

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

為您報導每日必讀新聞，是 CP 值最高的質報



提案否決 藍籲蔡莫揣食安



中大規模植林 減碳成果佳



好歌與女權運動史的結合



小酌有罹癌風險 不喝最好



《今日靈修》

哀飛官，嘆國防
空軍戰機失事，造成飛行
員朱冠堯殉職、飛機損
毀。國人同感哀悼。這是
今年第 15 位飛官殉職，
當共軍頻頻繞境之際，要
特別為空軍禱告。(1 版)

空軍墜機停飛 F-5 專家：應全淘汰

空軍 F-5E 型戰機為民國 62 年與美國合作生產，已過 47 年空軍仍在使用的，如今又發生墜毀事件，專家表示應該汰除。



▲ 空軍 F-5E 戰機起飛不到 2 分鐘墜落志航基地北面海域，飛行員朱冠堯送醫宣告不治。國防部開記者會，由空軍參謀長黃志偉 (圖) 說明。(中央社)

► 空軍一架 F-5E 戰機 29 日失事，飛官朱冠堯上尉 (圖) 傷重送醫不治，圖為今年 8 月朱冠堯參加活動時與女兒合影。(中央社)



【本報記者章文、臧品安綜合報導】國防部表示，殉職飛官朱冠堯曾回報「發動機故障」，因此宣布 F5 戰機全面停止飛行，除戰、演任務外，其餘訓練也暫停。29 日墜機殉職的上尉飛行員朱冠堯曾向家人表示：「媽媽！F5 早晚會出事！」空軍漢翔公司飛機退休維修人員受訪說：「老飛機零件生產線關閉，這些年都是拆東牆補西牆，F-5 早該淘汰了。」

機毀人亡

軍方證實，29 日早上 1 架志航基地第七聯隊的單座 F-5E 戰

機墜落台東外海，上尉飛行員朱冠堯在回報塔台發動機失效後緊急跳傘落海。國防部獲報後，派遣黑鷹搜救機及海巡艇搜索，順利尋獲飛行員，但救起時已無生命跡象，送往台東馬偕醫院進行搶救，最終仍傷重不治。29 日早上，隸屬志航基地第七聯隊的單座 F-5E 戰機在台東加路蘭海岸遊憩區外海墜落，執行訓練的上尉飛行員朱冠堯在回報塔台發動機失效後，緊急跳傘落海，搜救隊於 8 時 40 分完成吊掛，但朱冠堯獲救後沒有意識，於 9 時 27 分宣布死亡。



▲ 空軍 F-5E 型戰機為民國 62 年與美國簽訂合作生產，使用 2 具 J58-GE-21A 型渦輪噴射發動機，共生產 242 架。(維基百科)

維修人員：早該淘汰了

空軍 F-5E 型戰機為民國 62 年與美國簽訂合作生產 (MOU)，使用 2 具 J58-GE-21A 型渦輪噴射發動機，共生產 242 架。63 年首架機在台灣裝備完畢，並出廠交付空軍，47 年後的今天仍擔任空軍部隊的訓練任務。

「離譜的是，飛機就掉在跑道頭不遠的地方，塔台和航管通報的時間居然差二十分鐘以上？」空軍漢翔公司飛機退休維修人員受訪說，「維修不力是有可能，

各級長官為達成任務，就不可能顧到品質，我在職時就常發生這樣情況。」他指出，剛起飛就失事，絕大部分是維修問題，朱上尉已有七年資歷了。

分析維修的問題，這位資深維修人員表示，主要是空軍後勤補給的問題，沒器材怎麼修好？「我還在的時候就拆東牆補西牆，工時量比正常工作多兩倍以上。」

他也說：「F-5 是很老的飛機，器材補給是一大問題，我軍校畢業前就飛行多年，我畢業都 40 年了，早該汰除了。」

「媽！F5 早晚出事！」

朱冠堯母親 29 日下午趕抵台東殯儀館見兒子最後一面，她悲痛地表示，孩子之前曾經說過，「媽媽！F5 早晚會出事！」「這麼老的軍機，孩子也飛得提心吊

膽，再有軍機失事，我就要跳台東的海。」

國防部 29 日召開記者會時表示，是跳傘高度不足，飛行員遭傘繩纏住，影響逃生而溺水殉職，詳細狀況還是要進一步調查，因為彈射跳傘受到飛機角度速度與姿態，以及彈射出去後受到傘張力等影響，不一定保證跳傘後就可以最佳落海，需要後續相關事證調查。

房價高青年買屋難 籲修改國房稅

房價不斷攀升，青年買屋真的好難，立委呼籲政府應儘快落實國房稅，及實價登錄 2.0，實質保障青年朋友的居住正義。

【本報記者祝潤霖台北報導】「落實國房稅及實價登錄 2.0，讓夾心世代不再只能房子、孩子二選一！」針對七年級首購屋年齡已往後遞延一個世代，民眾黨立委邱臣遠、蔡壁如 29 日主張，除落實國房稅外，更要將實價登錄資訊揭露到戶、地號，預售屋與自建自售屋在簽訂買賣契約書的 30 日內，就需納入實價登錄，才能實質保障青年朋友的居住正義。

房子、孩子二選一？

「最近 PTT 熱門討論『七年級得罪誰了？』這個三明治世代買不起房子的議題。」邱臣遠表示，10 年前首購主力為 30~35 歲，而今則要到 35~40 歲才能晉升有殼一族；上半年 35-40 歲新增貸款族 15,190 人佔 19.6% 為最多，其次為 40-45 歲達 13,732 人佔 17.7%，合計 35 至 45 歲共 37.3%，每 3 人購屋就有 1 人在此年齡層。

邱臣遠強調，青年購屋壓力只能依賴時間分散，民眾首次購屋年齡已經往後遞延一個世代。2017 年營建署委託住宅學會針對六都研究，發現全國總生育率與房屋貸款負擔率呈現負相關，也就是房價負擔能力越低，總生育率就越低。第一是怕賺的錢不夠養小孩，第二則是覺得買不起房子，沒法給小孩一個家。

「房價升 10%，生育率就降



▲ 房價不斷攀升，青年買屋真的好難，許多人都被高房價壓得透不過氣來。(網路截圖)

1.5%，高房價輾壓了年輕人的希望，買房成為遙不可及的夢想。」邱臣遠指出，年齡介於 30~50 歲間的夾心世代，上有父母要奉養、下有子女要撫養，一肩扛起全家經濟重責，可以說是「一人倒、全家跟著倒」，再加上每個月負擔不小的房貸壓力，許多人都被高房價壓得透不過氣來。

推實價登錄 2.0 修法

「房子是拿來住的，不是拿來炒的！」蔡壁如表示，當民眾面臨買不起的高房價時，卻有很多房子空著沒人住，空屋率不斷攀升，甚至還有投機客藉此炒作房價、賺取利差。而民眾卻因為資訊嚴重不對等，在買房議價時無法取得公平的售價，有如砧板上的魚肉任憑房屋業者宰割，「推動國房稅和實價登錄 2.0 改革已是刻不容緩！」

蔡壁如提出修法方向：第一，修改「房屋稅條例第 5 條、第 11 條修正草案」：採累進稅率課徵「國房稅」，並將房屋標準價格評定由 3 年縮為 2 年，降低單一自住稅率但課徵累進稅率，1 戶是 1.2%，2~3 戶是 1.5%~2.4%，4~5 戶就是 2.4%~3.6%，6 房以上則是 3.6%~4.8%。預售屋則是在徵房屋稅的 1 年內沒售出，按房屋現值的 1.5% 課稅。

第二，修正「平均地權條例第 47 條及第 81 條之 2 修正草案」，將實價登錄資訊揭露到戶、地號，同時預售屋納入登錄範圍，3. 透過「不動產經紀業管理條例第 24 條之 1、第 29 條及第 40 條修正草案」，讓預售屋及自建自售屋自「簽訂買賣契約書 30 日內」就需納入實價登錄。蔡壁如強調，「唯有公開透明才能健全房市！」

社論

從中天聽證會 看程序與監督的功能

關於中天電視的執照是否延續，主管機關 NCC 決定以聽證會的方式，藉由評鑑人與官方的提問，讓中天來答辯與質疑，全程直播以昭社會公信，這本是美事，也可幫助台灣民眾更了解我國的聽證政策，但也因過程的不完善，留人口實。

多面向的監督功能

聽證會在美國是相當重要的制度，美國國會聽證會（United States congressional hearing），又稱美國國會公證會，可以提供證人針對特定事件發表證詞，也可以舉行調查

聽證會或同意權的聽證會。

聽證會的對象也不只是政府機關，民間牽涉的單位也可以出席被調查，例如說美國在 7 月辦的反壟斷聽證會，當時四大科技公司，亞馬遜、蘋果、臉書和谷歌母公司 Alphabet 的首席執行官都有出席，為自己公司的政策進行辯護。同時議員也可以針對這些公司的做法進行質疑跟批判。

由於聽證會都是公開的，在美國不只是檢驗政策，很多時候也能看出議員對這些議題的用功程度，還有在面對互相攻訐時，是否能保有該有的風度。

有的公聽會看來好像變成議員的做秀或是謾罵，這些表現經由轉播，都會讓民眾看到這些議員的真正一面，對議員問政的監督也有幫助。

程序問題缺明文規範

相對於美國頻繁的聽證會，台灣雖然也有舉行不少聽證會，但是對於社會重大事件舉行的比較少，本次的中天換照聽證會算是重大的社會事件，牽涉到一家電視台是否可以繼續播送訊號。但是從這次的直播中，在可以看出政府跟民間都還很陌生，彼此在程序上的

共識很低。

如果說在彼此立場上不同那很正常，不過如果連怎麼進行、過程中可以怎麼互相詰問、鑑識人的資料有沒有提前發放都會有爭議，那說明這些聽證會基本的程序問題，都還沒有明文建立。

專家證人應迴避利益

台灣的社會議題已經進入百花齊放的時代，面對越來越多的社會問題，政府跟民間彼此的討論也更加重要。民主社會最擔憂的就是權力壟斷，就算代議士是民間選出，但是面對

各種利益或是團體，代議士也未必對每個領域都專精，同時也要防止代議士本身有利益衝突的問題，因此公開的聽證會，可以彙集專家、證人、官員跟代議士齊聚一堂，就顯得很重要。

這一次中天的聽證會，其實是一次很好的提醒。包括了聽證會的場地，還有程序，甚至是每個出席者的角色，能夠發言的次數，或者是互相詰問的方式，都還不夠完善。尤其是處理重大議題的聽證會，更需要取信於人，才能有足夠的權力來判斷敏感的問題。

反應民意打破壟斷

台灣的政壇近來藍綠壁壘分明，在各種社會議題上幾乎都難以取得共識，雖然可以靠著國會投票分出勝負，但是投票其實就是看議員人數多寡，如果選舉結束，藍綠當選人數相差懸殊，那接下來的四年任期，幾乎都是一黨說了算。

