

五媒合一
深度報導
極簡閱讀



監院查防疫缺失 蘇：苛責 陳：尊重



紀念前法官、監委高鳳仙專輯



〈蕭旭岑談音樂〉人間再無披頭四！



《今日靈修》

搶打殘劑
自從中央宣布開放施打疫苗殘劑後，各地都湧入大量電話詢問相關問題，目前各地開放與登記對象不同也引發議論。可見大家多麼需要疫苗的保護、疫苗又是多麼稀缺？政府看見了嗎？（1版）

殘劑施打一國多制 籲統一標準



▲台北市授權各醫療院所自行處理殘劑，院所附近有意願民眾可登記施打殘劑；新北市開放第1至10類公費接種對象及18歲以上民眾，直接向接種單位候補登記。（中央社）

【本報記者臧品安綜合報導】指揮中心日前宣布開放18歲以上民眾預約施打殘劑，但高雄市長陳其邁率先表示，高雄市要以65歲以上長輩及1至7類公費對象為遞補優先；由於缺乏配套措施，也導致各縣市做法不同調。對此，國民黨立委洪孟楷表示，許多衛生所、民意代表等電話都被打爆，追根究柢就是中央沒有統一命令規範。

各縣市做法不一

指揮中心25日宣布開放18歲

以上民眾預約施打殘劑，交由各地方政府全權處理，不過由於各縣市施打狀況不同，配套作法也不一，以6都為例：台北市授權各醫療院所自行處理殘劑，院所附近有意願民眾可登記施打殘劑；新北市開放第1至10類公費接種對象及18歲以上民眾，直接向接種單位候補登記；桃園市殘劑優先提供給原有開放對象與備援名單，若仍有剩餘才開放候補名單接種。

而台中市各接種點將公告「殘劑」候補名單登記方式，並依序

開放接種，第一優先為中央所公告「7至10類公費疫苗接種對象」、第二為18歲以上民眾等其他對象；台南市造冊時即已涵蓋具相對優先順位的備用名單，遇到殘劑即主動通知前來接種；高雄市則以65歲以上長輩及1至7類公費對象為優先，並由接種單位自行安排通知。

有高雄提供疫苗殘劑接種服務的合約醫院診所表示，自中央宣布開放施打疫苗殘劑後，便湧入大量民眾來電詢問相關問題，有許多民眾誤以為18歲以上都有

指揮中心日前宣布開放18歲以上民眾預約施打殘劑，由於缺乏配套措施，導致各縣市做法不同調。

機會施打殘劑，但由於高雄的做法與中央不同，因此許多門診人員這兩天都反覆在電話上替民眾解惑。

籲中央統一標準

洪孟楷27日也在臉書上指出，疫苗殘劑並非現在才發生的問題，其實早在3月21日第一

批AZ疫苗開打時，每天都會有這樣的問題發生，「過去三個月，疫情指揮中心難道沒有任何一個人思考這個問題？現在政府沒有超前就算了、連部署也放棄！」他說。

洪孟楷表示，如果之前就能學習韓國開發app公開資訊媒合，或是效仿美國採登記制有效使

用，到了疫情爆發的現在，才不會臨時處理不了殘劑問題，「真正遇到疫情，才發覺該預先規劃的事項沒做到，宣稱的『超前部署』只是明日黃花。」

他強調，殘劑問題中央不能卸責給地方，「統一標準、一體適用才是重點。」

屏東12人感染DELTA！單日再增9死

27日再新增89例新冠肺炎確診案例，指揮中心指揮官陳時中表示，目前屏東Delta病毒群聚案中並未新增確診者。



▲目前屏東Delta病毒群聚案採檢的444人中，並未新增確診者，但仍在提升匡列標準、擴大採檢中。（中央社）

【本報記者林志怡台北報導】屏東群聚案確認已有12人感染Delta變種病毒！27日再新增89例新冠肺炎確診案例，分別為88例本土及1例境外移入，並新增9例死亡。此外，指揮中心指揮官陳時中表示，目前屏東Delta病毒群聚案採檢的444人中，並未新增確診者，總採檢人數達913人，但仍在提升匡列標準、擴大採檢中。

入境普篩憂防疫疲乏

27日起巴西、印度、英國、秘魯、以色列、印尼及孟加拉等共7國入境台灣的民眾，在入住檢疫旅館前須進行PCR採檢方能入住檢疫場所。但有醫生警告，全球都面臨Delta變種病毒的威脅，因此希望所有國家入境民眾都在採檢後才入住集中檢疫

所進行檢疫，不要只限於7國。此外，由於屏東秘魯返台祖孫引發台灣本土Delta變種群聚事件，造成計程司機在內的12名接觸者染疫，因此專家認為，Delta變種的傳染力極強，建議建立類似方艙醫院的機構，有染疫風險者就直接入住、隔離，不要在家戶隔離。

對於專家與醫師建議，指揮官陳時中強調，相關措施都在考慮中，加強防疫措施雖然是抑制疫情的方法，但仍需拿捏防疫強度，否則可能造成防疫疲乏，決定仍維持7國入境採檢策略。

Delta案擴大追回

至於近日民眾擔心秘魯返台祖孫的同機旅客可能也有染疫風險，陳時中解釋，秘魯祖孫於6月6日返台，同機旅客都曾進行

居家檢疫，目前自主健康管理時間也已經結束，但會追回同機有接觸風險的旅客進行採檢釐清。

新增9例死亡案例

27日新增之88例本土病例中，包含27例為居家隔離期間或期滿檢驗陽性的案例。所有本土病例中48例男性、40例女性，年齡介於未滿5歲至90多歲，個案分佈以新北市41例最多，其次為臺北市33例、臺南市8例、桃園市3例，屏東縣、南投縣及新竹市各1例。

新增9例死亡個案，為3例男性、6例女性，年齡介於40多歲至90多歲，發病日介於5月15日至6月22日，確診日介於5月20日至6月25日，死亡日介於6月22日至6月26日。（相關新聞見2版）

《焦點圖文》



台南水道博物館
雨後見彩虹美景

台南山上花園水道博物館園區近日常在雨後出現彩虹，因為山區視野遼闊，只要條件允許，彩虹出現時幾乎就是完整的半圓造型，襯托在園區古色古香的老建築及植栽後方，就好像是搭起一個完整的防護罩。（中央社）

社論

疫情下 社會信任、貧富差距與教育問題

疫情衝擊如同石頭入水，效應一波接一波。第一波受到衝擊的是確診者，無論有無症狀，都受到明顯關注，被隔離與治療。

排擠其他病症資源

而第二波、第三波，衝擊醫療體系、擴大貧富差距，甚而影響下一代，影響範圍擴大，因與新冠病毒沒有明顯的直接關係，往往隱而不見，種下嚴重後續問題。就公共政策而言，影響層面屬於整個行政院職掌，需要及時出手，防範未然，

