



# 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: [tcchouston@gmail.com](mailto:tcchouston@gmail.com)

<http://www.tcchouston.org>

2025年1月

Vol. 38 No. 7

## 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

秘書長：

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

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

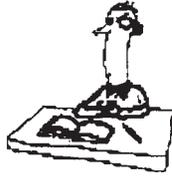
梁慶輝 張園立

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！

新春伊始，萬象更新。值此新春佳節之際，我謹代表本會向大家拜個早年，祝大家在新的年份裡，身體健康，事業順利，闔家安康！

近日北美發生了不少因氣候變化引起的天然災害，加州乾旱天氣導致的山火，加上強勁的風勢導致火勢全面失控，持續延燒並毀了許多住宅區，希望火勢盡快熄滅能早日重建家園。東北方不斷有強勁的冷氣團南下，使得德州居民也要承受持續的冷天氣，大家要多注意心血管維護與身體保暖，也不要忘了參加本會的中醫養生健康講座。2月23日（星期日）下午2時，僑教中心見。

會長 徐世鋼 敬上



## 活動預告 (Up-Coming Event)

### ▲新年聚餐

Time時間：January 23, 2025 Thursday 6:00pm - 9:00pm

Place地點：Friendship BBQ 友情客串 敦煌店

9889 Bellaire Blvd Suite D-238, Houston, TX 77036

用餐方式：套餐（燒烤串BBQ+自選主餐+

自助小點無限供應+飲料）

費用：\$30（小費在內），12歲以下半價。

座位最多70人，額滿為止，限會員及親友。

### ▲中醫養生座談會—健康保健，歡迎發問

Time時間：February 23, 2025 Sunday 2:00pm – 5:00pm

Place地點：休士頓僑教中心203室

主講人：徐松玉中醫博士，中醫師

費用：不收費用，額滿為止，限會員及親友。

說明：幫您了解自己的體質，維護健康快樂人生。

春養肝，夏養心，秋養肺，冬養腎，四季養脾胃。

會友有意報名及欲知詳情者，可用E-mail: [TccHouston@gmail.com](mailto:TccHouston@gmail.com)或洽秘書處呂明雪(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七次會議

受文者：全體理事

發文者：秘書處

時間：2025年1月7日下午6:30

地點：Zoom視訊會議

出席：徐世鋼、周政賢、張世勳、莊幃婷、  
林翠梅、張碩仁、吳玉敏、梁競輝、  
林書賢

缺席：曾昭德、陳偉峰

議程：

一、通過上次會議記錄。

二、會長報告：

1) 今天是2025年本會第一次理事會，在此祝大家新的一年萬事如意，平安健康。

2) 本次會議預定安排本會一至六月活動工作計劃，1月23日農曆新年前的新年聚餐，已決定位於敦煌商場 - 友情客串Friendship BBQ店，請大家相招親友大家一起來共享歡樂年夜飯。

3) 2025年新年伊始，冬季天寒要照顧大家健康，2月23日預定舉辦中醫養生健康講座，特別邀請中醫博士 - 徐松玉中醫師主講，將以座談會型態進行，以便所有參與來賓都有機會充分發問，盡情討論。

三、各組工作分配及報告

財務組：目前帳面上的財務收支正常，沒有特別報告。

會員組：歡迎新會員林德全(Techuan Lin)，從事POS銷售系統專業，適用於餐飲、診所、超市等服務業。

活動組：

(1) 一月份及二月份的活動已確定，即將進行工作分配。

(2) 三月份擬請梁競輝理事擇一星期六下午談有關地產方面的資訊，梁競輝理事專精於房地產仲介，也是商業地產估價師。

(3) 原訂於去年舉辦的槍枝和人身安全講座，因活動排期順延，將再麻煩李雄前會長再次安排，邀請警官於四月份辦此

講座。

(4) 五月份將舉辦春季烤肉。

(5) 六月份將舉辦年會。

以上是本屆會計年度下半年的活動計劃。

通訊組：姚義前理事於去年八月十日主講的美國德州深度旅遊，張園立前會長整理做了一休士頓旅遊全攻略的影片，內容精彩豐富，畫質效果極佳，歡迎大家觀看，按讚，分享，影片目前收集在“休士頓山姆的日常”。

座談組：本月與下月兩場活動於討論事項一併討論。

四、討論事項

1) 2025新年餐會

今年新年聚餐餐廳選址，非常謹慎，歷經徐會長、周大哥、周大嫂及莊幃婷理事勘察地後非常滿意，老闆也答應全力配合我們的需求，供應料理非常豐富，歡迎會員及親友踴躍參加。餐會時間在 1月23日 6:00pm，餐廳名稱是 Friendship BBQ 友情客串 敦煌店，9889 Bellaire Blvd. Suite D-238, Houston, TX 77036，費用: \$30/人 (小費在內)，12歲以下半價。

