



今日天氣

北部 27°-36° 陰時多雲

中部 28°-34° 多雲短陣雨

南部 28°-34° 多雲短陣雨

東部 27°-34° 多雲短陣雨



政院幫輔選 藍批假公濟私



港國安法索個資 用戶慎防



機器人助理耐操 加速科研



抗體不普及 群體免疫無

《今日靈修》

永遠不放手
Never Let Me Go 是首非常美麗的曲子，適合在寂寞的夜晚，戀人們聚首時的喃喃絮語。聖歌「不忍棄我的愛」刻劃愛是從耶穌而來，祂愛世人，以至於死。(8版)

國中小將全面裝冷氣 含電費 323 億

行政院長蘇貞昌宣布，國中小學將全面裝設冷氣。對此，全教總表示肯定，並提醒政府少部分高中教室沒裝冷氣，應一併納入。



▲教育部表示，將投資 323 億元，針對 10.3 萬間教室裝設並汰換冷氣，在民國 111 年夏天以前，讓高中以下班班都有冷氣吹。(中央社)

【本報記者章文台北報導】國中小學將全面裝設冷氣，且要在 2 年內完成！行政院長蘇貞昌 7 日在台南市視察老舊校舍時如此宣布。教育部表示，將投資 323 億元，針對 10.3 萬間教室裝設並汰換冷氣，在民國 111 年夏天以前，讓高中以下班班有冷氣，連同電費每年約 10.2 億元也一併納入行政院預算。對此，全教總表示肯定，並提醒政府少部分高中教室沒裝設冷氣，也應一併納入。

裝冷氣，府院有共識

蘇揆藉南下視察台南市老舊校舍改善情形、聽取教育部長潘文忠簡報老舊校舍改善情形、電力系統改善及冷氣裝設的報告後裁

示，行政院會以統籌分配稅款及前瞻基礎建設第二階段計畫，合計 323 億元，支持教育部進行高中以下學校電力系統改善及冷氣裝設，並請教育部務必要提前在民國 111 年夏天前全數完成。

隨後蘇揆也在臉書及 line 群組正式宣布，兩年內中小學全裝冷氣，蘇貞昌說，在與總統蔡英文總統討論，並經過跨部會審慎的財務規劃後，將用 2 年時間先改進中小學的電力系統、提升安全性，再全面加裝冷氣，「兩年後，無論您的孩子在偏鄉上學、還是就讀市中心的學校，人人都有冷氣吹。他說：「孩子有權享受安全舒適的學習環境，不因地區有所差異。」

根據教育部規劃，潘文忠提出

323 億元的電力系統改善及冷氣裝設經費需求，預計民國 112 年完成 10 萬間教室電力系統改善，所需經費約 230.3 億元，這個計畫將按地方政府財力等級，分 5 級補助，財力等級最高的第一級補助 7 成，第五級補助 9 成。

按地方財力等級補助

另提出 10.3 萬間教室冷氣的裝設及汰換，所需經費約 92.7 億元，預估公立國中小冷氣的裝設率將由現在的 37.16% 提升到 100%，公立高中職冷氣的裝設率，則由現在的 80.6% 提升到 100%，也就是高中以下學校班班有冷氣。

教育部長潘文忠下午特別召開記者會進一步說明，將依蘇揆指示期程，跟地方政府協力加速辦理，並從今年下半年開始辦理電力改善，提前在 111 年全面完成；冷氣則規劃從 110 至 111 年夏天前全面完成裝設；另為提高能源效率，將請各地方政府參考能源效率分級標示購置節能冷氣，也將搭配降溫機制，並透過校園用電管理等機制來達到智慧節能效果。

家長無須再支付電費

由於仍有些學校冷氣使用費用是收班費支付，等於家長出錢，且費也有城鄉差異，但潘文忠強

調，目前中小學水電費由中央政府補助，一年約 17 億元，班班都裝冷氣後，預估每年新增約 10.2 億元費用，也將納入中央補助地方的水電費，先由中央補助各縣市政府，再補助給中小

學，故計畫完成之後，家長不用再自掏腰包付冷氣費了。對此，全教總指出，2 年前起主張應將冷氣納入學校的基本設備，並在總統大選時向各總統候選人提出中小學裝設冷氣問題，

蔡英文曾給予肯定答覆，但政院釋出 5 年內改善說帖，全教總理事長侯俊良認為最遲應在 3 年內全面裝設，而蘇揆 7 日終於在 2 年內全面改善電力系統，再全面裝設冷氣，對此具體回應，全教

「沒收」水利會違憲 國民黨要聲請釋憲

國民黨質疑蔡政府說為改革水利會，實質是直接沒收人民財產，已侵害憲法保障人民財產權及集會結社自由，應該宣告違憲。



▲立法院國民黨團認為組織通則第 40 條侵害人民財產權等，向司法院大法官書記處遞交釋憲聲請書。(中央社)

【本報記者祝潤霖台北報導】「《農田水利會組織通則》第 40 條侵害人民集會結社自由及財產權，國民黨聲請大法官釋憲！」國民黨 7 日向司法院提出《農田水利會組織通則》第 40 條釋憲案，質疑政府美其名為改革水利會，實質卻是拒絕溝通，直接沒收人民財產，侵害憲法財產權及集會結社自由，應該宣告違憲。

農民權利被剝奪

「連司法院長許中立在他的著作都曾承認，農田水利會是歷史性的公法人。」釋憲申請書草擬者、前台南縣長蘇煥智指出，農田水利會在日據時代就已經是法人，到現在已經成立超過 100 年以上，農田水利會是「先於現在中華民國台灣的法律而存在」的農民團體，因次他強力反對違憲的、沒收農民財產的農田水利

法。「農田水利會消滅的第一步，就是《農田水利會組織通則》第 40 條。」蘇煥智說，會員的投票權、選舉權都被剝奪，嚴重侵害農民權益，後果會造成農民的灌溉水權被剝奪，「我最擔心的就是農民的用水沒辦法確保，台灣農業無法永續發展。」

第 40 條有多處違憲

國民黨立法院黨團總召林為洲指出，農田水利會是一個農民團體、公法人、自治團體，政府剝奪會員的選舉權與被選舉權，顯然侵害自治團體的自治權，違反主權在民的民主基本原則，也侵害憲法第 14 條保障的基本集會結社權。同時，將水利會由公法人改制為公務機關，違背全球政府改造精簡的潮流。

「不能是選不贏，就要收回選舉的做法。」林為洲說，會員喪失選舉權、被選舉權，將無法有效監督水利會財產，難以落實會員受益權及農民用水權，這些都違反憲法第 14 條集會結社權、第 15 條財產權及第 22 條保障其他基本權。以反對地方派系紛爭這種反民主、集權化的理由，也完全不符合憲法第 23 條的比例原則。

「合理的改革，國民黨完全支持！」林為洲強調，要改革會長及會務委員的選舉辦法，使其適用選罷法；或改革工程發包的辦法，使其適用採購法，也都可以達到改革的目的。這些改革方案國民黨都有提出，但執政黨政府完全不採納，就是要沒收，「到底改革水利會是目的，還是沒收水利會才是目的？」



▲行政院長蘇貞昌宣布，國中小學將全面裝設冷氣。(行政院提供)

社論

高溫破表、暴雨成災 島嶼國家須戒備

由英國氣象局與 39 個科學機構組成的團隊，上週在國際期刊上發表以溫度與降水作為指標的研究結果，再次證實隨著氣候暖化，高溫熱浪和強降雨等極端天氣事件的強度、頻率和持續時間都在增高；例如其中一個「每日最高氣溫」的指標，就呈現十分清楚的上升趨勢。

台灣 6 月高溫破紀錄

研究團隊警告，這些極端的天氣變化，未來還會加速擴大，對於人類的健康、各國的金融經濟，以及整個生物圈都會造成嚴重的衝擊。

我們的現況正是如此。今年臺灣的 6 月真的是非常熱，以臺北氣象站為例，6 月的均溫為 30.5℃，不但是歷年 6 月最高值，也與盛夏的 7、8 月一樣，月均溫邁過了 30℃ 的高溫門檻。

不僅如此，6 月的最高溫達到 38.9℃，是臺北氣象站歷年排名第二的高值，只比 2013 年 8 月的 39.3℃ 略低。

另一方面，截至 7 月 6 日，今年高溫日 (>35℃) 的天數已有 29 天，大於 36℃ 的天數也有 21 天。

今年並沒有聖嬰現象的助力，高溫卻在 6 月就爬升的這

麼快，出乎氣象專家的意料，也表示地表的暖化速率確實已經開始在加速了。

中、日暴雨成災

強降雨方面，近期中國大陸及日本九州的洪澇，都是最新的明證。從 6 月起，大陸氣象單位已經連續 32 天發布暴雨警報，降雨範圍廣及大陸南方六成的地區，有 75 個縣（市）的日降雨量突破歷史同期的極端值，廣西陽朔、貴州惠水、雲南馬關、重慶南川、四川西昌、甘肅靜寧等地區受災相當慘重。

日本九州的熊本縣和鹿兒島

縣本月 4 日因鋒面滯流，帶來數十年來罕見的暴雨，也釀成慘重災情，日本政府派出了 1 萬名自衛隊員協助救災，日本氣象廳也特別發布最高的第 5 階豪雨警報，疏散了逾 20 萬的居民。

由於雲雨帶的鋒面仍然在長江流域至日本海徘徊滯留，未來大陸與日本地區還會有致災性的大豪雨發生，危機仍然凶險。

這些發生在我們周圍的極端天氣變化，都是最新的慘痛教訓。然而暖化後的天氣趨勢雖然可以經由氣候的模式研判可能的變化，卻是難以準確預估

發生的時間與強度，更麻煩的是，極端天氣造成的結果往往超乎想像的驚人，這是我們要有心理準備。

建立氣候風險管理

2017 年九月 18 日，大西洋的超級颶風瑪莉亞 (Maria) 以每小時 260 公里的強大風力，登陸加勒比海的島國多米尼克 (Dominica)，給該國帶來前所未有的災情；全國有九成以上的建築物被毀，甚至總理官邸的屋頂都消失不見。

當年聯合國大會上，該國總理上台發言，形容颶風後的慘狀有如經過一場戰爭的洗禮，

呼籲國際伸手援助，並提出了一個新的目標：要重建該國成為具有氣候適應能力的國家。

隔年初，該國立即成立了一個「氣候復原機構」負責執行，以確保該國每個部門、每一項重建工作、新的政策和法規，都能牢記瑪莉亞颶風的教訓，為該國的基礎設施打下堅實的基礎，防範下一個超級颶風的衝擊。

多米尼克的例子正是每個國家面對氣候暖化的衝擊應該有的正確方向，也是給我們臺灣同樣是資源有限、卻面臨巨大自然災害挑戰的島嶼國家一個很好的省思與榜樣。

行政院成競選總部？藍籲要振興勿輔選

國民黨痛批行政院從院長蘇貞昌、副院長沈榮津，到國發會主委龔明鑫、防疫指揮官陳時中，都在下南部替陳其邁輔選，應將重心擺在振興經濟。

【本報記者呂翔禾台北報導】「陳其邁都已經從副院長離職了，行政院卻一直假公濟私，替他輔選！」國民黨 7 日召開記者會痛批行政院從院長蘇貞昌、副院長沈榮津，到國發會主委龔明鑫、防疫指揮官陳時中，都在下南部替陳其邁輔選。

他們呼籲陳其邁不要靠中央官員幫他選舉，並要求官員將心力放在後續的振興、疫苗國家隊等問題。

需專心處理經濟

國民黨革實院副院長游淑慧不滿表示，蘇貞昌是吃飽沒事做嗎？現在 3 倍券的問題還很多不處理，何苦無來由地批評李眉蓁年紀小、見識淺薄？台灣的經濟現在已經陷入非常差的局面，

▶ 國民黨 7 日痛批行政院已成為「輔選國家隊」、「競選院」，不專心改善台灣經濟。(Photo by 呂翔禾／台灣醒報)



年初至 4 月的失業人數，已經創下自民國 101 年來新高的 48 萬人，20-24 歲年輕人失業率高達 11.66%。

「到底是台灣經濟重要，還是高雄補選重要？」游淑慧指

出，連 25-29 歲的失業率也來到 6.66%，而第二季經濟成長率預估僅 0.5%，剩去年 5 分之 1，而副院長沈榮津與國發會主委龔明鑫卻有空陪陳其邁直播，他希望台灣官員正視台灣目前的經濟處

境，不要忙著替陳其邁輔選。

疫苗研發要跟上

「蘇貞昌現在在陳時中背後，他很火大。」國民黨議員鍾沛君以鄉民術語，諷刺防疫指揮官陳

時中先前在活動中稱讚陳其邁是「防疫指揮官的指揮官」的說詞。他也提醒陳時中，雖然「口罩國家隊」在防疫上扮演很成功的角色，但面對隨時可能爆發的第二波疫情，「疫苗國家隊」也應該加速跟上。

可是目前國內廠商普遍反應尚未獲得政府統整產線，中央應該補助廠商研發的經費也尚

未撥補，因此鍾佩君也呼籲陳時中要專心整合疫苗研發。

國民黨文傳會副主委黃子哲也指出，過去，法務部次長蔡碧仲臉書力挺蕭美琴、內政部次長陳宗彥呼籲民眾不要投小黨，都是行政不中立的惡例，

請政府不要再犯，否則每抓到一次就要召開一次記者會，向民眾揭露。

立院變身健身房 領長者一同運動



▶ 民進黨立委何志偉（前右二）與長者在教練帶領下做韻律運動。(Photo by 于小宜／台灣醒報)