但是在敏感的社會議題上，如果能夠佐以有公信力的聽證會，不但可以充分反應民間不同聲音，打破政黨本位主義或是既得利益，畢竟代議士需要的就是更多的民意背書，不是壟斷民意。

連綠委提案都否決 藍營籲蔡莫擋食安

綠營連自家立委校園無萊豬的提案都否決，國民黨痛批蔡政府罔顧人民食安，終將受到民意的制裁。

【本報記者呂翔禾台北報導】

「連綠營立委林淑芬提出校園無萊豬的提案都遭到撤案，民進黨會遭到反萊豬的民意反撲！」國民黨 29 日召開記者會，文傳會主委王育敏痛批，蔡政府從中央到地方都要擋下「瘦肉精零檢出」的規定，罔顧人民食安、且侵犯地方自治，目前民眾反萊豬進口仍高達 6、7 成，如果民進黨持續一意孤行，終將受到民意的制裁。

中央不得施壓地方

王育敏表示，衛福部從 9 月底就開始施壓，要求地方政府如果《食安自治條例》中有瘦肉精零檢出的規定都必須修正，可是根據大法官釋憲第 738 條，地方與中央法規寬嚴不一並沒有違憲，



▲國民黨 29 日呼籲蔡政府不要阻擋地方政府與立委捍衛食安，否則會遭到民意反撲。左起王鴻薇、王育敏與江怡臻（Photo by 呂翔禾／台灣醒報）

而是地方因地制宜規定細則，中央只是制定基本原則，因此衛福部、農委會等行政部門不能施壓地方政府修改條例。

「縣市議會都將維持最高零檢出標準。」藍營新北市議員江怡臻表示，新北市雖然過去並無相

關規定，但新北市長侯友宜已經表態要堅持零檢出，未來新北市議會也將修正地方的《食安自治條例》。藍營文傳會副主委王鴻薇直言，當初馬政府開放瘦肉精美牛時，民進黨地方政府也都曾積極反對。

「可是當初反對的陳菊、賴清德現在卻都不講話！」王鴻薇說，當初許多民進黨執政的地方政府都聯合反對馬政府開放瘦肉精美牛，但現在卻要中央施壓地方更改零檢出的規定，前後標準不一，而農委會主委陳吉仲在立

勞工秋鬥反毒豬反雙標 對抗綠營新威權

【本報記者祝潤霖台北報導】

「秋鬥 11 月 22 日下午 1 點凱道集結，『油菜花運動』向威權統治發出怒吼！」民團、勞團、環團等 30 多個團體 29 日宣告發起秋鬥遊行，主訴求「反毒豬、反雙標、反黨國」；並演出 2009 年民進黨反毒牛大遊行的復刻行動劇，諷刺雙標政客因時空環境不同而背棄過去的價值。

民進黨與民意背馳

「過去民進黨說要善待勞工，如今時過境遷卻完全站到了勞工對立面！」桃園市產業總工會秘書吳嘉法說，勞工認為勞保年金保障、老年給付不足，必須建立基礎年金。國際勞工協會秘書陳品存則強調，《勞動事件法》被政府、財團藐視，讓非典勞工、吹哨者無保障，主張移工本勞應該同工同酬待遇。

環保聯盟台東分會長李偉俊痛批，民進黨政府與環保背道而

▼民團、勞團、環團現場演出 2009 年民進黨反毒牛大遊行的復刻版行動劇，諷刺雙標政客因時空環境不同而背棄過去主張的價值。（photo by 祝潤霖／台灣醒報）



馳，空汙、水汙、農地廢棄物汙染如癌症般蔓延；他主張「環保要三零：淨零碳排、零廢棄全循環和零污染顧健康！」

「南鐵的徵收強拆又再次印證，民進黨根本在充當地產開發商的打手！」土地正義行動聯盟榮譽理事長徐世榮教授表示，區段徵收惡法必需廢除，否則民進黨只是過去黨國的延續，繼續迫遷弱勢底層的人民。他訴求廢

除區段徵收、都市計畫必須行政聽證、沒有完整司法救濟不得強拆，履行人權兩公約關於居住正義的規範。

捍衛食安、言論自由

安心消費公民連線段心儀指出，開放萊豬的政策已經引發社會高度不滿，民進黨仍要強行碾壓民意通過行政命令，更拋棄過去反對萊牛的主張，消費者有必

要站出來捍衛食安，保護每位國民的健康，不容做為交換籌碼犧牲。她訴求：「撤回命令，重新談判；健康優先，不要毒豬！」

「正如喬治歐威爾在《動物農莊》寫的：『豬比其他動物更平等！』」陳致曉教授痛批，過去主張黨政軍退出媒體，如今卻又放任黨政金權操控媒體，完全是雙重標準。訴求黨政退出媒體，禁絕公帑養網軍，禁絕政府干涉公共電視，廢除集會遊行法、訂定《政府資訊公開法施行細則》落實政府資訊公開。

秋鬥遊行反抗威權

秋鬥遊行總指揮林子文表示，遊行將從凱道集合出發，終點是民進黨中央黨部，象徵新的黨國一體化，並途經失去監督能力的立法院，以及威權獨裁的行政院，代表民主價值已被民進黨摧殘毀壞。

【本報特派員劉東泉台中報導】

「台中市議會是小漢仔？」台中市議會國民黨團 29 日召開記者會，針對行政院發函給市政府要求修正食品安全衛生管理自治條例、萊克多巴胺零檢出的規定，議員紛紛痛責「民進黨成了毒豬黨」、議會通過的自治條例憑什麼為中央背書而修改？黨團書記長陳政顯要求，明年開始准許萊豬進口後，蔡英文與陳時中應兌現諾言，下台負責。

中央發函地方修改自治條例的公文日前曝光後，台中市長盧秀燕對外宣稱，堅決反對修改自治條例萊豬瘦肉精零檢出的規定；國民黨團 29 日也要求，市府一定要依據自治條例執行，不能修改自治條例、為中央的毒豬政策背書。黨團執行長吳瓊華表示，議會是自治獨立機關，憑什麼中央一紙公文就要地方配合？

吳瓊華說，除了蔡英文、陳吉仲等人反萊豬，包括前市長林佳

龍、前高雄市長陳菊，過去都反對瘦肉精萊豬進口，現在都馬上翻臉、要求人民吃萊豬。張滯分說，台中食品安全衛生自治條例是林佳龍時代通過的，現在當上中央高官，卻一句話也不說。劉士州則直言，這是「官逼民反」的政策。

李中、朱暖英、李麗華、羅廷緯等議員則稱，自治條例完全合法，根本沒有抵觸中央法令的問題；且軍方。校園都不准萊豬進入，農民不吃、連台灣豬都不吃瘦肉精，卻要其他民眾吃萊豬，簡直把百姓當成豬都不如。張滯分更氣憤說，萊豬一開放進口，不只是美國萊豬可以進來，這樣的政策會有「報應」。

陳政顯表示，黨團全力支持市府依自治條例執法，也希望台中市選出的議員及立委，應站在民意的一方，不要只聽黨意。這件違背良心的政策，將留下歷史記錄。



▲台中市議會國民黨團召開記者會，堅決支持市府依自治條例執行萊克多巴胺零檢出政策。（photo 劉東泉／台灣醒報）

▶商總理事長賴正鎰呼籲政府要繼續推動紓困、並釋放善意讓兩岸經貿維穩。左起王權宏、賴正鎰與理事徐銀樹。(Photo by 呂翔禾/台灣醒報)

▽商總理事長賴正鎰預估全球可以自由移動恐要等到明年7月以後，因此希望政府可以持續補助刺激消費、讓觀光、旅館等產業可延續生存。圖為阿里山森林遊樂區天文生態營。(中央社)



自由行要等到明年 盼政府推動紓困 4.0

【本報記者呂翔禾台北報導】「疫情最快要明年7月才能控制，希望政府持續紓困，讓企業得以營運！」全國商總29日召開記者會，理事長賴正鎰建議政府要推出紓困4.0，他預估全球可以自由移動恐要等到明年7月以後，因此希望政府可以持續補助刺激消費，讓觀光、旅館等產業可延續生存。同時他也呼籲兩岸在增加經貿互動的基礎上，蔡

全球疫情仍嚴峻，若要等到自由行開放，可能要到明年7月，因此商總期盼政府能推出紓困4.0，讓觀光旅遊產業延續生存。

政府要釋放更多善意。

盼推動紓困 4.0

賴正鎰說，目前全世界已經超過3000萬人確診新冠肺炎，但台灣在世界陷入二波疫情時卻

還可以保持國內產業運作實屬不易，但許多依靠外國觀光的旅遊業短時間內難轉型成國旅，許多國際客、都市型的旅館住房率只有過去的2到3成，因此他建議政府目前除了紓困3.0以外，應

該加碼推動紓困4.0。

「經濟才是最好的國防！」他指出，兩岸經貿往來預計今年將達到1000億以上的順差，但是目前兩岸政治局勢兵兇戰危，而台灣還有5到6萬名台商在中國工作，因此他希望蔡總統可以釋放更多善意的訊號，同時也要考慮開放商業泡泡，他透露稍早與行政院副院長沈榮津見面時，沈副部長表示有在考慮。

地方爭取振興券延長 政院：還要評估

【本報記者臧品安台北報導】中央將不再推出振興券加碼措施，但會連結店家給予加碼優惠。行政院29日院會記者會上，針對有縣市首長爭取振興券使用時間往後延長，政院發言人丁怡銘表示，這部分要再評估。內政部另外指出，29日已通過「中華民國專屬經濟海域及大陸礁層法」第18條修正草案，將對盜採海砂者加重處罰。

說，自7月15推出振興券後，至今已近2290萬人、超過96%的國民領用，從各式民調上也都呈現有6、7成的民眾認為振興券領用方便、對振興經濟有幫助，讓許多內需型服務產業得以營收成長，感謝國人的支持，振興券的領用到今年12月31日，預期領用率可以再提升。

「目前中央不會再推出加碼措施，但會連結店家持續加碼優惠。」經濟部次長林全能表示，爭取尚在市面上流通的144億元振興券的後續商機。丁怡銘則

說，有地方縣市首長在院會中爭取振興券使用時間往後延長，不過這部分要再評估，至於其他的獎勵措施，行政院要盤點剩餘的振興券數量再行討論。

盜採海砂加重處罰

另外，因應大陸籍抽砂船越界抽砂情形日益嚴重，內政部指出，29日已通過「中華民國專屬經濟海域及大陸礁層法」（專經法）第18條修正草案，主要加重違法越界抽砂刑度，最高可處7年以下有期徒刑，得併科新

台幣8千萬以下罰金。

針對犯罪用的船隻，因噸數鉅大，經判決沒收確定除了拍賣或變賣，以專案報准方式，得視個案情節需要，無償留供公用、廢棄或其他適當處置。

有媒體提問，雖然專經法已加重處罰，但執行層面有辦法落實嗎？內政部次長花敬群回應，執法權責的部分屬於海巡署的業務範圍，若發現陸籍抽砂船靠近，就會進行驅離，如果越界則會進行逮捕，今年就已查扣4艘抽砂船及37人。

