

保健服務電子簡訊 (*Healthcare Services E-Newsletter*)

Fall 2009, No. 6

www.TorranceMemorial.org

*Torrance Memorial Offers Award-Winning Care* (本院榮獲多項殊榮)



- \* Voted **South Bay's Best Hospital** (2009 *Daily Breeze* Readers' Poll)
- \* Joint Commission **Primary Stroke Center** Certification
- \* **Get With The Guidelines Gold Award** (American Heart Association)
- \* **Breast Imaging Center of Excellence** (American College of Radiology)

(因篇幅有限僅列出部份獎項)

**Torrance Memorial Hospitalist Associates**  
**有關住院醫師團隊**

住院醫師 (Hospitalist) 負責照顧並規劃病患從入院到出院這段期間的醫療細節, 住院醫師並負責與相關醫護人員連絡, 特別是病患的家庭醫師。Torrance Memorial 住院醫師團隊陣容堅強, 均擁有內科專家文憑, 住院醫師因全天留院, 因此為病患提供的服務會更周全。需要住院醫師服務的病患朋友, 請於入院前洽詢您的家庭醫師。



**Congratulations!**

on the 15<sup>th</sup> Anniversary of  
Torrance Memorial

Chinese Community Healthcare Services  
本院華裔保健服務計劃 15 週年慶

歡迎 呂政醫師(家庭科)加入本院陣容  
**Richard Lu, M.D. /Family Medicine**

**Medical School:** Albert Einstein College of  
Medicine, New York, New York

**Residency:** Beth Israel Deaconess Medical  
Center/Harvard Teaching Hospital (radiology)  
Boston, MA, UMass Medical Center (family medicine)

**Board Certification:** Family Medicine

**In Practice Since :** 2000 **Fluent in Mandarin** 精華語

3701 Skypark Drive, Suite 100, Torrance, CA 90505  
Tel: 310 378 2234

\*\*\*\*\*

林裕豐醫師與南灣松柏社  
分享“長壽的密訣”



南灣松柏社特於 9 月 12 日邀請林裕豐醫師與社友分享“長壽的密訣”, 要想活的健康又長壽, 請您從下列十個項目改進生活品質。

- (1) 多活動 (2) 人生要有目標與理想 (3) 多休息
- (4) 食量八分飽 (5) 酌量飲用紅酒;
- (6) 多吃植物性的食物 (7) 魚油有助於心血管保健
- (8) 多交朋友 (9) 要有信仰 (10) 找快樂

本院 2010 將為南灣松柏社推出三場保健講座, 分別在  
March 13, June 12, 及 September 11, 敬請密切注意。

**2009 華裔醫師名冊備索!**

請 E-mail 至 shirleyho22@hotmail.com  
或電: 310-784-4898

\*\*\*\*\*

**醫師名冊內容更正**

John Wong, M.D. (P.15): Medicare only

Andrew Y. F. Lin, M.D. (P.9) 林裕豐醫師  
New Tel: 310-784-8000

\*\*\*\*\*

**新流感 (H1N1) 訊息**

新流感疫苗可能在十月中、下旬取得, 但以 24 歲以下及免疫系統失調者優先注射, 對抗新流感的注意事項:  
(1) 拱手不握手; (2) 肥皂或 hand sanitizer 勤洗手;  
(3) 咳嗽用手帕捂住口鼻; (4) 雙手不碰眼口; (5) 長途旅行者, 請於行李箱中備妥幾個口罩, 以便隨時使用; (6) 用溫鹽水漱口; (7) 隨時注意體溫變化, 發燒立即戴口罩, 迅速就醫。

有關一般流感預防注射及新流感 (H1N1) 的進一步資訊, 請洽您的家庭醫師。

## 2009 Holiday Festival (耶誕節慶服裝秀/耆老日活動預告)

*Presented by: Torrance Memorial Health Care Foundation*

**Festival Fashion Show: Tuesday, December 1, 9 a.m. – 3 p.m.**

時尚 Fashion Show ● 精緻午餐 ● 耶誕飾品選購 ● Jewelry 服飾精品義賣

**Senior Day: Thursday, December 3, 9 a.m. – 12:00 p.m.**

耆老免門票入場 ● 茶點招待 ● 節目精彩 ● 與聖誕老人合影 ● 耶誕飾品選購

此二項活動是社區仕女、耆老們的最愛! 連絡請洽 310-784-4898 (Shirley Ho)



