



板橋扶輪社

www.pcrc.org.tw

每星期四中午十二時三十分 在新北市板橋區四川路二段十六巷八號十一樓會議室 舉行例會

社長:楊明炎James
秘書:汪忠平Charles
糾察:黃 櫻Tech
社刊雜誌主委:羅浚暉Brain



大觀 Takwan

社刊

第四十六卷第四十四期
中華民國一〇二年五月三十日出版
30 May 2013 Vol. 46 No. 44

國際扶輪3490地區 ROTARY INTERNATIONAL DISTRICT 3490



敬祝生日快樂

陳瑤國社友夫人(05.30)Life 夫人

邱性利社友夫人(06.01)Trust 夫人

洪學樑前總監夫人(06.04)P.D.G. Carbon 夫人

敬祝結婚週年紀念日快樂

黃永昌 社友(71.06.01)Bank

林清月 女士(結婚三十一週年紀念日)

例會花絮

第2411次例會
(五月二十三日)

別讓壓力侵蝕了您的健康!!



和田國際有限公司 陳俊昱總經理

你是傳說中的『壓力山大』嗎?

經濟壓力、感情問題、工作壓力、親子關係、健康狀況、生活壓力、課業壓力、人際關係

調控壓力的樞紐-自律神經

ANS (自主神經系統):

負責調節體內及外環境的平衡系統,對內控制五臟六腑維持生命的基本功能,對外部的刺激做出對應的調節,以平衡各種壓力源、維持機體的最佳化。

醫師及專家們呼籲過大壓力將會危害身體與心靈的健康

改善壓力的方法

- 規律的作息
- 持續做運動
- 正常的飲食
- 放鬆的心情
- 預防勝於治療

不訪學習歐、美、日、瑞士等先進國家,做做預防保健的療程,健康食品的使用,適當為自己的健康作一份貢獻

第 六 次 讀 書 會

時間: 102 年 6 月 13 日(星期四)

中午 12:30

地點: 本社會議室

研讀書籍: 老得很健康

~歡迎全體社友及夫人參加~

新竹科園社授證 20 週年暨第二十二屆社長交接典禮

時間: 102 年 6 月 15 日(星期六)

下午 5:30 報到 6:00 開會

地點: 新竹華麗雅致餐廳

(新竹市公園路 216 巷 30 號)

板橋東區社授證 26 週年慶典

時間: 102 年 6 月 2 日(星期日)

下午 5:30 註冊、6:00 開會

地點: 台北花園大酒店 2 樓國際廳

(台北市中華路二段 1 號)

參加人員: James 社長、P. P. Building、P. P. Diamond、P. P. E. Fu. Ku、Charles 秘書、Bank、Canon、Tea、Max、Implant

板橋扶輪社教育基金委員會組織章程

一九九七年三月訂立

二〇〇二年元月修訂

二〇一二年十二月第二次修訂

第一條 依據

板橋扶輪社第三十屆擴大理事會決議案辦理。

第二條 名稱

板橋扶輪社教育基金委員會（以下簡稱本委員會）。

第三條 目的

為鼓勵資賦優秀青年學生，表彰其努力向上、勤奮進取、修正善群美德，藉以提高教育水準，增進社會和諧安詳。

第四條 經費

本委員會基金來源與運用由本社社友及左列方式募集之。

- 1 由歷屆結餘金提撥新台幣（下同）貳佰萬元為永久基金，用孳息充作獎學金。
- 2 一次捐獻達二十萬元以上者，列永久基金，用孳息充作獎學金。
- 3 多次捐獻永久基金累積達貳拾萬元以上者，列永久基金，用孳息充作獎學金。
- 4 一般捐獻，以捐款直接作為獎學金。

