



2014-2015 年度

# 板橋扶輪社

## ROTARY CLUB OF PANCHIAO



社 長：劉紹榮 Alex  
糾 察：賴宏榮 Stock

秘 書：高建順 Green  
社刊主委：江能裕 Family

每星期四中午 12:30 分  
新北市板橋區四川路二段 16 巷 8 號 11 樓 會議室 舉行例會



中華民國 104 年 4 月 16 日 第 48 卷 第 38 期

Vol.48 No.38

### 敬祝生日快樂

黃 櫻 社友 (61.04.25)Tech  
張泰西 社友 (53.04.26)Stone  
洪豐民 社友 (53.04.28)Hitachi  
張 凱 前社長夫人 (04.19)P.P.Kai 夫人  
高建順 秘書夫人 (04.22)Green 夫人

### 敬祝結婚週年紀念日快樂

劉祥呈 前總監 (52.04.21)P.D.G.Syo-Tei ♥  
劉邱足 女士 (結婚五十二週年紀念日)  
林文鐘 社友 (86.04.25)Jacky ♥  
林怡秀 女士 (結婚十八週年紀念日)

### 地區年會

時間：104 年 4 月 18-19 (星期六 - 日)  
地點：新莊頤品大飯店  
(新北市新莊區五工路 66 號 6、7 樓)

### 四月份理事會記錄

時間：104 年 4 月 9 日 (星期四)

地點：本社會議室

主席：劉紹榮 社長 紀錄：陳主義 代理秘書  
出席：劉紹榮、蕭錦聰、王經祿、陳福源、  
邱馳翔、吳榮欽、邱建明、陳主義、  
蔡居祥

列席：周德傳

#### ■ 討論提案

第一案：三月份收支報告表，提請通過。

決 議：通過。

第二案：關於每年爐邊會議分組，提請討論。

決 議：將全體社友分為 4 組，並邀請夫人  
一同參與，當天費用則由該組人員  
共同分攤。

第三案：有關王崇興社友退社案，提請討論。

決 議：通過。

### 第 19 屆板橋扶輪社獎學金得獎名單

本次申請學生共計 26 名，於 4 月 9 日初審後，選出可參加複審面談學生 10 名。於 4 月 12 日複審面談後，決定得獎名單學生共 7 名，其中兩位由 P.P.Silk 及 P.P.Torque 指定捐款。

時間：104 年 4 月 12 日 (星期日) 地點：本社會議室  
得獎名單如下：

| 姓名  | 性別 | 就讀學校   | 科系          | 年級  |
|-----|----|--------|-------------|-----|
| 簡瑞瑩 | 女  | 中國文化大學 | 行政管理學系      | 二年級 |
| 邱怡玲 | 女  | 東吳大學   | 社會系雙主修哲學系   | 四年級 |
| 蔡伊滇 | 女  | 臺灣師範大學 | 人類發展與家庭學系   | 一年級 |
| 游曜誠 | 男  | 台北教育大學 | 教育經營與管理學系   | 二年級 |
| 焦玟綾 | 女  | 臺灣師範大學 | 應用華語文學系     | 二年級 |
| 廖唯惇 | 男  | 東吳大學   | 日本語文學系進修學士班 | 二年級 |
| 江宗恒 | 男  | 臺灣大學   | 法律學系        | 三年級 |





## 例會花絮 2509 次例會 (4月9日)

### 專題演講摘錄 -

### 食安問題頻傳，如何辨識好的食用油



思科臘國際有限公司 朱玉鳳 董事長

#### 假油事件古今中外頻傳

- 去年食用油摻和其他油事件，尤其橄欖油被查出混充為純橄欖油，被加入棉子油、銅葉綠素更令人痛心。
- 其實美國市場上也有 69% 是混合油卻冒充冷壓初榨橄欖油。
- 更遠的古代，羅馬帝國時，混合油就已是 大問題，但是只要黑心商人存在，這問題就無解。
- 世界上的專家均告以，要向信任的廠商購買，才能確保不會買到不佳的混合油。

