

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

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？

2013-2014

國際扶輪 3490 地區 第七分區



土城山櫻扶輪社

Rotary Club Of Tucheng Sanyin, New Taipei City, Taiwan

中華民國 102 年 7 月 23 日出刊 第 10 卷 第 4 期 Vol.10 No.4

社址：新北市土城區中央路 3 段 92 號 3 樓

電話：02-2267-9958

傳真：02-2267-4401

社 長：劉慧敏 Jasmine

秘

書：孔令姝 Susan

社刊主委：張瑞芬 Fendi

例 會事項報告 第 472 次 7 月 16 日

一、出席報告

社員人數.....48名 補 出席.....2名
 出席人數.....37名 免計出席.....1名
 出國人數.....2名 缺席人數.....7名
 出席率.....88%

二、出國社友，祝您一路順風！

Lier、Jackie

三、補出席社友，感謝您！

Eda、Pauline

四、免計出席

Sue

五、本次例會，我們想念妳！

Chiann、Elan、GiGi、Karen、Maggy、Nancy、Sunny

紅箱區

7 月 16 日糾察活動紅箱收入共計新台幣 29,500 元，目前累積新台幣 72,568 元。

姓名	Nickname	捐款金額
劉慧敏	Jasmine	\$2,000
陳琍真	Jean	2,000
孔令姝	Susan	2,000
李卓芬	Amanda	1,000
李 英	Amila	1,000
張瑞芬	Fendi	1,000
王素珍	Jenny	1,000
黃美麗	LiLi	1,000
王汝月	Linda	1,000
鄭麗秋	Liz	1,000
吳美秀	Michelle	1,000
林佩穎	Pauline	1,000
林家羽	Sandy	1,000
許秋玉	Yuh	1,000
邱明珠	Chris	500
張惠芬	Dona	500
張玉梅	Doris	500
陳宣築	Kimberly	500
拍賣電腦所得，專款專戶撥於 2013-14 年實眷社友獎勵經費		10,500
合 計		\$29,500

土城山櫻扶輪社第 472 次—秘書報告



1. 預繳第 10 屆社費一整年(102 年 7 月 1 日至 103 年 6 月 30)，費用 5 萬元採多退少補，獎勵辦法：於公佈日開始，至 7 月 31 日截止，Jasmine 社長將於 8 月份，頒贈精美禮物預繳 5 萬元社費社友。
2. Jasmine 社長今日將義賣 2 台平板電腦，所得費用專案專款，撥於獎勵 1314 年度實眷社友的經費。
3. 7/20(六)第一次社秘會，時間：下午 01:30 報到，02:00 開會，地點：樹林芳園社社館(樹林區大安路 516 號 5 樓)。
5. 7/27(六)公共形象研習會，時間：下午 1:00 報到, 1:30 開會，地點：囍宴軒(板橋區縣民大道 2 段 3 號 9 樓)，參加人員：Jasmine、Susan、Dona、Yuh

叮 嚀

- (1) 8/2(五)七分區 4 社社區服務—三鶯區紅十字會救生隊捐款活動，集合時間：0800-08:20，地點：北大游泳池(新北市三峽區復興路 237 巷 1 號)
- (2) 第 1 次爐邊暨慶祝父親節，時間：上午 11:30 註冊，中午 12:00 準時開會，地點：青青餐廳(土城區中央路 3 段 6 號 2 樓)

壽星生日快樂

Candy 社友姑爺蔡文斗(49.07.25)、
Pauline(07.28)

感謝您 Thanks~

感謝 Cara 分享 鳳梨
 感謝 Cindy 分享 85°C 咖啡
 感謝 Jean 分享 芒果、酸梅干
 感謝 Susan 分享 芭樂

下週例會

☆日期：7 月 30 日(二)
 ☆召開 7 月份社務行政會議，邀請講師活動暫停 1 次。

下下週例會

☆日期：8 月 3 日(六)
 ☆第 1 次爐邊會議暨慶祝父親節
 ☆時間：中午 11:30 註冊 12:00 開會
 ☆地點：青青餐廳(土城區中央路 3 段 6 號)
 合併 8/6(二)例會 1 次

