

否心思純正、無愧於心
這兩句話送給各位社員朋友，讓大家細細思量，每個人的人生要怎麼選擇就完全看自己了，最後祝福所有社員及各位幹部們身體健康、萬事如意。

遠離紅唇族檳榔不要來



根據行政院衛生署所做的96年死因統計結果分析，惡性腫瘤持續居十大死因之首，其中口腔癌位居第六。單就男性而言，更高居癌症發生率第四。而近十年來，台灣每年罹患口腔癌的人數從1700人增至4700人，成長了1.6倍；因口腔癌而死亡者從每年1000人增加到2000人，成長1.1倍之多。

嚼食檳榔，除了因為時常咀嚼使牙齒變黑、動搖、磨損及牙齦退縮，而形成牙周病、口腔黏膜下纖維化及口腔黏膜白斑症外，還會導致口腔癌。菁仔(荖花檳榔)和白灰包葉(包葉檳榔)都是具有致癌性，荖花檳榔中夾的荖花含黃樟素已經是一級致癌物質，而包葉檳榔不管是天然的白灰或是合成的白灰，因為多半纖維較粗且嚼食者也大多大量嚼食，因此容易增加口內外傷的機會，當口內有外傷時再持續刺激，人的口內就會引發病變，一般民眾會誤以為包葉檳榔較不具危險性，其實觀念並不正確，檳榔致病的途徑有許多原因，每種檳榔都會有致癌性。並經許多流行病學研究證實嚼食檳榔與口腔癌有密切關係。從國內醫療院所數年來的研究結果顯示，口腔癌之患者中約有88%有咀嚼檳榔的習慣。如果嚼檳榔合併吸菸者，更容易引起口腔癌、喉癌、咽癌和食道癌，而且嚼檳榔、吸菸又合併喝酒，則更有加乘的致癌效果。口腔癌雖然可怕，卻很容易在早期出現徵狀時被發現，若能早期發現早期治療，治癒機率是很高的，也比較不會留下嚴重後遺症。

什麼是口腔癌早期症狀?

1. 口腔黏膜變白或變紅，摸起來感覺粗糙。

2. 嘴破的地方，超過兩個星期仍然無法癒合。
3. 口腔臉頰內外，有不明原因的腫塊或突起物。
4. 張口吃東西或說話、喝水時都有困難，舌頭周遭麻痺沒有知覺。
5. 經常覺得口腔裡面乾澀、灼熱、刺痛，非常不舒服。
以上症狀，有可能口腔癌前病變的徵兆，請儘速至耳鼻喉科或牙科檢查。

口腔自我檢查六步驟:

1. 觀面——看膚色及兩頰對稱性。
2. 按頸——尋找是否有硬塊或觸痛。
3. 弄唇——嘴唇往上翻及下翻，檢查唇內部是否為正常的粉紅色。
4. 翻頰——手指觸摸口腔內及舌底下是否有硬塊，黏膜組織顏色是否變白。
5. 看頸——發出「啊」的音，檢查頸部有無突起、潰瘍。
6. 吐舌——將有光澤粉紅的舌頭伸出嘴外，並左右擺動，看看是否十分靈活以及舌側緣有無白斑、紅白斑、紅斑、潰瘍或腫塊。

健保局呼籲三十歲以上吸菸或嚼檳榔的民眾，應就近至健保特約牙科、耳鼻喉科專科醫師之醫療院所做口腔黏膜檢查。並且戒除吸菸、嚼檳榔等不良之生活習慣，才能遠離口腔癌與癌前病變的威脅。

為了您的健康、顧及家庭的

幸福，橫山鄉衛生所於九十九年七月開設戒檳、戒菸班，由專業的醫護人員帶給民眾正確的口腔保健知識及拒嚼技巧，有意願遠離檳榔及菸害者可報名參加，或與衛生所連絡洽詢。

諮詢電話：035932004-5



新竹縣橫山儲蓄互助社

社刊

第六十三期

中華民國九十九年八月十二日

社長：葉日增
社址：新竹縣橫山鄉新興村新興街123號
電話：(03)5933067
傳真：(03)5932388
<http://tw.myblog.yahoo.com/rannieluo>

社務與財務

九十九年七月三十一日止

※內附9/18教育旅遊報名表

- 一、社員人數：一四三四人。
- 二、資產總額：一億二千五百四十六萬元。
- 三、股金結餘：一億零八百四十三萬元。
- 四、貸款結餘：六千六百五十六萬元。
- 五、九十九年社員大會于九十九年一月十六日召開。
- 六、社員防癌互助基金五十五人參加。
- 七、協會、區會九十九年幹部研習會四月十七日舉辦，理監事八人參加。
- 八、區會幹部夫婦聯誼由五峰社承辦健行活動五人參加。

