



BE THE INSPIRATION  
成為勵志領導者

2018-2019 年度

# 板橋扶輪社

## ROTARY CLUB OF PANCHIAO



大觀 Takwan



社長：阮良雄 Wireless  
糾察：程萬全 Judge

秘書：張泰西 Stone  
社刊主委：陳嘉彬 Young

每星期四中午12：30分

新北市板橋區縣民大道二段8號 台北新板希爾頓酒店 舉行例會

中華民國 108 年 3 月 28 日 第 52 卷 第 35 期

Vol.52 No.35

### 敬祝生日快樂

- 陳瑤國 副社長(44.03.28)Life
- 紀清田 前社長(38.04.01)P.P. Apple
- 陳金富 社友(36.04.01)Food
- 葛家勛 社友夫人(03.31)Pipe 夫人
- 薛銘鴻 前社長夫人(04.05)P.P. Lawyer 夫人
- 曾金川 社友夫人(04.06)Construction 夫人
- 陳金富 社友夫人(04.07)Food 夫人

### 敬祝結婚週年紀念日快樂

- ♥ 賴正時 前總監(65.04.04)P.D.G. Victor  
曾緇鳩 女士(結婚四十三週年紀念日)
- ♥ 葉文德 前社長(50.04.06)P.P. Gyne  
葉吳美惠 女士(結婚五十八週年紀念日)
- ♥ 張瑞仁 前社長(63.04.11)P.P. Bueno  
張馮梅珠 女士(結婚四十五週年紀念日)



### 悼

高建順社友先慈高媽 蔡老夫人慟於 108 年 3 月 21 日壽終內寢，享壽 83 歲，噩耗傳來，全體社友深感悲慟，特此致哀。

板橋扶輪社

社長阮良雄暨全體社友 敬輓

◎靈堂設於板橋區民治街 1 號，敬請社友撥冗前往致哀。

◎告別式訂於 4 月 27 日(星期六)上午十一時卅分假新北市立板橋殯儀館-崇義廳舉行。

### 板橋扶輪社教育獎學金初審

時間：108 年 3 月 28 日(星期四)下午 2：15

地點：台北新板希爾頓酒店

(新北市板橋區縣民大道二段 10 號)

~敬請各位委員準時出席~

### RYEMT 第十一屆年會

時間：108 年 3 月 30-31 日(星期六-日)

上午 12：20

地點：新北市政府多功能集會堂

(新北市板橋區中山路一段 161 號)

參加人員：Wireless 社長、P.D.G.Victor、P.P.Archi、Jamie、Mark、Stock、鄭明暉、鄭美羽

### 春季旅遊暨扶輪家庭日 花蓮瑞穗春天國際觀光酒店 休閒三日遊

時間：108 年 4 月 11-13 日(星期四-六)

集合時間：

早上 7：20 台鐵-板橋站集合(地下一樓入口)

7：30 高鐵-台北站集合(地下一樓入口)

※敬請參加社友寶眷準出席

~當天備有早餐~

### 新北城星扶輪社 授證 2 週年紀念慶典

時間：108 年 4 月 16 日(星期二)

下午 5：30 註冊 6：00 開會

地點：台北新板希爾頓酒店 3 樓

(新北市板橋區縣民大道二段 10 號)

