



台大需自假上課 工會轟：血汗
台大醫院工會 4日呼籲，作為國家龍頭醫院的台大醫院應拿出誠意改變陋習，以維持照護品質。



掌握訣竅 讓你懂得穿搭又有型
女孩的衣櫥內總是有許多衣服，可是過季的衣服是不是都堆在最裡面呢？跟著人氣部落客，學會自然的穿搭術吧！



劉德華宣傳填海造島 反對者多
「民間首長」劉德華替前首長的基金會短片做旁白，宣傳造島。反對者轟：不是土地問題，是沒有民選政府。



范宗沛領軍 峽谷音樂節登場
今年以「峽谷弦音，齊詠山林」為主題，邀請范宗沛的音樂團隊，以及「峽谷弦樂四重奏」、客語歌手羅思容等演出。



今日天氣

北部	21°-28° 多雲短暫雨
中部	21°-30° 多雲時晴
南部	22°-31° 晴時多雲
東部	22°-31° 多雲短暫雨

美副總統彭斯演講 批中共、挺台灣

彭斯狠批中國政策，並宣告美國不會被中國的種種恫嚇作為嚇退。並讚美台灣擁抱民主，是更適合全中國人的生活方式。

【本報記者章文台北報導】

「美國不會因為在南海遭遇中方恫嚇而退卻。」美國副總統潘斯4日在華府智庫哈德遜研究所發表演說，籲請外界注意美國驅逐艦狄卡特號9月30日駛入南沙群島，遭中國軍艦近逼事件。潘斯也指責中方施壓台灣友邦與我斷交，破壞了台灣海峽局勢穩定。彭斯還肯定台灣落實民主體制，是所有中國人最理想的生活方式。據路透社發布的演講稿報導，潘斯對中國大陸發表嚴厲警告說，美國不會因為在南海遭遇中方恫嚇而退卻。路透社評論，他的談話很可能在中美貿易戰之外，再度升高雙方的緊張關係。CNN則報導，潘斯指責中方施壓台灣友邦與我斷交，此舉破壞台灣海峽局勢穩定。

潘斯強調：「雖然遇到不顧後果的騷擾，美國海軍將持續在國際法允許及國家利益需



▲美國副總統彭斯肯定台灣實施民主，提供全中國人更好的生活方式示範。（取自彭斯臉書）

要的地方飛越、航行和執行任務。我們不會被恫嚇、不會退卻。」

在兩岸外交戰方面，潘斯指出，中方逼台灣友邦斷交的行為威脅到台灣海峽的穩定，美國予以譴責。「儘管我們的政府尊重一個中國政策，讓我也說明，台灣擁抱民主，展現出對所有中國人來說，是更好的生活方式。」

美國狄卡特號驅逐艦9月

30日駛入南沙群島的南薰礁及赤瓜礁12浬範圍內時，遭中國一艘旅洋級驅逐艦近逼，兩艦差點發生碰撞。

彭斯也說，中國利用「債務外交」擴大全球影響力。他說：「如今這個國家正向亞洲、非洲、歐洲甚至拉丁美洲的政府，提供數以千億計美元的基礎建設貸款。然而貸款條件並不透明，且收益多歸北京。」

社長的話

/ 林意玲

每個人都有盲點，也有限制，但這樣的體認，往往都要經過一番挫敗、學習，或內省，才能達成。

人類的原型通常不是主觀、自負，就是退縮、自卑，有時候則是二者混雜，看你遇到什麼人、什麼事而定。

只是人生苦短，學海無涯，在我們一生中遇到的人、事、物中，有多少智慧可以汲取？

醒報要讓人開卷有益

有多少人物可以效法？有多少感動可以存記？而能無愧此生的圓滿。

醒報在日夜夜的時事觀照中，深思我們的文字、版面、圖片、用心，如何才能增益讀者的身心靈安頓、豐富讀者的時事理解度？而達到「開卷有益」的效果？

在這一陣子的政治與社會紛擾中，我們其實越來越難看到動人的場景，聽到真摯

的話語、與說到做到的決心，以至於在報導時，不時會有無力感。

好在記者們每天早上八點開會前有10分鐘的聖經時間，一同效法基督的言行，經歷聖靈的啟發，以禱告不斷調整自己，方可重新振作。

而這一切最基本的，還在主事的我要自我提升，以一顆溫柔悲憫的心，看見更高更遠的境界，能說更能行啊。

租車業 8成違規 消基會：應嚴執法

消基會呼籲，政府機關須加大力度進行審查與執法，警告業者不改正違規行為，將面臨3至的罰鍰30萬。

【本報記者李牧權台北報導】

「租車行業遵循相關法令的比例甚低！」有鑑於租車糾紛日益增加，消基會上月抽檢全台20家租車業者，4日公佈調查發現，8成租車業者契約條款與法規不符，只有4家業者全數符合法令規定。消基會呼籲，政府機關須加大力度進行審查與執法，警告業者不改正違規行為，將面臨3至的罰鍰30萬。

消基會無認證契約

消基會表示，過去一年間已接獲31件與租車相關的申訴及諮詢案例，其中包括取消租車無法退款、定金比例過高、業者亂收延誤還車費等，消基會根據交通部《小客車租賃定型化契約應記載及不得記載事

項》之規定，隨機抽檢20家租車業者，並就定金收取比例、退定機制、保險內容及車輛租賃方式等方面進行調查。

消基會調查發現，大部分租車業者未能完全符合現行法規，更有業者標榜使用符合消基會認證的契約書，作宣傳之用。

唯消基會副秘書長徐則鈺提醒民眾，消基會並沒有認證任何契約書，業者假借消基會之名義進行促銷，顯然涉有誤導消費者之嫌。徐則鈺嘆息，

「租車行業遵循相關法令的比例甚低！」

加強審查業者網站

根據交通部法令規定，有關定金方面，租車業者最高僅可收取總租金的30%作為定金；

有關延期還車方面，法令規定「承租人解約通知於預定期限2至3日前到達者，得請求出租人退還已付定金30%。」

「我們呼籲業者應審視其定型化契約，是否違規，並加以修正，減低遭到行政機關裁罰之風險。」消基會董事長游開雄同時呼籲政府主管機關應加強審查租車業者網站規定是否符合法規，並加大力度對違反公告之應記載及不得記載事項之企業經營者，依法限期改正或裁罰。

消基會特別提醒消費者，在使用租車服務時，應先查看政府公告的定型化契約，然後比對業者所提供的合約書內容。如簽訂契約內容後才發現業者有違規之嫌，亦有權向交通部提出申訴。



▲有鑑於租車糾紛日益增加，消基會上月抽檢全台20家租車業者，調查發現只有4家業者全數符合法令規定。（中央社）



中選會主委 請專心辦好選務

中選會主委陳英鈴日前為未能阻止「這麼多死人連署的公投」，淚灑立法院，引發外界關切；第二天竟旋即接受廣播電台訪問，自言他是藍綠兩邊都不滿意的「豬頭」云云。

自喻豬頭洩天機？

中選會是專辦選務的獨立機構，應持公正中立的立場，本來就無須偏藍或偏綠，在目前台灣政治藍綠對立情況嚴重之下，中選會的確是藍綠都不討好，這是陳英鈴在出任中選會主委時，就應該有的認知，更應該是他帶領中選會人員辦理選務的最高準則。

