



台商通訊

NEWSLETTER

Taiwanese Chamber of Commerce
of Greater Houston

休士頓台灣商會祕書處
P. O. Box 772881, Houston, TX 77215-2881

E-mail: tchouston@gmail.com
<http://www.tchouston.org>

2018年6月
Vol. 31 No. 13

第三十一屆理事會

會長：

陳志宏 (832) 419-5483

副會長：

周政賢 (832) 368-3610

祕書長：

張園立 (832) 788-1858

財務長：

吳宏傑 (713) 975-8252

理事：

梁慶輝 (281) 855-2218

陳元憲 (832) 643-6140

林靜萱 (832) 366-3066

廖珮君 (832) 818-0840

姚崇義 (832) 866-3377

張碩仁 (713) 368-7200

劉元正 (713) 975-9459

莊雅玲 (713) 596-6904

徐世綱 (281) 313-9888

張世勳 (713) 965-9060

曾昭德 (210) 392-6580

祕書：

呂明雪 (832) 483-5162

歷任會長：

楊朝諄 戴建民

吳重華 張吉正

張仲庸 洪恭儀

吳本立 吳文馨

張世勳 鄭嘉明

王敦正 方台生

林飛虎 張智嘉

李雄 陳志宏

梁慶輝

榮譽副會長：

王敦正 李雄

吳堯明 張智嘉

陳舜哲 方台生

楊崇肯 伯尼麗香

連鍾琦



會長的話 Message From The President

各位會友，理事和朋友們，大家好！

從去年接梁會長的缺至今很快的已經一年了，在這裡要感謝所有的會友和理事們的支持和合作，也謝謝榮譽副會長們經濟上持續的支持。卸任后小弟還是會本著服務的精神繼續和商會合作服務會友們，謝謝大家。

日前去參加一個由印度商會辦的相關於Global Entry的會議。美國移民局為了簡化旅客入境的手續以減少在入境時的等待，所以有Global Entry 的產生。它的基本原則是讓幾個特定的國家的公民，台灣是其中之一，提出申請後經過面試再給予Global Entry 的許可。詳情請和經文處或商會洽詢。

僑務委員會為鼓勵僑胞回國消費及自費健檢，於106年10月首次發行「僑胞卡」，邀請國內商家加入特約商店，目前國內業有逾1,960家特約商店，為擴大僑胞卡功能及全球化使用，除規畫發行虛擬僑胞卡(手機版)外，並洽邀海外優質僑臺商家加入僑胞卡特約商店。有意成為僑胞卡特約商店的會友請和商會聯絡。

為配合政府投資臺灣產業政策，促進與國內產業績優廠商商機交流與技術合作，僑委會訂於本107年7月2日至7月7日辦理「2018年僑務委員會生技醫療產業僑臺商邀訪團」活動。邀請對象為具有投資實力之海外僑臺商企業家，並有意投資國內生物醫療產業、與國內相關事業合作，或能協助臺灣相關產業拓銷至海外市場者。有意者請和商會聯絡。

僑委會為配合政府加速投資臺灣政策，協助綠能相關產業發展，促進與臺灣綠能產業商機交流與技術合作，帶動相關新創投資及市場開拓。於本107年7月23日至7月28日辦理「2018年僑務委員會綠能產業僑臺商邀訪團」活動。邀請對象為具有投資實力之海外僑臺商企業家，並有意與國內綠能產業及相關新創事業相互合作及協助拓銷海外市場者。詳情請和商會聯絡。

今年年會將在6月16日6:00PM在珍寶海鮮城舉行。如同往年，有很多獎品供大家抽獎，希望在年會的時候看到大家。最後在這裡再謝謝會友們給小弟這個服務大家的機會。

祝大家 身體健康，闔家平安，心想事成。

會長 陳志宏 敬上



活動預告 (Up-Coming Event)

▲年會

Time時間：June 16, 2018 Saturday, 6:00PM-10:00PM

Place地點：珍寶海鮮城

費用：每人餐費\$35.00，每桌\$350.00/10人，會費（Annual Fee）\$60元

內容：晚餐，理事選舉，卡拉OK，跳舞，摸彩（獎品豐富）

會友有意報名及欲知詳情者，可用E-mail或洽秘書處呂明雪(832) 483-5162, (713) 721-5501及會長陳志宏(832) 419-5483。



會務報導

休士頓台灣商會第31屆理事會第13次會議

時間：2018年6月5日

地點：八達餐廳

出席：陳志宏、周政賢、張碩仁、張園立、
廖珮君、莊雅玲、劉元正、陳元憲、
徐世鋼、梁慶輝、吳宏傑、張世勳、
曾昭德、姚義

請假：林靜萱

議程：

一、通過上次會議記錄

二、會長報告：

- 1) 僑委會訂於本7/23-7/28辦理「2018年僑務委員會綠能產業僑臺商邀訪團」活動，報名至6/7截止，詳情請洽休士頓文教服務中心。
- 2) 會長參與印度商會活動，活動提倡申請Global Entry，\$100 (Global Entry) 加\$15(Pre-Check)申請費用和通過審議可以申請，美國公民、美國合法永久居民、某些國家公民(台灣也是其一)可以申請，詳情請洽官網www.globalentry.gov。

