

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

守候每一個重要現場，醒報寫出更深刻的觀察。



台灣認同度 9 成 漸趨穩定



美制裁中企 阿里巴巴入列



登山新手步步高 挑戰百岳



Netflix 進軍南韓 成趨勢



年味與團圓
當南門市場開始宣傳年菜，春節就快到了。今年過年，全球疫情把遊子們都催回到台灣，到父母的身邊，過年假期應該可以好好吃團圓飯了。(3 版)

限制幼兒園教外語 教育部被批未落實

教育部擬刪除「不得採全日、半日或分科之外語教學」規定，讓外語分科教學就地合法，不僅對孩子造成負面影響，也加重家長負擔。

▼托盟呼籲，教育部應宣導學前教育政策「語言學習應先母語、再國語、後外語」的主張。(中央社)



【本報記者臧品安台北報導】「學前英語教育政策，不需修法，只需落實！」托盟 13 日指出，教育部擬刪除「不得採全日、半日或分科之外語教學」規定，但實際上教育部並沒有落實法規卻要刪除，讓外語分科教學就地合法，不僅對孩子造成負面影響，也加重家長負擔，是葬送幼兒未來的愚蠢行為，呼籲政府不需修法，只需落實既定語言政策。

立場一致何需刪除？

托盟去年 12 月 9 日召開記者

會，反對教育部刪除「幼兒教保及照顧服務實施準則」第 13 條第 7 款——幼兒園「不得採全日、半日或分科之外語教學」之規定。

記者會後，教育部隨即重申，該準則的修正與教育部過去的政策立場一致，修正後的執行方式與現行規定完全相同。

針對教育部的回應，托盟召集人劉毓秀質疑，既然教育部修正前後的政策立場一致，執行方式與現行規定完全相同，又何需刪除條文？若刪除規定，恐誤導家長以為從此開放幼兒園全日、半

日或分科的英語教學，使家長讓孩子去讀全日、半日或分科教導英語的幼兒園，反而增加家長的育兒壓力，是葬送幼兒未來的愚蠢行為。

育兒家長代表王百芳說，她的大女兒就讀私幼，犧牲遊戲時間，每天以背誦方式學習英語，讀小一時進行了英語能力檢測，檢驗結果顯示英語程度為零；反之，小女兒則就讀公幼，公幼中採不分科教學，讓她學習到人際交往能力及問題解決能力。

幼童學習有優先順序

「孩子的學習時間有限，應安排優先順序。」台中教育大學幼教系副教授陳淑琴表示，孩童若將時間花在全日、半日或分科學習外語，勢必排擠學習其他重要認知、情意和技能的時間，這段期間應培養幼兒的生活自理能

力、表達能力及人際交往能力等，並強調以統整不分科的教學方式，才適合幼兒學習。

托盟呼籲，教育部應宣導學前教育政策「語言學習應先母語、再國語、後外語」的主張，確立幼兒階段接觸外語的目的在於

「促進文化學習與國際了解」而非「培養流利的外語能力」，且應落實教保準則及教保活動課程大綱，這才是真正友善幼兒，符合舉世先進國家「投資兒童」的主流政策路線。

抗議原民語改選修 籲依法列各年級必修

教育部 9 日課審大會，決議國中階段本土語文課程，9 年級列為選修，高二、三列彈性選修，引發原住民教師聯盟不滿。



▲搶救族語國高中必修原住民教師聯盟與民進黨立委洪申翰（前左 3 起）、無黨籍立委高金素梅等，13 日到教育部門口陳情，呼籲教育部負起族語傳承的責任，讓中學的本土語言必修課程依法上路。(中央社)

【本報記者祝潤霖台北報導】「課審大會將原住民語改列選修，違反《國家語言發展法》！」原住民教師聯盟 13 日痛批，教育部在 9 日的課審大會將國中教育階段本土語文課程，9 年級列為選修，高二、三列彈性選修，呼籲教育部應落實《國家語言發展法》規定，將原民語列入國民基本教育各階段、各年級必修才是。

3 個年級被列選修

原教盟代表余年華表示，針對將國中教育階段，將 7、8 年級本土語文課程列為必修，9 年級則可實施彈性學習課程，深表遺憾；至於將高中教育階段的本土語文／台灣手語課程，規定 10 年級必修 2 學分，11、12 年級彈性選修 4 學分，部定必修課程

反而減少，也深表不以為然。

「國小列為必修，到 9 年級改為彈性學習，會造成教育現場抽離！」余年華強調，即使為保障原住民族學生學習權益，學校也應於彈性學習課程，開設原住民族語文課程，至少每週 1 節；也希望師資教材能完善充備，如果因為編制不能彈性挪用，造成師資無法進入教育現場，十分可惜。

原民語也是國語

「原住民族語言就是國家語言！」國民黨立委鄭天財表示，當年他提出《原住民族語言發展法》，行政院原本反對，後來通過；後來修《客家基本法》，也明定客語為國家語言；他強調，國家語言指自然使用的語言，而教育部課審會還在用國語區分，

「原住民族語、客語、閩南語都是國語！」

鄭天財指出，9 年國民義務教育及高級中等教育，合起來就是《國家語言發展法》所述的「國民基本教育」，課審會的決定顯然違法；希望立法院下個會期儘速修訂《國家語言發展法》第 9 條第 2 項，具體名列「各階段各年級」字樣，以保障各階段各年級部定課程的定位，他也將全力推動修法。

「將本土語言納入正式課程，是國家責無旁貸要做的事情！」原教盟台南市議員谷暮·哈就質疑，原住民族孩子長期在語言被剝奪的環境下，沒辦法講自己的族語；面對瀕臨滅絕的語言，政府大談原住民族權益，卻用恩給式、擠牙膏的措施，「蔡總統說好要還給原住民該有的尊嚴呢？」

《焦點圖文》

日夜溫差大 民眾享受冬陽



氣象專家吳德榮指出，即日起連 5 天都是日夜溫差大天氣，早出晚歸應留意天氣變化，適時保暖添衣。台北地區午後陽光露臉，小朋友們開心在公園玩耍。(中央社)

社論

半導體影響區域穩定 政府宜審慎處理

半導體已成為全球強權必爭之產業，不僅影響經濟發展，且衝擊區域政治穩定。繼美國要求台積電赴亞歷桑那州設立5吋晶圓廠之後，日本亦希望我協助恢復半導體產業，台灣宜審慎處理強國利益之爭。

半導體影響區域穩定

中美爆發貿易、科技大戰之後，兩岸軍事對峙嚴重，中國將台灣劃入領土主權之九段範圍之內，軍機、軍艦繞台不斷，美國又無可奈何。此時突

然驚覺，萬一中國武力犯台，全球晶片立即斷鏈，在經濟利益上，包括蘋果、高通、輝達、賽靈思等美國半導體廠，因為大部分委託台積電代工，將全部崩潰，經濟衝擊絕對不下於新冠肺炎疫情。

潛藏更大的危機是美國國防工業、太空競賽，乃至未來科技發展，將全部停擺，影響太大，因此驚動白宮出面，施壓台灣，要求台積電赴美設立5吋晶圓廠，並作技術移轉。而美國指派一位西點軍校畢業的電機博士高材生，負責主持全

案，可知其意涵深遠，絕非單純經濟考量。

台積電能拒絕日本？

全案曝光後，引起日本高度重视，擔心原已退出競賽行列的半導體產業，潛藏影響區域政治、經濟穩定如此深遠，遂高調直指美國政府涉嫌補貼亞歷桑那州5吋晶圓廠，違反國際貿易組織(WTO)規定，要求台灣政府解決。

日本此舉目的無非是希望台積電亦能赴日設廠，協助重建

半導體產業。回憶1990至1999年，日本曾經執全球半導體牛耳，當時主要供應國內所需，後來因為國際化之後，未跟上步伐，首先是美國美光公司收購爾必達及力晶轉投資之瑞晶之後，日系NEC及東芝退出半導體市場，使得日本半導體發展中斷，造成現在空洞化危機。

不止區域政治平衡問題，韓國半導體產業升級，在DRAM晶片、液晶顯示器等領域，已經遙遙領先，日本現在還能對韓國每年出超200多億美元，主要來自半導體原料、零組件、

設備，但是在製程上，已經嚴重落後，日本相當擔心。

日本現在計劃透過台積電協助，由雙方合資，在東京地區設立高階封裝廠，另外又邀請美國美光公司協助設立晶圓廠，有助於刺激國內沉寂已久的積體電路之基礎研究，產生羊群效應，積極重新建立半導體產業。

中國半導體危機重重

中國也沒有閒著，據透露，目前已經在私下施壓台積電，

希望能夠擴大南京廠的投資，提升技術層次，以突破美國科技封鎖，解決其國內科技及經濟，乃至於國防工業發展需要，影響相當深遠。

半導體產業現在已經不再是單純的科技、經濟問題，而是深層區域政治平衡及國安危機，台積電不僅是護國神山，且成為全球強權角力，積極拉攏的對象，一場中美對抗大戰，及日本之危機意識，政府當局要審慎處理強國利益之爭。

台灣認同度近9成 不相信選舉公平

台灣智庫副執行長董思齊指出，64.0%的民眾認為自己是台灣人，31.8%認為自己兩者都是，僅2.1%認為自己是中國人。



▲台灣智庫副執行長董思齊指出，64.0%的民眾認為自己是台灣人，31.8%認為自己兩者都是，僅2.1%認為自己是中國人。（台灣智庫提供）

【本報記者臧品安台北報導】「台灣認同在未滿40歲的青年世代高達9成以上，已趨穩定！」親綠的台灣智庫13日公布民調，64.0%的民眾認為自己是台灣人，31.8%認為自己兩者都是，僅2.1%認為自己是中國人，較上一次調查增加4.2%；另外，若只能在台灣人或中國人中擇一，86.8%的民眾認為自己是台灣人。

64.0%認為自己是台灣人

台灣智庫副執行長董思齊指出，64.0%的民眾認為自己是台灣人，31.8%認為自己兩者都是，僅2.1%認為自己是中國人，民眾認同自己為台灣人的比例，較上一次調查增加4.2%；若只能在台灣人或中國人中擇一，86.8%的民眾認為自己是台灣人，尤其認為自己是台灣人的比例在未滿

40歲的年輕世代已高達9成以上。

「民眾認為政府重不重視自己的權益與意見呈現正反拉扯。」董思齊指出，65.4%的民眾認為投票能有效地影響政治，54.5%的民眾相信台灣的選舉是公平公正沒有舞弊的，但針對自身的權益是否被政府重視一題，從數據顯示，意見呈現極大的落差。民進黨支持者中有79.4%認為自己的意見有受重視，而國民黨支持者中，僅有9.4%。

網路成主要發聲方式

「從這份民主体檢報告來看，整體算是審慎樂觀，但又有一些隱憂。」台灣大學社會系教授何明修點出，樂觀處為國家認同度穩定，隱憂則在於有54%民眾認為台灣選舉公平公正沒有舞弊，但卻有40.6%不相信選舉，又有47%認為政府重視自己的權益與

意見，43%認為不重視，呈現出明顯的藍綠分歧，若未來選舉勝負差距小、落選人不願認輸，可能讓台灣陷入危機。

民進黨立委陳亭妃則表示，88.4%的民眾為自己身為台灣人感到光榮，創歷史新高，2019年為75%，去年則是78%，顯示對身為台灣人的光榮感是逐年

遞增；另外，從民調中顯示，民眾現在多利用網路或媒體表達意見，如高達46.3%的民眾選擇以網路為主要發聲的管道，未來政治環境、行政單位都要轉型，須透過網路平台等接收更多年輕人的訊息，才能貼近民意。

