2008 年 9 月 1 日 創辦網路原生媒體
2012 年 9 月 1 日 創辦實體報
https://anntw.com/ 五媒合一 · 深度報導 · 極簡閱讀

臺灣醒報
Awakening News Networks

今日出報三大張 西元 2020.04.17-19（五 - 日）
中華民國 109 年 04 月 17-19 日（星期五 - 日）農曆三月廿五 - 廿七

文字遊戲？藍籲紓困振興並重

國民黨副秘書長顏寬恆表示，中央根本是在玩「文字遊戲」，明明發現金可以同時紓困又振興，為何不做？

東西兩岸組隊 美中央地方角力

美東岸與西岸已分別以紐約州及加州為首，各州組成聯盟，希望在安全前提下讓經濟活動逐步回到正軌。

抽菸催化疫情 死亡率恐增 14 倍

數據顯示，吸菸者的死亡風險本來就比不吸菸者高，一旦罹患新冠肺炎，死亡風險有如坐雲霄飛車，高達 14 倍。

安倍防疫受批評 東奧讓他慢半拍

日本疫情持續延燒，首相安倍晉三民調持續下探，許多人好奇一向在衛生科技等都是模範生的日本，到底怎麼了？

今日天氣

北部 17°-31° 晴時多雲
中部 17°-30° 晴時多雲
南部 21°-30° 晴時多雲
東部 19°-28° 晴時多雲

發放 1035 億現金 鎖定自營與弱勢

閣揆蘇貞昌 16 日院會裁示，針對自營作業者及弱勢民眾發放現金補貼，前者每月補助 1 萬元，後者加發津貼 1,500 元。

▲ 總統蔡英文 16 日表示，紓困期政策工具之一就是現金補助，現金發放是針對需要政府幫助的人；如果無分別大撒幣，其實意義不大。（Photo by 中央社）

【本報記者祝潤霖台北報導】「發給個人的現金補貼共 1,035 億元，可協助 300 萬民眾。」行政院長蘇貞昌 16 日院會裁示，針對自營作業者及弱勢民眾發放現金補貼，對艱困企業補助員工 4 成薪，自營業及駕駛人每月補助 1 萬元，弱勢老幼、身障者每月加發津貼 1,500 元等，並且要加強 1988 紓困專線的服務。

增加 1988 客服人員

「政府會發現金，但不認同無差別的發放，要把錢花在刀口上。」行政院發言人谷辣斯・尤達卡說，蘇院長所指 300 萬民眾是來自各部會的統計。立法院盡速通過特別條例修正後就可以馬上紓困，手續一定要簡便，院長強調「我們要很快！」

蘇貞昌另表示，從經濟部的簡報可以看到，1988 專線平均每天有近 3,500 通的進線量，其中 6 成 5 都是來洽詢「貸款」及「薪資與營運費用補助」的，但接通率只有 4 成 4 而已，這點除請經濟部立即增加客服人員外，各部會設有聯絡專線者也應該比照辦理。

1988 一站式窗口

「女性來電比例高達 58%，雙北將近 5 成，平均每位客服人員受理約 12~15 分鐘。」經濟部中小企業處長何晉滄表示，1988 一站式窗口幫助民眾解答紓困振興疑問，還有 AI 客服 24 小時服務，服務流程分受理、諮詢、轉介，希望第一線就能解決問題，避免送到相關部會還得多花時間處理。

何晉滄說，問題以貸款跟薪資營運費用較多，例如向銀行送件的過程，銀行會要求相關資料，包括營收下滑的證明文件，直接試營運報表等，可請經濟部顧問協助，馬上會把資訊登記下來。

很多都是需要充實部會相關振興知識，各部會也都有提供 Q&A 資料庫。目前沒有接到外國人來詢問，但有 3 席的外語客服人員。

▲ 行政院發言人谷辣斯·尤達卡說，「政府會發現金，但不認同無差別的發放，要把錢花在刀口上。」（photo by 行政院）

武漢 700 人想家 阿中：下週接回

指揮官陳時中 16 日回應本報提問表示，下週一二有 400 多位武漢同胞會以類包機陸續返台，但不對美入境者採包機管制。

【本報記者施凱文台北報導】武漢依然有 700 多名台胞等待返台怎麼辦？疫情指揮中心指揮官陳時中 16 日回應本報提問表示，下週會有 400 多位民眾會以類包機陸續返台，但對於美國確診人數提高依然不採包機管制，他說：「對於美國返台者採取集中檢疫，大政策方向不變。」

▲中央疫情指揮中心指揮官陳時中針對本報提問武漢包機進度時表示，下週會有 400 人返台，會再積極規劃需求。（photo by 中央社）

下週 400 人返台

針對本報記者提問中國武漢還有 700 多台灣人滯留，他們很想家，但因為安排包機進程緩慢，有被忽視的疑慮。中央流行疫情指揮中心診揮官陳時中回應說，已安排下週一、二的班機接回，「有 400 多位民眾會以類包機返台，如果還有需求會再積極規劃。」

而另一提問為「近期從美國入境其他國家的確診人數越來越多，是否只繼續維持集中檢疫的策略？」陳時中說明，目前依然不考慮對美入境者採包機管制回台的選項，「集中檢疫的大偵測方向依然沒變。」

無症狀感染再觀察

「本土案例已連續 4 天零確診！」指揮官陳時中 16 日淡定地宣佈，台灣無新增確診案例，他說：「目前確診人數仍維持 395 例，換句話說就是今日零確診，國際情況仍然非常嚴重，我們還是不能掉以輕心。」他補充，「除了從國外返台者有確診案例，台灣已經連續 4 日沒有新增本土案例確診。」

專家小組召集人張上淳則對媒體提問無症狀感染者的情況回應，他說：「目前針對無症狀感染者有多大的感染能力，還沒有很完整的數據，禮拜六會再跟大家做完整的報告。」

2012 年 9 月 1 日創刊 深度報導 · 極簡樂讀 發行人 / 林意玲 電視、廣播、報紙、手機、網路 五媒合一 網站：www.anntw.com 發行所 / 台灣醒報股份有限公司 中華郵政台北聞字第 38 號執照登記為新聞紙交寄 定價 10 元
訂閱專線 / 02-23581961 訂戶客服專線 / 02-23581806 **郵政劃撥帳戶：50216232** 投稿信箱 / anntw.ad@gmail.com 其他服務 / ceo@anntw.com 歡迎加入台灣醒報臉書粉絲團 社址 / (10049) 台北市中正區北平東路 20 號 9 樓之 1

社論

疫情看不到盡頭 台灣經濟步步為營

國際貨幣基金（IMF）日前發布《世界經濟展望》（WOE），對新冠疫情引發的全球經濟走勢，提出了嚴正的警告。IMF認為，全球將面臨自1920年代的經濟大蕭條以來，最嚴重的下跌趨勢。

龔：不可能衰退4%

其中，最令國人關切的是，IMF大幅下修了台灣今年經濟成長預測值為衰退4%（即負4%），在昔日的所謂亞洲四小龍中，排名第三。對此，行政院政委龔明鑫立即做出反應表示，對IMF的預測值不以為然。

龔明鑫表示，台灣沒有封城，既定的消費也持續，就算第二季的經濟成長下修，全年的經濟成長率不可能跌到負4%這麼差。

他認為，亞洲開發銀行（ADB）對台灣今年經濟成長預測值是1.8%，這個數值「比較值得參考」。

台灣今年度的經濟成長率是否會如IMF最新預測的數值這麼低，確實有待商榷，不過，龔明鑫代表政府所提出的展望，似乎同樣值得觀察。

優於全世界？

他說，台灣的經濟成長會居四小龍之首，在新加坡、韓國和香港的狀況都相當不理想的情況下，這個部份可能不會太離譜。

不過，龔明鑫認為，台灣今年的經濟成長率會優於全球甚至全亞洲，這個部份則恐怕未必。因為這不但有異於IMF的預測，也和各主要金融機構的預測不同。

IMF預測今年全球GDP將衰退3%，雖然很差，但仍高於台灣的負4%；又如渣打集團下修今年全球經濟成長率預測至3%，台灣為1.9%。其他國際金融集團與經濟研究機構所做的預測，也大都顯示2020年台灣全年的經濟成長率低於全球經濟成長率。

無薪假企業大增

除了IMF將台灣的經濟成長率調低為負數外，星展集團16日發布的預測報告，也將2020年台灣的經濟成長率調降為負1%。

另一方面，勞動部公布，截至4月15日止，台灣實施無薪假企業有588家，勞工人數高達14821人，一個星期的時間就增加了6千多人。

這次無薪假實施人數是100年12月以來的新高，至於家數部分則是98年9月以來的新高。從這些數據來看，國內經濟情勢確實令人擔憂。

然而，官方所發布的數字，恐怕還無法真正反應就業市場的真實情況。

由於勞工人數少的企業放無薪假時不必向政府通報，而勞檢單位也檢查不到，因此勞動部的統計資料其實暗藏了大量黑數，人力銀行估計，國內放無薪假的人數至少已經達到2萬人。

台廠拿不到訂單

儘管國發會認為，台灣的電子產業表現仍然亮麗，但是因為疫情已從亞洲擴大至歐洲，影響層面由供給端延伸至需求端，台廠拿不到訂單，造成台灣進口與出口雙雙滑落，對以貿易創造經濟成長的台灣來說，是個警訊。

ECFA有變數

此外，還有另一個變數是兩岸之間的ECFA是否會叫停。從近日蔡政府多位官員出面向對岸喊話，希望ECFA不要受到政治影響，可猜測或許政府已得到較為負面的訊息。

綜合上述，提醒政府，在全球疫情還看不到盡頭前，對台灣的經濟前景，仍然應該保持更謹慎的態度，不宜過度樂觀。

發現金玩文字遊戲？ 藍籲紓困振興並重

國民黨副秘書長顏寬恆表示，中央政府根本是在玩「文字遊戲」，明明發現金可以同時紓困又振興，為何不做？

【本報特派記者劉東皋台中報導】「執政黨中央不要再玩文字遊戲！」面對國民黨全力推動「發現金，要口罩」的訴求，總統蔡英文與行政院長蘇貞昌都發文指稱，中央政府所提紓困方案已準備給基層勞工發現金，後續為振興經濟，仍會發行酷碰券，但國民黨團16日召開記者會時，認為根本是在玩文字遊戲，許多民眾已經面臨無米之炊，為何不能紓困與振興一次做好？

◀國民黨抨擊中央政府玩文字遊戲，應發現金紓困，可同時維持民生經濟。（photo by 劉東皋／台灣醒報）

換湯不換藥

親往議會黨團記者會的國民黨副秘書長顏寬恆表示，蔡英文臉書所提的內容，根本是在玩「文字遊戲」。很多基層民眾已經在放無薪假，或因公司停業而沒有工作，失去收入來源，基本生活都有問題；有些非正職勞工也根本拿不到　困金，直接排富發現金給的中低收入民眾，才有救急效益。

議會國民黨團書記長陳政顯對於行政院長蘇貞昌說會先　困再發酷碰券，深感不以為然，認為假借發給勞工月薪補助等就叫發現金，後面還是要民眾先花4000元再抵1000元的酷碰券，是刻意打模糊仗、換湯不換藥的說法。黃馨慧、李中及楊正中等議員抨擊中央先紓困後振興的說法，明明發現金可以同時紓困又振興，為何不做？

口罩先安內再攘外

國民黨除全台訴求排富發現金的政策之外，對於國內口罩生產明明足夠，卻任令民眾排隊買口罩，而拿口罩去援助其他國家、並置入蔡英文形象，為人民感到不平。顏寬恆表示，依蔡英文說法，台灣口罩日產量達1500萬片，但分配給台灣民眾每日領取量僅400多萬片，民眾不但要排隊買，還只能兩周買9片。

國民黨黨呼籲中央，至少兩周14片，讓人民每天都有乾淨的口罩可替換。在行為餘力時，國民黨並不反對進行口罩外交；但也不要一再只想置入打蔡英文形象。

藍：紓困廣發現金 需認證緩不濟急

【本報記者呂翔禾台北報導】「薪資補貼程序繁雜，不如學美國發現金！」國民黨黨主席江啟臣16日率領國民黨台北市議會黨團召開記者會說，民眾希望向美國一樣拿現金消費。另外，在防疫過程中，警消、環保局員工壓力倍增，政府不應該忽略。針對蔡英文總統15日的表示會發現金補貼薪資，江啟臣則認為，相關手續申請繁雜，人民還是無感。

▲國民黨各地議會連線召開記者會，江啟臣（中左2）在台北市議會呼籲政府排富發現金，照顧基層防疫人員。（photo by 呂翔禾／台灣醒報）

薪資補貼不算發現金

江啟臣表示，美、日、新加坡等國面對疫情衝擊幾乎都選擇普發現金，全美在15日有8000萬人收到1200元美金的支票。台灣雖然防疫工作穩定，面對後續經濟的壓力，IMF對台灣的經濟預測已經調整到下跌4%，希望政府發現金解決燃眉之急。他還提到，警消等人員的風險不比醫護人員低，政府不能忽略。

針對行政院長蘇貞昌、蔡英文15日都發文強調有發現金，但江啟臣認為，以現在行政院版本，薪資補貼的申請需要提出很多資格認證，非常不方便，唯一最直接的弱勢補助4500元也只有87萬人受惠，可是台灣有800萬受雇者，不要拿這個政策就說有發現金，人民還是無感。

國民黨台北市議員秦慧珠也補充，雖然經濟部有推出酷碰券等「振興」措施，但是必須要連續7天0確診才會開始逐步啟動，以目前疫情的不確定性來看，根本不知道還要等多久，可是如果發現金預算通過，民眾5月初就可以拿到現金，這樣才比較有感。

地方警消也要顧

國民黨議員徐巧芯表示，全台的警消、消毒人員在疫情中負擔都非常吃重，而且警力為了居家檢疫、隔離落跑增加非常多勤務，消毒人員也要花額外時間消毒，政府卻沒有撥額外預算補貼他們，非常不應該。

