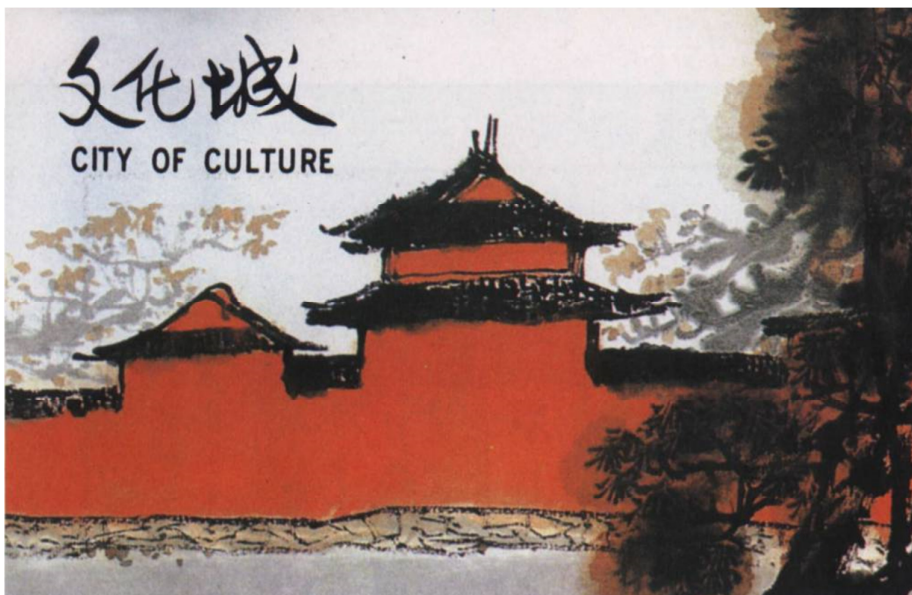




社長 林定嘉  
社長提名人兼行政  
管理主委 趙榮勤  
社員主委 方建義  
服務計劃主委  
張仲雄  
扶輪基金主委  
陳連春  
公關主委 顏亮光  
秘書 楊朝弘  
會計 楊金振  
糾察 林賢三  
聯誼 蔡振賢  
社刊主委 黃國恒

理事 陳光龍、林定嘉、趙榮勤  
李兆祥、蔡振賢、陳連春  
蘇園源、賴復進、方建義  
張仲雄、陳文熙、張立翰



台中東南扶輪社週刊

Rotary Club of Taichung Southeast

中華民國一〇五年十月四日

第四十八卷

第十三期

例會：每星期二下午六時卅分在  
永豐棧酒店大墩館 3 樓牡丹廳  
通訊處：台中市五權路 2-3 號 8 樓 811 室  
網址：http://www.rotarytcse.org.tw  
TEL：(04)22241212

MEETING PLACE：EVERY TUESDAY PM 6:30 AT  
TEMPUS HOTEL TAICHUNG (DADUN BUILDING) 3F PEONY  
ADDRESS：811,8F NO2-3,WU-CHUAN ROAD., TAICHUNG  
E-mail：rotary.tcse@msa.hinet.net  
FAX：(04)22248492

ROTARY SERVING HUMANITY



扶輪服務人類

## 第 2523 次例會紀要

文 / 社刊副主委 李原彰 (SPACE)

### 【漫談自體免疫疾病】



本次例會邀請的演講者是曾獲選商業週刊百大良醫、也曾兩度獲選行政院退輔會優良醫師的謝祖怡醫師，謝醫師目前是台中榮民總醫院內科部過敏免疫風濕科主治醫師，同時也是教學部臨床訓練科主任。

演講開始前，聯誼主委 BUILDING 因為曾掛過謝醫師的診，描述了謝醫師診間大排長龍的人潮都必須看到半夜才能結束，足見名醫的功力非凡！接著演講主委 AUDIT 也特別說明今年演講主題重點偏向醫療領域，讓社友有更充分的醫療知識，讓大家能保有更健康的身心！

