



《國政島言》政府財政 應量出為入
政府各部門的業務績效與財務效能，實有賴全體動員、凝聚共識，方可提升施政綜效。



德極右派嚐首敗 傳統政黨式微？
德國大城漢堡選舉結果出爐，極右派因為爭議過多，可能全軍覆沒，而各傳統政黨得票率都有衰退的跡象。



氣候變遷衝擊 女性受剝削換溫飽
氣候變遷的衝擊，女性首當其衝，在極端乾旱的地區，許多女性在年幼被迫買賣婚姻，以換取家人的溫飽。



病毒恐存活數日 乾咳者戴口罩
在疫苗或抗病毒藥沒問世前，使用口罩、手部衛生、消毒等至關重要，民眾務必落實勤洗手等正確的防疫措施。



今天天氣

北部 16°-29° 晴時多雲
中部 18°-30° 晴時多雲
南部 19°-31° 晴時多雲
東部 18°-28° 多雲短暫雨

109 學測成績放榜 數學滿級創新高

109 學測成績公布，數學滿級分人數比去年多 1 倍，大考中心主任表示，高分群變多導致鑑別度出現問題。

【本報記者呂翔禾台北報導】109 學年度學測成績公布，數學滿級分人數比去年多 1 倍！大考中心主任張茂桂 24 日表示，對於數學科出現 15 級人數過多的情況，之後會調整數學科難度。大考中心副主任黃璿娟則提到，在考制改變下，只考 4 科的考生比例逐漸增加，希望大學在甄試入學時能適性選材。

數學命題出現疏漏

大考中心副主任鄭中平表示，今年各科五標的變動不大，不過今年數學的 14、15 級分增加、高分群變多，數學科的滿級分人數從 7782 人暴增至 14489 人，百分比由 5.82 提升至 11.22%，推測是因為今年數學科的難題只有 1 題（題目答對率低於 29%）。

張茂桂說，108 年學測時，

就有數學科出現高分群變多的情況，導致鑑別度出現問題，大考中心已經要求命題團隊改善。但今年命題團隊在最後的定稿中，卻只有規劃 1 題難題，而且此題也不是原先規劃的題目，之後會更加強監督，將難度調整到 107 年與 108 年學測（5%）為目標，並採用更多題庫題。

望校系適性選材

黃璿娟說，今年考制變成全科選考的情況下，在國英數自（增加 4.15%）、國英數社（增加 3.85%）選考的比例上都有增加，因此社會、自然的選考比起去年都有減少，這也符合教育部將考制改革所預期出現的結果。

招聯會執行秘書戴念華說，由於去年有許多科系有超額篩選的情況，因此招聯會為因應

考制改變，將超篩也變成採計科目加總外，也希望各學校增加分科篩選的項目，今年已有 946 個校系增加分科篩選機制，151 個校系增加採計科目，可望讓超篩科系比去年少 1 半。

考生也要適性選校

另外，戴念華也提到，面對今年數學滿級分偏多的情況下，招聯會預估，醫學系、牙醫系將面臨超額篩選嚴重的情況，因此招聯會也呼籲，學校在面試階段增加篩選機制，增加面試人力與難度以減少超額篩選，他也呼籲高中生不要因為考高分就用分數選填科系。

戴念華說，考生可以參考大考中心的「不同科目組合人數表」與招聯會「各校系科目篩選量表」，透過人數比較，選擇對自己最有利的校系。



▲針對今年學測數學滿級分爆表，招聯會表示，會增加篩選科目、調整面試機制以避免超額篩選。（Photo by 總統府 on Flickr）

韓國 3 級旅遊警告 我確診增至 30 例

疫情指揮中心宣布，韓國確診病例數已暴增至 763 例，即日起提升旅遊疫情建議至第三級，非必要避免至當地旅遊。



▲指揮官陳時中（中）宣布，韓國已進入社區傳播，民眾避免至當地所有非必要旅遊。（photo by 祝潤霖／台灣醒報）

【本報記者祝潤霖台北報導】韓國列第 3 級警告！中央流行疫情指揮中心 24 日宣布，由於韓國確診病例數已暴增至 763 例，即日起提升旅遊疫情建議至第三級：警告（Warning）；意指旅客若已訂機票，可獲得全額退票（扣除行政規費等必要費用）。24 日同時也新增公布國內新增 2 例新冠肺炎確診。

韓國返台注意事項

「民眾非必要，應避免至當地旅遊。」指揮官陳時中宣布，韓國已進入社區傳播，大邱市、慶尚北道清道郡已被指定為特別管理地區。自 25 日 0 時起，自韓國入境的外籍人士須 14 天居家檢疫；本國籍人士於 25、26 日自韓國入境者，須 14 天自主健康管理，另自 27 日 0 時起入境之本國籍人士則實施 14 天居家

檢疫。

家庭群聚感染案例

疫情中心表示，新增 2 例為 23 日公布確診案 27 之小兒子（案 29，40 多歲）及妻子（案 30，70 多歲）。案 29 因工作關係，頻繁往返武漢地區，最後一次為去年 12 月 2 日自廣州返台，且過年期間曾與具大陸旅遊史之友人聚餐，感染源正在釐清中。

案 30 於 10~19 日因呼吸道症狀 4 度就醫，22 日因列為確診個案之密切接觸者收治隔離採檢，目前無發燒不適症狀，仍於醫院單獨病房隔離治療中。針對本起家庭群聚事件，已掌握接觸者共 143 人，包括個案家人及醫療院所醫護人員。

目前國內累計通報 2,049 個案，含 30 名確診、1,984 名排除，餘隔離檢驗中（25 名初驗陰性、

其餘待檢驗）。案 24 相關之北部家庭群聚，掌握接觸者共 638 人，並採檢 223 人，其中 2 人確診（案 25、26），215 人陰性（含 150 名醫護人員），其餘檢驗中。

勞團為醫護發聲

另外，針對疫情中心禁止醫護人員出國，勞團指出，溝通、程序及補償都做得不夠，目前醫護人員壓力已到頂點，應該先解決醫護人員最擔心部分，加強國人配合防疫，如減少國人隱匿旅遊史、隔離人員臥臥走，明確提出參與防疫醫護人員獎勵原則等，「如果不談如何協助及獎勵醫護人員，就限制自由，是在打擊士氣。」

對此一議題，陳時中 24 日表示，疫情中心會再討論、研擬妥善的配套規定。

社論

私菸案未了 人事異動大復活？

在此全國抗疫期間，許多新聞悄悄發生，但似乎沒有得到太多社會的關注，例如政府的人事安排。

私菸案檢長高升

法務部檢察會日前通過全國檢察長人事案，台北地檢署檢察長邢泰釗高升為高檢署檢察長，高雄地檢署檢察長周章欽則接任「天下第一署」台北地檢署檢察長。

邢泰釗去年負責偵辦轟動一時的「國安特勤私菸案」。最後偵結，北檢依貪汙治罪條例、

稅捐稽徵法等罪嫌起訴國安局少校吳宗憲、張恒嘉和中華航空前副總邱彰信等 13 人；其餘 27 名高階高的「訂菸大戶」，包括永和警衛室少將林國欽等 27 人，則全部獲不起訴處份。

此案檢方的起訴僅止於低階人員，因此被不少人認為是高舉輕放，令人聯想是否有政治考量的痕跡。而邢泰釗如今獲高層青睞得以高升，似乎也不令人意外。

辭職負責皆有重賞

在邢升官之前，因私菸案

請辭的前總統府中將侍衛長張捷，也在這個月悄悄調任陸軍司令部委員，這個動作將是張捷軍旅生涯大復活。因為按規定，張捷請辭後只要 1 年內沒有派任新職，就會被迫退伍，但如今他重獲新職，就不必申請退伍了。

目前監察院還在調查這個案子，但軍方已為張捷開了重回軍職的方便之門，這讓當初藉辭職樹立負責任風範的決定，成了笑話一則，也讓蔡政府「凡辭職負責扛責任、替長官止血者，皆有重賞」的綠官傳統，

再次得到證明。

高雄幫勢力大增

這波檢察官人事案，另一備受矚目的現象，則是「高雄幫」勢力大增。除前述邢泰釗、周章欽之外，桃園地檢署王俊力、台南地檢署葉淑文、高雄地檢署莊榮松以及橋頭地檢署洪信旭等人，全部都曾長期在高雄地檢署服務。檢察體系內的高雄勢力之強，令人咋舌。

私菸案爆發至今還不到一年，全案偵結更是不過三個月，高層即使有心獎賞所謂的

「護駕有功人員」，也未免太心急了一點吧！難道就不再等一等嗎？至少讓整個社會輿論對私菸案比較平息了一點再說也不遲吧！

軍中的「寄生上流」

當初張捷辭職就是為了表示負責之意，就算因此退伍，不也是仁得仁嗎？高層為什麼要急著為他回覆軍職另闢蹊徑呢？既然如此，那當初張捷請辭難道只是做戲嗎？

邢泰釗對私菸案的偵辦方向與起訴名單，給人「政治正

確」的觀感，別說外界一再指名總統府祕書長陳菊絲毫未見牽連，特勤軍警中，官階較高者全部獲得緩起訴，只剩低階的少校扛責，難免令人感嘆，在軍中若是沒有「寄生上流」，那就等著倒霉吧！

民進黨蔡政府執政以來，不合理甚至不合法的獎懲方式，不但容易讓官場出現專門迎合長官的幸倖之人，也勢必對社會投機、抱大腿的風氣，引發不良的示範作用。

蔡施政滿意度新高 對中不信任達 67.3%

根據民調顯示，有 68.4% 的民眾支持蔡英文，原因則有大勝完的餘威猶存、武漢病毒促進台灣人的共同體意識。

【本報記者施凱文台北報導】蔡英文、蘇貞昌修復關係，執政滿意度見效。台灣民意基金會 24 日舉辦「武漢肺炎、政府效能及兩岸關係」民調說明會，會中報告指出，民眾對總統蔡英文領導的贊同度達 7 成，游盈隆認為，蔡蘇的關係修復是主因。他說：「2 人原本不合，卻能因民意提升而放下歧見合作是關鍵。」

蘇貞昌曾任行政院長，而蔡英文為其副手，當時兩人因行事作風不同，有不合的傳言，甚至傳出蘇兩次向時任總統的陳水扁，提出「換掉蔡」。2011 年 2 人又因競逐總統提名而加深嫌隙。

蔡因疫情及選舉得利

台灣民意基金會董事長游盈隆指出，根據民調顯示，有 68.4% 的民眾支持蔡英文擬定國家大事的方針，他說：「目前蔡英文的

聲望處於最高點，我形容她是飛龍在天。」原因則有民進黨剛大勝完的餘威猶存、武漢病毒爆發促進台灣人的共同體意識，還有蔡英文謹守憲政分際未捲入內政漩渦等 3 點。

「有些離中國較遠的國家疫情還比我們嚴重，大家自然歸功於政府。」游盈隆說，雖然蔡英文與蘇貞昌原本不合，但「蔡蘇共治」帶來好效果，收到良好的民意回應，2 人也放下歧見繼續合作，加上面對疫情台灣受到的影響比想像中輕，蔡英文因此得利。

兩岸防疫信心大不同

此次民調也是蔡英文繼剛上任的蜜月期以來聲望最高的時候，游盈隆表示，此現象實屬難得，他說：「我也感到非常訝異，蔡英文正處在一個新高峰狀態。」另外數據可看出，有近 7 成的台



▲台灣民意基金會董事長游盈隆指出，蔡英文正處於新一波的政治能量巔峰。(photo by 施凱文 / 台灣醒報)

灣人不相信中國政府能有效控制疫情擴散，蔡英文果斷與其隔離的作為，使防疫期間的兩岸表現因此得利，有突破 7 成的滿意度。

國人對於政府防疫的信心則算

足夠，對於疫情中心指揮官陳時中的表現有 94% 的人給予肯定，對於政府未來的防疫信心也有逾 8 成的支持度，相對於中國的不信任指數達 67.3%，也可看出防疫期間兩岸越走越遠的情況。

