

您需要健康保險嗎？我會幫助您註冊！



Luz Crespo
投保專家
Boston Public
Health Commission

現在是 **Massachusetts Health Connector** 的開放投保時間。在 **Massachusetts Health Connector**，您可以從領先的保險公司那裡選擇高品質的健康計劃和牙科計劃。大多數註冊的人士有資格獲得支付每月保費的幫助。

您可在哪裏獲得幫助：

Dorchester

**Bowdoin Street
Health Center**
230 Bowdoin Street
617-754-0100

Carney Hospital
2100 Dorchester Avenue
617-296-4000

**Codman Square
Health Center**
637 Washington Street
617-825-9660

DotHouse Health
1353 Dorchester Avenue
617-288-3230

Harbor Health Services Inc.
250 Mount Vernon Street
617-533-2300

Harbor Health Services Inc.
398 Neponset Avenue
617-533-2300

**Harvard Street
Neighborhood Health**
632 Blue Hill Avenue
617-825-3400

Regency Family Health
50 Redfield Street
617-929-1600

**Upham's Corner
Health Committee, Inc.**
500 Columbia Road
617-287-8000

**Boston Public
Health Commission**
1010 Massachusetts Avenue
617-534-5050

Quincy

**Manet Community
Health Center**
110 W Squantum Street
617-376-3000

**South Cove Community
Health Center**
North Quincy Clinic
435 Hancock Street
617-318-3300

**Commonwealth Hematology
Oncology PC**
10 Willard Street
617-770-9151

**South Cove Community
Health Center**
North Quincy Clinic
88 Holmes Street
617-318-3200

請在

MAhealthconnector.org

上在線註冊一項計劃或者親自
從我們的專家那裡獲得免費註
冊幫助。

您若想在附近獲得幫助，請訪
問 **MAhealthconnector.org**，
單擊首頁頂部的“Help Center”
(幫助中心)。



2015年12月移民排期表

親屬移民排期表

親屬移民排期	全世界 (包括港澳台)	中國大陸	印度	墨西哥	菲律賓	備註
第一優先	2008年4月1日	2008年4月1日	2008年4月1日	1994年12月8日	2003年1月1日	第一優先：美國公民的成年未婚子女
第二優先2A	2014年6月15日	2014年6月15日	2014年6月15日	2014年5月8日	2014年6月15日	第二優先2A：永久居民的配偶及未成年子女
第二優先2B	2009年3月1日	2009年3月1日	2009年3月1日	1995年9月8日	2004年12月1日	第二優先2B：永久居民的成年未婚子女
第三優先	2004年7月1日	2004年7月1日	2004年7月1日	1994年7月8日	1993年10月22日	第三優先：公民的已婚子女
第四優先	2003年3月22日	2003年3月22日	2003年3月22日	1997年4月1日	1992年7月1日	第四優先：成年公民的兄弟姊妹

職業移民排期表

親屬移民排期	全世界 (包括港澳台)	中國大陸	印度	墨西哥	菲律賓	備註
第一優先	有名額	有名額	有名額	有名額	有名額	第一優先：杰出人才、研究人員、研究人員教授
第二優先	有名額	2012年2月1日	2007年6月1日	有名額	有名額	第二優先：跨國公司主管
第三優先	2015年9月1日	2012年4月15日	2004年4月22日	2015年9月1日	2007年8月1日	第三優先：技術勞工及專業人士
非技術勞工	2015年9月1日	2006年8月1日	2004年4月22日	2015年9月1日	2007年8月1日	
第四優先	有名額	有名額	有名額	有名額	有名額	第四優先：特殊移民
宗教工作者	有名額	有名額	有名額	有名額	有名額	
第五優先非地區投資	有名額	2013年12月15日	有名額	有名額	有名額	第五優先：指定地點投資移民
第五優先地區投資	有名額	2013年12月15日	有名額	有名額	有名額	

SAMPAN 舢舨

華美福利會發行
波士頓泰勒街八十七號
電話：(617) 426-9492
傳真：(617) 482-2316

編輯：黃靈美
editor@sampan.org

健康編輯：Sara Brown

中文版

記者：楊美英、
Natalie Ornell

翻譯：馮喬羽

校對：章寰宇

美術：Lillian Chen、楊美英

廣告企劃行銷：
馮喬羽
ads@sampan.org

電話：(617) 426-9492
分機226

排版：黃靈美、Sara Brown

《舢舨》雙語雙週報創立於西元1972年，宗旨在聯絡社區，教育亞裔新移民。《舢舨》內容包括社區專題報導、地方新聞、移民訊息、衛生保健、文化藝術等。自創刊以來《舢舨》秉持著非營利公正報導的宗旨服務達波士頓地區。所有對報社的贊助以及捐款均可免稅。歡迎投稿或提供寶貴意見。訂閱舢舨一年份只要\$65，撥打訂報專線617-426-9492分機226，或將支票以及填寫完整之訂報表格一同寄至舢舨地址。

活動信息

暖氣補助

12月4日至4月30日
泰勒街87號五樓
Boston, MA 02111
暖氣補助計劃是幫助低收入家庭於冬季期間繳付暖氣費用。波士頓 (Boston)，布碌鄰 (Brookline) 及牛頓市 (Newton) 居民從11月6日至4月30日可申請，凡合資格的申請者皆可獲得電費、煤氣費及電話費等的折扣優惠。歡迎有興趣申請的人士致電617-426-9492分機0或到華美福利會預約。

慈善捐贈玩具

12月5日至6日，
12月12日至13日
上午10點至下午2點
華埠牌樓
波士頓美國華裔退伍軍人會收集新未拆開的玩具為貧窮孩童過聖誕佳節。週一至週五可以拿玩具到華埠主街辦事處：2 Boylston Street, Boston, MA 02116。