謝醫師首先希望大家建立正確的觀念：一般人以為免疫力愈高愈好，事實上，免疫力適當就好，過高的免疫力反而會引起一些疾病。接著謝醫師介紹了免疫系統的機轉與免疫系統出狀況時常見的一些疾病案例，分析塵蟎引起「過敏」這個問題時，剛好提及一般的蝦子與塵蟎比較相像，會引起過敏，而龍蝦就不會，所以有些人能吃龍蝦但不能吃蝦子，剎時大夥兒會心哄堂大笑，終於瞭解為什麼我們 PETER 社長只能吃龍蝦的原因了！

最後謝醫師要傳達的重要觀念是，沒有疾病不代表健康。假設健康是 100 分，醫師只能協助病人從負分到零分，所有正的分數要靠自己追求，健康還是要靠均衡的營養、足夠的活動、合理的休息與適當的壓力，才能真的維持身心的健康！

因為本週是和扶青團聯合例會，接著團長羅政揚上台報告扶青團的許許多多的活動。他們感謝 Uncle CEDAR 在他們的團務旅遊暨職業參觀時，全程帶領他們參訪與瞭解車埕社區，為他們解說過去、現在和未來的產業脈動！他們也特別感謝今年在社長 Uncle PETER、輔導主委 Uncle MARBLE 用心的帶領下，扶青團顯得朝氣蓬勃、愈來愈有活力！



---

## 您該知道的免疫力議題: 漫談自體免疫疾病

臺中榮民總醫院 教學部臨床訓練科主任 內科部過敏免疫風濕科主治醫師

謝祖怡醫師

### 免疫力升高、身體不見得更健康

“免疫”，從字面上的意義就是免除疾病，一般人就自動聯想“沒有疾病就等同健康”的推想，因此“提升免疫力”成為許多苦於疾病的患者心中嚮往的萬靈藥，多少健康食品或民俗療法更樂於扛著提高免疫力的招牌掏空病患荷包。然而，身為社會意見領袖的各位都明瞭，如同“沒有疾病不代表健康”，免疫力升高從來都不代表身體一定更健康，反而是很多疾病起源於方向、強度不適當的免疫反應。



### 免疫是恆定系統

從身體整體運作角度來看，免疫系統其實是一套恆定系統，只是運作比醫師們更熟悉的體溫、水份、電解質平衡恆定系統更加複雜而已。免疫系統對外要抵抗外界生物環境如細菌、黴菌、病毒或毒素由皮膚及黏膜入侵體內，也要中和溫度、濕度、紫外線等物理性因素傷害身體組織造成機能失衡的連鎖反應；對內要防止體內細胞突變為癌細胞的惡性化反應、或遭病毒寄生控制的“僵屍化反應”。而且免疫系統基本上是”



以**攻擊對抗攻擊**”，一旦戰場進入身體表面或內部，達成任務也會以某些正常身體細胞的犧牲為代價。

因此、從免疫風濕科的角度，不可能有一項指數可以完整顯示一般人籠統的”免疫力”概念，必須針對不同的疾病及狀況，衡量免疫系統在這個疾病面向的方向是否正確、及強度是否適當，才能精確定位免疫狀態，決定未來治療方向。

### 過強的免疫反應時常反而引發疾病

免疫系統必須不斷因為內外界生物環境及物理環境改變，而必須不斷調整與之互動，尤其是必須應對微生物、癌細胞這些也會同時不斷以更快腳步規避免疫系統攻擊的生物體時，甚至要應對各種刻意欺瞞免疫系統的方式，所以有時不免會中招出錯。塵蟎這種雖是寄生卻少有侵害的小生物，免疫系統誤將它當作不共戴天的大敵，就導致在自己的皮膚、眼、鼻及氣管發炎造成的傷害遠大於預防的侵害，這種”過敏”的過度敏感、小題大作的免疫力，即使抵抗外敵的方向基本正確，也因強度過強反而造成疾病，這時如果盲目”提升免疫力”結果可想而知，一定是弄巧成拙。C型肝炎病毒為逃避被消滅，刻意誤導追捕的免疫系統採取錯誤步驟，漸次增強的免疫反應反而最後形成冷球蛋白血症甚至淋巴腫瘤。

