



2



3



4



5



今日天氣

北部 24°-33° 多雲短陣雨

中部 24°-32° 多雲短陣雨

南部 24°-30° 陰陣雨

東部 24°-32° 多雲短陣雨

館長魅力何在？看法大不同  
有專業團隊做比較，在直播主中，館長的「粉絲黏著度」名列前茅，相當多政治人物都願意上他節目拚聲量。

推特停中國帳號 港期待英發聲  
推特表示，已移除 936 個用以「在香港埋下分裂種子」的帳號。臉書也聲明，已移除 7 個粉絲專頁及 5 個臉書帳號。

女性中年壓力大 易患阿茲海默  
焦慮可能造成記憶與認知上問題，而女性對壓力的反應則與年齡有很大的關聯性，中年壓力或許會造成阿茲海默症。

豪小子闢「登陸說」仍等 NBA  
豪小子闢謠加盟北京首鋼，並表示表態前消息是捕風捉影。外媒指出，只要 NBA 沒表示，林書豪就會等到開季前。

# 總統競選經費 中選會限 4.3 億

第 15 任總統、副總統選舉同一組候選人競選經費，最高金額為新台幣 4 億 3,029 萬 7 千元，立委保證金為新台幣 20 萬元。

【本報記者游清淵台北報導】本屆總統競選經費，中選會規定上限為 4.3 億。中選會 20 日召開委員會議，會中討論通過第 15 任總統、副總統選舉同一組候選人競選經費，最高金額為新台幣 4 億 3,029 萬 7 千元，將於 9 月 12 日發布選舉公告中載明。會中也通過第 10 屆立法委員選舉候選人登記應繳納保證金數額為新台幣 20 萬元。

## 依人口數決定

中選會表示，依總統副總統選舉罷免法第 38 條規定，同一組候選人競選經費最高金額由中選會訂定，於發布選舉公告之日同時公告。競選經費最高金額的計算方式，依同法條規定，應以中華民國自由地區人口總數 70%，乘以基本金額新台幣 20 元所得數額，加上新台

幣 1 億元之和，若尾數未滿新台幣 1 千元則以 1 千元計算。

截至今年 7 月 31 日，中華民國自由地區人口總數為 2,359 萬 2,598 人，70% 即為 1,651 萬 4,819 人，乘以 20 元，等於 3 億 3,029 萬 6,380 元，再加上 1 億，則為 4 億 3,029 萬 6,380 元，尾數未滿 1 千元以 1 千元計算，因此競選經費最高金額為 4 億 3,029 萬 7 千元。

此外，會中也審議通過第 10 屆立法委員選舉候選人登記應繳納保證金數額為新台幣 20 萬元，將於 11 月 14 日發布候選人登記公告中載明。中選會表示，依法登記為候選人時，應繳納保證金，其數額由選委會先期公告。中選會指出，第 3 屆至第 9 屆立法委員選舉候選人應繳納保證金數額均為新台幣 20 萬元，中選會 7 月 8 日時也曾召開公聽會，最後決議第

郭若不出，王金平也好。

郭台銘這方則還在觀望、等待國民黨的善意，包括換「瑜」或溝通道歉，自然還會與柯若即若離，畢竟若是不掛國民黨旗參選對他是太大的掙扎（不愛國民黨並不代表恨國民黨），從初選至今到回國至今，他都還在評估，舉棋不定，話不說死。

最稀奇的是王金平，他雖然自忖無勝選機會，卻一直不願意說放棄參選的話，只是，不肯退出國民黨的他究竟要怎麼參選，徒留一頭霧水。

社長的話  
/ 林意玲

## 微妙的「三腳督」

全台灣都在關心 2020 初這場撲朔迷離的總統大選。檯面上四個月後問鼎大位的將不只國、民兩黨，第三勢力究竟是郭柯、郭王或柯王自己出面，還在醞釀之中，可以確定的是，「三腳督」已是必然。

只是「三腳督」形成的過程卻充滿了算計與心機。除了民進黨尋求連任的蔡英文要力抗泛綠搶票（一邊一國黨、台灣民眾黨、時代力量....）；挑戰者國民黨韓國瑜也要力求整合黨內分裂

# 準颱「白鹿」形成 估週六最近台灣

「準白鹿離台灣最近的時間，將落在本週末。」台灣颱風論壇指出，準白鹿目前結構還差，中心位置還會變動。

► 受低壓帶影響，21 日易有短時強降雨；台灣午後將有局部較大雨勢的機率。（中央社）

▼ 中央氣象局 20 日表示，菲律賓東方的第 16 號熱帶性低氣壓最快 23 日增強為颱風「白鹿」。（氣象局網站）



【本報記者張元融台北報導】

準颱風「白鹿」路徑不確定性大！中央氣象局 20 日表示，有一菲律賓東方的低壓已發展為第 16 號熱帶性低氣壓，最快 23 日增強為颱風「白鹿」。未來路徑，各國預測模式歧度高，影響台灣程度尚待觀察。另外，受低壓帶影響，21 日易有短時強降雨；台灣午後將有局部較大雨勢的機率。

## 準白鹿週末最接近

據中央氣象局觀測顯示，熱帶擾動「97W」成為今年第 16 個熱帶低壓，其中心氣壓 1002 百帕，20 日下午 2 點的中心位置在北緯 13.5 度，東經 133.5 度，

也就是在菲律賓東方海面，向北移動，時速 10 公里。日本氣象廳發布「烈風警報」，熱帶低壓有機會在 24 小時內增強為今年第 11 號颱風「白鹿」。

「準白鹿離台灣最近的時間，將落在本週末。」台灣颱風論壇指出，初步來看，準白鹿目前結構還差，整合調整期間，中心位置還可能會變動，因此預報路徑還可能改，變數還很大，未來巔峰強度發展，也還無法定論。

## 各地午後熱對流

天氣風險公司表示，這 2 天台灣位在低壓帶中，台灣東北、西南方各有一個「弱」低氣壓，發展條件都不好，但西南方的低

氣壓會在台灣海峽南部滯留 1-2 天，把西南風水氣不斷吹進南部。「高屏」整天容易有雨，但強度會比過去小很多，其餘各地要注意午後熱對流，戶外活動請注意。

周三、四之後的天氣「漸入佳境」，連續下雨的天氣終於要進入尾聲，這兩天中南部還要再忍耐一下，預計周五開始水氣逐漸減少，恢復陽光炎熱、山區午後雨的天氣樣態。

氣象局預估，週四至下週一（22 日至 26 日）太平洋高壓持續西伸增強，但台灣仍在高壓邊緣，因此南部地區仍有局部短暫陣雨或雷雨，其他地區則轉為多雲到晴，午後有局部短暫雷陣雨的天氣。

# 館長魅力何在？政治人物愛恨交織

曾有專業團隊做過比較，在眾多直播主中，館長的「粉絲黏著度」名列前茅，有相當多的政治人物都願意上他節目拚網路聲量。

【本報記者張元融台北報導】

形象粗獷剽悍、出口成「髒」的網紅館長，坐擁數十萬粉絲基礎，讓郭台銘、卓榮泰、賴清德、謝龍介、侯友宜、黃國昌等政治人物都願意上他節目拚網路聲量，也讓他的言行跨越特定族群，經常出現在大眾媒體上。自然也使直播間外的公眾心生困惑，「館長」到底欣賞他哪點？

## 5年來幾乎每晚開播

館長本名陳之漢，經營4個事業體，包括健身房、直播代言、自創服飾與飲食商品。他幾乎每晚都開直播，從2015年在蘆洲開第一間健身房開始活躍於臉書直播，以講解健身觀念為主。接連開到第四間林口館健身房後，聲名大噪，幾乎每晚開直播與動輒上萬名的觀眾互動，話題也擴大到聊江湖閱歷、政治評論、歡樂打遊戲、企業經營心得等。

去年九合一競選期間，在直播中談到候選人爭相想上館長節目，他透露：「曾有專業團隊做過比較，在眾直播主中，他的『粉絲黏著度』排名數一數二。」而對鋼鐵館粉而言，他們對館長人格的信任感、是從長期的直播內容中建立起來。

## 從挺韓到反韓

去年10月，高雄市長參選人韓國瑜上館長直播，兩人一訪一答，館長提問「會不會做落跑市長？」並表態力挺韓國瑜競選。韓市長當選後，館長卻在「高雄市政」、「捐50萬給高雄市沒收到感謝狀」等事開始嚴厲批韓。韓國瑜宣布參選總統後，更是痛批韓「不守信用。」

