

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

清晨展讀醒報，開啟喜悅、充實、正向的一天。



台鐵改革 總統：信任政府



中火再發電 市府罰 2 千萬



旅遊泡泡 紐澳 6 日開國界



《美食地圖》日式匠人鰻魚飯



《今日靈修》

改革難如登天
台鐵沉痾的改革、公股銀行民營化的改革，領導人都須發揮魄力、堅持、劍及履及的精神，才能克竟其功。如果遇到阻力就退縮，必定功虧一簣。我們要為主事者代禱。(2 版)

政院未核定台鐵報告 立委批甩鍋交通部

針對太魯閣號事故，民眾黨立委質疑甩鍋給交通部；林佳龍回應，有涉及施工行為，目前運安會還在調查中。



▲ 立委指出，普悠瑪事故後，台鐵總體檢報告曾通過的 144 項改善建議，至少還有 34 項需持續辦理且未完成，2 年多過去都沒有執行。(本報資料照片)

【本報記者臧品安台北報導】針對太魯閣號事故，民眾黨立委邱臣遠 7 日質詢時直批，行政院說台鐵總體檢報告不用核定，根本是用鍋給交通部，並建議報告應找公正第三方認證。他也問交通部長林佳龍，行車紀錄器內容是否能證明現場有施工情形？林佳龍回應，初步了解，有涉及施工行為，目前運安會還在調查中。

運安會調查中

邱臣遠指出，李義祥身為營造公司負責人，卻違反《營造業法》第 28 條規定，違規擔任工地主任，但監造單位聯合大地、專案管理的中機工程，以及台鐵花蓮工務段卻都未發現，更不要說，工地告示牌留的工地主任、品管人員等電話都相同，明顯是借牌行為。前科累累的承包商卻

能接下重要工程，釀成此次重大傷害，他要求林佳龍對此做出回應。

林佳龍表示，已啟動調查，會把疑點釐清。邱臣遠問，行車紀錄器內容是否能證明現場確實有施工情形？有沒有違反相關規定？林佳龍回應，初步調查結果顯示，工程車應該有移動，且涉及施工行為，但事實如何，運安會調查中。



▲ 民眾黨立委邱臣遠 (左) 7 日質詢時直批，行政院說台鐵總體檢報告不用核定，責成各單位去做，根本是用鍋給交通部。右為交通部長林佳龍。(photo by 影片截圖)

會調查中。邱臣遠又問，如果裝設護欄是否能擋住工程車滑落。林佳龍坦言，應該還是沒有辦法。

針對普悠瑪事故後，台鐵總體檢報告曾通過的 144 項改善建議，邱臣遠指出，144 項中至少還有 34 項需持續辦理且未完成，他舉第 78 項為例，依規劃要將目前邊坡監測預警系統狀況、資



訊判讀、因應措施等，建製一套適合台鐵的系統，通知相關部門採取有效應變，解方報告中都有，但 2 年多過去都沒有執行。

政院甩鍋交通部

林佳龍澄清說，解除列管並不代表不管。但邱臣遠直批，行政

院說報告不用核定，責成各單位去做，報告形同虛設，根本是用鍋給交通部。他也進一步指出，報告應有公正的第三方獨立機關認證，才能具體落實執行，由行政院自己審又沒核定，這樣的態度國人無法接受。最後，邱臣遠要求，制定並落

實台鐵運輸管理安全系統；邊坡全面建置「邊坡全自動監視告警系統」；2 年內應比照高鐵增設防止侵入防護網與天然災害告警系統；重新檢視施工安全管理作業，工程防護作為沒有達到標準前，禁止復工或開工。

私校將惡性退場？ 高教工會籲刪 24 條

少子化趨勢下，台灣高校招生缺口逐年擴大，民進黨立委籲教育部應超前部署、積極調查相關學校。



【本報記者林志怡台北報導】學生越來越少，私立高校就該開始準備退場嗎？台灣高校招生缺口逐年擴大，民進黨立委陳秀寶指出，教育部應超前部署、積極調查相關學校，其實目前教育部已研擬制定「私立高級中等以上學校退場條例」，但高教工會仍痛批，該法案 24 條將造成董事會選擇惡性退場。

少子化下的學生荒

少子化趨勢下，越來越多學校招不到學生，日前內政部統計資料更顯示，台灣今年度 1 月出生人數跌破 1 萬，再創新歷史新低。招生狀況不佳的學校面臨校地閒置及教師失業等問題。

據教育部推估，4 年後高中新生將減少近 3 萬人，111 學年度大學一年級生更將低於 20 萬人，到了 117 學年度，更將只剩

下約 16 萬人，比 101 學年度少了整整 11 萬人以上。民進黨立委陳秀寶指出，在少子化的情況下，目前已出現學生減少的跡象，教育部應該超前部署、主動調查，以維護教職學及學生權益，而目前立法院草案中，已擬定兩階段預警學校及專案輔導學校認定標準，若學校表現不良，則進入退場階段。

台灣高校的「心魔」

然而，高教工會認為，私校是公共資產，因此私校退場條例並非必要，現有的行政法規已經足以處理私校結束招生後的相關教師資遣與資金協助問題，問題只在於「行政機關做不做？」

此外，高教工會秘書長陳尚智痛批，當教育部及中央選擇將後段班的爛學校移除，這樣的排

序心理是台灣的「心魔」，讓教育資源越來越集中，卻未能思考後段班學校地處偏遠、無法取得資源等問題，以及此類高校移除後，在地學生的就學問題如何處理。

另一方面，私立高校是「私人興學」，高校工會認為，真心認真辦學的私立學校，根本無法透過該法案取得資源，且法案 24 條規定，私校可於 3 年內轉辦其他教育、文化、社福事業，「會讓圖利的董事會惡性退場，轉而追求其他私利」，因此 24 條「必須刪除」。

對此教育部於公聽會後回應，過去僅有私校法 71 條，從過去案例可發現退場私校出現頻繁申請及快速轉型，因此於退場法中加上 24 條設定期限，至於細節仍待立法院商議，盼加速進入逐條審議階段。

▲ 高教工會秘書長陳尚智怒批「私立高級中等以上學校退場條例」24 條為「該死的 24 條」。(photo by 林志怡)

《焦點圖文》



新北捷運施工戒備

新北市長侯友宜 7 日要求捷運局施工三鶯線時，跨越國道與台鐵需防範墜落造成傷亡，捷運局表示，三鶯線懸臂橋防護底板及全包覆防墜網。

圖 / 文 中央社

社論

公營銀行狀況連連 應加速民營化

台灣公營銀行應該徹底民營化。最近第一商銀、台灣銀行、彰化銀行紛傳嚴重管理缺失，侵害客戶法益。前二月又投資失利，經營績效不彰，合併、政府退出公股銀行經營其實是最好的路。

公股銀行惡化嚴重

長期以來，台灣八大公股銀行屢遭政客染指人事、預算，關說特權貸款，加上僵化、老化的經營管理，如何面對日益嚴峻的國際金融環境挑戰，倍受關注。台灣目前還有 39 家銀行之多，但現為亞洲金融中心

的新加坡只有 3 家，馬來西亞 10 家。惡性競爭的結果，2015 年銀行體系存放款利差還有 1.3 個百分點，現在只剩下 1 個百分點，銀行經營環境快速惡化，幾乎已淪於艱困行業。

科技金融、數位化、網路化、無實體化已經逼使銀行體系去年關閉 59 家分行，今年又有樂天、Line、將來等三家純網銀加入競爭，公股銀行生存越來越困難，加上政治力不斷介入，官商勾結醜聞頻傳，如今只有徹底民營化，政府退出銀行經營，才能讓公股銀行重獲新生。

公股銀行狀況不斷

最近公股銀行出的狀況，只能用荒唐 2 字形容。第一銀行發生民眾在 20 年前，即已清償債務，最近卻突然遭到追討，甚至還向法院申請查封土地，所幸民眾保留清償收據，才讓一銀知難而退，向法院撤回執行，但是會發生如此離譜案情，實在令人意外。彰化銀行則於日前甫發生藝人郁方指控幫小孩存壓歲錢，遭行員指稱少 4 千元，不料最近台中分行發生同樣情事，差額高達 10 萬元。客戶同意銀行要求先墊補差額，再退款，但是行員事後置

之不理，一直到客戶投訴媒體，彰銀才道歉還款。台灣銀行的錯誤更荒謬，最近傳出標錯黃金牌告價格烏龍事件，造成銀行體系錯賣黃金價格，損失不貲，令銀行體系同嘆無奈。去年，華南永昌證券處理衍生性金融商品失誤，造成華銀慘賠 34 億，全體股東遭受嚴重損失，影響銀行經營穩定。

政府應退出銀行經營

公營銀行過去爆發潤寅弊案、慶富獵雷艦案、遠航弊案，每一個弊案都造成國庫上百億元的損失。回憶 90 年代三商銀市

值，不論一銀、彰銀、華銀，每家都超過 3000 億元，如今第一金只有 2830 億元，華南金 2397 億元，彰化銀行更只剩 1817 億元，每況愈下，三商銀加起來不過 7044 億元，還不如 30 年前。在此同時，富邦金市值已達 5915 億元，國泰金 6315 億元，連新銀行玉山金市值都已達 3280 億元，元大金急起直追，市值今年已有 2719 億元，比百年老店合作金庫只差不到 100 億元。公股銀行已無競爭力，面臨淘汰的命運，顯而易見。公營銀行走過台灣經濟發展歷程，貢獻不容抹煞，但是

面對競爭激烈的金融環境，已顯老邁無力，狀況頻頻，如何妥善規劃退場機制，讓員工受到最佳保障，股東權益影響最小，台灣金融體系才能夠加快現代化腳步，展翅高飛，是政府當務之急，否則情況只會日益惡化，對經濟發展不利。最近富邦金成功合併日盛金，是首宗金銀併成功案，為金融體系併購樹立良好典範，值得肯定。期待公營銀行應加速整併，政府退出銀行經營，徹底民營化，才能加快金融體系改革，邁向現代化的腳步。

台鐵改革不必懷疑 蔡總統：請信任政府

蔡總統針對台鐵失事，改革台鐵三大方向，包括解決台鐵組織文化、解決長期虧損財務、討論最適合台鐵的永續經營模式。

【本報記者章文台北報導】「不必懷疑政府改革的決心。」蔡總統針對台鐵失事向記者宣示，請大家信任政府，跟她一起努力。針對台鐵太魯閣號事故造成嚴重傷亡，總統兼民進黨主席蔡英文 7 日提改革台鐵三大方向，包括解決台鐵組織文化、解決長期虧損財務、討論最適合台鐵的永續經營模式。她也強調，改革台鐵政府責無旁貸。

改革勢在必行

蔡英文 7 日在中常會前率全體中常委為台鐵太魯閣號意外事故傷亡者默哀 1 分鐘祈福並發表談話。她致詞說，台鐵太魯閣號的事故，衝擊全體國人。因此，她強調，「改革台鐵，勢在必行」。蔡總統也說，這幾天，社會針對「台鐵改革」，已有很多想法跟意見，包括台鐵未來的經營模式是否要公司化的問題；過去，台鐵有沉重的歷史包袱和財務壓力，它也肩負著許多政策責任和社會責任，確實需要改革。她



▲台鐵太魯閣號事故造成重大傷亡，總統兼民進黨主席蔡英文（中）7日出席中常會，會前率全體中常委為傷亡者默哀祈福。（中央社）

相信，每一個台灣人都希望，台鐵可以更安全、更有效率。這的確是台鐵的責任，也是政府的責任。

事故續改革

她說，2018 年 10 月發生普悠瑪事故之後，隔年 1 月，行政院針對台鐵改革，提出了 144 件事項，經過 2 年的時間，已經處理

了 109 項。剩下的大多數，是需要一些時間來處理的項目，一定會逐步完成。

蔡英文指出，這些改革必須按部就班處理。目前最首要的工作，就是要徹底解決台鐵組織文化的問題；必須強化台鐵內部組織功能的調整。例如加強台鐵「運工機電」四大系統的橫向整合功能，改變層層上報，再層層

下達的處理模式，讓區域內的問題可以在區域內解決，來提升台鐵的管理效率和安全性。

她說，最重要的，是很多人提出的，台鐵施工安全管理的意識和標準。這一定要全面檢討，革新台鐵的組織文化。她認為，管理和安全的問題不解決，營運模式再怎麼調整，都無法滿足社會的

