



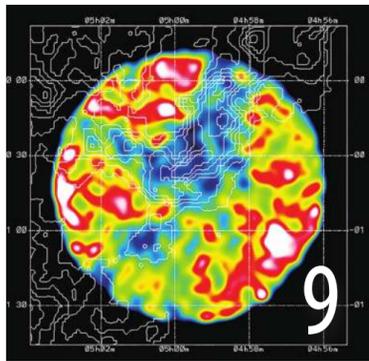
九合一若失利 2020 蔡恐無望
總統蔡英文滿意度僅 28.2%，文化大學政治系教授楊泰順分析認為，年底結果若失利，蔡恐無法參選連任。



5 掌控零工經濟 中共難滿足低端
若物質上無法滿足中產階級日漸擴增的需求，以及「低端人口」的尊嚴與盼望，必然還是在政治上付出代價。



6 倒數兩個月 南北選戰赤炎炎
只剩下兩個月就要攤牌了，北中南東候選人頂著豔陽趴走，成敗在此一舉，不只是拚個人，也要拚政黨。



9 紅外線測嬰兒腦 及早發現缺氧
由於腦部氧氣將改變光的顏色，光感器接收到光譜的結果，讓醫生評估新生嬰兒的腦部是否缺氧。



今日天氣

北部	26°-36°	多雲時晴
中部	25°-33°	晴時多雲
南部	25°-33°	晴時多雲
東部	25°-33°	多雲短暫雨

NCC 防堵假新聞 促廣電業者自律

NCC 近期會邀集廣電媒體開會，重申製播新聞應注意事實查證原則，假使業者不自律，將依法處理。

【本報記者游清淵報導】政府將以開罰 200 萬元與約束媒體自律的方式防範假新聞。國家通訊傳播委員會 (NCC) 副主委翁柏宗 18 日表示，NCC 近期會邀集廣電媒體開會，重申製播新聞應注意事實查證原則，假使業者不自律，將依法處理。行政院副發言人丁允恭也說，網路流傳的假消息與假新聞，有立委提案修正國安法遏止，正由內政部與 NCC 研議中。

丁允恭指出，民進黨立委葉宜津日前已提案修正國安法，將網路領域列為國安範疇之一，政府也認為假新聞的問題有些是來自境外力量的蓄意操作，可能會構成對國家安全的影響，不能忽視。

丁允恭說，因此政府會對國安法跟相關法規進行研議，過程中會參酌其他民主國家作法，對網路訊息的治理，一定會在言論自由跟國家安全之間求取平衡，目前正由內政部與 NCC 研議中。

內政部長徐國勇受訪時表示，國安法是行政院主管法規，若要修法牽涉陸委會、法務部、NCC 等跨部會討論，涉及警政方面，內政部和警政署會蒐集資料，研究盤整。

7 月接任大阪辦事處長的蘇啟誠，在強颱燕子重創日本導致關西機場關閉時，疑遭「假新聞」所擾引發網路批評聲浪，14 日在日本寓所被發現疑輕生，引發外界對假新聞的注意。

翁柏宗向中央社說，為了杜絕這種假新聞狀況，假使廣電業者有違反事實查證致損害公共利益，或妨害公共秩序或善良風俗者，最高將開罰 200 萬元。但基於新聞自由立場，只

要業者遵守媒體自律，NCC 作為主管機關不會輕易透過罰款方式處理，因此，NCC 至今並沒有任何開罰行為。

他也表示，為了防堵假新聞，希望廣電業者在報導公共事務前，應先上行政院「即時新聞澄清專區」網站查詢，了解各部會提供的正確資訊。

NCC 副主委翁柏宗說，為了防範媒體不實訊息，早在 105 年廣電三法修法通過後，衛星廣播電視法 27 條就規範，廣電媒體報導妨害公共秩序、善良風俗，或是製播新聞違反事實查證原則，致損害公共利益，最高可開罰新台幣 200 萬元，並非最近才訂定，而開罰認定也非單由主管機關 NCC 決定，而是透過由專家學者、公民團體代表及內容製播實務工作者所組成的「廣播電視節目廣告諮詢會議」討論。

中秋連假鋒面來 月娘現身東南部

氣象局表示，民眾若是想觀看月亮，台灣東南部為能見度高的區域。至於迎峰面的東北半部，雲量會增加，也會有短暫陣雨。

【本報記者謝明晏台北報導】本週日中秋假期將可能有鋒面經過台灣，高緯度地區已形成冷鋒，預估可能在這週日影響台灣。氣象局表示，民眾若是想觀看月亮，台灣東南部為能見度高的區域。而 18 日至週五，因太平洋高壓的影響，俗稱「秋老虎」來襲，全台氣溫都是穩定偏高的，大台北盆地氣溫最高至攝氏 36 度高溫。

本週天氣高溫穩定

高緯度地區有冷氣團形成，氣象局預估在週日中秋連假可能會有鋒面接近，東北風會增強。氣象局提醒，中秋假期民眾若是要賞月的話，東南部地區比較有機會看到月亮。在迎峰面的東北半部，雲量會增加也會有短暫陣雨。氣象專家彭啟明博士在臉書說明，這波鋒面會對台灣有影響的時間點會在周日及週一，也就是中秋假



▲ 中秋節賞月最佳地點在台灣東南部。(中央社)

期間，如果在北部、東北部，各種戶外活動要留意可能有些短暫雨勢發生。

中央氣象局表示，今天至週五前因太平洋高壓影響，天氣都是比較穩定、氣溫相對偏

高。西半部達到攝氏 33~36 度，大台北盆地高至攝氏 36 度高溫，而東部高溫大約在攝氏 31~34 度。只有花東地區偶爾會有局部短暫陣雨，近山區午後會有短暫雷陣雨，範圍與強度都比較弱。中南部天氣相較東北部穩定，降雨比較局部零星，中南部週六降雨還是以午後陣雨為主。

關島海域熱帶攪動

目前關島附近海域出現熱帶擾動的現象，颱風是否會成形，並在下週影響台灣，未來還無法確定。彭啟明說，目前來看，九月下旬到十月初仍有颱風持續發展，民眾仍須多做準備，並觀察「山竹」颱風對鄰近國家造成的影響。他說，面對極端氣候下的不利天氣因素，超過人為經驗早就成為常態，這是每個人必須面對的。



▲ 因太平洋高壓的影響，俗稱「秋老虎」來襲，全台氣溫都是穩定偏高的，台北市石碑自動測站出現攝氏 37.4 度高溫。(中央社)

社長的話

/ 林意玲

有讀者(某大學教授)訂醒報不久，就誇我們說，每天早上的醒報，是他的精神食糧。因此只要有漏送報，或是晚到，他就會來催促。

坦白說，我有自知之明，並不覺得醒報有那麼好，竟能成為大學教授每日必讀的精神食糧(確實好幾位知名人士都這麼說)，因為照著我們所該做到的(所謂的質報)，醒報還有很大的距離，頂多可以說是一份開卷有益的新聞報紙而已。

但能得到讚許，還是足以

精神食糧 +10 週年的祝福

鼓舞我們繼續前進的力量。再說一次，在非常有限的人力、物力下，能每天出刊報紙已經是神蹟，我們實在是竭盡所能了，但對曾經在大學新聞系教了三十多年採訪學的我看來，現階段的醒報頂多打 70 分。讀者不棄，寬厚勉勵我們進步，令人在羞愧中也有一絲絲的安慰。

兩周前的 9 月 1 日上午，我們盛大舉辦了 10 周年社慶，當天是周末，竟然有許多人前來申賀，捐款、訂報、送花、留言，真可謂冠蓋雲集。我們

把大家所留下的祝福話，加上當天非常精彩的節目片段，已經剪接完成，豐富緊湊，在此供您掃描觀賞回味。

也可到醒報官網「醒報的故事」點閱觀賞。

《台灣醒報》
走過 10 周年
毛治國等獻祝福：



醒報 10 年堅持品質
讀者開卷有益：



九合一若失利 2020 蔡英文恐無望

蔡滿意度僅 28.2%，文化大學政治系教授楊泰順分析認為，年底結果若失利，蔡英文恐無法參選連任。

【本報記者劉東泉台北報導】民調趨向顯示總統蔡英文滿意度僅近三成，恐連帶影響縣市長選舉與 2020 總統大選。藍營智庫、台灣競爭力論壇理事長龐建國 18 日發佈民進黨執政大調查時指出，蔡滿意度僅 28.2%，不滿意度達 66%，中央執政不力將不利於民進黨年底選情。

文化大學政治系教授楊泰順分析亦認為，年底結果若失利，蔡英文恐無法參選連任。

龐建國表示，自蔡英文上台以來，民眾對於民進黨在治安、治水情況上，認為愈來愈差者都超過一半，認為民生物價上漲愈嚴重者，達 77.3%；認為觀光旅遊業愈差者有 69.7%。而有五成六及六成的民眾，認為

為民進黨要為兩岸及外交上的失敗與失策負責。整體而言，對於蔡英文的不滿意度，已達 66% 的高峰。

隨著選舉日近，中立選民愈加願意表態。龐建國分析，距離 9 月初的一次調查，在政黨支持度上，國民黨的支持度從 21.8%，增加到 30.8%；民進黨也從 16.5% 增加到 19.2%；但中立選民則從 52.2% 降至 40.2%；顯示中立不表態的選民，這次已有不少人選擇表態，且多數轉往支持國民黨。他指出，中央執政不力已使藍綠歸隊，而且泛藍選民歸隊多，選情對民進黨相對不利。

論壇執行長謝明輝進一步說，民進黨具有執政優勢，如果民進黨各縣市候選人未贏

國民黨候選人超過 10 個百分點，則國民黨將有翻盤的機會。

他同時表示，民眾對於「東廠」認為是大奸大惡之人迫害忠良的機構，民進黨怎會有這種「天兵天將」自稱是東廠？近期受到張天欽事件影響，成為藍營支持者歸隊的重要因素之一。

楊泰順分析說，在民進黨支持者中，對蔡英文的滿意度為 64.1%，不滿意度為 33%；但對於賴清德的滿意度達 80.5%，不滿意僅 14.4，如果 11 月底縣市長選舉，民進黨丟失了幾個縣市，包括一、二個重要直轄市，加上蔡英文整體施政滿意度低落，民進黨支持者可能會改支持賴清德出來參選 2020 總統。



▲台灣競爭力論壇發布民進黨執政民調，總統蔡英文滿意度至三成以下，恐影響民進黨縣市長選情。(photo by 劉東泉/台灣醒報)

貿戰恐引失業潮 立委促提前因應

【本報記者劉東泉台北報導】中美貿易戰恐引爆失業潮。立委鍾孔炤 18 日召開積極就業安全體系公聽會時表示，中美貿易戰衝突結果，可能導致數百萬勞工失業，政府不能沒有事先的防範與相應對策。中正大學勞工關係系教授藍科正指出，全球性保護主義常是導致景氣波動重要前奏，應由行政院組跨部會小組因應。

▶ 中美貿易戰開打恐造成勞工失業，立委鍾孔炤召開公聽會促請政府提前因應。(photo by 劉東泉/台灣醒報)



2009 年的金融海嘯帶給台灣的衝擊，所做的因應措施提出說明。

勞工部勞動力發展署副署長蔡孟良報告時表示，未來對於經濟不景氣所引發的失業危機，政府宜事先提高警覺、未

雨綢繆，如先前由行政院副院長主持，快速規劃與推動各項促進就業措施與施案。金管會代表另提出，在 2009 年全球金融海嘯期間，政府推出三挺政策，包括政府挺銀行、銀行挺企業、企業挺勞工。鍾孔炤從