感恩與未來的期許

理事長 葉日增

新竹縣橫山儲蓄互助社於民國77年8月開始籌備及舉辦多次教育座談，經由協會陳督導輝泉先生、新竹分會前主席陳朝杞先生、新竹分會幹事羅松茂先生的指導協助，也多虧創社社長義章先生及彭沐琛先生突破萬難、艱鉅，不計代價的努力，終獲協會核准於民國77年12月11日成立儲蓄部，開始社員儲蓄股金業務，經四個月儲蓄部考核期，社員有九十四人參與，股金伍拾壹萬參仟伍佰元，已達成立社基本條件經協會核准於78年4月2日正式成立「橫山儲蓄互助社」。

到目前為止橫山互助社的股金已破億，社員也有一千四百多人，業務在新竹區會中也時常名列前茅，而且最重要的是橫山社也有自己的「家」，雖然不是美輪美奐但卻是屬於社員自己的互助社，這一切真的是很難能可貴，當然這也是由大家共同努力的成果，沒有各位的認同支持就不會有今天的橫山社。

小弟擔任社長至今已歷四年多，時時刻刻都抱持著認真經營的態度，深怕未能擔起社長這項重任，但一路走來從一竅不通、懵懵懂懂中摸索學習，再是略知一二到入木三分，這一點一滴讓我建立了良好的基礎，幸虧有各位社員老板們及前社長、理監事及現任的幹部和專職小姐的配合、協助，小弟才能順利的擔起這項任務繼續為大家服務，今後我也希望各位社員老板們能加入橫山社的幹部行列，為我們橫山互助社的傳承盡一份心力，注入一股自我提升超越自我、挑戰不同的領域的新血，橫山社需要有好的人才來幫助橫山社朝現代的新潮流和更多的挑戰來繼續成長延續，也希望各位社員老板們能終身成為橫山社之自助助人的好社員。

逾期催收甘苦談



副理事長 劉禎瑞

副理事長在互助社的職責乃是協助理事長管理社務，並負責逾期放款及呆帳之催收工作；理事長未能執行職務時，代行理事長職務。

副理事長之工作要點：

1. 召集逾期放款催收小組會議，並分派小組成員訪問催收。
2. 督促「逾期放款一覽表」之製作。
3. 追蹤及報告逾期放款處理情形，並製作成催收紀錄。
4. 建立逾期放款資料檔。

在剛接任到副理事長這個職務時，內心百感交集也有一些惶恐，喜的是能為互助社的社員老板服務是我莫大的榮幸，惶恐的是不知是否能勝任這份工作，逾期催收這份任務對我來說是如此陌生也如此艱鉅困難，幸虧有理事長、前副理事長及兩位專職的指導與配合，讓我逐漸的進入狀況，也在這當中學習了很多法務方面和許許多多未接觸過的新知識，催收中也體認到形形色色不同個性的人類本性，催收中也因此學會了如何對不同的人用不同的方式和技巧請他們到社處理債務，當然催收中有苦也有樂，這份極富挑戰性的工作也讓我產生了一種莫名的成就感，在此要感謝理事會對我的信任付予我這項重大的任務。

在催收過程中最常用電話訪談，也有常有到逾期社員家中拜訪懇談，有時也到偏遠地區的工作場所拜訪，也曾有被狗追的經驗，也有一見面就聲淚俱下的社員，也有見到我們就馬上大門深鎖的，也有非常配合的，而電話訪談中有些電話撥通就知道是什麼情況的，也有電話掛掉就馬上出現在互助社的，當然也有總是說好好知道知道卻還需要三催四請的，這些都是人性百態，也說明了人與人之間誠

各位社員朋友及各位幹部們大家好：

我是社員邱正光，入社至今已16個年頭了，自從我是社員後，我知道互助社幫助許多人渡過人生中困苦生活的難關，當需要生活周轉時，可以不需要親戚，而互助社可以幫助社員們渡過這個困境。未來我希望更感恩的跟大家一起來共同創造光明正大、互助互惠的人民團體「互助社」。

想必各位朋友們大家都會看電視，電視連續劇的演出對你們的生活有所影響嗎？有些劇情真的可以讓我們省思和學習的，我想跟各位朋友分享這齣連續劇的劇情，叫「汪洋的人生」，在這影片中是描述一對夫妻居住在一個鄉村利用一點積餘小本錢飼養雞、鴨為生活，兩夫妻有五個兒子，其中最小的名字叫鄧豐喜，幼兒時就已是先天性兩肢腳殘障無法站立更沒辦法走路，但他還是爬著到鴨寮幫忙餵鴨，八歲唸書也依然用爬著到學校唸書，經過一段時間天氣變冷了父母見他如此辛苦，叫豐喜別去學校了，但豐喜依然堅持去學校，於是他就勤練三輪腳踏車，等到熟練後就騎著腳踏車去上學，如此堅忍的完成大學學業，而在即將大學畢業前遇見一位朋友，這位朋友幫忙豐喜做腳架，讓他有辦法走路，當他一天一天的越走越順時，同學們都非常佩服豐喜的毅然。最終豐喜就像這汪洋中的人生，他堅忍不拔的耐心不但娶得美嬌娘也有一份非常好的工作。

