



用您的手機掃描QR code,
即可瀏覽網站!!



四十週年110年1-6月份半年刊
台灣省仁光愛心協會

創辦人：歐陽秀蘭
地址：台中市北屯區興安路一段162號
郵政劃撥帳號：20616428
立案字號：社二立字第780308號

電話：(04)22315668
傳真：(04)22307797
戶名：台灣省仁光愛心協會
網址：http://www.twjk.artcom.tw

宗旨與任務

本會以「仁愛光輝」促進社會福利事業為宗旨，任務如下：

- 一、捐助突發災難、孤苦無依、貧病急需治療者，並轉介其他社會福利機構。
- 二、配合社會福利相關法規，因應社會福利需要，辦理單親家庭、殘障、老人、兒童、少年福利服務工作。
- 三、贊助社會福利機構。
- 四、其他相關事項

本會服務項目

- 急難救助
- 獎助清寒學童
- 關懷兒少、老人
- 冬令救濟/端午救濟
- 配合台中市志願服務推廣中心祥和小隊相關活動

清寒獎助學金發放明細

地	區	學 校	名 額
南投縣	信義鄉	同富國小	20名
		人和國小	6名
	國姓鄉	國姓國小	20名
彰化縣	芳苑鄉	芳苑國小	6名
	大城鄉	大城國中	20名

* 國中每位一千五百元，國小每位一千元。

大愛聲音回響

李益美 2020.3.25

謹以此文紀念仁光創會長 歐陽秀蘭女士

一位自我提升、自我超越，守護生命、守護大愛的長者走了，輕輕放下帶著無限生命的昇華，慈藎、安詳的到極樂世界遨遊
歐陽姐，您辛勤開展一條又一條慈善路，永遠在人世間發光發亮

年紀輕輕46歲先生往生，從一位醫生娘的優渥生活，跌入憂傷深谷，隔年勇悍的您即神勇的自我提升、自我超越，由小愛的家庭而走入大愛的宇宙。造就了仁光愛心協會的創立，繼之植物人安養中心成立，華山文教基金會的誕生，均發揮到極致。

筆者在社會服務中，曾遇過華山基金會社工熱心服務精神，令人肅然起敬，巧合同伴一獨居老人個案，其實此個案行動自如，但需求到住家服務、清理屋內雜亂，修理房子…等等，華山發動志工全部買單。

在萬和宮看到此個案對神明虔誠，來福智領寒冬送暖物品對佛菩薩虔誠禮拜，一直想引導他參加老人關懷據點身心靈饗宴，可惜他沒興趣，愛騎著老摩托車到處遊，車禍三年前往生，不甚稀噓與遺憾。

正如歐陽姊您說的一個植物人會拖垮一個家庭，甚至蔓延到社會，受台北曹慶董事長之託，承辦了艱難任務，在您的慈悲、喜捨充滿熱誠愛心感召下，一群一群志工不斷參與學習、成長、茁壯，發出如一片片紅彤彤的金光，傳唱著愛的光芒。

感恩您創辦了仁光愛心協會，讓筆者從未退休前一直到現在，仍然是仁光的一員，記得您不斷要筆者接會長時，不時鼓舞提振，不忍拒絕提攜美意，聽到願意接掌艱鉅工作要我去印名片，您用心良苦。卸任後跟你致歉，唯一沒作的是沒印名片，您笑得好開懷，說沒印名片，比印名片還做得有聲有色，感恩您的肯定、鼓舞，不接第二任是要讓歐陽姊善的傳流，增長廣大，讓仁愛光輝永遠照耀每個角落。一個人心量有多大，事業就有多大。一個人心能容多少，成就就有多少。

與仁光同行善友 ~共勉之~ 註：「蹺」唸ㄑㄩㄥ，形:走路的聲音

吃出健康

林金卿

我們在日常生活中每天所吃的食物種類很多，若是吃對了有益健康，但是吃錯了不僅有害更可能致病，所以我們千萬不能掉以輕心。以下有十種食品，不吃無害多吃就會造成身體的負擔與不適，請大家要多加注意。

- 一.皮蛋:一般製造商在製作皮蛋時常添加定量的鉛，所以我們若經常食用恐會引起鉛中毒，同時還會造成體內鈣的流失。
- 二.味精:為了增加食物的美味大家總會加入，但是每人每天對味精的攝取量以不超過6公克為原則否則有害身體。
- 三.菠菜:菠菜營養很多但因含有草酸，導致食物中寶貴元素「鋅與鈣」與之結合而被排出體外，從而容易引起人體中「鋅與鈣」的缺乏。
- 四.豬肝:一斤的豬肝所含膽固醇達四百毫克以上，所以若吃過多的豬肝恐怕會導致動脈硬化。
- 五.烤肉:由於肉在燒烤過程中會產生「苯」的有害物質，是誘發癌症的因子。
- 六.醃菜:如果醃菜在製作時方法不正確會隱藏致癌物質，故不宜多吃。
- 七.油條:油條中的明礬含「鋁」的無機物，如果常食用鋁就難由腎臟排出，進而影響大腦及神經細胞引發老年性癡呆症。
- 八.臭豆腐:臭豆腐在發酵過程中極易被微生物汙染，同時又會發揮大量「鹽基氮」及「硫化氫」等，這些都是蛋白質分解的腐敗物質對人體有害。
- 九.葵花子:葵花子中含有不飽和脂肪酸，多吃會影響肝細胞的正常運作功能。
- 十.速食麵:速食麵中含有對人體有害的色素及防腐劑不宜常吃。

以上知識是根據書中的解說僅供參考，相信食療勝過醫療，做到少肉多素，增加免疫力，才能戰勝病魔，迎接平安喜樂的生活!

~~在此祝福大家吃出健康以愉悅的心情過每一天~~

捐血宣導活動



理監事會議及頒發當選證書



新春團拜



清寒獎助學金



人和國小



人和國小



大城國中



阿富國小



阿富國小



芳苑國小



國姓國小



國姓國小

會員大會



