

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。



藍扮反萊豬 串聯 22 縣市



美新聞回顧 疫情大選上榜



讓外表更年輕的優雅彩妝



《梁良談影》從電影找聖誕精神



《今日靈修》

2020 疫情震撼
美國 2020 的十大新聞，疫情居首位。去年此時，即使再厲害的預言家，也無法料到疫情會如此打亂全世界。等在 2021 前面的，又會是甚麼呢？(4 版)

立委收賄奪新聞榜首 豬成年度代表字

公督盟公布 2020 立法院年度 10 大新聞，立委收賄醜聞居榜首，而年度代表字則為「豬」，在 10 大新聞中佔據 2 則。



▲ 公民監督國會聯盟公布 10 大新聞榜首是「立院再爆集體收賄醜聞，收押跨黨 6 立委」，年度代表字則由「豬」字出線獲選。(photo by 公民監督國會聯盟)

【本報記者祝潤霖台北報導】年度代表字「豬」竟在 10 大新聞中佔據 2 則！公民監督國會聯盟 28 日公布「立法院年度代表字及 10 大新聞」投票結果，2020 年 10 大新聞榜首是「立院再爆集體收賄醜聞，收押跨黨 6 立委」。

而年度代表字則由「豬」字出線獲選，在 10 大新聞榜眼「丟豬內臟」及第 7 名「萊豬杯葛」都有出現。

2020 年度 10 大新聞

公督盟表示，2020 年 10 大新聞包括：第 1 名：立院再爆集體

收賄醜聞，收押跨黨 6 立委；第 2 名：抗議萊豬開放，藍委灑豬內臟飛濺議；第 3 名：捷克參院議長訪台，赴立院演說「我是台灣人」；第 4 名：2020 台灣大選，國會中民進黨席次過半；第 5 名：入獄還能上班領薪？朝野立委籲傳岷莫辭職。

第 6 名：立法院初審，民法成年年齡下修為 18 歲；第 7 名：為萊豬強力杯葛 12 次，700 議案大塞車；第 8 名：立院通過「護照與華航正名」強化台灣識別度；第 9 名：肺炎疫情造成景氣衝擊，立院加碼紓困預算，至今累積 4,200 億；第 10 名：杯葛陳菊，立院爆發互毆水球混戰，

混亂中監委人事案全數過關。

民生議題受到關注

「25 日三讀通過民法成年下修為 18 歲，對年輕人來說是最好的聖誕禮物。」青年民主協會 TYAD 理事長張育萌表示，過去，18 歲的年輕人被要求負完全的刑事責任，卻無法執行民法的權益，如開戶、租屋，也造成了我國在立法上許多的混亂。如今修法是將權利還給年輕人，使真正權責相符。

公督盟副執行長田君陽指出，今年的監院人事同意權和萊豬議題丟內臟、杯葛等都讓民眾感受

到，議事無法以理性的方式來討論，希望在剩不到 3 天的會期內，好好完成人民的期待，把一些人民關注的法案盡快修正，總預算也要加快審議通過。

公督盟執行長張宏林強調，代表字由「豬」出線有很多意涵，首先是立法院「豬」事不順，在議事攻防發生了許多亂象，甚至創下了讓閣員 12 次無法上台報

告的紀錄；期待透過 10 大新聞與代表字的票選，重新提醒立委民心所向，也提醒台灣人民，有好的公民監督，才有健全的國會。

增 8 例境外移入 機組員檢疫改 7 天

疫情指揮中心 28 日宣布，新增 8 例境外移入，針對國籍航空公司機組員加強管理，機組員居家檢疫延長為 7 天。



▲ 疫情指揮中心 28 日宣布，新增 8 例境外移入，針對國籍航空公司機組員加強管理，機組員居家檢疫延長為 7 天。(網路截圖)

【本報記者臧品安台北報導】「機組員居家檢疫延長為 7 天！」疫情指揮中心 28 日宣布，又新增 8 例境外移入(案 787 至 794)，分別自英國、菲律賓及印尼入境。指揮官陳時中表示，機組員維持 3 天、5 天派飛，但居家檢疫改 7 天，且需要採檢陰性加上遵循加強版自主健康管理再 7 天，才可進入社區，新制元旦開始實施。

新增 8 例境外移入

「新增 8 例都是境外移入，分別自英國、菲律賓及印尼入境。」陳時中表示，案 787 到 791 是從例行通報檢測中發現，案 792 至 794 是從 27 日英國返台班機 127 人(含機組員 13 人)中驗出，有 3 名陽性，包括有發燒後送醫的 1 位旅客，其餘 2 位則無症狀，另外 4 位有症狀者採

檢出來是陰性，目前都在集中檢疫所。針對國籍航空公司機組員加強管理，陳時中說，維持 3 天、5 天派飛，但機組員居家檢疫延長為 7 天，檢疫期滿並採檢為陰性後，才可進入社區，且仍須遵循加強版的自主健康管理再 7 天，包括禁止搭乘公共運輸工具、禁止出入人數眾多不易維持社交距離且會近距離接觸不特定人士之場所、外出必須佩戴口罩、機組員也要詳實記錄行程及接觸人士等。

機組員 7 天居家檢疫

民航局副局長林俊良表示，交通部民航局在修訂的作業原則中，增訂強化管控措施，包括要求組員出勤報到時填寫聲明書；飛行中要配戴口罩，飲食、交談、服務後加強手部消毒等規格機制進行稽查。

定；此外，嚴格要求組員外站住宿期間不得外出，且禁止接觸當地訪客、每日應記錄及回報健康狀況及在外行動，航空公司也須建立專責機制來偵測組員是否外出。

林俊良表示，未來機組員若違規，將依據傳染病防治法開罰，裁罰金額從 10 萬至 100 萬元，而航空公司也須盡到督導之責，否則也可依法開罰，並視違規情節縮減航班。

依據上述作業原則，機組員 7 天居家檢疫期間內可再派飛長程航班，但返台期間需入住公司宿舍、指定防疫旅館或符合防疫要求的居所。但執勤應搭乘公司專車或防疫車隊。航空公司宿舍的防疫管理也應符合指揮中心防疫旅館相關指引。指揮中心表示，上述措施自 110 年 1 月 1 日起實施，民航局及航空公司將透過查核機制進行稽查。

防疫升級 101 取消高空跨年派對



為呼應防疫政策，台北三宣布取消跨年煙火派對，新光三越百貨信義區也取消跨年市集與派對。(中央社)

社論

台灣科技發展四缺 水、電、土地、人才

新竹科學園區最近舉行成立四十週年慶，與會科技界大老，除了肯定竹科對台灣貢獻外，無不擔心缺水、缺電、缺土地、缺人力問題，如何妥善解決科技發展瓶頸，政府必須有突破性思維，讓科技界無後顧之憂。

水、電供應瓶頸

在四十週年慶會場，科技界大老不擔心商機、資金與技術，反而憂心水、電、人力、土地供應不足，這並非杞人憂天，

在水力方面，台灣雖然雨量豐沛，但因為地型陡峭，集水不易，造成缺水問題，值得重新檢討，否則民生及工業用水，常鬧不足，難怪會引起企業界擔憂。

台灣面臨 2025 非核家園，計劃要有 20% 太陽能及再生能源替代核電，但是到目前為止，僅有 6% 太陽能及替代能源產生，缺口達 14%，如何在 2025 年以前補足，大有疑問。

以負責水電供應的台灣電力公司及自來水公司為例，在經

濟發展起步階段，確實有相當貢獻，也有效降低生產成本，但是如今用水或電大量需求，台電、台水效率已跟不上時代需要，政府應重新考慮建立水、電發展新模式，公民營併進，是可以考慮之方向。

鼓勵民間投資水、電基礎建設，投資太陽能發電或風力發電、再生能源，並允許創設民營電力公司，建立綠電販售系統，解決電力不足問題。在供水方面，應考慮鼓勵民間投資海水淡化工廠，或投資廢污水

回收循環廠，企業化經營工廠及民生用水，只要利潤合理，定能吸引民間企業投資，解決缺水問題。

人才流失窘境

人力資源失衡，也影響經濟發展，現在不論營建、科技人才都陷入窘境，除了突顯技職教育失敗，長期低薪及工作環境不理想，造成人才外流嚴重，政府必須重視，提升國民實質所得，改善工作環境，才能長

期留才，甚至吸引外國優秀人才來台發展。

缺乏工業用地

至於缺乏工業用地，近兩年更是迫切，以力積電 2 年前在苗栗銅鑼購地設廠為例，當時只有京元電一家工廠，現在銅鑼已經是一塊空地也買不到了，從北到南都缺工業用地，如何解決，必須考慮重新做國土規劃。

將森林綠地、住宅、工廠、

農、林、漁、牧等各類用地需求，重新考慮安排，並且依法解決全台灣一萬四千多座地下工廠，汰除污染性工業，並依實際需要，輔導合法設立工廠，或釋出旱地、荒廢之國有地，解決工業用地不足問題。

台灣科技發展，現在不缺資金、技術及商機，缺乏的是水、電、土地、人才，政府有責任做好各項基礎建設，讓企業家無後顧之憂，全力投入經濟發展。

藍營推反萊豬公投 串聯 22 縣市把關

國民黨主席江啟臣號召串聯 22 個執政縣市政府，提出進口萊豬的把關措施，並籌劃二階段連署相關作業，務必讓公投成案。

【本報記者祝潤霖台北報導】「拚過公投，萊豬只吃 9 個月；不公投，萊豬要吃一輩子！」國民黨 28 日宣示「反萊豬、拚公投」，串連 22 縣市議會黨團共捍衛國人食安；黨主席江啟臣強調，將儘速協調各執政縣市政府提出進口萊豬的把關措施，並籌劃二階段連署相關作業，務必讓公投成案。

幫民進黨政府收爛攤

江啟臣痛批，民進黨立院黨團上週用多數暴力輾壓近 7 成反萊豬民意，強行通過萊豬進口相關行政命令，為奉行黨意，棄守下一代健康；未來蔡政府若意圖以恫嚇方式限縮地方政府職權，為各縣市擬定的把關措施設關卡，就是中央拒絕面對民意，蓄意將進口萊豬的爛攤子甩給地方政府。

「在代議制度失能方面，我們透過公投來實踐直接民權，呼



▲國民黨主席江啟臣（左 2）、祕書長李乾龍（右 2）、革實院長羅智強（右）、文傳會主委王育敏（左）28 日舉行「反萊豬、拚公投、護食安」記者會，宣示捍衛國人食安、守護下一代健康的決心。（中央社）

籲中選會扮演好中立機關的角色。」江啟臣表示，透過公投能讓大家看見人民不歡迎萊豬，民進黨不願意承擔的，由人民來承擔，希望在最短時間內完成連署，讓蔡政府的萊豬政策劃下句點，「你們的爛攤子，讓人民來

收拾！」

放毒、解毒都是政府

文傳會主委王育敏指出，近日爆發知名店家張貼台灣豬標章，卻使用進口豬當食材，打臉行政院「清楚標示」的保證；衛福部

印製的「台灣豬貼紙」只要網路下載就可使用，與需申請、審查的農委會「台灣豬標章」，外觀設計、用色極為相似，若有不肖廠商魚目混珠，消費者不易辨別。

「蘇貞昌說『吃台灣豬是給孩

子最大的禮物』；就像白蛇傳講的，『放毒、解毒都是你』！」革實院長羅智強質疑，那學童的早餐、晚餐怎麼辦？不是學生就活該吃萊豬嗎？

地方需稽核人力預算

「標章之亂更讓執政黨立委都要求農委會主委陳吉仲道歉！」江啟臣表示，主管機關只會說現在是試用期，但政府連台灣豬標章都管制不好，中央治理失能，地方只好自己捍衛，由下而上宣示顧食品安全的決

心，「萊豬不能只靠業者良心自律，若政府無法用制度管理，那還要政府幹嘛？」

江啟臣強調，蘇貞昌雖然喊話要地方各自為政，但教育部、國防部、退輔會、體育署、警政署都主動喊禁用，中央對食安卻用幾張貼紙就想呼攏了事，應該尊重地方有自己的標準，地方政府願意承接食安把關的重擔，但中央也應該要給足夠的稽核人力跟預算，才能跟防疫一樣滴水不漏。

