

獅 誼

月刊

LIONS FELLOWSHIP MONTHLY
DISTRICT 300A2, LIONS CLUBS INTERNATIONAL



梁玲嬌

版權所有翻印必究



8月號
2010年



獅 誼

月刊

八月號2010

中華民國七十四年七月一日創刊

中華民國九十九年八月十五日出刊

中華郵政北台字第1672號執照登記為雜誌社

出版者：國際獅子會中華民國總會

台北市第二支會（300-A2）

獅誼雜誌社

地址：台北市松山區光復北路68號10樓

電話：02-2578-1122

傳真：02-2577-3101

網址：<http://www.lions300a2.org>

E-mail：lci300a2@ms22.hinet.net

採訪委員

第一專區：黃亦錫(建國)

第二專區：林詩涵(翔順女)

第三專區：林建武(春暉)

第四專區：李雪雲(菁英)

第五專區：張家浚(仁愛)

第六專區：鄭朝進(東南)

第七專區：莊秋敏(長江)

第八專區：羅文貴(松江)

第九專區：石明煌(金國)

第十專區：陳福連(祥弘)

攝影：江哲和(圓山)

莊文利(龍山)

發行人：謝震忠(東北)

社長：蕭法剛(東南)

副社長：邱木源(新台北)

副社長：李樹枝(中北)

總編輯：許士英(北區)

副總編輯：林義傑(太平)

編委：黃岳龍(青山)

編委：柯吉德(力行)

編委：石儀文(愛華)

採訪組長：簡麗慎(鳳德)

副組長：陳鳳櫻(菁英)

副組長：李添猛(吉達)

傳稿專線：

總編輯 E-mail：syalex899@gmail.com

印刷：楊吉宗(仁愛)

印刷廠：功林印刷廠股份有限公司

TEL：(02)2882-3656~9

我們的努力：

創造月刊新價值

豐富月刊新生命



2010-2011 國際總會之年度主題

a BEACON of HOPE (希望的燈塔)



比從前顯得更加重要。人們做義工有很多種原因，但最主要是因為他們想實現一些改善。

他們在提問生命中什麼是重要的，並重新衡量應該如何去花時間。他們投向社區服務，和其它志願工作。

我們成功的關鍵，是透過服務及有影響力的服務方案

我們的座右銘“我們服務”定義了我們的使命，這也是我們組織的核心原則。今年，我們將再次投身于服務。服務的意願，事實上，將是我在2010-2011年度會長主題的焦點。

當人們更多地尋找機會擔任義工時，這就是獅友們最好的時機，去點亮服務之光。

親自動手的服務可以照亮一盞直接感動人心的燈。我們經歷過這樣的故事，我們透過問卷調查和對親自動手服務小組進行重點關注，並直接連繫那些受到我們服務的人，發現親自動手服務

我們必須確保達到盡可能最好的服務成果，以讓他們覺得所花的時間有價值。

2010-11年度之關鍵服務策略

全球服務行動之運動

鑒於“民眾眼中的獅友”活動非常成功，今年我們鼓勵獅友參加四個全球



服務行動之運動。請獅友透過計劃與八月的聯合國國際青少年日相關的活動，照亮一盞青少年的燈。



其他機會包括10月舉辦支持我們獅子會的世界視覺日的服務方案，為可預防性失明照亮一盞燈；透過在傳統節日，比如聖誕節、光明節、開齋節、排燈節或其它合適的場合舉辦食物捐贈，為飢餓者照亮一盞燈；最後，還請獅友透過舉辦環保方案和參與支持4月的地球日，來為環境保護照亮一盞燈。全球服務行動日將提供獅友們開闊視野的機會，看看可以如何幫助他們的社區，並更多地留意我們所提供的服務。

獅子會全球服務峰會

我們是社區服務方面的全球領導。還有誰比我們國際獅子會更適合主辦一個全球服務峰會呢？在今年的第三季，來自其他服務和義工組織的領導將被邀請前來我們總部舉行一個峰會，討論和分享關於服務的新趨勢。

改進的報告工具

重新設計的國際獅子會網頁使溝通變得更容易，不管你是從上到下還是從下往上瀏覽。新改進的服務和使命的資料庫可以讓分會更容易報告他們的簽名方案(值得展示的方案)，和記錄他們的成果。這個信息現在可以與其他分會分享了。你只需點擊一下，就能連接到其他的分會。我們還將使用來自世界各地的分會的數據，製作一個“服務情況”報告。這個報告將給我們提供即時的服務成果的概覺。

西得史古洛格斯

2010-2011 國際總會長

區務記要

- ▣ 2 希望的燈塔
- ▣ 6 總監手記
- ▣ 7 社長的話
- ▣ 8 歷史性的關鍵時刻
- ▣ 10 結合社區發展的長者
- ▣ 11 公告一
- ▣ 12 激昂高亢的獅友
- ▣ 13 東北獅子會的幕後英雄
- ▣ 14 大同女創會瑰寶
- ▣ 16 少一點算計・多一點會計
- ▣ 57 公告二
- ▣ 64 區務活動備忘錄

歡笑友誼

分會選輯

- ▣ 第二專區：21 一路走來・始終如一
23 以美會友
24 自強35週年
- ▣ 第四專區：27 民權・西門的理想和抱負
28 璀璨耀眼的菁英
- ▣ 第五專區：31 松鶴就是最好
- ▣ 第六專區：34 因為崇德所以快樂
35 真心付出世界就美
- ▣ 第七專區：40 吉祥如意 富貴發達
- ▣ 第九專區：42 因為同心所以盡歡
- ▣ 第十專區：44 未來永遠是希望

錄

快樂服務

多元資訊

- ▣ 19 人生觀點
- ▣ 26 經營理念
- ▣ 30 父母子女
- ▣ 32 男女之間
- ▣ 36 養生保健
- ▣ 41 生活常識
- ▣ 43 幽默小調
- ▣ 46 小小故事

創作園地

- ▣ 52 地球暖化的異常現象
- ▣ 54 我曾輔導的分會
- ▣ 56 一位偉大的母親
- ▣ 57 攝影作品
- ▣ 58 奇女子～李清照
- ▣ 60 富泰貴氣的會長
- ▣ 61 內心有愛就是美
- ▣ 62 開始～結束
- ▣ 63 法律常識

總監手記

- ◉ 許多領導人在上任之初，都懷有改革的夢想，但碰觸到現實的殘酷時，有的就會退縮，甚至把理想拋諸腦後。一位領導人，最重要的是要堅持，雖然堅持有時會受到些許傷害，但個人的貶損並不重要，重要的是要完成理想。
- ◉ 顧左右而言其他，是政治的要素，但有時卻是改革的毒素，光明磊落，守正不阿，是獅友時常朗讀的信條，但捫心自問，我們是否有說真話？
- ◉ 余光中說：「善言，能贏得觀眾，善聽，才贏得朋友」參加獅子會能多聽獅友精闢的話語。不但能增長自己的見識，也可獲得獅友的情誼，多美好啊。
- ◉ 且夫天地之間，物各有主，苟非吾之所有，雖一毫而莫取，獅友的胸襟當如是。
- ◉ 孟德斯鳩：「演說家深度不足，每用長度來補足」，會員流失最重要的原因之一，就是會議冗長、無趣，身為領導獅友，在致詞之前，當以此語為戒。
- ◉ 獅友的批評，是事件的評論，並未涉及人格的爭議，對某件事可能意見相左，但不應影響朋友之間的情誼。曾國藩：「局外之議論不諒局中之困難，反得清議之名」，在批評的時候，因為在局外，就不會沾與其禍，因而反得清議之名，獅友八大信條，「多加讚譽，慎於批評」願與獅友共戒之。



社長的話～

分區主席與分區顧問會議



分區主席：根據區的標準憲章及附則第二條第四項條文：分區主席是由區總監及或專區主席督導及指揮的。他是他分區裡的行政主管。他的指定責任是：

(1)促進總會之宗旨與目標。(2)擔任該分區區總監顧問委員會之主席。(3)紀錄每一次區總監顧問委員會會議之過程，並於五日內將副本送交總會、區總監及專區主席。對分區內所有分會之活動及成績應向區總監及專區主席報告。(4)分區對總會或複合區或區有問題時代表分區任何分會。(5)任期內至少訪問分區內每一分會之例會一次，並向專區主席報告所見，尤其在發現弱點時。副本抄送區總監。

分區主席應與區總監密切合作：(1)組織新會；(2)重建弱會；(3)訪問分會；(4)傳播總會及區節目之報導；(4)處理區所須要之指定特別任務。

多瞭解下列問題

(1)出席率為何低落？(2)會職員是否勝任？(3)例會準備的內容是否妥善，有否讓會員喜歡參加。(4)會員不出席例會或退會是否有特別的原因。(5)財務運作是否有問題。協助區總監決定好好指導，重組或列入問題會。

區總監顧問委員會

分區主席是區總監顧問委員會的主席，由分區內各會長、第一副會長、秘書、

財務、總管、連絡擔任委員，該委員會職責為：

(1)於年度中至少召開三次會議；(2)促使各分會有效進行會務。

顧問委員會是它是分會職員交換意見及解決問題之良好機會。會議時指派專人擔任紀錄。會後將紀錄寄送各位會長，包括討論事項決議及出席人數。

使會議成功之建議：

(1)充分準備選擇適當開會場所；(2)不得邀請任何貴賓參與（僅可專區主席列席協助指導）；(3)鼓勵全體參加；(4)認真逐項討論，儘量提名表揚獅友，不可草草了事。

對分會全體獅友應多加讚譽，慎於批評。參加各分會之例會，或會務活動，應於事先與各分會長取得聯繫，參加時注意外表（穿著較正裝為宜，讓獅友尊敬你），注意言行、舉止，凡事豫則立、不豫則廢。參加分會任何活動、會議，都要事先妥善準備致詞的資料，免得上台時結結巴巴，匆忙失措，詞不達意，遭獅友的失落。參加你所屬各分會的活動，不得回到自己母會報請任何費用，否則遭獅友物議。

分區主席應多花點時間在各分會之間，多關心、多照顧獅友，主導分區聯合例會（非總監訪問），可邀請親朋好友參與，好好表現，給予與會獅友、貴賓一個極佳形象，對獅子會有所推崇與景仰，讓優秀公民願意參與獅子會的行列，增強獅子會的力量，壯大團隊精神，共同服務社會，造福人群。

只有強的分會 才會有強的A2區

歷史性的關鍵時刻

◎副總編 / 林義傑



本區2010--2011年度總監，副總監暨區成員就職典禮，以「歡笑友誼、快樂服務」，為年度主題的李仙生總監服務團隊。開創300A2區26年來所未曾有之奇，讓人耳目一新，「為獅子會所當行之事，做獅友間不可少之人」是創格總監。

2010年7月9日（星期五）在台北圓山大飯店（12樓大會堂）舉行。

進場儀式開始，首先恭請本區所有歷屆前總監進場接受歡呼，進場完畢。

主席賴阿溪總監，鳴鐘宣佈典禮開始；全體肅立，唱國歌，向國旗及獅子會旗行最敬禮，主席帶領誦讀獅子會八大目的。介紹貴賓（僅介紹非A2區之貴賓）。

主席賴阿溪總監致詞：感謝所有獅友力挺，許多社會服務工作，尤其台東大武國小整建工程，獲得重大成就。新年度的李總監是一位有才華、有魄力的領導者，相信一定會有更輝煌的成就，希望大家給予最大的支持。祝大會順利，圓滿成功。

總監交接暨副總監就職儀式，由前總監楊逸訓獅友擔任監交。第25屆總監賴阿溪、第26屆總監李仙生、第一副總監邱木源、第二副總監李樹枝就位，監交人為他們配掛職

務帶，並交接印信、議事權槌。

監交人楊逸訓前總監致詞：這是一個特別的傳承，不需要複合區議長來監交，由我們快下台的前總監來擔任非常感謝。賴總監過去一年來的努力，大家有目共睹。新年度李總監，他的獅齡有28年經驗，是A2區歷屆擔任總監時，獅齡最高的一位！尤其精通獅子會教育。對會員發展及獅子會願景有十足的把握，像今天交接就能拿到獅誼月刊，真是破天荒的創舉，希望今年區內閣及專分區主席，所有會長們，都能夠一起來支持他。

介紹新年度區閣員及專分區主席；由李仙生總監為他們配掛職務帶，並帶領舉行就職宣誓。王光祥前總監擔任監誓人，宣誓完畢。

監誓人致詞：新年度李仙生總監是一位有理想、有抱負、有才華。很高興看見今年優秀內閣團隊。相信在李總監領導下，一定會做出亮麗成績，讓我們300A2區更團結、更美好。

新任總監李仙生發表就職報告：受到各位的支持，很榮幸能夠來擔任第26屆總監，在此我向各位做我今年度推動區務的報告；第一我的口號：是『歡笑友誼、快樂服務』，我們要尋找歡笑，要交朋友，所以我



們來參加獅子會，要快樂的服務，而且要服務的很快樂。我們目標會員成長：我們A2區這幾年來都在2500—2600徘徊，所以小弟大膽的設計一個願景，願景要大，才能夠有機會，我們會員成長創要突破3000+1。我們LCIF希望突破200+1個基數。講習會那天，在黃秀榕獅姐鼓吹下，已經募集86個LCIF，其中黃秀榕獅姐，林齊國總監，還有我各捐了10個基數。菁英獅子會授證那天，有62位新獅友宣誓入會，展現了黃獅姐的實力。

7月1日開始，我們網頁再更新，到今天我們上網瀏覽人數已突破8000人。7月9日是我們總監交接典禮，在各位手上已經收到獅誼月刊，我們既然要講求效率，今天就出刊。今年度獅誼月刊，是要大家用讀的，不是用看的，要看什麼？聽什麼？可以上網，所有照片、影音都在網頁上。其次會員流失的最大問題是會議的冗長，廢話太多。法國哲學家孟德斯鳩（1689-1755）說：如果演講的深度不足，就要用長度去補足，如果補足的太久，在台下的聽眾就會很痛苦。所以今年要簡化會議程序；致詞要短，我個人絕對不超過五分鐘。我今年要成立用

英語發言的第二代獅子會。

我們A2區要加強各會的活動，而不是區的活動，**只有強的分會才有強的分會**。我們

強調的是；需要服務

而服務，不是為服務而

服務。盡量讓各分會自己去發揮，我們目標做大，業績做大。要向前衝，要刷新紀錄，有賴大家的支持和努力。

新任總監李仙生代表區閣員，贈送紀念品給卸任總監賴阿溪及每位前總監。5：30分台北市長郝龍斌來到現場並致詞，感謝300A2區對台北市政各項公益協助，幫助需要幫助的人。今年11月16日國際花卉博覽會，請多惠予協助。郝市長頒發感謝狀給25屆總監及所有區閣員，表示感謝。

音樂饗宴：由李仙生總監暨夫人及家族成員、區內閣，特別編導歌舞秀，精彩無比。總監夫人唱「情人的眼淚」及「追、追、追」，歌聲委婉動聽，讓大家讚不絕口。短片（1983·7·1）錄製自強獅子會與李仙生總監真情告白。最後（愛你的只有一個我），由李仙生總監主唱，內閣閣員參與演出，勁歌熱舞，讓現場High到最高點，做一個完美的Ending！薪火相傳是獅子會一種優質的體制，像一池春水挹注更多活泉，讓它生生不息。希望李仙生總監的創格願景能成為獅友們方向的指標，永遠那麼新鮮永恆——。