# 例會花絮 第2715次例會 (三月二十一日) 專題演講摘錄 遠離肝苦很簡單



肝病防治學術基金會公共衛生暨肝病防治推廣

林雪蓉 執行長

## 肝病：台灣重要死因

癌症為十大死因第 1 位

· 2017 年癌症死亡 48,037 人，佔總死亡人數 28.0%

· 死於癌症者中，每 5、6 位係死於肝癌

慢性肝病及肝硬化為第 10 大死因

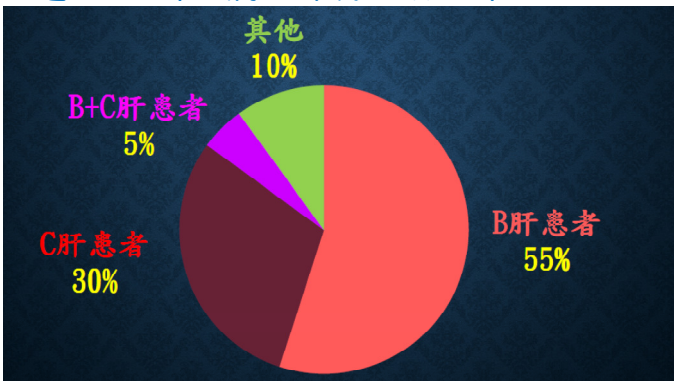
## 肝病=國病

台灣一年 13,000 人死於肝病

## 肝病未除 每年逾萬家庭真肝苦

平均每 40 分鐘就有一人死於肝病

## 台灣 90%肝癌病人都有 B 或 C 肝



消除 B、C 型肝炎 可大幅降低肝硬化、肝癌死亡

## 台灣有大量的肝炎病毒感染者

· B 肝帶原者約 240-280 萬人 (15%-20%)

· C 肝帶原者約 40-60 萬 (2%-5%)

## 得了肝病，為什麼不會痛？

- 肝臟內部沒有痛覺神經分布
- 痛覺分布在外圍包膜
- 只要四分之一正常的肝臟在，肝臟就可以維持正常生理機能
- 肝硬化、肝癌發病初期或中期，通常沒有症狀
- 皮膚黃、眼白變黃、面容憔悴體形消瘦、肚子大、腳腫，通常已經肝硬化加肝癌末期

## 肝臟：沉默的器官

## 完整肝臟檢查

- 抽血
- 超音波

## B 型肝炎會「遺傳」？

水平傳染 (60%) 垂直(母子)傳染

- 台灣自 1984 年起實施新生兒免費 B 肝疫苗接種

## 典型 B 型肝炎帶原病程

出生時 → 母子感染

20~30 歲 → 慢性肝炎

30~40 歲 → 肝硬化

40~50 歲 → 肝癌

- 「口水」不會傳染 B 型肝炎
- 性行為是可能傳染 B 型肝炎

## 病毒性肝炎的種類

口腔食物傳染

- A 型肝炎
- E 型肝炎

血液體液傳染

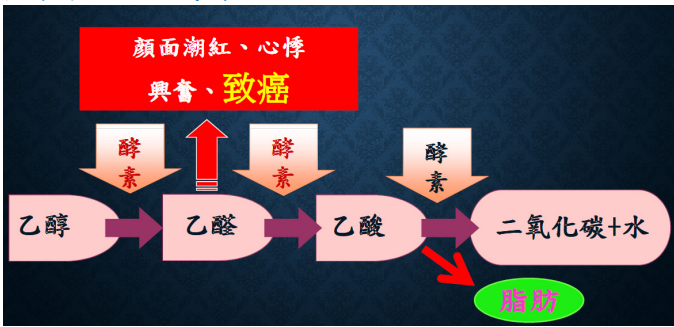
- B 型肝炎
- C 型肝炎
- D 型肝炎

## 肝病種類東西方大不同

- 病毒性
- 藥物性
- 酒精性
- 其他(脂肪肝)