盧秀燕誇兩年成績 宣傳五大幸福蛻變

【本報特派員劉東泉台中報導】盧秀燕兩年政績總結出爐！台中市府 28 日召開市長就職兩周年記者會，盧秀燕親自說明五大改變，包括財政大幅改善、突破障礙強力建設、經濟發展注入活水、打造永續宜居城市、以及社福與托育軟硬體的大幅提升等。其中，台中 PM2.5 至 12 月 20 日每立方公尺已降至 15.4 微克，已接近國家標準 15 微克。

盧秀燕競選時的政見主要為「市長換人、空氣換新」，以及「富市台中、新好生活」等；上任後，並自許要成為「開工市長」，讓一些延宕多時的重大建設，該開工的開工，該完工的完工。28 日這一報告，顯示對應了她的政見與承諾。

財政大好

盧秀燕指出，她上台時財政可謂六都最差，可舉債額度只剩 88 億元，但這兩年的節流開源，已提升到 200 億元以上。有經費才得以推動建設，「開不了工的要開工，完不了工的要完工」，延宕 20 年的水滴國際會展中心及多次流標的台中綠美園都順利開工；台中巨蛋競圖完成、大智路打通也解決了 13 年來的難題。

針對「台中富市 3」的經濟發展政見，她上任至今企業在台中的投資金額已達 7160 億元，包括東區 LaLaport 及台中港 Outlet 二期的兩大投資案，已分別在今年動工；Costco 台中 2 店也已於 11 月營運；今年台中購物節更累積達 90 億元的消費額。經濟部的投資台灣三大方案，企業申請台中 158 件，為全國第一。

空污大降

打造永續宜居的環境方面，市民最在意的空污，PM2.5 濃度自 107 年的 18.8 微克降至 108 年的 17.7，12 月 20 日更低至 15.4 微克。盧秀燕表示，有許多市民告訴她，天空呈現藍天，這才是市民要的空氣。但她不會就此滿足，仍會和市府團隊一起繼續努力。

另外，在公托、公幼、親子館倍增計畫也持續推動，減輕年輕人育兒負擔。在銀髮族照護上，明年也將增加 10 億元的長照計畫。日前一項民調顯示，台中市民光榮感達八成，六都第一；台中也持續被票選為全國最宜居城市；她說，這是市民的支持，也對市府團隊莫大的鼓勵。

疫苗政策週三公佈 不禁止英國班機

【本報記者陳謙綜合報導】英國暴增的變種病毒病例讓許多國家都禁止從英起飛的班機進入，且鄰近的日本、南韓都接連出現變種案例。民進黨立委趙天麟會中詢問衛福部，台灣是否考慮跟進相關鎖英政策以達防堵效果。對此，衛福部次長石崇良回應，若只禁單一國家，病例仍可能從他國傳入，故目前以施行完善配套措施為主。

不跟進封鎖英國

立法院外交及國防委員會 28 日召開委員會，近日英國班機返台所衍伸的出入境管理及疫苗施打問題成關注焦點。立委提出能否對英封鎖邊境及我國駐外官員、民眾的疫苗接種問題，衛福部表示，目前不考慮禁止英旅客入境，詳細疫苗政策則將於週三



▲衛福部表示，目前不考慮禁止英旅客入境。圖為華航一架從英國載送 22 名旅客的班機。（中央社）

由部長陳時中公布。

石崇良表示，國內尚未出現變種病毒病例，防堵單一國家的意義不大。對於從高風險地區入境者，目前都實施嚴格的 14 天集中檢疫和 7 天的自主健康管理，但若出現社區感染或不明感染源的案例，即會升級邊境及國內的防疫措施。

疫苗政策週三公佈

除了邊境管制，立委江啟臣和林昶佐也關心我國駐外人員以及民眾的疫苗施打權益，江希望外交部釐清駐外官員在當地是否有辦法接受疫苗接種。外交部次長田中光則回應，兩國駐外官員互相施打是一個較可行的方法，而目前正與各國政府溝通相關辦法，現僅有得到以色列回應會協

助台官員在當地接種疫苗。

無黨籍立委林昶佐則是延伸此議題詢問，是否有可能提供我國疫苗前往疫情嚴重之國家供駐外人員接種。石崇良表示，國內的疫苗政策將由衛福部長陳時中於週三對外宣布，至於取得疫苗後供國人及駐外官員施打的先後順序，仍待各部會召開諮議會後決定。



今日天氣

北部 18°-20° 多雲

中部 20°-23° 多雲

南部 19°-22° 多雲

東部 20°-22° 多雲陣雨

停車繳費未即時傳輸 5 年超收 1.18 億

手機有上百種停車繳費 APP，但有些系統在民眾繳款後，資料未即時傳輸，以致民眾重複繳交停車費，5 年超收 1.18 億。

►林思銘指出，繳款後資料未即時傳輸，白天收費後隔天凌晨才上傳資料，產生「空窗期」導致民眾重複繳交停車費。(photo by 新北市交通局)



【本報記者祝潤霖台北報導】「停車費重複超收的金額，5 年累計高達 1.18 億！」國民黨立委林思銘 28 日指出，手機有上百種停車繳費 APP，各縣市均提供多元繳費管道，但有些系統在民眾繳款後，資料未即時傳輸，以致民眾重複繳交停車費；交通部、局官員表示，已透過網路或郵簡辦理退費。

停車費重複繳交

林思銘表示，有民眾陳情，11 月 30 日在新竹縣竹北市路邊停車場停車，當天下午 14:28 持繳費單到 7-11 繳費 20 元，但隔天

又接到 APP 通知，同一筆路邊停車費凌晨 1:00 由「麻吉付」系統再次完成付款，重複繳交。

「民眾認為 20 元是小事，但從現代資通訊科技看來，資料的即時傳輸、勾稽，或綁定止付理應不是難事。」林思銘說，進一步了解 6 都與鄰近縣市辦理情形，驚覺 6 都加上新竹縣、市，停車費重複超收的金額 5 年累計高達 1.18 億，1 年溢收 2,360 萬，以每筆停車費 40 元計算，相當於每年有高達 58 萬筆重複繳交的停車費。

繳費資料未及時更新

林思銘指出，現在上百種停車繳費 APP，銀行、信用卡、ETC、第三方支付，還有各地方政府自行開發的系統，各縣市均提供多元化繳費管道。但繳款後資料未即時傳輸，像 4 大超商至今仍採半夜批次傳輸方式上傳，

白天收費後隔天凌晨才上傳資料，產生「空窗期」導致民眾重複繳交停車費。

政府積極辦理退費

交通部路政司簡任技正王基洲表示，民眾透過金融電信業者綁定期繳納，地方政府都會退回原帳戶；如果用行動支付，也會退還到原行動支付帳戶；地方政府都設有查詢網頁，民眾可前往查詢，直接繳納的話，地方政府如台北市會用郵寄方式通知；25 日已研擬積極辦理退費事宜。

台北市政府交通局停車管理工程處科長謝君毅說，若用郵簡方式寄出，民眾無須負擔任何手續費，政府會吸收，因為各項繳費有資訊流的誤差，會盡量把誤差減少；新北市交通局停車營運科長許芄綺則說，ibon 機可即時匯整，若查到有繳就不會重複繳費。

按節氣吃出健康 食民曆推當令食材

【本報記者臧品安台北報導】「『食民曆』介紹當令在地食材，讓民眾吃得新鮮、吃得健康！」衛福部國健署與農委會農試所 28 日合作推出「食民曆」，國健署長王英偉表示，食民曆能讓民眾了解營養素的重要性，「把健康的觀念帶進日常生活中。」農試所長林學詩則鼓勵民眾「吃在地、食當季」。

攝取不均缺鈣、缺鐵

根據 2013 至 2016 年國民營養健康狀況變遷調查結果，國人在六大類食物中，蔬菜類、水果類與乳品類都未達建議攝取量，也導致多數民眾缺鈣、成年女性缺鐵等不同生命週期之營養素缺乏。

「國人六大類食物都攝取不足，特別是乳品類、水果類、蔬菜類和堅果種子類，大概 8 至 9

成民眾未達標準。」國健署社區健康組長羅素英指出，攝取不均，也可能導致營養素不足，而

「食民曆」結合農曆 24 節氣的概念，介紹當令在地食材，不僅符合中醫養身順應四時，從健



▲國健署長王英偉表示，食民曆能讓民眾了解營養素的重要性，「把健康的觀念帶進日常生活中。」(photo by 臧品安/台灣醒報)

康的角度，更能補足國人缺乏的營養素。

飲食配合節氣食材

王英偉表示，「食民曆」以營養素為設計重點，針對民眾可能攝取不足，或是對維持健康重要的營養素，融合 24 節氣的概念，推出「每月一星」當令食材，結合淺顯易懂的食譜，讓民眾可以輕鬆上手，補充缺乏的營養素，「把健康的觀念帶進日常生活中。」

「『食民曆』所推薦的食材，是當季盛產、容易取得的農產品，且是民眾補充營養的好來源。」農試所長林學詩表示，台灣四季盛產各式農產品，選擇食用在地、當令食材，既可以吃得新鮮、吃得營養，也可以減少食物的碳足跡，「鼓勵民眾吃在地、食當季！」



▲國民黨立委林思銘指出，6 加上新竹縣、市，停車費重複超收的金額 5 年累計高達 1.18 億，1 年溢收 2,360 萬。(photo by 祝潤霖/台灣醒報)

天冷疫情鬧血荒 小英之友會出面捐血

【本報記者臧品安台北報導】「血液庫存吃緊，感謝小英之友會號召民眾捐血！」台北市小英之友會 28 日舉辦公益捐血活動，一早就有近 20 位民眾響應參與，排隊等待捐血。前副總統陳建仁鼓勵全國民眾踴躍捐血。台灣血液基金會董事長侯勝茂感謝小英之友迅速針對缺血情況作出反應，並讚美捐血民眾的熱心。

陳建仁致詞表示，台灣的疫情控制得很好，但因為疫情關係，捐血的人較少，導致出現血液庫存缺少的情況，小英之友會此時發起有意義的活動，捐血一袋、救人一命，展現台灣人民的慈悲善良，鼓勵全國民眾踴躍捐血。

「小英之友會固定在每年 520

當天，號召全國小英之友會捐血。」台北市小英之友會總會長陳茂仁說，現在因疫情、氣候、用血量急增等因素，造成血液庫存吃緊，總統蔡英文非常關心；未來小英之友會將依照捐血狀況，不定期加強活動密度，並打算捐一部台北市小英之友會捐血車，希望更多民眾參與捐血。

綠智庫新境界文教基金會副董事長洪耀福說，這是全國性的捐血活動，上週從彰化開始，各縣市小英之友會陸續舉辦公益捐血，「回報當天捐血情況都破紀錄」，活動預計一直持續到明年，全國各地 20 幾個小英之友會，都將進行捐血活動。



▲台北市小英之友會 28 日在台灣血液基金會舉辦「熱情英友 熱血相挺」記者會，共同呼籲各行各業熱心民眾及企業主，一起挽袖捐熱血紓解血荒。(中央社)

經濟論衡

林建甫

(中信金融管理學院講座教授暨台大經濟系名譽教授)

英國與歐盟終於在 12 月 24 日達成貿易協議，首相強生 (Boris Johnson) 振臂歡呼，留下歷史性的慶祝照片，他高言英國又回到全面政治經濟獨立，但在效益還未知的情況下，要付出的各項已知成本真不小。

出入境受限制

首先，從明年 1 月 1 日起，歐盟和英國將形成 2 個獨立市場，2 個不同的監管和法律實體。人員、貨物、服務和資本的自由流動將終止。這對兩邊民眾和企業的居住、求學和工作都將面臨「重大變化」。在出入境方面，雙方人民須持效期半年以上護照才能入境，遵