週四週五天氣回暖 週末再下探10度

【本報記者臧品安台北報導】週四週五天氣回暖，白天高溫達25度以上，週六又有一波冷空氣來襲。氣象專家吳德榮指出，16日東北季風挾冷空氣南下，17日各地氣溫續降，當晚北台灣平地最低氣溫下探至10度。天氣風險公司總經理彭啟明提醒，氣溫降幅最明顯的時間是16日，氣溫最低的時間則是18日清晨。

週四週五日夜溫差大

中央氣象局表示，14日、15日受輻射冷卻影響，各地早晚氣溫仍低，日夜溫差大，各地大多為晴到多雲，16日強烈大陸冷氣團南下，各地氣溫驟降，17日、18日受到強大大陸冷氣團影響，北部及東北部天氣寒冷，其他地區早晚偏冷。

中央大氣系兼任副教授吳德榮指出，13日至15日大陸高壓東移，各地晴朗無雲，因長、短波輻射的作用，白天陽光加熱，夜間地表散熱，形成極大的日夜溫差。14日、15日氣溫逐日回

升，白天有「和煦冬陽」，各地高溫可達25度以上，夜間仍偏冷，低溫約在10至12度，日夜溫差常達15度，提醒年長者及心血管疾病者，要特別注意衣著的調整。

週六冷空氣來襲

吳德榮表示，16日東北季風挾冷空氣南下，氣溫遽降，17日北台天氣濕冷，各地氣溫續降，當晚北台灣平地最低溫下探至10度，18日早晨北台灣再降至9度左右，氣象局（公園路）的最低溫約可降至11度。這波冷空氣模擬雖為強烈大陸冷氣團，但有不確定性，故不能排除其成為第4波寒流的機率，需持續觀察。

彭啟明提醒，這波冷空氣的強度相對較弱，但是仍會讓北部和東北部的氣溫降到10度，南部和東南部降到11到13度左右，接近寒流等級，氣溫降幅最明顯的時間是16日，氣溫最低的時間則是18日清晨，19日才緩慢回升。



▲中央大氣系兼任副教授吳德榮指出，16日東北季風挾冷空氣南下，氣溫遽降，各地氣溫將持續偏低。（中央社）

案839 最新足跡公布 台灣首現南非變種

【本報記者呂翔禾台北報導】指揮中心13日宣布新增4例境外移入，分別從印度與印尼入境。針對外界關注的本土醫、護案例838與839，陳時中表示，案839最新足跡已經公布，相關學校與醫院正在進行消毒與採檢，目前學校學生39人採檢都是陰性。另外，國內首次出現南非變種病毒確診案例(813)，因此指揮中心也宣布即日起，自南非、史瓦帝尼入境要集中檢疫。

醫、護確切足跡出爐

指揮中心指揮官陳時中表示，目前會請醫院提出全院篩檢方案，最近幾天會請專家評估檢疫的優先順序後，就會啟動相關檢疫行動。有媒體質疑醫生照護確診病患出現疏漏，陳時中反駁表示，相關程序都有按照SOP進行，但是難免還是會出意外，在



▲指揮官陳時中13日公布案839最新足跡，並宣布自南非、史瓦帝尼入境者也需集中檢疫。（指揮中心）

疫調過程中也難免有記憶不清楚的時候。

指揮中心也公布案839的軌跡，7日去過桃園全聯慈文店，9日與案838一起行動，10日去過全聯大竹店、寶雅新店與大江購物中心確診醫生的醫院也正在進行第2輪消毒作業，而學校接觸43人，學生39人都是陰性，老師4人還在採驗中，陳時中也強調，相關足跡以指揮中心公布

為主。

首例南非變種

指揮中心表示，案840為印度籍30多歲男性，去(2020)年12月18日來臺工作，持有搭機前3日內檢驗陰性報告，入境後至防疫旅館居家檢疫，迄今無症狀；個案今(2021)年1月2日檢疫期滿後，於住處自主健康管理至1月8日，因公司要求，1



今日天氣

北部 6°-25° 晴時多雲

中部 8°-24° 晴時多雲

南部 11°-24° 晴時多雲

東部 12°-22° 晴時多雲

▼財政部長蘇建榮13日在立院備詢時表示，今年交通部已排定將會發行乙類公債，甲、乙類公債相加，至少新台幣600億。（網路截圖）



立委：低利難賺利息 交部：擬發公債600億

【本報記者祝潤霖台北報導】「政府將發行公債600億！」財政部長蘇建榮13日在立院備詢時表示，交通部今年已排定將會發行乙類公債，甲、乙類公債相加，至少新台幣600億，但民眾購買政策仍須進一步研議；而被問到與彰銀案的台新金持股如何解套？財政部擬找壽險公司團購，正積極溝通。

為民眾多發行債券

「全世界央行都在印鈔票救經濟，全球低利率和負利率盛行，讓台灣退休族、定存族很苦惱耶！」國民黨立委賴士葆表示，但民眾又擔心股市風險高，不敢投資，因此向他陳情，希望政府能夠多發公債，好讓他們可以投資，賺些比定存高的利息；

應立委詢問，交通部排定今年將發行乙類公債，甲、乙類公債相加，共台幣600億，供民眾認購。

「政府6年多來未曾再發行乙類公債？」

蘇建榮指出，乙類公債屬於非營業特種基金自償性資金需求，發行需要透過各級地方政府，國內今年正在執行相關重大建設，交通部也已規劃，應該今年會發至少600多億；「總統和院長也很關切，就是前瞻基礎建設，自償性的話，可以發乙類公債，我們目前有規劃會發，會發600多億。」

賴士葆問：「發3,000億可以嗎？多5倍。」蘇建榮說：「我們會徵詢各部會，因為乙類公債的發行都是基金預算去發行，都是自償性。」

賴強調，資本市場需要股市和債市才能健全，蘇回應說，並非財政部不發，而是財政部一發公債，就被銀行和壽險公司買走，因此有關民眾購買公債的部分，財政部會進一步積極研議是否要加發。

積極與台新金溝通

「與台新金纏訟的彰銀案，多年難解，如何解套？」民進黨立委郭國文指出，台新金合併保德信人壽案，1月8日正式送件，1月28日前確定核准或駁回，財政部擬找壽險公司「團購」台新金手上的彰銀持股，「但對象有誰？買價多少才合理？」

財政部次長阮清華表示，財政部已找幾間財團，「他們都很願意幫忙。」蘇建榮表示，金管會認為，台新金要併購保德信，需要現金增資增到120億，但按照《金控法》，只要台新金處分一股彰銀股票，就代表沒有併購意願，金管會就可以要求他全數出清，「目前正積極與台新金溝通。」

阮清華強調，台新金希望全部釋出全部股份，但卡在用什麼方式釋出，要用什麼價格？財政部已接觸過幾家財團，是誰不便公開，他們都很願意幫忙，壽險業方面，因為要接軌IFR17，現階段資金壓力大；「但如果他們願意，財政部都歡迎，前提是尊重對方意願。」



▲台北市副市長黃珊珊（右）逛遍南門市場並與各攤商合影，幫貼五星優良市集標章。（photo by 祝潤霖／台灣醒報）

南門市場年菜回饋15% 黃珊珊：勿忘防疫

【本報記者祝潤霖台北報導】「線上就能買傳統市場年菜，還回饋15%！」南門市場年菜採購月13日開跑，用行動支付「悠遊付」每天可回饋15%、最高450元，民眾可透過傳統市場首創的線上商城訂購；台北市副市長黃珊珊逛遍名攤，笑說很想吃特色年菜的德國大豬腳，也提醒別忘了做好防疫措施。



▲南門市場年菜採購月用悠遊付每天可回饋15%、最高450元。（photo by 祝潤霖／台灣醒報）

銓國介紹，採購月期間種攤商祭出優惠，並有加送各種美食。

線上也能買年菜

「去年全國首度有5座市場獲得五星優良市集，台北市就佔了3座，南門市場也是其中之一！」黃珊珊表示，市府加碼150萬回饋消費者，即日起至2月28日止，使用悠遊付結帳就可得15%回饋金，每日累積回饋最高上限450元，全館消費滿3,000元就能獲得，活動結束後1個月內回饋到悠遊付錢包。

台北市議員吳志剛指出，因應疫情，許多民眾選擇用網購採辦年貨，南門市場也跟進網購年菜行列，成為台北市首座推出線上電商網購平台服務的傳統市場，更祭出兩款限量的「金牛迎春年菜組」，每組價格都優惠8折還去尾數。

「現場採買或線上訂購都能拿好康！」南門市場自治會長王

年貨大街加強防疫

媒體問到桃園市政府宣布取消尾牙，北市府是否會跟進？黃珊珊回應表示，北市正在確認案838的足跡是否有到台北，會在下午2點的防疫會議討論；台北市內收治新冠肺炎確診病患的醫院，本來就有相關防護措施，最近還會再加強演練，在防護和醫護人員的保護上要更精進熟練，年貨大街及台北燈節也會加強防疫措施。

在地農產結合AI 屏科園區多元發展

【本報記者呂翔禾台北報導】「科技部未來推動的科學園區將不再以代工為主！」針對未來將在屏東設立科學園區，科技部長吳政忠13日解釋，台灣過去倚靠科學園區進行代工，在晶片目前領先世界，但台灣不能只會做代工，因此從晶片衍生的產品研發、在地農業的結合，以及多元發展是屏東科技園區追求的目標。

新科技跨業發展

吳政忠說，衛福部、中研院或台大的學術機關能夠在新冠肺炎爆發初期就能進行許多研究，都是歸功於基礎研究的投資，因此未來科技部也會增加預算投入基礎科研，而因應未來AI、5G與物聯網等新科技發展，未來也會與經濟部、衛福部與農委會等部會進行跨部的科普推廣。

「我們要加強網路基礎建設，吸引更多國外科技公司

來台投資！」吳政忠直言，台灣的網路環境已經10年沒有好好更新，因此會增加海底電纜的鋪設，增加北部的網速環境與南部地區與東南亞國家的連結，讓更多矽谷的科技公司在台灣設立數據中心，並將技術與經驗分享到本土廠商。

他也指出，台灣過去的醫療產業多數集中在醫材與藥物研發，但在5G與AI的發展下，精準醫療與大數據的應用重要性日漸提升，因此配合蔡總統在520推出的「6大產業」與疫情應對，未來在生技產業會注重更多醫療服務與創新機器的發展，「未來所有東西都會連網下，愈靠近身體的連網載具愈賺錢！」