災害控管。

新冠疫情爆發以來，醫療資源優先配置於救治患者，截斷病毒流行；其他疾病的患者，出於恐懼，避免去醫院，忍病不醫，得不到及時的診斷與治療；若干慢性病患者也因醫院降載，半封閉原來的常規管道，未能妥善監控、隨病情發展投藥。

未來即便新冠疫情趨緩，並不意味醫院負載能跟著降低，因為數月以來積累了許多病患，也積壓了許多因未能及時診治而惡化、棘手的病情，有

待醫生與護理治療，醫療保險負擔也會加重。

撕裂、分化了社會

疫情衝擊使弱勢者更加弱勢。許多低收入者原本靠日薪、周薪度日，靠打工餬口，根本就沒有固定的雇主，當然沒有失業保險救濟，現在百業蕭條，街頭的舉牌工、廟會的走路工，工地的臨時工都沒有了，這些社會底層的窮苦人，越往底層黑暗裡去，社會安全網絡能及時接住他們嗎？

新冠疫情也撕裂社會。疫苗

的來源牽扯到統獨立場、認知作戰，已屬不幸；因疫苗稀缺，僧多粥少，陸續發生「特權」走後們搶先接種的現象，被曝光的人數不多，冰山一角，已讓名人圈重新自掂斤兩，發願未來要好好經營裙帶與政商關係！一般升斗小民自嘆不如，此生未卜，他生難望，相對剝奪感大爆發，對於政治人物、醫療體系、權貴階級越不信任。

學習差距擴大

學校停課，改為網絡上課。學習效果的高下，學習中斷的

情況和學生家庭的網路環境、家人的協助引導密切相關。將來開學以後，學生程度的落差如何補救？小學學童影響尤其大，輪在起跑點上，以後如何跟上？

尤有甚者，低收入社區的兒童面臨較多的家暴威脅，種下心理創傷；青少年也因身處社會不公，激發叛逆心理，社區暴力與吸毒狀況也將揚升。社會安全閥膜如何保護我們的兒童與青少年呢？

社會需要治療

病毒不止進入身體，更進入我們的社會，衝擊政治、經濟、醫療、社福、教育、勞工等各個層面。疫情的第三波傷害，深入水下，衝擊遠方，久久不息。

行政院與衛福部必須體認到，防疫的主要敵人並非上海與北京；新冠疫情種下的長期病灶在國內，在人民與政府的疏離，在貧富差距的擴大，在社會信任的流失，在下一代的失養失教！為政者，莫忘世上苦人多！除了疫苗，社會還需要更多醫治。

監院查防疫缺失 蘇：不厚道 陳：尊重

監察院累計立案 4 件疫情相關的調查案，擬在不影響指揮中心運作前提下，約詢指揮官陳時中，蘇揆與陳時中稱尊重。

【本報記者章文報導】疫情嚴峻，多組監委擬約詢指揮中心指揮官陳時中，行政院長蘇貞昌受訪時為他抱屈說，苛責防疫團隊並不厚道。陳時中 27 日在記者會中則回應，監察院本於職權執行相關事務，「我們就尊重」。

新冠疫情延燒，媒體報導監察院已累計立案 4 件與疫情相關的調查案，且已有不只一組監委，擬在不影響指揮中心運作的前提下，約詢指揮官陳時中，以釐清行政部門有無疏漏。

蘇揆盼勿苛責

行政院長 27 日在桃園市視察即將通車的國道 3 號高原交流道被問此事時說，去年一整年我們的防疫工作，做到世界最好，經濟發展第一。人民也過正常的生活最久，現在因為變種病毒肆虐，疫情有了新的衝擊，防疫團



▲監委擬約詢陳時中（右），蘇貞昌（左）認為這種時候來苛責，相當不厚道、非常不公平。（中央社）

隊也夜以繼日的努力，這個時候反過來苛責陳時中與防疫團隊，這是相當不厚道，也非常不公平。

蘇貞昌表示，尊重監察院的職權行使，也呼籲讓防疫團隊現在夜以繼日的工作，能夠全力以赴，如果監察院要在這個時候來



約詢，政府基於主權尊重，但也不會迴避，基於相關行政職權會妥為說明。

陳時中：尊重職權

陳時中 27 日下午在記者會中被問及此事，他僅說尊重。

據了解，由於防疫核心決策的人是疫情指揮中心指揮官陳時中，目前已有不只一組監委，擬在不影響指揮中心運作的前提下約詢陳時中。

監院關於疫情本身的調查案主要有二大案，包括監委浦忠成、蘇麗瓊針對「三加十一」決策過程似未完備案；監委林郁容、王麗珍、蘇麗瓊及蕭自佑則針對疫苗整備及採購政策似有不周方向調查。

監委查四大缺失

另有監委王幼玲、王美玉針對疫情下移工人權做調查。由於這波疫情讓萬華「阿公店」受矚目，監委林國明也著手調查萬華

區阿公店茶藝室，長期實際營業項目與登記不符一案。

綠委王定宇也回應指出，尊重監察院調查，但擔心可能造成投鼠忌器，防疫體系不敢太過積極做決策，對防疫是不利的。他說，監委職權本來就有調查等權責，但提醒監委，防疫是現在進行式，還有很多需克服挑戰，疫情爆發時是突然發生，有太多未知，2020 年各國衛生單位都是邊防疫邊整隊，「瞎子摸象」一點一點累積經驗。

民進黨立委許智傑也指出，指揮中心真的很辛苦，國民黨一直抹黑民進黨反對調查 3+11，事實上立法院的朝野協商，民進黨和各黨派就已經同意成立 3+11 調查小組，現在監察院也來調查，也希望儘快釐清真相。

Delta 變種入侵屏東 潘孟安：未隱匿

【本報記者林志怡台北報導】「屏東縣府沒有對疫情隱而不報！」屏東縣爆出 12 例 Delta 變種病毒群聚案例，並導致屏東縣相關農產遭到民眾退貨。對此，屏東縣長潘孟安強調，目前仍在全速進行枋山專案篩檢，篩檢千餘人尚未出現新的確診者。他在記者會揭露疫調時程，屏東縣的水果絕對安全，民眾可以安心購買。



行事，沒有對疫情隱而不報。（中央社）

Delta 變種傳播力強

據歐洲疾控中心（ECDC）評估，Delta 變種病毒的傳播力較台灣目前主流的 Alpha 變種病毒高 40-60%，目前部分疫苗接種率較佳的國家有出現確診數增加的趨勢，且案例中高達七成爲 Delta 變種病毒。

因此感染 Delta 變種病毒的秘魯返台祖孫引發民眾緊張，擔憂變種病毒在台快速擴散，且 22 日屏東枋山爆出該對祖孫

的鄰居、白牌車司機感染 Delta 變種病毒，成為首例感染該變種的本土確診案例，該案截至 27 日總共造成 12 人感染。

屏東群聚案時程揭露

此外，有民眾怒批屏東縣 14 日就知道有確診病例出現，當天卻還在慶祝「+0」。

對此，潘孟安解釋，秘魯境外移入的台中市祖孫在 6 月 6 日返台後，並未返回台中的設籍住

處，而是搭乘防疫計程車前往屏東的娘家進行居家檢疫，而後在 14 日經縣府居家關懷，發現個案出現症狀後送至專責醫院，6 月 15 日才由指揮中心公布為境外移入案例，並由縣府於同日公布。