### 盲目提升免疫活性反而與健康目標背道而馳

更不要提一開始就是方向錯亂的自體免疫疾病，如全身性紅斑狼瘡、類風濕關節炎、乾癬等疾病，體內免疫系統出現叛軍，不但不保護自身細胞，甚至放過入侵的細菌病毒、將槍口對準健康的組織器官，還要拖累正常免疫系統分兵對抗內亂。這時患者及家屬很容易因表象的疲倦虛弱及對藥物的副作用的恐懼，又在目前無孔不入的宣傳下，轉而使用未經證實的”提昇免疫力”治療。殊不知這種適得其反的治療結果真的有效，反而叛軍火力更旺，內亂加劇，身體倒是更虛弱。這就像一部南下北向方向走錯的車，不迴轉方向盤卻猛加油門，背道而馳只會離健康目標越來越遠。

### 正確提升『好的』免疫力

因此，身為醫療團隊領導人的醫師更要傳達”提升免疫力沒有 easy solution”，需要適病、適時、適度調整免疫系統方向及活性，這也正是醫師專業決策的價值。但仍有一些基本原則可以遵循，提升”好的免疫力”，讓身體走向更健康的方向。

#### 一、一般健康原則才是王道

正如從孔子時代讀好書的方法其實沒什麼改變，最基本的健康原則也才是強化正常免疫系統最正確的王道。WHO 的健康宣言強調沒有疾病不代表健康，健康是來自均衡營養、足夠活動、合理休息及適當壓力。

#### 二、營養均衡比食補更重要

正如前文所提，以戰止戰是免疫系統維持體內和平的方式，但如同真實戰爭一樣會消耗大量資源及增加戰傷戰損，所以攝取足量身體修復損傷的營養及熱量成為重要課題。由於免疫系統不管是白血球、抗體、補體都是蛋白質為核心的產物，因此足量優質蛋白質攝取是必須的，有時看到患者因宗教理由改吃素食，個人也都會診請營養師協助，以免營養失衡。這種在免疫內戰狀況下的營養不足其實比平時的影響會更大，因為免疫系統會因發炎需要優先取走”戰備”物資，急須修復的受傷組織營養缺口反而

更大。另外過氧化反應帶來的自由基是免疫系統主要攻擊手段，中和用的抗氧化劑、如水溶性維他命(B 群、C)的需求也會增加，確實需要增加攝取。如以蔬果攝取，要留心總碳水化合物(醣類)熱量勿過量，以免持續發炎反應引發胰島素阻抗性反使脂肪不當囤積。

### 三、維持合理活動及減少不當壓力源

免疫系統是軍警檢調，大腦就是中央政府，中央政府壓力過大，戒嚴、白色恐怖等不當管制在人類世界就會出現，在免疫系統亦然。除了病患罹病不適產生的壓力，其實因生病改變了患者在家庭社群的互動也會增加許多身心壓力。這時家屬親友的角度就很重要，臺灣人習慣以關心別人健康拉近人際關係技巧，但尺度應該只在鼓勵患者遵從醫囑配合治療，而非在不是專業醫療人員、不明瞭疾病情況下推薦其他治療，更不要任意評斷現有治療，反而徒增患者壓力、惡化疾病。

另外人是動物，植物化的靜養(如傳統坐月子方式)反而有時讓人更不適應，隨病情調整的合理活動量反而對健康有益。但在疾病發炎正熾時、又增加追求競技式表現的無氧耐力活動就不合適，例如促進有氧耐力的快走就比跳繩、慢跑更適合，也不要以一定要流汗這種可能讓身體更脫水的狀況為運動量目標。

相信透過上述的闡述討論，病患、家屬及醫療團隊能避免陷入迷思甚而花錢傷身，透過各位獲得關於免疫系統更正確的概念，走上康復的坦途。

#### 【上上週例會】 2523 例會

- 時 間：105 年 9 月 20 日(星期二) 晚間 7：00 鳴鐘開會
- 地 點：永豐棧酒店(大墩館) 3F 牡丹廳
- 節 目：專題演講 & 扶青團聯合例會
- 演講題目：漫談自體免疫疾病
- 演 講 者：謝祖怡 先生 (台中榮民總醫院 內科部過敏免疫風濕科 主治醫師  
台中榮民總醫院教學部臨床訓練科 主任)



