



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

從亙古到永遠，醒報新聞啟發穿透時空的智慧



2
藍鐵馬環台連署 捍衛食安



4
川普推特遭禁 梅克爾聲援



6-7
減齡彩妝術 展現熟女魅力



8
〈遇見美麗〉在世界與雪邂逅



《今日靈修》
疫情、氣候、美國最近的新聞不脫疫情、氣候與美國大選等主軸，然而這都是表象，實質是人心的改變。疫情、氣候、美國大選都帶出傷害，亟需關懷與代禱。(各版)

台灣珊瑚白化危機 民團籲積極減排

2020 年發生台灣珊瑚大白化事件，使全台損失至少三分之一的珊瑚，民團呼籲政府全力減排，宣布台灣進入氣候緊急狀態。

▼2020 年 8 月 18 日綠島龜灣水下 10 公尺白化的軸孔珊瑚群聚。(郭兆揚提供)



【本報記者臧品安台北報導】「減排溫室氣體、搶救珊瑚刻不容緩！」台灣珊瑚白化觀測平台召集人陳昭倫 12 日指出，2020 年發生台灣珊瑚大白化事件，使全台損失至少三分之一的珊瑚，是對氣候變遷的一大警訊，呼籲政府即刻全力減排溫室氣體，宣布台灣進入氣候緊急狀態。

珊瑚損失三分之一

「2020 年 5 月底南中國海南部產生的熱水團開始往北推移，在

6 月中抵達台灣的西南海域後，就不斷加熱東沙、墾丁、小琉球以及澎湖南方四島的珊瑚。」中研院生物多樣性研究中心博士後研究員郭兆揚表示，原應帶來降溫效應的夏季颱風沒有發生，讓台灣各地的珊瑚浸泡在超過攝氏 30 度的海水長達三個月之久，造成台灣珊瑚大白化。

郭兆揚表示，去年 7 月到 9 月底間，在全台 62 個樣點共進行 111 次水肺潛水調查，調查的 28250 株珊瑚中，有 52% 的珊瑚受熱壓力影響，其中有 31% 的珊

瑚屬於白化等級 4（51~99% 白化）至 6（已死亡長藻），按照以往研究，這些珊瑚最終都會死亡，表示台灣損失至少三分之一的珊瑚。

東北角珊瑚大白化

「2020 年台灣珊瑚白化，以小琉球最嚴重，東北角與墾丁次之，澎湖與綠島最輕微。」郭兆揚指出，2020 年值得注意的是東北角珊瑚大白化，由 2004 年開始至今在野柳的長期水溫監測結果顯示，夏季越來越熱、冬季水

溫低於適合造礁珊瑚生長的下限（<18℃）的日子越來越少，「在 1998 年大白化事件躲過一劫的東北角海域的珊瑚，在 2020 年發生有紀錄以來首次大白化！」

島人海洋文化工作室負責人蘇淮說，去年 6 月份潛水時，還沒

有見到珊瑚白化，到 7 月開始觀測到零星的珊瑚白化，原以為秋季水溫下降後就會恢復，沒想到白化數量越來越多，是他潛水十年來從沒見過的情況。

「若升溫超過攝氏 1.5 度，幾乎所有的珊瑚生態系都將消

失。」陳昭倫呼籲，政府應正視 2020 年台灣珊瑚大白化所帶來的警訊，即刻全力減排溫室氣體，宣布台灣進入氣候緊急狀態，參與全球搶救珊瑚與珊瑚礁生態系的行動。

時力挺美大使訪台 提 4 期許盼重返國際

時代力量黨團樂見美國駐聯合國大使克拉夫特訪台，並提出參與世衛、聯合國大會，及台灣外長訪華府等期許。



▲克拉夫特（前）為史上首位訪台的現任美國駐聯合國大使，意義重大，時代力量表示樂見台美關係升溫。（網路截圖）

【本報記者祝潤霖台北報導】「時代力量歡迎美國駐聯合國大使訪台！」時代力量 12 日發布「致美國駐聯大使的公開歡迎信」，黨主席、立委陳椒華表示樂見克拉夫特大使訪台，也期盼蔡總統能於任內受邀訪問華府；時力並提出參與世衛（WHO）與聯合國大會，及台灣外長訪華府、美國務卿訪台與雙方閣員定期互訪等 4 大期許。

加強台美實質關係

「克拉夫特為史上首位訪台的現任美國駐聯合國大使，意義重大，時代力量誠摯歡迎。」陳椒華表示，克拉夫特大使訪台期間，時力也盼有機會能與她進行雙邊交流。而關於美國國務卿龐培歐宣布解除台美官方交往限

制，時力也高度肯定，並樂見台美雙邊關係持續加溫，也期盼小英總統任內有機會訪問華府。黨團總召、立委邱顯智指出，台灣外交處境艱難，台美關係為我國整體外交關係重中之重，此點殆無疑義。美方此次解除長年台美外交互動限制，實奠基於兩國共享之民主、法治與人權價值，若干在野黨以單一議題刻意簡化，或以「交換、讓利」說誤導台美關係進展，非台灣之福，時力不予認同。

持續促進台美互訪

「時代力量除歡迎克拉夫特大使訪台，另提出 4 大期許。」黨團幹事長、立委王婉諭表示，第一，請美國考量以具體行為支

持台灣參與今年五月世衛大會，及今年九月份的聯合國大會。第二，美國國務院剛剛宣佈解除美台交往限制，希望請克拉夫特大使公開支持台灣外交部長公務訪問華府。

第三，2020 年美國衛生部長及國務次卿相繼訪台，而在《台灣旅行法》及《台灣保證法》框架下，盼望克拉夫特大使願意支持美國國務卿訪台。第四，請克拉夫特大使能支持台美雙方經貿、衛生及國防事務閣員定期互訪。

秘書長白卿芬表示，美國的「一中政策」過去向來為「一法三公報」，台美關係近年在川普政府任內大幅進展，未來盼拜登政府能持續對台友善基調，台美關係能持續增進。

《焦點圖文》

晚楓初梅 南橫公路美景



寒流一波接一波，南橫公路的晚楓轉紅，一旁的梅花在冷風催促下也逐漸綻放。圖為南橫公路下馬部落的楓樹林和梅園。(中央社)

社論

極端氣候衝擊農作 糧食價格飆漲

聯合國糧食及農業組織在本月7日發布了全球糧食價格概況，指出全球食品價格在2020年12月持續攀升，是連續第七個月的上揚；若以年度的趨勢來看，2020年食品價格指數創了三年以來的新高點。

糧食價格持續上揚

糧農組織的食品價格指數是由穀物、植物油、乳製品、肉類和食糖等5項民生基本商品，按照類別價格指數的加權平均所構成，每月發布一次。由最新的資料可以看出，受到疫情及天災的加乘影響，2020年糧食價格明顯的走高，使得需要

進口糧食的國家（如我國）面臨額外的壓力。

首先看看穀物的情況。由於對北美、南美、俄羅斯和烏克蘭的農作物生產和收成的擔憂，加上中國大陸近年大舉採購的推波助瀾，穀物的價格在2020年全部走強上揚，幅度約在6%~9%，相當可觀。

植物油是5項指標裡漲幅最大的商品，去年一直保持強勁的漲勢，比2019年增長了約19%。主要的原因是棕櫚油生產國印尼出口稅大幅上調，供應吃緊；加上另一個重要出口國阿根廷罷工潮的持續，影響該國榨油生產和港口物流，也推

升了國際的植物油價。

高溫影響奶產量

由於去年高溫乾旱的天氣影響了大洋洲的奶產量，全球乳製品進口需求走強，再加上西歐的強勁內需，乳製品的價格在2020年均有上漲，只是幅度溫和，還較2019年指數低了1%。在肉類方面，由於非洲豬瘟的疫情，德國無法向亞洲市場出口豬肉，價格疲軟；另一方面，歐洲禽流感的疫情也對禽肉的產量與價格造成了負面影響，以致肉類去年的價格指數比2019年下降了4.5%。

至於食糖價格指數，受到巴西和印度產量提升及出口暢旺的幫助，2020年只較前一年上漲了1%。雖然價格相對穩健，卻有隱憂，因為中國大陸在2020年進口量開始大幅增長，印尼食品饮料行業的精製糖需求也在上升，未來仍有上漲的壓力。

極端氣候衝擊農作

整體而言，2020年食品價格指數創了近年新高，除了全球性的生產與供需的因素外，還包括中美貿易摩擦、新冠疫情興起、以及氣候異常變化的影

響。其中的中美貿易摩擦與新冠疫情，將隨著美國政壇的更迭，以及疫苗的加速生產研發，有逐步緩解的前景。然而極端天氣的變化，卻隨著氣候暖化的持續而日益加劇，成為最大也最無法掌握的變數。

就以去年來說，從非洲到西南亞的沙漠蝗蟲肆虐，給當地的農作物帶來嚴重的災害，造成4200萬人面臨糧食的短缺，只能仰賴外界的救助。未來極端的降雨及乾旱更頻繁的交替發生，世界各地蟲害會同時多發，國際的援助將更加棘手。

生計收入大幅銳減

此外，2020年颶風、乾旱和新冠疫情的複合式衝擊，使得中美洲數百萬人陷入前所未有的危機，不但糧食生產與收成遭受重挫，家庭的收入也因防堵疫情而被迫減少或中斷，這個困境是世界其他地區及我們臺灣要深以為戒並嚴加防範的傷害。

糧食與能源、水資源一樣，都是每個國家賴以存續的最重要依據，也是社會維持穩定的基礎。由糧農組織的最新報告可以看出，我們未來的挑戰極為沉重；全力守護糧食供應的安全，當是政府前瞻政策裡的重中之重了。

鐵馬環台衝連署 藍營號召捍衛食安

國民黨萊豬公投連署，縱騎台灣啟程，呼籲台灣人民站出來，用公投選票捍衛自己與子孫的健康與食安。



國民黨「公投連署，縱騎台灣」啟程，黨主席江啟臣、國際部副主任何志勇環島上路號召連署。（photo by 祝潤霖／台灣醒報）

【本報記者祝潤霖台北報導】「連署1分鐘，可免吃萊豬一輩子！」國民黨「公投連署，縱騎台灣」12日啟程，革命實踐研究院院長羅智強、國際部副主任何志勇環島上路號召連署；黨主席江啟臣親自送打氣筒、幫披保暖戰袍，並陪騎啟程路段；他也呼籲台灣人民站出來，用公投選票捍衛自己與子孫的健康與食安。

人民必須自力救濟

「為了達標兩個公投共100萬份連署，我們決定衝了！」江啟臣表示，雖然從9日起已連署到不錯的成績，但第2階段需要更

多的連署點，所以採用騎自行車環島號召的方式；「雖然我跟智強說算我一份，但立法院還有臨時會要開，不過我怎麼樣也要來陪騎一段！」很感謝他們願意在寒冷的天氣中騎車上路。

江啟臣說，這就像現在人民面臨的處境，必須自立自強、自力救濟；民進黨選前講民主，選後民進黨做主，所以國民黨去年9月6日發動公投；「還沒有保證民眾在今年8月28日能用選票做自己的決定。」必須在2個月內完成各50萬份連署，才能讓民眾在公投日決定自己想吃什麼樣的豬肉。

