



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

五媒合一 · 深度報導 · 極簡閱讀

清晨展讀台灣醒報，開啟您的智慧與遠見。



2 把握修憲機會 各黨須合作



3 學雜費凍漲 私立經營苦撐



4 疫情復發 世衛估確診破億



6-7 推開衣櫥的門 加法購衣學

《今日靈修》



舉起禱告的手  
國際衛生組織估計，全球將會有十分之一人口確診新冠肺炎，也就是八億人。這是值得信賴單位的估計，怎能不讓人警惕，迫切求上帝施恩？(4版)

# 萊豬未評估風險 民團籲綠營立委勿放水

衛福部尚未完成萊豬健康評估，民團呼籲綠營立委也需要負起監督責任，不能放水強行開放萊豬。



▲ 萊克多巴胺對動物的影響很大，懷孕的母豬吃下萊克多巴胺，還會影響到肚子裡的小豬，讓實驗動物減少壽命。

▶ 民團 6 日呼籲衛福部、教育部做完風險評估，提出完整配套措施，而民進黨立委也需要實質監督。左起李建誠發言人、蘇偉碩醫生、陳惠菁理事與何老師 (Photo by 呂翔禾/台灣醒報)



地豬肉，但範圍僅限於 2-6 歲的幼兒園，而現在多數幼兒園也是私幼，加上還有居家保母，很難完全管制到。另外，負責 0-2 歲托嬰的衛福部並未仿效教育部發函，也讓 0-2 歲的小孩暴露在瘦

肉精風險中。

在幼兒園工作的何老師補充，雖然國家要幼兒園不用萊豬，可是沒有萊豬的店家哪裡找？政府也沒有說清楚，而且教育部希望以學校的標準處理萊豬的挑選與

避免，但台灣大多數幼兒園是小型幼兒園，很難再抽出人手，進行食材登錄等行政作業。

他們呼籲政府要將配套措施做完整，占多數的民進黨立委也要好好監督，不要淪為投票機器。

## 台灣豬標章出爐 陳吉仲：安心吃

農委會公布「台灣豬識別標章」，只要貼有標章的廠商、餐廳，都是 100% 使用台灣豬肉，農委會主委陳吉仲呼籲民眾安心吃。



▲ 未來除了台灣豬標章以外，也會推出產地證明，讓消費者可以安心選擇。(網路截圖)



▲ 「台灣豬識別標章徵選結果」6 日在農委會舉行記者會，農委會主委陳吉仲 (右) 和第一名得主林勳勳 (左) 合影，並介紹得獎作品。(中央社)

【本報記者呂翔禾台北報導】「衛福部對於萊豬健康風險評估尚未完成，在衛環委員會的民進黨立委須負起監督責任！」民間反瘦肉精毒豬聯盟 6 日呼籲衛福部針對萊豬的健康風險評估尚未完成，民進黨立委也需要負起監督責任，不可強行開放萊豬。在場的精神科醫師蘇偉碩表示，許多研究都顯示萊克多巴胺毒性很強，不可輕易開放。

### 開放萊豬法規未完備

台灣民間反瘦肉精毒豬聯盟發言人李建誠痛批，上週衛環委

員會提案幼托機構場所禁止使用瘦肉精的食材等相關規範遭到民進黨立委多數封殺，讓他們相當不滿，而且衛福部開放萊豬的健康風險評估中，最重要的最後步驟：「風險特徵描述」並未完成，在法規尚未完備下，怎能輕易開放萊豬進口？

蘇偉碩表示，雖然外界認為食安與精神科無關，但萊克多巴胺是強神經毒，尤其對幼兒、孕婦的生理、賀爾蒙分泌都可能有影響，而且幼兒的代謝功能尚未發育完全，但目前政府僅對國中小、高中與大學生，軍人等職業進行嚴格限制，但對幼兒卻無提

出標準，完全本末倒置。他指出，從 2009 年的論文到 2018 年的報告，都指出萊克多巴胺對動物的影響多麼大，懷孕的母豬吃下萊克多巴胺，還會影響到肚子裡的小豬，讓實驗動物減少壽命、增加結石誘發機率，許多研究都證明萊克多巴胺風險很高，衛福部不應該在風險評估尚未完成前，就貿然引進萊豬。

### 配套措施須完善

全國教保產業工會理事陳惠菁也不滿說，教育部雖然來函到地方政府要各地托幼場所採用本



《焦點圖文》

### 林管處種植食草提供山麻雀食用

嘉義林管處在梅山鄉瑞峰、碧湖、龍眼等村落啟動山麻雀保育行動，懸掛巢箱、設立餌站、種植食草小米及紅藜，提供山麻雀食用，圖為山麻雀公鳥正在吃小米。(中央社)

台灣豬標章以外，也會推出產地證明等標章，讓消費者可以安心選擇，只要貼有台灣豬識別標章的上游廠商、加工業與餐廳等，都一定是 100% 使用台灣豬肉，之後也會結合網路推出台灣豬地圖，方便民眾查詢。

### 台灣豬標示出爐

台灣豬識別標章於 6 日公布，由設計師林勳勳創作的標示大大的掛在會場。可愛的黃金豬搭配鮮明墨綠色的背景，他表示設計的靈感是希望以金色代表台灣豬的優質，綠色則是可以讓民眾感到安全、品質的保證。陳吉仲在頒獎給他的時候還笑說：「你一定要吃台灣豬喔！」，讓全場會心一笑。

陳吉仲表示，台灣有 88% 的豬肉都是可溯源豬肉，未來除了

### 不滿媒體抹黑

「標示、產地管理的部分交給農委會，而針對食品安全開罰的是衛福部。」陳吉仲也向外界澄清，都有跟衛福部進行溝通、協調分工，如果依照衛福部相關規定，有標示不實的狀況最高可罰 400 萬元，他呼籲民眾不用擔心，並再次強調台灣本地豬絕對不會有萊克多巴胺殘留。

針對有媒體報導，監察院審計長質疑農委會給科學家粉專的廣告有預算問題，陳吉仲不滿表示，農委會相關預算歡迎外界檢視，絕對符合預算法與相關規定，且早就有跟審計長說明狀況。

社論

# 野火、颶風好發 疫情增添救援難度

本月2日，美國總統川普宣布，染上新冠病毒，並入院治療。這是自1月疫情發生以來，又一件引起全球關注的大事，顯示新冠疫情仍方興未艾。

今年除了新冠疫情，其實地球的環境也極為不好：炙烤全球各地的熱浪，西伯利亞極區與美國西部的森林大火，肆虐亞、非、歐的洪水，強烈的颶風，東非的蝗災，以及地表觀測到的最高溫度記錄，這些都具體的展現出地球生了重病。

## 暖化導致極端氣候

上個月，紅十字會和紅新月會聯合發表了一份報告，指出今年已有數億人受到重大自然災害和新冠病毒的多重影響。統計數字顯示：有5160萬人遭受洪水、乾旱、風暴和新冠疫情的衝擊；230萬人受到火災和新冠疫情的影響；高達4.3億弱勢人口不得不面對高溫酷熱和新冠疫情的雙重打擊。在不到一年期間有這麼多人承受多重傷害，真是史無前例的災難。

並不是所有的自然災害都與氣候變化有直接關係，但是在近年的許多極端天氣事件上，都可以清楚的看到是人類引起

的全球暖化所導致的結果，我們正是這些災難的始作俑者。

高溫熱浪是最直接與暖化現象連結的極端天氣事件；最近的研究就清楚指出，暖化已經使得高溫熱浪出現的機率升高600倍，森林大火的風險增加30%。今年美國加州死谷量測的54.4°C紀錄，從華盛頓州到加州的森林大火，都是過去難以想像的，如今已經出現了。

## 海溫飆升增強颶風

美國當然並不是今年唯一高溫爆表的地方，6月份北極圈

的氣溫升到38°C，但更引人注意的是西伯利亞北部極區的高溫從1月份開始，一直持續到如今；在9月中旬，北冰洋的海冰面積也創下有史以來的第2低紀錄，這些都是明確的鐵證。

在海洋方面，最突出的就是大西洋的颶風季節表現。過去的研究認為，海洋的增溫有如蒸汽機的運作，會使得颶風的能量升高，風速變強，可是颶風的數目不會大幅增加。但是今年大西洋已迎來了25個熱帶風暴，遠高於氣候平均值的13個，其中還有9個屬於颶風

的等級，如此活躍的情況不但打破氣象專家的眼鏡，也不得不重新檢討過去研究的缺失之處。

除了大西洋的颶風，今年5月南亞遭遇20年來最強的「安攀」(Amphan)氣旋侵襲，暴潮巨浪加上豪大雨的洪澇，影響了印度與孟加拉交界地區1500萬人，二國都災情慘重。

## 疫情救災雪上加霜

在世界各處所發生的巨大天災衝擊下，今年還因為新冠疫情的流行而增添救援的難度。

因為在救災行動展開的同時，讓政府極為頭痛的是，在新冠病毒的肆虐下，要如何安全地疏散並安置百萬人口？救災人力的資源配置如何妥善安排？緊急避難所的防疫措施是否完善？除了受災者，救難者也有染疫的風險。

不論如何，新冠疫情給我們上了寶貴的一課，提醒我們面對未來不斷高漲的極端天氣衝擊，務要及早縝密的計畫，並要更具彈性的去因應複合性的挑戰。

# 修憲先調降公民權 民眾黨籲各黨合作

民眾黨立委共同呼籲朝野各黨團合作，從各黨都有共識的調降公民權著手，在修憲上儘速達成共識，把握難得修憲機會。

【本報記者呂翔禾綜合報導】「希望各黨合作從最有共識的調降公民權年齡為18歲開始，啟動修憲工程，把握這次的修憲契機！」民眾黨團6日於立法院召開記者會，呼籲各黨把握難得的修憲機會，從調降公民權開始，包括爭議度高的廢考監、降低修憲門檻都希望能在本屆立委任期完成，不然之後要再啟動修憲會非常困難。



▲民眾黨立委張其祿(左起)、賴香伶、高虹安與蔡壁如共同呼籲朝野各黨團，在修憲上儘速達成共識，把握難得歷史契機。(Photo by 呂翔禾/台灣醒報)

## 朝野速達成共識

民眾黨團總召賴香伶表示，感謝時代力量、國民黨與基進黨立委陳柏惟等30位委員的連署，讓民眾黨調降公民權的修憲案能進入修憲委員會中要表決的17個案子中。她提到，目前17案中就有9案是攸關於調降公民權的議題，因此希望修憲委員會啟動後，能夠在18歲公民權上儘速達成共識。

賴香伶也說，很感謝立法院長游錫堃履行上個會期承諾，要在

第2會期設立修憲委員會。因此她希望各黨能夠放下成見，將第8屆沒有完成的修憲大業，盡力在此屆期達成，也希望在修憲委

員會中，民眾黨能發揮關鍵少數的力量，協助各黨團達成共識。

## 各黨莫轉移焦點

民眾黨立委張其祿則感謝跨黨派支持民眾黨關於調降公民權至18歲的「一憲2法」主張，他們明確主張「廢除考監」與「調降

修憲門檻」，規劃將監察權回歸立法院、考試權回歸行政院，並設立獨立機關避免濫權，而現行除了立委通過修憲案門檻太高，選舉人口一半的門檻更

有燃眉之急的調整必要。因此民眾黨呼籲各黨團不要模糊修憲焦點。先從調降公民權做起，並落實廢考監、降低修憲門檻。張其祿直言，需要965萬票才能複決成功實在太難，降低修憲門檻才能真正還政於民，希望各黨在此歷史關鍵時機，一定要把修憲工作做成功、凝聚社會共識，「讓台灣回歸正常憲政體制的國家。」

