



地方再三挑釁中央 蔡府難令諸侯
地方縣市越來越不甩中央命令了！甚至有的舉「地方自治」大旗無視中央政府的命令，讓蔡政府施政威信備受挑戰。



UN 經濟制裁北韓 中俄對美有圖
中俄兩國除了想要北韓停止研發核武，更希望藉此機會要求美國終止在中俄邊境的軍事演練和薩德防空系統的佈署。



南海爭議迴轉 中國與各國簽協議
東南亞和中國的外交部長於協議「南海行為準則架構」，強調各國未來應遵守南海和平穩定發展的準則。



空軍官校將開放 戰機彩繪競戰技
空軍今年起仿效歐美國家，將 3 型主力戰機都挑出一架進行特殊彩繪，3 架彩繪機將首度在空中特技操演。



今天天氣

北部 26°-37° 晴時多雲

中部 27°-34° 晴時多雲

南部 27°-34° 多雲短暫雨

東部 27°-34° 晴時多雲

第二大城台中 探討中央地方關係

林佳龍在市政會議上指出，台中成為第二大城，代表台中是崛起的城市，台灣必須均衡走向北中南三核心發展，國家才更有競爭力。

【本報記者劉東泉台中報導】台中市剛躍升為全台人口第二大城，台中市長林佳龍認為，台灣民主發展的最後一哩路，就是重構中央與地方的關係。

他已指示研考會規劃下半年的論壇，邀集學者專家、中央地方官員、產業及社會各界人士，一同來探討台中成為第二大城所代表的意義，以及相對應做的政府組織變革。

林佳龍 7 日在市政會議上指出，台中成為第二大城，代表台中是一座崛起的城市，台灣必須均衡走向北中南三核心發展，如此國家才能更有競爭力。

他也認為，中央應藉機檢視與地方的關係，讓地方政府扮演拚經濟的主角、承擔更多責任，施政更貼近民意。

他表示，地方自治權限扮演重要的核心都市功能，應藉由台中成為第二大城的機會，檢視中央地方關係，讓地方政府承擔更重要的角色，因為地方政府了解基層的需求，不管是產業發展或社會福利，在中央決策時，若與地方透過平台對接交流，將能展現更大的政績。

地方自治權限主要包括「行政



▲林佳龍認為，中央應藉機檢視與地方的關係，讓地方政府扮演拚經濟的主角、承擔更多責任，施政更貼近民意。(photo by 台中市政府)

權」與「財政權」。行政權上，台中市的區域計畫已獲內政部審查通過，未來地方政府在區域計畫的指導下，對於都市發展將有更大的權限。

財政權上，近年中央持續檢討中央地方統籌分配款，逐步強化地方財政角色，除了分配外，更重要的是，必須創造新的財政收入，讓地方政府扮演拚經濟的主角，透過招商引資的效益，有多一點稅收留在地方，也有助於地方承擔更多責任、為民服務。

他指出，台灣民主發展的最後一哩路，就是重構中央與地方的關係，由中央政府做方向決策，地方政府則打前鋒，各地可藉由橫向競爭，發展出屬於自己的城市特色與優勢。

他已指示研考會規劃下半年的論壇，邀集學者專家、中央地方官員、產業社會賢達人士，一同來探討台中成為第二大城所代表的意義，以及相對應做的政府組織變革。

颱風沉降作用 昨創 38.5 度高溫

熱到快融化了！根據中央氣象局觀測資料顯示，7 日中午台北站高溫竟飆升到 38.5 度，創下今年全台最高溫紀錄。

【本報記者張嘉琦台北報導】熱到快融化了！根據中央氣象局觀測資料顯示，7 日中午台北站高溫竟飆升到 38.5 度，創下今年全台最高溫紀錄。中央氣象局預報員徐仲毅解釋，近日受到諾盧颱風沉降作用，以及中國大陸暖乾空氣影響，「北台灣甚至整個西南部地區的高溫現象恐持續一週。」天氣風險公司分析師吳聖宇說，今年要到 9 月中下旬才會開始有秋天之感。

根據氣象局紀錄，今年 6 月 24 日台東大武曾因焚風達到 38.2 度；7 月 19 日，台北氣溫也曾達 38 度。台北測站資料 7 日中午 13 時 57 分已測得 38.5

度的高溫，不只是今年目前台北最熱紀錄，也刷新今年目前全台最高溫紀錄。排行第二名為板橋 37.4 度，第三名為基隆 36.9 度。

氣象局 7 日中午也在臉書「報天氣」發布即時天氣訊息，表示大台北地區高溫已達 38.3 度，桃園以北、基隆及花東縱谷地區高溫也上看 37 度，提醒民眾注意防曬、多補充水分並預防中暑。

徐仲毅也說，台灣的緯度較低，雖然 24 節氣的立秋，落在每年國曆 8 月 7 日至 9 日之間，但每年這幾天通常是最熱的時候，秋天一直到 9 月才開始，預估 11 月深秋時才会有涼意。

中央大學大氣系副教授吳德榮 7 日在「三立準氣象·老大洩天機」專欄指出，歷史資料顯示，立秋前後台灣常創高溫紀錄，證明節氣在台灣沒有解釋天氣變化的功能。

吳德榮表示，根據歐洲中期預報中心（ECMWF）預測，週二至週四（8 日至 10 日）台灣海峽南部低層水氣將逐漸增多，與陸風的輻合作用，清晨西南部容易有局部零星降雨。

其他時間各地仍大多晴朗，午後山區及中南部平地有局部性雷陣雨的機率。週五、六（11、12 日）天氣型態仍類似，只是酷熱的程度稍緩，最高溫略降 1 至 2 度而已。

▼豔陽高照，7 日台北中午高溫 38.3 度，創今年全新高紀錄。(photo by 台灣醒報資料庫)



電影特映場



2017 年 8 月 22 日 (二)
晚上 9:00 長春國賓
醒報訂戶寄 anntw.ad@gmail.com
註明手機、地址即贈 2 張

醒報請訂戶看電影！
《真愛 LINE 著你》

地方再三挑釁中央 蔡政府難令諸侯

地方縣市首長越來越不甩中央命令了！甚至有的舉「地方自治」大旗無視中央政府的命令，就連綠營縣市也陸續跟風，讓蔡政府施政威信備受挑戰。



▲從九二共識、一例一休到關冷氣節能，地方政府已三度反應中央命令「窒礙難行」，讓總統的威信受挑戰。（中央社）

【本報記者鄭羿菲台北報導】地方縣市首長越來越不甩中央命令了！這段日子裏，包括「堅拒九二共識，觀光業冷凍」、「一例一休爭議，勞檢難執法」，與「關冷氣節能，地方受不了」

等，都是地方縣市首長公開反對中央，甚至有的舉「地方自治」大旗無視中央政府的命令，加上就連綠營縣市也陸續跟風，讓蔡政府施政威信備受挑戰。

泛藍掀首次不理中央

首先，蔡政府一上台就因拒絕「九二共識」，引發中共縮減陸客來台，更掀起 912 百萬觀光業凱道大遊行，喊著「求生存、有工作、能溫飽」的口號，訴求蔡政府兩岸政策不應影響觀光業，而泛藍 8 縣市首長（新北市、台東縣、南投縣等）更親自組團赴中，拜會中國國台辦高層，磋商爭取陸客來台、產業外銷等有利條件。

這趟泛藍縣市首長「自行」為產業找出路之行，也獲得國台辦承諾會「分別友善對待」，因此被綠營政治人物譏為「藍 8 縣」。果然在 2 個月後，中華全國供銷合作總社台灣事務辦公室副主任劉婷領軍來台，進行 8 天 7 夜訪問藍 8 縣的行程，為去年 12 月在北京舉辦的「農特產和旅遊推

廣會」暖身，離台前表示有意採購台灣水果 3000 噸，隨後國台辦例行記者會也證實該消息。

綠營跟風，例休難行

其次，去年底行政院大動作推出的「一例一休」法案在立法院強勢通過，但施行後卻出現越來越多的不滿，包括物價浮動、勞資緊張等，藍營的南投縣長林明溱在 5 月 8 日開出第一槍，希望「化繁為簡」，要縣市「自治」立法，具體內容包括加班費一律以 1.5 倍算、彈性調整休假等，但隨即受到總統府、行政院警告：「一例一休是中央法規，地方不能不遵行」。

但隨著例休輔導期限 6 月底將近，綠營縣市首長開始以行動呼應林明溱當初並非無理取鬧，包括台南市長賴清德、高雄市長陳

菊、桃園市長鄭文燦、台中市長林佳龍、宜蘭縣代理縣長吳澤成、彰化縣長魏明谷、嘉義縣長張花冠等 10 名地方首長都陸續表態「未來以輔導企業為主，若重大違法、屢勸不聽才開罰」，顯示連綠營都受不了例休政策的「窒礙難行」。

配合關冷氣大吐苦水

第三次地方不甩中央，是最近和平電廠輸電塔被吹倒，導致供電吃緊，台電多次預估「備轉容量」恐低於 90 萬瓩，亮起限電紅燈，行政院下令公務機關下午 1~3 點關冷氣節能，除了引起泛藍縣市唱反調，北市長柯文哲也公開嗆聲：「這是一道奇怪的命令，北市府還是會開冷氣，但溫度會調到 28 度。」瞬間讓中央政府

