

- 【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:白成業White 社長當選人:宋明超FrankSung 秘書:許慶賢Jeff 會計:林冠宇Fred  
 節目:陳仲捷Tan 聯誼:謝秉辰House 糾察:蔡能欽Cool 社刊:周佑民Steve  
 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

## 金玉良緣

賀黃聖諺Ichilong社友與丁信瑜小姐結婚喜宴

時間:109年10月18日(日)中午12:00  
 地點:一郎宴會餐廳(濱江店)  
 地址:台北市民族東路336號5樓

※敬請全體社友、寶眷準時出席。

## 鶼鶼情深

Lawrence前社長&夫人林麗香(10/15、五十五週年)

Art社友&夫人王迺慧(10/18、三十二週年)

Georgia前社長 & 夫人郭正卿(10/29、三十二週年)

Jeff秘書&夫人吳明青(10/29、二十週年)

## 生日快樂

Tom 社友 10/04  
 Computer 前社長 10/11  
 江金蘭(Watt夫人) 10/01  
 李彥芳(Cool夫人) 10/02  
 李淑君(Jerry夫人) 10/20  
 張瑞招(Steve夫人) 10/21  
 徐瑞琴(Eden夫人) 10/31  
 邱玉慧(Chan夫人) 10/05

## 節目預告

1. 10月14日(三)1103例會變更如下:  
 ◎台北永東社與新店碧潭社聯合例會  
 時間:10月14日(三)下午6:00報到  
 地點:台北福容飯店B1牡丹廳  
 ※簡承平Ping新社友入社佩章。  
 ※敬請全體社友準時出席。
2. 10月21日(三)1104例會  
 ◎專題演講:談情緒管理  
 主講人:張雪芳老師
3. 10月28日(三)1105例會  
 ◎社務討論會暨拍賣會  
 ※歡迎社友踴躍提供拍賣品
4. 11月4日(三)1106例會  
 ◎專題演講:活出愛學幸福—共創活力的婚姻  
 主講人:余宗澤校長  
 邀請人:Art社友  
 ◎11月慶生會暨結婚週年慶
5. 11月11日(三)1107例會  
 ◎專題演講:主講人連絡中
6. 11月18日(三)1108例會  
 ◎專題演講:主講人連絡中  
 ◎11月理事會

## 【上週出席統計】

109年9月26日 第1101次例會(出席率:95%)  
 社員:40人 出席:34人 出國:0人  
 免記:6人 補出席:4人  
 缺席:Chan、Hummer。

## 今日主題:脊椎健康及腰痠背痛的保健與預防 主講人:李棟樑老師

◎ 經歷:  
 行政院勞委會職訓局在職勞工訓練專任講師  
 台灣脊椎健康推廣協會專任講師  
 中華民國中醫師檢定及格  
 台灣人體力學應用研究會會長  
 美國中醫復健整復師研究協會合格會員  
 全國大專盃太極拳拳術冠軍、中華民國國術四段教練、裁判  
 AFAA國際體適能墊上核心專業教練

◎ 現任:  
 棟樑養生工作室負責人  
 棟樑健康促進集團執行長世界健身中心太極拳老師

◎ 出版著作、講題:  
 《對症運動，鬆出好健康》(商周出版)

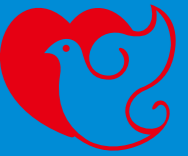
## 活動訊息

- ◎ 第四分區聯合社區服務~重陽傳愛共造失智友善鄰里-擴大關懷 記憶永存  
 時間:10月22日(四)上午9:00-12:00  
 地點:台北真理堂1樓大廳  
 地址:台北市大安區新生南路三段86號  
 主辦社:台北大風堂社
- ◎ 第四分區聯合社區服務~關懷弱勢家庭捐贈住宅用火災警報器  
 時間:10月29日(四)下午14:00-14:30  
 地點:新北市政府消防局第七救災大隊  
 地址:新北市永和區環河西路2段177之1號  
 主辦社:新北市大台北社
- ◎ 第四分區聯合社區服務~用愛力挺憨兒就業能力培訓計畫  
 時間:11月18日(星期三)  
 地點:台北市大安區建國南路一段181號2樓(建國高架橋下)  
 主辦社:台北大航海家社
- ◎ 新北市家扶中心歲末感恩園遊會  
 時間:11月29日(星期日)10:00-16:00  
 地點:板橋第一運動場前  
 地址:新北市板橋區漢生東路278號  
 ※歡迎社友、寶眷踴躍參加，贊助物資提供園遊會義賣。

## 地區訊息

- ◎ 3481地區扶輪知識研習會  
 時間:10月17日(六)08:30-12:00  
 地點:台北商業大學承曦樓10樓國際會議廳  
 地址:台北市中正區青島東路27號
- ◎ 3481地區第二次地區社秘會議  
 時間:10月18日(日)10:30報到  
 地點:大板根森林渡假村  
 地址:新北市三峽區插角里插角79號
- ◎ 『跟隨總監種樹去、生態之旅一日遊』  
 時間:10月24日(六)08:30-12:00  
 地點:基隆八斗子潮境公園  
 地址:基隆市北寧路369巷61號
- ◎ 3481地區『扶輪日』暨公益園遊會  
 時間:11月21日(六)10:00-16:00  
 地點:台北華山文化創意產業園區A、B區  
 地址:台北市中正區八德路一段1號  
 ※本社為共同主辦社，歡迎社友踴躍參加。

- ◎ 3481地區「End Polio暨反毒慈善音樂會」  
 時間:11月28日(六)19:00-21:00  
 地點:國父紀念館大會堂  
 地址:台北市信義區仁愛路4段505號  
 ※本社為共同主辦社，歡迎社友踴躍參加。