結合社區發展的長者 黃樹林獅友

◎第二專區採訪委員/ 林詩涵

看到黃樹林獅友的第一印象，是一位和藹又慈祥的長者、也是第一位結合社區發展的會長！在97-98年蕭法剛獅友擔任總監那一年，黃會長以獅子精神率領長安獅子會結合華江社區發展協會，為社區造福而共同努力，造就了日後擔任萬華華江社區發展協會理事長一職，造福址里，光耀獅群！

黃獅友於1992年加入國際獅子會300A2區的長安獅子會，97-98年擔任會長，逐年擔任分專區主席，直至2004-05年擔任稽核。因熱愛羽毛球運動，也擔任中華全民羽毛球發展協會名譽顧問，2007-10年擔任萬華華江社區發展協會第四屆理事長。黃理事長雖然已是73歲的長者，仍熱心公益！聽他細

訴曾經幫助過的人、事、物，真是不勝枚舉！最值得一提的是在華江社區發展協會擔任理事長這四年間，協會每年都會舉辦三大節慶；第一個節慶是端午節包

粽子，每次在黃理事長的號召下，都會有60多位志工朋友，願意放下手邊的工作，齊心合力做公益！去年就包了四千多顆粽子，志工們再把四千多顆愛心粽子送到環河南路二段336號三條路福德宮前發放，黃理事長說這就是佈施！而這一天福德宮前也一定大排長龍，男女老少的信眾及艋舺地區的遊民都會排隊等候領粽子。而福德宮也會在農曆每月初二、十六提供湯圓與米粉湯供民眾享用。

第二個節慶則是九九重陽節，黃理事長會在華江國小安排節目供65歲以上的長者欣賞，並提供獎品給這些孤獨老年人摸彩，而這樣的安排也特別讓他們感到溫馨、肯定及重視！黃理事長在任內更規劃讓高齡長者有學習識字的機會，並提升新住民教輔體制，結合扶輪社3480區及西區扶輪社每年贊助十萬元，再加上黃理事長本身的募款，終於可以讓高齡長者及新住民在每星期二、四下午



二點到四點，星期五晚上七點到九點由老師來授課！黃理事長說13年來，長安獅子會每年都提供15000元獎勵金給華江國小學生，並推派畫作同學參加國際和平海報比賽，且都有佳績！

第三個值得一提的節慶就是每年十二月的第二個星期六是“雁鴨嘉年華”溼地聯盟，除了由市政府產業發展局贊助經費70萬元，其餘的費用每都是由黃理事長辛苦籌措及募款所得，例如有立法委員林郁方先生熱心幫忙及獅子會獅友們的相助，像蕭法剛前總監每年都捐贈二萬元，第二專區陳翠英主席也是一位熱心參與者！“溼地有美，艸木有情”，像在98年12月16日報名參加者就達7000多人，場面非常浩大感人！說著說著黃理事長也談到顏志發前總監創立的“小秀才學堂”，黃理事長說他三年前向顏前總監爭取在華江國小舉辦了一場“小秀才學

堂”，為一些弱勢家庭的學生爭取到補習上課的機會，一星期有兩天的時間；記得當時開幕時，也深得呂副總統及王金平院長的嘉許！黃理事長在此亦推崇顏前總監為了弱勢團體的創舉與努力，是非常值得我們去學習；對他而言，顏前總監更是亦師亦兄！

黃樹林獅友在三年半前，曾做過心導管手術，過程中，心導管沒辦法疏通，在緊急狀況下接受了冠狀動脈手術，情況非常的危急，當時稍有不慎，極有可能是一命嗚呼，幸好老天爺不願收留，才能逃過一劫！我想這就是：種好因，收好果，有捨才有得，像黃獅友如此慈悲而且默默付出的人，不計名利，自然會有福報！

誠所謂的：「人到無求品自高，心安就是平安！」願所有獅友共勉之！

公告一 成立新世代獅子會

◎提供青年世代領導才華學習成長平台，成立『Second Generation Lions Club』（會名暫定）以英語發言，請全體獅友鼓勵子弟或推荐親朋好友子女（不分性別）一同來參加籌組成立。

◎參加對象：法定成年人（不分性別），均歡迎推荐一同來參加。會費（包括：國際總會、複合區、A2區之正會員費用）——年會費收每人新台幣一萬八千元正。

◎推荐參加...延至8月中旬以前送出。傳真：25773101
E-MAIL：lci300a2@giga.net.tw

洽詢電話：電話2578-1122 區英文秘書 蔡小姐

東門獅子會 吳豐年獅友

◎第五專區採訪委員 / 張家浚



當你聽到一種高亢，激昂的聲音，滿懷熱情的唱著“母親的名字叫台灣”歌曲的時候，大概就可猜到這個人是誰吧？沒錯，他就是我們專訪的對象，第十分區主席，東門獅子會吳豐年獅友，一個熱情洋溢，而率直的性情中人。

很多人大概還不知道，東門獅子會的創會會員是赫赫有名現任的行政院長吳敦義，而遠東建設集團董事長趙藤雄仍是現任會員，可見東門獅子會在政商界的人脈廣擴，而東門獅子會會員也大多是來自冷汽專業的老闆，今年在陳長助會長的領導下，成績輝煌，所有的獅友都出錢出力，投入救災，最難能可貴的，香港姐妹會港島獅子會捐贈88水災社會服務金50萬港幣，約台幣235萬元，創了記錄，而且在今年第五專區主席東門吳英欽獅友及第十分區主席東門吳豐年獅友的協助輔導下，更加凝聚東門全體獅友的向心力，成績果豐碩，是全體獅友學習的好榜樣。

99.5.1“台東大武國小整建工程落成”典禮，總監賴阿溪總共募得1600多萬，並率領了500多位的獅友前去祝賀，非常感謝各位獅友的慷慨捐贈，這次東門獅子會共捐了571,000元，名列前茅，吳豐年主席很感慨的說：他當選東門獅子會第20屆大會會長時碰到了921大地震，今年他當第十分區主席時又遇到了88水災，這正是對他人生的一大考驗，所以個人不但率先拋磚引玉捐了七萬元，更發動獅友慷慨捐贈，因此東門獅子會

除了捐贈大武國小外，更捐贈了屏東縣社會救助金20萬……。等，共做了約130萬的社會服務，如此積極的投入社會服務，熱心公益，得到總監的贊揚與感謝。

吳主席對東門的付出不遺餘力，現在他有一個目標，將發動前會長每人負責招募一名新獅友，以達到50人的目標，並且充實於例會中舉行專題演講活動，提高獅友的參與及專業知識，更要加強新獅友的連繫，舉辦更多的獅子家庭旅遊活動，讓東門獅子會更有朝氣及凝聚力，以吸引社會更多優秀菁英加入東門獅子會。

本人曾參加東門的授證，發現東門的姐妹會香港港島獅子會及韓國新仁川獅子會非常熱情，當韓國的熱舞樂曲一開始，大夥人全都跑到舞臺前盡情奔放，跟姐妹會如此熱情的互動，首先要感謝的是吳豐年分區主席，因為在接待姐妹會或兄弟會，吳主席皆自掏腰包，全程參與招待，例如去年30屆的授證典禮不但安排了非常精彩的節目，還舉辦了金門3日遊，東門獅子會如此的盛情款待，讓這些國外的姐妹會感動不已，獅誼永固。

吳豐年獅友在擔任第十分區主席這段期間非常盡責與投入，輔導協助仁愛，東門，東成，松鶴等獅子會，不管是擴大例會或是捐血社會服務一定排除萬難，親自蒞臨參加，給與指導與祝福，因此獲得各會的贊揚與感謝，在此吳豐年主席也祝福各會會務蒸蒸日上，獅友更加團結付出，投入公益，邁向更美好的明天。

最後吳主席特別呼籲全體獅友發揮“扶弱濟貧，人溺己溺”的情操，積極參與會務活動，有錢出錢，有力出力，投入公益社會服務，讓更多熱心人士加入東門獅子會，一齊來為社會服務，進而讓300A2區的成績邁向更高的里程碑。

專訪東北獅子會幕後英雄人物

林錫璠獅友

◎第六專區採訪委員 / 鄭朝進

東北授証45週年紀念，是回顧與前瞻，對於緬懷過去值得大家敬仰的人物，我們要來挖掘他們成功之道，讓大家來分享與學習的事蹟，在東北獅子會讓獅友們，覺得最有能力最謙卑的前會長 林錫璠獅友，獅齡38年，政治大學畢業，曾擔任中學英文教師，教育與人品素養首屈一指，1981年擔任東北第17屆會長，任內43位獅友，其重大完美的社會服務，完成北宜公路沿途之反照鏡擦拭與整修工程，嘉惠眾多往返北宜公路，人車安全的重大貢獻，使非常險峻的路段，對人車安全防護，減少重大人車事故的傷亡，基於救人一命，勝造七級浮屠，榮獲該年度國際總會“社會服務”的第一名，為東北獅子會帶來了無限光彩，至今仍讓獅友們津津樂道，極力讚揚。

會長任內與大韓民國利川獅子會締盟姐妹會，赴韓簽約時，警車開道，禮車隨行，學生夾道列隊手持兩國國旗歡呼！盛況空前，史無前例，開啟了國際友誼的風範，完成一項成功的國民外交，一時傳為佳話。

1983年擔任分區主席，以其極佳外文能力，將總會分區主席如何開好例會及增加出席率，減少會員退會之有關事項，詳細條文編列成小冊，成為今日A2區重要的參考資料，在總會分區主席是“草根大使”，專責會與會，專區及區三方面的橋樑，對分會間有何困難，出席率，退會，糾紛等種種問題，要幫助解決，宣導總會宗旨，傳達目標與任務，時常與各會會長聯繫，鞏固獅子友誼，專區主席亦同。

1984年擔任專區主席任內事蹟，輔導京華獅子會的成立，擔任導師與分區主席輔導所屬分會，加強會員發展，以謙虛的態度，圓融的手段，

達到最圓滿的效果，所謂政通人和，就是這個道理。林前會長累積數十年的經驗來貫徹獅子主義精神“犧牲奉獻，造福人群”，達到獅子會崇高的理念“ We Serve”，這就是我們應該學習的目標。

1991年擔任A2區，區務副監督，禮讓賢達不求名利，做一個和諧快樂的副監督，並擔任8個以上的委員會主席默默耕耘，並擔任20餘屆的諮議與稽核，培育與提攜東北獅子會後起之秀，今日東北獅子會，會內人才濟濟，會務日益壯大，獅友情同手足，獅嫂親若妯娌，使東北獅子會，真正感受到大家庭的溫暖與快樂，堅定獅友之精誠團結，增進社會福利，奠定了優良傳統之根基，真不愧是東北獅子會的幕後英雄人物。



大同女長青創會瑰寶

第一位女獅專區主席

◎第八專區採訪委員 / 羅文貴

2009-2010國際總會長 埃貝哈魏爾斯揭槩鼓勵配偶及家庭成員參加獅子會，因為她們有幸具「用精神去看及用心傾聽」的特質。而大同獅子會的前輩們33年前即具有此先進理念，由田家樑前會長提議讓獅嫂們成立「大同女獅子會」，並內舉不避親的義不容辭委由自己的賢內助顧篤嫻女士擔任召集人，她也就是成立後的大同女獅子會創會會長。

「幫助別人比自己住華屋、錦衣玉食更快樂、更有意義」，這是田家樑前會長對夫人顧篤嫻說過的話，她不但銘記在心，而且實實在在的去做。她認為「人在做，天在看」，好心一定有好報，福報的到來，總是在無形之中，也許您不常注意，但總會讓

您當下面臨困境時，迎刃而解。她期許獅友們，參加獅子會多付出愛心，為社會服務盡心盡力，有愛心的人最善良、最美。

顧創會長是一位百年樹人的教育家，又兼具熱心公益的慈善家及事業有成的企業家，對她來說只要對的事情，敢說敢做，是非分明，急公好義，所以實至名歸，曾當選第五屆台灣十大傑出女青年。而在會長任內積極推動各項社會服務，舉凡帶領育幼院童至七星山遠足，舉辦博愛同樂會，招待一千多位老人與幼童，舉辦盲聾青少年寫生活動等，表現優異傑出，因此榮獲A2區拔擢出任第一位女獅專區主席，協助A2區與分會間聯繫溝通，貢獻其長才。





從訪談中瞭解顧創會長係從事化妝品行業，而記者係服務於紡織業拓展會，同是讓人美麗的時尚行業，經由其言行聲歆，感覺特別投緣親切，顧創會長在此氛圍下亦娓娓闡述，對於A2區未來的期許與箴言：

一、總監為區最高領導人，當選不易，言行舉止都是獅友典範，動見觀瞻，不宜有不雅言詞，尤其在公眾場合時，一定要謹言慎行。

二、國際獅子會是全世界最大公益社團，成員都是社會精英，惟近期素質有降低之趨勢，有心人士應關注並加強教育訓練。

三、提升獅子會形象，非靠增加新進會員，喊口號，而是確實要從自己做起，

獨善其身而後兼善天下，才能重拾一般社會人士對獅子會成員的尊敬和羨慕。

四、關於「會長聯誼會」的成立有其正面功能，但亦有負面效應，恐變質成選舉的工具，難道「獅友八大信條」已淪為口號，獅友們沒有確實遵守嗎？

五、感謝賴阿溪總監率領獅友認養台東大武國小校舍及活動中心，此項社會服務非常有意義，作為A2區獅友之一員，亦與有榮焉！

顧創會長是架構大同女獅33年歷史的長青樹與瑰寶，更是A2區大家庭的良師益友，為了A2區明天會更好、更昌隆，她的一席話，語重心長，愛之深責之切，實值得我們深思再三。

少一點算計 多一點會計

大同獅子會的會計泰斗

◎第八專區採訪委員 / 羅文貴

天地不語，四時與焉。宇宙運轉，遵循軌道。而被稱譽為世界上最大公益團體的獅子會，從最基本的分會到副區的持續組織運作，不是偶賴曇花一現的巨星，而是倚靠默默奉獻不求聞達的大多數平實優秀的菁英獅友，如此週而復始綿延不斷，實要感謝、敬佩他們無私無我的付出，爰藉月刊一隅，讓他們的芬芳懿行得以播散，並向他們請益，不吝指導我們未來走更長、更寬廣的坦途。

唐太宗嘗謂：「以銅為鏡，可以正衣冠；以史為鏡，可以知興替」。善哉斯言也！可見得賢諫者，得天下民心也，嗣乃有後世傳頌之「貞觀」盛世。300A2區所屬第八專區第十五分區大同獅子會，成立即將邁

向四十二載，早期筭路藍縷時期，在許多創會前輩獅友努力耕耘下，迄有如今之盛況及隆譽，得來不易。尤其特別要提介的是第五屆會長郎萬法獅友（1973-1974），更是最資深的元老，耄壽93，深受全體大同獅友的敬仰

與倚重，獅友們均以「郎公」尊稱，郎公在獅子會資歷完整，曾擔任兩任副監督，屆滿後承吳祖型獅友推薦擔任監督，惟因當時郎公業務及授課繁忙，恐有負所託而謙辭，後乃由邵鳴久獅友接任監督之一段往事。獅子會外，更是集名學者、名教授、名會計師、理事長、董事長等職於一身，閱歷成就令人歎為觀止。

久聞郎公鼎鼎大名，卻緣慳一面。適逢大同獅子會於99年6月份舉辦授証41、42年慶暨會長交接典禮，當晚第一次面見郎公，並不揣冒昧趨前遞上名片，說明專訪來意，不料卻被郎公以場地嘈雜不宜訪談，擬擇日再約而拒絕，自忖恐失敗無法達成任務。詎料隔日上午即接郎老電話，並熱情邀赴宅邸一敘，遂敲定拜訪日期為99年6月26日星期六下午二時，此時心頭的一塊巨石才得以放下，由此顯示郎老不為人知細膩親切的一面。

