



# 長抱長青

會訊

第六十三期

翁文維題

中華民國一十二年十二月三十一日發行

## 恭賀新禧

敬祝

各位先進平安快樂 健康長壽



名譽理事長：王光宇  
 理事長：張濟平  
 副理事長：崔昇祥 陳志揚 洪廷祿 李長明 黃迪熹  
 駐會顧問：林義杜 謝時勉  
 常務理事：蔡中鈺 柯尊仁 周有義 萬家佛 陳瑞禾  
 理事：張治平 司徒元炎 林玲蘭 陳申華 陳長武 陳良夫 徐志賢 柯晴男  
 王徐勳 劉菊生 秦台生 梁平 謝潮炎 喬台生 田方城 何禮耕  
 蘇中山 林昭倫 陳天佑 嚴夢漢 陳光雄 汪孝先

監事會召集人：鄭家駒  
 常務監事：張裕民 李 錨  
 監事：孟惠華 成漢生 吳軍齡 蔣雨春 謝德瑄 史攸南 單培祥 許為翔  
 秘書長：樂勝利 副秘書長：林義煊 陳康生 藍元鳴  
 組長：盧兆英 滕則權 郎正宙 姚燕銘 張金臺  
 秘書：姜珊珊

一同敬賀

## 內容摘要

| 特載  | 頁次 |
|---|----|
| 本會舉辦大台北地區 112 年下半年慶生會 .....                                     | 3  |
| 第六屆第三次會員大會側記 .....  | 6  |
| <b>會務訊息</b>   |    |
| 第六屆第四次理監事聯席會議紀錄 .....   | 9  |
| 112 年第二次聯絡人會報紀錄 .....   | 11 |
| 第六屆第三次會員大會會議紀錄 .....  | 13 |
| 113 年重大會議時間及地點預告 .....  | 16 |
| 本期樂捐芳名錄 .....   | 16 |
| <b>關懷慰問</b>   |    |
| 鄭家駒、高國銓、陳玉柱、王年陽、黃經龍、蘇清榮、陳永茂、<br>劉永新等先進 .....                    | 16 |
| <b>追憶懷念</b>   |    |
| 郭啟厚、楊安邦、黃廈泉、林為忠、陳錦法、盧正友、顧猷、<br>苗燕川、張啟華、陳杭升、楊光全、江為濤、何自立等先進 ..... | 17 |
| <b>聯誼活動</b>   |    |
| 九九重陽敬老活動 .....  | 18 |
| 金門三日知性之旅 .....  | 18 |
| 第 22、17、28、29、30、25、21 聯絡組聯誼活動 .....                            | 21 |
| <b>養生保健</b>   |    |
| 存骨本、防骨鬆！專家票選 10 招最強：吃鈣片沒上榜 .....                                | 25 |
| <b>法令宣導</b>   |    |
| 申請聘僱外籍移工提供不實資料雇主及仲介最高罰 150 萬 .....                              | 27 |
| 本會網路查詢方式 .....  | 27 |
| 理監事年度捐款、會務捐款及常年會費匯款郵政劃撥專戶 .....                                 | 28 |



## 特 載

# 本會舉辦大台北地區 112 年下半年慶生會

歲月無痕，又到八月桂花飄香的日子，本會於 112 年 8 月 22 日上午 11 時，在新北市新店區彭園會館辦理第六屆第四次理監事聯席會議、112 年第二次聯絡人會報，中午在同址舉辦大台北地區 112 年下半年慶生會，與會壽星及出席之理監事、聯絡人、協會工作人員近 200 人。工作人員在前一天下午已完成場地的佈置及影音設備的測試，當天 10 時許再進行最後的檢測完竣後，開始迎接陸續到達的先進們入場。先進們大都已越不逾矩之年，惟仍能邁著勇健的步伐，帶著春風的微笑，互相問好，言談之主題無不環繞著養生保健，是的，有健康的身體，才能一如既往，年年能來參加展抱長青大家庭的慶生會。

大會由張理事長主持並致詞：略（詳如第六屆第四次理監事聯席會議紀錄暨第二次聯絡人會報紀錄）

王名譽理事長致詞：略（詳如第六屆第四次理監事聯席會議紀錄暨第二次聯絡人會報紀錄）

12 時許，調查局王局長偕秘書室高主任吉川、台北市處吳處長富梅、新北市處張處長育瑞等代表蒞臨祝賀。

### 王局長俊力致詞

王名譽理事長（光宇）、張理事長（濟平）、王顧問（榮周）、呂前局長（文忠）、林顧問（成東）、陳顧問（國恩）、各位理監事、各位先進以及本局同仁，大家午安，大家好！今天非常高興受邀參加展抱長青聯誼協會第六屆第四次理監事聯席會暨本年度下半年慶生會。今天先進們出席非常踴躍，有將近 200 人（198 人），看到大家氣色非常紅潤、身體健朗，協會會務在張理事長主持及各位先進支持下，蓬勃發展、長青永續，在此表示祝賀之意。個人代表調查局，感謝各位先進長期對局裡的關心與支持，在各位先進奠定良好之基礎以及全體同仁努力下，近期各項業務迭創佳績。首先，向各位先進報告，本局在緝毒工作取得歷史性佳績，今年 4 月間，本局配合財政部關務署在高雄港破獲我國史上最大宗毒品案，計查獲第三級毒品「卡痛」180 公噸，行政院陳院長於 8 月 15 日親臨破案記者會視察及嘉勉，因本案即時破獲，避免我國背負「毒品轉運國」之惡名。此外，全國第八波安居緝毒專案，本局查獲大麻等各類毒品計 1,893 公斤，居各司法警察機關之冠，6 月 13 日高檢署在本局召開記者會，行政院陳院長亦親臨視察嘉勉。在國家安全維護部分，本年度迄今，本局已偵辦 11 件共諜案件，獲媒體大幅報導及高層肯定。在廉政工作部分，偵辦雲林縣議會議長沈宗隆涉嫌向綠能廠商達德能源公司收賄 2,600 萬元案，前臺南市議會議長郭信良涉及市地重劃弊案索賄 1,000 多萬元案，營建署組長張之明收賄數百萬元，護航廠商取得雲林綠電、道路工程案等多件社會矚目亮點案件，為本局擦亮招牌。



目前詐騙是民怨之首，打擊詐騙是政府當前治安工作重中之重，本局為國家打詐團隊一員，為貫徹政府打詐政策，將集中人力以集團性之詐欺機房、水房及話務系統商為重點，溯源追查集團首腦及幕後金主。另為統合本局內、外勤打詐能量，已於6月30日在局本部成立「新世代打擊詐欺督導中心」，另設立「打擊詐欺北部、中部、南部防制中心」、「打擊跨境詐欺防制中心」，及在臺北市、新北市、臺中市、臺南市及高雄市等五都調查處設立「打詐專案組」，以專責人力任務編組，全力執行打詐任務。且為強化本局科技支援辦案能量，在經濟犯罪防制處改制新設「科偵查處科」，視案情需要，派員協助外勤進行科技偵蒐作為。在打詐專組成立後，高雄市調查處等單位立即於8月17日在花蓮破獲30餘人之大型詐騙機房，殊屬不易。

此外，本局「中和調查園區辦公大樓興建工程」，在蔡前局長（即蔡部長）、呂前局長努力下，於109年12月30日開工動土，我本人自上任起，就肩負著本工程須如期、如質完工之使命，雖然歷經新冠肺炎疫情、物價波動的嚴峻挑戰，在本局同仁及工程團隊努力下，工程進度持續超前，並於8月8日舉行上梁典禮，預定明年年中完工啟用，未來鑑識科學處、新北市調查處、國安站及北機站將進駐辦公，提供現代化、科技化的辦公環境，提高辦案品質及效率。本工程於今年分別參加新北市政府及勞動部舉辦的工安獎及金安獎評選，皆獲得評審委員高度肯定，取得佳績，明年將全力爭取行政院公共工程委員會的金質獎，完工後，更將爭取「黃金級綠建築」及「銅級智慧建築」標章，顯示本局對現代化辦公環境及環保的重視。最後，祝福展抱長青聯誼協會會務蒸蒸日上、永續發展，在座所有貴賓及各位先進平安健康、萬事如意，謝謝大家！

