

USA National Anthem

Francis Scott Key (1779 - 1843)

"Oh, say can you see, by the dawn's early light, what so proudly we hailed at the twilight's last gleaming? Whose broad stripes and bright stars, through the perilous fight, o'er the ramparts we watched, were so gallantly streaming? And the rockets' red glare, the bombs bursting in air, Gave proof through the night that our flag was still there O say, does that Star - Spangled Banner yet wave o'er the land of the free and the home of the brave."

休士頓台灣松年學院院歌

Song of HTISC

(S.D.Ackley曲, 許勝弘詞)

4 4
||: 5̣. 1̣ | 3 4 2 3 | 2 1 - 1 7 | 6 1 4 4 | 3 - -
阮 來學習又 分享, 認識 真理疼別人,
3 | 2 2 5 2 | 4 3 - 2 1 | 7 7 1 6 | 5 - -
靈 魂體日日 勇健, 生命 豐盛又快樂。
5. 1 | 3 - 3 - | 3 2 3 4 3 6 | 4 3 2 1 |
互相 支持, 熱心 奮鬥又獻身, 喜樂充滿,
7 6 5 - | 1 7 2 1 | 1 7 7 - | 2 4 1 3 2 |
我的 心, 珍惜今日 好機會, 勇敢堅持,
2 1 1 5. 5 | 6 - 5 - | 4 6 3 2 | 1 - 7 - | 1 - - :||
相打拚, 美夢成真, 美夢、美夢 會成 真。

Lyrics translation of HTISC official song:

Come here to learning and sharing, Loving friends and learn the Truth. Get better soul and body, Enrich the joyful life. To be enthused, help and devote to life, fulfill with joy in my spirit. Treasure value in moments. Brave and keep up together, Let dream come true, make the dream comes true.

Mission Statement

1. HTISC is a non-profit organization that seeks to attain the wellbeing of senior citizens by providing programs designed to encourage life-long pursuit of knowledge, to nurture hobbies of health-oriented lifestyle, and to ultimately celebrate life filled with abundance and meaningful values.
2. To promote spiritual, mental, and physical wholeness of human beings by instilling a philanthropic attitude for life and cultivating an optimistic view of life conducive for continual education throughout life.

3. Encourage active participation of community service with the spirit of "not to be served, but to serve".

休士頓臺灣松年學院 2026 年春季學週報

Houston Taiwan Institute for Senior Citizens
Spring Semester Weekly Bulletins

11-032326



(德州政府立案非營利教育機構, 捐款可獲減稅。
迄今未獲得政府經費補助, 祈盼您的支持)

NON-PROFIT ORG 501(c)3

5855 Sovereign Dr. Suite G, Houston, Texas 77036

Phone (713)272-8989 / Fax:(713)272-8112

Web: www.htisc.org e-Mail: htisc@htisc.org

Monday to Thursday 9:00a.m.-3:40p.m. Friday 2~3:30p.m. Saturday 2~5p.m.

董事長: 陳美芬 Chair of Board Director: Mei-Fen Chen

院長: 許勝弘 President: Rev. Samuel S. Hsu

【松年學院宗旨 Mission Statement】

- 一、本會為非營利之組織、純以提倡有益於年長的居民認識真理、培養生活情趣、多姿多彩且有豐盛的生命。
- 二、提升個人靈、魂、體的全人健康、促進樂觀進取的人生及學無止境的精神。
- 三、鼓勵「非以役人、乃役於人」來參與社區的服務。

【Institute News 學院消息】

- 1) 上 3/21 星期六 9:00am-5:00pm 學校舉辦「一日遊 Chappell Hill, Brenham」賞花和參觀 Brenham 地區的博物館以及城市的壁畫
- 2) 星期四 (3/26) 12:30-13:30 「松年藝文」Histor of the String Instrument 提琴歷史與構造。Sam Matthews owner of Sam's String, Katy TX
- 3) Howdy! 2026 Taiwan Yes: Saturday, April 11, 2026 12:00-6:00pm @ALIEF ELSIK NORTH PARKING LOT, 12601 High Star Dr, Houston, TX, United States, Texas

