



本週金句

若有人服事我，就當跟從我；我在那裏，服事我的人，也要在那裏。若有人服事我，我父必尊重他。

【約十二 26】

板城 365 進度

每日讀經

□01/18 太 8:1-13
□01/19 太 8:14-27
□01/20 太 8:28-34
□01/21 太 9:1-13
□01/22 太 9:14-26
□01/23 太 9:27-38
□01/24 太 10:1-15

一年聖經速讀

01/18 約伯記 8 - 10
01/19 約伯記 11 - 13
01/20 約伯記 14 - 17
01/21 約伯記 18 - 20
01/22 約伯記 21 - 24
01/23 約伯記 25 - 27
01/24 約伯記 28 - 31

● 2025 宣教認獻目標一百一十九萬元
認獻累計\$794,500 奉獻累計\$809,300 40週年奉獻 128,272
本堂福音中心\$17,800 希望之家\$55,000 開拓植堂\$0
海外宣教\$79,000 暑期福音隊\$179,400 福音機構\$24,400
不指定\$422,800 泰山福音中心 33,500 恩友中心\$29,400

●板城 1 月份行事曆

項目	日期	內容
1	01/11	四十週年感恩義賣園遊會
2	01/11	懷相見證分享
3	01/18	新春布置
4	01/18	外請講員 - 何照洪長老
5	01/27~02/06	寒假安親營



台灣貴格會板城教會

<板城教會全職傳道人>

何有義牧師 | 仲信忠傳道

電子郵件: bcjh142@gmail.com

官網: <http://twfcbc.org>

兆豐銀行板南分行戶名: 財團法人台北市基督教
台灣貴格會板城教會 · 轉帳: 027-09-01011-5
匯款後請記得來電告知日期及帳號後五碼/可臨櫃或轉帳。

● 敬拜與造就時間

週日	時間	性質	聚會人數
	上午 08:00-09:30	第一堂崇拜	52
	上午 10:00-12:00	第二堂崇拜	191
	上午 09:00-10:00	禱告會	5
	上午 10:00-12:00	兒童主日學	24
	中午 12:00-13:30	錫安詩班	暫停
週三	上午 09:30-10:00	禱告會	11
週五	晚上 19:30-20:30	禱告會	23
週六	下午 14:00-16:30	童樂會	結業
	下午 16:30-18:00	小蜜滴	

● 上週奉獻徵信

十一奉獻 (007)8,500(008)5,000(008-1)4,000(014)12,700 (017)2,000(020)1,000(023)3,000(024)1,000 (036)2,000(053)7,300(072)4,500(073)4,000 (086)4,000(089)15,000(101)6,000(102)40,000 (123)1,500(124)10,000(159)1,000(163)4,000 (203)4,000(211)775(214)3,000
感恩奉獻 (001)500(069)500 (075)1,000(097)137,000(101)2,000(142)1,000 建堂奉獻 (008)1,000(008-1)1,000 菲律賓奉獻 (008)1,000(008-1)1,000 愛心奉獻 (X0342)1,200(X0248)2,000 (008)1,000(008-1)1,000(073)600(主知名 2 筆)1,600 為 40 週年奉獻 (008)1,000(008-1)1,000(095)4,000(L17251)500 希望之家(115)3,000 泰山福音中心(L17251)500 (008)1,000(008-1)1,000(069)10,000(213)1,000
主日 5,137 建堂累積: 9,781,000
本月經常奉獻累計: 562,781

● 主日事工服事表

	本 週		下 週	
證 道	何照洪		何有義	
領 會	劉啟國		蔡東銘	
敬拜團	頌恩團隊		光鹽團隊	
投影片	陳則源		張年華	彭馨霏
音 控	吳世維		沈明貴	
招 待	黃冠瑋	陳蘭英	邱慧瑤	張勝雄
	張雲霞	游貴生	柯羽韓	賴怡廷
值 星	劉明道	黃禾岳	鄭雅薇	林大順
禱告會	01/23 鄭雅薇		01/30 劉啟國	
兒童主日學				
	本 週		下 週	
負責團隊	嘉宜團隊		嘉宜團隊	
幼稚級	賴 怡 廷 詹佩琪 彭馨霏 張 雙 郁 賴 怡 廷			
初小級	劉展君 李玉夢 李玉夢 劉展君 劉展君			
中小級	劉榮軒 何宜芳 鄧雅云 沈幸怡 游心怡			
高小級	何雪芬 鄭因綸 何雪芬 鄭因綸 鄭因綸			



