



2 交通部部長吳宏謀上任 推觀光品質

交通部長吳宏謀表示，台灣觀光遊憩將來品質一定要提升，有時為了便宜卻把品質拉低，這對台灣觀光發展不好。



3 批歐盟、拒豁免 歐美關係陷僵局

美國拒歐盟申請。龐培歐信中指出，因美對伊朗施加壓力，所以拒絕歐盟的申請。



7 法軍點開花棒神杯 克軍雖敗猶榮

法、克為大力神杯纏鬥不休，一路靠著意志力克敵的克國大軍，在決賽已燈盡油枯，看著熱情的法國青年登基。



8 自然樂園 多瑙河三角洲 (溫小平)

多瑙河分為三條支流流入黑海，因為保存了最完整的自然生態，在 1991 年列為世界自然遺產。



今日天氣

北部 26°-36° 多雲

中部 26°-35° 多雲

南部 26°-35° 多雲短暫雨

東部 26°-33° 多雲

有溫度處理管案 葉：親訪台大溝通

葉俊榮正式接任教育部長，外界關心台大校長遴選案如何解決，葉俊榮直言「不宜久拖」，應在台大與教育部間注入互信。



▲ 針對台大校長遴選案，葉俊榮直言「不宜久拖」，希望能在一、兩個月內的黃金期解決。(photo by 楊藝 / 台灣醒報)

【本報記者楊藝台北報導】葉俊榮 16 日正式接任教育部長，外界關心台大校長遴選案將如何解決，葉俊榮直言「不宜久拖」，應該在台大與教育部之間注入互信，因此，他將主動找台大進行溝通、討論，進行「有溫度的溝通」，但葉俊榮也強調，不能永遠溝通下去，「希望能在一、兩個月內的黃金期解決。」

新任教育部長由內政部長葉俊榮轉任，16 日於教育部舉行交接典禮，外界關注台大校長遴選案如何解決，葉俊榮特別在交接典禮結束後召開記者會向媒體說明。

兩個月內解決

葉俊榮表示，總統蔡英文和行政院長賴清德希望他接下教育部長一職，其中一個原因就是因為他是法學專家，但葉坦言，管案的影響層面太大了，法律上的判斷只能是基礎並非

全部，「因此我認為，從今天開始，未來的一、兩個月之內就是處理台大案的黃金時期。」葉俊榮強調，教育部不可能針對一個人的特質做決定，而是從制度面檢視程序正當性，以及當事人的適格性，「教育部並不是代替大學遴選最好的校長，更不是排除教育部不喜歡的校長，教育部必須堅守這樣的立場。」

葉俊榮表示，自己並不是做出駁回聘任案的決策者，但從教育部發給台大的駁回公文可看出，教育部是針對利益迴避及獨董爭議認為有瑕疵，要求台大重啟遴選，至於有關論文抄襲、赴中學術交流等爭議，並沒有成為駁回聘任案的理由，「重啟遴選只是將『程序補正』，至於這項決定是否正確，應交由司法判斷，社會不需過度聚焦。」

將主動找台大溝通

對於處理管案的做法，葉俊榮認為應「回到教育的核心」，他表示，台大案不是誰當選的問題，而是台大作為台灣高教旗艦，應從學生權益的角度去看問題；此外，校長遴選案不宜久拖，「台大校長也不宜持續一直代理下去，否則恐怕傷害大學發展。」

葉俊榮接著提出三種可能的處理辦法，第一是要求台大重啟遴選程序，但他坦言教育與台大已經「火車相撞」陷入僵局，恐怕有點困難；其次是「靜待司法處理」，這條路恐曠日費時；因此最有可能的方式就是與台大溝通、傾聽，取代半年來台大與教育部一直只有公文往返，沒有積極討論，「我希望能注入互信基礎，直接與台大及相關當事人溝通，進行『有溫度的程序』。」

(相關新聞請見 2 版)

用內政資源助選？ 徐：不會這麼做

針對外界質疑徐國勇掌管「天下第一大部」的內政部，是否會為民進黨打選戰？徐國勇澄清說，什麼事情都聯想到選戰比較狹隘。

【本報記者譚有勝台北報導】內政部長 16 日正式交接，新任內政部長徐國勇低調上任，除了他接任部長一職，他沒帶任何人來接掌「天下第一大部」的部會。他表示，內政部首要工作是打造「安居樂業」的環境，以確保經濟有成長的環境。至於外界質疑他會藉內政部資源為民進黨打選戰，他再三擔保，內政部長並不適合助選，所以他「不會去助選」。

內政部今交接

內政部長 16 日正式交接，數百位同仁一早便擠爆內政部大樓歡呼，並一一與前內政部長葉俊榮握手致意歡送，可見其親民的作風深受內政部同仁肯定。葉俊榮表示，內政部顧及基層同仁，希望在新任內政部長徐國勇的帶

領下能繼續前進。他指出，目前還有都更條例、社會團體發、建築法等法案還未通過，希望徐國勇藉著對立法院的了解，盡速通過內政部重要法案。

葉俊榮也特別指出，我國警、消、空勤等基層人員工作相當辛苦，警消制度條件也不夠健全，他走遍全台服務站後感慨，基層人員相當努力，卻時常受到社會的批評，期望內政部未來能持續為基層爭取權益。

徐國勇致詞時則表示，他會持續在葉俊榮的基礎上推動內政部業務。現在的內閣是拚經濟的內閣，安居樂業是內政部的工作，他們將要建立好的安居環境，讓廠商能夠投資台灣。他也對內政部同仁特別有信心，相信他們將全力配合，所以今次內政部交接，只有他 1 人上任，並沒有帶

其他人來接管內政部事務。

徐：不會去助選

針對外界質疑徐國勇掌管「天下第一大部」的內政部，是否會為民進黨打選戰？徐國勇澄清說，什麼事情都聯想到選戰比較狹隘。他強調，內政部的工作相當多，且「內政部部長不適合助選，所以我不會去助選。」他也說，查賄選是重要的工作，警方在選舉期間會特別注意相關的問題，以確保選舉透明公正。

徐國勇是國立中興大學法商學院法律系畢業，之後在國立台灣海洋大學海洋法律研究所接連取得碩士與博士，曾是台北市萬華區龍山國小教師、執業律師、台北市議員、立委，再由行政院發言人兼政委之姿轉任內政部長。(相關新聞請見 2 版)



▲ 在行政院秘書長卓榮泰(中)監交下，卸任部長葉俊榮(左)將印信交給新任部長徐國勇(右)。(中央社)

▼交通部長吳宏謀上任表示，將來台灣觀光遊憩旅遊品質一定要提升。(photo by 藍苡瑄/台灣醒報)



【本報記者藍苡瑄台北報導】新任交通部長吳宏謀 16 日與賀陳旦進行交接，就遇到台鐵產工在交通部外抗議台鐵下半年將公司化！他受訪時說，「我已請相關人員留下來見面，了解詳情，未來要兼顧原來員工的權益和整體台鐵將來發展的永續，希望創造雙贏。」被問到未來是否繼續推動台鐵公司化，他認為要先跟他們溝通，尊重不同聲音，現在還沒決定是否繼續推動。

「我今天承接賀陳旦部長先前的良好基礎，將推動安

新任交通部長吳宏謀表示，台灣將來觀光遊憩旅遊品質一定要提升，有時為了便宜卻把品質拉低，這對整體台灣觀光發展不好。

全、效率、品質、創新、永續等核心價值。」吳宏謀說，將落實於國家的重要交通政策中。不過甫上任就遇到台鐵產工 10 多人聚集交通部外抗議台鐵公司化，台鐵產工擔憂若公司化之後就會隨之而來變成民營化，以及各種影響社會弱勢權益的營運方向，甚至會造成公共安全危

機。台鐵產工呼籲吳宏謀向產工幹部公開辯論。

吳宏謀回應，未來會兼顧員工的原有權益，以及來體台鐵的永續發展，表示尊重不同的聲音。他認為台鐵公司化推動中有一定的理由，現在會先跟台鐵員工溝通，現在還沒決定是否持續或是延遲推動公司化，尚未把話

說死。

賀陳旦追求安全

「賀陳旦部長任內關心交通安全問題，上任後交通致死率減少兩倍，」政務委員張景森監交時說，賀陳旦任內強力執法酒駕、推動高齡駕照等，值得肯定。觀光方面，他推動國家觀光發展轉型，陸客減少後，思考如何結構轉型，連續三年國際旅客都超過千萬人。

「我內心百感交集，因為交通部工作繁重，我跟賀陳部長是接力賽，他訂定了良

葉俊榮轉任教長 要以高視野看問題

【本報記者楊藝台北報導】原內政部長葉俊榮 16 日正式轉任教育部長，在交接典禮致詞時，葉俊榮數次強調「教育的本質是人才、是學生」，但幼教、國教、高教到技職每個面向、內涵都不同，他會以更高視野去面對；至於台大校長遴選案，葉俊榮認為，若大家極大化自己的立場，只會繼續糾結下去，因此將「找出一條路」來解決，且「不鬆手也不鬆口」，不怕任何阻力，克服困難。

新任教育部長由內政部長葉俊榮轉任，16 日於教育部舉行交接典禮，政務委員林萬億擔任監交人。

從未插手管案

談到教育問題，葉俊榮認為「不能糾結於技術面」，並強調在內政部長任內從未插手管案，卻深深感受到台大、教育與民心都受到很深的衝擊，「已經陷入很糟糕的僵局，」他認為，當大家極大化自己的立場，只會繼續糾結下去，如果無法滿足大家合理或不合理期待，恐怕會傷害社會，甚至是教育



▲ 新任教育部長由內政部長葉俊榮轉任，16 日於教育部舉行交接典禮，政務委員林萬億擔任監交人。(photo by 楊藝/台灣醒報)

部的尊嚴，因此，他期盼能回歸本質，以務實、開懷胸襟，「找出一條路」來解決。

葉俊榮致詞時表示，教育與內政其實息息相關，並以自己每天晨泳的經驗，比喻自己對人生態度的轉念。葉俊榮表示，「經過了幾十幾年的磨練，我才能放心的與水互動」，從以前害怕水，到慢慢接近水，卻直到最近 3、4 年前，才發覺自己在水中可

以真正自在的游泳，他發現，自己已經不必去對抗水，「因為每個動作都能讓我往前。」

「把自己的資源當資源，把自己的利基當利基。」葉俊榮表示，他從游泳的經驗體悟到，不要因為外在環境有不同的說法而看輕自己，對於他擔任教育部長之後，將面臨困難，他都不會有任

會盡力克服困難。

政院力挺教育部

「我一直期待新的教育部長能趕快上任，總算盼到這一天。」把手中的印信轉交給葉俊榮，姚立德展露出輕鬆的笑容說，上個會期先後走掉兩位部長，媒體也將注意力放在教育工作以外的事情，「老實說教育部同仁士氣多少受到影響」，但他強調沒有一件工作因為沒有部長就擱置，「如今教育部的士氣都回來了，期待葉部長能把士氣往上提升，並以更高的視野處理教育事務。」

監交人政務委員林萬億致詞時則感謝在教育工作處於艱難的時刻，兩次接下代理部長的姚立德，談到教團、家長對於教育部長是否熱絡國教和高教非常關注，他坦言很難要求部長熟悉各年齡的教育事務，同時也稱讚出身高教的姚立德，主持課審會時都能很快上路，「所以我們沒在怕啦！」也相信葉俊榮有宏觀的視野，將幼教到高教的工作都處理好，「行政院絕對會挺教育部。」

好基礎。」吳宏謀致詞說，感謝前部長對國家交通安全日益精進，並持續推動整體公共運輸。他早上也跟賀陳旦表示，未來有些政策會持續進行並加速辦理。像是移動性污染會配合國家政策，包含電動車與交通運輸推動。

被問到前瞻基礎建設已延宕許久，有外界質疑是否有可能是為了選舉綁樁，他回應，「現在是規劃設計階段，這不可能綁樁，這是為了國家整體的交通發展。」至於高鐵 15 日表示，內部增加兩位資深副總，他認為高鐵現在是民營公司，所以交通部會尊重獨立個體組織運作，重點在於未來如何提升品質與競爭力。

提升觀光品質

日前有近百名學者連署反對鐵路立體化，要求彰化市鐵路立體化、嘉義縣高架延伸等審查案暫停，吳宏謀說，發展軌道運輸是國家發展公共運輸綠色交通非常重要的動脈，穩定安全且運量高。有些高架化不做不行，因為現在人口聚居，必須降低交通不安全性等，高架化、地下化是必然趨勢。