唐人街聖誕樹點燈

12月6日 (週日)
下午12點45分

夏里臣街與必珠街
Boston, MA 02111
波士頓市長華殊舉辦第20屆市長電車與聖誕樹點燈在唐人街。

華埠清潔委員會會議

12月8日 (週二)
上午11點
泰勒街87號
Boston, MA 02111
華埠清潔委員會會議將在華美福利會5樓舉行。歡迎公眾參加。

華埠社區聯盟會議

12月10日 (週四)
上午9點半
雅樹街38號
Boston, MA 02111
華埠社區聯盟會議將在波士頓華埠社區中心4樓舉行。歡迎公眾參加。想了解更多資訊，請瀏覽網站 tccboston.org。

校監張欽棠與亞裔社區論壇

12月12日 (週六)
上午8點至11點
42 Charles Street, Ste E
Boston, MA 02122
波士頓公立學區校監張

欽棠在越助中心討論亞裔學生和他們家庭的學業問題。

兒童聖誕聯歡會

12月12日 (週六)
下午1點半
218 Walnut Street
Newton, MA 02460
齊來參加兒童聖誕聯歡會在波士頓華人佈道會牛頓堂，有兒童音樂劇跟開心遊戲。詳情請致電617-243-0100或電郵 NTChristmas@bcec.net。

免費信用卡講座

12月14日 (週一)
下午1點半至3點半
38 Ash Street
Boston, MA 02111
Citizens Bank為您解答怎樣選出適合您的信用卡、如何申請信用卡和如何運用。講座在波士頓華人社區中心，用簡單英文跟普通話。需報名，請致電黃小姐617-625-5129分機1088或電郵 shirley.doan@bcnc.net。

開幕典禮

12月18日 (週五)

下午4點至6點
泰勒街87號五樓
Boston, MA 02111
華美福利會將會開幕陳宣享伉儷的移民學業中心。報名請12月14日前電郵 development@aaca-boston.org 或致電617-777-3952。

中文清唱劇：奇妙的季節

12月19日 (週六)

下午3點
38 Weston Avenue
Quincy, MA 02170
合田事工樂團獻詩在波士頓華人浸信會。

錯誤更正

舢舨報紙11月20日期刊的中文第四頁文章『餐廳指南：火頭山拉麵』應該寫餐廳名為山頭火拉麵，不是火頭山拉麵。本報社為此錯誤更正並且深感抱歉，敬請見諒。



柯德文殯儀館

Boston Harborside Home
J.S. WATERMAN & SONS
Waring - Langone 免費查詢專線: 1-800-344-7526



楊德超
(華人制殮師)
Tak Chiu Joseph Yeung
Senior Funeral Director



白堅禮
Kenneth F. Bennett
Senior Funeral Director
“柯德文獎學金”創始人

波士頓
(617) 536-4110
580 Commercial St.
(North Station 地鐵站)
J.S. Waterman & Sons.
柯德文殯儀館
橙線、綠線 C,D,E 車



昆士市
(617) 472-1137
576 Hancock St.
(Prime 油站對面)
Dewar Funeral Home
德華殯儀館

在冬天保持健康

註冊營養師劉嘉曦 撰寫

在紐英倫地區的冬天保持健康和管理糖尿病經常是一個挑戰。在冬季，有很多家庭聚會和節日大餐—11月的感恩節、冬至日和12月的聖誕節，以及1月末和2月初的農曆新年。寒冷的冬季也會讓出門行走變得更加困難。平均來說，一個美國人在冬季假期期間會增加1磅的體重。血糖也經常會在這個期間增加。通過一些計劃，糖尿病人可以在保持健康的同時享受假日。

明智飲食

- 不要禁食三餐中某一餐把卡路里和攝入的碳水化合物留給節日大餐。這不僅會讓您感到飢餓，從而導致過量飲食，而且那些在服用某些糖尿病藥物的人也可能會出現血糖過低。

- 在白天每餐的分量較小。盡量在這些飲食中加入更多蔬菜並且選擇瘦的蛋白質（比如不帶皮的雞肉）和全穀物（比如糙米）。

- 享受您的節日大餐但份量較小。您可以嘗試所有您喜歡的食物，但保持份量為小份。

- 盡量在飲食中選擇更多蔬菜和瘦蛋白質。無論什麼時候都盡量選擇全穀物。

- 放慢飲食的速度。這可以幫助您覺得更飽，並且防止您過量進食。

- 與您的家人和朋友分享甜點。

- 適量飲酒。對女性來說，保證不超過1杯5盎司的紅酒，或者1杯12盎司的啤酒。對男性來說，不超過2杯5盎司紅酒或者2杯12盎司啤酒。記住飲酒的時候要搭配食物，因為只飲酒可能增加您低血糖的風險。

