康篩檢以及醫療及藥物諮詢。義診團隊有花蓮社：楊代雲（心臟內科）、黃啟嘉（耳鼻喉科）、張乙朝（眼科）、蔡耀德（外科）及龔逸明（牙科）等醫生及其他張皓森醫生（中醫針傷科）、林芳宇藥師及糖尿病朱萱雅衛教師等。聯合義診服務成果統計如下：內科 56 人次、外科 19 人次、耳鼻喉科 15 人次、牙科 22 人次、中醫 16 人次、眼科 41 人次、糖尿病衛教 32 人次及藥事服務 62 人次，在 2 小時內，共服務需求民眾 253 人次，反應熱烈。本社社長楊代雲醫師表示，非常榮幸能夠參與這場義診與捐贈的活動，希望藉著這次的聯合捐贈，讓更多的愛心能夠持續延

續在各個偏鄉的部落。

3490 地區板橋社

秋季旅遊——苑裡小鎮・貓狸風情二日遊暨聖誕世界

規劃已久的秋季旅遊在 Brain 社長、Banker 祕書及 Tiger 社友的縝密規劃及社友們期盼的心情下，終於踏上旅程。

10 月 19 日的首站，前往由 PP Gas 介紹及推薦的聖誕世界職業參訪，「聖誕世界」是「聯瑩工藝 ACR」推出的第一個自家品牌。在三年的疫情期間化危機為轉機，由出口轉向內銷市場，開啟從外銷 OEM 代工轉型自創品牌的契機。



一進入廠區，目光即被玲瓏滿目的聖誕布置物品所吸引，各式各樣的顏色很是療癒，走一步、拐個彎，就會有驚喜與突然出現。在聖誕節之際，藉由和家人一起攜手布置聖誕裝飾，讓美學從生活開始，一起裝飾家的美感，創造幸福回憶。

緊接著前往 17 公里海岸線，被喻為「北台灣最美自行車道」，第一站為魚鱗天梯，以魚鱗式階梯取代傳統消波塊，讓遊客能更親近大海。之後正式踏上 17 公里追風之旅，新竹 17 公里海岸線自行車道寬敞平坦，騎起來舒服又愜意。途中經過看海公園，其中最顯眼的建築為「新竹市環境保護局」，為華裔建築大師貝聿銘之作品，在清風徐徐中享受著夏日陣陣涼意，使心情隨之舒暢起來，讓人感到無比的愜意與歡暢。

午餐假五代造船廠海鮮餐廳享用，享用完豐盛午餐隨即前往隔壁參訪造船廠，餐廳老闆娘同時也是萬昌造船廠第五代，在老闆娘的熱情介紹下，瞭解萬昌造船廠深耕南寮，已有五代造船經驗。

下午前往山那邊——綠葉方舟享用下午茶及山林間芬多精的洗禮。園區佔地大到讓人驚嚇，像是坐落山谷中的綠色小鎮，餐廳中保留了一大片自然的綠地，可以聽見蟲鳴鳥叫聲，大自然的樂章真的很療癒，能坐著靜靜感受美景，在都市中的繁忙心情一定能瞬間舒緩不少。

晚餐假享沐度假酒店享用。晚上 KTV 歡樂時光，點播了一系列耳熟能詳的名曲，大家交替輪唱，氣氛十分熱鬧，歡唱時間於晚間 11 時結束，離場時大家仍意猶未盡。

10 月 20 日，享用豐盛早餐後，立即搭車前往台灣蘭草學會，體驗蘭草編織美學。隨著工業化的興起，塑膠製品漸漸地取代傳統手工產業，蘭編產業逐漸凋零沒落。十幾年前，苑裡在地居民為將此項珍貴的蘭編工藝保存下來，居民們自組了「台灣蘭草學會」，致力於保存及推廣蘭編工藝。

午餐假大楊梅鵝莊享用。隨後驅車北上返回板橋，結束愉快的苑裡小鎮・貓狸風情二日遊。

3510 地區高雄中山社

助失親兒們找尋未來發展方向

本社舉辦青少年就業輔導，邀請社友陳冠宏 Logan 協助失親兒實地參訪愛妮雅化粧品公司，社友 Logan 不僅邀請美容老師親自教學還讓夫人親自上場為孩子們開好運眉，教導孩子們出社會工作

要先重視自己的美姿美儀才能讓老闆留下好印象。

身為愛妮雅化粧品副總的陳冠宏 Logan 說，有位學員聽完他的分享，問他是不是相關系畢業的，才頓時發現他已跨界20年了，因為本身是機械相關科系畢業，Logan 覺得只要懷著對工作的熱情，不管在各行業都能發揮出好的表現，在工作中，做中學、學中做是智慧。



他期許此次為失親兒基金會舉辦職涯探索營活動，讓學員們能在未來求職路上，心中有個方向，勉勵各位學員將來進入職場後都能時時保持感恩的心，感謝周遭的人事物，相信正向能量便會感染更多的人，也期許每位學員在未來不管在求學或就業都能保持初心，在每一個場所都能抱持堅持的信念繼續努力，熱情、感恩、堅持！