據傳郎老處事嚴峻、心直口快、是非分明。約定見面日，與內人開車前往郎老坐落於大台北華城之宅邸，一路上忐忑不安，俟抵達後，已見郎二小姐等候多時並親迎門外，經引導謁見郎老，只見客廳茶几上已備妥點心水果，以及多本參考書籍，包括其最近著作，《我這一輩子的流水帳——從沒家的家鄉流浪到有家的他鄉》（約30萬字）、《復旦通訊》、《會計師季刊》、及《大



同獅子會特刊》等，可見郎老做事的嚴謹態度，與對這次專訪的重視。

坐定後郎老首先發問為何有此採訪之舉？經說明係本屆《獅誼月刊》的用心與創意，郎老頷首稱許月刊之方向正確，不致讓獅子會運作有新舊斷層或脫節之虞，旋即交談氣氛和絡。郎老回憶其入會的介紹人——大同獅子會第二屆會長（1970—1971）田家樑獅友，而其第五屆會長授証交接的監交人，是曾任經濟部長的楊繼曾監督。同時他很自豪得意的說大同獅子會具有的三大特色：一、會友們不爭職位。二、擁有會所。三、每年均發行特刊。這三項特色的確值得他會欽羨與學習。

郎公自1970年加入獅子會迄今2010年，獅齡已逾40年，可謂是國寶級資深菁英獅友，不但獅子理念精闢清晰，觀察力與經驗更是無人能比，經懇求郎公如何使獅子會明日更好，精益求精，渥承語重心長指導教誨以下諸端：

- 一、獅子會應作社會的表率。
- 二、準時開會。
- 三、獅子會不是慈善救濟事業，而是做社會服務，啟發幫助被服務對象自立自強。如大同輪網比賽即是。
- 四、獅友間需多聯繫照顧，像個溫馨大家庭。例如日前郎公身體微恙，力行包車、大同、大同女都前往探視，使其溫

馨滿懷。

五、獅子會宜多做表揚，無論在會內或會外，有激勵作用。

六、會員寧缺勿濫，才能提昇獅子會素質與形象。

七、不認同花錢選舉的陋習。

八、部分會長任滿就退會，此風不可長。

九、行有餘力多做媒人善事，在其獅友生涯中，輔導成立力行獅子會，並促成田家樑獅友與顧篤嫻獅友締結良緣。

雖然郎公謙稱93叟，而且自言一眼近盲、一耳失聰，但其生平最大樂趣，乃在每日博覽群籍，著書立說不輟。臨行前有幸獲贈其98年出版之《我這一輩子的流水帳——從沒家的家鄉流浪到有家的他鄉》（三民書局印行），並題辭各送蕭社長法剛及筆者一冊。而在與郎公一起拍照時，瞥見客廳一副對聯「介潔高風為我友」「民懷大德做人師」可說是對郎公的最真實寫照。返回路途，與內人皆深感「聆君一席話，勝讀十年書」，更被他剛直堅毅的精神深深感召。





Lions Clubs International **FOUNDATION**

茂文鐘士會員 LCIF
是一種尊崇 是一種肯定
是能力的證明 是成功的表徵

國際獅子會 300 - A2 區
2010-2011 總監 李仙生
LCIF 區協調員 黃秀榕 敬邀

一路走來，始終如一

陳國安會長

◎第二專區採訪委員 / 林詩涵

有幸訪問至善陳國安會長，他細訴至善獅子會的緣起！

陳會長提到：至善獅子會是由自強母會輔導創立，由林詠偉、徐國勇、黃源吉、陳忠村等四位獅兄結合另21位新獅兄於1989年6月21日成立『台北市至善獅子會』，並由林詠偉獅兄擔任創會會長，創會獅兄共計25名，本會自創立以來歷經各屆會長及獅兄的努力奉獻用心經營，讓本會會務得以永續發展，並持續在社會服務的領域有傲人的表現。



至善獅子會在歷任前會長戮力經營下，計有3個獅子會結盟兄弟會：

300F區 台東縣鯉魚山會、300E2區 高雄市建國獅子會、2個兄弟會皆於1989結盟，結盟姐妹會：354D區大韓民國首爾己未獅子會於1990結盟。

時間漫漫，結盟已逾20個年頭，本會和結盟兄弟姐妹會互動頻仍，每年除交接授證時均有多數獅兄與會互訪外，更有舉辦聯合社會服務，獅兄經營事業參訪座談，名勝旅遊增進視野及熱絡獅子情誼！

陳會長說：本會引以為傲的『至善慈幼營』自創會以來不曾中斷，至今已邁入第22屆，其主要精神乃對社會單親或弱勢家庭之

學童們，在專業人員帶領下，利用例假日在山間、河濱或營地參與活動，或體能健行或知性常識解說或遊戲表演團康活動，得以增進學童們之人際互動及努力向上，用功學業開拓視野。

本屆新任會長—陳國安獅兄，進入這獅子家庭已逾10餘年，在各位獅兄的鼓勵支持下得以擔下本屆會務的重擔，陳會長從事營建工程已逾30年，不曾轉換過跑道堪稱標準的營建人，目前開設安懋營造股份有限公司，從事營建施工、裝修、整建、合建、改建、土地開發買賣等業務。最值得一提的就是創會黃源吉獅兄，雖年逾92歲了但仍臉色紅潤、耳聰目明，是本會全勤獎的常客，平時熱心社會服務，每次活動均一馬當先甚少缺席，尤其捐血等社會服務均可見黃獅兄端坐文案桌前，熱心提供各種協助和服務。

分會選輯

在這未來的一年秉持總監李仙生獅兄的年度主題『歡笑友誼，快樂服務』積極推動並配合參與300A2區各項區務活動：

- 1.鼓勵全體獅兄積極認捐LCIF,踴躍參與各項會務活動並提供有意義之社會服務以提昇擴大社會服務之能量與廣度水平。
- 2.持續舉辦『至善慈幼營』活動之社會服務。
- 3.加強新會員成長，並鼓勵獅兄介紹新獅友

加入，以活絡並加強會務之活力。

- 4.利用社會服務及活動的舉辦，加強獅兄情感深化及各友會獅誼交流。
- 5.延續並加強本會各項社會服務之推動。

陳國安會長將以積極負責的態度，帶領至善獅子會進入新的年度，並盡其所能完成階段性的任務，因為獅子家庭就是一個傳統、傳承的接力延續！每個會長都必須秉持獅子精神及傳承去延展該會的生命！



以美會友——榮華 吳俊明

◎第二專區採訪委員 / 林詩涵

會長吳俊明（Jim.Wu）獅友隸屬300A2區台北榮華獅子會，一個年輕積極參與人生及獅子大家庭有為的會長。獅齡僅僅只有半年，卻勇於擔當並接受會長的職務，將帶領台北榮華獅子會更上一層樓！當然在獅子這個大家庭，是一個值得深耕及學習的大環境，令人往往學習更多、獲得更多、快樂更多！誠所謂的：「有捨才有得」、「施比受更快樂」！

何創造個人獨特的風格，掌握屬於自己的流行語言，幫助更多喜歡美的朋友，也能充分運用觀念和技巧融入生活當中。



吳會長是一個資深彩妝工作者，從事彩妝專業領域逾20年，曾任職Bobbi Brown、雅詩蘭黛、AVEDA、香緹卡等國際知名品牌首席彩妝師，對於流行趨勢及彩妝教學頗具經驗。而賞心悅目的裝扮一直是人們關心的焦點，也是個人工作生涯心心念念的課題，如

美麗的外在顯現自信的內涵，雍容合宜的肢體語言是人與人最美好的溝通方式，現代資訊發展蓬勃，雖然提供了接觸彩妝相關的訊息，但對大多數人而言依然無所適從，因為因時因地制宜，適人適所地運用並非人人均可駕輕就熟。化妝是代表對事對人的重視，是國際禮儀的一環，更能提昇個人形象的提昇。因緣際會有幸加入國際獅子會，不僅在個人的專業領域，以美會友，更可以藉由參與活動，和獅友先進請益，開拓更寬闊的生活面向。

吳會長承諾在未來的一年，一定會致力於所有的會務及公益活動並積極拓展新血輪，方能年輕化並延續所有前會長辛苦經營的傳統及血脈，他以感恩的心，謝謝創會會長俞梅華及所有獅友給予成長的機會，他一定會盡其所能，回饋榮華獅子會、家庭及社會。更期許在未來的一年，榮華獅子家庭所有的獅友及家人都順順利利、健健康康、快快樂樂！



自強獅子會授証35週年慶

◎第二專區採訪委員 / 林詩涵



自強獅子會於2010年7月17日在典華旗艦館舉行授証35週年慶暨姊妹會兄弟會結盟紀念典禮。

典禮於11：20開始，由凌文嶽獅友及林惠茹獅嫂（段瑞琪前會長夫人）兩位司儀主持，依序由菁彩及菁英美麗的獅姊們，接著由至善、城中英挺的獅兄們，再由結盟兄弟會：桃園自強獅子會、台中自強獅子會、台南自強獅子會、台東自強獅子會、基隆自強獅子會和結盟姊妹會：大韓民國首爾東方獅子會、日本東廣島獅子會，展現出台北自強獅子會廣結善緣及願意付出的精神，締造多數多種的結盟，擴大群體群力的力量，歡笑友誼，快樂服務！

11：30重頭戲緊接著開始，介紹自強王再益會長伉儷、李仙生總監伉儷、張鈞翔會長伉儷、前會長伉儷及全體獅友們陸續走上伸展台接受所有人的恭賀。看到一對對深情款款的夫妻檔，互相照顧，互相支持，在公益團體共同承擔，共同帶領階段性的任務，並有血脈延續的傳承，令人有許多感動！

在主席王再益會長的致詞中，充滿了感恩過去及期許未來的發展。台北市自強獅子會成立於1974年7月5日，時光匆匆，35這個數字代表著自強獅子會的資歷、獅齡及歲月的痕跡！它亦代表了35位熱忱、無私的會長，努力的經營及傳承！優良血脈的傳統及不斷的洗禮，終孕育出第一位總監李仙生獅友！他也將在2010-2011年帶領300A2區的全體獅友邁進一個新紀元。

最後王再益會長並以：**感恩過去慶相**

知，期許未來鴻福至，這句話與在與會的獅友及嘉賓共勉！

新會員入會宣誓是由第二專區主席周遊獅友監誓，總計有9名新會員，周主席強調入會後有其責任、義務及融入這個公益大家庭，它必有甘有苦有期許！

誠所謂的『有捨才有得』助人為快樂之本，在簡單嚴肅的宣誓中，充滿著溫馨及期許！

總監致詞：是由2010-2011年總監李仙生獅友致詞，簡短有力，充滿信心及決心。他將帶領自強獅子會及300A2區所有獅友進入更進步、更祥和、更有發展的公益社團，並皆盡所能奉獻一己之力，照顧弱勢團體！

他個人也是本次大會主席王再益會長的連襟！

王再益會長伉儷贈送李仙

生總監伉儷一幅極具意義的對聯：**仙石貴一品，玉花春四時**是由李仙生總監小姨子詹美華獅嫂親自提筆獻上，亦代表姊妹情深，送上深深的祝福！

總監李仙生邀請所有獅友必須以下列的次序來經營獅子會務，才不致影響自己！

1.健康2.家庭3.事業4.獅子會

他今年的口號為：

歡笑友誼，快樂服務！





自強獅子會今年捐贈28個獅子會國際基金"LCIF", 意味該會的國際觀, 願意與世界接軌, 貢獻一己之力, 協助在地球上所有的弱勢團體能走過人生的低潮!

整個大會是由授證籌備委員會主任委員陳鴻儒獅友用心帶領九個籌備小組精心策劃, 才能在此次授證35週年慶順暢、完整呈現在每個參加的獅友、貴賓心中。在典禮大會的過程中, 許多點點滴滴, 溫馨感人, 細膩細緻!

他細心地安排進場儀式, 展現對母會、對子會、對兄弟會、對姊妹會的尊重, 感恩前會長、已故會長的犧牲與貢獻, 新獅友入會宣誓, 新血輪的注入與未來的培育, 所有與會人的話語, 一切等等程序,

雖然看起來都是千篇一律, 但卻都是該會籌備主委陳鴻儒獅友及全體籌備小組成員的用心及規劃, 才能夠完整順暢!

接著自強之光聯誼晚會

開場是由李仙生總監夫人詹玉華獅嫂獻唱?我的心裡只有妳沒有他?, 聲音低沉有磁性, 台風穩健, 款款深情對著自己深愛的老公-李仙生唱出發自內心的歌曲, 令人感到夫妻情深莫過如此!

五位亮麗的獅嫂穿著金黃色流蘇短禮服

跳傘舞舞姿曼妙, 還有五位亮麗的獅嫂穿著紅色流蘇短禮服表演YOUNG-GIRL, 在鄭郁潔老師的教導下, 僅有短短五次的練習時間, 即能有如此的?果及成績, 也代表了自強獅嫂的團結及用心!

36屆會長 王再益獅友, 今年擔當起會長一職, 他以決心、毅力及負責任的態度, 領航自強獅子會進入36這個重要年度。



在未來的日子裡, 他也會承襲該會的傳統精神, 秉持李仙生總監今年度所提倡的?歡笑友誼、快樂服務?, 將自強獅子會推向更高峰!

更期許在座與會獅友及嘉賓:

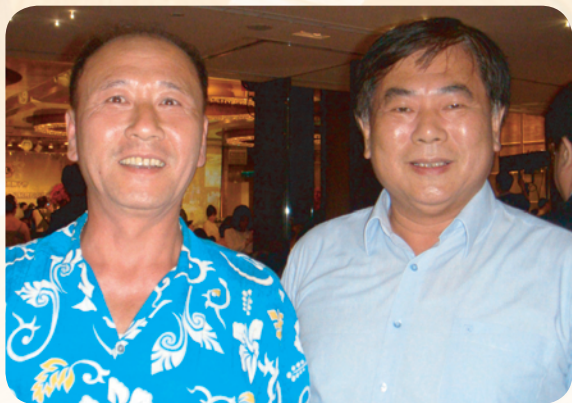
活在當下, 愛我所愛, 做我當做!

感恩過去慶相知, 期許未來鴻福至!

共勉之!

