



# 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](mailto:tchouston@gmail.com)

<http://www.tchouston.org>

2021年5月

Vol. 34 No. 11

## 第三十四屆理事會

會長：

張智嘉 (281) 772-8810

副會長：

楊禮維 (281) 340-0412

顧問：

周政賢 (832) 368-3610

秘書長：

張園立 (832) 788-1858

財務長：

吳宏傑 (713) 975-8252

理事：

張世勳 (713) 965-9060

陳元憲 (832) 643-6140

廖珮君 (832) 818-0840

姚義 (832) 866-3377

莊雅玲 (713) 596-6904

張碩仁 (713) 368-7200

古玉枝 (832) 328-1888

陳逸玲 (713) 464-4388

梁競輝 (281) 265-3797

陳第元 (713) 240-8899

秘書：

呂明雪 (832) 483-5162

歷任會長：

楊朝諱 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

榮譽會長：

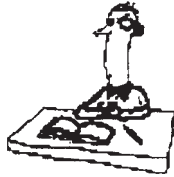
王敦正 李雄

吳堯明 楊崇肯

陳舜哲 方台生

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：

下個月將迎接本會第35年的到來。去年初期疫情肆虐，一切的活動稍有停頓，但很快的理事團隊馬上適應狀況，展開了對商友們與社區的服務與交流，也在線上舉辦了數次台灣尖端科技產品說明會，提供給北美台商充分的資訊，努力拓展台灣經濟對外發展的潛力和無窮商機。理事團隊在全力投入、各盡所才，將合群運作發揮到極致，也將每一件任務辦的風風火火、極度完美、佳評不斷。非常珍惜這段時間與機會和各位理事們一同為本會服務，留下了許多的歡樂與回憶。

廖珮君理事，姚義理事，服務將屆滿，要短暫的離開我們，感謝這些年他們對本會的服務與貢獻，每次理事會他們中肯的提議及解決方案讓我們各項任務的運行極度順利再次感謝他們，一日為本會的理事，終身為本會的義工，希望他們發揮所長，繼續不斷的為本會奉獻他們的力量，延續本會的優良傳統。

創業維艱、守成更難，三十幾年來本會在風雨中度過，但沒有失去方向，穩健前行，台灣的鄉親們多少年來流落在異鄉的每個角落，在沒有任何的幫助與扶持下默默的工作打拼，從零開始，從不服輸及強韌的適應能力，不以勝敗論英雄，只求努力付出站住腳，多少年大家都累積了方方面面的實戰經驗，前輩們聚集了各路英雄的力量，成立的本會為台商及故鄉提供各種服務，發揮更大的力量。雖然有些時候對於本會發展的方向與速度會產生不同的意見，為了要走更長的路，還是需要有原則性的妥協，大局為重，保護好本會的金字招牌。

祝福新會長與理事們事事順利、商友們合家歡樂、萬事如意！

會長 張智嘉 敬上



## 活動預告 (Up-Coming Event)

### ▲2021年會

Time時間：June 12, 2021 Saturday, 8:00PM Webex Online Meeting

<https://www.webex.com/>

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及會長張智嘉(281) 772-8810。



## 會務報導

休士頓台灣商會第34屆理事會第十一次會議

時間：2021年五月四日

地點：遠程 ZOOM 視訊會議

出席：張智嘉、張世勳、張園立、陳元憲、  
張碩仁、徐世鋼、陳第元、莊雅玲、  
廖珮君、吳宏傑、姚 義、陳逸玲、  
楊禮維、梁競輝、周政賢

請假：古玉枝

會議議程：

- 一、通過上次會議紀錄。
- 二、會長報告：很高興聽到大部分的會友，都已經打到了疫苗。希望可以更多的民眾可以施打疫苗，這樣我們才可以更快回到正常的生活。
- 三、各組工作分配及報告：  
財務組：報告今年收支狀況，收支平衡。  
會員組：沒有會員。  
活動組：以下討論年會事宜。

