



【備資】
性平教育
王立昇理事長

未見教育政見 國教盟問候選人
國教盟認為，各候選人均未將 12 年國教、性平教育、校園安全等問題列入政見，呼籲候選人應積極回應。



嘉義挺管為選舉？文化使然
嘉義市議會與管中閔並無淵源，為何會超越黨派採取連署行動？受訪議員說：「為了依法行政！」



美國期中選舉 眾議院變數多
川普行事屢生爭議，因此民主黨寄望川普拖累共和黨選情。但美國現在各項經濟數據，卻對共和黨有利。



身體過重或過輕 至少減壽 4 年
處於健康體重指數範圍較高的人死於疾病的風險最低，但處於頂端和底端的人則相較短壽。



今天天氣

北部 18°-24° 陰陣雨

中部 19°-26° 多雲短暫雨

南部 20°-28° 多雲短暫雨

東部 17°-25° 陰陣雨

境外資金賄選 選舉亂象大清查

法務部次長陳明堂表示，目前有查到境外資金流入國內選舉，但無法確認是否來自於中國大陸。

【本報記者劉哲岳台北報導】「境外資金流入國內選舉！」法務部次長陳明堂 1 日表示，目前有查到境外資金流入國內選舉，但因資金具有流動性，無法確認是否來自於中國大陸。另外國內目前已移送各類賄選案件共 112 件 880 人，其中包含候選人、村里長、椿腳

等。他提醒民眾，雖然法規規定可以 30 元以下物品作為宣傳品，但仍會依個案認定是否賄選。

而是否要針對假新聞修、立法，陳明堂表示，法務部認為言論自由是屬於台灣的民主展現，不應限制人民，但若形成社會或個人的侵害，也會依選

罷法、妨礙秘密罪等現行法規進行裁處。並表示，若是假新聞真的要立法，也將以保障言論自由為重。並盼全民一起積極查緝，防止金錢、暴力、不實謠言介入選舉投票。

內政部警政署署長陳家欽也針對假新聞回應，從 9 月開始，刑事警察局結合地方警察局成立科技偵查隊與真一訊息查緝小組。並表示，過去選舉大多是黑函，但現在隨著科技進步，不實訊息大多在網路中散播，目前網路偵查下已受理 80 件，並移送 56 件共 63 人。行政院長賴清德表示，台灣高等檢察署及警政署已執行兩波「選前全國同步掃黑行動」及一波「選舉賭盤行動專案」，已有初步成效，掃黑行動逮捕嫌犯 846 人，賭盤行動專案則查獲嫌犯 40 人，賭資高達 97 億，盼透過兩專案，防止治安等問題產生，達淨化選舉之成效。



▲ 行政院發言人谷辣斯·尤達卡（左）主持行政院會後記者會，法務部次長陳明堂（右）說明查察賄選及防制暴力工作情形，席間兩人交換意見。（中央社）

四大基金護盤 挨批只為選情

全教會副理事長孫鳳群憂慮，一旦投資失利，將造成財務更大的缺口，人民的退休撫卹將被一砍再砍。



【本報記者許嘉琪台北報導】非為股市為選情？全國教育產業總工會於 1 日在立法院召開記者會，質疑政府選前動用近千億的退撫和勞動基金，在股市處於萬點時護盤，是將人民的養老本拿去護選情。全教會副理事長孫鳳群憂慮，一旦投資失利，造成四大基金財務更大的缺口，人民的退休撫卹將被一砍再砍。

根據統計，從去年 12 月底到今年 9 月底，因股市熱絡，四大基金（郵匯儲金、勞保基金、勞退基金及公務人員退撫基金）投資股票的金額從 8,778 億增加到 9,529 億，增加幅度近 800 億。其中，以勞工退休金和勞工保險金的增長最多。

進場時機詭異

「現在解凍千億資金，真的是為了增加基金收益，想要『逢低』進場嗎？」全國教育產業工會副理事長孫鳳群質疑，自 84 年退撫基金成立以來，只有 5 年台股曾經出現萬點行情，選擇這個時機買進，很不尋常。

孫鳳群分析，10 月 8 日相關官員表示不排除護盤時，指數還在 10,455 點，但是 26 日台股已跌破 9,500 點，如果官員真的依照指示，在 8 日那日進場，現在可能已經虧損不少。

人民老本買單

孫鳳群憂慮這樣的投資「獲利有限，風險無限。」將來還必須承擔被套牢的風險。萬一已撥款的 500 億資金被套牢在股市中，以投資市場百年平均報酬率 7% 來計算，20 年後就可能因長期套牢無法投資滾存，造成 2000 億的缺口。

一旦造成巨大財務缺口，政府應該如何處理？孫鳳群認為，根據「公立學校教職員退休資遣撫卹條例」第 67 條規定：「退休後所領月退休金，得... 衡酌退撫基金準備率與其財務投資績效... 調整之。」一旦投資虧損或基金運作績效不佳，政府很可能再度調降民眾的退休金，用人民的養老資本，來彌補自己投資失利的空洞。

國民黨立委蔣乃辛質疑，

國安基金會通常會等股市跌落 7000 點以下才進場護盤，現在用四大基金的錢在萬點時護盤，究竟為了甚麼？難道不是為護股市，而是要護 11 月 24 日的大選選情？

曾任國安基金操盘手的國民黨立委曾銘宗也表示，他贊成在股市遇重大波動時由政府進場護盤，但動用「四大基金」的錢，他不贊成。四大基金關係到超過一千萬退休公務人員和勞工的未來，必須要審慎運用。

非護股市護選情

全國教育產業總工會呼籲政府將四大基金交給國內外的優秀基金顧問公司管理，由專業團隊為人民的養老基金賺錢，避免政治黑手介入。也要求公布所有持股明細和操作方法，讓民間了解每一筆錢是基於何種原因買進賣出。

最後如果不幸發生虧損，政府應負最後的支付責任，不要用人民的退休金去承擔投資失利的後果。

▲全教會呼籲出示買進、賣出的產業研究報告和決策理由，以昭公信。圖右為國民黨立委蔣乃辛、左 2 為國民黨立委曾銘宗。（中央社）



電影特映場

2018 年 11 月 6 日 (二)
晚上 9:00 真善美戲院

醒報訂戶寄 anntw.ad@gmail.com
註明手機、訂報地址即贈送 2 張

醒報請訂戶看電影！
《鬥牛犬：米其林帝國》



社論

半套轉型正義的後遺症——追究國民黨，不追究日據？

陸軍航空特戰指揮部空降訓練中心，日前以 755.5 萬元的預算，徵求在位於屏東空軍基地南側外的「大聖西營區」設置公共藝術。徵選的主題之一是「呈現日據時期駐紮在屏東的日本陸軍飛行第八聯隊相關歷史文」。

漠視霧社事件

陸軍此一舉措，立即引發社會譁然。招標書以正面、肯定的語氣說明第八聯隊背景，卻完全沒有提到，該聯隊在霧社事件的第二天，派了四架飛機到事件發生區域，對霧社抗暴

的原住民進行了近一個月的大規模偵察與轟炸轟炸，使用瓦斯彈、毒氣彈等各式炸彈千枚，殘虐的屠殺造成原住民嚴重的死傷，更因手段過於殘酷，引起國際社會關注。

難道國軍不知道這段歷史嗎？就算不讀書也要看電影吧！導演魏德聖的電影《賽德克·巴萊》中對霧社事件有過驚心動魄的敘述，其中也包括日本陸軍飛行第八聯隊對原住民的轟炸，為什麼如今陸軍竟然要用公共藝術來紀念這支部隊？真是莫名其妙到極點！

當然，陸軍並不是不能透過

藝術來呈現日本陸軍飛行第八聯隊的歷史，關鍵是如何詮釋及看待這支部隊與相關歷史。

美化屠殺部隊

遺憾的是，大聖西營區設置公共藝術的招標書上居然寫著：當年台灣總督府基於理蕃需要…設置陸軍第八飛行聯隊，駐紮屏東…陸軍飛行第八聯隊開隊，當日不但有軍方的空中分列式飛行中演習及各種戰鬥演習，屏東民間有藝妓舞蹈表演等，堪稱盛況空前。

這樣的敘述完全美化、肯定日本這支殺人部隊，不但讓當

時被虐殺的太魯閣族、賽德克族受到二次傷害，扭曲的史觀也讓全體國民蒙羞。

由於爭議性過大，國防部昨日已道歉，並決定暫緩這項公共藝術品的評選案。然而，這個事件曝露出民進黨轉型正義只做半套的問題，確實相當嚴重。

排除日據時期

民進黨蔡政府全力主導的《促進轉型正義條例》，設定追討、平反的時間是 1945 年 8 月 15 日（日本投降）至 1992 年 11 月 6 日（金門正式解除戒

嚴）期間，就國民黨執政期間遭受司法迫害者進行平反。

換言之，排除了日本統治台灣時期，也因此，包括霧社事件等多起原住民抗暴、遭受日本屠殺、台民的司法冤獄等，全都無法得到平復。

促轉條例通過時，就有多位原住民政治人物反對，認為這套法令並沒有考量到原住民的處境；不過，蔡政府並未理會，顯然民進黨高層就是不想追究日據時期的不正義問題。

這次「大聖西營區」公共藝術徵選案外包，除了顯示部份軍方人士昧於歷史之外，更值

得關心的是，不排除有人刻意透過公共藝術，向日本的軍國主義表現出諂媚的舉措，以迎合綠營高層的親日思維。

迎合親日思維

如此可恥的行徑絕非偶然，也不會是單一事件；如果民進黨政府執意實行目前的這個半套轉型正義，不追究日本對台灣人民的傷害，則未來恐怕還會出現更多錯誤、荒謬、令人憤怒的公共政策；蔡政府要如何說服人民，民進黨關心台灣所有族群的轉型正義呢？

（彭蕙仙）

未見教育政見 國教盟質問各候選人

國教盟認為，各候選人均未將 12 年國教、性平教育、校園安全等問題列入政見，呼籲候選人應積極回應。

【本報記者鄭吉峻台北報導】市長候選人都不關心教育？國教行動聯盟 1 日召開記者會，分別就 12 年國教、師資、性平教育、技職、幼教、校園安全、特殊教育等方面，向全國市長候選人提出質問。國教盟認為，各候選人均未將上述問題列入政見，呼籲六都候選人應積極回應。

中華語文教育促進協會理事長段心儀首先就 12 年國教開炮，表示現今高中入學制度複雜矛盾，雖名為免試入學，但學生卻要參加會考；台北基與教育部不同調的結果，導致越來越多人報考私立學校。

質問教育議題

師資方面，段心儀以林奕含事件為例，表示教室行為不檢的狀況仍時有所聞，但未見市長候選人提出防範狼師的做法。

性平教育部分，段心儀表示，狼師的行為對孩子及家長都是一種傷害，她質問市長候選人未來將如何防範狼師及如何推動性別



▲ 國教行動聯盟等教育團體提出包含十二年國教課綱、狼師防範、技職教育、幼教公共化等議題在內的 10 項提問，呼籲各縣市首長參選人回應。（中央社）

平等教育。

技職方面，全國幼教家長聯合總會會長蘇祐晟指出，中央及地方長年忽略技職及幼教教育，現今工科技職教育也以國英數等學科取代實作訓練，致使學生畢業後找不到合適工作、工作找不到適用人才，產生學用落差。蘇祐晟

