

海山

Hai Shan

板橋北區扶輪社社刊

光復橋景

WEEKLY BULLETIN
ROTARY CLUB OF PANCHIAO NORTH
TAIWAN R.O.C. DISTRICT 3490



以服務促進和平



Peace Through Service

板橋北區扶輪社第廿九屆一月份理事會議

第一案：本社一〇一年十一月份收支報告表、借貸平衡表，請審議案。

說 明：如附表。

決 議：照案通過。

第二案：為第一四九三次例會提請討論案。

說 明：原訂二月八日(星期五)中午之例會，適逢春節連假前一日，考量社友為準備過節忙碌，故擬休會乙次。

決 議：照案通過。

第三案：為第一四九四次例會提請討論案。

說 明：原訂二月十五日(星期五)中午之例會，適逢春節連續假期，擬休會乙次。

決 議：照案通過。

第四案：為第一四九五次例會提請討論案。

說 明：原訂二月廿二日(星期五)中午之例會，本社擬提前於二月十七日(星期日)下午六時假板橋海釣族餐廳舉辦春節女賓夕。

春節女賓夕爐主：陳耀宗、林清藝、楊進榮、劉朝朋、林榮發、黃萬才、郭博德、楊文賓

決 議：照案通過。

第五案：為本社第廿九屆授證典禮舉行之時間及地點，提請討論案。

說 明：本社授證第廿九週年紀念典禮擬訂於六月十五日(星期六)下午五時卅分假台北花園酒店舉行。

決 議：照案通過。

第廿九卷 第廿五期 中華民國一〇二年一月廿五出版 Jan. 25 2013 Vol. 29 No. 25

板橋北區扶輪社 第一四九〇次例會會議記錄

一、時間：民國一〇二年一月十八日（星期五）
下午一時

二、地點：新北市板橋區四川路二段十六巷八號十一樓六社聯合會議室

三、出席：黃萬才、連志謙、劉阿國、李老丁、林榮發、丁春生、陳錦成、林孔亮、楊秀民、李進賢、廖桂嶸、黃木發、陳火昇、楊文賓、陳義雄、林伍助、葉庚進、蔡英傑、葉阿舉、鄭明煌、王義雄、劉朝銘、蔡鴻儒、林清藝、蕭智文、王英炯、黃冬松、蕭百芳、陳耀宗、李昌雄、郭博德

四、列席：熊昭琦、許芷芸

五、來賓：盧蘇偉

六、缺席：吳寶田、邵勝紅、周勝考、楊進榮、林功松、翁政輝、劉朝朋、林炳煌、郭世忠、蔡友藏、胡睿鈞、林振漢、劉晁至、何易蒼、邱明哲、湯明亮、郭有福、林萬得、吳國賢、林正彥、許永河

七、主席：連志謙 記錄：丁春生

八、會議開始：社員人數五十三名，出席人數卅一名，已達法定人數，主席依章程宣佈開會。

九、報告事項：

主席致詞：

1. 今天很高興邀請到邀請到板橋地方法院少年保護官盧蘇偉老師擔任主講人，將以「看見孩子的獨特與天才、實現生命中的無限可能」作專題演講，相信將帶來精彩的演說。
2. 今天很高興台北北安扶輪社 Nora 社長暨 Natalie 秘書參加本社例會。
3. 本社上周參與新北市第二分區聯合例會活動，感謝社友們撥冗參與。
4. 本社訂於一月十九~廿三日與日本神戶西神姐妹社舉辦青少年短期交換活動，本年度有六位社友子女參加，並由 Benz 社長當選人擔任領隊；日方接待人員刊登於社刊第一版，敬請社友參閱。

聯誼活動：

1. 聯誼主委 Implant 不克前來，由 P.P. Alpha 介紹來賓：歡迎主講人盧蘇偉老師，以及台北北安扶輪社 Nora 社長暨 Natalie 秘書，歡迎參加今天的例會。
2. 今天有 P.P. Long-Life，以及 George 社友夫人生日，大家唱生日快樂歌以示祝賀。
3. 張老師領唱扶輪歌曲。