期待。

解決財務虧損

蔡英文說，第二，要努力解決台鐵長期虧損的財務。台鐵經營許多無法獲利的鐵道路段所造成的營運虧損，還有員工退休、資產活化等問題，日積月累之下，造成台鐵財務龐大的負擔，不僅打擊員工的士氣，也讓台鐵的營運效率、安全出現問題。她認為，要趕快幫台鐵解決財務問題，讓單位能夠穩定獲利、員工沒有後顧之憂，改革的方向才容易達成共識。



蔡英文強調，台灣各地的民眾，都值得擁有一條安全回家的路。改革台鐵，「我們責無旁貸，不必懷疑政府改革的決心」。請大家信任政府，跟她一起努力。

EMA 報告出來前 疫苗施打不會停

【本報記者林志怡台北報導】科學報告出來前，AZ 疫苗施打仍要繼續！昨日歐盟疫苗單位負責人提到 AZ 疫苗顯然與血栓的不良反應有關，但中央流行疫情指揮中心指揮官陳時中表示，在正式報告發布、經專家會議討論前，疫苗施打仍會繼續，且自 4 月 12 日起，將擴大開放防疫周邊高風險人員施打。

疫苗策略先不調整

關於 AZ 疫苗的不良反應評估，指揮中心發言人莊人祥表示，目前 EMA 正在對腦靜脈栓塞進行回顧，最快明天會有初步報告。

此外，莊人祥解釋，腦靜脈栓塞在全球都相當罕見，而西方人發生機率較東方人高了一倍以上，英國發生率為 1.2%，而韓國接種 88.7 萬劑，均未出現血栓的狀況，而台灣的嚴重不良反應比率也極低。

至於 EMA 疫苗相關單位負責人

曾提到 AZ 疫苗與血栓不良反應相關，陳時中指出，目前還沒有證據顯示我們必須暫緩施打，歐盟、世界衛生組織都會提供相關見解，再由台灣專家小組評估，再考慮對疫苗施打策略作出調整。

疫苗施打再擴大

繼昨日開放第一、第二、第三類醫事人員全面施打疫苗後，4 月 12 日起，疫苗將再次擴大施打，包括中央、地方檢疫人員，本國籍航空機組員、國際商船船員、防疫車隊駕駛、防疫旅宿居家檢疫服務人員等第一線高風險工作者。

此外，民眾所擔憂的疫苗接種後出現不良反應將沒有任何補償可領，陳時中指出，當初根據 WHO 的定義對相關規定做出修正，但後續有疑慮的部分會直接排除掉，也會跟預防接種專家討論，再提出救濟準則。

不良反應將無補償 憂接種意願降低

【本報記者林志怡台北報導】AZ 疫苗與血栓的關係確定前，政府將不會提供任何補償。日前衛福部部長陳時中提到。可透過預防接種受害救濟制度補償接種新冠肺炎疫苗後出現不良反應的民眾，但民團卻指出，衛福部於 2 月公告的修法內容，讓民眾在確認疫苗與不良反應關係前，無法取得任何補償。

與民眾作對的修法

《預防接種傷害救濟基金徵收及審議辦法》將疫苗與不良反應關係分為有關、無關、無法確定等三種，今年 2 月衛福部公告將「無關」的認定加入「醫學實證未支持其關連性」，中央研究院



▲民團指出，衛福部 2 月修法後，民眾很可能拿不到疫苗不良反應補償金。（Photo by 台灣醒報）

法律學研究所研究員邱文聰說，該修法形同架空部分補償的「無法確定」一項。

關於該法案修正後的補償情

況，台灣女人連線理事長黃淑英表示，若民眾施打 AZ 疫苗後出現不良反應，在不確定關聯性的情況下，民眾將無法取得任何補

償，是「與人民作對的修法」。

知識不足民眾買單

該法案修正過程中並未經過公告及民意搜集，邱文聰指出，該次修法後，「政府雙手一攤，疫苗知識不足，我就不賠」的態度將造成民眾困境，且救濟資金需向廠商徵收，可能因此降低其開發意願。

此外，時代力量立委邱顯智說，二月份的修法使受損害者需負起舉證責任，將使民眾對於接種疫苗卻步。邱文聰則建議，疫苗受害救濟補償應思考是否可透過公共預算支應，讓打疫苗的民眾能夠得到保障。



今日天氣

北部 17°-25° 多雲短暫雨

中部 19°-28°

雲

南部 20°-27°

多雲

東部 18°-25° 多雲短暫雨



▼中火重啟 3 號燃煤機組，再遭台中市環保局裁罰合計 2300 萬元；但去年 2 號機重啟時中火已遭環保局裁罰 2000 萬元，台電至今仍未繳納，只能拖待司法裁決。（photo by 台中市新聞局網站）



中火執意投煤發電 台中市重罰 2 千萬

【本報特派員劉東泉台中報導】「重罰 2 千萬，移送負責人！」台中火力發電廠 3 號機 6 日下午 5 時左右確定開始投煤發電，未遵照台中市政府的停工命令，市府環保局昨晚進廠稽查確認，違規事證明確，依「空污法」重罰最高 2000 萬元罰鍰，並函送負責人偵辦。但台電 7 日召開記者會表示，中火重啟燃煤機組合格合法，台中市府的裁罰，只是在浪費國家行政資源。

盧秀燕在出席活動時受訪表示，中火每部機組 1 天需投入約 4000 公噸煤炭造成嚴重空污，對市民健康造成傷害。市府全力整治空污，已讓中部空品逐漸進步，這是一條非常艱辛的路。市民的健康是國家大事，不能當成地方的事情，中央應向市民善盡說明，有必要重啟也需獲大家同意。中火在 5 日晚間無預警啟動 3 號機組，環

台中火力發電廠因市府環保局進廠稽查，依「空污法」重罰最高 2000 萬元罰鍰，但台電卻表示此裁罰浪費資源。

保局即前往稽查，當時中火以柴油燃燒點火預熱，考量其違規情節，予以處分 300 萬元並命停止操作，昨日下午已送達裁處書。但依台電 6 日晚上 7 時的資料顯示，3 號機組發電量已達該機組裝置容量 10%，環保局主秘江明山隨即率隊稽查，確認投煤且已併聯發電。環保局表示，台電公司針對中火 3 號機組至今未重新提出許可申請，仍屬許可證遭廢止狀態。另依環保署空品監測結果，昨日下午 5 時起，中火下風處的彰投雲南等地區已有部分測站空品不佳達「橘色提醒」或「紅色警戒」等級，預報中部及雲嘉南地區今日空品仍有達「橘色提醒」等級之虞。不過，雖然環保局祭出

重罰並移送台電負責人，台電依然堅持合法重啟燃煤機組，對於罰款，根本不理睬。環保局主秘江明山受訪時指出，去年台中環保局即曾針對中火 2 號機組違反空污法的部分，裁罰 2 千萬元，並移送法辦，但檢察官至今未起訴，中火也遲未繳納罰款。此次針對 3 號機組的重啟，市府分別裁罰 300 萬與 2000 萬元，合計 2300 萬元，環保局仍將依法先行將裁罰公文送達台電，後續才有移送司法的行動。對於台電遲不繳納罰款，市府裁罰動作恐怕失去遏

阻作用，江明山表示，市府只能靜待高等行政法院與司法的裁判結果；但市府仍要表達嚴正立場。對於台中市府堅持開罰的行動，台電發言人張廷杼表示，中火重啟 2、3 號機組本就合法合格，且中火機組重啟是依據全國供電系統的需求進行調度。台中市續針對中火重啟 3 號燃煤機組探裁罰手段，台電不能接受，一定會採取行政救濟以維護自身權益；市府持續的裁罰，只是浪費國家行政資源。



▲中火違法重啟機組（網路截圖）

錢復一生史料捐中研院 供後學研究商

【本報記者臧品安台北報導】前監察院長、現任蔣經國國際學術交流基金會董事長錢復，慷慨捐贈個人近 40 年、超過 200 箱的檔案給中研院近史所檔案館典藏。中研院近史所 7 日舉行「錢復先生資料捐贈典禮」，由近史所所長呂妙芬與錢復交換捐贈契約，典禮簡單隆重。「近史所檔案館是此批檔案最好的歸宿。」錢復表示，中研院典藏這些文件使他無比光榮，也希望對近代歷史有興趣的學者，能有所貢獻。

中研院院長廖俊智致詞表示，錢復與中研院關係深厚，其父錢思亮先生曾任中研院院長、兄長錢煦院士為生物醫學科學研究所創所所長，而錢復先生年輕時受到傅斯年、胡適等前輩教導，也曾動念到近史所從事學術研究。30 年前他允諾捐贈錢思亮



▲中研院近史所所長呂妙芬（右）與錢復交換捐贈契約。（中研院提供）

院長的資料，30 年後他又慨然捐贈，相當具歷史意義。中研院副院長黃進興指出，綜觀《錢復回憶錄》三大冊精彩的內容，可供參照中美關係、冷戰史及當代政治史的脈絡，這批捐贈資料的重

要性自不待言，對近史所檔案館而言，更是如虎添翼，期盼將來整編開放後，可供更多後學投入研究。呂妙芬則表示，近史所檔案館典藏一向以外交史為重鎮，錢復捐贈的資料包括：退出聯合

國與中美斷交見證、駐美代表及外交部長時期、與四任元首的交會、以及個人生活史，相信對於未來歷史研究是很珍貴的史料。

中國瘋比特幣採礦 耗能超越義大利全國



▲比特幣採礦需要大量電腦運算，背後牽涉污染排放等問題。（Photo by Tim Reckmann on Flickr under Creative Commons license）

【本報記者莊瑞萌綜合報導】比特幣「挖礦」耗能龐大，排碳量超越整個國家。中國科學家最新研究發現，當地比特幣挖礦所製造的碳排放快速增加，近期內可望超越義大利或沙烏地阿拉伯全國的耗能規模，對於環境會造成一大威脅。

「挖礦」耗能巨大

據《獨立報》報導，比特幣挖礦須透過電腦運算尋找數學難題，而需要倚賴龐大的運算能力，因此，運算地點通常會選擇電力價格便宜的地方。截至 2020 年 4 月止，全球 75% 的比特幣運算都在中國進行。

中國科學院的報告就指出，如果放任不管，在中國的比特幣年耗能將在 2024 年達到巔峰的 297TWh（兆瓦時），超越義大利與沙烏地阿拉伯總耗電水準，規模排名全球第 12，而且隨之而來的碳排放每年也會來到 1.3 億公噸，更是超越 2016 年捷克與卡達的總溫室

氣體排放量。

倚賴燃煤電力

上個月內蒙古宣布要求所有現有虛擬貨幣礦區關閉，同時禁止開放新的運算，當地便宜電力吸引挖礦人前往，根據劍橋比特幣電力消耗指數指出，當地佔全球比特幣採礦 8%。

《新科學人》報導，北京清華大學研究人員關大博表示，「在中國 4 成的比特幣採礦活動都是倚賴燃煤取得的電力。」

他指出，在北京或中國北方的採礦者極有可能使用到燃煤電廠的電力，南方的貴州、雲南與四川大部分則是倚賴水力發電。他也認為，由於中國要在 2060 年達到零排碳目標，勢必實施規定來降低比特幣採礦及其他部門碳排放。本次研究結果刊登在 Nature Communications 期刊。

挑對節能商品 環保署推簡單綠生活

【本報記者臧品安台北報導】綠生活可以從日常生活中簡單做起！環保署 7 日與特力屋士林店合作舉辦實體展，透過實體展示區布置民眾綠生活情境，盼民眾養成使用環保標章產品、使用節能家電、做好資源回收等節能環保習慣，將綠生活理念落實在日常生活中。

推全民綠生活

「目標是將綠生活成為新的日常生活典範！」環保署管考處處長馬念和表示，從資源回收、限塑自備餐具、汰換老舊機車、環境清潔綠美化、選購環保標章產品等，長期以來民眾已與環保署一起努力落實綠生活，今年要更加強宣傳並攜手各部會共同推動，透過全民動起來，逐步將綠生活理念內化為習慣。

馬念和指出，日常生活中的大小事皆與能源有關，而一般民眾的主要活動場域，也主要集中在工作場所與居家，因此這次與特力屋合作，選擇展示辦公、居家及能源的各種情境布置，包括客廳、廚房餐桌及書房工作區，運用室內植栽美化、節能家電、印表機雙面列印及電腦視訊等貼近民眾生活的布置，民眾只要挑對綠色商品，辦公、居家都能更節能。