英國脫歐 優雅的衰弱？

守居住及停留期限規則，還要持有回程票等文件供查驗。

而持英國護照旅客將不再享有歐盟自動通關開門禮遇，需走人工查驗櫃檯。針對商務旅客則恢復簽證要求，但細節尚未公布。歐盟學生未來赴英國就學達 6 個月以上須申請簽證，且須支付更高額學費，估計學費將漲為 4 倍。英國學生則將無法申請歐盟 Erasmus+ 聯合碩士學程，該學程提供學生獎學金到其他歐盟國家就讀。

貿易障礙增加

其次，雖然號稱零關稅、零配額，但非零阻礙，部分商品也會被課稅。目前歐盟市場佔英國總出口量達到 43%、進口量則是 51%，此意味英國與歐盟成員國仍可在對方市場取得優勢。可是明年起，英國不再是歐盟單一市場和關稅同盟成員，雙方貿易將存在很多隱形

成本，包括須符合各項海關規則、監管標準。

而單只邊境檢查將加長五倍的時間成本，到時邊境有可能會塞滿大量等待檢查的貨車。由於貿易障礙增加，現在出口大量貨物給英國的歐盟成員國，都可能減少貿易往來，尤其是鄰近英國的愛爾蘭及海峽對岸的法國。

但值得注意的是，部分商品仍可能要徵收關稅，包括大部分的汽車，這是因為它們來自英國或歐盟以外地區的零件所佔部分，超過「原產地規則」要求的比例。英國政府的預算責任辦公室 (OBR) 預計，英國的出口額也會較留在歐盟減少，預期 15 年期間總共將損失 GDP 的 4%。

漁權、邊界爭議大

第三，漁權及邊界問題。在英歐談判的最後階段，捕魚權

一直是雙方爭執不下的議題，英方希望「保護」自己的捕魚水域，減少給予歐盟的配額。如今協議規定雙方會有 5 年半的過渡期，歐盟將可繼續在英方水域捕魚，但會減少 25% 的捕魚配額，在過渡期屆滿後，兩方將每年談判。

這將製造很多的不確定成本。在北愛爾蘭的邊境問題上，英方在 12 月初與歐盟已就有關協議內容達成共識，北愛爾蘭將繼續遵守歐盟單一市場規則、留在關稅同盟，意味北愛爾蘭不會與愛爾蘭出現「硬邊界」問題，但會對從英國國內抵達的商品執行檢查，這也可能埋下爭議。

總之，縱然英國再度獨立，但還是要承受脫歐之苦。可預見未來的效益還沒呈現，各項成本卻已經浮現。

▼ 外媒羅列出全美各月依序的焦點新聞，替 2020 年做出全年回顧，重現美國紛紛擾擾的一年。(photo via Pixabay, under CC licensed from fotografiekb)



美年度新聞回顧 疫情、大選熱度高

美國 2020 年度新聞回顧，疫情佔據 6 個月的焦點新聞，還有種族平權抗議（BLM）、彈劾案、如同肥皂劇的總統大選、毀滅性的勞拉颶風。

【本報記者宋秉謙綜合報導】2020 年即將告終，權威外媒 CBS 新聞網依各月份做出焦點新聞的年度回顧，對美國而言，2020 年充滿紛擾，除了疫情席捲全球，佔據多達 6 個月的焦點新聞，還有種族平權抗議（BLM）、彈劾案、如同肥皂劇的總統大選、毀滅性的勞拉颶風。而本次焦點回顧恰好頭尾呼應，開頭是疫情起源的新聞，12 月焦點則是正向的新聞：疫苗來了。

對全球來說，2020 年最令人印象深刻的新聞必然是新冠疫情，對美國來說，更充斥其他歷史性的大事件。美

國《ABC 新聞網》撰文「2020 年將被銘記的幾個故事」，直接以 4 大關鍵字涵蓋全部，包含新冠疫情、峰迴路轉的選舉、種族議題爆發、屋夜偏逢連夜雨的氣候打擊。

疫情佔半數焦點

而權威外媒《CBS 新聞網》更巨細靡遺、按月份整理出焦點新聞，回顧整個 2020 年，其中，疫情新聞佔了 6 個月，更包下頭尾 2 個月，首先是 1 月的疫情起源，首例的華盛頓男子從中國武漢回美，在 1 月底開啟美國疫情

的時間軸，代表著年終的 12 月，焦點新聞則是正向的訊號，疫苗即將到來，並安排到明年的接種分配。

CBS 依序點出，2 月的焦點新聞則是與選舉有關，是總統川普被控濫用職權與妨礙國會的彈劾案，最終參議院宣布無罪；3 月又回到疫情，從世界衛生組織宣布全球大流行、東奧正式順延以來，美國全面正視疫情問題，連川普也坦承自己在初期忽視新冠的威脅。

夏季焦點：示威抗爭

4 月延續疫情新聞，全美各地爆發抗爭，示威者反對各

州要求人民待在家中的「居家令」，美國局勢緊張、升溫；5 月焦點則是種族議題，在黑人佛洛伊德之死後，全美抗爭示威四起，種族問題在大街小巷與社群網站上爆發，BLM 活動甚至蔓延全球。

6 月焦點新聞延續全美局勢動盪，川普為了弭平示威以「武力清場」，負面新聞喧囂直上；7 月焦點較為平淡，但也與疫情有關，美國商業體育賽事陸續復賽，包含 MLB 與 NBA 等，但防疫問題仍舊令人質疑。

下半年焦點政治大選

8 月焦點新聞是氣候打擊，

當季 12 次命名颶風來襲美國（破紀錄），其中最兇猛的就是颶風勞拉，該颶風直擊美國能原業心臟地帶，估計帶來 250 億美元經濟損失；再來逼近大選，9 月焦點新聞回到選舉，川普「閃電速度」提名保守派法官巴瑞特補最高法院大法官空缺，此舉充滿政治算計，美國聯邦最高法院的保守派與自由派之爭涉及各項議題，川普速推目的就是確保自己人夠多，替大選

後不認帳買保險。

10 月則是疫情與選舉的綜合焦點新聞，川普染疫；11 月則迎來肥皂劇般的總統大選，峰迴路轉的過程，包含選前預測的搖擺州不準確、郵寄選票，到拜登被認為勝選，川普強硬不認可，要立法機關推翻結果等，整年回顧一直到 12 月才有象徵正面的疫苗新聞做結尾。

經濟倒退、內戰更烈 中東陷疫情危機

【本報記者陳是祈綜合報導】疫情影響中東局勢，部分國家已陷入更混亂的戰爭和人道危機。

外媒綜合分析，長年在戰爭中的中東國家例如敘利亞、葉門等，由於疫情的關係各國自顧不暇，少了外國勢力的制衡以及國際援助力道減少，因此局勢更顯混亂。也有國家如埃及，因為疫情影響經濟，連帶動搖政局穩定度。

經濟危機影響局勢

《半島電視台》報導，敘利亞在長達十年的內戰，已經造成 50 多萬人傷亡，1300 萬人流離失所，儘管土耳其和俄羅斯同意停火，但 ISIS 的崛起加劇了局勢的動盪，加上疫情以及美國撤軍，導致中央政府無暇顧及，ISIS 已經成功發動多次攻擊，並迅速佔領敘利亞東部。

前敘利亞駐土耳其大使尼達爾·卡巴蘭向媒體表示，美國對敘利亞的經濟制裁，以及 2021 年即將迎來的敘利亞總統大選，都會為敘利亞整體的局勢增加不確定性，「2020 對敘利亞是最糟糕的年份，但疫情帶來經濟的衝擊和政局不穩，只會讓情況更難以收拾。

另外，埃及因為疫情造成嚴重的經濟問題，根據統計埃及原本收入就極度不平等，疫情後埃及更是有高達四成人口每天收入不足 2 美金，僅有 2 到 3%



▲ 疫情使得部分中東國家情況惡化，圖為葉門戰爭導致饑荒的兒童。(Photo from 網路截圖)

的人是極端富裕，而政府鎮壓言論和新聞自由更是引起國際關注，導致歐盟決議制裁，雖然埃及認為歐盟是過度干涉，但若歐盟真的實施經濟制裁，會讓埃及的經濟狀況更惡化。

外國援助資金銳減

同樣深陷戰爭的國家葉門，在過去 10 年的戰事中已有成千上萬的人失去性命，根據《美國新聞》報導，聯合國稱葉門正面臨嚴重的人道危機。雪上加霜的是，由於疫情的關係，國際資助和人道援助機構自顧不暇。根據 6 月的統計，目標 24 億美金的援助資金整整少了 10 億美金。

聯合國的政治分析師尼古拉·杜恩·岡德森表示，疫情讓歐美國家忙著處理，對於利比亞的問題無暇顧及，可能會導致俄羅斯繼續通過軍事手段並支持叛軍指揮官哈夫塔爾上位。

阿富汗內戰現曙光 明年將在卡達談判

【本報記者呂翔禾綜合報導】經過 1 年的打打停停後，阿富汗政府將於 2021 年 1 月與境內最大軍閥塔利班再次展開談判。雙方曾於今年初在美國協調下，數次對簿談判桌，但最後都無疾而終。塔利班指控政府沒有遵守交換戰俘的約定，政府不滿塔利班數次違反停火協議，隨著美軍將撤離 2000 人，政府也在想辦法穩定局勢。

明年在卡達協商

根據《半島電視台》與《土耳其通訊社》報導，雖然相關談判在 9 月就已經在卡達首都杜哈展開，但由於雙方毫無交集，因此目前談判仍在休止狀態，但將會在明年 1 月 5 日時重新展開第 2 階段的談判。阿富汗國家議會發言人卡瓦隆表示，很多國家因為新冠疫情緣故無法舉行談判，只有卡達有能力幫忙。

不過原本阿富汗政府不希望與塔利班在卡達談判，阿富汗總統甘尼希望讓

民眾都能了解談判發生什麼事情，不過這個要求在與塔利班磋商時遭到拒絕，塔利班在卡達設有對外聯絡辦公室，因此最後還是決定明年在卡達進行協商。

美軍逐步撤軍

由於美國在今年 2 月單獨與塔利班談判，美軍將於明年 1 月 10 日以前，將駐阿富汗美軍人數從 4500 人下調至 2500 人，甚至在明年 5 月以前要將所有美軍撤離阿富汗，因此在美國的要求下，阿富汗政府也加緊與塔利班進行磋商，塔利班希望阿國政府將數百名戰俘返還，但當初阿國政府認為人數太多，談判因此破裂。

雖然雙方來回談了很多次，但都無法獲得明顯共識。因此塔利班也在阿國規劃多起恐怖攻擊，造成許多平民傷亡與官方建築物毀損。

阿富汗自美國 2003 年阿富汗戰爭後，就持續陷入軍閥割據、部落衝突的困境，美軍也因為身陷於此，在歐巴馬總統時期便開始規劃逐步撤軍。

川普終簽署紓困 民拿津貼、政府免關門

【本報記者呂翔禾綜合報導】千萬民眾的紓困津貼終於有著落了！美國總統川普確定簽署 2 黨歷經千辛萬苦才完成協商的紓困法案，前 1 輪紓困已於 26 日到期，原本川普揚言不想簽署此項法案，因為給民眾的錢不夠多，但最後還是與國會妥協。川普先前也曾拒簽國防法案，但有很大的機會被國會推翻否決。

川普妥協通過法案

根據《奇摩新聞網》報導，根據《華盛頓郵報》獨家，川普終於在最後關頭簽下紓困法案，原本川普對於 2 黨協商的結果並不滿意，揚言要否決法案，這也讓候任的民主黨總統拜登不滿警告，這將會有毀滅性的後果，但是川普認為國會通過的方案不好，他希望給民眾更好的紓困。

這份價值 9000 億美金的



▲美國國會的預算終於通過，讓新冠紓困與政府預算都可以順利執行。(Photo by Council of Europe on Wikimedia under CC 2.0)

法案經過國會 2 黨數個月以來的艱困協商，才在分屬共和黨、民主黨的參眾議院過關，其中並包括給年收入低於 75000 美元的民眾，每人發放 600 美元的紓困金，川普卻說他希望發給這些民眾每人 2000 美元，但參議院的共和黨拒絕了他的提案。