過去基層的反映回應說，當時只好是銀行和企業，但很多企業未真正挺勞工。

藍科正分析指出，本次公聽會有其意義，因為川普帶來的貿易戰不止美中，還包括美加、美墨、美土等，都涉及加稅，

當全球性保護主義興起時，常是帶來不景氣的前奏。此外，全球極端氣候、工業 4.0、AI 帶來的產業革命，也會對勞工就業產生不同的影響和衝擊，類似問題應該由行政院出面組跨部會小組因應，才能整合檢討。

藍科正也舉 2009 年政府將營所稅從 25% 減至 17% 為例，歐美國家提供給企業優惠時，通常會有配套措施。例如，美國政府提企業紓困時，會要求部分所有權的讓渡，因此在景氣復甦時，政府賣出企業股票後有大筆收入歸公。但台灣常常是「肉包子打狗」式的施政，給了企業優惠後，就沒了下文。類似的法規如何修訂，中央政府也要事先規劃提出。

批綠回函踢皮球 時力聲援被騷擾議員

【本報記者宋秉謙台北報導】針對民進黨籍台中市議員何文海說出污辱女性的發言，民進黨之前回函說明，黨中央性騷擾申訴處理辦法僅適用於中央黨部受僱員工，意即何文海案將會送往台中市相關主管機關。時代力量立委徐永明 18 日於記者會中斥責此行為是「踢皮球」，秘書長陳惠敏以「民進黨集體沈默就是最大惡意」論之，被騷擾的吳佩芸亦堅持立場，回台中走申訴程序。

接獲吳佩芸申訴，召開黨中央會議的結果，竟然以何文海並非中央黨部的受僱員工為由，說他不符合申訴辦法的適用對象，加上黨部並非調查機關，決定不受理，建議吳佩芸前往台中的地方機關、尋求法律救濟途徑，徐永明怒斥，「這根本是踢皮球。」共同出席的陳惠敏也說，民進黨標準不一，在本次事件卻集體冷處理，這樣的沈默就是最大的惡意。

吳佩芸則以堅定立場表示，即便民進黨並不打算處理這樣的事情、也不發表任何譴責，她也不會因此接受息事寧人的冷處理，吳佩芸說，性騷擾事件的受害者可能眾多，並不是所有人都像自己一樣有黨團支持與聲援，並能透過記者會將事情公諸於大眾，因此她有必要以己為例，對不公平的事情申訴到底，避免違反性平的事



情一再發生。

徐永明質疑，民進黨中央就能做的事，卻口口聲聲說要依照規章的程序，讓受害人得來回奔波，不知道是正當程序還是另一種「折磨人的過程」，18 日下午還得趕回台中市處理後續申訴事務的吳佩芸特別表示，該挺身而出的事就要做，正義不能被集體沈默所無視。

▲時力台中市議員參選人吳佩芸的照片被何文海以語言騷擾。(photo by 吳佩芸臉書)



▼時力立委徐永明 18 日於記者會聲援吳佩芸，並痛批民進黨的回函根本是踢皮球。(photo by 宋秉謙/台灣醒報)

臺灣醒報 簡介

故事：2007 年暑假，台灣醒報起源於位於台北小公寓的客廳，一位資深新聞系老師帶領一群年輕新聞人，在部落格上發起這份媒體。

2008 年 9 月 1 日，台灣醒報正式創刊，成為國內原生新聞供稿平台，以網路報、電子報、電視、廣播等數位匯流型態，固定供稿、出刊。

2012 年 9 月 1 日，台灣醒報印行實體日報，在全台超商上架，邁入報紙、廣播、電視、網路、手機等「五媒合一」的媒體群。

股東：一群關懷社會、重視媒體價值的基督徒。

為何開辦紙本報紙：

● 要爭取一個獨立新聞管道，提供讀者通路架上報紙的新選擇。

我們的信念：

- 效法「大公報」創辦人張季鸞的精神：不黨、不賣、不言、不私。
- 即時、極簡、深度報導風格。
- 發揚基督教世精神、有益讀者、鼓舞台灣。

我們的差異化：

- 不藍不綠、不撞色腥、不講取寵、熱心公益、監督政府。
- 重視國際新聞，關心教育、科技、環保、文化、藝文與生命價值議題。每週五推出英文版，裨益學子英文教學。
- 輕薄短小，要言不繁，每日三大張 12 版、每週一至週五出報。
- 力行深度報導：各新聞力求採訪當事人、競爭者、第三者，上中下游；並探討真相、意義、衝擊、本質、未來發展與解決之道。
- 各新聞提供 QR code 掃描，以延伸閱讀服務讀者，成為新聞導覽地圖。



▼ 台灣 11 個重視文化資本的團體聯合發表聲明，希望大眾關注地方的文化政策。(photo by 李牧權 / 台灣醒報)



發展地方藝術資本 打造台灣的巴黎

【本報記者宋秉謙台北報導】談到以藝術結合觀光的大城市，很快會令人聯想到具獨有文化特色的巴黎、倫敦、東京，隨著文化資本累積城市內涵的風潮愈盛，台灣 11 個重視文化的團體聯合聲明，盼民眾能選舉「擁有良好文化政策」的縣市長候選人治理城市，台灣藝文空間連線協會理事長李曉雯 18 日呼籲選民，注重文化事業不只是少數人的事，而是大家的事。師大社會教育學系教授廖世璋分析說，對比現今幾個文化大城如巴黎、倫敦等，都擁有獨一無二的藝術文化地位，他們將新興的藝術創作結合過去

台灣 11 個重視文化的團體聯合聲明，盼民眾能選舉「擁有良好文化政策」的縣市長候選人，來治理城市。

的歷史古蹟(羅浮宮、凱旋門)，打造出屬於巴黎的文化資本，加上行銷得宜，吸引觀光、增加各領域的收益，同時還讓該城市的人民有認同感與自豪感，可謂一舉數得，「當初巴黎決策者是靠著改造系列計畫，逐漸奠定藝術之都的基礎。」談回台灣的地方治理，李曉雯表示，注重文化事業並非靠少數人努力，而是需要大家一

同關注與自己城市有關的事務，「雖然地方政府多有舉辦藝術慶典活動的經驗，能達到吸引人潮與話題的效果，但仍算是單向進行文化建設而已。」意指人民也可以是推動的一環，而非將這份切身的事丟給相關文化團體。李曉雯指出，現行的地方藝文團體仍舊面臨空間問題、租金過高及機會不足等限制，她呼

籲，地方需要有一套完善的文化治理政策，必須包含實際方針與預算編列等「實質政策」，否則要達到像巴黎、倫敦有系統性的打造，根本是癡人說夢，「希望地方選民能選出有實質文化政策作為的候選人。」中央大學教授王俐容也提及文化政策成功與否，需要因應在地需求，找到各地獨特的「定位」，才不會變成一窩蜂的模仿，她認為，地方推動文化政策時，需要與當地藝文團體接觸，回應文創的需求，才能在雙向交流中，找到該地方最具發展的特色。

詹朴新作倫敦展出 郭書瑤擔任嘉賓

圖文 / 中央社



▲ 旅英設計師詹朴個人品牌 APUJAN 於 17 日晚間舉行 2019 春夏系列時裝秀，主題為「那些消逝中的奇異生物」。



▲ 詹朴個人品牌 APUJAN 除伸展台秀之外，也同步推出靜態展出，女星郭書瑤擔任嘉賓。

農金獎頒發 鼓勵農業保險合作

【本報記者謝明晏台北報導】農業金融體系最高榮譽大獎「農金獎」18 日表揚 8 個保險業者，富邦、台產、華南以及國泰等銀行參與農業保險而得獎。其中汐止區、蘆洲區、豐原區、池上鄉、關山鎮等農會以及東港區、新港區漁會等七家農漁會獲頒兩獎項。農業金庫吳明敏說，2000 時剛通過金融六法，今已可看出農業金融改革成果成功，各樣數據都有大幅成長。典禮中，8 間保險業者富邦、台產、華南以及國泰等銀行參與

農業保險，並加強辦理政策性農業貸款及農業信用保證。而獲得營運卓越獎及資產品質優良獎的，池上鄉農會，在配合農業政策方面特別值得嘉許，該農會在辦理政策性農業貸款，及協助農民取得資金上，成效顯著。

災害分散風險

有鑒於全球氣候快速變遷，極端氣候頻繁發生，重大災害造成農林漁牧業者嚴重損失，農委會協助農漁民分散風險，自 104 年起提供保險費用補助，加強農民

的投保意願，擴大農業保險的覆蓋範圍。農委會金融局副局長李聰勇說，幫助第一線的農漁民發展，此功能與一般的金融業有所不同。

制定農業保險專法

農委會將制定農業保險專法，希望能整合農業天然災害救助與農業保險制度，並持續擴大保險項目，以建構完善保險制度。根據與會學者專家表示，農業保險可以集合多數農民的保費，利用大數法則，填補個別農民損失，在現今極端氣候發生頻率逐

年增加之際，以目前試辦方式推動成效有限，惟有訂立專法，才能全面的推動農業保險，提高保險覆蓋率，穩定廣大農民收入。台東地區農會總幹事李建通指出，該縣釋迦主要產地卑南鄉南北狹長，但焚風災害只集中在小一部分區域，建議應縮小目前以鄉鎮市為理賠區域計算基礎，應以村里才合理。對此，農委會說明，該會將依試辦結果每年滾動檢討保單條款，並建立基礎資料庫，以開發符合農民需求的保單種類。

