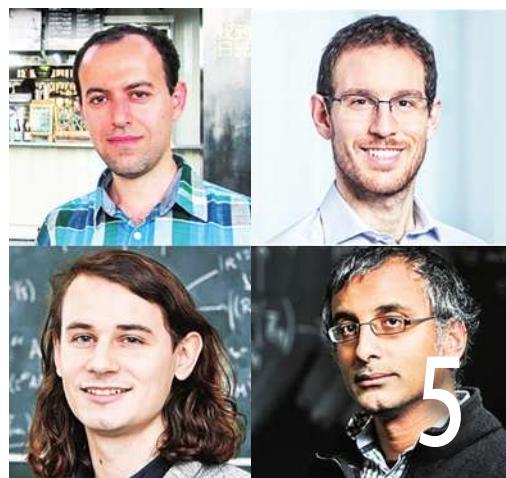




台大要聘管葉肯定制度避談人選  
葉俊榮表示，台大對制度改革的態度與教育部相呼應，但他避談是否聘任管為台大校長。



柯P民調狂勝 年輕人就愛這一昧  
柯P不喜歡說官話，但能一語道破現實利弊，而且說到做到的態度，與時下年輕人合拍，另外就是親民作風。



數學費爾茲獎 庫德族一難民獲殊榮  
共4名數學家獲獎，其中一名在任職於劍橋大學的庫德族難民—比爾卡爾教授，使他成為庫德族的驕傲。



基因突變新解密 癌症成因有大進展  
研究指出，隨機突變是引起多種癌症的原因，從細菌突變的模式有望推論出突變產生的機制，是癌症研究的福音。



今日天氣

北部 27°-36° 多雲短暫雨

中部 26°-34° 多雲短暫雨

南部 25°-33° 多雲短暫雨

東部 27°-34° 多雲

# 學貸增4年只繳息 畢業生輕鬆還款

教育部推動就學貸款寬緩措施，新增4年「只繳息不還本」的寬緩優惠，同時放寬申請緩繳門檻至平均月收入3萬5千元以下。



▲大學畢業後借貸的年輕人，4年可只繳息不還本。(photo by Wikimedia)

【本報記者譚有勝台北報導】大學畢業後，借貸年輕人增加可4年只繳息不還本！行政院長賴清德2日拍板，教育部自9月1日起，將推動就學貸款寬緩措施，包括新增4年「只繳息不還本」的寬緩優惠，同時放寬申請緩繳門檻至平均月收入3萬5千元以下。新方案將可大為減輕剛畢業學生的學貸還款負擔，有助青年完善職涯發展規劃、累積創業資本。

賴清德2日在行政院會指出，目前借款人畢業後只有第1年無需還本息、本金的寬限期。教育部將從9月1日開始額外新增4年「只繳息不還本」的優惠，與現行寬限期同步進行。另同時放寬申請緩繳門檻（由前一年平均月收入未達3萬元，調整為未達3萬5千元），緩繳期間無須還本與繳息，減輕年輕人畢業後還款負擔。

教育部次長姚立德表示，許多年輕人畢業1年以後的工作通常薪水比較低，若要同時還貸將會對他們的經濟造成負擔。因此，政府才規劃「只繳息期」和「緩繳期」，預計今年有50萬人受惠，可以幫助年輕人規劃職涯發展空間。

姚立德特別說明，已經開始還款的貸款人，都可以向承貸銀行申請「只繳息不還本」措施，貸款人可依自身需求及經濟負擔，向承貸銀行申請最長4年之「只繳息期」，「只繳息期」得分次申請，每次至少1年，貸款人可自行選擇只繳息的期限，如1次1年、2年、3年或4年；只繳息期間，貸款人不用償還本金，只要繳交

利息，「只繳息期」過後，貸款人再依原定借款期間攤還本息。

姚立德也指出，另現行規定具有特定身分（如低收入戶、中低收入戶及每月收入未達3萬元）之貸款人可申請免還本金、免利息之措施，「緩繳期」每次申請1年，最多4年，而為加強政府照顧貸款人的心意，放寬貸款人申請「緩繳期」之所得門檻，將現行門檻由未達3萬元調整為未達3.5萬元，在「緩繳期」貸款人完全不用負擔利息，由政府吸收。

他進一步說，免還本金、免繳息措施已協助4萬人減輕本金、利息負擔，再加上新增的3.8萬人，約有7.8萬人可享有免還本金、免繳息的優惠。

# 金廈通水照辦 陸委會：不出席

陸委會指出，雖中央曾建議要暫緩辦通水典禮，但現在地方政府決定自發性辦理，陸委會尊重地方，但中央不派遣高官出席典禮。

【本報記者譚有勝台北報導】

「雖然金廈仍進行低調通水儀式，但難免會擦槍走火導致大陸拒絕通水，中央必須審慎以待。」金門區藍委楊鎮浯2日召開記者會批評，兩岸關係惡化恐不利金廈交流活動，中央應審慎應對。陸委會則指出，雖然中央曾建議要暫緩辦通水典禮，但現在地方政府決定要自發性辦理，陸委會尊重地方，但因兩岸氣氛不佳，中央不予派遣高官出席典禮。

## 藍：務實解決困境

為解決金門長期水源不足困境，歷時五年艱辛談判與施工的「金門自大陸引水工程計畫」，原預定8月5日金廈兩地同步舉辦通水典禮，卻因陸委會日前以東亞青運台中市主辦權遭撤銷為由，呼籲金門縣政府基於國家尊嚴與社會觀感，暫緩辦理典禮。

國民黨2日召開記者會，金門區藍委、國民黨金門縣長提名人楊鎮浯批評，民進黨從未友善對待過金門，過去更一度想凍結馬政府一手規劃的金門



▲陸委會表示會尊重地方，但中央不會派遣高官出席金廈通水典禮。(photo by 醒報資料庫)

引水工程預算，最後在民意壓力下才放手。

楊鎮浯強調，金門縣府堅持通水優先原則，因此他贊成採取低調變通的通水儀式；但陸委會副主任邱垂正因東亞青運事件致兩岸關係緊張，反對金門縣政府邀請大陸官員來金門舉辦通水典禮，更發出新聞稿「呼籲」縣府「暫緩舉辦典禮」，無異將金門置於兩岸衝突的火線上，萬一「緩辦典禮」擦槍走火導致大陸拒絕通水，陸委會負得起責任？

國民黨團指出，蔡政府要求金門延遲金廈通水典禮不成，事後卻聲稱水會照通、祝福通水活動順利圓滿，表面上支持金門縣府的做法，實則是屈服龐大民意壓力而不得不為。蔡

英文總統應正視兩岸關係惡化對台灣現況造成的衝擊，務實解決當前困境。

## 陸委會：不派代表

對此，陸委會副主任邱垂正表示，近期因中國打壓台灣，又金門適逢執行通水計畫，原定中國、台灣中央和地方政府等三方共同參與通水典禮，只是現在「時機不對、氣氛不佳，建議金門縣府將典禮往後延。」邱垂正強調，後續金門縣將按照契約讓水照通、不影響地方供水，但因中央考量中國與我國之間的氣氛，因此典禮中原定三方出席，中央就不派代表出席，由中國與地方直接進行通水典禮。

## 社長的話 從台灣人的國際觀談起 / 林意玲

台灣是一個小島，島上每天發生的事實在不多，卻有許許多多的電子媒體、平面媒體與網路媒體，每天追逐不大不小的任務、做鉅細靡遺的報導。

因為媒體多、新聞少，要填充版面只好盡量找些稀奇古怪的事件，好吸引讀者閱讀。然而，在長期放大國內新聞的影響下，台灣人少了國際

顯然，當我們抬頭仰望，從「小氣候」望向「大氣候」時，自然能看見「人外有人、天外有天」，容易看見世界上每個國家面臨著相似的挑戰、看見每個領袖擺脫不了的貪婪與野心、看見許多環境破壞的警告，也看見各地都有悲苦無告的人們。

最終，我們看見自己的本相，才懂得甚麼是真正的謙卑。

## 社論

內政部長徐國勇表示，為了減輕購屋壓力，政府打算協助年輕人降低購屋的自備款，由中小企業信用保證基金（信保基金）提供一成的融資保證，再加上銀行貸款七到八成，年輕人只要有一成的自備款就能買房。

## 網路酸語反效果

儘管徐國勇自認這個構想「應該是有機會落實」，但是外界罵聲隆隆，認為內政部的這項政策只是在幫建商「消化餘屋」，甚至有人罵徐國勇是腦殘，自備款降低一成有什麼

用、難道其餘的九成不必償還嗎？內政部見狀趕忙宣佈這項計畫暫停。

日前民進黨台北市長參選人姚文智抱著自家所養的貓咪Togi亮相，並分享養貓的經驗。沒想到卻因為網友認為姚文智抱貓的姿勢不對，再加上不滿他說「太太懷孕後把貓送養」，因而一陣狂猛砲轟。

老實說，這兩件事情雖有些許瑕疵，但網友或民眾的反應卻顯得過於負面、過於激烈、甚至過於小題大作，最後逼得內政部只得更改政策，對確實有意購屋年輕人來說，或許反

## 台灣的酸言酸語太多了

而是錯失了一個降低財務負擔的機會，真是有點可惜；而姚文智動輒得咎，也只能自嘲，他對網路霸凌已經習慣了。

## 日本值得借鏡

仔細想想，徐國勇所提的青年購計畫真的有那麼糟嗎？姚文智的養貓經真的有那麼不堪嗎？一些網友說的或許沒錯，台灣年輕人買不起房子的關鍵在於房價太高，就算內政部協調信保基金擔供一成自備款，年輕人也不見得買得起，因此政策方向應該是想辦法降低房價才對

然而，「打房」牽涉的層面很廣，而且是長期政策，跟內政部有意提供一成自備款的政策是兩回事，兩者之間並不衝突，沒有必要全盤否定徐國勇所提的規畫。不過，隨著台灣社會進入高齡、少子，人口紅利轉負，房地產業所擔心的「老齡化加快 + 出生率降低 = 房地產市場購買力下降」傷心公式，正在慢慢的發生中，看看比台灣早進入高齡的日本就可窺得這樣的趨勢。

近年來日本房價變得便宜到令人意外，甚至吸引了許多台灣投資客前往日本置產，這正

是日本房地產「傷心公式」發酵的緣故。看到日本的例子，台灣的政府部門是否還要透過各種政策工具鼓勵年輕人買房，是值得三思的。

## 台灣社會瀰漫對立

至於姚文智飽受所謂愛貓人的指責，則更顯示出台灣社會已瀰漫著一股不友善的找碴氛圍。有人說，當天Togi的表情很不開心，顯然很不爽姚文智抱牠的姿勢。其實生性傲嬌的貓咪，常常都會露出類似的「厭世臉」，養貓的人都很熟悉這種情形，姚文智抱貓的姿勢有

待改進，但也沒有可惡到需要承受這種「千夫所指」的待遇。

至於因為妻子懷孕所以把貓暫時送給朋友，也並不是什麼大錯，畢竟確實有不少人會擔心貓咪的弓漿蟲可能會造成流產或畸胎。姚文智做了妥善的處理，且的朋友顯然也是一位愛貓人，不知為何外界還要用力撻伐？

總是以「完人」的標準來要求公眾人物，不但矯情，而且徒增對立、敵意，讓社會充滿暴戾之氣，令人憂心。我們應該提醒自己，儘量避免說出這樣的酸言酸語。（彭蕙仙）

## 台大堅持聘管 葉肯定制度避談人選

葉俊榮表示，台大對制度改革的態度與教育部相呼應，但他避談是否聘任管中閔為台大校長。僅強調，不應以「誰上誰下」的角度看待此事件。

【本報記者蔡岳宏台北報導】無重大瑕疵，籲請教育部聘管，但台大2日再次確認校長遴選過程

會對制度提建議。對此，教育部長葉俊榮欣慰地表示，台大對制度改革的態度與教育部相呼應，但他避談是否聘任管中閔為台大校長。他僅強調，不應以「誰上誰下」的角度看待此事件，待教育部收到台大行文，內部會再研議。

