

總監月刊

謝漢池 題 陽谷 書

No.09

107年03月

March 2018

國際扶輪3490地區第九分區

工、泰、新北、合、圓、新北圓桌扶輪社

2018年新春團圓宴

ota

ffa



金雞獻瑞欽郅治
玉犬呈祥展宏猷

Rotary
District 3490



ROTARY:
MAKING A
DIFFERENCE
扶輪改善世界



地區網站



Facebook

Rotary
District 3490



ROTARY:
MAKING A
DIFFERENCE
扶輪改善世界

國際扶輪3490地區 2017-2018年度 第28屆年會

Rotary International District 3490
the 28th District Conference



HEAD 思考改變
HEART 付出關懷
HAND 送上服務

Date: April 14~15, 2018

Place: Yilan Sport Park 宜蘭運動公園

COMING SOON 敬請期待



28屆地區年會
線上報名

Contents 目錄

總監的話

03 扶輪景象開泰運；旺狗欣喜結碩果。

文／地區總監 謝漢池 DG Beadhouse

RI 社長文告

05 文／國際扶輪社長 伊恩-萊斯禮 RI Pres. Ian H.S. Riseley

扶輪動態

06 春酒喜迎春 ～ 扶輪家庭互賀金狗，果然旺旺旺！

文／新北市產經網路扶輪社 創社社友卓璇慧 CM Candy

08 新春報喜送春聯，祝福大家好運旺年年

文／北大光榮扶輪社 社長 簡坤鈺 P Chien Kenyu

社會服務

10 扶輪與社會有約在充滿愛心的音樂會中， 送出溫馨的善款，讓寒冬暖起來

文／新莊南區扶輪社 劉秀華 PP Flower

13 107年免費健康篩檢活動，為民眾健康把關 希望達到預防疾病、早期發現早期治療的效果

文／蘆洲扶輪社 執行秘書 簡淑蓮

15 扶輪心 瑞芳情 年終送暖倍溫馨

文／新北瑞芳扶輪社 秘書 李正勛 S Ricky

18 在寒冬中，心好冷！ 送上一份服務到家的關愛之禮，溫暖了鄉親的胃與心

文／蘇澳扶輪社 執行秘書 林佩汝

20 在社會的角落給予最大的關懷，莫過於攜手人民保母布施暖暖的愛心 結合花蓮縣警察局舉辦聯合社區服務「扶輪友愛、寒冬送暖」捐贈活動

文／花蓮扶輪社 秘書 趙瑞平 S Robin

22 讓寒冬多點愛與關懷，溫暖花農莘莘學子的心 花蓮港區扶輪社捐贈花農學子獎學金

文／花蓮港區扶輪社 前社長 江躍辰 PP Elephant

23 當你老了，走不動了～讓我關愛您蒼老歲月的皺紋 訪視獨居老人有感

文／羅東扶輪社 羅東高中扶少團團長 林祐頡

Contents 目錄

扶輪聯誼

- 25** 裸抱提攜，顧復之溫情溢滿扶輪
感恩祿母的愛與關懷常在聯誼活動中
文／新北產經網路扶輪社 創社社友 卓璇慧 CM Candy

樂享人生

- 27** 扶輪交換學生在台歡喜過春節，捲袖揮毫寫春聯
文／地區辦公室副主任 花蓮港區社 江躍辰 PP Elephant

- 29** 鐵馬環島隨筆 根除小兒麻痺單車環島行有感
文／新莊中央扶輪社 郭雨文 Rtn Dental

- 34** 擁有珍愛的收藏品是每位努力打拚的人，閒暇舒壓的最好出口！
文／新北市產經網路扶輪社 創社社友 卓璇慧 CM Candy

扶輪知識

- 36** 志同道合的人士 攜手合作應對挑戰

出席統計

- 47** 2018年1月份社員出席報告表

發行人

地區總監／謝漢池 DG Beadhouse
羅東西區社

副發行人

地區秘書／謝榮佳 DS Polo
羅東西區社

總編輯

陳正吉 PP School 羅東社

指導委員

葉奕志 AG Jones	台北集賢社
劉朝淵 AG Elevator	板橋西區社
黃錦江 AG Kind	新莊中央社
洪進東 AG East	樹林社
陳永修 AG Edward	三重中央社
林成泰 AG Tiger	五股金鐘社
張佳美 AG Amy	三峽北大菁英社
梁信湧 AG Jack	三重三陽社
吳秋香 AG Sharon	新北市百合社
林淑蓉 AG Crystin	蘆洲湧蓮社
林國長 AG Car	基隆南區社
李起榮 AG Bao-Feng	宜蘭南區社
游家煉 AG Towny	羅東東區社
曾菊櫻 AG Sakura	花蓮新荷社
謝永豪 AG Source	花蓮華東社

副總編輯(執行編輯團隊)

林子傑 CP Wedding	新北單車社
許月燕 PP Birdie	花蓮新荷社
周建亨 PP Joue	宜蘭社
周月卿 PP Sharon	新莊南區社
張文漢 PP Shang-Yang	宜蘭南區社
彭芳玲 IPP Funny	宜蘭東區社
盧昱宏 Max	板橋西區社
高郁茹 Cara	土城山櫻社
唐正昱 Edison	新北光耀社

執行秘書
曾秀娟

發行所

國際扶輪3490地區
2017-18年度總監辦公室
265 宜蘭縣羅東鎮忠孝路91號
電話 (03) 957-2097 0932-265-254
傳真 (03) 957-2096
E-mail ri3490.gov1718@gmail.com
地區網站 www.rid3490.org.tw
粉絲專頁 www.facebook.com/rid3490
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

歡迎參與
國際扶輪
3490地區



地區網站

總監月刊

發行日期 2018年03月10日



0206花蓮強震
地區總監 謝漢池先生
親自前往勘災

扶輪景象開泰運；旺狗欣喜結碩果。

文／地區總監 謝漢池 DG Beadhouse

「辭舊靈雞歌日麗；迎新瑞犬報年機」扶輪景象開泰運；旺狗欣喜結碩果。在2018年新春佳節之際，Beadhouse誠摯地向3490地區所有的社友暨寶尊眷們致以新春興旺的祝福！祝大家新春愉快，身體健康，闔家幸福，安居樂業！

在過年前不幸的0206花蓮6.0強震，傳出多起傷亡和房屋倒塌事件，身為扶輪人的我們除了親臨關懷花蓮震災和集資捐助重建經費外，也希望喚起我們大家對生活所在的生態環境，要更積極的重視與守護，願在這充滿吉祥興旺狗年的新春，能給大家帶來新的希望，新的動力和契機。

今年度的國際扶輪年度主題是「扶輪改善世界Rotary：Making A Difference.」。記得去年我參加國際扶輪在美國亞特蘭大舉辦的世界年會期間，有一天偶一抬頭在Orlando迪士尼的牆壁上寫著一句警醒我的話「living with the land」，這句話我就覺得深具環保意識和概念，接著又看到另一句話，我把它其中的個人改成群體「We may be only a group of people, but we can be a group of people who making A Difference.」我們可能只是一群人，但是我們可以去改善世界，也不正符合我們2017-18國際扶輪

社長Ian Riseley 特別強調，「把環境永續性排除在扶輪關心範圍之外的時代早就已經過去，它是-而且必需是-每個人關心的事。」為了要喚起能夠體認到自我責任的扶輪-保護行星地球嗎？。

我又改了美國第六任總統 約翰·昆西·亞當斯（John Quincy Adams）曾經說過的一段話：「如果你的行動啟發了別人看見希望、夢想更遠大、學習更多、完成更多、成為更優秀的人，那麼你就是一位成功的扶輪人。」時間轉動，人、事、物也跟著轉變，但我們扶輪人五大服務中的社區服務-真誠關懷是堅持不變的信念，就像今年度各分區、各社的社區服務計畫與關懷行動一樣，捐贈只是一個儀式，但透過捐贈背後的真心付出與關懷，照顧社區角落真正有需要關懷的人，看著他們，陪著他們走過一段人生關鍵性的重要路途，這就是我們扶輪人捐獻的動力所在。也就是我常說：「參與扶輪不僅可以充實我們的生活，可以改變我們的人生，同時也造就了他人不同命運的人生。」

我始終秉持扶輪五大核心價值「服務、聯誼、多元性、正直、領導」，帶領3490地區社友貢獻自身的能力與才智，發揮最大影響力，「用聯誼做基礎，以服務



為榮耀」，共同改善世界。

春天是播種希望的季節，春天是耕耘啟動的季節、是付出關懷的季節，新年新歲新氣象，讓我們看到今年度大家共同付出愛與希望的耕耘，在年度結束時定能有收穫豐碩的果實！

祝福大家，新春佳節愉快～

附註：美國第六任總統 約翰·昆西·亞當斯（John Quincy Adams）：「如果你的行動啟發了別人夢想更遠大、學習更多、完成更多、成為更優秀的人，那麼你便是位領導人。」——摘錄自遠流出版《勇敢放手的成功領導課》🌍

地區總監

謝漢池

親愛的扶輪社友，

自從第一個扶輪青年服務團在 1968 年授證，這個月已屆 50 年。在這一期特別以扶輪青年服務團為主題，您將看到來自全世界各地一些令人印象深刻扶輪青年服務團團員，以及看到他們以一些難以置信的方式「改善世界」。

自從開始有扶輪青年服務團以來這半世紀，世界已歷經很大的改變，青少年們已感到那些改變的重大影響：科技的興起及資訊經濟、教育普及，及網際網路的巨大影響力。當扶輪青年服務團創立時，人們幾乎無法想像一個少年或 20 出頭的年輕人能成為企業家或執行長。今天，青少年有空前未有的能力來達成他們的夢想——扶輪需要他們這些前所未有的意見及熱忱。

許多年來，扶輪只將扶輪青年服務團視為成為扶輪社員之前身的一項青少年與年輕成人的活動而有所貶損，未加重視這些計畫本身應有的價值及成果。其實，扶輪青年服務團團員真的是扶輪服務的夥伴。