屏東縣府進一步指出，在群聚案的首例本土確診案例、白牌車司機 6 月 22 日確診前，縣府只知道有兩位在枋山居檢的台中市市民確診，但沒有接獲疫調單位

通報此案有接觸者。

芒果出貨遭影響

另一方面，潘孟安提到，近日由於枋山群聚案，導致屏東縣與枋山一帶的農產品遭到抹黑，導致農產遭到民眾退貨，或是部分農民在出貨發生困難，目前縣府農業單位已積極協助，他也呼籲，「愛文芒果不會有病毒，而且農田、農民的居住環境距離很遠」，因此購買屏東農產絕對不會造成染疫風險。

新增一例感染源不明

此外，屏東縣 27 日新增 1 例新冠肺炎確診個案，為 70 多歲男性，與屏東 Delta 群聚案關聯仍在調查中。潘孟安指出，昆陽實驗室目前正對該案例進行病毒基因定序。目前已匡列 104 名接觸者並陸續採檢，且已全數移往集中檢疫所。

打 mRNA 變基改？年輕男性憂副作用

【本報記者林志怡台北報導】針對美國 FDA 將心肌炎列入莫德納與 BNT 疫苗的副作用警語，指揮中心醫療應變組副組長羅一鈞解釋，該副作用好發於年輕男性。此外，近日有假消息指出，民眾接種 mRNA 疫苗後，基因會遭到破壞並變成「基改生物體」，羅一鈞澄清表示，「沒有這回事。」

副作用好發於年輕男性

羅一鈞指出，歐洲與美國針對如莫德納與 BNT 等採用 mRNA 技術的疫苗進行統計，發現接種第二劑疫苗後出現心肌炎的比例高於背景值，且好發於 30 歲以下、12 歲以上的年輕族群，發生率約為百萬分之 12，又以男性發生機率略高於女性。

因此，羅一鈞提醒，年輕男性接種莫德納疫苗時，需特別注意是否有心肌炎與心包膜炎的症狀，包括胸悶、胸痛、呼吸困難等，並就目前副作用統計與治療

狀況來看，接種者在副作用發作後恢復良好，並沒有死亡病例。他也再度強調，接種疫苗利大於弊，30 歲以下的男性若符合接種資格，仍建議儘速接種。

mRNA 疫苗不影響基因

另一方面，羅一鈞提到，近日關於疫苗的假消息攻擊對象從 AZ 疫苗逐漸轉為莫德納疫苗，通常會以影片形式出現，仿照外國電視新聞，帶有 logo 與跑馬燈，配上中文字幕，但這不是真實新聞報導，卻提到「mRNA 疫苗會破壞基因與人體健康，把人類變成基因改造的生物。」

對此，羅一鈞澄清，雖然叫「mRNA」疫苗，但打入人體後，不會對人體基因產生影響，更不會因為接種疫苗而變成基改生物，且莫德納與 BNT 等 mRNA 疫苗都已在國際普遍使用，並經過台灣與多國審核，民眾可以放心使用。



今日天氣

北部 27°-35° 多雲時晴

中部 25°-32° 多雲短暫雨

南部 24°-30° 陰陣雲

東部 26°-32° 晴時多雲

編按：前監委、法官高鳳仙 20 日不幸過世，為了紀念這位勇敢與有愛心的司法鬥士，本報特製作追思專輯，並重刊 2014 年她接受本報社長林意玲「醒報人物專訪」的部分內容。

前監委、法官高鳳仙 20 日因病安息主懷

【本報記者林意玲台北報導】前監察委員、資深法官，也是防暴三法催生者高鳳仙不幸於 20 日因癌症安息主懷，享壽 66 歲，消息傳來，法界人士深表哀慟。家人將於七月初為他舉行安息禮拜，因疫情期間無法舉行公祭，家人不希望勞動親朋友好，也懸辭花籃奠儀。

立防暴三法保護婦幼

高鳳仙在台大法研所期間考取公費留學，1983 年取得美國加州大學柏克萊分校法學碩士，曾任地院及高院法官。在 1996 年至 2004 年間，先後起草《家庭暴力防治法》、《性騷擾防治法》，與《性侵害犯罪防治法》等立法與修法、連續性暴力修法條文。

2007 年「台灣防暴聯盟」正式立案後，高鳳仙擔任創會理事長。對婦幼保護貢獻卓著。

高鳳仙在監委任內為婦幼發聲，也幫助反迫遷的民眾伸張正義，像忠貞新村能得以保存，雲滇餐飲董事長王根深說，全村的人都對她非常感謝。高鳳仙任內也積極從事白色恐怖等轉型正義的平反。

任監委彈劾性侵官員

「這世界有很多不公不義的事情，有時候不是公務員能夠——幫助平反的。」高鳳仙曾調查 2011 年台南啟聰學校集體性侵害案，該案共發現 160 多名被害人，彈劾了許多相關官員、校長、老師等，最近當紅的電影《無聲》就是據此改編。她也彈劾過很多涉性侵犯的官員、老師等，國教署曾請她演講性侵害防治。

她在兩屆監察委員卸任後，特別設立高理律師事務所，希望能成為實現公義的事務所。幫助有冤屈的當事人得到平反或補償。事務所於去年 11 月 14 日開幕時，她接受本報專訪時表示，從律師的角度可能更能幫民眾伸張正義，照亮法官或監委顧不到的角落。

成立高理律師事務所

開幕當天前司法院長賴浩敏、前監察院長張博雅、前監委古登美、吳豐山、楊美鈴、尹祚芊以及立委葉毓蘭等都出席盛會，期許有加。

高鳳仙篤信基督教，因而有著相當堅定的信仰與正義感，樂善好施，常捐助弱勢團體。

監委 8 年感言

■ 高鳳仙

時間過得很快，擔任法官 20 餘年後，擔任監委已經 8 年。

監委和法官一樣，都是得罪人的行業，秉公處理案件可能六親不認，朋友自然越來越少。有趣的是，監察院和法院發的車牌，大都只在上下班使用，以免停車在外遭人攻擊破壞。

承受壓力與批評

監委的調查報告及法官的判決書都要上網公告，必須經得起社會的考驗，也須忍受惡意的批評或謾罵。

在調查案件時，看到官員的反應有百百種。有些不但坦承自己的違失，而且表示一切過錯由自己承擔，不願連累下屬，讓人感到敬佩；有些知識經驗不足觸犯法令，不知自己錯在那裡，讓人感到惋惜；有些極力撇清責任，堅不認錯，甚至惡言相向，讓人感到難過。

