

ROTARY INTERNATIONAL DISTRICT 3490

總監月報

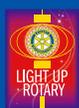
第四期 NO.4
中華民國103年10月號
OCTOBER 2014
職業服務月

GOVERNOR'S MONTHLY LETTER

體驗是最好的學習



Rotary
District 3490



TAKE ACTION

www.rid3490.org.tw



ROTARY INTERNATIONAL CONVENTION



巴西

聖保羅

6-9 JUNE 2015

Rotary
District 3490



EXCHANGE IDEAS: www.rid3490.org.tw

R.I. 社長文告 Presidential Message

- 02 創造更美好的未來－根除小兒麻痺
文 | R.I. 社長 黃其光 Gary C.K. Huang

總監的話 District Governor's Message

- 04 大漠的精彩 國際・社區・職業・服務
文 | 地區總監 洪清暉 D.G. Ortho

封面報導 Cover Story

- 06 國際扶輪青少年領袖獎研習營－RYLA
文 | 編輯室 土城山櫻社前社長 劉慧敏 I.P.P. Jasmine 整理報導
攝影 | 三重東區社前社長 黃火木 P.P. Wood

活動預告 Upcoming Activities

- 09 2015 國際扶輪巴西聖保羅年會
09 單車親子逍遙遊

地區與分區活動 District Activities

- 10 蒙古國世界社區服務
文／攝影 | 三重北區社前社長 林子傑 P.P. Wedding
- 14 承辦RYLA訓練活動感言
文 | RYLA 執行長 大漢溪社 黃昌輝 P.P. Cutter
- 15 Inbound 歡迎會暨語言營
文 | 3490 地區 RYE 文化學習召集人 莊惠茵 Vicky
攝影 | 三重北區社前社長 林子傑 P.P. Wedding
- 18 百萬重金做公益
文 | 三重社社長 劉榮輝 P. Herbert

人物專訪 Exclusive Interview

- 19 2013-14 年度阿奇・柯藍夫會會員
劉雲玉 P.P. Judy-Liu

各社分享 Rotary Share

- 21 新北市生命線第1屆自殺防治宣導活動
文 | 板橋東區社 P.P. Smile / 新北市國際生命線協會理事長李榮鏗
- 23 美國扶輪學習之旅
文 | 三重社 2014-2015 社長 劉榮輝 P. Herbert
- 25 第七分區聯合例會暨中秋節聯歡
文 | 土城社

- 26 林口社秋季旅遊暨慶祝中秋節
文 | 林口社執行秘書 張瑜綺
- 27 板北鐵馬隊
文 | 板橋北區社
- 28 記「光耀扶輪慶祝大會」參與心得
文 | 板橋社前社長 林志郎 P.P. Shi-Lo
- 29 基隆東區社 2014-15 年度社區服務
文 | 基隆東區社執行秘書 張毓芳 Joanne
- 30 WCS 印度阿薩姆省恩惠英文小學電腦捐贈活動
文 | 新莊東區社社長 劉嶽泉 P. Jacky
- 31 千年奇緣・扶輪傳承
文 | 新莊社 錢奕華 Rtn. Eva
- 33 躁鬱病家屬及高風險者身心靈成長團體講座
文 | 土城山櫻社寶眷 黎佳伶
- 34 南印度清奈慈善義診活動
文 | 花蓮美崙山社 林易超 Rtn. Lincon
- 36 花蓮社 雙重做公益
文 | 花蓮社
- 37 深耕泰雅・前進希望
文 | 蘆洲社
- 38 發揮「人飢己飢、人溺己溺」為賑災捐款40萬元
文 | 宜蘭社
- 39 夏季旅遊，扶輪家庭聯誼活動
文 | 羅東中區社

青少年服務 Youth Service

- 40 2014 NGSE 3490 地區
文 | 板橋社前社長 張凱 P.P. Kai
- 42 RYLA 學員心得分享
- 44 要領導更要合群
文 | RYLA 輔導員 劉慧敏 Jasmine

扶輪知識 Learning & Reference

- 45 職業服務領袖獎
文 | 3490 地區網路社前社長 林蔚濠 I.P.P. Cilin

出席統計 Attendance

- 47 2014年8月份社員出席報告表

發行人
地區總監／洪清暉 D.G. Ortho
板橋西區社

副發行人
地區秘書／王銘聰 D.S. Pioneer
板橋西區社

總編輯
凌見臣 P.P. Lawyer 三峽社

編輯委員
李豐存 A.G. Steven 蘆洲社
李昌雄 A.G. Long-Life 板橋北區社
鍾宏仁 A.G. Band 新莊社
林月霞 A.G. Lady 樹林芳園社
李美慧 A.G. Vicky 三重南欣社
劉深根 A.G. Steven 新世代社
莊文聰 A.G. Scuba 土城中央社
張松茂 A.G. Oil 基隆西北社
李奕德 A.G. Peter 礁溪社
王信庸 A.G. Steel 羅東中區社
黃啟嘉 A.G. Nose 花蓮社
林聖元 A.G. Toein 花蓮港區社

副總編輯
劉慧敏 I.P.P. Jasmine 土城山櫻社
劉天祥 P.E. Timothy 三峽社
林蔚濠 I.P.P. Cilin 3490 地區網路社
盧昱宏 Rtn. Max 板橋西區社
王文邦 P.P. Carpenter 花蓮吉安社
黃錦璋 P.P. China 羅東西區社

攝影編輯
林子傑 P.P. Wedding 三重北區社

執行編輯
范雅雯 Amber

發行所 國際扶輪3490地區
2014-15 年度總監辦事處
220 新北市板橋區文化路一段
145 號13 樓
電話 (02) 8965-1889
傳真 (02) 2967-2104
E-mail ri3490.gov1415@gmail.com
www.rid3490.org.tw
地區網站
地區辦公室 220 新北市板橋區文化路一段
145 號13 樓
電話 (02) 2967-9591
傳真 (02) 2967-2104
E-mail info@rid3490.org.tw
美術編輯／印刷 安隆彩色印刷製版有限公司

總監月報

發行日期 2014年10月10日
OCT 2014 NO.4

加入國際扶輪3490地區 [facebook](#) 粉絲專頁
請搜尋：Rotary International District 3490

R.I. 社長文告 Presidential Message

創造更美好的未來—根除小兒痲痺

文 | 2014-15年度R.I.社長 黃其光 Gary C.K. Huang



1914年10月，喬納斯·沙克誕生—他是發明第一個能有效預防小兒痲痺的疫苗因而改變了世界歷史的人。這種疫苗在1950年代在美國引進時，意見調

查顯示小兒痲痺是美國兩大最害怕的情事之一，僅次於原子戰爭。這有充分理由：1952年的美國小兒痲痺疫情，有58,000個病例通報，3,145人死亡，21,269人終生永久殘障痲痺。全球每一年有多達50萬人染上小兒痲痺症而癱瘓痲痺或死亡。

沙克疫苗問世之後不久，艾伯特·沙賓開發了口服疫苗，能迅速、安全、及便宜地為數目龐大的兒童接種疫苗。1985年，扶輪根除小兒痲痺等疾病計畫誕生，有一個簡單的目標：為所有5歲以下兒童接種疫苗，來對付這種讓人跛足的疾病。由於根除小兒痲痺等疾病計畫的初步成功，1988年世界衛生大會的166個會員國一致訂下全球根除小兒痲痺的目標。

當時，這個想法雄心萬丈令人瞠目結舌，許多人認為不可能。今天，我們比以往更接近這目標，每年只有幾百個小兒痲痺病

例通報，而且只剩三個國家還有小兒痲痺疫情。如果我們能繼續保持讓我們達到目前成果的那種衝勁，我們可望按步就班在2018年達成完全根除小兒痲痺。

這個月，我們將在10月24日慶祝世界小兒痲痺日以及沙克博士生日100週年紀念。

我懇請你們所有的人都要竭盡所能光耀扶輪，把聚光燈照亮我們為了根除小兒痲痺所做的種種努力。請你們致電政府官員，告訴他們根除小兒痲痺對你們非常重要。請到 endpolionow.org 網站取得關於扶輪所做工作的激勵人心故事，並在社交媒體上分享這些故事。

當我們根除小兒痲痺—我們必將達成—我們將會把世界帶進一個更好的未來，也會把扶輪帶進一個更美好的未來。我們將證明我們自己，作為一個組織，有能力完成偉大的事。而且我們將送給我們的孩子及孫子一件永久的禮物：一個無小兒痲痺的世界。 🇺🇸

A stylized, handwritten signature in black ink, appearing to read '黃其光'.

Gary C.K. Huang
國際扶輪社長



In October 1914, Jonas Salk was born – a man who would change world history by inventing the first effective vaccine against polio. When the vaccine was introduced in the United States in the 1950s, polls

indicated that polio was one of the nation's two greatest fears, second only to the fear of atomic war. And with good reason: In the 1952 U.S. polio epidemic, 58,000 cases were reported, with 3,145 deaths and 21,269 instances of permanent, disabling paralysis. Globally, polio paralyzed or killed up to half a million people every year.

Soon after the Salk vaccine was created, Albert Sabin developed an oral version, allowing tremendous numbers of children to be immunized quickly, safely, and inexpensively. In 1985, Rotary's PolioPlus program was born, with a simple goal: to immunize every child under age five against this crippling disease. Thanks in large part to the initial success of PolioPlus, in 1988 the 166 member states of the World Health Assembly unanimously set the goal of global polio eradication.

At the time, the idea was breathtakingly ambitious, and many called it impossible. Today, we are closer to this goal than ever before, with only a few hundred cases of polio reported per year, and just three

remaining endemic countries. We are on track to achieve full eradication by 2018 – if we can keep up the momentum that has brought us this far. And this month, we will mark World Polio Day on 24 October, and celebrate the 100th anniversary of Dr. Salk's birth.

I ask you all to Light Up Rotary this month by doing whatever you can to shine a spotlight on our efforts to eradicate polio. Call your government officials and let them know that polio eradication matters to you. Go to endpolionow.org for inspiring stories about Rotary's work, and share them on social media. And make the best investment you'll ever make, by donating to polio eradication right on the endpolionow.org website and earning a two-to-one match on your contribution from the Bill & Melinda Gates Foundation.

When we eradicate polio – and we will – we'll have brought the world into a better future, and Rotary into a better future as well. We will have proved ourselves, as an organization, capable of great things. And we will have given our children and grandchildren a gift that will endure forever: a polio-free world. 🇺🇸

Gary C.K. Huang
President, Rotary International

總監的話 District Governor's Message

大漠的精彩

國際・社區・職業・服務

文 | 2014-2015年度地區總監 洪清暉 D.G. Ortho



2014-2015光耀扶輪年度進入到第三個月份，第二個地區年度活動-蒙古國WCS口腔保健計畫與捐贈攜帶式牙科器材終於順利圓滿完成。本次活動於WCS主委、地區團隊與台灣健康合作發展組織(Health Co-op Organization)周延規劃下，全體社友除瀏覽大漠風景也利用旅遊期間增進情感，更把握這次活動與當地八個扶輪的社友，利用晚會做國際聯誼。捐贈活動於九月二十三日早上假蒙古醫學大學禮堂舉行，歷時90分鐘，衛生部副部長Dr. Amarsanaa與國會議員Mr. Bayarsaikhan並致贈感謝狀給承諾捐贈現金



配合款至全球獎助金計畫的扶輪社或社友。典禮之後分別與兩位貴賓進行拜會、座談互



相交換意見。下午假國家孤兒院，認識烏蘭巴托扶輪社於該院的各項服務計畫；並利用捐贈器材由隨團訪問三位醫師（邱耀章醫師、黃淳豐醫師、黃耀慧醫師）與VTT團長徐正隆前社長實地進行口腔治療。這次活動也受到當地媒體重視與報導。

扶輪年度十月為職業服務月，期許全體社友聚焦於1. 堅守並促進在各種職業領域上高道德標準，包括公平對待僱主、員工、同事、競爭對手及大眾 2. 表彰所有值得表揚的職業，不限於只是你自己及扶輪社員所從事的工作 3. 奉獻個人職業上的專長以解決社會問題並符合社區之需求。這次WCS很高興也感謝全體社友的支持與配合，選擇口腔保健職業服務作為主題。

九月份各分區陸續舉行世界清潔日活動與扶輪日活動。特別值得分享如第五分區聯合社區服務「世界清潔日～清潔地球、環保台灣活動」，選擇以電影欣賞「烏目台灣」與荒野保護協會講座，代替清掃活動，讓大家更認識環境保護重要性。於扶輪日活動上，新北市第二分區與台北華新兒童合唱團合作，利用音樂於國家音樂廳舉行，宣揚扶

輪年度主題曲；新北市第一分區與新北市自閉症服務協進會聯合辦理「同星協力·勇闖星關」暨「扶輪日」藉由自然生態、職能治療師、治療犬與自閉症者互動，為自閉症者帶來心靈療癒的效果！

最後鼓勵大家即早報名參加巴西聖保羅年會，參加第一場開幕式，共同展現台灣扶輪力量；也鼓勵大家於十月二十四日參加自由廣場舉辦的World Polio Day晚會，共同見證打光儀式與台灣對根除小兒麻痺的奉獻。



