



編者的話 From the Editor

自從中心由 10 月 4 日在新地址復課以後，眼看著三個月的試辦期就要過去了，中心已經同 SHA 簽訂續約，從 2022 年 1 月開始在這個新的場所繼續長期的運作。中心策劃了 12 月 29 日的歲末聚餐和聯歡會，原來認為這該是一個去舊迎新的轉捩點，沒料到在聖誕假日過後，由於 Omicron 新變體病毒的猖狂，疫情又掀起高潮，好在來上課的中心會員都完成了全部疫苗的接種，當更多的一般民眾都接受了疫苗接種以後，新冠疫情在施虐了兩年的長久時間，回歸正常的時候應該是不遠了，讓我們都懷著充分的信心去迎接更好的明天！

在這三個月內，我們面對了一些問題（大都與課程的時間和地點的安排有關），也解決了這些問題，並且從解決的過程中學習到了，冷靜理智互信妥協才能鋪呈出共贏的道路，意氣用事和堅持敵對只能把問題推進無望的絕谷。

中心在這三個月期間也曾發生個人物品在中心場地損壞而要求中心當局賠償事件，相信大家都能深深了解，中心是不能負擔這種責任的，此例一開後果將無法收拾，將來如果有人中心遺失或損壞了極為貴重的個人物品，將會造成極端嚴重的後果，所以中心慎重告誡中心會員，如果必須攜

帶貴重的個人物品來到中心場地，務必妥為保護，以避免遺失或損壞事件的發生，中心是絕對不能承擔賠償的責任的，這應該是大家的共識。

大家應該注意到了，我們的功課表在上下兩堂課之間，都安排了 10 分鐘的間隔，課程組要特別提醒各位老師，一定要準時下課，如果不能及時在下課後的十分鐘之內離開教室，就應該考慮到提早一些下課，我們需要了解，下一堂課的老師和同學，在他們上課前的十分鐘內，應該就可以進入教室，開始做他們上課的準備工作。

康鶴耆英中心在今年的十一月就已經進入了成立後的第十四個年度，中心有許多元老級的會員，在疫情期間有些固然為了安全考量而深鎖府內，有些卻還依然活躍於中心所開的網路課程，翔文姊就是一個活鮮的實例，不但如此，更難能可貴的是她還不時投稿給康鶴通訊，真是一位令我們覺得可敬可貴又可愛的前輩。所以編者特別請出了以文筆擅長的王美秀會員，為我們寫了“康鶴人物剪影：袁二姐”這篇大作。康鶴中心臥虎藏龍（鳳），像美秀這樣的功於文而精於筆的高手，真正是要經常為康鶴通訊寫稿，以增多幾分文秀的氣息。

Happy Birthday (January 2022)

祝一月壽星福如東海壽比南山

Hwang Mona 許萌那 Fong Johanna 廖佩如
Lu Stephen 魯肇煌 Lu Jane 陸錦麗
Young Feng-Yi 黃鳳儀 Huang Jerry 黃雲龍
Lee Steve 李鑫魯 Hsu Andy 徐英丁
Zou Helen 鄒小輝 Tang Katherine 林中玲
Jong Amy 沈慧 Ho Stella 何國惠
Lee Eve 李文晶 Chen Betty 陳林雪英
Shigemura Carolyn Fong Frank
Chao Woan-Ling 余婉玲 Lee Hui-Chun 李會荃
Yee-Joe Bettie 周余麗詩 Nguy Tracy
Liau Chaw-Shing 魏照鄉 Yuen Lillian 周英梨
Chang Shu 沈淑瓊 Cheung Hoffman 張可夫

康鶴人物剪影：袁二姐（王美秀會員來稿）

自從我參加康鶴耆英中心，就跟著大伙兒稱呼她：袁二姐；也有人暱稱她：小姐姐！她，袁翔文女士，

是該尊稱袁老師；是中心在2007年初創時的幾位元老之一，十多年以來一直擔任著星期二早上所排定的課程：關節操和太極十八式伸展運動。

我口中的袁二姐，有很多讓我感觸的個性：她秉性非常熱心；除了在我們華人社團盡心盡力支持外，多年以來，她每星期四都會在Pleasant Hill的老人中心做義工，分配午餐。她認為美國的社區活動都是需要義工投入，況且她和鄭大哥兩人常常在那兒走動。

平時早上，和華人鄰居約同散步且談天說笑，每次安霞都能感受到她，就是敞開著自己的心思，熱情地與人分享自己豐藏的知識和生活中的常識。

居家時，酷愛閱讀報章雜誌，閒情逸致時會做女紅，勾打圍巾等，當做備貨送給社團成員們的年節生日禮物，給人溫馨的感覺！溫純與袁二姐因有社區老人互動的緣份，著實被袁二姐處處洋溢著愛心所感動！

我得提及一事，中心為了誠邀生日壽星參與慶生活動，參與組是要負責打電話提醒所有壽星。就在2013年時，她得知我將接任此工作，拿著一份自己保留的會員名單，委婉地告訴我，上面做標記的會員，依她的過往經驗，我得要特別努力溝通。這是她由衷的關愛情懷！默默地守護著中心～

