



# 基隆南區扶輪社社刊

Rotary Club of Keelung South Weekly



例會時間：每週六中午 12：30

例會地點：基隆市成功二路 47 號 8 樓（嘉仕館）

E-mail：[ks321@ms61.hinet.net](mailto:ks321@ms61.hinet.net)

TEL：02-24220404 FAX：02-24270956

社長：白明鈿

秘書：黃期田

社長當選人（行政管理主委）：簡火土

副社長：黃大銘

司庫：張金村

領唱：黃信錡

聯誼：李庶淵

出席：王東山

社員主委：林宜南

服務計劃主委：陳慶宏

扶輪基金主委：李聰雄

公共關係主委：黃信錡

## 今日例會節目

日期：100 年 9 月 24 日（星期六）

第 2487 次例會

節目：例會暨專題演講併女賓夕、  
生日婚慶會

## 下週例會節目預告

日期：100 年 9 月 29 日（星期四）

第 2488 次例會

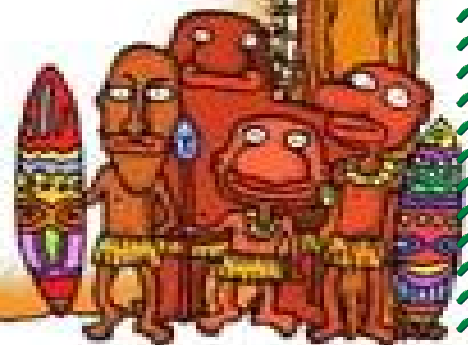
節目：本次例會與第一次聯合例會合併  
地點：長榮桂冠三樓彭園會館 時間：18:00

## 國有財產局台灣中區處

處長 廖蘇隆 蒞社專題演講

講題：國有土地

經營管理策略



主講人簡介:

姓名：廖蘇隆 性別：男

服務機關：財政部國有財產局台灣中區辦事處

現職：處長

通訊地址：40358 台中市西區民生路 168 號 3、4 樓

電話：04-2302535\*1601.23027700

傳真：04-23010036

行動電話：0937082960

E-MAIL：sulong0210@yahoo.com.tw

學歷：國立中興大學地政系畢業

逢甲大學土地管理學系碩士在職專班畢業

國立政治大學法律研究所學分班〈法務班第 8 期〉結業

考試：67 年土地行政人員測量組高考及格

84 年地政簡任升等考及格

86 年法制簡任升等考及格

經歷：財政部國有財產局台灣北區辦事處技佐、技士、課長、主任

財政部國有財產局台灣中區辦事處副處長

財政部國有財產局科長、副組長、組長

代表著作（研究發明、作品等）：

碩士論文：國有非公用土地推動委託經營之問題與對策研究



]]]]]]]]]] 例會紀要 ]]]]]]]]]]]

- ※…今天的例會在社長白明鈿鳴鐘後展開，會中針對今日的專題演講人表示歡迎之意。
- ※…秘書黃期田 PP 因出國，由李聰雄社友代理作了詳盡的秘書報告。
- ※…這幾次開例會，於社館使用便餐後，膳食主委林溪周 PP 都貼心的為大家準備了飯後水果，讓社友們在炎熱的夏天，進到社館用餐後能解解膩，又兼顧營養；社友黃崇來也表示他最近每天都有宴會、喜筵，吃來吃去還是社館的便餐既營養又好吃。
- ※…本次專題演講人林佩穎 PP 針對國際友誼交換深入淺出的介紹，並帶來精采的照片和社友分享，她指出友誼是不分年齡，不分國籍膚色的。

1.歡迎演講人滿堂紅—100*23	2300 元
2.歡喜上鏡頭 —100*10	1000 元
3.總歡喜 —甘清良 2000 元 白明鈿 2000 元 簡火土 2000 元 袁倫熹 500 元 王東山 1500 元 李聰雄 1000 元	9000 元
4.行政款 —白明鈿(社長)6000 元 簡火土(社長當選人)3000 元 黃期田(秘書)1500 元 謝清正(糾察)1000 元	11500 元
5.司庫湊整—張金村	200 元
合計:	24000 元

