



2025-26年度

團結
行善

UNITE FOR GOOD

台中文心扶輪社 雙週刊

社長 / 賴品佑 秘書 / 董玉蘭 財務 / 涂清淵 社務行政主委 / 林岳毅
社員主委 / 陳永盛 服務計畫主委 / 陳蓓琴 扶輪基金主委 / 范秋明
公共關係主委 / 江瑞啓 糾察 / 王俐婷 節目 / 周志憲 出席 / 林麗莉
聯誼 / 張恩誠 社刊 / 王飛龍

理事會 / 賴品佑 陳昶佑 董玉蘭 涂清淵 林岳毅 陳永盛 陳蓓琴 范秋明 江瑞啓
陳彥伯 周志憲 劉東嶽 陳俊茂 張恩誠 陳寶惠

第 777 次例會

2026 年 6 月 17 日

第 19 卷 • 第 22 期



第 776 次例會合影

上次例會節目

本週例會節目

日期：2026 年 6 月 3 日(星期三)

日期：2026 年 6 月 17 日(星期三)

專題演講：身體說話了，你聽見了嗎？

用中醫穴道，照顧你的身心靈。

演講者：張鈴珠 中醫師

現職：永禾堂中醫診所 院長

2025-26 年度

卸任感恩例會



社長專欄

2025-26 社長 賴品佑 Building

台中文心扶輪社第 776 次例會，本屆邀請最後一位講師也是最棒的最美麗的～永禾堂中醫診所院長張鈴珠醫師，分享了你對自己身體了解有多少呢？是否常常覺得很累，但又不知道是因為工作的忙碌還是身體承受了過多的負擔，透過中醫的穴道按摩，讓你更懂得照顧自己並舒緩生活的壓力，照顧你的身心靈。張醫師多年來致力於中醫臨床診療與健康推廣，透過專業的中醫理論與豐富的實務經驗，幫助許多人找回健康與活力，也重新建立與自己身心對話的能力。

感謝今年的節目委員會團隊安排了一系列有益社友寶尊眷的節目主題，真的受益無窮，文心社真的是太有福氣了。

文心扶輪社 2025-26 年度第四回最終場寶眷聯誼《粽香傳情·庭園饗宴綠色趴》。感謝文心社長夫人麗甄帶領的團隊，安排一整年的活動，參加社友寶尊眷場場爆滿，每次活動總是踩線再踩線現勘再現勘，規劃詳細縝密，總是呈現給寶尊眷最難忘的回憶。

今年跟社長夫人試吃粽子試到快變成肉粽臉了，也更有份量了。感謝秘書今年規劃了一系列歡慶端午餐敘+歡唱卡拉 OK+歡喜領取名粽，最後安排了五大家懇組展現好感情和好歌聲！




**身體說話了，你聽見了嗎？
用中醫穴道，照顧你的身心靈。**

你對自己的身體了解有多少呢？是否常常覺得很累，但又不知道是因為工作的忙碌還是身體承受了過多的負擔，透過中醫的穴道按摩，讓你更懂得照顧自己並舒緩生活的壓力。

**2026
06.03
PM6:30**
台中長榮桂冠酒店
B2 宴會廳

主講者：永禾堂中醫診所 院長
張鈴珠

  
主辦單位：台中文心扶輪社



6/9 非常高興的日子，台中文心社輔導的第二個扶輪社全球獨一無二匹克球扶輪社誕生了，由一群熱愛健康、公益、友誼與服務精神的夥伴，共同開啟嶄新的扶輪旅程。感謝新社顧問 Lexus、社長 Building、秘書 Janice、PE YoungBank、CP Health、PP Eddie、PP CPA、PP KK、Attorney，於創社籌備期間的全力支持與用心協助。

扶輪是一段旅程，也是一種責任。期待匹克球扶輪社未來能秉持「超我服務」的精神，以球會友、以球聯誼、以球服務建立友誼，以行動創造影響力，在社區服務、青少年培育、國際交流與社會公益推動上持續發光發熱。文心扶輪社未來也將持續陪伴與支持，攜手同行，共同為扶輪創造更多價值。