朝野協商紓困 疫名得共識拚三讀

【本報記者祝潤霖台北報導】紓困三讀前，蔣萬安力爭疫病正名！針對新冠肺炎防疫紓困條例，立法院長游錫堃 24 日召集朝野黨團協商。經國民黨立委蔣萬安提議，在草案名稱及第 1 條中加入（COVID-19）一詞，冠疫情紓困正名為《嚴重特殊傳染性肺炎（COVID-19）防治及紓困振興特別條例草案》25 日將付三讀。

在野黨團各提版本

據統計，包括行政院、民進黨立委蘇巧慧、黃國書、何欣純、賴瑞隆、陳亭妃，立院國民黨團、國民黨立委曾銘宗、林奕華、賴士葆、鄭麗文，台灣民眾黨及時代力量黨團，均提出防疫紓困條例草案或修正動議，共計 13 個版本。國民黨團書記長蔣萬安表示，希望在防疫照顧假明文規定部分，尋求大家支持；此外，中小學 25 日將開學，學生受教權不應受到影響，建議條例明確規定提供遠距、數位教學的規範，特別是國三、高三學生接下來將面對大考，課程進度需一致。

民眾黨團總召賴香伶提到防

疫照顧假、疫區工作的「退避權」，以及財政監督等部分。時力黨團總召邱顯智則說，由於特別條例預算達 600 億元，希望有專責委員會處理；另針對防疫照顧假，應比照隔離假、檢疫假，給勞工基本工資補償。

另，就專責委員會部分，由於各黨團並未堅持，游錫堃也裁示尊重行政院的防疫規劃，就不設立，但國會監督仍是必要的；對此，民進黨團總召柯建銘建議，可透過附帶決議的方式，明定部會多久時間之內須提出相關報告，官員多久之間須至立院備詢等；國民黨團總召林為洲則建議，2 個月須提出 1 次報告。

離島籲請優先紓困

金門縣政府 24 日表示，1、2 月小三通入境旅客流量受疫情影響，與去年同期相比減少 9 萬多次，觀光等產業消費金額較去年同期衰退約 40 億元，籲請中央優先紓困離島。金門縣長楊鎮浚指出，疫情如影響到 6 月，特別是小三通自 10 日起停航，地區觀光及批發、零售、餐飲等產業受影響的消費金額將超過百億。

鑑別無發燒感染 學者提評估分數

【本報記者林祐任台北報導】台大公衛學者 24 日向政府提出一份「COVID-19 危險評估分數」模式，以鑑別無發燒症狀的感染者，若病患有下列症狀（如咳嗽得 8 分）等症狀，超過 40 分則優先進行採檢。學者推估，新冠肺炎的家戶感染率為 46.2%，遠高於流感的 8%，對此，應盡量降低人與人之間的接觸。「據飽和傳染模式的推估，新冠肺炎的家戶感染率為 46.2%。」台大公衛學院副院長陳秀熙指出，相較於流感的 8%，新冠肺炎的傳染力不容小覷，但戴口罩和勤洗手可降低至 20% 以下。

鑑別無發燒症狀

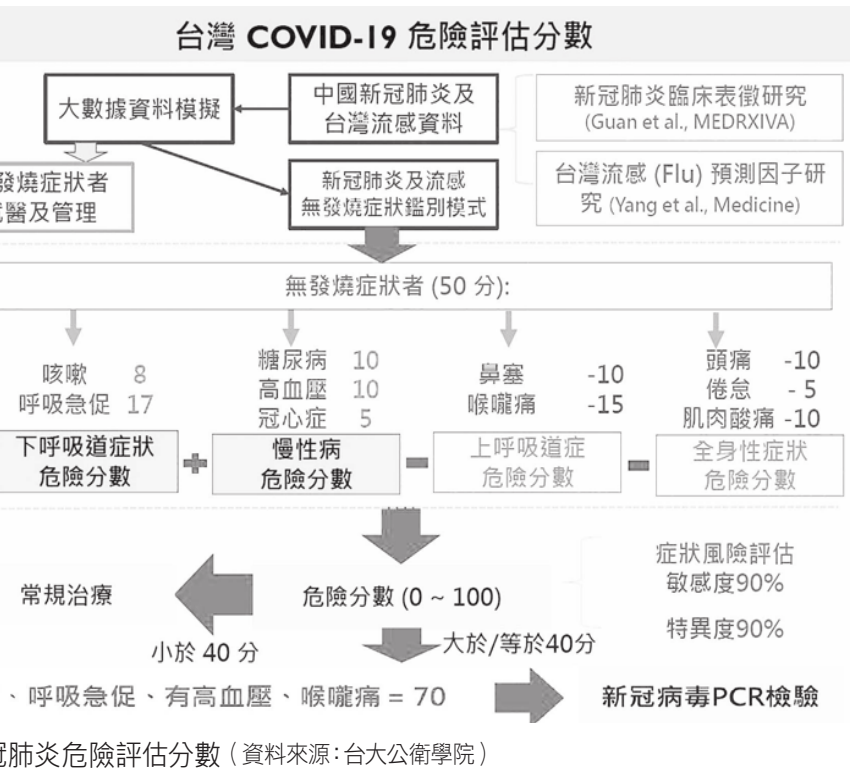
台大公衛學院院長詹長權表示，在一個禮拜之內，韓國、義大利相繼淪陷，可見新興傳染病大擴散速度比大家想像快。為了防止大規模的社區感染，以及因應病毒的「無症狀傳播」，在快速篩

檢問世之前，陳秀熙向政府提出一份「COVID-19 危險評估分數」模式，以鑑別無發燒症狀的感染者。

陳秀熙指出，由於新冠肺炎的下呼吸道症狀（咳嗽、呼吸急促）比較明顯，加上慢性病患者的死亡率高，因此若病患有關聯的症狀，且總分大於 40 分，應優先進行新冠病毒的檢驗，不過他坦言，這套模式尚未經過驗證。

降低人與人接觸

陳秀熙強調，物聯網和大數據可協助居家管理的民眾尋求遠距醫療等服務，以降低人與人的接觸，譬如清明節將近，也可先採取「網路祭拜」的方式，祖先也會諒解的。「台灣新冠肺炎的確診病例約需兩周的時間才能康復，潛伏期的中位數為 7 天。」陳秀熙指出，相較於僅需一周 SARS，難康復的新冠肺炎對於醫療資源與社會心



理的衝擊不容忽視。對此，詹長權強調，醫療物資必須足夠，特別是第一線的醫護人員，每日要更換 3 次防護衣，以及耗費 8、9 個 N95 口罩。對於國外的疫情，陳秀熙指出，現今全球的旅客流量是在 SARS 期間的 2、3 倍，因此疫情在 1 周之內，迅速蔓延到中東和歐洲。目前中國各省的病例再生數都小於 1（大於 1 表示流行），可見中國的疫情確實在封城後控制住了，但在企業全面復工之後，仍有可能發生下一波大流行。



▲針對新冠肺炎防疫紓困條例，立法院長游錫堃（右）召集朝野黨團協商，尋求最短時間逕付三讀。(photo by 中央社)

國政芻言

■ 李述德

（前財政部長、東吳大學講座教授）

由於政府徵收人民稅款，用以支應各項施政，如此，政府財政狀況如何，令人關注。政府公庫究竟是有錢，還是沒錢？是尚稱穩健？還是甚為困窘？專家學者各有論述，社會大眾也各自解讀。

政府財政量出為入

政府每年度均會審度國家發展、社會期待、民眾需求等因素，擬定整體施政計畫，並統籌全國各種可用財力資源，以資因應。經循法定程序形成年

政府財政應量出為入

度預算，據以執行。政府施政為民服務，一般應該先決定政務優先順序，再據以籌措適量財源，以資因應，此乃政府財政「量出為入」的原則，實不宜以政府有錢或沒錢來決定應否執行政務。

為民服務是目的，籌措財源是手段，也是過程。財政部門應協同政府各單位，適時統籌租稅、規費、捐款、公債、公股、公產以及民間財力資源等七種財源，用以支應各部會推動各項政務所需之經費預算。

理財三要 全體動員

「有錢要會用錢、沒錢要會

找錢、辦事要能賺錢！」這是理財三要。政府各單位的施政其業務績效與財務效能係一體的兩面。各部會若因規劃不當或執行不力而產生缺失，這就有錢但業務沒辦好，並非沒有錢，而是主政單位之管理出現瑕疵。

有些業務因尚無計畫，沒有預算，沒有錢辦理，主政單位應想方設法研擬計畫、開闢財源以資因應，而非推拖延宕影響業務的發展，主政單位即使沒有錢也要找錢，才能符合施政所需。

業務之推展，若能發揮活絡經濟、培養稅源及充裕收入之



效果，自是人民所仰仗，因此，各主政單位應研議積極推展業務、創造商機，即可發揮辦事賺錢之綜效。

政府各部門分工設職、各有所司，但有關「量出為入」及「理財三要」之意旨，攸關各部門的業務績效與財務效能，實有賴全體動員、凝聚共識，方可提升施政綜效。

全球經濟陷衰退 中國保 6 至關重要

中國與全球產業鏈緊密，新冠病毒爆發，中國 2020 年經濟成長率若不能保 6%，全球各大經濟體恐難擺脫衰退命運。

【本報記者祝潤霖綜合報導】

由於新冠病毒爆發，世界幾個頂級經濟體都陷入衰退，包括日、德、港、星等，日本去年第 4 季度縮減 1.6%，香港和新加坡的經濟成長被預測下降 1%。2019 年全球經濟成長中國有 4 成貢獻，故中國 2020 年經濟成長率若不能保 6%，全球各大經濟體恐難擺脫持續衰退命運。

日德港星陷入衰退

根據《CNN》報導，以日本為例，由於銷售稅上調和強颱影響，位居全球第 3 大經濟體的日本，在 2019 年第 4 季度萎縮了 1.6%，是自 2014 年以來最大緊縮。歐洲最大經濟體德國 2 月份經濟景氣指數 ZEW 也急降，反映人們擔心疫情的預期心理，進而牽連了貿易經濟。

美國銀行經濟學家埃森·哈里斯指出，香港正處於衰退中，新加坡可能很快也會遭受同樣命運，印尼第 4 季度國內生產總值（GDP）創 3 年來新低，而馬來



▲ 在其他主要經濟體嚴重衰退的情況下，中國對全球成長的貢獻佔比不斷提高。（photo by Needpix）

西亞則是 10 年來最差的數據。同時，中國和印度的增長動力也在 2019 年放緩，疲軟的季度表現可能是中美貿易戰持續對抗的

結果，新冠肺炎的爆發則使情況惡化。

甚至連美國也面臨產業緊縮的風險，IHS Markit 於 21 日表示，

美國服務業在 2 月份收縮，讀數跌至 76 個月低點，這是該領域 4 年來的首次緊縮。

中國影響不容忽視

根據《南華早報》報導，中國對全球經濟成長的重要性遠超預期，不僅因中國經濟持續高速增長，且為了在其他主要經濟體嚴重衰退的情況下，中國對全球成長的貢獻佔比不斷提高。正如國際貨幣基金組織（IMF）亞太區主管李長永所指出，亞洲在 2019 年貢獻全球成長的 70%，中國就佔了 41%，印度為 13%，東協約為 10%。這使美國、歐洲（各約 10%）相形見绌。

標準普爾亞太區首席經濟學家肖恩·羅奇預計，今年冠狀病毒將使亞洲的增長率從 5% 放緩至 4.3%，香港和新加坡的經濟增長將下降 1% 左右，澳洲、韓國、台灣和泰國的經濟增長將下降 0.5%。



財經短波

1 月經濟成長多 2 月疫情考驗正開始

【本報記者呂翔禾台北報導】疫情對經濟的影響尚未浮現！經濟部統計處 24 日發布 1 月產業指數，統計處副處長王淑娟表示，1 月因為過年關係，產業成長普遍減少，而工業、製造業目前仍對 2 月生產呈持平態度。新冠肺炎疫情對餐飲業、批發業會造成比較大的影響，營業額預計可能下修 8% 左右，分別減少 61 與 525 億。



