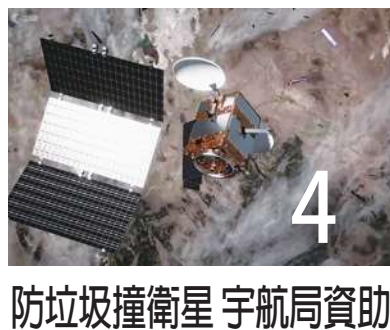




小鬼猝死 醫囑心電圖普篩



防垃圾撞衛星 宇航局資助



以色列建交巴林 外交斬獲



台灣青年在以色列學用大



藝人猝死

藝人小鬼以 36 歲年輕猝
死，讓家人難以接受，娛
樂界也充滿感傷、人人自
危。聖經提醒說：「生命
原來是一片雲霧，出現少
時就不見了。」(2 版)

演化樹分析疫情 陳秀熙：武漢非源頭

台大公衛學院教授陳秀熙指出，學界用演化樹技術分析新冠病毒，證實中國武漢華南海鮮市場非起源地。



▲ 台大公衛學院教授陳秀熙認為中國武漢華南海鮮市場並非起源地。(網路截圖)

► 台大公衛學院教授陳秀熙(資料畫面)指出，學界用演化樹技術分析新冠病毒，證實中國武漢華南海鮮市場非起源地。(photo by 祝潤霖/台灣醒報)



【本報記者祝潤霖台北報導】
「學界用演化樹技術分析新冠病毒，證實中國武漢華南海鮮市場非起源地！」台大公衛學院教授陳秀熙 16 日直播舉行防疫科學線上說明會，以演化樹基因序列定位探索全球病毒來源，認為中國武漢華南海鮮市場並非起源地。他並建議疫苗要採公正優先分配模式，高致死率國家優先。

歐美病毒株染台灣

「上海傳染病毒株與武漢病毒株不同，證實華南海鮮市場非起源地！」針對新冠病毒起源，陳秀熙表示，該研究是為瞭

解病毒是否會因不同地區產生的變異讓傳播機率更高，結果發現，不同病毒株的疾病嚴重程度未有顯著差異，但症狀惡化前免疫細胞 CD3+T 會大規模減少，此類徵兆可用於預測疾病危險程度。

陳秀熙指出，以哥倫比亞 3 至 6 月共 857 例境外移入個案分析，有學者透過演化樹基因序列定位分析後發現，哥倫比亞的境外感染源至少有 12 個基因族譜，大部分源自歐洲；進一步比對，推估最早病毒株約 2019 年 12 月 7 日從亞洲移入，「而哥倫比亞的病毒株散布全球，顯示境外移入持續發生。」

陳秀熙指出，台灣曾用基因序列定位分析 2 月自埃及入境的確診婦女，和全球 GISAID 病毒株基因序列資料庫比對，發現其病毒株曾在歐洲出現，但未曾出現在台灣，確認感染源來自旅遊過程；另外也針對台灣 20 個確診個案進行基因定序，發現 2 月至 4 月兩波流行的病毒株多與武漢及歐美的病毒株相近。

公正優先分配疫苗

「疫苗應採公正優先分配模式。」陳秀熙建議，第 1 階段目標是減少過早死亡，應優先分配給可降低較多 70 歲以下死亡人

數的國家，第 2 階段目標是減少經濟和社會的危害，優先分配給貧困差距和國民總收入損失較多的國家，第 3 階段目標是恢復正常運作，建議優先分配給高傳播

率的國家，以終止社區傳播。陳秀熙強調，優先分配模式要考量各國疫情衝擊，致死率高的國家應該優先分配，例如南美洲。其次是對於尚未感染者造成

間接的健康危害，包含心理壓力，例如台灣一直以來沒有很多感染者，所以對於疫苗更應極力爭取；另外則是全球經濟衰退導致失業率高的國家，例如印度。

事業廢棄物亂傾倒 黃偉哲也是共犯？

台南學甲爐渣棄置農田案件的政商關係圖表發現，台南市長黃偉哲、明祥馨企業公司負責人郭再欽是緊密的利益共同體。



【本報記者祝潤霖台北報導】
「環保署『列管汙染源資料查詢系統』裡找不到明祥馨企業的裁罰記錄與申報資料！」資訊公開與網路民主推動者江明宗在記者會中指出，他整理台南學甲爐渣棄置農田案件的政商關係圖表發現，台南市長黃偉哲、明祥馨企業公司負責人郭再欽、台南市黨部主委潘新傳，是緊密的利益共同體，質疑黃偉哲能否公正為民眾把關。

「事業廢棄物傾倒資訊應公開透明，學甲爐渣絕非個案！」立委蔡壁如與民團 16 日召開記者會，針對回填魚塢農地的爐渣、汙泥等廢棄物，呼籲整合資訊公開，讓民眾共同監督，品牌廠商應對事業廢棄物負起企業社會責任，並刪除《廢棄物清理法》「致汙染環境」法律漏洞字眼。

資訊透明方便監督

「事業廢棄物有很高比例可以再利用，是珍貴的資源，也是可以獲利的產業。」蔡壁如表示，可再利用資源因空間錯置變成汙

染，是蔡英文政府國家治理的徹底失敗，一方面影響民眾的食品、危害健康，另一方面，不肖業者可透過政商關係，合法掩護非法獲取暴利，劣幣驅逐良幣，也阻礙循環經濟和產業轉型的步伐。

蔡壁如提出制度性解方包括：整合資訊公開，讓民眾共同監督。環保署應建立資源再利用管理系統、許可核發證照查詢、環境資源資料庫、列管汙染源資料庫，讓事業廢棄物再利用的流向透明化。清運計畫應對社區公開，用衛星進行國土監測，每月提供縣市政府精確位置，也應對民眾公開，方便公民力量監督。

「致汙染環境應刪除」
「致汙染環境」5 字，才能讓不法業者有所警惕！」黃煥章強調，《廢清法》第 46 條罰則雖然上修到「1 年以上 5 年以下有期徒刑，得併科 1,500 萬元以下罰金」，但因有「致汙染環境」為前提，環保署無法證明致環境汙染，如學甲爐渣案、枋寮劉松森魚塢回填廢棄物案都不適用，法條形同虛設。

看守台灣協會秘書長謝和霖則認為，廢棄物非法流竄嚴重，是因為不肖業者追求不當利得、「拿錢不辦事」的風險太低的後果。如果沒有嚴密全程監督，仍有許多方法可以逃避流向申報和 GPS 監督管轄。尤其是類土石泥砂的廢棄物，如渣類與汙泥，混入土石方後很難判斷其來源；應該修法授權環保機關特別管制。



花蓮監獄開設 馬匹輔助治療

法務部矯正署花蓮監獄 2 年前針對毒品受刑人開設「馬匹輔助治療」，受刑人利用休息時間與馬匹互動，建立信任關係。(總統府提供)

社論

外商踴躍來台設研發中心 我應建留才環境

台灣最近爆發外商 IT 搶人才潮，已有至少 65 個外商在台設立研發中心，造成本土科技產業人才不足，技術外流，大幅提升研發成本及技術瓶頸，政府應重新規劃產業政策，加強建立友善留才及良性競爭環境，促進科技產業發展，避免「養老鼠咬布袋」，才是因應之道。

外商攬才，優劣互見

由於美國川普政府對於外籍人士入籍規定嚴格，造成境內科技公司攬才困難，研發能力大幅下降，大企業紛紛將研發中心設立海外，運用外國廉價且充沛之高科技人才資源，替自己創造無限商機，商業算盤

精打細算，令人佩服。但是在此同時，卻也造成台灣科技發展重要瓶頸問題，不容忽視。

台灣半導體事業發達，替國家創造龐大商機，也培養各種人才，尤其是 IT、ICT、AI、化工及 IC 設計，都是台灣經濟及科技發展的中流砥柱。人才無價，台灣人勤奮努力，人文氣息濃厚，沒有歐美國家人民嬌生慣養習氣，也沒有集權國家政治意識形態之尖。

加上待遇低，物價及生產成本便宜，又有科技基礎，如果再有實務經驗更好，原已是中國大陸挖角的對象，如今外資企業再來爭奪人才，對台灣未來發展利弊互見，喜憂參半。

楚材晉用，影響國力

外商來台布局研發中心，包括 鈦坦科技、3M、AWS、Amazon、Google、ASML、蘋果、微軟、DC Frontier、Ring Central、Splashtop、Facebook、LinkedIn、Playsee 等大國際企業，紛紛來台搶才，當然替台灣創造就業機會，但是由於都有契約關係，以及技術保密條款，而且待遇又比本土公司好，因此台灣企業要期待人才回流，或帶動技術創新突破，恐怕不易，大多數是楚材晉用，替外商創造更大的產值而已。

人才培育不易，台灣要創造一位人才，從小到大，國家、社會、家庭投入的各項資源，

都相當龐大，此時外商來台設立研發中心，直接收割成果，薪資成本又只有歐美國家一半不到，然後再為外商創造新科技產品及商機，其實對外商是一本萬利的事。

問題是，台灣自己科技人才已經不夠用，光是台積電今年就要求 8 千人才，聯發科 2 千人，其他台灣推動產業數位化、智慧化、創新等，據評估至少需要專業人才 12700 人以上，人才供不應求。

在台培才，成我對手

不要以為替外國企業研發，對台灣有什麼重大利益，以中國伺服器龍頭浪潮集團為例，悄悄在台灣設立研發中心，以

「Inspur Taiwan. 數字雲端有限公司」，在台招募 200 位伺服器研發人才，將創新技術開發後，回國設廠生產，反而成為台商強大的競爭對手，讓台灣同行吃足苦頭，難怪英業達董事長卓桐華直批：「政府應該要建立產業秩序！」這就是外資企業在台設立研發中心，反噬台灣企業商機的典型案例。

不止中資企業如此，美商、新加坡商、日商、英商，每一個外資企業在台設立研發中心的結果，都想融合台灣的科技，研究出創新技術後，再運用於母公司的競爭發展上。

留才是關鍵

國發會主委龔明鑫最近公開表示，台灣半導體產業舉世重視，外商在台設研發中心，大規模延攬研發人才，連台積電都在大嘆人才不足，遑論其他不如台積電的科技事業。他的談話一針見血，道盡台灣科技發展面臨人才的瓶頸。

政府應該重新規劃產業發展政策，對於台灣本身優勢且正積極發展的產業，應該考慮限制外商搶才，並積極建立友善留才環境，例如協助企業提升人才薪資待遇、稅制優惠或提供認股權證、建立良好工作環境等積極獎勵措施，留住人才，並提供企業各種研發投資抵減優惠，才是根本解決之道。

我確診累積 500 例 移工返菲 6 確診

13 日境外移入的 30 多歲菲籍女子，成為台灣通報第 500 例確診，而有 6 名移工返國後確診，目前已匡列 113 人。

【本報記者祝潤霖台北報導】「13 日境外移入的 30 多歲菲籍女子，成為台灣通報第 500 例確診！」疫情中心 16 日公布國內新增 1 例境外移入菲女（案 500）。另有 6 名自我國返菲的移工，於入境菲律賓時檢出陽性；指揮官陳時中強調，在台接觸者暫匡列 113 人，已採檢 23 人都為陰性。

與東南亞齊心抗疫

「新增 1 例境外移入為菲籍 30 多歲女性，因工作於 13 日入境台灣。」陳時中表示，案 500 入境時並無症狀，前往檢疫所集中檢疫，於 16 日確診，目前住院隔離中，迄今仍無疑