以琳新年感恩聚 活動剪影

(攝於 2026.01.04)

郵政劃撥: 劃撥帳號: 19435507

戶名: 貴格會板城教會

統一編號: 04852591 財團法人台北市基督教台灣貴格會

地址: 22060 新北市板橋區南雅南路二段 142 巷 2 號 B1

交通: 捷運板南線-亞東醫院站 2 號出口

電話: (02)8966-0446、(02)8967-0447 傳真: (02)8966-7649



2026 標竿

使命、傳承

板城週報

1980 期

2026.01.18

牛頓論:「腳與大腳趾」

【張文亮教授臉書】

不可思議的腳

人的腳可以走、跑、跳、旋轉等運動。

還可以用腳，表達自己的情緒：

生氣時，跺腳；無聊時，抖腳；

難過時，軟腳；快樂時，用腳飛躍。

牛頓在學生時期，喜歡觀察自己的腳。

1661 年，牛頓在劍橋大學讀書時，他在學習筆記「Questiones quadam Philosophia（關於哲學的若干問題）」裡寫道：「腳是奇妙的受造，人可以用兩腳之間不同的夾角，以移動不同的距離。人走路時，一腳著地承受身體的重量，一腳在空中向前，如次交替，走路輕鬆不需用力。人善於走路，是因為兩腳輪流施力，輪流休息。人類的兩腳運動，是奇妙的受造。」

走路的容易

1667 年，牛頓在「Enumeratio(舉例的集合)」一文中寫道：「人在走路時，腳的上抬是弧形移動，這是花費最少力量的方式，前後擺動。此外人走路時，腳板向前的方向，與頭部視覺的方向一致，人要向那個方向走，視覺就朝向那裡，腳板就跟那方向前進。」

「人在走路時，腳板與地面的接觸緊密，因此能感受地面的粗糙或光滑，人立刻知道這樣的路面，所能承受的壓力。兩腳的弧形擺動，配合兩手的擺動，讓人平穩地移動。」

身體左右對稱的奇妙

1704 年，牛頓在「光學」一書中又寫道：「人的身體左右對稱，兩個眼睛，兩個耳朵，兩個鼻孔，兩隻手，兩隻腳，而且左右對稱，形狀相同，重量一致。這樣的一致性，顯示人不是隨機產生，而是上帝智慧的設計與大能的創造。」

牛頓在聖·多瑪醫院的上課，又提到人的雙腳在力學上的機制。牛頓上課的內容，是他從年輕的思索。

槓桿的機制

彭伯頓紀錄道：「牛頓說人的雙腳，有著巧妙的槓桿作用。雙腳是槓桿支撐的兩個支點，雙手是槓桿的兩端。當人背負重量時，雙手使背負的重量，均勻地分佈，雙腳為槓桿的支點，手腳的合作，使人背負省力，移動平衡。」

「牛頓說手臂距離身體中間線的長度，是施力的力距。身體的中間線，在兩腳中間的正上方，這是巧妙的槓桿機制。」

腳的大腳趾的功能

彭伯頓紀錄道：「牛頓說人的大腳指特別粗大，才能夠有力的支撐人體的重量，做定點身體的轉動。」

這是許多舞蹈者，用大腳指做支點，可以旋轉身體的原理。

彭伯頓又紀錄：「腿的長度要夠長，在寒帶的冬天，走在冰雪上，才能不被雪陷住；在赤道的夏天，，拔起腳向前走，才不受地面熱度的影響。牛頓感謝上帝，他說腿的長度沒有超過人體長度的一半，否則人就很難彎腰繫鞋帶。」

主日程序

第一堂

08:00-09:30

第二堂

10:00-12:00

☑ 靜默等候

☑ 詩歌讚美

☑ 誠心奉獻

☑ 虛心領受

☑ 彼此祝福

☑ 同享愛宴

回應詩歌

主阿我們也要

你出你入，

耶和華要保護你，

從今時直到永遠。

(詩篇 121：8)