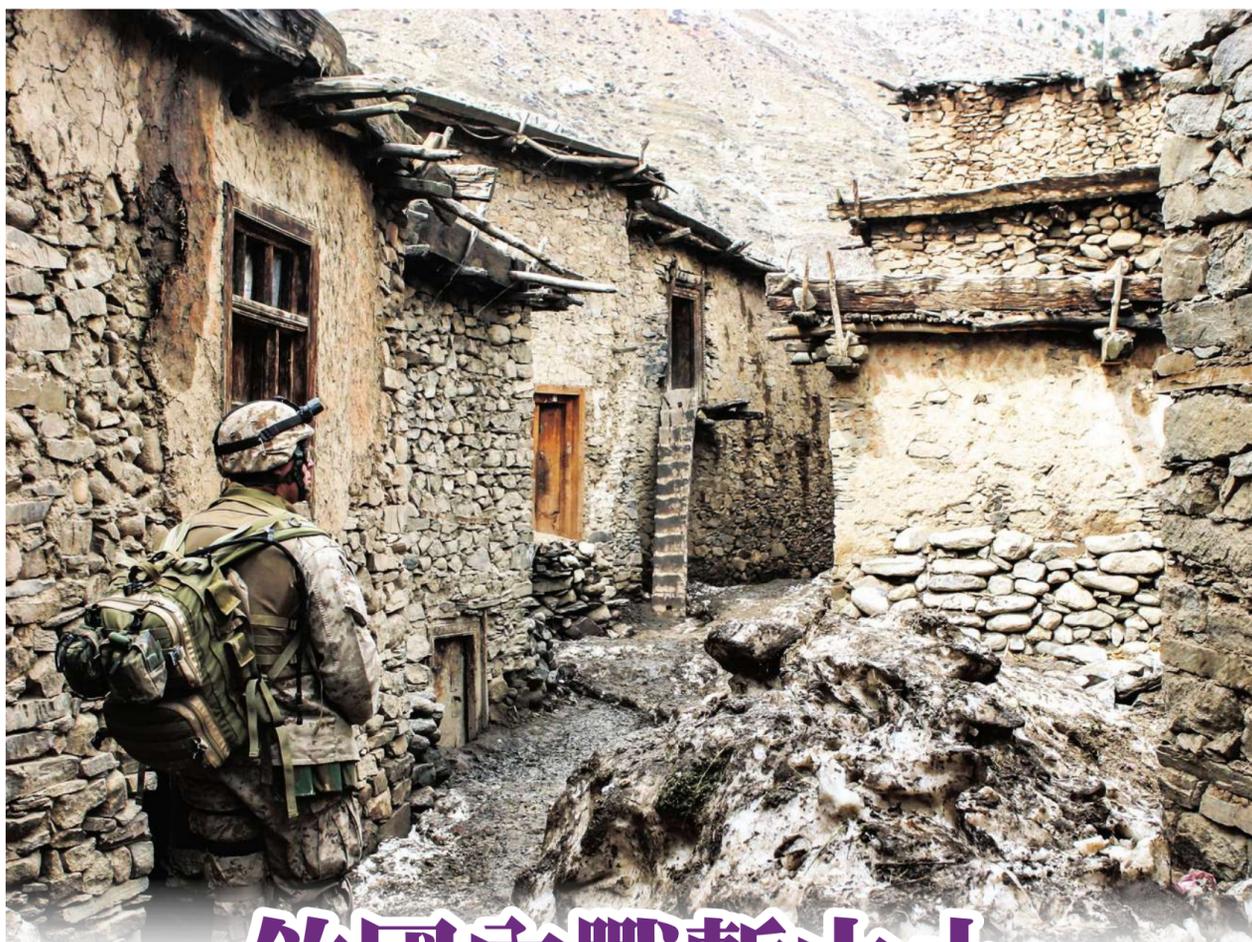
小琉球海域 驚見小抹香鯨

【本報記者余柏青報導】8 公尺長鯨魚現身小琉球海域！負責由屏東東港到小琉球的交通船泰富航運，18 日上午 11 時左右，船員在航行的海域中，目擊一尾長達約 8 公尺長的鯨魚(見右圖)，大家都十分興奮。成大海洋生物暨鯨豚研究中心判斷，鯨魚可能是因為颱風山竹巨浪而「迷航」大海中。目擊並全程拍下鯨魚的泰富航

運船員表示，這是他第一次在小琉球海域看到鯨魚，很興奮。而船員直擊拍下的畫面，也馬上在泰富航運的臉書播放，只見鯨魚遠遠的往船方向靠近，而後在船邊探出身體，讓乘客大聲驚呼。成大海洋生物暨鯨豚研究中心表示，鯨魚有可能是因為颱風山竹大浪而迷航。琉球區漁會總幹事蔡寶興表示，「數年前曾數度見到大批海豚，但鯨魚則少見。」



▼ 俄、土 18 日終於協定，將在敘國叛軍的最後領地設置非軍事區。(photo by 網路截圖)



敘國內戰暫中止 代理人俄、土有共識

敘利亞內戰背後的「代理人」俄羅斯與土耳其，都發出聲明，表示將在叛軍的最後領地伊德利省設立非軍事區。

【本報記者宋秉謙綜合報導】敘利亞內戰終於暫時告一段落！內戰背後的「代理人」俄羅斯與土耳其都發出聲明，將在叛軍的最後領地伊德利省設立非軍事區。俄、土領導人 18 日在索契會面，由於敘國內戰引起的難民潮將會影響鄰近的土國，土國總統艾爾段基於人道主義，與支持敘國政府軍的俄國協商，希望

政府軍別在伊德利省造成生靈塗炭。根據《美國公廣電台》報導，在敘利亞內戰角力已久的各方勢力，終於在 18 日提出初版共識，敘利亞政府軍盟友俄羅斯決定接受土國的提議，一起在該省建立非軍事區，說明政府軍一方還是同意了列強所提

出的「停火」。延續已久的敘利亞內戰，終於在各列強不再提供叛軍支持後，呈現一面倒的情勢，阿薩德的政府軍在其盟友俄國與伊朗的支持下，把叛軍逼到最後角落伊德利省，儘管阿薩德曾誓言，必收回伊德利省，讓敘利亞局勢恢復正常化，但只差臨門一腳時，仍只能接受列強的提案。

雖然戰火與傷亡程度不斷上升的內戰促使聯合國多次呼籲人道問題，秘書長古特雷斯也曾呼籲過，希望雙方以和平方式收場，否則平民的傷亡將是敘國的一大損失，但美國分析師卻認為，曾支持過叛軍的美、歐、土一直到政府軍即將收回所有伊德利省的利益時，才開口要求雙方停火，希望以外交手段解決伊德



▲ 土耳其總統艾爾段。(photo by wikimedia)

利省問題，可能有保住自己在敘國政治話語權的目的。根據《紐約時報》報導，土國總統艾爾段以人道主義為由表示，停戰是為了保護伊德利省的 300 萬平民，不讓這些平民流離失所，變成已流落往土國境內難民的一部分。

俄羅斯國際文傳電訊社援引普丁

的話指出，俄、土已達成協議於 10 月 15 日前，建立一個大約 9 至 12 英里寬的非軍事緩衝區。

然而，此協議的細項仍未被公開，例如普丁並未說明，若叛軍武裝部隊「努斯拉陣線」並未依照協定中，在 10 日前撤退，俄國將如何應對；俄國國防部長謝伊古也沒說清楚，本次的非軍事緩衝區是否代表無期限停火。

脫歐大限剩半年 梅伊決一鎚定音



▲ 至今英國仍未與歐盟達成脫歐協議的共識。(photo by Wikipedia)

【本報記者李牧權綜合報導】英國脫歐談判進入最後階段，但至今尚未達成協議！距離英國正式脫歐的日子只剩下半年時間，為了讓保守黨內部團結，首相梅伊 18 日一鎚定音，呼籲黨員必須支持她提出的脫歐協議。她更對黨內反對勢力撂下狠話警告說，「若有人提出替代版本，結果只會在沒有協議下脫歐」；脫歐進入白熱化階段，國際貨幣基金組織 (IMF) 擔心，硬脫歐恐令英國經濟陷入萎縮。

唯一方案恐難產

梅伊日前接受英國廣播公司 (BBC) 訪問時表示，全體保守黨黨員理應支持她於 7 月份提出的「契克斯計劃」(Chequers plan)，若有人還要堅持提出替代方案，最終只會造成「在沒有協議下」進行硬脫歐。梅伊表示，有信心在 11 月份與歐盟舉行特別峰會前，取得對英國有利的脫歐協議共識。

據《金融時報》報導，「契克斯計劃」若要成為最終方案，必須取得下議院 320 席議員的支持，現時保守黨佔下議院 316 個

議席；為了逼使黨內反對勢力不跑票，梅伊警告，若她所提出的方案最終不獲國會通過，英國只能選擇硬脫歐。

梅伊的「契克斯計劃」被黨內部分成員批評為軟弱無力的方案，其中包括在北愛爾蘭建立貨物和農業自由貿易區、保留與歐盟的商務共同法規等政策，更被譏諷為「脫了跟沒脫一樣」。

IMF 警告勿硬脫歐

不過，梅伊無視多達 80 多名黨員的反對，堅定表明國會只能在「契克斯計劃」與「硬脫歐」兩者之間選擇。據《路透社》報導，國際貨幣基金組織 (IMF) 警告，硬脫歐恐使作為全球第五大經濟體的英國付上沉重代價，經濟前景或受重創。

國際貨幣基金組織總裁拉加德警告，雖然英國擁有 1.5% 的經濟成長，但英國若最終選擇硬脫歐，明年恐出現大規模的經濟萎縮。面對梅伊的政治豪賭，倫敦市長薩迪克汗揚言，政府應該舉行公投，讓選民決定到底是要「契克斯計劃」或是「硬脫歐」，而非由梅伊一鎚定音。

吸收諜報人員 專家：放長線釣大魚

【本報駐美記者劉屏華報導】大陸媒體報導稱台灣在校園裡吸收陸生從事諜報工作。對此，中華戰略學會研究員張競表示，吸收諜報人員，最穩妥的方式是放長線、釣大魚，他懷疑台灣今天有這樣的耐心。

正在美國訪問的張競表示，吸收、佈建諜報人員，手法很多，對於政治有所異議者，可以運用理性加以說服；喜名利對於本身際遇不滿者，可以運用金錢與名位加以引誘；對於意志薄弱又貪戀女色者，可以運用桃色陷阱加以挾持。

他指出，吸收工作有短線作法，也有長期作法。前者，例如有些人在事業發展上遭遇困境，無法再上層樓，於是「搶搭末班車」，成為敵方的諜報人員，「這是情報蒐集上最典型的短線交易」。後者則是長期培養關係，希望被吸收對象能夠在黨政公職循序漸進，待登上高位，提供重要情報，「這個過程不但冗長，而且充滿變數」。

有時候，佈建單位有意吸收



▲ 中華戰略學會研究員張競說，吸收諜報人員，最好的方式是放長線、釣大魚。(取材自張競臉書)

的對象正值春風得意，不太會變節，吸收工作就很困難。「所以佈建吸收在原則上都是燒冷灶，必須耐心，放長線釣大魚，才有

可能在日後獲得理想成果」。張競說，以今天台灣的政治文化而論，主其事者有多強的意願買進「潛力股」，耐心等待其增

值，很值得懷疑。這位前「中權」艦艦長指出，吸收與被吸收的關係是動態的，並非一成不變。如果被吸收、佈建的對象胃口愈來愈大，貪得無厭，可能造成契約關係失控或破裂時，吸收者就必須斷然捨棄。

他表示，兩岸政治關係前景不明，雙方因此展開諜報交鋒，絕不令人意外；唯大陸媒體持續跟進報導此等情事，「究竟是對內教育，抑或是對台叫陣」，這是應該關切的重點之一。

曾在美國海軍戰爭學院進修的張競表示，台灣是否在校園吸收陸生，必然會考慮一個關鍵因素，就是陸生返回大陸後，其發展前景如何。陸生的台灣經驗對陸生「究竟是加分利基，抑或是減分障礙？」

此外，張競認為，台灣應該鼓勵陸生返回大陸後組織同學會，就像大陸許多都會已有的留美、留英、留日、留歐同學會，不為「情報」，而為「情緣」，讓他們在大陸發揮穩定兩岸關係之正面影響力。

掌控零工經濟 中共難滿足低端人口

若物質上無法滿足中產階級日漸擴增的需求，以及所謂「低端人口」一份餬口工作的尊嚴與盼望，必然還是會在政治上付出代價。

【本報記者邱慕天綜合報導】中國大陸零工經濟(Gig Economy)當道！從代筆人、司機、寵物保母、直播主、家政婦、清潔工、快遞、酒後代駕...價格低廉、隨叫隨到，通通「一指搞定」！可曾想過，在中國大陸城際如此發達開通的自由業，是如何形成，又將付出什麼社會代價嗎？

外交關係委員會亞洲研究員羅蘭投書9月外交政策雙月刊表示，中共社會主義的福利制度全面

者；如果國家政策定調以零工經濟為未來持續發展方向，勢必會碰上政治的大麻煩。

零工經濟的麻煩

文中指出，中共總理李克強在2015年第十二屆人大上提出「大眾創業、萬眾創新」的「互聯網+」戰略，嘗試在製造業逐漸發展後，找到轉向服務型經濟的新方向。此後，不僅是全球知名的淘寶、天貓、京東等電商、微商平台，各種媒合運貨、載人、家教、作文、照護、相親、訂餐、保全、伴遊、模特、臨演、辦桌大廚的合約平台，也如雨後春筍般冒出。

根據中國最大的在職招聘公司智聯招聘，從2015年到2016年，對兼職或自由職業的需求幾乎翻了一倍，超過了全職工作的增長。目前大陸約有超過1.1億人投入零工經濟，比例佔據整個勞動市場的15%，高出美國當前的10%比例不少。《南華早報》引述阿里集團的調研指出，到2036年，中國大陸做零工經濟的自由業人數將上看4億之譜。

