

例會記要

08月12日 第1889次例會

- 社長莊金盤 P. Davie 鳴鐘開會。
- 聯誼王斯靖 Barcode：
歡迎主講者中原大學心理學系副教授鄭谷苑女士、輔仁大學食品科學系副教授陳政雄先生蒞臨本社。
祝福本週壽星 P. P. Eric 夫人、Stone 夫人生日快樂！
歡唱扶輪歌選「主講先生，你好嗎」。
歡唱自選曲「惜別的海岸」、「天星伴天涯」。
- 出席許家榮 Will 報告上週例會社友出席狀況。
- 秘書黃健豪 S. Taylor 報告：
(1)、感謝 P. P. Tea 準備秋蜜梨分享與會

社友。

- (2)、板橋扶輪社暨輔導子社九扶輪社聯合例會，謹訂於 9 月 6 日(星期三) 中午 11:00 新板希爾頓酒店宴會樓舉行。邀請到戴德梁行 董事總經理顏炳立先生，演講「2023 狡兔追月，明天會更好？」。
*餐費每桌 11,000 元，為避免浪費敬請社友登記出席與否，以利安排各項事宜。
- (3)、社區服務-擁抱極光、創造心生命音樂會，謹訂於 9 月 10 日(星期日)下午 17:00 假新北市政府 3 樓多功能演藝廳舉行。社內為協辦單位，敬邀社友寶眷登記報名音樂會。
- (4)、職業服務-表揚優良員工，謹訂於 10 月 21 日(星期六) 12:00 假社館舉行。

*敬請社友踴躍推薦員工接受表揚，社內將於例會時公開表揚並致贈每位優良員工禮金一千元、獎狀乙面、紀念品乙份。

(5)、國際扶輪 3481、3482、3490、3521、3522、3523 地區聯合主辦「2023 扶輪臺北城市創意公益路跑-為世界創造希望」活動，謹訂於 11 月 26 日(星期日)上午 05:00 -10:00 假總統政府前廣場舉行。

*此次路跑組別有：12.5K 組(每位 900 元)、3K 組(每位 600 元)，為鼓勵社友僥報名參加，報名費由社內支付，欲參加者敬請於 8 月 30 日(星期三)之前登記報名。

- 糾察張富逸 P. P. Eric 主持紅箱歡喜時間。
- 前社長吳晉福 I. P. P. Dental 介紹主講者：
姓名：鄭谷苑女士
出生：1964 年 8 月 4 日
學歷：加州大學河濱分校心理學博士
現任：中原大學心理系副教授

少就是多：

從大腦發展到ChatGPT



中原大學心理系副教授 鄭谷苑女士

- 大腦如何運作，如何學習。
- 多不是多，以 ChatGPT 為例子。

大腦的特色：不是多就是好

大腦神經細胞發展歷程

- 新生兒大約有 100 billion 神經元。
- 這是懷孕期間，小孩以每分鐘 250,000 個神經元的速度生長的結果。
- 在此期間，數量之外，更重要的是神經元的分工（分到哪個腦區，擔任哪種神經細胞）。

■ 成人大約有 86 billion 神經元。

突觸修剪

- 突觸修剪是很多哺乳類動物神經發展的一個重要步驟。從出生開始，到大約 20 歲左右結束。在修剪的過程中，神經本身的軸突（Axon）和樹狀突（Dendrite）退化死亡。
- 20 歲左右，也是大腦前額葉長好的時候。（最後長好，最先退化）。不是三歲定終生。
- 成人大腦的體積大約是嬰兒的五倍。
- 成人神經元大約 86 billion，新生兒大約 100 billion。

頭好壯壯的法則

- 不是神經數量多。
- 而是多鍛鍊，多練習。沒有人是天生什麼都會的。
- 練習，建立神經之間的連結。可以觸類旁通，舉一反三

ChatGPT

- 由 OpenAI 開發的「人工智慧聊天機器人」，2022/11 推出。
- 可以聊天，可以自動摘要，可以產生產品（劇本，歌曲，小說，企劃）。
- 可以回答問題。
- 可以編寫電腦程式，可以除錯。
- 這個 model 有其限制，不夠完美。
- 但是任何新事物發展的過程，一定有其限制例如：自動駕駛車。像是手機，從黑金剛到智慧型手機。
- 但，這不是心理學家關心的問題。
- 問題一：這不是智慧（至少目前還不是）。
- 問題二：讓使用者不用腦。

New Media 的影響

- 太多。管道太多，訊息太多，多到無法選擇無法思考。
- 匿名性：所以可以不用負責任。

- Social media (FB, Twitter, IG, Line, Whatsapp, telegram, signal…) : 減少人與人的接觸，社交能力變差。粉絲團人數重於真實朋友的接觸。Emoji 簡化了情緒的複雜性 (envy vs. jealous)。
- 自媒體 (youtuber…) 的興起
- 為了流量，需要「show」、標題也要吃重鹹…。
- ChatGPT：剝奪思考的習慣與訓練
- 讀書；盡信書不如無書。
- 思考：多問為什麼。