- 只吃8成飽。專注珍惜這段時間與您的家人和朋友聊天。

保持運動

- 運動幫助您控制血糖，也會

幫助您減少或保持體重。

- 每個身體活動都有用—在招待家人和朋友之前打掃位置也是一種運動。

- 佩戴一個計步器並且每天目標走1萬步。

- 在假日大餐後走路20分鐘。這將幫助降低血糖，而且還會幫助您燃燒100的卡路里。

- 盡量在有大餐的一天進行運動。但是如果您真的不能做到，至少在前一天和後一天運動。您的身體將在您運動48小時後對胰島素很敏感（這是一種幫助降低血糖的荷爾蒙）！

繼續您平常的糖尿病治療

- 繼續服用醫師給您開的藥物。在您改變藥物前諮詢您的醫師。

- 記得繼續檢查您的血糖，即使您很忙。這對於更好控制您的血糖水平來說很重要。

- 如果您在旅行，帶上兩倍的藥物和血糖檢查工具。同時讓您的醫師在您的旅行前出具旅行信件和藥品清單。

與您的家人和朋友享受這個節日季節，並且在冬季佳節期間與您的糖尿病治療團隊合作。在節日前與一名註冊的營養師或臨床運動生理學家一起計劃您的飲食計劃和運動計劃。

想要了解更多關於通過健康飲食和運動來管理糖尿病的建議，請前往www.aadi.joslin.org。

關於作者

劉嘉曦是加斯林糖尿病中心亞裔門診的一名註冊營養師和認證的糖尿病教育者。

—文章由馮喬羽翻譯



11月19日中華頤養院舉辦一場早餐講座在公路村。（圖片來自中華頤養院。）

中華頤養院早餐講座 講解結腸癌與如何預防癌症

舢舨編輯部 報導

中華頤養院11月19日舉辦早餐講座在公路村。內容介紹結腸癌，由外科醫師陳宏燕講解。另外也有個預防癌症報告，由塔芙茨醫學院學生Alan Yeo介紹。

- 大便檢查血液
- 結腸鏡檢查

有什麼方法可以來檢測息肉和結腸癌？

您的醫生將有辦法來檢測便血

什麼是結腸癌？

長在結腸裡面的癌症稱為結腸癌。結腸直腸癌是在美國第四最常見的癌症

結腸癌是癌症死亡在美國的第二大原因。在2015年，將有結腸癌93,090新病例，直腸癌39,610新病例。將有49,700人死於結腸癌和直腸癌。

腸癌通常需要10年才能成長。結腸癌將從息肉生長。

誰是在危險中容易引起結腸癌？

- 年齡大於50歲
- 結腸癌家族史
- 飲食：高脂肪、低纖維、高紅肉類
- 吸煙 和 飲酒
- 肥胖
- 少體力活動
- 糖尿病
- 早期癌症通常無症狀

結腸癌症狀

- 大便有變化
- 貧血/疲勞
- 大便不通
- 無意瘦

直腸癌症狀

- 直腸出血
- 肛門疼痛
- 大便不通

如何預防結腸癌？

需要預防結腸癌的增長。用結腸鏡檢查，以消除息肉。

如果您有症狀，您需要與您的醫生討論。

更重要的是，如果您是50歲以上，您需要檢查您的大腸。

如果您有大腸癌家族史，您需要40歲開始用結腸鏡檢查。

有什麼方法可以來檢測息肉和結腸癌？

結腸癌 治療

如果發現有結腸癌：

- 需要檢查癌症是否已擴散到身體的其他部位
- 如果癌細胞沒有擴散，醫師可以使用手術治療癌症（那您需要看結腸直腸的外科醫生）
- 如果癌症已經擴散到身體的其他部位，則需要化療來治療癌症

預防癌症

塔芙茨醫學院學生Alan Yeo介紹癌症和新研究。癌細胞是不斷生長的細胞，不受控制。如果長到身體其他器官是稱為擴散。

目前治療癌症的方法有化療跟骨髓移植，各有利弊。未來有基因療法和免疫系統療法，透過本身的免疫系統去對付癌細胞。目前有研究發現薑跟維他命C有效減某些癌症。

Tufts Medical Center

購房機會

6套經濟單戶家庭住房

High Point Estates, 70 Adams Rd, (North) Grafton

通過抽籤出售

2套3房/2.5間浴室—\$187,400. 大約2000平方英尺
4套4房/2.5間浴室—\$205,100. 大約2000平方英尺

最高收入

1人—\$46,100	5人—\$71,100
2人—\$52,650	6人—\$76,350
3人—\$59,250	7人—\$81,600
4人—\$65,800	8人—\$86,900

其他限制適用

信息會議—Grafton Middle School, Cafeteria 22 Providence Road.

12月15日下午6點至8點

房屋開放—97 High Point Dr., Model Home

12月20日中午至下午2點

申請表在：

Grafton Library, 35 Grafton Common

Grafton Town Hall, Selectmens' Office, 30 Providence Rd.

或

寫信至：JTE Realty Associates, P.O.Box 955, Andover, MA 01845
或電郵至：hpoint@jterealtyassociates.com

必須提供郵寄地址

978-258-3492

申請截止日期：在2015年12月30日前收到



昆士小學、中學 結合文化，教育

繼續中文第四版

文化榜樣

張校長和司徒校長以他們華人血統為榮。張校長在8歲的時候從台灣移民過來，而司徒校長在波士頓出生長大。根據波士頓公立學校2014年人口統計，亞裔佔波士頓公立學校4505名老師中的6%，佔5萬7千名學生中的9%。

張校長說道：「當孩子們在一個成人與他們長得相似的環境中學習，這可以減少學習的文化障礙。」

司徒校長補充道：「我的中文不好，因為我像我的母親一樣是在美國出生。但我留意到華人家庭與我相處會更放鬆；他們不覺得我會對他們有偏見，因為我們有共同的文化背景。」

這兩所學校都確保他們有職員可以使用英語和中文交流。雖然中文中有粵語、國語和台山話等不同發音，但中文字是一樣的。司

徒校長說道：「我們與很多不同的社區機構合作，支持我們的家庭。這些機構包括波士頓華埠社區中心和Boston Centers for Youth & Families。」昆士小學提供華人特有的浸入式英語教室，是波士頓公立學區提供這種教室的兩所學校之一。

在昆士中學，以英語為第二語言（ESL）的課程讓學生可以繼續在讀完12年級的過程中提高英語能力。張校長說到，昆士中學有最高的從ESOL第3水平至有限英語能力的進步率，這意味著學生已經在學業英語方面有足夠語言能力。在6月，昆士中學獲得一枚US News & World Report金牌，獎勵它作為「美國最好的公立高中，」並且在華盛頓郵報的「最有挑戰性高中」排名中位列前1.5%，奠定它學術卓越的地位。