本月證道主題

12/28 何有義

看見看不見

01/04 何有義

使命必達

01/11 何有義

基督精兵向前行

01/18 何照洪

第一堂

三個女子所鋪的路

第二堂

但人及參孫所走的路

本週壽星

01/18 李佳容、柯寬鄉

01/19 林君玲、謝金日

01/20 章毅軒、巫麗兒

01/22 李元慶

01/23 蔡聖邦

祝你們生日快樂

日日喜樂、靈裡歡樂

✧ 肢體關懷

1. 歡迎上主日嘉賓：王華瑞、黃鳳凌、高正澤、路君希、Brian Musoke、Jen Naava，願主賜你們生命豐盛喜樂。
2. 為教會40年堂慶的規劃與預備代禱，使每一個活動都能使神得榮耀。也為硬體的更新關心代禱，主要是中庭與廁所的重新規劃、裝潢，期待使我們的環境可以煥然一新。
3. 請繼續為菲律賓薩瑪沓教會購地進度，及泰山福音中心成立教會的籌畫代禱。
4. 感謝神，為迎接板城40的各項認獻目前共一百零五萬五千元，已經超過所需金額一半，為弟兄姊妹愛神、愛教會的心感恩。歡迎繼續響應這愛的呼召。
5. 上主日創意市集經過各小組的努力，總營收61,772元，此款項將做板城40專款，願神在我們當中得榮耀。
6. 請為劉文良弟兄居家照護；黎寶賢女士；莊雲淵先生；郭寶卿女士身體恢復代禱。也為黃徐桂琴女士車禍與保險公司協調順利，並有好的康復；洪金玉弟兄車禍和解，身體康復代禱。

✧ 子會關懷

- ✧泰山福音中心：
- 禱告會 10 主日 18 查經 9 小組 7
1. 為2026年成立教會，並且開始設立同工禱告。
 2. 為同工的選擇禱告。
- ✧宜蘭天恩教會：
- 禱告會共26 主日&禱告會46 小組共4 小家共29 陪讀4
1. 為下學期的EC與音樂班招生順利守望禱告(3/7號開課共十二週)
 2. 為教會最近籌辦年前的全教會採草莓出遊一事順利守望禱告。
 3. 為教會展開全教會電話關懷網一事推展順利禱告。
- ✧希望之家：
1. 求神擴張帳幕之地，為我們預備同工及資源，建立神的家。
 2. 求主帶領 6 位慕道友，能快快信主。也求主繼續加添新人。
 3. 為兒子加恩今明兩天參加學測考試順利，有神同在。
 4. 巧玉姐妹的麵店，求主祝福把店經營起來。
 5. 袁榮泓弟兄公司代禱：a.為民生水資源工地，求主保守代墊款項，利德公司能盡快撥付。b.求主帶領台南楠西隧道防水工程能推進成案，能順利取得承攬。

【歡迎新朋友同來聚會】

1. 謝謝何照洪長老分享寶貴信息，願主賜福您闔家及您的事奉。何長老著作多本研經書籍，歡迎肢體至櫃台翻閱預購。
 2. 2026 板城教會事奉意願調查表今天發放，這是每年為教會人力資源的統計，期待弟兄姊妹們按著所得的恩賜彼此服事，歡迎使用週報夾頁中的報名表填寫，會後交給招待同工或報名櫃台。讓我們同心合意愛我們屬靈的家，收集至下主日截止。
 3. 歡迎弟兄姊妹在家中建立「家庭祭壇」，透過讀經、分享與禱告，讓神的話語成為家庭生活的中心。家庭祭壇時間可長可短，每天一點時間就能陪伴家人彼此連結、在主裡成長。邀請每個家庭一同回應，讓信仰在家中扎根、代代相傳。二月起，板城推動家庭祭壇月，歡迎願意一起響應肢體至櫃台領取家庭旗幟。
 4. 報名櫃台：
- (1) 今天下午 1:00 歡迎肢體一起參與新春布置，於中庭集合，有意願家人請至櫃檯登記。
- (2) 「零基礎日本語初級」開班囉！今日起，每週主日下午 14:00-15:30 成人圖書室開始上課，歡迎試聽第一堂課，掃描 QR Code 進入群組報名，至今日截止。
- (3) 今年一月起，本堂接任亞東醫院祈禱室服事，由張玉娟傳道主責，安排志工。初階志工訓練二選一：01/28(三)或 01/31(六)上午九點至十二點，地點於正堂，皆免費供餐，歡迎有願意肢體報名，一起建造本堂新的福音據點。
- (4) 新春福音門聯、紅包袋代購服務，請會後至櫃台登記繳費，登記至下主日截止。