國際扶輪青少年領袖獎研習營－RYLA (Rotary Youth Leadership Awards)

文 | 編輯室 土城山櫻社前社長 劉慧敏 I.P.P. Jasmine 整理報導

攝影 | 三重東區社前社長 黃火木 P.P. Wood



國際扶輪3490 地區青少年服務一年一度重大活動：國際扶輪青少年領袖獎研習營－RYLA(Rotary Youth Leadership Awards)於8/30~8/31在金山青年活動中心展開兩天一夜研習活動；扶輪青少年領袖獎（RYLA）的起源追溯自1959年澳洲開始，當時是澳洲昆士蘭州所有青年被選出來謁見女王伊莉莎白二世的年輕堂妹亞歷山大公主。昆士蘭州首府布里斯賓市的扶輪社員接待這些參加的青年們，因而對這些年輕領導人的優秀素養極為深刻，於是決定每年為期一周集合青少年領導人，舉辦社會、文化及教育方面的活動。而後此「扶輪青少年領袖



獎」活動逐漸成長並擴大到澳洲及紐西蘭所有扶輪地區，1971年，國際扶輪理事會通過正式採用「扶輪青少年領袖獎」活動為國際



扶輪一個公式活動節目。自那時起，RYLA 在阿根廷，比利時，巴西，加拿大，智利，法國，印度，意大利，日本，韓國，挪威，巴基斯坦，菲律賓，葡萄牙，瑞士，泰國和美國等世界各地的扶輪社皆陸續舉辦此研習營。

◎為何要組織RYLA（扶輪青少年領袖獎）

RYLA的創立是因為扶輪基於「激發與培養社區青年領導潛能、優秀的公民素質、以及個人能力」，安排兩天一夜具有激勵性與挑戰性的培訓課程，提供機會給年輕人學習領導的技巧來培養及提高自信，進而與同儕或前輩共同探討問題或交換意見，促進青少年與成人之間的關係。

青少年領袖獎提供了下列機會

1. 發展領導技巧
2. 增進個人自信
3. 接觸到多樣化的議題與族群
4. 認識新朋友
5. 獲得職場資訊與技能
6. 認識地區領導人及輔導者

◎RYLA（扶輪青少年領袖獎）的目標

- 一、進一步展現扶輪對青少年的尊重與關懷
- 二、透過訓練以鼓勵並協助被挑選出來的青少年領袖及有潛力的青少年領袖學會負責及有效的自發性青少年領導方法
- 三、鼓勵持續且有利的青少年與領導青少年的做法

今年度RYLA在主委 李昇穎P.P. Sign領導全體委員，承襲前六屆寶貴經驗、全力周全規劃，特別將今年度RYLA活動日期提前於暑假期間舉行，讓學員能充分利用並充實假期生活。此次兩天一夜的RYLA活動重點架構概分為四：地圖判讀、探索教育、營火晚會與專題演講：

- 地圖判讀規劃藉由寓教於樂將“地圖判讀”（國際奧運比賽項目之一）讓學員從活動中學得對陌生環境地形地貌的認識。
- 探索教育課程，希望讓身處於少子化社會中的青年朋友藉此了解到群體互動、團結合作隊的精神與意義。
- 營火晚會的規劃，要讓青年朋友熱情奔放

封面報導 Cover Story



的特性，再一次燃燒青春，High到最高點！

●室內的專題演講精心邀請了：沈芯菱、沈方正、鍾子偉三位重量級講師，與青年朋友們對談與分享心靈的成長與人生規劃等相關課題。

此次國際扶輪青少年領袖獎研習營的每一項的安排都是RYLA委員們經過多次推敲與討論後所得到的最佳組合，相信必能讓同學寓教於樂，從參與活動進而學習團隊與領導，得到未來人生方向的啟發。至於靜態的

專題演講部分，所有的講師都是一時之選：沈芯菱、沈方正、鍾子偉，他們不但是各自領域中的佼佼者，也是熱心服務的新世代領航者，青年朋友們在聆聽他們的人生經歷與心靈成長過程後，相信應能更清楚辨別未來人生大海的航向，更希望透過團體活動與聯誼活動來激發年輕人的領導特質、學習溝通技巧、自我提昇到超我，由學員親自體驗才是最好的學習，讓青年得以學習領導能力、互助合作、學會關心社會以及良好公民的素質。



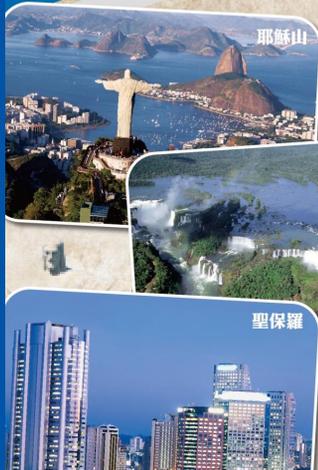
活動預告 Upcoming Activities



2015 國際扶輪巴西聖保羅年會

2015 Rotary International Convention São Paulo, Brazil

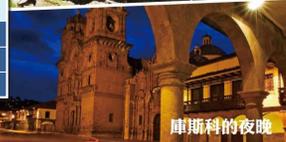
巴西+秘魯15天(荷轉)



國際扶輪聖保羅 2015 年會 3490 地區團

五星巴西+秘魯 15 天(荷蘭航空)

每人團費	兩人一至	已包含團體經濟機票、飯店、餐食、門票、當地交通、500 萬旅遊險、導遊/司機/行李/餐廳小費、刷卡手續費
	NTD325,300	
★輕鬆航班★巴西進秘魯出，不走回頭路，探訪古文明秘魯的最佳選擇		
★最佳行程★雙飛再加五段內陸飛機，輕鬆又省時		
★精選住宿★全程安排五星等級飯店，國際品牌掛保證		
★特色料理★秘魯當地風味餐：烤天竺鰩、紫玉米汁、羊駝肉		
★獨家安排★世界七大奇觀之一馬丘比丘旁餐廳用餐，美景配美食		
★獨家入住★庫斯科主廣場附近五星飯店，評價極高的古建築改建		
★貼心導覽★為保證服務品質，加碼提供導覽耳機		
★細心照顧★中南美洲不比歐美國家，總監團堅持不超過 30 人，以照顧到每位團員		
★經驗保證★嚴選優質領隊，需實際帶過中南美洲團，安全有保障！		
雄獅旅遊用心與完整的規劃，將為您一生一次的南美洲行，帶來最美好的回憶！		
團費未含	6/6 聖保羅年會午晚餐(會場自理)+RI 註冊/社長午餐會/嘉年華會/早餐會	
備註說明	商務險另報價, 依險等價格不同, 視訂位後實際回覆為準(中段航班無商務險)	
報名時請繳付每人 NT\$20,000 元作票金，得以保留機位、飯店房間		
雄獅旅遊專案服務部 報名專線 * 歡迎來電索取詳細行程表 *		
張詩菁 Green	(02)8793-2138/0987-142-961/greenchang@liontravel.com	
陳寬堯 Kane	(02)8793-2867/0955-996-767/kanechen@liontravel.com	



單車親子逍遙遊

為延續“消除小兒麻痺募款單車環島活動”之精神，特舉辦《單車親子逍遙遊》、

時間：2014年11月2日（星期日）

地點：成蘆橋下（詳細說明請參考註冊網站）

報名方式：連結進『單車親子逍遙遊』線上報名系統報名

<http://www.accupass.com/go/3490bike>

地區與分區活動 District Activities

蒙古國世界社區服務

RID3490 World Community Service (WCS) in Mongolia

文／攝影 | 三重北區社前社長 林子傑 P.P. Wedding



除了將有形的硬體設備帶到蒙古，更重要的，是無形軟體經驗的複製，以及來自國際扶輪3490地區所有社友滿滿的愛心。

身處在醫學發達的台灣，從小，很多事情似乎都是那麼的理所當然。早晚刷牙、小朋友塗氟、定期牙齒檢查等，這些都對個人口腔衛生保健影響甚深，也是政府既定對每個國民從小開始教育的保健政策。

蒙古國位處北亞，國土面積為1,564,116平方公里，世界國土面積排名第19位。人口約290萬人，從人口密度的角度來看，則是世界上人口密度最小的主權國家。蒙古國可耕地較少，大部分



國土被草原覆蓋。北部和西部多山脈，南部為戈壁沙漠。約30%的人口從事游牧或半游牧。跟據

2012年的數據，人均年所得為3,627美元，其中更約有20%的人口每日生活費用低於1.25美元。

由以上數據不難想像，地廣人稀，人均收入不高的蒙古國，對其國民的衛生照顧具有相當的難度！此次WCS世界社區服務，便是希望藉由攜帶式牙科治療台（Portable Dental Units）的捐贈，來協助蒙古國改善國民口腔衛生，並建立有效的口腔醫療衛教體系。

來自國際扶輪3490地區社友們的愛心，由地區總監D.G. Ortho 和地區WCS主委P.P. Li-Shin 率領95位代表出訪，將這批實用的醫療器材，分別捐贈予蒙古國立醫科大學等數個行政單位（附件一）。預計總受益涵蓋人口約154萬人，達蒙古國總人口數的53.1%。藉由每月出隊4次的頻率以及此次捐贈器材的高移動性，將有效改善蒙古國民的口腔衛生保健。

有精良的器材，當然更需要好的人材來操作，以發揮最大效益。預計於2015年4月，本次捐贈計畫中之多媒體教學教室，將於蒙古國立醫科大學正式落成啟用。屆時，將有良好的教學計畫，以培育更多當地優秀的牙科醫學院生，成為

該國口腔衛教體系建立的種子醫師。持續與台灣進行交流探討，為蒙古國民提供更高水準的醫療服務。

在整個捐贈過程中，來自臺灣3490地區的扶輪社友代表們，受到了蒙古國衛生部與國會議員的高度肯定，並由衛生部次長Dr. Amarsanaa, Deputy Minister of Health與國會議員Mr. Bayarsaikhan, Member of Parliament of Mongolia等特別安排接見並參觀該國國會殿堂。

特別感謝來自台灣健康合作發展組織的邱耀章醫師、黃淳豐醫師、黃耀慧醫師、專案經理周梅珠小姐，感佩四位長期於蒙古國提供醫療服務，並在此次捐贈計畫中擔綱後續器材管理維護之職，深感謝忱。

這次的捐贈活動只是起點！除了實質物資外，搭配專業領域的知識捐贈，更能使服務計畫效益永久持續，願與全體社友先進共勉。

此次活動照片下載位置：<https://www.flickr.com/photos/rid3490/collections/72157648041613102/> 



地區與分區活動 District Activities

附件一

受贈單位	代表受贈者	受贈物品	數量	地區人口數
School of Dentistry, MNUMS	Dean: Prof. Ariuntuul	攜帶式牙科治療台 折疊式牙科治療椅	2 2	1,154,290 (UL)
Chingeltei district, Ulaanbaatar(UL)	No Data	攜帶式牙科治療台	1	153,933
Gobi – Altai aimag	No Data	攜帶式牙科治療台	1	53,590
Arkhangai aimag	Dr. Odontuya	攜帶式牙科治療台	1	84,584
Orkhon aimag	Dr. Mashbat	攜帶式牙科治療台	1	90,700



▲ 蒙古醫科大學捐贈儀式合影



▲ WCS 捐贈之攜帶式牙科治療台 Portable Dental Units



▲ 參加WCS的全體社友在成吉思汗廣場



▲ WCS 主委 Li-Shin



▲ DGN Concrete 贈送文具用品給蒙古公立育幼院



▲ 總監伉儷代表贈送紀念品暨文具用品給蒙古公立育幼院



▲ 總監贈送紀念品給衛生部次長 Dr. Amarsanaa



▲ 總監接受蒙古國營電視台專訪



地區與分區活動 District Activities

RYLA訓練活動感言

國際扶輪3490地區扶輪青少年領袖獎訓練營

文 | RYLA執行長 大漢溪社 黃昌輝 P.P. Cutter

2014-2015年度國際扶輪3490地區扶輪青少年領袖獎訓練營Rotary Youth Leadership Awards，8月30~31日於金山青年活動中心舉行，承蒙地區總監洪清暉D.G. Ortho全力支持及地區青少年領袖獎委員會主委李昇穎P.P. Sign帶領全體委員及地區扶青團幹部分工合作攜手同心，圓滿達成這次任務。

因應今年活動提前於年度初期舉行，整個籌備提早去年啟動並在1月2日於地區辦公室向總監及總監團隊報告籌備狀況及委員會委員組織架構、籌備會議召開時程，1月22日RYLA主委邀請總監、青少年服務主委P.P. I.S.O.、顧問、及來自3490各分區RYLA委員齊聚，正式召開第一次籌備會議，並經過四次籌備會議及數場小組工作會議。委員們在學員報名、交通、場地、節目、膳食等各組充分討論，集思廣益各項工作細節，克服這次活動各社推薦學員的時間壓力及颱風期的變數等，力求完美呈現出扶輪對青少年服務重視與關懷。