如果中選會確實把握住公正中立的處理原則，以致於藍綠陣營都有所不滿，這應該是陳英鈴的驕傲，怎麼會以「豬頭」自況？

難道連身為中選會主委的他，也不認同中選會應該不藍不綠的工作原則嗎？

依法當然可提告

至於死人連署的現象，確實是個問題。誠如行政院長賴清德所說，《公投法》要再修法，將法律訂定更為嚴謹，大量抄襲等情況要禁。至於在修法之前，中選會的合理態度則是剔除不合規定者，如果剩下的連

署人數合於最低門檻，則該公投應予放行，低於門檻就不合格。

至於大量抄寫、死人連署是否有偽造文書的問題，中選會當然可以考慮提告。提告後若法院對該公投案是否合格有不同的裁量，已是另一個層次的問題，中選會實在不必太早煩惱，甚至多言多語，引發社會多餘的對立與不安。

目前看來，陳英鈴的話真的太多了。例如，在反空污等公投甫送達中選會時，他就公開表示有6成連署不合格，當時連戶政單位都還沒有查核，陳英鈴如何能預知有如此高的不

合格率？

如今空污公投案已全數查核完畢，證明不合格率並沒有那麼高，請問陳英鈴要公開致歉嗎？

選務人員缺額多

今年的九合一選舉，民眾會拿到3到5張選票，再加上可能有多達9個公投案，而且大選年滿20歲可投票，但公投年滿18歲即可投票，投票門檻不同，選務工作可說是史無前例的複雜。

過去老師們大量參與選務工作，但是由於年改後令不少教師心生不平，且今年選務又特

別麻煩，不少老師對參與選務意興闌珊；根據各縣市選務委員會回報，截至9月底，地方公職人員選舉的選務人員有2萬多名缺額、公投選務人員的缺額更超過6萬名。距離投票日只剩下不到50天，選務人員都還沒有募齊，實在相當令人擔憂。

請不要再「不務正業」

目前中選會已決定首度招募新住民擔任投開票所的工作者，固然可彌補部份投開票所工作人員不足的問題，不過，投開票工作非常敏感、不可以有絲毫差錯，新住民投開票人

員一定要好好訓練。

近日公投連署數量出現爭議，每一公投案的連署人數不過幾十萬，中選會連自己公佈的數量都前後不一，大選時選票可是有好幾千萬張，數錯一張都有麻煩，選務品質可要好加油。

面對挑戰如此巨大的選務工作，陳英鈴現在的心情應該是戒慎恐懼，不多花一點時間盯緊選務工作，怎麼還有餘裕上節目、訴委屈、討拍？

中選會請專心好選務，主委更別再不務正業、進行政治性發言了。身為獨立機構，低調些較好。

(彭蕙仙)

台大醫院需自假上課 工會轟：血汗醫療

台大醫院工會4日呼籲，作為國家龍頭醫院的台大醫院應拿出誠意改變陋習，以維持照護品質。



▲台大醫院工會4日召開記者會，要求台大醫院打破白色巨塔陋習，檢討自假上課問題。(photo by 李牧打)

用下班或休假時間修課。

郭豐慈認為，醫護人員每週額外花上至少12小時，在原先的休息時間上課，導致睡眠不足、休息時間中斷等問題，不單會影響員工的身心健康，更會間接影響醫療服務品質。

「雖然醫師還沒有被納入勞基法，但事實上目前的住院醫師工作指引規範，非自願性質的繼續

教育應被納入工作時間計算。」台北市醫師職業工會秘書廖郁雯強調，衛福部現行公告的公司指引中具明確的規範，她呼籲，作為全台第一的醫院、台灣醫療指標的台大醫院，應把對醫療人員的規範與上課時間採計工時的規範，進行統一。

台大醫院工會常務理事孫韶駿指出，工會早已於7月成立時發

函給院方，要求院方正視自假上課的問題，但院方一直沒有作出正式回應。

及至9月，工會正式向政府提出勞資爭議調解。孫補充，工會與院方並非站在對立的立場，兩者應該努力為勞權與病人安全站在同一陣線，讓院方、醫護人員與病人都能取得三贏局面。

燈塔守護者齊聚 國慶領唱國歌

【本報記者張朝瑋台北報導】6位海平面守護者將在典禮上領唱國歌！107年國慶開場，將有三軍儀隊進行操槍、屏東縣仁愛國小跳繩隊表演花式跳繩。

大會開始後，將由6位來自台灣各地的燈塔管理員，搭配40位國防大學合唱團領唱

國歌，國慶籌備會主委蘇嘉全說，是取「守護台灣」之意。

籌備委員會指出，今年國慶將邀請來自世界各地的僑胞代表演出，另有憲指部重機隊及高雄市樹德家商等演出。

最後則由空軍幻象戰機，以及亞運得獎選手搭乘的花車隊伍繞場，為慶典畫下句點。



原民新世代 國慶展演山海的聲音

【本報記者劉哲岳台北報導】「原民傳統與青年碰出火花！」

今年10月10日國慶日，來自泰雅族與阿美族的年輕朋友，將為民眾表演一連串精彩慶祝活動。

「願景的力量 聽到山海力量竄起的聲音」是一場青年將傳統與創新思維融合的大型樂舞展演，除了表達部落青年的願景，也希

望讓外界聽到來自山海新世代的聲音。

來自苗栗泰安鄉的「傳源文化藝術團」是由一群熱愛自己文化及歌舞的原住民青年成立，以傳統樂器與舞蹈搭配改編古謡，希望透過傳統文化與青年創意的結合，讓原住民歌舞展現出不同的火花。副團長陳光明說：「此次

活動的山海分別是，代表山的泰雅族、阿美族則是海的民族，而

表演除了舞蹈以外，也能看到我們團員這幾年到各部落田調的歌謡。」

「新北都蘭部落文化藝術團」則是一群來自台東都蘭的旅北原住民青年組成，致力於傳承阿美族文化。團長Sufin表示，離開家鄉的原住民孩子，能透過學習

部落樂舞，找到回家的路，並找到自我定位。

中正紀念堂副處長許麗惠則說：「這次是中正紀念堂今年規模最大的戶外演出，當日除了70位演出外，還有管絃樂團及原民傳統樂器，非常值得期待！」

▶ 影片連結



▲啟動儀式。(照片左起)新北都蘭部落文化藝術團團長Sufin、傳源文化藝術團團長陳光明、中正紀念堂副處長許麗惠。(photo by 劉哲岳/台灣醒報)