5月與總統蔡英文同台出演《莒光園地》後，館長在直播中與韓國瑜正式決裂：「我在鏡頭前面，和所有因為我而投給韓國



▲館長的YOUTUBE頻道「館長成吉思汗」，訂閱數77萬，在台灣百大YOUTUBE排名中，名列第63位。(photo by 鋼悍facebook)

瑜的人和粉絲，鄭重的道歉。但有時候是這樣，知人知面不知心，我想說可以讓高雄更好，但你們失望，我更慘。」

## 不懂劇情為何反轉

此外，郭台銘4月底投下宣布參選總統的震撼彈時，館長當時第一反應是笑說，「郭董參選，選舉會變好看。」但隨即，也大篇幅砲轟郭董「國防靠和平」、「富士康員工跳樓」等事。郭台銘在國民黨總統初選期間，曾邀館長爬象山，被館長以「在健身房踩階梯機就好」回絕。隔週，看到郭董「嘴砲味」十足的邀約影片後，館長隨即豪邁大笑稱像是好朋友間在互酸，改為爽快答應。

館長在18日直播中開宗明義表明「我以下講的話，為了怕新聞記者亂抄，我會慢慢地講。」接著，他開始向觀眾抱怨，近期對柯文哲感到失望，並開始評論柯文哲與蔡衍明吃飯十幾次等事。

該影片長達半小時的論述中，主流媒體多以「本來柯在我心目中是100分，但現在已經不到60分了」、「搞不懂柯P」為標題，

## 成新聞素材引誤解

館長的直播觀眾群都曉得，館長常強調，他的新聞露出分為

主動與被動2種：主動是指館長主動受訪；被動則是館長並未受訪，新聞記者從直播影片中尋找新聞素材後，即製作成一篇新聞報導，經常惹得館長不滿、連夜開罵。

館長在18日直播中開宗明義表明「我以下講的話，為了怕新聞記者亂抄，我會慢慢地講。」接著，他開始向觀眾抱怨，近期對柯文哲感到失望，並開始評論柯文哲與蔡衍明吃飯十幾次等事。

除了驚人的線上直播觀看數，館長的網路流量多來自於YOUTUBE，訪談高雄市長參選人韓國瑜、格鬥場上秒殺吃屎哥等影片皆破200萬。特別的是，莒光園地的點閱數通常為數千至數萬次，而館長登場該集，竟達37萬。

並著重報導館長指出的「柯文哲最大的缺點就是，講話都用故事性模糊方式帶過，不夠肯定，容易讓人有其他聯想。」

然而隔日，館長卻在直播中宣布已與柯幕僚敲好時間，柯文哲將上他直播節目講清楚。隨即有媒體以《館長暴怒狂轟柯P！》為題報導，隔日，館長說「暴怒」此用詞並不正確，他並沒有暴怒，他所講的都是忠言逆耳、良藥苦口的「建言。」館長也當場宣布，已與柯幕僚敲好時間，近期將邀柯文哲直播，把話講清楚。一方面，也顯示他操作議題的能力絕佳。

## 脈絡化理解太耗時

館長多次在《如何用新聞寫死你！》等直播影片中，花1小時長篇控訴部分媒體的標題殺人、過分簡化論述與截頭去尾，「只想製作服務特定立場的報導。」館長說，他希望外界完整看完整段直播後再評論，只看隻字片語、或某一集的內容，很容易曲解他的意思。也就是說，經過加工的新聞報導，容易陷入「去脈絡化」的陷阱。

觀察他2018年以後的直播，若是談及新聞記者關注的政治議題，他開始會做好自我防範措施，經常開播講到一半時，自覺講到「會被製作成新聞報導的段落時」，便特別放慢講、刻意把論述講完整，並當場喊話要記者別「亂寫」、「只取想要的部分。」

除了驚人的線上直播觀看數，館長的網路流量多來自於YOUTUBE，訪談高雄市長參選人韓國瑜、格鬥場上秒殺吃屎哥等影片皆破200萬。特別的是，莒光園地的點閱數通常為數千至數萬次，而館長登場該集，竟達37萬。



▲館長於19日直播宣布，柯文哲幕僚已主動聯繫，柯將第4度上館長直播間「講清楚」。(網路截圖)



▲平均年齡90歲的3位特殊貢獻獎得主，李春長（左）、王孝敦（中）、許陳配（右）20日精神饗宴分享服務旅客時的點點滴滴。(photo by 交通部高公局)

## 服務九份日本客 90歲志工群獲金路獎

【本報記者張元融台北報導】

「服務日籍遊客的4位90歲高齡志工獲金路獎！」交通部金路獎將於21日頒獎，主題「以人为本、幸福同行」，意味交通服務應「以人民感受為優先，創造人本交通環境。」主辦單位交通部高公局表示，今年獲特殊貢獻獎的4位志工爺爺奶奶，以流利的日語在台鐵瑞芳站服務旅客，屢屢獲得日本旅客的感謝函。

## 駐站指引觀光景點

金瓜石與九份老街是日本旅客來台的必去景點，而台鐵瑞芳站則是前往九份的必經之地。4位台鐵瑞芳站日語志工隊的阿公阿嬤，平均年齡約90歲，他們退休後，對瑞芳情感不退，擔任日語翻譯，指引、導覽觀光，讓每位出入瑞芳車站的日籍旅客感受到溫暖，展現台灣交通服務的熱情，甚至還屢次獲得日本客致贈感謝函。

4位年輕有朝氣的不老志工，身著黃色志工背心，在交通部接受訪問表示，志工值班1次半天，1人每週輪3~4次。92歲的李春長爺爺說，常遇到日本旅客遺失物品，例如手機、相機、行李，或火車坐過頭，他們這時就得用日語和旅客溝通。像最近就有日籍老先生跌倒、與同團成員走散，也是靠他溝通後送醫包紮。

獲得終身成就獎的成功大學土木系蔡攀鰲教授，可謂是台灣「柔性鋪面」的祖師爺，對於瀝青混凝土材料深入鑽研，

## 立足科技與人文 副總統期勉科技部



（左）科技部長陳良基（右）致贈紀念相框給副總統陳建仁

再開箱。

部長陳良基致詞表示，科技部60年來的功績有三：首要任務是「科學發展」，以專利來看最重要是科學論文，台灣如今位列全世界前20大，科學人才也是社會進步的後盾。1967年吳大猷主委設立科學資料儀器中心，重

視知行合一的「科研基地」，是非常有遠見的作為；1980年設立新竹科學園區起，至今與南科、中科都是台灣科技重鎮。1999年《科技基本法》問世，為產學合作充實了法源依據。

## 科技與人文並重

副總統陳建仁致詞表示，在遊覽京都建仁寺，「我的名字！」（台下一片笑聲）時，坐禪勝地「兩足院」的老師傅解說，人生有兩隻腳就能得到滿足，一是「智慧」、一是「慈悲」；科技部也是，要用科技發展來造福人群，將「科技」與「人文」整合起來。日前在辦公室看火箭發射直播，看到火箭掉到海裡的瞬間，「哎呀！心裡很捨不得。」並勉勵太空計畫「規劃愈長遠愈好。」

陳建仁曾送給處長們一本《科技維新》，作者為前科技政策大臣尾身幸次，這本書帶動了日本科技發展。陳副總統說自己當國科會主委時，曾期望三個科學園區總產值有2兆，永遠記得最後是1兆9750億（台下又是笑聲），「所以最後我是有點遺憾的下台這樣。」他也感謝後續同仁的努力，終於突破2兆產值。

## 醒報廣告、訂報專線：

0800-011961

看完醒報，轉贈鄰居信箱



▼ 推特跟臉書開始移除那些由中國政府控制，試圖破壞反送中活動的假帳號，也將禁止受國家控制的媒體購買廣告。(photo by Wikimedia Commons)



## 推特臉書停中國帳號 港期待英國發聲

【本報記者許雅筑綜合報導】反送中持續進行，外界陸續對中國的行為做出譴責。推特跟臉書開始移除那些由中國政府控制，試圖破壞反送中活動的假帳號。推特於 19 日宣布，將停止發佈由

「國家操控」的新聞媒體帳號刊登的廣告。另外，美國副總統於 19 日對中國釋出威脅，不過最有立場發言的英國仍未做出實質行動。

### 移除假帳號

根據《英國廣播公司》報導，推特表示，已移除 936 個用以「在香港埋下分裂種子」帳號。臉書也聲明，已移除 7 個粉絲專頁、3 個社團以及

5 個臉書帳號。

分裂種子」的帳號。臉書也聲明，已移除 7 個粉絲專頁、3 個社團以及 5 個臉書帳號。推特也指出，除了刪除的 936 個帳號外，還有 20 萬個帳號先是被「主動停用」接著又突然變得「非常活躍」。

