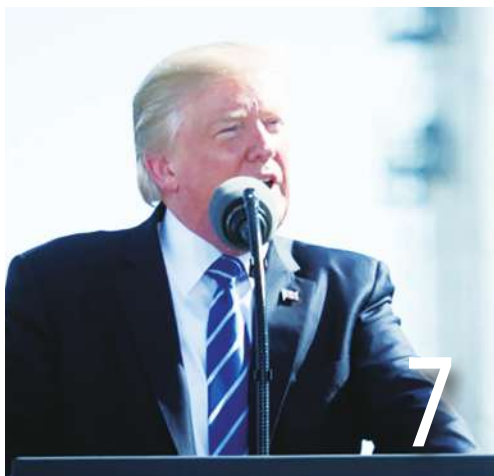




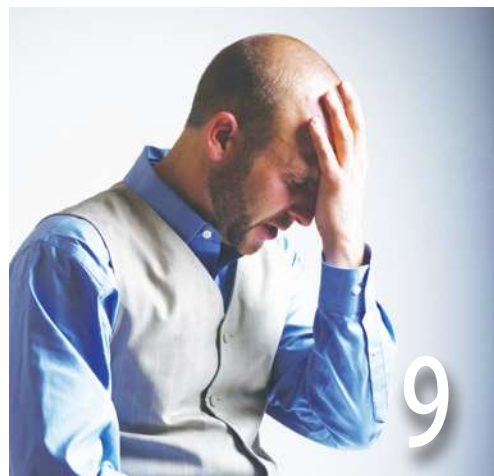
從兩韓看兩岸 馬：民間交流遠勝
從文金會的世紀和談看兩岸，前總統馬英九說，台灣和中國大陸的交流，早在過去 30 年間的民間就已相當頻繁。



川普退出核協議 首衝擊國際油價
川普宣布再退出伊朗核協議，外界憂慮，若美國對伊朗進行制裁，國際原油價格未來恐漲得更高。



洪榮宏辦演唱會 與妻唱人生故事
藝人洪榮宏以「人生車站」為主題舉辦演唱會，形式有點像音樂劇，老婆張靜云也會當嘉賓一起唱歌。



禿頭有新解方 骨質疏鬆藥可生髮
英國成功利用骨質疏鬆藥物刺激頭皮生髮，接下來研究團隊將進行臨床試驗，以證明藥物對患者沒有副作用。



今天天氣

北部 22°-26° 多雲時陰

中部 23°-28° 多雲時陰

南部 24°-28° 多雲短暫雨

東部 22°-27° 多雲短暫雨

八百壯士再圍立院 反對新版軍改

八百壯士呼籲，退役有新、舊制之分，並非統一的軍改法案能處理，且新版採用滾動式修法，隨時可更動，對現役軍人極為不利。



▲ 退伍軍人團體「八百壯士」集結在立法院外表達訴求，警方架起層層拒馬、護欄，部署警力維安，以防止意外發生。（中央社）

【本報記者譚有勝台北報導】「現役現行，退役暫緩！」1千多名退伍軍人9日在八百壯士的號召下再次包圍立法院，呼籲政府將排除適法性列入新版軍改。八百壯士指揮官吳其樑呼籲，退役有新、舊制之分，並非統一的軍改法案能夠處理的，且新版軍改採用滾動式修法，隨時都可以更動軍人年金，若未來國家財政有困難又要修法，現役軍人也會遭殃。八百壯士表示，若政府一定要以粗暴表決的方式通過軍改，不排除升級抗議。

八百壯士再包圍立院

立法院外交國防委員會9日審查軍改草案，場內國民黨立委從9時起便以「程序發言」杯葛議事，至今仍未順利開始宣讀條文。場外八百壯士則

號召數千名退伍軍人於濟南路集結，嚴正反對此次軍人年金改革。

八百壯士指揮官吳其樑呼籲，軍改對現役軍人是好的，「政府可以現役先行，退役暫緩。」因退役有舊制、新制之分，並非能夠統一處理的對象。吳其樑強調，若新版軍改採用滾動式修法，到時國家財政有困難要修法，現役軍人也會遭殃。

滾動式修法不利軍人

軍改案將起支俸率40%改為55%，雖然有照顧到現役低階的軍人，但因提撥率從12%調整到18%，增加了6%，退休俸並沒有增加。八百壯士指出，現役軍人修法後的退休給付是以年資1/5計算，假設以上校30年資計算，只可領到6年平均薪俸，退役後薪俸只是中校級別。

再者，軍改草案明載要制定「滾動式」修正條文，即隨時都可以更動軍人的權益，對現役軍人極為不利。

「軍改55+2本質上便是合併對不同時期、不同制度的軍改，以減少財政支出，導致退役軍人權益受損。」八百壯士指出，軍人優存利率18%採10年逐年緩降，對退役軍人並沒有任何好處，政府必須保全退役軍人的權益。他們也呼籲，立委們理性審查和討論法案，若用包裹表決的粗暴手段，也許會引起群眾的激烈反彈。

警方則在此次示威佈局1千多名警力維安，台北市政府警察局表示，將加強立法院周邊的阻材，強勢執法，如有暴力行為，定當場逮捕送辦，也將蒐證影像，究辦滋事分子。

（相關新聞見6版）

藍杯葛軍改初審 精算報告竟漏千億

曾銘宗批評，國防部的精算報告曾載明未來30年可省下1千200多億，但他委外精算後發現漏了1600多億，顯然沒有公信力。

【本報記者譚有勝台北報導】軍改9日在立法院進行初審，朝野政黨紛紛發動甲級動員備戰。民進黨率先「衛冕」主席台，以確保議事順利進行；國民黨也不甘示弱，發動「程序發言」杯葛宣讀條文，20多位立委排隊要求進行會議詢問，最終民進黨召委王定宇妥協，但國民黨立委發言限制在3分鐘。國民黨立委曾銘宗則批評，國防部的精算報告曾載明未來30年可省下1千200多億，但經過他委外精算後才發現漏了1600多億，顯然沒有公信力。

軍改初審今展開

軍改即將進行審查，民進黨力拚本週要完成初審，但國民黨指出，因民進黨並沒有折衷空間，

建議政府對現役先行、退役暫緩。若此次能夠將軍改草案送出委員會，預計6月中旬將能二、三讀通過，7月1日與公教同時上路。

藍綠兩黨9日各自發布甲動備戰，民進黨立委一早在委員會外等待入場，待委員會門開後，王定宇、立委羅致政、蔡適應等人分別「衛冕」主席台，以確保議事順利進行。然而，原預計9時開始會議進行宣讀條文，國民黨卻有異議，要求先程序發言記性會議詢問。雙方就程序發言與宣讀條文進行交鋒，最終王定宇妥協程序發言限制在3分鐘。20多名國民黨立委遂在主席台前排成一列登記程序發言，誓要將軍改草案初審擋下。

程序發言杯葛議事

國民黨立委林為洲表示，高雄正展開國防產業論壇，接洽攸關6千億元的軍事採購。他質疑，既然國防部有錢買軍火配備，為什麼要砍退役軍人的年金？且最近兩岸關係緊張，目前國防部必須要穩定軍心，若大砍18%優存，何以安撫軍人？政府不宜操之過急，應先處理好兩岸問題，再進行軍人年金改革。

曾銘宗也批評，國防部的精算報告錯漏百出，國防部曾指出，新版軍改未來30年可省下1千200多億，但經過他委外精算後才發現漏了1600多億，國防部卻未就此重新提出精算報告，讓人難以信服軍改精算是否有公信力。



▲ 立法院審查攸關軍人年金改革的「行政院版陸海空軍軍官士官服役條例修正草案」，國民黨立委占據主席台及官員的備詢台杯葛議事。（中央社）

吳茂昆：管可參選 台大沒校長與教部無關

吳茂昆表示，台大1、2年內沒有校長不是教育部的問題，管中閔也有資格再選校長，但最後的認定要回到遴選委員會。

【本報記者楊萐台北報導】教育部駁回管案，要求台大重啟遴選，若台大拒絕重啟，走司法途徑救濟，台大恐1、2年沒有校長。對此，教育部長吳茂昆9日在立法院回答媒體詢問時表示，「那不是教育部的問題」，國民黨立委柯志恩追問，「所以管中閔到底有沒有資格再去選校長？」吳茂昆回應，「當然有資格，但資格最後的認定要回到遴選委員會。」

沒校長不是教育部的事
立法院教育及文化委員會9日

逐條審查《終身學習法部分條文修正草案》，教育部長吳茂昆出席，他會前受訪時重申，教育部沒有「拔管」，只是要台大重啟校長遴選，沒有進行任何行政處分；媒體接著詢問，「教育部駁回管案，若台大拒絕重啟遴選，走入司法程序，未來會有1、2年沒有校長，怎麼辦？」吳茂昆則說，「那不是教育部的問題」。國民黨立委柯志恩受訪時批，「這番話真的把我嚇到了」，吳茂昆的意思就是，他只負責不讓管上任就好，台大之後要往什麼方向走，他們自己想辦法解決，

教育部不管，這到底是什麼邏輯？會議開始，國民黨立委陳學聖率先提出程序發言，要求吳茂昆先回答兩個問題才能進入會議，包括「教育部『拔管』算不算行政處分，台大可否提行政救濟？」以及「台大如果拒絕重啟校長遴選，再將管中閔當選案送給教育部，教育部會不會接受？」但民進黨籍召委吳思瑤強調，今天的議程是審《終身學習法》，部長不須對不相關的議題回答，請陳學聖和吳茂昆私下解決。

不肯公布會議記錄

柯志恩接著痛批，吳茂昆日前在廣播節目上打包票，允諾2次跨部會諮詢小組的會議記錄都會上網公布，沒想到現在卻改口說跨部會議屬於「諮詢性質」，僅供內部做參考，「教育部之前還彙整出多達13頁的法律評析意見，更用這些意見拼湊成拔掉管



▲教育部長吳茂昆重申，教育部沒有「拔管」，只是要台大重啟校長遴選，沒有進行任何「行政處分」。(photo by 楊萐台灣醒報)

中閔的決議，現在違反承諾不願公布，你們到底在怕什麼？」並要求教育部2周內上網公布會議紀錄，吳茂昆則沒有回應。在藍營的持續杯葛下，吳思瑤宣布中場休息5分鐘，讓吳茂昆

「私下」對陳學聖作出解釋。吳茂昆回應，教育部給台大的公文已清楚陳述了我們看到的問題，並請台大給予答覆，對於「是否為行政處分？相關人可不可以提起行政救濟？」教育部沒有特別

意見。柯志恩追問，「所以管中閔到底有沒有資格再去選校長？」吳茂昆回應，「當然有資格，但資格最後的認定要回到遴選委員會。」

大學助教納勞健保 最快8月實施

►大學「教學助理」(RA)仍維持區分。(photo by pixabay)



【本報記者楊萐台北報導】針對大學教學助理(TA)區分「學習型」及「勞僱型」，但因學習型沒有納勞健保，屢屢遭學生抗議。教育部長吳茂昆9日宣布，未來教學助理一律統稱為「勞僱型」，也就是說，所有的教學助理都必須保勞健保，原本由學校負擔約2.5億元的勞健保費用，也將改由教育部支付。但高教工會組織部主任林柏儀受訪時認為研究助理也應該納入，「保障勞動權益與有沒有學習效果無關，只要有勞動事實就應該保障。」

教育部長吳茂昆9日主持部務會報，宣布兩項重大政策：一是有關大學生兼任助理勞動權益，二是調高國小教師鐘點費。

大學兼任助理有兩種，包括研究助理(RA)及教學助理(TA)，其下都分成「學習型」及「勞僱型」。吳茂昆表示，因「學習型」助理沒有納入勞健保，「勞僱型」助理則有勞健保，並由學校支付，但各校分法不明確，屢屢引發爭議。

因此，為保障大學生擔任兼任助理的勞動權益，吳茂昆宣布，未來「教學助理」(TA)，一律統稱為「勞僱型」，也就是說，所有教學助理都必須保勞健保，最快今年8月1日、最慢明年元旦實施。

朱俊彰進一步說明，目前教學助理(TA)總共有5.3萬人，其中「學習型」助理約3.7萬人、「勞僱型」則有1.6萬人。新制

上路後，將一律視為「勞僱型助理」，經費部分，而原本學校每年要負擔他們勞健保共2.5億元，也將改由教育部負擔。

不過，「研究助理」(RA)還是分「學習型」及「勞僱型」，要做論文的是「學習型」，沒有做論文的則為「勞僱型」。高教司副司長朱俊彰解釋，研究助理的區分要件較清楚，若是屬於學生的畢業條件或是在老師指導下擔任研究助理，屬於「學習型」；如果是老師因研究計畫請來的研究助理就屬於「勞僱型」，分辨起來較無模糊地帶，因此暫時保留。

