

**From Co-Director (Juliana Wong)**  
**主任的話 (廖雪萍)**

康鶴的朋友們大家好，好久不見，甚是想念！

2020年，真是一個不平凡的庚子年，在離新曆年僅剩幾天的時候，忽然爆發了新型冠狀病毒疫情，使得人人都處在恐慌之中而不知所措，現在已經過去了9個多月，出門時戴好口罩，回家時做好各種消毒工作，已經成為慣例的事情，不過隨著日子，我們心中的恐懼也逐漸降低了，也已經習慣了終日呆在家裡；目前根據 CDC 的數據顯示，入冬以來的幾週感染新冠肺炎，新增病例數呈上升趨勢，所以我們很可能都要在家再呆上好一陣子，趁這段期間，希望所有的家庭可以善加利用，享受彼此的陪伴，與所愛的人更加親密，我們期待著疫苗早日問世，大流行快點結束，愿所有人平安度過這不平凡的一年！

再過幾天就是“感恩節”了，在這佳節來臨之際，懷著一顆感恩的心，對所有康鶴的朋友們說聲感謝，感謝你們給我的誠摯友誼，感謝你們給我的支持鼓勵，更感謝老天賜給我們彼此相遇的緣份，衷心的祝福你們健康、幸福、快樂！

Co-Director  
Juliana Wong 廖雪萍

以下給大家分享一下 ”養生秘訣“



**From Co-Director Anita Wong 吳芝音:**

I sent an updated Zoom class schedule to all Zoom class teachers for reviewing. The class schedule is finalized and will be posted on our website soon. Recently we have a couple of classes that got interrupted by others using the accounts at the same time and kicked out of these classes. Therefore all classes are strictly asked to stick to the schedule in order to prevent the above mentioned incidents from reoccurring. Our Zoom accounts are initially created for us to offer online class for our members. Paid members that wish to use these Zoom accounts (for GCSC related activities only) MUST schedule their time with our curriculum committee (Stephen Lu 510-919-3745 stephen.lu24@gmail.com) to make sure the time requested is available. Thank you for your attention.

**Happy Birthday! 十一月壽星**

Kimhon Chen 陳金漢, Larry Chow 周珞,  
Sherry Chow 汪長蘭, Amy Huang 黃婉美,  
Gina Hsu 王幼薇, Luke Kuo 郭蘭青,  
Helen Lee 李桂箴, Ma-Ying Lin 林美英,  
Mei-Shu Pai 何美姝, May-Shu Shiow 王美秀,  
Ming-Chien Tang 唐名建, Juliana Wong 廖雪萍

**From the Editor 編者的話:** 康鶴通訊歡迎中文或英文稿件，凡動態報告，軼聞趣事，生活小品，藝文詩詞，笑話食譜等各類稿件請寄：  
golden.crane.sc.contact@gmail.com

**有趣的對話:**

朋友:聽說尊夫人的信用卡被盜,你要趕快去把帳戶註銷呀.

老張:還是算了吧,盜用的人一個月刷卡的金額,要比老婆以前少了很多呢!讓我省了不少錢.