### Eye on Our Community (社區活動簡報)

#### 南灣台福基督教會

Evangelical Formosan Church of South Bay

7月28日特邀何張翠妹女士為該教會姐妹與迦勒團契(見右圖)介紹本院義工服務計劃及健康教育相關課程, 與會者均覺受益匪淺, 謝謝林勝弘傳道及林麗蓮女士的誠摯邀請。



#### The Torrance Symphony

協奏曲比賽 ◆ 陳元弘獲勝

半島高中小提琴好手陳元弘 (Jessie Chen) 近日在托倫斯交響樂團協奏曲比賽中獲勝, 並將於10月10日(週六) 8 pm 交響樂團 25週年慶首場音樂會中擔綱演出, 可喜可賀! Contact: 310-373-2442

#### 海韻合唱團 10/03 公演. 歡迎新團員加入

Torrance Community Church of the Nazarene, 700 Maple Ave., Torrance, CA, 7:30 p.m., 310-542-5638

#### ★★ 南灣婦女會 12/06 年會 ★★

Doubletree Hotel, 6:00 p.m. 310-913-1688

#### ★ 南灣兒童合唱團創團 20 週年演唱會 ★

05/16 (Sunday 下午/暫訂), 310-377-0368

#### 2010 春節活動預告

托倫斯商會(TACC): January 28 (Thursday 晚)

瑞山中文學校: January 30 (Saturday 早)

南灣兒童合唱團: January 24 (Sunday 下午)

長青中文學校: February 6 (Saturday 晚)

南灣松柏社: February 13 (Saturday 中午)

托倫斯中文學校: February 14 (Sunday 下午)

南灣中文學校: March 6 (Saturday 下午)

### Community Group Partial Listing (部份社區團體名錄)

Bread of Life Church (靈糧堂教會)

2780 Lomita Blvd., Torrance, CA 90505, 310-325-7777

Chin-Amer. Eng. & Scientists Assn. of S. C. (中華理工學會)

(CESASC), Wensheng Zhou, 310-279-2805, www.cesasc.org

Evangelical Formosan Church of South Bay (南灣台福基督教會)

310-373-2448 (台、華語), www.efcsb.org

Evergreen Chinese School (長青中文學校) (ECS)

Min Pu, 310-548-3799, www.evergreenchineseschool.com

Hai-Yun Choir (海韻合唱團), Shu-Shu Tsai, 310-542-5638

I. B. P. S. (南灣佛光山), 覺瑞法師, 310-533-5198

21010 S. Figueroa St., Carson, CA 90745

Los Angeles Metropolitan Youth Orchestra (LAMYO)

Dr. Feng-Hsiu Lee, 310-980-9907, www.LAYMS.org

Palos Verdes Chinese School (瑞山中文學校), Min-Feng Yeh

310-541-6407, www.palosverdeschineseschool.org

South Bay Evangelical Christian Church Watchman

Fellowship (南灣福音基督教會) Grace Su, 310-539-3985

South Bay Community Children's Chorus (南灣兒童合唱團)

Lois Tai, 310-377-0368, www.sbccchorus.org

South Bay Chinese School (南灣中文學校)

(SBCS), 310-534-5589, www.southbaychineseschool.org

South Bay Chinese Women's Association (南灣婦女會)

(SBCWA), Jennifer Hu, 310-913-1688, www.sbcwa.org

South Bay Evergreen Seniors Association (南灣松柏社)

(SBESA), Mary Keyes, 310-686-4974

South Bay Little Angels (南灣小天使舞蹈團)

Lihon Ko, 310-544-0399

Taiwan Buddhist Tzu Chi Foundation, U.S.A. (慈濟基金會)

2315 PCH, Lomita, CA 90717, Grace Lu, 310-326-2659

Torrance Chinese Dancing Group (托倫斯華裔樂舞)

Diana Lee, 310-980-3899

Torrance Chinese School (托倫斯中文學校)

Jason Ho, 310-928-0125, www.TorranceCS.com

Yin-Yun Chorus (音韻合唱團), Michele Hsu, 310-541-2926