



2

出席醫創論壇 郭：鼓勵生育醫院閒置的設備要放到哪裡去？郭認為，國家經費應最先運用在鼓勵生育，而非投資沒用的蚊子館或鐵路。



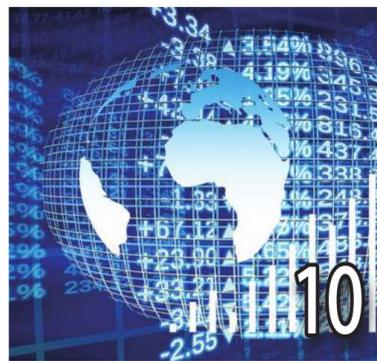
3

G20 峰會總盤點 不再團結集會 美國暫緩課徵關稅，主辦國日本在峰會中形同消失，使得以往就被詬病徒具形式的 G20 峰會，今年更加貌合神離。



6-7

視覺影響味覺 食物不只動口吃 《餐桌上的味覺練習》一書是為了傳達法國味覺教育提倡者賈克·貝呂塞教授的理念而出版，強調美食文化。



10

從中美貿易戰到科技冷戰 (游常山) 新一輪的科技冷戰真的開始了，在美國川普總統即將競選前夕，讓美國再次強大的承諾，恐怕讓川普非出重手不可。



今日天氣

北部	27°-34°	陰時多雲
中部	26°-34°	多雲短陣雨
南部	26°-35°	多雲短陣雨
東部	27°-33°	多雲

川金將三會核談

金：有空就去白宮

金正恩受訪時說，川普有邀請他去白宮，只要有機會他就會去。雙方也敲定，將在 2-3 個禮拜內重啟談判。



▲ 北韓領導人金正恩與美國總統川普在兩韓非軍事區第三次會面。(photo by Wikimedia)

【本報記者呂翔禾綜合報導】川普與金正恩在北韓見面！美國總統川普在開完 G20 峰會後，馬不停蹄地跑到南北韓非軍事衝突區 (DMZ) 跟北韓領導人金正恩碰面，川普還成為首位踏入北韓領土的美國總統。

川普表示美國還是會對北韓制裁；金正恩受訪時說，川普有邀請他去白宮，只要有機會他就會去。雙方也敲定，將在 2-3 個禮拜內重啟談判。

川普踏上北韓領土

根據《英國廣播公司》報導，會前專家都紛紛預估，由於雙方陣營隨領導人出訪的官員都具有一定層級 (川普：女婿庫許納、國務卿龐培歐、

財政部長努勤；金正恩：外交部長李勇浩、主導美朝談判的崔善姬等人)，預料可能會有重大事件宣布，不過會後川普表示，經濟制裁沒有取消，「但之後有機會」。

金正恩也轉述他跟川普在非軍事區營區碰面的時候聊了什麼，川普當時問金正恩，他是否可以入境北韓？

金正恩表示可以，於是雙方跨越邊界，進入北韓領土互相拍手、寒暄一陣後，就回到非軍事區內展開峰會，川普也成為首個踏上北韓領土的美國領導人。

不過原本這場峰會並不在外界意料之內。根據《CNN》報導，川普在 29 日 G20 峰會

結束時發推文，希望能在訪問南韓時跟金正恩會面。有鑑於上次兩人在越南河內的峰會進行的不太順利，讓外界以為川普可能只是發文引關注，不過隨後就由南韓總統文在寅確認川金三會，跌破外界眼鏡。

雙方將重啟談判

川普在會後表示，雖然談判還沒完成，不過他感謝金正恩願意臨時抽空接待他，還稱讚之前雙方其實在河內「談得還不錯」。他也提到，雙方將於 2 到 3 週內重啟談判。先前外界還盛傳朝談判代表金革哲已遭到金正恩處決，但川普表示他會面時還有看到金革哲，只是虛驚一場。

小心呼吸中止症

遠端檢測可判讀

經醫師診斷後，患者可將「居家睡眠檢測儀器」帶回家，就寢前準備就緒，即可自行檢測，並由醫師解讀檢測結果。

【本報記者張元融台北報導】社會大眾低估了睡眠呼吸中止症的普遍性與嚴重性！雙和醫院睡眠中心主任劉文德表示，阻塞型睡眠呼吸中止症候群的全球盛行率約 10%，亞洲則至少有 15-20% 的人有此症狀，且年紀愈大愈嚴重，年逾 60 歲的中老年族群中，4-5 成男性飽受此疾之苦，女性雖稍低，也有 3 成。

醫院檢測有侷限

劉文德表示，雙和醫院睡眠中心的檢查量只能負荷 300 位病人，每個月卻有超過 500 位病人求診，只靠醫院睡眠中心，勢必無法負擔所有的患者。且到醫院接受「睡一晚」，接受 PSG 多導睡眠檢測，患者經常沒辦法熟睡，且從頭到腳要接上 20 多條監測導線很不方便、無法取得居家環境資料等。

醫師診斷居家檢測

美國學界相信尚未被確診的病人約佔總體八成，而台灣約

有九成。那台灣這九成的潛在病患在哪？

劉文德認為，他們很可能就在診所醫師的手上。過往診所可能因為資源與檢測儀器有限，醫師雖有專業診斷能力，往往只是流於處理諸如慢性咳嗽、高血壓等併發症。因此，雙和醫院 5 月底開始已和近十家診所合作，提供居家睡眠檢測服務。

劉文德說，經醫師診斷後，患者可將「居家睡眠檢測儀器」帶回家，就寢前準備就緒，即可自行檢測，日後再把儀器帶回診所，由醫師解讀檢測結果，再決定後續治療策略。此居家睡眠檢測的導線只有醫院 PSG 多導睡眠檢測的四分之一，讓患者更加輕鬆入眠。

個案師協助追蹤

臺北醫學大學睡眠研究中心主任李信謙表示，雙和醫院與美國賓州大學睡眠醫學團隊合作，引進「遠距睡眠醫療平台」，一方面對診所醫師進行



睡眠治療的線上教育，一方面也讓懷疑自己「罹患阻塞型睡眠呼吸中止症候群」的人可在醫師指導下，在家輕鬆檢測，再針對病情輕重接受合適的治療處置與後續追蹤照護。

劉文德表示，由於診所醫師與資源往往不足，此平台將加入「個管師」這個角色，專門處理「睡眠呼吸中止症居家檢測與照護」，扮演協助醫生的角色，從旁教導器材使用與數據解讀。此外，透過將病人的睡眠相關數據上傳「遠距睡眠醫療平台」，個管師還可以隨時掌握病人睡眠狀況、個案追蹤。(相關新聞見 9 版)

社長的話 / 林意玲

熱烘烘的選舉話題

國民黨總統初選熱鬧滾滾。國政發表，加上人潮造勢，街談巷議的是，這 6 人誰能贏得初選，誰能翻轉執政黨？

民主選舉過程之所以能獲得大家的目光，不外乎人人都有一票，表達個人喜惡，而結合眾人意志的票數，就可有一人出線，承接國家大局。

因此當每位候選人信誓旦旦、緊盯民調、摩拳擦掌之時，人民也彷彿從他們的口中與文宣，看見國家未來的走向。

問題是，往往天不從人願，或者應該說是人性自己的軟弱，常會使當選人眼高手低、心有餘力卻不足，或者換了屁股 (位置)，就換了腦袋與做法。結果是，不

管選誰，最終人民都是失望一場。

君不見從李登輝、陳水扁、馬英九、蔡英文四人八任總統走過，誰不是灰頭土臉？遺留給民眾的往往不是懷念，而是後悔懊惱。

2020 年我們將再選出怎樣的總統？對當年二十歲就開始投票的選民而言，人生過去的 32 年已經倏忽而去。對未來的 8 年，似乎也就不計較了。

▼ 國民黨總統初選參選人、前鴻海集團董事長郭台銘（右2）及前行政院長張善政（左2），30日下午出席2019 TRANS國際生醫新創論壇。（中央社）



出席醫創論壇

郭台銘：要多鼓勵生育

【本報記者吳婉瑜台北報導】「育兒政策是當務之急。」國民黨總統參選人郭台銘30日出席2019生醫新創論壇，受訪時談到少子化表示，國家經費應最先運用在鼓勵生育。針對醫創，郭台銘說，台灣有很好的技術，若他當選總統，將打造平台供年輕人創業。

推醫療新創平台

一開場郭台銘透露，一位密西根的醫生專程前來參加活動，與他合照，他說：現在跟我合照都要給我一張票，引起現場哄堂大笑，他說，雖然美國人沒選票，但對方願協助台美生醫科技合作，他也再次強調，台灣不做戰爭挑釁者，要做和平製造者，盼政府花更多心力對抗癌症。

「去年才說服德國藥廠董事長來台灣設研發中心。」郭台銘表示，有350年歷史

醫院閒置的設備要放到哪去？郭認為，國家經費應最先運用在鼓勵生育，而非投資沒用的蚊子館或鐵路。

的德國藥廠在全世界只有3個研發中心，台灣是除了美國矽谷、以色列以外，第3個海外據點，他以「我家一定保護你們的智慧財產權」來說服對方不要到上海、深圳設廠。

郭台銘說，近來日本有很多健康醫療、生化科技產業有意來台發展，應建立一個創新的科技平台，提供給健康事業與年輕醫生進行生化研究。他也提到，台灣要有健康大數據平台提供治療、預防、藥品測試，讓台灣成為各國在華人世界找醫療市場的首選。

拋育兒政策

針對郭台銘日前拋出0到6

歲國家養，遭質疑經費來源。郭台銘會後受訪時強調，「不會都用國家的錢，政治人物比較不懂，用不同的思維在想怎麼治理國家」，他認為，如果沒有新生命，國家就有

亡國的危機，因此育兒政策是當務之急，至於細節他將會在第3場政見會上說明。

郭台銘表示，台灣人口數呈現死亡交叉，目前的醫院設備足以容納到25到30萬新生兒，但出生率低於18萬人，他問：閒置的設備要放到哪去？他認為，國家經費應最先運用在鼓勵生育，而非投資沒用的蚊子館或鐵路。



▲ 國民黨總統初選參選人、前鴻海集團董事長郭台銘出席2019 TRANS國際生醫新創論壇，會後受訪時仔細聆聽媒體提問。（中央社）

明起有午後雷陣雨 3日防豪雨

【本報記者吳婉瑜綜合報導】根據中央氣象局預報，7月1日台灣附近水氣增多，南部、東部及東南部地區有局部短暫陣雨，其他地區為多雲到晴。氣象專家吳德榮表示，3日起大氣環境轉為西南風，挾帶南海輸送來的豐沛水氣，尤其西南部應慎防劇烈降雨。

中央氣象局表示，7月2日至4日南方的低壓帶形成並北抬，各地雲量增多，中南部、東南部地區有局部短暫陣雨或雷雨，尤其午後降雨會較為全面。氣象專家吳德榮表示，7月3日起大氣環境轉為西南風，挾帶豐沛水氣，這段時間台灣容易有劇烈降雨，尤其在

迎風面的西南部，受影響更大。

氣象專家彭啟明提醒，未來一到兩週，台灣位於地面太平洋高壓勢力的邊緣，天氣都不會太穩定，維持多雲時晴午後雷陣雨的天氣型態。針對菲律賓東方海面的熱低壓，彭啟明表示，雖然不至於直接影響台灣，但是外圍水氣將在東半部與恆春半島帶來降雨，南部山區的午後雨也有可能增多。

