



北加州台灣長輩會

Senior Taiwanese Association Of Northern California

活躍的成年人 55+

2025 年第 4 期季刊

10/1/2025 發行

會長的話

各位親愛的長輩們，大家好！

時光流轉，四季總是悄悄走過。童謠裡唱著：「春天不是讀書天，夏日炎炎正好眠，過了秋天冬天到，收拾書包好過年。」一句輕快的歌謠，道盡了歲月的腳步。

能住在舊金山灣區，我們真是幸運。這裡四季如春，景色如畫，人文風雅。偶爾聽到那首熟悉的舊金山之歌，旋律悠悠，總讓人心情舒暢。找個閒暇時光，和朋友相約出遊吧！別忘了，頭上還可以插上一朵小花，為生活添一點詩意。

轉眼間，中秋佳節又要來臨了。秋天，是一個讓人陶醉的季節，成熟而圓滿。就好比我們的長輩，歷經歲月洗鍊後，更顯得智慧與光彩。未來的日子裡，願我們依舊懷抱熱情，繼續為家庭、社區與社會貢獻心力。

在這美好的季節，祝大家身體安康、平安喜樂。中秋快樂，也預祝重陽節快樂！

長輩會是非營利組織，您的捐款可以免稅，真誠邀請您支持我們。支票請支付給 STANC，並寄到：

STANC c/o Mr. Stanley Lin
31377 Wheelon Ave.
Hayward, CA 94544



會務報告

2025~2026年會務行事曆

年度	重要活動時間表	
2025	重陽節慶祝大會	十一月一日
2026	春節慶祝大會暨年會	二月七日
2026	母親節慶祝大會	五月二日
2026	父親節慶祝大會	八月一日
2026	重陽節慶祝大會	十一月七日

年度	長輩會通訊季刊出版時間表	
2025	第四季	十月一日
2026	第一季	元月一日
2026	第二季	四月一日
2026	第三季	七月一日
2026	第四季	十月一日

2025~2026 理

10/01/2025	籌劃重陽節慶祝大會
01/18/2026	籌劃 2026 年年會
04/12/2026	籌劃母親節慶祝大會
07/12/2026	籌劃父親節慶祝大會

監事會議日期



長輩會近期痛失一位南區會員吳英哲

敬請家屬節哀保重

感謝禮品捐贈

父親節活動禮品捐贈名單如下：

王淑梅理事 精美禮品 10 件
劉淑珍理事 精美禮品 1 件
文教中心莊雅淑主任 精美禮品 1 件
陳麗都理事 紅包 50 元 1 件
高玉麗 精美禮品 3 件
徐民忠理事 精美禮品 1 件
業漢平會長 50 元紅包 2 件
黃小玲理事 精美禮品 1 件
謝智惠 精美禮品 3 件
北加州台灣同鄉聯合會會長 黃桂華 紅包 25 元 1 件
陳碧雲 紅包 20 元 2 件
舊金山台北經濟文化辦事處 精美禮品 1 件

繳納 2026 年年費調漲通知

長輩會長期維持年費金額，但由於通貨膨脹物價上漲，經理事會依照 2025 帳目決議，在此正式宣布：

2026 年會費將調漲至每位會員 \$40。

歡迎新會員

山下慎一、陳瓊瑩、施維錦、陳中和、陳和慧、陳世葵、陳毓綉、黃喜芯、黃敏芳、謝碧玉、莊素芬、張美芳

普通會員七月份季刊出版以來，已繳 2025 年會費

北區：洪美和、紀淑卿

南區：胡嘉香、謝敏惠、陳俊雄、凌小惠、李敏益、范瓊瓊、江淑瑾、高逞陽、吳碧蕙

重陽節活動預告：

小提琴演奏古典音樂及台灣民謠。指導老師 Elbert Tsai

父親節活動剪影
更多活動照片請到 www.stanc.org



會員投稿：



點點滴滴在心頭

陳桂蘭

每年四次的長輩會我都有參加，記得今年母親節的聚會，還是準時報到，進入會場到處走走，希望的就是碰到熟悉的朋友，因為參加長輩會已經 20 年有餘，看到相識的朋友當然是趕快寒暄幾句，看到李太太，李太太竟然放下身邊的所有東西給我一個擁抱，那真是一個深深的擁抱，李太太今年 88 歲，也是今年的模範母親，而我 42 年就是在她的公司上班，她是我的老闆，這個擁抱真是太溫暖了。