在地化科學園區

有媒體提問，未來將會在屏東發展科學園區，主要會注重在哪方面的發展？吳政忠表示，以往台灣透過科學

園區進行晶片代工與大量出口獲得很好的發展，也造就



▲科技部長吳政忠表示，屏東科學園區的發展將擺脫過去高度注重代工與出口的發展途徑，增加產業的多元性與在地連結。（Photo by 呂翔禾／台灣醒報）

如今的台積電，但台灣不能永遠都在做代工或晶片，晶片應用的機器更有附加價值，因此屏東科學園區會朝在地化的發展。

他認為南部本身的優勢是農業，如果能將農業與新創科技結合，也可以均衡地區

發展。面對未來科技部可能重新變回國發會，吳政忠持



開放態度認為，部與會各有優缺點，部的執行力很強，不過會與各部門跨域協調能力較好，但最重要的是科技預算的佔比與跨部會的合作，至於組織如何變動要尊重立法院。



▲快車肉乾新推「椒麻杏仁香脆肉紙」第2件半價，德國大豬腳是今年特色年菜。（photo by 祝潤霖／台灣醒報）



▲億長御坊「金牛賀春」套餐，加贈五更腸旺和造型甜包。（photo by 祝潤霖／台灣醒報）

川普續制裁中企 阿里巴巴、騰訊入列

美國總統川普將於 20 日下台，但在下任前仍持續加強對中貿易戰力道，互聯網龍頭阿里巴巴與騰訊都在制裁名單內。



▲ 川普總統預計將對中國電商阿里巴巴與騰訊施加更多制裁。圖為阿里創辦人馬雲。(Photo by Foundations World Economic Forum on Wikimedia under CC 2.0)

【本報記者呂翔禾綜合報導】川普想在下台前制裁更多中國廠商！雖然美國總統川普將於 20 日下台，但在下任前仍持續加強對中貿易戰力道。

近日更傳出將制裁 35 家與中國軍方有關的民間企業，其中還包括互聯網龍頭阿里巴巴與騰訊，不過這 2 家公司估計至少獲得美國民間投資 1 兆美元，如果對他們進行制裁，美國恐將「自傷七百」。

卸任前加強制裁力道

根據《半島電視台》透露，川普總統打算在下台前繼續對中國

公司進行制裁，以落實他對中國進行貿易戰的主張，這波制裁名單預計將有 35 家中國民營企業，美國政府懷疑他們背後有中國人民解放軍的支持，名單居然包含阿里巴巴與騰訊。

這 2 家公司合計市值 1.3 兆美元，阿里巴巴 2007 年在美國 IPO（首次發行股票）時還創下過去股價最高的紀錄，投資集團高盛估計，美國民間對這 2 家公司進行至少 1 兆美元的投資與持有信託憑證，瑞士銀行也估計阿里巴巴有 3 分之 1 由美國人持股、騰訊則是 12%。



因此對這 2 家公司進行制裁對美國也會帶來傷害，不過川普先前已經讓金融界對中國移動、中國通訊與中芯半導體等具有強烈中國官方色彩的「國家冠軍」企業（意即透過國家力量壟斷市場而發展的公司）進行制裁，對中國公司造成頗大的傷害，也讓中國外交部痛批美國無理打壓外國廠商。

美中貿易紛爭難解

瑞士銀行也分析，拜登上台後可能會撤銷這些禁令，但新政權剛上任不會馬上對中國放軟，因此在短時間內不會調整美、中之

間在過去川普設下的貿易障礙或是制裁，上周川普才以「定位政府官員」為由，禁止阿里支付與騰訊的 QQ 錢包在美國境內使用。

《日本時報》提到，阿里巴巴旗下的螞蟻金服原定去年 11 月將於香港進行 IPO，如果成功會是人類有史以來最大規模的上市，但後來卻無疾而終，外界都認為是中國政府的干預，這也讓外國投資人對於阿里逐漸卻步，畢竟他們受到中國政府干擾的機會太高，恐影響投資人信心。



全球各大週刊頭條新聞

呂翔禾／輯

《經濟學人》The Economists 國會暴動之後的民主嫩芽

4 年前川普在國會山莊宣誓就任，並承諾會避免美國陷入對立，但他在卸任前卻煽動暴民進入國會，這個事件讓莫斯科與北京逮到機會大肆宣揚，歐美國家嘆息連連。當民眾闖入時，國會正在認證拜登的選舉結果，民主黨正在慶祝拿下喬治亞州 2 席參議員，但同時必會加強共和黨未來扮演的反對黨角色。

要知道，共和黨 4 年前是拿下國會多數的，但如今卻是自 1892 年以後，首次在喬治亞全軍覆沒，不過上次的教訓曾讓共和黨更強大，但這次反彈的則是對川普的支持，他在黨內的支持度大約還有 90%（小布希卸任前支持率 65%），64% 的共和黨員還是認為國會不應該認證拜登當選。

在民主史上從來沒有發生過這種事，這也顯示川普對其支持者的控制力仍非常強，過去如果支持的候選人落選，民眾為其開脫是很正常的事，但川普這次宣稱選舉舞弊的說法，將讓民眾難以相信民主，尤其共和黨選民受周圍親友團的影響，要改變主意是很難的事。

但國會暴動也讓共和黨選民反思，這個黨想要的法治是這個樣子嗎？而喬治亞州當選的



非裔參議員，也透露出共和黨鐵票區已逐漸擺脫川普控制的跡象，不過參議員 50+1（副總統）比 50 的結果，優勢並不大，因此民主黨希望的大破大立恐無法在拜登剛上台時出現。

而民主黨最左的一面也在雙方需要取得更多共識下難以浮現，但共和黨也知道不能一味阻攔政府施政，許多美國中產階級因為國會暴動，而厭倦過當的抵制行為，這也有助於共和黨重新建立秩序與形象。

美國民眾對於大政府依舊反感，1992 年以後，沒有政黨可以連續執政超過 2 個總統任期，民主黨在國會並非大獲全勝，眾議院的席次甚至比上次還差，共和黨未來還有一搏的機會，「但他們必須先拋棄川普。」

【本報記者莊瑞萌綜合報導】受到疫情影響，去年美國溫室氣體排放量創新低。從最新研究報告顯示，新冠肺炎疫情導致去年美國經濟活動暫時停擺，也間接使碳排放量大幅減少，其中又以交通運輸業與能源業排放污染量最多，整體污染排放減少幅度達 10.3%，是二次世界大戰以來最大降幅。

二戰後最大減排量

《BBC》報導，研究機構榮鼎集團（Rhodium Group）初步報告指出，去年美國整體污染排放減少幅度達 10.3%，是二次世界大戰以來最大降幅，幅度也超越 2009 年金融海嘯帶來的 6.3%。去年運輸業降幅 15% 最多，能源業受到燃煤使用減少影響，降幅也相當大。

報告指出，由於實施居家令，美國經濟活動在去年 3 月與 4 月停擺，對於溫室氣體排放有顯著影響。在運輸業，國際航班及非



▲ 去年美國運輸業排放污染降幅最高。(Photo by cemaxon Flicker under Creative Commons license)

必要旅行暫停後，讓燃油需求大幅降低，在實施禁令尖峰時期，航空燃油需求一度大減 68%，石油則為 4 成，雖然兩者在年底禁令放寬後又出現反彈，但航空燃油需求在 12 月時相較前 1 年同期仍減少 35%。

另外，雖然電力需求僅減少 2%，但污染排放卻減少 10%，對此，研究人員認為，主要是和燃煤發電持續快速下降有關，過去幾十年

來，相當重要的燃煤，在 2020 年已成為繼天然氣及核能，第三大電力來源。

2021 碳排恐再回升

據《半島電視台》報導，不過，研究人員也提醒，去年出現的降幅，不代表美國就能輕易達到巴黎協議設定的偉大目標，在 2025 年污染排放相較 2005



年水準要低 28%。現任總統川普已讓美國退出巴黎氣候協定，但準總統拜登曾表示，就職後有意重新加入該協定。

研究人員指出，「隨著新冠肺炎疫苗開始施打，預計經濟活動在 2021 年會再度復甦。不過，美國經濟的密集排碳若沒有出現明顯的結構性變化，污染排放也會跟著上升。」

科威特政經陷困境 政府甫上台即總辭

【本報記者呂翔禾綜合報導】由於疫情加上油價走低之故，科威特陷入近年來最嚴重的經濟危機，也讓科威特首相的地位受到其他部落的挑戰，去年 12 月甫上台的科威特首相薩巴赫宣布將於 1 月 20 日進行總辭，而這也是波灣君主國家中難得見到的場景。

內閣總辭以示負責

根據《半島電視台》報導，於去年 12 月 14 日剛成立的科威特新政府內閣近日卻宣布將於 1 月 20 日進行總辭，首相哈立德將會向科威特埃米爾（領導人）辭職，目前科威特內閣僅表示，政府需要與國民議會進行更多溝通，但並沒有詳述在「哪方面」要有更多溝通。

科威特的國會共有 50 席，但至



▲ 科威特近來陷入政治與經濟的動盪，除了石油保持低價以外，王子之間的鬥爭也是其中原因。(Photo by Olgaozik on Pixabay)

少有 30 名議員對於現在政府的運作極度不滿，認為內閣的組成並沒有回應民意要求，而且在選議長與分配委員會時，干涉國會

的人事權。科威特的政治體制是波灣國家中最開明的，雖然還是有君主，但國會可以通過立法與監督由首相組成的內閣。

家族間的政治鬥爭

《共和世界》提到，不過近來科威特因為石油價格崩跌與疫情的影響，政治也陷入了高度動盪，這次首相的下台也代表未來首相的位置，又將是掌握科威特的薩巴赫家族王子之間的鬥爭，而每次的政治鬥爭也拖慢科威特的財政改革速度，形成惡向循環。

科威特埃米爾薩巴赫先前也提醒科威特王子們似乎與民意脫節。科威特雖然在波灣國家中算小國，但很積極擔任區域衝突的協調者，如最近卡達與沙烏地達成世紀大和解，化解了波灣國家 3 年多來對卡達的制裁，就是在美國與科威特密集的斡旋下達成的外交成就。



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

▼南韓先前因爆發第3波疫情，首都圈宣布進入第2.5階段社交距離規範，導致健身房被迫關門停業，咖啡廳也不能提供用餐服務。(photo by pxhere)



南韓防疫重挫經濟 咖啡廳健身房求償

【本報記者臧品安綜合報導】因防疫措施難以維生，南韓健身房及咖啡廳老闆要求政府賠償損失。南韓先前因爆發第3波疫情，首都圈宣布進入第2.5階段社交距離規範，導致健身房被迫關門停業，咖啡廳也不能提供用餐服務，對此，健身房及咖啡廳老闆都要求政府賠償數十億韓元的經濟損失。

健身房、咖啡廳求償

根據《韓聯社》報導，南韓皮拉提斯商業協會中203家健身房的老闆12日向首爾西部地方法院提出訴訟，每位老闆要求



南韓先前因爆發第3波疫情，導致健身房被迫關門停業，咖啡廳也不能提供用餐服務，業者集體向政府提起訴訟要求賠償。

政府賠償500萬韓元，總金額約10億韓元。這是他們第二次提起訴訟，該組織上個月向首爾南部地方法院提起訴訟，求償金額約7.65億韓元。

皮拉提斯商業協會負責人朴柱亨(Park Joo-hyung)表示，「如果政府僅是因為認為唾沫會噴灑在室內運動設施，就施加集會禁令和其他限制措施，他們就必須再重新考慮。」協會聲稱，去年首爾和京畿道周邊地區的新冠病毒

毒感染者中，僅0.64%在健身房感染。南韓12月初宣布首都圈實施第2.5階段社交距離規範，導致許多首都圈的健身房被迫關門停業。

另外，南韓全國咖啡廳所有者協會11日表示，約200名咖啡廳老闆計劃向首爾中央地方法院提起訴訟，要求賠償每人500萬韓元。剛成立該協會的高章秀(Ko Jang-soo)表示，是在無奈下提起訴訟，因政府的防疫規定