除了官員外，案件陳情人的

反應也各不相同。有些人因調查結果讓他們感受公平或得到賠償，向我表示感謝，使我感到安慰。有些人不滿調查結果，以散播不實消息或購買媒體等方式攻擊我，讓我承受壓力。

擴張視野 磨練耐力

當監委前幾年，大家對監察院給予很多肯定，監委的調查報告獲得許多掌聲。但近年來，社會流行否定，對於政府機關及官員頗多批判，許多人把廢監察院掛在嘴邊，讓我們的許多努力很快被負面消息淹沒。

無論如何，我很感謝上帝給我這麼好的工作，讓我在辦理各種案件時，吸收各樣知識，擴張自己的視野，磨練自己的耐力。

最近辦理高雄監獄越獄案，就如以往辦理的繁雜案件一樣，在遭遇挫折的時候，上帝是我的避難所，祂的眼目常常看顧我，因此，來自親朋好友的幫助和鼓勵，已經超過我所求所想的。

高鳳仙任監委為國服務 強調要毋枉毋縱

有這麼大的權力在我們手上，應該勿枉勿縱，遇到該彈劾的情況，就必須盡力去做。

醒報人物現場 環宇廣播電台 (FM96.7)

播出時間：2014 年 5 月 9 日 18:00-19:00

主持人：台灣醒報社長林意玲

受訪人：監察委員 高鳳仙

主持人：今天很高興邀請到監察院高鳳仙委員接受訪問，她過去是法官，後來獲總統提名為監察委員，最近監委提名又獲得連任。請高委員跟我們分享監察委員的工作，還有法官和監委工作性質的同異之處。

高鳳仙：大體來說，兩者都是在「查案」，法官處理的是「個案」，監委則是查公務體系裡有無違私，要不要糾正、彈劾，層面比較廣。

問：所以說，不是追究人與人的糾紛，而是調查公務人員有無違法或失職？

高鳳仙：對，失職包括應該做而沒有做，不應該做而做，或做了不適當都算。

問：高委員任監委將屆滿六年，且在今年 8 月會連任；想請教一下，這次提名名單中，女性比例很高，7 名留任委員中女性佔 4 位、男性佔 3 位。

高鳳仙：對，原有 7 位女性監委，新的一屆中增為 12 位，院長甚至由女性出任（張博雅），這是很不容易的；她是中華民國第一位女院長。

問：總統在提名過程中顯然刻意增加女性的監委名額，連任名單就比男性多一位，新提名也增加好多女性，甚至連院長都是女性，這真是對女性的鼓舞。您認為女性監委較男性監委，在行使職權上有何不同？

女性比較專注

高鳳仙：往前推 10 年，女性的歷練比較少，男性的視野普遍比較廣。但最近很多女性表現已不輸給男性，女性甚至可以擺在各個位置，當個太太就像太太、當個公務員也像個公務員，且女性通常較專注於自己分內的事務，

交際應酬也較少。

同時女性比較率直，不會模稜兩可，這在作為一名法官也好、監委也好，都是很重要的特質。

問：委員這 6 年來辦過哪些案子？有沒有印象特別深刻的？

高鳳仙：我過去當法官期間，偏重關心婦女人身安全的案子，像家暴、性騷擾、性侵害等等。先生跟我說，既然是婦女團體推薦，同時也是司法院推薦的委員，是不是該關心一下婦女權益的案子？這在過去監察院是沒有的，所以我就開始調查以性騷擾、性侵害相關案子為主。

例如花蓮一所國小發生性侵害案，一個小女生為了保護學妹向校長寫信，表明自己被性侵，且學妹也岌岌可危。我通知學校但學校態度消極，後來案子爆發後，才發現該老師已性侵多人，但校方卻都睜一隻眼閉一隻眼；最後我把校長和主任都彈劾了，從此全國學校都知道不通報者也會遭彈劾。

監委出手才關心？

但後來又發現通報雖做得好，但不積極處理也不行。我調查了很多案子，舉凡校園、宗教團體、國軍等等，其中尤感痛心的是一所特教學校的性侵害，本來教育部分只承認 70 件，人本基金會說 120 幾件，但我們最後卻查出 160 幾件，其中牽涉許多老師、生輔員、主任、校長，由於他們長期忽視，導致悲劇發生。

最後我們彈劾了 10 幾位，包括教育部官員、校長、老師等。

之後我有很深的感觸，為什麼要到監察院出手大家才要關心？老師難道不應該保護學生嗎？家長把小孩交到你手上，為何缺乏同情心、同理心？我甚至發現孩



▲ 前監委、法官高鳳仙曾說，感謝上帝給她這麼好的工作，讓她在辦理各種案件時，吸收各樣知識，擴張自己視野，磨練自己的耐力。（網路截圖）



▲2007 年「台灣防暴聯盟」正式立案後，高鳳仙擔任創會理事長。對婦幼保護貢獻卓著。（網路截圖）

子比老師還勇敢；而被性侵者的傷痛是永遠無法抹去的，但我們至少給予公平正義，讓他們知道社會還有人願意相助，自己才有勇氣去做對的事情。

問：果然女性監委的關注有所不同。過去，推動的家暴防治法、性騷擾防治法等，無論修法或立法，背後功臣就是我們的高委員，協同許多社團團體、立法委員共同完成的。繼續請教委員，還有什麼案子令您印象深刻？

高鳳仙：我還彈劾過一個被稱為史上最貪的女檢察官，貪了 2000 多萬，就目前帳上所見；她把案子攬到身上來，向賭博電玩業者們收賄，每個月 10 萬、20 萬在收。以往我在當法官的時候，我都覺得女性是不會收賄的，因為女性應酬機會少，下班就回家陪小孩了。

但該名女檢交友極廣，手腕又高明，可見女性犯起罪來不輸給男性。所以我在想，傳統認為女性較為弱勢、溫良，但用平權的角度來看，女性一樣會做出惡劣的事情；所以就用人方面，男、女生都一樣，可以完成很多事情，也會做出不該做的事。

問：您是法界出身，深知有問題的檢察官、法官極多，我們在此向民眾請命，希望您能委員以法學背景和監委身分，多多彈劾法界的壞蛋。

人權院權力大

高鳳仙：我們這一屆監委中有三位法官出身，新任的只有兩位，但檢察官出身者有兩位。我們都是好幾十年在司法界的訓練，在調查、扣案、對證據認定的嚴明程度會比較好，也較能查明案情。

老百姓一天到晚都希望司法可以還他公道，但對司法又不信任；來監察院討公道也是，不一定如願以償，這有時候是因為職權的關係，但我們能做的就努力去做。

我們對司法院是無法糾正的，只能對行政機關，但對貪官汙吏是可以處理的，包括法官、檢察

官、甚至行政院長，都可以提出彈劾。

國家給予我們這麼大的權力，這在全世界是罕見的，所以人家說我們監察院是「人權院」，有這麼大的權力在我們手上，應該勿枉勿縱，也不要隨便給人家扣帽子，但遇到該彈劾的情況，就必須盡力去做。

