



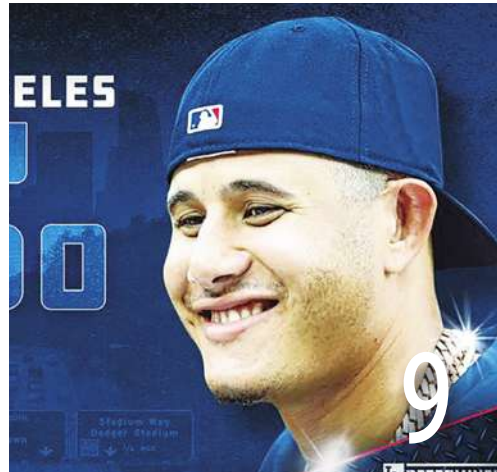
柯P聲勢漲 學者提醒：戒慎恐懼
學者莊伯仲表示，近期因一日幕僚影片爆紅拉抬聲勢，但離年底還有4個多月，柯應戒慎恐懼，面對市政檢驗。



生技展撮合外商 蔡：促與IC聯姻
蔡英文表示，政府推動IC產業跨領域合作，吸引IBM、Google、默克醫藥大廠投資，看好台灣創新造福人類健康。



颱風季才開始 了解颱風做好防災
颱風的風力很強，足以摧枯拉朽，攜帶的雨量也很大，甚至帶來暴潮洪災，風險非常高，千萬不可輕忽。



MLB換馬恰多代價高？道奇不虧
道奇送給金鶯的包裹是5名新秀，看似道奇花一堆新秀只換來馬恰多「打工半年」，但專家認為，道奇並不虧。



今天天氣

北部 26°-34° 多雲

中部 25°-33° 多雲短暫雨

南部 25°-33° 多雲

東部 26°-33° 多雲

政府派遣工將歸零 派遣業挑戰轉型

陳玉芬表示，政府擁有最多派遣工，若政府帶頭減少派遣工，釋出正職缺，可讓勞工權益受到照顧。

【本報記者譚有勝台北報導】為了避免勞工權益受損，降低派遣人員、僱主、仲介等三方利益糾葛問題，行政院拍板，政府聘僱的7000多名派遣員工將在2年內歸零！行政院長賴清德表示，過去政府基於彈性用人需求，常聘用非典型人力從事相關工作，但派遣人力權責不分，容易成為勞動市場人球，因此政府希望在2年之內將7238名派遣員工歸零。資深人資顧問陳玉芬受訪時認為，派遣業要學習轉型，提供更專業的服務。



▲行政院長賴清德拍板，政府派遣員工將在2年內歸零。（中央社）

派遣工2年歸零

行政院長賴清德表示，政院核定政府機構7238位派遣人員將在2年內歸零，改以公開遴選程序聘用。他表示，過去政府基於彈性用人需求，常聘用非典型人力從事相關工作，但派遣人力會衝擊勞動市場結構，公部門運用派遣勞工的問題，應減到最低。

因此，賴清德核定「行政院暨所屬機關檢討勞動派遣運用實施計畫」，未來行政院暨所屬機關將採溫和漸進方式，逐步減少運用勞動派遣，在2年內達成零派遣之目標。

減少人球問題

根據統計，行政院及所屬中央政府機關在民國2018年第一季共聘用7238名派遣人力，其中以農委會2638人最多，其次依序是衛福部845人、勞動部754人、法務部712人、教育部710人、文化部305人

等。行政院發言人Kolas 19日表示，政府機關有非常多工作需要非典型人力支援，不管是派遣人力，還是臨時人員，都有簽署合約載明工作或服務的起訖時間，不過因派遣人力「由A公司聘僱、派到B公司服務」，容易導致權責不分，尤其是發生爭議時，派遣人員更容易成為人球。

政府希望希望各部會盤點人力，未來派遣人員合約終止以後，各部會必須推出遴選辦法和流程，重新遴聘相關人力。她指出，把派遣合約改為臨時合約，最大的好處是讓政府直接當老闆，為聘僱員工發薪水、督導，可保障勞工的權益。

當問及政府是否會提出派遣人力的專法？Kolas說，政府已經和勞動部討論是否要為派遣員工單獨立法，但若更快保障勞工權益，應根據現有法規修正補強，勞動部目前正進

行相關的評估，暫時沒有相關立法規劃。

轉約聘有挑戰

藝珂人事顧問公司台灣、韓國總經理陳玉芬受訪時表示，一般而言，派遣業的範圍很大，僱主要省成本，或是希望得到專業服務才會找派遣工。政府是擁有最多派遣工的機構，若由政府帶頭減少派遣工，可讓勞工權益受到照顧，派遣工人也要設法找尋正職有保障的工作。

陳玉芬進一步說，派遣業也需要學習轉型，提供僱主更好的專業服務，如提供外包服務。若政府減少使用派遣工，未來可釋出更多正職空缺，對想考公務員的勞工來說是一大好處，但派遣合約改透過遴選的方式招聘，需要考試與專業能力，對勞工來說是很大的挑戰。

大學指考放榜 錄取率6年新低

原因包括招生名額減少9%、從推甄回流分發的考生也減少，以及今年考生是龍年出生，報名人數增加等。

【本報記者楊藝台北報導】大學指考成績19日放榜！大考中心指出，今年最低的登記標準落在「英文、數學甲、化學」組合，原始總分38分以上才能登記。此外，今年有63校1885個系組分發招生，分發會提供「登記志願單機版」，考生可於登記志願開放前練習操作，各系組要求的招生條件都可在單機版裡查詢。

「今年約有4.4萬人將參與登記分發，因招生名額為4萬，估計率取率約為9成。」黃信復表示，與歷年相比，去年錄取率96%，105年度97%，103、104年度95%，102年度94%，101年度88%，也就是創下近6

合中，最低登記標準落在「英文、數甲、化學」組合，原始總分38分以上才能登記。此外，今年有63校1885個系組分發招生，分發會提供「登記志願單機版」，考生可於登記志願開放前練習操作，各系組要求的招生條件都可在單機版裡查詢。

「今年約有4.4萬人將參與登記分發，因招生名額為4萬，估計率取率約為9成。」黃信復表示，與歷年相比，去年錄取率96%，105年度97%，103、104年度95%，102年度94%，101年度88%，也就是創下近6

年來新低，原因包括招生名額減少9%、推甄回流分發的考生減少，以及今年考生是龍年出生，報名人數增加等，「但今年只是短暫回穩，預計之後仍會下滑，明年會更險峻。」

分發會特別提醒考生，今年登記時間與往年相同，從7月24日上午9:00起至7月28日下午4:30止，由於登記志願截止日是周六，繳費截止時間提前至7月27日下午3:30止，請考生務必掌握好繳費時間，逾期無法受理，預定8月7日放榜。



▲大考中心指出，今年最低的登記標準落在「英文、數學甲、化學」組合，原始總分38分以上就可以登記。（中央社）

醒報邀訂戶欣賞 「音樂瑞士之夜」演出

數量有限，先索先送，訂戶註明姓名電話地址，寄 anntw.ad@gmail.com 即贈2張

2018
8/1 Wed.
(三) 19:30
演出地點：台北市八德路社教館 城市舞台

- 第一站 序幕 — 阿爾卑斯的日出
瑞士傳統樂器阿爾卑斯長號，與阿爾卑斯山特有的約德爾唱腔，交織出天籟美聲。
- 第二站 時空旅行 — 壯遊十九世紀
讓瑞士手風琴與德西馬琴，帶你跳著兩百年前的鄉村舞蹈，重返十九世紀。
- 第三站 巡禮當代 — 音樂漫旅
從萊茵河畔小鎮舞曲、阿彭策爾約德爾調歌曲、策馬特音樂、到蘇黎士舞曲，一覽瑞士美麗雅致的人文風情。
- 第四站 繁花盛開的現代瑞士民樂
從傳統蛻變的現代瑞士民樂，正以各種方式尋找自己的根，且聽它娓娓道來……



社論

台北市長 3 選將 較量另類行銷

網路節目「木曜 4 超玩」，日前播出「一日幕僚」，由藝人邵智源擔任台北市長柯文哲的一日幕僚，引領觀眾認識柯文哲幕僚的日常工作，但觀眾印象更深刻的卻是柯文哲。他的逗趣直白，以及如瘋狂魔人般的長時間工作，讓人從頭笑到尾，毫無冷場；這部將近一個鐘頭的影片，播出一個禮拜以來，已有超過 8 百萬人次點閱，實在很驚人。

「學姐」一夕翻紅

「木曜 4 超玩」的「木曜」是日文，意思為禮拜四，節目在每

週四晚間直播，本來是電玩綜藝節目，轉型後改為「一日體驗各行各業」系列。柯文哲一日幕僚成了本系列最叫座的節目，捧紅了柯文哲真正的幕僚、在節目中被邵智源尊稱為「學姐」的黃靜瑩，更讓本來財務幾乎要耗盡的製作公司一夕鹹魚翻身。

一日幕僚很成功

「一日幕僚」所創造出的巨大成功，讓其他參選人也開始對另類政治行銷躍躍欲試，如國民黨台北市長參選人丁守中，日前

仿效 2014 年美國漸凍人基金會所推動的「冰桶挑戰」募款活動，發起了「台灣水果，果真厲害大挑戰」活動，由丁守中開始買一袋台灣水果，並再點名 3 個人接棒，每個人也買一袋台灣水果，期望可以一直傳下去，以搶救最近頻頻傳出價崩的台灣水果。

「水果戰」沒效？

不令人意外的是，丁守中點名了國民黨基隆市長參選人謝立功、台中市市長參選人盧秀燕以及高雄市長韓國瑜。支持台灣水果當然是好事，不過，從選

舉的效果來說，在台北市打「水果戰」，能引起多大的共鳴，恐怕還有待觀察，畢竟在台北的市場買水果，價格並沒有出現產地價狂跌的現象，且大部份的市民也不是果農。換言之，「水果」這個議題不是會引發台北市民關注的切身議題。

而更關鍵的是，丁守中並不是可以炒熱活動的類型，也不風趣幽默，做為這個水果傳承活動的啟動者，效果並不好。

選舉前，每個候選人都急欲曝光，然而，現在的讀者、觀眾、聽眾、網友…要求都很高，如果

沒有充份的準備，還是不要隨意公開接受訪問的好，免得自曝其短。例如目前支持度較低的民進黨台北市長參選人姚文智，最近頻頻上節目，卻因為無法好好回答提問，反遭主持人嗆聲只會跳針。像這樣會給候選人扣分的訪問、曝光，實在要謹慎，畢竟不是有露臉就好。

東施效顰 自曝其短

在柯文哲與網紅合作、參與網路直播節目，為台灣政治行銷打開了新的空間後，網路世代所喜歡的搞笑風格，也進入到政

治領域，甚至成為當紅的顯學。然而，並不是每個政治人物都擅長這樣的表演方式；可以自然而然地不斷拋梗或接梗，轉化為個人魅力者並不多。

因此，幕僚在規畫競選活動時，應該要考慮候選人的特質，不要有樣學樣反而落得變成了東施效顰，因為柯 P 的成功不代表別人也可以依樣畫葫蘆，畢竟除了無厘頭還有別的行銷模式，「非柯陣營」實在應該更用功些，找到適合自己候選人的表現手法，才能創造出屬於自己特有的一片天。（彭蕙仙）

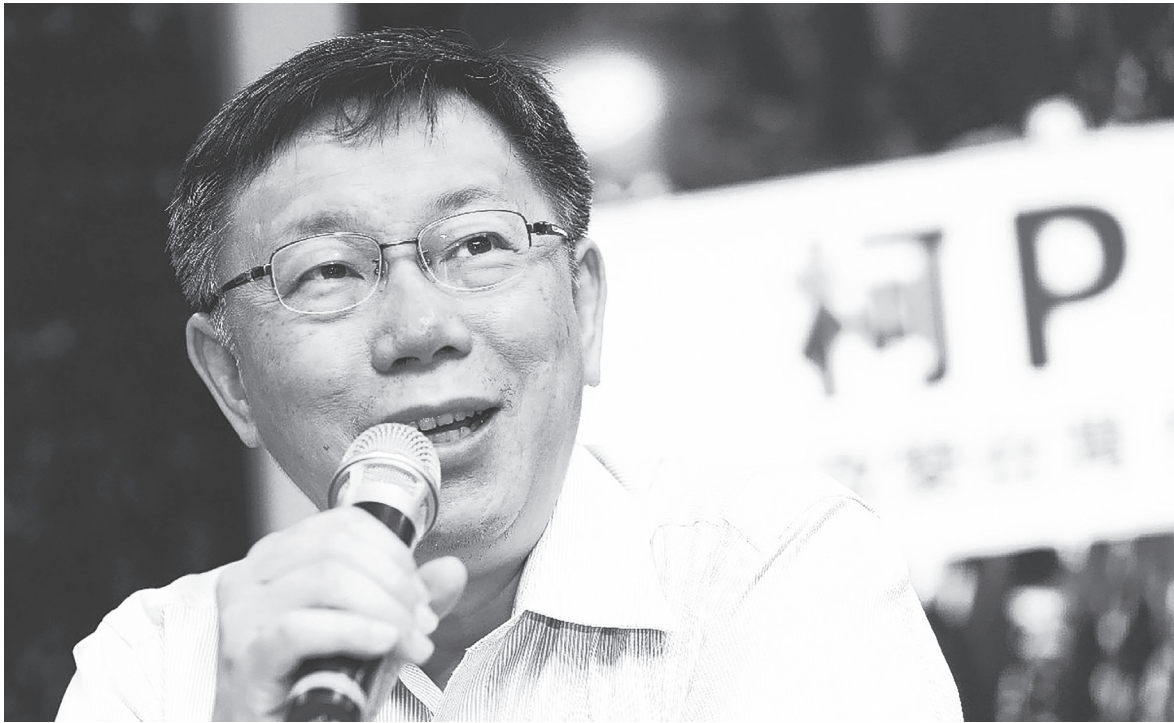
柯 P 聲勢狂漲 學者提醒：戒慎恐懼

學者莊伯仲表示，近期因一日幕僚影片爆紅拉抬聲勢，但離年底還有 4 個多月，柯應「戒慎恐懼」，終究要面對市政檢驗。

【本報記者楊藝台北報導】台北市長柯文哲挾帶「主場優勢」競選連任，各家民調都顯示他暫居領先。但致公黨最新民調指出，柯文哲施政滿意度高，支持者卻隨民眾年齡越大而明顯降低，學者施正鋒分析，市民不滿意的政策如拆除大巨蛋、沒有重大建設等，對選戰應無傷大雅；學者莊伯仲則說，近期因一日幕僚影片爆紅拉抬聲勢，但離年底還有 4 個多月，柯應「戒慎恐懼」，終究要面對市政檢驗。