另外，國小教師鐘點費明年起將調高。吳茂昆表示，一個好的學習環境需要有好教師，但多年來，教師鐘點費卻出現不公平，國小老師鐘點費平均每分鐘為6.5元，國中、高中則是8元，因此針對此議題與行政院討論，研議把國小教師鐘點費提高至8元，最慢明年1月1日起實施。

高教工會組織部主任林柏儀受訪時表示，教育部將教學助理納入勞健保是進步的政策，且由政府補貼教學助理勞健保費用，的確能降低學校鑽漏洞的誘因，但徒留研究助理懸而未決，「保障勞動權益不是看有沒有學習效果區分，而是看有沒有勞動事實」，他強調，教學助理雖然付出勞務，但也會學習到東西，「所有的勞動都具有學習效果」，因此，也應保障研究助理的勞動權益，一併納入勞健保。

►賴清德9日出席「台灣中油智慧綠能加油站論壇」活動，肯定中油積極推動智慧能源轉型。(photo by 藍以瑄/台灣醒報)



賴清德提禁售燃油車 為降低空汙

【本報記者藍苡瑄台北報導】「政府去年訂2030年公務車將全面改成電動車，2035年將禁售燃油機車、2040年將禁售燃油汽車，」行政院長賴清德9日出席「台灣中油智慧綠能加油站論壇」時回顧，他並說，推動能源轉型中，除了要達到穩定供電、非核家園之外，也必須解決空氣汙染問題。

賴清德受邀參加台灣中油9日舉辦的能源轉型論壇活動，「在做能源轉型時，最重要的是解決空氣汙染問題。」他表示，汽車、機車等交通工具所排放的pm2.5比火力發電中所釋放的pm2.5高，3倍之多，佔30%的移動汙染源，所以需要實施能源轉型，減少燃油。

台灣中油董事長戴謙回應配

合政府政策，中油已成立台灣中油智慧綠能加油站專案辦公室，3年內在加油站和公共場域完成1000座電動機車充／換電柱，並導入大數據、智慧化、物聯網的新科技，轉型成綠能加油站。透過此論壇活動，讓機車業者、汽車業者、電池供應業者，以及學者專家齊聚討論，如何成功轉型。

「2025年要達到非核家園目標，也要減少空汙排放。」賴清德表示，行政院環保署將結合相關部會，爭取立法院支持修改空汙法，擴大管制空汙問題，未來也將推動劃定空氣清淨區等措施，並禁售燃油交通工具，由政府 and 民間業者一同合作，減少空氣汙染。



▲中油董事長戴謙表示，中油要扮演落實電動車政策的領頭羊，未來中油加油站也會變身為商業平台，海納百川各家廠牌電池。圖為戴謙參觀Gogoro機車攤位。(中央社)

從兩韓看兩岸 馬：民間交流遠勝

從上月文金會的世紀和談看兩岸，前總統馬英九說，台灣和中國大陸的交流，早在過去 30 年間的民間交流，就已相當頻繁。

【本報記者蘇盈之台北報導】針對上月文金會的世紀和談，前總統馬英九在演講中說，「許多人問我，『韓國能破冰，台灣能不能？』其實，台灣早就能了！」他說，台灣和中國大陸的交流，早在過去 30 年間的民間交流，就已相當頻繁。馬英九也提到有記者問他，台灣為甚麼不宣布獨立？他說「台灣已經主權獨立了，為什麼要宣布兩次？」

馬英九 9 日在東吳大學演講「從兩韓到兩岸：東亞分裂國家統合的新模式？」細數二戰後分裂國家，東西德、南北越、南北韓、台海兩岸的分合歷史，最後以「越南以武力統一，不值參考；兩韓局勢向來多變，且尚無顯著成效；德國以長期有基礎的和平方式統一，參考價值最高」為總結。

互動友好意見分歧

現場有大陸學生問到，中國大陸領導人習近平延長任期後穩固政局，並且領導作風強勢。「馬老師，您說越南以武力統一不具參考性，當真如此嗎？」並強調統戰是大陸民眾的主流價值觀。面對如此直接的詢問，

馬英九幽默笑說，「您現在是在威脅我嗎？」引起現場聽眾一片笑聲。

馬英九回答，他還在美國留學時，當地的兩岸民眾彼此相處都很融洽，「但是只要一談到統獨問題就會僵持不下。」他強調，對兩岸和平的看法，他始終認為要「維持中華民國憲法架構下，不統不獨不武」，而其中的「不統」意思是「不強迫統一、（時機尚未成熟）不談統一」。

和平時間需醞釀

「我任內時時間不夠，8 年內還不夠構成談統一的環境。」他說，兩岸和平統一需要循序漸進，才能水到渠成，切勿揠苗助長，欲速則不達。像行政院長賴清德總是強調他是「務實的台獨工作者」，實在沒必要。因為「台灣獨立（建國），既無可能，也不會被接受。」

馬英九提到 2010 年接受《CNN》主播克莉絲汀·艾曼普專訪時被問到，「台灣為甚麼不宣布獨立？」他回答說，「怎會有國家需要宣布獨立第二次？」台灣是主權獨立的國家，每年都會歡慶國慶，為何

要再宣布獨立？「台灣已經擁有獨立主權 107 年了！」來強調九二共識的「主權不互認，治權不互涉」。

和平促國際利多

「只要兩岸不談統一、不搞獨立、不用武力，其實兩岸活絡的民間互動是上述分裂國家中所沒有的！」他呼籲蔡政府，不要推翻九二共識；北京政府也不要杯弓蛇影，曲解我方意思，「本來不是敵人，卻被打成敵人。」

談到多明尼加斷交之事，馬英九說，過去他總統任內就曾出訪過多國 3 次，彼此關係一直很友好，而且當時多國也維持和中國建交，「多明尼加若維持和台灣關係，其實是『左右逢源』。」，多明尼加原本就沒有與台灣斷交的必要。而且當年舉辦馬習會時，兩岸官方互動良好，促進和平，大家（國際）都開心。

崇尚自由是人性

另外有一位大陸聽眾提到，「過於自由民主，對經濟並沒有幫助。而大陸的現狀發展經濟是最佳狀態。」問馬英九是



▲ 前總統馬英九在東吳大學的演講上，受到現場兩岸學生歡迎。（photo by 東吳大學提供）

否有更好的見解？馬英九說，「人民的經濟和教育水準提高後，對制度的意見和對自由的需要，是自然的人性。」他也引用《左傳》中「子產不毀鄉校」，強調言論自由不只惠民，在位者也能受針砭。

「不論兩岸要以甚麼模式實現統一，都需要雙方都同意。」最後聽眾問到，1945 年國共會談期間，曾提出的「中華聯邦」概念模型是否適合套用在現在的兩岸？馬英九說，過去從事兩岸工作 30 年內，任何模式都聽聞過。甚至在 1987 年先總統蔣經國就提出過「一國良治」的概念，回應鄧小平 1983 年所提的「一國兩制」。

籲兩岸智慧促和平

最後馬英九引用法國小說家都德的短篇小說《最後一課》（描寫法國亞爾薩斯和洛林區在普法戰爭時，被割讓給德國的故事），表達戰爭中的心酸。二戰後兩區回歸法國，德、法雙方都有對戰爭厭倦的同感，彼此開始互動交流維持友好關係。

馬英九在結論說，「中華文化有 5 千年的歷史，應當更有經驗和智慧，去處理兩岸之間的問題。」

取消校長考評 教團：基層意見難上達

【本報記者楊堃台北報導】為落實行政減量，教育部修訂高中校長遴選考評辦法，將負責校長考核的「到校考評小組」刪除，僅剩由教育部下的業務單位總評。教團 9 日召開記者會痛批，考評小組成員有專家學者、教師及家長，若取消恐變成全由教育部決定，基層聲音無法傳達。教育部國教署辯稱，教育部總評已包括「校長領導」項目，評鑑委員會包含教師及家長，與「到校考評」實質意義相同，仍能傳達基層意見。

基層意見無法傳達

全國高級中等學校教育產業工會理事長白宏彬指出，過去國立高中職校長遴選制度，校長要申請連任、轉任或延任時，需由教育部組成「考評小組」到校進行考評，聽取基層教師、家長及學生的意見，然而，教育部今年以「行政減量」為由，修改高中校長的聘任辦法，取消組成考評小組到校進行考評，校長考評僅剩由教育部下的業務單位進行總評。

白宏彬說，以往考評小組的組成包括學者專家、教師及家長代表，到學校進行一整天的考評，內容包括聆聽校長報告，與該校教師、職員、學生、家長面對面訪談，評比校長的為人、辦學成果，並將結果送給教育部遴選委員會參考，「若此程序取消，恐變成一切都是由教育部決定，基

層聲音無法傳達。」

「難道只要會抱教育部的大腿，就能連任校長？」教團質疑，教育部為避免校長遴選組成考評小組的考評結果，與教育部的行政考核結果不一致，教育部並沒有檢討造成評價落差的原因，反而直接把考評機制刪除，「未來恐怕只要校長迎合教育部的政策，即使校內覺得校長不適格，教育部還是有權決定讓校長繼續留任。」

原考評已有家長代表

「以後校長只要專心搞好公關就好，不必用心辦學。」白宏彬憂心，教育部取消考評後，高中校長只會聽命行事，基層下情難以上達，而符合延任資格的校長，不論辦學績效多爛，只要與教育部關係夠好，就能延任到退休。教團呼籲，教育部應即刻恢復考評小組制度，並檢討官行政考評和基層意見落差的原因。

對此，教育部國教署回應，依據監察院調查報告指出，為避免評核程序疊床架屋，教部應考量將校長遴選作業與前開機制作適當結合，因此教育部修正校長遴選辦法規定。至於教團質疑基層意見無法傳達，國教署強調，績效考評辦法已包括「校長領導」項目，並有等第評分機制，審議的評鑑會委員也包含教師、家長代表，與原本的「到校考評」有相同的實質意義。



▲ 為落實行政減量，教育部修訂高中校長遴選考評辦法，將負責校長考核的「到校考評小組」刪除。（photo by wikimedia）

統測素養題太多 師怨：不公平

【本報記者楊堃台北報導】講求「素養教育」的 12 年國教新課綱還沒上路，今年統測題目卻充斥素養考題，不少教師抱怨「題目出得精彩，但對於不適用新課綱的考生來說太不公平」，建議素養題佔 3 分之 1 即可。對此，技專校院入學測驗中心執行長林尚平受訪時回應，素養題比例從好幾年前就開始逐年增加，並非配合新課綱才刻意調整，這部分應該是教師誤解。

12 年國教強調「核心素養」教育，指為讓學生適應生活及面對未來挑戰，所應具備的知識、能力與態度，強調學習不宜以學科知識及技能為限，而應關注學習與生活的結合，取代記憶式地背誦學習。

107 學年度四技二專統一入學測驗考試（統測）上週末結束，全國教師會 9 日召開題評評論記者會指出，整體命題品質較往年提升，命題正確性、嚴謹度提高，並著重閱讀素養與結合生活經驗，直得肯定。但全教總副主任張文昌提醒，出題時應留意與教學端的互動，老師更清楚命題的方向，才能調整教學方式。

共同科充斥素養題

大安高工國文老師林淑芬表示，這次國文科試題取材豐富，題目雖然不難，但每一題、每一個選項都需要考生經一番思辨後才知道題目在問什麼，她舉例，其中一題以四格漫畫詮釋古文，如果學生從沒看過這

篇古文，根本無法從漫畫中的對話理解題目內容。此外，素養題比例佔太多，忽略高職生需要的能力是「實務致用」，她建議素養佔 3 分之 1 即可，否則「順了教師的意，學生卻越考越沮喪。」

英文科則與國文相反，三重商工英文老師陳涵璋認為試題整體偏簡單，「英文科有一題以圖表呈現一週的氣象報導，雖然貼近生活時事，但其實考生只要會 rain 這個單字就能作答，」題目雖照顧到低分群，但鑑別度不足；基隆商工數學老師辛弦翰則說，數學科對於中、高分群的學生鑑別度太低，他建議之後可不要提供參考公式，「需解題公式未必提供，需要使用的公式卻沒有提供，