「觀光遊憩將來旅遊品質一定要提升，有時為了便宜卻把品質拉低，這對整體台灣觀光發展不好，」吳宏謀認為，現在很多新的觀光商業模式結合交通，搭飛機、來郵輪台灣玩，讓陸、海、空互相合作。

審課綱燙手山芋 葉俊榮：明年上路



▲ 面對十二年國教課綱審議的燙手山芋，葉俊榮表示他以「明年如期上路」為目標。(photo by 教育部提供)

【本報記者楊藝台北報導】「十二年國教課綱仍以明年上路為目標。」新任教育部長葉俊榮 16 日交接，首先就要面對十二年國教的課綱審查。葉俊榮除了強調他「如期推動」的決心，也希望獲得社會支持；對於外界質疑他不懂國教，葉俊榮則笑說，自己當內政部長時也常聽到有人質疑不懂警察，「我的確不熟悉國教，但每個人都需要一些時間學習、傾聽，才能做更深入的了解。」

新任教育部長由內政部長葉俊榮轉任，16 日於教育部舉行交接典禮，除了眾所矚目的台大校長遴選案，也將面對十二年國教課綱審議的燙手山芋。

輕鬆面對質疑

目前十二年國教課綱仍有多科還在進行，教育部暑假開始「加班」審查，力拚明年準時上路，然而，外界擔憂新上任的部長葉俊榮不熟悉國教，最近開始出現「希望延後一年再上路」的聲音，如國教行動聯盟理事長王立昇擔憂，新課綱如果倉促上路，將造成教育現場災難，學生再次成為白老鼠，直言「葉俊榮如果不了解這個道理，就不必上任了。」

盼明年準時上路

葉俊榮強調，課綱的意義不在於紙本的文字，而是它對於銜接每個教育階段、學科領域存在重大意義，因此經過多方諮詢，他決定仍要以「明年準時上路」為目標。他坦言，大家認為最有爭議的社會科，現在很難說明已完成百分之多少的進度，「嚴格來說處於一個尷尬點」，但「我們還是要以如期推動為目標，而且會努力達成，請社會各界多支持。」

此外，葉俊榮也開玩笑的說，他上任前聽到姚立德說，教育部長每個六、日都要到部內主持課審會議，「雖然離開內政部就不必颱風天上班了，但這樣好像也沒賺到」，引起哄堂大笑。

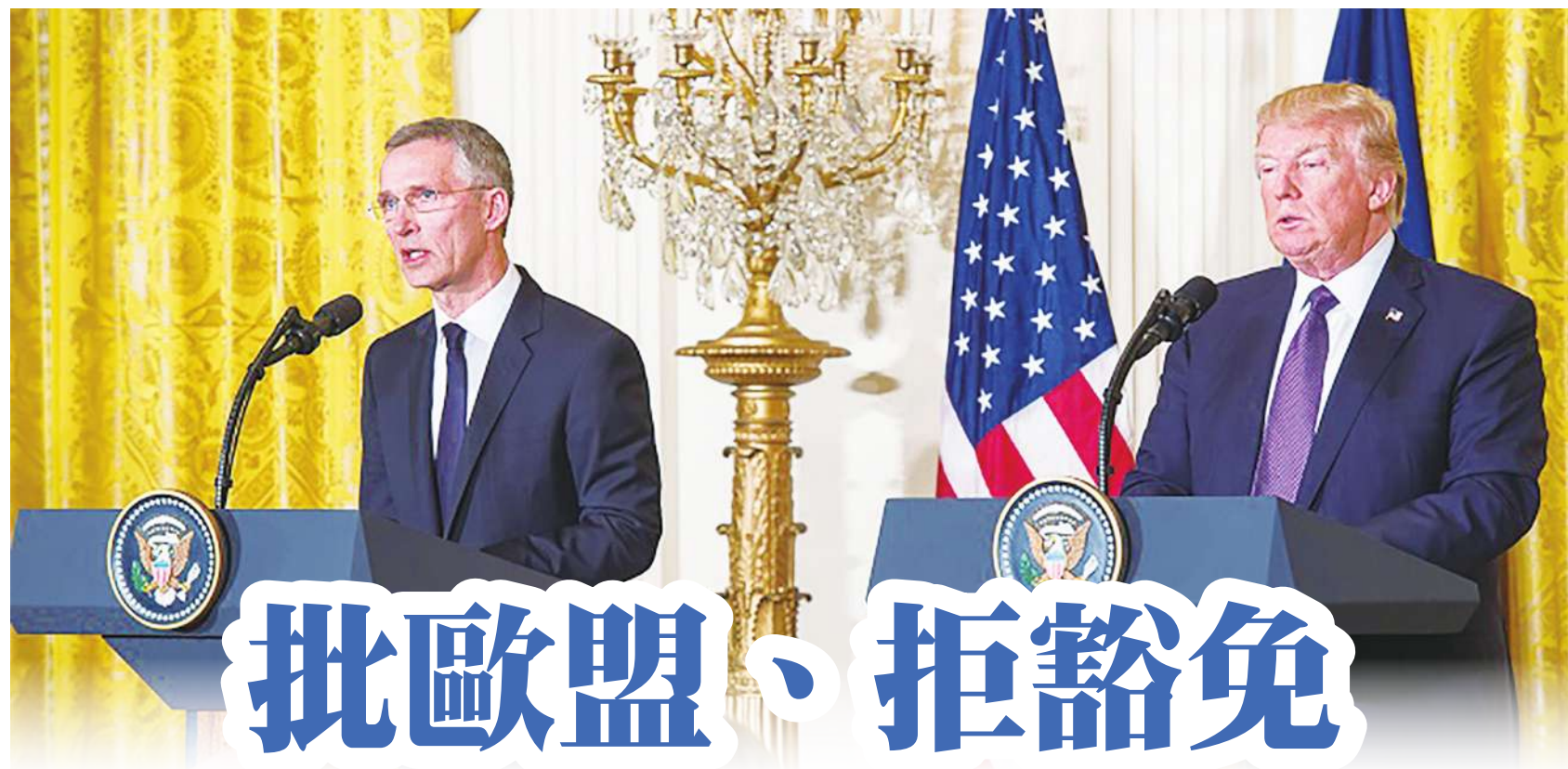


醒報廣告、訂報專線：

0800-011961

看完醒報，轉贈鄰居信箱

▼美國總統川普也批評，歐盟在貿易上利用美國，「是美國的敵人」，讓歐美關係一度陷入僵局。(photo by nato.usmission.gov)



批歐盟、拒豁免 歐美關係陷僵局

【本報記者譚有勝綜合報導】美國對伊朗實施新制裁措施中傷及歐盟權益，歐盟日前向美國申請伊朗制裁豁免權。但美國15日拒絕歐盟申請案，並指出其必須向伊朗施加最大的壓力，才能確保美國利益，對歐盟申請列入豁免名單不予通過。同時，美國總統川普也批評，歐盟在貿易上利用美國，「是美國的敵人」，讓歐美關係一度陷入僵局。

美拒絕伊朗制裁豁免

根據《BBC》報導，美國15日拒絕歐盟申請歐洲公司列入美國制裁伊朗豁免名單申請。龐培歐在一封信中指出，因美國要對伊朗施加最大壓力，所以拒絕歐盟的申請，且唯有在美國國安受益的情況下，才會將相關單位列入制裁豁免名單。川普早前宣布退出伊核協議，並在今年5月對伊朗實施新的經濟制裁。但歐盟擔心，美國對伊朗的新制裁措施恐會

美國15日拒絕歐盟申請歐洲公司列入美國制裁伊朗豁免名單申請。龐培歐在一封信中指出，因美國要對伊朗施加最大壓力，所以拒絕歐盟的申請。

使歐盟虧損數10億美元。龐培歐補充說，除非在非常特別的情況下，否則美國無法對此政策作出例外的決定。據悉，3年前伊核協議生效後，歐洲不少大公司都急著和伊朗做生意，截止2017年為止，歐盟對伊朗的商品和服務業出口總額為108億美元，進口總額則為101億歐元，幾乎是2016年進口總額的兩倍，顯見伊朗和歐盟經貿關係相當緊密。

歐盟擬祭阻礙法令

《路透社》報導指出，歐洲企業憂慮，若他們繼續與伊朗交易，恐怕會破壞歐盟與美國的關係，但歐盟稍早前立法，

允許歐洲公司繼續與伊朗做生意，若歐盟要確保歐洲企業的利益，恐怕會祭出「阻礙法令」以阻擋美國懲罰與伊朗進行貿易的歐洲企業。

美國在1996年時試圖懲罰與古巴進行貿易的外國企業，但歐盟禁止任何歐盟公司遵守美國制裁，且不承認任何美國法院的裁決，迫使美國退縮妥協。然而，歐盟認為這個措施的政治針對性太強，警告美國的意味大，對美國、歐洲金融體系都會造成衝擊，所以20多年來都沒使用這項措施。

一位歐盟高層指出，阻礙法令是一個戰略工具，歐盟正修改相關法令，以涵蓋川普對伊朗的新制裁措施。但也有歐盟外交官指出，歐盟國家並非

全部都贊同這項措施，一些在美國擁有大量業務的歐洲公司唯有透過向美國政府施壓，以個案的方式爭取列入豁免名單才有可能被美國列入豁免名單。

川普：歐盟是敵人

《衛報》報導也指出，川普稍早前接受媒體專訪時表示，「我認為歐盟是敵人」，歐盟在貿易上對美國造成威脅。主持人質疑，相較中國和俄羅斯，美國把歐盟列為敵人相當令人驚訝。但川普堅稱，與歐盟達成共識非常困難，歐盟在貿易中確實利用了美國。

川普早前才在北約峰會上多次批評歐盟，甚至慫恿英國首相梅伊不要向歐盟談判脫歐，而是去控告歐盟，引起外界批評美國試圖挑撥離間。但歐盟理事會主席圖斯克認為，歐盟和美國是最好的朋友，任何人說歐美是敵人都是假新聞。

看衰梅伊軟脫歐 前內閣拋2次公投

【本報記者蔡岳宏綜合報導】有英國首相梅伊的「軟脫歐」政策造成執政黨分裂，前教育大臣葛林寧16日拋出2次公投議題！梅伊「軟脫歐」計畫脫歐後與歐洲保持緊密商業協定，並於15日在臉書呼籲，「若軟脫歐失敗，可能將『根本無法脫歐』」。距離表定脫歐時序只剩9個月，英國政客、商業領袖對於英國如何脫歐，歧見仍深。對此，葛林寧呼籲，應該讓議題回到人民手中，針對是否進行軟脫歐做出更審慎的決定。

英國首相梅伊的「軟脫歐」政策，一直飽受批評。日前，不滿梅伊脫歐路線的戴維斯與強森接連辭去脫歐大臣與外交大臣，並引起脫歐議員倒閣聲浪。甚至美國總統川普都忍不住給建言，要英國就脫歐問題控告歐盟，而非與歐盟協商。為挽救自己的政治前途，梅伊15日在臉書向英國民眾喊話，「我前去布魯塞爾是要捍衛國家利益，並非妥協。」，並指出，若軟脫歐失敗，可能會「根本無法脫歐」。

根據《BBC》報導，即使梅伊堅定軟脫歐的立場，保守黨黨內人士依舊認為她的政策不靠譜。前教育大臣葛林寧16日稱梅伊的政策是「對兩個世界都有害」、「一個無法支



▲英國首相梅伊的「軟脫歐」政策造成執政黨分裂，前教育大臣葛林寧16日拋出2次公投議題。(photo by Theresa May 臉書)

持的騙局」，她認為，繼續遵循歐盟的貨物與消費規定、續留歐盟關稅同盟，並非合適的脫歐政策，更不是理性的「軟脫歐」。她最感到恐懼的是，梅伊政策遭國會駁回，將使英國與歐盟談判過程中陷於不利。

「公投將針對『完全脫歐』、『軟脫歐』和『留歐』做決定。」葛林寧向《ITV News》表示，至少人民必需選出最可行的兩項，並於下一輪公投決定最終方案。外媒分析，葛林寧身為梅伊的前內閣成員，給選民較客觀且智慧的形象，並稱葛林寧的提案「相當有吸引力」。

