



2
口罩配購增為3片 陳否認院內感染
中央疫情中心指揮官陳時中2日宣佈，
口罩配購量從每個禮拜2片提升為3
片、兒童口罩則增加至5片。



5
肺炎旅遊警示 國際體育娛樂紛喊停
受到新冠肺炎影響，大型活動如演唱會、
體育賽事和展覽會等紛紛延期或取消，
進一步導致活動票房慘澹。



6-7
吃出健康與均衡 營養師的小撇步
含糖飲料會導致孩子肥胖、誘發糖癮，
慣性攝取過多鹽分點心會影響骨質生長
和埋下未來可能高血壓的危險因子。



8
《花木蘭》與《007》取消中國首映會
受新冠肺炎衝擊，各家即將上映的電影
如《花木蘭真人版》以及《007：生死
交戰》都取消了中國的首映會。



今天天氣

北部 14°-25° 多雲時晴

中部 16°-28° 晴時多雲

南部 18°-30° 晴時多雲

東部 16°-26° 多雲

交談距離 1 公尺 防疫上下班錯開

學者詹長權建議，在無法維持間隔1公尺的前提下才應戴口罩，
政府可協調各單位錯開上下班時間以控制人流。

【本報記者林祐任台北報導】健康的人不用戴口罩？「若是不想採取封城的方式，人與人之間互動最好距離1公尺！」台大公衛學院2日召開記者會，針對院內與社區感染的風險升溫，學者詹長權建議，在無法維持間隔1公尺的前提下才應戴口罩。他也建議，政府可協調各單位錯開上下班時間，以控制交通人流。

1 公尺的社交距離

「現階段應以全國動員的方式，採取圍堵和減災並行的防疫策略。」台大公衛學院院長詹長權表示，若不想採用「武漢封城」的方式要求所有人停止活動，我們可以用人和人「距離1公尺」為基準，作為對社會距離的最低要求。詹長權指出，現在是在爭取時間，盡量

拉長傳染波以減少醫師過勞，與開發疫苗和藥物。台大醫院兒童感染科主任黃立民日前指出，先前政府宣導的「健康的人不用戴口罩」現已不適用，詹長權則表示「距離1公尺」的建議比較折衷，因現在口罩產能還沒完全跟上需求，若在車廂等密閉空間無法做到間隔1公尺，則應全程戴口罩。

上下班人口分流

針對社區和環境的防疫具體措施，詹長權建議，在社區方面，協調各單位以分段上下班（課）、休息來分散人員、師生通勤和群眾人數；為了因應可能的人力短缺，也應組織退休醫護、教師、員工作為停班（課）的替代人力。在環境中，車廂、教室、會議室、活動場

所、餐桌每次使用前後都要清潔消毒等。台大醫院雲林分院副院長馬惠明則認為，必須從4個方面減少「急重症醫院」的挑戰，以面對可能的大規模社區感染。第一為分流，減少病人來醫院的次數，譬如善用遠距醫療，社區也可廣設發燒門診或篩檢站。

第二是分工，由於隔離者必須要採檢3次呈陰性才得以解除，在採檢陰性1次過後，政府可另安排適當的處所，以紓解醫院的收容能量。

第三為分倉，醫院區分為數個區域，因接觸史、旅遊史、發燒的篩檢不完全可靠，可先將肺炎病人集中在一個區域再進行採檢。第四是內控，醫院的人也應維持1公尺的社會距離，特別是在吃飯、開會時。



▲台大公衛學院院長詹長權表示，「距離1公尺」的建議比較折衷，因現在口罩產能還沒完全跟上需求。(photo by 影片截圖)

召委選舉綠 9 藍 7 小黨未投國民黨

立院召委選舉，民進黨拿9席、國民黨獲7席，在野小黨
時代力量及民眾黨等，在選舉中都未將票投給國民黨。

【本報記者施凱文台北報導】立法院召委民進黨拿9席、國民黨團獲7席。立法院2日早上舉行委員會召委選舉，民進黨拿下9席、國民黨團包含加入運作的無黨籍高金素梅共獲7席，但在野小黨時代力量及民眾黨等則在選舉中都未將票投給國民黨。

抽籤選召委

內政委員會召委最先開出，民眾黨立委張其祿選擇將票投給民進黨，使張宏陸、管碧玲及陳玉珍3人同票進行抽籤，管碧玲雖未抽中，但受到張宏陸禮讓，最後與遊說未果依然拿下1席的陳玉珍共同擔任召委。

陳玉珍表示，「有向民眾黨拜票請求以在野角色共同監督政府，但未獲支持。」

而時代力量因理念不同，選舉中都未將票投給國民黨陣營。立法院有內政、外交國防、經濟、財政、教育文化、交通、司法



▲立法院第10屆各委員會召委選舉，社會福利及衛生環境委員會由民進黨立委邱泰源（左）、劉建國（右）當選。(中央社)

制及社福衛環8個常設委員會，由於各委員會須有2名召委輪值擔任委員會主席，且能決定會議案審理的順序，也因此成為各政黨必爭之職。

綠僅全拿財政

財政委員會由莊瑞雄獲8票，賴士葆獲5票當選召集委員。司法法制委員會的關鍵一票賴香伶選擇中立投給自己，使周春米、蔡易餘與李貴敏都獲4票，抽籤後，由周春米與李貴敏擔任召委。

唯一由民進黨拿下2席召委的社福衛環委員會，由劉建國、邱泰源及廖婉汝進行抽籤，後2者順利當選。

另外有4個委員會因綠營人馬都未過10席絕對優勢，也無法進行抽籤決定，而與藍營共同推派召委人選，分別為外交國防委員會的蔡適應及呂玉玲、經濟委員會的邱議瑩及廖國棟、教育文化委員會的黃國書與加入國民黨團運作的無黨籍立委高金素梅，還有交通委員會的李昆澤及陳雪生。



醒報請訂戶看電影！

《親愛的莎瑪》

電影特映場

2020年03月03日(二)
晚上21:00 長春國賓

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

社論

應物無傷 別讓歧視氾濫成新傷害

中研院歐美所副研究員王智明、政治大學法學院副教授廖元豪、淡江大學中文系副教授黃文倩、作家楊渡等多位學者、作家，近日發起「救無別類，應物無傷」的連署，提醒政府，面對新冠肺炎，不可以對抗疫情包裝歧視，相關帶有歧視意涵的言論和政策，更應避免。

救治對象無分別心

「救無別類，應物無傷」，顧名思義是指在面對疫疾的時候，救治的對象不應有分別心，待人接物則應存不傷之心。這項連署主要是期望政府，能夠盡最大的努力早日接回滯留大

陸武漢（湖北）的台灣人。

此外，世界衛生組織（WHO）已將病毒定名為 COVID-19（2019 年冠狀病毒疾病），病名稱為「新冠肺炎」，大部份國家也都已這樣稱呼了，蔡政府不宜再繼續稱之為「武漢肺炎」。

畢竟政府有示範作用，一直堅持使用武漢肺炎這個名詞，媒體和一般社會大眾也會跟著如此稱呼，這不但是對對岸一種不善意的表現，以今日疫情已全球擴散的情勢來看，將疫情定位在特定地點，其實也不正確、不合理。

城市命名易產生投射

有人說，如果稱武漢肺炎有歧視意味，那日本腦炎、德國麻疹又該怎麼說？其實這個問題有 4 個面向可以討論，分別是命名的年代、名稱傳播速度、地點的特定性，以及不該重覆轍。

日本腦炎是在 1934 年在日本被發現，1935 年命名；德國麻疹又名風疹，在 1814 年由德國醫師首次當作一個獨立的疾病提出，也因此被稱之為德國麻疹。

這兩個疾病距離今天都已年代久遠，不太容易對當代的日本人或是德國人形成困擾或產生被歧視感；再者，當年的媒

體傳播速度遠非今日所能相提並論，情緒的渲染力不會那麼強烈。

況且，病名帶著一個國家或是一個城市，相較之下，城市的特定範圍更容易引發歧視或是情緒上的投射作用。

正名可消弭歧視

此外，既然人們也認為日本腦炎、德國麻疹這類的病名不妥，我們不是更應該要在新出現的疾病上避免這樣的稱呼或命名方式嗎？這也是一種社會學習的過程。對蔡政府來說，要把人從大陸湖北或武漢接回來，或許牽涉

較廣，改疫疾名稱只是舉手之勞，蔡政府確實應該要趕快「正名」，帶頭消除社會的歧視。

這波疫情反射出人性的某個面向，歧視其實無所不在。除了對陸配、台商之外，自從一位外籍看護被確診為第 32 例之後，部份輿論和民眾對台灣的外籍看護，不自覺地產生了某種排斥、嫌惡等心態，這也是一種歧視。

對外籍看護們所聚集的地方、人脈連動，抱以負面評價，甚至認為外傭更容易傳播疫情。

撇開其非法打工的身份不談，其實這名外籍看護是新冠

疫情的受害人，她是因為照顧台灣人才被染上疾病，台灣人難道不應對她存有一份感激與慚愧之心嗎？怎麼還能嫌棄她，乃至牽連到廣大的外傭群呢？

敵人是病毒不是「人」

當我們看到華人臉孔者在歐洲遭受歧視的案例不斷增加，因而心生不平、憤怒時，也該反省自己在面對疫情時，是否也有類似的言行？

中央流行疫情指揮中心指揮官陳時中所說的：「我們的敵人是病毒，不是人。」我們都應時時如此提醒自己。

口罩配購增為 3 片 陳時中否認院內感染

台中央疫情中心指揮官陳時中 2 日宣佈，口罩配購量從每個禮拜 2 片提升為 3 片、兒童口罩則增加至 5 片。

【本報記者施凱文台北報導】口罩供應量再提升，確診再添 1 例！中央疫情中心指揮官陳時中 2 日宣佈，口罩配購量從每個禮拜 2 片提升為 3 片、兒童口罩則增加至 5 片。

至於新增的第 41 例為未確診感染源案 34 的女兒，陳時中說，「無爆發院內感染，但疫區及醫療場所都是很危險的地方，請大家避免前往。」

增加口罩配送量

「目前口罩產量已達每日 820 萬片。」中央流行疫情中心指揮官陳時中 2 日表示，將調整各據點的口罩配給量，從原本的 400 片增加至 600 片，他說：「我們認為口罩供應會持續穩定，因此更改原本的 7 天 2 片增加為 7 天 3 片，兒童口罩從 7 天 4 片增加至 5 片，未來各級學校可能會有比較大的需求。」

陳時中也同時公佈國內確診案例則再增 1 例，為案 34 的女兒，於照顧期間感染該病毒。他話鋒一轉表示，已公佈的疫區、



▲行政院長蘇貞昌上午在行政院副院長陳其邁、以及衛福部長陳時中陪同下，視察中央流行疫情指揮中心。（行政院提供）

大型活動及長程飛機都是「危險區域」，應提高自身防護，而醫院也是風險高的地方，因此不論去探病或是陪病，非必要都要盡量減少，「沒事到急診的習慣也要改。」

無院內感染？

有媒體詢問，在同一所醫院治療的案 24 及 34 的感染源都還未查明，現在又新增 1 親屬接觸者確診，質疑是否該院已爆發院內感染？

陳時中強調，如果管控沒做好，早已爆發院內感染，醫院相

關的處置都很嚴謹，他說：「個人及環境的衛生才是真正大家要注意的。」呼籲大家別輕易相信沒有根據的說法。

日前有學者提出通勤分流及活動規劃須拉開 1 公尺距離的建議，陳時中回應，正在研擬修訂

集會型態，並表示疫情其實不會那麼容易感染。對於醫護人員遭歧視的狀況，他最後強調，「社

會大眾還是對醫護人員頗為尊重，但隨時有情況可以向中心舉報。」

好天氣再見 周三低溫下探 13 度

【本報記者呂翔禾台北報導】連假結束，好天氣也跟著離開！中央氣象局表示，3 日東北季風稍減弱，北部地區有零星短暫雨，4 日開始，東北季風又增強，氣溫下降，直至 6 日都會受東北季風影響，北部、東北部天氣較涼，還會有局部短暫雨。氣象專家吳德榮說，4 日鋒面南下，北台灣轉為濕冷，最低溫約 13 度，需注意保暖。

4 日鋒面再起

中央氣象局表示，3 日東北季風稍減弱，東南部、北部地區有局部短暫雨，4 日東北季風再增強，氣溫再下降，5 日至 6 日清晨因東北季風影響，北部、東北部天氣較涼，東南部地區、北部地區及中南部山區會有局部短暫雨。

6 日白天起東北季風減弱，氣溫回升，至 8 日東南部地區及西半部山區有零星短暫雨。

吳德榮提到，4 日、5 日冷空

氣南下，北部、東半部有局部陣雨，中部亦有局部短暫雨的機率，北台灣轉成濕冷，最低溫約在 13 度左右，白天最高溫僅 17 度左右。6 日白天起至 7 日天氣會逐漸好轉、氣溫逐日回升。

今後 2 周溫差大

天氣風險公司總經理彭啟明則提醒，東北風在 3 日會明顯減弱，又轉為偏東風，溫度會明顯回溫，北部最高溫可以到 23-25 度，中南部也略回溫 1-2 度，要留意是 4 日開始的天氣變化，預期又有鋒面南下，4、5 兩日北部及東南部降雨會變多。中南部則雲量較多，屬於多雲時晴的天氣。