局長致詞完畢，在生日快樂歌聲中啟動慶生筵席，節目在陳副秘書長康生風趣穩健的主持下，大家一起邊享受豐盛佳餚忘情交談，一邊配合音樂開始大家最期待的抽獎，中獎者快樂的和贈獎者拍照留念，未中獎者也不忘給中獎者驚呼聲及鼓勵掌聲，展抱一家，怎會計較這點得失。最後感謝各方好友提供的精美獎項計有：

摸彩獎品依然十分豐富。獎品提供者與品項計有：

| 獎品提供者 | 品項                  | 數量 | 得獎者                        |
|-------|---------------------|----|----------------------------|
| 王局長俊力 | Lenovo tab M10 平板電腦 | 1  | 方仲強                        |
|       | OMRON 藍芽手臂式血壓計      | 2  | 張碧心、林津治                    |
|       | 聲寶微電腦氣炸鍋            | 1  | 鄧洛英                        |
|       | 飛利浦黑晶爐              | 1  | 田方城                        |
|       | 輝葉口袋按摩槍             | 2  | 溫渝生、丁牧群                    |
|       | 飛利浦蒸汽掛燙刷            | 3  | 邱松光、成漢生、韓雙全                |
| 王顧問榮周 | 現金 3000 元           | 1  | 謝時勉                        |
| 汪顧問忠一 | 復古風華金典禮盒 (杏仁粉)      | 6  | 何中明、徐立仁、朱金源<br>吳昶輝、劉榮光、匡乃智 |
|       | 日式典雅竹製手提箱茶葉禮盒       | 6  | 陳國清、顧 雄、郎正宙<br>柯晴男、王憲章、周國成 |



|           |                     |    |  |
|-----------|---------------------|----|--|
| 陳顧問國恩     | 酒一袋 (2 瓶)<br>茶葉 4 盒 | 5  | 林成東、鄔官福、朱德芳<br>高光智、董成發                                   |
| 呂前局長文忠    | 酒 2 瓶               | 2  | 蕭光渝、劉逸凡  |
| 王名譽理事長光宇  | 家樂福禮卷 3000 元        | 1  | 王徐勳  |
| 張理事長濟平    | 家樂福禮卷 3000 元        | 1  | 張銘   |
| 崔副理事長昇祥   | 家樂福禮卷 2000 元        | 1  | 徐威   |
| 陳副理事長志揚   | 家樂福禮卷 2000 元        | 1  | 張金臺  |
| 洪副理事長廷祿   | 家樂福禮卷 2000 元        | 1  | 孫中岳  |
| 李副理事長長明   | 家樂福禮卷 2000 元        | 1  | 修擎和  |
| 黃副理事長廸熹   | 家樂福禮卷 2000 元        | 1  | 陳光中  |
| 鄭監事會召集人家駒 | 家樂福禮卷 2000 元        | 1  | 蔡東興  |
| 北市處吳處長富梅  | 高粱酒、茶葉禮盒            | 2  | 馮澤元、陳光雄  |
| 新北市處張處長育瑞 | 洋酒禮盒                | 2  | 林介山、李志強  |
| 王徐勳理事     | 水梨禮盒                | 12 | 周有義、郭林勇、邱松日<br>張治平、張祥山、方紹堃<br>謝潮炎、丘奕祥、黃素蘭<br>鄭家賢、洪秀英、蔣雨春 |
| 合 計       |                     | 54 |  |



## 第六屆第三次會員大會側記

懷著喜悅心告別兔年期待龍年的歲末寒冬，協會於112年11月21日在新店彭園會館召開第六屆第三次會員大會，協會幹部早在數月前即著手規劃議程，在張理事長及王名譽理事長監督下，多次檢視複核各組期前作業的整備工作，會前一日在理事長、崔副理事長率樂秘書長及幹部們，先至彭園會館作實地演練及器材測試，以確保翌日大會流程的順暢。

當天上午10點協會工作組在張理事長、樂秘書長帶領下即各就各位，古道熱腸的志工群（郭潤天、蔣永慶、吳軍齡、孫長祿、林國明、黃素蘭、宋美榮先進）熱情的接待先進引領入座。11時在司儀林副秘書長義煊那嘹亮聲中為大會議程正式揭開了序幕，隨著莊嚴國歌音樂，先進們各個精神奕奕大聲地合唱，唱出熱愛我中華之心，在向國旗暨國父遺像行三鞠躬禮後，開始大會的議程。

首先由大會主持人張理事長致詞：略（詳見第六屆第三次會員大會紀錄）

接著由王名譽理事長致詞：略（詳見第六屆第三次會員大會紀錄）

接續由樂秘書長勝利作理事工作報告，財務組盧組長兆英作監事工作報告後，緊接著討論本次大會四項提案，四案在全員均無異議鼓掌下照案通過。

11時50分許調查局王局長俊力階同主任秘書等蒞臨會場，經司儀介紹後恭請王局長致詞：

王名譽理事長（光宇）、張理事長（濟平）、汪前局長（忠一）、呂前局長（文忠）、林顧問（成東）、陳顧問（國恩）、各位理監事、各位先進以及本局同仁，大家午安，大家好！

非常榮幸受邀參加展抱長青聯誼協會第六屆第三次會員大會，今天先進們出席非常踴躍，有309人與會，很高興看到大家氣色紅潤、身體健朗，協會會務在張理事長主持及各位先進支持下順利推展，也感謝各位先進對局裡的關心與支持。11月8日已經立冬，秋去冬來天氣漸漸變冷，在此，提醒各位先進注意保暖與身體保健，祝福大家福壽康寧。

首先，向各位先進報告最近大家所關心本局增設一名副局長的議題。為因應中共對臺不斷增加認知作戰強度、網軍綿密入侵我國政府機關網站，及隨著網路數位化時代，新型犯罪態樣不斷翻新，電信及網路詐騙猖獗，本局司法科技調查、資安、打詐等業務遽增，為建立與重要關鍵基礎設施資安聯防夥伴關係，執行行政院新世代打擊詐欺策略行動綱領、新世代反毒策略行動綱領檢驗業務等人力需求，本局積極向行政院及人事行政總處爭取增加資安及打詐人力各30名，目前已獲行政院同意增加30名資安人力，將於114年招收新血。打詐所需人力，尚未獲核定，本局將持續努力爭取上級支持。部分少數媒體報導，本局打詐不先增加調查官、卻先增設副局長之報導，與事實不符。

另外，為落實科技偵查專業化，督導強化本局科技偵查能量，及近年來本局資安與鑑識人員陸續增加，為有效招攬人才、鼓舞同仁士氣，實有增設「科技副局長」



之必要，經本局積極向法務部、行政院及高層爭取，以及向立法院各黨團溝通，行政院院會於 11 月 9 日通過本局組織法第五條修正案，將副局長由 2 名，修正為 2 至 3 名，新增之「科技副局長」，主要負責襄助科技發展、資通安全、電腦與網路犯罪、鑑識科學與通訊監察等科技研發與犯罪調查業務，這是本局組織法自 96 年修正後迄今重大之變革，後續仍待立法院的支持與通過。本局原計劃同時將副局長由簡任第十二職等，調升為第十二職等至第十三職等，將副處長由第十職等調升第十職等至第十一職等，以及將幹部訓練所更名為調查官學院，惟考量可能因此增加修法之阻力而暫緩。（被要求降編、減少簡任官名額、訓練所降為訓練中心等，而得不償失）

本局在各位先進奠定良好之基礎以及全體同仁努力下，各項工作續創佳績。當前最重要工作是明年二合一選舉的查察任務，全局內外勤單位，必全力以赴，使命必達，展現最佳的工作成果，擦亮本局招牌。

最後，祝福展抱長青聯誼協會會務蒸蒸日上、永續發展，各位先進、貴賓平安健康、萬事如意，謝謝大家。

王局長致詞後，在張理事長、王名譽理事長、王局長、崔副理事長、黃副理事長、代理監事召集人張裕民先進，上臺舉杯向全體敬酒，感謝先進們對協會的支持，祝福大家闔家平安健康愉快，眾人舉杯同飲後餐會開始。此次有 309 位先進與會席開 32 桌（素桌 1 桌），先進們相互敬酒寒暄問好，學長同窗同儕老友相聚，話家常憶往事，品嚐著紅酒、馬祖白酒，享用豐盛的佳肴，杯觥交錯場面溫馨熱烈，席間司儀特別介紹協會創會六位發起人：已仙逝的翁文維、郭義甫、陳忠信三位先進及仍老驥伏櫪的王名譽理事長、林駐會顧問義杜及吳祖榮先進，大家以熱烈的掌聲表達至高的謝意；另亦向在場九十以上嵩壽長者郭錫嘏、林義杜、田福貴、馮澤元四位先進送上祝福，同時向今日壽星翁玉富、郎勵英二位先進送上生日快樂賀曲。