# 藍提校園禁萊豬遭擋 批綠罔顧食安

【本報記者臧品安台北報導】「守護學生的食安，應超越黨派！」國民黨6日痛批蔡政府，口頭上說會守護國人及學童食安，但5日國民黨立委提案要求落實進口萊豬的「源頭管理」及修法禁止萊豬進入校園，卻遭綠營立委封殺；呼籲民進黨應超越黨派，儘速修訂相關法案，讓學童的食安獲得實質的保障。但民進黨立委林宜瑾反駁，是國民黨的提案用詞不夠精確。

業者因含瘦肉精美豬成本較低，選擇將含瘦肉精美豬混入加工食品，「以現在教育部的做法，是無法可罰的。」

## 超越黨派、儘速立法

文傳會副主委鄭照新點出，國民黨的提案遭民進黨立委吳思瑤、范雲、張廖萬堅、黃國書、林宜瑾、賴品妤、陳秀寶、伍麗華8位立委封殺，呼籲選民站出來唾棄背叛選民的立委；文傳會副主委黃子哲呼籲，民進黨應儘速訂出相關法案及配套措施，做好把關的職責，而不是否決國民黨的提案，「如果你們沒有為台灣人民負責，人民未來就會用選票告訴你們做錯了。」

## 罔顧國民食安

「民進黨說一套、做一套。」國民黨文傳會主委王育敏直批，民進黨口口聲聲說會守護國人及孩童吃的安全，但5日國民黨立委於立法院教文委員會提出兩項大幅刪減預算，但前期規劃費使用後發現，時程不如預期、建設費編列也用不到。」地球公民基金會副執行長蔡中岳指出，台灣交通建設的通病就是口號先喊，建設跟不上具體規劃；鐵道高架、地下化補僅無法有效提高通勤效率，增加營運成本，更因為土地徵收破壞人民居住權，並不符合前瞻之名。

「學童的健康安全，必須要超越黨派，由大人共同守護。」王育敏強調，5日退輔會主委馮世寬都說他不敢吃含瘦肉精美豬，「連大人都不敢吃，蔡政府怎麼忍心去餵食我們的下一代？讓廣大學童無法受到立法的保障。」她重申，應透過立法來保障孩子的權益，不只是大人的責任，也是朝野黨派立委應行使的職權。

王育敏指出，美國福斯新聞2015年的「9種兒童須避免食用的化學物質」報導中，「美國瘦肉精」即被點名上榜；台灣知名毒物專家林杰生前曾表示，如果吃太多瘦肉精，會對肝、腎造成影響，13歲以下的小朋友、孕婦、心血管疾病及肝腎疾病患者，最好不要吃瘦肉精。

針對國民黨的指控，民進黨立委林宜瑾在臉書發文表示，5日國民黨的提案民進黨立委大致同意，但認為國民黨的提案「用詞不夠精確，所以暫不通過」，卻被擴大解釋成「民進黨立委否決校園膳食應禁用瘦肉精美豬」，令他們感到無奈，期盼接下來的討論能立基於事實，不要再有造謠和曲解。

王育敏強調，教育部先前發函要求「各級學校供應膳食，一律採用國內在地豬肉、牛肉之生鮮食材」，但沒有訂定罰則，若有

# 前瞻缺乏永續投資 軌道建設應轉綠能

【本報記者祝潤霖台北報導】「今年前瞻綠能建設編列78億元，僅佔第3期總預算3%，其中節能永續的投資太少！」地球公民基金會6日批評，政府前瞻預算投入過多在軌道建設，但規劃卻跟不上實際執行，應該轉而發展綠能投資，防止工業區溢散汙染農地及原始環境，達到環境與發展共贏，永續才是真正的前瞻。



▲地球公民基金會專員蔡佳昇(左起)、民進黨立委洪申翰、基金會副執行長蔡中岳、時代力量立委陳椒華、基金會專員吳沅諭呼籲前瞻要永續。(photo by 祝潤霖/台灣醒報)

## 投資率能環境共贏

「對應聯合國永續發展目標，讓社會轉型成永續低碳社會才是前瞻！」時代力量立委陳椒華表示，前瞻建設中有些水環境建設其實沒必要，也破壞原始生態；小型產業園區無法有效管理汙染防治成效，而交通建設也涉及徵

收地地給財團開發等問題，「執政黨應參考先進國家經驗，把前瞻預算用在永續發展的方向。」

民進黨立委洪申翰也指出，歐盟在編列及運用預算時，會確保相關支出與巴黎協定及2050年歐盟氣候中和的目標相符，包括提供乾淨可負擔且安全的能源、

驅動乾淨與循環經濟產業、有效使用能資源修建和翻新建築、無毒環境的零污染目標、生態系統及生物多樣性的保存富裕，「前瞻應找尋環境和發展的共贏解方。」

## 軌道建設並不前瞻

「前瞻軌道建設在第3期大幅刪減預算，但前期規劃費使用後發現，時程不如預期、建設費編列也用不到。」地球公民基金會副執行長蔡中岳指出，台灣交通建設的通病就是口號先喊，建設跟不上具體規劃；鐵道高架、地下化補僅無法有效提高通勤效率，增加營運成本，更因為土地徵收破壞人民居住權，並不符合前瞻之名。

基金會專員蔡佳昇表示，今年前瞻綠能建設編列78億元，僅佔第3期總預算3%，金額少且仍以沙崙科學城39億為主，其餘為綠能技術與建設25億、技術驗證應用及地熱探查14億，缺乏節能投資；呼籲加入地方節能治理、建築節能翻修及屋頂光電融資等項目。

▼私立大學補助少，學費凍漲多年，經營很困難。(網路截圖)



## 私大學雜費凍漲下苦撐 籲政府應公平對待

【本報記者祝潤霖台北報導】「私立大學學雜費凍漲長年無解，加上政府資源分配不均，讓私校自主經營非常困難！」私立大學校院協進會理事長吳永乾6日在私立大學校長會議強調，私立大學收入有70%以上來自學雜費，但十多年來長期凍漲；且輔導私校發展獎助經費僅佔7.83%，資源分配不均導致經營困難。

### 凍漲導致經營困難

「私立大學學雜費長年凍漲，就算是黑道也要講道義嘛！」吳永乾表示，十幾年來辦學成本隨著物價飛漲，但學雜費卻因政策而凍漲，學校跟政府其實都了解這不合理；私校有70%的年度預算來自學雜費，凍漲自然會導致私校經營困難，「政府認為民意不認同調漲，但政策不該被少數意見團體

私立大學校長會議強調，私大的主要收入源於學雜費，但政府卻因少數民意要求凍漲，又不給予多點補助，私大只好苦撐。

綁架！」

吳永乾表示，民國97年《私立學校法》修正前就有討論學費調漲，57條有設計解決這項爭議，經教育部評鑑辦學績優良的學校應該鬆綁，包括學費調漲；原本就規定依據物價指數、薪資水準、家戶所得3個因素計算出基本調幅，今年的調幅是1.4%，去年是2.07%，「但還要跟學生溝通，怎麼溝通很難定義。」

「過去12年消費者物價指數上漲14.34%，教職員薪資也調整6%以上，為何學雜費仍凍漲？」吳永乾強調，個人或營利事業捐款給公立學校可完全免稅，但個人捐給

私校不得超過所得總額20%，營利事業不得超過10%，免稅額也有50%及25%的上限，「應肯定私校貢獻，協助經營困難的轉型，或有尊嚴地退場。」

### 有錢人進頂大學費低

「學費自由化就是承認大學教育是市場經濟的一環！」逢甲大學校長李秉乾指出，據監察院調查，教育部官員曾透露「聚焦在學費有調漲空間，會影響弱勢學生受教權。」顯見照顧弱勢學生是學雜費爭議的死結，其實可以借鏡韓國，建構弱勢助學系統，實施量能還款，「大學可普及，但不應犧牲教育

品質！」

「有錢人子女進入頂尖大學的機率比窮人高，富人小孩進台大機率是窮人小孩的6倍！」義守大學校長陳振遠指出，高教預算在過去11年間增加212億元，48所國立大學教學與研究補助經費約佔46.87%，但輔導私校發展獎助經費僅佔7.83%，公立大學每生平均高教深耕補助約為私立的3.79倍，顯見資源分配不均。

大同大學校長何明果表示，高教預算有限，應適度開放大學多元發展，依照生師比與學費政策建立不同規模，如高學費/獎助學金、平價學費、低學費與免學費等；少子化與私校退場熱議讓大家忽略了，目前大學在校生70%就讀私立大學，2026後也仍有50%，「私立大學選擇優質教育的權益仍應受到保障！」

## 校園霸凌問卷惹爭議 教師憂成箭靶

【本報記者楊澍台北報導】教育部於今年7月21日修訂校園霸凌防治準則，將校園霸凌從「生對生」改為「校長、教職員工生對生」的霸凌，引起不小爭議。而教育部研擬的「推動校園霸凌實施計畫」，更引起學校的不滿。

根據以往校園生活問卷調查的普測，每年的四月跟十月都會讓學生填寫問卷，以往只有針對「生對生」的部分，今年將教職員工加進問卷後，產生了許多令教師擔憂的疑慮。

問卷內容包括「我曾被老師在公開場合大聲羞辱」、「我曾被老師用尖酸刻薄的語氣對待或被老師嘲笑」等問題。

全國教師工會總聯合會侯俊良理事長表示：「霸凌與管教之間的界線是很模糊的，在教學過程中，老師可能只是訓誡，或是關心學生，但卻容易被學生解讀成霸凌或是惡意的行為，並且這也關乎到個人感受的問題。」

全國教師工會總聯合會副秘書長李雅菁也表示：「解決霸凌需建立在與老師信任的基礎下，但此問卷完全無法達成這個目標，反而會製造師生之間的不信任感，對現場教學不會有助益。」

而讓老師更難以接受的是，新修訂的準則明明就定義為「校長、教職員工生對生」的霸凌，但問卷內容只針對「生對生」、「師對生」，校長、職員、工友的霸凌完全不在問題內，彷彿只有教師會對學生霸凌，校長、職員、工友都可以免除。對於老師的信任打擊，又再記上一筆！

全國教師工會總聯合會認為，這樣的問卷內容恐怕會成為學生鬥爭老師的工具，若操作不慎將變相鼓勵學生擴大解釋霸凌、羞辱的定義。也呼籲教育部應思考是否需要重新修訂這份問卷，以免教師陷入莫名其妙的恐怖氛圍中。



▲國教師工會總聯合會侯俊良理事長(中)表示：「霸凌與管教之間的界線是很模糊的，老師可能只是訓誡，或是關心學生，但卻容易被學生解讀成霸凌或是惡意的行為。」(photo by 楊澍/台灣醒報)

## 時裝週秀機能布料 伊林名模現場走秀



▲國際品牌設計師竹腰名生指導3組國內設計師，秀出機能布料時尚設計軟實力。(photo by 祝潤霖/台灣醒報)

【本報記者祝潤霖台北報導】伊林名模穿著各種創新布料與設計的薄外套、雨衣、風衣與長裙走秀，台灣機能布料結合時尚設計躍動伸展台！台北時裝週6日舉辦「co-Fashion 機能時尚展演」，經濟部次長林全能在致詞時說，時裝週展現設計師的創意美感與機能布料的科技力，引領時尚兼創造無限商機。

### 時尚結合文化美學

「台北時裝週SS21自9月25日起共計近40天，為歷屆以來規模最大！」文化部長李進權表示，台北時裝週今年邁入第3屆，以「時尚跨界整合旗艦計畫」成果作為開展活動，展現台灣設計師創意美學與機能布料的科技實力，除了文化部與經濟部跨域合作放異彩，更是時尚產業科技優勢與文化美學的能量體現。

