

2008 年 9 月 1 日 創辦網路原生媒體
2012 年 9 月 1 日 創辦實體報

五媒合一 · 深度報導 · 極簡閱讀

為您報導每日必讀新聞，是 CP 值最高的質報



3 減肥並不難 求助專業醫師



4 低稅政策 阿聯成避稅天堂



5 黎巴嫩漏油遺毒 海岸污染



8 《美食地圖》北方麵食台灣飄香



《今日靈修》活得更健康

健康是人們最大的財產，保持健康秘訣就是多運動、節制飲食。可惜人類好逸惡勞，又有口腹之慾。聖經上說：「你們的身體是聖靈的殿」，願我們都能保養顧惜。(3 版)

中捷 3/25 試營運 盧秀燕：4/25 正式通車

歷經 109 天的修復等待後，台中市長盧秀燕宣布，捷運綠線將從 3 月 25 日至 4 月 23 日恢復試營運，4 月 25 日正式通車。



台中市長盧秀燕 10 日宣布，台中捷運綠線將重啟營運。左起台中捷運公司董事長林志盈、交通局長葉昭甫、台中市長盧秀燕、副市長黃國榮。(台中市政府)

復；經過中捷故障審查委員會 6 次嚴格審查以及 2 次場勘，終於在 5 日最後確認 18 輛列車都已完全修復，可以安全上路。她也率市府團隊 2 次深深鞠躬向市民致歉，並感謝 3 個多月來相關人員的努力。台中人等待 10 多年的捷運綠線，原本規劃於 109 年 11 月 16 日開始試營運，109 年 12 月 19 日正式通車，不只台中市民，還有外縣市民眾都紛紛搶搭，但沒料到試營運第 6 天即

11 月 21 日，就發生聯結器軸心斷裂事件，從 11 月 22 日起停駛至今。

3/25 恢復試營運

歷經 109 天的修復後，盧秀燕 10 日宣布，台中捷運綠線將從 3 月 25 日至 4 月 23 日恢復試營運，開放民眾使用電子票證免費搭乘，4 月 24 日停止服務 1 天，進行正式通車準備事宜，4 月 25 日舉行通車典禮，典禮後正式營

運。試營運時間採兩階段開放，每日 6 時至 24 時開放搭乘；另外，因應高鐵末班車旅客轉乘需求，捷運高鐵台中站每日凌晨 0 時 15 分加開往北屯總站的班車。針對營運班距，台中捷運公司董事長林志盈說明，平日尖峰每 5 分鐘一班、離峰每 8 分鐘一班，假日 6 至 10 時、20 至 23 時每 8 分鐘一班、10 至 20 時每 5 分 30 秒一班，平假日深夜 23 時後，則均為每 15 分鐘一班。



▲ 歷經 109 天的修復後，台中捷運綠線將於 3 月 25 日恢復試營運！(台中市政府)

【台灣醒報記者臧品安綜合報導】歷經 109 天的修復後，台中捷運綠線將於 3 月 25 日恢復試

營運！台中市長盧秀燕 10 日宣布，捷運綠線將從 3 月 25 日至 4 月 23 日恢復試營運，並開放

民眾使用電子票證免費搭乘，4 月 25 日舉行通車典禮，典禮後正式通車。她也率市府團隊 2 度鞠躬致歉，以及感謝相關人員的努力。盧秀燕率副市長黃國榮、令狐榮達、秘書長黃崇典、交通局長葉昭甫、法制局長李善植、新聞局長黃國璋、台中捷運公司董事長林志盈等人，召開台中捷運綠線試營運說明記者會，顯示市府對台中捷運復駛的重視。

感謝相關人員努力

盧秀燕表示，今年 2 月台北捷運局和川崎公司行文中市府表明，已經將故障的中捷車輛修

高雄空品連日惡化 籲陳其邁專案報告

高雄空品近日連續惡化，環團呼籲上任將滿 200 天的高雄市長陳其邁，應立即對空汙和氣候問題赴市議會進行專案報告。



左起國民黨高雄市長議員陳美雅、南部反空汙聯盟發言人李建誠、台灣健康空氣行動聯盟理事長葉光茂等呼籲，高雄市長陳其邁，應立即對空汙和氣候問題赴市議會進行專案報告。(Photo by 臧品安/台灣醒報)

【台灣醒報記者臧品安台北報導】「高雄空品持續惡化，請市長陳其邁儘速提出空汙和氣候專案報告！」南部反空汙聯盟等環團 10 日召開記者會指出，高雄空品近日連續惡化，呼籲上任將滿 200 天的高雄市長陳其邁，應立即對空汙和氣候問題赴市議會進行專案報告，若空品預報不良，應請行政院要求全國各大型固定汙染源降載減排。

提升能源效率

「加拿大多倫多人口 280 萬，與 277 萬的高雄市相當。」台灣健康空氣行動聯盟理事長葉光茂醫師分析，多倫多的 PM2.5 年均值 5.9 微克，高雄則為 19.9 微克，是多倫多的 3.4 倍，根據加拿大官方報告，推估多倫多每年

有 1300 人因空汙早逝，那高雄每年恐有超過 4000 人因空汙早逝。對於行政院長蘇貞昌日前回應藻礁爭議，表示中油三接站開發若不順利，勢必要中電南電北送，葉光茂強調，煤是萬毒之首，煤電的輻射危害可能比核電輻射危害更大；高雄已在去年 9 月正式加入國際脫煤者聯盟，陳其邁市長應提出具體作為，比起發展風力、太陽能等再生能源，首要目標應是提升能源效率。

應向中央求助

「高雄公汙的專案報告時程目前預定在 6 月 7 日，實在是太遲了！」南部反空汙聯盟發言人李建誠表示，應爭取高雄市政府召開臨時會，請陳其邁進行 200 天制霸抗氣候緊急的空汙和氣候專

案報告，立即接受跨黨派議員的總質詢。他也說，陳其邁應更積極向中央求援，跨縣市治理空汙問題，要求全國各個大型固定汙染源降載減排。國民黨高雄市長議員陳美雅說，會趕在 4 月要求陳其邁作空汙和氣候專案報告，也呼籲陳其邁應立即將興達燃煤機組除役。民進黨高雄市長議員郭建盟表示，陳其邁上任後，推行許多防制措施，包括要求仁武及岡山焚化爐代燒減半、中鋼減煤及室內儲煤、興達兩部燃煤機組降載 65%，相信他在臨時會報告時，能說明得更加清楚完整。無黨籍高雄市長議員吳益政辦公室助理李佳牧則呼籲，環保署應調漲空汙費，以及研議第二期空汙總量管制，並儘速公布。

《焦點圖文》 311 地震 10 週年 日人感謝台灣

311 地震 10 週年前夕，日本民間發起用照片向台灣說愛活動，以影像寫下他們對台灣的謝意與感情，逾千張照片組成的照片牆，豎立在台北捷運中山站入口，見證台日友誼。中央社

社論

王子、公主真的快樂嗎？

近來名人私生活頻頻躍上版面。英國哈利王子及妻子梅根接受美國知名主持人歐普拉的專訪，梅根爆料王室歧視她的黑人血統。因為涉及到敏感的種族歧視問題，逼得一向甚少向外發言的英國女王伊麗莎白二世，親自發表聲明回應，強調整個王室都對哈利和梅根過去幾年的經歷感到難過，並強調會嚴肅對待種族歧視問題。

受制王室頭偕的人生

如果把這一段故事攤開來，你可以把它當成八卦鄉談，但其實也是一個結構跟歷史問

題，把一群優秀的活人困在「王室」的頭銜下，顯得動輒得咎，王子哈利就在受訪時提到，英國王室其實被一群「管理」王室的人控制。

進退都有規範，行事都有禮節，他們這樣做的目的，是為了維持王室的尊嚴與體統，但過去王室的存在是為了統治國家，現在的王室雖說是為了做為國家的象徵，但是一個國家的象徵，是建立在抽象血源為基礎的活人上，等於為了國家要讓一群人違背自己的自由意志，這樣真的合理嗎？

日本皇室包袱重

英國王室其實已經比很多國家的王室開放，卻還是有數不盡的家族紛爭，再看看日本的天皇家族，強調萬世一系，連有沒有孩子都是國家焦點，就算有了孩子，是男是女也逃不掉民眾議論，是誰繼承不是看父母意願，也不是看個人想法，依據的是一本《皇室典範》，這種因死人的結構，能夠在其中健康地生活，身心的強韌度恐怕遠超一般人。

