

### 【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。

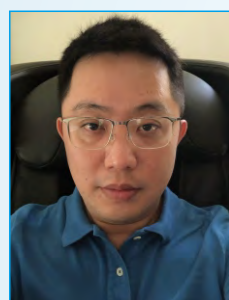
# 台北永東扶輪社

社長:唐哲成 Antonio / 社長當選人:陳仲捷 Tan / 秘書:林志遠 George / 會計:許慶德Chester

節目:宮銘駿 Jason / 聯誼:陳昭安Clint / 糾察:湯皓智 Tom / 社刊:周佑民 Steve

E-mail: rotary50980@gmail.com http://www.rotary-yhe.org.tw

### 歡迎扶輪新血輪



姓名：黃威翰  
 RTN：Albert  
 年齡：44歲  
 籍貫：台北市  
 職業分類：電子業  
 服務單位：諾德電子股份有限公司總經理  
 夫人：陳沁旋  
 推薦人：唐哲成Antonio

### 聯誼活動

◎大雙和高爾夫聯誼會9月例賽  
 時間：9月19日(四)11:30報到12:00開球  
 地點：長庚球場  
 ※歡迎社友寶眷踴躍參加。

◎第八屆地區年會慈善高爾夫聯誼賽  
 時間：11月4日(一)上午09:00  
 地點：大溪鴻禧高爾夫球場  
 報名截止日：9月30日

◎2024扶輪公益路跑  
 時間：11月24日(日)上午06:00  
 地點：總統政府前廣場。  
 ※敬請報名社友、寶眷準時參加。

◎台北永東社2024-25 秋季旅  
 時間：10/18(五)-10/19(六)  
 地點：台中谷關溫泉  
 ※敬請社友、寶眷踴躍報名參加。

### 節目預告

- 9月25日(三)休會
- 10月2日(三)例會變更與扶輪日合併
- 3481地區扶輪日(1267例會)  
 時間:10月5日(六)11:00-18:00  
 地點:16號水門美堤河濱公園  
 午餐:11:30聯誼、12:00用餐  
 金色山脈-美麗華店  
 (台北市中山區敬業三路20號5F)  
 ※慶生會暨結婚周年慶。
- 10月9日(三)1268例會  
 時間：12:00用餐、13:00開會  
 地點：台北福容飯店  
 ◎專題演講：講題聯絡中  
 主講人：陳旭道醫師
- 10月16日(三)1269例會  
 時間：18:00報到、18:30開會  
 地點：一郎日本料理  
 ◎與新店碧潭社聯合例會  
 ※敬請全體社友準時出席。
- 10月23日(三)休會

### 【上週出席統計】

113年 9月14日 第1265次例會(出席率:92%)  
 社員:36人 出席:28人 出國:2人  
 免記:10人 補出席:2人  
 未出席社友:Hummer、Light、Iven。

### 國際扶輪3481地區第四分區2024-25年度第一次聯合例會

| 時間          | 程序                         | 擔綱  |
|-------------|----------------------------|---|
| 17:30-18:00 | 註冊、聯誼                      | 第四分區各社執秘                                    |
| 18:00       | 鳴鐘宣布開會                     | 台北永東社社長:唐哲成 P.Antonio                       |
| 18:01       | 扶輪歌唱:扶輪頌、<br>主講先生您好嗎?歡迎區總監 | 全體社友(台北永東社領唱)                               |
| 18:10-18:15 | 介紹來賓及友社社友                  | 司儀:台北永東社 Jason/Clint                        |
| 18:16-18:21 | 主辦社社長致詞                    | 台北永東社社長:唐哲成 P.Antonio                       |
| 18:22-18:25 | 介紹主講人                      | 台北永東社社長:唐哲成 P.Antonio                       |
| 18:25-19:05 | 專題演講:觀念的改變與解讀              | 主講人:高志斌教授                                   |
| 19:05-19:10 | 致贈感謝狀給主講人<br>致贈主講人各社社旗     | 助理總監:李木鐸 AG.Leader<br>第四分區各社社長<br>主講人:高志斌教授 |
| 19:10-19:15 | 總監致詞                       | 地區總監:劉影梅 DG.Healthy                         |
| 19:15-19:25 | 新社友配章                      | 地區總監:劉影梅 DG.Healthy<br>各社社長及各社新社友           |
| 19:25-19:30 | 致謝詞                        | 中和圓通社社長:孫樹森 P.Benson                        |
| 19:30       | 鳴鐘閉會                       | 中和圓通社社長:孫樹森 P.Benson                        |
| 19:31-21:00 | 大合照/餐敘/歡歌時間                |   |