他認為這波鋒面來襲，溫度很有可能下滑到 14-15 度，空曠地區低溫也可能到 12-14 度，與 2 日相比溫度下降會更有感。下周也會有鋒面及東北風南下，這 2 周溫度落差大，尤其在北部地區，請民眾注意保暖。

立院紓困有共識 拚 13 日完成三讀

【本報記者祝潤霖台北報導】紓困協商朝野有共識！立法院長游錫堃 2 日召開朝野黨團協商，3 日將邀請行政院長蘇貞昌報告《防疫紓困特別預算案》（1 月 15 日至 6 月 30 日）並備質詢；各黨團也同意特別預算案於委員會審查完成後，於 13 日院會進行處理完成三讀程序。

朝野協商達成共識

經過協商後，朝野黨團決議 3 日院會邀請行政院長、主計長、財政部長及相關部會首長列席報告特別預算編製經過並備質詢。游錫堃宣讀朝野協商結論：「質詢人數由民進黨團推派 6 人、國民黨團推派 6 人、民眾黨黨團及時代力量黨團各推派 2 人進行，未參加黨團委員得優先發言，質詢順序依例授權議事處辦理。」



▲民進黨團總召柯建銘（資料照片）指出，9 日（下週一）專心處理預算，13 日院會就能通過。（photo by 中央社）

「特別預算是大議案，預計要發言的委員應該很踴躍，因此建議本週三、四兩天安排委員會詢答。」民進黨團總召柯建銘指出，9 日（下週一）專心處理預

算，13 日院會就能通過。國民黨團總召林為洲則建議預算付委、詢答後先召開公聽會，針對紓困振興預算牽涉到的產業與勞工，聽取各方意見，才能有實質

幫助。

排除協商冷凍期

「本日協商主要目的是排除朝野協商冷凍期 1 個月。」柯建銘表示，過去 SARS 特別條例花了 13 天審議完成，這次防疫預算預計要花 16 天，依照委員會的審查進度一定來得及。對此，包括國民黨團在內的在野黨團都不反對，也希望能夠在達成共識的情況下，盡快完成防疫紓困特別預算案的三讀程序。

時代力量立法院黨團總召邱顯智、國民黨團書記長蔣萬安、民眾黨團幹事長高虹安等人也相繼提出相關建議，包括希望預算案報告內容能更詳細，委員會審查過程中希望相關首長能夠列席備詢，以及期盼可以給予在野黨多一些的質詢時間。



▲未來幾天將轉為濕冷天氣，到 6 日開始才會逐漸放晴。（Photo by 呂翔禾/台灣醒報）



■ 李述德

(前財政部長、東吳大學講座教授)

政府施政經緯萬端，實乃業務與財務交互運作，業務面係指為民服務，包括內政、外交、國防、交通、文化、社福、衛生、經濟等各種事務；財務面係指財力資源、財務策略、財務行政等相關事宜。兩者相互運作的結果，意即施政效能之良窳加以評核。

提升財務效能

效能之評核可區分為：「效率」、「效果」。「效率」為依投入與產出的關係，就是以

財務支援業務 業務培養財務

最少的錢，做最多的事，「效果」則是目標與結果的比較，也就是要做最好的事，「效能」則是用最少的錢做最好的事。各主政單位需審慎為之，才符合國人期待。

有錢好辦事是屬當然，惟執行單位應核實經費，當用則用、當省則省，在辦理業務時，應就業務必要性，財務可行性、計畫效益性等加以評估，本諸「零基預算」、「績效預算」或「價值工程管理」等原則，核實經費之編列，以最少的錢做最好的事，較可落實「省錢」的效果。

要省錢、找錢、賺錢

執行單位因事制宜，基於業務特性尋找各項可用財源，諸如運用異業結合、策略聯盟或鼓勵民間參與等方式，以減少政府財務負擔並可有效運用民間財力資源，加速推展業務，此既發揮「找錢」的創意。

各業務執行單位可因應主客觀環境的變遷，適時研議創新業務之運作方式，可因應業務之特性，以設定地上權、BOT、OT 等方式，結合民間之財力資源及管理效能，推展重大建設，政府除可節省興辦維管的經費，更可收取相當的權利金、租金、稅收等收入，將可展現「賺錢」的綜效。



積極減少不經濟支出、增加政府財政收入及有效運用民間財力資源，實為政府財務管理之核心策略，惟其運作的過程都由各業務單位執行，應對政府財務管理之相關原則有所了解，才能確實發揮「省錢」、「找錢」、「賺錢」提升財務效能之意旨。

日央行喊話亞股漲 美3月擬降息

日本銀行罕見承諾會「確保金融市場有充足的資金供給」，亞洲股市應聲漲，美國聯準會則透露將在3月降息。

【本報記者林祐任綜合報導】新冠肺炎疫情衝擊全球股市，對此，日本銀行總裁黑田東彥2日罕見承諾會「確保金融市場有充足的資金供給」，亞洲股市應聲而漲，其中上海證券交易所綜合股價指數上漲3.2%。英格蘭銀行日前也表示，將盡力維持金融和貨幣的穩定性，而美國聯準會則是在上周透露將在3月降息。

日銀宣示亞股大漲

根據《BBC》和《日本時報》報導，日本銀行（日本的中央銀行）的總裁黑田東彥2日表示：「將實施適當的金融市場調節和資購入，以確保充裕的資金供給和金融市場的穩定。」這是繼2016年英國脫歐



▲在黑田東彥2日公開宣示之後，亞洲股市應聲而漲，上海證券交易所綜合股價指數上漲3.2%。(Photo by Wikimedia Commons)

公投之後，黑田東彥首次公開發表聲明。《BBC》分析，這意味日本銀行已準備好利用各種金融工具，投入資金到市場中，譬如購買ETF。

日本上週股市大跌，日經平均指數下跌超過2,200點，為2008年金融海嘯之後最大的跌幅。對

此，日本銀行馬上透過國債回購協議，向金融機構提供了5,000億日圓以增加市場流動性。在黑田東彥2日公開宣示之後，亞洲股市應聲而漲，上海證券交易所綜合股價指數上漲3.2%，而日經平均指數也上升1%。

英美央行穩定金融

倫敦素有全球金融中心之稱，英格蘭銀行（英國的中央銀行）也表示，他們會持續監控全球金融市場所受到的衝擊，並和英國財政部、金融行為監理總署和國際間的夥伴合作，維持金融和貨幣的穩定性。美國聯準會主席鮑爾也在2月28日透露可能在3月時降息。三菱日聯證券的經濟學家直美認為，日本銀行不太可能會再降低負利率，相較於聯準會的寬鬆貨幣政策，日本銀行恐怕沒有如此打算。

上周全球股市大跌的幅度勝於2008年金融海嘯，類似1987年10月著名的「黑色星期一」，不過投資研究公司Behind the Balance Sheet的創辦人克拉彭認為，上週股市大跌的衝擊，實不如被稱為大屠殺黑色星期一。

財經短波

疫情影響各產業 經理人指數跌幅大

【本報記者呂翔禾台北報導】廠商對疫情不確定性普遍感到悲觀！中經院2日發布2月台灣製造業採購經理人指數PMI，雖然指數是52.7，仍呈現正成長，但中經院助研究員陳馨慧提醒，主要是因為交貨時間拉長，但在生產數量、新增訂單數量都減少，非製造業指數NMI更僅剩40.4，尤其是在住宿、運輸倉儲業影響更大。

生產因疫情緊縮

採購經理人指數（PMI）是衡量製造業的體檢表，可衡量製造業在生產、新訂單、商品價格、存貨、雇員、訂單交貨、新出口訂單和進口等狀況的「綜合指數」。是國際上通行的總體經濟監測指標體系之一，通常是以百分比來表示，常以50作為經濟強弱的分界點，此指標是與上個月相比。

陳馨慧說，雖然台灣2月的PMI是正成長，主因為交貨時間拉長，但在存貨、生產數量等方面指數都在下降，其中，電子業由於產業鏈較長，許多上游產業在於中國，因此受到影響較大，PMI從1月的52.2下降至46.6；食品與紡織業也從60下跌至49.4，交通工具也因

為上游廠商無法供貨，PMI從52.1大幅跌至39。

在非製造業方面，台灣的非製造業經理人指數則從1月的55，下降至40.4。住宿旅館業因為疫情，減少住房率與國民減少外出的情況下，從75直接下跌到16.1，資訊、零售與運輸倉儲業都呈現下滑的狀況，整體都呈現2014年創編以來最大的跌幅與緊縮速度。

企業轉移部份產線

中華採購與供應管理協會採購與供應研究中心執行長賴樹鑫則表示，PMI是各國跟上個月相比的數量，一般在看PMI雖然是看平均值，不過在疫情爆發的情況下，需要透過個別產業去檢視各產業的發展狀況。他提到，1月廠商對疫情比較樂觀，但是2月隨著疫情的變化加劇，未來的不確定性增加。

他也提醒，雖然疫情對中國影響很大，至今尚未完全復工，但中國仍是全球最大的市場，企業會記取教訓，將部分生產基地轉移出中國，相對的外資也會加速在地化，許多由外國人擔任的高階主管位置將會由中國人擔任，因此轉移效果會出現，但不會放棄中國這塊大餅。

消費券金額低 中市監議員籲下猛藥

【本報特派員劉東泉台中報導】「消費券不夠力，如何救經濟？」台中市議會國民黨團2日邀請台中市商業會多名行業代表，針對新冠肺炎疫情提出受創影響。與會代表一致反映目前市況慘澹，再2、3個月恐有一波倒閉潮。一名代表直批「300元消費抵用券根本沒效，至少也要千元」。國民黨團要求此時中央與地方必須下猛藥，才能安民生、救經濟。

消費券面額太低

行政院日前提出紓困方案，其中有23億元的消費抵用券，預計發行面額300元。但台中市商業會理事長賴正庭、糕餅公會理事長蔡萬財等人反映，目前大家都不敢出門，伴手禮很少人買，消費券根本沒用，中央的紓困補助、貸款優惠與稅賦減免等更應儘速落實。

百貨公會理事長丁瑞南認為，消費券的發放，至少要有1、2000元才有效。曾任台中市經發局長的台中工商策進會高祺祥面對本報記者詢問時，則直接對消費券的效用打一個叉。他以自身為例說，228連假3天，他都

窩在家裡，能少出門就少出門，一般民眾要為300元的消費券出門的機率不大。如果像香港每人發放1萬元（港幣），或許還能有些效果。台中市烹飪公會榮譽理事長葉信宏則憂心疫情延續下去，恐不再是無薪假的問題，多家餐飲業者可能會因此歇業，無現金流又要付貸款，進而產生倒閉潮。

多名商業代表希望在各項稅賦與貸款優惠上儘速落實，國民黨團多位議員也針對市政府能夠減免的稅賦，請地方稅務局長沈政安說明指出，市府之前已大幅降低地價稅，房屋稅的課稅基準已是六都第2低，能夠操作的部分只有在廠商提出減少營業規模時，將地價稅依法調低。

經發局長張峯源對於如何振興商業與困，僅針對市府已經宣布過的三大紓困對策加以說明。雖然黨團書記長陳政顯要求能將經發局所屬市場攤商租金從目前的8折降為5折，但張峯源以尚須考量財務預算收支為由，表示尚需再觀察一段時間。陳政顯則回應表示，此時此刻應該要下猛藥才有效。

@ 股市漫談

全球股市暴跌 巴菲特怎麼看？

■ 丁一擎

(退休證券業者)

武漢肺炎持續肆虐，造成全球股市重挫，投資人究竟應該怎麼看待股市？股神巴菲特的筆略或許可以作為參考。



▲巴菲特說，疫情確實令人擔憂，但是，他不會藉由媒體來預測市場，也不會根據新聞標題來買賣股票。（網路截圖）

投資看20年價值

巴菲特說，疫情確實令人擔憂，但是，他不會藉由媒體來預測市場，也不會根據新聞標題來買賣股票，因為波克夏·海威瑟投資公司買進的企業，都是著眼於未來2、30年的價值，不會因為一個疫情影響投資決策。

他認為，目前持股基本面都沒有改變，不需要擔心。如果投資標的沒有20年以上的價值，那他一分鐘

都不會擁有它。

股市暴跌，正好提供投資人可以用較低的價格買進股票，重要的是，投資人要確實了解標的的投資價值，不用每天盯著股價起伏擔心。

香港首富李嘉誠的看法，與巴菲特不謀而合，他認為投資股票要「不疾而速」，平時做好功課，當好機會來臨時，就趕快下手買進。

投資人應量力而為

巴菲特說，投資人不該追求超出自身風險承受能力的收益，也就是說，投資股票要量力而為，千萬不要擴張信用，短期資金不應該拿來做長期投資，而且平常就挑選基本佳，前景好的標的，做長期投資，不要想跑短線賺價差，那