「一個人的力量可以走得快，一群扶輪人的力量可以走得遠；今天我們共同播下服務的種子，明天必將收穫改變世界的力量。」恭賀匹克球扶輪社創社授證慶典圓滿成功。



6/14 感謝秘書 Janice、PE YoungBank 國際敦睦主委 Consuss、PP Value、PP Roger、文心社所有參與的家人，我們一起見證並參與了睽違 32 年的 2026 國際扶輪台北世界年會。感謝大家為迎接日本友好社做好最佳的國民外交，增進國際扶輪的友社交流活動。社友們在小酒館歡迎日本社友，雨中大家擠爆小酒館，一堆人在外面羨慕文心社包場。PE YoungBank、Consuss 的主持，讓三社社長致詞，以及介紹 GG 案執行情形，並準備布條與 PPT，大家的默契宛如臨時例會。而 Judy、Peggy 即時為日本社友準備伴手禮，真的很令人敬佩且感動！大家全程的參與，自發地歡送日本社友，全體合照完成才一起出發去南港展覽館參觀友誼之家。





磅礴震撼精彩的開幕式，及感受台灣在世界扶輪人面前揮舞國旗，唱國歌的感動。充滿各國人文、科技、環保、傳統文化，豐富精彩內容的友誼之家，展現出扶輪世界年會的完美記錄！來自世界 140 多個國家超過 37000 名的扶輪領導人齊聚台北的偉大盛會。大家展現了最棒的扶輪人精神也展現了最棒的台灣！





第 776 次例會出席率統計

社員人數	52 人
出席人數	21 人
補出席	25 人
出席率	88 %

上週末出席社友 ~

我們想念您

Albert, YoungBank, CPA, Book, Lawyer, CAD,
Jason, Elaine, Bernie, Insurance, Chuck, Attor-
ney, Sigma, Grace, KK, IS, Kelvin, Roger, Interi-
or, Peggy, Tris, Denise, Cotton, Kenny, Beauty,
Tiffany, Make, Consuss, Money, Lin, ProCoat °

例會節目預告

第 778 次例會節目預告

日期：2026 年 7 月 1 日(星期三)

2026-27 年度社長暨團隊就職例會

第 779 次例會節目預告

日期：2026 年 7 月 15 日(星期三)

專題演講

第 780 次例會節目預告

日期：2026 年 8 月 5 日(星期三)

總監廖勝揮 DG Lighting 伉儷 暨團隊蒞臨

公式訪問

.....

.....

糾察報告

來賓	中州社蔡其洪 Major	1,000
來賓	蘇佳瑩	1,000
彩券		1,100
	合計	3,100



活動訊息

■ 高球隊-6 月例賽

時 間：2026 年 6 月 26 日(星期五) 11：00 集合 / 11：30 開球 / 18：30 晚餐

地 點：霧峰高爾夫球場

晚 餐：阿 Q 黑白切 (西區忠明南路 242-2 號)

■ 登山慢跑隊-6 月慢跑活動暨年度主委交接儀式

時 間：2026 年 6 月 27 日(星期六)早上 07：00

地 點：文心森林公園 (文心路與大墩七街口集合)

早 餐：早上 08：00 進場 (金悅軒餐廳 - 台中市南屯區惠中里公益路二段 213 號)

費 用：非會員 800 元

■ 幸福組家懇會

時 間：2026 年 6 月 28 日(星期日)11：30~14：30

地 點：大杓子鐵鍋燉 (台中市北屯區光西巷 6 號) & 貝克莉烘焙坊手作

爐 主：Building, Janice / 組 員：Tiffany, Value, Grace, Interior, Rich, Sigma, Health, CPA



台北世界年會 ~分享日本米山獎學金

PE YoungBank 於台北國際年會期間，以日文擔任分科會主持人，向來自世界各地的扶輪社友分享米山獎學金的理念與成果，介紹這項深具意義的國際交流與人才培育計畫。

活動現場吸引超過 500 位海內外社友參與，大家熱絡交流、互動踴躍。能夠代表文心扶輪社站上國際舞台，不僅分享台灣的經驗與成果，也促進了各國社友之間的友誼與連結，成功展現了一場溫馨且友好的國際外交。





社友專欄

重逢，才是國際年會最美的風景 一位米山學友的 2026 台北國際扶輪年會札記

王飛龍 PP Dragon

2026/6/14，2026 年國際扶輪年會在台北盛大舉行，隨同社友們一起步入「2026 台北國際扶輪年會」的開幕典禮大廳。這是台灣繼 1994 年之後，睽違三十二年再次承辦這項全球扶輪盛會。來自世界一百四十多個國家、三萬多位扶輪社友齊聚台北，共同見證這歷史性的一刻。

