



台商通訊

NEWSLETTER

Taiwanese Chamber of Commerce
of Greater Houston

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

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

2018年8月
Vol. 32 No. 3

第三十二屆理事會

會長：
張智嘉 (281) 772-8810

副會長：
徐世鋼 (281) 313-9888

顧問：
周政賢 (832) 368-3610

秘書長：
楊禮維 (281) 340-0412

財務長：
吳宏傑 (713) 975-8252

理事：
張世勳 (713) 965-9060
陳元憲 (832) 643-6140
張園立 (832) 788-1858
廖珮君 (832) 818-0840
姚義 (832) 866-3377
莊雅玲 (713) 596-6904
張碩仁 (713) 368-7200
劉元正 (713) 975-9459
曾昭德 (210) 392-6580
梁競輝 (281) 265-3797
陳第元 (713) 240-8899

秘書：
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 楊崇肯
陳舜哲 方台生
連鍾琦 陳志宏
梁慶輝 鄭嘉明



會長的話 Message From The President

各位會友，各位朋友，大家好：

本會延續了去年的搭僑計劃，成功地參與接待遠道來的學生，提供了貼心的服務，七月底與學生的座談討論，增進了未來的經驗與心得，謝謝商會服務人員的辛勞。

總統蔡英文，同慶之旅，經洛杉磯轉往巴拉圭，在月中回程中將經過休士頓，將是僑界的大事，招商投資，帶來對商家利多的政策與消息，提供各類商務回台投資的最佳時機。

炎熱的夏天雖然已近尾聲，立秋了，但夏秋之際仍然是熱力十足，在世界各地頻創歷史紀錄的高溫，更是帶來了許多不預期的水災，地震、火山爆發、頻頻耳聞，自然災害近在左右。沒有免疫的靜土，休士頓去年就遭遇百年不見的水災。

防範與避免當然是我們努力的方向，但如果災害發生了如何去應付，也將是我們非常重要的課題。鑑此，本會將於8月25日舉辦水災前後如何應對的講座，希望對大家有所幫助。

祝各位家庭和諧、情人節快樂。

會長 張智嘉 敬上



活動預告 (Up-Coming Event)

▲房屋維修講座「淹水前後屋主注意事項」

Time時間：Aug. 25, 2018 Saturday, 10:00AM - 12:00Noon

Place地點：休士頓僑教中心203室

▲After Hour - Mass Mutual

Time時間：Sep. 13, 2018 Thursday, 6:00PM

Place地點：3700 W. Sam Houston Pkwy South, Suite 400, Houston, TX 77042

Tel: 832-251-5488

▲世界台灣商會聯合總會年會

Time時間：Sep. 24-26, 2018

Place地點：台北圓山飯店

說明：請參閱官網www.wtcc.org.tw

▲秋季烤肉活動

Time時間：Oct. 21, 2018 Sunday 11:30am - 1:30pm

Place地點：Eldridge Park (2511 Eldridge Rd., Sugar Land, TX 77478)