向市長候選人提問，將如何讓高職畢業學生，畢業後順利投入職場？

教官特教師資缺口

幼教領域，蘇祐晟說行政院雖如火如荼動用 300 億元預算，推動幼兒園公共化政策，但公幼抽

籤「根本抽不到」，因此對幼兒園準公共化打上問號。

校園安全部分，全國家長會長聯盟理事長劉世鴻指出，軍訓教官將於 2023 年 8 月 1 日全面退出校園，替代役也將比照辦理。劉世鴻擔憂，少了教官的第一防線，詐騙集團「黑手」恐深入校

園，藥物濫用、網路賭博、校園霸凌、學生鬥毆等事件恐防不慎防。劉世鴻向市長候選人提問，如何加強維護校園內外安全，讓家長放心？

特殊教育方面，全國家長會長聯盟副理事長李桂芬表示，

現在有越來越多特殊生融入教學活動，但照護人力可能不足。她質疑先階段國中小及高中職特殊生教育的師生比是否恰當？

國教盟呼籲六都市長候選人，就上述七項質疑作積極回應，否則「選票可能會消失」。

輕颱玉兔轉低壓 全台有雨濕淋淋

【本報記者許嘉琪台北報導】出門記得帶把傘！輕颱玉兔持續減弱，但環流水氣北上，周四周五全台皆有雨。中央氣象局表示，預計颱風今（2）日就有機會減弱為熱帶低氣壓，不過外圍水氣仍會進來，中南部有零星短暫雨，北部則受到颱風水氣和東北風雙重影響，雨勢較為明顯。天氣風險公司總監賈新興補充提醒，這幾日溫度偏涼，出門要帶個外套。

氣象專家彭啟明在臉書表示，輕颱玉兔目前位於台灣西南方約 500 公里海面，以每小時 12 公里速度，緩慢往北移動。颱風強度仍在減弱，預計周五將會減為熱帶性低氣壓，周六逐漸消散。

雖然不會有衝擊性的影響，但颱風外圍水氣已飄到台灣上

空和東北風合流，配上北部及東北部地形，會持續有迎風降雨，越往東北雨量越多，提醒東半部、宜蘭山區嚴防大雨。賈新興預測，這兩天過後，玉兔外圍影響就會減弱。天氣將在 3 日開始會逐漸好轉，溫度回升、雨勢也趨於緩和，不過雲量仍多。預估這波穩定天氣會持續五六天，直到下周三（7 日）東北風再南下，天氣再度轉涼，提醒民眾到時早晚低溫要注意保暖。

彭啟明表示，這波水氣造成的降雨對於解決空污大有助益，整個空氣品質都明顯改善。如果覺得能見度不好不用擔心，彭啟明說，那是雲霧的粒子，不是空氣污染的懸浮微粒。唯高屏地區 1 日在懸浮微粒的數值上仍偏高，等到有雨後就會逐漸改善。



▲ 受東北季風及颱風或熱帶性低氣壓外圍環流影響，北部及東北部天氣較涼，其他地區早晚天氣亦涼；台北地區陰雨不斷，行人外出撐傘。（中央社）

唐鳳發新聞澄清 本意是政府不會造謠



【本報記者章文報導】行政院政務委員唐鳳 31 日與媒體茶敘，被問到政府如何應對假訊息時，她破題第一句說：「院的立場很簡單，第一，政院自己不要造謠；第二，若有片面訊息就快速澄清；第三，處理假新聞時，言論自由的紅線不要踩。」但針對 1 日中國時報頭版報導：「打擊假訊息政委唐鳳主張政院不要造謠」時，她卻特別發出新聞稿指控該報是以刻意放大的方式，對她的內容進行片面引述，盼能更正為「行政部門不會造謠」，期望民間共同抑制假消息的危害。

唐鳳否認她與媒體茶敘說過「院的立場很簡單，第一政院自己不要造謠。」的話，並表示，行政部門不會造謠，她的原句「院的立場很簡單」即是此意。她說，行政院除了積極提供正確訊息，以正視聽，對於民間社群

陸續成立「第三方事實查核機制」，我們也樂觀其成，期許公民力量能夠扮演關鍵角色，共同抑制假消息的危害。

她也強調，對社會互信的危​​害，不只政府部門，人人都是可能的受害者。行政院官網已於 5 月成立「即時新聞澄清專區」，就是希望協助媒體工作者與社會大眾，能夠在第一時間取得正確訊息，共同抑制假消息的散播。另外，行政部門加強落實開放資料、推動開放政府，藉由提高資訊與政策的透明度，協助社會大眾「就事論事」減少不必要的臆測，這是她 31 日發言的本意。

但是她也肯定中國時報使用「假訊息」，而非「假新聞」，與政院的論述用詞一致，是好的開始。她希望媒體能夠加強自律，多加查證、平衡報導，這是廣大閱聽者的共同期待。

內容進行片面引述，盼能更正為「行政部門不會造謠」。（中央社）

▼嘉義市議會議長蕭淑麗(中)提案支持「大學自主」,力挺管中閔依法就任台大校長。(photo by 蕭淑麗臉書)



嘉義「挺管」為選舉？ 議員：文化使然

【本報記者許嘉琪台北報導】嘉義與「管爺」有何干？嘉義市議會10月4日通過臨時動議，不分黨派過半數議員連署支持「學術自主，籲中央盡速聘任台大校長」的提案，成為全台第一個通過大學自主的議會，但教育部日前回函給個軟釘子。嘉義市議會與管中閔並無淵源，為何會超越黨派採取連署行動？受訪議員說：「為了依法行政！」

教育部10月30日回函嘉義市議會重申，依大學法第9條規定，「新任公立大學校長之產生，……，經公開徵求程序遴選後，由教育部或所屬地方政府聘任之」。並強調，教育部對國立大學校長遴選作業是依憲法第162條、大學法第1條，進行適法性監督。換言之，教育部並無意回應嘉義市議會的

嘉義市議會與管中閔並無淵源，為何會超越黨派採取連署行動？受訪議員說：「為了依法行政！」

民主聖地挺民主

「不是挺管，而是挺民主！」嘉義市議會秘書長李佩玲說，嘉義市議會自詡為台灣的民主聖地，因為會內的生態很特別，最大黨就是「無黨籍」，不是藍或綠，大家一早9點30分就到議會認真問政，且不管執政的是民進黨或國民黨，會內同黨籍議員大多不會護航，該刪的預算就會刪。

發起連署的嘉義市議會議長蕭淑惠認為，教育部插手台大校長遴選是「政治干涉學術自由」，也是對於民主法治的破

壞。「挺大學自治也是挺地方自治」，議會有感內政部常伸手干預地方，壓抑了嘉義市的動能與自主。因為面對同樣的「非民主」邏輯，所以議員們對於台大校長爭議特別關注，並能同聲一氣。

友情贊助挺同事

嘉義市無黨籍議員廖天隆、黃秋澤也都表示認同「依法行政」、「學術自由」的理念，雖然對於管中閔並不了解，但是基於「法治」原則，仍參加連署。兩人也說，會議內不分黨派感情融洽，此次動議藍、綠皆有參與。

然而，受訪者中也出現不同的聲音。無黨籍議員蔡永泉表示，「卡管」是中央的事，地方不應該越權插手。他認為這次的議案是蕭淑麗議長的個人意見。連署能夠過半，主要有賴會內同仁的「友情贊助」，很多議員不明究裡，只是基於同事的情誼和禮貌，幫忙簽下連署。

不為「挺管」為造勢

民進黨議員蔡文旭進一步指出，蕭淑麗議長提案支持學術自由別有用心。首先，由於蕭淑麗是無黨籍市長候選人，造勢資源有限，她想藉由管中閔事件拉抬自己選舉的聲勢。其次，蕭淑麗為了想邀請管中閔來嘉義市演講，必先送上一份「小禮物」，這個支持案，就是她所備下的禮數。

《瑪莉皇后的禮服》 演繹慰安婦苦楚

【本報記者劉哲岳台北報導】以慰安婦為主題的音樂劇《瑪莉皇后的禮服》，為劇場界創作全才梁允睿的新作品，他也在劇中反串演出女主角瑪莉。梁允睿表示，這次以慰安婦作為創作題材，就是想透過音樂，說一個在政治上大家都不敢碰觸、卻該被引以為戒的故事。



《瑪莉皇后的禮服》取材二戰時期，日本橫濱瑪莉的生平傳記，劇中真實與虛構夾雜，展現出用肉體及眼淚淬煉人生的故事。梁允睿表示，當他看到日本橫濱瑪莉的真實事件時，內心極度震撼，更在深入研究後，感受到各國二戰時期慰安婦的無奈、苦楚以及勇敢，因此他選擇以慰安婦作為題材，希望藉由藝術的力量，讓觀眾找到心中的勇敢。

劇中透過身份成謎的「瑪莉」，遇到年輕裁縫師「正太」後，敘述自己的人生故事，在真假交織的對話裡，瑪莉化身故事中不同

▲梁允睿在《瑪莉皇后的禮服》中反串演出瑪莉。(photo by 劉哲岳/台灣醒報)

的女性，將時空帶回戰爭年代，展示在亂世中，女性身不由己的無奈及韌性。並透過舞台、影像技術，營造出時空交替的時代感，更運用不同風格類型的音樂，去揣摩歷史事件、女權主義、社會認同、親情等情感，使觀眾能身歷其境。

音樂劇《瑪莉皇后的禮服》將於11月2日至11月4日，在國家戲劇院實驗劇場演出5場。



◀《瑪莉皇后的禮服》取材二戰時期，日本橫濱瑪莉的生平傳記。(photo by 網路截圖)

包米送弱勢！70位藝人行動表達愛

【本報記者李牧權台北報導】一年一度的「包米同學會」又來了！宋達民、梁文音、艾成等近70位藝人完成3450公斤白米的急難救助食物包分裝，提供予近2000戶弱勢家庭。「明年我們希望突破100位藝人，能夠把4500個個案通通送到家！」台灣藝起發光促進協會理事長宋逸民表示，這已是第二年舉辦包米活動，參加人數也比去年更多，每位藝人都非常期待，透過行動把祝福和愛送出去。

「藝起發光」繼去年邀請50位藝人一同包米送暖後，今年更進一步邀請近70位藝人，一同聚集在1919食物銀行的八里倉庫，為弱勢家庭分裝白米成急難救助食物包。

70位參與藝人包括宋逸民、陳維齡、宋達民、洪百榕、岑永康、何戎、梁文音、唐玲、Stacy、陳致遠、林秀琴、小炳、阿Ben、徐小可、艾成、梁一貞、曾治豪等。



短短兩個小時，已分裝好3450公斤的大米，中華基督教救助協會秘書長夏志堅牧師感動地表示，這些藝人朋友願意放下手中繁忙的工作，同心協力

做公益，幫助弱勢，場面相當溫馨。

「除了讓有需要的家庭得到愛心白米外，參與者亦能實踐施比受更為有福的信仰精神。」

宋逸民興奮地表示，藝起發光公益的腳步不會停止，還要號召更多人一起加入公益的行列，因為我們不僅僅把上帝的話掛在嘴邊，更要活出上帝的樣式。

◀藝起發光舉辦一年一度「包米同學會」，梁文音和老公張念平也有參與，他們期望透過包米做公益，活出愛人精神。(photo by 台灣藝起發光促進協會)