林全能指出，「時尚策展」分成兩大區塊亮點：第一、「新鮮秀時尚策展」主要展示經濟部工業局「時裝設計新人獎」入圍作品，以及教育部「藝術與設

計菁英海外培訓計畫」學員徵選的作品；第二、「設計師時尚策展」則販售超過40家台灣設計師品牌，以及與經濟部工業局跨部會合作成果展示區。

### 機能布料商機無限

紡拓會秘書長黃偉基介紹，本次時裝展演以動態走秀，展示國際品牌創意總監竹腰名生設計師指導的3組國內設計師：李維錚、詹宗佑及UIIN(劉燕純、劉子超、林宏諭)所開發的時尚機能服裝，與5家機能布廠和明紡織、興采實業、美立信實業、達紡企業、甲乙織造合作，開發出具台灣特色圖文的基本布料。

「要改變消費者對機能服裝的印象，並將台灣機能布料導向國際時尚領域！」黃偉基強調，設計師更跨領域加入藝文元素，結合藝術家創作的主題靈感來設計布料圖紋，讓藝術與時尚環繞於日常生活，展現台灣設計家的軟實力。除了策展外還有媒合平台，將設計與時裝、鞋類、藝術界結合，創造無限商機。

## 一般生搶讀頂尖科大 技職教育受衝擊

【本報記者祝潤霖台北報導】「高職生比例已低於高中生5.46%，雙軌學制變革勿草率放寬！」南華大學校長林聰明6日在私校會議指出，雙軌學制放寬招收高中生門檻，將讓高中生搶讀前段科大，造成高職生的權益相對剝奪，也衝擊技職教育體系；私立大學校長為私校資源分配不公請命，呼籲政府修改法令政策。



▲南華大學校長林聰明(左)指出，高職生比例已低於高中生5.46%，雙軌學制變革勿草率放寬。(photo by 祝潤霖/台灣醒報)

### 雙軌交流學制混亂

「高職生比例已低於高中生5.46%，招生情況嚴峻！」南華大學校長林聰明指出，30年來，高中生比例由46.67%提升為52.63%(108年度)，高職生比例卻從53.33%降到47.27%；反映到技職校院學生的比例高於一般大學已縮減至5.52%(88學年度是最高11.38%)，108學年度僅設國文1科門檻，讓高職生大量流失至大學。

林聰明強調，現階段雙軌交流已有造成學制混亂等負評，雙軌學制變革將影響到科技大學的行政、教學、評量，與高職生態及高職生權益，影響深遠，若再放寬招收高中生門檻，讓高中生搶讀前段科大，勢必引起職校、家長及高職生的反彈；若仍須放寬，宜在科大招收高中生註冊率高達9成後推動，以免衝擊雙軌學制。

### 高教應開國是會議

「學子同樣受12年國教，選到公立與私立大學待遇卻有天壤之別！」逢甲大學校長李秉乾指出，並非私校一味想要調漲學雜費，而是私立大學的教學品質不應被抹煞；如果公立大學每生平均高教深耕補助約為私立的3.79倍，那麼教育成果的KPI也可以檢視，享受資源的同

時要有相應學術表現，用預算比例來競爭才公平。

「立法院教育文化委員會召委可排議案，高教議題甚至可召開國是會議！」與會的國民黨立委林奕華表示，除了可邀請跨黨派立委及相關部會舉行正式公聽會，也可舉行非正式座談會，「像公立大學可完全抵稅，但私立大學僅部分抵稅，就可以用質詢的平台來爭取私校權益。」她將與同會委員溝通為私立大學發聲。

私立大學校院協進會理事長吳永乾建議，政府可成立跨部會高教政策規劃及監理委員會，公平配置補助高教資源，加強協助弱勢學生就業，不必為了教育公平而犧牲私校權益；此外政府應平等對待公私私立大學捐募運用，將私校比照公立校100%認列扣除額，刪除《所得稅法》第16、36條及《私立學校法》第62條等不公平限制。

# WHO 對疫情不樂觀 確診恐達 8 億人

亞洲、歐洲、美洲疫情仍嚴峻，WHO 在特殊會議中表示，新冠疫情將會再度爆發，全球將會有至少 10 分之 1 的人口確診。

【本報記者呂翔禾綜合報導】各國疫情再增溫，WHO 悲觀估計，全球將會有至少 10 分之 1 人口確診新冠肺炎！WHO（世衛組織）近日的特殊會議上表示，全球尚未確診的民眾都還處於患病的風險中，目前全球已有 3500 萬人確診，WHO 認為疫情會再持續延燒，秘書長譚德塞呼籲，各國需因地制宜制定防疫政策。

## 疫情將再度擴大

根據《英國廣播公司》報導，WHO 的領導階層近日在瑞士日內瓦總部召開特殊會議，商討如何協助各國面對已蔓延 10 個月，仍未退燒的新冠肺炎。WHO 緊急衛生計畫負責人萊恩直言，新冠肺炎將會造成全球 8 億人確診，而且各地需要以不同的措施面對疫情。

根據《ABC 新聞網》萊恩分析，亞洲、歐洲與地中海等地，疫情都有回溫的現象，雖然非洲與西太平洋的狀況比較樂觀，但整體而言，全世界的防疫正陷入困難的階段，因此他希望與會的各國代表可以對 WHO 進行更多資助，這場會面也是川普先前宣布 2021 年 7 月將退

出 WHO 後的第 1 次高層會面。美國駐 WHO 代表吉羅伊爾希望各國可以一起合作抗疫，讓經濟儘速重回正軌，他同時也要求 WHO 釐清與中國的關係，除了 WHO 以外，聯合國農糧署、世界動物健康組織都可以加入調查行動，討論是否因為中國海鮮市場動物傳人的原因導致疫情蔓延。

## 提升基礎醫療預算

不過，透過視訊與會的中國代表張陽（音譯）反駁，中國在處理疫情上已經「公開透明且負責任」，而且都有盡到 WHO 會員國的義務，但奧地利駐 WHO 代表阿爾呼籲，WHO 應該要加強落實防疫資訊在各國的宣傳，否則只會淪為「儀式性的機構」，此番發言也獲得吉羅伊爾認同。

面對疫情再起，《WHO》也將在 10 月 10 日的線上大會上，呼籲各國對醫療產業進行更多投資，並將更多預算挪移到基礎醫療與身心健康照護。WHO 亦提醒，新冠肺炎讓許多國家濫用酒精、藥物的狀況變得更嚴重，各國需要多方小心提防。



WHO 預測全球將有 10 分之 1 人口確診，因此呼籲各國要更積極面對新疫情。圖為 WHO 開會示意圖 (Photo by Heise-onion/gsdparlament on Flickr under Attribution-NonCommercial 2.0 Generic)

# 聯合 26 國批美侵人權 中國促撤銷制裁

【本報記者臧品安綜合報導】中國代表 26 國提案批評美國等西方國家侵人權，敦促立即取消單邊制裁。中國常駐聯合國代表張軍 5 日在聯合國大會中，代表中國、俄羅斯、北韓、伊朗等 26 個國家發言，表示美國等西方國家侵犯人權，要求應立即徹底取消單邊制裁，並對系統性種族歧視表示嚴重關切。

根據《新華網》報導，中國常駐聯合國代表張軍 5 日在聯合國大會中，代表中國、俄羅斯、北韓、伊朗等 26 國發言，指出新冠疫情持續對所有國家，特別是發展中國家造成嚴重影響，強調對抗疫情需要全球團結和國際合作。



▲ 中國常駐聯合國代表張軍 5 日在聯合國大會中，代表中國、俄羅斯、北韓、伊朗等 26 個國家發言，表示美國等西方國家侵犯人權。(photo by YouTube 影片截圖)

張軍指出，在《德班宣言和行動綱領》通過近 20 年後，弗洛伊德死亡和布萊克遭槍擊等事件仍不斷發生，顯示弱勢群長期遭受根深蒂固的種族歧視、警察暴力和社會不平等。他呼籲，應全面落實人權理事會通過的《防止執法人員過度使用武力和其他侵犯人權行為，促進和保護非洲人和非洲人後裔的人權和基本自由》決議。

根據《南華早報》報導，在過去 4 年中，美國和歐盟加強了制裁力度，以懲罰其他國家的各種行為，包括俄羅斯入侵克里米亞、北韓和伊朗發展核計畫、委內瑞拉領導人的不當行為及侵犯人權的行徑。

「侵害人權的單邊制裁仍在實施。」張軍表示，這些制裁違反《聯合國憲章》的宗旨和原則、國際法、多邊主義和國際關係基本準則，對人權造成不可否認的影響，有礙充分實現社會經濟發展，以及損害受影響國家民眾的福祉，應立即取消。

## 全球 各大週刊頭條新聞

陳是祈 / 輯

### Consumer Reports 《消費者報告》 市面上賣的水真的安全嗎？

如何才能喝到最健康的水呢？《消費者報告》提出四項建議。第一項為「確認水的成分」，如果購買瓶裝水，需要對品牌和成分有充分認知，若是飲用自來水，最好聯繫當地的供水系統廠商，取得水質報告；第二個建議為「測試水質」，市面上有許多經過官方認證的測試組合，但要小心組合本身的準確度是否足夠。

第三個建議為「充分將水過濾」，利用濾芯過濾掉有害物質，但若要在在家安裝濾水龍頭，可能需要花費約 1000 美金左右。最後，減少使用含有化學物質的油漆塗料或者清潔用品，因為這些都有可能無意間污染到家裡的水源。

根據《消費者報告》的市調，抽樣市面上 47 個不同品牌的瓶裝水，包含無色無味的 12 款氣泡水，以測試每種產品的重金屬含量（砷、鎘、鉛和汞）以及 30 多種化學物質的含量。結果顯示，絕大部分產品都有符合聯邦政府規定，但問題來了：除了聯邦政府的規定，還有其他專家組織的建議，所以即使符合聯邦政府規定，但還是含有有害物質。

如連鎖超市 Whole Foods 販售的一款瓶裝水，砷僅略低於聯邦政府規定的 10 億分之 10 的限值，卻是《消費者報告》建議的 3ppb 含量的三倍多。對此 Whole Foods 表示，品牌最先考慮為客戶提供安全優質的水，且「完成符合美國食藥



署的規定」。根據美國聯邦政府的規定，針對全氟羧酸 (PFAS) 類的化學成分在瓶裝水中的含量有嚴格的限制，包括限制其中兩種特定的 PFAS 成分含量總應低於 70 萬億分之 70。根據美國水務公司的數據，一些州的規定下限為 12 到 20 個百分點。國際瓶裝水協會表示，瓶裝水的任何一種化學物質都應低於 5ppb，總量則低於 10ppb，甚至有專家認為要低於 1 個百分點。

是否能將 PFAS 物質完全從飲用水中去除？東北大學的實驗室認為，這和處理水以及包裝的過程有關，《消費者報告》的食品政策監督總監 Brian Ronholm 表示，既然有品牌能將 PFAS 的數值壓低到低於一個百分點，表示並不是沒有可能，就是端看製造商有沒有心做而已。

# 防疫不力、糧食管制 敘利亞恐爆饑荒

【本報記者郭淑鳳綜合報導】「人們寧願死在家中，也不願去醫院。」在大馬士革醫院工作的醫生穆斯塔法指出，敘利亞長達 9 年多的內戰，讓許多醫護人才外流，加上人民對政府失去信任，導致敘利亞在疫情爆發後，陷入困境。目前敘利亞幣值重貶，國內糧食減產，新上路的糧食管制讓許多家庭陷入危機，專家擔憂將爆發大規模饑荒！

根據《半島電視台》報導，敘利亞官方公布的新冠肺炎病例為 4366 例，其中 205 人死亡，但一些醫生、居民和公衛專家表示，這些數字並不能反映新冠病毒在當地爆發的真實程度。