的命令效力成問號。

在綠營縣市方面，基隆市府在 2 日以未接獲中央來函通知為由，維持中午休息節能的習慣，未理會政院所要求在 1~3 點時段關冷氣；桃園及新竹市政府也都表示，部門洽公尖峰時段不一，節能時段將會彈性處理；張花冠日前受訪時更無奈吐苦水說，「雖然目前縣政府都照規定執行，但下午 1~3 點是最熱的時候，不開冷氣真的有點受不了，希望彈性往前或往後調整。」

凡此種種，都讓蔡政府威信備受挑戰，如何因應、避免繼續「令出不行」，將是未來 3 年施政的考驗。

只關冷氣不限電 藍批漠視公務員

【本報記者鄭羿菲台北報導】針對行政院要求公務機關關冷氣以應對供電緊張，國民黨團痛批，「政府只知犧牲公務員健康，成就不限電美名。」國民黨立委王育敏 7 日在記者會中說，政府應大方坦承限電，並利用限電辦法要求工業用戶「節電」，別拿公務員的健康風險來換。

供電少成電力緊張

同黨立委曾銘宗也呼籲，「前瞻預算在綠能發展投資 1089 億元，但節能措施卻一毛不拔，政院應調整經費運用。」

民進黨團書記長李俊俤則說，這只是臨時措施。

和平電廠輸電塔遭尼莎颱風風吹斷，電力供給減 130 萬瓩供電，經濟部預計要到 13 日恢復單迴路供電、16 日才能完整修復雙迴路供電，接著又發生台中火力發電廠 1 號機爐管破裂，雖經搶修已恢復供電，但全台卻籠罩在「電是否夠用」的陰霾下。行政院則帶頭節能，下令公務機關下午 1~3 點不開冷氣，希望社會各界共體時艱，但政策一出便遭諸多質疑。

「蔡政府的能源政策到底在哪裡？」國民黨總召林德福 7 日在「木柵限電全台中暑，蔡

政府能源政策何在？」記者會上質疑，現在正值夏季尖峰用電，遇到緊急供電狀況政府卻無任何對策，行政院只要求公務機關在最熱的時間關冷氣，這能省多少電？

應向工業用戶限電

王育敏批評，「典型的執政無能，又拉不下面子承認限電。」她指出，氣象局預告這幾天的氣溫都會超過 37 度，且許多辦公室都採「玻璃帷幕」的封閉式大樓，時間久了便悶熱得如同火爐，「請不要以公務員的健康，換取政府不限電

的美名！」

「2014 年台電曾通知 15 家工業用戶，在下午 1~2 點臨時性減少用電，降低了 5.7 萬瓩用電量，政府難道不能採用限電作為嗎？」王育敏質疑說，政院下令不開冷氣並不是有效的解決辦法，應坦率承認此刻「缺電」，需要採取限電措施，「如果政院還是不下令，就理解為電力是夠的，就不要再為難公務員了。」

加強節能設備建造

曾銘宗建議，前瞻計畫第一期特別預算中，節能措施的編

列 1 毛錢都沒有，這兩天的用電情況、危機事件，都讓民眾看清楚節能的重要性，政府必須要強化節能措施，將預算重新編列、納入更多減碳措施。

另外，台電證實台中火力發電廠的搶修，是在鍋爐冷卻近 12 小時後，降溫到 50~60 度之間，維修人員冒著高溫進入爐管檢修，王育敏也認為不妥說，依《職業安全衛生法》勞工在 37 度以上的高溫環境中，必須停止作業，台電為了搶修讓勞工冒著高溫風險工作，十分不恰當，請執政黨不要為了博取「不限電」的美名，就讓台電員工冒著健康風險作業。

景點等車列工時 業者肯定：較簡化

【本報記者鄭羿菲台北報導】勞動部近日頒布簡化計算遊覽車駕駛工時計算的辦法，內容為「一日遊」等行程緊湊的旅程，駕駛在景點的等車時間一律算為工時。讓部分業者跳腳「必定會超時駕駛」，但遊覽車客運全國聯合會秘書長陳日中 7 日受訪時支持這項「簡單明確化」的計算工時法規，否則以現行等超過 30 分鐘就算

休息的方式，複雜易生爭議，如勞檢與駕駛認定不同等。

至於半年前因應一日遊「蝶戀花事件」而提的雙駕駛政策，桃園市遊覽車客運商業同業公會總幹事范姜文富反對說，國內光是租遊覽車多一名司機成本增加 2000 元，消費者便難以接受，雙駕駛窒礙難行。

公會支持簡化認定

勞動部為改善如國道 5 號翻覆的「蝶戀花事件」中一日遊的駕駛工作環境，昨日發布「遊覽車駕駛工作時間檢查參考指引」，規範常在 1 天來回的「行程安排緊湊旅遊團」，停留景點的時間多在 1 小時內，也有旅客留在車上休息，或駕駛得看顧車輛的情況，故一律認定等車時間列為工時。

「景點等車時間認定為工時，是化解工時爭議的好方法。」陳日中 7 日受訪時採支持態度說，現在旅遊團的駕駛工時計算，是在景點休息超過 30 分鐘，就以 30 分鐘為一單位算休息時間、扣掉工時，但中間難免有用餐時間、勞檢與司機認定不同等複雜情況，易生工時認定上的爭議，一日遊駕駛等車的時間，「簡化認定」為工時不失為好方法。

消費者常凹司機

陳日中表示，更簡單的方法

就是像日本規定，駕駛出去到回來不超過 13 個小時（中間有用餐時間等），簡潔明確易遵守。他認為，儘管遊覽車業者有聲音認為「從北到南」的一日遊來回要再加上等車時間，必然出現超時駕駛的情況，「但公會的立場還是希望駕駛們不要接受『被消費者凹』，除非雙方談好必須支付超時駕駛費用及勞檢罰單。」

「政府應著手教育消費者，並非時間拖越久越好，疲勞駕駛恐進一步造成危害，最糟糕的情況就像是蝶戀花。」陳日中說，公會也期盼駕駛不超過工時早點回來，這樣油耗、輪胎磨損等成本都會減少，但消費者的觀念卻是認為時間拖越晚越好。

至於觀光局提出的「雙駕駛」政策，觀光局業務組官員指出，當初是因應一日遊長時間、長距離旅程所造成的風險而提出的「建議」，原則上旅行社因

考量人事成本都已減少長距離的行程。

不接受雙駕駛漲成本

但范姜文富坦言，「雙駕駛制度要在台灣施行，有一定的困難，就我所知沒聽聞過一日遊安排雙駕駛的例子。」他指出，駕駛每日工資約 2000 元，日租一台車的價格約在 1.2 萬元，再多加 1 個駕駛，等於要花 1.4 萬元以上（不含駕駛吃飯、住宿等費用），消費者不可能接受為了行車平安而增加費用的想法。

「若消費者與遊覽車業者講好加價，我們也樂於配合。」陳日中認為，歐美國家幅員廣大，因此有必要施行雙駕駛制度，但台灣這麼小，只能以「窒礙難行」形容，駕駛員不足、備用駕駛的工時計算等都是還沒克服的問題。

台灣醒報

故事：2007 年暑假，台灣醒報起源於位於台北小公寓的客廳，一位資深新聞系老師帶領一群年輕新聞人，在部落格上發起這份媒體。

2008 年 9 月 1 日，台灣醒報正式創刊，成為國內原生新聞供稿平台，以網路報、電子報、電視、廣播等數位匯流型態，固定供稿、出刊。

2012 年 9 月 1 日，台灣醒報印行實體日報，在全台超商上架，邁入報紙、廣播、電視、網路、手機等「五媒合一」的媒體群。

股東：一群關懷社會、重視媒體正面價值的基督徒。

社長兼總編輯：林意玲

副總編輯：邱慕天

主筆：林建山、嚴震生、王道維、張瑞雄、溫小平、施以諾、李若松等

法律顧問：蘇家宏律師

國際特派員：劉 屏（美國）、陳珏明（香港）

記者：鄭羽菲、林亭妤、游清淵、章 文、莊瑞萌、王慶宇、李牧權、蔡受豪、張嘉琦、陳睿仁、楊 藝、譚有勝

編輯顧問：余立龍

編輯：孫啟梅、何綺晨

美編：蘇家瑩

業務副理：杜家靜

行政主任／會計：曾美玲

專案中心：蔡鼎文、蘇進炎、陳美君

發行：台灣醒報股份有限公司

地址：10054 台北市杭州南路一段 27 號 11 樓

電話：02-23581961

傳真：02-23582155

訂報專線：0800-011-961

網址：www.anntw.com

印刷：華城印刷有限公司

【美國傳真】

美媒待川普不公 評論：自失公信力

【本報駐美記者劉屏華府報導】美國媒體對待美國總統川普稱得上「公平」嗎？統計數字顯示答案是「沒有」；最近幾篇評論文章也顯示美國很多媒體往往以放大鏡檢視川普，以雙重標準對待不同立場的政治人物，並批評媒體一味筆伐川普是雙面刃，不只重創川普公眾形象，媒體自身信用也跌落谷底。