給在星巴克 閱讀台灣醒報的你…

您經常清早到星巴克閱讀，沉思，
您注意到有一份滿清新的日報，
您很想訂一份給家人，特別是孩子或孩子的班上……
歡迎訂報送好書、電影票。請洽 0800-011-961

共享喜悅 · 共享清新



▼美國總統川普為共和黨候選人助選。（取材自川普推特）



美國期中選舉 眾議院勝負變數多

川普行事屢生爭議，因此民主黨寄望川普拖累共和黨選情。
但美國現在各項經濟數據，卻對共和黨有利。

【本報駐美記者劉屏華府報導】今年美國期中選舉即將在下周二（6日）投票。期中選舉等同對現任總統的信任投票，也具有下次總統大選的風向球意味。

川普或面臨彈劾

這項選舉要選出眾議院全部435位眾議員以及參議院1/3的參議員（今年是35位）。目前聯邦參、眾兩院都是共和黨居多數，其中參

議院是51比49，眾議院是235比193（有7席懸缺）。

通常期中選舉對執政黨不利，七零年代迄今的21次期中選舉，執政黨在眾議員選舉輸了18次，在參議員選舉

輸了15次。唯依目前選情看來，選後參議院仍將是共和黨占多數，眾議院則變數較多。

參議院今年改選35席，其中民主黨26席，共和黨9席，

川普民望創新低 民主黨有望翻盤

【本報記者李牧權綜合報導】川普民望屢創新低，更創下近44年來期中選舉前的最新低！根據最新民意調查顯示，美國總統川普支持率為41%，遠低於自1974年以來中期選舉的平均52%。如今距離期中選舉不到一週，外界分析，川普民望急跌，勢必有利民主黨從共和黨手中奪去參議兩院多數席次。

川普民望 44 年新低

據《美國蓋洛普民意調查公司》最新民調結果顯示，總統川普支持率為41%，遠低於自1974年以來歷任總統在期中選舉時期52%的平均值。這更是44年以來，在期中選舉期間最低的總統支持度。

另外，對整體美國前進方向的滿意程度，民調顯示，雖比2014年和2010年期中選舉期間的數據高，但仍低於自1982年以來37%的平均值。蓋洛普這次針對全國1000多名成年人進行了調查，調查誤差率為4%。

調查報告亦指出，在過去40年間，控制白宮的政黨在期中選舉中平均失去22個眾議院席位。蓋洛普表示，總



▲美國2018年期中選舉將於11月6日舉行。（photo by 美國國會大廈官方網站）

統支持率是決定其所屬政黨是否會損失更多席位的最重要因素。

根據數據顯示，自1950年以來，總統在其支持率低於50%的情況下，執政黨於國會中平均會失去37個席位。

民主黨將重奪眾院

這份民調結果有助民主黨營造選前氣勢，目前川普的共和黨控制了參眾兩院的多數席次，然而，只要民主黨與其在兩院的盟友只要多拿2席，就能取得參議院控制權，取得眾議院控制權則需多拿

25席。

如果按照統計數據的推估，民主黨很有機會從共和黨手中奪回參議兩院多數席次。

據《經濟學人》分析，民主黨若要奪取眾議院多數席次，必須要比共和黨多拿500-600萬張選票。

雖然差距看似巨大，但民主黨在近年幾場議員補選中取得不錯的成績，特別是在被視為是期中選舉風向標的賓州特別選舉中，攻破共和黨傳統票倉，因此，多家外媒都看好民主黨能在這次期

中選舉中取得優勢。

據《CNN》預測，民主黨將在眾議院取得225個席位（贏得眾議院的多數席次），而共和黨人則取得210席。在參議院改選中，共和黨將取得52個席位，並保持對參議院的控制權，而民主黨則取得48個席位。

換言之，共和黨雖仍守住參議院的控制權，但會失去眾議院的控制權，在決策上將被迫進行跨黨妥協，川普亦不能再隨意通過具爭議性的法案。

因此共和黨不但可以在參議院確保多數黨地位，甚至可能拉大差距。這樣的結果有利於川普的人事案，因為只有參議院對人事案有議決權。

民主黨如果搶下眾議院的多數席次，川普很多計畫都將面臨挑戰，例如在美國和墨西哥之間的邊界圍牆。預算是另一個大問題，川普行政當局與民主黨掌控的眾議院如果有重大歧異，政府隨時可能會暫停運轉。這種事在美國已發生過多次。

而川普本人要擔心的，則是民主黨因此可能對川普提出彈劾案，罪狀包括通俄門、包養情婦等等。

1998年，當時的總統柯林頓發生性醜聞，涉及偽證、妨礙司法等罪，因此遭到眾議院彈劾，但參議院投票沒有達到2/3多數，故未能令其去職。

但只要眾議院提出彈劾案，就能令川普困擾不已，民主黨可以藉此與共和黨討價還價。

移民影響選情

川普行事屢生爭議，因此民主黨寄望川普拖累共和黨選情。但美國各項經濟數據對共和黨有利，例如失業率低、薪資水準達到9年來最高、股市上揚等。

另外影響選情的，一是移民議題，

特別是來自中美洲的「篷車隊」正經由墨西哥向美國前進。

共和黨主張強力阻止這批非法移民，民主黨則主張根據人道精神予以收容，這個議題目前在美國難以調和。

另一是健保，如果共和黨獲勝，川普可能再次要求推翻歐（巴馬）記健保，這是民主黨難以容忍的。

民主黨全力出擊，共和黨全力捍衛！最新民調顯示，支持民主黨的占47%，支持共和黨的占43%，相去不遠，勢將帶動投票率。以18至30歲的選民為例，4成表示「一定會投票」，遠超過這個年齡層在上次（2014年）期中選舉的19.9%。

女性較支持民主黨

另有一項民調顯示，女性選民支持民主黨的比支持共和黨的高18%，男性選民支持民主黨的則比支持共和黨的少5%。

此外有分析指出，民主黨投入的競選經費比共和黨多。這兩項指標都對民主黨有利。

川普本人僕僕風塵於全美，卯足全力助選，在最後關頭能否激發選民熱情，成為選戰變數之一。



▲圖為宏都拉斯難民車隊。(Photo by boitchy on Flickr under Creative Commons license)

川普邊界部署重兵 教會齊反對

【本報記者莊瑞萌綜合報導】川普派遣軍隊阻止難民入境，不符比例原則！天主教與基督教團體稍早針對美國政府有意派遣5千多位軍人至美墨邊界，防堵中美洲移民入境美國一事表示反對，教會團體認為川普的作法不僅過當，也呼籲當地政府應提供人道援助而非武力威脅。

據《基督徒郵報》報導，第一波往美國接近的移民浪潮共有4,000多人，大多是逃離中美洲暴力與經濟危機。

對此，包括天主教救濟服務組織與美國天主教慈善會在內等團體同聲呼籲，當地政府應給予尋求庇護者人道救助，並表示「國家雖有權保護邊界，但這種權利也附帶責任，也就是政府必須以比例原則執法，我們認為尋求庇護不是犯罪行為。」

據《福斯新聞》報導，自從美國國

防部宣布將在南部再部署5,200名支援部隊士兵以便強化邊界後，總統川普隨後指出，美國將設置臨時帳篷城市安置在車隊中尋求庇護者。

不過川普在受訪時仍對移民喊話，「請回去，除非你透過法律程序，否則你們不會核准進入美國，這是侵略我國的行為。」

基督教聯合衛理公會教會與社會理事會則對於美國出現移民排外、種族歧視與暴力回應的氛圍進行譴責。該機構認為，美國應是建立人與人之間的關係，而非打造圍牆；世界救援會（World Relief）也表示，將會致力保護移民合法在美國申請難民的權利。

而在10月31日的談話中，川普再度宣布，邊界部署軍力將增派至15,000名士兵。

醒報廣告、訂報專線：



0800-011961

看完醒報，轉贈鄰居信箱

▼ 海法由女候選人羅坦杜 (左) 擊敗現任市長亞赫夫，成為史上首位以國主要城市的女市長。(photo by 網路截圖)



以色列市長拚選舉 耶城選情渾沌

【本報記者宋秉謙綜合報導】以色列各大城市市長首輪選舉結果揭曉，3 大城市中以耶路撒冷選情最不明朗！以色列 3 大城耶路撒冷、特拉維夫及海法都處於市長選舉階段，海法由女候選人羅坦杜擊敗現任市長亞赫夫，成為史上首位以國主要城市的女市長；特拉維夫的「侯戴當權」保持不變，新科候選人扎米爾上位失敗；但耶路撒冷的選舉首輪無人過 40% 的門檻，需等第 2 輪。

首位女性任市長

根據《以色列哈里茲報》報導，以色列各大城市近期開始市長選舉，第 3 大城海法的選情寫下新歷史，女候選人羅坦杜獲得工黨領袖加拜的支持，加上左翼馬瑞茲黨與海法哈拉迪區的強力後援，因此以高達 55% 的得票率擊敗現任市長亞赫夫，成為該國首位主要城市的女市長。

74 歲的亞赫夫原屬工黨，但在 2003 年投入 Shinui 黨，更於同年參與市長選舉，獲得該黨與綠黨聯合支持，持續執政了 15

以色列 3 大城耶路撒冷、特拉維夫及海法都處於市長選舉階段，但耶路撒冷的選舉首輪卻無人過 40% 的門檻，需等第 2 輪。

年，以色列政治制度是得選得連任，最多至 5 任，而亞赫夫今年在爭取倒數第 2 個任期時，輸給羅坦杜，主因是流失掉工黨的支持票。

特拉維夫變不了天

至於以色列第 2 大城特拉維夫的選情則更受該國重視，由於國際現實，特拉維夫被視為該國第一大城，而非爭議滿天的耶路撒冷。根據《以色列大新聞網》報導，特拉維夫的現任市長侯戴以 46% 擊敗 34% 的扎米爾，再度於自己的主場勝出，將執政最後一次任期。

擔任副市長多年的扎米爾本次嘗試挑戰市長大位，加上民調顯示他有機會當選，然而，選民仍以 12% 的差距票數告訴他，「特拉維夫仍是侯戴的主場」，連任 4 期的侯戴將繼續最後一任期。

然而，耶路撒冷選情則不明

朗，首輪沒有任何一位候選人得到超過門檻的 40%，因此需要等到第 2 輪決選，據資料顯示，耶路撒冷續寫「低投票率」的老傳統，本次僅有 35% 的投票率，比起海法的 47% 與特拉維夫的 44.7%，顯示出選民的政治冷感。

專家指出，耶路撒冷的低投票率與國族政治高度相關，約有 30 萬巴勒斯坦人住在東耶路撒冷，但僅有極少數人獲得以色列公民身份，因此多數人無法參與大選。

耶城續低投票率

不過，據該國內政部表示，全國合格選民相比於 2013 年大選時，已多了 5.2%，有 53% 的人民擁有合格選民身份。

圖文選粹

圖文 / 中央社

拯救珊瑚 帛琉 2020 年禁用防曬乳



比特幣興起 助長地球暖化

【本報記者莊瑞萌綜合報導】比特幣採礦恐加速全球溫度升高！美國 1 所大學科學家研究發現，若比特幣等加密貨幣持續熱門，由於其採礦過程會耗用大量資源，最快 20 年就可讓地球升溫，突破攝氏 2 度門檻。

據《英國獨立報》報導，夏威夷大學研究人員利用 40 種不同科技技術進行比較，當中包括洗碗機、電子書、電力與網路等，而從最保守估計來看，打造比特幣過程造成的累積污染排放，會在 22 年內讓地球升溫 2 度，若比特幣持續熱門下去，時間則會縮短至 16 年。