▲ 經濟部統計處預估 2 月以後，國內產業以餐飲業、批發業影響較大，工業、製造業目前則呈持平態度。（Photo on Wikimedia Commons）

調查為 2 月中所做，後續觀察還要等下次的調查結果。

製造、工業影響小

王淑娟表示，疫情對 1 月的影響比較小，恰逢今年 1 月是春節，去年則在 2 月的情况下，雖然工作天數較少，但經調整後，工業與製造業的生產都有增加。尤其是以電子零組件年增 17.73%，積體電路業則會受惠台灣發展 5G 網路的需求提升，未來的成長也值得期待。

她也提到，隨著 5G 通訊、物廉網與人工智慧等新興科技應用需求增加，以及台商回台擴廠趨勢的延續，均有助於推升國內製造業生產動能，但在新冠肺炎的延燒，加上中國延遲復工，都對國內供應鏈及產銷步調產生影響。而疫情瞬息萬變，此次

餐飲、批發業衝擊大

王淑娟說，餐飲業比起去年 1 月成長 17.5%，但這是 1 月尾牙與春節聚餐旺季的緣故，後續零售業與餐飲業雖然有情人節、開學與 228 連假商機，但受到新冠肺炎影響，民眾出外用餐、購物的意願變低，因此經濟部預估餐飲業營業額下降 8.7%，約 61 億；零售業會下降 4.5%，125 億，批發業會下降 8.1%，約 525 億。

不過她也分析，雖然批發業、餐飲業與零售業會受到疫情影響而營業額下降，會衝擊內需消費市場，不過新形態的消費，如網購、外送服務的盛行下，可望減緩衝擊力道。

疫情衝擊未顯現 上月失業率持平

【本報記者林祐任台北報導】1 月的失業率持平，自去年 8 月以來，大學和研究所畢業者的失業率則呈下降的趨勢！主計總處 24 日公布 1 月份的勞動市場調查，經過季節調整的失業率近 2 年沒有太大變化。主計總處指出，目前尚未反映出疫情的衝擊，根據過去 SARS 經驗，求職者恐怕會暫時放棄找工作，因而降低勞動參與率。

失業率近 2 年持平

根據主計總處的統計，1 月的失業率為 3.64%，較上月下降 0.03 百分點，與上年同月持平，經過季節調整（消除季節影響，譬如聖誕節買氣比較旺）的失業率為 3.71%，近 2 年以來幾乎沒有太大變化。此外 1 月勞動力參與率為 59.21%，較上月下降 0.01 個百分點，今年大約維持平盤。

主計總處指出，大學畢業者的失業率 5.22% 最高，高中職和研究所分別為 3.43% 及 2.88%，其中高中職較上個月略上升 0.02 個百分點，自去年 8 月以來，大學和研究

所畢業者的失業率都呈現下降的趨勢。至於失業週數，1 月平均為 23.9 週，較上月縮短 0.5 週。

疫情恐降勞動參與

「目前尚未反映出新冠肺炎疫情對勞動市場的衝擊。」主計總處國勢普查處處長潘寧馨指出，這次的調查時間是在農曆年前的 5 日至 11 日之間，當時還未反映出疫情的影響。

潘寧馨分析，過去未受疫情影響時，農曆年後轉職潮會帶動失業率上升，但這次受疫情因素，轉職潮恐不如往年，可見民眾對勞動市場信心下降，傾向不轉職先留任，讓失業率下降。潘寧馨強調，若疫情更加嚴重，恐會有企業放無薪假、縮編或解雇倒閉等情形。

潘寧馨指出，要特別留意疫情對勞動參與率的影響，求職者對勞動市場暫時沒有信心，因而暫不找工作而退出勞動市場。依照過往 SARS 經驗，疫情對失業率沒有影響，反而影響是勞動參與率。

@股市漫談

■ 丁一擊

（退休證券業者）

新型冠狀肺炎肆虐，全球股市全倒，衝擊各產業，幾乎沒有一種產業可以全身而退的。

各大企業救亡圖存

像鴻海元月營收 3645.65 億元，比去年 11 月最高的 6026.46 億元，重挫 40%，郭台銘為了開工問題，已親自坐鎮鄭州處理。

NB 大廠廣達林百里，去年下半年才信誓旦旦為了 5G 第四次工業革命來臨，所以即使已

疫情衝擊 企業家如何突破困境

近古稀之年，也不想退休，還要再幹 10 年。如今公布廣達 1 月營收，只有 60.95 億元，比去年 11 月高峯期的 108.71 億元，減幅也有 4 成。

宏碁 1 月是 135.53 億元，去年 12 月是 232.69 億元，衰退幅度之大，董事長陳俊聖一定深刻了解目前所面臨的危機。陳俊聖在企業界評價甚高，如今跟大家一樣，身為宏碁的大家長，他必然知道自已的責任與壓力。

傳統產業一樣慘

印刷電路板一樣慘。台郡 1

月只剩 13.14 億元，比起去年 12 月的 31.87 億元，相差何止一倍。臻鼎 KY 從 165.31 億元，掉到 65.97 億元，健鼎從 51.83 億元，掉到 39.96 億元，都很難看。

傳統產業會比較好嗎？看看台泥從 12 月的 123.49 億元，掉到 75.02 億元，亞泥從 81.15 億元，降為 52.1 億元。攤開各大小企業 1 月營收，不論科技、傳產，大家都一樣，就是一個「慘」字。

沒有不景氣只有不爭氣

現今台灣、中國大陸，乃至

於全球的企業家，應該沒有人不在為如何求生存而煩惱。畢竟這次的經濟風暴是 SARS 期間的四倍，衝擊面之廣，不下於金融海嘯及亞洲金融風暴。回憶郭台銘在 2015 年，面對手機市場衰退時，說了一句名言：沒有不景氣，只有不爭氣。在創業的過程中，有那一位企業家的道路是平坦的？相信熬過今天的痛苦，台灣企業家的明天，一定更光明，也更令人尊敬。郭台銘的名言，可做大家的座右銘。

▼ 在德國漢堡市議會選舉中，極右派因為爭議過多，可能全軍覆沒。(Photo by OSCE Parliamentary Assembly on Flickr under C.C License)



德極右派首嘗大敗 傳統政黨式微？

德國大城漢堡選舉結果出爐，極右派因為爭議過多，可能全軍覆沒，而各傳統政黨得票率都有衰退的跡象。

【本報記者呂翔禾綜合報導】德國政壇近來火紅的極右派慘遭滑鐵盧！德國大城漢堡選舉結果出爐，極右派恐喪失所有席次，主流政黨的得票率都有衰退跡象，年輕人的票都流向綠黨，讓綠黨成為當地議會第2大黨。歐洲新聞網分析，近日的邦長選舉跟極右派妥協、恐怖攻擊等事件都讓漢堡民眾意識到極右派的可怕，進而以選票抵制。

極右派恐全軍覆沒

根據《德國之聲》報導，

漢堡市議會選舉結果23日出爐，第1大黨的社會黨仍以39%的得票率穩居第1，但比上一屆衰退6.6%；原本的第2大黨，梅克爾的基民盟受到圖林根邦邦長事件影響，得票率下降4.7%，僅獲得11.2%，這是基民盟有史以來在地方選舉獲得的最少得票率。

而綠黨獲得年輕人的支持，當地44歲以下的選民有3分之1投給綠黨，得票率因此大幅成長11.9%，高達24.2%成為第2大黨，有可

能跟社會黨同組執政聯盟。外界最關注的另類選擇黨（AfD）目前民調為5%，原本另類選擇黨在議會中有8席席位，這次選舉後將有可能僅剩5席，甚至不滿5%而喪失所有席位。

《歐洲新聞網》分析，由於先前圖林根邦的邦長選舉中，基民盟與AfD妥協，導致極右派人選當選，引發爭議，原本被視為梅克爾接班人的凱倫包爾更因此宣布放棄黨魁選舉，再加上德國哈瑙市近日發生的恐怖槍擊案，

選前德國大報《圖片報》的民調指出，6成的選民認為AfD要為這次恐怖攻擊負責。

掙扎的傳統政黨

但《德國之聲》也提到，跟德國其他城市與邦相比，漢堡原本就已經是極右派較難生存的地方。社會黨雖然在此區有高支持度，但全國民調仍處在15%的低點，如圖林根邦等地，極右派的勢力在議會中仍扮演關鍵角色。面對蠢蠢欲動的極右派，基民盟、社會黨等傳統政黨們仍試圖奮力掙扎。

川普訪印盛大造勢 外媒：作秀成分多

【本報記者呂翔禾綜合報導】美國總統川普將於近日訪問印度2天，印度總理莫迪宣稱，將準備超過10萬人的造勢場合歡迎川普。由於兩人都是民粹主義者，且對穆斯林充滿敵意，美國全球廣播公司的報導分析，這趟訪問作秀的成分居多，美印會聚焦處理貿易糾紛，對外界關注的穆斯林議題則可能忽略。

鋪張歡迎川普

根據《CNBC》的報導，莫迪對於川普的來訪非常重視，除了安排大量民眾夾道歡迎他跟川普的車隊，另外也會在板球場舉辦活動，預計會有超過10萬人參加。參加完大型造勢後，莫迪會帶川普去他和印度聖雄甘地的家鄉、泰姬瑪哈陵後，最後回到首都新德里。雖然歡迎的排場浩大，不



▲ 對於川普此趟訪印，外界普遍認為焦點會在美、印貿易談判，還有川普實境秀般的演出。(Photo by The White House on Flickr)

過印度跟美國近來在貿易問題上產生許多糾紛，談攏新的貿易協定將會是川普此行的目的，主要的爭執點在於印度希望能維持美國對印的關稅減免，但川普團隊的態度則是希望取消減免，雙邊公平貿易。

穆斯林議題恐忽略

《英國廣播公司》也提到，

拉攏印度制衡中國就是川普「印太戰略」目標，但是印度也不想跟美、中其中一方太靠近。另外，印度近來國內的《公民法》對穆斯林行差別待遇引發國內高度抗議，但川普在美國也在推行禁穆令，雙方都對穆斯林不友善的情況下，外界預估，雙方對於穆斯林有關

的議題都將忽略。

印度在喀什米爾與巴基斯坦，甚至是中國有接壤，印、巴的喀什米爾問題已經糾纏多時，但美國僅象徵性呼籲雙方軍對在邊境要克制以外，並沒有過多動作。衝突中，同為少數族群的穆斯林、泰米爾教徒也受到許多不人道的對待，外界雖然高度關注，但同樣在這次的峰會中應該無法獲得妥善處理。

《英國廣播電台》甚至坦言，川普認為跟領導人之間的個人關係可以讓他在外交上無往不利，因此這次的印度之旅他也會跟莫迪有許多親密、如朋友般的互動，以彰顯他跟穆迪的好關係，但是在貿易談判方面，美國恐不會讓步。

伊朗遭鄰國封邊境 阿富汗難民成隱憂

【本報記者祝潤霖綜合報導】伊朗被全境封鎖？伊拉克、土耳其、巴基斯坦、亞美尼亞紛紛關閉邊境，禁止彼此人民出入，由於伊朗新冠肺炎24日死亡數已達8人，成為中國以外最多的國家，連阿富汗也禁止兩國間的陸空交通，科威特港務局則宣布禁止船隻入境。而阿富汗難民因透過非法管道進出邊境，成為封鎖伊朗疫情的大隱患。

鄰國紛紛關閉邊境

根據《半島電視台》報導，伊朗43起確診多發生在什葉派聖城科姆。土耳其、巴基斯坦政府都宣布，將關閉與伊朗之間的邊界，伊拉克則早於20日就關閉對伊朗邊界，並暫停發放簽證給伊朗人。亞美尼亞總理帕齊尼安24日也宣布關閉與伊朗的邊界，並暫停兩國間的航班，這些措施預計將持續2個星期。