民權、西門 的理想和抱負

◎第四專區採訪委員 / 李雪雲（菁英）



台北市民權獅子會2010-2011年度，由曾麗珍會長從陳志明會長手中接棒傳承。曾會長經營舒壓養生館多年，提倡自然療法並結合中西醫，給予客戶最好的協助。「溫馨、簡單、快樂」是注重養生及健康的會長，也將秉持相同的理念在新的年度，帶領民權團隊。民權獅子會雖然會員人數不多，且獅兄佔多數，但每次月例會或與兄弟會聯誼，大多會邀請獅子家庭共同參與，藉由這種家庭式的聚會，讓家人瞭解『獻身社會，樂於助人』的獅子信條，進而支持獅子會。新的年度更增添了6位獅姐加入民權獅子會溫馨的大家庭。由於會內獅姐、獅兄們多數為社會的菁英及企業主，事業遍及全球，經常在國內外奔波，對於社會服務即使不能親力親為的出力，也絕對出錢贊助，從不落人後。每月例會費用，皆由歷任前會長贊助，而全部會費收入，則都捐出做社會服務。

民權獅子會的社會服務，擴及海內外，除了自921大地震起與十方愛心合作協會合作發放物資，對象是低收入戶和街友，

並且隨時隨地發揮獅子精神，關懷疾苦、扶弱濟困，有需要就付出以外，每年必做的服務，即是為柬埔寨華語學校，重建學校（已於3年前完成）、補助學雜費及營養午餐，以實質的幫助，來關懷曾為國家流血流汗的遺軍同胞後裔。

台北市西門獅子會在陳坤成2009-2010用心經營下，移交給2010-2011年度陳榮貴會長，陳會長紅光滿面、精神抖擻，卻為人低調、謙虛。經營建設公司的陳會長謙虛的說，自己本來就是想做公益、服務社會，但一個人的力量總是有限，透過獅子會，結合更多志同道合的人，團結一起的力量，達到回饋社會的目的。西門獅子會今年的社會服務，將有部分別於往年，除捐助孤兒院...等弱勢團體的補助經費外，將實質協助救難協會硬體架設。有鑑於風災、水災、地震、山難等造成的意外頻傳，救難時除有熱心救人的專業人員外，更需要完善的設備，提升獲救者人數及救難品質。「助人為快樂之本，救難更是挽救生命的最前鋒！」西門獅子會的社會服務理念，就是從第一線開始！



300A2區獅子會的菁英

◎第四專區採訪委員 / 李雪雲（菁英）



99年7月6日國賓飯店的菁英獅子會會長交接典禮中，67位穿著藕色旗袍的生力軍，宣誓加入菁英獅子會，會員人數達112位，再創2003年創會時會員人數破百的榮景，又一次成為A2區第一大會！菁英獅子會第七、八屆會長交接暨授證七週年紀念典禮，在第七屆會長陳鳳櫻鳴鐘後拉開序幕。隨即在李總監仙生的監交下，為新任會長朱伶披掛職務肩帶，朱伶會長從鳳櫻會長手中，接下菁英獅子會印信及權槌，以及未來一年帶領所有會員傳承獅子精神的重任。

鳳櫻會長一襲藕色旗袍，展現出中華女性溫柔婉約、落落大方的本性，主席致詞時真情流露，感謝廖學漳獅姐夫的體諒和支持，讓她這一年來把會

務擺在事業及家庭之上，更感謝全體獅姐的全力支持，首次沒聘幹事，落實所有會職員幹部及各委員會召集人的職責，群策群力，才能圓滿達成年度多元例會和執行各項社會服務的理想和計劃，並讚揚曾任小學校長的創會長秀榕獅姐是一位教育家，實際參與和默默支持會長推動各項活動，低調不居功的身教影響菁英所有獅姐發心，熱情參與會務，並感謝各前會長淑華、月珠、來春、寶春所奠定好的基礎，更高興有朱伶的強棒接續菁英傳承。鳳櫻會長在2010-11年度將接任A2區兒童服務委員會主席和YC副執行長的職務，繼續堅持其人生理念“施比受更有福”，發揮獅子精神，服務社會。

李總監致詞時鼓勵表示菁英獅子會充滿活力，會員發展迅速，已達112位，透露將創一個獅子會，對象為獅子成員的第二代，由前總監林齊國的公子擔任第一屆會長，李總監的公子擔任第二屆會長，用英語開例會，為第二代塑造說英語的環境，訓練並提升國際觀，將由菁英擔任母會，由黃秀榕和



分會選輯



林齊國擔任導師。李總監同時讚揚菁英獅姐滿懷愛心，在秀榕創會長接受他邀請擔任A2區LCIF協調員和會員成長委員會主席，在第一個月內，即交出亮麗的成績單，菁英會員成長破百並捐獻20個LCIF，他對此表示感謝！

接著，在第四專區主席張淑華獅姐的帶領下，67位生力軍宣誓加入菁英獅子會。披上職務肩帶接下這一棒的朱伶會長，美麗大方、為人海派、交遊廣闊，是個有超強吸力的發光體，致詞時豪氣的說“賺錢就是要花，尤其花在幫助別人更有意義”，未來一年讓獅姐們玩的開心，也做的開心，使得公益活動、社會服務變得更有興趣，更多的人願意快樂付出。社會服務即刻展開，典禮中捐獻贊助 (1)台北市國民中學自足式身心障礙特教班學生假日體育競賽活動，由蘭雅國中尤玉莞校長代表接受 (2)花蓮縣卓溪鄉卓樂國小 (3)中華民國癌友新生命協會 (4)社團法人基督教青年會 (5)台北市殘障桌球協會 (6)中華民國華夏社會公益協會 (7)LCIF，氣氛

溫馨感人。

總統馬英九賀電，台北市市長郝龍斌賀匾，前總監賴阿溪及自強母會會長致詞勉勵，使得典禮更顯生氣蓬勃。會長交接暨授證七週年紀念典禮在司儀陳明華 凌文欽獅友主持下流暢進行，主席鳴鐘後圓滿禮成。

晚會一開始，能歌善舞的菁英娘子軍即演唱兩首中、英文歌曲“情人”、“Oh Carol”，再由朱伶會長領軍演出，從柔情似水的“情人”搖身一變成為勁歌熱舞的辣妹，挑動全場嘉賓釋放他們熱情的靈魂，個個如痴如醉，完全浸潤在美妙的音樂、輕快的節奏中...。節目內容多元、精彩，專業歌手、專業特技團體的表演，串起了整個晚會，各獅友貴賓也在特別鋪設的地板舞池，盡情舞出健康，快樂分享菁英的喜悅，也使得晚會更臻完美。

松鶴賴秀貞獅友專訪

◎第五專區採訪委員 / 張家浚

第五專區有一個五代同堂的會，而且會名取的相當響亮“松鶴”，台語諧音就是“最好”的意思，讓人聽過馬上就記得，這是創會人林錕惠獅友的創意巧思下的傑作，真是厲害。

這期專訪的對象是松鶴第15屆的前會長賴秀貞獅友，因為松鶴原本是女獅會，在賴秀貞獅友接任會長後為了讓松鶴更活潑，更有朝氣，因此推動男女合會，希望鼓勵一些較有經濟基礎又熱心公益的男獅友加入，今年接任的會長陳文進獅友就是第一位男獅友會長，開創松鶴嶄新的一頁

賴秀貞獅友在歷任前會長的推薦下戰戰兢兢的接任第15屆大會會長，一上任就推動“多讚美，多參與”的口號，畢竟會務的推動一定會遭遇到不同的聲音，大家都是一心一意為會務的成長而努力，唯有多讚美，多參與才能取得共識，團結一致，發揮最大的力量，因此賴秀貞獅友在會長任內獲獎無數，包括世界總會頒發的“傑出會員成長獎”，“會員鑰匙獎”，“會長水晶獎”，“傑出會長獎”及王光祥總監頒發的“會員繳費快速達成獎”，“特殊貢獻獎”，“優秀會長獎”...等，這都要感謝松鶴全體獅友的熱心相挺，全力付出。

賴秀貞獅友在社會服務的推動上也不遺餘力，松鶴連續15年從未間斷贊助“聖安娜之家”，以及偏遠地區國小獎助學金如“鹿谷瑞田國小”，新竹石磊國小”...等，捐血活動更是8場達1056袋，並獲得內政部長李逸洋頒贈感謝狀...，在在顯示對會務的用心及投入，還被老公取笑“在公司上班都沒有

這麼認真”。

每年的花蓮龍吟兄弟會2天1夜的聯誼自強活動，登山健行，聖誕晚會活動更是辦的有聲有色，這也顯示賴獅友在推動獅子

家庭聯誼，增進獅友感情的用心。即使擔任輔導會長任內時全年例會皆全勤出席，在如此的責任心，企圖心帶動下，更加凝聚松鶴前進的動力，因此獲得吳明兒上任會長的推薦專訪。

現在賴獅友最關心的是在新任會長陳文進的帶領下，松鶴能邁向更高的里程碑，除了會務的推動外，也能有更好的成績，期許會員人數能更成長，目標40人。當然賴秀貞獅友也非常感謝松鶴前會長暨全體獅友的熱情相挺，讓她在一年會長任內收獲良多，獲益斐。訪談中她提供保存完整的會務資料及活動集錦，因為這是她人生中最美好的回憶。

在這次採訪過程中，與賴秀貞獅友校稿溝通數次，可見賴獅友是一位非常有榮譽感且凡事親恭的獅友，獅子會是一個公益團體，若每位獅友都能擁有這份獅子會的榮譽感及熱心公益精神，在獅子會就能結交更多志同道合的好朋友，也就符合李總監今年度的口號“歡笑友誼，快樂服務”，共創美好的明天。



包容體諒加和氣 快樂人生有意義

崇德會長 李美玲

◎第六專區採訪委員 / 鄭朝進

崇德獅子會在一年前有部份獅友另創新會，影響了崇德獅子會會員人數，新接任的李會長，也知道事情的嚴重性，心想 "如果我能帶給獅友們歡樂，我就會歡樂，當我帶給獅友們祝福，我就會得到祝福。" 深知箇中涵意，在接任會長前就努力朝新會員發展下工夫，每天帶給周遭的朋友與獅友們，歡樂與祝福溫暖趣味中，建立了極佳的人緣，再加歷任前會長與獅友們共同努力發展新會員，漸漸的增加了崇德獅子會會員人數，展現出過人的氣質與領導能力。崇德獅子會在創會長 張超賢獅友帶領下，已經邁入第二十一年，目前獅友人數有三十五人，與日本 "西那須野"獅子會結為姐妹會，每年都在彼此交往及鞏固友誼的基礎下，持續綿延不斷的進行國際交流，締造國民外交。再與高雄"健立獅子會" 締結兄弟會，每年在南來北往之中，彼此兄弟情誼"根深蒂固" 姐妹與兄弟會，共同秉著獅子會最崇高的理念 "We Serve"來服務社會，造福人群。在快樂為服務之本的時光，留下非常美好的回憶。李美玲會長是一位成功的企業家，曾經在友區擔任獅子會秘書、財務，才華卓越，在一次偶然機會被 蔡俊仁獅友賞識，引薦到崇德獅子會，今年擔任會長深知獅子會的理念，以下幾點是李會長會務工作與目標。

一、會員人數的成長列為首要目標: 本會現有會員人數為 三十五 人，本年度預計突破 四十 人以上，以達到新年度總監的期許，並請資深獅友重點輔導，在歡樂與祝福下，避免新會員流失。



二、朝新科技邁進: 設立本會網站，將獅友及獅子家庭生活寫實，儘量載入網站，樂趣提供分享、促進獅子家庭聯誼、加深獅友情誼。

三、利用電子信箱 E 化傳達文件，減少紙張用量，達到節能減碳效果。

四、每月召開兩次例會，並於第二次例會邀請獅嫂、獅姐夫 加例會，並邀請專家、學者演講，舉凡生活有關及理財、醫學常識等等，增加知識與見聞。

五、社會服務：除了配合A2區各項社會服務外，本會將以"教育"改變人類未來，用"服務"喚醒社會良知。本會非常重視青少年的身心發展，長期捐款給青少年 "純潔"協會、以及與青少年有關的"得榮"基金會。東石"聖心"教養院也是本會長期捐贈的對象，本人接任會長將極力尋找更需要幫助的教養院，除了金錢的幫助外，再加實際志工行動，以上是我們今年本會社會服務的目標，~愛~沒有終點，只有永遠的起點。

李會長以女性會長特有的親和力，包容體諒、善解人意，崇德獅子會新年度在她帶領下，一定會過得非常快樂和諧的一年，過得非常有意義的人生。

真心付出 讓世界更美好

景美會長 何潮華

◎第六專區採訪委員 / 鄭朝進

從事環境保護工程的景美獅子會會長 何潮華，是一個傑出的企業家，多年來接受獅子會的洗禮，從中學習了很多做人處事、修心養性、滿懷愛心。知道如何投入社會服務，培養了獅子主義精神及其至高無上的理念 “We Serve” “正與自己職場理念不謀而合，保護地球環境，真心付出 讓世界更美好。

景美獅子會在創會會長 林仲雍獅友帶領下，至今已邁入了三十二年，歷經各前會長卓越領導，以及獅友、獅嫂大力支持下，奠定了厚實基礎。會內充滿溫馨和諧，積極參與社會公益活動，深受各界好評。何會長說：目前本會會員人數共有28人，本會目前結盟的姐妹會有韓國釜山市 花郎獅子會(30)年、日本福岡 赤口獅子會(26)年、韓國首爾市 三安獅子會(15)年。兄弟會宜蘭 頭城獅子會(3)年、今年又在第二副會長 江文得獅友的引荐下與高雄 八德獅子會建立友好關係，彼此相互學習與成長。今年的年度目標與重點為：

一、每月定期舉辦兩次例會，加強獅友及獅子家庭聯誼，但為了強化社會服務的質量並重，請求獅友們的支持，簡化餐費，儘量將資源用於社會服務，以改變獅子會多年來“吃吃喝喝”的負面形象。俗話說“知易行難”希望各位獅友支持。

二、本會相當重視獅子家庭聯誼，每年舉辦

中秋晚會、聖誕聯歡晚會，並舉辦國內旅遊、國外參訪姐妹會活動等等，促進獅子家庭的和樂。

三、延續本會社會服務精神，今年將增加偏遠山區學童及育幼院的社會服務。嘉惠貧困家庭兒童。

四、增加新會員列為今年首要目標，敬請本會全體獅友，為我 景美獅子會優質傳統的延續，共同維護基業，擴大吸收新會員。

五、落實上屆本會議決事項，加強新年度，會職員職責與職務的履行，讓全體獅友有成就、友誼和榮譽的尊榮。

何潮華會長以一個成功企業家，虛心溝通、精於協調，展現出極佳的領導能力，又有一顆充滿熱誠的愛心，無私奉獻來為獅子會付出，服務社會，造福人群。唯有真心的付出，才能讓社會更好，讓世界更美好。相信景美獅子會，新年度在他的領導下，會務將會更光明燦爛。



彙集全球21位醫生的經驗和智慧

◎編輯部

養生保健【本文源自e-mail資料】

1. 不是每個人都適合做近視矯行手術，除非你在手術前已經持續、穩定地佩戴了一年以上的近視眼鏡或者隱形眼鏡。如果你時摘時戴眼



鏡，一定要告訴眼科醫生，並且近期最好不要做近視矯形手術，否則會影響醫生對你的矯正視力的判斷。

堅持帶太陽眼鏡對保護你的眼睛遠離白內障等各種眼疾非常重要，尤其在上午10點~下午4點之間這段陽光照射最強的時候。

在具體選擇上面，並非是價格越貴或鏡片越暗的效果就越好，是考慮鏡片是否標註阻擋 100% 的紫外線。千萬不要只顧著選好看的鏡架，而忽略鏡片的質量。

—— 眼科醫生

2. 如果你認為刷牙就是早晚各一次的事，那是因為你還不知道，睡眠時細菌在你的口腔內的繁殖速度只是在白天就有 60%，也就是說在白天，你的口腔更需要護理。

我推薦 343 的刷牙模式，就是早上刷牙3分鐘，中午刷牙4分鐘，晚上刷牙3分鐘。但刷牙最好安排在飯後半小時，這樣

不會損傷牙釉質。

吃了薯片後尤其要清潔牙齒，因為薯片對牙齒的傷害甚至比甜食還要嚴重。千萬別以為只要牙不疼就是健康的，不少的牙齒問題都是不容易被感覺到的。

你最好每6個月看一次牙醫，但看牙醫要避開月經期。

—— 口腔醫生

3. 果酸可以幫助消化，如果你消化不良，那我鼓勵你飯後吃一個水果。但如果你消化功能良好，飯後吃水果可能反而會幫倒忙。因為食物進入胃後，需要兩個小時甚至更長的時間來消化，而水果，尤其是較硬的水果，比如蘋果、梨子等，會在胃內長時間滯留，不僅加重消化負擔，還反應產生氣體，引起腹脹。因此建議你飯後1~2小時再吃水果。