投審會應加速審查

賴正鎰並建議政府在2025年前不要漲電價，商人贊成政府發展任何能源，但目前的綠能電價1度要5-6元，對企業的營運成本是非常大的負擔，因此他也希望政府可以讓核一、核二延役。另外，針對美豬美牛進口，賴正鎰雖然認為，如果是為了爭取FTA談判的話可接受，但一定要標示清楚有無瘦肉精。

商總的「15大服務業產業建言」中還有提到：催生經濟移民法、續修勞基法、發5000元振

興券、鬆綁法規與降稅、減少打房等，賴正鎰強調，台灣房市目前多為小坪數、首購族，40坪以上的大房銷售很差，而政府因為近來不肖業者出售紅單房而要用「實價登錄2.0」打房會讓房市衰退，他也呼籲業者要自律。

「希望投審會可以加速審查香港來台投資！」全國商總常務理事王權宏表示，目前香港來台投資約有4、5000件，但目前投審會因為人力不足的關係僅通過約800多件，他希望能夠加速引進外資以促進就業。

投資客重環保 企業減碳成經營指標

【本報記者陳是祈綜合報導】企業是否致力減碳，已成為吸引投資客的特點之一。美國一家金融公司推出新平台，讓投資人可以知道自己投資的公司，有多少資金被運用於減碳環保中，搭配環保意識抬頭，越致力於環保相關科技研發的公司，也更受投資人的歡迎。

《Techcrunch》報導，美國電子支付公司Strip宣布投入100萬美金投入減碳環保的科技研發，宣布成立新平台Strip Climate，是一個金融投資平台，但最特別的是羅列在這個平台上的企業，都有各自的減碳目標和計畫，投資客可以知道自己投入的資金，有多少比例被運用在節能減碳上。

Strip表示，透過這個平台，已經有25家公司企業入駐，至少已經吸引數十萬的投資美

金。加入平台的其中一間公司Substack是一個文字部落格平台，其創辦人兼執行長克里斯表示，現在有越來越多企業重視如何回饋社會，並致力於環保減碳工作，「投資者也越來越在乎他們所投資的公司，是否有在致力於環保。」

媒體指出，有這樣的投資平台，讓許多想投入環保事業，卻不知道從何而起的有集中的資訊可循，也知道自己花出去投資的錢，是用在有意義的事情上。

《彭博》報導，現在的投資客和顧客越來越在乎企業有無做到社會回饋，在環保減碳、種族等議題上有沒有努力。日前在澳洲，就有一個16位投資客組成的組織「氣候聯盟」，狹帶6090多億美金的資金，專門投入促進清潔能源和減碳技術的研發。



▲投資客現在不只重視企業的商業潛力，也重視投資標的公司是否有致力於環保。(網路截圖)

最討厭三人蘇背鍋

迎民調，行政院長蘇貞昌以15.2%居首，超越前總統馬英九的9.9%與前高雄市長韓國瑜的7.7%。究其原委，蘇貞昌是因為內政問題承受砲火，馬、韓則是因為兩岸立場與主流民意不同。

內政爭議蘇挨失民心

台灣民意基金會的民調顯示，蘇貞昌榮登最不受歡迎的政治人物榜首。台灣民意基金會董事長游盈隆分析，蘇貞昌是行政院長，許多內政民生議題，如萊豬、中天、疫苗暫緩

施打等近來都引發很多爭議，雖然蘇內閣的滿意度還有56%左右，但蘇貞昌承接不少內政議題的炮火，而不受民眾歡迎。

另外，行政院在萊豬議題上也缺乏與民眾溝通的誠意，行政部門透過公文限制地方政府權限，而民進黨立法院黨團也無法發揮制衡行政部門的效果，這也讓蘇貞昌的不受歡迎程度上升。而蘇貞昌之前還要求NCC要打假新聞，NCC便對中天進行開罰，政治干涉獨立機關的觀感很嚴重，也讓民眾產生高度不信任感。

馬、韓親中惹反感

一般認為，蘇貞昌擔任行政院長，必須執行蔡英文總統的決策，親上火線，只好為蔡總統背黑鍋，讓蔡總統得以避在幕後，不用承受政策砲火。

馬韓親中言論遭反感

至於馬英九、韓國瑜分別位居第2與第3，游盈隆則認為，關鍵原因在於2人發表的論述常和台灣主流民意唱反調，如馬英九之前宣稱兩岸若開戰，台灣「首戰即終戰」的論述，對於中國比較保留、溫和的態度也會讓許多民眾，尤其是年

輕族群從太陽花學運開始就對馬英九感到高度不滿。

而韓國瑜雖然從2018年縣市長大選中贏下高雄市長，但他在選後多次違背選前承諾的政見，加上網路媒體的發達，他的負面形象（如遲到、親中等）也被放大檢視，讓他雖然有韓粉的高度支持，卻也引發其他民眾高度反感。這股浪潮從2020總統大選一路延續到高雄市長補選，以致被高雄人投票罷免，讓韓國瑜很快在台灣政壇殞落。



▲行政院長蘇貞昌（左）因為內政問題受到民眾高度不滿，位居2、3名的前總統馬英九（中）、前高雄市長（右）韓國瑜主要是因為兩岸論述與個人負面形象。(photo by 臉書粉專)

【本報記者呂翔禾分析報導】蘇貞昌內閣滿意度雖高，但近期因為萊豬、中天與疫苗等爭議，也讓他成為最不受歡迎的政治人物。台灣民意基金會近日公佈政治人物不受歡

▼WTO 多數會員國希望奈及利亞女經濟學家伊衛拉擔任總幹事，不過美國目前持反對態度，未來美國在 WTO 會如何抵制值得觀察。(Photo by by Remy Steineggervia World Economic Forum on Wikimedia Commons under the Creative Commons Attribution-Share Alike 2.0 Generic license)



▼美國駐 WTO 貿易代表處也同時發表聲明，支持南韓前貿易部長俞明希出任 WTO 總幹事。(Photo by Sapphire8225 on Wikimedia Commons under C.C 4.0)



WTO 總幹事人選 美國力挺韓籍學者

【本報記者呂翔禾綜合報導】世界貿易組織(WTO)將於今年選出新的總幹事，多數會員國支持奈及利亞女經濟學家伊衛拉出任，唯獨美國支持南韓經濟學家俞明希，認為她才能帶領 WTO 進行「真正的改革」。美國自川普總統上任後，就屢次對 WTO 表達不滿，認為 WTO 在貿易戰偏袒中國，甚至曾揚言退出 WTO。

奈國女力崛起

根據《英國廣播公司》報導，WTO 提名委員會在 28 日宣布，WTO 會員國多數支持奈及利亞女經濟學家、曾任世界銀



WTO 多數會員國希望奈及利亞女經濟學家伊衛拉擔任總幹事，不過美國反對，支持南韓經濟學家俞明希，認為她才能進行改革。

行常務副總裁、奈及利亞外交部長與財政部長的伊衛拉擔任 WTO 新的總幹事，如果人事案順利通過，她將會是首位領導 WTO 的女性與非裔人士。

但 WTO 發言人洛克威爾也提到，其中有 1 個國家大力反對此項提案，而美國駐 WTO 貿易代表處也同時發表聲明，雖然內文並未提及反對伊衛拉，但卻表示支持南韓前貿易部長俞明希出任

WTO 總幹事，聲明中說，WTO 已 25 年沒有進行關稅協商，如今貿易紛爭已難以控制，需要真正可以帶領改革的人出任總幹事。

《金融時報》提到，由於原本巴西裔的總幹事阿茲維多宣佈提前 1 年結束總幹事的任期，因此 WTO 今年密切討論新的總幹事人選，美國雖然在 WTO 佔有 15% 的關鍵投票權，但並無法完全否



決會員國任命 WTO 總幹事，提前退位的阿茲維多當年也是在美國、歐盟的反對下，因為金磚國家與新興市場的支持而擔任 WTO 總幹事。

美國杯葛引發關注

WTO 將會在 11 月 9 日正式處理伊衛拉的人事案，這次歐盟也支持她的情況下，外界認為她順利當選的機率頗高，她 10 月初受訪時也強調，她希望可以用她長久以來的經驗協助 WTO 進行改革，但未來她恐怕將會面對許多貿易紛爭的爛攤子，尤其是美中貿易戰的部分。



拚零碳排卻蓋煤電場 日專家：假進展

【本報記者臧品安綜合報導】日本 2050 要實現碳中和，但卻計劃未來五年內建設新的燃煤電廠。日本首相菅義偉 26 日宣布，日本 2050 年要達到溫室氣體淨零排放的新目標，但卻計劃在未來五年內在 17 個地點建設 22 個新的燃煤電廠，還向希望在海外建設燃煤電廠的日本公司提供支持，科學家和氣候變遷議題倡議者擔憂，政府表裏不一。

減碳政策缺少細節

菅義偉 26 日發表上任後首次施政方針演說，宣布日本 2050 年要達到溫室氣體淨零排放的新目標，實現碳中和。但根據《日本時報》報導，該計畫並未規劃國家面對氣候危機時的應變，因此科學家和氣候變遷議題倡議者擔憂，該計畫可能缺少實質減碳的方法和遠見。在菅義偉的政策演講中，沒有



▲科學家和氣候變遷議題倡議者擔憂，減碳計畫可能缺少實質減碳的方法和遠見。圖為火力發電廠。(photo by pixabay)

提出任何監測減排進展的機制，他也沒有提及《巴黎協定》，該協定規定到 2030 年減排 45%。專家指出，近年內無法產生菅義偉的演說中所提及的兩項技術—核能產能提升與碳回收再利用。

今年 7 月，日本政府宣布，2030 年將停用 100 多家低效燃

煤電廠，並停止支持燃煤發電出口，但卻計劃未來五年內在 17 個地點建設 22 座新的燃煤電廠，甚至還向希望在海外建設燃煤電廠的日本公司提供支持。國際氣候變遷 NGO 350.org 日本分部的橫山孝義表示，應該要從根本上改變的能源結構，而不是假裝有

進展。

核能發電存爭議

橫山孝義說，真正的考驗將是經濟產業省三年一度的討論，在此期間，官員們將重新審查能源結構及其氣候應變對策，小組委員會定於 2021 年 6 月宣布修訂版本。東北大學環境研究科教授明日香壽川則指出，小組委員會缺少氣候科學家和研究人員，他們需要認真討論氣候變遷的問題。

《路透社》報導也提到，菅義偉 26 日的演說中表示，為實現 2050 年溫室氣體淨零排放的目標，將推進核能發電政策，此發言引來反對的聲音，可再生能源基金會認為，為減少碳排放而繼續使用核能發電有爭議，因為核廢料處理及安全性方面仍存在問題，不應依賴核能發電。



