



乙未羊年 2015 新年快樂
Happy New Year

第廿八卷 第廿六期 中華民國一〇四年三月八日出版 2015/Mar/8 Vol. 28 No. 26

友社授證

【三重百福社授證 4 週年】

▶時間：3 月 19 日(星期四) 17:30

▶地點：大直典華旗鑑店五樓繁華廳(台北市中山區植福路八號 5 樓)

【土城山櫻扶輪社授證 11 週年】

▶時間：3 月 24 日(星期二) 17:30

▶地點：土城大三元餐廳(土城區青雲路 152 號 5 樓)

【三重泰安扶輪社授證 6 週年】

▶時間：104 年 03 月 26 日(星期四) 17:30

▶地點：大直典華飯店-花田好事廳(台北市中山區植福路 8 號 6 樓)

例會記要

02 月 14 日 第 1446 次例會

- 社長 Otoko 鳴鐘開會。
- 聯誼 P. P. AL：
歡迎主講者消基會消費者報導雜誌社總編輯歐陽莉小姐、領唱張智瑩小姐蒞臨本社。
敬祝 P. P. Just、Alumi、P. D. G. Trading、Picasso 夫人、Lawyer 夫人、P. P. George 夫人、Otoko 夫人、Kenny 夫人、P. P. ENT 夫人、P. P. Cathay 夫人，生日快樂！
敬祝 Life、Junior，結婚週年快樂！
- 代理秘書 Kenny 報告：
 - (1) 感謝社長 OTOKO 致贈與會社友巧克力，祝福大家情人節快樂！
 - (2) 感謝 P. P. Fuku 致贈全體社友發財金。
 - (3) 二月二十一日(星期六)第 1447 次例會，適逢春節假期，休會乙次。
 - (4) 二月二十八日(星期六)第 1448 次例會，適逢二二八假期，休會乙次。
 - (5) 三月七日(星期六)第 1449 次會，延至三月八日(星期日)下午五時三十分假土城擔仔麵餐廳舉行「慶祝春節晚會暨女賓夕」。
 - (6) 春季旅遊-東勢林場一日遊，謹訂於三月二十二日(星期日)舉行，敬請全體社友寶眷儘速報名參加。
- 社友 Lawyer 介紹主講者
姓名：歐陽莉小姐
學歷：文化大學大眾傳播系
曾任：遠東關係企業-快樂家庭、消費時代編輯、消基會消費者報導雜誌社編輯部主任兼執行秘書、台北市衛生局餐盒評鑑委員…等。
現任：消基會消費者報導雜誌社總編輯、中

華民國網路消費協會常務監察人、中華民國婦女消費協會理事…等。

如何吃得安心、吃得健康



消基會消費者報導雜誌社總編輯 歐陽莉小姐

消基會不及格率高的檢驗項目有哪些？

1. 生魚片
 2. 涼麵
 3. 鮮榨果汁
 4. 菊花
 5. 冰品
 6. 中藥材
 7. 巴西蘑菇
 8. 白木耳
- 澱粉高溫烘炸的食品(丙烯醯胺)。
 - 含鋁食品(明礬泡發、膨鬆劑、含鋁色素、含鋁藥品、含鋁鍋具)。
 - 鈉含量高的食物。
 - 糖含量高的食品。
 - 零熱量食品。
- 吃？還是拒吃呢？

- 要懂得趨吉避凶。
- 要懂得多吃時令菜。
- 要懂得「風散風險」。
- 要懂得認證購買。
- 要懂得準備食材。
- 要懂得烹飪方法。

食品選購、食用注意事項---試飲

- 檢視（1. 透明視窗；2. 品質；3. 標示）
- 警語
- 食品添加物？食品改良劑
- 認證

建立自保消費習性：

1. 不外食；
2. 不買、不吃加工食品；
3. 選購有品牌、完整包裝的商品；
4. 不買臨時攤商的商品、食品；
5. 隨時儲存正確消費知識。

保健食品

保健及預防疾病的理想概念，製作各種不同功能的錠劑（如維他命丸、護肝、增強免疫、抗氧化、消脂）等等之保健食品。

部份臨床試驗結果：

1. β-胡蘿蔔素不具預防，反而增加肺癌。
2. 維他命 C 增加動脈血管硬化。
3. 葉酸增加大腸、直腸癌。
4. 高鈣、高維他命 D 降低大腸直腸癌，但增加攝腺癌。
5. 停經婦女補充荷爾蒙（動情素加助孕素）增加乳癌罹患率。