看見愛的力量

基督教今日報

泰國水災，深體會「一篇報導、一張照片」帶來的影響力

國中時期，在一堂音樂課的錄音作業獲 99 高分，音樂老師寫下評語，鼓勵陳稚華可朝「廣播之路」邁進，自此在她心中埋下對大眾傳播領域的嚮往。高三考完學測，面臨選填科系掙扎，陳稚華最後選擇了中文系，就讀之後，卻發覺與自己想像的未來傳播之路有些差距。

大學二年級寒假，參加「校園福音團契大專靈修班」，於「禁食禱告」環節中，陳稚華特別為 2011 年泰國水災禱告，其中看見一張照片：兩個孩子被水淹到脖子位置，臉上卻還掛著微笑。

這畫面帶給她極大感官衝擊，驚覺到，身處在同個世界，卻存在兩種截然不同光景，從而深刻體會：「一篇報導、一張照片，就能讓人對世界有更多認識。」她隨即報名泰國國際志工活動。

後來，陳稚華在校園電子報擔任記者，被處室主任誇讚「紀錄很完整」，也讓她更加確定要朝著「報導」之路邁進。大四進入《商業周刊》實習，畢業後被聘任，從編輯助理一路打拚到編輯採訪。因著過去投身泰國義診短宣經驗，陳

稚華在公司展開新的醫療企劃時，開始訪問「百大良醫」，之後去到《信傳媒》任醫藥記者，主跑醫療線。

回顧這段歷程，陳稚華表示，每一步都有上帝無形的帶領和牽引；「菜鳥」時期，卻能獲得機會外出跑新聞，讓她忍不住到廁所偷哭，感謝上帝都記得自己的夢想。

直率且富有正義感的她，深覺「記者」是適合自己的絕佳位置，深感，原來每個看似「被安排」的決定，其實都在預備她朝著神帶領的方向前進。

從懷疑「報導有影響力嗎？」，到疫情期間勇敢發聲「妳只要忠心，不要急著看結果」

回顧記者生涯中，陳稚華曾陷入懷疑「報導有影響力嗎？」的低谷，上帝透過許多巧妙事件堅固其信心。

商周待了四年後，陳稚華轉換跑道到新創媒體，撰寫政策、公共衛生議題等專題，過去商周發行量龐大，文章瀏覽量和曝光都很多，對比在新成立的媒體，陳稚華深感用心寫的文章「乏人問津」，心中不免感到挫折。

直到 Covid-19 疫情期間，針對疫苗及公共政策，秉持著要忠實呈現不同聲音的信念，她勇敢寫下不同於政府、主流的聲音；禱告中，更有個聲音提醒她：「妳只要忠心，不要急著看結果。」

後來，其中一篇「彰化血清事件」的報導，讓陳稚華受邀上 pop radio 朱學恆的節目，使該話題持續受到關注。此外，針對疫苗、疫情被誤解的議題，陳稚華採訪了中研院院士陳培哲，作一系列報導，並被廣傳到不同平台討論，後續更收到讀者回饋：「看完後對疫情沒那麼恐慌了」。

去（2025）年四月，陳稚華曾專訪台大骨科的主任，談論小兒骨科石膏要斷貨的議題，沒想到報導刊出後，健保署及廠商即協助處理，解決燃眉之急；三個月後，陳稚華再次詢問目前情況，醫師表示，因院長和健保署官員介入，連兒童脊椎釘子問題也穩定下來；可見，報導能帶來實際政策上的改變。

種種事蹟，皆令陳稚華受鼓舞，感謝上帝在關鍵時刻讓自己寫下正確資訊：「原來我寫的報導是有被看見、有影響力的。」

我的恩典夠你用的，因為我的能力是在人的軟弱上顯得完全。所以，我更喜歡誇自己的軟弱，好叫基督的能力覆庇我。—哥林多後書 12:9

沉默，是不是也成為一種不義？選擇揭露真相，被醫界稱「台灣最有勇氣的記者」之一

由於過去曾在泰國義診的背景，陳稚華結識三軍總醫院的口腔外科醫師李曉屏；身為文科生的陳稚華答應邀約，一邊跨領域進修醫學研究所，一邊遠端從事新聞工作。沒想到，當年底疫情爆發，手邊積累許多專業人脈，讓她能以專業素材，在疫情指揮中心提問，深感上帝的手奇妙安排！