開幕典禮後，許多扶輪領袖從世界和平、國際合作與永續發展等層面發表感言。他們站在全球視野的高度，思考的是國家與國家之間的連結，以及扶輪對世界的影響力。那樣的格局與高度，非吾等小人物所能企及。

而身為一位平凡的扶輪社員，我無法談論安邦定國的大道理，只能透過「管中窺豹」的視角，在那些看似平凡的角落裡，收穫了屬於我個人、最不平凡的扶輪記憶。而回首這幾天的點點滴滴，我發現自己最深的感受，並非來自盛大的典禮或精彩的演講，而是一次次跨越歲月的重逢。



2026 扶輪世界年會

四十年後，重逢東京神田扶輪社

這次年會最令我感動的，莫過於與日本東京神田扶輪社的重逢。

四十年前，我考取了 TDK 留日獎學金赴日求學。TDK 創辦人山崎貞一先生不僅是日本企業界的重要人物，更是東京神田扶輪社的創始會員之一，在社內具有舉足輕重的地位。

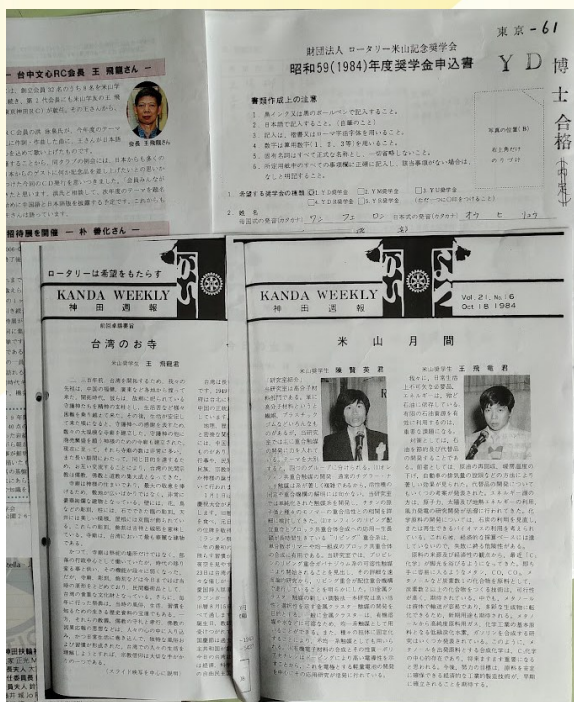
眾所周知，日本扶輪米山紀念獎學金正是由全日本扶輪社友共同捐助而成，是日本扶輪最具代表性的國際教育事業之一。而東京神田扶輪社正是其中的重要力量之一。當年許多獲得 TDK 獎學金的學生，在山崎先生的推薦下，得以進一步獲得日本米山紀念獎學金的支持。

這次有幸與神田扶輪社現任會長大家正光先生見面。雖然他當年尚未加入扶輪社，與我的留學時代並無直接交集，但當我們談起當年照顧我的世話人——櫻井欽一先生時，話題立刻熱絡起來。尤其提到櫻井先生經營的燒烤名店「牡丹亭」至今仍在營業，更讓彼此找到共同的記憶連結。

最令我驚喜的是，神田扶輪社特地將當年我申請米山獎學金的資料、期中報告以及社內保存的相關紀錄影印贈送給我。那些塵封四十年的文件，不只是紙張，更是一段青春歲月的見證。翻閱之際，那些早已淡忘的青春往事與扶輪恩情，瞬間在眼前清晰地浮現，令人感慨



萬千。原來歲月雖然流逝，但有些情誼從未真正離開。



往日資料

與日本扶輪米山獎學會峰純子局長的意外重逢

在南港展覽館的日本扶輪米山紀念獎學會攤位，我又遇見了一位多年老友——日本米山紀念獎學會事務局長峰純子小姐。

當年領取米山獎學金期間，每達到米山紀念獎學會報到或參加活動時，總能看見她忙碌的身影。後來台灣米山學友會舉辦活動，她也經常參與。

歲月流轉，如今她已高升為日本米山紀念獎學會事務局長。然而讓我驚訝的是，當她看到我時，竟然仍然記得我的名字。對於一位數十年來接觸過無數米山獎學生的工作者而言，這份記憶與用心格外令人感動。