#### 【出席主委報告 9 月 20 日】

社員數：68 名 名譽社員：2 名 應計數：61 名 出 席：45 名  
資 深：5 名 請 假：2 名 缺 席：16 名 出席率：74%

#### 【糾察報告 -9 月 20 日歡喜紅箱】

- \* 演講者精彩演講
- \* 歡迎扶青團成員參加聯合例會。
- \* 希望出席率每次例會可達到 90% 以上。
- \* 歡迎社友夫人蒞社參加例會。

PETER 社長 \$1,000	HEART \$500	ERISON \$500	TEXTILE P.P. \$500
BUILDING \$1,000	RUBBER \$500	KING KONG \$500	FLOUR P.P. \$500
MARBLE \$1,000	OSCAR I.P.P. \$500	SAFE \$500	DESIGNER P.P. \$500
LEE P.D.G. \$500	STEVEN \$500	PAPER P.P. \$500	AUDIT 夫人 \$500
AUTO 夫人 \$500	TELECOM 夫人 \$500	LASER 夫人 \$500	CHUNG SHIN 夫人 \$500

RUBBER 夫人 \$500	HEART 夫人 \$500		
DESIGNER P.P. \$500-----	* 演講者精彩演講。* 感謝醫術精湛、視病如親的謝醫師蒞社演講。		
DRAGON P.P.\$500-----	* 演講者精彩演講。* 歡喜上次例會出席率超過 91%，是今年度 No.1。 * 歡迎扶青團來社聯合例會。歡迎社友夫人來社例會。		

本次例會紅箱合計 **\$13,500**

【上週例會】2524 例會

105 年 9 月 27 日(星期二) 例會調整至 9 月 24-25 日(星期六、日)舉行

秋季旅遊「宜蘭礁溪尊榮二日遊」

【本週例會】2525 例會

■ 時 間：105 年 10 月 04 日(星期二)

晚間 6：50 鳴鐘開會 6：55-7：40 專題演講

7：50 社員大會 8：20 例會結束

■ 地 點：永豐棧酒店(大墩館) 3F 牡丹廳

■ 節 目：專題演講 & 社員大會

■ 演講題目：扶輪人能被小用才是大才(材)

■ 演 講 者：許維智 先生 (台中市政府市政顧問、台灣人權文化協會理事、  
美麗島多媒體執行長、台中西北社 VEDEE 社友)



~請社友準時參加~



本週演講內容預告...

- 一、世界正在變化
- 二、連一塊美金都要賺
- 三、沒有卑微的工作只有卑微的工作態度
- 四、能被小用才是大才



【下週例會】2526 例會

■ 時 間：105 年 10 月 11 日(星期二) 晚間 7：00 鳴鐘開會

■ 地 點：永豐棧酒店(大墩館) 3F 牡丹廳

■ 節 目：專題演講

■ 演講題目：遇見健康的自己：適應不良的心理症狀與因應

■ 演 講 者：沈勝昂 先生 (中央警察大學 犯罪防治系(所) 教授、  
中央警察大學 心理健康中心 主任、  
天主教輔仁大學 臨床心理學系(所)教授(兼) )





## 下週演講內容預告...

本次演講主要以心理學的觀點談論個人自我的發展與形成，由此個人的自我概念探討不健康心理症狀如何發生與常見的心理問題，並透過腦與神經心理迴路反應與說明，理解人類自我面對環境所產生的壓力現象、心理反應與可能的解決之道，藉此可以培養與重建每個人健康的心理自我。