查理周刊登不雅漫畫 艾爾段再槓法國

【本報記者郭淑鳳綜合報導】土耳其與法國再次結下樑子，28 日問世的法國「查理周刊」以土耳其總統艾爾段為封面不雅漫畫主角，艾爾段已經對周刊提告。土、法在國際事務上多有歧見，如今關係愈發緊張。

土耳其走法律途徑

漫畫中，艾爾段身穿白 T 和內褲，掀起一名包頭巾伊斯蘭女性的裙子，露出女子裸露的臀部。根據土耳其官媒《安納多魯通訊社》報導，土耳其外長卡夫蘇格盧 28 日表示，土耳其將對法國查理周刊採取國際間的法律行動，指控其發行侮辱總統的漫畫。

他表示，「我們將在法國和國際間遵循外交和法律程序，（在土耳其）也已經展開了調查。」卡夫蘇格盧還在推特上引用法國前總統席哈克的言論批評法國現任政府。引文中席哈克強調，言論自由應建立在寬容和尊重所有信仰的價值觀之上。



法、土外交政策分歧

根據美媒《全國公共廣播電台》報導，此事讓人關注法土之間在外交政策上的明顯分歧，包括敘利亞、高加索地區、地中海和利比亞問題。

像是在敘利亞，法國支持庫德族武裝分子，土耳其將其視為恐怖分子。在高加索地區，馬克宏指責土耳其派雇傭兵，幫亞塞拜然對抗亞美尼亞。法國還領導著國際社會批評土耳其，不應在塞浦路斯宣稱擁有主權的東地中海地區開採天然氣。

在利比亞問題上，法國支持總部位於班加西的希夫特將軍，土耳其支持聯合國認可的黎波里政府。土耳其軍方在幾個月前還曾在地中海阻止法國護衛艦搜查可能向利比亞運送武器的貨船。

隨著對查理周刊漫畫的爭執繼續，巴黎從土耳其召回了大使，以示抗議。



▲土耳其總統艾爾段已對查理週刊總編輯和漫畫家，提起訴訟。(photo by twitter)

圖文選粹

圖文 / 中央社

法國疫情超出預期 全國二度封城



▲法國第二波疫情發展超出預期，總統馬克宏晚間宣布全國 30 日凌晨 0 時起封城，將至少持續至 12 月 1 日。

非裔遭警射殺 美費城暴動祭宵禁



▲美國非裔男子華勒斯日前遭到警方射殺，數以千計的民眾走上街頭抗議，賓州費城連續兩晚街頭動盪，後當地政府決定實施宵禁。

中國大規模植林 減碳成果很驚人

中國的植林政策的碳吸收比外界想像還要多3成，不過專家也提醒氣候變遷下要小心森林大火，使更多碳排放至大氣。

【本報記者呂翔禾綜合報導】中國大規模造林的政策在減碳上發揮超乎預期的效果，近來1篇中國與英國跨國的研究報告顯示，中國近年來持續的大規模植林政策，約讓中國的碳吸收比外界想像還要多3成，最被低估的區域是中國的西南、東北部省分，如雲南、貴州與吉林省，不過專家表示，氣候變遷加劇下，中國的減碳仍會碰到很大挑戰。

根據《英國廣播公司》報導，此篇研究主要由中國科學院與英國愛丁堡大學聯合進行，經過地面與衛星監測，他們發現中國東北部與西南部的造林吸收碳效果比以前預估的還要高35%。中國目前是世界上碳排最多的國家（28%），不過之前中國國家主席習近平在聯合國大會演說中宣示中國要在2060年達成碳中和的目標。

雖然習近平並未清楚說明中國要怎麼做，但除了減少石化燃料應用外，也要想辦法讓更多碳回歸「碳庫（如森林、深海）」儲存，

中科院大氣物理所教授、論文共同作者之一的劉怡（音譯）受訪時表示，如果習近平要達成2060碳中和的目標，在能源生產與永續碳庫上都要做出很大改變。

此篇論文刊登在自然科學界最頂尖的期刊《自然雜誌》上，中國近年來因為沙漠化嚴重，政府透過大規模植林希望降低沙漠化與森林衰退的現象，並同時利用植林發展造紙工業，此篇研究則觀察到這些新造的森林，以中國西南部為例，就可以吸收3.5億噸的碳，這是中國約31.5%的碳庫存量，而東北部森林則可多吸收4.5%的量。

不過英國的氣候諮詢組織「能源與氣候情報部門」的科學家布雷克表示，雖然可以從此篇研究中更清楚瞭解中國的碳循環狀況，不過這不代表中國、或是人類可以在之後順利達成碳中和的目標，而且以加州、澳洲與俄國的森林大火頻率增加來看，氣候變遷對森林的衝擊已逐漸浮現，人類無法太過樂觀。



◀中國的植林政策比外界預期減碳的效果還要好，不過專家也提醒氣候變遷下要小心森林大火反過來使更多碳排放至大氣。（Photo byNithyasai, on Wikimedia Commons under the C.C-A-S-Atike 4.0 International license）

全球各大週刊頭條新聞

陳是祈／輯

《國家雜誌》The Nation

非裔球員光彩不再 美職棒回歸白人遊戲

棒球可以說是美國精神的一部分。一個完整的棒球隊強調忠誠和團隊合作，尤其對每個美國男性的童年影響深遠。美國著名作家羅傑·安杰爾甚至曾寫道，棒球擁有「世界上最令人羨慕的企業形象」，而一個棒球明星是英雄也是傳奇，代表著他的出身地，令他所處的城市自豪。

即使不是運動粉絲，美國人多少也知道棒球的基本術語和相關文化象徵。1947年，美國職棒大聯盟的道奇隊第一次簽下了非裔美國人羅傑·羅賓遜成為正式球員，從此棒球與種族之間產生了碰撞。

不只打破種族藩籬，黑人球員也給棒球隊帶來新的活力，尤其1920年，紐約洋基隊的非裔球員貝比魯斯的優秀表現，更讓非裔球員愈來愈受到重視，許多球隊都爭相挖掘、簽約黑人球員，因為他們認為黑人球員運動能力更好。

當非裔美國人為棒球這項運動增添光彩約莫半個多世紀後，如今卻又遇上了種族問題。首先，非裔美國人看比賽和成為棒球球員的意願急劇下降。著名的喜劇藝人克里斯·洛克在2015年一場談話節目



上表示，棒球與年輕的非裔美國人之間缺乏聯繫，目前已經五十多歲的他，本身是紐約大都會球隊的球迷，但他認為棒球和年輕一代黑人之間，不再有共鳴。

他表示，因為棒球不再受歡迎，以致黑人在體育場上表現多出色似乎都沒有意義，因為棒球最終還是回歸到最原始的、只屬於白人的遊戲。

根據調查，在2015年，非裔美國人在職棒大聯盟中的球員比例從巔峰值約18.7%下降到8%，甚至持續下探。

【本報記者陳是祈綜合報導】疫情期間中低收入國家爆發嬰兒潮，但富裕國家生育率不增反減。原本專家預測，在疫情居家避疫期間，可能會產生嬰兒潮，但分析指出，疫情下的壓力反而讓人更不敢生育，加上富裕國家要取得避孕的藥物、方法相當容易，因此在日本、新加坡等先進國家，生育率恐不增反增；而在中低收入國家，由於失業、缺乏避孕資源和知識，的確因疫情產生了一波懷孕潮。

中低收入國家懷孕潮

《經濟學人》報導，疫情籠罩下，原本預期人們會更願意生育，然而經過研究，嬰兒潮或許僅會發生在中低收入國家，由於失業、缺乏避孕資源和知識，的確因疫情產生了一波懷孕潮，甚至頻繁發生在年輕人之間。

一名在烏干達從事數位行銷



▲疫情下的嬰兒潮，在富裕國家可能不升反減。（網路截圖）

工作的民眾表示，疫情間年輕人無法購買避孕用具，只能依靠聯合國與當地人權團體四處發放免費避孕套，他甚至有多名朋友還在大學就學，就在疫情中意外懷孕，「沒有工作，也無處可去，所以大家都有大把時間。」

然而在新加坡、日本等富裕國家，希望趁著疫情大力宣傳生育，拯救年年下降的生育力，

富國焦慮不敢生

但是他與妻子已經篤定不生小孩，也不可能因為政府補助及疫情改變想法。

焦慮、避孕方法多

雖然要百分百預測疫情對生育率的影響還為時過早，但富裕國家和中低收入國家已經出現不同的趨勢。在富裕國家，疫情間大部分人還是保有工作，且因為對疫情的焦慮，反而更不願意生孩子，寧可花錢去避孕，然而在貧窮國家，婦女並沒有太多選擇。

這對日本、新加坡等政府來講，生育率是亟須推動的國安大事，若生育率持續探底，將會影響到國家整體勞動。

《brookings》報導，日本新首相菅義偉上任不久，就開始呼籲健康保險應該加入對不孕症的治療，因為政府數據顯示，與去年同期相比，從5月開始，懷孕人數已經下降了11%。

然而並沒有奏效。媒體分析，其中一個原因是在富裕進步的國家，避孕知識和避孕藥物等非常容易取得，即使新加坡大手筆推出生育計畫，表示只要在接下來兩年生孩子，都可以獲得2200美金的補助，然而當地的年輕夫妻依然不願意生小孩。

一名36歲的新加坡白領族表示，雖然疫情在家很無聊，

圖文選粹

圖文／中央社

拜登密西根小幅領先 威州優勢明顯



▲民主黨總統候選人拜登在中西部兩關鍵州人氣持續勝過總統川普，民調顯示，拜登在密西根州握有微幅領先，在威斯康辛州則享有明顯優勢。

韓國前總統李明博 涉貪終審判 17 年



▲南韓前總統李明博(圖)被檢方指控貪污並收受三星公司賄賂，首爾最高法院最終維持二審原判處有期徒刑17年、罰金130億韓元。

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

斷食減脂飲食指南 讓身體重開機

為了體重困擾嗎？常被身體的代謝循環影響生活作息嗎？週一斷食法教你如何改善體質！



▲易瘦體質的養成讓你不再受數字困擾。(網路截圖)



▲現代人習慣大量攝取高脂、高熱量的食物，使得腸胃天天飽受傷害，也囤積很多脂肪。(網路截圖)



▲如何挑選食物，也是節食中的重要課題。(網路截圖)



▲攝取「醃類」是斷食第二天的大忌，應盡量避免。(網路截圖)

■關口賢

有很多現代人，都「吃太多」了。大部分的人都以為，大量攝取「營養」，有益健康，於是習慣每餐都吃到飽。但是除了代謝症候群、高血脂

況，屬於中醫自古流傳下來的養生法。

我在自己開設的針灸治療院內，長年來一直在指導大家如何斷食，並且配合現代人的生活環

知識，套用自以為是的解釋及規則，是無法順利減肥成功的。例如，只能喝水的斷食日，卻大口暢飲蔬菜汁；或是在隔天最重要的回復餐，吃了一般的飲食……等等。我常常在網路上看到這種、用自創方式在進行週一斷食計畫的人，這真的非常危險。