查案子很有成就感

今天監察院是一個平台，因為它跨部會跨院際的，大家來這邊把事情講清楚，有時候會無故的推給內政部，內政部又推給法務部，推來推去，我把他們各各角色都定位好以後，他們就好高興覺得又有能力來繼續工作，這樣讓我覺得調查案子很有成就感。

有人問我說，有些委員因為抓住某某不會反彈，那我常抓住法務部或是教育部這樣打來打去，他們怎麼都不會反彈，就是因為我跟他們說，他們也知道錯在哪裡，所以才知道錯應該怎麼改，如果他們真的有錯的地方，長官也知道原來懲處太輕了，應該怎麼加重他的處罰。

如果有些委員真的很兇，用損人的話來損官員，我覺得大可不必，尤其要彈劾的時候，你要哀矜勿喜，彈劾了又損一頓幹嘛，你要處罰人家，事情都講出來了，要不要處罰是屬於公懲會，公懲會要做出決定，不是監察院要處罰，這樣才公平。

問：最後請教一下高鳳仙委員您在新的一任監察委員的未來六年任期，您希望自己有些什麼樣的突破？也希望監察委員的同僚大家一起來為這個社會的正義怎麼樣的把關？

高鳳仙：我希望自己能夠獲得上帝來的智慧跟勇氣去做對的事情，也希望在關懷弱勢人權及司法人權能夠有好的一個表現，同時我也希望跟我們的同事能夠大家相處好，大家是一個團隊來為這個國家盡一點心力。

莫德納、BNT 副作用 列入心臟炎症！

美國食品藥品監督管理局（FDA）指出，BNT、莫德納疫苗接種者可能出現胸痛、呼吸急促或心跳加快等異常症狀。

【本報記者林志怡綜合報導】心臟發炎成為施打 BNT 疫苗、莫德納疫苗的新副作用！美國食品藥品監督管理局（FDA）指出，接種者可能出現胸痛、呼吸急促或心跳加快、顫動或異常加速等症狀，且另有不直接威脅生命的輕微副作用包括注射部位疼痛、發燒、皮膚過敏等。至於 AZ 疫苗則有約為百萬分之 2.1 的機率，發生血小板功能低下併發血栓的反應。

接種後心臟發炎

FDA 為美國檢驗藥物、食品安全性以及疫苗等醫材緊急授權的主管單位，由於標

準極為嚴格，因此其判斷被視為新冠肺炎疫苗等藥物安全性指標，目前獲得其緊急授權的疫苗包括 BNT 疫苗、莫德納疫苗、嬌生疫苗等，並不包含 AZ 疫苗。

FDA 於 6 月 25 日的《新聞稿》中表示，經過委員會討論，將提高心肌炎（心肌炎症）、心包炎（心臟、外膜周圍組織發炎）等病症的發生風險列入 BNT 疫苗、莫德納疫苗的可能副作用中，且尤其好發於第二劑疫苗接種後數日。

mRNA、病毒載體疫苗

《FDA 新冠肺炎疫苗》相關資料指出，BNT、莫德納疫苗等需接種兩劑的疫苗，在接種第二劑時副作用會較為嚴重，且 3 種疫苗的共同輕微副作用包括皮疹、蕁麻疹或面部腫脹等非嚴重過敏反應、注射部位疼痛、疲倦、發冷、關節痛、發燒、腹瀉與噁心等。

嚴重副作用部分，BNT、莫德納疫苗包括心臟相關發炎反應，嬌生疫苗則提到接種後可能出現大腦、腹部和腿部血管出現血栓，或是血小板凝血能力低下等症狀，且好發於 18 至 49 歲的女性。

台灣疫苗現況

尚未取得美國 FDA 緊急授權的

AZ 疫苗，副作用包括注射部位疼痛、皮膚過敏、噁心與嘔吐等，在各國亦出現多起施打後併發血栓的案例。台灣目前已取得 AZ 疫苗近 200 萬劑，與原廠的總簽約量達 1000 萬劑，且 7 月中、9 月底分別可能有日本及立陶宛捐贈的 100 多萬劑疫苗抵台。

至於目前 3 種獲得美國 FDA 緊急授權的疫苗中，台灣僅取得莫德納疫苗 289 萬劑，其中包含美國捐贈的 250 萬劑，與莫德納原廠的簽約量則為 505 萬劑。BNT 疫苗部分，官方與原廠的採購談判於今年初破局，台積電、永齡基金會等民間組織預計採購 1000 萬劑，正積極協助簽約、採購中。



▲ 莫德納疫苗新增心肌炎等為副作用。(指揮中心)

全球各大週刊頭條新聞

林志怡／輯

《時代雜誌》Time 種族主義教學法 美陷入爭論

美國陷入了該如何在學校教授「種族主義」的爭論，一方認為應該更著重於歷史的真相，並客觀解釋歷史事件是如何造成現今的美國種族局勢。另一方面，前總統川普一派人士則希望大力推廣愛國教育，但學者擔憂此舉可能進一步激化下一代的種族對立，並對歷史產生厭惡情緒。



紀以來美國愛國主義教育大行其道，除非學生接受大學以上高等教育，否則很難深入了解種族主義的真正歷史。南方貧困法律中心的研究更指出，2018 年只有 8% 的高中生認為奴隸制是內戰的主要原因。

然而，當教育界開始懷疑這些教材的正確以及適當性時，前美國總統川普卻在任期內大肆推廣愛國教育，並成立 1776 委員會，希望將美國教育的焦點放在《獨立宣言》和憲法上，並忽視種族在歷史中的角色，但該委員會也在川普卸任後即遭現任總統拜登解散。川普至今仍未放棄推廣愛國教育，他在 6 月 18 日關於 RealClearPolitics 的專欄文章中呼籲，每個州都應該設立一個 1776 委員會，建立愛國教育體系、為美國而教。反對忽視種族主義教育的學者與家長則強調，教育學生種族主義在種族不平等事件中扮演的角色，將會讓下一代持續把剝削弱勢種族視為理所當然，產生「因為我們的資源很少，所以那些黑人必須擁有更少」的心態，恐怕進一步強化種族主義。

在相關敘述中，北方的州強調「Lost Cause」，專注於歌頌北方在戰爭中的英勇表現以及其堅定的信念——奴隸制是正確的，而奴隸應該對於當初的經濟模式心懷感激。至於南方州描述相關歷史時，則將其敘述為一段「南方州為了國家權力而戰」的故事，而不是為了奴隸權利。

兩個觀點都可以發現美國的歷史教材、論述充斥著愛國教育意味。事實上，一個多世

Delta 變種未平 英衛生部長爆性醜聞請辭

【本報記者呂翔禾綜合報導】大官犯法，與庶民同罪！英國衛生部大臣近日因為違反社交距離規定，與女同事接吻而宣布請辭，反對黨也不滿他讓英國疫情失控，認為應予解雇。英國雖然每百人已接種 113 劑疫苗，且 6 月原訂將要解封，但因為印度 Delta 變種病毒的影響，導致疫情又急速升溫，單日確診人數從千人飆升至萬人。