同黨議員王鴻薇也說，不光是台北市，其他如新北、桃園都會有這種問題，他們呼籲政府不要忽略這些單位。

世衛與我視訊 張上淳：爭取正式參與

【本報記者呂翔禾台北報導】「我們一直都希望加入世衛，跟世界其他防疫專家交流。」針對15日世衛與我國專家小組開會，專家小組召集人張上淳表示，有跟WHO交流疫情資訊，在會中也表達希望參加WHO疫苗專家小組的意願，但WHO代表沒有給予正面回應。指揮官陳時中也說，WHO有許多防疫專家與資訊的交流平台，「台灣當然希望能加入。」

與WHO交換資訊

針對媒體提問15日我國與WHO專家舉行電話會議的狀況，張上淳表示，這次是專家小組與世衛組織展開電話會議，大約進行1個小時左右。他們派了防疫專家與法務顧問跟專家小組，討論到有關我國疫情與世界的情況，我國專家也分享一些特殊案例，提供他們參考。

我方專家小組最後也表達希望參加更多WHO技術性會議與正式會議的意願，並提出能否讓我國參加世衛的「疫苗專家小組」，張上淳表示，雖然對方沒有正面回應，但是能夠有這次交流也是好事，相比之前世衛對台灣的忽略，近來世衛對台灣的回應，感覺：「終於看到台灣了」。

好平台，要加入

陳時中也分析，WHO組織內有很多專家投入，建立了很多好的系統，才讓大家希望加入，如果能在系統內直接對話，並提供相關防疫資訊交流，對雙方都是好事。陳時中也坦言，雖然WHO現在感覺有點變調，但是基本上它的體質很好，因此我國還是希望能參與更多WHO的正式會議。

陳時中認為，WHO開始願意展開專業對話是好事。至於要怎麼調整、加入的形式等等的問題，是未來要努力的方向。不過有媒體提問說，WHO有提及之後還會有相關交流嗎？張上淳則表示沒有。

▲專家會議召集人張上淳16日表示，有跟世衛代表爭取能否參加疫苗專家小組，不過還沒得到回應。（Photo by 疫情指揮中心）

2012年9月1日創刊 深度報導．極簡樂讀 發行人／林意玲 電視、廣播、報紙、手機、網路 五媒合一 網站：www.anntw.com 發行所／台灣醒報股份有限公司 中華郵政台北聞字第38號執照登記為新聞紙交寄 定價10元
訂閱專線／02-23581961 訂戶客服專線／02-23581806 郵政劃撥帳戶：50216232 投稿信箱／anntw.ad@gmail.com 其他服務／ceo@anntw.com 歡迎加入台灣醒報臉書粉絲團 社址／(10049)台北市中正區北平東路20號9樓之1

▼ 金管會強調，台股的殖利率還蠻高的，現金殖利率有 4.29，定期定額、長期持有的話，台股是相對值得投資的。（中央社）

台股現金殖利率 4.29
金管會：值得持有

金管會呼籲投資人，台股現金殖利率有 4.29，定期定額、長期持有的話，台股是相對值得投資的。

【本報記者祝潤霖台北報導】「2 週 1 次太久了，央行必須每天提供外資匯進、匯出的情況給金管會。」國民黨立委曾銘宗強調，每日更新才能即時掌握外資走向，以供應變參考。對此金管會表示，會再研議，同時也向投資人呼籲，台股目前現金殖利率達 4.29，若定期定額、長期持有，台股相對穩定、值得投資。

定期定額、長期持有

「股市動盪幅度頻率大，對當前投資人的呼籲？」立法院財委會 16 日首度視訊考察金管會及證交所，曾銘宗提問，關於外資的存量、每日交易比例，今年以來的賣超及匯出金額，第一季財報證交所有無掌握最初情況？並建議央行必須每天提供外資匯進、匯出的情況給金管會，才能即時掌控外資走向，「2 週一次真的太久了！」

金管會表示，國際股市看基本面、信心面，在此呼籲投資人，台股是相對穩定的，對台股投資要有信心。金管會強調，台股的殖利率還蠻高的，現金殖利率有 4.29，定期定額、長期持有的話，台股是相對值得投資的。外資雖然 3 月賣超蠻大的，但好消息是，4 月份以來外資賣超大幅減少，只有 23.23 億。

證交所董事長許璋瑤表示，外資 3 月賣超 3,900 億左右，到 4 月份已經變成買超了。為何買賣金額穩定？因為台灣有很好的殖利率跟公司治理，3 月份有 525 家上市公司殖利率高達 4 以上，佔比多達 6 成，對外資有高的吸引力。投資人也非常理性，第 1 季的跌幅 12.92%，在各國都算跌比較少的。

董監酬勞突破天際

賴士葆指出，證交法關於董監酬勞的問題，去年有 35 家公司的董監酬勞破億，有些是金控或大財團，最高是全部董監事加起來有 6 億，「有些公司才 60 萬，看法如何？正常？鼓勵？還是該適度撥給員工？」

此外，針對今年 IPO 上市情況非常不理想，「跟去年比差有夠多，能否預估今年大概有幾家？」

金管會回應，會請投資人保護中心參加公司股東會，如果公司衰退或沒有賺錢，會揭露董監名單給予輿論壓力，並要求公司對外發布新聞稿。將落實公司薪酬委員會功能，要把獲利依百分比分配給員工。

銀行紓困不積極
民眾黨：應列評鑑

【本報記者林祐任台北報導】銀行網站首頁的紓困專區是否顯眼？介紹紓困措施的內容是否易讀？民眾黨團 16 日召開記者會，以金管會年初提出的「普惠金融指標」，對 8 大公股行庫和民營銀行進行體檢，發現部分的公股行庫僅將各部會的網站連結貼上，內容並未整理，態度消極。對此，民眾黨團項金管會和證交所呼籲，應將銀行紓困的狀況列入評鑑。

▲ 蔡壁如表示，最近民眾黨會不定期召開「民眾監督紓困中心」，以各項評比指數檢視政府的紓困是否到位。(Photo by 林祐任 / 台灣醒報)

應提供客服機器人

公股和民營銀行推動紓困措施積極嗎？民眾黨參考金管會年初提出的「普惠金融指標」（衡量金融服務的可及性、使用性和品質），對 8 大公股行庫以及抽樣的 4 間民營銀行進行評比，包含網站首頁的「紓困專區」是否顯眼？介紹紓困措施的內容是否易讀？是否應用金融科技，譬如提供客服機器人諮詢？

民眾黨立委蔡壁如指出，雖然 8 大公股銀行網站首頁的「紓困專區」都放在顯眼的位置，然而細看說明內容，有的公股銀行是不及格的，僅將各部會的網站連結貼上，沒有進一步的整理，使用客服機器人為民眾解惑的更只有 2 家，提供線上申請的也僅 3 家。

紓困貸款核准率 63.69% 排名首位的第一銀行，法金處處長王邦旭也在記者會中分享經驗，他表示，為了讓民眾更容易申請貸款，第一銀行下放受審層級，並對申請流程進行控管，此外，第一銀行行之有年的 E 化也是功不可沒。

王邦旭坦言，「備齊 21 項申請資料」是民眾抱最久的流程。

落實分級分流程序

「相對之下，民營銀行更是不積極。」民眾黨立委邱臣遠表示，民營銀行的核准率只有公股銀行的 20% 左右。他強調，重要的是銀行的態度和落實分級分流的程序，呼籲金管會和證交所，分別以「普惠金融指標」和「台灣永續指數」評鑑銀行紓困情況，各大金控在「年度 CSR 報告」中，也應披露銀行紓困的執行情況。

被記者問到是否贊成國民黨發現金補貼的建議，邱臣遠回應，發現金只是其中一種方式，執行率更為重要。蔡壁如也表示，最近民眾黨會不定期召開「民眾監督紓困中心」，以各項評比指數檢視政府的紓困是否到位。

藍催不在籍投票
中選會：民眾不信任

【本報記者祝潤霖台北報導】「僑胞能花 5 萬買機票回台投票，你認為他們的票會被買走嗎？」國民黨立委林為洲、溫玉霞 16 日召開「不在籍投票公聽會」，楊泰順等學者認為，移轉投票、通訊投票早在國外行之多年，技術更非門檻，關鍵卡在朝野欠缺互信。中選會則擔憂，改變投票制度會影響民眾對選舉的信任。

技術早就應該克服

「台灣社會素質夠高，卻對舞弊過度擔心。」文化政治系教授楊泰順指出，很多國家只要陳述理由就可郵寄（通訊）或移轉投票，如軍人的不在籍投票，就可授權國防部處理，中選會不必全部包攬。但各式不在籍投票沒有互通性，電子或網路投票也一樣，沒有經驗可以借鑑，在嘗試錯誤的過程中，要視國情去適應。

「其實朝野政黨菁英彼此的不信任才是關鍵。」中研院政研所博士吳重禮認為，移轉投票會對特定區域產生壓力，最理想的狀況是採取電子投票。「如果你可以信任花錢在線上買股票、黃金，為何不能信任線上投票？」電子投票可以雙認證，以現在的科技很容易處理，「否則唐鳳就應該下台了不是嗎？（眾笑）」

世界台商總會北美洲顧問鄭碧鳳表示，現在已經是 21 世紀，只要是中華民國的國民，不管在什麼地方，權利都不能被剝奪。現在申報所得稅，不是老早就可以用自然人憑證跟健保卡線上完成嗎？更何況現在的資安比以前進步太多了。她強調，「不怕難，只怕懶，不缺關心國家的人民，只怕不努力捍衛人民權利的政府。」

不樂見損害公平性

台師大公教系教授黃信豪指出，愛沙尼亞是第一個使用 i-Voting 的國家，「很諷刺的是機器還是台灣製造的（眾笑）。」不在籍投票如果從台灣開始，再漸進推到海外，會否有違憲的問題？因為憲法要求「普通平等」，可能需要立專法規範。

「戶籍所在地不一定是生活所在地。」世新行管系教授莊文忠表示，很多人跟戶籍地反而沒什麼互動性，而對所生活縣市的首長評價比較有感覺。不在籍對離島地區的影響很大，如果選舉的決戰在境外，「對當地選民到底公不公平？」另外，戶籍要怎麼認定？如果要干擾選舉就動員轉戶籍投票，會造成很大困擾。

內政部民政司副司長鄭英弘回應，公投法 25 條已賦予不在籍投票法源，建議公投可先行，視狀況做為選舉推動的參考，漸進實施，電子投票有被竄改或被駭客的可能性，不建議第一次就採用。

中選會選舉處長蕭美玲則說，不希望新制度影響到人民對選務的信任，至於公投的電子連署系統，已經建置好在做資安測試。

小規模貸款加快 勞工無勞保也可貸

【本報記者林祐任台北報導】「小規模營業人將可更快獲得紓困貸款！」行政院 16 日召開紓困記者會，金管會主委顧立雄表示，只要是 50 萬以下的貸款，小規模營業人不需要財報，也可快速申請貸款。勞動部次長林明裕也表示，勞工紓困貸款也放寬，只要提出工作的事實證明，即使沒有勞保，最多可貸款 10 萬。

▲ 林明裕表示，只要提出工作的事實證明，即使沒有勞保，最多可貸款 10 萬。(Photo by 行政院)

小規模營業快速核貸

「下禮拜金管會將實施小規模營業人的簡易核貸！」顧立雄表示，據統計約 49 萬多位小規模營業人，只要是 50 萬以下的申貸案，年利率僅 1%，申請文件以「簡易式信用評分表」替代財務報表，以達到快速核貸的目的，估計約可涵蓋約 8 成 5 的小規模營業人。

顧立雄指出，公股和民營銀行核准貸款的比例也在增加中，目前已核准 52% 的借貸金額和 67% 的申請戶數，其中公股行庫的企業客戶比較多，而民營銀行則以個人戶居多。顧立雄表示，金管會將以紓困的金額、件數和效率 3 大面向，對各銀行進行評比。

林明裕表示，勞工紓困貸款已經放寬，不需要 15 年勞保年資，只要提出工作的事實證明，即使沒有勞保，最多可貸款 10 萬，並由政府補貼利息 1 年。針對自營作業者及無一定雇主之勞工，每月補助 1 萬元，共計 3 個月，原則上是弱勢優先、排富、不重複領取。此外，對減班休息的勞工也有充電再出發計畫（職業訓練），最高補貼 18,960 元。

急難救助金恐不夠

有記者提到一群酒店公關在網路上連署，希望政府的紓困不要遺漏她們。政務委員龔明鑫回應，針對不符合全部紓困條件的「黑數」，衛福部有編列一筆將近 1 億的急難救助金可運用，不過他擔心這筆錢恐怕不太夠。林明裕也強調，勞動的補助、貸款和充電再出發都不限行業。

有記者指出，民眾黨團稍早建議金管會，將「普惠金融指標」作為銀行紓困情況的評鑑。

顧立雄表示，國際的普惠金融指標並沒有考量紓困貸款，為了提供銀行更多的放貸誘因，金管會將備抵呆帳提撥率降到 0.5%，此舉可節省銀行的放貸成本。

記者詢問外籍勞工是否也在紓困之列？龔明鑫回應，行政院現階段希望守住勞動力的元氣，外籍勞工的部分也會特別考慮。

2012 年 9 月 1 日創刊 深度報導 · 極簡樂讀 發行人 / 林意玲 電視、廣播、報紙、手機、網路 五媒合一 網站：www.anntw.com 發行所 / 台灣醒報股份有限公司 中華郵政台北聞字第 38 號執照登記為新聞紙交寄 定價 10 元
訂閱專線 / 02-23581961 訂戶客服專線 / 02-23581806 郵政劃撥帳戶：50216232 投稿信箱 / anntw.ad@gmail.com 其他服務 / ceo@anntw.com 歡迎加入台灣醒報臉書粉絲團 社址 / (10049) 台北市中正區北平東路 20 號 9 樓之 1

