



台北城中社刊

Taipei Downtown Bulletin

since 1975



第 46 屆
台北城中國際聯青社
社長孫智耕

2020 / 2021

第一期

2020.09

Contents

目錄

2020/2021 第期



- 01 目錄
- 02 第 46 屆城中社長就任感言
- 03 ~ 05 城中社好禮運動發展史
- 06 ~ 07 城中社第 46 屆第一次例會感想
- 08 ~ 10 理委會之虛擬遊記
- 11 ~ 12 參加屏東社長就任典禮記趣
- 13 台北城中國國際聯青社 46 屆 LT 訓練
- 14 澎湖花火節寫真樂

台北城中國國際聯青社

社 長：孫智耕

副社長：錡寶秀

前社長：白醒麟

秘 書：陳王奇 司庫：周進村

理 事：陳信肯、楊景松、黃金林

黃素珍、黃鈞淳、

監 事：闕守義

發行人：孫智耕

BE 主委：錡寶秀

BE 督導：蕭東權

社 址：新北市汐止區大同路二段 279 號 11 樓

電 話：+886 2 2649-4828

傳 真：+886 2 2649-4819

Mobile phone: 0910306682

E-mail charlotte7756@gmail.com

第 46 屆城中社長就任感言

孫智耕 社長

回想 1997 年 7 月 1 日，在沈淇銘前總監和楊景松兄的推薦下，帶領我進入城中大家庭，不知不覺中已過了 23 個年頭，這段期間更是我和孩子們全家共同的甜蜜回憶。

很多人問我為何能待在聯青社這麼長時間，它究竟有什麼魔力？我的回答是：它是一個重視家庭生活的公益團體，



社友間的情誼更勝兄弟姐妹，還能瞭解各行各業的發展趨勢，吸收新的知識領域，我們何其幸運能在人生的菁華歲月加入這個社團。

2020 年是我第二次擔任城中社長，與 2003 年第一相比，多了份成熟和自信，更期待在未來的一年和大家一起成長。

我的年度主題是"分享喜悅，經驗傳承"！將於年度的會議和活動期間由每位社友輪流發言分享人生中最喜悅的經歷和對城中的建言，希望藉此議題能提昇本社的正能量和社務推展的正確方向。此外，我們的目標更希望積極參與總會和北區舉辦的各項事工活動，當個快樂的聯青志工。感謝城中社的每位社友和倩聯，由於你們的支持和鼓勵，我很榮幸的接下第 46 屆社長職務，我將秉承入社初衷~行其義毋計其利，享其權須致其功，發揚聯青精神，做好城中社長應盡的責任和義務。

第 46 屆城中社長 孫智耕

城中社好禮運動發展史

廖草西 前總會長

台灣國際聯青社最先推動全國性的聯合 C.S. 活動是父親節簽卡活動，也是第 15 屆前總會長陳碧潭所主導推動，此活動共延續達十年之久，達成階段性成果。2003 年陳前會長利用與當時中油公司董事長良好私交，設計了與中油公司合辦的全國性各加油站的好禮運動，並與台北市健康國小合作



選拔出 33 位“微笑小天使”。2004 年開始轉換配合對象改為各地國民小學校，以培育中小學生“好禮微笑禮貌”、以提升學生氣質及培養「肯定自我、尊重他人、熱愛學校、關懷社會人群之情操」，繼續推行好禮運動、往下紮根、播種、期能以正面、樂觀的良好態度、參與學校



及社會各項活動，推動建構台灣富而好禮與進步有序、祥和之優質社會而努力。城中社是陳碧潭前總會長的母社，他努力推動的好禮運動，當然要全力配合推動。查閱台灣總會電腦資料，城中社自 2003 年起與台北市西