親吻女同事惹議

根據《英國廣播公司》報導，已婚的英國衛生部大臣漢考克近日



時報》提到，唐寧街 10 號隨即也宣布，將由曾任德意志銀行董事總經理，前任英國內政大臣與財政大臣，現任下議院議員的賈偉德接任衛生部大臣。漢考克也在辭職時，於推特發布道歉影片表示，他理解民眾為了對抗疫情所做的犧牲與努力，而他沒有遵守相關規範，因此必須辭職。

Delta 疫情升溫

對此，工黨黨魁克默表示，雖然漢考克本來就應該辭職，但不該是自己下台，而是強森應該解雇他；蘇格蘭民族黨下議院黨鞭布萊克福也批評強森領導抗疫失敗，他跟漢考克早該下台負責了。不過，雖然英國的疫



▲英國衛生大臣在英國疫情升溫之際因醜聞辭職，各國也很擔心從英國擴散的 Delta 變種病毒。(Photo by DfID on Wikimedia under CC 2.0)

情在 1 月創下高峰，但在 3 月左右就控制下來，5 月甚至有單日零確診死亡的記錄。據《路透社》報導，在 Delta 變種病毒肆虐下，英國 5 月中的單日確診案例開始飆

升，從 2 千多人一路攀升至 24 日最高曾達 16705 人，也讓英國暫緩原定的解封日程。德國與法國則呼籲歐盟要儘速設立旅遊禁令，防止 Delta 病毒侵襲疫情仍居高不下的歐洲。

疫情加劇毒品依賴 聯合國籲合作防堵

【本報記者臧品安綜合報導】新冠疫情助長全球吸毒人數增加，聯合國呼籲各國加強合作，防堵毒品販運和藥物濫用！受疫情衝擊，精神健康問題在全球呈上升趨勢，導致藥物濫用的風險提升。聯合國毒品和犯罪問題辦公室執行主任瓦利呼籲，各國政府需要擴大預防和治療方案，以及監測和預警機制。

疫情使有心理健康問題的民眾增加，由於精神狀況問題可能使藥物濫用風險提升，且疫情衝擊加劇失業，潛在的社會經濟壓力也會加速人們對這些藥物的需求。

疫情致藥物濫用增加

根據《聯合國新聞》報導，新冠肺炎危機已使 100 多萬人陷入極度



升趨勢，這些因素有可能刺激藥物濫用失常（drug use disorder）的增加。此外，在疫情大流行期間已觀察到吸毒模式發生變化，包括大麻和非醫療用途的藥物鎮靜劑的使用增加。

另則《聯合國新聞》指出，聯合國毒品和犯罪問題辦公室發布的

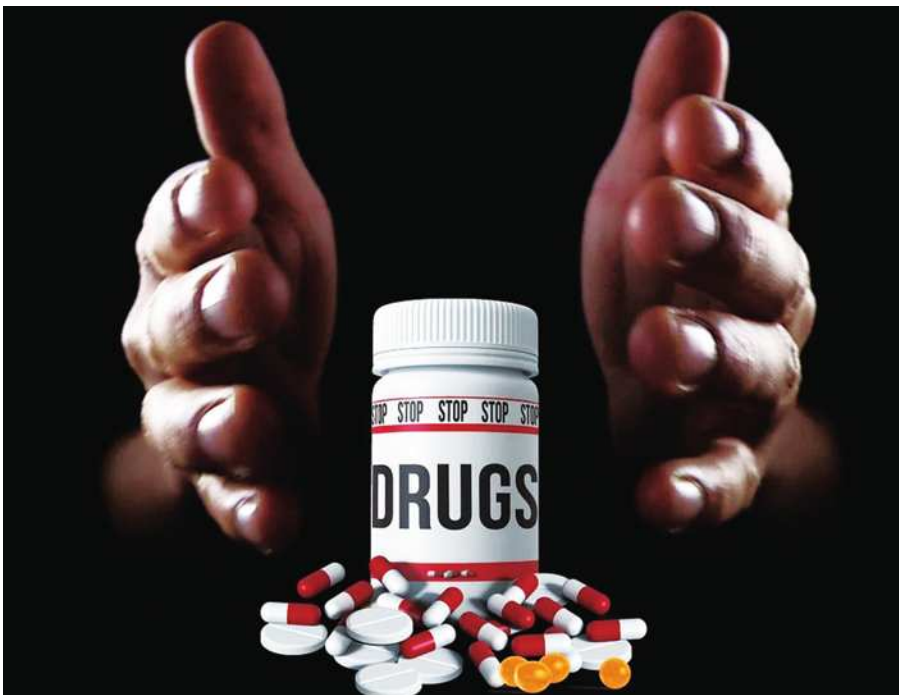


《2021 年世界毒品報告》顯示，過去十年與毒品相關的死亡人數幾乎增加近兩倍。此外，2019 年 10% 的愛滋病毒病例是由於人們給自己注射毒品。

與科技、航運合作防堵

聯合國秘書長古特瑞斯表示，武裝團體和恐怖分子從非法毒品貿易中獲利，且疫情大流行期間造成的經濟衝擊，使數百萬人更容易受到毒品犯罪和種植非法作物影響。他指出，越來越多毒販利用合法貨物貿易和郵政服務來

聯合國籲合作防堵



▲ 聯合國毒品和犯罪問題辦公室發布的《2021 年世界毒品報告》顯示，過去十年與毒品相關的死亡人數幾乎增加近兩倍。(Photo by pixabay)

運輸其非法產品，因此與科技公司、郵政、快遞服務及航運公司的合作，在打擊毒販的戰鬥中是不可缺少的。

聯合國毒品和犯罪問題辦公室

執行主任瓦利也呼籲，各國政府需要擴大循證預防和治療方案，以及監測和預警機制，以幫助低收入國家發現和應對新成癮物質及其使用趨勢。



◀▼ 哥倫比亞總統杜克（下圖）25日遭遇刺殺未遂，舉國以高額獎金懸賞，矢言抓到嫌犯。
（Photo on Picryl、網路截圖）



哥倫比亞總統遇襲 30 億懸賞抓嫌犯

【本報記者呂翔禾綜合報導】懸賞 30 億抓襲擊總統的嫌犯！哥倫比亞總統杜克的直升機 25 日遭襲，所幸沒有人員受傷。政府 26 日公布將懸賞 30 億披索（約 79.6 萬美元）的酬勞，希望能抓到襲擊總統的嫌疑犯。由於杜克是在靠近委內瑞拉的邊境遇襲，外界推測可能是長期不和的委內瑞拉，或是哥國本地叛軍動的手。