### 請推薦國際扶輪 3490 地區 2014-2015 年度總監提名候選人

- 一、按國際扶輪細則第十三章第 13.020.4 條之規定，函請各扶輪社推薦本地區 2014-15 年度地區總監提名人。
- 二、其參選資格及地區總監任務等詳載於國際扶輪程序手冊第二章(2010 年中文版程序手冊第 28-30 頁)，細則第十三章條文規定，(2010 年中文版程序手冊第 216-221 頁)各社推薦之總監提名候選人必須具備此相關資格條件，始能接受提名。
- 三、各社之建議提名必須在例會中由全體社員決議，推薦地區總監提名候選人。
- 四、請將地區總監提名候選人申請表(如附件一)，經社長、秘書及候選人簽署後，連同候選人之經歷於 2011 年 10 月 11 日前，用掛號寄至地區辦公室。

### 2011-12年度徵選派遣學生相關辦法請參見國扶慶字第16號函 之報名收件期限為8/16~10/16

惠請 各社提供目前有意願參與2012-2013年度派遣之學生人數(日期為 2012 年 8 月至 2013 年 7 月)該人數僅為地區YEP初估統計，不作為 10/16截止收件的實際依據。

為宣揚扶輪暨協助偏遠地區部落孩童,國際扶輪 3490 地區特與民間團體合作共同行善「扶輪有愛 行善”衣”(e)起來」計劃,敬請各社友踴躍參與

一、敬請各扶輪社友:

(1)2011 年 9 月 30 日(星期五)下午兩點京華城 7 樓 BABY BOSS 記者會  
宣告活動啓動儀式,鼓勵各社社友共襄盛舉。

(2)各社社內或社友個人企業產品捐贈。(可在蕃薯藤網站販售產品)(提供之產品將顯示於蕃薯藤網站)。

(3)各社社內或社友個人款項之捐贈。

二、獎勵措施:

(1)各扶輪社以社內名義或社友個人名義捐款超過 1 萬元將其名稱顯示於蕃薯藤宣傳網站及文宣上。

三、匯款方式:

捐款金額請先 email 通知,以利事先統計,並請於 100 年十二月十五日前匯至以下帳戶: 社團法人中華民國肯愛社會服務協會, 劃撥帳號:19886532, 請註明捐助方案:扶輪肯愛在原鄉。

2011 年度峇里島區域研習會 2011 年 12 月 2 日~4 日

本地區將籌組表演團代表台灣於開幕晚宴表演

1.此表演團由新北市百合社社長 Amy 籌組,目前尚需 10 位男生團員參與表演,懇請各社協助並徵求 10 名男生團員參與舞蹈表演。

2.請惠予提供有意願表演之男生團員名單 連絡電話,以利連絡事宜

3.請惠予指導,讓表演代表團展現台灣之光,發光發熱

2011-2012 年度國際扶輪扶輪社建造者獎申請

一、截止日期: (1)RI 為 2011.11.1(二)前

(2)地區為 2011.10.14(五)前

二、名額:地區壹名

三、資格條件: (1)5 年以上社齡

(2)社員個人最少推薦 5 位新社員;且新社員仍在籍正式社員。

(3)參加過扶輪訓練會者。

(4)至少參加一次社辦,有意義(價值)的「職業服務」活動。

(5)最近三年內至少參加二次地區主辦的「訓練會」。

(6)符合資格之候選人必須由個人目前所屬扶輪社之三名前社長推薦(若轉入目前扶輪社時間不到三年,則可由其之前所隸屬之扶輪社的前社長推薦)。

四、不符合被提名敘獎人:現任社長、現任、前總監及總監提名人、當選人、現任、前 RI 理事及 RI 理事提名人。

結婚週年紀念日



黃大銘前社長伉儷  
永浴愛河

HAPPY  
BIRTHDAY

10 月 05 日呂理國社友夫人  
10 月 11 日黃建智前社長夫人  
10 月 12 日白明鈿社長夫人  
10 月 22 日林國長前社長



**100/9/17 第 2486 次例會出席報告**

社員人數:26 人 出席人數:19 人

免計人數: 3 人 補出席: 4 人

(蔡財源、黃期田、陳慶宏、林宜南)