然而儘管零工經濟為新晉都會中產階級的生活帶來了極大的便利，包含類似15元人民幣就送、15分鐘內必達的外賣餐點，以及各種動指幾下就能敲定的訂單，但其背後卻極可能存在平台間不



▲近來以北京為首對外省移工居住證和工作證的控管，已為直接自由主義式的零工經濟擴張設下路障。(photo by 安心 via GIP)

合理的削價競爭，且已對零工們的福利和工作條件剝削。

不合理削價競爭

一如美國左派周刊《國家》早在2015年初所指出的，以「共享閒置資源」為號召的零工經濟平台，其實是讓多數投入其中的人更為窮忙；背後的仲介平台在每筆訂單抽成，卻不必承擔傳統雇主的責任，免去對勞工的福利支出和傷病風險。羅蘭也引述6月貨運物流媒合平台「滿幫」旗下10多省罷工抗議的事件，揭露勞資在零工經濟下的不對等現象。

獨角獸盲報價

根據《品途商業評論》採訪，2017年底合併了貨車幫、運滿兩大平台的「滿幫」一躍成為

60億美元估值的「獨角獸」，手握全國7成司機與客戶名單後，一面推出導致運將惡性削價競爭的「盲報價」制度；另一頭又向客戶收取1688元「年費」會員制，雙重剝皮。如此不僅客戶難以在價格之外，進行司機品質篩選，司機也感到被平台吃得死死。

6月份滿幫司機的抗議儘管得到了《大紀元時報》的報導，卻遭到大陸境內多數新聞渠道刻意消音。中共自1921年7月創立起，就在中華民國各省揭起工人抗爭為志。根據少數存在的異議媒體中國勞工通訊提供的罷工行動地圖，今年3到9月大陸各省已有多達885起工運事件，僅滴滴打車運將、美團的快遞員抗爭就多達161起，卻得不到政府支持。

「零工經濟」雇員當然首當其衝，這些人包括：快遞、保安、外賣員、回收工、保母、清潔工、運將。

《外交政策》引述資料指出，北京「滴滴打車」的駕駛人力90%由外省移工組成，上海更是97%並非在本地落戶。其他零工產業比例也多半如此。都會中產階級擔憂「低端人口」拉低居住品質，但清查掃蕩的結果卻引致多家物流運輸據點關閉；而上海「限本地車牌、本地司機」開滴滴後，候車時間從一度從5分鐘膨脹到40分鐘，仍苦到中產消費者。

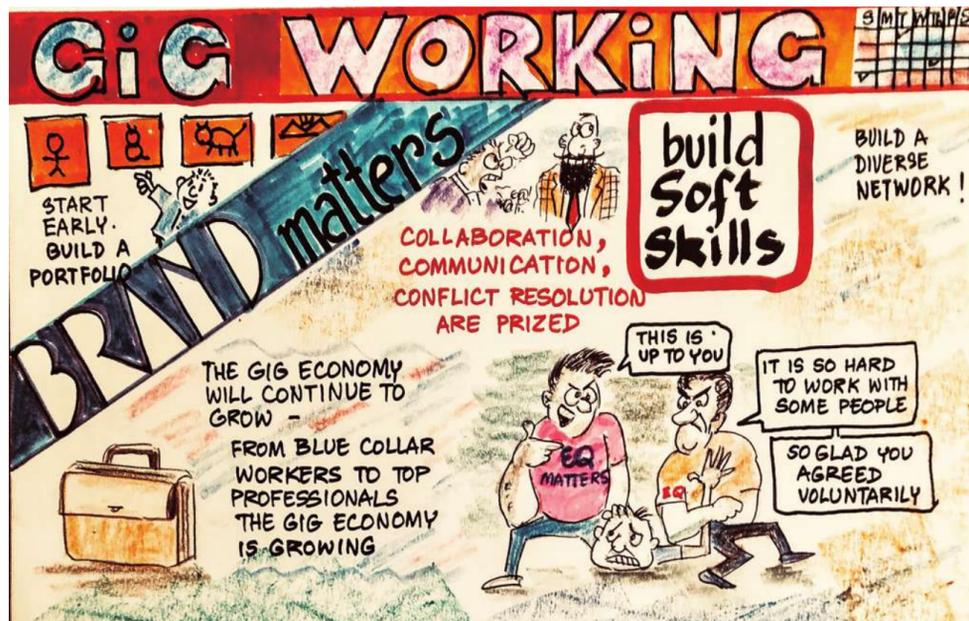
公眾號沈寂

看向同屬零工經濟的「自媒體創業」，這一兩年眾多微信公眾號沈寂、直播平台兼併與關閉。羅蘭分析，除正常商業競爭外，與政府系統性地掃蕩「違反社會主義價值」的政治煽動性、色情鹹濕內容關聯更巨。

政府帶頭整頓

2017年5月政府釋出的官方文件中，開始以消除安全隱患為名，在北京市帶頭下寫字樓、地下室、工業和物流廠房等區進行「無盲區、無死角、全覆蓋」的清查，「減少低端產業、強化外來人口管理」，為「清理整治低端人口」的後續政策行動定調。

《外交政策》一文總結指出，「衝刺經濟」與「政治維穩」已成為當前中共治下「魚與熊掌」般的難題；而當初「習近平政治」、「李克強經濟」共組的「習李體制」，已在近來調轉了政策風口為加強控制，但若物質上無法滿足中產階級日漸擴增的需求，以及所謂「低端人口」一份餬口工作的尊嚴與盼望，必然還是會在政治付出代價。



▲「零工經濟」泛指各類自由特約工作者或兼差族，儘管它為新晉都會中產階級的生活帶來極大便利，但仍存在許多隱患。(photo by Abhijit Bhaduri on Flickr- used under CC License)

空污為害大 研究：恐孕婦傳給胎兒

【本報記者莊瑞萌綜合報導】空氣汙染恐怕連胎兒也受到影響！英國科學家從新生媽媽取得的細胞進行分析後發現，當中已驗出疑似碳粒子的微小物質，懷疑可能是母親在呼吸髒空氣後，經由血流入胎盤。過去研究也曾發現，孕婦暴露空氣汙染與早產、出生後體重過輕、胎兒早死與兒童呼吸道問題之間有關

聯。據《印度泰晤士報》報導，倫敦瑪麗王后大學研究人員是利用5位從不吸菸而且已接受剖腹產

的孕婦進行研究，結果在細胞中發現應該是由燃燒石化燃料所形成的微小碳粒子。研究人員密雅特塔指出，「直到現在吸入性粒子從肺部進入血液的證據不多。我們很期待能確定這些影響是否是因為污染粒子從母親的肺部進入胎盤。」

接著研究人員研究巨噬細胞，它屬於免疫系統之一，藉由吞沒諸如細菌與污染粒子等有害物質來保護胎兒。之後科學家再利用高功率顯微鏡尋找疑似碳粒子的黑點，結果在3,500個巨噬細胞中，發現在60個出現72處小黑點。

據《每日電訊報》報導，研究人員認為這些黑點是屬於碳粒子，平均來說，每個胎盤含有約5平方微米該物質。另外，即使之後再利用2個胎盤深入以電子顯微鏡觀察，仍舊發現應是由微小碳粒子所組成的物質。

研究人員諾禮詩指出，「研究結果首次指出，吸入性污染粒子確實可從肺部移轉至循環系統再進入胎盤。雖然我們尚不知道這些被發現的粒子是否也會進入胎兒，但證據顯示是有可能的。」



▲母親吸入污染空氣，也可能間接將污染物質暴露給腹中胎兒。(Photo by b k on Flickr under Creative Commons license)



▲美國外賣號稱「什麼都送、送啥都快」，以高效、巨量的外賣佈局，在中國成為市值高達400億美元的零工經濟平台。(photo by bilibili 影片截圖)

醒報客服專線：訂戶收報若不正常，與派報生對話 02-23581806 看完醒報，轉贈鄰居信箱

倒數兩個月 南北選戰赤炎炎

文 / 余柏青
圖 / 中央社



▼台北市長柯文哲(前左)在台北花博爭艷館出席熊讚健康操創意競賽決賽，和長者一起跳舞。



▲國民黨台北市長參選人丁守中(前中)出席「丁守中台北市客家Hakka後援會」成立大會。



▲民進黨台東縣長參選人劉權豪(左2)提出「友善農業台東品牌」的農業政策政見。



▲國民黨台東縣長參選人饒慶鈴提出「觀光領航」政見，並表示觀光是引領、帶動台東其他產業發展的火車頭。

18日氣溫飆高，秋老虎肆虐，而距九合一選舉約剩60天，全台各地選戰更是熱呼呼！

國民黨台北市長參選人丁守中爭取客家票，出席在國民黨中央黨部舉行的「丁守中台北市客家Hakka後援會」成立大會。台北市長柯文哲則老神在在，出席在台北花博爭艷館舉辦的熊讚健康操創意競賽決賽，並和長者一起跳舞。

最近行政院促進轉型正義委員會「東廠」爭議引發討論，中國國民黨新北市長參選人侯友宜表示，對於鄭南榕遺孀葉菊蘭的心情可以理解。他一輩子都以愛國為目標，也是一生的志業與心願，希望獲得大家的支持。至於民進黨新北市長參選人蘇貞昌則於日前主持客家後援會成立大會時承諾，若當選市長，將增加客家預算及社團補助，還要爭取「浪漫台三線」從新北開始，傳承客家文化。

前總統馬英九馬不停蹄，應邀出席國民黨新竹市長參選人許明財舉辦的婦幼福利政策發表會，並致贈許明財一座駿馬木雕，這是馬英九10天內第2次到新竹市為許明財站台。

據最新民調，高雄市選情五五波，民進黨市長參選人陳其邁出席活動後受訪，呼籲對手選舉要走正道，勿用假新聞或假民調操弄選舉，盼選舉正向、陽光；立委李昆澤則籲國民黨高雄市長參選人韓國瑜陣營應該向市民及成大公開道歉。

其實在14日，中華民國工商建研會南區聯誼會會長交接典禮在高雄舉行時，國民黨主席吳敦義、前總統馬英九、多名

議員參選人出席，同台牽手造勢拉抬國民黨市長參選人韓國瑜士氣。

東台灣也很熱鬧，民進黨台東縣長參選人劉權豪召開記者會表示，農業是台東最亮眼的產業，並提出「友善農業 台東品牌」的農業政策政見。國民黨台東縣長參選人饒慶鈴也召開記者會，提出「觀光領航」政見，並表示觀光是引領、帶動台東其他產業發展的火車頭。



▲中國國民黨新北市長參選人侯友宜(前中)表示，對於鄭南榕遺孀葉菊蘭的心情可以理解。



▲民進黨新北市長參選人蘇貞昌承諾，若當選市長，將增加客家預算及社團補助，還要爭取「浪漫台三線」從新北開始，傳承客家文化。



▲國民黨主席吳敦義(左起)、前總統馬英九、國民黨高雄市長參選人韓國瑜同台牽手造勢拉抬士氣。



▲高雄市長候選人陳其邁(左)受訪時呼籲對手勿用假新聞操弄選舉；立委李昆澤(右)則籲韓國瑜陣營向市民及成大道歉。

▼耶律奇再演完全打擊，有望挑戰國聯年度

MVP。(photo by Brewers Facebook)