外貿協會 50 年 蔡盼領軍數位經濟

【本報記者呂翔禾台北報導】「在疫情持續困擾下，貿協要數位轉型，以更多線上展覽行銷台灣！」總統蔡英文 7 日在外貿協會 50 周年茶會上表示，疫情凸顯數位經濟的重要，貿協面對疫情挑戰要繼續努力，經濟部長王美花則希望貿協持續推廣線上展覽，協助廠商開拓國際市場。

另外，針對國民法官法，蔡英文認為這是比較可行方案，希望社會大眾接受。她也提到，如港版國安法有傷害台灣的情況，會考慮反制措施。

持續發展數位經濟

蔡英文說，感謝這 50 年來貿協為國家經貿工作推動所做的付出，面對國際經貿情勢變遷，台灣以「新南向政策」擴大布局的情況下，貿協除了長期透過貿易促進國際交流，也能迅速轉型為「企業界的智慧整合者」，展現開創性、軟硬兼具的實力，讓台企可以在國際發光。

「讓台企再次成為國際的關鍵



力量。」蔡英文表示，新冠肺炎凸顯出數位經濟的重要，企業如何在此變局中在國際市場生存是重要課題，希望貿協在瞬息萬變的後疫情時代，協助台灣企業及台商領航數位化浪潮，並配合國家經濟戰略，連結台灣企業界與國外不同產業，持續推動新經濟戰略。

王美花則表示，貿協近年來辦了許多線上展覽，建構 6 大核心展略產業的國際行銷平台，協助廠商開拓國際市場。

在此波疫情中，社會也看到數位行銷的能量，期待貿協未來持續扮演跨領域和創新平台的角色，協助廠商因應國際情勢調整行銷、生產策略，提升台灣經貿

全球競爭力。

參審制較可行

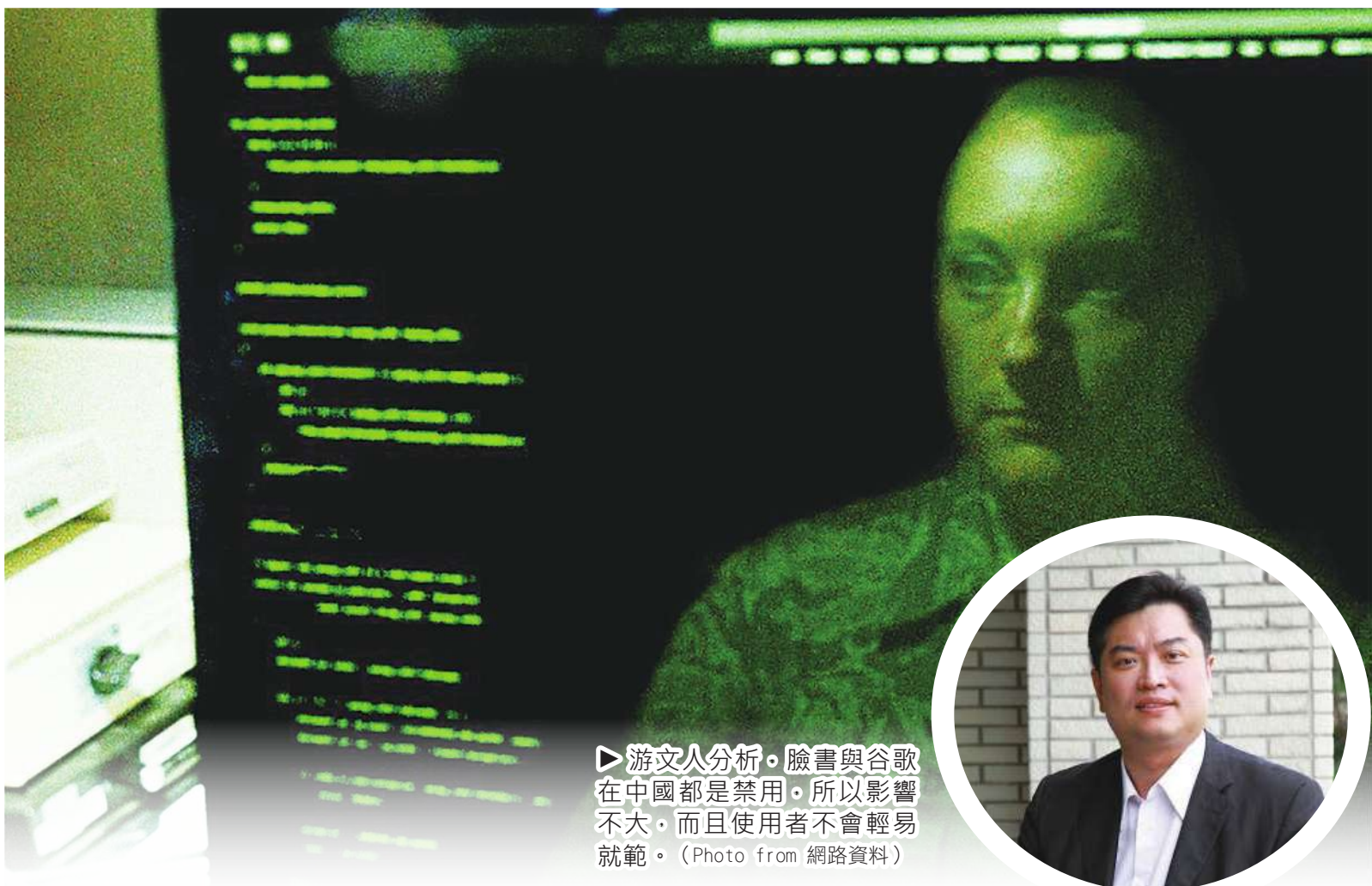
針對國民法官法的爭議，蔡英文在會後接受聯訪時表示，國民法官法是很重要的司法改革項目，可以反應國民感情，與職業法官一起參與，國是會議以來討論很久，

現在提出的版本，是在考量現行制度之下比較可行的方案，希望之後開始實施，讓民眾熟悉新的審判方式。

另外，針對國民黨質疑民進黨對於港版國安法的理解，蔡英文重申，台灣的政黨有要能力判斷港版國安法有哪些不能接受，政府在必要時對台灣的相關組織發出警訊或指引，避免他們因為國安法受傷害，如果國安法有不合理、侵害到台灣時，會考慮反制措施。

▲ 蔡英文 7 日出席貿協 50 周年慶時表示，現行國民法官法較可行，希望能推動，而如果國安法傷害到台灣，會考慮反制措施。(中央社)

▼針對各科技公司不提供港府使用者個資問題，專家受訪時表示影響不大，使用者也不會輕易透露個資，但是在中國境內都要小心。（Photo by Peterson Air Force Base）



►游文人分析，臉書與谷歌在中國都是禁用，所以影響不大，而且使用者不會輕易就範。（Photo from 網路資料）

拒港國安法索個資 專家：使用者慎防

【本報記者呂翔禾台北報導】「雖然中國侵犯社群媒體個資情況嚴重，但企業在不同地方商業模式不同，且使用者也會自行閃躲。」針對港版國安法，臉書、谷歌、Telegram 等科技公司拒絕提供港府使用者個資，前谷歌台灣業務總經理游文人接受本報專訪時表示，其實臉書、谷歌在中國都是禁用，所以影響不大，而且使用者也不會輕易就範。

中國於1日起正式實施港版國安法，裡面有條文要求社群平台，提供用戶資訊甚至移除危及國安的內容。不過目前 Google、臉書、Telegram 和推特等科技公司均已表示，暫停回應這項請求。但 Telegram 的隱私條款指出，若收到法院命令，指

港版國安法中要求社群平台，提供用戶資訊，臉書、谷歌等拒絕提供，前谷歌台灣總經理游文人表示，臉書、谷歌在中國都是禁用，影響不大。

用戶可能涉及恐怖活動，則會向法院提供用戶的 IP 位置 and 手機號碼，這又令香港用戶感到憂心。

使用者自行趨避

國安法是否對這些大企業影響很大？游文人說，中國的限制基本上沒有太大影響，這些都是在中國境內遭到禁用、或跑很慢的軟體，一般是在離開中國後，谷歌、臉書的使用才比較多。雖然印度近日禁止中國許多軟體應用，讓商業行為受到政治影響，但在各國政府政治性的考量下，使用者自己也有選

擇權。

「微信註冊地裡，10 個有 8 個是假的！」他以微信為例，由於微信註冊時需要填入來自哪裡，但是用戶所填的地區大都是假的，很多台灣的用戶也不會坦承自己來自台灣，許多人都是填沒聽過的地方，因此還是看個人如何保護自己。但以台灣金融界來說，如果需要將個資用做廣告投放使用，通常都會負責任的通知消費者。

須回到公司本身

不過本報記者問到，許多大公司將這些數據應用，用

戶並不曉得該怎麼辦？游文人提醒：「個資在中國，常常連問都不問就會被政府或企業直接拿去用，導致個資容易受到盜用。」

但最終還是要回到公司本身的自我要求與信譽，公司在不同國家所受的政治影響度不一樣，表現出來的商業模式也會不同，使用者也需要注意。

有媒體針對國安法施行細則中，規定台灣政治組織需要給港府涉港資料的規定，問國民黨將會如何應對？

文傳會主委王育敏表示，這個問題需要先問執政黨，國民黨一向都是支持港人自治；不過民進黨隨即回應，作為台灣的民主政黨，絕對不可能配合國安法惡法，傷害香港民主。

資安防護系列 3

區塊鏈分散資訊 彌補低階防護不足

【本報記者祝潤霖台北報導】「區塊鏈將資料碎片化分散儲存，駭客不容易攻破，很適合做資安防護！」博斯資訊安全創始人黃啟誠受訪指出，傳統的 IP 位址資訊過於集中，透過區塊鏈技術將資料打散加密儲存，大大提高駭客竊取資訊的難度。前科技立委許毓仁也表示，區塊鏈技術在病歷、金融及身分查驗等面向，都能幫上資安防護的忙。

去中心化分散處理

「企業每年投入千億美元資金，但資安事件還是不斷發生，追根究柢是底層技術的問題。」黃啟誠指出，很多 IT 產業對資訊都採集中處理，採用 TCP / IP 網際網路通訊協定，但只要有 IP 位址，駭客通過各種手段，不管是病毒，還是入侵破解，只要成功的話，就能把所有資料一夕之間拿走，或是癱瘓伺服器。

「區塊鏈的去中心化、分散處理，還有不可竄改的資料結構，會給駭客帶來非常大的障礙。」黃啟誠舉例，就像把一噸的金條存放在保險箱裡，但一旦保險箱被攻破，所有的黃金全不見了，區塊鏈等於是把黃金化整為零，儲存在 1 萬個地方，即使 1 個點被攻破，駭客拿到的東西也很少，這樣就會降低駭客攻擊的慾望。

黃啟誠強調，「切碎、打散、加密、隱形，然後把資料組合回來，區塊鏈就是這把鑰匙。」駭客只要沒辦法在一夕之間，把全部鑰匙拿到手，資安防護就成功一半。至於認證的保護，最好綁定人的生物信息，「一定要你這個人，跟你這個裝置，才能夠登入。」即使帳號密碼對了，裝置不對，也沒辦法登入，「所以在登入的管理上，安全性可以提高很多。」

數據利用可被稽核

「華碩目前在區塊鏈分兩塊在投入。」華碩雲端總經理吳漢章指出，一



▲區塊鏈的去中心化、分散處理，還有不可竄改的資料結構，會給駭客帶來非常大的障礙。（photo by Piquesels）

個是從雲端平台提供區塊鏈的技術服務，另一個是在垂直領域利用區塊鏈特性，在醫療領域有一些落地的計畫，例如民眾所簽署的知情同意書，利用區塊鏈來強化同意書的效力及不可否認性，藉由區塊鏈來提高同意書的可信賴感，「這很重要。」

吳漢章另舉例，「在智慧、數位醫療的領域，數據要能被利用與分享，必須要有民眾的知情同意。」如醫療數據被集中處理以後，如何被分析及做人工智慧應用，在數據的分享上，「我們也打算利用區塊鏈技術，讓這些數據的利用可被稽核。」舉凡數位的隱私及可被追蹤這些特性，這些應該都可被定義為廣義的資安。

身份驗證幫得上忙

「區塊鏈本身是分散式的帳本，它跟資安防護不是直接關聯，但對於資料的同步儲存和造假，都可以有一個防衛機制。」許毓仁表示，「比方說，將來要做病歷查驗，或銀行金融資料的檢驗，還有跨平台的身分驗證等，因為很多資安問題可能是透過假的身分登入進來，都是區塊鏈可以幫得上忙的部分。」

許毓仁又舉智能合約為例，它是透過演算法機制來履約的系統，假設 A 跟 B 借貸，原本一般的合約要透過紙本的方式，「但智能合約是透過分散技術儲存在區塊鏈上，因此擁有不會被竄改的特性。」可見區塊鏈技術在安全上的輔助優勢。