### 臉紅酒量差肝不好？



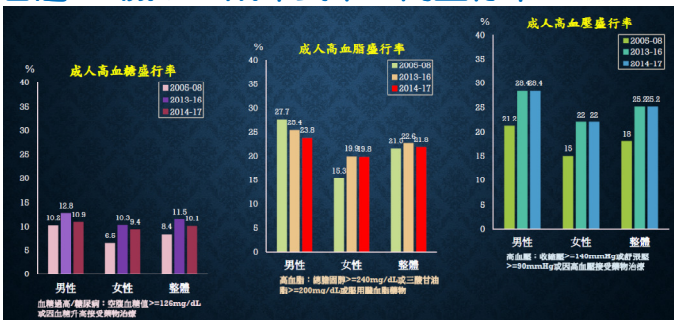
肝癌高風險族群：脂肪肝、糖尿病史、高三酸甘油脂

- 脂肪肝者罹患肝癌風險增加 2-5 倍
- 肥胖、脂肪肝、代謝性疾病

### 台灣民眾過重及肥胖率情形

- 與 20 年前相比較，台灣各年齡層肥胖率均顯著增加。
- 近年推動健康體重管理，兒童過重及肥胖率已經呈現下降趨勢。

### 台灣 18 歲以上成年民眾三高盛行率



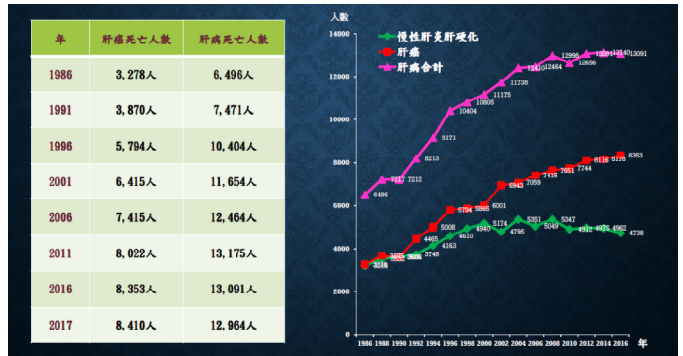
### 肝病可以治療

- 帶原者定期追蹤，發現的肝腫瘤通常在三公分以下。肝腫瘤小於兩公分，不管開刀或栓塞或電燒，有 80%機會可以存活五年以上。
- B 肝、C 肝已經可以透過藥物治療
  - ※B 肝可經藥物達到控制病毒的效果
  - ※C 肝可治癒，治癒率高達 97%以上

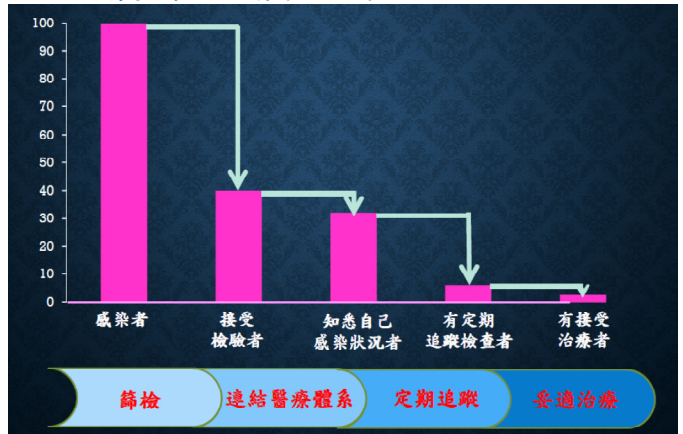
### 世界衛生組織消除肝炎 2030 年目標

- 減少 90%慢性 B 型和 C 型肝炎新感染
- 減少 65%B 型和 C 型肝炎導致的死亡
- 應治療之慢性 B 型和 C 型肝炎感染者有 80%獲得治療
- 策略：預防、篩檢追蹤、治療

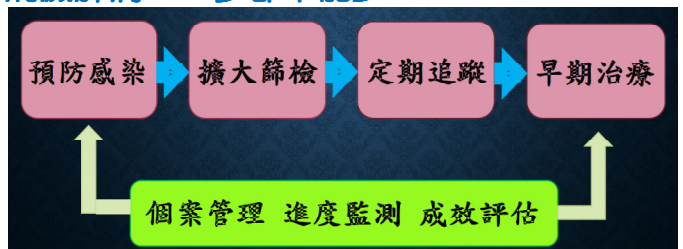
### 台灣歷年肝病死亡人數攀升



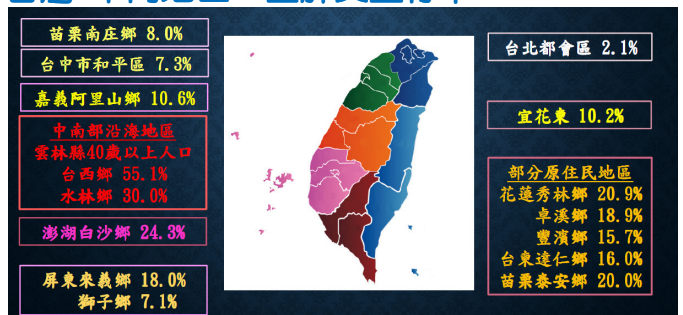
### 2030 消除肝炎必須環環相扣



### 消滅肝病 一步都不能少



### 台灣 不同地區 C 型肝炎盛行率



### 台灣 C 型肝炎感染高盛行地區



## 三月份理事會記錄

時間：108年3月21日(星期四)