會議在司儀林副秘書長主持及陳副秘書長協助下，如行雲流水順暢無瑕，會場投影片亦係林副秘書長親力親為編製，歷經數次調整及試播後清晰完美、章節順暢，尤其在席間，精心選播歌星文章原唱的『古月照今城』，用沉厚悲壯滄桑的歌聲，激動大家澎湃的雄心壯志，滿懷對華夏歷史的思古幽情，更勾起濃濃的家國情懷，好詞好曲好歌，讓我們心頭顫動。接著進行例行「每年都期待這次輪到我」的餘興摸採活動，提供獎品及得獎名單如下：

| 獎品提供者 | 品項                   | 數量 | 得獎者     |
|-------|----------------------|----|---------|
| 王局長俊力 | Alenovo tab M10 平板電腦 | 1  | 張忠森     |
|       | OMRON 藍芽手臂式血壓計       | 2  | 洪明彰、何茂泉 |
|       | 聲寶微電腦氣炸鍋             | 2  | 郭潤天、邱志達 |
|       | 飛利浦黑晶電磁爐             | 1  | 黃成發     |
|       | 馬祖陳高                 | 1  | 潘隆一     |
|       | Panasonic 奈米水離子吹風機   | 2  | 黃瑞聰、陳秋娥 |
|       | 飛利浦蒸汽掛燙刷             | 2  | 曹常燦、柯世昌 |



|           |              |    |   |
|-----------|--------------|----|---|
| 汪顧問忠一     | 故宮畫冊郵摺       | 5  | 吳金棟、張忠良、林義杜<br>李雪鴻、梁平                                       |
|           | 湛盧茶葉禮盒       | 10 | 王偉鈞、廖本鴻、張裕民、<br>姚燕銘、王雲祿、邱金賜、<br>丘奕祥、宋海嘯、李錨、<br>徐方妮娜         |
| 陳顧問國恩     | 紅酒           | 4  | 江永華、張福寶、陳重光、<br>姜珊珊   |
|           | 茶葉禮盒         | 6  | 彭家慶、秦台生、郭鳳崗、<br>張台立、林國明、吳祖榮                                 |
| 呂顧問文忠     | 茶葉、茶具一組      | 2  | 朱德方、韓東明   |
| 王名譽理事長光宇  | 家樂福禮卷 3000 元 | 1  | 林秉致   |
| 張理事長張濟平   | 家樂福禮卷 3000 元 | 1  | 謝潮炎   |
| 崔副理事長昇祥   | 家樂福禮卷 2000 元 | 1  | 張銘  |
| 陳副理事長志揚   | 家樂福禮卷 2000 元 | 1  | 李聖榮   |
| 洪副理事長廷祿   | 家樂福禮卷 2000 元 | 1  | 常健平   |
| 李副理事長長明   | 家樂福禮卷 2000 元 | 1  | 林南泉   |
| 黃副理事長迪熹   | 家樂福禮卷 2000 元 | 1  | 徐正毅   |
| 鄭監事會召集人家駒 | 家樂福禮卷 2000 元 | 1  | 萬家佛   |
| 新北市處張處長育瑞 | 茶葉           | 2  | 邱松光、林德臺   |
| 王徐勳理事     | 水果禮盒         | 12 | 陳水官、鄭家賢、李美根、<br>吳清祿、張守強、徐煒琦、<br>徐國祥、黃丁世、徐仙福、<br>李天民、程向生、王年陽 |
| 合 計       |              | 60 |   |







## 會務訊息

### 第六屆第四次理監事聯席會議紀錄

時間：中華民國 112 年 8 月 22 日上午 11 時

地點：新北市新店區北新路三段 219 號 2 樓彭園新店會館

出席：理事應到 33 人，實到 27 人，請假 6 人。

監事應到 11 人，實到 8 人，請假 3 人。

列席：名譽理事長王光宇、駐會顧問林義杜、駐會顧問謝時勉、顧問林成東、聯絡人謝國源等 22 人。

一、會議開始：理、監事出席已達法定人數，主席宣布開會。

二、主席致詞

王名譽理事長、五位副理事長、各位顧問、理監事、聯絡人大家好！歡迎各位來參加這次會議並感謝各位一直以來對本會的支持。

三、王名譽理事長致詞

理事長、五位副理事長、各位顧問、理監事、聯絡人、工作會報的同仁及各位工作人員，大家午安！時間過得很快，五月才開過會 3 個月後又再見，看到大家都健康特別高興，希望大家尤其在節氣時都注意保健，預祝這次會議圓滿成功。

四、報告事項

(一) 會務報告：樂秘書長勝利

1、上次理、監事聯席會議決議事項執行情形：

(1) 審查王偉鈞等 15 位先進申請入會案，均已編列為正式會員參加本會及各聯絡組活動。

(2) 劉永新組長因個人身體健康及生涯規劃請辭，由張金臺先進遞補擔任協會活動組組長職務。

(3) 聘任張金臺先進擔任本協會活動組組長職務，聘書已於 112 年 6 月 6 日第 800 次協會工作會議由張理事長頒發在案。



2、會務運作情形：112 年 5 月 24 日至 112 年 8 月 21 日

(1)本會於 112 年 5 月 23 日召開第六屆第三次理、監事聯席會議及第一次聯絡人會報。

(2)第六屆第三次理、監事聯席會議紀錄，已於 112 年 6 月 6 日報主管機關內政部核備。

(3)定期召開工作會報：

本會原則上每週二上午召開工作會報，由張理事長主持，王名譽理事長、林顧問、謝顧問列席，出席者有崔副理事長、黃副理事長、樂秘書長、陳副秘書長、藍副秘書長、各組組長等，本期計開會 12 次（799 次至 810 次）。會議紀錄另以電郵、郵寄二種方式分送陳副理事長志揚、洪副理事長廷祿、李副理事長長明參考。

(4)關懷慰問：

①本期慰問患病先進 4 人（高國銓、陳玉柱、王年陽、黃經龍等先進）。

②本期參加先進公祭或慰問家屬者 3 人（黃廈泉、林為忠、盧正友等先進）

(5)舉辦旅遊活動：訂於 112 年 10 月 3 日至 5 日舉辦金門之旅 3 日遊。

(6)舉辦理監事暨聯絡人會議、大台北地區上半年慶生會及聯誼活動：

①本會於 112 年 5 月 23 日，假新北市新店區彭園新店會館舉行第六屆第三次理監事聯席會議及第一次聯絡人會報暨大台北地區上半年慶生會，參加人數 167 人。

②本期各地區聯絡組舉辦聯誼餐會共 2 次（第 20、22、等 2 個聯絡組辦理）。

(7)出刊「會訊」：

第 2 季第 62 期會訊於 6 月 30 日出刊。

(8)聯絡人異動情形：

①第 8 聯絡組聯絡人高國銓先進，因身體健康請辭此職務，由該組郎正宙先進接任聯絡人。

②第 30 聯絡組聯絡人陳玉柱先進，因身體健康請辭此職務，由該組洪武博先進接任聯絡人。

(二) 經費報告：財務組盧組長兆英

會務經費：（112 年 5 月 1 日至 112 年 07 月 31 日止）

1、收入部分

(1)會費收入 134,000 元

(2)會務捐贈收入 381,246 元

(3)利息收入 4,317 元

(4)其他收入（旅遊代收款）242,400 元

(5)上期結存 893,444 元

以上各項收入 1,655,407 元

2、支出部分

(1)業務費用 146,370 元

慶生及聯誼會 146,370 元



(2)辦公費 216,874 元

①紙張文具 838 元

②印刷郵電雜支費 216,036 元

以上各項支出 363,244 元

3、收支相抵結存 1,292,163 元

以上報告經主席徵詢，無疑異准予備查。

## 五、討論提案

### 第一案

案由：請審查汪世平等 8 位先進申請入會案，提請審議。

說明：經本會工作會報初步審查，汪世平等 8 位先進填送入會申請書及繳納會費，符合本會章程第 16 條規定，請同意加入本會為會員。

決議：照案通過。

### 第二案

案由：聘請陳國恩先進擔任本協會顧問乙職，提請審議。

說明：陳國恩先進歷經警政署署長、國家安全局副局長及海巡署署長等要職，公職期間對調查局工作均全力支持配合，退休後現為本協會贊助會員，對本協會捐輸不遺餘力，爰聘任陳國恩先進為本協會顧問。