反而誤導學生作答。」

素養題比例逐年增加

綜合來看，包括英文科、數學科等都有不少老師抱怨，統測出題明顯「為了生活而生活」，題目充斥著 12 年國教課綱強調的「人文素養」，「題目出得很精彩，但今年考生並不是 12 年國教的學生，對他們來說太不公平、太虐心了」，建議只要佔全部考題的 3 分之 1 就夠了。

對此，技專校院入學測驗中心執行長林尚平受訪時回應，並不是配合新課綱才刻意提高素養提比例，是從好幾年前就開始逐年增加，這部分應該是教師誤解。

退出伊朗核協議 美國信用恐受損

美國總統川普宣布退出伊朗核協議，這種隨意撕毀協議的態度

恐衍伸出問題，譬如美國與盟國之間的互動，因為其他國家不再信任美國了。



►美國保守派人士曾對伊朗各地的反政府示威潮大力喝采，反對前總統歐巴馬2015年與伊朗達成的劃時代核協議。（中央社）

川普不喜多邊協議

嚴震生：伊朗核協議是在2015年談成的，但川普2016年底當選總統，2017年就任一年半以來，他對歐巴馬任內達成的協議都有意見，包括要退出「歐記」健保、跨太平洋戰略經濟夥伴協定（TPP），重新談判北美自由貿易區，可見川普對多邊協議一向很不滿。

而伊朗核協議是由聯合國安全理事會的5個常任理事國（中國大陸、法國、俄羅斯、英國、美國）再加上德國，合作說服伊朗暫時停止核武發展，聯合國也會取消對伊朗的制裁，甚至提供援助，這6國被稱為P5+1（伊朗核問題六方會談）。

但不到3年時間，川普就撕毀協議，難怪會引起美國前總統歐巴馬、前副總統的不滿，也造成許多美國盟邦的擔憂，認為美國換了一個總統就退出協議，還有信用可言嗎？川普即將與北韓領導人金正恩見面，他現在的作為是否會失信於金正恩？

5國繼續維持協議

各國都希望川普維持伊朗核協議，但法國總統馬克宏、德國總理梅克爾、英國首相梅伊這3國領導人都沒辦法說服川普，儘管其

他5國應該會繼續與伊朗保持協議，可是沒有美國，伊朗是否還會繼續遵守協議？

雖然伊朗總統羅哈尼表示，會繼續和5國維持核協議，但以色列長期視伊朗為最大威脅，而美國的情資來源多半從以色列取得，因此川普勢必會討好國內支持以色列的勢力，做出退出核協議的決定。

問：川普的理由有二：第一，他認為伊朗是說謊的政權，即使簽署核協議，私底下仍繼續發展核武；第二，這份協議需要提供更多黑蘭當局數十億美元經費，「其中一部份還是現金」，讓身為美國公民的他覺得「難堪」，這樣的說法能得到國內的支持嗎？

愈孤立伊朗愈危險

嚴震生：伊朗核協議其實不是非核化，而是暫緩核武發展，歐巴馬希望透過10到15年時間，讓伊朗在與國際社會來往的過程中了解到不需要發展核武，伊朗什葉派的勢力在中東地區，如敘利亞、伊拉克也發展的不錯，沒有人要推翻他的政權。

反而是愈孤立伊朗，它愈會發展核武，這端看你怎么看對方，現在川普是把所有人都當成敵人，最後他們就很可能真的成為美國的敵人了。

川普認為自己是談判高手，凡不是經過他手的談判結果，川普都不滿意，但其責任何談判都是有得有失，必須有所妥協，而川普認為，美國是世界第一強權，為什麼必須對他國妥協？這種態度會衍伸出很多問題，譬如與盟國之間的互動，因為其他國家不再信任美國了。



►美國總統川普在台灣時間9日凌晨宣布，將退出美國等國際主要強權2015年與伊朗達成的核子協議。（photo by Whitehouse.gov）

經濟制裁惹引埋怨

問：美國照理說是P5+1的6分之1，但它在這個協議之中的影響程度可能遠大於6分之1？川普宣布退出核協議的同時，也表示將要對伊朗實施最高層級的經濟制裁，而其他5國則繼續與伊朗維持協議，這兩者之間的得失如何？

嚴震生：這中間有所矛盾，美國如果真的要對伊朗實施最高經濟制裁，那是否要對那些購買伊朗石油的國家或公司也做出制裁？雖然美國自己正在積極開發页岩油並不缺油；但這不代表其他國家不需要伊朗的石油，這最終會導致多國公司的抗議，引發國際社會的怨懣。

所以川普雖然將大話說在前頭，但之後細節能否真的落實還有待

觀察，其他國家，特別是歐盟也不見得願意跟從美國的步伐。畢竟中東地區與歐洲地理位置相鄰，歐洲國家勢必不樂見伊朗繼續發展核武；川普則為了贏得國內支持以色列的選票，會朝打壓伊朗的方向走，雙方利益不同。

川普不按牌理出牌

問：無論如何，目前還有中國大陸、俄羅斯、英、德、法這5國願意維持核協議，而美國的退出除了影響層面廣大之外，也再度看出川普的確是不按牌理出牌的人。

嚴震生：再加上川普指控伊朗是說謊的政權，等於不信任國際原子能總署的查驗結果，這也是給國際原子能總署難堪。

主持人：謝謝嚴老師的分析。

醒報國際現場

主持人：林意玲（台灣醒報社長）
與談人：嚴震生（政大國關中心美歐所研究員）
記錄整理：孫啟梅



馬國青年政治冷感 政黨輪替機會不大

馬來西亞將舉行大選，長期壟斷政權的「國民陣線」面臨翻盤的檢驗，若馬國成功出現政黨輪替，也代表亞洲一黨獨大的國家能夠逐漸走入歷史。

主持人（以下簡稱「問」）：馬來西亞即將舉行大選，長期壟斷政權的「國民陣線」面臨執政翻盤的大考驗，其實早在2008年國民陣線首次沒有獲得3分之2席次的時候，政權就差點翻盤。這次由高齡93歲的前總理馬哈迪捲土重來，聯合4個反對黨挑戰「國民陣線」的現任總理納吉，請嚴老師分析馬來西亞這波政治情況如何？

馬國再掀政治海嘯？

嚴震生：馬來西亞從1957年脫離英國獨立至今，一直是不完全民主但又有民主設計的議會制（內閣制），所以哪個政黨在國會選舉取得最多席次（最大黨），就成為執政總理，過去60年以來一直由馬來人、華人為主的「國民陣線」為執政黨，其中包括代表馬來人的「馬來民族統一組織」（巫統），以及代表華人的「馬華公會」。

2008年選舉，「國民陣線」首次國會席次不到3分之2，表示它已無法單獨修憲，研究馬來西亞政治的學者顧長永稱其為「政治海嘯」，代表長期執政黨的優勢削弱了。2013年選舉，前副首相安華組成的「人民公正黨」挑戰「國民陣線」，翻盤機會相當大，許多在台的馬來西亞僑生都相當關心，特地回國投票。

那次的選舉結果，「國民陣線」居然普選沒有過半，但因為它在有鄉村優勢，所以在選區制之下獲得最多



►馬來西亞9日舉行獨立以來的第14次大選，年輕選民的意向將影響選舉結果。（photo by Wikimedia Commons）

席次，保住了最大黨地位。馬哈迪已經多次對納吉長期貪腐的問題有所批評，這次他直接加入4個黨聯合的反對勢力，與同一個政黨的納吉PK，希望這次選舉能把他拉下台。

可是目前看來，東馬的國會代表已經「超額代表」，所以這次重演2013年超過50%卻沒有過半的機會很大，恐會讓馬來西亞人挫折感更重。

年輕人對政治冷漠

問：問題在於納吉有執政優勢，可以將投票日改到上班日而非在假日，引來反對黨的捷伐，認為他以此壓低投票率，幫助「國民陣線」勝選。這種小動作是否會讓貪汙爭議纏身的納吉繼續執政？

嚴震生：這次情況的確與5年前不

一樣了，2013年選舉大家覺得很有機會翻盤；這次儘管馬哈迪頗有聲望，但他已經90幾歲了，四黨聯合反對陣營也算是臨時組成的「雜牌軍」，不一定能夠與「國民陣線」相抗衡，因此年輕人對這次選舉比較冷感。

如果年輕人不出來投票，老一輩的選民可能還是會支持「巫統」，或說是「國民陣線」這樣的執政黨聯合組織。另外，納吉的貪腐醜聞已經不是新聞了，若老百姓普遍對這次選舉冷感，那麼這次選舉的翻盤機率就不大。

登記制成阻礙？

問：《BBC》統計數據指出，馬來西亞這次大選有近1870萬合格選民，但只有1400萬選民註冊，換言之，有300多萬合格選民沒有註冊，其中大都

是20出頭的年輕人無法投票。這點似乎與台灣不同？台灣只要贏得年輕人的選票就幾乎穩贏了。

嚴震生：台灣人只要在戶籍所在地住滿4個月就有投票權，投票通知也會直接寄到家裡，因為台灣面積小，選舉題目大部分都是全國性的，就算搬家也不會有太大影響；但馬來西亞跟美國一樣，人們得先登記表示自己合格選民，人都有惰性，如果沒有專門去動員辦理這道手續，原本就對政治冷感的人就更不會積極參與了。在美國，有些社區營造者就會幫忙登記，因為讓別人知道你有投票權，大家才會在乎你的想法。

盼馬國政黨輪替

問：沒錯，這次馬來西亞選舉，一個貪汙、一個年邁，可能對年輕人都沒有什麼吸引力，許多人以為不投票就能置身事外於政治，但其實是讓別人來決定你的未來。請問嚴老師，納吉和馬哈迪的政見或政治立場有很大的不同嗎？

嚴震生：其實沒有，但如果「國民陣線」這次輸掉最大黨，表示馬來西亞的民主政治沒有問題，只要是公開公正的選舉，反對黨都有機會可以執政，所以我們希望看到的是政黨輪替。但政黨輪替不一定會造成實質政策的改變或提升人民的生活品質。

不過政黨輪替能讓執政者有所警惕，譬如日本長期執政的自由民主黨也曾下台過，如果馬來西亞能夠成功政黨輪替，就代表亞洲這些一黨獨大的國家可以逐漸走入歷史，像印度曾執政過60年的國民大會黨現在只是個小黨，這不是不可能，只是馬來西亞這次看來機會不大。

諾斯擔任 NRA 主席 再壯擁槍勢力？

伊朗軍售醜聞（伊朗門）主角奧利弗·諾斯，如今成為

美國「全國步槍協會」的新主席，替擁槍、反槍爭議再添話題。



►紀念科羅拉多州可倫拜高中屠殺案19週年，全美數以千計學生今天將走出教室，呼籲政治人物制定更嚴格的槍枝管控法。（中央社）

主持人（以下簡稱「問」）：美國有一個勢力龐大的「全國步槍協會」（NRA），近年美國發生不少槍擊案，令反槍風潮在全美遍地開花，支持擁槍的NRA就變成眾矢之的，但雙方壁壘分明、互不相讓，造成總統川普的困擾。

讓人跌破眼鏡的是NRA選出新主席奧利弗·諾斯（Oliver North），他曾參與越戰，算是一名傳奇英雄，也曾在前總統雷根時期任職於白宮國家安全會議。請嚴老師分析，諾斯出任NRA主席的意義為何？

伊朗門關鍵人物

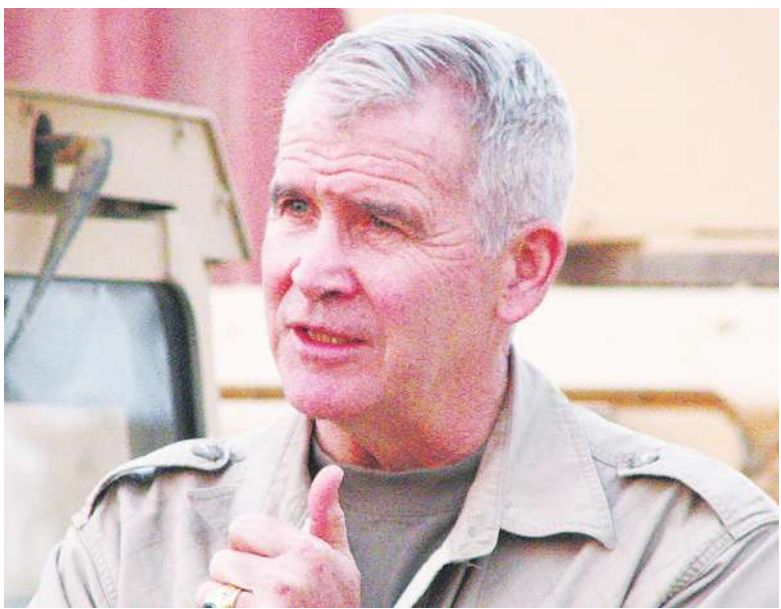
嚴震生：諾斯其實充滿爭議，是「伊朗門」事件的要角。首先，當時美國正在對伊朗實施禁運石油的經濟制裁，但諾斯偷偷放水，讓伊朗得以輸出油品，賺得的錢被拿去資助尼加拉瓜當時的反政府游擊隊。