體檢要求空腹，但不是要求你從前一天晚上開始就不吃飯，這樣得到的體檢結果反而不準確。我的建議是，體檢的前一晚吃清淡的飲食，當然不能喝酒，咖啡和濃茶也不要喝，體檢的當天早上不要吃早餐，少喝水，也不要做體育鍛煉。

—— 消化內科醫生

4. 千萬別在身體感到特別疲勞時喝咖啡或濃茶來提神，否則會對心血管系統造成巨大的傷害，心慌就是表現出的一種症狀，身體疲勞時吸煙，煙草對身體的傷害也會加倍。

—— 心血管內科醫生

5. 儘量不要在空氣流動性不好的健身房中健

身。因為這樣的空氣中充斥著其他人呼出的廢氣，邊運動邊吸進這些有害的氣體，不僅達不到強身健體的目的，反而損害身體健康，首先遭殃的就是你的呼吸系統。

—— 呼吸內科醫生

6. 雖然染髮和血液病有直接關聯，目前還沒有醫學統計資料證實，但根據我的經驗，如果一年染髮4次以上，出現頭暈、偏頭痛，進而血小板降低的可能性會比不染髮的人大得多，有些人的白血球細胞數量還會明顯減少，也就是說免疫力降低。我相信這是染髮劑中的化學物質所致，這也是我最近在研究的課題，我的建議是少染髮。

—— 血液病科醫生

7. 每年體檢，切記要關心你的甲狀腺健康，最好驗血檢查你的甲狀腺激素含量。如果甲狀腺激素分泌不足，你會很容易出現抑鬱情緒，體重也會增加。

—— 內分泌科醫生

8. 喝水這件事可不是多多益善，理論上來說，多喝水是可以幫助腎臟排毒，減輕腎臟負擔，但要知道，人體是一個嚴密的平衡系統，成人的腎臟每小時只能排水800~1000毫升，如果你在一小時內喝水超過1000毫升，反而會導致低鈉血症，影響腎臟健康。

所以，每次喝水不要超過100毫升，每小時喝水不要超過1000毫升。

—— 腎臟內科醫生

9. 一天吃2份以上的乳製品並不補鈣。因為

人類並不適合消化牛奶，全球75%的人的胃中缺乏消化牛奶中的乳糖的酶。只有生活在歐中、中亞等地的人，由於可以經濟而安全地飼養奶牛，把牛奶作為重要的營養來源，久而久之獲得了消化牛奶中乳糖的能力，並遺傳給後代。

而我們由於缺乏消化牛奶的能力。大量飲用牛奶容易患上關節炎、過敏、哮喘和各種胃病。如果真的喜歡喝牛奶，每天喝一杯就夠了，想補鈣可以多吃沙丁魚，杏仁和蝦。

每10個人中間就有一個平足，所謂平足就是腳弓很淺或者沒有腳弓。平足的人，走路時間一長就會腳疼。但不要以為少走或者以車代步就是解決的辦法，因為我們發現，平足的人在50歲之後不僅會出現不同程度的腳骨扭曲，還會出現不同程度的心臟疾病。國外把平足分等級，3級以上的平足就要進行手術，與其等老了再做手術不如現在就做。

—— 骨科醫生

10. 冬天別用太熱的水洗臉，否則面部皮膚迅速擴張，之後容易長生皺紋。夏天也別用太冷的水洗臉，否則毛孔收到刺激突然收縮，其中的油垢不能被及時的請出，容易出現粉刺和痘痘。要想抵抗皮膚衰老，比起皺紋而言，皮膚鬆弛和毛孔粗大更要重視。

—— 皮膚科醫生

11. 不要擔心自然生產會導致陰道變鬆，身材走樣，這是沒有根據的。陰道幾乎是

你身體中彈性最大的一塊肌肉，它即使因生產而輕微流血也能很快恢復。至於對身材的擔憂，只要你懷孕期間不過分補充營養，不僅不會導致身材走形，產後反而能重新塑身。

更重要的是，自然生產能預防很多女性婦科病的發病，醫生都鼓勵自然生產，剖腹產只是輔助手段。作為產科醫生，我比誰都了解剖腹產的弊端。比起自然分娩的子宮縮痛，剖腹產後的傷口更痛，而且剖腹產後24小時內你都無法下床，3天後才能有奶，母親和寶寶都會很受罪。

子宮縮痛的程度，每個女人的體會都不一樣，有的甚至覺得不怎麼痛，影視劇中表現出來的屬於藝術誇張。對於自然分娩這件事，信心是最重要的，在孩子出生的一剎那，所有的疼痛和不適都會被一種巨大的幸福感代替。

—— 產科醫生

12. 經期前和經期中，由於盆腔充血、子宮收縮，女生會腰部酸脹，此時千萬不要揉腰或捶腰，否則不僅會加重充血，導致更加酸脹難受，還會使出血增多。想要避免陰道細菌感染，最好的辦法不是勤用洗液，而是使用安全套。

—— 婦科醫生

13. 導致腫瘤的原因多種多樣，黴菌就是其中一種。玉米、粳米、黃豆等健康食品一旦發黴就產生這種會引起腫瘤的黴菌，破壞胃、肺等臟器的健康。雖然要響應號召吃粗糧，但一定不能吃有發黴的粗糧，一點點也不可以。

—— 腫瘤科醫生

14. 我接觸到很大一部分患者被病毒感染的原因其實是“二手屋”。據我的瞭解，只有不到10%的屋主在出租房屋時會對房子進行消毒，而 蟲、感冒病毒、B肝病毒、麻疹病毒、黴菌等都能在常溫下長時間在屋內存活。如果你是在冬天搬家，那就更要注意了，因為這些病毒和細菌在低溫下存活的時間會更長。

因此，搬進新租的房子前，對房子進行前期消毒很重要，牆壁、床下、洗手池、馬桶這些地方都不能錯過，尤其還要請專業人員來清洗消毒空調。

—— 傳染病科醫生

15. 長期使用電腦、頻繁發短信，多年駕車，這樣的生活習慣都會導致你的手腕部神經被壓迫，出現損傷。如果你感到手腕、手肘或者肩部關節酸痛，都有可能是神經已經受損。遇到這種情況如果聽之任之，隨著年齡增大，疼痛會越來越重。所以，不要大意，最好及時到醫院顯微外科診斷治療。

—— 顯微外科醫生

16. 針灸減肥並不是對每個人都會有效。因為針灸減肥的原理是刺激相關穴位，降低食欲，從而達到減重目的。所以，如果你平時食量大，屬於單純性超重，那選擇針灸減肥會有不錯的效果。可如果你平時就吃得不多，是由於內分泌不調引起了肥胖，那最好還是去內分泌科檢查檢查。

—— 中醫針灸師

17. 物理治療現在越來越夯，很多運動導致的肌肉損傷都選擇這種非藥物方法來治療。在國內，很多本科生和研究生都在從事這個工作。但如果我去就醫，我還是會選擇診室中領班的老護士長，她們雖然學歷沒那麼高，可經驗非常豐富，而物理治療正是一門經驗學科，有的人需要這樣的治療，有的人就不能用這種手法按摩，沒有道理，學問根本無法解釋。研究生學歷雖高但臨床時間不夠長，有時候很難判斷，但老護士很快就能根據經驗判斷出做出正確的治療。

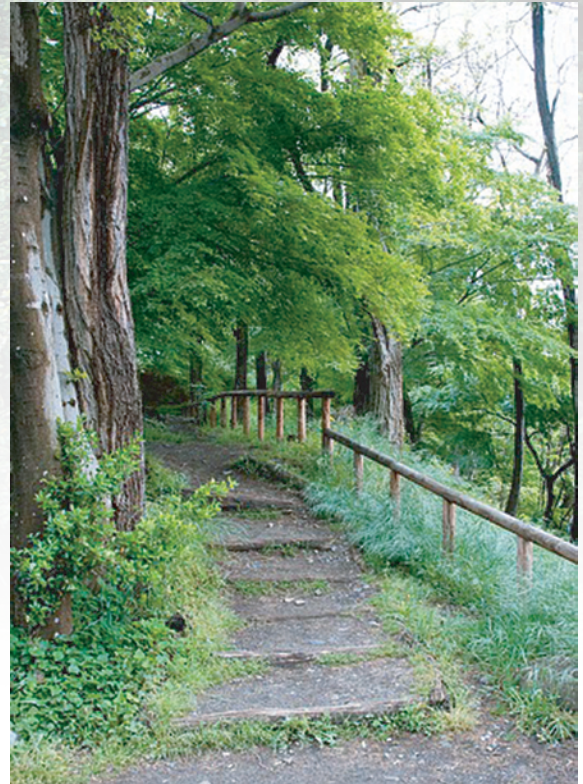
—— 物理治療師

18. 在國外，B超醫生是有特別津貼的，因為射線或多或少對身體產生傷害。國內孕期媽媽的“潛規則”通常是3個月之後，每個月都要做一次B超檢查。可是，在嬰兒的神經發育期，任何一點小影響可能對他的未來造成傷害。

所以我的建議是，孕期女性做B超檢查的次數不要超過3次，而且最好都在6個月後進行。

—— B超醫生

19. 不要在婦科醫生的指導下吃一種藥，然後又在皮膚科醫生的指導下吃另一種藥，並且這2種藥都是非處方藥，這樣的話，非處方藥之間會抵掉藥效，甚至把病情搞得更糟。不論你正在服用什麼藥物，一定要讓醫生或藥劑師知道。吃藥期間要禁酒，因為酒精不僅會將大部分藥物的副作用放大數倍，還有可能和藥物成分發生反應生成新的毒性成分。



服藥時不要用熱水或果汁服送，否則容易影響藥物療效。每日服藥3次不能根據一日3餐的時間來安排。要將一天24小時平均分為3段，每8小時服藥1次。

—— 藥劑師

20. 最想告訴你的健康秘密：增加腦力的最佳辦法是：玩牌、玩樂器，或者玩‘數獨遊戲’。

21. 有什麼能夠實現以下5個健康願望呢？

- 使你患心血管系統疾病的風險減半。
- 相當於每年得到一張免費的健身卡。
- 味覺和嗅覺都變得更敏銳。
- 被感冒侵襲的機會大大降低。
- 壽命增加8年。

答案是戒煙。

吉祥如意輯富貴發達

◎第七專區採訪委員 / 莊秋敏

當您參加友會授證或交接時，聽到台上致辭者祝福的吉祥話是「祝大家吉祥如意、富貴發達」，這時，您不用抬頭看主席台上的紅布條，您可以確定您參加的是吉達獅子會的盛會，因為吉達這個名稱的來由是取自這八個字的精華。

民國八十七年，在蕭法剛前總監睿智的領導之下，一年內A2區同時誕生了五個分會，其中一個是由八德獅子會輔導，創會會長黃建興獅友帶領創立的吉達獅子會，它隸屬於第七專區第拾參分區，是一個小而美的團隊，會員雖然不是很多，也才第拾參屆，但因歷屆會長個個都是強棒，長期的在尖石鄉作社會服務，對獅子會的宗旨造福人群，服務社會的精神都能力行，且發揮到極至，以致在A2區有極高的評價。

很多獅子會在經歷創會拾年左右都有一個低潮期，常常會有找不到會長的窘境，吉達獅子會是不同的，據說他們的會長，已經排序排到第貳拾屆了，為甚麼會有這個現象？因為吉達傳承的文化精神是希望大家以家庭為重，正所謂的齊家治國才能平天下，所以他們的活動均是請獅子家庭一起參加，讓家人也能一起分享獅誼與社會服務的快樂，當獅嫂在瞭解獅子會活動的真諦之後，當然更樂於支持獅兄對獅子會的投入，因此也造成了良性的循環，會員們肯定在吉達獅子會當會長不但是一個至高的耀榮，而且是一個快樂又甜蜜的負擔。

如果，貴會在為會長接序問題而苦惱時，建議您向曾經擔任第七專區主席的吉達創會會長黃建興獅友請益，他是一位非常成功的創會會長，不但經營印刷器材事業非常



成功，跨足兩岸，且用心輔導領軍吉達全體獅友，讓會員感覺到在這個大家庭相處是溫馨的、付出是快樂的，這就是獅友們為何暱稱他為「獅頭」的原因了。

這一屆的會長柯季宏獅友，非常帥氣瀟灑，一副文人書生樣，但他卻是武術高手，曾經在台北市萬華YMCA擔任跆拳道總教練長達捌年之久，本身是工專電機科班畢業，現經營光電無人化自動工業，不但事業有成，而且在貳拾餘年前就投身當義工，經常幫助街友遊民，及發送衣物糧食給偏遠地區的兒童，因為吉達獅子會，長期的社會服務對象是新竹縣尖石鄉梅花國小，當年因均在從事公益活動，而結識了第七屆的會長李添猛獅兄，因此更認識了獅子會，後又經朋友介紹，從而加入了這個獅子大家庭，今年擔任會長之職目標是擴大社會服務範圍，讓一些偏遠地區真正需要幫助的弱勢團體能接受到吉達的溫暖。更期望能帶領著新內閣團隊展現新活力、新氣象，讓吉達的獅友們真正感受到我們的總監李仙生獅友年度的宗旨「歡笑友誼、快樂服務」並非只是一句口號，獅友們！吉達號這艘滿載愛心的船又要出航了，讓我們為柯會長加油、為吉達加油。

女性要注意

◎編輯部

生活常識【本文源自e-mail資料】

1. 警方的提醒

手肘是身體最有力的部位。距離夠近，就善用手肘！

2. 假如歹徒向你要皮夾或錢包

不要遞給他，而是將皮夾或錢包往遠處丟去。

歹徒很可能對財物比對你有興趣，他會去拿皮夾或錢包，這是你逃跑的機會。往反方向拼命跑！！

3. 假如你被丟進車子的後車廂

把車後燈踢破，將你的手從洞中伸出去，用力揮手，駕駛人看不到你，但是其他人看得到。這個方法救過無數人命。

4. 女性常常在購物、吃飯及下班後進入車子，然後就坐在駕駛座上處理事情（如記帳、列清單等）

千萬不要這麼做！歹徒會藉機觀察情勢，闖入車內，拿槍威脅，控制你的行動。進入車內，立即鎖門，駛離現場。

5. 在平面停車場及立體停車場的幾個注意事項

A. 要警覺：環顧四周；察看車內的乘客座和後座。（接近車子時，留意車底。）

B. 假如你的車子停在箱型車旁，則應該從乘客車門進入你的車子。

許多連續殺人犯都是趁著女性要進入車中時，將她們拖進箱型車中加害。

C. 觀察停放在你左右兩邊的車子。

如果有男性單獨坐在最近的鄰車內，最好回到購物中心或辦公室，找保全人員或警察陪你回去。

寧願防患未然，也不要終生遺憾。（大驚小怪總比喪命好。）

6. 永遠搭電梯，不要走樓梯

（樓梯間是一個可怕的地方，容易讓人形單影隻，變成最好的犯罪場所。）

7. 假如歹徒有槍而你並沒有受到他的控制

一定要跑！一百次中，只有四次歹徒會襲擊逃跑的目標；即使他攻擊你，大多不會是致命的部位，要跑！

8. 身為女性，我們總是發揮同情心

不要再這樣！這樣會增加被強暴或是殺害的機會。

一個叫泰得·邦迪（Ted Bundy）的連續殺人犯就是一個相貌堂堂並且受過良好教育的人，總是利用女性的同情心。

他走路時帶著一根手杖或是跛行，經常要求別人「幫忙」他進入車內或是看一下他的車子，趁機綁架受害者。

最近有人告訴我，他的朋友在晚上聽到門口有嬰兒在哭，不過當時已經很晚了，而且她認為這件事很奇怪，於是她打電話給警察。

警察告訴她：「無論如何，絕對不要開門。」

這位女士表示那聲音聽起來像是嬰兒爬到窗戶附近哭，她擔心嬰兒會爬到街上，被車子碾過。警察告訴她：我們已經派人前往，無論如何不能開門。

警方認為這是一個連續殺人犯，利用嬰兒哭聲的錄音帶，誘使女性以為有人在外面遺棄嬰兒，騙她們出門察看。

雖然尚未證實此事，但是警方已經接到許多女性打電話來說，他們晚上獨自在家時，聽到門外有嬰兒的哭聲，請將這個消息傳給其他人，不要因為聽到嬰兒的哭聲而開門。

請嚴肅看待這封電子郵件，因為上禮拜六「美國頭號通緝犯」（America's Most Wanted）節目中，報導路易斯安那州的連續殺人犯時，提到了「哭泣嬰兒」的假設。