### 【社務訊息】

- **恭喜!**本社所推薦台中東南扶青團二位團員：賴明章、林欣潔，參與 2016-17 年度地區 GSE Outbound 團員，經 105 年 09 月 10 日經由國際扶輪 3460 地區 GSE 委員會核轉甄選委員會結案辦理，代表 3460 地區出訪 美國 7390 地區。
- **台中台興扶輪社授証 2 週年慶典**，謹訂於 10 月 1 日(星期六)下午 6：00 假全國飯店 B1 國際廳舉行，請輪值社友 AUDIT P.P.、PHARMACY、CEDAR 及欲補出席之社友代表參加。
- **本社授証 48 屆文藝展**，將於 12 月 12 日(星期一)下午 4：30-8：00 假金典酒店 13 樓金典廳舉辦，敬邀社友、夫人及寶眷提供作品(凡油畫、水彩、國畫、書法、攝影、美工、陶藝、花藝...等規格不拘)及收藏，使會場倍增光彩。請於 11 月 8 日前向幹事提出。
- **第一次家庭懇談會**將於 10 月至 12 月舉辦，請各組組長開始籌劃，可在社友家裡或職場或其他組長指定地點以晚餐、茶點招待均可。  
第一組組長：AUDIT P.P.、第二組組長：MAGNET P.P.、第三組組長：OSCAR I.P.P.、第四組組長：ROBINSON P.P.、第五組組長：SURGEON P.P.
- 第一組家庭懇談會謹訂於 105 年 11 月 26 日(星期六)晚間 6：30 假台中擔仔麵總店(地址：台中市西屯區華美西街二段 215 號)舉行，請組員準時參加。

組別	組長	出席社員
第一組	郭國慶	黃昭欽、林茂柏、江進助、陳連春、賴通仕、林賢三、林五爵、陳龍富、沈勝漳、蔡孟璫、郭國慶、賴復進

- 總監辦事處來函，舉辦『RYLA 扶輪青少年領袖獎訓練營』歡迎踴躍報名參加。  
◎活動時間：2017 年 2 月 5~6 日(星期日~一)，兩天一夜。  
◎活動地點：朝陽科技大學  
◎主 題：模擬聯合國與定向越野  
◎報名費：每人 NT\$3,200 元 ◎交通費：每人 NT\$500 元  
◎參加人員：限 14 至 18 歲，名額以 400 人為限，依報名先後優先錄取。  
◎報名日期：自即日起至 2016 年 11 月 30 日，一律採通訊報名。報名費與交通費一起匯款，繳後概不退費。



<欲知詳情，請洽幹事索取相關資料。>



## 同好會活動訊息

- **讀書會**：九月份讀書會謹訂於 9 月 30 日(星期五)晚間 7：30 假 TOM P.P.住家舉行，本次閱讀「凝視死亡」歡迎踴躍參加。
- **薩克斯風團**：本年度練習時間為每月第一、三週，週一晚上 7：30-9：00，地點假久馨(股)公司(台中市工業區 8 路 15 號二樓會議室)，下次練習時間為 10 月 03 日(星期一)，請團員踴躍參加。
- **合唱團**：下次團練時間為 10 月 04 日(星期二)下午 3：30-5：30 假大墩文化中心音樂教室舉行，歡迎踴躍出席參加。
- **愛跑隊**：十月份賽事—10 月 9 日參加「2016 西螺馬拉松」；  
10 月 16 日參加「2016 彰化 139 馬拉松賽」；  
10 月 30 日參加「第 4 屆日月潭環湖馬拉松」，  
為隊友們加加油！
- **高爾夫球隊**：十月份月例賽謹訂於 10 月 9 日(星期日)中午 11：45 準時開球(請隊友提早於 11:30 報到編組)，地點假國際高爾夫球場，賽後在球場餐廳用餐，敬請隊友準時前往參加。

## 九月高爾夫球月例賽成績表

文 / 高爾夫主委 杜義龍(LONG)

九月	
第 1 名	SPRING
第 2 名	YOUNG 夫人
第 3 名	WEALTH
第 4 名	DANIEL
第 5 名	PETER 夫人
第 6 名	LIGHT
第 10 名	FOOD
第 15 名	RUBBER
第 20 名	FLOUR
第 25 名	PETER

遠桿獎	SURGEON
努力獎	YOUNG
幸運獎(第 7 名)	SURGEON 夫人
博蒂	STEVEN TELECOM ERISON
近洞獎	TEA Q-BOX VINCENT