地點：台北新板希爾頓酒店

主席：阮良雄 社長 紀錄：張泰西 秘書

出席：阮良雄、林傳傑、陳瑤國、張泰西、  
陳福源、張瑞仁、林當隆、鄭錦玉、  
張煥章、張凱、何溪泉、楊明炎、  
羅國志、汪俊男、程萬全

### 討論提案

第一案：二月份收支報告表，提請通過。

決議：通過。

第二案：原訂四月四日(星期四)中午之第二七一七次例會，適逢清明連假，休會乙次，提請通過。

決議：通過。

第三案：原訂四月十一日(星期四)中午之第二七一八次例會，合併舉行板橋扶輪社春季旅遊，提請通過。

決議：通過。

### 第二十九屆地區年會提案討論會議案

提案一：2019-20年度地區總監提名委員會委員為所有前總監，提請通過。

說明：

1. 依據2017-18年度地區年會提案二及提案五決議，維持本地區輪序、和諧方式，總監產生方式由地區總監提名委員會提名。
2. 為確認委員會委員，特提此案。
3. 維持本地區傳統，所有前總監為地區總監提名委員會之委員。

提案者：總監當選人張海秋DGE Audio

決議：無意見。

提案二：建議與日本2730地區(宮崎縣、鹿兒島)結為「姊妹地區」，提請通過。

說明：

1. 日本2730地區社員2,400人，近年來地區總監以及代表蒞臨本地區，尋求與本地區成為「姊妹地區」。
2. 希望藉由「姊妹地區」的關係，能擴展更多的社區服務、造福鄉里。
3. 本地區這幾年來在歷任地區總監卓越領導和各位社友努力下，不論社員成長、扶輪基金捐獻以及各項社區服務都有良好的成績表現，受到國際社友肯定。
4. 2014年10月本地區與韓國3750地區建立姊妹地區以來，兩地區互動熱絡，增加國際聯誼，同時更促進各項服務計劃，其中包含友誼交換、國際社區服務、青少年交換等等。所以希望藉由與日本2730地區結為「姊妹地區」，更能促進兩地區的國際友誼與各項服務工作。

提案者：地區國際社區服務主委姚啟甲PDG Kega

決議：通過

提案三：建議降低地區成年禮每位社友分攤金100元，提請通過。

說明：辦理成年禮活動只有一天或半天，不是全年辦理，故應減收費用。

提案者：三重南區社前總監柯玟伶PDG Amanda

決議：不同意。

提案四：2017-18年度地區財務報表，提請通過。

說明：依據國際扶輪細則16.060.4-地區年度報表及報告應在下次所有扶輪社都有權派一名代表出席，且提早30天通知地區財務報表及報告將提交討論之地區會議，提交討論及通過。如未舉行此類地區會議，報表及報告應於下次地區年會提交討論及通過。此議題與社員人數無關，所以每社只有一票的投票權。

提案者：甫卸任總監謝漢池 IPDG Beadhouse

決議：通過。



## 扶輪基金捐獻表彰一覽

### 個人表彰項目

表彰項目	捐獻項目	達成資格	備註
<b>贊助會員 (RFSM)</b> (Rotary Foundation Sustaining Member)	年度基金	每年至少 US\$100	
<b>保羅哈里斯之友 (PHF)</b> (Paul Harris Fellow) 承諾 <b>每年</b> 捐贈至少一顆即成為保羅哈理協會會員 (Paul Harris Society, PHS)	年度基金 小兒麻痺 核准的獎助金計劃	累計達 US\$1,000 或以上	<b>PHF 可透過他人贈送的表彰積點轉移達成</b>
<b>捐獻人 (BNF) (Benefactor)</b>	永久基金	US\$1,000	
<b>鉅額捐獻人 (Major Donor)</b>	所有捐款項目	累計捐款與配偶合計達 US\$10,000 以上	不含遺產捐贈 表彰積點不計入
<b>阿奇柯蘭夫協會會員 (AKS)</b> (Arch C. Klumph Society)	所有捐款項目	累計捐獻達 US\$250,000 以上	不含遺產捐贈
<b>遺贈協會 (Bequest Society)</b>	永久基金	遺產捐贈 US\$10,000 以上	