3510 地區高雄西北社／王雅玲

台北秋季旅遊記趣

秋季旅遊以士林官邸為首站，下車時下了一陣大雨又逢館內整修不得其門而入，和陽明山國家公園一樣，



繞了一圈，真正走馬看花，到此一遊。

雖才吃過早餐，獲得米其林必比登推薦的美食松竹園土雞城，一道道台式下飯菜餚，還有附近農家的野菜，同時擄獲台灣和日本人的胃，意外物超所值。

紀念國父百年誕辰而興建，以中國宮殿式建築為樣本，依山而建，綠瓦白牆搭配紅簷，設計裝飾上更融合許



多吉祥元素，百元紙鈔背面圖像中山樓，是場歷史知性之旅。

假日總統府不開放，只能於廣場合影留念過乾癮。而排了很久的隊，所費也不貲，但因晚餐預定時間迫切，無法多逗留，快閃台北 101。

三井日本料理浪漫邂逅 PP Nick 自北海道扛回來的巨無霸清酒，引爆舌尖上火花。也算是 Googbye Party。

第三天，前往姊妹社指定的故宮博物院特別安排導覽，帶大家看了馳名的翠玉白菜和肉形石，還有配合仙佛神鬼題材畫作，詳細解說來歷、淵源，奈何因班機時間，亦需割捨。故宮晶華午宴，言談間都是颱風動向，Yeh 社長顧及安全，取消了雲林八斗子海鮮晚餐，直接返回。

而這群有福之人，一路閃過強風暴雨，下午 6 時 20 分平安、圓滿返抵高雄。

3510 地區高雄市大愛社／梁華葵

以愛護愛 本社助罕病合唱團赴育幼院公益表演及捐贈

中秋節前的 9 月 24 日下午，本社與罕病基金會合唱團聯合前往高雄市永安兒童之家，共同舉辦社區服務「天籟詠月·大愛轉動」公益表演活動及捐贈。

今年罕病合唱團團員許願，提到過往病友總是手心向上受社會扶助，希望也能由受助者身分轉換成給予他人正向力量、手心向下的角色，因此，本社與該團共同走進位於大寮地區專為安置 18 歲以下因家庭變故或保護個案的兒童及青少年，提供一個健康、安全成長環境的「永安兒童之家，共同完成一場感人的活動。

舞台上，罕見疾病玻璃娃娃、小腦萎縮症、狄蘭氏症等各類病症病友用生命小故事以及自創的歌曲，向坐在台下的育幼院院生們說著如何奮力不放棄、怎樣在疾病攻擊下還能微笑，獨一無二的生命故事。觀眾席中，社友分坐於數十位育幼院院童之間，陪伴他們一起欣賞表演，三方互動溫馨融洽，表演當中院童還與台上演出者遊戲搶答、笑聲連連；這次本社除了贊助罕病基金會舉辦公益表演，CP Michelle 亦挹注本社同時捐贈永安兒童之家善款，為照顧弱勢兒少盡一分力，更讓社區服務有雙倍加乘的效益。

Mei 社長特地選在中秋節前，與社友們一起關懷陪伴院童並欣賞罕見南區天籟合唱團



的表演。活動尾聲，社長及社友 PP Lesly、Amy 準備了月餅禮盒送給罕病家庭及永安院童，祝福大家有個溫暖愉快的中秋佳節！

3510 地區高雄燕之巢社／陳清泉

中秋節、慶生會、結婚週年慶暨爐邊會、嘉義一日遊

一日遊加爐邊會，融會貫通，使命必達，全力以赴。時常在訓練會上聽到的幾句話，如果再加上點、線、面，也許更加精彩。一個旅遊，讓筆者結合了社友跟社服團一起同遊，爐邊會在一個餐桌上的合諧氣氛中，找出了一位社中女豪傑出來擔任 PE，真的太感動了！踏出，必能成功。

一早，看到大家帶著家眷，興高采烈的參加計畫多時的外傘頂州一日遊。在簡短的問候中，我們來到了遊客中心。在等船的時間，扶青社、社服團、本社一起留下了永恆的記憶。經過船東的介紹，我們終於來到一個想像不到的沙島。一望無際，在一片平坦的土地上，大家盡心盡力的享受親子活動，抓螃蟹、挖文蛤，筆者告知挖到一粒會獎勵一百元的零食費用，真不簡單，在同心協力下找了三粒。在一個半小時的時間裡真的留下美好的回憶。搭船返航，在船上舉辦了慶生、結婚週年，以及對老人家的慰問紅包、文蛤頒獎。



中午的爐邊會共 4 桌，在大家努力下，微妙的安排，歡樂氣氛中，年輕貌美的女社友 Selina 答應接下 PE，真好，扶輪社真的只要勇敢的踏出，心存善念，必能完成任務。在一陣的歡呼聲中結束中午聯誼。在以兒童為主題的景點——三隻小豬觀光農場裡，盡心享受的親子遊戲，興高采烈。我們也在快樂的時光中，完成了一個快樂的活動。

3510 地區阿公店社／劉柱均

本社主辦「扶輪有情·淨灘愛地球」聯合社區服務活動

中秋節淨灘活動是本社延續多屆的大型公益活動，地點選在美麗的蚵寮海灘，令人難以忘懷的經驗。作為扶輪社的一員，感到很榮幸能參與如此有意義的活動。

在活動中，我們團隊一起前往沙灘，穿上手套和口罩，開始清理海灘上的垃圾。一開始，我們看到海灘上散落著各種塑料袋、飲料瓶和其他垃圾，心裡感到有些沮喪。然而，隨著團隊的努力，海灘逐漸恢復了清潔和以往的美麗。

