

鄉



訊

2019
June
六月份



5-11-2019 2019 台美傳統週開幕式、美食園遊會



橙縣僑界急難救助協會
Overseas Community Care Network
of Orange County (OCCNOC)



橙縣急難救助協會, 聖地牙哥慈濟, 聖地牙哥台灣同鄉會
共同邀請您參加

災難應變及救護之準備



課程包括:

提供正確資訊並教育僑胞對: 1) 天災(地震, 野火, 洪水等) 的災前準備、災難時應變、和災難後復原的基本知識; 2) 人禍(槍擊, 搶劫, 車禍等) 應有的應變; 3) 社區中可參與的各項訓練; 4) 一般急難事件的通報流程

課程將用中文講授 慈濟提供一份災難準備包當獎品 主辦單位會提供點心

日期: 6月22日(週六)

時間: 下午2:00到5:30

地點: 聖地牙哥台灣中心

地址: 7838 Wilkerson Court, San Diego, CA 92111

主辦單位: 橙縣急難救助協會(聖地牙哥分會)

協辦單位: 聖地牙哥慈濟, 聖地牙哥台灣同鄉會

指導單位: 橙縣華僑文教服務中心

贊助單位: 中華民國僑務委員會

報名請用此連結 <https://forms.gle/bbsuQgyQXKhfEVRi6> 或聯絡:

橙縣華僑文教中心: 714-754-9999; 橙縣急難救助協會: 858-243-7519

* 當天並有申請僑胞卡服務, 需準備僑居國護照影印本一份

聖地牙哥台灣同鄉會 2019 年 6 月理事會公告

1. 好消息！吳榮富博士及張翹楚博士將在今年提供六名新種公司獎學金，這已經是第八年了。再加上陳榮昌教授紀念獎學金一名，一共有七個名額，每名 \$2000。詳情請參看本期刊登的中英文申請方法及申請表格，截止日期是八月二十八日。
2. 五月份收到陳美智女士的捐款，謝謝！
3. 傳統週的臺灣美食會如期舉行。兩點鐘正，擂鼓聲響了起來，攤位開始營業，一時人潮洶湧，整個禮堂頓時擠得水洩不通，全部食物幾乎被搶掃一空。一年一度的美食園遊會終於圓滿落幕。我們非常感謝大家能夠來參加此一盛會，台灣同鄉會今特此謝謝下列租設攤位的支持：

TACC/長輩組北美福智基金會

臺灣基督長老教會

NATWA 北美婦女會TAP (臺美社青)

臺灣媽媽

TACC 臺灣中心婦女會

信義教會

Joey Hsiao

Paul Wang

Peggy Chen

劉伯伯臺灣風味傳統餅房

慈濟佛教會

Coordinated Care Initiative

聖地牙哥公共事務會 (FAPA)

購物兼樂捐

幾年來 Amazon 一直用 Amazon Smile 計劃來協助顧客捐款給自己指定的非營利機構，請大家善用這個計劃資助台灣中心。方法很簡單，由 smile.amazon.com (不由 amazon.com) 進去買，第一次先在你的帳戶裡指定捐獻對象是“Taiwanese American Foundation of San Diego”，然後再開始購買，台灣中心就可以得到你購物金額 0.5% 的捐款。請大家踴躍參與，謝謝幫忙，順祝平安愉快！

活動通知

- 06/01/2019 (六) 09:00AM 《健行俱樂部》地點：Miramar Lake，集合：Miramar Lake Parking Lot 聯絡人：李元溢 860-904-3844。
- 06/08/2019 (六) 12:30PM 《電腦俱樂部》主題：General Discussion，講員：石正平。手機電腦問題，大家一起來討論！
- 06/08/2019 (六) 2:00PM 《生活座談會》主題：醫療常識，主持：劉武鴻，講員：王寶田：『醫學檢驗新發展』，Isabel Tsai：『認識聯邦醫療保險』，感謝：徐明介、林和惠夫婦贊助。陳婉純女士準備點心。
- 06/09/2019 (日) 4:00PM 《投資座談會》講題：Our Conservative Investing Strategies in a Volatile Market.，講員：Bill & Chun Deng (鄧東鎗、張琮蟬) 若有什麼建議或問題，請寫 email 給安崧豪 (Song H. An) songan7777@gmail.com。
- 06/15/2019 (六) 09:00AM 《健行俱樂部》地點：Torrey Pine State Reserve，集合：State Park Road Side Parking Lot，聯絡人：李元溢 860-904-3844。
- 07/06/2019 (六) 09:00AM 《健行俱樂部》地點：San Dieguito Lagoon Trail, Del Mar，集合：Lagoon Trail Head at San Andres Dr.，聯絡人：李元溢 860-904-3844。
- 07/06/2019 (六) 1:00PM 《愛心車毯子》為癌症病童縫製溫暖的毯子，歡迎各位鄉親多多參與。*活動日期可能變動，請至 www.taiwancenter.com 查閱
- 07/07/2019 (日) 4:00PM 《投資座談會》講題：Bitcoin Revisit and Roundtable Discussions, 講員：Jeff Gao & Song H. An (高井福、安崧豪) 若有什麼建議或問題，請寫 email 給安崧豪 (Song H. An) songan7777@gmail.com。

編輯室報告

- 下期 (6 月份) 鄉訊將於 6/29/2019 (六) 編排，截稿日期是 6/25/2019 (二)，敬請如期踴躍賜稿，來稿請用 Word 文檔

聖地牙哥台灣同鄉會

「新種公司 (Cenzone Tech Inc.) 獎學金」及 「陳榮昌教授紀念獎學金」申請辦法

聖地牙哥台灣同鄉會自 2012 年起設立吳榮富博士、張翹楚博士捐贈之「新種公司 (Cenzone Tech Inc.) 獎學金」，以表揚並獎勵聖地牙哥台灣同鄉會會員或其直系親屬。

今年將甄選六名，每名獎學金為美金兩仟元。今年亦有一名「陳榮昌教授紀念獎學金」。兩者申請辦法及獎金數目相同。申請截止日期為八月二十八日。聖地牙哥台灣同鄉會將於慶祝中秋節晚會(9/14/2019)時頒發這七名獎學金。

申請資格：

1. 聖地牙哥台灣同鄉會 2018 和 2019 兩整年會員或其直系親屬，目前就讀於世界各地公私立大學之大學部 (Undergraduate)。若您於此兩年中有任何一年屬半年會員，則您尚未具有資格申請。
2. 品學兼優並對社團服務有貢獻的領導人才。
3. GPA 3.2 of 4.0 以上。
4. 每年每家限一人得獎，得獎者以一次得獎為限。

申請文件：

1. 申請信。
2. 影印學業成績單一份。
3. 推薦書二份，其中一份由就讀學校的教授提供，另一份由聖地牙哥台灣同鄉會會員提供。
4. 申請表一份(請向聖地牙哥同鄉會索取)。

請將上述資料郵寄：

聖地牙哥台灣同鄉會獎學金審查委員會

SDTCA Scholarship Committee
c/o Emily Hwang
7838 Wilkerson Court
San Diego, CA 92111

SDTCA contact telephone number is (858) 560-8884.