2) 徐松玉中醫博士主講，中醫養生座談會很榮幸遊請到華美中醫學院徐松玉中醫博士主講“如何保養身體”因平常的時間徐博士都在看診及兼課，所以時間訂在2/23星期日下午 2:00pm - 5:00pm。地點：僑教中心203室，不收費，有點心招待。

3) 有關亞洲協會德州中心 Asian Society Texas Center 募款計劃，1/17日徐會長將和理事代表在 Asian Society Texas Center 開會聽取計劃。

五、臨時動議：無。

六、散會。

下次理事會2月4日下午6時30分。



## 會員動態

◎歡迎新會員：

1. 林德全(Techuan Lin): Sunwave Tech LLC.,

Tel: (713) 969-7898, www.sunwavetech.tx.com



休士頓台灣商會

# NEW YEAR PARTY

6:00PM 23TH JANUARY, 2025

Friendship BBQ 友情客串

9889 Bellaire Blvd Suite D-238

Houston, TX 77036

報名請洽 呂明雪 832-483-5162

徐世鋼 281-313-9888

會員及親友限定 每人自費\$30 座位有限 額滿為止



# 中醫養生座談會

## 休士頓台商會

幫您了解自己的體質，  
維護健康快樂人生

春養肝，夏養心，  
秋養肺，冬養腎，  
四季養脾胃

**02/23/2025**  
**2 - 5 PM**

地點: 休士頓僑教中心

10303 Westoffice Dr  
203室  
Houston, TX 77042

- 報名請洽
- 呂明雪 832-483-5162
- 徐世鋼 281-313-9888



主講

徐松玉中醫博士



本講座免費入場  
額滿為止，限會員及親友

# *Business Discussion & Announcement*

## **1. Approval of Minutes from the Previous Meeting**

## **2. President's Report**

- 1) Today marks the first board meeting of the Taiwanese Chamber of Commerce for 2025. I wish everyone a prosperous and healthy new year.
- 2) This meeting is scheduled to outline the Chamber's activity plans for January through June, including the New Year's gathering before Lunar New Year on January 23rd. The event will take place at Friendship BBQ, located in Dunhuang Plaza. Members are encouraged to invite friends and family to join in celebrating a joyful New Year's dinner together.
- 3) As the new year begins in 2025, the cold winter reminds us to take care of our health. On February 23rd, a Chinese Medicine Health and Wellness Seminar is scheduled. Dr. Hsu a Traditional Chinese Medicine doctor, will host the seminar in a discussion format, allowing all attendees ample opportunity to ask questions and engage in meaningful conversations.

## **3. Work Allocation and Reports from Various Committees**

- Finance Committee: Current financial records show normal income and expenditures, with no special reports.
- Membership Committee: Welcoming new member Techuan Lin, who specializes in POS sales systems suitable for industries such as restaurants, clinics, and supermarkets.
- Activities Committee:
  - 1) January and February activities have been confirmed, and work assignments will commence shortly.
  - 2) March: Director Jean Liang is proposed to host a Saturday afternoon session on real estate topics. He specializes in real estate brokerage and is a commercial real estate appraiser.
  - 3) April: The postponed seminar on firearm and personal safety from last year will be rescheduled. Former president Kenneth Li will invite an officer to host the seminar in April.

4) May: A spring barbecue is planned.

5) June: The annual general meeting will take place.

These are the activity plans for the first half of the year.

- Communications Committee: Former director Leo Yao delivered a talk on in-depth Texas travel on August 10th last year. Former president Sam Chang compiled the information into a video titled "Exploring Houston with Sam", which is rich in content and features excellent video quality. Everyone is encouraged to watch, like, and share the video.

## **4. Discussion Items**

### **1) 2025 New Year's Dinner**

This year's New Year's gathering location was carefully selected. After site inspections by President Hsu, Mr. Chou, Mrs. Chou, and Director Ling Chuang, the venue was deemed very satisfactory. The restaurant owner has agreed to fully accommodate our needs with a rich menu. Members and their friends and family are warmly invited to participate.

- Time: January 23rd, 6:00 PM
- Venue: Friendship BBQ, Dunhuang Plaza  
9889 Bellaire Blvd., Suite D-238, Houston,  
TX 77036
- Cost: \$30/person (including tips); half-price for children under 12.