松/健康國小，新北市水源/屯山國小配合推動好禮運動，但因國校校長每四年要輪調，新校長對聯青社推動的好禮運動，未必瞭解與認同，或是北部都會區的學校，學生一般素質較高，財力較佳，學校資源較為豐富。對好禮運動配合度則要折扣？回想 2008 年，前社友蔡光和的個人朋友與當時在三星鄉萬富國小陳碧卿校長有認識，而進一步洽談好禮運動合作事宜。慶幸陳校長對此活動頗為認同與肯定，且又介紹當時擔任冬山鄉大進國小的學弟劉校長，自 2009 年起共同舉行小學生的

好禮運動，2012 年起又增加了憲明國小，因此城中社好禮頒獎人員，一趟宜蘭行，要設法在半天內完成 3 個學校的頒獎活動，直至 2014 年陳碧卿校長升調至大隱國小，好禮運動改為與大隱/憲明/大進合辦，直至 2017 年因憲明國小郭又芳校長升調至礁溪玉田國小，且大進國小因少子化的原因改為分校。好禮活動演變為與大隱/玉



田國小配合至 2020 年，恭賀碧卿校長今年又榮調至員山鄉員山國小擔任校長，官位沒有愈來愈大，但受教學生人數愈來愈多，達三百多位學生，城中社好禮運動跟著陳校長走，因她很認同好禮運動的精神與意義，除鼓勵學生養成好禮習慣外，又獎勵學生作好

禮運動徵文比賽，佳作提供給城中社刊登於城中社刊上。

陳校長 8 月 4 日就職茶會，城中社共有十位社友/倩聯參加，恭喜陳校長高升，並將好禮運動進一步拓展至宜蘭員山鄉，提昇國際聯青社在宜蘭知名度及好形象。



城中社(2019-2021)

好禮運動主委：廖草西

備註：

感謝好禮運動設計及推動的執行長陳碧潭前會長，特地送來厚厚的“台灣好禮運動”專刊來給我參考。並說明執行過程，多謝。

下列是城中社過去 16 年來，配合好禮運動學校對照表供參考

年度	學校	班級數	學生人數
2004-2006	西松/中正/健康		
2007	水源國小	12	210
	北屯 " "	12	210
2008	屯山 " "	11	236
	水源 " "	11	221
2009	萬富 " "	6	98
	大進 " "	6	64
2010	萬富 " "	6	93
	大進 " "	6	64
2011	萬富 " "	6	88
	大進 " "	6	54
2012	萬富 " "	6	88
	大進 " "	6	57
	憲明 " "	6	102
2013	萬富 " "	6	54
	大進 " "	6	99
	憲明 " "	6	79
2014	大隱 " "	11	182
	憲明 " "	6	92
	大進 " "	6	49
2015	大隱 " "	11	180
	憲明 " "	6	83
	大進 " "	6	48
2016	大隱 " "	11	181
	憲明 " "	6	82
	大進 " "	6	51
2017	大隱 " "	11	180
	玉田 " "	6	80
2018	大隱 " "	12	151
	玉田 " "	6	75
2019	大隱 " "	8	155
	玉田 " "	6	82
2020	大隱 " "	8	155
	玉田 " "	6	82