四種體質的斷食須知

氣滯型，把當天行程安排得寬鬆一些，減少壓力。大家會不會覺得，斷食日讓自己忙一點，比較能分散肚子餓的感覺，感覺輕鬆一些呢？氣滯型的人，平時就習慣將行程塞得很滿，導致自己太忙、壓力過大，因而容易暴饮暴食、吃太多。

瘀血型、水滯型，注意保暖，避免身體受寒，這兩種類型的，共同點就是身體的「產熱能力」不佳。平時非常怕冷，尤其在斷食日這一天，由於沒有進食，身體無法產生熱能，因此容易比平時覺得更冷。在斷食日這

一天出現的頭痛現象，多數案例都是起因於畏寒，所以切记要讓身體保暖，盡量喝溫開水，也可以穿戴暖暖襪或是保暖腹帶等用品，設法避免身體變冷也是很重要的。

濕熱型，低血糖、想睡的狀況最嚴重，努力撐過去！頭幾次的斷食日，可能會感覺頭暈眼花。濕熱體質的人，平常食量都很大，以及習慣狼吞虎嚥，過去用餐時血糖值都會劇烈起伏，導致斷食後呈現低血糖、容易頭暈眼花，暈意頻頻發作。出現頭暈眼花時，代表體內的糖枯竭了，證明身體正在努力製造出糖來，所

以請懷抱正向心情接受這種現象喔！

飲食習慣至關重要

早餐和午餐攝取以葉菜類蔬菜為主的回復餐，避免身體發冷。高糖、高脂、重口味的食物能免則免。良食日的頭幾餐，是週二的早餐與午餐，稱作「回復餐」。斷食後的回復餐，在週一斷食計畫中其實是至關重要的環節。

淨空超過一整天的胃部，一旦有食物進入，即便好消化，也會對身體造成刺激。這時候腸胃吸收處於十分良好的狀態，因此如果突然攝取高糖飲食，反而會變胖，除此之外，最不樂見的情形，



▲攝取「醃類」是斷食第二天的大忌，應盡量避免。(網路截圖)

週一從睜開眼睛到晚上就寢之前，入口的東西只有常溫的水或溫開水，而且希望你一整天下來能喝足二公升。

就是

就是有時還會引發血糖飆升（餐後血糖飆高的狀態）等不適症狀。

斷食後腸道內偏向酸性，這樣的環境適合好菌生存，因此內含豐富寡糖的高麗菜及洋蔥，還有味噌這類的發酵食品，能成為好菌的食物，有助於大幅改善腸道環境。尤其瘀血型、水滯型的，剛結束斷食時多數都無法接受冰冷食物，因此最好從能夠溫熱身體的湯品開始吃起。

回復餐的原則

早餐，體質怕冷的人，以及

在寒冷的季節，應該攝取以高麗菜及青花菜等葉菜類為主的飲食，才能「溫熱身體」。建議大家可以料理成湯品、味噌湯或溫沙拉，好消化的白蘿蔔也非常適合。良食日的〈早餐〉基本菜單，也能吃「優格＋當令水果（1/2個）」。

斷食後腸胃還在半夢半醒，絕對不能攝取醃類（碳水化合物、內含砂糖的食物、飲品），以及會對胃部造成刺激的咖啡因。

中餐，腸胃還沒有完全清醒過來，和早餐一樣，不可以攝取醃類和咖啡因。週二的午餐堪稱準

回復餐，避免選擇需要花時間消化的牛肉、豬肉及炸物等，脂肪含量多的飲食。建議大家將豆腐等大豆製品，加入不會造成腸胃負擔的湯品中一同享用。良食日的〈午餐〉基本菜單，可以「只吃配菜」，在蛋白質方面，不妨攝取蛋、魚和雞肉等，比較易消化的食物。

晚餐，攝取良食日基本菜單的「蔬菜料理」，例如蔬菜湯、沙拉、蒸煮蔬菜，或是蔬菜為主的料理。晚餐時間較早，大約晚上7點之前就會吃完的人，或是午餐沒吃多少蛋白質的人，可以多加些蛋白質。但是和午餐一樣，蛋白質的種類，請挑選好消化的食物。原則上在週二晚上，應節制飲酒量。

回復餐禁忌食物

常常會有人將「回復餐」與「病後調理餐」混為一談。各位

應該有這樣的經驗，當小時候生病時，媽媽總會為我們煮些「容易消化」的稀飯，大概是受到這些記憶的影響，執行「週一斷食計畫」時，常有人在週二的早餐及午餐，選擇吃稀飯、雜炊或烏龍麵。

這些食物或許真的很好消化，但是！回復餐絕對不能吃碳水化合物（=醃類）。斷食剛結束的下一餐，就吃蕎麥麵或烏龍麵的話，血糖值會忽高忽低，有時會導致身體出狀況。

飲食的基本原則，就是增加自己動手做的機會，這正是健康的秘訣。本書中各階段的食譜，料理起來輕鬆、快速又美味，讓你無法再用忙碌藉口，會讓你想要繼續做下去。又好吃又方便，又能維持週一斷食的計畫，你一定可以逐漸減少外食的次數。

（陳謙／輯）

《週一斷食：最強減重計畫》簡介

解答週一斷食的各種疑難雜症！「斷食後『怎麼吃』很重要，有食譜可以參考嗎？」、「天氣一冷就難維持斷食……」、「只能外食，要怎麼挑選斷食日以外的食物呢？」答案都在這裡！

分析4種肥胖體質，了解自己的體質，瘦更快！回復食、良食日、美食日的詳細飲食建議。各階段一日三餐、40道食譜美味支援。體驗者親身分享「週一斷食」的4星期飲食生活。第二個月開始的「維持期」，飲食重點詳細說明。專門開給「還要再減5公斤以上」的「進階版菜單」。

讓週一斷食計畫有效的關鍵，在「飲食順序」！以7天為單位，按照「斷食、回復食、減醃好食、美食」的順序，徹底打造易瘦、不復胖的健康體質！



作者：關口賢

出版社：幸福文化

出版日期：2020/07/01

・T.M. 書訊・

《人人都能學會用 AI：不懂統計，不懂程式，一樣可以勝出的關鍵職場力》

作者：野口竜司

出版社：商周出版

」成為更重要的課題。

進入 AI 社會，我會失業嗎？這本書的目的就是要消除這種不安和疑問。作者強調無需知道程式語言，也不會用到統計，讓 AI 就像 Excel 一樣，成為一項任何人都能使用的工具。就在不久之前，AI 世界還是由理科和技術類的「理科 AI 人才」主導的世界。但是隨著 AI 技術的普及，在任何人都能夠輕鬆使用 AI 的今日，相較於「如何製作 AI」，「如何使用 AI

醒報編輯部／輯



《被罵了，怎麼辦？》

作者：北村裕花

出版社：小熊出版

一笑。

幼兒園裡的小朋友們，以「惹人生氣的時候，應該怎麼辦？」為議題召開了兒童會議，不要以為只是玩玩而已喔！每個小朋友可是都很認真地提出建議、討論方案，以及解決問題呢！

以《忍者飯團》聞名的日本新銳人氣畫家——北村裕花，這次為讀者帶來了全新的繪本《被罵了，怎麼辦？》。在書中，孩子們都穿上了西裝和服裝，一本正經的討論著被大人責罵時的解決方案，相信再生氣的爸媽看了也會忍不住會心



《真正的快樂處方：瑞典國民書！腦科學實證的健康生活提案》

作者：安德斯·韓森

出版社：究竟

你。

本書以振奮人心且又充滿遠見的方式，使針對大腦的運動科學實用內容，獲得大家的關注。我誠心推薦！——國際奧委會醫學委員會委員暨運動生理學家卡爾·桑德伯格，多次贏得健康大獎、廣播節目超過1/5 瑞典人口收聽，甚至播出時街頭都為之短暫淨空、在諾貝爾醫學獎頒發單位「卡羅琳醫學大學」接受培訓、發表 2000 篇以上醫學論文的世界級研究者暨瑞典國民醫師安德斯·韓森，透過精實的科學研究告訴



▼海倫瑞蒂的經紀人丈夫安排她到處去辦小型演唱會及上電視節目，勵志的歌詞，由痛苦而生的智慧，獲得女性普遍的共鳴。（網路截圖）



<生為女人>

- 好歌與女權運動史的結合

■胡幼鳳

（資深媒體人）

澳洲裔的歌后海倫瑞蒂的成名曲”I AM WOMAN”〈生為女人〉幾乎是女權運動的「國歌」，裡面的經典歌詞”I am woman, hear me roar”也成為女權運動的標語，由1970年代流行至今五十年。

海倫瑞蒂傳奇

今年9月29日她在加州去世，享年78歲，再掀熱潮，如今成為她故鄉澳洲數位音樂銷售排行榜的冠軍。儘管當年她走闊美國之初，澳洲媒體並不捧場，甚至用她的名字來揶揄她：”Helen Reddy is not ready”。

對於戰後嬰兒潮的這一代人，海倫瑞蒂的多首名曲是陪伴我們青春期長大的，她在美國當代單曲排行榜曾有六首登上冠軍之作，百萬張唱片銷售紀錄是七0年代女歌手望塵莫及的。

七0年代女歌手受到男團「披頭四」大為走紅的影響，備受壓抑，連錄唱片的機會，她都得靠逼經紀人丈夫兌現娶她時說要捧她為巨星的承諾，唱片公司才勉強答應讓她錄唱片。

生長在演藝世家，四歲就登

電影〈生為女人〉詳實記錄了歌后海倫瑞蒂的奮鬥過程，在那女權低下的年代，運用一首首的好歌，唱出生為女人的驕傲。

台表演的她在男性主導的娛樂產業中，常感受到壓迫與歧視羞辱，登台表演時，男藝人甚至會當眾開黃腔說：「到後台脫好衣服等我」。

《生為女人》詳實記錄

影片由她在澳洲贏得了歌唱比賽冠軍，她帶著三歲幼女勇闖美國，滿懷希望到紐約闖天下卻事與願違展開序幕，她備嘗艱辛，眼看要山窮水盡落魄返鄉，但在初識的熱情女友Lillian Roxon為她辦的募款派對上認識了經紀人丈夫，她閃婚離開紐約到了好萊塢，卻仍然無法一展歌唱長才。

為鼓勵自己走過逆境，她靈光乍現，第一次填詞創作了這首”I Am Woman”寄回老家，請朋友為她譜曲，當時並未料到這首歌後來會這麼走紅，而且唱片公司非常不看好，硬要主打另一首柔美抒情的”I Don’t Know How to Love Him”，她的丈夫發動了call in 部隊打到電台，瘋狂點播這首主打歌，（這首歌後來被