很危險。

巴菲特認為蘋果是全世界最好的企業，波克夏擁有5.5%的股權，收益良好。

未來會繼續持有，不會因為它受到肺炎疫情影響調降財測，他就改變看法。

不受領導人影響

至於89歲高齡，會不會擔心自己壽命影響波克夏的未來？

巴菲特說，百分之一百不會，任何一個事業，都不應該受到一個領導人是否存在，而影響未來的發展。

巴菲特的看法，可以提供投資人參考，如果疫情造成持股困擾，那是不是可以檢討投資策略是否有問題，而作出適當的調整。

▼ 滯留於希臘邊境的難民。(photo_by_ 網路截圖)



敘利亞內戰升溫

逾萬難民逃往歐盟

敘利亞政府軍為收復叛軍最後據點，近來持續升級攻擊力道，因希臘強硬拒收，造成逾萬難民滯留邊境或逃往歐盟。

【本報記者王安棟綜合報導】敘利亞易德利卜省的「終局之戰」再度升溫，萬名難民被當作外交籌碼？敘利亞政府軍為了收復叛軍的最後據點，近來持續升級攻擊力道，支持叛軍的土耳其隨後宣佈開放與希臘的邊境，然因希臘強硬拒收，造成超過萬名難民滯留在邊境。外界認為，土耳其此舉是為了向歐盟施壓，希望取得在敘利亞內戰的支持。

土耳其開放歐盟邊境

根據《半島電視台》的報導，土耳其2日在易德利卜省上空擊下兩架政府軍的SU-24戰機，國防部也宣布正式啟動「春之盾行動」，將對敘利亞發動全面性的軍事行動。敘利亞1日才宣佈關閉敘北領空，並持續在易德利卜省清剿叛軍的軍事行動。《華盛頓郵報》的報導指出，隨著戰情再度升溫，土耳其日前一改先前立場，宣佈解禁邊

境限制，開放境內難民逃往歐盟，伊斯坦堡甚至出現大量的臨時接駁車，把數百名難民送往歐盟邊境。

歐盟表關切

根據《德國之聲》的報導，土耳其開放門戶的決定，讓首當其衝的希臘全力戒備，提防非法越境的難民。歐盟也對土耳其開放歐盟邊境一事表達關切，執委會主席馮德萊恩表示，「我們現階段的優先要務，就是確

保希臘和保加利亞等國能得到全力支援，而我們已經準備好給予協助，包括在邊境的歐洲國際邊界管理署。」

21世紀最大浩劫

根據聯合國的統計，近期敘利亞西北的激烈戰情，已造成近百萬名平民流離失所，其中多數為婦女及小孩，狀況慘淡。聯合國人道事務與緊急援助副秘書長洛柯克形容，敘利亞當前的處境是「21世紀最大的人道浩劫」，並呼籲各方應即刻停火。

以國人民反種族歧視 組閣恐陷僵局

【本報記者呂翔禾綜合報導】以色列人民開始受不了種族主義！以色列2日迎來延宕1年之久的大選，這次選戰雖然主打反阿拉伯，但選民卻逐漸不買帳，導致主流政黨支持度都下降，左右派都找不到到夠多盟友形成政府，雙方幾乎不可能合作，其他盟友席次也不夠組閣。以色列選舉從2019年4月拖到現在，仍然無法完美收場。

種族主義吸票

根據《半島電視台》報導，以色列選舉從2019年4月拖到現在，仍然無法完美收場，2日將迎來1年內的第3次投票。前兩次分別由納坦雅胡領導的聯合黨跟藍白聯盟的甘茲獲得組閣權，但雙方都沒有辦法在期限內組閣，也讓以色列從去年到現在快1年沒有中央政府。原本跟阿拉伯聯盟共組聯盟的甘茲也開始轉換態度。

這反而讓許多崇尚猶太復國主義的人不悅，認為左、右派已沒有任何區別，都在用種族主義吸引猶太選票，導致以色列變成更分裂的國家。

當地政評員分析，許多原本支持左派活力黨、工黨與藍白聯盟的選票將會轉移至阿拉伯聯盟，該聯盟可望在這次選舉中獲得14席，比前幾次都還要多。

組閣施政恐陷僵局

根據美國《NPR》報導，以色列的政局目前陷入無法動彈的泥淖。兩大聯盟不願意政治妥協，但都找不到足夠席次以組成多數內閣。如果藍白聯盟放棄過往的阿拉伯盟友的話，更不可能獲得足夠的組閣席次。更令人擔心的則是以國國內的反阿情緒，根據調查顯示，有1半的以色列人希望把以國巴裔的國民趕出去。



▲一年多了，以色列選舉仍呈現一片混亂。(photo by 克里姆林宮)

拉美左派式微 烏拉圭右派首度執政

【本報記者呂翔禾綜合報導】左派天堂烏拉圭最近變天！烏拉圭國家黨黨魁波烏於近日正式就職為烏拉圭總統，終結左派長達15年的統治，也是烏拉圭首次由右派執政。在左派政黨廣泛陣線執政下，物價飛漲、自殺率大幅上升，因此烏拉圭民眾渴求改變，轉為支持右派。

物價飛漲民意盡失

根據《半島電視台》報導，波烏在2019年以37000票之差擊敗前執政黨廣泛陣線候選人馬丁尼茲後，於近日就任烏拉圭總統。在廣泛陣線15年的執政下，烏拉圭的經濟成長有顯著成長，但近年來石油價格飛漲30%，導致物價也水漲船高，也成為壓倒左派執政最後的稻草。而近期波烏所領導的聯合政府希望能跟美國簽訂自由貿易協定，並改革烏

拉圭的財政窘況，削減政府的支出。烏拉圭的負債已佔GDP的4.8%，為30年來最高，但是烏拉圭支持左派、社福政策的中產階級仍非常多，新政預料可能仍會引發反對派後續的抗議。

面臨兩國夾擊挑戰

不過相較於巴西、阿根廷而言，烏拉圭在中南美洲是相對穩定的國家。在巴西、智利等國因為政治紛爭而爆發抗議潮時，烏拉圭人民並未隨之起舞。當地政評員波特奈利表示，烏拉圭民眾雖然投票給波烏，希望改變舊有體系，但是整體國民不喜歡極端暴力，因此抗爭比起其他拉美國家來說非常少。《路透社》提到，雖然巴西、阿根廷等國都變成右派政府，但是波烏對於巴西總統波洛索那則敬而遠之，也跟反對黨佔在同一陣線，指控波索諾那干預烏拉圭內政，因為他曾公開表態，希望烏

拉圭選出跟他「價值相近」的總統。在隔壁的阿根廷近日由左派總統費南德茲上任的情況下，烏拉圭新政府也面臨兩大國夾擊下的艱難外交處境。



▲烏拉圭右派新政府上台，面對國內財政改革與大國外交難題。(Photo on Wikipedia)

塔利班與美和平協議 阿總統拒接受

【本報記者林祐任綜合報導】美國與阿富汗塔利班耗時18年的戰事，終於在2月29日達成停戰協議，但阿富汗總統甘尼1日公開拒絕美國與塔利班私下達成交換囚犯的協議，使阿富汗的和平之路依然漫長。但阿富汗女性擔心女權倒退，重回過去被禁止工作或受教育的處境。

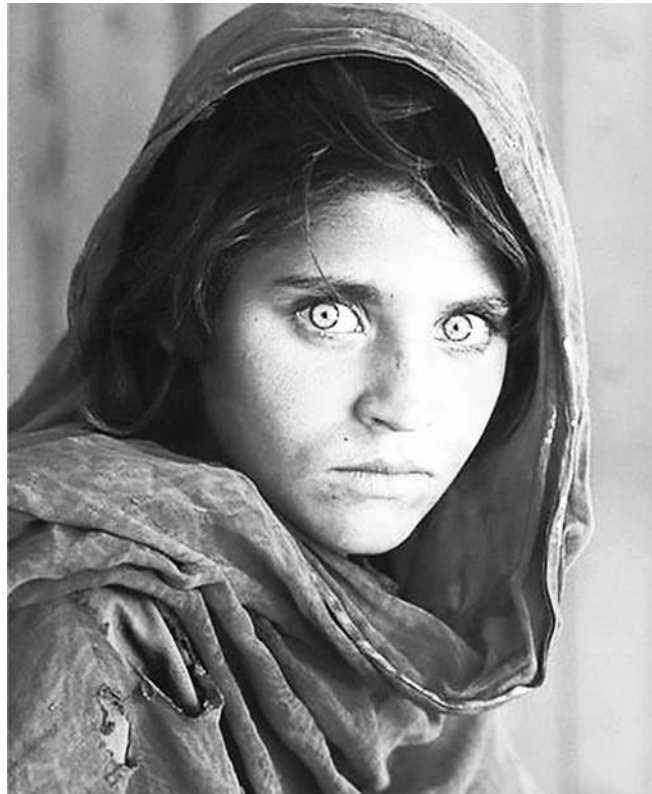
簽署停戰協議

根據《半島電視台》報導，美國和塔利班2月29日在卡達的首都杜哈簽署了全面性的永久停戰協議。美國和北約成員國同意在14個月內從阿富汗撤出所有部隊，塔利班也承諾，任何威脅到美國和其盟友的武裝團體不得占用阿富汗的土地，富汗境內的各方勢力也將在10日展開協商。對此，塔利班戰士紛紛高呼勝利，他們稱這份協議終

結了外國勢力對阿富汗的佔領。美國國務卿龐培歐則表示，雖然他很想稱之為「勝利」，但唯有阿富汗人享有和平和繁榮，才是真正的勝利。這場戰事是美國對外戰爭耗時最久的一場。

阿富汗女權恐倒退

阿富汗人民對停戰協議看法不一，首都喀布爾的居民馬瓦汗表示：「這場戰爭帶來太多悲慘，停戰對阿富汗人來說是向前邁進的重要一步。」27歲的侯賽尼則忿忿地說，他永遠不會原諒塔利班為自己家庭帶來的傷痛，和平不是藉由簽署一張白紙就能在一夜之間達成的。《全國公共廣播電台》報導，阿富汗總統甘尼1日表示，他拒絕制訂和塔利班交換囚犯的時間表，以5,000名塔利班戰士交換



▲當阿富汗女性聽聞和平協議簽署時，即使塔利班承諾將在「伊斯蘭律法」的架構下保障婦女權益，她們仍感到不安。(photo by Olaf Jorsu via Flickr)

1,000名阿富汗政府軍，這份交換囚犯的協議是由美國和塔利班私下達成的，因此他並不予以承認，這也使阿富汗的和平之路依然漫長。另外，從1996年塔利班掌權以來，女性被禁止工作或受教育，直到5年後塔利班

政權被北方聯盟推翻之後，女性才得以回到學校和職場等。當阿富汗女性聽聞和平協議簽署時，即使塔利班承諾將在「伊斯蘭律法」的架構下保障婦女權益，她們仍感到不安。

▼ 當紅男子團體 BTS 因新冠肺炎，取消為期四天的首爾演唱會。（Photo by BTS 官方臉書）

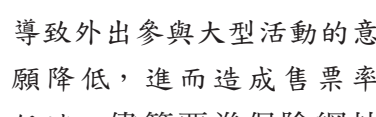
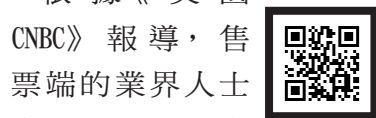


肺炎旅遊警示 國際體育娛樂紛喊停

【本報記者陳是祈綜合報導】國際大型演唱會和體育賽事接二連三喊卡！受到新冠肺炎影響，大型活動如演唱會、體育賽事和展覽會等紛紛延期或取消。同時也因新冠病毒產生的旅遊限制，使得過去會跨國參與活動的粉絲無法出遊或出遊意願下降，進一步導致活動票房慘澹。

活動取消票房下滑

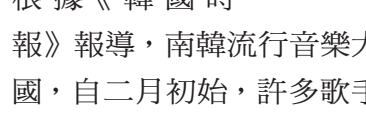
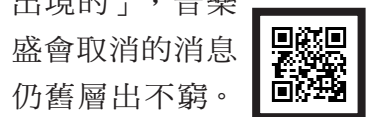
根據《美國 CNBC》報導，售票端的業界人士表示，新冠病毒導致外出參與大型活動的意願降低，進而造成售票率低迷。儘管票券保險網站 SecureMyBooking.com 的 Peter I' anson 不認為粉絲會因為疾病而擔心旅遊和參與活動，



受到新冠病毒影響，大型活動如演唱會、體育賽事和展覽會等紛紛延期或取消，進一步導致活動票房慘澹。

但從全球最大的演唱會公司 Live Nation 本週股票下跌超過 19% 可以看出，大型活動一定程度上都會受到疫情衝擊。

儘管 Live Nation 執行長 Michael Rapino 向《告示牌》表示「粉絲會出現的」，音樂盛會取消的消息仍舊層出不窮。根據《韓國時報》報導，南韓流行音樂大國，自二月初始，許多歌手已經開始取消國內外演唱會。二月底南韓疫情嚴重爆發，海外歌手也紛紛取消在南韓



的巡迴。在美國掀起熱潮的 Kpop 男子團體 BTS 原本預計展開動員幾十萬名粉絲的全球巡迴，也在 28 日宣佈取消為期四天的首爾場。

Peter I' anson 表示，演唱會「必須辦下去」，許多演唱會活動票券都是不可退票退費，但會提供保險給因為旅遊限制而無法成行的粉絲們，「不敢旅遊不足以構成可以退費的原因」。