台北中國國際聯青社第 46 屆第一次例會感想

白醒麟 前社長

109.07.03 日星期五是第 46 屆第一次例會的日子，感謝孫社長的體貼，安排了給第 45 屆表達感謝的機會。

由於今年是北區七社社長暨北區總監聯合交接典禮，雖是熱鬧，但也缺乏呈現各社一年回顧，及感謝事工幹部的機會。

第 45 屆有美好的事工回憶，不因新冠肺炎疫情而影響，我特地完成一年事工回顧 POWER POINT 供大家參考：

1. 七月份就任即帶隊前往日本參加仙台亞洲洲域大會，與京都西社、北海道十勝社三角結盟，增加 IBC 日本東、西區的友好聯誼。

2. 城中社也有 10 位參加北區 LT 訓練，有陳王奇與朱潔芳賢伉儷增添新力軍。城中社楊景松 LT 主委也以城中好好玩為題，邀請 5 位社友情聯分享。

3. 籌辦第四次 DBC 聯合例會，11 月 9/10 日二天在深坑福容大飯店舉行大會共有近 90 人參加。

別開生面以分四組討論，有效增員、加強聯誼活動、情聯的哪些活動來幫助成長... 討論與分享欲罷不能。

4. DBC 第二天活動參觀木柵動物園及貓纜，感謝情聯主委簡千信致贈每人一件菊紅色長袖休閒服，非常顯眼大方，圓滿達成活動。

5. 第一次舉辦城中社電影包場活動，大家覺得新鮮有趣，在大直皇家影城包場邊欣賞電影，還能邊享受美食餐飲。

下半年因疫情嚴峻取消四個半月的活動，直到 5 月份疫情稍退在南港六福萬怡酒店粵亮廳舉行慶祝母親節感恩大會。



- 6. 年度好禮運動、敬老活動... 等皆在任內完成。
- 7. 全國大會報名 29 人出席率 130%，也榮獲總會頒發傑出社長殊榮。

PTT 紀錄我們精彩的片段，也為 45 屆劃下完美的句點。

要深深感謝：黃鈞淳祕書長及 錡寶秀財務長盡心力的幫忙，
IBC 陳信肯策劃日本仙台行程的幫忙，
DBC 沈淇銘兄策劃 DBC 各項議程及活動
楊景松兄 LT 督導精彩的 LT 訓練
還有這一屆各項事工督導謝謝您們的支持與鼓勵，才能完成各項活動。
最後要由衷感謝闕守義兄。擔任全國大會總執行長。從初期籌劃到尋找
場地、與北區各社任務編組協調幫助很大，後因疫情之故移轉至中區委
員會籌辦。一路上的陪伴由衷感謝莫齒難忘。
僅以基隆暖暖名產聊表心意，致贈每位社友感謝大家。
最後我也特別準備一份紀念品『智傑耕才』來祝賀孫智耕社長，相信孫
社長必能施展智慧，耕耘城中，發揚光大。



理委會之虛擬遊記

陳王奇 秘書

8 月份理委會的舉辦方式原規劃為健行加聚餐，因巴威颱風外圍環流風雨的影響，考量山徑可能溼滑危險，故臨時取消健行活動，直接前往餐廳集合。為了讓大家能體驗原來規劃的全貌，在此將失之交臂的健行活動作一紙上虛擬遊歷，以與大家分享。

本次理委會由素珍和王奇共同擔任召集人，王奇負責規劃行程。因為王奇首次主辦此類節目，乃請教社友先進之經驗，得知：

- 一、行程不應太累，可使多數社友能夠參與；
- 二、夏日炎炎，健行應找個林蔭清涼的路線；
- 三、因部份社友可能只參加餐敘，所以餐廳不宜太遠；

上述建議看似條件簡略，但主辦者經驗有限，並無立即答案，經上網不斷瀏覽，並親至現場實地場勘後，終於選定了「劍潭山親山步道」為本次健行路線，預定由士林劍潭公園旁登山口出發，往東縱走 5.5 公里至大直捷運劍南路站，晚餐則設在附近的黑美林擔仔麵餐廳。



(由西邊的劍潭站走至東邊的劍南路站，全程 5.5 公里)

劍潭山高度僅 153 公尺，位於圓山飯店北側山稜，是最接近台北市區的小山，也是小百岳之一。



(步道途中往北遠眺大屯群峰)

「小百岳」乃行政院體育委員會為了推動全民登山運動，在普及性考量下，以各縣市近郊山區為標的，甄選出一百座較具特色或具代表性的「郊山」，因海拔不高，離市區又近，又有許多路徑標示可供辨識，人人可輕易攀登