推特之前允許中國的新華通訊社購買廣告之後，遭受大力譴責，於是於 19 日發出聲明，將不會再允許這樣的情況發生。根據

《CNN》報導，推特這項新政策只適用於「在財務或言論上被國家控制的新聞媒體」，但他們並未指明哪些媒體符合上述說明。

### 外界態度

根據《CNN》報導，



美國副總統彭斯於 19 日表示，如果香港的法律遭到侵犯，可能不會與中國簽署貿易協議。他說道，若要美國與中國達成協議，中國政府必須兌現 1984 年的承諾，尊重香港的自治權利。

根據《香港自由新聞》報導，1997 年英國將香港歸還中國之時，簽署條約以確保一國兩制與民主能在香港實行。

現在中國準備毀約，英國在法律與國際上是最有立場發言並進行抵制的，但目前英國對中國的不守信卻未做出實質行動，任憑中國為所欲為。

## 經濟衰退說害川普？ 短期內不致發生

【本報記者宋秉謙綜合報導】針對 20 日一早的三大指數通通上漲，國債殖利率反彈讓美股飆升，彷彿如美國總統川普聲稱的「經濟並沒有衰退」，高盛執行長所羅門日前也樂觀表示「美國基礎經濟正改善中，短期內發生經濟衰退有點難」。《CNN》20 日整理多名經濟學專家看法，認為目前各國推出降息貨幣政策，對抗貿易戰不確定性因素，但整體而言，經濟衰退會在明年後才出現。

### 短期內不會衰退

根據《Erie 即時新聞網》報導，衡量整體市場景氣的三大指數都回升，國債殖利率的回彈也給美股投資人不少信心，隨著川普日前才拍胸脯說「減稅措施那麼好，人民口袋中一定有錢，經濟不可能衰退」，



據經濟學家評估後，衰退只是隱藏著。圖為高盛集

讓人思考「經濟衰退」是不是如川普所抨擊的，僅是對他選戰的陰謀論。

對此，《CNN》20 日報導多名專家表示，川普所說的話某方面來說沒錯，「目前」經濟衰退確實不太可能，美國銀行負責

人邁爾日前說過，以官方模組推算，近 12 個月內要發生經濟衰退的可能性僅 20%。

### 學者：明年後衰退成真

權威投銀外商高盛集團執行長所羅門說明，美國基礎經濟仍是樂觀的（這也與川普的減稅等政

策有關），再加上貨幣政策方針改動，各國紛紛降息、逼出熱錢流入市場，貿易戰不確定性影響會被拖遲，目前頂多影響黃金等保值貨幣收購率上升，但整體而言，短期內要發生經濟衰退不太可能。

而《富比世》則報導，雖然經濟體短期內不會走弱，但全球經濟成長速率放緩與美中仍未談妥的關稅議題，仍將影響未來經濟衰弱的走勢；JPMorgan 的首席經濟學家卡斯曼看法比美銀模組更悲觀，認為一年後經濟衰退率約將達 4 成。

但總計 74% 的經濟學家的估計更加保守（或說樂觀），他們認為要到 2021 年底才會出現衰退，所以不管川普承認與否，只要他想打好選戰、並考慮到若連任成功，未來如何應對經濟衰退是重大課題。

## 敘利亞攻擊土國車隊 3 位平民死亡

【本報記者許雅筑綜合報導】土耳其預防反抗軍勢力增大，發動空襲，已造成 3 人死亡！19 日，由於懷疑土耳其的護送車隊在為反抗軍運送軍火，敘利亞政府對這些車隊發動空襲，以阻止他們進入境內的伊德利卜省。土耳其國防部估計，這次攻擊造成 12 人受傷、3 位公民死亡。

### 伊德利卜省背景

根據《英國廣播公司》報導，敘利亞西北部的伊德利卜省，自 2015 年以來主要受到 4 大反抗組織控制，其中「民族解放陣線」(National Liberation Front, NLF) 就受到土耳其的支援。

根據《英國廣播公司》報導，在 2018 年與俄國（支持敘利亞）的協議中，土耳其得以在伊德利卜駐軍。根據民族解放陣線發言人表示，該護送車隊只是預計前往一個軍情觀察點進行「加強」，卻被攻擊，不過敘利亞軍方則認為，該車隊正運送著軍火。



▲ 19 日空襲造成 3 人死於敘利亞政府軍轟炸車隊在空襲行動中死亡。由來於懷疑土耳其反對軍在敘利亞政府軍轟炸車隊空襲行動中死亡。Staff (photo by Joint Chiefs of Staff)

## 擁空軍一號防彈車 美總統待遇優渥

【本報記者祝潤霖綜合報導】擔任美國總統有多少好處？不但有數之不盡的額外津貼，即使離職後也有數十年的福利可享。美國總統年薪目前是 40 萬美元，這僅是國會規定的表定數字，打從美國建國至今，總統薪資已翻漲了好幾倍。甚至川普偷溜出自宮去打個高爾夫，花費就可超過 1 百萬美金！

### 美國總統禮遇尊榮

根據《VOA News》報導，華盛頓與其 17 位首長，一開始的薪水是 2 萬 5 千美元，1873 年翻倍至 5 萬美元，到 1909 年再增加至 7 萬 5 千美元。當 1949 年杜魯門展開第二任期時，總統已加薪至 10 萬美元；1969 年尼克森薪水飆至 20 萬美元。而現今漲到 40 萬美元的薪資水準，是 2001 年小布希任內發生的事情。但 2001 年至今 2019 年未再調薪。

除表定薪資外，美國總統有免費的豪宅「白宮」可住，一個營規模的管家領軍的侍從及 1 位侍從長，1 位訓練有素的專屬大廚，有私人教練的健身中心，私人電影院與保齡球道，國家級逃生秘道，全天候保全（美國特勤局），專屬飛機「空軍一號」，專屬直升機「海軍一號」，一輛防彈兼防炸彈豪華轎車「野獸」。



▲ 當上美國總統薪資待遇超優，不論在職中或退休後。(photo by Wikimedia Commons)

由於杜魯門卸任後生活拮据，1958 年起，卸任元首每年可得 21 萬 3600 美元，相當於內閣秘書的待遇。不過杜魯門的回憶錄大賣 60 萬美元，相當於今天的 570 萬美元，足以過優渥的退休生活。

### 百萬高爾夫

2000 年起，納稅人已支付 6800 萬美元給卸任總統，包括交通及在美國任何地方的辦公室租費，但還不包括秘密保安隨扈的費用。柯林頓領得 2100 萬是累計最多者，他的個人身價有 7000 萬美元。

根據《獨立報》，川普微服出巡去打一趟高爾夫，美國特勤局要花 112 萬美元護駕，其中 53 萬美元花在高爾夫球車，58 萬美元花在行動廁所、行動辦公室、鷹架、防彈玻璃等。

# 海洋污染救星 淡菜會吃有害物質

歐洲科學家指出，淡菜一天最多可過濾 25 公升的水，在攝取營養物質時，也會吃進被人類丟進海洋的有害物質。



▼ 淡菜可吸進許多有害物質，對於水質健康扮演一定角色。(photo by russellstreet on Flickr under Creative Commons license)

**【本報記者莊瑞萌綜合報導】**淡菜（貽貝）將成為海洋污染救星。歐洲科學家指出，淡菜一天最多可過濾 25 公升的水，在攝取營養物質時，同時也會吃進被人類丟進海洋的有害物質，因此，堪稱海洋世界裡的超級過濾器。

據《印度泰晤士報》報導，海洋生物學家麥絲特茲罕指出，淡菜可稱為海中吸塵器，因為在吸進浮游植物當營養時，也會吸進塑膠微粒、農藥與其他污染物，因此，也是判斷水質健康與否的標準。



稍早她為了法國塔拉海洋基金會進行研究，利用淡菜判斷歐洲泰晤士河與塞納河河口的健康狀況。首先，淡菜被放在魚網浸在水中一個月後，研究人員之後解剖淡菜並從組織尋找出多種化學物質。麥絲特茲罕指出，「在部分地方淡菜像牡蠣一樣，已被用來清潔海中的農藥。」