落實綠色辦公及居家



▲特力屋士林店綠色辦公展示區。（環保署提供）

這次特力屋士林店的實體展示區布置，呈現出綠色辦公及綠色居家的觀念。「綠色居家」是鼓勵民眾使用環保標章產品、注意冰箱收納、清理冷氣濾網及做好資源回收等；「綠色能源」則鼓勵民眾支持再生能源、使用低碳或高效率產品、減少電器待機調整用電習慣、保持家電清潔以維持效率、汰舊家電選用具節能標章產品、運用自然晾乾取代烘衣等，養成良好用電習慣。

環保署也表示，接下來還要結合全國機關、地方政府及民間企業團體合作，推出更多元化方式，譬如綠生活嘉年華、路跑、校園展示站等實踐綠生活的作為，全民一同邁向「健康、安全、環保」的永續綠生活。

旅遊泡泡添一例 紐澳 6 日起互開國界

因紐西蘭與澳洲面對疫情爆發時即執行嚴格政策，目前兩國得以互開國界，於 19 日起成為世界第二組互相提供旅遊泡泡的國家。

【本報記者王慶宇綜合報導】澳洲與紐西蘭將於 19 日起成為世界第二組互相提供旅遊泡泡的國家。紐西蘭 6 日宣布，將自 19 日起開放澳洲國民免隔離入境，是繼台灣與帛琉之後，全球第二個形成的旅遊泡泡，讓紐澳之間的國民得以探親，更為即將到來的滑雪季鋪路，邁向旅遊復甦。

防疫成績有亮眼

根據《美國之聲》報導，紐西蘭總理阿爾登 6 日宣布，紐西蘭將自 19 日起，有條件開放澳洲人民免隔離入境紐西蘭。由於

紐西蘭防疫成績亮眼，澳洲早在去年 10 月就已經開放紐西蘭人民免隔離入境，但紐西蘭並沒有立即互惠，而是等到現在才正式宣佈也開放國界。

相較於其他西歐國家，紐西蘭與澳洲在面對境內疫情爆發時，都會立即執行嚴格的封城政策，被視為是兩國得以互開國界的重要原因。澳洲總理莫里森則表示，兩國終於互開邊界，意味著家人們得以團聚與更多的工作機會。據了解，紐西蘭將採取有條件地開放澳洲國民免隔離入境。

免隔離仍須嚴守規範

《英國廣播公司》指出，澳洲國民若想要入境紐西蘭免隔離，須在出發前 14 天不曾到過其他國家，並在機上全程配戴口罩。而執飛紐澳航線的飛行組員，也只能在低感染風險的航班上執勤，降低傳染風險。總理阿爾登也強調，若有新的疫情爆發，不排除要求受影響地區人民出示陰性證明或是暫停航班。

據了解，紐澳旅遊泡泡將會是繼台帛泡泡之後，全世界第二組互相免隔離的國家。外媒也指出，紐西蘭與澳洲先前都曾提出想法，要跟低感染風險國家如新加坡、台灣與部分太平洋島國設置旅遊泡泡，但目前仍無下文。



▲紐澳將自 19 日起開放旅遊泡泡，成為世上第二組互開國界的國家。(photo by Wiki media)

全球各大週刊頭條新聞

臧品安／輯

《觀察者》The Spectator 西方應回擊中國的制裁

從許多方面來說，中國比蘇聯更加強大，因為中國更融入世界貿易體系，其經濟模型的缺陷也較少，帶給西方國家蘇聯所沒有的商業吸引力，而中國收購企業及機構的舉動，也在某種程度上解釋了為什麼英國和西方國家不願意對北京政府採取強硬路線的原因。

然而，過去一年，中國犯下一系列戰術上的失誤。最近的失誤是在上週對歐盟和英國政客實施制裁，這種有攻擊性的舉動增加民主世界國家針對制裁口徑一致的可能性。

在 1980 年代領導中國經濟現代化的中國中共中央副主席鄧小平，他著名的聲明為北京政府應該「隱藏實力，等待時機」，事實證明，該策略非常成功，西方國家選擇將中國的行為解釋為良性的，即使中國後來不再「隱藏實力」，西方國家仍然希望將中國視為機運，而不是威脅。

但自新冠疫情爆發以來，中國已表明自己真實的意圖，其好戰的表現讓西方國家認識到習近平政權的本質。在他的領導下，中國更具有對抗性，從香港淪陷、對台灣的軍事威脅及對澳洲的經濟欺凌可見。

上週美國、歐盟、英國和



加拿大對中國在新疆侵犯人權的行徑實施制裁，北京政府選擇以戰狼方式回應，中國認為自己足夠強大，其市場足夠有利可圖，自己強硬的回應能使人屈服。但這項舉動，反而使未來西方國家更有團結的可能，畢竟捍衛人權是西方列強認為容易達成共識的問題。

如果西方國家想要減少對中國的依賴，必須採取共同行動，像是確保 6G 出現時，能與華為競爭；英國必須確保新的接管政策，能阻止中國直接或間接收購科技公司及其智慧財產權。西方國家現在該採取行動，防止自由民主社會受到中國的經濟欺凌，英國首相鮑里斯·強森應該利用今年 6 月在英國康瓦爾郡舉行的七大工業國（G7）高峰會的機會，提出集體經濟防禦計畫。

歐洲最古老的 3D 地圖 距今 4 千年歷史

【本報記者宋秉謙綜合報導】考古學家與歷史學家常透過挖出的平面地圖，研究古代王朝與遺跡，考古學家日前表示，在一個 2014 年在法國古城地窖發現的石頭雕版上，分析出可能是最古老的歐洲 3D 地圖，研究得出石板年

份可追溯到 4 千年前的青銅時代早期，上面雕塑地點是法國西部的布列塔尼地區，從上面刻畫的奧代河地區發現準確度達 8 成。

距今 4 千年前

過去史學家透過史前遺址發現



▲標示出古代歐洲最古老的 3D 地圖現身，年份約是 4 千年前的青銅時代早期。(photo via Youtube 影片截圖 from channel of World Tech)

的地圖或遺跡，探勘古代社會留下的古物，通常發現的考據都是平面地圖，但根據《每日郵報》報導，近期法國史前學會公報研究指出，他們發現一個史上

最古老的歐洲 3D 地圖，石板長度為 2 公尺、寬為 1.5 公尺，記錄了法國西部布列塔尼半島地區，據信能追溯到西元前 1900 年左右，距今約有 4 千年歷史，當時歐洲還是青銅時代早期。

研究人員表示，這個地圖是用聖貝萊克板岩為底，據考古資料首度於 1900 年被發現，而後被遺忘了一個世紀之久，被當成一個不重要的古物，石板在期間多次被移動，在 1924 年被移到國家古物博物館，又被送到克努茲古堡（Châteaude Kernuz）的護城河下地窖，隨後在 2014 年才重見天日，並被認為上面的標記與雕刻很可能有別樣意義。

準確度達 8 成

據《英國廣播公司》報導，他們發現石板上一直出現重複的圖騰與線條，考古專家尼古拉斯表示，全世界有很多古老石頭都刻有圖騰，但一般來說不算是地圖，上面未能解釋標誌、無法標示相對距離，而這次的石板上卻發現以特定比例繪製區域，這才符合地圖的定義。

尼古拉斯更補充最重要的部分，石板上清楚描繪出奧代河附近區域，以壓痕顯示奧代河山谷，以線條交叉描繪出河流覆蓋區域，對比實際地理位置，在河流附近 18 英里的區域準確度居高達 8 成，所以被認為是古代歐洲最有年份的 3D 地圖。此外，尼古拉斯推測，石板應該是當時位於布列塔尼地區的小國王標示出自己統治的領地，他認為這有助於理解當代社會背景，說明早在 4 千年前就有製圖概念，且能製作相對關係明確的地圖。

考古發現聖殿稅硬幣 明年將對外展示

【本報記者莊瑞萌綜合報導】耶穌時代流通的硬幣出土！以色列考古學家在耶路撒冷舊城重新找到多年前出土的箱子，當中並發現疑似當年朝聖者支付聖殿稅的硬幣。類似硬幣出土數量相當罕見，考古學家預計明年透過展覽對外展示。

據《今日基督教報》報導，大衛塔博物館考古人員是在進行文物保護工作時，發現一個早在 1980 年代就出土的古箱子，並在當中發現這枚硬幣。該枚硬幣刻有腓尼基神明美刻爾的頭像，另一面則是老鷹圖像。目前找到的推羅銀幣（Tyre Coin）數量相當有限，前者是在第二聖殿時期使用並在西元前 125 年至西元 66 年止在當時的古城推羅製造。

大衛塔博物館館長愛羅特·李



博表示，「我們從福音書知道耶穌到過耶路撒冷，他也跟換錢的人說過話，我們找到了證據，這是這段歷史的考古證據。」

《耶路撒冷郵報》報導，推羅銀幣經常在第二聖殿時期的歷史文件

中被提到，但目前找到數量相當少。在找到硬幣的大衛塔園區內，還包含希律王的宮殿，當地就是許多神學家認為耶穌受審的地方。

《基督徒頭條網》報導，最近被發現的硬幣是在第二聖殿時期在推

羅製造，推羅銀幣是朝聖者前往聖殿過逾越節所使用。李博指出，「外界可以在大衛塔看到過去、現在與未來的樣子。在保護堡壘的工作期間，我們發現了過去的證據。基督徒可在耶路撒冷見證到福音書活了起來。」

▲出土的硬幣將在博物館中展出。(Photo by Tower of David Museum)