台北市政府於 2007 年設置了劍潭山親山步道，西起中山北路四段劍潭公園、福正宮旁的登山口，交通相當便捷；步道沿途綠意盎然、樹蔭清涼，加之夏日微風吹佛，走起來真是輕鬆自在，此步道已是台北市民晨間運動的熱門場所；而幾處觀景點視野甚佳，可遠眺大屯山群峰雄偉、觀音山日落美景，稜線上知名的「老地方觀景平台」更可俯視台北繁華市區，與 101 大樓南北相望；沿著山陵續行亦可抵達大直、內湖和外雙溪、陽明山等地，本次行程即安排從西邊劍潭公園登山口出發、途經老地方觀景平台、往東續行經過自強隧道上方、再銜接劍南路、抵達「劍南蝶園」後下行至大直捷運劍南路站，再搭乘一站捷運至附近的黑美林擔仔麵晚餐；合計全程距離約 5.5 公里、上下高度落差 140 公尺、不含休息大約步行兩小時左右，對於皆是中年以上的社友們而言，此行程還頗富運動量。



(老地方觀景平台與 101 遙遙相對)



(觀音夕照美景，可惜場勘時間早了點！)



(集合地點：劍潭站福正宮)

黑美林擔仔麵餐廳是內湖地區一家知名的傳統台南小吃，雖然沒有精緻的裝潢，但是內部整理的很乾淨，算是家高級的熱炒店，王奇以前在內科上班時，常常下班後偕同事前來享受美食。二十年前黑美林只是舊西湖市場門口的一家路邊攤，物換星移，隨著生意成長而開了店面，因為經常高朋滿座，又擴大到隔壁、樓上好幾戶，但店面口還是常見許多人排隊。

那天安排我們坐在 K16、K17、K18 三桌，點了 13 道菜，可惜沒拍照下來，看看菜單回味一下吧！招牌鵝肉、滷味拼盤、白蝦干貝米粉鍋、清蒸海魚、香蒜牛排、蒜頭蝦、特製香腸、脆皮烤腸、野生海瓜子、菜圃蛋、綠竹筍肉絲、海鮮豆腐、新鮮時蔬。當晚伴隨著 20 多瓶十八天台啤，氣氛很嗨！度過了很愉快的夜晚。



(晚餐在黑美林擔仔麵)



(席開三桌)



本次活動仍有未臻完善之處，一是親山步道雖大部分是緩坡或平坦好走，但是登山口出發後卻有一段約登高 80 公尺的階梯步道，仍會困擾部分社友，下次還是要找全程平坦的路線；二是餐廳座位在二樓，但是沒有電梯可搭乘，舉凡這些都是本社舉辦活動需要注意之細節。

參加屏東社長就任典禮記趣

莊玉貴 2020.07.11

好開心！今天要出遊趣~屏東~參加社長就任典禮。社長孫智耕率領我們一行十人參加盛會。從台北搭乘高鐵舒適又方便，在車上聊聊天，有茶水甜點，看窗外藍天白雲，景色美麗有多多，台灣真是個好地方，人民有夠幸福。搭高鐵一個半小時到左營，轉台鐵到屏東站，社友陳慶瞬安排小帥哥來接我們準時到達會場。熱忱親切人情味濃厚的屏東社友，及美麗大方手藝超群的倩聯，百忙中列隊歡迎。



恭喜林英哲帥哥再次承擔責任重大的社長職務。就任儀式既隆重又溫馨又感人，其中更有倩聯社授證，意謂著倩聯們將更加投入社務及協助擴展。



專題演講「長照 2.0 知多少」由倩聯蕭麗珍主持，大家專注聆聽，內容充實理念共識見解分析透徹，讓我們增長好些知識。真令人由衷佩服。最後的 Q&A 我實在很想問：打麻將~~可防老人痴呆嗎？我退休後的樂趣就是打牌，既可消磨時間有時又可贏錢錢，可舒壓還能促進腦力激盪，達成防止痴呆退化的效果。請問我這麼說是理論還是謬論？我打麻將快、狠但不準超刺激的，今年目前為止我共贏 9 次輸 16 次沒輸贏 7 次。所以我是號稱最受歡迎的辣麻將婆。