用公投修改錯誤決定

羅智強表示，鐵馬行程會從

台北一路騎到屏東，沿途宣傳連署凝聚人氣，再搭車從台東、花蓮、宜蘭到基隆；「蔡政府用儀表板公布沒有美豬進口，結果秒被抓包，為何他們膽敢一騙再騙？」就是瞧不起反萊豬民意，希望時間久了大家就會忘記；「我們要用公投票告訴政府，民意不會被看衰！」

「最近很多民眾問我：『萊豬都進來了，公投有什麼用呢？』」羅智強指出，如果沒有公投，萊豬就吃一輩子，有公投最多吃9個月；民進黨確實不顧民意，但萊豬並不是定案的政策，可以人民的意志所改變，連署1分鐘，不只這輩子不用吃萊豬，子子孫孫都可免於再被萊豬荼毒，百利而無一害。

本土醫師確診首例 阿中：非群聚感染

【本報記者祝潤霖台北報導】「案838定義為院內感染，也是境內醫師確診首例！」疫情指揮中心指揮官陳時中12日表示，國人關注的院內感染為案838的30多歲醫師，與其20多歲女友案839護理師，目前已匡列接觸者464人，採檢結果都為陰性；案838曾去桃園大江購物中心吃井飯，喝星巴克，案839足跡則尚未完全確定。

464名接觸者都陰性

「案例相關病人已轉診到其他醫院，初步並未造成感染擴大。」陳時中指出，目前住院病人只出不進，39名醫護有26人集中檢疫，13人居家檢疫；門診、急診照常，但ICU及病房都清空；取消所有探病，陪病者以1人為限，移動相關病患到單人病房隔離觀察14天，全院員工3天後將再採檢。

陳時中表示，醫師案838疑似在隔離負壓病房醫療過程中傳染，9日出現咳嗽、發燒症狀，10日就醫採檢，11日驗出陽性；



案839是護理師，但並未接觸或照顧確診病患，因為是案838的女友，判定為密切接觸者確診，兩人分別為院內感染及社區感染；已匡列醫院接觸者464人，採檢結果皆陰性。

並非醫院群聚感染

「社區接觸者共56人，已採檢14人，除案839陽性外，13人檢驗中，其餘42人採檢中。」陳時中說，醫院方面，11日已召回所有可能相關接觸者，連同大夜班人員做採檢，「發生院內感染事件非常遺憾，感謝醫護人員長期在第一線，暴露在染疫風

險中，有時難免百密一疏。」

陳時中表示，不會將此定義為醫院群聚感染，案838屬於院內感染，案839算社區密切接觸者，但目前沒有證據顯示會有社區傳播現象，暫無設定強化方案。陳時中也強調，去年曾去看過該醫院，「該院長期都有收治確診病患，也是區域的應變醫院，工作負擔量很重。」

足跡遍及桃園各商家

「案838的足跡比較能確認，案839待確認。」陳時中指出，案838在6、7日走上下班路線，8日下班獨自到大江購物中心美

食街吃井飯，9日休假，13時步行到星巴克門市，後到振宇五金行桃園國際店等。所有足跡會請警政單位協助追蹤，核對完成會跟大家報告。

專家諮詢小組召集人張上淳表示，此案例跟英國變種病毒無關，但哪個環節出了狀況還沒辦法完全確定；醫院插管時有麻醉專科醫師插管，不是由案839負責，插管也要有全套防護裝備；案839已在該醫院服務一段時間，有相當經驗，最可能是因為照顧病人，還不確定是否有其他感染源。

中央流行疫情指揮中心指揮官陳時中（右）和專家諮詢小組召集人張上淳（左）出席記者會說明，席間交換意見。（中央社）

圖文選粹

圖文／中央社

法官疲累司改打折 強化訴訟外紛爭解決



▲司法院長許宗力（右）指出，法官如果因平日案件疲累不堪，司法改革勢必打折，強化訴訟外紛爭解決機制，可疏減訟源。

屏東第3處社區公托家園揭牌



▲屏東縣第3處社區公共托育家園「屏東市忠孝托育家園」12日揭牌開幕，縣長潘孟安（中）出席見證，並與園內小朋友互動。

▼導覽機器人將輪流以台、客、華、英語及手語，提供 50 場多語導覽桌邊服務。(photo by 台北國際書展 facebook)

2021 書展 26 日登場 有機器人多語言助陣

【本報記者臧品安台北報導】今年書展將提供 20 萬張購書抵用券，買票入場者都能獲得，還有機器人多語言導覽！文化部人文及出版司司長陳瑩芳 12 日宣布，2021 第 29 屆台北國際書展將從 1 月 26 日至 31 日在台北世貿中心一館舉行，除韓國主題館外，義大利兩大重要展覽也將跨海於書展盛大展出；另外，因應

今年台北國際書展將提供 20 萬張購書抵用券，買票入場的民眾都能獲得 100 元抵用券，且有實體國際書展與線上書展。

疫情，書展採實聯制入場。

20 萬張購書抵用券

「今年有實體國際書展，也有線上書展，虛實並進！」文化部人文及出版司司長陳瑩芳表示，

今年台北國際書展將提供 20 萬張購書抵用券，買票入場的民眾都能獲得 100 元抵用券，免費入場的民眾，也能上網登記領取；書展因應疫情，採實聯制，民眾須掃描身分證或掃描 my code 隨

行碼才能入場。

「除了韓國主題國外，義大利兩大重要展覽將跨海於書展展出。」台北書展基金會董事長林訓民表示，包括「2020 義大利波隆納插畫精選展」及「漫畫—義大利製造」，其中「2020 義大利波隆納插畫精選展」精選呈現來自 24 國 76 位插畫家的入選作品，包括 2020 年入選的台灣

活化閒置教室空間 25 所校園展美感

【本報記者臧品安台北報導】全台 25 所校園大改造，台南市西港國中改造閒置已久的視聽教室，以白色為基調，搭配淺色的木質元素，把教室打造成清新明亮的閱讀區；宜蘭特殊教育學校將川堂的花崗岩立面及鐵窗去除，改以混沙白漆覆蓋牆面，讓原先沉重黯淡的形象變得活潑。教育部分長蔡清華在 12 日「學美·美學—校園美感設計實踐計畫」成果分享會上表示，學美·美學—校園美感設計實踐計畫進入第 2 年，第 2 年特別強調美感學習要跟生活結合，美感學習不只在課程內涵，也要跟學習環境結合；計畫入圍日本 Good Design Award，進入前五大、且唯一非日本設計；第 1 年挑戰 9 所學校的美感變身工程，第 2 年

挑戰 25 所，未來會慢慢擴大，努力擴及全台 4000 多所國高中校園。

今年「學美·美學」計畫改造共分為 5 大類別，包括：一、特色教室，改造班級或各科專業教學教室；二、機能收納，創造更靈活的空間，讓有限空間作最大的利用；三、指標及空間翻轉，改善原有校舍設計不良的問題；四、閒置空間再造，解決因學生人數減少或因教學環境變遷、建築或空間出現的閒置問題；五、生態學習，讓孩子親近自然、師法自然。

25 所校園改造案例中，以台南市西港國中為例，視聽教室閒置已久，改造團隊以白色為基調，搭配淺色的木質元素，把教室改造成明亮舒適的閱讀環境；



▲台南市西港國中視聽教室後來改造成清新明亮的閱讀區。(教育部)

宜蘭特殊教育學校希望去除川堂原本沉重黯淡的形象，改造團隊就將剛硬的線條改成圓角，同時把花崗岩立面及鐵窗去除，改以

混沙白漆覆蓋牆面，增加層次與活潑感，並掛上特教師生共同創作的彩繪。

6 位插畫家的完整作品。

有機器人多語導覽

林訓民說，歐盟館聚焦於「2020 歐盟文學獎」，將一次展出 10 個歐盟會員國的精選書籍；另外，今年世貿一館擴增二樓打造全新閱讀風貌，有來自全台七大博物館共同策劃「古事·博物館 文化部附屬館所聯展」、開啟多元體驗的「數位主題館」，還有「書展市集」首次進駐，喜歡手作體驗的讀者能從中發掘多重驚喜。

「來到台灣文學館，有機器人為你全程導覽！」台灣文學館館長蘇碩斌表示，台灣文學館以「語我同行—多元語言與族群對」為主軸，為了迎接後疫情時

代，以導覽機器人打頭陣，打造多語導覽服務，機器人會台、客、華、英語及手語，將輪流以 5 種語言提供 50 場多語導覽桌邊服務。

台灣數位出版聯盟企劃總監林岳儒介紹，今年數位主題館分成「護眼電子紙」、「電書借閱」、「閱讀有聲」及「VR-劍魂如初」等四大展區，其中「VR-劍魂如初」展區邀請到改編自知名 IP 作品劍魂如初的 4D VR《傳承之書》，現場設有 VR 體驗區，民眾穿戴虛擬實境頭盔後，即可化身書中主角，感受虛擬與實境的未來世界。

國際藝術節預約春天 10 檔節目有想像



▲台中國家歌劇院春季推出國際藝術節，充滿了想像與穿越。圖為國光劇團的「狐仙」。(台中國家歌劇院提供)

【本報特派員劉東泉台中報導】「想像」1 千年後的人類食物樣貌？「想像」人與不同物種間的情愛？台中國家歌劇院今年春季推出的「2021 台灣國際藝術節」(2021NTT-TIFA)，充滿真實之內與真實之外的想像。10 檔節目攜手台灣與國外藝術人才與團體，共同演繹穿越時空與人際界限的可能。

這 10 檔劇目包括國光劇團「狐仙」、丕舞製作團隊與琉森舞蹈劇場「愛麗絲」、阮劇團的「十殿」、無獨有偶的「穿越真實的邊界」、台中歌劇院與台北表藝中心共同製作的「複眼人」、瑞克·米勒的「爆發年代」、拚場藝術撞擊「靈蹤」、黃翊工作室的「小螞蟻與機器人：游牧咖啡館」等。

台中歌劇院總監邱瑗表示，面對新冠肺炎疫情延續，有三檔國外團體的演出受限於往返的隔離限制等因素無法前來，只能期待

在今年秋季或明年初再請他們前來。在防疫措施下，歌劇院也不顧疫情是否影響票房，仍推出今年重要的國際藝術節，結合藝術與科技，為觀眾帶來「想像」的各種可能。

國光劇團的狐仙源自聊齋與日本漫畫的除妖怪譚。製作人張育華表示，此劇雖是 12 年前舊作，但融合多媒體科技，從動漫與視覺化網路世代的思維切入，重新呈現於舞台；更以跨物種的愛、跨世代與跨性別的思考，重新注入新意。

「愛麗絲」為跨國共製的一場劇，將原本色彩瑰麗的愛麗絲夢遊仙境注入東方禪意的水墨元素；面對科技對現代人的衝擊，「小螞蟻與機器人」從試圖調和藝術、生活與科技，透過與親子的互動，呈現未來人類的生活與不同的飲食趨向。2021NTT-TIFA 國際藝術節活動，將自 3 月 19 日至 6 月 6 日陸續演出。



外資進駐熱錢滾燙 台股恐漲過頭

白丁

(退休教師)