除了紓困方案，還有 1.4 兆的美國政府預算也跟著紓困方案一起通過，如果沒通

過，美國政府 29 日將會出現部分關門的現象。美國政府上次出現關門是位於 2018 年底至 2019 年，民主、共和兩黨因為邊境築牆預算陷入膠著而無法通過預算。

年底預算激烈協商

《英國廣播公司》題到，川普先前還否決了 7400 億美元的國防法案，目前參眾 2

院正規畫要反否決，而國防法案在分屬不同政黨的 2 院都以高票數過關，外界認為很高機率也可以通過反否決需要的 2 院均過三分之二門檻。

但也有共和黨議員曾放話不會參與反否決，讓國防法案能否起死回生又多了點變數。美國政府只要到年底，預算是否會通過都會成為外界關注焦點。

▼ 疫情加劇糧食危機，英美向食物銀行領取糧食的人數暴增。(photo by Georgia National Guard from United States on Wikimedia under CC2.0)



疫情加劇糧食危機 英美食物銀行需求增

【本報記者臧品安綜合報導】疫情惡化糧食危機，英美向食物銀行領取糧食的人數暴增。全美規模最大的食物銀行聯盟——賑濟美國(Feeding America)表示，預計將有超過 5000 萬名國人，包括 1700 萬名孩童，將在今年底遭遇糧食危機；英國法恩沃斯和克斯利食物銀行表示，今年全國各地湧入許多未曾使用過食物銀行的民眾。

根據《NBC NEWS》報導，賑



疫情導致糧食危機惡化，美國食物銀行預測，將有超過 5000 萬名國人，包括 1700 萬名孩童，將在今年底遭遇糧食危機。

濟美國表示，預計將有超過 5000 萬名國人，包括 1700 萬名孩童在內，將在今年底遇上糧食不足的(Food Insecurity)問題。這相當於六分之一的美國國民與四分之一的孩童，比去年人數增加近 5 成。

疫情大流行前，大波士頓食物銀行每週提供約 100 萬

磅的食物給 550 間食物儲藏室，現在則膨脹至每週須提供 250 萬磅。大波士頓食物銀行主席兼執行長達馬托表示，這是在食物銀行工作 40 年以來，首次遇上如此巨大的糧食需求。

報導指出，大波士頓食物銀行所服務的韋茅斯市位於諾福克縣，據賑濟美國統計，

該縣從 2018 年至今，兒童飢餓人數預計增長 168%，占美國最大成長。

類似情形也出現在英國，《曼徹斯特晚報》報導，英國法恩沃斯和克斯利食物銀行在今年湧入許多未曾使用過食物銀行的民眾，食物銀行經理惠廷頓表示，這種趨勢在全國各地發生，「從封鎖以來，我們看到約 5 成以前從未來過食物銀行的人。」



日強化無人機管制 都市地區應用增加

【本報記者王先棠綜合報導】無人機在國防、物流等眾多領域的應用潛力無窮，使台灣在內許多國家都把它納入重點扶植產業。最近日本除了從政策面強化無人機操作的管制，如同台灣推出證照制度，建築業也趁勢展開新應用，如做老舊高樓外牆體檢，協助都市更新工作。

規範市區飛行

《讀賣新聞》報導，日本政府預計明年向國會提出《航空法》修正案，針對無人機操作訂定證照及考試相關規範，包括規定：無人機操作者、無人機機體本身若都持有證照，可讓無人機在「超過操作者視線範圍」的都市空域飛行，若違規則要罰款。新法預計 2022 年上路。

在日本無人機新證照制度下，無人機要像車輛安全檢查一樣在民間檢查機關受驗。使用者有義務維護機體功能正常，並依照政府要求在必要時進行維修，無人機製造廠也有義務向政府通報機體設計相關缺陷。飛行操作者的執照方面，會設有學科及操作技術的考試，來判定操作者的知識、技能是否達標，且依機體類型，把執照分為「一



等」、「二等」等不同種類。

中、日都用於高樓體檢

《The Japan Times》指出，無人機產業被視為成長產業，不單是因為它有高價值，也因為無人機的發展，讓過去未曾發揮功能的空域開始被人利用。隨著無人機朝更小更輕、更高性能演進，在建築工程、災害研究、醫療、娛樂、農業等產業的應用會更多元。

無人機在巡察橋樑等水利建設方面的應用，已很普遍，但主要發揮空間仍在空曠人少地區。都會區應用則受限於高樓林立干擾無人機 GPS 定位訊號，摔機風險難減，不利人口稠密地區的民眾安全。然而，業者也發現，善用無人機，可明顯提昇「高樓體檢」效率。

《日經 XTECH》報導，日本建築業者近期積極發展釣竿式線控無人機，用無人機為老舊高樓做「無鷹架」外牆安全檢查，即時確認有無損壞，延後搭建鷹架進行大規模檢修的時間點，減少修繕成本。而根據新華社最近報導，中國上海也有電信業者推出以無人機為高層住宅檢視外牆的服務，無人機高樓外牆體檢可能成為趨勢。



◀ 無人機在國防、物流等眾多領域的應用潛力無窮，使台灣在內許多國家都把它納入重點扶植產業。(網路截圖)

患不孕症受歧視 日議員籲勿汙名化

【本報記者陳是新綜合報導】日本人工受孕手術費用高昂、社會汙名化重，使得不孕症的夫妻處境艱難。日本知名政治家、隸屬自民黨的眾議員野田聖子在採訪中表示，自己十年前接受人工受孕時，受盡大眾歧視和指點，因此多年致力改善不孕症治療和人工受孕的法令完善，也盼日本社會善待不孕症婦女，不要污名化。

《日本時報》報導，日本對於不孕症婦女接受治療甚至是人工受孕，即使醫療技術進步，資訊也越來越發達，但歧視和污名化的現象仍然困擾許多不孕症婦女。

野田聖子近期接受媒體採訪表示，自己在 2010 年用人工受孕的方式，以 50 歲高齡產子，引發譁然和爭議，「困擾我的是，在接受各種不孕症治療時，你沒辦法向讓任何人坦白，因為社會上會認為不孕症是女性的罪過。」因此，野田聖子十年來致力不孕症治療的醫療改革，目標是在 2022 年以前，引入更先進的不孕症治療、人工受孕技術，以降低高昂的治療費用。

《GMI Post》報導，野田聖子多年致力於改善不孕症治療的環境，自己也有組織專門為需要不孕症治療的婦女提供補貼以及法規諮詢。另外，日本首相兼義偉也曾表示要擴大不孕症治療的健保



▲ 日本知名政治家高野聖子，期望透過自己接受人工受孕的經驗，改善日本不孕症婦女的處境。(Photo From Wikimedia Commons, the free media repository)

納保範圍，因為在一般情況下，接受不孕症治療或者人工受孕的費用，可能高達數百萬日圓。

目前，健保和不孕症治療相關的，僅涵蓋排卵誘導劑的藥物療法，輸卵管阻塞的非手術和手術療法，以及患有輸精管阻塞的不孕男性的手術療法，高昂的費用導致許多希望擁有孩子的夫妻被迫放棄。

另外，政府有提供年收入低於 730 萬日幣的已婚夫妻進行首次人工受孕的療程時，最高補助到 30 萬日幣。

埃及高官訪利比亞 調停內戰雙方

【本報記者郭淑鳳綜合報導】埃及高官代表團 27 日首次訪問的黎波里，與利比亞過渡政府(GNA)高官會面，商討兩國關係、利比亞內戰的停火協議等議題。自 2014 年利比亞內戰以來，埃及始終支持軍人領袖哈夫塔的利比亞國民軍(LNA)政府，由於埃及高官約一周前見過哈夫塔，此次會面似有在利比亞內戰雙方間居中調停的意圖。

對於 27 日的會談，埃及情報局副局長巴底亞在推特表示，「今天的黎波里與埃及國安代表進行了成果豐碩又有建設性的會議。」會議中討論了兩國加強在國安及情報上的合作方式，以及如何面對恐怖主義和組織性犯罪的威脅。GNA 外交部發言人也在推特上說，代表團還討論了儘早重新開放埃及駐的黎波里大使館的可能性，雙方同意恢復利比亞飛往開羅的航班。



▲ 埃及高官代表團 6 年來首次訪問的黎波里，與利比亞過渡政府(GNA)高官會面，利比亞內政部長巴夏喀推文肯定會談結果。(Photo by 推特 / Fathi_Bashagha)

利比亞內戰分治

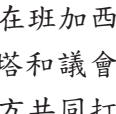
根據《半島電視台》報導，埃及高官訪問的黎波里，是 6 年來首例，代表團由埃及情報局副局長巴底亞率領，獲得 GNA 內政部長巴夏喀和利比亞西部情報首腦特拉貝爾西的接見。

利比亞自 2014 年以來，就

陷入了西部以的黎波里為首都的 GNA(利比亞民族團結政府)與東部由軍人領袖哈夫塔率領的利比亞國民軍政府(LNA)之間的內戰。GNA 得到聯合國的認可，並且受到土耳其跟卡達的支持，LNA 則獲得埃及、俄羅斯和阿聯酋的支持。

認可會談成果

根據《德國之聲》報導，埃及拜訪利比亞 GNA 政府，可能出於對土耳其持續支持 GNA，並且造成地區不穩定的擔憂。埃及情報首腦喀麥爾大約一周前才在班加西會見 LNA 首領哈夫塔和議會議長撒列，期待雙方共同打擊恐怖主義，恢復利比亞東西區的關係。





▲很多人都以為年紀大就要用暗紅一點、深一點的腮紅才顯色，但這樣做反而會讓臉色暗沉，看起來更沒有精神！（網路截圖）

■黃若宜 Joyi

我們常聽到有些人被說是「白肉底（皮膚白皙）」或「黑肉底（皮膚黝黑）」，源自天生遺傳而來的皮膚色階。其實，膚色不僅只能用色階來分別，還能透過

找出最能襯托自我肌膚的「魅力色」，若能妥善運用在彩妝選擇、服飾搭配上，更顯現出自己的風采與氣質。

冷、暖色的演色法，找出最能襯托自我肌膚的「魅力色」，若能妥善運用在彩妝選擇、服飾搭配上，更顯現出自己的風采與氣質。

掌握魅力色

魅力色，其實就是運用物理學上的光線折射原理，觀察光線打在我們的衣服後反射到臉上，影響臉部的光影變化。當服裝顏色與彩妝顏色反射上來的光線和我們的膚色色調一致（相容）時，整體看起來就會協調，讓膚色達到修飾的效果。反之，當和膚色色調不一致（不相容）時，會使膚色看起來混濁暗沉，除了看起來疲憊、氣色不好之外，還會凸顯斑點和皺紋！

透過天生自然的膚色色調，找出適合你的魅力色，就算素顏不化妝，也能有淡化毛孔、斑點和皺紋的效果。這就是為什麼穿對衣服、擦對了口紅色號，就能夠看起來氣色好、精神好，如同化了高級妝容。

暖色和冷色系

魅力色可以區分為暖色和冷



▲白天敷面膜可以讓膚質充分補水，讓底妝更服貼持久。（網路截圖）

保養品的用量和力道

化妝水→精華液→乳液（乳霜），雖然只是簡單3個步驟，因正確的用量和塗抹方式，會發現就算未上妝，皮膚色階也會提高，透明度和光澤感也都會增加！每次我在課堂和講座上示範保養後，效果總令在場的學員們驚豔。

請注意，所有的保養產品都需要足夠的量才能達到效果，就如人體每天都需要足夠的水分，才能維持運作一般，因此建議選擇符合預算，大量使用也不會心疼的產品。你大概會疑惑「大量？」很多人不是說，擦了太滋潤的保養品眼周會長肉芽，所以要很小量的擦啊？其實肉芽只是個俗稱，種類和成因眾多，大部份是和體質有關，或是平常太大力摩擦肌膚造成的，也有可能是保養品成分引起的過敏反應，不一定是太滋潤造成的。如果擔心的話，不要將乳液和乳霜擦在眼周，可以減少閉鎖性粉刺生成的可能。而當肉芽產生、持續一陣子沒有消失的話，還是要請專業的皮膚科醫師診斷，不同的種類需要用不同的方式治療，甚至有些是皮膚病變，自行處理反而會變得更嚴重呢。像我就曾經擦了控油型產品而長了粟粒腫，最後是靠冷凍治療才去除。