豐盛的晚宴，城中 8 位與台中大業社兩位同桌共享，一位是 6 月剛卸下重任的童世傑前社長顯得怡然自得，一位是(小陳)小城故事多，充滿喜和樂，地板設計裝潢專家 陳健全小帥哥，品嚐南台灣的佳餚，還喝燒酒

(可惜我不會喝酒要不然早就改行)。吃飽才有力氣減肥~明天再減肥，是我的名言。聊天 敬酒 拍照，氣氛熱鬧非常，感謝屏東社的熱情招待，真想高唱一首「今天不回家」啊！

帶著香甜在嘴裡、感激在心坎裡的伴手禮，由社友陳慶瞬熱忱的開車車載我們直接到左營搭高鐵，40 分鐘車程中，聊天開心極了好感謝他。美麗的南台灣~屏東地區遊覽勝地(1.大鵬灣風景區 2.小琉球 3.四重溪溫泉 4.墾丁公園 5.關山夕陽 6.貓鼻頭 7.帆船石 8.鵝鑾鼻公園 燈塔 9.佳樂水風景區) 我想都值得再來趣！

輕鬆一下 ~Play 麻將時缺一腳，只好夫妻同打一桌，老公作暗號示意要一張牌，將兩腿張開開，老婆就打八萬，給別人胡了，在回家路上老公很生氣說：笨蛋！我要的是一條（小鳥）不是八萬。

雖然我的字典裏面沒有（老）字。但我還要說：

1:年齡不是歲月的絆腳石，參與才是聯青社友樂活之道。2:健康與快樂，是需要投資與學習的。3:如何老的健康，活的精彩，快樂的活到老學到 ~老~~老~~老~~~



北有城中、南有屏東、中有大業展雄風。明年四月屏東社 50 週年慶，期待再相見！

台北城中國際聯青社 46 屆 LT 訓練

黃金林 LT 主委

每年新社長 7 月 1 日就職後，依年度計畫展開執行各項事工，本屆於 8 月 7 日舉辦 LT 訓練，北區委員會 8 月 15 日也為主要幹部或新進社友、有望社友舉辦，來協助社長完成這一年的使命、任務。

北區委員會及國際聯青社台灣總會 LT 訓練時間較充裕，安排課程較全面深入、以總會事工督導、各社社長、主要幹部為對象，內容各事工及職責、聯青社的組織宗旨、事工推展，來培育優秀的領導人才，使各項聯青事工活動得以順利推展。

本社 8 月例會 LT 訓練，目標針對社務發展，社友情聯皆參與以分組討論，時間 1 小時，分兩大議題 (1) 如何加強社友聯誼活動 (2) 社友維持與社務發展；目的是針對發覺社務發展問題的挑戰達成共識，供社友情聯參考對社務發展有所助益。

分組討論議題結論 (1) 由丁有玉情聯報告，議題 (2) 結論由林瑞香社友討論後報告。

討論報告後總結：

- (1) 提升聯青社知名度，配合活動舉辦，吸引年輕新血輪加入。
- (2) 舉辦活動要有目標和豐富內涵，愈簡單愈好，以適合各年齡層。
- (3) 發揮城中社過去的熱情，再創榮光。
- (4) 活動主辦需用心規劃，才會吸引人參加。
- (5) 多關心新社友，可將作法制度化。
- (6) 照顧自己健康，才能持續參加社之活動。