▼儘管川普上任時十分看重沙烏地阿拉伯，2日卻因為不斷調漲的價格而痛批薩勒曼國王。（photo by Wikipedia）



因調漲油價翻臉 川普狠批沙國國王

【本報記者王慶宇綜合報導】正與中國大打貿易戰的川普，繼續向盟友放狠話！因沙烏地阿拉伯國王薩勒曼調漲原油價格，川普遂於2日狠批沙國王無法在沒有軍隊的情況下度過兩星期！然而儘管川普強烈批評，但他自上任以來不斷加碼投資與支持沙國，顯示川普施政是以利益為優先。

根據《時代》報導，薩勒曼極力調漲原油價格，導致川普在2日晚間的競選活動

儘管川普強烈批評沙烏地阿拉伯，但他自上任以來不斷加碼投資與支持沙國，顯示川普施政是以利益為優先。

上放言：「我愛薩勒曼，但我要告訴他『國王，我們在保護你。沒有我們你可能撐不過兩個星期，所以你必須為你的軍隊付錢』」，暗示薩勒曼要處理持續飆漲的原油價格。

一桶布侖特原油目前的價錢約85美元，是四年來的新高。分析指出，在11月期中

大選時，還可能漲至100美元，這應該才是川普在競選活動上火力全開的主要原因。儘管川普並沒有提到他什麼時候跟國王通電話，外界普遍認為他是於上月29日與薩勒曼通電話溝通此事。

《CNN》指出，美國總統川普第一次海外訪問就選擇沙

烏地阿拉伯。在川普執政的一年裡，美國退出伊朗核協議，並對伊朗恢復經濟制裁，都受到沙烏地阿拉伯與其他波灣盟友的讚許。

在海外訪問期間，川普與薩勒曼簽訂了價值1,100億美金的防務協定，也向沙烏地阿拉伯展現鞏固兩國聯盟的承諾。時任國務卿提勒森更表示，該協定是兩國於未來十年價值3,500億美元的經濟國防投資的一部份，顯現出川普當時對沙烏這個盟友的高度重視。

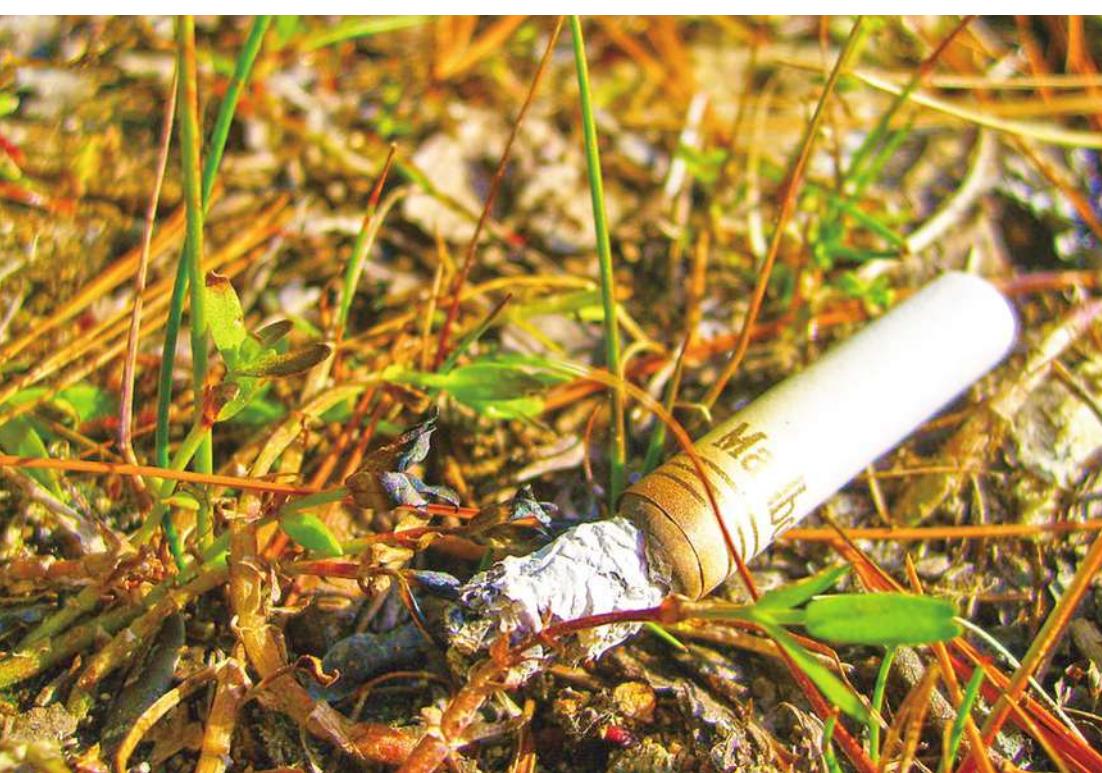
製菸業破壞環境 年排碳8千萬公噸

【本報記者莊瑞萌綜合報導】香煙傷害個人身體又破壞環境！1份由世界衛生組織（WHO）贊助的報告指出，全球製菸業大多集中在開發中國家，不僅佔用原本農作土地種植菸草，過程中還會大量消耗珍貴水資源，以及出現使用童工等令人詬病問題。據估算，製菸業1年排放二氧化碳約8千萬公噸，等於秘魯1年國家總排放量。

據《英國獨立報》報導，世界衛生組織菸草控制框架公約提出的報告指出，種植菸草的農地約佔去

亞洲與非洲5%森林面積，而且製煙及消耗量過去幾十年來已大量成長，估計全球1年得生產6兆根香煙供10億位煙君子享用，種植菸草對環境破壞力更勝過其他糧食作物。

製菸業1年約生產8,400萬公噸二氧化碳當量，約佔全球總排放量0.2%，相當於秘魯或以色列1年的加總排放量。另外，全球一共有5.2萬



▲菸草業排碳量幾乎等同1個國家排放量。（photo by @dfmrodz on Flickr under Creative Commons license）

平方公里土地被用來種植菸草，使用的水約220億噸，其他對於環境與社會帶來額外成本還包括土壤貧化、高度使用殺蟲劑與童工。

對此，英國倫敦帝國學院教授霍普金斯指出，「設在高收入國家的跨國菸草公司，基本上就是在任意消耗在地球上最脆弱人們的資源與他們的未來。」

例如在中國，每年生產的

香煙達2.5兆根而且消耗大量水與可耕種土地，但當地卻正面臨缺水以及近1.34億人營養不良問題。

據《Phys.org》報導，將菸葉熟化製成乾菸草的過程中，會使用燃煤或木頭而產生溫室氣體以及造成毀林，製煙過程也會使用多達220億噸的水。全球最大香煙消耗國中國，當地種植300萬噸煙葉

便使用超過150萬公頃可耕種地。

報告指出，近9成種植菸草都集中在開發中國家，以非洲辛巴威為例，1公頃土地雖然可生產1.2噸菸草，但卻可生產多19倍的馬鈴薯。對此，報告也批評，以國內生產香煙相當少的英國來說，當地民眾的吸菸行為等於是完全以犧牲其他國家資源與環境健康換來的。