天皇為了表明自己遠離政治，不會威脅到世俗政權，只

能學習科學、美術、田野等，與社會科學無關的行業，對於政治法律專業，更是避之唯恐不及，如果是一個人還好，想想這是一整個家族，世世代代都得承受這樣的包袱，這樣的生存環境怎麼能讓人想像？

舊社會的枷鎖

現今的日本天皇德仁，他的妻子雅子，她絕對是時代的新女性，哈佛大學經濟系畢業，東京大學法律碩士班，還考入錄取率極低的日本外務省擔任外交官，能講英語、法語、俄語跟德語，遊歷四方見識廣博，

並且多才多藝，棒球、網球跟騎馬等，樣樣都難不倒她。

沒想到嫁入天皇家族之後，做事動輒得咎，過去總是人群焦點的她，要選擇把舞台讓給先生，加上皇室又有許多繁文縟節，就連想出國都被禁止。最後得了憂鬱症，甚至還被批評沒有生男孩，這些舊社會的枷鎖就這樣硬生生地架在這位新女性的身上。如果在民間這不會發生，卻因為身在皇室，沒有選擇。

王室制度須與時俱進

如果沒有皇室的這些規範，或許雅子可以活得更快樂吧？如果沒有英國王室，或許哈利跟梅根也只是對單純的跨種族戀情而已，因為人性的弱點都是一樣的。

其實是這個社會讓王族生活的極為扭曲，我們以為皇族可以做為國家的象徵，但卻是變相禁錮了他們的身心自由，此時旁觀民眾應該有同理心，設身處地的關懷他們，並為他們代禱。

重啟核四非選項 蔡總統：不安全、太貴

蔡英文總統表示，重啟核四不可行的原因第一個是安全不可行、第二是重啟將會耗資費時不可行。

▶蔡英文總統。(中央社)



▲蔡英文總統表示，重啟核四不可行的原因第一個是安全不可行、第二是重啟將會耗資費時不可行。圖為核四(網路截圖)

【本報記者游清淵台北報導】「最近重啟核四的聲音又出現了。我必須明確地告訴大家，核四絕對不是選項。」蔡英文總統10日在中常會聽取能源轉型等相關報告後致詞表示，不可行的原因第一個原因是安全不可行、第二個理由是核四重啟將會耗資費時不可行。

拚能源轉型模範生

「我有信心，也有能力帶領國家，讓台灣成為國際能源轉型的模範生，也希望大家共同努力」。總統說，安全不可行。福島核災之後，核電廠耐震標準，已經變得更嚴格；核四過時的設計，早就不符合新的標準。而且，台灣位於地震帶，核四周邊的斷層危害經過調查，也一一被確認，潛在風險不斷增加。

她也說，核四的兩台機組，一號機沒有完全通過應有的測試就封存，二號機甚至還沒有蓋完。根據監察院調查，為了勉強進行一號機的測試，二號機有一千七百多項零件，被拼湊到一號機去，工程上的風險，也令人憂慮。

太陽光電、風電趕進度

她接著說，第二個理由是核四重啟將會耗資、費時而不可行。一號機廠商已經解散、設備也停產了，不僅要跟總顧問重啟新約談判，過期設備也要汰舊換新。再加上地質調查的重新評估，以及立院預算審查，耗資巨大、曠日費時。更不要說，核廢料的處理跟存放，到今天都還是一個很難解的問題。她說，也要提醒大家，即使排除萬難，讓核四兩台機組都發電，發電占比也只有大約在6.5%左右。然而，在目前的中

午尖峰時段，太陽光電的占比已經超過6%；另外，風電也全力在趕進度。

再生能源可達20%

她指出，透過全力推動能源轉型，光電、風電的比重逐步增加，大約再五到六年的時間內，再生能源發電占比可以達到20%，再加上燃氣取代燃煤，也可以同步達到減碳、減少空污的目的。

她強調，政府一定要跟上淨零碳排的趨勢。今年元旦的時候，已經要求行政部門加快腳步，歸納整理其他國家的減排路徑、方案和做法，並且啟動跟民間部門的溝通討論。

第二，她說，要更新綠能發展目標。國家能源轉型的總目標，不會停在2025年。因應環境變化，設定新目標，檢視並投入新的技術，幫助推動減碳成果。

新增1例境外移入 台帛篩檢喬不攏

【本報記者張庭維台北報導】疫情指揮官陳時中於10日宣布，新增1例境外移入，為菲律賓外籍移工，針對台灣、帛琉旅遊泡泡何時成行，陳時中坦言，目前只剩下最後的癥結，在於雙方對採檢的方式沒共識，帛琉希望以抗原快篩檢測，我們堅持要以PCR採檢較為準確，還在協商中。

篩檢方式喬不攏

台、帛旅遊泡泡到底何時成行？有記者提問，帛琉駐台大使10日提到，帛琉總統將於3月底4月初訪台，旅遊泡泡是否就在這段期間開放？陳時中表示，目前還未收到帛琉總統將來的資訊，若屬實當然歡迎，而針對台、帛泡泡何時成行，他說，目前雙方只剩下檢疫方面的問題未談妥，成行只差臨門一腳。

陳時中解釋，當然希望趕快開放，但相關的配套仍要仔細評估，目前帛琉希望台灣旅客入境



級別	國家數	國家/地區
低風險	10	紐西蘭、澳門、帛琉、斐濟、汶萊、寮國、諾魯、馬紹爾群島、不丹、澳洲、新加坡、越南、柬埔寨、

要在當地進行抗原篩檢，若檢驗結果陰性者就能放行，若反應呈陽性者得再做2次PCR篩檢，但指揮中心考量到抗原快篩的偽陽性較高，一旦出現偽陽性，後續還要經歷繁瑣的篩檢問題，民眾出國的行程就會卡住，旅遊將大打折扣。

他強調，因此我們建議先在國內做PCR篩檢，準確性較高，若

是陰性就能放行，這方面還需要取得帛琉的信任，而入境帛琉也應維持團進團出的模式，避免其他感染風險。目前只剩這點還在協商，其他的方面問題，可能就是團費的問題，如果繳了團費，卻又遇到意外狀況必須退費時，相關退費機制，會由交通部研擬。

新增1例境外移入

國內新增1例境外移入確者病例，案979，為菲律賓籍20多歲男性移工，陳時中表示，個案於2021年2月28日來台工作，持有搭機前3日內檢驗陰性報告，入境時無不適症狀。入境後至集中檢疫所進行檢疫，3月4日起陸續出現輕微咳嗽、發燒症狀，由集中檢疫所人員安排就醫採檢，並於今日確診。

陳時中坦言，雙方對採檢的方式沒共識，帛琉希望以抗原快篩檢測，我們堅持要以PCR採檢較為準確，還在協商中。(中央社疫情指揮中心提供)

圖文選粹

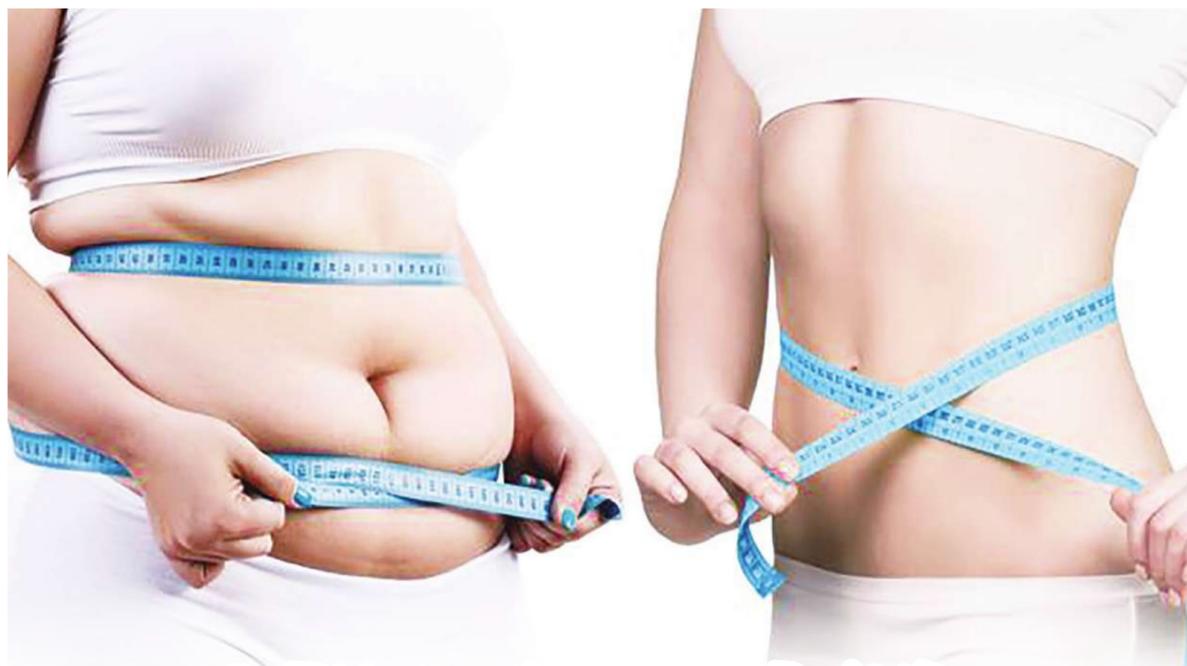
圖文 / 中央社

台南整備抗旱井 廠商申請取水完成



▲台南市經發局指出，南市已備妥相關補充水源，計有19口抗旱水井，目前已有3家廠商申請取水完成。

▼根據調查，台灣有超過8成的人曾減肥過，近9成的人自覺減重失敗，專家呼籲，求助專業體重管理門診，脫離復胖的惡行循環。(網路截圖)