空污議題轉向 民團：正視光電毀生態

【本報特派員劉東泉台中報導】「防治空污需從移動污染源著手！」台灣環境公義協會日前召開會員大會，決議在 11 月上旬舉辦 2020 空污論壇。協會常務理事陳鴻烈教授表示，台電中火燃煤量已大幅降低，短期內再針對台電燃煤電廠為訴求，能夠再減的量已有限；空污議題應更重視其他工業用柴油及移動污染源的防治。

中火減碳已有限

往年空污論壇著重在中火燃煤機組減煤少碳的防治，但從林佳龍擔任市長時期延續爭執至今，中火雖已大量減煤，距離盧秀燕執政後，以實際燃煤量減 4 成的要求，差距也僅 1、2 百萬噸；即使中火燃煤量再往下減也差不了多少。

另一個爭論議題在於，即使中火達成盧市府的減煤目標，目前被撤銷的兩部舊機組中火能否重新啟動，也淪為各說各話的情況；中火照常啟用，而市府也只能依空污法相關規定罰款，行政訴訟或聲請釋憲，曠日廢時，一時都難以解決目前情況。

協會理事長洪正中指出，原本預訂今年 7 月舉辦的空污論壇，因疫情而延後至 11 月初舉辦。目前由他和中興大學教授莊秉潔、陳鴻烈教授共同籌備，議題將設定在交通移動污染源的防治、以及其他工業用重油燃料的解決上。此外，針對再生能源，協會認為，小水力發電的推展，也可取代一部分電力需求。

正視光電破壞生態

雖然中央政府大力推展太陽能光電廠，但由於相關部會為了達成績效，未顧及農地及生態保育，反而嚴重破壞棲地。綠城市科技顧問公司何紹康指出，最近環保團體即發現，彰化崙尾東線能專區廣達 300 多公頃，經濟部工業局委外大規模使用的浮動式光電板，未顧及當地潮間帶豐富的生物多樣性棲地生態。

洪正中也透露，目前太陽能光電的推廣遭遇瓶頸，因為廣植光電板，反而侵害到農地的保護，農委會對此已有反對的聲音出來。因此，推廣小水力發電有其必要性。

柯P、阿龍、阿中同台 宣傳觀巴推國旅

【本報記者臧品安台北報導】台北市長柯文哲、交通部長林佳龍、衛福部長陳時中 7 日同台宣傳台北雙層觀光巴士，但 3 人互動冷淡，互視時只淡淡微笑。由於昨天柯文哲噓：「有唸書的都知道三倍券對振興沒用！」，導致媒體追問 3 人相關話題時，林佳龍、陳時中只能尷尬緩頰說，三倍券多少會有用處的。

柯文哲致詞時說：「台北雙層觀光巴士從 2017 年開始營運，經過 3 年慘淡經營，有慢慢在上升。」

他提到雙層觀巴分成紅藍兩線，分別為東西向和南北向，將台北重要的觀光景點



都囊括在內，巴士內有中英日韓 4 種語言導覽，之後還會加入泰語導覽，並鼓勵民眾多搭乘。

林佳龍說，3 年前與柯文哲市長共同催生雙層觀巴，當時補助了 3400 多萬元購買 8

輛雙層巴士及 120 萬元行銷推廣，雙層觀巴主要仰賴國際旅客，因疫情影響，只能依靠國內旅客，所以交通部也再編列 1000 萬元，希望地方政府提案，行銷在地特色活動時能納入觀光巴士。

陳時中表示，今天正值疫情解封滿月，國人可以趁著「滿月之喜」，利用台北雙層觀光巴士到台北市各個觀光景點遊玩，並提到接下來台灣的防疫會隨著國際狀況，隨時做出調整。

▲台北市長柯文哲（前左）7 日邀請交通部長林佳龍（前中）、衛福部長陳時中（前右）一同體驗搭乘台北市雙層觀光巴士，推廣城市旅遊。（中央社）

▼ 歐盟貿易專員霍根表示，歐盟將反擊美國對歐盟貨品課徵關稅。(photo by European Parliament via flickr, used under CC License)



航空補助爭談不攏 美歐貿易戰恐開打

美國、歐盟航空補助談不攏，WTO 調查認為美國可向歐盟課徵懲罰性關稅，但川普加碼對歐盟多項產品課稅，雙方貿易戰一觸即發。

【本報記者王慶宇綜合報導】美國與歐盟因為空巴和波音的補助問題紛擾 15 年，隨著 WTO 調查接近尾聲，雙方恐互祭大規模報復性關稅。WTO 調查初步認為美國得向歐盟課徵懲罰性關稅，來補償歐盟對空巴的不當補助，而川普食髓知味在近日也加碼以「232 條款」向歐盟多項商品課稅，讓歐盟貿易專員表示，將強硬對抗美國的貿易手段。

空巴波音爭端未解

根據《路透社》報導，歐盟空中巴士與美國波音之間的貿易爭端可回溯至 2004 年，至今已紛擾 15 年。WTO 先前已完成對空巴的調查，並認定美國得對歐盟價值 75 億美元的貨物課徵關稅來補償這些年歐盟對空巴的不當補助，並將在 9 月公告對波音的調查。但出手強硬的川普自然沒放過這個機會，大有欲與歐盟進行貿易戰的趨勢。除了 WTO 允許的關稅加徵外，川普當局更針對歐盟多項商品如

大型機械、鋼鐵製品等發動「232 條款」調查，準備獅子大開口，額外對歐盟課徵大量關稅。美國 1962 年貿易擴張法第 232 條規定，若美國商務部認定特定產品對國家安全造成威脅，行政部門就可以針對此類產品課徵關稅。從川普二度拒絕歐盟的和解協議可知，川普恐較偏好透過 232 條款來解決問題。

歐盟將強硬回擊

《英國廣播公司》指出，

川普的手段也讓歐盟硬起來，不願再處處挨打。歐盟貿易專員霍根在 6 日向歐洲議會貿易委員會表示，若美國不願以歐盟希望的方式，和平的解決空巴與波音的爭端，歐盟已經準備好跟美國對抗。除此之外，霍根也重砲批評，美國此刻的 232 條款調查根本是政治上的考量，且不必要。他表示，若美國執意繼續調查，歐盟將團結一致地作出反應。

土國反制歐盟制裁 威脅開放難民入歐

【本報記者呂翔禾綜合報導】土耳其不滿歐盟將制裁該國，揚言開放更多移民進歐！歐盟近日因為土耳其侵占塞浦路斯經濟海域，打算制裁土耳其。土耳其外長恰武什奧盧近日揚言，如果歐盟制裁土耳其，土國將不再幫歐盟收留敘利亞或利比亞內戰的難民，另外也要求法國對兩國在利比亞外海的意外道歉。但歐盟態度強硬，堅持土國不能侵犯塞國外海。

若制裁就放難民進來

根據《半島電視台》報導，土耳其近來在塞浦路斯、希臘海外積極進行鑽探作業，但是土國開鑽的海域已經侵犯塞國的專屬經濟海域，因此讓塞國與希臘皆表不滿，歐盟高級外交代表波瑞爾雖然呼籲土國與塞、希臘對話，但實際上，歐盟與兩小國已經開始合作，將積極捍衛海域的開發權。



土耳其聲稱他將會積極捍衛土國船隻的探勘權，恰武什奧盧 (Çavuşoğlu) 近日還警告歐盟，如果歐盟要透過旅行制裁土耳其，土耳其將不會再限制難民從愛琴海進入希臘、義大利等地，將會違反 2016 年與歐盟簽訂的難民協定。土國目前已至少替歐盟收治 300 萬難民。

土國問題棘手

除了敘利亞外，土耳其也要求法國針對該國護衛艦與土國船艦擦撞的事情進行道歉，法國曾指控土耳其違反聯合國、歐盟在利比亞規定列強禁運武器的規定，可是土國軍方也質疑法國沒有遵守協議。因此恰武什奧盧要求法國道歉，並指控法國暗中提供國民軍強人哈夫塔武器（土國支持政府軍）。

但法國否認指控，並要求土耳其收斂好戰的態度。根據《Politico》報導，土耳其自己的船也載滿了武器，不過由於難民問題，加上土國位處戰略險要，歐盟也不敢太過得罪土耳其。目前葡萄牙國防部長克維諾的說法是，與土耳其是好朋友，但歐盟與土耳其之間仍有很多問題待解決。

中印邊境衝突降溫 解放軍漸撤離前線

【本報記者王安棟綜合報導】中國與印度近來因為邊境爭議陷入對峙，上個月還發生一起死亡衝突，造成 20 餘名印度士兵，不過，消息人士發現，中國軍隊已自 6 日起，從加勒萬河谷、溫泉、高格拉等邊境區域逐步撤軍，顯示在一連串衝突和外交協商後，中印雙方在爭議邊境實際控制線（LAC）的衝突有降溫趨勢。

中國從邊境撤軍

根據《半島電視台》的報導，消息人士指出，中國軍隊 6 日已在加勒萬河谷拆除軍用帳篷等建設，也在溫泉、高格拉等地將軍用車輛撤出。中國外交部發言人趙立堅日前表示，中印雙方都在「採取有效措施脫離接觸，緩解邊境局勢，」並期望繼續通過軍事和外交管道保持密切溝通。

中國與印度軍隊在 6 月 15 日才在加勒萬河谷發生衝突，造成 20 名印度士兵死亡、76 名受傷，中國方的死傷人

數則未公佈，但已是中印雙方近 50 年來最嚴重的邊境衝突，迫使雙方緊急進行協商，以求緩解緊張局勢。

重申遵守邊境協議

印度總理莫迪 3 日才無預警前往拉達克地區視察駐軍，發表談話時未提及中國，但稱「擴充主義的年代已經結束」。然《印度時報》的報導指出，中國外交部長王毅 5 日致電印度國安顧問多瓦爾，重申遵守兩國就邊境問題簽署的相關協議，也取得共同努力維持邊境安寧、加強雙邊溝通機制、盡快完成部隊撤軍的共識。外界認為，近來中印雙方在實際控制線的僵持局面，是中國對於印度近年在實質邊界加設軍事建設的反動，另也有專家認為，雙方的對峙衝突與印度先前廢除憲法 370 條有關，該決定不僅廢除印屬克什米爾的自治權，也牽動到爭議區域拉達克地區的主權，讓中國認為領土受到侵犯。



◀ 近來中印邊境局勢稍緩，外傳中國部隊已開始撤軍。(photo by 網路截圖)

科、塞領土爭議 德、法兩國助協商

【本報記者施凱文綜合報導】德、法擔起協商角色，將邀塞爾維亞、科索沃會談解決領土問題！塞、科 2 國在 2018 年關係惡化後就未進行任何接觸，好不容易雙方決定在美國碰面，又受到科索沃總統薩奇被國際法庭起訴影響而取消。德國總理梅克爾及法國總統馬克宏見狀則決定，擔起 2 國仲介者的責任。

科、塞關係現曙光

根據《歐洲動態》報導，德國及法國日前決定聯手推動科索沃及塞爾維亞進行會談，以解決歐洲最棘手的領土爭議之一。德國總理梅克爾及法國總統馬克宏將在 10 日舉辦視訊會議，並邀請塞爾維亞及科索沃雙方參與，這將是塞、科雙方 2018 年以來的首次接觸，歐盟外交安全政策高級代表波瑞爾也已確認加入會談。波瑞爾也表示，歐盟將在 12 日邀請塞爾維亞與科索沃政府到布魯塞爾見面。

科索沃於 2008 年單方面宣佈獨立後，即引起塞爾維亞強烈反彈，隨後幾年雙方雖有多次對話，但兩邊關係在 2018 年「邊界修正」磋商未果及塞國宣佈進入備戰狀態後又急起直下。直到上個月科索沃選出新總理霍蒂，其對塞國友善的態度，使雙方關係改善再現一絲曙光。