研究人員也指出，雖然比特幣採礦過程運算需求相當大，但要精準計算其碳排放仍有難度。因此，研究人員是以採礦電腦的能源效率、全球各地採礦者的位置以及當地電力製造的碳排放加以分析。

據《Electronics360》報導，比特幣存在於加

密且數位交易中，當中包含可打造分散式總帳本的複雜演算法，也就是區塊鏈，等到密碼雜湊函式被解決後，交易便可被認證，而解決函式的人則可獲得小額報償，因此，採礦者會試圖解決更多算式以便獲得報償，但過程中會需要許多運算能力與電力。

研究人員塔樂黛表示，「目前運輸業、住宅與食物被認為是氣候變遷最大的製造來源，但這次研究認為比特幣也應該被列入名單中。」

研究人員摩拉表示，「很明顯未來加密貨幣的開發，應該認真降低電力需求，才能避免升溫 2 度帶來的毀滅性後果。」

雖然過去 10 年來比特幣推出後開始快速成長，但過去 10 個月成長已停滯，對此，西北大學瑪莎那特教授對於這次研究結果持保留意見，他指出，「加密貨幣的未來發展仍無法預測，加上全球電力部門已在減碳，而且資訊部門也更具能源效率，研究人員忽略了這 2 項趨勢。」



▲ 打造加密貨幣過程必須耗用大量運算資源。(Photo by BTC Keychain on Flickr under Creative Commons license)

醒報客服專線：

訂戶收報若不正常・與派報生對話

02-23581806

有專人為您服務

看完醒報，轉贈鄰居信箱



凱薩獎女星
朵莉亞緹莉兒 最狂演出

法國鬼才導演
尼可拉斯貝多 精彩神作

比卡夫卡自虐！比普魯斯特浪漫！

榮獲美國 漢普頓國際影展 觀眾票選最佳影片
科爾科瓦法國電影節

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

▼ 香港曾經在軟硬實力上均傲視國際，但近年人文質素的軟實力，卻正在慢慢削減。(photo by 網路截圖)



透視國際 4 項排名 香港軟實力漸減

【本報特約記者陳珏明香港報導】香港雖然是彈丸之地，但論競爭力向來位居全球前列，但如果立體地審視香港在各方面的不同排名，或許會呈現不同的畫面。

四個不同的全球性排名，分別跟慷慨度、英語水平、旅遊吸引力及營商便利有關，結果反映香港雖在經濟上仍首屈一指，但軟實力似乎正在下滑。

優良營商環境

世界銀行 31 日發表《2019 年營商環境報告》，香港在便利營商排名榜居全球第 4 位，較去年第 5 位上升一級，回復 2017 年排名。

營商環境報告以 10 項不同指

從慷慨度、英語水平、旅遊吸引力及營商便利 4 項排名而言，香港在經濟上仍首屈一指，但軟實力正在下滑。

標比較全球 190 個經濟體在便利營商方面的表現，香港在多項表現超卓，分別在「繳納稅款」及「申請建築許可」都居全港第一位，而在「取得供電」（第三位）及「開辦企業」（第五位）亦位處前列。

旅客消費排名第 10

香港雖然連續第 8 年成為亞太區 10 大最多旅客到訪城市之一，但排名卻由 2016 年的第 6 位跌到 2017 年的第 7 位；如以旅客消費額計算，新加坡、曼谷、

東京是排名三甲，但香港僅排第 10 位。

另外，香港向來是國際都會，外語能力也自然甚為重要，有教育公司針對不同國家及地區的英語能力作調查及評分，發現香港的英語能力僅為全球第 30 位，熟練程度只是「中等」；大陸城市上海的英語能力則第五年起越香港，並首度獲評為「高級」。

重普通話輕英語

事實上，港府在回歸後，仍曾透過宣傳鼓勵港人進修英語增

值，但近年官員及商界領袖，轉而集中討論普通話的重要，甚至令外界憂慮在教學上或出現推普廢粵的情況，或許反映香港語言政策上的進退失據。

此外，另一個有趣的排名，是由英國「慈善援助基金會」（CAF）公布 2018「全球慈善捐款指數」（World Giving Index）報告。調查由蓋洛普（Gallup）主理，從全球 146 個國家 15.3 萬人受訪，了解各人「過去 1 個月是否曾經幫助陌生人、捐助金錢或者從事義工」，藉此衡量各地「慷慨程度」。

香港的排名第 30 位，而去年排次席的印尼，今年攀上第一。而今年第二及第三位，分別是澳洲及紐西蘭。

聖地以色列好玩 港青出書做見證

【本報特約記者陳珏明香港報導】以色列給人的感覺總是跟戰爭、衝突有關，令人覺得當地危機重重。不過，曾經當記者的港人周庭滢卻多次到當地，更花了一年時間寫成一本旅行書《以色列好好玩》。分享當地自由行的經歷與他跟神同行，相遇的種種經歷。

周庭滢 7 年前踏上旅程到以色列。當年一次交通意外，令他展開尋找上帝之旅，「當時我在高速公路旁邊，一台大貨車失控，差點把我撞死，只差幾步之遙。事後我想不通，上帝真的是愛嗎？」為解開心中之疑問，他隻身到以色列，一個跟信仰看來密不可分



▲▲▲▲ 周庭滢花一年時間撰寫旅行書《以色列好好玩》，分享從以色列這片土地上認識福音。(photo by 周庭滢提供)

對以色列危險的印象改觀，或許會有興趣去到當地走耶穌的路。上帝會有方法令他們信主。」

從那天起，他花上整整一年時間，沒有去玩樂、沒有約朋友見面，每一天都在整理資料。後來他任職的公司倒閉，令他失去了工作。「當時我反而很感恩，我很快就計劃好以色列之旅，出發到當地留了 40 多天，每一天去拍攝景點，整理景點資料。」

周庭滢撰寫的《以色列好好玩》7 月份出版，令他完成了心願。「我有一位在耶路撒冷開餐館的朋友，他留意到有不少旅客拿著這本書來訪，經詢問後，發現有些人是信主的，但也有很多不是。」他又說，「我的初心，是想要人們藉我的旅遊書，親身去走耶穌走過的路，相信那是最有效的福音種子。」



從金庸小說悟信仰 牧師回顧人生

【本報特約記者陳珏明香港報導】筆名「金庸」的武俠小說泰斗查良鏞 30 日逝世，在華人世界引來甚大迴響。很多讀者表示，從金庸筆下的武俠小說中，還可以悟出不少信仰與人生之道，其中香港聖公會法政牧師陳佐才，就曾把金庸的武俠小說跟聖經教導結合著書。

陳佐才法政牧師 1 日接受香港媒體專訪，分享他把金庸的武俠小說跟基督信仰結合的經驗。他多年前已曾在台灣及香港的基督教媒體上撰文，以金庸的小說談信仰，文章曾被集結成書，包括《武俠人生》及《武俠靈修》等書籍。

陳牧師透露，他 60 年代在美國加州大學擔任學生宿舍舍監，遇上一批來自香港的學生，但對方對基督信仰沒什麼興趣，他後來發現學生們愛讀金庸的小說，於是便利用小說來跟學生討論人生面對的問題，從而再帶入信仰教導的元素，成功令學生產生興趣，「金庸小說中，有很多生命



▲ 陳佐才牧師把聖經跟武俠小說融合，從而帶出信仰之道，他撰寫的書籍，在中、港、台均很受歡迎。(photo by 網路截圖)

實況的描述。」

回香港後，他繼續把金庸小說元素打連在傳道及教導工作中，曾以「如何輔導楊過？」為講題分享，也大受歡迎，同時開始引來外界的興趣，台灣的《宇宙光》雜誌邀請他撰寫文章，「第

一篇我寫了《人生的局限》，也把金庸的小說齊集出來，搜集資料，金庸小說中既談個人也談國家，會探討生命是什麼，當中中國味很重，特別是說到情與俠義等。」

武俠小說予人感覺難登大雅

之堂，何以卻能從中悟出大道理來？陳牧師就認為，是因為外界低估了金庸小說的中國文化與歷史成份，而事實是，小說中描寫的江湖，既是有著處境式的元素，也是一個多元化的情景。



▼「颯風玫瑰」再馳騁球場，羅斯飆出生涯最高的 50 分。(photo by Timberwolves Facebook)



颯風玫瑰熬過傷病 創生涯最佳 50 分

【本報記者宋秉謙綜合報導】NBA 灰狼隊颯風玫瑰火力全開，狂飆生涯最高 50 分！生涯初期就備受期待的「颯分玫瑰」羅斯因十字韌帶受傷，一度沈寂籃壇，但 1 日身披灰狼戰袍的他出戰 2 年來最久的 41 分鐘，轟出生涯最高的 50 分，更於關鍵時刻封鎖伊瑟姆的三分炮，率領灰狼以 128:125 力克爵士隊。

傳奇的 50 分之夜

羅斯 1 日身披灰狼戰袍，出戰 2 年來最久的 41 分鐘，轟出生涯最高的 50 分，更於關鍵時刻封鎖伊瑟姆的三分炮。

根據《克里夫蘭 19 網》報導，灰狼 1 日坐鎮主場標靶中心迎戰爵士，轉投灰狼的羅斯先發出賽，這名 30 歲的雙能衛打出生涯最特別的一戰，歷經十字韌帶撕裂與半月板受傷等傷

病，讓他不再是當年身披公牛戰袍的最佳新人，但他從未放棄過重回巔峰。

上半場羅斯表現平平，但下半場他火力全開，尤其在戰況膠著的第 4 節飆出 15 分，全場拿下 50 分，寫下生涯新高，他也在關

鍵時刻完成 2 罰，幫助灰狼取得 3 分領先，再封鎖住伊瑟姆投三分，讓團隊以 3 分勝出。終場玫瑰上陣 41 分鐘，投 31 中 19，外帶 4 顆三分球，寫下傳奇的一夜。

灰狼隊友於哨音響時，衝上來擁抱羅斯，替這位生涯坎坷的得分天才歡呼。根據《今日美國報》報導，賽後籃壇眾人更透過推特恭喜羅斯，包含現役球星



南韓一哥超猛 熱刺續前進倫敦德比

【本報記者宋秉謙綜合報導】南韓球星孫興慜身披熱刺戰袍的第 150 戰，梅開二度助球隊打贏英聯盃「倫敦德比」！英超豪門熱刺 1 日與西漢姆聯於英聯盃 8 分之 1 決賽碰頭，由於 2 隊都是倫敦地區的球隊，加上南韓球星孫興慜個人出賽第 150 場，使這場球賽更有看頭。最終熱刺靠著孫梅開二度，高中鋒羅維特再錦上添花進球，以 3:1 勝出，挺進下一輪對上兵工廠的「北倫敦德比」。

根據《英國廣播公司》報導，本週是英格蘭各級聯賽的多線作戰週，各級球隊征戰英聯盃，而 8 分之 1 決賽迎來焦點戰，熱刺對上西漢姆聯的倫敦德比。熱刺甫於 2 天前與曼城有場惡戰，因此本役先發陣容幾乎全換，南韓一哥孫興慜再度首發上陣，這也是他穿上熱刺戰袍的第 150 場出賽。