不只流行樂演唱會，許多觀光客喜愛的藝文活動票房也因旅遊限制而下滑。《告示牌》編輯 Robert Levine 表示，紐約百老匯以及倫敦西區音樂劇向來大受觀光客歡

迎，現在票房皆因觀光人數減少而受到影響。

國際票務協會（INTIX）執行長 Maureen Anderson 表示，越來越多消費者在購買活動票券時加購保險，以因應疫情帶來的突發狀況，不至於造成太多金錢損失。

票券保險需求增加

除了票務端，大型活動場館例如拉斯維加斯的凱薩宮酒店（Caesars' Palace）、紐約的麥迪遜花園（Madison Square Garden）與美高梅國際酒店集團（MGM Resorts International）連同大型體育組織如國家冰球聯盟、國家美式足球聯盟和國家籃球聯盟等，都在謹慎地持續觀察疫情動向，若疫情在美國開始快速擴散，才能及時做出反應。

防疫情擴散 南韓教會直播做禮拜

【本報記者莊瑞萌綜合報導】南韓政府上週五（2 月 28 日）呼籲當地大型教會在未來兩週內暫停一般聚會，對此，包括全球最大型教會汝矣島純福音教會在內等多間教會團體都已決定配合政府防疫政策，改以網路直播方式進行禮拜。

據《韓聯社》報導，韓國文化體育觀光部長樸良雨上週五表示，「未來一、兩週預期將是遏止疫情擴散的關鍵時刻，將可避免疫情繼續擴散。因此，我真摯呼籲宗教團體禁止任何宗教活動與聚會一段時間」。

由於南韓新興宗教團體新天地耶穌教會是這波疫情爆發的中心點，對此，該教會已關閉所有設施，南韓天主教也宣布暫停旗下 1,700 間教堂所有公開彌撒，為 236 年來首次。除此之外，由於明成長老會兩位會友也證實感染病毒，



因此，信眾人數 8 萬人的該教會也宣布，關閉設施與暫停所有活動。

另外，信徒人數高達 56 萬人、全球最大的教會汝矣島純福音教會，也宣布禮拜將改以線上轉播方式進行，並暫停平日公開活動與信徒的聚會。

據《日本時報》報導，上週日仍有十幾位基督徒前往汝矣島純福音教會聚會卻撲空，其中一名會友宋永課（譯音）表示，「以網路禮拜的方法是明智的作法，因為病毒會輕易地在大型聚會擴散，教會也無法倖免。」

南韓疾病管制中心指出，南韓最新感染案例增加 586 例，總數來到 3,736 例，新增病例其中 333 例是發生在新天地耶穌教會所在地的大邱。對此，該中心也指出，部分會友曾在今年 1 月前往中國武漢，是否是這波疫情爆發的真正原因將繼續深入調查。



▲ 為了防堵疫情擴散，南韓大型教會都配合政府禁令，暫停正常禮拜。（Photo by Anna L Martin on Flickr under Creative Commons license）

華盛頓州緊急狀態 新冠病毒傳第 2 死

【本報記者祝潤霖綜合報導】西雅圖夜難眠：新冠病毒疫情在美國蔓延，華盛頓州 1 日驚傳第 2 例確診死亡，一名 70 多歲男子在療養院病故，目前全美共 80 例確診。華盛頓州州長英斯利（Jay Inslee）已經於通報第一起死亡病例後，宣布進入緊急狀態。截至 1 日，華盛頓州有 13 人檢測出陽性，國王郡就有 10 人。

養老院傳第 2 死

英國《衛報》報導，根據華盛頓州衛生官員的說法，在 5 名居民和 1 名工作人員的病毒檢測呈陽性後，柯克蘭生命護理中心受到嚴密監控，一名 70 多歲男子死亡。其他案例包括 80 多歲女性、90 多歲女性和 70 多歲男性，均生命垂危。約有 108 名居民和 180 名工作人員，大約 27 名居民和 25 名工作人員出現呼吸道症狀。

華盛頓州大學流行病學副教授貝德福德對 1 月 19 日的美國首例確診病例，和 2 月 29 日新增病例進行病毒基因序



列比對發現，後者所感染的病毒，很可能是從前者感染的新冠病毒演化而來。這兩人都住在斯諾霍米什郡，兩人未曾有過接觸，且第二例個案發病時，第一例個案估計已不具有傳染性。

貝德福德說，或許兩例個案的病毒基因相似只是一種巧合，但這似乎不太可能，因為兩者的基因變異上有相同之處，這相當少見。因此，貝德福德認為，新冠病毒早已在當地社區傳播近 6 週。

需要更廣泛分析

根據《Verge》報導，美國各州和地方衛生官員在全面檢測新冠病毒工作上並不順利，但美國疾病管制與預防中心（CDC）近期仍堅持，經過他們檢驗後才能證實患者是否確診，且只會檢測 14 天內去過中國並出現症狀或接觸過確診患者的人。

專家研判，兩名死亡病例存在相似之處，推斷病毒恐已在華盛頓州傳播 6 週，可能有 150~1,500 人受感染，這些人可能已康復，或仍染病傳播中。



▲ 華盛頓州驚傳第 2 例新冠肺炎死亡，全美共 80 例確診。（photo by Flickr）

Netflix 非洲影集上線 消費者恐難負擔

【本報記者林祐任綜合報導】非洲異國風情為背景並帶有美國諜報片節奏的「特務女王」影集，將成為影音串流平台 Netflix 第一部描寫非洲的影視作品。然而，由於非洲有線網路密度不夠，加上許多消費者負擔不起，是串流平台發展的隱憂。

非洲故事豐富

根據《德國之聲》和《Memeburn》報導，Netflix 在 28 日上線的「特務女王」影集，這是由南非製作，而且是非洲第一部在 Netflix 上線的原創影視作品，4 月另有非洲的動畫片「Mama K's Team 4」將問世。Netflix 表示，他們希望能夠講述在地的故事，卻又具有吸引全球觀眾的能力。

奈及利亞裔美籍的製片人阿黛莫指出，當前奈國的電影工業對於「故事」有很大

的需求，西方甚至出現了「奈萊塢」（仿照好萊塢一詞）來描述奈國電影工業的蓬勃發展，因此 Netflix 才會看上非洲的影集。

非洲硬體待提升

然而，在 Netflix 全球 1.67 億名用戶之中，非洲的訂閱者僅佔極小部分，根據 Digital TV Research 的調查，撒哈拉沙漠以南的非洲只有 150 萬名用戶，而且大多集中在南非。

非洲最大的困難是未充分發展的有線網路，以及高額的行動數據費用。

德國影評溫納表示，除了硬體設施的不足，只有很小一部份的人口才負擔得起影音串流服務，如盧安達等國家。

不過非洲本土崛起的影



Netflix 上線「特務女王」影集，是非洲第一部在 Netflix 上線的原創影視作品。（Photo by 劇照）

音串流平台，恐怕也會成為 Netflix 的競爭者，譬如奈及利亞的 IrokoTV 建立許多類似

電話亭的亭子，以讓消費者下載電影，以方便日後有時間再觀看。

吃出健康與均衡 營養師的小撇步

近年來資訊傳播飛快，網路上沒有來源的營養資訊、通訊軟體中傳遞錯誤的健康資訊，人們感覺知道很多，但正確的很少。



▲在含糖飲料上給予警告標示（熱量、可能會導致肥胖、糖尿病和蛀牙），都能夠有效降低人們購買的信念和動機。（photo by 網路截圖）

▼生活在都會區的孩子、看電視時間較長的孩子，有較高的肥胖機會。（photo by 網路截圖）



▲唯有從小吃健康的飲食、培養健康的習慣，才有辦法健康的老化。（photo by 網路截圖）



▲高油高鹽高热量的速食餐點，是孩子們的最愛，但卻是肥胖因子。（photo by 網路截圖）



▲親子一起在家動手做料理，不僅吃得健康，也能讓孩子更珍惜。（photo by 網路截圖）

▼販賣機進入校園後會不會讓學生變胖？臨床問題告訴我們，孩子會因為喝太多含糖飲料而變胖。（photo by 網路截圖）



■劉沁瑜

在醫院工作 10 年，也在大學教書接近 10 年，在營養工作中常聽到大家對於飲食的疑難雜症，減肥吃什麼？親友罹患癌症可不可以吃什麼？尤其是在這 5 年中，資訊飛快地傳遞，很多病人拿著網路上沒有來源的營養資訊來詢問，身邊親朋好友也常在

日本學校午餐一直被大家稱讚的不光只是好吃與否，而是以國家為支柱，後面還有一群有這樣眼光和高度的先行者在奮鬥與支撐著。

飲食影響身體健康

很多身邊朋友、聽過演講的聽眾、學生和網路上的讀者常常鼓勵我寫書，但以前臨床工作實在太忙、現在大學的教學、研究、

常文化性的活動與親子教養的過程，這兩部有許多實作的建議與管理，希望讓生活緊湊的現代人更游刃有餘的面對食物，能好好預備一餐。

第四部是特別為好朋友與上班族等大眾規劃的章節，許一個飲食健康願望是許多人的希望，包括減重該注意的事項、抗腐飲食、外食的原則、如何看待斷食、如何規劃運動飲食等，許多似是而非的減重提議可以在這邊得到梳理。所言已多，所欲言卻是未了，我盡量把瞭解的知識用淺顯語言表達出來。

販賣機進入校園

販賣機是否進入校園這件事吵得沸沸揚揚，台灣的學校裡不是第一次有販賣機在校園，但這次大規模的政策引發各界的

不安，同時這件事參與的因子很多，從新聞中也看不出販賣機進入校園的目的是為了解決什麼問題。

究竟是因為「學校福利社人員薪資太貴，所以由販賣機取代人力？」，「學校請不到福利社的工作人員？」，「學校沒設置福利社導致學童創設營養不良？」還是要從使用販賣機提早讓學生適應老年化社會、AI 人工智慧、無人商店、無人駕駛的未來世界呢？

販賣機增加肥胖因子

這些問題對我太難，但基於我的營養領域，對於營養與兒童健康的立場，我們可以試著釐清一些事情：販賣機進入校園後會不會讓學生變胖？臨床問題告訴我們，這些肥胖孩子實在喝太多含糖飲料，比對 2015 年美國一

篇發表在《營養教育與行為》期刊的研究，探討校園裡販賣機的可獲性與肥胖的關係。

這研究分析了 2263 位學童，分別在五年級和八年級的人口學數據、飲食、運動、生活習慣等健康狀態，結果顯示校園販賣機尤其影響西班牙裔的男生和低收入家庭學童的 BMI，可能是因為語言、父母的教育程度、營養知識、是否在家製備健康食物、家庭人口結構等因素，共同導致了這個結果。

另外，生活在都會區的孩子、看電視時間較長的孩子，也有較高的肥胖機會。這群孩子從五年級到八年級後從學校販賣機買甜食、含鹽餅乾和含糖飲料、氣泡飲料的比例也倍數增加了。販賣機的存在，的確是增加孩童肥胖的潛在危險因子。

警告標示降低念頭

早在 2006 年一個倫敦的觀察研究指出，孩童家庭的社經情況和是否使用販賣機，與其食物選擇、攝取甜食餅乾的頻率和蛀牙、缺牙等情況有關。但現階段尚未限制販賣機食物種類或含糖飲料的情況下，要如何阻止學生選擇含糖飲料？

在美國 2016 年《預防醫學期刊》中指出，線上調查 2202 名 12～18 歲的青少年，結果顯示，如果在含糖飲料上給予警告標示（熱量、可能會導致肥胖、糖尿病和蛀牙），都能夠有效降低他們從虛擬販賣機選擇含糖飲料的信念和動機。

日本校園無販賣機

在日本的旅游經驗發現日本隨處可見販賣機，數量之多已可堪

稱國家特色了。而且依照環境的不同，販售的飲料與商品內容也會有所差異。例如一般都會區的

恐地說：「日本學校裡面沒有販賣機，也沒有販售食物，孩子們在學校裡可以吃到的就只有學校

低收入家庭學童的 BMI，可能會因為父母的教育程度、營養知識、家中是否有健康食物、家庭人口結構等因素，而產生影響。

販賣機就是茶類、咖啡和汽水，供一般上班族購買。

在溫泉旅館裡就會放鮮奶，讓旅客在身子泡得熱呼呼的時候能享用，尤其是玻璃瓶裝的古模模樣很誘人食欲想將冰鮮奶一飲而盡；在兒童樂園中，則會有相對適合孩童專用的販賣機，販售果汁、牛奶或調味乳等不含咖啡因的飲品。