這次活動給了我們一個機會反思自己對環境的責任。我們看到海洋中的垃圾對生態系統造成了嚴重損害，這讓人更加堅定了保



護環境的決心。

參與這次中秋節淨灘活動的過程中，筆者還收穫了一分彼此合作的美好回憶。我們分享著工作的忙碌和成果的喜悅，互相鼓勵和支持。這次活動不僅認識了新朋友，也感受到團隊合作的力量。

3510 地區鳳山西區社

台灣頂級石材品牌「奢石之王」承豪石材
吸引本社及鳳山東區社社友職業參訪

承豪石材因精奢裝修風潮，深獲台灣頂端客群偏愛，創始人陳博崑先生白手起家，開創國內奢石市場，為了打造夢想中的石材館，走訪世界各國石材商並大膽與國際潮流接軌，引進他人所不敢引進之稀有獨特石材品種到台灣，成為國內市場第一間將天然石種的藝術性完整呈現的公司，不僅吸引了許多知名室內設計師及崇尚生活品味的業主，也吸引了本社及鳳山東區社社友及寶眷們前往燕巢承豪石材高雄館職業參訪，在透過華歐室內裝修設計公司副總黃俊良 Anthony 的引薦下認識了站穩台灣石材奢石界





的領導品牌。

本社社長蔡昀宗表示，職業參訪是扶輪社行之有年的重要活動之一，藉由職業參訪互相交流，瞭解不同職業領域，鳳山東區社社長彭家宸也表示透過參訪瞭解石材的多元性及天然石種所展現出來的藝術面貌，都讓人感受到一種精品魅力，在導覽過程中，經由專業人員的介紹及詳細說明，可以看見一塊塊原石裁切的「大版」並置，讓社友寶眷們能夠看見同一塊原石不同

切面的連續性與變化性。同時也介紹了許多石材的故事，以直立、背後透光的方式，呈現出了大理石最美麗的樣貌。帶領大家感受石材不同層次的美感，像是一幅幅藝術品般呈現出來，只見社友及寶眷們個個都讚嘆不已，紛紛表示獲益良多，不虛此行。

3510 地區屏東社

為世界創造希望——崇蘭國小科學力教材贊助計畫

本社主辦屏東縣第一分區聯合社區服務——崇蘭國小科學力教材經費補助計畫，正式邁入第四年了，內容也從创客機器人智高積木到了 A.I. 人工智慧，本年度捐贈儀式於 10 月 13 日上午 10 時假屏東市崇蘭國小 3 樓視聽室舉行。

科學教育是需要長久且持續方能見成效，這也是本社連續 4 年在這裡舉辦科學力



教材贊助計畫的原因，期待在屏東縣第一分區聯合的支持下，能提升課程教學品質，讓同學們從實作中培養解決問題的能力及動手做能力，以及擴展孩子們科際領域視野。

崇蘭國小將科普教育與課後社團機關王社團或创客自造班社

團相結合。把積木或機器人相關的程式課程，藉由動手實作培養學生創造思考、解決問題能力，並鼓勵有潛力的學生代表學校參加校外創客機器人相關比賽，在各項比賽皆有優異的表現，2023 年度屏東區賽積木創客盃程式比賽同時榮獲冠、亞軍。展現該校科普教育與其社團之成果。陳永峯校長在致詞時特別感謝扶輪社的無私付出，讓孩子們能有如此優秀的成績展現。

最後，再次感謝屏東縣第一分區各友社的全力協助支持，也謝謝陳永峯校長的全力配合，我們明年再見。

352 | 地區台北關渡社／林昀萱

樂在中秋：歡聚團圓的美好時光

中秋佳節，圓月高懸，家家戶戶都在準備迎接一年一度的團圓時刻。今年的中秋聯誼活動，我們決定一起在「共享廚房」度過美好的中秋時光。

KOOK LIVING：是留下歡笑回憶的聚會包場場地、是交流廚藝分享美食的共享廚房，像到家中作客，聚餐也能自在又舒服。起因是看到扶輪好友分享，想說很適合關渡扶輪的家人們一起料理、烤肉的理想聚會場所，因此今年的中秋聯誼也想在共享廚房同樂。

活動的一開始我們動手擀麵糰，將麵糰慢慢擀成 pizza 的 size，再撒上事先準備的各種美味的肉類、蔬菜和調味料及起司，讓每個人都可以成為料理大師。在等待烤 pizza 的同時，我們進行第二道的料理：包潤餅。大家輪流灑上花生粉包裹自己喜歡的餡料，多了幾分 DIY 的樂趣。今年的中秋節，社裡多了 3 位 RYE 的交換生，分別來自巴西、墨西哥和法國，大家的歡笑聲交織在一起，讓人感到非常開心。



遊戲也是我們聯誼的一個亮點。這次的中秋活動，我們玩了比手畫腳的遊戲，分成幾個小組，請大家輪流上台比一比、畫圖，讓台下的組員舉手搶答，考驗彼此之間的默契。更透過在遊戲的過程中培養大家的情誼。遊戲一輪之後，肚子似乎還有空間裝下甜點，感謝場地的創辦人緊接著帶著我們一起做柚子鳳梨酥，將餡料包在餅皮中，壓下可愛的模型，變成一個個可口的柚子酥，尤其烤好出爐後的香氣，更是令人難忘。