天氣風險公司則提到，雖然目前整體大氣環境不適合大型強烈颱風形成，但仍會有一些小的低氣壓在南海或菲律賓東方海面出現，一旦出現還是有影響台灣有機會。



▲ 中央氣象局指出，7月2日至4日各地雲量增多，中南部、東南部地區有局部短暫陣雨或雷雨，須留意午後全面性降雨。（Photo by 吳婉瑜/台灣醒報）

化療掉髮心煎熬 《百人捐髮》助癌友

【本報記者呂翔禾綜合報導】「用捐頭髮的小動作，讓癌友有嶄新人生！」在30日的《百人捐髮》活動中，癌症希望基金會執行長蘇連瓔表示，許多罹患癌症的人在化療過程除身體煎熬以外，心裡也會因掉髮難受，影響到日常跟家人、同事互動，希望透過活動使更多人捐出頭髮，讓癌友有正面心情迎戰病魔。

蘇連瓔說，除了要感謝願意捐頭髮的人之外，背後也要感謝許多髮型設計師友情贊助，願意犧牲假日熱門時段，協助捐髮人落髮。她也表示，很多化療的人雖然都知道化療後會掉頭髮，可是真的發生時還是難以承受，而且外出也常遭受異樣的眼光，透過捐髮製成假髮，讓這些受病痛煎熬的癌友可以更勇

敢面對人生。

「長髮對游泳選手是禁忌，會增加游泳阻力，影響成績！」曾經獲得全中運200公尺蝶泳第11名的選手徐子硯提到，為了幫助癌友，她不顧教練警告還是堅持留長頭髮。

她說，頭髮剪了還會再長，比賽輸了下次再努力，但癌友的生命未必有重來的機會。今年是她第3次參加《百人捐髮》活動。

現場也播放了捐髮者分享心得的影片。影片裡提到，有些人因為同樣經歷過癌症，鬼門關前走一遭，希望透過捐髮幫助其他癌友；有小孩的爸爸因癌症去世，家長跟小孩希望用頭髮代表爸爸的愛與教誨，將頭髮捐出，代表天上的爸爸依然守護著家。



▲ 癌症希望基金會30日在台北舉辦「第5屆百人捐髮」活動，參與捐髮的民眾在親友幫忙下將長髮剪下，捐髮製作假髮協助癌症病患。（中央社）

公投與大選脫勾 黃偉哲：見仁見智

【本報特派員劉東泉分析報導】曾擔任過四屆立委的台南市長黃偉哲29日到台中促銷愛文芒果時，被問及對於民進黨執政中央將公投與大選脫勾的修法是否合理時，他一時脫口而出說「我已不是立委了」，隨後又補充說：「公投綁不綁大選，是見仁見智的問題。」

擔任立委期間形象一向給人理性的黃偉哲，說理雖慢斯條理，但至少會在儘量合理的範圍內為民進黨政策辯護。過去民進黨批評早年的公投法是鳥籠公投，為節省投票費時、費人及費錢的社會成本，也為了鼓勵民眾多參與公投，以培養人民自主意識，而堅持將公投與大選綁在一起。

如今2020大選之前，民進黨執政中央以各種理由將公



▲ 台南市長黃偉哲說，以前好的水果都是往台北促銷，但他希望台中市民也能吃到台南最優質的芒果。（photo by 劉東泉/台灣醒報）

投與大選脫勾，動員立委在立法院三讀通過公投法修正，讓許多民眾對蔡英文政府為達己私之目的而無視自己過去堅持的民主精神，感到不

滿與灰心。過去曾擁護民進黨中央政策的立委黃偉哲，在成為台南市長後，卻一時不知如何回答民進黨「今非昨是」的

這項問題。

「公投是否綁大選，見仁見智，」黃偉哲簡要說明，有些人可能擔心綁大選的公投太多，無法充分理解後投票；但也可能因公投投票（與大選脫勾）時，投票路途太遠而不去投票。

一般認為，公投要不要綁大選，雖是見仁見智的問題。但從去年九合一選舉，人民在選前充分表達對公投議題的意見後，一一投出高投票率；也真實展現了台灣民眾的自由意志。

如今民進黨不敢讓人民在大選前對重大公投議題充分論述，並於大選投票，只為了有利於民進黨2020大選的選情。如此司馬昭之心，讓有三國時「魯肅」之稱的黃偉哲，也只能自謂「見仁見智」了。

G20 峰會總盤點 不再團結的集會

美國暫緩課徵關稅，主辦國日本在峰會中形同消失，使得以往就被詬病徒具形式的 G20 峰會，今年更加貌合神離。

【本報記者呂翔禾綜合報導】未來還有舉辦 G20 的必要嗎？G20 東京峰會於 29 日落幕，但 20 國並沒有達成具體共識：美國不參加宣誓繼續減碳的《巴黎協定》，美、中貿易戰也是雙方在會外會面決定重啟談判：美國暫緩課徵關稅，並開放企業可購買華為產品，主辦國日本在峰會中形同消失，使得以往就被詬病徒具形式的 G20 峰會，今年更加貌合神離。

美國廠商購買華為的零組件。雖然 G20 感覺少了美國，很多全球性的條約難以推動，不過《海峽新聞》也分析，至少在數位、AI 治理方面，日本首相安倍晉三主推的「大阪尋跡 (Osaka Track)」有獲得各國共識，意即可以讓資訊快速流通，不會讓大數據停留在單一端點太久，讓個資被企業或是其他組織濫用。

任意唯我的美國

根據《歐洲新聞網》報導，雖說是 G20 峰會，但這場峰會卻凸顯了美國的特立獨行。G20 所有會員國 28 日都紛紛對力行減碳的《巴黎協議》表態，持續堅持條約內規範的減碳目標，唯獨美國並沒有參加這場宣誓。身為美國最好的盟友，英國首相梅伊老早就呼籲川普要加入減碳行列，但川普始終拒絕。

另外，攸關世界經濟發展的美、中貿易戰也是透過場外的峰會談判完成，也沒有透過其他 G20 的國家進行協調。在會中，美國總統川普與中國國家主席習近平達成協議，貿易戰重啟談判，美國也暫緩對中國課徵近 3 千億美金的進口關稅，川普還對華為作出重大讓步，允許

峰會徒具形式

《衛報》則分析，在整場峰會上，雖然氣候變遷問題獲得其他國家承諾，但若身為全球第一排破大國的美國沒有加入，全球減碳行動仍窒礙難行。另外，川普跟習近平的談判、對金正恩釋出善意等行為，也讓象徵經濟、民主國家聚會的 G20 更加軍心渙散。

因此，在 G20 的峰會結束時，各國領袖對外的宣示仍是 G20 當初倡議時欲達成的目標：「創造更加公平、自由與無歧視性的貿易環境，並持續讓各國市場更加開放。」但在川普、俄國總理普丁、沙烏地阿拉伯王儲薩勒曼等人引發的爭議都仍遭擱置時，讓這場 G20 峰會更顯得徒具形式，對會員國雖有法律拘束力。



▲ G20 峰會 29 日落幕，但各國在會中早已各自為主，難在重要問題達成共識。(Photo from 克里姆林宮)

全球各大週刊頭條新聞

《新科學人》The New Scientist 北極怎麼了？

你能指出北極嗎？幾乎不能。即使你手持指南針，也很容易弄錯。如果你在加州，指針應該是 18 度整，而不是 0 度。

這並不是地球磁場在作怪，事實上，這一世紀以來，北極變了。1900 年的時候，北極位於加拿大的範圍，在 100 年後，它跑到格陵蘭的位置。

過去 18 年，它每年往東遷移 18 公里，目前正在迅速地「逃逸」往俄羅斯的西伯利亞。

不僅如此，在過去的歷史中，有時還出現詭異的地磁大反轉，北極的指針跑向「南方」。雖然我們很少有人在北極附近的任何地方，



但它像大峽谷或珠穆朗瑪峰一樣具有里程碑意義，解開這個謎團的技術，對地球的未來江有深遠的影響。

反對派發動示威 蘇丹變局再起

【本報記者呂翔禾綜合報導】蘇丹何時能迎來和平？強人 4 月倒台至今，蘇丹內戰已延燒 2 個多月，近日反對派跟過渡軍政府雖然都同意非洲聯盟與衣索比亞的協調方案，但軍政府還是打壓境內反對派，管制言論、集會自由，讓反對派揚言要繼續抗爭，軍政府警告，如果遊行發生意外，反對派要負責，讓外界擔心，雙方好不容易達成協議，又要陷入混亂。



▲ 蘇丹反對派將再度發起抗爭，國際社會紛紛呼籲軍政府不可再使用暴力鎮壓。(Photo by Al Jazeera English on Flickr under C.C License)

反對派抗爭再起

根據《英國廣播公司》報導，蘇丹境內的反對派「自由與改變聯盟」近日仍遭受軍政府打壓，他們不被允許舉辦蘇丹的媒體大會，反對派試圖展開議程時，軍政府的快速部隊 (RSF) 就虎視眈眈的在門口盯梢，荷槍實彈的監視他們的一舉一動，讓反對派不滿，宣稱將號召百萬民眾，30 日再度上街抗爭。

但軍政府也不甘示弱發出聲明表示，如果抗爭當天有任何傷亡，反對派必須負起全責。國際特赦組織便警告軍政府，一定要保障抗議民眾的人身安全，不能再重演 6 月 3 日軍隊鎮壓，造成 128 人死亡的悲劇。
內戰短時間難消停
美國前資深駐蘇丹外交官施恩受《半島電視台》訪時表示，雖然目前由偏向反對派的非洲

聯盟與衣索比亞一同規劃的協調方案佔上風，歐盟也希望蘇丹能趕快穩定下來，但軍政府背後仍有阿拉伯聯合大公國、沙烏地和埃及撐腰，他認為蘇丹的民主很脆弱，內戰不會太快就結束。
蘇丹強人阿巴西爾自 4 月遭到推翻下台後，以 RSF 成員為首的過渡軍政府就一直把持蘇丹統治權，讓反對派不滿，多

次號召民眾上街罷課、罷工，但軍政府於 6 月 3 日大鎮壓造成多人死傷，引發國際不滿。軍政府甚至在談判期間，就將許多反對派領導人抓走，讓反對派批評軍政府罔顧人權。
雖然經過衣索比亞、非盟多方奔走後，勉強讓雙方達成協議，但面對即將到來的抗爭，國際社會都在觀望軍政府會如何行動。短期內，蘇丹的內戰恐難消停。

參加巴林會議 巴勒斯坦商人被捕

【本報記者許雅筑綜合報導】巴勒斯坦商人出席巴林會議竟遭逮捕？由川普女婿庫許納主導的巴林會議於 25、26 日登場，該會議企圖透過協助改善巴勒斯坦經濟狀況，讓巴勒斯坦停止與以色列的衝突。不過該場會議的眾多爭議導致巴勒斯坦拒絕出席。但仍有巴勒斯坦商人出席該會議，據說 28 日其中一位商人馬亞拉因此遭到巴勒斯坦政府拘留。



▲ 據說一名巴勒斯坦商人因為參加巴林會議而被拘留。(photo by Max Pixel)

商人被捕

根據《半島電視台》報導，巴林會議議程中唯一一位巴勒斯坦議長告訴《路透社》，馬亞拉的兒子透過電話跟他說父親已被逮捕。他也說馬亞拉是 15 位參與會議的商人中的一位，他告訴《耶路撒冷郵報》，巴勒斯坦政