每人介紹 / 代訂一份報紙給朋友，讓善傳送

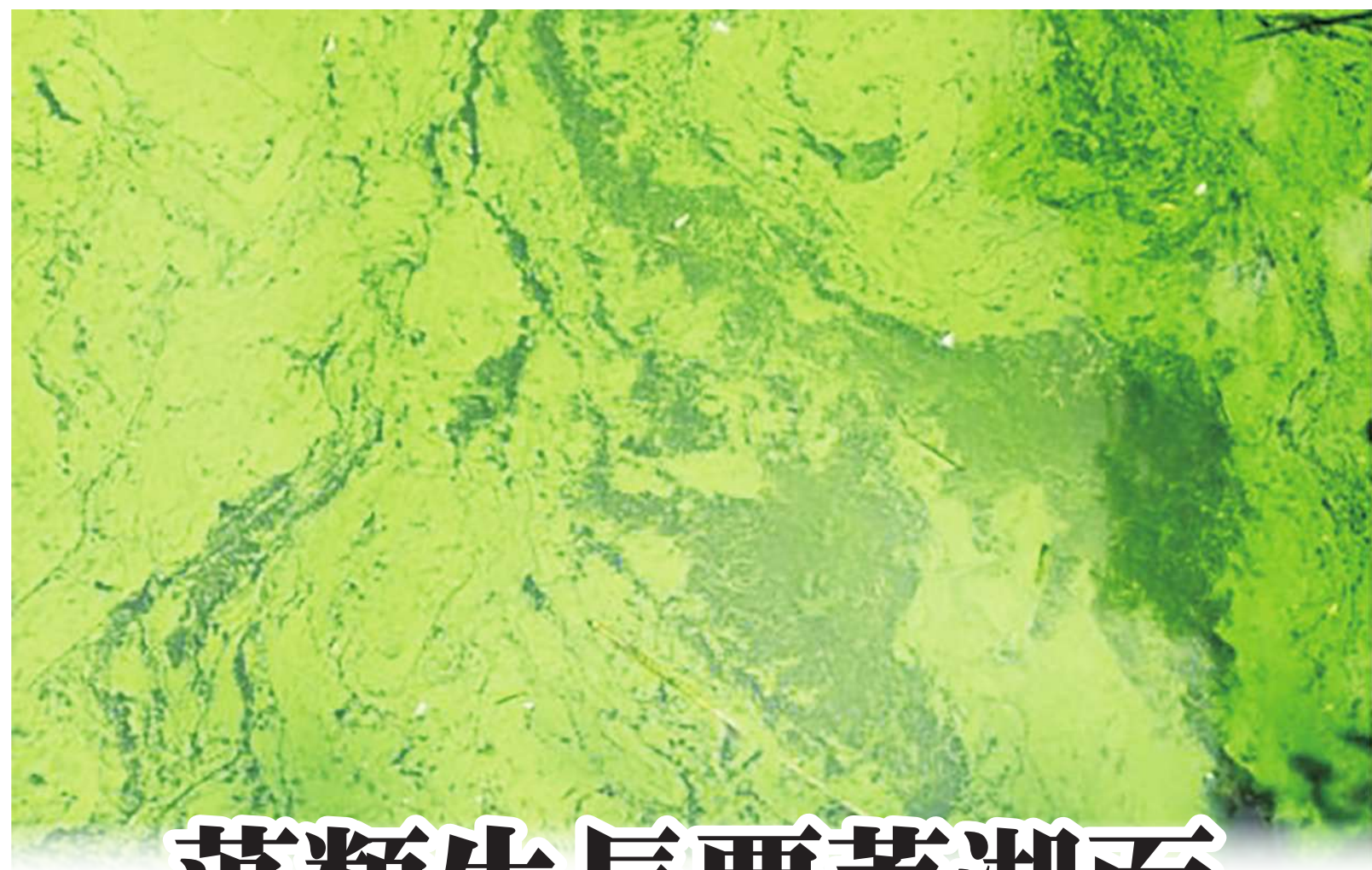
。本報廣告、訂報專線：

0800-011961



看完醒報，轉贈鄰居信箱

▼ 藻類不正常孳生，可能會產生毒素危害人體。（網路截圖）



藻類生長覆蓋湖面 恐破壞空氣品質

【本報記者陳是祈綜合報導】藻類大量繁殖覆蓋湖面，恐釋放對人體有害的毒素。美國麻州研究發現，受污染的水中，藻類會發生不正常大量繁殖的現象（俗稱藻華），除了影響池塘、湖泊等生態系統，浮游水面的藻類還會釋放對人體有害的毒素到空氣中。專家建議，在藻類繁殖期需要謹慎注意附近池塘並且定時清理，以防藻類生長失控。

毒素影響健康

《Earth》報導，藻類在池塘、湖泊大量繁殖是因水污染導致，而根據美國麻州地區的自然研究報告，過度

在受污染的水中，藻類不正常大量繁殖（俗稱藻華），除了影響池塘、湖泊等生態系統，還會釋放對人體有害的毒素。

茂盛的藻類不但破壞水域生態，還會釋放出藻毒素（簡稱 ATX），科學家甚至將此毒素稱為「極快死亡因子」。被排到空氣中的毒素會對人體產生極大傷害，如影響人體協調能力，引發肌肉抽搐、麻痺等狀況，且過去也有報告指出，有牲畜、鳥類和寵物因為誤喝有藻毒素的池水導致死亡。

全球暖化加劇問題

《Study Finds》報導，每到夏季藻類繁殖期，是毒素好發期，除了影響湖泊、池塘等淡水區域，甚至會威脅到沿海地區，而產生毒素主要來自於藏於藻群的藍細菌（一種單細胞生物），這類生物跟著藻類大量生長時，就會形成藻華現象，進而釋放毒素。

除了產生毒素，藻類大量繁殖會大量消耗氧氣，導致

水中生物無法存活，水質被破壞。研究者認為，藻華的出現主要還是源自於水污染，如肥料、化學物質進入池塘，刺激藻類不正常的大量繁衍，加上全球暖化，讓藻類繁殖更加快速。

藻類孳生惹禍

主研究者之一的薩瑟蘭博士表示，目前還有許多社區居民對於藻類繁殖的潛在危害缺乏認知，甚至在藻類茂盛的水域附近常常看到有人類居住，或者飼養牲畜，因此建議居民應以社區為單位，定期清理池塘，遏止藻類孳生。

娛樂大麻合法化 增加各地死亡車禍

【本報記者陳是祈綜合報導】隨著加拿大、美國舊金山和紐約開放使用娛樂用大麻，當地的死亡車禍量竟也大幅增加。研究認為，由於對於吸食大麻者駕車的檢測和規定，不如酒駕嚴謹，才會導致死亡車禍增加，且一般人對於娛樂性大麻的正確使用知識仍不完整，因此呼籲當局應盡快禁止吸食大麻者駕車上路。

死亡車禍增加

《Study Finds》報導，加拿大麥基爾大學的研究團隊發現，娛樂用大麻合法化和死亡交通事故增加有所關聯，團隊分析美國娛樂大麻合法的地區（包括舊金山、紐約等），並將當地交通事故數量交叉比對，發現娛樂性大麻的合法化，和當地車禍數量大增有關。

研究員威德表示，由於娛樂大麻合法化，會導致三百多名駕駛陷入潛在

的交通事故危機，無論駕駛本人是否為吸食者。另一項加拿大的數據顯示，在持有駕照的大麻使用者中，有 13% 的人承認自己曾在使用大麻的兩個小時內駕車，對於道路使用者（駕駛、路人等）都是潛在的危機。

政府應加強管制

《加拿大醫學雜誌》報導，根據 2012 年的估計，加拿大每年因為和大麻有關的交通事故，已造成高達 11 億加幣的社會經濟損失，其中肇事者大多為 34 歲以下的年輕人。

研究人員表示，關於大麻駕車的規定尚不如酒駕完整，且實用大麻後的駕駛教育依然不足，也呼籲公衛單位應加強宣導，例如建議大麻不得與酒精混用，以及實用大麻後應至少等 6 個小時才能開車上路，更敦促政府應儘速修訂法規，禁止大麻使用者在吸食後馬上開車上路。



▲ 加拿大研究發現，大麻合法化造成車禍增加。（網路截圖）

幼時與母親接觸多 可培養孩子同理心

【本報記者臧品安綜合報導】小時候多與母親肌膚接觸，有助於培養同理心！一項新研究發現，出生後與母親保持穩定肌膚接觸的新生兒，成年後與母親接觸不多的成年人相比，有更豐富的情感，在生活中也更能設身處地為他人著想。

根據《Babygaga》報導，一項新研究表明，出生後與母親保持穩定肌膚接觸的新生兒，成年後與母親接觸不多的成年人相比，擁有更多的同理心。該研究追蹤了 96 位嬰兒從出生至成年。

《HealthDay》報導提到，該研究包含 3 類型的嬰兒：可以與母親輕易接觸的足月健康嬰兒；至少 2 週無法與母親進行肌膚接觸的早產兒；至少連續 14 天、每天 1 小時與母親進行肌膚接觸的早產兒。

研究人員會定期觀察母子關係，看他們在孩童年幼時，如何進行非語言



▲ 一項新研究表明，出生後與母親保持穩定肌膚接觸的新生兒，長大後與母親接觸不多的成年人相比，更有同理心。（photo by Nestlé on flickr under CC2.0）

互動。

研究作者露絲·費爾德曼表示，接近母親的身體對孩童有益處，原因包括依戀、自我調節，就像其他幼時需要在母親體內，或身體附近獲取營養的哺乳動物一樣。

研究人員發現，出生後與母親有密切關係的人，有更豐富的情感，在生活中也更能設身處地為他人著想。費爾德曼表示，杏仁核與島葉這兩個區域因為孩子與母親建立的同步聯繫越多，越可以更好的發揮作用，讓孩子長大後能更好地與人相處。

性觀念偏差擴大 美、英正視校園性侵

【本報記者林志怡綜合報導】校園性侵已成為英、美校園普遍現象，兩國將採取相關措施及法案修正。據非政府組織搜集的資料顯示，因網路色情資料擴散而造成的性關係偏差，使得英、美校園對年輕人已經不再安全，並已引起英、美教育部的重視。

性觀念偏差

所有人的邀請（Everyone's Invited）組織為英國反強姦運動組織，其網站已搜集了超過 8000 項校園性侵指控，組織創始人索瑪·薩拉指出，「強姦文化」是學校普遍存在的問題，網站搜集的案例中，有多名受害者來自同一學校或社團。

此外，據《英國廣播公司》報導，致力於性侵案件調查的英國首席警官



西蒙·貝利指出，網路上的色情內容造成了這樣的變化，並使人們對正常的性關係的理解正逐漸產生偏差。

薩拉更指出，校園性侵犯甚至已經「正常化」，遍及所有學校，大學和社會。另一方面，美國總統拜登於去年 5 月也曾提到，「大學校園對我們國家的年輕人來說不太安全」，並於今年 3 月特別要求教育部徹查性歧視

政策。

英、美正視校園性侵

所有人的邀請組織網站已引起英國教育部關注，該國教育部長加文·威廉姆森透過推特表示，學校不該成為不安全的環境，更遑論性虐待的案發地點，「任何令人作嘔的行為的受害者」都應向他們信任的人，如老師、

家庭成員或警察提出疑慮，並承諾「我們將採取適當的行動。」

美國教育部近日也開始重新討論校園性侵相關聯邦法規，《美聯社》指出，一封教育部寄給所有大專院校的信件中提到，目前正規劃對校園性侵相關聯邦法案進行公開聽證。

◀ 英國教育部長於推特譴責校園性侵犯行為。（Twitter 截圖）

家中物品極簡化 幸福可能最大化

極簡不是一時的流行盲從，或追求空無一物的「零雜物、零慾望」，而是認清自己真正需要、想要的生活！



▲簡單生活的要點，不只是斷捨離、收納整理，若想營造視覺上舒服又耐看的氛圍，就得學習判斷每個物品和其他東西的搭配性。（網路截圖）

■ 末羊子

我永遠不會忘記那段購物成癮且投入打扮的瘋狂歲月，那是在二十歲左右的大學生涯。「不重複的穿搭」，是我當時幾近病態的追求，也是我人生中擁有最多、最流行衣服的時期，每當察覺到同學或朋友注意到我的精心打扮，都令我心花怒放、洋洋得意！

的過程，讓我的價值觀發生了出乎意料的轉折。當時還在歐洲讀書的我，旅遊在各個時尚摩登大都市，一貫的逛街購物，一貫的計畫自己的敗家行程。我買了多款快時尚耳環，以前從沒嘗試過的知名品牌T恤，第一和第二支的專櫃手錶、精美的陶瓷餐具、萌萌的絨毛娃

在瑞士的住宿房間也不過才兩坪大，當再度環視這原本以為很療癒的空間，突然有種如夢初醒的覺悟。

仔細看著散落在衣櫃和床上的包包，還有更多堆放在各個角落的飾品和雜物，真的感覺一切都亂透了！原來，我一直生活在爆滿和凌亂之中。我突然覺得自己好狼狽！

整理房間，勢在必行

還記得離開瑞士那天，總共拖了三大箱兩大袋，先是踉蹌地拖了十分鐘去車站，就已經滿身大汗了，再費力地把它們抬上火車，等到機場時再搬下來、扛上機場的行李推車，在航空公司櫃台check in時還忐忑不安，怕會超重。經過十六小時的飛行，回到家時，那七十公斤的行李已經把我折磨得精疲力竭。

「哇！終於把這些猶豫已久的東西帶回台灣了，太爽啦！」殊不知，那是另一場惡夢的開始。我家中的房間原本就塞滿「一年沒用的東西們」，在歐洲的這段期間，它們還是不增不減地待在那裡，現在又多了三大箱兩大袋、一共七十公斤的歸國行李，我的房間就像是已經滿載的捷運車廂，硬是要再多擠入一群人馬的感覺。

就算整個房間是粉紅色的夢幻色系，但那時候看起來，就像是住著不會打理生活的邋遢女孩。雖然感到無力又煩躁，但我開始明白一點：「整理房間，勢在必行」。

那股在歐洲篩選打包的勁頭又起來了，我一邊收拾房間，一邊放著「極簡主義」和「斷捨離」相關的影片和報導，腦海中不斷想像「經過極簡之後」的理想畫

面——乾淨簡單、卻富有質感的空間，沒有任何雜物散亂在房間裡！這些都激起我無限的嚮往，成就後來脫胎換骨的原動力。

保持 7 分滿的狀態

歷經了兩年斷捨離的實踐和極簡主義的洗滌，我的物品量漸漸達到了一個剛剛好的七分滿狀態。

在開始大丟特丟、大賣特賣的那段期間，我歸納出幾種最容易被捨棄的物品類型，它們似乎形成了一個清晰的輪廓，在告訴、提醒我：「我不是妳所需要的，以後不要再買我了」。

每個接觸「極簡」到一定階段的人，都會有「越來越了解自己」的感覺。大家是否同意，買東西買到最後，會越來越清楚自己想買什麼；很神奇的是，丟東西也是！你會漸漸清楚你喜歡什麼、不喜歡什麼；你需要什麼、不需要什麼。