籲公平報導

上星期，一場有關新聞的研討會上，當年因為水門案而聲名鵲起的《華盛頓郵報》

記者伍華德（Bob Woodward）直言，諸多媒體在報導、評析有關川普的新聞時，明顯帶有偏見。他語重心長地說，如果不能以「公平的胸襟」（fair-mindedness）從事新聞工作，又不肯下功夫，如何能夠贏得閱聽大眾的信賴？

針對《紐約時報》曾經列表細數川普的撒謊紀錄。伍華德舉例說，表上的第3項是「川普說他出現在《時代》雜誌封面計有14或15次。事實上只有11次」。伍華德說，這怎麼能說川普說謊呢？最多只能說是不夠精準，不是什麼大錯，



算不上是說謊。他說，這就好像你開車被警察攔下來，警察說你超速，你覺得你沒有超速，這算是有意說謊嗎？

蜜月期就不放過

《紐約時報》不是特例。6月間，哈佛大學「索倫森媒體、政治、暨公共政策中心」發布研究報告，說川普上任100天，CNN、NBC有關川普的新聞，93%的調性都是負面的；CBS為91%；《紐約時報》則為87%。相形之下，一向被視為挺川普的《福斯新聞》就正負參半。

連同其他媒體，平均算下來，

川普的負面消息為80%，這個數字是多年來最高的。柯林頓、小布希上任100天時，負面新聞約為60%；歐巴馬只有40%，是近年唯一正面多於負面的。

天天罵、照三頓罵，給很多人一個印象，就是川普幾乎一無是處。平均算來，川普沒有一個星期的負面新聞低於70%，高峰時達到90%。有一篇評論寫道，過去柯林頓8年任期之中，任何一年，任何一季，負面新聞都超過正面新聞。但現在看來，川普很快就會像柯林頓一樣淒慘，而且可能更慘。

然而，川普不是唯一的受害

人，媒體的公信力也一同蒙害。最新的蓋洛普民意調查顯示，美國人對軍人的信任程度高達72%，對中小企業的信任程度也有70%，可是對報紙的信任程度只有27%。去年的蓋洛普民調顯示，共和黨選民中，信任媒體的只有14%，比2015年的32%大幅下滑。

公信力大幅下滑

記者出身的專欄作家高博格（Bernard Goldberg）最近寫道，川普弄得大家都很累，「但是那些批川普的新聞也弄得我很累」。成天揣測川普與俄羅斯

勾結，何時遭彈劾，3個小時的談話節目批川普樂此不疲，高氏說：「這不是真正的新聞工作」。

高博格問，如果希拉蕊·柯林頓的女兒雀兒喜與俄羅斯律師見面，美國人會大驚小怪嗎？大概會說「她愛媽媽，想幫媽媽的忙」；那麼川普的兒子與俄羅斯律師見面，美國人為什麼要疑神疑鬼？還是那些對川普有偏見的媒體把美國人弄得疑神疑鬼？他說，如果有關歐巴馬的新聞報導93%是負面的，大家會認為媒體不公正；殊不知媒體今天就是這樣對待川普的。

UN 經濟制裁北韓 中俄對美另有圖

中俄兩國除了想要北韓停止研發核武，更希望藉此機會要求美國終止在中俄邊境的軍事演練和薩德防空系統的佈署。

【本報實習記者陳審仁綜合報導】中俄雖然5日罕見地在聯合國通過對北韓的制裁，不過中俄兩國除了想要北韓停止研發核武，更希望藉此機會要求美國終止在中俄邊境的軍事演練和薩德防空系統的佈署。然因美國可藉軍演和薩德暗中制約中俄，顯示美國終止這些行動的機會不高。

根據《英國廣播公司》報導，針對北韓7月試射兩發洲際飛彈，聯合國安理會5日一致通過決議對北韓進行制裁，預計北韓將損失出口貿易額的3分之1（10億美元）。美國駐聯合國大使海利表示，北韓面對的是「這世代對任一國家最嚴厲的制裁」。



王毅：制裁非最終目的

北韓主要經濟伙伴中國與俄國在這次制裁案中並沒有選擇缺席或否決議案，而是和美國共同通過對北韓的制裁。根據《人民網》報導，中國外長王毅表示制裁是需要的，但不是最終目的。王毅強調，中國目標是重啟六方會談，並希望各國願意接受中國所提出北韓暫停核武活動、美國暫停軍事演習和佈署薩德飛彈的「雙暫停」提議。

不過中國試圖以同意北韓制裁換取撤除薩德卻遇上阻撓。根據《人民網》報導，南韓外長康京和近日宣布將和美國協商，完成剩餘薩德飛彈的佈署，目的是為了應對北韓的威脅。王毅表示，薩德超出南韓正當防衛需求，將損害中國戰略安全利益，希望南韓做出撤除薩德飛彈這樣「符合韓國根本利益的明智選擇」。

薩德防空系統能防禦中程和長程飛彈，涵蓋範圍包括北韓及周邊的中國和俄國，使兩國強烈反對美國佈署薩德。美國在南韓進行聯合軍演和佈署薩德，表面上是穩定南韓威嚇北韓，實質上卻能以相同名義暗中監測中俄，因

此儘管中俄多次要求美國停止「升高衝突的舉動」，美國仍不為所動。

美俄視議題合作

根據《路透社》報導，美國先前就曾指控中國不夠努力解決北韓問題，並威脅以貿易制裁迫使中國施壓北韓。中國駐聯合國大使劉結一對此表示，中國一直推動朝鮮半島無核化和維護朝鮮半島和平穩定。劉結一也督促北韓遵守安理會決議，停止讓情勢升高的行動。

美國曾指控俄國與北韓有經濟上的連結，2日美國對俄國干預美國2016總統大選的制裁案更正式生效，不過緊張的美俄關係並沒有影響這次俄國對北韓的制裁。俄國駐聯合國大使尼班西表示，美俄兩國將在面臨更重要的議題時合作而不受彼此關係的限制。



◀聯合國安理會5日一致通過對北韓制裁，中俄希望透過制裁北韓換取美國停止佈署薩德飛彈。圖為5日投票決議制裁。 (photo credit by Nikki Haley 推特帳號)

法軍孤狼恐攻頻傳 與殖民歷史有關

【本報記者王慶宇綜合報導】法國之所以不時遭受恐攻，原來跟歷史有關！6日凌晨再傳持刀男子試圖闖進巴黎鐵塔刺殺軍人後，已經是法國三年來第11起襲警事件。專家指出，法國之

所以常常受到恐怖份子的「關愛」，是因為許多穆斯林定居在法國境內時飽受歧視，容易受聖戰組織吸收。

軍人又成恐攻對象

根據《路透社》報導，6日晚間傳出一名19歲且患有精神疾病的法國男子試圖持刀闖入巴黎鐵塔並隨機行刺軍人。該名男子在通過外圍保安之後，



突然亮刀並高喊「真主萬歲」，試圖刺殺正在執勤的軍人，但他很快就被在現場執勤的多名軍警包圍並繳械。

儘管無人受傷，巴黎鐵塔仍遭到疏散，而法國相關單位也以恐攻規格來審慎調查此事，初步調查結果顯示，該名男子患有精神疾病且正在精神病院接受治療。他也向警方坦承，他在接觸一名伊斯蘭國的聖戰份子之後，受其煽動才會萌發想隨機刺殺軍人的念頭。

驚人的是，這已經是法國近三年內第11度針對軍警發動的恐怖攻擊。從2015年開始，這11起攻擊已經造成警察3死3傷與軍人6傷。這些攻擊事件，再加上其它大大小小的恐怖攻擊，也讓法國從2015年11月開始就進入國家緊急狀態，並啟動「哨兵行動」利用軍人在重要地標和敏感地帶巡邏，協助反恐。

《時代雜誌》分析指出，法國之所以會變成恐怖份子的首

選目標，主要因為他在中東與非洲非常積極地打擊IS。美國戰略安全情報諮詢機構蘇凡集團的概略統計顯示，截至2015年5月，就有高達1800人離開法國，加入IS。蘇凡集團指出，法國反穆斯林與歧視穆斯林的社會氛圍讓IS非常容易從法國招募到新血。

歧視穆斯林成聖戰士

從歷史角度來看，法國恐攻不斷的禍根恐怕早在殖民時代就已經埋下。諸多法國海外殖民地人民，如阿爾及利亞人、突尼西亞人與敘利亞人，在20世紀的時候選擇到法國定居。而法國近年來高失業率的問題也讓這些族群受到社會排擠。

此外，極右派政黨國族陣線的興起，讓穆斯林族群感到十分不安與邊緣化，因此更有機會投靠IS或其他聖戰組織，選擇用激烈手段來還擊。



▲專家指出，法國近年來頻仍的恐攻跟本身過去的殖民歷史大有關聯。(photo by Wikimedia)

南海爭議峰迴路轉 中國與各國簽協議

南海主權爭議峰迴路轉！東南亞和中國的外交部長於 6 日協議「南海行為準則架構」，強調各國未來應遵守南海和平穩定發展的準則。

【本報實習記者譚有勝綜合報導】南海主權爭議峰迴路轉！東南亞和中國的外交部長於 6 日協議「南海行為準則架構」，強調各國未來應遵守南海和平穩定發展的準則。但專家卻對雙方在未來協議的推行保持謹慎的態度。