San Diego Taiwanese Cultural Association

Cenzone Tech Inc. Scholarship/Professor Young Chen Memorial Scholarship

Application Criteria

Since 2012, the SDTCA has awarded the Cenzone Tech Inc. Scholarships to outstanding college students who themselves, or whose parents or grandparents, are current members of SDTCA. This year, year 2019, the awards will be given to six students, \$2000 for each student. This year we also will award a \$2000 Professor Young Chen Memorial Scholarship with the same application criteria as the Cenzone Tech Inc. Scholarship. All seven scholarship winners will be formally awarded at our annual "SDTCA Mid-Autumn Festival Event" to be held on 9/14/2019.

Scholarship Criteria:

1. Applicants themselves, or their parents or grandparents, must be **WHOLE YEAR** members of SDTCA in the current year as well as the preceding year. Applicant is not qualified if the family membership in either year is only half year.
2. Applicant must currently be attending a college or university as an **UNDERGRADUATE FULL TIME** student.
3. Applicant must have a minimum cumulative GPA of 3.2 out of 4.0 on his or her most recent transcript.
4. Applicant must show scholastic achievements, maintain good conduct in the community, demonstrate community leadership, and show other achievements and interests.
5. Applicant can only be awarded this scholarship once. Only one applicant from the same SDTCA membership family will be awarded each year.

To be considered, the applicant must include the following materials in his or her application:

1. Cover letter
2. Applicant must include his or her most recent transcript.
3. Applicant must include two letters of recommendation as described below.
 - A. Applicant must obtain a written recommendation from a member of the SDTCA.
 - B. Applicant must obtain a written recommendation from a member of the faculty at the school in which he or she is enrolled.
4. Applicant must complete the Scholarship Application Form (available at SDTCA office).

Submission of Application:

All of the above materials must be **RECEIVED no later than August 28, 2019.**

Applications should be mailed or delivered to the following address.

SDTCA Scholarship Committee
c/o Emily Hwang
7838 Wilkerson Court
San Diego, CA 92111

SDTCA contact phone number is (858) 560-8884.



聖地牙哥台灣同鄉會

San Diego Taiwanese Cultural Association (SDTCA)

7838 Wilkerson Court, San Diego, CA 92111 Tel: 858-560-8884 Fax: 858-560-9276

Federal Non-profit Organization Tax Identification: 33-0150170

Cenzone Tech Inc. Scholarship/Professor Young Chen Memorial Scholarship Application Form (Scholarships Administered by San Diego Taiwanese Cultural Association)

1. Applicant Information

Last Name: _____ Middle Name: _____ First Name: _____

Date of Birth: _____

Mother's Name: _____ Father's Name: _____

Mailing Address: _____

Telephone Number: _____ e-mail Address: _____

SDTCA Member's Name: _____ 漢名: _____ Relation to Applicant: _____

2. College/University Information

Name of School: _____

Address: _____

Telephone Number: _____

3. Supporting Documents Required:

- 1) Cover Letter
- 2) Academic Transcript
- 3) Two letters of recommendation, one from professor of your school and another one from member of SDTCA

4. Please mail the application form and supporting documents to :

SDTCA Scholarship Committee
c/o Emily Hwang
7838 Wilkerson Court,
San Diego, CA 92111

從日本新年號談起

唐望

日本是現今全球唯一使用年號紀元的國家。85歲的日本明仁天皇登基30年後，在2019年4月30日舉行退位儀式，完成其歷史任務，並由皇太子德仁於次日（5月1日）凌晨零時即位，成為日本第126代天皇，在此之後，年號就會由「平成」改元（意思是“改為元年”）為「令和」的新時代。日本首相安倍晉三在這個新年號宣布後的記者會解釋「令和」的寓意說：希望每個日本人，都能如度過寒冬、在春日中盛開的梅花一般，在對明天充滿希望的同時，各自綻放出絢爛的花朵。



日本政府周一（4月1日）公布新年號為「令和」，「令和」的出處是《萬葉集》。日本共同社指出，年號首次出自日本古籍，而非中國古籍。

「令和」是日本一千三百多年來的第248個年號，在此之前的247個年號全都引據自中國古代典籍如尚書（35次）、周易（27次）、文選（25次）、漢書（21次）等。而「令和」這個新年號源自約1200年前編纂而成的日本古籍 - 「萬葉集」中的梅花之歌三十二首的序文：「初春の令月にして、氣淑く風和らぎ、梅は鏡前の粉を披き、蘭は珮後の香を薫らす。」雖然這是日本在文化上去中國化的一小步，個人相信未來日本年號的出處，會完全擺脫中國的痕跡，而朝向從日本古籍尋找。

年號這個制度始於中國西漢時期，由漢武帝時代建立年號「建元」（公元前140 - 公元前135年）開始，每隔幾年，就會換一個新的年號，從此以後絕大多數的皇帝都有兩個以上的年號，一個極端的例子就是武則天在位21年，共用了18個年號，而漢武帝也用了11個年號。一直到明朝開國以後，才正式建立「一世一元」也就是一任皇帝、一個年號的制度。

而日本「年號」這個制度源自中國古代唐朝盛世之時。首位遣唐使名叫犬上御田鎌在公元630年，帶著四、五百人，乘坐4艘船，穿過對馬海峽，在朝鮮半島登陸，再經陸路到達唐朝首都長安，當時是日本舒明天皇二年、唐貞觀四年。在此之後二百六十多年間，日本一共派出十九次的遣唐使，使得日本大規模的輸入大唐文化，包括年號的使用。更重要的是以漢字為基礎，自行創造的文字叫「假名」，「假」就是「借」，「名」就是「字」，「假名」就是「借用漢字」的意思。用正楷漢字偏旁的稱作片假名，從草書演化而來的稱作平假名，如此一來使得日本文化得以用精確的文字傳承，奠定其本土文化的基礎。日本文學史上最著名的古典文學長篇小說《源氏物語》就是公元1001年到1008年時期的產物，並流傳至今。在「假名」出現之前，日本只有來自中國的漢字。

過去大家公認日本的第一個年號叫「大化」，就是孝德天皇在西元645年開始使用。然而最近日本史學專家經過考證，唯一支持「大化」這個年號的證據「宇治橋斷碑文」很可能是後世偽造。根據其他所有文書、木簡、金石文，比較有充分證據的結論是日本首個年號是「大寶」，在公元701年由文武天皇開始使用。在此之前採用皇帝名號加上干支紀年。譬如：公元前246年是秦始皇帝乙卯年。