府也襲擊了希布倫其他三名巴勒斯坦商人的家，企圖逮捕他們。不過巴勒斯坦解放組織執行委員會秘書長賽義卜表示，

巴勒斯坦人民並沒有被禁止參加巴林會議。根據《紐約時報》報導，巴勒斯坦資訊

部長也表示，他並不知曉該項消息。但有兩位匿名政府官員先後表示，是否參加會議並非人民得以自由選擇的權利，而大眾也會向政府施加壓力，希望他們能對那些參與會議的商人進行審判。

巴林會議目的

川普政府聲明，該會議的目的是要爭取 50 億美元的投資，希望能透過這些錢協助改善巴勒斯坦的經濟狀況，同時幫助鄰近的阿拉伯國家，以促進中東地區的和平。

但自從 2017 年川普政府承認耶路撒冷是以色列首都，並將大使館從特拉維夫遷往耶路撒冷之後，巴勒斯坦便與美國切斷外交關係。巴勒斯坦政府表示，不願意將經濟利益擺在政治問題之前，放棄國家一直以來的堅持。

醒報廣告、訂報專線：
0800-011961
看完醒報，轉贈鄰居信箱

▼ 緬甸政府近日對叛軍據點實行斷網以利鎮壓，讓外界擔心緬甸境內人權更加惡化。(Photo from wikipedia)



若開邦斷網對付叛軍 美籲緬甸收手

【本報記者呂翔禾綜合報導】為了圍剿叛軍，竟中斷網路！近日，緬甸政府為了討伐當地若開邦的叛軍，將叛軍所在的九個城鎮的網路通訊全部中斷。對此，美國表示，緬政府不能利用斷網對抗叛軍，遮掩自己的暴力鎮壓；聯合國也批評緬軍鎮壓行為，只會讓該國羅興雅人的悲劇再度上演。

美國表示，緬政府不能利用斷網對抗叛軍，遮掩自己的暴力鎮壓；聯合國也批評緬軍鎮壓行為，只會讓該國羅興雅人的悲劇再度上演。

欽邦的1個城鎮的網路全部斷訊。這也讓美國國務院發言人奧塔格斯對此表示「嚴重關切」，他希望緬甸政府能盡快讓受影響的上百萬居民能有基本的網路。

她還提到，緬甸政府不能以為資訊不會流傳出去就可在當地大開殺戒，斷網會讓當地政府施政透明度大幅下降，緬甸政府需要儘速恢復通訊，避免更多暴力事件發生。目前軍方跟叛軍的衝突已經造成3萬人流離失所，雙方都互控彼此殺害許多手無寸鐵的

平民，連躲在緬甸最神聖不可侵犯的寺廟裡面的平民都不放過。

《東協郵報》提到，緬甸政府對該國境內叛軍、異議份子的掌握越來越深，前陣子兩名路透社的緬甸籍記者才遭到軍政府以反政府名義逮捕，雖然在國際的壓力下獲釋，但緬甸軍政府仍掌握國會、行政、軍事等部門，作風依舊專制，讓目前檯面上的領導人翁山蘇姬也淪為軍政府的傀儡。



上百萬人受影響

根據《半島電視台》報導，緬甸軍方在討伐當地追求若開邦自治權的佛教叛軍時，將叛軍盤踞的8個若開邦、鄰近



日本退出 IWC 生效 重啟商業捕鯨

【本報記者宋秉謙綜合報導】從去年被拒絕恢復商業捕鯨之後，日本聲明退出國際捕鯨委員會(IWC)生效！由於捕鯨、食鯨在日本傳統文化扮演重要角色，從1988年該國被迫停止商業捕鯨後，只能陽奉陰違，透過科學研究為名目、行捕鯨之實。而日本在去年年會提出恢復捕鯨被拒後，年底宣佈要退出委員會，於30日正式生效，讓該國的捕鯨派高呼勝利。

恢復商業捕鯨。日本將於7月1日退出國際捕鯨委員會，並

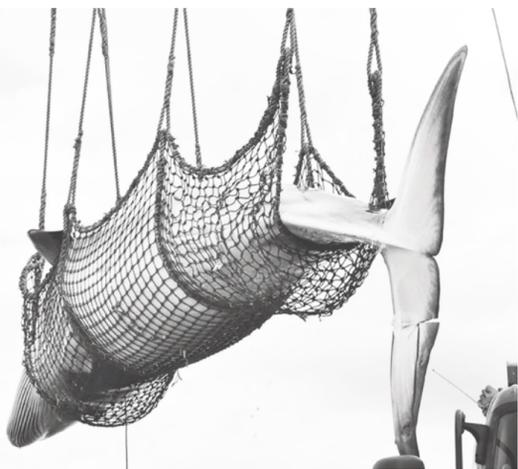
日捕鯨派振奮

根據《CBS新聞網》報導，日本於30日退出國際捕鯨委員會生效，未來將不受IWC的禁止商業捕鯨所管，此消息讓該國的捕鯨派人士感到振奮，他們認為，作為日本傳統文化的一部分，捕鯨、食鯨是必要之事，不管這個代價是引起全球反捕鯨國的公憤，又或是日本在戰後退出的首個國際組織。

該國發言人Suga於去年9月在巴西的IWC年會上表示，反捕鯨派國家不給日本這些有捕鯨文化的國家活路，他們只是盼能在沿海海域(如公海、經濟海域)恢復小型的鯨魚狩獵，但IWC連這個都不點頭，讓他們只能偷偷在其他地方進行「科學研究式」

的捕鯨，但每年狩獵僅達數百頭，對比二戰後該國食用鯨魚的量，實屬九牛一毛。

儘管全球保育人士如珍古德女士等人聯手發出公開信，呼籲G20國家在峰會上要「勸勸」日本，同時紐西蘭、澳洲等國也批評「捕鯨已經過時」、「讓日本巧立名目得捕鯨這麼久，已是不容忍的」，但日本依然不為所



緬甸人權問題堪憂

先前在鎮壓當地少數族群、信仰穆斯林的羅興雅人時，翁山蘇姬不痛不癢，甚至表態支持軍政府鎮壓的態度讓國際非常不滿，國際特赦組織也收回2009年翁山蘇姬還在遭受軟禁時頒發給翁山蘇姬的良心大使獎。

緬甸2015年大選時，翁山蘇姬領導的全民盟雖獲得大勝，但緬甸民主化的過程卻仍受制於宗教(當地多數為佛教徒)、軍方的箝制，聯合國緬甸人權觀察員李受訪時表示，緬甸的憲法亟需改革，否則軍方只會持續用國家安全的名義，繼續在該國境內亂抓人、殺人，難以保障該國居民人權。



藝術畫作「花瓶」 回歸義大利畫廊

【本報記者宋秉謙綜合報導】藝術界鉅作「花瓶」終於回家！這件被納粹盜走的名畫，將被歸還回義大利佛羅倫薩市的烏菲齊畫廊。外媒指出，烏菲齊畫廊負責人、德國籍的艾克自年初就開始呼籲德國要盡道義、歸還藝術品，德方終於在日前宣稱，他們引用法律時效之說，讓擁有該畫作的家庭不得干預歸還動作，終使荷蘭名作「花瓶」回到烏菲齊畫廊。

有譜。德國表示，「花瓶」雖然被納粹奪走，但在德國統一後的1991年重新出現，並且於私人家庭手中。而現在已達30年法定時效，這個私人家庭要求200多萬歐元的補償款過了時效，所以不能拒絕歸還動作，當局與該家庭的私下協議細節並未公佈，但律師推測，該國應該是堅持「納粹士兵奪走時不被視為所有權，因此不得轉贈給後代，得以被強制歸還。」

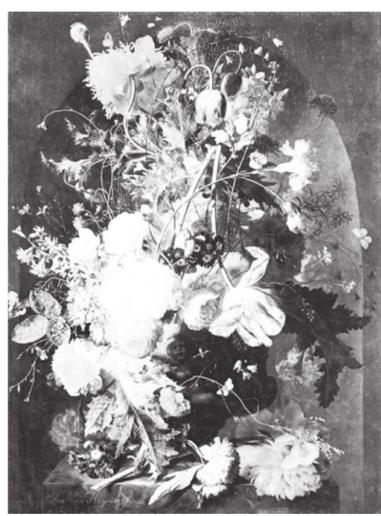
德須負道義責任

根據《英國廣播公司》報導，從今年年初，義大利佛羅倫薩市的著名畫廊烏菲齊就不斷呼籲要取回鉅作「花瓶」，當時該畫廊負責人艾克表示，德國需付道義責任，把納粹時期從各國奪走的東西逐漸歸還，而時至日前德國終於鬆口，花瓶此畫作回義大利

畫廊負責人收回名作

談及「花瓶」的來歷，據《ABC網》報導，這個畫作是由荷蘭名家范海伊森(Jan van Huysum)所畫的靜物畫，此畫一直是烏菲齊畫廊的鎮廊之寶之一，最早是由大公爵波爾多在1824年買下為畫廊的收藏品，其後一直到1943年才被德軍盜走。

這起歸還事件主要得歸功於烏菲齊畫廊的負責人、德裔的艾克，他聲稱，在二戰與納粹恐怖創傷尚未痊癒時，德國出自於道義責任得將從各國掠奪的藝術品通通歸還，他盼望花瓶此畫是歸還潮的開端。



◀ 被納粹在二戰時期盜走的荷蘭大師范海伊森名作「花瓶」，終於能回到義大利的畫廊。(photo by Wikimedia)

圖文選粹

圖文 / 中央社

熱浪籠罩歐洲至少8死 近可望降溫



▲ 致命熱浪籠罩歐洲進入第6日，已造成至少8人喪命。圖為西班牙遊客在陰涼處休息喝水。(photo by 法新社)

走進現代化 青海藏人有期待有掙扎



▲ 幫助牧民有個家，當地政府廣為宣傳「易地搬遷」政策。此為當地一處示範住宅區。

MLB 上演世仇賽 基襪打成美足比分

這場比賽雙方寫下 30 年來第一次 2 隊都在首局轟下至少 6 分，本役最終由洋基隊以 17:13 勝出。

【本報記者宋秉謙綜合報導】MLB 基襪倫敦戰把棒球比賽打成美式足球比分，雙方共打 30 分！基襪世仇大戰 30 日於倫敦上演，這也是大聯盟首度將季賽辦在歐洲開戰，總計是第三個海外戰場；由於倫敦球場較小，讓這場比賽成為打者天堂，雙方都寫下 30 年來第一次 2 隊都在首局轟下至少 6 分，本役最終由打得更瘋的洋基隊以 17:13 勝出，總計 30 分在基襪歷史排行次高。



▲洋基隊靠著火力更為優勢，以 17:13 在倫敦海外戰轟垮世仇紅襪隊。(photo by NY Yankees Fanpage Facebook)

倫敦成打者聖地

根據《英國廣播公司》報導，本賽季的基襪世仇大戰為了推廣海外，雙方於 30 日、7 月 1 日在倫敦舉行系列賽，兩場比賽間隔不到 24 小時，對於選手來說體力負荷是一大考驗，而 30 日首戰的超級煙火秀說明選手調整不是關鍵，真正的關鍵是球場太「小」。