在撰寫這本書的同時，剛好訪問到日本女子營養大學香川校長，我問到日本學校對於販賣機進校園的政策，校長倒是一臉驚

午餐喔！」

政府主導營養政策

借鏡澳洲，5～17 歲的兒童、青少年中，有將近四分之一肥胖、攝取過多含糖、高飽和脂肪食物、普遍蔬果攝取不足、青少年鈣質和鐵攝取不足而影響骨質生長和貧血。

有鑑於此，澳洲昆士蘭政府在 2007 年開始在各級公立學校「強制」實施食物「聰明選」計畫。在校園內供應的食物都必須要符合國家飲食指南，介入的範圍包

括學校的餐廳、販賣商店、販賣機、運動社團、早餐計畫、夏令營等。

計畫執行與回覆報告來源有校長、家長會和販售部負責人。舉例來說，針對「聰明選」計畫，販售部的菜單裡必須刪除油炸馬鈴薯，並供應瘦肉和蔬菜等項目；所有應該或不應該供應的食物品項都被詳細列出，以提供學校販售部負責人——確認是否落實執行。

最後完成此研究調查的學校將近 1000 所，家長會和販售部各將近 600 位。這是政府主導校園營養計畫全面性介入的一個成功範例。

因此，不論我們要不要讓販賣機進入校園，我們都應該檢視校園食材供應和營養組成是否合乎規範。

高熱量低營養食物

含糖飲料會導致孩子肥胖、誘發糖癮，慣性攝取過多鹽分點心

會影響骨質生長和埋下未來可能高血壓的危險因子。或許有人會說，學生出了學校之後，還是可到便利商店買飲料啊！但不容忽視的是，在學校內提供的飲食佔了孩子整天熱量所需的三分之一至五分之二。

有研究指出，由學校內提供「高熱量密度、低營養密度」的這類垃圾食物會讓學童認為「吃這類食物是正確的」、「在學校買得到的應該就可以吃吧」，同時更加強他們攝取這類食物的信心。

我們無法給孩子無菌的環境（健康食物），但我們不用主動提供細菌（垃圾食物），同時也培養他們好的抵抗力（聰明選擇食物的觀念）。

與其爭論販賣機要不要進入校園，我更在乎販賣機內販售的食物是什麼，和未來孩子們是否具備聰明選擇健康食物的素養。

（張庭維／輯）

食物，是營養的來源；餐桌，是維繫情感與健康的基礎。

作者多面向探究食物和營養的關聯，從鄉愁的記憶之味，到為女兒做幸福便當；從餐廳的步衛營養，到營養科學的實驗研究與教學。

從下廚、外食、減肥，到養成好的飲食與生活習慣；作者娓娓道來食物、營養與人的美好關係。在家用餐、外食都不擔心，營養學家的小撇步包括：

快速備餐的訣竅、提升效率的冰箱管理法、廚房節奏的掌控、外食營養均衡法、減肥不失敗原理。

此外，讀者可從書中提供的表格與資訊來調整自己的飲食。

《吃出影響力》簡介

吃出影響力



作者：劉沁瑜

出版社：商周出版

出版日期：2020/01/01

含糖飲料會導致孩子肥胖、誘發糖癮，慣性攝取過多鹽分點心會影響骨質生長和埋下未來可能高血壓的危險因子。

通訊軟體中傳遞讓人驚嚇的健康資訊，感覺知道很多，但確定的很少。

從小培養飲食觀念

在營養學會擔任副祕書長的期間，有許多營養系的學生、在第一線工作的營養師、營養專業會員來信反應，說坊間的某些暢銷書傳遞大量錯誤的訊息，請學會出來指正。很遺憾的是，在言論自由的時代、在灰階的邊緣，除非有顯著的犯罪證據，我們拿他們一點辦法都沒有。

這 2 年因為關心台灣學校午餐的議題，和富邦文教基金會與大享食育協會一起去日本連續參訪了 3 屆全國學校午餐甲子園比賽，前年參訪過程中，有幸遇見第一屆日本全國學校營養士協議會的會長田中女士，80 幾歲的奶奶身體硬朗而熱情。

在訪談的最後，我們問：「協會工作的目的是什麼？」她說：「日本是一個老年化社會，唯有從小吃健康的飲食、培養健康的習慣，才有辦法健康的老化。」

多角度營養觀點

我從事營養教學與臨床研究工作，也是每天備餐的家庭主婦，不論在學校的教學或者與朋友的交流，總希望能提出清楚且有理論依據的營養觀點和有用可執行的飲食實作，以這樣的心情來出版這本書。

第一部分，是我當初選擇營養這一行的初衷和營養「診裡與病人互動的故事」；第二部與第三部是從家庭的視角看待餐桌，飲食不只是熱量與營養，也是非



▲身體在飢餓狀態下超過兩週，基礎代謝率會降低 15~20%，靠調節食或飢餓瘦身，無非是飲渴止渴。（網路截圖）

▼林某看到劉寶枝進場，指著前排一個空的座位，示意寶枝坐下，並說：「人民解放軍已經解放上海。」（網路截圖）



《寶枝》第十六章 改朝換代

■張祖詒

抗戰勝利，人民尚未享受它的果實，卻因內戰擴大，再陷水深火熱之中。經濟崩潰、社會混亂，軍事連連失利，竟在勝利不到四年之後，國民政府全部撤離中國大陸，退守臺灣，以致整個神州大地，再度陷於改朝換代的驚惶與迫害，老百姓所受苦難，甚至還比外敵入侵更為殘酷，構成中國近代史上最大悲劇。說明一個低能的政府，只是讓你失望，而一個暴虐的政權，會讓你凌遲。這是國家的恥辱，民族的不幸。

劉寶枝和她經營的裕綸紗廠，所遇到的清算整肅，只是千萬個受害例子中一個小的樣板縮影。共軍進駐上海後一個月，就有二個自稱黨的工作者，由廠裡工會的一個活躍份子，陪同來到裕綸，指名要見董事長，劉寶枝請他們進到會客

室，還未坐定，其中一個年齡稍長，身材稍矮的人，開門見山首先自我介紹：

「我姓林，是上海勞工聯盟滬西區部的副主席，這位同志姓曾，是我的助理，他將擔任勞工聯盟裕綸支部的主任。現在我們黨的政策，正要推行『鎮壓反革命運動』，全國任何角落，都不容許有反革命的右傾份子存在。曾同志將留在這兒執行任務，希望廠方通力合作。此處有兩種標語給你，一是『無產階級專政萬歲』，請你拿去，立即在整個廠區張貼，不得有誤。」

劉寶枝聽了他一連串的訓示以後，淡淡地回答：

「我們廠內貼的都是工廠安全的警示標語，從來沒有貼過政治性的教條口號，你的標語貼出以後，可能影響員工作業的專注，降低生產

效率。」

那位林同志直截了當的說：

「劉寶枝女士，你不想做反革命份子吧？」隨即把兩大捆標語交姓曾的助理和廠內工會成員，拿去立即張貼。

劉寶枝反對無效，只能作無言抗議，等於是無言的接受。紗廠貼滿那些標語之後，整個廠內的氛圍立即變樣。員工們開始議論，共產黨是否要來接收裕綸？工廠生產營運是否可以繼續？還是要被迫停頓？他們的生計是否將有影響？一股充滿不安定的氣氛，籠罩在每個員工的臉上，這些顯然對廠務的穩定，是個逆風。

三天之後，那個勞工聯盟支部的曾主任送來通知，次日上午八時，要舉行全廠聯合陣線會議，林副主席將親自前來主持，要到寶枝準時參加，地點是在工廠餐廳。

第二天早晨，劉寶枝因塞車，到達會場時是八點三分。當她進入會場，那個林副主席已在講話，場內坐了七、八十人，包括陸副總經理和各部門主管，其餘大部分是工會成員。林某看到劉寶枝進場，指著前排一個空的座位，示意寶枝坐下，並說：「人民解放軍已經解放上海，我們所做一切，都是要為人民服務。今天這個聯合陣線會議，是要聯合各方、資方，以及關懷本廠發展的社會公正人士，共同商討，如何以裕綸紗廠為中心，加強社區的為民服務。可惜這個廠的負責人劉寶枝女士嫻嫻來遲，不按時間出席，遲到三分鐘，這是對人民集會不夠尊重的表現，我們非常遺憾。」

顯然這是要給劉寶枝來個下馬威，在眾多員工面前讓她難堪。

（待續）

《花木蘭》與《007》取消中國首映會

受新冠肺炎衝擊，各家即將上映的電影如《花木蘭真人版》以及《007：生死交戰》都取消了中國的首映會。



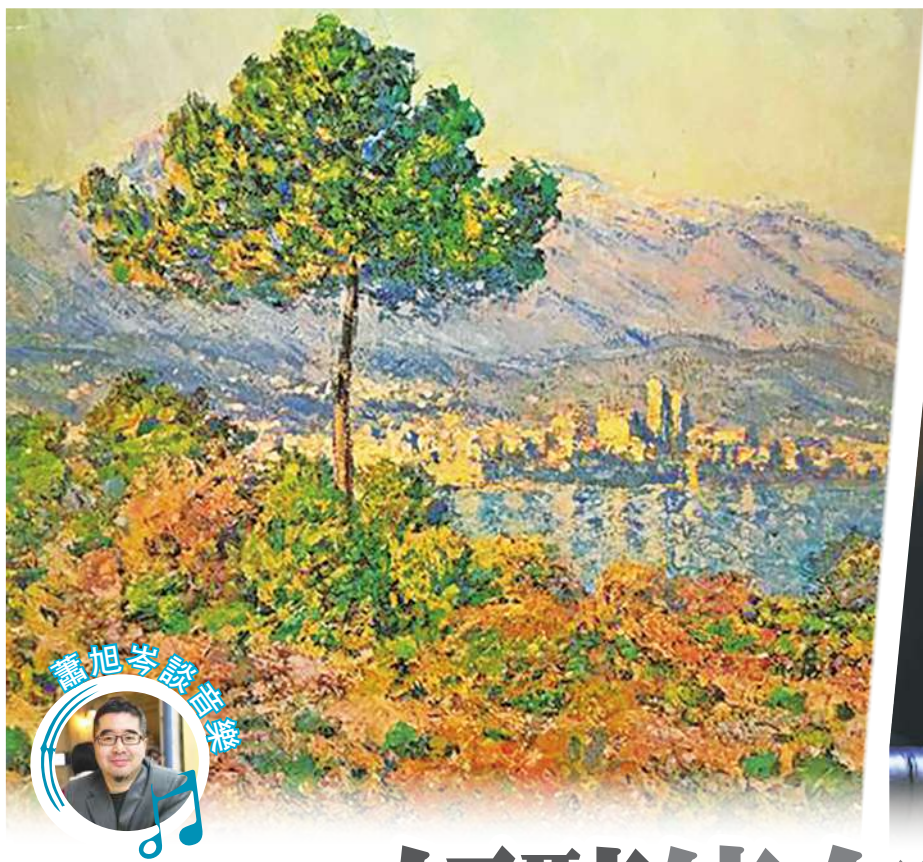
▲ 迪士尼在北京的周邊商品店，消費者人數大減。(Photo by NBC)

▼▼《花木蘭》與《007》因疫情關係，取消中國首映會。(photo by 劇照)



▼ 羅傑演奏「德布西之聲」的祕密。你必須完全進入到文化裡面，不是只有學習音樂，還有文學、詩歌、繪畫，甚至食物！（網路截圖）

▼ 兩個禮拜前，去聽了法國鋼琴大師羅傑（Pascal Roge）的音樂會，曲目是德布西 24 首前奏曲。是近年非常珍貴的一次現場經驗。（網路截圖）



傾聽德布西的聲音

■ 蕭旭岑
（前總統府副秘書長、資深愛樂者）

兩個禮拜前，去聽了法國鋼琴大師羅傑（Pascal Roge）的音樂會，曲目是德布西 24 首前奏曲。這真是近年非常珍貴的一次現場經驗，聆聽當世備受讚譽的法系音樂鋼琴大師演奏德布西，對我來說，是千金不換的機緣，因為在那一場，我聽到了「德布西的聲音」。

與眾不同的德布西

我一直覺得，鋼琴家要演奏

要演奏或了解法國音樂，你必須了解整個法國文化，了解文學、詩歌、繪畫、美術，甚至食物與品酒。

好德布西，非常困難，因為那是完全不同於過去的東西。打個比方，德布西之前的鋼琴作品，猶如各大宗派，各擁絕學，有少林寺七十二絕技，有武當太極劍法，琳琅滿目，美不勝收；但是德布西卻是另闢蹊徑，用化神幻術，打開了另外一個時空，展現另一個世界。

過去二十多年，我一直在尋覓「德布西的聲音」。尤其是 24

首前奏曲，這闕鋼琴史上的經典之作，就連大師齊瑪曼的錄音也未盡讓我滿意。但是羅傑早年的錄音，就已經近乎完美，這個聲音就是德布西的聲音，他的版本也是這二十年來，少數能讓我反覆聆聽的版本。

羅傑演活德布西

這次羅傑的現場，更是讓人神為之奪。德布西的鋼琴作品，

制中心（CDC）及世界衛生組織（WHO）保持密切聯繫，以應對不斷改變的疫情狀況。

許多大型片廠已經成立新冠肺炎的應變小組，以解決財務、行銷、製片工作及人力資源調度等問題，其中一項重要任務便是確保在災情較嚴重地區工作的員工安全。舉例來說，鼓勵員工在家上班，也確保旗下員工在遠程工作時，其使用的科技設備足夠穩固。