這個中秋，我們不僅享受到了美食、音樂和遊戲的樂趣，還感受到了團圓的溫馨和分享的快樂，也謝謝社友們的分工合作，讓此次的中秋聯誼圓滿成功，祝福大家中秋佳節愉快。

352 | 地區台北市基河網路社／許惠捷

「銀杏的種子」職業服務計畫

秋天腳步將近，生活裡的顏色也將轉變，秋天除了楓葉，少不了銀杏樹的金黃，銀杏的暖色調正好帶給秋瑟正面而溫暖的力量……。

「銀杏的種子」是一項透過「社友職涯分享」與學童互動的職業服務計畫，支持學童探索自己的職業志向，當心田種下種子，只要適度灌溉、給予資源與環境，就能發芽長大，適性發展，踏實築夢。

本次「銀杏的種子」計畫，來到基督教貴格迴龍弱勢家庭關懷中心，分享人是來自香港團建公司創動力的 Nancy，除了跟小朋友分享自己的成長故事，也跟同學們介紹團建公司的遊戲，以及要成為團建導師要具備那些特質。



小朋友非常驚訝，原來「愛玩」也可以成為職業，一直玩耍也可以帶給公司很多的價值。

小朋友在遊戲中體驗團建，透過地雷陣、賽道遊戲，感受到團隊合作、互相配合的重要性，同時由社友擔任引導師，在一旁鼓勵和引導小朋友朝目標前進，在與小朋友的互動中，認識到小朋友充滿學習潛能，社友回饋說：「如果有正向的典範適時引導，未來都是優秀



的主人翁。」活動在歡笑中圓滿落幕，小朋友依依不捨，包圍著 Nancy 姊姊問問題，期待本社下次可以再帶來有趣的分享。

352 | 地區台北市欣生社／戈思義

3521 地區 2023-24 年度第一分區聯合社區服務活動——

贊助「台灣生命教育學會——病人自主研究中心專案計畫」捐贈儀式

社團法人台灣生命教育學會——「病人自主研究中心」，是台灣唯一專注弱勢者「善終」權利的民間單位。6年來，病主中心致力於推廣《病人自主權利法》，從對醫療團體的教育訓練基礎開始，與社會大眾溝通生命識能，並堅持守護弱勢族群的權利與生命尊嚴。

病主中心的弱勢創新服務方案，除了致力為特殊族群朋友提供更友善的預立醫療照護諮商，協助他們簽署預立醫療決定外，同時也與社會各界團體共同推動「病主法」，更持續透過軟性、溫馨的桌遊體驗、四道人生藝術坊等活動，協助開啟家庭間的生命對話與支持。在持續前進的路上，非常感謝



來自夥伴們與學員們愛的回饋與鼓勵，都是生命教育學會的重要能量。

病主中心一直努力弭平社會弱勢族群在健康、醫療、社會保護與生命教育方面的資訊落差與資源不均，破除結構性排除，並督促政策的落實。中心與跨領域夥伴合作，至今已協助超過 1,000 個案例的弱勢家庭獲得善終權利保障。每個失能臥床者無尊嚴的告別，是個人的巨大痛苦、是家庭的悲痛與沉重的負擔、也是長照悲歌、更是造成弱勢家庭世代複製弱勢狀態的元兇之一。讓我們大家共同來支持社會弱勢族群、奮力翻轉命運，一起成為改變生命的起點！

本社長期以來致力於扶輪的七大焦點領域，特別是在「關懷社會弱勢族群、重視生命教育和扶持迷失的青少年」。是日上午舉辦的年度分區聯合捐贈儀式，我們特別邀請地區總監 DG Michael 與各社社長、秘書和社區服務主委前來共襄盛舉；經由楊玉欣創辦人的致詞與現場播放的影片介紹和成果感動分享，現場的氛圍顯得既溫馨又感人。

3521 地區台北市瑞安社

「為世界創造希望」

生命橋樑助學計畫十年有成舉辦論壇

國際扶輪生命橋樑助學計畫自 2014 年開始推動，該計畫由本社發起，今年全台 12 個扶輪地區有 6 個地區參與，包括台北的 3521、3522、3523 地區、中彰投的 3461 和 3462 地區、以及雲嘉南的 3470 地區。10 年共計資助 2,043 人次，總投入金額達新台幣 9,477 萬元。

2020 年蔡總統曾親臨生命橋樑課程給予肯定與鼓勵。計畫發





起人 3521 地區前總監馬靜如向蔡總統承諾「一步一腳印，要一直走下去」。今年生命橋樑助學計畫十週年，於 2023 年 10 月 21 日舉辦論壇，邀請到國泰金控投資長程淑芬女士分享「金融業的永續影響力」、奧美公關總經理劉堯天先生則以「人生的第二份工作」鼓勵在工作岔路口的每一位年輕

人。演講後的分組座談由企業界和相關領域的社友擔任主持人、與談人、生命橋樑學生、畢業生、社友們交流，討論熱烈，成果豐碩。感謝 3521 地區總監 DG Michael、3522 地區 Benison 總監親臨勉勵、PDG Audi 分享對計畫的感動，以及各社的參與，包括遠道而來的 3470 地區斗南社、嘉義社社長、3502 地區桃園東北社社長，共約有 200 位各界人士參加這場論壇。

十年是一個里程碑，計畫與時俱進，但不變的是扶輪一向強調的「親手服務 Hands-on Service」與一路走來、始終如一，持續為「為世界創造希望」的扶輪服務精神。