—文章由馮喬羽翻譯

舢舨祝大家佳節快樂！



中華頤養院於11月20日在龍鳳酒樓辦年會。阮陳金鳳是中華頤養院創始人之一。(圖片由Natalie Ornell攝。)

中華頤養院慶年會祝30週年

Natalie Ornell報導

Jerry Chew的母親在家摔倒，陷入昏迷並且出現腦出血。在這之後，他擔心母親的安康。在嘗試了一家療養院後，他意識到他需要找一家更適合自己來自台山的母親需要的療養院。他和他的姐姐Donna Wong找到了中華頤養院，在這裡華人長者受到尊重待遇。

Jerry Chew在中華頤養院30週年慶祝活動上說道：「這裡的職員都尊敬我的母親。在別的療養院，她是唯一的亞裔女性。」Chew說他和他的家人能找到這間療養院，可以照顧自己的母親，並且在文化上也可以讓她覺得舒服，這讓自己減少了許多壓力。

大約300人於11月20日來到龍鳳酒樓參加中華頤養院30週年慶祝活動。中華頤養院於1985年在波士頓設立，並一年前搬至昆士市。

中華頤養院的創始人包括陳家驊、陳毓璇、William Chin、阮陳金鳳、Bernard Lin-Nan Huang、梅伍銀寬、陳秀英和David Shu Ying Wong。

阮陳金鳳穿著一件粉紅夾克笑著說道：「當時創立有一個很大的原因。這裡沒有雙語的療養院。中華頤養院設立前，波士頓說中文的長者沒有別的選擇。」阮陳金鳳當時是一名社工，發現需要一家為亞裔長者社區提供雙語服務的機構的需要。

陳秀英也強調在中華頤養院開

設的時候，這裡沒有一家文化上相匹配的機構。她說道：「亞裔長者說不清他們哪裡疼痛。他們習慣吃米飯和蔬菜。很難適應吃土豆泥和肉汁。」

即使創始人們必須等待很長一段時間才能開工建設頤養院，他們還是堅持下來。陳秀英補充道：「直到1981年我們才拿到需要的許可證來開工建設。」在這段時間，她拜訪多家療養院裡的長者，了解他們遇到的困難。

3名中華頤養院僱員獲得了他們長期服務的認可：George Kin、Veronica Saunders和Zai Zhen Mei。

波士頓的Veronica Saunders在中華頤養院擔任了30年護士，她說自己熱愛了解中華頤養院不同的人的性格。

Paul Grogan代表Boston Foundation接受了一個獎項，感謝他們對中華頤養院的支持。Boston Foundation在1980年提供了初始計劃資金\$21,000，用於頤養院建設。

North Quincy高中的Wei Zhen和來自昆士中學的Juliet Wilma Samson分別贏得了\$1,000獎學金，獎勵他們在社區服務長者的工作。

WCVB的伍沅媚說：「中華頤養院已經成為社區的中流砥柱，在這裡長者們都開心生活。」

—文章由馮喬羽翻譯

功夫打掃

張永生 撰稿



社區成員在11月幫助清掃大同公園。(左起)波士頓警察Tommy Yung、阮陳金鳳、Anna Lee、A-1區警察小組長陳孔恩、A-1區警長梅志強、張永生、Fungming Lee和Susan Goon。(圖片來自張永生。)

如果我想志願清掃街道，我去哪獲得工具？

我為了波士頓華埠博客，出席了清潔華埠委員會。我決定雖然我不理解大部分的會議，但知道我可以清掃我的功夫學校所在的街區，就好像那個街區是我的家鄉，我在用掃帚作為武器保護它不受垃圾困擾。

我與華埠主街的黃光野和何藹因合作，他們在大同村的幫助下迅速制定了一個清掃垃圾的計劃。您可以直接從華埠主街拿到掃帚，但我們決定從大同村拿工具，因為它與我的目標街道，泰勒街，更近。

如果我清掃街道，垃圾應該倒在哪？

您不能隨意亂倒垃圾。這是非法扔垃圾，也是華埠出現的問題之一。我獲得了大同村的允許，可以使用他們的垃圾桶和工具。

大家在意嗎？

很多大同村住戶是我之前的功夫師父，每一周這些住戶都全力在

幫忙。並且清潔華埠委員會與波士頓市政府合作，讓華埠地區獲得更多關注。

這能發揮作用嗎？

在我第一周清掃的時候，我在博客上提到撿起糞便和毒品的針頭。從那以後，我了解到可以撥打311，讓緊急醫務隊來將針頭撿走。通過清潔華埠委員會和華埠主街的幫助，以及與波士頓警察局的合作，這過去的一周更乾淨，並且要清掃更大區域的時候讓我們花費更少的時間。越多的團體和個人能幫助清掃華埠一部分，這個社區就會變得越來越乾淨和美好。您有能力改變您的社區，特別是如果您向社區組織尋求支持。

張永生在堡壘村長大，並且是兩個小孩的父親。他以功夫父親的身份寫博客，<http://kungfudad.blogspot.com>。

—文章由馮喬羽翻譯

下期舢舨將於十二月十八日出版



**你的孩子現在是四年級嗎？
現在申請！
我們讓你的孩子為大學做好準備！**

信息說明會在2月2日。從下午5點半至6點半，位於 215 SYDNEY STREET。（下雪日期2-9）

想了解更多申請信息，並且上網申請，請前往 www.bostoncollegiate.org
想要讓一份紙質申請表郵寄給你，或想要更多信息，請致電(617) 282-6710。