台股頻創新高，連美國華爾街日報都撰文示警，直指台灣、韓國與印度股市的表現都「太猛」，資金與題材面，充滿不確定性。投資人要小心。

外資推波助瀾台股

在這篇文章中指出，台灣加權股價指數 2020 年大漲 28.9 倍，韓股 Kospi 指數狂

飆 43.4%，美股標準普爾 500 指數，同期漲幅為 18.4%。文末提醒，在散戶買盤熱絡情況下，一旦題材改變，亞洲好幾國股市受創可能最深。

台股自元月開市以來，漲勢猛烈，屢創新高，11 日指數再創新紀錄，收盤指數上漲 293.3 點，達 15557.3 點新高。外資見勢也調整預期股價指數，里昂證券將加權指數從 15500 點，調升到 16800 點，

而且開始回補台股，自 11 月起開始回補台股，至 12 月底，合計回補 1654.59 億元。

且自今年開市後，除了 6 日小賣超 1.29 億元外，其餘 4 天，天天買超，連同 8 日買超的 197 億元，周買超高達 634 億元，使外資持股比重，一路拉高到 45.99%。

市場熱錢滾燙

外資 2020 年賣超台股 6 千億

元，但是 12 月大舉匯入 1285 億元，態度不變，預料將反賣為買，推波助瀾之下，台股資金行情究竟會延續多久，無人能料。

央行最近公布金融情勢指出，M1B 和 M2 年增率為 14.3% 及 7.6%，分別創下 126 個月及 134 個月新高，其中活期存款餘額達 19.34 兆元，創 13 個月新高，年增率 15.47%，資金行情滾燙。

現在股市名嘴、投顧業者、分析師、媒體報導，各類分析性文章紛紛做多，有推出電動車類股、原物料股、資產股、紡織股，然後一座護國神山不夠，再加兩座，各種名目都有。

台股全民運動

現在全台 2300 萬人口，總開戶人數已達 1124 萬人，幾乎是二分之一國人都參與股市投

資，年輕族群 20 至 30 歲，開戶人數從 5 年前的 25.4%，快速增加到 36.1%，大幅成長至 123 萬人。盤中零股交易實施以來，成交值達到過去 3 倍以上，成交戶數達 21.8 萬戶增加到 61.6 萬戶，其中以 31 至 40 歲的 15 萬戶最多。

股市已成全民運動，再加外資推波助瀾，難怪連華爾街日報都在為台股捏一把冷汗，特別提醒投資人小心，尤其現在太多的題材在添材加火，是否真實，大有疑問。樹不會一直往天空長，股市也不可能只漲不跌，投資入要小心，可不要為屢創新高的股價沖昏了頭。

川普推特遭停權 梅克爾：太超過了

川普在推特遭到停權後，許多重要官員針對言論自由部分，質疑推特違反比例原則，德國總理梅克爾也認為太超過。

【本報記者呂翔禾綜合報導】推特以反暴力為由停權川普帳號似乎太超過！由於再過8天將進行美國總統交接，臉書、推特等科技巨頭深怕6日暴民闖入國會大廈的事件再現，因此紛紛停權川普的帳號，對此，民主黨認為早該這麼做，共和黨則批社群媒體箝制言論自由，連德國總理梅克爾也質疑推特做得太超過。

梅克爾聲援川普

根據《半島電視台》報導，德國總理梅克爾在11日透過發言人賽貝特表示，推特將川普的帳號停權是「有問題」的行為，並強調意見表達的自由是「優先事項」，若這項基本權如果需要被干涉，也必須是透過國會制定的法律程序進行，而不是社群媒體的管理守則。

墨西哥總統歐布拉多也痛批社群媒體的行為，並認為私人

公司居然有管制言論自由的權力，居然可以透過審查的方式管理公共意見，是非常壞的徵兆。俄國知名反對派領袖納瓦尼也認為這是「不可接受的管制」，他直言推特等社群媒體只是基於自己的政治偏好與情緒做出停權決定。

民主黨支持管制

前聯合國大使、支持川普的海莉則質疑，管制言論的行為只會在中國發生，不應該出現在美國。

不過民主黨維吉尼亞州參議員華納認為，推特太晚禁止川普那充滿煽動性的言論，同黨西維吉尼亞州參議員曼勤也對此表達支持，與川普在2016年競選但落選的前國務卿希拉蕊則用1個大勾勾支持推特停權川普帳號。

川普的大兒子感嘆言論自由已不存在於美國，並希望選民透過電子郵件與他們進行聯繫，目前川普中文的同步帳號

尚未遭到停權，他特別在上面貼出如何聯絡他的管道。巴西總統波索納洛的兒子直批推特專制，不滿推特讓委內瑞拉獨裁馬杜羅政府出現在社群媒體，卻對川普百般刁難。

波索納洛的兒子還宣布自己的推特帳號將「永久使用」川普的大頭貼，而車臣共和國的領導人卡迪羅夫則表示，先前自己的社群帳號被川普命令推特予以停用，但現在川普自己的社群帳號也被停權，上天終於還他一個公道了。



◀再過8天將進行美國總統交接，臉書、推特等科技巨頭深怕6日暴民闖入國會大廈的事件再現，因此紛紛停權川普的帳號。（網路截圖）

處理美、朝關係 拜登與川普不同調

【本報記者宋秉謙綜合報導】北韓領導人金正恩日前在全國代表大會上總結，列出一長串北韓新增的國防武器與核武力，被媒體稱為「對拜登的考驗」。外媒認為，金正恩在美國改朝換代的時間點唱名國防武力，是為後續與拜登對話做鋪墊，取得優勢地位。對比川普時期常聲稱自己與金正恩關係良好，但在核會談上並無實質進展，拜登則被預測可能轉為加強與日、韓關係，以應對北韓威脅。

美總統大考驗

北韓領導人金正恩日前在全國代表大會上做出總結報告，強調了北韓國防力量的發展，他明確表述「發展國防是為了應對最大敵人：美國」，並羅列出一長串的新武器，包含開發出威力更強的大型核彈頭，以及各種小型化、更貼近現代戰術的功能型核彈，更研發完善射程1萬五千公里的核導彈等，消息讓美國媒體在報導時「如臨大敵」。

對於美國總統來說，美朝關係是重要一環，川普過往與金正恩



▲美朝關係將如何演變，專家認為拜登跟川普風格不同，更可能轉而尋求與東亞盟國的合作、而非直接找上北韓交好（圖中為拜登）。（photo from Wikimedia）

曾有過三度會晤，而即將上任的拜登又能否做得更好，備受關注。據《英國廣播公司》報導，美朝關係專家潘達就點出，拜登得儘速闡明新政府對北韓的關係方針與美朝潛在談判的目標。

川普核外交無作為

外媒也提到，金正恩在此時公

開北韓更堅實的國防力量，雖然嘴上說「無論美國誰當權，都是北韓一直以來的假想敵」，但此舉顯然也是對新總統拜登的下馬威。如上述學者提到美朝關係的重要性，拜、金對話是必然會發生的，在此之前公布家底，能讓金正恩在對話時更有優勢。

《外媒9News》報導，對比川普執政時，

他與北韓關係是「外熱內冷」，川普與金正恩共會面高達三次，且不只一次在公開場合高喊「與金正恩是麻吉」，但炫耀美朝關係的背後，川金會針對核會談沒有實質性的作為，金正恩並沒有放棄解除核武，以換取經濟制裁的鬆綁，核外交也是失敗的。

拜登改循日、韓制衡朝

至於拜登，去年10月《外媒》報導，拜登曾就川普與金正恩的關係進行批評，當時拜登以惡棍（thug）來形容金正恩，更把川普與金正恩的合作方針比喻成與「希特勒交好」，但拜登也提過，若是由自己主政，他也願意與金正恩見面，討論讓朝鮮半島變成無核區。

拜登當時的說法被專家戴維斯否定，他提到，金正恩不讓步的情況下，談無核半島也是與虎謀皮，戴維斯臆測，拜登不太可能走川普的「結交路」，他更可能轉而重建與日、韓的關係，透過盟國的雙向直接支持，來應對北韓的新國防武器。

全球各大週刊頭條新聞

祝潤霖／輯

《紐約客》The New Yorker 川普是否應該立刻下台？

關於暴民攻佔美國國會，川普總統涉嫌煽動叛亂，總會有時間追究他該負的責任；但目前最關鍵的問題是，讓他繼續留在白宮橢圓形辦公室的危險性。

川普煽動支持者成為暴民，以迅雷之勢席捲並攻進了美國國會山莊，此舉有破壞國會對選舉結果認證的企圖。對此，即將成為參議院多數黨領袖的查克·舒默，和眾議院議長南希·裴洛西忍無可忍，異口同聲表示，「川普總統應該被免職！」

他們倆人都提出了《美國憲法第25條修正案》，舒默表示，這是對現任總統最有效的合法驅逐手段，也是川普在任期間一直被討論的話題；根據該修正案的第4節，如果多數內閣成員與副總統麥克·彭斯一起向國會宣布，川普「無法履行其總統的權力和職責」，彭斯就可以「立即擔任並代行總統職權」。

「以現今時局來看，這可以做到。」正如舒默所說，據說內閣也正在考慮這件事；但據報導指出，彭斯反對這樣做。裴洛西8日宣布，如果川普不立即辭職，眾議院將啟動彈劾程序。11日，至少有170名眾議院民主黨人計劃引用彈劾條款，指控川普「蓄意煽動針對美國政府的暴力行為」。

毫無疑問，川普確實煽動暴



民襲擊國會山莊，試圖干預國會在民主體制下履行其憲法義務。6日，他聚集了成千上萬的支持者，憤怒地誤導說「這是一場被偷走的選舉！」並敦促群眾「直搗國會山莊」並「加倍奉還」；他強調，「軟弱無法幫你奪回我們的國家，你必須展現出力量，你必須強悍！」

川普起初很得意，因為他的支持者衝進了國會山莊，並且他拒絕了國民警衛隊阻止暴民的請求。但下午4點剛過，當暴亂者已脅持國會山莊將近2個小時時，川普發布了一段影片，敦促支持者回家，但不忘對他們喊話，「我愛你們，你們很特別！」

清場後的「花絮」包括：在民主、共和兩黨的總部都發現了炸彈；並從國會山莊的場地中回收了一杯雞尾酒，諷刺地突顯了暴動隨時可能一觸即發，發展成比想像中更糟糕的態勢。

爭搶地中海油源不和 希、土終可對話

【本報記者呂翔禾綜合報導】土耳其與希臘將展開對話，解決困擾彼此很久的地中海油氣開採問題！土耳其外交部11日宣布，將希臘在25日於土耳其的伊斯坦堡進行會談，希臘、土耳其與塞浦路斯3國環繞的東地中海區域長久以來海域劃定都有爭議，去年更因為土國探勘船越界而引發糾紛，雖然土耳其當時已先撤退，但仍持續聲張在當地具有開採權。

先前談判多受阻

根據《半島電視台》報導，這場談話是自2016年以來的第1次，過去雙方經過14年、60輪的會商均未達成共識，不過雙方在11日都表示願意恢復談話。希臘總理米佐塔基斯表示他也將會參與



