



2020-2021 年度

土城山櫻扶輪社

Rotary Club Of Tucheng Sanyin, New Taipei City, Taiwan



中華民國 110 年 3 月 2 日出刊 第 17 卷 28 期 Vol.17 No.28

社 長：黎佈真 P. Amy 秘 書：高郁茹 S. Cara 社刊主委：張素珠 Lisa



868 例會 2.23 例會花絮





Rotary Opens Opportunities
扶輪打開機會

Rotary Club Of Tucheng Sanyin,
New Taipei City, Taiwan



Amy 社長致贈生日禮物予 S. Cara 姑爺王志銘

Amy 社長 致贈生日禮物予 Sue 姑爺陳信翰



揭開疾病的真相—溫度決定生老病死

林春福 老師

簡歷

1. 自然醫學講師
2. 國際高級健康管理師
3. 世界脊柱健康聯盟大會講師
4. 聯合國及世界衛生組織NGO指導之世界養生大會中西醫整合醫學暨疾病療癒論壇講師
5. 受邀國內外超過千場演講 (包含台灣、日本、中國、新加坡、沙烏地阿拉伯及各大機關、學校、企業、宗教團體等等)
6. 曾於各大廣播節目 (中廣、警廣、正聲、桃廣等) 進行20年現場電臺call in節目
7. 20多年以上的虹膜、12經絡檢測教學及諮詢經驗。
8. 受邀2018世大運選手村為選手教練及裁判做身體舒壓指導老師
9. 悅動人體復原健康中心創辦人

獎項&專利

- 榮獲2016國際發明銀牌獎
- 榮獲2017世界發明創新卓越貢獻獎
- 榮獲2017世界發明諾貝爾獎
- 榮獲2017上海國際發明金牌獎
- 榮獲台灣、德國、中國、美國等發明專利

發明產品

- 多功能鬆筋氣動床
- 多功能遠紅外線溫灸器
- 多功能可調式鬆筋舒壓枕
- 遠紅外線腹足熱療毯

故事沿革

- *中醫世家
- *一場車禍改變一生，病患變成養生專家
- *10歲發願幫助人身心健康，遠離病苦



90% 以上的疾病都是生活習慣造成失調，別再把失調當病醫

高齡化的社會來臨，預防醫學在現今文明病叢生的世紀，顯得格外重要，要【健康老化】，長壽才有意義，養生應從觀念開始，健康更應該從平日保健做起。

自然醫學講師林春福分享百病起於寒，排寒祛溼治百病，溫度決定生老病死。治頑疾，防未病，溫度可以提升免疫力，身體體溫每提高 1°C，免疫力會增 30%，基礎代謝會上升 12%。

體寒是生病的主要因素，癌症厭氧怕熱，體溫 35°C 時癌細胞會增生，持續 10 天保持體溫 39.6°C，癌細胞會死亡。

與其量體重，不如量溫度及溫差

每天要先測量的不是「體重」而是「體溫」。體溫的變化，尤其是體溫偏低，常會和很多疾病產生關聯。

** 體溫在 36.5~37°C 時：是身體機能運作最良好的時候，身體機能好就代表健康、免疫力也旺盛。

** 體溫降至 36.4~35.5 C 之間：體 偏低容易引發各種疾病。

** 癌症患者舌下溫度大多為 35.7-35.8 度

** 舌溫：每天早上起床時量舌溫，正常溫度為 36.5 度，正負 0.2 度

** 腋溫左右差 0.2 度正常，差異 0.3-0.5 度為亞健康，差異 0.6 以上為癌症或各種重大疾病現象

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？

社址：新北市土城區中央路三段 92 號 3 樓

電話：02-2267-9958

傳真：02-2267-4401

例 會事項報告 第868次

一、出席報告	2/23
社員人數.....	50名
出席人數.....	33名
出國人數.....	0名
補出席.....	7名
免計出席.....	1名
缺席人數.....	9名
出席率.....	82%

二、出國社友，祝您一路順風！

無

三、補出席社友

Amila、Grace、Joan Liu、Lier、
P.P. Pauline、P.P. Vicky、Victoria

四、免計出席

P.P. Karen

五、本次例會我們想念妳！

P.P. Amy Chiang、Bank、Chien、
Fanny Hung、Jojo、Leaf、Lisa、
Lucia、Maggy

紅箱區

2月23日新春團拜，紅箱活動暫停一次。目前累計新台幣 656,600 元。

扶輪小知識 (DEC-4)

被選任為社長是榮譽 更是職責與義務

參加以「輪流」(Rotary) 為規則的社團，被選任為社長，應歡喜承擔且不應推遲；因為多年被服務當然也應回饋服務他人。扶輪尊重現任社長；即使曾任總監或 RI 社長的社員也應接受社長的領導。社長應經由平時的友誼，尋找推動社務及服務的資源。社長是當然理事亦為各委員會當然委員，只要不違背扶輪章程細則，均可盡情發揮領導風格，使扶輪更有活力。社長卸任即為普通社員，應持續參與並協助社的發展，這是身為前社長應有的風範與格局。

感謝您 Thanks-

感謝爐主們 -

於第三次爐會議 - 新春團拜
宴請全體社友、姑爺賓眷
~提供精緻美食、美酒~
~盛情款待賓主盡歡~

壽星生日快樂



P.P. Apple (03.03)
P.P. Amy Chiang 姑爺高俊明 (45.03.06)

結婚週年快樂



Bank 社友 & 鄭裕添 (93.03.06)
Lucia 社友 & 賴新興 (79.03.06)

下下週例會

第 871 次

☆日期：3月6日(二) 中午
☆講師：徐權鼎
☆題目：聊開了-跟誰聊天都盡興

本週例會

第 869 次

☆日期：3月2日(二) 中午
☆講師：林春福
☆題目：揭開疾病的真相-溫度決定生老病死

下週例會

第 870 次

☆日期：3月9日(二) 中午
☆講師：許圳凱
☆題目：改斜歸正—現在人脊椎保健之道
☆召開3月份理事會