專家：美有「心牢」 學者不了解中國

【本報駐美記者劉屏華府報導】日前訪美歸來的中華戰略學會研究員張競博士指出，美國有些台海議題專家自我設置「心牢」，以致無法正確解讀中國大陸；同時又習慣於聽到台灣唱和美國，以致於對台灣內部的對立看法感到詫異。但整體而言，美國台海專家對異議的包容程度很高，值得台灣及大陸學習。

張競曾在海軍擔任艦長，並獲得英國赫爾大學博士學位，上校退伍，經常就軍事議題發表評論。他最近到美國參加美國海軍戰爭學院畢業20年同學會，並應邀至美國不同軍種的戰爭學院演講與交流。

他在返台前接受採訪談及此行幾項觀感指出，專家常會關心他是本省籍？外省籍？他感嘆，族群淵源是否強烈到足以主宰觀點？台灣自己要思考：如果別人拿「出身」作為評斷的



▲張競到美國海軍戰爭學院，參加同學會。（取材自美國海軍戰爭學院網站）

法院判特赦無效 祕魯貪汙總統再入獄

【本報記者陳睿仁綜合報導】健康惡化是出獄的藉口嗎？服刑中的祕魯前總統藤森因健康惡化，去年獲得前總統庫辛斯基無罪特赦，不過祕魯法官3日改判特赦無效，藤森得再入獄服滿刑期。藤森支持者痛批，法院罔顧藤森健康和人權，不過反對者則表示，法院宣判藤森的特赦無效是給受害者一個公道。

祕魯前總統藤森在2009年因貪汙和違反人權等罪名遭重判25年徒刑，不過藤森在去年年底以健康惡化為由獲得前總統庫辛斯基特赦。根據英國《衛報》報導，祕魯法官努涅斯3日表示，藤森的特赦沒有法律根據，且藤森並未患有絕症，因此宣判藤森特赦無效，藤森需入獄服滿剩餘刑期。

反對黨人民力量黨領袖，同時也是藤森的女兒惠子痛批，法官只認為藤森「沒有要死」，就強行取消藤森的特赦，不顧藤森權益。

她表示，法院決議有程序上的瑕疵，將和律師團提起上訴。不過根據



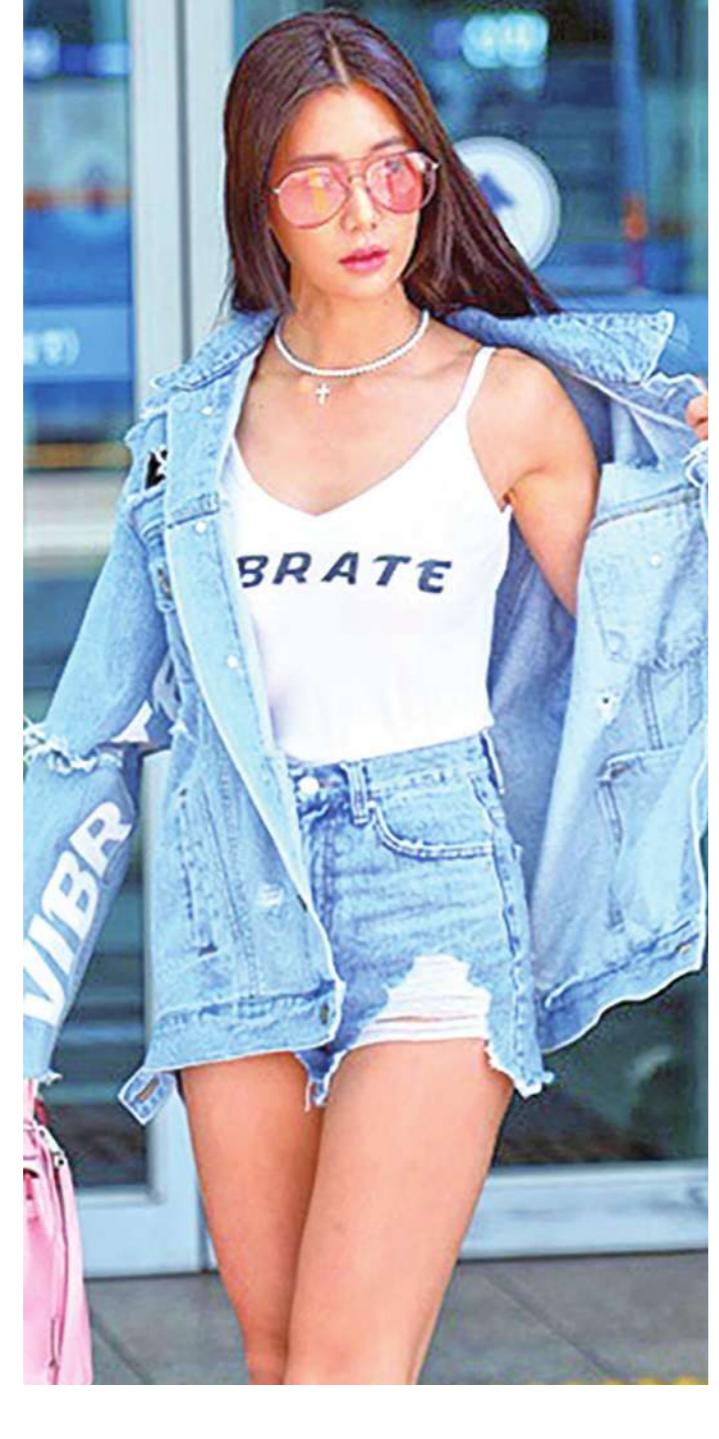
▲祕魯前總統藤森（左）遭法院宣判特赦無效，藤森將再度入獄服滿刑期。（photo credit by Kenji Fujimori推特帳號）



▲ 灰色、褐色、灰褐色、淺咖啡色及橄欖色等，善用這些柔和色，可以穿出成熟又自然的感覺。(photo by 網路截圖)

► 基本色不只和任何色都可以搭，還具有讓人看不出是平價服飾的效果。(photo by 網路截圖)

▼ 有時候也會想穿鮮明的顏色。這些重點色的單品，很多人可能以為只要搭配白色或黑色就沒問題，但其實有可能造成對比效果過於強烈，只要跟柔和色搭在一起，就能讓整體呈現溫和高雅的感覺。(photo by 網路截圖)



▲ 平價服飾光是穿著，很難穿出「潮味」，但只要用點心，也能看起來時尚有型。(photo by 網路截圖)

■ noriko

在決定穿衣風格時，配色是不可忽略的關鍵之一。我所追求的風格，簡單來說是「大人的洗練休閒風」。雖然是休閒風，但並不是很孩子氣、俗俗的那種，而是自然愜意的高雅風格。整體的感覺，就是將自己原本偏保守的穿搭，與育兒媽媽的生活模式結合而成的穿著風格。