▲ 陳時中宣布，每人可攜帶總數 250 片內口罩（醫療與非醫療合計）入境，無需經過許可或申請。（photo by 中央流行疫情指揮中心）

似症狀。衛生單位掌握同班機接觸者共 19 人，其中 10 人為前後座旅客，列為居家隔離對

象，9 位機組員因全程有適當防護，列自主健康管理。陳時中並說，返菲驗出陽性

的 6 名個案（5 女 1 男）都是菲籍移工，分別在台從事家庭看護、家庭幫傭、工廠作業員、船員等工作，離境日期介於 8 月 28 日至 9 月 11 日；僅 1 名個案於入菲當日出現發燒症狀，其餘暫無症狀；6 名個案在台接觸者暫匡列 113 人，應採檢 79 人，其中 23 人核酸檢驗及血清抗體皆陰性。

指揮中心表示，考量馬紹爾群島未曾報告確診病例，即日起新增為「短期商務人士入境申請縮短居家檢疫」的低感染風險國家。而緬甸若開邦首府實兌自 8 月 16 日出現新增首例後，迄今病例數已累計超過 2,600 例，且疫情逐漸轉移至仰

光，考量緬甸整體疫情快速上升，即日起將該國自中低感染風險國家移除。

每人可攜 250 片口罩

「每人可攜帶總數 250 片內口罩（醫療與非醫療合計）入境，無需經過許可或申請。」陳時中宣布，16 日起進口口罩須事先向經濟部申請輸入許可，口罩在通關時會逐批查驗，進口後須向經濟部申報流向。對口罩工廠將不

定期查訪抽驗；經濟部及衛福部也會在市場端各通路購樣稽查，避免發生仿冒或混充的情形。

「由於滾輪安裝調校及物流作業需時，國產製口罩雙鋼印標示『MD』及『Made In Taiwan』將調整至 24 日起實施。」陳時中說。至於 23 日前國內合法生產之平面式醫用口罩，可持續販售至 12 月 24 日。而在 12 月 24 日前未能即時售完者，將於 110 年 3 月 23 日前回收。

陳大田公器私用？ 盧秀燕：勿枉勿縱

【本報特派員劉東臬台中報導】台中市建設局長陳大田日前遭人跟蹤偷拍，並向媒體爆料，指其在非公務時間使用公務車，載送他太太出遊、上課。對此，陳大田澄清表示，他皆依規定自費加油，符合公務車使用規則；對於爆料者跟監拍照窺其隱私、造成家人恐慌，他不排除提告。台中市長盧秀燕則要求查清事實情況，勿枉勿縱。



▲ 台中市建設局長陳大田遭跟拍爆料，疑涉公務車公器私用；他本人澄清皆依規定辦理。（photo by 台中市政府新聞局）

宣導，以符規則。

陳大田在胡志強時代，即在建設局擔任專門委員等職務；盧秀燕上任後提拔他為建設局長。由於盧秀燕自許為開工市長，要將多項延宕多時的重大工程及交通建設加速完工，陳大田任事認真，全力達成任務，讓盧秀燕深感滿意，常在市政會議上公開讚揚。因而也有外傳，會否因有些工程擋人財路而造成挾怨？

此事就如陳大田自己所說，身為「政務官」，本動見觀瞻；更且，若為公正執行公務，難免得罪小人。因此，若不能如履薄冰謙懷自持，並深明瓜田李下，則遭暗算恐是必然。

小鬼猝死 3 種可能 醫囑心電圖普篩

【本報記者祝潤霖台北報導】針對藝人小鬼（黃鴻升）16 日在家中猝死，專門研究猝死症的台大心臟科醫師莊志明分析 3 種可能，「布魯蓋達症候群」是先天性心律不整，與「長 QT 症候群」都屬先天性基因遺傳類；而冠狀心肌梗厚致死則可由解剖確認。他建議，中小學新生入學都可做 1 次心電圖，既便宜又可預防年輕猝死。

親朋好友哀痛逾恆

據悉，小鬼平日跟爸爸住在一起，猝逝前一天（15 日）中午還和爸媽吃飯，下午跟經紀人一起，16 日早上爸爸在住家忽然發現兒子已死亡，十分震驚。小鬼 8 年前曾做過健康檢查，也發現他有遺傳性家族腎臟病史；警方初步研判現場，黃鴻升是從浴室走出來時，不慎滑倒後倒摔傷臥床邊，詳細死因有待



◀ 據悉，小鬼平日跟爸爸住在一起，猝逝前一天中午還和爸媽吃飯。（網路截圖）

釐清確認。

年輕猝死多種原因

「有一類基因性的疾病，叫做『遺傳性基因猝死症』。」莊志明表示，這從心臟結構、外觀都看不出來，平常都很好沒有問題，但卻會在某一種情況下，心臟不穩定，「40 歲以下的年輕人猝死，常見原因是基因突變造成心律不整，喝酒、熬夜及情緒激動都有可能引發。」

莊志明指出，心臟 DNA 突變可能引發致命性心律不整，這屬於先天性離子（鈉、鉀、鈣）通道疾病，常見的有布魯蓋達症候群及長 QT 症候群（1~2 萬人可能出現 1 例），只能透過猝死的家人來篩檢。另一種則屬心肌梗變，即冠狀心肌梗厚症，「較可透過心電圖及超音波篩檢出來。」

「像貓王當年就是不明原因年輕猝死，幾十年後取得他的頭髮驗 DNA，原來是先天

性離子通道疾病。」莊志明強調，如果法醫解剖沒有發現心肌病變，就可能需要一等親做臨床篩檢，以釐清是否有先天性家族遺傳病史。

建議以心電圖普篩

莊志明建議，中小學新生入學都應該做心電圖普篩，「只要 100 元，家長都負擔得起，也沒有侵入性，政府應納入政策給付。」

振興醫院醫師田知學也曾提醒，猝死前患者可能有幾種徵兆，有疑似警訊務必立刻就醫：1. 急性心肌梗塞導致的盜汗，伴隨臉色發黑或發白；2. 急性心肌梗塞導致的胸痛，像是有東西壓在胸口喘不過氣；3. 血壓驟高超過 200 以上，伴隨劇烈頭痛或劇烈胸痛；4. 喘不過氣，常見於肺動脈栓塞猝死；5. 突然摔倒等意外。

► 台灣醫界聯盟基金會執行長林世嘉指出，再生醫療產業化的決勝關鍵，就在於推動生產製程自動化。（photo by 祝潤霖／台灣醒報）

▼ 工業局民生化工組長李佳峰說，106年《生技新藥產業發展條例》修正，已將再生醫療納入生技醫療獎勵範疇。（網路截圖）



台灣再生醫療升級 半導體加速自動化

【本報記者祝潤霖台北報導】「再生醫療產業化的決勝關鍵，在於推動生產製程自動化！」台灣醫界聯盟基金會執行長林世嘉16日指出，台灣再生醫療需要克服大量培養細胞的技術，及供輸、成本、標準化檢測等挑戰；但由於台灣有優異的半導體產業基礎，可輔助再生細胞生產製程自動化，成為全球供應鏈夥伴。

「106年《生技新藥產業發展條例》修正，將再生醫療等納入生技醫療獎勵範疇。」工業局民生化工組長李佳峰說，目前已經有14家公司、20幾項產品通過審定，未來可享人才培訓與研發支出，有35%營所稅的抵減，也可享有股東投資抵減，鼓勵新興公司積極引進研發資源，對於inbound來台治療產業也

再生醫療需克服大量培養細胞的技術，
台灣可仰賴優異的半導體基礎，
輔助再生細胞製程自動化，
成為全球供應鏈夥伴。

有很大幫助。

自動化革新再生醫療

「再生醫療在日本是經產省而非厚勞省在推動，生醫的部分只約佔21%。」林世嘉在「再生醫療產業交流論壇」說，自動化會帶動再生醫療產業革新，因為大數據比用肉眼判識更有效率，為此她投入了50萬元翻譯日本《再生醫療》專書。

為何要做自動化？林世嘉強調，全球有1,001間再生醫療公司，有1,078件執行中的再生醫療與先進療法的臨床試驗（第2季止）。國際大廠目前多透過併購與投

資買下再生醫療技術與知識，「因為投入研發曠日廢時，用買的比較快。」製造業者也正瞄準細胞量產製程商機，開發更高端的細胞製造、培養、保存技術。

林世嘉指出，再生醫療的獨特挑戰包括大量培養細胞的技術，原物細胞的供應輸送，成本，及標準化的檢測方法與規範。如Hitachi日立化成在美國加州及德國都有實驗室，2019年發表iPS細胞大量自動培養裝置iACE2（i表示自動化），建立高規格的細胞代工廠、細胞製成自動化設備、低溫物流、數據及雲端監控等。

半導體產業成優勢

「台灣的挑戰在於製造成本高、治療費用高，及集中於製程中的人力成本，主要是細胞製造，其次為品管。」林世嘉說，Panasonic的iPS整合影像處理、AI等技術；Lonza採封閉式自動化膠囊裝置，富士有定溫儲存設備，台灣也有引進。

林世嘉指出，未來發展方向包括：發展細胞製成的關鍵性技術，及確保品質與規格的一致性，發展自動化及封閉式細胞製成發展高規格的量產設備，及大規模細胞分化技術，發展上位專利技術等。「台灣在半導體產業鏈包括IC設計、晶圓製造，封裝測試及模組通路，無塵室與數位監控等，台灣都有豐富的人才技術。」

台灣小鎮款款行 VR 體驗客庄風情

圖文／中央社

想體驗全台小鎮之美，不用親自環島走透透，來趟京站「台灣小鎮款款行主題展」，即可完整體驗。

為協助觀光產業從疫情走出來，交通部觀光局除了透過安心旅遊整合觀光產業推出各項旅遊補助外，再次與台北京站時尚廣場聯名異業合作，於9月16日起，推出為期3週「台灣小鎮款款行主題展」快閃展覽，以鮮明的2D漫畫風格結合70個小鎮攝影作品熱鬧展出。

「台灣小鎮款款行主題展」，展出包含小鎮1.0及2.0的經典小鎮、客庄小鎮、國際慢城和山城小鎮等攝影作品，呈現出臺灣小鎮的多元風貌。交通部長林佳龍也親自到場體驗，在VR區手舞足蹈感受山林之美，並參觀「喔熊夢工場」，推廣台灣小鎮旅遊。

林佳龍表示，台灣是一個寶島，我們希望透過這個百款小鎮，來向國際行銷，可以來台灣long stay，或者做比較深度的一個旅遊，我想這也可以



▲ 交通部長林佳龍（右）與觀光局長張錫聰（左）16日出席「2020台灣小鎮款款行主題展」，並參觀「喔熊夢工場」，推廣台灣小鎮旅遊。

帶動，地方的經濟跟就業機會，話說完部長隨即又自顧自的走向另一個小鎮體驗區，玩的不亦樂乎。



▲ 交通部長林佳龍（左3）與觀光局長張錫聰（左2）等人16日出席「2020台灣小鎮款款行主題展」開展儀式，共同推廣國內旅遊。



▲「2020台灣小鎮款款行主題展」16日在台北京站時尚廣場登場，交通部長林佳龍到場致詞，推廣國內旅遊。

週末鋒面報到 北部、東半部降雨明顯

【本報記者臧品安台北報導】19、20日將有鋒面通過，北部、東半部降雨明顯。氣象專家彭啟明指出，18日起台灣附近的雲量增多，19日鋒面逐漸接近。天氣風險管理公司總監賈新興說，輕颱紅霞對台灣沒有直接影響，但受紅霞帶來的水氣影響，18日西半部降雨較多。19、20日（週末）鋒面通過時，北部、東北部降雨明顯，天氣轉涼。