在公元1868年明治天皇即位之前，何時「改元」並無規則可尋，有新天皇登基後，沿用前任天皇的年號，也有一任天皇使用多個年號。明治天皇睦仁登基後規定「自今以後，一世一元，永為定製。」自此之後一任天皇只有一個年號，而且只有兩種狀況會改元：天皇退位或天皇駕崩。同時也規定天皇退位後，尊稱他為「上皇」，英文稱呼為「His Majesty the Emperor Emeritus」；皇后成為「上皇后」，英文為「Her Majesty the Empress Emeritus」。皇太子稱為「皇嗣」，和皇太子的英文「the Crown Prince」相同。如果「上皇」皈依佛門的話則尊稱為「法皇」。

從秦始皇統一中原後，朝鮮半島上大多數的國家都是中國王朝的藩屬國，使用中國的年號紀年，並且經常要向中國稱臣納貢，連「朝鮮」這個名字，都是由明太祖朱元璋，以「朝日鮮明之國」的意義，取了這個國名，並且在他《皇明祖訓》中將周邊十五個國家列為「不征之國」，而朝鮮則是其中之一。朝鮮對明朝的好感由幾件事可以看出：明朝在崇禎皇帝滅亡後，朝鮮君臣對滿清政府陽奉陰違，私下稱清帝為「胡皇」，清使為「胡使」，服飾也堅持大明衣冠的樣式，連「崇禎」這個年號在朝鮮都使用了265年！一直到大韓帝國在1910年被日本消滅為止。在中國歷史上使用最長的年號是「康熙」和「乾隆」，分別用了61年和60年。在日本歷史上使用最長的年號是「昭和」，用了64年。

台灣在荷蘭人、西班牙人統治時期，並無年號，官方使用公元，而民間原住民如何紀年則不可考。公元1662年到公元1683年，鄭成功把荷蘭人趕走後，建立台灣史上漢人的第一個王朝－東寧王國，奉明為正朔，以反清復明為終極目標，採用當時明朝的年號「永曆」。

1721年（康熙60年）朱一貴領導第一次台灣清治時期武裝起義。舉事期間，尊明為正朔，定國號為「大明」，立年號為「永和」，並受眾人擁戴為中興王，世人俗稱鴨母王。然而由

於內部分裂，遭設計被擒並解送清軍，之後被送到北京。1722年二月遭凌遲處死，親屬一同罹難。事變後一群棄台而逃的人士，均遭清廷押回臺灣處斬於市。台灣知府王珍雖已死，仍遭開棺戮屍示眾。

1787年（乾隆51年），彰化天地會首領林爽文，不滿天地會遭取締，建立林氏順天政權，自稱「盟主大元帥」，攻擊官府，起事抗清，使用「天運」為年號，之後改年號為「順天」。於1788年聚眾抗清失敗被捕，遭清政府送到北京審訊，最後凌遲處死。同時株連屬下及家眷，女性發配邊疆為奴，十五歲以下男童被押至北京閹割為宦官。

1809年（嘉慶14年），一名海盜領袖叫蔡牽，號鎮海威武王，並持有「光明正大」玉璽。活躍稱霸於台灣海峽，後來在滬尾（今淡水一帶）建立政權，年號「光明」，長期和清軍作戰，在一次海戰敗陣後，以自己的火炮炸船自殺，享年48歲。

1862年（同治元年）4月，由於清治時期官府鎮壓天地會，身為會首的戴潮春，率眾圍攻彰化縣城。奪得縣城後，自封為東王，組成政府，安撫百姓，儼然在台灣中部自成一國。隔年1月，清軍增援3000官兵，進駐鹽水。8月，清官丁曰健接任台灣兵備道，聯合各路人馬，圍攻駐守在斗六城的戴潮春，1864年1月，收復斗六城，戴潮春投降，但仍被丁曰健命人斬殺。此後清軍以優勢兵力掃蕩戴氏諸王強將，在當年五月收復中台灣。

1895年（光緒21年）4月17日，在日本下關簽「馬關條約」，台灣割讓予日本。之後在5月25日，唐景崧被擁立出任台灣民主國大總統，以「永清」（代表永遠效忠清朝）為年號。幾天後（6月3日）日軍登陸基隆，唐景崧就逃回中國廈門，鬱鬱而終。台灣在二次大戰前有50年的日治時期，使用了三個年號，依序為明治、大正、昭和。在1895年，台灣從「光緒21年」改為「明治28年」，經過大正年代的15年後，在1945年二戰結束，則由「昭和20年」改為「民國34年」。

1911年（宣統三年），辛亥革命武昌起義成功，隔年元旦中華民國成立，廢除年號紀年，改以民國紀年。當時台灣仍是日治時期，「民國元年」那時是「明治45年」。今年台灣是「民國108年」。1997年，北韓金正恩總統改紀年為「主體」，訂立他的祖父金日成出生的那年（1912年）為「主體元年」，今年北韓是「主體108年」。很巧兩國都是108年。北韓和台灣是目前全世界唯二不用公元、也不用年號的國家，這兩個國家過去都是國際孤兒，飽受歧視，也都想發展核武，但是北韓成功、台灣失敗。還有一個很大的不同點是：北韓專制獨裁、台灣民主自由。然而這兩國政權都不太穩，北韓最近被美國川普總統盯上，要求廢止核武發展。而台灣則有2020年1月11日的總統選舉，目前大多數的國民黨候選人主張「急統」，若這些人選上，都會把自由台灣人民的未來交給共產黨習大大，這將會是非常恐怖的世紀大悲劇。而民進黨則有「英德」之爭，任何人出線，都會造成民連黨的內傷。我們升斗小民只能對天祈求：天佑台灣！天佑台灣！風調雨順！國泰民安！

憶往隨筆 (68) – 康樂

蔡紀平

人活在世上有健康才是快樂。健康的身體必須天天運動，而且面帶笑容沒有怨言。

我記得小時候阿爸時常帶我到一個小村叫康樂。它位於台東的西南邊，必須繞過鯉魚山的山腳下牛車小道，蜿蜒的路距離我家約三英里的路程。我阿姑就住在那個地方。阿姑蔡月英前輩就是天天面帶笑容沒有怨言的老長輩，我的姑丈張秋生前輩也是一樣，他們家裡種田必須天天勞動，所以他們都非常健康。

阿姑家就在農校的附近，有好幾甲的果園農地。房子四周種植香蕉木瓜，旁邊還有一個小魚池。我到康樂，堂兄弟姐妹們，都會提供釣魚捉青蛙等各種的娛樂活動。他們並教我使用古老、簡單的方法，不用釣鉤沒有釣線，只是用長長的蘆葦芒草打節，拖在水面引誘小魚跳出來捕魚。就像夢幻回到祖先古老撈魚的方式，值得應用和嘗試。