施政滿意衝 5 成

中華民族致公黨 19 日召開記者會，公布「台北市長施政評價與整體選情評估」民調，在台北市長滿意度部分，有 47.2% 滿意，34.9% 不滿意，滿意施政有減少市政負債、舉辦世大運、拆除忠孝橋引道、興建青年公宅、推行



▲致公黨最新民調指出，柯文哲施政滿意度隨年齡增加而明顯降低，學者提醒他應戒慎恐懼。(photo by Wikipe(a))

1280 定期票等；不滿意的施政則包括大巨蛋未妥善解決、發言不經思考、沒有重大建設、取消 1500 元重陽敬老金及交通惡化等。

進一步從年齡層分析，民調指

出，20 到 29 歲滿意度 76.6%，30 至 39 歲為 66.5%，50 至 59 歲為 35.8%，60 歲以上則掉到 3 成以下。此外，針對 7 月 11 日瑪莉亞颱風來襲，柯文哲選擇依氣象資料專業考量決定不放假，市

民對此決策支持度為 68.3%、不支持 20.6%，其中以 20 至 39 歲的支持度最高，達 81.1%。

學者籲戒慎恐懼

致公黨主席陳柏光表示，

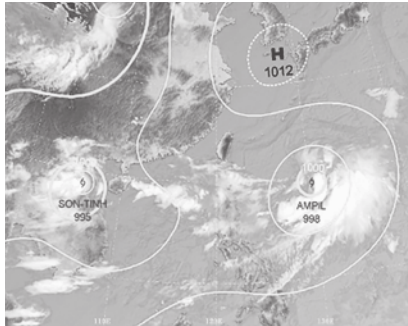
輕颱「安比」生成 周末間接影響台灣

【本報記者藍苡瑄台北報導】「『安比』颱風在 19 日晚上 8 點生成，預計 21、22 日將間接影響台灣，」中央氣象局預報員陳伊秀 19 日受訪時說，東半部區域、北部地區將有短暫陣雨，中南部則是局部降雨。氣象專家吳德榮 19 日在「老大洩天機」專欄中寫道，「安比」行徑大致先偏東北、短暫轉北、再轉西北。目前都離台灣有段距離，直接影響台灣的機率比較低，但仍不排除侵台。

「『安比』19 日清晨 2 點位置距離鵝鑾鼻西南西方海面上 1200 公里處左右，20 日路徑將往西北邊，沿著太平洋高壓邊緣移動，目前直接侵襲台灣的機率比較小。」陳伊秀說，預計最快是 21 日通過琉球群島，且各家天氣模式皆預估是沿著西北邊，朝著琉球群島前進，之後再進入中國大陸的方向。

氣象局表示，依照最新的天氣模式中，因太平洋高壓強度較弱，所以各家天氣模式預估都是認為颱風未來路徑往北修，對我國影響較小。吳德榮在「老大洩天機」專欄中寫道，「安比」直接影響台灣的機率比較低，但仍不應完全排除。

「19、20 日受低壓帶影響，以午後雷陣雨為主，降雨集中在各地山區，20 日在東半部、北



▲輕颱「安比」生成，周末將間接影響台灣。（翻攝自中央氣象局）

部地將有一些短暫陣雨，」陳伊秀說，20 日下午天到下一週一，受到颱風的外圍環流影響，天氣不穩定，中南部將有降雨，其他地區則是短暫陣雨。待下周二、三颱風遠離，會恢復為午後雷陣雨為主，但必須留意西南風，所以南部地區的水氣較多。

氣溫方面，19 日針對桃園、新竹、苗栗、嘉義市有 36 度以上的高溫示警，西半部地區是 34 到 36 度，20 日受到颱風間接影響，風向轉為偏東北風溫，調節溫度，明天西半部約為 33 到 34 度。

陳伊秀表示，「安比」發展為中度颱風的機率不高，之後要持續關注太平洋高壓勢力是否增強，若增強使得路徑往南修，將有機會經過台灣北部海面。但依目前路徑來說，直接侵襲台灣的機率比較小。氣象局也提醒民眾，明後幾天颱風靠近，到海邊活動，必須留意風浪較大。

姚基本盤不到 1 成 學者：棄保不復存

【本報記者楊藝台北報導】民進黨提名姚文智參選台北市長，屢被質疑是「打假球」。根據致公黨民調，柯文哲、丁守中、姚文智的支持度分別為 43.4%、31.8%、8.9%，若加入棄保因素，姚降至 7.5%，丁僅小增 0.1%。學者莊伯仲認為，姚基本盤大概就是 7.5%，即使棄保，對丁與柯影響都不大，直言「藍營期待的棄保效應幾乎不存在。」

柯丁「看好度」懸殊

中華民族致公黨 19 日召開記者會，公布「台北市長施政評價與整體選情評估」民調，針對市長選舉，姚、丁、柯三人支持度分別為 8.9%、31.8%、43.4%；加權後柯文哲微幅領先，但與丁勢均力敵，主要差異在年齡，柯支持者主要在 49 歲以下，丁則是 50 歲以上，「柯文哲表面上領先，但比較不穩，未來關鍵將在年輕人會不會出來投票。」

中國文化大學新聞學系副教授

莊伯仲分析，目前選情呈現「兩強一弱」狀態，柯、丁支持度差距雖然不大，但「看好度」卻相當懸殊，柯的看好度 47.8，丁卻只有 26.5；此外，近期柯文哲雖經歷瑪莉亞颱風四點鐘之亂、一日幕僚影片爆紅等，但柯的支持度仍維持在 4 成以上，可見基本盤已趨於穩定。

外界關注民進黨提名姚文智是否有「棄姚保柯」意圖，民調特別詢問「如果民進黨提名姚文智當選機會不大，姚丁柯三人中會支持誰？」結果發現，姚文智支持度稍降至 7.5%，若與前一題相較，姚文智黨內支持度從 32.5% 下降至 24%，也就是黨內支持者中有 8% 轉投給柯，顯示姚文智的穩固基本盤約 7.5%，「投給姚文智的支持者，棄保投給柯的比例並不高。」

學者：棄保不存在

「目前仍不見民進黨市議員與姚文智合拍競選看板，姚也未



▲致公黨最新民調，姚文智支持度僅 8.9%，若加入「棄保」因素，支持度降至 7.5%。（photo by 致公黨提供）

與新北市參選人蘇貞昌聯合造勢。」莊伯仲指出，不管姚文智當選機率多少，對柯、丁民調影響都不大，他認為，藍營期待的棄保效應可說幾乎不存在，因此民進黨更應趁此時全力輔選，展現參選誠意，以擺脫打假球形象。

東華大學民族事務與發展學系教授施正鋒則有不同看法，他指出，台北市藍綠基本盤各 3 成，剩下 4 成為柯文哲，但民調中姚丁柯得票率約呈 1：3：4，很明

顯民進黨已經棄保。如果從市議員政黨傾向來看，民進黨僅 14%，就算加上時代力量的 7.1%，加起來仍只有 2 成，剩下 1 成綠營選民仍在觀望，他認為這是柯 P 可以爭取的部分，把自己的支持度拉到 5 成。

此份民調為致公黨委託趨勢民調公司於 15 至 16 日進行住宅電話訪問，共完成 1090 份有效樣本，在 95% 的信心水準下，抽樣誤差為正負 3 個百分點。

▼ 總統蔡英文（右）期許台灣生醫產業與既有強項 IC 產業結合，打造數位醫療產業王國迎接新商機。（中央社）



生技展撮合外商 小英：促與 IC 聯姻

【本報記者蔡岳宏台北報導】國際生技展火熱登場，總統蔡英文高喊生技、IC 跨領域合作！蔡英文 19 日於台灣生技大展致詞時表示，2017 年美國公布的評比中，台灣在 21 個生技新興國家中名列第 3 名，現在政策推動 IC 產業跨領域合作，已吸引 IBM、Google 科技龍頭和德國默克醫藥大廠投資。她看好台灣在 AI 時代中，能跨過從研發到量產的關卡，用更多創新產品造福人類健康。

生技、IC 跨領域合作

蔡英文指出，政府透過《生技新藥發展條例》等法令增訂，使廠商投資與人才培育上享有優惠，鼓勵更多人才投入高階醫藥研發工作，並在北中南打造生技聚落，成果包括有台廠新藥獲得美國 FDA

蔡英文表示，政府推動 IC 產業跨領域合作，已吸引 IBM、Google、默克醫藥大廠投資，她看好台灣在 AI 時代中，能用更多創新產品造福人類健康。

核可，以及醫材授權給大廠。蔡英文也引用美國藥品研究製造商協會 2017 年的報告，台灣在 21 個生技新興國家中名列第 3 名，其中基礎建設、臨床研究條件獲得高度評價。

「台灣生醫發展條件愈來愈好，與 IC 產業結合是另一個利基。」蔡英文強調，科技產業是台灣固有的優勢，加上充沛的生技人才，政府正在推動生技、IC 跨領域合作，已經吸引 IBM、Google 科技龍頭和德國默克、美國嬌生等醫藥大廠投資。台灣生物產業發展協會理事長李鍾熙也表達肯定，南北生技聚落已形成，

透過擬定精準醫療、細胞治療等法規修訂，生技投資市場已漸趨活絡。

生技展撮合外商

今年生技展以專業分區於南港展覽館一樓及四樓舉行，其中四樓展區聚焦「生技醫藥與醫材」等生物科技 12 大主題專區、一樓則以「美容保健」為主，吸引日、美等超過 35 間上市興櫃知名企業，共計 600 間參展商，展出約 1,400 個攤位。其中，濟生、輝藥等大廠將展示投入在創新藥物療法的革命性進展。預防醫學及檢測診斷業者冷泉港等指

標性廠商，將分享最新檢測分析服務的產品經驗資訊。

此外，適逢新南向政策，生技展更邀集泰國、馬來西亞等國廠商，舉辦東南亞新興市場商機論壇，讓台灣業者一次接觸最多潛在合作廠商。此外，為幫助生技產業與金融投資領域能密切交流，台灣金融分析專業人員協會與台灣生物產業協會合作，舉辦金融投資 BioTaiwan 參訪團，促成更緊密的合作。

在精選學研技轉區，大多邀請了生醫商品化中心、中研院等單位，希望能創建國內科研技術轉移新平台。

另外國際創業投資論壇則是年度焦點，邀請維梧資本等創投專家分享，公司自新創至成長過程所需基金、創投、私募，甚至於併購至上市資金取得的秘訣。

創新轉型挑戰 企業領袖現身說法

【本報實習記者陳恩潔報導】「創新」是業界最常提及的語彙之一，然而近日漸淪為空泛喊話，企業領袖表示，創新需有根基，傳承漸進才是關鍵！巨大集團董事長杜綉珍、台灣中油董事長戴謙、聯強國際集團總裁兼執行長杜書伍等台灣成功企業領袖 19 日於天下經濟論壇暢談對創新與轉型的態度，企業未來轉型方向。杜書伍表示，談創新之餘更要談傳承，以「migration」（演進）的方式漸進向前才是長久之計。

捷安特腳踏車的未來

天下經濟論壇「創新與轉型的對話」19 日於晶華酒店舉行，眾多亞洲企業領袖一同聚集，探討在日新月異的科技發展下，企業如何創新、轉型。主題對話與談人杜綉珍、戴謙、杜書伍圍繞著「紅色供應鏈」、「綠色消費意識」及如何翻轉傳統產業在市場、客戶、生產模式與商業模式上的僵化思維等主題，進行深入論述。

談到捷安特腳踏車目前面臨的困境及未來發展機會，



▲聯強集團執行長杜書伍表示，創業要有根基，以傳承奠定創新。（Photo by 天下雜誌）

杜綉珍董事長強調，現在是數位行銷的時代，且年輕世代最重視的產品價值已非 CP 值及規格，而是「顏值」。如何與消費者建立情感連結，並在消費者心目中樹立騎捷安特腳踏車很「酷」，騎起來舒服又快樂的印象，是目前最重要的目標之一，然而在尋求新發展之餘，更要踩穩捷安特高品質的口碑及形象。

捷安特算是非常努力在發展作業流程電腦化的傳統產業，杜綉珍說，去年起公司全面導入 SAP 的軟體系統，雖然過程困難，但她以最終能解決大家的痛苦為出發點，讓同仁願意接受改變。在全

球供應鏈的改革方面，原本捷安特腳踏車完全由中國製造，然而杜綉珍指出，未來將會朝「在地生產，短鏈供應」的方向邁進，7 月已開始在匈牙利設廠試水溫，期待能就近回應歐洲市場需求。