另外，我發現大家保養品的用量和力道往往不正確，不但沒有效果，反而拉扯到皮膚而造成反效果！許多人提到按摩可以幫助保養品吸收，但請不要做一些擠

眉弄眼的臉部操，因為太過誇張的表情，反而容易產生皺紋喔！關於在上保養品時搭配各種按摩手法，其實只要把握一個原則：每一個擦在臉上的產品，都是以「由內而外、由下往上」的手法。

白天、夜晚保養大不同

白天的保養以補水、保濕及防曬為主，其他功能性保養像是美白、抗老產品，則放在晚上使用。白天的保養品儘量簡單，以補水保濕為重點，以化妝水（或面膜）+保濕精華液+乳液（或防曬美容液）為主。依據皮膚的乾燥程度，精華液可以省略或斟酌使用在乾燥的部位，像是眼周、太陽穴和唇周等；抗老、拉提等產品可能會造成底妝脫屑、上妝不易，所以要儘量避免在上妝前使用。

白天敷面膜可以讓膚質充分補水，讓底妝更服貼持久。特別是

當我在為新娘化妝時，絕對不能省略這一步驟！大家如果遇到重要的日子，想讓妝容持久，也不要忘記這個好方法。夜晚由於晚上睡眠時，皮膚修復力和吸收力都比白天高出許多，因此晚上的用量及使用的保養品項可以多一點，但也別太多喔！同一個部位建議最好不超過5樣產品，白天則為3樣，以免造成肌膚的負擔。

夜晚的保養品，除了白天使用的之外，還可以增加機能性保養品，例如：化妝水（面膜）+保濕精華液+機能性精華液+（眼霜）+面霜。如果使用2種以上的精華液，記得水狀的要先擦，再擦較濃稠或油基底的產品。

使用魅力色系單品

膚色均勻明亮後，不用添加過多顏色在臉上，接下來只需用魅力色點綴嘴唇或雙頰，就有畫龍點睛的效果。從第1章找出最適

合自己的肌底色後，配合正確步驟及合適的產品，開始練習適合自己的大人彩妝吧！請記得，展現整體光采好氣色，會比強調彩妝鮮明度更適合自己喔。

潤澤系唇彩

彩妝品當中，能快速提升好氣色的神物就是唇彩。挑選潤度高、水感光澤、非亮片及珠光的產品，就能呈現自然飽滿的雙唇。臉上的彩妝顏色愈淡，唇彩就要愈紅潤才能提升好氣色，像是裸色口紅就不太適合用在淡妝，會有化了妝仍氣色不足的感覺。此外，也不推薦霧面質地的唇膏，容易使唇紋加深而顯老。我建議可以根據個人魅力色來選擇。例如黃肌底的人適合橘紅、磚紅色，藍肌底則可選用玫瑰紅或桃紅色調，便能立即明亮膚色和氣色。裸色系較不適合，容易顯得沒精神。



▲眼影部份推薦給熟齡大人的萬用解方，是選用帶有柔和珠光色彩的香檳金色或粉橘色眼影作為底，讓眼神更加明亮有神。（網路截圖）



▲膚色不僅只能用色階來分別，還能透過冷、暖色的演色法，找出最能襯托自我肌膚的「魅力色」。（網路截圖）

很多人都以為年紀大就要用暗紅一點、深一點的腮紅才顯色，但這樣做反而會讓臉色暗沉，看起來更沒有精神！

挑選適合的腮紅

很多人都以為年紀大就要用暗紅一點、深一點的腮紅才顯色，但這樣做反而會讓臉色暗沉，看起來更沒有精神！與其強調腮紅的顯色度，不如利用腮紅提高臉部亮澤度，根據肌底色選用含有細緻光澤的粉狀腮紅，或是滋潤度高的霜狀腮紅！

例如，藍肌底、膚色白皙的人（也就是粉底選擇淺膚色的人），可以選用珊瑚粉；膚色自然或偏小麥色的人，可以選擇玫瑰紅；黃肌底的人可以選杏桃色（淺膚色）、橘紅色（自然膚

的色號。另外，只需要用腮紅刷沾取微量，刷在笑起來雙頰突起處的笑肌上方，不但可以提亮膚色、增加氣色外，還有拉提的效果。

腮紅要少量多次輕刷

腮紅是看起來最容易顯年輕的方法，但要達到這個目的，腮紅畫的位置很重要。腮紅下手的位置要在黑眼珠正下方、不低過鼻翼，畫在鼻翼和眼睛的中間、比笑肌微高一點的位置。

左右輕刷後，往髮角輕刷一

條上揚線，越靠近髮角，腮紅的範圍就要越窄越輕，讓臉型有自然上揚的效果。如果是剛好畫在笑肌的位置，當不笑的時候腮紅的位置就會掉下來，因此畫在比笑肌高一點的地方，就能拉高視覺，達到托高緊緻的效果。

腮紅的使用方法建議採「少量多次」輕刷，不要下手太重而畫成明顯一條線或是色塊，避免腮紅邊緣有明顯的界線。

眉影增加妝容立體度

眉毛是突顯五官立體的關鍵。如果本身有濃密的眉毛，但尚未整理出眉形，建議先使用眉筆勾勒眉形，再把多餘雜毛處修掉；若本身已有完整的眉形，則可用眉粉來填補眉毛的空隙，使眉色更柔和。

這裡介紹一個畫眉眼的小技巧，只要縮短眉毛和眼睛的距離，就能讓你看起來更年輕。眉

毛和眼睛距離較開者，在畫眉毛時，在眉峰（肌肉隆起處）下緣用眉筆補上線條，視覺上就能讓眉毛位置往下移、縮短眉眼的距離，看起來就會更年輕喔！但如果眉眼距離已經小於1.5公分的人，請不要這麼做，以免造成眉毛跟眼睛的錯覺。

金色+棕色眼影萬用

眼影部份推薦給熟齡大人的萬用解方，是選用帶有柔和珠光色彩的香檳金色或粉橘色眼影作為底，眼線刷沾取棕色眼影當眼線畫在睫毛根部上緣，最後眼尾1/3處從睫毛根部往上加粗並延伸眼尾0.2公分，就能自然放大雙眼，並修飾眼尾下垂的問題，讓眼神更加明亮有神。眼皮乾燥、紋路明顯的人，用手指塗抹霜狀眼影會更容易附著。

本書從保養到卸妝為你喚回肌膚原生力，打破歲月隔閡，讓年齡、工作、育兒不再是阻止你追求美麗的障礙。即便已屆中年，仍有重新找回化妝的理由，點綴出本來就有的風采綽約。

（張庭維／輯）



▲腮紅是看起來最容易顯年輕的方法，但要達到這個目的，腮紅畫的位置很重要。（網路截圖）

《年輕7歲的優雅大人 好感系彩妝》簡介

化妝太麻煩，習慣頂著素顏就出門？忙著照顧兒女，已經跟化妝絕緣？第一次當主管，該怎麼提升形象？買了流行彩妝品，怎麼用都不對勁？

年齡和忙碌，都不能阻礙你變得優雅，每個人都有不同的化妝理由，妝容也會依歲月映照出不同時期的自己。隨著年齡和自我成長，會發覺早年的保養及妝法再難套用。

本書從保養到卸妝為你喚回肌膚原生力，打破歲月隔閡，讓年齡、工作、育兒不再是阻止你追求美麗的障礙。即便已屆中年，仍有重新找回化妝的理由，點綴出本來就有的風采綽約。



作者：黃若宜 Joyi
出版社：天下生活
出版日期：2020/07/22

・T.M. 書訊・

輕鬆出版 助出手感個性家		數位科技應用 4.0		薩提爾的親子情緒課	
作者：主婦與生活社	出版社：良品文化	作者：詹文男	出版社：天下雜誌	作者：李儀婷	出版社：天下文化
居家換裝一把刷！簡單油漆改造空間繪畫時尚花紋，改變素材質感，仿舊處理新手法——只需利用油漆即可改變室內風格的玩色魔法創意，盡在其中！ 想要讓生活更加多采多姿？ 僅需塗刷上漆，即可藉由色彩的力量，使室內氛圍全然改變。不僅可以說是成本最低的改造方式，而且無論是初學者還是手拙之人，皆可輕鬆嘗試挑戰。 先以實際的整體空間呈	現，再分別解說各個項目的製作步驟，詳細列出使用工具、油漆品牌與色號，方便參考。 	數位科技指以「資訊」、「數據」為核心的知識、工具與方法，比如人工智慧、區塊鏈、物聯網、雲端與邊緣運算，都屬於數位科技的討論範疇，由於其所帶來的變革潛力巨大，因此數位科技在各個領域的應用，又經常被稱為第四次工業革命。 然而，這樣的影響力不僅存在於生產、製造，數位科技已然滲透到人們一般的生活環境之中，並且持續改變人類社會的發展模式，更可以被視為當前社會發展、演化的主要動	 數位科技應用 4.0	以愛為前提，陪孩子走過情緒成長，  薩提爾親子情緒課	母能以更豐富的目光看待孩子成長，孩子的覺察會愈快速，也愈能接納挑戰及修正錯誤。  薩提爾親子情緒課

▼威爾法洛（右）主演的《精靈總動員》。此片描述從小由北極的聖誕精靈扶養長大的孤兒巴弟，長得比精靈高大三倍。（網路截圖）



從電影中找回「聖誕精神」

今年很多行業的失業情況十分嚴重，對失業人士而言，兼職當聖誕老人可能是一項很好的臨時工。

■ 梁良
（資深影評人）

2020 年的 12 月 25 日可能是二戰後氣氛最暗淡的一個聖誕節了。這一整年全球民眾活在新冠病毒籠罩之下，本來已生活秩序大亂，心情鬱悶難展笑顏。

以往每年好萊塢都會推出兩、三部「聖誕電影」慶賀佳節，今年在全美大部分的戲院都不開門營業的情況下意興闌珊，乾脆都不拍新的賀節片，只拿一部 17 年前的舊片重演意思意思。

被選中的這一部「聖誕電影」，是威爾法洛主演的《精靈總動員》（Elf）。

此片描述從小由北極的聖誕精靈扶養長大的孤兒巴弟，長得比精靈高大三倍。他偶然發現自己是人類，遂決定啟程去紐約尋找他的家人，如願找到了爸爸華特。

華特雖然懷疑自己真是巴弟的父親，還是帶了他回家。巴弟終於看到他的媽媽和弟弟，但十歲的弟弟並不知道聖誕節的由來，也懷疑聖誕老人的存在，似乎大家也快忘了過聖誕節的真正意義。

聖誕節就快到了，巴弟以聖誕精靈的身分向家人宣佈他的想法，並送給全世界的人們一個最驚奇的聖誕禮物。今年觀賞《精靈總動員》的觀眾，應該會希望巴弟送給世人的聖誕禮物是百分之百有效的疫苗吧？

職人的聖誕精神

今年很多行業的失業情況十分嚴重，對失業人士而言，兼職當聖誕老人可能是一項很好的臨時工。在《聖誕快樂又瘋狂》（The Santa Clause, 1994）片中，初次躍登大銀幕的電視喜劇紅星蒂姆艾倫，飾演一名打鴨子上架的聖誕老人。

劇情描述一名廣告公司的老板和他兒子，在聖誕來臨前夕，偶然碰到垂死的聖誕老人，老板被設計穿上了聖誕老人服裝，帶著兒子陪他來到了北極的聖誕老人大本營，那時候他才發覺茲事體大。

原來那裡有一條契約：無論誰穿上了聖誕老人服裝，都必須負起聖誕老人的一切責任。於是這位大老板只好硬著頭皮駕著鹿車到處派送禮物，沿途鬧出各種笑話，但也因此領略到真正的聖誕精神。