尼加拉瓜本來是在右派保守政府，後來1979年左派的桑定游擊隊將親美的右派政府推翻了，成立中美洲大陸第一個左派政權，美國當然很擔心，所以既然尼加拉瓜有反桑定的右派游擊組織，諾斯就暗地透過伊朗幫助尼加拉瓜的右派游擊隊。

後來東窗事發，諾斯就被解職，這起事件被稱為「伊朗門」，所以諾斯本身是一個相當有爭議的人，而雷根當年也因此任職的最後兩年失去民心，因為當時有人問他是否知曉整個事件，他回說「不知道」，在那種狀況之中，知道是不對，不知道也不對，因為不知情等於潛根完全被底下的人欺蒙。

NRA 聘看板人物

有人認為諾斯不守法，也有人認為他是英雄，願意去做反共的事情，但問題出在這件事情就是非法行為，是見不得光的秘密行動。後來諾斯參選維吉尼亞州的參議員，雖然沒選上，但一直在活動，如在



►退役美軍陸戰隊中校奧利弗·諾斯（Oliver North）將出任「全國步槍協會」（NRA）主席。（photo by 美片圖網）

羅斯新聞台擔任一個特別節目的主持人、四處演講、出書等，是右派滿喜歡的一個人物。

NRA找他做主席的主因在於諾斯是全國都認識的人，就像NRA也曾找過以電影《賓漢》獲得奧斯卡最佳男主角的查爾登·海斯頓當主席，他們的作用就好像是看板人物，NRA未來招募會員、宣揚主張都會更受外界重視。

川普角色日益重要

川普最近去NRA年會演講，似乎一反之前要禁「狀火槍托」（一種改造槍枝的配備，能將半自動步槍變為全自動）的態度，要保障擁槍者的權利。但因美國反槍枝運動仍然如火如荼，川普此舉恐會埋下分裂美國的因子。

限槍法案難過

問：美國擁槍、反槍各有理由，擁槍派認為他們有權利購買槍枝來保護自己；但反槍派認為，槍枝氾濫會危害治安，而且真的要保護自身安全，一把槍也不夠。

姑且不論擁槍好還是反槍好，槍枝買賣本身就是一樁大生意，NRA凝聚的力量也非常大，藉由遊說國會或聘請名人來影響政府，目前看來，限槍法案還是難以過關？

嚴震生：每當美國發生重大槍擊案的時候，大家都認為限槍法案是否有可能過關？譬如拉斯維加斯槍擊案50人死亡，但受害者家屬彼此不認識，無法集結成一個力量。

佛羅里達校園槍擊案有17名高中生死亡，家屬、學生彼此都認得，所以他們能夠很快凝聚出聲音，在各地推動反槍枝運動。但馬上就被NRA打臉，說這些人連投票資格都沒有，還談什麼修法？根本不必理會。所以現在加州很多年輕人都在註冊選民，準備要來投票、反槍枝。

NRA現在又選出一位老一輩都熟悉的人物，也可說是美國槍枝精神的代表，曾經打過仗、幫助反共的尼加拉瓜右派游擊隊，讓情況變得更加複雜。而川普的總統角色就變得更加重要，只要他不斷為NRA背書，那麼NRA大概就不會有事，而且那些反對NRA的國會議員，下次選舉可能會面臨來自NRA支持的議員的對抗。

而且諾斯最糟糕的一點就是，他認為在「伊朗門」之中，自己是替天行道，NRA未來會否也抱持相同心態，即使違法也認為自己是對的？這是外界比較憂慮的部分。

所以大家也不必太羨慕美國式的民主，美國有很多「自以為義」（self-righteousness）的人，很多時候他們的行為是不受控制的。

主持人：沒錯，這年頭比的還是拳頭，令人感嘆。謝謝嚴老師的分析。

▼「八橫八縱」就是「類捷運」概念，班次密集，並享有轉乘公車、轉捷運都半價的優惠。圖為示意圖。(中央社)



北市推八橫八縱 專家：可改善交通

【本報記者藍苡瑄台北報導】「『八橫八縱』政策，大部分是原有路線改名叫幹線公車，根本是舊酒裝新瓶！」台北市議員吳世正8日受訪時表示，這個政策的目的是為了讓柯文哲政見不跳票。但徐弘庭認為，八橫八縱從整體而言是對的做法。汽車專家邱文福受訪時也認為這概念其實是棋盤式公車概念的延伸，如果徹底推動，可解決大型車轉彎所造成的混亂。

台北市公共運輸處從去年7月起推新版幹線公車，「八橫八縱」就是一個「類捷運」概念，班次密集，尖峰時刻最快4分鐘一班，並享有轉乘公車、轉捷運都半價的優惠。去年5

汽車專家表示，「八橫八縱」的概念其實是棋盤式公車概念的延伸，如果徹底推動，可解決大型車轉彎所造成的混亂。

條幹線公車先行，現在又增加了11個路線，柯文哲日前在臉書發文表示，「只有加強公共運輸服務，讓大家願意『從開車變搭車』，才能解決交通問題。」

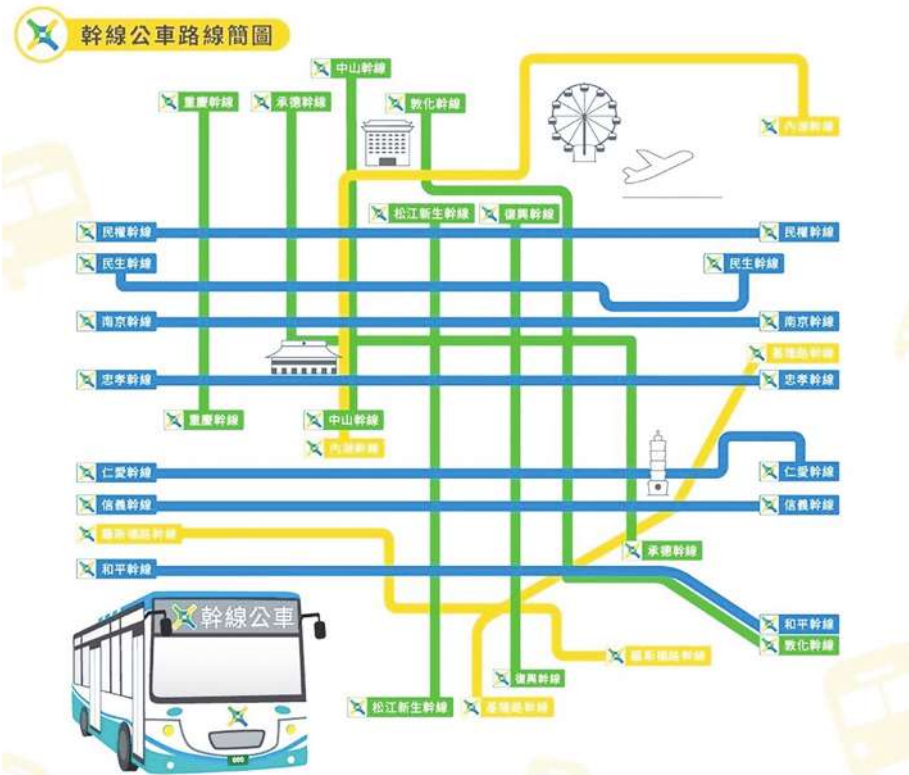
「從幾條公車載客率比較高的路線取出來，做成公車路線調整是節省、效率方式，」台北市議員徐弘庭8日受訪時表示，因名字與一些路線調整，難免對搭乘民眾造成衝擊，但他認為整體而言是對的做法，至於載客率是否有提高，須看

之後數據。邱文福則認為，這類棋盤式公車，公車盡量直行，解決因體積龐大，轉彎時擋住很多線道造成交通混亂，盼能持續推動。

台北市議員吳世正則抱持不同看法，認為大部分路線都是原來路線，只是為了讓柯文哲政見不跳票，幹線公车的概念像民國80年代的棋盤式公車，搭配公車專用道，卻與既有公車路線重疊，無法延伸路線增加客源，導致營運狀況不佳，應取當時經驗。

「新幹線公車沒創造新的搭乘需求，反而增加政府的補貼金額，」吳世正痛批，總運量相同，以前不用補貼，現在卻因實施轉乘優惠，業者一方面因乘客增加提高營收，其他公車業者的客源卻被幹線瓜分，以內湖路廊為例，247路線公車與內湖幹線路線重疊率高達9成以上，247路線下半年總載客量減少約2成，幹線犧牲了其它公車業者的營運。

對此，邱文福認為推行八橫八縱遠比整合全部現有業者來的單純，推廣過程中，難免會有些路線與乘客會因此受到衝擊。



▲議員徐弘庭說，載客率是否有提高，須看之後數據。(photo by 台北市政府提供)

圖文選粹

圖文 / 中央社

中市舊城新生展成果 帶動人潮與商機



▲台中市政府推動河川整治、閒置大樓再生與青年創業輔導措施，帶動舊城新生，其中綠、柳川整治吸引人潮回流與商機，文創旅店和青創基地陸續進駐，成功帶動周邊商家生意成長。

八百壯士抗爭新作法 講理性、防滋事

圖文 中央社



▲退伍軍人團體「八百壯士」預計9日中午集結立法院，執行長羅睿達表示，將有100名穿白色衣服的糾察隊員，由陸軍官校52期退伍軍官擔任，以維持秩序。

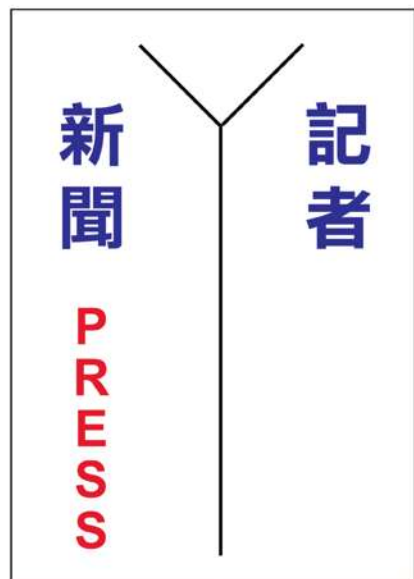
▶ 退伍軍人團體「八百壯士」預計9日中午12時開始集結在立法院外陳抗，執行長羅睿達（左）上午精神喊話，要求成員理性表達訴求，勿發生脫序情事。



▲立法院9日逐條討論軍改草案，退伍團體「八百壯士」下午齊聚立法院旁抗議。



▲退伍軍人團體「八百壯士」配置30名身穿橘色背心的新聞官、100名糾察隊員。（八百壯士提供）



▲退伍軍人團體「八百壯士」製作「記者安全採訪證」。（八百壯士提供）

▼川普 8 日正式宣布退出伊朗核協議，並說美國將對伊朗實施新的制裁。(photo by whitehouse.gov)



川普退出核協議 首衝擊國際油價

【本報記者譚有勝綜合報導】繼美國退出巴黎氣候協議後，美總統川普 8 日宣布再退出伊朗核協議，損毀其在國際地位的信譽。外界憂慮，川普的決定會使油價大幅上揚，且本週原油價格每桶首次突破 70 美元，若美國對伊朗進行制裁，國際原油價格每桶將增加 7 美元，未來恐漲到每桶 80 美元的高價。川普說，美國無法依賴一個『腐爛』的協議，來阻止伊朗研發核武器，並表示將對伊朗實施新的制裁。