紅霞對台無直接影響

中央氣象局表示，16日凌晨2時位於南海的熱帶性低氣壓增強為輕度颱風紅霞，上午8時位於鵝鑾鼻南南西方1030公里的海面上，預測



▲ 天氣風險管理公司總監賈新興表示，19、20日鋒面通過，北部、東半部降雨明顯。（photo by 臧品安／台灣醒報）

路徑往西北西朝越南移動，對台灣無直接影響。

氣象局預報顯示，17日全台各地多為多雲到晴且高溫炎熱，僅東南部地區及恆春半島有局部短暫陣雨，午後南部地區及其他山區有局部短暫雷陣雨。18日恆春半島

及東南部地區有局部短暫陣雨，鋒面接近，北部及東北部地區將轉為有局部短暫陣雨，其他地區為多雲到晴，午後有局部短暫雷陣雨。

週末東半部降雨明顯

天氣風險公司總經理彭啟

明指出，目前台灣仍受到太平洋高壓影響，各地天氣穩定，但中午的高溫和早晚的溫度落差很大，須特別注意，午後靠山區有雷陣雨發展，穩定的天氣會持續到17日，18日起台灣附近的雲量增多，到19日鋒面逐漸接近，當日深夜至20日台灣北部及東半部將轉為陣雨的天气，預計持續到21日，接下來東北風增強，溫度會稍降一些。

天氣風險管理公司總監賈新興受訪時說，16、17日都還是屬於傍晚涼爽、日夜溫差大的天氣型態；受輕颱紅霞帶來的水氣影響，18日西半部降雨較多，19、20日（週末）鋒面通過，北部、東半部降雨明顯，天氣轉涼。

圖文選粹

圖文／中央社

邊境管制持續 減班休息破 1.6 萬人



▲最新減班休息（無薪假）統計出爐，實施家數840家、人數1萬6865人，與上期相比，新增174家、人數新增1566人。

防太空垃圾撞衛星 英宇航局資助開發

隨著太空探索與發射任務的累積，太空垃圾成為軌道上難以避免的挑戰，英國宇航局便決定資助航太科技公司，一起找尋應對方式。

【本報記者宋秉謙綜合報導】隨著太空探索與科技的進步，軌道上充斥著過多的太空垃圾成為值得關注的難題，這些太空垃圾可能碰撞、破壞飛行器。對此，英國官方宇航局日前打算與7家公司合作，提供超過百萬英鎊的資金，盼能幫助開發智能算法，讓新型的機器能區分太空垃圾與衛星，進而監視太空垃圾軌跡，保護衛星的安全。

太空垃圾過多

太空探索發展相當快，從蘇聯發射人類史上首顆人造衛里斯普特尼克一號後，全球總計已執行超過4000次的發射任務，這些人造物體在

報廢後，多數會落入大氣層燃燒殆盡，但仍有4500噸以上的太空垃圾留在軌道上，恐成為未來飛行器或衛星的「天然殺手」，一旦高速碰撞，都可能嚴重摧毀耗資不菲、多年計畫的設備。

根據《英國廣播公司》報導，英國官方宇航局



(UKSA)日前在26間公司中，選出7間進行資助，投入超過百萬英鎊，希望加速這些公司研發智能演算法，作用包含新型飛行器能區分太空垃圾與衛星，然後監視太空垃圾在軌道上的繞行，進而讓衛星避開可能的碰撞。

自動辨別技術

全球各大週刊頭條新聞

陳是祈／輯

《消費者報告》Consumer Reports 農藥對人體的危害

蔬菜水果的農藥含量嚴重影響了消費者的健康，甚至有調查指出，水果或蔬菜即使農藥量很少，在長期食用下還是會對消費者的健康造成危害，而消費者在超市購物時，也無法準確知道哪一顆水果或者哪一把青菜有無農藥殘留。

專家建議，比起用農藥撲殺蟲害，農戶應該研發更有效且能夠讓環境永續經營的耕作方法，讓蔬果更加安全，而美國環保署也直接明文禁止部分農藥的使用。

以美國為例，報導列舉出6種最需要關注的農藥。第一種稱為歐殺松(Acephate)，這種農藥可以分解成一種叫做甲胺磷，會損害人的神經系統，這類農藥最常用在豆類農作上，在2009年時已遭美國正式禁用。

第二種是抑芽劑克普芬(chlorpropham)，這種最常用在馬鈴薯上，而歐盟已經明文禁止，但此農藥殘留之普遍，甚至標榜「有機」的馬鈴薯也曾被抽驗出含有抑芽劑；第三種叫陶斯松(Chlorpyrifos)，是一種神經毒素，曾一度被禁止但又死灰復燃，在花椰菜和葡萄裡也容易驗出。

第四種是賽洛寧(lambda-Cyhalothrin)，這是一種會



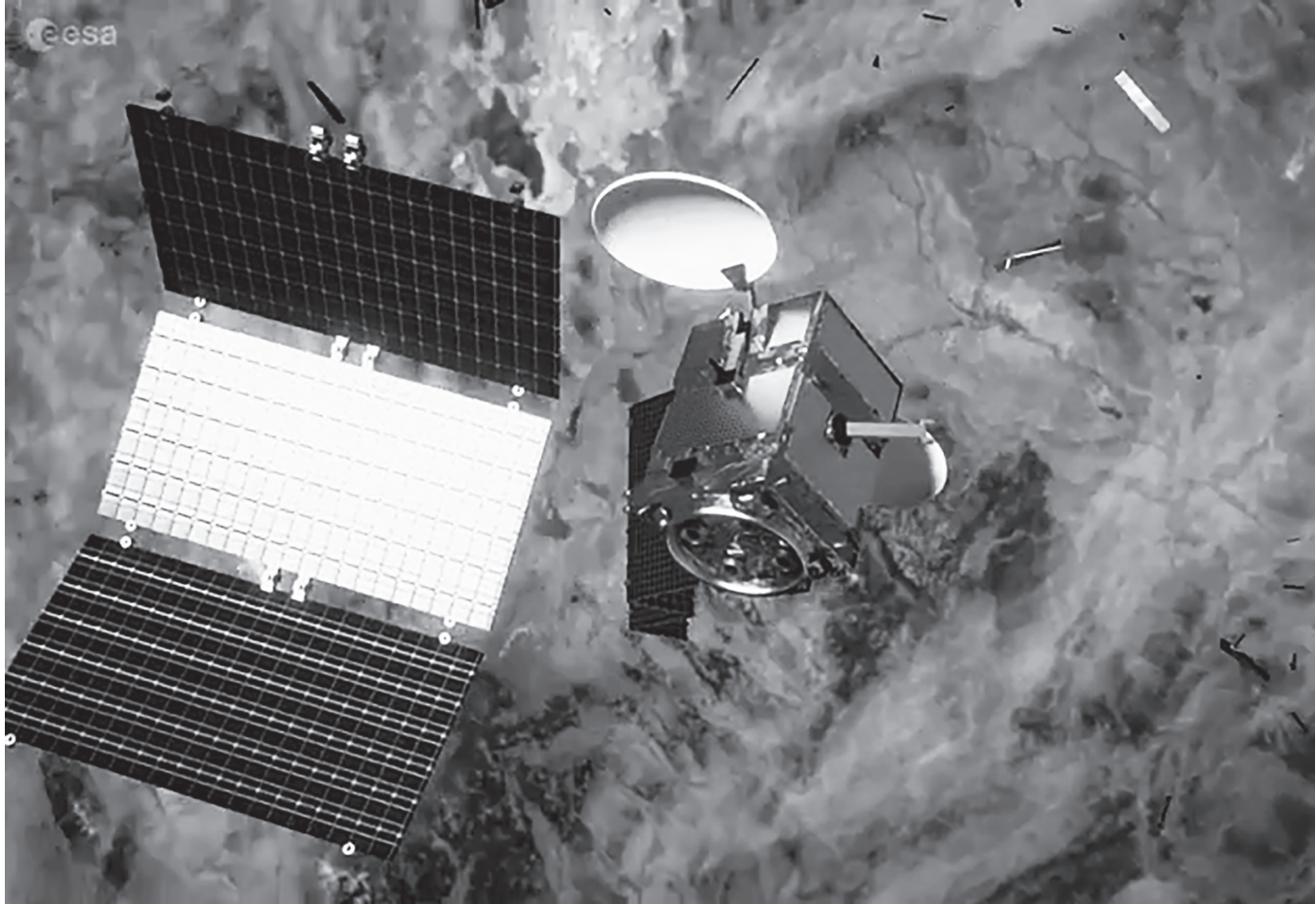
干擾人體神經肌肉系統的毒素，常出現在櫻桃中，甚至是冷凍的豆類、羽衣甘藍等，都會發現；第五種為凡殺同(Famoxadone)，是一種激素破壞劑，目前含未有詳細的危害分析，但報導認為除非確認了安全性否則不該貿然使用，而這類藥物殘留也是美國有機食品不被信任的原因之一。

最後一種為護汰寧(Fludioxonil)，也是破壞激素的功用，且在許多著名的水果如桃子、蘋果、奇異果等水果中尤其容易檢驗出來。

至於要如何解決吃下農藥的問題？專家表示，目前最好的辦法還是選擇信任的有機賣家，購買有機農作物。不過調查各樣蔬果農藥殘留顯示，市面上超過一半的蔬果在多年推行農藥減少的成果下，風險大幅降低，可以透過徹底清洗解決。

UKSA的發言人吉爾說，太空環境越趨複雜、更混亂，太空監視成為必要的關鍵技術，他舉出D-Orbit公司的近期研發，他們發射一種具有拍攝周遭環境、繪製軌跡圖的載具，該公司想法很簡單，盼用拍攝的圖像識別「是不是太空垃圾」，這也是UKSA贊助的幾個方案中，最快有實質進展的一個。

對比D-Orbit相較起來直接的方式，其餘獲得贊助的公司也都有各自的開發方向，雖然多半還處於實驗階段。Lift Me Off公司是開發機器學習與AI，盼用這類技術區分太空垃圾，而富士通公司則專注於開發「處理方式」，打算結合機器學習，並賦予清除太空小型碎片的能力，Lumi Space公司則專注於開發激光技術，盼能測出精準的相對距離，讓追蹤軌跡更萬無一失。



▲隨著太空探索與發射任務的累積，太空垃圾成為軌道上難以避免的挑戰，英國宇航局便決定資助航太科技公司，一起找尋應對方式。(photo from Wikimedia)

