



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: tcchouston@gmail.com
<http://www.tcchouston.org>

2024年8月
Vol. 38 No. 2

第三十八屆理事會

會長：
徐世鋼 (281) 313-9888

副會長：
張碩仁 (281) 368-7200

顧問：
周政賢 (832) 368-3610

祕書長：
林書賢 (832) 202-5300

財務長：
吳玉敏 (832) 251-5488

理事：
莊幃婷 (713) 272-5045
張世勳 (713) 965-9060
陳偉峰 (832) 582-8095
梁競輝 (281) 265-3797
林翠梅 (713) 827-1168
曾昭德 (210) 237-3869

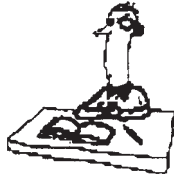
祕書：
呂明雪 (832) 483-5162

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	張園立

榮譽會長：

王敦正	李雄
吳堯明	張智嘉
陳舜哲	梁慶輝



會長的話 Message From The President

親愛的各位會友們大家好！

首先，高溫天氣可能對我們的健康和生意運作帶來影響。請確保您和您的員工保持適當的水分攝入，避免在正午高溫時段進行戶外活動。此外，定期檢查冷卻系統，確保它們在高溫天氣下正常運行，以保障工作環境的舒適與安全。

其次，颶風季節已經開始，這意味著我們必須做好準備，以應對可能的極端天氣。請檢查您的應急計劃，確保所有員工知道在颶風來臨時應該如何行動。儲備充足的應急物資，如食物、水和急救用品，並檢查您的保險覆蓋是否充足。

最後，夏季也是停電的高發期，這可能會影響到我們的日常運營。建議大家檢查備用發電設備是否運作正常，並考慮制定應急預案，以在停電期間維持基本的業務運作。

讓我們共同努力，在這個夏季保持警覺，做好準備，確保我們的健康、安全以及生意的穩定運作。感謝各位會員一直以來對商會的支持，祝大家度過一個安全愉快的夏天！

【展業機會】

台商會員經營的知名家樂超市內設膾炙人口的美食廚房「家樂小廚」正在重新招攬合作商家，餐廳設於家樂超市內，寬敞而完善的專業廚房設備，地點極佳、客流量大、停車方便、不需租金、含水電空調、無裝潢費、賺錢抽成。招商調件：具大廚經驗能力、信用良好、衛生習慣、重視服務，僅有一個機會，請快把握參加徵選。

會長 徐世鋼 敬上





活動預告 (Up-Coming Event)

▲「台灣氣候變遷及資源循環政策」座談會

Time時間：September 8, 2024 星期日 2:00pm - 5:00pm

Place地點：休士頓僑教中心106台灣導覽室

講座題目：「台灣氣候變遷及資源循環政策」，主講人：環境部薛部長

會友有意報名及欲知詳情者，可用E-mail:TccHouston@gmail.com或洽祕書處呂明雪(832) 483-5162及會長徐世鋼 (281) 313-9888。



會務報導

休士頓台灣商會第三十八屆理事會第二次會議

受文者：全體理事

發文者：祕書處

時間：2024年8月6日下午6時30分

地點：Zoom視訊會議

出席：徐世鋼、張碩仁、周政賢、林翠梅、
林書賢、林玉敏、梁競輝

請假：莊幃婷、曾昭德、陳偉峰、張世勳

一、通過上次會議記錄。

二、會長報告：

1. 這個週末8/10(星期六)2:00pm-5:00pm 在僑教中心203室，將辦一場精彩的德州旅遊講座，講座主題：「美國德州，深度旅遊！」，主講人是前理事姚義先生，現擔任休士頓觀光局亞太處長，18年。以說故事的方式敘述德州共和國的歷史，各式美食，精彩可期，請大家不要錯過機會踴躍參加。

同時也邀請長榮航空駐休士頓主管吳硯琛先生來介紹如何買機票，搶機票的方法。現場接受發問，有問必答，機會難得再次呼籲大家把握機會，踴躍參加。

邀請環境部薛部長講座，9月8日，講座題目：「台灣氣候變遷及資源循環政策」。

三、各組工作分配及報告

1. 財務組：前會長張園立為方便會員使用Quick Pay及Zelle Pay，已在Chase Bank開戶，目前已加了現任財務為簽名人。會計年度6月底

結束，報稅日期為11月15日。目前著手準備帳冊資料並和CPA聯絡協同工作。

2. 會員組：本月無會員異動。

3. 活動組：

a. 十月份烤肉日期為10月27日。

b. 請梁競輝理事在11月辦一場有關房地產的講座。

c. 9月8日邀請環境部薛部長「台灣氣候變遷及資源循環政策」講座。

4. 通訊組：

a. 7月19日拜訪新世紀人壽保險公司，詳細內容將刊在本會月刊。

b. 8月10日「美國德州，深度旅遊！」講座的廣告及報名表已在網站貼出。

5. 公關組：本月無報告。

6. 座談組：於討論事項一併討論。

四、討論事項：

(1) 德州旅遊講座準備，8月10日星期六下午2pm在僑教中心203室，由本會舉辦的德州旅遊講座，邀請到休士頓觀光局亞太處長姚義(Leo Yao)擔任主講，同時也邀請長榮航空休士頓總主任吳硯琛主講機票主題。