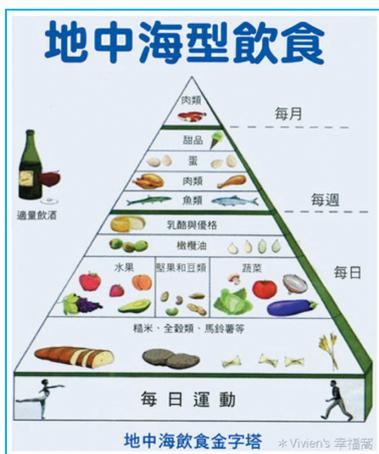
#### 營養學家最推崇的地中海飲食

古希臘女神雅典娜玉足踏地生發一棵橄欖樹的美麗神話至今，全世界的人仍受益橄欖油的健康養分。

#### 美食秘訣在於優質橄欖油

#### 為什麼橄欖油比較好

美國食品藥物管理局 (The U S Food and Drug Administration, FDA) 於 2004



年 11 月 1 日同意給予橄欖油「符合性健康聲明」(qualified health claim)，以促進民衆選擇健康的食物。FDA 准許橄欖油的標籤冠上「非結論性的科學研究顯示，每日食用 2 湯匙 (約 23 克) 的橄欖油可以減少心臟疾病的危險。為了達到這個可能效用，橄欖油會取代幾乎等量的飽和脂肪，而且也不致增加卡洛里總量」。

因為食用像橄欖油富含單元不飽和脂肪酸的油脂 (Monounsaturated fatty acids, MUFAs)，橄欖多酚 (Polyphenols)，抗氧化物 (Antioxidants)，Omega 3，及維他命 E 等，能提高好的膽固醇 (HDL)，降低不好的膽固醇 (LDL)，避免高血壓、心臟病、動脈硬化、糖尿病等疾病的發生。

#### 混亂的標籤

臺灣不生產橄欖油，全靠進口。因此必須先查是否原瓶原裝進口。國家條碼如果是 471 則是台灣分裝。所有的油都標示『初榨橄欖油』Extra Virgin Olive Oil，全球政府皆未理會。消費者自求多福，認知深，受害少。先由何謂初榨、冷壓；何謂『特級冷壓初榨橄欖油』，『純橄欖油』入手。

#### 如何辨識優質橄欖油

1. 選希臘原裝原瓶出口：世界上三大橄欖油出產國為義大利、西班牙及希臘三國，希臘占第三位，但是希臘橄欖油的品質被視為聖品。主要原因為希臘所生產的橄欖油 80% 是「特級冷壓初榨橄欖油」(Extra Virgin Olive Oil)，義大利只有 45%，而西班牙更少，只有 30% 是「特級初榨冷壓橄欖油」。
2. 希臘橄欖油以往都是內銷居多，因為希臘人是全球食用橄欖油最多的民族，平均每人每年食用 26 公升 (liter)，比義大利及西班牙都高。希臘人吃這麼多橄欖油，主要是自古以來就是用橄欖油，而且信仰東正教的希臘人，每年固定的齋戒月，不能吃肉，這時橄欖油就成為很重要的烹調油用品，家家戶戶的用量都非常多。平日也是飯桌上必備調味品，和鹽、胡椒、醋同時



