

熱在三伏天

三伏天是一年最熱的時候，都說熱在三伏。今（110）年6月21日是夏至，但是數伏並不在夏至開始，而是從7月12日開始數伏；因此今年從7月12日入伏，中伏從7月22日開始8月10日結束，中伏20天，三伏天總計40天，8月21日（中元節前夕）出伏。

在三伏天裡最熱的就是中伏（7月22至8月10）了，中伏養生飲食：「二伏吃麵」，伏天除了喝熱湯麵，還可以吃過水麵。吃後出一身汗，發汗可以驅病疾；「二伏喝茶」，二伏借茶消暑又成了人們的首選。專家指出，夏季喝茶不但可以驅暑消夏，還有很多保健效果。不但有解除油膩，幫助消化，而且還對心血管如高血壓、冠心病等有防治作用。

台北市廣東同鄉會會員子女獎（助）學金發給辦法

第一條：台北市廣東同鄉會（以下簡稱本會）為獎勵本會會員（含贊助會員）及其子女，在國內各中等學校、大專院校及碩、博士研究所就讀之學生，敦品勵學，力求上進，訂定本辦法。

第二條：本會會員入會滿一年及繳納會費者，其本人及子女，經教育部立案之公私立高中（高職）及國中學校之日間部及夜間部（進修推廣部）正式生、大專院校大學部（不含空大）、碩士班及博士班之學生（不含在職進修人員、公費生及交換學生），該學年度上下兩學期平均學業成績八十分以上，且該年度未享有任何公費，操行甲等或八十分以上，體育成績及格者；得申請本會學年度獎學金；家境清寒平均學業成績七十五分以上，操行乙等或七十分以上，體育成績合格者，得申請本會學年度助學金。

第三條：申請日期，自每年九月一日開始，至十月卅一日止，逾期恕不受理。

第四條：申請人應於規定時間內，檢具下列文件，送請本會獎學金審查委員會審查：

- 一、申請書一份（以本會印發格式）。
- 二、上學年度上下兩學期學業、操行及體育成績報告單正本全份。
- 三、自傳乙份（三百字以內）。
- 四、申請人年滿二十歲，尚未成為本會會員者，需須於申請時提出入會申請書（本會女性會員與非粵籍丈夫所生子女從母姓者得申請為會員）；申請人未滿二十歲，須於申請時提出其直系血親為本會會員證明文件。
- 五、申請助學金者，另需檢具家境清寒證明書乙份（請村里辦公處所查明出具），或低收入證明正本一份。

第五條：本會會員子女獎（助）學金，係由本會每年提撥之專款發放。獎助學金名額國、高中生各三十名、大學（含五專四～五年級）碩、博士研究生共三十名。經本會核定之學生，依學校、科系及成績高低綜合評比（獎學金、助學金名額比例8:2，如無人申請助學金時，其名額併入獎學金）。研究所（含碩士、博士生）以上者，每名發給獎（助）學金新台幣一萬元及獎狀乙紙。大學生（含五專四～五年級）以上者，每名發給獎（助）學金新台幣八千元及獎狀乙紙，高中生每名發給獎（助）學金三千元及獎狀乙紙，國中生每名發給獎（助）學金二千元及獎狀乙紙；每年獎（助）學金名額，本會得視專案基金之財力情形予以調整。

第六條：本會核定受獎學生後，將分別通知各受獎者前來參加頒獎典禮，領取獎（助）學金及獎狀（不得代領）。台北市及新北市以外學校之受助學生，報到時本會酌發交通補助費。典禮當日未來領者，限於兩週以內，親自來會具領，但不發交通補助費；或填具「補發申請書」述明未能到會領取的充分理由，並檢具相關證明文件掛號函送本會審理。逾限未領者，或未提出申請書者以棄權論，並將其未領獎學金退回本會獎（助）學金專戶。若有特殊情形，本會獎學金審查委員會專案處理。

