

【四大考驗】

我們所想、所說、所做的事，應事先捫心自問：

- 一、是否一切屬於真實？
- 二、是否各方得到公平？
- 三、能否促進親善友誼？
- 四、能否兼顧彼此利益？

【扶輪宗旨】

扶輪之宗旨在於鼓勵並培養以服務精神為可貴事業基礎，尤其著重於鼓勵與培養：

- ◆藉增廣相識為擴張服務之機會。
- ◆在各種事業及專門職務中提高道德標準，認識一切有益社會的業務價值，即每一扶輪社員應尊重其本身之業務，藉以服務社會。
- ◆每一社員能以服務之理想應用於其個人、事業及社會生活。
- ◆透過結合具有服務之理想之各種事業及專門職務人士，以世界性之聯誼，增進國際間之瞭解、親善與和平。

台北永東扶輪社

社長:許慶賢 Jeff / 社長當選人:唐哲成 Antonio / 秘書:簡志煌Jacky / 會計:李木鐸Leader
 節目:林冠宇 Fred / 聯誼:林森鴻 Iven / 糾察:白成業 White / 社刊:柯金水 Stainless
 辦事處:10084台北市中正區南昌路二段137號5樓 / TEL:2368-3596 / Fax:23683597
 E-mail:yhe.adsl@msa.hinet.net http://www.rotary-yhe.org.tw

聯誼訊息

◎秋季旅遊-苗栗客家美食之旅行程：

11/17週五

1. 早上7:00 中正紀念堂集合
2. 第一站出發職業參訪
3. 中午特選一間冠軍店，阿戊嫂の店，客家小炒 全國爭霸賽冠軍，假日限定的預約制美食
4. 出發落羽松秘境，非常漂亮又隱密的私房景點，值得期待
5. 往飯店 泰安觀止，溫泉泳池讓大家好好放鬆
6. 晚餐在泰安觀止，讓大家吃好喝好

11/18週六

1. 早上10:00離開飯店
2. 前往中餐，范家宴客家餐廳-望族名門家改建<https://www.bossfanyen.com.tw>
3. 下午前往向天湖
4. 晚餐視情況回到北部是否需要用膳
費用：7000元/每名

◎國際扶輪公益路跑

日期：11月26日（日）06:00~10:00

地點：總統府前廣場（出發、終點）

※敬請報名社友、寶眷準時出席。

◎好聲音歌唱大賽

初賽日期：12月30日(六)PM2:00

初賽地點：中正紀念堂 演藝廳

(臺北市中山南路21號)

初賽比賽歌曲：以英、日、國、台語為限。

報名日期：即日起至11月30日截止。

節目預告

1. 台北永東社與新店碧潭社聯合例會
時間：11月21日(二) 18:00聯誼、18:30開會
地點：一郎日本料理
※敬請社友準時出席。
2. 11月28日(二)休會。
3. 12月5日(二)1237例會
時間：12:00用餐、13:00開會
地點：福華飯店
◎專題演講：主講人聯絡中
◎慶生會暨結婚周年慶
4. 12月12日(二)1238例會
時間：12:00用餐、13:00開會
地點：福華飯店B2百合廳
◎社員大會：選舉第27屆理事
5. 12月19日(二)1239例會
永和社與台北永東社聯合例會
時間：12:00開會、13:00用餐
地點：永和社社館
地址：中和區橋和路116號7F-2
6. 12月26日(二)休會。

【上週出席統計】

112年11月7日 第1234次例會(出席率:81%)
 社員：37人 出席：28人 出國：1人
 免記：7人 補出席：1人
 未出席社友：
 Art、Iven、Archi、Ichilong、Jason、
 Hummer、Light。