中油如何突破瓶頸

中油董事長戴謙則表示，電動車技術不斷發展，在 20 年內汽、機車都將消失，中油公司勢必要另尋出路。對此他指出，轉型、智能、共生是未來中油發展三大主軸，期待能朝「中油牌電池」、「綠能加油站」及上游油氣探勘國際合作等新方向努力，以樸實的企業文化為奠基，

首次無張忠謀的法說 台積電淡季不淡

【本報記者宋秉謙台北報導】首次沒有張忠謀的法說會，台積電最終表現已較原預期稍高，勉強度過表現差的第二季！台積電 19 日召開法說會，並公佈第二季的財務報表，由於虛擬貨幣需求與高階智慧型手機需求減少，相較於 2018 年第一季，營收與稅後純益都下滑；但歸功於台積電量產芯片的 7 奈米技術，營收與稅後純益較去年同期都有所增加。

台積電前董事長張忠謀於年初的法說會即已聲明，該次法說會是他參加的最後一場，因此台積電 19 日的法說會，即是由總裁魏哲家、董事長劉德音與財務長何麗梅等人主持。

針對台積電第二季因為產品淡季而影響表現，何麗梅認為，儘管相較於第一季，營收減少 6%、稅後純益減少 19%，但最終表現比預期還高。

根據財務報表指出，合併營收約達 2332 億台幣、稅後純益約為 723 億元，而投資人最關心的每股盈餘則為新台幣 2.79 元，因此上半年合併營收也達



▲台積電法說會由兩位接班人董事長劉德音（右）與總裁暨副董事長魏哲家（左）共同主持。（中央社）

4813 億元，年增率達 7.5%。

以代工產品應用來分析，台積電第二季表現較第一季低的主因是通訊產品的銷量乏力，通訊產品季減率達 14%。

主要是受到蘋果的高階智慧型手機出貨期恰好進入尾聲，而蘋果新品又將在第三季才拉貨，因此本次通訊類產品在財報上表現差。

接棒為新任董事長的劉德音表示，台積電看好 7 奈米技術前景，雖然 10 奈米製用的訂單有 7 成被三星拿下而產生掉單，但接单能力仍大過於掉單，因此較去年同期比，營收、稅後純益與每股盈餘都上升 9.1%，也讓淡季末的台積電表現稍超過已下修的預期，被研究員看好該廠在下半年度、迎來旺季的表現。

AI 公民蘇菲亞訪台 人類讓位機器人

【本報記者譚有勝台北報導】「台灣好，我是蘇菲亞！」世界公民機器人蘇菲亞以媲美女星的臉龐、機械手臂現身活動現場。她以流利的中文向與會者請安，並大秀其「變臉」技術，從微笑到猙獰，讓現場觀眾驚詫不已。

蘇菲亞於 2015 年誕生，並以女演員赫本為模型，具備人類的外觀和行為模式。

據悉，蘇菲亞懂得 200 多個表情，多國語言，並時常到各地與民眾見面。她去年 10 月從沙地阿拉伯獲頒公民權，並成為世界一個擁有國籍的機器人。

蘇菲亞 19 日現身台北國際會議中心，為「數位創新論壇」揭開序幕。她指出，她懂得模擬人類的表情，她會笑，也會生氣；隨後她分別秀出微笑、猙獰的表情，令與會者嘖嘖稱奇。

她於 2015 年 4 月以女演員赫本為模型，由漢森機器人公司所製造，相較以往的機器人，她更具有人類的外觀和行為模式，具備人工智能、視覺數據處理和臉部識別功能，蘇菲亞還可以模仿人類的手勢和表情，並進行



▲數位創新工作小組主席詹宏志（右）致詞時，公民機器人蘇菲亞（左）在一旁露出笑容。（中央社）

簡單的交流互動。她在去年 10 月獲得沙地阿拉伯賦予公民權，成為世界上第一個獲得國籍的機器人。

她曾獲邀聯合國發表演說，在聯合國開發計畫署提名為世界首位創新守護者，去年，她還參與歌手王力宏新曲「A.I. 愛」MV 演出，與台灣歌手王力宏飾演一對人機夫婦，迅速竄紅網路。

詹宏志表示說，蘇菲亞已經成為人類的一份子，他指出，蘇菲亞的出現顯示我們正進入一個全新的世界，「你可以想像得出未來人類會嫉妒機器人的現象嗎？」

未來將有很多機器人和人類共同生活，擔任打掃、照顧、安慰、專家的角色，也可能取代人類工作，這些機器人會是未來生活不可或缺的一部分。

詹宏志認為，每一個人、企業、政府都應該思考準備數位時代的來臨。他說，蘇菲亞只是一個象徵，象徵眾多數位革命，包括人工智慧、區塊鏈、加密貨幣、各項應用程式都在逐步改變世界。



▲全球首個機器人公民蘇菲亞（中）與台灣 AI 實驗室創辦人杜奕瑾（右）等人展開座談。（中央社）

氣象與環境

主持人：林意玲（台灣醒報社長）
與談人：汪中和（中研院地球科學研究所兼任研究員）
賈新興（天氣風險公司總監）
記錄整理：毛上仁、王清意

主持人（以下簡稱「問」）：
今天討論台灣夏天會碰到的颱風問題。台灣前幾天才剛經歷過一個瑪莉亞颱風，好在影響不大。
其實，中央氣象局在瑪莉亞侵台之前，已經開過記者會，並對外宣布，「今年颱風數量是正常但偏多的」，大概會有3-5個颱風會侵襲台灣，不過今年5月到7月，能感覺到的颱風大概只有瑪莉亞。
賈博士過去是氣象局長期預報科的科長，請教氣象局是如何提早預知颱風的數量？

以數據分析颱風數量
賈新興：其實這和過去研究有關，藉由其數據，我們能知道颱風形成時大環境的特性，這些特性經過研究後，才有辦法利用觀測資料加上過去經驗，作簡單統計分析。
用現在的術語來說，就是利用颱風大數據AI，從過去每年颱風的個數找出關連性，這些關連性則和環境特徵有關，所以是透過這些數據的建立，我們才能預估。
例如氣象局預估，今年颱風總數可能正常到偏多。台灣附近一年大概會有26-27個颱風形成，所以預估數量大概是超過27個左右個颱風會在今年生成。
大家可能會擔心，颱風生成數量多，是不是台灣也會跟著受影響。其實這兩件事沒有必然的關連性，因為過去的研究發現，侵襲台灣的颱風會受當時氣流的影響，從氣候預測的角度來看，是不容易被預估的，所以氣象局預估今年會侵台的3-5個，也是從過去歷史觀測的經驗，去建立氣候預報統計模型，所推估的結論。
問：請教汪老師，過去每一年大概會有3-4個颱風侵襲台灣，大部分是落在哪個月份？雖然瑪莉亞颱風雷聲大雨點小，沒有造成大傷害，但是不能掉以輕心。

8月颱風才是重頭戲
汪中和：是的！以台灣來說，颱風會侵襲最主要的時間，是落在7、8、9月，甚至是10月也是比較危險的時間，大概有7成以上的颱風，都是在這個時間點內。夏季到初秋，是處在颱風的高峰期。我們剛剛經歷今年第一個颱風，所以接下來才是重頭戲。
每一個颱風都不能掉以輕心，就像這次侵襲日本的巴比倫颱風，它只是中度颱風，但沒想到居然會造成如此大的傷害，台灣過去經歷莫拉克颱風也是如此。莫拉克屬於中度等級的，風力不會很強，但是帶來的雨量，就使我們無法承受。
尤其是現在氣候變化越發極端，不管是大氣環流、海洋溫度，都讓颱風的路徑、速度、強度、甚至個數，都起了結構性的變化。所以對我們台灣來說，算是受颱風影響很大的國家，這就是我們每年需要面對的自然天災。
問：再請教賈博士，最近生成了一個山神颱風，後來沒有往台灣方向前進，不過已經被稱為是今年第9號颱風，表示前面已經有8個颱風生成，只是我們沒有感覺到，只感覺到瑪莉亞颱風。

颱風季正式開鑼
賈新興：確實如此！瑪莉亞颱風之前被預估最有可能對台灣造成直接影響，不過後來路徑北偏了大概20-30公里，所以它10級風圈就輕輕的掃過我們北部的海外，對我們台北地區的影響減緩了很多。
至於為什麼大家對颱風生成沒

汪中和教授

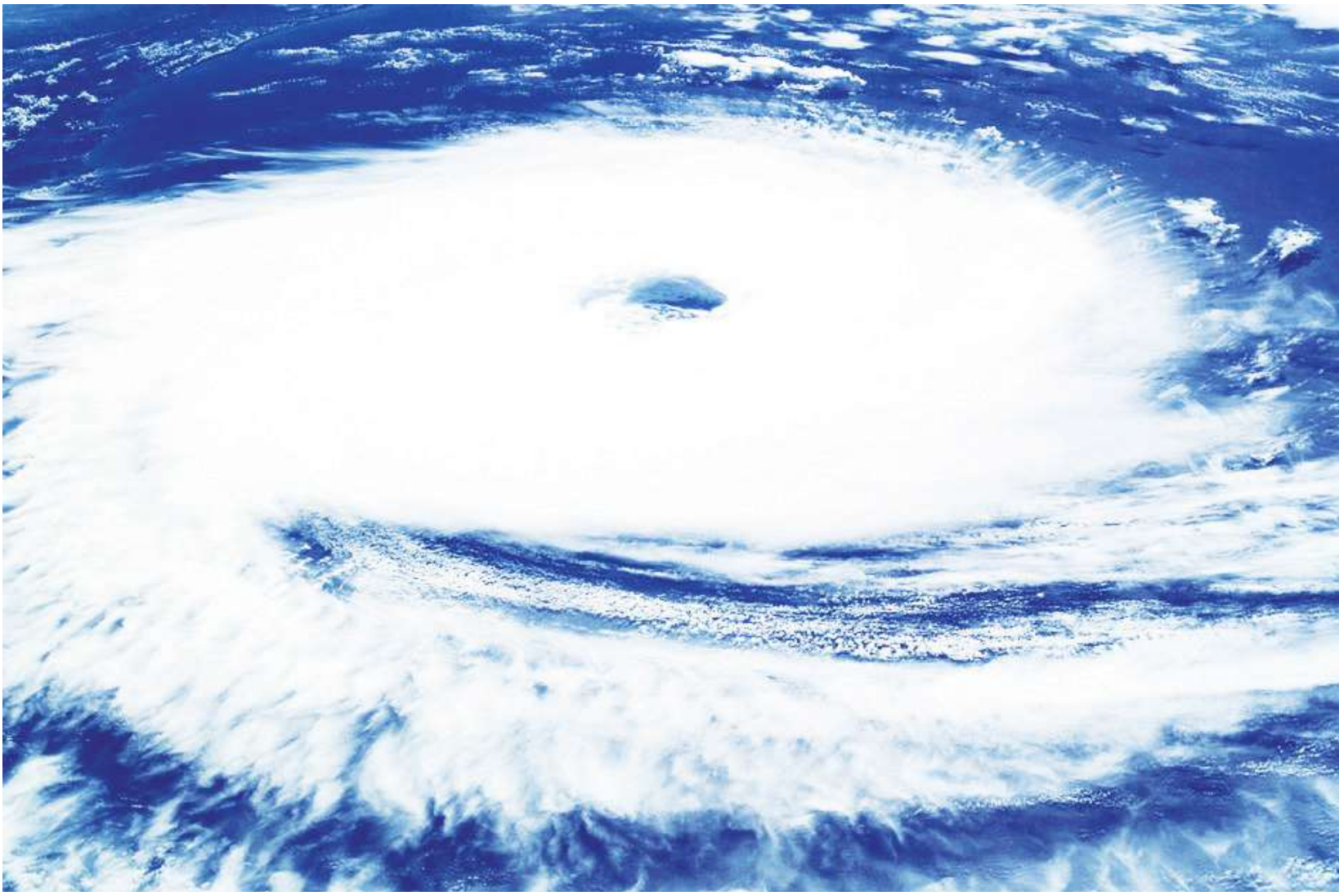
賈新興博士

颱風季才要開始 了解颱風做好防災

颱風的風力很強，足以摧枯拉朽，攜帶的雨量也很大，甚至帶來暴潮洪災，所以對我們台灣來說，風險非常高，大家需要熟練的應對，千萬不可輕忽。



▲台灣玉山大概也才4公里高。(photo by wikipedia)



▲中央氣象局對外宣布，今年颱風數量正常偏多。(photo by pixabay)

有感覺？其實是因為台灣真正的颱風季節是7月才開始，過去因為氣候響應的影響，所生成的颱風比較不會對台灣造成影響。
今年瑪莉亞颱風過了之後，整個太平洋環境便正式進入颱風季節，過去一陣子看到的氣候轉變，包括山神颱風來到菲律賓東邊，目前可能會發展成第10號颱風的熱帶性低氣壓，這些都已經告訴我們，今年颱風季節已經正式開鑼！
問：就如汪老師提到的，7-9月是颱風比較密集的時間，請汪老師說明，颱風形成的氣壓、環流、以及各方面的因素。
颱風生成三步驟
汪中和：以前賈博士曾經說過，高溫有三劍客，其實颱風形成也有三部曲，颱風要形成第一步，要有高溫的海洋，海水的溫