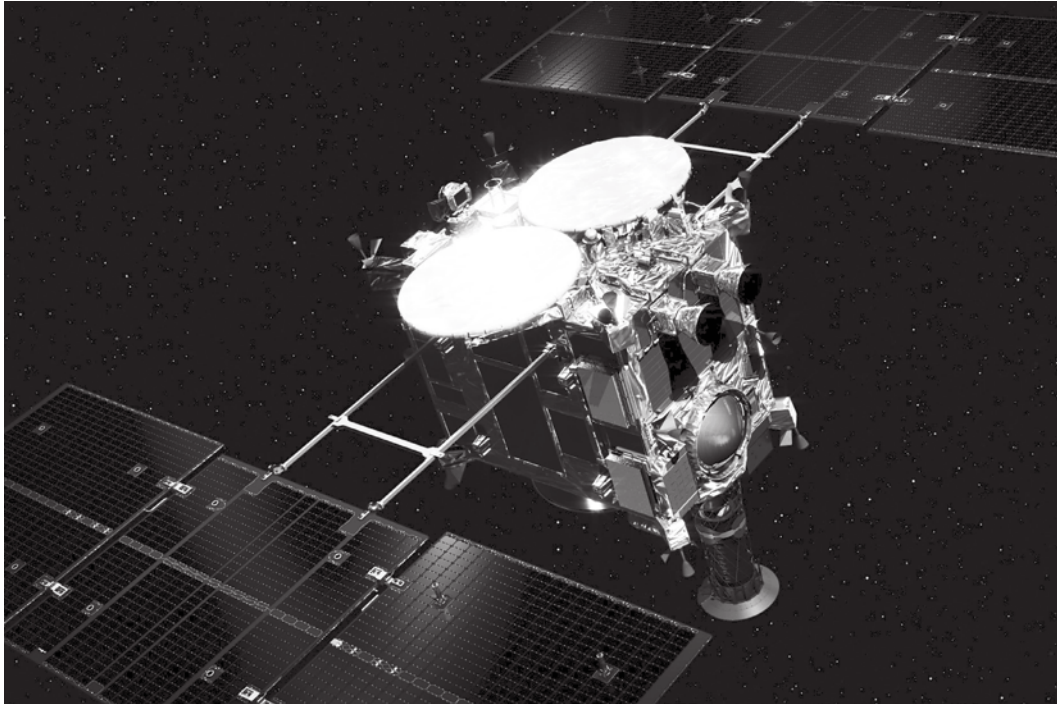
帶回「龍宮」碎片 隼鳥2號再起航

【本報記者臧品安綜合報導】日本小行星探測器「隼鳥2號」下一個探測目標確定，將探測位於地球與火星軌道間的小行星「1998KY26」。據報導，「隼鳥2號」預估在12月初返回地球附近，把裝有小行星「龍宮」碎片的太空艙擲向地球後，將前往位於地球與火星軌道間的小行星「1998KY26」上空進行觀測。

根據《朝日新聞》報導，日本文部科學大臣萩生田光一15日表示，小行星探測器隼鳥2號在完成當前從一顆小行星上收集



樣本的任務後，將致力於探測在地球與火星軌道間的小行星1998KY26，預計2031年7月抵達。



▲日本小行星探測器「隼鳥2號」的新任務是前去觀測。(photo by used under CC License)

小行星1998KY26的平均直徑約30公尺，以約10分鐘的短週期自

轉。1998KY26被認為與隼鳥2號先前探測的小行星「龍宮」屬於

相同類型，可能富含水和碳，目前也正在考慮將兩者進行比較的研究。

根據《共同社》報導，日本宇宙航空研究開發機構(JAXA)表示，隼鳥2號不會在小行星1998KY26



上著陸，而是計劃從上空用攝影機觀測。隼鳥2號預估在12月初返回地球附近，將在執行新任務前，把裝有「龍宮」碎片的太空艙擲向地球，該太空艙預計降落在澳洲南部。

此外，JAXA也研究了小行星「2001AV43」，該小行星位於地球與火星之間，圍繞著太陽旋轉，預計作為隼鳥2號下次任務的潛在目標。

葉門內戰饑荒加劇 UN籲各國金援

【本報記者呂翔禾綜合報導】聯合國呼籲阿拉伯國家援助葉門，否則會讓該國的內戰與饑荒再次惡化。聯合國人道事務副秘書長洛科克近日警告，葉門的內戰與饑荒再次升溫，但是阿拉伯國家2年前承諾的援助資金至今只到位30%，他呼籲這些國家應儘速兌現承諾，否則葉門將再陷入動盪，並影響周圍國家安全。

富國需兌現承諾

根據《半島電視台》報導，聯合國人道事務與緊急援助副秘書長洛科克表示，今年8月是葉門平民因內戰死傷最慘重的月份，顯示該國內戰已經升溫，長年的戰亂與基礎建設匱乏下，也導致饑荒加劇。聯合國甚至首次



點名阿聯酋、沙烏地、科威特3國，向他們催繳援助金。

洛科克說，這3國當初承諾的捐助，就已經涵蓋聯合國葉門計畫90%的資金，估計可以讓葉門境內受到人道援助的人數從800萬至1200萬，並讓上百萬人免於饑荒。但是2018年約定的援助資金至今僅達成30%、約10億美金的規模，因此他催促這3國儘速撥款，讓當地食物、水與健保的援助到位。

內戰、飢荒、疫情

《人權觀察》提到，葉門內戰至今已造成超過10萬人喪生，戰亂讓



▲聯合國要求當初承諾援助葉門的人道危機將會加劇。(Photo by Ibrahim Asim on Wikimedia Commons under the Creative Commons Attribution-Share Alike 3.0 Unported license)

300萬人流離失所，全國有3分之2的人需要援助才能生存，80%(約2400萬)的人口需要有警方或軍隊的保護。聯合國特使葛里芬強調，內戰升溫、大量饑荒人口與新冠疫情的夾擊下，都是外界要持續關注葉門人道危機的理由。

除了國際無力援助，葉門境內的胡塞武裝組織也封鎖該國港口，讓援助的物資無法順利進入葉門境內，這也讓洛科克痛批，叛軍不顧一切的防堵外界勢力進入，只會讓該國嚴峻的人道危機更雪上加霜。

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



疫情影響心理健康 南韓自殺率上升

【本報記者王安棟綜合報導】「人們的最大的不安全感，來自於在這個艱難時刻，完全看不到未來。」疫情不僅帶來失業、收入減少、社交距離等影響，也進一步在南韓造成心理健康的危機，據官方統計，南韓人今年上半年的自殺、自殺、與憂鬱的比例都較去年同期上升，其中女性自殺率的成長更是顯著。

疫情不僅帶來失業、收入減少、社交距離等影響，也在南韓造成心理健康的危機，據統計南韓自殺率比去年大幅提升。

議員形容為「社會災難」

《德國之聲》的報導指出，南韓人今年上半年自殘人數，較



去年同期上升了 36%，而憂鬱症人數和自殺人數，也都呈現上升趨向，包括青少年晚期與 20 多歲女性的自殺率上升 7%，專家也指出，這個數據還沒有包括

企圖自殺的人數。

首爾中央心理健康診所創辦人朴昌珉表示，自從疫情開始，人們越來越擔心失業與收入下滑，「對日常生活造成衝擊，也浮現起自殺的趨勢。」

除了自殺議題，南韓人的自殘比率也在增高，正義黨的國會議員李恩周就認為，社交距離與自我隔離造成心理壓力，政府應該

要將此當作「社會災難」，而非人民生病的個案。「政府應該推出應對作為，並作出提供治療的準備，」李恩周表示，尤其是年輕與低收入戶家庭，更需要受到政府的治療補助。

女性受影響更顯著

在這波心理健康危機中，女性受到的影響又更顯著，專家指出，年輕女性的自殺人數在 4 月時大增 17.9%，而這正是疫情開始傳入南韓的時間。南韓衛福部曾統計，經歷自殺想法的女性比男性多出 1.5 倍，而在疫情後 6 個月以來，20 多歲的女性自殺率比其他年齡層高出接近 5 倍。

首爾女子大學的教授蒂澤德認為，南韓的社會本來就已經是個壓力悶鍋，新冠疫情又加了

一層壓力來源，對女性來說更是如此。「我不認為疫情是唯一因素，」蒂澤德表示，南韓是個高質性的社會，對女性的審美觀非常「清楚且高標準」，當女性無法達到社會期待的標準時，更容易感到憂鬱。

目標 60% 接種疫苗

根據《路透社》的報導，為了積極解決一波波接踵而來的疫情，南韓政府 15 日表示，將投注 1 億 4 千 6 百萬美元的經費尋求疫苗，初步計畫確保保護 3 千萬人民，也就是 60% 的人口都能接種到疫苗，該比率比世界衛生組織（WHO）設下 20% 人口接種的目標還要高出不少。



圖文選粹

圖文 / 中央社

WTO 上訴機構停擺 美中貿易戰裁決卡關



▲世界貿易組織 15 日裁定美國對中國加徵關稅違反規則，但因世貿上訴機構當前停擺，無法做出最終判決並執行，對美發動貿易戰無威脅。

巴西沼澤火災 美洲豹棲地遭毀



▲位於巴西中西部馬托格羅索州大沼澤的水遇州立公園因森林大火蔓延，超過 7 成範圍被燒毀，威脅了美洲豹和其他物種的生存。圖為美洲豹。

怕再罹新冠肺炎 印度爆創傷症候潮

【本報記者呂翔禾綜合報導】印度新冠確診者康復後，對於確診時的陰影難以抹滅，恐造成大量民眾心理創傷！印度目前是世界疫情第 3 嚴重的國家，許多人雖然確診後康復，但肺炎對身體造成永久影響、擔心會再次確診，以及面臨封鎖的壓力下，印度許多民眾出現 PTSD（創傷後壓力症候群），讓該國早已不堪負荷的醫療雪上加霜。

畫面揮之不去



根據《英國廣播公司》報導，印度民眾提瓦尼先前確診新冠肺炎，但是在醫院治療 3 周後，他回家看到電視就會不由自主地尖叫。另一位民眾沙瑪雖然也從醫院治療中康復，但是在 18 天的療程中，看到許多確診肺炎的人紛紛在他身旁死去，那樣的畫面在他腦海中揮之不去。



▲印度有大量康復民眾飽受創傷後壓力症候群的煩惱，專家呼籲政府不能輕忽相關問題。（Photo from Pikist）

去，他回到家都嚇到講不出話。

許多從新冠肺炎康復的民眾，無論是擔心再次確診或是在加護病房歷經太多生離死別，都在康復後面臨龐大的心理壓力，而且

因為治療隔離的緣故，病患除了家人，連醫生、護士的臉都無法見到，這也讓病患面對診療時無法信任醫生，內心同樣也會產生焦慮。

心理專家奇缺

孟買印度醫院的資深心理學家孟德拉表示，印度的醫療已經被新冠肺炎壓得喘不過氣，但是這些康復的病患也會產生許多社會問題，而且即使康復，印度有上百萬民眾在疫情期間無法工作，經濟、心理的壓力加乘下，印度在這方面的專家卻少得可憐，印度的心理醫生僅能滿足該國約 10-20% 的人口。

印度醫學權威研究員帕塔呼籲政府，相關問題需要被重視，否則會有 PTSD 的大流行，他也提醒民眾，如果康復病患或是民眾出現焦慮、沮喪、幻覺的症狀，請不要忽略而儘速就醫，而印度衛生部門需要加速設立心理治療部門。目前印度將近 500 萬人確診、8 萬人死亡，且疫情尚未看見盡頭。



耗資五億華麗打造！全球引頸期盼！
原著銷量媲美【聖經】【魔戒】首度奇幻呈現

超越 240 種版本的終極呈現

皮諾丘的
PINOCCHIO
奇幻旅程

9.18
謊然大悟

Federico
IELAPI

Rocco
PAPALEO

Massimo
CECCHERINI

Marino
VACCHI

con
Claudio
PROIETTI

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 投稿與新聞信箱/ anntw.ad@gmail.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

▲希伯來大學每年吸引兩千名國際學生。
(希伯來大學官網)

以色列風雲 (十之八)