電影發行日程受影響

另一個片廠將面對的挑戰便是在疫情擴散同時，如何解決潛在的商業損失。片廠必須決定是否避免在疫情嚴重地區將電影發行，並且規劃 2020 年下半年甚至是 2021 年的上檔排程計畫。片廠執行者們表示，當中國和義大利的電影院關閉，加上許多主要電影觀眾來源如南韓陸續受肺炎衝擊，恐導致數十億美金的票房損失。

其他原本預計要發行的熱門電影如「神力女超人：1984」以及「玩命關頭第九集」，其預計舉行的全球巡迴宣傳都將面臨終止和延宕。最新的 007 電影宣傳原本預計在中國、日本、南韓等地舉辦，現在計畫都被迫捨棄。

圖文選粹

圖文 / 中央社

羅大佑、王治平 分享愛琴回憶



▲ 一群熱愛吉他的音樂人一同舉辦吉他音樂節，包括羅大佑、王治平、陳子鴻與黃國倫等將於 5 月開唱，與年輕世代分享音樂。

瑪丹娜膝傷未癒 巴黎巡演喊卡



▲ 美國流行歌手瑪丹娜（Madonna）因為傷勢，臨時取消在巴黎舉辦的演唱會。



▲ 要如何演奏出作曲家的聲音？當然，掌握樂派風格、傳統，擁有獨到的知識與演奏的竅門，絕對都是必要之功。（網路截圖）

如，巴哈要有巴哈的聲音、貝多芬要有貝多芬的聲音，如果用蕭邦的聲音來演講奏貝多芬，很有可能被說「風格詮釋錯誤」。

演奏家的責任

皮皮蛙本身是國內傑出的鋼琴演奏天才少年，當然皮皮蛙媽的培育功不可沒，但是她也坦言，皮皮蛙曾經有一陣子，彈任何一個作曲家的作品，「都像病入膏肓的蕭邦」。皮皮蛙媽說：「有時候去聽某些音樂會，還會發現：雖然這位演奏者選擇了好幾位作曲家的作品，但整場聽完，卻覺得像聽同一位作曲家的作品一樣。」她說的沒錯，我聽了太多演奏，都是這樣的問題。

從文化了解開始

這就是演奏家的課題與責任，要如何演奏出作曲家的聲音？當然，掌握樂派風格、傳統，擁有獨到的知識與演奏的竅門，絕對

都是必要之功。樂評人焦元溥訪問羅傑，大師夫子自道，更能直指核心：「我不認為法國音樂、法國風格或法式音響，是可以被『教』的。」

法國音樂的精髓在於細緻的感覺、情感與氣氛。很多人問我要如何演奏法國音樂，或什麼是法國音樂，我都說這是無法回答的問題。要演奏了解法國音樂，你必須了解整個法國文化，了解文學、詩歌、繪畫、美術，甚至食物與品酒……。」

這就是羅傑成功演奏出「德布西之聲」的祕密。你必須完全進入到文化裡面，不是只有學習音樂，還有文學、詩歌、繪畫，甚至食物！從衣食住行，到日常生活。即使是一個外國人，只要夠用心，也可以演奏出道地又精彩的「德布西之聲」（例如鄧泰山），這是我從羅傑那邊得到最大的啟發，現場聆聽，更是深有領會。

▼陳偉殷需要擺脫之前在馬林魚的傷痛、容易被打爆的陰影。
(Photo on 我是運動+ 臉書粉絲團)



棒球展望 (之3)

偉殷競爭激烈 智為謹慎盼機會

【本報記者呂翔禾綜合報導】美國職棒大聯盟近來已開始春訓，我國許多選手都有出場。旅美巨頭陳偉殷去年在馬林魚表現不佳遭到釋出，雖然後來加入水手隊，但該隊先發競爭激烈，陳偉殷開季上大聯盟的機會較低。教士隊的胡智為雖然去年狀況也不理想，在教士隊投手較缺人的情況下，他的新球季仍充滿希望。

陳盼擺脫去年低潮

陳偉殷去年在邁阿密馬林魚出賽45場，0勝1敗、防禦率6.59都是生涯新低的成績。本身就是飛球型投手的他，2019年在68.1局裡就被打出15支全壘打，挨轟率非

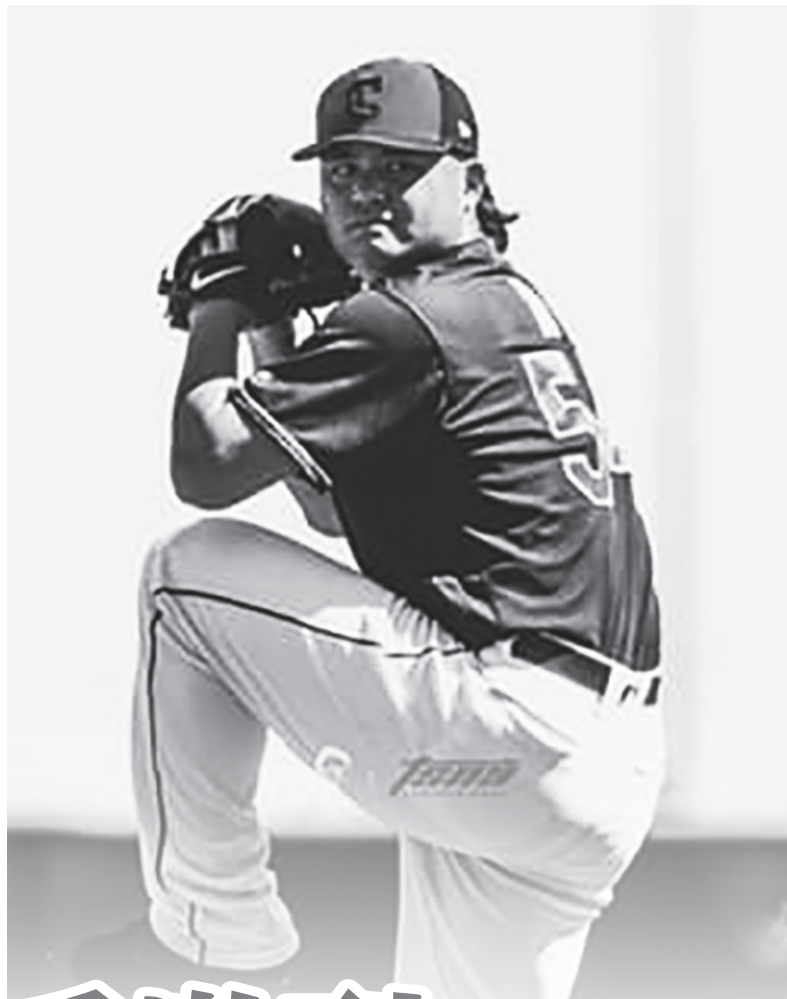
旅美巨頭陳偉殷加入水手隊，但該隊先發競爭激烈。胡智為在教士隊投手較缺人的情況下，新球季仍充滿希望。

常慘，在馬林魚4年下來僅獲得13勝的成績，跟馬林魚原本預期的前中段先發成績相去甚遠，他也因此遭到釋出。

隨後，西雅圖水手隊以1紙小聯盟合約簽下他，並讓他可以參加大聯盟春訓。不過根據棒球界Youtuber台南架許分析，陳偉殷想要擠入開季名單非常困難，因為競爭對手非常多，而且大多是年輕投手，已經34歲的陳偉殷列入水手隊開季名單的機會較低。



▼12強的好表現，讓胡智為今年在教士隊也充滿機會。(Photo on 胡智為 Chih Wei Hu 臉書粉專)



防禦率偏高在7以上，遭到印地安人指定轉讓，不過他在球季結束後的12強錦標賽表現非常好，獲得教士隊的賞識。教士隊雖然去年簽下明星游擊手馬查多試圖提升火力，但效果不彰（國聯墊底），投手防禦率4.60也是聯盟倒數。教士隊在同樣需要練新人的情況下，胡智為的機會相對就比較高。雖然教士隊後援有百大新秀、速球可以飆破160公里的Munoz，不過胡智為本身條件也不差，除了最快球速也可達158公里外，他也有一顆極品的變速球，在12強隊上澳洲時讓打者吃了不少苦頭，目前春訓也維持無失分的狀態。

望複製12強好表現

去年原本在印地安人的胡智為，也因為狀況太差，整季

體育短波

賽馬獎金創紀錄「最高安保」逆轉勝

【本報記者祝潤霖綜合報導】史上最高獎金的沙烏地盃賽馬1日舉辦，由名馬「最高安保」(Maximum Security)逆轉衝線，贏得史無前例的1,000萬美元獎金。在2019年5月在美國三大賽之一的肯塔基賽馬中，「最高安保」曾因干擾其他賽馬而被剝奪冠軍的，這是名馬雪恥揚威的一場勝利。

逆轉奪下冠軍

根據《CNN》報導，「最高安保」在騎師路易斯·塞茲的帶領下，比美國冠軍「午夜之吻」(Midnight Bisou)領先4分之3個馬身，奪得天價的冠軍獎金。「今天牠的表現真令人印象深刻！」塞茲說，「在這場全世界賽馬迷期待的盛會中，我們辦到了，牠（最高安保）真的是太厲害了！」

最高安保在最後進入直線道時在「春風滿面」(Mucho Gusto)身後，但最後200公尺加快馬步逆轉率先衝線，「午夜之吻」(Midnight Bisou)排第2，「本巴投」(Benbatl)以第3名作收，滿面春風則因後繼無力落到第4。



▲名馬「最高安保」(Maximum Security)逆轉衝線，贏得史無前例的1,000萬美元獎金。(網路截圖)

2019以來5冠名馬

根據《BBC》報導，沙烏地賽馬會2019年8月宣布將於今年3月1日舉行首屆沙烏地盃，這場1800公尺的賽事總獎金高達2000萬美元，冠軍獨得1000萬美元，無論是總獎金還是冠軍獎金都是世界最高。這項全新賽事成為這項運動中最富饒的盛事，已經超過了2019年杜拜世界盃的1,200萬美元獎金。

最高安保從2019年至今已拿下5場賽事冠軍，其中3場是美國第1級賽事，而自從肯塔基大賽後最高安全拿下2場美國第1級賽事頭銜。



▲世新大學雖有鋒線身材高大優勢，但佛光大學憑藉中鋒劉昕好(右)的活躍勇奪2連勝。(photo by 祝潤霖/台灣醒報)

UBA 師大2分險勝文化 佛光2連勝

【本報記者祝潤霖台北報導】大專女籃拉鋸戰，文化2分飲恨台灣師大！UBA大專籃球聯賽2日進行女子6強戰第2輪，台灣師大徐詩涵、李吟嫻頻頻外線奏功，第3節一度將比數拉開到雙位數領先，張欣然開胡的進算加罰更為士氣加分。文化鋒線徐玉蓮雖在籃下活躍，但屢遭師大陳雅彤封蓋阻攻，影響了內線得分的銳氣。

進入第4節，在文化教練鄭慧芸鎮定軍心下，穩紮穩打將比數

追近，林佳蓉的外線成為追分利器。期間因李吟嫻技術犯規，文化罰球後將比數追到只差2分。但張欣然跳投2分進，再度讓比分跟士氣拉開。終場前30秒林佳蓉雖投進3分球，比數差1分，但未達罰球次數，導致犯規戰術無法凍結時間，最後70:72惜敗。北市大2連勝91:60再克台灣大學。在首輪勝者對決中，世新大學雖有鋒線身材高大優勢，但佛光大學憑藉中鋒劉昕好的活躍，以69:62勇奪2連勝。



▲台灣師大第2戰整體表現佳，控球後衛徐詩涵(左)頻頻外線奏功。(photo by 祝潤霖/台灣醒報)

►文化林佳蓉的外線成為追分利器，終場前30秒林佳蓉還投進3分球，一度讓比數只差1分。(photo by 祝潤霖/台灣醒報)



殘奧痛失好手 臥舉紀錄保持人過世

【本報記者宋秉謙綜合報導】殘奧金牌傳奇健力選手不幸殞落！曾2度拿下殘奧金牌的31歲伊朗舉重好手拉曼1日突傳死訊，IPC（殘奧會）總裁帕森斯2日哀悼，稱拉曼是殘奧的驕傲、溫柔的巨人。失去腿部的拉曼在舉重界成就相當高，他在短短的14-16年間創造9次世界紀錄，毅力驚人的他臥舉過310公斤、僅落後健全人世界紀錄的337公斤一點，可惜他再也無緣如自己所說「拚看看400公斤」。

根據《英國廣播公司》報導，殘奧舉重無人能敵的伊朗好手拉曼1日驚傳過世，年僅31歲的他死因疑似是心臟病發，而IPC總裁帕森斯隨即在2日發文，寫著「拉曼是殘奧舉重的重要先驅，是祖國的驕傲來源，更是殘奧



▲伊朗殘奧健力好手拉曼不幸過世，享年僅31歲。(photo by Wikimedia)

的傑出大使」，帕森斯以「溫柔的巨人」形容這位身殘、心卻比石堅的運動員。

拉曼从小就殘疾，失去腿部，但他卻從未因此服輸，在他短短的10幾年職業生涯

中，奪過世界級賽事的6枚金牌，更在14-16年連破9次世界紀錄，將自己撰寫的「拉曼障礙」不斷推高，目前他握有107公斤以上等級的2大紀錄：少年臥推世界紀錄(290