台灣夜市：學院有報名參加支持「Team Taiwan」介紹HTISC松年學院希望大家預留時間參加。

- 4) 本週四(3/5)1:00pm 王聖惠老師的「壓克力畫」：壓克力畫色彩豐富、容易上手，能活化大腦、提升手眼協調，並帶來放鬆與成就感。歡迎長輩一起來創作、交朋友、享受藝術帶來的喜樂。
- 5) 我們熱情邀請您來參加星期四 10:00-11:00am 星期四的「原點療法」課程由林勝彥博士主持的節目。這不只是一個放鬆身心的機會，更是一場重新連接自己、彼此關懷的溫馨聚會。在這個課程中，我們將透過簡單而深刻的方式，讓您在繁忙的生活中找到一處平靜的原點。我們相信，這不僅是對自己的一份溫柔照顧，也是一個彼此交流、互相支持的美好時刻。
- 6) 4/18 原定一日遊 Houston Ship Channel 主辦單位因事順延，已經登記者取消重登記。星期三會公佈獲得 PCT4 同意旅遊地點後才開始登記。登記資料要完整（中英文姓名及繳費）接龍：報名登記松年學員即日起至 4/3 截止，非學員從 4/4-10 截止為候補名單。謝謝您的合作！

【* Donation Column 為學院愛心捐款專欄】

捐款抬頭: HTISC 學院是教育非營利機構 501C3, 可以免稅。假如您有特別的感恩(生日, 結婚紀念日, 病癒, 旅遊平安, 遷居, 脫離危險, 家中添孫兒等等)。出於感謝的心來支持學院的經營嘉惠長輩終身學習的行列, 謝謝您的愛心及功德永續長存。捐款抬頭: HTISC 以下捐款***生日奉獻:\$200.00 蔡淑華(一日遊生日)

為學院:松年藝文: \$100.00 張廖莉娜 \$250.00 松年花藝班

【March Birthday 3 月壽星】

願他們如鷹展翅飛翔、走不厭、行不倦、永保健康平安。人生道路幸福快樂蒙上主祝福。祝生日快樂。3/1 張陳秋玉, 張祐彰。

3/3 邱建成。 3/5 柯懿琴、 3/9 李吳瓊文。3/11 吳宏傑。 3/15 張麗姬, 蔡淑華, 許聖瑛。3/16 趙偉宏。 3/20 胥直萍。3/21 李慧玲 3/23 林定金。3/24 林得勝, 陳俊光。3/28 張洋紫。 3/31 Mandy Zhang (假若您的名子不在上面請通知辦公室更正)。

++ 【參加原始點: 星期四 10:00-11:00am】

親愛的學員們：為了讓大家在日常生活中更輕鬆地保養身體、am 維持健康，我們特別開設了「原始點保健課程」。原始點是一種溫和、安全、容易學習的身體調理方式，透過按壓身體特定部位、搭配熱敷與正確生活習慣，能幫助：放鬆緊繃的筋骨·改善肩頸痠痛、腰背不適·提升循環、增強體力·減少身體小毛病、讓生活更輕鬆· 增強自我保健能力，越做越健康

在林勝彥博士的專業指導下，我們將以最簡單、最實用的方式，帶領大家一步一步學會如何照顧自己的身體。只要願意來，每位學員都能學到「自己就能做到的健康方法」，讓生活過得更自在、更有活力。誠摯邀請您一起加入，每週為自己的健康加分，讓我們一起活得更健康、更有精神！

【* Careness 為學院愛心關懷專欄】

- 1) 謝謝大家關心: 1)Doris 游雲真老師身體欠安 醫師檢驗結果，早期發現淋巴癌。經過第一次化療，現在回家休養希望很快藥到病除。（「什麼是淋巴癌？」淋巴癌是發生在淋巴系統的癌症，淋巴系統是身體免疫系統的一部分。淋巴癌主要分為兩大類：霍奇金氏淋巴瘤（Hodgkin lymphoma）非霍奇金氏淋巴瘤（Non-Hodgkin lymphoma）淋巴瘤的治療成功率近年大幅提升，許多類型都能達到長期控制甚至治癒。常見症狀：無痛性淋巴結腫大（頸部、腋下、鼠蹊）·夜間盜汗·不明原因體重減輕·發燒·疲倦·呼吸喘或胸悶（若胸腔淋巴結腫大）治療方式（依類型與分期而定）：·化療等。醫師會依照淋巴癌的種類、分期、增長速度、病人的整體健康狀況來決定治療方式。）
- 2) 學員許淑華前些日子跌倒一切恢復正常，台灣回來後發現腦部出血於 3/16 入住 Hermann Memorial Hospital Jones 537 室。許院長於星期日下午前往探訪，目前一切安好祈祝早日康復。
- 2) 「感冒」最近有在暢行，請大家特別注意以免被感染。進入學院的時候請合作確實量體，假如溫讀 99 度請不要進入學院謝謝你的合作。並通報院長。