### 社的表彰項目

表彰項目	捐獻項目	達成資格	備註
<b>每位扶輪社員，每年 (EREY)</b> (Every Rotarian Every Year)	<b>年度基金</b>	<b>每位社員捐款至少\$25 全社平均捐 US\$100 以上</b>	榮譽社員可計入
<b>百分百基金捐獻社</b> (100% Foundation Giving Clue)	<b>年度基金、根除小兒麻痺等 疾病計劃基金核准的全球獎助金 永久基金</b>	<b>每位社員捐款至少\$25 全社平均捐 US\$100 以上</b>	榮譽社員可計入
<b>百分百保羅哈里斯之友社</b> (100% Paul Harris Fellow Clue)	年度基金，根除小兒麻痺等 疾病計劃基金核准的全球獎助金	<b>所有的社員都是 PHF</b>	<b>可透過表彰積點轉移達成， 表彰得向 Foundation Research 申請，本獎項只發一次</b>
<b>百分百保羅哈里斯協會扶輪社</b> (100% Paul Harris Society Club)	年度基金，根除小兒麻痺等 疾病計劃基金核准的全球獎助金	<b>每位社員在扶輪年度內 捐獻至少 1000 美元</b>	
<b>年度基金每位社員平均捐獻 前三名 (Top Three Per Capita in Annual Fund Giving)</b>	年度基金	<b>年度基金平均每位社員 捐獻至少 50 美元</b>	

扶輪之宗旨

四大考驗



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。

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、能否促進信譽友誼？
- 四、能否兼顧彼此利益？

辦事處：22061板橋區四川路二段16巷8號11樓 電話：02-8966-2246 · 02-8967-2226  
傳真：02-8966-2234 E-mail: pcrcc@ms53.hinet.net www.pcrcc.org.tw

例會事項報告

第2715例會  
(三月二十一日)

一、出席報告

社友人數：89名 補出席人數：17名  
出席人數：48名 免計出席：14名  
缺席人數：10名 出席率：89%

二、本次例會我們想念您！

Banker, Canon, Duke, Family, Fod, Golf, Max, Park,  
Printer, Truck,

三、來賓與友社社友

姓名	所屬社	邀請人
林雪蓉 執行長	肝病防治學術基金會公共衛生暨肝病防治推廣	本社
李相儀 專員	肝病防治學術基金會公共衛生暨肝病防治推廣	本社
黃盈庭 同學	中華扶輪獎學金得獎學生	本社
刑志彬 同學	中華扶輪獎學金得獎學生	本社
簡志剛 同學	中華扶輪獎學金得獎學生	本社
佐藤円 同學	中華扶輪獎學金得獎學生	本社

四、捐款報告

分攤捐款

承上期		1,029,586
Jimmy	第三期	4,250
Vincent	第三期	4,250
James Kao	第三期	4,250
Post	第三期	4,250
Miller	第三期	4,250
合計		21,250
累計		NT\$1,050,836

一般捐款

Gyne	感謝主講老師精彩演講	1,000
Base	夫人生日快樂	2,000
Care	1.結婚週年快樂 2.恭賀 Park 再添外孫	2,000
合計		NT\$5,000

一般捐款(I.O.U.及應收款)

Wireless	日本高岡、戶田拜會圓滿完成	2,000
Apple	歡迎林美女蒞臨主講	1,000
Steven	3/24 生日快樂	1,000
Jet	3/27 生日快樂	1,000
Shi-Lo	3/21 夫人生日快樂	1,000
合計		NT\$6,000

本週節目

第 2716 例會

108年03月28日

- 主講人：經濟部工業局永續發展組  
凌韻生 組長
- 講題：推動產業循環經濟之發展
- 節目介紹人：紀清田 節目主委

節目預告

第 2717 例會

108年04月04日

- 適逢清明連假，休會乙次。

節目預告

第 2718 例會

108年04月11日

- 合併舉行板橋扶輪社春季旅遊。

節目預告

第 2719 例會

108年04月18日

- 主講人：台大醫院營養室主任 陳佩蓉 博士
- 講題：長照營養面面觀
- 節目介紹人：紀清田 節目主委
- 召開 4 月份理事會