本片是美國電影史上票房最高的聖誕喜劇之一，後來還拍了兩部續集，當時還是純粹生意人的唐納川普在《小鬼當家 2》（Home Alone 2: Lost in New York, 1992）曾客串演出了一小段，在廣場飯店中遇到凱文向他問路。如今，現任美國總統川普也在向大眾問路：我還能連任總統嗎？

小鬼當家票房紀錄

在當下的現實生活，我們的「聖誕精神」是面對惡劣環境，仍能勇於面對，發揮一切力量跟逆境對抗，終能爭取到最後勝利。

30 年前轟動一時的喜劇《小鬼當家》（Home Alone, 1990）把這個寓意發揮得淋漓盡致。

年僅八歲的天才童星麥考利克金飾演小男孩凱文，他被匆匆忙忙趕飛機出國度聖誕假的一家人獨個兒留在家中，正樂得把家裡變成個人的遊樂場盡情玩耍，不料兩個剛出獄的竊賊入屋行竊，小頑童利用遊戲陷阱跟大笨賊進行連番周旋，竊賊終於落荒而逃。

本片是美國電影史上票房最高的聖誕喜劇之一，後來還拍了兩部續集，當時還是純粹生意人的唐納川普在《小鬼當家 2》（Home Alone 2: Lost in New York, 1992）曾客串演出了一小段，在廣場飯店中遇到凱文向他問路。如今，現任美國總統川普也在向大眾問路：我還能連任總統嗎？

◀「聖誕精神」是面對惡劣環境，仍能勇於面對，30 年前轟動一時的喜劇《小鬼當家》把這個寓意發揮得淋漓盡致。（網路截圖）

▼在《聖誕快樂又瘋狂》（The Santa Clause, 1994）片中，初次躍登大銀幕的電視喜劇紅星蒂姆艾倫，飾演一名打鴨子上架的聖誕老人。（網路截圖）



音樂作品撫慰人心 創作者卻三餐不繼



▲音樂助人度過疫情難關，但音樂創作人們卻急須資助，才能繼續創作。（Photo from 網路截圖）

【本報記者陳是祈綜合報導】音樂在疫情間帶給人們安慰，但音樂創作者的生計卻陷入難題。專家分析認為，音樂讓人隔離在家時有所慰藉，甚至有科學證據顯示，音樂可以緩解憂鬱、舒緩心理疾病。

但，疫情卻打擊音樂產業嚴，以致許多創作人經濟陷入困難，因此各國音樂界和非營利組織，都呼籲政府伸援援助，也希望歌迷購買實體商品支持喜歡的音樂人。

音樂人經濟困難

《Techcrunch》專欄報導，音樂在疫情下扮演陪伴和緩解憂鬱的重要角色。

精神疾病研究專家奧立佛·薩克斯曾表示，音樂的確可以有效幫助人擺脫憂鬱，或者讓人流淚、釋放情緒，像是心理的滋補品。

在精神疾病療法上，音樂也被證實是一種有效的治療方法。不只用於醫學治療，在運動、工作或者生活中，都可以提升品質。知名爵士歌手路易斯·阿姆斯壯更曾說過「音樂就是生命本

身」。

然而音樂在疫情中扮演重要的安慰劑時，產出音樂的創作者卻在疫情下面臨生計問題。過去現場巡迴演出是許多音樂人主要的收入來源，然而疫情來襲，從演唱會公司、場館到音樂人本身都頓時沒了工作。美國音樂家、樂團 Wilco 的其中一員 Jeff Tweedy 表示，「疫情徹底摧毀了現場表演產業。」他表示許多音樂家在今年幾乎是零收入的狀態。

呼籲政府、歌迷幫助

《NME》報導，非營利組織「音樂家聯盟」在 5 月做的一項調查指出，有 19% 的音樂創作者表示，疫情可能會迫使他們永久放棄音樂創作，「到了 12 月，現場演出仍不能恢復正常，放棄音樂創作的人只會越來越多。」

文章呼籲，除了依靠政府的補助和非營利組織的募款資助，樂迷能給予的回饋除了捐錢，就是多多購買音樂人的實體專輯或者周邊商品（T-shirt）等，以及捐助金錢給喜歡的音樂創作者。

台、德、中同演貝多芬 考驗指揮融合力

【本報記者祝潤霖台北報導】「貝多芬的音樂像是非常好吃的水餃，不一定要沾醬油（指序曲）！」《傾心貝多芬》明年 1 月 7 日將在國家音樂廳演出貝多芬第 3、4、5 號鋼琴協奏曲，指揮莊東杰 28 日表示，鋼琴家魏樂富是住台灣的德國人，汪奕聞是台灣出生旅外，諸大明是上海人，3 人的經歷與音樂風格截然不同，考驗指揮平衡溝通的能力。

貝多芬熱愛挑戰傳統

返台結束隔離出關的莊東杰說，貝多芬是當時代最棒的鋼琴家，鋼琴協奏曲除了是寫給自己的挑戰之外，他也把樂團的比重加到很大；「他非常喜歡挑戰傳統（交響樂只是伴奏），不喜歡做類似的東西，讓人聽了覺得，怎麼有人這樣寫曲？第一秒鐘就要讓人驚奇。」

莊東杰強調，貝多芬的音樂結構鮮明，要表達的東西很直接，所以這次演奏省略掉序曲；他喜歡把動機寫得非常簡單，然後把極簡的東西（像《命運》的 4 個



▲《傾心貝多芬》指揮莊東杰說，貝多芬喜歡挑戰傳統，讓人聽起來覺得，怎麼有人這樣寫曲？第一秒鐘就要讓人驚奇。（photo by 祝潤霖／台灣醒報）

音）做無限的發展，也很常用第 2 樂章來表達他的「愛情」。

音樂讓人重聚在一起

「離開音樂的那幾年蠻痛苦的，但我反而感恩，這讓我重新找到自己。」莊東杰說，去學統

計的幾年對音樂也有幫助，身為指揮常需要去解構樂曲，貝多芬給了像工程師畫下的藍圖，但要重新拆解拼裝，事前的解構工作要做完整，「用最簡單的方式告訴團員你對曲子的看法，對團練很有幫助。」

莊東杰說，貝多芬也已經在《第 9 號》預示過，來自不同種族、地方的兄弟之間，要有人性大愛的光輝，因為病毒太容易區分你我；「因此音樂家在詮釋的時候，會更著重告訴大家，現在是我們重新站在一起的時候。」



▼ 文化部近來宣布，未來大陸圖書授權台灣出版將全面審查。陸委會強調這是為了避免統戰滲透。(網路截圖)



民主如逆水行舟 不進則退！

多雲時晴

■蔡又晴
(資深媒體人)

台灣的確是民主化了，但是民主往往如行舟，不進則退。目前台灣主要執政過的政黨，就是國民黨跟民進黨，對於民主的訴求也應該精益求精，不論是哪個政黨，當然都是以奪得執政權為首要目標，這個過程難免就要攻擊對手，但如果不謹慎，恐怕打垮對手，同時也摧毀了台灣民主，不可不慎。

避免被統戰？

文化部近來宣布，未來大陸

政府只要掌握立院多數席次，在沒有制衡的情況下，就怕政府輕易掙脫了民主的桎梏，傷害了我們最珍視的民主。

圖書授權台灣出版將全面審查。陸委會強調這是為了避免統戰滲透，文化部也說是為了避免大陸的圖書破壞台灣的民主自由。我們都承認，大陸的許多出版圖書，對台灣現狀的敘述不但公允，還有誤導之嫌。

不過無論如何，台灣畢竟是最自詡為出版言論自由的國家，這也是台灣民主的一大特徵。由政府來審批圖書，現在可以

說是防止統戰，但是一旦政府有意為之，這個審查會不會由國外轉向國內，這個恐怕才是更多人關注的重點。

另外對於圖書言論，是否一定要符合「現狀」，才能夠進口出版，恐怕也是有疑義。言論作為一種表意自由，圖書作為言論的載體，一定充斥著做者的主觀意念，例如說這次掀起軒然大波的大陸童書《等爸

爸回家》，內容有中國加油、武漢加油，這到底是中國的大外宣，還是中國作者自我的表述？

開言論自由倒車

當然現在是以沒有申請許可辦法來阻擋，但是到底是因為沒有申請違法，還是因為內容被質疑，要說跟內容沒關係，我想誰都不會相信，那對國內的作者不審查，審查國外的作者，是否符合台灣自傲的言論自由，我們的確需要更謹慎。

當我們為了捍衛台灣的言論自由，卻開始了某種思想審查，

隨時代沒落的老裁縫



生意特地走一趟，總之操著上海口音的師傅帶著一捲布尺在父親身上比劃來比劃去的，令我印象深刻。長大追英劇「唐頓莊園」，才知道在西方這可是高級訂製服 (Haute-Couture) 才會有的服務規格。

存錢為自己治裝

訂製衣服在台灣那個年代很尋常，一點也不算高級。在學生時代，我不曾訂做過西裝，卻經常去訂做襯衫及褲子。那時西門町的武昌街是襯衫西服店的聚集地，林森北路也有很多。櫥窗內總是掛滿了各種襯衫的花色與式樣，店裡還有更多的布料可供選擇。喜歡追時

髦的我存了些零用錢就喜歡幫自己治裝。

因為想跟別人不一樣，我會先去販賣西洋雜誌的地方買流行的刊物，中學時買的是《Seventeen》，進了大學以後則改看《GQ》，挑選到喜歡的樣子，就帶到店裡請裁縫師傅照著做，每件都是獨一無二，保證不撞衫。

這種做法其實當時在做女裝的裁縫店早就司空見慣了，幾乎每家都會放幾本《家庭洋裁》、《裝苑》或是《貴婦人》這樣的日本雜誌給客人參考。男裝店除了做西裝會提供參考刊物，一般對於流行訊息並不敏感。

裁縫業繁華落盡

因為是訂做的，自然會比成衣來得合身，那時對於裁縫師的手工技術也比較注意，例如縫線的密合度，有沒有加襯裡，車縫有沒有對齊等等細節都會講究。而訂做西裝更要先試穿過版型才正式裁製。

訂製衣服可以讓客人將自己的創意融入到設計的過程，這要比買成衣有趣多了。那時家家戶戶也都有縫紉機，許多主婦們也具備縫製衣服的能力，增加不少家庭生活的樂趣。可惜的是成衣產業的興盛讓許多裁縫師都失業了，這樣的樂趣也都消失了。

▲訂製衣服可以讓客人將自己的創意融入到設計的過程，這要比買成衣有趣多了。(網路截圖)



▲當台灣開始經濟起飛，成功轉型之後，社會對於民主的要求越來越高。(網路截圖)

這會不會是個民主倒退的信號？(想想國民黨當年如何箝制言論)，就算對台灣民主再有信心，恐怕都知道權力永遠必須限縮，不然就會默默膨脹。

這也是為什麼，幾個縣市政府忽然喊停數位身分證，因為站在民眾權益跟資訊保密的前提下，政府再怎麼有把握也需要給民眾交代，而不是政府自以為安全，就能夠強制推行。台灣民主化至今不到四十年，以為政府會自我克制，那也實在太過樂觀。

追殺在野黨

之前黨產會等強制措施，就已經引來不少爭議，尤其是強制沒收黨產等等作為，這些行徑是否完全符合民主法治原則，都還有爭議。又或者中央選舉委員會主委李進勇，他具有民進黨籍，在政壇打滾多年，政黨色彩明

顯。

對於中選會這樣籌辦跟仲裁選務的機構，其實應該由更沒有色彩的人來擔任，雖然最後李進勇宣佈放棄政黨身分，但是這種口頭的宣示有多少效果，恐怕外界都還是有所質疑。

民進黨從黨外出身，一路以爭取民主自由為核心，也因此獲得民眾支持，兩度上台執政，但是民主不只靠制度約束，更需要自發地避嫌。台灣的確面對大陸威脅，但是管制大陸出版品，是否可以達到促進民主的效果？

我們需要三思，許多文化與知識份子都有憂慮，當中也不乏深綠泛綠背景者，畢竟此例一開，政府只要掌握立院多數席次，在沒有制衡的情況下，就怕政府輕易掙脫了民主的桎梏，傷害了我們最珍視的民主。雖然是假設句，卻讓人不得不防。

▼山居的日子並非盡都美好，有凶險也有不便。但在與大自然交織的日常裡，總隱藏著學不完的學問和驚喜。(網路截圖)



都蘭山下

我的山居歲月 (之一)

■吳方芳
(家立社福基金會執行長)

落腳在都蘭山下四年了。

看山聽海、鳥語花香、陽台吹風、發呆耍廢、蒔花弄草、夜看星斗，還有；扯著嗓子列隊高歌的胖胖大白鵝、劃過天際的白鷺鷥、乘風翱翔的老鷹...