減肥不走冤枉路 體重門診助瘦身

【本報記者臧品安台北報導】「透過專業醫療團隊量身打造的減重計畫，能幫助肥胖患者打破復胖惡性循環！」中華民國肥胖研究學會10日宣布，「體重管理門診計畫」開跑，有減重需求的民眾可透過「體重管理門診」網站，向符合認證資格的专业醫療團隊尋求協助，脫離減肥與復胖的惡行循環，邁向健康的新生活。

減重需專業醫療協助

根據世衛組織2020全球肥胖年報，台灣為東亞最胖第1名，平均每兩人有一人有過重及肥胖問題(BMI大於24)。中華民國肥胖研究學

會理事長劉燦宏指出，根據最新的「台灣過重及肥胖行為」調查，超過8成的人曾減肥過，近9成的人自覺減重失敗，進一步調查發現，8成6的人減重時，沒有尋求專業團隊協助。另外，7成5的人幾乎天天當外食族，這也導致減重效果大打折扣。

「減重不能只靠意志力！」中華民國肥胖研究學會榮譽理事長暨敦仁診所院長蕭敦仁表示，肥胖已被世

衛組織定義為慢性病，也常伴隨呼吸中止症、心血管疾病等多種疾病，且其成因複雜，儘管許多人都有肥胖問題，但基因、健康、生活史、個性及環境有所不同，同樣的治療不適用所有人，因此需要專業的醫療團隊，來量身打造個人化的減重計畫。

肥胖患者儘早就醫

蕭敦仁表示，為助有減重需求的民眾一臂之力，今年3

月起，中華民國肥胖研究學會全台認證「體重管理門診計畫」開跑，包含醫療團隊、診療環境、器材設備等查核認證，民眾可透過「體重管理門診」網站，向符合認證資格的专业醫療團隊尋求協助，找出瘦不下來的關鍵，少走減肥的冤枉路。

「肥胖患者在肥胖還沒有造成其他疾病時，就應主動尋求專業醫療協助。」劉燦宏呼籲，許多人都是在造成其他疾病後，才前往醫院就醫，這樣太遲了。他舉例說明，肥胖會導致代謝症候群，變成糖尿病前期，若病人能儘早就醫治療，就能預防進入糖尿病階段。

醫用氧氣瓶供不應求 加重窮國醫療負擔

【本報記者陳是祈綜合報導】醫用氧氣瓶因疫情供不應求，使窮國醫療負擔更加重。根據外媒統計，醫用氧氣瓶因新冠疫情需求量大增，在供給量不足下，價格上漲，在貧窮國家，許多醫院因資金不足，難以負荷氧氣瓶越來越高昂的費用。醫學專家警告，若氧氣瓶不足，會讓許多病人失去生存機會，呼籲國際衛生組織介入平衡供給量和價格。

氧氣瓶製造不易

《經濟學人》報導，氧氣雖然是地球上最豐富的資源，但製造醫療用氧氣瓶有賴於穩健的基礎設施。在富裕國家，醫院配備有大型儲罐，可以儲存大量氧氣，監控氧氣供應量，將氧氣直接輸送到病人身上。然而在中低收入戶國家，醫院主要仰賴氧氣罐，因此從製造到運輸都十分複雜，偏遠地區的醫院甚至和氧氣瓶供應商距離幾百公里，即使獲得氧氣瓶，也沒有技術專員來管理。

呼籲政府介入



◀氧氣瓶不足，可能會造成更多人命損失。(網路截圖)

《BBC》報導，醫用氧氣是通過將空氣分離而產生的，不是直接取用一般的空氣，若要大量製造氧氣瓶，則需要複雜的機械來執行。能夠產生大量氧氣的技術通常掌握在商業天然氣公司手裡，而醫用氧氣是其副產品，但在中低收入戶國家，市場被少數公司割據，而氧氣的賺錢程度不如其他產品，商業公司自然沒有動力生產醫用氧氣。

非營利組織 Access to Medicine Foundation 的執行長艾耶爾表示，若沒有氧氣瓶，可能會使很多本來能獲救的病人失去生存機會，並呼籲國際衛生組織和政府單位介入。艾耶爾表示，政府可以以招標方式來吸引製造商多生產醫療用氧氣問題。不過也有專家認為，氧氣供應不足根源還是基礎建設的不足。

目前中低收入戶國家的氧氣瓶危機，還是依靠非營利組織和投資者的合作推動，例如2019年，GE基金會(大型工程公司的聯合慈善機構)與美國非政府組織 Assist International 合作，在衣索比亞開設了兩家製氧廠，每天為當地的醫院生產240瓶氧氣瓶。

美白人基督徒 接種疫苗意願最低

【本報記者莊瑞萌綜合報導】跌破眼鏡，美國白人基督徒願意接種新冠肺炎疫苗的意願，示美國所有族群中最低的。最新調查顯示，白人基督徒表示一定會接種疫苗的比例僅54%，是所有宗教族群中最低的，非裔美國人為64%，天主教徒77%，沒有任何信仰的人則佔71%。

白人基督徒接種意願低

據《基督教郵報》報導，皮尤研究中心在今年2月調查1萬多名美國成人後發現，僅有54%白人基督徒表示一定會或已接種至少一劑疫苗，低於非洲裔美國人的64%，而天主教徒為77%，沒有任何信仰的人則佔71%。

至於在所有信仰類別中，無神論者是最容易接受疫苗的族群，接受比率高達9成。另外，48%白人基督徒表示會相當在意自己接種與否與社區健康影響的關係，非洲裔基督徒高達7成，天主教徒為65%。

部分宗教領袖認為，疫苗含有胎兒組織或微晶片，因此，對於疫苗仍持懷疑立場。不過，包括教宗方濟各與美南浸信會神學家摩爾等人都呼籲民眾施打疫苗。摩爾表示，「疫苗是我們對鄰人愛的表達，特別是生病或老年人，因為可降低我們無意間將病毒傳染給他



▲美國人對於疫苗接種看法不一。(Photo by Secretaria Especial de Saúde Indígena (Sesai) on Flickr under Creative Commons license)

非裔接種比例提升

《德州浸會報》報導，過去專家曾預測，非洲裔美國人因為長期不信任醫療體制，這次接種疫苗意願應該不高，但結果卻發現有64%受訪者表示一定會去接種，相較去年11月的4成已提升許多。賓州彌賽亞大學歷史學家菲亞表示，「白人對於科學的不信任與他們認為上帝會保護他們有關，接種疫苗就是缺乏信心的表現。」

皮尤研究主管方克指出，白人基督徒一向對於疫苗研發過程不太信任，每年接種流感疫苗意願也最低。這次調查也發現，無神論或不可知論者接受疫苗的意願是所有信仰類別中最高者。

小心身上黑痣 醫：可能是黑色素瘤

【本報記者胡詩慧台北報導】你身上的黑痣有可能是惡性黑色素瘤！民眾平時應多留意身上痣的變化，並可用醫師提供的ABCDE自我檢查指標，來初步判斷痣的型態是否有異狀。台灣皮膚科醫學會理事長朱家瑜醫師，與台灣免疫暨腫瘤學會代表吳教恩醫師10日都表示，惡性黑色素瘤是台灣少見的癌症，其癌細胞容易轉移，治療相當困難。若能及早發現且進行手術切除，存活率可提高！