叛軍逐漸撤軍 敘利亞休戰露曙光

【本報記者宋秉謙綜合報導】繼數週前敘利亞叛軍與政府軍盟友俄國達成休戰協議後，叛軍已依照協議從德拉鎮退兵，敘利亞政府軍日前於該鎮插上國旗，象徵收復這個歷經7年內戰的起源地。近期俄國介入與叛軍的談判，協定叛軍撤出德拉鎮，隨著政府軍進駐、接手失地，該國媒體表示，難民終於能回家了！

叛軍依協議撤退

根據《CNN》報導，敘利亞官方媒體聲明，政府軍的工程部門已著手清掃受戰亂波及的居住區域，正在全力恢復基礎設施，讓難民能盡快回家。

另外，根據《FirstPost》報導，約有400名武裝叛軍於16日完成最終撤軍，預計有1000多名人員撤離德拉鎮，退往敘利亞北部城鎮。目前叛軍的主要控制地剩下3處，包含佔領西南部的敘利亞自由軍與前往東北部的叛軍殘黨，另外還有控制東北部、獲得美國支持的庫德族部隊。

數量龐大的難民

根據《世界衛生組織報告》，上個月開始，由於俄國幫助政府

軍與叛軍作戰，火力強大導致敘利亞南部的出現內戰期以來最大的難民潮，高達30萬名敘利亞難民前往約旦及以色列佔領的部分戈蘭高地，尋求2國的庇護皆遭拒，而後，以政府軍盟友身分的俄國決定與叛軍休戰，簽定撤軍協議。

世界衛生組織於上週末呼籲，這批數量龐大的難民需要立即性的藥品與醫療幫助。聯合國兒童基金會發言人圖瑪也表示，弱勢族群如兒童是這次大型戰亂的最大受害者，根據統計，約有18萬兒童被迫離開家園。

敘利亞本次內戰起緣於2011年，該國安全部隊在德拉鎮拘留幾名反政府的青少年，並動以私刑，引起大型反抗與示威，而後德拉鎮便脫離政府軍掌控，成為叛軍的領地之一，直到近期的協議，才重回阿薩德政權的懷抱。



▲敘利亞政府軍終於收復內戰起源地德拉鎮，但高達30萬名難民的民生問題與回歸家園將是大麻煩。(photo by Wikimedia)

貿易戰恐傷航空業 各政府應謹慎

【本報記者實習記者陳恩潔綜合報導】世界經濟情況詭譎，各國紛紛豎起貿易壁壘，以國際貿易維生的航空產業面臨巨大考驗！波音公司執行長丹尼斯·穆倫堡15日表達對貿易戰停火的期待。他指出，儘管目前鋼鋁關稅提升尚未對其造成衝擊，只有自由開放的貿易環境能使航空產業蓬勃發展，但仍相信各國政府深知航空產業的重要性，不會加以破壞。英國首相梅伊則表示，將投資3.43億英鎊於航空產業，並確保英國航空業在脫歐過程將毫無損傷。

據《Financial Times》報導，穆倫堡近日積極與政府進行協商，期許將貿易戰對航空業的傷害降到最低。他於英國法恩伯勒航展受訪時表示：「我們與美國和中國政府皆有聯絡，希望能找到一個最佳解決方案。」知情人士表示，公司高層目前正與政府高層官員

►貿易壁壘恐影響航空產業。(photo by Pixabay)



高頻率協商，儘管波音公司目前仍未受到美國對中國鋼鋁進口增加關稅的衝擊，未來可能的傷害仍促其積極提醒政府應當謹慎行動。

航空產業命懸國際貿易，尤其受中國等巨大經濟體影響很深。波音公司的訂單有20-25%來自中國，支撐上千個美國工作機會，穆倫堡稱川普相當了解波音公司所扮演的地位。目前北京尚未將槍口對準波音飛機的進口，然而考恩投資銀行

的蔡·凡·魯默爾指出，若貿易爭端持續，將會影響民航與空運產業，最終導致飛行載具需求下降。

穆倫堡也對《BBC》指出，中國政府深知其經濟成長需要倚仗航空產業。而且事實上，中國的長期目標乃是成為全球航空產業的強勁對手，因此對這方面策略也會更為謹慎。

未來除了中美貿易爭端，美國對歐盟、墨西哥、加拿大

新增的鋼鋁關稅及英國脫歐，都極可能成為自由貿易的絆腳石，然而英國首相梅伊向《彭博新聞》表示，英國將保持航空產業領頭羊的地位，並且不會因為脫歐而退出歐洲航空安全局等重要機構。梅伊也於星期四發布的脫歐計畫中答應，會提出一份共同規則書，確保脫歐過程中的交易轉換「零摩擦」。

● CEO 對談

出差身心壓力大 做好準備樂趣不少

出差的優點就是藉著獨當一面提升你的專業能力,也可看到這個世界是怎麼運轉,每到一個地方都是充電機會,更可體驗多元文化,在一個嶄新的環境學習。

主持人(以下簡稱「問」): 一般人在公司工作,若是在一個跨國公司,或是跟海外有聯繫,大概都有出差的機會,每次出差旅行的機會時,辦公室的同事總是抱著羨慕的眼光,認為太好了!又可以出去玩來了!大家總覺得可以拿公司的錢出國,又可以在國外看到很多的風光,所以出差是個人人稱義的任務。但是如果你需要常常出差,卻會覺得太累了,因為首先你顧不了家,辦公室的事務工作也還要趕上,所以出差其實不見得是一件好差事,先請玲玲分享,出差旅行您怎麼看?



陳玉芬女士

■ 藝珂人事顧問股份有限公司韓國區、台灣區總經理。



陳玲玲女士

■ 晶晶晶廣告公司總經理



林意玲女士

■ 台灣醒報社長兼總編輯

陳玲玲:說到旅行,我覺得最重要的是能換一個場景,有非常多不同文化的刺激,同時也是非常好的學習。基本上我的出差經驗,是常常需要參加一些國際會議,然後會碰到英國人、法國人、美國人、非洲人...各國的同事,可以跟他們做溝通,我覺得最重要的是學習,那種感受很棒。

因為我們以前有些國際客戶,大概40幾個國家的代表聚在一起,然後會把全世界的行銷、市場狀況做個報告,所以你就會有世界觀,同時我們也會把各國做出來的優良廣告作品放在一個房間,你可以去盡情參觀,這就是學習,也是我參與國際會議的經驗。

問:也請玉芬分享出國旅行有什麼好處,難怪這些出差的人會成為同事們羨慕的對象?

提升自我專業度

陳玉芬:出差大概分成幾種不同的狀況,第一種比較簡單的就是訓練活動,可能你必須去原廠做一些訓練;第二種,如果你是比較高階的話,可能你會有一個區域性的策略、討論或合作議題,來為明年或下半年做規劃,或是要導入一些新系統、大家共同學習;還有一種就是,你可能要負責談洽那一個國家的合作業務,所以就要定期去視察。

這些不同的目的,當然出差的心情就會不一樣,像是訓練,可能什麼事情都不用做就是訓練,上課認真聽,下課跟其他不同國家的人到當地晃晃,或是去夜市、酒吧喝酒聊聊行情、或是做一些生活經驗交流;策略、規劃的話,通常都是公司比較高階的部分,須藉這個機會去不同的國家看看不同的市場,並評估未來的可行性、發展性。

基本上,我覺得出差還是很有趣的,每次出差回來以後都會有新的感動,畢竟你在同一個地方做同一件事情太久了,換個地方、換個心情,我相信對人的思考都會有點改變的。

問:歸納兩位提到出差的優點就是你可以提升專業能力,也可以看到這個世界是怎麼運轉的,最好的地方是藉此充電和學習,這是一個非常好的機會,看看外面世界,然後學到很多新事務。

另一個是體會多元文化,離開自己的地方,到一個新的文化環境去學習,大環境常有很多可以學習的,從上飛機之後就可以開始學習了;但是出差旅行也有很多缺點和痛苦,除了要提早作準備,另外在台北的時候,你還可以朝九晚五上班打卡,但是到了國外你有時差問題,上班、開會恐怕都會超時,是這樣嗎?

陳玉芬:是的!因為我們都說出差是24小時在工作,還有對於一些人而言,他們不喜歡搭飛機或住陌生的飯店,那會非常的辛苦,有時差睡不好又要工作,此外,也不是每個地方都很安全,尤其如果你到東南亞的國家出差,一個女孩子其實是挺危險的。

跨界文化體驗

譬如你到越南去,你就要先搞清楚什麼樣的計程車可以搭,雖然看起來每個人都西裝筆挺,看起來是很好的計程車接待員,可是你得留意他要帶你去坐的車,跟你想要坐的車,是不是一樣。這個差別是20萬跟100萬之差別,如果上錯車,同樣的車程可能就是兩種收費的差異,所以一個人旅行是比較危險的。

還有,有些飛機會誤點,有時候到目的地已經半夜了,我記得有一次我到北京出差,到的時候已經半夜11點,我坐上計程車,那時候外面霧霾很嚴重,是完全看不到道路的,所以那計程車司機載我去哪裡,其實我根本不知道,這樣危險性其實都是蠻高的。問:沒錯!所以出差本身也不是都是那麼快樂的,不曉得玲玲的經驗是什麼?

陳玲玲:有時候,出差就像是一場各國競賽,開會的時候,各國就要把你上一季做的東西拿出來看,這時候大家其實是在比賽,如果你做得爛,就會看到對方鄙視的眼神,所以國際會議就是一場大比賽,競爭性是非常高的。

有時候還會有一種訓練的課程,但那課程是很「可怕」的,因為他不會給你任何資料,然後請你去做某個品牌明年度的行銷,但是所有資料都欠缺,你自己要去想辦法,馬上出國去找資源用自己的方法做,然後明天同一個時間就請你交提案,這是非常困難的挑戰,而且每次題目都不一樣,你根本就沒有時間睡覺。

各國出差服裝大不同

當然也會有好的地方,你可以認識不同國家的同事,若需要資料的時候可以互相支援,可以建立一些橫向資源,尤其是一起喝酒,以後要資料就會方便很多,有時候他們也會安排一些很好的晚餐,譬如說我們在泰國訓練,就在一艘船上吃著海鮮聽著音樂,安排非常精緻,很值得回憶。所以出差有難的地方、苦的地方、有挑戰,卻都是非常好的回憶。

問:沒錯,出差可不是讓你出去玩的,所以可能在出差前你就要好幾天都睡不了覺,要準備你的提案,而且回來也要做報告,不能直接休息調整時差,要回報成果讓公司和同仁覺得你物超所



值,去這趟是有成果的,所以出差本身壓力很大。

陳玲玲:出差的時候,你要把開會信件看清楚,他會說第一天是幹什麼,第二天是要做什麼,他們在服裝上是很講究的,如果沒看清楚,把衣服帶錯了就會很糗。

像我以前跟我下屬一起出差,他全部都帶正式西裝,但其實那天要的服裝是休閒服,我一到現場馬上跟他去買衣服,因為他沒有適當的衣服去那個場合,人家規定的我們需要尊重,所以很多小細節要看清楚,人家安排、規定的你要做到。

問:對!有時候還要你帶著傳統服裝去,展現各地的文化。

陳玉芬:實際上我覺得,出差參加國際性大會,或是參與訓練,會幫自己留半天或者一天的時間旅遊,因為我已經坐這麼久的飛機來了,好歹開完會之後,我可以看這個城市,所以我去的國家蠻多的,但是大部分都是半天或一天的旅遊,讓自己休閒一下。

陳玉芬:不過,這是很資深的人才能夠做到這樣,因為你會發現很多常常出差的人,他只有三個地方可以去,就是機場、飯店、辦公室,然後就回來了,所以他整個腦袋裡面想的就是,我來這邊要做什么,我的工作還沒做完,回到飯店就開始熬夜工作,然後這樣子就回去了,所以大家就會問他,去了那個國家的哪些地方?很多人就只回答機場、飯店、

要懂得忙裡偷閒

所以我覺得旅行,也可以學到很多國際的禮儀或是各種文化的特色,對我來說,我覺得學最多的還是怎麼去點當地好吃的東西,可能不只是大飯店的食物,還包括當地小吃,所以以後如果你自己去旅行時,就會比較有經驗,帶著家人或朋友去這些地方。

陳玲玲:我以前出差時,通常都會幫自己留半天或者一天的時間旅遊,因為我已經坐這麼久的飛機來了,好歹開完會之後,我可以看這個城市,所以我去的國家蠻多的,但是大部分都是半天或一天的旅遊,讓自己休閒一下。

陳玉芬:不過,這是很資深的人才能夠做到這樣,因為你會發現很多常常出差的人,他只有三個地方可以去,就是機場、飯店、辦公室,然後就回來了,所以他整個腦袋裡面想的就是,我來這邊要做什么,我的工作還沒做完,回到飯店就開始熬夜工作,然後這樣子就回去了,所以大家就會問他,去了那個國家的哪些地方?很多人就只回答機場、飯店、

辦公室。問:而且有時候同事還會期待,說你出國,怎麼沒有帶一些土產回來?哪有什麼買土產啊?