## ---社刊主委對您“稿約”---

奉社長指示，今年社刊特別開闢兩個專欄，第一為高爾夫球專欄，歡迎各位社友及夫人來稿分享有關高爾夫球世界的一切；第二為“給我報報”專欄，舉凡您的四大考驗心得、扶輪生活、個人私房旅遊、私房養生、私房菜、家庭經營、詩歌寫作、職業新知、小品、讀者回應(對刊登在社刊的文章有感觸的)……等想與各社友分享的皆可。

小弟 LIFE 再次竭誠歡迎社友及夫人們的投稿，也在此先謝謝大家囉！

## 日本岡山及大阪堺姊妹社交流

文 / 國際主委 陳文熙(DANIEL)



今年(2016-2017)東南扶輪社國際服務之姊妹社服務包括：

- (一)八月份送交換學生至岡山西南扶輪社。
- (二)十月份組團至大阪府堺扶輪社，祝賀福井隆一郎總監榮任 2640 地區總監(2016-17)。
- (三)十二月份接待岡山西南姊妹社參加本社第 48 屆授証，
- (四)明年二月份接待大阪府堺姊妹社交換學生。
- (五)明年三月份岡山西南姊妹社藤澤社長夫婦率高爾夫球隊來挑戰東南高爾夫球隊(此乃岡山西南社提出，我方評估中。)
- (六)明年四月組團至岡山西南姊妹社，參加姊妹社第 48 屆授証。

由於本年度姊妹社服務特別繁忙，讓想偷懶的 PETER 社長、HEART 秘書及 DANIEL 國際主委也必須戰戰兢兢，全力以赴。



八月二十六日和社長、秘書，帶領兩位交換學生乘坐華航班機至關西機場，再轉搭 JR 至新大阪，由新大阪轉新幹線至岡山，Check-in 後約下午五點召開會前會。此次交換學生歡迎例會，姊妹社相當慎重，以高規格接待。首先本社三對夫婦分別在不同房間更換日本和服。咱們社長在換和服時不好意思在眾人面前更衣，有勞藤井夫人幫忙，差點春光外洩(博君一笑)。例會依往例，唱兩國國歌後由藤澤會長以中、日語雙聲帶致詞，再由 PETER 社長以標準流利的日語致詞，頗獲好評。晚會開始時，由黑岩國際奉仕委員長和 DANIEL 分別致詞，雙方舉杯互相乾杯後，姊妹社特別安排日本歌舞表演。並邀本社上台同樂，台上台下歌舞昇平，真是一場豪華盛大的晚宴。二次會，姊妹社也相當熱誠，大夥兒一起歡唱卡拉 OK。第二天姊妹社帶領我交換學生參觀倉敷古



城及大原美術館，觀賞了畢卡索、莫內、高更、雷諾瓦等油畫及羅丹雕塑，收獲頗多。



第三天早上 9：00 在大阪希爾頓飯店和堺姊妹社近藤會長、農端幹事及藤井國際奉仕委員長討論十月份參訪事宜。和堺姊妹社安排參訪過程較為曲折，我在今年二月份接到堺姊妹社通知福井隆一郎先生將接任 2640 地區總監，並邀本社參加地區年會。隨後本社積極多次聯繫年會時間、地點，以便組團前往，均未回應。在五月底始獲通知和其社員中島宏先生討論安排行程，雙方敲訂本社參訪名單行程後，中島先生因工作調職離開堺姊妹社，再由藤井國際奉仕委員長接安排。此期間我方送上“功在扶輪”全體合照，並在日本東京裱褙，送達堺總監辦公室。福井總監發謝函。雙方並約定正式來往之書信以中日文併列，以避免語言隔閡。



和堺姊妹社討論十月份參訪事宜相當成功！達成如下共識：10 月 22 日我們一行到達關西國際機場後，堺姊妹社將有 5-6 位社友到機場接機，隨後有 3 位社友坐上我們的巴士並在巴士內再次討論相關事宜。當天晚上六點半參加晚餐會後，晚上八點半二次會歡迎東南扶輪社，福井總監在百忙之中將參加致詞並與我方照相。隔天早上十一點參加地區年會，中午午餐後於下午一點十分左右離開堺，繼續我們的旅遊行程。

