

台北市廣東同鄉會 115 年第一梯次自強活動



台北市廣東同鄉會於 115 年 5 月 6 日（星期三）舉辦第一梯次自強活動，由韓介光理事長及蕭世雄康樂主委共同領隊，共計二部遊覽車。

當日雨過天晴，適合出遊，鄉長鄉親熱情參與本次一日遊。上午 8 時由台北出發，旅遊路線行經大溪慈湖、三坑老街、新北客家文化園區等地，路途中鄉親交流熱絡，歡唱卡拉 OK，合照留影紀念，氣氛融洽。

上午先來到大溪慈湖園區，理事長率鄉親進行謁陵儀式，向先總統蔣公肅穆行禮致敬，禮畢，慈湖園區致贈本會紀念禮品，鄉親合影留念。之後至慈湖紀念雕塑公園，於園區散步並觀賞蔣公銅像，中午至龍潭小橋流水餐廳午餐。

下午第一站來到龍潭三坑老街，漫步於懷舊老街欣賞沿途風光，於永福宮前合影留念。第二站三峽新北客家文化園區，場內有專業人員導覽介紹客家人移民歷史、客家文化及園區環境，稍事休憩並吸收知識。第三站至手信坊創意和菓子文化館採買伴手禮，接著北返於真北平餐廳晚餐。

晚宴韓介光理事長致詞時希望各位鄉長鄉親身體健康，開心出遊平安回家，年年都能參加一日遊。之後由韓介光理事長偕蕭世雄康樂委員會主委及理監事代表逐桌敬酒致意。

晚餐用畢，鄉長鄉親互相道別，相約明年再見，本梯次自強活動圓滿順利結束。



國內郵資已付
台北郵局
第五支局
許可證第774號

行政院新聞局登記證局版北市誌字第五八三號
中華郵政台北台字第〇一八一號執照登記為新聞紙類
發行所：台北市廣東同鄉會
地址：台北市寧波東街一號三樓
電話：二二二一—七五四一 傳真：二二五一—三二六六
E-mail: tpe.kica@msa.hinet.net
網址: http://www.tpekica.org.tw/
印刷：先施印通股份有限公司

嶺南特訊
月刊
第 510 期

發行人：韓 介 光
社 長：黃 治 雄
主 編：林 少 雯

台北市廣東同鄉會召開第十七屆第五次廣東文獻社務委員會議

台北市廣東同鄉會廣東文獻季刊社務委員會，115年5月20日（週三）上午10時30分於本會三樓會議室召開，由韓介光理事長及廣東文獻社林少雲總編輯聯合主持，文獻社顧問伍世文名譽理事長蒞臨指導，會議圓滿完成。

會中主要討論廣東文獻季刊115年編輯及徵稿方向，期望與會委員踴躍撰稿及幫忙邀稿。

諸位委員積極發言，交換心得及提供意見，討論熱絡。會議於11時55分圓滿結束，會後委員合影留念並於真北平餐廳餐敘。



感謝永遠名譽理事長馬超俊後人捐贈墨寶
廣東文獻社陳北機委員捐贈圖書

感謝本會永遠名譽理事長馬超俊侄孫馬國威先生捐贈墨寶3幅，姪女馬永恒後人捐贈墨寶7幅及牌匾1座，廣東文獻社陳北機委員捐贈原文圖書10冊，豐富本會典藏，本會表達謝忱之意。



台北市廣東同鄉會
115年清明祭祖活動

本會第一組組長何凱文於4月14日（二）前往台北松山寺向陳乾、黃翠先輩之靈位前行禮祭拜；總幹事黃治雄於5月12日（二）前往北投基督教復活山莊墓園、陽明山第一公墓，向番禺梁清彥、黃佩蘭先輩墓前祭拜，感念鄉賢們對本會的貢獻。

台北市廣東同鄉會勵學愛心捐款徵信錄

一、本會歷年頒發本會會員就學子弟獎助學金之來源，皆蒙鄉親前輩、善心人士捐助款項，及本會撥設獎學金專款，整合後以獎助學基金名義存放銀行逐年取息支應。

惟近年銀行孳息低微，年入不敷獎學所需，而另由善心者樂捐彌補。今本會為廣續獎學宗旨力圖以涓滴成河之誠，歡迎鄉親您力能所及不限金額隨時踴躍樂捐，以勵後進奮學，感謝您之德意！

二、郵政劃撥帳號：01022155，戶名：台北市廣東同鄉會

（捐款劃撥時請於劃撥單之通信欄註明「此款為獎助學金愛心捐款」，謝謝！！）

三、如您有任何疑問請洽本會，電話：（02）2321-7541

115年5月愛心捐款者芳名

賴柏儒常務理事 1,000 元 魏宜豪理事 1,000 元

合計 2,000 元

台北市廣東同鄉會 4 月碧湖公園健行紀實

碧湖慢行 健康同行 一場身心靈共好的幸福步行時光

在春日微風與湖光交映的清晨，台北市廣東同鄉會常務理事葉傑生於 4 月 25 日上午精心規劃，於碧湖公園舉辦「內湖碧湖健走慢活體驗活動」。鄉親們齊聚台北捷運文湖線文德站 1 號出口，帶著期待與笑容，展開一段融合「健康慢活 × 生態欣賞 × 心靈放鬆」的療癒旅程。