通訊組：上次辦的報稅座談會非常成功，大家反應很好，有機會可以多辦。

公關組：最近有經文組的朋友要輪調回台灣，本會會跟他們聯絡，辦個小聚會。還有台積電亞利桑那州廠招募人才中，目前人才招募的主要專業領域包括電機電子、材料工程、物理化學....等，如有符合資格的台灣同鄉，有興趣加入台積電，請跟我們理事陳逸玲聯絡。

座談組：目前沒有計畫。

#### 四、討論事項：

- 4.1 理事候選人最後確認：最後理事提名同意候選人有陳啟輝，曾昭德。
- 4.2 名冊編排進度：年刊文章還在收集中，今年會員通訊錄不會將Email放在線上年刊。
- 4.3 敲定年會日期：目前暫定在6月12日晚上八點 Webex online meeting。

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:**

We have more and more people having Covid Vaccine already. It is a good sign. Hope we have more people having vaccine and we can go back to normal life.

#### **3. Committee Assignment and report:**

- Treasurer: It is in good shape.
- Membership Committee: no new member.
- Activity Committee: will discuss the annual meeting later.
- Communication Committee: It was a very good online meeting last month at the tip of the 2020 tax return.
- Public Relationship Committee: There are some TECO officer who will go back. TCC will plan a small meeting with them. Thank you for their service.

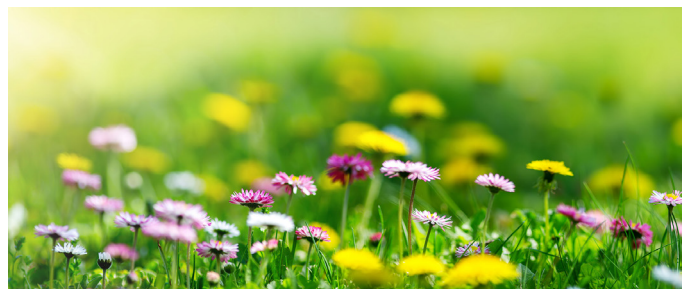
- Seminar Committee: no new plan.

#### **4. Discussion:**

- 4.1. We have two new nominate committee members: Bill Chen and Ringo.
- 4.2. Right now we have six articles for the TCC yearbook. Hope we have more articles. After discussion, we will have an online TCC yearbook. We will discuss more with Mrs. Shim. We will not have members address book on the online yearbook.

#### **5. Special Discussion.**

#### **6. Meeting Adjourned.**



### 多國籍企業指導綱領

一、「永續投資」及「企業社會責任」係近年來國際組織討論之重點議題，聯合國、經濟合作開發組織(OECD)及歐盟均積極推動相關倡議，呼籲企業除追求獲利外，更應兼顧環境及社會責任，包括環保、勞資關係、人權、消費者及社會公益等；而國際間簽署雙邊投資協定或自由貿易協定時將永續發展納入相關條款亦已蔚為趨勢。

二、OECD之會員國已通過「多國籍企業指導綱領」作為OECD對跨國企業營運行為之建議事項，雖然不具強制力，但跨國企業廣為採用做為企業內部之社會責任指導方針，經濟部投資業務處摘要內容供海外台商參考，重點包括：

(1) 一般政策 企業營運時，應將地主國的政策及利害關係人意見納入考量，促進社經及環境進步，達成永續發展目標。

(2) 資訊揭露 企業應及時且正確充分揭露所有重大事項，包括財務及非財務資訊。

(3) 重視人權 企業應依國際人權架構提出保障人權承諾。

(4) 提升就業及勞資關係 企業應尊重勞工之工會權、禁止童工及強迫勞動、消除就業歧視、確保職業安全及健康、雇用並訓練當地勞工等。

(5) 環境保護 企業應兼顧環境友善，建立內部環境管理制度，進行環境影響評估等。

(6) 反貪腐 企業不得向官員行賄，並抵制官員索賄及勒索行為，並應建立內部控管機制、提升透明度等。

(7) 消費者權益 企業與消費者交易時應依據公平商業模式。

(8) 創造科技正向循環 企業應促進當地科技發展，以達成互利循環。

(9) 公平競爭 企業應遵守公平競爭之規範，避免操縱價格、產量或配額、圍標及聯合壟斷市場行為。

(10) 誠實納稅 企業應履行納稅義務，遵守營運所在地的稅務法令。

### 第23屆海外臺商磐石獎 -- 卓越台商選拔表揚辦法 --



#### 一、宗旨：

為表彰海外經營有成，在各方面均表現卓越，且對台灣或僑居地等國際社會有貢獻之台商企業，特辦理本表揚活動，以肯定當選企業之成就，讓全球台商企業相互學習觀摩，以提升經營能力及競爭力。