度通常會在27度以上，它會先形成一個低氣壓，若碰到一個較穩定的環境，且沒有很強的側風影響，它會不斷的成長，變成熱帶低氣壓。
再進一步因為地球自轉的關係，低氣壓會開始旋轉，水氣不斷的交換，從大氣到海洋，能量不斷的轉移它就會繼續成長，這個過程就會從熱帶型低氣壓，變成輕度颱風、中度颱風，有時候就會變成可怕的強烈颱風，而颱風的雨量會隨著海溫升高，讓其越變越大。
問：謝謝汪老師清楚的告訴我們颱風如何升成的，不過這中間有幾個問題想請賈博士，海洋高溫為什麼會變成雨？另外從熱帶低氣壓變成颱風，中間不管是不是熱帶、高溫，這幾個字都無法想像和颱風有關？
至於為什麼會在熱帶區域，因為它要在接近赤道，但也要在稍微遠離赤道的地方，地球旋轉的特性才會出現，才有利於積雲簇慢慢旋轉，進而形成颱風。
環境互相影響
問：謝謝賈博士清楚的解釋，我們位在颱風必臨的台灣，所以民眾應該也要有颱風的基本知識，知道什麼情況下會有颱風，平常都只聽氣象局說颱風要來了，卻不知道颱風在形成中，有許多複雜的條件，與互相影響的因素，即使得知颱風要來了，但環境不斷轉變，恐怕都會影響颱風生成、路徑。
另外，剛剛兩位都有提到「旋轉」，地球及風的旋轉形成了颱風，但是我們所體驗的颱風，通

常都是正向侵襲，風也沒有特別在轉，不曉得這個旋轉的因素，對於颱風的形成是怎樣的原理？
地球自轉造成颱風
汪中和：通常颱風受到地球自轉科氏力的影響，導致它會旋轉，旋轉在北半球是以逆時針方向，所以我們稱它為逆時針氣流，到了南半球則變為順時針，是一種對稱的形態。
這個逆時針的旋轉，隨著它能量的增強，風力就會越來越高，通常輕度颱風的風力，每秒大概17公尺，以開車來計算就是時速60公里的速度，這種風力分級大概是8級風，這時輕度颱風便達到標準了，如果是中度颱風則是每秒51公尺。
問：每秒51公尺是旋轉的速度？還是行徑速度？
汪中和：是每分鐘旋轉的速度，若用時速來算的話，大概就是每小時180公里，所以速度是很快的，然而因為它範圍很大，大概有幾百公里，所以在個人的感受上，風就只會直直的來。
其實針對颱風的路徑不同，它的風向也會不一樣，有時候是西北向比較強，有時是東北向比較強，所以就颱風在台灣相對的位置，風向也會有差異。
問：請賈博士也說明一下。
颱風範圍比台灣大
賈新興：我補充一點，如果我們常常看氣象局，或者是日本的衛星雲圖，可能會看到平面，一坨很大的雲，有多大呢？台灣南北長大概400多公里，以颱風的半徑一般就會有200多公里，所

能當作國家建設的檢驗，建設的好壞在颱風的過程中，便可以看的很清楚，包括電力、交通、防水安全等，以及空氣汙染，因為一個颱風過後會發現，天空非常的藍。
它對生態環境也有好處，當它經過森林時，也幫森林清掃了一遍，河川經過豪雨的沖刷，汙染也會大幅度減低，這表示颱風其實有許多正面幫助。
尤其像瑪莉亞這種颱風，我們會想，如果它能多來幾次就好了，但像莫拉克、納莉這種颱風，就最好不要出現，但就像主持人說的，我們真的沒有選擇，我們只能把每一個颱風都當成最需要防範、謹慎面對的天災。
做好防災撤離
問：剛剛汪老師提到，它是天災，但是經過這種苦難、折騰，卻也帶來許多益處，原來不只水的益處，也有空氣、樹林的益處，汪老師也提到針對基礎建設的檢驗，測驗我國政府、人民，對災害是否有預防及準備。
特別這次瑪莉亞颱風，很早政府就將許多該撤離地區的民眾疏散了，以前若要求他們撤離，他們是不肯的，如果沒有經過小林村的災難，許多人都不希望離開背井去避難，現在大家就比較願意撤離，這是非常不容易的事。
汪中和：沒錯！對照最近日本平成發生的豪雨事件就可以看見，雖然他們事前也有預警災害並要求撤離，他們警告的對象涵蓋了500多萬人，所以是很廣泛的，可是很多人都不願意撤離家鄉。
原因第一個，他們可能抱著僥倖的心理，認為也許不會那麼嚴重，第二個就是，日本老年化很嚴重，老人要離開家庭相當不便，要動員的資源很多，甚至離家狀況更糟等等。
日本雖然有很好的防災、淹水地圖警示，都事前告訴你哪邊會淹水，但還是受災了，第一是事前沒做好準備，第二就是輕忽災害帶來的衝擊，所以這次豪雨便造成很大的傷害。
颱風也會帶來「益處」
汪中和：颱風是我們西太平洋國家，必須要面對的天災，而且它也有很大的好處，第一個是它能帶來充沛的雨水，是我們水資源重要的來源，若現在沒有颱風沒有雨水，台灣明年就活不下去了，所以雖然颱風有壞處，但仍然是一個必要的自然資源來源。
颱風還有一個好處，它其實也



問：沒錯！所以我們現在是7月，接下來8-10月仍然會有颱風影響，節目到了尾聲，想請兩位再次提醒，政府跟人民應該要用什麼態度來因應颱風季。
極端降雨紀錄
賈新興：颱風是造成劇烈天氣非常重要的自然現象，它會造成我們什麼影響，則是取決於我們用什麼態度面對它，剛剛提到日本平成的豪雨事件，從防災的角度來看，確實有很多值得我們進一步的學習。
從氣象降雨的記錄來看，日本這次從6月底至7月初的降雨，雨大概降了7-8天，累積雨量差不多1800多毫米，這樣的降雨對日本來講確實比較多，短短幾天就降了一個月2-3倍的雨量。
若跟台灣極端降雨事件來做比較，台灣最極端降雨曾經1小時累積200毫米，日本大概是150-170毫米左右；而3小時降雨台灣便累積至500毫米，日本大概200多毫米；如果以12小時來計算，台灣最多可累積1100-1200毫米，日本這次則是400多毫米；以48小時計算，台灣可下2000-2300毫米，日本這次是1000毫米。
總結以上資訊，若以降雨的極端性，確實這次日本平成降雨事



▼以色列總理納坦雅胡推動《民族國家法案》，強調猶太人的特有權力遭社會批評。(photo by Wikimedia)



以國通過《民族法》 恐瓦解民主體制

【本報記者譚有勝綜合報導】「這是以色列歷史上關鍵的一刻！」以色列執政黨19日以多數票強行通過極具爭議的《民族國家法案》。該法案指出，以色列是猶太人的歷史家園，猶太人擁有民族自決的權力，且該法也不以阿拉伯語作為官方語言，也未納入保障少數民族權益，引起反對黨猛烈抨擊。

以色列民主研究所研究員阿米爾憂慮，世界上任何一個國家都將人人平等列入憲法，唯獨以色列忽略自由平等價值，這項法案恐瓦解以色列民主體制。

以色列總理納坦雅胡近日推動《民族國家法案》，以建立專屬猶太人的社區，刪

世界上任何一個國家都將人人平等列入憲法，唯獨以色列忽略自由平等價值，這項法案恐瓦解以色列民主體制。

除阿拉伯文的官方語言地位，此舉引發外界抨擊為「種族隔離制度」，恐終結以色列長期民主制度。

根據《BBC》報導，以色列執政黨19日以絕多數優勢通過極具爭議的《猶太民族國家法案》，該法案聲稱「以色列是猶太人的歷史家園，猶太人擁有民族自決的權力。」該法案也將長期作為官方語言的阿拉伯語降級，並將耶路撒冷列為以色列首都，但這項法案卻遭

到反對黨阿拉伯民主黨強烈譴責。

據悉，以色列阿拉伯人佔該國人口約20%人口，但以以色列長期視他們為二等公民，且受到歧視。阿拉伯民主黨議員譴責，這項法案猶如「民主之死」，阿拉伯非政府組織則指出，該項法案透過種族主義政策提升特定種族優越感並不可取。但以以色列總統納坦雅胡辯護說，政府將確保所有以色列人的公民權，並不會歧視少數民族。

《CNN》報導指出，該法案

並未提及平等或少數民族的權力，以色列民主研究所研究員阿米爾指出，世界上沒有哪一個國家沒有在憲法中明文規定平等的權力，唯有以色列沒有將其列入憲法範圍。外界憂慮，這項法案將加深以色列社會的分歧，除了隔閡以色列國內不同族群關係，也將淡化居留於海外的猶太人權。

反對黨近日曾試圖提出一系列修正動議，包括冗長辯論、修正措辭如將「以色列猶太『民族』國家改為「以色列猶太『民主』國家」，但全都被執政黨否決，強行通過該法案。

習近平出訪非洲 遭批「新殖民主義」

【本報記者宋秉謙綜合報導】中國國家主席習近平本週將出訪非洲5國，雖然中國稱之為「友好之旅」，但部分專家批評為「中國的新殖民主義」！習近平的出訪團隊將先到阿拉伯聯合大公國再到後續4國，其中，習近平是中國與盧安達建交40年來首訪盧國。部分專家批評此次參訪團僅為了非洲國家的人力與礦產資源，中國駐盧國大使則反駁，中國是秉持2國友好關係而參訪。

根據《IOL新聞報》報導，中國將依序前往阿拉伯聯合大公國、塞內加爾、盧安達與南非共和國，再參與金磚國家領導人會晤，歸國途中再經過模里西斯共和國進行友好訪問。



▲中國領導人習近平本週出訪非洲5國，聲明要進行「友好之旅」。(photo by wikimedia)

泰勒認為，中國自2013年起，每年都會固定制定出訪之旅，特別是出訪非洲大陸各國，習近平第一任期內即2次出訪。

泰勒說，解讀頻繁的訪非之旅，中國對非洲的興趣不只有一般貿易活動，更包含非洲擁有大批珍貴的人力、原料與礦產資源，他認為，中國看重中、非合作的經濟

願意與中國合作。中國甚至加強在非洲的軍事影響，過去還在東北非亞丁灣岸的吉布提設海軍基地，一度挑起西方國家的緊繃神經。因此，中國在非洲大陸的種種佈局行為，讓部分專家批為「新殖民主義」。

中國強調友好經濟

根據《KT新聞網》報導，中國駐盧安達大使饒宏偉發表聲明，中國領導人訪盧安達與該國的礦產利益無關，他說，盧安達並非礦產豐富的國家，中國與盧安達在其他領域的貿易互惠。

提及雙方合作細項，饒宏偉表示，紡織與建築業是雙方較為重視的2項貿易產業，他說：「中國與盧安達於2017年的貿易額達到1.57億美元，比2016年上升達10.94%，盧安達主要出口中國的產品為咖啡、茶與部分礦業。」此次聲明被解釋為對批評者的反駁。

肉類與酪農業 恐成最大污染源

【本報記者莊瑞萌綜合報導】家畜業溫室氣體排放量即將超越石油業！根據2家非營利組織實地訪查發現，若按照目前趨勢估算，全球肉類與酪農業製造的溫室氣體排放量，到2050年時將超越目前溫室氣體最大製造來源的石化業者。研究人員呼籲人類應該盡早找到能讓消費者、地球與業者三方皆贏的方法。

排放大量溫室氣體

據《英國獨立報》報導，農業及貿易政策中心與GRAIN組織稍早針對全球35間最大的肉類與酪農公司進行訪查後發現，若按照趨勢估算，2050年時，家畜業佔溫室氣體排放佔比將高達8成。

GRAIN研究人員庫萊克表示，「上述產業的業者積極推動能增加出口與污染排放的貿易協定，卻忽視對農民、工人與消費者有益的生態農業等氣候解決方案。」

報告也指出，全球前五大肉類與酪

農業者加總排放污染已超越埃克森美孚、殼牌與英國石油。據《油價網站》報導，包括JBS公司、美國泰森食品、嘉吉、美國奶農與恆天然合作社集團等前五大業者加總碳排放已超越石油業者。

少吃可改善問題

除此之外，報告也指出，全球前20大肉類與酪農業業者加總污染排放更一舉超越諸如德國、加拿大、澳洲、英國或法國整個國家總量。

除此之外，中國、美國、歐盟、加拿大、巴西、阿根廷與澳洲及紐西蘭佔去全球家畜業污染排放6成，約是其他國家的2倍。

今年6月，科學期刊報告也指出，如果全人類停止吃肉與奶製品，全球農地將可減少4分之3。這次報告也指出，研究結果已明確指出，家畜業帶來的深遠影響以及人類需要可以滿足農民、消費者與地球福祉的食物系統。



▲家畜業在溫室氣體排放上相當可觀，未來有可能超過石化業。(Photo by USDA NCS Montana on Flickr under Creative Commons license)

臉書不下架爭議言論 祖克柏急滅火

【本報實習記者陳恩潔綜合報導】祖克柏17日訪談發言惹議，竟說網路上的爭議言論「否定猶太人大屠殺(Holocaust)的存在」只是說錯話，不用下架？18日祖克柏傳訊澄清，指明臉書的任務不是禁止不實發言，而是防止不實資訊擴散。不過臉書也表示將重新檢視言論審查標準，下架指向暴力的言論。此次爭議再次顯示，如何在審核不當言論與維護言論自由之間找到平衡，是臉書正面臨的一大難題。

爭議言論非蓄意？

臉書創辦人祖克柏17日接受媒體《Recode》共同創辦人卡拉·斯維斯專訪，談及臉書如何處理假新聞以及「資訊戰(Infowars)」等激進網站發布的爭議性言論，祖克柏以網路上「否定猶太人大屠殺」的言論舉例，認為這些人的發言動機難以推斷，他們也可能只是「說錯」而已，而任何人，包括他自己，都會有說錯話的時候。他表示，臉書不會撤銷此類發文，只會防止他被廣泛傳閱。