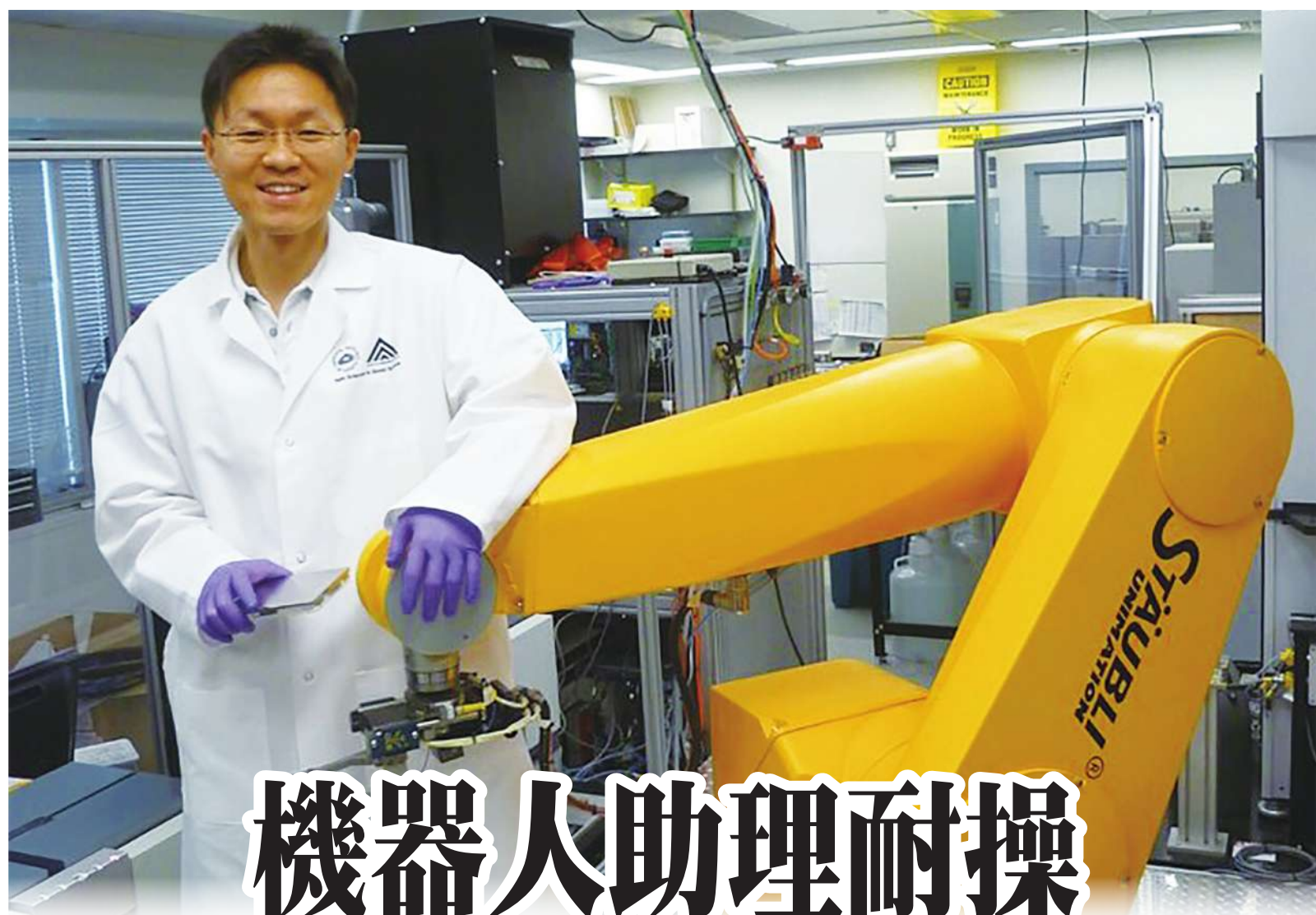
入歐先解決領土問題

塞爾維亞總統武契奇及科索沃總統薩奇本該在 6 月底於美國進行對談，但在後者遭國際法庭以戰爭罪起訴後，會議也旋即取消。據《洞察巴爾幹》報導，德國總理梅克爾及法國總統馬克宏是安排 2 國在歐洲協商的重要推手。發言人史塔諾說：「一連串將進行的會議絕非偶然。」歐盟已將身陷官司的薩奇排除在談判行列外，對亟欲加入歐盟的塞爾維亞及科索沃來說，解決領土爭議是必要條件。



◀ 在德國與法國推動下，科索沃將與塞爾維亞進行 2018 年以來的首次協商。圖為科索沃民眾。(photo by Twitter)

▼ 科學家認為，機器人助理可以協助學界更快速且安全地進行學術研究。(photo by National Center for Advancing Translational Sciences via flickr, used under CC License)



機器人助理耐操 專家：可加速科研

【本報記者王慶宇綜合報導】「機器人不會感染病毒，可以24小時運轉，也不用休假，耐操又好用。」英國利物浦大學教授表示，運用實驗室的機器人助理，不但可在疫情封鎖下繼續研究，研究速度也加快許多。他認為，全球各地實驗室若透過機器人助理、人工智慧與互聯網等科技互相連線與支援，將可讓科學研究速度大幅提升。

根據《英國廣播公司》報導，利物浦大學的材料學教授庫柏，因為新冠肺炎疫情



英國科學家表示，實驗室機器人助理不會感染病毒，又不用休假，可在疫情封鎖下繼續研究，研究速度也加快許多

而被迫在家封鎖，但手上的研究並沒有因而擱置。他在大學內的實驗室配有一台造價10萬英鎊的機器人助理，能協助他進行研究。

目前該機器人正在協助他進行一連串的化學實驗，希望能透過測試來找出太陽能電池內最佳的反應配方。庫柏認為，該機器人也可用於

進行新冠肺炎研究，只要全球諸多實驗室願意進行串聯，就可以透過互聯技術，在全球展開龐大而協調的研究，加速研究進度。

該機器人的開發者之一伯格開玩笑地表示，機器人不會無聊、不會累、24小時運轉，也不用休假，耐操又好用。除此之外，機器人也可

以負責實驗中較為制式化的部分，如進行數以千計的基礎樣本分析，讓科學家們可以專心在創新與研發上。

在航太領域，機器人也可以替代人類執行較危險的實驗，如在太空中執行任務，或是代替人類處理危險的化學物質。英國皇家化學學會研究與創新主任布萊克表示，機器人助理是人類善用現代電子科技的最佳證明。有它們的協助，學界將可以更快地解決複雜的難題，如疾病的預防與治療，或是解決空污問題。



濫捕野生動物 疾病大流行恐成常態

【本報記者呂翔禾綜合報導】如果再破壞環境、濫捕野生動物，未來像新冠肺炎一樣的疾病大流行恐成為常態！聯合國（UN）近日報告指出，新冠疫情將造成全球2年內90兆美元的經濟損失，都是來自人類對動物肉過度需求、不永續農業與氣候變遷造成的後果。如果再不加強保育、減少濫捕，全球每年將有超過200萬人，會因為人畜疾病而喪命。

人畜傳染遭忽略

根據《英國廣播公司》報導，UN報告預測，人類將因為新冠肺炎的影響，累積到2021年的經濟損失將達到90兆美元，新冠肺炎跟過往的炭疽、狂犬病、伊波拉一樣，都是從動物傳染給人類的「人畜共通病」。報告中還提到，人類過去因為人畜疾病造成每年將近200萬人死亡。

《UN農糧署報告》中提到，這也不是一夕之間就造成的悲劇，人類近年來過度開發環境，土地過度利用、濫捕野生動

物與大量畜牧化，再加上氣候變遷影響下，讓許多原本只在動物間傳遞的疾病，有更多機會傳染給人類，聯合國環境計畫主導人安德森表示，其實在新冠肺炎前，人類在百年內已歷經至少6次大流行。

減少開發、積極保育

「近20年來，人類更是因為大流行損失超過1000億美元。」安德森分析，在新冠肺炎前，全世界每年約有200萬人（多數集中在中產家庭與窮人）因為人畜共通病而死亡，但是這些數字容易被忽略，因此人類到新冠肺炎前，還是不了解人畜共通病對人類的傷害多麼大。

根據《衛報》報導，該報告認為，目前世界以公衛與經濟的政策面對新冠疫情，但其實更應該從環境面著手，減少對動物肉的需求，比過往更積極的保育、限制開發，並以烏干達為例，可用衛星蒐集大數據監控瘧疾等新科技，減少與野生動物密集接觸頻率，避免未來再次發生與新冠肺炎類似的悲劇。



▲ 聯合國報告警告，如果人類不能減緩環境開發，並積極保育動物，未來只會因為人畜共通病而有更多損害。(Photo on Unhere)

電影配樂大師辭世 《荒野大鏢客》永傳唱

【本報記者宋秉謙綜合報導】全球著名電影OST製作人莫利克內突傳逝世！義大利作曲家莫利克內6日晚間由其律師證實於醫院過世，享壽91歲。消息傳出引起電影人的不捨，外媒也紛紛撰文細數他過往著名的電影配曲，莫利克內窮極一生貢獻在電影界50年，總共為500部知名電影譜過曲，他也在07年獲奧斯卡終身成就獎，被認為最成功的一次譜曲，並捧紅了電影《荒野大鏢客》。

傳奇生涯充滿榮譽

根據《紐約時報》報導，義大利電影作曲家莫利克內日前因摔傷而住院，6日由律師證實「已經過世」，也拿出他親手寫的信，但確切原因並未公開。莫利克內享壽91歲，在電影屆奉獻超過自己半數的歲月，完成超過500部電影的OST（配樂），手握無數音樂榮譽，其中更包含07年拿到的奧斯卡終身成就獎。

對年輕人來說，莫利克內製作最知名的配樂就是電影《八惡人》，在2016年抱走奧斯卡金像獎；但事實上，他生涯最被推崇的譜曲，卻是充滿義大利風格的西部懷舊片，諸如1960年代席捲電影界的鏢客三部曲，外媒如《CBS》稱讚，莫利克內的電影OST，讓1964年的首部曲《荒野大鏢客》廣受歡迎，隨後，導演李昂尼與主角伊斯威特再把



▲ 義大利傳奇電影OST之王莫利克內過世，留下超過500部電影配樂。(photo from wikimedia)

最後一部《黃金三鏢客》帶上巔峰，成就西部片的經典。

與眾不同的作曲風格

《衛報》更仔細分析莫利克內的作曲特色，影評人與樂評人在評判偉大的電影作曲家時，都會從3大層面去看，最低的是建立電影深層質感，目的是無意識間，帶動觀眾感情；其次是會配合劇情與場景；最高層次則是用一般俯拾即是的曲調，譜出更超脫的曲子，由觀眾與樂評人各自感受，這些莫利克內全都能做到。

衛報補充提到，莫利克內最愛用非傳統樂器，包含口琴、口哨聲、牛鈴等，這讓他與一般作曲家有別；他更在成名作《荒野大鏢客》中，添加古怪的樂曲元素，包含墨西哥流浪樂的小號、鈴鐺、怪異的敲擊聲，營造出荒涼、可憐的意境，最終獲得極高評價。



歐洲回收做白工？3成廢棄物丟大海

【本報記者莊瑞萌綜合報導】辛苦回收，最後仍放水流？！愛爾蘭研究人員發現，歐洲國家所回收的塑膠被運往其他國家處理後，多達3成以上的回收塑膠因無法處理，部分淪落至掩埋場或海洋中，污染大海及生物。對此，研究人員認為，此現象凸顯現行回收制度無法確實管控塑膠污染，必須從源頭加以管理。

據《Treehugger》報導，過去西方國家國內沒有足夠能力處理所有廢棄物，因此，將多數垃圾運往中國處理。但2018年起，中國禁收外國垃圾，於是歐洲垃圾開始被運往其他東南亞國家。

對此，愛爾蘭國立高威大學與利墨瑞克大學研究人員指出，雖然歐洲國家擁有先進廢棄物管理基礎建設，但仍有46%分類後的塑膠廢棄物被運往來源國以外的地方進行後續處理。



▲ 全球塑膠製品數量驚人，多數最後仍流入大海中。(Photo by Heath Aulsebrook on Flickr under Creative Commons license)

研究人員史泰爾司表示，「大量廢棄物回收後出口到其他地區，但下流追蹤能力不佳，研究發現真正的回收率會比源頭國提出的數據低許多。這次研究發現，多達31%出口的塑膠廢棄物最後並沒有被回收。」

例如在2017年，估計出口的歐洲塑膠廢棄物，有18萬公噸最後流入海洋中，約佔歐洲出口塑膠廢棄物的7%。

對此，研究人員蘭斯認為，「要成功邁向更循環的經濟，歐洲城市與廢棄物管理公司必須參與最終廢棄物處理。」

據《歐洲科學家》報導，研究人員指出，這次研究結果並非呼籲外界停止回收，而是要修補回收過程的漏洞，避免再次破壞海洋、沿岸地區與土地生態系統的發展。



人類對塑膠過度倚賴，造成塑膠大量氾濫，每年塑膠生產量達3億噸，約1,000萬噸塑膠廢棄物進入到海洋中。估計等到2050年，塑膠重量將超越海洋中的魚類。科學家也發現，部分魚類保育區域，塑膠與魚類的比率已來到7比1。

本次研究結果刊登在Environment International期刊。



▲利用規律作息的方法照顧孩子，能讓孩子有秩序感，配合度就能提高，吃正餐時，就能輕鬆度過。（網路截圖）



■陳昶璇

孩子的每個階段能吃的東西不太一樣。4到6個月大的寶寶可以嘗試吃一些副食品，從米湯、米糊到食物泥，簡單、原味的食材讓孩子從母乳、牛乳可以銜接到一般人吃的食物。

利用規律作息的方法照顧孩子，能讓孩子有秩序感，配合度就能提高，吃正餐時，就能輕鬆度過。

學齡前兒童備餐

我的女兒大約在2歲以前基本上都吃粥或細麵條，主要考量她牙齒發育、咀嚼功能的發展，當時給她吃的食物比較簡單，也都是為了她另外料理。一直到2歲以後，我才漸漸地不另外準備她的食物，基本上將大人的食物剪碎後，就和她一起吃，備餐的工作才漸漸地輕鬆起來。

這本食譜主要針對家中有2歲以上的幼兒而設計。基本上清淡、原味，並且口感、外型上都務求吸引孩子注意，增進孩子的食慾。另外，也透過不同篇章的介紹，讓讀者在準備早餐、午餐、晚餐時都能有個參考，從常見的肉燥、柴魚高湯的介紹，讓家庭能常備一些在冰箱裡，快速解決2、3天內的正餐。孩子上幼兒園後，在家裡吃飯的時間可能只剩早餐與晚餐，建議父母能夠參考一下學校的菜單，用本書搭配出孩子吃的一日三餐。