陳玲玲:這個也是要做的,大家會覺得你有幸出差,雖然沒時間在當地買,也能在機場買,可以帶一些禮物回來給同事。當然如果你出差到了一定的程度,幾乎每一個禮拜都要往外跑,大概也沒有人期待你帶什麼土產回來了。所以這就是看每個人對問題的適應,適不適合做出差的工作,或者是偶爾出差的樂趣。

問:出差旅行會產生很多壓力和帶來快樂的心情,旅行期間也會遇到軼事與趣事,我們請曾經擔任過空中小姐的玉芬,來分享出差前要準備哪些事務以及準備出發搭乘飛機要做的預備?

出國行李怎麼帶?

後來,我發現放登機行李有很多好處,第一是可以馬上從座位上方拿取行李,下飛機直接辦理通關,時間也可以節省約半小時至1小時,所以幾年訓練下來,我在國際機場出入境走路非常快,出關的速度也變快,自己可以控制時間,因為在某些國家通關檢查程序一耽擱,就會較耗時。問:而且托運行李內放重要東西卻沒辦法跟著送到,就完蛋了?

陳玉芬:我有一次去坎城開會,行李就沒跟到,學到教訓後,我學會了去歐洲出差一定帶兩個行李,一個託運一個隨身攜帶。重要的一定要隨身帶著。

莫急莫慌出入境

陳玉芬:每個人出國前要準備的事務都不一樣,第一步要思考的是自己護照是否要當地的簽證,因為有些國家不需要簽證,有些國家要簽證。再來是機票,購買機票有很多眉角,有些便宜的機票無法改日期,也有機票規定在期限內一定要使用,過期了無法搭乘,自己要注意以免在轉機時會遇到狀況,通常我會比較希望機票可以有彈性,就是臨時有狀況可以更改,不會沒有機位可以坐的。

你也要對航空公司的流程或航班有所了解,當你在機場內遇到突發狀況,可去找地勤、航空公司或開立機票的旅行社,隨時備

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: 李蕙庭、毛上仁



因為知道司機要騙我的錢,當時就想我該怎麼辦,然後我第一時間就打電話給韓國同事,但我也不敢驚動司機,擔心把我丟在高速公路上,就是讓他知道我在韓國有認識的朋友,到了飯店之後,我就和司機說我不會講韓文請等我一下。

保持清醒遠離危險

我到飯店後就通知櫃台人員,司機騙我錢,請您告訴我,我知道行情是多少錢,因為我是向櫃台人員要求報警,後來司機就親自和我道歉,表示跳錶壞掉,不是故意的。所以當我遇到這種事情,我會先到能確保自己安全的地方。因此出門在外不能當冤大頭,很多事情自己要判斷清楚。

陳玲玲:我的經驗是參加各國會議,最後都會有一些娛樂節目,都別有特色,譬如說北京國劇、上海、廣州表演有明顯地區性差異,看到台灣藝文展演時就覺得很有趣,北京國劇節目讓觀眾感覺是一國之上、真正的中國;台灣表演顯見天真無邪,這讓我看見市場差異化。

隨身攜帶醫藥包

之前,我去美國受訓的時候,大概有5-6天都是吃自助餐,到最後一天自己快要瘋了,我的韓國同事則是完全吃不下,寧可喝開水配麵包,因為他想念著家鄉泡菜,所以碰到這種情況,切記帶幾包泡麵,別讓自己挨餓。還有,出國難免會吃到不習慣的食物或遇到氣候溫差,醫藥包內要放著保護自己的藥品,感冒藥、腸胃藥、維他命都要帶著,以備不時之需。

問:大家可否分享一下出差時遇到的軼事、趣味的事或異國風情?

陳玉芬:遇到事情蠻多的,像搭乘車子司機繞路,記得有一次我出差去韓國,在計程車內眼睜睜看著亂跳表,我就非常的生氣,

性騷擾,所以出門在外也要小心不同國際上的文化,跟自己行為上可能造成別人的誤會,有很多例子是這樣子的。

陳玲玲:我曾經出差去布拉格拍片,大導演帶我們去巷內買畫家的畫、到當地喝好酒,所以當你出差時遇到識途老馬,就會吃到好吃的食物,買到便宜又棒的商品。舉例去香港,大家會約去吃葡萄牙菜,品嚐美味螃蟹,很多同事會提供不錯的口袋名單旅遊知識,這些事情都讓出差變有趣也產生蠻多樂趣。

問:你在國外出差公司可能有時候會被理解成你不聯絡、收不到信件,造成公司與你人在外面的誤會,因為國外狀況畢竟不比國內那麼方便,不曉得有碰過這方面的情況嗎?

陳玉芬:其實現今通訊非常發達,老實說公司不太會找不到人,只有時差,這樣可能性不高,因為隨身的Wi-Fi、國際漫遊,都可以隨時聯絡或電郵寫信,我個人覺得要發生這樣誤會比較少。但是畢竟一個人出門在外,也是希望家人、同事安心,所以我看過有家庭的同事,每個晚上九點就會打電話給孩子,報平安或者講講小故事。

體諒同仁出差辛苦

有些男同事也是透過電話關心孩子,讓小孩感覺自己還在身邊,沒有出國。所以越來越多長期出差旅行的人,要維持自己生活品質與生活要求,其實是要付出更多心力,所以公司集體出差時,若看到同事在吃飯時間跑去打電話給家人,大部份公司或夥伴們都覺得OK的。

性騷擾跟調情有差別

因為每一個人或每個國家的人認知不同,譬如像:外國人比較開放,和你見面時打招呼是親吻你,對方認為是很基本的禮儀,瑞士、法國會有這種習慣,也有些外國人士和你聊天,雙方很開心後就會主動的勾肩搭背,對方覺得沒什麼;但你反而想控訴他時,我就非常的生氣,



▲ 出差旅行,行李應該盡量簡單,小型登機箱最為機動方便。(網路截圖)

▼ 副總統陳建仁 16 日於「消除對婦女一切形式歧視公約」第 3 次國家報告國外專家審查暨發表會致詞。(photo by 蔡岳宏/台灣醒報)



消除婦女歧視公約 UN 委員來台審查

【本報記者蔡岳宏台北報導】為提升台灣婦女人權，副總統陳建仁 16 日在「消除對婦女一切形式歧視公約」(CEDAW) 審查會上表示，人權立國是政府既定政策，即使我國無法參與聯合國活動，仍致力推動公約國內法化。陳建仁指出，為讓每位女性有足夠選擇權和機會，政府推動兩性友善托育、修訂就業服務法，幫助女性兼顧家庭和就業，希望透過這次報告審查，促使台灣更細緻地檢討政府相關施政作為。

提升婦女人權保障

台灣婦女人權運動推廣 10 年，16 日共 5 位前聯合國委員來台審查「消除對婦女一切形式歧視公約」(CEDAW)，第 3 次審查會議於 7 月 16 日至 20 日在福華國際文教會館舉辦，副總統陳建

仁、中央 5 院，50 多個 NGO 團體雲集。

行政院性平處指出，為提升我國婦女人權保障，並與國際人權體系接軌，政府於 100 年公布 CEDAW 施行法，並於 101 年施行，使 CEDAW 規定具國內法律效力，每 4 年需提出我國 CEDAW 國家報告。我國分別於 98 年及 102 年公布初次及第 2 次 CEDAW 國家報告，為持續延續相關報告撰擬及審查機制，從 105 年起積極籌辦撰寫 CEDAW 第 3 次國家報告，並於 106 年提出。

「我國雖非聯合國會員國，但審查會議議程安排是參考聯合國

CEDAW 委員會報告審查程序。」行政院政務委員羅秉成強調，此次 CEDAW 國家報告審查會議邀請 5 位國外審查專家，均曾任聯合國 CEDAW 委員會委員。其中巴西籍 Ms. Pimentel 曾任聯合國 CEDAW 委員會主席，南韓籍 Ms. Shin 及斯洛文尼亞籍 Ms. Neubauer 曾任副主席，除審查國家報告外，並與政府及非政府組織代表進行對話。

台灣審查制度成模範

國際審查會議主席 Ms. Shin 指出，台灣的公約審查制度比聯合國還完善，審查組織與政府對

話時間達 8 小時，台灣非政府組織更擁有 4 小時發言時間，皆比聯合國還長。此外，CEDAW 是台灣第一個公約審查，10 年來至今，已進入第 3 次審查，相信台灣 CEDAW 審查制度能成為他國的人權審查模範。最後，台灣擁有蓬勃公民社會，希望能藉由第 3 次審查，提升台灣民眾的婦女意識。

行政院性平處表示，審查會議將提供全程同步口譯及手語翻譯。為擴大各界參與機會，除設有旁聽室提供轉播旁聽，並於行政院性別平等會網站進行網路直播，將於審查會議前上線，民眾可同步瞭解會議實況。行政院性平處指出，審查委員對我國政府所提總結意見與建議將於 7 月 20 日召開記者會，正式對外發布。

三修反婦女歧視公約 台灣將邁向平權

【本報記者實習記者陳思潔報導】台灣婦女權利邁向新里程碑！行政院 16 日召開「消除對婦女一切形式歧視公約」(CEDAW) 國家報告審查會議，由 5 位聯合國資深 CEDAW 委員負責審查。南韓籍主席申海洙女士於發言中表示，台灣反婦女歧視公約國家報告的審查機制優於聯合國本身，相當值得各國學習。

聯合國 1979 年通過「消除對婦女一切形式歧視公約」(CEDAW)，作為婦女人權憲章，以落實「禁止歧視」、「實質平等」、「國家義務」為具體目標。而我國自 2007 年簽署 CEDAW 後，於 2011 年 6 月完成公約國內法化，成為台灣第一份國內法化的國際公約。至今，聯合國 9 大核心人權公約已有 6 份完成國內法化，而 CEDAW 則已完成第三次修訂。

政務委員羅秉成首先於開幕式



▲副總統陳建仁參與婦女平權報告發表會開幕式，與各國審查委員一同為台灣人權環境把關。(photo by 陳思潔/台灣醒報)

致詞表示，此次修訂歷經將近 1 年，偕同 5 院代表共同撰寫，且共舉辦 33 場培訓工作坊、15 場民間座談會，期待達到最廣泛的討論及凝聚社會共識，並期許各級政府機關能以此國家報告為施

政準繩，據此制定制度及法規。他指出，消除婦女歧視的道路將不斷延伸，即使前路已經看似平坦，仍希望各單位能以嚴格的態度及尖銳的批判進行審視，以求進步。

審查委員會主席南韓籍委員 Ms. Heisoo Shin 則於發言中表示，她相當欣賞台灣對此公約的重視及嚴謹的審議過程，認為能作為其他國家，甚至聯合國的楷模，因為台灣在此報告書所花的時間、精力明顯多於聯合國，民間團體也有較多空間可以表達自己的想法。然而她也提醒，台灣應隨時自我檢視，免於在繁雜且重複的審視流程中呈現疲態。

總統府人權諮詢委員會召集人陳建仁副總統強調，人權立國是政府既定政策，即使台灣人權環境已優於其他鄰近亞洲國家，仍將向上看齊、向下紮根，持續致力於將各公約國內法化，以獨特嚴謹的審查機制，在地實現實質平等。如 2015 年就業服務法、家庭暴力防治法的修訂皆是台灣邁向性別平等的一大里程碑，為婦女提供了更健全、無差異化的生活環境。

生活短波

學測重大調整 國寫社自多考 10 分鐘

【本報記者楊藝台北報導】高三同學注意，明年學測有重大調整！大考中心 16 日宣布，因應明年學測從全科必考改為自由選考，除了調整考科順序，國文寫作、社會科和自然科的考試時間都延長 10 分鐘；收費部分亦改採分科計算，但總價不會調漲，「若考生每科都有報考，報名費仍維持 1050 元不變。」

108 學年度學測將在明年 1 月 25 (週五)、26 日 (週六) 舉行，大考中心表示，配合大學多元入學方案，明年學測從全部必考改為自由選考，考試時間和順序也有部分調整，英文改為第一天第一節考試，國寫改為第二