中方釋善意

根據新加坡《海峽時報》報導，東協與中國於馬尼拉簽訂《東盟中國備忘錄》時，東協各國代表向中國官方針對南海主權問題提出非軍事行動協議，商討對南海進行海面活動時須遵守的

準則。而一向反對東協各國南海主權主張的中國近日卻峰迴路轉，對該協議架構表達善意。中國外交部長王毅表示，「南海行為準則將為該區域帶來和平的穩定發展，也是我們共同的願望。」

雖然「南海行為準則架構」仍未公佈，但相關文件已於當天發表聲明：「相互信任、緊密合作、管理任何可能發生的衝突並製造環境友善和平。」各國的代表也將於月末時針對「南海行為準則」進行討論，以便達成東協與中國之間的共識。新加坡外交部長維文表示，「這份文件將成為各國的共識，更重要的是，它

代表東協各國於中國針對這懸而未決的難題作出積極的行動。」

《路透社》指出，這項協議要達成共識並非易事。因美國長期以來都對中國海域的行徑進行管控。但因近期內務紛擾，對東南亞協防的問題並沒做出太多的聲明，美國主張的《聯合國海洋法公約》至今仍未被各國遵守，導致東協在與中國談判時無立足之地。

專家：具體協議優先

東協秘書長黎良明 (Le Luong Minh) 向《美國之音》表示，「2002 年《南中國海各方行為宣

言》無法為南海日益升溫的緊張局勢解決任何問題，自發佈以來也未被各國嚴格遵行。因此，新的行為準則，必須是具有法律約束的文件。」

但菲律賓大學海洋事務與海洋法研究所所長傑伊 (Jay Batongbacal) 則對此表示謹慎的態度。他向《曼谷郵報》透露，「此文件難以對南海爭議有更大的進展，若他們沒有達成協議，東協和中國在未來幾年也無法提出任何具體的方案。」

不爽已很久！以色列要禁半島電視台



▲ 以色列政府不滿《半島電視台》的情緒達到高峰，將用盡一切手段驅逐。(photo by Wikimedia)

【本報記者王慶宇綜合報導】忍耐很久的以色列政府終於爆發了！知名國際媒體《半島電視台》因為以色列針對聖殿山衝突後續處理的系列報導，被以色列政府形容是「煽動暴力」、「納粹式宣傳」。多名政府官員，包含首相本人在內，紛紛誓言要用一切手段封鎖《半島電視台》。由卡達政府出資成立的《半島電視台》，是中東地區第一家全球性的媒體，在全球超過 70 個地方設有據點。除了英文新聞之外，也提供中東地區人民全阿拉伯文的新聞報導。改變中東的阿拉伯之春，因為《半島電視台》鏗而不捨的報導，才得以蔓延至全中東。

這也讓許多阿拉伯國家十分不滿半島電視台。根據《法新社》報導，中東國家如沙烏、埃及與約旦等國，就利用卡達外交危機的機會，順勢宣稱《半島電視台》長期資助恐怖主義，因此停止《半島電視台》在該國的所有活動。埃及甚至多次以「報導假新聞而危害國家安全」為由，逮捕

與監禁《半島電視台》的多名記者。

以色列通訊部長卡拉在 6 日記者會上表示，《半島電視台》已經成為 IS、哈瑪斯與伊朗的宣傳工具。他表示《半島電視台》「煽動暴力，造成以色列優秀的員警殉職」，暗指《半島電視台》對聖殿山的系列報導致使以色列 2 名員警遭到不滿以色列作法的巴勒斯坦人殺害。

《以色列時報》指出，以色列政府看來會想盡辦法把《半島電視台》趕出以色列。以色列總理納坦雅胡就表示，政府已經多次向法院要求關閉《半島電視台》在耶路撒冷的辦公室，但都未成功。

納坦雅胡甚至表示，如果沒辦法透過司法體制驅逐《半島電視台》，他就要推動國會立法，把《半島電視台》趕出以色列。同樣痛恨《半島電視台》的還有國防部長利柏曼。利柏曼就痛批該電台對於猶太國家不實的報導就像是「納粹德國風的不實宣傳」。

安倍老手內閣 專家：煞住下滑民調

【本報記者陳睿仁綜合報導】民調像自由落體般墜落的安倍在半年內少掉 40% 的支持率，迫使安倍決定以改組內閣挽回頹勢，如今已成功讓民調反彈 8 到 9 個百分點。專家分析，新內閣成員多半是經驗豐富且較少爭議的政壇老手，將有利安倍繼續執政並拯救下滑的民調。

今年初安倍民調仍高居在 60% 左右，外界原先看好安倍首相位子能穩穩坐到 2021 年，不過幾次醜聞卻讓安倍民調暴跌到剩 20% 左右。根據《華盛頓郵報》報導，安倍今年兩度遭指控利用首相職位之便，分別替一家幼稚園和獸醫院獲得建造許可和土地，使安倍及其內閣開始失去民眾信任。

根據《路透社》報導，《每日新聞》民調發現安倍政府支持率在內閣 3 日改組後來到 35%，比起 1 個月前上升 9%。日本《共同社》的調查也發現民眾的支持率比上次調查上升 8.6%，來到 44.4%。不過值得注意的是，兩次調查顯示不支持安倍的民眾仍

多過支持安倍的民眾，安倍民調雖不再下滑，但還沒開始上升。

安倍在這次改組中撤換 19 名閣員中的 14 人，許多新閣員其



▲ 安倍 3 日重組內閣成員，希望以較富經驗且無爭議的新內閣挽救低迷的民調。(photo credit by en.kremlin.ru)

實是回鍋的老面孔。根據《金融時報》報導，前外交官岡本行夫表示，新內閣將能煞住安倍下滑的支持率。「我們不用擔心這個內閣會一直犯錯，這是一個基本要求，但舊內閣達不到這要求」。

就近看管？

有趣的是，安倍讓過去的外交部長岸田文雄坐上自民黨第三把交椅，主管自民黨政策研究協會。另外安倍也將野田聖子升上內政部長。岸田和野田都是安倍首相位子的競爭者，外界認為安倍這次拉攏岸田和野田是希望安撫兩人的支持者，避免兩人明年選舉出來挑戰安倍。

安倍曾在 2006 到 2007 年間擔任首相，當時自民黨選舉失利丟掉上議院，安倍因健康因素辭職。這次自民黨在兩院均握有多數，且下次議院選舉要等到明年年底，安倍位子自然相對上次安全。不過外界認為，比起反對黨挑戰，安倍較有可能被自民黨內部人士取代。

給在星巴克閱讀醒報的你...

您經常清早到星巴克閱讀，沉思，您注意到這裡竟有唯一一份滿清新的日報，您很想訂一份給家人看，特別是訂給孩子，或孩子的班上.....

訂報支持送好玩桌遊、電影票。洽 0800-011-961

共享喜悅・共享清新



▽ 迦納自製衛星順利升空，讓非洲正式加入世界航太版圖。(photo by SpaxeX-Imagery via pixabay, used under CC License)

迦納自製衛星升空 非洲寫航太新頁

【本報記者王慶宇綜合報導】一枚在迦納生產的衛星順利升空，寫下非洲航太發展史新頁！由日本宇宙航空機構協助研發、迦納「全國大學」團隊製造的「迦納衛星一號」，成功從美國升空，並展開監測迦納海岸線的任務。專家表示，這次成功寫下非洲航太史新頁，且有望吸引迦納政府出資，繼續「迦納衛星二號」計畫。

根據網路新聞《TechCrunch》報導，負責升空計畫的美國航太總署迦納籍科學家，同時也是全國大學太空科技實驗室主任的



世界經濟論壇非洲組組長埃爾希指出，非洲聯盟正式簽署了「非洲太空政策與策略協定」，讓非洲不再是航太版圖的一片空白。

達摩阿證實，迦納衛星一號已經順利升空，並展開觀測任務。他表示，迦納衛星一號將會有兩個任務。除了監測迦納的海岸線之外，也將作為教育用途，讓迦納高中生有機會認識衛星科技。

達摩阿表示，儘管迦納總統阿庫佛·阿杜在發射成功後，親自向全國大學的研發團隊表達祝賀之意，迦納政府在此之前卻並未提供任何協助。相反地，整個計

畫是由日本宇宙航空機構提供資源與訓練課程。然而達摩阿也表示，這次發射成功之後，迦納政府應該會出錢資助往後的太空計畫。

《印度快報》指出，全國大學的太空科技實驗室將會負責接收與分析迦納衛星一號傳送回來的訊號。達摩阿更興奮地表示，這次的成功向迦納開啟了一扇大



門。他希望能利用太空科技來讓迦納成為一個更好的地方。

而消息指出，嚐到成功滋味的迦納，極有可能在不久的未來讓迦納衛星二號接力升空。據了解，迦納衛星二號將被用於監測沙漠化與水資源使用狀況。

世界經濟論壇非洲組組長埃爾希指出，非洲各國都正在積極發展航太產業。奈及利亞、南非與肯亞等國，都已經擁有自己的航太機構。而非洲聯盟也正式簽署了「非洲太空政策與策略協定」，讓非洲不再是航太版圖的一片空白。