根據《CNN》報導，川普正式宣布美國將退出伊朗核協議，他說伊朗核協議有很大的缺陷，如果美國繼續支持核協議，難以預計會發生什麼事情。同時，他也將對



川普宣布再退出伊朗核協議，外界憂慮，若美國對伊朗進行制裁，國際原油價格每桶將增加 7 美元，未來恐漲得更高。

伊朗發起新的制裁，任何協助伊朗研發核武的國家也將遭受強烈的制裁。「這是一個非常糟糕的核協議，它並沒有帶來和平，未來也不會帶來任何好處。」

川普的決定雖然不至於導致伊朗重啟核武計劃，但其退出協議的決定也將帶來重大的影響，包括破壞石油市場，加劇中東緊張關係。同時，自美國早前推出巴黎氣候協議，撤銷太平洋夥伴關係貿易協定，這次則退出核協議，已損毀了美國在國際協議中的信譽，外界也憂慮，未來川金會也將發生更多變數。

國際油價首要衝擊

《華盛頓郵報》分析，伊朗人對未來的局勢感到恐慌。川普的決定勢必衝擊金融市場。事實上，國際原油價格最近正有大幅波動，自 2014 年以來，本週原油價格每桶首次突破 70 美元，若美國對伊朗進行制裁，石油專家估計，未來幾個月內伊朗原油國際市場每天恐怕會減少 35 萬 -50 萬桶的石油。高盛公司更警告，美國退出伊核協議後，國際原油價格每桶將增加 7



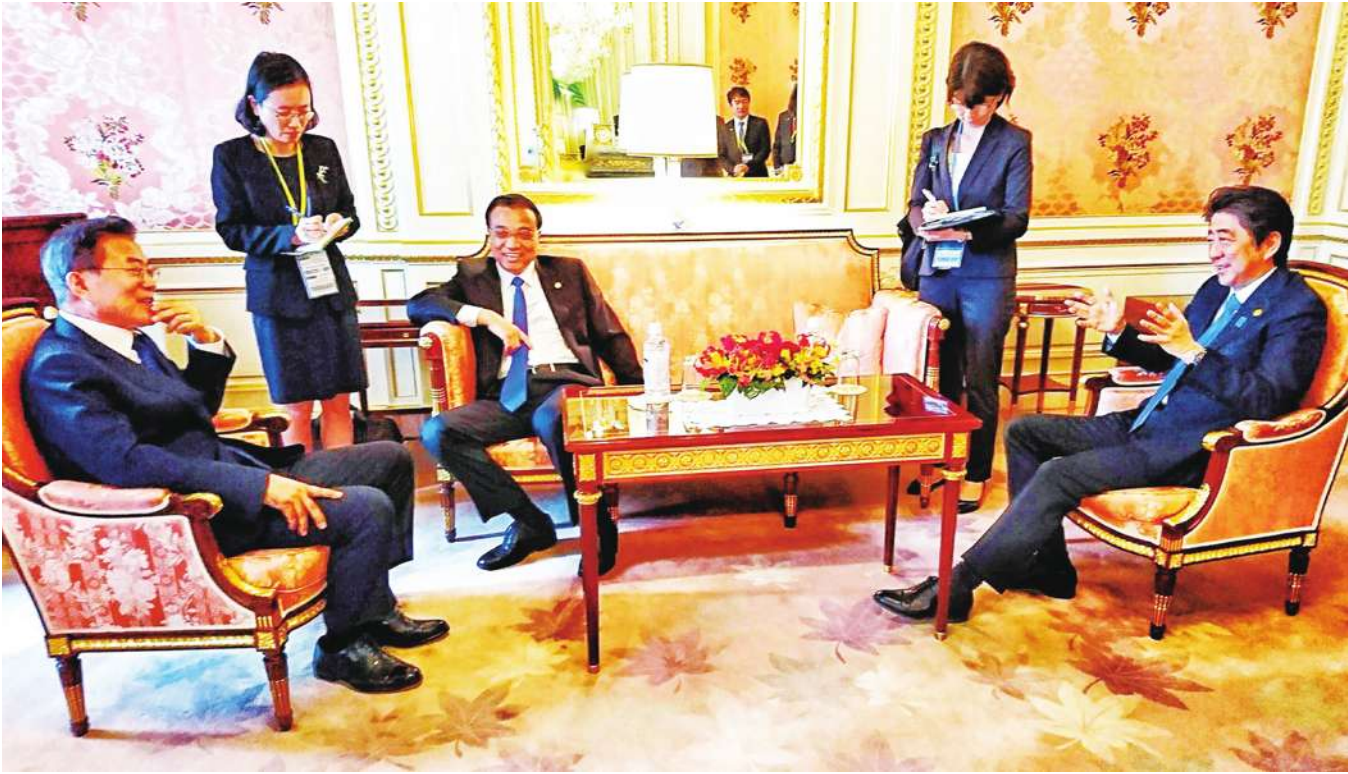
美元，邁向每桶 80 美元的門檻。

根據 2015 年 7 月的伊朗核協議，伊朗同意抵限制其核武計劃。作為回報，美國及其他五大國家——俄羅斯、中國、法國、英國和德國同意取消限制伊朗石油銷售額限制，解除一定的財務制裁，為伊朗海外投資鋪平道路。該協議簽署後，伊朗國際石油銷售量猛增，非農業產品進口更增長了 12 倍。

對美國而言，這筆交易意味著白宮將放棄國際公司與伊朗展開石油交易。哥倫比亞大學全球研究中心高級研究員奈菲爾指出，美國將要求世界各國的石油貿易公司，包括支持核協議的歐洲國家減少向伊朗進口石油，未來石油價格恐會難以預估。

會談更團結 中日韓要貿易棄核武

【本報記者陳睿仁綜合報導】「在當前形勢下，中日韓更應堅定地站在一起！」中國總理李克強、日本首相安倍晉三和南韓總統文在寅 9 日舉行三方高峰會，討論北韓非核化和區域自由貿易。專家分析指出，這是三國 2015 年以來第一次召開三方會談，三國選擇放下成見坐下來討論，代表川普強硬的外交政策反而讓中日韓關係更為緊密。



▲中日韓 9 日召開三方會談，期間承諾對北韓非核化和多邊自由貿易的決心，象徵三國關係改善。(photo credit: asan press / 臉書)

根據《CNN》報導，這次高峰會是 2011 年以來第一次有中國總理或南韓總統踏上日本本土。儘管中日韓之間有不少因爭搶領土或二戰糾紛的摩擦，三國領袖 9 日仍在東京召開高峰會，展現三國團結的形象。

首重北韓非核化

在北韓宣示放棄核武以及川普和金正恩即將會面下，三方會談最首要的議題就是討論北韓的非



核化。《路透社》報導指出，安倍在會談中強調，三國應該打鐵趁熱，在北韓放棄核武的同時讓朝鮮半島完全非核化。文在寅也表示，三國一致同意朝鮮半島的非核化對東北亞的和平「至關緊要。」

除了北韓核武議題，會談中的另一焦點就是貿易。在川普大打貿易戰的情形下，做為世界第二大和第三大經濟體的中國和日本決定尋求區域自由貿易協定。根



據《新華社》報導，李克強在會談中強調，中日韓反對保護主義和單邊主義，三方應「加快中日韓自貿區談判進程，制定東亞經濟共同體。」

學者：川普讓 3 國團結

《金融時報》分析指出，受到川普強硬的外交手腕影響，這次會談象徵中日韓三



國關係改善且更加緊密。新加坡經濟智慧智庫研究員巴索表示，這是三國 2 年半後再度舉行的會談，「可見三國關係不再像過去那般冰冷。」

英國牛津大學教授米特分析，中日兩國擔心被排除在北韓情勢之外，因此願意放下歧見與南韓展開三方會談。「日本到現在還沒有跟北韓展開雙邊對話過，而中國則害怕北韓脫離它的管制，因此兩國願意合作。」

美教會出訪北韓 預見朝鮮半島的春天

【本報記者莊瑞萌綜合報導】由國際基督教機構組成的代表團日前成功訪問北韓，為教會與北韓政府的關係帶來突破性的發展。由普世教會協會為首的 6 人代表團日前接受北韓基督徒聯盟邀約訪問當地。代表團成員表示，由於此行有機會與北韓最高人民會議常任委員會委員長金永南會面，參訪象徵朝鮮半島的春天已經來臨。

據《今日基督徒報》報導，由普世教會協會與世界改革宗組成的 6 人代表團於本月 3~7 日前往平壤，雖然北韓被視為封閉國家，但當地低調與世界教會團體維持關係已超過 30 年，教會同時對於促進兩韓邁向統一不遺餘力。

這次代表團也與北韓最高人民會議常任委員會委員長金永南會面，他與南韓統一部部長一

同強調，教會與宗教團體不論在過去還是未來，都對兩韓人民的和平與統一扮演重要角色。代表團也呼籲所有教會及基督徒成為和平使者，全球懷抱善意者一起加入支持板門店宣言的行列，使其成為達到兩韓人民、該地區與世界永續和平的根基與架構。

普世教會協會幹事長特威特表示，「我們在美麗的春春季節訪問平壤，不僅符合自然氣候，也符合朝鮮半島人民與政府的關係現狀。」

據《視野雜誌》報導，這次代表團對於參訪成功表示致謝，包括能與北韓基督徒聯盟與南韓國家教會協會一起慶賀上週由南韓總統文在寅及北韓領導人金正恩簽署和平宣言中所提出的政治承諾，以及透過完全非核化，達到非核朝鮮半島目的。



►基督教團體日前成功前往北韓進行多日的參訪。(Photo by (stephan) on Flickr under Creative Commons license)

旅遊業排碳超高 美國、中國領先

【本報記者莊瑞萌綜合報導】旅遊業貢獻碳排放超乎預期！根據澳洲研究發現，包含交通運輸以及住宿飯店與飲食等在內，全球旅遊業造成的排碳量佔全球 8%，是原本預期的 3 倍。其中，富有國家旅客造成的排放量，比一般低收入國家旅客還要高，其中美國居冠，其次為中國、德國與印度。

據《BBC》報導，旅遊業目前是全球新興產業，其產值達 7 兆美元以上，而且每年以 4% 速度成長。外界曾預估旅遊業排碳為 2.5-3%，但雪梨大學觀察 2009-2013 年 160 個國家的全球排碳量發現，其加總應為 8%。研究人員指出，除了分析搭乘飛行工具之外，研究內容還包括食物、飲料、基礎建設興建與維護以及零售服務等構成旅遊系統所排放的污染。

研究人員馬里克表示，「高收入國家的旅客通常會在航空、

購物與住宿費用上支出較多。反觀低收入國家的旅客較會支出在公共運輸與未加工過的食物，兩者的支出模式不同。」

報告也指出，當人們年收入超過 4 萬美元後，若收入每增加 1 成，便會增加 13% 的旅遊碳排放。

觀察每人排放量，小島旅遊勝地貢獻更為可觀，例如馬爾地夫、賽普勒斯與非洲塞席爾等地點，每年排放佔總排放量達 8 成之多。另外，國際旅遊的需求在新興國家也開始提高，例如巴西、印度、中國與墨西哥。

世界旅行與觀光理事會雖認同這次報告結果，但仍認為旅遊業在減碳上相當用心。該理事會研究主管透納指出，「若說我們無所作為那是不公平的，因為許多飯店、機場與旅遊業者都已達到零排碳。」

本次研究結果刊登在 Nature Climate Change 期刊。



▲來自富有國家的旅客，外出旅遊造成的碳排放相對較高。(Photo by Bill Wilt on Flickr under Creative Commons license)

洪榮宏辦演唱會 與妻同唱人生故事

藝人洪榮宏以「人生車站」為主題舉辦演唱會，形式有點像音樂劇，老婆張靜云也會當嘉賓一起唱歌。

【本報記者藍苡瑄台北報導】「這次以『人生車站』為主題，演出我的人生故事，老婆張靜云也會當嘉賓一起唱歌，」藝人洪榮宏9日穿著白色襯衫出席「人

生車站」巡迴演唱會記者會時表示，這次形式有點像音樂劇，讓老一輩回味過去，並與美聲歌后小百合組成的30至40人「綺麗合唱團」一起合作。

洪榮宏舉辦「人生車站」演唱會記者會，相識10多年的藝人好友康康（康晉榮）也到場支持，康康現場模仿他唱歌方式，笑說「我真的是他超級粉絲，出

道時還模仿過他，」洪榮宏則送上「車票」（演唱會票券），邀請康康帶家人一起看表演，並希望他能當特別嘉賓。

洪榮宏去年與有「小鄧麗君」封號的歌手老婆張靜云低調完婚，他表示，「我們都喜歡運動，一天早晚爬山各一次，吸收芬多精，而且都看淡虛華物質生活，」他說，很難得找到兩人個性、興趣都很相似的人，老婆也會貼心幫忙打理一些家務，兩人幾乎沒有磨合期。這次演唱會夫妻將一起參與，新專輯也有收錄與老婆對唱的3首歌曲。