以上自由捐獻者，必須於當年度元月底前決定，二月底前繳足。

第五條 獎助名額

大學在學生若干名，並授權本委員會按當年度募集可運用總金額確定獎助名額，不得集中少數學校。

第六條 獎助金額

本獎學金每名新台幣伍萬元正，並授權本委員會按當年度物價指數及社會發展情況適度調整獎助金額。

第七條 專款專用

本基金為扶輪獎學金專用款，除用於獎助學金外不得另作其他用途。

第八條 組織

本基金特設委員會管理之，委員會由左列方式組成：

- 1 永久基金捐獻人為永久委員（社員為限，捐獻方式詳如本章程第四條第二、三款規定）。
- 2 本社當年度理事為當然委員，除當選主任委員，隨年度終了卸任。
- 3 本委員會委員互選一人為主任委員綜理會務，對外代表本委員會。主任委員一任二年，得連任一次；該年度當選主任委員者，下一年度為當然委員。
- 4 本委員會設置總幹事一名，由主任委員指定板橋扶輪社友擔任，秉承主任委員處理會務。
- 5 本委員會設置會計一名，由主任委員指定板橋扶輪社社友擔任。
- 6 本委員會設置監察人一名，由前年度卸任社長為當然監察人，以監察基金之運用，前年度卸任社長若為主任委員，則由再前一年度卸任社長為當然監察人。

第九條 委員會職責

- 1 基金之募集、管理及運用。
- 2 業務計畫之制定及推動。
- 3 獎助案件之處理及有關獎助辦法之訂定。
- 4 年度收支預算及決算。
- 5 其他有關本委員會之重要事項。

第十條 交接

本委員會會務與會務人員交接隨主任委員交接，自動轉移職權。

第十一條 評審

本委員會設置評審委員五位，於當年度三月底前依左列方式組織成：

- 1 主任委員為當然評審主任委員。
- 2 餘四位評審由委員互選之。

第十二條 獎學金申請資格及頒發辦法另定之。

第十三條 本章程如有未盡事宜，得經委員三分之一以上提議，出席委員三分之二以上決議予以修訂之。並送請當屆理事會決議通過後生效。

第十四條 本章程經本屆理事會通過後實施之。

新莊南區扶輪社 15 週年授證慶典

時間：102 年 6 月 3 日(星期一)
下午 5：30 註冊 6：00 開會
地點：新莊國際宴會廳
(新北市新莊區建國一路 138 號)
參加人員：James 社長、Alex 副社長

三 峽 社 1 5 週 年 紀 念 慶 典

時間：102 年 6 月 4 日(星期二)
下午 5：30 註冊 6：00 開會
地點：板橋典華(板橋區中山路一段 222 號 2 樓)
參加人員：James 社長、Lawyer 社長當選人、
Alex 副社長、Charles 祕書

樹林芳園社授證 15 週年暨 新舊任社長交接典禮

時間：102 年 6 月 5 日(星期三)
下午 5：30 註冊 6：00 開會
地點：海產大王時尚會館(樹林區大安路 16-1 號)
參加人員：James 社長、P. P. Oral、
Lawyer 社長當選人

福利旺社授證 3 週年暨交接典禮

時間：102 年 6 月 7 日(星期五)
下午 5：30 註冊
地點：土城海霸王海山店
(新北市土城區中央路一段 22 號)
參加人員：James 社長、Lawyer 社長當選人

台北西區網路扶輪社創社授證典禮

時間：102 年 6 月 8 日(星期六)
下午 5：00 舉行
地點：台北和璞飯店(一樓)御璞廳
(台北市中山區樂群三路 123 號)
參加人員：James 社長、Lawyer 社長當選人

大漢溪社授證 10 週年暨 新舊任社長交接典禮

時間：102 年 6 月 9 日(星期日)
下午 5：30 註冊
地點：土城大三元
(土城區青雲路 152 號 5 樓)
參加人員：Lawyer 社長當選人、Alex 副社長