使他們的生計面臨困境。從去年11月下旬宣布啟動第2階段社交距離規範後，首都圈的咖啡廳就禁止提供用餐服務。

週日首都圈放寬限制

報導指出，目前南韓全國大部分地區的社交距離規範在2階段以下，首都圈則為2.5階段，因近期每日新增確診數下降，政府預計首都圈2.5階段社交距離規範實施到17日，之後放寬限制。

據另則《韓聯社》報導，中央防疫對策本部通報，至13日凌晨零時，境內新增562例確診病例，累計確診達7萬212例。



紀念耶穌被背叛 千年教堂出土！

【本報記者莊瑞萌綜合報導】紀念當年耶穌被出賣的千年教堂出土。以色列考古人員日前在客西馬尼園附近發現一處6世紀的教堂遺跡，從證據發現，該教堂是用來紀念當年耶穌被門徒出賣，之後被釘十字架的事件。另外，在附近也發現一處公共浴池遺跡，間接印證原意為「油壓」的「客西馬尼」名字的由來。

《每日快報》報導，以色列文物局考古人員耶格與雷姆認為，這間已有1,500年歷史，在拜占庭時期末期興建的教堂之所以選定這個地點，特別有其信仰的意義，他們表示，「這間教堂紀念了新約聖經提到的許多事件。」值得注意的是，這間教堂應是耶路撒冷在被穆斯林統治時奠基。

耶格指出，從這次發現可證明，在該時期基督徒仍持續到聖地朝聖。至於教堂被毀時間則可能落在12世紀，也就是薩拉丁在1187年佔領之後。因為從歷史

資料發現，薩拉丁曾下令拆毀橄欖山的教堂，用其石頭去修復耶路撒冷城牆。

這次與以色列合作考古的方濟各會研究中心神父歐吉尼歐表示，「我們很高興能夠在客西馬尼園找到屬於耶穌時代的東西。」根據《聖經》描述，耶穌受門徒猶大背叛並被聖殿士兵捉走被釘十字架之前，前一晚曾在客西馬尼園向上帝流淚禱告。

據《Sci-News.com》報導，天主教聖地保管人派頓神父指出，「客西馬尼園是聖地最重要的聖所之一，因為這裡紀念了耶穌滿有信心的禱告以及他被出賣的事件，還有每年數百萬名朝聖者來這裡禱告。」

研究團隊也在現代的客西馬尼教堂附近，發現一處第二聖殿時期地下儀式浴池，考古人員雷姆表示，「浴池的發現也可能證實客西馬尼其古老名字的起源，也就是油壓的意思。」



▲拜占庭時期的教堂殘骸在客西馬尼園附近被發現。(Photo by cemaxxon Flickr under the Creative Commons license)

全球原物料漲跌大 原油變動農作物漲

【本報記者陳是祈綜合報導】2021年開始是原油、礦產與農作物等原物料關鍵的漲跌年。報導分析，經過2020年的疫情摧殘，各大原物料包括原油、農作物和礦產都各自有漲跌，而2021年將是所有原物料價格都有所成長的一年。以原油來說，去年因為疫情價格跌到谷底，但疫情趨緩加上疫苗消息傳出，使得原油價格逐漸恢復，甚至有加速趨勢。

《經濟學人》報導，石油在去年年初時經歷過一波慘跌，但4月開始，美國德州原油期貨合約的價格已經回升，加上對疫苗的樂觀看待，石油在11月開始攀升至每桶45美金以上，目前已經大致恢復到疫情前的水準，但未來是否會因為疫情變數再度慘跌，還是要端看疫苗發展。

其他原物料，例如黃金在去年8月份，價格首次突破每盎司2000美金，原因是低利率使得貴金屬投資比起國債更具有吸引力，其他衍生商品的價值也有所提升。《花旗銀行集團》分析，



▲以原油來說，去年因為疫情價格跌到谷底，但疫情趨緩加上疫苗消息傳出，使得原油價格逐漸恢復，甚至有加速趨勢。(網路截圖)

這不僅是受到疫情影響，甚至在疫情爆發前夕，結構性大宗商品(commodity)的資產額已經達到創紀錄的6400億美金。

反之，某些在2020年漲價的商品，是否在2021年會持續漲價下去？在2020年，中國大力增加投資並且填補戰略庫存，受益商品包括用於鋼鐵和電力的鐵礦石和銅，以及小麥、大豆和豬肉等軟產品，加上供應鏈受到疫情限制(疫情爆發導致巴西部分鐵礦石場關閉)，加上反聖嬰

年，南美洲少雨，導致穀物類原物料價格上漲。

這樣的影響延續到今年。本月11日，阿根廷取消了對玉米出口的禁令，但還是制定上限，俄羅斯則計劃從2月中旬開始對小麥出口徵稅，礦場因為疫情疑慮，仍然面臨開工的風險，加上其他政治或者社會因素，例如秘魯拉斯班巴斯礦場的勞工抗議活動，都會影響礦產供應的穩定度。

高盛銀行認為，大宗商品長

期趨勢在未來十年會趨於穩定，「疫情本身就是商品價格週期的結構性催化劑。」近一步分析，除了美元貶值以及隨之而來的商品原物料價格商長以外，疫情也不免會改變全球幾個經濟體的經濟活動模式，如美國、歐洲和中國官方都明確表示要支持綠色投資，縮小貧富差距，高盛銀行認為，為貧困家庭提供援助會影響相費結構，反過來也會支撐商品價格穩定。

圖文選粹

圖文 / 中央社

環球影城造景逼真 任天堂園區超夯



▲大阪觀光名勝「日本環球影城」即將推出世界首座任天堂園區，逼真造景搭配感應能量手環，虛實完美結合，讓人意猶未盡。

青年就業困難 韓國生育率低迷



▲韓國面臨生育率降低及高齡化問題，政府政策如杯水車薪。
困難及職場育兒環境不友善的狀況，讓青年就業問題，政府政策如杯水車薪。



▲在台灣，海拔三千公尺以上的高山超過兩百六十座，而所謂的「百岳」，遴選的客觀標準除了超過三千公尺之外，還需符合地圖上註有山名、山頂具有三角點。(photo by wikimedia)

■ 段慧琳

嘉明湖不是竹子湖

「一起去爬山吧！」這句話簡單的話，在台灣，可以有很多種不同的詮釋。穿著 Levi's 牛仔褲、Converse 帆布鞋、斜背一

後遴選出來的。遴選的客觀標準除了超過三千公尺之外，還需符合地圖上註有山名、山頂具有三角點。但符合這三大基本的山岳何

開車到台北近郊陽明山，以郊遊的心情欣賞風吹草低見牛群的風景，算是爬山；徒步七天繞行雪霸國家公園，也是爬山。

個小包包，開車到台北近郊陽明山，以郊遊的心情欣賞風吹草低見牛群的風景，算是爬山；帶著價格破萬的 Gore Tex 防水外套、在七十公升容量的背包中放入睡袋、帳篷、生火與烹煮工具、滿滿的糧食和急救用品，徒步七天繞行雪霸國家公園一圈，也是爬山。

雖然台灣是一個多山的國家，但嚴格來說，很多人對這塊土地上的山域，認知並不充足，包括我自己在內。我第一次爬百岳時，衣著、裝備都是「郊遊型」的，雖然在同行夥伴的帶領之下順利走完，過程卻痛苦不堪。

事後我常揶揄那個不懂事的自己是「錯把嘉明湖當竹子湖，誤將雪山當象山」。若不想和當初的我犯同樣的錯，就要先對「去爬山」這句話中的「山」有些簡單的認識。

百岳排名與高度無關

在台灣，海拔三千公尺以上的高山超過兩百六十座，而所謂的「百岳」，是由登山耆老林文安主導，和另外三位前輩蔡景璋、丁同三與邢天正共同探勘、討論

其多？於是又另外加上了山容條件：山形需起伏明顯，擁有奇、險、峻、秀的特色。以此為準選出的百座名山，中央山脈有六十九座、雪山山脈有十九座、玉山山脈有十二座，便是現在令山友們心神嚮往的「台灣百岳」了。

因此，百岳排名跟高度無關（但確實第一高峰玉山在百岳排名中是第一位）、跟難易度也無關，排名較後面的山岳，不見得比較簡單，許多頗具難度的三千公尺高山，也並未入選列名在百岳中。

同樣的，中級山的難易度和高度也沒有絕對的關連，甚至有時中級山還比高山更難爬！因為高山林相較為單純，至少容易辨識，但中級山植物組成複雜，又長得茂密蔥鬱無展望，且經常路徑不清，迷路風險反倒較高。

和爬高山相比，除了不會產生高山症之外（高山症通常發生於海拔兩千四百公尺以上），爬中級山一點也佔不了便宜。但當然，也有許多中級山是易於百岳山系的，像水漾森林、松蘿湖等，



▲但當然，也有許多中級山是易於百岳山系的，像水漾森林，這難度不高的山，就可以作為爬百岳的前哨與熱身。（網路截圖）

這些難度不高的山，就可以作為爬百岳的前哨與熱身。

登山分級制度

2016 年，台灣三大高山公園（玉山、太魯閣、雪霸）管理處將各自的人園申請機制整合，建制了「臺灣國家公園線上申請服務網」，也同時公告了官方的「登山分級制度」，將百岳路線依據活動天數、危險地形及雪季期間，分成 A、B、C、C+、D、E 級共六級，標準如下：

一般季節分成四級：

A 級：一般健行路線，活動天數約需一至三天。

B 級：中級縱走路線，活動天數約需四至五天或活動天數約需一至三天但有危險地形。

C 級：高級縱走路線，活動天數約需五天以上。

C+ 級：高級縱走路線，有垂降及攀岩地形。

雪季期間分兩兩級：

D 級：雪地健行及縱走，雪季管制期間有條件開放之路線。

E 級：雪季管制期間暫停開放之路線。

分級制度訂立後，爬百岳就必須循序漸進，不能越級挑戰，有 A 級路線證明（通常是登頂照片）才可申請 B 級路線，以此類推。

不過，即便官方有了分級規定，也不表示初級路線可以說走就走，說爬就爬，即便是 A 級路線，都有一定的難度。總而言之，無論中級山或高山百岳，都不是穿了牛仔褲、帶了一瓶礦泉水，就能夠開心去郊遊的。在出發前，必須先對自己造訪的路線有基本認識，並按照相關規定提前辦理入山或入園，當然也得搭配適當服裝、攜帶必要的裝備。

做好功課、充分準備，「一起去爬山吧！」才會是件快樂出門、平安回家的好事。

嘉明湖—天使的眼淚

對我來說，嘉明湖是個獨一無二的存在。不因為她是台灣海拔排名第二的高山湖泊，不因為人們叫她「天使的眼淚」，不因為她以恰到好處的渾圓形狀落在山間，熠熠散發著無人能抵擋的湛藍魅力。只因為她是我的第一場百岳相會，極其平庸而通俗的理由。但就像所有的初戀故事一般，無論多麼平凡、多麼俗氣，單單因著那「唯一的第一」，就難以取代。