除痣驚得知罹癌

吳教恩提出一則案例，一名30多歲小姐因為愛美想除痣，前往皮膚科診所諮詢，卻意外揪出手指上一顆不規則的黑痣，恐有病變疑慮。經轉診大醫院進行皮膚切片後，證實為惡性黑色素瘤，她在醫師建議下除了進行手術切除患部，經前哨淋巴結



◀台灣皮膚科醫學會理事長朱家瑜醫師(左)與台灣免疫暨腫瘤學會代表吳教恩醫師(右)呼籲民眾多加留意身上的黑痣，及早揪出惡性黑色素瘤。(Photo by 胡詩慧/台灣醒報)

切片結果證實，為第三期惡性黑色素瘤。此外，因BRAF基因檢測呈現陽性反應，也在醫師的建議下開始使用標靶藥物進行治療。

吳教恩表示，面對惡性黑色素瘤，針對不同期的病兆有不同的治療方式，第一、二期只要早期發現，將建議病患進行手術切除，5年存活率將達60%-80%。若是經前哨淋巴結切片檢查確定癌細胞轉移至其他地方，將安排BRAF基因檢測，確認患者有無BRAF基因突變，並給予

標靶藥物進行治療。經研究發現，西方約有50%、亞洲20%的惡性黑色素瘤患者具有BRAF基因突變，針對此一突變也已有相對應的標靶藥物。

及早發現助治療

吳教恩表示，惡性黑色素瘤若能早期發現且進行手術切除，第一期患者5年存活率達80%以上，但到第四期時，生存率將下降到10%。因此早期治療相當重要。此外，因癌細胞會沿著淋巴管轉移到其他部位，醫師會建議患

者再進行「前哨淋巴結」的檢查，若有轉移，即進入病程的第三期。吳教恩提醒，第三期以後的癌細胞擴散全身及局部復發的機率相當高，因此針對第三期與第四期的病患，除了手術切除，還會搭配標靶藥物、免疫治療等輔助療法，降低復發機率。

朱家瑜表示，長痣沒問題，是痣的「變化」需留意。民眾可透過ABCDE自我檢查指標初步判斷及早就醫：A(Asymmetry 對稱性)：痣的左右、上下不對稱。B(Border 邊緣)：若是皮膚病變，邊緣會呈鋸齒狀、缺角、突起或沒有明顯邊界等外觀。C(Color 顏色)：痣看起來有不均勻的多種顏色，或顏色深淺不一。D(Diameter 直徑)：直徑大於6公釐以上，或是持續變大。E(Evolving 改變)：痣的本身產生任何變化，快速隆起、擴大、顏色變化、新症狀如出血、癢。

▼ 阿聯酋成新興避稅天堂。(網路截圖)



低稅吸引富豪置產 阿聯成新避稅天堂

因為阿聯酋的低稅政策，陸續有跨國公司將總計 2180 億美金的投資產業從荷蘭轉移到阿聯酋節省稅收。

【本報記者陳是祈綜合報導】阿聯酋已成為富豪和大企業的新興避稅天堂。根據研究，阿聯酋優惠的賦稅政策吸引了富豪和大企業爭相置產，目前已流入超過 2000 億美金，晉升繼荷蘭、瑞士、百慕達等地區後的新興避稅天堂。然而國際非營利組織表示，雖然富豪和公司挑選低稅率的地方置產實屬正常，但仍呼籲阿聯酋當局要嚴謹監視，以免淪為洗錢和恐怖份子融資的集中地。

跨國公司千億流入

《半島電視台》報導，由國際非營利組織「稅收正義網路」9 日發佈的《2021 年企業避稅天堂指數》，指出阿聯酋是目前成長最快的新興避稅天堂，並將阿聯酋列為第十名，位於瑞士、百慕達、英屬維京群島、荷蘭等地區之後。

研究指出，因為阿聯酋的低稅政策，陸續有跨國公司將總計 2180 億美金的投資產業從荷蘭轉移到阿聯酋節省稅收，且類似的金融活動近年來增加了 180%。荷蘭財政

部發言人表示，荷蘭目前引入了預扣稅，目的是防止荷蘭變成洗錢或者非法交易管道，因此資金開始大量流入阿聯酋。對此，阿聯酋稅務單位尚未有回應。

低稅政策吸引富商

《BusinessLIVE》報導，稅收正義網路認為，在合法情況下，富豪和跨國企業挑選低稅甚至鑽稅務漏洞，實屬正常，但仍呼籲當局重視並嚴謹監督資金流向，以免淪為洗錢管道。

研究還分析，在疫情之前，杜拜是快速竄起的潮流都市，吸引大量富豪和網紅前往旅行購物，然而受到疫情重創，加上油價暴漲，因此阿聯酋才放寬規則，用低稅吸引富豪和跨國企業在阿聯酋置產，希望能促進當地低迷的房市，甚至加碼對富裕外國人士提供簽證的政策。

全球非法資金監管機構早前就對政策提出批評，作為回應，阿聯酋已經批准成立新的政府單位，以處理洗錢和恐怖份子的融資活動。

氣候組織性別失衡 連署會議納女聲

【本報記者莊瑞萌綜合報導】氣候變遷議題應納入更多女性的聲音。大自然保護協會新任首席科學家凱瑟琳·海霍日前受訪時指出，氣候議題必須納入多元聲音，由於目前聯合國等重要機構主辦的氣候相關大會上，女性成員參與者較少，她對此感到遺憾，也呼籲外界應該更重視女性的能力與聲音。

連署力挺女性參與

據《獨立報》報導，加拿大籍的海霍稍早被指派出任大自然保護協會首席科學家一職，她將成為該組織首位女性首席科學家。另外，她也偕同其他 400 多位女性氣候領袖一起致函英國首相，針對 2021 年聯合國氣候變化大會缺少性別平衡的問題應儘速改正，本次會議上，超過 4 分之 3 的領袖小組成員都是男性。

海霍表示，「現在已經進入 2021 年，

過了 5 年，我們還在討論要加入更多女性，這剛好證明了我們的腳步多慢以及要儘快加速改革。」對此，2021 年聯合國氣候變化大會發言人表示，「根據 2019 年聯合國氣候變化大會制定的性別行動方案，在氣候政策上女性能全面且有意義及平等參與及領導，攸關於達成長期氣候目標。」

會議要性別平衡

《華盛頓郵報》報導，海霍在 2019 年曾獲頒聯合國地球衛士獎，世界福音聯盟也在去年邀請她擔任氣候大使，未來她在大自然保護協會的工作，將負責全球氣候倡議與適應工作。海霍表示，「我真的認為氣候變遷影響了每一個人。每個人都提到對於多元與公平以及所有聲音都能被聽見這件事感到憂心，這些我都感同身受。」



▲ 凱瑟琳·海霍日前在美國德州理工大學任教。(Photo by NNU - Norwegian University of Science and Technology / Flickrunder Creative Commons License)

拜登家犬大鬧白宮 送回老家飼養

【本報記者呂翔禾綜合報導】狗狗居然要被與主人分離？原來是拜登家養的狗因為太兇，會對陌生的白宮人員狂吠，甚至上前撲咬，因此拜登只好將他送回老家德拉瓦州，交由家族成員幫忙餵養。美國過去歷任總統幾乎都有養寵物的習慣，美國百年來唯一沒有養過寵物的總統，就是前總統川普。

對白宮人員狂吠

根據《英國廣播公司》報導，拜登總統有養 2 隻德國牧羊犬：13 歲的冠軍 (Champ) 與 6 歲的少校 (Major)，牠們在拜登就職後 4 天就搬進了白宮，但由於少校會對白宮員工與特勤狂吠，且又跳又咬，不太適應白宮的環境。第一夫人吉爾曾向媒體透露，白宮有樓梯，但過去 2 隻狗很少爬樓梯。

另外，由於白宮的狗也會面對許多

外面的民眾，因此吉爾將牠們帶來時，也很努力讓牠們適應面對大量人群，但最後還白宮還是決定將 2 隻狗狗都先送回拜登的老家德拉瓦州，交由親戚照顧。牠們也有在吉爾的聖誕影片中亮相，影片中冠軍默默坐在耶誕樹旁，少校則交著耶誕玩偶跑來跑去。

歷任總統的傳統

小報《星期日標準報》提到，少校的來歷也很特殊，他是白宮第 1 隻從收容所領養的狗狗，拜登在 2018 年時領養了牠。不過少校並不是白宮第 1 隻收養的狗狗，美國前總統詹森的女兒曾於 1966 年的感恩節，在德州巡警站營救了一隻狗狗，後來詹森一家將這隻狗狗命名為 Yuki。