三、各工作小組工作分配及報告：

財務組：財務長報告烤肉結餘。

會員組：這個月沒有新會員。

活動組：於下面的討論事項報告。

通訊組：沒有特別報告。

公關組：張理事報告台灣傳統周活動6/15 7P.M 在僑教中心，還有7/1 於6:30 P.M. 在珍寶海鮮城歡迎高建智副委員長。

座談組：本月沒有新座談活動。

四、討論事項

4.1: 5/6 烤肉活動檢討：

- 1) 烤肉肉質好、新鮮、肉汁保留。
- 2) 肉價較高。
- 3) 多了很多年輕家庭，人數差不多。
- 4) 活動圓滿結束，理事們辛苦了。

4.2: 6/16年會準備進度討論：周副會長和理事們討論年會準備進度、分配工作、贊助商家、獎品準備和節目。

4.3: 選舉小組-候選人名單確認：選舉小組抽號碼給六名候選人1: 梁競輝、2: 廖珮君、3: 姚義、4: 陳第元、5: 張智嘉、6: 楊禮維。

4.4: 年刊發行準備工作進度：張秘書長報告年刊大致完成。

4.5: 6/21-23北美總會支援討論：周副會長報告商會6/21支援接機並參與總會長晚宴；另將支援6/22一日遊的活動；6/23有一桌前會長們代表本會出席。

五、臨時動議：無

六、散會

活動報導

●春季烤肉—本會5月6日在糖城Elridge Park舉行踏青烤肉活動，理事們於 10:30A.M.到達，會長陳志宏、副會長周政賢即為大家準備烤肉材料；副會長及夫人—負責醃肉、生菜沙拉、馬鈴薯沙拉、玉米；張園立—負責冰、水。負責烤肉—會長、副會長、劉元正理事、曾昭德理事和張園立理事。報到—財務長、副會長夫人、莊雅玲理事，公關接待—張世勳、梁慶輝，其他—廖珮君理事、徐世鋼理事、陳元憲理事。

駐休士頓台北經文處處長陳家彥夫婦、副處長林映佐和組長何仁傑及休士頓僑教中心主任莊雅淑、副主任李美姿等都受邀參加，北美洲台灣商會聯合總會會長吳光宜也與會同樂，會友和眷屬逾百人參加。

吳光宜表示，藉此活動宣布，為期四日的北美洲台灣商會聯合總會第30屆年會暨第三次理監事會議，6月21日將在休士頓The Westin Galleria Houston舉行，全美39個分會的代表及家眷將齊聚一堂，選出年度總會長和理監事，共謀工商業發展和開拓國際市場。會長陳志宏表示，很難得年會選定在休士頓舉行，這是台商會的光榮。

台北經文處處長陳家彥表示，他第一次參加台商會的烤肉活動，很難得和大家輕鬆休閒共



聚。周政賢說，特別感謝味全食品公司李樂罡經理大力贊助飲料和冰品。整個現場充滿了愉快的氣氛，大家享用美食交流聯誼，有吃有喝滿載而歸，氣氛融洽，烤肉餐會在依依不捨下結束，度過歡樂一天。



Business Discussion & Announcement

1. Matters and issues discussed during last month's meeting are hereby approved by the board.

2. President Report

- 1) Overseas Community Affairs Council, Republic of China (Taiwan) (OCAC) scheduled to conduct the "2018 OCAC Green Energy Industry Overseas Inviting Delegations" during 7/23-7/28. Registration deadline is 6/7. Please contact the Culture Center of TECO in Houston for details.
- 2) The President of TCC Houston participated in the activities of the Indian Chamber of Commerce. The activity advocates the application for Global Entry. The application fee is \$100 (Global Entry) plus the \$15 (Pre-Check) for qualified applicants. US citizens, legal permanent residents of the United States, and citizens of certain countries (Taiwan is also of the country qualify) can apply. Please visit the official website www.globalentry.gov for details.

3. Committee Report:

- Treasurer: Treasurer reports on net profit of BBQ event.
- Membership Committee: There is no new member this month.
- Activity Committee: Will discuss activity in the next topic.
- Communication Committee: No special report this month.
- Public Relationship Committee: Director Chang report Taiwanese Heritage Week activity at Culture Center of TECO of Houston at 6/15 7P.M. Also, there is a welcome party

for Vice Chairman of OCAC, Mr. Kao, at Ocean Palace.