大腦是唯一越用越好的器官
大腦要鍛鍊

- 閱讀、批判、思考。永遠都問為什麼。
- 從犯錯中提醒自己，減緩老化、失智。
- 關於新興媒體。
- Pro：是很好的工具
- Google scholar
- Con：不要讓他喧賓奪主
- 社長莊金盤 P. Davie 代表本社全體社友致贈車馬費、小社旗予鄭副教授，感謝其精湛演說。
- 糾察張富逸 P. P. Eric 報告本週紅箱歡喜金額。
- 社長莊金盤 P. Davie 鳴鐘閉會。

總監辦公室來函照登~

2023 扶輪臺北城市創意公益路跑-為世界創造希望

- (一)、活動日期：2023 年 11 月 26 日(星期日)上午 05：00-10:00。
- (二)、活動地點：總統政府前廣場。
- (三)、活動流程：(暫定，實際活動流程以現場公告為準)
 - (1) 06:00-12. 5K 鳴槍起跑
 - (2) 06:10-3K 鳴槍起跑
 - (3) 07:00-10:00 舞台節目
 - (4) 10:00 活動圓滿結束。
- (四)、報名日期：即日起至 9 月 10 日止。
- (五)、報名組別：12. 5K 組、3K 組
- (六)、報名費用：12. 5K 組-新臺幣 900 元；3K 組-新臺幣 600 元。
- (七)、報名及繳納報名費方式：
 - (1). 欲參加本活動者，請洽各社承辦人員(或秘書)填妥【報名表】並繳納報名費用。(【報名表】如附件一)
 - (2). 以「社」為單位，由各社承辦人員或秘書將報名資料統一彙整建檔至【各社報名統整表(Excel 檔)】。(【各社報名統整表】如附件二)
 - (3). 各社確認報名資料無誤後，於 2023 年 9 月 10 日前將報名統整表及報名款項資料交給地區辦公室執秘。

板橋扶輪社暨輔導子社九扶輪社聯合例會

- ▶時間：9 月 6 日(星期三)11:00 報到、11:30 鳴鐘開會、12:40 餐敘
- ▶地點：新板希爾頓酒店 (板橋區縣民大道二段 10 號)
- ▶主講：戴德梁行董事總經理 顏炳立先生
- ▶講題：2023 狡兔追月，明天會更好？

本週節目

八月十九日

第 1890 次例會

- ▶節目介紹人：劉孟賜 Bright
- ▶主 講 者：立誠骨科診所院長
陳山志先生(板橋社 Ortho)
- ▶講 題：膝關節相關疾病漫談

下週節目

八月二十六日

第 1891 次例會

- ▶社務討論會

出席報告

(中華民國 112 年 8 月 12 日 第 1889 例會)

- 一、社員人數：54 名
- 出席人數：17 名
- 免計出席：16 名
- 缺席人數：18 名
- 出國人數：0 名
- 補出席：3 名
- 出席率：67%

二、本次例會想念您!

Aero、Alan、Archi、Bright、Coach、
Ethan、Enzo、Frank、House、Jade、
Jason、Jimmy、Kay、Leo、Mars、
Otoko、Stone、Tiger

敬祝 生日快樂!

林振哲前社長(49. 08. 19)

例會報告事項

(中華民國 112 年 8 月 12 日 第 1889 次例會)

| 一般捐款 | | 承上期： \$351,300 | |
|---------|----------|----------------|-----------|
| Andy | 2,000 | Junior | 1,000 |
| Barcode | 1,000 | Land | 1,000 |
| Cathay | 1,000 | Life | 1,000 |
| Davie | 3,800 | Lobo | 1,200 |
| Dental | 1,000 | Louie | 1,000 |
| ENT | 1,000 | Sky | 1,000 |
| Eric | 1,000 | Stock | 3,000 |
| Hero | 1,000 | Taylor | 2,000 |
| Jack | 1,000 | Tea | 1,000 |
| James | 1,000 | Will | 1,000 |
| Jey | 2,000 | | |
| 小計： | \$29,000 | 總計： | \$380,300 |

| 分攤捐款 | | 承上期： \$266,000 | |
|------|----------|----------------|-----------|
| Jack | 7,700 | Mars | 10,200 |
| 小計： | \$17,900 | 總計： | \$283,900 |

賀

前社長 劉炳華(P. P. Stock)
8 月 4 日喜獲孫女

社區服務-擁抱極光、創造

心生命音樂會

- ▶時間：9 月 10 日(星期日) 17:00 入場
- ▶地點：新北市政府 3 樓多功能演藝廳