美國歷任總統幾乎都有養狗的習慣，歐巴馬總統養的是名為阿博的黑色長



▲ 拜登的狗狗少校因為太兇，便與另外一隻狗住。(Photo by Delaware Humane Association on Facebook)

印度農民抗議改革 政府斷網鎮壓惹議

【本報記者呂翔禾綜合報導】印度農民的權益恐因抗議遭壓迫！印度近日因為政府推動農業改革的緣故，引發農民不滿上街抗爭，而印度政府卻疑似以斷網、逮捕抗議者與記者強硬鎮壓，引起英國國會的關注，質疑印度打壓媒體自由，但這也讓印度官方非常不滿，甚至召見英國外交人員，批評國會的指控是子虛烏有。

印反控子虛烏有

根據《英國廣播公司》報導，近來印度的農民抗爭問題，引發英國國會的關心，幾位工黨、自由民主黨與蘇格蘭民族黨的下議院議員（都是反對黨）近日都對此表達擔憂，認為印度政府用過於強硬的手段鎮壓抗議。但印度官方 9 日反擊稱，許多外界對於印度的批評並未經過查證。



▲ 印度農民近日抗爭引發國際關注，但印度官方否認國際批評打壓人權的部分。(Photo by Randeep Madoke on Wikimedia under CC 1.0)

不過這也讓外界關注持續抗議超過 100 天的印度農民。印度人民黨的首相莫迪先前進行農業改革，希望更多私人企業能投入農業，減少印度政府的負擔，但相關改革措施引發農民抗議，認為改革只是要圖利相關廠商，如果農產品交給私人公司收購，農民將會被以前更壓榨，甚至影響生計。

改革恐斷農民生計

即使印度染疫人口全球第 2，但抗爭仍從去年底延續至今仍無法消停，印度政府面對抗爭，仍以斷網、逮捕抗議者、同情活動者，甚至記者的方式，試圖掩蓋此場抗議。蘇格蘭民族黨議員戴伊直指，水砲車與催淚瓦斯的鎮壓，加上警民持續傳出衝突，政府甚至切斷網路的行為，都讓國際高度關注。

《每日電訊報》提到，印度全國約有 6 億農民，他們的生計過去都靠印度政府收購農產品過活，但現在印度政府希望透過改革，讓農產品市場增加效率，並吸引更多投資，卻引發農民擔憂最小保證收購價格以後如果取消，對於農民生計將會有很大受損，尤其疫情已經讓許多人失業。

▼ 黎巴嫩海邊遭漏油污染，難以清理。(Photo from 網路截圖)



黎巴嫩漏油遺毒 海龜死亡、海岸污染

【本報記者】受到漏油影響，黎巴嫩海岸線污染拉警報！根據外媒報導，由於地中海於二月中發生漏油事件，嚴重污染附近海域，包括黎巴嫩南部的海灘以及鄰近的泰爾自然保護區，不只影響附近居民活動，也造成大量海龜死亡。當地環保團體除呼籲當局盡快找出漏油肇事原因，也希望國際生態專家和非營利環團能夠支援人手，共同拯救海龜。

地中海於二月中發生漏油事件，嚴重污染附近海域，擴及黎巴嫩南部的海灘，不只影響附近居民活動，也造成大量海龜死亡。

漏油事件影響，黎巴嫩南部海岸被焦油沈積物沖刷，綠海龜的棲息和築巢地也受到嚴重破壞。保護區負責人哈桑·哈姆澤表示，漏油事件後，越來越多年輕海龜被焦油覆蓋導致窒息而死。黎巴嫩國家科學研究委員會表示，焦油隨著海浪飄浮到海岸線，影響範圍不僅是泰爾自然保護區周圍，甚至蔓延到以色列北部的貝魯特

海龜，更糟的是因為焦油混雜污染物的顆粒太小，難以用人工過濾阻擋擴散，即使當地已有數十名志願者天天清潔海灘，還是無法去除沙子中的微小焦油顆粒。《The Daily Ripple》報導，泰爾海岸自然保護區除了是海龜的重要棲地，也有劃分海水浴場，是當地居民的度假勝地，然

而受到污染，今年度假勝地恐怕無緣開放。非政府組織「綠色南方人」的成員法蒂瑪·賈法爾表示，海龜對於孵卵的地點品質非常挑惕，若泰爾海灘讓海龜不再感到安全，海龜很有可能轉而回到海中產卵，或者另尋海灘，屆時泰爾海灘會變得一片死寂，「我們會失去整整一代的海龜。」她表示，現有的海灘清潔志工力量實在太微小，加上天氣逐漸轉熱，志工難以頂著高溫在海灘工作十幾個小時，因此呼籲國際上其他環境專家和非營利環團體可以前來支援。

軍事文件揭密 法國核試驗遺害深

【本報記者宋秉謙綜合報導】學界上週從北非沙塵暴內發現含量高於正常標準的核輻射元素，化驗出是來自61年前法國的核試驗，10日更透過法國軍事文件解密，確定1960年代以來法國的核試驗影響深遠。據悉，法國一開始選在那時尚未獨立的阿爾及利亞進行試驗，而後轉往太平洋的法屬玻里尼西亞，30年間進行數十次核試驗，學者估計當地約有11萬居民都受到輻射危害。



歷史遺毒！法國此前進行數十次核試驗造成太平洋島上居民深遠危害，歷經多年後終於隨軍事文件解密才揭曉。(Photo via Flickr, under CC license)

項猜測，《英國廣播公司》報導，研究人員費時2年解密法國軍事文件後，揭露法國掩蓋30年間在太平洋進行核試驗的傷害(1960年代到1992年)，總數進行數十次核試驗，其中試驗最兇的階段是1966至74年間，估計法屬玻里尼西亞有11萬居民受到輻射影響，除了高污染的兩水侵襲，超高的罹癌率也是證明。估算出的輻射遠高於法國原子核能委員會06年給出的

數據，最多恐達10倍。法國核試驗歷史造成嚴重傷害後，法國除了淡化嚴重性，還選擇隱瞞賠償事宜，此前國家核受害賠償委員會提過，至今積極完成多個國賠要求，但10日的報告顯示，僅有極少的63平民獲得賠償。類似於法屬玻里尼西亞，被當成測試基地「前輩」的阿爾及利亞也高喊過，要求法國得肩負起歷史責任，但至今尚未有實質作為。

據了解，法國當初進行核試驗的背景是在1955年前後，由戴高樂將軍主張大規模殺傷的核武，從1957年開始在當時還沒獨立的阿爾及利亞建設試驗工程，不久後在撒哈拉沙漠成功引爆，成為世界第四個擁有核武的國家，在阿國獨立後，法國把測試基地改遷到太平洋上的玻里尼西亞，迎來30年間數十次的核試驗，直到冷戰後簽署核武限制條約才逐漸告終。

掩蓋核試驗傷害 上週《歐洲新聞網》就報導過，在北非沙塵暴內發現含量遠高於正常標準的鈾137(屬於嚴重危害人體的核輻射元素)，學界認為，北非撒哈拉沙漠並不含有放射性的鈾137，只有可能是核反應後的產物，高機率是源自於61年前法國在阿爾及利亞的核試驗。而10日的發現更能證明這

波蘭准砍伐原始森林 引發環團抨擊

【本報記者臧品安綜合報導】波蘭決定恢復砍伐原始森林，引發環團擔憂。波蘭政府9日簽署文件，將恢復砍伐「聯合國世界遺產」比亞沃維耶扎原始森林，並表示這決定並沒有違反歐洲法院先前的裁定，但仍引起環團不滿，擔憂被保護的原始森林仍會被砍掉，對此，歐盟則尚未做出回應。根據《路透社》與《BBC》報導，波蘭政府9日簽署文件，將恢復砍伐「聯合國世界遺產」比亞沃維耶扎原始森林(Białowieża Forest)。對此，歐盟還沒有立即發表評論。波蘭與歐盟在2016至2018年間，曾因對保護原始森林有歧見，發生過衝突。波蘭在2018年4月被歐洲法院裁定違反環境法後，停止大規模砍伐。歐盟執委會先前曾警告波蘭，若不遵

