



板橋扶輪社

ROTARY CLUB OF PANCHIAO



社長：林傳傑 Michael 秘書：詹智民 Service
糾察：葛家勛 Pipe、張慶林 Post 社刊主委：陳主義 Truck

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 11 月 14 日 第 53 卷 第 17 期

Vol.53 NO.17

敬祝生日快樂

- 黃永昌 前社長(42.11.17)P.P. Bank
- 曾文淵 社友(34.11.21)Smile
- 徐維志 社友(48.11.22)Infinity
- 高智堅 社友(52.11.22)James Kao
- 洪國恒 社友(62.11.22)Nick
- 林新乾 社友夫人(11.23)Printer 夫人
- 楊東卿 前社長夫人(11.25)P.P. Torque 夫人

敬祝結婚週年紀念日快樂

- ♥ 洪國恒 社友(84.11.23)Nick
廖淑雯 女士(結婚二十四週年紀念日)
- ♥ 鄭俊彥 社友(73.11.24)Art
古孟鑫 女士(結婚三十五週年紀念日)
- ♥ 林立偉 社友(95.11.25)Tony
王貞雅 女士(結婚十三週年紀念日)

指定用除捐款

- 劉紹榮前社長 中華扶輪教育基金
 冠名碩士獎學金 壹拾伍萬元
- 邱建明社友 新北市大成國小清寒學童
 課後輔導費用 陸萬元

第二分區八扶輪社聯合登山活動

時間：108 年 11 月 17 日(星期日) 上午 8:00
地點：中和烘爐地南山福德宮
(中和區興南路二段 399 巷 57 弄 20 號)
※當天備有早餐，原訂 11 月 21 日(星期四)中午
之例會提前與之合併舉行。

社區服務~捐贈瑞芳區瑞濱國小辦理課後管樂社團計劃 108. 10. 29

瑞濱國小今年度學生共 103 位，其中高達 27 位學生(二-六年級同學)參加課後管樂社團，佔學生比例約 25%，是東北角唯一的管樂團，當天同學們展現努力練習的成果與藝術天分，帶來一系列耳熟能詳的歌曲，古老的大鐘、風中奇緣、櫻桃小丸子，從音樂中學習，自信的演出，跟音樂近距離接觸，為國小生涯留下美好又精采的回憶。

是日由 Michael 社長帶領 P.P.Terry 社區主委、P.P.Lawyer、P.P.Gas、Charles 副社長、Service 秘書、Construction 社友、Family 社友、Green 社友共同參與此項具有義意之社區服務。



例會花絮 第 2747 次例會 (十月三十一日)

專題演講摘錄

大腸癌：真的無聲無息嗎？



亞東紀念醫院癌症防治中心主任 林世強 醫師

民國104年國人十大死因

十大死因死亡發生時鐘

	104年死亡發生時鐘	103年死亡發生時鐘	94年死亡發生時鐘
惡性腫瘤	11分13秒	11分24秒	14分7秒
心臟疾病	27分22秒	27分5秒	40分31秒
腦血管疾病	47分3秒	44分47秒	40分
肺炎	48分50秒	50分46秒	1時32分25秒
糖尿病	55分9秒	53分22秒	50分3秒
事故傷害	1時14分44秒	1時13分50秒	1時2分49秒
慢性下呼吸道疾病	1時22分20秒	1時21分46秒	1時35分50秒
高血壓性疾病	1時34分56秒	1時36分16秒	4時37分56秒
腎炎、腎病症候群及腎病變	1時50分22秒	1時45分55秒	1時49分
慢性肝病及肝硬化	1時52分6秒	1時47分58秒	1時33分30秒

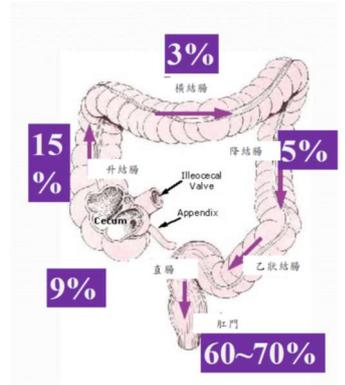
(資料來源：衛福部統計處)



大腸癌：大腸的結構

- 長度約 1.5 公尺(6 Feet)。
- 由右至左依序分為升結腸、橫結腸、降結腸、乙狀結腸、直腸。

- 基本的功能：吸收水份、貯藏糞便及排便。
- 大腸的惡性腫瘤就是結直腸癌，其中 90% 以上屬於「腺癌」。



人好好的，為什麼會發生大腸直腸癌？

危險因子：瘻肉

- 腺性瘻肉：90%的大腸癌來自他！
- 增生性瘻肉

腺性瘻肉成為結腸直腸癌

哪些人容易發生大腸直腸癌？

發生大腸直腸癌的原因

- 年齡：大於 50 歲。
- 飲食：高脂肪、高熱量、低纖維。
- 瘻肉：早期偵測並切除也是預防的方法。
- 個人病史：卵巢癌、子宮癌或乳癌的婦女。
- 家族史：一、二等親(父母、兄弟姊妹、兒女)中有人罹患大腸直腸癌。
- 潰瘍性大腸炎：大腸內壁的發炎反應。