談判，希望能與土國建立良好的互動機制，是時候該坐下來好好談談相關問題了。

《美聯社》提到，土耳其外交部長恰武什奧盧卻比較希望能跟希臘背後的歐盟達成協議，他將會在21日率先與歐盟會面。

由於希臘與土耳其發生海域糾紛時，歐盟非常支持希臘，但雙方卻又都是北大西洋公約（NATO）的成員國，因此複雜的區域局勢，讓雙方只要有紛爭都會躍上國際版面。

希土局勢牽大局

◀土耳其與希臘將於25日針對地中海海域爭議問題進行會談。（photo from Pixabay）

由於東地中海位於希臘、土耳其與塞浦路斯3國環抱的區域，主要是由塞浦路斯與希臘主張海域，但土耳其於去年8月時將石油探勘船駛入爭議海域，這象徵著專屬經濟海域權利的行使，也讓希臘與塞浦路斯非常不滿，希臘當時還舉行海上軍演，土耳其還將坦克車集結到伊斯坦堡，局勢一度緊張。

歐盟從頭到尾都對希臘非常支持，去年8月起也對土耳其實施武器制裁，除了不賣給土耳其武器以外，也包括對土武器出口的限制。土耳其雖非歐盟會員國，卻是北約會員國，卻又採用俄國S-400飛彈系統，由於地處關鍵戰略位置，加上也是中東難民進入歐洲的主要管道，歐盟對土也是又愛又恨。

▼ 美國聖地牙哥野生動物園驚傳有大猩猩（示意圖）確診，檢測後目前隔離治療中。（photo by 網路截圖）



美動物園大猩猩確診 全球首例人傳猩

【本報記者祝潤霖綜合報導】美國大猩猩確診新冠肺炎，全球首例！美國聖地牙哥野生動物園 11 日驚傳有 2 隻大猩猩確診，檢測後目前隔離治療中；園方懷疑，牠們是遭到無症狀的確診員工傳染；早前曾有專家指出，某些非人類靈長類動物容易感染新冠病毒，這是全球第 1 起猿猴類動物確診病例。

大猩猩檢測出陽性

根據《NBC》報導，聖地牙哥動物園 11 日宣布，野生動物園的幾隻大猩猩對新冠病毒檢測出陽性反應；園方表示，儘管已確實遵循疾病控制與預防中心（CDC）建議的預防措施，工作人員也穿戴防護裝備齊全，但 6 日起陸續發現有大猩猩出現類似感冒症狀。

「大猩猩們 6 日開始出現

美國聖地牙哥野生動物園有 2 隻大猩猩確診，目前隔離治療中；園方懷疑，是遭到無症狀確診員工傳染。



▲ 聖地牙哥動物園方面懷疑牠們是被無症狀的確診員工傳染。（網路截圖）

咳嗽症狀，8 日透過採集猩猩的糞便進行檢測，發現帶有新冠病毒，11 日證實確診。」聖地牙哥動物園表示，因為猩猩們都生活在一起，所以不排除有更多猩猩染疫，目

前染疫的猩猩們被關在一起，有獸醫密切觀察照顧，預期能順利康復。園方懷疑，猩猩們是被一名無症狀的工作人員所傳染。

全球首起靈長類確診

根據《國家地理雜誌》報導，園方表示，目前確診的大猩猩已經被隔離治療，「牠們除了一些咳嗽、流鼻涕症狀外，大致來說狀況還不錯，也有正常進食與飲水，請大猩猩的粉絲們不必太擔心。目前在大猩猩群裡有 2 隻確診，其他還在檢測等候結果；而其他大猩猩是否帶有新冠病毒？美國農業部國家獸醫服務實驗室尚未排除可能性。

據悉，美國其他動物園也傳出有貓科動物確診；聖地牙哥野生動物園 2020 年 3 月曾集結全球科學家與疾病專家合作，建立保護全球野生動植物的慣例，而該園更是自上月 6 日起，就不再對外開放，但靈長類動物確診的全球首例仍出現在此。

機器人也有同理心？ 可預測同類行動

【本報記者陳是祈綜合報導】機器人透過預測其他機器人的行動，有展現同理心的跡象。研究報告顯示，機器人能在沒有人為指令下，根據其他機器人的動作，來預判該機器人下一步的行動，彷彿機器人展現「同理心」的跡象，但學者擔憂，當機器人變得越來越智能，未來恐怕不會只是跟隨人類的指令，有可能發展出自己的思維，反過來操縱這些行為。

無指令可預判

《CNET》報導，此機器人實驗是由位於美國的哥倫比亞工程公司所主持，研究人員將一號機器人放在圍欄中，根據設計的路徑進行移動，然後安排另一個機器人在旁邊觀察。當一號機器人走動約兩小時後，觀察機器人透過兩個小時的觀察，去預判該一號機器人的路徑，準確率高達 100 次命中 98 次。這份研究報告於 11 日刊登在《自然科學報告》，主要研究者陳博元在報告中表示：「我們的發現顯示，機器人可從另一個機器人的角度看待世界。」他認為，觀察機器人在不受指導的前提下，理解一號機器人的行動並且做出預判，是一種原始的同理心。

AI 智能的隱憂

儘管實驗中機器人的行為十分簡單，不如人類複雜，

但研究認為這是未來將思想理論賦予機器人的開端。「心理理論」是成功進行社會互動的基礎理論，從心理學上來看，人們從 3 歲就會開始理解其他人的需求和行為，而這是人類成長間進行複雜社會互動時（合作、競爭、同情、欺騙），最基礎的發展。

研究合著者、哥倫比亞機械工程教授利浦森表示，研究小組同時也指出一些道德問題，當機器人變得越來越智能，甚至能做出和預判人類的想法，雖然能夠應用，但機器人也有可能學會如何操縱這些想法，「這也顯示，機器人未來恐怕不會保持被動跟隨指令的模式。」他表示，與其他形式的高階 AI 一樣，希望當技術進步時，決策者要能有效控制這種技術，才能讓使用者受益。



▲ 實驗證實，機器人能夠透過觀察其他機器人進行動作預判，證實機器人也會有同理心。（Photo From Wikimedia Commons, the free media repository）

日開發防水折疊床 利於消毒重複使用

► 日本茨城縣境町與赤荻製作所、川上產業為避難所共同開發出一種防水折疊床。（photo by @solitaire_12227 twitter）



【本報記者臧品安綜合報導】日本為避難所開發出防水折疊床，可經多次消毒，重複使用。日本茨城縣境町與赤荻製作所、川上產業共同開發出一種由三個箱子組裝的防水折疊床，該床以聚丙烯材質，抵抗酒精消毒劑及其他來源的水氣，有利於在疫情中重複消毒使用，市價 30 萬日圓。

根據《每日新聞》報導，日本茨城縣境町與赤荻製作所、川上產業為避難所共同開發出一種防水折疊床。折疊床是由赤荻製作所設計，川上產業負責製作，該公司以製作泡泡包裝紙作為包裝材料而著名。境町與兩家公司匯集知識，共同設計出一種由三個箱子組裝的折疊床，若將箱子分開，還可作為桌椅使用。

另據《茨城新聞》報導，

赤荻製作所會發想製作防水折疊床，是因去年 7 月日本熊本縣豪雨所釀成的洪災，當時該公司將紙板床送至災區，但遭災區地方政府拒絕，指出紙板床無法承受高溫及洪災帶來的水氣。

報導指出，此次新研發的折疊床長 195 公分，寬 75 公分，高 35 公分，重 9.5 公斤，負載能力則達 700 公斤。其頂部床板有 0.9 公分厚，而框架則有 0.5 公分厚。與瓦楞紙板一樣，其隔板內部有空間，具有隔熱效果。

境町町長橋本正裕表示，「特別是在發生洪災時，紙板折疊床會吸收水分。聚丙烯材質的折疊床非常有用，可以多次消毒，重複使用。」據赤荻製作所所稱，已捐贈 10 床市價 30 萬日圓的折疊床給境町，是專門為該鎮製作，若後續接獲大量訂單，能再降低價格。

中低收國志工增加 維基資訊更多元

【本報記者陳是祈綜合報導】媒體分析，維基百科雖然是從歐美國家發跡，早期投入編撰的志工也大多是歐美語種人士，然而近年數據顯示，已經有越來越多亞洲、非洲國家的志工投入編撰，讓百科語言多元化，也讓中低收入國家的人民有機會用自己的語言在百科中查找資料。

英語志工逐年遞減

《經濟學人》報導，維基百科於 20 年前草創時，主要投入編寫的大多是歐美國家的志工，使用的語言大多為英語，在 2007 年高峰時，共有 5 萬 3000 名志工使用英語編輯百科，但是這趨勢在 2007 年之後逐年下降，目前大約有 3 萬多名使用英語的活躍編輯者，其他歐系語言如西班牙語、法語、葡萄牙語等也都維持差不多的增長趨勢。

而中低收入戶國家有賴於網路發達普及，維基百科已成為真正全球性的百科資源庫。報導分析，維基百科不同的分站是按照語言分類，但仍然可以透過分析瀏覽者的 IP，知道瀏覽各種語言的國籍組成，如葡萄牙語的分站，大約有 80% 的瀏覽者是來自巴西，5% 是來自葡萄牙。

但通常越富有的國家所使用的語種，活躍編輯者還是較多，如全球使用瑞典語的人大約為 1000 萬，而每個月約有 600 人在管理瑞典語的維基百科。相比之下，緬甸語在全球約有 5000 萬人使用，但每個月造訪管理緬甸語維基百科卻只有 20 人。



▲ 維基百科越來越仰賴中低收入戶國家來的志願編輯者。（Photo from 網路截圖）

中低收國編輯增加

有趣的是，根據《麻省理工科技評論》報導，由於富裕國家使用的語種介面（如英語）由於資料庫充足，所以也早就開始啟動自動化更新跟編輯的功能，但這使得使用該類語言的志願編輯者下降，而自動化更新的品

質至今仍不如人工編輯。

但中低收入國家所使用的語種（如來自亞洲、非洲），由於還沒有啟動自動化更新的技術，因此有大量志願者投入，從 2010 到 2018 年足足成長了一倍，因此未來維基百科的人工編輯，其志工可能會越來越仰賴中低收入戶國家。



▲衣著顏色也較樸素的大人，不妨大膽使用紫色系或桃紅色系的眼影，這樣可以端莊中帶點俏皮。(網路截圖)

■船津有史

還記得二十歲左右第一次化妝，那時曾經熱衷研究最新化妝品與彩妝風格，但在歷經結婚生子、教養兒女、職場競爭、照護長輩等階段後，早已不知化妝為

歲女性大部分的肌膚煩惱。仔細上妝後再用腮紅補充紅潤氣色，並畫眉毛讓臉部更鮮明，整體就會顯得透明有光澤。所以，不要花許多功夫著重在眼妝

利用假睫毛，讓眼睛變圓，看起來年輕又有精神；如何搭配各種顏色的頭髮及服裝，調整彩妝的顏色。

何物，如今好不容易有了屬於自己的時間，卻不知道自己適合什麼樣的妝容？歲月也在臉上留下了變化的痕跡。

有些女性沒意識到自己的變化，還是化跟年輕時一樣的妝；也有些女性對於自己的變化反應過度，想讓自己變漂亮，妝部化得越來越濃，欲蓋彌彰。殊不知妳的化妝方式，卻讓臉上的皺紋凸顯出年紀，也給人不易親近的距離感，變成拖累妳的原因！

