



全教總抵制吳茂昆 拒出席課審會
張旭政痛批，吳茂昆惹上的爭議幾乎都和金錢利益有關，不僅不適任重要公職，何況是需要道德標準的教育部長。



旅展優惠多 籲政府提升觀光品質
業者建議地方政府應投資、興建找出地方特色，希望政府把觀光產業變成國家發展重點產業。



槍支管制發言不當 川普觸怒英法
法國外交部嚴正抗議，巴黎恐攻事件時的主政者歐蘭德批評，川普不應以輕佻的方式挑動受難者的歷史記憶。



阻毒蛋白擴散 化合物緩阿茲海默
化合物 *cambinol* 能防止壞死的 *tau* 蛋白擴散，避免患者的腦細胞逐漸壞死，有望成為治療阿茲海默症的明日之星。



今天天氣

北部	24°-30°	晴時多雲
中部	25°-31°	晴時多雲
南部	25°-31°	晴時多雲
東部	24°-29°	多雲短暫雨

登記制難除惡保母 民團設平台篩選

資訊平台預計8月上架，標準包括2年以上托育資歷、不曾有任何違規紀錄、沒有巧立名目的收費行為等，篩選出優質的好保母。



▲托育政策催生聯盟6日宣布成立「公共保母資訊平台」，將在政府登記制的基礎上篩選出優質的好保母，預計8月上路。(photo by 醒報資料庫)

【本報記者楊堃台北報導】近年保母托嬰事故頻傳，政府雖採保母登記制把關，卻缺乏有效管理和退場機制，導致家長仍仰賴口碑尋覓合適保母。托育政策催生聯盟6日宣布成立「公共保母資訊平台」，聯盟召集人劉毓秀表示，將在政府登記制的基礎上篩選出優質的好保母，標準包括2年以上托育資歷、不曾有任何違規紀錄、沒有巧立名目的收費行為等，資訊平台預計今年8月上架。

「現行登記制的缺點就是沒有標準，任何阿貓阿狗都能進來登記，但只要社會出現保母的負面新聞，老鼠屎壞了一鍋粥，牽連到大部分的好保母。」劉毓秀表示，即使市面上已有各種保母搜尋APP，但因刊登沒有篩選功能，只要是保母就可以刊登，實質上淪為「廣告」平台。而政府創設的保母搜尋網站，功能和訊息都過於僵化、流於形式，對家長的幫助有限。「登記制最大的缺點就是沒有退場機制。」劉毓秀表示，政府基於保障人民的工作權，即使保母涉及虐童等違規，也必須有很明確的法院判決，才不得繼續從事保母工作，無法篩選出真正的「好保母」。她強調，「與其依賴登記制還不如透過平台，在原有的登記制基礎上，再加上一層更嚴謹的審核機制，直接在平台上秀出優質保母。」

為了號召好保母團結、自律，托育政策催生聯盟6日宣布建構「公共保母資訊平台」。劉毓秀說明，資訊平台絕不是任何保母自行付費就可刊登，「保母必須通過基本品質篩選，標準包括具有2年托育資歷且托育穩定度高、不曾有任何違規紀錄、沒有巧立名目的收費行為等，平台上的保母必須主動公開過去的托育履歷，並遵守「公共保母自律及互信合作公約」，維繫好保母的形象。劉毓秀說，平台上的公開資訊都由保母自行填寫，為保障資料的真實性，聯盟會將資料再交給社會局委辦的「居家托重心」複核。她表示，預計先從台北市中山區、北投區開始試辦，鼓勵有志保母一起加入，8月起公布加入資訊平台的全體保母名單，讓家長直接查閱。

大法官不受理釋憲 藍委批投訴無門

李彥秀指出，立委職權不應被限縮於行使表決上，退席抗議或是杯葛都是反對意見，司法院不應限縮立委行使表決，駁回聲請釋憲。

【本報記者譚有勝台北報導】針對司法院長許宗力以立委高金素梅未投反對票，以致不達1/3釋憲門檻而駁回在野黨聲請前瞻建設釋憲，國民黨6日召開記者會批評，司法院此次不受理釋憲，恐讓在野黨在野黨投訴無門，衝擊未來釋憲案威信。國民黨團書記長李彥秀指出，立委職權不應被限縮於行使表決上，退席抗議或是杯葛都是一種反對意見，司法院不應限縮立委行使表決，駁回聲請釋憲。

司法院不受理釋憲

在野黨國民黨、親民黨及無黨聯盟等38位立委，去年共同以前瞻基礎建設特別條例，與特別預算案有重大瑕疵的違憲疑義，聯手向司法院大法官會議聲請釋憲，經7個月調查，大法官前日竟破天荒以聲請人之一的高金素

梅未參與表決，因此未達1/3法定人數決議不予受理。李彥秀批評，立委職權不應該被限縮在行使表決上，即使以退席抗議或是杯葛不投票，都是對議案持反對意見。她直言，以司法院長許宗力為首的大法官，去年由蔡英文總統提名任命，當時外界即普遍質疑深綠政治色彩鮮明，如今果然坐實充當政治打手之名。

國民黨：衝擊釋憲威信

國民黨團總召集人林德福則批評，大法官此次不受理在野黨的釋憲聲請，恐創下惡例。過去在野黨對前瞻條例提出異議，但立法院長蘇嘉全卻以一事不二議的原則否決提案，讓各在野黨團都無法接受所以才聯合提出釋憲。但許宗力卻以高金素梅未投反對票而不受理，並不合理。

林德福指出，許宗力早前擔任大法官時曾對603號聲請釋憲表示，聲請釋憲的立委資格實務上不區分有沒有投反對票，但這次不受理卻加大限縮，讓人很難相信沒有政治力介入。國民黨團立委吳志揚則指出，許宗力曾說，立法委員釋憲的門檻有3個條件，未投贊成票、參與連署、提出修正案等。「這次立委不出席投票為何就不符合釋憲的資格？」吳志揚也說，不出席投票更是一種強而有力的積極行為，民進黨也曾以集體退席抗議，時代力量早前對勞基法修法也退席抗議勞基法修法，此次高金素梅以不出席投票表決抗議前瞻建設特別條例也是一種積極的行動，許宗力以不出席為由駁回在野黨聲請釋憲並不合理，恐怕影響未來釋憲案威信。



精彩國劇贈票訂戶！

中國國家京劇院

- 2018年5月22日(二) 19:00
中國國家京劇院《紅鬃烈馬》
- 2018年5月23日(三) 19:00
中國國家京劇院新編京劇《帝女花》
- 2018年5月24日(四) 19:00
中國國家京劇院《青山石》《赤桑鎮》《二堂捨子》
- 2018年5月26日(六) 14:00
中國國家京劇院《秦香蓮》
- 2018年5月26日(六) 19:00
中國國家京劇院《伍子胥》
- 2018年5月27日(日) 14:00
中國國家京劇院《楊門女將》

限訂報3年以上，每人2張，送完為止。
請電 02-2358-1806 或註明訂報者姓名、地址、電話
寄 anntw.ad@gmail.com 索國劇票，請寫前三個優先場次。

社論

耍刀舞劍 荒腔走板的總統府

5月4日，台大校園發起了一場「新五四運動」，爭取大學自治；同一天，總統府邀請了台灣的星際大戰迷，到府內同樂，並且以連活動主辦人都相當訝異的「超高配合度」，讓各種不合規定的物件與舉動，以及衣著極為曝露的扮裝（cosplay）者進入總統府；府方的媚俗與輕佻，讓人難以認同，究竟是哪個層級的官員准許了這樣的活動，實必須究責。

5月4日星戰日

每年的5月4日是所謂的「星戰日」，其典故來自星際大戰電

影中一句觀眾耳熟能詳的台詞：「願原力與你同在」的英文原文：May the force be with you. 其中的May與force唸起來與英文的5月4日音相近，因此星戰迷訂每年的5月4日為星戰日，舉辦扮裝等活動。

台灣有許多cosplay的愛好者，也經常舉辦各式各樣的活動，迷哥迷姐們聚在一起運用各種創意自得其樂、自娛娛人，本無可厚非，然而這次星戰迷聚集在總統府內的種種言行舉止，卻極不適當。

其實傳出當天本來是要由蔡英文總統親自接待，只因她有預

定行程走不開，才改由副總統陳建仁接待，但仍是相當高規格，可見總統府對此活動的重視。

置總統府於險境

首先是cosplay中的光劍和雷射槍等危險物品，本來不可進入總統府，最後卻得以順利進入，連主辦人都說，很意外總統府的「配合度竟如此之高」，讚嘆總統府好親切！這不是親切，而是府方主事者的不當放水，這種輕忽的行為根本就是置敏感的總統府於險境！

為了元首及重要官員的安全，總統府不顧外界反對聲浪，決定

在外圍增設景觀圍籬，如今卻允許星戰迷可以持刀槍與棍劍進入，這是什麼雙重標準？而且根據《總統府府區進出管制要點》，這根本是違法的行為。

此外，這次進入總統府的星戰迷超過百位，且不像一般參訪團井然有序，而是放任這百多位的星戰迷在新聞室四處遊走、耍刀舞劍，如果有任何差池、閃失，誰來負責？

衛兵變成道具

更誇張的是，根據主辦人透露，星戰迷裝扮成的帝國風暴兵與總統府衛兵進行換哨交接，竟

然是出自總統府的建議。總統府的衛兵並不是擺給外界看的「花瓶」，具有真正的守衛責任，怎麼可以變成cosplay的道具，實在讓人匪夷所思。

別忘了，過去確實曾經發生總統府衛兵遭人持刀攻擊、造成衛兵受傷的事件，如今府方草率讓cosplay民眾擔任衛兵工作，萬一就在這過程中出事怎麼辦？此外，不知總統府是否知道，在星際大戰中，帝國風暴兵是隸屬於反叛政權的軍事部隊，讓這群部隊接管總統府的衛兵，又是什麼意思？

當然，最讓外界難以忍受的一

位扮成莉亞公主的女性，近乎全裸進入總統府且到處跟人合照，更透過新聞報導直接進入每個家庭，傷風敗俗、肉麻當有趣。這身所謂的奴隸裝因過份物化女性，連星戰系列都已禁止再出現，如今卻被我國最高權力機構奉為上賓，實在令人憤怒。

近裸女性到處合照

這次活動的主辦人非常得意地說，全世界沒有一個地方可以把星戰活動搞到這麼高的層級，那是因為，大概全世界也沒有哪個總統府會如此低級吧！

（彭蕙仙）

全教總抵制吳茂昆 拒出席課審會

張旭政痛批，吳茂昆惹上的爭議幾乎都和金錢利益有關，一個公私利益混雜不清的人，不僅不適任重要公職，何況是需要高道德標準的教育部長。

【本報記者楊堃台北報導】「教育部長吳茂昆的言行舉止爭議重重，由他主持課審大會，是對十二年國教課綱的最大侮辱！」教育部6日召開十二年國教課審大會，4名全教總的課審代表缺席抵制，與20多名聲援教師在會場外抗議，高喊要吳茂昆下台。

理事長張旭政痛批，吳茂昆惹上的爭議幾乎都和金錢利益有關，「一個公私利益混雜不清的人，不僅不適合擔任重要公職，何況是需要有更高道德標準的教育部長。」

抵制參加課審大會

吳茂昆上任後，因迅速「拔管」惹議，加上自身也被爆出竊取專利、赴中兼職等多項爭議。全國教師工會總聯合會日前發表聲明，痛批新任教育部長吳茂昆不適格，發起「不接受、不忍受、不配合」的「三不運動」，以實際行動展現對吳茂昆的嚴正抗議，包括不會參加任何一場吳茂昆主持的會議，吳茂昆所推動的政策也不會配合，直到他下台為止。