久未先發登場的孫興慜開局就火力全開，第 16 分鐘創造型



中場阿里腳跟小助攻給孫興慜，後者突破入禁區左腳勁射，替球隊首開紀錄。第 53 分鐘，阿里

再度於中場發動快速反擊，斜傳給偷跑的孫興慜，南韓一哥接球面對守門員，沉穩晃過起左腳破

門，完成梅開二度。而後熱刺再靠著羅維特凌空墊射擴大比分。雖然西漢姆聯靠著佩雷斯的頭球扳回一分，但為時已晚，箭頭「小豌豆」埃南德茲錯失 2 次單刀破門的機會，讓球隊只能以 2 分之差，苦吞敗仗，在英聯盃賽場遭到淘汰。

根據《The42 網》報導，熱刺贏下倫敦德比後，由於兵工廠也在同一天以 2:1 擊敗布萊克本，這 2 支北倫敦球隊將於 4 分之 1 決賽上演「北倫敦德比」，對熱刺來說，先斬同城的西漢姆聯，於下一輪對上死敵可能會更有信心。

西漢姆聯主帥、智利籍「佩公」佩萊格里尼賽後無奈表示，球隊的 3 顆失球都是失誤，首球是個 55 波，第 2 球則是我方後衛失誤（才讓孫興慜能單刀挑戰守門員），第 3 球是角球，「這場失利讓球員知道，若想在高強度賽事贏球，必須隨時集中注意力。」



▲灰狼隊官網賽後 PO 出羅斯球鞋，代表颯風玫瑰知名再起。(photo by 灰狼官網)

度最佳新秀陣容，更以 22 歲、生涯第 3 季的稚齡，奪下 NBA 史上最年輕的年度 MVP，擠下一票球星而入選聯盟年度第一隊，NBA 更在 2012 年以他為例，創下羅斯條款，用以鼓勵實力強勁的年輕球員。

但近幾年來受到傷勢影響，羅斯再也無法像年輕時一樣飆分，也流落過尼克及騎士等隊，期許哪天能夠重回巔峰，終於在本季來到灰狼，重新遇上當年執教他的主帥席博杜，不論颯風玫瑰能否再像 7 年前般主宰球場，這場 50 分的歷史之夜都能讓當年的球迷再回味羅斯「颯風」的身影。

生涯嚐盡起落

這名雙能衛一出道就是全美焦點，身為公牛隊史首位狀元，他不負眾望拿下最佳新人、入選年

爭搶陳偉殷好搭檔 專家：物超所值

【本報記者宋秉謙綜合報導】MLB 交易市場掀眾議，陳偉殷的好搭檔瑞亞姆托讓多隊爭搶！馬林魚隊明星捕手瑞亞姆托近期透過經紀人表示，明年不願意再留馬林魚，想前往強隊爭冠。據體育專家分析，瑞亞姆托的經濟價值與球場價值都很高，可說是現役前 3 的王牌捕手。消息指出，國民隊、勇士隊、費城人隊，甚至已擁有前 5 捕手「海怪」桑契茲的洋基隊，都可能參與捕手爭奪戰。

根據《MLB 官網》報導，馬林魚明星捕手瑞亞姆托本季打出佳績，幾乎全動出賽，繳出 2 成 77 打擊率、21 轟及 74 分打點，WAR 值（貢獻度）高達 4.3。專家布勞曼更指出，瑞亞姆托的價值在於 2 大點：經濟利益及防守效益。

經濟利益大

經濟利益是指簽下瑞亞姆托的薪水不會太高，據美職交易網資料，瑞亞姆托今年透過交易仲裁的價值是 610 萬美元，預計後 2 年薪水大約只要 1600 萬美元，這對一名明星捕手而言，所費甚是便宜，再加上瑞亞姆托正值巔峰時期，這筆買賣不會虧。

至於防守效益，更是難從數

據中看出，布勞曼說，瑞亞姆托的「接球技巧」（Framing，意指把壞球盡量接成好球）讓他的 WAR 值更上升，沒有 Framing 的他 WAR 值為 4.8，加上 Framing 則高達 5.8，這對投手的幫助是難從基本數據顯示的。

另外，以強打捕手為名的瑞亞姆托更有一雙強力肩膀，他的傳球速度是聯盟第 2（87.8 英里），打擊能力更不用多說，他幾乎是聯盟最佳的打擊捕手。

連洋基也想爭取

布勞曼高度鼓勵勇士隊拿下這名捕手，由於勇士隊缺乏強力打擊捕手，也不缺潛力新秀，他建議勇士能以新秀作為交易籌碼，將瑞亞姆托換到陣中。另外，根據《紐約球迷網》報導，連擁有「海怪」桑契茲的洋基隊都被傳可能加入搶奪戰，雖然曾被視為新一代的建隊核心，但桑契茲的工作態度時常被詬病，若洋基與馬林魚談成捕手換捕手也不無可能。

另外幾隻被點名可能交易瑞亞姆托的還包括「二連亞」的道奇隊，以及有機會挑戰季後賽的費城人，另外，國民也被傳聞有詢問瑞亞姆托的交易可能。



▲馬林魚隊明星捕手瑞亞姆托成為交易市場的大物，引來多隊爭搶（圖左）。(photo by Wikimedia)

▼ 千根針萬根羽的晶亮剔透晶瑩。



波斯托那的鐘乳石洞

圖文 / 陸秀麗

(留學顧問、曾任廣播主持人)

斯洛維尼亞位處歐洲東南部，是比鄰阿爾卑斯山的小國。北部與奧地利接壤，西鄰義大利，東北面有匈牙利，而東面與南面被克羅埃西亞給包圍。西南通往亞得里亞海、海岸僅有 46.6 公里。

斯洛維尼亞約有一半的面積有森林所覆蓋，該國森林覆蓋的程度在歐洲各國當中名列第三，排在芬蘭和瑞典之後。

童話般的鄉間小屋

10 月 14 日清晨 5 點 30 分，在飛機上欣賞到溫柔如海浪般的山嵐，穿流在斯洛維尼亞首都盧比安娜優美綠色的山脈、田園與如童話般的鄉間小屋中，像詩又像畫，令人陶醉不已。

我這個 61 歲的老太太真幸福啊！趁著手腳靈活能動，趕緊提勁到世界各地走走。左手手機右手相機，好想拍下短暫熱那間的美麗，化為永恆的回憶。

陽光隨時不吝嗇地撒下在盧比安娜首都、走在歐洲相似結構的老城中，但斯洛維尼亞在 1901 年才剛脫離南斯拉夫，今年才 26 歲。午後，在如南法般的慵懶空氣中，瀰漫著老樂手拉手風琴的

由於雨水的出現與消失，岩洞有了透明晶亮的結晶、發出玫瑰般的光彩。又因純淨水質在頂層形成潔白皎亮的水晶宮。

音樂演奏，與玩泡泡的孩子們的追逐嬉笑聲、我穿梭在如童話般的城堡中，感覺是如此這般的不真實、卻洋溢著破表的幸福。

最長鐘乳石岩洞

波斯托那鐘乳石洞是斯洛維尼亞最長的鐘乳石岩洞，目前開放 5.3 公里的洞穴供遊客參觀，也是世界上目前開放最長深度的觀光洞穴。喀斯特 (Karst) 意指石灰岩與水的交互溶蝕作用，形成了溶洞、伏流、石灰阱、岩溝及灰岩盆地等繁複地形，而『喀斯特』一詞實來自斯洛維尼亞文的 Kras，喀斯特這個名詞，正是來自斯洛維尼亞西南部的喀斯特高原。

石灰岩地質構成了喀斯特高原，史上最早研究石灰岩地質的學家，一開始就選在喀斯特高原做有系統的研究，從此石灰岩地質就以「喀斯特地形」命名。波斯多伊那溶洞洞包含大大小小的坑道、洞穴和鐘乳石，是 200 萬年前被皮夫卡河而成，早在中世紀就已經被當時的地理學家記載在

文獻中。

全 200 多年來，來自世界各地造訪波斯多伊那溶洞的人數已超過 3600 萬人次。岩洞很大並非全部走路，大部分都是搭乘小火車瀏覽，只開放徒步參觀一小部分，整個過程需 1.5 個小時。

裡面步道不算好走，既陡峭又濕滑，最好穿雙健走的鞋子，山洞內的溫度頗低 (8°C)，需帶件禦寒外套。進了驗票口後，要走一小段路才到小火車搭乘處，坐上小火車在昏暗的洞穴內鑽來鑽去，繞了不短的路程突然畫面出現諾大吊著巨大水晶燈的岩洞、孤單卻奢華的展示著他 500,000 年累積的寶藏，讓人有種穿越時光隧道的錯覺。

乘小火車瀏覽

我們乘坐的電動小火車穿梭在如愛麗絲夢境的仙境，深入到地層參觀各式風情的石筍石柱、及世界上獨有的「洞蠟」。當石灰水遇到二氧化碳成了碳酸鈣，由上而下叫鐘乳由下而上叫石筍當

經過漫長歲月後結合在一起叫石柱。

鐘乳石每年平均增長率為 0.13 mm，鐘乳石、石筍的形成常常需要幾千或幾萬年的時間，而石柱則需花上更長久的歲月才能形。這讓我對人事的因緣巧合更有深刻的感動與回應。若有緣、soon or later it will happen.

千針萬羽水晶宮

由於雨水的出現與消失，岩洞有了透明晶亮的結晶也因含氧的礦物質發出了玫瑰般粉紅色的光彩。又因純淨的水質在岩洞的頂層形成了潔白皎亮的千針萬羽，好像天堂般的水晶宮、令人感動到張口結舌說不出話來。

值得一提的是有個洞，導覽員稱它是義大利館因充滿像義大利的麵條的鐘乳石再加上白館（醬）與紅館（醬）令人味蕾大開。

這次的探索最讓我震撼到的是在地底看到掛著水晶燈的奢華大廳，可以想像 800 年前的訪客與我一起置身千萬隻蠟燭的鐘乳石洞中參加舞會。而當由上而下的鐘乳石快接觸到由下而上的石筍時候、我看到了千秋萬世總會相遇的機緣。