## 獨董不影響遴選結果

台大遴選委員會再次徵詢臨委意見後，2日發出聲明表示，基於對新教長的尊重、並回應新教長「有溫度的溝通」，再次確認台大校長遴選過程皆依法進行，無明顯重大瑕疵。自從今年初選出管中閔為台大新任校長，再次於1月31日召開會議中，所有委員皆確知管中閔兼任台灣大哥大獨立董事、審計委員會及薪資報酬委員會委員，亦查明校內審查程序時間點與公文。

針對教育部認為遴選過程中

有重大資訊未完整揭露，台大遴選會認為，法令並未明確規範，且歷經近7小時的充分討論與審視法規、文件後，才確認管中閔的當選資格並無疑義。台大遴選會2日再次籲請教育部應儘速聘任管中閔為台大新任校長，並宣示繼續堅持大學自主的決心，但也將提出校長遴選程序的改革建議，與教育部共同為台灣高教的發展努力。

## 葉肯定台大重視制度

葉俊榮出席美感教育成果展時表示，遴選會的聲明相當難得，稱雙方是「面臨僵局時，釋放出善意來溝通，一起找出一條解決問題的路」，在他拜訪遴選委員會溝通後，遴選會原本試圖要開會，但因暑假遴委難齊，改為書面聲明。他能感受到台大持續溝通的善意，肯定遴選會願意重新討論，並檢討程序問題。

但葉俊榮話鋒一轉表示，面對

如此僵局，若社會的角度永遠是

「哪一個人上，哪一個人不上」，這個糾結只會越來越緊。但若換個角度思考整起事件與制度運作的環節，從制度面來解決很重

要。

葉俊榮指出，台大對制度改革的態度與教育部相互呼應，待台大行文給教育部，內部會再詳細研議。

## 馬江挺「以核養綠」 環團批核電復辟

【本報記者蔡岳宏台北報導】環團批

馬英九、江宜樺力挺的「以核養綠」公投，根本是「以核害綠」！環團2日召開記者會表示，連主導溫室氣體減量的IPCC及聯合國，都無法接受核電為減碳替代方案，核電絕非綠能！媽媽監督核電

聯盟會長徐光蓉強調，綠能發電起伏無法配合核能，「以核養綠」只會壓縮綠能空間。所謂的「以核養綠」實則「以核害綠」、「核電復辟」的掩飾。

▲ 環團2日召開記者會，駁斥「以核養綠」公投。（photo by 蔡岳宏／台灣醒報）

陽能的投資已超越煤炭、天然氣和核電的支出，顯示綠能已成為國際趨勢，核電將會被取代。

## 跳電不等同缺電

針對「以核養綠」公投建議廢除電業法「核能設備應於民國114年前，全部廢止」的條文，台灣蠻野心足生態協會律師蔡雅澄表示，這代表核一、二和三廠都必須延役，還要再加上還尚未蓋完的核四廠。但3座核電廠老舊，曾發生多起設備損毀甚至起火等事件，且核二廠位於斷層帶附近，天災風險高。蔡雅澄強調，核一、二和三廠本應早日退役，而非冒險延役。

針對外界對於廢除核電，會造成缺電的質疑，台灣環境保護聯盟會長劉志堅表示，綠能目前

供電已達7.6%，加上抽蓄發電，幾乎可取代目前8%的核電量，足可應付尖峰負載。此外，最近雖然跳電事件頻繁，但跳電是配電端的問題，缺電是供電端的問題，跳電不等同於缺電。劉志堅呼籲，重啟核電是不歸路，隨再生能源穩定發展，非核家園指日可待。

## 三朝政績比一比 蔡外交、國防輸扁馬

【本報實習記者陳恩潔台北報導】蔡政府執政常喜歡拿政績與前朝比較，但國民黨文傳會主委唐德明2日於記者會指出，蔡政府執政兩年，外交、國防遠不如扁與馬時代，不僅是三朝中斷交頻率最高的一朝，國防關係也最為緊張，捍衛領土態度更比陳水扁還曖昧不明。甚至蔡政府最驕傲的新南向政策也成果不佳，因為馬英九時代只是「兼顧」南向都建立了兩個辦事處，蔡英文卻一個也沒建立；此外陸客不來台重挫台灣觀光，兩岸關係下滑也違反當初「維持現狀」的承諾。

列舉中華民國最近三位民選總統在外交方面的政績，蔡政府不僅是三朝中斷交頻率最高的一朝，在牽涉全民健康的WHA會議中，更連媒體採訪證也被拒發。從李登輝時期開始推動的「南向政策」，是蔡英文政府的執政重點，但在鉅額投資之下，成效似乎不顯著。連馬英九政府僅在



▲ 國民黨文傳會主委唐德明於記者會點評蔡英文政績，認為許多重點科目皆不及格。（photo by 網路截圖）

「兼顧」南向政策下，就於任內成功建立印度清奈及緬甸2個辦事處，蔡政府至今卻毫無進展。

在兩岸關係上，馬英九時代陸客來台人數增加343萬，然而蔡政府執政第一年，就流失了75萬人次，打破當初「維持現狀」的承諾，更重挫台灣觀光，達到10年來來台旅客增加率最低紀

錄。另外，台陸學術交流更在蔡英文任內大幅退步，不僅當初陸生納保健保提議銷聲匿迹，來台陸生更縮減一半，只剩800名。

蔡英文的國防政策可以說是表現得更差了。陳水扁時代的國防方針為「有效嚇阻、防衛把守、決戰境外」，希望戰火不要蔓延至台灣本島。馬英九時代的兩岸

關係則可以說是空前佳境，人民聞不到煙硝味，然而蔡英文提出的「防衛固守、重層嚇阻」，以泊、灘、岸三層進行防禦，則似乎是在暗示戰火可能延燒至本島。不僅如此，蔡英文對固有領土的捍衛態度更是相當曖昧，陳、馬時代皆曾登上太平島宣示主權，蔡英文卻反而不准漁民登上太平島，在沖之鳥島「是島或是礁」的議題上，也從未提出法學證據力爭。

面對媒體提問，唐德明表示，民眾對蔡政府的信任程度遠低於馬政府，原因在於蔡政府常失信於民，施政方針不斷轉彎、變調，政見也不斷跳票，對此蔡政府不僅毫不反省，甚至總以高姿態將一切解釋為改革。

唐德明強調，民眾的眼睛是雪亮的，蔡政府不應以連任是我國民選總統慣例而有恃無恐，若一味固守任性的施政風格，將自食惡果。

## 綠能已成國際趨勢

馬英九與江宜樺日前出席記者會表示，目前再生能源設備佈建進度已嚴重落後，火力發電又帶來空汙問題，若全民不想忍受限電、空污以及生態浩劫，都應支持「以核養綠」公投，廢除《電業法》明定「2025 非核家園」的條文。馬英九並批評蔡政府「2025 非核家園」是不切實際的空想，政府發展能源應「騎馬找馬」，先仰賴核能再尋找新能源，不是「棄馬找馬」，否則非核與綠能將兩頭空。

綠色公民行動聯盟秘書長崔愫欣指出，馬前總統一再對外公開表示「再生能源都是丑角」，但根據國際能源署統計，2016年全球太陽能發電量的成長率達30%，風能成長率為16%，但核能年成長率僅1.4%，且過去一年全球核電總裝載容量只增加不到1%。此外全球對風力、太

▼ 柯語錄引起廣大迴響。（截至柯文哲臉書）



## 柯P民調狂勝 年輕人就愛這一味

【本報記者陳恩潔、王清意、王馨慧、蔣濬浩綜合報導】為什麼柯文哲（柯P）能囊括22至29歲的年輕人支持？根據美麗島電子報最新民調顯示，柯P今年青年支持率達72.5%，比去年數據還高。受訪的年輕人說，柯P不像傳統政客只會說官話，能一語道破現實利弊，而且說到做到的態度，與時下年輕人合拍，另外親民作風也減少政客與民眾的距離。

編輯，當逐漸步上軌道後，便放手給年輕人發揮。曾擔任過青年發展署活動幹部的陳傑（化名）表示，會支持柯P的原因主要是，他讓年輕人有更大的空間參與政治。對於柯P被批其敢言作風只是刻意拉攏年輕人等言論，陳傑表示，刻意不可能做得這麼徹底，柯P是真的關心年輕人的想法。

### 隨機應變 展現真實

台大化學工程學系趙同學表示，「柯文哲很懂得抓住年輕人的心」，柯P不只善用youtube，也懂得跟網路節目合作。最近爆紅的網路節目「木曜4超玩」，藝人邰智源擔任柯P的一日幕僚，更是為柯P拉抬不少聲勢。趙同學認為，柯P參加網路節目不僅是增加他的聲勢，也讓有些平常不太參與政治的年輕人，透過自己喜愛的youtuber，認識柯P這個人。

北市府前媒體事務組研究員（現為競選幕僚）黃昱安曾透露，柯P在和網路紅人合作不靠腳本，就是隨機應變，這些合作

柯P不像傳統政客只會說官話，能一語道破現實利弊，而且說到做到的態度，與時下年輕人合拍，另外親民作風也減少政客與民眾的距離。

影片中，往往都是展現真實的「柯文哲」，像在《一日幕僚》影片中，就算節目團隊跟拍，柯P還是一樣照常抓頭，會議也照開，一飽大眾的偷窺慾。

### 宣傳別樹一幟

在《一日幕僚》一開始，邰智源表明就是要看「政府官員都在做些什麼鳥事」，影片中也直接問柯P「大巨蛋到底要不要解決？為什麼要跟兩岸一家親道歉？路平專案怎麼到現在都還不平？」民眾同樣關心的議題，結果柯P回答太過中肯、直接，讓製作團隊當場嚇到，互相討論「這能播嗎？」。影片內邰智源也對龍山寺地下街議題提出看法，柯P沒有立即否定，只是安靜思考，完全看不出長官的傲慢態度。

不只與youtuber合作，其實柯P有一個屬於自己的網路直播節目「柯P便當會」，內容多半是柯P利用午間「吃一個便當」的時間，與各首長暢談市府推動政策與未來方向，這不但展現市長最真實的樣子，對市政宣傳也

有極佳的效果。

趙同學表示，柯P話鋒犀利，不滿嘴官腔，一語道出真實弊病。因為柯P跟藍綠人士、政治人物行事作風相當不同，所以柯P才會顯得與眾不同。柯P敢言不做作的態度是鏡頭前演不來的，所以贏得年輕人青睞。台灣大學國企系徐同學表示，柯P面對世大運年改鬧場爭議，直接回罵對方「王八蛋」，不像一般政客，總用華麗詞藻拐彎抹角。

### 親民卻不失鐵血政策

媒體從業人員藍小姐表示，或許因為出身醫生而非政黨，所以有許多思維跟一般政客不同，柯P不害怕得罪人與高實踐力是他獨樹一幟的風格。柯P走親民路線，上下班皆搭公車，若遇到民眾想合影互動，也來者不拒。

柯P曾搭乘大眾運輸工具被民眾「捕獲」，照片還紅到中國，接著登上CNN國際板，CNN轉述台灣「鄉民」逗趣留言，「柯文哲行動都靠BMW (Bicycle、MRT和 Walking)」，引起各國網友討論。CNN報導最後還引用了柯P曾在臉書PO的一段話：「市長不能只是當個名人，更應該將重點放在成為一名管理者」。可見除了親民外，柯P實踐政策的決心才是重點。

## 時代力量批托育 倉促上路恐成災難

【本報記者陳睿仁台北報導】

「沒有符合使用者需求的政策，將會變成災難政策！」時代力量黨團2日召開記者會批評，行政院強行推動托育政策。時代力量秘書長陳惠敏表示，政府提供的托育中心資訊不夠充足、且中央地方溝通不足，導致地方基層、家長和業者都不清楚政策內容，因此立意雖好，年輕父母卻「看得到用不到」。

### 資訊不夠完善

陳惠敏表示，行政院強行推準公共化托育政策，卻未提供足夠的資訊給年輕父母。「目前雖然有全國教保資訊網，但資料並不齊全，因此儘管年輕爸媽有能力搜尋托育中心的資訊，卻無法找到他們需要的資料。」時代力量市議員參選人吳佩芸補充，網站應讓家長將小孩送往托育中心之前，就能先了解中心相關資訊。

另一位市議員參選人林于凱以親身經歷為例說，他幾天前曾向高雄市教育局詢問準公共化托育

政策相關問題，對方卻回答自己也不清楚。林于凱強調，行政院上月26日甫通過準公共化托育政策，本月1日就要實施，政策倉促上路會導致溝通衝突，「連地方基層承辦人員都不了解政策內容，更遑論家長。」