決議：照案通過。

### 第三案

案由：聘請呂文忠先進擔任本協會顧問乙職，提請審議。

說明：呂文忠先進歷經法務部法制司司長、宜蘭地檢署檢察長、行政執行署署長、調查局局長等要職，爰聘任呂文忠先進為本協會顧問。

決議：照案通過。

六、臨時動議：無。

七、王名譽理事長提示

協會在張理事長領導之下運作正常順利，剛才盧組長提出的報告協會在帳面上還有一百二十多萬元，但扣掉該付該用的錢所剩也不多，如同一般民間團體缺義務工作人員、缺錢，希望理監事們繼續捐錢資助協會發展。

八、主席結論

感謝各位理監事參與會議，這些年來工作會報在王名譽理事長、駐會顧問的指導，會報工作同仁努力之下，經費上擲節開支，順利推展業務，但誠如王名譽理事長所言，仍希望理監事多捐助，謝謝大家！

九、散會

## 112 年第二次聯絡人會報紀錄

時間：中華民國 112 年 8 月 22 日上午 11 時 30 分

地點：新北市新店區北新路三段 219 號 2 樓彭園新店會館

一、會議開始



## 二、主席致詞

誠摯感謝各位聯絡人由各地趕來出席今天的聯絡人會報，也非常謝謝各位聯絡人平日聯繫會員的辛勞，謝謝大家！

## 三、王名譽理事長致詞

展抱長青聯誼協會就像一個大鼎一樣，要三足才能鼎立，這第一個足是理監事會，第二足是工作會報，第三足就是各位聯絡人，這三足能立好，協會就能順利的正常運作。特別是工作會報中2位駐會顧問，從民國92年籌備到93年創會工作至今，都已93歲高齡，對他們滿懷感激。當然一切也要感謝大家的共同努力，畢竟獨木難撐大廈，祝福今天會議順利成功！

## 四、報告事項

### (一) 會務報告：樂秘書長勝利

1. 本期經介紹推薦汪世平等先進8人申請入會，請各位聯絡人、各位會員先進繼續透過各種不同聯誼機會，持續邀請退離人員入會，共同促進會務發展與茁壯。
2. 本期計有2個聯絡組舉辦聯誼活動（包括第20、22、組），對凝聚向心展現情誼具有良好成效，並對主辦聯絡人先進之辛勞用心，本會活動組特致感佩之忱。
3. 聯絡人異動情形：
  - ①第8聯絡組聯絡人高國銓先進，因身體健康請辭此職務，由該組郎正宙先進接任聯絡人。
  - ②第30聯絡組聯絡人陳玉柱先進，因身體健康請辭此職務，由該組洪武博先進接任聯絡人。
4. 請各聯絡人先進得便提醒會員繳納本（112）年度常年會費，本會財務組另將提供相關名單備參。

### (二) 聯絡人工作報告：

第13聯絡組聯絡人方紹堃：

有兩點問題，第一，今（112）年5月邀請了汪世平先進入會，不知為何迄今我未收到汪先進的入會訊息；第二，剛拿到的第13聯絡組組員名單，其中有已往生的，有人在國外根本無法取聯的，請會裡是不是更新一下名單。  
樂秘書長答覆：

謝謝方聯絡人用心聯絡組內各先進，您的兩個問題答覆如下：第一，汪世平先進因為家住桃園市林口區，經徵詢其意願，將汪先進分配在桃園聯絡組，該組江永華聯絡人已取聯；第二，各聯絡組的組員名單工作會報將加快更新速度，而人在國外無法取聯的先進，本會會待其3年以上未繳會費，才會將其自聯絡組名單中移除，改為待聯人員。

活動組張組長報告：

希望各聯絡組聯絡人建立line群組，方便會裡各項訊息可即時通報。此



外 line 群組尚有許多功能，如『投票』、『活動』等，希望大家可學習使用以便統計人數、綜合意見等。

五、臨時動議：無。

六、主席結論

各位聯絡人平日對各聯絡組先進的服務特別表示感謝，同時希望聯絡人能多邀請尚未入會的退離人員加入，謝謝大家！

七、散會

## 112 年第三次會員大會會議紀錄

時間：中華民國 112 年 11 月 21 日上午 11 時

地點：新北市新店區北新路三段 219 號 2 樓「彭園新店會館」

出席：張理事長濟平等 311 人

主席：張理事長濟平 記錄：郎組長正宙

一、大會開始

出席會員已達法定人數，主席宣布開會。

二、主席致詞

王名譽理事長、張常務監事、各位貴賓、各位會裡先進：大家好！

今天我們召開第六屆第三次會員大會，本會在王名譽理事長、五位副理事長、二位駐會顧問協助，以及各位顧問、各位理監事與全體會員的支持下，會務進行非常順利，今天在此祝大會順利成功圓滿完成。

祝福各位先進胸懷展抱，永遠年輕，身體健康！謝謝大家。

三、王名譽理事長致詞

理事長、各位副理事長、各位顧問、張常務監事、各位理監事、各位聯絡人、秘書長、三位副秘書長、各位組長、姜秘書、各位志工、各位會裡先進：大家午安！大家好！在此提出三點報告：

- 1、今天我們召開第六屆第三次會員大會，看到三百多位會員從各地趕來正如理事長所言非常高興。
- 2、本會每年都會辦三次大型聚會，兩次三合一分別在五月、八月辦理，大會因為今年沒有選舉所以在 11 月舉辦。籌備大型會議非常繁瑣，從定計畫、發通知、接受登記、排桌次、訂場地、訂餐飲、準備會議資料、準備摸彩品等等事項非常繁瑣，在理事長領導工作會報的各位先進努力下順利完成準備，請大家為他們鼓掌。
- 3、祝福大會順利成功圓滿完成！祝福大家平安健康！心想事成！希望我們中華民國有好的未來，謝謝大家。

四、報告事項

(一) 理事會工作報告

報告人：樂秘書長勝利



1. 上次（第六屆第二次）會員大會通過決議案辦理情形：

(1)本會 112 年度工作計畫案，業經參酌以往各年度工作計畫事項編製完成，並報請主管機關內政部備查。

(2)本會 112 年度經費收支預算案，已報請內政部備查。

(3)本會 110 年度經費收支決算案，已報請內政部備查。

(4)本會 110 年度現金出納表、資產負債表、基金收支表、財產目錄案，已報請內政部備查。

2. 會務報告：

(1)新進會員入會情形：

本期經工作會報審查完成入會手續新進會員，計有王偉鈞先進等 25 人。

(2)會務運作情形：

①人員異動：

本期計有郎正宙、洪武博、張慶昇 3 位先進，分別接任第 8、30、14 聯絡組聯絡人，接續服務工作。

②本期召開工作會報 40 次（自 781 次至 820 次），維繫會務順利運作。

③聯絡活動狀況：

甲、各聯絡組活動情形

本期各地區聯絡組舉辦聯誼餐會共 11 次（第 17、19、21、23、18、20、22、28、29、30、25 等 11 個聯絡組辦理）。

乙、關懷慰問

（甲）本期慰問患病先進 8 人（高國銓、陳玉柱、王年陽、黃經龍、蘇清榮、鄭家駒、陳永茂、劉永新等先進）。

（乙）本期參加先進公祭或慰問家屬者 19 人（郭啟厚、徐承志、張步增、李溪清、王存舜、周無奢、楊安邦、梁元明、林國裕、陳耀明、黃廈泉、田汝常、林為忠、陳錦法、盧正友、顧猷、苗燕川、張啟華、陳杭升等先進）

④舉辦旅遊活動：

112 年 10 月 3 日至 5 日舉辦金門旅遊活動，由張理事長濟平領隊共有 74 位先進（含眷屬）參加。

⑤本期重陽敬老關懷：

重陽節敬老，係以 90 歲以上先進為對象，共寄送朱克振等 41 位先進賀卡致意，另向剛滿 90 歲田福貴、熊祺瑀、馮澤元、郭錫嘏、葉肇祥、王湧泉、李國樑、張文蘭等 8 位先進個別致電祝賀。