此番言論在網路上引起激戰，許多人認為祖克柏覺得「否認猶太人大屠殺」言論並非蓄意是相當有問題的推論，而企業家米奇·卡普爾則指出，不論這些人的動機為何，他們言論發揮的影響才應該是討論重點。

重申臉書立場



▲祖克柏於recode訪談言論惹議，難以平息言論自由與正確資訊的矛盾。(photo by 網路截圖)

面對這些爭議，祖克柏18日以e-mail向斯維斯回應：「否定猶太人大屠殺的言論對我來說相當冒犯(祖克柏是猶太人)，我也完全沒有為發言者的動機辯護的意思。然而面對假新聞的議題，我們的目的並非阻止任何人發言，而是防止錯誤資訊擴散。如果一項被廣泛傳閱的訊息被證實錯誤，他將失去多數讀者。而如果任何資訊明顯含有暴力或敵意，則會被刪除。」

儘管如此，《CNN》指出即使祖克柏澄清了他的發言含意，臉書仍表示會在未來數月中陸續重新審視並下架主張、煽動暴力且經地區主管認定含有明顯暴力意圖的發文，且強調會廣泛採納第三方意見。對此臉書舉例，日前斯里蘭卡出現一則將穆斯林比喻為佛教徒的毒品的言論，臉書在與當地組織聯絡確定此資訊不恰當後，就刪除了該篇貼文。

▼陳浩天強調，這次是政治事件而非法律問題，相信最終不會改變政府取締民族黨的決定。（photo by 香港民族黨 facebook 專頁）



【本報特約記者陳玗明香港報導】香港人的自由保障再受港府衝擊！香港保安局局長李家超 17 日宣布，擬引用香港法例中的《社團條例》，首次在回歸後以維護國家安全為理由，禁止提倡香港獨立的香港民族黨運作。香港民族黨隨後公開港府的文件「證據」，以近 900 頁的文件詳列該黨活動，並提出最少三大指控，但因幾乎只針對言論層面，故被質疑是以言入罪。

民族黨公開港府的文件，發現近 900 頁的文件詳列該黨活動，並提出三大指控，惟卻因幾乎只針對言論層面，被質疑是以言入罪。

151 章《社團條例》第 8 條 (1) (a)：「社團事務主任合理地相信禁止任何社團或分支機構的運作或繼續運作，是維護國家安全或公共安全、公共秩序或保護他人的權利和自由所需要者」，禁止民族黨運作。

另外他推動香港人與內地人分隔，是煽動仇恨及歧視在香港的內地人，故是危害他人權利和自由。

根據保安局的文件，當中包括由助理社團事務主任、香港警務處助理處長（支援）林曉彤提交給李家超的建議，認為香港民族黨召集人陳浩天公開倡議民族黨的創黨目的，包括香港要脫離中國、獨立建國、廢除《基本法》等，違反了《基本法》第一及第十二條，並認為陳浩天不但作政治表述，且有積極行動以達至目的。

陳浩天放棄武力

而對於陳浩天後來曾公開表示放棄使用武力，助理社團事務主任就指對此「深表懷疑」，同時也指控他聲稱跟提倡獨立的台灣、蒙古、西藏及東突厥等組織有聯繫。文件又指出，港府不能等到一個政治運動訴諸暴力才介入，認為當局應採取預防措施。

香港 2003 年時針對國安問題作《基本法》23 條立法時，曾界定如非組織及使用武力，言論自由仍應受到保護，換言之，《基本法》23 條立法雖然仍未重啟，但相關自由空間已較當年大幅收縮。

港人自由受打擊

香港法律界對港府做法回應各異，親民主派的法律人士組織「法政匯思」發表聲明，認為港府今次動作，對港人自由有深遠負面影響，並要求保安局長尊重法律原則，並援引包括歐洲人權法院的案例作解說。

香港大學法律系首席講師張達明接受香港傳媒訪問時就質疑，香港警方的理據及結論似乎僅針對陳浩天的言論，而陳未有鼓吹暴力或實際行動，認為理據有點牽強，且純粹發表不符《基本法》言論，並不足以構成危害國家安全。

【本報特約記者陳玗明香港報導】香港街道上有許多招牌字體剛毅有神，甚具特色，但隨著老店結束與都更重建，近年來不少招牌被大規模清拆，同時也令招牌上的字體絕跡。有香港文化人在香港書展期間，出版關於這種招牌字體的書籍，更計劃發起眾籌集資，把這種具香港特色的書法招牌字體，開發並保存成電腦字體。

香港「北魏真書」源起

香港平面及字體設計師陳濬人（Adonian Chan）與設計編輯徐巧詩，於 18 日開幕的香港書展中，推出兩人的合著《香港北魏真書》。該書總結了陳濬人過去六年時間，從事「香港北魏真書計劃」北魏書法研究和字體設計創作的歷程。

香港北魏真書是華文世界裡特有的書體，其源起可由中國南北朝，當時由於社會動盪不安，書法亦分為南北兩派，即所謂「北碑南帖」，北派的書體有著漢隸的風格，而「真書」又名楷書或正書，「北魏真書」就是介乎與隸書跟楷書之間的書體。

香港在十九世紀後，有一名叫區建公的書法家，為店鋪題字時，優先考慮閱讀的實用性而非書法藝術的美學，讓店鋪招牌的字眼，能在遠距離亦容易辨認，竟成為北魏真書招牌字的開山始祖。

《香港北魏真書》一書中，收錄了南北朝魏碑、清代書法家趙之謙至四十至七十年代盛行香港的北魏招牌書法源流和藝術價值，又訪尋香港北魏書法家區建公、蘇世傑的墨寶，以及不同年代遍佈香港城市街道和日常

藝術家收集發票 《夜未央》呈現窮苦生活

【本報特約記者陳玗明香港報導】就在這一年時間，他累積收集多達 2000 張發票，當中每組數字背後，同時記載了一個個在城市飄盪的靈魂，以及背後的唏噓故事，馬玉江更會為每張發票量度重量。當中幾乎是最低的消費，故發票都很短，重量自然亦極輕，大約只得 0.2 至 0.3 克，而這些發票儼然一名無家者生命的重量。

發票的重量

馬玉江待發票上的列印逐漸褪色，才整合它們作公開展出，促成名為《夜未央》的展覽。據展覽的介紹：「夜闌人靜，但在城市的一些角落，苦難沒有平息，卑微的生命在壓逼與掙紮的隙縫裡衡度著自己與別人的品質。生無涯，夜未央，藝術滲透，刺激我們思量。」

他期望展覽能帶給觀眾不同尋常的心靈激撞，從而反思自身的社會存在狀態。現實是天的黑和夜的重，都不及社會種種問題帶來的無望與沉重。

《夜未央》展覽現時正在灣仔富德樓 6 樓舉行，費用全免，展期至下月 5 日，22 日將有馬玉江跟另一藝術家白雙全的對談環節；28 日則有馬玉江以《做生活》為主題作分享。

事實上，遍佈香港各區的 24 小時營業速食店麥當勞，也成為無家者晚上稍能棲息的「家」，為他們提供一席容身之所。藝術家馬玉江便以整整一年時間，每晚到麥當勞觀察「麥難民」的身影，由於「麥難民」往往需要在店內消費才不會被驅趕，於是馬玉江還收集他們購買食物的發票，以紀錄他們的生活，行動由 2016 年 6 月直至翌年 7 月。

「北魏真書」招牌字體 文化人促保存

【本報特約記者陳玗明香港報導】香港街道上有許多招牌字體剛毅有神，甚具特色，但隨著老店結束與都更重建，近年來不少招牌被大規模清拆，同時也令招牌上的字體絕跡。有香港文化人在香港書展期間，出版關於這種招牌字體的書籍，更計劃發起眾籌集資，把這種具香港特色的書法招牌字體，開發並保存成電腦字體。

▲香港北魏真書曾是香港街道上招牌的常用字體。（photo by 香港北魏真書 facebook 專頁）

生活的北魏體應用實例，同時也首次專訪獨步香江的貨車北魏體設計者楊佳。

古老字體新設計

陳濬人最新在個人社交平台撰文透露，當初並不知道甚麼是「北魏」、「趙之謙」（清代著名魏碑書法大師），只因覺得香港街道上的招牌字體非常有特色，似是反映一種香港蘊藏的歷練，而當看到熟悉的招牌從街道上消失時，令心裡隱隱作痛，故曾經一度四處蒐集被遺棄的招牌，但最終發現就算拯救了招牌，卻因招牌不再被運用在街道上，已失去原有意義。

他繼而感慨指出，雖然近年多了人認識香港北魏真書字體，招牌的視覺文化價值也開始被關注，但一切拆毀仍舊每天進行，「常言香港要『保衛』自己的文化，但往往只是被動地防守，偶爾以懷舊的思維去緬懷。等於它已經是停滯不前，失去生命力。」陳濬人回溯自己作為一個設計師的角色時，認為能夠演繹這種古老的文字，盼能以嶄新的面貌應用在今天的設計中，令香港北魏回到日常生活當中。

樓價只升不跌 省 16 年始能買房

【本報特約記者陳玗明香港報導】香港物業市場的樓價近年只升不跌，令市民難尋安身之所。香港中文大學亞太研究所生活質素研究中心最新調查，發現置產負擔比率及實質租金指數表現均顯著轉差，香港家庭需要不飲不食不消費逾 16 年，才有能力購買市區一棟足夠生活起居的房子，完全脫離家庭的負擔能力。

買房不吃不喝 16 年

香港中大亞太研究所生活質素研究中心由 2003 年起，每年公布「中大香港生活質素指數」，以 2002 年為基準年，由健康、社會、文化與休閒、經濟及環境五個範圍共 23 個指標組成，研究人員會以電話方式，訪問 1000 名香港市民，再綜合失業率及公共開支等數據，計算出前一年度香港人的生活質素指數。當指數高於 100，反映香港人生活較當年好，小於 100 則反映生活變

差。

最新在 18 日公布的「中大香港生活質素指數」顯示，分數較 2016 年的 105.3 微跌 0.21 點至 105.09，反映香港去年生活質素較 2016 年輕微下降；而在 23 個指標之中，其中 12 項表現較 2016 年進步，惟其他令人關注的範疇，評分卻出現惡化。

其中，在經濟範疇中的置產負擔比率及實質租金指數，表現均顯著轉差，經濟分類指數

更下跌至歷年第二低的水平，而健康分類中的醫療公共開支佔本地生產總值的百分比、置業負擔比率及實質租金指數下降幅度亦較大，較 2016 年分別下降約 12%、30.27% 及 21.43%。

數據更顯示，一個年收入約 30 萬港元（約 116.7 萬台幣）的香港家庭，需要不吃不喝不消費逾 16 年，才可在市區購置一間 300 平方呎（約 8.4 坪）、約 500 萬港元（約 1945

風雨天際

文、圖 / 林彧（作家）



【喔！瑪莉亞】

民宿的耶拉忙著收拾床單
順手把陽光摺疊起來，關進鐵欄杆
她說，瑪莉亞要來啦
瑪莉亞壞壞，瑪莉亞不乖乖

垂頭的稻穗無處躲藏
鮮豔的火龍也準備失血
瑪莉亞愛怎麼踢就怎麼踢
一腳一顆算甚麼？鳳梨西瓜如山

政客穿起背心爭搶鏡頭放閃
愛搔頭的市長該怎麼辦就怎麼辦
反正我們口水多過雨水
大家只在乎颱風天不用上班

瑪莉亞在海上，摩拳擦掌
瑪莉亞提裙揚腳來叩關
瑪莉亞就要PK台灣



【訪舊】

離鄉的
同學，趕鴨子來
趕鴨子去。他們是
旅人，星月搖晃在吊橋上

滯鄉的同學撕著
日曆紙，一顆一張護包
沉甸甸的水蜜桃，等待兒孫
雀躍攀摘。結果
我們成了老人



【花窗】

屋內有人，戲班如常走動
隔窗，輕聲細說，百年孤寂
腐朽總勾纏著美麗
別人的故事，聽來格外懸疑

【辭謝作序】

商借靈光真亦假
穿針作嫁寧如啞
勞動輕雷費口舌
春風事後說瀟灑

痠麻在作亂，從筋骨
深處，發作起來，夢都震裂

左側分崩，右側離析
悲痛不過如此：
寸步難行。
坐立難安。

【失眠。一條根】

有苦難言。
天明，猶如蛋破之混沌
狠狠貼上六張一條根
條條封住眼耳鼻舌身意

痛，是醒後之事
苦，是夢的開啟



【詩出無明】

《脫窗》
奪框而出的妄念，不
斷
拍翅。被縛綁的視窗
裡，仍有
不甘願，在眼眶中打
轉

《驟雨》
長毛刷在作畫，窗景
上
倏忽幾筆，人間
恩怨，都讓霧氣收拾
了

《糾蟬》
沉默十七年，才在綠
夏發聲
赤松樹上的烏蟬，向
我
告白。別把黃昏拉得
太長

《山路》
一路攀爬的足印，慌
亂
登頂，夕陽已經下班
我們的歷程有勞星圖
訂正

【爬梯】

我慢慢地在歷史大樓昏暗的窄
梯往上爬。

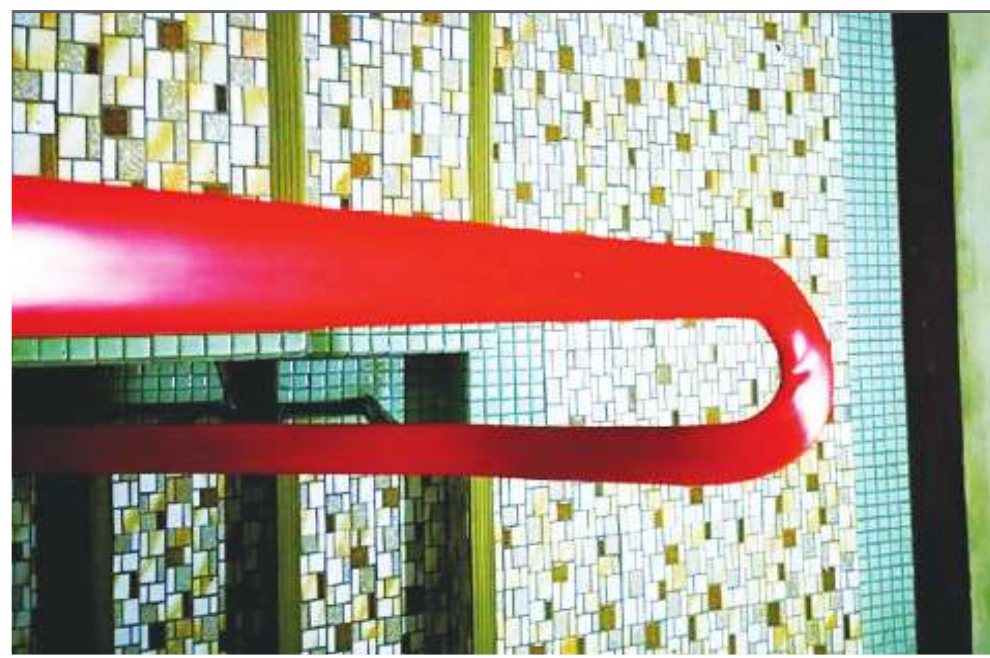
在迴轉處碰見S。啊，S！藉
著淡黃的燈光，我看見S那張
興奮而誇張的臉。啊，S！我
們竟在這裏碰面。
「頂樓有隻麻雀，飛走了。」