RYLA活動是因扶輪基於「激發與培養社區青年領導潛能、優秀的公民素質、以及個人能力」安排二天具有激勵性與挑戰性的培訓課程，提供機會給年輕人學習領導技巧來培養及提高自信，進而與同儕或前輩共同討論問題或交換意見，促進青少年與人互動與服務的重要性。

這二天活動訓練營我們安排了三場專題演講，邀請被評為「21世紀的台灣新希望」「十位最具代表台灣精神人物」的講師—沈芯菱給學員的一句話「成功～未必是打敗多少人，而是能幫助多少人。「勇敢立大志彎腰做小事」

老爺酒店執行長—沈方正說明職場成功要有六種人～貴人相助、高人指點、小人監督、個人努力、家人支持、友人相挺。「The News Lens關鍵評論網」創辦人—鍾子偉他鼓勵大家「若想試甚麼，就去試！」。這三位新世代重量級講師與青年朋友對話，啟發在場學員心靈的成長並感動在場所有扶輪人。下午安排有定向活動地圖判讀、探索教育訓練體現了團隊間相互信任、更是展現個人責任、突破自我的限制、發揮潛能、肯定自我，從而學習人際溝通、問題解決、團隊互助、建立自信心及團隊凝聚力。晚上營火晚會正式點燃年輕熱情奔放、創意隊呼、嘶聲吶喊將活動帶至最高點。藉由各項RYLA的活動積極參與培養自我肯定激發學員的向心力以及團隊合作的統整能力。

「扶輪青少年領袖獎」計畫由地區統籌辦理今年是第七個年度，參與人數年年巨增，今年更達到330人參與，很感謝各社踴躍推薦優秀青年參加。舉辦一場「扶輪青少年領袖獎」訓練營是一項相當複雜的計畫，非常感謝地區RYLA委員會所有委員及扶青團員貢獻時間參與服務，及本社大漢溪社社長Justin及社友們幕後幫忙講師接送、物品搬運等無怨無悔為扶輪的付出，謝謝主委P.P. Sign充分的信任與支持給我這個學習的機會。

「扶輪青少年領袖獎訓練營」是一個很重要非常有意義的服務計畫，提供青少年領導技巧、增進個人自信、獲得職場資訊、接觸多樣化議題、認識社區領導人及輔導者進而加入扶青團，歡迎各社參與促使本計畫更為擴展，更具效益一起光耀扶輪。 

國際扶輪3490地區2014-2015年度

Inbound歡迎會暨語言營

文 | 3490地區RYE文化學習召集人 花蓮新荷社 莊惠茵 Vicky

攝影 | 三重北區社前社長 林子傑 P.P. Wedding



為迎接14-15年度來自十七個國家共計48位Inbound學生，RYE委員會特地於8月31日至9月2日假陽明山衛理福音園辦理三天兩夜歡迎會暨語言營，委員會早在6月起即召開各項準備會議，並積極籌備14-15年Inbound報到後續的相關活動，這些孩子遠渡重洋來到台灣，為使學生儘早適應台灣生活文化，並強化華語能力，使Inbound學生更容易融入接待家庭，在主委P.P. Lisa率領的團隊周延規劃下及Rotex精心策劃的活動中，展開了充滿歡樂學習及挑戰的三天難忘課程。

第一天

地區主委P.P. Lisa首先代表RYE歡迎交換生來台灣，她說台灣是一個富有人情味的



國家，台灣最美的風景是“人”，如果你用心去體會、去經歷以及去嘗試，這將會在你一生中很不一樣的一年，她也期勉交換生“既來之，則安之”，希望大家能快樂學習，勇敢的挑戰自己。

歡迎會當天邀請貴賓地區總監D.G. Ortho

地區與分區活動 District Activities

也為交換生致詞，總監以地區大家長身分歡迎這些交換生到來，並簡介地區的範圍及涵蓋的縣市，並提醒學生們交換的一年並不僅僅這一年，它影響的將會是你的一輩子，他誠心希望所有交換生可以好好體會這一年，你們的接待家庭、接待社及接待學校將以你為榮，豐富的一年交換生活你將不虛此行，大家要好好把握。

在地區總監D.G. Ortho為每位學生配章下，開啟了每一位Inbound學生跨國友誼交換的旅程，活動開始的第一個項目是由Rotex組成的隊輔人員，教導〔第一支舞〕，面對面、手牽手，Inbound學生開始以肢體語言先互動，在輪流轉換舞伴的過程中拉近彼此原本陌生的情誼，同一時間接待家庭在另一個教室作經驗分享與交流，現場每桌有二位以上的委員，跟家庭做最直接的交流與分享。

因過往有許多Inbound學生並不清楚交換計畫的目的，下午課程首先安排了〔3490地區的交換計畫介紹〕讓Inbound學生清楚交換的真正目的，並將地區年度活動行事曆一一介紹解說，讓學生們能了解這一年將參與的各項活動。為使來自世界各地的學生了解文化與自己國家的不同，課程中也安排了〔文化衝擊〕的項目，讓學生們了解到文化沒有高低、沒有好壞、沒有對錯只有不同，因為了解文化的不同，也就不容易造成誤解，也能互相尊重。在〔認識台灣〕的課程中學生先認識到自己所屬地區的範圍，也藉由投影片認識了美麗的台灣，相信他們對於這一年將更充滿期待。因各國規範與法律不同，為免學生不慎觸犯

台灣法令，所以也特別安排了〔中華民國法律〕的課程時間，讓學生清楚有哪些規範是應該要注意和遵守的。課程還有〔中文學習〕、〔接待社、學校、家庭的相處之道〕學生們藉由下午的課程對即將面對的人、事、物都能有基本的認知。晚餐後學生們上了〔基礎實用中文〕有數字和方向，也是為下一個特別的文化課程〔象棋〕準備，原先學生對象棋似乎沒太大的興趣，在指導老師Arleen副主委解說下，學生們了解到〔象棋〕文化是過去中國古代大將、經商者必學的，幫助很大，多數學生紛紛主動想了解這特別的文化遊戲，搶不到棋盤位置的學生利用隊輔製作的紙牌玩起人體象棋，現場頓時熱鬧起來，短短時間內已有學生學會〔象棋〕並可告知對手應如何注意每一步走法，這學生還是原先興趣缺缺的呢！直至晚間休息時間仍欲罷不能，最後在隊輔催促和引導下學生才依依不捨的離開教室返回房間盥洗休息，結束精彩的第一天，準備迎接隔日充滿挑戰性的活動。

第二天課程主要運用園區內現有設施，讓交換生體驗教育結合專業課程、遊戲活動、諮商輔導與體、智能訓練，讓交換學生在活動中能全方位學習，思考生活及工作態度，覺察自我盲點，勇敢面對個人問題，體驗個人突破，促進人際互動，面對挑戰，突破困難，發揮團隊精神，達成團隊目標，指導員在第一節課程介紹中透過〔電報桿〕、〔破冰活動〕等學習與人溝通，與夥伴建立關係，與隊友建立共同目標，提升團隊精神，在此共識之下將場地移至戶外，讓他們操作平衡板、搶渡洪流、甜甜圈、飛躍毒龍潭等動態的活動，在活動當中除了更促進彼

此認識之外，主要培養團隊精神，增進耐心、接納彼此及挫折感處理；建立個人與團隊溝通技巧和處理問題的方法，訓練並瞭解成為領導與被領導者應有的特質與態度，個人的角色與定位等，活動過程中可以看到許多人自然而然站出來表達自己的想法讓團隊可以一一過關，然而經過一次又一次的失敗，他們雖然唉聲嘆氣，但也不曾放棄想出更好的方法去過關，在下午的高空體驗課程，由於是屬於進階的高空課程，但所有交換生絲毫沒有任何的畏懼，一一的體驗所有關卡，連我們在地面看的都手腳冒汗的關卡，他們都安然的完成，這些學生真的都有強力的心臟與無限的潛力，就看我們如何引導了。

為了釋放一天課程的緊張氣氛，晚上安排了營火晚會，在熊熊營火的氛圍下，大夥兒圍成一圈快樂的手足舞蹈，跳起前一天所學的[第一支舞]，現場委員們也跳下去一起歡樂，交換生也拿出看家本領來娛樂大家，吹薩克斯風、表演拋繩套索還搭配上整套傳統服，歡樂的氛圍讓整個營隊笑聲此起彼落，來自各國的年輕人玩在一起，這些人假以時日或許會成為他們國家的重要人物、公司的老闆，他們在台灣建立了深厚友誼，相信有機會也會為台灣發聲，讓台灣重返世界的舞台。

第三天活動內容較屬於文化的體驗課程，有基礎的語言學習、書法、水染甚至是中國功夫，連中午用餐吃的水餃都是學生自己包的，在營隊中雖然只有學習數小時，但這只是啟發這些Inbound學生讓他們體驗，重要的在這些拋磚引玉的課程中，學生後續

如果有興趣，至少他們可以表達學習的熱忱，這些學生開學後面對高中課程內容勢必會覺得無聊，因為絕大多數上課內容是完全聽不懂的，在這種狀況之下培養一些興趣或嗜好，加深對中華文化的認識，相信也可以讓他們學習更多。

本次營隊活動為RYE第一次舉辦類似之營隊，在地區主委P.P. Lisa支持下，地區副主委Arleen義無反顧的接手策畫，Vicky這三天二夜在現場全程參與，深深感動於心，一個新活動的策劃與執行是需要很多心力融入的，在有限的資源及經費條件之下，所有委員會成員有錢出錢有力出力，不時因缺點小東西便上山支援，將活動辦得有聲有色，也讓所有交換生對台灣的熱情以及中華文化的認識印象深刻，果然如外界傳言，RYE成員是一群快樂的傻子，但我必須說RYE成員所做的事情是充滿智慧與遠見的。

此次活動在Rotex會長邱凡真及17名Rotex成員的精心策劃及帶動下，才能讓整個活動順利完成，這群歸國的學生的確成長不少，最早起最晚休息，主動、積極、有想法，在活動中扮演了非常重要的角色，不畏辛苦就為了完成任務，這種努力的態度值得鼓勵和肯定。

地區RYE活動，歷屆主委及委員無不盡心盡力在計畫上付出，使得交換的學生逐年成長，15-16派遣的Outbound報名人數來到76人，由此可見這項計畫的成功，也讓全世界所有人知道我們扶輪的外交小尖兵每年為台灣做了多少國民外交，相信在不久的將來此計畫必能實現世界地球村的目標。 

地區與分區活動 District Activities

百萬重金做公益電影明星來教你 光耀扶輪點燃台灣英文新希望

國際扶輪3490地區新北市第一分區社區聯合服務

文 | 三重社社長 劉榮輝 P. Herbert



三重扶輪社為促進三重、蘆洲地區中學生英語學習動機、引起學習興趣，幫助其未來提升英語競爭力，邀約國際扶輪3490地區新北市第一分區七個扶輪社一起針對三重、蘆洲學區之國中贈送英語情境學習工具—Yofun365 國中校園授權，用看電影及動畫帶領孩子用影像及情境記憶單字，並能聯想運用，根據研究能提升記誦單字量，並養成閱覽影片的學習習慣，幫助現階段及長遠的英語學習發展，兼具趣味與效率。

扶輪社購買了一年份使用權，市值約100萬元，提供10所學校的全體學生使用。捐贈對象為新北市立三和國民中學、新北市立二重國民中學、新北市立光榮國民中學、新北市立明志國民中學、新北市立碧華國民中學、新北市立蘆洲國民中學、新北市立鶯江國民中學、新北市立三民高級中學（國中部）、新北市立三重高級中學（國中部）、新北市新店區大豐國民小學。

為讓捐贈學校了解此套學習工具的功能及運用，特於2014年9月17日下午於新北市三重高級中學舉辦說明會及捐贈儀式，是日除A.G. Steven、七社社長、秘書、社區服務主委及三



重社社友等出席外，受贈學校也非常重視此次活動，共有四位校長親自出席，校長無法出席之學校均派主任級人員參與，同時亦有三位家長會長與會。

由於此次捐贈、說明會相當隆重，各大媒體例如東森新聞、大愛電視台、天外天電視台、聯合報、中時、旺報、蘋果日報、新生報、自由時報等都派記者採訪。三重社P. Herbert也接受東森新聞、大愛電視台、天外天電視台現場專訪。大會也邀請多益分數915分楊育杰同學現場示範使用及南台科技大學語言中心主任黃大夫博士分享該校使用此套學習工具之成果，真是盛況空前。🇹🇼

美好的人生

2013-14年度阿奇·柯藍夫會會員（ARCHC. KLUMPH SOCIETY MEMBER）三重千禧社前社長劉雲玉 P.P. Judy-Liu
訪談 文 | 編輯室 板橋西區社 盧昱宏 Rtn. Max 攝影 | 三重北區社前社長 林子傑 P.P. Wedding



「我媽媽比較喜歡當輔導子社的祿姆，不喜歡當阿媽。」2013-14年度阿奇·柯藍夫會會員（ARCHC. KLUMPH SOCIETY MEMBER）會員P.P. Judy-Liu的女兒打趣的向朋友調侃自己的母親，這位三重千禧扶輪社的前社長在去年成為阿奇·柯藍夫會會員之後，今年又再度回鍋擔任秘書。