初次探索百岳山系，就選擇嘉明湖，說實話是有些莽撞的。加上那時我的工作忙碌，荒廢運動已經三年餘，行前又沒有積極鍛鍊體能，簡直可說是「越級打怪」。還好同行的夥伴發揮山友精神，分擔了大部分的搭營、烹煮等公共事務，行進攀爬間也不時將速度放緩、等待落後的我，我才能完成整趟旅程。雖說完成了，回想過程之不堪其累，依舊會淚眼漣漣。

但是在我燈枯油盡中，見識到大氣奢華的流動雲海、層層疊疊的山巒稜線，懂了什麼是橫看成嶺側成峰，在湖邊搭帳營時（註），也遇見了不怕人的水鹿，以一隻靈動的眼睛定定相望，欲言又止。

清晨傍晚景致迷人

還見識到什麼叫從天而降億萬顆星星，星斗多到像燒餅上的芝麻那樣密，浪漫得讓人不想睡。清晨曙光乍現時，更被在天上在湖裡的橙紅火燒雲給震懾住。那麼多的驚愕之後，自此，我便愛上登山。

嘉明湖之所以誘人，除了湖泊本身的美之外，也因為這條登山

路線可以體驗到多樣化的地形與林相，走起來一點都不無聊。從向陽森林遊樂區開始啟程，緩上的產業道路，剛剛好作為適應高度與坡度的暖身。

行至盡頭、通過檢查哨之後，便正式進入了林道。雖然依舊一路上坡，但路徑明顯、坡度落差也不至於太大，加上地面鋪滿了柔軟的松針，只要調節呼吸、找到符合自己的步調，大致還能以寫意的步伐前進。

越深其境越奇

繼續前行，隨著高度增加，周圍的植物林相也會慢慢從松葉林變成鐵杉林。當路段坡度漸緩、又有潺潺水聲隱約從鐵杉葉隙中傳來，就意味著已經接近步道沿途的第一座山屋：向陽山屋了。木造而成的向陽山屋本就散發著一股樸實怡人的氣息，2013 年整修之後，內部更是舒適，即使沒有要在這過夜，小憩一會兒也很不錯。

離開向陽山屋後，續行大約一點七公里的上坡，右手邊會出現一塊空曠休憩處，別過其門而不入，從這裡向右行，裡面藏了一個形狀貌似台灣的小天池，因為水色墨黑，所以便被名為「黑水塘」，也遇見了不怕人的水鹿，有一種神秘魅惑的氣息，也是攝影取景的好地方。

從黑水塘再出發，距離一公里左右的路段，便會邂逅嘉明湖步道上享譽盛名的向陽名樹。這棵玉山圓柏造型特殊，又傲然矗立於一塊大石上，格外吸引目光。不過，這棵圓柏也讓初登山的我產生了一個莫大的誤會：出發前我聽到夥伴口中叨念著「向陽民宿」，還在心底暗自欣慰「山上還有民宿可住，表示這座山也不算太困難」，殊不知此名樹非

彼民宿啊！

歷經考驗成就感加倍

可惜，2014 年二月寒流造訪，山區降雪，蒼勁有力的向陽名樹被沉甸甸的雪衣壓斷了右臂，少了一塊延伸的枝幹，外型變得單薄不少。但向陽名樹強勁的生命力，正是為山友加油打氣的動力，因為緊接而要面對陡上約八百公尺的向陽大崩壁，可不太好惹。不過，上抵大崩壁稜線後，視野開闊，經常可以看見厚實的雲海相迎接，也算是這段挑戰的小嘉獎。

經歷了長長的陡上考驗之後，接下來的向陽山，便顯得不費力了。從叉路登山口到山頂，一公里的路程，爬升一百公尺，就可摘下一座百岳。且山頂視野頗佳，天氣好的時候，玉山、秀姑巒山、三叉山、新康山、馬博橫斷群峰等山系都清晰可見，更讓人覺得成就感加倍。

登頂向陽山，也象徵著上坡路段暫時結束，接著一路下坡，當一幢冠著白色屋頂的紅色小屋遠遠落入眼簾，就是嘉明湖避難山屋到了。和向陽山屋相比，避難山屋座落的位置更為適中，所以山友多半會優先選擇這兒為夜宿點。不在避難山屋過夜的山友，也會將重裝卸下，輕裝前往嘉明湖。

從避難山屋往嘉明湖的路段，仍舊不輕鬆，得經過山友口中「三上三下」的向陽北峰，不但有些路段得手腳並用攀爬，還不斷出現假山頭，一個山頭外，還有一個山頭，假山像複製人全面進攻似的，解決完一個還有一個。

猶記我第一次造訪時，邊爬邊不禁默默自付：「這哪只三上三下？說她是七上八下也不為過

登山新手步步高 挑戰百岳不是夢

由淺入深，從登山步道進階到百岳名山，一起上山，見證最美的台灣，體會過程中分秒的景致與心境轉折。



▲核「眼月線」原本是阿里山森林鐵路的支線，全長共 9.2 公里，塵封於森林的秘境步道，也有了「消失的森林鐵道」美稱。（網路截圖）

見識到大氣奢華的流動雲海、層層疊疊的山巒稜線，懂了什麼是橫看成嶺側成峰。遇見了不怕人的水鹿，一隻靈動的眼睛定定相望。

啊！」那時的我，幾乎是用意志力在完成這一段路線的，也因為如此，接下來的另一座百岳：三叉山，我直接放棄登頂。這座百岳，我是在第二次前往嘉明湖時，才去摘下的。

上帝所造的美景

過了三叉山，嘉明湖就不遠了。每回接近她，就不得不再一次讚嘆，她被上帝偏心地許了一個極佳的山谷位置，使得她的出現，不是乍然顯露的，而是讓人先窺見湖水一緣，再慢慢全面現身，像月蝕過後，月亮慢慢恢復皎潔那樣。所以，幾乎所有山友

都是帶著興奮的歡呼聲、半奔跑迎向她。

天氣好的時候，湖面會映著藍天，天氣差的時候，湖面會有些偏綠，雲霧狂妄、看不見湖面的時候，等待霧散、等待一絲絲水色展露，是大家心照不宣的期待。不論天候如何，不論登嘉明湖幾次，依然會被這滴山谷之中的寶藍色淚珠給感動。

◎向陽山
台灣百岳排名第 16，海拔高度 3602m，屬中央山脈山系，別名紅葉山，因為山容秀麗、坡度和緩，被選為「八秀」之一，山頂有三等三角點。

◎三叉山
台灣百岳排名第 28，海拔高度 3496 公尺，屬中央山脈山系，別名霞雲沙山，十崇之一，三頂有一等三角點。

◎向陽山屋
位於海拔 2880m 處，有充足的水源、廁所、洗手台。烹煮區位於山屋外的廊道上。山屋內上下舖床位共 70 個，假日收費每人每次 600 元、平日收費每人每次 400 元。營地假日收費 600 元、平日收費 500 元。

◎嘉明湖避難山屋
位於海拔 2880m 處，有水源，但儲水方式是以大水桶收集雨水，因此旱季時需節約用水。山屋一側為共用廚房，另一側為通鋪，上下舖床位共 70 個，假日收費每人每次 600 元、平日收費每人每次 400 元。營地假日收費 600 元、平日收費 500 元。

【路線 INFO】

難度：★★★
距離：約 28km（含攀登向陽山、三叉山兩座百岳）
高度：2370m ~ 3603m
季節：春／夏／秋造訪皆適合，冬季 1 ~ 3 月為靜山時節，提供自然生態與野生動物休養生息。

旅程天數：4 天 3 夜
推薦行程安排：
Day 1：出發地→向陽森林遊樂區→向陽山屋
Day 2：向陽山屋→黑水塘→向陽名樹→向陽大崩壁→向陽山登山口→向陽山→嘉明湖避難山屋
Day 3：嘉明湖避難山屋→三叉山登山口→三叉山→嘉明湖→折返回嘉明湖避難山屋
Day 4：嘉明湖避難山屋→向陽山屋→登山口→返程

（張庭維／輯）

《轉個彎就到了 給新手的 20 條台灣登山路線》簡介

Windy 的登山歷程是從什麼都不懂的「拖油瓶」開始，因為自己的錯誤示範，讓她更認真鑽研路線、熟悉裝備、加強自我訓練，為的就是成為一個對自己也對隊友負責的登山者。

針對登山新手精心挑選的 20 條路線，從熱門人氣步道開始，循序增強難度進入百岳攀爬，Windy 以優美生動的文字，搭配美不勝收的照片，讓讀者未出發就先盡覽台灣美麗的高山景致。平易近人的合歡群峰，是百岳入門最親切可達成的路線；而要登上台灣第一高峰玉山，最難的其實不是攻頂，而是抽到排雲山莊的床位；而美得屏息的嘉明湖，Windy 在這挑戰了高山婚紗的拍

攝。



作者：段慧琳
出版社：啟動文化

・ 下冊書訊 ・

醒報編輯部／輯

《重新丈量世界》

作者：傑歐圖・洪特

IGB 的硬碟容量有多大？1Mb 的文字檔有多少？「雲端」是在天上嗎？電子郵件一秒鐘就發送到地球的兩端，是一種魔術嗎？當你盯著電腦螢幕，度量衡完全失靈，如何感知事物的輪廓？

日常生活中，我們依賴各種尺度標準來選擇、判斷和行動。例如，精準調配雞尾酒成分，考慮要不要舉起一個小小孩童，開車時查看速限。尺度的運作讓我們得以比較、推理，從微小到巨大，從縮影到全局，從不完整到

出版社：漫遊者文化

完整，掌握知識的輪廓。然而，數位化改變了一切。

Not to Scale 重新丈量世界

傑歐圖・洪特

JAMER HUNT

《80% 的家事都不需要做》

作者：佐光紀子

你也是每天千頭萬緒、馬不停蹄的主婦嗎？趕著買菜煮飯之外，還要洗衣、打掃、收拾「永遠也收不完」的房間……日復一日，陷入無窮無盡家事迴圈的你，是否身心俱疲、無時無刻都「好『緊』，繃」？身為職業婦女，育有三個孩子的佐光紀子，跟你一樣天天都有做不完的家事。但堅信「生活要更輕鬆」的她，決定擺脫這項長久以來束縛女性的家事牢籠。於是經過理性思考與感性分析，她研究出一套自然又快活的「家事減量法」，

出版社：台灣廣廈

並且發現：「想要重新開始，一切必須從心開始。」

80% 的家事都不需要做

自然系主婦的家事減量法

佐光紀子

《接住受苦的靈魂》

作者：廖玉蕙

鑑於最近報章雜誌多起學生自殺新聞，引發社會震驚，學校以紛紛提供情緒諮商團體或導師制度給學生。期盼關愛及適當的陪伴引導，能讓學生度過情緒不穩定的難關。許多教授也紛紛提到自身經驗，只要師長、同學一句簡單的問題、傾聽，就讓人覺得哪怕問題依然在，已覺得沒那麼嚴重。作者在大學教書 30 多年，遇過各式各樣被施了魔法的靈魂，此書中她希望提供學校師生們一些經驗分享，藉此拉更多學生一把。

出版社：張老師文化

這是一本有關各項身心靈創傷的陪伴記事散文集。

接住受苦的靈魂

廖玉蕙

▼Netflix 與韓國製片公司合作多部電影和電視劇，著名作品包括《Sweet Home》、《愛的迫降》等。圖為愛的迫降劇照。（網路截圖）



▲Netflix 在南韓當地租用攝影棚，計劃大舉進入南韓影視市場。圖為 Netflix 原創驚悚打怪韓劇《Sweet Home》宣傳照。(Photo from Netflix)