8 月 2 日是父親節聚會，陳重焜先生又是送給我一盒他們家種的桃子，他們家桃子比外面賣的好吃有多多，這種盛情難忘，爸爸在世時，我們父女分享，而今爸爸陳教授已經離我們而去一年半，我就放在冰箱裏，每天吃一個。蔡紀東夫婦也帶給我一包他們家種的桃子，多年來，他們夫婦總是深深地記得我，這些 友情叫人難忘。

***Portland (波特蘭)之旅

七月中旬趁著外孫還沒開學，女兒安排一個星期到奧勒岡州的 Portland 度假，非常幸運，多年來我總是跟隨他們到處去度假，寫下一些趣事。

7/22 是出發的日子，我從 San Jose 出發，女婿、外孫和小狗從 LA 出發，女兒剛好在捷克拍完廣告片，從捷克出發，約好在波特蘭見面。

7/22，大弟可以載我去 San Jose 機場，早就準備好了一切，沒想到快到機場時才發現我忘了帶手機，登記證在手機上，趕緊折回，幸運地，到達登機口時，已經廣播在找尋我，趕緊揮手，半跑進機艙，等到坐定，飛機就關門，準備起飛了，真是幸運，更感謝大弟給我的愛心。

結果如期在 Portland 機場會合女婿、租車、到超市買所需要的食物和飲料，一起住進 Airbnb，女兒也在晚上到達了 Airbnb。

第二天遊動物園。第三天開了二小時的車去海邊，看著大海，漫步海灘，輕鬆又愉快。第四天去農夫市場，除了買一些新鮮的水果，吃有臺灣口味的飯團是最愛，下午逛書店和買紀念襯衫，每次買東西給外孫，他都會給我一個感謝的擁抱。晚上看戶外燈火表演，停車場停滿了車，而每個家庭都帶著毛毯和點心，在廣場上打地鋪，仰望天空的燈光變化，才知科技的進步，而外孫居然在快結束時，蓋著毯子，躺在我的身上睡著了，直到燈火下山。

第五天租了一隻有人駕駛的小遊輪，遊 Willamette River 二個小時，是一種很新鮮的經驗，居然船上備有毛毯，雖然大熱天，但河上的風很大，和孫子倆人在一起，緊緊地裹住身體。

第六天去 Willamette River 看停泊在河邊的潛水艇，有導遊沿艇介紹，讓我回想起來，就好像是我們當年的課外教學。

第七天該是回家的時候，雖然意猶未盡，但女兒全家必須回 Santa Monica，而我帶著滿足的喜悅飛回 Sunnyvale。

****生日快樂

九月初，難得女兒今年有空邀我到 Santa Monica 過生日，而我欣然接受，尤其可以跟外孫生活一個星期，外孫 11 歲，夏天剛升上 middle school。

中午的飛機到達 LA，女兒馬上帶我去吃韓國豆腐，已不記得多少年沒有去吃了，想當年偶爾住在 Campbell 的秀美會邀我同去吃，而今秀美已經不再開遠程。晚餐孫子有同學的生日 Party，女兒就帶我去吃旋轉枱的日本壽司，又是一個新的體驗。Covid 四年，深居簡出，好像不再上餐館。