## 染疫者拒絕檢測

敘利亞政策研究中心的創辦人之一的扎奇·麥赫奇表示，「（確診和死亡的）實際數量與官方數字之間存在巨大



▲ 多年內戰讓敘利亞疫情陷入困境，但新上路的糧食管制凸顯更大問題，專家擔憂將爆發大規模饑荒！(Photo by 聯合國兒童基金會)

差距，因為政府缺乏資源和接收病人的能力，但也因為政府希望減輕疫情引發的預期外影響，像是社會動蕩。」

根據聯合國 3 月份發表的報告，自 2011 年戰爭爆發以來，百分之 70 的醫護人員已經離開

此外，長期內戰讓人民對官方機構缺乏信任感，造成臉書上出現大量提供新冠病毒相關諮詢的團體，和出租氧氣罐給患者使用的企業。

## 糧食管制問題大

根據《衛報》報導，敘利亞政府近日又頒布新規定，每 2 人的家庭 1 天只能購買 1 袋麵包（大餅），4 人家庭 2 袋，6 人家庭 3 袋，7 人以上最多也只能買 4 袋，讓人口眾多的大家庭陷入困境。

這項措施延續著今年政府推出的「智慧卡」系統，必須持卡才能在公營麵包店買麵包，想多買的人只能去黑市，花 5 倍的價錢買麵包。雖然阿薩德已經在敘利亞多數地區重新掌權，可是面對幣值重貶、嚴重的通貨膨脹和新冠疫情，在政府軍範圍內存活的人民仍然苦不堪言。

A 表示，接受檢測需要 246 美金，高於他一個月的薪水。

▼ 個資成為現代資訊流通社會上重要的一環，歐盟積極落實《GDPR》的作為，成為矚目焦點。(photo from Wikimedia)



# H&M 涉違歐盟個資法 重罰史上最高

【本報記者宋秉謙綜合報導】全球快時尚服飾巨頭 H&M 傳出侵犯個資，遭到德國監管機關以違反歐盟制定的《通用數據保護條例》(GDPR)，罰款該條例歷史次高的 3530 萬歐元，H&M 保留太多德國紐倫堡分公司的員工個資，外媒多稱判罰合理。在全球邁向資訊時代之際，GDPR 法規深受重視，包含日本、新加坡等國都相繼跟上同等的規範，但目前中國、美國都選擇自己的個資隱私法。

根據《英國廣播公司》報導，全球快時尚的瑞典時裝公司 H&M 被爆出，違反歐洲

全球快時尚的瑞典時裝公司 H&M 被爆出，非法保存、觀看數百名紐倫堡分公司的員工個資，遭重罰 3530 萬歐元。

法規《通用數據保護條例》(GDPR)，他們非法保存、觀看數百名紐倫堡分公司的員工個資，其中包含員工的假期使用、醫療狀態(健康檢查)，甚至涉及員工個人非正式聊天訊息，目的是用來評估員工工作績效。

此舉遭到德國監管機構的抨擊，機構發言人卡斯帕提到，針對 H&M 的動作已違反 18 年生效的《GDPR》，重罰 3530 萬歐元是非常合理的，目的就是要以鉅款警告各大

企業別違規個人隱私。這次罰則是《GDPR》史上最高的罰款，最重的是去年法國監管機構罰 Google 的 5 千萬歐元「天價」。

全球資訊流通便捷，資訊可以成為獲利工具的思維，讓保護用戶資訊隱私逐漸備受重視，反侵犯個資的《GDPR》推出、落實也成為必然的趨勢，歐盟去年之所以重罰 Google，也考量到 Google 獲利模式是側重於廣告收入，故在廣告個性化涉

及用戶隱私時，才會「下手更重」，就是要達到殺雞儆猴的作用。

雖然歐盟積極落實《GDPR》，日本、新加坡、印度等國也都提過，會比照該條款的標準，以供國內企業參考，但據《網媒》報導，全球 2 大國中，美恰好都沒遵循《GDPR》，2 國都以各自的隱私法規為主。此外，中國、日本企業提報個資洩露的機率也不高，相對於歐、美的 45% 與 39%，中、日分別僅 29%、32%，說明這些國家內的企業、人民對《GDPR》的概念仍須努力。

# 表單軟體未更新 英恐漏算確診人數

【本報記者呂翔禾綜合報導】英國政府 EXCEL 軟體未更新，導致疫調統計出紕漏？外媒爆料，英國公衛部 (PHE) 在疫調作業上與外包廠商合作，但是在蒐集資料上卻使用舊的表單軟體格式，讓英國可能少算至少 16000 名確診案例，這也讓英國數據專家看不下去，呼籲英國政府不要再 EXCEL 進行疫調，不過 PHE 反駁指出，政府並未漏算確診人數。

根據《英國廣播公司》報導，英國政府與外包廠商合作進行疫調，廠商疫調完後會將資料以微軟 EXCEL 的 csv 檔儲存，這方面是沒有爭議的，但是問題出在 PHE 設立的政府系統。PHE 的檔案開發者利用 EXCEL 的 XLS 處理這些數字，但因為這類檔案類型只能容納 65000 筆資料，導致很多統計資料遭到忽略。

XLS 是微軟早在 1987 年就開發完成的檔案格式，而且



在 2007 年微軟就有推出新的檔案格式 XLSX，讓試算表可以處理的檔案數量增加 16 倍，因此根據外界推估，英國政府在 9 月 25 日至 10 月 2 日期間，少通報 15841 筆確診資料，平每天近 2000 筆資料缺失。

劍橋大學教授、圖靈研究

所計劃委員會的主席克羅克洛夫接受 BBC 訪問表示，連高中生都知道有比 EXCEL 更好處理大數據的軟體，「EXCEL 對於小公司儲存資料很方便，但如果要進行疫調，應該要更進階的軟體處理這些資料。」對此，英國衛生部長漢考克表示，2 個月以前已決

定將系統更新。不過 PHE 表示，他們並沒有遺漏確診者的資料，但是工黨影子內閣衛生部長艾許沃斯仍質疑，相關登記資料的行政時間會有延誤，可能還是會有防疫漏洞產生的問題，這會讓很多民眾無法得知他們有近距離接觸確診者。

英國政府因為檔案處理的疏失，疑似少算 16000 名確診患者，但茲到公衛部門否認。(Photo by Getty image)

# 簡單建材大改變 翻修屋頂防風災

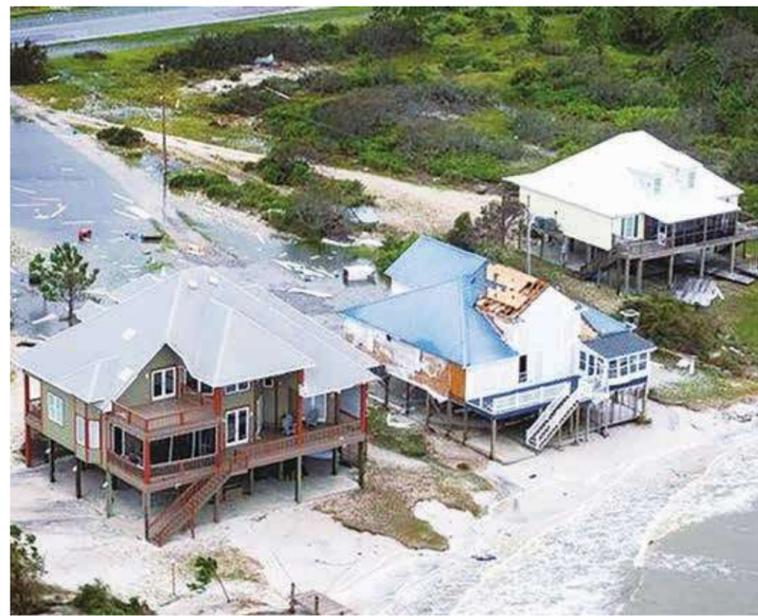
【本報記者陳是祈綜合報導】只要使用膠合板和環柄釘子搭配設計屋頂，就能抵擋強風！當薩利颶風於今年 9 月橫掃美國阿拉巴馬州沿海地區時，當地 1600 多戶卻因使用美國官方標準的防風災設計，事先翻修過屋頂，因此順利挺過風災。

根據美國建築與家庭安全保護協會的標準，需使用能牢固遷入膠合板的環柄釘子，來固定屋頂的甲板，且必須密封屋頂與甲板之間的縫隙以防滲水。因為建材十分容易取得，不必花大錢，也能建造抵擋強風的及頂，花小錢保護生命財產安全，讓美國政府希望陸續推廣到其他州，甚至將經驗分享給全世界。

被稱為「強化型」建屋標準，是由美國政府的建築與家庭安全保護協會在 2012 年制定，已有多州採用，如德州、北卡等，而阿拉巴馬向來是颶風易發區，從 1995 年以來，就承受了多達六

次的颶風侵襲。建築與家庭安全保護協會的主席 Roy Wright 表示，國家標準的強化房屋，最多可以承受五級颶風，而阿拉巴馬、尤其是靠近墨西哥灣的南部，近年一直在努力推動房屋強化改建。

基本的強化需求並不需要耗費鉅資。《Newsbreak》報導，這份標準參考旨在用簡單的材料和正確的設計，來防範風災，如使用能牢固嵌入膠合板的環柄釘子來固定屋頂的甲板，房子的房檐和拱腹也必須設計得能抵禦強風等，經過統計，若翻新新屋頂最高不會超過 2000 美金，若重新打造屋頂則需要約 1 萬美金，但加上政府補助措施(阿拉巴馬州最高可以申請 1 萬美金的翻修補助)，且比起風災造成的損失，這筆翻修費對於大部分社區來說都是可負擔的價格。



▲ 透過強化原有的房屋，讓居民可以免於風災的侵擾。(Photo from 美國科學家)

# 利用 VR 做職業訓練 日書店協助身障者

【本報記者陳是祈綜合報導】身障者穿戴上 VR 裝置，隨著畫面上的指令，熟悉書店的倉儲位置以及和學習顧客應對的方式。雖然 2020 年東京殘障奧運會因疫情延期，但因著殘障會，日本社會也開始關注起身障人士就業適應的議題，而日本多家書店就展現了如何協助身障人士就業的良好示範，以及利用 VR 虛擬實境裝置，訓練身障者熟悉書店環境和顧客互動等等。

《ShankeiBiz》報導，日本一家科技開發商 Jolly Good 專門為在書店就業的身障人士，設計了 VR 產品，模擬書店環境，以及模擬顧客可能會碰到的困難，讓身障人士可以隨著螢幕指示，知道該如何處理，即使進入正式職場也會很快上手。

《Yahoo》報導，在東京的一家二手書店「古書マーヅナル」，同時擁有實體店面和網路銷售通路，而這家書店正是為了雇用身障人士而營業，其發起人裕仁直人在社福界擁有多年工作經驗，也時常透過各種媒體和報導分享與身障者一同工作的經驗。

他提及的其中一個概念就是「適性



▲ 使用 VR 可以幫助身障人士的就業訓練。(Photo From Wikimedia Commons, the free media repository)

調配」，因為每位身障人士狀況不同，能適應的工作類型自然不同。以書店為例，東京大學的教授武雄武男表示，這並不表示身障人士只能從事簡單的分裝、搬運等工作，而是先以各自的特點分配工作，從簡單到難，以穩定為目標，甚至久而久之可以進階到更困難的帳目處理等，打破傳統上身障人士只能打短工的偏見。

不只是電商，身障人士同樣也能活躍於實體店面。以東京的連鎖書店 Scrum 為例，因為書籍、DVD 的產品不像化妝品，需要銷售人員不斷推銷和說明產品，對於身障人士來說是較為舒適的工作環境，且員工也會安排健康人士一同相處，讓雙方彼此了解後，創造更和諧的工作環境。