賓主盡歡的同心獅子會

◎第十專區採訪委員 / 石明煌



台北市同心獅子會成立(授證)日期為1990年3月1日，創會會長為任志華獅友，創會導獅為李寶卿獅友，由台北市圓山獅子會擔任輔導母會，以「同為善，心飛揚」，增進友誼、服務社會的精神理念，取名為「同心獅子會」。

經採訪同心本屆秘書許睿博獅兄，知悉同心獅子會成立至今已至第21屆，在各屆前會長的用心經營下，海內外兄弟會目前有「台中東興獅子會」、「屏東恆春獅子會」及「桃園巾幗獅子會」，姊妹會「馬來西亞吉隆坡皇城獅子會」；同心獅子會亦輔導子會「仕貿獅子會」隸屬於第十專區第十九分區；真所謂“四海之內皆同心”，不為過也。同心有一個良好的會務運作制度(遊戲規則)且為大家所遵守，所有前會長決不干涉會務，讓當屆會長全力發揮，當然會務活動也需要理監事會討論審議而執行；會長對外代表同心獅子會，尊重每一位會員，而每一位會員對個人的權利義務都要知曉；每一次開會或舉辦任何活動，會長必需親自打電話給會員請求協助與支持，不但讓會員感受到尊重，自然出席率、參與率也高，在此也感受到同心人做事用心、待人真心的獅子精神。

新接任同心獅子會第21屆會長的許正宏獅兄表示，同心會員均來至各行各業社會領導精英，目前會員人數達38人，新年度發展目標將朝向擴大吸收社會中堅有志一同之青

年才俊，俾使同心獅子會之傳承能源源不絕；定期每月擇一日期利用餐聚或郊區踏青之方式舉辦例會，該會月例會傳承往昔慣例均邀請獅嫂一齊參與，藉獅嫂參與服務之機會也讓其知曉社會公益服務活動之概況並且激勵她們共同參與，分工合作。同心獅子會為盡獅子會的社會責任，推展公益活動亦是當仁不讓，秉持一貫傳統無私奉獻的精神，讓會內每一位獅友皆有參與感及表現「成功不必在我」的胸襟，每次都會積極邀請獅嫂一起參與做公益是該會一大特色，所謂成功的男人背後都有另一半的支持，更凝聚會員的向心力，此舉意義非凡。

同心未來一年的會務活動將配合區內閣重要活動政策，以「歡笑友誼、快樂服務」為今年度工作目標。年度活動計劃除每月定期召開的理監事會及月例會外，並將積極參與社會服務如捐血服務、關懷弱勢團體等愛心活動。會務運作除需要獅友的熱情相挺外，完善的財務運用也是重要課題，本年度依照會員費用收入及上屆移交基金合計約180萬元(內含基金約30萬元不可動用)，未來一年會務費用的支出一定依照會內章程辦理，並希望會內獅友廣召新會員擴增組織收入及培育優質獅友。展望新的一年裡，許會長除繼續堅持同心既有核心價值的優良傳統外，一定會秉持真誠、用心、尊重、展望、服務至上的獅子精神做為未來一年服務的最高指導原則。並依今年財務收入預算做最有效運用、發揮在最有意義社會服務上，發動全體獅友本著獅子的精神關懷疾苦、扶弱濟窮、人溺己溺、樂於助人的精神，在日常生活找尋社會中沒有被注意到快被邊緣化的社會人，給予拉拔出來，但願能實現。在此預祝同心心想事成。

中國的銀行各個有高招

◎編輯部

幽默小調【本文源自e-mail資料】

一天下午，某同學在建設銀行十分無聊的上班，一個穿得很糟糕的女士(神經病患者)來到他窗口，給了他一張紙條要提款。

紙條上赫然寫著 "茲派XX同志于貴銀行處提取人民幣"。然後是1後面N多個零元。落款是***中共中央辦公廳***。

我同學本來想報警，可是看該神經病患者女子很認真的樣子，想想還是打發給保安算了。(~估計保安也是很閑)。

果然，保安對該女子說："你這張條子想要提款，必須先到對面派出所，找所長蓋一個章，他蓋完章，你再來取錢就沒問題啦。"

該女子想都沒想，直接就向派出所走去了。(這保安還真不一般，平時有點小看他了)。

大概十多分鐘，排隊的顧客慢慢多起來的時候，那個女子興高采烈的回來了，舉著那個條子，說："人家說啦，辦公程式簡化了，不用所長批條直接就可以取錢啦。"

我這個同學一聽到這就不住的感歎:員警隊伍裡真有人，一句"高調"就給打發回來了。

我這個同學和保安當時就有點傻了，營業大廳有很多人都在，怕她精神病發作起來影響正常的秩序，只好把值班主管找來了。

主管和女患者在一邊聊了幾句，問：你取錢做什麼用呀？女患者說："取錢買麵包，蛋糕，吃的，穿的" 主管指了指不遠處的地方，該女子就又高高興興地走了。

保安去請教"高招"，主管當時是這樣對女患者說的："我們這 是建設銀行，只有建

房子 才能到這裡取錢。你取錢買吃的，那肯定是糧食了，要去農民銀行，買穿的等東西，取錢要到工商銀行才行！"

同學打心眼裡佩服呀，到底是當主管的啊!!!!

過了一會兒，該女士又回來了。而且帶來了兩家銀行的回答:"農民銀行的人說了，這裡是農民銀行，只有農民能取錢，我是城市人口，工商銀行的人說了，我們這裡是公行，只能公的來領取，母的不行!!!!，說我是賤人，要到建設銀行取錢。"

毛主席臨終

1. 毛主席臨終前把小平叫到床邊說：

平平，有件事我放心不下，我擔心黨內有些同志不願跟著你走。

小平回答：放心吧，東哥，不願跟我走的我讓他跟你走！

2. 布希問錦濤：

我們上太空都是三四個人，你們為何只有一兩個人？

錦濤說：你不了解中國國情，那些狗日的，去三個人他們鬥地主，去四個人打麻將，誰還幹活？

3. 胡錦濤去看毛澤東，拉開水晶棺說：

毛哥，天上導彈不斷，南方凍雨泛濫，青藏達賴亂竄，台灣想要單幹，股市一片混亂，房價漲價不斷，地方政府蠻幹，我該怎麼辦？

毛說：你進來，我出去，嚇死這群王八蛋。

緬懷過去·展望未來 仕貿新希望

◎仕貿二副 / 姜秀金
◎第十專區採訪委員 / 陳福連

三年，一千多個日子，細數起來不算短，但以獅子會的獅齡來講，算是一隻剛啟蒙的幼獅。

三年前由郭珠月創會長結合了志同道合，有共同理念的社會賢達，創立了本會「台北市仕貿獅子會」，郭創會長總是犧牲奉獻，出錢出力，把獅子會當作一個家庭般的用心扶持，努力經營，常被她的貼心女兒笑稱有如得了「獅子癌」，但是她總是無怨無悔，甘之如飴，也由於郭創會長的熱忱領導，團結了本會的向心力，不但深獲300A2區上級的嘉許，更贏得友會的肯定。而當時輔導本會

「同心獅子會」會長曾文雄獅友亦是用心良苦、熱誠有嘉，每兩、三天的電話連繫與經常面對面的會務討論，提供了非常寶貴的意見，使我們倍感榮幸，導獅許焜海獅友是同心獅子會前會長，自本會創會至今，仍然

對我們貢獻心力，熱忱教導，倍加呵護，有關各項的獅子會應注意的細節，不管是會議的主持、程序的排列、司儀的介紹、獅友間的相互禮儀...等等各項，均有條不紊加以指導，創會人邱基祥前總監是位名律師，用其專業的知識對本會孜孜不倦的指導與提攜，使本會會務更加成熟與茁壯。

去年，在徐由豈會長任內，我們增加了不少生力軍，徐會長運用了他的聰明睿智，再加上他笑臉常開的親和力來帶動我們，並增加了會員互動的「高爾夫球」、「槌球」

的聯誼會，常與社會人士社團聯誼，不但帶動了有益身心的運動，更使我們融合成為一個獅子家庭般的和諧，會員間不管你的社會地位，只在乎彼此的

互動情誼，因此除了參加300A2區的各項活動，與社會服務的公益，每個月的理監事會與月例會是本會會員除了各自的生



分會選輯

活空間之外最期待的日子，徐會長也延續了郭創會長的捐血責任分組與參加友會授證獅友分組代表參與，增加各獅友對獅子會的認識，使本會獅友有極大的空間去瞭解獅子會，相對的更加強彼此的凝聚力，因此，在徐會長任內不但獲得300A2區上級讚譽，更獲得友會友誼的掌聲。

相對。

6月30本會剛舉行第三、四屆會長交接與授證，7月7日本會峨眉街的第一次捐血活動，本會所有會員均能依分組參加，出席率達90%，充分表現全體獅友對新任盛會長的支持與熱誠擁戴。



今年盛正智會長具備了領導統御的專長，有濃厚的團隊經營管理經驗，在五月份的授證籌備會便提出了一套新年度的計劃目標，也延續了分組責任制度與前半年開會地點由會員登記選是的優良傳統，讓會員有受重視的感覺，更增加很多委員會，將會員編列在各組裡，增加責任感與榮譽心，盛會長今年更爭取了許多社會菁英參加本會，使本會會員達38員，每位新會員不但在社會上有相當成就，難能可貴的是均謙虛有禮，真誠

今年本會郭創會長榮任第十專區主席，相信在她與新任盛會長的領導下，本會必能更上層樓，尤其本會導獅也榮任300A2區事務長，在他的指導下，本會全體會員有十足的信心來完成各項社會服務，並配合300A2區的各項會務推展。

相信今年本會會務必能締造更美好的佳績，展現出更輝煌，豐碩的成果。

癌症有跡可尋



科學研究指出：癌症不能在弱鹼性的人體中形成；癌症只能在酸性身體中形成；不管你的情況多麼糟糕，哪怕只能活6個月，如果你能轉變你的身體PH值到弱鹼性，你的癌症就不會擴展，癌症就會離你而去。預防癌症的秘訣十分簡單，就是常吃鹼性食物以防止酸性廢物的累積，因為酸化的體液環境，是正常細胞癌變的肥沃土壤，調整體液酸鹼平衡，是預防癌症的有效途徑。

預防癌症的有效途徑包括：1)養成良好的生活習慣，戒煙限酒；2)不要過多地吃鹹而辣的食物，不吃過熱、過冷、過期及變質的食物；3)有良好的心態應對壓力，勞逸結合，不要過度疲勞；4)加強體育鍛煉，增強體質，將體內酸性物質隨汗液排出體外；5)生活要規律，徹夜唱卡拉OK、打麻將、夜不歸宿等生活無規律，都會加重體質酸化；6)不要食用被污染的水，農作物，家禽魚蛋，發黴的食品等，要吃綠色有機食品。

酸性體質是人體大量攝入高脂肪、高蛋白、高熱量食物的結果。弱鹼性食物有：紅豆、蘿蔔、蘋果、甘藍菜、洋蔥、豆腐等。中鹼性食物：蘿蔔乾、大豆、胡蘿蔔、番茄、香蕉、橘子、香瓜、草莓、蛋白、梅乾、檸檬、菠菜等。強鹼性食物：葡萄、茶葉、葡萄酒、海帶、天然綠藻類。海帶和素食是值得鼓勵的調整鹼性體質途徑。

美國癌症協會專家指出男人和女人最容易忽視的癌症症狀：1·乳房硬塊；2·疼痛；3·淋巴結變化；4·發燒；5·體重莫名降低；6·持續腹痛且伴抑鬱；7·疲勞；8·咳嗽不止；9·吞咽困難；10·皮膚變化；11·異常出血；12·口腔變化；13·消化不良。男人應該注意的兩個前兆：1·睪丸變化；2·小便問題。女人應該注意的兩個前兆：1·腹脹；2·不規律出血。

《健康雜誌》推薦馬鈴薯生汁療法，不僅可以治癌，也治好了很多人肝臟病、糖尿病、胃潰瘍、腎病、心臟病、高血壓、腰痛和肩膀痛等病。做法：馬鈴薯帶皮洗淨搾汁去渣，每天早晚餐前30-60分鐘前空腹喝下一杯（大約180-200ml）。生汁擠出後要立刻喝完，而且每天堅持。連服兩周，治療見效。

林奇峰獅友，有鑒於獅嫂罹患腸癌，疏於警覺遽然仙逝，發願將收受近百萬奠儀捐作防癌基金，委託仁愛獅子會經營管理。這筆有限基金將用來喚起人們對癌症的警覺和重視，全力防止生命的殞逝。這一點點錢恐無法長期支應癌症篩檢等防癌運動的需求，林奇峰獅友除了有生之年自許為防癌志工之外，並誠懇邀約有志獅友或獅子會共同為防癌志業攜手努力。

我們非常感謝各方的捐款：第五專區許翁寶鳳前主席10,000元；仁愛傑士三重唱10,000元；第九分區劉來儀前主席10,000元；黃秀榕公關長10,000元；西區女黃豔珠前總編輯20,000元、陳雪芳前會長10,000元、曾瑞珠前會長10,000元、鄭美鳳前會長10,000元、林孟雪前會長5,000元；蘇添發前總監10,000元；陳冰榮首屆總監5,000元；沈竹雄前議長20,000元；簡正彥前總監10,000元；西區黃春成會長10,000元；羅金蓮駐區總監特別顧問10,000元；楊逸訓前任總監30,000元；詹鈴權前秘書長20,000元；松鶴姚夢嵐前會長10,000元+10,000元；仁愛程賢治前會長10,000元；徐正泰前副總監50,000元；龍山許本文前會長10,000元、吳發喜前會長5,000元；第八專區林顯堂前主席10,000元；賴阿溪總監30,000元；新加坡京華姐妹會鄔順山會長星幣1,000元；信德獅子會20,000元；大同女獅子會35,000元；松鶴獅子會10,000元；菁彩獅子會10,000元；菁英獅子會20,000元；京華獅子會40,000元；南京獅子會20,000元；永翔獅子會20,000元。