據《Phys.org》報導，隨著清潔劑、肥料與污水等廢棄物被丟進河水，開始造成水道出現優養化，因而造成藻類蔓延而導致水中缺氧，最後破壞整個生態系統。研究人員塔

絲表示，「優養化是波羅地海最大問題，不過，淡菜將可望成為解決方法之一。」

美國國家海洋暨大氣總署研究人員嘉麗蔓妮表示，淡菜會藉由吃進藻類，回收水中有害物質，讓水中的污染程度大幅降低。目前該理論已在瑞典、丹麥與波羅地海國家進行測試。

2018 年一份刊登在 Environmental Pollution 期刊研究也指出，從英國海岸與超市取得樣本發現，估計每 100 公克淡菜會含有 70 個微小的塑膠。

根據《非洲全面網》報導，肯

▼ 肯亞女廚師馬里哈以 75 小時的不斷烹飪打破金氏世界紀錄。(網路截圖)

## 肯亞女廚師破紀錄 75 小時煮 400 多道菜



**【本報記者宋秉謙綜合報導】**肯亞廚師不間斷烹飪 75 小時，打破最長的連續烹飪金氏世界紀錄！

肯亞 36 歲的女廚師馬里哈 8 月 16 日連續烹飪直到 19 日，共花費 75 小時煮出 400 多道菜，打破之前金氏紀錄的 68 小時。馬里哈表示，這段瘋狂的烹飪過程，她每 12 小時只休息 30 分鐘，而大部分的菜餚都將轉送到庇護所與孤兒院做公益。

根據《非洲全面網》報導，肯

亞 36 歲女廚師馬里哈 19 日結束她長達 75 小時的連續烹飪旅程，以打破金氏世界紀錄，過往紀錄是美國廚師朗普金寫下的 68 小時，而這也是史上首度有女廚師登上這項很需要體力、耐力的紀錄名單。

馬里哈表示，這 75 小時中她平均每 12 小時只休息 30 分鐘，長時間維持同一個站姿讓她腰酸背痛，眼睛也長時間未閉眼，但這次破紀錄讓她直呼值得，從過去多次挑戰這項任務就能看出馬里哈的執著；甚至她去年差

點成功，但因「財務上的不可抗力因素」而被迫中斷。

此外，據《英國廣播公司》報導，馬里哈也決定把這 75 小時煮出的成果捐出去做公益，她與 40 人的烹飪團隊共計做出 400 道料理，絕大部份將轉送到當地庇護所與孤兒院。

馬里哈的決心與所為深獲當地州長認可，蒙巴薩州長橋霍表示，馬里哈證明非洲女性也能展現毅力與韌性，最終也選擇不浪費食物，這是非洲精神最佳的演繹。



## 女性中年壓力大 易患阿茲海默症

**【本報記者許雅筑綜合報導】**

女性中年壓力可能造成阿茲海默症！過去研究發現，女性對壓力的反應與年齡有很大的關聯性，而焦慮的經驗則可能造成記憶與認知上的問題，不過那些發現都與短期的症狀有關。現在，研究人員決定要對「壓力」造成認知功能的長期變化進行研究，結果顯示，這些僅在女性身上成正相關。

根據《每日醫學新聞》報導，研究採用了參加美國國家心理衛生研究院流行病研究的 900 位巴爾的摩居民資料，這

些參與者從 1980 年開始就已參與研究。他們分別於 1982 年、1993-1996 年間、2003-2004 年間參與了三次實驗（包括訪問與檢查），這些人在 1990 年代時的平均年齡為 47 歲，其中 63% 為女性。

在四次訪問中的第三次，研究人員詢問參與者兩個問題，一個是關於過去一年中經歷過

的創傷事件（例如性侵害、威脅等），第二個問題則是問他們是否有在生活中某個時期承受過巨大壓力的經驗（例如離婚、親友死亡等）。結果顯示，有過創傷經歷或承受過巨大壓力的男女，佔比例差不多。

而他們接受第三與第四次訪問時，參與者都做了一個標準化的記憶力測驗，研究人員在

分析他們的答案後，得出結果，僅有女性會因為中年時期承受過巨大壓力，導致記憶力衰退。

根據《每日科學》報導，創傷事件並沒有對記憶力造成太大影響，研究人員表示，可能是因為慢性的壓力對大腦的運作比短期的創傷事件造成的影響要大。至於男性，他們的記憶力與壓力及創傷事件無關聯；而不論男女，在早年受到壓力或創傷事件都還不會對記憶力造成影響。

▼ 林書豪為自己闢謠。（中央社）



豪小子闢謠加盟北京首鋼，並表示表態前的消息都是捕風捉影。外媒則指出，

只要 NBA 還沒表示，林書豪就會硬等到 NBA 開季前。

【本報記者宋秉謙綜合報導】華裔球星林書豪何去何從？隨著豪小子近期踏上中國行，連結他新賽季的下家持續不明，針對北京體育記者爆出「接近加盟北京首鋼」，林書豪很快闢謠，表示在自己確定表態前的消息都只是捕風捉影。而外媒 20 日也報導，只要 NBA 球團一天沒表示，林書豪幾乎會硬等到 NBA 的開季前（約為 10 月）。

根據網路媒體《Narcity》報導，前暴龍隊冠軍控衛、華裔好手林書豪是目前少數還沒決定下家的球員，隨著近期為期 6 天的中國行登場，林書豪的名字與中國籃球聯賽



CBA 的強隊北京首鋼傳出緋聞。

北京體育記者宋翔繪聲繪影描述，林書豪接近加盟北京首鋼隊，連薪水細節都披露為 300 萬美元，但隨後很快被林書豪闢謠，他說：「在我親口確認之前的消息都不是確定的。」外媒《SIam 網》20 日也報導，這位在亞洲影響力極大的老將控衛肯定會願意繼續等下去，等著任何一支 NBA 球隊開口。

#### CBA 當跳板？

外媒《HoopsHype》日前也羅列豪小子的可能落腳地，若是在 NBA 殿堂，較可能的下家分別是老東家黃蜂隊、邁阿密熱火隊以及洛杉磯快

艇隊，再經過現有陣容評估，又以黃蜂隊的需求性最高，目前該隊第一控衛肯定是高薪加盟的羅奇爾，但替补控衛選擇僅有二年級生葛拉罕，雖然「搶進季後賽」不會是黃蜂最大目標，但練兵度過後沃克時代絕對是，而林書豪能發揮母雞帶小雞的功用。

萬一真的沒有 NBA 球隊願意提供合約，部分網友也對林書豪落腳 CBA 球隊有認同看法，以他的實力，在 CBA 球隊當個天天上陣的「Everyday player」不難（但這卻是豪小子近 3 年在 NBA 所做不到的），若能透過固定上場時間找回狀態、再跳回 NBA，也是不錯的選擇。

【本報記者宋秉謙綜合報導】NFL 為了球員頭部安全，新賽季將禁止舊款頭盔，但明星外接手布朗堅持「舊款已戴習慣」不願意換的立場，終在 20 日接到聯盟與球隊高層的最後通牒。NFL 新制「頭盔防護安全計畫」規範超過 10 年的舊款不能戴上場，而布朗以新款影響視線、不合習慣拒絕，雖然也有明星球員如傳奇四分衛布雷迪也不習慣新款，但最終都妥協聯盟新制。

#### 布朗持續抵制新頭盔

根據《體育新聞網》報導，針



對美式足球球員

退役後多患有職

業病（強力衝撞的腦傷），不只輿論、連電影「震盪效應」都以此為題材，NFL 不停完善制度想甩開這個負面形象，從對球員腦部進行檢查，到本賽季聯盟決定強制執行「頭盔防護安全計畫」，都是想降低腦部職業病的做法。

然而，NFL 核可的新款頭盔去年卻被不少大牌球星「嫌棄」，包含愛國者的傳奇四分衛布雷迪、聖徒當家四分衛布里斯、包裝工頂級



舊款（因為超過 10 年、而且保護作用沒過關），認為布朗剩下 3 個選擇，一是乖乖配戴新款，二是找到另一種他能接受的舊款頭盔，而這種頭盔壽命得在 10 年內、且通過安全防護係數檢測，三是就不準上場。

布朗的老東家突擊者隊更是頭疼，因布朗除了頭盔議題外還有紀律問題，本季領高薪轉投突擊者的布朗，先前因保護措施沒做好，導致腳部受傷缺席練習，直到被梅洛克下最後警告，才保證將重返訓練基地。但他尚未對頭盔議題表達新的看法。

四分衛羅傑斯，以及本文主角、超級外接手布朗都不願配戴。聯盟對此聲明新賽季強制戴，否則禁止上場，除了布朗以外的球星都選擇妥協，僅布朗持續以「新款遮住視線」、「從開始打美足就只戴同款頭盔已習慣」為由抵制。