我們正在為2015-2016年抽籤招收即將進入5至8年級的學生！

- 我們是免學費的、面向全市範圍的公理特許學校，位於Dorchester，服務大約700名5年級至12年級的學生。
- 我們是一所大學預科學校，所有的畢業學生有100%的大學錄取。
- 我們學生在兩個10年級的MCAS考試中的分數顯著高出國家和地區的平均水平；100%的BCCS學生在ELA中的分數達到高級或精通，而全國水平為89%，並且99%的BCCS的學生在數學中的分數達到高級或精通，而全國水平為78%。
- 我們的老師全心奉獻、努力工作、富有熱情並且見地深刻。
- 我們提供一個安全、充滿支持，並且在學術上嚴格的學校，並在學術和行為上有很高的期望。
- 我們通過嚴格的指導、個人的專注、輔導和週六學習中心提供支持。

申請截止日期：2016年，2月24日，週三 下午5點
215 Sydney St. ■ Dorchester, MA ■ (617) 282-6710 ■ WWW.BOSTONCOLLEGIATE.ORG

舢舨廣告 華埠首選

廣告熱線
**(617) 426-9492
x 206**
ads@sampan.org

歷史協會舉辦當地導演 兩場影片分享會

舢舨編輯部 報導



紐英倫歷史協會11月22日舉辦影片分享會。(後排左起)歷史協會主任甄翠嫻、梅伍銀寬、Steven Chen、歷史協會董事長曾雪清、陳家驊、梅麗梨。(前排左起)阮陳金鳳、陳偉民、伍少文。(圖片來自紐英倫歷史協會。)

紐英倫歷史協會11月21日跟11月22日舉辦兩場影片分享會，播出波士頓導演伍少文(Kenneth Eng)拍他父親伍堯經返中國家鄉的故事在《My Life in China》(直譯：我在中國的生活)。大約150位嘉賓出席並支持影片。僑社代表來自波士頓華埠亞裔青年協會、紐英倫至孝篤親、華埠工商會、紐英崙梅氏公所。

華埠犯罪報告： 11月20日至12月4日

波士頓警察局 提供

所有報告均有波士頓警察局提供。

時間：11月20日至12月4日。

地域：A1區域，包括華埠。

如需報告犯罪案件或可疑活動，請立即致電911。警察局提供中文口譯員。

汽車事故財產損失

11月15日，下午6點35分：受害人報告稱一名陌生人擊打了他停在愛惜士街的汽車。嫌疑人在沒有交換信息的情況下逃離現場。

商舖偷盜

11月16日，上午8點56分：受害人報告一名陌生人進入位於華盛頓街的商舖並且企圖偷盜。嫌疑人逃出商舖，去向不明。

非法闖入

11月18日，晚上7點45分：三名嫌疑人在馬津尼道因為非法闖入被逮捕。A-1區毒品控制小組發現他們在一個明顯標有不得非法闖入標誌的區域。

授權逮捕

11月20日，晚上6點42分：嫌疑人在牛津街被逮捕，逮捕令由波士頓市區法院簽署。

授權逮捕

11月20日，晚上8點34分：嫌疑人在愛惜士街被逮捕，逮捕令由波士頓地方法院簽署。

購買/接受偷盜商品

11月24日，上午10點25分：來自A-1區的警探在華盛頓街執行一個搜查令。三名嫌疑人被逮捕，多項物品被封存。

可疑人物

11月25日，下午1點45分：警

員收到屋街有校巴打架事件報告。抵達後，警員對兩名打架的學生對話，勸他們不要再動手。

惡意襲擊

11月25日，下午4點36分：警員響應華盛頓街一起醫院用刀傷人事件。在抵達後，警員被護士告知受害人的背部被刀捅傷。他正在接受手術，但傷勢不致命。事件由地區警探進行進一步調查。

惡意襲擊和毆打

11月28日，凌晨3點46分：警員響應塔芙茨醫療中心一起被刀捅傷受害人的報告。受害人無法指認嫌疑人。他被以非致命傷進行治療。

購買/接受偷盜商品

11月28日，晚上10點5分：警員響應華盛頓街一起正在進行偷盜的報告。在抵達後，受害人聲稱上週從此處偷盜小費罐的人再次前來偷盜。警員在必珠街發現嫌疑人。他被逮捕並且被送至拘留所。

襲擊和毆打

11月29日，凌晨3點37分：受害人報告稱在必珠街行走時，他被一名陌生白人男性攻擊。受害人拒絕接受治療。

可疑人物

11月30日，下午3點15分：警員收到尼倫街的病患輔助報告。抵達後，警員見到被害人得到緊急醫務隊幫忙。他被送到就醫。

授權逮捕

12月1日，上午10點22分：嫌疑人在必朱街被逮捕，逮捕令有Lowell地方法院簽署。

一文章由馮喬羽翻譯



華埠的昆士小學排名前列，外牆有藝術品。(圖片由黃靈美攝。)

華埠公立學校融合文化和學習

黃靈美 報導

波士頓的好學校排名中有昆士小學和昆士中學位於華埠。昆士小學在1847年創立，而昆士中學在1999年開設，為學生提供從幼兒園至12年級的學習環境。

K-5昆士小學目前由昆士小學署理校長司徒玉英領導，她在成為校長前已經在學校任教15年。她從2000年來的經歷包括教5年級、4年級跟3年級，也做數學指導老師、以英語為其他語言教師。司徒校長在小學對面的公路村長大，在華埠土生土長。

昆士中學有兩名校長，張可仁和Steve Cirasuolo，同時管理6年級至12年級。由昆士小學前校長兼波士頓公立學校副校監黃伯勳於

1999年創立，昆士中學位於華埠華盛頓街900號和Bay Village的Arlington街152號的兩棟建築中。

在昆士中學創立前，昆士小學的學生會在畢業後去不同的中學就讀6年級。波士頓三所考試學校接受7年級、9年級和10年級的學生，導致希望入讀波士頓拉丁學院(Boston Latin Academy)，波士頓拉丁學校(Boston Latin School)和John D. O' Bryant School of Mathematics and Science的學生經歷第二次轉學。昆士中學的創立為波士頓公立學校的學生提供一條12年級的升學路徑。