正在韓國成立分部，今年 3 月也計劃開設當地的工作室。目前 Netflix 在韓國擁有約 362 萬名訂戶，目標不只是成為一家外資串流平台，而是能和韓國本土媒體並列競爭。

媒體分析，Netflix 大規模進入南韓，勢必會在南韓影視界造

成轟動，畢竟 Netflix 資金雄厚，且身為外企，拍攝方式和題材較為自由。

另外，其他大型串流媒體平台是否會接續 Netflix 的腳步，在各個國家投入在地化內容製作，也是未來值得關注的議題。

Netflix 花 7 億進軍南韓 在地化影集成趨勢

Netflix 近年逐漸將投資的重心，從美國移往各個國家，尤其在亞洲不斷深耕，除了上架大量亞洲的劇集、電影，也積極製作在地化的原創內容。

【本報記者陳是祈綜合報導】Netflix 近年的影音內容投資從美國分散到世界各國，尤其在亞洲深耕，在投資重點國之一的南韓，Netflix 近五年已經陸續投資 7 億美金，今年更在當地租下兩個大攝影棚，意味著往後會在 Netflix 看到更多韓國原創內容，也暗示在地化內容是下一波串流大戰的重點戰場。

Netflix 自 2017 年投資了由韓國導演奉俊昊執導的電影《玉

子》，斬獲約 5000 萬美金票房的成功，接續又與韓國製片公司合作了約 70 部電影和電視劇，並在全世界 190 多個國家／地區製作，著名作品包括《Sweet Home》、《愛的迫降》等。

投資亞洲原創影集

《好萊塢報導者》報導，Netflix 在今於南韓當地租下兩



攝影棚，總計 9000 平方公尺大的 YCDSMC，另一個是約 7000 平方公尺的三星攝影棚。Netflix 表示，在南韓當地設立拍攝據點，有助於未來投資更多在地的優秀劇集和電影，以及合作產出更多原創內容。

報導分析，Netflix 近年逐漸將投資的重心，從美國移往各個國家，尤其在亞洲不斷深耕，除了上架大量亞洲的劇集、電影和動畫，也積極製作在地化的原創

內容，如台灣的《罪夢者》、南韓的《李屍朝鮮》、日本的《今際之國的闖關者》，都是 Netflix 與當地攝影團隊合作推出的原創內容。

斥巨資進駐南韓市場

《Hypebeast》報導，身為投資重點對象的南韓，過去五年 Netflix 已經大筆挹注約 7 億美金，並於 2020 年 9 月



英脫歐未保障音樂人 失去免簽待遇惹議

【本報記者陳是祈綜合報導】英國脫歐協議未保障音樂人未來跨國巡演的免簽待遇，遭到音樂界強烈抗議。去年 12 月底，有媒體發現在英國的脫歐協定中，沒有保留巡演出演的音樂工作者所享有的免簽待遇，這將對英國音樂人未來進行巡演時造成不便，而目前英國政府沒有給出完整說法，引發音樂界強烈不滿，有超過 2.5 萬名音樂人連署抗議，要求政府補救。

英國、歐盟各執一詞

《Independent》報導，英國將巡迴演出的音樂工作者排除在免簽待遇條款之外，震撼音樂界，因為音樂人一次巡迴動輒十人到百人的團隊，若失去免簽待遇，往後演唱會團隊光是要應付繁瑣的簽證申請就要耗盡心力，演唱會成本也會大幅提升。

歐盟談判方表示，歐盟方的立場是希望保留該免簽待遇，但是英國拒絕，並表示英國談判方的說詞，之所以將音樂人巡演排除在免簽待遇之外，理由是不要讓英國以外的音樂人太容易進入英國音樂市場，但英國政府反駁

「英國敦促與歐盟就商務旅客的流動達成更有前瞻性的協議，該協議涵蓋音樂工作者以及藝術演出工作者，但提案遭到歐盟拒絕」，目前雙方說詞仍然模糊。

音樂人連署抗議

《Dazed》報導，包含電台司令主唱湯姆·約克在內的 2.5 萬名音樂工作者連署提出抗議，要求英國政府補救，湯姆·約克還在推特上怒斥英國政府「軟弱無能」，另一樂團波提斯黑合唱團的主唱 Geoff Barrow 則在推特上發起「#鮑里斯（英國首相）殺了音樂」的標籤。

《NME》報導，根據往年統計，英國音樂產業每年為英國經濟貢獻高達 29 億英鎊，歷史上也誕生多個知名歌手和樂團，但若失去巡演免簽待遇，會使未來的巡演工作相當不便，恐會阻礙英國音樂界誕生出一個艾黛兒或者紅髮艾德。

目前英國政府和歐盟雙方對此事皆沒有進一步評論，英國政府仍堅持是歐盟拒絕提議，並且「歡迎歐盟隨時改變心意重新談判」，歐盟則尚未回應。



兩廳院推易讀手冊 藝術活動更親民

【本報記者祝潤霖台北報導】「一般人很好理解的『票價』，易讀手冊會寫成『買票要花的錢』！」國家兩廳院力推無障礙共融體驗，13 日發布 4 本易讀手冊，讓心智障礙、文字閱讀困難、高齡長者、母語非華語的使用者都能透過易讀手冊獲得資訊，擁有自我決定及選擇的能力，不被排除在外。

換個途徑充分理解

「無障礙空間需求容易理解，但是資訊平權往往受到忽略。」兩廳院藝術總監劉怡汝表示，充分獲取資訊與文化是每個人的權利，易讀服務讓訊息可以被理解，是消除資訊障礙的重要媒



▲英國脫歐協議中，未能保障音樂人巡演免簽待遇。圖為英國搖滾樂團 Foals 於 2016 年在法國巴黎演出的畫面。(Photo from 網路截圖)

介；「易讀版並不是要降低資訊量到例如 20%，而是換一條途徑，幫助弱勢朋友達到百分之百的理解！」

劉怡汝指出，易讀服務是指將複雜的資訊、艱澀難懂的文字，轉換為容易閱讀、易於理解的內

容，使用者包括心智障礙者、文字閱讀困難者；在英國有智能障礙倡權組織 CHANGE，因為心智障礙員工的溝通需求而開始發展。近幾年逐漸受到國際重視，台灣包括中選會、衛福部等都已開始推動。

易讀幫助參與社會

三明治工作共同創辦人謝若琳表示，「無障礙資訊」是針對不同對象的需求，發展出不同的溝通形式，例如手語、點字、放大字體文件，及不同語言的翻譯等。她分享在手冊草稿測試時的趣事，「有青年回饋說，『女高音的照片不該擺 pose，她要唱歌，她要工作（眾笑）』，所以後來手冊就改成女高音正在唱歌的圖。」

易讀手冊包括兩廳院簡介《一起去國家戲劇院》、《一起去國家音樂廳》、TIFA 台灣國際藝術節易讀版節目手冊，及無障礙服務手冊等。



▼ 拜登政府可能先對中國示好，再從中國的反應來做出調整，台灣在這盤棋中，還不是馬上會被考慮到的對象。(網路截圖)



台、美真心換絕情？ 國際現實難擋

多雲時晴

對於美駐聯大使取消訪台，其實早在意料之中，這也是台灣政府與人民必須體認的國際現實，只有厚植實力，才能應變意外。

■ 蔡又晴
(資深媒體人)

美國對台外交，在川普跟繼任者拜登之間，確實有所不同，這是台灣必須面對的事實。

取消訪台意料之中

美國駐聯合國大使克拉夫特原定訪問台灣，卻在臨行前取消，雖然國務卿龐培歐取消了所有高階外交官的行程，包括了他自己原定去歐洲的訪問。依然嗅得出當中不尋常的氣息，也代表台灣要有心理準備，面對接下來美國外交圈的轉變。

川普的外交政策本來就是反覆無常，直到挺川普民眾衝擊美國國會之後，美國兩黨都對他失去了信任，當然會讓民主黨也不願意為出訪背書，如果沒有授權，川普又即將下台，這樣的出訪顯然沒有意義，取消原在意料之中。

台灣挺美民眾失落

就算如此，克拉夫特的訪問喊停，還是讓人憂心。首先，在之前的幾年，台灣可以說是美國的橋頭堡，可以說是除了烏克蘭跟

波蘭之外，最積極表態挺美的國家。就算聯合國駐美大使並不是川普內閣的法定名單成員，但是依然代表性十足，尤其是聯合國的意義對台灣更是特殊。

克拉夫特訪問台灣就算沒有辦法帶來實質的協議或是承諾，但是光是到訪本身就有很重要的象徵意義，這次取消，到底是因為川普政府的自行喊停，還是民主黨的繼任者連台灣行都不願意放行，這很值得觀察。但初步來看，已經讓台灣的挺美支持者感到失望，這是不言而喻的。

一廂情願的付出

由小見大，當美國的新舊任政府都無法對支持台灣的舉措達到一致，那新任政府願意付出多少代價來捍衛台灣，讓人感到疑問？台灣至今為止，尤其是執政者，對美國的支持可以說是掏心掏肺，這種力挺盟國的態度固然令人欽佩，卻未必能換來對方同樣的回饋，從這次的出訪喊停就是一記警鐘。

雖然目前美國對台灣釋出的善意也很多，但是如何讓國人理解，一直效果不彰。美國賣了很多的武器給台灣，但是除去攻擊

性的武器不談，價格其實都比別國購買貴了不少，美國沒吃虧，台灣也沒佔到便宜。

接下來的菜豬進口，台灣也已經開了綠燈，但是美國要給台灣的貿易協議或是其他利多，還是只聞樓梯響，不見人下來，這的確會讓民眾感到懷疑，畢竟外交講究的是互惠，不只是單方面的付出。

美中角力的旗子

拜登再一周就要上任了，目前還沒有對於台灣有過任何表示，台灣的各涉外的外交部門也是等得七上八下。不過可以肯定的，川普當年一開始也不是馬上就對台灣好，而是跟中國摩擦越來越激烈後，才轉向支持台灣。

拜登政府也可能經歷這樣的階段，先對中國示好，再從中國的反應來做出調整，台灣在這盤棋中，還不是馬上會被考慮到的對象。

這或許是國際現實，但是身為當事人的台灣人卻必須警覺，不能自欺欺人也不宜過於樂觀，畢竟任何國家都不會平白無故對台灣好，只有厚植實力，才能應變意外。

▼ 在疫情下，居家工作成為常態，但當公與私的場所混合，要如何妥善的分配？(網路截圖)



工作與家庭的平衡 要怎麼達到？

■ 陳敦源

(政大公共行政系教授)

一位傷心的母親 po 上自己年幼的兒子畫的一幅圖，圖中兒子問：「媽媽你工作完了嗎？」媽媽說：「還沒！」對於 COVID-19 之後很多在家工作的父母來說，工作與生活的衝突近在眼前，不過有趣的是，這位母親到底在忙甚麼？原來，她開了一家公司，專門協助一般家庭的父母們，處理工作與家庭平衡的問題！

公與私的場所混合

我個人的感受是，當自己忙於工作，尤其是在家工作專心埋頭苦幹時，週圍的親人都會感受到要離你遠一點；因為，當一個人全神貫注時，會出現回話簡短甚至臉色不好看的狀態，這對家人來說都是一種人際壓力。