費用：大人\$8元，小孩\$5元（10歲以下）

會友有意報名及欲知詳情者，可用E-mail或洽祕書處呂明雪(832) 483-5162, (713) 721-5501及會長張智嘉(281) 772-8810。



會務報導

休士頓台灣商會第32屆理事會第3次會議

時間：2018年8月7日

地點：八達餐廳

出席：周政賢、張碩仁、莊雅玲、劉元正、
陳元憲、徐世綱、吳宏傑、張世勳、
曾昭德、姚 義、梁競輝、陳第元、
楊禮維

請假：張智嘉、廖珮君

議程：

一、通過上次會議記錄

二、會長報告：

會長回台灣考察這次理事會請假，由張世勳代為主持。

三、各工作小組工作分配及報告：

小組工作分配及報告：

財務組：財務長報告去年度因為年會節省用度有結餘。七月份有收會費和廣告費供今年用度。

會員組：這個月沒有新會員，楊理事和莊理事報告兩位可能的新會員。

活動組：於下面的討論事項報告。

通訊組：張碩仁理事報告已經將和商會相關的世界新聞上傳至商會網站，會研究如何將相關的美南新聞也上傳。

公關組：張世勳理事報告蔡英文總統8月18

日過境休士頓，6:30PM舉辦僑宴歡迎。

座談組：徐理事報告由於蔡英文總統僑宴，房屋維修講座延期至8月25日。

四、討論事項

4.1: 7/28 僑委會 (107年台灣青年海外搭僑計劃) 檢討：今年租車由七位商會人士陪同，當天下午的座談有約四十人參與，姚理事向同學們詳盡的介紹了休士頓文化、經濟和地理，同學們也和台商理事和前輩們交流，此次活動由周政賢顧問、王敦正榮譽副會長、林飛虎前會長、張世勳理事、方台生前會長贊助，活動相當圓滿成功。

4.2: 8/25 房屋維修講座”淹水前後屋主注意事項”工作分配：時間定為10:00A.M.到 12:00 P.M. 周顧問、徐理事、劉理事會和往常一樣準備點心和飲料，張碩仁理事提醒要準備小禮物給講師。

4.3: 9/13 after hour – Mass Mutual：時間是下午六點，地點是3700 W. Sam Houston Pkwy South, Suite 400, Houston, TX 77042, 由會員吳玉敏(Yuming Wu) Tel: 832-251-5488 主辦。

4.4: 9/24-9/26 世界台商會聯合總會在台北圓山飯店開年會暨會議：周顧問報告欲參加的會員需繳交\$200的費用，詳情請洽官網(<http://www.wtcc.org.tw/>)。

五、臨時動議：無

六、散會

Business Discussion & Announcement

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

2. President Report: President is taking a leave of absence by conducting delegation in Taiwan. Meeting has been held by Jackson Chang.

3. Committee Assignment and Report:

- Treasurer: Treasurer reported due to savings on annual party, TCC Houston (TCC) has net profit last year. TCC collected membership and advertisement for this year.
- Membership Committee: No new member this month. Director Yang and Director Chuang reported two potential members.
- Activity Committee: Report in the following section.
- Communication Committee: Director Ivan Chang reported that World Journal News has been posted to TCC Houston website and will research method to post Southern Daily News on TCC website.
- Public Relationship Committee: Director Jack Chang reported President Tsai from Taiwan visit Houston on August 18.
- Seminar Committee: Director Hsu reported the seminar postponed to 8/25 due to President Tsai's visit.

4. Discussion.

- 4.1: 7/28/2018 Bridge Project: Coordinators: Advisor Chou reported TCC have seven senior members and officers to be company

of the students. Also, TCC held a seminar with about forty participants. Director Yao introduced culture, economic, and geography of Houston to students. Students also has a good communication with TCC officers, directors, and senior members. This event is sponsored by Advisor Chou, Honorable Vice President Wang, Prior President Lin, Director Jackson Chang, and Prior President Fong. The event is very successful.

- 4.2: August 25, 2018 10 am-12 p.m. "Home Owner's Precaution Before and After Flooding" by Inspector Charles Pai work arrangement: Advisor Chou, Director Hsu, and Director Liu will arrange desert and drink as usual. Director Ivan Chang remind to bring token gift for speaker.
- 4.3 9/13 6 p.m. after hour – Mass Mutual: Address is 3700 W. Sam Houston Pkwy, South, Suite 400, Houston, TX 77042, host by TCC's new member Mrs. Yuming Wu (Tel: 832-251-5488).
- 4.4 9/24-9/26 World Taiwanese Chamber of Commerce hold annual meeting at Grand Hotel Taipei. Advisor Chou reported if you are not WTCC officer and would like to join the meeting it will cost you \$200. Please check WTCC official website (<http://www.wtcc.org.tw/>) for details.