阿富汗24日也暫停與伊朗間的陸空交通，現有上百萬名阿富汗難民在伊朗境內。約旦政府則宣布，將禁止中國、伊朗及南韓的公民，以及從這些國家前

來的其他外國人士入境，以因應新型冠狀病毒疫情。約旦媒體事務官員阿戴勒表示，這項禁令會針對來自這3個國家的所有外籍人士實施，不過這是「暫時性的」措施。

非法過境成隱憂

根據《阿拉伯新聞》報導，伊朗有幾座神社，巴基斯坦路支西南省內政大臣米爾·齊亞·烏拉·蘭戈夫說，巴基斯坦已經啟動了檢查程序，並在邊境上進行更多巡邏，直到局勢得到控制。他說，「我們正在努力採取一切可能的預防措施。」並得到總理伊姆蘭·汗的保證，聯邦政府也將擴大其援助範圍。但是，對往返伊朗的航班沒有影響。

阿富汗和巴基斯坦都伊朗有著綿長而多漏洞的邊界，經常被走私者和人口販子利用，而目前有數百萬阿富汗難民生活在伊朗，這使人擔心病毒容易在邊境蔓延。難民中一些人經常出於貿易目的前往阿富汗並探望家人，有些人通過官方邊境檢查站，但沒有護照和旅行證件的人則走非法路線，使阿富汗當局很難控制疫情。



◀ 有些人通過官方邊境檢查站，但沒有護照和旅行證件的人則走非法路線，使阿富汗當局很難控制疫情。(photo by Pixabay)

砲擊加薩敘利亞 以色列罕見承認

【本報記者許雅筑綜合報導】以色列承認攻擊加薩與大馬士革附近的吉哈德基地！以色列於23日承認，除了向加薩地區與巴勒斯坦伊斯蘭聖戰組織（簡稱吉哈德）開火外，也派遣戰鬥機攻擊敘利亞首都吉哈德附近，巴勒斯坦伊斯蘭聖戰組織的基地。以色列雖然多次於敘利亞、加薩地區發動攻擊，但鮮少如此直率承認。

以色列攻擊遭撻伐

根據《路透社》報導，以色列表示，有吉哈德成員於23日試圖在加薩走廊與以色列的邊界放置炸彈，於是派遣軍隊上前阻止。巴勒斯坦衛生部官員與其他在場居民則表示，以色列一頓掃射，上前救援的民眾也遭到射殺。隨後，以色列軍方用推土機處理屍體的

影片被加薩攝影師錄下並在網路上瘋傳，許多留言紛紛撻伐以色列不人道的舉動。

吉哈德隨即從加薩向以色列發射火箭彈，以色列再進行反擊，並表示攻擊的區域均為拉法市中用以儲存製造火箭彈原料的地下區域。除了加薩以外，以色列也攻擊敘利亞大馬士革附近的吉哈德基地。敘利亞人權瞭望台組織表示，以色列攻擊區域位於大馬士革國際機場附近，但幸好並未有機場被導彈波及。

雙方衝突不斷

根據《半島電視台》報導，2019年11月，以色列也分別向位於加薩與敘利亞的吉哈德指揮官發動攻擊，其中位於加薩的指揮官遭到殺害。



▲ 以色列於23日承認攻擊加薩與大馬士革附近吉哈德基地。(photo by Youtube 影片截圖)

除此之外，自從2011年敘利亞內戰爆發後，以色列便多次對敘利亞發動攻擊，主要針對獨裁者巴沙爾·阿薩德所主導的敘利亞政府軍、伊朗盟軍與真主黨戰士。今年2月中旬，以色列被指控殺害位於大馬士革國際機場附近的3位敘利亞、4位伊朗士兵。

▼ 在非洲沿岸漁獲大不如前的情況下，竟出現「以性換魚」的交易體系。（網路截圖）



氣候變遷後遺症 女性受剝削換溫飽

【本報記者林祐任綜合報導】氣候變遷的衝擊之下，女性首當其衝，性剝削、性暴力和童婚等現象層出不窮！世界自然保育聯盟費時2年、參考1,000多個研究來源的報告指出，在極端乾旱的地區，許多女性在年幼被迫買賣婚姻，以換取家人的溫飽；在非洲肯亞，甚至出現「以性換魚」的性剝削交易體系；此外，女性環保人士也不時遭受性暴力的威脅。

性暴力不分貧富

根據《衛報》和《德國之聲》報導，世界自然保育聯盟的報告，是目前為止探討氣候變遷加劇性別暴力最大規模的研究。根據研究，衣索比亞和南蘇丹的年



氣候變遷的衝擊，女性首當其衝，在極端乾旱的地區，許多女性在年幼被迫買賣婚姻，以換取家人的溫飽。

輕女孩，常常在遭逢極端的乾旱之際，被家人買賣童婚，以換取牛隻度日。國際培幼會的亞洲區主任施馬克坦言，這是為了減輕家庭負擔或增加收入的生存策略。

「以性換魚」交易

在飽受乾旱之苦的地區，隨著水源地或水井日漸乾涸，通常負擔取水工作的女性，常常被迫去更遠之處取水，如此被地方武裝勢力施暴的可能性大增。在非洲沿岸漁獲大不如前的情況下，更出現了「以性換魚」的交易體系（特別是在肯亞），女商人被迫與漁民發生性關係以

確保魚獲的供應。

在孟加拉，女性死於天災的機率高於男性，因為當水患來臨時，女性往往只能躲在棚屋當中，而非較穩固的緊急庇護所。此外，即使在工業化國家中，女性環保人士也時常受到性暴力的威脅，《德國之聲》指出，加拿大的前環境部長麥肯納甚至得尋求護衛小組的保護。



多元化收入保護女性

世界展望會發言人巴特表示，為了減少女性在取水過程中遭遇的暴力威脅，他們嘗試將水井建的更靠近村落，

並透過「農民管理自然再生」的技術在水井旁植樹，以更有效的復育森林。巴特指出，世界展望會也藉由當地的宗教領袖，傳達男性沒有權利對女性施暴的觀念，並鼓勵女性在遭遇暴力之後尋求協助。

「多元化收入來源是保護女性的重要方法。」施馬克表示，不要把雞蛋放同一個籃子，例如農耕或捕魚，如此在遭逢天災時不至於完全斷炊。巴特強調，當我們幫助女性應對氣候變遷時，不論是男性或小孩都會一同受益。

值得慶幸的是，在2019年聯合國氣候峰會中通過了「性別行動計畫」，確保女性在氣候政策有完整、平等和有意義的參與機制，可望有助於降低性別不平等。

疫情衝擊航空業 私人飛機逆勢成長

【本報記者林祐任綜合報導】新冠肺炎疫情衝擊整體航空業，私人飛機的需求卻逆勢成長！在香港，私人飛機至北美和澳洲的班次暴增了214%，不少企業甚至期望將員工遷移至歐美。然而，往返中國等疫區的私人飛機大多卻步，原因在返航之後，不但需要對飛機消毒，組員也得經過14天的隔離才得以返工。

私人飛機需求暴增

根據《金融時報》和《BBC》報導，私人飛機經紀人勒布爾西耶形容，近來要求搭乘私人飛機的人「瘋狂增加」。光是在1月，香港到其他地區的私人飛機班次增長了34.2%（與去年同期相比），特別是到澳洲或北美洲班次暴增了214%。不少企業甚至希望將員工遷移至美國、歐盟或中東。



新加坡私人飛機公司MyJet Asia的執行長拉維什坎薩也指出，1月的班次增加了80至90%，其中不少中國人在農曆新年期間出國，卻因之後各國實施的旅遊禁令，只能選擇搭乘私人飛機返國。

總體航空業悽慘

然而，澳洲的派拉蒙商務噴射機指出，雖然近來向他們詢問的人數大增，但大多數客戶卻找不到飛機或組員，原因是前往中國等疫區令私人飛機公司卻步，在返航之後，不但需要對飛機消毒，組員也得經過14天的隔離才得以返回工作崗位。VistaJet則表示，他們直接暫停在中國的業務。

總體來看航空業是一片悽慘，國際航空運輸協會20日估計，2020年全球的航空業約損失300億美金的收益，亞太地區首當其衝，全年的預期收益恐將下滑13%，約為293億美金。



▲ 在香港，私人飛機至北美和澳洲的班次暴增了214%，不少企業甚至期望將員工遷移至歐美。(Photo by David Brossard via Flickr)

圖文選粹

圖文 / 中央社

馬哈地辭職拋震撼彈 政壇板塊位移



▲ 馬來西亞首相馬哈地（圖）24日宣布辭職為「希望聯盟」拋下震撼彈，學者分析指出，馬哈地仍有可能尋求其他政黨支持組成新政府。

蕾哈娜得總裁獎 呼籲放下種族對立

【本報記者施凱文綜合報導】美國流行天后得慈善大獎！蕾哈娜因投身慈善事業戮力救助馬拉威孩童，及以鉅額捐款聯合國兒童基金會，受到《美國有色人種協會》肯定頒發總裁獎。她也在典禮上呼籲，人們應放下種族意識形態，以共同解決社會問題。

投身慈善不遺餘力

根據美國《綜藝》報導，在美國流行樂壇獲得巨大成功的歌手蕾哈娜又在其個人成就添上一筆，致力於慈善事業的她日前獲邀出席《美國有色人種協會》年度頒獎典禮，並獲頒總裁獎。蕾哈娜於2012年成立個人



基金會，投入大量心力救援生活在貧窮線以下的馬拉威孩童，也以鉅額捐款幫助聯合國兒童基金會運作並與其合作進行人道救援。她於致詞時呼籲，人們應放下歧見，跨越種族及膚色的藩籬以共同面對問題。

蕾哈娜先向現場眾人詢問：「有誰的同事是與你不同膚色或種族的？」大家紛紛舉手後，她緊接著表示，社會中有許多問題需要大家合作解決，但人們卻常糾結在種族問題上，她說：「如果你還有朋友在為麥克布朗（遭

白人警員射殺）抗議、哀悼或憤怒，請告訴他們該停止了。」

多元化發展

據《Heavy》報導，現年32歲的蕾哈娜不只是一名歌手，同時也是服裝設計師、演員、企業家及慈善家，擁有個人的泳裝品牌SAVAGE x FENTY及彩妝品牌FENTY。



《美國有色人種協會》總裁獎一向授予對各領域發揮正面影響力的藝人。主席強森隨後說明：「蕾哈娜不只在職業生涯上很成功，她投入慈善機構的表現及個人事業的成功也是大家有目共睹的，因此以這獎項肯定並強調她的付出。」

每人介紹 / 代訂一份報紙給朋友，讓善傳送。本報廣告、訂報專線：

0800-011961

健康生活小細節 生活方式要調整

現代人生活品質愈來愈高了，可是身上的毛病卻愈來愈多，健康取決於個人生活方式與飲食，卻也最常被忽視。



▲生薑含一種類似水楊酸的化合物，是血液的清道夫，能夠起到稀釋和抗凝的作用，能夠降血脂、降血壓、預防心肌梗塞。(photo by 網路截圖)

▼生薑鯽魚湯功效—溫中散寒，理氣止痛。適用於虛寒性胃痛。(photo by 網路截圖)



顧勇

現在人們的餐桌上，雞鴨魚肉、生猛海鮮已經不是什麼奢侈品了，食不厭精，人們吃的越來越精緻，越來越挑剔。但是體質越來越差，皮膚越來越粗糙。天天都吃白麵、精米、大魚大肉的人，是不是應該時不時地換換口味，清理一下自己的腸胃呢？粗糧給您的健康帶來的好處是肉、蛋、奶和水果、蔬菜所無法取代的。

粗糧營養成分多

粗糧中含有豐富的鈣、鎂、硒等微量元素和多種維生素、礦物

天天都吃白麵、精米、大魚大肉的人，是時候清理一下自己的腸胃了。粗糧的好處是其他食物無法取代的。

質。比如說燕麥富含蛋白質，小米富含色氨酸、胡蘿蔔素，豆類富含優質蛋白，薯類富含胡蘿蔔素和維生素C。

穀類的維生素和礦物質集中在外層，也就是那層「粗糧」的部分中，糙米經過精磨加工之後口感細膩，外觀也改善了，但是B群維生素的含量已經損失了四分之三。而粗糧因為沒有經過精製加工，這些天然的營養成分損失的很少。

粗糧能防疾病

食物中缺乏植物纖維，是近年來糖尿病、心臟血管病、癌症越來越多的重要原因之一，而粗糧中的膳食纖維可加速腸部蠕動，清除大腸癌細胞，能預防腸癌、直腸癌、腸憩室症等，它還可以增加食物在胃裏的停留時間。