別被外在慾望束縛

我開始對所憧憬的生活有了一個全新的定義，漸漸放下對物品的執著，漸漸生活在我習慣也喜歡的環境之中。原來沒有那麼多欲望，就不會有那麼多非買不可的打折商品！斷捨離短數週，我感覺自己過得越來越輕鬆，於是也更讓我確信，原來我的價值和魅力，其實不必被這些身外之物給束縛。

或許現在的你，不覺得自己可以清楚分辨到底什麼叫喜歡、什麼叫需要，面對雜亂無章的房間，也不知道該從何下手去收拾和斷捨離……別急！要開始簡單的生活，不可能只靠一個下午埋頭苦幹的整理或大丟特丟就能完成，想想過去，我們可是日積月累、花了好幾年的時間才把家裡

的空間填滿，相對的，現在也需要花上好幾天、甚至好幾個月才能達到簡化。

「簡單生活」只是一種生活方式，不一定要到極簡、不一定要到空無一物才是終極目標，也就是說，不要以為必須「什麼東西都沒有」才是實踐極簡。在調整生活的過程中，要隨時以「自己」為中心，「怎樣的」感覺是自己最舒服、最順眼、最嚮往的，那個「怎樣」就是最好的。

接下來的章節，我會分享自己的心得和經驗，希望帶著有心想要開始啟動簡單生活的人，你用超有感、無負擔、無壓力的方式循序漸進；從改變你對「擁有」的心態，慢慢找到最適合你的生活方式和風格，希望你能體驗到「少即是多」的輕鬆。

探究購物慾從何來？

購物當下的心情是什麼？慾望從何而來？前文提到，在我未經大腦瘋狂購物的大學生涯，主要起因於「想要被注意」和「虛榮心」。還有另一個原因是，在國中時，我並不是個會打扮的女孩，家裡也並不重視外在的裝扮，認為衣著夠用即可，對於我



▲家居空間盡量採用木製家具，不僅耐用且若損壞時也比塑膠製品的家具更環保好回收。（網路截圖）

▲從小地方開始改變，減少自己的浪費，逐漸邁向零廢棄的生活，會發現房子變得更整潔有序。（網路截圖）

想買好看、流行一點的衣服鞋子，媽媽總認為沒有必要。

實用且夠用就好的觀念我也十分認同，但當時我讀的學校班級，同學很愛談論這些外在物質的話題，學校不必穿著制服，更是加重同儕之間的比較心理，而我「樸實」的穿著打扮，常遭到他們的嘲笑和戲弄，這讓青春期的我開始對自己的衣著感到不自信，也讓我對自己的外在產生濃厚的不安全感。

於是，一旦學會用網路購物之後，我開始背著父母親偷買新衣服，但因為深怕被發現，所以內心總想著：「沒關係，買給未來的自己穿。這樣以後大學就直接有好看的衣服了！」我甚至曾穿著平常的衣服，但帶著一套自己偷買的出門，在和同學見面前換上，回家前又再換回來。

被物質沖昏頭

而上了大學、脫離家人日常的視線後，我終於有自由購物的機會，以前越是壓抑、被取笑，後來就越是想要證明自己也可以很漂亮……。在當購物狂的日子裡，我並不重視物品能帶給我的真正價值，也沒多想物品本身的

質量，只在乎有沒有打扮成別人心，就像在證明給誰看一樣，用購物來補償我以前被嘲笑的困

金、網路上賺來的收入，全部投資在外表打扮上，成了一個不折不扣的月光族。一邊斷捨離的過程中，由於一邊反省自己為什麼總在衝動購物，後悔錢都亂花沒好好存起來，思考為什麼會如此不理智，才發現原來促使我「一直買」的根本原因，是想要用這些物質的東西，來證明自己其實可以很好看。

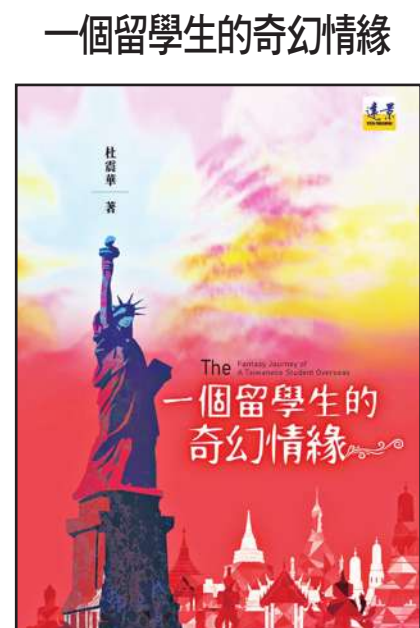
我買更多的是當下的憧憬、付錢的快感、以及擁有後的虛榮

窘，消弭小時候的自卑。當時我把打工薪水、比賽獎金、書卷獎

一個留學生的奇幻情緣

■ 杜震華 / 著

中山北路週三的夜晚是朦朧悠閒的，兩人從容從二段漫步往台北車站，享受「月夜行」的浪漫。穿過南京東路口時，轉入人行地下道，劭華自動伸出左手攙扶逸



作者：杜震華
定價：280 元
出版社：遠景出版事業有限公司
出版日期：2021 年 2 月 1 日

玲的右手，惠玲本能地要縮回右手，卻劭華緊握著不放；惠玲掙扎了兩秒鐘後，終於順服在劭華壯碩的手掌中。

到手的獵物

就這樣，劭華和惠玲儼然熱戀的情侶，享受著台北非周末的幽靜夜晚。劭華心情起伏、心跳加速地緊握著到手的「獵物」，狀似專注地盯著路面，卻默默向上蒼祈禱，深怕到手的獵物又被收回。

惠玲則咬緊下唇，彷彿是剛被馴服的野馬，雖不太情願，但還是半推半就地走向欄中……。周四中午，劭華請了立彬、媛玉吃飯，惠玲當然也是陪客。

為了表達謝意，劭華特別選在長安東路的亞里士西餐廳，既豪華高雅，又不會擁擠不堪。立彬顯然對他的「仲介」甚為滿意，依舊以一副神秘的微笑問道：「怎麼樣，這幾天相處得還不錯吧？」惠玲偷瞧了劭華一眼，快

很多的購物經驗，未必是來自我們那麼喜歡，或是「非要它不可」的理由。好比「想要買某物來犒賞自己」，這樣的想法也許誰都有過，也是我們習以為常的自我獎勵。這些問題也許讓你感到麻煩或認為根本就「想太多」，但這有可能就是長期造成家裡東西過多、滿是雞肋的根本原因。找出自己的慾望是從何而來，找出買不停的真正主因。

想要太多需要太少

（鹿雄 / 輯）

很多購物經驗，未必是來自我們那麼喜歡，或是「非要它不可」的理由。好比「想要買某物來犒賞自己」，這樣的想法也許誰都有過，也是我們習以為常的自我獎勵。這些問題也許讓你感到麻煩或認為根本就「想太多」，但這有可能就是長期造成家裡東西過多、滿是雞肋的根本原因。找出自己的慾望是從何而來，找出買不停的真正主因。

想要太多需要太少

（鹿雄 / 輯）

還緩慢，沒挑戰性。劭華雄才大略、志在四方，以後拿到博士，說不定就直接空降，當董事長啦！」

行前聚餐

劭華連忙客套：「別苦勞了，我只是想趁著年輕，邊讀書邊到各地走走、看看，增加人生閱歷，應該對將來有所幫助吧！」媛玉看了惠玲一眼，轉頭向劭華、稍帶嚴肅的問道：「你可別讓我們班上的才女當王寶釧啊！什麼時候回來？」劭華一楞一楞地不知如何回應，立彬又搶話了：「聽說泰國浴是溫家鄉、英雄塚，你不會忘了回來吧？」媛玉瞪了立彬一眼：「哥啊，你真的要討打嗎？哪壺不開提哪壺！」大夥兒噁噁喳喳，享用了一頓豐盛午餐。嗚嗚咽咽，氣氛逐漸有了轉變，大家意識到劭華真的後天就要走了一這豈止對惠玲不公平，連立彬也感受到即將少了一個親密伙伴。「你難道走之前，不回台南老家看看？」立彬關懷地問候。

「我……今晚就會回去，明天下午上來。」劭華落袋地回應。「記得隨身帶著惠玲的照片！」媛玉細心地叮嚀。「也別忘了給



▲人都會有拖延症，不斷的累積雜物，等到每年要打掃時才發覺力不從心。（網路截圖）

《末羊子的極簡日常提案》簡介

從大學時「30 天衣服不重複」的爆買月光族，到現在「可以半年不買衣服」的極簡實踐家，末羊子想和你分享：極簡不是一時的流行盲從，或追求空無一物的「零雜物、零慾望」，而是認清自己真正需要、想要的生活！

想要斷捨離、過簡單的生活之前，一定要先問自己兩個問題！【Q1】是真的想減少物品？還是喜新厭舊？【Q2】是真的不需要，還是只想為丟而丟？不要為了極簡而極簡、為了丟而丟，甚至為了想要快點簡單生活而一時扔得又快又急。除了只買 100% 喜歡的東西，練習「珍惜」能降低「喜新厭舊」的情緒。不需要的東西，打從一開始就別收。不



作者：末羊子
出版社：幸福文化
出版日期：2020/12/02



▲一個心情複雜的年輕人靠著機窗，出神地盯著窗外。飛機穿過濃密的烏雲層後，迎向一片晴空萬里。（Photo by Markus Winkler on Unsplash）

我們寫信或來電！」立彬忙不迭地加上。就在此刻，餐廳響起翁倩玉唱的「珊瑚戀」：「那一天，偶然，在海邊遇見了他；像咬魚，一樣的，活潑又健康。從身上，掏出了，潔白的一根珊瑚；我……說是情，彷彿不少；說是愛，還嫌太早……」

認識一週 即將別離

大夥兒圍著面面相覷，啞然無聲……。惠玲失神地望著窗外，劭華拍了拍惠玲肩膀，也不知如何安慰。立彬和媛玉互看了一眼，會意地先行告退。剩下一對認識一週，但即將別離的男女，

（待續）



自行車旅遊年

藝人安妮邀你遊花東

【本報記者游清淵報導】交通部觀光局將今年訂為「自行車旅遊年」，花東縱谷國家風景區規劃了4條特色自行車路線，由藝人安妮代言，邀請大家漫遊花、東小鎮。交通部觀光局花東縱谷國家風景區7日和台東池上鄉長張堯城、關山鎮長戴文達共

觀光局花東縱谷國家風景區7日和台東池上鄉長張堯城、關山鎮長戴文達邀大家2021自行車旅遊年騎趣花東。

同舉行「2021自行車旅遊年騎趣花東」說明會。

4條特色路線

縱管處長郭振陵表示，「花

東小鎮自行車漫旅」由藝人安妮代言，活動精心規劃4條特色路線，5月29日推出3條路線，包含「25K稻米之鄉老派約會」、「16.7K池上小鎮農村巡禮」、「17.6K海端部落秘境探險」，以及9月11日「46.9K板塊奇遇夏日手作」。

◀ 交通部觀光局花東縱谷國家風景區舉行「2021自行車旅遊年騎趣花東」說明會，規劃4條特色自行車路線，由藝人安妮代言，邀請大家漫遊花東小鎮。（中央社）

▼ 交通部觀光局將今年訂為「自行車旅遊年」，花東縱谷國家風景區規劃4條特色自行車路線，並邀請藝人安妮代言。（中央社）



活動蒐羅各式好吃好玩的景點，為使參加者留下專屬回憶，更加碼推出「電光部落：竹砲體驗、阿美族串烤」、「崁頂部落－蓋亞那工作坊：小米脫穀體驗、布農族家庭餐桌風味餐」、「織羅部落：文化祭風味餐、情人袋DIY」、「藍帶主廚下鄉去」等加價購行程，保證讓參加者的花東小鎮行值回票價。

第4年求新求變

郭振陵表示，花東縱管處自行車活動已經邁入第4個年頭，正值2021自行車旅遊年，縱管處亦致力於自行車活動中求新求變，「小鎮漫旅」除了推出原住民部落文化美食體驗，讓參加者來場餐桌上的部落旅行；更推出藍帶主廚下鄉去，讓旅法藍帶名廚以花東在地食材創作的法式、台式料理滿足饕客對美食的渴望。