今天，估計有 25 萬扶輪青年服務團團員服務於 10,000 個團，幾乎有扶輪社的國家都有扶輪青年服務團。相對於他們的資源，他們的服務所帶來的巨大效果特別令人印象深刻。扶輪青年服務團團員們成果豐碩，但所花的經費遠比普通扶輪社為少。他們的活力和願景帶給我們的扶輪家庭及我們的社區美好的東西，我們非常寶貝珍惜。

然而只有百分之 27 的扶輪社成立輔導扶輪青年服務團，此一數字長期以來維持相當穩定。然而，扶輪青年服務團團員當中，最後繼續前進，成為扶輪社員的卻寥寥無幾。在我們和扶輪青年服務團慶祝週年慶時，我鼓勵所有扶輪社考慮成立輔導一個扶輪青年服務團，或強化與已成立輔導的服務團的關係。安排例行聯合例會、執行聯合服務計畫，以及多多接觸扶輪青年服務團團員們——不只是去問需要什麼幫助，並且尋求如何共同合作。了解您的扶輪青年服務團及團員們——並且務必讓每個團員知道有一個扶輪社正在等待並歡迎他們的加入。

半個世紀以來，扶輪青年服務團提供青少年一條途徑去發現他們與社區之間同樣連結的方法以及同樣服務的價值，這些也正是扶輪社員們在扶輪所擁有的。當扶輪青年服務團團員們幫助我們建造今日的扶輪，同時也將我們與未來的扶輪連結起來。



網站上訊息

國際扶輪社長
萊斯禮的講詞及新聞
請上網察看

www.rotary.org/office-president

Ian H.S. Riseley 萊斯禮
國際扶輪社長



▼ 大年11，我們喝春酒聯歡交誼！大家恭喜發財！感謝三重中央社貴賓親臨指導！



▲ 社長Bravo奮勇當先2018有狗厲害



▲ 社友熱情為CP Jessica慶生

春酒喜迎春 ~ 扶輪家庭互賀金狗，果然旺旺旺！

文／新北產經網路扶輪社 創社社友 卓璇慧 CM Candy

2月26日新北產經網路扶輪社規劃了熱情、熱烈、熱鬧的餐會聯誼活動來慶祝2018金狗年！很榮幸，也成功邀請了我們的輔導母社 三重中央社9位貴賓同歡！席開4桌，熱鬧非凡。

這是咱們的扶輪社！什麼人才都在這！是的，這天：有才氣充滿的Amy扮財神！現場財氣沖天！讓我們大開眼界的

還有扮觀音的Alin，靈活靈現。三位貴氣格格分別由：River著紫色、Vivi著紅色、Emily著綠色扮演，簡值是嬌美動人無人可敵，整個會場國色天香、絕無冷場啊！！

今天還有一個設計活動：那就是為我們親愛的CP Jessica慶祝誕生！進行間，本社猛男皆不計形像、自告奮勇爭取上前，只求與盡心盡力呵護本社的CP同歡，

可見本社團結同心。CP Jessica更是大方的發送紅包給予大家新年祝福！

此次活動可以如此圓滿、人心盡歡，當然要感謝我們的輔導母社-三重中央社各位貴賓蒞臨指導！祿母歐輝煌更是親筆題字祝福在場每位社友佳賓，看著祿母紮紮實實沉穩內斂的題字紅包，相信握在每位社友心中的暖心溫度肯定久久不能自己。

整個會場活動高潮更在“雙雙對對夾

夾樂”的競賽中顯得歡欣無比。與貴賓拜年的活動盛況熱絡！可謂：賓主盡歡！

身為扶輪人，走向人群、樂於服務精神，更在此次活動顯露無遺！感謝策劃的各位學長、姐，感謝無私提供好禮贈品的各位，您們都是貴人！願我們在各種活動中看見好的榜樣、彼此造就，讓我們都成為更好的大人！扶輪人生轉不停！祝福大家2018平安喜樂 吉祥如意！🌍



▲ 祿母發紅包



▲ 大家超開心



▲ 我們是美麗的一群貴氣格格



▲ 忙著互相拜年



▲ 祿母高歌我伴舞



▲ 雙雙對對遊戲



▲ 拜年遊戲



▲ 1月21日迎新春送春聯活動～樹林後站廣場

新春報喜送春聯， 祝福大家好運旺年年

文／北大光榮扶輪社 社長 簡坤鈺 P Chien Kenyu

新北市北大光榮扶輪社在107年1月21日，於北大特區及樹林車站廣場接連舉辦了兩場「迎新春送春聯」活動，邀請到多位書法名師現場揮毫，免費贈送給路過的北大特區居民和樹林地區的鄉親，獲得熱烈的迴響。

當天風和日麗，又適逢週日，許多人經過都特別駐足，向書法名師索取春聯。每位書法名師現場揮毫的作品，都被索取一空。許多社友及寶眷們在社長Kenyu的帶領下，一整天不停息地在兩個場次穿梭招呼宣傳，讓更多人知道這樣有意義的活動，使更多人能夠認同扶輪社的服務宗旨和精神。



名師現場揮毫非常有創意，除了傳統的春聯外，也為索取春聯的民眾，現場國畫象徵富貴的牡丹花和呼應狗年生肖的各式各樣的狗來富圖案，許多人本來以為那是印刷好的，定神一看才發現是現場畫作的，都絡繹不絕地請書法老師為他們作畫題字。這也顯示現代社會雖然科技發達，印刷便利，大家心中喜愛的仍是那份現場揮毫，獨一無二的感動。這次活動也同時喚醒時下年輕人對文化傳承的熱情，也更讓我們堅信北大光榮社有責任讓這樣的活動持續舉辦下去，為社會盡一份文化傳承的心力。最後，祝福大家，新春快樂，大吉大利，好運旺旺來！🌈



▲ 迎新春送春聯-樹林車站廣場

扶輪與社會有約

在充滿愛心的音樂會中，送出溫馨的善款， 讓寒冬暖起來

文／新莊南區扶輪社 劉秀華 PP Flower



▲鋼琴獨奏-輔大 江漢聲校長



▲社福團體表演-新住民越南舞蹈



▲合唱-新北市婦女新知合唱團

扶輪有約八方來 寒冬送暖喜安排 愛心齊聚獻善行 音樂會友表關懷

愛心音樂會是為響應國際扶輪2017-2018年度口號“扶輪改善世界Making a difference”的號召，新莊南區社主動發起並實際參與有意義的社會服務活動，雖僅付出綿薄，但期拋磚引玉，望更多扶輪好友暨社會善心人士，同心協力，集中更多的正面力量，讓世界持續朝良善的方向前進。感謝總召吳侖璇PP Music對這次活動的籌備、精心策劃、帶領新南姐妹全體總動員完成使命。

在輔仁大學江漢聲校長所彈奏帶著情感、創意及生命力鋼琴演奏下，拉開音樂會的序幕。讓弱勢孩群及新莊地區的民眾共同品嘗，一場美麗又溫馨動人的愛心音樂饗宴。

輔大薩克斯風佳音團的吹奏，是由高藝芳教授所帶領，一群熱愛薩克斯風與熱愛輔大的成員組成。高水準的演出，將優美的樂聲與愛心，散播到社會的各個角落。

社福團體非洲鼓表演，小腦萎縮是罕見疾病的一種，是必須長期復健來延緩他的退化。復健是一條非常漫長的路，病友們勇敢走出悲情，拾起鼓棒，將復健娛樂化。他們的勇氣與精神，非常值得我敬佩。他們必須要經過漫長而辛苦的練習，才有今天的成果。這次帶來兩首可愛的卡

► 新南姐妹全體總動員完成使命

▼ 物資捐贈儀式



通配樂「多啦A夢和小象走路」讓我們一起為他們鼓掌加油及持續的關照鼓勵。

新北市婦女新知合唱團是由陳嘉文老師指導，帶領對音樂有興趣的姊妹所組成的合唱團。這次表演大家耳熟能詳的「校園民歌組曲」而更顯活潑、歡樂。甚至延伸了學習多樣的陶笛吹奏、烏克麗麗彈奏等技巧學習。

新莊慈惠堂國樂團國樂演奏，由指導老師詹博顯堂主親自指揮，演奏碎心戀、望春風及淡水暮色，琴聲悠揚、絲絲扣人心弦，博得熱烈掌聲。堂主親自授課指導，自成立以來一直都免費服務於各廟會與社區的愛心活動。歡迎喜愛國樂的朋友一起來加入。

陶笛獨奏由音樂才子陳嘉文老師所吹奏，曲目好時光、雙手溫柔。好令人陶醉、好動聽喔！更感謝老師精心安排節目暨音樂主持。老師曾於2014年榮獲新北市特殊優良教師，2016年榮獲新北市藝術教育貢獻獎。

越南舞蹈「我的故鄉」是由新北市家長志工協會的成員所表演，他們幾乎都是新住民或單親的媽媽所組成。他們或許曾經歷一段辛苦的婚姻歲月，如今慢慢走出陰霾迎向陽光，展現美麗與才華。

壓軸是由長笛、豎笛、踢躑舞精彩表演，由蕭昀莉老師長笛演奏、王守芳老師豎笛演奏、黃字清老師踢躑舞表演。黃老師自幼學習踢躑舞，師承舞蹈家父親黃華雄老師，並拜師踢躑舞大師學習。舞技收放自如，節奏活潑輕快。受邀參與過上千場活動演出。

感恩以上所有演出者，有您們的支持及愛心，讓晚會的節目能更加精采圓滿。

社長吳翠雯Paula表示，人間處處有溫情，適此歲末寒冬之際，透過音樂會的方式，號召扶輪社友暨社會善心人士，共襄盛舉、慷慨解囊。募得之款項與物資，讓長期默默為社會弱勢奉獻的社福團體，能有多一點的資源，共同延伸、關懷最需要被幫助的弱勢族群，讓他們能度過一個溫