### 看得到用不到

身為家長的時代力量市議員參選人吳韋達表示，政府政策雖說立意良善，卻因為急於推行而忽略掉地方實施政策時的困難。他以一般雙薪家庭為例，雙薪家庭必須在上班前將小孩送往托育中心，因此接送時間和托育中心地點往往是考量因素。政府雖然撒錢補助卻沒有完善配套措施，無法完全解決問題。

陳惠敏補充，政府目前態度是中央決定政策，地方再設法配合政策，這樣導致地方基層人員疲於配合中央，無法有效解決地方問題。陳惠敏建議，最好的方法應由地方先進行充分的討論，再交由中央制定策略。



## 東亞青挹注選情 台中林佳龍領先

【本報記者譚勝台北報導】

台中市長林佳龍選戰民調突圍！針對年底台中市長選舉，最新民調指出，有43.2%民眾支持林佳龍市長連任，盧秀燕的支持度僅24.4%。政治專家譚耀南理事長指出，東亞青運停辦事件針對性強，讓民眾對一向與中國交好的國民黨感到厭惡，間接衝擊選情。

范世平教授也說，國民黨在此事的立場過於軟弱，並未讓台中市民感受到國民黨為他們爭取權益，選情急轉直下。

### 林佳龍突圍

兩岸政策協會2日公布「2019台中東亞青運停辦民意調查」結果。調查顯示，57.6%台中市民滿意林佳龍市長處理東亞青年運動會遭停辦的表現。面對年底即將舉行的台中市長選舉，目前有43.2%民眾支持林佳龍連任，盧秀燕的支持度則是24.4%。

在看好度方面，林佳龍看好度為48.9%領先盧秀燕的23.3%，顯見東亞青運停辦事件，間接拉抬了林佳龍的民調，讓國民黨早前在台中市領先的選情岌岌可危。

針對中國因東奧正名公投停辦東亞青一事，超過6成民眾認為

不合理，但亦有41.9%認為該公投運動是影響運動會主辦權遭取消的主因。進一步詢問東亞青停辦誰應負責，40.5%台中市民認為中國政府應負最大責任，另有31.5%受訪者認為台灣政府應負責。

東亞青年運動會現階段遭停辦，仍有超過7成民眾支持運動館持續興建，8成台中市民支持林佳龍向東亞奧會進行申復。整體來說，57.6%民眾滿意林佳龍處理東亞青運的表現，僅22.7%受訪者表示不滿意。

### 間接影響選情

兩岸政策協會理事長譚耀南表示，多數中性選民都認為東亞青運停辦是中國的錯，唯有泛藍民眾認為是政府的錯。值得注意的是，中國的打壓行為並沒有對台中市長林佳龍連任造成威脅，反而拉抬了他的聲勢。

師範大學政治學研究所教授范世平指出，過去林佳龍和國民黨台中市參選人盧秀燕民調都是伯仲之間，台中市也成為藍綠兩黨重要的戰區。然而，因東亞青運事件，有高達60%台中民眾不能認同中國的作法，也間接影響選情。

## 小英提4百年壓迫 原民：牽拖太遠



原住民族錯排民族轉型正義。（中央社）

原住民族和部落的共識為基礎，進行國家與民住民關係的對等協商。小英表示，她能體會400年來原住民族受到壓迫或忽視的心情，很難在2年內完全地平復，期望轉型正義能繼續推動，促進族群之間的理解。

歐蜜·偉浪2日在記者會上批評，在原轉會推選各族代表的過程中，政府都沒有提供原民足夠的推舉空間。此外，在轉型正義指標案件「亞泥花蓮案」中，行政部門未諮詢當地太魯閣族族的同意下，就核准展延再挖20

▼ 美國提供技術，台灣自行建造的巡防艦班超號。（取材自海軍司令部）



## 美國會要求政府全面評估台灣軍力

法案也要求美國協助台灣構建非對稱戰力，以強化台海安全。法案並建議美國派遣醫療船訪台。

【本報駐美記者劉屏華府報導】美國國會1日通過下年度《國防授權法案》，明文要求美國國防部全面評估台灣的軍力，尤其是台灣的後備戰力。法案也要求美國協助台灣構建非對稱戰力，以強化台海安全。法案並建議美國派遣醫療船訪台。

### 建議美台聯合軍演

參議院1日以87票對10票通過《2019會計年度國防授權法案》(NDAA 2019)。眾議院已在7月26日以359票對54票通過此案。法案第1257條強制規定美國行政部門應採取各項友台措施，第1258條則建議美國與台灣聯合演習。

第1257條規定，美國應強化台灣的軍力戰備，「(美

國)國防部長經與其適當之台灣對口諮詢後，須對台灣的軍力進行全面評估，尤其針對台灣之後備軍力為然」。評估內容包括：一，人員管理及軍力發展，尤其針對後備部隊。二，招募、訓練及軍事計畫。三，指揮、管制、通訊及情報。四，科技研發。五，國防物資採購及後勤。六，戰略規劃及資源管理。

此一條款並規定，法案生效後一年內，美國國防部長經與國務卿諮詢後，須向國會提交報告，說明上述的「全面評估」內容；美國行政部門並應根據評估結論，落實各項建議事項，包括擴大兩

軍資深層級之軍事交往及聯合訓練、支持美國對台軍售及其他裝備移轉，「尤以發展不對稱作戰能力為然」。

### 考慮醫療船訪台

在「國會意見」方面，第1258條指出，《台灣關係法》及美國對台「六項保證」均為美台關係之基石；美國應強化與台灣之防衛及安全合作，支持台灣發展亟需之「有能力、準備就緒及現代之防衛軍力」；美國應經由軍售、商售及產業合作，強力支持台灣獲得防禦性武器，「並著重不對稱戰力及水面下作

戰能力」；美國應及時檢討與回應台灣提出之軍購需求，以改善對台軍售之可預測性。

此外，國會建議美國國防部長推動下列事項：一，與台灣進行實戰訓練及軍事演習之機會；二，依據《台灣旅行法》推動雙方資深國防官員及將領之交流；三，擴大在人道協助及災難救助方面之合作；四，考慮派遣一艘美國醫療船訪問台灣，做為年度「太平洋夥伴」(Pacific Partnership)任務之一部分，以改善災難應變計畫及整備作為，並強化美台合作。

我國駐美代表處表示，《國防授權法案》展現了美國國會長期以來對台海安全的關注與堅定支持，駐美代表處表達誠摯感謝與敬佩之意。

## 政客不食人間煙火 川普不是第一個

【本報記者王慶宇綜合報導】美國總統川普再度失言，顯現許多政客都與大眾生活脫節。川普於1日佛羅里達造勢大會上，向民眾表示「出去想買任何東西都需要帶有照片的證件」。

此話一出，遭外界批評「是有多久沒有買東西了？」但過去的美國政客如老布希與歐巴馬總統等，也都曾因為不知民生狀況而致口誤，讓民生情況意外成為評判指標。

根據《英國廣播公司》報導，川普1日出席佛州坦帕的造勢大會時，因為希望能在投票時，對選民有更嚴格的身分驗證措施而向民眾表示，「出去買任何東西的時候都會需要出示有照片的證件」。認為投票時應該也要有身分查驗。

但此話一出，立刻遭到外界砲轟是「不食人間煙火」。《CNN》記者阿古斯塔就表示，川普已經脫節了，買東西不



▲ 美國總統川普表示，美國民眾出門購物都需要出示證件，遭外界痛批「不食人間煙火」。(photo by 美國空軍公

需要證件。一名德州的民主黨議員阿爾瓦爾多更不客氣的說，川普再這樣不食人間煙火，美國中產階級就要被他「消滅了」，還表示「很樂意教他如何在美國超市購物」。

但美國歷史上不只是川普踩到這種大地雷。《華盛頓郵報》就用「川普

對民生毫無概念——如同先前許多政客來報導此事。早在1992年，老布希總統就曾經對電子條碼機感到十分驚嘆，儘管電子條碼機已經問世十餘年。

前紐約市長朱利安尼也曾於2007年角逐總統大位時，嚴重低估了牛奶與麵包的價格。

當時的歐巴馬亦問愛荷華

州的選民有沒有去過《全食超市》買沙拉，但當時的愛荷華州並沒有《全食超市》這間店。

當媒體事後追問白宮發言人桑德斯川普上次什麼時候去超市時，桑德斯僅表示不确定也不重要，更在稍後以「他指的是酒精類飲料」來替川普辯護，儘管他整場演說隻字未提。

## 出獄直接選總統 剛果前軍閥衝擊選情

【本報記者陳睿仁綜合報導】「班巴帶給我們新希望和全新的開始！」前戰爭犯班巴在出獄後便立即飛回民主剛果挑戰總統大選。班巴曾因戰爭罪遭判刑18年，今年6月上訴卻意外成功得以出獄。外界分析，班巴挾著高人氣返回民主剛果挑戰年底總統大選，有望取代遭民眾厭倦的現任總統卡必拉。

民主剛果反對黨領導人班巴1日飛抵首都金夏沙，接受支持者熱情擁戴。班巴因戰爭罪遭海牙國際法院判刑18年，自2007年起服獄10年之久。班巴今年6月以不必為部屬所犯的戰爭罪負責為由上訴成功並出獄，班巴也趕忙飛回民主剛果登記參加年底的總統大選。

根據英國《衛報》報導，現任總統卡必拉的任期其實只到2016年，不過卡必拉卻透過延遲選舉把持總統大位。儘管憲法規定卡必拉不得再參選總統，但卡必拉卻從未宣布不尋求連任，日前黨內青年黨部更提名卡必拉為總統參選人。

在南非的分析家華特斯接受《衛報》訪問時表示，班巴有可能聯合所有反對黨勢力，卡必拉要連任的勝算就很小了。」



▲ 班巴出獄後隨即回國挑戰總統大選，外界看好他選贏民主剛果現任總統卡必拉。(photo credit by Jean Pierre Bemba臉書帳號)

力打敗卡必拉，「班巴被視為遭卡必拉迫害的政治犯，如果他成功聯合其他反對黨勢力，卡必拉要連任的勝算就很小了。」

根據《華盛頓郵報》報導，班巴曾在2006年挑戰總統大位，卻輸給卡必拉。他的部屬在2007年與民主剛果軍爆發衝突，遭卡必拉指控為叛國賊，最後班巴因部屬2002年在中非共和國違反戰爭法的行為遭海牙國際法院判刑。

## 英國法庭態度轉彎 極右派獲保釋

【本報實習記者陳恩潔綜合報導】英國極右派份子湯米·羅賓森獲保釋，眾多極右支持者歡慶：「湯米自由了(Tommy's a free man.)」。英國激進極右社運人士湯米·羅賓森為今年5月因直播里茲法庭的一場判決，被以藐視法庭判罪入獄。許多美加右派人士皆曾聲援湯米，美國總統川普前策略分析師拜農亦為其中之一，顯示極右派勢力高漲，不容小覷，人權團體對此表示相當憂心。

### 羅賓森入獄始末

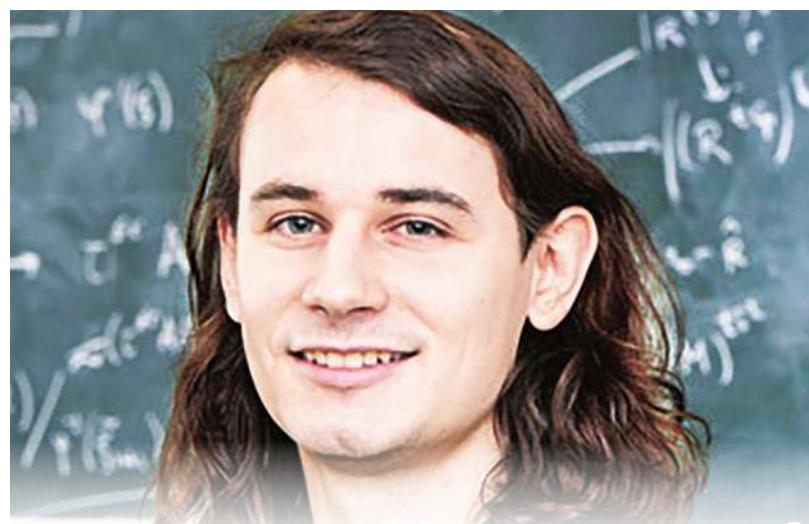
湯米·羅賓森近日成為極右派人士眼中捍衛言論自由的代表性人物。他於2009年創立極右派團體「英格蘭護衛聯盟」後，便積極參與激進極右派活動，更曾於訪談中數次表示伊斯蘭教是法西斯、暴力宗教，也提倡反移民相關活動，激進言論引發爭議。