一個月內再演完全打擊

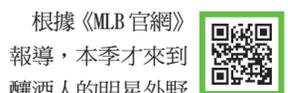
耶律奇專挑紅人

【本報記者宋秉謙綜合報導】一生中達標一次完全打擊已是大部份球員都做不到的事，釀酒人明星外野手耶律奇卻在同一個賽季就完成2次！

距離前一次完全打擊還不到一個月，耶律奇18日再演完全打擊，下半季火燙的他於明星賽後已經轟出20發全壘打，強勢拉下半季的尾盤，有望問鼎國聯年度 MVP，巧的是，耶律奇這2次完全打擊的苦主都是紅人隊。

2次完全打擊相仿

根據《MLB 官網》報導，本季才來到釀酒人的明星外野手耶律奇可說是五拍子全能型球員，同時有速度與長打



下半季火燙的耶律奇，於明星賽後已經轟出20發全壘打，強勢拉下半季的尾盤，有望問鼎國聯年度 MVP。

火力的他才在8月29日打出6之6，完全打擊的成績，不到一個月，耶律奇18日又擊出4之4的完全打擊，率領球隊以8:0擊潰紅人。

耶律奇仿若上一次完全打擊夜一般，整晚無法被投手解決掉，而且2次完全打擊都在最後靠著三壘安打達標。本戰他依序揮出一安、二安、第5局送出2分砲聽牌，第6局下半面對雷耶斯揮出三壘安打，成功達標完全打擊，也是他本季第2次做到這樣的創舉，成為史上第5位單季2次完全打擊的選手，前

一位則是2012年響尾蛇的「不老」二壘手希爾。

據資料顯示，從1908年開始算的大聯盟歷史，僅有25個球員整個生涯擊出過2次以上的完全打擊，但其實最多也僅有3次，分別是謬薩爾、赫曼與貝爾崔。

新科年度 MVP？

現役球員中，生涯有2次（以上）完全打擊紀錄的也恰好僅有3人，分別是貝爾崔（3次）、戈邁茲（2次）與新加入的耶律奇（2次）。本季火燙的耶律奇至今繳

出一份有資格問鼎國聯年度 MVP（最有價值球員）的成績：打擊率3成18、31轟、93分打點、還有19次盜壘成功，幾乎全能的數據與球隊擁有好戰績都是他的優勢，耶律奇最大的對手可能是全力扛著洛磯拚季後賽席次的艾瑞納多與小熊新生代好手拜耶茲。

據知，前者目前的成績是近3成打擊率、34轟與100分打點；後者則是2成94打擊率、32轟、105分打點及21次盜壘。

對這名年僅26歲的超級球星而言，未來還有很多機會打破這個紀錄，只要耶律奇保持健康，改寫生涯最多次完全打擊的新紀錄並非不可能。

再現伊布式進球！加入生涯 500 球

【本報記者宋秉謙綜合報導】瑞典著名射手、「伊布」伊布拉希莫維奇用一顆「伊布式」的世界級進球達成個人生涯第500球！伊布17日代表洛杉磯銀河隊出賽所完成的生涯第500顆進球，讓他成為雙驕梅西、C羅外，現役第3位達到這個里程碑的球員。有趣的是，伊布以往就以各式各樣的進球方法聞名，這顆第500球是他用凌空迴旋外腳背所打入，可說是很「伊布式」。



500 球先生之一

根據《商業機密》報導，伊布17日於球隊以0:3落後時，用凌空迴旋外腳背「掃入」球門，達標生涯第500顆進球，讓伊布成為現役的3位「500球先生」之一。而這麼特別的進球法也被不少球迷認為，有資格加入伊布生涯精彩進球的專輯。



《太陽報》報導說，傳奇球星、同樣效力過洛杉磯銀河隊的貝克漢在伊布達標後，也不吝惜給予掌聲，幽默的貝克漢特別還以詼諧的語氣發文，「我們得恭喜伊布完成第500進球，這是很偉大的成就，不過也說明這傢伙有多老了！」

傳奇精彩過往

今年已經是36歲的伊布於職業賽場的第20個賽季，但本季他已經替銀河隊轟進15球，屢次用精彩進球讓質疑自己老了的球迷啞口。自信至極的伊

▲瑞典神鋒伊布完成個人500球的里程碑。(photo by Galaxy Facebook)

布也曾以「國王」、「進球上帝」等字眼稱道自己的表現，雖然這名傳奇常因亂放砲，被媒體曲解語意，引發眾人輿論，但他回到賽場上的表現，卻能讓場外新聞無法撼動自己的地位。

不同於不常轉隊的梅、羅雙驕，伊布生涯征戰過各大聯賽，包含瑞超、荷甲、西甲、義甲、法甲、英超及美職，最特別的是，他都能在首場登場就完成進球，甚至於個人21歲時，首度登上歐冠賽場，就代表阿賈克斯打進2顆進球，可說是「少年得志且老來俏」的頂級球星。

談及身體協調性佳的伊布能做出各種精彩進球，被球迷津津樂道的幾球包含：阿賈克斯時期的他展現出禁區1個人戲耍5名防守球員並進球；在國際米蘭與大巴黎時展現歐子式進球；代表國家隊時，上演倒掛金鉤的30碼遠進球。

美國男籃打資格賽 NBA 替補就夠打

【本報記者宋秉謙綜合報導】世界盃籃球資格賽日前如火如荼地開打，超級強權美國隊不意外的拿下連勝，雖然這批 NBA 的二線球員只是來打資格賽，不是正式賽的班底，但這些他們還是帶著滿腔熱情為國征戰，活塞隊替補前鋒艾蘭森興奮說：「能披上美國隊球衣就是一種榮耀，我很願意受到邀請為國家出戰，這將是一生中的榮耀。」

根據《NBC 新聞網》報導，由於世界盃資格賽會與 NBA 季前訓練衝突，美國隊由



NBA 各隊的替補球員所組成，但火力依然不減，他們奪下2連勝，包含18日以30分的巨大差距痛宰巴拿馬的大勝。

雖然這批球員不是正式世界盃賽的班底，陣中一票球員仍帶著滿腔熱情出賽，對戰巴拿馬一役中，奪下陣中第2高分的黃蜂隊貝肯就表示，能替未來打正賽的那支夢幻美國隊打頭陣，也是一種特別的經驗，而艾蘭森說得更直接，「能穿上這件美國隊球衣就是一種榮耀，這將是難忘的系列賽。」



▲美國隊以30分之差，痛宰巴拿馬。(photo by 網路截圖)

國聯賽揚獎落誰家 預測系統說不準

【本報記者宋秉謙綜合報導】MLB 國聯賽揚獎競爭激烈，連預測系統都意見分歧！賽揚獎是 MLB 年度給予投手的最佳大獎，評選標準什麼都看，甚至包含球隊勝率與印象分數。

但本季國聯賽揚獎的有力競爭者是蟬聯2年的薛澤與悲情投手迪葛蘭，前者的優勢是獨步聯盟的17場勝投與誇張的277次三振，後者優勢是低至1.78的防禦率且得不到隊友支援的悲情牌，連網路的賽揚預測都互有勝負。



▲本季國聯賽揚獎的有力競爭者是蟬聯2年賽揚獎的薛澤（左）與大都會的悲情投手迪葛蘭（右）。(photo by National and Mets Facebook)



場都維持穩定的表現，到下半季更持續加溫，尤其是投球內容一場比一場更優異，他8月共出賽6場，沒有一場自責失分超過2分，更場場超過9次三振。

但他個人戰績卻不好，僅有3勝2敗，原因是隊友在他先發的比賽，無法給予分數支援，2場敗投的比賽隊友甚至都只得1分。

依照《數據》指出，地瓜成為本季與援率（主投的比賽得到打線的分數支援）

二連霸 vs 悲劇強投

根據《MLB 官網》報導，目前戰績17勝7敗與277次三振都是聯盟最佳的薛澤已經連拿2年賽揚獎，今年他延續超人般的狀態，繳出連6年200K以上的成績，是現役唯一達標的投手，原本覺得賽揚獎已是囊中物，沒想到大都會強投迪葛蘭下半季越投越殺，成為下半季加溫的「程咬金」。

「地瓜」迪葛蘭上半季場

最低的投手，本季目前防禦率最低到只有1.78，冠絕大聯盟，但個人戰績是慘澹的8勝9敗，堪稱悲劇英雄。

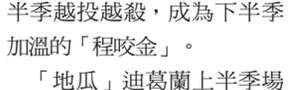
勝投數那麼重要？

根據《賽揚預測系統》顯示，連預測系統結果都呈現不一致，由於賽揚獎評選標準什麼都看，也很難推斷出一個固定格式，因此出現不同的預測模組（加權比重的不同）。依照 Tom Tango 預測模組，地瓜拿下

賽揚獎機率高，若依照 Bill James 預測模組，則是薛澤成功三連霸。

然而，從2006年以來的評選結果而言，Tom Tango 模組的準確度較高，專家表示，該模組系統將勝投數的加權比例下調，因為勝投是最難操之在己的因素。

換言之，薛澤的國民隊打線給他的支援分數高於大都會隊給迪葛蘭的，再加上迪葛蘭實在過於悲情，或許也會影響到評選委員的投票狀況。



秋雨樹

文、圖 / 林彧 (作家)



【夏末苦雨】

一團烏雲究竟要打坐
於何處？一艘小船能躲到
婆娑海洋的哪個角落

兩群無主的螞蟻，一邊荒亂
舀潑；一邊爭扛戰果
而秋日未到，糧食待熟

南方淋淋著著苦苦的淚珠
北方，在晴日下，關不住開門
酸酸的口水，也氾濫過河

住在中部高山上的我
聽著徹夜念驚的土石流
只好高誦：保佑大家



【夢迴木柵】

那個黏附在大都會小腳趾的
地方，比我的鄉下還鄉下
紅綠燈可有可無地在微雨路口閃爍
我去那裡栽種有翅膀的夢想
在時陰時晴的天空下，開墾青春

街角更換輪胎的，是鹿谷國中的學長
郵局裡，竹山的同鄉揮汗為我刷著存摺
兒子小學的對面，九十元快剃的夫妻
我們都出生在六十年前車軌察的中正路上
在異鄉，我們相認，憑著一口溫軟的鄉音

永遠喝不慣的文山包種茶，選我凍頂烏龍
永遠抓不到貓的貓空，散步無止境

樟山寺的晚課鼓音，在我詩句間迴盪
兒女陪我逛開元菜市場，走過他們的童年
臨老返鄉卻驚覺：我永遠與深坑為鄰

夢，是記憶的深坑，水聲嘈嘈
用彩虹的吸管，去吸汲那些七彩吧
夢，是不著陸的蜜蜂，搜尋著
花朵，只要一沾惹，就打翻月光般的甜液
夢迴木柵，在故鄉思念著異鄉的異香

【初秋夜雨】

夏蟬的琴弓被紫霧折斷了
樹蛙仍在竹藪間，試吹新笛

我把字句凝鍊成珠玉，拋棄
藥汁般黃褐的燈泊，靜無回響

一個人數著歲月，簷破雨漏
都是：點。滴。穿。心



【狗日子】—給阿咪 吳介凡

我們希望日子像
小狗，
不要長大，
不會衰老
黏繞在腳踝間，
環追著尾巴

直到有天，背後歲
月宿宿
狂吠。我們凍住
了，在吧檯的
高腳椅上，連一杯
伏特加都舉不起來



【一棵樹】

每個人的心中都要有一棵樹。
扭曲的樹。糾纏的樹。盤繞的樹。
每棵樹都要抽芽。開花。結果。凋落。
遮蔽著天空。篩落下無數光點。
每一棵樹都允以希望。夢想。幻滅。
每一棵樹都懸掛著癡味。與清澄。
安置著疲憊的心。安置著喜悅的心。
每一棵樹都和每一棵樹有著距離。
互相支撐。互相搶奪。並且。互相孤
立。
因為牢固不動。一棵樹遂被走出了許
多小路。