3521 地區台北百川社／李建輝

「不留餘蒂」百川攜手北一女西門町淨街活動

「塑膠汙染」最嚴重是「菸蒂問題」，專家表示菸蒂需要 10 年時間才能完全分解，而釋放有毒化學物質砷（老鼠藥成分）、鉛（影響兒童大腦發育）、尼古丁，持續殘留於土壤、水源中，對環境構成極大威脅；台灣一年菸品產生約 5,630 噸重的菸蒂，堆疊超過 260 萬座 101 大樓。是日頂著高溫，本社第四屆社長閻發奎 Frank 帶領並偕同北一女中「菸沒綠洲」，在西門町舉辦「不留餘蒂」淨街，讓菸頭不落地、環境更美麗，兩小時淨街撿拾至少 5,000 個菸蒂，水溝蓋、花圃竟可以撿到超過 50 個菸頭。



Frank 社長期盼藉由淨街服務讓大眾重視環境整潔，參與活動的本社社友與北一女中「菸沒綠洲」



洲」的同學，除動手撿拾菸蒂外，還討論有哪些方式能讓菸蒂不落地，大家發揮想像，有再回收菸蒂變成泰迪熊填充物、自覺攜帶熄菸盒、從自身戒菸、鼓勵商家勸說客人、由扶輪社頒給榮譽標章、身體力行影響周邊的人改變抽菸習慣、扶輪募款作為對價換取回收菸蒂、嚴厲執法亂丟菸蒂等等。

最後 Frank 社長總結：「藉由本社拋磚引玉，讓更多扶輪社友、社團、大眾加入淨街，讓撿拾菸蒂活動能持續；希望鼓勵中、小學生參與，扶輪社獎勵貢獻的學生與學校，讓下一代從小重視環保、

拒絕菸害、培養不亂丟垃圾及菸蒂的好習慣與公德心。」

3523 地區台北永康社／許秀明

泳渡日月潭

泳渡成功，想以過來人的經驗來分享。不游讓你想一輩子，游了讓你講一輩子。

感謝地區舉辦泳訓及碧潭開放水域試游，還好有這些事前準備。要不然直接丟下水，真的會嚇死。

要謝謝 PP Timmy 借我救生衣，還好有此神衣，我才能一水上都浮著，沒有沉沒水中。

不過有神衣並不能幫助到達終點，也要靠神人幫忙。筆者真是有八輩子的好福氣，秘書長 Ethan 從頭到尾夾帶著我的魚雷浮標，我像一隻被牽著繩子的小狗，在後面游著，永遠不會落單，還會慢慢前進，超有安全感。



另外一邊，我們家不會游泳的 IPP Coco 有鐵人阿棟特快船的幫忙。鐵人一路前行，不到 2 個小時就完賽，真的是太強大！



其他人呢？包含 PP Timmy、他的兒子和交換生、在水上談笑風生的地區秘書長 PP Kevin、在碧潭有表演水上芭蕾的歌唱主委 Seppi、Seppi 的兒子、和老公阿棟一樣厲害的夫人棟嫂，則完全不見人影。日月潭真的是很大啊！

前 500 公尺，超級遠的，游了半天都不會到。好不容易到達之後，1,000 公尺也超級無敵遙遠的，那顆白色的氣

球好像天邊的星星一樣遠。秘書長 Ethan 終於也會累了——在 2,000 公尺時。不過過了 2,000 公尺，差不多就過了三分之二了，最後的 1,300 公尺，卻好像是海市蜃樓，明明就看得見，游了半天卻還是一樣遠。

終於到達目的地了，腳都幾乎站不起來。呼，真的有累。

有人說真正的併購發生在併購之後，真正的彼此瞭解開始在結婚之後。我要去找教練好好練一下游泳。真正的學會游泳，是在泳渡日月潭之後。

3523 地區台北市碩華社

第 11 分區聯合例會

今年度本分區第一次聯合例會在本社的主辦下圓滿落幕，每年度分區各社都會輪流主辦聯合例會，屬於分區聯誼的盛大活動，匯聚了分區友社的扶輪社社員，共同探討社會服務和友情合作的議題。這次例會邀請了華視主播陳雅琳為大家分享，講題為：「真相的震撼——站在新聞的最前線」。

陳雅琳是華視新聞的主播和新聞記者。她在新聞界有著豐富的經驗，專注於報導各種重要的新聞事件和社會議題。這次的分享回顧了她作為新聞前線主播的經驗，探討新聞記者在新聞現場的角色，包括如何尋找事實和真相，並確保其報導的準確性。在報導敏感議題或危險情況下，新聞記者面臨的倫理抉擇，以及如何平衡新聞自由和公共利益。她強調了媒體的責任，即提供公平、客觀的新聞報導，並關注社會公益事業。



扶輪社分區聯合例會是一個具有深刻影響力的活動，每次活動都邀請各行各業最頂尖的職人分

享，使社員們獲益良多，這次陳主播的分享也是；她的報導和新聞工作提醒我們，媒體在社會中的作用至關重要。在這次分區聯合例會中，深入瞭解了一些重要的社會問題，以及我們如何通過扶輪社的服務項目來回應這些挑戰。讓社員們深刻意識到自己的工作有多重要，每個人都有責任為改善社會做出貢獻。