第一次真正體會到這個狀況是有次準備講道，我的習慣是專心讓聖經的話經過聖靈來「小火慢熬」，因此當下比寫論文還專注，忘記是哪一位孩子一直來煩我，忍了一下終於發飆說：「你沒看見爸爸在忙嗎？」當孩子帶著失望眼神離開時，我才發現自己週日要講的道，是與「愛」有關的經文。

不讓工作占滿時間

自從那次經驗，心中的燈被點亮了，我意識到自己的「努力」對家人來說是有衝突的，當然，我也才清楚努力工作本身沒有罪，有罪的是自己過度相信「人定勝天」，完全不給「等待」或「放手」一點點空間，因此，我決定盡量不讓工作生活的內容傷害到家人，不過，這個部分還是很不容易就是了。

比方說，盡量減少在外面活動的時間，也將自己每天的行程預告給家人，更重要的是如果家人有需求出現，我會盡量將自己的事排開來陪家人完成，讓他們知道我是有彈性的，有時即便是有推不開的事，還是會用網路隨時了解狀況，起碼表明自己的心與家人同在，心想，這樣應該算不錯了！

工作與生活的平衡

不過，當自己認為已經很顧家了，就會顯出驕傲來，有一次與老婆談到自己工作是很有彈性的，隨口說出：「我已經算常常在家了吧？」沒想到老婆說：「哪有，還不都窩在電腦前面！」我才理解這種工作-家庭衝突的「解方」，不是時間管理的問題，而是家人或自己的主觀感受，這應該是無解的。

最後，近年工作-生活平衡的研究已經擴及到部門，根據一份最新的研究顯示，美國州級公務人員的主要議題是在於「家庭照顧假(子女或父母)」政策在組織內能否落實的問題，有趣的是，任何工作-生活政策都會讓男生高興，但女生只對「彈性工時」有興趣，無論如何，這是當代組織管理不能忽略的議題。

我見我思稿約

我要投稿

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、六休假期來稿將無人處理。



- ✓ 益生元是能夠提供益生菌養分的物質，幫助初始化益菌的生長。
- ✓ 平衡體內細菌生態，可以幫助維持消化道機能。
- ✓ 益生元的特性能在一級生存，且又不會被中間體給吸收，能夠幫助初級益生菌的生長。
- ✓ 協助益生菌與壞菌競爭，是維持益生菌生長不可替代的物質，保持體內的康，提升人體的保護力。

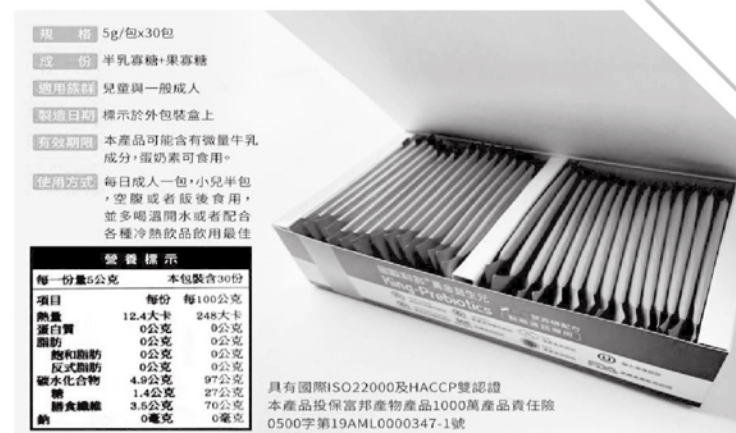


糖芯生活館

訂購資訊
電話：0918-271799
地址：台北市南京東路
2段150號10樓



LINE QRcord





不賽棒球改打疫苗 MLB 球場成接種所

【本報記者宋秉謙綜合報導】大聯盟球場用來當疫苗接種所！據外媒整理，美國大聯盟正值休賽季期間，動輒四、五萬人容量的球場作為疫苗施打場所再適合不過，原本如衛冕軍道奇隊主場就已經用來當篩檢所，如今轉為接種場地，東部大城紐約的 2 支

美國正值疫苗緊急施打之際，由於大聯盟恰好在休賽季期間，而空曠、能容納眾多人的主球場成為最適合的疫苗接種地。球隊主場也相繼加入，成為東岸的主要施打地，大都會的花旗球場甚至是全日無休施打，盼疫苗

根據《CBS 體育網》報導，美國正值疫苗緊急施打之際，由於大聯盟恰好在休賽季期間，而空曠、能容納眾多人的主球場成為最適合的疫苗接種地。《MLB 官網》報導，



西岸動作較快，原本就作為篩檢地的道奇球場被加州州長紐森 11 日即宣佈，將改為疫苗接種場地，而教士的 Petco Park 作為聖地牙哥的核心地帶，自然也被衛生部門看上，Petco Park 目標是優先為第一線的醫護人員施打疫苗。

各球團紛響應

《運動畫報》報導，最新公布加入合作的是紐約大都會，紐約市長白思豪 13 日宣佈，大都會的花旗球場將是「日夜無休施打」（24/7），目標是每週能提供 5 到 7 千民眾疫苗接種，時間將從本月 25 日那週開始。此外，

紐約的另一支豪門洋基隊也即將開放主場，屆時能容納 5.4 萬人的洋基主場將成為最大的施打場地。

外媒最後也統整加入疫苗施打的場館列表，西岸除了教士 Petco Park 和道奇球場之外，奧克蘭運動家主場阿拉米達競技場、NFL 的 49 人主場和州有體育館 Cal Expo 都是主要疫苗接種地，東岸則是紐約雙館；南灣是 NFL 邁阿密海豚主場太陽生活體育館，該場館也是多用途球場，此前也短暫用於篩檢地，目標每天提供 1 千劑疫苗施打，NFL 紅雀主場鳳凰城大學體育館則是南部亞利桑那州的主要接種地。

圖文選粹

圖文 / 中央社

NCAA 美式足球冠軍賽 台裔選手受矚目



▲全美大學體育聯盟（NCAA）美式足球冠軍賽由阿拉巴馬大學紅潮隊奪冠，陣中台裔加拿大籍選手梅奇三世（圖前中）的台灣淵源受到外媒矚目。

確診、延賽數量增 NBA 收緊防疫規範



▲在確診人數持續增加、愈來愈多比賽因此被迫延期的情況下，NBA 聯盟和球員工會今天更新了防疫的健康暨安全規範。

張泰山現身說法 運動禁藥包含萊劑

【本報特派員劉東皋台中報導】「誤食禁藥對運動員生涯影響重大。」台中市運動局 13 日舉辦「運動禁藥管制」研習，前棒球國手張泰山現身說法指出，因 2008 年前後為不孕煩惱，接受醫生建議服藥，卻在參加北京奧運時被檢出含有可洛米酚禁藥而遭禁賽；後來他太太懷孕成功，他決定將兒子取名可洛。市長盧秀燕說，誤食禁藥對選手前途影響很大，因此千萬不要誤食萊豬。

台中市每年獲得全國運動金牌的選手不少，盧秀燕特別請運動局舉辦禁藥管制知識的研習。她表示，一位國手的培養，是國家花費多少心血所栽培，選手本人也要很努力才能過關斬將獲評為



▲台中市運動局舉辦運動禁藥研習，盧秀燕、張泰山強調誤食包括萊克多巴胺等禁藥，對運動生涯影響的嚴重性。（photo by 劉東皋／台灣醒報）

中央政府最近開放萊豬進口，引起眾多民眾反彈，有媒體詢問，是否為了反萊豬進口才特別舉辦這項研習？盧秀燕說，這項研習已是第二年辦理，並非為了政治議題而舉辦。但萊克多巴胺也是瘦肉精的一種，國際奧會明文規定選手不能檢出含瘦肉精禁藥，台灣運動選手自然更要小心，不能誤食萊豬。張泰山對於當年因服藥治療不孕而誤食可洛米酚而遭禁賽，感到相當遺憾。兒子名叫張可洛就是為提醒自己，一個選手好不容易拼到最高殿堂奧運，卻因而不能出賽，是人性最遺憾可惜的事。所以他願意以自身經驗提醒大家，對禁藥的造成影響的嚴重性能充分了解。

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!**

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

臺灣新世代 - 拒絕新癮害

財團法人董氏基金會 華文戒菸網

冬日暖陽

圖／文 陳芳明

（政大台灣文學研究所教授）



【在寒風雨天探訪書房】

學期已經到了尾聲，下週期末考之後，寒假正式開始。我的畢業學生回來想要看「陳芳明書房」，就引導他們一起參訪。我全部的藏書最早一批捐給台灣文學研究所，成立「台文所圖書室」，那是我寫研究論文的重要書籍。現在給學校的這批，是我家裡與研究室的藏書。

【華麗的台北東區】

昨天看完當代傳奇劇場的《樓蘭女》，從國父紀念館走到東區坐公共汽車。沿路的華麗夜景，幾乎對我是完全陌生。長期住在木柵，那裡是台北的鄉下，一切非常安靜。我每次進城，總是睜大眼睛看著大都會的燈光。前面一排華麗的球燈，讓我內心發出驚呼。我知道自己已經趕不上時代。與這個城市纏綿三十年，終於還是趕不上台北的華麗轉身。



【到處都是陽光】

連續冰冷好幾天，今天早上終於看見到處都是陽光。心情也跟著放晴了，下午可以在校園好好漫步。從陽台外望，社區公園的小葉欖仁也投射長長的陰影，這是光與影的最佳展現。每天晚上都是從這裡出發，走完五公里後，又回到原點。保持健康體力，就可以持續保持健康思考。陽光帶給我許多豐富的想像，今天可以在學校好好工作。



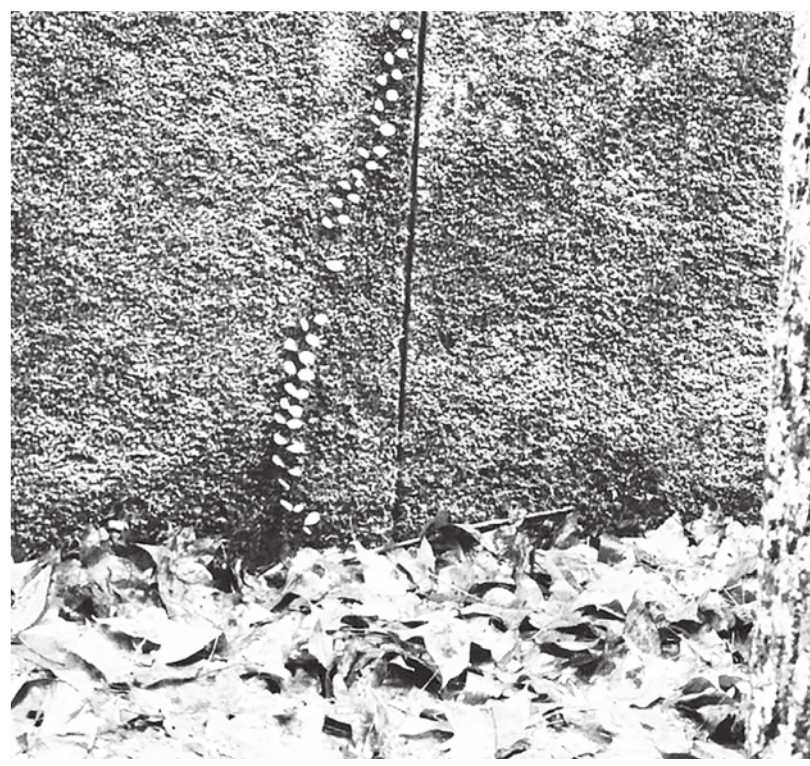
【回到河堤原點】

走完五公里之後，再次回到今晚起步的原點。翻過這個階梯，走到河堤上面，再走半公里，就回家了。河邊氣溫較冷，河堤上風大，堤內堤外氣溫大約有一度到兩度的差別。這兩天夜晚比較冷，走完之後，全身都溫暖起來。自從開始走路，再也沒有失眠的機會。已經持續半年之久，就這樣繼續下去吧。