▲ 像水晶宮的白宮。



▲ 巨大的水晶吊燈從天而降可以想像以前是上萬點燭光照耀在諾大的岩洞浪漫至極。

▼ 鐘乳石、石筍的形成常常需要幾千或幾萬年的時間，而石柱則需花上更長久的歲月才能形。



▼ 全程 5.3 公里的岩洞開放給遊客參觀。800 年來有 3600 萬名遊客來訪。

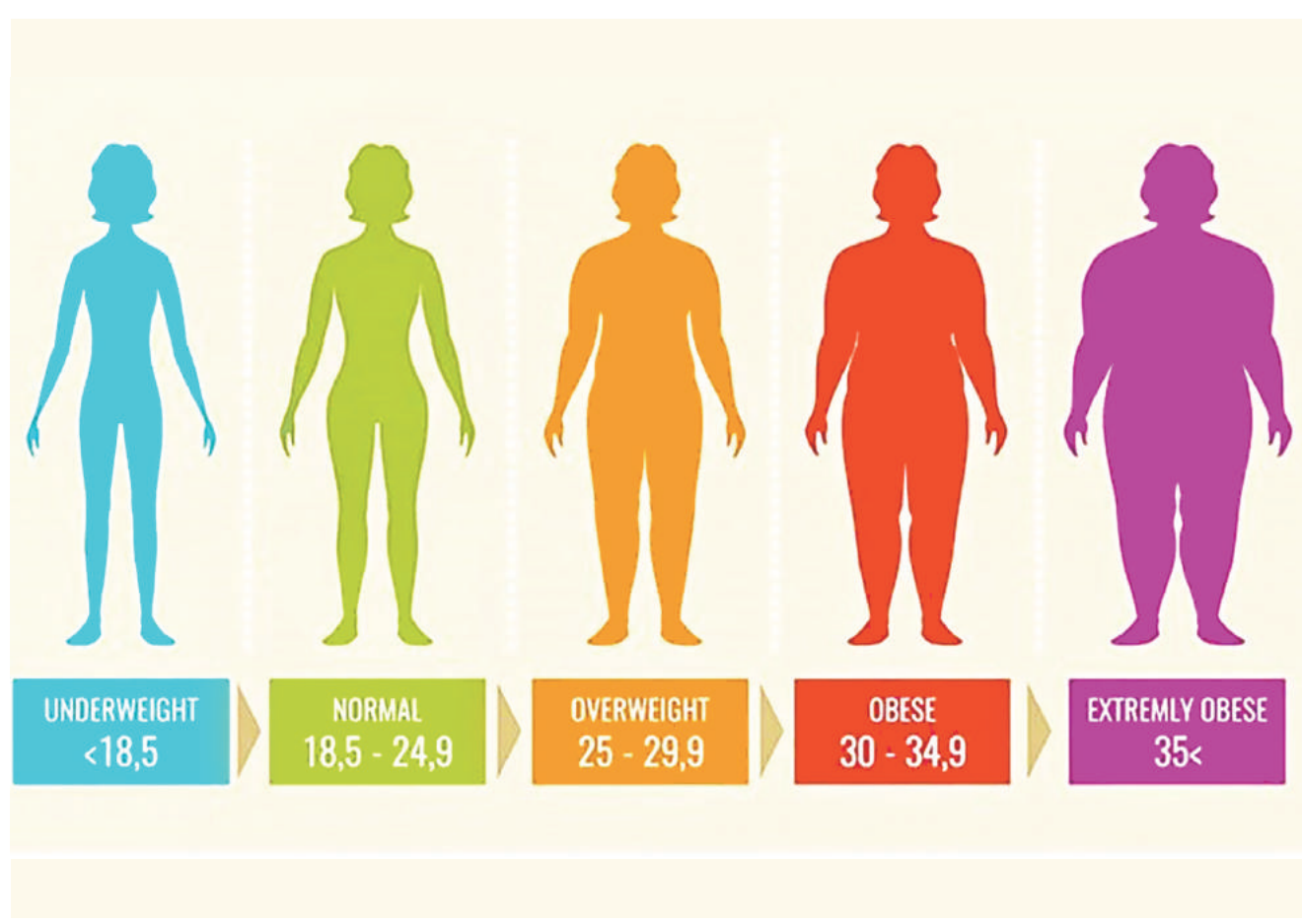


► 有的鐘乳石像義大利麵令人味蕾大開。



身體過重或過輕 研究：至少減壽 4 年

處於健康體重指數範圍較高端的人死於疾病的風險最低，但處於頂端和底端的人則相较短壽。



▲ 英國有研究發現，處於健康體重指數(BMI)過重或過輕都有可能使預期壽命減少 4 年。(photo by Thinkstock)

【本報記者李牧權綜合報導】過重或過輕會折壽！英國有學術研究報告發現，體重過重或是體重不足，不單影響健康，更恐會導致比正常體重者短壽 4 年。該項研究指出，從 40 歲開始，處於健康體重指數 (BMI) 範圍較高端的人死於疾病的風險最低，但處於 BMI 頂端 (27.5 分以上) 和底端 (18.5 分以下) 的人則相较短壽。

過輕易影響健康

據《英國廣播公司》報導，最近有研究表示，體重過重者的預期壽命分別較處於 BMI 健康體重範圍的人短 4.2 (男性) 年和 3.5 年 (女性)。而體重不足的男性和女性的差異則為 4.3 和 4.5 年。然而，根據這項研究作者巴斯卡蘭博士指出，並非所有羸於

BMI 健康範圍內的人，死於疾病的風險都為最低。他表示，「高於或低於 BMI 健康水平者，其死亡風險亦會隨之而增加。」這項研究把數據歸納後發現，BMI 高於 25 者的健康狀況與大多數癌症、心血管疾病、呼吸系統疾病以及肝臟和腎臟疾病有關。

過重常引致癌症

據《CNN》報導，這項研究共收集了 360 萬名成年人和 367,512 名死者的數據進行研究。其中 BMI 處於 30 頂端者，較容易患有心臟病或癌症。報導又引述英國癌症研究中心估計，2035 年將有

23,000 名女性患上與肥胖有關的癌症。如果趨勢持續下去，到了 2043 年，肥胖症恐成為女性最常見的癌症病因。

一些專家質疑 BMI 是否真為分析個人健康最準確與有效的方法。但由於 BMI 提供的數據準確且易於測量，使其成為目前醫學界研究某人是否肥胖的最佳方法。

BMI 的計算方法非常簡單，把成人的體重除以身高的平方便可得出指數 (BMI = 體重 kg / 身高 m²)。而 BMI 最佳健康水平值應該是 18.5 至 25 間之範圍，低於 18.5 為過輕，過於 25 則為過重。



▲ 處於 BMI 頂端和底端的人，相较短壽。(photo by 網路截圖)

防護糖尿病 龍劭華：家人多陪伴

【本報記者鄭吉峻台北報導】為配合「聯合國世界糖尿病日」，國健署特別以「家」為主題，並結合「糖尿病衛教學會」，共同邀請「金鐘視帝」龍劭華擔任「世界糖尿病日」大使，現身說法分享「糖友」經驗，呼籲家人親友參與「防護糖尿病」的角色，陪伴家人過關。

為幫助病人早期發現並了解糖尿病，國健署 1 日結合專家學者及醫護專業團體，共同發展糖尿病患者身心健康照護手冊、成人預防保健及全方位照護資訊。

國健署署長王英偉指出，病友會因家庭人口少，導致大多必須外食果腹，進而使飲食不均衡，其次也會擔心血糖控制不好而引起中風、洗腎等症狀，進而影響工作及家庭經濟。

王英偉建議，應透過家庭與朋友的支持力量，翻轉糖尿病發生或惡化的機會。例如，協助家人測血糖及紀錄、一起吃飯運動及檢查用藥情形等，以正向態度面



▲ 龍劭華分享自身長期控糖心路歷程。(photo by 影片截圖)

對，透過疾病照護讓家庭關係升溫。

龍劭華則分享自身長期控糖心路歷程時透露，當被確診糖尿病時，深怕發生合併症給家人帶來

麻煩，因此乖乖配合醫師用藥控制血糖，並保持良好的飲食和運動習慣。過程中，太太常絞盡腦汁配合均衡飲食原則，調理健康又美味的料理讓他安心享用。

透過自身經驗，龍劭華鼓勵糖尿病友及病友家屬，除了自身積極進行飲食、運動的控制外，家人的支持、鼓勵及陪伴，也能幫助糖友坦然正向地面對疾病。

針對糖尿病患者會遭遇的問題，糖尿病衛教學會建議家屬，可陪同病友參加支持團體，藉由彼此經驗分享，有助於心情調適和解決問題；也可與病友一起參加營養衛教課，並陪同定期回診、多關心他的健康狀況，協助病友養成正確飲食習慣。

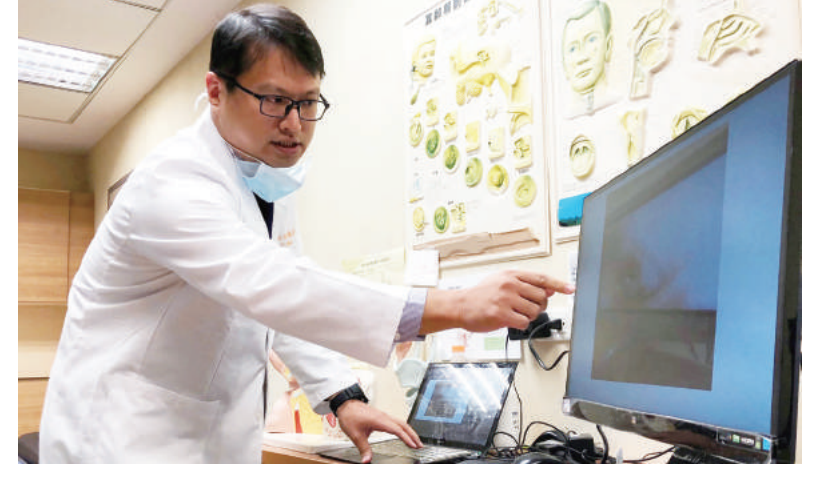
避免極端誤信偏方

臺大醫院糖尿病衛教小組護理師汪宜靜建議，病友家屬應避免極端的照護方式，以免讓病友心情憂鬱，導致吃不下飯、體重銳減，反而造成肌少症等問題。此外，也勿聽信無科學根據的偏方，以免增添病友罹患其他疾病風險，同時也易造成病友的混亂及壓力。

圖文選粹

圖文 / 中央社

醫師呼籲 異物侵入耳道應立即就醫



▲ 嘉義長庚醫院耳鼻喉科主任徐正明建議，民眾若發覺有異物侵入耳道勿用手或工具掏，應立即就醫。

我不是英雄，救我的才是英雄

搖滾唱將 湯瑪斯古勒斯塔 搏命逃亡

不可能的逃亡

THE 12TH MAN

票房大導演 哈洛德茲瓦特 最震撼電影

11.30 命懸一線

榮譽挪威全年電影賣座總冠軍

撼動奇蹟！真實故事改編！

剪奪挪威奧斯卡

挪威

莫斯科國際影展

美國鳳城影展

觀眾票選最佳影片

科斯拉馬電影獎

正式競賽片

正式入選

3項大獎

4大獎提名

話說
STEAM

Science, Technology, Engineering, Arts, Mathematics

資訊工程師們的逆襲

雖然社會主義完全席捲科技行業似乎不太可能，但工程師無可否認地變得越來越有力量和關心社會議題。



►最近 Google 想要配合中國政府的政策，其搜尋引擎過濾掉一些敏感的網路資訊，例如台獨、藏獨、疆獨和天安門事件等，消息一出馬上引起一些內部員工的反彈。(photo by 網路截圖)

■張瑞雄

(國立臺北商業大學校長)

Google, Facebook, Apple 等資訊大廠雄霸世界，透過其產品的滲透力影響全世界，其幕後的功臣就是其成千上萬的工程師，經年累月、殫精竭慮發明產品、改進產品。

通常他們對公司的政策和方向不會有太多意見，但最近有感於他們的產品和服務影響了全世界，這些工程師們也開始想要發揮其集體力量，希望可以影響到公司的經營方向。

工程師的憤怒

例如最近 Google 因為一直無法進入中國市場，想要配合中國政府的政策，將其搜尋引擎修改來配合中國的要求，過濾掉一些敏感的網路資訊，例如台獨、藏獨、疆獨和天安門事件等，消息一出馬上引起一些內部員工的反彈，認為公司不該為了賺錢和進入中國市場而屈服於獨裁政府的箝制。