秘書報告：

1. 今天例會後將召開一月份理事會議，敬請各位理事出席，並請諸位前社長列席指導。
2. 本社下週中午之例會，邀請到慶誼國際股份有限公司負責人楊慶祥老師擔任主講人，將以「避免衝突的溝通技巧」作專題演講，敬請社友們踴躍出席例會，並歡迎社友夫人蒞社聆聽演講。
3. 今天很高興 P.P. Long-Life 喜獲金孫滿月，特別準備雞酒及油飯中午用餐時加菜，大家鼓掌恭賀。
4. 第三期的繳費通知單已經發給社友們，敬請於出席例會時按期繳交。

糾察活動：

Sony 糾察在其和藹認真執行下，與會的社友紛紛慷慨解囊，本次捐款收入計新台幣二萬零五百元整。

出席報告：

Building 出席主委不克前來，由 Sam 社友代理作出席報告：社員人數五十三名，免出席一名，出席人數卅一名，缺席人數廿一名，上週出席率九〇%。

十、專題演講：

看見孩子的獨特與天才
實現生命中的無限可能
板橋地方法院少年保護官盧蘇偉老師



Archit 社長致贈社旗及紀念品予主講老師

新北市第二分區八扶輪社 第三次社長、秘書聯誼會記錄

一、時間：中華民國一〇二年一月十三日(星期日)下午二時

二、地點：六扶輪社會議室(新北市板橋區四川路二段 16 巷 8 號 11 樓)

三、出席：應出席：16 位、實際出席：14 位、列席：18 位

四、主席：板橋東區扶輪社社長：Land、
板橋南區扶輪社社長：Sun

紀錄：板橋東區扶輪社秘書：Otoko、

板橋南區扶輪社秘書：Mickey

五、板橋東區扶輪社社長 Land 宣佈開會。

六、討論事項：

第一案：新北市第二區八扶輪社第四次社長、秘書聯誼會，謹訂於中華民國一〇二年四月廿七日(星期六)下午四時三十分假海釣族餐廳舉行。請討論。

說 明：由板橋中區扶輪社、板橋群英扶輪社主辦。

決 議：通過。

第二案：三四九〇地區第二十三屆地區年會總監之夜節目表演，請討論。(提案人：A.G. Miei)

說 明：D.G.Young 希望每分區推出一個大型節目，D.G.Young 贊助每分區八千元整。

決 議：第二分區社長、秘書表演「騎馬舞」。費用部份，除了 D.G.Young 贊助之八仟元外，每社分攤二仟元，不足額則由 A.G.Miei、D.V.S.Maggie 處理。

第三案：為辦理第二分區聯合新世代、公共形象服務－兒童和平日計劃活動。請討論。(提案人：A.G. Miei)

說 明：為配合本地區首次發動全地區之服務計劃活動並與新北市板橋區家長協會合辦，頒發新北市 31 所小學前三名勵學獎助金，謹訂於中華民國一〇二年二月二十三日(星期六)下午一時舉辦兒童和平日計劃活動(下午 2：23 分上

傳)，假板橋區江翠國小禮堂(板橋區文化路二段 413 號)，此活動每社一萬元。

決 議：委由 A.G. Miei 重新規劃以「和平」為主題之相關活動，再另行發文通知各社參與。

七、臨時動議：

第一案：新北市第四、七分區扶輪知識講習會謹訂於中華民國一〇二年一月二十六日(星期六)下午一時假國立台灣藝術大學舉行，第二分區八扶輪社是否共襄盛舉。請討論。
(提案人：A.G. Miei)

決 議：各社自行處理。

第二案：D.G.Young 希望各社踴躍響應認捐 EREY。請討論。(提案人：A.G. Miei)