(3)出刊「會訊」：

第 62 期會訊已於 6 月 30 日出刊。第 63 期會訊將於 12 月 31 日出刊。

(二) 監事會工作報告

報告人：財務組盧組長兆英



會務經費：（111 年 11 月 01 日至 112 年 10 月 31 日止）

（一）收入部分

1. 會費收入 642,000 元
  2. 會務捐贈收入 695,539 元
  3. 利息收入 8,351 元
  4. 上期結存 1,030,491 元
- 以上各項收入 2,376,381 元

（二）支出部分

1. 業務費用 718,985 元
    - ①慶生會及聯誼會 483,690 元
    - ②慰問長者（朱克振先進嵩壽慰問品）985 元
    - ③慰問病患（探視陳良夫先進慰問品）1,000 元
    - ④召開會員大會 233,310 元
  2. 辦公費 677,657 元
    - ①紙張文具 1,478 元
    - ②印刷郵電雜支費 676,1791 元
  3. 提撥基金 10,000 元
- 以上各項支出 1,406,642 元

（三）收支相抵結存 969,739 元

伍、討論提案

**第一案：**

案由：本會 113 年度工作計畫案，提請審議。

說明：一、依本會章程第 14 條規定，會員大會有議決年度工作計畫之職權。

二、113 年度工作項目分為會務及業務二項，業經參酌以往各年度工作事項編製完成。

三、通過後作為 113 年度會務推動之依據，並報請主管機關內政部備查。

決議：照案通過。

**第二案：**

案由：本會 113 年度經費收支預算案，提請審議。

說明：一、本會 113 年度經費收支預算，經參酌本（112）年度預算編製完成。

二、通過後作為新年度預算執行之依據，並報請主管機關內政部備查。

決議：照案通過。

**第三案：**

案由：本會 111 年度經費收支決算案，提請審議。

說明：一、本會 111 年度經費收支預算，均依編列項目執行完畢，並經提第六屆第三次理監事聯席會議審查在案。

二、編製 111 年度經費收支決算表，提本次大會審議通過後，報請主管



機關內政部備查。

決議：照案通過。

**第四案：**

案由：本會 111 年度現金出納表、資產負債表、基金收支表、財產目錄案，提請審議。

說明：一、本會 111 年度現金出納表、資產負債表、基金收支表、財產目錄，業經編製完成。

二、通過後報請主管機關內政部備查。

決議：照案通過。

陸、臨時動議：無

柒、主席結論：略

捌、散會

### 113 年重大會議時間及地點預告

一、113 年 6 月 4 日（星期二）上午 11 時在新北市彭園新店會館召開第 6 屆第 5 次理監事聯席會議。

二、113 年 11 月 19 日（星期二）上午 10 時 30 分在新北市彭園新店會館召開第 6 屆第 4 次會員大會、第 6 屆第 6 次理監事聯席會議、聯絡人會議暨大台北地區慶生會。

### 本期（112 年 7 月至 12 月）會員會務樂捐芳名錄（依捐款時序排列）

| 姓名        | 樂捐數    | 姓名             | 樂捐數    | 姓名               | 樂捐數     | 姓名  | 樂捐數    |
|-----------|--------|----------------|--------|------------------|---------|-----|--------|
| 展抱之友      | 29,746 | 周有義            | 5,000  | 吳芳親              | 120,000 | 沈亨冬 | 500    |
| 張治平       | 10,000 | 張濟平            | 20,000 | 洪廷祿              | 5,000   | 謝時勉 | 6,000  |
| 謝德瑄       | 5,000  | 李錨             | 5,000  | 蔡中鈺              | 5,000   | 張裕民 | 5,000  |
| 林玲蘭       | 5,000  | 蔣雨春            | 5,000  | 陳志揚              | 20,000  | 胡黔立 | 3,000  |
| 萬家佛       | 5,000  | 羅楚雄            | 1,000  | 郭林勇              | 3,000   | 劉永新 | 2,000  |
| 林義杜       | 5,000  | 陳穗明            | 1,000  | 陳國富              | 1,000   | 張濟平 | 30,000 |
| 潘鴻謀       | 5,000  | 陳瑞禾            | 10,000 | 蔣雨春              | 5,000   | 成漢生 | 5,000  |
| 林成東       | 5,000  | 李伯恆            | 2,000  | 張初達              | 2,000   | 林義杜 | 5,000  |
| 合計人次 32 人 |        | 捐款總計：336,246 元 |        | 製表：盧兆英 112.12.31 |         |     |        |

### 關懷慰問

◎第 9 聯絡組鄭家駒先進（文 / 編輯組）

◎第 8 聯絡組高國銓先進（文 / 編輯組）





◎第 30 聯絡組陳玉柱先進（文 / 編輯組）

◎第 21 聯絡組王年陽先進（文 / 編輯組）

◎第 29 聯絡組黃經龍先進（文 / 編輯組）

◎第 3 聯絡組蘇清榮先進（文 / 編輯組）

◎第 22 聯絡組陳永茂先進

本組陳永茂先進於本年 9 月 13 日騎鐵馬在台南市龍崎區發生車禍，經送至「成大醫院」急診，初步診斷有：1、顱內出血 2、左側第一至第九肋骨骨折併氣血胸 3、左側肩胛骨折等症狀。

經由台南市調查處協助安排住院，於 9 月 18 日進行手術，手術過程順利，並於 9 月 25 日出院返家療養，目前仍持續接受復健中。

期間，本組代表協會至醫院探視慰問，並致送當令水果禮盒乙份，陳學長對協會的關懷，深表感謝！（文 / 聯絡人呂劍明）

◎第 11 聯絡組劉永新先進。（文 / 編輯組）

## 追憶懷念

◎第 1 聯絡組郭啟厚先進

郭先進於 111 年 5 月 3 日往生。（文 / 聯絡人曾文能）

◎第 19 聯絡組楊安邦先進

楊先進於 112 年 1 月 13 日往生。（文 / 聯絡人謝國源）

◎第 15 聯絡組黃廈泉先進

黃先進於 112 年 5 月 6 日往生。（文 / 聯絡人吳軍齡）

◎第 1 聯絡組林為忠先進

林先進於 112 年 5 月 16 日往生。（文 / 聯絡人曾文能）

◎第 25 聯絡組陳錦法先進

陳先進於 112 年 5 月 31 日往生。（文 / 聯絡人傅得銘）

◎第 10 聯絡組盧正友先進

盧先進於 112 年 6 月 18 日往生。（文 / 聯絡人陳天佑）

◎第 10 聯絡組顧猷先進

顧先進於 112 年 7 月往生。（文 / 聯絡人陳天佑）

◎第 9 聯絡組苗燕川先進

苗先進於 112 年 8 月 16 日往生。（文 / 聯絡人裘力行）

◎第 14 聯絡組張啟華先進



張先進於 112 年 8 月 16 日往生。(文／聯絡人張慶昇)

### ◎第 3 聯絡組陳杭升先進

陳先進於 112 年 9 月 12 日往生。(文／編輯組)

### ◎第 9 聯絡組楊光全先進

楊先進於 112 年 11 月 30 日往生。(文／聯絡人裘力行)

### ◎第 20 聯絡組江為濤先進

江先進於 112 年 12 月 12 日往生。(文／聯絡人喬台生)

### ◎第 20 聯絡組何自立先進

何先進於 112 年 12 月往生。(文／聯絡人喬台生)

## 聯誼活動

### 九九重陽敬老活動

重陽節敬老活動是本協會每年的重點活動，今(112)年的重陽節是 10 月 23 日，9 月下旬協會工作組已開始準備，並依照往例，如期製作完成敬老祝賀卡，在節前寄送 43 份到先進們住家。今年屆齡 90 歲先進計有：田福貴、熊祺瑤、馮澤元、郭錫嘏、葉肇祥、王湧泉、楊安邦、李國樑、張文蘭等 10 位先進。