川普當選總統後在 2016 年 12 月會見一些科技界最傑出的 CEO，包括蘋果、微軟和亞馬遜等公司的 CEO，這讓這些公司的員工都非常憤怒，因為這些 CEO 去見川普，代表對反移民政策的默許。這些高科技公司的員工來自世界各地，美國的海納百川才會有這些人才的湧入和這些公司的誕生，應該尊重他們的移民身份。

隱形劊子手

科技公司可說是政府箝制人民的隱形劊子手，例如如果川普要大規模驅逐和監控穆斯林民族，那麼就會需要一個完整的資料庫來收集這些人的資訊，誰會比矽谷的高科技工程師更有能力來建造這些資料庫？以前這些工程師都只是默默地在實驗室工作，不管外面的世界，現在他們開始發聲，不會成為政府的工具。

2016 年 12 月，一些工程師發表了一個叫做不再發生的宣言 (Never Again Pledge)，希望在二次

大戰時，IBM 的資訊技術被用來幫助拘捕日裔美國人或被用來幫助德國迫害猶太人的情形不會再發生。簽署這宣言即表示發誓不參與為美國政府建造針對任何目標的資料庫。

此宣言一上線後幾天內就有來自亞馬遜、蘋果、臉書、谷歌和微軟等公司的幾百名工程師加入簽署，他們也有完整的行動方案，包括跟公司領導反應、做吹哨者、上街抗議、並以辭職作為最後的手段。

員工的公開信

今年 6 月，亞馬遜的員工向 CEO 貝佐斯發送了一封公開信，要求他停止向執法部門和其他政府機構提供該公司的臉部識別技

術。他們還呼籲亞馬遜的 AWS 網路停止為移民和海關執法部門提供服務。

而在同月，Salesforce 有超過 650 名員工簽署了一封信，要求該公司停止向海關和邊境保護局提供招聘軟體。另一邊，微軟有 500 人簽署了一份請願書，要求該公司停止向海關執法部門提供雲端服務。

雖然社會主義完全席捲科技行業似乎不太可能，但工程師無可否認地變得越來越有力量和越關心社會議題。與舊的裝配線上容易被替換的工人不同，技術和知識工作者是罕見且高度珍貴，公司有相當大的影響力，公司無法加以忽視，當然也可以成為企業向政府說「不」的籌碼。



浮世繪 圖 | 王正明

選舉到了，章魚哥也出動了。不是預測選情，而是抹黑對手，因為輸贏有如豬羊變色、天壤之別，有你就無我，所以大家都爭相向對手

潑髒水，越紅的人越有是非。選民要留意的是，為什麼這些爭議不早說，偏要在投票前夕爆出？目的很明顯，就是騙你手中這張票啦。

我見我思稿約

我要投稿

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，務請註明。請勿一稿多投，查獲者永不刊用。

誰在放假消息？

■蔡孟峰

(媒體工作者)

曾經是政府部門指名，將與臉書平台對接，成立新聞查核機制的主要窗口的人，卻在回應如何因應假新聞、假消息時，指出政府不要造謠很重要，這對於總統蔡英文和執政黨政府一再強調要查的假消息是來自對手陣營和境外的說法，實在是太諷刺了。

行政院政務委員唐鳳被形容是數位專業達人，被延攬入閣後，主動對外發表看法和曝光度並不高，也並未受到媒體太多的關注，但是她屢次在國際會議場合，突破中國大陸企圖矮化或施壓臺灣的封鎖，成功讓臺灣能夠見諸於國際，都是運用她的科技專業。

以唐鳳的身份立場，必須貫徹執行行政院的施政方針，但對於執政黨政府揚言要藉修正國家安全法打擊假新聞，卻持不同的意見，她主張言論自由的紅線不能踩，這是目前臺灣對「打假」最普遍的共識，但是他更說行政院自己不要造謠很重要，語出驚人就令人訝異了。

自從蔡英文表態政府要追查假新聞、假消息時，行政院提出修正國安法，國家傳播委員會 NCC 也訂出罰則，看似政府對於宣誓致力於「打假」的信心和決心，也就是集公權力要向假消息宣戰，當然在行政院未正式提案修法之前，只能說明政府已經具有嚴正的立場。

網路世界對於新聞和消息的散播，可能比多手多口傳播的影響還更巨大，而且要追查到源頭



▲唐鳳主張言論自由的紅線不能踩，更說行政院自己不要造謠很重要，語出驚人令人訝異。(中央社)

的難度還更高，而當執政黨政府一再指明是來自於敵對陣營和境外的說法，民眾也傾向相信，

但是政府的立場理應是公正客觀，否則即使一時能夠矇騙，也有被揭穿的時候。

世上最難訂位餐廳 主廚傳奇揭秘 鬥牛犬:米其林帝國

CONSTRUCTING ALBERT

分子料理教父 亞伯特阿德里亞 傳奇首登大銀幕

美國棕櫚泉國際影展
觀摩影片

美國SXSW國際影展
最佳紀錄片提名

芬蘭赫爾辛基紀錄片電影節
觀摩影片

墨西哥瓜達哈拉國際電影節
美食大觀摩

加拿大國際紀錄片影展
特別放映

台灣第一米其林名廚
江振誠 極力推崇

5度榮登世界50大最佳餐廳之首
7年開設7家餐廳 狂摘米其林星星



11.9
創藝無界限

不再當媳婦 她的婚姻不一樣了

難道不想當媳婦，只有離婚或死亡這兩種方法嗎？我不想通過這兩種方式結束媳婦的角色。我只是想脫下「媳婦」這件外衣。

■ 金英朱

這是五年前的事了。我交給公婆一封不再當媳婦的辭職信。我獨自一人想了又想，在職場上不管工作再久都可以辭職，為什麼媳婦這個角色不想當的時候，卻不能那樣做呢？難道不想當媳婦，只有離婚或死亡這兩種方法嗎？我不想通過這兩種方式結束媳婦的角色。我只是想脫下「媳婦」這件外衣。

想脫下「媳婦」外衣

一有這樣的想法，我立刻寫封辭職信，決定不當媳婦了。我拿著上頭寫著「媳婦辭職信」的信，就這樣去了公婆家。信封內什麼內容也沒有。我原本想寫上不想當媳婦的理由，後來就作罷了。

被甩巴掌的覺悟

我可以想像自己將會如何被大聲斥責。我甚至還做好被公婆甩

妳就做妳想做的吧！你們過得好就行。我們自己會過得好，不用你們操心，過去真的讓妳受苦了。

巴掌的覺悟。不，應該說不管等一下會發生什麼事情，我都心甘情愿接受。

我站在公婆家門時，感覺心臟都快要跳出來了，我先做了個深呼吸才走進走。公婆看到媳婦在中秋節前就來訪，極為訝異，他們問我：「這麼晚了，有什麼事情嗎？」我感覺公婆多少也有點緊張了。我走進客廳之後，馬上拿出那封寫著「媳婦辭職信」的信封交給他們。公公把信封裡裡外外看了看。

辛苦妳了

「這是什麼呢？」
「對不起，我不要再當媳婦了。」
公公好像忘記要說什麼話似的，陷入了沉默。我低著頭，就

像脖子靠在刀刃上，正在等待處決的死囚。就這樣，一片寂靜過後，我聽到公公平靜的聲音：
「妳真的辛苦了。我只顧著妳的叔公跟姑婆他們，卻沒有好好照顧你們……。」

我們會過得很好

公公停了一下，又接著繼續說：「妳就做妳想做的吧！你們過得好就行。我們自己會過得好，不用你們操心。過去真的讓妳受苦了，我身為爸爸真的很抱歉。」

聽到公公說出我讓完全意想不到的話後，緊繃的情緒一下子釋放開來，眼淚忍不住流了下來。

「不是的，我也沒做好……。」

我緩了緩氣後，鼓起了勇氣繼續說：

「長期以來，我都被長媳這個角色沉重的壓迫著。我不想再當媳婦了。爸爸、媽媽，真的非常抱歉。」

妳就做妳想做的吧！你們過得好就行。我們自己會過得好，不用你們操心，過去真的讓妳受苦了。

這時候，坐在旁邊的婆婆說話了。

「我們自己會過得很好。你們夫妻跟孩子們好好過就可以。我一直很感謝妳對我們的費心。從現在起，妳照顧好自己，不用擔心我們。」

內心卻沒有輕鬆

公婆的寬容態度，讓我哽咽了。他們的心一定受傷了，我感到非常抱歉和內疚。

「不論什麼時候，妳想來的時候都可以來。不管是十年後，還是二十年後……。妳內心沒有負擔的時候再來，不來也沒關係。」

就這樣，我們多聊了幾句之後，彼此也就無話可說了。於是，我起身離開。

「過去這段時間，真的非常感謝你們。我走了。」

放下擔任了二十三年的長媳角色，並沒有花很多時間。我走出公婆家時，感覺卸下了肩膀上扛著的巨大行李，但內心卻沒有變得輕鬆。不，反而還因為複雜的心情和緊張感同時釋放而感覺全身無力，異常空虛。

如此簡單，如此輕易，如此快速的就可以不用再當媳婦，令我感到空虛。同時，我也因為對公婆感到極為抱歉而痛苦。如果被他們罵或甩巴掌的話，或許我現在心情會好過些。我好像對八十高齡的公婆做了罪大惡極的事，一直無法擺脫罪惡感。

內心的淒涼

我走到大馬路上，看著正在為中秋節忙碌準備的人們，不知道該如何撫平內心的淒涼。

兩天後就是中秋節了，這是我婚後第一次不用到公婆家過節。但即使不去公婆家，也無法帶著老公跟小孩回娘家。得要告知娘家媽媽，短時間之內我不會回去了。我想我的母親不會認同我的做法，但她一定會站在我這邊，她一定會問我，過去是承受多少痛苦才決定這樣做？她一定可以理解我。

當初我要跟先生結婚的時候，母親是最反對的。因為先生是大家庭的長男，公公那一輩有九個兄弟姐妹，還有祖父母。

媽媽是長媳，她知道身為長媳有多辛苦，因此極力反對，不希望自己的女兒也受苦。最後，她是看到我對先生的信任和愛，以及公婆人很好，才答應這門婚事。

反對的反而是母親

我就在對公婆罪惡感尚未消失的狀態下，打電話給母親。母親聽我說完後，嚇了一跳，突然提高音量說：「妳怎麼可以那樣做？」母親的反應跟公婆截然不同，反而讓我不知所措。

「妳怎麼可以對那樣好的公婆



做出這種事？」

母親的態度好像我犯了什麼大逆不道的罪一樣。

「妳不可以那樣做！」母親更加生氣的說。

沒臉見親家和女婿

她不聽我的解釋，也沒問我為什麼會做出這個決定，只是充滿憤怒。音量越來越高，斥責的話 間斷。母親希望我去彌補，當這件事情從沒發生過。直到我對著母親說，如果她不停止發脾氣，也不聽我說的話，那我也不再當她女兒，母親才停止。她總算沒那樣生氣了，但依然重複著