根據《CNN》報導，羅賓森2018年5月25日於臉書上直播里茲皇冠法庭的一場不公開審訊，拍攝被告入庭並公然於直播對其進行討論，據稱羅賓森在討論過程曾直稱被告



▲ 湯米·羅賓森的支持者手持「釋放湯米·羅賓森」立牌，主張英國法庭的判決是對言論自由的迫害。(photo by Getty Images)

▼ 2018 數學費爾茲獎公布得主名單，共有 4 名傑出數學家獲得此殊榮。(photo by IMPA)



## 數學費爾茲獎揭曉 庫德族一難民獲殊榮

【本報記者王慶宇綜合報導】有「數學界諾貝爾獎」之稱的費爾茲獎得主揭曉，得主之一的庫德族難民比爾卡爾成為眾人焦點。4年頒發一次的費爾茲獎，1日公布得主，共 4 名數學家獲獎，其中更是包含一名在英國接受庇護並任職於劍橋大學的庫德族難民一比爾卡爾教授，使他成為庫德族的驕傲。

不斷，因此移居至英國尋求庇護。

比爾卡爾表示，他在伊朗的就學期間正好是兩伊戰爭打得火熱的時候，再加上他的父母是農夫，因此他小時候花很多時間耕種，「那並不是個適合小孩學習數學的環境」。他表示，希望他的獲獎，能為全世界 4 千萬庫德族人「臉上帶來一抹微笑」。

而比爾卡爾的指導教授，諾丁漢大學的費申科教授指出，比爾卡爾相當的聰明。

費申科當時就給比爾卡爾一些可作為博士學位的題目。「一般來說，正常的博士生要花 3 到 4 年才能完成博士學位，結果他在 3 個月內就把題目解完了。」

### 天才數學家受看好

《英國廣播公司》指出，除了比爾卡爾外，年僅 30 歲的天才數學家

舒爾策則是數學界中共同看好的超級巨星。舒爾策早在 2012 年就以驚人的 24 歲年紀

成為德國最年輕的正教授。威斯康辛大學的艾倫伯格教授更坦言，舒爾策的崛起更讓一名資深數學家長嘆：「毀了自己未來 20 年的必做清單。」

而其他獲獎的數學家包含致力於最佳化大眾運輸研究的義大利數學家費加里，和第二位獲獎的澳洲數學家文卡特拉赫。

費爾茲獎是加拿大籍數學家約翰·查爾斯·費爾茲於 1932 年所創立，有「數學界諾貝爾獎」的美譽。自 1950 年起，每 4 年頒發一次的費爾茲獎會將此殊榮頒發給 40 歲以下的傑出數學家。得主除了能獲得獎牌之外，也能獲得 1 萬 5 千加幣。

### 難民成劍橋教授

根據英國《衛報》的報導，在 4 位得主中，身份最特別的就是目前任教於劍橋大學的比爾卡爾教授。本身是庫德族的比爾卡爾在 20 年前，因為伊朗與伊拉克之間戰火

▼ 教育部部長葉俊榮（後排右2）與參與開幕的孩子們合照。（photo by 王馨慧／台灣醒報）



## 美感從教育做起 葉：生活中都是美

【本報記者王馨慧台北報導】教育部推動美感教育計劃，至今已經5年，成果展「美角，生活中的每一課」2日於華山1914文創園區開幕。教育部長葉俊榮表示，「美」不需要挑

日子、地點，因為生活中無時無刻都在發生。他說，教育可引導台灣學生在生活中發現美。

台灣學生在生活中發現美，讓孩子透過「做中學」，將美感與設計結合。

在教學紀錄短片中，台東縣立知本國小教師劉吉益，有次邀請部落長老擔任客座講師，長老感嘆時代出現文化斷層，於是決定以原住民狩獵時製作的樹皮衣，帶領孩子認識自身文化，並引導孩子用當地媒材與技術去製作符合當代需求的物件，用傳統方式展現新可能。

曾成德說，只有這樣的國家才有競爭力，如果台灣不跟上，就會失去競爭力。



▲教育部長葉俊榮（右）2日出席「美感教育成果展」開幕典禮，瀏覽各項作品。（中央社）

## 果陀「活化歷史」劇 再演長者故事

【本報記者毛上仁台北報導】「有一天，有一艘船，到了一江山島，那個是我們駐守的地方。」阿嬤用可愛的聲音向小朋友講述自己小時候的故事，彷彿穿梭時光機回到過去一般。果陀劇場2日舉辦「祖孫牽手·玩美城鄉-30家鄉認養活動」記者會，邀請藝人蔡燦得擔任活動大使。果陀劇

場執行長林靈玉表示，希望透過現代戲劇讓孩子認識長輩的文化及故事。

果陀劇場2005年和新光人壽慈善基金會合作「活化歷史」方案，期待長輩可以透過專業帶領人和戲劇的引導，開啟退休後的精彩生活。

蔡燦得分享，果陀劇場至今已走過13個年頭，服務超過

三萬多位長者，期待長輩們可以透過戲劇的引導，分享自己的生命經驗、故事給晚輩。

蔡燦得童星出道，熱愛戲劇，寄情舞台。她表示，在螢幕前常與長輩演員合作，所以能深刻感受不同世代間存在的代溝，透過彼此交流溝通才能了解彼此想法，世代間的感情才會更和諧。

「我們灑下原生植物的種子吧！」劇情中90幾歲的「桃子阿嬤」，在兒歌中邀請小朋友一起播種。桃子阿嬤雖然年歲已高卻能展現高超演技，活

出不一樣的「長者」人生，是「活化歷史」的最佳典範。

「我們都會離開，但是可以留下些什麼。」聊到自己的阿嬤，林靈玉數度哽咽。她分享，我自己也是被阿嬤帶大的，18歲才被父母接到台北，所以知道長輩們的回憶對很人來說很重要。而戲劇中最美的是能藉著不同故事、人物，傳遞不同時空的故事及生命經驗，希望透過這個活動，讓台灣各地從現在開始留下長輩的故事。

► 影片連結



▲果陀劇場2日在台北舉辦「祖孫牽手·玩美城鄉-30家鄉認養活動」記者會，邀請藝人蔡燦得（圖）擔任活動大使，盼透過活動走入城鄉，讓更多人了解在地長者的生命故事。（中央社）



▲果陀劇場舉辦「祖孫牽手·玩美城鄉-30家鄉認養活動」記者會，場面溫馨感人。（photo by 果陀劇場）

## 用彩繪訴說生命 藝術工作坊助寒士

【本報記者毛上仁台北報導】透過彩繪也可以認識不同人的生命故事。人安基金會透過藝術工作坊模式，將寒士生命故事彩繪於鐵捲門上。基金會2日於記者會上揭幕彩繪成品，並贈送蛋糕給寒士，慶祝即將到來的父親節，台灣夢想城鄉營造協會理事長徐敏雄表示，希望透過彩繪作品將其中的故事鼓勵路過的甘苦人，以及美化環境。

「希望透過藝術的課程，幫助弱勢重新建立人際連結。」徐敏雄表示，這次和人安基金會合作，以工作坊的方式進行，引導寒士們分享生命中的故事、對未來生活的期許、以及想鼓勵他人的一句話，共同以彩繪的方式創作於人安基金會平安站鐵捲門上，期待透過這樣的方式讓社會認識他們，以及吸引更多人投入關懷行列。

64歲的寒士代表吳大哥，因年紀增長身體狀況不佳遭裁員，人安基金會站長邀請他參與這次活動。他分享，活動中志工請他想像一個辛苦工作的姿勢，他便想到過去生活困苦，雙手托著臉頰很煩惱的樣貌。想起當初不知如何過日子時，只能不斷往前看，他希望送給同路人一句話，「向前看就好，就會有勇氣。」



▲64歲的寒士代表吳大哥，希望送給同路人一句話，「向前看就好，就會有勇氣。」（中央社）



▲人安基金會揭幕彩繪成品，並現場贈送蛋糕給寒士，慶祝即將到來的父親節。（photo by 毛上仁／台灣醒報）

醒報廣告、訂報專線：

0800-011961



看完醒報，轉贈鄰居信箱

# 睽違 64 年再辦世足？英國加入競標

隨著日前國際足總敲定 2026 年世足賽的主辦國為北美 3 國聯辦，2030 年的世足賽英國將加入申請，使主辦國爭奪戰更趨白熱化。

【本報記者宋秉謙綜合報導】

英格蘭球迷在世足賽期間，不斷打出「足球榮光回來英格蘭」的標語，可能將在 2030 年成真！隨著日前國際足總敲定 2026 年世足賽的主辦國為北美 3 國聯辦，2030 年的世足賽申請爭奪戰更趨白熱化。根據官方消息，英格蘭正與其聯邦國商討合辦的可能。而另一個有資格申辦的亞洲大國中國，也正在思考主辦的可能性。

## 睽違 64 年再辦世足？

根據《英國廣播公司》報導，曾是足球發源地之一的英格蘭雖然在聯賽蓬勃發展，但國家隊到了國際賽場屢次令國民失望，本屆他們靠著年輕一代組成的「幼獅軍團」殺進 4 強，猶如為英格蘭球迷們打入一劑強心針，也帶起「足球回歸」(Football is coming home) 的用語熱潮。

不少人認定的「足球回歸」標語是起源於 1996 年，當時英格蘭主辦歐洲國家盃所引用的歌曲曲目便與「足球回歸」及「三獅」有關。這次表現出色的三獅軍團也帶動國內足球熱潮更上一層樓。

鑑於英格蘭前一次大賽主辦是 1996 年的歐國盃，舉辦世界盃

更得回溯到 1966 年，英國足協主席克拉克開始考慮單獨申辦，或與英聯邦成員國協會（包含蘇格蘭、威爾士及北愛爾蘭等）合辦。克拉克日前表示，這項籌備工作將在 2019 年做出決定。