十二年國教課綱審議進入尾

聲，6日教育部召開課審大會，由吳茂昆主持，審議自然領域課綱。除了全教總4名課審代表缺席抵制，一早還動員20多名教師到會場一樓抗議，高喊「吳茂昆，不知廉恥」、「吳茂昆，德不配位」等口號，理事長張旭政痛批，吳茂昆的言行舉止爭議重重，「由他主持課綱審議大會，是對課程綱要的最大侮辱。」

張旭政說，吳茂昆在擔任東華校長期間，包括溢領獎金、自己提案加薪近300萬、任職期間請假天數達6成、未經同意到美國開公司並擔任股東、拿東華大學專利生產牟利等，種種爭議幾乎都和「金錢利益」有關，「顯然吳茂昆總是把公家利益作為個人利益濫用，這樣一個公私利益混雜不清的人，不僅不適合擔任重要公職，何況是需要有更高道德標準的教育部長。」

轟吳不懂議事規則

全教總課審委員代表侯俊良表示，吳茂昆上任後，第一次主持課審會議那天，上午只待了半小時就走人，下午還亂搞議事規則，一下子次長當主席、一下又換他當主席，「對課審大會運作

都搞不清楚、不瞭解的人，怎麼有資格主導審議課綱？」

記者會結束後，張旭政便率領聲援教師直闖11樓課審會場，但被教育部國教署副署長戴淑芬擋在門外，最後透過代表全教總的3位課審委員將抗議標語送進去給吳茂昆，其他人員則繼續在門外高喊「吳茂昆下台」，才結束這場抗議。

全教總也強調，雖然拒絕出席會議，但仍會用書面方式提供意見給課審大會參考，不會影響整體課綱進度。

▶全國教師工會總聯合會6日在台北前往十二年國教課綱審議大會抗議，要求教育部長吳茂昆下台。（中央社）



挺管反管對立 管中閔籲重建信任

【本報記者楊堃台北報導】教育部日前駁回台大校長聘任案後，台大表示將提行政救濟，並於12日召開臨時校務會議討論。台大代理校長郭大維6日發布公開信給全校師生，希望大家開會時理性討論並避免簡單的污名化作為；管中閔則在下午發布聲明，表示他支持郭大維的公開信，也呼籲各界別再使用「挺管」或「反管」等標籤，以免成為政治勢力惡質操作、激化對立動員的工具。

莫用「挺/反管」標籤

台大代理校長郭大維6日發表一封給台大師生的公開信，信中表示，他依職權召開臨時校務會議，但恐該案又陷入簡化為「挺/反管教授」上任疑慮，以致無法理性討論。因此，他強調提案僅是拋磚引玉的起點，「請任何校務會議代表、包括任何行政會議主管勇敢提出修正，接受其他代表的挑戰，我們應該理性討論，避免簡單的污名化作為。」

「貼政治標籤解決不了問題，衷心寄望台大人的高度與理性討



▲管中閔呼籲各界別再使用「挺管」或「反管」等標籤，以免成為政治勢力惡質操作、激化對立動員的工具。（photo by 楊堃/台灣醒報）

論！」郭大維表示，期待台大人思考要維持高度，大是大非之際要堅守信念與分寸。縱然也許有人對大學自治的範疇有不同解釋，但台大自由自主學風與精神不能放棄，「台大人要有對事不對人的精神，可以容忍不同意見才是真正的民主風範，堅守民主與法治。」

他呼籲，不論校務會議結果如何，希望全體行政團隊維持行政中立，在校務推動上，他會努力不懈到新校長上任為止。

管：勿再激化對立

6日下午，管中閔也在臉書發表聲明，支持郭大維致台大師生的公開信，並呼籲各界別再使用「挺管」或「反管」等標籤，以免成為政治勢力惡質操作、激化

對立動員的工具。

聲明中提到，管中閔參與台大校長遴選時，曾在治校理念的報告中批判由上而下的政治操作與收編，因此，他主張回歸民間社會、進行「由下而上」的社會工程，「如今面對統治權力的貪暴強，我認為民間極需驅動3項社會工程。」

管中閔表示，第一是捍衛大學自主與學術自由，對抗任何政治勢力長驅直入；第二是重建社會信任機制，拒絕任何政治力量挑動族群、階層的對立動員，破壞社會價值與基石；第三則是抗拒「吃銅吃鐵，跑馬圈地」的新型黨國資本主義，為了鞏固政經特權新階層，而掠奪所有權位和名器，並搜刮、壟斷所有社會經濟利益。

管中閔強調，台大的社會與學術地位應是這3個社會工程的堡壘，「我個人從未支持或同意任何團體或活動使用『挺管』字句，籲請各界莫再自限於『挺管』或『反管』的標籤，成為政治勢力惡質操作、激化對立動員的語言工具。」



▲吳茂昆（中）出席課審會，全教總抗議。（中央社）

▼ 2018 台北國際觀光博覽在 4 日登場。(photo by 醒報資料庫)



旅展優惠多 籲政府提升觀光品質

【本報記者藍苡瑄台北報導】台北國際觀光博覽會正熱烈舉行，業者指出：「今年國內旅遊比較低迷，所以很多業者打折幅度、促銷力道較大，」優質旅遊發展協會理事長李奇嶽表示。台北市旅行商業同業公會副理事長柯牧洲則說，依觀光局的入出境人口數，去年入境人數還是破了千萬。雖然陸客減少，但東南亞國家、日韓客人有增長。

旅展買氣高

台北國際觀光博覽會從 4 日到 7 日舉辦，吸引 25 個國家的 460 單位參加，至少已吸引 25 萬以上人次入場參觀。柯牧洲表示，傳統旅行社透過旅展整合資源，4 天內有 25 萬人以上來客量，增加產品露出機會與實際營收。即便是小旅行社也可以有近千萬的業績。

榮華旅行社董事長彭培興表示，今年他們公司沒自行設立攤位，而是加入印尼觀光局的參展

業者建議地方政府應投資、興建找出地方特色，觀光局可多做國際行銷，希望政府把觀光產業變成國家發展重點產業。

攤位，主要做國內去峇里島、印尼等，今年成長平平。他提到，公務員退休錢變少，退休銀髮族旅遊意願降低，以及因陸客不來，今年很多原本參展的飯店業者都不參加了。

「今年旅展以販賣餐券為主，蓬萊邨的王永宗師傅推台式四人合菜，」台北福華大飯店公關室主任陳正平表示，他初估旅展 4 天能收入 1500 萬左右，他強調，「每個餐期都有不一樣的菜色跟成本，在旅展賣的一定是最優惠價格，」消費者在不同時期參加，一定會有差價產生，不過時效內沒用完過期了還是可抵扣。

受震災影響的花蓮，國內旅遊市場「推花蓮自由 3 日，搭乘

普悠瑪加住飯店 2 晚從 3000 多下殺至 1999 元起。」出國旅遊方面，雄獅旅遊推泰國行 6 日只要 9,999 起，暑假出發韓國 4 日 1 萬元有找。

日本為首選

但國人旅遊仍以日本為首選。李奇嶽表示，國人一年去日本有 400 多萬人，因日幣相對便宜，有很多免稅、退稅措施，加上飛日的廉價航空公司選擇性也多。

品保協會秘書長吳美惠則提醒旅展民眾，「不要衝動型購買，買票券要符合商品禮券規定，有提供者和銀行履約保證。」若購買旅行社商品，要跟他們簽旅遊

契約，拿旅行社代收繳付收據。柯牧洲則指出，主辦單位已要求廠商信託化，只要在一年以內產品幾乎都能退貨，消費者可到品保協會網站調查市場價格。

觀光業應予獎勵

「我們主要做外國人來台旅遊，所以沒有參加這次旅展，會參加國外的旅展，」佳瑛旅行社董事長林玉華表示，他們主要做菲律賓、泰國、越南、馬來西亞等地，比起去年負成長，因為被一些低價團搶走市場。

至於國內旅遊，柯牧洲建議地方政府應投資、興建找出地方特色。他與林玉華都建議，觀光局可多做國際行銷，推廣國際會議或去國外旅展推銷。林玉華建議，政府不要再推夜市、民宿等低價東西，要推廣一些更好的並提升購物環境。李奇嶽則表示，希望政府把觀光產業變成國家發展重點產業，比照科技業訂獎勵辦法。

8 日鋒面通過 各地嚴防雷陣雨



▲ 日台灣各地仍是白天悶熱天氣，西半部高溫上看攝氏 34 度，8 至 10 日受梅雨鋒面影響，全台都會降雨。(中央社)

【本報記者藍苡瑄台北報導】「7 日晚上鋒面接近，西半部地區轉為短暫陣雨或是雷雨，8、9 日影響最大，有局部大雨發生，各地都會有陣雨或是雷雨出現，」氣象局預報員陳川芳 6 日表示，直到 10 日鋒面通過，中南部仍有些雨勢，北部雨勢將減少或停止，氣溫回溫，等到 11、12 日趨於穩定，西半部溫度達到 30、31 度左右。

「7 日白天各地大致為多雲到晴好天氣，午後各地山區、東北部平地或是臨近山區的平地也有可能午後雷雨，」陳川芳表示，7 日晚上鋒面接近，8、9 日各地都會有陣雨或是雷雨，尤其是西半部和東北部地區降雨時間較長。

氣象專家吳德榮 6 日在《三立準氣象，老大洩天機》專欄中表示，「9 日鋒面南移，不穩

定的天氣也往南部調整，伴隨「短時強降水」及「劇烈天氣」如雷擊、強風、冰等，機率相當高。天氣風險公司總監賈新興 4 日在臉書上表示，梅雨何時來？他說，雖然 5 月 8 日至 9 日有短暫交會，但偏強的東風仍然擋道。

「以北部而言，前一天 34 度高溫，8、9 日北部高溫僅剩 26 度，溫差高達 8 度左右，」陳川芳表示直到 11、12 日天氣才會趨於穩定，回到一般夏天的天氣，西半部達到 30、31 度左右。

氣象局提醒，晚歸民眾需攜帶雨具備用，入夜後有降雨情形。6 日晚間到 7 日清晨，外島地區有霧氣，7 日白天，在台東部分需注意焚風，出現 35、36 度高溫，提醒民眾注意多喝水，盡量待在室內。

圖文選粹

圖文 / 中央社

活水湖長泳嘉年華 馬英九游完全程



▲ 第一屆活水湖悠遊湧泉長泳嘉年華活動 6 日清晨在台東活水湖登場，來自各縣市超過 1500 名選手大會師；前總統馬英九也到場參加並游完全程，他表示，除了小游一下自由式，大多游蛙式，共游 2200 公尺。

醫護遭暴反被控 籲課刑責列評鑑

【本報記者蘇盈之台北報導】針對日前雲林腎安診所為留住某位長期患者，縱容患者對護理人員施暴，疑似主動湮滅證據、反控受害護理人員服務不當、容許施暴病患指控受害者誹謗，台灣基層護理產業公會和工作傷害受害人協會 6 日共同召開記者會，強烈呼籲主管機關衛福部針對醫療院所與施暴者的共犯行為，加以懲處及檢嚴加檢查。

腎安診所護理人員小祺（化名）向基護公會投訴，在工作過程中遭受到病患的肢體及言語暴力，而診所為保留病患，即稱監視器故障，疑湮滅錄影證據，事後指稱是小祺的服務不佳導致受暴。因此沒有特意隔離受小祺與施暴者，使當事者身心極度受挫，罹患恐慌症。



▲ 基護公會理事長吳嘉綾在 6 日記者會上，呼籲衛福部針對醫療暴力，要有更積極的處置方案。(photo by 蘇盈之 / 台灣醒報)

