

董事長的話 · 陳柏宇 ·

敬愛的台灣會館永久會員及台美鄉親朋友們！

秋天到了，鄉親們請多注意天氣的變化，預防流感，繼續保持健康、平安的日常生活。65歲以上的朋友們也不妨考慮打第三針新冠疫苗。美國國家疾病中心已開放及提高曾打BNT/Pfizer疫苗超過6個月以上的長者可施打第3劑來加強體內已有的抗體，其他疫苗如Moderna、J & J還在FDA審查中，相信不久的將來也可安全施打第3針。

會館董事同仁們在10月份將積極地策劃11月6日晚上在San Gabriel Hilton Hotel舉辦的年會。今年年會我們很榮幸邀請到台灣副總統賴清德先生用遠端視訊的方式為我們參與年會的來賓們做專題演講，主題「台美關係再創台灣外交新局面」，有興趣的鄉親們請聯絡會館辦公室購票。我們在年會活動時也將繼續把我們建館經費目標往上衝，這個經費基金越多，將可減輕建館所需的貸款費用，可更有效地提供建後新會館的營運資金，讓下一代台美人永續經營咱們這個家，我也期待鄉親們幫我們宣傳，找更多捐款者來支持會館。

10月份也是我們台灣慶祝雙十國慶的日子，讓我們海外的台美人一起來慶祝——台灣國泰民安，人民自由、民主，也祝鄉親們萬事如意！



台灣會館 23週年 年會

THE SPEAKER

賴清德

台灣副總統

live virtual speaking
專題演講

台美關係
再創台灣
外交新局面



Ticket Price

\$100 / \$200 / \$500

此收入為會館公益活動

購票請洽 626-307-4881
tcgla@taiwancenterla.org

2021

NOV

06

6:00 - 9:30
pm

創新
與
願景

Hilton

Los Angeles/San Gabriel
225 W Valley Blvd.
San Gabriel, CA 91776

「本年會活動為大洛杉磯台灣會館基金會所主辦，該文教基金會係 IRS 501(c)(3)非營利機構(EIN 95-4679702)並非私人基金會，其目的在於舉辦公益、文藝及教育等活動，以發揚台灣文化傳統。」

台灣會館生活座談-探討健康與長壽的秘訣



會館於 9 月 26 日舉辦第十一次生活座談，很高興邀請到南加州知名泌尿科蔡長宗醫師分享健康與長壽的秘訣。由於科技的進步，許多健康知識在網路上都可查詢，但在資訊泛濫、信息良莠不齊，真假難判，選擇對的健康訊息至為重要。當天蔡醫師以淺顯易懂的例證來跟大家說明醫學保健的新知，讓大家了解飲食、運動等正確的身體保養方式，聽眾獲益良多。

首先由董事長陳柏宇致詞感謝鄉親對會館的支持，從 3 月份舉辦第一場生活講座開始，每一場次都收到許多正面回饋，會館將秉持關懷台美人的宗旨，持續為鄉親提供各層面的服務。

洛杉磯僑教中心廖儷雲副主任致詞表示，美國癌症協會統計指出，前列腺癌是美國男性第二大最常見的癌症死亡原因，在台灣 2020 年的十大癌症死因中，前列腺癌也排名第 5 名，所以泌尿科相關的醫學常識對大家都是息息相關的議題。

蔡醫師的講解十分生動幽默，對於目前最流行的「168 間歇性斷食」、「186 間歇性斷食」……各種斷食方法，還有喝咖啡的好處等主題。蔡醫師詳細地進行說明，也提醒大家身體保健的幾個重點，包括控制進食以七、八分飽為最佳、要有充足的睡眠、保持良好的運動習慣、適量的攝取維他命，尤其是維他命 D 也至為重要，還有酪梨以及堅果類等營養價值高的天然食物、戒除抽菸飲酒等習慣，除了要保持身體活力，當然心理健康也不能忽略，每天適度進行冥想能夠舒緩生活的壓力、也可以保持心情的平靜。