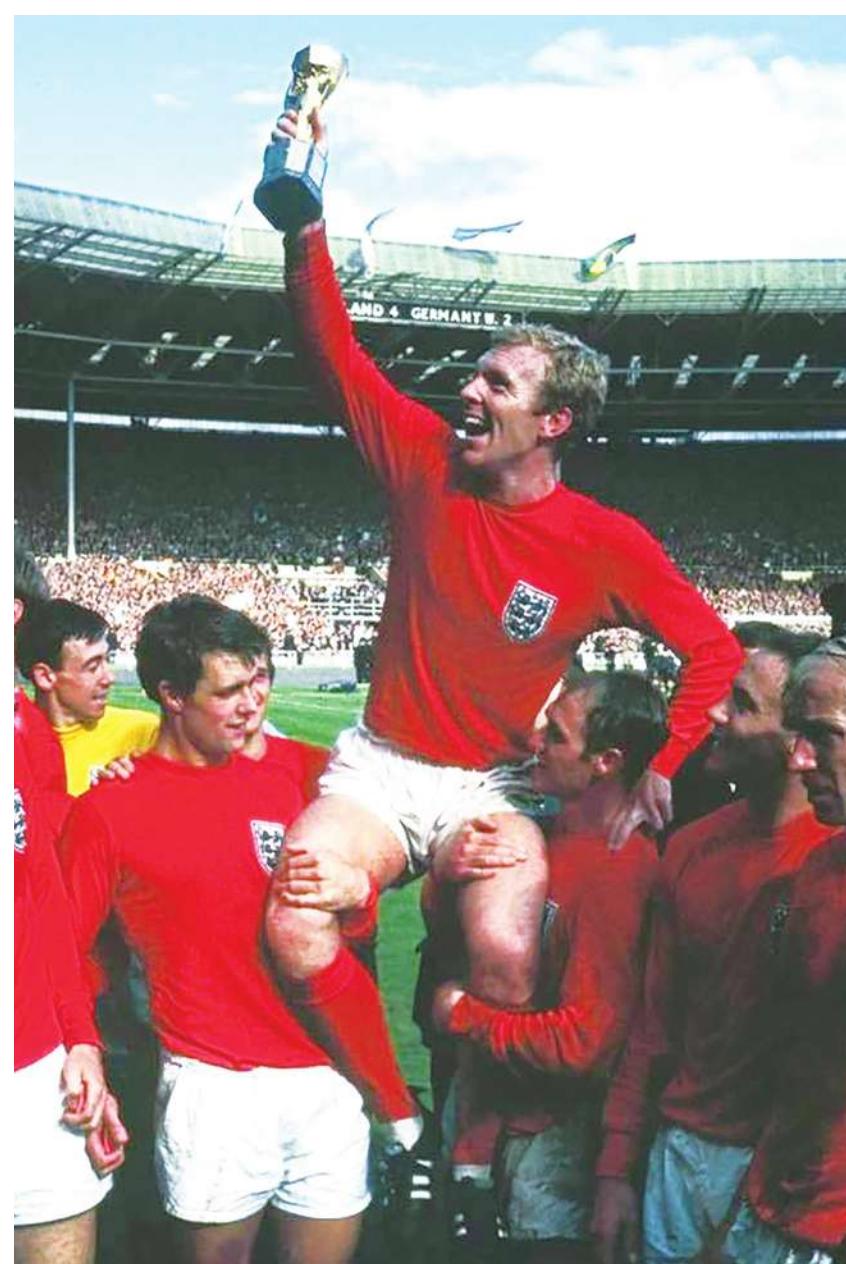
## 申辦競爭對手衆多

根據《ESPN》報導，有資格的各大洲都對 2030 年的主辦權蠢蠢欲動，最早宣布的是北非 3 國，以摩洛哥為首，加上阿爾及利亞及突尼西亞的聯合申辦。南美 3 國（阿根廷、烏拉圭及巴拉圭）則在 2017 年宣布跟上競標。

剩下的 2 洲（亞洲與歐洲）都在本屆世足前放出參戰的風聲，除了英格蘭日前確定加入競爭後，亞洲意見稍有分歧，南韓足協表示自己有聯合東北亞如日本等國合辦的意願，但中國對於加入南韓聯盟興致缺缺，高層正在考慮獨立申辦，或是聯合東亞國家中辦的可能。

據了解，2030 年世界盃的賽制將與 2026 年美加世界盃相同，採取 48 支球隊參賽，共計 80 場。但目前賽制都仍在研議中。

2022 年的卡達世足賽可能身為擴軍的第一屆（從現有的 32 隊變為 48 隊），賽程安排將牽



▲ 英國可能睽違 64 年再將世足賽帶回本國，英足總正在考慮聯合申辦 2030 年世界盃的可能。(photo by England Football Facebook)

動未來 2026 年及 2030 年的賽制。國際足總目前提出多項方案，包含把 16 支球隊列為種子隊，讓剩下 32 隊經過淘汰賽後，加

入種子隊、進行現行的 32 隊賽制，但也可能將球隊分檔次打散成 16 組，取分組前 2 名進入現行的 32 強小組賽制。

# 不如湖人運營能力 國王恐繼續「重建」

【本報記者宋秉謙台北報導】

NBA「後科比時代」的湖人隊僅花了 4 季重建期，就有機會在本季迎來收成，但國王隊重建期已長達 10 年，且還可能繼續下去！日前 NBA 今夏多數大咖球星的簽約都已塵埃落定，外媒已開始分析各隊展望，對於引入詹皇的湖人隊擁有多名個性強烈的球員，各界難以預測他們表現，但國王隊被一致預測，仍可能如同過去 10 年，讓球迷繼續失望。

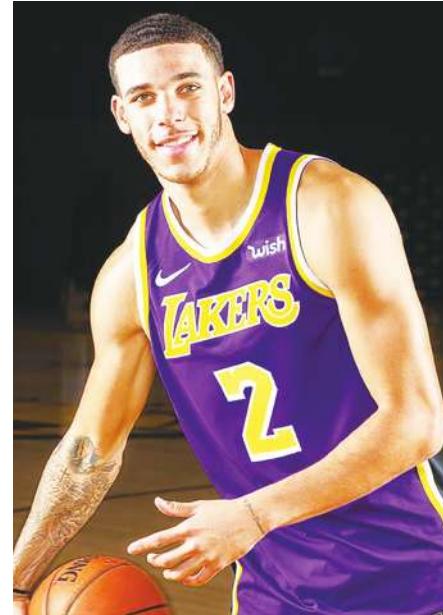
## 湖人重建規劃優秀

根據《SBNation》報導，湖人隊從科比時代落幕後，開始邁向重建期，由於管理階層良好的運作，湖人在這 2 年內，透過交易與選秀，累積多名具有高天賦的年輕好手，包含：「球哥」鮑爾、藍道爾及英格蘭。

湖人能夠騰出大筆薪資空間與囤積大量優秀新秀都與管理階層密不可分。他們透過球探觀察，利用戰績不佳的重建期而獲得的前段選秀權，選到具有發展性的新秀入隊，例如鮑爾，就可能是未來的後衛核心。

擁有大筆薪資空間與管理階層完善的處理掉過去幾筆大型爛約有關，湖人隊在 2017 賽季也握有不少爛約，包含莫茲戈夫、「滷蛋」丹恩等，都靠著經理「魔術」強森當年與籃網進行交易，送走莫茲戈夫與羅素，清掉大型合約與不在重建計劃內的球星，才讓本季的湖人有足夠薪資空間迎來詹皇。

反觀國王隊因欠缺管理階層良好的營運，近年來他們送出的球星所換回的球員都不符預期。前一位他們送走的球星是「表弟」考辛斯與優質長人卡斯比，當年國王與鵜飼交易換來的伊凡斯、嘉樂威及希爾德，前 2 人已不在國王隊，後者表現卻不如過去評價。諷刺的是，伊凡斯本季遠走



▲ 湖人隊透過良好的選秀眼光，囤積一票年輕好手包含鮑爾，本季迎來詹皇後，有衝擊季後賽機會。(photo by Facebook)

溜馬隊後，反而被預期將與奧拉迪波組成火力強大的後場組合。

根據《Sportsnaut》報導，國王隊今年透過選秀引入畢格利 3 世，由於畢格利 3 世在大學籃壇繳出瘋狂的數據：場均 21 分與 11.1 個籃板，國王隊認為，透過磨練，他可能成為未來核心。

## 國王選秀選擇成疑

但專家持不同看法，針對國王隊過去對新秀的養成成果都不算好，他們認為，若國王隊先選成績度高很多的歐陸球星唐西尼，或將成為較好的選擇，畢竟這名長人能打 1 號到 4 號位，更是一名優質射手，而國王隊前一位優質射手就是卡斯比，在實戰上，應該比較容易找到適合唐西尼發揮的戰術。

選秀制度施行後，讓 NBA 各隊都有走向重建、再綻放光芒的時刻，例如現在的勇士隊核心「浪花兄弟」，就是勇士透過重建選來的好手。但選秀權也得仰賴管理階層的眼光與營運，國王隊一再錯過機會，培養不出頂級球星，又無法在交易中，利用好眼光得到好苗子，恐延續他們的「重建期」。

## 圖文選粹

圖文 / 中央社

### 戴資穎 挺進羽球世錦賽女單 8 強



◆ 31 球世界後戴資穎 2 日挺進 2018 年世界上最長的羽

# 運動家橫掃藍鳥

# 力保季後賽席次



▲ 年輕強投馬尼涅加上經驗豐富的老捕手羅括伊，幫助綠帽軍團在外卡榜追上水手隊。(photo by Facebook)

## 老少搭擋綠帽軍

根據《MLB 官網》報導，「綠帽軍」運動家 2 日面對藍鳥三連戰的最終戰，王牌先發馬尼涅貢獻 6 局僅失 1 分好投，隊中老大哥捕手羅括伊攻守俱佳，不只在捕手防區沉穩領導年輕強投馬尼涅配球，封鎖藍鳥打線，他還在打擊上貢獻 3 支安打，打回 4 分打點。

對於生涯已逼近末期的前明星捕手羅括伊而言，經驗是他的最大武器。他賽後受訪時說，自己待過很多支球隊，只要有機會爭取冠軍，哪怕機會渺茫，都會激起大家的熱情。埋伏在第 8 棒的羅括伊聯手第 9 棒的 22 歲菜鳥巴雷托，合力繳出 6 分打點，成為運動家打線上的奇兵。

少年強投馬尼涅從開季對美聯之王紅襪隊演出無安打比賽

便一戰成名，他本季已拿下 10 勝，繳出優異的 3.38 防禦率。對於球隊有這名好手，隊經理梅文稱讚道：「每支球隊都需要一個能穩定團隊心情的王牌，即使我們處在低潮，只要知道每 5 天就有馬尼涅為我們帶來一場優質好投，一切彷彿都有希望。」

根據《運動畫報》報導，開季不被看好的運動家隊可說是本季美聯外卡的黑馬球隊，即便他們傷了幾乎整條輪值，依舊能保持戰力，關鍵與團隊排名全聯盟前 3 優秀的牛棚和重砲成群的打線密不可分。

牛棚中的定心丸崔南身為全聯盟防禦率最低的終結者，他屢屢幫球隊守下勝利，本季已成功關門 27 次，崔南前面還有特里維諾，這名大聯盟菜鸟擁有不俗的三振能力，本季更得益於運動家擅長「拉尾盤」，屢次在第 8 局後搶分，使特里維諾的戰績彪炳，目前奪下 8 勝還有 13 次中繼點與 4 次救援成功。

## 打線與牛棚成優勢

打線更是運動家傳統的優勢，很多打者都到了奧克蘭就彷彿得到魔力，找到長打能力。將選手潛力轉化到球場上，得歸因於綠帽軍的打擊教練群，他們成功改造多名好手，包含現在打起陣中打線的戴維斯等人。

戴維斯連 2 季達成 40 轟的恐怖火力常能掩蓋住他防守端的悲慘數據，本季他也成為專職指定打擊（不需要上場守備），而皮斯卡提更是從傷兵名單回來後，不斷轟長打，至今已經繳出 15 轟，找回過往備受紅雀期待的打擊能力。

年僅 24 歲的一壘手歐森有開鼎新一代少年巨砲的潛力，去年僅出賽 59 場就打出 24 發全壘打，本季已有 21 轟的他應該不難達到 30 轟，跟著老大哥們繼續用「煙火秀」，帶領運動家前進季後賽。

根據《運動畫報》報導，開季不被看好的運動家隊可說是本季美聯外卡的黑馬球隊，即便他們傷了幾乎整條輪值，依舊能保持戰力，關鍵與團隊排名全聯盟前 3 優秀的牛棚和重砲成群的打線密不可分。

## 圖文選粹

圖文 / 中央社

### 戴資穎 挺進羽球世錦賽女單 8 強



◆ 31 球世界後戴資穎 2 日挺進 2018 年世界上最長的羽



▼ 印第安納大學的研究團隊發現基因突變熱區，有助理解癌症成因。(photo by Pixabay under CC license)



## 基因突變新解密 癌症成因有大進展

【本報記者蔡岳宏綜合報導】科學家發現基因突變熱區，有助於理解癌症成因！印第安納大學的研究團隊分析大腸桿菌分裂 25 萬代後，產生的 3 萬個基因突變中顯示，特定模式的基因序列具有 12 和 18 倍的基因突變率。研究領導者佛斯特教授指出，隨機突變是引起多種癌症的原因，從細菌突變的模式有望推論出突變產生的機制，是癌症研究的福音。

根據《科學日報》報導，基因複製過程中容易出現錯誤，像是密碼子替換，甚至部分基因片段消失，容易導致基因突變。若突變的基因負責調控細胞的生長與死亡，則該細胞便容易轉變成癌細胞。過去研究顯示，骨頭、前列腺等細胞分裂較頻繁的器官「多做多錯」，發生突變的機率最高。



研究指出，隨機突變是引起多種癌症的原因，從細菌突變的模式有望推論出突變產生的機制，是癌症研究的福音。

印第安納大學的研究團隊分析大腸桿菌分裂 25 萬代後，產生的 3 萬個基因突變中顯示，若特定基因序列重複出現，產生突變的機率將增加 18 倍，而特定 3 個核苷酸密碼子的序列，突變機率則增加 12 倍。研究也發現，若將基因校對與核苷酸鹼基錯誤配對，這兩種基因修復