圖 / 文 郭淑鳳

台灣青年在以色列 學用機會不小

以色列兼具悠久歷史和現代科技，再加上鼓勵創新，吸引各國學子前往，在這裡與不同文化碰撞，也尋索自己的未來。

「台灣有太多有才華的年輕人被浪費掉了」，在以色列3年作博士後研究的熊樂昌這麼說。他在以色列習染創新文化，如今自行創業，投資者也是在以色列遇到的。在以色列讀考古學的楊世宏也認為，猶太人是聖經的主角，在以色列讀書可以更認識他們的想法。兼具悠久歷史和現代科技，再加上鼓勵創新，以色列的大學正在吸引台灣青年的注意。

社福部廣招志工

2015年，經由當時駐以色列代表季韻聲的引介，我國教育部青年發展署開始鼓勵台灣青年赴以擔任志工。申請者在以色列的食宿和零用金由服務單位提供，機票和保險費等還可以向教育部申

請。

志工們在以色列多半服務老人、特殊需求的兒童和傷殘人士，有機會學習希伯來語，陪伴照顧者出遊，結交其他國家的志工，週末假期還可以自費出遊。有些社工背景的志工想來觀摩以色列的社福制度，也有人為了阿拉伯語的環境而來。他們在這裡與不同文化碰撞，也尋索自己的未來。

張雅雯大學讀的是教育行政，但不確定未來工作和進修的方向，所以想給自己一年的時間在海外學習體驗。她說自己選擇來以色列除了考慮工作要求和福利之外，基督教信仰是最大因素。蔡宜芳則想了解以色列社福機構如何結合學校、醫院、受助居民，組成共生家園。

新創、生醫富吸引力

以色列的學術成就也對國際學生有吸引力，像是聖經研究與考古、國際關係與衝突處理、新創產業和生醫研究等，都是以色列的學術強項。為了吸引國際學生，以色列多所大學和研究所也開設英語課程，特別是一年制的英文碩士學位，因為可以節省時間費用，頗受歡迎。

在阿里埃勒大學讀聖經考古的楊世宏表示，以色列每年的挖掘計畫總能啟發研究人員對古代社會有更多的理解。「以基督徒來說，來以色列念書很好的部分是，你對土地的連結會比較深，可以幫助你了解聖經話語的立體性。」

在希伯來大學作博士後研究的邱偉華表示，以色列在生醫領域



▲以色列特拉維夫匯聚了許多新創公司和育成中心。(photo by 郭淑鳳)

和歐美並進，是他們的強項，會應用大數據、電腦程式輔助技術解決問題。「希伯來大學實驗室的主持人都非常具有競爭力，常贏得歐美大型研究經費。」他說自己在德國10年後來到以色列，還是學到很新的東西，「很推薦其他人來以色列，」他說。

在希伯來大學讀博士的洪立宇則表示，以色列的研究水準高，又因為猶太人遍布歐美，常有世界頂級的研究教授來以色列演講，或學生有機會申請到他國頂尖實驗室當交換生。再加上人口素質高，每個大學生或研究生幾乎都是菁英，傳聞強記，令他覺得在以色列讀書十分值得！

以色列目前為了控制疫情，暫時不開放觀光客入境，但駐外使館仍然受理志工或學生簽證的申請。只是鄰近猶太節期，以色列



將封城3周，各項手續都可能因此延宕，充滿變數。

最近有3名去過以色列的女青年，要在台灣各地開10場巡迴講座，以色列持續吸引國際媒體

▲以色列希伯來大學的聖經和生醫研究都有國際水準。(photo by 郭淑鳳)

的目光，也逐漸受到台灣青年的關注。

民開心中動。Angel (左二) 在以色列社福機構與受助居民開心互動。(photo by Aleh 社福機構)



什麼是益生元？



✓ 益生元是能夠提供益生菌營養的物質，幫助初始化益菌的生長。

✓ 平衡體內細菌生態，可以幫助維持消化道機能。

✓ 益生元的特性能在一級生存，且又不會被中間體給吸收，能夠幫助初級益生菌的生長。

✓ 協助益生菌與壞菌競爭，是維持益生菌生長不可替代的物質，保持體內的康，提升人體的保護力。



糖芯生活館 LINE QRcord
訂購資訊 電話：0918-271799
地址：台北市南京東路2段150號10樓



榮獲多項國際認證





史上首支逆境之王 金塊再逆轉晉級

【本報記者宋秉謙綜合報導】

NBA 西區第3種子金塊堪稱「季後賽逆境之王」，他們在1勝3敗的落後絕境，從快艇手中搶下西區決賽的門票！金塊16日在生死第7戰再度祭出精彩的防守，並靠著年輕雙星宰制賽場，後場穆雷狂飆40分、禁區「小丑」約基奇狂抓22個籃板，金塊以104：89鎖死快艇。算上首輪逆轉爵士，金塊成為NBA史上首支連續2輪都從1-3絕境開始逆轉的隊伍。

再祭出強悍防守

NBA 季後賽次輪僅剩最終戰，由西區第2、3種子快艇與金塊上演的7場大戰，前4場快艇看似穩壓金塊一頭，沒想到金塊連

NBA 西區第三種子金塊堪稱是是今年的
逆境之王，季後賽連續2輪都在1-3
的背水一戰情況下，反敗為勝晉級。

追2場，把賽事逼到16日的生死戰。

金塊隊拿出首輪生死戰淘汰爵士的強悍防守，陣中雙星之一的小丑以身作則，他全場僅命中5球，但積極在防守端發揮貢獻，根據《NBA 官網專欄》統計，快艇團隊外線命中率僅25.7%，主力選手都繳出糟糕成績單，「可愛」里納德22投僅中6，二哥喬治17投中4，板凳暴徒「盧長老」威廉姆斯僅11投3中，快艇團隊末節關鍵時刻僅獲15分，最終只能以15分差、被



◀NBA 西區第三種子金塊是今年的逆境之王，連續2輪都在1-3的背水一戰情況，反敗為勝晉級。(photo from Nuggets Facebook Fanpage)

▼金塊雙子星（左小丑、右穆雷）。(photo from Nuggets Facebook Fanpage)



Ending」，而且2輪的勝利都是從1勝3敗絕境開始追，金塊成為NBA史上首支連2輪都逆轉1-3的隊伍，放眼北美四大職業聯賽，金塊則是繼1985年的MLB皇家隊、2003年的荒野隊，第3支連續逆轉的團隊，而皇家隊當年就勇奪世界大賽冠軍，金塊肯定會想與皇家走上同一條道路。

至於快艇就相對悲慘，隊史從來沒有晉級過西區決賽，今年就算戰績高居西區第2，仍舊倒在次輪，總計團隊8次叩關都失手。更慘的是，近期2度打進次輪（今年和14/15賽季），都是從3-1打到被逆轉，而主帥李弗斯已經是生涯第3度執教隊伍被1-3逆轉成功。

金塊擁有逆境 DNA

進攻端，金塊幾乎仰賴後場主將穆雷，他單人狂飆40分，命中6顆三分球（這已與快艇先發五人加起來相同），其餘綠葉如葛蘭特、哈里斯都有著過半的命中率，以效率值來看，金塊先發五人完勝快艇先發五人。

對這批年輕金塊來說，已經寫下連續4輪季後賽都打滿第7戰，去年首輪就辛苦險勝馬刺，次輪最後關鍵敗給拓荒者，但今年的劇本至今都還是「Happy

圖文選粹

圖文／中央社

睽違1個多月 陳冠宇重返一軍



▲日本職棒千葉羅德隊的陳冠宇，因最近在二軍出賽4場無失分，睽違1個多月後，今天再度回到一軍。

政大男籃招牌控衛 田浩投身職業



▲今年原本將升大四的政大雄鷹控衛田浩，日前休學，投身職業籃球聯盟新竹攻城獅。

►徐若瑄說，「《I'm V》收錄了5首新歌，加上10首精選，讓新舊歌迷都能聽得過癮！」(photo by 祝潤霖/台灣醒報)
▼徐若瑄說，「以前唱《不敗的戀人》，現在鼓勵大家不管友情、工作、愛情，事事都能不敗！」(photo by 祝潤霖/台灣醒報)



徐若瑄發新專輯 全職媽媽重返歌壇

【本報記者祝潤霖台北報導】

「除了疫情期間祝大家有不敗的健康，我還想當個『不敗的媽媽』！」Vivian 徐若瑄16日一襲紫色洋裝發布新專輯《I'm V》，戲稱自己「從換尿布回到音樂舞台」，現場不改調皮愛互動的個性，借用攝影大哥的鏡頭當麥克風唱歌；她解釋新歌《不敗的》新定義，想當個「考不倒的媽媽」。

「以前唱《不敗的戀人》，現在鼓勵大家不管友情、工作、

睽違已久Vivian 徐若瑄再發專輯，戲稱自己
「從換尿布回到音樂舞台」，對於新曲《不敗
的》她表示，想當個「考不倒的媽媽」。

愛情，事事都能不敗！」徐若瑄說，因為家庭生活在新加坡，兒子Dalton學的是漢語拼音，不像她從小學的是注音符號，所以為了能陪伴Dalton學習中文，她也要努力把漢語拼音學會，「還有像數學課本也要用英文來解，我要加油，當個『不敗的媽媽』！」主持人阿娟不忘提到，徐若瑄



在《不敗的》一襲貼身水裝，盡展Vivian的玲瓏好身材；Vivian笑說，因為那身衣服是不透氣的，她拍攝前還鐵齒覺得不用喝水，「結果拍MV拍到快脫水，後來趕緊補充水分！」徐若瑄說，她不喜歡新作品重複過去的風格，所以很認真在音樂細節上，每個音符、歌詞都全力以赴

試唱。

「《I'm V》收錄了5首新歌，加上10首精選，讓新舊歌迷都能聽得過癮！」徐若瑄說，距離上一張EP有5年了，這次除帶來搖滾K歌《再見錯的人》，還有獻給在天上老爸的閩南語歌《別人的》。Vivian強調，「為了要對得起我的歌迷，我會認真考慮在小巨蛋開演唱會！」如果今年沒有開？「那就再等一等吧！（眾笑）」

身障與受刑人創作展 繽紛色彩散播大愛

【本報記者臧品安台北報導】

色彩濃烈的油畫、或含蓄或奔放的書法、顏色繽紛的陶藝作品及清新可愛的淡彩畫等，這些都是由身障朋友與受刑人所創作，創作類型包含陶藝、木雕、花燈、紙雕、樹皮雕、攝影、書法、繪畫等不同風貌的創作共138件，16日起於中正紀念堂3樓藝廊展出。

中華民國身心障礙者自立更生創業協會16日下午舉辦「工藝公益 點亮台灣」第11屆身障者與受刑人藝術創作大展開幕記者會，與會來賓眾多，包含文化部長李永得、台北市政府文化局委員林麗慧、新竹市議長許修睿及夫人傅韻霖、參展藝術家施雪紅、劉育蓉、廖燦誠、李永謨、詹政融等人，現場氛圍熱鬧溫馨。

記者會上，特別邀請療癒淡彩



▲療癒淡彩藝術家施雪紅在現場創作。(photo by 臧品安/台灣醒報)

藝術家施雪紅進行現場創作。施雪紅20幾年來，雖飽受類風濕性關節炎及眼疾所苦，仍專心繪畫，並將畫作賣掉的錢捐給偏鄉學校及弱勢團體。施雪紅謙虛地說，今天重要的不是我，而是身心障礙的朋友和受刑人。