暖身啟程動動太極喚醒身心

活動自文德捷運站揭開序幕，在湖畔廣場展開暖身。由動爸理念延伸的「動動太極」六式，引領大家緩緩舒展筋骨、調勻呼吸。隨著動作的流轉，身體逐漸甦醒，心境也隨之沉靜，為接下來的健走做好準備。

現場由康樂委員蕭世雄主委，頒發登山杖予完成五次健行的郭育廷鄉親，以表彰其持之以恆的精神。這份象徵榮耀與鼓勵的心意，也讓全體成員深受感動，掌聲溫暖而綿長。

環湖慢行用腳步感受自然的節奏

隨後展開約 1.5 公里的環湖健走，由葉傑生常務理事親自導覽解說。全體以「談笑不喘」的節奏前行，不求速度，只重感受，在輕鬆自在中走出健康與愉悅。

碧湖之美，在慢行之中層層展開

湖面波光粼粼，映照天光雲影；白鷺鷥、夜鷺、紅嘴水鷄悠然覓食，姿態優雅；水鴨悠游其間，為湖面增添生機；綠蔭步道環抱湖畔，如同一條天然的療癒長廊。

活動過程中，每 25 分鐘貼心安排短暫停留，讓大家補水、伸展、調整步伐與呼吸，使身體維持在最舒適的狀態。這不僅是一次健走，更是一場學會「慢生活」的實踐。

湖畔靜心讓心與自然同步呼吸

行程尾聲，眾人圍坐湖畔草地，展開靜心與交流時光。有人分享步行中的體悟與放鬆，有人說出鼓勵自己的話語，也有人靜靜感受當下，與自然同頻呼吸。

在這片綠意與微風之中，人與人之間的距離悄然拉近，笑容與祝福自然流轉。最後以團體合影，為這段健康同行的美好記憶留下見證，也為活動畫下溫馨圓滿的句點。

一場不只是健走的相聚

此次活動不僅促進身體健康，更深化了同鄉間的情誼連結。從暖身啟動、環湖慢行到靜心分享，每一環節都蘊含「慢活」的智慧—慢，不是停滯，而是更真切地活在當下，感受生命的節奏。

動爸傑生暖心小語

「走得慢沒關係，走得久才健康；心情好，才是真正的長壽秘方。」

在碧湖繞行的一圈，不只是腳步的移動，更是一段心靈的回歸。期待未來再次相聚，與自然同行，走得更遠，也走得更安心。（常務理事葉傑生）



獎學金得獎感言

黃振傑 臺北市立松山高級工農職業學校電機科二年級

感念同鄉情誼，技術報國之志

能在高二這一年獲得「台北市廣東同鄉會」獎學金的殊榮，我感到非常激動與榮幸。首先，我要向同鄉會的各位長輩與評審委員致上最誠摯的謝意。

在松農電機的成長

在松山工農電機科學習的兩年裡，我從基礎的電路圖開始，逐步深入到配線、自動控制等專業領域。高職的學習讓我明白，要成為一名優秀的技術人才，除了要有紮實的學科知識，更要有精益求精的「工匠精神」。這份獎學金對我來說，是這兩年來實作練習與學業努力的最佳證明，也是對我未來持續精進技術的最大推力。

體會傳承的溫暖

身為廣東子弟，能獲得同鄉會的獎掖，意義格外不同。在申請的過程中，我感受到前輩們對後輩深切的關懷。這份獎學金不僅減輕了家裡的經濟負擔，更讓我感受到一種血濃於水的溫情傳承。這讓我明白，無論未來身處何方，都不能忘記自己的根，更要傳承廣東人刻苦耐勞、奮鬥不懈的精神。

築夢未來

未來一年，我即將面臨升學與證照考試的挑戰。我會將這份榮譽轉化為動力，更努力地鑽研電機專業技術，並以考取第一志願的國立臺灣科技大學和更高階的專業證照為目標。我期許自己將來能成為一名出色的工程師，以專業所長服務社會，待有能力之時，也定當效法同鄉會的精神，回饋鄉里，提攜後進。

再次感謝台北市廣東同鄉會對我的肯定與栽培。

台北市廣東同鄉會 5 月大湖公園快樂健走 鄉親齊聚湖光山色間 共譜健康與情誼新篇章

115 年 5 月 16 日上午天氣晴朗、微風徐徐，正是最適合親近自然、踏青健行的美好日子。由台北市廣東同鄉會常務理事賴柏儒企劃並擔任領隊的「大湖公園快樂健走」，感謝許多鄉親熱情參與。一早帶著愉悅心情與期待，於上午 9:00 前陸續抵達集合地點——大湖公園捷運站二號出口前廣場，現場洋溢著久違相聚的歡笑聲與濃厚情誼。