不能只擦粉底霜

這個年齡最常聽到的肌膚煩惱，就是隨著年齡增長而產生的斑點、細紋、暗沉和鬆弛。不過，如果整個肌膚看起來明亮、透明有彈性的話，只要不湊得太近，什麼斑點、細紋的都不太會被注意到。因此，五十歲的化妝重點就是不能只擦粉底霜，而是要使用隔離霜、粉底霜和粉餅，一層一層仔細地上妝。

如果再加上正確的畫眉和腮紅，就是足以應付平日外出的美麗妝容了。就算不花什麼心思在眼妝和脣妝上，也可以解決五十

或是使用鮮豔的口紅，化妝要像素顏般自然、不要太過，讓屬於自己的美麗發揮到極致。

眉眼影別太濃

我推薦的化妝品不是專業人士使用的特別產品，價格也不會貴得嚇人，更不需要具備媲美專業人士的化妝技巧。只不過，這需要一個步驟接一個步驟，按部就班地仔細進行。

使用眉粉或眼影時為了防止塗得太多，要先在手背上輕輕彈去多餘粉末。至於粉底霜，為了讓臉部更有立體感，要用到兩種顏色。還有腮紅，為了讓看起來更年輕，也推薦使用兩種顏色。

妳覺得「怎麼這麼麻煩」嗎？其實整體下來只比平時多花五分鐘的功夫！請嘗試看看，妳一定會訝異，自己竟然能因為這些毫不起眼的小功夫而變得美麗脫俗。

補水、抗 UV 找回彈性

年輕的肌膚和五十歲的肌膚，兩者最大的差別應該要算是彈力吧？年輕的肌膚 Q 潤膨彈，手碰一碰就會彈起來似的。有彈性的

肌膚表面滑嫩，毛孔也幾乎看不見。此外，因為會有自然的光澤，所以就算不打光，看起來也會有恰到好處的立體感。然而，肌膚難逃隨著年齡老化的命運。新陳代謝變差，肌膚細胞再生的循環週期變亂，保衛肌膚免受乾燥和紫外線傷害的防禦機制也會逐漸下降。

鬆弛和皺紋就是肌膚形狀方面的變化。因為運作機能下降，使得肌膚變得沒有彈性，臉部的線條也變得鬆弛。不僅眼皮鬆弛蓋住了瞳孔、嘴角下垂、眼周和嘴脣四周產生皺紋，連法令紋也變得愈來愈明顯。再者，因為肌膚鬆弛，毛孔像崩塌了似地變形，變得很明顯。如果只擦粉底，也愈來愈難遮掩毛孔了。

保濕維持肌膚水潤

肌膚的構造是一層一層的，從外而內分別是「表皮」、「真皮」和「皮下組織」。與肌膚彈性息息相關的成分，是含在占據肌膚大部分組織的「真皮」層裡的纖維狀蛋白質——「膠原蛋白」和「彈力蛋白」，以及負責保水的「玻尿酸」。藉由這些成分的運作，肌膚才得以維持彈性。

但是隨著年齡增長，膠原蛋白和彈力蛋白產生變異，變得難以生成，玻尿酸也會漸漸減少。此外，紫外線也會分解膠原蛋白和彈力蛋白。

忽略對紫外線的防禦，會讓肌膚傷害日積月累，就是造成鬆弛和皺紋的主因。

在每天的日常保養中，基本保養是基礎，同時要徹底做好保湿和防曬，然後再針對造成皺紋和鬆弛的原因對症下藥，才能有效回復肌膚彈性。

近年來「除皺」效果獲得肯定，得到本國政府認可的美容液

或是乳液相繼問市，並受到大眾矚目。在現今時代，比起認為「都這把年紀了……」而自暴自棄，好好保養的人才更贏家！請積極嘗試各種方法，找回肌膚的彈力吧！

按摩促進新陳代謝

晚上就寢前或早晨上妝前多一道按摩步驟，就有助於肌膚拉扯，這是五十歲女性一定不可或缺的保養步驟。

按摩的主要目的是促進血液和淋巴循環，讓肌膚的新陳代謝變佳。血液或淋巴一旦停滯，養分會難以送達，多餘的水分和老舊廢物也無法順利排出，新陳代謝就會變差，結果就會造成肌膚缺水、浮腫、暗沉、皺紋、黑眼圈等各式各樣的肌膚問題。

此外，按摩也有防止鬆弛的功效，可以向上拉提日益向下的臉部輪廓，眼睛四周和嘴脣四周，賦予肌膚彈力。促進血液循環，體溫也會上升，有助於滲透和吸收保養品。按摩時選用添加美容成分的按摩霜，效果會更好。一旦雙手變得更光滑，肌膚就不會因為摩擦而受傷。

基本而言就是從臉的中心向外側進行。藉由刺激肌膚的血液和淋巴循環，來促進新陳代謝，可以有效對抗肌膚的鬆弛和暗沉。

洗髮精是「洗頭皮」

洗髮精不就是用來洗頭髮的嗎？錯了，洗髮精是「用來洗頭皮」的。像在按摩頭皮一樣，不用指甲而是用指腹輕柔洗淨頭皮，才是洗髮精正確的使用方法。頭髮上的髒汗用溫水沖洗就可以洗掉八成了，至於造型品之類的用品，在洗完頭皮把洗髮精沖乾淨的同時，就完全清洗乾淨了。

此外，潤髮乳不要從髮根開始塗抹。髮根的油脂太多，會導致頭髮扁塌，看起來髮量稀少。塗抹潤髮乳要從髮尾塗到頭髮中段，才是正確的做法。頭皮沒有確實清洗乾淨的人，是出乎意外的多。在幫客戶做頭皮 S P A 時，我們用照相機檢視一下她們頭皮的狀態，發現其中好多人都有皮脂阻塞毛孔的情形。

毛孔一旦被阻塞，營養就無法送達頭髮，頭髮會變得沒有活力，也會導致髮量看起來又薄又少。而且就算特地使用頭皮保養劑，也看不出什麼效果。為了保有年輕的秀髮，請務必要將正確的洗髮和潤髮方法牢記在心。

潤髮乳用在髮尾

除非頭髮很長，否則洗髮精按壓一次的量就夠了。在塗洗髮精之前先用溫水沖洗全部的頭

髮，把頭髮上的髒汗沖掉之後，再來清洗頭皮。

潤髮乳的目的是為了修復頭髮。沒有人的髮根是受損的，所以不需要塗在髮根上。沖洗時用手觸摸，如果摸起來黏黏的就是還沒洗乾淨，要洗到摸起來滑順才 OK。

化妝展現熟齡魅力

粉底、眉毛、眼妝及口紅等妝容技巧，該如何化得既優雅又年輕，圖解各步驟，讓你掌握熟齡肌膚需要注意的關鍵，加強有年齡痕跡的部位，讓臉部更有精神，讓你喜歡現在的自己更勝過從前。

如何利用假睫毛，讓眼睛變圓，看起來年輕又有精神；如何搭配各種顏色的頭髮及服裝，調整彩妝的顏色。利用這些除了彩妝外的小技巧，使妝扮更有一致



▲晚上就寢前或早晨上妝前多一道按摩步驟，就有助於肌膚拉扯，這是五十歲女性一定不可或缺的保養步驟。(網路截圖)

減齡妝髮逆轉勝 自信展熟女魅力

「年過 50，還美的這麼不科學！」「關掉濾鏡，好氣色依舊扛得住！」凍齡女神們為何能一直容光煥發？



▲到了一定年齡後，捨棄不需要的瓶瓶罐罐，化妝只需簡單質感不用太重。(網路截圖)

如果僅上淡妝，衣著顏色也較樸素的大人，不妨大膽使用紫色系或桃紅色系的眼影，這樣可以端莊中帶點俏皮。

性，呈現熟齡魅力、更有自信！

熟女五大 NG 妝容

成年之後肌膚問題越來越多，熟齡女性很難找到真正適合自己的妝容。只是一個地方出錯，卻讓自己看起來變老、妝感過時。只要改變一個 NG 技巧！就能讓你找到最適合自己的魔法彩妝術。

(1) 粉底就是要全臉塗抹，殊不知只會讓臉看起來更大。
(2) 灰色有菱角的眉型讓我看起來更俐落，但也會看起來嚴肅難親近。

(3) 化腮紅看起來妝感很重，不過只要大面積塗抹均勻就會顯自然。
(4) 有漸層的眼妝看起來更有魅力，真相是只會讓你更顯老氣。
(5) 鮮豔的口紅會讓我更顯年輕，但只是讓膚色更暗沉。

化妝關鍵在「向上」

彩妝要達到減齡效果，必須讓眼睛、嘴脣原本下垂的線條儘量往上，看起來就顯得年輕：

眉毛：對熟齡女性來說，眉毛有畫龍點睛的重要地位。眉毛

型態對了，不僅整個人變得有精神，臉型也會變得更立體。注意眉毛不要過度上揚，否則反而顯得老氣，比水平線微微上揚一些即可。

眼線：很多人在畫眼線的時候，都會不自覺地閉上眼睛。這種情況下延伸的眼線，在張開眼睛後容易呈現下垂。要讓眼線自然延伸上揚，秘訣就在張開眼的情况下畫眼線。另外，要特別用睫毛膏將眼睛後半部的睫毛根部向上刷，才能展現出明亮有神的雙眼。

唇線：一般來說，隨著年齡增長嘴角會自然下垂。這時候要利用唇筆略施小技巧，從嘴角沿著上唇外緣畫出 1 至 2 mm 的邊緣線，如此一來，視覺上嘴角就不會下彎。唇峰的線條則要畫得略呈圓形而不是一直線，可以營造出柔和的唇形，是非常重要的小秘訣。

垂直色差創造立體感

棕色眼影是百搭的妝法，一般會用水平漸層的方式呈現深邃眼眸，但其實只用 2 種垂直的深淺色差，也可以簡單畫出眼窩立體感。

首先在上眼瞼塗上較深的棕色眼影，接著在眼瞼中央的地方，塗上較淺色的眼影，張開眼睛時便可創造出明亮的立體感。即使只有單色眼影，也可以用手指將眼瞼中央部位抹淡一些，同樣會有不同色差所形成的立體感。

如果僅上淡妝，衣著顏色也較樸素的大人，不妨大膽使用紫色系或桃紅色系的眼影，這樣可以端莊中帶點俏皮，給人神采奕奕、眼睛明亮有神的感覺。尤其是表情較嚴肅的人，反而能給人溫暖的親切感。

(張庭雄／輯)

《減齡 10 歲！大人系妝髮攻略》簡介

「年過 50，還美的這麼不科學！」「關掉濾鏡，好氣色依舊扛得住！」凍齡女神們為何能一直容光煥發？女人啊，不管到幾歲，都不該放棄美麗。年齡生長無法逆時鐘，沒關係，妝容合宜，看起來就好元氣又有型，自然可以愈活愈美愈自信！

皺紋、斑點、鬆弛、白髮、扁塌 OUT！消除令人「顯老」的元素就對了。減齡感不等於裝小，打扮必須與時俱進～妳的風格總是

一成不變嗎？

檢視一下，是否曾有以下迷思：

1. 明亮系粉底塗好塗滿，看起來就白皙高顏值？
2. 濃眉、長眼線，最能顯得朝氣有活力？
3. 瀏海分好線、馬尾紮綁緊實，才最時尚感？
當心，這就是害自己暗飄大媽味的原因！觀念修正、