▲天天都吃白麵、精米、大魚大肉的人，是時候清理一下自己的腸胃了。粗糧的好處是其他食物無法取代的。(photo by 網路截圖)

生薑好處多

生薑含有多種營養成分，如豐富的碳水化合物、蛋白質、多種維生素和礦物質，還含有獨特的薑辣素、薑油酮、薑烯酚和薑酮等，因為它的辛辣芳香，常常被作為調味品，烹調食物時放些生薑，能使菜有清香可口，當你吃飯時沒有食慾或飯量減少時，不妨吃上幾片薑或者在菜裏放上一點嫩薑，都能增強你的食慾。

除了調味，生薑還可以加工成薑乾、糖薑片、鹹薑片、薑粉、薑汁、薑酒和糖漬、醬漬，不僅在我國人們喜愛生薑，連西方人士也開始注意到生薑的獨特味道，他們用薑調製果醬，或做薑味麵包、糖果、布丁、餅乾等甜點，也有用薑與麥酒混合飲用，調味成薑汁汽水等。

生薑降血脂血壓



▲生薑粥功效—暖脾胃、除風寒之效，可治療風寒感冒、噁心厭食、寒濕腹瀉等症。(photo by 網路截圖)

據現代藥理學研究，發現生薑還有抗衰老、護心臟、預防膽結石等多種奇效。生薑含一種類似水楊酸的化合物，是血液的清道夫，能夠起到稀釋和抗凝的作用，能夠降血脂、降血壓、預防心肌梗塞。

生薑還是大腦食物，德國《彩色畫刊》將生薑列為「有助於激發人創造性的食品」，並指出「生薑能使人思路開闊」。這是因為生薑所含的薑辣素和含芳香氣味的揮發油，能稀釋我們的血液，這樣血液的流動將更加暢通，能夠向大腦輸送更多的氧氣和養料。

生薑食療方

生薑粥：
原料—鮮生薑、胡桃肉各 10 克，紅棗 5 枚、粳米 40 克。
用法—以上四味原料共煮粥，

連食數次。
功效—暖脾胃、除風寒之效，可治療風寒感冒、噁心厭食、寒濕腹瀉等症。
生薑鯽魚湯
原料—生薑 30 克，陳皮 10 克，胡椒 3 克，鯽魚 1 條。
用法—將魚去鱗，剖肚去內臟，生薑、陳皮、胡椒用紗布包好，放入魚肚中，加清水適量燉熟，入鹽、味精等調味品，食魚喝湯。

功效—溫中散寒，理氣止痛。適用於虛寒性胃痛。
當歸生薑羊肉湯
原料—當歸 3 兩，生薑 5 兩，羊肉 1 斤。
用法—以水 8 升，煮取 3 升，一日三服。每次服 1 升，每日 3 次。

功效—補腎壯陽。用於產後腹中疼痛及腹中寒疝，虛勞不足。

飯吃 7 分飽

美國國立衛生研究中心老化研究所，用猴子研究少食與壽命間的關係。他們把 60 隻猴子分成兩組，讓其中一組每天都吃飽，對另一組的飲食則加以控制，只讓它們吃 7 分飽。就這樣 15 年過去了，結果吃了 7 分飽的那組猴子的死亡率只有吃飽組的一半。

那麼這個實驗結果對於人類來說是不是同樣有意義呢？我們一直在追求著生活的富足，但是這種富裕的生活，在帶給我們享受的同時，也帶來了過去少見的癌症、動脈硬化、高血壓、糖尿病等所謂「富貴病」。導致這些富貴病的罪魁禍首之一，就是過食、飽食。

如果總是飽食、過食，就會在腸管裏留下大量「宿便」，這些排泄物在腸道裏，就會不斷地腐



► 豆漿享有「植物奶」的美譽。含有豐富的植物蛋白、磷脂、維生素 B1、B2，尤其是鈣的含量，比牛奶要高的多。(photo by 網路截圖)

敗和發酵，產生各種有毒物質，衡，全面調節內分泌系統，降低

總是飽食、過食，就會在腸管裏留下大量「宿便」，這些排泄物在腸道裏，會不斷腐敗發酵，產生各種有毒物質。

被人體吸收後，將降低人體免疫力，誘導各種疾病滋生，同時還會使我們的腸道變形，這樣不僅會使我們的腸胃受到損害，也會嚴重威脅我們的身體健康。

豆漿保護心血管

豆漿是一種老少皆宜的營養食品，享有「植物奶」的美譽。豆漿含有豐富的植物蛋白、磷脂、維生素 B1、B2、煙酸、鐵、鈣等礦物質，尤其是鈣的含量，比牛奶要高的多。豆漿中含有大豆皂甙、異黃酮、大豆低聚糖等具有顯著保健功能的特殊保健因子。

常飲豆漿可維持正常的營養平

▼只見面前站著一位天使般的女神，長髮披肩，膚色紅潤，美得像出水芙蓉，真是驚為天人。(網路截圖)



長篇連載之九十

《寶枝》第十五章
亂世俗緣

以調節中老年婦女內分泌系統，減輕並改善更年期症狀，延緩衰老，還可以有效地減少青少年女性臉上青春痘、暗瘡，長期飲用，可以使你的皮膚白晳，有光澤。

豆漿偏寒冷底勿飲

豆漿性平偏寒而滑利，如果你平時胃寒，喝完豆漿後出現發悶、反胃、吞酸的人，那就說明你不適合飲用豆漿了。胃炎、腎功能衰竭的病人需要低蛋白飲食，而豆漿中富含蛋白質，它的代謝產物會增加腎臟負擔，另外豆漿中的草酸鹽會與腎中的鈣結合，容易形成結石，或者加重腎結石病人的症狀，所以腎結石病人也不要喝豆漿。

豆漿也是痛風病人的大敵。因為痛風是由嘌呤代謝障礙所導致的疾病。黃豆中就含有豐富的嘌呤，而且更為要命的是嘌呤還是一種親水物質，所以大豆磨成豆漿以後，嘌呤的含量更是成倍增長。所以痛風的病人還是忍住口

張祖詒

寶枝半帶高興、半含嬌羞地說：「看你要起文縷縷的詞句來啦，不嫌肉麻。」人傑繼續說道：「這是從你那裡學來的一點皮毛，幸勿見笑。話說回來，既然良宵不能虛度，今晚我就不回去了。」

「怎麼可以？」寶枝急忙回答。人傑接著又俏皮地說：「可是我這兩腿不聽使喚，走不動了。」

寶枝看他耍賴的樣子，只好無奈地說道：「那你可以睡那客房，現在

舌之慾，遠離豆漿吧。

豆漿不能這樣喝

豆漿一定要煮熟。豆漿裡面含有皂素、胰蛋白酶抑制物等有害物質，如果沒有煮熟就喝，很容易發生噁心、嘔吐、腹瀉的症狀，所以心急也喝不了熱豆漿，沒有煮熟的豆漿會讓你中毒。

不要空腹喝豆漿。因為空腹喝豆漿，豆漿裡面的蛋白質會在我們身體內轉化成熱量被消耗掉，這樣就起不到補充營養的作用了。所以在喝豆漿時，最好搭配麵包、饅頭之類的澱粉類食物。

不要在豆漿裏打雞蛋。因為雞蛋的蛋清會與豆漿中的胰蛋白酶結合，產生不易被人體吸收的物質，可以說是事倍功半。不要放紅糖。喝豆漿不要加紅糖，白糖煮熱離火後再加。豆漿中加紅糖喝起來甜甜香，但紅糖裏的有機酸和豆漿中的蛋白質結合後，可產生變性沉澱物，大大破壞了營養成分。

我要進去洗澡，如果你也想沐浴，可以使用另外衛生間的淋浴。」人傑一聽，喜出望外，他批准許留宿，立即感恩似地答道：「謝謝女主人的寬容，我習慣早晨洗澡，現在不用。」

寶枝進入房內套間浴室，人傑在客廳取了一杯水，兩腿擱在咖啡几上假寐休息。約莫二十分鐘，聽到裡邊房門打開，聞到沐浴劑的香味，站到房門一看，只見面前站著一位天使般的女神，穿著肉色絲質睡衣，披著同色絲質睡袍，長髮披肩，膚色紅潤，美得像出水芙蓉，真是驚為天人。

這時魏人傑壓抑不住情慾衝動，迅速從她背後來個擁抱，

《生活保健全書：每天都做得到的健康小撇步》簡介

對於人類而言，自從生命開始的那一天，就伴隨著疾病和死亡的陰影，對疾病的擔憂和疾病的對抗，及對健康長壽的追求，充滿了人類歷史的每個角落。它也告訴我們，健康是由我們人類自己主宰的，雖然我們不能違抗自然規律，去阻擋死亡的脚步，但我們能讓自己的機體更有活力，能夠獲得品質更高的生命。

聚沙成塔的道理我們都懂得，同樣，健康也是由生活中許許多多的細節決定的，這絕不是危言聳聽。關注健康中的細節，良好的習慣可以使你身體健康，成為獲取其他幸福的資本；忽略健康細節，微小的惡習都可能招致疾病，甚至使你命垂一線。

世界衛生組織也提出，對於健康，7%取決於氣候與地理條件，8%取決於醫療條件，10%取決

於社會條件，15%取決於遺傳，60%取決於個人生活方式。



作者：顧勇
出版社：菁品文化
出版日期：2020/01/02

都值狼狽之年，一旦爆出慾的火花，一似乾柴，一似烈火，慾焰迅即熾熱燃燒，難以止熄。當人傑吻遍寶枝全身時，她再也難挨枯委已久的飢渴，連連喊著：「我需要你，我需要你。」而這也是她有生以來初嚐性愛的滋味。

一夜纏綿，幾番雲雨，他們已經你中有我，我中有你，頻相滋潤，融為一體。直到巫山夢迴，醒來已是破曉時分，寶枝發覺兩人依然赤裸相擁，羞愧萬分，於是匆忙起床，走進浴室，用溫水沖澡，突然驚覺，昨夜熬好，竟無避孕措施，有點懊惱。但為時已晚，悔亦無益，只好聽其自然。

(待續)

▼ 陳冠宇雖然便宜好用，但今年也需要面對牛棚洋將的競爭。(Photo by 陳冠宇粉絲團 on FB)

▼ 吳念庭還在等待出賽機會。(Photo by 吳念庭 Nienting Wu on FB)



冠宇、家豪暫穩 念庭找機會



棒球展望
(之2)

【本報記者呂翔禾綜合報導】台灣出品牛棚，品質保證！效力於樂天金鷲的投手宋家豪新球季仍將在牛棚擔任勝利方程式的角色，不過他仍需注意控球的問題；羅德隊的陳冠宇經過幾年來的好表現，教練在新球季還是倚重他在牛棚的多功能運用。西武獅隊的吳念庭則因為西武先發打線已滿，仍在二軍等待機會。

宋家豪為牛棚要角

繼前年繳出 1.73 的鬼神防禦率後，宋家豪去年也繳出 2.18 的成績，更在季中締造連續登板 17 場沒有失分的紀錄，也獲得樂天球團 3 倍的加薪。他除了直球可以飆到時速 157 公里外，搭配上他的「指叉變速球」，跟直球

台灣旅外選手新球季挑戰，樂天金鷲投手宋家豪站穩牛棚，控球待加強，羅德隊陳冠宇，則是多功能 CP 值高，吳念庭則在二軍尋找機會。

幾乎相同的出手動作，到本壘板附近卻會很奇異的失速墜落，讓打者非常混淆。

在王牌守護神松井裕樹本季轉換角色改任先發的情況下，宋家豪在樂天牛棚的重要性更加提升。不過他生涯 91 局的投球中，送出 45 次保送，顯然控球仍有待加強，牛棚投手常常需要面對壘上有人的狀況下上場，控球不好會更容易失分，這也是他在新球季需要面對的挑戰。