【開地球】

寂寞大道上，孤獨的
窄巷裡，散居著好發議論者
對陌生人沒有祝福，只剩詛咒

顯然，閒人過多，酸語太油
他們窩匿在結絲的網路後
砍殺西瓜般，開地球

9/21
愛眩神迷

浪漫激情！橫掃義大利奧斯卡11項大獎提名

最激情的一夜，最謎樣的男人

情遇那不勒斯

NAPOLI
VELATA

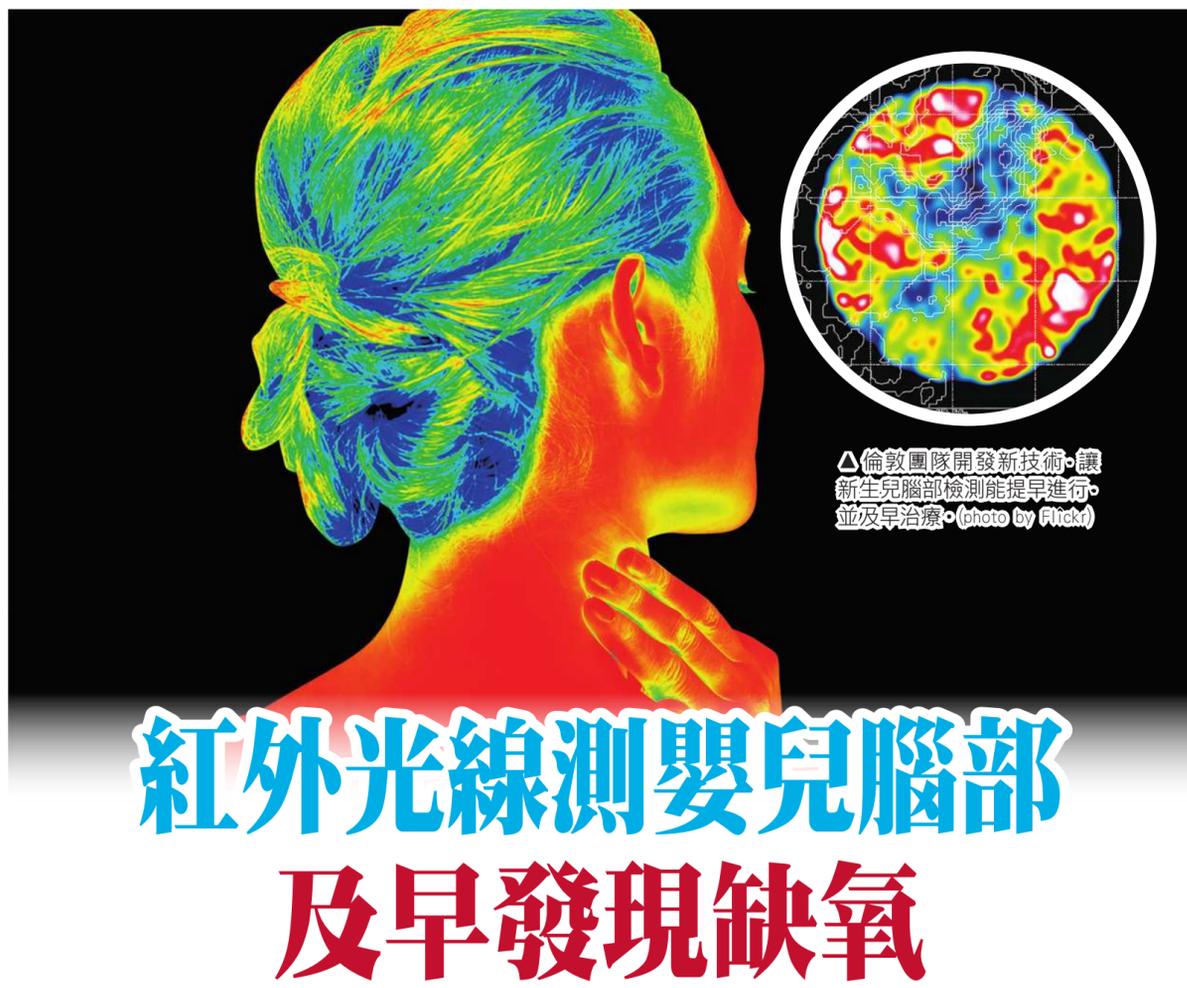
《外慾》導演 佛森歐茲派特 2018賣座鉅片

11項大獎提名 8項大獎提名 5項大獎提名

《外慾》威尼斯影后 喬凡娜梅諾茲歐娜 《願望咖啡館》影帝 亞歷山卓柏爾吉

UNA PRODUZIONE WARNER BROS. ENTERTAINMENT ITALIA - RAC PRODUZIONI - FINE FILM
FOTOGRAFIA GIAN FILIPPO COREZZI MONTAGGI LEONARDO ALBERTO MOSCHETTA MUSICA PASQUALE CASALANO SCENEGGIATURA DENIZ GOKTURK KOBANAY
COSTUMI ALESSANDRO LAI SCENOGRAFIA IVANA GAMBULO SOGGETTO E SCENEGGIATURA DI GIANNI ROMOLI VALERIA SANTILLA E FERZAN OZPETEK
PRODOTTO DA TIZIO CORSI E GIANNI ROMOLI REGIA DI FERZAN OZPETEK

▼由於分娩過程可能使嬰兒缺氧，英國團隊開發出新儀器，能將光線打進新生兒腦部，光感器接收到光譜的結果，讓醫生評估新生兒的腦部是否缺氧。(photo by 網路截圖)



△倫敦團隊開發新技術，讓新生兒腦部檢測能提早進行，並及早治療。(photo by Flickr)

紅外光線測嬰兒腦部 及早發現缺氧

【本報記者宋秉謙綜合報導】英國醫院能用寬帶近紅外光譜測量新生兒腦部，幫助醫生評估是否有損傷，技術將走向臨床實驗。英國團隊開發出新儀器，能將光線打進新生兒腦部，由於腦部氧氣將改變光的顏色，光感器接收到光譜的結果，讓醫生評估新生兒的腦部是否缺氧。劍橋兒科醫師博瑟爾對此表示贊許，以非侵入性技術評估新生兒是巨大進步。由於分娩過程可能使嬰兒缺氧，據英國國家新生兒數據顯示，該國每 1000 名新生兒就約有 3 名在出生時因為缺氧，導致腦部受創，雖然

由於腦部氧氣將改變光的顏色，光感器接收到光譜的結果，讓醫生評估新生兒的腦部是否缺氧。

大多數的新生兒都會逐漸康復，但仍有 1 成的受創新生兒會死亡。其中，年紀小於 37 周的嬰兒（若又未受到及時治療）是腦部受創的高風險群。根據《英國廣播公司》報導，英國倫敦大學團隊開發出能測量新生兒是否缺氧的新儀器，團隊工程師貝爾指出，這種裝置是使用寬帶近紅外光譜 (NIRS) 與

光感器，這種裝置能放在新生兒頭上，並將本來就能輕易穿透人體的紅光與紅外光線照進嬰兒腦部。

貝爾表示，他們發現腦中的氧氣水平與能量改變（嬰兒呼吸），將使反射回光譜的光線顏色有所改變，她說：「透過光譜呈現的顏色不一，醫生能仔細判斷新生兒腦部是否缺氧與程度上的差異。」意即若能提早發現腦部缺氧，醫生能根據程度定製各別治

療，有助於預防新生兒死亡率與腦部殘疾發生。

根據《工程師網》報導，NIRS 系統優勢在於設備夠小、易於和其他技術結合，這項技術多被用於新生兒加護病房 (NICU) 和事故急診室 (A & E)，目前本技術應用已到最後的臨床階段，未來可望實際應用於新生兒腦部測量。對比過去只能等待到嬰兒狀況穩定，並轉移出新生兒加護病房後，才能做仔細的檢測，但常會因此耽誤到治療的黃金時間，劍橋兒科醫師博瑟爾因此表示贊許，稱此技術是巨大進步。

牙齒也有年輪 異常是疾病前兆

【本報記者李牧權綜合報導】眾週知，樹木的年輪代表著它的壽命與健康情況，但原來我們人類的牙齒也有像「年輪」一樣的「齒環」，如發現「齒環」異常，可診斷出疾病的早期跡象。科學家研究更發現，牙齒出現異常狀況與自閉症、注意力不足過動症、癌症、漸凍人症 (ALS) 等疾病有關。

「牙齒是人類的生物硬盤 (biological hard drives)。」美國西奈山伊坎醫學院環境醫學與公共衛生學系教授阿若拉 (Manish Arora) 研究發現，人類的牙齒（特別是嬰孩的牙齒）具有可反映年齡和發育的「齒環」，而這些「齒環」更是一種用來偵測疾病信號的生物標記。阿若拉發現，這些標記可以促進早期疾病的檢

測和防治。

據《科學人》報導，阿若拉團隊的研究發現，患有自閉症的兒童在出生前就無法生產某些元素，這種區別在妊娠末三個月，牙齒開始形成時最為顯著，雖然嬰兒的牙齒在它們脫落之前無法被檢查，但當發現牙齒出現異常狀況時，透過其他可收集的樣本（例如血液和尿液）進行生化檢討，將可使他們儘早獲得治療。

據《美國哥倫比亞廣播公司》報導，阿若拉團隊的研究方法是，透過在嬰兒牙齒上鑽一個小孔，並把用來追蹤銅和鋅的化學元素，嵌入牙齒的生長齒環中，從而可以檢測元素的失調比例。



▲科學家發現，通過分析嬰兒的牙齒，可診斷出他是否患有自閉症。(photo by Thomas Ricker Flickr - used under CC License)

圖文選粹

圖文 / 中央社

民團攜手南投醫院 設長照諮詢站



▲南投縣家庭照顧者關懷協會、南投縣新媳婦關懷協會秉持「放不下的重擔，我們一起承擔」理念，18日起在衛生福利部南投醫院設立長照諮詢站，提供民眾長照最新訊息及協助申請服務。

登革熱疫情走緩 多縣市仍有風險



▲衛生福利部疾病管制署疫情中心主任劉定萍表示，近日登革熱通報數已較先前為低，新北市日前大雨、台中市大里區有媽祖遶境、高雄和彰化個案隱藏期偏長，仍有疫情傳播風險。

八成冠心病患者 攝取奶類不足

【本報記者謝明晏台北報導】急性冠心症患者長期忽視蔬菜水果及奶類食物的攝取，三軍總醫院營養部以膳食多樣化簡易表 (DDC) 分析，六成急性冠心症患者，每天水果類攝取量不足，更有高達八成以上病人攝取奶類不足。

三軍總醫院營養師王秀蕙說明，均衡攝取飲食會減少罹患多種慢性病的危險。

急性冠心症飲食不均

三軍總醫院衛教資訊指出，急性冠心症是因冠狀動脈狹窄或阻塞造成的心臟疾病，舊稱冠狀動脈心臟病。根據《全球心肌梗塞照護網》指出，國人的十大死因中，心臟疾病自 2004 年起列為第二名，僅次於惡性腫瘤。然而在所有心臟疾病中，以冠狀動脈比例最高。而冠狀動脈疾病中，又以急性冠心症最為緊急嚴重。

膳食多樣化簡易表分析



(DDC) 是一個簡易的評估工具，每樣評分 1~6 分，分別以水果、蔬菜、澱粉、奶類、蛋豆魚肉類的攝取量進行評估，最高分者為均衡性較佳者。

而三軍總醫院營養師評估急性冠心病患者在 DDC 分析中，分數滿分者僅佔 6.9%，而普遍病患以蔬菜類、水果類以及乳製品類攝取量明顯不足。王秀蕙表示，62.9% 的