然而；山居的日子並非盡都美好，有凶險也有不便。總之；浪漫的、不浪漫的在在是我的山居日常。與大自然交織的日常裡，總隱藏著學不完的學問和驚喜。

摯友「樹王子」

山腰上的家，栽種了幾棵肖楠，而栽在天井的這棵肖楠，比其他楠木更鬱鬱青青蒼勁挺拔，是院子裡最青春最俊美的樹王子。(註：肖楠屬針葉樹，是珍貴的樹木之王，「一肖二豆」指的即是肖楠為王、紅豆杉為后。)

這些年，樹王子默默陪我度過春夏秋冬，更伴我走過病痛時光。每當我靠近它，伸手擁抱它，呼吸它的幽香，就會想起造物主對信靠之人的祝福～「義人要發旺如棕樹，生長如黎巴嫩的香柏木」(詩

92:12)。啊！人生何等豐盛，何等有盼望！。

外公與我的時光

對大自然，對樹木，對肖楠的喜愛，始於我的外公。孩提時候，到外公外婆家過暑假，受災受跟班的我，曾在一個難忘的清早，隨著擔任花蓮縣富里鄉鄉長的外公入山巡山。嚴肅不多話的外公一入森林，就打開話匣子，如數家珍的為我講說肖楠、九芎、白楊、南方松、相思樹、卡多莉亞蘭花...

視樹木為摯友，尤其鍾情於肖楠的外公，慎重的把他的樹朋友一一介紹給我，也把巴在外公背上耍賴的孫女，介紹給了樹老友。

與大自然為伍

浸在山林的一整天，外公一邊以日語對樹說話唱歌，一邊忙著擁抱高齡老樹，對之鞠躬致敬。他為生病的樹木除蟲剪枝，並對枯萎樹木喊話，叫它們務必振作起來。

那一日，我見識了鐵漢的柔情謙遜，見識了大自然的美麗、奧妙，開啟了一生對山居的嚮往和對植物的熱情。那特別的一天，我懵懵懂懂的知曉了要尊重大自然，要與大自然為友。

▼傳奇就是傳奇！布雷迪（圖中12號）轉戰海盜就率領球隊打破13年季後賽乾旱，反觀老東家愛國者則11年首度缺席季後賽。（photo from Tampa Bay Buccaneers Facebook Fanpage）



傳奇四分衛布雷迪率海盜重返季後賽

【本報記者宋秉謙綜合報導】NFL傳奇四分衛果然帶來改變，43歲的布雷迪帶領海盜重返睽違13年的季後賽！日前以大比分碾壓雄獅後，海盜成為國聯第4個搶進季後賽的隊伍，本季加盟的布雷迪功不可沒，外媒28日報導，布雷迪本季傳出34次達陣成功，寫下海盜隊史單季最多傳球達陣的紀錄。而少了布雷迪的老東家，愛國者11年來首度缺席季後賽，傳奇四分衛的影

NFL傳奇四分衛布雷迪轉戰海盜就率領球隊，打破13年季後賽乾旱，反觀老東家愛國者則11年首度缺席季後賽。

響力顯著。

布雷迪是季後賽保證

NFL開季前最大轉隊消息就是傳奇四分衛布雷迪離開效力20年的愛國者，攜手老隊友格朗考斯基轉戰坦帕灣海盜，這2位老

將加起來手上共有9枚超級盃冠軍戒指，替缺少「勝利經驗」的海盜帶來改變。日前擊敗底特律雄獅的比賽後，海盜以10勝5敗的戰績，確定搶進季後賽，這也終結NFL第二長的「季後賽乾旱」（13年）。

根據《CNN》報導，43歲的布雷迪絕對是海盜的最大功臣，他本季已傳出34次達陣，連同傳球碼數通通都改寫隊史紀錄，日前接獲布雷迪傳球而達陣的外接手伊凡斯，是14年以來就在陣中的「老海盜人」，他受訪時提到，明顯感受到布雷迪在陣中的優勢，伊凡斯對後續的季後賽旅程相當樂觀、期待。

對比布雷迪的老東家愛國者，



有原航平加盟遊騎兵 美西上演日本內戰

【本報記者宋秉謙綜合報導】又一名日本強投獲得MLB青睞！28歲的日本火腿王牌有原航平27日確定加盟遊騎兵，合約是2年620萬美元，成為繼17年達比修後最新的旅日遊騎兵選手，美聯西區目前有3隊都有日本強投，新賽季有原可望與天使大谷、水手菊池一同競技。遊騎兵表示，月初送走王牌林恩後，剩下吉布森與萊爾斯2名穩定先發，看好有原能分攤重任。

2年約當遊騎兵

根據《MLB官網》報導，日本火腿28歲強投有原航平27日確定以2年620萬加盟遊騎兵隊，遊騎兵搶下有原的理由不難猜，他們月初才把王牌強投林恩交易到白襪，先發輪值缺了一角，去年吃下36局以上的先發刺吉布森與萊爾斯2人，能以年均薪300萬左右就簽到能吃局數的投手，算是划算的選擇。

總管伍德沃德表示，有原在日職表現就很出色，他15年拿到洋聯新人王，19年繳出宰制級的成績，雖然美職強度高於日職，但有原多球種的特點可能是幫助他站穩美職的優勢，有原擁有7種球種，光是速球系就有3種（二縫、四縫、卡特），更期待有原能增加指叉球、圈指變速球的使用量，這些都有助於迷惑



◀日本火腿王牌投手有原航平確定落腳阿靈頓，將身披遊騎兵戰袍，幾乎鎖定一個開季先發名額。（photo from 德州遊騎兵臉書官方粉專）

不熟悉的美職打者們。

耐投、吃局數能力佳

對球迷來說，「遊騎兵、日職、投手」這3個關鍵字不難聯想到同樣旅美軌跡的達比修有，達比修是前一代的日本火腿王牌，在12年挑戰MLB、加盟遊騎兵打出佳績，這是否代表遊騎兵將迎來下一位達比修？據《德州媒體》表示，有原是有原，不是另一個達比修！

該文提到，2人雖然都有多個球種，但有原顯然還

不是能無視層級差距、宰制聯盟的那種強投，遊騎兵看上的是他的耐投與吃局數能力，評估他新賽季能吃下至少150局，更適合的比喻對象是另一位從日職轉戰MLB的投手路易斯，路易斯當年發跡於遊騎兵，但卻投不出成績而流浪到日職，最終又被遊騎兵找了回來，路易斯隨後也3度替球團貢獻單季200局的成績，球團方針也是期待有原能站穩後段輪值。

新賽季日本內戰？

有原挑戰MLB成功後，最幸福的要屬日本球迷，美聯西區有有機會上演「日本內戰」，5隊內有3隊都有日本投手，包含天使的二刀流大谷翔平、水手菊池雄星和老投手平野佳壽，扣除平野還得為大聯盟名額拼戰，大谷是天使的王牌戰力，菊池雖然上賽季表現淒慘，但手握大合約前提，水手本賽季將給他最後機會證明自己，這3人都會有足夠的出賽機會，新賽季或能常見同場競技。

2隊本季表現天差地遠，愛國者在過去11年從未缺席過季後賽，本季少了布雷迪後打出淒慘的6勝8敗，落到美東第三，確定無緣季後賽，而前一次愛國者排名不在美東前二，得追溯到2000年。

季後賽席次競爭激烈

NFL季後賽是雙聯盟各7張門票，海盜是本季第7支拿到季後賽門票的隊伍（國聯第4支）。國聯呈現三區強、一區弱，除了最弱的國東還沒決出龍頭，海盜與所屬的國聯南區第一名聖徒雙

雙拿到門票，國聯北區則是傳統強隊包裝工鎖定門票，國西則是海鷹提前晉級，公羊隊也還有希望擠進季後賽窄門。

至於美聯則是強隊眾多，目前僅3隊確定拿到門票，3隊分別是酋長、比爾、鋼人，衛冕軍堪薩斯城酋長本季只吞一敗，確定擁有季後賽所有主場優勢（全聯盟戰績第一），水牛城比爾趁著老霸主愛國者本季狀態低迷，從美聯東區竄出，至於匹茲堡鋼人，則是艱辛地從競爭激烈的美聯北區殺出重圍，該分區另外2強烏鴉和布朗也都是10勝5敗。

圖文選粹

圖文／中央社

費德勒退明年澳網 膝蓋動刀休養



▲主辦單位今天表示，6度拿下澳洲網球公開賽冠軍的瑞士好手費德勒將退出2021年的澳網。這也是費德勒生涯首度缺席澳網。

半場領先50分 獨行俠重創快艇



▲NBA達拉斯獨行俠球員唐西奇（中後）27日整場有24分、9籃板、8助攻，上半場率隊以77比27領先快艇50分，最終124比73獲勝。

梅西動向未定 暗示可能赴美踢球



▲阿根廷足球巨星梅西尚未做出決定，是否要在本季結束後，終止與巴塞隆納20年的賓主關係，但也暗示他可能轉戰美足聯盟。

▼北榮醫師楊逸文示範操作 AI 精準治療預測系統，整理大腸癌、直腸癌的癌症登記大數據，建立治療分析模組。(photo by 祝潤霖/台灣醒報)



AI 分析癌症數據 精準治療大腸癌

【本報記者祝潤霖台北報導】用 AI 智慧化分析，免費、迅速計算出大腸癌最佳療程！台北榮總攜手飛利浦，28 日發布 AI 精準治療預測系統，整理大腸癌、直腸癌的癌症登記大數據，結合飛利浦的 AI 人工智慧技術，建

立治療分析模組，協助醫師精準預測病程。

立治療分析模組，協助醫師更精準預測病程，打造個人化專屬化

的療程。

智慧醫療全球趨勢

「大腸、直腸癌發生率高達 10 萬分之 45，即每 35 分鐘就有 1 人罹癌！」北榮指出，大腸直腸癌已連續 14 年高居台灣癌症



▲北榮醫師楊逸文(右起)、黃聖捷、郭萬祐、姜正愷、台灣飛利浦總經理胡孝揚等為 AI 精準治療預測系統比讚。(photo by 祝潤霖/台灣醒報)

發生率第 1 名，且罹癌年齡也由 50 歲下降至 30~40 歲；為減少罹癌患者的不安與無助，使用 AI 提供精準的治療方法，發展智慧醫療是全世界的趨勢，也是北榮持續的重點發展方向。

56 歲的榮總志工張先生分享，當初確診為大腸直腸癌第 2 期，以腹腔鏡手術切除病灶同步接受人工肛門造口手術，術後接受 26 次放射性治療；「擔任志工時因接觸許多大腸直腸癌患者，才發現原來治療選擇百百種，這個系統能更精準地告訴我，接受什麼樣的選擇，可以得到最佳的治療。」

位置、大小、能否保留肛門、及腫瘤細胞轉移等棘手問題，如何與患者共同訂定治療決策，實為臨床醫師的一大挑戰。

姜正愷說明，利用患者基本資料、病史、腫瘤大小與期別、手術方式與癌細胞組織化驗結果等數據，可將分析結果提供醫師及患者做治療決策的參考，提升判斷準確度；目前已可針對大腸直腸癌第 1 至 3 期患者預測，開刀術後的副作用程度及是否需要後續化療，評估選擇不同治療的存活率。

姜正愷表示，根據醫院的癌症登記資料庫所記錄的病患個人病症、病況及病史，藉由比對測量患者的相似程度，為目標患者提供更精準且個人化的病程預測與治療結果預測分析，輔助臨床決策，達到制定個人化治療的可能。