陳冠宇 CP 值高

陳冠宇原本在羅德隊被定位為先發投手，後來轉職牛棚，但由於曾任先發，投球仍有一定的續航力，因此球隊也將他作為多局數的長中繼或是一人左使用，非常多功能且他的薪水在洋將中也不算太高。在羅德隊時期穩定出賽，2019 年更創下生涯登板場數新高的 44 場，防禦率也在水準以內的 3.63。

雖然羅德隊今年先後延攬赫曼、傑克森兩位洋投，過往都主

要都是中繼投手，對於同樣是洋將的陳冠宇而言是良性競爭，全隊共有 5 名洋將要爭奪 4 席一軍的位置，他受訪時也坦言競爭相當激烈，但自己並不會認輸，將全力以赴面對挑戰。

念庭等待機會

西武獅隊的吳念庭，過去主要的守備位置是二壘、游擊，但目前西武這兩個先發位置人選都非常強，分別是游擊的源田壯亮（國家隊，生涯 3 年即獲 2 座游擊金手套、2 度入選明星賽）與二壘的外崎修汰（西武主要火力來源，去年 26 轟、90 分打點），吳念庭的出賽機會也大幅減少，2019 年甚至整年都待在 2 軍，仍在等待可以表現的機會。



▲ 宋家豪如果能改善控球問題，在樂天牛棚的角色會益發重要。(Photo by 宋家豪 · C.H. Sung 粉絲團 on FB)

阿扎爾傷勢不斷 足壇地位恐下滑

【本報記者宋秉謙綜合報導】2018 世界盃足球賽大放異彩的比利時隊長阿扎爾持續遭受傷病打擊，外媒評估他本賽季恐報銷。比利時頂級中場阿扎爾於世足率領比國殺到歷史最佳的季軍，世界盃繳出 3 球 2 助攻的阿扎爾，被認為是僅次於梅、羅 2 球王的球星。但加盟皇馬後，阿扎爾就大小傷不斷，出賽場次（15）甚至少於缺戰次數（20），本次可能是舊傷復發，導致整季報銷。

阿扎爾恐賽季報銷

根據《英國廣播公司》報導，皇馬日前與萊萬特進行第 25 輪



聯賽，比利時球星阿扎爾 67 分鐘下場時走路一跛一跛，到 23 日晚間皇馬官方宣布，阿扎爾的右腳腓骨骨裂，傷勢仍在評估當中，甚至還有外媒表示，這個傷勢與阿扎爾 17 年在切爾西時遇到的一樣，舊傷復發的話恐怕是整賽季報銷。

對這位曾在世界盃大殺四方的頂級中場來說，本賽季轉投皇馬開始就一直受傷勢困擾，上週好不容易從腳踝傷癒復出（共耗時

3 個月），沒想到日前馬上就再度受傷，總計阿扎爾本賽季只替皇馬出賽 15 場、已缺陣 20 場；然而，阿扎爾根本不算是易受傷的玻璃體質，他在切爾西的 7 年之間總受傷場次也才 20 場，皇馬隊醫與後勤對阿扎爾的身體管理難辭其咎。

足壇地位下滑

也有外媒指出，阿扎爾若想一次性搞定舊傷，這次可能得更積極的治療，而非像之前一樣採用保守治療，但無論什麼療法，阿扎爾都確定會缺席本週歐冠的 16 強賽，以及 3 月 1 日重要的國家德比（皇馬對決巴塞隆納）。

阿扎爾的傷病不斷，不只影響自己的競技水平，先不說想追上梅西或 C 羅，世界足壇眾多後輩實力增長都極其快速，阿扎爾曾經的世界第三強球星位置已經不保。此外，今年夏季歐洲強國將迎來 4 年一度的歐國盃，阿扎爾領軍的比利時自然也獲得該國人民深深的期許，若阿扎爾賽季報銷，缺少當家隊長恐讓比利時的歐國盃之旅不太順遂。

勇士咖哩將復出 外媒籲放眼下季

【本報記者宋秉謙綜合報導】手握 3 枚冠軍戒、2 度 NBA 最有價值球員的頂級射手「咖哩」柯瑞要回歸賽場！據勇士隨隊記者消息，因為左手受傷休了超過 3 個月的柯瑞迫不及待想重回賽場，他積極表示要在 3 月 1 日復出。然而，外媒專家卻認為，對目前聯盟墊底的勇士來說，與其讓柯瑞在剩下不到 30 場比賽奮戰，不如好好休養，用這季的爛成績拿到順位靠前的選秀籤，把目標放在來季。

勇士災難的一季

金州勇士本賽季打出災難性的一季，除了失去 MVP 等級的「KD」杜蘭特、「小 AI」伊古達拉等球星，陣中的浪花兄弟湯普森與柯瑞接連受傷，前者要等到下個賽季才能復出，而咖哩則是左手骨折要休戰 3 個月，群龍無首的

復，由於缺兵缺將，勇士把目標放在來季還是比較實際。(Photo by Warriors Facebook Fanpage)

勇士打出全聯盟最糟的戰績，目前僅 12 勝、45 敗，距離季後賽的第 8 席次達 16 場半勝差。

據勇士隨隊記者推特表示，咖哩的傷勢幾乎如預期康復，他



自己也迫不及待想重回球場，聲稱要在 3 月 1 日主場迎戰巫師的比賽登場。

與隊友先行磨合

雖然這對勇士來說是個好消

息，但《CBS 體育網》專家認為，本賽季的勇士剩下不到 30 場比賽，目前戰績已是聯盟爐主，就算咖哩「滿狀態回歸」強勢率領球隊打勝仗，要衝進季後賽拿到佳績也很難，畢竟沒有隊友幫忙的咖哩難敵西區列強。不如讓咖哩持續休養，等到下季他的最佳搭檔湯普森回歸，再衝擊季後賽。

對此，勇士主帥柯爾則抱著不同觀點，他表示，對咖哩這種領袖來說，要與隊友培養默契與熟悉度，特別是之前透過交易來到勇士的全明星側翼威金斯，若本季咖哩和威金斯能磨合順利，勇士再靠著 2 張前段選秀籤（一張是灰狼在交易威金斯時順便送出的、一張本季自己的）選上天賦高的新秀，等待湯普森回歸，勇士隊 20/21 賽季依舊大有可為。



▲ 比利時頂級中場阿扎爾轉投皇馬後，受傷缺陣的場次已經追平前七年在切爾西的缺陣數。(Photo by Real Madrid Facebook Fanpage)

每人介紹 / 代訂一份報紙給朋友，讓善傳送。本報廣告、訂報專線：

0800-011961



看完醒報，轉贈鄰居信箱

▲ 飛沫不僅可能存在於病患手部，也可能在乾燥後以飛沫核的型態懸浮於空氣中。（中央社）



病毒恐存活數日，有乾咳者戴口罩

在疫苗或抗病毒藥沒問世之前，使用口罩、手部衛生、環境消毒等至關重要，民眾務必落實勤洗手等正確的防疫措施。

【本報記者林祐任台北報導】在新冠肺炎疫苗還沒問世之前，民眾「非藥物的防疫」包含使用口罩、手部衛生、環境消毒等都至關重要！台大公衛學院 24 日召開記者會，提醒民眾務必了解到新冠病毒的傳染途徑（飛沫和接觸傳染），以及在環境中的存活時間（數日），才能真正落實勤洗手與「有乾咳的人戴口罩」等正確的防疫措施。

病毒恐存活數日

頂尖醫學期刊《刺絡針》指出，在疫苗或抗病毒藥還沒問世之前，「非藥物的防疫」是至關重要的。台大環境與職業健康科學研究所教授張靜文提到，非藥物的防疫必須從「病毒來源」和

「傳播途徑」兩方面著手，針對病毒來源的感染者，盡力控制感染人數是當務之急，手段包括境外阻絕、快速篩檢、隔離等。

張靜文指出，新冠病毒的傳播途徑以飛沫和接觸傳染為主，但目前尚未對出現病毒在環境中存活的研究，只能參考 SARS 或 MERS 的存活時間，恐高達「數日」之久（視環境的溫溼度）。張靜文強調，飛沫不僅可能存在於病患手部，也可能在乾燥後以飛沫核（約 1 至 5 微米）的型態懸浮於空氣中。

加強民眾洗手意識

「使用口罩、手部衛生、環境消毒三者缺一不可。」張靜文表示。對於前陣子口罩之亂，台

大公衛副教授黃俊豪強調，（外科）口罩具有「利他性」，有呼吸道症狀的人必須戴口罩，至於健康的人除非在醫院或密閉空間，否則沒有必要配戴，民眾一旦理解新冠病毒的傳播途徑就無需恐慌。

即使政府不斷宣導勤洗手，但民眾是否真正落實？從行為科學的角度來看，黃俊豪指出，問題在於是否能夠增加民眾的自覺利益，以及減少洗手的自覺障礙等等。第一，加強衛教宣導，讓民眾認知到洗手與預防接觸傳染之間的關聯（病毒可在環境中存活數日）。第二，可增設公共區域手部酒精消毒噴霧，或鼓勵民眾隨身攜帶乾洗手，讓民眾洗手更容易。

第三，當民眾過度恐慌時，可能增加無助感，反而會降低防疫行為，因此，黃俊豪建議，媒體在報導疫情「應持平並避免高估」。第四，以民眾較為熟悉的過往疫情（例如 SARS）當作經驗參考點，可提升民眾對於新冠肺炎的現實感。



▲ 台大公衛學院長詹長權表示，希望以後大家逢人問的是「你洗手了沒」，以及「有乾咳的人」都戴上口罩。（Photo by 林祐任/台灣醒報）

AI 助攻醫學研發 發現最強抗生素

【本報記者莊瑞萌綜合報導】AI 也可扮演提升人類健康的角色！美國麻省理工學院科學家日前利用 AI，便在極短時間內便找出有效殺菌的分子，未來將用來治療強迫症疾病。專家指出，這次研究結果是對付抗藥性問題上的一大突破。

AI 找最強抗生素

據《BBC》報導，科學家是利用演算法在幾天內分析超過 1 億種化學成分，結果發現 halicin 的新成分，將可殺死 35 種致命細菌。研究人員巴茲萊指出，「就抗生素發現上，這是全球首創。」

科學家是訓練 AI 去分析 2,500 種藥物與其他化合物結構，希望發現含有最能抗菌並殺死大腸桿菌的化合物，接著再挑選出近 100 種可能成分並進行物理測試，結果 halicin 雀屏中選。對此，研究人員科林斯指出，「我認為這是目前發現最強效的抗生素之一。」研究人員也指出，利用 AI 加速藥物發現速度，將可幫助降低未來發展抗生素的成本。

抗生素若未適當服用，存活在身體內的有害細菌將可發展抗藥性，讓藥物無用武之地。對此，世界衛生組織（WHO）也將該現象稱為威脅全球健康安全與發展其中之一。

訓練 AI 辨識藥物

據《雅虎》報導，halicin 是

透過破壞細菌用來維持產生儲能分子所需的電化學梯度能力來達到消滅細菌目的，該結果對細菌而言不容易承受。科學家這次開發的神經網路系統，可自動學習分子的表徵並彙整成連續向量，以便預測其行為。

科學家訓練 AI 去辨識包含 1,700 種藥物與 800 種天然產品共 2,500 種分子後並讓 AI 分析 6,000 種化合物資料庫後，結果發現 halicin 最為有效。科學家也成功利用該藥物殺死老鼠體內的鮑氏不動桿菌，不過，目前尚未使用在人體上，因此，距離發展處方藥仍有一段時間。

目前在醫療是使用 AI 雖在初步階段，但已傳出不少重要突破。例如稍早研究也指出，AI 從乳房攝影術判讀乳癌的準確度比醫師還高。



▲ 科學家利用 AI 加速尋找適合化合物的時間。（Photo by kuldeep singh on Flickr under Creative Commons license）

公益

我拒菸 我驕傲

紙菸、水菸、嚼菸、含菸、雪茄菸、電子煙、加熱菸...
所有菸品都 **Get Out!**

拒菸 Jolin-網路專區

Yes, Get Out~
No smoking, no vaping,
no drugs, no harm.
Get your right choice.
Say no to all tobacco products!