#### 一、第 3 聯絡組何友恢先進

何先進於電話聯繫時表示，身體狀況良好，婉謝探望。

#### 二、楊安邦、顧猷先進電話聯繫得知，已於 112 年 1 及 7 月分別往生，渠家人表示感謝關懷。

### 金門三日知性之旅

在自由與集權兩大陣營相抗衡的年代，被視為世界三大冷戰場之一，充滿肅殺的戰地前線 - 金門 -，在解嚴開放觀光小三通下，逐步掀開她神秘面紗，成為島內最夯離島旅遊景點，今年四月初協會將舉辦三日金門旅遊計劃預告一出，即獲熱烈詢問，計有八十位先進寶眷登記報名，最後擇定在高粱熟成涼爽秋日的十月，前往探訪往日戰地大小金門風光。

10 月 3 日上午 9 點前後先進及寶眷們，懷著期待喜悅心情齊聚台北松山機場，時值旅遊季，承辦運通國際旅行社，為減省團費，以非團票方式訂購機位，致無法在同一家航空公司購足機票，一行 72 人分搭 10:20 華信航空及 10:45 立榮航空，一小時的航程飛抵金門，另呂劍明先進夫婦自行由台南搭機前往金門，時值中午大夥在領隊楊宗明、地區導遊 2 人接待下分搭兩輛遊覽車前往金喜來餐廳用膳，店家第一道菜端上擺滿著數種蔬菜鮮魚肉丸一個超大盤的火鍋，讓眾人驚艷稱讚，豐盛的料理讓湯頭更顯無比的鮮美，其味更勝韓式部隊鍋，店家每桌送上的王子麵，難解



眾人食指之慾，紛紛向店家索取王子麵，店家告之這道菜肴係由來金觀光陸客所引進，同文同種兩岸和樂融融相互往來，帶給他們一位難求的勝景，現今重回對峙局面的這三四年，台灣觀光產業得利小三通成了觀光「慘」業，本地的小舖商家首當其衝，如今也只能望洋興嘆。

### 馬山觀測所

首站前往位於金沙鎮東北角，在退潮後距離廈門角嶼不到 2 千公尺的馬山觀測所，是兩岸最近的軍事據點，有天下第一哨之稱，當（68）年戍守該地馬山連連長林義夫，就是由此泅水投共；進入大門後左側的馬山播音站，在兩岸相互心戰喊話時代，已故鄧麗君數次至金門勞軍表演時，曾至馬山播音站以她美聲穿越鐵幕，向彼岸同胞問候，她的歌曲被彼岸查禁的靡靡之音，但無法阻擋大陸同胞「白天聽老鄧，晚上聽小鄧」的渴望，在鄧麗君的歌曲引領下，激發大陸百姓癡迷臺灣流行歌曲的風潮。

### 震東坑道獅山砲陣地

位於金門東北角金沙鎮山后村，這座砲陣地經國軍官兵十餘年千辛萬苦，將地質堅硬的花崗石開鑿的坑道砲陣地，直到 58 年方才完成現今四個砲堡，開放參觀的是第一砲陣地，配置在八二三砲戰一砲成名的美製 115 型八吋榴彈砲，其射程約 17,000 公尺，爆炸威力範圍半徑約 90 公尺，大約有一個壘球場大小，民國 47 年八二三砲戰時首顆砲彈射到大陸，其威力震懾到對岸中南海，不得不重新調整日擊金門的策略，改為單打雙不打，勇猛超強的火砲今猶在，迭次更換的戍衛官士兵們，垂垂老矣退伍返鄉，一生青春奉獻給了國家，竟遭米蟲之譏，令人不勝唏噓，陽剛勇猛的砲操，在女音下達的砲操令聲中，這場完美的觀光式的砲操秀，勾起當年在炎陽下喊著「任務報數」，演練 105 砲操，服役時那段難忘的甜蜜回憶。

### 山后民俗文化村

清光緒年間，在日經商有成的王氏僑領父子，回鄉出資號召族人闢建而成，建有十六棟閩南傳統式二進式雙落古，一棟學堂及王氏宗祠，共計十八間堂屋，是臺澎金馬保存最完整的閩式建築聚落。

### 金門大橋夜景

由金門本（大金門）島金寧鄉，銜接烈嶼（小金門）的烈嶼鄉，全長 5.4 公里，歷經 12 年終於在 111 年 10 月完工通車，昔日大小金門需靠約 17 分鐘海上渡船來往兩地，如今連結兩地金門大橋只需 5 分鐘即可到達，考量海面風浪因素，主橋採五塔六墩結構，橋面採 S 型彎道設計建造，為臺澎金馬最長的跨海大橋。

### 建功嶼

位金城鎮浯江溪口處，是金門本島與烈嶼之間衛哨，它是一座隨著潮汐浮沒的小島，當潮退后順著浮現石板步道，走向建功嶼，妨如摩西分海行走的海景，有人稱它是金門的聖米歇爾山（法國）。





### 莒光樓

金門的精神象徵，始建於 41 年係為表彰民國 38 年指揮古寧頭戰役的胡璉將軍和犧牲的官兵，鎮館之寶為胡將軍的青天白日勳章，數年前遭東北籍的陸客順手牽羊盜走，在當年兩岸共打緊密合作下，竊賊很快落網物歸原位；莒光樓更是 50 年代我中華民國郵票多次使用的票面圖案。

### 九宮坑道

當年為確保小金門軍事運補作業，所採取地下化的作戰設施，全長近八百公尺，這座花岡岩石在官兵一鑿一斧打造出的地下渠道，一直到民國 54 年才全程完工。



## 湖井頭戰史館

位於烈嶼西北方，距離廈門僅5千多公尺，與馬山、古寧頭和大二膽如同指向廈門的一把銳利匕首，館內承展小金門各大膽戰史資料。

### 巡航大、二膽島

民國38年在古寧頭失利的解放軍，39年突擊尚在整裝待補的大膽二膽，遭到我軍以重砲回擊殲滅來犯共軍，此大、二大膽一役，徹底讓共軍登島進攻金門的念頭破滅，47年八二三砲戰前夕，蔣故總統經國先生冒險登島巡視，將原名大擔島改名為大膽島，親書「大膽擔大擔，島孤人不孤」惕勵守軍，彰顯光榮英勇的戰績。

10月4日晚餐訂在喬安牧場餐廳，品嚐以金門牛料理的大餐，協會會報工作組成員在張理事長及王名與理事長帶領下，與第22金門聯絡組進行年度聯誼餐敘，老友相聚話家常，酒酣耳熱歡喜萬分，餐畢返回旅館，喜獲福建處洪處長致送每戶大盒包裝的金門燒餅，備感溫馨。但又憂心明日金門宣佈放颱風假，華信航空公告全面停飛，只有立榮班機照常飛行，為解決原訂搭乘華信回程的機票更改為立榮班機在領隊、在地導遊和陳副秘書長康生三人耗時三個小時，上網搶訂立榮的航班機票，終解燃眉之急。

翌日10月5日受小犬颱風影響，放颱風假的金門，多處景點關閉，原安排參觀的八二三戰史館、榕園取消，改變行程至昇恆昌金門免稅店、八二三園區拍照留念，中午在復國墩新天地用餐後，利用空檔到金門酒代銷商店，品購金門茗酒結束後，至尚義機場待機返台時，看著烏雲夾雜間歇的小雨，望著一路亮著的安全扣紅燈，心情隨著不時的亂流波動，惟在機長沈著的駕駛下，當飛機平穩降落松山機場時，乘客不約而同為機長熱烈鼓掌，也為金門、烈嶼戰地風光三日之旅劃下完美的休止符。（文/張組長金臺）

## ◎第22聯絡組聯誼活動

本組於112年8月3日中午12時，在台南市東區「銀座日本料理餐廳」舉行本年度聯誼餐會。

由於部分先進學長，因健康、出外旅遊或家庭因素，有數人未能參加聯誼餐會，前期三期的林松年學長、五期鄭春福、六期甯雄湛、七期宋海嘯等先進的精神奕奕與會，及新入會成員廿七期譚彥承的加入，總計12人熱情支持參與。

感謝協會張理事長率領樂秘書長等6人蒞臨指導，為本次餐會增添光采；另邀請台南市黃處長偕同翁秘書長、江主任、謝主任等4人與會，黃處長除親至高鐵站迎接張理事長等一行外，並提供金門高粱酒3瓶助興。