- Seminar Committee: There is no new upcoming seminar activity this month.

4. Discussion.

4.1: 5/6 BBQ Activity Review-

- 1) Quality of meat is high, fresh, and juicy.
- 2) Meat price is high.
- 3) Count of people is about the same with relatively more young families. The event is successful. Everyone's hardworking is fully appreciated.

4.2: 6/16 Progress of preparation of annual party: Vice President Chou and Directors discuss progress of preparation of annual party, arrangement of tasks, sponsors, prizes preparation, and programs.

4.3: Election Committee – Committee members drew candidates' numbers for potential six candidates for directors.

4.4: Annual publication preparation work – Secretary Chang reported the annual publication preparation work is almost completed.

4.5: TCCNA support discussion – Vice President Chou reported that TCC Houston will support airport pick up and attend the TCCNA President Dinner Party. In addition to that, TCC Houston will support the 6/22 one-day trip. Also, on 6/23, former presidents of TCC Houston will be attending the dinner.

5. Topic: None

6. Meeting Adjourned.

台商園地

動則得救！簡文仁6招走路法，這招最能強心肺練肌力

WHO說走路是最好的運動，代表走路不只很好，而且是認證的，因為走路影響到全身，從筋骨、血液循環到內分泌系統，很多問題都可以透過健走來改善或預防；另一個原因是走路很方便、很自由，依個人健康狀況、體能狀況，依你所要的目的，可以有多種變化。

我們現在鼓勵健走，為健康而走就叫作健走。姿勢正確之外，你的步距大小、步頻快慢都可以自己調整，所以依你的體能、依你的心情、依你的環境，來決定你的步伐，這就是健步走，也就是我們所謂的健走。此外，不同的走路模式，對健康也有不同的效果。

快走、慢走都行！步距步頻影響效果

自然走：一般正常健康人的步距（跨出一步的距離）約為「身高（公分）-100」、步頻約為每分鐘100步，建議自己試試看一分鐘能走幾步，就能以自然走的數據定出基準。如果心肺功能不好、走快就喘，也不用勉強，自然走同樣有健康效果。

大步走：我有個養生口訣是「大步走、多蔬果、少發火」，鼓勵大家大步走；比方說我身高170公分，跨一步是70公分，當步距比70公分大一點，這就是我所謂的大步走。

健步走（健走）：如果原本每分鐘100步，健步走可能達到120步；像我平常在走路、爬山，大概一分鐘120步，這是我的style，如果我還想刻意走快一點，就可以到130幾步。

快步走：真正的快步走可達每分鐘130、140步，大概2、3分鐘就會很喘、腳很痠；國策顧問紀政提倡「快步走」，有心肺功能、有氧運動的效果，也有肌力強化的作用。

散步走：很隨興像欣賞風景，步頻低於每分鐘100步（例如80步）、步距較小，比較沒有達到有氧運動的效果，肌力訓練效果也較少，但享受放空、放鬆、清靜的好處。

慢步走：太空漫步般放慢動作，步頻低於每分鐘100步（例如60步）、步距會刻意再跨稍微大步一點；肌肉要夠強才控制得住，要強化肌力、伸展，走起來更消耗熱量、更費力。

萬步、多動都行！快樂不勉強最重要

每日萬步是鼓勵一般健康人的目標，紀姐（紀政）提倡「每日一萬步、健康有保固；機能要維護、至少五千步」，但如果退化性關節炎、腰椎疼痛，絕對不要勉強走一萬步，甚至不勉強你走路，散步走三千步、五千步，我們都鼓勵，醫師的建議也要自己判斷斟酌。

如果沒有運動習慣，我也鼓勵大家「動」一萬步，有動就好，不一定要走一萬步，我常說「隨時隨地、快快樂樂」做運動，伸懶腰、手舞足蹈都是一種「動」，從這個房間走到那個房間，從這棟大樓走到那棟大樓，培養動的心情、感覺，總比一直坐著不動來的好。

早走、晚走都行！環境安全注意3點

我們要考量外在環境的安全性，不要中午太陽太烈，不要馬路上空汙厲害、擁擠人多，不要天雨路滑，如果能找到安全路徑像公園、山徑、捷運地下街、百貨公司都很好。

服裝、鞋子也是環境的一部分，我個人習慣穿舒適、寬鬆一點，跨步很輕鬆，不會綁手綁腳，有太陽就戴帽子防曬、保護眼睛，帶點水補充水分。

另一個環境是指內在環境，昨天晚上熬夜、拉肚子、感冒，很累很虛，就不要勉強，來日方長。

（文載自聯合報〔元氣網〕）

僑委會資訊

●全球僑商服務網將整併入僑委會官網

為配合全球僑臺商需要，僑務委員會前建置全球僑商服務網(www.ocbn.org.tw)，作為僑臺商互動聯繫、商情交換及線上學習之平臺，並提供財經消息及經貿專欄、產業亮點等服務功能。