旅遊講座工作分配請各位理事提早報到，幫忙佈置會場，設定Power Point，錄影，錄音等，前會長張園立負責錄影，副會長張碩仁負責水，周大哥，大嫂幫忙訂餐點。

(2) 世界台商總會，7月29日一徐會長代表參加世界台商總會2025年3月21-23日理監事會籌備會議在金城銀行召開，由世界台商總會會長當選人吳光宜夫婦主持，與會的還有北美台商會休士頓地區理事代表，會中工作分配由陳逸玲，陳第

元，楊崇肯三人負責。

(3) 環境部薛部長講座，9月8日，講座題目：「台灣氣候變遷及資源循環政策」，9月8日2-5pm在僑教中心 #106 台灣導覽室舉辦，特別邀請台灣環境部(環保署)前部長薛富盛主講有關台灣環境保護綠色產業以及產學合作，內容豐富必定精彩，我從台灣來當知台灣事，關心台灣大家一起來。

(4) 7月19日--參訪新世紀人壽保險公司報告：

7月19日星期五上午11時，在新世紀人壽保險公司 (New Era Insurance Group) 休斯頓總部會議廳，經文處蕭伊芳處長偕同張家華組長、科技組陳品銓組長、僑教中心主任王盈蓉等一行參加新世紀人壽保險公司「榮獲AM Best A優秀評級慶祝會」，本會會長徐世鋼、周政賢夫婦、E&M基金會董事長王敦正夫婦等出席。

臺灣商會榮譽會長陳舜哲博士於1989年創立新世紀人壽保險公司，畢業於臺大數學系，普渡大學取得統計學博士，是精算師協會 (FSA) 資深會員，擁有超過45年醫療保健產業高階管理經驗；他指出美國醫療保險管理弊端和改革的困難，並提到保險公司如何在美國所有大型企業中脫穎而出，殺出一條屬於自己的生存之路，必須從政府政策和市場需求中找到新理念。



陳舜哲博士帶領著新世紀人壽保險公司，以最優惠價格、最好的產品，並提供無與倫比的個人化客戶服務體驗為使命。建立一個集代理商、客戶和員工組成的強大家庭，致力於改變美國的醫療保健為目標。30多年一路走來，如今有350個員工，50%白人，亞裔和拉丁美裔各20%，非裔10%是多元族裔融合的大家庭。

董事長王敦正表示在陳舜哲博士帶領之下，公司以客戶服務至上的經營理念，得到主流肯定；做為資深銀行家的王敦正，是新世紀董事長，但是他保持站在後面全力支持，讓精算師且熟悉保險業的陳舜哲博士主導經營，這種同樣來自臺灣背景文化的合作打拚精神，讓公司持續成長茁壯。

五、臨時動議：無

六、散會。

(下次理事會九月三日下午6點30分)

Business Discussion & Announcement

1. Approval of the Previous Meeting Minutes.

2. President's Report

1) This weekend, on 8/10 (Saturday) from 2:00 PM to 5:00 PM, there will be an exciting Texas travel seminar held in Room 203 at the OCAC. The theme of the seminar is "Deep Travel in Texas, USA!" The keynote speaker is Mr. Leo Yao, a former board member who has served as the Director of the Asia-Pacific Division at the Houston Tourism Bureau for 18 years. He will narrate the history of the Republic of Texas through storytelling, covering various cuisines and exciting topics. Please don't miss this opportunity and actively participate.

Additionally, Mr. Myles Wu, the Houston manager of EVA Air, is invited to introduce how to purchase tickets and tips for securing tickets. There will be a Q&A session where all questions will be answered. This is a rare opportunity, so once again, we urge everyone to seize it and actively participate.

2) We have also invited formal Minister Shieu from the Environmental Protection Administration to give a lecture on September 8th. The lecture topic will be "Taiwan's Climate Change and Resource Recycling Policy."

3. Task Assignments and Reports from Various Groups

1) Finance Group: Jennifer reported: Former

board member Sam Chang had opened an account at Sugar Land Chase Bank to facilitate the use of Quick Pay and Zelle Pay for members. The current treasurer Jennifer has been added as a signatory. The fiscal year ends at the end of June, and the tax filing deadline is November 15th. Preparations are underway for bookkeeping and coordinating with the CPA.

2) Membership Group: There were no changes in membership this month.

