

祝 新北市第二分區八扶輪社聯合例會圓滿成功

板橋社、板橋北區社、板橋東區社、板橋南區社
板橋西區社、板橋中區社、板橋群英社、新北光暉社

~賀~

本社榮獲財團法人中華扶輪教育基金會 2019-2020 年度【1800 萬】功勞社

來函照登-2022-2023 年度地區總監提名候選人審查會議決議

- 一、依國際扶輪細則第 12 章第 12.030.1 條規定辦理。
- 二、依照 2019 年 12 月 26 日假格萊天漾飯店召開總監提名候選人審查會議，資格審查結果候選人符合推薦資格，經提名委員審查決議通過三重三陽扶輪社前社長陳汪全 P. P. Paul 為 2022-2023 年度地區總監提名人。
- 三、依規定公告，有意挑戰之候選人（依國際扶輪細則第 12 章第 12.030.7 條規定辦理），請提交相關資料於 2020 年 1 月 9 日前（以郵戳為憑），備文函送地區辦公室辦理。

第三十三卷 第廿四期 中華民國一〇九年一月七日出版 2020/Jan/7 Vol. 33 No. 24

例會記要

1月4日 第1701次例會

- 社長張正鳴 P. Jason 鳴鐘開會。
- 聯誼許家榮 Will :
歡迎主講者台灣高山醫學權威王士豪先生、社長 Jason 夫人邱碧霞女士、P. D. G. Trading 夫人郭林美惠女士、P. P. George 夫人李林素英女士、P. P. First 夫人郭麗玉女士、P. P. James 夫人郭鄭明良女士、P. P. ENT 夫人連文惠女士、P. P. Cathay 夫人吳佩璇女士、P. P. Hero 夫人董秀琴女士、I. P. P. 夫人蔡麗娟女士、領唱老師李潔亭小姐蒞臨本社。
歡唱自選曲「海海人生」、「愛情限時批」。
- 出席劉孟賜 Bright 報告上次例會社友出席狀況。
- 秘書徐明偉 S. Benson 報告：
 - (1). 感謝社長夫人邱碧霞女士準備米餅分享與會社友。
 - (2). 今天下午二時三十分將前往社友 Aero 競選總部(板橋區區新北市板橋區文化路一段 97 號)為他加油，敬邀社友寶眷一同前往。
 - (3). 一月十一日(星期六)例會提前至一月七日(星期二)中午十一時假板橋吉立餐廳二樓舉行八扶輪社聯合例會。敬請社友穿著西裝搭配年度領帶出席例會。
 - (4). 慶祝春節晚會暨爐邊會，謹訂於二月二日(星期日)下午五時三十分假格萊天漾大飯店 14 樓萬大廳舉行。歡迎各位 P. P.、社友贊助摸彩品。
*爐主：游伯湖、程文金、葉進一、李水日、黃伯堯、陳世君、王世原、謝堂誠、羅國龍、郭金興、張茂樹、林聖家、吳振斌。
 - (5). 社友 吳晉福(Dental)千金吳怡勳小姐與鞠孟倫先生結婚典禮，謹訂於二月九日(星期日)中午十二時假台北新板希爾頓酒店-宴會樓

一樓吉祥 B 廳舉行。

- (6). 2019-2020 年度-總監盃高爾夫球賽，謹訂於三月二十六日(星期一)上午九時三十分假台北高爾夫球場舉行。報名費每位 500 元，果嶺費 2,449 元

- 代理糾察謝堂誠 P. P. Land 進行本週歡喜紅箱時間。
- 社友陳世君 Jey 介紹主講者：
姓名：王士豪先生
出生：1978 年 8 月 19 日
學歷：中國醫藥大學醫學系醫學士、美國科羅拉多大學醫學院高海拔醫學研究中心研究員
曾任：林口長庚醫院、台北馬偕醫院、台北醫學大學附設醫院急診醫學科主治醫師、康橋國際學校登山活動醫療顧問、中華航空公司航醫、康軒文教集團勞工健康管理臨場服務醫師。
現任：山雲白袍健康顧問股份有限公司董事長、台灣高山醫學權威、美國航太醫學會正式會員。
榮譽：《瘋高山》作者、高海拔醫學研究世界排名前 3.3%，東北亞(台灣、韓國、日本)排名第一。

<瘋高山>~讓大人小孩玩得

開心、玩得安心



台灣高山醫學權威 王士豪先生

△▲：如何判斷高海拔疾病

高海拔疾病	判斷標準
急性高山病 (AMS)	頭痛、頭暈、失眠、噁心或嘔吐、虛弱、意識改變、步態不穩、休息時呼吸困難、肺部可聽到囉音、以及發紺
高海拔腦水腫 (HACE)	嚴重的頭痛、步態不穩、判斷力異常、行為異常、幻覺、意識混亂、以至昏迷。
高海拔肺水腫 (HAPE)	休息狀態下呼吸困難、咳嗽、虛弱無力或活動力降低、胸悶或胸漲、多痰的咳嗽、咳血、極端虛弱、發紺