今日主題：新社友介紹



本月生日快樂



本月結婚周年快樂



戴雲發總經理精彩演講



Clint、James新社友佩章入社



頒發RYE零用金



主辦偏鄉英文-中和組相見歡



3481地區訊息

◎資深社友榮耀傳承午宴
時間：11月15日(三)11:30報到12:00開始
地點：孫立人將軍官邸
地址：臺北市中正區南昌路一段136號

◎創社社長養成訓練會
時間：11月20日(一)下午2:00至4:30
地點：Tutti Cafe圖比咖啡(突梯義式廚房)
地址：台北市中山區南京東路二段163號

◎RIPE社長當選人歡迎晚宴
時間：11月22日(三)17:00-17:30註冊
地點：台北喜萊登大飯店B2 祿廳
地址：台北市忠孝東路一段12號

◎「用鏡頭說故事」有感攝影創作坊
時間：11月25日(六)8:30AM-12:00pm
地點：國際扶輪3481地區會議室
地址：台北市復興南路一段127號11樓之一
※歡迎社友報名參加。

◎3481職業服務『科技創新論壇』講座
時間：12月2日(六)13:30-17:00
地點：國立台灣大學霖澤館國際會議廳
出席：Jeff、Jacky、Tom。

◎2024年國際年會將於2024年5月25日~29日在新加坡舉，屆時全世界各國社友齊聚一堂交流聯誼。希望本地區諸位社友(尤其各社之扶輪領導人)勿失良機，踴躍報名。

第一次拍賣會明細

112.10.17

品名	提供人	承購人	承購價
SPEY(0.7L)	White	Leader	3,000
西班牙葡萄酒	Steve	Jason	3,000
貴州茅台酒	Leader	Jacky	7,000
獺祭大吟釀	Leader	Stainless	6,000
月桂冠大吟釀	David	Antonio	3,000
SPEY(3L)	David	Tan	15,000
麥卡倫12年	Watt	Fred	3,000
小計			40,000

紅箱捐款統計

112.11.07

RTN	事由	金額
Antonio	歡迎Alfa夫婦回娘家!	2,000
Computer	歡迎Clint、James二位新社友加入。	10,000
Cool	開心帶老婆例會也一起幽會。	1,000
David	本月我生日高興。	2,000
Diamond	歡喜來例會、總監來訪。	1,000
Eden	歡喜Clint、James加入永東大家庭!歡迎Alfa蒞社演講。	2,000
FrankSung	歡迎Clint、James加入永東大家庭!開心Alfa蒞社演講。	1,000
Fred	歡迎二位新社友Clint、James。歡迎Alfa來社演講。	1,000
George	初次紅箱IOU歡喜。	1,000
Georgia	謝謝大家關心!	2,000
Iven	歡迎RYE與會。	2,000
Jacky	歡喜總監來訪。	1,000
Jeff	歡迎兩位好友加入永東。	2,000
Lawrence	歡喜戴總經理來社演講。	1,000
Lawyer	歡喜新社友James、Clint2位入社。	1,000
Lloyds	歡迎戴雲發理事長演講。	1,000
Peter	歡迎總監蒞臨及兩位新社友入社。	2,000
Stainless	歡喜新社友配章。	1,000
Steve	很高興看到Georgia回社。	1,000
Tan	歡迎Clint、James新社友入社。	1,000
Tom	歡喜見到大家。	1,000
Watt	欣逢本月壽星，謝謝大家的祝福。歡迎Alfa例社演講。	1,000
White	歡喜做糾察，歡迎新社友!	2,000
李明娟	歡喜參加例會!	1,000
劉麗滿	歡喜參加例會!	1,000
Jennifer	(DG)歡喜蒞社為新社友配章。	3,000
Bob	(DS)祝社運昌隆!	1,500
戴雲發	主講車馬費回捐。	3,000
小計		49,500
前期	一般捐款：148,000 指定捐款：180,000	328,000
合計		377,500