## 地區來函

受文者：各扶輪社社長

主旨：敬邀參加支持2024-25年度「健康永續呷佰二」總監盃增肌減脂競賽說明會及啟動儀式相關活動。

說明：

一、懇請各社支持並鼓勵社友報名出席總監盃增肌減脂競賽，有關活動細節請參考國際扶輪3481地區2024-2025年度「健康永續呷佰二」總監盃增肌減脂競賽計劃書(內容如線上預約報名連結)。

二、總監盃增肌減脂競賽說明會：

1. 時間：113年9月21日 13:00-17:00

2. 地點：台北市中正區杭州南路一段15-1號B2大會議室(醒吾大樓)

3. 流程：

13:00-13:30 報到註冊

13:30-14:00 來賓介紹、貴賓致詞、講師介紹

14:00-14:30 總監盃增肌減脂競賽說明

14:30-15:00 中場休息(第一階段報名繳費及進行測量)

15:00-16:00 如何正確地透過運動及飲食調理來增肌減脂專題  
分享講師-PDG APPS 黃永輝

16:00-16:20 DEI扶輪日健康促進專區好康活動大放送  
報告人：PP Mary

16:20-17:00 AI-GYM健身器材體驗

(第二階段報名繳費、進行測量及領取報名禮)

三、總監盃增肌減脂競賽啟動儀式

1. 時間：113年10月5日10:00-17:00(依現場實際規劃時間為準)

2. 地點：內湖美堤公園DEI扶輪日健康促進專區(112-120攤位)

3. 流程：略(依大會現場實際規劃流程為準)

四、注意事項

1. 先前已經預約報名的參賽社友，煩請務必把握出席總監盃增肌減脂競賽說明會及啟動儀式現場進行繳費及數據測量，並領取報名禮(會後不補發)。
2. 報名費用500元/人，除了可參加地區規劃的相關課程及專業健康諮詢外，還有致贈實用精美報名禮，獲得優勝者還有豐厚獎金、總監獎勵及健康體態喔！
3. 本次競賽為了鼓勵大家提早開始準備，特別規劃早鳥預約報名機制，並成立『增肌減脂競賽共伴共好』群組，一起互相勉勵打氣，共同成長進步。
4. 線上線下可同步報名(至10/14截止)，線上報名完成請務必到指定地點進行數據量測，線上預約報名連結 <https://forms.gle/ZPJV8Mt26wFvrqxE7>

國際扶輪3481地區2024-25年度  
地區總監 劉影梅 DG Healthy  
服務計畫主委 姜幸麟 DGN Computer  
社區服務主委 陳素貞 VDS Susan  
扶輪日主委 李日益 PP Plasma  
健康促進主委 林學賢 PP Daniel

## 今日主題：觀念的改變與解讀

主講人：高志斌教授



學歷：美國愛荷華州私立柏林頓大學  
(Barrington University Des Moines, Iowa, U.S.A.)  
哲學系博士 (Doctor of Philosophy)

經歷：1. 警察大學教育中心專任講座  
2. 中華民國籃球協會前副理事長

簡介：

他的演講，不談什麼高深的理論、深奧的道理，卻能深入淺出地闡述一份來自於生活，用之於生活的人生智慧。這多半來自於他豐富的生命體驗與精湛的學養，以及長期的授課經驗。他，就是享譽各界的名嘴高志斌老師。高老師國台語雙聲帶的出色演出，生動幽默的表達；會心一笑之餘，真正達到寓教於樂的效果；高老師非常擅於舉例，在巧譬妙喻中，更有助超越許多積非成是的慣性思考，啟迪我們圓滿解決問題的智慧。

聆聽高老師的演講，您更將發現一把把成功致勝的金鑰匙。在高老師的演講中，不只是卓越的見講，更多的是具體可行的方法。人生道路不認輸，超越自我更傑出，來自於聆聽高老師。

## 地區訊息

◎ 9月份扶輪知識圓桌會議

時間：9月21日(六)14:00~17:00

地點：台北市進出口商業同業公會11樓  
11-2會議室

地址：台北市松江路350號11樓

主講人：賴志明 RC Jimmy(台北中央社)

講題：社員發展-衛星社的型態與經營之道

講題：社員發展-衛星社的成敗關鍵與實務探討

出席：Antonio、George、Jeff、  
FrankSung。

費用：每名300元(現場繳交)

## 友社聯合服務

◎ 扶輪有愛~住民義剪、聖母護專學生實務培訓~聯合社區服務計畫

時間：9月19日(四)10:00-12:00

地點：宜蘭聖母醫護管理專科學校

地址：宜蘭縣三星鄉三星路二段265巷100號

主辦社：宜蘭西區社

◎ 第四分區聯合社區服務-新北市身心障礙者暨家長勵志協會捐贈活動

時間：9月22日(日)9:30~11:00

地點：新北市立福和國民中學

地址：新北市永和區永利路71號

主辦社：中和圓通社



9/14舉辦第二次爐邊會暨中秋晚會於一郎日本料理



2023-24RYE交換學生歸國報告