摔一跤後，除了喊「痛」，還可以做什麼？

- 書面申訴
- 電話諮詢
- 義務律師諮詢
- 申請調解

找誰討公道？！

- 政府機關
- 民間消保組織
- 民意代表
- 媒體

消費新觀念

- 一、分散風險，多元消費
- 二、盡信廣告，不如看清標示
- 三、慎訂契約，知悉法令
- 四、正確資訊「e」指通
- 五、1950 就護您

六、吸收、分享正確消費資訊

七、心動不能馬上行動

- 社長 Otoko 代表本社全體社友致贈歐總編輯小社旗、車馬費，感謝其精彩演說。
- 代理出席 I. P. P. Lobo、糾察 Toms 報告本週社友出席情況、紅箱收入金額。
- 社長 Otoko 鳴鐘閉會。

二月份理事會會議記錄

一、時間：中華民國 104 年 2 月 14 日(星期六)
下午二時

二、地點：本社會議室

三、主席：賴建男

四、記錄：呂仁團

五、出席：劉孟賜、章明仁、張富逸、葉進一
劉炳宏、黃伯堯、呂仁團、羅國龍
賴建男、陳萬祥、張茂樹、劉炳華
陳偉信

甲、討論提案

第一案：審查一月份收支報告表、資產負債表。
請討論。

決 議：通過。

第二案：四月份行事曆

04/04 第 1453 次例會，適逢清明節連續假期，休會乙次。

04/11 第 1454 次例會，專題演講。

04/18 第 1455 次例會，國際扶輪 3490 地區第二十五屆地區年會假新莊頤品大飯店舉行。

04/25 第 1456 次例會，延至四月二十六日(星期日)下午五時三十分假上海銀鳳樓舉行慶祝母親節晚會暨爐邊會。

決 議：通過。

第三案：是否繳納中華扶輪教育基金會統一捐款每位六〇〇元，請討論。

決 議：通過。

第四案：秘書章明仁因個人健康考量，申請另尋人選頂替秘書、理事、球隊總幹事乙職。請討論。

決 議：保留理事身份、秘書核章權，另委請社友 Kenny 代理執行本屆秘書職務。

社長當選人 Roberta 宴請

▶時間：3 月 15 日(星期日) 17:30

▶地點：板橋吉立餐廳二樓

▶備註：敬邀全體社友伉儷撥冗出席

本週節目

三月七日

第 1449 次例會

【慶祝春節晚會暨爐邊會】

- 時間：3月8日(星期日)17:30
- 地點：板橋台南擔仔麵餐廳
(新北市土城區中華路一段 196 號)
- 爐主：黃文平、邱顯清、張富逸、王信興
劉炳宏、呂仁團、連耀霖、邱明政
吳得利、林振哲、吳振斌、林同義

下週節目

三月十四日

第 1450 次例會

【中華扶輪教育基金得獎學生專題報告】

- 郭信正碩士班獎學金
國立台灣海洋大學電機工程所 王琨堂先生
- 財團法人海山教育基金碩士班獎學金
逢甲大學纖維與複合材料系所 徐銘緯先生

例會報告事項

(中華民國 104 年 02 月 14 日 第 1446 次例會)

一般捐款		承上期： \$817,267	
George	8,000	Masa	2,000
Hero	1,000	Master	1,000
James	1,000	Otoko	5,000
Junior	2,000	Roberta	2,000
Kenny	2,000	Stock	4,000
King	1,000	Sky	2,000
Land	1,000	Tiger	2,000
Lawyer	2,000	Toms	1,000
Life	2,000	Tony	1,000
Lobo	1,000	Trading	3,000
小計：	\$44,000	總計：	\$861,267

分攤捐款		承上期： \$804,900	
Duval	7,700	Smile	5,200
King	5,200	Sun-Rise	5,200
小計：	\$23,300	總計：	\$828,200

敬祝 生日快樂!



洪敏捷前社長(42.03.09)

黃明志前社長(24.03.12)

敬祝 結婚週年快樂!

林忠慶社友(78.03.12)26年

林振哲社友(78.03.12)26年

出席報告

(中華民國 104 年 02 月 14 日 第 1446 次例會)

- 一、社員人數：51名
出席人數：33名
缺席人數：8名
出國人數：2名
免計出席：6名
補出席：2名
出席率：84%
- 二、本次例會想念您!
Alumi、Coach、Duval、Frank、Herbert、
Jason、Kevin、Picasso
- 三、祝您旅途愉快!
Archi、ENT

總監盃高爾夫球賽

- 【擊球時間】：3月16日(星期一)
09:30 報到、10:30 開球
- 【擊球地點】：台北高爾夫球場
- 【參加人員】：賴建男、羅國龍、蕭慶安

春季旅遊-東勢林場一日遊

- ▶時間：03月22日(星期日)
- ▶行程：07:20 社館、馥華飯店集合、領取
早餐→07:30 出發→10:00 東勢林
場-生態導覽→12:00 東勢林場午餐
→15:30 亞洲現代美術館→17:30 秋
虹谷→18:00 阿秋大肥鵝晚餐