下續中文第六版

Make a CORCORAN Community Your New Home

MASSACHUSETTS
BOSTON

Allston
McNamara House
(617)783-5490
210 Everett Street

South Boston
50 West Broadway
(617)269-9300
50 West Broadway

CORCORAN
MANAGEMENT COMPANY
Creating Communities Since 1951

NORTH SHORE

Andover
Andover Commons
(978)470-2611
30 Railroad Street

Haverhill
Rivers Edge
(978)373-4800
1 Water Street

Saugus
Saugus Commons
(781)233-8477
63 Newhall Avenue

North Andover
Stevens Corner
(978)794-1800
75 Park Street

Chelsea
Parkside Commons
(617)884-2400
100 Stockton Street

Lynnfield
Lynnfield Commons
(781)592-6800
375 Broadway

Woburn
Kimball Court
(781)933-9900
7 Kimball Court

Lowell
Massachusetts Mills
(978)970-2200
150 Mass Mills Drive

Visit us online!
www.corcoranapts.com

SOUTH SHORE

Weymouth
The Ledges
(781)335-2626
1 Avalon Drive

Taunton
Mill Pond Apartments
(508)824-1407
30 Washington Street

Hanover
Hanover Legion
(781)871-3049
Legion Drive

Hingham
Lincoln School Apts
(781)749-8677
86 Central Street

Brockton
Brockton Commons
(508)584-2373
55 City Hall Plaza

The Commons at SouthField
(781)340-0200
200 Trotter Road

School Street Apts
(508)823-1299
31 School Street

Fall River
The Academy
(508)674-1111
102 South Main Street

Scituate
Kent Village
(781)545-2233
65 North River Road

METRO WEST

Framingham
Pelham Apartments
(508)872-6393
75 Second Street

Holliston
Cutler Heights
(508)429-0099
79 Hollis Street

CENTRAL MASS.

Worcester
Canterbury Towers Stratton Hill Park
(508)757-1133 (508)852-0060
6 Wachusett Street 161 W. Mountain Street

NEW HAMPSHIRE

Nashua
Amherst Park
(603)882-0331
525 Amherst Street

RHODE ISLAND

W. Warwick
Westcott Terrace
(401)828-1490
319 Providence Street

For more information or reasonable accommodation, please call the property that interests you. We provide free language assistance by phone, just state your language and hold for an interpreter



亞協服務中心 回顧一年的服務

楊美英 報導



亞協服務中心於11月19日在State Street集團舉行年度會議，Frank Poon (右三) 被授予創始人獎。(圖片由楊秀英攝。)

亞協服務中心於11月19日在North Quincy的State Street集團舉行了年度會議。這場活動是亞協服務中心回顧機構在過去一年裡做出的成就、談論中心提供的服務和項目，以及感謝將要離開的董事會成員並且歡迎新進入成員的一個機會。

亞協服務中心董事會主席Abby Nguyen-Burke和行政主任約翰·波達感謝市政府和州政府官員以及亞協服務中心合作夥伴的支持。隨後，他們授予Frank Poon創始人獎，感謝他作為亞協服務中心董事會成員對亞裔社區作出的突出貢獻。

在領獎時，Poon說道：「幫助別人的獎勵最終都會回到我們自己身上。我感謝社區人民對我的信任，讓我可以幫助他們。」

Wan Wu醫師也作為一名要離開的董事會成員被感謝，而新任命的董事會成員Nancy Lee、Ellyses Kuan和Margaret Cheung則受到歡迎。

昆士市市長柯奇表揚了亞協服務中心，並且感謝他們「幫助城市一天一天變強大。」

新任昆士市不分區議員梁秀婷是嘉賓，她分享對機構的感言。她表揚了亞協服務中心對社區提供的服務，並且希望大家通過參加社區活動和像亞協服務中心這樣的組織，在相互之間建立緊密聯繫。

市議員梁秀婷說：「不管您在多久之前進行計劃和準備，在過程中總會遇到困難和不順。當困難發生時，人們應該感到他們有人可以求助。這是為什麼個人應該走出家門，在社區扮演積極的角色。開始交流、建立聯繫，然後成為互相幫助的對象。」

在會議中，亞協服務中心肯定自己在過去一年的很多成就。作為機構發起的公民參與活動，亞協服務中心幫助註冊了400名新的投票人，並且舉辦了一場昆士市市長和市議員候選人論壇。作為它成功的表現，在選舉過程中亞裔選民參與率與非亞裔選民參與率一致。亞協服務中心也認可了青年項目和成人教育項目在幫助昆士市社區亞裔住戶英語水平的成功。

嘉賓在會議後享用點心。

一文章由馮喬羽翻譯

8名學生從超市就業課程畢業

波士頓華埠社區中心供稿



培訓項目的贊助者和畢業學生在11月19日畢業慶祝會。(圖片由波士頓華埠社區中心提供。)

8名成人從第二屆超市就業技巧培訓課程畢業。波士頓華埠社區中心提供14週培訓項目。三名學生已經找到工作。畢業慶祝會在11月19日舉行。

這個項目獲得了市長勞動力發展辦公室一波士頓市政府和華埠南灣聯合會的支持，這包括波士頓華埠社區中心、華人前進會、BEST公司酒店培訓中心、麻州勞工教育圓桌會議、全食超市南灣分店

和羅氏兄弟超市。同時，項目還需要特別感謝 Community Labor United 和 Castle Square Tenants Organization。

聯合會為低收入移民提供一個14週培訓課程，包括英語、客戶服務和找工作技巧等內容，幫助學生獲得超市和客戶服務領域的職位。學生還會進行一對一的工作培訓。

一文章由馮喬羽翻譯



華埠居民會於12月2日在昆士小學舉行會議。Alice Brown報告波士頓市政府公共交通長期計劃進展。(圖片由黃靈美攝。)

