

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

4
||: 5·1 | 3 4 2 3 | 2 1 - 1 7 | 6 1 4 4 | 3 --
院 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 - | 2·1 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 拼，美 梦 成 真，美 梦、美 梦 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

06-021626 農曆新年快樂



(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)上週六 2/14(六)14:00pmTCML上課，許院長代表陳董事長發紅包祝賀過農曆新年快樂。秉持龍馬精神。邁向馬到成功。另外在10405 Brighton Ln., Houston, TX 77031 TCML有22名學員上課請TCML主任黃燦琴主任代表學院發紅包。

2) 2/17 (星期二) 11:00 AM – 1:00 PM地點學院，敬備簡單午餐。為迎接新春佳節的到來，學院特別舉辦「新春拜年」聯誼活動，邀請大家回到學院相聚拜年（陳董事長及許院長發紅包）互道祝福!***午餐后插花班照常上課。

3) 2/21 本週六松年一日遊 (One day trip) Saturday: 喬治布希總統圖書博物館一日遊(George Bush Library . 9:00am-5:00pm) 參加者請在8點30分以前到學校報到 9點準時出發。我們將帶您參觀 Texas A & M 解農工大學全貌不要喪失這個機會: 1. Aggie Park 2. Academic Plaza 3. Kyle Field (exterior) 4. Rudder Plaza 5. MSC Bookstore 6. The Gardens 這些在校園裡面的景點，報名2月17號截止 報名費\$40.00。

4) 星期四 (2/19) 11:00-12:00開始上課歡迎參加歡迎「手工藝課」新任老師：Nancy Poon & Betty Yeung (潘老師目前在做房地產工作，曾在加州教珠子編織將近10年楊老師目前正值退休，以前在香港是編織毛衣的老師同時珠子編織也近10年。也在日本編織獲得證書，開課銷售手工藝)。希望愛好手工藝的同學趕快在族群里面報名參加。(欲參加者請帶一條毛巾墊底)

5)3/18 星期三11:00-12:00「世說新語」陳雅君女士來介紹七脈輪及人身健康關係,如何心想事成？萬事如意。(下星期暫停陳老師將出城公辦。)。

6)介紹「手機應用」星期一1:00-2:00pm 課的主要好處。歡迎參加!

1. 提升生活便利性:學會常用 App (Line、Google 地圖、相機、健康 App 等) • 能自己查資料、看新聞、找路、拍照、報名活動 • 減少對家人依賴，生活更自主。
2. 增強安全感與自信心: • 學會辨識詐騙訊息、假連結、可疑電話 • 了解手機設定中的安全功能 • 用手機時不再害怕按錯或被騙
3. 與家人朋友保持更緊密的聯繫: • 學會視訊、傳照片、建立群組 • 跟子女、孫子女互動更容易 • 不再因為不會用手機而錯過重要訊息
4. 促進社交、結交新朋友: • 上課時互相練習、互相幫忙 • 課後一起

討論、分享技巧 • 對長者來說，這是非常重要的社交活動。

5. 培養終身學習的習慣: • 每次學會一個新功能，都有成就感 • 讓大腦保持活躍，延緩退化 • 參與課程本身就是一種正向、健康的生活方式。

6. 解決日常大小問題: • 學會線上掛號、查天氣、查交通 • 學會拍照存證、掃 QR Code、使用電子票券 • 生活效率大幅提升。

7. 支援社區活動與資訊接收: • 能快速收到協會、中心的最新通知 • 不會因為不會用手機而錯過活動 • 更容易參與社區、融入團體。

【* 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: 為學院: \$3500.00 侯景武侯惠瑛。

【February Birthday 2 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。2/1 陳美芬，張紫蔚。

2/2 黃德彰。2/4 黃逢春，馬雪君。2/8 樓偉亮 2/9 孫路虹。2/12 李秋澄。2/13 林梓秧。2/17 黃美桃。2/19 劉奚薇莉。2/21 黃燦琴。2/24 林麗玉。2/25 陸小燕。2/27 周雅雯，簡榮河。(假若您的名子不在上面請通知辦公室更正)

【臺灣農曆年的習俗】

今年是生肖馬年，象徵著活力、健康與向前奔馳的力量。台灣人在過年時，餐桌上有許多充滿祝福的傳統食物，每一道都代表著對新年的盼望。吃雞象徵「全家團圓、圓滿吉祥」，整隻雞代表家庭完整、平安健康。吃魚寓意「年年有餘」，希望新的一年在財富、福氣與健康上都能富足不盡。長年菜象徵長壽與平安，吃整條芥菜代表福氣長長久久、身體健壯。

發糕因為會「發」得高高的，象徵事業興旺、精神振奮、步步高升。年糕代表「年年高升」，也象徵身體健壯、生活步步向上。菜頭糕因「菜頭」與「好彩頭」同音，象徵新的一年好運連連、身心順遂。這些年節食物不只是美味，更是台灣文化中對健康、平安與幸福的祝願。願大家在馬年精神如龍、步伐如馬，吃得吉祥、活得健康、迎向馬到成功的新一年。