▼長笛、豎笛合奏+踢踏舞表演 蕭昀莉、王守芳、黃宇清
▼陶笛獨奏-陳嘉文



▼社團法人中華小腦萎縮症病友協會非洲鼓表演



▼國樂演奏-新莊慈惠堂國樂團



暖的寒冬。

感謝60萬元愛心捐款，捐贈給30家社福團體（是從台灣公益網400家社福團體選出30家）每家捐贈2萬元所需幫助的物資。

台灣扶輪公益網是一個扶輪社友與社福單位間的愛心資源平台。目前站上已有400多家社福單位做登錄。

指定捐款部分：感謝連秀芳及尊眷徐天祿捐贈10萬元作為輔仁醫院及學校的搭建空橋。

感謝台灣威化公司的善心，捐出30萬元等值的產品供義賣，義賣所得將延伸關懷需要被幫助的人。

感謝我們新莊南區扶少團，也是中平國中童軍團的熱情服務與現場所有默默付出的每一位工作夥伴，謝謝大家，有您們真好！

我們各司其職，每個人做自己擅長的事情，大家一起分工合作，完成事情。

才是我們扶輪新南社好姊妹的特色啊！（Lu）

此次愛心音樂會不但對送暖愛心表達的淋漓盡致，同時也對第三分區公共形象提升至最高境界，有PP Music的籌備主導，是我們大家的福氣，感恩！（Angela）

能參與這次的音樂會感到無比榮幸，扶輪溫暖的手，伸到每個需要的角落～～（Amy）

感謝國際扶輪3490地區長官Beadhouse總監、Victor前總監、第三分區的各社社長、社友及可愛的新南姐妹們熱心捐助，讓扶輪人的愛心可以發光發亮，將愛心繼續傳遞下去，讓社福團體可以感受到扶輪的愛與關懷。使得這次「扶輪有約·寒冬送暖·愛心音樂會」可以圓滿完成使命。

祝福 2018 狗年行大運 新年快樂 🌍



▲活動圓滿成功大合影



▲ 當日活動的現場盛況

107年免費健康篩檢活動，為民眾健康把關 希望達到預防疾病、早期發現早期治療的效果

文／蘆洲扶輪社 執行秘書 簡淑蓮

持續第六年的「免費健康篩檢活動」在陽光普照的早晨揭開序幕。早上七點不到空中大學中正堂門口的民眾已經自發性排成一列到達校門口了。連日來的寒流未澆熄民眾重視自己健康，九點多號碼牌已經發到400號會場擠滿受檢的民眾，大家都照著流程按步就班的完成。助理總監Cristin感謝第一、十分區各扶輪社及蘆洲區衛生所共同舉辦這麼有意義的活動。大家平時工作忙碌，勿因此忽略健康，關心自己和家人的健康，鼓勵民眾定期健康檢

查，避免延誤就醫。

凡設籍蘆洲區、三重區30歲以上居民，接受篩檢項目，包括血液、尿液，肝功能、腎功能、胸部X光檢查、定量免疫法糞便潛血檢查、乳房攝影檢查、口腔癌檢查、總膽固醇、高（低）密度膽固醇、GOT、GPT、腎絲球過濾率以及子宮頸抹片…等等。希望民眾善加利用「一次受檢，全面篩檢」健康篩檢服務，增加自我照護的概念。別讓癌症及慢性病悄悄的找上門囉，早期發現早期治療！🌐



▲新北市第一、十分區聯合社區活動 社友合影



▲衛生所頒贈參與的各社感謝狀



▲健檢民眾自發性排成一列到達校門口



▲衛生所人員為助理總監Crystin說明健檢流程



◀ 由瑞芳區公所提供健檢服務

▼ 由小林髮廊提供義剪服務



扶輪心 瑞芳情 年終送暖倍溫馨

文／新北瑞芳扶輪社 秘書 李正勛 S Ricky

寒冬送暖倍溫馨

國際扶輪3490地區基隆分區九社聯合社區服務「扶輪心 瑞芳情 年終送暖倍溫馨」活動

2018年1月13日在新北市瑞芳區香火鼎盛的「瑞慈宮」盛大舉行，執行主辦單位新北瑞芳扶輪社也借助公、私部門及民間單位的力量，包含了新北瑞芳區公所、瑞芳衛生所、基隆小林髮廊集團以及瑞芳地區香火鼎盛的瑞慈宮共同辦理，為瑞芳區的弱勢、獨居老人、清寒等居民準備了健診、義剪、共餐等服務，也贈給這些居民禮券好補充日常生活所需。

籌備與準備

在籌辦這次活動的期間，新北瑞芳社創社社長吳金龍Jacky、秘書李正勛Ricky、社區服務主委柯寶川Curry及副主委呂文傑Eric Lu除了拜會了瑞芳區長陳奇正，並連繫各里里長一同籌組了籌備會共同研討活動內容，如何能在寒冬中做些實質上的社會服務，對於瑞芳地區這些弱勢是最有直接幫助也能提供溫暖，在各位集思廣益下，擬定了這次的服務計畫，接著由新北瑞芳社開始聯繫包括瑞芳衛生所、基隆小林髮廊集團、瑞慈宮等單位，並於活動前也數次到現場勘場，流程安排等。



▲ 由總監帶領地區助理總監團隊及基隆分區九社社長、秘書、社長當選人及社友寶眷們舉行團拜大典

祈佑人民百福千祥

活動當日地區總監謝漢池Beadhouse、地區秘書謝榮佳Polo、公關長鄭紀民Jimmy，地區助理總監林國長Car及團隊，基隆分區內九社的社長、秘書、社長當選人及社友們也都踴躍出席參與盛會。新北瑞芳社也與瑞慈宮安排了團拜大典，由總監、地區助理總監、新北瑞芳社創社社長及瑞芳區長代表主祭，共同向眾神祈福，天恩廣佈眾神護佑台灣風調雨順國泰民安，四時無災八節有慶，更祈庇佑國際扶輪3490地區所有社長、秘書、社友寶眷闔家眾善信人等身體健康元辰光彩，掃去千災求來百福，家門迪吉富貴雙全，事業成功財源廣進利祿亨通，男添百福女納千祥，社務昌隆駿業日新諸為順美，所求如意如願得償。

活動正式於上午十時展開，由瑞芳衛生所服務團隊為民眾健康檢查服務，包括了口腔黏膜篩檢、吸菸者CO一氧化碳檢測、戒菸諮詢、大腸潛血檢查、胸部X光、長者認知功能檢測、心情量表檢測、血糖檢測及血壓檢測等，同時間小林髮廊也在現場由一級設計師為民眾服務義剪，讓大家在過年期間都能有帥氣與美麗的樣貌，現場氣氛熱鬧不已。共餐活動也於中午十二時許熱鬧展開，活動開場就率先安排由約30位平均80歲以上的一萌天團長青舞者擔任開場表演，這些長青舞者一演出立刻引來所有在場的每一個人的鼓掌與歡呼，而這些長青的舞者也表示很開心有這樣的機會、這樣的舞台能夠展現他們活力的一面。本次共餐活動共席開33桌，每桌坐得滿滿滿，也意味著在這個時候跟大家



▲ 由各社社長發送禮卷給居民，好讓居民在年節前補充生活日常用品

圍爐團圓，提早營造過年的氣氛，在用餐期間也特別安排瑞芳在地的舞蹈團體，接連上台舞動氣氛、展現活力。接著頒贈這次由執行主辦的新北瑞芳社準備了給予參與的弱勢、獨居老人、清寒等居民每人一份禮券，方便在年節前準備補充生活日常用品。瑞芳區長在活動席間也致贈給這些主辦的扶輪社感謝狀，感謝國際扶輪3490地區基隆分區在瑞芳地區所奉獻的愛心與溫暖，新北瑞芳社社長Jacky並於致詞時表示，新北瑞芳社雖然創立僅有8個月左右，但對於瑞芳地區的服務不會短缺，從一開始對於地區中、小學的助學基金、到這場寒冬送暖的活動，只要有需要，新北瑞芳社就會盡所能做好社區服務！

誠摯感謝

本次活動能順利圓滿除了感謝瑞芳區長陳奇正及公所的服務團隊、瑞芳地區龍興里長黃錫基、龍川里長賴鴻春、龍安里長柯瑞和、龍山里長陳志強、龍鎮里長林文義、東和里長周樹木、爪峰里長李

金忠、新峰里長黃茂峻以及柑坪里長許銘仁的協助與支持外，也感謝瑞慈宮提供場地、瑞鉅通運公司提供兩輛接駁公車，接送這些民眾，感謝瑞芳衛生所動員了醫生、護士及志工約20人，感謝基隆小林髮廊集團出動了6名設計師蒞臨現場協助這些居民義剪的服務，當然也不能忘了這次主辦佳肴的單位，是由新北瑞芳社社區服務主委Curry開設的世界海鮮餐廳以公益性質的服務，給參與的民眾們，雖然是一點點心意，但相信能夠溫暖大家的心、滿足大家的胃，尤其是在這寒冬年前。🌍



▲此次共餐席開33桌 全數坐滿 現場歡笑聲不斷熱鬧不已

▼ 蘇澳社社友鎮長陳金麟及10里里長大合照



在寒冬中，心好冷！ 送上一份服務到家的關愛之禮， 溫暖了鄉親的胃與心

文／蘇澳扶輪社 執行秘書 林佩汝

蘇澳扶輪社社長劉慶發暨夫人林麗雪平時為人樂善好施，深知弱勢族群每逢暮冬風寒，最需要關懷的就是基本生活上的溫飽，且為落實今年度扶輪口號『扶輪改善世界』的理念。

劉社長在年中時就提出預定在歲末舉辦一場為蘇澳鎮內低收入戶雪中送炭的扶輪社區服務援助計畫-「寒冬送暖社區服務」，幾經蘇澳鎮蘇西里里長楊光華先生

的鼎力協助之下取得了低收入戶的基本資料，將物資捐給蘇澳鎮公所列冊的100戶低收入戶，且為了方便弱勢家庭取得關懷物資，還特地找來各里里長幫忙為低收入戶運送，一一親送至弱勢邊緣戶家中，以傳達扶輪「超我服務」人飢己飢的暖意，卡實「揪感心」！藉此機會同時辦理蘇澳扶輪社年度職業表揚，表揚對象為蘇澳鎮內10里里長，感謝他們平日為民服務的辛勞，無私無怨的奉獻！