醒報法律公益服務站

（免費諮詢，自由奉獻）

諮商時間：
每周二、四上午 10.00-12.00（採預約登記制）

受理諮商議題：家事糾紛、一般民刑法、智慧財產權、財稅諮詢、教會財團法人登記、訴願與行政訴訟、不動產登記

顧問律師：
高鳳仙律師（高理法律事務所）、
陳業鑫律師（業鑫法律事務所）





高鳳仙律師
（曾任監委、法官）



陳業鑫律師
（曾任法官、勞工局長）



站長：陳榮新弟兄
（東吳大學法律系畢業、專業地政士、台灣醒報法律顧問）

法律諮詢預約電話：

02-23581961

如有奉獻請匯至中華基督徒新媒體協會，以便開具抵稅收據

多雲時晴

台鐵最大的問題是「心態」

筆者認為此次太魯閣號事故，是因工作態度散漫導致，台鐵在管控與決策上應該誠實面對自身不足的問題。



◀ 這次隧道施工單位的一連串失誤，許多都是違反工作規範。(中央社)

■ 蔡又晴 (資深媒體人)

台鐵太魯閣號事故死傷慘重，包含列車駕駛跟乘客，總共五十人死亡。台鐵的各種管理問題，這幾天各種報導投書可以說是鋪天蓋地，但是台灣文化中普遍的「差不多就好」，卻是台鐵應該誠實面對的問題。

工作態度散漫

這次隧道施工單位的一連串失誤，許多都是違反工作規範，包括邊坡工程的一再延宕，對鐵軌周邊的安全維護跟圍籬付之闕如，還有工程管理權責跟監工機制，都顯示無論是台鐵或工程單位，對於工作細節都十分散漫，但這樣的隨便心態卻充斥在台鐵的大小角落。

例如這次的爭議之一，就是太魯閣號每列 120 張站票的問題，太魯閣跟普悠瑪因為有傾斜式裝置的關係，可以用較快的速度過彎，為了安全不販售站票，但花東火車票實在太難買，因此後來台鐵才在各方要求下開放站票。花東交通不便，搭乘鐵路的确是更方便準時的方法，但是站票跟安全的關係到底如何比較？

決策過程奇怪

台鐵從一開始的反對，到最後決定接受，這當中的決策過程又是甚麼？畢竟如果不安全，就算賣得再少都是危險，如何訂出每列 120 張的數字，是面對壓力便宜行事，還是真的經過科學計算，交通部的調查都該給出答案。

對於火車入站，不只要求準時，也嚴格要求跟月台靠齊的位置，過去台鐵火車就時常有過站貼不齊月台，或是根本沒停住，還得要停車後倒車這樣的窘境。這次太魯閣事故後，馬上又有列車員沒有專心開車，導致過站倒車重新入站，台鐵的解釋是，因為司機員心情受到影響而沒有專心開車。

雖然聽來情有可原，但理由卻完全不能讓人接受，在災難事故後，台鐵的司機員應該是會更加謹慎，怎麼會反而是恍神分心呢？為同袍傷心乃人之常情，但是一旦進入駕駛座，就該是全神關注的專業態度，怎麼能拿傷心來做為過站的理由呢？畢竟司機負責的是列車上幾百條人命，再怎麼樣都不能拿情緒當作理由。

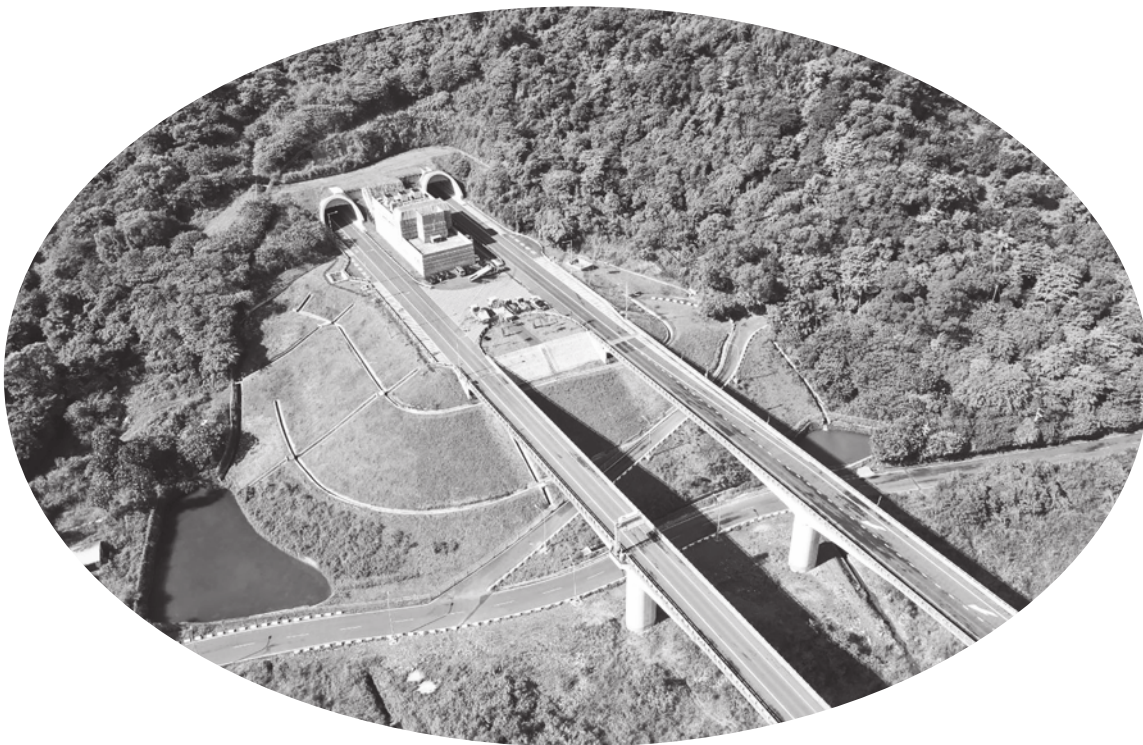
台鐵的說詞只是突顯了自己的不專業。

管控令人質疑

台鐵的管控也一直飽受批評，最誇張的一次是台中成功站附近出現了斷軌 44 公分的嚴重危機，沒想到當時台鐵第一時間通報的斷軌長度居然僅有十分之一，只有 3 到 4 公分，結果經過運安會調查，赫然發現現場回報的人沒有說錯，是說 30 到 40 公分，是聽的人聽錯為 3 到 4 公分。在這個通訊這麼發達的時代，居然會有這麼離譜的通訊問題，台鐵局長還好意思為其緩頰，心態實在讓人感覺匪夷所思。

台鐵年年虧損，許多人力缺口遲遲沒有補足，就連維修重要的軌道檢查車跟工程維修車，都早就超過使用年限，唯一的一台巡軌車，使用至今超齡十一年，台鐵早在 2015 年就購買了新的巡軌車，結果驗收至今十一次過不了關，為什麼驗收不過還重複讓其送回修正，而不是直接解約要求賠償？如果連負責維修的巡軌車本身品質都有問題，還期待巡軌車找出問題不亦天方夜譚。

後山交通解方獻策



◀ 「蘇花改善道路」雖已全線通車一載有餘，然受「路窄、速低」人為不良設計所局限，對紓解鐵路運輸人潮流量而言，明顯未符民意期待。(網路截圖)

■ 鄭國成 (大學助理教授)

繼前年普悠瑪新馬站超速翻覆；去年猴硐山坡因連日豪雨而坍方泥流，潰擊台鐵西正線軌道；今年才過一季，卻又發生三起意外事故，尤以日前因工程車滑落軌道導致太魯閣號慘烈傷亡。試問：一再重犯怵目驚心低級錯誤，執政者豈能卸除「人謀不臧，監督不周」之責？

蘇花安全 遙若星辰

每遇上述災難，無論歸咎天災或人禍，除悲憫不幸死傷者之外，後山居民與外來遊客莫不受其波及，耗費時間成本，影響經濟流通。「蘇花改善道路」雖已全線通車一載有餘，然受「路窄、速低」人為不良設計所局限，對紓解鐵路運輸人潮流量而言，明顯未符民意期待；而「蘇花安全道路」計畫，遙若星辰，欠缺即時即效之功。

依循交通工具、運載數量、安全至上、環境保護…視角而言，普羅大眾莫不以軌道運輸為最佳選擇。若果筆者掌職交通部長，除邊坡維護、防災預警、廢除站

票…之外，解決花東居民旅外返鄉、客進貨出之道，則具擬初步方案如下：

彎曲度應速改善

一、台北、福隆之間：「七堵至四腳亭站之間彎曲度」、「猴硐至雙溪站之間彎曲度與坡度」必須邀請專家勘查整飭。此外，或可與曾經發生普悠瑪傷亡事故之聖湖站居民研究：願否廢站？上述若獲改良，則台鐵日後可不必耗費鉅資購買傾斜式列車，可將其省下後續維護之預算，挪移改購數倍其他舒適列車，以時數一百公里以上奔馳原本彎曲陡坡路況。

二、台北、宜蘭之間：若經評估可造直達鐵路，應從南港站建立新路線至平溪線的嶺腳站，並延伸到雙溪柑腳設站，再闢建至頭城大溪站，銜接原有北東鐵路。

如此在雪山山脈末端畫一道完美弧線，且繞過翡翠水庫集水區，減緩環境衝擊，工期縮短，施工成本降低。完成後除減少乘車時間，沿途尚可欣賞自然山川美景，不似今時盡是穿越隧道黑

洞，糟蹋上蒼賜予東岸之精采景色。

三、蘇澳、花蓮之間：時移勢推，不應再牽就特權時代遺留之惡習。水泥業占用太多時間營運之特權，顯然不甚合理，應勇於交涉改革，增加往返台北、台東之班次，以「造福旅人」為尊。

後山居民非次等國民

人生而平等，後山居民豈是次等國民？豈無享有高速公路、高速鐵路設施之權利？現今科技進步，已臻探索宇宙境界。大陸上海到新疆高速鐵路已能穿山越嶺、上海到舟山群島跨海公路亦能雄踞東海，此中克服疑難雜症之工程技術已足。

台灣向以軟實力著稱於世，築橋修路之工程賢才，何曾匱乏？至於埔里至花蓮之國道六號，延宕多年竟毫無蹤跡，究竟何難之有？歷任交通部長難辭其咎，怎無愧怍？

籲請野心政客們、環保愚忠者莫再冷淡後山居民「交通安全與迅速」之民生渴望，此即基本人權與泱泱正義，豈容霸凌！

歡迎來稿增光篇幅，只要言之有物、動人心弦的創作，均有稿酬。

來稿請寄：anntw.ad@gmail.com，並提供身分證、電話與戶籍資料；

來稿本報有刪改權，如不願被刪改，務請註明。

請勿一稿多投，查獲者永不刊用。



我見我思稿

「耕心園」設立目的

- 靈修園地：透過靜修、默想、親近神、耕作或服務重新得力！
- 培訓中心：安排培訓課程，裝備宣教夥伴。

財團法人 基督教更生團契萬榮園區



位於花蓮縣萬榮鄉萬榮村萬里溪畔，鄰近林田山林業文化園區，座落在一片茂密森林及溪水潺潺的山坡上。



茶園、果園、雞舍、餐廳
~親手栽種~ 歡欣收割~

靈修

Retreat
與神親近

團契

Fellowship
和睦同居

培訓

discipleship
裝備聚焦

休憩

Recreation
身心舒展

短期宣教 關懷陪伴 體驗農務 分享技能

邀請
您來

捐款資訊

郵政劃撥 財團法人基督教更生團契萬榮園區
帳號：06724484
4415 Harlin Dr. Sacramento, CA 95826
支票抬頭：Chinese Immanuel Church
(for 萬榮耕心園)



交通資訊

鐵路：北迴線或台東花蓮線
至鳳林或萬榮站下車
台灣好行景點接駁公車：
縱谷花蓮線、林田山站下車

聯絡資訊

梁正文牧師
地址：花蓮縣萬榮鄉萬榮村198號
email：pftretreatcenter@gmail.com
電話/傳真：(03)8752115



@WRRetreat

▼ 插管治療可能造成患者呼吸道永久損傷。(Photo by orlobs on pixabay under Pixabay License)