基護公會理事長吳嘉綾指出，若院方和施暴者形成共犯則無法可辦。」因此向提出衛福部提出訴求，勿容忍吃案醫療院所，並要求院方積極配合檢

方調查，為保客源而歪曲事實。

吳嘉綾也提到，《職業安全衛生法》第 6 條第 1 項，關於工廠事故，業主應負刑事責任，「醫護工作環境業者也應針對職場暴力或工作人員其他損害，課以刑事責任。」並且勞檢處也應針對職場暴力負起檢查職責，以免腎安診所的類似事件重演。

「衛服部所設立的『護理爭議通報平台』，在申報項目中顯示多為超時過勞的選項，未來也應針對醫療暴力設置專門申訴管道。」另外吳嘉綾也向衛福部提出訴求，希望針對過去 1 年醫療院所人員所受到的暴力事件展開調查。他並建議將醫療暴力列入年度醫療評鑑中，請衛福部認真看待醫療職場暴力事件。

CEO 對談

職業婦女要進修 先學會忙裡偷閒

職業婦女得在一天的時間裡擠出空間進修，如送小孩上學後離上班還有點時間，就可以在空檔閱讀，要想辦法管理時間，做更深入的學習。



主持人：林意玲（台灣醒報社長）
與談人：陳玲玲（晶晶晶廣告公司總經理）
陳玉芬（藝珂人事顧問公司台灣韓國總經理）
整理：毛上仁

主持人（以下簡稱「問」）：有些職業婦女是要等晚上11點過後，全家都睡了才輪到自己做事。因為工作量太大，光是做好職業婦女就非常累，如何還能進修？先請問玲玲，在擔任職業婦女時，遇到了哪些壓力？

陳玲玲：我大部分時間都在外商工作，外商工作壓力非常大，所以最深刻的印象就是，左手在搖我1歲的兒子，右手在寫工作報告，假日的時候還推著娃娃車去公司加班，娃娃車在旁邊，我在趕案子。

在職業生涯進修方面，分成我擔任經理之前與之後，因工作時常要跟一些外國客戶作提案報告，經理之前的進修主要是針對英文加強，那時我請了一位外國家教，教導如何撰寫英文報告書以及英文簡報。

職涯不同階段的進修

在擔任管理職之前，進修項目比較偏向工作領域相關的東西，做了經理之後，我念了政大的高階管理碩士在職專班（EMBA），加強在管理及財務方面能力，之後我還學了教練的訓練（coach training），教導如何在公司裡面以教練的角色帶領員工。

之後的人生階段，我學的東西就比較偏重生活面層面，想找一些電影專家學習如何賞析電影，或是多了解旅遊知識，哪些地方有趣好玩等，豐富生活。

問：請問玲玲，剛進入職場或者很快就結婚生小孩的女性，她應該如何進修呢？妳以前是怎麼進修的？

陳玲玲：我曾經請專業英文老師，上課時間大概是上班前一個小時，固定把時間挪出來訓練，當然有小孩就不一樣了，但還是得想辦法在一天時間裡擠出空間，例如送小孩上學後離上班還有點時間，就可以請老師上課，要想辦法管理時間，做更深入的學習。

現在的學習管道比以前好，不像以前只能用中午午休時間去公司附近的英文會話補習班上課，現在已有各種不同的APP，都可以協助進修，比如管理資訊、10分鐘英文練習，可以利用些零碎時間學習，不像以前需要特定挪出時間。

婚前打好職場定位

問：請問玉芬有沒有邊工作邊照顧小孩的經驗？

陳玉芬：對婦女來說，如果有家庭，又希望家庭與工作兼顧的話，難免要邊工作邊顧小孩，不過我建議剛出社會10年內的女性，在未婚或是沒有孩子以前，先在工作生涯中找到定位，因為剛畢業進入職場，若要在職場佔有一席之地，需要很多專業付出，所以建議多進修專業方面的知識技能。

工作的專業、語言、系統的運用，以及一些比較有結構的學習，讓你得以快速適應職場，在職場前10年，應該以提升自己的技能與知識為主要進修方向。但若有孩子，也已經進階到經理人的時候，就要多進修關於人際關係、如何安排生活、以及如何加強管理職能。

問：簡言之，就是最好在還沒成家之前先立業，其實很多男生也認為自己要第存一桶金之後再結婚生子，女性也是一樣，如果太快進入婚姻，真的就會手忙腳亂了，玉芬有類似的經驗嗎？當初妳是怎麼度過的？

婚前多工作、多遊玩

陳玉芬：我的運氣算不錯，家人住很近可以互相幫忙，在工作上我也盡量不加班，有些工作能帶回家處理就盡量帶回家。另外，我也提醒正處於職涯前10年的女性，也應該注重休閒、旅遊，在未婚跟有小孩之前可以多旅遊，因為當妳結婚、生小孩之後，孩

熬過最辛苦的時候

問：綜合兩位的意思，進入職場前10年的婦女，除了要拼工作、顧家裡，還要找時間進修，畢竟語言能力、管理能力或工作方面的專業不足的話，在職場上也很難晉升，所以職業婦女若想要站穩自己的腳步，需要在忙碌中擠出時間充實跟進修，因為這段時間是奠定職涯基礎的重要階段。

當然陪伴孩子也很重要，在我剛開始做職業婦女那段时间，常因為忙工作就比較沒有照顧到小孩，哪知道孩子在10歲以前是有意識的，也能感覺到媽媽太忙碌、脾氣也不好，工作永遠是媽媽的最優先事項，小孩都被媽媽塞去，這其實也是很多家庭的悲哀。

傳統時代的女性不用工作，在家帶小孩就好，但現在雙薪家庭，在父母都要工作的情況之下，女性永遠會覺得自己責任比較大，大部分丈夫也不太會分擔太太的工作，所以職業婦女其實是很艱難的。等熬過這段時間，孩子長大了，自己工作地位也穩固了，人生就會進入到另外一個階段了。

以家庭、小孩為重

陳玉芬：現在婦女自主權比較高，並且年輕一代的爸爸也願意帶孩子，觀念和過往不一樣了，一個人要當家庭主婦或是職業婦



▲職業婦女就像蠟燭，家裡和辦公室兩頭燒。（中央社）

女一定有自己的考量，但如果選擇當職業婦女，我都鼓勵同事們結完婚生子之後，繼續留在職場上，不然等孩子長大再回來職場，可能就沒那麼得心應手了。

所以當妳結婚生子後，這段時間只要照顧好家庭，工作平穩就好，不需要自己跟人家在職場上競爭，因為畢竟那個時候孩子還小，家庭是最重要的。

在這段過程中，圓融度跟看事情的方法都會一併成熟，所以熬過那個時間，不要太在意那10年，尤其不要跟那些剛進職場還沒有家庭的單身女生比較，以免心情大受影響。

婚前做好人生規畫

陳玲玲：未婚女性可以拼工作、加班，可是當妳結婚、生小孩之

後，建議就不要這麼辛苦，可以找一個不需要投入太多時間的工作，可能薪水不會像以前那麼高，不過可以輕鬆一點，讓妳更可以扮演好母親的角色。

不同階段要找適合自己的工作，但也不要不上班，因為人的獨立性是來自經濟獨立，不上班很容易與社會脫節，尤其現在日新月異，稍微一點脫節就跟不上了。

問：職業婦女還必須考量到丈夫、公婆對妳的期許，如何做出合宜的選擇是需要很多的智慧。若妳剛進入就業市場，孩子也還小，需要顧家裡還有專業上的成長，但到了中間階段，孩子慢慢長大，自己也因為在公司有5年或10年經驗晉升中階經理，這時候可能需要另一種進修。先請玉

芬分享，職業婦女應該走哪一條路來進修？

進修管理能力

陳玉芬：我剛升總經理的時候差不多38歲，當時心裡是很恐慌的，幾乎每天都做噩夢，怕無法管理好公司，所以就想去進修管理方面的技能，我便報名EMBA，認識了一群好朋友，大家會分享自己的經驗，在聊天才知道原來大家壓力都很大，要學習的東西也大同小異，課堂上不僅學習別人管理經驗，也能緩解壓力。

外商公司也會安排高階經理人的訓練，每年會有一週出國進修，我們公司是在陸商管理學院跟公司裡的人互相交流。那時候因為不知道怎麼做主管，也會看很多書籍，譬如帶人、業務、管理方法等書籍。

以中階主管來說，先想辦法安頓好家裡，其他的時間再留給自己，我都跟自己說，這段時間若兩件事可以做好就可以了。

問：請問玲玲在接中階主管或高階主管的時候，進修方式是什麼？

陳玲玲：我也是去念EMBA，修習財務、領導、組織管理方面的課程，另外在領導力（leadership）方面，我上了一個教練式（coach）的課程，了解如何像教練一樣跟員工相處，這兩方面課程對我的幫助很大。

陪伴小孩

問：所以職業婦女在中階主管的時候，必須進修一些管理的知識，讓自己懂得去處理人際關係，以及如何讓自己的業績在團體力量之下增長。孩子長大了也會學習獨立，那個年齡的孩子大多不喜歡爸媽跟前跟後？

陳玉芬：孩子念國小的時候，我週末就是陪孩子去才藝班，學鋼琴、畫畫等，他在學畫畫的時候，我可以在補習班的旁邊找個咖啡廳讀書等他下課，享受自己的時間。

陳玲玲：那段时间我兒子在YAMAHA學鋼琴，我一定要在旁邊，或者是陪他去運動場溜冰、游泳池學游泳等，大人都沒辦法離開孩子，得在旁觀盯著。

學會忙裡偷閒

問：講到這裡，從剛進入職場，到當了中階主管角色，或者是在職場已經有多年經驗的人好像都

沒有時間休閒，職業婦女平常應該如何休閒呢？

陳玉芬：當我心煩的時候就請半天假，自己出去走走，或者是下午4點就休息，給自己放個假，早一點去接孩子，帶他去吃冰淇淋或到公園曬曬太陽、看夕陽。

陳玲玲：我那時候常常出國開會，開會兩天可能就會給自己半天時間在那個國家玩一玩，因公出差又可以到不同的國家旅遊，而且有時候我們會去國外拍片，像捷克布拉格，我就在布拉格玩了幾天，同時完成工作。

問：兩位分別提到給自己放假，或透過出差，轉換環境，因公出差其實也是一次非常好的旅遊，老公也「不得不」幫妳照顧小孩、做家事，所以勸職業婦女要想辦法放自己的假，讓自己有機會休閒。

最後來討論，若職業婦女到這一種地位，或是到了人生的下半場，屆時該學的專業技術已經很豐富、成熟了，還要努力進修嗎？我曾經聽人家講過，在上山的時候要拚命爬，越快越好，但在下山時，就用不著趕著下山，請問兩位有什麼看法？

調適生活重心

陳玉芬：因為我們是專業經理人，無論怎樣公司都會繼續存在下去，畢竟不是自己開公司得承受很大的壓力，所以對我來講在工作上當然希望可以培養接班人，生活方面的話，就要開始調適工作跟個人的比例。

工作是每天都要到一個地方去，8個小時都被別人安排好，好像生活很有重心，等退休了，卻馬上變成沒事可做，那對我是一件很可怕的事情，所以我會思考退休後的朋友在哪裡？退休後可以做什麼事情？

這時我便開始參加不同的社團，比如說參加公益社團，去學習退休後還是有某部分的工作，但性質不像工作一樣有業績壓力、需要這麼多的管理。再來是比較會把心思放在生活經驗上，因為之前都是一直被公司、同事定義，樂機做得如何等，可是一旦退休，誰來定義妳呢？恐怕就沒有老闆給妳業績壓力了，所以要學習如何平衡，我認為要提早有想法跟準備，不然馬上退下來，準備不夠，對生活都會有不好的影響。