「寒冬送暖社區服務」於107年1月24日上午10點在蘇澳社社館舉行，總計捐贈200包白米及100張毛毯給鎮內100戶低收入戶，本社前社長吳明昌亦慷慨解囊4萬元贊助這項有意義的送暖活動。愛心捐輸其實背後代表的是社會各界和有能力的機關團體，願意善盡社會責任，樂於對弱勢的家庭付出關懷與愛心，並拋磚引玉，吸引更多團體參與，希望在冷冷的寒冬中，讓弱勢家庭感受到社會的溫情！能夠看到一個窮人臉上綻放出感恩的笑容，對於我們

來說亦是另一種銘記在心，溫馨無比的幸福，不是嗎？

星雲大師一生提倡「存好心、說好話、做好事」等「三好」，願大家都發願要來做好事，如果每個家庭都幸福，台灣社會也就幸福，看到每個人臉上露出笑容，此情此景的感覺就是啟迪社會整體向上向善的力量，也是扶輪服務人類最美的光景！🌈



▲ 蘇澳鎮長陳金麟代表接受物資捐贈儀式



- ▶ 許藍山社長致詞感謝各友社及社友們捐款支持，一同完成關懷弱勢的美意
- ▼ 花蓮縣境5個分局由分局長親臨代表領取物資和禮金，再逐一分送至提報的弱勢家庭



在社會的角落給予最大的關懷，
莫過於攜手人民保母布施暖暖的愛心

結合花蓮縣警察局舉辦聯合社區服務 「扶輪友愛、寒冬送暖」捐贈活動

文／花蓮扶輪社 秘書 趙瑞平 S Robin

國際扶輪3490地區花蓮扶輪社為關懷弱勢貧困邊緣清寒族群，在歲末年終之際，結合花蓮縣警察局辦理「扶輪友愛、寒冬送暖」活動，表達慰問關懷之意，發

揮「人溺己溺，人飢己飢」的精神，讓弱勢族群在寒冬中感受到社會的暖意。

捐贈典禮於2月6日上午9時30分在花蓮縣警察局親民堂舉行，花蓮縣副縣長蔡

▼ 住在花蓮市的受贈戶由警員們協助接到現場相見歡並領取物資禮金



運煌、國際扶輪3490地區助理總監曾菊櫻蒞臨指導，主辦的花蓮縣警察局李西河局長、花蓮扶輪社許藍山社長，協辦的台北北門扶輪社陳憲忠社長、宜蘭扶輪社李正賢社長及基隆南區扶輪社黃日郎社長，及警局志工和扶輪社友等一百多人齊聚，一同與受贈家庭代表們相見歡。

此計畫除各扶輪社捐款外，亦獲金燦興實業有限公司董事長莊順德、陸輝瀝青股份有限公司董事長陳義河、長雄交通公司董事長邱錫樑，及花蓮扶輪社許藍山社長、張照信前社長、趙瑞平秘書共襄盛舉，共同匯聚愛心捐款達51萬元，由主辦社採購生活物資並備妥現金紅包，在歲末寒冬之際，將扶輪友愛的心意當面傳達，施比受更有福，扶輪社員與警局代表們，

開心圓滿的完成捐贈儀式。

許藍山社長表示，為推動國際扶輪今年度主題「扶輪改善世界」，特別擴大舉辦社區服務，期盼結合縣警察局的愛心，給予需要者最大的關懷，因此請花蓮縣警察局轄內5個分局協助，提供貧困弱勢家庭但無法符合政府低收入戶門檻的家戶名冊，每個分局提報30戶，共150戶，贈送每戶生活物資包含，米、米粉、油、醬油、臘肉、香腸等食品費約1,700元，禮金1,600元，並邀請花蓮市及吉安鄉等60戶受贈家庭參加捐贈典禮，餘由各分局長代為領取，連同縣警察的關懷物資一併分送各家庭。希望貧困弱勢民眾，在歲末寒冬中也感受到扶輪的關愛，更盼能磚引玉，讓更多的人一起來關懷改善社會、改善世界。🌐

- 校長梁宇承代表接受並回贈感謝狀
- ▼ 社長汪稚洋、社員主委江躍辰帶領副社長陳慶木與社員黃明隆、林裕煌、趙俊隆及周國正等社友蒞臨花蓮高農致贈獎勵學金六萬元



讓寒冬多點愛與關懷，溫暖花農莘莘學子的心 花蓮港區扶輪社捐贈花農學子獎學金

文／花蓮港區扶輪社 前社長 江躍辰 PP Elephant

歲末寒冬之際，充滿愛心的花蓮港區扶輪社社長汪稚洋、社員主委江躍辰帶領副社長陳慶木與社員黃明隆、林裕煌、趙俊隆及周國正等社友蒞臨花蓮高農致贈獎勵學金六萬元，由校長梁宇承代表接受並回贈感謝狀與食品科學生實習產品鳳梨酥。

港區扶輪社汪稚洋社長說花蓮高農歷校長辦學認真績效卓越，同學們在老師們悉心教導之下，不但在本職學能表現優異，各項全國技藝競賽屢獲佳績，學生傳統社團足球隊及原住民舞蹈，更是全國優質之團隊，因此一〇一年起由前社長江躍辰輔導成立之花蓮高農扶輪少年服務團，

近幾年更在課餘閒 時間，積極參與關懷老人及兒童的社區服務活動。讓原舞社的同學透過歌聲與舞技，為社會大眾做更多、更廣的社區服務活動。

校長梁宇承由衷感謝花蓮港區扶輪社輔導原舞社成立扶少團，讓學生在課餘時能從事社會公益、參與服務學習，並積極幫助學校弱勢學生，本次捐贈之六萬元獎勵金將在一月二十四日期末休業式典禮中頒發給優秀清寒之同學，期勉學生在未來人生的歷程中不怕困難和挫折並全力以赴，走向光明的前途，事業有成之時當效法扶輪社之精神回饋服務社會。🌐



當你老了，走不動了～讓我關愛您蒼老歲月的皺紋 訪視獨居老人有感

文／羅東扶輪社 羅東高中扶少團團長 林祐頡

在1月3日的下午羅東高中扶少團（慈幼社）與羅東扶輪社，舉辦了一場獨居清貧老人慰問與訪視的活動。扶少團當初會想與羅東扶輪社合作舉辦獨居老人慰問的活動，是因為想藉由此活動帶領社員體會與認識社會上各種缺乏資源的群體，進而希望停止抱怨自己的生活，看看社會上還有許多比自己窮困潦倒的人們存在著，也可以在自己的能力範圍中以適當的方式

伸出援手，培養助人的能力與慈悲關懷的心。

在活動進行中，我與社員透過訪視獨居老人，看到了獨居老人生活的環境，以及在生活上的窘境，還有活在恐懼底下的壓力，例如有一戶是一位獨居的阿姨，年過花甲、身型單薄的阿姨不是在享受含飴弄孫之樂，而是成日擔心受騙及受害，我想那種內心孤苦無依的感受不是我們生

▼ 羅東扶輪社與羅高扶少團合照



活在舒適圈內可以體會到的。還有其他組的團員在活動結束後，在心得分享會上分享了一位爺爺向他們說已經很久沒有人陪他這樣聊聊天了，這些事情會不會發生在我們身上，非常難講，如果今天換作是你過的沒有那麼安逸，也會希望社會上有人能向你伸出援手吧，不管是不是一份慰問金、一頓飯，甚至只是場對談，也許都會對你的生活有所益助。

所以我想這次活動受益最多的不只是清貧的長者，更是扶少團的團員，我們藉

由扶輪社與相關慈善機構的力量舉辦了這次的活動，活動中幹部不僅能學習到如何組織團隊與帶領團隊，而全體團員更能開拓視野，不再侷限於自己所認知的世界，培養付出與感恩的正確態度。

最後要特別感謝羅東扶輪社的幫助與支持，此次活動才能圓滿達成，之後也希望能夠與羅東扶輪社有更進一步的合作，以及舉辦更多的活動，培養關懷弱勢與付出的能力。🌍



▲羅東扶輪社社長P YiPin與扶少團團長林祐頡代表贈慰問金給獨居長者



▲秘書Nana、學生與獨居長者對話

▼ 新北產經網路扶輪社CP Jessica(右4)帶領社員參觀祿姆歐輝煌(右5)辦公室



祿抱提攜，顧復之溫情溢滿扶輪 感恩祿母的愛與關懷常在聯誼活動中

文／新北產經網路扶輪社 創社社友 卓璇慧 CM Candy

感謝扶輪社！讓我們天涯若比鄰！1月26日我們最敬愛的祿姆歐輝煌，邀請大家聯誼聚餐歡慶即將來到的狗年。祿姆熱切接待，讓大家深深感動，活動中，祿姆總不忘隨時告知社員參加扶輪社的各項美好，並且強調會員人人平等，要互相關懷彼此互助！行有餘力更要多多服務，當個稱職又樂活的扶輪人。

活動進行間，大夥有的開心歡唱、有的幸福品茗、大口吃水果、小口輟飲咖啡，有如一家人，好不開心。

此次拜會祿姆辦公室活動，看著滿牆活動紀念照片，尤其是祿姆很喜歡的新北產經創社大合照，心中實在感動久久不能自己，整個辦公室顯得充滿吉祥與歡欣。扶輪家人相聚就是開心，最後大家在依依不捨中特別留下合影才道別，今天真是有趣的聯誼活動。