△▲：提供山友預防、處置之道

增加高山症發生率的危險因子，爬山時快速上升是一大因素，夜晚住宿地的海拔也是一大關鍵，如果再登高前曾有感冒或上呼吸道感染，也會增加高海拔肺水腫發生率。建議爬山前緩慢上升高地，登高前在中海拔過夜，如登玉山前在塔塔加過夜，同時要多喝水，避免喝酒，行前 2 個月內至高海拔地點夜宿至少 3 晚，都能有助於降低高山症發生。

△▲：認識急性高山症 (AMS)

當海拔高度上升時，很多環境條件和地面不太相同，包括低氣壓、低溫、低溼度、高紫外線等，其中對健康影響最大的就是因氣壓較低，同時導致空氣中氧分壓較低，登山者因此容易出現頭痛、頭暈、失眠、噁心、嘔吐、厭食、虛弱等症狀；若症狀加劇，會出現意識不清楚、

走路不穩、呼吸困難、喘不過氣、昏迷等腦水腫與肺水腫症狀，若不緊急處置，患者可能會在 6 小時快速死亡。

△▲：高山症可零死亡，眾志成城建立「高山症防護網」。

台灣高山症發生率 36%，幾乎每三名登山客就有一人發生，初期症狀常被誤認為感冒，因此容易錯過黃金救治時期。

「如果，嚴重高山症病患無法下降到低海拔，那我們就把低海拔的環境帶到病患身邊。」我因此召集志同道合的愛山人士，成立「台灣野外地區緊急救護協會」，一起和山友把加壓艙送上台灣 29 座超過 2,500 公尺的高山山屋，希望達到「台灣高山症零死亡」的目標。

近幾年來，在高山密布的台灣，愈來愈多大人、小孩都愛上爬山，尤其熱愛爬高山，把「摘」下幾座百岳當作一種目標，同時也是一種人生成就。然而，在瘋高山的同時，最需要注意的高山病症之一就是「高山症」。

爬山，從不是為了要攻頂，而是要安全回家。

我再三強調爬山的基本功不可少，「你的安全是你自己的責任，有沒有做好準備，最終更都會回饋到自己身上。」

- 社長張正鳴 P. Jason 代表本社全體社友頒發小社旗、車馬費，感謝王醫師精彩演說。
- 代理糾察謝堂誠 P. P. Land 報告本週例會紅箱收入。
- 社長張正鳴 P. Jason 鳴鐘閉會。

咱 P.P. Master、Aero 加油、加油!!

*時間：12月28日(星期六) 15:00 區運路 28 號



*時間：1月4日(星期六) 14:30 文化路一段 97 號



社長 Jason 代表獻上包子、粽子，希望二位社友 7 P.P. Master、1 Aero 皆能「包中」!!

本週節目

一月十一日

第 1702 次例會

【新北市第二分區八扶輪社聯合例會】

▶時間：1月7日(星期二)

11:00 註冊

11:30 鳴鐘開會

13:10 餐敘

▶地點：板橋吉立餐廳 2 樓

▶主講：恩智浦半導體副總裁暨高雄廠區
總經理 張玉琳先生

▶講題：5G - 萬物互聯的新時代

下週節目

一月十八日

第 1703 次例會

▶節目介紹人：陳嘉偉 Junior

▶主 講 者：臺灣大學生化科技學系
名譽授教 李平篤先生

▶講 題：臺灣野鳥生態(一)：都會公
園綠地野鳥生態

出席報告

(中華民國 109 年 01 月 04 日 第 1701 次例會)

一、社員人數：52 名
出席人數：18 名
免計出席：16 名
缺席人數：11 名
出國人數：0 名
補出席：7 名
出席率：79%

二、本次例會想念您！

Al、Alan、Decor、Frank、Kay、Kenny
、Leo、Mars、Obama、Tetsu、Tiger

敬祝 生日快樂！

徐明偉社友 (61.01.07)

許家榮社友 (66.01.07)

張宏陸社友 (61.01.10)

許國騰社友夫人 (54.01.08)

林振哲前社長夫人 (55.01.08)

郭祐福前社長夫人 (28.01.09)

劉孟賜社友夫人 (65.01.12)

黃俊哲社友夫人 (81.01.12)

邱明政前社長夫人 (24.01.13)

敬祝 結婚週年快樂！

吳晉福社友 (76.01.11) 33 年

劉孟賜社友 (87.01.11) 22 年

羅致政前社長 (90.01.17) 19 年

例會報告事項

(中華民國 109 年 01 月 04 日 第 1701 次例會)

一般捐款		承上期：\$876,400	
Benson	1,000	Land	1,000
Cathay	1,000	Life	1,000
Coach	1,000	Lobo	1,000
Dental	1,000	Masa	1,000
Eric	1,000	Otoko	1,000
First	1,000	Roberta	1,000
Jack	1,000	Sky	2,000
James	2,000	Stock	1,000
Jason	3,000	Taylor	1,000
Jey	1,000	Trading	2,000
Junior	1,000	Will	1,000
小計：	\$27,000	總計：	\$903,400

分攤捐款		承上期：\$628,900	
Coach	5,200	Land	5,200
James	5,200		
小計：	\$15,600	總計：	\$644,500