天第二節考試；至於考試時間，國語文寫作能力測驗考試時間從原本的 80 分鐘延長到 90 分鐘，社會科、自然科從原本的 100 分鐘延長至 110 分鐘，其餘考科則維持在 100 分鐘。

「學測報名費的收費方式改變，但仍以不調漲為原則。」大考中心表示，原本學測報名費有集體報名 1050 元和個別報名 1100 元兩種，明年改為自由選考後，各科將分開收費，「集體報名考生需繳交基本作業費 200 元和每科 170 元的考科測驗費；個別報名者則需繳交基本作業費 250 元和每科 170 元的考科測驗費。」



▲大考中心 16 日表示，108 學年學測將改為考生自由選考科目，因此考試時間和考試科目順序都有調整。(中央社)

象形文、亂塗鴉 指考惡搞都將扣分

【本報記者楊藝台北報導】指考惡搞作答一籬筐！大考中心 16 日公布閱卷情況，主任劉孟奇表示，除了有考生惡搞在作答卷塗鴉、向閱卷老師寒暄，今年首次出現考生以「象形文字」作答英文非選題，令人啼笑皆非，甚至有考生在試卷上「提點」老師未來該如何出題。劉孟奇無奈的說，「雖然考試委員看了很感動，但仍違反考試規則，該科成績扣減 2 分。」

大考中心表示，今年指考共有 169 件違規，非選擇題共有 62 件違規，其中一半是隨身攜帶行動裝置，其他違規除了常見的考生在答案卷上亂塗鴉，還有考生很「貼心」，作答完不忘慰

問老師「辛苦了」、「謝謝教授看完我的考卷」，「祝您身體健康」，並在試卷上畫出表情符號、愛心等，大考中心依照考試規則，凡在答案卷上寫上與答案無關文字或符號，都要被打 2 分。

今年更首度出現有考生以自創「象形文字」作答的英文試卷，劉孟奇表示，大考中心當時還很仔細研判是不是真的古文，後來才確認這是考生自創的象形文字，「無法辨識的自創象形文字不但不能得分，還要扣減成績 2 分」；也有考生在試卷上抒發心情，表示自己沒讀選修歷史，光憑記憶無法作答非選題，認為這種出題方式容易侷限考生思維，希望未來改進，令閱卷老師啼笑皆非。



▲大考中心 16 日公布閱卷情況，今年首次出現考生以「象形文字」作答英文非選題。(photo by 醒報資料庫)



法軍多點開花捧神杯 克軍雖敗猶榮

法、克為大力神杯纏鬥不休，一路靠著意志力克敵的克國大軍，在決賽已燈盡油枯，只能看著熱情洋溢的法國青年大軍登基。

【本報記者宋秉謙綜合報導】為期一個月的世足賽最後一程，豪門組合「高盧雄雞」法軍狂轟濫炸，以4：2擊退竭盡全力地格子軍團克羅埃西亞。2018世足15日晚間法、克為大力神杯纏鬥不休，一路靠著意志力克敵的克國大軍，在決賽已燈盡油枯，只能看著熱情與才華洋溢的法國青年大軍登基。這是法國睽違20年再度將大力神杯捧回家，藍色球衣將繡上象徵第2冠的第2顆星。

過往世界盃決賽進球數都不高，2隊通常會小心翼翼的試探彼此，但此役開局即火力四射，克國中場大師「魔笛」頻頻送出威脅性高的傳球，而法國防線則有條不紊的化解危機，耐心等待反擊，由於法國讓出控球權，前場空間變得廣闊，讓法國三叉戟姆巴佩、格里茲曼及吉魯有很大的機會發動反快攻，0：0的比數很快改變。

克國：意志力足球

第18分鐘，格里茲曼靠著反擊突破被對手犯規，這名馬競王牌是法國本屆操刀點球與定位球的不二人選，他以一腳刁鑽的內



▲法國睽違20年再捧杯，這批年輕天才們興奮慶祝。(photo by World Cup Facebook)

旋傳球，迫使克國前鋒「蠻族」曼祖基奇解圍失誤、不慎自擺烏龍，法國取得1球領先。

克國淘汰賽以來場場內容都是硬戰，但他們屢次靠著「想拿首冠」的意志力支撐、總能後來居上，前役表現出色的佩里西奇10分鐘後，再次跳出來嘗試接管比賽，他利用克國一次流暢的定位球攻門，接獲維達的回作，

些微調整後，直接起左腳勁射，足球精彩的掛進右側死角，幫助克國追平比分。

法國：陣容豪華

重回起點的克國持續不惜體能跑動，可惜法國在第38分鐘的角球進攻，馬杜伊迪突然低頭，佩里西奇猝不及防犯下手球的意外，透過VAR重放，克國遭判12

碼的極刑，格里茲曼穩穩操刀罰進，幫助法國要回領先。

接管比賽後的法國祭出他們擊敗比利時的打法：防守反擊，利用團隊龜縮，盡可能縮小克國做出華麗的地面滲透與小組配合的空間，板凳深度不足的克國招數用盡，僅能利用佩里西奇與蠻族的技術優勢，打出零星攻勢，雖然2人與魔笛都盡力找尋破門機

會，但法軍此役的團隊防守執行徹底，加上克國體能耗損嚴重，讓比賽從下半場開始變成法國的節奏。

屢攻不下的克國因為上半場的體能消耗嚴重，加上帶傷上陣的守門員蘇巴西奇已無力再戰，法國明星中場普巴第59分鐘的遠射與「法蘭西天才」姆巴佩第65分鐘的冷箭擊潰蘇巴西奇，這名帶傷上陣的門將是看著2球遠射

入網、再也沒有體能做出撲救。

終場法軍以4：2力退克國，讓總教練德尚成為史上第3位以球員與教練身份都拿到世足賽冠軍的足球員，這也是該國睽違20年、再度把大力神杯帶回家。失利的克軍也寫下該國最佳成績，值得球迷為這批技術與經驗達到巔峰的黃金中場組合的大力喝采。



▲法軍從格里茲曼的點球罰進後，整場再也沒有落後過，順利捧杯。(photo by World Cup Facebook)



強隊鍛羽無緣奪冠 機運與臨場成關鍵

【本報記者宋秉謙特稿】為期一個月的世足賽落幕，法國成功登基於盧日內基球場，其餘31支球隊都淪為陪襯。小組賽甫開始，衛冕的德軍就失利，淘汰賽階段更多強權落馬。綜觀會賽期間，3支倒在冠軍路上、最可惜的勁旅，包含巴西、比利時及英國等3隊。分析敗因，不脫機運與臨場反應兩項。

論機運，雖然以取得冠軍為目標的球隊不能有「柿子挑軟的吃」的心態，但短期戰的盃賽中，巴西與比利時籤運不佳，加入強隊如林的淘汰賽左半區，形成死亡半區，因巴西與比利時太早碰上，只能拼個你死我活，除此之外，這2隊失利都還有運氣不好的成份，巴西是球星傷癒復出狀況差與停賽影響，而比國則是作戰計畫被一顆意外入球打亂。

球星停賽的巴西

巴西本屆賽會狀態與機運都很差，首先，賽前先爆出主將內馬爾傷勢纏身，雖然如期復出參戰，但從比賽內容不難看出，這名球星不在自己的巔峰狀態，使得最佳拍檔「酷弟」庫提諾得一肩扛起進攻重任，甚至帶動另一名攻守兼備的中場保利尼奧重心投入進攻、共同捨棄防守端，但除了卡塞米羅，沒人能彌補這個防守端缺憾，形成隱患。

其次，對上比利時前的停賽消息對巴西更是雪上加霜，陣中最重要的皇馬後腰球星卡塞米羅因



▲比利時應該沒想過居然是因為烏姆提提的角球葬送決賽之路。(photo by World Cup Facebook)

為累積黃牌數被禁賽，板凳席缺乏防守型可用之兵，費南迪諾頂替後腰的結果是，運動戰都還沒被進球，自己先頂進烏龍球。

而巴西的過早落後，面對恰好擅打防守反擊的比利時，森巴軍團顯得束手無策，他們看似整場多次攻門，但屢失機會已與急躁的心理因素脫不了關係，一切源自於球隊最重要一環的禁賽。

比國：意外的角球失球

至於比利時，球隊陣容是本屆球隊中程度最接近法國的，一路主打3後衛的他們最不怕空戰，比國擁有英超最好的中衛搭檔、熱刺幫阿德維爾德與維爾通亨，加上同在英超豪門的老經驗球星孔帕尼，後腰還有身高達194公

分的費蘭尼，門神更是本屆金手套獎得主庫爾圖瓦，沒想到卻在4強賽敗在空戰退場。

比國主帥馬丁內茲戰術明確，掌握控球、把龜縮的法軍壓在自家球門前，就算比賽到了延長賽，選擇防守的球隊會先遇到體能不足的問題，比利時仍占盡優勢，豈料空戰不算特別突出的法軍卻靠著下半場開局的角球破僵局，進球的還不是角球戰術的主力瓦拉內，而是出乎意料的烏姆提提。

這顆意外入球打亂了馬丁內茲的算盤，戰術得瞬間調整成全員壓上，加上中場的糟糕配陣，他們無法攻破洛里斯把守的法國球門，烏姆提提這顆出人意表出現在近柱的頭錘，讓差一點進球

運的比國整場猛攻做白工。

英軍：大意失荊州

至於臨場心態也將在關鍵時刻被放大，這又以英國為代表。英軍小將們的少年心性在4強賽中犯下小錯，即被老經驗的克羅埃西亞打出破口。

「三獅軍團」英格蘭帳面擺開，球員能力皆不差，雖屢次被笑稱為英超2隊（對比陣容也都出產自英超聯賽，但實力稍佳一點的比利時），但短期國際賽事中，這樣的陣容已有奪冠實力，前提是不能輕易在實力接近的對戰中犯錯。

防守端暴露三獅軍團的少年心性，隨著球賽接近PK大戰，三獅後防彷彿認為，自己任務將告終、準備迎接PK大戰的到來，結果沃克的解圍失誤與史東斯的散漫盯防讓團隊付出代價，敗給上下團結一心、體能近乎乾渴的克羅埃西亞，教了三獅小老弟們代價高昂的一課。

除了球員臨場掉鏈子，三獅軍敗給克國的關鍵還有進攻乏力，進攻端的5人組雖都是英超青年好手，但效力不同球隊的他們並沒有特別亮眼的配合，陣中主力骨幹的熱刺幫（高達5人）僅有崔皮爾與戴爾在狀態內，偏偏這2人屬於後場球員，前場除了慣性浪費機會的斯特林外，2名熱刺幫攻擊手凱恩與阿里本屆狀態都起伏不定，使得團隊雖製造出不少良機，卻總是欠缺臨門一腳，只好飲恨出局。

【本報記者宋秉謙綜合報導】美國職棒明星賽週首日由小聯盟的「未來之星大賽」打頭陣！由各隊小聯盟選出的潛力新秀，依出生地分屬2隊為美國隊與世界隊，並於16日凌晨的未來之星賽中對決，雙方砲聲隆隆，各轟出4發全壘打，最終美國隊靠著對手暴投取得關鍵分，以10：6勝出。

過去有不少台灣球星在未來之星大賽打出好成績過，胡金龍與林哲瑄分別獲得2007年與2008年的單場最有價值球員，也都幫助世界隊贏球，然而，台灣球員已連續2年沒有入選。世界隊近9年只贏過一場，是前紅襪隊怪物新人（現效力於白襪隊）的孟坎納在2016年率領世界隊贏球。

根據《MLB官網》報導，此役世界隊的主砲、效力於道奇的農場第4名新秀狄亞茲雖然演出單場雙響砲，成為20年未來之星歷史中第2人，但打回來的分數仍不



▲MLB明星週的首秀未來之星大賽就砲聲隆隆，雙方互轟4發全壘打。(photo by Facebook)

▼ 附近居民以捕魚為業

自然樂園

多瑙河三角洲

多瑙河在圖爾恰分為三條支流流入黑海，那就是基利亞河、蘇莉納河、聖喬治河，因為保存了最完整的自然生態，在1991年列為世界自然遺產。

文 & 攝影 / 溫小平

說起多瑙河，名氣不可謂不大，他從德國黑森林開始，流經十個國家，最後在羅馬尼亞東邊的圖爾恰流入黑海。因為河水夾帶著泥沙，流啊流的，到了出海口，流速慢了，漸漸淤積成濕地、平原，於是，多瑙河三角洲就此形成。