圖文選粹

圖文 / 中央社

中國首富換人做 馬化騰超越馬雲



▲ 騰訊公司股價近日連創新高，今天已成為中國大陸總市值最大的公司。在富比士排行榜，騰訊董事會主席馬化騰的身價，也因此超越阿里巴巴主席馬雲，成為中國首富，居世界第18名。(中新社提供)

世界警消運動會 謝伯韶海泳奪銀



▲ 世界警消運動會，來自台灣的「鐵人警花」謝伯韶在海泳項目奪銀後，於個人臉書頁面，分享奪牌喜訊及自己與銀牌的合照。(取自謝伯韶臉書)

住商型簡易

時間電價

節能減碳，綠色地球是我們共同努力的目標！為響應節約能源，愛護地球，本公司於105年10月1日推出「住商型簡易時間電價」，根據不同的用電時間按不同電價計收電費，藉由減少尖峰時間用電，或調整用電時間，將尖峰用電移轉至離峰使用，您將可節省更多電費。



聰明選擇

綠 黃 紅

移轉用電輕鬆省

NT.低

離峰時間
晚上10點半~
隔天上午7點半

NT.中

半尖峰時間
上午7點半~10點
中午12點~下午1點
下午5點~晚上10點半

NT.高

尖峰時間
上午10點~12點
下午1點~5點

註：以夏月(6/1~9/30)三段式時間電價為例。

歡迎來電詢問！每月用電度數700~4000度者可評估選用！

- 1.撥打台電客服專線1911，或至各區處服務中心洽詢。
- 2.請多利用台電網站試算服務。
(<http://www.taipower.com.tw>)



試算服務



立即申辦

台灣電力公司
廣告

▼ 微型空氣品質感測器內部介紹。(photo by 楊藝 / 台灣醒報)



打擊環保犯罪 微型感測器事半功倍

環保署 7 日表示，要祭出「空氣感測物聯網」，計畫在台灣增設 10200 個微型感測器，並加強取締非法排汙業者，還給民眾乾淨的空氣品質。

【本報實習記者楊藝台北報導】即使天氣再炎熱，仍能看到上班族不忘戴口罩出門，可見民眾對空汙危害的意識逐漸抬頭。環保署 7 日表示，要祭出「空氣感測物聯網」，計畫在台灣增設 10200 個微型感測器，希望將空汙防治網從工業區擴大到人們生活周遭，並加強取締非法排汙業者，還給民眾乾淨的空氣品質。

環保署環境督察總隊大隊長莊訓城說，「透過微型感測器進行科技辦案，令人對環保犯罪的防治更有信心。」微型感測器的優點除了體積小，觀測頻率可達每三分鐘一筆，結合圖像化空汙濃度比對後，有望增加監測效率與稽查準確度。

確度。

數值偏高需校正

106 年 5 月環保署首先選擇桃園觀音工業區做為測試對象，共布置 100 台微型探測器。經比對傳統觀測站的數據，結果發現，微型感測器所測得的數值會有偏高現象，因此只要經過校正，便能測得精準數值。

與坊間的空氣盒子 (Airbox) 所測得的數值比較，環保署發現 Airbox 的數據也有高估情形，且至少超出 18 微克以上。因此環保署提醒，若民眾自行監測發現數值過高，可先比對環保署資料

確認是否有汙染情形。

經蒐集微型感測器的即時性資料後，劃分出高汙染潛勢區域，比對該區列管工廠，便可查出該廠用了哪些原料，可能有哪些汙染源，環境督察隊便會擬定稽查行動。

科技稽查 事半功倍

如桃園觀音工業區發現的氯磺酸液體外洩事件，便是經微型感測器監測後，一共篩選六家高汙染潛勢工廠，稽查後共告發 4 家。

可見微型感測器能即時且精準地找出汙染源，對稽查人員有事半功倍的效果。然而目前微型感測器只能做為篩選

儀器，數據尚不能當作告發依據。

環保署預計於 106 年底前在中部地區布置 500 點，未來四年可望達到全國 10200 點，預算估計編列 2 億，分年完成。

除了民眾能上網查詢生活地區的汙染狀況，對環保局稽查人員來說，也能更有效率地遏止汙染源。

設置地點將針對四個方向，包括工業密集區、鄰近汙染源的大型社區、交通繁忙區和 20 公里內無標準測站的輔助感測區。但確切的設置位址，環保署監資處處長張順欽則表示未來還需再評估與協調。

吳清友最後作品 中山地下街現書香

【本報記者蔡旻豪台北報導】「中山地下街是以人文為出發點的構想，讓每位經過的人都想長久逗留。」誠品董事長吳旻潔 7 日面色凝重地替無法出席開幕的父親吳清友表達遺願，中山地下街伴隨著咖啡香、紅豆餅烘

烤香、書香等，希望使每個來此的人都能受人文氣息吸引而停留。

台北市長柯文哲 7 日出席位於中山地下街的「誠品 R79」開幕活動，只是這次不同以往歡樂的開幕儀式。柯文哲感傷的說，這是吳創辦

人最後的一件作品，感念他對文化的貢獻。柯文哲更肯定「中山地下街 R79」是政府與民間合作的最好示範。

R79 想要呈現跟改良的精神，吳清友都想好了。誠品董事長吳旻潔代讀父親想說的話表示，中山地下書街必

須考量公共地方重要性，很多人會因為生活、上班、躲雨必須走過地下街，就算生活再匆忙，也必須花 5 分鐘走完地下街。所以吳清友盼經過的人，思考誠品能提供什麼？使人能從 5 分鐘變成半小時甚至專程來訪。

換人掌舵的誠品，航向備受關注。吳旻潔表示，中山誠品除了考量民眾行走的心情，也應捫心自問除了店的增長外（預計接手南西店），是否保有與時俱進的創新。

「為了新增路口意象、店舖的整修、下面公共區地面等設施，經費從 2200 萬增到 4500 萬。」柯文哲話鋒一轉，7 日開幕本來是件高興的事，但吳清友的離開變得傷感，他說：如果台北市沒有誠品，會是什麼樣子？台北市會是一座城市，但是少了文化，也少掉一分台北人的驕傲。



▲誠品書店「誠品 R79」7 日正式開幕，並推出「聚落集體創作」攝影展，記錄中山、大同區街頭巷尾在地的人文風景。台北市長柯文哲出席參觀攝影作品。(中央社)

舞棍阿伯來唱跳 不老鮮肉逗陣行

【本報記者張嘉琦台北報導】「我是你的菜～你也是我的菜～不要猶豫，讓我們來追求快樂！」舞棍阿伯葉復台在記者會現場熱血唱跳，直呼「不老青春逗陣行，大家都是小鮮肉！」揭開國健署「2017 不老青春逗陣行」活動序幕。不僅透露新歌、表演掃堂腿等地板動作，還神秘地公開「不能說的秘密」真實年齡 71 歲，讓現場一片驚呼。

國健署舉辦長者活躍老化競賽活動已邁入第 7 年。國健署署長王英偉說，每年參加人數越來越多，而且不只是阿公阿嬤來參加，還有他們的家人也會跟著一起來，活動影響的不只是 50 萬人而已。「透過這樣的比賽，讓大家看到活躍老化的重要性。這不只是老人家的運動，更是全民運動。」

舞棍阿伯頂著一頭捲髮，一身招牌勁裝 V 字領，袒露健朗的胸肌，充滿活力地上台分享「不老秘笈」。他說：「要保持年輕的心態、初戀的心情，還要樂觀，不要給自己太大壓力。」講完後在主持人的

鼓吹之下，舞棍阿伯做了幾個地板動作，示範骨頭有多「軟 Q」，引起台下熱烈掌聲。

被問到真實年齡，舞棍阿伯一開始有點賣關子的說「我的年齡真的不能說」，緊接著補道「但只有今天在這個地方才說」，神秘地洩漏自己今年 71 歲的年紀，讓現場阿公阿嬤一陣驚呼，紛紛表示果然是「不老小鮮肉」。舞棍阿伯提醒，年長者在運動前一定要暖身十至二十分鐘，而且最好學會運氣，增強肺部功能的呼吸及換氣。

去年得獎的活力舞台組冠軍隊伍「台中市東勢區新盛社區照顧關懷據點」代表詹潘女士分享參賽心得，說他們起初抱著輕鬆、沒有壓力地心情參賽，認真的態度準備，沒想過能夠得獎。

活力律動組冠軍隊伍「南投縣台灣基督長老教會望鄉教會文化健康站」的代表呼姆牧師高喊當時比賽的口號「活力、健康、希望！」，笑稱部落因為參與比賽後更加活絡，長輩們一站上舞台就充分展現布農族的熱情。



▲國健署署長王英偉說「透過這樣的比賽，讓大家看到活躍老化的重要性。這不只是老人家的運動，更是全民運動。」(photo by 主辦單位提供)

圖文選粹

台東熱氣球嘉年華明年見

圖文 / 中央社



▲台東熱氣球嘉年華 6 月 30 日揭開序幕，包括 6 場的光雕音樂會和 13 個國家 35 顆造型球，吸引遊客湧入台東。昨天從下午場到晚上的閉幕光雕，會場大爆滿。台東縣政府估計，為期 38 天的活動，吸引超過 48 萬人次。