華埠綜合報導： 治安會、居民會

黃靈美 報導

華埠治安委員會於12月2日在雙樹酒店舉行月度會議。

波士頓警察局A-1區警監梅志強報告過去30天裡的罪案。必珠街和牛津里的交界口發生一起搶劫，一名受害人報告稱在夜店喝酒後被偷一條金鍊。還發生了兩起惡性襲擊和七起偷盜。警察進行了22起毒品逮捕和16起授權逮捕。

梅警監還報告了11月24日在位於華盛頓街693號美新時裝鞋店鋪進行的逮捕的最新情況。三名女性、54歲店鋪業主Phuong Quach、71歲員工Feng Deng和49歲員工Cindy Tran被控購買和接受偷盜物品。警察從店鋪沒收了5千件物品，價值10萬美元，店鋪在逮捕進行後已經關閉。美新時裝鞋的業主之前會付給偷盜人士偷到東西價值的25%，通常是來自本地比如Macy's、CVS和DSW店鋪。

梅警監說：「我們將注意這會如何影響我們店鋪偷盜的數量。這家店租金是每月6千美元，業主說偷盜是他們唯一可以負擔店租的方式。」

昆士小學副校長陳炳鑑希望警

察在屋街跟天滿街交叉口增加一個保安監視器，這裡Eliot Norton 公園正在完成翻新工程。他還希望將免費居民停車時間改成下午4點以後，因為遲到的學校巴士沒有足夠的空間乘載坐輪椅的學生。最終，陳副校長希望社區對學區支持學校延長學校時間的計劃一目前從早上9點半至下午3點半一改至從上午8點半至下午3點半，獲得更多學習時間。

華埠治安委員會是華埠南灣社區議會其中一個委員會。

華埠居民會

華埠居民會於12月2日在昆士小學舉行會議。

會議進行了三項報告，包括一個來自波士頓市政府公民參與和社區服務辦公室主任Jerome Smith介紹市政府的服務。Alice Brown帶來了Go Boston 2030公共交通計劃的最新情況。

第三個報告來自華埠社區土地基金會。

一文章由馮喬羽翻譯



華埠治安委員會於12月2日在雙樹酒店舉行月度會議。(左起) 愛默生學院的Mary Higgins、波士頓警察局A-1區警察小組長陳孔恩、A-1區警監梅志強。(圖片由黃靈美攝。)

今日是農曆十月廿三日

宜：納采、移徙、納財、開市、
納財、入宅

不宜：開倉、蓋屋、祭祀

康樂樓耆英活動中心 開幕儀式

舢舨編輯部 報導



中華耆英會康樂樓耆英活動中心11月19日開幕。梅炳鈿跟梅伍銀寬致送攝影家梅國治作品給活動中心贊助波士頓基金會代表Hehershe Busuego。(圖片來自中華耆英會。)

中華耆英會康樂樓耆英活動中心在多年的建設籌備，在11月19日舉行了開幕儀式。儀式上耆英會的行政主任梅伍銀寬表示，感謝社會各界對活動中心的支持，本活動中心將為廣大60歲以上的耆英服務，為他們在波士頓唐人街提供又一個休閒活動好去處。活動中心負責人張佩瑜表示，本耆英活動中心在11月23日正式對外開放，為各位長者提供營養午餐、健康講座、跳

舞、唱歌、繪畫以及太極等課程活動，同時本中心將會有社工為長者提供信件閱讀等社會服務。歡迎大家提出任何改進中心的建議。本中心部分活動由波士頓基金會(The Boston Foundation)贊助。眾多來賓出席幕儀式，包括波士頓老人局、各老人照顧服務單位、國泰銀行、僑社人士、和波士頓華人專業協會義工隊等，喜氣洋洋。



到場部分嘉賓合影。(圖片來自中華耆英會。)

學習英文成語

The straw that broke the camel's back

意思：壓垮駱駝的最後一根稻草；令人忍無可忍的事



華埠南灣社區議會選舉11月29日在永豐銀行舉辦。(左起)余麗嫻、曾雪清、陳文浩、李有香、阮鴻燦、梅麗梨、雷國輝、朱慶玲、梅伍銀寬。(圖片由黃靈美攝。)

華埠南灣社區議會 選出八名議員

黃靈美 報導

華埠南灣社區議會選舉11月29日在永豐銀行的夏里臣街61號分行舉辦，258選票決定八名議員開始三年任期。

雷國輝得到196票選上機構類議員，周樹昂以111票得到商戶類議員。在其他類，陳偉民以134票跟梅麗梨以204票選上。居民類，李有香得103票、李麗嫦得111票、Raymond Ptau得73票。團體類，鄭炎彬得113票。2016年開始三年任期。

所以麻州亞裔大過16歲有投票權，議會成員必須參選做其中21個議員：五位在居民類、四位在商戶類、四位在團體類、四位在機構類

及四位在其他類。

議員任期三年，所以2014年選出的議員還在任期。2014年選出的議員為曾雪清(機構類)，余麗嫻跟梁志生(團體類)、黃競雄跟遊誠康(居民類)，阮鴻燦(其他類)，梅沛傑(商戶類)。梁志生今年席缺。

華埠南灣社區議會由波士頓市政府建立，為了加強鄰里與市府部門的溝通。議會1986年創辦為了華埠南灣社區能參與市府相關決定關於土地、開發、社區服務及生活機能。議會跟居民、商人、當地機構及政府代表配搭。

在災難到來時 做好準備

昆士市社保局公共事務專員Kristen Alberino供稿

對於大多數人來說，為冬天做準備包括從衣櫥中拿出厚外套，並且確保車已經為惡劣天氣做好準備。不管冬天會帶來雪、冰雹還是洪水，您都需要做好準備。

為可能的身體或精神殘疾做準備也是一樣的。很多人不認為殘疾會發生在自己身上。數據表明殘疾的可能性比大多數人認為的都要高。5600萬美國人，或者說20%的美國人，都有殘疾。3800萬美國人，或者說10%的美國人，有嚴重殘疾。一個對於20歲人來說令人深省的事實是超過25%的20歲年輕人在到達退休年齡前會有殘疾。殘疾會發生在任何人身上。但是誰做好準備了呢？