更令人敬佩的是，這次年會期間，她竟親自在南港展覽館的米山推廣攤位坐鎮服務。在熙來攘往的人潮中，我們談起四十年前的往事，彷彿時光從未遠離。



日本米山學會攤位

學生缺席的世話人 VS. 失去世話人的學生

另一段有趣的重逢，來自日本相模原中扶輪社的阿部先生。

阿部先生曾是本社另一位米山獎學生的世話人。因為經常到社裡探望所照顧的學生，並參與我們社裡的活動，而我又能以日語溝通，久而久之也建立了深厚的友誼。

這次在南港展覽館再次相遇，自然有說不完的話題。最有趣的是，當年他所輔導的學生因事無法出席，而我自己的世話人已經不在人世。結果，兩位原本是兩條平行線的世話人與被照顧人，竟然湊在一起，聊得欲罷不能。

人生有時就是如此奇妙。這或許就是扶輪最迷人的地方——人與人之間的情誼，往往超越了原本的角色與身分。



等待學生的阿部先生



啤酒杯中的國際友誼

此次年會期間，我們也接待了姊妹社——日本相模原中扶輪社與大阪うつぼ扶輪社的社友。

為盡地主之誼，特別於台北大巨蛋內的掌門精釀啤酒餐廳舉辦歡迎午宴。這是一場純粹以友誼為目的的聚會。沒有正式議程，也沒有冗長致詞，有的只是輕鬆自在的交流。隨著一杯又一杯啤酒下肚，隨著酒酣耳熱，彼此卸下拘束，從社務談到家庭，從台灣聊到日本，從過去說到未來。友誼，也就在這樣最自然的交流中慢慢加深。

同行的友社社友中，還有來自長野縣千曲川扶輪社的朋友。談起長野的雪景、滑雪場，以及 1998 年冬季奧運的往事，話題綿延不絕。原本陌生的人，也在談笑之間成為朋友。這或許正是扶輪最珍貴的价值。



酒杯中的友誼

從仙台談到世界和平

在南港展覽館中，我偶然看見一個標示著「ICC」的攤位。

進去了解後才知道，原來 ICC (Intercountry Committee) 是扶輪國際所推動的國際共同委員會，目的在於促進國家與國家之間長期的友

誼、合作與和平。目前已有許多國家與地區加入這項計畫。

攤位由日本 2520 地區總監親自解說，而 2520 地區正位於日本東北地區，以仙台為中心。坦白說，這樣宏大的和平工程，已超出我這個小人物所能理解與參與的範圍。然而，當話題從國際合作轉到仙台的人文風景時，彼此之間的距離卻突然拉近了。



日本-烏克蘭 ICC

談起仙台，我首先想到的並不是政治與制度，而是那些陪伴無數人成長的日本名曲。

日本近代經典歌曲〈荒城之月〉，便與仙台青葉城有著深厚淵源。歌詞中的：

「春高樓の花の宴，巡る盃影さして…」

描繪昔日繁華如夢、榮枯無常的人生感慨。百餘年來，這首歌唱盡了歷史的滄桑與歲月的流轉。

而對我們這一代人而言，更熟悉的或許是 佐藤宗幸 的〈青葉城戀歌〉。那首優美的旋律唱著：

「広瀬川 流れる岸辺，思い出は帰らず…」

歌聲中的廣瀨川、青葉城與杜之都仙台，早已成為許多人心中最浪漫的東北印象。



當我與 2520 地區的社友聊起仙台、松島、氣仙沼海岸，以及東日本大震災後的重建歷程時，話題竟自然而然地從扶輪延伸到歷史、文化與故鄉記憶。

那一刻，我忽然明白：

國際交流真正珍貴的地方，不只是制度上的合作，而是透過共同的文化記憶，找到彼此心靈的共鳴。

或許，世界和平並不總是從宏偉的宣言開始。

有時候，它只是從一首共同喜愛的歌曲開始；從談論一座古城、一條河流、一段共同的記憶開始。

結語：重逢，才是國際年會最美的風景

離開年會會場時，腦海裡不禁浮現〈荒城之月〉與〈青葉城戀歌〉的旋律。

前者讓人感受到歲月流轉、人事更迭；後者則訴說著故鄉與友情的溫暖。

四十年前，我因 TDK 獎學金與米山獎學金踏上日本留學之路；四十年後，又因國際扶輪年會與許多久違的朋友重逢。

歲月帶走了許多人，也改變了許多事。有些師長已然遠去，有些朋友已經白髮蒼蒼。然而真正的友誼，卻像廣瀨川的流水一般，靜

靜流淌，從未停歇。

對許多扶輪領袖而言，這是一場探討世界和平與全球合作的盛會；而對我這個小人物而言，最大的收穫卻是那些跨越四十年的重逢、跨越國界的友誼，以及歲月沉澱後依然不變的人情溫暖。