徘徊在果園裡面，有木瓜芭樂甘蔗鳳梨芒果。我爬上芒果樹，坐在樹上奢侈大吃，然後到另一邊吃木

瓜，那麼甜的水果百吃不厭。曾幾何時我可以如此享受，不惜浪費他們許多。相反的他們自己非常節省，但是對待客人非常的慷慨，不管如何大家非常高興，讓我深深感激。直到日落之前，仍然捨不得離開。回家的路程雖然疲憊漫長，因為滿載青菜水果回到家裡，心情特別愉快。接著繼續準備晚餐，一家人共享帶回家的健康有機蔬菜。無數的歡樂談論撈魚和爬樹觀察野生動物。人類冒險的學習過程，似乎又呈現在我的眼前。

慢慢的長大我回想當年康樂之旅的童年喜樂忽如昨日再度顯現。我有一個同學吳居財也住在康樂，他家的農田土地很大也有一個大魚池。名副其實的居財先生他經營了一個台東最大的釣魚場養殖吳郭魚。吳郭魚又名南洋鯽仔，台灣改良養殖的又稱台灣鯛。台灣水產史料有記載兩位台籍日本兵吳振輝及郭啟彰於1946年從新加坡返台時，引進土種南洋鯽仔，又稱吳郭魚。

二戰後期，日軍敗退，為在困境中能夠自給，日本水產株式會社在新加坡

成功繁殖一種非洲魚，取名為帝水魚，1945年日本投降後，旗津籍的漁業專家，當時擔任機場書記員的郭啟彰被送入集中營，等待遣返，與好友屏東人吳振輝決定引進這種帝水魚，兩人在1946年晚間潛入養殖場，用布作魚網，撈起出生不到五天、約四百尾魚苗帶回集中營，放在浴室內。卻被不知情的同袍李讚生誤會為髒水，倒入水溝內，剩下十六尾。郭啟彰返鄉後，發現三尾已死，只剩下八條雌魚、五條雄魚，共十三尾，這就是台灣吳郭魚的由來，後人為了紀念兩位引進的功勞，特別取兩位先生的姓氏來命名為「吳郭魚」。

我的同學吳居財他的台灣鯛非常的大尾，每次回台東他都會請我們吃他養的台灣鯛，美味無比。看到他好大的釣魚場，一到週末人山人海的釣魚客。大小一家人，與周圍的釣魚朋友共襄盛舉其樂無比，是名符其實的健康快樂活動。我喜歡吳郭魚也更喜歡康樂這個地方，那裡是我阿姑美麗的故鄉，這地方非常特別，它帶給我童年無限的回憶。

春來了 露營去（一）：死亡谷（五天四夜）

黃正源

死亡谷國家公園在加州中部、優勝美地東側、接近內華達州的地域，是美國本土面積最大的國家公園。

死亡谷地形特殊，一條狹長的山谷，南北縱深長近二百英哩，許多地域低於海平面以下，最低窪的死水湖藻地(Badwater Basin)低於海平面 283 英呎以下，美洲最低下的地方；死亡谷終年平均降雨量不到二吋，是世界上最乾燥的地方，（我們也去過世界上降雨量最大的茂宜島山谷，當然，天天陣雨）；夏天天氣乾熱，夏季高溫最高達華氏 143 度，也是美洲最高溫的地方，夏季期間死亡谷是關閉的，不過，每年仍有一百五十萬遊客去死亡谷、探看自然界的神奇。

死亡谷有 1000 多種植物（包括世界上其他任何地方找不到的、唯一生存在死亡谷的 19 種）、至少 5 種哺乳動物、36 種爬行動物、5 種兩棲動物和 6 種魚類。早在著名的 20 隻驢拖曳貨車抵達以前，死亡谷已經擁有 1 萬年的人類生活歷史。

死亡谷的名稱是早期淘金熱、美國西部開拓史的

移民經過此地、感觸而取名的，他們經歷自然生存的搏鬥，以兩個月的時間穿越死亡谷，才終於走出這個漫長無止境的深谷後，往回頭望去，感嘆中、對這個地方的告別而定下的名字，而且深植人心。

我們去過許許多多的美國國家公園，一直沒有去過死亡谷。

四月初我們決定去死亡谷，這是一個獨特的露營之旅，我們乘坐一輛空調巴士到露營地，露營地在死亡谷的 Furnace Creek，一個設施齊全的露營地，有水、營火爐坑、桌子和沖水廁所。但是，露營必須自備帳篷及炊具，自己提供自己的膳食和露營設備（帳篷、睡袋等），所以，野營旅行原則是適合這些身體健康的成年人準備的。

這是一次真正野外生活的露營活動，對我們來說、有些挑戰，所有五天的衣食住行、一切裝備和用品都要一一購買準備。我們還是很興奮地、準備去嘗試嘗試一次不一樣的挑戰。

死亡谷登山露營活動是美國登山協會(Sierra Club)

聖地牙哥分會主辦的，在二月底開放註冊登記，名額有限，只有 37 個座位，我們幸運地搶先在第 14 和 15 個報名，出發的時候，我們發現巴士的座位按照報名的先後次序安排，所以，我們有個不錯而滿意的的巴士座位，算是提早報名一個意想不到的好處，主辦單位的美國登山協會聖地牙哥支會是一個十分友善而有經驗的分會，報名後不久，我們收到旅行前說明會的電子郵件確認和資訊，隨函附件必須填寫一些個人資料、答詢有關個人的問題（包括露營經驗、體能狀況、露營及步行登山個人裝備等）。說明會提供講義，內容有死亡谷天氣狀況、旅遊安全等建議注意事項，我們很欣慰、很慶幸，登山協會核准了我們的參加資格。

登山協會提供我們應該考慮攜帶的準備清單，雖然不是絕對性的清單，倒是巨細無遺。即使需求物品因人而異，每次徒步或背包多少會帶來自己的挑戰與疑惑，可能需要不同類型的設

備。為了讓自己如何有個安全和愉快的露營體驗，以下登山協會建議十項必備項目清單是：

1. 導航（地圖和指南針）；
2. 防曬（太陽眼鏡、防曬霜、帽子）；
3. 絕緣保暖（衣物）；
4. 照明（頭前燈、手電筒）；
5. 急救箱；
6. 點火器（如火柴、打火機）；
7. 維修用品物件（如小刀、工具）；
8. 營養備品（額外食物）；
9. 補充水（如額外的飲水）；
10. 應急避難用品（雨具、風衣、地毯）。

登山協會的說明教我們如何準備登山背包：1. 先把睡袋放在背包底部、並堅實打好背包基礎；2. 把衣服、食物和烹飪裝備等最重要的物品放在背包主要部位，把重量靠近背部，離地心引力越近越好；3. 對男性來說，重心點較高、在肩膀，而女性重心點往往較低、在背部腰圍部位。