一隻麻雀嗎？在頂樓的天空；
飛走了嗎？還沒問到天空的顏
色，S已經躍跳而下。

樓梯間迴蕩著叩叩的腳步聲，
我往下瞧，已經不見到S；我
抬頭，天空還在很高的屋頂之
外——是晴？是陰？

只是一隻麻雀而已，我看到得
吧。

只是看到一隻麻雀，而且飛走
了，S就這樣興奮。他上到頂
樓只是為了麻雀嗎？為什麼辛



苦地爬到了樓頂又要匆忙地下
樓？他有沒有在頂樓的牆壁上
留下名字？

我繼續往上爬，一路都是S的
汗臭、體味。

後來，我又遇到T、U、V、W……

有人看見鴿子；有人看見老鷹；
有人看見兔子——怎麼都是禽

獸呢？會不會是他們看錯了？
或者，什麼也不是。

我還有遇見誰？他們會跟我或
後來者說些什麼？我會看見什
麼？下樓時我會說什麼——不
會是禽獸吧。

在樓梯間，我遇到很多人，擦
肩後，他們都下樓了。我往上
爬著，在昏暗的歷史窄梯上。



MLB 換馬恰多代價過高？專家：道奇不虧

道奇送給金鶯的包裹是 5 名新秀，看似道奇花一堆新秀只換來馬恰多「打工半年」，但專家認為，農場很深的道奇並不虧。

【本報記者宋秉謙綜合報導】美國職棒本賽季最重磅的交易還是發生了，金鶯游擊重砲馬恰多改披洛杉磯藍衣！剩下半年合約的巨星馬恰多將在季末成為自由球員，已決定展望未來的金鶯想換回一些新秀配合重建，道奇則想升級陣容一拚本季王座，雙方於 19 日正式敲定馬恰多的轉會，道奇送給金鶯的包裹是 5 名新秀，看似道奇花一堆新秀只換來馬恰多「打工半年」，但專家認為，農場很深的道奇並不虧。

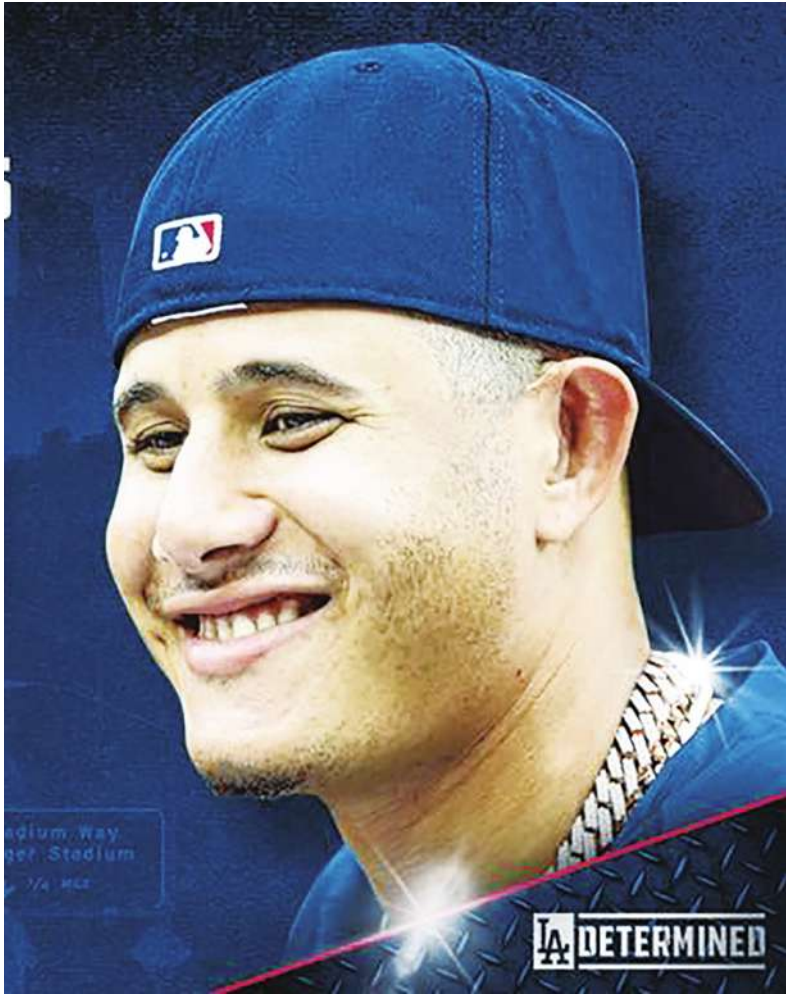
傷兵歸隊道奇塞爆

根據《華盛頓熱門新聞網》報導，這筆轉會牽涉到 6 名球員的大交易，道奇送出的包裹中以明星週表現亮眼、轟出雙響砲的狄亞茲為首，還有班農、波普、克雷默及瓦雷拉，得到馬恰多的道奇隊得以補強內野戰。馬恰多的確是聯盟最搶手的球員，本季深陷交易傳聞的他仍能繳出 3 成 15 打擊率、24 轟及 65 分打點，金鶯隊總教練蕭華特表示，很難相信一名每到記者聯訪區就要被逼問之後要去哪的球員能交

出「半季 65 分打點」的怪物成績，他說，馬恰多的專注度與努力都是幫助他成為聯盟最佳之一的關鍵，他也對球團要送走自家農場培養的超級巨星感到不捨。但買家道奇的需求值得 5 個小聯盟新秀，還包含一名在上週明星賽轟出雙響砲的狄亞茲嗎？不少球迷認為，若把道奇隊的傷兵都算進陣容，道奇根本不缺馬恰多，這隻去年奪得國聯冠軍的超級強隊原本的游擊手是近年來攻擊最猛的西格，然而今年他躺在傷兵名單，但道奇有多名能守多位置的好球員包含埃南德茲、曼西奧泰勒等，尤其還有 8 守位（只差沒投過球）的巴恩斯在陣中，球迷擔心道奇陣容將隨著傷兵歸隊而塞爆。

豪門的玩法

根據《洛杉磯時報》報導，專家認為，大多數換出這樣包裹的球隊都不划算，但道奇隊卻是唯一例外，這隻身在美國鎂光燈中心，超級隊伍擁有充足的資金，鎂光燈也成為吸引年輕好球員加盟的誘因，因此，道奇



▲ 美職本季交易市場最大咖馬恰多確定落腳洛杉磯，道奇與金鶯的重磅交易牽涉 6 名球員。(photo by Facebook)

隊只需要話題性與自身堅強的戰力拚冠，至於其他小聯盟球員都只是籌碼。專家說，3 年前道奇隊從海外球員搶奪中，才砸了近 1600 萬美金得手狄亞茲，如今他成為金鶯隊點頭交易的重要籌碼，但事實上，小聯盟球星的發展不如大聯盟已

有成績背書的球星穩固，小聯盟的未來之星排名異動頻繁。道奇隊的做法是將潛力股當成籌碼型的「再投資」。而且除了狄亞茲，其餘球員沒有一名在道奇農場的前 25 名，農場深度極深的道奇更不在意這 4 名「配菜」。

8 度封后好手參戰 PGA 巡迴賽唯一嬌點

【本報記者宋秉謙綜合報導】美國高爾夫球巡迴賽（PGA）將迎來新「嬌」點，女子高球選手布瑞特妮宣布將參戰本週的男子巡迴賽！根據女子網球官網 19 日宣布，布瑞特妮將參戰週末的高球巡迴賽、與眾家男子好手競爭王座。此舉引來高球壇眾將鼓勵，包含女子名人堂球后索倫絲坦，她鼓勵即將挑戰創舉的布瑞特妮，挑戰男子賽將成為生涯重要的嘗試。根據《LPGA 官網》報導，生涯在女子高球巡迴賽（LPGA）中拿過 8 次冠軍的 32 歲美國好手布瑞特妮，林西克姆本週宣布，即將挑戰男子高球巡迴賽（PGA）的其中一站巴爾巴索錦標賽，引來高球壇名將們的鼓勵。

名人堂球后索倫絲坦回憶過往並表示，自己曾於 2003 年挑戰 PGA，雖然最終無緣封后，但成為生涯重要的亮點。

談及這次參賽，根據《TSN 體育網》報導，布瑞特妮表示，當她接到該巡迴賽賽事主席穆雷邀請參賽時，第一反應是無言以對，她說，後來我花了很長時間與家人討論，分析利害得失，



▲ LPGA 名將布瑞特妮。(photo by Wikimedia)

才決定做出這個決定，接下此輪巴爾巴索錦標賽的參賽邀請。台灣高球球迷應該對布瑞特妮並不陌生，台灣新生代女將徐薇凌年初在 LPGA 巴哈馬菁英賽得最終輪寫下生涯最佳戰績的第二名，該場冠軍就是布瑞特妮。當時，徐薇凌在第 3 輪前 16 洞打完與布瑞特妮並列第一，可惜她在關鍵第 17 洞表現不好、吞下博忌（高出標準桿一桿），而布瑞特妮則穩穩連抓 2 隻小鳥（低於標準桿一桿），最終成功封后。本輪錦標賽將有 132 名男子選手參戰，包含名人堂球星洛夫與 2014 年聯邦盃封王的霍謝爾等人，冠軍可獲得 300 積分，將於 19 日晚間登場，22 日結束。

為測出阿茲海默症 比爾蓋茲捐巨款

【本報實習記者陳恩潔綜合報導】阿茲海默症是少數症狀明顯惡化前，難以偵測的疾病之一。比爾蓋茲 17 日表示，將在未來 3 年內偕同數位支持者，捐助 3 千萬美元投入阿茲海默症及早偵測研究。他們的最終的目標，是希望阿茲海默症能經由與驗血、驗尿這種基本檢驗一樣簡單的方式測得。目前醫界中能粗略偵測阿茲海默症的檢驗仍相當昂貴、具侵入性且不精確。

阿茲海默症檢測困難

據《Time》，自 1906 年阿茲海默症一詞首度出現於歷史以來，醫界便致力尋找其偵測方式，至今未有顯著成果，不如癌症、糖尿病、心臟病等能由基本檢驗測得的疾病，阿茲海默症儼然是一不定時炸彈。少數能間接診斷阿茲海默症的方式包括紀錄患者記憶的感知測驗，及查看腦內蛋白質斑塊的 PET 腦部影像技術等。於患者死亡後解剖其腦部，查看是否含有阿茲海默症的根因類澱粉蛋白質與 Tau 蛋白，是目前唯一能確定患者曾罹病的方式。

期盼開發簡易檢測

比爾蓋茲曾於 2017 年捐助 1 億美元於阿茲海默症的相關研究。他指出，因為自己的父親也為此病所苦，他能深刻體認阿茲海默症研究的重要。目前他決定再將一些預算用於偵測方法的研究，若研究成功，將有大量患者



▲ 比爾蓋茲決捐出鉅款，協助阿茲海默症偵測研究。(photo by Quartz)

受惠。據估計，美國 2025 年前會有 1,400 萬人罹患阿茲海默症，及早發現將能幫助他們在罹病初期提早接受治療。根據《Business day》，許多專家相信，阿茲海默症治療藥物無法發生作用，是因為受測者的腦部已經受損太過嚴重，超越治療極限。他們認為，如果能在患者出現退化症狀之前及早試用藥物，效果將有顯著差異。比爾蓋茲集資創立的阿茲海默症藥物康復基金會（ADDF）推出的「診斷加速器計畫」的研究目標即在於將確診時程提早。

ADDF 執行長哈洛德·費力醫生表示：「我們想尋找與驗血、驗唾液、尿液類似的方式檢驗阿茲海默症。提早確診的患者將有機會參與更有保障的測試與治療，也能提供研究人員更完整的觀察對象，促進阿茲海默症藥物的研究。」對此，比爾蓋茲樂觀地說：「研究進度顯示，阿茲海默症簡易檢測已經離我們不遠了！」