彷彿印證賈吉在打擊練習所言「對打者有利」，基襪打者將倫敦球場變成練打聖地，2 隊共打出 38 支安打（各含 3 轟），而



如此一來，最悽慘的就是雙方投手，此役 2 隊各用 8 名投手，最慘的是 2 隊先發波塞羅與田中將大，2 人都投不滿 1 局，就被轟炸 6 分而退場，這也寫下 1912 年以來第三次的「先發投手難兄

難弟」。《MLB 官網》報導，最終在這場打擊大戰中洋基稍稍勝出，雙方先發投手都爆炸就改比牛棚，洋基長中繼小寇提斯苦撐 3 局



「只失 5 分」，相較起來，紅襪的年輕中繼投手夏溫安只投 1.1 局就核炸 8 分更慘，終場洋基以 17:13 勝出。

賽事寫下各項紀錄

這戰賽後刷新不少紀錄，首先，基襪合計 30 分是世仇大戰中的歷史次高，最高 (31 分) 仍是 2009 年 8 月 21 號之戰，該役雙方先發也呈現被炸爛的狀態，洋基先發「老派」派提特當年還硬吃 5 局（但狂丟 7 分），擁有鑽石打線瘋狂炸了 20 分當靠山，勉強拿下勝投。

根據棒球權威數據研究家柯恩指出，這也是 1979 年以來有 2 隊單場 2 度打下至少 6 分的大局，本役洋基分別在第一局、第四局都奪 6 分，紅襪則是於第一局、第七局恰好也都奪 6 分，前一次能打出這麼瘋狂表現的比賽是 1979 年 5 月 17 日的小熊、費城人之戰，當時小熊主場瑞格利花園恰好刮起對打者有利的狂風，雙方打出超狂比分，由費城人險勝的 23:22。

圖文選粹

圖文 / 中央社

伊斯特本網球賽 詹詠然詹皓晴奪冠



▲台灣雙打姊妹花在 2019 伊斯特本網球賽一路過關斬將，30 日高捧冠軍金盃，替即將開打的溫布頓網球錦標賽注入一劑強心針。(photo by 劉雪貞)

王維中帶黑輪投球 樂當運動家活棋



▲美國職棒大聯盟奧克蘭運動家隊左投王維中(圖)28 日賽前暖身時，被足球打中左眼周圍，帶著瘀青上場比賽。

黃蜂明星後衛華克 44 億轉戰塞爾蒂克



▲生涯至今 8 年都在夏洛特黃蜂度過的華克，將在美國東岸時間的 30 日傍晚 6 時成為自由球員，但要等到 7 月 6 日才能簽訂新合約。(photo by Facebook)

溫網女單前哨戰 衛冕冠軍柯珀敗走

【本報記者宋秉謙綜合報導】距離溫網剩不到幾天，排名世界第三的普娃在「前哨戰」伊斯特本盃賽拍落溫網去年冠軍柯珀！普娃和柯珀都被認為是溫網有望奪魁的選手，而 30 日在小型盃賽決賽先打前哨戰，由普娃以 6:1、6:4 勝出奪冠。普娃賽後表示，這場球的比分無法反映出真實結果，她認為，柯珀仍然是最佳的草地好手之一，本屆溫網冠軍獎落誰家依然未可知。



▲溫網即將開打，專家預測女單冠軍多有差異，但大都不看好衛冕冠軍柯珀(左)能完成蟬聯。右為普娃(photo by Wikimedia)

普娃打出 7 記 ACE 球，並於首發得分率拿到 71% 的佳績，說明普娃近況火熱。

普娃接受賽後訪問時謙虛地表示，這場球賽的比分太具迷惑



性，普娃說：「我在整個賽事期間狀況調整的不錯，而對柯珀來說，她不論打出什麼分數，都不改變她是世界頂級的草地好手。」意即普娃對於溫網若遇上

柯珀，仍不敢大意，畢竟普娃在溫網還沒挺進過第四輪。

不過，相較於普娃對柯珀的極度推崇，據《ESPN》報導，專家們反而都不太看好柯珀，原因與柯珀在去年拿到溫網後，就再也沒有贏過任何冠軍（連小錦標賽的冠軍都拿不到），本次敗給普娃是柯珀近一年以來第 3 度在決賽吞敗。

部分專家則看好近期火燙的普娃能在溫網拿到佳績，但對於普娃來說，從未在職業生涯贏過含金量高的大滿貫級冠軍，經驗上稍微有點佔劣勢。較多數的專家認為，溫網女單勝利者本就不易預測，應該把預測命題改成「本屆又有哪位新星即將透過溫網打響名號」。



根據《女網官網》

報導，目前排名世界第三的普娃氣勢正高，她於 30 日在伊斯特本盃賽對決溫網衛冕冠軍柯珀，而普娃僅花 31 分鐘就拿下首盤，並於第二盤擺脫德國好手的糾纏，輕鬆奪下冠軍。其中，



勇奪荷蘭國際影展 最佳演技大獎

“全片高潮迭起!”

改寫歷史! 打破紀錄!

柏林愛樂首位女指揮家真實故事改編

The Conductor

首席指揮家

荷蘭女導演 瑪利亞彼得斯 驚天執導

7.19 揮灑夢想



▲如果是因味覺厭惡學習而形成的偏食，勉強小孩吃下去，只會讓孩子更不舒服而已。(photo by pixabay)

賈克·貝呂塞

「有一天，天氣很熱，我回到家後打開冰箱，看到一壺看起來很好喝的麥茶。『不愧是媽媽……真貼心』，我一邊感謝、一邊暢飲麥茶，誰知道一股怪味衝上來，讓我不由得吐了出來。不舒服的感覺持續了一陣子。過了一會兒後，我才終於發現自己喝的其實是高湯。」

我曾經聽幾位學生說過類似的經驗。我們常常會因為外觀顏色，而還自聯想它的味道，然後就喝了下去。

顏色影響味覺

以調查顏色和味覺關聯的心理學實驗中，最常使用有色的味溶液。因為如果用真正的食物，除了顏色和味覺之外，可能還會受到質地或風味不同的影響。即使如此，最後研究結果還是極為分散，無法獲得有系統的結果。

只有一點是毫無疑問的，也就是顏色深的飲料，讓人覺得味道比較濃。由日常經驗來看，各位讀者應該不難理解。另一方面，由經驗來推論，紅色是成熟的水果顏色，可能會讓人感受到強烈的甜味；而綠色則是未成熟的水果顏色或蔬果汁，可能會讓人感受到強烈的苦味。

染色的單純飲料

可是，實驗卻無法得出紅色飲料會影響味覺評定的一貫結果，反而大多數的報告都指出，紅色不會影響五種基本味覺中任何一種的味覺閾限，也不會影響閾限上的味覺強度評定值。

也有研究試圖證明，食物和飲料的顏色對風味、知覺的影響，請受試者喝下染成紅色的草莓風味溶液，以及染成綠色的薄荷風味溶液。結果發現，受試者對風味的感受比未染色的溶液更強。

然而，橘子風味和檸檬風味就不見染色的效果。因此，顏色對風味的影響，和顏色對味覺的影響一樣，無法得到一致的結果。之所以無法取得一致的結果，可能就是因為用的是只有染色的單純飲料。

視覺影響味覺

除此之外，還有人用電腦把鮪魚握壽司的照片顏色改成藍、紅、白、黃色，然後請受試者戴上眼鏡型螢幕看著這些照片，試吃真正的鮪魚握壽司。實驗結果發現，看著黃色（奶油色）的照片吃鮪魚握壽司時，魚腥味比較不重。

除了顏色，相同的效果也出現在以照片進行研究的實驗中。用電腦設計果汁罐身或瓶身的包裝照片，然後出示給戴有眼鏡型螢幕的受試者，結果發現，出示照片後再喝果汁，果汁的甜味和酸味都比不出示照片時更為強烈。

再者，請受試者吃巧克力時，邊看著牛奶巧克力的包裝邊吃，和邊看著黑巧克力的包裝邊吃，結果發現，分別感覺到更強烈的甜味、更不明顯的苦味。

物極必反

吃完巧克力，還想吃炸薯條？到目前為止，我們談的都是人類對食物的好惡。不過，食物也可以用好吃、難吃來形容。那麼「喜歡」和「好吃」可以畫上等號嗎？假設點心時間吃了多少巧克力，沒多久有人送蛋糕來，再怎麼喜歡吃巧克力蛋糕的人，在這個時間點，如果又再吃了蛋糕，應該也不會覺得好吃吧！

就像上述例子一樣，我認為好吃和喜歡是兩回事。但如果此時送來的是日式炸雞呢？應該還是可以吃得津津有味吧！也就是說，剛吃完巧克力後，有一段時間應該都不想再吃甜食，可是如果是不同味道（鮮味的日式炸雞）的食物，應該就吃得下去。

我在前文曾提到，甜食是醱質來源的信號。如果吃了很多的巧克力，我們應當可以充分攝取到醱質。不過，因為人類是雜食動物，若只有醱質的話，營養仍是不均衡的。

飢餓效應

另一方面，鮮味則是蛋白質來源的信號，若能增添蛋白質的攝取，我們就會覺得富含鮮味的日式炸雞很好吃。所以，像這樣大量攝取某種食物後，會覺得含有相同營養成分的其他食物沒那麼好吃，這種現象就稱為「飢餓效應」。

科學家們已證實，人類對熱量也會有飢餓效應。因為吃太多零食，結果正餐吃不下，這種現象就是一種飢餓效應。相反的，只吃有甜味但不含熱量的人工甜味劑的食物，因為人工甜味劑的醱質含量並不多，所以就會讓我們一直覺得甜食好吃，並且想繼續再吃。

品牌讓飲品變好喝？

同樣食物，掛上品牌味道就變好了說到底，真的有好吃的食物嗎？如果是廚師或食品廠員工，可能會回答「有」。當然，一定也有人對食材和調味十分講究。

視覺影響味覺 食物不只是口腔

《餐桌上的味覺練習》一書是為了傳達法國味覺教育倡者賈克·貝呂塞教授的理念而出版，他注重美食文化的養成。



▲嬰幼兒階段，兒童快速學習什麼是食物、什麼不是食物。(photo by pixabay)

不過，如果吃的時候，你剛好和別人在吵架，你還會覺得當下的食物好吃嗎？此外，記憶中的好味道，又真的是用好的食材調理的嗎？

在此為大家介紹一個實驗。這是眾所周知的海外知名咖啡品牌S公司（以下

料評定值相比，美味評定值上漲約1.5倍。由此可以推論，「因為是海外知名品牌，所以一定好喝」的既定想法，反映在實際喝飲料細節的美味程度上了。

不過，這項實驗並未突明到底是知名度讓T變得更好喝了，還是原本內容物就

好喝，只是掛上T品牌後，喝起來反倒不好喝了。所以，我們詳查了飲料和品牌的形象，結果發現，T品牌沒有時尚的品牌形象，受試者也不覺得容器內的飲料本身美味。

但即使是一開始覺得不好喝的飲料，如果有時尚印象的包裝，就會讓人覺得好喝。也就是說，評定飲料好喝與否時，受試者雖然覺得自己是針對內容物本身的味道去評定，可是實際上，卻受到了包裝與品牌等



▲剛吃完巧克力後，有一段時間應該都不會想再吃甜食了。(leenyid Ag onigrid)