三餐營養計畫表

早餐、蛋料理、蔬菜料理、

肉類料理、點心作為分類，但使用上都非常彈性，可依照你的時間、冰箱裡現有的東西，自由搭配出早餐、午餐、晚餐的菜單。

30日三餐營養計畫表為了均衡飲食，除了本書所列食譜外，建議搭配燙青菜、白飯、煎嫩豆腐等簡單食物平衡一天的攝取量。

外，媽媽本身因為餵母乳而流失的體力和營養，也需要從食補著手，來維持體力和健康。食補很重要，但學會照顧自己的需求也很重要。

孩子滿1歲前，我手上的事情幾乎完全停擺，美西灶腳更新停止，沒時間運動，也沒有自己獨處的時間。因為要顧奶奶的關係，我走不遠也走不開，生活都以孩子為重心，因為「被剝奪感」的緣故，那段時間真的不快樂，若不是堅持每天幫孩子拍照記錄，我根本回想不起那一年孩子的樣子。如果能有時光機，我會告訴當時的自己，「妳已經做得很好了，放下孩子走遠一天，真的沒關係，先把自己照顧好。」

材料1人份：
成熟酪梨1顆、雞蛋1個、吐司2片、黑胡椒少許、鹽少許。
作法：
①將酪梨剝皮、去籽後，切成薄片。
②將雞蛋煮熟後，去殼，切片。
③將吐司兩面烤至金黃，鋪上酪梨片、蛋，再撒上黑胡椒及少許鹽即可。

TIPS：這道三明治不使用沙拉醬，因為成熟酪梨已有著軟糯的口感，風味很好。

如果仍想加沙拉醬，可將美乃滋與番茄醬以1:1的比例調成沙拉醬，抹在吐司上。當酪梨外皮完全變黑後，就是成熟、可食用了。

常備柴魚昆布高湯

材料：昆布10～20克、柴魚20克、水1000毫升。
做法：
①將昆布放入一鍋冷水中，浸

泡半小時以上。
②直接將鍋子放在瓦斯爐上煮，火候保持中小火，當水微滾後，再煮5分鐘，就可以將昆布取出。
③將柴魚入鍋，續煮2～3分鐘後，關火，讓柴魚片浸泡半小時以上。
④用濾網或細紗布濾掉柴魚片，即得高湯。
料理應用：
1、日式高湯蛋捲
2、火鍋湯底
3、麵、煲湯的湯底

高湯多元應用

高湯的類型有很多種，我在上一本作品《幸福小鍋食堂》裡，介紹了雞骨、牛骨、豬骨、蔬菜高湯的作法，而本書食譜更著重「方便性」、「快速性」，並且兼顧健康與美味，因此，特別針對柴魚昆布高湯進行各種變化。對小孩而言，食物的原味與鮮

味都需要考慮，才能吸引他們多吃一點。

我通常早上起床就先泡昆布，近中午要做飯的時候再煮成高湯，因為柴魚昆布高湯很容易製作，不需要長時間燉煮，所以能很快用於其他料理中，或者用來做成簡單的湯麵，作法多變，是家庭常備高湯。有的時候我會煮多一點，中午和晚上的料理都用柴魚昆布高湯做變化，就不用考慮儲存的問題，趁新鮮食用完總是最好的。

TIPS：煮柴魚昆布高湯前，昆布一定要先泡過。昆布上白白的物質是很鮮美的。若是給孩子吃的，擔心戶外日曬的昆布帶有雜質的話，可用快速清洗，但通常用廚房紙巾輕輕擦去雜質和灰塵即可。

平日裡，家人之間不吝於互相表達感謝，讓小孩也能理解，他人的幫助與照顧不是平白無故，也不能當成理所當然。她對



▲照燒雞蛋，蛋黃又比蛋白更富含營養，小孩攝取雞蛋黃有助大腦發育，可鼓勵他們多吃，一天1～3顆都行。（網路截圖）

搞定親子餐 新手爸媽下廚趣

觀察小孩的吃飯習慣，可能會因為餐具喜好、上菜方式決定食量。既然沒辦法強迫孩子進食多寡，就只能多觀察、換方法。



▲觀察小孩的吃飯習慣，可能會因為餐具喜好、上菜方式決定食量。既然沒辦法強迫孩子進食多寡，就只能多觀察、換方法。（網路截圖）

還沒有孩子前，都以外食為主，但有了小孩後，開始自己動手做，大多選擇調味相對清淡或不具刺激性的食物。

外婆說的話，讓我很感動，也很慚愧，我有多久沒對媽媽表達感謝了呢？謝謝孩子的提醒，這是一個充滿愛的夜晚。

材料4人份：雞蛋4個、醬油2大匙、砂糖1茶匙、水100毫升。
作法：
①將雞蛋以水煮熟，或用電鍋煮熟，剝殼備用。
②準備1只小鍋，將醬油、砂糖及水倒入鍋中，開火煮滾。
③將白煮蛋放入鍋中，與醬汁一起煮至蛋白上色即可。
TIPS：因為要給小孩吃，所以沒有加米酒。如果純粹給大人

食用，可在醬汁裡加1大匙料理米酒或清酒。不易失敗的電鍋煮蛋法：準備1張餐巾紙，用水充分沾濕，鋪在電鍋底部，放上雞蛋，蓋上電鍋蓋，按下電鍋開關。計時10分6秒，即使開關跳起也不開蓋子，直到計時器響再取出蛋、剝蛋殼即可。這個時間煮出來的蛋，蛋黃不會過老，很好吃。

雞蛋蒸丸子

營養價值：香菇除了膳食纖維之外，還含有維生素B、維生素D、鐵、鉀、多種胺基酸等營養素。

▼那時中國大陸正因「大躍進」等冒進措施，逐漸形成大饑荒。（網路截圖）



長篇連載之44

《情到深處》第十七章 終列正氣·母親再起

「今天空氣好嗎？」我們在上海住的時候，小小孩早上一起床總問我這句，不是氣溫，不是早餐吃什麼，而是當天的空氣品質。

我感覺很哀傷，什麼時候開始，呼吸新鮮空氣不再是習以為常的事，孩子因為霧霾被留在家裡，怔怔看著窗外的樣子，是我心裡很深的痛苦。

那天，萬里無雲，天空的藍是那麼透明，我們在戶外笑著、跑著。回家時，女兒說，明天空氣好嗎？可以再出來玩嗎？我真的無法回答。媽媽希望能把全世界的做好事都讓你看過，孟母是為了好學區而再三搬家，我這個現代孟母若是搬家，絕對是為了空氣，為了呼吸更乾淨的空氣（那可能只能去住阿爾卑斯山腳下了）。

材料3人份：豬絞肉300克、

新鮮香菇4～5朵、切碎雞蛋1個、蔥花1大把、白菜數片、鹽少許、醬油2大匙、麻油1大匙
作法：
①將白菜以外的所有材料充分混合，用筷子或鐵湯匙以順時針方向不停攪拌，直到絞肉出黏性即可。
②分成一個個小肉團，將肉團在兩手之間拋甩，甩出空氣，並將外型整成肉丸。
③在蒸盤上鋪上白菜，放上肉丸。
④當蒸鍋裡的水沸騰後，放入蒸盤，蓋上鍋蓋，蒸20分鐘即可。
TIPS：可將小朋友不太喜歡的蔬菜切末放進肉丸。加入香菇的肉丸非常香，用新鮮香菇即可。因為各品牌的醬油味道、鹹淡不太一樣，調味時請自行增減醬油和鹽的用量，調整鹹度。

《三口組小孩不挑嘴》簡介

這是一本寫給孩子的食養情書，母親對於孩子的情感書寫不只是愛護孩子、照顧孩子的幸福過程。更多的是，「真實」呈現育兒的心情，有甜有酸，寫下與孩子的互動過程，也記錄自己下廚餵養孩子的過程與食譜。

我是全職媽媽，養育著一位三歲的孩子。您翻開此書之前，請一定要記著，每個孩子的氣質不同，愛吃的東西也不一樣，唯一共通點是，父母們都很重視孩子的飲食習慣，才有機會翻開這本書。希望能從分享育兒的心得及經驗的角度出發，讓父母們更明白，大人孩子可以一起吃哪些簡單料理，讓在家煮飯、在家吃飯變得更輕鬆。



作者：陳昶璇
出版社：出色文化
出版日期：2020/06/04

密，如今證實裝有戰術核彈頭，父親在日記寫：「天雨不減緊張狀況……」。隔了幾天，他又到淡水參觀勝利女神神地對空飛彈。導彈的出現，預示戰爭型態已有所改變。

六月，我以第一名自再興小學畢業、弟弟為善也是學期第一、大妹妹為美考試第二，這都讓父親感到欣慰；七月三十日聯招放榜，我考取師大附中，他非常高興，特別請我吃飯午餐，「並請為美、為善及其母作陪」。父親回到臺北，母親大概最高興了，那兩年父親陪她看遍在臺上映幾乎所有中外影片，而父親則以高爾夫球健身，又常常帶母親遊碧潭。

以身體欠佳婉謝再出任高層職務

將總統並非就此閒置父親。總

統於六月間傳見，十分禮遇父親，並且告知要升羅列為陸軍總司令；當晚羅列將軍來拜訪父親，父親告以總統的誠摯之情，盼望羅列能在總司令職務上盡力發揮。因為那時中國大陸正因「大躍進」等冒進措施，逐漸形成大饑荒，毛澤東的施政已成為千夫所指、眾矢之的了，似為反攻大陸的契機；先前將總統也在總理紀念週分析大陸形勢，認為一年之內可回大陸。

父親離任半年之後，將總統於一九五九年十一月二十日傳見父親，除了為人事取捨上聽取父親的意見之外，還說：「目前你調為戰略顧問，應該給你調一個實際的職務。」父親：「敬謝之，並請不必再調。」將總統回答：「再說吧。」

到了一九六〇年二月，有天上

午經國先生突然來訪，傳達蔣總統的意思，擬調父親為代理參謀長。父親十分感激，但還是表示自己有心臟病，「不能服此重務，囑代為申謝，並代為婉辭」。

他在前一年十二月間已感到心臟不適，並到陸軍總醫院由丁農大夫診治，丁大夫以後成為他的主治醫師。

六月下旬，第八屆軍事會議開幕，將總統親臨致辭，父親也與會。經國先生又過來與父親談話：「總統又囑咐我來見你，我給你回了，說你現在有心臟病不能工作。」這也顯示，將總統看重父親的識人能力，想把父親留在身邊、隨時備詢；但父親以自己確實有病婉謝。（待續）

▼比爾·艾文斯的「Never Let Me Go」，但不能太常聽，因為那樣的低迴與糾結，會讓人一直坐著，陷在椅子裡無法起身呢。（網路截圖）



永遠不要放開我...

■蕭旭岑
（前總統府副秘書長、資深愛樂者）

有些情感，跟有些音樂一樣，是一生一世的，難以抹滅，難以忘懷。

上週談到 Keith Jarrett（奇斯·傑瑞特），我特別要提 1996 年 3 月 30 日他在東京的現場三重奏，裡頭有著「秋葉」、「蒙娜麗莎」、「我可笑的情人」、「我記得四月」等超級芭樂標準曲，是非常熱烈、非常精采的現場演出。其中我最深愛的，是一首罕見的鋼琴獨奏演出、糾結入心的芭樂曲《Never Let Me Go》（永遠不要放開我）。

兩作家真情交流

Never Let Me Go，永遠不要放開我，別讓我走。這首爵士曲，原本是創作於上世紀 50 年代的爵士老歌，作者為 Jay Livingston 和 Ray Evans。現在較廣為人知，是因日裔英國作家石黑一雄（Kazuo Ishiguro）用來作為他 2005 年小說書名。

據說，有一次村上春樹邀石黑一雄吃飯，送他一張日本鋼琴手大西順子的唱片（Junko Onishi

Never Let Me Go 是首非常美麗的曲子，而這樣的美麗，適合任何時刻的獨處，適合寂寞的夜晚，適合戀人們聚首時的喃喃絮語。

Live At The Village Vanguard 2），裡頭的主打曲目就是這首《別讓我走》（Never Let Me Go）。

村上在一次受訪提及此事，說：「他（石黑一雄）告訴我有本新書馬上就要完稿了，但並沒有說書的名字。後來我們談音樂，他喜歡爵士樂，我就帶那張唱片送他了。」

石黑一雄是否受到村上送的這張唱片影響，才將新書定名？或者，後來才創作了那本叫好又叫座的小說？不得而知，但這首沁入人心的美麗曲子，確實是兩大作家之間真誠與美好的交流緣分。

溫暖又寂寞的曲子

Never Let Me Go 是首非常美麗的曲子，而這樣的美麗，適合任何時刻的獨處，適合寂寞的夜晚，適合戀人們聚首時的喃喃絮語。聽過爵士鋼琴大師比

▼Keith Jarrett 在 1996 年 3 月 30 日東京的現場三重奏，裡頭有著「秋葉」、「蒙娜麗莎」、等超級芭樂標準曲，那是非常熱烈、非常精采的現場演出。（網路截圖）