【緣】是一家人～她的創意句。

大家印象中，每次辦活動，袁二姐除了善用機會，傳達她些許想法，更是做藉此誠心地向我們中心的服務幹事和義工們致謝。

袁二姐告訴我，祖籍是陝西，因為父親在河南任職，她是1937年在河南開封出生，當時日本空軍已在華北飛行空襲，所以取她名翔文。緊接著對日抗戰期間，家人都跟隨國民政府遷移，在重慶住到中日戰爭結束。日本投降後，同是1945年，小姐姐隨著父親的職務出洋到美國。過了兩年回國定居於南京，那時她十歲了，與鄭大哥，因為兩家居住同一宅區，有緣相處，她是鄭大哥口中的袁家小妹。1947年時局仍動盪著，所以袁二姐沒機會回陝西故居。不久舉家跟隨政府撤退遷台。在台北與鄭大哥重逢續緣，他們在台灣受完教育，1959年共組家庭，育有兩子一女。婚後，袁二姐全心持家，直到孩子稍成長，她才投入自己喜愛的教育工作。而後兒女均已在美國定居，鄭大哥從職場退休後，在台陪伴袁二姐，直到她從熱愛的教書崗位退休，

夫妻兩人才移居美國加州與兒女共享天倫之樂。

袁二姐與人交談一向非常坦率，她最喜歡分享生活經驗和閱讀心得，年輕時就常投稿發表。最近寫了一首不老詩歌，登在康鶴十一月通訊，魯老師用黃自的(花非花)樂譜配上，讓我們這群耆英可以唱和！

是啊，人是步向高齡，然而她的心境是年輕！充滿著能給予他人樂意的信心，我認為袁二姐從小本就是活潑開朗，永遠樂觀面對人生境遇！

她喜愛的一個字【緣】：你我相識即有緣；面帶笑容結人緣；與人為善增上緣。

袁二姐珍惜此生擁有的幸福，言談中向我提過好幾次：我晚年兒女都就近居住著，守護我，我真是感恩啊！

信奉天主教的她，是位知足常樂的耆老！



合唱團慶祝聖誕節全體女生合影 12/14/2021





康鶴耆英中心 2022 年 1 月課程表

GCSC January 2022 Class Schedule

Address: 635 Old Orchard DR Danville CA 94526

Email: golden.crane.sc.contact@gmail.com

星期一 Monday

0930A - 1200P (Big Room)

舞蹈研習 Dance Workshop

(沈慧 Amy Jong)

1210P - 0330P (Big Room)

卡拉 OK Karaoke

1130A - 0100P (Annex)

音樂教室 Music Workshop

(Rose Chen & Chester Chang)

01/03 & 01/17 0110P - 0300P (Annex)

國畫山水 Chinese Painting (鍾維君 J. Chung)

01/10 & 01/24 0110P - 0300P (Annex)

書法 Calligraphy (孫國忠 KC Sun)

01/17 1230P - 0150P (2nd FL Lobby)

3D 摺紙 Origami (陳恩貝 Betty Kung)

0330P - 0500P (Zoom Class)

Yoga 瑜珈 (吳雪芳 Fragrance Liu)

01/10 0700P - 0900P (Zoom Class)

閱讀會 Book Club (許國衡 Patrick Hsu)

星期二 Tuesday

0830A - 0950A (Big Room)

太極拳 Tai-Chi

(朱天南 Tin Chu & 郭素芝 Sujer Wang)

1000A - 1040A (Big Room)

室內步行/韻律操 Indoor walking/Aerobic

(Janice Loo)

1050A - 1220P (Big Room)

排舞 Line Dance (陸培恩 Grace Chiu &

張美文 Meiwen Chang & 廖佩茹 Hanna Fong)

0100P - 0300P (Big Room)

合唱團練習 Chorus (魯肇煌 Stephen Lu &

鄭莉莉 Lily Cheng)

星期二(續) Tuesday

01/04 & 01/18 0100P - 0300P (Annex)

國畫花卉 Chinese Painting (溫麗玉 Julia Wen)

01/11 1000A - 1200P (Annex)

插花 Ikebana (張櫻晶 Tomiko Hatsushi)

01/18 1000A - 1200P (Annex)

幹事會 Monthly Committee Meeting

01/25 1230P - 0230P (Annex)

創意美食班 (葛守雯 Bella Lee)

0400P - 0500P (Zoom Class)

易筋拍打 Yi Jin Patting (劉曼雲 Gini Lau)

01/04 0915A - 1200P & 01/18 0715P - 1000P

(Zoom Class)

康鶴攝影會 Camera Club

※時事座談本月暫停 No News Talk this month.

星期三 Wednesday

01/05 0950A - 1100A (Big Room)

初級班排舞 Beginners Line Dance

(陸培恩 Grace Chiu & 張美文 Meiwen Chang)

01/05 1130A - 0150P (Big Room)

創意美食班 (葛守雯 Bella Lee)

01/05 0200P - 0400P (Big Room)

戲劇 Drama (鍾維君 James Chung)

01/19 1030A - 1200P (Zoom Class)

人像素描 Portrait Sketch (王萬淙 Frank Wang)

01/26 0700P - 0900P (Zoom Class)

電影研討 Movie Club (魯肇煌 Stephen Lu)

星期五 Friday

康鶴健行會每月健行 - 時間地點另行通知

Hiking Club Monthly Meet - To be announced to the club members by email