鑒於網路日新月異、科技發展迅速，使用者資訊來源管道多元，且考量僑商網與僑務委員會官網功能相符，基於成本效益考量，僑委會全球僑商服務網將於明(107)年1月1日起整併入僑委會官網(www.ocac.gov.tw)繼續提供服務，歡迎大家多加利用！

●僑胞踴躍申請僑胞卡

為鼓勵僑胞來臺觀光，擴大消費，促進國內商機，僑務委員會特發行「僑胞卡」，僑胞卡可在

國內各特約商店消費或醫療機構自費健檢，可享相關優惠或醫療機構之專案價。

僑胞卡係鼓勵在臺觀光消費，故僅在國內核發。歡迎僑胞攜帶僑居國證明文件正本(例如：有效之僑居國護照、居留證、或已加簽僑居身分之我國護照)，於辦公時間(受理時間9:00~12:00、13:30~17:30)至僑務委員會僑商處申請，通過審查當場即發。如有任何問題，歡迎來電洽詢(886-2-23272708張小姐)。更多聯絡資訊請參閱僑胞卡網站「聯絡我們」專區(<http://www.ocacocc.net/cht/index.php?code=list&ids=6>)。

*僑胞卡申辦地址：臺北市徐州路5號15樓 僑務委員會僑商處

*【歡迎僑胞來臺申請僑胞卡，發卡手續簡便迅速，並安排專人親切解說，讓您輕鬆掌握全臺特約商店優惠資訊!!】

台商會優惠商名單 (TCC Preferred Merchant List)

商家 Merchant	地址 Address	電話 Tel	商品/服務 Product / Service	折扣 Discount
美而廉麵包 Merryland Bakery	10804 Bellaire Blvd., #C Houston, TX 77072	281-495-0566 Benjamin Wang	Bakery	10%
珍寶海鮮城 Ocean Palace	11215 Bellaire Blvd. Houston, TX 77036	281-988-8898	Restaurant	10%, 合菜除外 Excluding Combinations
唱將 Karaoke, Audio Experts LLC	6833 W. Sam Houston Pkwy S., Suite 108 Houston, TX 77036	281-313-9888 Spenser Hsu	Sound System	10%
誠信產權公司 Fidelity National Title Insurance Co.	9999 Bellaire Blvd., #988 Houston, TX 77036	713-779-7779 Dawn Lin	Title Co.	10% of Escrow Fee
麗晶公寓 Villa Bella Apartments	6001 Ranchester Dr. Houston, TX 77036	713-772-8899 Frank Lin	Apartments	10% of Listed Rent
中國城聯合公寓 Villa Corporate	6468 Corporate Dr. Houston, TX 77036	713-988-8816 William Ling	Furnished Apts	10%
江桂芝會計師 CMCD LLC	9999 Bellaire Blvd., #900 Houston, TX 77036	713-771-9646 Mary Chiang	Accounting & Tax Plan	10%
賴清陽中美歐聯合 律師事務所 Lapus, Greiner, Lai & Corsini, LLC	5800 Ranchester Dr. Suite #200 Houston, TX 77036	713-988-5666 Andy Lai	Law Office	10% of Legal Service
Southwest Biz Center www.swbizcenter.com	7400 Harwin Dr., #300 Houston, TX 77036	713-783-3122 Frank Lin	Office Building Leasing	10%
iKamelo, Inc.	5757 Ranchester Dr. Houston, TX 77036	713-532-8889 William Tong	Ink & Toner Cartridges	10%
OmniRE	6001 Ranchester Dr. Houston, TX 77036	713-893-0761 Frank Lin	Real Estate Construction & Investments	10% off Regular Price or 10% Referral Fee
GIC	6001 Ranchester Dr. Houston, TX 77036	713-893-0761 Frank Lin	Computer & Net Work System	10% off Regular Price or 10% Referral Fee
21st Century Home Service 世紀房屋新建住家 維修全包	7618 Del Glen Lane Houston, TX 77072	832-434-1831 魏主成 Marshall Wei	Remodeling Service	10% of Labor

以上資料若有任何變動，不另行通知。商品或服務之折扣以商家為準。上開折扣可能不包含特價商品或服務。

購買時一定要示出有效之“台商會會員卡”或商家之“VIP折扣卡”。其它證件之要求以商家為準。本會會員與優惠商之交易若有任何問題或糾紛，如商品、服務、品質、價格、折扣、付款、交貨等，完全與本會無關。