有驚無險的刺殺

根據《英國廣播公司 in-america-57626402》報導，杜克的直升機在靠近委內瑞拉邊境的庫庫塔機場遭到襲



哥倫比亞政府 26 日公布將懸賞 30 億披索（約 79.6 萬美元）的酬勞，希望能抓到襲擊總統的嫌疑犯。

擊，根據事後的照片看，子彈打到直升機上方，非常接近馬達的位置，不過所幸沒有造成任何人傷亡。聯合國、歐盟與美國也紛紛譴責這起攻擊事件。

社會衰敗不安

事後國防部便展開調查，國防部長莫蘭諾祭出 30 億披索的高額懸賞金，鼓勵民眾向政府舉報關於這起攻擊的線索，警方也在庫庫塔地區找到一把 AK-47 步槍與一把口徑 7.62 釐米的自動步

槍，步槍上有委內瑞拉軍方的標誌，但目前尚未找到兇手。

庫庫塔地區長期以來也是哥倫比亞的兵家必爭之地，由於此區盛產古柯，是毒品古柯鹼的主要成分，因此無論哥倫比亞政府、毒梟、叛軍，甚至是委內瑞拉都想要掌握此區。哥倫比亞過去曾指控委內瑞拉資助境內左派叛軍「民族解放軍」，該組織一直是僅次於哥倫比亞人民軍的第二大反政府武裝勢力。

哥倫比亞長期以來受到人民軍

侵擾，前總統桑托斯在 2016 年與人民軍簽下停戰協議，雖然協議後來遭到公投否決，但哥國延續 50 年的內戰仍大致結束。不過哥國境內還是陷入疫情擴張、委內瑞拉難民逃入，暴力與毒品充斥的衰敗社會。庫庫塔地區 6 月初曾發生汽車炸彈，造成 36 人死亡，但無人承認犯行。

疫情難以緩解

據《約翰霍普金斯大學》統計，哥倫比亞目前新冠肺炎共有 416 萬人確診、10.4 萬人死亡，疫情雖然在 3 月降溫，但 4 月開始又持續升溫，25 日有 2.5 萬人確診，疫情始終無法有效控制。



泰國收緊防疫 1 個月 避免工人群聚擴大

【本報記者臧品安綜合報導】泰國境內新冠疫情升溫，自 5 月以來，首都曼谷已發現至少 37 起工人群聚，政府下令收緊曼谷及附近地區的防疫限制措施。泰國政府 27 日宣布，28 日開始曼谷和周邊 5 省，將暫停室內用餐 1 個月、購物中心也必須在晚上 9 時前關閉、禁止超過 20 人的聚會，及設置檢查站控制工人人流移動。

收緊首都周邊防疫

根據《路透社》報導，根據泰國皇家公報發布的一份文件，



新的防疫限制措施將從 28 日開始實施 30 天，其中包括禁止在曼谷和周邊 5 個省分的餐廳內用餐，曼谷和周邊 5 省的購物中心必須在晚上 9 時前關閉，以及禁止 20 人以上的聚會活動。

該文件表示，6 個地區的建築

工地將被關閉，以及將圍封工人營地以控制群聚感染。曼谷有 575 個建築工地，容納約 8.1 萬名工人。據統計，自 5 月以來，在曼谷工地中已發現 37 起群聚。

控制工人人流移動

另外，該文件指出，當局將在曼谷和周邊 5 省設立檢查站，以控制工人的人流移動，並補充說，南部靠近馬來西亞的 4 個省也將設立檢查站。由於政府快速收緊防疫措施，令網民相當驚訝，「#BangkokLockdown」標籤也在周日凌晨在推特上成為熱門趨勢。

根據《彭博社》報導，27 日官方數據顯示，泰國在過去 24 小時內通報新增 3995 例確診，累計病例數達到 24 萬 4447 例，新增 42 人死亡，死亡人數已超過 1900 人。



◀ 最近泰國境內新冠疫情升溫。
（Photo by ILO Asia-Pacific on Flickr under CC2.0）

臺中市政府

紓困十方

針對受疫情影響的各行各業，臺中市政府盤整相關資源，祭出「紓困十方」協助市民。

度難關・減負擔

免收、減稅、補貼、延繳

減收 + 支出預算總額
持續爭取、擴大
攜手市民度過難關！



1. 夜市集停業 **免收租金**

2. 市場夜市6-9月 **規費減半**

3. 成立 **資金紓困單一窗口**

4. 溫泉 **使用費分期**

5. 市府場館 **規費減緩繳**

6. 非自願失業勞工 **生活補助** 及其子女 **就學補助**

7. 青創貸款 **利息補貼延一年**

8. **安心即時上工**

9. 稅捐 **緩繳減免**

10. **演藝紓困補助**



更多紓困十方詳細資訊請至
臺中市政府經發局網站或掃描QRCode查詢

查詢電話：04-22289111分機31139、31141、31142、31143



臺中市政府新聞局 廣告

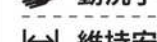
防疫當前提醒您



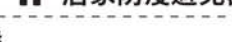
戴口罩



落實實名/聯制



勤洗手消毒



居家防疫避免群聚



維持安全社交距離

▼當諸多弊端發生，嚴重侵襲人民生命權、財產權、生存權、自由權時，人權委員會選擇沈默，監察院視而不見，形同「監察科」，未見調查違失。(中央社)



五權憲法 一權獨大？

■朱愛民
(退休公務員)

政府計劃修憲，究竟要五權憲法或三權憲法？總統制或內閣制？看法不一，不過從當前國家多災多難，繼普悠瑪、太魯閣火車大車禍之後、全台乾旱、兩次大停電，現在又爆發嚴重新冠肺炎疫情，「五權憲法，一權憲政」，行政權獨大，一再釀災，不需負責，失去制衡力量，恐怕才是最嚴重問題。

監察院不監察？

2020年蔡英文挾高人氣，以817萬0231票當選第二任總統，先後完成行政、立法、司法、考試、監察等五院，從院長、副院長以降，各級首長、主管，人事佈局之後，形成一黨獨大、在野黨制衡無力，即使災難頻傳，人民痛苦，生命、財產遭受嚴重損失，卻似乎無制衡、究責機制，四權全部形同虛設，行政權專擅有若憲政危機。

職司風憲的監察院，憲法明訂職權是監察、彈劾、糾舉、監試、審計。制度設計有如美國政府問責署，或歐洲審計院。在去(2020)年立法院通過陳菊等27人擔任監委之後，院長是總統姐妹淘，如何期待發揮監察職權及功能？

陳菊極力推動國家人權委員會，但是當諸多弊端發生，嚴重侵襲人民生命權、財產權、

五權憲法中，五院正副院長及各級首長重要人事案提名權，皆掌握於總統之手，行政權一權獨大，才是憲政最大危機。

生存權、自由權時，人權委員會選擇沈默，監察院視而不見，形同「監察科」，未見調查違失。

立法院抑或「立法科」？

立法院職權為立法權、財政權、同意權、質詢權、議決法案及國家重要事項權。然而立法院長期被戲稱為「行政院立法科」，此事從行政院13職等約聘顧問丁怡銘，公然去電立法院長辦公室嗆聲，責問會議內容外洩事，引發兩院院長隔空喊話，雙方不悅，浮上檯面。約聘顧問竟敢挑戰立法院長，「立法科」之名應非虛構。