我忽然覺得，國際年會最珍貴的地方，也許不只是數萬人的盛大集會。而是讓許多原本平行的人生軌跡，在某一個時間點再次交會。

因為，

世界很大，而人與人之間的距離，其實可以很近。

而重逢，正是國際年會最美的風景。

轉載自 <https://vocus.cc/article/6a2fae26fd89780001c68ebd>



扶輪武功秘笈

幽默與歡笑

在扶輪大家庭我們要時時保有「幽默與歡笑」。

「幽默把玫瑰花展現出來，而將花的刺藏了起來。」

1993-94 年度 RI 社長羅伯·巴斯 (Robert R. Bath) 提及美國名政治家曾說過的一句話。「幽默 (Humor)」我以為它不只是擺脫精神枷鎖的一種心理治療良方，也是人際緊張關係的「潤滑劑」。

我們在繁忙而又緊張的生活中想要調劑下我們緊張的神經。我們並不一定非要停下工作來放輕鬆。其實，只要在忙碌中懂得善用幽默的話語，也會令人心身愉快，讓人在會心一笑中得到休息。

幽默的快樂屬於一種解脫的快樂。在美國醫界更認為「幽默的笑聲」是種「靜態的慢跑」，它不但會使我們緊張的肌肉鬆弛，更進而有益於我們的心肝功能。一位富於幽默氣質的人，不但會懂得如何愉快的生活，更會將愉快帶給他人。因為，他體會到人性的兩面。一面是原則性，另一面則是戲謔性。每當人際衝突對立，也就是雙方各自強烈堅持自己的原則因而形成緊張的關係時，他總會運用幽默大師林語堂所說「幽默是智慧之刀的一幌」，將他自己也把他周圍的人其咄咄逼人的刺藏了起來，而將人格中豁達、善良、隨和、歡笑等如同玫瑰花般高雅的特質展現出來。

多年的扶輪體驗，讓我覺得扶輪這麼複雜的組織就像一個巨大的機器，有許多機械零件。唯有我們用許多「幽默」的潤滑劑來滑潤機器，它才會順暢的運轉。同時，扶輪如同 RI 前社長巴斯所強調每位社友不但要擁有「智慧的心 (Intelligent Heart)」外，還需要能做到「親手服務」。也就是我們不僅是出錢，還要親自動手來服務，以我們的雙手為那些失去希望的人重建美夢。也只有在我們自己親手做時，才會體會到什麼叫做「超我服務」。當然如此認真的服務是一種相當嚴肅的工作。如同前面所提幽默則是一種擺脫精神枷鎖的良方。因此，RI 前社長巴斯要我們時時保有「幽默與歡笑」。因為保有這份幽默與歡笑不但能幫助我們為扶輪認真工作外，而且能在我們遭受挫折時支持我們，並在感到沮喪時能減輕我們的負擔。同時，德語有句話說：「每個人的內心都藏著一個渴望遊戲的小孩。」我個人以為我們一方面要嚴肅的從事扶輪服務工作，同時，我們也要記得我們內心那個小孩，有時也需要遊戲。

因此，我們也需要共同來培養「扶輪生活文化」，就是一種樂觀、冷靜和幽默的氣氛，一種溫暖的扶輪環境。才能吸收到不是一般普通的紅花，而是如同含苞待放高雅的紅玫瑰花般優秀的社員，而且能使他們留下來落地生根。更進而藉由「幽默」使他們人格中咄咄逼人的刺藏了起來，而充分綻放出紅玫瑰般高雅的特質，使他們更豁達、更善良、更隨和、更加歡笑。如此幽默、溫馨的扶輪環境，才能吸引住年輕的新社員，才能給扶輪帶來新的才華、觀點、發展與創新的空間。

國際扶輪 3521 地區 PDG Tommy 黃維敏 授權使用



第776次例会花絮



社長 Building 報告



秘書 Janice 社務報告



歡迎張鈴珠中醫師蒞臨



公共形象主委
Lexus 報告



6 月份生日及結婚紀念慶祝



感謝張鈴珠中醫師贈送書籍
“探索並照顧自己的 21 天”



感謝永禾堂中醫診所張鈴珠院長分享
“身體說話了，你聽見了嗎？用中醫穴道，照顧你的身心靈”



糾察時間 Sauna



恭喜 Shrek 夫人獲得彩券二獎、蘇佳瑩小姐獲得彩券頭獎