出席率:100%

好久不見的社友我們很想念您喔

- 1、9 月 29 日(星期四)第一次聯合例會  
地點:彭園會館 時間:18:00  
註:10 月 1 日(星期六)例會提前合併舉行。
- 2、本年度六社聯合舉辦之“社區服務”捐助清寒兒童眼鏡”活動:  
地點:行政院衛生署署立基隆醫院  
本社輪值時間:10 月 15 日(星期六)上午 9:00~12:00 (每社至少 9 人)  
註:當日中午之例會提前合併舉行。
- 3、秋季旅遊 10 月 22、23 日(星期六、日)請社友們於 9 月 30 日前報名,以利登記及訂房事宜。
- 4、本屆第一次爐邊會談爐主:林宜南、陳慶宏、李聰雄、黃信錡。  
舉 辦 日 期 : 與秋季旅遊合併舉行

1. 針對近日來日本接連遭颱風侵襲一事,國際服務主委蔡財源 PP 於百忙之中仍十分關心伊勢社、蒲郡社,亦去信表達關切之意。
2. 蕨社於本月初來信給國際主委蔡財源 PP,表示與本社之結盟已屆到期日,將在 10 月初以郵寄方式續盟,蔡財源 PP 亦回函表示光陰似箭,非常開心並期待這天來臨^^

#### 退社社友專欄:

社友:劉謹誠/Alex Liu

社友:蔡征一/First

以上兩位社友,9 月份提出退社申請,幾經慰留,仍因個人因素,決定退社。

#### 南區社社長暨全體社友:

人生的路上因為有你才更精彩,雖然短暫分別,但相連的心不會因距離而更改,送上深深祝福,扶輪之情永遠存在~

# 健康小教室

**魚和豆腐**搭配營養互補防病，很多人都知道魚的營養價值高，台灣新光醫院腎臟科醫主治師江守山認為，吃魚的防癌效果更勝於水果。江守山在他的新書「江醫師的魚鋪子」中，建議民眾可將魚和豆腐搭配吃，不但營養互補，還可以防病。

江守山說，從營養成分上來說，魚和豆腐中的蛋白質都是不完全，但二者搭配可以取長補短。其次，魚和豆腐一起吃，對人體吸收豆腐中的鈣，能起更大促進作用。豆腐中雖然含鈣多，單獨吃並不利人體吸收，魚中豐富的維生素D有助人體對鈣吸收率提高 20 多倍。

其次，魚肉含有較多的不飽和脂肪酸，豆腐中蛋白質含有大量大豆異黃酮，兩者都具有降低膽固醇的作用，一起吃對冠心病和腦梗塞防治很有幫助。

不少食品廣告強調含有能讓孩子變聰明的 DHA，而魚類中的 DHA 就很豐富，不過，DHA 屬高度不飽和脂肪酸，非常容易氧化，江守山建議，魚買回後愈早煮愈好，且烹調時，最好用清蒸或烤，或利用國外非常流行的海鮮沙拉，儘量避免油炸，才能留住最多的 DHA。江守山也整理出幾大吃魚守則，包括過紅過白不吃、水色不對不吃、醃製產品不吃、超量生產不吃、價格離譜不吃、魚皮及內臟少吃、大型深海魚少吃、生魚片冷凍後吃、烤或蒸或煮為主。

## 只能看，不能讀的文章！

(施氏食獅史)是一篇由趙元任所寫的設限文章。全文共九十一字連標題九十六字)，每字的國語發音都是 shi。

(施氏食獅史)這篇短文都能看懂，可是如果你讀給別人聽，他是無論如何也聽不懂的！

### 《施氏食獅史》

石室詩士施氏，嗜獅，誓食十獅。施氏時時適市視獅。十時，適十獅適市。是時，適施氏適市。氏視是十獅，恃矢勢，使是十獅逝世。氏拾是十獅屍，適石室。石室濕，氏使侍拭石室。石室拭，氏始試食是十獅。食時，始識是十獅，實十石獅屍。試釋是事。

注意：只用一個發音來敘述一件事，除了中文，怕是再無其他語言能做到了。

兒子：今天的算術測驗被老師罵了。

爸爸：為什麼？

兒子：老師問我  $2 \times 3$  等於幾，我說 6。

爸爸：沒錯啊！

兒子：老師又問我  $3 \times 2$  等於幾。

爸爸：這他媽的有什麼區別！

兒子：我也是這樣說的。

8 月份專題演講預告

(一)

時間：8 月 6 日 (星期六)

主講人：趙大偉老師

講題：台灣之美~海岸地型之旅

(二)

時間：8 月 27 日 (星期六)

主講人：鍾郁峰 (百股金鐘社)

講題：扶輪知識

8/2 甘清良 P.P.