指正電話： 仁愛獅子會會長林易政
防癌委員會主席林繁男
防癌志工林奇峰

0932-676628
0933-895858
0932-235799

地球暖化帶來全球異常現象

◎前總監 / 蕭法剛

1958年，英國科學家尤隆得首次提出人類大量使用石化燃料，造成大氣中二氧化碳濃度緩慢上升現象，迄今僅僅五十二年的時間，地球暖化帶來的全球異常現象，已隨處可見。

2005年年底在阿根廷首都布宜諾斯艾利斯召開的京都（日本）議定書生效前最後一次締約國會議上，當時聯合國秘書長安南致詞時警告：「地球氣候的災難性變遷跡象已浮現未來五十年我們需要經濟發展，但，成果不在改善人類的的生活，而是用於不斷發生的天災」。例如（馬爾地夫、印度、斯里蘭卡、泰國、印尼之巨大海嘯）。

地球之所以能繁衍億萬物種，是靠著地球大氣層二氧化碳氟氣碳化物等溫室氣體，吸收並貯存日照帶來的熱，形成增溫作用，否則地表溫度將是攝氏零下二、三度，雖有生物生存，但工業革命後人類大量使用石化森林，減少了消化二氧化碳的能力，造成大氣中二氧化碳濃度迅速升高，因而造成全球

暖化現象。

未來持續暖化，彷彿下衝火車，煞不住它。1980年代以前，大致只有歐洲、美國、日本等少數工業化先進國家在製造二氧化碳，八〇年代後包括亞洲四小龍與新興工業國加入二氧化碳製造行列，九〇年代以後，包括中國大陸、印度、中南半島，甚至非洲國家，全都積極發展工業，幾乎全世界都加入二氧化碳生產行列。台大全球變遷中心主任柳中明教授形容，地球溫室度「好像一列失速下衝的火車」很難去煞住它。

2004年2月18日三十八個國家與歐盟開始強制履行減量責任，但以溫室氣體生命週期之長。加上過去生產累積的量在未來五十年地球還會持續暖化。

人為因素造成的地球增溫，幅度遠超過自然涵容調適的能力帶來地球的巨變，物理現象包括海水暖化、海平面上升、永凍層溶解、湖泊冰期縮短，大氣現象包括系統重新調整，颱風連連，且規範愈大，非旱、即

- 本園地敬請獅兄、獅姊及配偶踴躍投稿
- 來文以詩、詞、歌、賦、散文、專業知識等文字及攝影、繪畫為限 <皆需署名享有版權>
- 來文不得涉及政治、宗教之紛爭等議題
- 來文不得有攻訐、辱罵、毀謗、造謠或是不雅、違背善良風俗之文字
- 來文暫以2000字內為限
- 來稿文責自負，本園地不另作增刪修改
- 本園地保留來文刊登與否之權利
- 來文不致送稿酬

· 本刊每月20日截稿
· 投稿專線：syalex899@gmail.com

湧，四季失序，當這些原來該是以百萬年的地質時間緩步發生的變化，如今在人的一生有限存活期間就看得見。當這些現象漸次累積加劇到讓生物、人類發覺之際，問題已大到難以收容。

生物垂直遷移，食物鏈重整。帶來新滅絕，短時間可以觀察到的生態系統變異，就叫「破坡」。生物面對生態環境破壞，直覺的動作是遷徙。

中研院鳥類學家劉小如博士說，過去生物遷徙，主要是水遷徙，如今因為地球增溫，生物會往適合的溫域遷徙，也就是往高海拔、平原，高海拔地區當然空間比較小，當大量物都往面積較小高緯度、高海拔地區移動，勢必引發另一場生存競爭，族群數因而縮減，幾乎是必然的。

食物鏈的重新調整，也帶來新一波的物種滅絕，例如：不同種類的蝗蟲靠著卵內依溫度變化而啟動的滯育機制，控制第二年春天雪溶了以後的孵化時間，讓不同種、不同時間孵化的蝗蟲都能有食物，供應地球暖化攪亂了蝗蟲孵化時間，密集在同一時間，「大爆發」孵化成蟲，食物供應不上，造成蝗蟲大量死亡，接著，以蝗蟲為食物的鳥類也演出滅絕，後續依附在此一食物鏈的生物，就像骨牌般依次面臨浩劫。

海水升溫四度，共生藻失能，珊瑚白化

了，因應溫室效應不及，必然發生的結果是死亡，珊瑚是最典型的例子，珊瑚的食物，是珊瑚蟲，體內的一種共生藻類製造的醣類，而這種藻類對溫度很敏感，當海水溫度升高至攝氏三、四度，共生藻就無法製造珊瑚蟲所需的食物，反而造成珊瑚白化死亡。

不要以為這些現象都像冰水溶解一樣的遠在天邊，溫室效應對地球上六十三億人口的影響，已逐漸表象化，不是共有極地，島國才受到影響，所有國家難逃與溫室效應正面碰撞。包括疾病、食物、空氣、洋流、天災，都會影響每一個人，只是時間早與晚和感覺的強弱而已。

目前全球共有一百四十個國家批准京都議定書，但議定書實際只有約束三十多個工業國，這些國家承諾減少六種廢氣的排放量，全球廢氣排放量高的美國在1997年簽署加入，此後2001年以該約不當排除開發中國家為由退出，導至京都議定書的進展及效果令人存疑。

堅決支持京都議定書的歐洲各國環保部長指出，儘管美國退出，且表示不願討論未來強制排放廢氣辦法，歐洲國家仍將努力爭取美國加入，且寄望在二〇一二年之後採取進一步廢氣減量措施。

我曾輔導協助授證成立的分會

◎1990年度議長朱永寬

1988.3.21由「台北縣獅子會」來A2要求創會的羅鴻圖等三位創會獅友，我時任A2秘書長，為他們爭取已遭原屬會除籍，由我向國際總會爭取恢復會籍，並代為命中英文會名為「新台北.NEW TAIPEI」並去函A1區「台北市獅子會」解釋未仿名之意。

1988.3.21協助「莒光獅子會」，輔導成立，「民權」創會李溪會長，因他跨年任職會長與我時任總監有同期之緣，由我擔任兩會導獅數年。

1988.5.10「大同」輔導「大同女獅子會」，其後更名為「大同女子獅子會」，尊敬的顧創會會長篤嫻，不間斷協助會務成長值得敬重。

1988.6.1「建國」輔導「建國女獅子會」成立由郭創會會長秀梅邀請社會優秀女士，成立後改名為「建華」，我曾任顧問數年併任「建國」導獅數年至今。

1988.6.14「西區」輔導「西區女獅子會」由婦運女士傑出企業家、家庭主婦組成，會員均出錢出力贊助「生命線協會」等社運團體未曾間斷。

1988.6.17「莊敬」輔導「松江」成立，因創會會公司設址松江路，由我為其會命名為「松江」歷任會長均能勵精圖治傳承會務。

1988.7.18「東北」輔導「京華」成立時我任總監受潘創會會長維剛及創會人武佩琴女士之邀任職顧問數年，併協助潘創會會長選舉議員、立委貳拾餘年均全力以赴。

1988.7.27「伸佑」輔導「金國」成立由邱創會會長富芝要求授證典禮與青少年育樂營開訓典禮，共同舉行當時貴賓雲集傳為美

談。

1989.3.17「八德」輔導「美德」成立由羅創會會長金蓮邀請我輔導授證，其間歷經波折亦能毅力不變，值得鼓勵。

1989.6.21「自強」輔導「至善」成立為我監督任內最後協助完成的分會。

1989.7.1我擔任A2區「新會發展委員會」主任委員，協助沈監督竹雄為向國際總會要求增加一個專區，必須成立拾個分會，因而承諾增加成立拾個會以符要求。

1989.10.16「仁德」輔導「友聲」成立是個小而美的會，會員有待增強。

1989.11.10「春暉」輔導「崇愛」成立因創會會長由軍官退伍，我為鼓勵獅友【崇尚愛國情操】為其命名為「崇愛」與「愛華」、「慈愛」、「萬華」同為【博愛會族】的緣由。

1990.3.1「圓山」輔導「同心」成立因任創會會長志華與我在高速公路警局擔任義警大隊時任創會會長為退休高級警官，故與其命名「同心協力.共創獅誼」為名，會員有拾數位與我金蘭兄弟之交。

1990.4.24「春暉」輔導「彩虹」後更名為「慈暉」由楊創會會長湘湘（醫生娘）邀請傑出女性，熱心社會服務而成立。

1990.5.4「博愛」輔導「崇德」成立，張創會會長超賢邀請我擔任導獅協助會務順利推展，併協助促成「全國獅子會創會會長協進會」由其擔任首屆理事長勞苦功高值得尊敬。

1990.6.1「長江」輔導「中北」成立，我原屬「長江」會籍多承照顧感激不盡，林創會會長辰彥邀請「台中縣旅北同鄉會」之至

親好友創會，鄉誼獅情共同服務社會。

1990.11.3「鳳德」洪創會會長品及創會人李王墪邀我「博愛」輔導但我認為「龍山」會務健全獅友人數多，出錢出力應為更適當的會。

1993.5.25「松江」輔導「愛玉」成立併為其命名，我協助會務多年後更名為「松鶴」迄今，現已增收男會員，新年度由我好友陳文進擔任會長盼必有一番新作為。

1994.9.6「圓山」輔導「德馨」成立由原屬「慈愛」的獅友，陳創會會長碧容及數拾位創會會員，由張導獅禮善徵得我倆共同協助完成，會員均為優秀社運婦女組成，會務活潑、健全。

博愛會族成立沿革（1）1983年7月30日輔導「台北市首府」（1989年改名首都）獅子會（已解散），是「博愛獅子會」第一個輔導的子會。「台北市首府（首都）獅子會」於1986年再輔導「台北市首府女獅會」。1987年國際年會於台北舉行，通過女獅會可成為正式之獅子會，「首府女獅會」於1988年4月4日改制為「台北市愛華獅子會」，由朱永寬定會名為「愛華」並擔任創會導獅，並續任導獅拾數年，後朱永寬因為其他業務無法續任導獅，「首府獅子會」末代會長林明德獅兄另創「福爾摩薩獅子會」之前曾寄籍「東南獅子會」數年，又因為陳阿美前總監出身「愛華」，央請「東南獅子會」蕭法剛前總監，基於愛鳥及屋之心，接任「愛華獅子會」導獅至今。但「博愛」推薦並輔導「愛華」國際總會及A2區會史均有明確記載，不容任意改變，敬請糾正視聽。

（2）1986—87年朱永寬擔任第三專區主席，

於1986年7月19日輔導成立「台北春暉獅子會」。「台北市春暉獅子會」於1989年11月10日再輔導成立「台北崇愛獅子會」，1990年4月24日再輔導成立「台北市彩虹（改名為慈暉）獅子會」。（3）同年度朱永寬再於1987年3月14日輔導成立「台北市伸佑獅子會」（已解散）「台北市伸佑獅子會」於1988年5月20日再輔導成立「台北市喬芸獅子會」、1988年7月27日輔導成立「台北市巾幗（改名為金國）獅子會」。（4）同年度朱永寬再於1987年5月22日由「博愛」輔導成立輔導小組輔導「台北市青山獅子會」，由於創會會長劉邁青原為「景美獅子會」之獅兄，故正式之輔導會為「景美獅子會」，由朱永寬擔任創會導獅，但「青山獅子會」歷年都參加博愛家族之聯誼，至感敬佩，情意可敬。（5）「博愛獅子會」所屬「博愛女獅會」於1988年4月4日改制為「台北市慈愛獅子會」。（2009年解散）（6）朱永寬於1990年5月4日輔導張超賢創會會長成立「台北市崇德獅子會」。（7）1996年7月31日輔導「台北市尚德獅子會」（已解散）（8）2009年7月8日輔導黃金龍創會人及賴素真創會會長成立「萬華獅子會」，2009年7月28日授證（9）2009年7月9日輔導魏三郎創會人及王素蘭創會會長成立「台北市日月光獅子會」，2009年7月31日授證。

近期經【會族聯誼會】決議，共推黃金龍為聯誼會長，為加強獅誼，聯合社會服務等活動，凝聚共識而努力不懈。

一位偉大的母親

◎前總監 / 陳阿美

三個女兒自小學至國中階段，陸續前後送到維也納深造提琴與鋼琴，而後轉往美國進修，如今三個女兒分別取得博士學位，箇中辛苦，實非一般人能夠體會！

這麼辛苦的過程，以只許成功，不得失敗之心意，讓那麼稚齡的小女孩飄洋過海踏入不但人生路不熟，語言習慣截然不同的國度與境遇，連方向都不知道，只是這三個女兒的有音樂細胞與興趣，在那遙不可及的異域一心求學，自己卻尚在教育界服務，同時還參加多項社團活動，包括：國際獅子會、民眾服務社、體育會、早起會、同鄉會、婦女會等活動。她在百忙中非常努力學業，師大教研所畢業，又是美國南加大教研所研究。目前擔任台北市婦女會理事、中正區婦女會常務理事、蘭馨交流協會理事長、台中縣同鄉會公關長、也曾擔任愛華獅子會會長、A2區YE主席、分區主席、講師團講師、副祕書長、會長聯誼會總召等。

麗美獅姐為了落實自己能夠有機會服務社會，毅然選擇退休，離開教職，整個投入公益社團，引起了參選里長的動機，由於她的住家附近有知名小學、中學、又有北城門、撫台街洋樓、城隍廟、台北郵局、中山堂古蹟；商圈則有：沅陵街、中華路、城中市場、書街等。她覺得若能將獅子會服務社

會，造福人群的歷練帶入社區，期有生之年爭取落實社區，直接服務里民的機會，提升里民生活品質，創造不同的凡響與里民分享，將是人生中最有意義、最快樂、也是最安慰的一件事！

麗美獅姐如此的細心、愛心，關心的揮盡自己所有的血汗金錢，掏盡無窮的心機，志在作育小孩，期盼下一代能立己立人，繼續自己人生的職志，服務社會造福人群，如此偉大的母親，身為她的摯友，深表無限感佩與推崇！



江哲和 攝影作品



公告二

◎如何接收A2區基本新訊息：（重要公告、公文、行事曆）

1. 開啟A2區網站 <http://www.lions300a2.org/>
2. 閱讀首頁最上方 重要公告 跑馬燈訊息。
通常此訊息是提醒我們，A2區近期重要活動與相關訊息。
3. 閱讀及下載公文 點選 獅友服務 公文查詢
4. 查看 年度行事曆（位在首頁大圖下方中間），從即日起至明（100）年6月30日止之一切A2區預定活動，均已登錄，並隨時更新。

如有建議及需要請e-mail：

lci200a2@ms22.hinet.net 註A2資訊組收

無古人，後無來者的奇女子

◎羅文貴

李清照是宋朝有名的大文學家，也是中國文學史上佔有重要地位的偉大作家。中國傳統觀念認為「女子無才便是德」，因此埋沒了許多人才，但在這種封閉的時代中，卻誕生了一位「前無古人，後無來者」的奇女子。她能做詩、填詞、寫散文、駢文，又工書法、繪畫，而且在金石古玩的鑑賞上更是行家，但最擅長、最有名的是詞。

李清照是宋室南渡前後著名的女詞人，自號易安居士，濟南人。宋神宗元豐四年出生，死時年歲不可考。禮部員外郎李格非之女，諸城太學生趙明誠之妻。明誠父趙挺之，徽宗朝宰相。李清照結婚之初，北宋已瀕臨危亡。欽宗靖康元年（一一二六年）金兵攻下汴京，徽、欽二帝被俘之後，朝廷南遷，北宋滅亡，趙明誠時在山東做官。第二年金兵陷山東，他倆不得不把歷代收集的金石書畫拋棄一大部分，夫婦南逃到建康（南京）。

不久，高宗委派趙明誠做湖州（今浙江吳興）太守。可是，從山東流亡到南京，沿途的風霜勞頓，趙明誠的健康受到很大的損害，湖州太守還未到任他就病倒了。後趙明誠為了哭奔母喪，舊病復發，建炎三年（一一二九年）趙明誠病死於南京，那時李清照已四十七歲。