▲賈桂琳·甘迺迪的臉型偏方，並非當時流行的鵝蛋臉，為了將下顎線條變柔和，她總是戴著珍珠項鍊。(網路截圖)  
▼誰說露就是不端莊？在「不對的時候」露「不對的地方」，才是不端莊！(網路截圖)



■ 陳麗卿

衣櫥加法，不是莽撞前進、亂加一通，而是經過全然審視、充分計劃與精準行動之後，有意識地加，有目的地加，有選擇地加，有滋有味地加，有情有愛地

若減法是為了「稀少」，加法則是為了「豐盛」，而無論是稀少或是豐盛，都得是經過有意識的選擇，生活才會是真正的「稀少的豐盛」。

加，嶄新的衣櫥再為誕生。這個衣櫥，是你生活各個面向最忠實的陪伴者、引領者與激勵者。

我所說的各個面向，不只是實際面的，也是情感面的；你的衣櫥會開始呼應你生活實務上的需求，讓你去哪裡都有衣服穿，也呼應你「心中期待的自己」，讓你能感受到：這就是我！這種「完成感」，會帶給你一種被愛圍繞的穩定和滿足，而這份愛不只來自他人，更是來自於你自己。

用衣服疼愛自己

是的，當你起心動念想迎接改變，就是對自己愛的承諾，當你付諸行動真實改變，就是對自己愛的實踐。透過衣櫥加法為自己訂製一個理想的衣櫥，每一件衣服都是你給自己的祝福與疼愛，而你的衣櫥也將成為你的許願池，成為你與生命願景的連結，成為你整合自己內外關係、整合身心靈的工具。所有的故事，都將從衣櫥開始。

在這本書中，我想與你分享我是如何協助學員在衣櫥減法之

# 推開衣櫥的門 試試加法購衣學

每一件衣服都是你給自己的祝福與疼愛，而你的衣櫥也將成為你整合自己內外關係、整合身心靈的工具。



▲「我不漂亮，但我穿著出眾」！許多名女人都懂得運用衣著展現個人特色。(網路截圖)



▲胖子愛美天經地義，並且胖子漂亮起來，那可不是瘦子比得上的呢！(網路截圖)



▲學會衣櫥加法，衣櫥也可以是個人的許願池。(網路截圖)

循環，期待與你，一起出發……

常見的「包袱」

進行衣櫥加法時，如果未先卸下自己身上的包袱，到最後往往會發現：由於心中的想法並沒有改變，就算採買了新衣服，卻仍然無法跳脫過去的窠臼，忙了半天，自己的形象並沒有什麼實質上的進化，說得殘酷一點，只不過是換了一批「比較新的舊衣服」而已！常見的「包袱」包括：

- 身的包袱
- 胖的人是穿不出時尚的
- 肉都下垂了不可能穿得年輕
- 臉不好看衣服再怎麼漂亮也沒用
- 心的包袱
- 老節就是要穿得很保守
- 結婚以後就不需要再展現魅力
- 只要有要見客戶的人才需要穿得很專業
- 退休後就不需要太注重外表
- 靈的包袱
- 端莊的女人是不能露的
- 權威感和女人味不可能並存
- 打扮漂亮就是愛慕虛榮
- 包袱可能來自於伴侶、朋友、老師、父母、社會，
- 或許你某任男友提過，你的腿不好看幹嘛露出來；
- 或許你的同事曾質疑，穿這麼正式幹嘛，又不用見客戶；
- 或許常聽退休的長者喟嘆，買衣服打扮自己是年輕人的事；
- 或許師長曾告誡，穿得太漂亮容易被當花瓶，有礙事業升遷；
- 或許你的姐妹淘說，唉喲，裙子這麼短，很像狐狸精耶；

——或許網友們的留言，讓你覺得穿戴名牌的人都只是拜金……

這些聲音在無形中滲透了你，影響了你，讓你可以這些標準來要求自己，更讓你愈發確定：我就是這個樣子，無論是以前、現在或以後，都不會改變。

然而，現實情況往往是：

——社會的狀態已經不同於過往了；

——他人以自身的生命經驗提出想法，而他的背景與你並不相同；

——別人雖然批評過你，但現在早就改變想法了；

——對方當時是心情不好之言，說完就忘了，但你卻把這一句話拿來當作自我定位，牢牢背在身上，這一背就是五年、十年！

藉著觀察者的角度，你可以看到自己的包袱，並再度決定：是要繼續保持那樣的觀念，或是改以另一種方式，重新看待自己、期待自己、啟動自己、改變自己。

卸下你的包袱

——胖的人是穿不出時尚的

不曉得你有沒有看過穿得很美的胖子？至少我看過。那是在西班牙海邊，許多胖胖的女生大方地展現她們柔軟的曲線與時尚品味（如果你沒看過，強烈建議你上網搜尋一下！）

如果說瘦美人是菟藥、是桔梗，胖美人就是芍藥、是牡丹，她們的美或許和長相、身材不一定有關，但絕對和自信與氣場有關。因此如果身材肉肉圓圓的，請不要放棄愛美、成為美的可能性，胖子愛美天經地義，並且胖子漂亮起來，那可不是瘦子比得上的呢！

——肉都下垂了就不可能穿得年輕

好她很有品味，並且真心欣賞與堅持自己的特質，與服裝設計師紀梵希一起研討、打造出一系列美麗的服裝，讓她如小鹿般輕盈慧黠的身影常駐影迷心中。

她們並沒有企圖改變自己的「臉」，而是找出讓自己「整個人」變美的方式，結果證明了整體的美，比起一張漂亮的臉蛋更有力量。因此，如果你的長相並不「漂亮」，與其想辦法把臉變漂亮，不如學習如何用自己的長相和平相處，並運用穿著讓整個人漂亮、出眾、有氣質、有氣勢！

——老師就是要穿得很保守

老師的天職之一是提升學生的學習效果，因此為人師表的穿著重點不是保守，而是要能吸引學生的注意力和學習力！即使保守，也要有亮點、有活力、有魅

力，而不要保守得黯淡無趣，讓學生看到老師就想打哈欠。

——結婚以後就不需要再展現魅力

如果結婚後再也不展現魅力，那婚姻真的就是愛情的墳墓啦！請不要這樣詐騙你的另一半，埋沒了彼此的熱情與生活。

——只要有要見客戶的人才需要穿的很專業

我的好友、銷售激勵教練張淡生老師曾提到，對業務人員來說，當你今天隨便穿，就是準備不見客戶、準備不接單，同時意味著準備失敗！在我看來，不只是業務工作者，任何行業都是如此。當你今天隨便穿，無疑是表示工作都還沒開始，你就已經放棄了將它做到最好的機會。

不論你的行業是什麼，都應該為自己的專業好好著裝，不僅是為了展現敬業與專業，也是為了讓自己的專業就緒、整裝待發。至於到底該怎麼穿才算「專業」？一定要穿得很正式嗎？拙作《穿對，更成功》針對各行各業的專業穿著策略有詳盡解說，歡迎參考。

——端莊的女人是不能露的

誰說露就是不端莊？在「不對的時候」露「不對的地方」，才是不端莊！

——權威感和女人味不可能並存

你有沒有遇過講話很柔和，卻讓人沒辦法拒絕的人？用字輕



▲「我不漂亮，但我穿著出眾」、溫莎公爵夫人（右）這句霸氣宣言真是說得太好了！歷史上有許多名女人都不是般世俗認定的「美女」。(網路截圖)

## 進行衣櫥加法時，如果未先卸下自己身上的包袱，到最後往往會發現：就算採買了新衣服，卻仍然無法跳脫過去的窠臼，忙了半天，自己的形象並沒有什麼實質上的進化。

味著準備失敗！在我看來，不只是業務工作者，任何行業都是如此。當你今天隨便穿，無疑是表示工作都還沒開始，你就已經放棄了將它做到最好的機會。

不論你的行業是什麼，都應該為自己的專業好好著裝，不僅是為了展現敬業與專業，也是為了讓自己的專業就緒、整裝待發。至於到底該怎麼穿才算「專業」？一定要穿得很正式嗎？拙作《穿對，更成功》針對各行各業的專業穿著策略有詳盡解說，歡迎參考。

## · 2020 書訊 ·

醒報編輯部 / 輯

**《青春的契機》**

作者：保羅·大衛·區普 Paul David Tripp 出版社：道聲

孩子的青春，是契機，不是危機！把孩子生活中的大小事，都放在神的祝福裡吧。

小心避免錯誤的心態

本想教導孩子敬畏神是一生最重要的功課，然而卻斤斤計較孩子是否尊敬自己。

自我省察的真心悔改

不要看到孩子在罪中掙扎，就表現得大驚小怪，因為我們也是罪人。

自我調整的會心一笑

我告訴孩子，其實他並不是這房間中唯一的罪人，孩

子馬上就笑了。

**《歌詩伶酒館》**

作者：陳義仁 出版社：台灣教會公報社

本書介紹愛爾蘭的歌曲背景故事，用本土觀點介紹愛爾蘭反叛歷史文化。包括愛喝酒、唱歌的愛爾蘭人的酒歌；抗爭、爭自由的反叛之歌；大飢荒、優美悲慘的移民之歌和愛及失落之歌。

一首歌，一個故事，搭配作者的插畫。除了讓讀者可以認識愛爾蘭歌頌的歌以外，還能透過作者的素描，欣賞愛爾蘭的景緻。全書為台語漢羅雜寫，每一首歌都翻譯成台文，是台灣很少見的台語文翻譯的愛爾蘭歌，也很適合用來學習台語文。

**《做夠好的媽媽就好》**

作者：柯琳·達耕 (Colleen Duggan) 出版社：上智文化事業

六寶媽柯琳在教養路上跌跌撞撞，凡事追求完美和掌控的心態讓她吃盡苦頭，奮戰多年後才終於領悟這再簡單不過，卻又深奧的道理：「當媽媽真的不必戰戰兢兢，就怕一個不小心哪裡做錯了或做得不夠好，更不必費盡心思執著於打造十全十美的家庭。」

本書以誠懇幽默的筆調，娓娓道出成長過程中的傷痛及尋求療癒的心路歷程，分享溫暖有趣的親子時光，也訴說自我反省的煎熬。幫助讀者透過祈禱，學習將一切煩惱憂慮交託

在上帝手裡。因著天父的慈愛與醫治，而能放下錯誤的期待與「做得不夠好」的愧疚感，相信妳已經是個夠好的媽媽。

# 去年美決雙雄拿首勝 打線力壓前段班

美聯分區系列賽首先登場，老5洋基、老6太空人都靠著自身旺盛的進攻火力，分別擊敗了龍頭光芒和第2種子運動家。

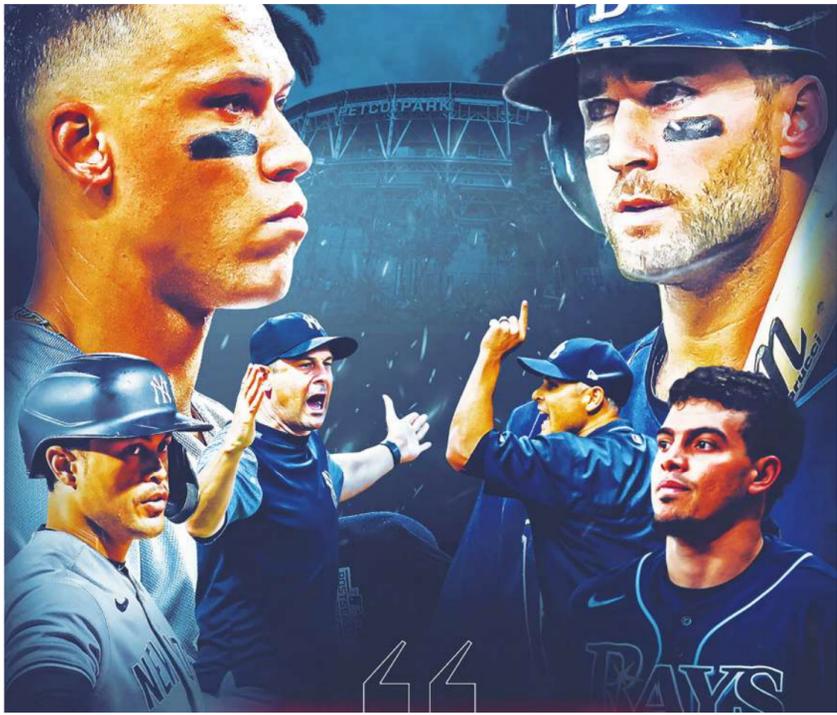
【本報記者宋秉謙綜合報導】MLB分區系列賽6日揭開序幕，由2019年美聯出線的雙雄先後拿下首勝！美聯搶先開打一天，5戰3勝制的首戰都是由下位種子勝出，老5洋基靠著「怪力男」史丹頓奠定勝基的滿貫彈，以9：3擊敗龍頭光芒；第6種子太空人則靠著奪冠4核心全力開火，10：5擊敗第2種子的運動家。2支贏球的隊伍恰好都是去年會師美聯冠軍戰的隊伍，團隊優勢都是旺盛的進攻火力，拿下首戰後出線機率高達75%。

