

程序表

※日期：111年10月19日(星期三)下午17:30註冊;18:00準時開會
※地點：宜蘭金樽餐廳宴會廳

司儀：前社長陳志銘PP.Design、社友李蘭欣Nancy

17:30~18:00	註冊、聯誼	
18:00~18:01	鳴鐘開會	宜蘭東區社社長 吳瑞容 P.Rice
18:01~18:03	唱扶輪頌	前社長 陳志銘 PP.Design
18:03~18:04	介紹扶輪領導人及貴賓	前社長 陳志銘 PP.Design
18:04~18:05	介紹友社社長及社友	秘書 黃河南 S.Freezer
18:05~18:07	唱歡迎扶輪社友歌	前社長 陳志銘 PP.Design
18:07~18:17	社長致詞	宜蘭東區社社長 吳瑞容 P.Rice 五結社社長 楊國長 P.TOTO 蘇澳社社長 吳坤明 P.Lexus 頭城社社長 彭滋星 P.Freddy 羅東西區社社長 林意珍 P.Elite 宜蘭南區社社長 林建宏 P.Incense 宜蘭北區社社長 莊耀登 P.Bank
18:17~18:19	助理總監致詞	宜蘭縣第一分區助理總監 陳麗情 AG.Agent
18:19~18:20	介紹主講人	宜蘭東區社社長 吳瑞容 P.Rice
18:20~19:20	專題演講	主講人：賴憲政 老師 講題：通膨年代資產配置新攻略
19:20~19:25	贈送主講人紀念品	七社社長
19:25~19:26	社務報告	宜蘭東區社秘書 黃河南 S.Freezer
19:26~19:27	聯誼報告	羅東西區社聯誼 黃淑如 Candy
19:27~19:28	糾察報告	五結社糾察 鄭紀民 Jimmy
19:28~19:29	出席報告	頭城社出席 石錫鴻 PP.Stone
19:29~19:30	鳴鐘閉會	(下次承辦社) 五結社社長 楊國長 P.TOTO
19:30~19:32	大合照	
19:32~	餐敘(慶生、結婚紀念)	

蘇澳扶輪社 社刊

Rotary Club Of Suao District 3490 R.I.
第46卷 第16期 2022年10月19日 WEEKLY BULLETIN VOL. 46. NO. 16
【第2380次例會】

歡迎

賴憲政 老師蒞臨七社聯合例會專題演講
敬祝 七社聯合例會圓滿成功

例會主講人簡介

- 姓名：賴憲政
- 民國64年投入股市
 - 大興證券常務董事
 - 萬盛投顧總經理
 - 建弘投顧副總經理
 - 新光證券總經理
 - 國家考試合格證券分析師
 - 暢銷財金書作家
 - 節目主持人：現在才知道、57財星大道
股動錢潮、大師來了



本週例會節目	下週例會節目	本月重要行事
10/19第2380次例會(三) 主講人：賴憲政 老師 講題：通膨年代資產配置新攻略	10/26(三) 前社長呂輝宏 專題演講	10/19(三) 七社聯合例會

10/12 第2379次例會

社員數	免列計社員	出席社員	補出席社員	出席率	缺席數	前次出席率
63(不含賈眷)	1	47	0	75%	15	74%
社長 吳坤明 Lexus	社長當選人 簡明發 T.B.B.	副社長 黎文雄 Piao Pie				
秘書 鄭兆毅 Joey	財務長 俞國明 Akira	糾察 林振池 Seafood				
出席主委 黃益峯 Peter	聯誼主委 林登勝 Bearings	節目主委 邱嘉進 Ocean				
公共形象主委 蘇晉慶 Plank	扶輪基金主委 呂輝宏 Tire	執行秘書 林佩汝 Michelle				

扶輪頌

ROTARY 叫做扶輪社，ROTARY 早已聞名世界，
從南到北，由東至西，服務最多獲益最大。
ROTARY 叫做扶輪社。

ROTARY 叫做扶輪社，ROTARY 像一個大家庭，
增進情感，促進友誼，各盡其力服務他人。
ROTARY 叫做扶輪社

四大考驗：我們所想、所說、所做的事，應事先捫心自問-

1. 是否一切屬於真實？
2. 是否各方得到公平？
3. 能否促進親善友誼？
4. 能否兼顧彼此利益？

社館 / 蘇澳鎮蘇北里中原路48巷30號
每星期三例會下午6時30分
E-mail: suao.rotary@msa.hinet.net

TEL: (03) 9953510 . 0912953510
FAX: (03) 9960900

賴憲政老師著作

1. 不景氣, 照樣賺-教你十萬元投資致富
2. 股市憲哥教你 說對話有人緣又賺大錢
3. 股市憲哥 教你存好股小錢變大錢
4. 現在才知道小小上班族也能投資理財
5. 現在才知道 2
精明花無痛省每月多存一萬元
6. 輸在起跑點. 贏在轉折點
7. 挑對好股找對權證. 小資也能賺千萬
8. 股市憲哥的親子理財學
9. 股市憲哥的 14 堂財商課
10. 台灣諺語: 飲水思源系列 DVD VCD
(有聲書)
 - (1). 看人生
 - (2). 論世事
 - (3). 談理財
 - (4). 講好話
11. 台灣諺語(書)
12. 台灣孛仔話: 飲水思源系列 DVD VCD
(有聲書)
 - (1). 說愛情
 - (2). 話歲月
 - (3). 談人生
 - (4). 論世事
13. 台灣孛仔話(書)
14. 昔時賢文: 老祖宗的智慧 DVD VCD
(有聲書)
 - (1). 做人準則
 - (2). 處世法寶
 - (3). 交際妙術
 - (4). 治家秘訣