「其實，最早是在18年前，我的女兒領取了中華扶輪教育基金會獎學金，我才有機會認識扶輪，進而成為扶輪大家庭的一份子。」P.P. Judy-Liu手指著牆上張貼的一張演講海報說；

『歡迎黎惠萍法官蒞臨本社演講』



「這是我當社長那一年，她來我們社內演講的海報。」

「參加扶輪社給我盡自己力量幫助需要幫助的人的機會，只是可惜我女兒現在的工作不適合參加

人物專訪 Exclusive Interview

社團的活動，不然，幫助需要幫助的人感覺很好，我先生是獅子會會友，我兒子是3500地區大園扶輪社社友；只要是在我們的能力許可範圍內，我們總是想盡量的提供自己的一分心力。」

「因為自己小時候家裏生活辛苦，像我是老大，也是八歲、十歲的時候就出來工作幫助家裡供弟弟、妹妹唸書。」說著說著，淚珠在P.P. Judy - Liu的眼眶裏打轉；

「不過，也是因為年輕的時候辛苦，所以我現在明白適時的協助對於需要的人是很重要的；以前的生活經驗更讓我明白對人，一定要有一顆真誠的心，對事，一定是不服輸的努力爭取，一定要把事情做好。」

「我就是這種不服輸的個性，所以我四十歲的時候又去念高中，六十歲的時候去念大學，努力學習，一定要把事情做好，這就是我的個性！」

「對於扶輪，我也是盡心盡力，在我擔任社長的那一年，真的就是早上八點出門，晚上十二點才回到家，我家姑爺常說他是“孤單的老爺”，太太總是在忙著扶輪社的事，對扶輪的用心，把三分之一的精神發揮到公司，生意會更好。」

「但是，這也實在是因為社長應該做的事情太多了，社長有社長的責任，尤其那一年有一位社友身體微恙，我這個社長總是應該多關心照顧一點，有需要時，去她家裡幫忙也是應該的。」

「後來社長卸任，對於地區總監交代的任務，我也是一馬當先，務求盡心盡力，盡善盡美，既然要做了，如沒有一百分也要有八、九十分，這就是我的個性！」

「本來以前對於一些社會救助或風災、水災、地震災害救助捐款，或是提供組合屋等的需求就有看社會大眾的需要再進行，也常幫助周遭社區的社福團體。對於各種活動需要志工的，我也常常想辦法排時間去參加，像是前幾年的花博，我也去擔任志工。」聽說因為擔任花博志工，結果車子被拖吊了三次！但看P.P. Judy - Liu眉開眼笑

的，似乎這些小小的挫折畢竟還是比不上助人的快樂。

「加入扶輪社以後，有好幾次跟隨幾位地區總監出訪，不管是WCS還是End Poli的活動，親眼看到了被援助對象，才更能體會自己所提供的協助對他們而言是多麼的重要，對我們而言可能只是舉手之勞，也明白原來我能提供的援助可以經由扶輪到達世界上任何需要的地方，所以我跟我的社友，強調出去旅遊盡量兼顧服務，一舉多得，服務越多，獲益越大！」

「對於成為阿奇·柯藍夫會會員(ARCHC. KLUMPH SOCIETY MEMBER)，是在二、三年前就已經動心起念了，本來2009-10年度我就已經認捐了遺贈，但在P.D.G. Kega與本社祿姆P.D.G. Amanda的鼓勵之下，才決定在2013-14年度付諸行動，額外再捐贈成為AKS會員；其實這就好像每個月拿一筆錢來定存，為期五年，金錢的數量不是重點，重要的是飲水思源的觀念。」在整個訪談過程中，可以感覺到P.P. Judy - Liu願意付出、幫助需要幫助的人的熱忱溢於言表之間；很慶幸的，她加入3490地區這個扶輪大家庭，她的衝勁與動力影響著身邊的社友，她除了以身作則，更是循序漸進的鼓勵社友，努力的參與扶輪，為各種需要援助的對象而奉獻，身為AKS會員，對於扶輪期許著「將本身能力範圍許可的力量，傳送到世界各地最需要協助的角落，不論距離有多遙遠。」

對於未來，P.P. Judy-Liu謙虛的說，「希望我的拋磚引玉，有朝一日可以鼓勵其他的社友成為阿奇·柯藍夫會會員(ARCHC. KLUMPH SOCIETY MEMBER)。」

感謝P.P. Judy-Liu對於扶輪的又一次貢獻，讓我們見識到了不服輸、作事認真、待人真誠的扶輪人對於扶輪精神的勇於實踐。

後記：感謝P.P. Judy-Liu捐贈3490地區台灣七地區公益環島騎士八十三人高級單車安全帽。👉

新北市生命線第1屆自殺防治宣導活動

文 | 板橋東區社 P.P. Smile / 新北市國際生命線協會理事長 李榮鏗



隨著人口結構與社會型態的轉變，加以世界各地天災人禍頻傳，各種因素所造成的壓力與危機漸增，甚至可能衍生自殺行為，世界自殺防治學會（IASP）與世界衛生組織（WHO）乃將每年的9月10日訂為「世界自殺防治日」。臺灣社會近幾年來因為失業、暴力、藥酒癮、久病厭世等問題，許多人在缺乏正向有效的壓力抒解方式，而選擇以自殺方式結束生命，甚至將身邊至親好友一起帶走，造成社會上衍生許多無奈的悲劇。

新北市國際生命線協會長期以來從事推廣心理衛生工作，並致力於校園與社區推廣各項服務方案，為響應世界自殺防治日活



動，新北市國際生命線協會於2014年發起「第1屆自殺防治宣導活動」，地點選擇人潮聚集的板橋車站一樓大廳，活動邀請到新北市政府衛生局擔任指導單位，同時特別邀請藝人傅薇擔任自殺防治大使進行活動主題宣

各社分享 Rotary Share



導及求助資源管道介紹，如：衛生福利部安心專線0800-788995、新北市社區心理衛生中心02-22572623、全國各縣市生命線1995協談專線等，活動另設計三個題目與現場民眾進行有獎徵答遊戲。

今年的宣導主題是「為生命找到另一個出口：Look for Another Way」，主要乃希冀社會大眾在感到煩悶或遇到壓力危機時，記得先冷靜下來想一想，只要轉個念或換個角度去思考，就能發現事情並不如想像中的困難；人生難免會遇到挫折或困難，生活中也會有許多無形的壓力，要能勇敢地去面對和克服，而非選擇以自我傷害或自殺的方式來尋求解脫，因為生命總是可以找到不同的出口。

此次活動承蒙各界長官與貴賓蒞臨指導，第二分區助理總監李昌雄先生、板橋扶輪社、板橋北區扶輪社、板橋東區扶輪社、板橋南區扶輪社、板橋西區扶輪社、板橋群英扶輪社、土城扶輪社、土城中央扶輪社、

土城山櫻扶輪社、三峽北大菁英扶輪社等社長暨社友，另有民進黨新北市黨部主委羅致政、立法委員林鴻池、立法委員江惠貞服務處、新北市議員周勝考服務處、新北市議員劉美芳、新北市政府社會局局長李麗圳、國際生命線台灣總會、財團法人邱春木社會福利慈善事業基金會、黎明技術學院、新北市私立松柏幼稚園、聯企有限公司等單位贊助支持，黎明技術學院校長周錦東更親自率領該校創意產品設計系師生熱情參與，讓整個活動現場氛圍熱絡並得以圓滿順利。

活動最後邀請所有長官貴賓至舞台上進行主題宣示，以回應宣導主題「為生命找到另一個出口」，喚起國人對生命價值與生存意義的重視、建立國人心理衛生與健康，當天亦感謝新聞媒體朋友進行採訪報導，讓心理衛生與危機調適議題可以傳達出去，社會大眾重視自殺防治的議題，同時更能關心周遭的親友。 🇹🇼

美國扶輪學習之旅

文 | 三重社2014-2015社長 劉榮輝 P. Herbert



為因應7月接任社長，特利用於赴美參加兒子Kevin University of LA Verne碩士班畢業典禮，抽空參加扶輪發源地美國當地扶輪社例會，感受他們扶輪例會運作情況，做為嗣後一年扶輪運作參考與借鏡。現就參加美國二社扶輪社例會情況分述如下：

一、Rotary Club of LA Verne, CA U.S.A

Rotary Club of LA Verne創立於1967年，目前社員人數25人，男女合社屬於小而美的扶輪社，社友老、中、青三代都有。每星期四例會時間早上7:30，用餐方式美式早餐，地點在LA Verne當地老人俱樂部會議室舉行（La Verne - Area 5 Thursday 07:30, Meeting House at Hillcrest Homes），來賓餐費@人US\$12。



6/5參加他們例會，出席率不高大約50%，社友服裝也沒有特別要求穿短褲也參加例會，唯社長仍著正式服裝出席。例會沒有Main table設置只有演講台、美國國旗及社旗，例會由社長鳴鐘開會後，先念美國宣言接著唱美國國歌，然後由資深社友領導全體社友祈禱，接著進行例會全場都由社長

各社分享 Rotary Share



一人主持沒有聯誼介紹，秘書、糾察、出席報告，所有的程序由社長一人完成，所以，社長臨場經驗就非常重要。最後演講節目也如同台灣扶輪社邀請專業人士做專題演講，而此演講節目值得我們學習的是：演講時間社友認真聽講不吵雜，遇到問題及疑問即刻發問，而且演講者控制時間得宜。另該社新社友名牌為紅色滾邊與一般社友不同，方便社友予以關愛輔導待該社友已融入此扶輪社家庭，再由資深社友配章更換為一般社友名牌，上述行為也頗值得我們學習效仿。

二、Rotary Club of ARCADIA, CA U.S.A

Rotary Club of ARCADIA創立於1927年歷史悠久，社友人數100人，為國際扶輪5300地區四大扶輪社之一，男女合社屬於大型扶輪社，社友老、中、青三代都有，辦公室有3名職員。每星期五中午12:00於ARCADIA當地Embassy Suites酒店會議中心舉行 (Arcadia - Area 4 Friday 12:00, Embassy Suites)，用餐以西式自助餐形式進行，來賓餐費@人US\$20。

該扶輪社除佈置例會場地形式開始後宣讀美國宣言與前社長帶領全體社友祈禱與Rotary Club of LA Verne相同外，接著例會



流程和台灣扶輪社類似，例如：唱美國國歌有鋼琴伴奏、聯誼介紹貴賓、祝壽、結婚紀念日快樂、社會服務頒獎、由授獎人擔任主講者做一場專題報告等。在此我要提出來的是歡喜時間的運用，該社由輪值社友針對某些社友趣聞做一主題發言，例如某位社友所養狗造形、社友結婚照片、社友出生第一張照片等做一些趣味問答引起大家歡樂最後能予以樂捐，同時由其他社團贈送古董汽車展門票也當場由社友認購此門票收入則歸社所有。在例會結束前大家起立由社長帶頭宣讀扶輪四大考驗後例會方能結束。當然該社例會進行社長扮演一個非常重要角色，在此我非常欽佩該社社長MiMi女士全場以歡樂心情主持會議取得社友認同，時間控制也非常準時，鳴鐘結束還不忘提醒下星期精彩節目內容希望社友踴躍參加下星期例會，真是用心良苦，難怪該社出席率很高。

綜上所述，此次來美國參加不同類型扶輪社例會收穫良多，尤其是二社社長以歡喜心帶領扶輪社主持例會更讓我印象深刻，這也足以印證R.I.社長Gary所提出勉勵各社社長一句話：扶輪社社長要以「友誼領導」方式領導你所屬扶輪社，挑戰目標、超越目標，「光耀扶輪」。

第七分區扶輪社聯合例會暨中秋節聯歡

文 | 土城社



為使第七分區友誼增進，特於九月三日召開聯合例會假吉立餐廳中和店舉辦。本社於第十四、十五、廿一屆相繼成立土城中央、三峽及土城山櫻社。而土城山櫻社於2013~2014年度輔導成立三峽北大菁英社，由土城中央社C.P. Yico的夫人Amy擔任創社社長。六時正由本社Thomas社長鳴鐘，聯合例會正式開始，由Land秘書擔任司儀，引導聯合例會順利進行。Bio主持聯誼活動，介紹來賓及各社友，並應景的領唱「月兒像檸檬」，這首非常悠揚的老歌。精湛的演講是聯合例會的重頭戲，本次例會很榮幸邀請國際薩克斯風演奏家胡笙大師蒞臨主講：「台灣流行音樂發展史」。

胡笙大師與Thomas社長是相識25年的好友。本次演講胡大師準備了各項樂器：高音薩克斯風、中音薩克斯風、次中音薩克斯風、小喇叭及長笛，演奏多首耳熟能詳的歌曲。包括：台灣光復前受日本影響的歌曲「蘋果花」、「苦海女神龍」；光復後第一代喇叭歌王楊三郎大師的「港都夜雨」；第