用在韋伯的音樂電影〈萬世巨星〉”Jesus Christ: Superstar”中），讓這歌打進排行榜，實現了捧紅她的諾言。

「我是女人」終於爆紅

而她堅持要唱”I Am Woman”，因此還是收錄在她的第一張唱片的B面。但光芒被主打歌蓋過，直到賈桂琳貝茜主演的喜劇片”挺身而出”把它用在電影原聲帶上，她再出單曲，她的經紀人丈夫安排她到處去辦小型演唱會及上電視節目，勵志的歌詞”I am strong, I am invincible…”由痛苦而生的智慧，獲得女性普遍的共鳴，認為她唱出了生為女人的驕傲，也成為正在美國推展女性平權法案的女權運動，每逢活動激勵士氣必唱的代表歌曲。

她在1972年成為第一位在葛萊美獎得到最佳女歌手獎的澳洲歌手，上台領獎的致謝辭轟動一時：”Thank God, She make everything possible”，雖然她後來接受新聞節目〈60分鐘〉訪

問時，聲明她認為上帝是沒有性別之分的，但是當時讓女性主義者為之稱快，從此成為女性主義者的偶像。

功成身未退

她在經紀人丈夫力捧下成為「家庭主婦歌后」，但華廈名車的名流豪奢生活卻讓她的婚姻也以破產離婚收場。當1981年她在世界小姐選美大會上唱這首〈I Am Woman〉，惹惱了視選美活動為「物化女性」的女性主義者，大加撻伐，她回嗆：「你們出來為我付房租呀，我就呆在家裡。」

不過後來她發現這首〈生為女人〉被視為女權運動史重要的代表作並寫進了澳洲的教科書時，反而促使她在2002年引退，她認為自己已成為歷史的一部份，很難再超越原本的成就。直到2014她復出，2017年還以75高齡應女權運動者之邀於洛杉磯登台演唱，風光再現。

呼應女權運動

澳洲長大在美國學電影的導演慕雲珠，在處理夫妻濃情轉淡的部份儘管有些俗套，但在處理海倫瑞蒂與Lillian Roxon的友情走調時，細膩之處卻迸發耀眼光



▲海倫瑞蒂在募款派對上認識了經紀人丈夫，她閃婚離開紐約到了好萊塢，卻仍然無法一展歌唱長才。（網路截圖）



▲海倫瑞蒂在1972年成為第一位在葛萊美獎得到最佳女歌手獎的澳洲歌手，上台領獎的致謝辭轟動一時。（網路截圖）

芒。

海倫猶是無名小卒時，到紐約闖天下舉目無親，結識了澳洲同鄉Lillian Roxon（當時在紐約是不得志的記者，醉心搖滾樂，後來因寫了第一本搖滾樂百科全書，被譽為「搖滾樂地下教母」，並進入澳洲搖滾樂名人堂），兩人皆沒沒名時，惺惺相惜、肝膽相照，略有小成時力挺對方，而名利加身後，海倫對於身為記者的莉莉蓮卻多了顧忌，後來形

同陌路，於是當莉莉蓮驟逝消息在她巡演時傳來，她的遺憾，瞬間成了催淚亮點。

而最值得一提的還是導演努力讓這部女性勵志電影扣合女權運動發展，甚至與現在的”Me too”遙相呼應，彰顯出時代意義，是這部影片可觀之處。此片11月在金馬影展首映，12月底會在院線推出。在此之前，歌迷們不妨先在youtube回顧海倫瑞蒂的名曲，先飽耳福。



▲影片由海倫瑞蒂在澳洲贏得了歌唱比賽冠軍，她帶著三歲幼女勇闖美國，滿懷希望到紐約闖天下卻事與願違展開序幕。（網路截圖）

梁靜茹跨年前開唱 與歌迷論愛情

【本報記者祝潤霖台北報導】「11月1日搶票，12月26、27日一起來聽梁靜茹演唱會！」歌手梁靜茹29日著藍花套裝亮相，啟動《當我們談論愛情》小巨蛋演唱會；現場請來郭子乾為梁靜茹分析星座愛情運勢，還模仿「蘇院長」口氣唱《勇氣》；同門師弟王柏傑當小鮮肉嘉賓，竟口誤把師姊叫成「靜雯」，引來哄堂大笑。

「梁靜茹是雙子座，反應快速、好奇心強、話題豐富！」郭子乾充當命理老師如此分析，梁靜茹說，「好像都不錯耶！」小

郭，「這個場合不能講壞的嘛！（眾笑）」他說，雙子是跟所有事物談戀愛，不會主動追求喜歡的男生，但被動中有主動，如果喜歡就會引起對方注意；梁靜茹笑說，「有點太準，我先走一步了。」

現場還準備4張帥哥圖，讓梁靜茹玩「唇形選秀」；小郭說，陳昊森的獅子座喜歡當「王」，要對他投以崇拜的眼神；王柏傑的天秤座同屬風象星座，很怕冷場所以很快能聊開來；曾敬驊的魔羯座別輕易放電，因為不是真的喜歡他就不會示愛；許光漢的



▲談到未來戀情，梁靜茹不排斥談場姊弟戀，差5、6歲也無妨，現場啟動演唱會的「愛情御守」。（photo by 祝潤霖／台灣醒報）



▲郭子乾（中）當嘉賓幫梁靜茹（右）開示愛情搞笑不斷，主持人黃子佼（左）還Que他模仿n連發。（photo by 祝潤霖／台灣醒報）

天蠍座最有神祕氣息，「要愛他就需要一點《勇氣》！」

帥哥圖中的王柏傑真的來到現場，並送上梁靜茹封號的「愛情本格派」，沒想到一開口就口誤說成，「靜雯姊...」，現場

一陣爆笑，佼佼虧他說，「你剛從靜雯那邊過來？當兩場嘉賓齣！」談到未來戀情，梁靜茹不排斥談場姊弟戀，差5、6歲也無妨，對象喜歡高、帥、幽默，「有表演才華就最棒了！」

▼別再以為微醺不會對健康造成影響，專家表示，台灣大多數代有酒精不耐症，少量飲酒也會有罹癌風險。（網路截圖）



少量飲酒也有罹癌風險 專家：不喝最好

【本報記者臧品安台北報導】飲酒沒有安全量，專家認為，能不喝酒最好！美國史丹佛大學醫學院亞洲人健康研究及教育中心教授陳哲宏 29 日指出，台灣是全球帶有酒精不耐症人口比例最高的國家，國人飲酒恐大幅提升罹患癌症的風險，提醒民眾飲酒沒有安全量，避免喝酒是最好的選擇。

飲酒提升肝病風險

衛生福利部 108 年國人十大死因分析資料，慢性肝病及肝硬化者位居第 10 位，肝癌則高居癌症死因的第 2 位，而每年因慢性肝病、肝硬化或肝癌死亡的人數約有 1 萬 2,000 人。另外，世

別再以為微醺不會對健康造成影響，專家表示，台灣大多數代有酒精不耐症，少量飲酒也會有罹癌風險。

界衛生組織也指出，飲酒並沒有安全量，即使少量也會有致癌風險。

「顧肝要從年輕時開始。」國健署菸害防制組組長陳妙心指出，根據國健署歷年國民健康訪問調查結果，青少年曾經飲酒率由 98 年 25.7% 略升至 106 年 27.7%，推估約 41.5 萬青少年曾接觸酒精飲料；瑞典一項整合性分析研究顯示，針對一群 18 至 19 歲青年，追蹤其飲酒量及晚年罹患肝病情形，發現每日飲酒量超過 30 克，晚年罹患嚴重肝病

的風險達 5 至 11 倍。

滴酒不沾最好

「台灣是全球帶有酒精不耐症人口比例最高的國家。」美國史丹佛大學醫學院亞洲人健康研究及教育中心教授陳哲宏表示，台灣近半人口缺乏酒精代謝酵素「乙醛去氫酶 (ALDH2)」，無法正常代謝酒精轉化的乙醛，這種毒性致癌物累積在肝臟中，便會出現臉紅、心跳加快、頭痛等反應，又稱為「酒精不耐症」，飲酒恐大幅提升癌症風險。

陳哲宏介紹了一個民眾能自我檢測是否為「酒精不耐症」者的方法，首先在一張 OK 蹦沾染酒精，再將 OK 蹦敷於手臂約 20 分鐘，觀察原黏貼處若有紅腫現象，就屬於「酒精不耐症」高風險族群。

「飲酒沒有安全量，避免喝酒是最好的選擇。」陳哲宏說，如果有非喝不可的場合，請儘量減少飲酒量來降低風險，建議男性每日喝酒不超過 2 罐 330 毫升啤酒（約 20g 純酒精），女性則不超過 1 罐啤酒（約 10g 純酒精），如果是準備懷孕、懷孕期間或正在哺乳的女性，為了新生兒的健康，請千萬不要喝酒。

認領罕見病童心願 實現小小聖誕夢想

【本報記者祝潤霖台北報導】罕見疾病「卓飛症候群」讓 2 歲的宥心不僅平衡感衰退，語言及運動方面可能出現發展遲緩甚至退化，她的聖誕願望是一台練習平衡的滑步車；19 歲的小雅患有唐氏症，但她為照顧她的阿嬤著想，聖誕節許願得到一個按摩器，幫阿嬤減輕疲勞；這些罕病童願望現在都可上網認領！

錠崙藍鵲社福基金會 29 日送暖，為罕見疾病基金會 500 位病友孩童募集聖誕禮物，即日起至 12 月 10 日止，上網搜尋「聽見孩子的聖誕心願」即可參加，透過網站可以看見孩子畫下的心願，聽見孩子的聲音，成為實現罕病童聖誕心願的認領人。

罕病童的小小願望

今年 2 歲的宥心有「卓飛症候群」，不僅平衡感衰退，隨著年齡增長，語言及運動方面也出現發展遲緩甚至退化，但樂觀的她總是期待著和大家相處的機會，她的聖誕願望是一台平衡滑步車，練習平衡，走路才能更穩。

19 歲的小雅從小由阿嬤帶大，

因為患有唐氏症，需要比一般孩子投入更多心力照顧，所以小雅希望有一個按摩器，能減輕阿嬤身體上的疲勞，她的孝心讓聽到願望的人都覺得好暖心。

拋磚引玉聖誕送暖

「想要一件競賽型的泳衣，想穿著它去比賽，得到第一名把獎狀送給爸爸媽媽！」影片中，罕病童們把心願邊寫邊畫在卡片上；12 歲患有楓糖尿症的子婷寫說，願望是得到一台滑板車，因為「我想在公園和朋友玩滑板車」；有 7 歲的小男生喜歡音樂，想要一台電子琴；也有愛打籃球的孩子想要一顆 NBA 真皮籃球。

「全台有超過 1 萬 6,000 個罕病家庭，罕見病童不管是生活或學習，都比一般孩子們更來得有挑戰！」錠崙藍鵲社福基金會董事長李淑芬表示，基金會連續 3 年主辦「聽見孩子的聖誕心願」公益計畫，於國道清水服務區打造聖誕節互動裝置藝術，已成功為 800 多位家扶孩童募集聖誕禮物，希望能發揮拋磚引玉的作用。