守歐洲法院的裁定，將對其進行經濟處罰。不過，波蘭目前尚未廢除2012至2021年森林管理計畫的附件，該附件允許伐木量提高至三倍。波蘭氣候及環境部在9日簽署文件，將增加三個林業區中兩個區域的砍伐配額。波蘭環境部副部長Edward Siarka在比亞沃維耶扎新聞發布會上表示，歐盟執委會只對三個林區中的一個林區的砍伐配額有異議，另外兩個林區也會等到野鳥繁殖季結束後，才開始砍伐，且不會砍伐樹齡超過100年的地區，因此並沒有違反歐洲法院的裁定。但環團團體Wild Poland Foundation的亞當·博丹說，波蘭政府的決定對他們而言是「往臉上吐口水」，他們將努力說服政府機構停止伐木。環團團體ClientEarth則表示，波蘭政府這項計畫準備並不充分，認為被保護的樹木最終仍會被砍掉。

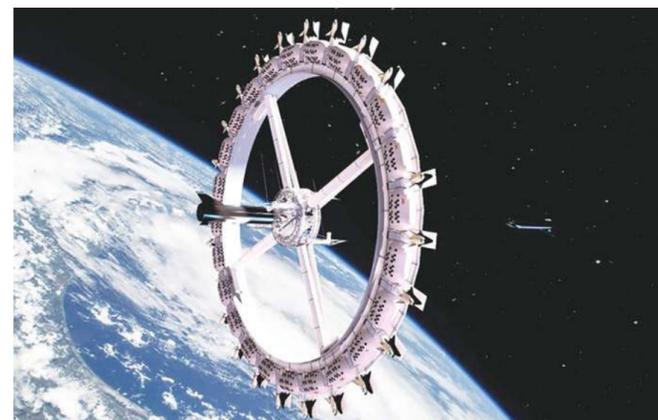


波蘭決定恢復砍伐比亞沃維耶扎原始森林，引發環團抗議。(Photo by Frank Vassen on Wikimedia under CC2.0)

在光年之外過夜 太空酒店 2027年開張

【本報記者陳是祈綜合報導】2027年將出現首家太空酒店。根據外媒報導，美國蓋特威基金會日前宣布，將在2027年開設世界上第一家太空酒店，名為「旅行者號車站」，工程預計在2026年開始。若順利開業，該酒店可容納440人，並以旋轉的環形打造。媒體指出，由於上太空的技術越來越進步，甚至私營企業都可以打造火箭，因此吸引許多建築師和設計師，投入打造太空旅館的設備和技術。《Dezeen》報導，美國蓋特威基金會宣布與專門打造太空設施的建設公司Orbital Assembly Corporation合作，預備在2026年開工世界上第一家太空酒店，並於2027年正式開業迎客。根據該組織的消息，酒店預計佔地5萬平方米，並呈現環形旋轉的樣式，最多可容納440名住客，且環型的設計更能適應太空中僅有地球六分之一的重力環境。蓋特威基金會表示，該

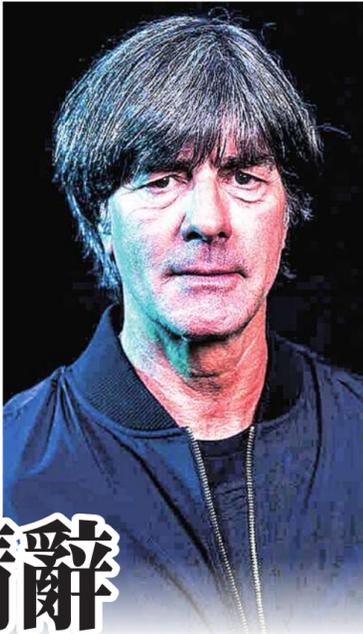
構想設計首次在2019年發表，當時還只是命名為馮·布萊恩的普通太空站，但現在目標改為打造成度假酒店。主設計師Tim Alatorre表示，希望將該酒店打造成跟郵輪或者迪士尼樂園一樣，誰都可以前往造訪，「雖然因造價成本高，開業頭幾年可能只有超級富豪能造訪，但未來太空旅行成本一定會慢慢降低，最後所有人都可以來體驗太空旅行。」他也透露該酒店會有餐廳、酒吧和健身房等設施。《CNN》報導，隨著太空火箭發射的成本降低，甚至私營企業(如Space X)都可以發射火箭，太空旅行的前景繁榮，因此許多建築師和設計師都致力發展太空旅遊的相關設施和技術，如英國的運輸設計工作室PriestmanGoode開發了一種運載設施，能夠將太空旅客帶到平流層周圍的「太空郵輪」上，倫敦的Seymourpowell工作室則設計了可以容納6名乘客的機艙。



世界上第一座太空酒店將在2027年開幕。(Photo from 網路截圖)

▶ 德國坦克 15 年主帥勒夫今夏將請辭，雖然 18 年世足落敗後備受抨擊，但留下的功勞仍多於過錯。
(photo from 德國國家隊臉書粉專)

▼ 勒夫率領德國捧杯 14 世足。(wikimedia)



德國冠軍主帥請辭

勒夫繼任者難尋

【本報記者宋秉謙綜合報導】足壇德國國家隊名帥勒夫決定提前終止合約，帶完今夏歐國盃就請辭帥位，他對德國隊貢獻巨大，但也因 2018 年的世界盃意外出局，遭受罵名。

德國歷史名帥

足壇德國國家隊名帥勒夫決定提前終止合約，帶完今夏歐國盃就請辭帥位，他對德國隊貢獻巨大，但也因 2018 年的世界盃意外出局，遭受罵名。

根據《進球網》報導，9 日晚間足壇傳出驚人消息，執掌日耳曼大軍兵符 15 年的老牌主帥勒夫決定提前請辭，雖然合約簽到 2022 年卡達世界盃後，但勒夫打算帶完今夏歐國盃後就提前告別帥位。

對球迷來說，勒夫擔任德國國家隊教練將近 17 年，他從 2004 年起擔任副帥，2006 年世足後

轉正，總計帶隊打過 3 屆世足、3 屆歐國盃與一次聯合會盃，勝率高達 63%，除了 2018 年世足之外，每屆大賽都能殺進四強，是歐國盃與世界盃加總史上勝場數最多的教練，在 2014 年巴西世足封王，2017 年聯合會盃奪魁。

成也用人、敗也用人

勒夫當時的成功與他重用年

輕才俊密不可分，據《德國之聲》撰文，德軍之所以能保持大賽佳績，得益於年輕好手總能接上前輩手中的棒子，而勒夫就是監督球隊換血的關鍵，在他任下多名年輕球星發光發熱（包含現在仍活躍於歐陸足壇的超級門神諾伊爾、中場節奏大師克魯斯等人），2014 年這些球星普遍迎來生涯巔峰期，在四強賽寫下震驚世人的血洗大勝，德軍以 7:1 痛宰東道主巴西。

但勒夫的失敗也與用人失當有關，從 2018 年俄羅斯世足的慘敗能發現他的戰術漸漸過時，勒夫選擇換血國家隊時決策失

誤，他棄用當打之年的穆勒、胡梅爾斯等人，選用心素質尚不足的一群小將，一系列的不當操作讓球迷反對輿論越演越烈。

德國帥位成燙手山芋

雖然離去的背景不比以前光榮，但勒夫對德國隊貢獻巨大，德國足協主席凱勒就提到，勒夫打造出一個時代的德國黃金一代，又留給球隊無數榮譽，還有隊服上的第四顆星星（第四度世界盃冠軍），地位無比重要，而他選擇離去之際也做到提前告

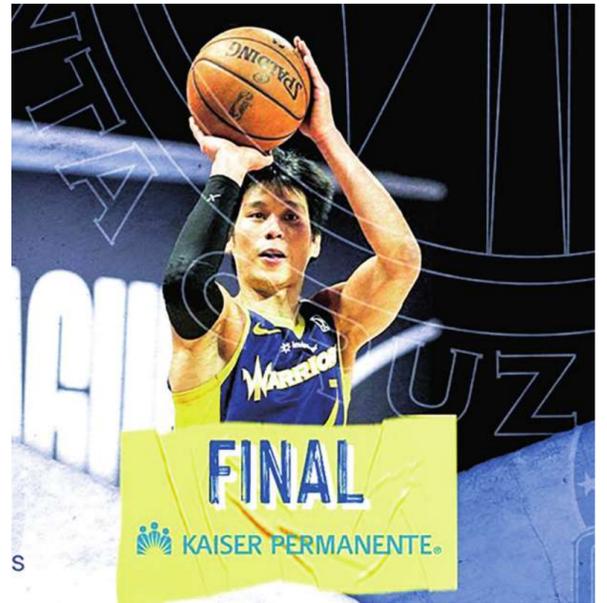
知，並同意把最後的大賽、今年歐國盃帶完，給予足協尋找繼任者的時間，老搭檔、德國領隊比埃爾霍夫同聲讚美勒夫的付出。