積極參與活動是最好的支持扶輪方式，可以從活動中造福人群感受無上的榮耀！生命在活動中學習與服務，的確是扶輪人生的寫照！透過不同的職業交流，

看見不同的扶輪生命轉動。祝福彼此都有美好的扶輪生命，更期待下次的扶輪人相逢！🌍



▲ 祿姆O Smile辦公室陳設收藏的都是美好無價的各項扶輪活動與公益回憶！



▲ 在滿牆展示活動紀念照片前照相留念



▲ 最讓祿姆開心的是中間這幅-新北產經網路扶輪社在2016創社的大合影



▲ 大家聯誼聚餐歡慶合影



▲ 我們最敬愛的祿姆歐輝煌

▼ 書寫之餘，同學們還相互交流生活趣味和經驗



扶輪交換學生在台歡喜過春節，捲袖揮毫寫春聯

文／地區辦公室副主任 花蓮港區扶輪社 江躍辰 PP Elephant

為疏解寒冬中，異鄉遊子在年節前夕的孤單和思鄉的寂寞情懷，同時拓展傳統書法藝術給扶輪Inbound 學生們體驗，由國際扶輪3490地區國際交換學生委員會花蓮地區連續第四年主辦的“交換學生快樂寫春聯”活動，在農曆年節前夕盛大展開，讓這群由世界各地來花蓮學習的交換學生們，在輕鬆的周五下午，享受一個充滿文化氣息的揮毫寫春聯活動。

這次活動特別邀請花蓮文化薪傳獎得主，也是國內書法篆刻達人紀乃石老師，

於週五（元月二十六日）下午三點半在東海岸文教基金會館的二樓，指導來自西班牙、澳洲、巴西、丹麥、泰國、墨西哥的交換學生及其家長共二十多人：其中包括波蘭的廖信宇、西班牙的王柔伊、澳洲的林雅卉、泰國的廖左左、丹麥的黃詠杰、巴西的林建一、蔡芷希和林凡、墨西哥的向平凡，一共九位學生，藉由紅紙黑墨的律動揮毫中，體會台灣傳統文化的內涵與趣味。

副主委江躍辰表示：「多年來感謝

紀乃石老師協助，讓這些外國的年輕人能夠一邊學習書法這個東方藝術，又能體會春聯上各樣吉祥語背後的趣味。」紀乃石老師也表示：「外國學生富有好奇心與創意，能用不同視野與想法表現他們的作品，揮毫寫下的漢字筆劃富有個人特色，在教學指導過程中也獲益匪淺。」扶輪社 RYE 委員莊惠茵社友表示：「許多美好的文化交流經驗都是委員和社友家長們相互支持才得以發生，非常難得。這次寫春聯活動讓國際交換學生能接觸我們的傳統春聯書寫文化，甚為美事！」

來自波蘭從來沒有寫過書法的波蘭交換學生廖信宇表示：「第一次拿毛筆寫字好有趣，是很難得的體驗，謝謝老師教導如何正確掌握執筆的姿勢。能夠透過揮筆寫春聯的過程，開心感受台灣過節的喜氣，對自己的春聯作品很滿意，一寫完就想要快點拍下照片，立即分享給自己波蘭家鄉的家人朋友們欣賞。」

花蓮地區家長聯誼會會長林進銓表示，這麼好的活動，已經跟另外一個大年初一“弄獅”報喜的活動，成為指標性的活動，深受歷屆交換學生的喜愛！🌐



蔡芷希同學用毛筆寫下最喜歡的台灣飲料！



大家聚精會神的認真創作屬於自己的春聯作品



完美的大合照，大家的作品都是最棒的！



十位交換學生體驗了難得的書寫春聯經驗，非常高興！



學生和社友家長們都樂在其中



▲ 新莊中央扶輪社社友夥伴們合影

鐵馬環島隨筆

根除小兒麻痺單車環島行有感

文／新莊中央扶輪社 郭雨文 Rtn Dental

緣起

這樣的機緣是來自於新莊中央扶輪社前社長PP Life鼓勵性的邀約，挑戰人生中我曾經認為無法辦到的鐵馬磨練旅程。其實膽小保守的我曾一度退縮的認為著自己本身有一種勢不可為的怯懦和力有未逮的不足。然而；所幸我有一堆拼命激勵和給我勇氣的好友，甚至是趕鴨子上架般的幫我裝備、衣物、健康食品都備齊了，而我也就只好硬著頭皮上場了。

從倉倉皇皇、跌跌撞撞開始，為了

撫平內心的忐忑，我利用騎車的空檔時間寫作，詩、詞、歌、賦只要是能呼應時勢、心情和風景的樣樣都可隨手信筆記下，這是一種抒壓的方式。而在這寫作的過程中不僅可以幫助穩定我不安的情緒，也將知識、情感、心情甚至是人生態度傳達給我的夥伴。心靈契合使得這旅程的知性提昇了，彼此更能照顧到夥伴們心靈深處的感受。我想將這契合的情感延續下去所以為文記錄這段心理、生理和靈性的提昇之旅。



▲環島過程中 特別要注意行車安全



▲環島過程中要注意行車安全，再次呼籲大家一定要注意，否則打石膏伺候

10月23日 10:59

鐵馬出遊

綠波浮擺湛藍天，踏風逐線群向前。
整裝待旦飛鐵馬，卻看風花也心閒。
加油

10月23日 19:49

特別提醒下周也犯傻的車友們，環島過程中，特別要注意行車安全。

- 1、絕對不可以闖紅燈，千萬不可以闖紅燈，一定不可以闖紅燈。
 - 2、不可以並排騎車、不可疊輪前進。
 - 3、行進間不可以舉手比「YA」、不可以比「讚」。
 - 4、專心騎車，注意路況，不可分心玩手機、看巨乳女車友或專心跟車在美女騎手之後……這些都是殺頭的罪惡，再次呼籲大家一定要注意。
- 否則打石膏伺候。

10月24日 13:40

經媽祖廟

火樹銀花爭綻放 穹頂上蒼佑眾生
腳踏風火展顏色 透見雲山拜海神

10月25日 13:10

馳騁

椰樹 旺來 鮮花
雲天 阡陌 人家
省道 西風 鐵馬
旭日風夏
流連人在國境之涯

10月25日 18:35

渡恆春

亂石崩雲的景色自古就有
陽光從雲朵瀉下灑得滿地銀光
白雲詭異的變化著姿態
一時是秋刀送緩情意綿
一時是雲腳捲毛美紅妝
一時又是大洋艦隊般的循例南巡
來墾丁不下十次的我



▲和自己競賽，挑戰壽卡鐵馬驛站成功



▲在沿途秀麗的景致中騎行

直到現在才真正看見
海天一色
證明了只有
慢活
佇足
且行且珍惜
才能見到以往忽略的美麗風景
綻雨

10月26日 22:02

和自己競賽---挑戰壽卡攻略

其實壽卡並沒有比風櫃嘴或大棟山難騎，但是它一山過一山，共有一大三小到知本，時間長、距離遠是體力和意志力的大考驗，如何能得逞征服祂呢？記住幾個重點相信是可以無往不利且平安暢遊了。

1.沿途秀麗的景致真的是很漂亮，不要趕路比快，這樣會錯失最美的風景，和融入深山中自我沈澱的機會，跟人生一樣一旦錯過了是無法再現的，走過了就很難再重新體會經歷了。

2.不要看遙遠的隊友背影，不要有競爭心，因為每個人的體能狀況不盡相同，想追上前方的隊友是要吃苦頭的，我們只需用方寸之心看著前方兩公尺的路況往前騎，一步一腳印，不斷向前進，不疾不徐日進有功，最後一定能到達我們設定的目標，像人生一樣，只要方向是對的就只是時間的問題了，沒有達不到的距離，只有達不到的速度。

3.調整自己的節奏，量力而為，上坡時賣力的踩踏，平坡或下坡時就讓腳放鬆休息，不要只是一味的用力拼搏使命的踩，這樣就算你征服了這座山也沒力氣挑戰下一座了，跟人生一樣，在進退之間掌握分寸，拼盡全力然後累倒對你的人生是沒有任何意義的，該工作時認真，該休息時好好調整自己，才是可長可久的方式，畢竟休息是為了走更長遠的路，蹲下才能跳更高。

4.長下坡時，握緊煞車維持20公里的定速就好，不要因為是順境就扯足順風旗像夸父追日一樣想和風比快，這樣的風險是很高的，跟人生一樣，順利時要居安思

危，做自己能掌握的事，不要因為順風順水就以為自己天下無敵了，須知爬得越高騎得越快，摔得也會很痛的。

5.壽卡這段路一共有一大三小四座山要有耐心和毅力，心裡不要想太多事情，放空一切專注當下一心一意的騎乘，跟隨著夥伴往前衝，跟人生一樣，集中專注才能勝出，而且相信夥伴共同努力才能有寬廣的歷程，互相幫助，互補有無才可成就彼此。

非洲古諺云，要走得快，要一個人走，要走得遠，要一群人一起走，這次的壽卡我深刻的感受這種心情，原來騎壽卡的精神和道理，和人生是一樣的，萬變不離其宗，仔細思考我們身在其中時所代表的人生意義，今天的壽卡之旅也就算不虛此行了。共勉之～

10月27日 14:52

參加將近150人的環島團真的是太好了，因為永遠不會有壓力，參加的人以騎車能力來分大致可分為五類：

一是高手高手高高手，像捷安特的領騎教練小丁、所有的標兵騎士和一些職業的騎士是一組。

二是高手，是一些年輕人或不世出的初學者，再來就是常在騎車的愛好者。

三是凡人組就是我這種總是能準時到達，還能寫寫文章放放風型的，準時補給、準時喝奶。

四是肉腳組，幾乎到達的時候領騎已經在預備了，我很感恩他們，因為他們的存在，讓我每站都能休個20分鐘以上，是我的墊檔恩人。

五是滷肉腳組，明說傷人就BJ4吧！各自努力！

你想成為那一組呢？要怎麼收穫先怎麼栽了，加油！

但也不用太憂慮，因為，一山還比一山高、一滷還有一滷滷，我最愛滷肉飯。

10月28日，14:24

騎到花蓮

別用生命趕路之東海岸巡禮

記憶回到19歲時上成功嶺新訓的那一刻，每天早上5點半起床著裝，吃早餐熱身後又開始一天的拼搏。當年是五百公尺障礙的常勝軍，現在是鐵馬雞雞叫戰士，終於也體會到老驥伏櫪志在千里的心境了。人可以老但要始終保持一顆赤子之心，面對人生的波折才能自在冷靜的突破，不慌亂不退縮，見過大風大浪的勇士隨著轉念便能披星戴月披荊斬棘，隨遇而安了。