#### 最後通牒

《今日美國報》報導，聯盟與布



朗母隊突擊者總管梅洛克都於 20 日向布朗提出最後通牒，聯盟否決掉布朗提出的四分衛布里斯、包裝工頂級

# 台灣好書用聽的！聯經名著 App 上架

有聲書的潛力日漸上揚。儘管頂級商業人士忙碌，但中產階級卻願意花時間「聽書」，受良好教育的族群閱聽比例也高。

【本報記者祝潤霖台北報導】好書不只好看，還能「好聽」！聯經出版名著將上架清湖有聲書 App，讓讀者飽覽聽高陽《胡雪巖》、新銳武俠作家懷觀代表作《劍魂如初》，以及張貴興《野豬渡河》等作品。本次透過安德魯納伯格牽線經紀版權，要讓台灣小說被世界「聽見」！

#### 有聲書市場看俏

網路電台「TrueLake Radio」8 月上線，帶來《三國演義》、《胡雪巖》、《劍魂如初》等帶狀廣播劇，大量作品預計 9 月中旬上架。清湖（TrueLake）執行長柯栗富表示，有聲書的歷史超過百

年，它的發明者就是愛迪生。目前清湖有聲書共有 1 萬小時，包括《冰與火之歌》、《達文西密碼》等膾炙人口作品。柯栗富歡迎大家試聽 App，1 美元的費用其實不貴，「我可以給你 1 美元（眾笑）。」

柯栗富表示，很多人說中國人不會花錢買，但是自己願意做一次嘗試，發現其實常聽有聲書的人也會購買，而且盜版免費的錄音品質差，嫌貨的行家自然會買。市場調查顯示，電子書的銷售漸遇瓶頸，而有聲書的潛力日漸上揚。那些頂級商業人士忙碌，但中產階級卻願意花時間「聽書」，受良好教育的族群閱

聽比例也高。App 裡也有許多兒童文學，適合父母給孩子當床邊故事。

#### 《劍魂如初》賣相佳

《劍魂如初》由新銳作家懷觀創作，她熱愛參觀故宮古代文物，常想「如果青銅器化為人，那能告訴我們多少故事啊！」男主角蕭練就是殷商古劍的化身，歷經戰國亂世長平之戰，在現代舞台登場邂逅女主角。最大需要處理的問題就是「我是誰？」一柄古劍要如何自我定位，作者透過主角的眼觀察世界，好像自己也投身在書中一般。

## 華裔指揮家曾智斌 將率維也納合唱團來台



【本報記者林怡均台北報導】首位華裔指揮曾智斌將率維也納合唱團的海頓團，於 10 月 16 日在國家音樂廳演出。傳大藝術總經理周敦仁說，維也納合唱團此次帶來的曲目，包括孟德爾頌「乘著歌聲的翅膀」、德渥札克「母親教我的歌」、羅西尼「貓之二重唱」，曲目廣泛，包括電影配樂，甚至準備了台灣曲目，期待帶給台灣聽眾豐富的音樂饗宴。

傳大藝術 2005 年開始邀請維也納少年合唱團來台開唱，過往表現都十分精采，維也納少年合

唱團由 9 至 14 歲少男組成，最近漸有華裔少年加入。

周敦仁表示，維也納少年合唱團創立於 1498 年，是世界最著名的合唱團。1918 年之前他們隸屬於宮廷，只為皇家獻唱，史上有很多著名的音樂家年幼時都加入此團，包括交響曲之父海頓以及歌曲之王舒伯特。合唱團即以四位奧地利音樂家為名，分成海頓、莫札特、舒伯特以及布魯克納四個團巡迴全球各地演出，今年輪到海頓團來台。

華裔指揮曾智斌來自香港在 2013 年被任命為維也納少年合

唱團的指揮，成為該團 500 年首屆華裔指揮。曾智斌掌握著龐大且多樣的曲目，從葛利果聖歌到現代音樂皆十分擅長，是位全能音樂家。

過去團員清一色都是奧地利少年，後來也納入歐洲，甚至美國、日本、非裔、華裔加入。現在也開放演出到全球各大表演市場，亞洲部分則是 4 到 6 月去日本，9 月到 10 月來新加坡、香港與台灣，合唱團會在觀眾席跟當地聽眾有小互動，來台他們也準備了台灣歌曲，屆時會給觀眾一個驚喜。

公司、安德魯納伯格聯合國際有限公司、清湖集團  
有聲書合作發佈記者會



▲ 突擊者隊明星外接手布朗陷入頭盔議題中，究竟要不要向聯盟妥協成關注點。(photo by Raiders Fanspage Facebook)

▼ 台灣缺乏天然資源，內需市場不大。以觀光產業賺取外匯，是最重要的經濟發展要素之一。（photo by wikimedia）



## 陸客不來 有影響嗎？

### ■韓乾

（逢甲大學退休教授）

根據媒體報導，從8月1日起中國大陸即全面限制陸客來台自由行。甚至下一步更會限縮團客和小三通。立即受到影響的，當然是台灣的觀光產業，接著便會影響台灣整體經濟發展。台灣缺乏天然資源，內需市場不大。以觀光產業賺取外匯，是最重要的經濟發展要素之一。

從區域經濟學的理論看，一個城市或國家，能夠提高經濟發展的產業是為一個城市或國家的經濟基礎(economic base)。如果一個城市或國家屬於開放經濟(open economy)的話，它不會只生產它本身所消費的財貨，也不會只消費它自己所生產的財貨。

### 輸出市場是發展主動力

經濟基礎理論把一個地理區域的地方經濟分成兩個部分：(1)企業或個人生產財貨供應其他地區消費；及(2)企業或個人生產

36億只能產生一些小確幸，但對台灣的整體經濟發展將不可能有任何幫助，只有外來的錢才能推動經濟發展。

財貨供應本地區的消費。財貨與服務出售到本地區之外的是為輸出，其餘的財貨與勞務則進入當地市場。

輸出市場是推動當地經濟發展的主要動力，當輸出市場的就業增加或減少時，當地市場的就業也會跟著增加或減少。輸出市場被認為是當地的基礎經濟，而當地市場則被視為非基礎經濟。因此，一個地區或國家一定會與其他地區或國家有貿易行為，去賺取其他地區或國家的錢，來發展本地的經濟。

### 觀光業屬基礎經濟

依照此一理論，觀光業屬基礎經濟。它輸出一個城市或國家的觀光資源（觀光客來台灣消費），賺取觀光客的錢來發展本地區或本國的經濟。由於產業關聯的關係，觀光業收入的增加或減少，其相關產業鏈，如航空、飯店、餐飲、零售商店、交通、遊樂園，甚至夜市商圈等都會受到激勵或衝擊。

### 帶動整體經濟成長

區域A的輸入就是區域B的輸出，所以也會使區域B的所得增加，更會進一步使區域B的輸入增加，區域B的輸入又是區域A的輸出。如此便會引起一輪又一輪的增加。

輪所得的增加。

例如：觀光客需要住宿，於是便會帶動營造業興建旅館，家具業製造家具、被服、衛浴設備等等，這樣一路傳遞下去。最初所賺來的錢，便會成乘數的成長。各行各業的成長加總起來，便造成整體的經濟成長。

### 36億小確幸

交通部長林佳龍，聲稱今年9月將投入36億元預算推動國民旅遊。但是從經濟基礎理論及所得乘數理論來看，交通部所將投入的36億，在台灣島內轉來轉去，一年、兩年，甚至三年、五年下來，仍然只是36億。除了對旅遊業及國人產生一些小確幸之外，對台灣的整體經濟發展將不可能有任何幫助，因為只有外來的錢才能推動經濟發展。