至於誰是勒夫的繼任者，也引起外媒廣泛討論，包含德國 U21 青年國家隊主帥昆茨、紅牛主帥納格斯曼、利物浦主帥克洛普、拜仁「最狂助教」弗里克、前國家隊老帥克林斯曼，甚至前兵工廠名帥溫格都被傳可能接任，但當前接任德國主帥卻不像榮譽，更像燙手山芋，連各隊球迷普遍都不願意自家主帥跳槽接手。

圖文選粹

圖文 / 中央社

林書豪攻 20 分白費 無緣冠軍賽



▲ NBA 發展聯盟 10 日舉行季後賽 4 強賽，林書豪攻下全隊最高 20 分，仍未能助球隊搶勝，以 96 比 108 不敵萊克蘭魔術隊。

想要在還來得及的時候跟您分享……

盡孝的滋味

The Wandering Chef

4.01 百膳孝為先

Cast: Jiho Lim Soongyu Kim Directed by Hyeryoung Park Produced by Jeonghwa Eom Editor Hyungnam Kim Music Director Younggyu Jang
Production Company Hayanso Entertainment Distribution 海藍電影 處處真情 Swallow Wings

豐盛感動！流浪名廚親情人生搬上大銀幕

養生主廚 林祉鎬 真實人生 & 導演 朴惠鈴 費時十年拍攝

韓國 首爾國際美食電影節 開幕片

加拿大 HOT DOC 國際紀錄片影展

澳洲 雪梨國際影展

西班牙 聖賽巴斯提昂國際影展

財經視窗

服務業衰退 台灣經濟的警訊

當前台灣服務業大多為中小企業，多以國內市場為主，但近年來民間消費力衰退，政府應推動商業改革，促進服務業國際化。

■ 何其台 (資深媒體人)

台灣進出口暢旺，工業發展帶動經濟成長，但是商業衰退，服務業不振，低薪問題嚴重，民生社區有200間店面求租中，永康街一年倒40家店，內需市場持續萎靡，政府應推動商業改革，促進服務業國際化。

民間消費力衰退

2020年台灣全體GDP成長3.11%，主要是淨輸出成長20.1%，貢獻了2.69%的經濟成長率，佔總貢獻度的86.5%，其餘是政府、民間投資創造，但是民間消費是負2.37%，貢獻度負1.2%。顯示國民實質所得及消費力不增反減，M型社會中產階級陷落，貧富差距更加嚴重。主計處公布勞工全年薪資中位數新台幣49.8萬元，平均每月4萬多，約398萬年人薪不到50萬元，其中藝術娛樂、休閒服務、住宿餐飲、教育業及其他服務業最差，均未達40萬元，顯示服務業低薪嚴重，政府亟需促進服務業國際化，提升國民實質所得。

服務產業倒閉潮

台灣三級產業結構中，服務業產值佔比從2001年的68.78%，下滑到60.3%，不進反退，工業產值佔比從29.37%，提高到37.87%，這是「反結構優化」最大的疑慮，服務業正面臨反淘汰。

問題是當前服務業人力佔比高達58.1%，工業佔37.1%，農業佔4.7%，再過10年，這個比例變動不大，服務業再增加到58.5%，工業37.2%，農業4.3%，服務業重要性只增不減，政府必須正視服務業衰退的嚴重性，影響國家發展。

近一年來，全台各地商團快衰退，店面招租處處可見，即連台北市最熱門的永康、民生、忠孝、民生、師大、西門等各大商團快速衰退。而觀光飯店倒閉潮從南到北不絕如縷，從高雄「一王一后」、華王飯店、華后飯店、寒軒陽明、海景亞緻，到台中亞緻、翡翠灣福華、健美行館、晶悅國際飯店、台北首都南京館及大直館、馥敦南京，一連串倒閉潮，重創服務業。

重工輕商需調整

當前台灣服務業大多為中小企業，由於資金不足，多以國內市場為主，只能在有限的內需市場削價競爭，形成惡性循環，從業人員低薪嚴重，缺乏國際市場服務能力，不論人才、策略、跨不進國際市場，而且長期以來，政府重工輕商政策，不見提升服務業產值具體計劃，反淘汰嚴重。宏碁創辦人施振榮最近大聲疾呼，台灣產業政策要「超前部署」，下一個機會在「服務業國際化」，所創造產值遠超過製造業，服務業當是「千倍機會，百倍挑戰」。製造業出身的工業大老，如今提出政府應重視服務業呼籲，足見服務業不振，問題嚴重，已影響台灣未來興衰，先進國家無不重視服務業發展。

如何將AI、IoT、雲端技術，透過ICT平台，將服務業與國際行銷結合，邁向智慧醫療、智慧城鄉、智慧長照、智慧交通、智慧觀光旅遊、智慧服務，徹底改造服務業，才可能擺脫國人低薪困境，將台灣提升先進國家之林。

懷念的歲月

國中時期的性啟蒙



▲在街頭巷尾都可以看見兼賣報紙雜誌的公車票亭以及書報攤子，我對「炒飯」一事的認識，就是從我家巷口的書報攤開始的。(網路截圖)

■ 朱全斌 (大學教授)

這是個解放的年代，網路上什麼東西都有，當然包括跟性相關的內容，所以孩子們都很早熟。

最近作家楊渡在臉書上提到了稱為「小本」的禁書，讓我想起了1970年以前那個封閉相對純真的年代，以及當時一些跟性啟蒙相關的記憶。

性啟蒙的書報攤

在那時，連電視都還不十分普及，除了廣播跟電影，漫畫與小說是最流行的大眾娛樂，在街頭巷尾都可以看見兼賣報紙雜誌的公車票亭以及書報攤子，我對「炒飯」一事的認識，就是從我家巷口的書報攤開始的。

當時才剛上國中的我，經常會站在這個攤子上翻閱漫畫書，有一天老闆忽然走到我身邊，壓低了嗓子問：「有小本，要不要？」我大概知道他說的是黃色小說，但是從來沒看過，還來不及反應，他已經從櫃子中拿出了一本裝訂得很簡陋的薄薄小冊子，並翻閱書裡夾頁的照片給我看，竟全是男女生光溜溜做那件事的畫面，那是我生平第一次看到，立刻面紅耳赤，拔腿就跑。

在家中跟哥哥們說起此事，唸建中的大哥笑我大驚小怪，他說

在學校附近的估嶺街書攤早就見過這玩意兒，並告誡我年紀還小，不要看這些色情刊物。

「小本」在班上瘋傳

不久在我班上就有同學把「小本」帶到學校來了。在保守的年代，日常生活中根本不會接觸到跟性相關的資訊，更不用說討論這個話題了。生理衛生課本中相關的章節老師也總是跳過不教，才剛開始發育的小屁孩自然十分好奇，大家爭相傳閱。

當小本傳到我手中，並得以閱讀其中對性事露骨而誇張的描寫，我經歷到了一個前所未有的澎湃經驗，全身有如滾燙的熱水沸騰起來。我讀的是男校，大家很少接觸女生，更不用談書中出現的成年女性了，不知是否有連帶關係，同學們也都對教我們的年輕女老師產生出了濃厚的興趣。

帶小本的柳同學家住萬華，他似乎特別早熟，也喜歡接近我這個乖乖牌。他會約我一起去碧潭划船，說那裡可以看到香豔的場景。果然有一回就看見一個老外帶著伴遊女郎包了一條船在船上擁吻，我們划著船靠近，柳拿起他的傻瓜機偷拍，這也是我第一次做狗仔的經驗。

同學邀約看「小電影」

除了看小本，柳同學還說他會去三重的戲院看「小電影」，小本中妖精打架的情事全部都會變成放大的活動影像在大銀幕上出現，我聽得一愣一愣的，但提不起勇氣接受他的邀約。時光冉冉，黃色書刊已經去污名化，如今分級制取代了禁書，如果不是又看到「小本」這個名詞，恐怕這段塵封的記憶再也不會想起了。



▲士林夜市沿路有多家店面拉下鐵門，甚至貼出招租看板。(網路截圖)

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。請儘量於週日至週四上班時間寄稿，週五、六休來稿將無人處理。

聲入臺灣！四百年來最美麗的音緣！

《只有大海知道》導演崔永徽 最感人電影

聽見臺灣

Sounds of Taiwan
A Symphony by Bao Yuankai

九度來臺 八章交響
鮑元愷的臺灣交響詩

3.05 正式上映

▼「葉嘉」老闆徒手拍餅的功夫不錯，店內提供京醬肉絲合菜玳瑁斤餅套餐，是一個人也可以吃的斤餅套餐。(網路截圖)