• 柔和色是自然感配色的關鍵

灰色、褐色、灰褐色、淺咖啡色及橄欖色等，善用這些柔和色，可以穿出成熟又自然的感覺。這些常見的顏色，

明的紅色或粉彩色等顏色。這些重點色的單品，很多人可能以為只要搭配白色或黑色就沒問題，但其實有可能造成對比效果過於強烈，而不易取得平衡。

萬一沒有特別想穿的衣服時，「昨天是穿黑色，那今天穿褐色好了！」也還是先從色調開始決定穿衣風格。

從配色決定風格

這樣的我在決定穿搭時，會先從配色開始想。因為我認為整體的色調，可以決定一個人，能不能把休閒風穿得高雅時尚。當出現「想把昨天穿的灰色上衣拿出來穿」的念頭時，我就會開始想「下半身要配什麼色？」「配件要選什麼色？」

像這樣在決定衣服之前，先想配色。萬一沒有特別想穿的衣服時，「昨天是穿黑色，那今天穿褐色好了！」也還是先從色調開始決定穿衣風格。

不管和什麼配色都很搭，真的很實用方便。上衣、褲子、裙子及配件等各種單品都要有柔和色的，平常先準備好，在組合穿搭時就不用煩惱。即使同樣是褐色針織衫，也要準備深淺兩色，用來創造出漸層感。

• 重點色要搭配柔和色，才有一體感

喜歡基本色的我，有時候也會想穿鮮

不過，只要跟柔和色搭在一起，就能讓整體呈現溫和高雅的感覺。

包包鞋子要同顏色

不喜歡衣服顏色過於強烈的人，可以選擇絲巾或披肩單品，盡量縮小重點色的面積。

• 包包跟鞋子，選相同顏色，包準萬

路圖



► 衣服選好了，那包包跟鞋子，選相同顏色，包準萬

無一失

衣服選好了，那包包呢？鞋子呢？你有沒有到出門前，才慌慌張張想這些的經驗？這時只要選擇同色的包包跟鞋子，穿搭就能有一體感。我最常使用的，其實還是跟什麼顏色都百搭的褐色及灰色。特別是介於灰色和褐色中間的「灰褐色」，更是必備！因為，我常使用柔和色，所以有時也會搭配黑色的鞋子和包包，提升整體的正式感。

• 這樣搭，讓褐色系上衣不顯老

常聽到 40 歲客人這麼說「去年還在穿的褐色上衣，今年突然就覺得不好看了！」褐色，雖然是跟什麼顏色都適合的高雅顏色，但由於跟膚色相近，不僅會顯得單調，有時還會看起來老氣。

這時只要用咖啡色作為漸層色，選用披肩針織衫、披巾等單品，或是用針織衫內搭襯衫的方式，就能讓氣色看起來更好。

• 將襯衫、針織衫披在肩上

時尚的穿搭風格裡，經常出現披肩風

格。春夏使用抗 UV 的開襟外套，秋冬則是粗針織衫，我也推薦披在風衣等外套上的搭法。具有修飾肩寬的效果，又可以吸引目光，有助於提升整體造型。

讓平價服飾多變化

平價服飾光是穿著，很難穿出「潮味」，但只要用點心，也能看起來時尚有型。

例如，嘗試只將上衣的正面部分紮進褲子，或是將襯衫的袖子及褲管捲起來，讓衣服多點變化，整體穿搭就會產生自然時尚感。其他像是將襯衫或針織衫披在肩上，綁在腰上，用配件讓頭部及雙手更華麗等，可展現不做作的時尚美感。

此外，對於非常喜歡休閒風格略帶點大人的高雅、女性的柔美感風格的我來說，用男孩風的牛仔褲搭配優雅襯衫及有跟皮鞋，這樣的休閒 x 時尚的混搭風格，是基本的搭法。直挺襯衫 x 粗針織衫的異材質，多層次混搭散發出來的自然時尚感，我也十分喜歡。

• 越是單調的單品，穿搭力越高

越覺得自己不擅長搭配的人，衣櫥裡有設計感的衣服越多。一件單穿就有型的美麗衣服是很棒，但若要跟其他原有的衣服搭在一起，其實是蠻難的。就這點來說，有些看似單調的簡約單品，越

是百搭且不會退流行。

• 平價服飾店與其他店

1 將袖口一次往上反摺一大段。

2 將反摺的部分，隨意地往上小幅度捲 1 ~ 2 次。

• 露出腳踝的秘訣

腳踝跟手腕一樣，是全身較纖細，散發女性魅力的部分。將褲管往上捲露出腳踝，展現高雅修長。

• 捲褲管

1 將褲管往上反摺一大段，反摺的部分再摺一次。

2 將外側的一半稍微捲回弄亂，塑造立體感印象，不用太過整齊要有點率性。

• 將襯衫、針織衫披在肩上

時尚的穿搭風格裡，經常出現披肩風

格。春夏使用抗 UV 的開襟外套，秋冬則是粗針織衫，我也推薦披在風衣等外套上的搭法。具有修飾肩寬的效果，又可以吸引目光，有助於提升整體造型。

• 選擇略寬鬆的衣服

稍微有點寬鬆感的衣服，跟緊身衣相比，不會讓身體線條原形畢露，所以

時也是修飾腰部體型的理想方法。

不同體型的修飾

我是屬於上半身瘦，但下半身跟臉都肉肉的體型。以前為了突顯全身看起來最瘦的上半身，我總是選很合身的上衣來穿。可是，後來我才发现因為上半身太嬌小，反而讓大臉跟粗腰看起來更明顯，造成全身比例看起來很差的反效果。

後來，我故意選大一號的上衣，留點讓身體可以活動的空間，看起來反而比較苗條。買針織衫這類，選擇較寬鬆款式的話，還可以把襯衫紮進褲子裡來穿，可說是一石二鳥。

• 看起來又高又瘦

• 想看起來又高又瘦…

說到身高，每個人都盡可能地想看起來高一點，好讓全身比例更美。但唯有這一件事，是再怎麼運動都無法達成的。

不過，只要在注意穿搭細節，要改變外觀的印象，是很有可能成功的。

在此將我個人的一些方法，分享給大家。

• 在意下半身的人…

對於臀部及大腿有自卑感的女性應該不少數。我用自己的方法解決這個惱人問題，例如，有時會用綁腰風格來修飾，在別處創造亮點轉移他人的注意力。不管在任何場合，都常常露出手腕、腳踝來塑造個性感，這是我不變的鐵則。