「Never Let Me Go」，Evans 又演奏出 10 分 37 秒味道略異、卻同樣精彩的版本。

當初以為 10 月 21 日沒保存下錄音，就發行了唱片。38 年後，在唱片公司的檔案庫裡頭，這些塵封已久的錄音終於出土。1997 年我曾買過 Bill Evans 在 Verve 唱片公司的大全集，以為已經一網打盡，沒想到這世間還是有許多讓人意想不到的驚喜，人生，總是充滿了意外的美好。

另一種詮釋

Bill Evans 已經把「Never Let Me Go」演奏得完美了，KJ 毫不遜色，在 1996 年的東京現場，也給了我們另一種完美形式的「Never Let Me Go」。如果說 Evans 的演奏是出世的，KJ 的演奏就是入世的，充滿了深深的眷戀與情愛，那種琴音，有可以把心靈嚙咬得淺淺淡淡的感覺，即使不是致命的，但咬出來的痕跡，卻是可以留得長長久久，讓人想忘也忘不了。

我想，KJ 演奏的「Never Let Me Go」，應該很適合愛戀的人獻給他／她深愛的另外那個人吧。

解封首場歌劇音樂會 NSO 搬演蝴蝶夫人

【本報記者祝潤霖台北報導】解封後首場歌劇音樂會，呂紹嘉將率 NSO 演繹《蝴蝶夫人》！浦契尼 3 大歌劇之一的《蝴蝶夫人》將於 10 日起上演，NSO 音樂總監呂紹嘉 7 日表示，「這次以音樂會形式呈現，但豐富的戲劇元素不會缺少。」飾演蝴蝶夫人的林玲慧與旅德韓裔男高音崔勝震合作，當場試唱了一段天籟詠嘆調。

談到 8 年前演過的《蝴蝶夫人》，林玲慧表示，聲音、體力和技巧上的轉換，都比以往更游刃有餘。

這次沒有舞台、布景、服裝，情緒上的轉換都要靠技巧、眼神、身體去揣摩。

「我覺得蝴蝶夫人是一個寧為玉碎、不為瓦全的女人。」林玲慧說，他也相信平克頓不是很壞的那種負心漢，美國軍官平克頓到處漂泊，他每停靠的港

口都有老婆小孩，但他還是要寄錢給蝴蝶夫人，應該不是這麼無情的人。蝴蝶夫人的結局也不能算是悲劇，因為最後平克頓還是來了，「某方面來說，她算是贏了。」

「音樂本身就會說話，從演員

的聲音互動就能感受到戲劇。」呂紹嘉說，這次雖以音樂會為根本，但進退場及燈光等安排，會盡量給觀眾有戲劇的感覺。異國情調是 19 世紀的風潮，利用日本的曲調來創作，但絕對還是浦契尼的音樂風格。

呂紹嘉打趣說，「我覺得被抱出來的小孩子很可憐，都要在他耳邊唱高音。（眾笑）」並解釋說，因為聲樂必須要能穿透交響樂團。

林玲慧也笑說，「所以我會把小孩的耳朵蓋起來唱。」



▲飾演蝴蝶夫人（左）的林玲慧（右）與旅德韓裔男高音崔勝震（左）合作，當場試唱了一段天籟詠嘆調。（photo by 祝潤霖／台灣醒報）

受薇薇安邁爾啟蒙 林子晞代言成粉絲

【本報記者施凱文台北報導】「很想穿越時空抱抱薇薇安邁爾，跟她說我懂妳的孤寂。」演員林子晞以緞面拼貼花色洋裝搭配白色高跟鞋，出席 7 日的「薇薇安邁爾攝影展」開幕記者會，主持人黃子佼則穿著印有攝影照片九宮格圖案短 T 的一身綠色系服裝相呼應，同為攝影愛好者的 2 人也互贈對方攝影作品。

擔任活動大使的林子晞也曾出過攝影集，成為業餘攝影師的契機是什麼？她說：「在美國讀書的時候，語言不通加上文化不同，所以沒什麼朋友，很多時候要跟自己對話，那個孤寂感是很直覺的，就會想把眼前的風光帶回去給家人朋友看。」止不住對薇薇安邁爾崇拜之情的她表示，「啟蒙我攝影的人，就是薇薇安了！」

黃子佼表示，攝影師都是藝術家，「薇薇安不只帶我們看見 5、60 年代的美國，也看見鏡頭後那專注的神情。」她的照片彷彿將

眾人帶回當年的紐約、芝加哥街頭，人們則對薇薇安充滿好奇，「想知道她是誰？是什麼動機支持她不斷地攝影？」但沒有人能真正地回答這些問題，所有的一切只在影像中試著理解。

身後作品才曝光並大受歡迎的薇薇安邁爾，生前以裸母職業維生，她過世後，照片在拍賣場合被買下，藏家發現其以底片相機拍攝了高達 10 萬張的照片，將作品分類成冊展出，包括經典的反射藝術拍出無限個自己、以不同張照片拼貼成看似一體的錯位技巧，以及巧妙利用光影將自己一分为二的自拍等攝影作品。

林子晞也興奮地指出，改變自己拍攝風格的轉換點就是薇薇安邁爾，因為當演員之後常常一個人突然收工就走在街頭，她說：「下戲體內靈魂被抽走後就會感到很空虛，有一次無意間在街上看到她的作品後就買票進去看展，看完後十分有感，很想穿越時空跟她說『我懂妳』。」



▲藝人林子晞擔任薇薇安邁爾攝影展的活動大使，止不住崇拜之情的她說，「想穿越時空告訴她我懂妳」。（photo by 于小宜／台灣醒報）

地廣人稀更安全 拍片看中喬治亞州

【本報記者陳是祈綜合報導】曾因墮胎法案被多家片廠抵制的美國喬治亞州，現在利用地廣人稀的優勢，積極拉攏劇組來拍片。隨著墮胎法案被最高法院宣告違憲，爭議淡化後，喬治亞州開始利用地廣人稀的優點，吸引劇組回來拍片。根據預估，劇組若開始大量在喬治亞州復工拍片，可以在未來 18 個月，為該州創造 2 億美金的經濟收益。

劇組躍躍欲試

《好萊塢報導者》報導，喬治亞州早在 5 月 25 日就發布復工準則，比好萊塢所在地加州都還早，而急著復工的各大片廠急需適合的場地。據傳，包括環球出品的《致埃文·漢森》、米高梅出品並由席維斯史特龍主演的《撒馬利亞人（暫譯）》、多部迪士尼漫威影劇，甚至 Netflix 旗下的口碑好劇《怪奇物語》，都有意在喬治亞州復工開拍。

報導認為，喬治亞州雖然也有疫情，但地廣人稀，比起人口



▲Netflix 的口碑劇《怪奇物語》，據傳也有意在喬州復工。（Photo from 網路截圖）

過於集中的加州或者紐約，安全許多，且州政府早已進入復工流程。「喬治亞州人民想盡快開始工作，不只是打擊病毒，更希望可以作為影劇界的領頭羊，鼓勵其他美國人回到工作崗位。」一名當地的片廠老闆表示。

曾被好萊塢抵制

《國家評論》報導，去年喬治亞州因嚴格保守的墮胎法案，遭到 Netflix 和多家片廠宣布抵制。而喬治亞州近幾年因為對劇組實施獎勵計劃，讓好萊塢在當地聘僱了約 4 萬名工作人員，為拍攝 75 部影視作品工作，對該州經濟是一大助力。



僅 5% 人口有抗體 打臉群體免疫論

佛系防疫「群體免疫」的方式遭西班牙科學家打臉，研究發現，在疫情嚴重的西班牙仍有 95% 的人口有感染風險，僅 5% 的群眾擁有抗體。

【本報記者祝潤霖綜合報導】西班牙研究顯示，用「群體免疫」的方式對抗新冠病毒恐不可行！國際醫學權威期刊《刺絡針》6 日發表報告，研究團隊在西班牙大範圍區域進行調查發現，有 95% 的人口仍有遭受新冠病毒感染的風險，僅 5% 的群眾擁有抗體。評論寫道，「群體免疫既不符合道德倫理規範，也不可能成功。」

不合倫理也未見效

根據《CNN》報導，歐洲疾病預防控制中心表示，該研究找來了西班牙境內超過 6.1 萬人參與，是歐洲迄今針對新冠病毒進行的最大規模血清研究，但研究結果出爐，僅 5% 的群眾擁有抗體。



《刺絡針》的研究評論寫道，「有鑑於這項研究結果，想要透過任何方式來達成群體免疫，既不符合道德倫理規範，也不可能成功。」

本研究主要作者、西班牙國家流行病中心主任瑪麗娜·波倫表示，根據專家的計算，若有 6 成樣本的血清驗出抗體，則大致意味著西班牙已達到「群體免疫」（Herd Immunity），「但我們離這個數字還非常遙遠。」她強調。

有抗體者最多 10%

《CNBC》報導，根據美國約翰霍普金斯大學（JHU）統計，西班牙累計逾 25 萬起確診病例、超過 2 萬 8000 人病故，是歐洲疫情最慘重的國家之一。



雖然重災區馬德里都會帶與人口稠密的巴塞隆納擁有抗體的人口比例略高，但也只有 10% 左右受試者有抗體。

在新冠病毒疫苗問世前，許多國家只能將希望繫於大多數人口染疫痊癒，達到所謂的「群體免疫」，但醫界至今仍無法斷定擁有新冠病毒抗體是否代表不會再次受到感染，也不清楚抗體的時效與保護力有多強。

論文中指出，西班牙的研究結果可供其他國家作為參考，「但照目前看來，若不付出醫療系統超載、易感染群體大量死亡的後果，恐難以達到群體免疫的目標。」



▲《刺絡針》論文中指出，若不付出醫療系統超載、易感染群體大量死亡的後果，恐難以達到群體免疫的目標。（photo by Pixabay）

全球 各大週刊頭條新聞

陳是祈／輯

《美國科學人》Scientific American 新冠肺炎治療藥物的現況與挑戰

第一類最常被討論的新冠肺炎藥物是羥氣喹和氯奎，一般被用於治療類風濕性關節炎和紅斑性狼瘡等免疫疾病。然而，因為羥氣喹和氯奎經過川普推廣後，被熱烈搶購，現在在美國面臨短缺。但羥氣喹和氯奎的搶手卻也誤導健康的人，例如一名在亞利桑那州的男子就因為過量誤食而死。3 月底，美國 FDA 就警示羥氣喹和氯奎不可在沒有醫生核准的情況下使用。

人們對羥氣喹和氯奎如此狂熱一事出有其因。在法國，羥氣喹和氯奎搭配阿奇黴素，有服用的新冠肺炎病患的確比沒有服用的患者，體內病毒量比較少，然而專家和公衛單位依舊提出質疑。

一些科學家認為，現有的臨床實驗足以證明羥氣喹和氯奎的功效，且價格相對便宜，對大眾來講都是可負擔的藥物。在科學假設上，羥氣喹和氯奎可以通過改變病毒複製所需的 pH 值，來抑制新冠肺炎，且考慮到羥氣喹和氯奎本來就是用來治療免疫疾病，可以起到減免患者免疫反應的作用，但是使用不當恐會造成心臟病發。

第二種是瑞德西韋，目前除了 WHO 的研究，中、美兩國都有針對瑞德西韋應用於新冠患者的實驗。早前在《美國科學人》也報導過，瑞德西韋是通過抑制 RNA 聚合酶（會



被病毒用來複製基因）來阻止病毒複製。除了伊波拉，瑞德西韋對 SARS 和 MERS 都有效，也有部分新冠患者服用後，有效改善症狀。

然而瑞德西韋的問題是，必須要在醫院內才能服用，無法在一般藥局購買，不過有研究機構研究名為 EIDD-2801 的藥丸，功效和瑞德西韋相似，同樣能夠干擾病毒複製。

第三類是洛匹那韋和利托那韋，被用以治療愛滋病。這種藥物組合被稱為蛋白酶抑制劑，通過阻斷對病毒複製有幫助的酶，減緩病毒擴散，然而讓人擔心的是，這種藥物是針對愛滋病有用，是否同樣對新冠肺炎有效，還是個未知數。專家認為，這就像汽車鑰匙，一把鑰匙只能開一輛車的鎖。

WHO 則認為，這類藥物或許可以在感染初期達到抑制病毒的作用，並不能完全治癒。如果是感染過久的病人，服用反而有致命風險。

物理治療被動伸展 有效預防血管疾病

【本報記者許雅筑綜合報導】被動伸展能預防血管疾病！被動伸展是借助他人或機器，對人體部位進行伸展的一種治療或運動方式，時常被運用在物理治療上。近期發表於《生理學雜誌》的研究證實，為期 12 週的被動伸展運動能有效減少血管疾病的發生，未來將有機會成為治療血管疾病的方法之一。

根據《Medical Xpress》報導，來自米蘭大學的研究人員找了 39 位包含男女的受試者，將他們分成實驗組與對照組。研究人員讓實驗組的受試者進行每週 5 次，為期 12 週的腳部被動伸展運動，觀察他們在 12 週過後，體內血液流動的狀況，並與對照組進行比較。



▲近期發表於《生理學雜誌》的研究證實，為期 12 週的被動伸展運動能有效減少血管疾病的發生。（Photo by Geert Pieters on Unsplash）