此次開會本社提出以每人註冊費日幣壹萬加上紅箱日幣十萬元共日幣四十三萬禮金給堺姊妹社，對方有點吃驚，並詢問我們在堺的旅館費是否需他們支付，本社告知旅館費由我們自己支付時，他們才鬆一口氣。我們也告知堺姊妹社未來本社出了總監時，也同樣以此禮及規格來往。會中並安排了 10 月 22 日本社參訪人員和堺姊妹社同桌用餐時，以會說英文者同一桌，會說日文者同一桌以方便交流。以上安排，如大家有任何建議，亦請告知。



## 王漢斌(Telecom) 自傳

文 / 王漢斌(TELECOM)

漢斌是 53 年次彰化出生，我的雙親都是擔任教職-家父是台中一中化學老師退休，母親則篤行國小老師退休，目前家母仍居住在東海大學附近的藝術街。我和太太育有一子一女，兒子目前就讀於實踐大學三年級，女兒就讀於華盛頓中學高中三年級，親子相處亦師亦友，孩子都很樂觀獨立。



我的職場生涯，早期是從業經營-協辰電信股份有限公司，公司業務屬性為第二類電信事業，主要是提供台灣各中小企業一個較具有競爭力來降低企業電信費用成本的服務，讓企業除了開源之外並能夠在沒有任何額外花費支出下來節省公司的營運成本增加企業競爭力。

人生就像是跑馬拉松！除了不斷的學習修正再精進，當然也不要忘記欣賞身邊的美麗風景，人的相處跟往來不也是這風景的一部分嗎？一直以來我跟夫人不論是在創業的路上或是與人交往的態度上都秉持著樂觀跟真誠的心，所以一路上都遇到很多前輩的提攜與貴人的相助。在 50 歲之後因好朋友的邀約而接觸了高爾夫球，也因此喜歡上球場上打球的快樂！之後也因這打球的因緣而間接認識了 SURGEON P.P.然後接觸了東南扶輪社這個溫馨的扶輪大家庭！我們很感恩也很珍惜這樣的機緣，並且認同扶輪社的宗旨來盡最大努力為社會人群服務！很高興能夠加入東南扶輪社，謝謝大家～

## PUNCH 自我介紹

文 / 林群凱(PUNCH)



感謝東南扶輪社的各位前輩！讓我有機會能加入貴社！

我叫林群凱，社團英文綽號是 PUNCH，生長於台中太平，家中成員有父母親及一位兄長，我與太太是大學時期的同學，求學時期一路相伴到結婚，現育有一兒一女皆在育仁小學就讀。

目前在太平的 鈺固金屬工業股份有限公司 擔任協理一職，公司是由我的父親一手創立，主要從事的營業項目是金屬鈹金的沖壓生產與沖壓模具的開發設計。

這幾年因父親身體微恙，體力無法長時間工作，而兄長對事業接棒沒有意願，便由我擔下經營的責任，雖然家中事業與我學稍有不同，但我認為既然接下責任，就要努力做好。

自己便利用下班之後的時間到中區職訓局上課，從最基礎的觀念學起，加上白天在公司的現場實務經驗來精進自己，讓自己得以勝任接棒經營的重任。



現在自己在技術方面已能對應上客戶的需求，也讓公司目前能夠穩健成長，這都要感謝父親在事業上都抱持著技術本位的經營理念所奠定的基礎，是對我接班最強而有力後盾。

但總覺得人一定要精益求精，不論在事業經營或在社會歷練都是如此，所以有幸能加入東南扶輪社這個正向又優良的社團，讓自己可以多方面的精進，能有機會向社團裡的前輩請益，相信這對我不論在事業上或社會歷練必定能受益良多。



## 東南扶青團年度報告

文 / 團長 羅政揚

台中東南扶輪青年服務團今年的主題是『延續、傳承』，延續過去 29 年來的強文化，以簡單好複製的方式傳承給下個世代，於是今年特請節目主委 賴明章額外花時間教導團員使用 google 日曆，以促進各團員手機皆能與團的年度計畫行事曆完全同步，所有活動一覽無遺；以及雲端硬碟使用，讓團內所有較制式表格、檔案皆全面電子化，好讓團員取得方便，無需像以往般都要賴以團長、秘書才能獲得，還有一些蠻實用的 app 也都分享給團員知曉，以達到『簡單、方便、迅速』的 e 化作業環境，如此便可好讓下世代輕鬆複製。