來到這裡我最愛的是紅綠燈，因為它代表了20秒的休息，手腳的舒緩，意志的重新啟動。最愛的是風和日麗與美景當前，停下車來一路的照相，一路的沉思未來，一路的思考突破，很多纏繞已久的問題在此時此刻似乎也就迎刃而解了。

紅綠燈

慢活拍照

靜心沈思

這些以往我所痛恨或不耐或厭煩或被世俗工作糾纏無法做到的事，在這一刻似乎也變成了福氣福報了。

人家說心隨境轉，就是說這種心情吧！

世事無絕對，唯有真情趣。

我現在能體會為什麼有人願意遠居偏地，只為了取得一地的美好與悠遊而義無反顧。或許今天的我還在修煉，或許現實的機緣巧合未到，又或許邏輯性思考還是在抗拒著上天所要傳達的視聽。但是現在的我知道了兩件事，

一是別因用生命趕路而錯失了周遭的美景。

二是靜靜的聆聽大自然所要傳達出來的思緒。

或許在練習「人車合一」的過程中也就一併達成「心我合一」或「天人合一」的境界了。

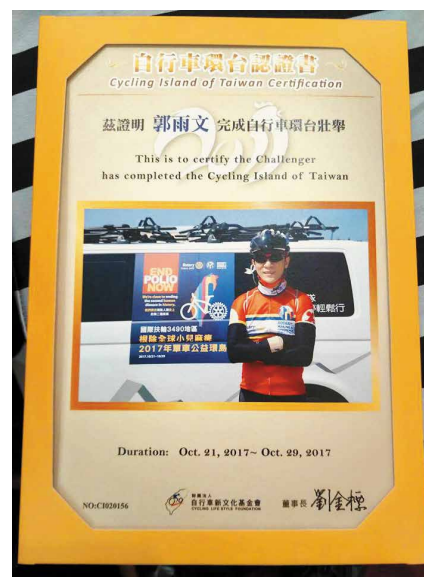
10月29日 21:37

這是環島的第八天～

歸途

鐵馬縱橫在
九彎十八拐
美景當前勝不過赤子歸心
九轉十八頻回首
久懷十八種心情起伏
久緩十八面向的風景
緩緩的向上奔向歸途
慢慢的之字邁向峰頂
夥伴的加油聲響徹山林
越盤越高，再越盤越高
自己的心不停的和手腳對話
不灰心、別放棄
耳朵聽見了手腳的哀鳴
頭巾感受著如雨的汗水
越盤越高，再越盤越高
高亢的深呼吸和激勵的吶喊
理智和情感的激戰

► 完成自我挑戰 自行車環台證書



登峰和放棄的猶疑

越盤越高 再越盤越高

終於

頂峰出顏的那一刻

似乎所有的艱困消失殆盡

所有的疲乏迎刃而解

陽光撒下似乎像充電般清澈

空氣中的芬多精也集中灌頂

雀躍寫在臉上，輕快的邁開步伐

因為我知道

回家的路又近了一步

這是環島離家的第九天也是最後一天。

蘇詩云「人生到處知何似？應似飛鴻踏雪泥；泥上偶然留指爪，鴻飛那復計東西。」

說的便是這種似是微不足道的心境、人物和對未來的難知、難測的傍徨，卻又懷有想要為大家留下些什麼意象的悸動，諸如記憶、貢獻、心得分享或有所觸動的心情。這一路上感謝所有照顧扶持和啟發我的主委、夥伴、教練、領隊和工作人員。因為您們的幫助，讓在這鐵馬環台旅程中的我，生命的淬鍊得以完整。🌐



▲CP Jessica把玩名劍的英姿 ▲PE Samuel把玩名劍的英姿 ▲作者candy把玩名劍的英姿

擁有珍愛的收藏品是每位努力打拚的人，閒暇舒壓的最好出口！

文／新北市產經網路扶輪社 創社社友 卓璇慧 CM Candy

本社社友Darren為了提倡對中國藝術刀、劍熱愛者，能擁有高品質、價格合理的藝術刀劍收藏品，另一方面也希望能提昇大眾對刀劍的觀感，並將中國傳承千年寶劍發揚光大、揚名海外，為廣大刀劍收藏族群打造一座充滿驚喜的寶庫。Darren夫婦費心成立了這麼一個可集聚、結合世界古今中外極品刀劍供觀賞、收藏的寶庫。

尚宇世界精品名刀創立於民國76年（1987年），設立各門市，發展成立：宏均國際有限公司，開發與設計新產品，提供廣大消費客層需求，企業國際化是宏均公司一向秉持的理念，為加速走向產品與網路國際化的腳步，更與歐洲、美國、日本、西德等國家，各大品牌刀具製造商，技術交流及合作，同時代理銷售各大品牌產品。

為提升商品多元化、企業國際化，還有：防身用品、手電筒、探照燈、高科技的LED省電照明產品、軍用服裝、軍事風休閒服、望遠鏡、酒壺、進口的競爭力，經營項目由名刀系列外，並積極開發也代理時尚電影中神兵利器，尚有戶外休閒用品、軍警用品、打火機、世界名廠煙斗、調理刀、修容組…等，廣泛產品面以迎合各種消費族群。

本社紀德榮社友，積極的參與社務，

熱情關懷社友，是我們大家心中和善親切的好大哥！是我們眼中樂活的扶輪人。紀大哥夫婦更是我們眼中孝順長輩、愛家的好榜樣。

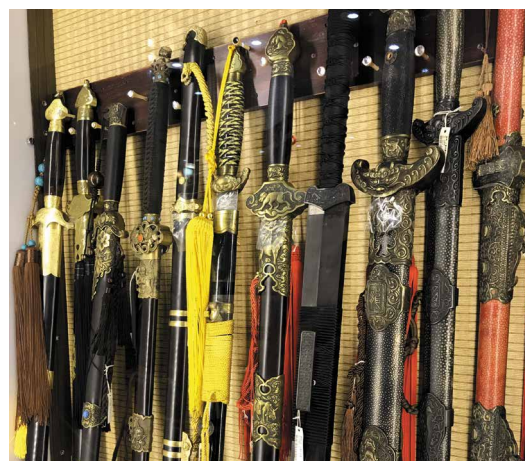
農曆年前，CP Jessica與PE Samuel我們一起來宏均公司交誼！紀大嫂沖的一手好咖啡，紀大哥泡的茶實在甘醇回味無限！席間還讓我們三人把玩名劍，實在有一股正義凜然之氣啊！祝福大家2018狗年都擁有一把好劍，揮舞最美麗人生！🇨🇪



▲社友Darren伉儷 (第二排左二) (後排右三) 總是熱情參與各項扶輪活動



▲社友Darren (右1) 熱情參與各項扶輪活動



▲社友Darren的藝術刀劍收藏品

這一百一十多年來，扶輪社員在心愛的社區回應各種挑戰。以草根社員為本的扶輪，是聯結具有國際見解的120萬名社員的組織。分屬遍佈全球的35,000個社區的扶輪社員，抱著獻身人道的熱誠參與計劃專案，為了改善國內外社區民衆的生活積極行動。

扶輪貢獻社區的成就是社員結合精力、熱情和專長，在六個焦點領域實施有持續性的專案的碩果。個人、企業和各種基金會的慷慨捐獻，資助扶輪社員在全球社區造福人群。



志同道合的人士 攜手合作應對挑戰

扶輪社員相信他們有責任為世界解決艱難的問題。
因此，我們同心協力，

- 提供乾淨的飲水和衛生設備，並推廣衛生習慣
- 支持教育
- 對抗疾病
- 救助母親與兒童
- 發展社區經濟
- 推廣和平

這些焦點領域是推動我們改善全球社區的健康和生活的活動架構。

扶輪社員籌劃 能夠實現 且有持續性的 計劃專案

並與夥伴組織、社區領導人及專家合作，徵求經驗。我們依照組織的方針規劃專案，以確保能夠使人們的生活獲得最有效、最具意義且最能持久的改善。



扶輪因在弱勢社區有系統的提供乾淨的飲水和衛生設備，推動衛生習慣及指導衛生教育而享名。

扶輪基金會為下列的專案提供財務投資：

- 加強受益社區開發、資助及管理有持續性的飲水和衛生系統的能力
- 提供社區人士有平等的權利使用乾淨的飲水和衛生設備，並保持衛生習慣
- 增進社區對安全的飲水、衛生設備和衛生習慣的認識
- 支援有志於在水與衛生領域從事專業的學生進修
- 提供實施高品質以及可以檢測效果的水與衛生專案的工具和資源

提供清潔的飲水 衛生設備和衛生習慣



「當我訪問斐濟和東加時，親眼看到因為扶輪提供了淡水，當地村民的健康顯然有改進。這個經驗使我對水的重要性特別感到關心。我是醫生，幾年下來看到當地居民的健康狀況有所改進，激發了我對水與衛生焦點領域的莫大熱情。」

— 維克費爾 Dr.Iain Wakefield, 紐西蘭的捐獻者





扶輪社員利用科學方法，支援提高小學及中學教育水準，加強教師的能力，增進兒童（特別是女童）以及成年人的學習及識字能力。

扶輪基金會提供下列的支援機會：

- 強化小學與中學教育
- 成人的識字教育
- 培訓教師
- 改善教材和教學系統
- 支援上述以及其他教育活動的職業訓練團隊
- 資助攻讀基本教育與識字計劃的研究所課程的獎學金