10/12(三)本社前社長劉文斌 PP.Abi 專題演講

感謝~10/12 第 2379 次例會

- ♣PP. ABS 歡喜請客~感謝您
- ♣PP. Abi 歡喜加菜~飛虎魚、鬼頭刀
~感謝您
- ♣PP. EN 提供茶葉蛋~感謝您

社長致詞

1. 輪由宜蘭東區扶輪社承辦之蘇澳、頭城、羅東西區、宜蘭東區、宜蘭南區、宜蘭北區、五結扶輪社聯合例會假宜蘭金樽餐廳舉行，本社原訂同日之第 2380 合併舉行。
2. 社長致詞—
主席Rice社長、PDG. Surgeon、PDG. Beadhouse、AG. Agent、六位同學(社長)、各位PP、各位六社社友、美麗夫人、姑爺大家晚安，大家好。感謝今天宜蘭東區社用心安排這次聯合例會，歡迎今天節目主講人賴憲政老師蒞臨七社聯合例會。最後祝今天聯合例會圓滿成功，大家幸福美滿、健康喜樂。

社務報告

國際扶輪 3490 地區辦公室來函:

一、主旨：函送本地區「2023-2024 年度地區引導人訓練會」乙案，敬請各社轉知與會人員。

說明：2023-2024 年度地區引導人訓練會安排如下

1. 日期及時間：2022 年 11 月 12 日(六)
上午 08：40 報到聯誼；
09：30 鳴鐘開會
2. 地點：大直典華(台北市植福路 8 號)
3. 應參加人員為 2023-2024 年度受訓引導人如下：
(一)楊耀火 PP. Shipping
(二)林榮政 PP. Glue
(三)張祈祿 PP. Tile
(四)陳宗鼎 PP. Computer

4. 地區引導人訓練會無需繳納註冊費。
二、主旨：地區扶輪青年社服務委員會主委姜純仁 Arleen 因個人因素請辭，改由三重社莊子賢 IPP Glen 擔任，原委員會委員不變。

紅箱報告

❖10/12 第 2379 次例會，紅箱金額總計 95,300 元，PP. ABS 歡喜紅箱 20,000 元；並感謝全體社員踴躍獻。

本社消息

- 冬山國中清寒學生獎助學金社區服務，訂於111年11月9日(星期三)上午 7:30 假冬山國中學生生活中心舉行，敬請全體社員伉儷一同共襄盛舉。

友社消息

三重三陽社:

★三重三陽社授證25週年社慶訊息如下：
日期：111 年 11 月 22 日(星期二)
時間：下午 05：30 註冊、聯誼
下午 05：50 進場式
下午 06：00 典禮開始
地點：大直典華旗艦館6樓花田盛事廳
❖敬請本社社員伉儷踴躍報名。

宜蘭縣一、二分區消息

冬瓜山社:

★由冬瓜山扶輪社主辦宜蘭縣第一、二分區 14 社聯合社區服務案~宜蘭家庭扶助中心「一起成為孩子安全的守護者」兒童保護宣導捐贈儀式說明如下：
時間:10月29日(星期六)
下午15:40報到
地點:宜蘭運動公園二二八物前草地
(宜蘭市中山路一段 755 號)
❖敬請領導人及各社社長穿著服務背心，備小社旗乙面。

宜蘭社:

★由宜蘭社主辦十七社聯合社區服務『火災搶救裝備器材計畫』捐贈儀式說明如下：
時間：111 年 11 月 2 日(星期三)
上午9:30報到，10:00捐贈典禮
地點:宜蘭縣政府消防局5樓會議室
(宜蘭市舊城南路 1 號)
❖敬請領導人及各社社長穿著服務背心，備小社旗乙面。

健康養生園地~利用養生茶飲舒緩情緒 有助好入眠

秋燥會抑制肝氣，肝氣鬱結就容易悶悶不樂、產生各種情緒問題，所以秋天開始，許多人會比較容易有憂鬱的情緒。而心情壓抑也會降低人體免疫力，推薦在此時節可每日飲用 1 杯「寒露養生茶飲」舒緩情緒。

- ▶成分：甘草 6 克、浮小麥 6 克、麥門冬 6 克、紅棗 5 顆。
- ▶做法：以 500 C.C. 熱水沖泡成茶飲。