培養休閒嗜好

陳玲玲：最害怕人生只有工作，完全沒有嗜好，所以當她退休的時候，日子會很難過，要問自己喜歡什麼、最開心的事是什麼，找到那件事後就開始學習。比如喜歡繪畫，雖然沒有成為

畫家，但從小就愛畫圖，那退休後就去學畫畫；又或者是小時候學過鋼琴，但後來中斷了，彈鋼琴是最開心的事，那就去學鋼琴；像我喜歡看電影，就會去解導演、聽影評，做自己真心熱愛的事情，才會開心享受。

這個階段要豐富一些生活面的、生命面的東西，是自己真心喜好的，沒有人逼妳，也沒有任何目的。

問：職業婦女到了人生下半場，學的東西就是生活、心靈方面的，能夠讓自己更快樂，不管是看電影、學鋼琴、學畫畫、去教會等，甚至很重要的就是工作傳承，妳

不能永遠站在舞台上，必須設法交棒，訓練新人。最後，兩位都是CEO，妳們對職業婦女有什麼話要說？因為很多職業婦女其實很苦悶，是否可以給她們一些鼓勵，讓她們可以過得快樂一點？

設定目標平衡人生

陳玉芬：大家要記得這是我們自己的人生，無論遇到什麼情況，可以找一個時間檢視自己，過去、現在及未來想要的生活，設定一個目標，讓自己不要那麼多負擔，好好的學習生活跟工作的平衡。

陳玲玲：生活要平衡，工作、

家人以及自己這三件事缺一不可，我以前是比較愛工作的女性，就是所謂的女強人，但到了這個年齡，希望自己是比較有溫度的女人，每個人生階段對自己都有不同的期許，但要給自己有平衡的人生，是太太、是母親、也是好員工，這三個都具備的人生是比較完美的。

主持人：兩位的話論都很精彩，一個希望不要太貪心，讓自己慢一點的走，走得開心；一個是儘量取得平衡，平衡當然不容易，但總之不要掛一漏萬，盡量讓生活圓滿。



▲職業婦女若想要站穩自己的腳步，需要在忙碌中擠出來時間充實跟進修。（網路截圖）



▲職業婦女要競爭也要顧家，常常陷入兩難。（中央社）

▼ 華山基金會舉辦第六屆「2018 常年服務暨愛老人端午動起來」公益活動，邀請 4 位人瑞爺爺奶奶一同到場切壽桃慶祝。(photo by 藍苡瑄 / 台灣醒報)



華山慶節日 邀百歲人瑞運動

華山基金會公關暨社會資源部副主任游麗真表示，今年以百歲人瑞為主題，邀請剛好百歲的開南商工、彰化銀行一同參與。

達 107 歲的何奶奶參與華山基金會活動，並感謝對她長



【本報記者藍苡瑄台北報導】「長輩動起來，身心更健康，今年特別邀請 4 位人瑞爺爺奶奶一同慶祝，」華山基金會公關暨社會資源部副主任游麗真 6 日表示，今年以百歲人瑞為主題，邀請今年剛好百歲的開南商工、彰化銀行一同參與。彰銀副總經理王洪綱表示，這次以台北市不同分行員工為主，自願當志工幫忙。

為長輩做簡易體檢，今年特別作頸部超音波檢查，檢查是否有罹患中風、阿茲海默症風險，並安排專業人員提工義剪、按摩等貼心服務。「這是我第一次切壽桃，感到很開心，」活動中年紀最大的人瑞何奶奶表示，她今年 107 歲，獨居住在文山區，很感動華山照顧長達 10 年，除了每個月志工關懷訪視、物資協助及護理服務，也提供她家人的溫暖。身材高瘦帶點駝背的她，儘管高齡平時仍喜歡推著小車到菜市場買菜並親自下廚，她總是說「活著就要動阿，」每天都樂觀面對生活。

坂口健太郎來台 盼《今夜》相遇戀人

【本報記者蘇盈之台北報導】日本人氣演員坂口健太郎身穿休閒式西裝，6 日帶著可愛的酒窩，來台宣傳電影《今夜，在浪漫劇場與妳相遇》，對現場媒體發問有問必答，相當親切。坂口健太郎來台，創下台灣今年外國藝人接機人數最多的紀錄，他說，「很驚訝，也很開心！」坂口健太郎和知名女星綾瀨遙共同主演奇幻愛情喜劇《今夜，在浪漫劇場與妳相遇》。故事在描述一個熱愛電影、想成為導演的青年健司，在一個暴風雨的夜晚遇見從電影中走出來，他最夢寐以求的電影女主角—美雪公主。但是美雪不能和真人有肢體的接觸，否則就會消失，於是兩人展開了一段無法碰觸的虐心純愛。「我最想見到的見到的電影女主角是《風之谷》的娜烏西卡。」針對記者問到他最想遇見的電影女主角，他笑著說，從小他就很著迷吉卜力的動畫，娜烏西卡是他一見就愛上的，所以毫不猶豫的回答。在現場，主持人和坂口健太郎玩起心理測驗，讓他選擇台灣小吃中，他最想吃的選項中包括有：茶葉蛋、滷肉飯、珍珠奶茶、臭豆腐等。最後他選擇了滷肉飯，所代表的意義是，「選滷肉飯的人是責任感強、樂於幫助人，但是又容易害羞。」讓坂口健太郎大稱：「好準。」



紀州庵週年慶 舞蹈、音樂飄日本味

【本報記者楊藝台北報導】伴隨日式古謠，5 位小女生以俏皮、靈巧的舞蹈動作，詮釋讀書人搖頭晃腦沈醉書中，偶爾手指輕點討論的光景。炎炎週末日，隱身在台北鬧區巷弄的日式建築「紀州庵文學森林」6 日舉辦慶典，除了河堤國小學童的舞蹈表演，還邀請義大利鋼琴家艾德瓦多·藍札演奏台灣民謠，戶外則有手作文創市集，以及和歌山拉麵免費試吃活動，好吃又好玩。「紀州庵文學森林」隱身在台北鬧區的同安街尾端，興建於 1917 年，曾是一座高級料理屋，經營者是來自日本和歌山市的平松家族。如今，紀州庵已成為台北的文學發展基地，舉辦過千場以上的文學活動，每年 5 月都會盛大慶祝紀州庵文學森林的週年慶典。週年慶典在河堤國小學童的舞蹈表演中揭開序幕，伴隨著充滿日式風格的曲風，5 位小女生拿著書本道具，以俏皮、靈巧的



▲「紀州庵文學森林」6 日舉辦週年慶典，邀請河堤國小學童帶來舞蹈表演。(photo by 紀州庵文學森林提供)

舞蹈動作，詮釋讀書人沈醉在書中，透過舞蹈展現出閱讀的趣味，可愛的動作也讓出席週年慶的日本和歌山市府代表及議員們哈哈大笑、鼓掌叫好。今年除了是文學森林的周年，更是紀州庵興建的 101 週年。除了有台北木偶劇團及河堤國小舞蹈演出，戶外則有販賣手作文創商品的「森林好好市集」，以及和歌山拉麵免費試吃活動，好吃又好玩。此外，還特別邀請義大利鋼琴家艾德瓦多·藍札、花腔女高音陳盈伶、吉他手劉士培等演出台灣民謠組曲、童謠等曲目，讓市民暫時離開生活步調緊湊的城市，徜徉在文學森林中。

蒙恩搬家

- 到府估價
- 全省送達
- 廢物處理(大型)
- 日夜服務
- 恩典特價
- 一次完成

電話一通 您我皆蒙恩

0920771201 22125813
0958733211

負責人 高進財 弟兒

醒報訂戶 享特別優惠

地址：新店區安康路 2 段 158 巷 3 號 3 樓

槍支管制發言不當 川普觸怒英、法

法國外交部嚴正抗議，巴黎恐攻事件時的主政者歐蘭德也批評，川普不應以輕佻的方式挑動受難者的歷史記憶。

【本報記者譚有勝綜合報導】美國總統川普對槍管失言，觸怒英、法兩國！川普5日以諷刺的手法批評法國和英國的槍管太嚴格，並批評只要這些國家能讓人民擁槍，便不會發生如2015年巴黎恐攻事件，或是倫敦醫院刀傷事件。對此，法國外交部嚴正抗議，並指出受害者的歷史記憶應受到尊重。巴黎恐攻事件時的主政者歐蘭德批評，川普不應以輕佻的方式挑動受難者的歷史記憶。

個嚴厲管制槍支的國家。前法國總統，同時也是巴黎恐攻事件時期的主政者歐蘭德批評，川普的言論可恥，並不應以不雅的方式挑動受難者的歷史記憶。

擁槍無法解決暴力

巴黎恐攻事件發生於2015年11月13日法國巴黎晚間，8名恐怖分子以槍擊、炸藥和自殺炸彈方式攻擊法蘭西體育場、多家餐廳酒吧以及巴塔克蘭劇院共6處，造成將近130人死亡，創下法國歷年來恐攻死傷最嚴重的事件之一。《路透社》也指出，川普為了護美國槍管，不但批評法國槍管太嚴，也在同一個演講裡諷刺英國說，英國「風靡一時」的倫敦醫院因刀傷事件而不堪重負。在這家醫院裡，兇手並沒有槍支，只有刀子，但卻成為像戰區的軍事戰區一樣糟糕，到處都有血跡。

據悉，倫敦今年年初的持刀犯罪率不斷攀升，2月至3月期間的謀殺案比紐約來得多，一名外科醫師格里菲斯表示，在倫敦醫院工作宛如在英國駐阿富汗軍營一樣危險。但格里菲斯聽了川普的言論後發表聲明指出，為了阻止暴力而用槍支是很荒謬的事情。槍擊所造成的威脅是刀傷的2倍，且更加難以治癒，擁槍根本無法解決恐襲事件。

川普批英、法槍管太嚴

根據《BBC》報導，川普批評英、法兩國槍管太嚴厲，他舉2015年巴黎恐攻事件為例指出，若法國人都擁槍也許能阻止悲劇發生。他模仿恐怖份子持槍的動作，一個接一個地設計受害者說，「來啊！碎！」，他信誓旦旦地說，「只要有其中一人擁有槍支，恐怖分子將於應聲而倒。」事實上，巴黎恐攻事件的恐怖分子所持有的半自動式的撞火槍托與炸彈帶，並非普通的槍支所能抗衡的火力。

川普輕佻的言論觸怒了法國。「法國堅決反對川普的巴黎恐襲言論，受害者的歷史記憶應受到尊重。」法國外交部發表聲明呼籲，每個國家都能自由決定其槍管的法律，法國很自豪能成為一



▲川普5日批評：法國和英國的槍管太嚴格，只要這些國家能讓人民擁槍，便不會發生恐攻事件。(photo by Gage Skidmore via flickr used under CC license)

大馬選舉 9日登場 年輕人普遍冷漠

【本報記者譚有勝綜合報導】馬來西亞即將在9日舉行大選，根據選舉委員會統計，在300多萬未註冊為選民的民眾內超過3分之2的年輕人不會去投票，因為年輕人認為自己的投票不能夠改變任何事情。外媒《BBC》認為，馬國年輕人僅透過社交媒體接觸政治事務，且《大學及大專法令》限制學生參與政治活動，才會造成年輕人對政治冷漠。

是件令人非常困擾的事情，民眾必須花費2至3天時間返鄉投票，投票率恐不理想。

年輕人反應不熱絡

為幫助海外選民返鄉投票，來自各界的人士紛紛發起眾籌募款返鄉投票計劃，例如由留台生發起的「眾籌」截至5月5日止，已有500多位善心人士提供協助，籌得5萬多馬幣，讓58位具有選民資格的留學生返鄉投票。