機制關閉後，基因突變機率會分別增加 200 和 4000 倍。

「關閉基因修復機制後，基因突變率大幅上升，顯示基因修復針對突變發生是很重要的預防機制」但佛斯特向《醫學新聞網》表示，目前團隊尚不清楚為何特定基因序列容易發生突變，以及基因修復酵素扮演什麼角色。但是從細菌突變的模式有望推論出突變產生的機制，將有助於癌症研究。



## 桑拿浴正夯 研究：可降低罹患心臟病

【本報記者譚有勝綜合報導】桑拿浴可降低罹患心血管疾病機率！芬蘭一篇醫學研究報告指出，常使用桑拿浴（1 週 4 次，每次約 19 分鐘），不僅能降低罹患心血管疾病的風險，也能降低肺病如哮喘、肺炎等疾病的機率。但蒙特利爾大學醫學教授丹尼爾提醒，長時間使用桑拿也有一定的風險，低血壓的病患使用桑拿時容易造成頭暈，多加注意。

根據《時代雜誌》報導，芬蘭研究團隊透過芬蘭人在日常生活使用桑拿作為研究對象，該研究桑拿浴溫度約 80-100 摄氏，濕度為 10-20% 左右。研究結果顯示，桑拿可加強心血管功能，降低高血壓的風險，減低罹患心血管疾病的可能。

此外，桑拿浴也可增強肺部功能，降低哮喘、支氣管炎患者發病的機率，同時也會減少罹患感冒、流感的風險，加強身體的免疫能力。該研究也指出，患有肌肉骨骼疾病的人，包括骨關節炎

者使用桑拿浴有助於減輕不適感。

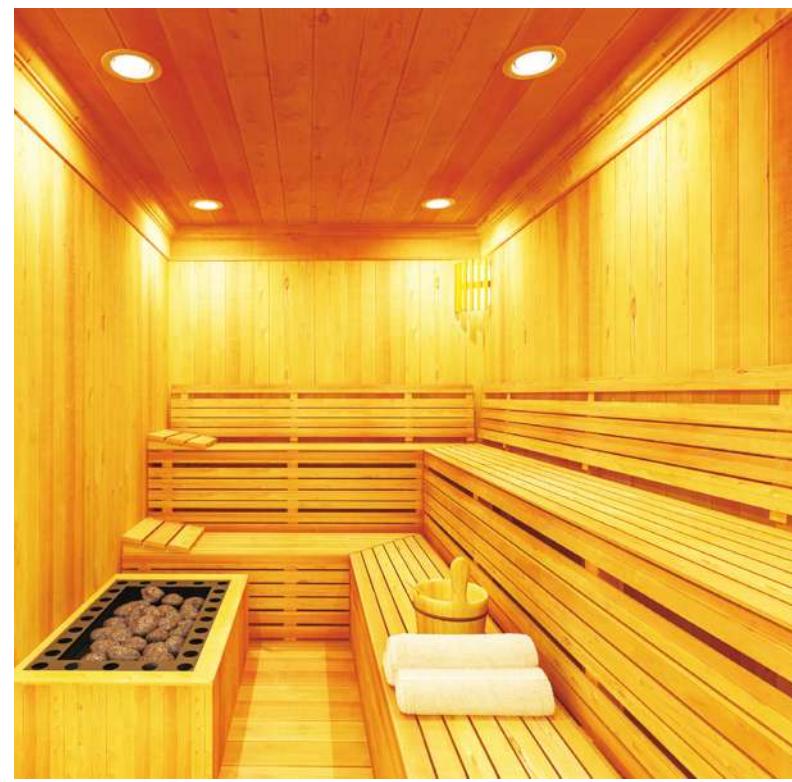
過去雖然很多人使用桑拿來減輕壓力，但對於桑拿是否有助心靈健康的研究相對較少。但這項研究同樣指出，桑拿可增 加內啡肽荷爾蒙產生，可減輕壓力並改善人類的情緒，降低與抑鬱心理病攸關的風險。

《路透社》報導也指出，每週至少去 4 次桑拿浴，心血管疾病死亡風險將降低 50%。此外長時間的桑拿浴（19 分鐘）也能降低心血管疾病的死亡風險。

丹尼爾指出，當身體暴露在高溫下，會增加全身血液循環，有利於維持血管功能，降低罹患心臟病的風險。但他提醒，長時間使用桑拿也有一定的風險，低血壓的病患容易造成頭暈。



▲ 研究指出，桑拿浴能降低罹患心血管疾病的風險、中風等血管疾病的風險。(photo by 網路截圖/wikimedia)



過敏性鼻炎或氣喘患者常在夏天潮熱季發作，豐原醫院中醫科醫師林煥欽表示，三伏貼的藥物有活絡氣血經脈、祛寒、改善氣喘、過敏性鼻炎之效。

## 工作效率直直落 醫：吃錯下午茶之故

【本報記者王馨慧台北報導】吃對下午茶，讓你工作充滿正能量！萬芳醫院消化內科主任張智翔表示，想提升工作效率以及改善下午精神不振，腸道健康與飲食內容是關鍵，腸道的健康直接影響工作情緒與效率。腸道菌落的多元性和益生菌的比例會影響人類的免疫、神經、內分泌系統。

張智翔說明，常見益菌是從膳食纖維而來，想在上班時間補充能量，下午點心不妨選擇富含膳食纖維的水果，能提高血糖的穩定度。水果中的維他命 C 則有助於活化體內酵素，調節人體代謝，刺激人體產生神經化學物質合成（如血清素），幫助減緩疲勞、改善情緒。紐西蘭奧塔哥大學研究發現，每日食用 2 顆黃金奇異果，情緒正向提升顯著。

董氏基金會在 2018 年 6、7 月針對台灣上班族（20~49 歲）進行調查，結果顯示台灣上班族每日效率最差時間為下午 1 點至 3 點，有 7 成民眾靠吃下午茶提振精神，他們常選擇高油糖食物，像是餅乾、甜點、含糖飲料等。本次調查發現，吃不健康的點心族群相較於吃健康點心的族群，疲勞感多出 2.3 倍，注意力不集中感則高出 1.9 倍。

董氏基金會食品營養中心營養師魏子秦表示，因為腦和腸道有密切的雙



▲ 董氏基金會公布網路調查結果發現，多數台灣上班族在下午 1 點到 3 點工作效率最差，尤其以喝含糖飲料者最差。（中央社）

向影響，這類高油糖點心會降低腸道微生物的多樣性，經由「腦腸軸」傳遞訊息到大腦，啟動免疫系統與神經抗壓機制，容易造成憂鬱、學習力下降等症狀。

魏子秦建議，減少攝取富含精緻糖的食物，因為精緻糖會使人體血糖短時間大幅波動，會加劇工作時的負面情緒，應多攝取富含膳食纖維（益生菌）、維他命 C 的食物，如芭樂、奇異果、草莓、鳳梨等當季水果，能有效減緩疲勞，但是如果是有特殊疾病的民眾，像患有糖尿病、腎病等，應該先與醫師或營養師討論，免得提神不成反傷身。

### 圖文選粹

圖文 / 中央社

#### 壓力影響荷爾蒙 香蕉、牛奶可抒壓



▲ 壓力會影響荷爾蒙分泌，醫師提醒，平常可攝取抒壓、助眠營養素，如牛奶、香蕉、深綠色蔬菜等，有助調節內分泌。

#### 豐原醫院中醫師：三伏貼祛寒抗過敏





# 總統應該勇於承擔

民調顯示，針對 2020 總統大選，57.7% 的民眾不支持總統蔡英文競選連任，顯然蔡總統面臨國家治理的危機和正當性。但為何至此？

## ■ 張瑞雄

(國立臺北商業大學校長)

新台灣國策智庫 31 日公布一份民調，針對 2020 總統大選，57.7% 的民眾不支持總統蔡英文在 2020 年競選連任。另外最近很多的民調也顯示對蔡英文總統的不滿意度都超過 60%，顯然蔡總統面臨國家治理的危機和正當性。但為何至此？

從蔡總統最近的幾次公開

助選演講聽起來，錯都錯在在野黨、在馬英九，因為他們反改革。借用蔡總統自己的話：「裝睡的人叫不醒，裝聰明的人最笨。」如果蔡總統再不好好檢討其治國的策略和心態，恐怕其前途都會是一片荊棘，也會害台灣陪葬。

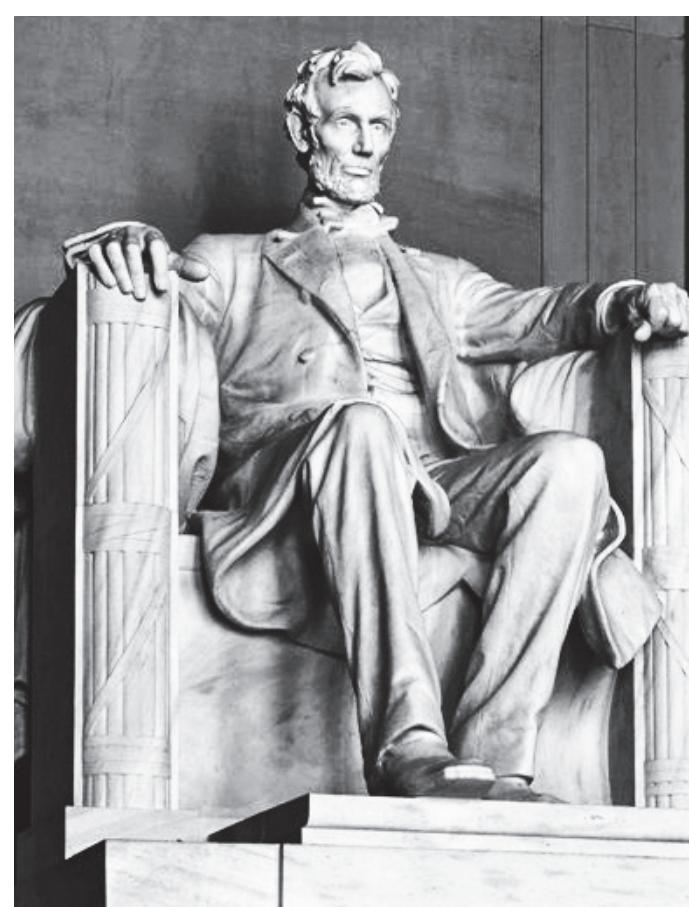
做為一個應該是全民的總統，蔡英文應該注意以下幾

點：

第一點就是總統不能在政治意識上偏袒任何一方，必須拋棄黨派之見做全國全民的總統。蔡總統在意識上向深綠靠攏，造成國家的分裂。美國總統中，林肯的前後任就犯了此嚴重的錯誤，一位未能防止內戰的發生，一位未能於內戰後弭平傷痕。我們可以說蔡英文並沒有真正從黨主席成長為總統，仍是停留在一位為黨派利益而好鬥好戰的維護者。



最近很多的民調顯示對蔡英文總統的不滿意度都超過 60%，讓蔡總統面臨國家治理的危機和正當性。



▲ 美國總統中，林肯的前後任就犯了此嚴重的錯誤，一位未能防止內戰後弭平傷痕。(photo by 網路截圖)

## 做好全民總統

第二點就是總統不能自大，必須謙虛並聽取多方的意見。例如美國林登強生對越戰的處理，布希對伊拉克的處理，讓戰爭持續升高。又如甘迺迪總統的侵略豬羅灣事件，都是自大且欠缺政治手腕和智慧，造成國家重大的損失。

蔡總統卻常在很多政策上堅持己見，例如網路流傳的一個一定要投票投到過的影片，都對總統的威信造成很大的損傷。

第三點是總統必須正直，不能暗中胡作非為，這樣才能博取人民的信任。例如美

國尼克森的水門案，事前的犯錯和事後的掩飾完全像是一個自大的皇帝，更摧毀了人們對總統的信任。

蔡總統對一些職務的人選，總是選出一些外界認為不適任的人選，然後做一些引起風波的政策或動作，大家如何能相信總統的正直。

## 尊重百姓意願

第四點就是總統必須尊重老百姓的意願，在民調超過半數不滿意總統時，總統如何可以置之不理。一次世界大戰後美國的威爾遜總統就是無視民意，在一次世界大

戰後的凡爾賽合約的處理拒絕國會多數共和黨的參與，且堅持己見，不會溝通協調，導致國會反對美國加入國際聯盟，進而造成國聯的解體和二次世界大戰的發生，犧牲了多少條人命，並間接造成共產黨鐵幕和成千上萬受苦的民眾。