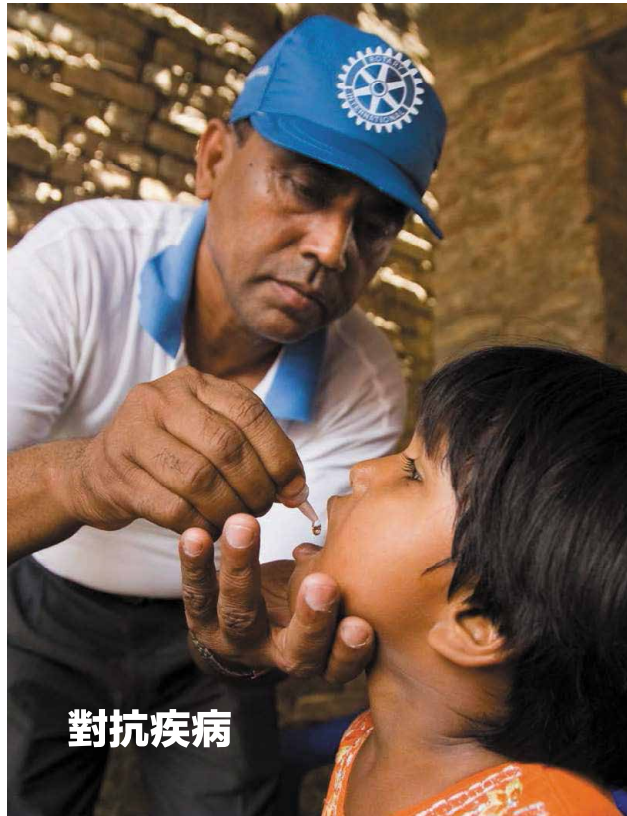
支持教育



「納爾遜·曼德拉說：『教育是改變世界最有力的武器。』我們必須基於這個想法來看扶輪基金會的基本教育與識字焦點領域。很幸運的，我們的兩個女兒都有接受好教育的機會。我們想要盡綿薄之力來幫助弱勢族群受教育的機會。我們希望受了教育的女童，在長大成家之後會堅持讓她們的孩子也受教育，並且建立能夠促進和平與有愛心的環境。我們堅信，透過教育這個「武器」，受益扶輪的人們會逐漸找到和平共存的方法，並為未來的世代保護我們的美麗行星。」

— 柯雷希 Saif Qureishi 與 夫人 Rauzat, 印度的捐獻者





扶輪社員幫助社區居民對疾病的認識，並動員居民防禦威脅性命的疾病蔓延。扶輪承諾致力於根除小兒麻痺。我們必須繼續努力，直到達成目標為止。而我們也致力於對抗小兒麻痺以外的疾病。

資助扶輪預防與治療疾病的機會包括下列的活動：

- 支援根除小兒麻痺活動，將這個可怕的疾病自世界消除
- 提供備置醫療設備及科技器具的移動式醫療車來監視、追蹤和診療病患者
- 預防及治療由蚊蟲或其他生物傳染的疾病
- 透過檢驗、教育、健康檢查、預防接種、輔導及治療來預防和控制傳染病
- 針對癌症、糖尿病和心臟病等慢性病提供教育、干預及檢查
- 以施行手術來拯救性命並應對先天性的症狀
- 提供獎學金給有意在研究所層級攻讀疾病預防與治療領域的人士
- 支援培訓有關上述計劃的職業訓練團隊

對抗疾病



「我們多年來一直捐獻扶輪，是因為我們知道扶輪以正直誠懇的態度執行傑出的活動。這正是我們熱愛扶輪的原因。扶輪以提供有關疾病的知識、預防疾病、提供乾淨的水和推進公共衛生來支援窮困的人們和兒童。這些都是我們關心的計劃。我們也明白我們捐獻的95%到98%的資金直接用在計劃專案上。我們以能夠支持這個「超我服務」的組織為莫大的榮幸。」

— 傑寧斯 Joel Jennings 與夫人 Mary Lee, 美國的捐獻者





國際扶輪致力於提供高品質的護理以使弱勢族群的母親及兒童增進健康。

扶輪社員和扶輪基金會有支援下列活動的機會：

- 增進母親與兒童獲得重要的醫療服務的機會，以及培訓醫護及助產人員
- 支援從事增進母親與兒童健康的專業人士的進修計劃
- 為兒童（不滿五歲的）、婦女及少女提供應得的預防接種
- 提供產前、產後以及生產時的護理
- 支援弱勢社區的診所或醫院的產科醫療設備，以提供產前護理教育
- 提供有關性教育、利用家庭計劃以及預防疾病成的措施的機會
- 資助攻讀母親與兒童健康計劃的獎助金
- 幫助母親和不滿五歲的兒童抵抗肺炎、腹瀉、瘧疾及麻疹
- 提倡母乳的效益以及其他解除營養失調的措施
- 以提供瘻管、唇額裂和其他先天性問題的矯正手術，改善人生

救助母親和兒童



「有人說：『判斷一個人的方法有二：當他處於一無所有的情況時顯示的堅決意志，以及，擁有一切時所表現的態度。』支援增進弱勢族群的母親與兒童健康的計劃，帶給我們極大的服務能力。同時也帶給我們得自幫助人類感受到的喜悅，也因此更有精力。捐獻扶輪基金會不但是我們的責任，也是我們的特權。」

— 馬尼克 Kaushik Manek 與 夫人 Geeta, 肯亞的捐獻者



國際扶輪3490地區 2018年1月份社員出席報告表

扶輪社 ID		Rotary Club of	2018/1/31 (含眷屬)	男社友	女社友	尊眷社友	實眷社友	增減數 (含眷屬)	例會 次數	出席率%
16378	三重社	San Chung,, Taiwan	78	49	0	0	29	0	4	78.30%
16379	三重東區社	San Chung East,, Taiwan	61	37	0	0	24	0	3	80.00%
27805	三重北區社	Sanchung North,, Taiwan	40	22	0	0	18	-2	5	90.00%
51234	台北集賢社	Taipei Jixian,, Taiwan	45	27	9	3	6	0	4	79.00%
87453	新北單車網路社	E-Club of New Taipei Cycling,, Taiwan	27	16	3	3	5	2	3	85.00%
	新北單車輕踩衛星社	Rotary Satellite Club of New Taipei Cycling First, Taiwan	19	14	5	0	0	0	1	65.00%
87727	八里社	Bali, New Taipei City,, Taiwan	16	13	2	0	1	0	2	78.12%
	新北市第一分區	小計 Sub Total	286	178	19	6	83	0	22	
16377	板橋社	Panchiao,, Taiwan	150	89	0	0	61	0	4	85.20%
	板橋青創衛星扶輪社	Rotary Satellite Club of Panchiao Innovation	15	13	2	0	0	1	2	36.00%
21940	板橋北區社	Panchiao North,, Taiwan	108	56	0	0	52	0	4	90.00%
24607	板橋東區社	Panchiao East,, Taiwan	92	48	0	0	44	0	4	80.00%
25163	板橋南區社	Panchiao South,, Taiwan	78	54	0	0	24	0	4	85.80%
29345	板橋西區社	Panchiao West,, Taiwan	58	44	0	0	14	0	3	72.60%
30768	板橋中區社	Panchiao Central,, Taiwan	53	0	31	19	3	0	5	85.00%
83738	板橋群英社	Panchiao Elite,, Taiwan	67	36	14	0	17	0	5	81.00%
86673	新北光暉社	New Taipei Brilliant Leaders,, Taiwan	28	24	0	0	4	0	3	62.00%
	新北市第二分區	小計 Sub Total	649	364	47	19	219	1	34	
16368	新莊社	Hsinchuang,, Taiwan	37	22	3	3	9	0	3	80.00%
25012	新泰社	Hsintay,, Taiwan	75	42	0	0	33	0	4	45.25%
30766	新莊東區社	Hsinchuang East,, Taiwan	83	43	0	0	40	2	4	97.60%
50923	新莊中央社	Hsinchuang Central,, Taiwan	116	59	0	3	54	0	4	89.83%
51283	新莊南區社	Hsinchuang South,, Taiwan	66	0	38	15	13	1	4	92.00%
85500	新北卓越社	New Taipei City Excellent,, Taiwan	39	22	7	2	8	0	3	96.55%
87407	新莊菁美社	Xin Zhuang Jing Mei,, Taiwan	29	5	20	1	3	2	2	92.00%
87673	新北豐彩社	New Taipei Beautiful,, Taiwan	25	6	19	0	0	0	2	98.00%
88843	新北綠家社	Rotary Club Of New Taipei Green Home	36	27	2	5	2	3	3	63.00%
	新莊東區保羅衛星社	Rotary Satellite Club of Hsinchuang East Paul	8	8	0	0	0	0	1	100.00%
	新北市第三分區	小計 Sub Total	514	234	89	29	162	8	30	
16380	樹林社	Shulin,, Taiwan	97	51	0	0	46	0	4	80.40%
31674	鶯歌社	Ying Ko,, Taiwan	44	26	0	0	18	0	5	73.00%
51236	樹林芳園社	Shulin Fangyuan,, Taiwan	59	0	44	12	3	2	5	90.60%
62002	大漢溪社	Takoham River, Taipei County,, Taiwan	58	40	0	0	18	0	4	67.00%
83072	新北市福利旺社	New Taipei City Fu Li Wan,, Taiwan	17	8	5	4	0	0	2	70.60%
84950	新北市和平社	New Taipei City Peace,, Taiwan	27	6	17	4	0	0	4	83.70%
86676	北大光榮社	New Taipei City Beida Glory,Taiwan	36	18	11	3	4	4	3	88.00%
87392	新北國際網路社	E-Club of New Taipei International,, Taiwan	20	10	5	0	5	0	2	85.00%
87413	新北市世界社	New Taipei World,, Taiwan	25	11	10	1	3	0	4	70.00%
	新北市第四分區	小計 Sub Total	383	170	92	24	97	6	33	
26058	三重中央社	Sanchung Central,, Taiwan	49	49	0	0	0	3	3	95.91%
26817	三重南區社	Sanchung South, Taipei,, Taiwan	49	0	35	14	0	0	4	94.29%
83744	三重佰福社	Sanchung Bai-Fu,, Taiwan	16	5	7	4	0	0	2	76.80%
86352	新北光耀社	New Taipei City Light-up,, Taiwan	38	23	13	0	2	6	2	90.00%
	新北光耀明星衛星社		16	10	6	0	0	1	1	90.00%
87578	新北產經網路社	E-Club of New Taipei Inter-Industry,, Taiwan	33	23	10	0	0	3	3	93.72%
	新北市第五分區	小計 Sub Total	201	110	71	18	2	13	15	
24676	林口社	Lin Kou,, Taiwan	91	46	0	0	45	-6	4	79.84%
30769	五股社	Wu Ku,, Taiwan	104	61	0	0	43	0	5	77.22%
68019	五股金鐘社	Wu Ku Jin Jong,, Taiwan	72	40	0	0	32	-3	5	73.10%
83864	新北市新世代社	New Taipei City New Generations,, Taiwan	37	17	8	3	9	0	4	70.00%
85733	林口幸福社	Formosa Happiness, New Taipei City,, Taiwan	35	22	4	2	7	0	2	62.00%
	新北市第六分區	小計 Sub Total	339	186	12	5	136	-9	20	