下下下週例會

☆日期：8 月 13 日(二)中午例會
 ☆講師：蕭 堯
 ☆講題：食在好健康



Jasmine 社長拍賣
平板電腦予林芬蘭小姐



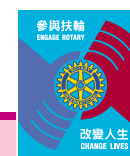
Jasmine 社長拍賣
平板電腦予 C.P. Linda



Jasmine 社長致贈小社旗予王幸惠講師



Jasmine 社長致贈 Sandy 社友生日禮物

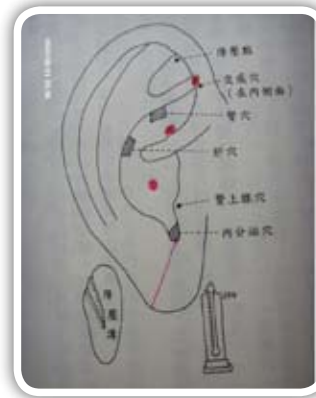




講題：小小病痛別煩醫生－教導耳穴療法的神奇效果

7月16日(二) 講師：王幸惠

- 法國醫師在學習中國耳針研究中，從而揭示耳廓與內臟的連繫，猶如胚胎軀體的倒影，就像媽媽肚子內的寶寶。
- 規律的耳穴分佈非常好記：中間軟骨代表從頸椎到腰椎的整個脊柱，把握頭下腳上的原則(如圖一)
- 冠心病：找出『心不好』的人。
- 胸悶呼吸不暢：心穴、小腸穴、交感穴
- 三角窩、對耳輪上腳按摩法：
防治痛經、閉經、月經不調、經前緊張症候群、性冷感、不孕症、更年期障礙、性功能障礙
- 猿猴摘果(提拉耳尖法)：常拉耳尖體力腦力精力 高人一等
- 神龜探海：
以食指指腹或指尖，順箭頭所示按摩耳甲腔、耳甲艇
各內臟穴道15~20次。
- 安全有效的減肥處方(如圖二)
- 王子登山：
以姆食二指的指腹，相對捏住對耳屏至對耳橋的部份，由下往上對逐漸攀登捏揉，到達耳輪體頂部後，順勢下滑原處，重覆作15~20次。(如圖二)
- 公主洗面(耳垂按摩法)：養顏美容、眼睛疲勞、視力減退、黑眼圈
- 乾眼症處方：眼穴、肝穴、內分泌穴
- 耳鳴怎麼辦？四招耳朵按摩操幫你趕走困擾
雙掌搓熱拍耳朵，每次100下，一天三次往上、外、下各牽拉15秒
- 將軍擊鼓(振耳扣腦法)：健腦聰耳、改善耳鳴重聽、耳聾眩暈
- 經常失眠、睡不好、神經衰弱怎麼辦？按壓耳穴 有助安定心神
神門穴：寧心安神，主治失眠、多夢、疼痛症。
心穴區：促進血液循環，主治失眠多夢、心律不整。
內分泌穴：主治月經不調、更年期症狀。
皮質下穴：主治各種疼痛、眩暈、耳鳴。



圖一



圖二



圖三



一生一世「參與扶輪，改變人生」

土城山櫻扶輪社 社長劉慧敏Jasmine

2013年7月5日於新北市板橋區國慶路與干城路口處，冉冉掛起一幅巨型看板，內述『Engage Rotary, Change Lives 參與扶輪 改變人生』；藍底的扶輪巨型看板，懸掛在板橋與土城的車水馬龍交界處，格外得引人矚目。

此巨型看板乃由3490地區新北市第七分區的土城扶輪社、土城中央扶輪社、三峽扶輪社、土城山櫻扶輪社與第四分區的新北市和平扶輪社等五社聯合製作；看板中雙手環抱扶輪的標幟及標語，除了宣揚扶輪精神和建立扶輪公共形象之外，標語『參與扶輪 改變人生』更是扶輪人所致力追求的目標！

數月前我參與研習會，會中若干扶輪先進曾建議將“lives”翻譯成“生命”或“生活”，引發個人想真正了解國際扶輪2013-14年度RI社長Ron Burton所指的“lives”其意究竟為何？

我大致略讀RI社長Ron Burton的英文原稿，才明白RI社長Ron Burton講的“change lives”意指：藉由參與國際扶輪基金的募集及運作，幫助更多需要幫助的人，同時也改善他們的生活。

RI社長Ron Burton更進一步表示，當你們決定要真正地參與扶輪，把扶輪服務及扶輪價值帶入你們每一天的生活，由此你們就會開始看到你們能發揮令人難以置信的影響力。從那一刻起，你們就會找到靈感、熱情、及力量去真正改變人們的人生。

我原先認為“lives”意指我們扶輪社社友自己的生命或生活，但經RI社長Ron Burton對“lives”的解註後，個人對“lives”一字有了更深層的體會。幾經思考後，我對『Engage Rotary, Change Lives』之想法為：相信我們扶輪社社友在參與扶輪，幫助他人改善其生活的同時，我們自己的人生被改變了，自己的生命同時也被更新了，最終目的是創造自己與他人更有生命價值和意義的人生。

只要我們積極對“扶輪參與”，必定讓每個“人生改變”得更美好！！