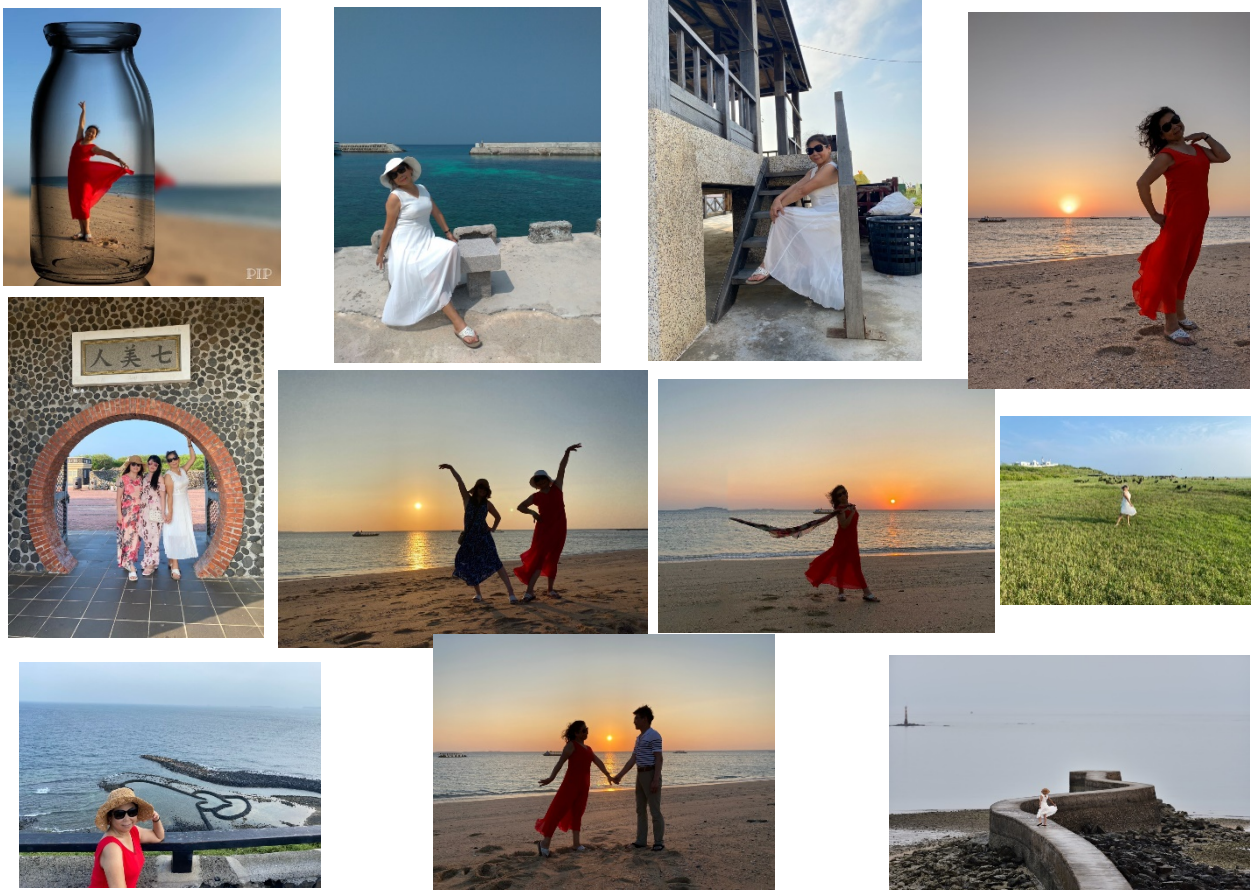
澎湖花火節寫真樂

錡寶秀 副社長

9月3日和攝影班同學相約至澎湖4天3夜旅遊，幸運地遇上澎湖花火節閉幕式，據說本日煙火是這次的經典，確實是燦爛奪目，美麗非凡。同學們都是攝影高手，本篇煙火插圖及封底照片皆是同學陳芝好的傑作。



由於本人最近受坐骨神經痛之苦無法負重，Nikon D5對我來說確實負擔太重，體貼的同學們就讓我穿得美美的做他們的Model 就行。果真幫我拍出了讓人驚艷超年齡超浪漫的美麗照片。也超佩服李淑芬同學用Apple 11可以拍出如此優質的照片。真是一趟愉快的澎湖之旅!!





作者:陳芝好
拍攝地點:澎湖花火節煙火