#### 二、指導單位：僑務委員會

主辦單位：經濟部中小企業處

中華民國全國中小企業總會

世界台灣商會聯合總會

#### 三、參選資格：

(一) 成立滿5年之台商企業(須於2016年6月11日以前成立之企業)。

(二) 最近3年(2018-2020年)連續獲利或營運成長狀況佳。

(三) 對台灣或僑居地等國際社會有顯著貢獻之企業。

註：台商係指非大陸地區的台籍商人及其子女/下一代

#### 四、表揚名額：

以8家企業為原則，惟實際當選家數由評審委員會議決之。

#### 五、參選方式：

需由僑務委員會等國內政府單位，或我政府(外交部、僑委會、經濟部等)駐外單位、辦事處、當地僑團、台商會、參選企業僑居地之政府有關單位及機構，或海內外金融界、工商團體、台灣四大會計師事務所(勤業眾信Deloitte、資誠



PwC、安侯建業KPMG與安永EY)等推薦參選，自行參選者不予以受理。

六、參選應繳資料：(請以中文書寫，相關證明文件、圖片請加註中文說明)

(一) 參選企業送件自我檢核表。

(二) 推薦書。

(三) 企業基本資料表。

(四) 評審項目說明書。

(五) 企業在僑居地之事業登記及營運相關證明文件影本。

(六) 企業之董監事(含股份)名冊。

(七) 最近3年(2018-2020年)之資產負債表及損益表影本，其中最近一年需提供完整之會計師簽證報表，無法提供者，請說明。

(八) 最近一年企業納稅證明文件影本(需經稅捐單位查驗之正式報稅資料)。

(九) 相關事蹟證明文件(如品質驗證證明書、得獎紀錄)或照片。

(十) 企業內部、外觀、產品及工作情況的書面照片各1~3張。(另以電子檔或光碟提供)

以上資料如有影印務請清晰，文字敘述以中文為主，財務報表內容請加註中文，請檢送10份(正本乙份，副本A4紙影印9份裝訂整齊)。

郵寄：社團法人中華民國全國中小企業總會

地址：臺灣台北市106大安區羅斯福路2段95號6樓

電話：886-2-23660812分機117/152 高正穎/  
盧巧玲

傳真：886-2-23675952

E-mail:kathy\_kao@nasme.org.tw

網址：smeaward.moeasmea.gov.tw

www.nasme.org.tw

\* 參選資料由主辦單位於活動結束後燒毀，概不退件。

七、報名時間：

即日起至6月11日截止。(通訊寄件以掛號郵戳為憑)

八、評審：

(一) 評審程序：分為初審、複審、決審3階段進行。

1. 初審：由中華民國全國中小企業總會同仁組成專案工作小組，對參選資料之參選資格予以初步認定，若資料不齊者予以限期補件，資格不符合者發文通知，資料符合者送交複審委員會審