腳部以及上臂血液流動的狀況後，研究人員發現，受試者的小腿及上臂處的動脈在伸展過後，變得較有彈性，通過的血流量也更多。實驗的結果也證明，被動伸展除

了能有效提升伸展處（腳部）的血管功能，也能同時提升未被伸展到的部位（上臂）之血管功能。

由於心臟疾病、中風、糖尿病等都與血管功能、血液通過量有

關，上述實驗結果證明被動伸展運動有助於防範血管疾病。

後續若再特別針對血管疾病患者進行實驗，或許能將被動伸展納入血管疾病的非藥物治療方式，也能幫助到活動能力較差的患者。

根據《每日科學》報導，除了物理治療師會為病患進行被動伸展外，病患或年老者的家屬、照顧者等，也能在家中代替物理治療師協助進行被動伸展，活化血管功能。



此外，研究人員表示，由於近期受新冠肺炎影響，許多活動都必須在家中進行，被動伸展會是一種不錯的運動方式，能避免心臟疾病或中風等疾病找上門。

孕婦安胎不敢動 小心血栓塞奪命

【本報記者施凱文台北報導】孕婦為安胎長期臥床，小心血栓塞找上門！台灣婦產科醫學會 7 日舉辦「產婦殺手 肺部靜脈栓塞」記者會，理事長黃閔照指出，孕產婦因懷孕生理變化，產生血栓風險為非懷孕期間的 8 至 10 倍，曾治療過案例的秘書長黃建霈則建議，孕婦在安胎的過程中，「至少腿要下床動一動。」

血栓風險增 10 倍

剛生產完的李小姐 7 日現身說明，她表示，自己本身屬於豐腴身材，在懷孕過程中因為想給寶寶良好的營養，比較沒有克制飲食，結果生產前體重暴增到 115 公斤，但在剖腹產後兩天，才一下床到廁所就突然暈倒，本來以為是貧血，但經醫師診斷後發現是「肺部靜脈栓塞」。

為非懷孕期間的 8 至 10 倍。」台灣婦產科醫學會理事長黃閔照指出，血栓情況尤其容易發生在產後 1 週，報告數據更顯示，孕產婦肺部靜脈栓塞為僅次於羊水栓塞及產後大出血外的重要死亡原因，2018 及 2019 年分別發生 5 名死亡案例，且有逐年增加趨勢。

適時下床走動

秘書長黃建霈就是當初收治李小姐的醫生，他說：「產婦肺栓塞往往來的又快又急，可能一下就暈倒了，現場檢測她的血氧濃度為 88% 至 89%，比正常人 95% 到 100% 低很多，李小姐到院後 30 分鐘心跳停止。」在記會現場才得知自己曾心跳停止的李小姐則表示，「感覺很嚇到，生命真的很脆弱。」

婦產科醫學會啟動發送 5 萬份「安產御守」提醒卡片，建議剖



▲台灣婦產科醫學會秘書長黃建霈（左）曾收治肺部栓塞導致心跳停止的李小姐（右），李小姐在現場驚訝得知自己曾因此心跳停止。（photo by 施凱文／台灣醒報）

婦產產婦應於 24 小時內下床活動，自然產婦也該在 6 到 8 小時後下床活動。黃建霈提醒說：「其實安胎過程中還是可以動，一動

也不動那樣會有問題，至少在過程中腿要下床動一動。」他也呼籲，政府應多協助宣導觀念，讓台灣孕產婦有更安全的環境。

每人贈訂一份醒報給朋友，讓善傳送

。本報廣告、訂報專線：

0800-011961

看完醒報，轉贈鄰居信箱



▼唯有「肯定自我價值」與「輸出正面價值」，才能為單身者打開人際關係新路徑；也在這過程中，完全一掃「自我虧缺」的負面心境。（網路截圖）



質男求偶焦慮 社會價值誰定義？

「直、諒」之友則是不帶功利和討好心態、甚至甘願「自找麻煩」的助人者，而助人正是快樂之本。

■邱慕天

（本報資深撰述）

《批踢踢》近日推播了一篇熱門文章，是一名約30歲男性發文請問自己有「求偶焦慮」該如何解決。他說自己是名牌前段國立大學的學、碩生，小有經濟能力且工時正常的科技人士，身型外觀和生活習慣都無特別缺陷。無奈自己大學以來一路單身，因此浮躁失眠，到了想「買春」宣洩和憂鬱的程度。

難找到交心異性

與以往刻板印象不同的是，事主不單並非興趣單調的工程宅男，對於電影、音樂、電玩等藝術愛好還頗有品味，更不是沒有利用交友平台主動出擊配對。

他感嘆自己不乏女性示好，但要不「幾乎都是年紀比我大、急著想結婚生子的」投奔飯票類型，就是話語興趣完全對不胃口的時下大眾女生（愛好韓劇、追星、出國旅遊、星座、跑趴…等），使他不知何處能盼到心中那種「兩人世界」交心的戀愛。

我發現自己跟這位事主的藝術品味頗有類同，也認同體會和他口中兩種「框架」之女性的磁場差距，更曾在相近階段感受過他的部分焦慮，甚至用網路上雞蛋裡挑骨頭的標準自我批判。然而我相信唯有「肯定自我價值」與「輸出正面價值」，才能為單身者打開人際關係新路徑；也在這過程中，完全一掃「自我虧缺」的負面心境。

多聞者易交友

伴隨網路成長的一代，很早就被曝光在不同的志趣與愛好選擇下；年少時都曾為了與人結交或融合群體而「削足適履」過。人到了年過30，終究會對自己的「生活風格」發展出一套理念或「依賴路徑」。難免不少「獨善其身者」是屬於框架較窄小、厚實的人。但我便是透過整理、反思、分享，會遇其他愛好新知以及志同道合之友。

古曰益友有三：「友直，友諒，友多聞。」如果那些自我陶醉的品味，是流於孤芳自賞、只等有



◀唯有「肯定自我價值」與「輸出正面價值」，才能為單身者打開人際關係新路徑。（網路截圖）

緣異性來費力解鎖撬開心門，那心態自然要孤老終生。而一個願意用熱情地去經營和分享的人生學思心得的「多聞者」，更容易吸引結交。這樣的人生生命中有「好消息」要傳遞，帶著熱情與感染力，有著我稱為「福音派」的靈魂。

獻身服務更浪漫

「直、諒」之友則是不帶功利和討好心態、甚至甘願「自找麻煩」的助人者，而助人正是快樂之本。單身者的財務與時間餘暇，若只「功利」地用於使自己慾望滿足、或「討好」潛在交往對象，難免把世界經營得無趣，

而且總吸引到比自己還要算計的人。反之，當把關顧的資源能力用在零浪漫關係期待的中輟生、移工、同性戀者、陌生網友時…，生活竟頓時就浪漫了。

聖經著名單身使徒保羅對「沒有家累者」的嘉勉，是讓他們看向自己「更豐富的本錢」實踐愛人愛神教導。這並非僅是宗教虔誠的想法，更是智慧的生活哲學。

我也發現「你羨慕別人攜家帶眷，人家還巴望不得你一個人生活得豐足開闊。」這樣的實踐看似要求消耗很大的道德意志，但實際開始行動時，世界回饋的往往遠比我給予它的更多。

話說
STEAM

■張瑞雄

（國立臺北商業大學校長）

自從發明智慧型手機之後，很多人得了手機上癮症，一天隨時隨地都離不開手機，沒看到手機就會焦躁不安。

為了體驗這種現象，一位著名的YouTuber野獸先生(Mr. Breast)最近就舉辦了一個名叫Finger on the App的比賽，玩法相當簡單，就是將手指一直保持按壓著手機一個App的程式螢幕，維持得最長時間的一位將會獲得勝出，獎金約台幣73.6萬元。

該比賽吸引了超過100萬名選手，上週五，野獸先生宣布結束比賽，在經過70多個小時之後，最後四名參賽者沒有表現出放棄的跡象，為了避免健康受到傷害，野獸先生放棄了比賽的最初單一冠軍的構想，並宣布最後所有四名選手將各獲得20,000美元的獎賞。

60小時後剩個位數

野獸先生在比賽前接受Verge採訪時說，他的團隊和一家遊戲公司設計了該應用程式，使其能夠同時處理數百萬位的玩家，並且還設計了一些保護和防弊措施，以防止自動機器人欺騙該系統。野獸先生在週五推文中說，他「很高興與機器人沒有獲勝」，因為額外的預防措施似乎已經奏效。

或許你以為這比賽根本就很好作弊，只要用其他物品代替手指放在螢幕上就可以了，其實並

不然，因為程式會偶然要求參賽者將手指滑動到特定位置。在Finger on the App比賽剛開始時，參加者數目超過100萬，而在比賽開始60小時後，野獸先生表示剩下的玩家只剩個位數。

挑戰中出難題、利誘

野獸先生還向這些剩下的參賽者逐一打電話，希望他們因為接電話而讓手指離開螢幕。結果有些參賽者是提供家人的電話號碼，有些參賽者以iPad接電話而避過一劫。最初野獸先生甚至使出2,000美金作為放棄的利誘，但參賽者仍然不為所動。

因比賽實在太激烈了，且遭受有礙健康的批評，野獸先生被逼得向剩餘的幾位選手提供更多的現金，以說服換取他們的退出比賽。

根據他的推文，兩名參賽者同意在周四下午一鞠躬，每人5,000美金，另外兩名參加競賽的人則在周五同意退出，野獸先生也給每位10,000美金。

但還是有四位參賽者堅持不退，而且似乎不知何時才能分出勝負，野獸先生見宣傳的目的已達，所以趕快花錢安撫參賽者下車，否則就可能歹戲拖棚，反而造成公關危機。

野獸先生在過去幾年中透過推出同樣引人注目的且往往是昂貴的活動在YouTube上大名鼎鼎，例如在朋友的後院擺放上1億個遇水會膨脹100倍的水晶寶寶(Orbeez)，他的頻道擁有3780萬訂閱者，顯然要作為一位YouTuber的網紅，所費不貲呀！



▶Finger on the App，玩法相當簡單，就是將手指一直保持按壓著手機一個App的程式螢幕，維持得最長時間的一位將會獲得勝出。（網路截圖）



史上最賺球星 冠軍四分衛合約破 5 億

NFL 史上最年輕超級盃 MVP 的四分衛馬洪姆斯簽大約，10 年 5.03 億美元長留堪薩斯城，薪資打破世界體壇紀錄。



▲ 史上最年輕奪得超級盃 MVP 的四分衛簽大約，10 年長留堪薩斯城，總值打破世界體壇紀錄。(photo from Kansas City Chiefs Facebook Fanpage)

【本報記者宋秉謙綜合報導】NFL 冠軍四分衛馬洪姆斯確定長留堪薩斯，新合約總值破 5 億美元，位居體壇第一！本季率領酋長拿下超級盃冠軍的 24 歲四分衛馬洪姆斯身上還有 2 年新秀合約，但他在賽場上展現的領袖風格與強大心理素質，讓酋長決定砸重本留下這位超級新星，最終雙方同意延長合約，總值達 10 年 5.03 億美元，成為體壇最賺的男士。

新約薪水破體壇紀錄

根據《NFL 官網》報導，24 歲的馬洪姆斯是史上最年輕，就拿到超級盃 MVP 的四分衛，更率領酋長打破 50 年的冠軍乾旱，他在場上的強悍心理素質與領袖氣質，從酋長奪冠路上每一場都是逆轉秀就能略知一二，年輕就是本錢目前才 24 歲的馬洪姆斯，眾人都期待他能

「持續進化」，儼然成為整個堪薩斯的驕傲，讓酋長高層下重本也得留人。

7 日凌晨，體壇球迷不斷關注著 NFL 明星四分衛馬洪姆斯的新合約究竟會刷新多少紀錄，從小道消息指出 10 年、總值超過 4 億美元，一直到聲明發布的 10 年 5.03 億美元，才確定馬洪姆斯打破「體壇所有」的薪水紀錄，年均薪資不只遠勝 NFL 原本最貴的四分衛威爾森（年均 3500 萬美元）。

比薪水總值，更跨領域擊敗 MLB 的天使強打「神鯨」楚勞特（去年才簽的 12 年 4.265 億美元），即便不談團體運動，連號稱最能賺、奢侈的拳擊明星梅威瑟，總值也只有 4.5 億美元，都遠輸給這位後起之秀。NBA 球星「小皇帝」詹姆斯更開馬洪姆斯的玩笑，說他剛簽下這麼巨大的

合約，可否借自己 5 塊美元來花花。

再貴都要留住人

《CBC 體育網》則報導，以財政層面來說，留下馬洪姆斯會讓酋長近幾年的薪資操作很艱難，未來 NFL 的團隊硬薪資上限還可能下調，馬洪姆斯的高薪會佔據球隊最大部分，讓酋長不易再尋求其他明星球員加盟、留隊。

但對酋長來說，總經理維奇很滿意長留馬洪姆斯，他稱讚馬洪姆斯的能力與貢獻，重要的是他還不滿 25 歲，認為堪薩斯在任何層面上，都無法失去馬洪姆斯，維奇表示：「他這樣的球員整個世代都少見（Once in a generation），能留在堪薩斯城就是一種幸運。」