▼ 對照川普的強制開工說法，美國東西兩岸各州則分別合作組隊，希望安全地重啟經濟。左為加州州長紐森，右為紐約州州長古莫。（網路截圖）

東西兩岸組隊抗衡 美中央、地方角力

在川普發言後，美國東岸與西岸已分別以紐約州及加州為首，各州組成聯盟，希望在安全前提下，讓經濟活動逐步回到正軌。

【本報記者陳是祈綜合報導】美國經濟活動如何復工，東西兩岸各自組隊合作，與中央唱反調。川普14日表示，自己有權力命令州長們何時重啟經濟活動，但被不分黨派批此舉不合憲法。在川普發言之外，美國東岸與西岸已分別以紐約州及加州為首，各州組成聯盟，在經濟與科技研發上合作，希望在安全前提下，讓經濟活動逐步回到正軌。

「國王」川普恐違憲

根據CNBC報導，美西包含加州的3個州以及美東包含紐約州的7個州分別合作，總共有10州的經濟重啟計畫，將牽動美國將近四分之一的經濟命脈。

根據ABC報導，川普在14日記者會上稱自己有權力可以命令州長重啟經濟，遭州政府反駁，在不到24小時川普又改口說會與州長們密切商討，但決定權「還是在州長們手上」，他的言論不僅遭紐約州州長古莫直言「你不是國王」，也引來同陣營搖頭，如向來是川普支持者的佛州參議員魯比歐即在推特上表示，經濟鬆綁與否，按憲法與常識「應由州政府決定」。

美東7州合作

根據紐約州政府消息，古莫13日宣布，將和鄰近的麻州、康乃狄克、紐澤西、德拉威爾、賓州及羅德島6個州一起宣布合作重啟復工。合作中會有健康與經濟專家，和各州代表加入，力求在不要讓新冠病毒擴散的前提下，逐步重啟經濟活動。

計畫內容包含篩檢量能增加、宣導社交距離、追蹤感染患者足跡。古莫更於15日宣布，將要求全紐約州人民外出若不能保持社交距離，必須要戴口罩。

加州提6大原則

《舊金山紀事報》報導，加州州長紐森週一就率先宣布鬆綁禁令的「6大原則」，並將與鄰近的華盛頓州及俄勒岡州合作。6大原則包含擴大檢測範圍、保護弱勢社群、保障醫院需求、投入科學研發、重新規劃公共空間佈局及加強醫院機動性。

另外，加州為了徹底實行禁足令，已經嚴格開罰違規的民眾和商家。根據《洛杉磯時報》報導，洛杉磯已有79間違規商家被檢舉，聖地牙哥本週對違規民眾的開單比上週成長了一倍。

馬克宏主導停火協議 喊話普丁也響應

【本報記者施凱文綜合報導】「5大常任理事國有義務在此時團結，讓人民看到希望！」法國總統馬克宏積極主導全球停火協議簽署，並向俄羅斯總統普丁喊話。他說：「我相信總統普丁也是抱持相同的看法。」一般認為，聯合國5大常任理事國若簽署停火協議，即能有效遏止世界各地的代理人戰爭及區域衝突。

▲ 法國總統馬克宏（右）喊話承諾簽署停火協議。（photo by YouTube）

全球停火協議

根據《CNN》報導，法國總統馬克宏16日向媒體表示，已要求聯合國安理會的5大常任理事國共同簽署「全球停火協議」，盼能停止世界各地的武裝衝突。

馬克宏指出，已取得英國首相強森、美國總統川普的同意，他說：「中國國家主席習近平已答應我會同意此項協議，我相信俄羅斯總統普丁也是抱持相同想法。」聯合國5大常任理事國法國、美國、中國、英國及俄羅斯握有否決任何議案的權力，因此影響力極為巨大。

日前聯合國秘書長古特雷斯及教宗方濟各都強烈呼籲，世界各地衝突區域必須停止戰火，正視人民面臨的疫情困境。古特雷斯說：「各方必須停火，讓醫療人員有心力投入防疫。」儘管檯面上不是各國都有進行中的戰事，但如中東及東歐等地的區域衝突及代理人戰爭，層層拆解後也都能看到大國的身影。

暗潮洶湧政治角力

英國為最早響應古特雷斯呼籲的大國，其外交部聲明指出，「英國支持聯合國秘書長要求全球停火的呼籲。」並認為常任理事國有義務聯合大家共同防範疫情，「讓身處防疫弱勢的人們看到希望。」CNN政治評論員阿德曼則認為，法國總統馬克宏此舉為嘗試主導世界秩序，並擔任起意見領袖。

據《印度公共電視》報導，聯合國發言人杜亞里克表示，對於馬克宏發起的協議樂觀其成，「但無法保證他所說取得承諾是否為真。」

美國遣返難民確診多 加劇中美疫情

【本報記者呂翔禾綜合報導】「美國根本是美洲版的武漢，也是疫情的源頭！」中美洲國家瓜地馬拉衛生部表示，在新冠肺炎爆發下，該國當局曾要求美國降低遣返數量，美國不但不理會，遣返的難民中竟高達75%是確診病患，加劇當地疫情。但拘留在美國的非法移民也爆發大量確診，讓這些人成為防疫上的人球。總統賈馬太直言，美國已成為該國最大的疫情源頭！

美國為疫情熱點

根據《半島電視台》報導，瓜地馬拉衛生部長莫瑞不滿批評，瓜地馬拉的境外確診從14日開始直線上升，由於美國遣返該國難民的其中一班班機中，高達75%的乘客確診（約70人左右），在此之前，瓜地馬拉只有出現3例從美國回來的境外確診，總共累積196例確診、5例死亡。

《衛報》提到，瓜地馬拉總統賈馬太甚至直言，美國已變成美洲版的武漢，成為最大的疫情源頭。雖然政府有跟美國交涉，希望美國遣返回國的班機每班不要載超過25人，但是美國接連派了2班包機分別載了76人與106人，而且還會陸續將薩爾瓦多、宏都拉斯的移民載回國。

中美疫情恐擴散

從1月至今，美國已經載回12000名尼加拉瓜非法移民，其中有1200位是小孩。雖然中美洲國家都不希望確診病患回國，可是美國也面臨難民社區傳染的風險，美國境內目前仍居留34000名來自中美洲的非法移民，其中已經有77位出現確診，美國移民署宣布已陸續釋放700位高齡難民，避免受病毒危害。

美國國務卿蓬佩奧近日也表示，會繼續將難民載回中美洲各國，這也讓中美洲各國與外界擔心疫情爆發，很多國家的醫療條件並不完整，而且中美洲各國治安不佳、暴力事件頻傳下，這些難民回國也無法受到良好醫療照顧，成為防疫破口。

◀ 美國遣返中美洲移民，反而加速當地疫情爆發，讓當地官員非常不滿。(Photo on Flickr)

歐洲各國急解封 歐盟：同步可防擴散

【本報記者呂翔禾綜合報導】歐洲國家急著解封，但歐盟不准！近日，德國、西班牙與義大利等國急欲解除新冠肺炎隔離措施，並恢復上班上課，但是法國、比利時等國卻要延長封鎖至5月，各國解封時程不一，因此歐盟執委會主席馮德萊恩呼籲各國要統一解除封城的時間，以免有疫情再度擴散的風險。

◀ 歐洲各國解封標準不一，讓歐盟警告最好要統一解封時間。(Photo on Wikipedia)

德國最早解封

根據《英國廣播電台》報導，德國已宣布將陸續解除封鎖，不過社交距離措施也要到5月3日才會陸續解除，學校也將在5月4日後逐步復學，德國總理梅克爾宣稱，德國目前抗疫展現出微小的成功，但是民眾不能輕忽，該做的防疫措施，如戴口罩、洗手等行為還是要保持。

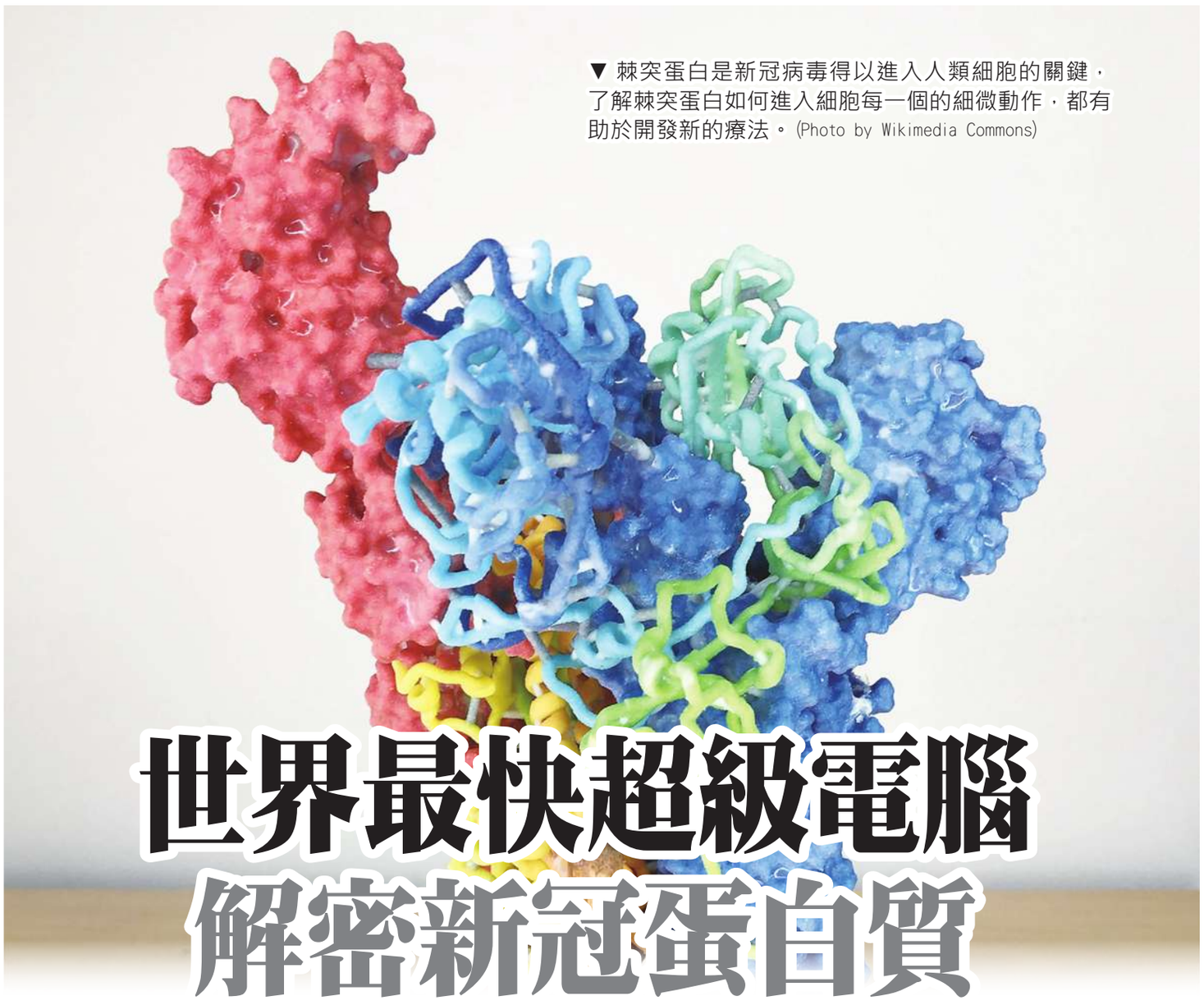
德國也是目前最早宣布逐步解封的國家，不過該國大型公共場合（酒吧、餐廳、教會）聚會的禁令仍然還沒取消（到8月底）。而歐洲各國部分地區也開始恢復商業、學業活動，丹麥開放11歲以下的學童復學與安親班，西班牙製造業開始逐步復工，奧地利5月1日開始恢復室外體育活動。

防疫不同步

連災情慘重的義大利有一些城市的書店與童裝店都開始恢復營業。但法國總統馬克宏近日卻宣布，由於防疫準備不足，延長封城至5月11日，比利時也表態5月3日以後才會考慮要不要解封。《德國之聲》報導，這也讓歐盟執委會主席馮德萊恩警告歐洲各國防疫政策最好要統一。

她認為，歐洲解封需要在各國健保減輕負擔、感染率下跌、弱勢族群獲得全面保障的情況下，才可以開始解封，否則疫情仍有再次爆發的可能。但歐盟並沒有對何時解封做出明確的時間承諾。但是歐盟也將在下禮拜開會，討論要如何推出歐盟版的「馬歇爾計畫」，預計以千億規模對歐盟各國進行紓困。

2012年9月1日創刊　深度報導．極簡樂讀　發行人／林意玲　電視、廣播、報紙、手機、網路　五媒合一　網站：www.anntw.com　發行所／台灣醒報股份有限公司　中華郵政台北聞字第38號執照登記為新聞紙交寄　定價10元
訂閱專線／02-23581961　訂戶客服專線／02-23581806　**郵政劃撥帳戶：50216232**　投稿信箱／anntw.ad@gmail.com　其他服務／ceo@anntw.com　歡迎加入台灣醒報臉書粉絲團　社址／(10049) 台北市中正區北平東路20號9樓之1



▼ 棘突蛋白是新冠病毒得以進入人類細胞的關鍵，了解棘突蛋白如何進入細胞每一個的細微動作，都有助於開發新的療法。(Photo by Wikimedia Commons)

世界最快超級電腦 解密新冠蛋白質

史丹佛大學主持的Folding@Home計畫，利用世界各地志願者的電腦研究模擬新冠病毒的棘突蛋白結構，尋找新療法。

【本報記者林祐任綜合報導】集結世界數百萬台電腦而成的超級電腦，正在模擬新冠病毒的棘突蛋白結構，目標是開發出新的療法！史丹佛大學主持的Folding@Home計畫，利用世界各地志願者的電腦研究蛋白質摺疊的現象，今年2月底將目標轉移到新冠病毒上，目前的運算速度比全世界前500台超級電腦加起來還快。