衛生福利部國民健康署

健康九九



教育部國民及學前教育署

教育部



財團法人董氏基金會

華文戒菸網



▲ 鑽石沙灘



▲ 教堂山極光



▲ 冰川健行一景

銀白世界，歲月靜好 冰島冬日風情

文 / 章文 圖 / Bruce Tseng

說到「冰島」這個地方，大家心裡浮現出的畫面大多數都是冰天雪地，四處無人，雪山、積雪、極夜、極光。

雖然冰島冬天是日短夜長，也有所謂的「極夜」，但其實只是日照時間很短而已，還是會有天亮的時候。

在每年十一月至二月份的時候，冰島的日照時間會比較短，每天甚至只有四小時日照，然而正是因為日照短，能看見太陽的時候通常光線都是處於柔美、自然的狀態，不會有像夏天一樣刺眼的感覺。

冬天看日出不需要特意凌晨4點爬起來看，只需要睡到自然醒，悠然自在地在中午12點走出門，就可以看到美麗的日出。在冰島，冬天旅遊唯一會讓你凌晨爬起床的原因，大概就是追尋極光了吧。

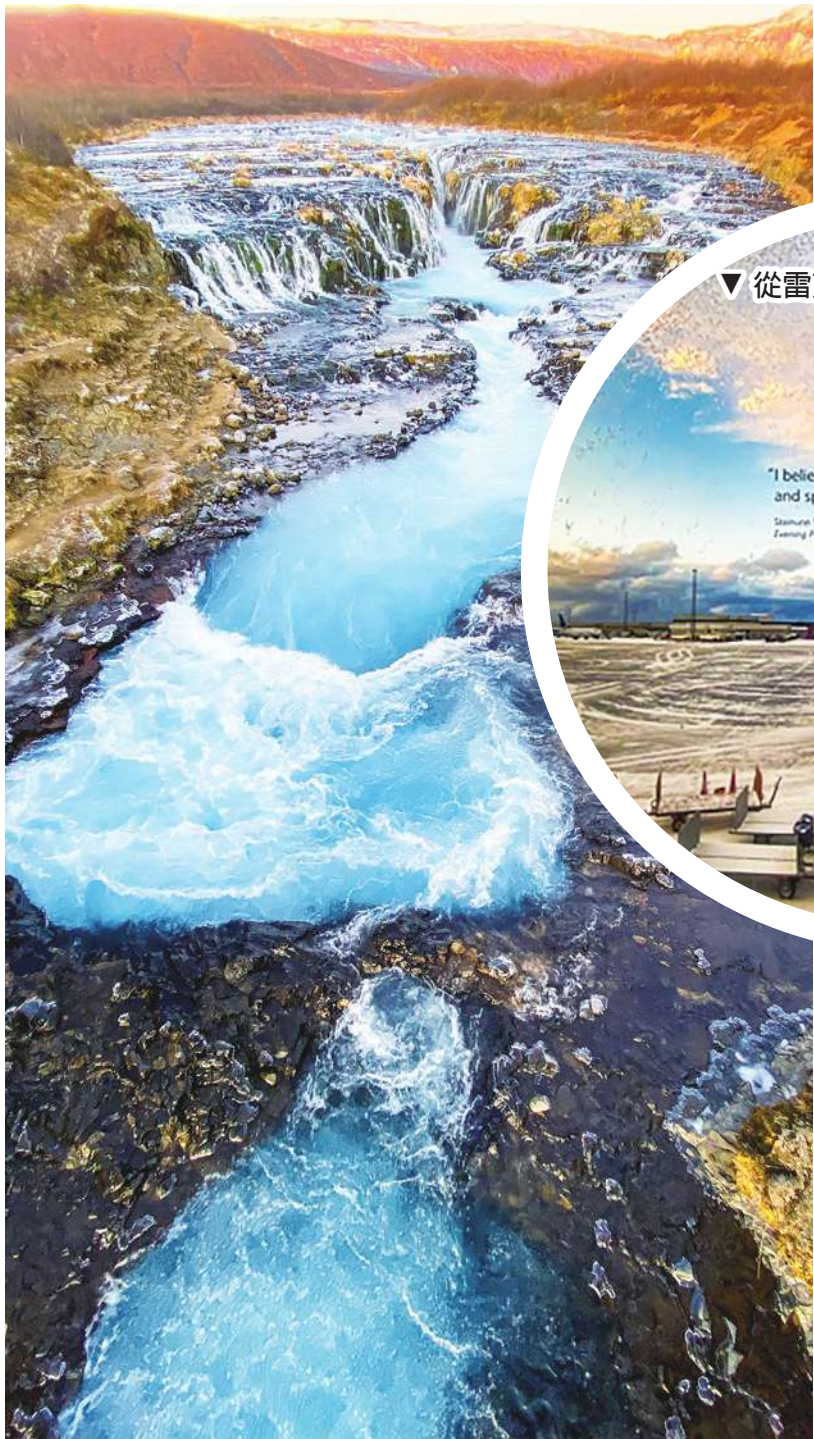
由於冬天的陽光特別柔和，拍出來的照片效果相對夏天來說會比較好。加上雪景、雪山，柔和的自然光線更可以讓照片拍出一種清新的感覺，很適合拍一輯冬季戀歌寫真集。



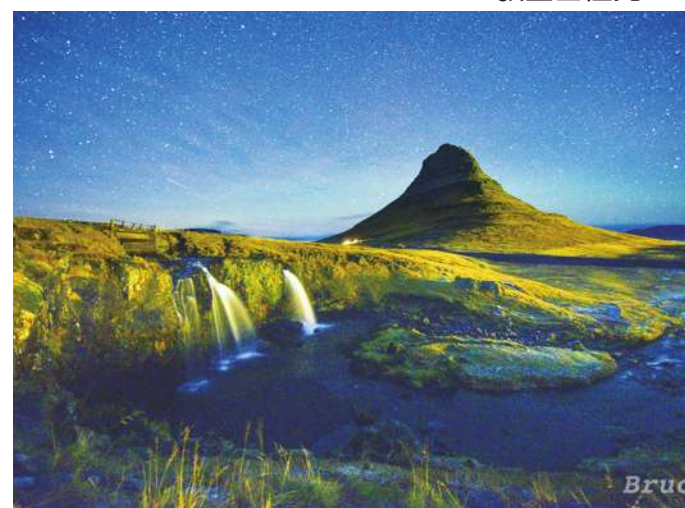
▲ 黃金瀑布



▼ 從雷克雅維克機場的圓窗



▲ 藍色密境瀑布



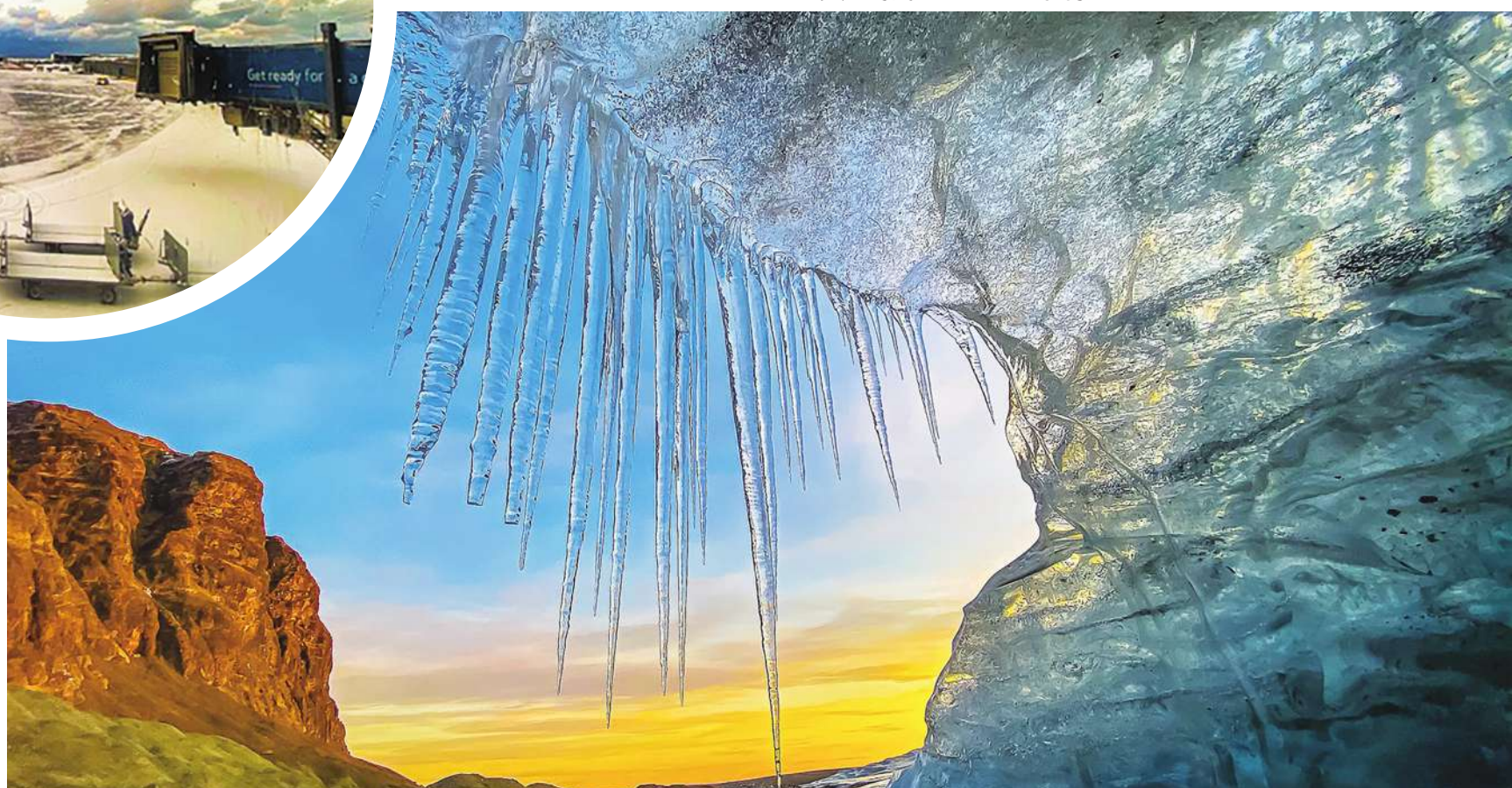
▲ 教堂山



▲ 犀牛石極光



▲ 藍冰洞



◀ 藍冰洞的夕照

多雲時晴

疫情考驗人性 網路煽動仇恨對立

武漢肺炎擴散，引發人們彼此猜忌，若輿論的意見領袖再有意無意地誤導，對久居台灣的新住民，都是極為不公平的歧視。



▲上次海基會跟台商協會的聯手救助之後，藥是順利送到了，但是這位母親對於大陸的盛讚卻引發了來自台灣的批評，質疑其忘恩負義。(photo by 網路截圖)

■ 蔡又晴
(資深媒體人)

武漢肺炎持續擴散，引發的恐懼讓人們彼此猜忌。由於中國長期對台灣外交的打壓，台灣人對中國的好感度本身就低，再加上武漢肺炎的爆發，種種因素層層堆疊，也讓來自中國的台灣住民受到更多的質疑。

如果引領輿論的意見領袖再有意無意地誤導，對於已經在台灣居住多年，甚至已經加入台灣國籍的陸籍配偶跟後代，都是極為不公平的歧視。

拿台灣藥卻讚中國

這些事件的風暴中心，是一位已經加入台灣國籍的陸籍配偶，因為湖北封閉交通無法回

台，她的小孩又有血友病，需要昂貴的藥劑來醫治。在經過上次海基會跟台商協會的聯手救助之後，藥是順利送到了，但是這位母親對於大陸的盛讚卻引發了來自台灣的批評，質疑其忘恩負義。

掀起論戰後，一位台灣前外交官的網紅，直接具名爆料母親跟小孩都是中國籍，使用台灣健保非常不宜，此番言論立即在網路上帶動大批仇中留言，直到陸委會發文澄清，才知道原來母親跟小孩都是中華民國國籍。