橫跨羅馬尼亞和烏克蘭的多瑙河三角洲是歐洲第二大三角洲（第一大三角洲是俄羅斯的窩瓦河三角洲），相比之下，他保存得更好，號稱「鳥類樂園」，也是最大的自然博物館。

列為世界自然遺產

多瑙河在圖爾恰分為三條支流

流入黑海，那就是基利亞河、蘇莉納河、聖喬治河，因為保存了最完整的自然生態，在1991年列為世界自然遺產，也是羅馬尼亞唯一的世界遺產。

三角洲占地3446平方公里，棲息著300種鳥類、1200種植物，以及45種淡水魚。每年有上百萬來自歐亞非及地中海的候鳥到此居住，並且繁衍下一代。除了陸地之外，他包括森林、浮島、沼澤、水草及蘆葦，尤其是蘆葦面積占了三分之二，也是世界上最大的蘆葦區之一。

因為河道兩旁幾乎全是綠色植物，倒影水中，成為綠色多瑙河，跟我們想像中的藍色多瑙河

不同，因此有人形容他是「巴爾幹半島上的綠寶石」。目前大約有15000人住在附近，以傳統木船捕魚為生。

不少人為了布朗城堡的吸血鬼傳說來到羅馬尼亞，我倒覺得，多瑙河三角洲更值得流連。我們住在圖爾恰的港口旅館，從黃昏望到晨曦初露，捨不得閉眼入眠。

安靜恬適的心情遊覽

二十幾人坐著藍白相間的遊船遊河，曙光中的多瑙河靜靜地流淌著，彷彿慢慢揭開面紗。沿途遇到的幾乎都是小艇、小船以及河邊小屋，好不容易遇見一艘觀光船，大家興奮得揮手，奇怪的是，對方並未熱情回應，只是微微揮手、微笑致意。

原來，為了保護三角洲的各種生態，所有觀光客要以安靜恬適的心情

遊覽，不能製造噪音，以免驚動這個流域的鳥類居民。霎時間，大家都安靜了下來。

我挑選了階梯的位置靜靜坐著，不至於擋住船長視線，又能享受清風拂面的悠閒，柳絮漫天飛舞，在河面形成美麗的圖案。狐狸、鸕鶿、蜻蜓、蝴蝶、鸛鳥還有埃及聖環（IBIS），不停地在眼前交錯出現，好像上演著鳥兒們的飛翔秀。

我彷彿聽到鳥們低語著，「我們比比看，誰可以用最快速度、最美姿態從船頭飛過去。」就這樣，鳥兒們一隻又一隻，自在且愉悅的低飛、高飛，甚至以最美的姿勢衝進水裡捕魚，我不由得看呆了。微微閉上雙眼，我傾聽著鳥類的歡喜鳴叫，樂園，應該就是這樣了吧！



▲ 蘆葦佔據三角洲很大的面積



▲ 即使小艇也不忍破壞多瑙河的寧靜



▲ 樹少了 河水就藍了



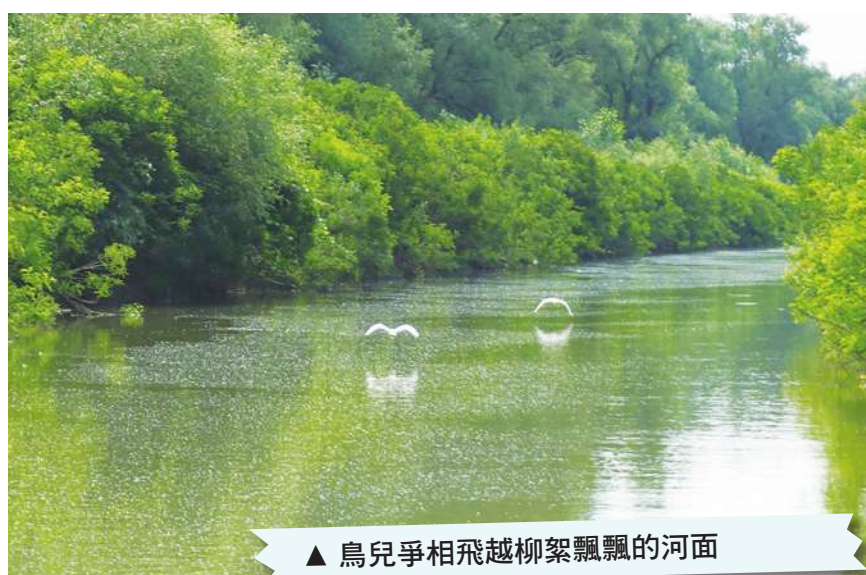
▼ 大型觀光船靜靜滑過河面



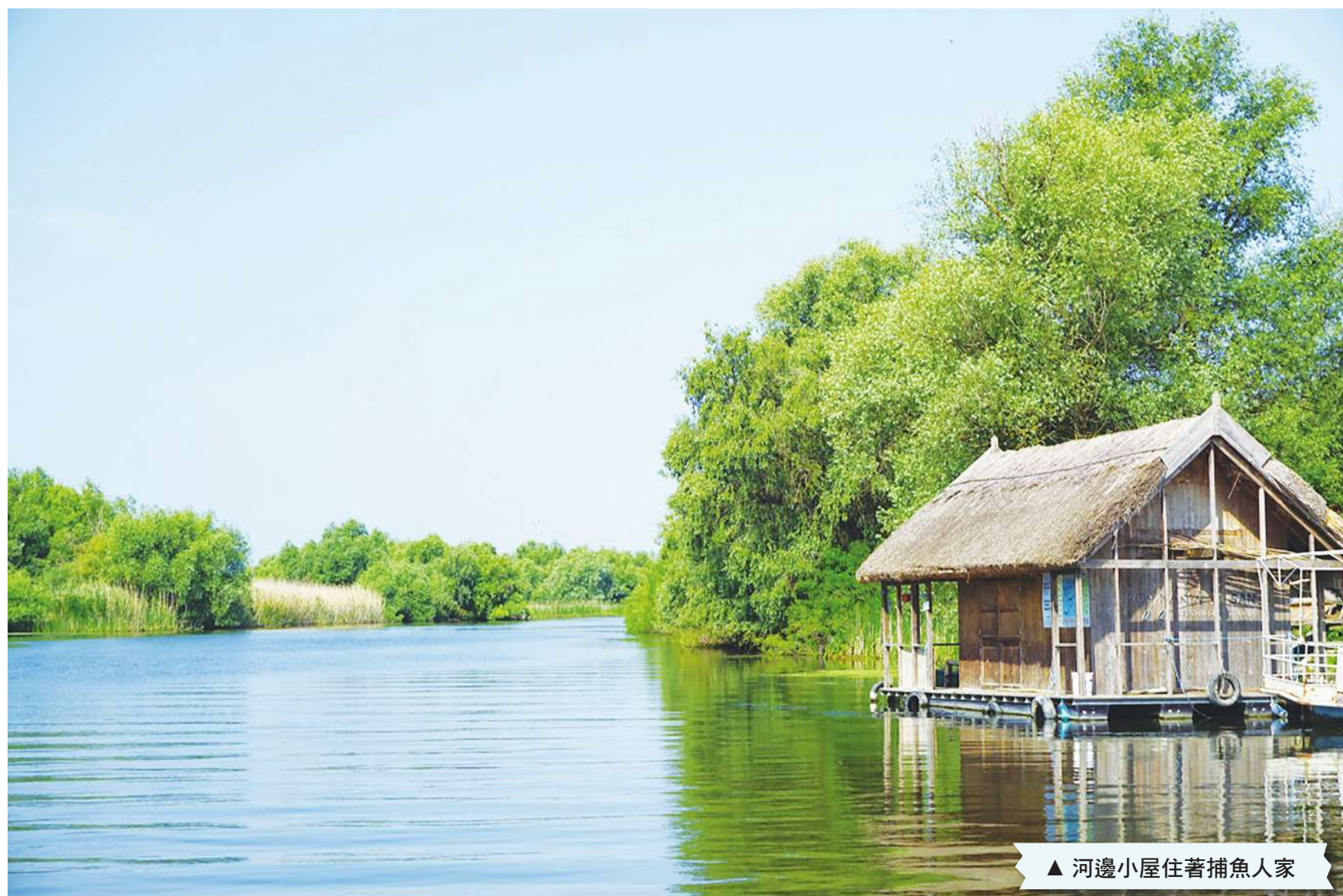
▼ 黃昏的圖爾恰



▼ 鳥兒展翅是很難捕捉的畫面



▲ 鳥兒爭相飛越柳絮飄飄的河面



▲ 河邊小屋住著捕魚人家

▼ 法國國家健康與醫學研究院研究發現，多吃蔬菜水果能降低氣喘發生頻率。(photo by Engin Akyurt via pixabay under CC license)



【本報記者蔡岳宏綜合報導】多吃蔬菜水果能降低氣喘發生頻率！法國國家健康與醫學研究院調查 34776 名受試者的飲食習慣與氣喘情況，研究發現，健康飲食的男性與女性能分別降低 30% 和 20% 罹患氣喘的機率；若是已經罹患氣喘的患者，男性與女性則能分別減少 60% 與 27% 氣喘發生率。研究主持人安德里亞納蘇盧博士表示，這項研究鼓勵民眾健康飲食，來防止或控制氣喘。

國民健康署「國民健康訪問調查」發現，19-64 歲民眾經醫師診斷患有氣喘的比率為 3.8%，其中，男性氣喘的比率為 4.1%，高於女性的 3.4%，至於 65 歲以

研究發現，健康飲食能降低罹患氣喘的機率；若是已經罹患氣喘的患者，男性與女性則能分別減少 60% 與 27% 氣喘發生率。

上長者有氣喘的比率為 4.6%。以此推估，國內 19-64 歲的民眾中，約有 61 萬 2 千人患有氣喘，65 歲以上長者則約有 12 萬 4 千人。另外，全球氣喘倡議組織統計，全球約有 3 億人受氣喘困擾，屬於全球的重要健康議題。

「目前氣喘與飲食的關連並不明確，且缺乏氣喘患者的飲食建議。」安德里亞納蘇盧向《今日醫學新聞》說明研究動機，此研

究調查 34776 名受試者的飲食與氣喘情況，其中約 25% 受試者患有氣喘。研究團隊隨機抽取受試者 3 天的飲食紀錄，並用 3 項標準來評估飲食健康指數。多蔬菜、水果和全穀類定義為健康飲食，多肉、多鹽和多糖則定義為不健康。

《科技時報》報導，研究發現，健康飲食的男性與女性能分別降低 30% 和 20% 罹患氣喘的機

率；若是已經罹患氣喘的患者，男性與女性則能分別減少 60% 與 27% 氣喘發生率。安德里亞納蘇盧表示，高纖飲食含有較多的抗氧化、抗過敏物質，能有效降低氣喘發生；但多肉、多鹽和多糖飲食反而會加重氣喘病情。他呼籲，民眾應健康飲食，來防止和控制氣喘。

此外，國民健康署提供 4 項氣喘控制的建議，首先是保持清潔，並遠離過敏原；再來是杜絕菸害，避免刺激物；第 3 項是規律運動，但勿太激烈；最後是遵從醫囑，按時用藥，同時要定期回診追蹤。

常走登山道護眼 防 3C 產品傷視力

【本報記者蔡岳宏台北報導】為防止孩童暑假過度使用 3C 產品，北市規劃「護 eye 親山步道」！北市府衛生局與工務局規劃了 12 條「護 eye 親山步道」，不僅鄰近捷運、公車站，且設有「護眼拓印點」，鼓勵孩童畫下「暑假最厲害的護眼戶外活動」。北市衛生保健科科长黃國忠呼籲，孩童應於每日戶外活動 2 小時，有助保護視力，另外，家長應定期帶孩子接受視力檢查，延緩近視度數增加或罹患近視。

根據 106 年台大「兒童青少年視力監測調查」結果顯示，從幼兒園的幼童到高中生都有使用 3C 產品的習慣，且超過 4 成幼稚園孩童使用手機，若使用時間達 1 小時以上，將增 2 倍近視風險。目前台灣幼兒園近視盛行率約 10% 左右，幼童近視問題嚴重。

「戶外活動已被證實能延緩近視的發生及度數惡化。」北市衛生局黃世傑局長表示，為鼓勵民眾帶孩子從事戶外活動，衛生局結合工務局自 130 條登山步道中，擇出 12 條具備適合親子同行的親山步道，規劃為「護 eye 親山步道」。北市大地工程處處長池蘭生指出，其中鄰近捷運站的步道有 9 條，皆設有「親山步