外也在因素的影響。海外也有相同的研究。說到可樂，很多人立刻會聯想到可口可樂。事實上，可口可樂的市占率也高達五成以上。不過，也有不少人覺得百事可樂比較好喝。所以我們比較這兩大品牌，結果發現：

1. 請受試者盲飲可口可樂和百事可樂，判斷哪一種可樂比較好喝，結果發現幾乎沒有差異。2. 請受試者看著品牌logo喝，結果覺得可口可樂好喝的人比較多。3. 喝可口可樂時，發現受試者的大腦中，和味覺及美味無關的海馬迴與外側前額葉皮質很活躍，而喝百事可樂時這兩處則不活躍。

從嬰幼兒時期開始偏食

偏食及因應之道——少數食物不碰沒關係，只吃少數食物，要小心。我們對食物的喜好，和天生的嗜好、性格、飲食經驗等許多因素有關。特別是需要攝取多種食物的2到6歲兒童，其飲食經驗極為重要。在這個階段，兒童快速學習什麼是食物、什麼不是食物。而學習的結果，將主導兒童食用哪些食物。

「偏食」，指的就是只吃某些特定食



▲法國人把味覺練習列入國民教育。(photo by pixabay)

產生偏食。如果是因味覺厭惡學習而形成的偏食，勉強小孩吃下去，只會讓孩子更不舒服而已。如果無論如何都必須讓小孩吃下某種食物時，不妨運用以下方法。此外，沒吃過就說討厭，不是因為味覺厭惡學習，而是前者（新食物恐懼）造成的結果。

如何改善偏食？

那麼有什麼方法可以解決上述的偏食問題呢？以前，有人用強迫進食的方法，可是從我自己的經驗就知道，這種做法非但沒有效，反而會形成味覺厭惡學習、更討厭某種食物。

另一方面，自古以來也有一種說法，兒童偏食大致可以分成兩類，也就是前面提到因新食物恐懼、味覺厭惡學習而

有這樣的結果。可是，要小心的是，在這樣的實驗中，通常都已事先算好營養成分。

所以，在這些實驗中，雖然發現兒童對特定食物有偏好（並不表示他討厭其他食物），但最終成長發育的程度並未改變。

注意小孩肥胖問題

換言之，過去的研究著重於調查是否能攝取生長發育必要的卡路里，並未考慮到現代養育者擔心的飲食均衡問題，

到底什麼菜是台灣菜？其實你回頭去找，大部分的台灣菜在福建可以找到源頭，那是一個菜離鄉背井之後，在某些物產條件之下的改編。

法，可是從我自己的經驗就知道，這種做法非但沒有效，反而會形成味覺厭惡學習、更討厭某種食物。

另一方面，自古以來也有一種說法，兒童偏食大致可以分成兩類，也就是前面提到因新食物恐懼、味覺厭惡學習而



物。前面也說過，人類是雜食性動物，必須從各式各樣的食物中攝取營養。因此，就營養均衡的觀點來看，必須避免養成偏食的習慣。

不可不吃討厭的食物

不過，這種想法可能只適用於過去飲食種類較少的時代。如果只考慮到營養學，在食物種類豐富，可以從中攝取各式營養的時代，其實沒有必要逼自己吃下討厭的東西。而且與其擔心小孩偏食，還不如擔心大人的偏食問題。

比方說，完全不吃碳水化合物減肥方法，或禁止所有肉類和動物性蛋白質的用餐方式等，這種偏食倒是十分常見。

相對來說，小時候會偏食，難道不應該將它單純看作是兒童根據自己的經驗，認識什麼是食物、什麼又不是的過程嗎？當然，如果小孩嚴重偏食到會影響健康，那就另當別論了。

味覺厭惡學習

接著，我再進一步說明兒童的偏食。兒童偏食大致可以分成兩類，也就是前面提到因新食物恐懼、味覺厭惡學習而



以及是否攝取蔬菜、水果等。

現在我們反而要注意的是，小孩的肥胖問題和生活習慣病。因此，我們不得不說，「放著不管，偏食自然會好」的想法仍不夠周全。

（張元融／輯）

每個食物，都有它的故事。(photo by wikipedia)

每個食物，都有它的故事

用眼、手、鼻、口探索食物都是「嘗嘗」，不只用嘴。

不過就是好吃，氣味和香氣有差嗎？有，有人用聞的，就知道紅酒熟成10年；用聽的，就知道法國麵包的新鮮度。

每個食物，都是啟發我們味覺的大師！

作者：賈克·貝呂塞

出版社：大是文化

出版日期：2018/08/01

作者：賈克·貝呂塞

出版社：大是文化

出版日期：2018/08/01



▲法式正統，做菜講究食材本位。(photo by 網路截圖)

◀每個食物，都是啟發我們味覺的大師。(photo by pixabay)

▼請受試者盲飲可口可樂和百事可樂，判斷哪一種可樂比較好喝，結果發現幾乎沒有差異。(photo by pixabay)



《餐桌上的味覺練習：哪些美食把你的舌頭變笨了？觸、看、聞、聽，找回你的美味鑑別力！》簡介

原來，影響味覺的不是只有本身的味覺，你的嗅覺、視覺、聽覺、觸覺，都會改變你吃東西的感受。

本書作者之一賈克·貝呂塞是全球「味覺教育」發起人，歷時五十餘年。他說，味覺教育，不是分辨味道的能力，別老用一句「好吃」、「不好吃」就帶過！而是能夠找到適當的詞彙，再以過往的經驗和記憶，表現自己的感受。

味覺教育的誕生與變遷

好吃 vs. 不好吃，味覺會告訴你更多！

每個食物，都有它的故事

用眼、手、鼻、口探索食物都是「嘗嘗」，不只用嘴。

不過就是好吃，氣味和香氣有差嗎？有，有人用聞的，就知道紅酒熟成10年；用聽的，就知道法國麵包的新鮮度。

每個食物，都是啟發我們味覺的大師！



▲法式正統，做菜講究食材本位。(photo by 網路截圖)

◀每個食物，都是啟發我們味覺的大師。(photo by pixabay)

▼請受試者盲飲可口可樂和百事可樂，判斷哪一種可樂比較好喝，結果發現幾乎沒有差異。(photo by pixabay)



《餐桌上的味覺練習：哪些美食把你的舌頭變笨了？觸、看、聞、聽，找回你的美味鑑別力！》簡介

原來，影響味覺的不是只有本身的味覺，你的嗅覺、視覺、聽覺、觸覺，都會改變你吃東西的感受。

本書作者之一賈克·貝呂塞是全球「味覺教育」發起人，歷時五十餘年。他說，味覺教育，不是分辨味道的能力，別老用一句「好吃」、「不好吃」就帶過！而是能夠找到適當的詞彙，再以過往的經驗和記憶，表現自己的感受。

味覺教育的誕生與變遷

好吃 vs. 不好吃，味覺會告訴你更多！

每個食物，都有它的故事

用眼、手、鼻、口探索食物都是「嘗嘗」，不只用嘴。

不過就是好吃，氣味和香氣有差嗎？有，有人用聞的，就知道紅酒熟成10年；用聽的，就知道法國麵包的新鮮度。

每個食物，都是啟發我們味覺的大師！

大家來看好電影

生命不可承受之輕 追尋自我感動之旅

醒報編輯部 / 輯

本報每週推出「一週電影欣賞」專版，為讀者挑選精彩好片，不考慮商業票房，不做廣告推銷，單純就電影題材的可看性、影片的吸引力與觀賞價值推薦給讀者，歡迎指教。

大學教授理查，某日被醫生診斷只剩六個月可活。絕望的他回到家，正打算告訴妻女這件事時，卻反而得知妻子出軌、女兒出櫃。

再次遭受打擊的他，在大罵「人生真該死」之後，決定拋棄一切道德束縛、盡情享受越亂越快樂的人生。

他開始瘋狂酗酒、吸毒、濫交，狂野舉止讓妻女都傻眼不已。不過他這堂放飛自我、不合常規的另類人生課程，卻意外啟發他眾多學生。究竟，理查特立

獨行的告別，會對周遭人們產生什麼樣的影響？在他生命的最後，又該如何找到人生的意義呢？

藉由教授脫序的人生旅程，讓觀眾意識到「自由」與「死亡」的距離，竟是如此接近。當教授與妻子、女兒、友人、學生之間看似瘋狂卻又真情流露的告別。

這也如同一面鏡子，讓觀眾不由自主去探索自己的內心，進而思考人生曾面臨的選擇，以及與周遭人們的關係。

人生消極掰
Richard Says Goodbye

導演 韋恩羅伯茲
演員 強尼戴普、柔伊德區
上映 2019-07-26



再見了，唇
Farewell song

導演 塩田明彦
演員 小松菜奈、門脇麥、成田凌
上映 2019-08-23

蕾歐天生散發著明星魅力，小春則擁有獨特的音樂才華，兩人在因緣際會之下組成了雙人女子樂團「Haruleo」，並在獨立音樂界裡造成話題、深受樂迷歡迎。

「Haruleo」從街頭唱到Live House，再從家鄉唱到外地，沒想到雙人組合終於迎來各奔東西的一天，一直支持著她們的樂器管理志摩，答應她們完成全國巡演之後，就正式解散。

雖然立下了「社內戀愛禁止」的規定，蕾歐一直都喜歡著志摩，志摩則暗戀著小春，而一路以來教會蕾歐彈奏吉他及演唱的小春，其實

對蕾歐有著超越同性情誼的情感，想說卻說不出口的話，以及不得不向現實低頭而放棄的夢想，這一切的痛苦將通過音樂傳達給大家。

他傾全部生命追尋永恆創作...