與會聽眾踴躍提問，蔡醫師也詳細地為大家解答，南加州僑界的小兒科林仁川醫師和會館執行長林榮松醫師也在線上與蔡醫師互相交流。

當天有超過百位鄉親以視訊和觀看 FB 直播等方式參與座談，相當踴躍，最後座談會在由洛杉磯文教中心所提供的神秘禮物摸彩後結束。



大家好！台灣學校台語班恰讀冊會每個月攞會提供一篇台語文文章，期望會凍推動恰保存台語文。歡迎大家做夥來學台語，體會台語文的美。

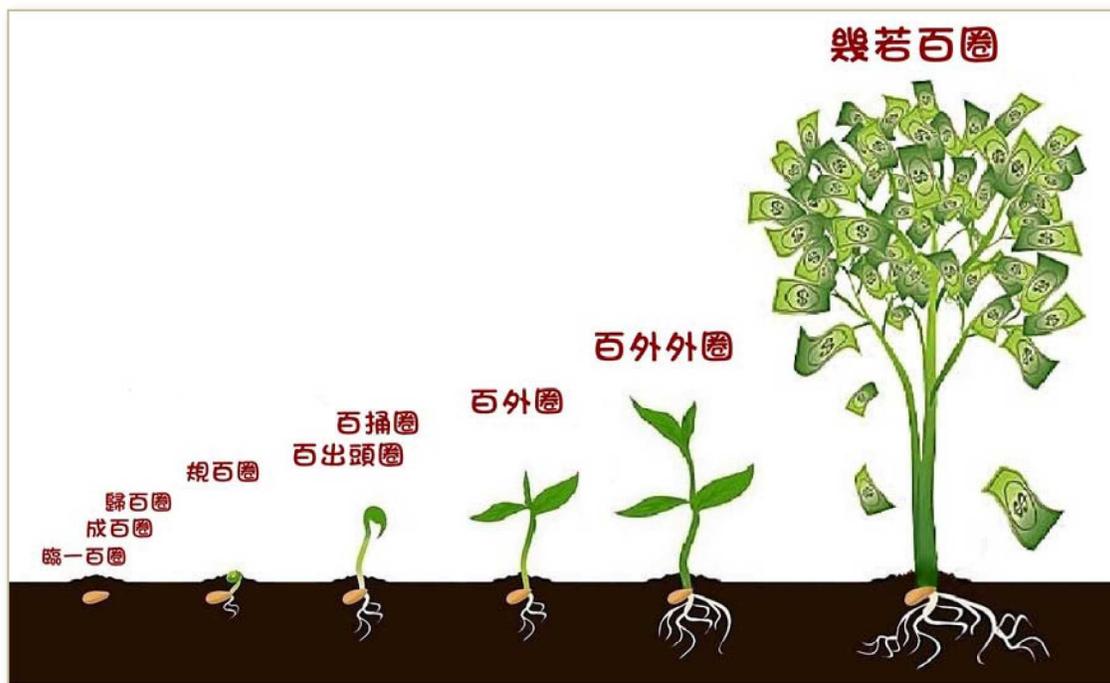


趣味ê台語

一百算是一个(ê)有代表性的(ê)大數字。恰(kah)“一百”有關的講法有佻濟(guā-tsuē)? 以早新台票“一百圈(khoo, 註 1)”算真大圓，所以台語嘛有真濟恰“一百圈”有關聯的字詞，會當用來形容人開錢的時陣無全款(kâng-khuán)的情況。譬如講：“歸百圈”恰“規百圈”差不多攞是一百圈，有啥物無全? “百桶圈”恰“百外圈”叨(toh)一个較(khah)濟? 下面就用一个表舉例和(hām)一張圖來共(kā)恁(lín)紹介(註 2):

一百算是一個具有代表性的大數目。有多少和“一百”有關的說法? 以前新台幣“一百元”算是很值錢，所以台語也有很多和“一百元”有關聯的字詞，可以用來形容人們花錢時的不同情況。譬如說：“歸百圈”和“規百圈”差不多都是一百元 有什麼不同?“百桶圈”和“百外圈”那一個較多? 下面就用一列表舉例和一張圖來為你們介紹:

台語/羅馬拼音	華語解說	台語例句
臨一百圈 lím - tsit - pah - khoo	接近一百元; 但離一百元稍有點距離。只是敘述多少錢。	這場音樂會ê門票臨一百圈。
成百圈 tsiānn - pah - khoo	上百元; 較接近一百元了。但也只是敘述多少錢，沒有好惡情緒。	這軀(su)衫我干若(kan-na)買成百圈爾爾(niā-niā 而已)。
歸百圈 kui - pah - khoo	將近一百元; 更接近一百元了，開始有可惜的感覺了。	今日中晝頓(tiong-tàu-tng 午餐)我吃欲歸百圈。
規百圈 kui - pah - khoo	整整一百元; 強調花掉的錢，有責難的意思。	我昨昏(tсах-hng 昨天)才予你一百圈，你今日就規百圈開了了囉!
百桶圈 pah - thóng - khoo	一百多幾塊錢; 雖然破百，但只超過一點點; 還不算很貴的感覺。通常會說“才(tsiāh)百桶圈”。	這領衫才百桶圈爾爾。
百出頭圈 pah - tshut - thâu - khoo	一百元多一點(如百桶圈)	這堆物件攞總百出頭圈。
百外圈 pah - guā - khoo	一百一、二十元; 開始有閒貴的感覺了。	這擺出門ê車錢就百外圈囉。
百外外圈 pah - guā - guā - khoo	一百多不到兩百元; 更貴了。	阿芬盈暗(îng-àm 今晚)出去逛街(sèh-kue 逛街)買百外外圈ê衫。
幾若百圈 kui - nā - pah - khoo	好幾百元; 不得了，太貴了!	妳若欲去彼個所在 tshit-thô (遊玩), 干若機票就要幾若百圈囉!