公斤)以及殘奧的臥推紀錄(310公斤)。

毫無疑問，拉曼在連續兩屆的殘奧都拿下重量級的金牌，也拿到里約殘奧的最佳男子選手，然而，拉曼的目標一直都不是殘奧，他曾說過想打破健全人世界臥推紀錄，意即不把自己的殘疾視為無法打破的障礙，當年《伊朗日報》就報導過，拉曼考慮挑戰400公斤臥推。

拉曼的成績的確驚人，他在里約殘奧臥推達到310公斤、成為107公斤以上量級沒有對手的存在，拉曼僅距離新世界紀錄337公斤一點點（梅達斯於去年底寫下的），也曾是殘奧首位在比賽挑戰400公斤的選手，有著如此積極、面向挑戰態度的拉曼，無怪乎帕森斯會給他這麼高的評價。



▼ 新冠病毒（武漢肺炎）可以視為是冷戰後最關鍵的大事之一，因為它突破了美中競爭的藩籬，而擴展到影響全球範圍的政治、經濟與文化。（網路截圖）



多雲時晴

疫情改變世界經濟 從互賴走向孤立

■ 蔡又晴
(資深媒體人)

新冠病毒（武漢肺炎）可以視為是冷戰後最關鍵的大事之一，因為它突破了美中競爭的藩籬，而擴展到影響全球範圍的政治、經濟與文化。

全球化喊停

近幾年，美國與中國逐漸從共榮走向對立，直到今年的美中貿易大戰，世界的經濟互相依賴的結構開始鬆動，但全球化依然是主軸，只是推動速度逐漸在變慢。但是，新冠病毒將可能是讓全球化全面喊停的關鍵事件。

新冠病毒可以從很多面向來思考，但是在這次事件中，最可怕的是它能瞬間擊潰消費信心，讓消費行為迅速退燒喊停，這也將會使得該國的經濟迅速停擺，甚至讓大批企業倒閉，另外為了停止新冠病毒的傳播，各國紛紛停止了互相的貿易，導致過

為了停止新冠病毒的傳播，各國紛紛停止了互相的貿易，導致過去全球化下建立的全球供應鏈崩潰，並走向孤立。

去全球化下建立的全球供應鏈崩潰。

經濟活動幾乎停滯

在全球化的模式下，進口原料如貴重金屬，再進口精密設備，在某國利用便宜的人工跟土地來進行加工，最後再運到港口或空港賣到其他國家。這是我們常見的貿易模式，但是新冠病毒，卻會讓整個社會的經濟活動近乎停擺。

以目前中國的狀態來看，武漢九百萬人口被禁止流動困於城中，連帶湖北省的工業基地也無法運出貨品，但是因為之前封鎖進行得太慢，在中國各省都爆發了疫情，導致中國的經濟活動幾乎停滯了一半以上。

這種經濟的急煞車是非常恐怖的，因為幾乎完全沒有預警，也無法防範。而且一

旦有地區受到波及，跟這個地區有經濟互動的地區也會連帶受影響，這不只是原料產品賣不出去的問題，而是人流、觀光跟購物這樣的服務型經濟。

切不斷理還亂

在中國周邊兩個互動最密切的國家，日本跟韓國就是最好的例子。很多人在批評日、韓，為何不盡快切斷所有跟中國的來往，不是這些國家反應慢，而是來往互動太多，沒辦法直接叫停。

光是一個春節假期，中國觀光客就能為日本帶來好幾億元的收入，韓國也是一樣，除了熟知的觀光收入之外，還有大批的留學生，另外就是彼此互相依賴的經濟產業。這並不是只會發生在中國身上，當疫情影響到了韓國，結果卻是越南拒絕了

韓國人入境，也讓越南當地的韓國工廠幾乎停擺，影響的範圍，比起戰爭更加嚴重，也更為長久。

冷戰後的全球互相依賴的經濟模式，在美國率先砍斷對華為的技術供應之後，已經出現了巨大的裂痕，華為宣誓就算美國解禁 google 的技術，華為也將走上自我研發的道路。但是這次的新冠病毒已經不是兩個國家互相賭氣噏聲的程度，是一個國家的經濟會全面停止，還會持續擴散到人流所及的所有國家，伊朗的國會議員死亡就是個例子，只要疫情不停止，影響的範圍就會擴大。

回到孤立模式？

新冠病毒的來源不明，也無法治癒，過去已經發生過 SARS 跟 MERS，這幾種病毒性肺炎都是人類目前無法控制的疾病，隨時都不知道會在這裡大爆發。如果這個危機會成為常態，那斷開彼此經濟的連結就是必要。



台、日郵輪檢疫 專業和輿情的衝突

■ 盧信昌

(台大國際企業學系教授)

日本天皇壽宴照常舉行，出席者都沒戴口罩，台灣的社媒群體，難得一面倒的抨擊日本防疫。根據一份新近輿情調查，顯示過半的民眾給台灣防疫表現，打 90 分以上的高分。但若論及每 10 萬人口的發病率、死亡事件，台灣跟日本其實很接近的；可別忘記，日本總人口是台灣的 5 倍多。

政策一變再變

台灣防疫政策，一貫主張料敵從寬，容有其前置佈署的防禦觀點在其中；不過遲延的案例確認與前後不一的決策邏輯，難免讓人不解其所為何來！像是防疫老兵前疾管局長蘇益仁，即感慨專業的無助感，「就像日前陸配子女能不能回台，陸委會和指揮中心不同調，政策一日四變，到底是誰在主導？」

因此蘇前局長建議，整體防疫應該提高國安層級，參考 H1N1 流感時的經驗，先由美國 CDC 提供疫情資訊；之後再由國安團隊做整體評估，明確各項的管控措施。就在連續假期前，行政院將防疫等級，提升到一級。

湖北以外死亡率低

首先，眾所周知在湖北以外所引爆的疫情，泰半有來自湖北的旅遊和遷移人口出現。值得注意的是，於其他地方的感染發生，致死率約千分之五，對比起湖北境內醫護人員的慘烈殉職，再往下的病毒傳播，其整體影響似乎轉弱中。

其次，中國境內的感染，也已得到良好控制。除了醫療資源的增援到位；關鍵在於，於確認源頭之後往回做溯源，就能推得比較可靠的感染路徑，同時劃定可能的牽連範圍。像是天津寶坻區內的一幢百貨大樓，一名採購人員感染；



▲ 日本的檢疫流程採取過度保守的防禦性作為。(網路截圖)

一旦確認源頭，即能以封鎖和追蹤行跡，阻卻再次傳播的發生。

台、日檢疫大不同

再則，對比台、日兩地的檢疫作為，寶瓶星號停泊基隆港的當天，先由旅客填報旅遊史，之後分組；抽樣的檢疫比例，約為遊客的十分之一。同時，當天即能果決放行，並統一載至台北車站；之後，各自回返做 14 天的健康管理。

在日本橫濱的鑽石公主號，除了逐日根據病徵來優先做檢疫；同時搭配抽樣，和在船上 14 天所做的統一隔離。於 14 天期滿時，仍未被抽驗者則推定其為健康，可以下船放行。

各國作法不同

日本這樣的監管設計，並非隨機抽驗；最終更有下船的乘客，未做檢疫。因為 3 名乘客的接連死亡，以及上船的檢疫官員與後送醫院的醫護發生感染，旋即在日本國內引起軒然大波。

相較起台灣疫政單位的果斷明快，以及寶瓶星號改採房間內的送餐服務，讓乘客可以減少彼此共處和接觸，與日本郵輪的最終情況，當真有天差地別。不過日本的檢疫流程與船上隔離 14 天的設計，並非出於不專業或不願負責任；而是在預算控管與信守船舶管理的國際規範下，採取過度保守的防禦性作為。

專業與輿情衝突

在疫情防堵與國家主權的行使之外，關鍵問題更在專業堅持和輿情觀感的衝突排除。至於那些看似實際且長遠的國家利益，於眼前的急難與阻卻傷害的造成，卻是不必要有的掙扎。畢竟，近 4000 人長達 14 天的共處，無論，三餐與康樂活動，群眾效應與接觸頻密度都助長感染發生。

於尚未被摸透特性的病毒面前，國際社會若能多一分諒解與彼此包容，就能

增加理性思考的空間和尋求正確判斷的智慧；何妨再想想鑽石公主號所造成的傷害。各國同心迎戰疫情與經濟大衰退，或許真能夠阻絕病毒於邊境之外？

★★★★★
— The Guardian

最令人心碎電影！
— The New York Times

難怪口碑叫好！
— Evening Standard

★★★★★
— The Daily Telegraph

令人目瞪口呆！
— TimeOut

坎城影展金眼睛獎

歐洲電影獎
最佳紀錄片大獎

美國西南偏西影展
評審團獎 & 觀眾票選最佳影片

美國奔流電影節
最佳攝影大獎

榮獲奧斯卡最佳紀錄片提名
你一生中將看到的最重要電影！

獻給女兒的一封信

親愛的莎瑪

FOR SAMA

瓦黛卡提波 愛德華瓦茲 感動全球電影

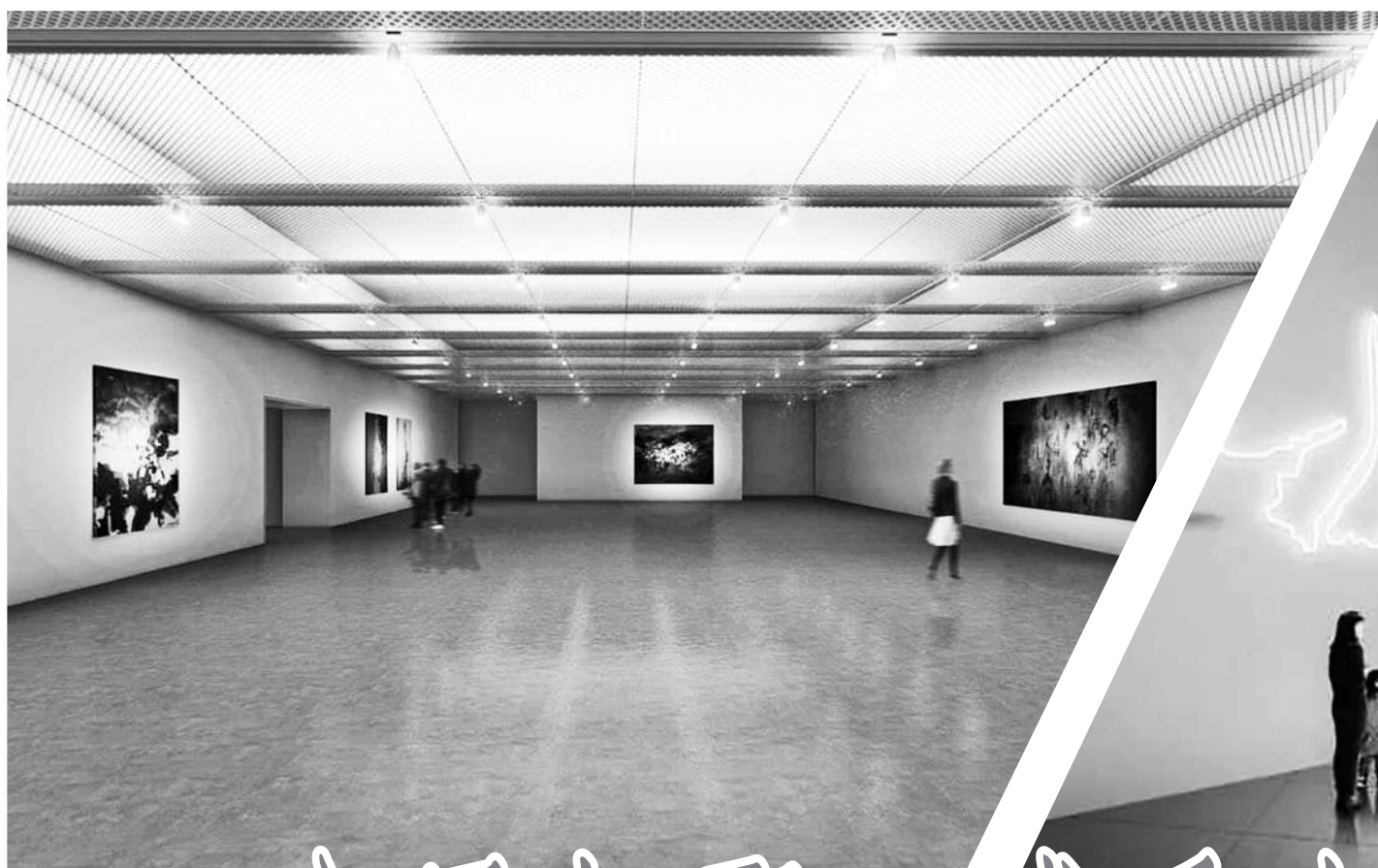
4 英國奧斯卡
最佳紀錄片、最佳攝影、最佳剪輯、最佳音效、最佳音樂、最佳導演

4 英國獨立電影獎
最佳紀錄片、最佳導演、最佳攝影、最佳剪輯、最佳音效、最佳音樂、最佳導演

加拿大 Hot Docs 國際紀錄片影展
最佳影片

英國麥克新聞獎

3.06
故事要說出去



市民相聚、感受生活 相約高美館

進了美術館，看到館長李玉玲將門廳與展間改造的專業高度，她與團隊喊出的「新型態美術館」，一路持續在體質轉型。



簡秀枝

(典藏藝術家庭雜誌社社長)