賴揆坐輪椅挺輔具 力推長照 2.0

賴清德時表示，台灣今年進入老年化社會，長照 2.0 格外重要，會依據總統蔡英文指示，從社區化服務開始，進而推展至鄉鎮。

【本報記者蔡岳宏台北報導】賴清德參觀輔具展時，坐上一輛電動輪椅，並操控於原地轉圈，大讚輪椅性能優異！ATLife 臺灣輔具暨長期照護大展 19 日開幕，行政院長賴清德時表示，台灣今年進入老年化社會，長照 2.0 格外重要，會依據總統蔡英文指示，從社區化服務開始，進而推展至鄉鎮，衛福部也已將輔具納入給付項目，更建立輔具租賃制度，要讓民眾「看的到、用的到、找的到」。



▲ 行政院長賴清德(中)19 日出席「ATLife2018 台灣輔具暨長期照護大展」。(photo by 環球生技月刊提供)

ATLife 臺灣輔具暨長期照護大展於 19 日至 22 日，在台北南港展覽館盛大登場，由熱情的雙人輪椅國標舞拉開序幕。全館超過 180 家涵蓋高齡照護、身心障礙、醫療復健輔具醫材品牌，展出 500 個攤位，2000 種輔具，規模創歷史最高。今年 ATLife 再添嶄新元素，彙整長期照護常見痛點，限量發行照護者必備「長照 12 問產品指南」，希望協助照護及被照護者選

對、用對輔具，與世界重新互動。「『長期照顧 12 大哉問產品地圖』是全球首創的輔具指南，內含超過 300 筆長者運動復健及出門、居家生活自立等介紹，幫助民眾挑選合適輔具。」主辦單位的陽明大學輔助科技中心主任李淑貞指出，此次更搭配現場專業輔具評估人員、物理治療師、職能治療師、呼吸治療師、義肢裝具師及政府單位，提供廣大需求者衛教

福利補助諮詢服務。另外，還邀請日本廠商分享介護保險輔具制度變革等資訊。「今年 65 歲以上人口數破 14%，使我國正式邁入高齡社會，並預計於 2026 年成為超高齡社會。」賴清德致詞時指出，在此社會背景下，蔡英文總統就任時提出「長照 2.0」，目的也是為解決這日趨嚴重的社會問題。蔡總統認為長照服務須從社區化開始，要讓民眾「看的到、用的到、找的到」，將醫療、社會服務及復建等結合，她並指示未來各鄉鎮或行政區域，均應有平價、機構式的長照服務。賴揆強調，為落實長照 2.0 服務，已將輔具納入給付項目，並建立新的輔具租賃制度。今年已有 30 處輔具租賃服務所，明年（108）年將增至 38 處，另有 111 個服務據點、19 輛巡迴服務車，提供諮詢、修復及收回等服務。他並肯定台灣輔具業者的創新，目前台灣輔具設計並非閉門造車，而是根據民眾需求研發，與社會進行回饋、互相激盪，讓功能更完善。



▲許多常見的慢性病，都可能和腸漏症相關，如代謝症候群的糖尿病。(photo by pixabay)

▼到了三、四十年前，醫界開始出現「衛生假說」，認為自工業革命後人類生活變得大乾淨，使感染寄生蟲的人變得更少。(photo by pixabay)



何兆芬

腸道滲透度改變使原本應存在腸道內的代謝毒素和微生物毒素，由腸道內進入了血液中，進而干擾肝臟、淋巴系統和內分泌系統的功能，所以，許多慢性病可能都與腸漏有關。

腸漏造成大傷害

慢性病源於與腸漏？因腸道滲透度的改變，導致腸道免疫系統被激活，而產生如烈火燎原般的發炎反應，此發炎反應，導致更嚴重的上皮細胞和黏膜層受損，使更多病原菌與蛋白質經由跨細胞運動進入人體使發炎更嚴重，因此形成惡性循環。

最終，受損的腸道細胞不能有效地產生酵素，並減少了可吸收營養素的表面積，以至於影響營養素的吸收，導致了營養不良的症狀。例如：體重減輕、皮膚乾燥、頭髮分岔斷裂、疲倦、活力不佳、水腫、手腳冰冷和容易受到感染等。

腸漏症引慢性病

腸漏症使原本應存在腸道內的代謝毒素和微生物毒素，由腸道內進入了血液之中，進而干擾肝臟、淋巴系統和內分泌系統的功能，因此許多常見的慢性病，都可能和腸漏症相關。

難解疾病背後主因在腸漏◎自體免疫疾病，乳糜瀉、發炎性大腸疾病（克隆氏症、潰瘍性大腸炎）、僵直性脊柱炎、類風溼性關節炎、紅斑性狼瘡。
◎代謝症候群，糖尿病（第一型、第二型）、脂肪肝（非酒精性）、肥胖、多囊性卵巢。
◎神經系統疾病，去髓化的多發性病變、多發性硬化症、精神分裂症、自閉症、大腸急躁症、偏頭痛、慢性疲勞症候群。



▲台灣的外食比例甚高，便當、小吃往往以白米、白麵、肉類為主，當中纖維質食物的比例常是不足的。(photo by flickr)

腸漏引慢性疾病 改變習慣救健康

研究發現許多慢性疾病、癌症、自體免疫系統疾病患者，都有腸漏的現象，提早發現警訊就醫，配合生活習慣調整，避免疾病找上門。



▲當發生便秘時，治療上第一步是衛教病人，請務必在食物攝取上增加纖維攝取量，達到一天二十～三十克。(photo by flickr)

癌病（如香腸、火腿這類加工紅肉中的硝酸鹽，已被世界衛生組織認為一級致癌物）直接由腸道菌轉化成致癌的活性成分如：亞硝酸鹽。3. 腸道菌的代謝物是致癌物如吡啶、酚、亞胺等。4. 腸道菌處理過量膽汁酸製造代謝成次級膽汁酸。

癌病（如香腸、火腿這類加工紅肉中的硝酸鹽，已被世界衛生組織認為一級致癌物）直接由腸道菌轉化成致癌的活性成分如：亞硝酸鹽。3. 腸道菌的代謝物是致癌物如吡啶、酚、亞胺等。4. 腸道菌處理過量膽汁酸製造代謝成次級膽汁酸。

癌病（如香腸、火腿這類加工紅肉中的硝酸鹽，已被世界衛生組織認為一級致癌物）直接由腸道菌轉化成致癌的活性成分如：亞硝酸鹽。3. 腸道菌的代謝物是致癌物如吡啶、酚、亞胺等。4. 腸道菌處理過量膽汁酸製造代謝成次級膽汁酸。

恢復大腸黏膜健康

1. 菌叢生態平衡，發炎和癌症的關係是近年來醫界研究的大熱門，要如何恢復大腸黏膜的健康，是全世界要共同面對的健康課題。根據過去的研究，因為遺傳因素而罹患大腸癌的患者僅佔百分之二～五左右，而高油脂、高熱量、低纖維食物已是公認的大腸癌危險因子，導致了菌叢失衡和體內的慢性發炎，這正是造成大腸癌的機轉。

發炎性大腸疾病病人是大腸癌的高危險群，在這群病人的腸道菌中，厚壁菌門和梭狀菌門相差不多！

很多研究發現，大腸直腸癌病人的腸道菌叢不平衡，而健康者的腸道菌叢是平衡的，雖然目前沒有找到何霍氏法則的病原菌，但是 ※ 菌叢失衡、屏蔽受損和發炎反應的惡性循環 ※，大家需要盡速矯正。希望藉由益生菌、益生元、甚至菌種的移植，使腸道恢復到菌叢平衡的狀態，維持腸道菌叢的健康是預防

不可溶性纖維不會溶於水，但可以增加糞便的質量，同時吸附大量水分，

大腸癌的重要工作。

維持正常腸道蠕動

2. 腸道蠕動正常，便秘的定義是一週排便少於三次，但「次數」並非一個完美標準，因為臨床上有「人雖然排便次數大於、等於一週三次，就診時仍會主訴「排便用力」、「下腹脹」、「大便秘得像羊屎」，或是「排便後覺得解不乾淨」。

造成以上情況的原因如下：1. 原發蠕動異常。2. 藥物引起，如抗憂鬱藥、含鈣或鋁的制酸劑、鈣離子阻斷劑等。3. 系統性疾病，如甲狀腺機能低下、糖尿病、巴金森氏症等。4. 缺乏運動。5. 飲食缺乏纖維。6. 壓力與焦慮。

加工品缺纖維質

當發生便秘時，治療上第一步是衛教病人，請務必在食物攝取上增加纖維攝取量，達到一天二十～三十克。台灣的外食比例甚高，便當、小吃往往以白米、白麵、肉類為主，當中纖維質食物的比例常是不足的。

而加工食品，例如零食、餅乾、麵包、泡麵這類國人常拿來解饑的食品，同樣也嚴重缺乏纖維質，當我們每天的飲食都被外食、加工食品填滿時，就會缺乏腸道菌叢所需的纖維質。

纖維質也是「益生元」的一種，可溶性纖維與不可溶性纖維，可溶性纖維吸水後會膨脹，形成凝膠物質，是腸道菌叢時所需的重要營養物，同時可延長食物在胃中停留的時間，進而減緩糖分分解和吸收速度，防止血糖急速上升，並可與脂肪結合，降低膽固醇。

纖維質刺激腸蠕動

不可溶性纖維不會溶於水，但可以增加糞便的質量，同時吸附大量水分，

增加糞便的柔軟性，也有刺激腸蠕動的作用，縮短有害物質在腸道內停留的時間，預防大腸癌化反應。若每天大號時發現糞便過少，代表所吃的不可溶性纖維不夠。

纖維質食物攝取太少，不僅會造成腸道發酵不足，也會導致熱量不足。根據研究，老鼠每日約有百分之三十五的總卡路里（熱量）是來自於短鏈脂肪酸，而人類約有百分之五～十五的熱量來自短鏈脂肪酸。而 ※ 短鏈脂肪酸的濃度，正有賴於我們每日吃進纖維質食物的多寡 ※。

腹瀉不適合補充纖維

因為她有僵直性脊椎炎，同時也有脹氣、便秘的問題，讓關節更疼痛，所以自行服用健康食品，例如大豆蛋白、維生素c、鈣片、棗精與酪梨油，希望排便能夠順暢。

當時她的食物過敏檢測報告顯示，對烘焙酵母重度過敏，中度過敏的有辣椒、咖哩粉等辛香料，還有黃豆、小麥

所以，減少食用高油脂食物，就能減少膽酸進入大腸，進而避免產生致癌物質，影響身體健康。

「腹瀉時不該吃纖維質食物？」有一種說法是，腹瀉是因為大腸蠕動太快，因此不該吃纖維質食物，以免加重症狀，但這裡要區分吃進的是哪一種纖維質。

我們每日飲食所含的纖維中，約有三分之一是可溶性纖維，三分之二屬於不可溶性纖維，不可溶性纖維會增加糞便的總量，因此的確不適合在腹瀉時攝取。而可溶性纖維是腸道發酵時的主

要益生元，可以產生抑制腹瀉症狀的丁酸，所以這時可以攝取適量的可溶性纖維。

減少高油脂食物

3. 膽酸代謝路徑正常，膽汁由肝臟製造，原料是「膽固醇」，儲存在膽囊中。當吃了高油脂的食物時，為了乳化脂肪，膽汁就會從膽囊中釋放出來到十二指腸，其主要成分中百分之八十二是水，百分之十二是膽酸，膽酸佔百分之四，膽固醇佔百分之零點七，其他成分還有IgA、荷爾蒙和黏液等。

膽酸分為初級膽酸和次級膽酸，初級膽酸在肝臟製造，會和甘胺酸或牛磺酸鍵結成結合型膽酸，為了避免胰酶的水解，在小腸促進脂肪的消化吸收。到了迴腸末端，百分之九十五的膽酸被再吸收，只剩下百分之五到大腸。

這剩下的百分之五膽酸會被腸道菌代謝成次級膽酸，如果碰到了壞菌（主要幫兇是厚壁菌門中的英膜梭菌和梭桿菌門），產生過量的去氧膽酸（deoxycholic acid），就成了要命的致癌物，因為去氧膽酸會產生自由基，傷害大腸黏膜。所以，減少食用高油脂食物，就能減少膽酸進入大腸，產生致癌物質，影響健康。

自體免疫疾病

難以確診的疾病——自體免疫疾病（Gut-Joint），在確診上有其難度，因為症狀複雜，它不像糖尿病、高血壓等疾病，有清楚的血糖、血壓標準可以判斷，所以病人常跑了很多門診，做了很多檢查，還搞不清楚自己為何這麼不舒服。

【案例故事】一位將近五十歲的女性，在九年前因為尋麻疹困擾，來我診所做食物過敏檢測。之前她已經被診斷出罹患僵直性脊椎炎，並服用免疫調節劑，家族中並無相關疾病的病史。

因為她有僵直性脊椎炎，同時也有脹氣、便秘的問題，讓關節更疼痛，所以自行服用健康食品，例如大豆蛋白、維生素c、鈣片、棗精與酪梨油，希望排便能夠順暢。

當時她的食物過敏檢測報告顯示，對烘焙酵母重度過敏，中度過敏的有辣椒、咖哩粉等辛香料，還有黃豆、小麥

酸菌、比非德氏菌不足，這使腸漏的現象加剧，因此透過腸肝循環跑到肝臟的毒素增加，加重了肝臟的解毒負擔，當時建議她停止大豆蛋白這種營養品，並進行腸漏症治療。

潰瘍性大腸炎

她同時有不孕的問題，後來去領養了小孩，但育兒的壓力使她身體更不舒服。到了一〇六年時，她開始感到下腹非常疼痛，一天要解大號六到七次之多，而且糞便中有血絲與黏液，這讓她緊張而去照了胃鏡與大腸鏡。