• 在意上半身的人…

過寬而顯得壯碩的肩膀、鰱肉造成蝴蝶袖、因胸部豐滿而看起來肥胖……

談起上半身的煩惱，說也說不完啊。在這裡拍上用場的是披肩的技巧。

• 捲起衣袖、褲管 & 衣襪紮進褲子

光是穿著會顯得笨重的衣服，也會

因為穿法不同，而顯得苗條修長。可將

袖子、褲管往上捲，露出手腕與腳踝，

給人纖細俐落的印象。襯衫的話，只要

將正面的衣襪紮進褲子裡，穿搭就會多

點變化，產生自然時尚感與顯瘦效果。

還可以繫上皮帶，創造穿搭特色。

• 想讓腰圍看起來纖細一點…

在意小腹和腰圍的人，想用長上衣

或上衣來掩飾，反而會造成曲線畢露，

讓缺點更顯眼。將適度寬鬆的上衣的正面紮進褲子裡，再用皮帶形成視覺焦點，以披肩單品讓上半身比例增加，就能讓腰圍看起來清爽俐落。

• 看起來又高又瘦

• 想看起來又高又瘦…

說到身高，每個人都盡可能地想看

起來高一點，好讓全身比例更美。但唯

有這一件事，是再怎麼運動都無法達成的。

不過，只要在注意穿搭細節，要改

變外觀的印象，是很有可能成功的。

在此將我個人的一些方法，分享給大

家。

有時只要用咖啡色作為漸層色，選用披肩針織衫、披巾等單品，或是用針織衫內搭襯衫的方式，就能讓氣色看起來更好。

這種穿搭能讓肩膀顯得可愛有型，是我超愛的穿衣秘訣。但不適合風較大、或

和孩子一起活動的時候。

• 將襯衫、針織衫綁在腰上

隨時可取下作為外套穿著，溫度變化大時及防曬用都很方便，跟披肩一樣，兼具時尚度與實用性。「綁腰法」

光是穿著會顯得笨重的衣服，也會

因為穿法不同，而顯得苗條修長。可將

袖子、褲管往上捲，露出手腕與腳踝，

給人纖細俐落的印象。襯衫的話，只要

將正面的衣襪紮進褲子裡，穿搭就會多

點變化，產生自然時尚感與顯瘦效果。

還可以繫上皮帶，創造穿搭特色。

• 在意上半身的人…

過寬而顯得壯碩的肩膀、鰱肉造成蝴蝶袖、因胸部豐滿而看起來肥胖……

談起上半身的煩惱，說也說不完啊。在

這裡拍上用場的是披肩的技巧。

• 捲起衣袖、褲管 & 衣襪紮進褲子

光是穿著會顯得笨重的衣服，也會

因為穿法不同，而顯得苗條修長。可將

袖子、褲管往上捲，露出手腕與腳踝，

給人纖細俐落的印象。襯衫的話，只要

將正面的衣襪紮進褲子裡，穿搭就會多

點變化，產生自然時尚感與顯瘦效果。

還可以繫上皮帶，創造穿搭特色。

• 在意下半身的人…

過寬而顯得壯碩的肩膀、鰱肉造成蝴蝶袖、因胸部豐滿而看起來肥胖……

談起上半身的煩惱，說也說不完啊。在

這裡拍上用場的是披肩的技巧。

• 捲起衣袖、褲管 & 衣襪紮進褲子

光是穿著會顯得笨重的衣服，也會

因為穿法不同，而顯得苗條修長。可將

袖子、褲管往上捲，露出手腕與腳踝，

給人纖細俐落的印象。襯衫的話，只要

將正面的衣襪紮進褲子裡，穿搭就會多

點變化，產生自然時尚感與顯瘦效果。

還可以繫上皮帶，創造穿搭特色。

▼香港娛樂圈天王劉德華為當權一方的宣傳短片擔任旁白，支持填海計劃，但他提出的種種問題，其實也非源於土地問題。（photo by 團結香港基金短片）



劉德華宣傳填海造島 反對者認風險多

【本報特約記者陳姪明香港報導】香港政府現正就土地問題，作公眾諮詢辯論，由前任香港特首董建華成立的香港團結基金會，早前發表報告，建議填海建造一個2200公頃人工島，基金會更邀得有「民間特首」之稱的藝人劉德華開腔為宣傳片作旁白，但卻引來大量負評。

擬建2200公頃人工島

團結香港基金會早前提倡「強化東大嶼都會」計劃，建議在香港島和大嶼山之間，建造面積相當於半個九龍的2200公頃人工島，以興建25至40萬個新住宅單位。

基金會2日發布最新宣傳短片，最大亮點是邀得有「民間特首」之稱的藝人劉德華為短片作旁白，他在短片中點出一系列香港人面對的問題，包括未能置業、負擔不起租住樓房，以及生活空間人多擠逼等，然後反問「無限個社會問題，會不會是來自同一個基本問題」，即是所謂的土地問題。

「民間特首」劉德華替前特首的基金會短片做旁白，宣傳造島。反對者轟：不是土地問題，是沒有民選政府。

劉德華之後在短片中，大談有土地的種種好處，最後言明：「我覺得大規模人工島方案看來是比較可取」，呼籲大家應「捉緊機會馬上做」。

不過，宣傳短片引來負評，劉德華也被炮轟，有網民就透過二次創作改掉獨白，點出香港的問題根源並非欠缺土地，而是沒有民選政府。

填海向來爭議巨大，理由之一是破壞生態，上月香港受超強颱風山竹吹襲，近岸部分地區被風暴潮淹沒，香港天文台台長林超英便多次公開警告，填海興建人工島風險太多；此外，劉德華曾出任香港海洋公園的保育大使，現時卻支持填海計劃，被網

民指責言行不一。

劉德華在短片中提到的問題，也絕非來自單一理由，更非是土地問題的延伸，當中包括了港府在人口政策上的失誤，也源於規劃上的失策，在過去十多年沒有回應香港人的住屋需要，房屋淪為炒賣的商品，卻非為解決人民住屋需要而建造，才是劉德華在短片中提及的社會問題之真正理由。

先解決住屋問題

劉德華在短片中呼籲「捉緊機會馬上做」，但如果今天香港是如他所言有著種種問題且處於水深火熱，填海造地最少要花上十年以上時間，故填海計劃實難以為香港的新出路。

港立會補選掀波 建制、泛民再決戰

【本報特約記者陳姪明香港報導】香港建制派跟泛民主派再一次對決！香港立法會西九龍選區補選，提名正展開中，因宣誓問題而被取消議員資格的劉小麗將成為民主派支持的代表，但未知是否會在新的政治審查下，失去參選資格；至於建制派，則派出前食物及衛生局政治助理陳凱欣出戰。

劉小麗不符資格？

雖然明年香港立法會將舉行換屆選舉，但由於宣誓風波，令多個議席懸空，隨著相關法律訴訟結束，補選亦因而開展，在下月底就九龍西選區進行補選。

該議席由屬自決派的劉小麗贏得，但她因慢速宣讀就職誓詞，被中共透過釋法取消議員資格，今次補選她將捲土重來，且獲大部分泛民主派政團背書支持。

不過劉小麗是否能參選仍存在暗湧，她曾提倡民主自決，加上當日宣誓不合格，在現時中共已



把自決視為港獨的新紅線下，隨時可能換來被拒絕參選的命運。而劉的團隊已有後備人選，為多年來參與工運及支持中國民主運動的政壇老將李卓人。

陳凱欣「群星拱照」

建制派的部署就有別於平常，最終沒有由傳統的政團派出代表出選，反而由曾任電視新聞主

播、後來投身為特區政府效力的食物及衛生局前政治助理陳凱欣出選。早前陳已獲建制派力量支持，以社區健康大使身份頻頻現身社區，她4日為報名參選舉行造勢大會，獲建制派「群星拱照」，多名建制派政團領袖紛紛現身支持，諷刺的是，雖然建制派明言她是代表，但她本人卻三度向傳媒否認代表建制派出線。