【枯葉與生機】

下午走到文學院時，看到滿地落葉，也看到寒天裡的生機。在政治大學的教學生涯，將在今年暑假前上完最後一個學期，便不再開課。

謝謝政治大學繼續聘任我為講座教授，校長的唯一要求，就是每學期在校內做一到兩場的公開演講。這樣是最好的安排，可以繼續在校園裡寫稿。現在我也做了決定，研究室裡的全部藏書與講義，最後都捐給政治大學，那是我生命中最好的歸宿。



稀有骨董瓷版畫限時義賣 贊助醒報媒體事工

（之四）

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



耶穌頭像 素描

作品時間推估：

1950 年

作者：佚名（巴黎）

尺寸：64X49 公分

義賣底價：30,000 元

▼北斗肉圓生的內餡為溫體豬肉跟竹筍丁，而且竹筍丁加份量的還不少，吃起來很清脆。（網路截圖）

▼「阿三肉圓」現也由第三代接手，傳承了酥炸肉圓的真功夫。肉圓除了有酥脆的外皮之外，大顆肉圓裡頭還包有北海道干貝！（網路截圖）



肉圓煎、炸、蒸都好吃



文 / 陳玲玲
(資深廣告人)

肉圓是台灣代表性的銅板美食，北中南都有個的不同風味，無論蒸、煎、炸都有，但不變的是那傳統的美味。

肉圓從小就是我喜歡的小吃之一！肉圓是一種臺灣的特色街頭小吃，相傳彰化縣北斗鎮是肉圓的發源地，肉圓已有 120 年的歷史！

有名的肉圓店幾乎都以「阿」開頭！台北的阿財、彰化的阿璋、阿三。我喜歡肉圓！肉圓真的可以從早餐一路吃到宵夜…

彰化最有名

肉圓當然要去彰化吃，如果在台北想吃好吃的肉圓建議安東街彰化肉圓和它的兄弟店阿財彰化肉圓，爽脆筍絲、大塊肉餡、Q 彈外皮！

兩間店是親兄弟，「阿財彰化肉圓」是哥哥，從早上賣到中午，「彰化肉圓」是弟弟，下午 3 點營業到傍晚，兩家都是排隊名店。還有南機場的彰化肉圓也好吃！

南機場彰化肉圓

每天限量 300 顆，只賣兩小時，這家肉圓紅到被美國 CNN、日本 NHK 報導！

還沒開始營業，排隊的人潮就很多了！

細筍絲印象深刻

它的肉圓咬起來飽嘴感很棒的大塊豬後腿肉，嚼勁沒話說，肉的滋味也特別好，像醃漬過之後的辛香料香氣，恰到好處的胡椒香很是引人入勝，咬起來好滿足。

特別的細筍絲令人留下好深刻的印象，獨門醬汁甜辣非常夠味！外皮 Q 彈，邊咬邊可以感受它外皮的韌性之外，還有被白麵醬包覆之後帶來的鹹甜

感！

豬肉大塊有口感，內餡裡面還可以吃到不少細筍絲！魚丸溫炸，這算是北部比較少見的，另一門路如阿財是先蒸後炸。當然，三種的口感完全不一樣！

阿財彰化肉圓加了香菜、蒜泥、醬油、粉紅色甜醬和橘色辣醬，內餡為筍絲和肉塊，筍絲口感脆，肉塊新鮮調味佳，外皮 Q 軟有彈性，好吃！

肉圓皮實在 Q

店家使用的是新鮮的豬前腿肉與切好的筍乾當內餡，外皮則是用番薯粉和米漿打成的泥，先蒸過後再放入油鍋炸煮，這裡的筍乾是切成細絲狀，再來說說肉圓皮真的超 Q 好好吃，入口好有彈性，搭配辣醬更是對味。

阿財肉圓不止皮 Q 好吃，肉塊本身口感札實帶點微咬勁，口感特別好，味道除了醃漬的鹹香外透著迷人的黑胡椒香氣，混著醬汁超好吃。

四種醬料入碗，咖啡色是醬油膏，粉色是甜米醬，橘紅是辣醬，最後一點蒜泥與香菜。米醬雖膩甜毫無層次，但配上蒜泥與油膏就會豐富，加上一點微辣簡直絕妙！

出色的醬料，QQ 的嫩皮與筍肉內餡三者合一，完美！

肉圓分三種

安東街彰化肉圓是弟弟的店營業時間下午三點半開賣，沒想到平日也大排隊！兩家極為相似 爽脆筍絲、大塊肉餡、Q 彈外皮皆如出一轍！

一般來說在台灣肉圓分三種，一是清蒸這種方式南部偏多，但北部也是有，代表性可能是北斗肉圓。另外一種是直接下鍋低溫炸，這算是北部比較少見的，另一門路如阿財是先蒸後炸。當然，三種的口感完全不一樣！

肉圓有蒸滷派、煎炸派，北派的彰化肉圓為油炸地瓜粉，南派的屏東肉圓為清蒸在來米粉。

彰化以北地區是採用番薯粉為主的油炸肉圓！南部則偏好純米漿的清蒸肉圓。另外在高雄、旗山的肉圓則還有煎的呢！台南蒸肉圓之中，武廟肉圓以及福記肉圓最為有名。

南蒸北炸

福記肉圓店面很樸素，賣的則是炊蒸肉圓，蒸出來的肉圓外皮軟嫩，吃起來就是特別的軟，入口即化的口感，因為是在來米米漿蒸煮做成，外皮口感是偏軟的，散發淡淡的米香味，內餡則是採用上選的豬後腿肉，肉塊有稍微醃漬過，吃起來香香的，帶一點札實口感有咬勁，讓口感更加分，淋上甜味的醬汁，沒有過多的調味與配菜，有著單純的香。

南蒸北炸吧，但新竹偏偏又不一樣！甚至肉圓重鎮彰化，光是彰化市、北斗、員林的肉圓就分成三派，說到肉圓的醬主要是以米漿去調的，南部多半偏甜，北部如基隆、新竹則偏鹹好像更是直接淋微辣的辣醬！

▶阿璋肉圓五十年老字號，「那些年，我們一起追的女孩」有一幕就是在這拍的。圖為《那些年，我們一起追的女孩》劇照。（網路截圖）



新竹鷹王肉圓藏在超簡樸的鐵皮屋裡面。「鷹王肉圓」可是飄香近 60 年的好味道，是很多人從小吃到大的回憶！必點肉圓配香腸的組合，內餡是紅槽肉。（新竹大部分的肉圓也都是紅槽肉居多）

自製醬油膏

鷹王的肉圓是用低溫油炸，外皮保有一點脆度、但咬起來還是充滿紮實的軟 Q，皮算厚，不過口感不錯，軟 Q 中還帶有紮實感，豬肉頗有嚼勁的，愈咬愈可以感受豬肉的甜度，獨家醬汁古早味，肉圓配上骨仔湯，再外加一份香腸，就是在地人最充滿古早味的下午茶囉！辣醬、醬油膏還有蒜泥，全都是鷹王自己製作，在外面絕對吃不到。

彰化肉圓遠近馳名，如果到彰化，喜歡炸得香酥脆皮的可以去「北門口肉圓」或是「阿三肉圓」喜歡 Q 彈外皮的就推「阿璋肉圓」或是「正彰化肉圓」…

阿璋肉圓老字號

員林的肉圓跟彰化的不相同，軟皮的非脆皮！彰化市的肉圓皮常見純用番薯粉，比較具有韌度，員林則是混合在來米漿，是軟中帶 Q。

阿璋肉圓五十年老字號，《那些年，我們一起追的女孩》有一幕在這邊拍的喔！醬是店家特製的哦，和肉圓常見的蒜味醬不同，阿璋肉圓加入了醬油膏和白醬（米醬）、還有可以另外

自行添加的紅醬（海山醬）及香菜，米醬口感濃稠滑順、帶些微的甜味，加上紅醬的微辣，搭配肉圓吃起來真是爽口！

阿璋肉圓的皮是採用善化地區的地瓜粉，外皮的 Q 彈及韌度，很有咬勁口感。內餡則是採用豬肉、紅蔥頭、筍子與香菇，且豬肉不僅是新鮮的溫體豬肉，還是瘦而不澀的上等後腿肉。

肉餡裡頭也有整朵的香菇以及筍絲，整朵的香菇提味，筍丁則增添清爽的口感！是許多旅外的彰化遊子，返鄉必嚐的家鄉味。

酥炸肉圓真功夫

五十幾年老店的「阿三肉圓」現也由第三代接手，傳承了酥炸肉圓的真功夫。肉圓除了有酥脆的外皮之外，大顆肉圓裡頭還包有北海道干貝！

用料超澎湃的，炸至外皮酥脆的肉圓裡頭包裹著不少配料，像是北海道特產干貝、油炸鴨蛋、切片花菇、肉絲、肉塊等，加上獨家特調醬料提味，的確是別有一番滋味！

阿三肉圓獨家調配的四種醬料，有特調甜醬、醬油、蒜泥、

特製辣椒醬，淋在酥酥脆脆的肉圓上，與內餡肉汁混合，口味獨特！

肉圓幾乎都是現包，品質看的見，絕對吃的到最新鮮的肉圓！湯品也都是採用燉露的方式呈現，有龍骨湯、排骨湯、豬肚湯、金針湯、苦瓜湯…等，傳統古早味的滋味，也是饕客們的最愛！

國宴小吃指定

北斗肉圓生彰化百年老店，曾榮獲總統國宴小吃指定店家，位於中華路，已是間百年老店了！北斗肉圓生的肉圓形狀不像一般肉圓是圓形的，而是呈現三角形狀！以糯米、黑豆豉等十三種古法配方製成的沾醬，與肉圓絕妙的調配，是他們的肉圓最大的特色！

皮的部份是白色的，而且皮顯的略厚很有咬勁！

北斗肉圓生的內餡為溫體豬肉跟竹筍丁，而且竹筍丁加份量的還不少，吃起來很清脆，讓肉圓吃起來的口感不會只是嫩 Q 那麼單調！

台灣各地充滿不同特色的肉圓！各異其趣！

店家資訊：

店家資訊：
阿財彰化肉圓
地址：台北市中山區龍江路 21 巷 13 號
電話：0227517426

福記肉圓
地址：台南市中西區府前路一段 215 號
電話：062157157

鷹王肉圓
地址：新竹市香山區延平路二段 350 號
電話：0933794992

阿璋肉圓
地址：彰化縣彰化市長安街 144 號
電話：047229517

阿三肉圓
地址：彰化縣彰化市民路 242 號
電話：047240095

▶阿財彰化肉圓每天限量 300 顆，只賣兩小時，細筍絲令人留下好深刻的印象，獨門醬汁甜辣非常夠味。（網路截圖）