雖然如此，馬來西亞年輕選民投票率仍不容樂觀。《BBC》報導指出，馬來西亞第14屆大選有將近1870萬合格選民，其中有1400萬選民註冊，另有300多萬合格選民沒有註冊，其中超過3分之2的選民都是20出頭的年輕人。

該報導更引述馬來西亞莫迪卡中心對年輕選民的民調指

出，有71%的年輕人不相信自己能影響政府的決定，75%的人認為政治相當複雜，69%的人根本不相信政客會在乎年輕選民。

一位27歲的梁姓民眾向《BBC》記者透露，她希望這次能夠參與投票，但因為註冊為時已晚，失去了投票的資格。她說，「我知道這樣的想法不好，但是投票除了反映民意之外，並不會贏得任何東西。」而年輕族群對政治的認識與經驗都僅限於社交媒體，若他們沒有積極去了解政治，對政治更是一無所知。

這源自於政府阻止年輕人接觸政治事務，舉例來說，馬來西亞排名第一的公立大學——馬來亞大學門外選舉熱度可以從五彩繽紛的選舉旗幟看出來，反觀校園裡卻異常安靜，幾乎對選舉事宜毫無所悉，一

位學生哈妮發指出，在校園裡討論政治或組織政治活動是非常罕見的。雖然同學彼此有談論，但從未對此公開論述。

政府限制學生參政

該報導認為，年輕人對政治冷淡主要是因為《大學及大專法令》，該法雖然只是概述大學的行政權力，並禁止大學參政，但2012年修法後，雖允許學生參與政黨活動，但禁止學生在校內舉辦任何形式的政治活動。

律師祖約翰認為，學生固然可以參政，但只要大學認為特定組織損害大學利益，卻會禁止學生參與，包括費公民組織「淨選盟」。公共政策研究中心研究分析師溫真儀則認為，社交媒體仍然是學生直接了解政治的第一手資訊，若學生要更多地了解政治信息，仍是很大的挑戰。

全球 各大週刊頭條新聞

邱慕天 / 輯

The Economist 《經濟學人》

北韓的善意背後 全球的核威脅

今年4月，兩韓領導人金正恩和文在寅的會面，透露北韓有可能會以放下核武以換取國際上給予它的安全承諾。但本期《經濟學人》務實地指出，這樣的協議要等到落實還八字沒一撇，且金氏政權的信用也不令人放心。

目前國際上的另一個限核協議是針對伊朗。本月12日，美國總統川普將決定2015年歐巴馬代表簽署的伊朗核談是否還繼續作數，而川普已經多次明示、暗示他想要廢了這個協議。此外還要注意2021年之時，目前針對美俄兩國的核武不擴散協議也將到期失效。因此，必須提醒國際社會，不能因短視北韓近期的發展而忽略全球可能即將面臨的巨大核威脅。

《經濟學人》批評，川普以及反伊朗的以色列總理納坦雅胡，都對限核協議的作用認識不清。在他們認為德黑蘭當局並不老實的時候，沒注意到正是在這個協議下，伊朗的核彈動態才能更好地被提前掌握。

一旦廢除這個協議，難保中東的埃及跟沙烏地不會也想要重啟核子計畫，以達成恐怖平衡。這



會導致更危險的世局。

目前美俄的限核協議，規定這兩國部署的核彈頭上限都是1550枚。然而，川普卻放話他很想透過部署更大、更粗、更強的核彈頭彰顯美國的強大。

針對這樣一個可能因為錯判形勢而戰爭一發不可收拾的世界，《經濟學人》表示，今天的政治家需要克服根本的誤解：限武協議是跟「敵人」談判，而不是跟「盟友」談判。

這樣的談判價值在於彼此亮出各自的「軍事籌碼」和「權力意圖」，知己知彼，從而限縮了擦槍走火的風險。

投票訂在工作日

根據《當今大馬》報導，馬來西亞選舉委員會早前宣布

馬來西亞第14屆大選定在5月9日(週三)。由於正逢工作日，引起反對黨的撻伐，並批評選委會以此壓低投票率，偏幫大馬執政聯盟國民陣線(國陣)。公正黨黨權領袖安華發推文表示，投票日排在工作日

颶風難民滯美 20年 庇護終止將遣返

【本報記者王慶宇綜合報導】上萬名宏國難民恐在2020遭美國遣返！數萬名宏都拉斯人在1998年時因為米奇颶風重創宏國，獲得美國的TPS臨時保護資格，得以在美國尋求庇護。

但美國國土安全部4日發布聲明指出，由於宏國內環境已大幅改善，將在2020年1月4日後中止庇護資格，相關團體獲悉後提出上訴。

根據《英國廣播公司》報導，1998年的米奇颶風重創中美洲國家，有數萬名宏都拉斯人獲得美國的臨時保護

資格，得以在當地落腳並工作。但美國國土安全部4日表示，自從1998年以來，宏國內環境已改善許多，因此將中止宏國人的保護資格，並自即日起給予18個月的緩衝期，「讓(宏國人)能安排出境或申請其他移民管道」。

宏都拉斯政府得知此事表示，這些家庭已經在美國境內滯留超過20年，貿然將他們遣返回，重新融入社會並不容易。對於美國政府決定中止庇護感到「十分遺憾」。宏都拉斯駐美大使塔波拉也向媒體表示，宏國基本上無法消化上萬名宏國人瞬間返國的相關事宜。

加拿大《全國郵報》指出，宏都拉斯人並不是唯一遭驅逐的對象。自川普上任以來，蘇丹、尼加拉瓜、尼泊爾、海地、聖薩爾瓦多與宏都拉斯等國的臨時保護資格已經相繼遭中止。繼續享有資格的人數從上任以前的43萬7千人銳減到數千人。目前只剩下敘利亞的6千9百人與其他國家組成的1千7百人。

《英廣》指出，宏國近日因為新任總統的選舉爭議讓全國陷入動盪。瑪塔·康納，一個在加州已經定居超過10年且有3名在美國境內出生的小孩的

媽媽表示，不管政策怎麼說，她都沒有意願回去宏國。「最近從墨西哥湧入美國的移民有許多都是宏都拉斯人。如果他們正在逃離宏都拉斯，我為什麼要回去？」

相關團體表示，粗暴的中止他們的庇護資格只會讓許多人轉為黑戶，因為多數擁有資格的人已經在美國定居超過十年，甚至有在美國土生土長的孩子。

波士頓的法律團體「律師人權與經濟正義委員會」表示，將修正2月向政府提出的法律訴願，要求政府收回中止宏都拉斯庇護資格的命令。

初夏細雨

文、圖 / 林彧 (作家)



【夏雨】

夏天殷勤地播撒熱情
竹藪裡，一窩樹蛙在交談
松枝間，兩隻幼蟬拉動琴弓

我躲到綠染的涼亭下
聽雷，喝茶，什麼事也沒做

【飄著細雨的清晨】 <懺情詩 15 >

既然無法出門，就回去
記憶的小湖，青春的小湖
一百棵松樹圍守的嘴唇
所有的誓言都比水草茂盛
所有的親吻都像荊棘那麼驚魂
我說，松針就是忠貞
鬍渣粗暴如夏雨，你回斥
松針刺人，忠貞傷神
肩上輕輕一捶，匆匆
一推，換來三十年的陌生

松樹隨著童話枯凋
小湖也成霧濛濛的瞳孔
夏雨不復剛烈的清晨山中
我仍信守著當時的應允
在破鏡前，刮著，灰白的鬚根
鬍渣掉落水心，沒有回音
直到伊媚兒叮咚，敲我回神：
一向可好？聽說你也已離婚
.....
.....
.....