## 洋基克敵靠長打

根據《ESPN》報導，美聯打完今年首創的首輪外卡賽後，6日接續登場的是次輪分

區系列賽，美聯提前國聯一天登場，而首戰王牌投手對決的精彩賽事恰好由下位種子球隊演出逆襲。

頭號種子光芒的王牌強投手奈爾慘遭第5種子的洋基重砲荼毒，單場被轟3發全壘打，接手的牛棚也在9局崩潰，柯提斯挨了洋基重砲史丹頓的滿貫砲，比分直接拉開，掐熄光芒反撲之力，洋基打線全場揮出4轟。



美聯分區系列賽首戰由去年美聯決賽的2隊拿下首勝，2隊恰好也都是靠著強悍的打擊火力為招牌（圖為洋基靠打線重挫光芒）。(photo from MLB Facebook Fanpage)

外傳也提到，從例行賽到季後賽，長打火力是洋基克敵制勝的不變武器，例行賽洋基隊有49.5%的得分是靠全壘打，進到季後賽後更加倚重，目前的31分有21分是靠全壘打所得（68%），而至今3場季後賽團隊轟了11發全壘打，也刷新歷史前3場季後賽的開轟紀錄。

## 太空人打線甦醒

另一邊在中立球場（道奇主

場）開賽的運動家、太空人之戰，同樣是上演逆襲劇本，由下位的第6種子太空人上演煙火秀，奪冠4核心通通發威，合計繳出11支安打以及8分打點，其中，明星游擊手柯瑞亞更繳出雙響炮，寫下歷史最年輕的季後賽全壘打累積數（14）、打點（38）。週末晉級後主帥貝克提到「目前仍非最好的太空人隊」，被解釋為是打擊發揮不佳，這場陣中4

強打甦醒的好表現，可能讓貝克鬆一口氣。

依照過往10年的數據，5戰3勝制的分區系列賽中能拿下首戰的隊伍，出線機率高達75%，讓這對歡喜冤家今年又很有機會在美聯決賽聚首，去年由太空人4勝2敗擊敗洋基隊，但後續爆發太空人作弊事件，也讓奪冠4核心打擊成績備受質疑。

## 圖文選粹

圖文 / 中央社

### 新北城市盃 楊俊瀚拼紀錄



▲「台灣最速男」楊俊瀚（左4）相隔7個多月再次參加100公尺短跑賽事，在109年新北城市盃全國田徑公開賽預賽跑出10秒33，晉級決賽。

### 喬科維奇輕鬆奪勝 晉法網8強



▲塞爾維亞名將喬科維奇（圖）5日以6比4、6比3、6比3拍下俄羅斯籍對手卡察諾夫，第14次闖進法國網球公開賽8強。

# 時尚藝術富豪和他的傳奇人生

他的帝國，他的愛情，他究竟是誰？



橫掃美國 時尚電影獎 最佳影片3大獎

勇奪加拿大卡爾加里電影節 最佳紀錄電影

獲選美國芝加哥影展 競賽片

# 皮爾卡登 house of carlin 迷戀未來的人

## 10·8 絕美登場

美國電影學院獎得主 大衛艾伯索 陶德休斯 聯合執導

THE EBERSOLE HUGHES COMPANY and UTOPIA DISTRIBUTION present a CORI COPPOLA PRODUCTION of a P. DAVID EBERSOLE & TODD HUGHES film  
HOUSE OF CARDIN starring pierre CARDIN jean-paul GAULTIER philippe STARCK naomi CAMPBELL sharon STONE jean-michel JARRE alice COOPER dienne WARWICK kenzo TAKADA hanae MORI guo PEI jenny SHIMIZU trina TURK yumi KATSURA amy FINE COLLINS and featuring rodrigo BASILICATI CARDIN maryse GASPARD jean-pascal HESSE reneé TAPONIER score JAMES PETER MOFFATT editors MEL MEL SUKAWA-MOORING BRAD COMFORT director of photography LAURENT KING co-producers T. BANKOLÉ ALISON MARTINO CAROL ANN SHINE MARC SMOLOWITZ DANIEL THOM BEN WILKINS executive producers MATTHEW GONDER MARGRET RAVEN producer CORI COPPOLA produced and directed by P. DAVID EBERSOLE & TODD HUGHES

- 皮爾卡登
- 珍妮摩露
- 莎朗史東
- 娜歐蜜坎貝爾
- 清水珍妮
- 尚保羅高堤耶
- 狄昂華薇克
- 艾利斯庫柏
- 菲利普史塔克
- 約翰狄雷爾
- 森英惠
- 高田賢三
- 桂由美
- 郭培

聯合演出

▼前副總統陳建仁表示，未來會加強安寧療護的教育宣導，讓民眾的知識能夠提升，對生死的觀念更加理解後，再進行相關修法。(安寧照顧基金會提供)



# 安寧療護無痛善終 近7成國人能接受

【本報記者臧品安台北報導】安寧照顧基金會6日公布「台灣生命態度及安寧療護認知變遷」調查結果，近7成的民眾反對臨終前的急救醫療，也有7成4的民眾認同末期醫療的安寧療護，且年紀越大，接受度越高。前副總統陳建仁表示，未來會加強安寧照顧、自主醫療制度宣導，讓民眾更加理解後，再進行修法。

根據調查顯示，對於末期病人在臨終前的急救醫療，有68.5%民眾認為不需要，民眾對於安寧療護接受度增加。

根據調查結果，若父母罹患末期疾病，贊成應坦白告知的民眾從55.8%提升到72%，其中年輕世代(20至29歲)超過8成贊成，顯示對於自己或家人的病人自主權利日益重視，也不再忌諱成為日常討論話題。

負責此次調查的觀點企業管理顧問公司總監李欣瑜表示，從調查結果發現，台灣民眾對於死亡的議題關心程度、病情告知需求、對安寧療護的認同程度及認識程度都比10年前高。

## 落實觀念再修法

調查結果顯示，對於末期病人在臨終前的急救醫療，有68.5%民眾認為不需要，這個拒絕的意願也隨受訪者年齡遞增，尤其40歲以上者比例超過7成5。談及末期醫療的安寧療護，有77.4%受訪者在調查前已知道安寧療護，且有73.5%表示認同，其中不論是安寧療護的認知或認同，都以40歲以上為最高。

國人日益正視死亡

# 50歲起需訓練肌力 運動飲食兼顧

【本報記者臧品安台北報導】50歲開始肌力訓練、增加蛋白質攝取！中華民國骨質疏鬆症會理事長陳榮邦6日指出，熟齡族從50歲就要開始預防行動力不良的問題，老後才能有好的生活品質。國立陽明大學附設醫院家庭醫學部主任黃駿豐建議，熟齡族可每天飲用2杯高鈣低脂牛奶，以及每週進行2-3次肌力訓練。

## 潛在行動力不良率高

數據顯示，台灣骨質密度過低、環節不適、肌肉量過少的人數高達720萬，未來3種問題所帶來的潛在「行動力不良」的盛行率恐佔3成以上的人口。若中壯年不開始重視骨骼保養、肌肉訓練，未來老年後失去生活自理的機率將會提升，成為高齡社會的隱憂。

中華民國骨質疏鬆症會理事長陳榮邦表示，過去大家都注重於骨質密度低、行動不靈活、肌肉量下降等單一問題的討論，但近年來國際趨勢建議將行動力作為一綜合性的評估，加入骨質密度、肌肉質量、平衡感、體脂肪量測量，呼籲熟齡族從50歲就要開始預防行動力不良的問題，老後才能有好的生活品質。



▲民眾50歲後運動頻率和鍛鍊程度大幅下降，應搭配肌力訓練，增加肌肉質量和骨頭的承受力。(網路截圖)

►中華民國骨質疏鬆症會理事長陳榮邦。(photo by 臧品安/台灣醒報)

## 增加訓練、蛋白質攝取

「有3項行為要注意。」陳榮邦指出，身體長期有痠痛、疲勞、無力感時，不能光用貼布、護膝解決，若排除其他疾病後，就要考慮是否為肌肉量、骨骼支撐或環節機能降低的問題；中老年應增加蛋白質的攝取量，建議適度

增加牛奶飲用頻次；民眾50歲後運動頻率和鍛鍊程度大幅下降，除了進行有氧運動，也應搭配肌力訓練，增加肌肉質量和骨頭的承受力。

國立陽明大學附設醫院家庭醫學部主任黃駿豐建議，熟齡族如果擔心肉類油脂攝取過多，可以每日飲用2杯高鈣低脂牛奶，即

可攝取1200毫克的鈣質和近4成5蛋白質需求；每週進行2-3次肌力訓練，每次1-1.5小時，可以到公園運用既有的器材，例如上肢牽引器、漫步機、扭腰器等，即可提升肌耐力。



▲有調查結果顯示，有近5成民眾希望可以自主安排剩下的日子，但自認準備好接受死亡的比率僅43.3%。(Photo by Hush Naidoo on Unsplash)

另有調查結果顯示，有近5成民眾希望可以自主安排剩下的日子，但自認準備好接受死亡的比率僅43.3%，較10年前低。除此之外，根據安寧照顧基金會在2020年7月啟動的質化深度調查，有9成7民眾贊成應預立遺囑，但近6成民眾沒有採取任何行動。

前副總統陳建仁在記者會後受訪時表示，按照調查結果，還有部分民眾(22.6%)不是很了解安寧療護、自主醫療的制度，未來會加強教育宣導，讓民眾的知識能夠提升，對生死的觀念更加理解後，再進行相關修法，會比較合適。

# 經濟與心理壓力大 疫情自殺率攀升

【本報記者陳是祈綜合報導】疫情下的經濟壓力，離群索居的孤獨感，導致自殺率上升，甚至可能影響整體經濟恢復的速度。美國疾管署一項問卷調查表示，自疫情爆發後，有越來越多人考慮過自殺，人數直逼2018年的兩倍，尤其在18到24歲之間的年輕人，更有高達四分之一動過自殺的念頭。此一調查顯示疫情對於人們的心理狀態造成的傷害十分顯著，政府及公衛單位需建立完整的協助網絡，重視人民心理健康輔導。

《經濟學人》報導，美國CDC針對5400名美國人的心理狀態問卷調查，發現因為疫情，有自殺念頭的人越來越多，甚至是2018年的兩倍，且根據警察、消防、醫院等單位，認為自殺人數有時會被低估，因為部分死者的家屬因認為自殺不光彩，所以會謊稱親人是自然或者意外死亡。