第七條：受獎學生如為本會會員，應踴躍參加本會各項活動。

第八條：申請本會獎（助）學金各級學位期限：博士班四年、碩士班二年、大學部及國、高中依其正常修業年限（延長年限不得申請）。

第九條：本辦法經理事會通過後施行，修訂時亦同。

台北市廣東同鄉會會員子女獎學金即將開放申請 增加國高中名額、大專以上獎學金提高至八千元及一萬元

為加強服務會員，提高會員福利，本年度會員子女獎學金，增加國高中名額，大專以上學生獎學金也由六千元分別提高到八千元及一萬元，請各會員子弟有符合申請資格者，勿放棄您的權利。

◎台北市廣東同鄉會會員子女獎(助)學金申請書可至本會網站下載或至本會索取。
(見第4版：台北市廣東同鄉會會員子女獎(助)學金發給辦法)

台北市廣東同鄉會 常務監事林煜 樂助本會獎助學金

110年7月6日台北市廣東同鄉會林煜常務監事以公子林文名義捐贈本會獎學金12,000元，嘉惠更多傑出粵籍子弟。

重現王大閔生命歷程 獲藝術獎大獎 王大閔籍廣東東莞 著名建築師 104歲紀念

第19屆台新藝術獎頒獎典禮7月10日網路直播揭曉獎項。其中年度大獎由舞蹈家葉名樺受台北市立美術館之邀，為「王大閔建築劇場」量身打造的作品「牆後的院宅」，獲藝術獎「年度大獎」。

王大閔（1917年7月6日－2018年5月28日），原籍廣東東莞，著名建築師、作家與翻譯家，建築作品以國立國父紀念館及「國立故宮博物院競圖原案」最為知名。父親是著名法學家王寵惠。王大閔是華人第一代最早接受西方現代建築洗禮的標竿性人物，辭世享壽101歲。王大閔於1952年來台，被公認最能代表他建築風格的，是在舊建國南路的自用單身小宅，是他在台灣開業後的第一個作品，「建國南路自宅」，重現於台北市立美術館旁的圓山美術公園內。

王大閔最有名的建築：林語堂宅（1963年，現為林語堂故居）、虹廬（1964年），歷史建築、亞洲水泥大樓（1966年）、登月紀念碑計畫案（1968年）、中華民國教育部辦公樓（1971年）、中華民國外交部辦公樓（1972年建前棟，1985年建後棟）、國立國父紀念館（1972年）等60餘項。已登錄文化資產的建築有7項。

國內郵資已付
台北郵局
第五支局
許可證第774號

印網E地發中
刷址址話址行
：：：：：：：
金http:tpc.kitca@msa.hinet.net
樽http://www.tpekta.org.tw/

嶺南特訊

月刊

第452期

發行人：葉 炯 超

社 長：黃 治 雄

主 編：鄭 弼 儀

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：二二一—七五四—傳真：二二五一—三二六六

臺北市立美術館兒童藝術教育中心 志工招募至 12/16 止網路報名

北美館兒童藝術教育中心辦理志工招募，即日起至 12 月 16 日止開放網路報名，並於 12 月 18 日（星期六）下午 1 時起舉辦面談，邀請喜愛藝術、樂於分享、對美術教育工作有熱情的朋友報名參與，擔任最近距離親近藝術、最前線的兒藝中心志工，與美術館共同實現推廣藝術的理想。（年滿三十歲）

北美館兒童藝術教育中心自 2014 年推出首檔「禮物」教育計畫以來，每一檔計畫專為大小觀眾規畫設計，營造親近藝術、啟發感知及想像力的體驗與學習空間。我們為兒藝中心志工致力規劃完整的訓練，包含基礎及專業內容，由參展藝術家、相關領域的專家學者擔任授課，以互動式、情境式的導覽為主，藉此累積兒藝志工們專業的兒童導覽與互動技巧等能力，期盼志工付出熱誠的同時，不斷透過與藝術的近距離接觸與親身體驗，在兒藝中心這個有機體中共同成長，成為藝術最大的受益者。

歡迎對教育、藝術感興趣，有志於藝文推廣的朋友，加入志工行列。報名表見網址（<https://www.tfam.museum/Common/editorRelated.aspx?id=115&ddlLang=zh-tw>）。