手法微調就能加分，讓自己的成熟美恰到好處。



作者：船津有史

出版社：出色文化

出版日期：2020/09/04

・T.M. 書訊・

醒報編輯部／輯

《開始 Podcast》

作者：克莉絲汀·梅瑞澤

出版社：高寶

不用很厲害、不用很專業也可以立刻開始！斜槓創業必讀，從本書開始屬於自己的 Podcast 節目吧！掌握 7 個要素，帶領你將「創意發想」變成當紅節目！

你想吸引哪些聽眾？你的節目內容與風格可以吸引到這群聽眾嗎？他們為什麼會選擇你的節目，而不是花在其他休閒娛樂上呢？學習規劃與管理你的節目，讓更多人聽到你的故事，這包括節目的形式、採訪的問題、節目的長度、發布的



▲晚上就寢前或早晨上妝前多一道按摩步驟，就有助於肌膚拉扯，這是五十歲女性一定不可或缺的保養步驟。(網路截圖)

《一日一行動的奇蹟》

作者：柳根塔

出版社：方智

你不必很厲害才開始，你要開始才會很厲害！從紙上談兵化為行動派，就從最簡單的「一日一行動」開始。僅憑「實踐力」，一年內就能改變人生！

一天讀一頁書。一天學一個單字。一天做一個伸展運動。一百天後，成為最型人。九個月後，購入結婚新房。一年後，讀完五百二十本書。打造一日一行動的「立體閱讀法」、「一秒原則學習策略」、「絕對持續的運動法」、「購屋 369 法則」和「能賺錢的閱讀



《兒科醫師想的和你不一樣》

作者：陳啟倫

出版社：四塊玉文創

兒童是每個家庭父母的傳家寶，更是國家的未來希望。因此，在孩童成長的過程中，需要父母、社會予以保護，細心的照顧，提供食衣住行、家庭、醫療、良好的環境及社會福利等，讓孩童能在健康、溫暖的環境中成長茁壯。

第一次當爸媽好緊張，總有滿腹疑問，讓兒科醫師一一幫你解惑，打破常見育兒迷思！

身兼父親與兒科醫師的臭寶爸，親手繪製插畫、表格，將多年以來育兒、看診的經驗無私分享，以兒科醫師的專業建



▼ 冰島騎乘雪上摩托車，驚險刺激。



在世界，與雪邂逅

趁著出國旅行，四處追逐雪花的腳蹤，輕易捕捉各種不同的雪景，一幅幅形貌互異的畫面，就好像精心描摹的畫作，難以複製。

文 & 攝影 / 溫小平

▼ 法國最高峰白朗峰的雪中登山客。



▼ 日本東北八幡平的雪景。



▼ 美國克利夫蘭的社區，每逢下雪天就寸步難行。



▼ 瑞士麗奇山上的遛狗老婦人。



身處亞熱帶的台灣，若能看到下雪，大家幾乎都非常興奮，只可惜雪花都飄落在高山上，賞雪還得辛苦的開車上山，遇到同樣狂熱的雪粉，大家只好塞在半路，遙望遠山，心焦如焚，擔心積雪不給面子，辛苦趕到了，不是融化了，就是被雪粉踩得髒兮兮的，跟自己想像的仙境般的白茫茫景象，相距甚遠。

我也曾經這樣被傷了心，於是，趁著出國旅行，四處追逐雪花的腳蹤，輕易捕捉各種不同的雪景，一幅幅形貌互異的畫面，就好像精心描摹的畫作，難以複製。

賞雪，除了用眼欣賞雪大師的繪畫功夫，不妨閉著眼睛，放空身心，靜靜傾聽雪落下來的聲音，彷彿跟風的低語，也好像雪花獨自的呢喃，告訴我們，她的心情。

初春賞雪好時機

別以為只有寒冷的冬天才能與雪邂逅，只要選對地點，一年四季都能看到不同雪景。

初春，是一個機會。有年我到日本的東北八幡平，初春時節，高山的積雪尚未融化，不但可以打雪球，甚至還有一堵堵的雪牆供我們拍照。那個黃昏，我就坐在窗邊，品著熱茶，與窗外的雪

花對望。

另一次也是春天，我們抵達瑞士，最高峰的少女峰依然積雪深厚，住在小鎮格林華德的旅館閣樓，竟然拍攝到陽光照射山峰積雪所閃爍出的金光，彷彿剎那間換裝為金山！而且，運氣好到極點的是，我們在海拔不到兩千公尺的麗奇山看到雪，有位老太太竟然帶著愛犬沿著山路漫步呢！

北歐夏季仍是雪都

若是夏天想要看到雪，就往歐洲各國的最高峰走，我在法國白朗峰就逮到美麗雪坡。若到北歐，挪威和冰島，絕對不會讓你失望。

挪威的峽灣是不能錯過的美

景，其中松恩峽灣一帶更是美不勝收，搭乘火車沿路欣賞風景，連綿雪山就成了最佳背景，一棟棟獨立小屋，充滿了童話色彩。

到了冰島，即使夏天，更是處處冰寒，但空氣中卻有一股清香。騎乘雪上摩托車溜雪，覺得自己到了冰雪奇緣的公主家鄉。站在冰島首都雷克雅未克的街頭，白了頭的山峰就成了360度的環場效果。

俄亥俄州白雪皚皚

賞雪還有一個好去處，可以欣賞到絕無僅有的織錦畫，那就是搭乘飛機俯瞰下方的冰雪大地，

不同厚薄、不同高度，就這樣在起伏間，一朵朵雪花為我們織出了地球級的雪圖。

某年的冬天，剛好遇上一些不開心的事，妹妹邀我去克利夫蘭度假，因為時差，夜裡無法入睡，我坐在地毯上，望著窗外一陣強過一陣的雪花，屋外頓時成了白色世界。

對妹妹來說，一年好幾個月都在下雪，年紀大了實在不適合劇雪勞動，而且每到下雪時節，上班、出門都不方便。只有我們難得看到雪的人，看見白雪皚皚，多麼浪漫！妹妹後來還是別了俄亥俄，搬去了溫暖的佛州。

▼ 飛機上俯瞰降雪國度，好像一幅幅美麗圖畫。



▼ 瑞士少女峰小鎮格林華德的雪中金山。



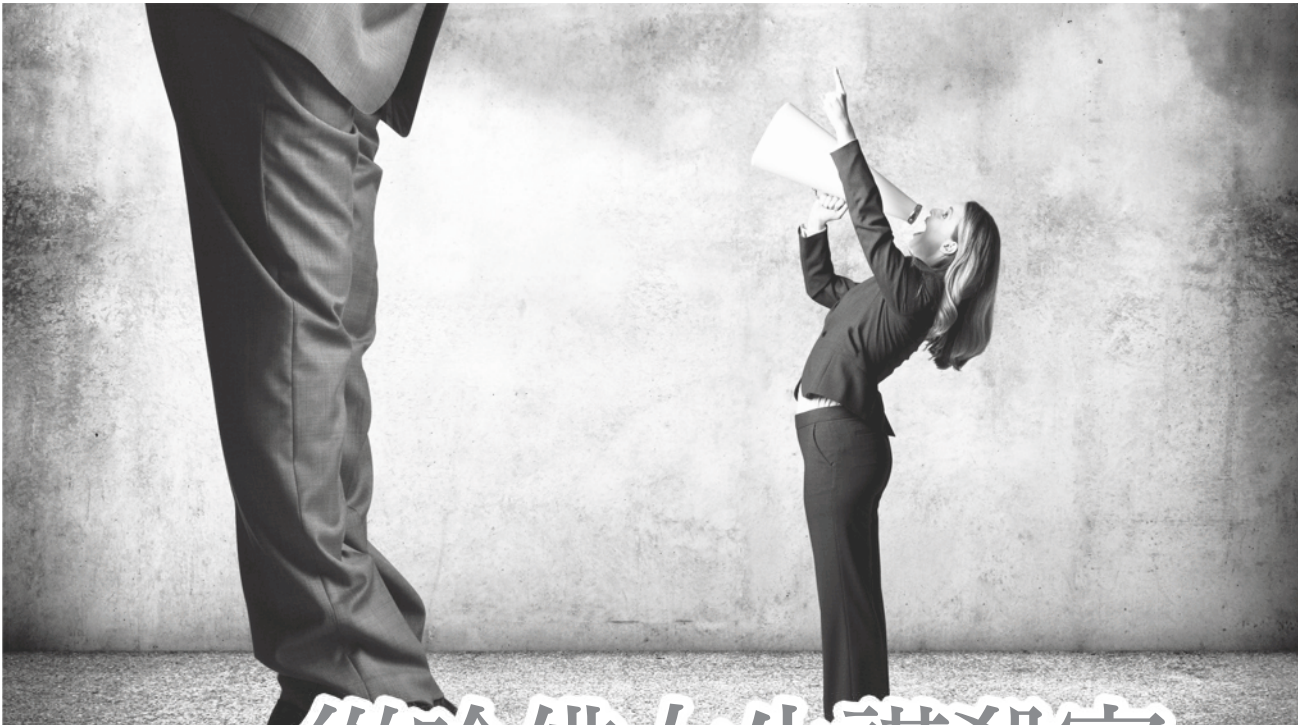
▼ 冰島雷克雅未克處處可見雪山。



▼ 挪威松恩峽灣附近的雪景。



▼近十年的調查，揭露了一個關於學術界性別不平等的故事，以及學術機構和制度在處理類似問題的消極態度。（網路截圖）



從哈佛女生謀殺案 看學術界男性霸權

謀殺案不僅僅是在某個特定的夜晚讓一名女學生喪生，而且整個系統對於女性受害者的沉默，值得社會和大學象牙塔深思。

■張瑞雄

（國立臺北商業大學校長）

1969年1月，一位哈佛考古學系的女研究生被發現陳屍在哈佛附近的公寓，死亡原因是頭部受到撞擊而造成的外傷（毆打致死），她同時也被強暴了。她的屍體被撒上紅褐色粉末，好像某種古代文明的葬禮儀式，可能只有考古學家才熟悉這種儀式，所以考古學系的同學和教授們變成最大的嫌疑犯，儘管警方約談了一些人，但毫無進展。

歷史比美國還悠久的哈佛大學正在與鄰近的著名的女子文理「拉德克利夫學院」討論合併事宜，而被殺害的女子剛好是「拉德克利夫學院」副校長的女兒，此案件所引起的震驚可想而知，但即使媒體的大量關注，警方還是找不到兇手，從此變成懸案。

女大生挖掘真相

快轉四十年後到2009年，哈佛一位好奇的女大學生貝琪聽到了這個流傳在哈佛的耳語，故事是這樣說的，這位哈佛女研究生是與她的教授有外遇，因為學生揚言要揭發這件事，所以被謀殺了。貝琪更驚訝地發現當初的嫌疑人甚至還在大學任教，畢業後為了進一步調查，貝琪留任哈佛



◀是否一個崇高的學術機構有著許多的陋習、階級壓力和性別歧視，導致一個案件沉寂五十年之久？（網路截圖）

的助理，以繼續挖掘事情的真相。

大學裡有各種各樣的故事，關於學術領域不同的割喉爭論也時有所聞，但可以肯定的是，幾乎沒有教授會因此謀殺學生，所以這個沒有解決的冷案件（Cold Case）就更讓人著迷。