個人背包物品清單則有：睡袋、帳篷、睡墊等，服裝衣物有：靴子、保暖良好的健行襪子、恤衫、短褲、長褲、長內衣、溫熱內衣、夾克、雨衣、雨具、手套、羊毛帽或頭巾、保暖頭帽、野營鞋和涼鞋。

其他準備雜項有：藥物、頭巾、碗盤、絕緣杯、勺子和叉子，個人洗浴用

品、相機和備用電池、唇膏和化妝品、毛巾，額外的水瓶或儲水袋，輕質的掛鉤座椅，雙筒望遠鏡、拐杖或手杖，坐墊和鉛筆閱讀書本，團體或共用設備有：手風扇、小燈籠、燃料和漏斗、打火機、飲水過濾劑、驅蟲劑、衛生紙和毛巾、垃圾袋，維修用具、大型急救包、飲水儲存容器袋、或即溶清洗肥皂。

看了這些清單、我們頭皮發麻，我們卻很興奮、很認真地，在三月間一一準備及購買這些露營的裝備與物品，並且，把露營期間，每天三餐預定煮食的餐點，詳細列出、以免遺漏。因為沒有野炊露營的經驗，又把這些餐食在家裡、用野營炊具、試煮試吃，味道較好、合口味的、再去露營用品專賣店多買幾份，一切打點妥當後，我們的行李背包大概比搭飛機的拖運行李還重、更吃力。

在我們露營期間，活動領導團隊每天提供許多組、迷人的徒步健行活動做選擇，很難決定參加的選項，我們只好按冒險不同的難度水準、做自己最想參加的選項。由於這些活動為了安全考量、以限量名額與空

位多少進行分配，因此，前一天晚上在營地公佈報名情況。如果因為個人考量、決定在營地休息，露營地以外的小村落，提供淋浴、洗衣設施和游泳池。

登山協會把各種登山活動的行程路線歸類成幾種困難等級，以三位數字做代表：百位數是困難度（有輕易級 Easy、運動級 Moderate、艱難級 Hard 和挑戰級 Strenuous），十位數列舉登山路線總距離以及個位數提示登山路線的攀升高度，例如細美沙丘步道 E4A 表示簡易級-4 英哩-高度在 500 英呎以下、荒野峽谷步道 M5B 表示運動級-5 英哩-高度在 500-1000 英呎、死馬峽谷步道 H16D 表示艱難級-高度在 1500-2000 英呎、天文望遠鏡北峰 S14E 表示挑戰級-14 英哩-高度在 2000-2500 英呎。

我們的活動內容果然豐富而刺激，我們這些登山常客，似乎頗有默契的，簡易級的登山行程幾乎沒有人有興趣，登山協會很機動地把這些簡易級路線整合在運動級以上的活動項目中、或者變成我們集體活動的巴士通過、休息、附加行程。登山協會把死亡谷的登山路線，區分成以下困難度提供我們選項參考：總領隊

Pauline Jimenez，各步道分組領隊有：Karen Nelson(簡易級)，Michelle Renaud(運動級)，Oscar Brambila(挑戰級)，John Plander(艱難級、自駕四輪帶動、越野車、每次限六人)。

死亡谷的登山步道列舉如下以供參考，這也是登山協會提供我們的路線選項。

簡易級步道(Easy Hikes)有和諧村及硼酸鹽工地遺址(HARMONY BORAX WORKS)=0.4 英哩 (0.6 公里)；鹽水溪河川步道(Salt Creek Interpretive Trail)= 0.5 英哩 (0.8 公里)；死水鹽藻地(Badwater Salt Flat)= 1 英哩 (1.6 公里)；自然橋(Natural Bridge)= 1 英哩 (1.6 公里)；美細沙丘步道(Mesquite Flat Sand Dunes)= 2 英哩 (3.2 公里)。

運動級步道(Moderate Hikes)有黃金峽谷步道(Golden Canyon)= 3 英哩 (4.8 公里)；死亡谷荒地環路(Badlands Loop)= 2.7 英哩 (4.3 公里)；高爾溝渠環線(Gower Gulch Loop)= 4.3 英哩 (6.9 公里)；荒野峽谷步道(Desolation Canyon)= 3.6 英哩 (5.8 公里)；馬賽克彩壁步道(Mosaic Canyon)= 4 英哩 (6.4 公里)；沙漠柳樹峽谷步道(Willow Canyon)= 4.2 英哩 (6.8 公里)；

Ubehebe 火山口環路(Crater Loop)= 1.5 英哩 (2.4 公里)；達爾文瀑布(Darwin Falls)= 2 英哩 (3.2 公里)；賽溫德峽谷步道(Sidewinder Canyon)= 5 英哩 (8.4 公里)；墜崖峽谷步道(Fall Canyon)= 6 英哩 (9.6 公里)；但丁山脊日出彩虹(Dante's Ridge)= 8 英哩 (13 公里)。

艱難級步道(Difficult Hikes)有潘納明沙丘(Panamint Dunes)= 7 英哩 (11.3 公里)；狹橋峽谷步道(Little Bridge Canyon)= 7 英哩 (11.2 公里)；科克螺釘峰(Corkscrew Peak)= 8 英哩 (12.9 公里)；野玫瑰山峰(Wildrose Peak)= 8.4 英哩 (13.5 公里)；天文望遠鏡北峰(Telescope Peak)= 14 英哩 (22.5 公里)。

四月三日我們準時在 15 號公路和 56 號公路交流道出口的一處超市廣場集合，我們的露營特約巴士已經在廣場等候，領隊 Pauline Jimenez 是一個近 70 歲的白人婦女，態度和睦、作風卻很堅持，充滿經驗、說話很有權威性，似乎頗受許多團員或工作志工的敬重，她一一確認點名、並說明上車次序及座次，司機幫我們把每人的隨身露營背包、睡袋安

放在巴士的行李艙內，一切清點妥善後，我們一行三十七人很嗨、很快樂地八點半準時出發。

沿著 15 號公路往北方向，轉入 395 號景觀公路，在 Barstow 的最後一家速食店休息 45 分鐘午餐後，直接繼續朝死亡谷奔馳前進，整個行程的開車車程預定八個半小時，預計在下午六點前抵達死亡谷營地，利用天黑前可以搭起帳篷後，各自準備炊具、煮食晚餐。

我們在巴士內的時間、沒有想像中的單調或乏味，總領隊及七八位志工在車上沿途分享她們的個人經驗及登山故事，他們沿途解說各地的風土特色，領隊一一說明每個登山步道的特徵及報名參加的作業方式，讓我們心裡有個準備如何選擇適合自己的行程。