【夏日酢漿】

噩夢留給暗夜
有淚，自己擦拭吧

清晨含露的酢漿花
世界要看的是喜悅的笑容

幸運歸誰？紫色是你的堅持
終將有人發現：理想在萌苞
吐蕊

【綠夏幽窗】

周末清晨，我拉上浴間的毛玻璃
不讓那幾棵巨松瞧見瘦了一圈的
腿肉

周末的遊樂街上，各式味道在競跑
炸洋蔥趕著黑咖啡趕著鹹酥雞竄
進我鼻腔

周末上午，有人在二樓淋浴
飛瀑聲，潑濕了滿山油亮的孟宗
竹葉

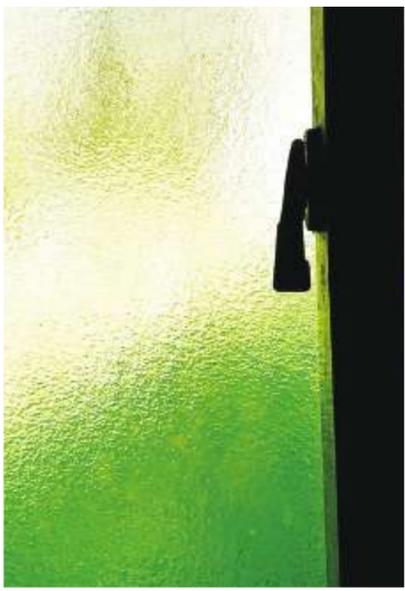
【穀雨前】外一首

醒來就又睡著
要怪這真實人生
怎麼跟昨晚的夢境一樣
光怪陸離，卻是
與我無關，也無傷

【夏夕兩首】

<要犯>
人間已用遺忘
槍決了他們
唯，歲月仍在
風雨飄搖中，四處通緝

<偉人>
呼完口號，偉人睡前也要
上廁所。如果忘了
沖馬桶，他的殘留物
或者殘念，可以釀成蜜汁嗎



橫掃法國電影七億票房三週總冠軍！
榮獲凱薩獎最佳影10項大獎提名

《逆轉人生》導演 奧力佛那卡契 艾力克多倫達諾 動人新作

享宴 Hold 不住

人生像派對，驚嚇又驚喜！ C'est la vie

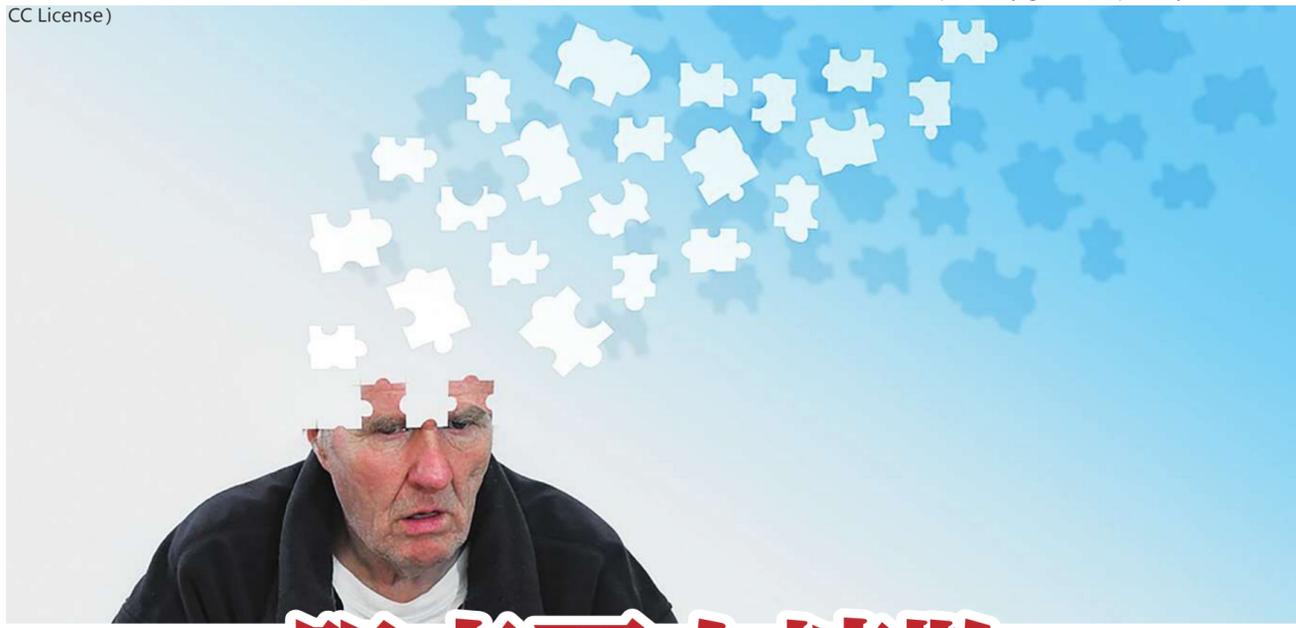
5.18 歡樂開席

凱薩獎全才男星 尚皮爾巴克希
《偷情大丈夫》 吉爾斯萊勞奇
《玫瑰人生》 尚保羅盧弗
《巴黎電幻世代》 樊尚馬凱渥
法國喜劇諧星 奧本伊萬諾夫

榮獲盧米埃電影獎 最佳影片 最佳男主角 4項大獎提名

主演：EYE HADARA, SUZANNE CLEMENT, AVEC LA PARTICIPATION D'HELENE VINCENT, BENJAMIN LAVERNE DE LA COMEDIE-FRANCAISE, JUDITH CHEMLA, WILLIAM LEBGHIL, KEVIN AZAIS, ANTOINE CHAPPEY, MANMATHAN BASKY, KHEREDDINE ENNASRI, GABRIEL NACCACHE

▼ 科學家發現化合物 cambinol 能阻止壞死神經元細胞擴散，成為治療阿茲海默症的新希望。(photo by geralt via pixabay, used under CC License)



阻毒蛋白擴散 化合物緩阿茲海默症

【本報記者王慶宇綜合報導】美國研究發現，有一種化合物有望防止阿茲海默症擴散！被視為絕症的阿茲海默症至今仍無法有效治療，但美國研究發現，一種化合物 cambinol 能防止壞死的 tau 蛋白擴散，避免患者的腦細胞逐漸壞死，有望成為治療阿茲海默症的明日之星。

根據《每日醫學新聞》報導，阿茲海默症的早期形成原因，是因為腦部神經元內的 tau 蛋白發



一種化合物 cambinol 能防止壞死的 tau 蛋白擴散，避免患者的腦細胞逐漸壞死，有望成為治療阿茲海默症的明日之星。

生病變。正常的 tau 蛋白能使穩定神經元的微管通道，讓營養素能正常流通。一旦壞死，就會形成神經元纖維纏結，導致腦神經元死亡，並擴散到整個腦部。美國洛杉磯加州大學的研究團隊發現，一種化合物 cambinol

能阻止壞死 tau 蛋白的擴散，避免更多神經元細胞壞死。他們指出，nMase2 酵素會大量製造協助 tau 蛋白擴散的載體，而 cambinol 能抑制 nMase2 酵素的生成。因此，透過破壞 tau 蛋白的交

通工具，cambinol 能限制壞死神經元的擴散。

該團隊透過患有阿茲海默症的大體進行實驗，發現只要健康的神經元細胞接觸 cambinol，就不會受到 tau 蛋白的影響而壞死。研究主要作者神經學教授約翰興奮地表示，許多有潛力治療阿茲海默症的藥，都因為無法突破血腦屏障進入腦部，因而無法成為新藥。而 cambinol 成功地突破血腦屏障，有望成為阿茲海默症的救星。

研究：常吃速食女性 比吃水果難受孕

【本報記者譚有勝綜合報導】吃水果的女性更容易懷孕，常吃速食的女性則較難受孕。最新研究指出，每天吃 3 次水果的女性不但更容易懷孕，速食的脂肪酸恐會影響卵細胞的脂肪成分失去平衡，造成懷孕問題。領導該研究的澳洲昆士蘭大學學者羅伯茨表示，女性多吃水果、少吃速食不但能有效提高生育能力，也能減少妊娠所需的時間，對計劃生育的夫妻無疑是好消息。

根據《NBC》報導，澳洲最新研究指出，吃速食的女性恐需要花更多的時間受孕，常吃水果的女性則更易懷孕。該研究為澳洲阿德萊德大學研究小組所發現，研究團隊針對 5500 位已懷孕 3 個月的女性做飲食調查，並得出相關的飲食名單，例如漢堡、炸雞、披薩、水果、蔬菜、魚類等，並詳細記錄這些婦女幾時開始懷孕。

研究指出，食用水果頻次最低

的受試者，1 年內無法受孕的風險僅 12%，而每周食用速食超過 4 次的女性，風險提高至 16%，顯示多吃速食的女性恐較難受孕。

過去的研究並未顯示速食和生育有關，但速食因其高脂肪、鈉和糖分恐會影響生育力。舉例來說，速食所含有的脂肪酸恐會影響卵細胞的脂肪成分失去平衡，造成懷孕問題。

《BBC》領導該研究的研究員羅伯茨指出，這項研究顯示健康的飲食包括多吃水果，少吃速食將能有效提高生育能力，並減少妊娠所需的時間。但驚訝的是，蔬果、魚類並沒有任何跡象顯示將影響女性受孕，而男性的飲食習慣也在此研究排除在外。但昆士蘭大學高級講師肯定這項研究，並說這項研究支持多數健康飲食人士的理論，飲食確會影響生育。



最新研究指出，吃水果的女性則更易懷孕。(photo by Wikimedia)

于魁智、李勝素 領銜 **中國國家京劇院**
CHINA NATIONAL PEKING OPERA COMPANY

《帝女花》是粵劇的戲寶，為中國戲曲大師唐滌生根據清初劇作家黃變清的崑劇改編，劇情感人肺腑。中京院今年受邀參加香港藝術節演出，特別將此劇改編成京劇搬上舞台，由李勝素與于魁智兩位名角主演，是藝術節的重頭戲，戲一推出，門票立刻秒殺，成為最熱門的戲碼。

5/22 ~ 27
台北國家戲劇院

主要一級演員
于魁智 (著名京劇表演藝術家)
李勝素 (著名京劇表演藝術家)
王越 (著名裘派銅鑼花臉，榮獲全國青年京劇演員電視大賽金獎)
張靜 (著名老旦)
馬翔飛 (優秀楊派老生)
陳國森 (優秀文丑)
郭瑤瑤 (優秀李派老旦，榮獲全國青年京劇演員電視大賽銀獎)
劉魁魁 (優秀袁派花臉，榮獲全國青年京劇演員電視大賽金獎)
潘月嬌 (優秀武旦，榮獲全國青年京劇演員電視大賽金獎)
王好強 (優秀武生，榮獲全國青年京劇演員電視大賽銀獎)
宋奕萱 (優秀花旦，榮獲全國青年京劇演員電視大賽銀獎)

優秀青年演員
劉夢姣 (優秀張派青衣)
李文穎 (優秀程派青衣)
劉壘 (優秀楊派老生)
戴忠宇 (優秀青年武旦)
朱虹 (優秀梅派青衣)
王珏 (優秀文丑)

主要鼓師：蘇廣忠、趙琪、王鷲雨
主要琴師：魏巍、馮震宇

2018 演出戲碼及主演
5/22 (二) 19:00 《紅鬃烈馬》
于魁智飾薛平貴/李勝素飾王寶釧/張靜飾王夫人/馬翔飛飾王允/高翠屏飾戰公主/陳旭之飾高衙內/陳國森飾馬達/王珏飾江海/胡濱飾魏虎/韓富超飾蘇龍
5/23 (三) 19:00 新編京劇《帝女花》
李勝素飾長平公主/于魁智飾周世顯/王越飾清帝/馬翔飛飾崇禎帝/胡濱飾周鐘/戴忠宇飾周瑞蘭/劉魁魁飾周寶倫/陳國森飾明太監
5/24 (四) 19:00
《青石山》戴忠宇飾九尾狐/劉魁魁飾周倉/王好強飾關平/馬翔飛飾關羽/陳國森飾王道通
《赤桑鎮》王越飾包拯/郭瑤瑤飾吳妙貞
《二堂捨子》于魁智飾劉彥昌/李勝素飾王桂英/潘月嬌飾沈香/宋奕萱飾秋兒
5/25 (五) 19:00 梅派名劇《西施》
李勝素飾西施/于魁智飾范蠡/王越飾勾踐/胡濱飾夫差/馬翔飛飾伍員/陳國森飾伯嚭/陳旭之飾文種
5/26 (六) 14:00 《秦香蓮》
劉夢姣飾秦香蓮/王越飾包拯/馬翔飛飾王延齡/劉壘飾陳世美/郭瑤瑤飾太后/張志芳飾韓琪/王珏飾張三陽/朱虹飾皇姑/劉魁魁飾劉延
5/26 (六) 19:00 《伍子胥》
于魁智飾伍子胥/王越飾王僚/李文穎飾浣紗女/馬翔飛飾姬光/韓富超飾東皋公/劉壘飾皇甫納/王珏飾漁丈人/危佳慶飾專諸/陳國森飾牛二/劉魁魁飾米南道
5/27 (日) 14:00 《楊門女將》
李勝素飾穆桂英/張靜飾佘太君/于魁智飾寇準/劉壘飾宋仁宗/陳國森飾王輝/朱虹飾柴郡主/劉魁魁飾王文/潘月嬌飾楊七娘/戴忠宇飾楊文廣/馬翔飛飾探藥老人/王好強飾張彪/胡濱飾焦廷貴/危佳慶飾孟懷遠/張志芳飾王翔

◆兩廳院售票系統 票價：500、800、1200、1600、2000、2500元。洽詢：02-2771-5676
◆傳大會員、樂賞之友、購買套票、或一次20張以上9折優惠。
◆主辦：傳大藝術 多元化藝術
www.arsformosa.com.tw

政府超徵稅 大學生背賦稅憂鬱

稅官們為了獎金而超收稅額，只為滿足私慾不管公平正義、令百姓無緣無故身陷經濟的巨大壓力之中。



▲民眾希望政府將超徵的稅收應還給人民。(中央社)

溫庭筠 (學生)

世界衛生組織指出，2020年憂鬱症是僅次於心血管疾病，影響人類生活的第二大疾病。患有憂鬱症的人很難在社會上獨自生活，除了擔心在一個人的時病情惡化以外，也因病情讓情緒低落、對曾經喜歡的事情失去興趣等，甚至導致可能無法繼續工作養活自己。

政府超徵稅收

如今經濟不景氣，許多中小企業紛紛倒閉、外資因台灣的稅制不合理而撤離。因為生病、中年失業少了一份收入，對一個家庭來說是相當大的負擔。以筆者為例，母親在前陣子被裁員，導致我現在必須打工負擔自己的生活費，但我的學費和住宿費怎麼辦？

以私立學校來說，註冊費4萬元、住宿費3萬元，一個學期就要背7萬的就學貸款，大學四年至少56萬。就算畢業後工作，起薪只有2萬2千元，我要怎麼養活我自己？甚至要如何讓我爸媽少辛苦幾年呢？