最後，感謝分區各社的支持與配合。分區聯合例會建立了深厚的友誼。期待著未來的合作和

活動，並相信我們將繼續共策未來，凝聚友情，為社會服務做出更多的貢獻。



稿約



- 1) 本刊為國際扶輪認證之唯一華語區域扶輪雜誌，是國際扶輪與社友共同推展扶輪公共形象之重要媒介。竭誠歡迎依照以下準則撰寫扶輪服務計畫及活動，也歡迎分享專業新知、趣味軼事、嗜好收集、保健理財等文章。
- 2) 推展扶輪公共形象——國際扶輪要求本刊刊登的文章照片，必須以展現扶輪人是「採取行動的人」，及造福社區改變世界的重要影響力，彰顯扶輪服務計畫受益對象，俟後生活獲得重大改善的感人服務故事。
- 3) 著作權、隱私權、保護青少年、扶輪標誌：投稿作品之圖文照片必須皆為本人創作；非投稿者創作（尤其源自於網路者）部分必須以書面取得原著作人同意；投稿作品無償供本刊及國際扶輪使用；為防範兒童及青少年受到侵擾，拍攝或使用他們的照片必須由監護人或單位允准；作品中扶輪標誌須遵循國際扶輪品牌規則，不使用舊有的藍金扶輪徽章圖照，除非文章是描述歷史事件。投稿本刊之作者，視為投稿人已了解並同意遵行上述規則。如有任何糾紛，概由投稿人負責。
- 4) 文字與照片——文字以簡要為準。照片以具故事感、有張力之作品為佳，並附註簡短說明。入選月刊封面者，可獲稿費新台幣 3,000 元。
- 5) 各社活動輯要——
 - 簡要報導符合七大焦點領域的服務活動者優先刊登，文稿需在 300 字以內。
 - 例會、授證、社友職業參觀、聯誼郊遊、節慶等活動則視是否具有特色及月刊篇幅情況選登，文稿需在 100 字以內。投稿日期超出活動時間 1 個月者，恕不刊登。
 - 投稿各社活動照片每則以 2 幀為限，由本刊選登。截稿日期為前個月 1 日。
- 6) 私人函件恕不轉載刊登，但歡迎改成報導扶輪活動形式投稿。地區聯合活動之稿件，約 1,200 字左右，照片 3-5 幀。
- 7) 請將文字檔及圖片檔（高解析）分別 E-mail 至 editor.rotapub@msa.hinet.net 或將打字稿、電子檔案寄至 104 台北市中山北路二段 115 巷 43 號 7 樓之 1 台灣扶輪出版暨網路資訊協會（以稿紙繕寫亦可，字跡力求清晰，字跡不清晰者延後處理），以增本刊編輯效率。
- 8) 稿件請註明姓名、身分（社友、寶眷，或幹事）、社內稱呼、所屬扶輪社、地址、照片（背面請加註社名、活動說明）及電話，照片恕不退還。社友及寶眷投稿恕無稿費。
- 9) 投稿內容若有不實、毀謗、違反善良風俗，或涉及宗教、政治等內容者，不予刊登或予以刪除。同一服務活動不予以重覆刊登，本刊對來稿有取捨及刪改權。如因篇幅關係未獲刊登敬請見諒。
- 10) 本刊為求準時出版，月刊每期截稿日期為前個月 10 日，逾期稿件則延期處理，敬請合作。

台灣扶輪月刊廣告訂購單

2021/5/7 修訂

台灣扶輪月刊廣告價目表

版位	完成尺寸	提供尺寸(裁切用)	單價	數量	總價
封底	19×26 公分	19.6×26.6 公分	NT\$24,000-		NT\$
封底裡	19×26 公分	19.6×26.6 公分	NT\$12,000-		NT\$
一般內單頁	19×26 公分	19.6×26.6 公分	NT\$6,000-		NT\$
含稅總計					NT\$

廣告指定刊登期別：

_____ 年 _____ 月、_____ 年 _____ 月及 _____ 年 _____ 月

付款方式：

廣告客戶及社團法人台灣扶輪出版暨網路資訊協會雙方於本訂購單簽章確認後，由廣告客戶於三日內將款項一次全部付清並電匯至：

華南銀行儲蓄分行；戶名：社團法人台灣扶輪出版暨網路資訊協會；

帳號：101160538383；並將匯款單傳真 (02)2541-8608 或以電子郵件寄至：

editor.rotapub@msa.hinet.net 或 taiwanrotary@taiwan-rotary.org

- 1) 廣告客戶簽名確認後即是同意遵守附件「台灣扶輪月刊廣告施行辦法」。
- 2) 廣告由客戶事先依所確認刊登版位尺寸自行完成設計及修改。
- 3) 廣告刊登連續 12 月分者，最後一期得予以免費。

確認：

廣告客戶：	社團法人台灣扶輪出版暨網路資訊協會
統一編號：	統一編號：42402630
電 話：	電 話：(02)2541-8756 / 2541-8580
傳 真：	傳 真：(02)2541-8608
電子郵件：	電子郵件：editor.rotapub@msa.hinet.net taiwanrotary@taiwan-rotary.org
地 址：	地 址：台北市中山北路二段 115 巷 43 號 7 樓之 1
聯絡人：	聯絡人：
手 機：	手 機：
簽名處：	簽名處：
日 期：	日 期：
公司章：	公司章：

連絡電話：(02)2541-8756，Fax：(02)2541-8608

Email: editor.rotapub@msa.hinet.net / taiwanrotary@taiwan-rotary.org



• 主編 •

編輯 後記

RI 社長葛登·麥金納利在本期邀請聯合國氣候變遷大會 (COP28) 執行長桑吉·史里坎桑 (Sanj Srikanthan) 來共同撰寫這個月的專欄；包含兩項全球危機的交替作用即氣候及心理健康，這些災害所造成的情緒痛苦也讓人們難以恢復及重建。