歎 為 觀 止！
榮登義大利電影首周新片票房冠軍
見證米開朗基羅不朽傑作的誕生

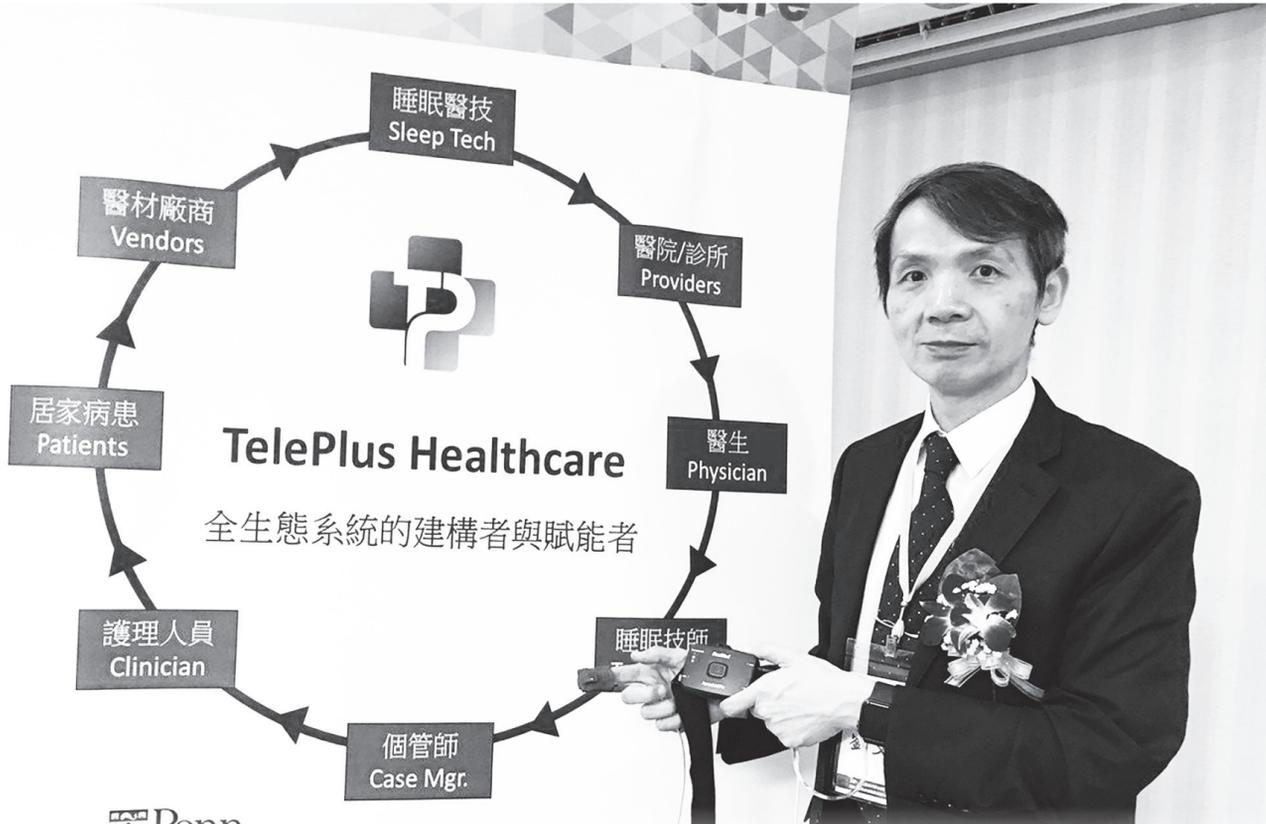
米開朗基羅
Michelangelo: Endless

無盡之詩
義大利新銳導演 伊曼威利伊布奇
一揭大師奧秘

7/05 雕刻時光

SKY con MAGNITUDO FILM e LUCKY RED presenta MICHELANGELO - INFINITO. Idea e produzione SKY e MAGNITUDO FILM con ENRICO LO VERSO, NANO MARGESCOTTI. SOGGETTO e DIREZIONE ARTISTICA COSETTA LAGANI. SCENEGGIATURA SARA MOCETTI EMANUELE IMBUCCI TOMMASO STRINATI. CONSULENZA SCIENTIFICA VINCENZO FARINELLA. PRODUTTORI ESECUTIVI FRANCESCO INVERNIZZI ROBERTO ANDREUCCI FOTOGRAFIA MAURIZIO CALVESI SCENOGRAFIA FRANCESCO FRIGERI COSTUME MAURIZIO MILLENOTTI. MUSICHE ORIGINALI MATTEO CURELLI MONTAGGIO SARA ZAVARISE EFFETTI VISIVI GIUSEPPE SOTULLACI REGIA EMANUELE IMBUCCI

▼劉文德表示·台灣近十年才開始重視睡眠問題·大部分民眾已聽說過「呼吸中止症」這個症狀。(photo by 北醫公關處)



勿輕忽呼吸中止症 易釀成高血壓

【本報記者張元融台北報導】呼吸中止症不是小問題！雙和醫院睡眠中心主任劉文德 30 日表示，其症狀包含打鼾、慢性咳嗽、失眠、半夜醒來、夜尿等，患者若不接受治療，未來出現心肌梗塞、中風等心血管疾病的機率，將是正常人的 3-5 倍，多數慢性也來自睡眠問題。

上呼吸道空間較窄
睡眠呼吸中止症是常見的睡眠呼吸障礙，主要分為阻塞型與中樞型。阻塞型是在睡眠時上呼吸道發生塌陷，氣流阻滯而造成呼吸中止，好發族群為：男性、

呼吸中止症患者若不接受治療，未來出現心肌梗塞、中風等心血管疾病的機率，將是正常人的 3~5 倍。

老人、肥胖、頸圍過大等，臨床上常有的症狀包括打鼾、夜間頻尿、睡醒時口乾舌燥、頭痛、睡不飽、白天過度疲倦嗜睡、注意力不集中、高血壓等。
劉文德指出，由於生理結構上，東方人的「上呼吸道空間比較窄」，並不如西方人的鼻子立體，因此東方人的睡眠呼吸中止症的嚴重程度會更甚於西方人。而呼吸中止症又與肥胖有關，也就是說，西方人要更加肥胖才會

易造成高血壓
「高血壓問題有八成源自呼吸中止症！」劉文德解釋，睡眠呼吸中止的患者，每當進入停止呼吸的情況，心跳加快、血管收縮，血壓容易因此飆高；八成以上血壓控制不佳的患者都可能與呼吸中止症有關。
白天嗜睡也是重要病徵之一，許多病人雖然夜間睡眠時間夠長，但半夜的呼吸中止讓睡眠流於淺眠，無法進入深眠狀態，以至於白天嗜睡。另有研究發現，飽受頻頻夜尿之苦的人，半數是因阻塞型睡眠呼吸中止症候群而起。

但有研究人員也表示，此研究的目的，並非要大家違背醫生指示停止服用史他汀，畢竟它對預防心血管疾病是非常有效的，而是希望未來醫學能夠將史他汀這項副作用納入考量範圍，做好更完善的預防措施。
根據《Medical Xpress》報導，研究尚嫌不足的地方在於，他們研究的是醫院的「健康記錄」，因此無法了解每個人對醫生指示的遵守程度。另外，參與者均為白人，且都受到定期的健康監測，研究人員也無法了解他們是否有不良嗜好或正在服用其他藥物。最重要的是，研究人員無從得知參與者在研究開始時是否已患「前期糖尿病」。

史他汀降膽固醇 但恐增糖尿病風險

【本報記者許雅筑綜合報導】降膽固醇的藥物，會增加糖尿病風險！「史他汀」是一種可以降低血液中膽固醇濃度的藥物，許多人會服用它來避免心血管疾病的發生。不過最新一項研究顯示，史他汀雖然能有效預防心血管疾病，卻會增加罹患第二類糖尿病風險。
根據《每日醫學新聞》報導，研究團隊先找出 4683 位男性與女性的健康紀錄並仔細研究，那些人在研究開始前均未患糖尿病，但有心臟方面的疾病，其中 16% 的人在研究開始前就已經有在服用史他汀。研究團隊對他們的觀察從 2011 年開始一直到 2014 年。
研究團隊納入了性別、年齡、種族、教育程度、膽固醇、甘油三酯水平、身體質量指數 (BMI)、腰圍以及參與者訪問



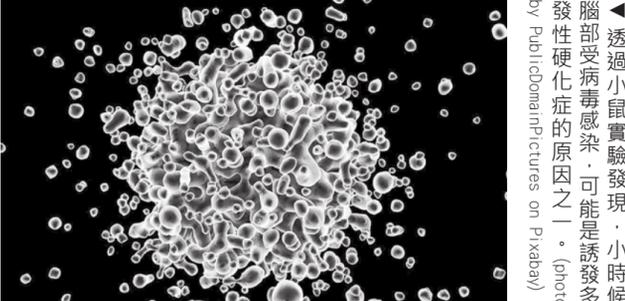
▲服用史他汀可降膽固醇協助預防心血管疾病，但也可能會增加罹患心臟病風險。(photo by stevepb on Pixabay)

到糖尿病的機率是沒有服藥者的三倍。這樣的結果讓研究人員認為，服用史他汀與患糖尿病之間是有關連性的。

多發性硬化症 研究：幼時感染惹禍

【本報記者許雅筑綜合報導】小時候腦部受病毒感染，長大可能患多發性硬化症！目前還無法確定造成多發性硬化症的原因，一般認為它是一種自體免疫的疾病。多發性硬化症的症狀包括運動、平衡、協調等方面的問題，甚至可能影響視覺或造成疲勞。近期研究顯示，若在兒童早期階段腦部受病毒感染，可能會是誘發多發性硬化症的原因之一。
根據《Medical Xpress》報導，研究人員分別在成年老鼠與幼年老鼠身上誘發暫時性的病毒感染（病毒經過減毒），兩組老鼠身上均沒有出現任何感染的現象，並且在一週內透過抗病毒免疫反應止住感染。接著，等老鼠都長大一些後，研究人員再將會影響腦結構，甚至被認為是多發性硬化症誘因的自體反應細胞轉植到老鼠體內，觀察它們對老鼠產生的影響。
那些自體反應細胞存在於大部分人體內，但不一定會誘發

疾病。兩組老鼠當中，腦部在成年後才受病毒感染的老鼠，轉植到體內的自體反應細胞沒有進入腦部；腦部在幼年時期受到感染的老鼠，轉植到體內的自體反應細胞卻滲入腦部，直奔當初受到感染的部位。
根據《每日醫學新聞》報導，腦部在幼年受到病毒感染的老鼠，聚集在它們大腦皮質的腦駐留記憶 T 細胞（一種免疫細胞）數量異常。一般來說那些記憶 T 細胞會均勻分布於腦中以避免病毒入侵，但在那些老鼠腦中記憶 T 細胞卻聚集在受過病毒感染的部位。那些腦駐留記憶 T 細胞會引來自體反應細胞，進而對大腦造成傷害。
為了驗證實驗的準確性，研究人員將傳遞訊息給自體反應細胞的受器阻斷，發現老鼠的腦部因此免於受到傷害。研究人員也發現人類與老鼠的腦駐留記憶 T 細胞與多發性硬化症之間的關係類似，接下來的研究有許多發展空間。



▲透過小鼠實驗發現，小時候腦部受病毒感染，可能是誘發多發性硬化症的原因之一。(photo by PublicDomainPictures on Pixabay)

克隆氏症治療 植物性飲食案例成功

【本報記者許雅筑綜合報導】許多研究顯示，多吃蔬菜、水果、豆類、全穀類等最低限度加工的植物性飲食，對很多疾病的治療都相當有效。近期甚至出現一個透過植物性飲食成功治療克隆氏症（一種慢性且反覆性腸道發炎的疾病）的案例。不過科學家仍在探討克隆氏症的發病機制。
根據《每日醫學新聞》報導，克隆氏症為發炎性腸道疾病的一種，會因為持續性的發炎造成消化道或腸胃道的損傷。克隆氏症的症狀包括腹痛、腹瀉、直腸流血、體重下滑以及疲勞感，而且每個人症狀不盡相同。研究作者表示，大約一半的患者在確診後的 10 年內都必須接受手術治療。
科學家目前仍不清楚造成克隆氏症的原因，但他們推測，克隆氏症可能是由基因、飲食、生活習慣、環境與免疫系統的改變、腸道細菌不平衡等因素的交織作用所引起的。對克隆氏症患者來說，不只治療的費用相當可觀，它在生活、工作、人際關係造成的影響更是相當惱人。
根據《Medical Xpress》報導，



▲近期有一個透過植物性飲食治療克隆氏症的成功案例。(photo by Domokus on Pixabay)
一位 20 多歲的年輕患者在經過 1 年的靜脈注射治療後，症狀並沒有緩解的跡象，仍會感到腹脹、陣發性劇烈腹痛、噁心、疲勞等等。
但接受治療的第二年，他嘗試將肉類、精緻食品從日常飲食中移除，取而代之的是蔬菜、水果、豆類、全穀類等植物性飲食，克隆氏症的症狀竟然因此緩解。
該患者的腸黏膜完全癒合，且不再需要藥物治療。目前已過了 2 年，都沒有復發。
研究的作者表示，植物性飲食富含纖維質，因此能夠促進腸道的健康。這個成功案例，開啟了治療克隆氏症的新契機，但由於目前案例並不足，因此後續研究仍須持續進行。