3) Activities Group: a. The barbecue event in October is scheduled for October 27th. b. Board member Jeng Liang is requested to organize a seminar on real estate in November. c. Formal Minister Shieu from the Environmental Protection Administration is invited for a lecture on "Taiwan's Climate Change and Resource Recycling Policy" on September 8th.

4) Communications Group: a. On July 19, we visited New ERA Life Insurance Company. Detailed content will be published in the Chamber of Commerce monthly newsletter. b. The advertisement and registration form for the "Deep Travel in Texas, USA!" seminar on August 10 has been posted on the website.

5) Public Relations Group: No report this month.

6) Discussion Group: To be discussed together with the discussion items.

4. Discussion Items:

(1) Preparations for the Texas Travel Seminar: The seminar will be held on Saturday, August 10, at 2:00 PM in Room 203 of the OCAC, organized by the Houston TCC. We have invited Leo Yao, Director of the Asia-Pacific Division at the Houston Tourism Bureau, as the keynote speaker. Additionally, we have invited Myles Wu, the Houston General Director of EVA Air, to speak on the topic of airline tickets. Travel Seminar Task Assignments: All board members are requested to arrive early to help set up the site, arrange PowerPoint, handle video recording, audio recording, etc. Sam is responsible for video recording, Ivan is in charge of water, and Marshall and Ming will assist with ordering snacks.

(2) World Taiwanese Chambers of Commerce Meeting: On July 29, President Hsu represented

our group at the preparatory meeting for the World Taiwanese Chambers of Commerce Board of Directors meeting, which will take place from March 21-23, 2025. The meeting was held at Golden City Bank and was hosted by the incoming President of the World Taiwanese Chambers of Commerce, Mr. Kenneth Wu, and his wife. Representatives from the Houston region of the North American Taiwanese Chambers of Commerce also attended. Elaine Chen, David Chen, Kenneth Yang were responsible for the work distribution during the meeting.

(3) Formal Minister Shieu's Lecture from the Environmental Protection Administration: On September 8, a lecture titled "Taiwan's Climate Change and Resource Recycling Policy" will be held from 2-5 PM in Room #106, Taiwan Exhibition Room, at the Overseas Community Affairs Council. The keynote speaker is former Minister Shieu of Taiwan's Environmental Protection Administration. The lecture will cover Taiwan's environmental protection, green industry, and industry-academia collaboration. The content will be rich and exciting. Let's all show our care for Taiwan by attending this insightful event.

(4) July 19th Visit to New ERA Life Insurance Company:

On Friday, July 19, at 11 AM, a celebration event was held at the Houston headquarters of New Era Insurance Group to honor the company's achievement of receiving an "A" excellent rating from AM Best. The event was attended by the Director of the Taipei Economic and Cultural Office, Section Chiefs and Director of the OCAC, and others. Among the attendees were Taiwan Chamber of Commerce President, Honorary Advisor, and E&M Foundation Chairman.

Dr. Chen, Honorary President of the Taiwan Chamber of Commerce, founded New ERA Life Insurance Company in 1989. He graduated from the Department of Mathematics at National Taiwan University and earned a PhD in Statistics from Purdue University. He is a senior member of the Society of Actuaries (FSA) with over 45 years of high-level management experience in the healthcare industry. Dr. Chen pointed out the flaws in the U.S. healthcare insurance system and the challenges of reform, emphasizing how the insurance company

has stood out among large U.S. corporations by finding new ideas in government policies and market demands.

Under Dr. Chen's leadership, New ERA Life Insurance Company has made it its mission to offer the best products at the most favorable prices while providing an unparalleled personalized customer service experience. The company has grown into a large family with 350 employees, 50% of whom are white, 20% Asian, 20% Latino, and 10% African American, reflecting its commitment to diversity.

Chairman Mr. Wang expressed that under Dr. Chen's leadership, the company's customer

service-focused philosophy has gained mainstream recognition. As an experienced banker, Chairman Wang, while fully supporting the company from behind the scenes, allows Dr. Chen, who is well-versed in actuarial science and the insurance industry, to lead the company's operations. This spirit of collaboration and hard work, rooted in their shared Taiwanese cultural background, has enabled the company to continue growing and thriving.

5. Special Discussion: None.

6. Adjournment.

The next Board meeting will be on September 3 at 6:30 PM.