查。

2. 複審：由具專業素養和代表性之學者專家擔任複審委員，就入圍企業整體表現進行複審審查作業。

3. 決審：由我國政府首長、工商企業領袖及跨國企業經營有成之代表擔任決審委員，依據入圍決審企業之書面資料及複審委員會評審報告進行審查。

九、頒獎表揚：

(一) 預計於2021年11月份與第30屆國家磐石獎同時舉行，恭請我國政府高階

首長頒獎，頒發海外台商磐石獎獎座及當選證書。

(二) 拜會我國政府單位首長或僑居國之駐華大使館或駐華辦事處，以肯定當選

企業之經營成就。

(三) 出版當選企業專輯，介紹當選企業卓越事蹟及貢獻。

(四) 由本會透過傳播媒體對國內外宣傳表揚。

十、得獎企業義務：

(一) 得獎企業有配合提供印刷專輯、企業簡介帶所需題材、錄製中小企業通廣播節目及參加各洲際台商總會年會發表企業成功經驗等相關活動之義務。

(二) 得獎企業屆時應派高階主管參加頒獎典禮、記者會、拜會等活動，若無法出席視同放棄當選。

(三) 得獎企業若經查證有違反本辦法或不實陳述者，其獎座及當選證書應繳回主辦單位。



# 11個不痛的身體警訊！ 包括想抖腳、嚼冰塊這些小動作



11個不會痛的身體警訊！  
包括想抖腳、想嚼冰塊這些小動作。

身體每天都在向我們釋放訊息，即便只是微乎其微的小病小痛，也可能是健康警訊，學習識別這11種最容易被忽略的症狀。

## 1. 很想嚼冰塊

喜歡嚼冰塊可能不僅僅是某種怪癖，多項研究指出，缺鐵性貧血的人，通常都會有這種不尋常的「食慾」。

《醫學假說（Medical Hypotheses）》的研究則發現，缺鐵性貧血者的身體無法製造充足的血紅素來攜帶氧氣，因此導致疲倦感，而嚼冰塊能讓患者獲得某種心理慰藉，甚至有提神效果。

如果你最近常常很想嚼冰塊，建議快去驗個血，或是評估一下是否應該要服用一些保健補充品。

## 2. 常常口渴

美國媒體Healthline指出，常常感覺到口渴並非正常現象，尤其是當你已經喝下大量水分，卻依然感到口渴，就需要注意了。

持續性口渴是診斷糖尿病的重大徵兆，因為血糖過高會產生口渴感；另如尿崩症，由於體內水分失調或流失，會導致多尿或低滲尿等，同樣會有煩渴症狀。此外，心、肝、腎臟衰竭，也都曾嚴重口渴；口渴也是女性懷孕的指標之一。

高鹽、辛辣的飲食習慣，都會導致頻繁口渴，建議注意從平常飲食下手改善，並定時追蹤

身體狀況。

## 3. 嗜吃鹹食

很想吃、或只想吃鹹食，不吃到鹹的就感到渾身不適？這可能意味著你有缺鐵性貧血、身體脫水，又或者是經前症候群（PMS）的症狀。

飲食學家澤爾沃妮（Beth Czerwony）指出，當人體感到疲倦、嗜鹽，意志力就會下降，飢餓感也會變得更強烈，也因此讓人體更難抗拒嗜鹽症狀。

## 4. 忍不住想抖腳

如果感覺不自主想要抖腳，或是腿痠疼、搔癢，可能患有不寧腿症候群（restless leg syndrome）。這種病屬於慢性神經性失調，令人感到迫切想移動腿部，且夜間休息時更容易發作，干擾睡眠品質。

## 5. 一直想睡覺

隨時隨地都想睡覺，不僅僅代表慢性疲勞，而可能是自體免疫疾病所誘發的身體反應。嗜睡也可能是猝睡症（narcolepsy）徵兆，這種慢性神經系統疾病好發於未成年的青少年，是一種神經失調的狀況。

## 6. 眼睛變色

隨著年齡增加，有些人的角膜周圍會出現「老年環（corneal arcus）」，呈現一圈灰藍色，是一種基質內的「類脂質沉著」現象。但若是45歲以下的人，虹膜周圍就已經出現灰或藍色外圈，則應當心，因為這可能是高膽固醇的警訊。

《動脈硬化、血栓形成和血管生物學》的研究發現，尚未步入老年，眼睛周圍就出現老年環的人，罹患心血管疾病的風險更高，抑或是有家族性高膽固醇血症。

## 7. 足部發癢

許多身體病變都會導致足部發癢，包括肝或腎臟病變、膽汁鬱積、糖尿病引發的神經病變、甲狀腺機能低下、抑或是「真性紅血球增生症」這種比較少見的血液疾病。此外，如果是婦女懷