心理學家認為，疫情帶來的種種負面影響，的確會造成嚴重的心理壓力，且各項數據都在顯示自殺率有上升的傾向。例如社福單位的防自殺專線越來越多人打來，《wmt》報導，

CDC的自殺行為研究專家Sally Curtin表示，在美國某些地區，自殺防治專線的接聽數量甚至上漲了8倍。紐約一間提供線上心理治療的公司則表示，在疫情期間，線上心理諮詢治療的次數成長了250%，患上心裡焦慮的人則增加了40%。不只在美國，以日本為例，在疫情最嚴重期間，自殺率比去年同期增加了15.3%，尼泊爾的數據則顯示增加了五倍，泰國也因著國內上升的自殺率，正在建立更快速有效的防自殺回報系統。專家認為，歷史上追溯到羅馬時代的文獻，流行病與自殺的關係便密不可分，在1918年的西班牙流感期間，歐洲的自殺人數上升了五倍。專家分析，新冠疫情帶來的自殺潮，其中之一便是經濟壓力，有人失去了工作，無法承受只能走上絕路，且因為新冠疫情讓多國實施封城鎖國，導致人們必須離群索居，強烈的孤獨感會讓人心靈崩潰，加上負面新聞不斷，因此選擇結束自己的生命，因此國家公衛單位和社福團體必須重視，因為疫情可能淡化，但心靈創傷卻是需要長期對抗的。



▲從防自殺專線接聽次數爆增，可以知道疫情對人們心靈造成的壓力和創傷。(Photo from Grant Hutchinson via Flickr)

▼根據 LinkedIn 網站的最新研究，溝通能力是發佈在平台上的徵人廣告最需要的軟實力。(網路截圖)



# 加強軟實力 才有競爭力

在職場上能力固然重要，但軟實力更受重視，包括團隊的溝通能力，以及洞察主管意思，這些是未來 AI 無法替代的。

■張瑞雄  
(國立台北商業大學校長)

有一句話說：「做對的事情比把事情做對重要。」同樣地在當今的就業市場中，你會做甚麼事(硬實力)固然重要，但你如何把一件事情做好(軟實力)更重要。

硬實力通常滿足公司的最低需求即可，但對於軟實力，很多公司的要求愈來愈高，因為這些軟實力通常更難教導。根據 LinkedIn 網站的最新研究，溝通能力是發佈在平台上的徵人廣告最需要的軟實力。

## 溝通能力是軟實力

以前只有公關或業務職務強調溝通能力，但如今人們越來

越認識到溝通技能在幾乎所有公司經營管理中的重要性。溝通是人們互動的核心，因此也是人們有效開展業務的核心，要有效解決所有涉及多個人的任何事情都取決於溝通。

新冠肺炎大流行也破壞了傳統的溝通方式，除了面對面，各式各樣的透過網路的溝通變得很普遍，隨著我們的互動模式變得越來越複雜，對於更高層次的溝通技巧的需求變得更加明顯和必要。

## 軟實力使人勝過機器

瑞典求職搜索引擎 Jobbland.se 曾經分析了 LinkedIn 上發布的 650 萬個職位需求，其中包括至少 11 種常見的軟實力。調查發現，超過 230 萬個職位空缺中

提到了有效的溝通能力，遠遠超過了第二大最受歡迎的軟實力——領導力，有效的溝通在雇用條件中被採用的頻率是其他軟實力(例如同理心，解決衝突，適應性和可靠性)的 35 倍以上。

未來人工智慧以及機器學習和自動化會取代簡單的工作，軟實力將成為未來幾年人類競爭優勢的一部分。隨著技術的進步，以及自動化接管人類曾經承擔的許多重複性任務，雇主將繼續更加重視那些傳統的人類能力。

除了溝通，另外一個重要的軟實力就是善體人意，或是善體「主管」意。有一位主管帶著 2 個銷售人員小林和小李去見一大客戶，客戶負責人是一

個女生，主管和客戶在一家咖啡廳聊的很高興，過了一會，主管順手給了小林和小李 50 塊錢，叫他們去買包菸。

## 善解主管意

出來後小李就跟小林說，肚子疼，叫小林自己先一個人去買，他找地方上廁所。小林拿著錢，心裡卻想著，50 塊能買到什麼好菸，主管平時也不抽菸啊？這是主管在考驗我吧，不能給他丟面子，那我自己再加點錢給他買包菸去就行了。心裡想著就這樣做了，等小林買好菸，看見小李還沒回來，就獨自進去把菸給了主管。主管看了一眼小林，有點驚訝，沒有說話，接過菸，繼續和客戶交談著。

沒想到出差回來，後來升官的是小林，小林一臉委屈，怎麼也想不通，我又沒犯什麼錯，還給主管墊錢買好菸，為什麼升官的是開小差的小李？

其實主管不是吝嗇，也不是想抽

菸，真正的意思是想把他們兩個支開，而當著客戶的面，又不好意思直接叫他們走。

所以軟實力很重要，EQ 勝過 IQ，千萬別讓你的軟實力睡著了。

## 醒小說

# 兩顆心的距離

■溫小平  
(小說作家)

一件小小的舉動，竟然牽扯出一連串的驚異事件，這是她絕對想不到的。

她原本不需添購內衣，只是因為周年慶的優惠活動，去了內衣專櫃，穿上店員推薦的胸罩款，面對著全身鏡，驚覺乳房下垂，引以為傲的上圍，竟然失去過去的堅挺線條。下半身的大腿，更是充滿凹凸不平的蜂窩組織，她明白自己應該運動健身了。

她開始游泳，一周三次，25 公尺的泳池，來回十趟，游得分外勤奮、認真。

兩個多月後，正慶幸有了初步健美成效，卻在淋浴時，突然發現右乳的不對勁，輕輕揉捏，竟然出血、化膿，她渾身發冷，怎麼走出淋浴間的都不記得了。

睡覺前，她吞吞吐吐地跟丈夫提起這事，擔心自己得了乳癌，丈夫怪她疑神疑鬼，嘟囔一句，「快點睡，我明天還要開會。」

她只好獨自就醫，做完乳房攝影和超音波後，醫生建議她做切片檢查，同時要求她丈夫一起來。

彷彿蔚藍天空下突來暴雨，證實她的右乳長了四公分的惡性腫瘤，幸好癌細胞並未轉移，必須以最快速度切除右邊乳房。

她不停哭泣，丈夫皺著眉頭，嘆息一聲聲，夜裡習慣把手擱在她胸部上睡覺的他，卻下意識跟她有了距離。

她知道，丈夫也很害怕，不時偷瞄著她的乳房，卻不曉得說甚麼安慰的話。她請了假在家，躲在臥室裡，跟她相處四十多年的乳房告別，36D 的罩杯，即將成為歷史，蔡總統及外交部的發言是「內銷」用的。

## 逾權發言須處置

憲法不是明訂為總統職權嗎？什麼時候變成謝長廷說了算？謝長廷僅是臺北駐日經濟文化代表處代表，有什麼資格對台灣外交政策，以及中華民國領土主權發表談話？此舉根本是侵犯憲法賦予總統之外交權力，以及立法院議決中華民國領土主權之權力。

政府怎麼能夠容忍謝長廷如此破壞行政倫理，不知分際的任意發言，侵害中華民國領土主權及總統權力？國家之亂必自小而起，類此公然破壞國家利益、打擊長官威信的外交官，全民都在看，政府究竟要怎麼處理？

一座小山丘劃平了，風過灰揚，很快變為光滑平坦，而她呢？美貌不再，迎接她的將是一道十幾公分的疤，落在切除乳房後的凹凸肌膚上。

丈夫陪她去手術，卻在她麻醉醒

來時不見蹤影，只有女兒陪在身邊照料。丈夫晚上出現時，竟然渾身酒味，依稀夾雜著幾絲俗艷的香水味。她卻只是淡淡撇眼，連質問他的力氣都沒有。

拆線時，她自己都膽顫心驚不敢看傷口，更不讓丈夫看，就怕對上他那嫌棄或恐懼慌亂的眼神，她會受不了。夜裡洗完澡，她更是用傳統睡衣把自己裹得嚴嚴實實。至於那些鏤空的、綴飾蕾絲的性感胸罩，全都被她打包丟棄了。

後續的追蹤檢查，她沒讓丈夫陪伴，丈夫聽了她的話，似乎鬆了一口氣。包括驗血、乳房攝影和超音波，以及相關器官的檢查，在她提心吊膽之餘，一次次被宣告正常。追蹤的間隔從一個月兩個月三個月，變為六個月...，癌細胞沒再出現，她有些開心，打電話給丈夫說，「要不要晚上慶功，去吃大餐？」丈夫卻只是回了一句，「我最近很忙，要加班。」

她猶如墜入深谷，依稀明白，丈夫只是想要逃避夜晚面對她的時刻。

她逐漸能夠接受自己的乳房新貌，也按照醫囑穿上特製胸罩，避免兩邊重量不平衡造成脊椎彎曲，並且努力復健，她內心裡渴盼著丈夫的撫觸與擁抱。

她終於鼓起勇氣，嘗試著主動親近丈夫，在丈夫上床時，假裝自己已經睡著，故意翻身，讓腳擱在他的小腿上。丈夫卻以最快速度轉過身，背對著她，緊靠床鋪邊緣。

她悄悄流下眼淚，控制著不發出啜泣的聲音，她萬萬沒有料到，癌症再發的機率降低了，可她跟丈夫的距離卻在增加中。她哭得不能自己，萬萬沒有料到，她割了乳房，也割掉了丈夫的愛。

擦乾眼淚，走走捷運的路上，她接到女兒的電話，「媽媽，你的追蹤檢查結果還好嗎？」聽說一切正常時，女兒歡呼著說，「媽媽，我請你吃法國菜，慶祝慶祝...。」

她的腳步不由輕快起來，扯動著嘴角，笑了笑，幸好她還有一個貼心的女兒，不曾遠離。



▲她悄悄流下眼淚，控制著不發出啜泣的聲音，她萬萬沒有料到，癌症再發的機率降低了，可她跟丈夫的距離卻在增加中。(網路截圖)

# 謝長廷打臉蔡英文 台日衝突誰說的算？

鴻儒集

■白丁  
(退休教師)

台灣外交政策究竟該由誰負責？最近日本保安廳兩艘公務船在釣魚台海域，故意衝撞宜蘭縣籍「新凌波 236 號」漁船，再次引起台日爭端。蔡總統與外交部發表抗議談話，竟遭駐日代表謝長廷打臉我國無權主張。台日外交政策，究竟要聽誰的？

日本沖繩島石垣市議會片面將釣魚台列嶼地址，從原本的石垣市登野城，改成石垣市登野城尖閣，於 10 月 1 日生效。宜蘭縣籍蘇澳籍漁船在釣魚台海域遭日本公務船蓄意衝撞，遭致嚴重損害。

## 謝長廷替日方說話？

一連串事件，看看我們外交體系的反應。外交部表示，已在第一時間透過外交管道向日



▼日本保安廳兩艘公務船衝撞我國漁船，蔡總統與外交部發表抗議談話，竟遭駐日代表謝長廷打臉我國無權主張。(網路截圖)