個人化 AI 病程預測

「大腸直腸癌治療主要以手術切除腫瘤為主，搭配化學治療、標靶治療或放射治療為輔。」北榮外科部大腸直腸外科醫師姜正愷指出，醫師治療時須考量腫瘤

美開發疫苗護照 盼協助疫情控管

【本報記者陳謙綜合報導】疫情當頭，國際移動受到限制！就算是因公務須出國，也大多需要出示核酸檢驗報告。美國民間近期開始研發「電子疫苗護照」，收集使用者的檢測結果和疫苗接種情形，盼能成為用戶在進入密閉場合甚至是入境時的健康證明，而中國也曾使用「健康碼」防範病毒傳播。

APP 整合檢測資訊

《CNN》報導，美國數個科技公司和民團已經著手進行智慧型手機上，整合疫情相關個人健康資訊 APP 的開發。希望能夠將使用者的核酸檢測報告、疫苗接種狀況進行收集，在進入室內密閉空間或得出境時，呈現在應用程式中。



科技龍頭蘋果、谷歌、IBM 等公司疫情期間也各自開發了有關追蹤病毒蹤跡的程式，利用藍牙技術告知用戶是否曾接觸確診者曾出現的環境。而他們所收集技術資訊也會提供給相關的 APP 開發商，希望這個技術能夠普及並協助疫情控管。

個資洩漏是隱憂

《紐約時報》報導，中國在疫情趨緩後曾研發「健康碼」應用程式來追蹤民眾的健康狀態，用戶的就醫、飲酒、睡眠等個人資料將會在 APP 上呈現，並以顏色來呈現每個人的健康分數。但此舉也引發民眾反彈，認為這樣有侵犯個人隱私的隱憂。

28 日立法院的外交委員會中，立委也詢問衛福部官員有關政府何時會進行民眾能否出國的安全



▲美國近期開始研發「電子疫苗護照」，收集使用者的檢測結果和疫苗接種情形，盼能成為用戶在進出場所時的健康證明。(網路截圖)



評估。衛福部官員提及「電子疫苗護照」將能夠協助各國有效

管理邊境的安全，也期待在疫苗普及後透過科技的輔助能讓疫情得到更完善的控制。

圖文選粹

圖文 / 中央社

英國班機 3 人確診 有無變種待釐清



▲台灣加嚴英國入境檢疫措施，首架華航返台班機有 3 人確診，其中 2 人為 10 餘歲台灣人、1 人為 30 多歲英國籍。

榮獲柏林影展最佳女主角 銀熊獎
榮獲柏林影展國際影評人費比西獎

水漾的女人

《回不去的時光》導演 克里斯汀佩佐 感人新作

你說過，你愛我，
會永遠愛我...

最佳影片 最佳女主角
榮獲 歐洲電影獎提名

柏林影后 寶拉貝爾
德國影帝 法蘭茲羅戈斯基

12.31 為愛痴狂

疫情、國旅助攻 汽車掛牌略增 4.6%

行政院主計總處指出，2016 年以來，國內每年汽車新增掛牌數約 44 萬輛，今年 1 至 11 月新增掛牌數已有 41.2 萬輛。

今年疫情爆發後，國人減少搭乘大眾運輸工具，部分民眾改自行開車或騎車，加上下半年防疫規範鬆綁，國內旅遊轉趨熱絡，且汽機車汰舊換新減徵貨物稅落日在即，均刺激汽機車買氣。根據統計，今年 1 至 11 月汽車新增掛牌數 41.2 萬輛、年增 4.6%；機車新增掛牌數 89.4 萬輛、年增 12.4%。

行政院主計總處指出，2016 年以來，國內每年汽車新增掛牌數約 44 萬輛，今年 1 至 11 月新增掛牌數已有 41.2 萬輛，仍以國產車居多，但國產車市占率降至 51.9% 新低；進口車新增掛牌數則連年擴增，去年逾 21 萬輛，市占率升至 48.1%，創下新高，較 2018 年增加 2.4 個百分點，主因近年進口車款多樣化且價格親民。

今年 1 至 11 月，國產汽車新增掛牌數 21.5 萬輛、年增 4.8%；進口汽車新增掛牌數 19.7 萬輛、年增 4.3%；其中，國產車因新車款上市，市占率略升至 52.1%，進口車市占率則略降至 47.9%。

國內車市買氣回溫，外界關注汽機車減徵貨物稅期限是否延長。財政部表示，已提出「貨物稅條例」修正草案，讓汽機車汰舊換新減徵貨物稅期限再延長五年，即延至 2026 年 1 月 7 日，該修正草案已提報行政院審查，目前尚未完成修法程序。



▲ 根據統計，今年 1 至 11 月汽車新增掛牌數 41.2 萬輛、年增 4.6%；機車新增掛牌數 89.4 萬輛、年增 12.4%。（網路截圖）

另，主計總處表示，今年疫情引發許多國家封城停工，供應鏈停擺造成缺料現象，加上需求遲滯，全球車市生產與銷售俱受衝擊。今年 1 至 10 月我國汽車及零件製造業生產年減 9.1%，為 2010 年以來同期最大減幅；其中，第二季大幅衰退 23.1%，但隨著各國逐漸解封、供應鏈趨穩、加上銷售回溫，第三季減幅縮小至 4.9%，且 9 月已轉為正成長 6.9%，10 月續增 0.9%。



▲ 今年 1 至 11 月，國產汽車新增掛牌數 21.5 萬輛、年增 4.8%。（網路截圖）

Apple Car 2024 現身？ 特斯拉成假想敵

● 路透社表示，蘋果公司正在推進自動駕駛汽車的專案，並計劃於 2024 年投入生產。據報導，蘋果首款電動車 Apple Car 將在明年第三季發佈，蘋果正在籌備其生產線。此外也有消息傳出，蘋果更換自動駕駛部門的負責人，與台積電一起研發自駕車晶片。蘋果造車的話題，再度引起了外界的熱議。

早在賈伯斯時代，蘋果就有了造車的想法，在賈伯斯去世的前一年，還曾與主打輕便及廉價車型的製造商「V-Vehicle」進行過磋商。2013 年，蘋果在全球開發者大會（WWDC）上，繼任者庫克正式推出了「iOS in the Car」車

載系統（爾後更名為 CarPlay），宣佈蘋果正式進軍汽車領域。

汽車進入智慧化的時代後，幾顆關鍵的主要晶片，包括汽車座艙、智慧駕駛和 V2X 晶片都與手機 SoC 晶片高度重合，手機晶片稍作修改就可用於車載領域。這也使得高通、聯發科、三星等手機晶片巨頭紛紛進入車載領域。

車載領域的晶片和手機晶片一樣，有三個重要的計算模組：CPU、GPU 和 NPU。其中，CPU 是負責計算和整體協調，而 GPU 負責繪圖運算的工作，NPU 則是負責與人工智慧相關的部分。

目前，蘋果 M1 晶片的 CPU 和 GPU 計算能力已超越特斯拉的 FSD



▲ 路透社表示，蘋果公司正在推進自動駕駛汽車的專案，並計劃於 2024 年投入生產。（網路截圖）

自研晶片。如果蘋果將 M1 晶片的裸晶面積擴展到與特斯拉同等的大小，並將多出來的部分用於 NPU，特斯拉的 FSD 晶片恐怕會被蘋果全方位的擊潰。

除此之外，相較於特斯拉，蘋果擁有一個非常龐大的網路生態，汽車將成為串聯起蘋果旗下所有生態應用的最好載體。對於特斯拉來說，無論其在電動車硬

體或軟體上大肆宣稱自己領先，除非是選擇與 Android 合作，否則光憑特斯拉自身的能力，不太可能短時間內建立起一套專屬的互聯汽車生態，與蘋果一較高下。看上去，蘋果擁有得天獨厚的優勢，只差最後的臨門一腳。但最大的問題是，蘋果真的會一登場就自己製造電動車嗎？

來自華爾街的兩家投資銀行率先投下懷疑票。花旗銀行分析師吉姆說：「蘋果在很多領域進行研發，但我們非常懷疑蘋果公司是否會生產汽車，因為汽車行業的利潤率要低得多。」Evercore 分析師 Amit Daryanani 也懷疑蘋果是否會進入獲利率低且資本密集的汽車業務。

以往在 iPhone、Mac 等革命性產品當中，蘋果所扮演的角色大多是整合方案者，並非技術研發者。然而，汽車工業的門檻顯然比手機要高出許多，供應鏈的複雜程度更是不可同日而語。

汽車看板

■ 庭維 / 輯

大重機事故死亡率 比普通機車多 5 倍

● 騎大型重機要當心，台北市今年大型重型機車交通事故死亡人數雖比去年減少一半，但大重機交通事故中死亡率，仍是普通機車的 5 倍。而台北市民高架道、民權東路 6 段、中正路，都是重機肇事熱點。

交通大隊表示，台北市大重機交通事故中死亡件數占 0.3%，而普通機車全部事故件數中死亡件數占 0.06%，兩者仍差 5 倍，代表大重機事故死亡率明顯偏高，而大重機事故常與速度有關。

交大分析，大重機肇事原因主要是未注意車前狀況、超速失控、未依規定讓車。交大事務處理組說，大重機的操作性能與車身結構雖優於普通機車，但車身包覆性

仍比較汽車低。大重機一旦發生交通事故，假如行駛速度又快，就容易造成嚴重傷亡。

今年大重機事故死傷年齡層以 30 至 39 歲最多，其次是 18 至 25 歲。而台北市大重機肇事熱區在士林區、內湖區、中山區等 3 區，市民高架道、民權東路 6 段、中正路更是大重機肇事熱點。

成長到今年 10 月登記 2 萬 4815 輛。台北市大重機考領駕照人數更由 2013 年的 3 萬餘人，成長至 2020 年 10 月的 5 萬 8564 人。但交大提醒，民眾騎乘大重機時，務必提高警覺、注意路況，而且要依速限行駛。



▲ 台北市今年大型重型機車交通事故死亡人數雖比去年減少一半，但大重機交通事故中死亡率，仍是普通機車的 5 倍。（網路截圖）

撞擊保護頭部 座椅頭枕怎麼調整？



▲ 許多人以為頭枕只是為了讓駕駛後都能靠著減緩頸部疲勞，所以為了位置。都沒有將頭枕調整到適當的位置。（網路截圖）

● 現在許多新車都配有豐富的主動安全，以降低事故發生的機率，但真的發生事故時，真正能保障車主安全的則是被動安全，除了安全氣囊以外，許多駕駛最容易忽視的就是頭枕，許多人可能以為頭枕只是給駕駛頭部依靠，事實上卻是駕駛安全的第一線。

當發生碰撞時，會造成駕駛頭部產生鞭甩效應，而根據日本交通省的統計，交通事故中有 35.5% 來自追撞，其中因為頭部受傷死亡的比例達 42%，另外日本交通事故分析中心數據指出，在追撞事故中，有 90% 受傷部分集中在頸部以上。

而頭枕的功用就是為了防止鞭甩效應導致頸部以上受傷，但許多人以為頭枕只是為了讓駕駛能靠著減緩頸

部疲勞，所以上車後都沒有將頭枕調整到適當的位置。

針對頭枕的正確位置，日媒《Best Car》表示，最簡單確認的方式，就是將頭枕的中間點對準駕駛耳朵的上方，坐進駕駛座後，以右手放在耳朵上方移動到頭枕位置進行確認，這樣的位置才能確保撞擊發生時，頭枕保護頭部，避免鞭甩效應產生的衝擊。

另外現在許多車廠都推出主動式頭枕，當檢測到車輛遭受後方撞擊時，頭枕會自動向前滑動，以減少與駕駛頭部之間的距離，讓頭部晃動的幅度降低，以避免更多傷害。同時也有車廠設計讓座椅向後推動，促使上方頭枕更靠近駕駛頭部，減少碰撞傷害。



▲ 目前，蘋果 M1 晶片的 CPU 和 GPU 計算能力已超越特斯拉的 FSD 自研晶片。（網路截圖）