施雪紅完成的淡彩畫《大愛》最後被賞霖創藝股份有限公司總監陳君仁買下，賣掉畫作的錢將全數捐給中華民國身心障礙者自立更生創業協會及五龍國小，把大愛傳出去。



◀身障者與受刑人藝術創作大展，現場展出繪畫、書法、木雕、陶藝等多元風格作品。(中央社)

▼ 聯合醫院陽明院區藥劑科蘇柏名藥師表示，治療香港腳和灰指甲唯一有效的方法就是乖乖用藥。(photo by 網路截圖)



治香港腳及灰指甲 需 6-12 周療程

【本報記者臧品安台北報導】「正確用藥，就可以遠離香港腳和灰指甲！」聯合醫院陽明院區藥劑科蘇柏名藥師 16 日在記者會上提醒，民眾使用藥物治療香港腳或灰指甲一定要依藥品仿單或諮詢藥師，並完成整個療程，才能夠有效治癒香港腳及灰指甲。

口服、外用療效接近

台灣氣候潮濕、尤其梅雨季、颱風期間，由於濕度高再加上夏季高溫，有利於黴菌滋長，許多民眾都有香港腳和灰指甲的問題，特別是長時間穿鞋的上班族和學生。民眾可能去社區藥局購買外用藥膏治療香港腳或灰指甲，但不好意思向藥師詢問用藥

台灣氣候潮濕加上夏季高溫，許多民眾都有香港腳和灰指甲的問題，醫師建議應按時用藥，才能有效治療。

資訊，又未依藥品仿單（說明書）正確使用，進而影響治療效果。

蘇柏名表示，口服藥品治療手部灰指甲的建議療程為 6 週，治療腳部灰指甲為 12 週；外用藥品治療手部灰指甲的建議療程為 6 個月，治療腳部灰指甲為 9 至 12 個月。「口服藥品與外用藥品的療效差不多。」蘇柏名說，使用口服藥品的療程雖短，但藥品由肝臟代謝，如果肝功能不好的人使用，會對身體造成負擔，而使用外部藥品進行局部治療，就是另一個不錯的選擇。

依指示正確用藥

「泡腳粉有兩種成分，一種殺黴菌，另一種則是軟化角質。」蘇柏名解釋，使用泡腳粉可以軟化角質，讓藥品更容易進到腳部；使用泡腳粉需要依照藥師的指示，不可用過熱的水（小於 50°C），一次泡 20 分鐘最適宜，如果有傷口則不建議使用。被問及如何選擇治療香港腳或灰指甲的外用藥品，蘇柏名說，可以治療黴菌的成分不只一種，能含有療黴舒（Terbinafine）者為最

有效的成分之一。

「治療香港腳和灰指甲唯一有效的方法就是乖乖用藥。」蘇柏名提醒，在用藥方面，民眾除了應依照藥品仿單用藥，也建議民眾詢問藥局的藥師，根據藥師的指示用藥，並完成療程；在生活習慣方面，手腳應定期清潔、保持患部乾燥與衛生，儘可能常更換鞋襪。

另外，應避免和他人共穿同一雙鞋襪（如浴室拖鞋），以避免交叉感染。

衛福部食藥署藥品組科長楊博文也提醒，使用香港腳藥膏前，應先用溫水及棉片清洗患部，並保持患部乾燥後，才開始使用藥膏，且應停留 15 分鐘。

派對因疫情停辦 非法藥物用量驟降

【本報記者陳是祈綜合報導】許多派對因為疫情而停辦，也使得派對上常見的非法藥物如安非他命、海洛因等，需求和銷售都下降了至少 3 成以上。相反的，疫情間人們待在家，且擔心自己染疫，焦慮感不斷上升，也導致部分藥物如大麻、鎮定劑需求量攀升。

全球藥物調查發表的一份報告顯示，許多在派對上常見的非
法藥物，都由於疫情的關係，銷售大幅下降，如搖頭丸銷售下降了 41%，古柯鹼下降了 38%，氯胺酮（K 粉）則下降約 34%。分析認為，除了因為派對停辦之外，疫情期間也難以進行非法藥物的交易。

不過因為疫情「戒毒」的人，似乎相當滿意戒毒的成果。調查發現，將近有三分之一過去吸食古柯鹼的人表示，不服用古柯鹼後，身心狀況都有大幅改善，也有人表示因為疫情的關係，擔憂自己的身體健康，

決定戒毒。

但有一類藥物卻因為疫情，銷售大增，如大麻、鎮定劑等介於毒品與藥物之間模糊地帶的藥品。《經濟學人》分析，由於疫情間人們待在家，產生焦慮和不安，調查針對全球前 11 個富裕的國家、約 5 萬 5000 人調查，發現有五分之二的受訪者增加了對大麻的依賴，其中澳洲的增幅最大（49%），其次為美國（46%）和英國（44%）。

受訪者皆認為，疫情產生的焦慮和無聊感可以靠吸食大麻或食用鎮定劑、安眠藥等獲得排解。

另外報導中也指出，雖然因為疫情的關係，派對藥物大幅減少，然而當疫情減緩、夜店等地方重新開張，這些藥物勢必又會再度流出，專家也警告雖然大麻在某些地區可以合法使用於醫療，還是強烈建議經過醫生指導後再行食用，不要為了排解憂慮就去嘗試。



◀ 疫情使得派對對非法藥物需求大減，但疫情帶來的焦慮也使得大麻、鎮定劑等的需求上升。(Photo From Wikimedia Commons, the free media repository)

角膜塑型片救近視 醫師意見分歧

【本報記者祝潤霖台北報導】「透過角膜塑型片及 AI 驗配科技，有助學童視力健康！」台中大學眼科醫師蘇皓琳 16 日指出，現在學童小六 10.3%、國三 28%、高三 35.7% 有高度近視，但有些學童有「偶像包袱」選擇戴隱形眼鏡，許多人利用名為「OK 鏡」的塑型鏡片幫助矯正視力；但也有眼科醫師指出，塑型效果只是暫時性，只要不戴，近視度數就會回復。

塑型片助視力矯正

王小弟在大班時就罹患近視，但因容易發生畏光反應，經常不想點或忘記點散瞳劑，結果 2 年內近視暴增了 200 度。「經蘇醫師建議，他開始配戴角膜塑型片。」媽媽說，利用晚上睡覺時配戴矯正，隔天可不戴眼鏡，「戴了 2 年多，每次回診視力都維持在 1.0！」

「孩子出生時，眼軸較短，一般都有遠視，隨著眼球成長發育，眼軸逐漸增長，才發展成正



常視力。」蘇皓琳醫師說，但若「遠視儲備量」提早用光，近視就可能提早發生，而愈早近視就愈容易發展成高度近視。雖然有角膜塑型片可以矯正視力，但定期回診與鏡片的清潔都不能馬虎，才能確保控制效果及眼睛健康。

角膜塑型片難持久

專家建議，為使角膜塑型片

戴用時更舒適、鏡片之壽命更長久，戴上鏡片後勿揉眼睛，以確保鏡片定位準確；務必先以清潔液徹底清潔角膜塑型片，才可進行配戴；另鏡片請勿浸泡於生理食鹽水中，以防鹽分滲入鏡片之毛細孔中，而降低鏡片透氧性；也不可將鏡片放置高溫處，及不可以酒精或熱水清洗或高溫消毒。

另有眼科醫師指出，OK 鏡片是

種特製的硬式隱形眼鏡片，以特殊的弧度壓平角膜，晚上戴著睡覺、白天取下讓角膜變平、視力好轉，但效果只是暫時性，無法防止近視進行，只要不戴，近視度數就會回復。

據統計，白天戴的隱形眼鏡，感染率約在萬分之 1，晚上戴著睡覺，感染率則增加 6、7 倍。



▲ 清華大學材料系教授吳志明（中）帶領團隊利用廢稻殼研製新型石英複合材料，並從廢魷魚骨中萃取甲殼素，研發出新型複合壓電材料。

猝死前身體警訊 4 大徵兆要注意



▲ 在猝死發生之前，身體會發出一些警訊，氣促、胸悶、昏厥、心悸，如果家族裡有猝死的病史，要格外小心。

▼開放美豬恐已成定局，政府相關部門至少應該針對美豬及國產豬做好清楚的區隔和標示，讓消費者有自主選擇的權益。（網路截圖）



民眾相信政府把關含萊劑美豬嗎？

■李武忠
（農漁經學者）

台灣開放含萊劑美豬進口已成定局，儘管開放過程有諸多可議之處，尤其公布後衛福部、農委會、經濟部等相關機構演出荒腔走板，充分證明經過這麼多年的折衝，台灣政府並未做好開放的風險評估及相關配套。

台灣人的悲哀

但是在為了「國家整體利益」的大義下，民眾被迫承擔可能帶來的健康風險（中國卻可選擇不含瘦肉精的美豬進口），卻不知道換到了甚麼？

開放美豬已成定局，政府部門屢屢誇下海口會嚴格取締，但是從過去食安事件、進口美牛標示稽查等，國人真能放心嗎？

這算不算是身為台灣人的一種悲哀？

為今之計，政府相關部門至少應該針對國內豬肉銷售的每個環節（特別是末端的小吃攤及小型加工廠）把美豬及國產豬做好清楚的區隔和標示，讓消費者有自主選擇的權益。

人民放心食安把關？

政府相關部門雖屢屢誇下海

口會嚴格取締，請國人放心，但是從過去食安事件、進口美牛標示稽查，甚至違規農地工廠取締，事實證明完全不是那麼一回事，主要癥結在於中央政府制定相關規範時，並未與地方政府充分溝通取得共識，卻要由地方政府來執行，地方政府在缺乏足夠的人力、經費及人情壓力的情況下，執行成效自然不彰。

而國人多很容易淡忘，等風頭一過，也不太在乎買的是不是台灣豬肉，加以媒體也同樣只有五分鐘熱度往往雷聲大雨點小，很快就被其他議題所吸引，官員只要能挺過一時的風暴，很快就會船過水無痕。難怪政府施政會有恃無恐，官員敢睜眼說瞎話！

萊豬政策 相互矛盾

含萊劑美豬確實存在健康風險，配合市場需求，美國養豬戶也逐漸減少在飼料中添加萊克多巴胺。而蔡政府既然認為含萊劑美豬對健康不會造成影響（所謂：就算選擇萊克多巴

胺美豬，每天要吃33片排骨長期食用五到十年才會超標），卻又嚴禁校園營養午餐及國軍伙食選用美豬，既禁止國內養豬使用萊克多巴胺，卻又訂定萊克多巴胺的許可殘留標準，種種作法相互矛盾，難以服眾。

維護國民健康政府責無旁貸，不能把責任丟給消費者要求消費者自行把關，或要求業者及廠商自律，政府除了訂定相關罰則外，更重要的是要有執法的能力與續航力，持之以恆，業者才不會有僥倖心理。

未來若要確實把關，首先可以讓進口美豬和國產豬的行銷管道分流，目前國產豬牛的主要通路以傳統市場為主，進口的美牛豬則以超市和大型量販店為主，唯區隔不足，導致國產肉品優勢未能有效突顯，未來可以更加細緻化，讓消費者可以方便抉擇，並協助提升傳統市場的衛生環境以及冷凍冷藏設施，讓本土豬肉更具競爭優勢。