▲12 歲患有楓糖尿症的子婷寫說，願望是得到一台滑板車，因為「我想在公園和朋友玩滑板車」。（祝潤霖/台灣醒報）

乾癬可引發 35 種疾病 醫生籲積極就醫

【本報記者臧品安台北報導】乾癬不只是皮膚病！台灣乾癬協會 29 日指出，根據協會觀察，高達 4 成乾癬病友僅重視乾癬皮膚徵狀，曾自行中斷治療，但研究指出，乾癬屬全身性發炎疾病，會影響全身多個重要器官，引發至少 35 種疾病。林口長庚醫院皮膚科副教授級主治醫師黃毓惠表示，乾癬雖然無法根治，但只要採取正確的治療方式，就能抑制疾病持續惡化。

炎症影響多種器官

台灣乾癬暨皮膚免疫學會理事長蔡呈芳教授指出，乾癬屬於免疫疾病的一種，會導致全身慢性發炎，患者不但有外顯的皮膚症狀，連頭皮、指甲都可能有乾癬，更面臨從頭到腳的共病風險。蔡呈芳補充，最常見的共病影響就是乾癬性關節炎，約有 3 成的患者會合併有乾癬性關節炎，特別



▲台灣乾癬暨皮膚免疫學會理事長蔡呈芳（左）與參與活動視覺設計的設計師聶永真（右）一同呼籲病友積極就醫以控制病情。（中央社）

是頭皮、指甲與皮膚皺褶處有皮膚乾癬的患者罹病風險更高。

「全身性發炎，可能廣泛影響全身多個重要器官，引發至少 35 種疾病。」蔡呈芳進一步指出，

乾癬患者的全身性發炎反應，可能造成粥狀動脈硬化的惡化，導致心肌梗塞或中風，「若病友不採取積極治療，在共病的交互影響下，反而會讓乾癬的免疫問題

成為體內的未爆彈。」根據過去研究顯示，乾癬患者的心臟病罹病率，較一般人高出 1.3 倍。

積極治療乾癬

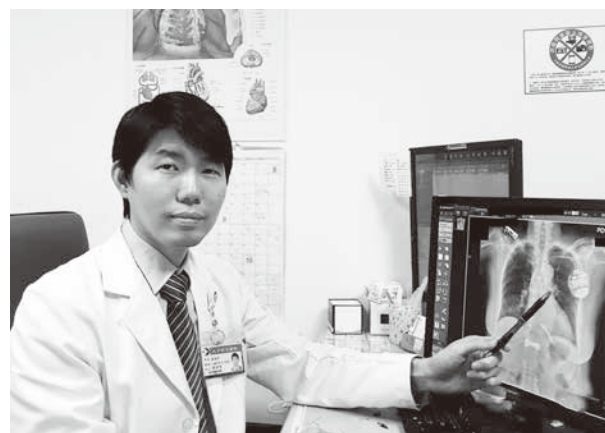
林口長庚醫院皮膚科副教授級主治醫師黃毓惠說明，有家族史、工作壓力大的民眾，都是乾癬症的好發族群。針對乾癬的治療方式，黃毓惠表示，乾癬是無法痊癒的疾病，但只要採取正確的治療方式，就能抑制疾病持續惡化，傳統治療以類固醇及口服藥物為主，目前健保已給付生物製劑，可以直接抑制發炎反應，效果更精準。

黃毓惠補充，生物製劑能改善皮膚症狀，也有助於延緩關節破壞，減少關節變形機率，對於肝腎負擔也較小，但每個人適合的療法不盡相同，建議患者可針對自身的狀況與主治醫師討論適合的治療方式。

圖文選粹

圖文 / 中央社

頭暈呼吸喘 當心致命心律不整



▲大千綜合醫院心臟內科醫師羅健賢指出，銀髮族若出現頭暈、胸口悶痛、會喘等症狀，要小心心律不整，嚴重恐致命。

印度確診破 800 萬 節慶後恐再激增



▲印度是全球疫情第 2 嚴重的國家，確診數累計超過 800 萬例，當局預期在排燈節 (Diwali) 過後，境內確診病例更會激增。

▼ 台灣防疫成效雖受肯定，但是過度的大外宣，在仍飽受疫情苦難的他國人眼中，不知道是什麼感受？（網路截圖）



防疫勿驕矜自滿 我應更有同理心

■ 白丁
(退休教師)

2020 年全球最熱門話題，非新冠肺炎莫屬。台灣防疫成效雖受肯定，但是過度的大內、外宣，看在 4297 萬多人染疫，又有 115 萬多人失去生命，以及 10 億受饑荒之苦的世人眼中，不知道是什麼感受？面對瘟疫，台灣不能忘記謙卑與人道關懷，更要警覺第二波疫情嚴重程度尤甚前波，世人正遭受苦難。

世界疫情仍嚴重

蔡英文總統最近在外交部與國防安全研究院以「半視訊」的形式，舉行「凱達格蘭論壇－2020 亞太安全對話」中，呼籲理念相同的國家友人應討論一個架構，持續合作維護戰略秩序，嚇

面對疫情，我應更謙卑，對世界多一些悲憫、關懷及幫助，少一些政治言語或吹噓，可能更容易得到世人的掌聲吧。

阻片面侵略行為。她強調台灣應對新冠肺炎疫情表現優異，以及站在捍衛民主，防止集權入侵的最前線。美國有 電視新聞網 (CNN) 一語道破蔡英文指涉的對象是中國。她已把話說的直白，就是將疫情視為台灣可能的轉捩點，再沒有政治敏感度的人，都知道她在想什麼、說什麼。

然而，新冠肺炎疫情肆虐，不僅未見稍止，甚至日趨嚴重，世界各國焦頭爛額，忙於解決饑荒嚴重、經濟險峻、貧窮、染疫、死亡人數暴增、疫苗研發無解，甚至連製做棺材，埋葬死者都來不及，

蔡總統毫無懸念，直接躍過世人面對災難的痛苦，大談自己政治理念，是否與現實世界完全脫節？她的談話，相對受難國家及世人，是否顯得曲高和寡？

援助比宣傳更有效

此時如果蔡英文能夠多一些同理心及人道關懷，甚至願意直接伸出援手，拯救災黎，不論是幫助饑民或染疫者，應該更能引起共鳴，日後會有更多國家及世人，願意關切台灣處在海峽兩岸對峙的危險，甚至挺身而出，幫助台灣。

外交部長吳釗燮不忘做大外宣，特別邀請各國駐華使節齊聚，由衛福部長陳時中宣揚台灣防疫工作成效。陳時中政治細胞敏銳，不忘酸中國及 WHO：「中國講話沒有人敢信，WHO 卻是什麼都不講」。

各使節那一位祖國不正為新冠肺炎疫情所困？誰不擔心自己國家能否夠挺過災難？又有誰不知道台灣現況？否則怎麼有資格當駐外使節？吳釗燮、陳時中如果

願意靜心聆聽各國受難情況，將心比心，積極伸出援手，應該比「政令宣導」更受歡迎，且有效果。

民主與防疫無關

台灣自詡新冠肺炎防疫績效傲視全球，行政院長蘇貞昌在立法院報告「新冠肺炎大事紀」，還原 35 天防疫作為，強調台灣防疫有成，普節沒必要。但是為何日本、澳洲、紐西蘭都不願意與台灣建立泡泡旅遊，是否對台灣防疫保有疑慮。

又有政治人物將台灣防疫成就歸功民主政治發展成功，渾然忘卻美國、英國、德國、法國 那一個不是民主政治成熟國家？那一國不深陷疫情痛苦？瘟疫又與民主政治何關？

聖經早已對瘟疫做出說明，列出 7 個瘟疫原因：「上帝向政權宣示祂的主權、上帝管教以色列人、當權者的錯失、上帝對罪的回應、上帝是降瘟疫者、瘟疫是天災、瘟疫是世界終末時災難的預兆。」

面對世紀瘟疫病毒，台灣敢不謙卑？對世界多一些悲憫、關懷及幫助，少一些政治言語或吹噓，可能更容易得到世人的掌聲及肯定吧。

砸錢政策行銷 能改善公務形象？

■ 陳敦源
(政大公共行政系教授)

立法院今年 7 月三讀通過《國民法官法》，確立將來採取參審制，並將於 2023 年元旦上路。為讓國民熟悉新制度，司法院編列 1 億 2000 萬做推廣費用。根據司法院資料，將用 2000 萬來開發手遊、桌遊、AR、VR 遊戲等，另編列 2000 萬與網紅合作宣傳。

花錢行銷顧形象？

這個新聞有趣，司法院官員難得大手筆花下媒體溝通的費用，主要是想讓「國民法官」這個政策可以得到民眾的認同並且參與，不過，當民意代表質疑花大錢的效果時，官員同時回答「希望可以改善法官形象」，這是我教政府公關與政策行銷長年來的一個未解的問題：「政府為了某一個政策投下行銷資源，會不會同時改善該機關或是其中的公務人員的形象？」

政策行銷的「產品」是政策，希望民眾接受政府推出的政策，而政府公關的「標的」是政府組織或個人的形象，我個人的猜想是，在「知名度帶來好形象」的原則下，政策行銷也是在曝光組織或是代言的首長，因此應該會有對外溝通上的「共伴」效應，不過，相對起來看，如果政策不受民眾信賴，雖然大力宣導還是無法引起共鳴，則主辦機關的形象會不會受到負面影響？

有時引發反作用

過去有兩位美國經濟學者將行銷與



▲ 司法院透過社交平台、圖文、微電影等方式，或讓法官走進人群，希望扭轉司法高高在上刻板印象。圖為台北地院法官歐陽儀。（網路截圖）

公關之間的關係用「資訊應用」的理論進行整理，認為重複的產品行銷活動有助於閱聽人有更多的機會回憶起或是重新檢視該組織的形象問題，代表兩者有影響關係。

不過，另兩位歐洲學者對於企業的研究發現，公司的產品行銷支出越多，對於公司的公關形象的商標價值沒有直接的影響，但是公司的公關形象會受到短期或是令人難忘的事件所影響。

最後，如果就成本節約的狀態來看，司法院用上億的經費行銷「國民法官」的公共政策，是否能夠產生正面的影響，可能關鍵會在因為行銷國民參審政策下，民眾被喚起過去的司法形象到底是好的還是不好的而定，政策行銷即便很成功，民眾從國民法官的政策中理解到司法的改革意義，但是因為記憶的關係，政策行銷未必會有「正向」的司法形象外溢效果產生！

不過，這個議題蠻值得作一個「之前／之後」的行為主義準實驗來看看其交叉的影響是甚麼。



▲ 為讓國民熟悉新制度，司法院編列 1 億 2000 萬做推廣費用。根據司法院資料，將用 2000 萬來開發手遊、桌遊、AR、VR 遊戲等。（網路截圖）

我見我思稿約

歡迎來稿增光篇幅，只要言之有物、動人心弦的創作，均有稿酬。來稿請寄：anntw.ad@gmail.com，並提供身分證、電話與戶籍資料；來稿本報有刪改權，如不願被刪改，務請註明。請勿一稿多投，查獲者永不刊用。請儘量於週日至週四上班時間寄稿，周五、六休假來稿將無人處理。