- 【註】1. 圈的讀音有khuan, khian恰khoo。一般人講圓圈(khoo)仔，樹奶圈(khoo)仔。古代的銅錢，中心鑽一孔。用一條紗線將整數的銅錢卷(kng)做一圈(khuan)一圈，名叫一圈(khoo)。大項的圈為箍(khoo)；譬如火箍，花箍，桶箍才用箍。箍嘛有用作錢的單位，譬如“一箍銀”，“十箍”，“一佰箍”。
2. 沿用日本話“紹(しょう)介(かい)”(sho-kai)的講法。

台語真是咱ê寶 囝孫袂曉盡煩惱
 逐家做陣緊來學 若無後擺就揣攏無

七坎客 講述/指導
 2021年9月30日
 台灣學校 台語文讀冊會



台灣學校台語班、台語文讀冊會 開始囉！



大洛杉磯台灣會館 台美人僑營商家推薦表

敬愛的大洛杉磯台灣會館永久會員：

在大洛杉磯每個人都需要好的服務業者來協助解決生活起居上的種種問題。如修理汽車，換輪胎，修理水電，房屋改裝，會計師，家庭醫師，專科醫師等等。現在許多鄉親常常來電會館辦公室詢問能否介紹僑營業者或專業人士，因為大家也比較希望能夠支持自己台灣同胞企業。台灣會館的永久會員都是熱心公益的台美人，大洛杉磯台灣會館工商服務委員會保持服務及回饋台美鄉親的心，希望大家可以幫忙提供自己喜歡的僑營企業及各界業者的相關資料，請大家提供自己或自己光顧過的公司，台灣會館將把大家提供的資料列入名單，來提供給鄉親們參考。

我們期待更多台美人商家的推薦，煩請會員幫忙推薦填寫 <https://t.ly/wkOo>



大洛杉磯台灣會館台美人僑營商家推薦表

或請掃描 QR Code 填寫表格，等資料收集彙整齊全後，大洛杉磯台灣會館會提供給永久會員鄉親參考。

謝謝您的協助！



生活座談會 LIFE TALK 12

講題：疫情期間洛杉磯經文處的 僑民領務服務

1. 疫情期間的僑民服務
2. 申辦護照
3. 在美居住證明
4. 授權書
5. Q & A



講員：林暉程 副處長

現任駐洛杉磯台北經濟文化辦事處副處長

曾任外交部領務局簽證組組長

2009年-2015年任駐西雅圖台北經濟文化辦事處副處長

時間：10月24日2021年(星期日)
下午2點至3點30分

Webex 線上視訊，歡迎參加！

線上視訊 Webex Meeting

Meeting link: <https://t.ly/La29>

Meeting Number: 2557 670 9737

Password: tctalk



2021 年電腦及智慧型手機/iPad 基礎班課程

自從去(2020)年3月開始，美國及全世界因為新冠病毒緣故，公共場所除生活必需之外都宣告關閉了，其中也包括了所有實體的學校。長時間以來均採取遠距網路教學方式上課，雖然可以避免人和人接觸感染病毒，但許多的鄉親，尤其長者們想要參與網上活動時，卻因電腦設備和網路不熟練而無法參加各種活動，更苦無合適的人員可及時在身邊協助處理，因此長期以來不知如何因應這些困局。如今時序已到了2021年底但新冠病毒仍無法完全控制，未來仍有可能再度面臨居家令限制，因此趁著疫情稍微緩和之際，儘速學習相關的電腦網路基本操作技巧變成為當務之急了。目前台灣會館學校配合政府防疫規定採取有限度開放教室，同時為了協助南加州鄉親長輩們有效且及時解決上述相關問題，特別邀請長期以來在台灣會館任教的Stan電腦老師，專門為長輩朋友們開設“因應疫情時代學習網路上課的基本技能”專案班次，期待能夠利用五週的課程培養學生們相關網路、電腦、iPad或手機等操作的實用技巧。如此可輕鬆地因應並參與後續各類的網上活動，也不用再依賴他人協助便可自行處理。



本次專案課程採取前四週於台灣會館教室實體上課，第五週在家視訊教學實作練習為原則，報名參加課程的同學應準備好可以連上網路視訊的電腦或手機設備，電腦的作業系統(OS)以Windows 10 (但不限定)為基礎，手機/iPad可以使用iOS 或Android 等，只要擁俱備良好上網效能的設備均可參加課程學習。