所以一位好的總統，必須不能意氣用事，不能自大自傲，不能極端，必須尊重民意，必須有政治手腕和智慧，必須謹言慎行，讓人民信任。否則總統小則讓自己變成歷史的笑柄，大則讓國家利益受到嚴重的傷害，蔡總統能不慎乎？

# 中秋國道免收費 恐惡化成停車場

## ■ 李得為

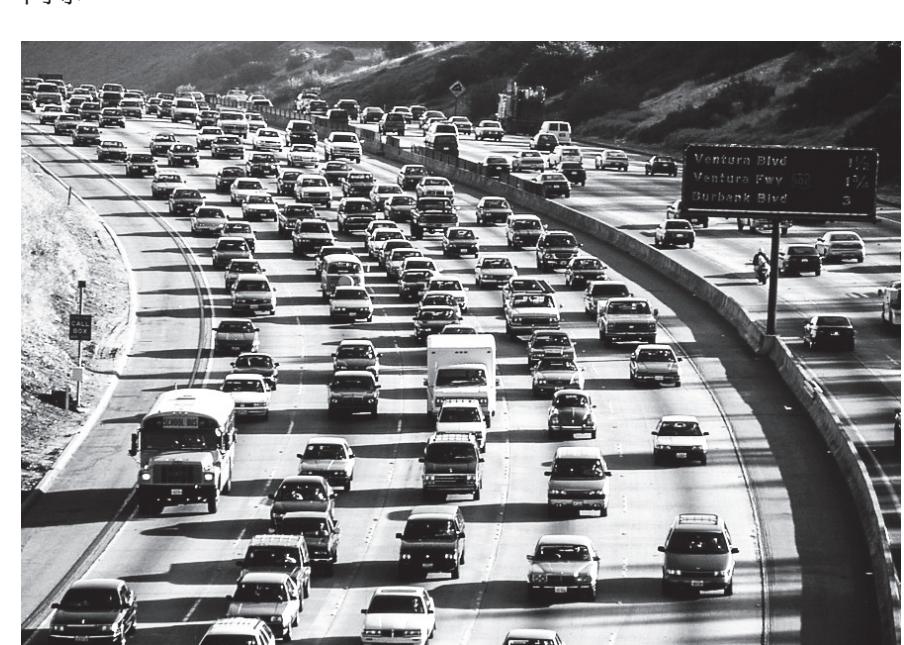
(文字工作者  
曾任國會助理)

連假期間，國道行車實施夜間免收費措施已行之有年，但前任交通部長賀陳旦在剛上任後第一個連假期間取消前述政策，即飽受輿論抨擊，因而往後遇到連假都恢復原先措施。新任交通部長吳宏謀日前表示，擬在今年中秋節連假期間，試辦國道日間某些時段（譬如在連假前一天或第一天及最後一天的白天）上路免費，希望藉此鼓勵民眾在日間上路。

## 以價制量控車流

國道交通車流量管控，最常見的做法就是訴諸以價制量的用路規費機制，以免費當作誘因不啻等於交通部自廢武功。以往連假期間採取夜間上國道不收費等差別費率措施，主要目的是藉由離峰時段用路費降價、尖峰時段加價方式，分散國道承受的車流量，讓不願忍受道路交通壅塞的用路人，願意付更多錢快速通過，或選擇其他時段或路線上路。

但如何提供用路人順服政策措施的合理誘因，就變得非常重要。但交通部卻在缺乏整體配套措施的情況下，拋出連假期間國道白天用路免費的風向球。



國道交通車流量管控，最常見的做法就是訴諸以價制量的用路規費機制，以免費當作誘因不啻等於交通部自廢武功。

# 「學姐」爆紅的正面思考

## ■ 賴祥蔚

(台灣藝術大學廣播電視學系教授、中華傳播管理學會理事長)

柯文哲的幕僚「學姐」近日爆紅，有媒體記者來採訪看法，並且問說會不會覺得台灣的政治越來越娛樂化了？

## 政治娛樂化是趨勢

政治娛樂化，未必不好，而且可能是一種必然的趨勢，不妨正面思考。為什麼說是必然的趨勢？因為現在資訊爆炸，各種訊息充斥在生活周遭，民眾當然常常會挑選最有趣而輕鬆的資訊，因此各種資訊的娛樂化就勢不可擋了。

人生苦短，相較於政治的黑暗，或者公共政策的煩悶，娛樂資訊當然更受歡迎。何況台灣的政治人物常常變不出什麼新把戲，所以隨著「學姐」黃瀞瑩出現所帶來的新鮮感，當然更會受到關注與歡迎。

不過如果從台北市長柯文哲或是學姐自身的角度來看，不妨把握這一波機會，創造出更多有利於市政團隊的價值。具體的做法很簡單，就是要展現更多柯P施政的真實內涵，同時也可以讓大家知道「學姐」除了外貌，還有更多內涵及實力。



▲ 從台北市長柯文哲(左)或是學姐(右)自身的角度來看，不妨把握這一波政治娛樂化的機會，創造出更多有利於市政團隊的價值。(photo by Wikipedia 影片截圖)

舉例來說，台北市長柯文哲到底如何選擇幕僚？看什麼條件？給了什麼學習與成長的機會？這跟他一向強調的青年參與公共政策有什麼關係？這很適合藉著這次的機會，展現在台北市民的面前。

## 學姊效應創造雙贏

至於「學姐」也可以進一步帶入一些自身有興趣或關切的政治信念及公共政策，這樣必然有助於提高柯文哲公共政策的能見度，也可以拉高學姐的層次。

當然，不管是帶進公共政策，或者是強調青年參與政治，如果不只是口說，而可以進一步結合娛樂化的展現



效果，這就更能符合當下年輕世代所歡迎的政治溝通新模式。

## 寓教於樂助討論

政治人物與社會大眾可以不必抗拒政治的娛樂化，不如正面思考怎麼搭著政治的娛樂化趨勢，讓政治與公共政

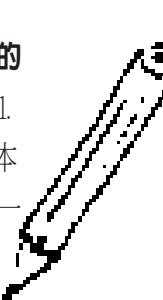
策的討論更加輕鬆活潑有趣。

大家常說「寓教於樂」，現在正是一個「寓政治與公共政策於樂」的時代，期待柯文哲、丁守中、姚文智等台北市長參選人及其他政治人物，都能以更高明的思維與策略，帶給公民們更加娛樂、更有深度、更多進步的台灣。

## 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：anntw.ad@gmail.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，請註明。請勿一稿多投，查獲者永不刊用。



# 善良要有鋒芒 寬容不能沒原則

好好先生總是儘量避免與他人衝突，容易錯把沒原則當成是一種寬容，直到超出能力範圍，以致於做任何事都被視為理所當然。

## 慕顏歌

問題在於我們混淆了明哲保身和懦弱的界限，我常在想，生活在一個由人構成的群體環境，不得不將精力用來處理人際關係的問題。本來溝通是為了消除隔閡，增進瞭解，透過配合彌補單一力量的缺陷，最大限度地發揮力量。然而現實中我們看到的，卻是彼此抱怨或人為設置的障礙。

## 明哲保身的顧忌

總有一些人似乎站著說話腰不疼，毫不顧及自己的言論其實只能讓壞人更加無所顧忌，讓好人明哲保身，活生生地將善良逼成了怯懦。於是，我們常常會面對一群好人欺負另一個好人，其他

## 你那麼容易受人指使，其實是錯把沒原則的寬容當胸懷。

好人卻坐視不管的現象。

比如醫患間的緊張關係，讓許多本性善良的醫生只好選擇少做少錯，處理病情時瞻前顧後，醫術也沒有提高，最後的結果就是：不利於病人的及時救治。前一陣子，我在網路上看到一則關於產婦憂鬱症的文章。發文者講了一個患憂鬱症的產婦殺死孩子之後，絕望自殺的悲劇。

## 當關心變成批判

我的心情十分沉重，隨後看到有一堆人轉貼，其中夾雜了各種無意義的指責。有人說：「不就是生個孩子嗎？哪來那麼多事？當初，我不知不覺就生了。」有的人責備自殺的產婦心理變態，因為她當初生孩子感覺很快樂。

面對這些人和他們的言論，我真的很無語，本來大家要討論的是產前、產後憂鬱應該關注的話題，引導大家關心這群人。沒想到卻引來一大群人，用自己的正確來反證產婦的錯誤，也許他們是正確的，但是從中卻反映出

對生命的漠視，恰好是人性中最大的惡。我從中看到的還有更大的悲哀。

首先，不能武斷說這些人就是本性壞，不是好人，有可能這些人完全無法明白別人的感受。每個人的情況各不相同，當事人生活中所經歷的某些困境和打擊，對這些評論者來說或許並不是雞肋，因此，他們會推測若同樣的事情發生在自己身上，不會造成多大的實質性傷害，所以他們對產婦的行為表示不理解。

## 自身經歷批判他人

於是，他們動不動就評論：「那些事情我也經歷過啊，沒那麼難啊！」、「我們也感受過啊，沒那麼痛啊！」他們只相信自己的感受，如果別人的感受與他們不

同，反應太過強烈，便認為人家有病，表現得軟弱了，便認為人家矯情。

本來我還想說個兩句，我們應該關注的是產後憂鬱這個現象，而不是對產後憂鬱的人橫加指責，一想到那些人的極端、偏執，便覺得多說無益就放棄了。透過這件事我也在反思，為什麼生活中總會遇到一些從未真正解決的沉默困局。

按理說，中國人的聰慧從來不遜於其他種族，其中難免魚龍混雜，一些生存智慧，除了向來我們引以自豪的勤勞能幹、善良包容，還不難發現一些市儈哲學、投機思想。比如諂媚養晦是一個具有智慧的詞語，現在卻變成了該怒吼時不怒吼，該出手時不出手的犬儒主義代名詞。

好好先生的評語，也許是朋友、同事對你的誇讚。本來你覺得還不錯，如果有一天，你得知馬路上那個被追打的女人是你妻子，校園裡那個被圍毆的孩子是你兒子，你是不是還要裝睡下去？你是不是希望社會上這種好好先生少一些？

我相信，每個人內心肯定有一個壓抑的自己，他一定在渴望：

行事但求無愧於心。論是非，不論利害；論順逆，不論成敗；論一世，不論一時。你那麼好說話，其實是沒原則。你那麼容易受人指使，其實是錯把沒原則的寬容當胸懷。

你從小被人稱讚：「性格好、沒脾氣、文文靜靜。」雖然你沒有很喜歡，但也不會想太多。等

同，反應太過強烈，便認為人家有病，表現得軟弱了，便認為人家矯情。

本來我還想說個兩句，我們應該關注的是產後憂鬱這個現象，而不是對產後憂鬱的人橫加指責，一想到那些人的極端、偏執，便覺得多說無益就放棄了。透過這件事我也在反思，為什麼生活中總會遇到一些從未真正解決的沉默困局。

按理說，中國人的聰慧從來不遜於其他種族，其中難免魚龍混雜，一些生存智慧，除了向來我們引以自豪的勤勞能幹、善良包容，還不難發現一些市儈哲學、投機思想。比如諂媚養晦是一個具有智慧的詞語，現在卻變成了該怒吼時不怒吼，該出手時不出手的犬儒主義代名詞。

好好先生的評語，也許是朋友、同事對你的誇讚。本來你覺得還不錯，如果有一天，你得知馬路上那個被追打的女人是你妻子，校園裡那個被圍毆的孩子是你兒子，你是不是還要裝睡下去？你是不是希望社會上這種好好先生少一些？

我相信，每個人內心肯定有一個壓抑的自己，他一定在渴望：

行事但求無愧於心。論是非，不論利害；論順逆，不論成敗；論一世，不論一時。你那麼好說話，其實是沒原則。你那麼容易受人指使，其實是錯把沒原則的寬容當胸懷。

你從小被人稱讚：「性格好、沒脾氣、文文靜靜。」雖然你沒有很喜歡，但也不會想太多。等



▲若太容易受到上司或是他人指使，其實是錯把沒原則的寬容當胸懷。(photo by pxhere)