▼ 冷戰又要來了嗎？只是這次，還變形為經濟範疇的科技冷戰。(photo by pixabay)



從中美貿易戰到科技冷戰

游常山

(資深媒體人)

從美商谷歌禁止華為手機使用 gmail 以來，中美貿易大戰已經變成科技冷戰。最近英文編輯發行的【日本經濟新聞】(Nikkei) 不斷提出這個嚇人的論述，冷戰又要來了嗎？只是這次，還變形為經濟範疇的科技冷戰。

美中爭世界領導權

凡是 1989 年天安門事件前後世界局勢還有記憶的人，對於

新一輪的科技冷戰真的開始了，在美國川普總統即將競選連任前夕，讓美國再次強大的承諾，恐讓川普非出重手不可。

1989 年柏林圍牆倒塌，俄共頭目政變、戈巴契夫下台導致蘇聯解體的往事都不陌生，於是自二戰後美蘇對峙的冷戰時期畫上休止符，大家以為此後是自由貿易無國界的年代來臨，直到美國主戰派的川普總統上台，引爆中美貿易大戰。

如果從地緣政治的角度來

看，這根本就是美中兩強在爭取世界領導權的延伸，這個故事在七十年前，大英國協的霸權，日不落國地位正式被北美洲的美利堅取代，就發生過一次；只是正如英國首相邱吉爾所言，英美二國血濃於水，大哥二哥不必翻臉，英國也就偷偷吞下這口王冠被奪的氣。

中國大陸則迥異於英國，是東亞的「黃禍」前身，如何避免這個十九世紀的東亞病夫再度強大？否則所有英語系的巨大利益，都會被取代？這是川普說不出來的焦慮，所以對於中國非強勢對付不可。

中國你打打看？

明乎此，美國科技巨人企業跟著聯邦政府或明講或暗示的訊號，當然不容華為壯大，幸好西方國家牢牢控制電腦運作的軟體，加上東亞有日本這個盟友（日本為了自己的霸權利

發展的很好，民衆也沒有大規模的遊行。

很多香港人反而有被英國殖民主義「獨裁統治」下，與中國大陸相比時，在經濟、文化、與政治上的優越感。

今天的香港人，為了多賺錢，都在學普通話了。香港人的政治、文化、與經濟的優越感，在褪色中。香港與臺灣很類似，已陷於意識形態的對立之中，沒有具有前瞻性的經濟發展策略，停滯在困境中，走不出來。

臺灣人喜歡說「今日香港，明日臺灣。」事實上，可能是「今日臺灣，明日香港」更為貼切。一向自詡先進的香港，卻步上了臺灣的後塵。

經濟好，政治就穩定

政治是上層建築，經濟是基礎建築。經濟搞得好，政治就穩定。同樣的一國兩制，在澳門很得民心。澳門的博奕經濟，托大陸遊客之福，有很大的成長，澳門人因而收入大提高，得到了實惠，沒有失落感。

「我覺得香港沒有前途，我們很彷徨。」要參加遊行的大叔跟我說。「想爭取香港獨立嗎？」我問。「不可能。別的不說，香港的水電蔬菜，全靠大陸供應，香港獨立不了。」大叔回答的很實際。

中國大陸的崛起，是巨龍的覺醒。巨龍的覺醒與崛起，使得原來的四小龍相對黯然失色。這是歷史發展過程中，難以避免的「幾家歡樂幾家愁」的必然規律了。

香港的失落與徬徨

薛中鼎

(大學教授)

香港在 6 月 16 日下午有一個大規模的遊行，當天中午我到了遊行起點的維多利亞公園，與準備參加遊行的中年人聊了兩個多小時，感受到香港的失落與徬徨。

東方之珠——香港

香港失落與徬徨的根源，主要在於經濟層面。在 90 年代香港回歸之前，我因工作需要，常跑香港，深切感受到香港「東方之珠」的榮耀。當時大多國際公司，都把他們的亞洲區總部設在香港，管轄了大陸與臺灣。

當時香港的影藝產業，引導華人世界的潮流。香港港灣水深，是世界商品進出大陸的吞吐口，是世界第一大港。香港的港灣處處，船舶徜徉於碧灣之間，景色迷人，是國際旅遊勝地，臺灣完全無法相比。

曾幾何時，「東方之珠」已光芒不再。中年大叔跟我說，他是個普通百姓，月入 2 萬餘港幣，但是房租極高，他約 11 坪的公寓，月租就要 1 萬 5 港幣。因為房子太小，不想生小孩。

中國的快速崛起

他說他參加遊行，不是特別要「反送中」，而是累積了很多怨氣，要藉遊行來抒發。

速崛起。(Photo by Simon Zhu on Unsplash)



香港真正的問題，不是一國兩制，而是中國經濟的快速崛起。譬如說，上海洋山深水港的吞吐量已是世界第一，是香港的兩倍多。而深圳排名第四，廣州第六，都已超越了排名第七的香港。（注：高雄更慘，排名十五，吞吐量只有上海的四分之一。）

商品運輸直接帶動金融產業的發展。香港作為世界金融中心的地位，逐漸被上海取代，很多國際公司，都把亞洲區總部，從香港遷到上海。

沒搭上中國崛起便車

更令香港相形失色的是，位於香港邊界的深圳，快速成亞洲的矽谷，世界級的高科技中心。美國舉全國之力討伐的華為與大疆公司總部，都設在深圳。深圳市的總產值，在

2018 年，已首度超越香港。香港應該檢討的是，為什麼沒有搭上中國快速崛起的便車，在高科技產業與研發方面，攻占一席之地，卻是一直局限在金融與房地產業。香港錯失了與深圳同步崛起的機會，在過去的 20 年，沒有發展出成功的科學園區，十分可惜。

大陸有一派說法是，香港如果當時實行「一國一制」，在中央政府全力支持下發展經濟，結果會好得多，必然可與深圳同向而行，而且保持領先優勢。

陷於意識形態的對立

問題不在於政治體制的是否民主。英國港督統治時期，一切都由官派，根本沒有所謂的「民主選舉」可言，香港經濟

益，同樣不願意中國太過強盛。

當中國想要教訓香港或台灣的獨派勢力時候，與美日兩國遙相唱和西歐最大國；法國的航空母艦又適時開過台灣海峽，這歐洲戰艦釋放的政治訊息很露骨了：中國你打打看，世界第三次大戰不是不可能。

當然北京的習近平不會看不懂這盤棋，於是香港的「反送中」，最後也要特首林鄭月娥出來流淚道歉，代表北京略為低頭的象徵性讓步，這才是真正的中國一心「維穩」的大戰略。

冷戰封鎖策略

只是川普總統如何能讓中國有喘息空間？兩大武林高手過招時候內力修為伯仲之間，勝負只在一個閃失，於是美國若要挑釁打弱中國，只有趁現在，中國的科技實力還要倚賴西方的輸出時候，抓緊時機痛打。

其實這樣的冷戰封鎖策略，西方國家不是沒有用過。1989 年以後的「後冷戰時代」，我在經濟專業報紙跑機關新聞，主跑經濟部工業局，當時熱門的議題就是 COCOM (Coordinating Committee for Multilateral Export Controls) 第一世界的「高科技輸出

管制統籌委員會」，美國為首的西方國家立場堅定要求台灣；不可能趁機當橋樑，把西方輸出給台灣的高科技轉賣到中國大陸、北韓或俄羅斯等共產國家。

科技冷戰已打響

識者或要質疑，俄羅斯與中國的國防軍事研究不是也有自己的實力嗎？話是不錯，第三次世界大戰沒有爆發前，恐怖平衡的核武管限制下，誰的武器可以重擊誰，真的很難講。

但如果這是不會有世界大戰的 21 世紀，硬要分別誰是世界領袖的時候，問題就是出在社會主義的國家計劃經濟體系，誕生不了美國的微軟、谷歌、蘋果、臉書等多樣且遍及科技產業上中下游產業樹的巨人型態的大企業，而微軟這些大企業，富可敵國，其年營業額甚至可以超過一個非洲中型國家的一年的 GDP (國內生產毛額)。

所以，日經新聞所提的論點；新一輪的科技冷戰真的開始了，在美國川普總統即將競選連任的前夕，「讓美國再次強大的承諾」，恐怕讓川普非出重手不可。



一份謙和的愛

郭怡君

(神學學者)

這一陣子我家的文鳥上呼吸道感染，缺氧、身體虛弱。文鳥十歲了，一隻眼睛白內障，無法準確起飛降落，常常撞牆，生病後，漸漸地失去原本矯健活潑的精神，讓人很心疼。

努力活著

昨日中午在母校側門遇見多年不見的拉布拉多狗「旺旺」。旺旺十五歲了，行動困難，主人用繩子拖起他的後肢，他才勉強上階梯，拖著身體一步一步進家門，花了十分鐘，非常辛苦。老同學 Fifi 說「我們家的小朋友，最後一年，都需要我們拿輔助帶背起他的下半身，才能上階梯。但看到他們很努力活著，真的很感動。」

我想到很久以前，在美國時，好朋友有一隻導盲犬 Hadley。每天 Hadley 穿著綠色夾克執勤，走路走直線，轉彎絕對轉直角，等紅綠燈過馬路絕不馬虎，遇見其他狗狗坐懷不亂。下班的 Hadley 一脫下夾克，就恢復成毛小孩的模樣，活蹦亂跳討拍拍。

漸漸地，Hadley 也上了年紀，進餐廳開始會失態地猛吃掉在地上的食物，進超市也抓狂咬架上的零食，還很有存在感地，拽下一包 Hadley

同名軟糖散落一地。主人幽幽地說，Hadley 漸漸失控，該退休了。

情誼填補鴻溝

日前《華盛頓郵報》報導，墨西哥超級搜救犬 Frida 服役九年退休。這隻黃色拉布拉多在 2017 年大地震中的斷垣殘壁中奔走，穿著鞋、戴著護目鏡。在各種災難中奮力救援，共拯救 12 條人命，「她的吠聲替人們帶來希望。」

想著這些老邁的動物朋友，和人們與他們深刻的情誼，下午在台北街頭就遇到另一隻拉布拉多，興高采烈地，拉著主人過馬路，遇見每棵樹都要仔細嗅聞一番。

「一個人牽著一隻狗，這幕情景，填補了宇宙間的一道鴻溝。」C.S. 魯益師在《四種愛》中說，「舊衣服、老掉牙的笑話、窸窣拍打在地板上的狗尾巴、縫紉機的聲音」都是溫情，不驕矜作態，是最謙和的愛。

「你們自從生下，就蒙我懷抱；自從出胎，便蒙我懷揣。直到你們年老，我仍這樣；直到你們髮白，我仍懷揣。我已造做，也必保抱；我必懷抱，也必拯救。」聖經《以賽亞書》四十六章中，在人民處在痛苦不安的時刻，上帝溫柔地如此安慰。

生命循環、四時變換，這份謙和的愛就這樣滲透在我們樸實卑微的互相服事，彼此陪伴之中。



▲ 旺旺十五歲了，行動困難，主人用繩子拖起他的後肢，他才勉強上階梯，一步一步進家門。(郭怡君繪製)