到了女兒家，看到每次我和孫子見面時，必定在牆壁的身高劃痕，幾個月不見，孫子已經比我長高了，是很驚喜。

隔天是我的生日，女兒預約了義大利的餐廳，很少上餐館的我，這才明白義大利的食物是那些，真是一個愉快難得的餐聚，也謝謝女兒、女婿、孫子的孝心。在過後的幾天女兒有意帶我去吃不同國家的餐館，而我也品嚐了不同口味的食物，算是有了一點心得。

曾經在 YouTube 看到無人駕駛的車子 Waymo，感到無比的好奇。沒想到在 Santa Monica 的馬路上竟然看到有不少來來往往的，終於看到想像中的真實車子，女兒說，她也曾經租用過。這讓我告訴自己，要走出去，外面的世界是永遠在變化的。

又想談的是孫子的笛子練習，學校每星期有固定的課程，課外有半個小時的私人教學，差不多每天晚上都要在家練習，當然此刻我是最好的聽眾。

還有我最喜歡看孫子 foot ball 和籃球的練習和比賽，覺得有幸能夠享受所愛。

一個星期很快就過去，好久沒有講英文，這回我算是溫習了一下，否則無法與女婿和外孫溝通，時間太短，無法傳授台語，不像女兒台語呱呱叫，因為她是在爸媽的照顧下長大。總算滿懷溫馨的回憶搭機回 Sunnyvale，期待下次再相見。



2025 年重陽節慶祝活動

時間：2025 年 11 月 1 日 上午 10:00 至下午 2:00

請於上午 9:30 -10:00 準時報到，避免造成服務人員的不便

地點：南灣華僑文教中心 100 S. Milpitas Blvd., Milpitas,

節目：演講，唱歌，午餐，交誼，抽獎

請利用以下四種報名方式，**報名截止：10/25/2025**

1. 網站報名：<https://www.stanc.org> 網上報名 → 活動報名 → 重陽節活動

2. Email 報名：168STANC@gmail.com

3. 電話報名：

北區理監事：黃桂華 (510) 709-7107，蔡張淑美 (510) 921-823 林宇哲 (510) 468-5716，
劉淑珍 (510) 770-9432，葉漢平 (510) 882-5158。

南區理監事：陳麗都 (408) 623-5024，黃小玲 (408) 464-0966，張美卿 (408) 888-5052，
徐民忠 (858) 361-4956，張敦玲 (408) 712-6389，王淑梅 (408) 431-7886，
高逞陽 (408) 599-4858，謝隆勝 (408) 421-8119。

4. 報名回條

注意：請撕下此單頁，填寫、折疊後放入信封，貼上郵票，再寄至：

Senior Taiwanese Association of Northern California

北加州臺灣長輩會 c/o Cleo Chiang, 4911 Mildred Drive, Fremont, CA 94536

✂-----✂-----✂-----✂-----✂-----✂-----✂-----✂-----✂-----✂

北區： 南區：

請填上參加會員的姓名並註明隨行的非會員人數及葷食、素食便當總數，以準備供應午餐的份數。2025 年度會費 每人\$30，便當免費。非會員酌收便當費 \$15。

參加會員姓名	隨行非會員	葷食	素食
	_____ 人	_____ 份	_____ 份
	_____ 人	_____ 份	_____ 份
表演會員姓名	表演項目	表演時間 (每人不超過 7 分鐘)	

****請務必將報名回條於 2025 年 10 月 25 日前寄出 (以郵戳日期為準)****

****請注意**** 欲參加實體長輩會慶祝活動者，必須同意必備條件：活動當天沒有與呼吸系統相關的症狀。為了環保並避免服務人員搬過重物品受傷，請自備飲水或空水瓶，會場有供應飲水可使用。

歡迎參加我們長輩會的長青卡拉 OK 俱樂部，聚會地點在 Age Well Center，Lake Elizabeth 老人中心，Fremont，CA。有興趣者，請連絡何秀滿 (510) 493-3879 或 蔡張淑美 (510) 921-8234。