生活型態的調適與改善

- 『每日五蔬果』
 - 『運動三三三』每個禮拜至少運動三天，每次運動 30 分鐘，心臟跳動大於 130 下/每分
 - 每天的酒量限制不超過 350cc 的啤酒，或者一份烈酒，或者一杯紅酒
 - 每天食用不到 90 克紅肉或經加工製成的肉品
- 大腸直腸癌總是無聲無息？有什麼初期症狀嗎？

大腸直腸癌可能出現的症狀

早期

- 無症狀
- 腹痛
- 脹氣
- 大便習慣改變
- 出血
- 貧血

晚期左側大腸

- 便秘 拉肚子
- 腹痛
- 阻塞或不明原因嘔吐

晚期右側大腸

- 腹部不適
- 貧血
- 虛弱
- 體重減輕



晚期直腸癌可能出現的症狀

- 大便習慣或粗細改變
- 結直腸漲
- 急便
- 出血
- 裡急後重
- 骨盆腔疼痛

有沒有辦法在癌症早期就發現？

「糞便潛血篩檢」!!

國健局曰：

- 30 歲以上，每年一次子抹
- 30 歲以上，每 2 年一次口篩 (檳榔、吸菸史)
- 45 歲以上，每 2 年一次乳攝
- **50 歲以上，每 2 年一次糞篩**

要怎麼確定得了大腸直腸癌？

確定得了結直腸癌之前

糞便潛血檢查、肛門指診、大腸鏡檢查、下消化道 X 光攝影、超音波、斷層掃描、腫瘤指數-CEA 等

大腸癌如何確定診斷

- 內視鏡病理切片
- 癌症分期檢查
- 胸部 X 光檢查
- 電腦斷層
- 腹部超音波
- 超音波
- 正子斷層造影

大腸直腸癌怎麼治療？

大腸直腸癌的治療原則

第 I, II 期 (未有淋巴轉移)

- 手術或內視鏡術切除
- 術後追蹤

第 III 期 (已有淋巴轉移)

- 手術切除+輔助性化學治療

- 直腸癌亦可先進行同步化學放射治療

第 IV 期 (遠端轉移)

- 化療+標靶藥

職業參訪-公共電視台

時間：108. 11. 07

地點：公共電視台



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。

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: pcr@ms53.hinet.net www.pcr.org.tw

例會事項報告

第2747次例會
(十月三十一日)

一、出席報告

社友人數：88名 補出席人數：15名
出席人數：50名 免計出席：13名
缺席人數：10名 出席率：89%

二、本次例會我們想念您！

Food, Garden, Infinity, Joe, Park, Seven,
Tech, Tony, Wealth, Wine

三、來賓與友社社友

姓 名	所 屬 社	邀請人
林世強 醫師	亞東紀念醫院癌症防治中心主任	本社

四、捐款報告

分攤捐款

承上期		471,250
Archi	第二期	6,250
Charles	第二期	17,500
Shi-Lo	第二期	4,250
Alan	第二期	4,250
Book	第二期	6,250
Carbon	第二期	4,250
Diamond	第一期	4,250
Diamond	第二期	4,250
Gyne	第二期	4,250
Implant	第二期	4,250
Oral	第二期	4,250
Schooling	第二期	4,250
Sticker	第二期	4,250
Syo-Tei	第一期	4,250
Syo-Tei	第二期	4,250
小計		81,000
合計		NT\$552,250

一般捐款

Silk	生日快樂	1,000
------	------	-------

Book	夫人生日快樂	1,000
Jia-Pin	生日快樂	1,000
Mark	感謝大家	87,000
合計		NT\$90,000

一般捐款(I.O.U.及應收款)

Terry	11/11 生日快樂	1,000
Charles	11/11 結婚週年快樂暨 11/6 夫人生日快樂歡 喜，祝大家天天開心	2,000
Service	11/11 結婚週年快樂	1,000
Steven	歡喜 Judge 社友榮任新北 高工家長會顧問	1,000
Wine	11/9 生日快樂	1,000
Art	11/12 夫人生日快樂	1,000
Bank	11/13 夫人生日快樂	1,000
Ocean	11/11 結婚週年快樂	1,000
合計		NT\$9,000

本週節目

第2749例會

108年11月14日

- 主講人：新北市衛生局照管中心三重分站
藍天祺 照顧管理督導
- 講題：長照 2.0 的現況
- 節目介紹人：曾金川 社友
- 召開 11 月份理事會

節目預告

第2750例會

108年11月21日

- 原訂十一月二十一日(星期四)中午之第二七五〇次例會，為第二分區八扶輪社聯合登山活動變更例會時間於十一月十七日(星期日)假中和烘爐地南山福德宮舉行。