模擬棘突蛋白結構

根據《衛報》報導，由史丹佛大學化學系潘德實驗室主持的Folding@Home，目的是為研究蛋白質摺疊以及由此引發的疾病，目前是全世界最大的分散式計算工程，將需要大量的計算的工程資料分割成小塊，世界各地的志願者只需下載特定軟體，便可利用自家電腦計算上傳，以眾志成城的方式完成。

從2月底開始，Folding@Home啟動新冠病毒的新計畫，研究團隊領導人鮑曼指出，他們嘗試模擬棘突蛋白的結構，棘突蛋白是新冠病毒得以進入人類細胞的關鍵，了解棘突蛋白如何進入細胞每一個的細微動作，都有助於開發新的療法。鮑曼表示，歷經幾個禮拜，他們成功模擬了棘突蛋白「打開」的初步階段。

運算速度突破天際

Folding@Home在3月25日達到每秒100京次的浮點運算，相等於世上最快超級電腦「IBM高峰」的6倍以上，4月13日更是突破每秒240京次的浮點運算，比全世界前500台超級電腦加起來的運算速度還快。過去比特幣挖礦興起之時，Folding@Home曾經沉寂了一段時間，但近來因疫情嚴峻，暴增了將近100萬名志願者。

《華爾街日報》指出，美國政府機關和科技公司也提供超級電腦的資源給民間的研究團隊，目標是盡快找到治療新冠肺炎的藥物，並預測疫情擴散情況。麻省理工學院的生物學家埃斯維爾特表示，他們正試圖創造出誘餌受體，讓病毒和假的蛋白質結合，防

通訊軟體需求大 功能與安全難兼顧

【本報記者林祐任綜合報導】在各國人民足不出戶的日子，哪個通訊軟體兼顧功能性和安全？近來歐盟政界放棄使用WhatsApp，改用可加密通訊軟體Signal；美國NASA、台灣也捨棄Zoom，改用Cisco Webex等軟體；德國政府則向企業訂做專屬的通訊軟體。

無100%安全軟件

根據《德國之聲》報導，在各國紛紛實施社交距離的措施之際，通訊軟體出現前所未見的熱潮，但世界上沒有一個軟體是100%安全的，再安全的通訊軟體，若是功能不善，也沒有人願意用，如何兩者兼顧，是當前各國政府遭遇到的兩難。

WhatsApp曾是歐盟政界愛用的通訊軟體，過去在脫歐議題的討論中不可或缺，然而，2月歐盟執委會卻要求改用另一個軟體Signal，原因在於WhatsApp雖然使用點對點加密，但駭客卻可以竊取用戶的機密資訊，2018年亞馬遜創辦人貝佐斯還被盜過帳號。

密封發送者

Signal是由資安專家開發的加密通訊軟體，除了點對點加密處理訊息內容，還隱藏訊息發送者身份，稱之為「密封發送者」功能，此外，Signal程式碼是開源的，用戶可隨時修補漏洞。另一個加密通訊軟體Threema甚至不要求用戶提供E-mail或電話號碼，而是指定匿名ID。

通訊軟體Viber和ICQ各自因為爭議性的隱私政策遭人詬病，Viber的用戶必須同意該公司可以使用其個資，在多年過後甚至還可以轉讓給第3方利用；ICQ則是遭史諾登披露將個資傳給情報機構。視訊軟體Zoom雖然因疫情一度成為當紅炸子雞，卻因為資安漏洞被多國政府和企業禁用，如美國NASA和Google。

政府訂做專屬軟體

對此，有的政府機關選擇向企業訂做專屬的通訊軟體，《Netzpolitik》揭露，雖然歐盟要求改用Signal，但對外事務部同時也在找企業訂製專用的通訊軟體，以供歐盟外交官使用；德國政府也正在測試Wire的一款通訊軟體，若通過嚴格的歐盟資料隱私規定，有可能採用。

《德國之聲》預測，在不久的將來，或許大多數人會對於不同的用途，使用好幾個通訊軟體，用於私人關係、工作或視訊，還有1個作為嘗試之用。

▼ 世界上沒有一個通訊軟體是100%安全的，如何兼顧功能性和安全，是當前各國政府遭遇到的兩難。(Photo by Pxfuel)

德動物園面臨斷炊 列安樂死名單

【本報記者祝潤霖綜合報導】因為疫情，連動物園被迫「弱肉強食」？自德國於3月15日下達封城令後，遊客銳減，新明斯特動物園財務吃緊，為了解決動物捱餓的問題，園方已列出緊急應變方案，考慮將部分動物安樂死，並宰殺作為其他動物的食物。負責人維勒娜・卡斯帕里表示，「總比看牠們挨餓受苦好」。

沒有收入營運困難

根據《CNN》報導，位於德國北部的新明斯特（Neumünster）動物園，受到新冠肺炎疫情衝擊，導致遊客減少、營運困難。園方負責人維勒娜・卡斯帕里表示，為了讓動物生存下去，只能先做最壞打算，已經列出首要安樂死動物的名單，甚至或許不得不考慮「將一些動物餵給其他動物吃」。

柏林動物園協會（VdZ）強調，動物園在休館期間無法大幅削減開支，每日仍須支出一定人力與金錢成本餵食並照顧動物，維持宜居的環境及溫度條件，一旦失去門票收入，便面臨龐大財務壓力。德國政府已推出高達7,500億歐元的紓困方案，VdZ也已籲請總理梅克爾撥款1億歐元，作為動物園產業的緊急支應金。

▼ 園內一隻名為「維特斯」（示意圖）的北極熊，被列為「確定無疑的最後倖存者」。(photo byFlickr)

做最壞的打算

根據《快餵新聞》報導，園長表示，自德國於3月15日下達封城令後，該動物園只能靠捐贈為生，「但人可以挨餓，動物卻不行。」如海報、企鵝等動物，每天得進食大量新鮮魚類，如今供應鏈與財源皆斷，斷炊危機已經迫在眉睫。

卡斯帕里也說，通常動物園經營不下去，會將動物移轉別的動物園，但可惜其它歐洲國家的動物園也在沉重邊緣掙扎，自身負擔很重，「因此這些動物無處可去。」

「我們已列出會先撲殺的動物清單。」卡斯帕里無奈表示，這是最壞的最後手段，儘管這樣做還是不太能解決財政困難。

但為了應付牠們的食物，不得不將某些動物考慮安樂死，「好比看牠們挨餓受苦」。誰生？誰死？宰殺順位尚不明朗，但園內一隻名為「維特斯」（Vitus）的北極熊，被列為「確定無疑的最後倖存者」。

群眾募資及時雨 英商家不靠紓困生存

【本報記者陳是祈綜合報導】等不到政府紓困，英國小型商家轉而向群眾募資求生存。在英國，即使政府大手筆砸上億英鎊紓困，但許多小型商家如咖啡店、小酒館等，因為紓困申請緩慢甚至申請資格不符，轉而向群眾募資求援。然而有報導建議，群眾募資要搭配其他網路工具宣傳，才有機會成功達標。

群募積少成多

根據［BBC］報導，英國政府大手筆砸下上億英鎊紓困，然而申請紓困的人太多，行政作業緩慢，目前30多萬件紓困申請只通過了不到2%，甚至有小型商家根本不符合申請資格，如咖啡店開始轉而尋求群眾募資的幫助。

例如，位在北倫敦的Craving Coffee因為不符合申請資格，面臨破產邊緣，於是在網路上發起群眾募資，結果不到24小時就成功達標，甚至超過原本設想的數目，足以支付租金、水電費及員工薪水。

咖啡店主瑞秋表示，捐款數目小至5英鎊大至1000英鎊，都是老顧客們多年累積的心意，「我並不意外大家的熱情，但人們願意給予的心意還是遠遠超過我所想的。」

搭配其他平台宣傳

根據美國群眾募資平台GoFundMe的數據，來自英國的群眾募資案件數量比往年同期成長了246%，且根據《紐約時報》報導，以往申請群眾募資的人多是有特殊困難的個人或家庭，但現在暴增的案件則多是來自小型商家的老闆。

然而《紐約時報》也指出，由於群募案件暴增，雖然有像Craving Coffee或者［舊金山城市之光書店］的成功案例，卻也有很多案件被埋沒，所以光是靠群眾募資平台並不夠，還需要搭配其他網路工具宣傳。例如在美國芝加哥，就有民眾利用Google文件整理出當地的群眾募資案件，方便在網路上推廣，吸引更多潛在捐款人。

2012年9月1日創刊 深度報導・極簡樂讀 發行人/林意玲 電視、廣播、報紙、手機、網路 五媒合一 網站：www.anntw.com 發行所/台灣醒報股份有限公司 中華郵政台北閩字第38號執照登記為新聞紙交寄 定價10元
訂閱專線/02-23581961 訂戶客服專線/02-23581806 郵政劃撥帳戶：50216232 投稿信箱/anntw.ad@gmail.com 其他服務/ceo@anntw.com 歡迎加入台灣醒報臉書粉絲團 社址/(10049)台北市中正區北平東路20號9樓之1

家庭料理生活學 餐桌款待端出藝術

餐桌常讓人覺得只是吃飯用的，其實我們在餐桌上度過的時光比想像中來得長。找一張大餐桌，全家人一起吃頓美好的晚餐吧。

▲有元葉子對於飲食的態度，包含選擇食材，希望不要一味地按照食譜做菜。也大方分享「擺盤技巧」，為飲食生活更添滋味。(photo by 網路截圖)

◀能把蒸好的雞肉用手剝成雞絲，拌著鴨兒芹或小松菜吃，或是拌點淋醬也不錯。雞絲也可以用來做越式河粉或三明治。(photo by 網路截圖)

▶雞胸肉或雞里肌肉，用「蒸」的方式來做，除了完成一道肉料理之外，雞肉的鮮美精華溶入水中，還能做雞湯，可說一舉兩得。(photo by 網路截圖)

■有元葉子

無論是牛肉、雞肉或豬肉，要吃最好吃的肉料理，我想，用「燒烤」的方式是最美味的。而燒烤方式，最理想的就是像古時候的人那樣，燒柴或木炭，把肉放在上方燒烤到上色後直接吃。

肉類美味的祕訣

話雖如此，在日本平常要燒柴或木炭，都很困難。因此，對一般家庭來說，想吃最好吃的肉，就是用烤魚的小烤爐，以「烘烤」的方式料理。如果家中瓦斯爐有附烤魚的小烤爐，推薦各位一定要試試看。

若家中沒有烤魚用的烤爐，也可以在瓦斯爐上架烤網。雖然會冒出一些油煙，總之直接在火上烤到微焦就行了。

此外，將平底鐵鍋加熱到冒煙，倒點油用煎烤的也可以。祕訣是烤到裡頭還有點生，但外表微焦都無妨；務必要烤到有點焦才行，外層帶點焦焦的酥脆和裡頭生嫩的口感對比，正是美味的關鍵。

不需事先調味

一般而言，肉類不需要任何事先調味。可以在燒烤好之後根據自己的喜好來調味，沾點鹽、撒橄欖油、山葵、哈里薩辣醬或是醬油。

燒烤到恰到好處，然後沾最美味的鹽享用，基本上這是我最常料理肉類的吃法。

雞肉如用「蒸」的方式來做，除了完成一道肉料理之外，雞肉的鮮美精華溶入水中，還能做雞湯，可說一舉兩得。

此外，準備肉的時候挑自己喜歡的部位。如果是一人份，即使買稍微好一點的肉，價格也不會貴多少。雖然只是一塊肉，要是能吃到真正好吃的，再也沒有比這個更令人心滿意足了。如果再來一杯日本酒，或是一杯葡萄酒，就是簡單又享受的一人晚餐。真的很簡單，這就是我心目中享用肉類極致美味的方式。

蒸雞肉大有學問

雞胸肉或雞里肌肉，用「蒸」的方式來做，除了完成一道肉料理之外，雞肉的鮮美精華溶入水中，還能做雞湯，可說一舉兩得。料理方法很簡單，將雞肉表面抹點鹽，淋上酒，再加入蔥、薑等辛香味調味或香草，蒸熟後就完成了。

蒸好的雞肉可以沾山葵醬油、辣椒醬油、椪醋等醬料，或是用季節香草、大蒜、鹽、胡椒、橄欖油……等，做成清爽的青醬，搭配雞肉，以義式口味來享用；也可以切了蔥花、薑末搭麻油、醬油、豆瓣醬、花椒粉……等，做成中式沾醬。總之，無論什麼樣的沾醬或淋醬，和蒸雞肉都十分對味。

煮熟慢慢放涼

另外，用手剝成雞絲，拌著鴨兒芹或小松菜吃，或是拌點淋醬也不錯。雞絲也可以用來做越式河粉或三明治。其他作法還有，以醬油、大蒜、胡椒稍微醃一下雞肉，用烤箱烤到外表呈金黃色，搭著香草、萊姆，是很適合在夏日端上餐桌的一道菜。

蒸完雞肉後鍋底留下的雞湯，是用來做口味濃郁的燉煮料理最理想的食材。無論是煮鹹粥、北非小米，或是咖哩等燉煮菜，有了鮮美湯底，就能輕鬆地完成。經常有人問我，雞肉在蒸煮時，肉質很容易變得乾柴，該怎麼辦？

其實，不論蒸雞肉或燙雞肉都一樣，記得肉在煮熟之後，要繼續泡在湯汁中，慢慢放涼。

因為肉在蒸或燙的時候，裡頭的鮮甜精華會滲到湯汁中。把肉浸泡在湯汁裡放涼，這些鮮甜風味就會再回到肉裡。光是這樣泡著，就能讓肉吃起來鮮嫩多汁。處理豬肉或是海瓜子肉時，也是用相同的方式，就不會吃到乾澀的豬肉或海瓜子了。