因此，我們除了努力吸引其他地區的觀光客，以彌補陸客的空缺之外。如何修復與大陸的關係，也許是我們應該思考的。

## 日韓貿易戰的歷史探究

### ■游常山

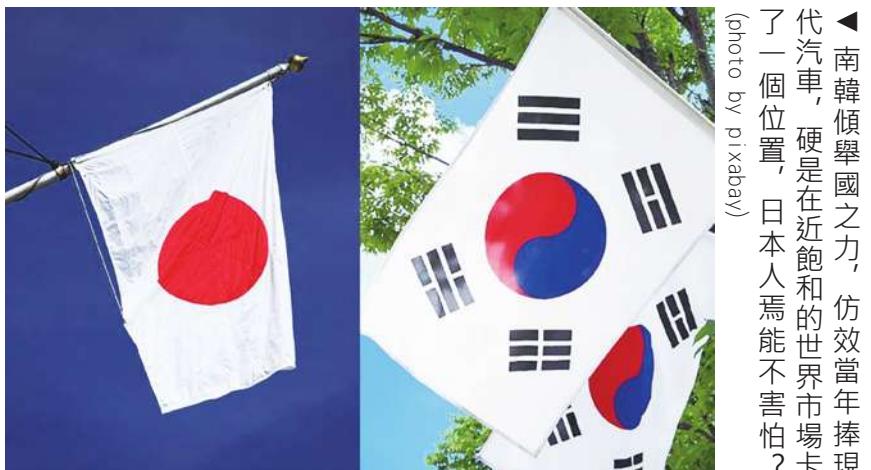
（資深媒體人）

在美中貿易戰方殷，香港又成為兩國鬥法的犧牲品。規模較小的日韓貿易戰似乎短期內也沒有止息跡象，這些對抗對於台灣反倒是好消息，至少對需要推動觀光產業的蔡政府而言，已經漁翁得利；而高科技IC晶圓產業而言，因日韓對抗轉單到台灣，也讓科竹獲利。

### 韓國痛恨日本

日韓有歷史宿怨，而韓國素來痛恨日本，台大歷史系教授周婉窈的研究發現，無論在皇民化運動（例如本土既得利益者改日本姓名）、在保留總督府建築等面向，韓國人是在二戰後立刻和日本殖民政府一刀兩斷，而台北市中心仍沿用日本總督府為總統府，韓國人卻是立刻拆毀；台灣前總統李登輝沿用日文名岩李正男，而韓國在殖民時期，本土權貴階級完全沒有聽說有改日本姓氏的。

日、韓之間與殖民總督府的愛



恨複雜關係，有難以梳理的歷史脈絡，但是談到經濟層面，兩國競合互補的關係從二戰後迄今74年，勉強算相安無事，何以這次爆發這麼劇烈的摩擦？

### 利益衝突產生摩擦

根本原因是韓國追上來了，產業結構的成熟度已經緊追日本，而二國的產業結構都是大財閥為經濟火車頭（台灣相對地比較倚重中小企業），利益直接衝突。

2011年，日本趨勢專家、前日本麥肯錫顧問公司負責人大前研一，在台北接受專訪時，言下即對南韓產業充滿敵意，認為都是貨幣戰爭帶動產業優勢，也是南

韓刻意低估韓圓，以利於出口，於是三星等後起之秀，把松下、夏普等東瀛老集團打得落花流水，但是大前研一鐵口直斷，這是跑短線，不會永續。

### 起因於二戰傷口

問題是，韓國人先搶市場再說，三星集團弄假成真，一個超級集團，抵得過台灣ICT產業的八大公司；宏碁、台積電、華碩、鴻海、聯發科、中華電、明基、奇美；日本松下再大、再強也沒用，因為產業世界的遊戲規則不是看歷史悠久，而是看核心競爭力。南韓傾舉國之力，仿效當年捧現代汽車，硬是在世界已經擁

擠的、近飽和的市場卡了一個位置，日本人焉能不害怕？

這次日韓貿易戰起因其實仍在重提二戰舊傷口。韓國人對日本的大財團新日鐵、三菱重工提國際訴訟，要日本人針對二大財團於二戰時期把103萬個韓國人當「奴工」的事情，提出具體賠償計畫，經過13次談判，賠償金額2億美元（加上3億美元的商業貸款）本來都說好了，但是韓國司法獨立法院方面不認帳（前朝政府李明博認列的），認為歷史的正義仍未彰顯，於是歹戲拖棚，導致因二戰造孽的日本也開始火大。

### 貿易戰成兩國相互報復

日本起初主張這些判決應因《日韓請求權協定》而無效，其外務省也提出折衷方案，希望基於該協定向第三國要求仲裁，但韓國拒絕日本的提案，演變成兩國相互報復，才成了現在大家看到的日韓貿易戰。

一起「轉型正義」的賠償金案件（類似「慰安婦」國際訴訟）可以升高到兩國貿易戰，背後則是幾世紀的兩國世仇，加上當前產業結構抵觸的問題，如此看來難解之處應不只是財經問題而已。

## 學校戶外教學的真相

### ■皮諾丘

（國中教師）

根據媒體報導「救國旅！校外教學每年2次9月上路」，交通部及教育部去年首度合作，戶外教學次數從每年一次增為每年兩次，而新課綱將於8月上路實施，影響全台180萬名中小學生，也引來學生家長抗議。對此，教育部國教署回應，108課綱是在鼓勵學校規劃相關課程辦理，並不是強制要求。

### 家長掏錢救觀光？

教育部新課綱將原本一學年一次的戶外教學改為一學期一次，依據國中小戶外教學實施原則，國小低年級到國中，區分四個族群，依學童體能不同，規定戶外教學範圍由最近的社區，延伸至全國其他縣市，且可依活動需求規劃住宿。

引發家長質疑，此舉是強迫從家長口袋掏錢出來救國內觀光。對此，教育部趕緊出來澄清，戶外教學有很多種方式，不一定要住宿，改為一學期一次也只是建議並非強制。

### 一日遊作用不大

筆者在國中服務，目前的戶外教學大概可分為三大類，分別是一日遊的校外教學，三天兩夜的露營及畢業旅行，都是採一年一次的方式辦理，其中露營結合童軍教育並可訓練學生分組合作互助的態度，畢業旅行則是每個人求學階段的一個難忘的回憶，但一日遊的校外教學的必要性，筆者就不太認同，主要原因如下：

鴻儒集

## 驚人紙本文

### 電子化成口號？

詞，竟然只是口號，喊給人民聽的，政府本身數十年如一日，連公文都沒有數位化、電子化，落後的程度，真是令人不可思議。

紙本化的公文，不僅不符合環保的要求，成本昂貴，而且牽涉到傳送、保存、整理、倉儲等，其成本相當可觀。

### 行政革新託空言

試想，蘇院長一天看的公文比人還高，那一年看的公文，至少是300人的高度，幾年下來，那麼多的公文，存放的倉庫要有多大？要有多少人維護管理？要砍多少才對？其他各級政府也一樣，大家每天耗費在紙本文的成本，大的驚人。政府算過沒有？

什麼年代了，居然還在比拼公文的高度，充分顯示中華民國政府亟待行政革新，而第一件最需要革新的就是公文電子化、無實體化，甚至AI化，才能符合環保、節約及效率。

不要再比拼公文的高度了，現在應要求政府趕快執行公文AI、無實體化、電子化，不要再浪費公帑。

# 簡單生活法則 帶來幸福滋味

人生苦短，所剩無幾的時間，更應該要花費在美好的人、事、物上，晨起泡杯茶展開新的一天。

## ■ 小川糸

油炸食物時，滋滋作響的聲音，總是讓人忍不住食指大動。常在我家餐桌登場的天婦羅和炸蔬菜，正是我和外子的最愛，也因此長久以來，我都因為處理炸油很麻煩，而感到十分苦惱。

## 為了過得舒適

我曾經試著用儲油罐保存還能重複使用的油，然而從鍋子裡把油倒進儲油罐時，總是會不小心灑出來，即使只有一點點，也會弄得油罐表面黏黏膩膩的，讓我一直都很困擾，結果不知不覺執著於找出這個問題的解方。

為了追求舒適的生活，必須對生活中的「不便」與「不快」很

**不管是鍋具還是調味料，都是眾裡尋它千百度才得來的經典好物／好味道，有它們就能做出各式各樣的料理，東西少一點還能節省收納空間。**

敏銳。日常使用的生活用品，只要稍微感覺到「不太好用」或是有什麼不喜歡的點時，我都會格外注意。

我不喜歡因為「這東西就是這樣啊～」就妥協，勉強自己不斷忍耐這些微小的煩躁，而會徹底

找出最佳解方。炸油的問題，幾年前我終於找到解決方案。

### 附蓋鐵鍋

那就是「放棄儲油罐」。靈感來自一只附蓋鐵鍋。當初我買下這只鐵鍋是為了煮飯，但是它煮起飯來的效果，就是比不上文化鍋。

看著一時派不上用場的鐵鍋，我突然靈機一動——鐵鍋的材質不但耐得住油炸的高溫，深度和大小也都剛剛好，不就最適合用來炸東西嗎？「而且炸完之後，說不定還能連鍋帶油收起來？」