醒小說

■溫小平
（小說作家）

她曾經在生命的河流裡失蹤過，親友都不知道她的去處，連她也不確定自己是否活著？

那段如夢似幻的日子裡，她潛意識希望自己在天堂。但她的靈魂被禁錮在身體裡，無法跟人對話，確定自己的存在，只能自問自答，她沒做過虧心事，也沒害過人，應該可以上天堂。

曾經深愛過

除了擔心身在天堂或地獄，她也好想知道，丈夫真的愛她嗎？常聽人說，每逢生病或遇到大災難，例如世界末日或彗星撞地球時，最能驗證自己是否有人關心、有人愛。

丈夫曾跟她說，如果她先死，他絕對不會再婚，他的心完全屬於她，不可能接納其他女人。當時丈夫還反問她，「那你呢？」她不喜歡做任何假設性的回答，但為了安慰他，就說「我跟你一樣。」

那時，她相信他是愛她的。

當她歸來後，朋友告訴她，她失蹤的那段日子，朋友曾看到她丈夫跪在十字架前祈禱，痛哭流涕祈求上帝，希望她能平安回來。好多人看到這一幕不禁動容。

歷劫歸來丈夫有了別人

她是自助旅行時發生意外，火車在偏遠鄉間突然出軌，死傷無數，她被彈出車廂，摔在田地裡，被附近居民送往小村醫院，由於當時她的背包遺失，身上沒有證件，醫院不曉得如何跟昏迷不醒的她的家人連絡？

當她終於醒轉，輾轉回家，已是半年以後。原以為迎接她的是熱情的擁抱、激動的淚水，不料，丈夫身邊卻有了別的女人。不能責怪他吧！他以為她死了。可是若跟他自己的允諾相比，似乎，丈夫的傷心並沒有多久，就移情別戀。

她不會歇斯底里，經歷過生死關頭，對甚麼都看淡了，她沒有大喊大叫，更沒有衝過去撕

成立監督組織

其次，一直以來國內缺乏強有力為民眾食安把關的獨立公正組織，才會讓政府予取予求，百姓莫可奈何。

對此在野黨除了推動反美豬公投外，應該積極聯合各黨派共同推舉學有專精公正的專家學者、養豬團體、社會賢達等組成監督小組，針對政府美豬食安執行成果、標示落實、稽核數據，進口流向等等，進行長期的追蹤考核，並定期對外公開讓民眾了解，才能去除官員傲慢懈怠的心態。

衛福部長陳時中雖然聲稱會做好美豬邊境查驗，但現行進口肉品相關查驗率僅4%，不合格率近四分之一且人力嚴重不足，民眾如何安心？為此我們需要求政府補足全面檢驗及稽查所需的人力和經費，絕不能口惠而實不至。

天堂夢境

扯兩人。但正要轉身離開，丈夫卻叫住了她。

可有可無的關係

迫於無奈，丈夫決定跟那女人分手，重新接納「死裡復活」的她。但之後，丈夫卻沒有失而復得的喜悅，只有疏離，彷彿她是個陌生人。

或許，丈夫答應了那女人甚麼條件，所以那女人乖乖把自己的東西從她家帶走，但是她卻並不關心，只想全心投入公益，她每天四處奔波、關懷弱勢，好似為了進入天堂做準備。

每天，忙碌後返家，拉開門，丈夫依然坐在慣常的單人沙發上看電視新聞節目，她卻覺得彷彿打開了冰櫃的門，招呼間，撲面一陣冰徹心底的冷氣，丈夫隨之而來的眼神，好像無數支箭，射向她身體各個重要器官，想要狠狠射死她，彷彿心裡怨怪著她：既然死了，為什麼要回來。

她獨自去了頂樓平台，吹著秋天微涼的風，遠方天空的星光若隱若現，就像她那苟延殘喘的婚姻。

夢醒了

從不曾哭得這麼傷心，幾乎聽到自己的心一片片碎裂著。怪她不該把諾言當作永恆不變，這世間的愛情，竟脆弱得敵不過一場災難。

丈夫信誓旦旦說永遠愛她，朋友看到丈夫跪著祈禱她平安歸來的畫面，或許，都只是夢境裡的斷片，醒了，眼前連一場煙霧都沒有。

她繼續在忙碌的公益裡活著，發呆的時間卻多了許多。她常常想著，火車出軌時死了也好，反正她一定在天堂的，天堂裡眾生不分等級，現在做再多好事，將來還是照樣在天堂，總比現在活在地獄好。



▲丈夫決定跟那女人分手，重新接納「死裡復活」的她。但之後，丈夫卻沒有失而復得的喜悅，只有疏離，彷彿她是個陌生人。（網路截圖）

% 經研隨筆 %

■戴肇洋
（台灣省商業會顧問）

在數日前，美國在台協會邀請日本、歐盟等駐台單位與我們的政府部門共同舉辦「重組供應鏈：促進理念相近夥伴之間韌性論壇」，其目的在透過合作以打造排除中國市場的供應鏈網絡。若從論壇旨意來看，顯然是美中對抗升溫之下，美國連結夥伴圍堵中國戰略的一環，同時拉攏台灣選邊站隊。

重視產業供應鏈

2018年美國掀起美中貿易爭端之後，隨著對抗從貿易不斷延伸至科技，讓過去以來依賴中國扮演全球供應鏈之模式開始蛻變，進而加速重組。尤其年初爆發新冠肺炎疫情迄今未熄，在重創國際經濟的同時，由於供需無法預測，除讓供應鏈的「準度」變化外，同時讓供應鏈的「長度」轉型，甚至在美中對抗脫鉤下重新選擇全球供應鏈。

無庸置疑，過去以來全球產業在比較利益考量下進行專業分工，享受極致效益，形成「長



▲中國經濟逐漸復甦，未來將持續扮演全球供應鏈網絡的主導地位，與其允諾加入美國去中戰略，不如重新評估個別產業供應鏈發展生態。（網路截圖）

鏈效應」。然而，面對美中貿易爭端延燒及疫情持續肆虐，在難以掌握變數干擾下，去全球化、去集中化分散市場風險，已逐漸成為供應鏈的發展趨勢，美國藉此規劃連結夥伴圍堵中國戰略是否可以奏效？

中國掌握復甦優勢

依據國際貨幣基金（IMF）資料統計顯示，面對新冠肺炎疫情衝擊全球經濟成長之下，雖2020年中國經濟增長不如以往表現，僅有呈現小幅增長格局；但中國卻又能夠在新冠肺炎疫情威脅中有效控制疫情，

領先仍陷入疫情糾葛的美國、日本、歐盟等國家，快速擺脫衝擊、邁入復甦。

若中國經濟持續相當幅度成長，則將有助於在未來5-10年中取得經濟發展絕對優勢，這些情勢促使全球許多國際企業調整對中國投資環境的風險評估。

此外，值得重視的是，雖川普公開揚言與中國大陸經濟之脫鉤，威脅利誘中國大陸境內美國企業回流投資，但最近從上海美國商會公布的調查顯示，超過七成受訪美企沒有遷廠計畫，若有遷廠計畫，則是

以東協國家為優先，僅有4%願意將製造移轉回美國。

難令各國「去中」

此意味著，川普所期待的經濟脫勾戰略，恐難讓全球的供應鏈網絡「去中國化」；部分國際企業轉往東協國家，其實是供應鏈的延伸或調整，並非連根拔起、斷絕往來。尤其11月中旬東協峯會完成簽署RCEP生效之後，中國所主導的亞太區域供應鏈網絡，將會更加屹立不搖。

在此同時，面對中國經濟逐漸復甦，未來將持續扮演全球供應鏈網絡的主導地位之下，與其允諾加入美國重組供應鏈戰略，不如重新評估個別產業全球供應鏈發展生態，尤其中國在RCEP影響日益提高，以及占台灣對外出口貿易的比重不降反升下，台灣產業除因應RCEP可能帶來的衝擊之外，必須積極規劃找出個別產業利基，藉以建立在全球供應鏈重新洗牌中的地位之不墜。

強化少年心理素質 劉軒現身說法

針對少年生活經驗中之大小問題，結合心理學理論、心理實驗，為小讀者化解心理問題，提升正向心理素質。

■劉軒

在孩童時代，我們完全依附父母親，隨著青春期的到來，我們逐漸有了獨立的衝動，想要掙脫舊環境，發出新聲音。我們開始尋找自己，探索邊界，開始有一些「脫序」行為，大人們稱之為「叛逆」。

在這個過程中，父母親友能給的，是目送的眼光，是觀念的碰撞，是理性和感性的糾纏。而你自己，要開始認識自己，學會管理自己，並要結合自己的特質，

懂得好好利用時間，能夠用同理心待人……

你會完成自身很多的轉變，把你的性格、能力、需求、價值觀等等，形成一套專屬於你的框架。

用心理學術語來說，叫建立「自我的統一性」。由此，伴隨你的「英雄之旅」，是一個人心智的逐漸成熟。

對朋友說不的勇氣

從眾不是錯，但你自己心裡要有一把尺，

卡呢？竟然就這麼被我打入冷宮，收進紙箱。每次我想到這件事，除了覺得好可惜、好浪費，同時也提醒我：同學的影響，從眾的心理，對我們有多麼大的影響。

大家都這樣，我也要

我們會屈服於同伴的壓力，有幾種不同的心理原因。有些人想要被喜歡、被接受，他們害怕如果不跟著大家一起做的話，會被取笑，甚至被欺負。而有些孩子就是忍不住誘惑，看到同伴在做什麼，會很好奇，想要跟著嘗試。有些時候，光是聽到別人說一句「大家都這樣」，就已經是足夠的理由了。

其實，「從眾」是非常正常的行為。心理學家針對從眾現象做過一個有趣的實驗，我們搭電梯的時候，通常都是走進電梯，再轉過來，按下樓層按鈕，然後就會面對門的方向。有這麼一個實驗，讓一個不知情的人搭電梯，接著，電梯在每一層樓停下，其他走進電梯的人串通好，一進電梯，就直接面對後面的牆壁。

一開始，那個面對門的人不會有任何反應，但是當電梯裡的人愈來愈多，每個人都面對牆壁的時候，那個人撐到後來，也會忍不住跟著大家一樣轉身面對牆壁，因為他不想成為那個唯一不同的人。從攝影機看這些畫面，實在滿搞笑，像是惡作劇一樣。因為你知道電梯裡只有一個人不知情，他看起來很困惑，一邊在電梯裡東張西望，一邊忍不住跟著大家做同樣的動作。

拒絕朋友，壓力很大

心理學家發現，「從眾壓力」竟然是人類最強的心理壓力之一！不合群讓人非常痛苦。再加上每個人的個性不同，有些人比較隨和，不喜歡衝突，希望大家都可以好好相處，這種人通常更容易從眾。

從眾不一定是壞事，也會有好的影響。像好朋友的相處，往往



◀心理學家發現，「從眾壓力」竟然是人類最強的心理壓力之一，圖為作者劉軒（右）與作家父親劉墉（左）合影。（網路截圖）

是讓彼此進步的動力。當然，如果個性隨和的人遇上壞朋友，那就麻煩了，因為他會不好意思拒絕這些負面的影響。

如果從眾的壓力會讓你不舒服，你明明不想做，但硬要你配合；或這明明是錯的事情，像朋友們要你聯合起來欺負另一個同學。這時候，你該怎麼辦呢？

跟朋友們說「不」，需要很多很多的勇氣，但你還是可以做到的。

首先，你要能夠分辨事情的對錯，也要能夠設想做這件事情的後果。如果你知道，跟朋友一起去雜貨店偷東西是不對的，後果也會很糟糕，那麼你就必須站穩立場，甚至馬上離開現場。