香港選民中建制票跟泛民主派的票源比例，最少維持在四成五比五成五之比例，在單議席對決下，泛民主派理應有著絕對優勢，惟年初同一選區的補選，泛民主派最終以約2000票之差落敗，原因跟泛民主派已分裂為多個板塊有關，如果今次再度未能整合票源，歷史或會重演。

港基督教會百周年 為大陸教會禱告

【本報特約記者陳姪明香港報導】

中國大陸信徒近年屢受共產政權打壓，香港區會上月29日舉行聯合感恩崇拜，有近萬名信眾出席，聚會焦點之一，是在崇拜禮儀的禱文裡，特別提及為中國教會禱告，被視為香港教會展示良知和勇氣。

慶祝創會百周年

中華基督教會的創會，可追溯自1918年長老會總會在南京開會。當時，長老會、倫敦會和公理會的代表，在會議上芻議三會合一，之後隨著歷史演進，中華基督教會正式成立，但之後因中日之戰爆發及國共戰爭等原因，最終中華基督教會遷至香港。

組織亦由原來的四級制，即全國「總議會」，省級行政區性之「大會」，地區性之「區會」及基層之「堂會」，最後只保留了香港區會及堂會之架構。

舉辦感恩崇拜

今年是中華基督教會創會一百週年，香港區會於是在29日下午，假座東涌香港亞洲博覽館舉

行感恩聯合聖餐崇拜，有來自全港各中華基督教會的堂會、學校、社會工作機構的信眾參與，大會表示崇拜有近萬人參加。

為中國大陸教友禱告

由於近期中國內地教會面對的打壓與迫害不斷加劇，在崇拜禮儀的禱文裡，大會特別提及一同為他們禱告，禱文中明言：「在此我們特別為那些正遭遇壓迫的內地弟兄姊妹禱告，求主施恩幫助，止息一切各式各樣無理打壓。奉耶穌基督聖名禱告。誠心所願。」

香港區會總幹事蘇成溢牧師的證道中，述及中華基督教會的百年發展歷史，並特別提及中華基督教會跟內地之關係，再次提醒信眾為正受逼迫的內教會肢體紀念禱告，禱告內容為：「今日我們雖身處香港，仍心繫祖國，常以愛護香港關懷祖國的心為祖國和香港祈禱。在這裡我們特別掛念在內地一些地區正處艱難困苦當中的基督徒，為他們祈禱，求慈悲的主保守他們，止息一切不合理的壓制，賜他們平安。」



▲中國基督教會創會百週年舉行聯合感恩崇拜，有近萬名信眾出席。（photo by 中華基督教會創會一百周年 fb 專頁）

圖文選粹

圖文 / 中央社

粵深港高鐵通車 落實大灣區理念



MTR

深圳-香港高速鐵路(香港段)開通



▲廣深港高鐵已投入服務，連同稍後通車的港珠澳大橋，是落實粵港澳大灣區規畫的關鍵交通設施；圖為高鐵香港段舉行開通儀式。

范宗沛領軍 峽谷音樂節太魯閣登場

今年以「峽谷弦音，齊詠山林」為主題，邀請范宗沛的音樂團隊，以及「峽谷弦樂四重奏」、客語歌手羅思容等演出。

【本報記者游清淵綜合報導】音樂家范宗沛領軍的弦樂四重奏20日將在太魯閣台地登場，太管處長楊模麟邀大家來「太魯閣峽谷音樂節」坐看峽谷，齊詠山林。

太魯閣峽谷音樂節自2002年舉辦至今，是花蓮年度重要的音樂活動之一，每年各有特色，粉絲年年熱情捧場。今年以「峽谷弦音，齊詠山林」為主題，邀請范宗沛的音樂團隊，以及「峽谷弦樂四重奏」、Amis旮互樂團、客語歌手羅思容與孤毛頭樂團、原住民語歌

手雲力思、水源國小舞蹈隊等演出。

太魯閣國家公園管理處長楊模麟說，太魯閣國家公園範圍有9萬2000公頃，海拔從0到2000多公尺，山巒起伏，擁有豐富自然和人文資源。藉舉辦音樂節活動，以音樂、舞蹈齊詠山林，共同保護美好景色。

今年首次成功將宣傳資訊刊登於全世界矚目的地標—美國紐約時代廣場的那斯達克證券交易所大樓電視牆。透過音樂及表演藝術賦與峽谷地景更生

動的表情，讓聲音在層巒疊翠的山谷之間迴盪，展現太魯閣峽谷百萬年來的生命淬煉。

今年也安排同步網路連線直

播，民眾只要透過行動裝置或瀏覽太魯閣峽谷音樂節臉書粉絲專頁，即可同步欣賞現場精

彩節目。

20日峽谷音樂節活動當天太

魯閣台地將進行交通管制，也

特別安排免費接駁專車，配合

音樂節演出時間從新城（太魯

閣）車站往返峽谷音樂節會場；

也協調台鐵局加停新城站，民

眾可轉搭免費接駁專車。



▲ 音樂家范宗沛（右2）領軍的弦樂四重奏現場演出，為活動拉開序幕。（中央社）



維也納少年合唱團創立於1498年，是世界上最著名的合唱團之一。招牌的水手服、黃鸝般的歌聲，這群來自藍色多瑙河畔傳唱超過500年的小天使，將為您帶來天籟般的音樂饗宴。

演出曲目：

華爾茲及波爾卡舞曲、世界名曲、聖歌、臺灣歌曲等

2018年演出行程(每晚7:30)

10/10 (三)

10/11 (四)

新竹市演藝廳

10/13 (六)

臺南市文化中心

10/14 (日)

臺中市中山堂

10/16 (二)

臺北國家音樂廳

謹慎理財 信用無價

循環利率：5.88%-15%（依本行電腦評等而訂，基準日：2015/9/1）
預借現金手續費（依預借現金約定結付幣別區分）：預借現金金額
x3.5%+（新臺幣100元/3.5美元/350日圓/2.5歐元）
其他相關費率依本行網站及申請書公告

兩廳院售票系統

臺北場：500、800、1000、1200、1500、2000元

其他場：400、600、800、1000、1200、1500元

玉山卡享85折，玉山世界卡/無限卡享8折，團購優惠請洽傳大藝術

贊助：玉山銀行

主辦：傳大藝術 (02)2771-5676
www.arsformosa.com.tw

森林溫泉牧場 秋遊嘉義台三線

【嘉義訊】嘉義縣文化觀光局特別針對台三線上的景點，推出「秋遊攻略」，一次囊括森林、溫泉、牧場，甚至還有車神出沒和談情勝地，隨著台三線來嘉義感受濃濃秋意。

嘉義美景必提的「曾文水庫」是台灣第一大水庫，位於大埔鄉台三線上，從水庫上的觀景台鳥瞰湖水，便能盡覽湖畔綠蔭映襯倒影。

最近更出現「水漾森林」般的奇景，若要仔細欣賞水庫之美，遊客可以考慮緊鄰情人公園和湖濱公園的歐都納山野渡假村。

台三線沿途因風景秀麗，吸引許多重機車神來跑山，有趣的是在台三線312公里處的阿婆彎，有位經營雜貨店的80多歲阿嬤，時常對騎太快的重機車友飄罵髒話，被眾多網友封為「幹嬤阿嬤」。