對於去年曾透露今年將補辦婚宴，洪榮宏9日回應，「最近太忙，可能要等到明年，」形式還沒想好，他笑說，乾脆辦婚宴演唱會。至於前妻陳施羽即將完婚，是否有受邀赴宴，他表示，「我這陣子工作很忙，所以就順其自然，」之前聽到消息，因為



▲藝人康康為洪榮宏「人生車站」巡迴演唱會記者會站台。（photo by 藍苡瑄／台灣醒報）

兩人都是基督徒，有為彼此喜事禱告，大家都能找到對象，是件好事。

洪榮宏「人生車站」巡迴演唱會將於9月15、16日在台北國際會議中心舉行，之後11月17日到高雄樺舍商旅演藝廳（原澄

清會館），12月8日在台中中興大學惠蓀堂，明年1月26日在台南文化中心舉行，11日中午12點準時賣票，可到寬宏售票購買，或全國萊爾富、OK便利商店。



璀璨之星選拔 20名模共襄盛舉



【本報記者毛上仁台北報導】藍白舞台燈光搭配乾冰，充滿時尚氣息的「Eelin Star 伊林璀璨之星選拔大賽」起跑記者會9日由日系搖滾樂團noovy演唱，搭配模特走秀演開場，有模特兒林嘉綺、鄭雅勻、noovy等名模出席，引起現場粉絲尖叫歡呼聲不斷。伊林娛樂總經理陳婉若表示，鄭雅勻和noovy都是當初璿

燦之星得主，已從素人蛻變為藝人。

有的女模特兒走秀時嶄露信心之美，穿著禮服長裙搭配白紗，有的一身緊身黑外套長褲，搭配流線式白色花紋；男模特兒穿著連身服充滿時尚氣息，在搖滾樂的背景下，男女模特為開場走秀增添許多色彩。

Youtuber鄭雅勻說，她從小就

對美妝有興趣、喜歡表現，現在她常在網路上分享自己的美妝影片，noovy主唱Shawn則分享，過去曾在媽媽跟老師眼中曾是壞學生，因為愛上吉他報名璀璨，進而認識現在的團員，才有機會進入演藝圈。

伊林娛樂現場邀請了林嘉綺、王麗雅、王尹平、余秉彥、夏如芝、張雁名、梅賢治等名模藝

▲報名璀璨之星選拔的年輕人。（photo by 毛上仁／台灣醒報）



▲模特兒林嘉綺（photo by 毛上仁／台灣醒報）

人到場，林嘉綺現場分享自身經驗，對即將報名的年輕人建議，「在表演當中必須要投入，當你投入時就能展現自信神情」。

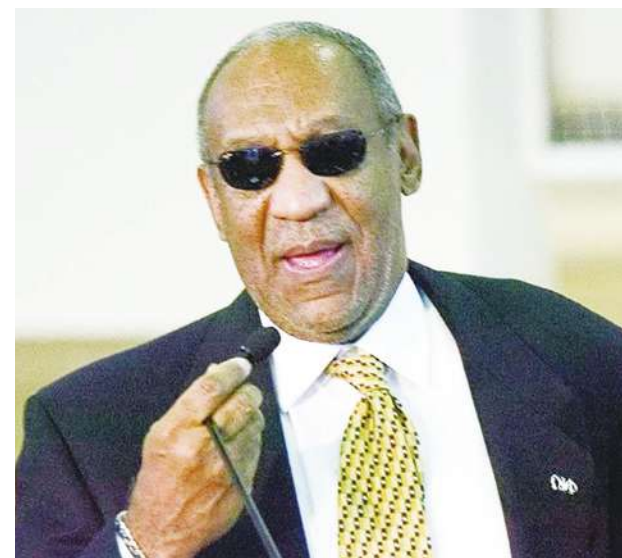
2018 璀璨之星選拔賽除了設有「模特兒組」、「演藝組」，今年更新增「花漾少男少女組」，陳婉若表示，歡迎喜愛表演工作、演藝夢想的年輕人報名。



圖文選粹

圖文／中央社

天才老爹涉性侵 榮譽學位遭大學撤銷



▲「天才老爹」資深影星比爾·史密因被指控性侵犯，其榮譽學位遭大學撤銷。大學理事會8日宣布，撤銷這位男星的榮譽學位。

張震任坎城影展評審 開幕紅毯亮相



▲第71屆坎城電影節開幕式紅毯於8日晚間（法國坎城時間）登場，演員張震（前左2）獲法國坎城影展邀請，擔任競賽長片單元評審，以一身黑色西服套裝搭黑領結帥氣亮相。



▲日系搖滾樂團noovy，9日為2018 璀璨之星選拔賽起跑記者會開場演唱。（photo by 毛上仁／台灣醒報）

▲2018 璀璨之星選拔賽起跑記者會，邀請至少20位名模藝人到場。（photo by 毛上仁／台灣醒報）



台灣醒報
Awakening News Network

▼英國醫療研究團隊9日成功利用骨質疏鬆藥物刺激頭皮生髮，令治療脫髮提供全新的途徑。(photo by photoAC)

禿頭有新解方 骨質疏鬆藥可生髮

【本報記者譚有勝綜合報導】禿頭除了用藥治療，也可通過日常照顧避免脫髮。英國醫療研究團隊9日成功利用骨質疏鬆藥物刺激頭皮生髮，令治療脫髮提供全新的途徑。過去禿頭雖然可以服用藥物，但因副作用大、效果不明顯而成為不治之症。頭皮健康醫師彭賢禮、張宏嘉建議，患者可多用溫水沖洗頭髮，以免造成頭皮過敏引發毛囊炎而大量脫髮。

禿頭新藥物發現

根據《Nottingham Post》報導，禿頭有治療解方。國外研究團隊利用骨質疏鬆症的藥物——「Way-316606」蛋白質的分子可刺激頭皮萌生毛髮。若這項研究

英國成功利用骨質疏鬆藥物刺激頭皮生髮，接下來研究團隊將進行臨床試驗，以證明這個藥物對脫髮患者沒有副作用。

在臨床試驗通過試驗，有望為男性、女性脫髮問題提供全新治療的途徑。

曼徹斯特大學首席科學家霍克肖表示，這種新藥從未被驗證過對毛髮生長有效，接下來研究團隊將進行臨床試驗，以證明這個藥物對脫髮患者沒有副作用。

《BBC》也指出，目前只有2種藥物可用於治療禿頭，一個是「米諾地爾」(minoxidil)，另一個則是「非那雄胺」(finasteride)，但因為這些藥物都有副作用，且效果不明顯，所以脫

髮者通常採用毛髮移植手術。

雖然脫髮是常見的現象，但若是突然脫髮、頭頂脫髮、頭癢等症狀應考慮優先看診，以防病情惡化。英國皮膚科醫師協會發言人對《BBC》記者表示，脫髮對情緒會造成損傷，患者恐會失去自信，雖然有許多患者積極透過其他藥物、手術進行治療，但因未取得成效而大受打擊，因此這項新的治療方案確實開闢了另一個途徑，讓患者有更多治療選擇。

多用溫水洗頭髮

頭皮健康醫師彭賢禮、張宏嘉也〔撰文〕指出，毛囊炎，是禿頭的警訊之一。毛囊炎多好發於成年人，就如頭皮長痘痘一樣。除了藥物治療外，患者也可藉著簡單的步驟避免頭髮脫落，例如將頭髮沖濕，用溫水沖約1分鐘左右，充分沖刷留在頭皮與頭髮上的髒污。

之後，再將洗髮精倒在手上，揉搓起泡後由耳朵旁的頭皮開始，用指腹畫圈往上清潔，直至頭頂後再往下畫圈按摩頭皮。此外，患者也應以溫水沖洗頭髮最佳，直至髮上的泡沫徹底沖洗乾淨為止。如果沖洗不乾淨，洗髮精殘留將會造成頭皮過敏現象，進而導致毛囊炎、脫髮。



▲慢飛天使小恩在眾人面前挑戰做母親節卡片，展現對爸爸媽媽的愛。(photo by 陳美君／台灣醒報)



▲(左一) 伊甸社會福利基金會副執行長林文賓、伊甸公益大使佩甄、慢飛天使小恩、惠康百貨股份有限公司執行副總裁鮑敬康。(photo by 陳美君／台灣醒報)

替慢飛天使築上學路 頂好超市設零錢箱

【本報記者陳美君台北報導】讓0-6歲發展遲緩慢飛天使，在安全交通接送下前往全省6間安心學習的療育教室，學習早期療育課程。惠康百貨股份有限公司執行副總裁鮑敬康和公益大使佩甄，號召消費者做公益，即日起至6月20日在全省頂好超市設置「門市零錢箱捐款」或「收銀結帳捐款」，所得捐給伊甸基金會，用於設置慢飛天使早期療育黃金期的軟、硬體設備。為支持伊甸基金會弱勢兒童服

務計畫，頂好公益月與伊甸合作推動「頂好陪伴慢飛天使築夢上學路」公益募款活動，希望能募集到600萬，提供7,680位慢飛天使安全交通接送，以及打造全省各地6間安心學習的療育教室。

在母親節前夕，執行副總裁鮑敬康帶著慢飛天使小恩，首次在眾人面前挑戰繪畫母親節卡片和製作愛心下午茶，向全天下慢飛天使媽媽們的努力和付出表達感謝和敬意。

圖文選粹

圖文／中央社

高血壓患者勿自行減藥 嚴重恐損全身器官



▲高血壓患者應積極控制血壓，均衡飲食、規律運動，臨床上常見高血壓患者認為吃藥傷身，自行增減或停用藥物影響治療。(圖為示意圖)

食物香阻藥味 科大生打造寵物餵藥神器



▲台灣科技大學設計系學生設計「逗狗狗」系列產品，利用狗狗嗅覺比味覺靈敏的特點，降低吃藥時的排斥行為。

剛果再爆伊波拉疫情 世衛謹慎因應

【本報記者陳睿仁綜合報導】非洲剛果民主共和國再度爆發伊波拉疫情！剛果衛福部8日指出，北方的比克羅省確定驗出伊波拉病毒的案例，代表剛果正面臨另一波的伊波拉疫情。不過剛果政府和世界衛生組織(WHO)也承諾彼此將共同合作，盼望能像過去一樣快速控制和消滅疫情。

根據《CNN》報導，剛果衛福部8日發布通知，警告北邊的比克羅省確定有伊波拉疫情。衛福部表示，目前已經有21起疑似感染伊波拉病毒的病例，造成17人喪命。此外，在衛福部抽樣的5起病例中，有2起病例確定感染伊波拉病毒。

代表衛福部發言的內政部長馬士庫表示，這是一起「讓人擔憂的衛生問題。」目前比克羅省已經有一批專業醫療團隊設法控制疫情，而衛福部也將在9日從首都金夏沙派遣另一批帶有醫療儀



▲剛果政府和世衛都在第一時間派遣相關醫療人員，期望能順利控制伊波拉疫情。(photo credit by un.org)

器的醫療團支援比克羅省。

世衛：複製過去

剛果去年5月也曾爆發伊波拉疫情，疫情期間共有8人遭感染，其中4人喪命。不過在剛果政府與世衛和無國界醫生等民間

團體的合作下，疫情很快就被消滅。根據《半島電視台》報導，世衛將再度加強跨組織的合作，期望能複製去年成功控制疫情的模式。

世衛非洲地區執行長莫伊提表



假以、沙之手 美國制裁伊朗

川普壓制伊朗，委由代理人以色列跟沙烏地阿拉伯來協助扮演黑手，這樣的行徑，恐激起更多反美的報復跟恐怖行動。

■ 蔡又晴
(資深媒體人)

川普撕毀了「伊朗核子協議」(Iran nuclear deal)，在美國的棄約行動中，以色列率先支持，這個部分值得特別關注，首先美國為什麼要制裁伊朗？

作為波斯灣地區的大國，伊朗除了國土跟人口舉足輕重之外，它跟其他波斯灣回教國家其實相當格格不入，唯一信奉伊斯蘭教什葉派的伊朗政權，在2010年的阿拉伯之春民主運動當中，成功避過這一波反政府浪潮，但過去波斯灣的國家當中，卻有許多國家陷入了民主運動帶來的動亂跟內戰，紛紛變成失敗國家(Failed state)，如敘利亞、伊拉克、葉門。