三大交響樂團一把抓，他讓全世界仰望...
一趟遠征歐洲 8天7場的交響巡演

指揮巨星亞尼克

ENSEMBLE

「最強發電機」亞尼克・聶澤-賽金
「最佳國際巡演」蒙特婁大都會管弦樂團
加拿大詩人導演 尚尼可拉斯歐宏

FILMS JAD et LES FILMS DU 3 MARS présentent ENSEMBLE un film de JEAN-NICOLAS ORHON Produit par SANDRA-DALHIE GOYER
Montage JEAN-NICOLAS ORHON en collaboration avec HUBERT HAYAUD Son SIMON BELLEFLEUR
Conception sonore BANDE À PART Mixage LOUIS GIGNAC Conception visuelle ALAIN OMER DURANCEAU Productrice exécutive JO LÉGARE

IFC FILMS 3 MARS Québec TELEFILM Canada 360 media 3 MARS 海龍電影 處處真情

11.13
掌聲雷動

榮獲提名
最佳紀錄電影
美國明尼阿波利斯 聖路易國際影展



匆匆那年

圖 / 文 陳芳明

(政大台灣文學研究所教授)



【青草地的秋夜】

中秋節已經過去了，月亮仍然是飽滿圓潤。昨天晚上走到恆光橋另一邊的草地，靜靜的微風襲來，確實已經帶著涼意。在雲與雲之間的月亮，看來完整無缺。坐在草地盡頭的這邊，可以感覺風的溫度變冷。秋天過去後，還是繼續保持夜間走路的習慣，無窮無盡走下去。



【剩下的盛夏】

教書的最後一年，對校園的任何景物都非常眷戀。常常從校園高處俯望景美溪的風景，那是我黃昏時分的情緒紓解方式。要好好珍惜這一年，也好好把握時間完成「晚秋書」的系列散文。在這個校園前後出版十餘冊書籍，那是我收藏記憶的僅有方式。剩下的這個盛夏，大約還可以寫好一冊散文。每天黃昏在後山校園散步，俯望山下的景美溪依然鑑照著天光，這是剩下的盛夏，一切美好如初。

【氣定神閒的麻鷺】

走完五公里的河堤回來，又在社區公園與黑冠麻鷺不期而遇。牠走在兒童遊玩的軟墊上，然後定定站在那裡。周邊有人在觀望，牠完全不以為意。我喜歡這樣的景色，這個公園常常有貓狗路過，牠也來參加。秋天已經深了，天氣也跟著轉涼，牠為這個季節留下最好的畫面。



【再次相遇】

晚上走河堤時，在一壽橋的橋墩處，再次遇到這隻虎斑貓。長得很帥，完全不怕生。牠注視著我，鼻子彷彿在聞嗅我。知道我沒有帶任何食物，轉頭便揚長而去。應該是一隻家貓，毛色潔淨，有著光澤。再見了，有緣還會再遇到吧。



【半屏山下的車站】

高雄鐵路地下化之後，我童年時的左營車站，從此也跟著地下化。許多童年、少年的記憶，也都埋入地下了。站在稍北的新左營車站的陽台，可以看見縱貫鐵道的鐵軌。外面是半屏山的南端餘脈，從前只能遠眺，現在都呈現在眼前。我一直是懷舊病患者，那山那雲那鐵軌，至少為我保留了記憶中的蛛絲馬跡。



笑中帶淚！橫掃義大利3億票房榮登春季冠軍

幸運女神

THE GODDESS OF FORTUNE

勇奪義大利奧斯卡
最佳女主角 最佳歌曲
雙料大獎

《外慾》導演 佛森歐茲派克 登峰新作
《完美陌生人》影帝 艾多阿爾多里奧
《燦爛時光》影后 潔絲敏妲卡

榮獲義大利銀綬帶獎
最佳影片 8項大獎提名

該如何讓你愛的人
永遠跟你在一起？

WARNER BROS. PICTURES PRESENTA TILDE CUSI E GIOVANNI ROMOLI PRESENTANO "LA DEA FORTUNA" UN FILM DI FERZAN OZPETEK UNA PRODUZIONE WARNER BROS. ENTERTAINMENT ITALIA RAC PRODUZIONI E PARIS FILM
STEFANO ACCIARI EDUARDO LEO JASMINA TONICA PRODUZIONE GIOVANNI ROMOLI FILIPPO CORTICELLI MIMOSCA PETRO MIRIAMINA MONICA PASTORALE CATALANO SCENARIISTA GIULIA BUSINERGO COSTRUTTORE ALESSANDRO JAI MONICA GATANI
CASTING PINO PELLEGRINO ORGANIZZAZIONE LUCIANO LUCASCI REGISTRO DI GIOVANNI ROMOLI FERZAN OZPETEK SCENEGGIATURA DI GIOVANNI ROMOLI SILVIA RANGONI FERZAN OZPETEK PRODOTTO DA TILDE CUSI E GIOVANNI ROMOLI REGIA DI FERZAN OZPETEK
L'UNICA DISTRIBUTRICE PER IL TERRITORIO ITALIANO E PER IL MERCATO DI SICILIA E SARDEGNA È: L'ESCLUSIVA DISTRIBUTRICE DI SICILIA E SARDEGNA

10.30
許下心願

▼ 總統蔡英文日前公開邀請民眾參與同志大遊行，「第20屆國家祈禱早餐會」臨時決議總統不要到場。圖為去年國家祈禱早餐會，牧師們為總統禱告祈福。（總統府）



反同意見分歧 國家祈禱早餐會決停辦

【本報記者章文報導】由於國語教會與台語教會（台灣基督長老教會）在籌辦第20屆國家祈禱早餐會時，針對是否邀請挺同的蔡英文總統出席發生歧見，因多數決議勸蔡總統不必出席，台灣基督長老教會憤而退出籌備會，籌備單位遂決定取消今天（10月30日）在新店行道會美河堂的國家祈禱早餐會。

蔡總統支持同志遊行

第20屆國家祈禱早餐會籌備會表示，由台灣眾教會同心籌辦近一年，並獲蔡總統允諾參與，原訂於2020年10月30日舉辦之第

因籌備單位勸阻蔡總統出席，台灣基督長老教會憤而退出籌備會，主辦單位遂臨時取消今天的國家祈禱早餐會。

二十屆國家祈禱早餐會，但因蔡英文總統日前公開號召民眾於10月31日一同參與同志遊行活動，引發教會內部不同的意見與討論。27日經籌備委員多數決，建議總統不到場，另委派政府官員出席。

總統府發言人張惇涵29日下午表示，因考量不樂見籌辦團體為此紛爭，「總統婉復出席」，也不會另委派代表與會，但仍祝福活動圓滿順利。

愛無國界 各有解讀

但總統府進一步表示，「司法院釋字第七四八號解釋施行法」是基於大法官釋憲及公民投票結果，經由立法院通過的法律。誠如教宗方濟各日前所言：「同志有權組成家庭。他們是上帝的子民，有權建立家庭。」今年國家祈禱早餐會以「愛無國界」為主題，盼能展現台灣社會多元與包容價值。

籌備會表示，這次國家祈禱早餐會主題「愛無國界」，除深切表述基督大愛的包容性外，更無意引發各界因意見不同，所可能帶來之對立。因此大會於10月28日告知蔡總統此一顧慮，「我們對蔡總統積極顧念不同意見，並不願為社會或教界帶來任何撕裂與傷害的回應，表達肯定與感謝。」

長老教會退出籌備

對此引發支持蔡英文總統、也是籌備委員的台灣基督長老教會不滿，認為籌備會在正式邀請總統出席之後、在舉辦前夕，僅為



▲ 總統蔡英文日前公開邀請民眾參與同志大遊行，「第20屆國家祈禱早餐會」臨時決議總統不要到場。（蔡英文臉書）

單一議題經多數決而建議總統不到場，已經不符合自2001年首屆國家祈禱早餐會參與至今的宗旨。29日上午發布聲明，宣布即日起退出籌備會。

長老教會在聲明說，總統為國家元首、代表國家，歷屆國家祈禱早餐會都邀請總統到場和致詞，表達眾教會對國家和元首的關懷，共同為國家元首祈禱，祈求上帝賜福國家，這是舉辦國家祈禱早餐會的重要目的。很遺憾的，這屆建議總統不到場，已失去國家祈禱早餐會的實質意義。

主辦單位決定停辦

接到台灣基督長老教會

憤而退出籌備會的消息後，籌備會指出，為避免不必要的誤會，也基於教會對不同價值觀恆久忍耐與恩慈的信念，決定停辦第20屆國家祈禱早餐會。

一位受訪教會牧師表示，政治人物為了選票，甚麼宗教都不得罪、也一定迎合主價值，支持同志運動，教會界早該覺悟。

台灣不是基督教國家，效法美國、韓國每年大張旗鼓舉辦國家祈禱早餐會，意義不大。他也說，台灣教會界平時甚少聯合舉辦禱告聚會，基督徒相信禱告的力量，對內就應經常同心禱告、為國祈福，相信上帝必定賜福台灣。

► 圖為蔡英文總統去年出席「第十九屆國家祈禱早餐會」致詞。（網路截圖）



◀ 蔡英文總統（右）出席第16屆國家祈禱早餐會時，向彭蒙惠女士（左）問好。（網路截圖）

中主書坊

基督教教育，師資培訓，兒童事工，兒童教材，基督教禮品，賀卡，程序單，讚美詩集CD，福音見證DVD，教會書籍，聖經，...。屬於全家的購物站



地址：台北市中山北路2段105號
電話：25711-1144



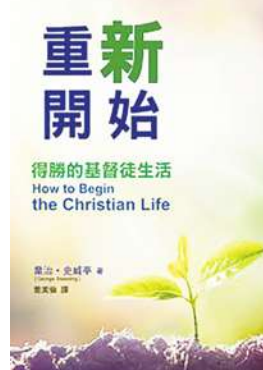
願你平安

英文書名 SHALOM

作者 中主教育出版部編輯組
類別 禮物書
推廣對象 基督徒買來送給尚未信主朋友的禮物書
定價：80元

《一眼看懂聖經》

全球最重要的基督教師之一，其最有名的著作《雅比斯的禱告》曾榮登紐約時報銷售第一名，其他幾本著作也是暢銷書，包括《永恆的獎賞》（A Life God Rewards）、《葡萄樹的秘密》（SECRETS OF THE VINE）……等。
出版社：中國主日學協會
適合每位研讀聖經者暨牧師參考，也是主日學老師不可或缺的工具書。
作者：魏肯生 & 鮑肯尼
出版日期：2019-10-01
譯者：魏玉琴
定價：780元



重新開始： 得勝的基督徒生活

英文書名

HOW TO BEGIN THE CHRISTIAN LIFE

作者喬治·史威亨

（GEORGE SWEETING）著

譯者 喬美崙

適合對象初信基督徒+牧者輔導

定價：200元