一代低音歌王洪一峰大師的「舊情綿綿」及文夏老師的「黃昏的故鄉」；受上海百樂門爵士樂風「玫瑰玫瑰我愛你」；台視大樂隊團長翁清溪的代表作「月亮代表我的心」及鬼才導演劉家昌的「街燈下」…一首首經典的歌曲在胡大師的演奏下猶如天籟之音，欲罷不能，深刻感受到音樂是如此的美妙。

胡老師最後以一首「You Raise Me Up, 你鼓舞了我」作結束曲，他感性的道出感謝Thomas社長在多年前人生谷底時，一路上的鼓勵、提攜與相伴。盪氣迴腸的音樂繚繞在整個會場，溫暖的感受烙印在社友的心中。

土城中央社Chiang Ji社長於七時十分鳴鐘閉會，隨即頒發金榜題名頒獎活動，各社皆有多位社友子女榮獲殊榮，在此祝福他們學業精進。最後，卡拉OK之夜由A.G. Scuba、D.V.S. Eda及五社社長展開序幕，佳餚美酒，共話扶輪、共話家常，大夥渡過了一個美麗的夜晚。🍷

各社分享 Rotary Share

花好月圓·溪頭森呼吸歐風米提二日遊

林口社秋季旅遊暨慶祝中秋節 文 | 林口社執行秘書 張瑜綺



第一天上午於P.P. Plastic工廠集合，領取秘書Spot為大家準備的愛心早餐後，準時七點出發囉～

很快的，到了第一站-南投竹山紫南宮，據領隊敘述可以向土地公擲筊借發財金，第一次獲同意可借六百元，第二次才同意可借五百元，依序類推，最多只能借用六百元做為生意的本，來年若賺錢再還本，在口耳相傳下名聞遐邇，紫南宮香火興盛不衰。

第二站接著到了溪頭妖怪村用中餐，餐後在妖怪村裡感受日式鬼怪的氣氛，這是以日本妖怪為主的商家聚落，還提供免費的表演觀賞，遊客絡繹不絕很熱鬧。

此次旅遊安排住宿南投五星級飯店-米緹大飯店，為了讓大家能夠享受飯店舒服的

氣氛及使用休閒娛樂設施，特意提早入住飯店休息。此次適逢中秋節假期，晚宴由社長Bruce開場，RYE兩位交換學生許希蕊及楊子芸本次也與大家共同出遊，感受台灣文化及扶輪社的溫暖，其中許希蕊上臺演奏小提琴，多才多藝。接著主持人領隊Lulu炒熱現場氣氛，度過一個美好的夜晚。

第二天一早由領隊帶領健行，前往溪頭森林遊樂區，欣賞沿路綠意盎然的風景，享受森林裡的芬多精，讓人神清氣爽。隨後離開了飯店，前往享用午餐。

最後一站來到南投微笑天梯，這是一座懸空掛在南投及彰化兩縣間的「天空之橋」，由階梯連結而成。此次旅遊十分成功，非常感謝各位社友及寶眷熱情參與。🇹🇼

板北鐵馬隊

文 | 板橋北區社



板橋北區扶輪社人才濟濟，社員活力十足，鐵馬主委iStone翁政輝，平常從事高級石材鋪設買賣，他體型纖瘦卻擁有豐沛的能量，為了要成功挑戰End Polio Cycling 自行車環台的壯舉，他數度號召板北鐵馬隊自主訓練，路線遍及烏來、石門水庫、甚至從巴拉卡公路一路向上騎至陽明山二子坪。

為了鼓勵鐵馬隊友能夠在車輪轉動之際，感受到板北社慣有的溫暖，每次自我訓練前總是不厭其煩的，幫鐵馬隊準備青草茶。當他自騎著菜籃車出現時，板北鐵馬隊友都會鼓掌叫好，因為他的出現就像是個行動補給站，渴了、累了大家就在路邊稍做休息，喝一口青草茶，解身體的渴，也喝下板北團結一心的兄弟情。板橋北區扶輪



社鐵馬隊友有：iStone翁政輝、P.Light林孔亮、I.P.P.Benz蕭智文、P.P.H.D.黃木發、P.P.Bear郭博德、Trust陳耀宗、House倪萬鑾，希望透過環島鐵騎，傳遞慈善與愛的力量，一同推動根除小兒麻痺的宏大計畫。🇹🇼

各社分享 Rotary Share

記「光耀扶輪慶祝大會」參與心得

文 | 板橋社前社長 林志郎 P.P. Shi-Lo



為恭賀Gary榮任R.I.社長，國際扶輪台灣總會於6月15日假台中烏日大台中國際會展中心舉辦「光耀扶輪慶祝大會」，場面盛況空前，當然本社當天也有許多人前往共襄盛舉，國際扶輪台灣總會事先也交辦了一些相關工作，本社林志郎P.P. Shi-Lo負責擔任的工作是關於本次大會之媒體公關，最後能獲此次大會頒贈感謝狀，非常感謝R.I.社長Gary給予的肯定。

這次慶祝大會中，相關媒體前來採訪的工作人數非常多，接近100位，而且均事先針對「光耀扶輪慶祝大會」做了整個版面之專題報導；P.P. Shi-Lo表示，借此機會，也要讓全台灣的人民了解，我們扶輪社不論在世界何處，各國首長都會前來迎接，唱我們的國歌，這個具有非常重大的意義。現任R.I.社長Gary至世界各地200多個國家，不論國家大小，皆受到熱烈的歡迎及禮遇，最重要的是都會放置扶輪社社旗及中華民國國旗，這是一件很不容易的



事，非常的令人感動，也讓世界各國更了解台灣。

本次大會籌備與舉辦期間，本社P.P. Shi-Lo非常努力的與各媒體連繫，致力於為扶輪社向全台灣各界發聲。這次代表板橋社擔任總社交辦職務，他很謙虛的說還好沒有讓板橋社漏氣、丟臉，全部要感謝板橋社全體社有的支持，謝謝大家。

新北市瑞芳區瑞亭國小103學年度需求計畫捐贈儀式 基隆東區扶輪社2014-15年度社區服務

文 | 基隆東區社執行秘書 張毓芳Joanne



本社為協助地方弱勢學童減輕經濟負擔，增加優質學習環境機會，今年度特於年度計畫中規劃由本社主辦、瑞芳八仙宮協辦之瑞亭國小貧寒學童營養午餐、課後輔導及烏克蘭麗才藝班需求計畫，並於8/21(四)上午10:00由社長Willeam、副社長Sky、服務計畫主持理事P.P.Taka、P.P.Cake、聯誼Kevin代表本社出席於瑞亭國小視聽教室舉行之捐贈儀式。

當天捐贈儀式中，校方安排此次接受本社捐贈之5位學童及家長一同出席，並由本社聯誼Kevin擔任司儀。儀式開始首先由本社社長Willeam代表致贈此次捐助支票及本社社旗予校方代表吳主任，校方代表並回贈感謝狀並致詞感謝本社對於弱勢學童的幫助；Willeam社長致詞中表示，自創社以來，對於地方上需要幫助的弱勢族群及學童之輔助一直不遺餘力，並為使學童

及家長們更加瞭解扶輪社之性質，故當天以十分輕鬆的方式，為在座的校方代表及學童、家長解釋扶輪以服務為宗旨之精神，並希望此次接受幫助的學童們，在長大後能憑藉自己的力量熱心助人、回饋社會。致詞結束後，社長親自將此次捐贈之烏克蘭麗頒予五位學童，學童代表郭愛子小朋友致詞表示對此次接受捐贈的感謝，並允諾將會銘記在心，往後並將以最大的力量幫助更多需要幫助的人。

當天儀式雖僅短短約半小時，但過程中不僅讓參加社友感受到學童的感激，更因學童真誠的感言而覺得無比欣慰，也讓當天儀式順利圓滿完成。社長Willeam表示，這次活動只是一個開始，以後陸續還會有更多的服務活動，往後只要有需要，基隆東區扶輪社將秉持著扶輪以服務為宗旨之精神，繼續為更多弱勢學童盡心盡力。 

各社分享 Rotary Share

新莊東區社2014-15年度WCS印度阿薩姆省Mainajuli村恩惠英文小學(Grace English School)電腦捐贈活動

文 | 新莊東區社社長 劉嶽泉 P. Jacky



本社秉持人溺己溺、人饑己饑，人道關懷、行善天下的扶輪宗旨，自行籌辦WCS捐贈10台全新acer 8.1電腦給印度阿薩姆省Mainajuli村恩惠英文小學(Grace English School)活動，由社長Jacky偕同夫人帶著全體社友們的愛心、關懷與祝福，風塵僕僕頂著舟車勞頓，於8/9-13日至印度阿薩姆省Gawahati的Mainajuli村恩惠英文小學，實施捐贈與關懷之旅。

印度阿薩姆省Mainajuli村的地理位置，位於印度東北方的一個偏遠村莊，與不丹相鄰，距離阿薩姆省省會Gawahati將近10個小時的車程；是一個窮鄉僻壤的村莊。為了改善與提升Mainajuli村當地兒童基礎教育、增加識字率並培養一技之長、改善未來的生活與增加就業機會，捐贈印度阿薩姆省Mainajuli村的”恩惠英語小學”全新acer 8.1電腦10台，透過學校教育來扶助偏遠地區學童與村民習得一技之長，改善與提升日後生活。

電腦捐贈儀式於8/11日上午10時舉行，在全體師生及村長共同見證下，由該校校長Dilip代表接受；當電腦教室啟用時，目睹學童感激的眼神與雀躍的心，內心異常的激動，雖然捐贈電腦

在國內是不怎麼稀奇，但是在當地卻代表著意義非凡，學童與村民多了一個學習的技能，雖社友們只是一點小小奉獻，卻帶給學校與師生莫大的感激與歡欣。Dilip校長以感激的口吻告知：該校於2004年草創以來，由於建立了學校後，村民及兒童有機會受教育，人生有了盼望，村中偷竊、酗酒也隨之減少，學校也成為當地的緊急救難中心。非常感謝本社的愛心善舉，給於該校師生及村民多一個學習管道，透過電腦的學習，將可擴大學生與居民見聞，對於日後生涯的發展影響深鉅；同時也感謝中華基督教浸信會光復堂的牧師與教友，提供醫療義診與剪髮等社區服務。

本社對於偏鄉教育與弱勢團體的服務與關懷的精神從不落人後，將愛具體化為行動，就如同R.I.Pre. Gary所說：「沒有人應該孤獨地坐在黑暗中，我們會去點亮一根蠟燭，我點亮一根、你也點亮一根，當120萬社友將蠟燭聚集起來就能照亮世界」，此次電腦的捐贈活動及社區服務，正是今年RI年度主題“光耀扶輪”之最佳寫照。

電腦啟用典禮，歡迎請上本社FB網站觀賞。<http://www.facebook.com/rotaryhe> 

千年奇緣・扶輪傳承

文 | 新莊社 錢奕華 Rtn. Eva 撰文，新莊社執秘 張世君 整理



原是秋意蕭瑟時節，寶島卻熾熱非凡，新莊扶輪社已邁入第38週年，今年高貴美麗的P.Building特別精心安排此次秋季郊遊暨中秋聯歡活動，帶領本社社友、寶眷們，前往馬告生態公園，來見證千年歷史、以歷代古聖先賢命名之神木群，體驗古今相連的特殊感受，享受芬多精的洗禮，更是扶輪薪火傳承的契機。

8月30日已經接近暑假尾聲，此行報名的社友寶眷反應空前熱烈，社友、寶眷們，浩浩蕩蕩向“蘭陽馬告·棲蘭森林”出發了！秋高氣爽、天氣宜人，感謝社長Building及兒女與女婿一早就為大家準備營養早餐，P.P.Lace也特別帶來了好吃的烘焙麵包。沿路的國道風光，聰慧的領隊導遊以脫口秀的方式帶領大家講講古，說說自己姓名之父母