央此吸引不少車友前往討罵，甚至有車友說「被罵一次之後，

微涼的秋天來到嘉義台三線，秋日悠悠的泡湯旅遊最享受。（主辦單位提供）



全身都被淨化了」。

在中埔鄉台三線301公里處，還有著名的濁水溪溫泉，與關子嶺溫泉、六重溪溫泉同屬一脈，是鹽水性的溫泉。

雖受88風災後歇業，但今年7月重新啟用，有露天泡湯區、個人湯屋及泡腳池，沉浸於自然景緻中泡湯舒壓，極致療癒人心之

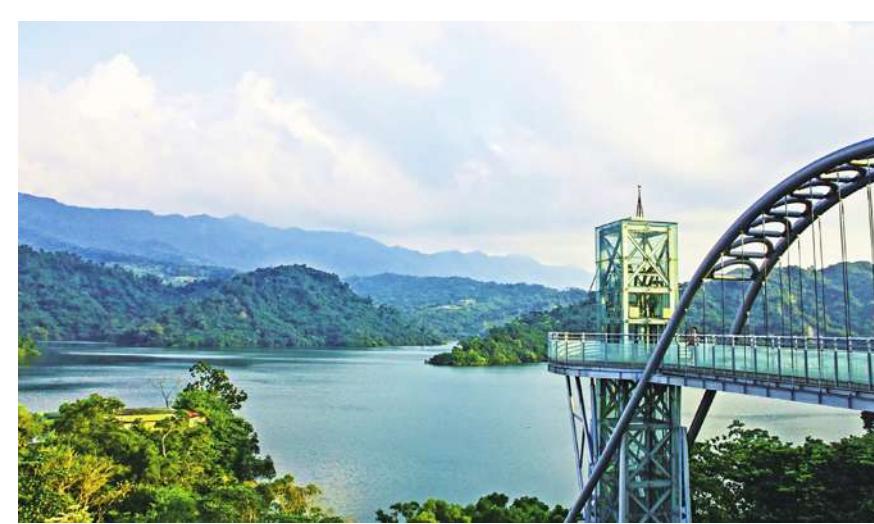
效。

同時，來到中埔就不能錯過「綠盈牧場」及「獨角仙農場」，獨角仙農場的迷你動物園、綠盈牧場最新設置的浪漫鎖教堂、大花滑梯及賞蝶屋，堪稱撩妹勝地。

嘉義縣文化觀光局表示，嘉義台三線從梅山、竹崎、中埔串聯

至大埔，竹崎鄉親水公園內不但有浪漫花仙子步道，也有具挑戰性的天空走廊，從不一樣的視野及高度欣賞風景。

梅山公園則有太平雲梯，可見到多變的氣候，時而山嵐迷濛，時而晴空萬里，微涼的秋天邀請遊客來到嘉義台三線旅遊，秋日悠悠泡湯旅遊最享受。



亞泥生態園區 復育蝴蝶、竹節蟲

【花蓮訊】亞洲水泥花蓮廠在廠區對面打造1公頃多的「亞泥生態園區」，栽種250多種植物，成功復育35種蝴蝶跟10種竹節蟲，數量多達上千隻，吸引民眾爭先前往一睹蝴蝶滿天飛的場景，園區今年更全面升級，擴大增建600坪蝴蝶網室，日前盛大開幕。

展現台灣蝴蝶王國魅力，亞泥今年與徐元智紀念基金會合作，啟動整建工程，整修600坪的蝴蝶網室、並新增蝴蝶採種室、彩蝶生態廊道及竹節蟲專區，提供豐沛食源、安全環境吸引蝴蝶到園內繁殖復育，竹節蟲展示區單



▲亞泥生態園區成功復育35種蝴蝶跟10種竹節蟲，數量多達上千隻。（亞泥生態園區提供）

獨設置，讓遊客可以近距離清楚觀察竹節蟲生態。

亞泥生態園區開放參觀以來，以公益性質接待並導覽來自台灣

各地的訪客，尤其學校戶外教學場次最多，每年平均多達1萬人次到園區參訪，除了體驗蝴蝶圍繞的環境，也可感受亞泥在環境復育的用心，讓更多人了解到遠東集團對環境保育的重視與決心。

亞泥生態園區升級後，下一階段目標朝向果樹植物復育，預計再投入資源種植當地原生種果樹，朝向休閒農場模式經營，增加園區生態多樣性，有得看，還有得吃。

改建後的亞泥生態園區將於29日擴大開幕，維持以往全年每天上午9點到下午5點免費入園，有興趣的民眾可以事先上亞泥官網預約，廠內會派專人免費導覽。

■ 余柏青 / 輯
報馬仔

花博宣言 澎、金、台南半價優惠

【台中訊】台中花博即將開幕，台中市副市長林陵三率隊前往澎湖，舉辦花博推介會，除了向海灣會員宣傳花博外，林陵三與澎湖縣長陳光復、臺南市副市長張紹源及金門縣長代表參議許寬簽署「台中宣言」，邀請三縣市民眾到台中看花博，攜手共創守護生態的決心。

林陵三還與澎湖縣、臺南市及金門縣簽署「台中宣言」，並公布三縣市花博「縣市周」，台南市民在今年11月26日至30日、澎湖縣民和金門縣民在明年3月11日至15日這段期間到臺中看世界花博，在購票窗口出示身分證明文件，便可有門票半價優惠。

林陵三表示，臺中花博將於今年11月3日至明年4月24日在台中后里、外埔及豐原三地同步登場。同時，搭配優惠的機票聯票價格，吸引國外旅客到台灣旅遊亦能順遊花蓮及澎湖、金門等離島。



門票半價優惠。（主辦單位提供）

頭城海陸空 遊客尋寶逛老街

【宜蘭訊】宜蘭縣頭城鎮擁有「陸、海、空三D」豐富觀光旅遊資源，更是「開蘭第一城」，文化底蘊厚實。

頭城是一個「古意」的城市，至今仍保存許多歷史建物與遺址，如今再添加科技資源的助力，讓遊客透過有如「抓寶」的尋寶遊戲方式，更方便讓大家認識頭城鎮的點點滴滴。

頭城老街景點與在地店



頭城是一個「古意」的城市，歷史價值、觀光旅遊及人文景觀。（宜蘭縣政府提供）

在媒體集體碎片化、八卦化的今天，

台灣居然有一份乾淨有益的報紙

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。