目前團員人數為 29 位、1 位休團（出國留學，故不計入）、男性 16 位、女性 13 位，平均年齡 28 歲，以 76~78 年次占絕大多數，不過之後新進團員幾乎都是 80 後的居多，希望能持續朝這方面努力，以利團未來發展。

職業分析，團員 29 位，職業類別共計 19 種，在地區來說，算是相當多元的，未來會希望吸引法規、財會、影片剪輯、NGO、美工等相關背景人才加入東南團，達到更豐富的專業面的交流。

團務例會，假於糖園大墩店（西屯區大墩十九街 239 號）舉行，共計 24 次，每月 2 次皆以完整落實安排，且主題內容多元，除了原四大服務外，更加入了生活美學、財經、扶輪與我、經營管理、生/職涯發展等元素議題，供團員在這一年能夠多元學習。首次例會於 2016/07/06 舉辦，參與人數為 71 位，往後的例會人數也都有達 40 位，受益人數可說是地區之最，團內團員平均出席率約 70%。

社區服務，表定共計有 8 場，除母社一同的南門里清掃、書法/英文演講比賽志工外，也還有 5 場，第一次的社區服務是在 2016/07/09，與鈺豐高爾夫球隊合作，協助他們辦公益性質演講，當天受益的民眾為 800 位，07/18~30 與中華民國婦幼關懷成長協會合作，帶領 14 位弱勢學童完成單車環島壯舉，07/30 則是參與行動菩薩音樂會，擔任志工部分，受益人數更達千位台中市民眾，接著還有地區的 YMCA 義賣，以及明年度 02/05~06 協助 RYLA，擔任工作人員。

職業服務，2016/08/05 喜特麗總公司的職業參觀為我們開啟年度序幕，當天是為平日下午，但參與人數多達 51 位之多，可見東南團員學習的態度多麼強烈，9/10 是到西



北團團員自行創業的工廠進行職業參觀，內容充實度不輸給一般大公司行號，團員亦是滿載而歸，接著 09/17 更是麻煩母社的 Uncle Cedar 帶領我們一探車程的社區營造，並會後動手實作，團員們各個滿心喜悅，當天輔導主委 Uncle Marble、夫人更是不畏風雨，前來與我們會合，並一同參觀、手作，感謝母社的每一位前輩對我們東南扶青團的支持與厚愛，下年度就要到 Uncle BC 的公司進行職業參觀，在此先謝謝您了！

國際服務，將於 10/29~30 舉行三東聯誼（基隆東南、桃園東南、台中東南），促進跨地區扶青團之間的交流，明年 05/25~28 的亞太扶青會議（APRRC @泰國）參與人數更是地區之最，共計 16 名，以及 09/02~06 的世界扶青會議（INTEROTA @台灣）參與人數亦是地區之最，共計 5 名。

感謝母社社長 Uncle Peter、輔導主委 Uncle Marble 以及 uncle 們對我們東南扶青的照顧與支持，讓我們在地區足以經營的有聲有色，在此次 GSE 徵選中，東南團囊括了一半的名額（整個 3460 地區只錄取 4 位），這都要感謝母社所提供的資源。

今年度，輔導主委 Uncle Marble 特別辛苦的與團員們密切交流、互動，協辦了各式多元大大小小的精彩活動，也希望在下次聯合例會中，能給我們扶青團一個機會，多點時間好為各位支持我們東南扶青的 uncle 完整報告，再次感恩：)

在東南，能受到各位 uncle 的關心與呵護，是幸福；

在東南，能走在各位 uncle 經驗的道路上，是幸運；

在東南，能有這場緣份與各位 uncle 結識，是榮幸。

最後，附上我們東南扶青團的粉絲專頁 QR Code，請 uncle 們為我們按讚，並關注我們，我們都會及時上傳所有活動心得唷～