大紅鶴爸爸哺乳 有如吐血餵子

曹先紹解釋，大紅鶴分泌乳汁的方式相當特殊，是從上食道分泌「紅鶴乳」餵給雛鳥吃。

【本報記者鄭羿菲台北報導】有沒有想過爸爸也能身兼母職，甚至親自餵奶？「生態鳥園水禽區裡的大紅鶴爸爸就能哺乳餵奶喔！」動物園發言人曹先紹7日受訪時解釋，大紅鶴的乳汁是從上消化道分泌，所以爸爸也能分泌乳汁餵奶，堪稱好爸爸表率。水禽區保育員說，「近日不少民眾看到大紅鶴『吐血』給雛鳥吃，其實是因為乳汁中含有少許血紅素，是正常現象，民眾免驚。」

每逢4到7月就是大紅鶴的繁殖季節，暢行「一夫一妻」制度的牠們會自動一起築巢，共同負擔起孵蛋及育雛的責任，由於大紅鶴交配後，每窩僅會產下1顆蛋，為了提升孵化率，動物園每年都得上演「假蛋換

真蛋、狸貓換太子」的老把戲，一方面用假蛋讓親鳥有孵蛋照顧的習慣，一方面則人工照料真蛋。

「當雛鳥開始在『內破殼』的時候，也就是鳥喙已經進入氣室，但還沒啄破蛋殼時，就會把假蛋換回真蛋，讓親鳥們無縫接手照料雛鳥。」曹先紹7日受訪時笑說，已經不知道多少位保育員為了狸貓換太子的動作「挨啄」了。他指出，雛鳥破殼後像雞寶寶或鴨寶寶一樣，一身覆蓋著絨毛而不是羽毛，雖然偶爾會站立活動，但還不會覓食，因此得跟著親鳥討奶喝。

曹先紹說，「特別的是大紅鶴爸爸也能分泌乳汁親自餵奶，堪稱是好爸爸表率！」他解釋，

大紅鶴分泌乳汁的方式相當特殊，是從上食道分泌「紅鶴乳（Crop Milk）」餵給雛鳥吃，當雛鳥肚子餓了發出鳴叫，爸爸媽媽便會輪流從口中吐出紅鶴乳餵食。

「不少拿著望遠鏡的民眾看到大紅鶴『吐血』給雛鳥吃，還驚慌的通知保育員，但這是正常現象，民眾免驚。」水禽區保育員解釋，因為紅鶴乳含有少量的血紅素，才看起來像吐血，而且雛鳥可是很愛吃紅鶴奶的，吃紅鶴奶的雛鳥與人工哺育的雛鳥相比之下，不管是體型成長，羽色轉變，下水游泳或自行覓食的時間都較早開始，果然還是「天然A熊好」！



▲大紅鶴近日誕生3隻寶寶，而爸爸媽媽則共同負擔育雛責任，爸爸也能身兼母職分泌紅鶴奶餵食，堪稱好爸爸表率。（photo by 北市動物園）



▲目前臺北市立動物園生態鳥園水禽區裡，正好有3對大紅鶴親鳥在育雛。（photo by 北市動物園）



▲由親鳥哺育的大紅鶴寶寶體型成長較快，羽色轉變、下水游泳或是自行覓食的時間都較早開始。（photo by 北市動物園）



▲大紅鶴寶寶出生後，就如同雞或鴨的寶寶一樣擁有絨羽，也會站立活動。（photo by 北市動物園）

訂閱醒報2份一律送桌遊一套，訂閱一份加200元即送，請上網或電02-23581961辦理訂報手續。

宣教精兵
Mission Warrior
聖經桌遊系列

挑戰

歡樂

益智

硬殼新包裝
好評登場

預備暑假的新樂趣

- 透過20個故事，對聖經的人事物有初步概念。
- 透過20句金句，對經文加強記憶。
- 透過20個問答，學習分享信仰經驗。
- 透過24個城市，對亞伯拉罕、耶穌、保羅的腳蹤有所認識。



定價
380元



一畝田創意傳播
Acre Creative Broadcasting Co.

製作
發行



聖經桌遊

遊戲設計：蘇燕輝

空軍官校將開放 戰機彩繪靚戰技

空軍今年起仿效歐美國家，將3型主力戰機都挑出一架進行特殊彩繪，3架彩繪機首度在空中特技操演。



為了紀念「七七抗戰」與空軍「八一四」空戰勝利80週年紀念，高雄岡山空軍官校營區將於12日舉行營區開放活動，讓民眾可以憑著中華民國身分證證明入內觀賞戰機特技。

空軍3型主力戰機彩繪機於今天預演中齊聚一堂，在高雄上空靚戰技，而空軍今年起仿效歐美國家，將3型主力戰機都挑出一架進行特殊彩繪，3架彩繪機將首度在空中特技操演，由於預演

當日是大晴天，主力戰機進行大G小轉彎、垂直鑽升等表演科目時，引起現場觀眾一陣陣驚呼。

IDF飛行員劉世博中校受訪表示，這次的表演做了一些調整，例如垂直鑽升的項目，帶起機頭時本來是平行跑道方向，今天調整為垂直跑道方向，讓民眾可以更清楚看到飛機拉起機頭時的狀態。

營區開放活動包括空中動態操演、雷虎小組暨3型主力戰機包

括經國號、幻象2000和F-16特技操演、空軍樂儀隊表演、裝備靜態展示、園遊會、人才招聘、軍史館暨航教館展覽等。

空軍日前表示，參訪民眾憑中華民國身分證證明（健保卡或駕照）進入營區。但是，營區重要機敏處所及管制區域，禁止參訪攝影，而營區內禁止攜帶、使用空拍機及遙控飛行器，以維軍機保密與飛航安全。

圖文：中央社



▲空軍將於12日在高雄岡山空軍官校舉行營區開放活動，空軍3型主力戰機的彩繪機7日在預演中齊聚一堂，讓民眾大飽眼福。

▲圖為IDF經國號戰機在空中分列式進場。在空中拉出彩煙劃出美麗畫面，讓民眾大飽眼福。花式飛行，讓在場民眾給予熱烈掌聲。

►F-16戰機飛行員林育生順利降落後，揮手致意。



真情觸發德國2億票房 浪漫稱霸秋季冠軍

榮獲德國斑比獎
最佳女主角提名
榮獲德國朱比特獎
最佳影片提名

1封深情簡訊，拉近2顆寂寞的心

真愛LINE 著你

《香水》《文生去看海》全才女星 卡洛琳荷芙絲 深情執導

海鵬電影 綠光電影 德國電影 春光出版 妮歐咖啡 海鵬影業



約哪裡？

在我愛上妳的地方見

8/25 指尖傳情





▽全台65歲以上白內障盛行率達60%！患者應儘早就醫，延遲診療恐怕會導致失明。
(photo by Wikimedia)

白內障應求醫 醫：熟齡族別硬頸！

【本報記者蔡旻豪台北報導】全台65歲以上年長者白內障盛行率達60%，但是白內障就醫的比例僅有2成。中華民國眼科醫學會暨白內障手術委員會召集人潘志勤7日記者會上指出，白內障盛行率與實際就醫比例的高度落差，充分顯現台灣熟齡族就醫的「硬頸現象」！

知名藥廠於2017年跨區涵蓋18個國家進行「歐亞熟齡白內障認知大調查」，調查結果顯示，高達57%台灣熟齡族可以提出一個以上正確的白內障症狀，卻

白內障盛行率與實際就醫比例的高度落差，顯現就醫的「硬頸現象」！翁林仲歎說，台灣人口空有知識卻無法轉為行動保護眼睛的健康。

僅有16%的台灣熟齡族有定期檢查眼睛的習慣，遠遠低於歐亞平均的34%。中華民國眼科醫學會理事長翁林仲歎說，台灣人知易行難，空有知識卻無法轉化為行動保護眼睛的健康。

衛福部統計顯示，國內白內障患者從2005年到2015年，人口

激增4成，在高齡化社會中，白內障已是眼睛老化不可避免的關卡。潘志勤指出，正常人所見影像邊緣銳利清晰，而白內障患者所見影像會出現「霧化」情形。如果發現有視力模糊現象、色調改變、畏光、複視症狀，可能與罹患白內障有關，應及早就醫，

千萬別強撐到底，以免延誤療。

潘志勤也補充說明，白內障成因除了先天性、外傷、眼部手術或糖尿病等原因外，另外紫外線、抽菸、自然老化、高度近視都是罹患白內障的因子。

醫師潘志勤提醒，可於做術前評估時詢問醫師兩大方向，一為有無合併症、二為白內障手術開完效果好不好。因為這兩項問題都可以促使醫師回頭重新評估、檢視患者特殊情況，如此更能避免術後效果不理想。

圖文選粹

圖文 / 中央社

罹患罕見病皮肌炎 她吹口琴療癒人心



▲罹患罕見疾病皮肌炎的陳碧蓮(右2)7日到衛生福利部立屏東醫院，以吹奏口琴療癒人心，並分享自己的故事。屏東醫院院長鄭裕仁(左2)感謝。

男醫師打籃球突昏迷 CPR 救回一命



▲中山醫學大學附設醫院心臟內科主任醫師蘇峻弘(圖)7日說，一名醫師在打籃球時突然失去意識昏迷，還好急診醫師在場施以心肺復甦術(CPR)，再經電擊2次後送醫，救回醫師一命。