面談日期

2021 年 12 月 18 日（六）

13:00 至 13:30 報到，13:40 截止報到

臺北市立美術館 兒童藝術教育中心 11007 期志工報名表

中文姓名_____ 英文姓名_____

性 別_____ 出生日期____年____月____日

聯絡電話_____ 手機_____

E-mail _____

通訊地址_____

第二聯絡人姓名_____ 電話_____

與第二聯絡人關係_____

請問您是否接受過「志工基礎訓練」_____請填（是、否）

是否領有「服務記錄冊」_____請填（是、否）

您如何得知招募訊息

☐ 官網訊息 ☐ Facebook ☐ 電子報 ☐ 親友推薦告知 ☐ 其他____

請仔細閱讀並完整回答下列問題：

是否曾經在其他單位擔任志工？請敘述您擔任志工的經歷：

請簡述您個人的學經歷：

您想成為北美館兒童藝術教育中心志工的主要原因是：

填寫完成後，請 E-mail 至 shu-yishi@tfam.gov.tw 施小姐

疫苗接種前的準備（參考）

專業術語

D-1 指注射前一天 D0 指注射當天

D1-3 指注射後 1-3 天

《注射疫苗照顧 / 減輕副作用》注意事項

D-1，注射疫苗前一至兩天

1. 一定要睡飽。

D0，注射疫苗當天

2. 一定要吃早餐：減輕腸胃和頭部不適症狀。

3. 注射前 1-2 小時，大量喝水，至少 200-300cc。

4. 黃耆枸杞紅棗菊花，熬煮或沖泡，可增加免疫力補元氣：

（1）注射前一小時喝 200-300cc 左右，放涼喝，避免高溫造成假像發燒。

（2）帶一瓶同樣量出門，溫涼，在注射後 30 分內慢慢啜飲。

5. 不可以揉打針部位，如果怕疼痛可以帶冰塊前往冰敷，或是回家冰敷 15 分鐘，如果事後疼痛可以二小時一次。

6. 有些人或會頭暈，最好有陪伴者回家。

7. 回家後：注射 24 小時內，除了睡覺、或是心臟腎臟問題限制水的以外，儘量每小時喝 200-300cc 水，怕喝白開水的，可以用維他命發泡劑或是運動飲料稀釋。

D1-3 天，注射疫苗後一至三天

8. 四小時量一次體溫：前三天或斷續發燒者，在注射後 1.2.3.7 天回報疾管家，沒事也回報可以統計國人的副作用狀況。

9. 在 24 小時後肌肉有點酸痛，很像爬山後，可以冰敷、或塗抹酸痛藥，但是記得不要揉。

10. 四肢的肌肉有些人會有點腫痛，就在家裡走步，促進血液循環。

11. 如有發燒者，需要繼續使用上面第 7 的指示，也建議萬一發燒，先物理性的退燒（就是溫水擦拭身體、通風、多喝水），若發燒持續或出現嚴重不良反應，則須立即就醫。

本會會員 鄭先禮 轉介分享

港大第一位榮獲英聯邦獎學金畢業 科學家張振嵩博士 93 歲辭世



摘自 2021 年 6 月 19 日《多倫多星報》

張振嵩博士 1928-2021，科學家，教授，是香港大學第一位榮獲英聯邦獎學金的畢業生，Harry TS Cheung 於今（2021）年 6 月 11 日辭世，享耆壽 93 歲。

張博士出生在香港，祖籍廣東番禺，留學英國進入格拉斯哥大學，獲海洋生物學博士學位。學成後在美國邁阿密大學，成為佛羅里達石蟹研究的著名研究員。然後，他同年輕的家人遷居到加拿大，在那裡他在特倫特大學及麥克馬斯特大學任教，育有二子。在多倫多退休後仍然活躍於文化團體。他的粵語詩歌曾發表在《廣東文獻季刊》（另有「廣州私塾受業記」發表於第 186 期），以及加拿大華人報刊上，2010 年出版原創詩集。