炸完東西後，等到溫度冷卻下來，便蓋上鍋蓋整鍋收起來。不再因為油倒來倒去而弄髒檯面，

鬆的想炸什麼就炸什麼，端上餐桌的菜色也變多了。

只要堅持「輕鬆」，就會對壓力變得很敏銳，我相信這就是提升生活品質很重要的關鍵。

### 幸福用物術

維修之後，用到最後一刻的幸福用物術。喜歡之物，就希望能長長久久一直用下去。因此東西壞了，我總是會儘量修理，好繼續使用。購入之前也一定會確認「要是壞了能否修理」。

這是個什麼東西都能便宜買到的時代，「壞了就馬上丟掉，趕快買個新的來取代就好」的想法，似乎才是現在的主流。

但是我不是很想這麼做，我認為，常常汰舊換新的生活，最是貧瘠。一位三十幾歲的朋友說：「家裡的東西堆積如山，最近才發現真正想珍惜一輩子的，其實沒幾樣。」

原本，人們就是為了讓生活更加豐富，而使用各式各樣的物品。我自己也是過了30歲，才開始想要和物品長久相處下去。其實，維修很花錢，有時候甚至會超越物品本身的金額。單純從價格來看，自然是汰舊換新比較划算。但是我所珍惜的是，我和物品一起度過的「時光」。

### 生活用品晉升為夥伴

無論是裂開、破洞或是不再運



油炸食物時，滋滋作響的聲音，總是讓人忍不住食指大動。常在我家餐桌登場的天婦羅和炸蔬菜，正是我和外子的最愛。（photo by pixabay）

轉，接受損壞的事實，送修之後

耐心等待，然後把它接回家，繼續一起生活。累積愛用與反覆維修的歷史，生活用品就會從單純的「物品」晉升為「夥伴」，成為陪伴你走到人生盡頭的獨特存在。

例如，陪我一起散步的勃肯鞋，正是如此。這雙鞋來自惜物的德國，蘊含當地的文化與工藝技術。

我非常喜歡勃肯鞋越穿越合腳的感覺。現在腳下的這雙，已經送修過好幾次，持續穿了將

於修好最近才回到家。

「歡迎回家，今後還請多多指教。」迎接心愛的衣服回家，手臂再次通過袖子的那一瞬間，真的好幸福。餐具也是一樣。對於現在家中我最喜歡的餐具，就要用比較特別的方法修理。

我在京都的骨董店看到這個大約莫雙手可捧起的盤子，便對它一見鍾情。聽說是韓國李朝時代的骨董。由於盤緣已經有了缺口，所以只要2千日圓。

### 氣息高貴不凡

**現代住宅太過明亮，讓人疲憊，其實從百葉窗縫隙照進來的光就足以照亮房間，還能讓身心放鬆；晚上想看書時，一盞能照亮手邊的小燈就綽綽有餘。**

近10年。穿得越久，越覺得鞋子服貼，我覺得這是一雙可以花時間，讓它成為身體一部份的好鞋。

### 透過修補延續生命

衣物也可以透過修補來延續生命。我有一件心愛的「minä perhonen」針織外套，又輕又薄，觸感非常舒適，每到夏季幾乎天天都會穿著它，終於有一天袖口部位裂了一個洞。我毫不猶豫，馬上送修。等了3個月之後，終

我買回家之後，馬上拜託金鑄的職人把破損的部份修補起來。雖然花時間又花錢，但是回到家的餐具散發著高貴不凡的氣息，看了令我不禁挺直背脊，正襟危坐。因為這只餐具，我再次感受到自己繼承了悠長的歷史，必須負起傳承給下一代的重責大任。

我和「物品」。一對一的關係交織出獨一無二，無可取代的故事，所以愈是珍愛它們。這樣說雖然很奇怪，不過我幾乎是從購買的當下，就開始期待什麼時候

送修了。

40歲之後，生活變得比以前都還要愉快，原因就是隨著年齡增長，長年的「愛用品」也增加了。

它們應該都會和我繼續走下去，陪伴我度過餘生吧！活得越久，越是明白自己不需要什麼，取而代之的是愛用品逐漸增加。今後我也想繼續珍惜這樣的生活態度。（林怡均／輯）

**《這樣就很幸福了：小川糸的29個簡單生活法則》**

### 簡介

晨起泡杯茶展開新的一天，在心愛的書桌前專注寫作，費時的家事交給機器，珍貴的時間用於創作或享受生活。

每年夏天到柏林避暑，接受異國文化洗禮，激發寫作靈感。



出版社 / 天下文化

## 新書連載之四

# 《郝柏村回憶錄》行政院長一臨危組閣

## ■ 郝柏村

就任閣揆之前，面對記者的追逼與發問，內心雖不以為然，但總以真誠應對，並明言就任後將不接受任何記者隨時隨地的個人詢答。一方面作為國家最高行政首長，不應對單獨媒體表示意見，形成獨家而不公平；另一方面行政院長也不宜隨時隨地被考問，作機智測驗。

## 面對記者，坦然回答

我的原則是，行政院長對任

何政策性意見，統由新聞局以政府發言人身分向所有媒體公開發布。另外，行政院長將定期舉行記者會公開答詢。因此，我職後第一件事便是舉行記者招待會。

這次記者會的發問與會後輿論反應，因媒體政治立場的差異而有所不同，但我相信自己的答覆本乎至誠，妥切而理想，咄咄逼人的詢問沒有逼倒我，日後事實會證明我的見解與答覆。

行政院完成改組後，接著進

組。在省及院轄市長直接民選前，為了增加省市首長民意基礎，從這屆起由內政部修訂省市議會組織規程，規定省主席及院轄市長由行政院長提名，經省市議會通過後任命之，並提名連戰為臺灣省主席，黃大洲為臺北市長，吳敦義為高雄市長。這些人事安排我都照著李登輝總統的意見去做，完成了李總統當選後全面的政府改組。

### 想法太天真了

我允諾出任行政院長，完全是

基於為國為民服務的良知，貫徹兩代蔣總統的政策路線。

我既獲李總統提名，自然希望一本真誠，在以和平民主統一中國的大方向上攜手合作，創造李總統在中華民國歷史上的光榮地位，因此全心投注於行政工作，從未顧及個人毀譽與權位；面對臺獨人士挑戰時，我也奮勇作李總統的擋箭牌，認為他是承接了經國先生的歷史擔子。然而日後事實證明，我這些想法太天真了，但我無怨無愧。（待續）



出版：天下文化

售價：850元（各大書店均售）

郝柏村就任行政院長後第一件事便是舉行記者招待會。（本報資料照片）

# 大漢溪荷花盛開 觀賞期到月底

人工濕地從大漢溪的上游，樹林鹿角溪人工濕地到下游的板橋浮洲、新海及華江人工濕地，都可以看到荷花的蹤跡。

**【新北訊】**賞荷趁現在！新北市大漢溪人工濕地夏季最具代表性的荷花，又到了最盛開的時候。

高管處指出，荷花迫不及待展露最美的模樣，在炎熱的夏季，微風吹過帶來淡淡的香氣，也是別有一般滋味，預計大漢溪人工濕地荷花的觀賞季可以持續到8月底。

高管處表示，新北市河濱公園的大漢溪濕地生態廊道的人工濕地，處理新北市板橋區、土城區、樹林區的生活汙水，荷花在人工濕地裡除了點綴景觀以外，也是具有優良除汙效果的水生植物。

濕地的荷花與荷葉已經呈現「接天蓮葉無窮碧，映日荷花別樣紅」的狀態。並指荷花的濕地從大漢溪的上游，樹林鹿角溪人工濕地到下游的板橋浮洲、新海及華江人工濕地，都可以看到荷花的蹤跡。