5. Topic: None.

6. Meeting Adjourned.

台商園地

不只牛奶喝不夠 這7種壞習慣也會讓你「缺鈣」



鈣質是骨骼需要的重要元素，但現代人普遍鈣不足，一般人想到的可能只有多喝牛奶和吃營養食品，其實生活中的特定習慣也會讓你流失鈣或讓身體無法有效利用鈣，陸媒丁香醫生盤點7種讓你缺鈣的壞習慣。

1. 吃太鹹

鹽的鹹味來自鈉，鈉和尿裡排出的鈣有關，每吃下6克鹽，就會排出40~60毫克的鈣。世界衛生組織建議每日鹽分攝取量為5克，每天

應攝取鈣800毫克，若是攝鈣不足又吃太鹹，就會造成鈣流失的問題。

2. 不愛吃菜

蔬菜（尤其是深色蔬菜）富含鈣，還有鉀、鎂、維生素C等營養素，能幫助鈣吸收和利用，建議可多吃菠菜、油菜、芥菜、韭菜、花椰菜等。



3. 吃太多肉

很多人以為大骨湯可補鈣，但若經常大魚大肉，攝取蛋白質過多，鈣的吸收率反而會下降，加上尿排鈣量增加，就會鈣質缺乏。

4. 喝奶不夠

每100毫升的牛奶中有104毫克的鈣，補鈣量相當豐富，如果喝牛奶會乳糖不耐或胃腸不適，可以改喝優酪乳。



5. 缺乏運動

運動可以刺激骨骼，促進骨骼對鈣的利用，建議每天至少運動30分鐘。

6. 減肥節食

節食會對身體攝取鈣質、吸收和儲存造成不良影響，還會影響體內脂肪的燃燒效率，傷害整體營養均衡。所以不要用極端節食方式減肥，若要限制熱量，也要注意補鈣。

7. 不曬太陽

皮膚接收紫外線後會合成維生素D，維生素D可以幫助身體吸收鈣，建議每天曬太陽至少20分鐘，但不需在正中午陽光最烈的時候出去，可選擇沒那麼強的早上或下午。

(文載自聯合報<元氣網>)

延後退休、吃紫色食物…外國研究7個活到百歲的撇步



現在人類平均壽命已達到七八十歲，如何能更長壽？是不是滴酒不沾，或是只吃蔬菜？

或是經常上健身房？外國影片介紹7種方式讓你活到100歲，其中有些方式恐顛覆你的想像。

1. 不必上健身房

但不代表要成為「沙發馬鈴薯」，你仍應該做一些身體鍛煉，研究顯示日本沖繩、義大利薩丁尼亞島等長壽地區，比較不從事一般人日常的運動，而是將運動融入生活，騎自行車去目的地、整理花園等等，這些低度運動有助舒緩壓力、對身體製造較少傷害以及消耗卡路里。

2. 延後退休

早退休聽起來很美好，但這可能是慢性自



殺，美國2017年的研究顯示63歲退休的人早死率比延遲退休高20%，不管什 年齡，參與社會，動手動腦都有助於長壽。

3. 吃紫色食物

像葡萄、李子、甚至紅酒，都含有多酚類保持血管軟化的成分，讓人更不容易失智和心



肌梗塞，世上人瑞最多之一的日本沖繩居民就經常吃紫薯。

4. 恰當飲食

不要吃外食，盡量自己在家做飯，哥倫比亞大學的研究顯示，經常這樣吃的人平均47%多活10年。令人意外的是，擁有多名人瑞的社會經常甚至每天喝酒，但是他們不會讓自己喝醉，少量的飲酒可降低心臟病的風險。

5. 生活在高海拔地區

根據哥倫比亞大學的研究，高海拔地區，例如美國的柯羅拉多州，居民平均壽命比其他地區多2年。高海拔地區因為氧氣較為稀薄，會導致血流加速，減少心肌梗塞的風險。

6. 合理的睡眠時間

據英國研究，睡眠每天少於6小時，65歲以前死亡的比率提高12%，但也不能睡太多，每天睡9小時早逝的機率提高30%。

7. 交一些益友

研究顯示孤獨會殺人，擁有好的社交網絡有益身心，可以減低壓力，讓你不僅生理、心理都健康。但若結交不健康的朋友，你發生同樣疾病的機率增加57%。

(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。