餐會現場席開2桌，氣氛熱烈，張理事長親切的逐一問候寒暄，溫馨感人，先進學長們亦彼此話家常，關懷祝福，互動良好。

餐會中，五期鄭春福學長以渠撰作「闕補篇 - 論說語詞」大作贈與會人員賞閱；



內子特別贊助台南知名「長生蛋糕」，致送每人乙份伴手禮，提前祝賀父親節快樂，並祝各位先進、學長，永遠健康、平安！

聯誼餐會於下午 2 時 20 分許圓滿落幕。（文 / 聯絡人呂劍明）

### ◎第 17 聯絡組聯誼活動

七月初接獲周聯絡人有義先進來電，請協會安排時間俾提早籌辦小組年度聯誼會，經協商後訂定 8 月 31 日星期四，席設台中市北區「大北京餐廳」。協會由張理事長率同樂秘書長一行六人搭乘高鐵於 11 許到台中，台中市蕭處長已至台中站接車。理事長一行抵達會場，熱絡地向在場的先進們問候，許久不見的喜悅，洋溢在每個人的臉龐。

在司儀陳副聯絡人志聲精彩的引言後，首先由張理事長致詞，說明協會會務運作情形，感謝先進們熱情參與，讓協會更蓬勃發展，並祝各位先進闔家安康、幸福滿滿。接著由主持人周聯絡人致詞：感謝台中市處蕭處長、航業處蔡副處長、徐主任及張督察等貴賓贊助的水酒；陳良夫、黃澄榕二位先進由夫人陪伴一同出席與會，及先進們熱誠的參與，彰顯我「淡淡桂花香、濃濃人情味」展抱精神，本次出席計有 47 人，席開 5 桌，小組年度聯誼也是年度的慶生餐會，在司儀起音下，大夥開心地合唱生日快樂歌，祝福在座的每一位先進松柏長青、生日快樂。席間張理事長帶領協會幹部逐桌敬酒寒暄，氣氛熱絡，餐會在笑聲中，劃下休止符，期待明年再聚首。（文 / 編輯組）

### ◎第 28 聯絡組聯誼活動

光輝十月，隨處可見青天白日滿地紅的國旗迎風飄揚，鮮麗奪目，發光發亮象徵著中華民國在台灣興起，將與日月同光，直到永遠。

十月四日下午傍晚，協會名譽理事長王光宇、理事長張濟平、副理事長崔昇祥、秘書長樂勝利、副秘書長陳康生暨前福建處處長宋海嘯等一行，特假位於金門鎮西「喬安」餐廳設筵款待福建處主官，秘書主管暨本組全體同仁，席開一大桌，座無虛席，把杯言歡，暢談別衷，自由自在，自然而然，就像至親一般，其樂融融。

席前本人受命開場致詞，頓時滿懷驚喜，眼見這次蒞金訪視的長官主管容光煥發，風采依舊，氣色紅潤，精神奕奕，養身有術，令人羨慕，可敬、可賀。

本人常常參與金門地區社團活動，書法學會是我最愛，同好來自四方，每年節慶舉辦書藝聯展，傳承綿衍，強根固本，促使中華書藝國粹持續發揚光大。反觀協會今日的現況，不惟創會宗旨宏觀，立規建制完脩，治理有序，年年巡迴全國，訪視慰勵展抱同仁，創下範例，奠定根基，尤以會員盡是調查，保防與政風離退袍澤，寄籍於中華民國在台灣管轄社區村里繼續為國為民服務奉獻，就有資深會員慨言，協會之榮景，應歸功於歷任領航棒棒相接，無縫接軌，同心同德，人緣廣結，無間耕耘，從無到有，置有到好，難得難能，與有榮焉。



高樓大廈平地起，端視一顆（心），有心插柳柳成蔭，諸如「永久會館，千人會員」大計，就是名譽理事長王光宇任內用盡苦心、勞怨不辭，透過各方面關係，結合全體會員熱烈響應捐輸，募集吸收而來的美好果實，所謂前人種樹，後人乘涼，如今成果共享，大家應該維護珍惜，相勉相許，心存感激。

長期以來，本組承蒙協會長官暨福建省調查處之指導支持，凡三年來，因受疫情之影響，原有每月由調查處與本組輪流作東舉辦，「聯誼早餐會」停辦多時，業已隨著新冠疫情緩和恢復，藉此談心聊天，增進情感，發揮能量，堪稱人生一大樂事，言及於此，真要感謝調查處處長洪良元惠我良多，更要感謝本組副組長李榮章及同仁為我分勞擔憂，無怨無悔，全力以赴，會務得以順利推動，點點滴滴，永誌心坎，弗敢或忘。

金門已然蛻變，金烈大橋大功告成通車，金門版圖化零為整，既有馳名國際戰地史蹟，閩南文化鼎盛，小金門名諱正名烈嶼鄉，全縣道路四通八達，晝夜任君來去自如，遊山玩水，隨心所欲，無拘無束，值得一遊。金門歡迎大家蒞臨。祝福大家萬事如意、闔府安康、幸福年年。（文／聯絡人陳炳仁）

## ◎第 29 聯絡組聯誼活動

受新冠肺炎疫情影響，睽違二年的小組聯誼活動，今（112）年 10 月 19 日星期四中午在臺南市新營區海宴餐廳重新舉行，時值重陽佳節，兄弟聚會情誼更郁濃厚。

協會張理事長率協會樂秘書長一行五人，搭乘高鐵南下赴會，本人與臺南市黃處長趨車前往高鐵站迎接，方從歐洲旅行回國的李副理事長長明專程由台南前來赴會，並邀請臺南府城聯絡組呂聯絡人劍明、臺南市翁秘書長、謝主任等五人，貴賓並贈送美酒及本地有名的聖保羅 Q 餅禮盒，先進們咸表感謝。

首先由張理事長致詞表示，前因疫情影響展抱長青聯誼協會各聯絡小組暫停的聯誼活動，目前已陸續恢復舉辦，藉由小組召集聯繫聚會，更是增加眾先進們會面相見機會，本組在黃聯絡人精心操辦下，在重陽佳節之前，選在「『海宴』河清」優雅餐廳辦理聚會，讓我們感受到展抱一家兄弟同心，祈祝每位先進身心安康闔家幸福。

會餐開始後在理事長帶領協會長官逐一敬酒下，大夥暢懷興高彩烈相互敬酒，酒酣耳熱氣氛熱烈，在眾人吆喝下，張理事長二盅『深水炸彈』獲得滿堂喝采，掌聲中理事長致詞：重陽敬老佳節將至，首先代表協會向黃文杰和許大遜二位八十五高壽先進祝賀『福如東海壽比南山』，聯誼餐敘同時也是小組的慶生會，向在座每位先進們慶生，祝福先進們福壽久久松柏長青。在張理事與黃文杰和許大遜二位先進共同切蛋糕，眾人高唱生日快樂歌聲中，氣氛嗨到高點。

餐會在二個半小時後結束，賓主盡歡，在互道平安健康中圓滿結束，大夥留下一個美好難忘的回憶，因健康有事因素不克出席與會的先進，將與吳副聯絡人進順撥空擇期代表協會前往探視，表達關懷慰問之意。（文／聯絡人黃經龍）



### ◎第 30 聯絡組聯誼活動

由於 COVID-19 疫情肆虐，澎湖地區聯誼活動已久未召開，加以該組退休人員多數人都因家庭因素需返台照顧家人，故欲辦理聯誼著實不易，而原聯絡人陳玉柱先進也因健康因素請辭，目前聯絡工作已交由洪武博先進負責。

此次澎湖聯誼就在洪聯絡人鍥而不捨的聯絡下，計有方瑞利、黃協進等先進加入，同時邀請澎湖調查站薛主任等在職同仁及澎湖縣政府政風處陳處長參加；本會則由張理事長親率樂秘書長等幹部與會，總計參加人員 16 位。

餐會在 11 月 2 日於馬公市龍星餐廳舉行，首先洪聯絡人代表地區退休同仁對協會理事長親赴澎湖參加餐會表達誠摯的感謝之意，而張理事長也將目前協會運作狀況做了簡要說明；餐會中大家把酒言歡，細說以往趣事，言談中理事長不忘提醒大家注意健康；最後餐會在慶祝下半年生日並在高唱生日快樂頌下，劃下美麗句點。  
(文／聯絡人洪武博)