小魚乾高湯是關鍵

一碗味噌湯的美味關鍵，就是一定要用小魚乾的高湯，這是我的基本原則。取一只玻璃或不銹鋼容器，倒入水，接著將小魚乾內帶有苦味的內臟去除後，放入碗中；比例大概是一杯水加入七、八隻小魚乾。最後，蓋上蓋子靜置一晚（至少十個小時）。隔日，再用洗好擰乾的白棉布過濾，濃郁的高湯基底就完成了。

小魚乾一熬煮就會有苦味，與此相對，以用浸泡的方式泡在水中一段時間，就會自然帶出又甜又香的鮮甜味；這種高雅的風味，沒有其他高湯能比得上。

就連極其平凡的味噌湯，只要用這種小魚乾高湯來做，瞬間就會變得美味無比。「若能煮出好喝的味噌湯，外食不如在家吃」，相信我，你會很自然地對自己說出這番話。

內臟需清乾淨

要有好的高湯基底，首先必須挑選品質良好的小魚乾。我推薦的小魚乾，是充分乾燥，整體呈現發亮的銀灰色，外觀看來就很漂亮的產品。反之，如果色澤帶點黃，多半是因為氧化的關係，可能已經不新鮮了，要多加留意。另外，若是直接拿起來吃就覺得好吃，那更是品質的保證。

去除內臟時，從小魚乾的腹部劃開就看得到，用手將連著頭部的黑色部分，還有鰓下方的黑色部分用手指拉掉去除。至於頭部，因為是骨骼構成，能釋放出鮮甜的原味，請務必保留。由於小魚乾有很細的刺，經常會一不小心刺到手指，處理時要格外留意。

我每次買一整包小魚乾，一定都會先把內臟全部處理乾淨，再放進冰箱保存。我用女兒推薦的香川縣「山國」這間老店的產品，用公沙丁魚的幼魚製成的小魚乾，只要浸泡在水裡一會兒，就可以使用高湯了。

一碗味噌湯的美味關鍵，就是一定要用小魚乾的高湯，帶出又甜又香的鮮甜味，沒有其他高湯能比得上。

冰箱最多 7 分滿

我的冰箱裡有常備菜、保久食品、乾貨、果醬、調味料……等，外加味噌醬菜和酒粕醬菜這些能讓我輕鬆做出一餐好料的各個要角。除此之外，每到夏天我還會把米糠漬床也收進冰箱中。

不過，無論冰箱裡裝了多少東西，我一定會留個像是通道的空間，適當的空隙，使空氣流通。此外，我也會經常打開冰箱門，調整裡頭各項保存物品的位置，需要盡快吃掉的食物會放在一眼就看得到的地方。

隨時檢查保持循環

因為這樣，冰箱內的狀況隨時都可以一目了然，加上能立刻拿到需要的東西，形成良好循環。我的冰箱裡大概沒有「不知道是什麼時候的東西」吧？

要讓冰箱維持在方便好用的狀態，其實很簡單，只要做到「隨時檢查，保持循環，別堆太多不必要的東西」。在日常中落實這個原則即可。每次打開冰箱記得檢查一下，就不會堆積食物。最理想的狀況，就是將冰箱控制在七分滿剛剛好。

囤積食材不新鮮

有些人什麼都往冰箱裡塞，之後也不管，讓冰箱裡頭擠滿了東西，如此，只會導致冰在冰箱內的食物品質愈來愈差。有時因為捨不得食物丟掉，就放進冰箱，但對我來說，這樣更糟蹋保存的空間！

一打開冰箱，看到任何覺得「大概不會吃了」的東西，就該立刻扔掉！放了愈久只會愈來愈難處理。在我們家，「好吃」或「不好吃」就是判斷要不要保存的標準。只要有會在家裡待上半天的日子，我一定會整理冰箱；實際上，整理冰箱花不到半小時的時間。

物品循環帶來好情緒

相信我，你會發現冰箱空間一空出來，空氣循環就會好到驚人。有人覺得冰箱塞滿大量食品會比較安心，其實恰恰相反。

人如面對塞得過多的食材，就無法依照當下的心情來使用。這道理不只是在冰箱，套用在食材櫃、衣櫥、鞋櫃都一樣。

有很大的收納空間未必是件好事。人只要活著，就不免累積身外物，因此，不僅是冰箱，就連櫃子、抽屜，所有的地方都該留點空間。

有了空間，才能讓裡面的物品循環，帶來良好的情緒。

選一張大餐桌

我帶大了三個女兒，在她們陸續離家自立之後，我就一個人住。獨居多年，我搬過幾次家，但每次都會在客廳放一張大餐桌。有圓桌、有方桌，外型各式各樣，只是從屋內空間的比例來說，都算滿大的桌子。

家裡有一張大餐桌，就可以坐得舒服，即使邀請多一點客人來也沒問題。一個人工作時能把所有資料、文件都攤開來參考；另外，也可以將多個大篩網一字排開，或是拿出玻璃器皿、鍋子等等，放在大餐桌上慢慢擦拭。總之，我的獨居生活中少不了大餐桌。

圍繞餐桌的溫馨感

工作時想到要做其他事情，有時候卻不想馬上收拾桌上的東西，比方說把工作到一半的資料擱著，到餐桌的另一頭吃飯。遇到這種狀況，有一張大餐桌的話就不必手忙腳亂收拾了。一群人圍坐在大餐桌旁，埋頭專注各自的作業，這也是在大桌子上才看得到的情景。感覺有股溫馨的氣氛，真棒。

如果猶豫餐桌該選圓形還是方形的話，可以用「想要什麼樣」的生活來決定。沒有邊邊角角的圓桌或橢圓桌，奇妙的是當眾人圍坐在桌前時，很容易達成共識；而方桌、長桌能讓坐在旁邊的人變得更親近，不過討論話題時就容易分散。無論如何，我認為只要是大桌，方桌、長桌的外型都很好看。

餐桌雖免讓人覺得只是吃飯用的，其實我們在餐桌上度過的時光比想像中來得長。找一張大餐桌，能安穩待著，會感到心裡踏實許多。

▲要有好的高湯基底，必須挑選品質良好的小魚乾，充分乾燥，整體呈現發亮的銀灰色，外觀看來就很漂亮的產品。(photo by 網路截圖)

《料理研究家的餐桌生活學》簡介

在日本，「有元葉子」是一種自在風格的代名詞；她不僅是知名的料理研究家、熟悉義式與和食料理，在烹飪教室的教學課程，讓更多人得以實踐低調卻有格調的自在生活。

有元葉子曾旅居義大利，當地人對於飲食和過生活的態度，讓她留下深刻的印象，即便是前一天晚上發生了地震，第二天還是要照常吃飯，同時不忘招呼鄰居「一起來吃啊」的款待熱情；對她來說，「飲食」不只是做菜，而是學習如何款待自己、款待他人的餐桌生活學。

在書中，她分享了 70 則自己的料理生活，除了基本食譜和配菜小點的作法、秘訣，還有她對於飲食的態度，包含選擇食材、以及希望大家不要一味地按照食譜做菜。除此之外，也大方分享了最多人問她的「擺盤技巧」和「基本廚房用具」，為飲食生活更添滋味。

料理研究家的
餐桌生活學

作者：有元葉子
出版社：幸福文化
出版日期：2020/01/02

▼原是一次「重圓之旅」、「蜜月之旅」，如今成了「永訣之旅」、「死亡之旅」。何其殘忍，何其冷酷。(網路截圖)

返璞歸真

■ 張祖詒

「最可告慰的是章府二老，他們所期望的事，可以實現了。我曾按捺指印、而且承諾履行的婚契，現在可以生效了。雖然遲了三十年，他們不能親眼看到，但我相信，他們在天之靈，一定笑著點頭，欣然同意。將來如果時局許可，我必和他同到二老墳前，磕頭致敬。」

「所有發生的這一切，還是感謝主的恩典，沒有主耶穌基督的眷顧和庇護，就沒有今日的成全，特別是教堂的重逢，全靠主的安排。我該不斷禱告，不斷感恩。」

劉露要和章志安結婚的喜訊，很快傳遍了和平東路教堂和強樹中學的同仁，無不高興。她告知了香港的好友一羅福成和張效莊夫婦，也陪著章志安秤訪了吳照方夫婦，親自面告婚事，還約了張亞莉來家小敘，同樣告知了喜訊，大家都為他們的姻緣慶賀祝福。

最歡欣、最熱烈的是教堂同仁，從牧師到執事人員和詩班歌友，都為劉露的婚禮忙著籌備，讓整個教堂充滿喜樂，就像家有喜事一樣。

一九五九年五月三十日清晨，無線電收音機播報氣象，提醒民眾，今日臺灣北、中部有雷陣雨。

這天，臺北市和平東路浸信會教堂，忙著為主內章、劉兩人在此舉行婚禮，顯得喜氣洋洋，教友、親友坐滿一堂，詩班合唱團全部換了新的袍服，看來格外喜氣。

牧師主持婚禮，讀經、證道之後，先問章志安：

「章志安，你願意娶劉露為妻，不論貧困、病痛、災難，一生都要愛護、照顧和幫助她嗎？」

「我願意。」章志安明朗地回答。

牧師接著又對劉露問道：

「劉露，你願意以章志安為你丈夫，不論貧困、病痛、災難，一生都要愛護、照顧和幫助他嗎？」

「我願意。」劉露同樣清晰地回答。

這時，牧師對著二人朗聲說道：

「現在我正式宣布，章志安和劉露成為夫妻，永遠相親相愛。」

隨著詩班唱起讚美詩歌，整座教堂迴響著愛的歌聲，全體會眾和觀禮的朋友，紛紛趨前向新人祝福道賀。一對新人在司琴彈奏〈婚禮進行曲〉的樂聲中，攜手步出教堂。

出得教堂，天空籠罩著一片陰霾，有山雨欲來之勢。

教堂門口停著一輛整潔如新的計程車，是志安和劉露計畫在婚後去日月潭蜜月旅行包租來的交通工具，大家歡送新人登車，在「平安、快樂」的祝福聲中，揮手道別。

座車離開臺北市，走上縱貫線向南行駛，過了桃園，已經開始小雨，再往前行，快到新竹，風驟雨急，雨點打在車窗，好像彈珠打在玻璃，劈拍聲響十分驚人，志安和劉露二人坐在後座有些驚惶，頻囑駕駛小心。稍後進入新竹、苗栗山區，地形崎嶇、路線彎曲，車行較為困難，正在向上爬坡，左方下坡突然出現一輛貨車，車頭搖擺，有些失控模樣，天雨路滑，剎那間朝著上行的小轎車迎面撞來，小車駕駛無法閃避，轟然一聲巨響，連車帶人，翻滾墜到崖谷之下，志安和劉露兩人緊緊抱住，祈求主佑。再一瞬間，車輛直落谷底，又一巨響，志安、劉露兩人都已失去知覺，在劇痛之下，陷入昏迷。

不知道那是天命？天意？還是天譴？

原是一次「重圓之旅」、「蜜月之旅」，如今成了「永訣之旅」、「死亡之旅」。何其殘忍，何其冷酷。難道當年趙半仙批的八字，說他們不很相配，真的靈驗，連做了功德，也不能解厄。莫非他們前世真有化不開的冤或仇，今世有了報應？在劫難逃？

二天之後，躺在病床上的劉露，微微睜開眼睛，一看四周都是白色，身上綁著紗布繃帶，左腿被吊在掛架，臉上還插著兩根細管，便知現在人在醫院，但過去二天出了什麼大事，她完全想不起來。過來一位白衣護士，看到劉露眼睛微開，大為高興，說道：

「太好啦，你終於醒過來啦。」一邊給她量血壓，一邊又說：

「恭喜、恭喜，你能醒來，真是天大好事，我馬上去請醫師過來，給你診察，這是主任醫師交代的事。」

「謝謝小姐，請你先告訴我，這是醫院嗎？又是怎麼回事？」劉露用極微弱的聲音問道。

「這裡是省立新竹醫院，前二天下午警政單位用救護車把你們三個人送來急診處，說你們車禍受傷，不幸那位汽車司機到院時已經沒有生命跡象，……」

「噢，那我的先生呢？」劉露仍很軟弱地對著護士問。

「喔，那另一位是你先生？他現在還沒清醒，請你稍等，我馬上去請醫師過來。」護士一邊回答，一邊走了出去。

劉露的意識，逐漸恢復，正在思索車禍之前的情景，醫師在護士陪伴下進來，說道：

「我們已經給你做了全身檢查，腦部和體內各臟部位，都屬正常，但右臂和左腿都有骨折，髖關節強度受傷，恐怕都要動手術。還有，章太太，當你們被送來急診時，醫院不知道你們的姓名和身分，後來警方從吊起的破車中，找到你們的行李包，方始發現你們剛在前天結婚，是一對新婚夫婦，我們為你們的不幸事件，感到萬分遺憾。」

「章太太」三字，是劉露有生以來第一次聽到的稱呼，像電擊一樣，刺激了她的精神，立刻淚流滿面，急切地問道：

「章先生現在怎樣？他傷得不嚴重罷？」

「唉，他是腦震盪，重度的腦震盪，目前仍在昏迷之中。」醫師皺著眉頭說道。

劉露聽了大吃一驚，幾乎又再昏厥，又想掙扎起床，但是一陣劇痛，動彈不得，只能暗泣。護士小姐連忙上前安撫，醫師同意給她服用鎮靜劑，讓她休息。

省立新竹醫院經過慎重研究討論，認為二人病情嚴重，必須轉到臺北的臺大醫院治療，商請警政單位轉告病人家屬，辦理轉院手續，但是警政單位尋找章志安住處無人答詢，幸好和平東路教堂和裕台紡織公司兩日都在報紙看到車禍新聞，自動向警方查詢，果然證實車禍受害者正是章、劉二人，實在難於置信。於是決定由警方陪同吳照方夫婦和教堂牧師前往新竹醫院探視。