結果顯示她罹患了潰瘍性大腸炎，於是我又幫她追蹤了一次食物過敏原，上一次的檢測後她有做飲食調整，和腸漏症治療，所以原本重度過敏的食物降為中度。續做糞便分析的結果顯示，她腸道內的丁酸質趨於正常，但油脂攝取卻明顯不足。

因此我繼續調理她的腸道問題。請她養成運動的習慣，舒緩生活壓力，每天補充好的油脂、葉酸、B6、B12 與益生菌，持續半年以後，她的腹痛、排便次數與關節痛都有明顯改善。

自體免疫患者增加

自體免疫疾病患者愈來愈多，在美國，約有百分之五～百分之八的人患有自體免疫疾病，換算出來約有兩千萬人，屬於美國的第三大疾病。※在台灣，領有重大傷病證明病人當中，自體免疫疾病也高居第三，僅次於癌症與慢性精神病。

依據民國一〇三年健保署的統計資料，該年度約有九萬五千二百八十人因自體免疫疾病而領取重大傷病卡，到民國一〇五年衛服部公布的資料顯示，全台有效領證數已達十萬四千六百二十六人，每發出一百張重大傷病卡，就有十一人是因罹患自體免疫疾病，年成長率高達百分之五。

自體免疫系統為何與你為敵？一百年前，醫界認定細菌或病菌的結構與宿主自身抗原相似度太高，正常免疫系統為了清除這些外來的病原體（因為病原體的結構與宿主自身的抗原相似），而攻擊自己本身正常的細胞，稱之為分子相似學說（molecular mimicry）；或是當細菌等抗原導致身體組織受傷後，後續組織會一直壞下去，最終導致自體免疫疾病。總之，當時的人認為致病的原因是外來的細菌或病毒。

衛生假說

到了三、四十年前，醫界開始出現「衛生假說」，認為自工業革命後人類生活變得大乾淨，使感染寄生蟲的人變得更少。寄生蟲可以刺激人體的T細胞，因此當缺乏寄生蟲時，會缺乏TH2，讓另一種T細胞（TH1）太強，所以產生自體免疫疾病。

又經過十幾年的研究，醫界認為應該是調節性T細胞（Treg）出現功能異常，導致無法正常調節和抑制免疫系統，而調節性T細胞正是存在於黏膜固有層的常備兵。

當然遺傳絕對是個體先天性的烙印，



▲她同時有不孕的問題，後來去領養了小孩，但育兒的壓力使她身體更不舒服。(photo by pixabay)

但是根據研究顯示，遺傳因素只佔了不到百分之二十。而遺傳的烙印是在MIC這個環節上，例如僵直性脊椎炎就和HLA-B27基因有關。

遺傳因素小

自體免疫疾病的致病機轉，在前面的章節我曾提過免疫作用的三道防線，這邊再簡述如下：第一道是皮膚與黏膜系統，這屬於先天性、非專一性的防線。第二道是巨噬細胞、嗜中性白血球、肥大細胞和自然殺手細胞所組成的發炎反應。

第三道是後天性、專一性的免疫系統，如T細胞、B細胞、補體和MIC（主要組織相容性複合體，這是與免疫系統有關的一種基因家族）這一系列的反應，產生抗體來對抗敵人（如細菌和過敏原）。

自體免疫疾病是在第三道防線出了問題，屬於「專一性免疫疾病」，因為產生了抗體，失控而反覆地攻擊自己！它的面貌之所以如此多變，出於「發炎」，一定是全身性的，會產生很多要不了命但又不舒服的症狀。目前已知有八十種以上的自體免疫疾病，據抗體攻擊的標的可分為兩大類：

專一性免疫疾病

1. 器官特异性自體免疫疾病：如愛迪森氏症、橋本氏甲狀腺炎、葛雷氏氏症、重症肌無力、胰島素依賴型糖尿病、自體免疫性腦炎（因發現TH17）、自體免疫性肝炎等。2. 全身性自體免疫疾病：如紅斑性狼瘡、類風溼性關節炎、僵直性脊椎炎、格魯維氏症候群（乾燥症）、全身性硬化症等。

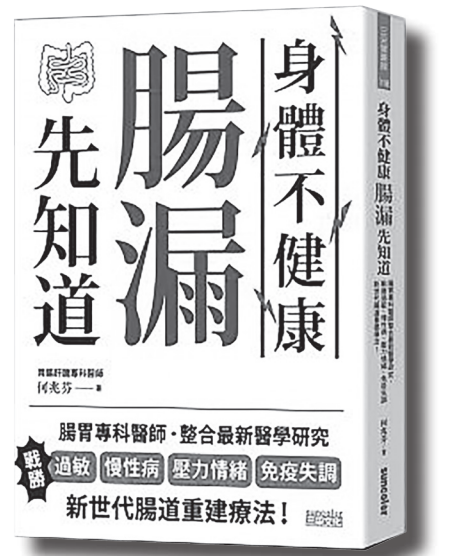
（毛上仁／輯）

《身體不健康，腸漏先知》簡介

你有過敏、肥胖、脂肪肝、糖尿病、大腸激躁症、憂鬱等症狀？花了很多時間、金錢看醫師治療，仍未改善嗎？或許你早已踏入隱性流行病「腸漏」的圈套中，而不自覺！

看過中西名醫，下列症狀仍困擾著你？包括：皮膚出現過敏、發炎、睡不好，明明很累但失眠，容易疲勞、沒精神，記憶力變差、注意力無法集中，頭痛、頭暈，找不出原因，憂鬱、情緒不穩，喉嚨有異物感、胸悶、胃食道逆流，免疫失調、慢性病，沒來由的全身不舒服，每次流行性感冒都跟流行。

小心！這些內外症表現，可能是「腸漏症」警訊。



作者：何兆芬
出版社：三采
出版日期：2018/04/27

余柏青 / 輯

報馬仔

北市繽紛九重葛 美在巷弄裡

【台北訊】夏日熱呼呼，正是九重葛綻開的時候，在台北市巷弄裡、隨機抬頭就可見九重葛的蹤影，以桃紅色的豔麗、粉橘色的浪漫、紫色的優雅，各式不同色彩姿態與市民打招呼，也如同其花語一般展現「熱情」，帶給市民朋友美好的生活。

九重葛為紫茉莉科，別名南美紫茉莉、刺仔花、洋紫茉莉，原產於南美巴西、秘

魯、阿根廷，為多年生藤狀灌木。

因九重葛屬於「陽性植物」，日照充足才能大量開花，但耐旱而不耐濕，在太過潮溼的土壤中不易開花，栽培時，需待介質完全乾燥後一次澆透至水流出排水孔，待下次介質乾燥時再進行補水即可，且由於其枝條生長快速，花期後需修剪老枝，避免來年枝條生長雜亂。

王功漁火節 4 主軸 越夜越美麗

【彰化訊】「2018 王功漁火節海洋音樂會」在王功漁港熱鬧登場，絢麗煙火秀伴隨著驚豔聲又讓現場悸動不已。今年王功漁火節有豐富的四大主軸活動：海洋音樂會、祈福踩街嘉年華、絢麗煙火秀以及不可錯過的地方美食饗宴等，充分展現彰化王功的特色及「北貢寮、中王功、南墾丁」音樂季的印象。

王功漁港是彰化縣最大的漁

港，並在夕照下呈現出美麗的黃金海岸，王功珍珠蚵也是全國最有名的海鮮蚵，蚵仔也因為潮汐的起伏和日照，讓蚵仔就像洗三溫暖一般，肉質鮮甜。

除了推動王功的觀光以及推廣美麗的西海岸，現代的風機也是彰化縣海岸的特色，暑假期間，也可以天天來王功旅遊，欣賞王功漁港燦爛奪目的港灣，品嚐王功的美食，體驗王功人的熱情。

東石海之夏季 網美球池夢幻

【嘉義訊】嘉義縣 2018 海之夏季繼上週舉辦完泡泡狂歡夜、電音蹦蹦趴之後，引發廣大好評，即日起再推出「網美夢幻球池趴」及「超 Q 萌萌趴」，網美球池趴滿滿的球，更讓遊客大呼「太夢幻啦！」。

「超 Q 萌萌趴」有來自交通部觀光局喔熊組長、桃園市 Y 桃與園哥、故宮南院哈奴曼、高雄市觀光大使高雄熊、義大遊樂世界犀牛大義、驢子唐基

及青航旅行社站長 Lulu。

且除了上午活動以外，海之夏季晚上也推出「火舞嘉嘉趣」，將結合火舞、馬戲及蝴蝶高蹺人帶來精彩表演。

除了下午的「夏趴踢」外，還有「嘉潮讚搖滾」請來大馬女神四葉草、高校女神許維芳、街巷狂潮 J. Sheon 及搖滾狂人謝和弦壓軸演出，邀請大朋友小朋友在東石漁人碼頭嗨翻整個暑假。

關子嶺「蝴蝶遊樂園」啟動 美麗「衣裳」翩翩飛舞

南部

時間：107 年 7 月 14 日 ~ 8 月 26 日
地點：台南 關子嶺

蝴蝶是大自然的舞者，其中鳳蝶、粉蝶、蛱蝶及灰蝶等蝶科因為擁有美麗的「衣裳」也受到許多人喜愛，而每一年許多地方都會相繼舉辦賞蝶活動，其中南台灣關子嶺即日起至 8 月 26 日止，舉辦 2018「蝴蝶遊樂園」活動。

期間每週六、日上午 9 點到下午 4 點，在紅葉公園都有系列活動。

包括有蝴蝶達人們為民眾解說蝴蝶生態，還有蝴蝶食草的認識，闖關遊戲等。去年起增加了紫斑蝶標放體驗大受歡迎，民眾報名後，即可參加標放體驗，而今年還特別加開場次。

西拉雅國家風景區管理處表示，每年 7 月至 9 月期間會有大量的蝴蝶來到紅葉公園，管理處每個月定期都會在園區內進行

植栽維護及補植誘蝶植物，也會邀請學校或志工團體在紅葉公園種植蜜源植物，以期提供紫斑蝶一個友善的生態環境，持續推廣轄區內的生態旅遊。

除了有來自海外來訪的華裔青年志工，共 16 名免費為後壁國小及關廟國小英語服務營教小朋友英文以外，還利用英語服務營課餘時間到紅葉公園種植蜜源植物——完成 100 棵高士佛澤蘭的種植，參與紫斑蝶標放體驗。

台灣紫斑蝶生態保育協會表示，西拉雅蝴蝶遊樂園活動今年是第 9 年，7 月至 10 月是紅葉公園觀賞紫斑蝶最適合的時機，民眾可以在蝴蝶遊樂園活動期間到紅葉公園來趟生態之旅，可以賞蝶、聽解說、玩遊戲、拿紀念品！



溯溪、高空彈跳 北橫探險節 進入最高潮

北橫探險節活動邁入最高潮，包括宇內溪溯溪、拉拉山高空彈跳、小烏來戲水嘉年華、拉拉山觀星等將陸續登場，還有奎輝部落竹林七勇及庫志部落野溪探祕小旅行等。

北部

時間：107 年 7 月 14 日 ~ 7 月 22 日
地點：桃園 北橫

2018 年北橫探險節已登場，活動自即日起至 22 日止，第一週登場的包括慈湖勇士斯利安、錯過的民眾，不妨把握 7/21(六)、7/22(日) 拉拉山 高空彈跳及 7/21(六)、7/22(日) 小烏來 - 宇內溪溯溪尋祕等活動！

活動主會場來到以梅園、樟木等美麗景緻聞名的角板山行館園區為，由美食老師帶領數十位民眾體驗「探索原味」美

食 DIY，大家一同以當季山筍、香菇及獲得「2018 比利時美食評鑑獎」的冷燻肉製作原民特色糕粿及沙拉。

並搭配由天然植物馬告、薄荷製成的天然消暑飲品，感受多層次的原味體驗，現場還有射箭、爬繩及獨木橋等原民特色體驗活動。

主辦單位表示，北橫探險節活動將邁入活動最高潮，包括宇內溪溯溪、拉拉山高空彈跳、

小烏來戲水嘉年華、拉拉山觀星等活動將陸續登場，同時奎輝部落竹林七勇及庫志部落野溪探祕等小旅行還有部分梯次尚有名額。

而到桃園旅遊的民眾，7 月 31 日前桃園於後慈湖、角板山還舉辦「2018 北橫根節蘭花祭」，主要以北橫原生的蘭花——白鶴根節蘭為主軸，在原始林下生長開花，旗瓣形如人偶，是森林中的花天使，經桃園區農業改良場復育及育種，由市府前於後慈湖、角板山等地進行復育。

包括白鶴、長距、黃根節、

白鶴長距等四個品種達 10,000 株以上，花開時滿園花天使隨風舞動，民眾可以藉機到北橫賞花，另外庫志部落野溪探祕小旅行活動同步推出。

另外，每年 5 月至 8 月更是復興區「拉拉山水蜜桃」盛產的時節，復興區擁有得天獨厚的地理環境，培育出來的水蜜桃特色展香甜，相關單位於角板山行館、兩蔣文化園區慈湖廣場、羅浮泰雅溫泉公園中都會舉辦假日水蜜桃展售活動，民眾到桃園旅遊時，不妨品嚐一下「拉拉山水蜜桃」的甜美滋味。

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