方表示遺憾及嚴正抗議。並且重申釣魚台列嶼是我國固有領土，擁有主權的事實不容置疑，任何單方面的主張及行為均無法改變事實。

蔡英文總統說：「我們立場很清楚，釣魚台是中華民國領土。」但蔡總統及外交部的說

詞，立即遭到下屬我國駐日代表謝長廷打臉，謝長廷在臉書發文表示：自 1972 年以後，日本對釣魚台有「事實管領權」。也就是說，台灣不能對釣魚台主張任何權利。

謝長廷的談話，立場與日本政府一致，似乎是代表日方發

# 火車上找真愛 浪漫搞笑還不少

## 大家來看 好電影

醒報編輯部 / 輯

本報推出「一週電影欣賞」專版，為讀者挑選精彩好片，不考慮商業票房，不做廣告推銷，單純就電影題材的可看性、影片的吸引力與觀賞價值推薦給讀者，歡迎指教。

聖誕假期，米可萊穿著人偶裝在月台發放傳單，突然對一名美女觀光客一見鍾情，情不自禁跟著她上了火車。

卻遇到一絲不苟的列車長諾瓦正在驗票，沒錢補票的米可萊於是上演你追我跑的戲碼，過程之中不

慎打昏了列車長，他穿上諾瓦的外套，乘客都以為是列車長。

他被強拉去處理各式各樣的緊急事故：走失小孩的家長、坐錯位置的乘客、擋住走道的路霸、想坐霸王車的惡霸，還要安慰因為失戀而哭得死去活

來的列車女服務生。

搭火車旅行真的好吃驚，最後的高潮來到火車突然緊急剎車、意外停駛，冒牌列車長要如何安撫一整列車的乘客們呢？更重要的是米可萊會在火車上找到他的真愛嗎？

## 愛情列車長 Time for Love

導演 米格爾維列斯  
演員 馬爾欽法蘭克、瑪爾塔蘇特、亞柴克卡伍奇  
上映 2020-10-08



## 尼羅河謀殺案 Death on the Nile

導演 肯尼斯布萊納  
演員 蓋兒加朵、艾米漢默、蘇菲歐克妮多、安妮特班寧、珍妮佛珊德絲、肯尼斯布萊納  
上映 2020-10-23

自2017年推出的《東方快車謀殺案》全球票房大成功後，將再推出續集新作《尼羅河謀殺案》，同樣改編自推理謀殺天后阿嘉莎克莉絲蒂的全球暢銷著作，這次世界最頂尖的大偵探白羅將帶觀眾進入神秘的尼羅河，展開一起最詭異的謀殺案件調查。

這場謀殺案的懸疑點之多，讓原本看似要破案的線索卻又非此單純，就場面及精彩懸疑度都將比上一集更

上一層樓，就讓觀眾隨著白羅的腳步一層一層揭開事實的真相...



跨越日本 台灣 馬來西亞三地拍攝  
根據岡本加乃子短篇《過年》《家靈》改編

獲選 2020高雄電影節 特別放映  
獲選 日本山形電影節 觀摩電影

# 戀愛好好說

## LOVE TALK

天生歌姬A-Lin為愛獻聲《抱歉 我不抱歉》

金馬獎得主 郭珍弟 真情執導

姚愛寤 邱志宇 | 峯田和伸 橋本愛實 | 余佩真 吳宏修 主演

出品 台北市電影委員會 花千樹影業有限公司 ジェイアンドケイ・エンタテインメント ダイバーシティメディア 現代電影沖印股份有限公司  
監製 饒紫娟 片原朋子 吉村和文 陳世康 郭珍弟 陳南宏 | 編劇 郭珍弟 片原朋子 王煥策 | 製片 梁紋綾 | 宣傳發行 海鵬影業

10.23  
愛不用說抱歉

# 利率低 租金高 該棄租轉買嗎？

央行降息、房貸放寬，相較起來租金還比較貴，該趁現在進場，買戶屬於自己的房子嗎？

● 台灣利率長期低檔，今年3月因應疫情，央行更宣布降息1碼，讓房貸利率再創新低，根據日前公布的6月5大行庫新承作房貸，平均利率僅1.359%，借錢買房成本這麼低，讓無殼蝸牛天人交戰，究竟現在該買屋還是繼續租屋？

專家表示，由於租金指數不斷上揚，已籌措自備款的民眾，確實應該針對某些房價相對合理的區域積極看屋、勇敢下手。

大家房屋表示，由於利率探低，貸款負擔相對低許多，另一方面，行政院主計處統計房租指數，從2010年到今年4月，租金指數已長達110個月持續上揚，兩相權衡之下，只要能存到自備款，在部分房價未過分飆漲的區域，買房是比租屋更實際的選擇。

優式租務管理表示，台灣的租屋法條對房客較無保障，因此民眾要預先設想老年時、很容易被房東拒絕而租不到房子，從追求「安身立命」的角度出發，購買一間自住宅是必須的。

若貸款20年期、利率為2%，則每貸款100萬元，每月本息攤還約5000元，民眾可以藉此估算



目前付出去的租金，轉換成房貸可以貸多少錢。以台北地區為例，首購購屋預算約1000萬元，以平均貸款成數7成來估算，自備款300萬元、貸款700萬元，每個月貸款負擔約3萬5千元以下，所以如果原本月租金已達到3萬元以上，確實可以考慮購屋。

好能夠超過4%，就能確保房子不買貴。過去SARS讓房價跌得亂七八糟，但今年新冠肺炎之下房價卻不跌反漲，綜觀全都會區，台北市已經不適合進場，因為房價過高，但是新北市、桃園、台中都還是有適合自住的區域。

台北市文山區、新北市板橋江翠重劃區、新莊副都心或頭前重劃區、林口新市鎮，以及桃園青埔重劃區、台中北屯



區、烏日高鐵特區，高雄三民區、鳳山區等都是以買代租的優選區域。

▲ 大家房屋表示應遵照「4%法則」，建議人生第一間房應該「買小不買大」。  
▼ 房貸利率持續創低，專家建議若備好自備款，確實應以買代租。(網路截圖)

張庭維 / 輯

## 小宅價低、高坪效 玻璃隔間是陷阱

● 現代人買房看的不只是注重單坪價格，還有房屋總價，因為頭期款就是首購族的最大障礙！近年來總價1000~1200萬的小兩房在雙北最受歡迎，甚至出現總價200萬的4.8坪超迷你小宅成交案例。

小坪數總價低、高坪效的設計讓買屋人減輕負擔，但魔鬼藏在細節裡，小心你已經誤入陷阱。對此，信義房屋提醒，買小宅一定要注意「玻璃隔間」，以及空間交錯的「高坪效」設計，否則交屋時很有可能變成「超擠迷你宅」。

小宅的缺點從樣品屋就看得見！在看樣品屋時，民眾就可以觀察是不是有「玻璃隔間」出現，玻璃隔間容易營造出寬廣的視覺效果，實際上的隔間可能會讓空間變得很窄小；衣櫃、房間不裝門的也要注意！

因為「沒門」能降低壓迫感，但實際裝修加入門板後開合空間增加，有可能擠壓到室內動線與使用空間；「高坪效」的空間規劃讓每個區塊都結合在一起，未來在廚房煮泡麵很可能「一家烤肉萬家香」，整間屋子都是「香味」。

且小宅居住環境通常較複雜，住客、租客來來去去。小宅可收納空間也無法滿足現代人的需求，以上幾點都是買小宅需要注意的地方。

▲ 買小宅一定要注意「玻璃隔間」，交屋時很可能變成「超擠迷你宅」。(網路截圖)

## 自住需求升 Q4 房價緩漲難跌

● 戴德梁行表示，今年第4季商用不動產市場風起雲湧，房市因住宅的剛性自用需求帶動，房價緩漲難跌，2021年樂觀期待，買盤也可望有量。

戴德梁行指出，3年前買的預售屋現在要脫手賣出，恐怕只能折價求售，而現在買預售屋也可能未來幾年出售，仍須降價求售，但從現

在自用的剛性需求來看，搭配銀行的貸款成數提高、自備款降低、寬限期增加，卻是值得買進的時機。

房價已經緩跌4年，因疫情再加速測底，量化寬鬆政策(QE)撒錢，房價再跌難；房價緩漲難跌主因自用的剛性需求支撐，千萬不要說現在是掃房的大好時機，但房市的確偏向樂觀。

戴德梁行表示，今年第4季商用不動產市場風起雲湧，房市因住宅的剛性自用需求帶動，房價緩漲難跌。(網路截圖)

## 都市噪音無處不在 居住品質差

● 健保門診看失眠和憂鬱症者，為數頗多，每年耗資極大；據醫界說法，都市噪音乃罪魁禍首之一。白天車輛來去自然很吵，入夜之後仍有音爆來源，各色各樣，不一而足。嘈雜是城市落伍的象徵，也顯示住民和進出街路者，國民道德水平不高。

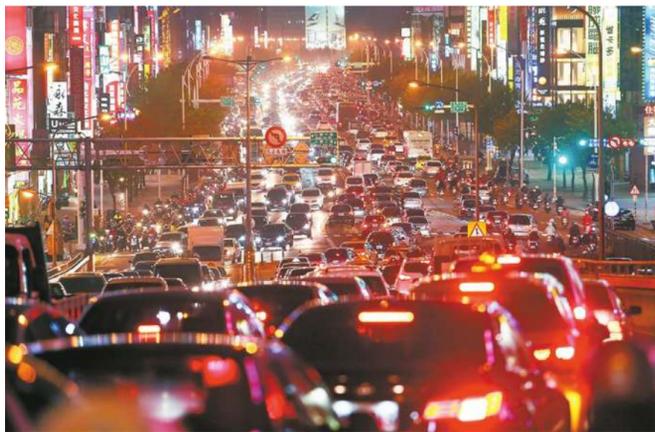
餐廳業者的空調機器，包括風扇馬達，晝夜不停，豈只擾人清眠？大型車的停車蜂鳴器，響遍大街小巷，不知裝那種東西有何益於交通安全！另外，拆除減音器的機車如今雖不多，偶爾猶快閃而過，嚇人不償命。

救護車、消防車、警報器確實太吵，宣設法改善。尤其動輒闖

紅燈，並無必要，一旦肇事，另添命案，人們安忍現狀，活得辛苦，許多一樓住家，還得心驚膽戰，怕酒駕車衝進客廳。台灣自詡國民教育普及率逾九成，這方面卻像個落伍的未開發國家。

陶淵明的詩，結廬在人境，而無車馬喧。現今裝設氣密窗，當然可減除部分噪音，包括捷運或高架道路的車流聲。然而，建管規定陽台不准加建，連欄杆都不許裝，未免太無知。且看城鄉大樓公寓萬千幢，幾乎陽台都加裝鋁窗或欄杆。家家戶戶都需要，偏偏只有官員不做此想！

白天通衢大道的嘈雜聲，來自車胎和路面的摩擦。倘若道路鋪



▲ 白天車輛來去自然很吵，入夜之後仍有音爆來源，嘈雜是城市落伍的象徵。(網路截圖)

面材料改善，或許可減除噪音，畢竟，咱們車輛數太多了。即使大眾運輸如此方便，許多人仍依賴汽機車。如高雄小港下班時分的機車大陣，畫面曾上外國媒體，始知機車王國原來在台島。卅年之後，高雄有捷運了，但情況相

差不多。

畢竟，生活工作形態既無大改變，城市風貌想轉型，不可得也。未來國民人均所得五萬元時，或有機會進入另一階段，但不知要到十年或廿年之後？

## 永慶房屋值得信賴

永慶房仲網



成屋「履約保證」交易中後保障，專業買、賣仲介諮詢服務，資訊超透明，物件超優質。中古屋、新成屋、降價宅、捷運宅、公園宅，物件優質，找房超easy，地圖找房hen可以！

永慶快搜 app 邊看屋邊做筆記。全台成交行情快速查。

提供社區最新成交行情。賣屋算算看。營運版圖橫跨房產、仲介、網路，服務一次到位，

永慶房產事業集團橫跨三大事業群及永慶慈善基金會，龐大的規模組織，提供客戶房地產上中下游的完整服務，集團內完善的升遷制度，讓每一個永慶的同仁，都可依自己的興趣、專長，擁有更寬闊的一片天...