張博士曾在西奈山醫院為農曆新年籌款活動，自願提供他的書法技巧。在鄭永光大師的指導下，終生練習吳式太極拳，以後他在伯靈頓華人社區中心教授太極拳。他終生愛好包括中西棋、歷史、文學、中國占星術，是一位有著文藝復興時期精神的學者。

王惕吾先生新聞獎學金 9/16 起受理申請

聯合報系文化基金會第 28 屆王惕吾先生新聞獎學金，將於 9 月 16 日起受理申請，今年上傳的指定短文是「我覺得什麼公共議題，最值得願景工程深度報導」一篇，限 800 以內歡迎不限科系的大學三年級以上學子踴躍參加。

今年是聯合報系歡迎有意參加的同學先上願景工程網站瀏覽，再請不限願景工程已做過的報導，就自己觀察，認為最值得探討的公共議題，從是什麼、為什麼，以及如何做？等三個層面撰寫短文。願景工程網站：<https://vision.udn.com/vision/index>。

這項獎學金是為獎助對傳播事業發展有創新理念之優秀學生而設立，凡國內各大學科系三年級（含）以上之日夜間部學生，以及研究所博碩士班二年級（含）以上之學生，前一年學期平均成績均達 78 分以上、且無任何一科不及格者，都可上基金會官網填寫申請表、上傳成績證明及在學證明，並附上基金會所指定短文。評選將由基金會聘請資深新聞工作者擔任評審審閱，指定短文成績前 30% 進入複審，再以學業成績占評分成績 30%、短文占評分成績 70%，合計後以總成績高低順序擇優錄取。

本年度錄取名額上限為 24 名，大專生最多錄取 12 名，每名獎學金 2 萬元；研究生最多錄取 12 名，每名獎學金 3 萬元。9 月 16 日起至 10 月 15 日受理申請。詳細報名辦法請上聯合報系文化基金會網站（<http://fund.udngroup.com/NewsScholarship.php>），洽詢電話 02-2765-2000#5179 楊小姐。

多謝晒！「不要讓粵語從我們消失了！」

—梁雪華教學感言—

時光飛逝，轉眼間第十六屆第二期粵語班課程已過了三分之二，因應疫情中央政府三級警戒規定，粵語班自 5 月 15 日起全面停課至 7 月 26 日，靜候警戒解除後復課。學員們十分認真努力用心學習，每週風雨無阻積極出席，為把握上課機會，不計距離、不惜忍受飢餓、放棄約會、甚至推辭出席親友婚宴...，勤奮好學的精神、同學間期許一起進步的無私分享、互助（懷念李文洪同學），一同綻放出優異的學習成果，令我至深感動與敬佩、並大得鼓勵... 多謝晒！您哋好嘢！（您們實在很了不起！）

學無止境，完成兩期的粵語「基礎訓練」，僅只代表「啟蒙階段」結束，這是不夠的，還必須繼續多方練習多聽多說多看，請相信自己！只要「有心」，且肯「俾心機」，「廣府人講廣府話」的目標，您必定能達到的！

期盼「不要讓粵語從我們消失了！」加油！

感謝台北市廣東同鄉會！

110 年粵語第二期週六進階班感言 許宇瓊

在不斷的前進學習中，從初級的基礎訓練結業，滿心期待進階班的開課，終於等到今年三月六日這一天，生活化的學習，貼近日常生活的活用，如春節假期與母親節有乜野節目呀？不僅分享同學的生活種種也能訓練同學試著用粵語表達，鼓勵我們多說、敢說、不怕說，老師還是不厭其煩的一而再，再二而三導正發音、耐心修正字辭.....，除此上課還有豐富小吃、民

俗文藝、動物魚類、醫療、國家地名、特產特色... 還有老師精編喇覺（一）喇覺（二）.... 等與粵語兒歌：世界真細小及其他粵語歌曲的粵語練習，節節精彩，學習多元寬廣，有幸受教，謝謝台北市廣東同鄉會、謝謝梁雪華老師！

（謹以此感言獻給 6 月 13 日病故的李同學文洪）