寓意，和名字中乘載的不傳之密，老、中、青三代開心的口白中，看到年輕的扶輪子弟，台上講述一分鐘，台下父母的指導、寄望、傳承之情，不絕於耳。

在穿越了亞洲第一的偉大工程【雪山隧道】，又因山區交通限制另於棲蘭山莊轉乘小型巴士後，終於抵達了【馬告神木園區】。新莊扶輪社平均年齡六十歲以上的

各社分享 Rotary Share

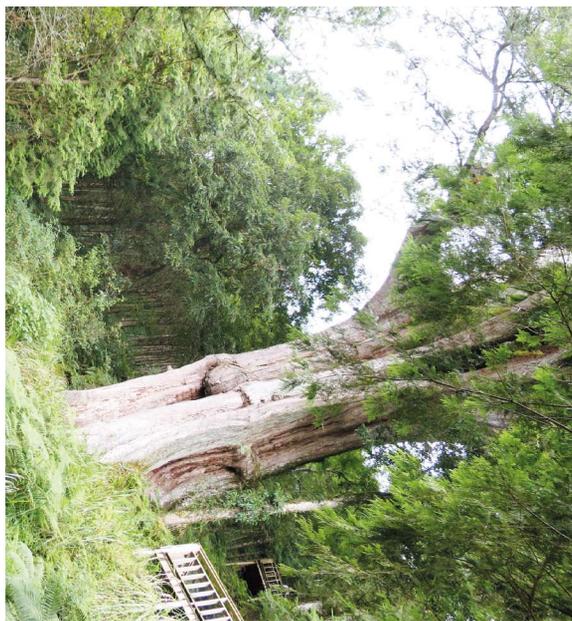
P.P.們，還有踩著高跟拖鞋上山的貴婦，穿著迷你時尚牛仔短褲的美豔夫人，及今年來台交換的RYE Inbound國際交換生宋文川學員，老老少少聽著園區的專人導覽員口沫橫飛，加上隨時拿出七寶盒中的神奇種子，還得小心山邊咬人貓等精彩的生態介紹，尤其重要的是，一一拜會千年的孔子神木、司馬遷神木，其實就是檜木，在千年錘鍊中展現不朽的價值，向陽面迎風挺拔，光華鑑日，背陽面則是共生與附生無數種青苔與蘚草，女蘿依依，蜿蜒體附，姿態橫生，無限生機。此時，P.P.Billy帶來了分享歡樂的養生堅果零嘴，大家一手一把一口接一口，真是人間極品，生津解飢，好不暢快！不一會，真的享受到森林浴了！絲絲細雨打在橫豎交錯的檜木葉上，雨露含著生機，羽化千年的智慧馨香，灑向在休息站吃著美味馬告風味便當的遊客們，及I.P.P.Bill為大家加菜的馬告茶葉蛋，享受著味覺與心靈的滌洗與豐富。

午後，赴棲蘭森林休息，吃著社長帶來的水果，閒步走上蔣公行館，看著遠處群山環繞，近處花木扶疏，想見蔣總統挽著高貴國母宋美齡，在林間悠然自樂，卻又心心念念國家如何一統…姑且不論今人的評論有正有負，歷史總會給這樣的一代英雄，一個定位與評價，如同千年神木般，留下了歷史的痕跡。

晚餐的福州菜更是一絕，非一般人可尋覓的清幽小館，古式樑柱的三合院古厝建築，加上令人讚不絕口的紅糟雞，與大盤菜、大口肉，大快朵頤之際，齒頰留香，回味無窮。

回家的路更是不寂寞，一場世界語

脫口秀即興演出，有P.P.Lace日語教學及P.P.Chueh正確泰語指導；P.P.Tony公子謝明展到美國遊學的韓語、英語秀分享；千金謝明珊義大利旅遊問候語教學；Inbound學生美國人Trenton（宋文川）講中文；外省轟媽翻成菜河洛話等等……笑得大家人仰馬翻，好不歡喜。聚散總依依，但是，回憶卻是在與千年古樹與聖賢交會之後，綻放出美麗與恆久的光芒，那是扶輪人薪火相傳智慧之光，那是文化傳承，中學為體，寰宇為用，更是生命中絕響與難忘的回味。 🇹🇼



躁鬱病家屬及高風險者身心靈成長團體講座 青少年常見精神疾病及自我傷害防治

文 | 土城山櫻社寶眷 黎佳伶



首先，對於護理背景的我，很高興有機會來聽李秀娟醫師的講座。這次的醫學題目相較於以往我參加的較少見，卻也是我們需要去重視的這一塊，主要是講青少年常見的精神疾患及自我傷害。

到底什麼是憂鬱症呢？在醫學角度上來看，當憂鬱持續超過兩週以上，而又使人在工作或社交應對上產生問題及障礙時，醫師稱之為「臨床」或「典型」憂鬱症。而我認為憂鬱症是一種「心的感冒」，只是不容易被察覺經常被忽略的，也因一般人很容易將憂鬱症貼上標籤與「精神病」相提並論，所以大多數人如果患有憂鬱症，也不敢承認而將錯失早期治療的機會了！

現今社會每一個人每天面對競爭的環境、瞬息萬變的趨勢、角色的多元化，都會讓人產生壓力。情緒低落在生活中是非常普遍的，偶而的寂寞、沮喪或情緒不佳是很常見的，也可以說是反應壓力的一種，通常也會在短時間內自動恢復正常。當無法平靜面對度過每一個挫折，心中失落的情緒便會開始累積增加，直到壓力過度，繼而醞釀出憂鬱情緒，當無法排解走出自己的灰色情緒，便會產生憂鬱。當嚴重的情形持續增加，自殺的念頭就會出現，當無預警的發生更是令人心痛的一件事情。

而我們都知道人的一生中，「青少年時期」的開始，是追尋人生價值與理想最為熱切的階段。從虛幻人生的憧憬到落實人生的任務完成，並非一蹴可及。往往在求學的路上，我們將會面臨到許多的困難與阻礙，不論是課業的壓力、同儕之間的比較、人際關係的拿捏。學習的過程中，都是需要經過一連串理想的破滅及現實的考驗，當沒有父母的親子溝通、細心關愛及老師的耐心引導，這個年齡層的青少年，很容易造成心理上的不健康、不快樂，而產生憂鬱的傾向，往往也是現今家長們容易忽視到的。如果這時父母親以愉快的心情，陪伴在青少年身邊，面對問題時，一起尋求解決的方法，互相學習成長，將可使青少年擁有一個健康、積極且正向的人生觀。對於未來的挑戰，也有完整的心態來面對人生的每一個難題，擁有充滿色彩及充實的生活。

最後，感謝國際扶輪3490地區，第七分區五社聯合地區獎助金，由土城山櫻扶輪社辦的講座，讓身為寶眷的我有機會來參加。非常有意義及教育性質的一課，李醫師用生活化的方式及臨床專業的領域分享案例，讓人在無壓力中能夠獲得寶貴的知識成長，感謝，共勉之。📌

各社分享 Rotary Share

南印度清奈慈善義診活動

花蓮美崙山社社友參與國際慈善義診活動紀錄

文 | 花蓮美崙山社 林易超 Rtn. Lincon

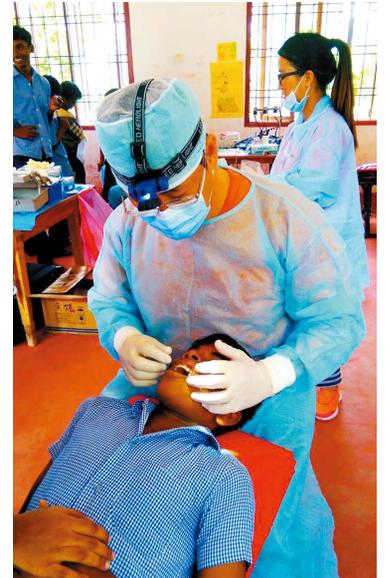


103年8月30日至9月7日為中華牙醫服務團舉辦的南印度慈善義診活動，我和小兒子元邵很早就報名參與。我自己曾向上帝立約，願意每年奉獻10~14天的時間到海外遍遠窮困地區義診。感謝上帝的保守，我們的足跡遍歷南非、肯亞、尼泊爾、青海和印度等地區。今年是第十次參與海外慈善義診活動，也是最艱辛、最多波折並且是最有意義的一次。

艱辛的是，出發前三天，我的右眼因視網膜剝離剛剛動了雷射手術，還在復原中。波折的是每次出發前在機場櫃檯總是因為行



李內有醫療用品而超重的問題，一再的向航空公司人員拜託通融。這次行程在曼谷機場轉機，原本有六個小時的時間轉機，卻因自



已的大意及疏忽，以致錯過預定的航班而被迫滯留在曼谷機場達30個小時。好不容易抵達印度清奈已經是當地時間清晨一點半左右，卻又因在入境簽證檢核時遭遇刻意的刁難導致在機場移民署再被留置2個多小時。從機場到達飯店時已經是凌晨五點半了，接著只有小眠不到2個小時就又搭車4個小時上山義診，這一連串的波折和辛苦耗盡了我的體力，所幸第二晚有個充足的休息。

這次海外慈善義診的行程和以前有所不同，格外有意義的是領受我們美崙山扶輪社全體社友和P. Lobster的支持和付託，帶著大家的祝福前往清奈的孤女院，分享來自台灣花蓮的愛心。此外，最令我倍感光榮和興奮的是我們團長蔡醫師帶我們和Ranipat扶輪社參與在當地Scutte紀念醫院的四癌篩檢計畫中。

最後值得和大家分享的是我們去拜訪了印度克安通牧師的教會，這是一間專門收容被救出的廟妓少女的教會，我們看到許多

年幼或正值青春期的青少女在那裡被保護、受教育，心裡真的很感動。可是偏遠山區裡的孤女院環境很糟糕、物資匱乏，窗戶玻璃破了沒錢修理，更沒有紗窗可言。但是透過各地方的扶輪社友，教會愛心弟兄姐妹的幫助，他們的需要慢慢的被看見、被支援。有愧於自己的力量實在有限，我希望各位愛心不落人後的扶輪社友能共同參與，也相信會讓我們美崙山扶輪社熱心公益，高舉愛心不分國度的形象能夠更加彰顯，謝謝！！



各社分享 Rotary Share

花蓮社 雙重做公益～【你捐血一袋、我捐一個血袋空袋】社區服務捐血活動

文 | 花蓮社



花蓮扶輪社社區服務捐血活動於9月14日星期日在花蓮市上托兒所大門前舉行，今年度特別以【你捐血一袋、我捐一個血袋空袋】為主題，舉辦捐血活動又捐血袋空袋，雙重做公益。全體社友及夫人廣邀親朋好友熱力宣傳、共襄盛舉，社友及夫人以及花蓮扶青團會員們一同在場熱情招呼，鼓勵民眾捐血並協助指導填寫相關資料，一日下來獲得361袋、每袋250CC、總計90,250CC的熱血，豐碩的成果大大的提升了花蓮捐血中心的血液庫存量，我們也邀請地方報刊登活動預告，並在花蓮市中心十字路口鬧區作電視牆廣告看板播放一週，果然獲媒體大幅報導，提升扶輪公益形象。

今年度的捐血活動由服務計畫主委李忠賢及社區服務主委趙瑞平社友全力策劃安排，上午八點半，社友們陸續到場協助佈置，九點不到花蓮捐血中心停放好扶輪愛心號等兩部大型捐血車後，現場即有十多位民眾報到等待捐血，由於捐血中心志工不足只有一位在場，Color社長及夫人立即補位，在報到區協助民眾填寫健康資料，服務計畫主委Leo更是一整天都在叫號安排等候的民眾輪流上兩台捐血車的工作，揮汗如雨，連午餐都沒吃，已經捐血近60次的House社友也樂當今天社友捐血的第一人，社友及夫人們頻頻接待

捐血民眾，打招呼、送冷飲、親切引導捐血人，來回穿梭讓活動順利進行，鄉親們都豎起大拇指稱讚，甚而主動再打電話邀請朋友來捐血，大家都好感動。為感謝捐血民眾，本社提供資生堂蜂蜜香皂及果貝麵包作為贈品，並打出【你捐血一袋、我捐一個血袋空袋】雙重公益主題，每袋血我們再幫捐血人捐贈給捐血中心一個血袋空袋，還提供14台高級腳踏車、以及7-11憤怒鳥陶瓷杯等精美禮品作為摸彩品，讓民眾捐血還能樂透一下，大家一起熱情支持，享受快樂捐血、助人為樂的氛圍。

本身也有九年捐血經驗的Color社長在媒體採訪時表示，花蓮地區號召地方鄉親逗陣來，為鄉土的成長盡一份心力，是扶輪社一貫的宗旨。「扶輪愛心捐血列車」，在花蓮各扶輪社接力承辦下，使血源能穩定的成長，花蓮扶輪社成立54年以來，愛心捐血是社區服務的主要項目之一，每在捐血前夕，全體社員都會號召親朋好友一起來，「捐血救人」是一件最直接能使鄉親受惠的公益活動，看到有這麼多熱心民眾的支持響應，更彰顯出我們的社會充滿溫暖，感謝捐血的鄉親將扶輪社友的愛心帶回去，期盼更多花蓮朋友持續來當個快樂捐血人。 🇹🇼

深耕泰雅·前進希望

文 | 蘆洲社



為了幫助偏遠地區的學童，不因為家庭經濟因素喪失接受教育的機會。蘆洲社持續七年深耕在泰雅文苑的課後輔導班，讓學生放學後能擁有良好的學習環境外更有指導老師解決課業上遇到的問題，同時也減輕家長們心中無力教養孩子的擔憂。

進入泰雅文苑的當天，同學們也發揮平日練習的課餘活動。盡興為我們表演出舞蹈原住民合唱團、說笑話比賽等等，展現熱情互動，更讓參與的社友與夫人們深深體會到“施比受更有福”的真諦！並共同期望這群天真無邪的孩子們不要輸在人生起跑點上，更能由本社挹注豐富資源到偏遠地區，來落實扶輪服務社會的願景，讓更多人一起共襄



Likas Bay RC & Lu - Chou RC United Community Service 20140802

盛舉關懷台灣的下一代，陪伴偏遠地區學童在成長的路上克服困境，前進希望的未來！



各社分享 Rotary Share

發揮「人飢己飢、人溺己溺」為賑災捐款40萬元

宜蘭社 第3027次例會 文 | 宜蘭社



103年7月31日深夜，高雄市民們沉睡夢鄉之際，前鎮區及苓雅區突然發生氣爆，造成30人死亡，近300人受傷的重大傷亡，街道路面及多處民宅店面同時遭受波及，景況怵目驚心，重建之路沈重而漫長。