如果朋友問你「為什麼不要？你怕嗎？」，你說：「因為我爸媽叫我不能這麼做」。朋友可能會笑你是個「媽寶」。我覺得更

這顯示你有自己的道德原則，對錯分明，而且能夠堅持自己的原則。

站在同一邊的朋友

另外，如果你能夠找到跟你一樣願意說「不」的朋友，也會很有幫助。在前面提到的從眾心理學實驗中，只要電梯裡有另外一個人也是不面對牆壁，那個原本面對門的人也就不會轉身面對牆壁。只要有一個和你站在同一邊的夥伴，就會讓你們兩個彼此給對方力量，更容易抵抗從眾壓力。

還有，「慎選朋友」相當重要。如果你的好朋友們不蹺課、不作弊，你也比較不會受到影響。

如果你持續面臨一些壞朋友的壓力，建議找大人談談，像學校的輔導老師、或你能夠信任的長

要有一把尺，知道什麼是對的，這把尺就叫「原則」。一個有原則的人，即便不合群，也會受人尊敬。

希望你能成為一個能夠與別人合群相處，同時又能堅持自己原則，知道分寸，能營造正面影響力的好朋友。

《成為更好的自己》簡介

我們人類能從衣食住行裡挪開眼光，去探索星空大海，去鑽研細胞微塵，去挖掘我們內心世界的奧秘，都是從一點一點的「衝動」開始的。這一點，可以稱之為我們的內驅力，也可以叫做生命力的綻放。

作者在書中分享心理學對於記憶、專注力和好習慣的研究，也會談到人際關係的議題，包括如何交朋友、和父母的相處、情緒管理。還會從人類發展心理學的角度，和你聊聊青春期風暴會帶來什麼樣的心理變化，以及同理心和正面情緒的重要性。



出版社／未來出版

父母親友能給的，是目送的眼光，是觀念的碰撞，是理性和感性的糾纏。而你自己，要開始認識自己，學會管理自己，並要結合自己的特質，形成對「自我」的認知。

形成對「自我」的認知，定義出自己的獨特價值，開始成人意義上的「長大」。

不過，真的不容易哦！紙上說來輕鬆，有時卻要耗盡一生。

我自己也是一樣，在青春的迷茫期，滿目望去都是人生的問號。於是，鑽圖書館啃書，旅行做背包客，去北極圈、去赤道圈體驗不同的風景人情，來尋找答案。還把這段經歷寫了一本書叫《尋找自己》。

好在我的父母比較寬容，對於我的「不羈之舉」，視作年輕人長大的必由之路，於是耐心等待我「暴風雨」之後的彩虹。

建立「自我的統一性」

在我看來，長大成人，不只是從家庭的世界，開始進入到另一個更大的世界。還要從對家庭的歸屬感中，逐漸尋找到屬於你自己的歸屬感。那可能是一個團體，一種信念，一套原則，也可能是一種價值觀。

過程中，你要找到真正的自己，了解自己的個性，找到自己的內驅力，學會與情緒共處，也

這把尺就叫「原則」。

我小學時最大的嗜好，就是收藏「恐龍卡」。那是去住家附近的雜貨店，買口香糖隨包附贈的。每一個包裝裡的卡片都不一樣，所以你拿到哪一張，完全看運氣。只要拿到比較珍貴稀有的卡，我一定帶到學校跟同學們炫耀。「哇！好羨慕喔！」他們總是這麼說。聽到這些話，我覺得自己好好有面子。

後來，我移民去了美國。那裡的孩子不蒐集恐龍卡，他們蒐集另外一種卡片：棒球卡。上面印有美國大聯盟各個職業棒球員的照片，背面是球員的各種數據，像是打擊率、全壘打次數等等。

你能夠想像，我一個黃臉孔的孩子，英文很破爛，拿出我的恐龍卡秀給那些美國同學看嗎？我一次都沒有拿出來過。我反而開始跟美國同學們一起蒐集棒球卡。當時，我連棒球比賽都還看不太懂呢，就跟著同學們一起瘋狂買棒球卡、討論棒球卡，我也覺得棒球卡超酷的。

那些曾經花了我不少零用錢，曾經是我生活重要一部分的恐龍

・Y!!! 書訊・

醒報編輯部／輯

《樂於委身：走進職場神學的世界》

作者：白崇亮

出版社：校園書房出版社

我們在這個世界當中勞苦工作，卻有喜樂，有盼望，有榮耀。這是市場力量永遠做不到的事，這就是救贖我們的恩典。

作者身為一個基督徒，在聖經思考的架構下，將工作的各種意義面向，完整地融入於書中，建構出整全的職場神學，也鼓勵基督徒在職場有宏闊的神國眼光。看重內在生命的靈修神學，並扎根在聖經真理的深度建造，進而在生活神學的範疇和語言中發展出它的實踐意涵。



《看見陽光燦爛的自己》

作者：陳映瞳

出版社：道聲出版社

本書作者是養了幾隻鸚鵡的臺大醫院眼科教授，繪者是養了兩個小孩的眼科醫師。作者以國際知名角膜權威、住院醫師課程主任、年輕人導師，也是內向敏感性格的身分，描繪自己從「角落小女孩」一路「走進陽光裡」的「生存演化史」。

本書風格溫馨柔軟，幽默活潑，除了可愛故事外，還融合了「心靈勵志」、「圖文繪本」，與「小鸚鵡推薦知識」。作者也籌組了「呆呆好文創」，召集台大醫院的師生



《說阿門之前》

作者：陸可鐸

出版社：格子外面

有些人在禱告上非常優秀，他們吸入天堂之氣，呼出上帝之氣，他們是代禱界的「海豹突擊隊第六分隊」，寧可禱告也不願意睡覺，但我為什麼禱著禱著就倒頭入睡呢？你也心有戚戚焉嗎？事實上我們並不是從來不禱告，多少還是有在禱告的。

當我們邀請神進入我們的世界，祂就帶著許多禮物走進來：喜樂、耐心、復原力。雖然憂慮會進來，但不會趕不走；後悔掉落在擋風玻璃上，但禱告的雨刷立刻啟動把它拭去。我



▼訪台南一定到近九十年歷史的台南「江水號」報到，復古的古早冰風味，不甜的糖水加上現做的餡料，九十年的堅持。（網路截圖）

▼日式復古昭和冰室的布丁雪花冰，布丁綿密、與冰一起化在嘴中，幸福感滿滿。（作者提供）



剉冰消暑涼一「夏」



文 / 陳玲玲
（資深廣告人）

夏天，就是要吃冰抗暑！我喜歡老冰店老字號古早冰，小時候的冰菓室是充滿故事，甚至是老一輩的相親地點…

夏天吃碗剉冰，真是透心涼…為了吃冰，可以環島找美味。

小時候的冰菓室是童年重要回憶，有錢時吃四菓冰，沒錢時吃清冰，老闆會在清冰上加紅的綠的色素水，色彩繽紛，吃得很高興！小時候的冰菓室是充滿故事，甚至是老一輩的相親

地點，成就了許多姻緣…。

我喜歡老冰店老字號古早冰，在台北必吃是接近百年歷史的台北萬華龍都。有位日本人說，芒果冰剉冰的綿密程度，跟京都下鴨茶寮的刨冰不分軒輊！無敵八寶冰更是它的百年招牌！

傳統「叭嘜」的古早味冰淇淋

淋七十五年歷史西門町的「永富冰淇淋」，現在已經是第二代，各種口味（紅豆、李鹹、芋頭、花生、芒果～）風味不同，特別是價格一直維持在 40 元，令人流連忘返。六十多年歷史的台一「紅豆牛奶冰」，店家自己熬煮的萬丹紅豆，特別綿細，是很多台大畢業生返台必吃的。不論冬夏店門口都是大排長龍。

「呷二嘴」米苔目冰，手作古早味，手工米苔目超級 Q 彈，粉糯的顏色跟一般看到黃澄澄的不一樣，是半透明白色的，沒加色素感覺非常天然！是「舒國治」和「焦桐」兩位台灣小吃大行家在書中大推之店，也是老台北人的共同回憶！

宜蘭八十多年的老店古早味冰店 - 白雪懷念清冰，以水、白糖和香蕉油調和後，放入製冰機打出清冰，加上三星鄉的山泉水水質佳，清冰清甜！

到台中必吃超過半世紀加粗冰香蕉油的台中幸發亭「蜜豆冰」（味道沒變和以前一樣）及台中一中附近的「豐仁冰」（由酸梅冰、大紅豆與冰淇淋所組成，以前都以為叫「瘋人冰」），唸台中女中放學後常在台中第一市場吃幸發亭蜜豆冰，那個沁涼滋味，非常令人懷念…

訪台南一定到近九十年歷史的台南「江水號」報到，復古的古早冰風味，不甜的糖水加上現做的餡料，八十年的堅持，坐在傳統竹椅子上吃，八寶冰裡的芋頭，無人可敵！

還有經營一甲子的台南莉莉水果店的「芒果冰」，五妃街的杏仁豆腐冰及一二三冰城依古法細心製造有香蕉味的「香蕉冰」，那是最早的剉冰，從日據時代留下的老式清冰！

高雄鹽埕八十多年婆婆冰，李鹹冰、四果冰、芒果雪花冰和草莓雪花冰，蕃茄切盤（利用薑末+糖或甘梅粉+醬油膏調製而成的特殊沾醬），加顆生蛋黃的紅豆冰叫月見冰（對高雄人來說這才是正宗古早味的吃法）。此外，從小吃到大的是紅豆硬花生煉乳剉冰，是記憶的鄉愁。

Ice monster 芒果冰是國寶（CNN 評鑑全球十大必吃甜點 芒果雪花冰），寧夏夜市魏祥記麻糬冰，熱麻糬沾滿花生粉放入銼冰上，美味無比。

六順豆花招牌人氣黑糖芋泥火山冰，超霸氣創意十足，芋頭控最愛！還有日式復古昭和冰室雪花冰、春美冰菓室的芋頭牛奶、珍珠奶茶冰、布丁雪花冰最近有點紅…。



◀「呷二嘴」米苔目冰，手作古早味，手工米苔目超級 Q 彈，是老台北人的共同回憶！（網路截圖）



▲高雄鹽埕八十多年婆婆冰，從小吃到大的是紅豆硬花生煉乳剉冰，是記憶的鄉愁。（網路截圖）

店家資訊：

高雄婆婆冰創始店
地址：高雄市鹽埕區七賢三路 135 號
電話：075616567

昭和浪漫冰室 Showaice
地址：台北市大安區文昌街 47 號 1F
電話：0227030789

春美冰菓室
地址：台北市松山區敦化北路 120 巷 54 號
電話：0227129186

龍都冰菓專業家
地址：台北市萬華區和平西路三段 192 號
電話：0223082227

呷二嘴
地址：台北市大同區甘州街 34 號
電話：0225570780

江水號
地址：台南市中西區國華街三段 16 巷 13 號
電話：062258494

ICE MONSTER
地址：台北市大安區信義路二段 204 號
電話：0223932228



▲春美冰菓室的芋頭牛奶冰，鋪上一層厚厚的芋頭泥，搭配芋圓，滿嘴都是芋頭味。（作者提供）



▲Ice monster 芒果冰是國寶（CNN 評鑑全球十大必吃甜點 芒果雪花冰）。（網路截圖）



▲接近百年歷史的台北萬華龍都冰店，無敵八寶冰更是它的百年招牌。（網路截圖）