擺放在一起。

| 等級                          | 分類                                 | 製造別  | 游離脂肪酸  |
|-----------------------------|------------------------------------|--|--|
| 初榨等級<br>(Virgin Olive Oil)  | 特級冷壓初榨橄欖油(Extra Virgin Olive Oil)  | 在製程時水溫在低溫的攝氏27度以內，也就是說這是一種冷壓(Cold Pressed)製程             | 油酸(Oleic Acid)，也就是游離脂肪酸(Free Fatty Acid)為0.8%，其定義為每一百克橄欖油的油酸不得超過0.8克 |
|                             | 初榨橄欖油(Virgin Olive Oil)            | 水溫過高所製的橄欖油只是「初榨橄欖油」(Virgin Olive Oil)                    | 游離脂肪酸為2%，也就是每一百克橄欖油，其油酸不得超過2克  |
|                             | 普通初榨橄欖油(Ordinary Virgin Olive Oil) | 水溫過高所製。  | 游離脂肪酸為3.3%，也就是每一百克橄欖油，其油酸不得超過3.3克                                    |
| 精製等級<br>(Refined Olive Oil) | 精製橄欖油(Refined Olive Oil)           | 普通初榨橄欖油經過脫色、脫臭處理   | 游離酸不得高於0.3%  |
|                             | 次級精製橄欖油(Olive Oil)                 | 精製橄欖油(Refined Olive Oil)混合可以食用的初榨橄欖油(Virgin Olive Oil)而成 | 游離酸不得高於1%  |
| 果渣等級<br>(Olive Pomace Oil)  | 果渣原油(Crude Olive-pomace oil)       | 純粹由橄欖油殘渣精製，可供食用或做工業用途                                    | 橄欖油初榨後之果渣經溶劑處理後成為果渣原油  |
|                             | 精緻橄欖果渣油(Refined Olive-pomace Oil)  | 果渣原油再精製，不改變油脂結構  | 精製過後每一百克果渣油其游離酸不得超過0.3克  |
|                             | 橄欖船油(Olive Pomace Oil)             | 由「精緻橄欖果渣油」混了初榨等級之橄欖油如Virgin Olive Oil                    | 游離酸不得超過1克<br>「國際橄欖協會」嚴格規定這種油絕不可稱為橄欖油(Olive Oil)                      |

### 真正好油經的起檢驗

- Laconic 頂級冷壓初榨橄欖油有國內外之驗證：歐盟 PGI 之產地標章認證 (Protected Geographical Indication)
- ISO22000 認證
- 食品工業研究所發煙點檢測 219 度
- 美和科技大學 農水產品檢驗服務中心檢測
  - ✓ 無銅葉綠素
  - ✓ 無重金屬
  - ✓ 無黃麴毒素
  - ✓ 無反式脂肪

### 行家的品嚐

色：好的橄欖油顏色純美，不是琥珀色就是綠金色 Laconic 橄欖油則是綠金色。  
 香：香味撲鼻，有濃郁橄欖果香，絕無臭油味。  
 味：入喉略有橄欖果之輕澀味，此輕澀味正是保證其橄欖多酚之純質，也是橄欖油有益人體營養健康之味覺體驗。

### 今年橄欖油之狀況

- 義大利及西班牙之橄欖油生產因夏天大火、高溫及蟲害已經大幅減產。
- 敘利亞曾是希臘之競爭對手，因戰亂、家園流離失守、及交戰時之炸藥與化學物摧毀橄欖油生產。
- 埃及生產較次級之橄欖油，義大利及西班牙買來混合希臘之高品質油，則有伊波拉病毒肆虐。
- 今年希臘因為天氣正常，致有好品質之橄欖油生產，但義大利人到希臘出高價買油，他們懂行銷又有撇步；市場仍充斥義大利橄欖油。

## 第四次新社友座談會花絮



三峽老街導覽



Tiger 社友、Jimmy 社友心得分享



## 扶輪之宗旨

扶輪之宗旨在於鼓勵並培養以服務之理想為可貴事業之基礎，尤其著重於鼓勵並培養：

- 一、藉增廣相識為擴展服務之機會。
- 二、在各種事業及專門職務中提高道德之標準，認識一切有益社會的業務之價值；及每一扶輪社員應尊重其本身之業務，藉以服務社會。
- 三、每一社員能以服務之理想應用於個人、事業及社會之生活。
- 四、透過結合具有服務之理想之各種事業及專門職務人士，以世界性之聯誼，增進國際間之瞭解，親善與和平。

## 四大考驗

遇事反省然後言或行

- 一、是否一切屬於真實？
- 二、是否各方得到公平？
- 三、能否促進信譽友誼？
- 四、能否兼顧彼此利益？

辦事處：22061板橋區四川路二段16巷8號11樓 電話：02-8966-2246 · 02-8967-2226  
傳真：02-8966-2234 E-mail: pcr@ms53.hinet.net www.pcr.org.tw