人在水果類攝取未得分，更有 81% 的人在奶類攝取上未得分。

水果奶類攝取不足

王秀蕙說，若是更多攝取水果以及蔬菜類等食物，會引起血管擴張並且提高對心臟的保護作用，而在體內也會促進鈉的排泄，更有助於血糖保持以及排便順暢。而奶類攝取更加重要，不只能

保持平滑肌細胞內外鈣離子平衡，還能幫助控制肌肉收縮與鬆弛，並達到預防血管硬化以降低血壓。

三軍總醫院營養部主任戰臨茜表示，若是有乳糖不耐症的民眾，也可飲用無乳糖奶粉，攝取起司及優格等乳製品。乳糖不適症病患是可以被訓練喝牛奶的，他建議一次酌量飲用且不要空腹就能漸漸適應。

▲三軍總醫院發現病人飲食都有蔬果攝取不足的共通問題，更有高達八成以上病患奶類攝取不足。(中央社)

鹽不是健康殺手 吃不夠會生病！

眾人提倡少鹽飲食，缺忽略鹽份對身體的重要性，只有吃對份量、方法才能真正吃進健康。



▲正如加了鹽的食物滋味飽滿、爽口怡人，人體有好多重大機能也少不了鹽分所起的根本作用。(photo by 網路截圖)

► 天菜大廚用鹽調製美味餐飲。(photo by 網路截圖)

■ 迪尼寇蘭托尼歐

我們的淚水有鹽分、汗水有鹽分，而人體細胞更是沉浸在含鹽液體裡。少了鹽，我們就活不下去。

只要一小撮鹽，就能為平淡無奇的餐點提味，使其成為佳餚。鹽能去除苦澀，還能讓食物嚐起來甜一點，減低人對糖的需求。而正如加了鹽的食物滋味飽滿、爽口怡人，人體有好多重大機能也少不了鹽分所起的根本作用。

鹽分能維持最理想的身體血量；心臟輸送血液也需要鹽分。至於消化系統運作、細胞彼此傳訊、骨骼生成與強健、預防脫水，鹽分都不可或缺。此外，對於人類傳宗接代、細胞與肌肉正常運作、神經脈衝往返於心臟和大腦等器官時保持理想傳輸，鈉也都至關緊要。鈉攝取量不足、身體血量減少，可能使某些器官（如大腦和腎臟）停擺。

鹽是人體必需

簡單說，我們若是移除掉飲食中所有的鈉，自己也會沒命。人腦與人體生來就有判定的功能，知道該攝取、再吸收、排泄多少鈉。學者認為，身體保存鹽分與水分的機能是由下視丘控制，而下視丘是所謂「爬蟲類腦」的一部分，能收發驅使人渴求鹽分或感覺口渴的訊號。

我們如果順應訊號行事，就能自然而然讓體內水分與鹽分含量達到理想狀態，畢竟這些強大的本能驅動力源於生物的演化。地球上頭一批生物沉浸於海水之中，而生物登上陸地時也帶著海水的鹽分。而今，幾百萬年之後，人類體液的構成仍模仿那遠古汪洋。

海洋覆蓋了地球表面 71%，但由於體積龐大，占全球生存空間 99%。氯化鈉（也就是鹽）占海洋礦物質成分 90%，和在人體血液礦物質成分中占的比例相同。兩者唯一的區別在於濃度：海洋的鹹度是人體

血液的 4 到 5 倍。

除了大海大洋，鹽還可取自較小的海域、岩鹽、鹹水、鹽磚，甚至於雨水。而全世界眾多區域能尋獲大量鹽分，不外乎強調了鹽對各種生命樣態有多重要。

鹽分調節系統

早在幾十年前，學者就曉得人體血液和海水在礦物質成分及濃度上很相近。適合細胞生存的細胞外液電解質質區間很小。

要讓物種離開海洋，在陸地存活，就有必要發展、演化出數種鹽分管控

萬一人體失能，血鈉濃度過低有可能使過量水分流進腦部，最終要人性命。

系統。就人類而論，這種系統遍布身體各處，包括皮膚、腎上腺、腎臟。自生命以來，生物那種能促進細胞生長的精準離子調控便不曾大幅改變。就算是現在，人體同樣在鹽分來源匱乏時保留住鹽分，在不需要時將多餘鹽分排出。

像這樣的能力，一方面管轄體內鹽分含量，一方面在需要鹽分時加以探



▲台南北門結晶的鹽巴，陽光照射之下閃閃發亮如白鑽。(Photo by 台南縣政府)

求，使人類在全世界都能子孫興旺。話說回來，本質上，人體血液依然反映著遠古汪洋那生命初現之地暨演化之源。脊椎動物幾經演化，器官的形態、結構、機能都有劇烈變化；相較之下，細胞外液的電解質構成大致不變，這隱隱表示，鹽分均衡是種演化調適。

迄今，這種調適作用仍受緊密管控，讓一切脊椎動物得以存續，包括海水魚、淡水魚、海水龜、淡水龜、爬蟲類、鳥類、兩棲類，當然，還有哺乳類。學者便是以此為本，才會主張包含人類在內的所有動物都演化自

源於海洋的生物。

無脊椎海洋動物一旦發展出封閉的循環系統，就有必要演化出腎臟來協助處理鹽分的再吸收、排泄等事宜。在此階段之前，含有鹽分的海水來源匱乏時保留住鹽分，在不需要時將多餘鹽分排出。

像這樣的能力，一方面管轄體內鹽分含量，一方面在需要鹽分時加以探

求，使人類在全世界都能子孫興旺。話說回來，本質上，人體血液依然反映著遠古汪洋那生命初現之地暨演化之源。脊椎動物幾經演化，器官的形態、結構、機能都有劇烈變化；相較之下，細胞外液的電解質構成大致不變，這隱隱表示，鹽分均衡是種演化調適。

迄今，這種調適作用仍受緊密管控，讓一切脊椎動物得以存續，包括海水魚、淡水魚、海水龜、淡水龜、爬蟲類、鳥類、兩棲類，當然，還有哺乳類。學者便是以此為本，才會主張包含人類在內的所有動物都演化自

源於海洋的生物。

無脊椎海洋動物一旦發展出封閉的循環系統，就有必要演化出腎臟來協助處理鹽分的再吸收、排泄等事宜。在此階段之前，含有鹽分的海水來源匱乏時保留住鹽分，在不需要時將多餘鹽分排出。

像這樣的能力，一方面管轄體內鹽分含量，一方面在需要鹽分時加以探

這一點既反映了，也模擬了人類所來自的海洋環境。不過，鹽分現在對人類又起著怎樣的作用？

鹽是餐桌上人人知曉的白色物質。溶於血液和其他體液之後，就會轉化為電解質，形成帶正電的鈉離子和帶負電的氯離子。鈉離子是構成細胞外液的主要陽離子；氯離子是血液中的主要陰離子。相較於血液裡其他任何電解質（例如鉀、鎂或鈣），鈉離子和氯離子的濃度最高。

和鈉與氯一樣，碘也是礦物質，但在人體中只存有微量。話說回來，雖然是微量礦物質，卻對身體健康不可或缺。碘是甲狀腺素的主要成分，三個碘原子構成三碘甲狀腺素，四個碘原子構成四碘甲狀腺素。人體缺碘，會減少這兩種甲狀腺素的生成，使甲狀腺變大，引發甲狀腺腫，還可能導致甲狀腺機能低下或亢進。

調節系統演化升級

身體的水分和鹽分濃度會相互制衡，這也就是人們所知的「滲透壓調節」。每逢血鈉濃度提升，腎臟就會調降鈉的再吸收，多餘的鈉經尿液排放，使人體維持正常的血清鈉濃度。此機制有助於避免細胞遭進進出出的液體破壞。

血鈉濃度過低，血液的水分便會流入組織細胞，以便將血鈉濃度調升回常態，但這等液體流轉有觸發細胞水腫（細胞水腫常是細胞損傷中最早出現的改變）之虞。若血鈉濃度上升，水分則會自組織細胞抽出，進入血液，讓血鈉濃度調降回常態，然而這可能引來細胞萎縮。

細胞這兩種情況都極為有害。人體之所以竭盡所能保持血鈉濃度正常，之所以嚴格管控鹽分攝取與均衡，原因皆在於此。萬一人體失能，血鈉濃度過低有可能使過量水分流進腦部，最終要人性命。

讓我們回到當人到陸地的生活，為了更能平衡體內鹽分，其中一項演化



▲全世界眾多區域能尋獲大量鹽分，不外乎強調了鹽對各種生命樣態有多重要。圖為井仔腳瓦盤鹽田。(Photo by 台南市政府觀光旅遊局)

調適便是腎上腺素種類有了轉變。居住於鹹水環境的低等脊椎動物會生成皮質醇和皮質酮，居住於陸地的非水生動物則生成皮質酮及醛固酮。

所以幾經演化，人類生成皮質醇和醛固酮。這兩種腎上腺素對人類「或戰或逃」的神經系統反應（皮質醇）與鹽分均衡（皮質醇和醛固酮）都至關緊要。

皮質醇是腎上腺在人承受壓力時生成的類固醇，或許算是最廣為人知的「壓力激素」。這種激素幫助釋出皮膚儲備的鈉，讓人應對壓力。

還記得昆蟲如果含較多鹽分，好像就飛得比較快吧？人在腳口下奮力求生時，也會發生類似情形。同樣由腎上腺釋出的醛固酮激素會將鈉儲存於皮膚，讓人在缺鹽或需鹽的當口自腎臟再吸收更多鹽分。

所以，醛固酮的作用是「儲藏鹽分」，皮質醇的作用則是「釋出鹽分」。兩種激素相互影響，有助於決

讓我們仔細檢視並破除這類主張背後的守舊觀念，以便一勞永逸找出心臟疾患的真正成因。

定人的整體鹽分狀態。

另一項管轄人體鹽分狀態的生理機制是頸動脈和大動脈裡的容量受器。這些受器能感應觸發大腦訊號的血壓變化，並以身體鈉含量為憑，使腎臟保留或排泄多一點鹽分及水分。

一般而言，人體腎臟每天過濾出一、四至一、六公斤的鹽（五百至六百五十公克的鈉），差不多是人類日常鹽分攝取量的一百五十倍。通盤來說，大部分衛生機構都告訴我們，

鹽分僅攝取六公克便算過多（也就是大約一茶匙的鹽，含鈉兩千三百毫克左右），然而我們的腎臟每五分鐘即過濾出這等數量的鹽分。

現在，我們回顧了這種種數據，審視了幾百年來歐洲人與美國人攝取的糖分及鹽分就學者估計有多少，事實也就清清楚楚擺在眼前：為慢性疾患這類文明病推波助瀾十之八九是糖而不是鹽。可是，正如想替鹽洗刷汗名需要好幾十年光陰，學者歷經多年努力，後繼仍是長路漫漫。

糖分才是元凶

1980 年版美國人飲食準則雖然採行 1977 年美國飲食目標所有建議，卻未採用所有指標。原先公布的 6 項飲食目標中，糖占的便宜最大，攝取量在飲食準則裡未明確設限。但鹽、飽和脂肪、膽固醇等的限制反倒很具體嚴格，且自此通行數十年。而對飲食中膽固醇的限制格外引人注意。如今，

不僅高血壓、心臟疾病患者、腎臟病患者必須要知道，你我更不能忽視鹽對身體的重要。最完整解釋鹽與重大慢性疾病的關係、破解盤清長年來人們對鹽的迷思，並教人如何用鹽把健康吃回來！