中職爭冠白熱化 補賽週各強隊力拚

【本報記者宋秉謙綜合報導】中華職棒上半季逼近尾聲，也是疫情之下少數能進行到爭冠的體育聯賽，本週 7 日開始將迎來補賽週，由於前 2 名中信兄弟與樂天在補賽週還有 3 次正面碰頭，樂天依舊有機會爭冠。中信兄弟優勢在於擁有聯盟最強悍的投手陣容、團隊守備，打擊也不遜於樂天太多，但樂天擁有對戰優勢，2 隊在前半段交手由樂天佔優，爭冠尚不知鹿死誰手。

補賽週爭冠對決

在疫情的打擊之下，日本職棒與韓國職棒都稍晚才復賽，MLB 甚至還沒復賽，防疫成效較佳的我國，早已逐漸開放球迷進場看球，中職賽程僅比正常年稍晚一點（正常年上半季在 6 月底打完），也不用考慮縮水賽季、或嚴苛的雙重戰，中職的上半季賽程將於這 2 週進到補賽週，爭冠



▲ 中信兄弟、樂天將迎來正面碰頭的補賽，對上半季冠軍獎落誰家相當重要。(photo from 樂天、中信官方粉絲團圖合成)

呈現白熱化。

目前戰績表顯示，位於落後群的統一與富邦已失去爭冠機會，爭冠機會落在前 2 名的中信兄弟與樂天手中，前者還剩 7 場比賽、後者還剩 9 場，且雙方還有 3 場



是正面對決，所以即便勝差來到 4 場，樂天尚有一搏的機會，雙方 7、8 日的連續碰頭，將讓補賽週一開始就進入關鍵對決。

中信、樂天各有優勢

相對來說，領先的中信兄弟優

勢不小，他們目前挾著 4 連勝的氣勢、近 10 戰 8 勝，團隊投手表現與守備都冠居全聯盟，打擊表現也與強調進攻的樂天不相上下，更手握勝差優勢；不過，樂天近期狀態相較 6 月的低迷，已算有所回溫，況且樂天是全聯盟最會打中信的隊伍，雙方對戰成績以樂天佔優，中信打線尤其拿樂天洋投沒輒，樂天 7 日便打算推出洋投霸能應戰，盡力阻止中信亮起封王燈。

除了 2 隊正面碰頭之外，「水鬼」也是領先的雙雄得提防的，因中職賽制特殊，全年勝率也很重要，對富邦和統一這種上半季奪冠無望的來說，也要爭取贏球，在沒有壓力情況下可能扮演「水鬼」、把失誤的爭冠隊伍拉下馬，諸如日前確定被淘汰的富邦，在釋放壓力後，對樂天拿下 2 連勝，能否不失誤也是中信、樂天奪冠的關鍵要素。

圖文選粹

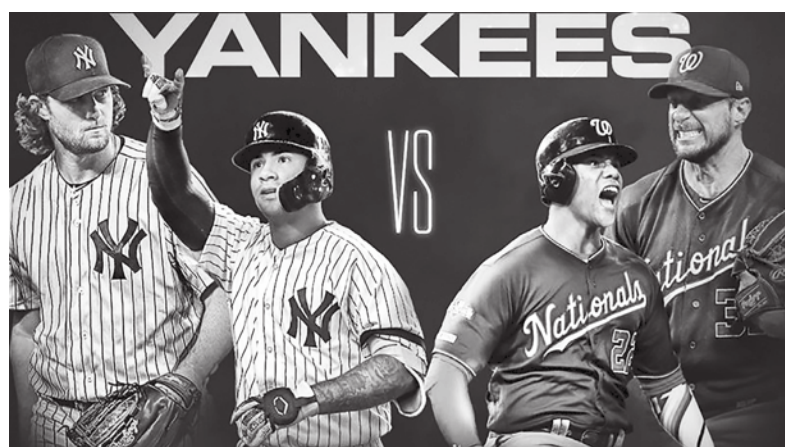
圖文 / 中央社

魔獸回心轉意要打復賽 薪水全捐做公益



▲ Dwight Howard 先前不打算參加復賽的理由是，他認為 NBA 賽事開打，會分散國內對抗種族歧視的力量，不過他近日宣布確定加入復賽，並將期間收入（約 20 萬美元）捐出。

MLB 復賽開幕日 衛冕軍國民主場戰洋基



▲ MLB 因疫情而延後開打的 2020 年球季將在台灣時間 24 日開打，上季世界大賽冠軍華盛頓國民在主场迎戰紐約洋基。

假如您在星巴克拍到有人閱讀台灣醒報，請來領獎！

（拍到當天醒報+讀報的側影+星巴克店照片，寄 anntw.ad@gmail.com，主旨「星巴克裡的醒報」，可贈送您三個月醒報實體報或電子報，價值 1000 元）



已有多位讀者寄來領獎了喔！

臺灣醒報
Awakening News Networks

敬告讀者：

本報為加強服務讀者，滿足生活需要，即日起 12 版大幅改版：

每周一「展演窗」（介紹國內各大表演藝術與展覽節目），每周二「車世界」（報導車輛世界的最新動態）。每週三「房與地」（探討房地產市場的趨勢與走向）。每週四「遊樂園」（介紹國內旅遊景點的精彩活動），每週五「香草山」（報導教會與信仰的屬靈消息）。敬請讀者拭目以待！

房地看板

房市回溫 六都 6 月移轉棟數增 15%

房仲業者指出，遞延買盤回籠，6 月買賣移轉棟數呈現年、月雙雙回溫，推估 7 月移轉棟數有望持續攀升。

● 房市有回溫現象！據統計，六都房屋 6 月移轉 1.97 萬棟，年增 3%、月增 15%。房仲業者指出，遞延買盤回籠，6 月買賣移轉棟數呈現年、月雙雙回溫。依目前市場熱度來看，推估 7 月移轉棟數有望持續攀升。

根據統計，6 月移轉棟數為 1.97 萬棟，年增 3%，較 5 月成長 15%。信義房屋不動產企研室表示，買賣簽約到辦完移轉登記約有 1 個月落差，5 月市場交易受到降息與疫情穩定激勵，遞延買盤回籠，6 月買賣移轉棟數相較去年及 5 月成長。

7 月有望續攀升

永慶房屋業管部表示，雙北市及台中市交易熱度與去年相差不大，桃園市則因重劃區、人口利多帶動。台南、高雄是因為去年上半年基期較高，導致年增率為負值。

信義房屋不動產企研室指出，上半年旺季在 5 月才起跑，市場買盤回籠，7 月有較長天數可以

辦理過戶，預料移轉數據會持續反彈走高。

住商不動產企劃研究室認為，雖然上半年數據不佳，但隨著疫情趨緩，市場逐漸復甦。尤其低利、海外回流資金及產業鏈布局態勢明顯，認為不動產市場後市可期。

不過，疫情充斥不確定性，且無薪假人數持續攀升，疫情對於經濟衝擊仍須觀察，對下半年房市不會太過樂觀看待。

新推案量持續湧現

住展雜誌發布北台灣新建案市場風向球，6 月分數 33.7 分、黃藍燈，已連續兩個月亮起黃藍燈，住展雜誌表示，意味著近期



▲ 房市逐漸脫離疫情陰霾，因市場資金氾濫，賣方市場趨勢更加明顯。（網路截圖）

新建案市場表現穩健，房市脫離疫情陰霾。且因市場資金氾濫，賣方市場趨勢更加明顯。

住展雜誌說，房市逐漸脫離疫情陰霾，因市場資金氾濫，賣方市場趨勢更加明顯。像是有些建築案熱銷得莫名其妙，連房地產業者對這種情感到受寵若驚。

「市況趨於穩定，新推案量持續湧現，6 月開賣的新建案推案量逾新台幣 700 億元，雙北有多個超過 15 億元的指標大案。」住展指出，隨著新建案推出，銷售表現穩定，業者投放廣告意願提升，6 月建案釋出的報紙廣告量升至約 0.82 萬批。

房價不會大幅波動 專家：投資者停看聽

● 房市沒有大跌，未來復甦力道小，價格也不會大幅波動！戴德梁行董事總經理顏炳立指出，房市猶如橡皮筋，拉得越後面，反彈力道越大，房市沒有大跌，未來價格也不會大幅波動；投資者要戒急用忍，「就算現在買，房價 3 年後也不會動」。

展望後疫情房市，顏炳立說，房地產是長久交易，疫情屬於短期衝擊，疫情對房市影響不大，

自用買盤還是會進場，房地產量增價溫、落底盤整，疫情讓市場充滿期待，價格逐步打底。

「台商回流帶動辦公、工業土地、豪宅市場需求，今年房市仍以自用剛性為主，土地市場熱，」他推估全年交易量可達新台幣 2500 億元；飯店、店面需求較疲弱。

顏炳立認為，預售市場剛性撐市，來量減、成交慢，房市交易

量難以爆大量，價格也難大漲。自用買盤可以進場，不過，不適合投資，投資者要戒急用忍，就算現在買，3 年後房價也不會動。

● 戴德梁行表示，下半年房市「不上不下」，要掉非常有限，要漲機會也不大，仍在剛性自用、價格盤整的階段。

戴德梁行說，台灣房市過去 4 年是剛性自用市場，沒有投資的氣氛，如果想投資，3 年後還是賣一樣的價格，很難去賺錢獲利，加上全球降息，銀行定存利率已經達到千分之 5 或 6，迫使定存戶把錢轉出，尋找其他資金避風港，如股票市場等，因此資金未

流向房地產市場。

第 2 季房市出現回溫趨勢，投資人比較有勇氣看房，但預售個案不敢去開高價，出現價格倒掛的情形，預售屋賣到新成屋的價格，使新成屋賣不掉，而新成屋又賣到中古屋的價格，使中古屋賣不掉，因此成交量比較大的會是預售市場。

顏炳立表示，下半年的房市「不上不下」，要掉非常有限，要漲機會不大，雖然買氣上升，「春暖花開、春花夢露」，但「含苞待放，不會怒放」，追價力道不大，仍在剛性自用、價格盤整的階段。

搭三倍券熱潮 房仲建商推優惠

● 房仲、建商搶搭三倍券熱潮，相繼推出優惠。房仲業者表示，民眾可持政府振興三倍券購屋，確認成交後，再加倍抵用代書費。

也有建商祭出民眾憑 1000 元振興券購屋，可抵購屋款 10 萬元。（見圖，業者提供）

台灣房屋指出，民眾在 7

月起至 11 月底透過線上預約看屋，即有資格參加抽獎。中獎民眾確定購屋、成交，可持政府的振興三倍券，再加倍抵用代書費，相當於 6 倍價值。

除了台灣房屋，高雄也有建商祭出振興券優惠，民眾憑面值 1000 元的振興券購屋，可抵購屋款 10 萬元。

台北西門商圈 店面空置率再升

● 受到疫情影響，觀光客、消費人潮不來，戴德梁行表示，西門商圈第 2 季店面空置率上升 5 個百分點。疫情衝擊台北市各商圈，根據統計，忠孝商圈第 2 季空置率 12.4%、站前商圈空置率 6.2%、中山南京商圈 4.1%、西門商圈 8.8%。（見圖，業者提供）

第 2 季以西門商圈空置率變動最顯著，上升 5 個百分



點，因觀光人潮銳減，讓西門商圈店面洗牌，美妝店出走、伴手禮也撤店潮。至於中山南京、忠孝商圈微幅上升 1 個百分點，站前商圈空置率無變動。

港人來台 偏好 3000 萬以下房產

● 港澳人士來台設籍人數逐年攀升，根據地產業者觀察，港人買房注重生活機能與交通便利性，多數偏好低總價、低單價，總價新台幣 3000 萬元以下物件更能吸引港人目光。（見圖，住商不動產提供）

住商不動產企劃研究室表示，根據市場觀察，多數港人偏好總價 3000 萬元以下房屋，每間房子約 2 房至 3 房，較少聽聞香港人入手台灣頂級豪宅。港人注重生



活機能，喜歡周遭有市場、超市的物件，也著重交通是否便捷，若物件近高鐵、捷運、火車等比較受到歡迎。另外，香港人更在意房價，會花很多時間找尋合適住宅。

唯一河景名宅 獨家銷售

台北市萬華區環河南路一段 全坤雲峰 新建電梯大樓

建坪 105.9 主 + 陽 + B2 坡平車位兩個 4 房 3 廳 3 衛 7 樓 / 23 樓 送裝潢、景觀、前陽台 售 5,350 萬

周邊交通

1. 台北火車站（火車、捷運、高鐵）2. 西門捷運站（板南線、松山線雙捷運線）3. 機場捷運線（轉乘到桃園機場出國超便利）4. 公車站密集（中華路一段、成都路、康定路）5. 中興橋、忠孝橋、市民大道、華江橋

公共設施

1. 接待大廳 2. 交誼廳 3. 信箱區 4. SPA 池 5. 藝術川廊 6. 頂樓空中花園 7. 31 米戶外游泳池 8. 一樓水花園，景觀面積廣達 550 坪，泳池方面設計 SPA、戲水、長泳三種不同機能規劃；園藝植栽部分大手筆移入 201 顆喬木，大樹綠蔭的風華，彷彿天天置身國際渡假酒店。基地面積 1140 坪，為 2 棟 23 層大樓，皆為單層 2 戶設計，住家規劃 55~85 坪，3~4 房格局，樓高 3.2 米。SRC 鋼骨鋼筋混凝土結構，建材選用 Low-E 玻璃、YKK 氣密窗，廚具配有 BOSCH 烤箱，衛浴選用 TOTO 系列。