在舊時代的環境中，丈夫幾乎就是女子一生的全部，況且她無子女，孑然一身，一旦死去了丈夫，可說完全孤弱無依了。在兵慌馬亂中李清照逃難到台州（今浙江臨海縣）找她的弟弟敕局刪定官李迒，從此姊弟二人相依為命的生活在一起。由於親人的

死別，收集的金石在逃亂中盡失，河山的變色，使她心中充滿悲憤。五十一歲時李清照作「金石錄後序」，詳述亂前的幸福生活，及亂離中顛沛奔波之苦。她晚年流浪江南，或云清照晚年改嫁張汝舟，其說荒誕不足信，這是因她常以文字譏評當世，嫉者做蜚語誣陷她。

李清照前期詞主要描寫傷春別怨和閨閣生活的題材，表現了女詞人多情善感的一面。如《如夢令》描寫惜春憐花的感情：

昨夜雨疏風驟 濃睡不消殘酒 試問卷簾人
卻道海棠依舊 知否 知否 應是綠肥紅瘦

她因趙明誠外出而作的相思怨別詞，更是情意深摯，別具一格。如《醉花陰》描寫女詞人在「佳節又重陽」時，倍感孤寂，於是以黃花自喻說：

薄霧濃雲愁永晝
瑞腦銷金獸
佳節又重陽玉枕紗廚
半夜涼初透
東籬把酒黃昏後有暗香盈袖
莫道不銷魂簾捲西風
人比黃花瘦

構思新穎，意趣高雅，不是一般男性作家怨詞所能相比的。又如《一翦梅》下片抒發詞人盼望丈夫來信的心情：

花自飄零水自流 一種相思 兩處閒愁
此情無計可消除 纔下眉頭 卻上心頭
她的後期詞則充滿了「物是人非事事休」的濃重傷情調，表達了她對故國、舊事的深情

眷戀。

如《聲聲慢》上片表現詞人「尋寻觅觅」，又無所寄託的失落感，以及在「冷冷清清，淒淒慘慘戚戚」的環境中獨自傷心的神態。下片觸景生情、悲秋自憐：「滿地黃花堆積 憔悴損 如今有誰堪摘 守著窗兒 獨自怎生得黑 梧桐更兼細雨 到黃昏點點滴滴 這次第 怎一個愁字了得」全詞語言明白、節奏急促，情調淒婉。

李清照的作品和她豐富跌宕的生平際遇是分不開的。她生逢國變，家破人亡，顛沛流離，受盡人間殘酷的折磨，也曾受過改嫁的爭論。靖康之變將她的生活劃分為美滿幸福與流離困苦前後兩個不同的時期。尤其是後期的作品，將她個人在流亡生活中，所經歷之悲酸淒苦，對死去丈夫的懷念和對故鄉淪陷的感慨，反映在詞上。她在《武陵春》詞云「風住塵香花已盡，日晚倦梳頭。物是人非事事休，欲語淚先流。……只恐雙溪舴艋舟，載不動許多愁。」在《臨江仙》詞云「誰憐憔悴更凋零？試燈無意思，踏雪無心情。」在《清平樂》詞云「今年海角天涯，蕭蕭兩鬢生華。」

在《菩薩蠻》詞云「故鄉何處是？忘了除非醉。」她雖沒直接說出當時的現實生活，表現當日的國仇家恨，但是從她有血有淚的作品看來，她所表現的詞作正是當時受難者的生活的紀錄，也正是當時所有流亡者所遭遇國破家亡的寫照。

宋代婚姻制度是男尊女卑，夫主妻從。在理教的束縛下，李清照的文學成就，除得力於家學外，夫婿趙明誠也極為重要。因夫

婦的志趣相投、能力相當，趙明誠對妻子才氣的折服，使得李清照雖為舊時代的女性，而能充分展現她的才能。有一段趣事流傳下來：一年的重九，李清照填了一闋《醉花陰》詞，寄給趙明誠。趙明誠接到這闋詞後，竟閉門數日，窮三日夜之力，填了五十闋，把妻子的那一闋也抄雜在裡面，不明作者，拿去給好友陸德夫品評，看那一闋最好。陸德夫玩誦再三，以為有三句最佳，「莫道不消魂，簾捲西風，人比黃花瘦。」這三句正是李清照所作。明誠自此以後，對妻子便甘拜下風。

李清照有這一番的成就，有一些是歸功於她的丈夫——趙明誠，趙明誠不僅不會因李清照的才華勝過他而限制李清照的發揮，反而更加的欣賞李清照不凡的才華，並且支持、鼓勵李清照，夫妻倆一起為文學、藝術奮鬥，他們對藝術的執著使他們能彼此了解、包容、欣賞對方。趙明誠的死對李清照的打擊甚大，失去了這世上最和自己投機、興趣相合的丈夫，李清照的心情必定是沉痛極了，但是她把這些悲憤的心情化成一闋一闋優美的詞。

在中國文藝史上，很難得看到一對夫婦像趙明誠、李清照這樣，全心全力的獻身於藝術工作。他們在太平的時候如此，在戰亂的時候亦如此，使得趙明誠在中國學術史上金石的這一章中佔了一個極重要的地位，而李清照擁有「詞家三李」之一的美稱（詞家三李：李白、李後主、李清照），在中國文學史中大放異采。

富泰貴氣的愛華會長

◎前總監 / 陳阿美

由於辦公室一位同仁退休，推派我購買金質的紀念品，就在20多年前的一個假日下午，我開車沿著內湖路一段尋找金子店，最後才在林森北路康樂市場附近找到一家一對夫妻連假日都很認真在顧店的證元銀樓，就這樣與這對銀樓老板夫妻結了不解之緣，接著引薦老板史錫鈞先生加入東南獅子會，也擔任過了第四十一屆會長，非常認真犧牲奉獻，帶動合諧團結，緊接著又介紹老板娘林淑嬌獅嫂加入愛華獅子會現在又擔任新年度第二十四屆的會長。

一臉的暫白，富態貴氣，任何時候看見她都是笑臉迎人，尤其歌喉特別甜美，外號大嬌的史錫鈞獅嫂更是東南獅嫂團裡的靈魂人物，平日協助獅兄經營生意，早年在台經商的印度人，幾乎都是她的客戶，在家必需伺候婆婆〔現已往生〕教養一對兒女，敦促學業，無論工作婚姻都非常美滿，現在更是照顧第三代，寶貝的孫子、孫女。

本會一副鄭利芳獅姐，由於健康之故請辭，由二副林淑嬌獅姐慨然允諾接任會長之職務，在她答應承接會長之後，花了一段時間開始籌策全年度之工作計劃，她準備以細心、關心、愛心，促進獅姐們感情為目標，帶著獅姐們走到需要服務之處，關心清寒學童之營養午餐，結合醫生及社區里民注重身心健康，舉辦義診義檢，帶領獅獅子家庭郊



遊，參訪老人院、孤兒院，更重視婦女的福利與權力，更重要的是配合李總監年度工作目標，會員成長人數，加強獅友服務的陣容。

同時用心配合分區專區A2區的活動參與青少年育樂營活動，獅子家庭健行大會，舉辦世界和平海報比賽中秋歲末聯歡等等看到林淑嬌會長如此精密規劃運籌帷幄她早有已胸有成竹，好好的認真地做一年會長在此預祝她！

本會業已於五月十三日於忠孝東路雙喜門餐廳舉辦會長交接典禮並藉著慶典之日向勞苦功高的前總監致敬！同時也肯定卸任會長曾家淇獅姐的辛勞認真，並本著人溺己溺人饑己饑的精神帶動愛華獅姐的心團結在一起作了不少有價值而對社會有益的事同樣祝福新任會長林淑嬌獅姐本著歡喜心甘願作的心態善用資源發揮團隊的精神，祝福她順利圓滿讓愛華獅子會展現最佳的風範！

內心有愛就是美

◎菁彩會長 / 林秋蓉



人的一生，有命亦有運，命是先天的，運是後天的，先天的命，是好是歹，既已天成，就無從改變。美醜、智愚、貧富、貴賤，冥冥之中，自有定數。但是，一個人的快樂、幸福，是靠後天努力得來的。天生麗質，固然佔了許多便宜，但是徒有美麗的臉孔，而沒有高貴的內涵，也是人生的缺陷。如果人懂得如何充實自己的優點，提升自己的素養。內心有愛就是美，常保一顆快樂的心就是美。美不只在外表，美更是來自內心，充實之為美。美是心中有愛，美是樂於助人。人生只有數十寒暑，正因為春秋苦短，所以能夠及時行善，那也是一種美。

人生的責任，是盡其所能為社會服務。樂於助人的人是有福的。服務就是學習，服務也是能力的肯定，沒有一個人天生就有很多本事，人的能力是在學習中增進的。一個肯付出的人一方面因為他有能力付出，一方面在他付出的時候，又增長新的能力。人的存在不只是權利，也是一種責任，人生以服務為目的。

人的價值，要在人群中才能獲得肯定，一個有愛心、有耐心，肯奉獻 牲的人，才

能獲得大家的尊敬和愛戴。自己做好事是好事，幫助別人做好事也是好事，成功不必在我。如果每一個人只把自己所做的好事，才當做好事，那一個人一生之中能做到的好事實實在不多，所以我希望各友會大家一起合作來做社會服務，那會更有力量。

我們要有樂於助人的心，去幫助別人完成更多的好事，我們要把行善的心擴大其影響。像是這次八八水災，在我們的賴阿溪總監領導之下，全體獅友同心協力，做一件，偉大又令人感動的大武國小整建，為這些孩子帶來很大的幫助。

今年很榮幸做為李仙先總監的班兵，希望未來一年跟隨我們的李總監能做更多的好事。為社會盡點心力。

任何一個人在一生之中，總有一些不如意、不順當的事。當一個人有了問題，有了困難的時候，他最需要的，就是別人所伸出的友誼的手，充滿愛心與關懷，及時給予適當的幫助，也許是物質上的支援，也許是精神上慰藉。

關懷別人，是一種美德。一個人關懷別人愈多，愈能彰顯其品德的高尚。如有一顆愛心，一雙關切的眼神，幾句安慰或鼓勵的話，就會掃盡別人心中的陰霾，重現亮麗的美景，何樂而不為呢？



開始～結束

◎許士英

各位親愛的獅兄、獅姐：

今天的授證典禮，整個程序已近尾聲！

俗話說：千里搭帳篷，天下沒有不散的筵席！有開始，就會有結束！

每一次的開始，總是帶來無限的歡愉，每一次的結束，亦總是留下萬般的不捨。

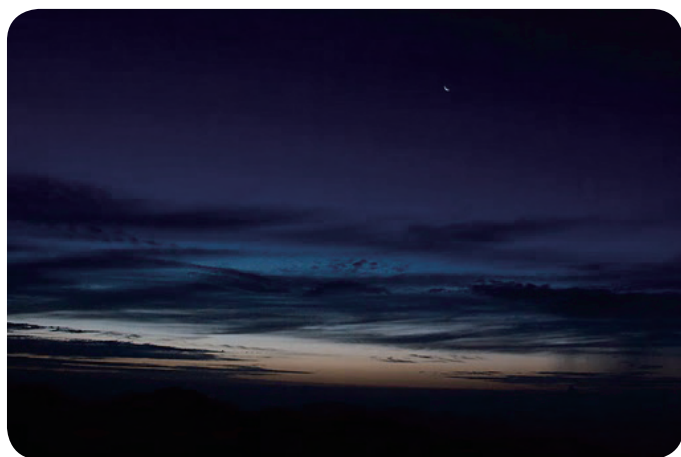
開始、結束，開始、結束，總是在時光的奔流中不斷地重現...

每一次的開始、結束，我們總想緊緊地留住時光，但時光卻無情的總是狠狠地拋棄了我們...

所以，開始、結束，並不是重點！重要的是，在這過程中留下燦爛的回憶！

親愛的朋友：今日的結束，正是明日的開始！青山依舊在、幾度夕陽紅...

你我的友誼，將會留下無限的希望！



感謝各位的光臨，感謝您帶來愉悅、溫馨、滿足的夜晚！

您的身影，將是我們永遠的期盼...

讓我們期待下次的相逢！

再會啦！ 謝謝... 謝謝...

PS 北區獅子會 授證典禮，晚會結束時，說的話。

貪污罪的刑度

民間有句俗語：「無官不貪」；因此，政府官員貪污是古今中外最頭痛又讓人痛恨的事。最近更發生司法人員可能收受金錢事件，嚴重破壞司法威信。

我國刑法第一百二十二條原已規定，公務員對於違背職務之行為，要求、期約或收受賄賂或其他不正利益者，處三年以上十年以下有期徒刑，得併科七千元以下罰金。因而為違背職務之行為者，處無期徒刑或五年以上有期徒刑，得併科一萬元以下罰金。所收的賄賂沒收。

政府為嚴罰貪污，更於五十二年間制定貪污治罪條例，此條例第四條規定，對於違背職務之行為，要求、期約或收受賄賂或其他不正利益者，可重處無期徒刑或十年以上有期徒刑，也可併科一億元以下罰金。司法人員犯此罪的，可加重其刑至二分之一。犯罪所得財務也要沒收。如果沒有公務員身分的人，和公務員共犯貪污罪，也以貪污治罪條例處斷。

獅誼

刊登廣告請洽：

財務長：賴榮昌

副財務長：魏三郎、賴素真、許進昇、王學賢

獅誼月刊，是獅子會所屬會員必讀之刊物，而獅友皆為工商界之中堅領導人物，其相關及影響之總閱讀率達數萬人以上，是您產品廣告促銷撒網捕魚之最佳媒體工具，本刊願竭誠為您服務。

刊登廣告價目如下：

封面裡：18,000元

封底：20,000元

封底裡：15,000元

一般內頁：12,000元

註：刊登期數越多，折扣越大。



2010~2011年度重要區務活動備忘錄

- 8 月 25 日第二次區務會議
- 9 月 10 日 A2區高爾夫球日
- 9 月 11 日-12日 金門特區會長交接暨總監訪問
- 9 月 29 日 第三次區務會議
- 10 月 1 日 舉辦獅子盃高爾夫球友誼賽
- 10 月 8 日 A2區高爾夫球日
- 10 月 16 日 舉辦獅子家庭聯誼登山環保健行大會活動
- 10 月 21 日-25日 訪問韓國355-A姊妹區
- 10 月 27 日 第四次區務會議
- 11 月 12 日 A2區高爾夫球日
- 11 月 18 日 泰國姊妹區來訪
- 11 月 18 日 ~ 21 日 遠年東會11/18-11/21台灣高雄
- 11 月 24 日 第五次區務會議(擴大)
- 12 月 10 日 A2區高爾夫球日
- 12 月 29 日 第六次區務會議
- 1 月 14 日 A2區高爾夫球日
- 1 月 26 日 第七次區務會議
- 2 月 11 日 A2區高爾夫球日
- 2 月 20 日 訪問泰國姊妹區
- 2 月 23 日 第八次區務會議
- 3 月 11 日 A2區高爾夫球日
- 3 月 26 日 召開A2區年會
- 4 月 8 日 A2區高爾夫球日
- 4 月 27 日 第十次區務會議
- 4 月 28 日 ~ 5 月 2 日 訪問日本332-A姊妹區
- 5 月 13 日 A2區高爾夫球日
- 5 月 25 日 第十一次區務會議
- 6 月 10 日 A2區高爾夫球日
- 6 月 24 日 第十二次區務會議暨感恩餐會