美氣管移植成功 新冠患者可望受惠

【本報記者林志怡綜合報導】美國紐約外科醫師完成首例氣管移植手術，未來可望治療因新冠肺炎而呼吸道受損的患者。治療團隊表示，目前已經看到患者因新冠肺炎而接受插管治療，並造成呼吸道永久損傷，未來此類手術將有望協助患者減輕痛苦。

氣管移植手術已被討論了近一個世紀，但據《美聯社》報導，華盛頓大學外科醫生艾伯特·梅拉蒂說，在過去的移植結果普遍都欠佳，技術上也極其困難，因此被



視為萬不得已之下的選擇。

然而，6年來受哮喘所苦的美國社工索尼亞·塞因（56歲）在一次插管治療後造成氣管永久受損，三個月前於紐約西奈山醫院接受手術後，成功解決部分呼吸問題，但目前仍需服用藥物避免器官排斥，並預計在數年後斷藥。

《衛報》指出，領導治療團隊的西奈山



外科醫生埃里克·根登說，在患者整個氣管受損的情況下，移植是唯一的選擇，而目前手術後狀況樂觀，該手術將能協助其他患有先天氣管缺陷、無法治癒的呼吸道疾病或因插管導致呼吸道永久受損的病患。

根登指出，目前已經發現有部分新冠肺炎患者出現與塞因相似的呼吸道損傷，因此此類氣管移植手術將能協助此類患者。

該手術將能協助其他患有先天氣管缺陷、無法治癒的呼吸道疾病或因插管導致呼吸道永久受損的病患。

自閉兒也有專長 家庭有助改善

【本報記者臧品安綜合報導】研究顯示，大部分自閉症孩童的表現狀況可能比一般想像得要好！一項研究表明，自閉症孩童到10歲時，近80%的孩童至少在溝通、社交技能等5個領域中的其中一個領域表現良好，近4分之1的孩童在4個領域表現良好。此外，研究結果還表明，充足的收入及良好的家庭功能，有助於改善自閉症譜系障礙（ASD）孩童的表現結果。

正向發展軌跡普遍

根據《HealthDay》報導，一項新研究表明，自閉症學齡兒童的狀況可能比一般認為的要好。該研究追蹤272位診斷有ASD的加拿大兒童，研究人員研究孩童們在溝通、社交技



能、日常活動、內化性行為及外化性行為等5領域的表現。內化性問題包括焦慮、社交退縮、沮喪，而外化性問題包括違反規則、有攻擊性。

研究結果顯示，到10歲時，近80%的孩童至少在5個領域中的其中一個領域表現良好，而近4分之1的孩童在4個領域表現良好。研究人員說，研究結果表明，自閉症患者的正向發展軌跡，比一般認為的要普遍。

該研究放寬對「做得好」的意涵解讀，不僅以傳統方式定義ASD兒童，是否與其他沒有ASD同齡人在技能上有沒有達到「精通」，還包括「成長」，代表孩童隨著時間流逝，在技能表現有所改善。研究團隊領導人Peter Szatmari表示，自閉症是有很多挑戰的疾病，但還是有抱持樂觀

及希望的空間。

ASD 兒童徵狀能改善

《美國科學促進會》提到，該研究還考察了情境因素，例如：家庭收入、父母應對及家庭功能。研究結果表明，有較高的家庭收入及較好的家庭功能，是在領域中能表現良好的重要預測指標，表示充足的收入及良好的家庭功能有助於改善ASD孩童的表現結果。

報導指出，基於優勢的自閉症診斷觀點，可以幫助支持更靈活的方法，開發出針對每個孩子未來的干預措施。Szatmari表示，這些發現開闢新的研究途徑，以評估哪種類型的干預措施，可能有助於ASD孩童隨著時間流逝，增加好表現的可能性。



▲ 研究表示，自閉症學齡兒童的表現狀況可能比一般認為的要好。(photo by ishu on flickr under CC2.0)

豪門曼城巨虧破億 專家看好今年轉盈

疫情爆發導致英超一度停賽，造成嚴重缺乏收入；歐足聯考量疫情影響，讓去年財報與今年合併，意指球團有機會補去年虧損。

【本報記者宋秉謙綜合報導】英超豪門曼城公布財政損失，達驚人的1.26億英鎊！去年疫情大爆發期間導致英超一度停賽，造成嚴重缺乏轉播收入與聯賽票務收入，由於足壇有嚴格的財政公平政策（FFP），即便背後金主資金雄厚，球隊支出仍得符合收入標準，這讓球迷擔心曼城因收入縮水不能掏金補強，不過專家指出，歐足聯同意合併去年與今年的財報，而今年收入被預期能止跌回升，不影響曼城的補強大計。

因疫收入大縮水

根據《外媒數據》指出，去年疫情大爆發之初，英超賽場與歐洲賽場一度停賽，損失巨額的轉播收入與商業廣告收入，即便後續復賽，也精簡歐洲賽事，加上閉館開賽，虧損票務收入。英超20支球隊收入都腰斬，其中最慘的是商業價值最高、人氣最高、每年收入都多的曼徹斯特雙雄，收入減少雙雙過億英鎊。

另據《體育報》報導，曼城7日公佈虧損細節，光是轉播收入就虧損3千多萬英鎊，而英超聯賽收入虧損達4400萬英鎊，總體來說淨虧損1.26億英鎊。由於有財政公平政策（FFP）的規



▲ 英超去年財報因疫虧損，曼城虧損達驚人的1.26億英鎊，但今年有望轉虧為盈。(photo from Manchester City Facebook Fanpage)

範，對歐洲球隊來說，財政報表赤字相當嚴峻。

財政公平政策

FFP政策是指每年球隊支出得符合收入，而收入不包含老闆挹注資金，初衷是為了保護球隊良好運作，防止老闆一旦資金周轉出問題，習慣仰賴老闆輸血的球隊財政恐會垮掉，過去不少傳統豪強就曾遭遇類似問題，如大

手筆亂買球星的義大利老牌球隊AC米蘭。球隊若想參與歐洲賽事就得遵守FFP政策，想花多少錢補強都得看財政收入的臉色。

事實上，曼城去年就涉嫌違反FFP，差點被取消歐戰資格，當時他們被控訴作假帳，謊報虛高的收入，雖然最後打贏官司，但曼城想必不願再冒類似風險。不過巨額赤字仍讓球迷們擔心，志在奪冠的曼城是否會因財政問題，無法大肆花錢、補強好球

員。

有望轉虧為盈

對此，《雅虎體育網》報導，歐足聯考量到去年疫情影響算是「特例」，決定讓去年財報與今

年合併，意指球團有機會能靠著今年收入彌補去年虧損，而專家分析，曼城去年財報截止日沒算到歐洲賽場、聯賽的獲利，也沒算到夏季出售球星



薩內的收入，加上今年的收入曲線預估回彈，曼城合併兩季應該不會虧損，甚至還有空間能支出買人補強。

六搶一前哨戰 美洲資格賽賽程公佈

【本報記者宋秉謙綜合報導】攸關東奧棒球門票的美洲資格賽賽程公佈，與六搶一只差11天！東奧棒球席次還有2張，其中一張將由美洲資格賽的冠軍獲得，該賽事第2、3名將獲得六搶一的最後2席，與我國等4隊爭奪東奧末班車。世界棒總6日在官網公佈美洲資格賽的日期是5月31日打到6月5日，距離我國主辦的六搶一僅有11天，具體隔離方針還得由中央疫情指揮中心決定。

東奧棒球門票

台灣球迷相當關注的東京奧運棒球6強還有2席，按照順序，第5張將是美洲資格賽的冠軍，而美洲資格賽的亞軍與季軍將獲得六搶一的最後2席，加入我國、中國、澳洲、荷蘭，在我國舉辦的六搶一賽事爭奪最後一張門票。

而根據《外媒》報導，世界棒總主席弗拉卡里提到，美洲資格賽將從5月31日在佛羅里達打響，6月4、5日則是複賽，賽制是8支球隊分為兩組捉對廝殺，分組賽出線的各2隊將預賽戰績帶進複賽，按照過往經驗，想奪冠的球隊不只要出線，還得確保是分組第一出線。

國際賽隔離版本未定調

美洲資格賽競爭相當激烈，世界排名第二的強國美國將與波多黎各、多明尼加與尼加拉瓜分在A組，而古巴、委內瑞拉、加拿大、哥倫比亞將位於B組，賽事有22國會轉播，包含亞洲棒球強國都會關注這些競爭對手，像是已經拿到門票的日本與韓國，會盯著可能奪冠、直接拿門票的美國或是古巴，而我國也會轉



播，畢竟屆時，將有2支美洲區強國會同來六搶一搶門票。

但由於美洲區資格賽打完距離六搶一時間實在太近，不提其餘3隊，光美洲2支出線隊伍就很難符合原定的14天隔離守則，目前可能的其他版本包含棒協主張的3+7天（國外核酸檢測與台灣隔離一週），又或是更短的3+5，也或是其他版本，一切仰賴中央疫情指揮中心做最後決斷，但要是最終版本是超過11天的方案，就可能再更動美洲資格賽賽程或是六搶一配合延後。但無論如何，對中華隊來說，在主場出戰已經享有練球、調整的一大優勢，甚至可以舉辦其他國家代表隊無法參與的熱身賽，不過，中職上半季賽程將打到6月13日，距離六搶一也沒幾天，國家代表隊球員多是中職球星，如何協調、備戰也都值得再關注。

大家來看
好電影

友誼可貴 無私動容

■ 醒報編輯部 / 輯

本報推出「一週電影欣賞」專版，為讀者挑選精彩好片，不考慮商業票房，不做廣告推銷，單純就電影題材的可看性、影片的吸引力與觀賞價值推薦給讀者，歡迎指教。

原本擁有幸福美滿的家庭生活，並育有兩個女兒。不過當妮可被診斷罹患癌症末期時，全家人的生活隨之變得煎熬。

麥特不僅要兼顧工作，還要照顧病妻與兩個女兒，讓他的壓力也愈來愈大。就當他瀕臨崩潰之時，夫妻倆最好的朋友丹恩主動想要給他們一些幫助。當丹

恩發現這家人即使面對困境，仍然堅強不已時，他也決定將自己放在一旁，全心全力投入去陪伴這兩位好友。

在這段與癌症搏鬥的路途當中，丹恩無私又讓人動容的友情，也對這家人產生超乎預期的影響。

友你真好
Our Friend

導演 加芙列拉考珀斯維特
演員 傑森席格、凱西艾佛列克、達柯塔強生
上映 2021-04-09

郵差
Il Postino

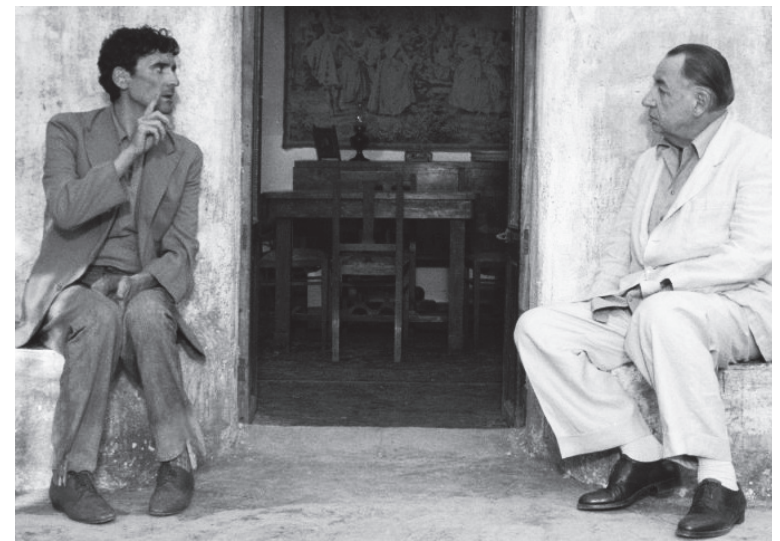
導演 麥克福
演員 馬西莫特羅西、瑪莉雅葛瑞娜、菲利浦諾瓦雷
上映 2021-04-09

在美麗的義大利海島上，馬里奧和島上的其他人不同，他不願成為漁夫而選擇當一名郵差，而他郵政服務的對象卻只有一個人，那就是島上唯一識字的居民，過著流放生涯的智利詩人—巴勃羅聶魯達。



一封封信件的收送往返間，馬里奧在聶魯達文采的薰陶下，啟蒙了他對於「美」的感知，徹底改變了他的世界，他所看到的海洋、天空、雲雨等生活的日常都瀰漫著

文學之美，而他和詩人之間的友誼也日漸滋長。當馬里奧愛上了島上一位酒館女侍，他請聶魯達指點他創作關於「愛」的詩句，藉此向自己的夢中情人表白。



睽違18年數位修復! 21世紀最瘋狂冒險

最怪美!