為什麼媽媽要覺得抱歉呢？我公婆可以理解，還希望我能過得自在幸福。為什麼妳卻要我繼續忍耐和犧牲呢？

勸說的話：

「妳那樣不行，對親家實在太抱歉……。該怎麼辦呢？我實在沒臉見親家和女婿了。」

為什麼要覺得抱歉

我向母親傳達我把信交給公婆後，他們對我說的話，希望她不用擔心。沒想到反而讓她更感到過意不去。

「為什麼媽媽要覺得抱歉呢？我公婆可以理解，還希望我能過得自在幸福。為什麼妳卻要我繼續忍耐和犧牲呢？」

「即使是那樣，他們對妳那麼好，你怎麼能做出那些事？」

母親直到最後，還是希望可以說服我回心轉意。

「妳不可以那樣做啊！怎麼辦呢……」

不只母親不諒解

母親好像面臨世界上最難堪的事情似的，最後實在不知該如何解決的母親跟我說：「妳不去婆家的話，那也不要回娘家了。我

甚至跟我一樣同為長媳，長久以來和我關係極為親密，是最能夠理解我的一位年長女性朋友聽到後，也是對我氣憤的說：「有誰是自己想當媳婦才當的嗎？」好像全世界都在反對媳婦辭職這件事。即使如此，我也不後悔。（後續情節請參考原書）

放下擔任了二十三年的長媳角色，並沒有花很多時間。感覺卸下了肩膀上扛著的巨大行李，但內心卻沒有變得輕鬆。 (photo by 本書附圖摘錄)

甚至跟我一樣同為長媳，長久以來和我關係極為親密，是最能夠理解我的一位年長女性朋友聽到後，也是對我氣憤的說：「有誰是自己想當媳婦才當的嗎？」好像全世界都在反對媳婦辭職這件事。即使如此，我也不後悔。（後續情節請參考原書）

《媳婦的辭職信》簡介

這不是一本咒罵公婆的媳婦日記，她的公婆人很好，但她依舊覺得痛苦。讓人痛苦的是從小到大束縛住女性的觀念。

為什麼相愛的兩個人，結婚後卻不再相愛？為什麼婚後努力扮演好媳婦、好太太、好媽媽，卻感受不到幸福？為什麼該支持自己的丈夫，卻總是要我忍耐？作者透過自身的經驗反思這些問題，經過了數年的時間，察覺內在的問題，培養自己的力量，放下不知不覺從小就背負在她身上的女性束縛。

出版社 / 采實文化

Y!!! 書訊快報

醒報編輯部 / 輯

《善待他人，也不委屈自己》

作者：莉婭·博曼、傑瑞米·伯納 出版社：先覺

白宮社交秘書可說是全世界最焦頭爛額的人之一，要有高明的社交手腕，靈敏的政治嗅覺，從容的應變能力，以及過人的管理技巧。

兩位作者分別曾在小布希政府和歐巴馬政府中，負責白宮的外事活動。知道如何與來自不同領域和觀點的人有效地交流。這兩位華盛頓圈內人透過描述與各界名流、外國領袖，以及最無法預測的政客第一手接觸的光輝，與備受

《本宮：這些后妃不簡單·細說宮廷》

作者：張志君 出版社：台灣商務

以史實為依託，講述從唐代到清代二十位傳奇后妃的後宮生存智慧。

本書取材側重於避「重」就「輕」，著意書寫教科書中語焉不詳或輕描淡寫的私生活。書中主角或為史學家所忽略的「小」人物，若如長孫皇后、武則天、大清孝莊皇后等「大」人物則拾遺補缺，盡展其少為人知的一面。後宮向來是宮廷女性追逐權力與地位的名利場地，也是她們施展才華和智慧的戰場。

《當自己的按摩師：深層肌筋膜自我放鬆》

作者：鄭旭輝 出版社：方舟文化

我們無法每天過輕鬆的生活，因此需學會自我放鬆的技術！

這本書是幫助大家保養與重建身體「軟實力」的有效按摩操作書，雙手以按壓、橫推等簡易的按摩手法，使該處放鬆舒緩；相對感覺比較無力的肌肉部位，也可以透過按摩加以促進血循、活化神經。在問題發生的第一時間緩解症狀，隨時關注全身張力的平衡，是解除痠痛和不適感的第一步。

在專業的指導支持下，請您務必學習當自己的按摩師，讓自己具有深層放鬆的能力，天

台北南洋水燈節 彩虹橋畔登場

■余柏青 / 輯

【台北訊】台北市政府訂11月4日下午3點，在松山錫口碼頭／彩虹橋畔，舉辦「台北市2018多元文化活動—南洋水燈節」，活動內容包括：水燈DIY及施放、美食體驗、趣味闖關、美食DIY、異國歌唱舞蹈、文化體驗等6大主題活動。

活動內容其中一環還有結合各國文化特色與美食的美食體驗，像是越南攤車搭配酸甜的羅旺果汁、緬甸仰光大金寺與色彩鮮明的三色旗搭配金三角，還有印尼蠟染風情畫和娘惹糕，簡單的美食通關密語，教市民學一句越南、緬甸、印尼的問候語，再和新移民關主玩剪刀、石頭、布，讓品嚐美食變得趣味橫生。

另外，還有美食DIY，活動過程中將特地邀請泰國新移民媽媽，教市民動手做泰式摩摩喳喳和香蘭椰絲捲，讓大家體驗最地道的南洋家鄉味。

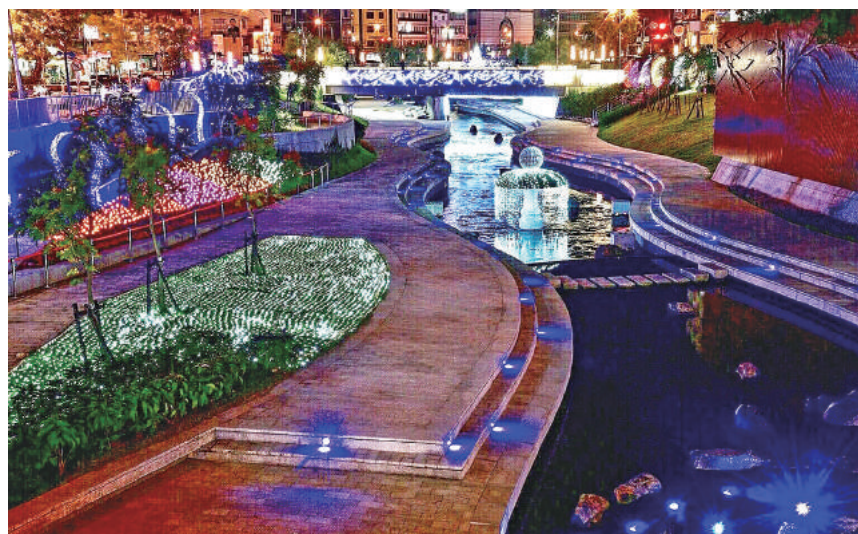
水燈節的重頭戲——水燈DIY，今(2018)年特地設計愛心造型水燈DIY，相當適合年輕朋友一起許下愛情願望。另外，花朵造型的水燈DIY，適合親子家庭一起動手做，完成後可以寫下

來自世界各地的新移民帶來不同的生活方式與文化刺激，也賦予台北市多元的文化風貌。(主辦單位提供)



來年新希望。

2018年水燈施放特地規劃了



2處地方與時間，包括愛情碼頭（救難碼頭）於下午3時開放，

許願碼頭（錫口碼頭）則在下午5時20分開放，民眾可以帶著自己DIY的水燈到碼頭區施放，讓滿載願望的水燈隨著流水緩緩前進，帶著祝福快闖在璀璨的彩虹橋畔。

台北市是一個國際化的城市，除了有5萬多個新移民家庭外，還有許多留學生和移工，在這個城市裡生活、工作與求學，來自世界各地的新移民帶來不同的生活方式與文化刺激，也賦予台北市多元的文化風貌，使我們的城市增添更多繽紛色彩。

花博開幕晚會 37組表演耳目一新



▲花博開幕晚會活動中，邀請了國內外37組表演團隊，超過1,000名演員。(主辦單位提供)

【台中訊】台中世界花卉博覽會開幕倒數中，在11月3日當天除了各國區有熱鬧的開園儀式外，晚間也有開幕晚會，活動中邀請了國內外37組表演團隊，超過1,000名演員。

其中包含九天民俗技藝團、大甲鎮瀾宮哨角隊等15個台中在地團隊，將以多元豐富的藝術表演，帶給國內外遊客精彩的演出。

將在水湳舉行的花博開幕晚會，以公共藝術的觀念，打造深具台中文化景觀特色的花博舞台，舞台的設計概念以花為主角，融入文心蘭、百合、劍蘭等台中重要外銷花卉，搭配湖心亭、路思義教堂、台中國家歌劇院等台中知名地景，並結合石虎、山櫻花、繡線花、白海豚、櫻花鉤吻鮭等台灣特有動植物。

除了作為3日的表演舞台，還結合擴增實境(AR)科技，民眾可以下載APP程式，發現舞台的驚喜。

此次花博開幕晚會將呈現台中在地藝文能量，共有15個參與演出的台中團隊，包括九天民俗技藝團、大甲鎮瀾宮哨角隊、台中室內合唱團、台中聖樂團、台中哈雷、威勁龍獅武術戰鼓團、泰雅原舞工作坊、國立台灣交響樂團等，擔綱晚會演出要角，各團隊歷經三個月的排練，將使出渾身解數，帶給大家最好的演出。

開幕晚會在水湳智慧城園區的中央公園舉行，預期超過兩萬人共襄盛舉，要參加晚會怎麼去？台中市府交通局長王義川公開交通關鍵密碼「四點半」，提醒民眾「下午四點半前比較好停車，四點半後就搭接駁車」，市府也規畫各種因應措施。

報馬仔

風聲水舞星空影苑 石門水庫旁

【桃園訊】「2018風聲水舞 星空影苑」開鑼，邀大家來石門水庫體驗活動3部曲。

【首部曲】有陸上槳板、草地木球、樂樂棒球和終極飛盤隊等運動體驗。

【貳部曲】草地野營音樂會，有專為小朋友規劃的親子童樂會和LIVE BAND，邀請闔家大小來草地野營！

【參部曲】星空影苑，在

南苑的星空下，將播出由FB粉絲票選出的電影，更體驗南苑公園夜間之美！活動將以藝術光影秀開閉幕，歡迎大家11月4日起享受南苑夜間的魅力！

歡迎一同來享受周末，享受這一場豐盛的電影饗宴體驗低碳新運動、暢遊南苑風情、超大爆米花機、草地音樂會、親子童樂會...



▲「2018風聲水舞 星空影苑」在石門水庫開鑼，圖為石門水庫一景。(photo by 活動主辦 facebook)

蘇澳蘿蔔節 頂寮媽媽好手藝

【宜蘭訊】「2018蘇澳蘿蔔節」11月10日在頂寮熱鬧登場，今年有在地蘿蔔美食展售、捐發票換好彩頭、醃蘿蔔DIY，以及城隍廟擲筊大賽等，還首次舉辦「頂寮平安宴—媽媽風味餐」，要讓各地遊客品嚐到頂寮媽媽的好手藝，即日起開放網路訂桌，每桌2888元限量50桌。

今年度藉由活動，不僅要

跟各地遊客分享道地頂寮蘿蔔美味，也將推出好彩頭風味餐，要讓鄉親及遊客們品嚐各式蘿蔔料理好滋味。

「頂寮平安宴—媽媽風味餐」以蘿蔔為主菜，搭配在地鯖魚、雞肉、豬肉及海鮮料理，製作各式蘿蔔手路菜，除了頂寮最受歡迎的家常小點「黃金菜脯」，還有手工蘿蔔糕、蘿蔔滷腿庫、蘿蔔炒三鮮等，總共10道佳餚。



▲今年有在地蘿蔔美食展售、捐發票換好彩頭、醃蘿蔔DIY活動等。(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。

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