扶輪社 ID	Rotary Club of		2018/131 (含眷屬)	男社友	女社友	尊眷社友	寶眷社友	增減數 (含眷屬)	例會 次數	出席率%
21063	土城社	Tucheng,, Taiwan	57	57	0	0	0	-2	5	89.00%
50174	土城中央社	Tucheng Central,, Taiwan	138	74	0	0	64	0	4	75.00%
51288	三峽社	San Hsia,, Taiwan	95	51	0	0	44	0	4	80.00%
64817	土城山櫻社	Tucheng Sanyin, Taipei County,, Taiwan	70	0	45	18	7	-3	4	85.00%
	土城山櫻尚豪衛星社	Rotary Satellite Club of Tucheng Sanyin Excellent	15	15	0	0	0	1	1	80.00%
85870	三峽北大菁英社	Sanhsia Beida Elite,, Taiwan	49	20	16	4	9	-1	4	72.00%
87677	土城東區社	Tucheng East,, Taiwan	51	34	0	0	17	-2	4	68.00%
88265	新北城星社	New Taipei City Star	36	26	10	0	0	-3	2	95%
新北市第七分區		小計 Sub Total	511	277	71	22	141	-10	28	
50811	三重三陽社	Sanchung Sanyang,, Taiwan	137	74	0	0	63	0	5	93.00%
51124	三重南欣社	Sanchung Nan Shin,, Taiwan	22	0	17	1	4	0	2	90.00%
53716	三重千禧社	Sanchung Chianshi, Taipei,, Taiwan	57	0	29	21	7	0	5	93.00%
81861	三重泰安社	Sanchung Tai-An,, Taiwan	21	21	0	0	0	0	2	100.00%
88231	新北市陽光社	New Taipei City Yang-Guang,Taiwan	43	16	21	3	3	1	2	95.00%
	新北市三重南欣衛星社	Satellite Club of Sanchung Nan Shin New Taipei City	8	0	8	0	0	0	1	91.00%
新北市第八分區		小計 Sub Total	288	111	75	25	77	1	17	
50940	五工社	Wu Kung,, Taiwan	144	85	0	0	59	0	5	65.18%
52173	泰山社	Taishan, Taipei,, Taiwan	54	34	0	0	20	0	2	70.00%
78551	新北市百合社	New Taipei City Lily,, Taiwan	36	0	22	12	2	1	2	80.95%
81862	頭前社	Toucian,, Taiwan	71	41	0	0	30	0	5	70.00%
87192	新北圓桌社	New Taipei Newlife,, Taiwan	18	11	6	0	1	0	4	83.33%
新北市第九分區		小計 Sub Total	323	171	28	12	112	1	18	
24255	蘆洲社	Lu Chou,, Taiwan	80	44	0	0	36	0	4	88.00%
28893	蘆洲重陽社	Lu Chou Chungyang,, Taiwan	48	23	0	0	25	0	5	81.00%
79351	蘆洲湧蓮社	Luchou Yonglian,, Taiwan	52	0	28	0	24	0	4	82.00%
83705	3490地區網路社	E-Club of District 3490,, Taiwan	36	23	1	12	0	3	2	54.00%
88385	新北荒野社	ROTARY CLUB OF New Taipei Wilderness	32	19	6	1	6	1	2	80.00%
新北市第十分區		小計 Sub Total	248	109	35	13	91	4	17	
16372	基隆社	Keelung,, Taiwan	55	30	2	0	23	-2	4	9258.00%
16374	基隆南區社	Keelung South,, Taiwan	44	27	0	0	17	0	4	70.60%
16373	基隆東區社	Keelung East,, Taiwan	65	31	6	3	25	0	4	98.03%
16375	基隆東南社	Keelung Southeast,, Taiwan	59	38	21	0	0	0	4	88.70%
28506	基隆西北社	Keelung Northwest,, Taiwan	67	36	0	0	31	0	4	79.87%
51281	基隆中區社	Keelung Central,, Taiwan	57	31	0	26	0	0	4	82.28%
87463	新北北海岸社	New Taipei Northern Coast,, Taiwan	17	10	7	0	0	0	2	80.00%
88448	基隆永昌扶輪社	Keelung yong chang	28	22	6	0	0	1	2	79.00%
88485	新北瑞芳社	Ruifang New Taipei City	17	16	1	0	0	0	2	80.00%
基隆分區		小計 Sub Total	409	241	43	29	96	-1	30	
16371	宜蘭社	Ilan,, Taiwan	94	51	0	0	43	-2	5	69.00%
16359	礁溪社	Chiao-His	33	22	1	1	9	0	4	82.00%
16403	頭城社	Toucheng	19	13	2	0	4	0	5	80.00%
22168	宜蘭西區社	Ilan West,, Taiwan	57	43	4	0	10	0	4	78.00%
27665	宜蘭東區社	Ilan East,, Taiwan	41	22	8	2	9	0	5	74.20%
29288	宜蘭南區社	I-Lan South,, Taiwan	52	27	2	2	21	0	4	87.00%
87283	宜蘭北區社	Ilan North,, Taiwan	16	10	3	0	3	0	2	70.00%
宜蘭縣第一分區		小計 Sub Total	312	188	20	5	99	-2	29	
16376	羅東社	Lotung,, Taiwan	71	36	6	5	24	1	4	83.00%
16381	蘇澳社	Suao,, Taiwan	130	68	0	0	62	0	5	87.57%
23630	羅東東區社	Lotung East,, Taiwan	48	27	0	0	21	0	3	77.78%
27244	羅東西區社	Lotung West,, Taiwan	113	44	15	12	42	0	5	65.44%
29382	羅東中區社	Lo-Tung Central,, Taiwan	69	37	3	0	29	-1	5	70.77%
宜蘭縣第二分區		小計 Sub Total	431	212	24	17	178	0	22	
16422	花蓮社	Hualien,, Taiwan	69	44	0	0	25	3	4	87.60%
16411	吉安社	Chian,, Taiwan	72	47	0	0	25	0	5	80.60%
26398	花蓮東南社	Hualien Southeast,, Taiwan	42	28	4	0	10	-2	4	72.60%
30745	花蓮新荷社	New Hualien,, Taiwan	66	23	32	10	1	11	4	78.81%
花蓮縣第一分區		小計 Sub Total	249	142	36	10	61	12	17	
16482	玉里社	Yuli,, Taiwan	50	29	4	0	17	3	3	72.50%
16424	花蓮港區社	Hualien Harbour,, Taiwan	106	56	0	50	0	-2	4	75.12%
16423	花蓮中區社	Hualien Central,, Taiwan	72	50	0	0	22	0	5	72.20%
26513	花蓮美侖山社	Hualien Mei Lung Shan,, Taiwan	53	24	10	0	19	0	2	66.00%
28516	花蓮華東社	Hualien Hua-Tung,, Taiwan	53	34	0	0	19	0	4	86.77%
花蓮縣第二分區		小計 Sub Total	334	193	14	50	77	1	18	
合 計 Total			5477	2886	676	284	1631	25	350	

總監月刊 稿約

表彰服務・記錄感動・分享扶輪

2017-2018總監月刊特地規劃七個單元，希望這個屬於咱們的園地，能夠獲得大家的迴響，踴躍參與投稿。

- 一、**主題報導**（封面報導）：地區性大型活動之照片與心得。
- 二、**扶輪動態**（人氣動態）（分區焦點）（地區與分區活動）：各分區及各社的重要活動報導，或是各社在扶輪生活中具有特別意義的活動記錄，請投稿者附1~2張圖片（高解析度），加上300字內之文章。
- 三、**社會服務**（扶輪視野）（各社分享）：參與扶輪、服務扶輪等各分區及各社之社會或社區服務，經歷扶輪各項服務工作的體認、闡揚與經驗實踐的心得分享。
- 四、**預見風采**（動向預告）（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。
- 五、**扶輪聯誼**：各社之兄弟姊妹友好社間或社內的聯誼精彩活動報導。
- 六、**樂享人生**：各分區及各社邀請各領域達人，分享在不同領域的專業知識科普及生活品味、啟迪人性光輝面、雋永人生或對新進社友進行邀稿、專訪報導，或趣味新知、技藝、攝影、詩歌、小品…等頗有欣賞價值之作品。
- 七、**扶輪知識**：

◎ 每月10日出刊，前一月20日截止收稿。

◎ 圖文稿件：

1頁約800字；或1張圖 + 500字；或2張圖 + 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. 本月刊每月準時出刊，逾期則延期處理或捨稿，感謝您的合作。
2. 稿件編輯委員有取捨與增刪修改編輯權，同一服務活動項目請勿重複投稿。
3. 稿件請註明姓名、社內稱呼、所屬扶輪社、照片（請附說明）、電話。來稿若不獲採用，恕不奉覆，也不退稿。投稿恕無稿費。

總監月刊
稿約

來稿請寄：

《總監月刊》專屬E-mail：ri3490.gov1718@gmail.com

或洽 執行編輯--總監辦公室，執行秘書 曾秀娟

電話：03-957-2097 0932-265-254

地址：宜蘭縣羅東鎮忠孝路91號



在寰宇角落

我在乎你～

在乎你存在的必要和價值。

這就是扶輪人的關愛。

祝福您～旺旺年年！



圖：羅東社 PP School 攝於三星田野