為協助高雄市政府氣爆救災與復原工作，助高雄市重建再起。本社特別在第3027次例會，進行捐款活動。首先由楊杰Jack社長致詞，他表示：關於高雄市發生氣爆不幸事件，感同身受。據我瞭解，很多社友用個人或公司名義做捐助動作。昨天本社收到地區通知，台灣七個地區七位總監於8/1與高雄市政府取得聯繫協調，高雄市政府提出2500萬援助計畫，根據七位總監協調結果，3490地區捐款額度為三百萬元，本地區72社，可以算出每社額度。宜蘭扶輪社一向愛心不落人後，基於人飢己飢，人溺己溺之精神，希望於今天糾察時間，進行捐款活動，大家共伸援手，匯聚愛心，以捐款傳達對於災區居



民的關懷。

今晚我們很高興邀請到六星級的宜蘭縣長林聰賢，為我們演講『實踐幸福宜蘭』，林縣長針對他建構幸福宜蘭的計畫與大家做分享，他四年來的政績，帶給我們豐盛的啟發。

接著是糾察時間，在林聰賢縣長見證下，進行捐款活動，社長楊杰率先捐款新台幣陸萬元，社友也紛紛慷慨解囊，協助賑災不落人後，合計捐款達新台幣40萬元，也讓捐款活動劃下完美句點。 🇹🇼

夏季旅遊，扶輪家庭聯誼活動

文 | 羅東中區社



花東是暑假的熱門景點，無論旅遊行程或者車票常是一位難求，在社長David的大力奔走規劃下，我們包了自強號車廂前往，使本次旅遊計畫終於成行並圓滿成功！

8月23日一早我們搭火車出發，開始兩天一夜的旅程。在花蓮火車站改搭遊覽車，驅車前往第一個景點蝴蝶谷。富源蝴蝶谷是以樟樹為原生樹種的森林遊樂區，步道沿著溪水而上，步道旁的參天樟樹是蝴蝶谷一大特色。在那裏我們充分的放鬆了身心，享受芬多精的洗禮。雖然緊湊的行程只能短暫停留，由於環境原始自然，水流樹景及壯觀的溪谷地形，讓我們在行程中有了一個舒展身心的開始。

接著前往著名的六十石山。果然不負盛名，一開始便因塞車感受到朝聖的魅力。經過蜿蜒的山路，雖早聽聞此處滿山金針花的魅力，不過抵達時看到整片山谷開滿花的優美遼闊景致，讓人對剛剛塞車的不耐一掃而空。金黃花海像地毯綿密的鋪滿整片山谷，真是美不勝收的一幅畫！風景處更在此蓋了幾座風格獨特的涼亭供休憩拍照，優游在綠地黃花的自然美景中真是人生一大樂事！

晚上與兄弟社「台東東海岸扶輪社」社友在

東霸王餐廳餐敘。因為塞車行程延誤，讓兄弟社社友久候。所幸兄弟社並不計較，社長Bing率領社友仍熱情相迎，大家開心相聚共進晚餐，有一個溫馨而歡樂的夜晚。

在飯店住宿一夜，讓身體得到充分的休息，帶著充沛的活力我們開始了第二天的行程。首先到達的是東海岸最著名的景點三仙台，島的四周珊瑚礁岩圍繞，因為風化和海蝕作用，有特殊的海蝕岩石景觀。除在橋上欣賞各式奇景，我們也至海邊踏浪，除了暫時消了溽暑的煩躁，清澈的海水也讓大家充分享受大海的洗禮。

接著參觀「北回歸線紀念碑」。除了地理知識的了解，知道它是北緯23.5度，是亞熱帶和熱帶的分界之外，更有地科知識，像每年夏至時，太陽會直射在北回歸線上。此外，紀念碑周遭設計了草皮，像極了錯落有致的小公園，是宜人的休息以及學習的好去處。在四處走走讓身心舒壓當中，有了不同的旅遊體驗！最後還到了花蓮最著名的名產麻糬觀光工廠參觀，不忘帶幾盒回去饋贈親友。至此大家的行程告一段落，在愉悅氣氛中結束的旅遊，實在是讓大家意猶未盡，真是一趟充滿笑聲與回憶的開心旅程！📸

青少年服務 Youth Service

2014 NGSE (New Generation Service Exchange) 3490地區

文 | 板橋社前社長 張凱 P.P. Kai



板橋社推薦Dora與西班牙馬德里青年Alvaro互訪。板橋社P.P. Kai於8月17日下午到桃園國際機場和地區青少年服務委員會主委P.P. I.S.O.會合接機。

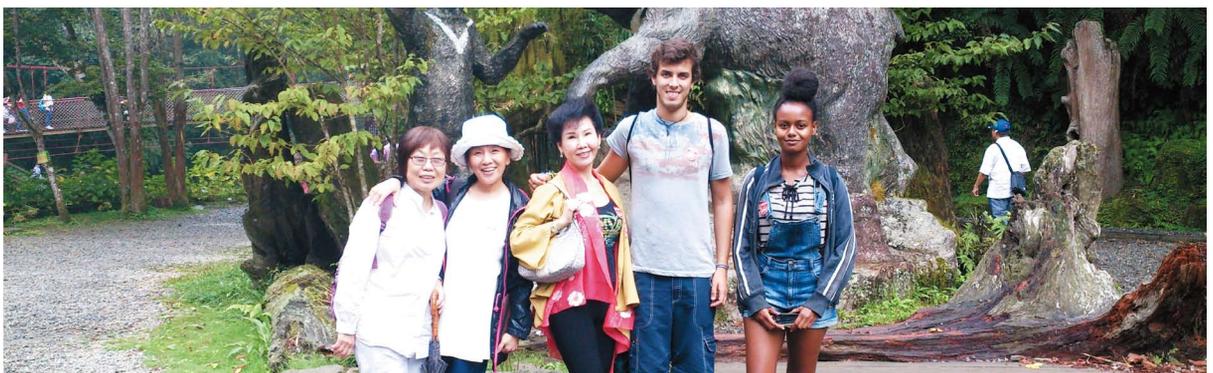
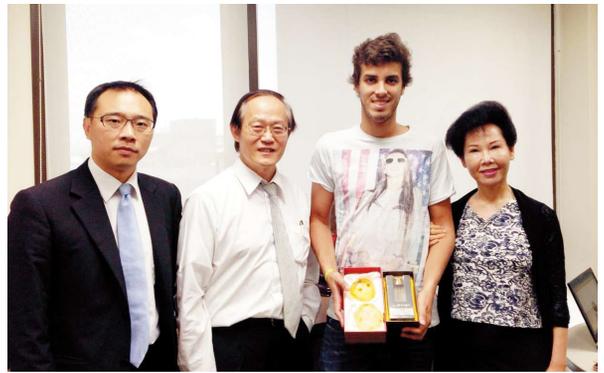
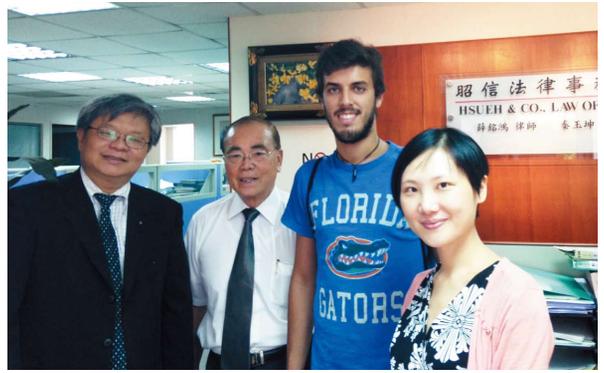
當晚帶Alvaro參加在新北市府舉行的地區扶輪日、8月21日參加板橋社例會、9月6日中秋女賓夕、9月11日讀書會、13、14日秋季旅遊、27日世界清潔日、9月28日晚送Alvaro至桃園國際機場搭機返西班牙馬德里，總共6周。

Alvaro今年21歲，係大學經濟系畢業生，其父為扶輪社友和夫人共同經營餐廳。經由板橋社Alex社長、P.P. Glue、I.P.P. Lawyer、P.P. Lucky、社友Bank、Stock、Kevin等人熱心安

排參觀公司、工廠、事務所、展覽、遊覽等活動、並教他兩節中文課。Alvaro生性樂觀活潑好學，第一次來台灣，很快就學會使用筷子吃飯和自行搭捷運到處遊覽，與人相處融洽。

透過NGSE的安排，Alvaro來到台灣，感受到與歐洲文化差異，他很喜歡台灣的種種事物。對板橋社社友們熱心安排招待，讓他留下深刻的印象。唯一讓他感到難過的是和女友分隔異地，雖然每天都透過網路和家人及女友視訊。

9月28日晚上9時30分P.P. Kai和家人帶Alvaro到第一航廈和P.P. Archi及P.P. I.S.O.會合，互道珍重聲中，目送Alvaro踏上歸途。🇹🇼



RYLA學員心得分享

文 | RYLA學員 張幃斯



20140830國際扶輪3490地區2014-15扶輪青少年領袖獎訓練營

這次因緣際會而有了機會可以參加青少年領袖獎研習營，兩天一夜遇到好多不同思維的人，也因此增進了我更多方的思考。

本來以為短短兩天很簡單就度過了，不會有什麼波瀾驚奇；但沒想到第一天下午，便開啟了我們相識的扉頁，下午由一個老師帶領我們玩遊戲，從傳呼拉圈到爬高牆，在每個遊戲裡都有不一樣的任務必須學習，然而完成每一個遊戲老師都會希望我們思考我們還能怎麼變得更好更有效率，每個人發表一些意見，第二輪再重新來過。記得當時我們小組，默契不佳，一開始花了好久時間才完成任務，經過我們重新思考整理以後，卻從最後一名變成第一名的成績，這告訴我們在生活中遇到難題是難免，峰迴路轉又是另一段新的開始，成功是無

數個失敗的絕對值，如果說沒有失敗過表示還沒嘗試夠多。

每場演講在我眼裡都有相對的價值，不能夠決定講師要為你道些什麼，就必須自己從講師那裡得到一些什麼，這才不浪費。現年我19歲，遇見了好多年紀比我大的人在這個營隊，從他們身上我也看到不同的人生觀，而我發現，在不同年齡層的人擷取老師的話時，都有著不同的觀點，需要學習的也不盡相同。一個團隊裡讓不同年齡這麼多人碰在一起，我看到更多更廣的世界。

我認為我在這個研習營當中學到很多，若是還有機會，我願意再一次參加。能夠在漫天星斗裡娓娓道出這兩天一夜的熱情，充實自己並且找到未來藍圖，我想是值得的！

RYLA學員心得分享

文 | RYLA學員 蕭定恆



20140830國際扶輪3490地區2014-15扶輪青少年領袖獎訓練營

在這周末，我參加了由扶輪社所舉辦的3490地區扶輪青少年領袖獎研習營，兩天一夜的時間中，認識了來自不同地區的扶輪青年，從互不認識到打成一片，同時我也體驗了好玩有趣的大地團康，與聆聽優秀講師準備的演講。

第一天的講師沈芯菱老師，年紀雖與我相當，卻已經做了許多有益社會的公益活動，她提到「不簡單的事情，做久了，也會變簡單」，重點是當下全心全力的投入，縱使遭受挫折，也要堅持下去，第二天的兩位講師，則是分享自己年輕時期的工作經歷，勉勵我們應把握現有的空餘時間，努力尋找出自己的興趣所在，縱使現在時局不如以往，也應不斷充實

自己，這樣一來，一有機會就能大展身手。

此外，在大地團康中，我則學到團隊間相互合作的重要，以前曾聽人說過，世上沒有無敵的人，只有無敵的團隊，尤其是物資人力皆匱乏的時候，這時團隊合作就顯得相當重要，有人可以發號施令，有人可以負責配合，有人則是在旁隨時待命，每個人各司其職，往往就能將一件事情做到盡善盡美。

雖然整個活動時間只有兩天一夜，卻紮紮實實讓我學到不少東西，如同看一場毫無冷場的電影，也希望，在這之後，能再有機會參加扶輪青年領袖營，再次體驗這豐富有趣的學習之旅。📍

要領導更要合群

文 | RYLA輔導員 劉慧敏 Jasmine



身為輔導員的我在這兩天一夜的RYLA活動中，我特別彎下腰蹲下身和學員坐在一起，就是因為我和他們站在一樣的高度，讓我看見這些年輕學員的認真表情、純真的眼神與強烈的榮譽感！