**地區來函**

受文者：國際扶輪社3481地區各扶輪社，地區扶輪青年服務社，歸國學生會Rotex  
主旨：敬邀參加青少年聯誼委員會主辦之「扶輪慈善白色派對 Rotary White Party」  
說明：  
一、活動目的在鼓勵單身的 1.扶輪社友 2.扶輪社友之子女 3.扶青團OB團員 4.扶青社社友 5. Rotex，透過聯誼活動認識更多單身朋友，並祈可藉由此機會讓大家了解扶輪真正的價值、進而吸引年輕朋友加入扶輪行列，成為扶輪社友。  
二、「扶輪慈善白色派對 Rotary White Party」  
日期：2020年12月13日(日)  
時間：17:30開始報到  
地點：格萊天漾大飯店14樓艙舡廳  
地址：台北市萬華區艙舡大道101號  
服裝：著全白服裝(包含配件)  
費用：線上註冊新台幣1,200元 / 現場付費新台幣1,500元  
報名連結：<https://forms.gle/UV813zr9pK17QBiu5> (11月29日中午12點註冊)  
三、當日若無法出席所繳交費用將以贊助款列計，不另行退費，敬請見諒。  
四、活動配合慈善單位：愛女孩協會(協會介紹：<https://www.lovebinti.org/>)

國際扶輪3481地區2020-21年度  
地區總監賴志明 DG Jimmy  
青少年委員會主委林美莉 PP Mely  
青少年聯誼委員會主委蔡宜玲 PP Ellen



109/9/26舉辦第二次爐邊會暨中秋晚會於悅華軒港式餐廳



109/9/26舉辦第四分區聯合校園反毒活動於永和秀朗國小

**聯誼活動**

◎雙和隊 10月球訊  
時間：10月15日(四)  
10:30報到、11:00開球  
地點：老淡水球場

◎新店社&新店碧潭社&台北永東社高爾夫聯誼賽  
日期：10/20(二)  
時間：上午10:30報到、11:00開球  
地點：老淡水球場

◎台北永東登山會~信賢步道健行  
集合時間：10月24日(六)上午9:20  
集合地點：信賢步道停車  
(新北市烏來區信福路13號)  
中午餐廳：  
京旺料理(新北市新店區金興路38號)  
費用：每位\$500元  
※敬請社友、寶眷踴躍參加。

◎3481地區年會慈善高爾夫聯誼賽  
日期：11月9日(一)  
地點：台北高爾夫球場  
報到時間：11月9日10:00報到  
開球時間：11:00準時開球  
費用：①報名費：1000元(含紀念品、獎品及餐費)  
②擊球費：非會員2,449元。  
報名截止日：10月9日  
※敬請社友踴躍報名參加。

◎2021臺北國際扶輪世界年會萬人反毒公益路跑  
日期：11月1日(星期日)06:00~10:00  
地點：凱達格蘭大道前廣場(出發起終點)

**青少年服務訊息**

◎2020-21扶輪青年領袖獎研習營(RYLA)  
時間：2021年1月22日-24日(五-日)，  
地點：台北市劍潭海外青年活動中心  
地址：台北市士林區中山北路四段16號  
※歡迎社友推薦子女參加，資格如下：  
1. 18-23歲青年  
2. 扶輪少年服務團之OB團員  
3. 扶輪青少年服務團之團員  
4. 願加入扶輪青年服務社之熱忱青年  
※各社推薦報名截止為11月1日。

**捐款統計表**

109/7/1~109/9/30

RTN	7-9月	拍賣會	指定捐款	常年捐款	小計
Antonio	2,000	0	3,000	1,500	6,500
Archi	1,000	0	0	1,500	2,500
Art	10,000	3,000	1,000	1,500	15,500
Chan	0	0	0	1,500	1,500
Chester	1,000	1,000	5,000	1,500	8,500
Computer	2,000	0	5,000	1,500	8,500
Cool	2,000	3,750	5,000	1,500	12,250
Delica	2,000	0	0	1,500	3,500
Eden	6,000	6,500	5,000	1,500	19,000
FrankSung	1,000	1,000	1,000	1,500	4,500
Fred	2,000	250	5,000	1,500	8,750
Georgia	2,000	0	10,000	1,500	13,500
Gordon	0	0	0	1,500	1,500
House	0	0	1,000	1,500	2,500
Hummer	0	0	0	1,500	1,500
Ichilong	0	0	0	1,500	1,500
Jack	1,000	0	5,000	1,500	7,500
Jacky	0	0	10,000	1,500	11,500
Jeff	2,000	2,000	10,000	1,500	15,500
Jerry	1,000	0	0	1,500	2,500
King	1,000	0	0	1,500	2,500
Lawrence	1,000	3,500	0	1,500	6,000
Lawyer	3,000	0	0	1,500	4,500
Leader	5,000	3,750	0	1,500	10,250
Life	0	0	0	1,500	1,500
Light	0	0	0	1,500	1,500
Lloyds	2,000	2,500	5,000	1,500	11,000
Metal	2,000	0	0	1,500	3,500
One	3,000	4,000	10,000	1,500	18,500
Panel	1,000	0	5,000	1,500	7,500
Peter	1,000	1,000	0	1,500	3,500
Ray	2,000	1,000	0	1,500	4,500
Richer	0	1,000	50,000	1,500	52,500
Sam	0	0	1,000	1,500	2,500
Stainless	3,000	1,000	0	1,500	5,500
Steve	2,000	2,000	5,000	1,500	10,500
Tan	1,000	0	5,000	1,500	7,500
Tom	1,000	0	0	1,500	2,500
Watt	2,000	0	0	1,500	3,500
White	15,000	4,250	20,000	1,500	40,750