我想大家可能都對「汪洋中的一條船」這個故事耳熟能詳，這齣戲是改編鄭豐喜的故事，鄭豐喜，家住台灣中部一個小小的偏僻村莊：口湖鄉後厝村，自幼患有先天性兩腳萎縮症，兩腳不能站立只能爬行，以爬行迎向不可測的人生旅程。在爬行中，他嚐到了流浪的滋味，也嘗試過如同拾荒的生涯。他跟江湖老人與猴子在各處賣藝，他隨兩位叫賣的婦人飄游雜耍，他也提籃掛在脖子上，在農家收獲的日子，爬著去撿花生、拾田螺、找野菜。在流浪和拾荒中，雖然多少

汪洋的人生

社員 邱正光



信不同之處，雖然如此我們都必需克服困難，儘管再如何艱辛，我們都要繼續為每位橫山社的社員的權益做努力。未來的期許中我希望盡我最大的能力來繼續為這份職務做努力，讓我們橫山社的逾放比率能逐漸降得更低，我也希望貸款委員會在審核貸款時能更謹慎批核，也希望每個社員能明智的貸款，按期的還款，橫山社需要大家一起努力珍惜，讓我們一起來共創橫山社美好的未來。

不要預支明天的煩惱

有個小和尚，每天早上負責清掃寺廟院子裡的落葉。在冷颼颼的清晨起床掃落葉實在是一件苦差事，尤其在秋冬之際，每一次起風時，樹葉總隨風飛舞落下。每天早上都需要花費許多時間才能清掃完樹葉，這讓小和尚頭痛不已。他一直想要找個好辦法讓自己輕鬆些。

後來有個和尚跟他說：「你在明天打掃之前先用搖樹，把落葉統統搖下來，後天就可以不用辛苦掃落葉了。」小和尚覺得這真是個好辦法，於是隔天他起了個大早，使勁的猛搖樹，這樣他就可以把今天跟明天的落葉一次掃乾淨了。一整天小和尚都非常開心。

第二天，小和尚到院子一看，他不禁傻眼了。院子裡如往日一樣是落葉滿地。

老和尚走了過來，意味深長的對小和尚說：「傻孩子，無論你今天怎麼用力，明天的落葉還是會飄下來啊！」

小和尚終於明白了，世上有很多事是無法提前度的，唯有認真的活在當下，才是最真實的人生態度。

——摘自網路

次噙著淚水，含著悲痛，但他總能咬緊牙根，挺起脊梁，默默的忍受掙扎，表現出堅強的生命力。

就在一次狂風暴雨肆虐時，他縱然幾乎消失在屋倒物流的把握生命的意義，追尋生命的活動。殘腳爬行的人，世上並非沒有，只是很多殘障者，經不起痛苦的折磨，社會的歧視，不是遭天然淘汰(夭折)，就是自暴自棄的枉度一生，鄭豐喜雖自小伏地爬行，受盡人間的揶揄和嘲弄，然強烈的求知慾和向上心，卻使他爬過無數的荊棘、衝破層層的障礙，從不向命運妥協，本片不僅是鼓勵不幸殘障的人能藉此尋求到求生的燈塔，同時也給那些健壯的人，尤其是那些消極頹唐，不思上進的青少年朋友，對自己的過去有所省悟，鄭豐喜的奮鬥精神和感人事蹟，無異是一支強心針、一枝木鐸、一面好鏡子。

豐喜自中興大學畢業後選擇返鄉服務，並與學妹吳繼釗女士克服重重困難才得以共偕白首。兩人共同任教於雲林縣口湖國中，育有兩女至玉、至潔，生活幸福美滿。然早年困苦歲月卻已蠶食了鄭豐喜的健康，他不幸於民國64年9月20日因肝癌棄世，享年31歲，舉國悲嘆英年早逝。遺孀吳繼釗女士為使他的精神長存於世，於民國66年設立「財團法人鄭豐喜文化教育基金會」，是國內最早從事身心障礙公益慈善業務的基金會。

以上是網路上對鄭豐喜的介紹，而連續劇的劇情故事也是如此感人肺腑讓人動容，在看完這齣連續劇後，心中很多的感嘆，人生並非事事如意，也不是每個人都很完美，我們應該感到知足，也應該向他學習，雖然我們沒有祖產庇佑但也能白手起家，希望各位社員不要對自己的人生感到灰心，我們也不要瞧不起殘障人士，每個人頭上都有一片天，只要有信心皇天就不會辜負苦心人。

「貧居鬧市無人問，富在深山有遠親」——意思：貧困時乏人問津，富貴時車馬盈門，形容人情冷暖，嫌貧愛富。

「山中有直樹，世上無直人」——意思：象徵著處世態度，身處詭譎多變的紅塵，人心難測，如何取捨單視自己是