領隊安排我們每個人自我介紹，我們也感覺出他們對行車安全的細節和重視，我們一一走在司機後方的麥克風、按規定一手拿麥克風、一手握住車座上方才可以開始講話，彼此在許多樂趣與歡笑中很容易地渡過八個小時的車程。

我們五點半左右就抵達了死亡谷的露營地，分配好各自的營地後，我們在朝東的樹蔭下紮起帳營。

我們的帳棚是 REI 品

牌 Half-Dome 兩人用的帳棚，全新不曾使用過，臨時看著說明一步步拆開組裝搭建，似乎十分簡單，先把塑膠墊(Foot Print)鋪在地上、再把帳棚攤開、鋪放塑膠墊上、然後接合鈦製支架、並把四個角落固定在塑膠墊的四個定點後，帳棚好像魔術一樣自動撐展起來，我們把帳棚綁繫在支架上、再把通風雨布(Rain Fly)蓋上，不到十分鐘我們的蜜月小屋就在死亡谷搭建完成了。

帳棚有雙人床的大小，兩邊各有進出床沿的小門及遮擋窗，我們把兩個睡墊各自攤在帳棚內，並把睡袋衣物分別安放在床腳的位置，感覺十分方便又舒適寬敞。

我們把炊具及晚餐取出、到帳棚外的空地煮食，按說明方式用高壓瓦斯爐烹煮，開水一分鐘煮開、再把雞肉絲炒飯慘進熱水中、把封口封住悶熱十分鐘後，就是我們熱烘烘的美食晚餐了。

我們一夥人一同坐在野餐桌上，一面欣賞死亡谷的夜色黃昏，一面聊天享受第一次露營野餐的快樂，入夜以後，一片咸黑，這是一個寧靜的夜晚，自然的沙漠夜晚感覺份外的暖和。

巴士每天固定在八點半左右來到我們的營地，巴士按我們各團隊的登山選項，把我們分別載至登山口。

四月四日，死亡谷的第一天，我們選擇登山步道：黃金峽谷步道(GOLDEN CANYON)。領隊：Karen Nelson，助理：Alice Fichandler，困難等級：M7A。

登山協會的登山活動有固定的一套流程，每一組人數限制在十至十五人之間，每組有兩個志工：領隊走在最前方、助理走在最後，在登山入口、出發前領隊逐一點名每個人員後，介紹行程注意事項、休息時間、提醒必須準備的物品及用水，再慢慢自然地一一出發前進，領隊多半已經親自事前走過這些步道，勘察過路況，每隔一段時間或插路，一方面休息、一方面等齊後面步伐緩慢的登山同行者，以免隊伍拖延太長，這些天然步道多沒有廁所或洗手間，所以，我們每到一個段落或時間，通常女登山者往前方十多公尺、男登山者往後方十多公尺，各自找尋隱密的方式自行解決，彼此都有默契，倒也沒有不方便的感覺。

黃金峽谷步道跟高爾岩灣(Gower Gulch)和荒原環

路(Badlands Loop)相連通，我們走到黃金峽谷頂峰後，經過一段高爾岩灣、經由荒原環路、折返峽谷步道原路而下，黃金峽谷跟其他死亡谷的峽谷一樣，都是河流乾雨季節所留存下來的自然河道，我們從步道入口溯溪而上，登山高度從海拔 535 英尺至 834 英尺(163 至 254 公尺)，這個登山步道入口處在海平面 160 英尺以下處，我們在穿越地質時空週期過程中展開一段迷人的旅程，隨著海拔逐漸攀升增加，不同年齡的岩石切割下，從岩壁隧道順著乾燥的河道河床一直迴圈到死亡谷的地面上層。

有些乾涸河床的瀑布，去程由下而上攀爬、跟回程由上而下的爬下，一樣的困難，一樣的挑戰性，整個步道全長 3 至 8 英哩(5 至 13 公里)路線，時間往返 1.5 至 4.5 小時，整個步道即是死亡谷河川乾涸的河流，第一路段呈現出地質教育的自然軌跡。河谷兩岸延伸的山壁風景包括五顏六色的湖床、裸露的地層和沖積扇地層，以及從 Zabriskie Point 下方的 Panamint 山脈的壯觀景色。

我們從位於死水路(Badwater Road)CA-190 南向 2 英哩處的黃金峽谷入口進入，走完全程再從死水路

(Badwater Road)東側 3.5 英里處、CA-190 的 Zabriskie Point 的河床走出來，我們的巴士已經準時地在登山口停車場，等候我們安全的返回。

我們有個愉快而特殊的登山經驗，回到營地大約只有四點多些，我們在稍微休息後，又步行外出去營地附近走走逛逛。

從我們的營地往死亡谷的遊客中心有一條相連的小通道，是一個捷徑，走路大約只有七八分鐘可到，遊客中心有更多詳細的旅遊資訊及每半小時一次、自動播放的介紹電影，遊客中心販賣各種簡單的三明治或冷熱飲，我們有個定心的快感，至少我們不必擔心準備的伙食是否足夠了，遊客中心有冷氣及現代化的廁所，我們如果不適應營地的衛廁，走幾分鐘就可以解決內心的困擾了，不過，我們還是喜歡體驗一下，原始而自然的野營生活，內心有個安全可靠的備胎，心裡還是放鬆不少焦慮的。

從遊客中心繼續走過去，即是死亡谷村落的市中心及渡假區，遠遠地可以看到棕櫚樹的步道、高爾夫球場、公園綠地、美麗的建築物及十字路口指標，走路十五分鐘可以到市區購物中心，我們登山步行一整地，

感覺有些累癱，稍微走了一小段後即折返回到我們的營地休息，在一家超市及購物中心吃冰淇淋及充電手機，也許，我們終究會在這個渡假村找到許多我們不知道的小秘密的。

我們返回營地後，開始準備第二晚的晚餐，我們迫不及待地準備享受我們的越南河粉麵條(Pho)。

越南河粉，一種以大米製成的河粉。越南人常以生芽菜、香葉，並配上切片牛肉或雞絲食用，越南河粉與「麵餅」(越南法式麵包)一樣是越南菜的代表菜色。越南北部的河粉較粗且闊，除了辣椒、蔥及青檸外，較少放別的香葉素菜，湯底較清澈和簡單；越南南部的河粉較幼細，湯底味道比較甜和辣，類似與馬來半島及泰國的粿條，平常多加入新鮮香料及芽菜，我們並沒有特別喜歡吃越南河粉，不知道什麼道理、我們第一次露營竟然準備越南河粉做為我們的一頓晚餐。

我們把炊具及盤碗取出、一樣坐在帳棚外的空地煮食，用高壓瓦斯爐按說明方式烹煮，開水一分鐘煮開、再把越南河粉滲進熱水中、把封口封住悶熱十五分鐘後，就是我們熱烘烘的河粉晚餐了。