超收應還給人民

近幾年的薪資調漲遠遠跟不上物價的漲幅，為何國家還能夠連年超徵稅額？今年2017年前三季的超徵數更是高達1323億，我們國家的稅法到底怎麼了？

如果只是因為「多開一點稅單有獎金拿」、或「國家缺錢，多少繳一點」為理由濫開不法稅單，那豈不是和黑道、流氓一

樣？納稅是人民的義務，但繳納合理的稅單也是我們應有的權利。今日稅官們為了獎金而超收稅額，只為滿足私慾不管公平正義、令百姓無緣無故身陷經濟的巨大壓力之中，豈不是帶頭作亂，告訴人民可以不用遵守國家的法律？不知不覺中，我已陷入賦稅憂鬱中。

總統蔡英文在未執政前，曾公開支持超徵的稅收應還給人民，在選前也曾承諾會做到轉型正義，但執政了快兩年的時間，這些承諾又兌換了多少？我希望政府能真正以人民公僕的立場出發，為台灣與民眾著想，讓我們所愛的這片土地與國家越來越進步。



▲民眾懷疑近年的薪資調漲幅度跟不上物價漲幅，為何國家還能連年超徵稅額。(中央社)

用人分顏色 國家能有救？

陶以哲

(國立政治大學附屬高中教師、澳洲昆士蘭大學人類運動學博士)

臺大校長當選人管中閔人事案持續延燒，這兩天政府官員為教育部決定辯護，盡在特殊法令解釋打轉，如行政院發言人徐國勇先生認為，管上任台哥大獨董職務過早，違背教師報備兼職法令。我認為，這是雞蛋挑骨頭、小鼻小眼的行為。好的政府理當用人唯才，注重最大效益，其他枝枝節節，大可不必。

中央執政偏離中道，透過管案展露無遺。人要在正確位置，方能適才適所。吳音寧因政治正確，任不適合的職位，被高層力



推台北農產擔任總經理，換來無能卻支領年薪500萬高級實習生之臭名。相較於吳音寧，管中閔

府官員為教育部決定辯護。(photo by 維基百科)

教育部否決人事案後，管目前能持續獲得多數人的肯定與支持是他的實力，也反應出高教與社會大眾對人才的期待。我們身處一個充滿挑戰的環境，全球化競爭早是進行式。如何競逐人才已是各國的重要政策，如中國近年大量對外舉才，吸納各領域優秀人士便是一例。

我們政府卻走在錯誤的道路上，不重視人才、更沒有好的政策留住人才。更可怕的，是選擇不適合的人在不對的位置，卻吹毛求疵，否定遴選委員會的決議，讓優秀人才因為意識型態、顏色，而失去舞台發揮。近期政府效能失靈大失民心，其來有自。政府若決意如此，國家敗象將露。

我見我思稿約

歡迎來稿增光篇幅，只要言之有物、動人心弦的創作，均有稿酬。來稿請寄：editor@anntw.com，並提供身分證、電話與戶籍資料；來稿本報有刪改權，如不願被刪改，務請註明。請勿一稿多投，查獲者永不刊用。



宣教精兵 Mission Warrior

聖經桌遊系列

挑戰 歡樂 益智

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 製作發行
Acre Creative Broadcasting Co.

聖經桌遊 遊戲設計：蘇燕輝

從提問到說服 培養職場溝通力

溝通需要練習，閒聊也是一種工夫，掌握良好溝通能力，為生活增添許多色彩。

■ 齋藤孝

見到人應該打招呼，這是身為社會人士該遵守的基本禮儀。舉凡朋友、熟人、同事與主管等，都是需要打招呼的對象。打招呼的方式要合乎當下狀況，溝通才會成立，可以接著進入下一個話題。

打招呼是溝通的開始

只有家人才可以不打招呼，就直接開始交代事情。從這個角度來看，打招呼算是例行公事，也是開啟下一個話題的契機。

假設我們跟別人道早安，對方

會卸下心防，覺得你這個人很好相處。

不擅長閒聊的人，要先尋找雙方的共通話題，最好在見面前先蒐集對方的情報。然而，忙碌的現代人很難做到這一點。再者，突如其來的碰面機會也不少，這時最好的方法就是觀察對方攜帶的物品。

例如，跟女性見面，她們通常都會在服飾或配件上下功夫。你可以讚美對方的包包很漂亮來開啟對話契機。一般來說，打探別人物品是不禮貌的行為，但遇到好東西或具吸引力的物品，就該誠懇地讚美。

事中，尋找對話的靈感。

蒐集資訊最中規中矩的辦法就是看報紙，當中充滿各種「時事話題」。例如：閱讀《日經新聞》專欄一個月，你會學到許多最新的關鍵字，如貨幣寬鬆政策、小額投資免課稅制度、遺產稅問題等。

從時事找話題

請記下這些當代的關鍵字，或是先用手機拍下來，之後再閱讀，並記在自己的腦海中。這麼做，不僅能培養對時局的「敏銳度」，你拿社會大眾關注的時事當話題，對方也會比較有話聊。

另外，電視跟報紙一樣，也是蒐集資訊不可或缺的媒體。舉個例子，有一個節目叫《美術界的巨匠》（東京電視網播出）。我每星期都期待著節目播出，前幾天介紹的是莫內的作品〈喜鵲〉。那幅畫描繪的是整片雪景，只有左邊有一隻小小的黑色喜鵲。在沒有解說的情況下看畫，你只會得到視覺上的資訊。

不過當你依照節目的介紹賞畫，會有很多不同的發現。例如，地上那些看似足跡的東西，其實是喜鵲的陰影；白色的雪景



◀閒聊能力的高低，取決於你能否把握好彼此的立場，和對方相安無事。掌握好雙方的「距離」，即可確實控管閒聊和溝通的風險。
(photo by phere)

俗話說：「聞道有先後，術業有專攻。」向專家求教非常重要。去美容院或理髮廳時，可以提出各式各樣問題，好比如何讓頭髮立起來、洗頭有什麼專業方法等。理髮師會告訴你很多知識，如頭蓋骨的構造和髮質對髮型也有影響等。只是默默剪頭髮，是得不到這些寶貴資訊的。

閒聊是交流經驗

在生活中有很多機會可以跟專家學習，我建議各位積極求教，學習各種新知。

在閒聊時談論私人話題，往往讓人受益良多。因為是閒聊，才有辦法聽到毫不矯揉造作的真心

話題，多半是一些辛酸往事，不然就是煩惱或壓力。哪怕談話的人素不相識，只要說出目前遭遇的麻煩，互相吐幾句苦水，一定能順利打開話匣子。

這個時代任何人都累積有不少辛酸和壓力，因此對這類話題也特別感同身受。透過閒聊發洩一些無法獨自承受的痛苦，多少有減輕壓力的效果。此外在交心的同時，還能夠調適心情。

閒聊可舒解壓力

好比我們在下班時，會去經常光顧的店裡坐一下再回家，這不是我們不想回家，而是想宣泄心中的芥蒂或不滿後再回家。

畢竟家人不見得會聽我們吐苦水，我們的情緒也有可能影響家人，所以才想在回家前調適心情。這是我們下意識想要替心靈排毒的關係。

在壓力沉重的現代社會中打滾，我們需要幾個隨時可以輕鬆閒聊的地方，或是找到幾個可以推心置腹的閒聊對象。例如一個星期去兩次店裡，先享受一點美味的料理，然後稍微閒聊幾句，和店裡談得來的人談天說地等。

「今天過得如何啊？」
「唉，今天糟透了。」
光是這樣簡短的對話，就有減輕心靈疲勞的功效了。

少提敏感話題

不過，重點是千萬別忘了彼此的立場。一旦沒有把握好，不僅會破壞彼此的好心情，更有可能

產生激烈的對立。

最值得注意的是宗教和政治話題，這也是自古以來就有的明訓，宗教和政治最好少講為妙。這兩大議題聊開後，彼此就會互不相讓，最後走向無法和好的對立關係。

總之閒聊能力的高低，取決於你能否把握好彼此的立場，和對方相安無事。掌握好雙方的「距離」，即可確實控管閒聊和溝通的風險。

我認為，閒聊才是真正有機會交流人生經驗的對話模式，這一點對傾訴或聆聽的人來說都一樣。

回說早晚天氣很冷，要多注意保暖。到這個階段都還算是禮貌性問候。接下來即將展開的對話，才會影響到溝通的深度。

那麼，怎麼打招呼才能提升溝通的內涵，開創對話契機呢？

首先最重要的是，不管遇到任何人，都要積極地打招呼。人聽到朝氣十足的招呼聲，心情就會變好，注意力也會放在打招呼的人身上，這點十分重要。

還有，表情和動作也跟言語一樣重要。頂著一張臭臉道早安，別人只會懷疑你是不是有敵意。輕輕點個頭，微笑打招呼，對方才會感受到你的好意。有了好意，別人才願意對你敞開心房。

閒聊卸下心防

儘管如此，到目前都還只是打招呼。要發展到下一個階段，還需要一點附加的能力，也就是「閒聊能力」。例如，你在上班途中遇到同事，一開始當然先用早安作為開場白，之後要加入不一樣的對話。

打完招呼後，花個五到十秒閒聊，雙方對彼此的感情會產生變化。這是一個良好的契機，對方

好比我們去別人家做客，看到地板鋪了很漂亮的地毯，可能很少人會提出來。這時，如果你問他地毯在哪裡買的，對方會興高采烈地告訴你。這樣一來，談話不就熱絡起來了嗎？

輕鬆觀察找話題

一般人會覺得，對別人家的物品說三道四很不禮貌；但看到卻故意不說，跟你完全沒看到其實有很大的差異。

如果曾仔細觀察過周遭的人，會很清楚對方重視什麼。讚美對方重視的物品並非客套，這是表明：「我很重視你，對你懷抱敬意和興趣。」也是拉近雙方心靈的第一步。

所以，請保持輕鬆的心態，對周遭事物展現好奇心。相信你一定可以從中找到很多的話題。

觀察對方持有的物品，就不怕打完招呼後沒話題可聊。然而，這是在完全找不到話題時使用的方法，況且也不能對同一個人用太多次，最好多聊一些其他的話題。

我建議各位可以從報紙或電視時

閒聊能力的高低，取決於你能否把握好彼此的立場，和對方相安無事。掌握好雙方的「距離」，即可確實控管閒聊和溝通的風險。

中，還夾雜著粉紅、紅、藍等顏色。換句話說，隨著專家的解說接觸名畫，也是在鍛鍊鉅細靡遺的觀察力。

生活中向專家學習

前不久，我剛好有機會拜訪波斯地毯的專賣店。拜訪了兩三次，販賣波斯地毯二十餘年的老闆傳授我不少知識，讓我對波斯地毯有相當程度的了解。雖然才去幾次，但多虧老闆傳授我判斷品質的技巧，我多少也有了點鑑賞的眼光。

話。

前幾天我去按摩，按摩師技巧非常好。我問他之前做什麼工作，沒想到那位按摩師以前過著非常辛苦波折的生活，他的經歷令我大受震撼。

常言道，香頌歌曲是詠嘆人生的歌。除了欣賞香頌歌曲外，在閒聊中也有機會聆聽到寶貴的人生經驗。

我認為，閒聊才是真正有機會交流人生經驗的對話模式，這一點對傾訴或聆聽的人來說都一樣。何況通常閒聊中引人入勝的

《大人的溝通全技術》簡介

「過去我沒有好好重視言語，下場就是人際關係不佳，人生也過得不順遂。直到開始重視言語，學會細心穩重的說話方式，人生才開始好轉。」一本書作者 齋藤孝

網路時代，人們變得極度重視效率，職場上更是如此。「簡單扼要的表達」，成為現代人必備的談話技巧。然而，如果只是冷冰冰的對答，不僅讓人覺得你難以相處，還會破壞職場人際關係，導致工作不順遂。