DNA 匹配找出真兇

在貝琪鏗而不捨的調查下，2018年，警方終於重新測試從犯罪現場採集的DNA片段，並匹配到一位有強暴前科但已經死亡的罪犯，使哈佛所有相關人員脫罪。

DNA 匹配早在1980年代就已經運用到解決警察案件上，但為什麼哈佛的案件得不到重視，是否一個崇高的學術機構有著許多的陋習、階級壓力和性別歧視，導致一個案件沉寂了五十年之久？

學術圈男女差別待遇

儘管最後師生戀的謠言被證明是虛假的，但貝琪將近十年的調查，揭露了一個關於學術界性別不平等的故事，一個具有權力的男性精英的「牛仔文化」，以及學術機構和制度在處理類似問題的消極態度。

去年，貝琪將其調查和心得寫成一本書「哈佛的謀殺案和半世紀的沉默」，這個案件已成為一種警示性的故事，它不僅涉及一位以崇拜馬基維利主義（為了達到目的可以不擇手段）聞名的教授，也涉及廣大學術界對婦女的態度。

謀殺案不僅僅是在某個特定的夜晚讓一名女學生喪生，而且整個系統對於女性受害者的沉默，值得社會和大學象牙塔深思。

▼父親雖已離世多年，但思父的甜蜜與惆悵，總是在我凝望都蘭山之際，油然升起。（網路截圖）



都蘭山下

■吳方芳

（家立社社福基金會執行長）

冷冽的晨風送來了檸檬草和梔子花的清香，寂靜蜿蜒的山徑除了丈夫和我，還有一隻胖呵呵、單腳佇立路旁、縮著脖子像是打著瞌睡的夜鷺。

樂走山徑

一路上，松鼠、貓頭鷹、牛隻和調皮的北風，初透的晨光也湊熱鬧結伴同行。

我喜歡山，喜歡大清早與丈夫攜手走一段山徑，喜歡聆聽森林深處的鳥唱，喜歡登高遠眺美麗的太平洋，喜歡在山路上禱告、默想。

我也喜歡聖經裡與山相關的經文；尤其喜歡詩篇121篇：「我要向山舉目；我的幫助從何而來？我的幫助從造天地的耶和華而來。…耶和華在你右邊蔭蔽你。白日太陽必不害你；夜間月亮必不傷你。耶和華要保護你，免受一切的災害；他要保護你的性命。你出你入，耶和華要保護你，從今時直到永遠」。

每當心裡煩憂需要幫助，我只要舉目向山，心靈頓時平安穩妥。

父愛如山

不出門，窩居在家的日子，我最喜歡憑窗呆坐在都蘭山居的大玻璃窗前；看山上的朝霞夕彩，看繫在山腰上的綽約山嵐，看山頭上隨風翻飛與風玩耍的雲朵，

山之頌

看羣山默然，看雨後碧洗的山之容顏，看隨著光影或蒼翠或黛綠的山色。

山帶給我寧靜與喜悅，也帶來對父親的思念。

像山一樣平靜安穩、沉默、不多言語，卻處處流露仁愛喜樂和平良善信實溫柔節制等美好品格的父親，雖已離世多年，思父的甜蜜與惆悵，總是在我凝望都蘭山之際，油然升起。

自認外貌、性格都像父親的我，細數過往，愈是追想，愈為父親對我影響之深之鉅發出驚嘆！大至待人處事，小至啜一口茶、吃一顆小花生米，父女倆的相似處竟如此之多。

施恩望報必成仇

孩提時候，擔任公職的父親職掌公務人員任免業務。由於權限極大，登門請託者絡繹不絕。對於求助者，父親總是謙沖對待竭力幫忙。受助者送來酬答之金錢禮品，必遭父親悉數退還，甚至

舟車勞頓，親赴送禮者家中奉還謝禮。

在父親的堅持下，我們全家自他公職退休次日就遷出居住多年的宿舍。

別人求之不得或一代代住下的日式宿舍，父親卻拱手讓人，他說：「既已不在其位，就不該謀其福利」。

退休後的父親經常趁著打完乒乓球路過我家之際，進屋與我喝茶聊天。某日父女促膝長談，我向父親提及某位受我鼎力幫助的朋友，竟然對我做出忘恩負義之舉。

父親聞言沉默許久才開口對我說：「好女兒呀！千萬記住『施恩望報勢必成仇』。」父親這番話讓我一生不論助人或受人幫助皆能寬闊自在。

慈父的種種美好，像山一般既高又美，細數不完。

冬日晌午，我倚在窗前，凝望被陽光灑了一身燦爛金黃的都蘭山，我，又想起了父親。

我見我思稿約

歡迎來稿增篇幅，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。

請儘量於周日至周四上班時間寄稿，周五、六休假如稿將無人處理。

驚奇感動！榮獲德國奧斯卡最佳影片2大獎提名

根據世界五十大小說【德語課】改編

偷畫男孩

THE GERMAN LESSON

勇奪 德國巴伐利亞電影獎
最佳攝影大獎

勇奪 德國羅爾巴赫電影獎
最佳攝影大獎

榮獲 漢堡國際電影節
最佳影片提名

有時你必須做一些
對抗職責的事

《隱藏的生活》影帝
托拜亞斯莫瑞提

潛力新星
湯姆格羅瑙

天才童星
李維艾森布萊特

德國新導演獎得主
克利斯蒂安施沃喬夫

1/15

叛逆的勇氣

傳奇四分衛對決 NFL 國聯四強賽吸睛

NFL 國聯四強賽將迎來聖徒打海盜，由 2 名 NFL 史上傳球數據前二的傳奇四分衛布雷迪、布里斯互別苗頭，退休前再拼一冠。

【本報記者宋秉謙綜合報導】NFL 本週末繼續熱烈開打的聯盟四強賽，將上演 2 大傳奇四分衛對決的戲碼！在聖徒輕取熊隊後，晉級國聯 4 強將正面遇上本季轉戰海盜的傳奇老將布雷迪，聖徒陣中也有 42 歲、6 度入選

明星隊的傳奇四分衛布里斯，2 人都是被認為已無需更多榮譽、半隻腳踏進名人堂的球星，布里斯過往在季賽碰到布雷迪是勝多輸少，堪稱天敵，週末的海盜、聖徒大戰將會吸足觀眾眼光。

聖徒將大戰海盜

根據《ESPN》，NFL 季後賽本週末將來到第二階段：聯盟四強賽，國聯其中一個對戰組合讓球迷相當期待，由第 2 種子聖徒對決第 5 種子的海盜，前者擁有 42 歲的老牌四分衛布里斯，後者因為獲得 6 次超級盃冠軍的 43 歲傳奇四分衛布雷迪，而在本季脫胎換骨，這 2 名老將都是外媒認為「還沒退役就幾乎篤定入選名人堂」的傳奇人物。

《BBC 體育》



提到，布雷迪與布里斯的職業生涯成就過多，簡單的歷史數據就能彰顯 2 人的偉大，這 2 人恰好是 NFL 史上傳球碼數與傳球達陣數的前 2 名。

至於雙方正面交手機會則不多，因為過去 20 年布雷迪都坐鎮老東家愛國者（位於美聯）、布里斯則是從 06 年就一直待在國聯的聖徒，本季布雷迪轉戰國聯海盜後，季賽 2 次遭遇布里斯率領的聖徒，通通吞敗，生涯對戰上，布里斯擁有 5 勝 2 敗的對戰優勢，堪稱布雷迪的天敵四分衛。

退休前渴望再一冠

布里斯提到，雖然季賽雙殺對手，但季後賽的海盜是完全不同的一支隊伍，也不能忽視布雷迪豐富的季後賽經驗，一戰定生死的季後賽不容有失。

若要對比這 2 位傳奇的成就，差距最大的就是超級盃冠軍數，作為愛國者王朝的建立者，布雷迪手握 6 冠，而布里斯可惜



的僅有一冠，近期也有《傳聞》提到，這位 42 歲老將高機率在季末掛靴，布里斯生涯替聖徒在季賽拿到誇張的 172 勝（僅 114 敗），聖徒大軍肯定會想讓這位傳奇老大哥不留遺憾的離開賽場，週末的對戰預期將十分精彩。



▲NFL 國聯四強賽將迎來聖徒打海盜，由 2 名 NFL 史上傳球數據前二的傳奇四分衛互別苗頭（圖中是布里斯）。(photo from N.O. Saints Facebook)



▲海盜明星四分衛布雷迪。(網路截圖)

圖文選粹

圖文 / 中央社

亞洲盃男籃資格賽 中華隊恐不參賽



▲亞洲盃男籃資格賽第三階段 2 月將在日本開打，面對疫情嚴峻，中華隊教練鄭志龍說，安全將是首要考量，保留「不去」的可能性。

公益



我拒菸
我驕傲

紙菸、水菸、嚼菸、含菸、雪茄菸、電子煙、加熱菸...
所有菸品都 **Get Out!**



拒菸Jolin-網路專區

Yes, Get Out~
No smoking, no vaping,
no drugs, no harm.
Get your right choice.
Say no to all tobacco products!

Signature of Jolin Tsai



衛生福利部國民健康署

健康九九



教育部國民及學前教育署

教育部



財團法人董氏基金會

華文戒菸網



最毒女人心？《樓蘭女》的愛恨情仇

最毒女人心！希臘悲劇詩人尤其里庇狄斯（Euripides）的《美雅蒂 Medea》搬上銀幕，人性善惡話題，又被熱烈討論。

簡秀枝

（典藏藝術家庭雜誌社社長）

傳統劇曲結合科技

該劇重新取名為《樓蘭女》，自1月8日起在國父紀念館盛大演出。

這是繼1993年在台灣首演，2008年國際巡演之後，睽違13年，舊酒裝新瓶，還是受到藝文界深切期待。

這回結集了國內表演藝術界菁英魏海敏、吳興圖、林秀偉、

葉錦添等，聯手出擊，不論音樂作曲、舞台打造、服裝設計，都給人留下深刻印象，呈現傳統經典與現代藝術、科技結合的新篇章，也是台灣戲劇史上的佳話。

三天的票房都很亮眼，在疫情當前，倍見溫馨。

然而，回歸劇情，卻讓人喘不過氣。

樓蘭淒美愛情路

樓蘭公主美蒂雅為了愛情，



與大宛王子頡生私奔，偷走了鎮守樓蘭國的寶物金枝葉，並親手殺手追趕而至的兄長。有情人終成眷屬之後，與頡生王子生下一兒一女，全家人流落敦煌，看似圓滿。

然而，堅定相信愛情的美蒂雅，逐漸發現枕邊人有了異樣，原來為了攀附新權勢，頡生不顧妻小，愛上郡侯千金，並應允

把妻兒逐出境，與千金結婚。

遭到背叛的美蒂兒悲恨交加，於是展開一連串血腥報復舉動。首先，以偷自樓蘭國的寶物金枝葉，贈送大月氏國王，換取她個人在復仇後的人身安全保證。其次，用巫術加上劇毒，浸滿袍冠，送到敦煌郡侯千金手中，讓千金與郡侯，毒發而亡。