我們煮好的河粉沒有

湯底，只有濃濃鮮紅的河粉，一股嗆鼻的辣味，我們不由得愣住了，用湯匙輕酌一口，味道還好，辛辣感卻讓我們無法再試，看來我們今晚只有寧願餓肚子，也不會想吃這頓河粉美食了，我們做了一次錯誤，不應該準備平常不習慣的食物、在露營的時候做試驗，至少以後我們學會了什麼東西下次不會攜帶的。

聖地牙哥有個一百多社員的波蘭人登山社，我們的這次露營有五位波蘭人參加，個性爽朗，他們多半集體行動，我們封他們是波蘭黑社會幫，我們吃完晚餐的時候，他們正好從渡假村回來，原來他們懂得享受，登山完後，已經在渡假村餐廳吃晚餐及泳池泡溫泉，他們說泳池收費十元、24 小時不限次數使用，所以，他們準備明天登山完後再去泡溫泉，我們聽了他們的得意描述，笑得合不攏口。

不久，我們即返回帳棚休息睡覺，夜晚寧靜又漆黑，偶爾下起一陣小雨，更加涼爽舒服，我們一夜好眠。隔天早晨，我們一位七十多歲的女豪女，因為未搭營帳，半夜被陣雨、卻被淋成落湯雞，非常狼狽不堪。

**健行俱樂部**

日期：06/01/2019 星期六 9:00 AM

地點：Miramar Lake

集合：Miramar Lake Parking Lot

日期：06/15/2019 星期六 9:00 AM

地點：Torrey Pine State Reserve

集合：State Park Road Side Parking Lot

日期：07/06/2019 星期六 9:00 AM

地點：San Dieguito Lagoon Trail, Del Mar

集合：Lagoon Trail Head at San Andres Dr.

For more information, please contact 李元溢 860-904-3844

愛心車毯子

日期：2019年05月25日(星期六) 1:00 PM

2019年07月06日(星期六) 1:00 PM

活動日期可能變動，詳情請至www.taiwancenter.com 查閱

投資座談會

日期：2019年06月09日(星期日) 4:00 PM

講題：Our Conservative Investing Strategies in a Volatile Market

講員：Bill & Chun Deng (鄧東鎗, 張琮輝)

日期：2019年07月07日(星期日) 4:00 PM

講題：Bitcoin Revisit and Roundtable Discussions

講員：Jeff Gao & Song H An (高井福, 安崧豪)

若有什麼建議或問題，請寫個e-mail給安崧豪(Song H An): songan7777@gmail.com.

電腦俱樂部

日期：2019年06月08日(星期六) 12:30 PM

主題：General Discussion

講員：石正平

手機電腦問題，大家一起來討論！

生活座談會

日期：2019年06月08日(星期六) 2:00 PM

主題：醫療常識

主持：劉武鴻

講員：王寶田 「醫學檢驗新發展」

Isabel Tsai 「認識聯邦醫療保險」

感謝：徐明介、林和惠夫婦贊助。

陳婉純女士準備點心。

禮卷義賣

☆2019年4-5月份禮券購買名單☆

石秋洋	\$200	張玉珍	\$200
楊素媛	\$200	游素蓮	\$300
朱慶明	\$300	王惠美	\$1000

本名單到05/24/19為止 (累積購買\$200或以上)

**Susan Komen
Race for the Cure**

2019 Race for the Cure Price Structure

	Mother's Day Sale	Early Bird (or summer sale)	Fall Sale	Race Day
Registration Type All entries include a T-shirt	May 1—May 13 Register in honor of Mother's Day	May 14—Sept. 2	Sept. 3—Nov. 2	Race Day Nov. 3
Adult	\$30	\$35	\$40	\$45
Youth 6-17 (5 and under free)	\$20	\$25	\$30	\$35
Virtual	\$40	\$45	\$45	Must be registered by 10/23

台灣隊 (TEAM TAIWAN)

Date : 11/3/19 (Sunday) @ 8:00 AM

Place: west side of Balboa Park

Registration:

Online: www.komensandiego.org/walk

(1). 選擇 "Register" -> Join a Team

(2). Sign in or Register as new user

(3). click "Search for a Team"

(4). choose "Team Taiwan"

報名費：5/14-9/2

Adult \$35

9/3-11/2

Adult \$40

Race Day

Adult \$45

Please direct your question to:

聖地牙哥台灣中心：歐春美 858-560-8884

北美洲台灣婦女會：Anling Chien 760-889-8846

Co-sponsors:

SDTCA, TAP – San Diego, FAPA-San Diego, Taiwan Normal University SD Alumni Association

台灣中心2019年春季活動表 / TACC SPRING 2019 CLUB ACTIVITY

一年捐款超過\$240者，免費參加所有Clubs，授課班只繳師資，一年超過\$2,000者則全免

活動名稱 Activity Name	日期/時間 Date/Time	內容 Content	聯絡 Contacts
卡拉OK俱樂部 Karaoke Club	週二 Tuesday 1:00pm	每週二 1:00pm - 6:00pm 歡迎大家一起來自由歡唱	負責人: 台灣中心 (858) 560-8884
橋牌俱樂部 Bridge Club	週二 Tuesday 1:00pm 週三 Wednesday 1:00pm	活化腦細胞、訓練邏輯、分析、思考、判斷能力的好機會 老少咸宜，歡迎您來參加。歡迎初學者加入! Train your logic and analyze ability while having fun.	負責人: 施森源 San-Yen Shi (858) 361-2602
土風舞俱樂部 Folk Dance Club	週二 Tuesday 2:00pm - 4:00pm	迎大家來共舞... Come join us for beautiful music and dance...	負責人: 黃宜修 Yi-Shiou Huang (858) 674-7397
社交舞俱樂部 Ballroom Dancing Club	週二 Tuesday 4:15pm 週四 Thursday 2:00pm	Waltz, Tango, Cha Cha, Rumba, Q-Step, Salsa, Swing, Foxtrot, Samba, Bolero, Merengue, NC2-Step, Hustle, Mambo, etc. . .	負責人: 賴梅芬 May-Fen Lai (310) 405-4538
台美專業青年聚會 Young Taiwanese American Professionals	每月第二個星期三 7:00 pm - 8:30pm	2nd Wednesday of the month http://www.tap-sd.org/	swu@tap-sd.org
日本歌俱樂部 Japanese Song Club	週三 Wednesday 10:00am - 10:45am	銀髮族及愛好日本歌，文化及景色的同鄉可一起複習，合唱，研討	負責人: 黃宗川 Chung Chuan Huang (858) 560-8884
台灣中心長輩會 Senior Group	週三 Wednesday 10:30am	週三活動: 太極拳、氣功、午餐、合唱、排舞、交際舞、聊天。 年度活動: 野餐、出遊。 午餐: 每人\$5。 合唱團負責人: 蔡滿霞 陳式太極拳負責人: 邱文雄 楊式太極拳負責人: 陳婉純	負責人: 余洵洵 Shun-Shun Yu (858) 560-8884
台語班 Taiwanese Class	週三 Wed 1:00pm	台語詩詞，聲韻，會話 Taiwanese Poems, Phonetics, Conversation	負責人: 黃獻麟 Steve Huang (858) 450-1236
攝影俱樂部 Photo Club	週三 Wednesday 3:30pm	攝影經驗交流，歡迎大家攜帶記憶卡或是照片前來分享。 Please bring your memory cards or pictures to share.	負責人: 劉信達 shinliu@yahoo.com
西班牙語班 Spanish Class	週三 Wed 9:45am	西班牙語日常會話 Daily Spanish Conversation	負責人: 蘇芳子 Florence Su
排舞俱樂部 Line Dance Club	週四 Thursday 初級 5:00pm 中高級 6:00pm	排舞教學，歡迎有興趣的鄉親報名參加。 Teaching Line Dance, Everybody is welcomed.	負責人: 高維 Vivian Chiang (858) 947-8222
婦女與婦女之友俱樂部 Women and Friend Club	週五 Friday 2:00pm	氣功及舞劍術、另外不定期安排烹飪及其他活動 Chi gong, folk dance, cooking events	負責人: 王英 Ing Huang (858) 674-7397
電腦俱樂部 Computer Club	每月第二個星期六 2nd Sat of the month 12:30pm	讓同鄉們在輕鬆的氣氛下可交流並學習新的電腦技能。 教學與討論內容將視參與者需要設定， 初級與進階教材將按月輪替安排。	負責人: 石正平 (858) 560-8884
音樂/電影/紀錄片系列 Music/Movie/Documentary Study Series	不定期舉行	研討有名的音樂、電影和紀錄片	負責人: 石正平 (858) 560-8884