20世紀國畫大師 藝術風貌完整再現

看著大千精彩遺作，想著那一代菁英，像杭立武、莊嚴、張群、黃季陸，他們有守有為、心繫家國、不貪不求。

■ 簡秀枝

(典藏藝術家庭雜誌社社長)

「巨匠的剪影—張大千 120 歲紀念大展」6 月 25 日告一段落。這是國內相當難得的重磅級展覽，結集台北故宮與史博館的

珍貴藏品，非常值得欣賞。

藝術界奇才

今天午後，抽空走了一趟故宮，由於午餐時間，看展的人不是很多，觀賞品質很好。張

大千可說是 20 世紀中，藝術界的奇才，可說藝高人膽大，不管是創作臨摹樣樣出色。

1899 年出生、1983 年逝世的張大千，四川內江人，自幼跟隨母親曾友貞習畫，後於上海拜曾熙、李瑞清為師，學習詩文書畫。張大千的一生充滿傳奇，曾赴東瀛學習染織，又一度入寺為僧，戰火中還遠赴敦煌莫高窟臨摹壁畫。

張大千 1949 年後旅居海外，在亞、歐、美洲均舉辦過畫展，是 20 世紀最負盛名的國畫大師，他在 1976 年來台定居，並終老於摩耶精舍。

成熟寫意至潑墨繪畫

國內典藏張大千作品，以企業家林百里董事長為最，引譽國際的廣雅軒是大本營，質精量多。而收藏書畫作品的公立博物館主要有二，一是歷史博物館，另一是故宮博物院。

史博館目前典藏大千先生百餘幅書畫，多為其旅歐時期所作，精彩展現大千先生由成熟

的寫意風格，演變至晚年潑墨潑彩的繪畫藝術發展歷程。

而故宮則典藏有大千先生於 1940 年代赴敦煌臨摹古代石窟壁畫精作數十件，以及其返臺定居後藝術生涯最終階段的創作，這些作品，結合史博館所典藏的，正可反映大千先生早、中、晚不同時期的連續風格發展，與完整藝術風貌的展現，相當圓滿。

犧牲奉獻的無私情誼

當靜坐在故宮 2 樓大廳，欣賞巨幅荷花連幅作品，意趣兼顧，氣勢磅薄，很高興看到這些經典作品，都成為史博館與故宮的藏品，均是國庫之福。

聽說大陸撤退時，當時負責軍機安排的杭立武（1903-1991），為了多讓家眷行囊繁複的張大千，把家當妻小都載運來台，不惜扔掉自己的行李成全他們。這份犧牲奉獻的無私情誼，深深感動大千先生一家人，也埋下大千先生慨捐大批作品給故宮。

在世界藝術館中立足

看著大千精彩遺作，想著兵荒馬亂大逃難的那一代菁英，像杭立武、莊嚴、張群、黃季陸，他們喝足墨水、有守有為，

尤其心繫家國，不貪不求。台灣真是寶地，始終是蒙老天爺特別眷顧，珍貴瑰寶，一批批千里遷徙到台灣，庇蔭後世，讓台灣可以在全世界藝術館博界，高調立足！



◀▲▲▲▶▶▶▶「巨匠的剪影—張大千 120 歲紀念大展」張大千精彩遺作。(簡秀枝提供)



「綠寶石」發光 台北「採筍趣」開鑼

民眾來到台北市木柵區、南港區，除了體驗採筍，還可同時體驗揉茶活動，安排一整天的戶外悠然小旅行。

■余柏青 / 輯

【台北訊】山中「綠寶石」閃閃發光，「食當季」來嘍！正逢綠竹筍盛產季節，民眾除了品嚐綠竹筍的甜美外，不妨計劃一場採筍樂之旅，在台北就能體驗。

為了邀請民眾來品嚐及體驗，相關單位規劃多場台北市綠竹筍系列活動—採筍趣，同時民眾還能規劃進行採茶、揉茶等體驗，來找「茶」趣，甚至品嚐風味餐，並與大自然來一場邂逅。

採筍趣活動包含採筍體驗、竹林生態導覽、綠竹筍料理DIY等。另外，台北市同時也是茶葉的重要產區，若來到台北市木柵區、南港區，除了體驗採筍，還可同時體驗揉茶活動，安排一整天的戶外悠然小旅行。

台北市政府表示，綠竹筍是台北市農業重要的經濟作物之一，台北市絕佳的氣候與地理優勢，種植出來的綠竹筍相當鮮甜爽脆，而且品嚐也有消暑之感，有著「綠寶石」之美稱，台北產區包含木柵、士林、北投、內湖、景美、南港、大安、松山、中山區，每年產季從6月到9月立秋前，即是綠竹筍最佳賞味期。

台北市綠竹筍系列活動—採筍趣活動，包括：



「綠竹筍園一日農夫生態體驗」從6月到8月共33梯次，民眾可經由北投、士林、南港、景美、松山及木柵區等農會報名。

北投區農會：仙旅崎嶇，挖筍趣，活動包含筍子米麵食diy、採筍體驗及竹林生態導覽解說，7月至8月的星期三、星期六共18梯次。

士林區農會：一日遊農業體驗，活動內容包括：採筍體驗、午餐（綠竹筍餐）、市民農園體驗、平等古圳巡禮、農會活力館綠竹筍伴手禮，分為7/9、7/16共2梯次。

南港區農會：挖竹筍體驗，活動包含有機蔬菜導覽及採摘、挖竹筍體驗、午餐（有機蔬菜、竹筍餐），僅7/14(日)1梯次。

景美區農會：綠竹筍生態體驗活動，活動包含綠竹筍生態解說及採筍示範、分組採筍體驗、午餐（大團圓景觀餐廳自行前往）、戰利品（綠竹筍約1台斤），活動日期為7/6、7/13、7/20等梯次。

木柵區農會：木柵輕旅行，茶筍體驗趣，活動包含筍園參觀導覽及採筍示範、午餐（茶筍大餐）、採茶製茶體驗、紀念品（綠竹筍約1台斤），計劃8/12、8/16分為2梯次。

松山區農會：採筍體驗小旅行，將前往離臺北市中心最近的虎山進行綠竹筍生態導覽及採筍體驗，另外安排蜜蜂生態介紹及蜂蜜品嚐，計劃2梯次半日遊，活動日期為7/4、7/18二梯次。

除了台北季節活動「筍」樂趣外，若想感受採茶、揉茶等，可計劃至木柵區、南港區找茶「趣」，不僅可以感受茶園風光，還能動手體驗採茶、揉茶、製茶等農活體驗，並能製作專屬自己的茶香。

▲台北市採筍趣活動包含採筍體驗、竹林生態導覽、綠竹筍料理DIY等，民眾還能規劃進行採茶、揉茶等體驗，同時找「茶」趣。（台北市府提供）

報馬仔

台南芒果節 冰棒、鹿肉免費嚐

【台南訊】「台南國際芒果節」登場，玉井區公所「芒芒樹海玉見你」活動也順勢開鑼，發放500支芒果冰棒免費讓民眾嘗鮮。玉井商團為慶祝挑戰金氏世界紀錄最大刨冰成功周年，亦於老街舉辦熱鬧活動，除了吃冰有優惠，更推出300份鹿肉讓遊客免費品嚐，兩大活動要讓遊客玩得開心盡興。

「芒芒樹海玉見你」活動在嚙吧咩事件紀念園區展開，除了有精彩的音樂、舞蹈表演、奇幻魔術秀、歡樂氣球秀、夢幻泡泡秀，舞台區親子趣味闖關區凡闖關成功贈精美好禮乙份。

2018年6月29日西拉雅國家風景區管理處在玉井舉行挑戰金氏世界紀錄最大刨冰活動，動員玉井鄉親上百人於時間內完成1554公斤重的芒果冰，轟動一時。為了慶祝破紀錄周年暨無菸商團揭幕，玉井商團配合芒果節活動，將推出整日的精彩表演，即日起至8月31日冰品都有折扣優惠。

台南養鹿協會為推廣鹿產品，亦於玉井商團舉辦「國產鹿肉養生湯品嘗會」，並展示業者研發的鹿肉食品、鹿茸精華乳液、面霜、面膜、鹿肉香腸等，推廣鹿肉產品、食用鹿茸的好處。



▲「芒芒樹海玉見你」精彩活動包括音樂、舞蹈表演、奇幻魔術秀、歡樂氣球秀、夢幻泡泡秀、親子趣味闖關等。（台南市政府提供）

登大坵島賞梅花鹿 馬祖新亮點

【馬祖訊】梅花鹿歡受歡迎，馬祖連江縣北竿鄉大坵島近年來因梅花鹿生態成為觀光旅遊新寵，適逢夏季來臨，梅花鹿陸續換上亮麗毛色，部分公鹿也開始落角，現在登島賞鹿正是好時機，也是台灣罕見的奇景。

連江縣政府與交通部觀光局馬祖國家風景區管理處聯手打造整體開發計畫，期許大坵島成為馬祖優質觀光亮點，打造成優質生態度假小島。

大坵島是一座位於北竿北方小島，島上除了原有的通道外，還建有一條主要的步道，可欣賞豐富的動植物生態及海蝕地形，在步道上除了可以看到軍事設施場景外，更隨處可見野放梅花鹿來回奔跑。

牠們悠遊在叢林、步道，是馬祖近年來相當受矚目的觀光資源。

島上梅花鹿陸續換上亮麗毛色，現在登島賞鹿正是好時機，不僅可親近餵食鹿群外，遠眺山坡野地的鹿群別有一番滋味，是登島不容錯過的美景體驗。

梅花鹿野放區定位為荒野體驗生態觀光，現有住宅區則朝旅遊服務區規畫，以低度開發為原則，自然生態地景維持為目標。

隨處可見野放梅花鹿來回奔跑，牠們悠遊在叢林、步道，是馬祖近年來相當受矚目的觀光資源。（連江縣政府提供）



▲隨處可見野放梅花鹿來回奔跑，牠們悠遊在叢林、步道，是馬祖近年來相當受矚目的觀光資源。（連江縣政府提供）

浪漫沙灘宴 坐擁蘭陽山海月昇美景



▲民眾可入座沙灘第一排，擁抱360度壯闊山海美景，坐看龜山島月昇時分，並享受洋風宜蘭餐宴。（主辦單位提供）

【宜蘭訊】海灘上享美食，別具風味！宜蘭有業者將餐廳搬至戶外，不是在街道、不是在走廊，是將宴席挪移至海灘上，設置了常態性海灘「海派食尚餐桌」美食主題餐宴會，在台灣是難得的「食」機。

餐宴就設置在享有「衝浪天堂」美喻、名列全台十大浪點第一名的宜蘭縣頭城鎮外澳沙灘，位於烏石港北邊約1公里處，不但沙灘廣袤平坦，也是當地人欣賞龜山島海景與滿月昇起的秘境。

民眾可入座沙灘第一排，在徐徐海風與溫煦夕陽相伴下，擁抱360度壯闊山海美景，坐看龜山島月昇時分，並享受由星級飯店主廚精心備製的洋風宜蘭餐宴，以五感來感受體驗蘭陽采風。

「海派食尚餐桌」將國外頂級度假聖地常見的「私人海灘餐宴」概念，引進外澳沙灘，消費者可以全方位體驗最純樸自然的宜蘭之美，除自然裝飾造景與海景呼應，餐食也走「海派」風格，供應大尺寸、共享規格的洋風料理，但用料均以本地食材為主。