當殘疾發生時，社保局可以幫助大家滿足他們的基本需求。我們的殘疾項目為那些符合資格的人提供經濟和醫療福利，讓他們可以看醫生、支付藥物和治療。如果您有殘疾，您可以前往www.socialsecurity.gov/planners/disability了解更多關於如何獲得保障的信息。

社保局不僅為那些工作並且繳納社保稅的人提供福利，而且還為那些無法工作以及那些身體狀況符

合社保法案下的嚴格殘疾定義的人支付福利。如果個人因為持續或者預計會持續超過一年或會導致死亡的嚴重的身體狀況而無法工作，就會被認為殘疾。

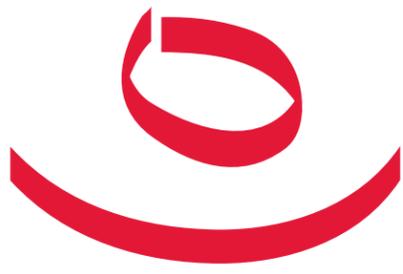
個人的身體狀況必須讓他無法繼續之前的工作，並且必須讓他無法從事其他根據自身年齡、教育和經驗可從事的工作。

補充性社保收入(Social Security Income)，我們另外的殘疾項目，是一個基於需求的、針對收入和資源有限的人群的項目。

想要了解所有有關申請資格和相關福利，您可以閱讀我們的出版物，「殘疾福利(Disability Benefits)」，可前往www.socialsecurity.gov/pubs閱讀。

雖然極端的冬季天氣可能不會影響所有人，但殘疾的風險和需要的幫助不是基於地理位置。您可能認識殘疾的人或者您自身就有殘疾。如果您希望幫助一個朋友或者家庭成員——或者您自己需要做出相關計劃——請前往www.socialsecurity.gov/disability。

—文章由馮喬羽翻譯



華人醫務中心

south cove
community health center
華人醫務中心

South Cove Community Health Center
The Premier Asian Community Health Center of Massachusetts
麻州首屈一指亞裔社區醫療中心

INTERNIST/ADULT PCP POSITIONS AVAILABLE

PLEASE CONTACT HR AT lchu@scchc.org OR CALL 617-521-6701

華醫四十年來以照顧未能得到完善醫療服務的麻州居民為宗旨。我們現在為超過三萬名來自過百種不同郵遞區號的居民服務，每年掛號次數達十六萬五千人次。

我們以病人熟悉的語言和文化提供醫療保健，使其能享受親切及貼心的服務！

South Cove has been caring for the medically underserved for over four decades. We now serve 30,000+ patients from over 100 zip codes with 165,000 visits yearly. We serve our patients in a linguistically and culturally appropriate manner to ensure that they feel comfortable and at home!

我們的醫生現在正接受新病人，請即日致電任何一個診所預約！

Our providers are accepting new patients, call today to schedule for an appointment!

華人醫務中心漢考克街診所的內部藥房可為所有的華醫病人提供負擔得起的處方藥。

South Cove's Quincy pharmacy is serving new and existing patients with affordable prescription medications.

華人醫務中心悉心協助有需要人士申請醫療福利及聯邦(可負擔健保法案)或麻州全民保險計劃。

We provide assistance with MassHealth, Affordable Care Act Plan & Health Safety Net applications.

Boston Campus		Quincy Campus	
<p>Washington St. Clinic 華盛頓街診所 885 Washington St. 617-482-7555</p>	<p>South St. Clinic 南街診所 145 South St. 617-521-6730</p>	<p>Hancock St. Clinic 漢考克街診所 435 Hancock St. 617-318-3300</p>	<p>Holmes St. Clinic 霍姆斯街診所 88 Holmes St. 617-318-3200</p>
<p>成人科、婦科、小兒科、 足科、神經科、 社會服務部及家庭計劃 Adult Medicine, OB/GYN, Pediatrics, Podiatry, Neurology, Social Services and Family Planning</p>	<p>牙科、眼科、X光乳房攝影 篩檢、骨質篩檢、心理科、 營養科/奶卷、幼兒培育組及 課餘活動中心 Dentistry, Optometry, Mammography, Bone Density, Behavioral Health, WIC, Early Intervention, BASE</p>	<p>成人科、340B 藥房 及社會服務部 Adult Medicine, 340B Pharmacy and Social Services</p>	<p>婦科、小兒科、牙科、眼 科、心理科、社會服務部 及家庭計劃 OB/GYN, Pediatrics, Dentistry, Optometry, Behavioral Health, Social Services and Family Planning</p>
<p>SUN 星期日 8:30AM - 2:00PM MON-FRI 星期一至五 8:30AM - 5:30PM (Adult Medicine to 6:30pm on Mon) (成人科周一至六時三十分) SAT 星期六 8:30AM - 3:00PM</p>	<p>MON-FRI 星期一至五 9:00am - 5:30pm SAT 星期六 9:00am - 3:00pm</p>	<p>SUN 星期日 8:30AM - 12:30PM MON & TUE 星期一至二 8:30AM - 6:30PM WED - FRI 星期三至五 8:30AM - 5:30PM SAT 星期六 8:30AM - 3:00PM</p>	<p>SUN 星期日 8:30AM - 12:30PM MON-FRI 星期一至五 8:30AM - 5:30PM SAT 星期六 8:30AM - 3:00PM (Optometry: 1st Sat) (眼科：每月第一個星期六)</p>

<http://www.scchc.org>