你工作了幾年，在人際交往中一

次次地受傷，你可能會覺得還是

本性善良、但個性鮮明又會發脾

氣的人過得比較好。

可樂來公司分給大家喝。

隨著工作量漸漸地增多，季

小堂無法再像以前一樣幫同事了，

抱怨聲卻隨之而來，有的人

還當面尋他開心：「小堂堂，趕緊去倉庫領一包影印紙，我們等著用！」礙於情面，季小堂還是默默地照做了。

## 付出視為理所當然

後來，主管開始吩咐季小堂做一些工作之外的雜事。比如去車庫幫他搬東西。結果季小堂才剛出辦公室大門，就被出差回來的經理撞個正著。經理問季小堂去幹什麼。為了不給主管添麻煩，季小堂就說去購買辦公用品。

## 我們選擇趨利避害的生存智慧本沒有錯，問題在於我們逐漸混淆了明哲保身和怯懦的界限。

的時候，為人熱情大方，大家都喜歡找他幫忙，而季小堂從來都是來者不拒。

平時他總是早早地就到公司，打掃辦公室。聽到誰說一句：「我沒吃早餐，好餓呀！」他就會主動拿出自己的餅乾送過去。有時假日還會幫同事收快遞或處理工作。炎炎夏日，他經常帶冰鎮的

結果經理不知從哪裡知道了事

情真相，就把季小堂叫去辦公室

訓了一頓，說他身為人事部行政

人員，連誠信兩字都做不到，又

怎麼能管理其他人呢。季小堂無

言以對，遞交了辭職，背著好

二字的他，丟了工作。

(藍苡瑄／輯)

## 《你的善良必須有點鋒芒》

### 簡介

作者慕顏歌是一名心理諮詢師，為「善良」寫下新的定義，破解許多人心中長久的兩難糾結。她認為想要讓別人看見你的良善，得用自身的光彩照亮自己。善良是一種選擇，不要習慣了容忍和退讓，結果慣縱他人，為難自己。本書收錄 36 段人生場景，層層剝開 36 種隱藏在內心深處的心理與生活真相。

人生會有各種遭遇，不管是好事還是壞事，總會在某個時間點遇上，倘若無力承擔，沒人能代替你承擔，你無法跟執著於個人觀念而傷害你的人理論，只能努力讓自己不被打倒。在能力範圍之內，你可以伸手幫忙；超出能力範圍的，要果斷拒絕。這是對風險和責任的確認，沒有人應為

了成全別人的慾望而委曲求全。



出版社 / 采實文化

## • 書訊快報 •

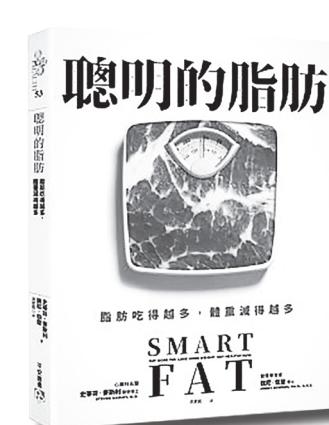
醒報編輯部 / 輯

### 《聰明的脂肪》

作者：Steven Masley、Jonny Bowden

出版社：平安文化

的脂肪」，就能有效減重，提升大腦運作，減緩老化速度，預防心臟病和糖尿病，甚至降低罹患癌症和其他慢性疾病的風險。



### 《投資最重要的事》

作者：霍華·馬克斯

出版社：商業周刊

在美國投資界與巴菲特齊名的霍華·馬克斯，其所聯合創辦的橡樹資本成立時間超過 20 年，管理資產規模已達千億美元，其長期績效表現更是驚人，28 年來（包含 6 位創辦人任職 TCW 時期）平均複合報酬率高達 19%（同期美股標準普爾 500 指數表現只有 10.1%，MSCI 全球指數只有 4.9%）。也就是說，如果在 28 年前將 100 萬交給橡樹資本管理，現在已擁有 1 億 7 千萬。

霍華·馬克斯以「投資備



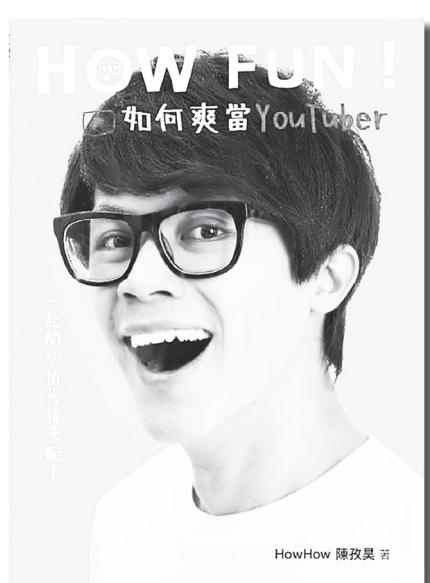
### 《How Fun ! 如何爽當 YouTuber》

作者：How How 陳孜昊

出版社：高寶

網路社群發達，自媒體當道，人人都可以拍片上傳的年代，你該怎麼用影片來表達你自己？普普藝術大師安迪沃荷說「在未來，每人都能成名 15 分鐘。」，在網絡平台，就是實現成名的機會，不管你是想記錄生活、分享興趣還是玩樂搞怪，都可以來試試看拍片吧！

身為網路創作者，HowHow 分享自己一路做網路創作者以來的心得給未來也想要在這領域奮鬥的你和妳。從心理層面的工作哲學、超實用



■ 余柏青 / 輯

報馬仔

## 深澳漁港鎖管季 夜釣剩兩梯次

**【新北訊】**盛夏時節，鎖管、白帶魚、鯖魚及竹筍魚匯集於深澳周邊海域，今年度的深澳漁港「鎖管季」夜釣體驗活動僅剩8月3日及8月10日最後兩梯次，錯過機會就要再等明年唷！快來深澳漁港體驗夜釣和品嚐道地的鎖管料理餐。

由瑞芳區漁會所舉辦的深澳漁港夜釣體驗活動，將帶領民眾出海釣魚，探訪「象

鼻岩」、「酋長岩」等熱門旅遊景點以及品嚐最新鮮的在地海鮮料理，民眾可上網搜尋「來去農家 DOI」或「2018體驗深澳，落日夜釣」報名。

除鎖管外，深澳還有饕客們強力推薦的鯊魚羹、飛魚蛋卷等在地海鮮美味，漫漫夏日相揪來旅行，享受夜釣之餘，再大快朵頤在地的海鮮最過癮。

## 台南七夕嘉年華 有祈緣方程式

**【台南訊】**「台南七夕愛情嘉年華」日昨舉行開幕記者會，文化局公佈精心籌備的四大幸福方程式及趣味十足的「愛情誕生扭蛋機」，歡迎才子佳人來府城體驗幸福滋味。

今年七夕嘉年華四大方程式包括主題專車漫遊、出巡快閃及聯誼的「祈緣方程式」；與飯店合推月老甜點下午茶及住宿優惠的「甜蜜方程式」；愛情主題展覽及裝置藝術「戀愛

方程式」。

以及結合街區巷弄推出巷弄遇見愛、星光好浪漫的「浪漫方程式」，「愛情誕生扭蛋機」提供限定紀念品。

台南月老文化深厚，每位月老都各有特色，可滿足佳偶不同需求。

台南是人文薈萃城市，七夕活動串連飯店，內容精彩值得體驗，也期盼月老文化傳統能延續下去。

## 嘉縣濁水溪溫泉 重機騎士休憩

**【嘉義訊】**位於嘉義縣中埔鄉台三線301K處的濁水溪溫泉，經過交通部觀光局西拉雅國家風景區管理處的重新打造，在眾人的期盼下，全台唯一以重機為特色之溫泉休憩區，於7月28日正式啟用。

業者將推出泡湯體驗優惠價以及歡慶完工啟用，不管你是重機騎士、自行車騎士還是家庭旅遊，歡迎來挑戰黃金台三線，完成集章任務即可獲得限

量精美小禮物。

目前開發有露天泡湯區、停車場等；另因當地素有重機天堂之稱，為考量重機騎士、自行車騎士泡湯便利性，特地設置8座泡腳池，打造全台唯一以騎士為特色之溫泉休憩區。

濁水溪溫泉不僅提供「好湯」給遊客好好享受，更提供舒適的景觀環境，希望讓遊客盡情享受泡湯樂趣並且幫助您退去身上的緊張繁重的壓力。

## 12場煙火秀 澎湖海島嘉年華新亮點

共計於吉貝嶼、望安等地點，規劃12場煙火秀，活動將延續至11月，成為澎湖夏秋季旅遊的另類亮點。

**時間：107年08月06日~11月03日  
地點：澎湖縣**

為了延續澎湖花火節的觀光熱潮，澎湖決自8月起，舉辦「2018澎湖海島嘉年華」活動，共計於吉貝嶼、望安等地點，規劃12場的煙火秀，活動將延續至11月，成為澎湖秋季旅遊的另類亮點。

2018澎湖海島嘉年華，訂8月6日起於白沙鄉吉貝嶼登場，並於8月8、10、17、23、30日，以及9月6、22、27日，還有10月10、27日與11月3日施放煙火，共計12場。

地點包括望安、七美、觀音亭、西嶼等不同地點，每場時間為10分鐘。其中9月27日為配合世界最美海灣開幕活動，則將施放15分鐘。嘉年華鎖定在地1市5鄉舉辦，藉由花火引領旅客深入澎湖鄉鎮探索在地人文風景。

除了澎湖海島嘉年華之外，自9月至11月期間，也將於觀音亭西瀛虹橋舉行2018澎湖國

際海灣燈光節主題活動，共計會有12場的燈光秀演出，分別為9月27、29日，10月4、6、10、13、18、20、25、27日。

以及11月1、3日。其中9

月27日、10月10日、10月27日與11月3日等4天，也會結合澎湖海島嘉年華的花火表演。

除了煙火表演、燈光秀等主題活動之外，澎湖近年來也積極發展觀光軟硬體。包括澎湖福朋喜來登酒店、澎澄等新飯店，為當地住宿帶來新的指標，

業者也有推出住宿加帆船出海的海陸行程，增添變化性。

其他如篤行十村、後寮村等景點，也適合安排入離島出遊

名單之中。



## 大鵬灣帆船基地夯 帆船獨木舟快艇等全包

**南 部 時間：107年08月01日~08月31日  
地點：屏東大鵬灣帆船基地**

南風徐徐，加上艷陽高照的好天氣，在國境之南的屏東，大鵬灣國家風景區裡的濱灣公園（帆船基地）裡，成為夏季最夯水上活動愛好者的聚集地，無論是帆船、獨木舟、快艇等活動一次包辦，還打造200公尺人工沙灘，踏在柔軟的細沙中，遊覽大鵬灣的獨特美景，是夏季的一大享受。

大鵬灣國家風景區的濱灣公園（帆船基地），有難得一見的帆船、獨木舟、快艇等一應俱全，其中大鵬灣管理處利用大鵬灣潟湖條件，在帆船基地打造200公尺人工沙灘，綿密的細沙來自灣域出海口，搭配大鵬灣灣域得天獨厚的天然環境。

同時，大鵬灣水域活動項目越來越多元，如果想學風浪板，帆船基地也有提供教學服務，更搭配專屬的教練，並配有完整的器材設備，喜愛體驗風浪板、獨木舟等水上活動的朋友們，還可以搭乘重型帆船，自在輕鬆享受悠遊大鵬灣的樂趣。

大鵬灣是體驗風帆船的最佳場域，越來越多遊客知道來此體驗搭乘帆船，加上大鵬灣有風無浪的絕佳條件，也備受國內風帆好手青睞。

除了水上活動外，大鵬灣周邊也設置許多供活動完的歇腳地。沙灘旁也設置一間帆船咖啡廳，讓你坐下來感受宛如置身沙漠中的綠洲般享受，並搭配穿外無敵落地窗景沙灘美景和廣闊的潟湖，更能遠眺翠綠的大武山，這如此愜意的氛圍，是夏季絕佳唱遊的首選之一。



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。

**特別預告：**  
本報即將在今年8月31日(五)  
上午10:00 在台大校友會館四樓，  
盛大慶賀10周年，敬請屆時撥冗出席盛會！