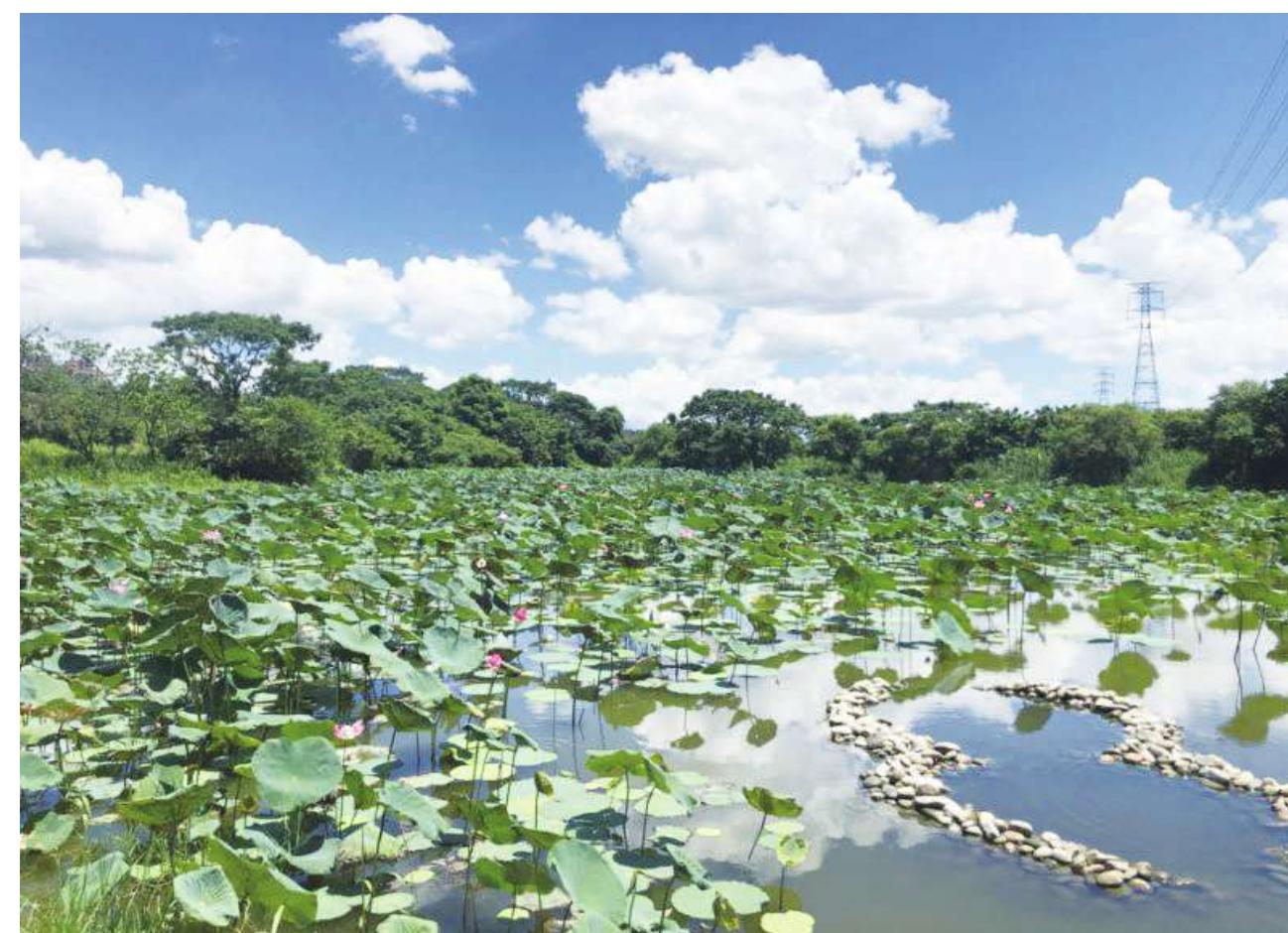
荷花原產於中國，在水中生活，通常被種植於池塘之中。花一般盛開於夏季，荷花也因而成為夏日之風物。

**蓮（學名：Nelumbo nucifera）**是蓮科蓮屬多年生草本水植物，又稱荷花、蓮花、荷，古稱芙蓉、菡萏、芙蕖。

荷花的根莖種植在池塘或河流底部的淤泥上，而荷葉挺出水面。故說蓮花是出淤泥而不染。在伸出水面幾厘米的花莖上長著花朵單朵，少數花莖上長著雙朵或更多。

荷花一般長到150厘米高，橫向擴展到3米。荷葉最大可達直徑60厘米。引人注目的蓮花最大直徑可達20厘米。

荷花有超過800個栽培品種，花色從雪白、黃色到淡紅色及深



▲▼在炎熱的夏季，微風吹過荷花帶來淡淡的香氣，也是別有一般滋味。（新北市政府提供）

黃色和深紅色，其外還有分灑錦等等的花色。

蓮花可以用種子或根莖繁殖。特別的是，其種子蓮子可以存活上千年。

有科學家培育了一些有千年歷史的蓮子，繁殖出來的荷花依然生機盎然。

在中國的大連市普蘭店區曾出

土過千年前的古蓮子。在中國鄭州大河村仰韶文化遺址中發現的兩枚古蓮子，有超過3000年歷史，但是過於珍貴，未進行栽培試驗。

古時詩人描寫荷花的詩句很多，譬如：

1、接天蓮葉無窮碧，映日荷花別樣紅。

2、荷葉羅裙一色裁，芙蓉向臉兩邊開。

3、荷葉五寸荷花嬌，貼波不礙畫船搖。

4、灼灼荷花瑞，亭亭出水中。

5、蓮香隔浦渡，荷葉滿江鮮。可見荷花之美與普受讚賞。



## 歷年規模最大 台南書展達15萬冊

**【台南訊】**「2019台南書展」日前在南紡世貿展覽中心盛大開幕，集結上百家出版社15萬冊國內外中英文優質好書，堪稱歷年規模最大的書展。

臺南市政府非常重視這次書展，包括市長黃偉哲、文化副局長周雅青、教育局副局長王崑源、楨德圖書董事長羅賴堂、大成鋼集團副總張地金、祥頂實業總經理薛文祥、南智捷汽車總經理馬忠榮……等人都前往聯合剪綵。

主辦單位也邀請善心企業響應贈書台南偏鄉活動，募集1900冊適合國中小閱讀書籍。

黃偉哲見證王崑源代表校方接受書籍，並頒發感謝狀給大成鋼集團、上億保險經紀人、中佑精密材料、南智捷汽車、祥頂實業、精湛光學科技、可成教育基金會、豐成建設開發……等贊助書籍企業，感謝協助推廣閱讀風



▲台南書展從即日起至25日止，分6大書籍主題區、樂活市集、兒童氣墊樂園三大展區，不收門票。（臺南市政府提供）

氣。

台南書展從即日起至25日止，分6大書籍主題區、樂活市集、兒童氣墊樂園三大展區，不收門票。

除有桌遊，還可一睹名作家劉

克襄、台南新銳作家楊富敏閔、原創輕小說家咪兔等名家風采，來買書有書籍折扣、來店禮及動漫限定商品。

臺南市府文化局及教育局也設立書展主題館，文化局以帶領大

家認識台南在地文學，推廣左鎮化石園區、台南藝術節；教育局展示12所國小師生創作的「家鄉故事繪本系列」，呈現台南向下扎根的教育力及學習力，為書展增添台南原創文學味。

## 報馬仔

### 淡水多田榮吉故居 沐衣體驗夯

**【新北訊】**新北市淡水區的多田榮吉故居的浴衣體驗活動回來了，去年推出的浴衣體驗活動，深受好評，今年起正式晉升為常態性活動。

讓人享有夏日裏偷得浮生半日閒的心境，也可以在榻榻米上和家人好友一起休憩放鬆。

漫步在盛夏日和的日式庭園裡，在靜謐恬適的大和建築中，身著日本浴衣的傳統裝扮，輔以和風配件的精緻搭配，跪坐在緣側享受夏日微風；駐足於廊下留影回眸生姿，沉浸在淡水傳統典型的日式官舍建築多田榮吉故居裏，享受濃濃的日本傳統風情feel。

淡水古蹟博物館表示，多田榮吉故居為新北市定古蹟，保有傳統日式房舍建築風格，室內營造日式居家風情。



▲多田榮吉故居為新北市定古蹟，保有傳統日式房舍建築風格，室內營造日式居家風情。（淡水古蹟博物館提供）

### 「蝶蝶不休」生態教室 體驗農事

**【台南訊】**臺南市番社蔬果聯盟與稻荷咖工作坊，訂8月31日至9月1日，推出「蝶蝶不休的農家生態教室」體驗遊程，主打農事體驗及生態導覽，並導入全球永續旅遊理念；農業局及聯盟主要成員聯合推薦遊程特色，盼透過體驗方式，讓民眾理解農事及推廣生態保育觀念。

為永續發展農村旅遊，南市農業局與水土保持局台南分局協力，透過農村再生亮點加值多元增能培訓計畫，搭配生態實踐、友善人文、食農教育、深度體驗強化農再社區推動成果，並藉番社蔬果聯盟、稻荷咖工作坊兩個農村體驗團體經驗分享與



▲「蝶蝶不休體驗遊程，盼透過體驗方式，讓民眾理解農事及推廣生態保育觀念。（主辦單位提供）