當愛已成往事

再來，忍悲含淚，手刃子女生命，讓見利忘義、背叛她的頡生，終身活在刺骨椎心的悔恨之中。

而她，運用巫術潛逃。雷鼓升天、天崩地裂，讓整齣戲，令人毛骨悚然，這樣的報復作為，只能以瞠目結舌作形容。

當愛成為往事，陌路人相向，自古以來，見怪不怪。而由愛生恨，茲生瘋狂念頭，也可以理解，但對於懷胎十月的親生骨肉，親手刃殺，如此殘暴行徑，天理難容。

曲終劇幕落下，我的心情盪到谷底。

原來，最毒女人心！



稀有骨董瓷版畫限時義賣 贊助醒報媒體事工（之三）

茲有法國華裔牧師夫婦愛心捐贈歐洲珍貴骨董作品，割愛給支持媒體宣教事工人士，作品稀有，先開價先得。

本會將開具抵稅收據與感謝狀。訂購專線：02-23581961



耶穌戴荊棘冠冕（十字繡）

作品時間推估：

1950年

作者：佚名（巴黎）

尺寸：58X47公分

義賣底價：45,000元

高房價壓力大 北市人口創新低

台北市房價高、屋齡舊，房價所得比也高，不少人移往鄰近的新北、桃園置產，北市人口也創下 23 年來新低。

●台北房價高，逼得市民想逃？根據內政部的人口統計資料顯示，各都 2020 年人口與 2019 年相比，桃園人口數增加最多，達 19,770 人，其中台北市人口數 260 萬 2,418 人，全年減少 42,623 人，流失人數僅次於 1993 年的 42,828 人，為 27 年來人口衰減最多的一年，總人口數也創下 1997 年以來的 23 年新低。

台灣房屋集團趨勢中心指出，台北市結婚率 4.86% 為六都最低，且少子化問題顯著，加上都市發展早，市區房價高、屋齡舊，房價所得比也高，因此不少天龍國二代購屋「喜新厭舊」，朝新北、桃園等衛星城鎮遷移。

但台北外流人口數雖為六都之最，不過在產經與政治層面還是全台重心，社會資源也最雄厚，故房市基本面堅實，所以房價漲



幅雖趨緩，但下修的機會也不大。人口增加的都會依序為桃

園、新北及台中，人口各自增加 0.88%、0.31% 及 0.2%；高雄、台南與台北則分別衰退了 0.26%、0.32% 及 1.61%，六都整體呈現「中熱、南北冷」的兩樣情局面。

觀察人口變化與房價表現的關聯，人口增加最多的桃園，不僅是六都中的「人增勝利組」，房價年漲 3.6% 亦勇冠六都；而流失逾 4 萬市民的台北市，少了人口紅利支撐，房價漲幅敬陪末座，2020 年房價僅較 2019 年微增 1.4%。

台灣的商業重心以北台灣為重，建設快，發展大，工作機會也多，因此不少「南客北

漂」，造成南二都人口流失嚴重。而桃園為北三都中房價最親民的都會，對民眾產生強大的吸引力，在交通建設的加持下，近年興起「北客桃移」的輕移民風，促使人口增長快速。

台灣房屋表示，桃園作為工商大城，近年企業投資旺盛，不少企業看重交通、產經等發展重點，紛紛將總部、聯絡處、資金、廠辦投資加碼桃園。創造出豐沛的就業機會，自然加速了建設發展與生活便捷，自然成為宜居的理想城市。

桃園升格直轄市後，加碼社會福利，出生率為六都之冠，加上大型公共建設、重劃區開發題材一波接一波，房價相較於雙北親民許多，就業、學區、生活、前景等一次到位。綜合以上，皆為近期宜居桃園的雙北客戶吸引關鍵。

◀台灣的商業重心以北台灣為重，建設快，發展大，工作機會也多，因此不少「南客北漂」，造成南二都人口流失嚴重。（網路截圖）



▲台北市區房價高、屋齡舊，因此不少天龍國二代購屋「喜新厭舊」，朝新北、桃園等衛星城鎮遷移。（網路截圖）

寒流來襲熱脹冷縮 留意大樓磁磚剝落

●近日氣溫變化較大，民眾應留意大樓外牆磁磚可能因熱脹冷縮現象出現鼓脹、剝落意外，尤其老舊建築外牆隨著時間逐漸老化、劣化，甚至影響建築結構安全，不可不慎，並特別提醒民眾在外行走時走騎在樓裡面，若真的要走在騎樓外側，應觀察建築物的磁磚是否有掉落的狀況，如果發現有磁磚脫落的痕跡，就要儘量避免經過建築物的外側，減少無端被磁磚砸傷的機率。

影響建築外牆飾材掉落的原因非常多，絕非單一因素所造成的，一般大略可分為：「自然因素」

跟「人為因素」兩類。

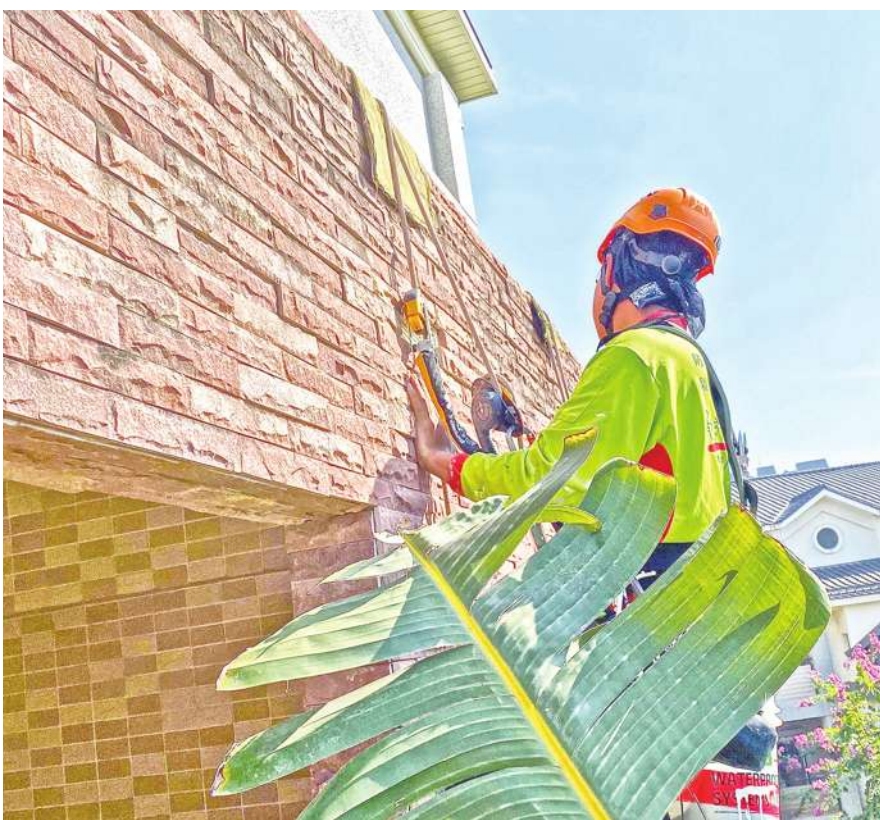
就自然因素而言，台灣位處於地震帶與颱風帶，時常會有自然的外力對建築物造成損害，例如地震、颱風、日照及日夜溫差過大造成的熱脹冷縮等，這些自然環境的變化，就會增加外牆飾材掉落的風險。

而以人為因素來說，最重要的施工工法與施工程序是否正確、施工品質是否嚴謹，往往都會影響外牆飾材的構造性。

有些建築物為了漂亮，磁磚與磁磚之間的縫太小，可以填進的水泥砂漿少，加上施工時有些背



▲近日氣溫變化較大，民眾應留意大樓外牆磁磚可能因熱脹冷縮現象出現鼓脹、剝落意外。（網路截圖）



▲而以人為因素來說，最重要的施工工法與施工程序是否正確、施工品質是否嚴謹，往往都會影響外牆飾材的構造性。（網路截圖）

磚與牆面的黏著劑、鉚釘遭破壞導致磁磚或石材剝落自然容易脫落。

磁磚地坪黏著作業最重要的就是「磁磚縫隙」大小的控制，一般人會以為將縫隙越小越好看，但沒有考慮到施工中黏結材凝固的過程變化、磁磚的熱漲冷縮的微細差異，一旦縫隙控制不當，磁磚膨拱的問題將會隨著時間長久偶爾發生。

磁磚地坪若能在與牆體的交接處留下隔離縫，使整體大面積的磁磚地坪於天氣變化中，有伸縮變化的微小空間，這樣也能避免磁磚膨拱的發生。目前規範要求住宅樓地板必須施作隔音材，各類的地板隔音工法幾乎都會要求與牆體交接處施作隔離縫，並補上彈性材料，相信未來的大樓住宅磁磚膨拱問題會減少很多。

庭維／輯

房地看板

汐止城中遊戲場 打造親子互動場域



▲汐止城中抽水站旁的城中遊戲場，特色是利用高架平台打造的複層遊戲空間，藉以讓孩童探索大自然並訓練手肌力。（網路截圖）

●汐止城中抽水站旁的城中遊戲場，最大特色是利用高架平台打造的複層遊戲空間，藉以讓孩童近距離觀察樹木、探索大自然並訓練手肌力。將汐止地區歷史的煉鐵沿革融入於周邊牆面，讓孩童在遊玩同時認識汐止早期煉鐵產業，並從遊戲中學習歷史、瞭解水與煉鐵文化密不可分。

城中遊戲場總面積約 600 平方公尺，採共融目標設計，包含讓各不同年齡孩童發揮繪畫創意的水塗鴉牆、專為大齡孩童設計訓練手臂肌肉的多項攀爬設施、近距離觀察樹冠層的高台，更有規劃分成幼齡及大齡孩童滑道的磨石子溜滑梯，提供孩童多樣化的遊戲選擇。

牛年房市樂觀 剛性需求撐盤



▲戴德梁行展望今年房市，由於資金多、利率低，房市樂觀看好，認為價、量及買氣會溫和成長。（網路截圖）

●戴德梁行展望今年房市，由於資金多、利率低，房市樂觀看好，認為價、量及買氣會溫和成長，以「孤戀花」歌詞形容，預計今年買盤「孤味發威」，代表剛性需求的「水蓮花滿滿是」，並非全面性走揚；豪宅市場則仍是帶刺玫瑰，依舊孤芳自賞。

今年房價「上不去、下不來」，預售買氣像夏天，成屋市場變春天，今年買賣移轉棟數有望來到 33 萬棟；土地有量的城市，房市繼續看好，六都則受惠科技廠進駐，小二、小三房產品當道，預估上述地區房價再漲 10%。

新北增進市民福祉 打造多元公共設施

圖活會審►動福查、中心利、醫將公所療公、場衛設透生施多、圖圖作、書館元為社使用。（網路截圖）



●109年核准21案通過，其中近六成成為社會福利設施、停車場設施，目前尚有板橋、新莊、三芝等多處公共設施用地提出多目標作公共托育中心、身心障礙者日間服務機構、活動中心使用申請，市府將依都市發展趨勢與民眾生活環境需求，持續提供多

元使用空間，增進市民福祉。

為因應都市多樣化需求發展趨勢與落實公共政策，新北市政府透過多目標使用審查，將公共設施多元作為社會福利、醫療衛生、圖書館、活動中心等場所使用，以滿足民眾生活環境需求，加強城市競爭力。