警方約集了吳照方夫婦、張亞莉和教堂牧師一同到了新竹醫院。

那是一場悲慟、淒慘的會面！

（待續）

▲餐桌總讓人覺得只是吃飯用的，其實我們在餐桌上度過的時光比想像中來得長。找一張大餐桌，一家人一起吃飯，備感溫馨。(photo by 網路截圖)

2012 年 9 月 1 日創刊 深度報導．極簡樂讀 發行人／林意玲 電視、廣播、報紙、手機、網路 五媒合一 網站：www.anntw.com 發行所／台灣醒報股份有限公司 中華郵政台北開字第 38 號執照登記為新聞紙交寄 定價 10 元
訂閱專線／02-23581961 訂戶客服專線／02-23581806 郵政劃撥帳戶：50216232 投稿信箱／anntw.ad@anntw.com 其他服務／ceo@anntw.com 歡迎加入台灣醒報臉書粉絲團 社址／(10049) 台北市中正區北平東路 20 號 9 樓之 1

2012 年 9 月 1 日創刊 深度報導．極簡樂讀 發行人／林意玲 電視、廣播、報紙、手機、網路 五媒合一 網站：www.anntw.com 發行所／台灣醒報股份有限公司 中華郵政台北開字第 38 號執照登記為新聞紙交寄 定價 10 元
訂閱專線／02-23581961 訂戶客服專線／02-23581806 郵政劃撥帳戶：50216232 投稿信箱／anntw.ad@anntw.com 其他服務／ceo@anntw.com 歡迎加入台灣醒報臉書粉絲團 社址／(10049) 台北市中正區北平東路 20 號 9 樓之 1

▼ 疫情讓展場變得冷清，但館長的熱情不減，國父紀念館成為午后幽靜好去處。（網路截圖）

允文允武 梁永斐館長展現才氣

能寫、能畫、能任公職，又敬師孝親，梁永斐館長面面俱到，在豐盈快逸人生之餘，也專注帶領國父紀念館的多元展覽。

■ 簡秀枝
（典藏藝術家庭雜誌社社長）

疫情讓展場變得冷清，但館長的熱情不減，國父紀念館成為午后幽靜好去處。

約好文化立委黃國書、教育大學所長郭博州，利用午休時間一起到國父紀念館參觀，並拜會館長梁永斐，欣賞展覽也話家常。

疫情畫展等嘸人

戴口罩、量體溫、登記姓名電話…，然而，偌大館區，只有兩三位民眾，出奇的冷清，以往熱鬧的禮品販售部，幾乎成為空城。

中山國家畫廊正在展出「天韻．心景．張伸熙水墨創作展」，「台灣女性藝術家的逸仙足跡」典藏展，在文華軒及二樓文化藝廊」，都是資深藝術家嘔心瀝血的作品分享，怎奈時機不對，疫情嚇跑了台北藝術饕客，完全「等嘸人」，十分可惜。

梁永斐館長捧著 270 頁的張伸熙精裝大畫冊相送，為藝術家抱不平。他說，「張伸熙經歷近 60 年努力，實現成為藝術家的夢想，尤其念茲在茲要在國父紀念館中山國家畫廊舉行水墨創作展，因為疫情，連開幕儀式都省略…！」

內行人看門道

梁永斐領著我們欣賞作品，由於他自己也畫畫，果然內行人看門道，逐件解析作品的絕妙，每到精彩處，讚不絕口。

橫跨公職與藝術創作的梁永斐，其實自己也有場畫展，正在台北科技大學藝文中心舉行。題目叫《書藝無界》的個展，以 67 件書畫及書法作品，回首他的兒時記憶與生命體悟，同時藉著該展，追憶去年甫過世的父親，以及已故的忘年之友－水墨畫家李奇茂。畫妙心誠，真情流露。

自己就是藝術家

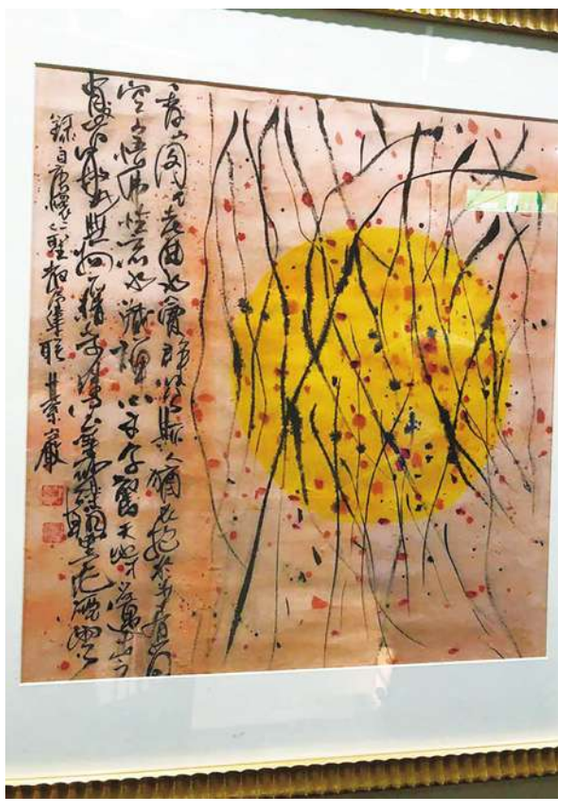
才華橫溢的梁永斐是屏東人，在他擔任文化部藝術發展司司長，以及文化部參事期間，有許多藝術產業或評審的互動。

細數梁永斐公職歲月，長達 30 多年，然而，活力旺盛的他，在公務之餘依然創作不輟，並舉行無數個展，這次送我的《書藝無界》，已經是他第 9 本畫冊，意志力感人。就在國父紀念館的館長室門外，就有數幅梁永斐彩墨作品，浪漫線條，紛飛逸彩、如詩如畫，令人印象深刻。

據了解，梁永斐除研究書法字體結構，也研究西方藝術家作品，尤其身為館長，每天浸淫在藝術名家與名作裡，眼力創思與功力，與日俱增。所以，當拿起畫筆創作時，完全天馬行空，不受傳統束縛，在水墨畫中融入色彩，同時可見線條、設色、圖案…，生動活潑，饒富趣味。

能寫能畫出任公職

能寫、能畫、能任公職，又敬師孝親，梁永斐面面俱到，在豐盈快逸人生之餘，也專注帶領國父紀念館的多元展覽。



保存柏林電音文化 DJ 線上開趴募款

【本報記者陳是祈綜合報導】電音 DJ 齊聚線上「開趴」，為保存柏林電音文化募款。因新冠肺炎影響，德國柏林夜店被迫停業，演出的 DJ 也頓失收入。非營利組織 United We Stream 以保存柏林電音文化為宗旨，集結 40 多家夜店以及 DJ，每晚線上直播演出，為失去收入的夜店以及 DJ 們募款。

線上開趴兼募款

根據《衛報》報導，因為新冠肺炎疫情導致夜店關閉、DJ 們頓失收入。以保存柏林電音文化為宗旨的非營利組織 United We Stream，號召約 40 家夜店以及 DJ 們，於德國時間每晚 7 點在臉書直播演出，DJ 們在各大夜店場所「獨自」開趴，為夜店及 DJ 們募款。

柏林是許多電音樂迷的朝聖目標，而 United We Stream 的計畫對許多電音樂迷來說是一大福音，更讓「夜店」這樣平常有諸多限制才能進入的場所，變得親民許多。

除了體驗音樂，觀眾也可以一窺柏林各有特色的夜店建築，無論是誇張強烈的塗鴉還是頹廢的水泥牆，如發起活動的夜店 Tresor，便是由一間廢棄的前東德百貨公司改建，另一間夜店 Sisyphos 的前身則是狗食工廠。

電音文化重鎮

柏林的電音文化盛行與其歷史背景密不可分。1989 年柏林圍牆倒塌後，柏林處於百廢待興的狀態，左派政治、性別多元等思潮充斥在柏林各個角落，電音音樂與夜店文化也是因應此一思潮下的產物，30 年後的今日，柏林已成為電音樂迷必朝聖之地。

另外，柏林的夜店建築也很值得欣賞。柏林圍牆剛倒塌時，許多建築物被棄置或是無法可管，所以柏林許多的夜店都是「佔領」而來，更作為政治思想交流與藝術創作的場所，直至今日仍可看到冷戰時期留下來的塗鴉或者裸露的老舊鋼筋。

◀ 每晚 7 點在臉書直播演出，DJ 們在各大夜店場所「獨自」開趴，為夜店及 DJ 們募款。（網路截圖）

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

2012 年 9 月 1 日創刊 深度報導．極簡樂讀 發行人 / 林意玲 電視、廣播、報紙、手機、網路 五媒合一 網站：www.anntw.com 發行所 / 台灣醒報股份有限公司 中華郵政台北聞字第 38 號執照登記為新聞紙交寄 定價 10 元
訂閱專線 / 02-23581961 訂戶客服專線 / 02-23581806 郵政劃撥帳戶：50216232 投稿信箱 / anntw.ad@gmail.com 其他服務 / ceo@anntw.com 歡迎加入台灣醒報臉書粉絲團 社址 / (10049) 台北市中正區北平東路 20 號 9 樓之 1

抽菸催化疫情 醫：死亡率增14倍

數據顯示，吸菸者的死亡風險本來就比不吸菸者高，一旦罹患新冠肺炎，死亡風險有如坐雲霄飛車，高達14 倍。

【本報記者施凱文台北報導】「菸品對新冠肺炎簡直是雪上加霜！」董氏基金會16日舉辦「使用任何菸品都是新冠肺炎的高危險群」線上記者會，與會的國衛院研究員溫啟邦指出，吸菸者罹患新冠肺炎後有如坐雲霄飛車，比一般人的死亡率高出14 倍。賴志冠醫生則表示，「電子菸物會破壞肺部結構，戒菸能避免病毒流感化致死率。」

◀董氏基金會16日舉辦線上記者會，與會專家指出，戒菸能提升身體免疫力，也能防範新冠肺炎病毒流感化後的攻擊。(photo by 董氏基金會臉書)

抽菸新冠死亡率激增

「吸菸對新冠肺炎簡直是雪上加霜。」國家衛生研究院名譽研究員溫啟邦指出，實際數據顯示，吸菸者的死亡風險本來就比不吸菸者高，「而且一旦得新冠肺炎，死亡風險有如坐雲霄飛車，可高達14 倍。」他舉例，南非在封城時順便禁止菸品買賣，就是為了防範罹病死亡率升高。

他也表示，吸菸導致身體發炎，全身白血球會因此增加，C反應蛋白也會增生（C反應蛋白是觀察人體是否發炎的指標，也是導致冠心症等心血管疾病的一種危險因子）。

台北榮總家醫部醫生賴志冠則說：「不含尼古丁的電子菸品會破壞肺部結構，而尼古丁會造成肺氣腫及細支氣管擴張，增加病毒感染風險。」

戒菸降染疫風險

「防範新冠肺炎不只是病毒本身，也要降低高危險群的感染風險。」賴志冠引述牛津大學統計數字指出，義大利新冠肺炎死亡率為12.8%，吸菸者則高達24%。

他同時表示，「使用任何菸品，包括菸草產品或電子菸，不但增加2倍罹患率，轉為重症、死亡的機率攀升，也更不容易痊癒。」

台北醫學大學高志文醫師則說，每年有超過1萬人死於肺炎，吸菸造成高血壓、心臟疾病、慢性病，這些都會讓新冠病毒更容易對人體造成嚴重傷害。

他說：「希望大家能透過這場百年一遇的大疫情，好好思考這項傷錢又傷身的習慣，也可以避免之後病毒如果流感化更多人因此喪生。」

遠端醫療助貧民 印度疫情新契機

【本報記者施凱文綜合報導】人手一機，遠端診療已成窮人醫療福音！印度婦產科醫生克莉許表示，「印度的基礎設施匱乏，但大家都有智慧型手機，病患能免去耗費大量交通時間，就可以跟醫生諮詢。」其他專家也表示，「遠程醫療能讓民眾快速得到最初級的醫療照顧建議，亦有助於防止疫情擴散，」

快速基礎的治療

根據《半島電視台》報導，印度全國封城後，婦產科醫師克莉許依然在家用WhatsApp對客戶進行「遠端診療」，以視訊方式詳細幫其診斷胸痛及發燒等症狀的成因。

醫生與病患之間需要建立一定的信任感，像克莉許一樣的家庭醫生更常會對病人進行居家訪療，原本民眾還不太能接受遠端診療，但在疫情爆發後出門不便，大家逐漸習慣此模式。儘管遠端診療已在美國、北歐等地推行，有些甚至成立遠端醫療中心，但仍有許多國家的偏鄉民眾或農民對此感到陌生。

克莉許表示，「印度的基礎設施匱乏，但大家都有智慧型手機，他們可以不用耗費大量交通時間，就可以跟我諮詢。」其他專家則說，遠程醫療的優勢是，「民眾能得到最初級的醫療建議。」疫情爆發期間，由於不鼓勵民眾於非緊急情況就醫，許多人可能因此無法受到初級的醫療照顧。

減少接觸風險

據《美國公共廣播電台》報導，紐澤西州的家庭醫生戈登則指出，病患在家進行遠端診療也能較輕鬆的面對醫生，她也提醒，「病患將病徵完整的細節講得越清楚越好。」

印度官方公佈的醫療指南一向模糊，政府已在封城後第一時間完整建立起遠端診療指南，將社群軟體等列入合法的醫療平台。

紐澤西醫療中心王博士表示，遠端診療可以減少人流、降低病患與醫療人員的交叉感染，「在虛擬及醫療中找到平衡能提升生活品質。」

Mg 鎂麗人生 之三

鎂是人體關鍵礦物質 重要性超過鈣

■陳甫州博士
（台灣鎂養素協會理事長、彰化基督教醫院研究顧問、前台中榮民總醫院幹細胞中心主任）

過去數十年來，學術界稱「鎂」為：「被遺忘的營養素。」這幾年，「鎂」的重要知識被大大的傳揚，再加上「鎂的奇蹟」、「生命之鎂」、「終結偏頭痛不用藥」和「告別高血壓不用藥」，這四本英文鎂的暢銷書，接連被翻譯成中文在台灣出版，「鎂」逐漸被民眾認知。