台商園地

不是吃愈多愈好！ 每天吃腰果的7好處與3壞處



腰果的美味讓許多人無法抗拒，它除了是好吃的零食外，還富含鉀、鎂、磷、錳、硒和維生素K等營養素；但就像多數食物一樣，好東西吃多了也可能有不良影響（建議量為1盎司、約18顆）。以下是英國每日郵報（Daily Mail）報導，每天吃腰果的利與弊：

每天吃腰果的7好處

可降低膽固醇：根據「美國臨床營養學期刊」發表的一項研究發現，以腰果取代洋芋片當零食，可以降低5%的總膽固醇，特別是壞膽固醇LDL。

降低心臟病發作或中風的機率：腰果含有大

量的鎂，可降低罹患缺血性心臟病的風險。多項研究顯示，經常食用腰果等堅果，心臟病發作、心血管疾病與猝死的風險可降低30-50%。

獲得豐富蛋白質：一份腰果含5.16克蛋白質，這對素食者是好消息，因為許多富含蛋白質的食物，如牛肉、豬肉、家禽、蛋或牛奶被視為禁忌。

有助控制食慾：腰果不會直接讓人減輕體重，但它會產生飽足感，香脆的口感還能滿足味蕾，是節食者的理想零食。

感覺更有活力：腰果的蛋白質與健康脂肪，能為身體提供能量。在運動前吃腰果有助在運動過程中保持體力，運動後吃亦能幫助恢復體力。

代替乳製品：腰果奶是植物性乳品，深受素食者與乳糖不耐症患者的歡迎；此外，也可選擇腰果乳酪、腰果奶油等來取代乳製品。

改善腸道健康：腰果含有豐富纖維，可預防便秘，保持消化道正常蠕動。要注意的是，腰果所含的糖無法在腸道中被完全消化或吸收，腸躁症者吃太多可能導致胃痙攣、脹氣、腹瀉或便秘。

讓大腦更健康：腰果含有大量的多酚和類胡蘿蔔素，是強力的抗氧化劑。這兩種複合物都能減少發炎，降低罹患失智症的風險、改善認知能力。

每天吃腰果的3壞處

會花不少錢：腰果屬於昂貴零食的原因之一是，製作過程費時，這些自然會反映在價格上。

增加飽和脂肪攝取量：腰果雖對心臟健康有益，但含有20%飽和脂肪，不符合FDA的健康標準；不過有研究顯示，腰果中三分之一的飽和脂肪是硬脂酸，對膽固醇沒有太大影響。

會攝入過多熱量：18顆腰果有157卡路里，把它當做零食，會更難控制每天的熱量攝取。

增加鈉攝取量：每100克加鹽腰果含有約300毫克鈉，相當於每日建議值的15%。如果想將腰果納入健康飲食計畫，應選擇無鹽或低鈉的腰果。

(文載自聯合報〔元氣網〕)

天然降血糖劑！苦瓜降血糖、血脂 醫：2類人吃要小心



全台有200多萬名糖尿病友。家醫科醫師李思賢表示，研究發現，苦瓜中的葫蘆素、植物胰島素與苦瓜生肽，有助於降低血糖、減少膽固醇、抗發炎、增免疫力與抗癌潛力，苦瓜可當成健康飲食一部分，但提醒正在服用降血糖或肝臟代謝藥物的患者，需留意吃苦瓜可能干擾藥物作用，甚至有低血糖副作用。

李思賢在臉書「思思醫師，陪你健康的好朋友」PO文指出，食用苦瓜能帶來多種健康益處，包括改善血糖控制、促進消化健康、降低膽固醇、抗發炎、抗氧化增強免疫力和可能的抗癌作用。苦瓜富含維生素A、維生素C、鐵和纖維，有助於維持身體健康。

李思賢表示，苦瓜中的葫蘆素是一種能降血糖的植物化合物，能通過模擬胰島素的功能，促進葡萄糖攝取，並提高細胞對葡萄糖的利用率。在動物模型和有限的人體試驗中，均展示出降血糖效果。研究顯示，葫蘆素的效果可達標準降血糖藥物的50%至60%，傳統建議每天攝取10-100

毫升的苦瓜汁，其中含有的葫蘆素，可能有助於血糖管理。

李思賢表示，苦瓜中還含有植物胰島素，這是一種類胰島素的化合物，能夠幫助調節血糖水平，據刊登在《Diabetes Care》期刊的一項研究，植物胰島素Polypeptide-p的降血糖效果，約為降血糖藥物效果的50%-70%。

此外，李思賢表示，苦瓜胜肽是另一種從苦瓜中提取的生物活性肽。這些肽能夠協助調節血糖，通過與細胞表面的受體結合，促進胰島素分泌和提高細胞對葡萄糖的敏感性，吃苦瓜可作為天然補充選擇，來協助控制血糖。

李思賢指出，對於希望自然增強免疫力，和促進消化健康的人群來說，苦瓜是一種營養豐富的食材，但過量食用可能導致一些副作用，如消化不良、腹瀉和低血糖。

李思賢指出，苦瓜能降血糖，因此也可能與降血糖藥物產生交互作用，可能會加劇降血糖的效果，導致低血糖情況，此外，苦瓜也可能影響肝臟酶的活性，與肝臟代謝藥物同時使用時需謹慎。(文載自〔中時電子報〕)