Diana Schoberg 撰文〈以食物為語言所教會我們的事——一個扶輪聯誼會用味覺團結世界〉敘述扶輪社員參加義大利扶輪美食家世界聯誼會的第一次跨國聚會經由，社員間藉美食分享體驗。

PDG Knife 獲國家生技醫療發展基金會頒贈「醫療社會服務終身成就獎」所撰的感言，PDG Knife 在過去近五十年的發展過程中經歷開辦桃園敏盛醫院及投入社會服務的豐碩成果受到肯定，他強調將不以此獎勵為滿足，全體敏盛人將以更大的熱忱投入職場繼續執行各項社會服務永無休止。

PDG Supla 撰述〈二一二二獨一無二總監班遊記——日本輕井澤秋之旅暨職業參觀與例會觀摩〉除旅遊賞景外特別參加「輕井澤扶輪社」總監公訪例會，雙方分享交換扶輪心得。

扶輪和平獎學金學者瑪麗亞·茱莉婭·莫雷拉在 10 月 29 日拜會台灣扶輪出版暨網路資訊協會並接受台灣扶輪月刊訪問，瑪麗亞·茱莉婭·莫雷拉是一位律師，她畢業於泰國朱拉隆功大學和平中心，是國際組織和平婦女跨越地球 (PWAG) 拉丁美洲與加勒比區域協調員及國際婦女和平團體的和平導師，特別的瑪麗亞是「終結人口販運」扶輪社的社員同時也是「扶輪反奴隸制行動團體」(RAGAS) 的理事，除此之外她也是扶輪的夥伴「經濟與和平協會 (IEP)」的 IEP 大使，她表示人口販運是現在全世界都可見的可怕犯罪，通常有縝密的組織及網絡，雖然許多婦女甚至男性都受荼毒，而兒童及青少年卻是最主要的受害者，因此她希望結合全球扶輪社友的力量來培訓更多教師，向兒童及青少年宣導小心人口販運藉以遏止此類犯罪。

〈台灣中小型家族企業的管理權傳承〉是由喜禾祥投資與管理顧問有限公司執行長洪堯棟博士撰述，洪執行長近年專注於企業家族傳承專題分析，他同時也是兼顧學術及產業之背景的專家，這是值得品味的文章。

在華文世界第一個護照扶輪社 Rotary Club of Taipei Passport 台北護照扶輪社由 PP Alex 創立，他強調護照社這去中心化的平台功能與扶輪既有的強大社會資本，是可以透過現代數據工具鏈接的，台北護照扶輪社鮮明的連接器角色與功能終將說服了離開扶輪多年的前社友及 OB 多年的扶青社員重返扶輪。

〈四大烏龍茶〉由 PP Tea 所撰；台灣烏龍茶、閩南烏龍茶、閩北烏龍茶，及廣東烏龍茶稱四大烏龍茶，PP Tea 內文闡述烏龍茶在全世界只有四大區域產地，而六大茶類中唯獨烏龍茶重視「茶樹品種」。PP Tea 是茶葉產銷學一條龍是為兩岸所肯定的茶職人。

台中馬拉松社 Angel 撰〈世界六大馬拉松與芝加哥國際扶輪總部——美好相遇〉，一群來自台灣的扶輪跑者除完成 6 大馬拉松之一芝加哥馬拉松之外特別參訪 RI 總部受到歡迎。〈澎湖之美——珊瑚的復甦與永續〉是由台北市海洋社社長 Raymond 完成全球獎助金案例分享。

此外謝謝台中大屯社 PP Buck、台中東南社 PP Robinson 夫人簡靜修、台中東南社 PP Surgeon、台中社林允進 PP Propeller 以及台北旭東網路社 CP Charles 等社友熱心提供稿件，謝謝大家。

國際扶輪秘書處／世界總部

RI Secretariat / World Headquarters

辦公時間：美國中央標準時間（世界協調時間減 6 小時）早上 9 時至下午 4 時，周一至周五。網站：my.rotary.org

國際扶輪聯絡名單及雜誌訂閱

國際扶輪提供以下聯絡方式，供各扶輪社遇有下列常見問題時參考聯絡：

Rotary Support Center 扶輪支援中心

處理扶輪基金會捐獻及表彰、扶少團、扶青社、國際扶輪獎（助）金、青少年交換及其他一般性問題。

電子郵件：RotarySupportCenter@rotary.org

亞太扶輪社及地區支援

協助處理國際扶輪政策、行政管理程序、My Rotary 及扶輪社中央系統（Rotary Club Central）的訓練資源。

David Peterson

Manager

電子郵件：david.peterson@rotary.org

Vanthana Champi (Ta)

Associate Officer

電子郵件：vanthana.champi@rotary.org

Ting-Fen Hillinger 胡婷芬

Senior Officer

電子郵件：ting-fen.hillinger@rotary.org

Data Services 資料服務

處理訂閱國際扶輪英文月刊 Rotary 及所有資料數據，包括扶輪社社員人數最新資訊、扶輪社職員最新資訊、聯絡資訊更正及 My Rotary 帳戶問題。電子郵件：Data@rotary.org