上課日期：10/28/2021~12/9/2021 (共五週，11/11 退伍軍人節和 11/28 感恩節不上課)

上課時間及費用：每週四下午 1:00pm ~3:00pm 費用：\$100/人

課程內容：講授電腦與網際網路 (Internet)的基礎操作、常遇問題的解答、並針對網路課程常用的軟體程式，如 LINE、Zoom 及 Webex Meeting 等實際的軟體 Apps 詳細介紹，適合想要學習利用電腦或手機參與各類線上活動的使用者

注意事項：

1. 課程採取小班(每班 8~18 人為原則)教學，上課的同學請攜帶智慧型手機或 iPad 或手提電腦等，並記住自己電腦/手機上的帳號及密碼，以利上課實作練習
2. 參與上課同學務必遵守台灣會館的各項防疫規定(如戴好口罩、完成疫苗接種及保持良好個人衛生習慣等...)
3. 上課地點：大洛杉磯台灣會館，地址：3001 Walnut Grove Ave., Rosemead, CA 91770 (Walnut Grove Ave.及 Garvey Ave.十字路口)，電話：(626) 307-4881
4. 報名方式：因座位有限請及早報名、交費；請將姓名/電話/email 等資料傳送至台灣會館 email: tcgla@taiwancenterla.org，任何關於開課問題歡迎來電詢問
5. 若遇防疫等級提昇限制實體課程或上課人數不足等因素時，將視情況延後或取消課程，所交付學費依規定採未完成課程之比例退回給學生本人。

會務活動報告

9 月活動

- ▶ 台灣學校已於 9/18/2021 開課，仍接受報名。
- ▶ 柔似蜜商會於 9 月 18-19 日在會館停車場舉辦電器回收。
- ▶ 會館第 11 次生活座談會於 9 月 26 日舉行，感謝泌尿科蔡長宗醫師抽空為大家主講「探討健康與長壽的秘訣」。

10 月活動

- ▶ 10/24/2021(星期日)下午兩點 會館生活座談會，將由駐洛杉磯台北經濟文化辦事處林暉程副處長主講「疫情期間申辦各項領務服務釋疑解惑」，歡迎預留時間參加視訊座談。

11 月活動

- ▶ 11/6/2021(星期六)下午五點 大洛杉磯台灣會館 24 週年年會暨募款餐會，今年邀請到賴清德副總統為主講貴賓，將以視訊方式為大家做主題演講，講題為「台美關係再創台灣外交新局面」，請會員們預留時間踴躍參加，詳情可洽會館辦公室 626-307-4881。

租借會館場地及登電子海報廣告

會館大禮堂及小會議室很適合舉辦中、小型活動，如需要租用場地或是刊登電子海報廣告，請與會館辦公室聯絡，電話：626-307-4881 或 E-mail: tcgla@taiwancenterla.org 索取場地租借申請表。您也可以直接上大洛杉磯台灣會館網站 www.taiwancenter.org，於首頁左邊點選「表單下載」，再下載「活動場地租借申請表」，填好後 Fax 到會館 626-3074-4388 即可。

電子海報廣告部分，會員\$5，非會員\$10，電子海報廣告可以在 1 個月前即開始宣傳。

大洛杉磯台灣會館
永久會員
Line 官方帳號



會館重建



親愛的永久會員！

柔似蜜市政府已於日前核准通過大洛杉磯台灣會館的住商混合建案。會館將於原址重建，擴大服務鄉親，重建需要大家支持及捐款，捐款可以下列方式：

 PayPal: paypal@taiwancenter

或 支票

Title 請寫：Taiwan Center

Mail to: 3001 Walnut Grove Ave.
Rosemead, CA 91770

台灣會館台灣學校招生

626-307-4881 or
taiwancenter.org

快樂排舞班(週二)	10:00~12:00
電腦網路手機基礎班(週四) (招生中) (10/28/2021 ~ 12/9/2021 開課)	10:00~12:00
電腦網路手機進階班(週三) (2022)	10:00~12:00
台語班(成人) (招生中 9/18 已開課)	10:00~12:00
縫紉班(週四) (招生中 10/13 開課)	10:00~14:00
日文基礎、進階班 (週四) (Pending)	
日文基礎、進階班 (週日) (Pending)	
英文班(週五) (招生中)	13:00~15:00
插花課(第 1,3 週六) (招生中)	10:30~13:00
太極拳班 (週日) (招生中)	10:00~12:00

會館社團活動時間表

台灣會館合唱團(1,2,3 週日)	15:00~18:00
Lily 排舞班(週五)	10:00~12:00
會館乒乓球俱樂部(週二、四)	16:00~21:00
鄉親卡拉OK(週三、五)	12:30~14:30
攝影講座 (1,3 週六)	14:00~17:00