決 議：各社自行處理。

第三案：第二分區將於中華民國一〇二年三月份接待五位來自加拿大的 GSE(團體研究交換)團員，需安排住宿家庭、接待行程。請討論。(提案人：A.G. Miei)

決 議：詳細資料公告後再行商議。

第四案：板橋扶輪社與玉山銀行，謹訂於中華民國一〇二年三月二十一日(星期四)合辦捐血活動，敬邀各社共同參與。請討論。(提案人：板橋社社長 James)

決 議：欲參與的社請自行與板橋社聯繫。

八、活動報告：

(1) 板橋南區扶輪社授證二十五週年音樂會，謹訂於中華民國一〇二年三月二日(星期六)下午七時假新北市藝文中心演藝廳舉行，屆時敬邀各社社長、秘書、助理總監、地區副秘書蒞臨指導。

(2) 板橋南區扶輪社授證二十五週年慶典，謹訂於中華民國一〇二年三月三日(星期日)下午五時三十分假吉立餐廳中和店舉行，敬邀各社撥冗出席。

例會報告事項

一月十八日
第一四九〇次例會

Paul(3) 18, 400

一、出席報告

社員人數	53 名
出席人數	31 名
免出席	1 名
缺席人數	21 名
補出席	16 名
出席率	90%

二、出國社友祝您一路順風！

Alex, iStone, Steel.

三、本次例會好想您！

Car, Larry.

四、至友社補出席者：

Hill, Green.

五、捐款報告：

拍賣收入

累計 3, 000

友社社友特捐

累計 16, 100

台北北安社社長、秘書補出席 400

小計 400

累計 16, 500

一般捐款

累計 607, 600

Archit 5, 000

Benz 2, 000

CNC 1, 000

E.N.T. 1, 000

Fusen 1, 000

Green 1, 000

H. D. 1, 000

Implant 1, 000

James 1, 000

Light 1, 000

Long-Life 2, 000

Nick 1, 000

Rich 500

Skin 500

Spring 1, 000

Trust 500

小計 20, 500

累計 628, 100

社友繳費

Mars (3) 18, 400

Michael(3) 18, 400

Sam(3) 18, 400

Dental(3) 25, 400

Stainless(2) 27, 600

Rich(3) 18, 400

Long-Life(3) 21, 400

本週節目

一月廿五日

第一四九一次例會

- 節目介紹人：陳耀宗節目主委
- 主講人：警察大學教廣中心專任講師
高志斌 博士
- 講題：上床夫妻，下床君子~~談男女
情感世界的愛與被愛

下週節目

二月一日

第一四九二次例會

- 前社長日
- 社務討論會

敬祝生日快樂

李進賢前總監夫人 一月廿八日

郭博德前社長夫人 一月卅日

郭世忠社友夫人 一月卅一日

恭賀 李昌雄前社長喜獲金孫 樂享含飴

板橋北區扶輪社
連志謙 社長
暨全體社友敬賀

秋刀魚(富含牛磺酸)--老少補腦品

維生素 B12 存在於秋刀魚的血中，是普通魚的三倍，可以幫助神經細胞的合成，預防貧血及不孕症、神經過敏所引起的憂鬱或焦慮。內臟含有豐富的維生素和鈣，特有的苦味能緊縮體內的細胞，塑造年輕的身體和精神。豐富的脂肪則含有可以讓血液清澈的 DHA、EPA、油酸。秋刀魚中的維生素 D 則可以使骨骼強健、防止老化。

秋季肥美的秋刀魚，脂肪的含量超過 20 %，這種油脂中溶入大量秋刀魚的營養成分，因此建議儘量保留油脂來烹調。秋刀魚的蛋白質、脂質均多，因此用直火燒烤，皮的部分可能會形成致癌物質，因此適合搭上富含維生素 C 有分解、解毒功用的白蘿蔔泥或檸檬來吃。