73 威尼斯費比西影評人大獎
全球矚目經典大銀幕獻映

8.11 光影文學鉅獻

台北 | 真善美劇院 光點台北電影館 喜樂時代影城
台中 | 萬代福影城 高雄 | MLD Cinema

【夏日情事】
茱蒂絲薛拉

【溫心港灣】
尚皮耶達胡桑

【花落花開】
友蘭達夢露

莫泊桑 短篇小說之王 不朽長篇鉅作 une vie 女人的一生

生命從來不是那麼美好 也沒有想像中的糟

預售請洽 博客來售票

預購 雙人套票 \$440 限量贈送
莫泊桑戰爭短篇小說傑作選
脂肪球和其他戰爭短篇小說
書籍乙本 (市價\$280) 送完為止



木馬文化

凡購買電影票或預售票進戲院觀影
即可獲得限量精美好禮
【女人的一生：精緻劇照文選】
導讀小書乙本，贈完為止



報馬仔

結合 AR 與古蹟 淡水怪獸出沒

【新北訊】淡水古蹟有怪獸！今年淡水海關碼頭園區 C 棟展場結合 AR 科技與古蹟，讓民眾可以邊尋找怪獸邊認識古蹟歷史，還可以創造屬於自己的怪獸，有空不妨安排一趟淡水旅行，體驗逼真恐龍就在你身邊。

新北市府將 AR 擴增實境互動藝術展延伸到淡水！即日起至 8 月 13 日，

淡水古蹟博物館舉辦「有怪獸」活動，大人小孩都可以參與，還可以跟恐龍合照打卡上傳 FB。

藏身在淡水古蹟博物館園區內的 10 隻怪獸，牠們分別代表各個古蹟的建築特色，有在紅毛城的綠釉花瓶怪、海關碼頭麒麟王、滬尾砲台的小年獸等，民眾不妨在假期前往淡水尋找怪獸的蹤影。

迎地景藝術節 新屋懷舊體驗

【桃園訊】超值一日遊，藝趣樂無窮——「新屋限定小旅行」將於 8 月下旬起動。

今年地景藝術節特別規劃了 3 條路線，邀民眾來體驗百年先民智慧築石滬，品嚐全台唯一懷舊牽胃飯，探訪水巷秘境、范姜老屋群及客庄傳統市場，GFun 機能紡織生活館等，並且體驗愛地球環保手作坊，帶您探訪桃園地景藝術節千層秘境，及

一連串私房景點。

第一條小旅行是「新屋庄老屋水巷自在遊暨假日地景藝術大道」，出發梯次：8/20、8/22、8/24、8/30、8/31。第二條路線是「新屋桃園西海岸暨觀光工廠憩桃趣」，出發梯次：8/19、8/20、8/21、9/2、9/3。第三條路線是「新屋百年石滬暨假日地景藝術大道」，出發梯次：8/27、8/28、8/29、8/30、9/1。

台南將軍吼 夏日音樂節開唱

【台南訊】《台南夏日音樂節—將軍吼》12 日將在將軍漁港開唱，今年首度辦理樂團競賽，活動當天將由前 3 名樂團開場，8 組當紅歌手接力演唱，包刮吳汶芳、梁文音及嘻哈團體玖壹壹等，市長賴清德 2 日邀請民眾一起享受台南西濱的夏日海洋音樂節。

台南近年積極推廣的《夏日音樂節—將軍吼》逐漸打響知名度，今年夏日音樂節活動 12 日在將軍漁港登場，觀旅局整合周邊景點及業者推出專屬套裝遊程。

《夏日音樂節—將軍吼》今年網羅在地好聲音自由權威、創作才女吳汶芳、溫柔美聲梁文音及金曲嘻哈天團玖壹壹等，8 組歌手熱力開唱，並由樂團競賽中選出的前 3 名開場，要讓民眾享受一場豐富的音樂盛會。

過去每年音樂季活動，民眾往往只提到貢寮海洋音樂祭及墾丁春吶，現在台南也占有一席之地，今年市府推動「台南夏日海 PARTY」，集結台南山區、海邊及市區等活動，希望推動台南整體觀光產業。

■ 余柏青 / 輯

15 個國家地區共 125 件作品參賽
亞洲最大 三義木雕節登場

今年的競賽首創將參賽類別分為工藝木雕與當代木雕 2 大類組，入選作品創作議題廣泛，涵蓋人物表現、自然生態、社會現象等，素材多元，且難得一見。



北部

時間：106 年 8 月 1 日 ~ 10 月 29 日
地點：苗栗縣 三義木雕博物館

「2017 台灣國際木雕競賽」複審結果日前搶先公布，共有國內外 13 位木雕藝術家的作品入圍最終決選，各獎項得主將於 10 月 1 日「三義木雕節」開幕式中揭曉，評審團也稱讚入圍得獎作品精雕細琢、構思巧妙，充分展現木藝之美。

台灣國際木雕競賽邁入第 10 年，不但是國內木雕界盛事，更

是亞洲最大規模的國際性木雕藝術比賽，提供藝術家揮灑創作的國際舞臺、切磋相長，有助於三義工藝木雕產業升級，並讓台灣木雕與國際接軌。

今年台灣國際木雕競賽，共有來自中國大陸、日本、韓國、泰國、法國、羅馬尼亞、保加利亞、斯洛伐克、厄瓜多爾、澳門、薩爾瓦多、波蘭、尼加拉瓜、香港



等連台灣在內走 15 個國家地區及國內共 125 件作品參賽，參與件數創歷年新高。

苗栗縣府文化觀光局聘請國內外專家經初審結果，共 52 件作品入選，經第 2 階段嚴謹評選，有 13 件作品入圍最終決選得獎名單，所有入選作品並自即日起至 10 月 29 日止在三義木雕博物館 B1 展出。

入圍「工藝木雕類」得獎作品分別是：台灣李惠勝「其逢富貴」、陳羿歲「荷塘一隅」、黃弘彥「小旦」，中國大陸黃國章「以戒為師」、鄭新一「守戒」、鍾洪鋒「歲

月神偷」等 6 件。

入圍「當代木雕類」的有台灣黃石元「旅人」、潘煒中「表裏一體」、法國 POINTEAU Jean-pierre(章家絡)「禪坐」、中國大陸王澤和「無可睥睨」、高冲冲「沉靜如海」、徐杰「湖」、黃超謨「萬物十月靈」等 7 件。

今年的競賽首創將參賽類別分為工藝木雕與當代木雕 2 大類組，入選作品創作議題廣泛，涵蓋人物表現、自然生態、社會現象等，素材多元，工藝與藝術不斷交融，也提升整體木雕產業的創新價值，值得細加品味。

花蓮火車站地下道
變身太魯閣公園展館

東部

時間：106 年 8 月 1 日起
地點：花蓮車站地下道

太魯閣國家公園管理處最近與台鐵局花蓮車站合作，將花蓮車站地下道及後站大廳牆面打造成國家公園主題展示，讓造訪花蓮的遊客只要一下火車，就可以透過精彩的圖文展示看見太魯閣公園最具特色的山水生態與人文美景。

這項展示便以公路為主軸，規劃「山水太魯閣」、「繽紛太魯

閣」、「人在太魯閣」、「看見太魯閣」等單元。

「山水太魯閣」主要介紹公路沿線景點與步道，從清水斷崖、太魯閣口起，經砂卡礑、長春祠、布洛灣、燕子口、綠水、天祥、慈恩、碧綠神木到合歡山、奇萊連峰、南湖大山等，每一景點均有簡短文字介紹。

「繽紛太魯閣」則是表現太魯



閣國家公園從低海拔到高海拔各種不同的生態系及物種，包括闊葉森林、峽谷生機、溪流生態、翩翩蝶舞、昆蟲精靈、山鳥幽鳴、楓紅片片、霧林、獸跡…等單元，可以看見從亞熱帶、溫帶到寒帶生態系及不同生物族群的特色。

至於「人在太魯閣」主要以

時間為軸線，依序呈現「太魯閣族」、「百年古道」、「蘇花公路」、「中橫公路」及「國家公園」等內容。

花蓮後站大廳牆面則是「看見太魯閣」單元，將太魯閣的景點生態影像融合在大型牆面上，為整個展示作結尾。

在媒體走向沉淪的今天，

台灣居然有這一份報紙

不黨、不賣、不盲、不私，
不口水、不八卦、不煽色腥，
一心傳播真善美、信望愛。
台灣醒報走過九年風雨飄搖的日子，
感謝有你，感謝仍存在，
要一起撐到市場翻轉的那天。

本報歡迎指正！
有獎徵求校對 / 意見
請來信 ceo@anntw.com

改變你的味覺 吃得健康又減肥

減肥先從克服味覺的依賴開始，本書公開無數肥胖患者根治的秘訣，讓你掌握味覺主控權，不再做味覺的奴隸。



▲隨身攜帶切好的水果或蔬菜，在味覺衝動湧出時吃。(photo by pixabay)

■ 朴敏洙

味覺中毒是非常巧妙且韌性十足的狀態，因此為了治療和戰勝它需要高度的架構療法。所謂的架構療法，是用限定意識或想法來做為基礎的條件，也就是藉由改變環境或系統，提升行動和想法來產生變化的治療，相較於登高一呼「就這樣思考和行動吧」的大方向，更好的做法是訂定明確的遊戲規則，讓人們自然而然地隨之改變想法和行動。