道指標」導引前往登山口，重要路口也有方向指示牌，提供導引服務。

「暑假是學童接觸 3C 產品與視力惡化高峰期。」北市府衛生保健科科长黃國忠強調，除了落實「睡滿 8 小時」、「吃蔬果均衡飲食」、「看電視、玩電腦少於 2 小時」、「戶外活動 2 小時」及「用眼 30 分鐘休息 10 分鐘」等規律生活之外，其中「戶外活動」是有效控制近視度數產生及惡化的保護方式。此外，活動時可避開強烈陽光照射時段，若紫外線太強時，建議戴遮陽帽或太陽眼鏡，並補充水分。

黃世傑提醒家中有 2 至 4 年級學童的家長，可以利用暑假，帶孩子持「護眼護照」到臺北市衛生局合約眼科醫療院所，接受免費專業視力檢查，若經檢查後發現近視，須遵照眼科專科醫師指示，接受追蹤及後續矯治，並改善用眼習慣以避免視力惡化。



第二屆招生中！
(7月25日截止報名)

數位媒體新時代 五百年來最前線 媒體宣教與牧養 呼喚專業的委身

★用一年時間密集裝備，專攻新媒體宣教碩士
課程：神學+編採寫+網路社群+媒體實習

公費生6名(限大專應屆畢業或畢業5年內可申請)
自費生6名(限55歲以下)

主辦單位：中華基督徒新媒體協會

新媒體宣教學院 網站  (影片介紹、簡章與報名表下載)

索取簡章：crossmediacademy@gmail.com 洽詢專線：0800-011961(免費電話)



周學信老師



黃正人老師



谷玲玲老師



林意玲老師



邱慕天老師



施以諾老師



溫小平老師



彭蕙仙老師



彭盛有老師



王良玉老師



謝建邦老師



詹怡宜老師

打造創意餐廳 地方文化成標的

一間餐廳如何令顧客難以忘懷？搭配地方文化以及食材，透過料理傳遞訊息，創造食物的回憶，打造地方美食主題餐廳。



◀ 在百元店和家庭用品量販店採購盤子、刀叉、玻璃杯等等餐具類用品，以及窗簾、桌巾、椅子和打掃用具。(photo by pixnio)
▼ 最近的廚房裡，有很多都有購置水蒸氣烤箱，這種可以自動調整溫度以及濕度的高級道具。(photo by pixabay)



■ 奧田政行

打造元氣餐廳

撿拾漂亮且發著光的石頭。磨著磨著，好像很好玩耶！人群就此集結而來，大家開始一起磨石頭。之後，聚集了更多的人，告訴我們，這石頭好美啊！把根植於土地的飲食習慣，轉化為飲食文化，這就是地方創生的第一步。

三十一歲的時候，我用一百五十萬日圓，開了義大利餐廳阿爾卡契諾（Al che-cciano）。這間店位在庄內平野的廣大田野中，離鶴岡市中心有一段路程。也就是說，客人很難前往的地方。

以時間距離來表現的話，假設從東京出發，以東京車站為起點，搭乘 JR 要花近四小時，如果搭飛機的話，加上與機場之間的交通時間，大概要兩個半小時。但離餐廳所在位置最近的車站，沒有新幹線經過。那附近當然也沒有主題樂園。

了解當地及潮流

這是一間開在鄉下地方，只有三十六個座位的小餐廳。即便如此，北從北海道，南至沖繩，甚至遠從海外，有許許多多的客人前來光顧。當然並不是一開始就是生意興隆的店，大概從第二年才開始忙碌。到了第四年，便有雜誌前來採訪。報導登出之後，來自日本全國各地的客人蜂擁而至，接著就變成了預約爆滿的餐廳了。

從開店起，好幾年的時間裡，我著力最深的就是，了解當地、以及磨練解讀時代潮流的能力。仔細觀察散落在各個地域的特色，思考如何排列組合，思考該如何表現，好吸引大家的注意，並反覆嘗試。

我的方法是：①收集散落在地域各地的原石（食材）、②將這些原石一個

一個磨光打亮，成為品牌、③與在地人一起創造豐盈的地域，我把我的店當做據點，落實這些方法。

食物傳遞地方資訊

人一旦肚子餓了，就會想吃東西。我利用了這項自然原理。進食時，人會在進食的場所待上一段時間。因此，透過食物，在這段時間內傳達這個地方的資訊。

在阿爾卡查諾，我們所端出來的料理，可說是庄內市的縮影。來到這裡，只要看到黑板上所寫的菜單，就等於看見整個庄內市。菜單的種數有一百多種，在「主廚套餐」裡，盤子上所裝盛的，是庄內地方的觀光景點。

從庄內的海岸、岸邊、海面、平原、河川、山野，最後抵達庄內的山裡，巡遊當天庄內裡「最好的景點」。套餐平均有十一盤料理，最時有十五、十六道。我們希望客人們能夠享用全部的料理，所以在調理時儘量少鹽，也會控制用油量，為了不讓客人有吃膩的感覺，每道料理之間的味道轉換，都下了功夫安排。

除了滿足客人的口腹，我們也希望填

飽客人的腦袋，因此在座位的旁邊，會放上客人所食用食材的生產者、以及培育環境的說明。就這樣每天持續地做料理、傳達庄內的消息，我們得到了比預期還要大的迴響。

在這之前，我們用了很多方法。這當然不是我一人的功勞，而是眾多深受這

在這種時刻，眼中所見、耳朵所聽，都比不上味道的記憶。但也不是說，只要是吃的，就什麼都好。

個地方的人的努力成果。接下來就要公開當時所進行的所有策略。

透過料理認識家鄉

地域活性化最有效的方法就是餐廳，使用料理，全力傳達地域的魅力。為了故鄉，這是我給自己的任務。我認為，能夠讓吃了這道料理的人，感受到「庄內真是個好地方」，這是活化地方的第一步。但是，為什麼是料理？「能在那裡吃到」、「獲得感動」，之後，「很



◀ 其中一口火爐，整天都放著煮義大利麵的各式義大利麵菜單。(photo by pixabay)



▲ 從一開始就決定，店裡要使用在地的食材。打從在東京當學徒時，我就明白，從庄內送過來的食材有多麼優秀。(photo by pixabay)

想跟別人說」。

創造食物的回憶

第三點是最重要的。各位的地域裡，最讓你感到驕傲的，先設定為古蹟名勝好了。有名的歷史建築、能欣賞雄偉景色的大自然，想必都會烙印在訪客的心

了和食、法式料理、中華料理的技巧。不同的蔬菜，使用不同的手法。

使用這裡才有的食材而設計出的料理，全世界就只有這裡才吃得到。在鶴岡市的藤澤地區，至今只有一戶農家還在種植傳統物種，藤澤蕪菁。以藤澤蕪菁為主角，而設計出來的菜單，我命名為「藤澤蕪菁和庄內豬肉的燒畑風景」。

口耳相傳打響名聲

製作料理，最重要的，就是面向生產者。讓製作食材的人品嚐料理，讓生產者再度認知，自己生產出來食材的美味，將會使他們更加努力，培育出最美味、最健康的食材。一項食材裡，包含著多少心思。把這當成做料理的起點，就能端出完美的料理。

藤澤蕪菁的料理推出之後，隔不久，就接到預約的電話，電話那頭排班「想要吃藤澤蕪菁的料理」。我們都很不可思議，客人是從哪裡得知了？原來是吃過客人的口耳相傳。接著，連雜誌社的人也來這裡，點了蕪菁料理。告訴我們，「真的非常的好吃」。然後就登在雜誌上了。

接下來，是電視台也來採訪了，還幫我們製作了全國播放的電視節目，在節目中，有名的主廚說「太好吃了」。漸漸地，阿爾卡查諾打響了知名度，來自日本各地的客人，以及海外的客人，都來到這裡，享用使用庄內食材為主角的各式料理。

料理用當地食材

要能引出食材的最大優點，對第一次調理這種材料的人而言，有其難度。特別是像傳統作物，這種具有強烈個性的蔬菜，具有特殊的風味，更難上加難。

這時就輪到餐廳出場了。為了那些來到阿爾卡查諾的客人，能夠吃到引出食材最大美味的料理，我可是盡了全力。我開發了各種以在地作物為主角的料理。而且手法不限義大利料理，也用

子，又帶來更多的客人。

我確信，要宣傳農漁產品，沒有任何方法能夠勝過料理。也就是與「下一個需求」有關。希望客人購買的食材，如何讓對方感受到其美味程度呢？直接在產地，引出食材的最大潛力。料理就是最好的表現方式。這就是在地餐廳的功能。

所以，我建議準備要開店的人，不需要一開始就購買大量的設備，從負債出發。儘可能減少資金壓力，接下來再慢慢補足設備。這樣，更容易感受到完成自己店面的成就感，享受每一天不斷變化的樂趣。

快速料理小撇步

把所有的火爐全部開火，在上面放平底鍋。一旦加熱之後，再倒入少量的水，等水燒開之後，再把水一點一點加入，等到所有平底鍋內的水都沸騰之後，再全部倒入大鍋內。這比起一開始就用大鍋燒水，還要來得快。

這是瓦斯爐口不夠而產生的創意。如何讓套餐菜單裡的肉湯，要保溫又要同時保有最佳火候時的調理方法。

美味的食物能夠緊抓住人心不放。用眼睛欣賞、用舌頭品味，吞下去時的滿足感直達胃部，滲入每個細胞，烙印在記憶深處。

的地段，所以附上可停十三輛車的停車場，每月租金只要十萬日幣。

在百元店和家庭用品量販店採購盤子、刀叉、玻璃杯等等餐具類用品，以及窗簾、桌巾、椅子和打掃用具。買來的物品塞滿了車子，就這樣來回了好幾趟。接著就沒有購買廚房器具的預算了。我們所有的，只有原本喫茶店使用的五口火力不強的瓦斯爐，以及家庭用烤箱。雖然稱不上充分，但毫無不安。

不需要從一開始就備齊廚房用品，

沒有，反而更好。因為使用現有的道具，操作過程中，會激發出屬於自己的技巧與創意。開業之前，我工作的農家餐廳，除了流理台外，就只有一台家庭用的瓦斯爐。義大利餐廳的廚房，只有兩口火爐，那真的是相當艱困的經驗。

有限的道具下料理

其中一口火爐，整天都放著煮義大利麵的大鍋。而另一口爐火，則用來應付相繼送進廚房的各式義大利麵點菜單。火力微弱的關係，能夠調理的內容也相当有限，但即使如此，我也沒有自暴自棄，對菜單絲毫不妥協。

每天在這兩口火爐間，骨碌碌般轉來轉去的忙碌經驗，對我而言已經成了寶物。那時，在有限的道具下，自己找出來的調理方法，在現在的廚房中，依然派上用場。只用過便利道具的料理人，一旦沒有那些道具，就做出不了菜了。

最近的廚房裡，有很多都有購置水蒸氣烤箱，這種可以自動調整溫度以及濕度的高級道具。而在這種廚房學習的年輕學徒，大概會以為，若沒有這種機器，就做出不了料理了吧。

慢慢補足設備

在什麼都沒有的農家餐廳工作的經驗所賜，舉凡在國外設備不足的活動現場、311 日本大地震時的戶外辦桌，不論什麼樣的狀況，我都能一一克服。沒有道具時，就有沒有道具時的方法。產生的智慧與方法，是金錢也買不到的。

把牆面遮起來的同時，「對啊，我們就把菜單寫在上面就好了啊」。所以，每天的菜單就全都寫在這塊黑板上，至今已有一十五個年頭。製作紙本菜單的話，要設計費、印刷費還有紙的成本，相當花錢。而且一旦做了紙本菜單，等於自綁手腳，得依菜單來進貨。

集中剪下來的。料理雖然用百元店的盤子，但唯有前菜盤是高級品。用呂香辛料的小匙代替咖啡匙，只要三十八日幣。如果是一般咖啡湯匙，要價四百日幣。窗簾軌道用的是便宜貨，但窗簾本身很貴。

西洋食器品牌做的和食餐具很貴，但和食餐具的品牌所生產的西洋食器卻很便宜。採用日幣一千八百元的土司烤箱。這類烤箱上火的遠紅外線，用來烤魚綽綽有餘。專業廚房用的平底鍋相當貴，所以採用一般的不沾鍋，家庭用品量販店賣得更便宜。椅子去家具店找取絕品，兩萬八千日幣的東西，用六千日幣買到。