孕期間足部發癢，則可能是「妊娠癢癢症」等皮膚問題。

有時，「血清素」這種神經傳導物質分泌過多，會誘發中樞性搔癢，雖無皮膚症狀，卻使人奇癢難耐。這時，醫師會開立「選擇性血清素回收抑制劑（SSRI）」來抑制癢感。

當你發現自己的皮膚變厚、容易發癢，可能暗示你的荷爾蒙失調，或出現濕疹、過敏等問題，是體內濕氣過重的警訊。如果問題持續未改善，甚至惡化，建議早點到醫院驗血，確認自己的身體狀況。

### 9. 手寫字體改變、失去嗅覺

很多人都聽過巴金森氏症，卻未必清楚其徵兆。醫師警告，口語或書寫能力下降、失去嗅

覺，都可能是巴金森氏症警訊。如果出現痙攣、行動緩慢、惡夢頻仍導致的睡眠品質欠佳，也要多多留意。

### 10. 健忘倦怠、性冷感

腦袋健忘、全身疲憊或性冷感，容易被一般人當成憂鬱症的徵兆。但其實，這些症狀也可能是甲狀腺素失調的警訊；此外，體重下降、畏寒等，也可能暗示甲狀腺出現病變。

11. 吃完東西就腹瀉，或常常有噁心感，並伴隨虛弱、體重下降等徵兆，可能暗示你有發炎性腸道疾病（Inflammatory Bowel Disease），腸內恐有潰瘍、處於慢性發炎狀態。應驗血或做完善的身體檢查。

（文載自〔中時電子報〕）

## 堅果最好在白天吃？醫師告訴你堅果吃錯方式下場



堅果是近年來頗受大眾喜愛的健康食材，喀滋的響脆聲及果仁獨特的香氣讓人不自覺吃下一整包。中醫師表示，堅果富含豐富的營養，但要注意食用的量不宜過量多，以免加重上火、痤瘡、失眠等症狀，提醒盡量選購天然原味的堅果，每日建議食用量為一手把為限。

### 堅果營養豐富 富含油脂潤腸功效

堅果是植物類的果實，一般只要有堅硬外殼、富含油性的果仁可通稱為堅果。邱淑娟表示，果實的種子油脂多，營養成分多，不同的果仁各自富含豐富的營養素，適量攝取對身體有補益的作用，尤其是對呼吸道、脾胃、腎功能很有幫助，且因油脂豐富，多有潤腸的作用，像是核桃補腦、杏仁潤肺、白果銀杏促進腦循環、葵花子能潤腸潤肺、花生可以悅和脾胃、潤肺化

痰、滋養調氣等諸多功能。

過量攝取堅果 以免加重體質偏異

但是吃堅果也要考量體質，不是人人都適合吃，邱淑娟提到，堅果原本屬性溫和，只是很多經過加工烘培後，後天的加工烘烤會強化堅果熱性，且烘烤後的堅果屬性偏燥，加上油脂含量高，如過量攝取，不僅熱量飆高導致體重增加，還容易出現上火症狀，例如本身冒痘痘的人，吃太多過量攝取反而會出現狂冒痘痘、痤瘡發炎、睡不好等問題。

### 選用低溫烘培 水煮堅果更健康

雖然堅果具有豐富的營養，適量攝取可從食物中獲得很多營養素，但是醫師強調，任何食物都應適量攝取，過猶不及都不好。每日攝取量應以一把堅果為限。特別注意的是，吃堅果要考量體質狀態，有些堅果含鉀量高，如腎功能不好的患者應避免過量食用；堅果容易誘發過敏，過敏體質需注意以免誘發嚴重的過敏反應。此外，堅果富含油脂難消化，建議在白天食用完畢。

中醫師提醒，優先選擇天然且無添加調味料的堅果、水煮堅果的方式，或是選用低溫烘培的堅果較佳，盡量避免高溫烘培、常佐調味料的加工堅果，兼顧營養與健康。

（文載自〔聯合元氣網〕）