學員從開始彼此不熟悉、不信任，甚至發生爭執，藉由活動到互信互助，從言語的溝通到肢體的扶持，最後更懂得放下己見，懂得尊重彼此的想法。

誰說這一代是草莓族？

為了達成目標爭取榮譽，在太陽底下，衣服濕了又乾，乾了又濕；在藍天下，來回奔跑、聲嘶力竭，要的就是不服輸與不放棄的態度！

誰說這一代是冷血自私？

聽著精心安排演講，多少學員幾度紅了眼眶，多少學員流下感動的熱淚，學會關懷父母與朋友，學會說出愛、學會善解與體貼！

謝謝扶輪、謝謝RYLA

讓我看見這一代不一樣的年輕人～ 🇮🇸

職業服務領袖獎

The Vocational Service Leadership Award

文 | 3490地區網路社前社長 林蔚濠 I.P.P. Cilin

Rotary 

"Vocational service gives Rotarians the opportunity to help others escape poverty and gain a measure of self-respect. As business and professional leaders, we have a duty to lead and encourage good ethics through vocation." Carlos Frum, PDG D6440

OCTOBER IS:
VOCATIONAL SERVICE MONTH

ROTARY INTERNATIONAL

「職業服務領袖獎」，顧名思義，是國際扶輪為了表彰在各地區中，在職業服務領域上，擁有顯著貢獻、影響力並足以成為表率的扶輪社友。

此獎項特別之處，在於每個地區每年僅能提報一位社友獲得來自國際扶輪的表彰。並且每位社友一生中，最多也僅能獲得一次

表彰。如此更顯此獎項的難能可貴。

截至目前為止，3490地區共有二位先進獲頒此殊榮。一為2009-10年度時的地區總監ENT，其於該年度成功舉辦職業博覽會，讓社友能對彼此的不同職業有著更深一層的認識；另一位則為2010-11年度時的地區總監Victor，透過公開表揚偏鄉教師的貢獻卓

越，使社友能夠對於教師的職業投注更多的目光。惟本年度表彰辦法已做修正，所有現任、前、即將上任之地區總監，以及現任、前、即將上任之國際扶輪理事，皆不符合受表彰資格。

以下為受表彰人所需資格及條件說明：

資格

1. 必需為扶輪社友，且一人一生僅限獲此表彰一次。
2. 惟所有現任、前、即將上任之地區總監，以及現任、前、即將上任之國際扶輪理事，不符合受表彰資格。

條件

受表彰人需達成以下要求，足以表現其於職業服務領域上的顯著付出：

在個人的職業領域及扶輪中，展現誠信及高道德標準。

運用個人的職業技能來服務社區。

至少完成下述任務中的其中一項：

- A. 成功輔導一位青年，幫助他能在其職業類別中成功發展。
- B. 組織一場職業服務論譚或分組工作坊，以啟發他人採取行動。

- C. 透過不同的職業分類討論，引導其他社友發展其職業領域上的技能。
- D. 參與一個商業網絡活動，向非扶輪社友介紹職業服務的準則。
- E. 在十月成功舉辦一場慶祝國際扶輪的「職業服務月」活動。
- F. 參與符合當地需求的職業服務計畫。

遴選時程

地區總監須將完整提名申請書，於截止日11月1日前，送交國際扶輪總部。 



出席統計 Attendance

國際扶輪3490地區
2014年8月份社員出席報告表

扶輪社 ID	社名 Clubs		社員人數					增減數	例會次數	出席率
			Total Membership					Net gain	Number of	Attendance
			2014/8/31	男社友	女社友	尊眷社友	寶眷社友	or loss	Meeting Held	rate
16378	三重社	San Chung	69	55	0	0	14	0	5	83.50%
16379	三重東區社	San Chung East	60	38	0	0	22	1	4	89.00%
24255	蘆洲社	Lu Chou	75	43	0	0	32	0	4	83.00%
27805	三重北區社	Sanchung North	28	25	0	0	3	0	4	84.00%
28893	蘆洲重陽社	Lu Chou Chungyang	40	28	0	0	12	0	5	78.60%
51234	台北集賢社	Taipei County Ji Xian	29	17	3	0	9	0	4	81.25%
79351	蘆洲湧蓮社	Luchou Yonglian	34	0	22	6	6	0	4	80.00%
83705	3490地區網路社	Rotary E-Club of District 3490	44	29	5	0	10	0	4	80.00%
新北市第一分區		小計 Sub Total	379	235	30	6	108	1	34	
16377	板橋社	Panchiao	138	90	0	0	48	0	4	90.50%
21940	板橋北區社	Panchiao North	71	54	0	0	17	0	5	90.00%
24607	板橋東區社	Panchiao East	100	51	0	0	49	0	4	87.00%
25163	板橋南區社	Panchiao South	72	48	0	0	24	1	4	91.50%
29345	板橋西區社	Panchiao West	56	46	0	0	10	4	4	80.25%
30768	板橋中區社	Panchiao Central	34	0	34	0	0	0	0	89.00%
83738	板橋群英社	Panchiao Elite	74	38	19	0	17	0	4	81.00%
新北市第二分區		小計 Sub Total	545	327	53	0	165	5	25	
16368	新莊社	Hsinchuang	40	21	5	10	4	0	4	97.11%
25012	新泰社	Hsintay	62	37	0	0	25	0	5	96.27%
30766	新莊東區社	Hsinchuang East	77	39	0	0	38	0	4	98.70%
50923	新莊中央社	Hsinchuang Central	110	58	0	3	49	0	4	91.38%
51283	新莊南區社	Hsinchuang South	62	0	34	20	8	0	6	94.20%
85500	新北卓越社	New Taipei City Excellent	35	25	4	1	5	0	4	97.14%
新北市第三分區		小計 Sub Total	386	180	43	34	129	0	27	
16380	樹林社	Shulin	102	54	0	0	48	0	5	87.00%
31674	鶯歌社	Ying Ko	41	28	0	0	13	0	4	78.60%
51236	樹林芳園社	Shulin Fangyuan	80	0	51	22	7	6	4	90.50%
62002	大漢溪社	Takoham River, Taipei County	70	45	0	0	25	3	4	78.66%
83072	新北市福利旺社	New Taipei City Fu Li Wan	20	6	11	2	1	0	3	75.00%
84950	新北市和平社	New Taipei City Peace	32	10	22	0	0	0	4	64.06%
新北市第四分區		小計 Sub Total	345	143	84	24	94	9	24	
26058	三重中央社	Sanchung Central	96	48	0	0	48	0	4	85.42%
26817	三重南區社	Sanchung South, Taipei	58	0	38	20	0	0	4	86.18%
50811	三重三陽社	Sanchung Sanyang	131	74	0	0	57	2	4	90.00%
51124	三重南欣社	Sanchung Nan Shin	32	0	21	6	5	-3	4	91.60%
53716	三重千禧社	Sanchung Chianshi, Taipei	52	0	33	17	2	1	4	87.50%
81861	三重泰安社	Sanchung Tai-An	30	19	0	0	11	0	5	92.00%
83744	三重百福社	Sanchung Bai-Fu	24	5	19	0	0	2	3(一次續開)	66.27%
新北市第五分區		小計 Sub Total	423	146	111	43	123	2	28	

出席統計 Attendance

扶輪社 ID	社名 Clubs		社員人數					增減數	例會次數	出席率%
			Total Membership					Net gain	Number of	Attendance
			2014/8/31	男社友	女社友	尊譽社友	寶眷社友	or loss	Meeting Held	rate
24676	林口社	Lin Kou	95	49	0	0	46	0	5	80.26%
30769	五股社	Wu Ku	113	72	0	0	41	0	4	90.21%
50940	五工社	Wu Kung	106	83	0	0	23	0	4	75.90%
52173	泰山社	Taishan, Taipei	53	33	0	0	20	1	4	76.56%
68019	五股金鐘社	Wu Ku Jin Jong	36	36	0	0	0	1	5	76.00%
78551	新北市百合社	New Taipei City Lily	47	0	35	10	2	-1	6	62.75%
81862	頭前社	Toucian	49	32	0	0	17	0	4	75.68%
83864	新北市新世代社	New Taipei City New Generations	31	14	5	3	9	0	5	76.84%
85733	林口幸福社	formosa happiness new taipei city	36	25	8	1	2	0	2	71.50%
新北市第六分區		小計 Sub Total	566	344	48	14	160	1	39	
21063	土城社	Tucheng	90	61	0	0	29	0	4	89.00%
50174	土城中央社	Tucheng Central	133	70	0	0	63	0	3	78.00%
51288	三峽社	San Hsia	95	50	0	0	45	0	5	80.00%
64817	土城山櫻社	Tucheng Sanyin, Taipei County	61	46	0	11	4	2	4	87.00%
85870	三峽北大菁英社	Sanhsia Beida Elite	46	26	17	0	3	0	4	81.00%
新北市第七分區		小計 Sub Total	425	253	17	11	144	2	20	
16372	基隆社	Keelung	45	26	2	0	17	-6	4	66.67%
16374	基隆南區社	Keelung South	47	27	0	0	20	0	4	68.00%
16373	基隆東區社	Keelung East	64	34	3	0	27	0	5	74.05%
16375	基隆東南社	Keelung Southeast	49	37	0	0	12	1	4	85.00%
28506	基隆西北社	Keelung Northwest	61	32	0	0	29	0	4	84.26%
51281	基隆中區社	Keelung Central	46	24	0	0	22	0	4	83.33%
基隆分區		小計 Sub Total	312	180	5	0	127	-5	25	
16371	宜蘭社	Ilan	86	53	0	0	33	4	4	82.20%
16359	礁溪社	Chiao-His	55	30	2	2	21	3	4	91.41%
16403	頭城社	Toucheng	21	15	6	0	0	1	4	80.75%
22168	宜蘭西區社	Ilan West	51	40	1	0	10	10	4	94.80%
27665	宜蘭東區社	Ilan East	39	22	7	2	8	1	4	92.30%
29288	宜蘭南區社	I-Lan South	58	36	0	0	22	0	4	91.00%
宜蘭縣第一分區		小計 Sub Total	310	196	16	4	94	19	24	
16376	羅東社	Lotung	64	37	5	2	20	0	4	87.67%
16381	蘇澳社	Suao	106	73	0	0	33	0	4	93.83%
23630	羅東東區社	Lotung East	42	31	0	0	11	4	5	85.15%
27244	羅東西區社	Lotung West	88	43	15	7	23	1	4	83.35%
29382	羅東中區社	Lo-Tung Central	58	41	2	0	15	0	4	79.07%
宜蘭縣第二分區		小計 Sub Total	358	225	22	9	102	5	21	
16422	花蓮社	Hualien	63	47	0	0	16	2	5	91.65%
16411	吉安社	Chian	66	49	0	0	17	0	4	83.68%
26398	花蓮東南社	Hualien Southeast	36	26	0	0	10	4	4	88.60%
30745	花蓮新荷社	New Hualien	56	15	24	11	6	0	4	88.46%
花蓮縣第一分區		小計 Sub Total	221	137	24	11	49	6	17	
16482	玉里社	Yuli	31	27	4	0	0	0	4	85.00%
16424	花蓮港區社	Hualien Harbour	101	54	0	0	47	1	4	75.80%
16423	花蓮中區社	Hualien Central	64	42	0	0	22	0	4	80.25%
26513	花蓮美侖山社	Hualien Mei Lung Shan	52	22	6	0	24	0	2	82.00%
28516	花蓮華東社	Hualien Hua-Tung	47	34	0	0	13	1	4	72.70%
花蓮縣第二分區			295	179	10	0	106	2	18	
合計 Total			4,565	2,545	463	156	1,401	47	302	0

《總監月報》 稿約

這是國際扶輪3490地區의 分享園地，
記錄扶輪，分享扶輪，誠摯邀約，
共同光耀扶輪！

特別規劃幾個單元，歡迎各位夥伴踴躍投稿

- 一、**封面報導**：地區大型活動之心得與照片。
- 二、**地區與分區活動**：各分區及各社活動報導，如每月扶輪服務、聯誼、訓練等影像，或是各社在扶輪生活中具有特別影像意義者，請投稿者附1~2張圖片（高解析），加上150字內之文章。
- 三、**活動預告**：總社、地區、分區、各社次月重大活動，想藉此和地區各社分享者。
- 四、**各社分享**：參與扶輪、實踐扶輪，經歷扶輪的心得分享。歡迎各分區及各社，邀請各領域達人，分享、紀錄、採集，不同專業在各領域的專業及生活品味，或對新進社友進行邀稿、專訪報導。

◎ 每月10日出刊，前一月底20日截止收稿。

◎ 圖文稿件：1頁約800字，提供1張圖/字數約需500字、提供2張圖/字數約需300字

◎ 露出訊息，只有圖片者，請在50字（內）說明，圖片請以jpg檔為格式、解析度1MG以上。

◎ 注意事項：

1. 準時出刊，逾期則延期處理，感謝您的合作。
2. 稿件編輯處有取捨與刪改編輯權，同一服務活動請勿重複投稿。
3. 稿件請註明姓名、身份（社友、寶眷或執秘）、社內稱呼、所屬扶輪社、地址、照片（請附說明）、電話，本月刊投稿恕無稿費。

來稿請寄：

《總監月報》專屬E-mail：ri3490.gov1415@gmail.com

或洽 執行編輯--總監辦事處，執行秘書 范雅雯

電話：02-8965-1889



VOCATIONAL SERVICE MONTH

扶輪皆以高標準職業道德
服務自己的社區

Rotary
District 3490