### **2) Chinese Medicine Health and Wellness Seminar**

We are honored to have Dr. Hsu, a TCM doctor from the American College of Acupuncture & Oriental Medicine, deliver a talk on "How to Maintain Health." Due to Dr. Hsu's busy schedule with consultations and teaching, the seminar is set for:

- Date: February 23rd (Sunday), 2:00pm–5:00 pm
- Venue: Room 203, Overseas Community Affairs Center
- Cost: Free, with light refreshments provided.

### **3) Asian Society Texas Center Fundraising Plan**

President Hsu and board representatives will

attend a meeting on January 17th at the Asian Society Texas Center to discuss the fundraising plan.

## 5. Temporary Motions: None

### 台商園地

## 喝咖啡助降死亡風險 研究揭最佳飲用時間



想從喝咖啡獲得最大健康益處，選對時間很重要。對此，腎臟科醫師王介立引述研究指出，把咖啡集中於早晨（上午4時～11時59分）時段飲用，可能比全天分散喝，更能有效降低心血管與全因死亡風險。



血管與全因死亡風險。

醫師王介立在個人粉專發文表示，過去許多研究都集中在咖啡攝取量與心血管疾病、糖尿病或死亡風險的關係。不少結果顯示，中度咖啡飲用（約2～3杯／天）與較低的心血管疾病和全因死亡風險有關。然而，這些研究並沒有進一步分析，一天之中何時喝咖啡對健康的影響。

王介立接著說，根據美國杜蘭大學所做的一項研究，針對咖啡飲用時間對死亡風險的影響，探討飲用時間是否會修飾（modify）咖啡總攝取量與死亡之間的關係。該研究使用NHANES資料（1項美國代表性健康與營養調查），排除懷孕、熱量回報過高或過低、診斷過心血管疾病或癌症者，共納入4萬725名18歲以上成人，分析1999～2018年，追蹤至2019年底，觀察參與者中位數近10年死亡狀況。

此外，王介立說，研究人員為了確認「群集分析（clustering）」出的咖啡飲用時間模式是否具穩定度，也從其它2個子研究收集7天飲食日記資料，進一步外部驗證。依1天24小時，將咖啡攝取分成，早晨（4時～11時59分）、下午（12時～16時59分）、晚上（17時～隔日3時59分）。透過2步驟群集分析，自動辨識出咖啡飲用時間，最明顯且最穩定的分群。其中36%屬於早晨型，只在早晨喝咖啡者；16%為全天型，從早到晚都會喝咖啡；以及48%不喝咖啡。

王介立指出，研究結果發現，比起不喝咖啡者，早晨型的全因死亡、心血管疾病死亡風險大

## 6. Adjournment

The next board meeting will be held on February 4 at 6:30 PM.

幅降低，但癌症死亡在統計上未達顯著降低。而全天型與不喝咖啡者相比，在全因死亡和心血管死亡上皆未出現統計上顯著的降低風險，無法確認存在保護效果，且癌症死亡也沒有顯著關聯。

除了飲用時間外，王介立說，該研究也針對飲用量（0～1杯、1～2杯、2～3杯、3杯以上）和早晨型、全天型進行交互作用分析。結果顯示，早晨型即使喝3杯以上，仍和較低的全因死亡與心血管死亡風險有關；全天型則是各種杯數都沒有顯著的保護效果。推測可能與以下3種機制有關：

1、生理節律與睡眠：咖啡含咖啡因，下午或晚上喝可能會打亂睡眠與內在生理時鐘，進而削弱咖啡本身可能帶來的益處。而早晨喝咖啡則較符合自然睡醒作息，從而比較不會干擾夜間褪黑激素分泌。

2、抗發炎、代謝效應：咖啡富含多種生物活性物質（如多酚），能帶來抗氧化、抗發炎效果。而早晨是一些發炎標記物自然較高的時段，若此時透過咖啡成分的抗發炎作用，可能對心血管代謝更有幫助。

3、生活習慣的標記：不排除早晨型咖啡使用者整體生活型態較健康，例如早起運動、均衡飲食、晚間規律就寢等。雖然研究已試著校正多種混雜因子（年齡、BMI、抽菸、飲食分數、睡眠時數等），但仍可能有殘餘混雜（例如是否輪班、起床時間等）。

最後，王介立強調，該研究為觀察性研究，無法得出「早上喝咖啡導致壽命更長」的直接因果結論，而只能說有關聯性和統計上顯著結果。然而，在已知咖啡具保護作用且對身體安全性良好的前提下，本研究倒是提供了值得思考的生活方式，建議若想追求咖啡的健康效益，應盡量在早晨喝完，下午或晚上少量或不喝。不過，仍要考量個人身體狀況與敏感度，並維持整體健康生活習慣。

（中時新聞網）