* 所有活動均有可能變動，詳情請至www.taiwancenter.com 查閱。

台灣中心2019年春季課程表 / TACC SPRING 2019 CLASS TABLE

活動名稱 Activity Name	日期/時間 Date/Time	內容 Contents	聯絡 Contacts
投資研討會 Investment Seminar	每月第一個星期日 1st Sun of the month 4:00pm	對投資有興趣的同鄉，每個月一次可以在中心分享自己投資的經驗、撇步、資訊、點子。	負責人：安崧豪 Song An songan7777@gmail.com
健行俱樂部 Hiking Club	每月第一個 和第三個星期六 1st & 3rd Sat	歡迎大家一起來，有興趣參加者請洽負責人	負責人：李元溢 Michael Li (860) 904-3844
Ohana 太鼓俱樂部 Ohana Taiko of TACC	週五 Fri 12pm - 2pm 週日 Sun 4pm - 6pm	日式太鼓	
桌球俱樂部 Table Tennis Club	週三 Wed 4pm - 7pm 週五 Fri 3pm - 7pm 週六 Sat 3pm - 6pm 週日 Sun 3pm - 6pm	歡迎大家一起來，有興趣參加者請洽負責人。其他時間，請尋球友。 聯絡人：李元溢 Michael Li (860) 904-3844 蕭奕義 Luke Hsiao (858) 353-6931	

台灣中心2019年春季課程表 / TACC SPRING 2019 CLASS TABLE

課程 Class	日期 Date	時間 Time	內容 Class Description	老師 Instructor	費用 Fee	備註 Note
吳氏太極拳班 Wu-Styled Tai Chi	隨時加入 Join Anytime	週六 Saturday 10:30am - 12:00pm	吳氏氣功太極拳三十七式及氣功太極劍 Traditional 37-posture Tai Chi for self-defense and health yinglihu@hotmail.com	胡應禮 Yingli Hu (858) 658-0436	\$50 for 10 classes	打卡制 Member Card
太鼓初級班 Beginner Taiko	隨時加入 Join Anytime	週三 Wednesday 6:30pm - 7:30pm	The class instruction covers the fundamentals of playing taiko, including grip, strike, stance, position and relationship to the drum.	Jack Hsiao (858) 560-8884	\$50 for 10 classes	打卡制 Member Card
療癒瑜珈班 Yoga	隨時加入 Join Anytime	週五 Friday 10:15am - 11:30am	課程將專注於強化全身的氣血循環，循序漸進地讓身體覺醒，達到身心靈的真正平衡。 Class will concentrate on improving full-body circulation to achieving mental and physical balance	王意筑 Celine Chen celinew2012@gmail.com	\$50 for 10 classes	打卡制 Member Card
劍道班 Kendo	隨時加入 Join Anytime	週五 Friday Beginner 6:30pm Regular 7:30pm	由林富德老師（劍道五段）擔任指導，歡迎各年齡層對劍道有興趣者參加 Welcome all ages and levels Chief instructor Frederick Lin, (Kendo 5-dan). Please contact S.C. Chen: casd99@hotmail.com; (951) 961-0892	林富德 Fred Lin	\$40 for 8 classes	打卡制 Member Card

* 所有活動均有可能變動，詳情請至 www.taiwancenter.com 查閱。

台灣中心開放時間

週一：休息

週二至週四：10am - 9pm

週五：10am - 10pm

週六：10am - 6pm

週日：12pm - 6pm

台灣中心六月份活動表

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
2 鳥與水舞集 (4pm)	3 休館	4 橋牌俱樂部 (1pm)	5 西班牙語俱樂部 (9:45am) 日本歌日文俱樂部 (10am) 長輩會聯誼 (10:30am) 台語班 (1pm) 橋牌俱樂部 (1pm) 攝影俱樂部 (3:30pm)	6 課社交舞俱樂部 (2pm) 排舞俱樂部 初級 (5pm) 中高級 (6pm)	7 療癒瑜珈 (10:15am) Ohana Taiko (12pm) 婦女俱樂部 (2pm) 劍道班 (6:30pm)	8 太極拳 (10:30am) 電腦俱樂部 (12:30pm) 生活座談會(2pm)
9 Stem Cell Concert (2pm) 投資會 (4pm)	10 休館	11 課程與俱樂部同上	12 課程與俱樂部同上	13 課程與俱樂部同上	14 課程與俱樂部同上	15 健行俱樂部 (9am) 太極拳 (10:30am)
16 Ohana Taiko (4pm)	17 休館	18 課程與俱樂部同上	19 課程與俱樂部同上	20 課程與俱樂部同上	21 課程與俱樂部同上	22 課程與俱樂部同上
23 Ohana Taiko (4pm)	24 休館	25 課程與俱樂部同上	26 課程與俱樂部同上	27 課程與俱樂部同上	28 課程與俱樂部同上	29 課程與俱樂部同上
30						

*所有活動均有可能變動，詳情請至 www.taiwancenter.com 查閱。