## 例會事項報告

第 2509 次例會 4/9

### 一、出席報告

社友人數：90名 補出席人數：24名  
出席人數：42名 免計出席：9名  
缺席人數：15名 出席率：83%

### 二、本次例會我們想念您！

Apple, Boss, Franklin, Golf, Infinity,  
Jacky, Key, Money, Printer, Schooling,  
Silk, Smile, Sofa, Sticker, Steven

### 三、來賓與友社社友

| 姓名      | 所屬社       | 邀請人 |
|---------|-----------|-----|
| 朱玉鳳 董事長 | 思科臘國際有限公司 | 本社  |

### 四、捐款報告

#### 分攤捐款

| 承上期      |     | 1,213,334 |
|----------|-----|-----------|
| Banker   | 第四期 | 6,250     |
| Charles  | 第四期 | 4,250     |
| Care     | 第四期 | 4,250     |
| Jamie    | 第四期 | 4,250     |
| Jimmy    | 第四期 | 4,250     |
| Stock    | 第三期 | 4,250     |
| Stock    | 第四期 | 4,250     |
| Building | 第四期 | 4,250     |
| Gyne     | 第四期 | 4,250     |
| Jyi-Lih  | 第四期 | 4,250     |
| Lion     | 第三期 | 4,250     |
| Ocean    | 第四期 | 4,250     |
| 合計       |     | 53,000    |
| 累計       |     | 1,266,334 |

### 一般捐款

|       |        |       |
|-------|--------|-------|
| Bueno | 結婚週年快樂 | 1,000 |
| 合計    |        | 1,000 |

## 本週節目 第 2510 次例會 104 年 04 月 16 日

- 主講人：國立臺灣藝術大學 謝顯丞 校長
- 講題：藝術品衍生於商業之應用
- 節目介紹人：陳山志 社友

## 節目預告 第 2511 次例會 104 年 04 月 23 日

- 職業參訪 - 大漢酵素生物科技股份有限公司  
中午 12:30 社館用餐  
下午 1:00 扶輪社搭車前往職業參訪  
下午 2:30 到達大漢酵素生物科技股份有限公司 (桃園市新屋區九斗村五鄰九斗 48-1 號)  
下午 4:30 返回社館

## 4 月份高爾夫球賽

時間：104 年 4 月 21 日 (星期二)  
上午 10:30 報到 11:00 開球  
地點：大溪高爾夫球場  
(桃園市大溪區永福里日新路168號)  
※ 會後於球場餐廳用餐

~ 歡迎您來打球 ~

## 第 2509 次例會板橋扶輪社教育獎學金特捐統計表 4 / 9

|          |       |          |       |         |       |        |       |         |       |
|----------|-------|----------|-------|---------|-------|--------|-------|---------|-------|
| A Cheng  | 2,000 | Chemical | 5,000 | Implant | 2,000 | Kai    | 3,000 | Oral    | 3,000 |
| Banker   | 2,000 | Gas      | 3,000 | Jamie   | 2,000 | Lawyer | 5,000 | Ortho   | 3,000 |
| Bueno    | 3,000 | Genial   | 3,000 | Jia-Pin | 5,000 | Lion   | 3,000 | Service | 3,000 |
| Building | 1,000 | Gyne     | 3,000 | Jimmy   | 2,000 | Music  | 2,000 | Stone   | 3,000 |
| Care     | 3,000 | Hitachi  | 2,000 | Johnny  | 2,000 | Ocean  | 3,000 |         |       |

※ 捐款金額為 68,000 元 ※ 敬請核對、如有錯誤，請向幹事小姐訂正，謝謝！

|         |        |       |       |         |        |        |        |        |        |
|---------|--------|-------|-------|---------|--------|--------|--------|--------|--------|
| Alex    | 50,000 | Glue  | 5,000 | Jyi-Lih | 5,000  | Stock  | 3,000  | Truck  | 3,000  |
| Charles | 3,000  | James | 3,000 | Max     | 2,000  | Terry  | 30,000 | Victor | 10,000 |
| E.Fu.Ku | 1,000  | Jet   | 3,000 | Silk    | 30,000 | Torque | 50,000 |        |        |

※ 4/9 特捐應收款 198,000 元，謝謝！