▼穆記牛肉麵在牛肉麵界傳有盛名，很多饕客不辭千里來到這裡。(網路截圖)



北方麵食台灣飄香

東北斤餅加點大蔥甜麵醬，可夾合菜玳瑁、京醬肉絲，再搭清燉牛肉湯，百元美味小吃，是我心中的美食。

斤餅，大陸北方人的傳統主食之一。像台灣傳統潤餅的吃法：包著餡料一起入口吃。不過，餅皮的製作方法，大不同。獨特的打餅技術，讓斤餅不似潤餅皮的薄軟，又不像蔥油餅皮的厚硬。那餅皮的韌勁真是太迷人了！

清真牛肉麵賣斤餅

「清真中國牛肉麵館」蟬聯3屆台北米其林必比登推薦，門前有個麵台，現揉現烙，店內製餅師傅堅持延續傳統手藝，現場製作做出層次豐富又彈牙的斤餅！

門口手不停歇的製餅師傅，擀著一張張的麵皮，為了讓麵餅更有嚼勁，赤手將鍋內熱騰騰的餅不斷甩打，這是餅皮有嚼勁的關鍵，最快50秒就可以煎好一張，一定要在100度的熱鐵上面，然後趁熱把麵筋裡面的麩胺酸打出來。

用純手工打口感來得有彈性。鐵器竹器就會「梗」！現場手工做的斤餅，皮酥帶咬勁，麵皮也很Q彈，Q彈口感，微微的

麵香，暖暖的溫度，甚好！合菜玳瑁用肉絲、豆干、豆芽、韭黃、木耳、紅蘿蔔香炒，蓋上一個蛋皮做帽子！京醬肉絲的肉絲嫩口入味，都非常適合搭配香Q的斤餅！

採用牛肋腩肉

「清真中國牛肉麵館」超過六十多年的老店，有賣清燉及紅燒兩種牛肉麵！

店內選用本地新鮮的黃牛肉，才能經得起長時間燉煮又軟而不爛，從清燉湯頭中的鮮甜就可以喝出真功夫！

清燉牛肉麵的肉品共有3個部位，牛肋腩、板腱、頸脖頭肉，口感豐富，清燉湯頭是用棒子骨、肋條和前腿腱子熬的，色澤澄清，入口帶著牛骨香氣與甘甜！湯頭獨特帶濃濃牛骨香，熬煮秘訣是從不關火，年月將它變得濃而不膩！

「招牌紅燒牛肉麵」採用肉質彈牙清香的牛肋腩肉，還有口感綿密香醇的前肩板腱肉，細火慢燉，多層次的口感！斤餅起源於山東煙台地區，以秤

斤論兩販賣，故名為「斤餅」。民國38年，一位師傅攜著一口煎台來到台灣，在基隆開了「刁家牛肉館」。

裡頭的2位學徒習得斤餅技術，一位在基隆廟口開了「思維麵食館」而後頂讓出去，幾年後在對面開了「東北斤餅」。

另一位則在台北華視附近創立「中國牛肉館」，斤餅技術便開始在北部開枝散葉，此間為延吉街「清真中國牛肉館」的前身！

「種福園」飄香三十多年，種福園大門口正在製斤餅的師父，旁邊就是煎斤餅的鐵鍋，現擀現做！「合菜玳瑁」，在炒好的蔬菜上，戴上金黃色的帽子，豐富且簡單的食材，豆芽、干絲、黑木耳、胡蘿蔔、豬肉絲……，堆了一座小山丘。

種福園現擀現做

清燉牛肉湯獨特配方熬煮的湯頭，味道與一般牛肉麵店截然不同，清燉是這裏的招牌湯品，湯頭自然醇厚，合宜輕薄的鹹，更能襯出湯頭的清香甘甜。

種福園大門口正在製斤餅的師父，旁邊就是煎斤餅的鐵鍋，現擀現做！「雞絲拉皮」綠豆涼粉稱為「拉皮」，種福園提供兩種拉皮：素拉皮、雞絲拉皮，是「雞絲拉皮」，濃厚的芝麻醬淋在雞絲、黃瓜絲、涼粉上，還有一抹芥末醬！會衝鼻！

配料「芝麻醬淋、雞絲、黃瓜絲」非常適合混合在涼粉上，一道層次豐富的北方菜！

除了最早的二二八公園旁懷寧街上外，在松江路123巷內、四平公園旁都有種福

園的店！

錢記斤餅有嚼勁

「永和錢記斤餅專賣牛肉店」平實的美味 親民的價格！京醬肉絲斤餅和斤餅包牛肉，炸醬麵都有特色！斤餅香軟軟又有一點嚼勁，淡淡的麵粉味道加上味道重的肉絲恰恰好！斤餅的口感有層次與微酥口感，斤餅包牛肉份量也是十足，整片的牛肉片和著些許的甜麵醬，比較可以吃得到肉的原味！

清燉牛肉湯頭真的非常好喝，有大骨的溫醇味與口感。炸醬麵的炸醬也是香氣逼人，麵條採用的是手工拉麵！

「葉嘉」老闆徒手拍餅的功夫不錯，店內提供京醬肉絲合菜玳瑁斤餅套餐，是一個人也可以吃的斤餅套餐，店內的酸辣湯用料豐富！除了斤餅套餐外，也有主菜套餐的選擇！價格親民！

林口宏記斤餅香

「林口宏記東北斤餅」牆上放了張東北斤餅精華的介紹「在於高溫中以手工法將麵皮油酥層次打開，咬感紮實有勁，舌韻綿密鬆軟，喉韻甘甜清香之三重精緻」一進門就可以看到店家在製作斤餅，店裡的斤餅不論是在製作或是煎烤都是用雙完成！

「紅燒牛肉疙瘩」及「手工豬肉捲餅」及「酸辣麵疙瘩」都很有特色！豬肉捲餅是鬆軟的斤餅捲上薄的跟紙一樣厚的肉片、蔥段和小黃瓜再沾上甜麵醬做成，吃起來很輕鬆爽口，可以感受到斤餅的韌勁！

紅燒牛肉疙瘩，很有特色，平常不容易吃得到，牛肉吃起來很有嚼勁，紅燒牛肉疙瘩裡頭的疙瘩，咬起來卻很柔軟，而且泡在湯裡的時間越久疙瘩就越柔軟而有味道！

斤餅套餐，同時可以吃到京

醬肉絲或合菜玳瑁斤餅和玉米湯或酸辣湯！

穆記吃法不同

「穆記」有勁道不油膩的斤餅是穆記的鎮店招牌，餅口感清爽特色在於乾烙不加油，口感酥鬆，捲入滷牛腱肉，和三星蔥正中間最嫩蔥段，焦酥有層次帶點微鹹的斤餅再均勻抹上特製甜麵醬，大器的鋪滿牛腱肉與蔥段，是北方館子最經典的吃法！亦有老饕們大都點京醬肉絲配斤餅，此種吃法更是一絕！

穆記的牛肉麵湯頭醇厚濃郁，

因為湯底加入了甜麵醬，並以牛大骨、番茄等熬煮，號稱是清朝宮廷御廚傳授而得的秘方！只用當天現宰的台灣黃牛肩胛肉，湯頭以中藥、蘋果、牛肉與牛骨熬煮，不加一滴醬油，飽滿濃厚，獲得2019年米其林指南餐盤推薦。

穆記牛肉麵在牛肉麵界傳有盛名，很多饕客不辭千里來到這裡，其實就在於獨門配料之外，再配上「薑、蔥花、香菜」這三樣傳統配料更襯托出牛肉麵的香氣，穆記牛肉麵有別於一般的牛肉麵，店家不用傳統「酸菜」來調味！



▲有勁道不油膩的斤餅是穆記的鎮店招牌，餅口感清爽特色在於乾烙不加油。(作者提供)

店家資訊：

清真中國牛肉麵館
地址：台北市大安區延吉街137巷7弄1號
電話：0227214771

種福園
地址：台北市中山區松江路123巷12之1號
電話：0225079229

葉嘉東北斤餅
地址：台北市中正區汀州路二段207號
電話：0223677216

穆記牛肉麵
地址：台北市信義區吳興街239號
電話：0227222707



▲現場手工做的斤餅，皮酥帶咬勁，麵皮也很Q彈，微微的麵香，暖暖的溫度，甚好！（作者提供）