### ◎第 25 聯絡組聯誼活動

本組只有會員 5 人，1 人待聯，不易邀集，適逢協會陳副秘書長康生來電詢問，歲末前是否舉辦小組聯誼，計劃借小組聯誼慶生聚會之名，邀約可能有意願入會的展抱同窗，俾擴展小組成員，經同意試辦，乃邀約潘志成等八位先進，出席 11 月 16 日在花蓮市賴桑漁行餐廳舉辦之小組聯誼會。

首先由張理事長致詞：展抱長青協會是提供退離後相互聯聚的平台，藉由小組聯誼聚會，活絡同儕共事情誼的延綿，無給職協會工作成員，固定每週二開會，推動維繫會務運作，俾使展抱一家松柏長青永續發展，祝各位身體健康闔家安泰。餐飲席間傳聯絡人穿梭在兩桌之間，頻密勸酒，並數次宣導入會申請方式，努力為小組增員努力：所選訂賴桑漁行，食材地道新鮮，份量十足，每道菜餚擺盤上桌，個個都足供廿人的用量，人人稱讚菜好酒醇，熱話家常，個個期盼小組聯誼歡能常年辦理。(文／編輯組)

### ◎第 21 聯絡組聯誼活動

本組年度聯誼餐會於 112 年 12 月 20 日（星期三）中午，假桃園市中壢區中山路 88 號 B1「錦家御宴餐廳」舉行。承蒙協會張理事長階同崔副理事長、樂秘書長、財務組盧組長、活動組張組長等一行人蒞臨指導，讓本組增添無限光彩。

此次餐敘本組計有 30 餘位先進與會，席開 3 桌，另有多位先進因健康因素或參加國內外旅遊等，無法參加。12 時許，與會先進陸續抵達餐廳，張理事長一一與每位先進握手致意，讓大家感受到展抱一家的溫暖，杯觥交錯，賓主盡歡。

(文／編輯組)





## 養生保健

### 存骨本、防骨鬆！專家票選 10 招最強：吃鈣片沒上榜

<https://www.edh.tw/article/34958>

【早安健康／蔡經謙報導】骨骼會隨年紀漸長而逐漸脆弱，當骨頭狀況不佳，銀髮族不只會因行動範圍受限而運動不足，增加高血壓、糖尿病、失智症（認知症）等風險，還可能僅因輕微撞擊，就嚴重骨折、臥床不起。日媒邀請多位專家進行投票，選出能「究極健骨生活習慣排行榜」，除了不暴飲暴食、減鹽、運動外，第一名竟取得壓倒性勝利！這項生活習慣到底是什麼？一起看下去吧。

日媒《介護》為了瞭解專家心目中能強健骨骼的生活習慣為何，邀請 11 位營養師、醫學博士、骨科醫師等專家進行投票。被醫師選為第一名的生活習慣計 10 分；第二名計 9 分；第三名計 8 分，以此類推，第十名計 1 分。分數加總後，最終票選出「究極健骨生活習慣排行榜」：

**第十名（11 分）：不要暴飲暴食，少吃即食產品、甜點**

若要維持骨骼健康，千萬不可暴飲暴食，特別要留意即食產品；這類食物多富含磷，磷雖與鈣質相同，是構成骨骼的重要成分，但攝取過量會讓儲存在骨骼中的鈣質釋放到血液中，減少骨骼的鈣含量。

若甜食吃過多，身體持續維持高血糖狀態，就會產生 AGEs（糖化終產物）傷害骨骼。

**第九名（14 分）：慢跑**

慢跑時的跳躍動作能刺激骨骼。

**第八名（15 分）：減鹽**

鹽分攝取過多的話，鹽分會與鈣質結合，將鈣質排出體外。

**第七名（16 分）：一日三餐均衡飲食、補充蛋白質**

骨骼是由鈣質與蛋白質「膠原蛋白」組成，膠原蛋白能把鈣質留在骨骼中，讓骨骼密合，不只強健肌肉，也是強健骨骼不可或缺的营养素。

由於身體無法一次吸收過量的蛋白質，故應將蛋白質分配給三餐平均攝取，有益肌肉蛋白的合成。

**第六名（17 分）：避免飲酒**

喝酒有利尿作用，會促進鈣質排出。研究也發現，若一天攝取超過 24g 酒精（一瓶大瓶啤酒左右），就會大幅提升骨質疏鬆症造成的骨折風險。

**第五名（22 分）：營養均衡的飲食習慣**

均衡攝取肉類、魚類、蔬菜等多種營養，有助鈣質吸收。

**第四名（34 分）：散步、健走**



雙腳著地時的衝擊力，有助於維持骨骼強度；對腳踝施加體重負荷，能活躍骨代謝。

### 第三名（45分）：運動

運動是維持骨骼健康的良方。當壓力、重力傳導到骨骼後，能活躍製作骨骼的細胞。那麼，該做什麼運動刺激骨骼、細胞最好呢？專家們建議做「跳躍機會多的運動」，透過著地時的衝擊力強化骨骼，不論是有氧運動、打排球、籃球都有效，若是在室外慢跑，還可順便曬太陽、進行日光浴，可說是一石二鳥。

另建議，可透過爬樓梯、下樓梯對膝蓋、雙腳施加負荷而提升骨代謝，降低骨折風險。此外，用單腳站立一分鐘左右，即可對單腳骨骼施加約等同於步行53分鐘的負荷量，效果顯著。

### 第二名（48分）：睡眠品質良好

睡眠時會分泌成長荷爾蒙，能促進骨骼成長、修復身體。若睡眠短、睡眠淺，成長荷爾蒙便無法充分分泌。

此外，睡眠不足還會讓肌肉筋膜無法休息，恐在頸部、肩部、背部等部位產生肌肉筋膜炎，而這也是骨科門診中常見的症狀。若民眾想要維持良好睡眠品質，可攝取以下4種「助眠營養素」：

- 1、鎂：能放鬆神經系統，推薦食材包括，香蕉、百香果、芝麻、葵花子、燕麥等。
- 2、葉酸：能促進睡眠，推薦食材包括，木瓜、小番茄、柳丁、花椰菜蘆筍、胡蘿蔔等。
- 3、鈣：能放鬆肌肉、穩定神經系統，推薦食材包括，小魚乾、蝦子、羊奶、乳酪、雞蛋、豆漿等。
- 4、維生素D：有助調節睡眠節律，推薦曬太陽補充。

### 第一名（71分）：日光浴

在維持骨骼健康的生活慣排行榜中，「日光浴」獲得眾多專家壓倒性的支持，曬太陽、進行日光浴能使人體生成維生素D，而該物質能促進鈣質吸收，讓血液中的鈣質維持一定的濃度，是維持骨骼健康不可缺少的一環。

不過，由於過度暴露在紫外線下，可能會產生皮膚老化、白內障等缺點，建議民眾可留意以下事項：

6～8月紫外線特別強的時節，盡量避免正午左右的太陽。

- 建議曬15～30分鐘即可。
- 曬太陽時，可曬手、腳等相對不顯眼的部位即可。





## 法令宣導



雇主原具備聘僱外國人的資格，但因被看護人死亡而消滅，所以不能向勞動部遞件申請移工招募或聘僱許可；依《就業服務法》第5條第2項第5款規定，雇主辦理聘僱外國人申請許可、招募、引進或管理事項，若提供不實資料或健康檢查檢體，依據同法第65條第1項規定，最低處30萬元、最高150萬元罰鍰。

另外仲介業者在辦理就業服務業務時，若未善盡受任事務，導致雇主違反法令、勞工權益受損，最低處6萬元、最高30萬元罰鍰；若接受委任辦理聘僱外國人的申請許可、招募、引進或管理事項，卻提供不實資料或健康檢查檢體，罰鍰更高達30萬至150萬元。

### 會訊網路查詢方式

電腦版 :<https://www.mjib.gov.tw>

首頁 / 為民服務 / 退休人員專區 / 展抱長青  
聯誼協會服務專區

手機版





理監事年度捐款、會務捐款及常年會費匯款郵政劃撥專戶  
帳號：19879569  
戶名：社團法人中華民國展抱長青聯誼協會  
會址：新北市新店區北新路 3 段 82 號 9 樓之 1  
電話：02-29129010(09:00-12:00) 傳真：02-29180452

◎本會訊如有污損、缺頁，請退還「新北市新店區北新路 3 段 82 號 9 樓之 1」，將另行補寄；如無法投遞，亦請退回上址。