架構療法怎麼做？

在要求人們的思考變化之前，應該要先立定足以推翻舊觀念的新思維，為新的目標開始鋪路。

架構療法範例：將飯量和小菜數量減少；外食之前，先選定菜單再吃；外食時，減少進食量；不使用湯匙；烹調時不要撒鹽，只在必要時選擇性的加鹽；不喝湯，只吃料。

味覺中毒的架構療法中，必須要銘記在心的一個核心事項是「別人提供多少分量就你吃多少」還是「提供給你吃的食物，大部分都比你需要的多」。在診間裡面總是會聽到以下的問題，「醫師，我可以先把飯菜裝得滿滿的，然後再視情況剩飯菜嗎？」但請別忘了，大部分的味覺中毒者不會只吃「適量」，而是別人提供多少就吃多少。

味覺中毒

根據 Fisher 等研究指出，使用相同的碟子，然後比較每天吃建議攝取量的人，以及吃建議攝取量 2 ～ 2.5 倍的人的飲食攝取情況，結果提供兩倍以上食物的組別都會比建議攝取量多出 25 ～ 60%，熱量攝取也增加 13 ～ 39% 左右，導致肥胖的其中一個原因——熱量攝取過多的效應。

所以如果提供味覺中毒者們超過建議攝取量的食物，然後要他們只吃自己需要的量而留下多餘食物的這種想



▲外食的份量通常都是 1.5 人份，不僅是供餐者的「善良錯誤」，同時也為了增添用餐的風味，食譜總是主張給予超量的食物。(photo by pixabay)

▼如果不再對甜滋滋的麵包或含有豐富油花的肉類或充滿添加物的加工即食品感到渴望，減重不僅能順其自然，還能永久獲得健康的身體。(photo by pixabay)



法，就如同把魚店交給小貓來顧還覺得安心，是一個既天真又危險的想法。

味覺中毒的架構治療法可以使用像畫有刻度的兒童飯碗，事先設定好應該要吃多少，抗拒感就會減少，接受度也會提高。

的如果用小小的碗卻裝得滿滿的，就會覺得好像吃很多。剩飯的慾望越大，就會讓味覺中毒的強度越高。所以你現在需要立刻把自己的飯碗和小菜碟縮小。

在韓國，時常會有好幾人一起共用一個碗來吃飯的飲食文化。可是這樣吃飯

所謂架構療法，相較於登高一呼「就這樣思考和行動吧」，更好的做法是訂定明確的遊戲規則，讓人們自然而然地隨之改變想法和行動。

食器換小 減剩飯慾望

飯碗的尺寸越小越能達到減少體重的目標。這是取決於想剩飯的慾望和食吃的情况。也就是說，如果在碗裡裝少量的食物，會覺得好像吃比較少，相反

就無法精準地掌握究竟吃了多少。所以把要吃的份添到自己的碗裡，確實知道吃了多少的量才能有效地進行減重。

減少小菜碟數

我們很容易跌入的陷阱就是即便減

▼將咖啡等含有咖啡因的飲料換成綠茶、優酪乳、果汁等，比平常多喝一兩杯左右來增加水分攝取。(photo by pixabay)



少了飯量卻還是吃相同份量的小菜。這是因為人們總覺得小菜吃很多種類才能攝取到豐富的營養素。但其實幾乎沒有人有缺乏營養素的問題，再加上放置各式各樣的小菜在桌上只會更刺激食慾，如果不吃的話又會在心底留下慾望的殘渣，所以請勇敢的減少小菜的數量吧。

外食超額供給

我總是強調，外食的份量通常都是 1.5 人份，不僅是供餐者的「善良錯誤」，同時也為了增添用餐的風味，食譜總是主張給予超量的食物。如果是減重中或時常外食的人，根本就只能吃其中 70 ～ 80% 的份量，不然就請發揮少量點餐的智慧吧。

只要撐過 3 分鐘，味覺衝動就會減少一半以上。常說戒菸中的人如果突然湧出吸菸的慾望只要忍 10 秒鐘就會重新考慮，而想吃成癮性食物的時候也一樣，再撐一下給自己重新思考的時間也是必要的。

只要熬過前 3 分鐘

受到味覺中毒刺激的舌頭早已習慣了即刻性的補償，也就是說一定要迅速的回應需求才能獲得滿足的貪心鬼，如果不趕快回應就會以非常兇暴和固執的方式刺激中毒中樞來滿足食慾。

而猖狂的另一面是放棄也相當的迅速，只要有一點點延滯的跡象，這些鬧彆扭的步伐就會回轉，就像必須立刻將足以燎原的星星之火澆熄。味覺中毒是「慾望要求→慾望滿足」的反應速度愈

快就會愈發強化。

味覺中毒同於癮

以近似的例子來說，吸菸成癮的主嫌是尼古丁，而治療菸用的尼古丁貼片卻供給尼古丁的理由就在於此。

與 7 ～ 15 秒內從菸氣中傳入大腦的尼古丁不同的是，尼古丁貼片是透過皮膚，以非常緩慢的方式來供給尼古丁，正因如此，尼古丁受體中性情急躁的中毒中樞就不可能被滿足，意即尼古丁貼片慢慢地供給尼古丁，人體內的尼古丁受器就按照順序一個一個被填滿，所以人們就能從此遺忘渴望吸菸的感覺了。

與其相反的是，在很短的時間內滿足

如果提供味覺中毒者們超過建議攝取量的食物，然後要他們只吃自己需要的量而留下多餘食物的這種想法，是一個既天真又危險的想法。

思維戰勝口慾

味覺中毒也是相同的道理，只要有一次輕輕地推著自己撐過去，味覺就再度找回一次平靜，和尼古丁氣體比起來，

關鍵在於時間有多長。為了勝過味覺中之類的誘惑，拜託請堅持 3 分鐘。味覺衝動如泉水般湧出的時候，希望您能立即使用以下說明的「思緒終止訓練」。平時如果訓練完備，情況會有利許多。因此請提前實行一天至少一次以上的訓練。

思緒終止訓練 SOP

- 一開始最好在安靜的空間裡，以寂靜的姿態進行。
- 必須確定這不會有其他人來打擾的空間，因為無論如何都會意識到他人的視線。為了完全的投入，請選擇不會受到干擾的安靜場所。
- 以最自在的姿勢坐下或站立，闔上眼

規作法，但也可以看著森林、花盆或影子之類的事物進行訓練。

- 第一次進行 5 分鐘也很好，之後慢慢將時間拉長，試圖延長到 30 分鐘。
- 熟悉之後，專注於自己的呼吸，便能自然清空腦中思緒。
- 熟練者甚至可以嘗試到人很多的地方或森林深處之類的地方練習。邊走邊清空腦海，就能完全融入於周圍的風景當中。

改造不良習慣

將咖啡等含有咖啡因的飲料換成綠

茶、優酪乳、果汁等，比平常多喝一兩杯左右來增加水分攝取；只用非慣用手來偷吃餅乾；在平常不容易看到的地方放置食物。隨身攜帶切好的水果或蔬菜，在味覺衝動湧出時吃。

如果味覺衝動來了，就用冷水洗手或洗臉，深呼吸 10 次，或刷牙也行。在手腕上套一條橡皮筋。如果味覺衝動出現，或者下意識地吃起成癮性食物，用橡皮筋彈一下自己。如果味覺衝動出現，就將冰塊放入口中，或暫時含一下冰水，來給予必要的刺激。

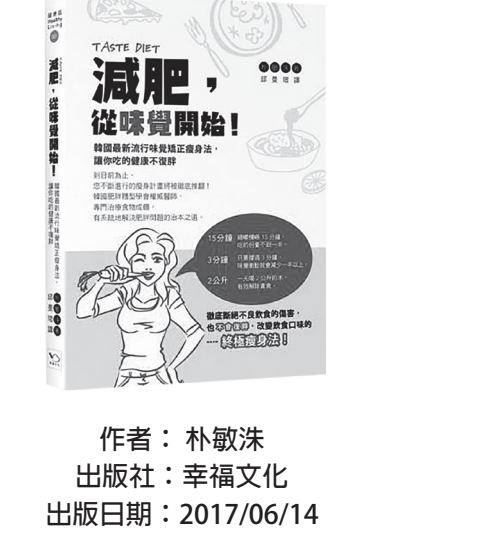


▲如果在碗裡裝少少的食物，會覺得好像吃比較少，相反的如果用小小的碗卻裝得滿滿的，就會覺得好像吃很多。(photo by pxhere)

《減肥，從味覺開始！韓國最新流行味覺矯正瘦身法，讓你吃的健康不復胖》簡介

我們生活周遭充斥著堪稱恐怖等級的食品，不斷刺激著我們的味蕾。就算你有超強自制力，真的減下了肥，那麼你未來該如何面對所謂的溜溜球現象？你有自信能維持一輩子的自制力？

既然如此，乾脆徹底改變吃東西的口味如何？不再對肉類或加工食品感到渴望，取而代之的是新鮮蔬菜、五穀雜糧呢？那麼減重不僅能順其自然，還能永久獲得健康的身體。



作者：朴敏洙

出版社：幸福文化

出版日期：2017/06/14