最瘋狂!

最奇幻!

佳麗村三姊妹
THE TRIPLETS OF BELLEVILLE

數位修復版

榮獲奧斯卡最佳動畫片
最佳電影歌曲雙料提名

榮獲美國爛番茄
觀眾94%超高評價

金馬奇幻影展
GOLDEN HORSE
FANTASY FILM FESTIVAL
2021

4.16
展開救援

Direction des décors: EVGENI TOMOV - Décors: Chef Décorateur: THIERRY MILLION - Direction recherche Couleur des Personnages: CAROLE ROY - Supervision de l'Animation: JEAN-CHRISTOPHE LIE - 3D Direction Animation, Effets Spéciaux et Compositing: PIETER VAN HOUTE
Direction Compositing: BÉNÉDICTE GALUP - Montage: CHANTAL COLIBERT BRUNNER - Direction de production: FRANÇOIS BERNARD - Chanson générique de fin, Interprétation et Adaptation: M - Producteur Délégué: DIDIER BRUNNER (Les Armateurs)
Co-Producteur Délégué: PAUL CADIEUX (Production Champion) - Producteurs: VIVIANE VANFLETEREN (Vivi Film), RÉGIS GHEZELBACH (RGP France), COLIN ROSE (BBC Bristol) - Une production: LES ARMATEURS (Carrière Group) / Production: CHAMPION / VIVI FILM
FRANCE 3 CINÉMA / RGP FRANCE - Produit avec la participation de CANAL+ et des SOPICA IMAGES 3 et COPIIMAGE 12 - de TÉLÉFILM CANADA dans le cadre d'une coproduction France Canada Belgique - Produit avec la participation du Fonds Canadien de Télévision créé par le gouvernement du Canada et l'industrie canadienne de télévision par câble - Téléfilm Canada Programme de participation au capital - Le de la SODEC Société de développement des entreprises culturelles québécoise - Avec le soutien du CENTRE NATIONAL DE LA CINÉMATOGRAPHIE du FONDS FILM IN VLAANDEREN et de la NATIONALE LOTERIJ - En association avec: BBC BRISTOL et BBC WORLDWIDE - Avec la participation du DÉPARTEMENT DE LA CHARENTE et de la RÉGION POITOU-CHARENTES - Avec le soutien de CARTOON du PROGRAMME MÉDIA DE L'UNION EUROPÉENNE et de la PROCIREP - Bande originale du film disponible sur disques: DELABEL
© Les Armateurs / Production Champion / Vivi Film / France 3 Cinéma / RGP France / Sylvain Chomet

▼「日本橋玉井」台北店為國外唯一間分店，連續兩年獲得台北米其林指南「餐盤推薦」！（網路截圖）

▼用炭火烤到焦香酥脆的外皮，均勻抹上獨門的醬汁，好吃的蒲燒鰻魚令人食指大動。（網路截圖）



日式匠人鰻魚飯



文 / 陳玲玲
(資深廣告人)

大火將鰻魚表皮烤到微微酥脆，每家店不同的獨門醬汁，搭配上香Q的白飯，讓人停不下來的日式鰻魚飯，在台北也吃的到。

只占世界人口不到2%的日本人，據說一整年要吃掉全球鰻魚消費量的七成！像歐美人感恩節吃火雞一樣，如今的日本人，到了身體容易乏力的夏天，常常叫會嚷着吃鰻魚！

尤其是「土用丑日」這一天，是鰻魚飯節，不光各家鰻魚餐廳連大小超市，也會競相擺上鰻魚食品，讓大家嚐痛快。

地域的不同使得日本料理出現差異！同樣是鰻魚飯，關東式的鰻魚飯是「先蒸再烤」，口感也較鬆軟，關西式則是全程火烤，口感較酥脆，且會帶著焦香！

關東人口味重，關西人口味較淡，且講究吃食材本味，在口味上，關東口味被稱為「醬油文化」，關西則是「高湯文化」。台北的鰻魚飯深受日本影響，也分關東派、關西派。

肥前屋炭香味濃

台北市天津街附近「肥前屋」飄香五十多年，是日本人都愛的鰻魚飯。老闆是來自日本的町田師傅，19歲就來台灣賣鰻魚飯，「肥前」是老閩家鄉長崎的古名！使用體型較小的藍鑽鰻魚，並遵循關西先烤後蒸的作法。

使用每天現殺的鰻魚，用竹籤固定後先用炭烤白燒鎖住甜味，烤到冒出油，放入蒸箱蒸，淋上糖、味淋、醬油的50多年老汁，放到碳火上不停翻面至微焦，經過4道程序才能做出好吃的鰻魚飯...

肥前屋鰻魚體型不大，口感偏肥美，表面烤到醬汁收乾，是甜鹹可提味的醬汁，入口有

碳烤過的焦香氣息，吃得到新鮮鰻魚的甜味，鰻魚吃起來帶有烤過的炭火香氣，肉質柔軟，飯粒則是吸了醬汁帶點甜味。鰻魚和白飯一起入口，美味！

魚心 CP 值高

「魚心」創業於1997年，已經營業二十多年了，CP值最高！小鰻魚飯250元，大的500元。另外定食套餐，約240~280元，價格真的很實在。它的鰻魚飯做法比較偏向關東流，先蒸後烤，而且烤的時候不是反覆翻面，而是魚肉那一面受烤。

俗稱「烤肉不烤皮」，雖然魚皮少了焦香感，但師傅燒烤功力好，將鰻魚上的醬汁收汁極乾，而蒸過的魚肉被醬汁封存又顯軟嫩香甜，風味濃郁豐潤，鹹甜醬汁、滋味誘人，烤出迷人香氣，鰻魚表面還帶點焦香，相當適合扒著飯大口吃！

橋玉井台北海外分店

「日本橋玉井」台北店為國外唯一間分店，連續兩年獲得台北米其林指南「餐盤推薦」！他們家的鰻魚以星鰻為主，而且選用的是野生鰻魚，品種跟台灣一般的不太一樣，鰻魚的製作大多分為香烤和滷煮，穴子西京燒和握壽司也很好吃！

滷煮的穴子使用淡淡的醬汁，所以更能吃到鰻魚的香氣！香燒穴子是一般我們最常見的烹調方式，只表皮烤到微微酥脆，醬汁微焦飯Q香，灑上海苔和紫蘇葉，讓香氣更有層次感。配料有青蔥白芝麻和新鮮芥末，另外桌面還附上柚子粉，讓你口味上有不同變化。

劍持屋配菜很有誠意

「劍持屋」師承琦玉縣鰻魚師傅，是關東流鰻魚料理，開背切法、先烤後蒸，上桌前再浸蒲燒醬汁燒烤入味上色。劍持屋鰻魚醬的醬色偏淺，味道也淡雅！

特上蒲燒鰻魚飯一打開就有著香味撲鼻的香氣，表皮微焦又油亮的鰻魚，肉質軟嫩細緻，吃起來油脂非常豐富，獨門醬汁稍微偏甜卻又不膩！劍持屋鰻重（鰻魚盒飯）所附的配菜算很有誠意，不僅有清湯、還有關東煮，與解膩剛好的泡菜、醃筍。

特上白燒鰻魚飯白燒的方式是用海鹽下去做簡單燒烤，可以搭配山椒粉、七味粉或者檸檬，品嚐到鰻魚最原始的風味。劍持屋的白燒鰻魚，真的大大的顛覆了對鰻魚口味的想像，少了份油量又甜的風味，而油質仍然豐富的鰻魚，卻擁有著淡淡的鹽味與爽口的風味，不加任何調味料就非常好吃！

濱松屋米飯很講究

「濱松屋」以現殺活鰻及鰻魚飯三吃聞名！使用台灣養殖外銷日本的活鰻，以及日本濱松百年老店醬汁！店內感受到濃濃日式老店風格，老闆村松雅一來自日本靜岡縣養鰻家族！鰻魚帶有厚度，色澤也烤得極美，整個色香味俱全，令人垂涎！

米飯講究，與蒲燒鰻醬汁融合度極好，本身就晶亮香糯的日本米，被富含膠質的鰻魚醬汁包裹，粒粒分明十分誘人。鰻魚醬、白飯的融合度完美！曾於2018年獲選台北米其林必

比登推介餐廳！

濱松屋鰻魚料理分蒲燒與白燒2種風味，被米其林評論為「充滿儀式感」的鰻魚三吃也很不錯！加上山藥泥的吃法就變成四吃！

鰻魚三吃第一吃是吃原味，厚實的鰻魚無刺，肉質細嫩，毫無土味，百年老店醬汁甜鹹美味，光是醬汁配飯就很好吃！

第二吃加山藥泥，還可以再加上蔥花、海苔及芝麻增加風味，吃之前先拌均勻，吃起來滑口，還蠻特別的！

第三吃加溫泉水子，將蛋戳破讓蛋液緩緩流出，和在一起入口真是難忘的美味！

第四吃加高湯，再依照個人喜好加入哇沙米、海苔、蔥花及芝麻，就是一碗好吃的鰻茶漬了。

百年老店天皇也愛

「魚庄」是一百三十多年的鰻魚老店，養了一百多年偏甘甜的獨門老滷醬汁，加上二十多年經驗的老師傅城倉先生，成就風味濃郁細緻咬感的鰻魚飯，入選日本鰻魚百選會的美味在台北的巷弄裡就嚐得到了。

擁有超過130年的歷史的「魚庄」，日本天皇都光顧過，可以說是真正老字號的鰻魚料理店。

佩服師傅的功力，連水蓮也可以拿來作成香酥的天婦羅，鰻玉子卷佐以傳承百年的醬汁，柔嫩的口感鮮美多汁，鹹香可口，入口即化同時，濃郁的蛋香與鰻魚的鮮美，讓人一吃便會嘴角忍不住上揚，堪稱銷魂級的美食！

鰻魚裝在精緻的日式漆盒之中，掀起盒蓋猶如打開寶箱，蒲

燒鰻魚立即閃耀著美味的光芒，油光閃爍、香氣逼人，叫人目不轉睛。入口鰻魚肉質軟Q、油脂豐厚像是在嘴裡化開般的纖細口感，搭配底層吸附了秘傳鰻魚烤醬香Q的米，好吃到骨子裡，無敵美味應是如此吧！師傅的功夫真的在另一個層級。

「江戶川」鰻魚料理

江戶川來台北開設台灣一號店，在京都已經60餘年的江戶川，以先烤過、再蒸過、再沾醬燒烤的「鬆軟江戶燒鰻魚」最具魅力，吃起來清爽不油膩，充滿鰻魚的香氣！

關東地區的「江戶燒」作法，為將鰻魚從背部剖開後，直接燒烤把鰻魚的油脂烤出來，接著送入蒸鍋以去除多餘油脂，最後再沾醬烤至金黃色的料理手法。特色是鰻魚口感鬆軟好入口，吃起來不油膩、充滿鰻魚香氣！



▲「魚心」創業於1997年，所以已經營業二十多年了CP值最高！鰻魚飯。小250元，大500元。（網路截圖）

店家資訊：

肥前屋
地址：台北市中山區中山北路一段121巷13號
電話：0225617859

魚心日式料理
地址：台北市中山區吉林路47號
電話：0225621270

日本橋玉井
地址：台北市松山區復興北路313巷23號
電話：0227196660

劍持屋
地址：台北市信義區松高路19號5樓
電話：0227233803

魚庄
地址：台北市中山區中山北路一段83巷24號
電話：0225318611



▲「魚庄」一百三十多年的鰻魚老店，養了一百多年偏甘甜的獨門老滷醬汁，成就風味濃郁細緻咬感的鰻魚飯。（網路截圖）



▲肥前屋鰻魚口感偏肥美，表面烤到醬汁收乾，是甜鹹可提味的醬汁，入口有碳烤過的焦香氣息，吃得到新鮮鰻魚的甜味。（網路截圖）