我們只關注要少吃鹽的一點微利，卻沒看見整體帶來更嚴重後果！迪尼寇蘭托尼歐博士將會在本書解答什麼原因造成鹽的迷思，更提出鹽對健康的重要性：為什麼每一個人都應該要多吃鹽？書中更有提供例證，用鹽甚至變得 healthier！

不僅高血壓、心臟疾病患者、腎臟病患者必須要知道，你我更不能忽視鹽對身體的重要。最完整解釋鹽與重大慢性疾病的關係、破解盤清長年來人們對鹽的迷思，並教人如何用鹽把健康吃回來！

我們只關注要少吃鹽的一點微利，卻沒看見整體帶來更嚴重後果！迪尼寇蘭托尼歐博士將會在本書解答什麼原因造成鹽的迷思，更提出鹽對健康的重要性：為什麼每一個人都應該要多吃鹽？書中更有提供例證，用鹽甚至變得 healthier！

一百四十三克，數量相當驚人。固然上述限制未見明文規定，但在不攝取固態脂肪的情況下，食品添加糖分的熱量實際上就是能占這麼大比例。

所幸 2015 年版美國人飲食準則撥亂反正，建議食品添加糖分量占比不宜超過 10%；以飲食熱量 2 大卡論，每日攝取的食品添加糖分為 50 克，占比以二五%為限。

經過二十五年，糖分限制算是有了著落，但和數十年前上一次糖分攝取建議比起來，上限竟高出不只一倍。就連稍後的二〇〇五年版美國人飲食準則都將食品添加糖分攝取量上限定在每日七十二克；如此一來，以每日飲食熱量兩大卡計，糖分熱量占一四%有餘，而全年食品添加糖分攝取量將高達二十六公斤。

二〇一〇年版美國人飲食準則以每日飲食熱量三大卡計，認定食品添加糖分量占比不得超過一九%，而這表示每日攝取的食品添加糖分可達

百分之九。雖然上述限制未見明文規定，但在不攝取固態脂肪的情況下，食品添加糖分的熱量實際上就是能占這麼大比例。

所幸 2015 年版美國人飲食準則撥亂反正，建議食品添加糖分量占比不宜超過 10%；以飲食熱量 2 大卡論，每日攝取的食品添加糖分為 50 克，占比以二五%為限。

經過二十五年，糖分限制算是有了著落，但和數十年前上一次糖分攝取建議比起來，上限竟高出不只一倍。就連稍後的二〇〇五年版美國人飲食準則都將食品添加糖分攝取量上限定在每日七十二克；如此一來，以每日飲食熱量兩大卡計，糖分熱量占一四%有餘，而全年食品添加糖分攝取量將高達二十六公斤。

二〇一〇年版美國人飲食準則以每日飲食熱量三大卡計，認定食品添加糖分量占比不得超過一九%，而這表示每日攝取的食品添加糖分可達

《吃對鹽，救你命》簡介

不僅高血壓、心臟疾病患者、腎臟病患者必須要知道，你我更不能忽視鹽對身體的重要。最完整解釋鹽與重大慢性疾病的關係、破解盤清長年來人們對鹽的迷思，並教人如何用鹽把健康吃回來！

我們只關注要少吃鹽的一點微利，卻沒看見整體帶來更嚴重後果！迪尼寇蘭托尼歐博士將會在本書解答什麼原因造成鹽的迷思，更提出鹽對健康的重要性：為什麼每一個人都應該要多吃鹽？書中更有提供例證，用鹽甚至變得 healthier！

不僅高血壓、心臟疾病患者、腎臟病患者必須要知道，你我更不能忽視鹽對身體的重要。最完整解釋鹽與重大慢性疾病的關係、破解盤清長年來人們對鹽的迷思，並教人如何用鹽把健康吃回來！

不僅高血壓、心臟疾病患者、腎臟病患者必須要知道，你我更不能忽視鹽對身體的重要。最完整解釋鹽與重大慢性疾病的關係、破解盤清長年來人們對鹽的迷思，並教人如何用鹽把健康吃回來！

不僅高血壓、心臟疾病患者、腎臟病患者必須要知道，你我更不能忽視鹽對身體的重要。最完整解釋鹽與重大慢性疾病的關係、破解盤清長年來人們對鹽的迷思，並教人如何用鹽把健康吃回來！

**比卡夫卡自虐！
比普魯斯特浪漫！**

榮獲美國 漢普頓國際影展
科爾科瓦法國電影節
觀眾票選最佳影片

凱薩獎女星 法國鬼才導演
朵莉亞緹莉兒 最狂演出 尼可拉斯貝多 精彩神作

從前的我們

MR. & MRS. ADELMAN

我們的分分合合
成就了半世紀的文學傳奇

10/19 恨之入骨的愛

DENIS PODALYDÈS ANTOINE GOUY CHRISTIANE MILLET
SOCIÉTÉ DE LA MÉDECINE FRANÇAISE
AVEC LES PARTICIPATIONS DE
PIERRE ARDITI ZABOU BREITMAN JULIEN BOISSELIER

MR. & MRS. ADELMAN 10/19 恨之入骨的愛

台灣最後伊甸園 南迴觀光起飛

■ 余柏青 / 輯

【台東訊】對許多人而言，南迴充滿神秘，這神秘的面紗未來隨著公路、鐵路陸續改善，將以什麼樣的面貌面向外界，連部落族人都有很高的期待。

蔚藍的海洋，巍峨壯碩的大武山，依山傍海是南迴地區太麻里鄉、金峰鄉、大武鄉、達仁鄉四個鄉鎮所擁有獨特的山海美景，因為交通不便，開發少，因此被形容為「台灣最後的伊甸園」。

一直以來，提起南迴的熱門景點，除了自屏東縣旭海村與台東南田進出的「阿朗壹古道」外，能夠飽覽無敵視野的多良車站一樣受到歡迎。

另外，太麻里第一道曙光、太麻里金針花季、洛神花季以及金崙溫泉等等，都帶動不少觀光人潮。

由於當地主要人口以排灣族居多，也有部分魯凱族，原住民

迴地區獨特的山海美景。(網路截圖)



文化氛圍濃厚，喜歡深度旅遊的背包客，則會刻意進入原住民部落，品嚐小米、紅藜，造訪部落有名的「拉勞蘭小米工坊」、歷坵「小米學堂」，大鳥部落「筓札筏布工坊」，感受排灣族、魯

凱族原住民獨特的生活。

這一兩年，台東縣政府投入相當多的軟體規劃，希望翻轉南迴地區的發展，加上南迴鐵路電氣化、台9線南迴公路拓寬改善工程，2年後的南迴將有一番新

的面貌。

「筓札筏布工坊」的負責人王曉彤，十年前帶領各族人將部落的圖騰與刺繡，製成布包，因為堅持品質，名氣大響，吸引不少喜歡部落文化的遊客造訪，甚至帶動部落工作機會。

南迴未來的觀光發展極具潛力，一群當地排灣族青年也組成「金崙流域文化生態產業發展協會」，希望透過自主發展特色部落觀光文化行程，掌握主導權，避免再度落入財團開發的單一旅遊模式。

對外地人來說，南迴宛如秘境，對部落人來說，他們知道自己擁有別人所沒有的獨特觀光資源，在迎接觀光熱潮來襲之前，他們正在思索，如何像宜蘭不老部落、新竹司馬庫斯一樣，為南迴找到一條部落自主發展之路，是當務之急。



澎湖海島嘉年華 體驗秘境之美

【澎湖訊】澎湖就是一處能玩海也能玩HIGH的地方，它曾獲選為《寂寞星球(Lonely Planet)》全球十大秘密島嶼、並榮獲《世界最美麗海灣協會》名列「世界最美麗海灣」之一。

澎湖縣政府為延續花火節的造訪熱潮，再推出「海島嘉年華」盛典，以高達12場的系列舞台表演活動，為國內外旅客提供另一種享「樂」模式，在FUN假休閒時，好好感受澎湖夏秋魅力。

除了花火之外，澎湖的海灣和絕美景色更是網紅必拍的取景地，如雙心石滬、小臺灣等，為了邀請民眾再造訪澎湖，澎湖縣



▲「海島嘉年華」為國內外旅客提供另一種享「樂」模式。(澎湖縣政府提供)

政府在最美的時間點中，也就是即日起至11月3日止，舉辦12場系列舞台表演活動。如：湖西、西嶼、望安、七美、

白沙後寮、白沙吉貝等地，並力邀到本屆金馬獎的熱門話題歌手劉福助現身活動現場同樂，另外還有蔡旻佑、符瓊音、黃文星等眾多歌手輪番演出。

而值得一提的是——在海島嘉年華期間，還特別結合泳渡澎湖灣、國慶日、遠航馬拉松、跨海馬拉松等活動，讓每一個有機會踏上澎湖海灣的國際旅客，深度體驗屬於澎湖的秘境之美。

此次規劃的海島嘉年華，特別以三個月的期間、橫跨夏秋兩季、結合超過四個活動、邀請12位歌手、還有比照迪士尼樂園的環保要求所設計的多樣高空煙火等等的豪華級策畫，就是希望帶動更多旅客在空間之餘，來一澎湖忘憂之旅。

報馬仔

10處在地特色小花海 首迎花博

【台中訊】為迎接花博，台中市政府規劃10處具有在地特色的小花海，目前已完成東區、烏日、南區、后里及東勢等5處，其餘近期陸續完工。

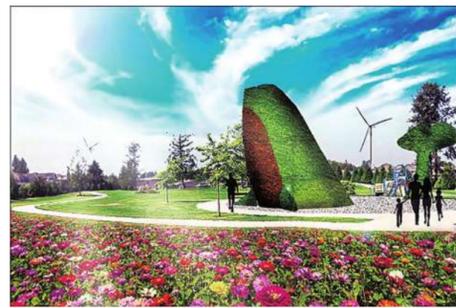
其中，「綻曳花海」及「福鱗花海」景觀，兩處地景花海區占地約2頃，栽植近40餘株展露風情，兩處地景花海區讓紫色、粉紅色、黃綠紅等不同色系的花色呈現，超吸睛，讓民眾享受被花海簇擁的氛圍。

而裝置藝術「希望之樹」

的造形，則象徵從鏽蝕的樹木本體中長出綠色的希望枝椏，花海則以迷彩形狀及大地色彩搭配。讓市民從生活感受花卉美學。

烏日區自治公園的「福鱗花海」以穿山甲鱗片造形為主，取其諧音「臨」，以花「鱗」代表福臨、財臨等吉祥寓意，分別於入口處及花海內展示擺設不同造型的穿山甲綠雕，並於鱗片噴繪金色，更強調福臨的代表。

期盼以穿山甲主題，引起民眾對於保護穿山甲以及尊重自然的重視。



▲台中市東區干城、烏日區自治公園，分別打造「綻曳花海」及「福鱗花海」景觀。(台中市府提供)

海洋美食金銀獎 多在恆春半島

【屏東訊】由中華美食交流協會承辦的2018海洋美食節「美食評比」，經2個多月動員產官學研專家評選後，日前成績終出爐，共13家業者獲選金牌與銀牌，且都是獎落屏南一帶，不僅令評審讚嘆，海洋美食盡在恆春半島。

得到金獎的小墾丁渡假村

表示，以在地食材為主、海鮮為輔，以恆春半島當地知名的洋蔥作成洋蔥糕，做工細膩獲得許多饕客喜愛。

另外，還有情人的眼淚雨來菇，一般都是蛋炒的，但小墾丁用屏東獲獎豬肉下去攪拌，再用酥炸方式呈現不同口味，深獲美食家們的喜愛。



▲這次共13家業者獲選金牌與銀牌，且都是獎落屏南一帶，可見海洋美食盡在恆春半島。(主辦單位提供)

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。

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