人體最關鍵礦物質

鎂是細胞中第二多的礦物質，也是人體中最關鍵的礦物質，但是「鎂對人體健康的必備知識、一般人鎂攝食不足、缺鎂容易產生的疾病及癥狀、哪些是含鎂量高的食物和適當補充鎂的觀念，仍然需要進一步的提醒與補強。

首先，鎂存在於許多天然食物中，含鎂量高的食物有紫菜、綠葉蔬菜、堅果、水果、糙糧類，其他的魚、肉、蛋類也都含有鎂，鎂在人體提供生理反應中的700-800個酶必不可或缺的輔助因子，包括肌肉收縮、神經傳遞、血糖控制、血壓調節和骨骼健全發展，也是人體儲存和產生細胞能量，更是細胞複製中DNA、RNA和蛋白質合成所必需的。

鎂還調節鈣和鉀離子，調整心臟的心律節奏、對抗壓力、緩和情緒、促進葡萄糖代謝和調控胰島素分泌，鎂在人體中扮演直接和間接的調控生理的關鍵性營養素。

現代人普遍缺鎂

世界各國建議的鎂參考攝取量每日約300-400毫克（女-男），根據美國、英國、日本、台灣和中國大陸的醫學統計，超過50-80%以上的人沒有攝食足夠的鎂。

主要的缺鎂原因是現代的西化飲食習慣，在多肉少菜不均衡中，再加上主食白米與白麵粉在精製過程中，除去了表皮與胚芽（損失了80-90%的鎂），精神壓力或喝含糖飲料及服用藥物，這些因素使得現代人的缺鎂更是雪上加霜。

醫學研究發現缺鎂是許多慢性疾病的主要因素之一，醫學相關研究已累積超過50萬篇論文，這些論文也闡釋『缺鎂』與超過100種以上疾病有密切的關聯，這些疾病包括心臟病（>6700篇）、高血壓（>2680篇）、糖尿病（>2000篇）、代謝症候群（>1800篇）、憂鬱症（>1500篇）、偏頭痛（>250篇）和失眠（>240篇）。

▼在日常飲食中攝食足夠的鎂，不僅可以預防全球的四大殺手疾病：糖尿病、癌症、心臟病及腦中風，更可以增強體力。（網路截圖）

鎂的重要性超過鈣

2020年《營養展望》雜誌將鎂營養素納入前十名需要特別留意的營養成分中，在「可靠營養品貿易協會」之膳食補充品調查，鎂的需求量年年持續增加，將鎂列入消費者食用的補充品前十名，鎂的重要性已超過了鈣，成為礦物質中的新明星。

我在台中榮民總醫院過去的醫學研究中，探討補充鎂對於神經退化疾病的預防與治療，深深了解鎂與許多重大疾病的關聯性，最近成立台灣鎂營養素協會，期待能推展鎂的必備知識，並能做一系列鎂麗人生的報導，正確的認識鎂在人體的重要功能。

圖文選粹

圖文／中央社

春季溼氣重 好發過敏性鼻炎

▲每到換季時，過敏症狀會特別嚴重，黃慶雲醫師表示，春季氣溫稍微回升、溼度提高，潮溼的環境容易使塵？及黴菌滋生，造成鼻子過敏。

口罩族悶出大危「肌」 皮膚出狀況者增

▲林口長庚皮膚科醫師黃毓惠表示，在每天戴口罩的悶住皮膚的情況下，沿著口罩和皮膚接觸的地方特別會長粉刺、痘痘，近期患者增加。

2012年9月1日創刊 深度報導．極簡樂讀 發行人／林意玲 電視、廣播、報紙、手機、網路 五媒合一 網站：www.anntw.com 發行所／台灣醒報股份有限公司 中華郵政台北聞字第38號執照登記為新聞紙交寄 定價10元
訂閱專線／02-23581961 訂戶客服專線／02-23581806 郵政劃撥帳戶：50216232 投稿信箱／anntw.ad@gmail.com 其他服務／ceo@anntw.com 歡迎加入台灣醒報臉書粉絲團 社址／(10049) 台北市中正區北平東路20號9樓之1

％經研隨筆％

疫情重擊全球 中美應同舟共濟

中美兩國之間戰略博弈頗為複雜；但是，在人命關天時刻上，兩國更加需要超越既有歧見與格局，更為全球經濟肩負大國責任。

▲ 中美兩國之間戰略博弈頗為複雜；但在人命關天時刻上，兩國需要超越既有歧見與格局，肩負大國責任。（網路截圖）

■ 戴肇洋
（台灣省商業會顧問）

今年春節前夕新型冠狀肺炎（COVID-19）爆發之後，中國從湖北武漢起採取頗嚴苛切斷對外傳染管道的封市、封省措施，甚至不惜暫停經濟活動，希望藉此防止疫情蔓延擴散。

以目前來看，中國面對疫情威脅所採取的嚴苛作法，其實是頗為成功的選擇。

供給結構停滯

因此，中國在初步控制新冠肺炎疫情後，不但製造業逐漸復工復產，而且服務業開始恢復商業活動。

檢視此次新冠肺炎疫情所帶來的經濟危機，其問題根源並非來自需求結構所存在的缺陷，而是在於供給結構因各國實施「封城」、「鎖國」措施，而造成全球經濟陷入前所未有停滯狀況。

各國政府為能防止疫情蔓延擴散，從小範圍的市與市之間，至大範圍的國與國之間，不論製造生產活動或是服務消費行為，受到人為強制切斷，在恐慌懼怕與自我保護心理，加上難以掌握疫情狀況或影響生活作息陰霾籠罩下，讓全球既有經濟供給結構正在受到全面性、系統性之干擾，此一突如其來風險，舉世罕見。

生產斷鏈衝擊大

全球各國面對極嚴苛的情勢威脅之下，若從其所採取限制非屬必要的跨國商務及觀光旅遊、減少非屬必要的運動競技或集會活動等的措施來看，除了對航空運輸、觀光旅遊、餐飲、零售等不同產業首當其衝帶來相當程度的衝擊之外，更是讓採取專業分工布局的許多跨國組裝製造產業陷入生產斷鏈危機，甚至讓促進經濟成長不可或缺的內需服務產業呈現消費萎縮困境。

◀ 面對全球經濟共同危機之下，中美兩個經濟大國應該在應變疫情危機合作上發揮帶頭作用。（網路截圖）

不過，全球各國應變疫情危機衝擊，在實施封城、鎖國措施的同時，卻又無法忽略的是，面對經濟國際化、全球化潮流之下，如何從自身為國際社會成員的角度切入，提出更宏觀、完整的善後處理措施，讓疫情帶來的經濟危機能夠降至最低、讓其造成的損害得以快速復原。

無煙硝世界大戰

換句話說，此次疫情非常嚴重，卻又充分反映在「全球經濟命運休戚與共」理念，更需擺脫以自我利益為優先思維。畢竟，全球經濟命運一體，疫情早已超越國界，面對這場經濟危機，促進國際合作既是對抗疫情延燒狀況的需求，也是重塑全球經濟正面治理之需求。

整體而言，此次新冠肺炎疫情如火如荼對全球經濟結構的肆虐，超越人類過去所歷經的兩次世界大戰，已無疑地是一次典型沒有煙硝的世界大戰。面對全球經濟共同危機之下，中美兩個經濟大國應該在應變疫情危機合作上發揮帶頭作用。

儘管，中美兩國之間戰略博弈頗為複雜；但是，在人命關天時刻上，兩國更加需要超越既有歧見與格局，更為兩國與全球經濟利益肩負大國責任。

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。

電鍋蒸口罩 是專業還是公關？

■ 陳敦源
（政大公共行政系教授）

國民黨籍立委葉毓蘭日前自曝，她以氣炸鍋控制溫度試圖消毒口罩，卻差點引發火警。新聞一出，立時引發各界討論，許多網友紛紛嘲笑其缺乏常識。但葉的作法，是參考4月5日中央流行疫情指揮中心於記者會上，公開醫用口罩可用電鍋乾蒸後重複使用的消毒方法。

口罩重複使用

事實上，目前許多國家都面臨口罩短缺的問題。以美國為例，許多第一線醫護人員的醫用口罩不足，特別是保護性更高的N95口罩嚴重短缺。如果N95口罩能重複使用，將可大幅降低醫護人員的感染風險。為此，美國疾病管制局在3月31日公布了《N95危機護理消毒指南》，同時也在官網發表了醫護人員口罩消毒和重複使用的建議。

這篇論述之所以引起我的注意，主要是可以比較台灣和美國的政府，在面對口罩缺貨時向社會發佈指引的方式。台灣最主要的就是引用一位教授的實驗研究，在疫情中心的記者會上拿電鍋上台展示蒸口罩的方式，並且請該位教授錄製1922的宣導影片來進行政策行銷，但是網路上並沒有相關文件。

專業需要自律

這次疫情對於學公共行政的我們來說，也是一個非常好的機會進行比較研究，事實上，如果一國醫療專業日常水平，與疫情爆發時政治領導如何與醫療專業人員協同治理，是該國疫情管控成功與否的條件，那麼觀察一國專業行政的運作，就是非常好進行比較行政研究的切入點，這是公行界研究COVID-19的好起點。

醫療政策研究一直都將醫療專業與政府的關係當作一個重要的研究領域，通常用「政府管制 vs. 專業醫療」的對立與協力關係當作研究的主軸，1990年代初就已經出現「專業治理」(professional governance)這個詞，可能比政治與公行開始瘋「治理」這個概念都早，主要原因是專業需要自律還是他律的問題。

口罩在台灣疫情的過程中，民眾對衛材的認知卻遠離專業需求，反而向「政績」與「外交」的面向移動，一方面代表政府這次應用疫情的大內／外宣，台灣民眾是跟著買單的，但是另一方面，政府是否有作好醫療行政的專業治理，這部分就相對不是很重要了，專業管制的品質保證一直都是個專業與政治意識混同的場域。

專業須獲認同

因此，公共行政的學子必須要能分辨，在疫情記者會上用電鍋蒸口罩的政府公開指引作為，到底是經過仔細管制作業步驟的結果，還是在疫情緊急下，為了回應民眾對口罩之亂的怨言，而簡單地依照一個單一的研究結果，沒有經過信效度的討論與重複實驗，就發出的一個安撫民心的公關作為？

最後，專業管制的作為當然不會只存在於醫療，政府也高度管制的教育產業。不過，深究這些領域專業管制的問題，還是必須要注意專業社群如何回應政府管制，以及政務領導如何兼顧政治目標與專業需求的政策管理操作，最終還是以贏得民眾的認同為主，而不是專業的本身，這是民主治理最有趣的地方。

◀ 中央流行疫情指揮中心於記者會上，公開醫用口罩可用電鍋乾蒸後重複使用的消毒方法。（中央社）

稀有骨董瓷版畫限時義賣 贊助新媒體事工

茲有法國華裔牧師夫婦愛心捐贈歐洲珍貴骨董作品，
割愛給支持媒體宣教事工人士，
作品稀有，先開價先得。
本會將開具抵稅收據與感謝狀。支持專線：02-23581961

（背面）

皇帝與城堡瓷版畫

作品時間推估：1930年
作者：佚名（巴黎）
尺寸：37X45 公分

義賣底價：
80,000元

2012年9月1日創刊　深度報導．極簡樂讀　發行人／林意玲　電視、廣播、報紙、手機、網路 五媒合一　網站：www.anntw.com　發行所／台灣醒報股份有限公司　中華郵政台北聞字第38號執照登記為新聞紙交寄　定價10元
訂閱專線／02-23581961　訂戶客服專線／02-23581806 **郵政劃撥帳戶：50216232**　投稿信箱／anntw.ad@gmail.com　其他服務／ceo@anntw.com　歡迎加入台灣醒報臉書粉絲團　社址／(10049) 台北市中正區北平東路20號9樓之1

醒報國際現場

安倍防疫受批評 辦東奧使他慢半拍

日本的疫情持續延燒，首相安倍晉三民調持續下探，讓許多人好奇一向在衛生、科技醫療等都是模範生的日本，到底發生什麼事情？

主持人：林意玲（台灣醒報社長）
與談人：嚴震生 （政大國關中心美歐所研究員）
記錄整理：陳是祈

問：全世界都在關注每個國家的領袖，如何在這波疫情時領導官民做超前的反應和縝密的部署。日本一向是亞洲的常勝軍，也是亞洲最指標性的現代化國家。

但在新冠疫情的狀況下，日本民眾對首相安倍晉三可以說是罵到臭頭，民調也降低。日本人認為安倍落後部署，當各國都在防疫的時候，他還在籌備東京奧運，甚至想邀請習近平去訪問。等到東奧停辦塵埃落定，習近平也延後訪問，才開始要封城封國，恐怕為時已晚。

嚴老師怎麼看日本整體對付疫情的方式，包括安倍在日本人心目中，是不是一個好的領導者？

衛生好不等於防疫好

嚴震生：在我們既定的印象中，當中國發生新型肺炎時，大家會認為病毒發生於武漢，在市場這種不是很乾淨的地方。至於日本，印象就是很乾淨、很注重衛生，可是病毒和衛生其實沒有太大的關係。

雖然日本注重環境，衛生也好，可是人與人的接觸如果沒有做好足夠的防範，一旦碰到帶原者還是會被傳染。而對於日本的既定印象也影響到我們的防疫工作。台灣第一波成功防堵擴散，但後來我們發現從美國或日本回來的台灣人，其實很多人身上都是帶了病毒。