活動開始前由韓理事長為大家期勉並頒發給三位獲得 5 次健走獎品的鄉親，感謝張華苗鄉親一路支持參與，因家中已有多支登山杖，當下回捐給同鄉會，在溫馨愉悅的氣氛下，大家三五成群寒暄問候分享近況，有人討論沿途風景，也有許多鄉親彼此相約拍照留念。多年來台北市廣東同鄉會始終秉持聯絡鄉誼、促進交流、凝聚鄉親情感的宗旨，而此次健行活動不僅是一場戶外休閒，更是一場結合健康、文化與情誼的溫馨聚會。

此次活動地點選擇在內湖知名的大湖公園，別具意義。大湖公園占地約十三公頃，因湖泊時常聚集大量白鷺鷥，因此又有「白鷺湖」之稱。公園毗鄰白鷺山，遠眺可見五指山、忠勇山等群峰，山水相映，景緻優美。民國六十八年，政府以仿中國園林概念規劃興建，歷經多年發展，如今已成為兼具自然景觀、生態教育與休閒功能的重要都市綠地。

上午時分的大湖公園，在陽光照耀下顯得格外秀麗。湖面波光粼粼，微風吹起陣陣漣漪，遠山近水相互輝映，如同一幅徐徐展開的山水畫卷。最令人印象深刻的，是公園著名的錦帶橋，古色古香的橋身橫跨湖面，搭配周邊翠綠景色，充滿濃厚東方庭園意境，也成為大家拍照打卡的熱門地點。

在賴柏儒常務理事帶領下，健行隊伍正式展開環湖之旅。一路上大家步伐輕鬆愉快，一邊漫步、一邊欣賞沿途風光。許多鄉親表示，平日忙於工作與生活，難得有機會在繁忙都市中尋得這樣一片寧靜天地。走入園區，彷彿遠離塵囂，讓身心都沉浸在大自然懷抱之中。

大湖公園擁有豐富多元的植物生態，園內種植許多特色樹種，包括落羽松、阿勃勒、台灣欒樹及杜鵑花等，依不同季節綻放出不同色彩。春天百花盛開，夏季綠意盎然，秋冬則有落羽松轉紅染色，美不勝收。四季變換，讓公園呈現截然不同的自然風貌，也為城市增添豐富生命力。

當天健行途中，不少鄉親駐足欣賞林間景色，並對植物生態展現濃厚興趣。尤其漫步於湖岸垂柳步道，綠柳隨風搖曳，湖面倒映著藍天白雲與樹影，令人心曠神怡。行經落羽松林區時，更有許多人停下腳步拍照留念。雖非變色季節，但高聳挺立的樹林仍散發獨特靜謐氛圍，讓人深刻感受自然療癒力量。

除了植物景觀，大湖公園更以豐富鳥類生態著稱。湖邊經常可見白鷺鷥、夜鷺及悠游水面的鴨群，依季節不同，還可能觀察到蒼鷺、大白鷺等候鳥。活動當日，不少參與者驚喜發現湖畔鳥影翩翩，紛紛拿出手機記錄美景。有人笑說：「平常只能在電視裡看自然生態，今天竟然近距離看到，真的很難得。」

健行活動最珍貴的，不只是沿途美景，更是大家在過程中建立起來的互動與情感交流。隊伍行進間，不少鄉親邊走邊聊，分享人生經驗、生活點滴，也有人回憶早年廣東家鄉的人文風情。歡笑聲不時在林蔭步道間響起，讓整個活動充滿溫馨氣氛。

現代人生活節奏快速，健康意識愈來愈重要，而透過健行活動，不僅能鍛鍊身體，更能走入自然、舒緩壓力，同時增進會員之間的聯誼與交流。他也希望未來持續規劃更多寓教於樂且具健康意義的活動，讓台北市廣東同鄉會成為凝聚鄉情、傳承文化的重要平台。

同鄉會的力量不只在於活動本身，更重要的是透過彼此關懷與參與，建立長久深厚的鄉誼。每次活動，都是情感延續的契機，也是讓新舊會員彼此熟識的重要橋梁。

活動尾聲，全體人員在湖畔進行大合照留念。大家臉上掛滿笑容，為這場充滿健康、歡樂與溫情的健行活動留下最美好的紀錄。許多鄉親意猶未盡，紛紛表示期待下一次活動再度相聚。

台北市廣東同鄉會大湖公園快樂健走活動，不僅讓鄉親在繁忙都市生活中享受難得的自然時光，也透過共同健走凝聚彼此情感。湖光山色映照的不只是自然之美，更映照出台北市廣東同鄉會長久以來團結互助、情誼深厚的精神。未來相信在大家共同努力下，這份溫暖的鄉情將持續傳承，攜手走向更加美好的未來。（常務理事賴柏儒）