對伊朗來說，如果能夠藉此機會削弱遜尼派國家的實力，當然

就能交換到自身的安全，畢竟伊朗還跟伊拉克打過8年的兩伊戰爭，因此伊朗大力支援這些周邊國家當中的什葉派反抗軍。

伊朗最頭痛的國家

這兩個國家對伊朗痛恨非常，一個是沙烏地阿拉伯，一個是以色列，沙烏地阿拉伯的南方鄰國葉門，因為內戰關係導致遜尼派政府倒台，叛變的什葉派青年運動組織，動輒就用飛彈攻擊沙烏地阿拉伯，讓沙國十分惱火，卻又無法全面動武殲滅葉門的叛變組織。因此沙烏地阿拉伯對伊朗非常感冒，因為射向沙國的飛彈，產地全都來自於伊朗。

另外一個超討厭伊朗的國家就是以色列，談以色列必須先談它的北方鄰國黎巴嫩，黎巴嫩國內基督教跟伊斯蘭教勢力相當，在黎巴嫩境內伊斯蘭教遜尼派跟什

葉派並存，地中海沿岸地區是以遜尼派為主，南部靠近以色列的地區是以什葉派為主。

黎巴嫩在1975年因為基督教與伊斯蘭教勢力失去均衡，爆發激烈內戰，讓黎巴嫩成為失敗國家，內戰影響到現在都還沒有平息，反抗以色列的巴勒斯坦解放組織被趕到了黎巴嫩，另外，黎巴嫩南部的什葉派真主黨，則是遵奉伊朗最高領袖霍梅尼為精神領袖，以建立伊斯蘭政府為口號，要消滅以色列國，讓黎巴嫩南部成了反以色列國大本營。

以色列腹背受敵

對以色列來說，要應付黎巴嫩南部的真主黨騷擾，同時還要防備敘利亞境內的伊朗軍隊隨時可能對以色列攻擊，這樣時不時的攻擊騷擾，再配合以色列境內的巴勒斯坦人反抗運動，以色列



◀ 在2010年的阿拉伯之春民主運動當中，信奉伊斯蘭教什葉派的伊朗政權成功避過這一波反政府浪潮。(網路截圖)

軍隊跟警察是疲於奔命，因此以色列不斷暗中派出戰機轟炸在敘利亞境內的伊朗基地，就是要防止伊朗勢力繼續往西擴張到以色列。

所以以色列總理納坦雅胡才會一再地在國際各種場合，揭發伊朗還在製造核子武器的各樣證據，如果對比美國先前決定將大使館從特拉維夫遷移到耶路撒冷，就能看出川普對以色列的大力支持，因為耶路撒冷其實內部勢力複雜，伊斯蘭教將耶路撒冷視為聖地，信奉猶太教的以色列將首都移到耶路撒冷，對伊斯蘭教跟周邊信奉伊斯蘭教的國家都十分敏感。

非人道戰爭恐增加

川普撕毀「伊朗核子協議」之後，除了經濟制裁之外，以色列一定會加倍對敘利亞跟黎巴嫩的親伊朗勢力攻擊，迫使

伊朗的勢力往東縮，同時沙烏地阿拉伯也會對葉門持續進攻，迫使伊朗的勢力縮回北邊。

但問題是以色列跟沙烏地阿拉伯的作戰方式，肯定不會接受聯合國制約，因此近來包括沙烏地阿拉伯隊葉門等地的轟炸，都造成了大範圍的平民死傷，衍生的人道危機十分嚴重，而且受害平民無法得到有效的救援。

川普的策略是要壓制伊朗，但是手段跟成本轉嫁到了其他國家，再委由代理人以色列跟沙烏地阿拉伯來協助扮演黑手，這樣不計道德的現實行徑，雖然在美國的策略中算是合理，卻少了道德感的約束，恐激起更多反美的報復跟恐怖行動。

收入穩未必安心 公務員要懂理財

■ 居隱
(社工師)

近日台灣各大電信業者推出公務員手機門號優惠，最低綁約兩年、每月付新台幣不到300元即可享12GB上網流量、低價通話費，吸引不少公務員申辦，但是細算之下，恐怕談不上划算。

月租不一定划算

此優惠沒提到綁約期間，如沒繼續當公務員，月租費可能改以原價計算。且部分公務員上班時間較少出外，或多半用公務手機跟主管、同事連絡，回到家還可跟家人共用無線網路，除非常需在外傳送影音檔案，不然不一定划算。

官方單位相比營利企業、

▶ 當公務員更要懂得理財，才可達到財務自由。
(photo by 維基百科)



民間團體穩定，加上公務員人數多，有夠多現金流來源，會想盡方式吸引公務員來消費。

因此公務員以為能領穩定薪資，就可隨意消費，如此易陷入

個人財務危機，甚至影響工作表現，像是部分志願役士兵，將領到的薪資拿去改裝車子，退伍後竟沒存到多少錢；曾有在官方單位工作的社工，因欠大量房貸債務，用服務對象名義盜領補助，

結果被移送法辦。

公務員要懂理財

曾有公務員上網，提到不喜歡現在的工作，但福利太好捨不得離職，陷入職涯兩難；同樣當公務員，很少公務員像台灣導演齊柏林，為完成夢想先跟家人討論理財規劃，決定放棄領退休金。

再像是部分退休公務員及家人，用退休金付房貸，面對官方單位為減少債務推動年金改革，提供的退休金比以前少，影響就很大了。

所以當上公務員更要懂得理財，俗話說：「由儉入奢易，由奢入儉難」，享有夠多且穩定收入，更要控管支出並善用存到的錢，及工作培養的能力及經驗，才可達到財務自由。

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。

故事卡 Story Card

記憶卡 Memory Card

分享卡 Share Card

耶路撒冷 Jerusalem

家庭同樂、朋友同歡、團契同習

適用年齡6歲以上

定價 380元

認識聖經知識

學習財務管理

學習情緒管理

遊戲設計：蘇燕輝

一畝田創意傳播

Acre Creative Broadcasting Co.

製作 發行

走路姿勢有講究 不傷身、保健康

走路不只是關係到腳部的動作而已，也會牽動全身的肌肉、骨骼與神經系統。走路方式正確的話，「步行」可謂有益全身健康的好運動。

■黃如玉

人體的構造環環相扣，走路不只是關係到腳部的動作而已，也會牽動全身的肌肉、骨骼與神經系統。走路方式正確的話，「步行」可謂有益全身健康的好運動；相反的，如果步態有錯誤，對健康的影響牽連甚廣，不容小覷。以上這些體型外觀的改變和身體的疼痛，都與你平常的步態習慣有關。

如果身體的疼痛或是這個「出錯的部位」，是在「不知不覺」中形成，而且也不是那麼明顯

做一些的工作，久了之後，這個部位的肌肉自然會變得肥厚又壯碩，這可能就是你甩甩甩不掉的「蘿蔔腿」出現的真正原因！

足底筋膜炎、高低肩

除了「蘿蔔腿」之外，「扁平足」也有可能造成「足底筋膜炎」。原因就在於走路時，足底筋膜必須持續的施力推進，當足弓太過於塌陷，足底筋膜的彈性和張力也會變得相對疲乏，身體在不知不覺中，會用更多的力氣推進。而足底筋膜附著在骨骼的



「一步態」指的是走路的方式，每天看似不經意的一小步，其實是影響人體健康的一大步。(photo by oxhere)

足底筋膜附著在骨骼的部位，就會因為過高的壓力，造成慢性的些微撕裂傷，逐漸就形成了「足底筋膜炎」。

（例如：長期缺乏運動而漸漸變得無力的核心肌群，或是因為習慣駝背而一點一點拱起來的胸椎），我們的身體很可能為了屈就這些「出錯的部位」，日復一日之下養成錯誤的步態習慣！

當我們習慣了錯誤的步態，肌肉也會逐漸改變施力的模式，身型和機能也會跟著走樣。以下來看看幾個生活上常見的實際現象與疑問：

蘿蔔腿怎麼來的？

「蘿蔔腿」是許多女性的夢魘，有人每天又揉又捏、猛擦號稱神奇的瘦腿霜，甚至戒穿高跟鞋，還是不見效果，滿心著急滿腦子問號……或許，問題是出在其他的

身體的施力習慣，都是一個關節連著一個關節，上下左右相互牽動，沒有任何關節或肌肉可以「獨立作業」。正因為如此，如果足弓比較塌陷（俗稱「扁平足」），足底的筋膜就比較無法施力做推進的動作，身體會仰賴小腿後側的肌肉（腓腸肌）來協助。

如果每一個步伐都讓腓腸肌多

部位，就會因為過高的壓力，造成慢性的些微撕裂傷，逐漸就形成了「足底筋膜炎」。

走路時傾斜一邊的習慣，也是身體上下、左右相互牽動後的結果。每個人都有「慣用邊」和「非慣用邊」，而慣用邊通常因為經常出力，肌肉的力量會比較大；非慣用邊則會因為較少用力，相對的肌力較弱。

如果平常出門時，經常是單側背包包，而且習慣用同一邊背，就會讓兩邊肌力的差距愈來愈大。而當這樣的失衡出現時，力量較大的那一邊肌肉會變得比較飽滿肥厚，身體也會因為兩邊負重習慣的差異而出現歪斜，漸漸地，力量較小的那一邊負重時，身體就會變得不協調、不習慣，而身體歪斜的情況也會日益嚴重。

低頭族小心駝背

低著頭走路的習慣，可能由很多因素造成。例如：有人曾經被路上的坑洞絆倒，從此就非常注意路面而低著頭看路；也可能是從小缺乏自信，不想遇到熟人，遇到也想要假裝沒看到；或是近

年來流行的「低頭族」，在走路時低著頭滑手機不看路等。這些原因，都可能因此而養成低著頭走路的錯誤步態。

當自己不自覺的低頭走路時，頸椎應有的C型弧度會受到改變，但為了繼續支撐頭部的重量，周遭的肌肉會變得僵硬緊繃，用以支撐頭部的重量；背部的肌群則會因為身體的「駝背」，慢慢變得無力。許多人長年的肩頸痠痛，都是從「低著頭走路」這個小動作造成的！

透過前面的自我檢測與生活現象觀察，你是否開始意識到我們每天都在做、已經自然到不

許多長輩、媽媽們，膝蓋的退化性關節炎會一邊先發作，或是只有一邊會發炎，都是因為代償作用的關係。

行的「走路」這件事，其實是攸關健康與體態的關鍵性活動！接著，我們就來更進一步地探索步態與健康之間緊密的關連性。

步態影響身體平衡

每天看似不經意的一小步，其實是影響人體健康的一大步。本章以「脊骨神經醫學」的觀點，針對行走跨步時人體各個部位的運動運作機制，以及不適感或疼

痛相對生成的原因做詳細的分析。從幼兒期、青壯年到老年各個階段，皆提出步態的發展、定型、退化等指標，釐清各種引發症的來龍去脈。

錯誤步態是慢性傷害

「步態」指的是走路的方式，不只是腳部的動作，而是整個身體動態時的整體表現。

我們在一歲左右學走路開始，就需要倚靠雙腿，一步一步的往前走。而這個動態的過程，就稱之為「步態」。會影響步態表現的因素非常多元，包括整個身體的平衡性與肢體各部分的協調和

許多長輩、媽媽們，膝蓋的退化性關節炎會一邊先發作，或是只有一邊會發炎，都是因為代償作用的關係。

穩定。

影響步態表現的四大主因：身體的平衡感—平衡感能讓我們在行進中不會跌倒。核心肌群的協調性—能使身體穩定的直立，並支撐身體上半身和下半身的活動。雙腿往前踏出時的穩定性—決定我們步伐的速度、長度、寬度等變因。

雙腳的足弓在推進時的力量—讓我們可以紮實的站穩每一步。

以上這些所有的細節，都必須要相互環扣且良好的協調，才能夠架構出穩健的步態，當有任何一處出現失衡，例如：足弓過低、某處肌肉受傷、肌群過於無力等，都會影響步態。而一旦養成錯誤的用力習慣，不僅體態會歪斜，更會帶來身體多樣化的慢性傷害。

當身體的某個部位出現問題，例如：受傷、無力、過於緊繃等，身體便需要「暫時」藉由其他部位的協助來維持運作，這種人體自動支援的機制，我們稱它為「代償作用」。代償作用其實經常在發生，而當原本的問題被解決後，身體不需要繼續代償作用，通常就會再回到原來的運作方式。

代償作用的暫時性

會強調代償作用的「暫時性」，是因為這本來就是身體為了維持及保護人體功能的臨時反應機制。但是，萬一原本的問題一直沒有被解決，而讓身體長期繼續使用這樣的代償作用時，就會造成一連串的代償後遺症，甚至從腳底一路影響到頭部。