修館，不休館，一直是高雄美術館長李玉玲的良苦用心。眾所皆知，李玉玲館長赴高雄履新以來，嘔心瀝血，不斷引進優質展覽，同時，也付出相當心力，進行高美館內外空間改造，一心希望送的高雄市民，一座更友善美術館。

高雄美術館作為一座市民相聚與感受生活的美術館，應成為城市美好生活的存在，而非冷冰冰的白盒子空間，悶著頭孤芳自賞。日前難得走訪高雄，並留宿一夜，早上起來，到高美館走走，一探究竟。

我們一行人在美術東二路下車，目力所及，就明顯感受到高美館容 的改變，變得更明朗開放。對於一個成立於 1994 年，已經使用 1/4 個世紀的公立美術館，承襲著許多前人的認知與美學經驗，26 年後生活形態、科技能力，大大不同，如何大破大立，與時俱進，成為當務之急。

文化部大力支持

現年 57 歲，曾在台灣、日本、美國完成教育，擁有美術史及建築史學系博士學位的李玉玲，在接手第一個法人化美術館之餘，立即採取雙軌並進策略，一方面，作美術館環境、空間的改造，同時優化高美館展覽跨度、品質，全力以赴。

高美館是是非在 2017 年正式

地轉型為行政法人，新形態的美術館改造，少不了龐大預算的支持。所幸，文化部長鄭麗君十分理解李玉玲的雄心大志，既然願意拋下家人，遠從台北南下高雄長住，掌理高美館的大小事物，理想與夢想，十分難得。

感覺就是不一樣

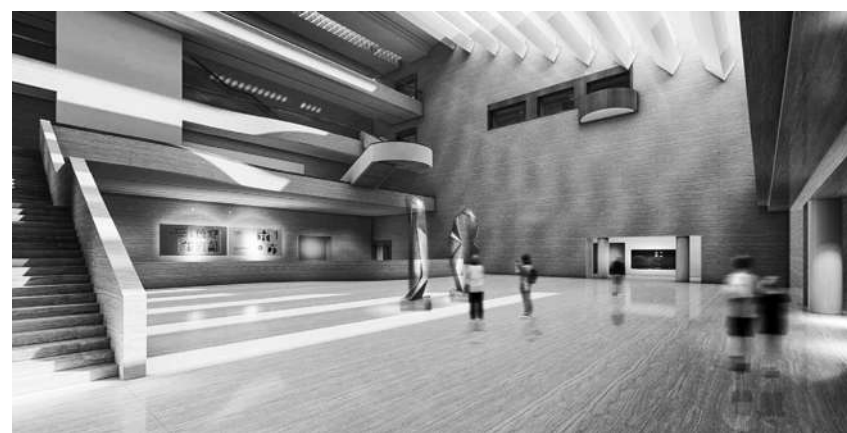
一踩進高美館偌大庭園，感覺上就是不一樣，視野更寬廣、更遼闊，成排綠欖老樹，經過整理後，更見俐落，荷花池畔步道、蜿蜒的人行道，沿著四周環繞，成為親子、情侶漫步談心的好去處。

而廣場內，台灣當代藝術家梁任宏的雙向公共藝術《反—L、派》作品，如鹿又像犬，可以運行轉動，讓民眾可以觸摸互動，落實親和空間的概念，民眾在觀看觸摸中，彷彿與美術館作了直接連結，意義不俗。

改造令人眼睛一亮

進了美術館，更看到李玉玲門廳與展間改造的專業高度，她與團隊喊出所謂的「新型態美術館」，一路持續將美術館體質轉型。截至目前，已完成最具指標性的 104-105 展覽室「光間」改造，獲得諸多國內室內設計獎項之正面肯定起。

尤其陸續推出美術館自創品牌「高美書屋」及「高美之友」會員制，接著到「多元史觀特藏室」的建置與三樓展覽空間的全新啟用，都令人眼睛為之發亮。



法老王圖坦卡門 黃金寶藏特展吸睛

特展中有 500 餘件埃及官方認證的圖坦卡門藝術復刻品，民眾可近距離欣賞黃金面具、娜芙蒂蒂、黃金人形棺等。

■ 余柏青 / 輯

【台北訊】堪稱史上神秘傳說最多的法老王來台展出！由中正紀念堂舉辦的「圖坦卡門—法老王的黃金寶藏特展」，即日起日至 4 月 5 日，在 2 展廳及 3 展廳登場。民眾可近距離觀賞圖坦卡門的黃金面具，以及乘坐古埃及的戰鬥馬車。

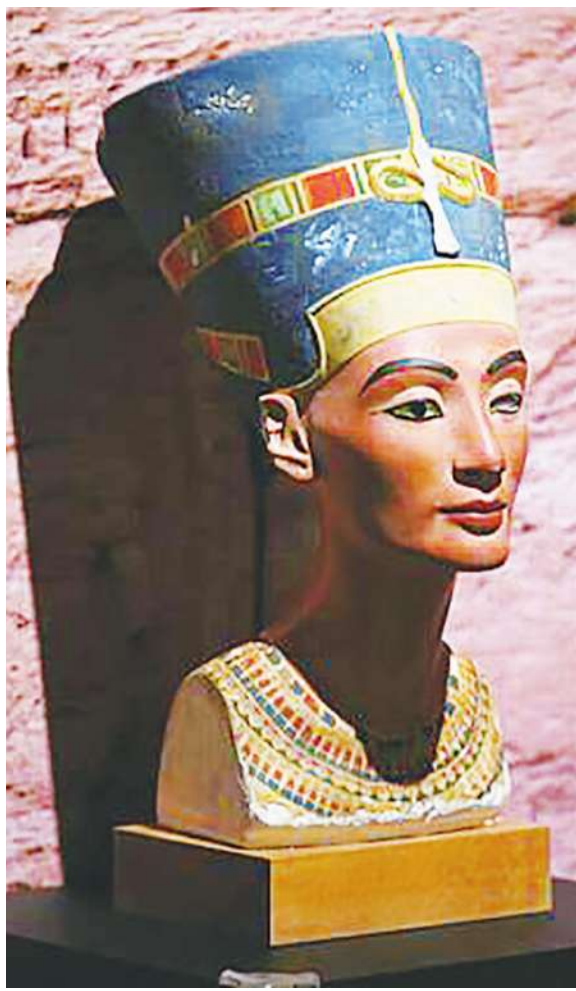
500 餘件藝術復刻品

法老王的黃金寶藏特展有 500 餘件埃及官方認證的圖坦卡門藝術復刻品，讓民眾可以不用隔著厚厚的玻璃櫃，在法老王陵墓復原場景中，近距離細細欣賞包括黃金面具、娜芙蒂蒂、黃金人形棺等稀世珍寶復刻品。

1922 年，考古學家霍華德·卡特在埃及帝王谷找到了沈睡 3300 年的法老王—圖坦卡門。卡特的發現讓不少人對這位古埃及史上最年輕的法老王著迷不已。沈睡了千年歲月的圖坦卡門，不僅擁有最完整的陪葬品，還有一個轟動全球的神秘傳說—「法老王的詛咒」。

揭開神秘色彩

由於第一批進入古墓中的部分考古學家陸續離世，而被媒體大肆報導，讓這位最年輕的法老王



▲▼圖坦卡門—法老王的黃金寶藏特展 揭開「神秘永生傳說」與「被消失的 3000 年黃金時光」。(中正紀念堂提供)

蒙上了更加神秘的色彩。

圖坦卡門陵墓首度曝光後，考古學家從古墓中運出了許多的黃金寶藏。古埃及人為這位年輕法老王準備的陪葬品高達 5000 多件。

且每一件陪葬品都有其含義，

為的就是讓圖坦卡門的來世能夠活的幸福快樂。

欣賞古埃及文化之美

「圖坦卡門—法老王的黃金寶藏特展」將還原圖坦卡門在帝王谷中的陵墓場景，除了還原陪葬

品外，墓室牆上的壁畫及象形文字都能夠引領民眾化身考古學家進入古墓探險，一同探索神秘法老王及古埃及的傳統文化，敬邀各位一同進入「圖坦卡門—法老王的黃金寶藏特展」，揭祕古埃及文化之美。



慶從事藝術創作 20 年 洪易美術館成立

【彰化訊】洪易的作品一向鮮明且具個人特色，在台北花博公園、彰化員林演藝廳以及台中草悟道和台北新光三越都有洪易的作品，洪易最近在彰化市成立了自己的美術館。

洪易表示，20 這個數字對他極具意義，如他從台中 20 號倉庫出來，並且在藝術圈 20 年，下個 20 年怎麼走，他希望從彰化開始，選在日前 2020 年 2 月 21 日開幕，展現新的開頭。

洪易美術館有些是洪易高中時創作的作品、有些作品跟隨他從國外展覽回來，包括紐約、華盛頓，很多平面及立體的雕塑作品，將這 20 年的經驗分享一路走來的陪伴他的好朋友，有辛酸、有快樂，希望未來 20 年能夠展現更美好的記憶。

彰縣府表示，洪易選在彰化設立美術館，這是彰化人的福氣，洪易本身在 1988 年從明道高中美工科畢業，1990 年開始從事裝置藝術工作，2000 年獲選進駐當



時台灣中部最重要的當代藝術據點「台中 20 號倉庫藝術村」。

縣政府指出，洪易的作品非常鮮豔且以動物造型居多，讓大家很有想像空間，洪易提拔後進也不遺餘力，看到老師的美術館展示作品布置得美輪美奐，相信未來也是吸引大家來彰化一遊的景點，也帶動地方觀光產業，也讓

彰化的藝術更加的飛揚。

20 年間，洪易從一位體制外的創作者，不論在媒材、表現形式、尺寸等，一路突破重重的困難和限制，不跟隨潮流，以最親近的草根性在地文化出發，熱情面對所處的環境，另闢蹊徑成為少數能走出台灣的國際型藝術家。

美術館的成立除了回應環境

外，也映照出 20 年來創作生涯的核心價值，他把「美術館」也符號化，當成一件作品來創作，以後現代的概念將不同的建築、材料、元素融合運用在一起，在佔地一千多坪的空間中新舊交錯、功能轉換，解構以往對於美術館白盒子殿堂的概念，融入更多在地的色彩與情感。

▲彰化縣政府指出，洪易的作品非常鮮豔且以動物造型居多，讓大家很有想像空間。(彰化縣政府提供)

展演看板

版印年畫 囍鼠迎春國美館登場

【台中訊】迎鼠年。國美館援例辦理版印年畫徵選活動，並推出「囍鼠迎春—鼠年年畫特展」，本屆參與徵件作品共計 262 件，徵

選出首獎 6 件、優選 10 件、佳作 20 件及入選 49 件，呈現特有傳統民俗、歡樂年節、幽默趣味、並兼具年節祈福功能。(見圖，國美館提供)

「囍鼠迎春—鼠年年畫特展」即日起至 4 月 12 日，於國美館（台中市西區五權西路）數位藝術方舟登場，展出委託創作、徵件得獎及

入選作品共計 87 件。同時在該展區邀請學學文創基金會的「感動鼠 | 兒童暨青少年彩繪—國美特展」以為對應，期能喚起社會大眾對民俗藝術的重視，從版印年畫中，體驗出新美感、新感動、新趣味，並為春節增添圓滿、幸福的新年氛圍。



屏東 捕夢趣 春天畫會銀髮會員聯展

【台南訊】春臨大地，春天畫會成員們齊聚一堂呈現新作，邀請民眾到 2020 年春天畫會「捕夢趣」聯展，欣賞天馬行空的想像世界，也徜徉在繽紛的粉彩天地。(見圖，春天畫會提供)

「捕夢趣—春天畫會會員聯展」即日起至 3 月 22 日，在台南生活美學館（台南市中西區中華西路 2 段 34 號）展出。2007 年成立的春天畫會，大部分會員為南市康寧園粉彩畫班的



銀髮族，由於興趣相同組成畫會，定期集結作品、互相激勵提升素質。

宜蘭 遊子回鄉 蕭泰然逝世 5 周年紀念

【宜蘭訊】為紀念台灣作曲家蕭泰然逝世 5 週年，傳統藝術中心（位於宜蘭縣五結鄉）舉辦「遊子回鄉—台灣作曲家蕭泰然逝世 5 周年紀念特展」。本特展自即日起至 8 月 30 日登場，另於 3 月 7 日、8 日推出《來自福爾摩沙的天使》、《來自故鄉的思念》2 場紀念音樂會。(見圖，傳統藝術中心提供)

角詮釋，透過展示蕭泰然親筆手稿、相關文物及音樂，呈現這位異鄉遊子音樂家的一生與創作靈感。

傳藝中心表示，作曲家蕭泰然不僅將本土音樂與西洋音樂相互融合，更創作出許多富有濃郁台灣風情與人文精神的代表性作品，這也是至今許多音樂家及團隊持續演出詮釋其經典創作的的主要原因。