領導人應積極處理

剛剛主持人也提到一點，因為安倍一開始的做法是想把事情壓下來，好讓奧運順利舉辦，不願意做太多管制，再加上日本對人權方面還是蠻尊重，認為不能限制老百姓的行動，當然也沒有對中國實施強硬的限制，不像台灣有類似的措施，所以就有一波人進到日本。

但是日本自己也要負責，太相信自己的衛生習慣，認為不會傳染，所以人們還是持續大型的聚集，包括特種行業和地鐵的人擠人、春季時賞櫻花的人潮一樣很洶湧，所以最近日本一天都是增加幾百例，上升得非常快，造成緊張的情況。

現在，日本當然希望能夠盡快來對付這個問題，但主持人剛剛也提到，國家領導人到底該怎麼處理呢？我們也不希望看到像英國首相強森一樣，一開始提出所謂「佛系療法」，講出不太得體的話，更不要說川普，展現出來就是怪別人、怪媒體、怪中國、怪 WHO，然後更怪民主黨，現在還怪州長，只會四處怪罪別人，責任都不自己扛，前後政策也不一致。

在台灣，我們的總統蔡英文沒有出來講什麼，但是我們有陳時中部長出來，給大家的感覺就是他願意負責任，用專業的態度來處理。

安倍淡定過頭

大家對日本的看法是，安倍淡定是滿好，可是同時也會覺得，安倍在家裡頭淡定跟貓狗玩，好像太不關心疫情了，所以這也是一個麻煩。要穩定，但是你要出來講話，而不是好像跟大家處於平行世界的樣子。

日本是個單一民族的國家，沒有太多的移民。可是今天安倍這種太過於淡定，沒有辦法祭出比較緊急的措施，展現出政府有所作為的樣子。

這波疫情還會有第二波，包括中國大陸現在面臨的是來自俄羅斯的移入病例，日本也面臨一樣的問題，除了中國以前過來的，還有其他從美國過來的也都會發生。美國的航空母艦必須停靠在日本，就有很多士兵會靠岸，那美國人很多是帶著新冠狀病毒，所以日本必須要戒慎恐懼。

但是安倍給大家的感覺是，過於想要淡定處理問題，好讓東京奧運能順利舉辦。現在東京奧運不能辦了，日本人也接受這個事實，那安倍應該要好好處理疫情。

我們也看到大部分國家在處理疫情時，至少還會支持國家領導人，鞏固領導中心。可是安倍是少數幾個民調掉了非常多的國家領導人。

注重人權難限制

問：日本之所以能夠成為大國，第一個，醫療體系應該不差；第二個，很多人在檢討日本處理態度如此，是因為這方面法律的權責不甚完備，加上他們也重視人權，所以動作就比較猶豫，不敢太大刀闊斧。

日本會覺得台灣怎麼可以這樣限縮人權，甚至使用個資追蹤，徵收口罩等，他們會覺得不可思議。日本人的文化跟社會，是怎麼樣狀況呢？

嚴震生：台灣被 2003 的 SARS 嚇過一次，可能台灣的年輕人反應沒有這麼強烈，所以在春假期間照樣去墾丁等地方旅遊，但是 35 歲以上、經歷過 SARS 的人會比較謹慎。還好年輕人本來身體就比較強壯，感染機會少一點，所以臺灣的狀況還可以。

而且台灣政府至少有讓專業的人來主導，所以大家會接受遵守，如果今天是一個政治人物來講，前後又不一致，就很難熬了。

日本文化也影響防疫政策的推動，譬如說，在日本領薪水的上班族，下班後一定要去居酒屋，因為在他們的文化裡，直接回家代表你在事業上沒有什麼成就，這個文化也很難改。在台灣，現在八大行業勒令停業，但在日本要完全禁止，確實是比較難。

日本人下班以後到這些地方的文化，不是我們說台灣的高級主管去續攤之類的意思，他們就像英國人去酒吧一樣，是一種庶民的娛樂，這個是比較麻煩的，我們至少還沒有這種文化。

台灣的交通也沒有日本這樣麻煩。日本有些人因為交通很遠，所以他們不願意在下班時間擠在電車上，選擇在辦公室附近的酒吧混一下子，等到人潮過了以後才回去。這一些都是日本文化裡頭比較難改變的部分。

安倍應展現自信負責

另外，日本也不像美國是一個比較廣大的地方，人均空間很擁擠，所以這次看起來，在東京附近的幾個地方，包括大阪，甚至福岡都有封鎖的情形，希望不要再擴散到其他地方，我覺得安倍有行動了，但好像為時有點晚，最近一、兩個禮拜才開始，又不夠嚴格。

▲ 希望安倍能盡快回到從前那個有自信的安倍，而不是逃避責任的安倍。(photo from 路透社)

但是這也反映出一個民主國家碰到疫情的時候，做事情往往會猶豫不決。包括國會的議員，有些可能不願意封鎖自己的選區，這些都導致政策窒礙難行。臺灣畢竟中央政府還是很強，掌握了所有的資源，所以地方政府也沒什麼好抗拒的。

安倍現在民調既然已經掉了，那總希望趕快把疫情處理好，至少下台的時候有個比較好看的背影，那我希望看到的安倍，是過去比較有信心的安倍，而不是現在不願意出來承擔責任的安倍。

主持人：謝謝老師的分析。日本究竟能不能夠從這波疫情浴火重生，值得我們覬覦密切的觀察，畢竟是個偉大的國家，還是希望他們能夠挺得過。

訪談音檔請見《醒報國際現場》：

▲ 日本人居住空間不大，在家辦公恐怕有困難。（Photo from 網路截圖）

▲ 東京的人潮壅擠，或許成了疫情擴散的關鍵。（Photo from 中央社）

► 奧運延後已成定局，日本人也大多接受事實，那麼安倍政府是否要開始積極應對疫情？（Photo from 路透社）

2012 年 9 月 1 日創刊 深度報導 · 極簡樂讀 發行人 / 林意玲 電視、廣播、報紙、手機、網路 五媒合一 網站：www.anntw.com 發行所 / 台灣醒報股份有限公司 中華郵政台北聞字第 38 號執照登記為新聞紙交寄 定價 10 元
訂閱專線 / 02-23581961 訂戶客服專線 / 02-23581806 **郵政劃撥帳戶：50216232** 投稿信箱 / anntw.ad@gmail.com 其他服務 / ceo@anntw.com 歡迎加入台灣醒報臉書粉絲團 社址 / (10049) 台北市中正區北平東路 20 號 9 樓之 1

彰化八卦山脈油桐花開 民眾分流觀賞

8大賞桐祕境包括藤山園步道、福田園區、日月山景、芬園農場、芬園古道、崎路仔古道、就是愛樂園、大山牧場。

■ 余柏青 / 輯

【彰化訊】彰化八卦山脈油桐花盛開！即日起彰化欣賞綻放美景，並且享受周邊美食。

彰化縣府表示，彰化分別有員林市藤山園步道、福田賞桐生態園區、日月山景農場、芬園八卦山昆蟲生態休閒農場、芬園挑水古道、芬園崎路仔古道、就是愛荔枝樂園、花壇大山牧場等8處賞桐地點，都是觀賞的絕佳景點。

俗諺清明穀雨迎桐月，農曆3月古稱桐月，3至5月是油桐花花開最漂亮的季節，目前桐花開花狀況約40至50%，還有將近一個月的時間可以賞桐。

彰化縣內有8處戶外賞桐景點，呼籲鄉親錯開人多的時間，帶著全家大小一起賞桐，瀏覽周邊美景。

縣府配合防疫取消開幕活動，呼籲民眾賞花時，務必遵照中央流行疫情指揮中心公布室內的社交距離至少要保持1.5公尺、室外則要間隔1公尺，並養成勤洗手、戴口罩的好習慣，更重要的是藉由多曬太陽、多運動、接近大自然，提升自己的免疫力，讓自己的身心靈更健康，共同對抗這次疫情。

縣府文化局強調，臺灣最盛大美麗的花節「客家桐花祭」在全台展開，今年雖受疫情影響，活動稍有調整，但是朵朵白皙嬌柔的油桐花依然繽紛盛開。

客家委員會在全台各地招募桐花使者，每周定期回報花況，在「2020客家桐花祭」網站上可查詢各縣市開花情報，分散時間前往賞花。

▲▼▼「客家桐花祭」已在全台展開，雖受疫情影響，活動紛紛調整，但是朵朵白皙嬌柔的油桐花依然繽紛盛開。（彰化縣政府提供）

【彰化訊】彰化八卦山油桐花已盛開，縣政府雖取消群聚性、大型的「客家桐花祭」活動，但還是公佈員林藤山步道、芬園挑水古道等8大賞桐祕境，並結合地方農產市集，歡迎民眾可做好自衛防疫，就近前往賞桐花、促進身心健康。

受春雨滋潤所賜，有如雪花般「油桐花」已在八卦山等地陸續盛開；彰化縣政府不得已迫取消千人健行賞桐花、桐花音樂祭等大型活動，但還是鼓勵民眾自行前往各處賞桐。縣府說，員林市3、4月有蜀葵花季，4、5月接續有油桐花祭，市區則有米苔目、鳳梨酥、蜜餞等特色小吃，歡迎來品嚐。

旅遊看板

桃園 建置即時系統 掌握旅遊人潮

【桃園訊】疫情期間，外出旅遊時，民眾都不想願朝人潮的地方聚集，想擇選人數稀少的地方享受放鬆與休閒，在桃園市政府觀光旅遊局因此建置了高解析即時影像。

（見圖，桃園市政府提供）

遊客只要至桃園觀光導覽網及開啟桃園智慧遊APP，除可欣賞直播美景，還能透過即時影像，知道景點人潮現況，讓人們盡可能在防疫期間，避開人潮享受旅遊的自在與快活。目前已在11處景點建置完成即時影像系統。

台中 全台第一座 合法濱海露營區

【台中訊】為打造台中深度自然生態旅遊，台中市政府觀旅局於大安濱海樂園打造全台首座合法濱海Glamping豪華露營區，6日正式與OT營運廠商辦理點交，預計今年6月可試營運。（見圖，台中市政府提供）

大安濱海樂園未來以結合豪華露營及濱海自然濕地的豐富生態，讓來到這裡的遊客像是置身國外的蔚藍海岸一般，享受身心靈都舒暢的浪漫體驗。

大安濱海樂園整修後，遊客中心及露營區預計於6月份開始試營運，未來將成為兼具「生態旅遊」、「環境教育」、「親水體驗」及「露營活動」的旅遊勝地，嶄新又合法的濱海樂園令人拭目以待。

宜蘭 搭乘幾米觀巴 漫遊舊城風情

【宜蘭訊】疫情嚴峻期間，宜蘭市公所持續推展低碳旅遊，特別調整兩輛幾米觀光巴士營運模式，每天留有一輛觀巴，提供5人以上預約包車，以更寬敞友善的空間吸引遊客搭乘遊舊城。（見圖，宜蘭市政府提供）

宜蘭市公所表示，目前提供兩台以幾米繪本為主題的幾米觀光巴士—「星空號」與「奇蹟號」，車內有著幾米繪本中的公仔陪伴乘客，一同遊賞饒富文化底蘊的舊城風情，吸引許多國內外遊客造訪。

遊蘭嶼可住宿 13家民宿取得合法登記

【台東訊】台東縣蘭嶼是一座具原民文化、特有景色的島嶼，受到許多台灣及國際觀光客喜歡，但蘭嶼長期因土地使用受限、建築物未取得使用執照，使得島上民宿業者無法取得合法民宿登記。

台東縣政府表示，台東於2019年開始委託專業團隊輔導合法化後，日前已有13家業者送件申請，截至目前為止，首批通過包括：星晴雅築民宿、貝殼屋民宿、瑪娜根民宿及蘭嶼月台民宿等四家已取得合法民宿登記證，其餘9家也將陸續合法，預計6月底前可望將有13間業者取得合法民宿登記證。

蘭嶼因島上生活的達悟族，名為「Pongso no Tao」，意思為人之島，達悟族人的生活方式與傳統文化皆圍繞著海洋，極具獨有文化風情，除此之外，蘭嶼島上還具有眾多特殊的自然景觀，保有因應自然環境而建之傳統地下屋，且是絕佳的潛水地點，每年夏天皆吸引大量遊客前往。

◀「台東縣府積極讓民宿業者都能走向合法經營，使蘭嶼觀光產業步入常軌。（台東縣政府提供）

台東縣府表示，因應中央法規的鬆綁，屏東縣府於2019年委託專業團隊針對有意願的民宿業者進行輔導，並依據建築、土地條件，挑選蘭嶼25家業者優先輔導合法化。

為了務實處理部落民宿因不符建管法令而未合法登記的特殊現況，在安全的前提下，凡具原住民身分者，於原住民族委員會公告的部落範圍內設置民宿，得以結構安全鑑定證明文件，來代替使用執照申請登記民宿。同時，建築物也必須符合消防安全查驗合格。

台東2010年持續輔導，將擴及蘭嶼山地鄉原住民族地區，包括達仁鄉、金峰鄉、海端鄉、延平鄉等等。待輔導機制逐漸成熟，將選取「已輔導合法之業者」當作學習標竿，鼓勵業者循相同的模式，備妥相關文件申請民宿合法化。

除了輔導之外，對於未合法之業者，後續縣府也將優先處理有合法申請條件但未積極辦理合法化之業者，讓民宿業者都能走向合法經營，使蘭嶼觀光產業步入常軌。

2012年9月1日創刊 深度報導．極簡樂讀 發行人 / 林意玲 電視、廣播、報紙、手機、網路 五媒合一 網站：www.anntw.com 發行所 / 台灣醒報股份有限公司 中華郵政台北聞字第38號執照登記為新聞紙交寄 定價10元
訂閱專線 / 02-23581961 訂戶客服專線 / 02-23581806 郵政劃撥帳戶：50216232 投稿信箱 / anntw.ad@gmail.com 其他服務 / ceo@anntw.com 歡迎加入台灣醒報臉書粉絲團 社址 / (10049) 台北市中正區北平東路20號9樓之1