舉例來說，經常翹腳久坐的人，會因為骨盆長時間的扭轉，讓兩側的臀肌和腰肌張力失衡，造成單側肌肉的緊繃無力。

我們經常看到習慣翹右腿的族群，左側的臀肌變得相對緊繃無

力，而在走路用力時，左腳會比較拖，而且身體會不自覺地將重心往右側偏斜，並將力量集中在右側的膝蓋上，造成右側膝蓋的提早磨損。許多長輩媽媽們，膝蓋的退化性關節炎會一邊先發作，或是只有一邊會發炎，都是因為代償作用的關係。

《從步態看健康》簡介

紐約客的大步快速疾行、日本女子的內八步態，甚至台灣人走起路來會搖搖擺擺的、每一個步伐都很重、挺出啤酒肚走著、彎腰駝背的、低頭滑手機的……，這些錯誤的步態不只透露了身體正在發生的問題，也是導致許多人長年腰痠背痛、身型走樣的真正原因。

走路有益健康，走路不只是單純的腳部的動作，步伐會牽動全身的肌肉、骨骼、神經系統，以及內臟。如果走路姿勢不正確，反倒會成為迫害健康的殺手，各種痠、痛、腫、麻、胖、脊椎或腿骨腳趾變形等症狀紛紛上身，甚至得面臨更換人工膝蓋。



出版社 / 方舟文化

・Y!!! 書訊快報・

醒報編輯部 / 輯

《串流龐克》

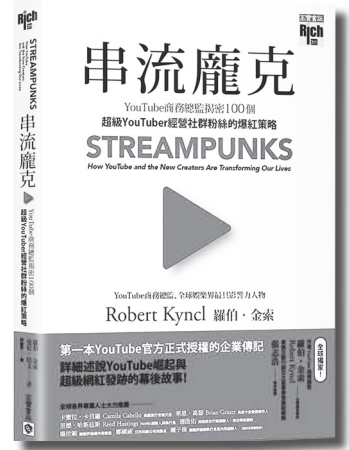
作者：羅伯·金索，曼尼·培文

出版社：高寶

YouTube 徹底改變我們的娛樂生態，它提供主流媒體忽略的收視需求，不論是家庭影片、獨立音樂、地區新聞、美妝教學、遊戲實況，如今每個月都有 15 億人利用電腦、手機、平板等裝置觀看大量影片，也有數百萬新一代的導演與表演者，為了與全世界分享創意而製作影片內容，這些拓荒者就是串流龐克（streampunks）。

串流龐克挑戰創意，全年無休地持續創造吸引人的影片。YouTube 商務總監羅伯·

金索發現，他們是培養網路社群的專家，總是展現真實的自己，引起千禧世代與 Z 世代的關注，並反攻主流媒體，成為不可忽視的新力量。

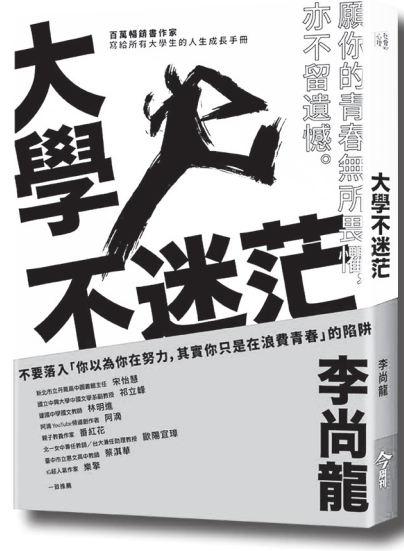


作者：李尚龍

出版社：今周刊

五月天有句歌詞：「用力的浪費，再用力的後悔」，大學生涯就是一不小心就會過度浪費的時光。在邁向無國界的學習平台時，未來不再只有一紙為憑，唸了大學若不知如何找到企業實習、海外交換、應用知識的機會，四年後，你可能正式成為這個世界的邊緣人。

本書以精鍊的筆觸，犀銳實用的觀點，談如何培養能力、運用時間，鍛鍊身體，以諸多穿插的小故事，串起了各類實用的建議，讀起來有趣不乏味，又同時能有所得，若你是正在



《小心瘦錯了！瘦小腹又豐胸的美體雕塑法》

作者：Micaco，山守麻衣

出版社：方智

有多少人想要瘦身，結果只有胸部變小，小腹卻始終消不掉！？你知道身體有「燃脂順序」嗎？隱藏在慢跑熱潮背後的，居然是嚇人的「運動貧乳」？順序不對，做錯運動，瘦身很可能反而毀了身材！

Micaco 老師開發結合有氧運動與肌力訓練菁華的瘦身操，掌握維持上圍、剷平小腹的 4 個條件，一、盡量不要晃動乳房，連繫乳房的「乳房懸韌帶」是很纖細的組織，很有可能因為晃動而拉長或斷裂，非常危

險。二、鎖定腹部鍛鍊。三、擊退內臟下垂。四、矯正「骨盆前傾」。



房屋市場明年落底 專家：2023 年逐步回彈

顏炳立認為，2018 年房市還不會落底，估計 2019 年落底後再盤整 4 年，整體走勢如同碟子型，要到 2023 年才可能逐步回彈；近期北市商辦市場成為資金標的。

● 戴德梁行董事總經理顏炳立認為，2018 年房市還不會落底，估計 2019 年落底後再盤整 4 年，整體走勢如同碟子型，要到 2023 年才可能逐步回彈；近期北市商辦市場成為資金標的。

顏炳立表示，2017 年房市是了斷、買單、等風的一年，2018 年房市落底前的坡相當陡，仍是利再讓、價再降、量再縮的一年，預售市場量再縮、價再破，北市蛋黃區房價不黃，蛋白區則變黑。

「雖然 2016 年全年房市買賣移轉棟數只有 24.5 萬棟，2017 年回到 26.2 萬棟，看似量增，」但顏炳立認為，房市未真正落底，估計 2019 年才會落底，底部盤整 4

年到 2023 年再往上，如同碟子形狀，仍要看價格買氣和成交量的相互搭配。

顏炳立說，2018 年商用 A 級辦公大樓缺貨，空置率下降，引發租金、房價和地價上揚，且優質土地非常難尋，以台電釋出南港區近 5000 坪的土地準備興建住宅和商辦，可以滿足部分市場資金去處，主要是南港區是北市府東區門戶計畫的重要大門，南港區商用土地蓄勢待發，可望成為資金追逐標的。

他建議，最近地主有讓利降價，使得土地市場買賣有加溫的跡象，建商努力標購存地，但建商仍應慎用子彈、備糧等風。



▲ 房市估計將在 2019 年落底後盤整 4 年，整體走勢如同碟子型，要到 2023 年才可能逐步回彈。（中央社）

近 5 年地價指數 僅南市逐年漲



▲ 102 年至 106 年直轄市都市地價指數，除台南市逐年增加外，其餘 5 個直轄市都出現升至高峰後反轉向下的情形。（中央社）

● 內政部公布最新統計，民國 102 年至 106 年直轄市都市地價指數，除台南市逐年增加外，其餘 5 個直轄市都出現升至高峰後反轉向下的情形。

都市地價指數是將各縣巿都市計畫範圍內的住宅區、商業區、工業區土地，以統計方法選取具代表性的中價位區段，查估其平均區段地價，據以編算某一地區內，土地價格在一定期間內的相對變動（上漲或下跌）的百分數，性質類似物價指數；內政部定期於每年 1 月 15 日及 7 月 15 日發布。

內政部在官方網站公布最新統計，分析 102 年至 106 年全國都市地價總指數指出，

自第 40 期（102 年 3 月 31 日）開始，逐期上升，到第 46 期（105 年 3 月 31 日）達 119.33 最高峰後反轉向下，且連 3 期下跌，跌幅均在 1% 以內。

內政部表示，今年 1 月 15 日公布最新一期、第 49 期（106 年 9 月 30 日）全國都市地價總指數為 117.24，較第 48 期（106 年 3 月 31 日）下跌 0.91%。

分析 102 年至 106 年直轄市都市地價指數，內政部表示，除台南市逐年增加外，其餘 5 個直轄市都出現升至高峰後反轉向下情形，其中以台北市在第 45 期（104 年 9 月 30 日）116.68 最早達高峰，新北市第 46 期（105 年 3 月 31 日）達 130.99 次之。

理財看板

外資未回頭 台股短線操作為宜

● 美國通膨疑慮紓緩，投資名人巴菲特增加蘋果持股，帶動蘋果股價大漲，激勵美股上週勁揚；法人表示，近期外資賣超台股，回心轉意需更多的利多，在此之前，以短線操作為宜。

台股上週在平盤附近狹幅震盪，蘋概權值股漲跌互見，終場收在 10529.37 點，小漲 15.19 點，守住 10500 點整數關卡，成交值新台幣 1192.34 億元。外資及陸資賣超 32.89 億元，投信賣超 1.33 億元，自營商賣超 2.6 億元；三大法人合計賣超 36.82 億元。

央行表示，4 月台股加權指數下跌 2.4%，且外資 4 月賣超台股約新台幣 800 億元，多數資金並未停泊在外國人新台幣存款帳戶，而是直接匯出。

在「價量均跌」情況下，外資在台持股與債券的市值，以及所持有的現金部位，約當外匯存底的比重也大幅下降，顯見外資正大舉撤出台灣資本市場。

法人表示，考量近期外資賣超台股，要外資回心轉意需要更多的利多，在此之前，除非有明確的訊號，否則短線操作比較安全。

黃金溫和收高 2 美元 週線連三跌

● 黃金價格上週五溫和收高，美國公布 4 月就業報告，投資人反應溫和。

美國政府週五公布，美國 4 月新增就業 16.4 萬人，失業率下降至 3.9%，自 2000 年底以來，首度跌破 4%。3 月失業率為 4.1%。4 月就業報告雖較預期疲

弱，但仍足以支撐 Fed 增加升息次數，美元因而走強，但黃金仍上漲。黃金週線則連續第三週下跌。

紐約 6 月黃金上漲 2 美元，或 0.5%，收於每盎司 1312.70 美元。本週，黃金則下跌約 0.7%，為連續第三週下跌。



▲ 美元走強，黃金仍上漲。黃金週線則連續第三週下跌。（中央社）

付費看新聞成趨勢 讀者改習慣

● 繼紐約時報之後，財經媒體彭博決定，數位內容改採計量付費模式，看新聞不再免費。

彭博 2 日宣布，旗下數位內容即將全數採用計量付費模式，讀者每月可免費閱讀 10 篇文章，超出額度必須付費。除了彭博和紐約時報外，已有不少媒體已採取或是準備採行類似的作法，就連雜誌也不例外，一時之間，網路付費閱讀似乎大行

其道。富比世雜誌報導，在此之前，媒體網站努力衝流量，希望能夠帶進廣告營收，結果廣告營收不如預期，也養成讀者只看新聞而不付錢的習慣。

以目前的情勢看來，付費看新聞呈現向上成長的趨勢，讀者樂意支持優質的新聞報導。計量付費模式究竟能否走下去，前景依然不明，可能導致利基網站失利。

■ 余柏青 / 輯

匯款手續費 6 月 13 日起調漲 36%

● 金融業防洗錢成本大增，銀行開始調漲民眾手續費，其中以外幣匯款、外幣兌換率先調漲，第一銀行率先喊漲。

據第一銀行公告，今年 6 月 13 日起將調漲民眾的外幣匯出匯款

手續費，其中郵電費每通漲 80 元到 300 元，漲幅約 36%，打響了漲價第一槍。

彰化銀行則擬在第三季跟進，華南銀則將視同業和市場情況，機動檢討評估。

合庫也公告，6 月 18 日起對不是銀行用戶的「過路客」臨櫃兌換外幣現鈔時，加收 100 元手續費，也是第一個對過路客換外幣收手續費的行庫。

銀行主管坦言，金融業做防洗

錢，要「關懷、了解」客戶，還要掃洗錢黑名單、查資金來源和流向，甚至要調查最終受益人，這些都讓作業成本暴增。

目前民眾到銀行做外幣匯出匯款，有兩項費用，第一是手續費最低 100 元、最高 800 元，調漲之後等於最低手續費 400 元，最高會到 1100 元。

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！

台灣醒報

「報紙」網路「行動」電視「廣播」

請上官網刷卡訂報或撥打訂報電話 0800-011961

歡迎介紹訂報，請打 02-23581806 客服專線