訂做搭配椅子的桌子。如果反過來，訂購搭配桌子的椅子，椅子的數量太多，會比較貴。利用簡單桌上型瓦斯爐以及炭火爐等火力來源。尤其是插电式的烤盤，用來烤搭配主菜的蔬菜，非常方便。不必拘泥於一定要使用專業廚具！只要料理好吃，不在乎用什麼工具！

用黑板寫菜單

在黑板上寫菜單，解決所有問題～忙碌時、閒暇時、在地生產在地消費，實現所有想法。我們決定將菜單寫在黑板上。想要在鄉下開餐廳的人，我極力推薦這個方法。不過，把菜單寫在黑板上的這項創意，其實是偶然發現的。

我們所租的這間沒有改裝過的中古建物，前身是兼賣輕食的茶店。最顯著的牆面上，貼著「牛排＆紅酒」的紙條。看起來太醜，動手想把它撕下來，結果反而留下更醜的痕跡。真是傷腦筋！乾脆把它們全部遮起來。所以我們就去買了最大尺寸的黑板。

把牆面遮起來的同時，「對啊，我們就把菜單寫在上面就好了啊」。所以，每天的菜單就全都寫在這塊黑板上，至今已有一十五個年頭。製作紙本菜單的話，要設計費、印刷費還有紙的成本，相當花錢。而且一旦做了紙本菜單，等於自綁手腳，得依菜單來進貨。

可變動的菜單

不同季節就有不同的食材出現，每天有不同的狀況發生，當天的菜單以及價格就會產生變動，對小型餐廳而言，用黑板寫菜單，真的是非常珍貴的創意。反過來說，也可以經常變動菜單以及價位，提高店內的營業效率。

海上天候不佳，魚獲變少時，就把前一天寫得密密麻麻的黑板擦掉，菜單雖然變少，但可以把手體變大，一樣可以寫滿黑板。此外，賣完的料理，也可以直接擦掉。若是只能提供一道料理的話，也可以大大的寫在黑板上供客人參考。

黑板菜單還有一個非常方便的好處。希望客人點的菜，可以利用黑板操控。這種每天都要進很多貨，有時會進到大量便宜又好的食材。想利用這些便宜又好的食材，多做幾樣料理。

歸歸想，客人也有自己想吃的食物，不一定全盤接受。所以，我會施展這個小技巧。希望客人點的料理，我會用



▲ 從開店起，好幾年的時間裡，我著力最深的就是，了解當地、以及磨練解讀時代潮流的能力。(photo by pixabay)

有躍動感的圓形字體，寫在最顯眼的地方。此外，若有大量點單，廚房會忙得不可開交，可是又是自認好吃，很希望客人點，這一類菜單，會刻意用比較笨拙僵硬的字體，寫在黑板的邊角。

使用在地蔬菜

一定會用在地的蔬菜～與地域農家友好。我從一開始就決定，店裡要使用在地的食材。打從在東京當學徒時，我就明白，從庄內送過來的食材有多麼優秀。那時起，我就想開一間讓客人吃在地農產的店。所以我想到的「在地義大利餐廳」，這是本店招牌。

門志高昂地，要用地食材來做料理，結果，開店馬上就遇到瓶頸。我根本無法採買到足夠的在地食材。當時不像現在一樣，有產地直銷的販賣場所，通常都是在各地方的批發市場中流通，餐廳使用的，最少的在地蔬菜、魚以及肉類，怎樣都找不到進貨管道。

我開始焦慮。明明就在身旁的農地，有那麼多的蔬菜，我卻找不到購買的方法。我決定直接去拜訪農家。向正在農地裡工作的農民開口，拜託他們賣一些蔬菜，但都得不到農家的首肯。

以物易物換食材

當時蔬菜的流通，主要是以農協（譯注：類似台灣的農會）為主。農民把貨交給農協，彼此都有默契，不能將產品輕易賣到別的地方。但我不知道有這些規則，因此拜託了他們好多次。

時段供餐分散人潮

等等之類的，需要吞口水才能繼續念完的菜單名稱。誘發客人想嚐試的話，寫著前菜與主菜菜單的黑板上方，加註「僅限晚餐供應」。客人產生了想吃的欲望之後，別無他法，只好晚上再來了。

三塊黑板的作戰方式，讓遠離市中心的阿爾卡查諾，不管白天或晚上，都能高朋滿座。只寫著晚餐菜單的兩塊黑

板，代替了傳單的印刷費。

《地方美食力》簡介

一家距離東京四小時 JR 車程，位於山形鄉下，只有三十六個座位的小餐廳，為何能牽動全日本、乃至全世界的美食神經，讓當地榮登聯合國教科文組織的「美食之都」？

天才料理人奧田政行 29 歲撐下家中債務，從東京回到山形庄內老家重新出發，經由對家鄉的重新認識與學習，以及與鄉人的相互切磋，31 歲的他從一無所有的荒野中，創建了義大利餐廳阿爾卡契諾（Al che-cciano）。

作者：奧田政行
出版社：常春生活文創
出版日期：2018/06/15

一無所有的極致，全新境界就打開了。從擠債到榮光，和地方共生共榮，一起塑造地方創生的奇蹟，他究竟是怎樣做到的？



余柏青 / 輯

報馬仔

瑞芳鐵道文化夯旅行 活動開跑

【新北訊】暑假來了，新北市瑞芳區公所為推廣鐵道文化與觀光旅遊，即日起開始辦理「瑞芳鐵道文化夯旅行」第一波報名。

活動將從已有 100 年歷史的「瑞芳火車站」出發，由志工帶領遊客進行瑞芳後站老街深度導覽，再探訪里長與志工們在市民活動中心綠屋頂所種植的可食地景，中午憑券到美食廣場肉羹麵等

特色美食。

填飽肚子後搭火車前往具有礦業歷史文化的「猴硐火車站」，遊客可就近參訪具有 53 年歷史圓拱造型「運煤橋」。

活動在下午 3 時結束後，民眾憑深澳平溪線一日券搭乘火車，可再前往十分瀑布、平溪與菁桐等火車站周邊遊玩，8 月份還有 3 梯次，歡迎到瑞芳體驗火車鐵道小旅行。

磚窯花香生活節 花壇幸福旅行

【彰化訊】又到了美麗的茉莉花開季節！隨著悠閒暑假，占全台最大茉莉花面積產地的彰化花壇，也處處洋溢著一片馨香。

今年農委會水土保持局南投分局與花壇鄉農會首度跨部會合作，舉辦「農村四季·生命之歌—磚窯花香生活節」，其中「花壇幸福小旅行」更成了當地一連串繽紛而吸睛的精彩活動，非常適合闔家一起攜手

共遊，度過美好的戀戀旅程。

創立自民國 98 年的順達磚窯，歷經百年工藝，製作的每一塊紅磚，除了可堆砌成純樸而典雅的建築，各種造型磚、空心磚乃至於磚雕，早已跳脫一般人的既定印象。

今夏暑假期間彰化還推出「12 梯在地小旅行」，從百年窯廠、茉莉花夢想館到花樹銀行，所有資訊皆可透過「農村小童」的臉書粉絲專頁獲得相關訊息。

暑假親子鐵路之旅 台鐵增班次

【台北訊】暑假是親子出遊的旺季！所以台鐵自 7 月 27 日起，將平日親子車廂運行班次，增加，期待在暑假期間能讓更多大小朋友，乘坐親子車廂出遊趣！

台鐵局表示，自 107 年 7 月 27 日起，平日親子車廂運行班次由每日 4 列次增加至 10 列次，週日由原 4 列次增至 11 列次，未來將依親子車廂改造進度持續增加開行車次，期待讓

家長帶著家中的孩子，一同坐火車出遊，享受不同的暑假！

此外，親子車廂由有孩童隨行之家庭或孕婦優先使用，所以台鐵提醒，購票與乘車時須配合證件查驗，同時，親子車廂不發售無座位車票。

若有旅客違反乘車規定且經勸離無效者，將依台鐵局旅客運送契約規定，重新補票並加收百分之五十票價，請大家勿心存僥倖。



探索台灣 10+ 島 優質遊程 評選出爐

交通部觀光局訂 2018 年為「海灣旅遊年」，推出「2018 探索台灣 10+ 島優質遊程」徵選活動，鼓勵旅行業者推出具吸引力的團體旅遊行程。

全
台

時間：107 年 07 月 01 日起
地點：全台

交通部觀光局委託中華民國旅行業品質保障協會辦理「探索台灣 10+ 島優質遊程」徵選，日前公佈結果，共選出 34 條行程，推薦台灣民眾一同領略台灣島嶼之美。

七美雙心石滬浪漫一夏、小琉球陪綠蠵龜遨遊大海、龜山島賞鯨豚、綠島、蘭嶼、吉貝、漁翁島、烈嶼、北竿及東莒等島嶼風光…等都獲選入列。

為吸引國人感受台灣海灣景

色、帶動大家體驗島嶼無限魅力，交通部觀光局訂 2018 年為「海灣旅遊年」，推出「2018 探索台灣 10+ 島優質遊程」徵選活動，鼓勵旅行業者推出具吸引力的團體旅遊行程。

共精心規劃出 155 條行程參選，評選項目包含「行程特色及創新度」、「交通路線便捷性」、「旅館及餐食舒適性」、「景點可觀性」及「團費合理性」等多元面向，評選出共 34

條優質遊程，包含 19 條「10 島類」優質遊程及 15 條「海灣類」特色遊程。

譬如其中 1 條行程－蘭陽采風，行程從宜蘭烏石港出發前往龜山島，行程特色包括坐船 360 度觀賞龜山嶼之美，由當地資深導覽員解說，除深入暢遊拱蘭宮、龜尾湖、島上冷泉、觀音坐龍、軍事防空洞等島上風光。

並娓娓道來每一個典故、傳說，讓人有時光回溯的感受；回程安排海上賞鯨豚，由專業解說員帶領追蹤並駐點觀賞，與 200 多隻瓶鼻海豚、飛旋海豚

近距離接觸，真是難得的體驗。

觀光局表示，此次「探索台灣 10+ 島」優質遊程徵選活動，旅行業界熱烈參與，每條遊程均用心規劃、設計及包裝屬於各旅行業和當地灣域的代表作。

不論體驗傳統竹筏、潛水體驗海底的絢麗風光、夜釣小管、尋找潮間帶生物、品嚐在地美食…等等，遊程十分精彩又豐富。

觀光局誠摯邀請民眾，夏天就是要玩水，來跳島、遊海灣、探秘境、嘗美食，體驗不同灣域風情，快快加入台灣 10+ 島優質遊程行列。

北
部

時間：107 年 07 月 10 日 ~08 月 26 日
地點：新北市淡水區

新北市淡水漁人舞台「夏日音樂季」，活動自即日起至 8/26 止，週週都推出堅強的陣容上陣，首場由曾獲金曲、金音雙金獎項肯定的獨立樂團「激膚樂團」與金曲獎雙項入圍的台語電音代表「台客電力公司」登台表演。

在周末夜晚搭配周邊市集、河畔風光等點綴，加上各式曲風的樂團輪番上陣，更添淡水漁人舞台夏季豐富夜晚氛圍！

活動的高潮，是由 17 直播選拔出來的「海祭甜心」與「台客電力公司」的現場合作表演。

今年新北市貢寮國際海洋音樂祭與 17 直播首度攜手合作，透過直播平台票選出「海祭甜心」，從 550 位響應活動的網路直播主中，選出人氣最高的前 12 名。

最後再由評審「台客電力公司」選出 2 位直播主共同合作演唱「台客電力公司」的知名歌曲「雞排珍奶」，俏皮活潑的直播主與實力派電音新星，在淡水漁人舞台上推出僅此一場的限定版活動，更活動添趣味與驚喜！

此外，首先登場的「激膚樂團」，曾入圍第三屆金音創作獎的四項提名，樂風迷幻並融合電子流行搖滾，深受年輕歌迷的喜愛，而其中主唱安雅雅亮麗的外型與貝斯手尤世儒酷帥的風格，帶給現場樂迷視覺與聽覺的雙重享受。

而緊接著登場的「台客電力公司」，則以熱鬧、具有人情味的台客電音風格炒熱現場氣氛，演唱包括「老厝邊」、「青春放乎去」等熱門歌曲，現場氣氛充滿濃濃的台灣味。



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、不言、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