社友園地

林冠宇PP.Fred

65歲以上最厲害的殺手，已經不是三高，新手出爐了！

新的四大殺手
第一名(憂鬱症)； 第二名(自閉症)； 第三名(癡呆症)； 第四名(失憶症)。

如何防護呢？
1. 聊天可以預防老人憂鬱症。
2. 吹牛可以避免老人自閉症。
3. 說瘋話可以防止老人癡呆症
4. 胡說八道可消除老人失憶症
老人四大殺手的對策，原來就這麼簡單；只找幾位好友聚聚，就天南地北胡說亂語就都醫好啦！

轉傳自台大醫生：
老年人為什麼必須多說話？
301的院長告訴我年紀大了一定要多說話，因為防止老年癡呆目前沒有什麼方法，多說話可能是唯一的方式。

老年人多說話起碼有三大好處，
第一，因為說話會活躍大腦，保持思維敏捷，因為語言和思維是互相溝通的，尤其快速說話自然鍛鍊了思維的快速反映同時也增強了記憶力。一個不愛說話的老人，得老年癡呆症可能性特別大。所以一些退下來的人，因為不說話了，反而容易得老年癡呆症。

第二，說話能夠釋放許多心理意願，排出心理疾病，減少壓力。我們經常說有話不說，埋在心裡，憋壞了，就是這個道理。所以能夠讓父母多嘮叨是一個好事。

第三，說話能夠鍛鍊活躍面部肌肉，同時鍛鍊咽喉器官甚至肺活量，這樣就可以減少眼耳衰退，減輕花眼耳聾等等隱患。

綜上所述，年紀大了，盡量多說話，能夠和人們交往，多多說話，是目前防止老年癡呆症的唯一方式，因為老年癡呆症，是目前對老年人最可怕的疾病，還沒有什麼方法治療。不但失去所有記憶，沒有任何思想，甚至不認識家人，成為別人的負擔，整個一個活死人。

但願醫學發展能夠解決這一難題。所以所有的朋友們，盡量讓你們的父母多說話吧，不要嫌老年人嘮叨，這也是一種孝心。本人，到處講課就是為了多說話呀！

試試吧！人到七十歲左右後，思維開始遲緩，舌頭也逐漸僵硬，這幾段繞口令，你讀讀，考考你的思維，練練你的舌頭！若你一字不差讀出來，你的思維和舌頭就是四、五十歲的水平，你可年輕二十歲，試試你行嗎？

《一匹布，一瓶醋》
肩背一匹布，手提一瓶醋，走了一里路，看見一隻兔，卸下布，放下醋，去捉兔。跑了兔，丟了布，灑了醋。

《山裡有個寺》
山裡有個寺，山外有個市，弟子三十三，師父四十四。三十三的弟子在寺裡練寫字，四十四的師父到市裡去辦事。三十三的弟子用了四十四小時，四十四的師父走了三十三里地。走了三十三里地就辦了四十四件事，用了四十四小時才寫了三十三個字。

《撈蝦》
小溪流水嘩啦啦，小華手拿簸箕去小溪里撈河蝦，一撈撈起一隻大河蝦和半簸箕爛泥沙。蝦兒跳水響嘩嘩，小花簸箕里只剩泥沙沒有蝦。

《四個頭》
天上有日頭，地下有石頭，嘴裡有舌頭，瓶口有塞頭。天上是日頭不是石頭，地下是石頭不是日頭，嘴裡是舌頭不是塞頭，瓶中是塞頭不是舌頭。

《巴老爺有八十八棵芭蕉樹》
巴老爺有八十八棵芭蕉樹，來了八十八個把式要在巴老爺八十八棵芭蕉樹下住。巴老爺拔了八十八棵芭蕉樹，不讓八十八個把式在八十八棵芭蕉樹下住。八十八個把式燒了八十八棵芭蕉樹，巴老爺在八十八棵樹邊哭。

讀了繞口令，感覺口舌還靈活不？發給朋友們練練，一起樂呵樂呵，好玩又健腦！