網路言論應求證

事已至此，這位網紅居然只是輕描淡寫地發了一篇澄清，說自己是在「細節」有誤，自己的評論指是「引述」網路，這種道歉

不但不痛不癢，也說明網路上意見領袖對於追求事實真相的闕如。

台灣以民主、自由、平等的社會為榮為耀，但卻不可忽略魔鬼藏在細節當中，許多的歧視、誤解跟謊言，往往也都包裹著言論自由跟愛國主義的外袍現身。這位小孩從小擁有中華民國國籍，這些外界的言論，如果有一天小孩上網讀到，會受到多大的創傷？是不是對於別人的傷害，都可以光明正大地打著愛國家的名義為之？

檢討健保的使用

在這一波質疑血友病的評論中，固然可以檢討母親對於台灣積極送藥的態度，中國相對來講，不夠友善也不夠尊重，

但是否因此就可以理所當然地禍延孩子，把他捲入風暴當中？台灣社會應該三思，因為台灣社會已經具備足夠的思辨能力，而不是濫情式地宣洩情緒。

對外配平等對待

外籍配偶已經成為台灣不可或缺族群之一，隨著外籍配偶相對較高的生育率，新台灣之子也會在台灣的社會上扮演愈來愈重要的角色。台灣當然應該打出台灣中心的旗號，凝聚我們彼此的認同，也強化我們的團結，但是如果缺少了平等對待，跟就事論事地討論，這些新台灣之子將無法感受到尊重，自然也無法全心全意地為台灣奉獻。

醒世談

疫情釀成就業緊縮 如何因勢利導？

■ 盧信昌
(台大國際企業學系教授)

2009年金融海嘯爆發以來，華爾街與金融產業的就業、薪資報酬，均顯著減少。隨著網路金融與AI科技的套用，美國富國銀行(Wells Fargo's)更一舉解除其在菲律賓的客服與IT部門，解聘近700人。同時，該銀行也在美國境內，針對少於十個行員的分行，做整併或裁撤。根據新聞說明，裁併後被留任的員工，都要在今年年底以前遷往大城市的相關部門。

無獨有偶，為確保大企業能於美國境內投資，提供高薪就業，由川普總統發動的北美自貿協定2.0，已經通過實施；包括福特、通用與豐田汽車等企業，為提高其在美国取得的供應比重，陸續提出總計55億美元的投資計畫。預計可以創造美國境內2500人的工作；而墨西哥則要面臨十倍以上的員額減少。



photo by 網路截圖

「尋租行為」的錯誤

換言之，就重複性投資與無效競爭的發展來看，即使汽車產業的未來在電動化下，即使美國的高教育人力，理當有其他的價值開發與服務創新；但川普所舉起的關稅大棒子，敲出的閒置產業也將提高很多。

遑論是在貨幣量化寬鬆與川普風潮的帶領之下，以不良資產搭配政經地位的巧妙運作，就能取得廉價資金與施展更多的影響力。這一連串的尋租行為，將會加劇決策錯誤的發生；無論就其

社會操弄與金融影響來論斷，確實加大了經濟衰退與金融再次泡沫化的風險。

不同的生命價值觀

將場景拉回到東亞地區。本季在美國的流感傳染，已造成約1萬2000人的死亡。然則生命價值觀，作為政策依據和資源取得的優先次序上，於不同的文明，還是有不同的。中國庶民社會所相信的公義是殺人償命，因為人命關天；即使在馬前總統任內，當時間接參與推動的廢死，至今

仍有將近九成的國人，堅決反對。

宣稱取得控制的武漢疫情，死亡人數將會在3000人以內。大陸若延長封城與居家隔離，每半個月的服務消費銳減以及不到一半的復工，勢必造成對全球供應鏈的重大衝擊。預估全世界的生產毛額，下降達百分之0.36；每半個月，大約是在2500億美元之譜。

切記勿為德不卒

當武漢疫情，調整了中國式的成長速度；而生技科學的探究與醫療專業，則帶起人性的新標高。面對一連串經濟下行的風險，一方面可慶幸的是，生命總會找到出口；另一方面，眼前的民氣可用，而且企業的閒置的產能，更可以將資源投入於社會責任的承擔。

「這是最好的時代，也是最壞的時代」。但公眾人物與企業高層，也必須謹記著：可不能為德不卒啊！



▲外籍配偶已成為台灣不可或缺的族群之一，台灣應該凝聚彼此的認同，強化團結，但是如果缺少了平等對待，自然無法全心全意地為台灣奉獻。(photo by 網路截圖)



我見我思稿約

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。



榮獲奧斯卡最佳國際電影提名
榮獲金球獎最佳外語片提名

悲慘世界

LES MISÉRABLES

坎城新銳導演 拉德利 震撼力作

2.21 撼動巴黎

CAST: DAMIEN BONNARD, ALEXIS MANENTI, DJEBRI ZONGA, ISSA PERICA, AL HASSAN LY, STEVE TIENTCHEU, ALMAMY KANOUTE, NIZAR BEN FATMA. SCÉNARIO ET DIALOGUES DE LADJ LY, GIORGANO GEDERLINI, ET ALEXIS MANENTI.



內湖草莓季開跑 DIY 營造田園鄉村風

參加活動的民眾，除了能夠認識草莓栽種方式、學習正確採果技巧外，更能體驗草莓手作 DIY。

■ 余柏青 / 輯

【台北訊】民眾盼望已久的「2020 內湖草莓季」，終於在台北內湖碧山巖開跑，民眾請把握好時節，到內湖採草莓，同時也認識內湖豐富的草莓特色商品與草莓 DIY 體驗，今年更加碼舉行「內湖草莓小公主／小王子選拔賽」活動。

2020 內湖草莓季活動期間，內湖區農會與白石湖社區特別將草莓季 DIY 活動營造成「田園鄉村風」，讓參加活動的民眾除了能夠認識草莓栽種方式、學習正確採果技巧外，更能體驗草莓手作 DIY。

並能品嚐「美味草莓鬆餅」、「甜蜜草莓披薩」、「軟 Q 草莓糰」、「草莓湯圓」、「幸福草莓拿鐵」、「甜心草莓冰淇淋」等，感受草莓多元的美食體驗。

民眾即日起至 4 月 20 日，到內湖地區配合之各草莓農園遊玩，單店消費滿 400 元且隨行有年齡為 5-7 歲之小朋友，完成「與該草莓園農主合照、草莓園合照、小朋友採草莓照片」共 3 張照片，並上傳至「2020 內湖草莓季活動官網」，依活動辦法完成



▲▼ 台北就有產鮮甜草莓，內湖的溫室高架草莓園，讓民眾下雨天也能採摘。（台北市政府提供）

報名，就有機會讓您可愛的小寶貝們參與草莓小公主、小王子選拔。

草莓小公主、小王子預計 4 月 28 日初選、5 月 2 日決選，獲勝者除有豐富獎品更能成為下一年

度度草莓活動代言人。

台北市政府產業發展局表示，採草莓不用跑到苗栗或關西，在台北市區就可以，每年 12 月至翌年 5 月為台北市內湖區草莓產季，3 月至 4 月更是盛產期，農

友採用溫室高架栽種，讓民眾即使在下雨天，也能放心體驗田園採果樂趣，喜歡草莓的大小朋友不妨踴躍參加，在進行草莓的採果之樂的同時，也能欣賞內湖山景風光。



阿里山花季 3 月開鑼 花況預報你知

【嘉義訊】阿里山花季即將登場！在阿里山一直以來都是賞櫻花勝地，全園區聚集約 30 類以上櫻花品種。阿里山花季訂 3 月 10 日開鑼，直至 4 月 10 日為止。

其實，阿里山每年從 12 月開始有櫻花露臉，目前則是交由山櫻花、琉球山櫻、阿龜櫻、河津櫻等山櫻花品系花種為盛開期，花期將持續到 3 月底，建議民眾自 3 月下旬起，可採「觀日賞花」的行程為主，而最受矚目染井吉野櫻「櫻王」，在天氣穩定下，預計 3 月中旬展王之風範。

嘉義林管處預報阿里山花況如下：1. 唐實櫻：去年盛開狀況最佳的小櫻王，預計 228 連續假日及 3 月上旬即盛開，建議可至阿里山工作站前方欣賞。

2. 霧社櫻：台灣原生種、也是園區內花瓣最小的櫻花，目前含苞待放，預計於 3 月上旬盛開。建議可在沼平公園及阿里山工作站前面觀賞。

3. 染井吉野櫻：目前仍視天候狀況而定，3 月 10 日花季開鑼倘天氣良好，約可能綻放 7-8 成；



如近期天候不佳則約 3-4 成並延後全盛開時機，目前仍預估於 3 月中旬盛開；阿里山派出所、祝山觀日平台、第一員工宿舍舍約於 3 月下旬盛開，建議遊客可一邊觀日出、一邊賞櫻。

4. 大島櫻及重瓣類櫻花：自 4 月中下旬輪番盛開，綻放順序：大島＞高砂＞關山＞一葉＞普賢象櫻，並持續至 4 月下旬，讓花

季期間上山遊客皆有花可賞，建議觀賞地點於阿里山工作站及沼平公園

5. 非櫻花類：A. 白木蘭、紫玉蘭在區內分布海拔廣泛，花況已盛開約 6 成，建議可至木蘭園、阿里山植物園觀賞，花期預估至 3 月下旬。

B. 台灣一葉蘭在生態教育館、一葉蘭館、第一管制哨前邊坡周

邊分布，接下來將持續綻放，開花最大值約 3 月底-4 月初，花期可維持至 4 月下旬。

C. 杜鵑類現由平戶杜鵑已盛開，可至姊妹潭、沼平公園等處發現白色及粉色 2 種不同花色；金毛杜鵑預估花期於 3 月下旬-4 月上旬、森氏杜鵑約於 4 月開始盛開，在祝山林道、觀日步道均可見盛開景色。

▲ 阿里山目前前是山櫻花、琉球山櫻、阿龜櫻、河津櫻等山櫻花品系花種的盛開期。（嘉義林區管理處提供）

旅遊看板

新北 旅服中心 淡水瑞芳包辦前兩名

【新北訊】

交通部觀光局 108 年度全國 i-center 旅遊服務中心服務評比，在全國 113 個旅遊服務中心中新北市包辦前 2 名，瑞芳火車站與淡水捷運

站旅遊服務中心脫穎而出分別拿下特優等獎項，成績表現斐然。（見圖，觀光局提供）

評比項目包含旅遊服務、便利性、硬體設置與整頓清潔、人員專業解說及外語能



力、資訊提供清晰度與正確度、安全管理與創新作為等層面，於旅遊服務中心評比組別中，新北市的瑞芳旅服、淡水旅服即囊括其中兩名，表現十分優異，獲得遊客及評審人員認可。

台中 春遊大雪山 步道健行增抵抗力

【台中訊】位於台中市和平區的大雪山國家森林遊樂區，除了有芬多精，此際也是欣賞雲海的好時機，在大雪山享受森林浴的同時，有時還能一睹雲海翻騰的美景。（見圖，東勢林區管理處提供）

大雪山國家森林遊樂區位於台中市和平區，43K 森林浴

步道徜徉在台灣扁柏、紅檜組成的檜木林下，滿滿的芬多精，在漫步的過程中不妨停下腳步深呼吸，感受森林帶來的療癒。

大雪山於梅雨季前，是賞雲海的好時機，天氣適宜時，也可看到壯闊的雲海及絢爛的晚霞，是不可錯過的季節風情。



台南 走馬瀨 身分證 228 號碼免費入園

【台南訊】228 連假將至，台南市農會走馬瀨農場為鼓勵遊客前往郊遊踏青，特別推出多項優惠，只要是 2 月 29 日出生者，以及身分證號碼裡有兩個 2、1 個 8，就可以免費入園，如果只中兩個數字或 1 個數字，則有減價優惠。（見圖，走馬瀨農場提供）

為了回饋遊客，走馬瀨農

場 2 月 28 日～3 月 1 日共 3 天連假期間，2 月 29 日出生者，出示識別證件，即可免費入場。

身分證號碼有 2、2、8 等數字者，中 1 碼門票優惠 200 元，中 2 碼門票 150 元，有兩個 2、1 個 8 者，門票免費；活動期間住宿房價依原有折扣再降 1 折，兩人房免費升等為 4 人房房型。