出版社 / 寶鼎

書訊快報

醒報編輯部 / 輯

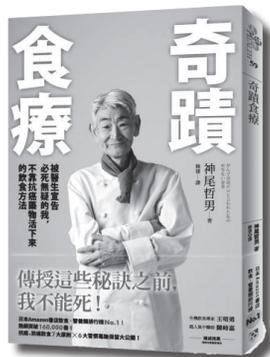
《奇蹟食療》

作者：神尾哲男

出版社：平安文化

自從被醫生宣告癌症末期以來，我已經和癌細胞共存了14年。連醫生看了我的身體狀況都驚訝：「不敢相信你在這種狀態下還活著！」但我的生命卻延續了如此之久，因此也有人稱我為「奇蹟主廚」。透過徹底改善飲食習慣，讓生命重新開始吧！——神尾哲男

「奇蹟主廚」神尾哲男原本是日本知名的法式料理主廚，卻被診斷出罹患了末期前列腺癌，癌細胞並已轉移到脊髓、鎖骨和鼠蹊部淋巴



《好音樂的科學 II》

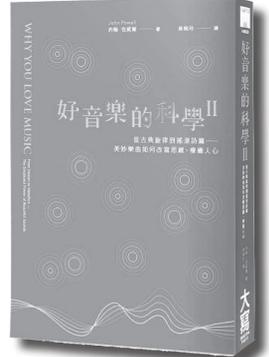
作者：約翰·包威爾

出版社：大寫出版

這是寫給愛樂者的大腦科學，也是寫給認真聆聽者的音樂心理學+實用社會學。

人們喜愛音樂的原因之一，就是音樂能給予大腦適度的刺激，並同時產生愉悅的感受。以科普作家的妙喻來說，音樂「不過就是大腦的健身房罷了」。當然，音樂遠不只是能讓大腦維持良好狀態而已，更是一種強大的情緒興奮劑。

對心理學家來說，只要一張你最愛的十大曲目清單在手，就能看出你是否外向、來自什麼樣的背景，甚至是年紀有多



《扭轉思維！打造幸福家居的創意圖鑑》

作者：田中娜奧美

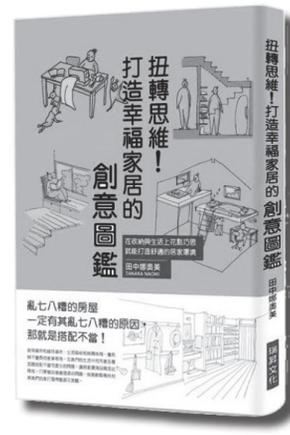
出版社：瑞昇

在我們的生活中充斥著各種因為搭配不當而產生的問題，讓居家環境品質因此降低。

只要能妥善處理這些問題，就能輕鬆愉快地將我們的家打理得整潔又美觀。

人類的幸福，其實大多是從日常生活中點點滴滴的喜樂所累積而成，並且和我們每天努力的活力有緊密的關聯性。普遍來說，不論是動態還是靜態，人類每一天都有相當比例的活動都是在自家進行。

因此，住家環境是否完善，



報馬仔

瑞芳動物之家天空 鷹群飛翔

【新北訊】想一睹老鷹在天空振翅翱翔的英姿嗎？走一趟新北市瑞芳動物之家，就有機會近距離欣賞鷹群空中盤旋的壯觀場面。

黑鳶就是俗稱的老鷹，為二級保育類野生動物。瑞芳動物之家位於瑞芳區八分寮頂山，地處偏僻、靜幽。每當晴朗午後約3點至5點時分，在瑞芳動物之家上空常可見到一群黑鳶的蹤影。

黑鳶族群的穩定，意謂大自然維持良好的生態狀況，歡迎民眾至瑞芳動物之家認養毛寶貝，還能欣賞老鷹飛翔英姿的視覺饗宴。

動保處也呼籲民眾，切勿騷擾老鷹，以免違反野生動物保育法第18條規定，違者可依同法第42條處1年以下有期徒刑、拘役或科或併科6萬元以上30萬元以下罰金。

嘉義老字號茶莊 AR 茶文化

【嘉義訊】滑手機泡茶，台灣茶文化也擁有科技妙趣。

嘉義老字號茶莊第2代王珍芷到英、日遊學，樂於嘗新，將阿里山茶結合嘉義在地特色藝術石猴，開發茶猴AR，滑手機由茶猴教茶藝、認識台灣茶文化及嘉義景點、伴手禮店，內容有中、日、英文版，實用又有遊趣。

王珍芷說，團隊規畫2年，研發「天然莊AR茶文化」APP，

與產官學各界合作開發《帶著茶去旅行—方圓》茶器、APP，透過APP讓使用者進入AR後，由桂冠茶猴當作茶導覽員，做互動式的茶藝教學。

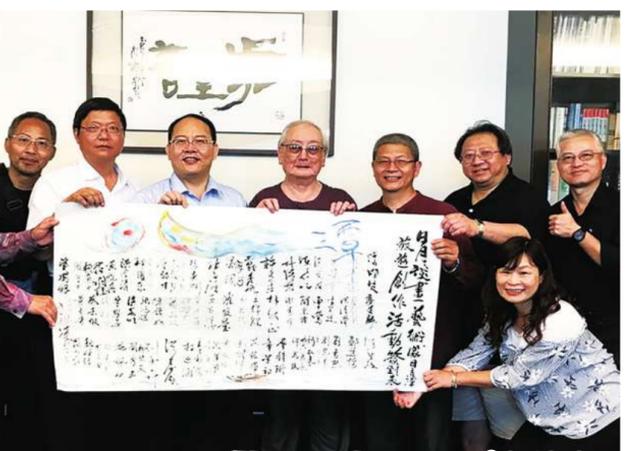
APP內有天然茶莊茶人文化的介紹、阿里山茶葉種類的區別、嘉義茶旅行地圖、QR-code掃描器實用功能等，讓滑世代、滑族群滑手機就能找到阿里山茶葉產區、嘉義景點，以及當地特色茶葉、茶點、美食餐廳。

響應世界地球日 來綠博追星

【宜蘭訊】世界地球日是全球性環境保護運動的大日子，身為國內提倡環保宗旨先驅的宜蘭綠色博覽會，連續推出低碳綠旅行，呼籲全民在生活中響應百萬綠行動。

透過「來綠博當追星族：觀星活動」—實踐親近自然、觀察自然，透過「跟達人騎遊冬山秘境」—實踐減少運輸能源、搭乘低碳交通，感受低碳綠生活的美好與自在。

其中最特別的活動「用手機去月球探險」，利用人手一支的智慧型手機，只要加上攝影目鏡+天文望遠鏡，便能拍攝出超近距離的月球表面，令人嘖嘖稱奇！活動以「綠星願時間」做為結尾，讓每位參與者把心中想達成的綠行動寫在許願版上，在滿天星斗下許下愛護地球的願望，為活動留下最完美的句點。報名活動網址請洽活動通。



觀光區開發文創商品

日月談畫 百位藝術家揮彩筆

百位知名藝術家，齊聚日月潭作畫，包括水彩、水墨等作品，這些畫作將在日管處或其他藝廊巡迴展出、典藏，並授權日管處印製畫冊，並設計文創商品，增添日月潭藝術氣息。

中部

時間：107年4月25日起
地點：南投縣日月潭

一場由南投縣美術學會、草屯鎮九九畫會主辦，交通部觀光局日月潭國家風景區管理處、南投縣大日月潭觀光產業發展協會、經典大飯店協辦的「日月談畫」藝術家日月潭旅遊創作活動，日前在日月潭山遊客中心舉行，特選100位包括李毅摩、寧可、柯耀東、黃義永等知名藝術家齊聚日月潭，共同創作水彩、水墨等作品贈給日管處開發文創，期將潭區觀光產業，提升到精神與文化層次。

百位知名藝術家，齊聚日月潭，並各自挑選各景點作畫，包括水彩、水墨等作品，這些畫作將在日管處或其他藝廊巡迴展出，並授權日管處印製畫冊。

日月潭風管處與大日月潭觀光產業發展協會舉辦的「日月談畫」活動，一開始，首先由水墨藝術大師李毅摩邀日月潭風景管理處處長洪維新率先在畫紙上創作，緊接著再由其他藝術家陸續接力完成作品，100位藝術家各自挑選日月潭某個

角落作畫。

這些畫作將在日管處或其他藝廊巡迴展出、典藏，並授權日管處印製畫冊並設計文創商品，增添日月潭藝術氣息，豐富遊客旅遊體驗。

此次與會藝術家包括李毅摩、寧可、柯耀東、黃義永、程雪亞、柳炎辰、王輝煌、廖述麟、林進達、陳光明、姚淑芬、唐龍才、賴威嚴、林富源、王英信。

以及陳耀銓、梁銅、洪澄清、沈政瑩、洪春成、許民盛、柯適中、曾麗絹、前文化部長林金田、前文化局長游守中、姚淑芬、蔡鈴代、洪皓倫、曹鶯、張榮芝、沈揮勝...等100位

藝術家。

同時為將日月潭美景推廣行銷讓更多民眾知道並且到此遊玩。

會場現場並提供經典大飯店行動餐車美食及日月潭東峰紅茶莊園精心設置的日月潭紅茶席、魚池鄉僑領咖啡的咖啡席，供藝術家品嚐，讓藝術與產業共同昇華，讓藝術家們不禁表示：「在湖光山色的日月潭畔作畫，還能喝紅茶、咖啡加上在地美食，和許久不見的好朋友也藉此機會好好的聊天、輕鬆享受一番，真是幸福！」

活動會場藝術家相談甚歡，盡興創作，畫作未來展出，也可豐富遊客文化旅遊體驗。

台北觀光博覽會登場 萬元有找行程搶客

北部

時間：107年5月4日~5月7日
地點：台北世貿一館

「2018台北國際觀光博覽會」即將於5月4日至7日在台北世貿一館登場，看準國人對於日韓自助旅行的偏愛，旅行社紛紛祭出萬元有找超級優惠搶客，5天日本自由行最低不到6千元；另外，郵輪業者也推出買一送一加送第3人免費，搶攻夏季親子旅遊市場，主辦單位預估今年參觀人潮將突破30萬人次。



台北觀光博覽會今年共有20個國家、460個旅遊單位參展，此次展覽共規劃海外旅遊區、縣市政府區、樂遊台灣區、兩岸觀光區、旅遊用品區、觀光特產區等6大展區。近年來，廉價航空興起，國人海外自助旅行風氣日盛，尤其，又以鄰近的日本及韓國最受國人喜愛，對此，旅行社也將於展中推出包括佐賀包機5日5999元、大阪6888元、東京4日7888元、札幌8888元等優惠，比起民眾自行購買廉航機票及住宿加總起來還便宜，預計將吸引不少小資族

的目光。

另外，主打吃、喝、玩、樂一船搞定的郵輪業者則推出石垣島3天2夜、那霸假期4天3夜、宮古島及那霸3天2夜買一送一加送第3人免費的行程，每人平均最低價都不到萬元，要搶攻即將到來的暑期親子旅遊市場。

今年台北觀光博覽會除各家業者推出的好康優惠外，主辦單位也祭出百萬旅遊金吸客，天天加碼再抽出不限航點機票，更於展覽期間天天送出300個開運主題福袋，此外，主辦單位也與國民旅遊卡合作，凡公務員本人持國民旅遊卡，可享中午12點前入場免費，省下200元門票，近期有旅遊計畫的民眾不妨可把握展期，前往搶優惠、撿便宜。

在媒體集體碎片化、八卦化的今天，

台灣居然有這份認真的報紙

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。

台灣醒報走過十年風雨飄搖的日子，
感謝有你，感謝仍存在，
要一起撐到社會翻轉的那天。

今年9月1日本報即將
慶賀10周年囉！