疫情期間，陳稚華選擇揭露真相，甚至被醫界稱為「台灣最有勇氣的記者」之一。面對政府、藥廠、輿論壓力，坦言也會擔心後果，擔心被貼標籤或影響職涯，然而，每次她都會回到神面前問：「如果我因為害怕而不寫，這樣的沉默，是不是也成了一種不義？」禱告中，神每每賜下平安和勇氣；每當完稿後，她會對神說：「這篇報導就交給祢了！祢來為我負責。」

有次，陳稚華訪問到一位權威

醫師，提到某種古老抗病毒藥物，經多方查證，其他醫師和藥師也證實其所言不假；新聞刊出後，曾收到疫苗廠商多次致電，希望下架該報導文章，然而，陳稚華衷心感謝當時的上級長官都很「挺」自己；只要確定報導內容並無錯誤，就勇敢刊登！於是，帶著從神而來的平安，她挺過當時壓力。

你不要害怕，因為我與你同在；不要驚惶，因為我是你的神。我必堅固你，我必幫助你；我必用我公義的右手扶持你。—以賽亞書 41:10

屬神的記者 重要特質之一是「真實」

談及最想傳遞給下一代媒體人的核心價值？陳稚華認為，一名屬神的記者，首重的一項特質是：真實！現今世代充斥許多似是而非道理，潛移默化影響人們價值觀，因此，當時常回到神面前、敬畏真理，而非一味追求世人的認同及流量。

第二，對人要存有關懷和憐憫。每個新聞背後，都是特定族群的生命故事，求主使記者透過報導，帶動更多人關注社會需要被關心的人群。

第三，保持正義感，堅持作對的事。即使當下不被理解，但仍值得去做；身為基督徒，更必須常與神連結，跟信賴的屬靈長輩交流，堅守初心，相信神會自己動工和帶領。

神可以使用我的筆，成別人生命中一道光

從事媒體業十多年，從未「得獎」的陳稚華，心中暗自希望能獲肯定，沒想到，2024 年 11 月，她以「寶林茶室食安風暴」的專題報導，獲《消費者權益報導獎》即時新聞類「特優」，成為職涯中極大肯定。

「神真的都紀念我們每個心思意念，也會在意外時刻回饋我們。」透過不同報導經歷，神讓她明白：「影響力不一定來自掌聲。神可以使用我的筆，成為別人生命裡的一道光。」「我們的工作，不只是職業，更是要完成神給的使命和託付。」

陳稚華鼓勵職場基督徒，不用塑造自己是完美形象，而是敢於面對灰色地帶和壓力，甚至在無人看到的情況，仍然選擇公義，在最小事上都對神忠心、活出真理，相信，神必要使用基督徒作光作鹽！

你們的光也當這樣照在人前，叫他們看見你們的好行為，便將榮耀歸給你們在天上的父。—馬太福音 5:16

聚會表

本週聚會時地	小組長	上週人數
週日午 12:00 副堂二	以琳/ 宋婷婷	暫停
週日午 12:00 成人圖書室	喜樂河/ 黃勇毅	12
週日午 14:00 林長佑府上	寶貝夫妻/ 年華.雙郁	18
週二晚 6:30 成人圖書室	曙光/ 仲文華	5
週三早 10:00 副堂一	榮耀/ 仲信忠	27
週三晚 7:00 副堂一	以斯拉/ 劉啟國	13
週三晚 7:30 副堂一	小羊小組/ 李翠蘭	19
週四早 10:00 成人圖書室	姐妹團契/ 張純招	7
週四早 10:00 探訪	探訪/ 劉明道	18
週四晚 7:00 線上	麥子小組/ 劉明道	6
週五早 09:30 成人圖書室	幸福讀書會/ 張純招	7
週六午 10:00 成人圖書室	英文宣教團契/ 張勝雄	6
週六晚 6:30 副堂	國中/ 何牧引 何雨晴	聯合 13
	高中/ 何雪芬	
	愛加倍/ 鄭雅薇	
週六晚 6:30 正堂	光鹽/ 劉榮軒	7
週六晚 7:30 副堂二	主恩/ 林佩樺	12
上 週 聚 會 人 數 合 計		170

小組分享

1. 但人問米迦家中祭司: 誰領你到這裏來?你在這裏作甚麼?在這裏得甚麼?你如何回應這三個問題?
2. 分享你 2026 年主要的目標。