Accounts Receivable 應收帳款

處理扶輪社帳單（club invoice）問題。

電子郵件：RI.ClubFinance@rotary.org

Financial Reps 財務代表：

Laura Ovalle

電子郵件：laura.ovalle@rotary.org

扶輪基金會事宜的連絡資訊

Global Philanthropy 全球慈善事業（3300-3523 地區及中國）

協助處理有關承諾捐獻、設立冠名永久基金、支援扶輪基金會的方式，及任何其他與扶輪基金會捐獻及表彰有關的問題。

Hazel Seow 蕭佩珊

Philanthropy Adviser, East Asia

電子郵件：hazel.seow@rotary.org

雜誌通訊

通訊長 David Alexander

Chief Communications Officer

電子郵件：david.alexander@rotary.org

全球通訊處長 Patrick Nunes

Director, Global Communications

電子郵件：patrick.nunes@rotary.org

區域內容與雜誌引導人全球通訊組 Gundula Miethke

Regional Content & Magazines Lead

Global Communications Group

電子郵件：gundula.miethke@rotary.org

版權說明及免責聲明：

- 一、Rotary （主品牌標誌），（卓越標誌），及「ROTARY 扶輪」均屬國際扶輪擁有的標誌，本刊獲授權使用。
- 二、本刊中所表達之觀點未必為國際扶輪或扶輪基金會之觀點。
- 三、投稿本刊之作品，必須為投稿者創作或已取得原著作人同意使用，並由投稿者自行負責。如投稿作品引起著作權、隱私權等一切糾紛，造成本刊、國際扶輪、扶輪基金會損失，概由投稿者賠償。
- 四、作品投稿本刊，即表示投稿者了解並同意：遵行本刊稿約之規定，放棄向本刊要求著作權及版權等任何權利，本刊有編輯修改之權利。

2023-24 年度台灣 12 個地區總監

3461 地區總監楊金振 Tony（台中東南社）

3462 地區總監李正雄 Hose（員林南區社）

3470 地區總監林宇星 Riding（台南東南社）

3481 地區總監黃桂香 Jennifer（台北永福社）

3482 地區總監莊子華 Coach（台北大龍峒社）

3490 地區總監陳昱森 Ethan（樹林社）

3501 地區總監張世澤 Dentist（苗栗社）

3502 地區總監林淑華 Joyce（八德美德社）

3510 地區總監賴寶禾 PH Lai（鳳山南區社）

3521 地區總監章金元 Michael（台北市洲美社）

3522 地區總監許旭輝 Benison（台北市忠孝社）

3523 地區總監楊奕蘭 Stela（台北政愛社）

台灣扶輪出版暨網路資訊協會

理 事 長：邱世文

副理事長：莊進標、涂百洲、林照雄

常務理事：謝明憲、蔡正得、周佳弘、

吳蓓琳、許仁華、林華明

監事主席：洪清暉

常務監事：謝奇峯、郭繼勳

秘 書 長：王友民

財 務 長：吳麗容

副秘書長：陳世儒、陳定勝

執行秘書：邵玉楚

會 務 組：陳怡婷

會 計 組：許雅茹

總 務 組：賴豐富

台灣扶輪月刊

發行人：邱世文（3461 地區豐原社）

主 編：王友民（3461 地區台中中興社）

編輯組：組長 余俐瑤、美編 毛韻雯

網站組：謝靜宜

翻譯組：陳怡婷

資料組：邵玉楚

會務顧問：李博信（3521 地區台北中山社）

法律顧問：王叔榮（3461 地區台中南門社）

簽證會計師：楊德宏（3482 地區台北客家社）

地 址：104 台北市中山北路二段 115 巷 43 號
7 樓之 1

電 話：(02) 2541-8756 • 2541-8750 • 2541-8580
傳 真：886-2-2541-8608

E-mail：taiwanrotary@taiwan-rotary.org
editor.rotapub@msa.hinet.net

網 址：http://taiwan-rotary.org

通 訊：台北郵政信箱 67 ~ 556 號

承 印：光隆印刷廠股份有限公司

中華郵政台字第 1310 號執照登記為第一類新聞紙
內政部台內園字第 1050029282 號

本月刊為國際扶輪授權之正式區域扶輪雜誌

2024年 國際扶輪 年會

新加坡 | 2024年5月25-29日

2023年12月15日報名費將漲價，
請儘速報名

以希望孕育構想。
開拓邁向美好未來的道路。
為世界散播希望。

參加扶輪年度最大盛會！
2023年12月15日報名費將漲價，請儘速報名。



立即上網報名：
convention.rotary.org



LOBSANG X 客戶分享

使用者見證—最值得信賴的國產品牌

羅布森作為國產樓梯升降椅，用心對待每一位客戶，讓使用者與家人們重拾笑容，提升生活品質，是我們的使命和進步的動力，每一次的肯定，都讓羅布森樓梯升降椅更接近卓越，成為最值得信賴的國產品牌！

彰化 花壇
柯基犬
「毛小孩也愛用，平穩又安全」

台中 大雅
SMA小勇士
「羅布森陪你長大！」

台北 南港
美術老師
輪椅網球選手
「一張椅子，三代情。」

台南 南區
診所主治醫生
「行進時有古典樂
隨時掌握動態」

高雄 教會
長老與牧師
「裝了升降椅
方便又安心」

南投
退休夫婦
「升降椅伴您牽手一輩子」



LINE線上諮詢



客戶分享



視障陪跑員
羅布森董事長 汪世旭
CP Lobsang

羅布森樓梯升降椅 ☎ 04-2372-6611

🏠 台中市西區五權西路一段257號13樓之2

扶輪社友專案優惠 <上上-易易-爬爬>

免費到府服務專線：0800-331188