扶輪之宗旨

- 扶輪之宗旨在於鼓勵並培養以服務之理想為可貴事業之基礎，尤其著重於鼓勵並培養：
- 一、藉增廣相識為擴展服務之機會。
 - 二、在各種事業及專門職務中提高道德之標準，認識一切有益於社會的業務之價值；及每一扶輪社員應尊重其本身之業務，藉以服務社會。
 - 三、每一社員能以服務之理想應用於個人、事業及社會之生活。
 - 四、透過結合具有服務之理想各種事業及專門職務人士，以世界性之聯誼，增進國際之瞭解，親善與和平。

四大考驗

- 遇事反省然後言或行
- 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？

辦事處：板橋區四川路二段十六巷八號十一樓 電話：02-8966-2246 傳真：02-8966-2234 E-mail: pcrc@ms53.hinet.net
例會時間：每星期四中午十二時三十分 例會地點：板橋區四川路二段十六巷八號十一樓會議室

例會事項報告

第2411次例會
(五月二十三日)

一、上週出席報告

社友人數：85名 補出席人數：20名
出席人數：46名 免計出席：8名
缺席人數：11名 出席率：87%

二、本次例會我們想念您！

Bank, Hitachi, Jet, Joe, Key, Little King, Michael,
Money, Park, Ronald, Tile

三、來賓與友社社友

姓名	所屬社	邀請人
陳俊昱總經理	和田國際有限公司	本社
P.P. Building	新竹科園扶輪社	本社
P.P. Young	新竹科園扶輪社	本社
Pottery 秘書當選人	新竹科園扶輪社	本社
蒲威成區經理	南山人壽	本社

四、捐款報告

分攤捐款

承上期	金額
IMPLANT 第四期	4,250
BASE 第三期	4,250
BASE 第四期	4,250
JAMES 第四期	47,000
KAI 第四期	4,250
合計	59,750
累計	1,385,117

一般捐款(現金)

Alex	5/24 生日快樂	1,000
Banker	5/23 夫人生日快樂	1,000
Silk	5/23 結婚 51 週年快樂	1,000
Charles	1. 感謝 P. P. Book 用心主辦 第五次新社友座談會	1,000
Victor	2. 歡迎兄弟社來訪及邀請 歡迎新竹科園社 P. P. 及社友	2,000
Book	1. 歡喜新竹科園社來訪	1,000
	2. 邀請 3 年內新社友參加 5/26 第 5 次新社友座談會	1,000
合計		7,000

一般捐款(I.O.U. 及應收款)

Printer	5/27 結婚 29 週年快樂	1,000
James	歡迎兄弟社來訪	1,000
Tech	歡喜見到老朋友和田國際有限公 司 陳俊昱總經理	1,000
合計	I.O.U 及應收款	3,000

本週節目

第 2412 次例會

102 年 5 月 30 日

- 社務會議

節目預告

第 2413 次例會

102 年 6 月 6 日

- 授證 46 週年籌備會議

節目預告

第 2414 次例會

102 年 6 月 13 日

- 原訂六月十三日(星期四)中午之第二四一四次例會，為舉辦板橋扶輪社授證 46 週年慶典，變更例會時間於六月十日(星期一)於天成飯店 Ticc 信義會館舉行。

扶輪小知識

扶輪社員能獲得什麼？

- 在你的社區找出一項需求並建議一個親手去做的計畫來解決此一需求。

建立我的人際網絡

- 參加例會越多次越好。每次和不同的人建立關係。
- 加入一個扶輪聯誼會並到其他國與興趣相同的扶輪社員見面。
- 參加地區年會及國際扶輪年會。
- 參加另一個扶輪社的例會。

從事國際服務

- 參與貴社的國際服務計畫。
- 使用計畫連 Project LINK 來查詢哪些扶輪社需要義工或其他協助的國際服務計畫。
- 接待一位訪問貴地區的扶輪青少年交換學生。

協助扶輪成長

- 推薦一個朋友或同僚加入扶輪社成為社員。所有扶輪社員都能而且應該邀請新社員。
- 參加扶輪社領導人培養計畫。
- 告訴朋友及同僚貴社如何回饋社區。