由於現在執政黨在立法院居於絕對多數優勢，在野黨頂多只能行使聽取報告及質詢權，至於彈劾案、不信任案、罷免案，根本不可能成案，也無在野黨敢於提出。最近在野黨提出8大議案，問責行政院全部執政黨所擋，立法院完全失去制衡功能。

立委之質詢權，有如蚊子叮牛角。遇上辯才無礙，或態度傲慢之行政首長，只能徒呼負負。根本不痛不癢。如今國家接二連三重大災難發生，立法權無法制衡行政權顯而易見。

司法獨立成為泡影

司法權方面，自從執政黨全面更換人事之後，亦成為「總統府司法科」。國家領導人甚至在去(2020)年3月，召見大法官呂太郎，當面喝斥他，引發司法界不滿，認為總統不宜私下約見大法官，更不可無禮喝斥，干預大法官獨立行使職權。

憲法明定大法官十五人，由總統提名，立法院同意任命。國家領導人掌握提名權，人選自為可控對象，試問現今大法官會議，除了一般法律解釋案之外，關於總統、副總統之彈劾權，還有可能執行嗎？正副總統由誰制衡？

不當往來高層涉案

不僅如此，各級法院、法務部、公懲會、檢調警首長，皆由總統或行政院長任免、調遷，尤其特偵組廢除後，刑不上高官，試問司法權還有可能制衡行政權嗎？難怪屢屢發生行政院長公開喝斥警察局長，自建治安首長班底，當司法院大門的天秤已明顯偏向一邊時，如何期待人民信任司法？行政權獨大，司法院亦淪為「司法

科」。尤其國家領導人高揭司法改革大旗，但是當公懲會委員長石木欽與商人翁鍾茂不當往來案，拉出檢、調、警高層首長多達20多人涉案之後，司法改革一夕破功。司法獨立淪為口號。

黑官充斥毀憲亂政

考試院對於文官任免、銓敘之職權，現今亦僅能對寒門子弟適用，各行政機關、公營事業，乃至於外交體系，充斥十三職等高階約聘黑官，其優渥條件亦非一般考試及格人員，終其一生，所能仰望，行政權侵奪考試權，可見一斑。「考試科」非戲稱。五權憲法中，五院正副院長及各級首長重要人事案提名權，皆掌握於總統之手，而馬、蔡以來總統均有權無責，無須向任何民意機關負責，形成行政權獨大病態，其他四權皆已喪失制衡功能，憲政危機嚴重威脅國家安定，人民生命、財產安全，絕非自由民主國家之常態。執政黨最近有修憲之議，然而，中華民國究竟應走向總統制或內閣制？以及三權或五權憲法之爭議，迄今未建立全民共識，行政權一權獨大，才是憲政最大危機，如何解決，端賴執政黨發揮智慧及胸襟，徹底解決現行「五權憲法，一權憲政」危機，才是最大考驗。



■王建煊
(前監察院院長)

我應邀為電台錄節目，每星期五播出一次。已經錄了90多集。這家Needs電台是一個對全球華人廣播的電台。負責為我錄音的一位小姐，台大畢業，年輕漂亮能幹，頭腦清楚又極富愛心，夫妻倆都在電台無薪全職工作。

我剛好認識她的公公，常在她公公面前讚美她的媳婦，她公公說：「我兒子賺到了，賺很多！」我多次轉述給這位小姐聽，這位小姐都笑瞇瞇的，高興好半天。

你的婚姻賺很多嗎？

各位好朋友，你跟你的另一半，結婚可能很久了。你有賺到了，甚至賺很多的感覺嗎？如果有，恭喜你，你的婚姻一定是很幸福的。如果還沒有這種感覺，還來得及，趕快製造婚姻的盈餘，讓對方感到「賺很多！」

有對老夫妻，兒孫滿堂，但卻經常吵架，勸也沒有用。及至有一天老爸腎衰竭厲害，必須換腎，才得活命。在一腎難求下，妻子決定捐腎，救丈夫一命，夫妻從此恩愛不已。丈夫說，我真罪過，妻子這樣愛我願為我捨命，說著就黯然淚下。他賺到了，賺很多！

有位開五金行店的老板，白手起家，店愈開愈大。不幸罹患肺腺癌，人難過得好像癱了一樣。但妻子很厲害，一手承擔起五金行的業務，有條不紊，丈夫對妻子說有妳真好，我這輩子娶妳作老婆，我賺到了，賺很多！

我是個績優股！

我和妻子蘇老師結婚58年，我們

你的婚姻賺到了嗎？

是成大同學。畢業時她是全校第一名，人長得漂亮，被非正式的評為是校花，娶到她當然賺很多。

她父親是台大教授，家父是上尉小文職軍官，家住違章建築。結婚行完婚禮，岳母送蘇老師來我家，看到一間連廁所都沒有的洞房，回去後大哭一場，嫁到這樣人家虧大了！

可是她為什麼會嫁呢？因為當時我是績優股。成大畢業時表現優異，考上政府在台灣第一次舉辦的關務人員特考及中央銀行特考。海關及央行在當時都是人人羨慕的就業單位。之后我考上高考及政大財政研究所。

我任公職，也一帆風順，並擔任財政部長。岳父母大概可以放心了。這是人之常情，那家父母不是牽腸掛肚的看著自己孩子一生的婚姻呢？

祝福大家都賺很多！

我和蘇老師結婚58年，沒有孩子是無子西瓜。58年中，小爭吵，冷戰幾天是有的，但從未動過手，我們從未打過對方一巴掌。現在年過80，蘇老師有輕微失智症及肌少症。她對我的依賴日重，我現在每天，處處時時都會想到她。

為了她，我更加注意健康，我要運動，因為我必須身體好，她才有依靠。我和蘇老師的婚姻，彼此都賺到了，而且賺很多。

真是盼望各位好朋友，努力照顧、善待自己的終身伴侶，要彼此都賺很多才行！

(本文授權刊登於《中時電子報》、《風傳媒》、《優傳媒》)



我見我思稿約

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

營養好好補充 可增強身體免疫力

深入了解營養的正確知識，從日常飲食開始保健身體。

■ 牧野直子

我們是為了什麼而進食的呢？最大的目的當然是為了維持生命，但吃的目的不是只有這個才對。透過食物多變的味道、香氣、顏色、口感，讓我們的進食變得愉快，並能過著更健康而豐富的生活，所以我們才需要每天進食。

生物從體外攝取維持生命所必需的物質並加以利用，這一連串行為便稱為「營養」。而食物所

消息。

舉例來說，現在限醣減肥法成為熱門話題，可以看到有些消息說「只要不吃飯，吃多少肉都可以」。理論上，控制醣類（飯）就可以降低體脂肪，這樣說是沒錯，但是「不管吃多少肉都可以」就是天大的誤會了。

正確了解知識很重要

攝取過多肉的話，血裡的中性脂肪或壞膽固醇會增加，連帶造成肝臟及腎機能負擔的風險。儘管如此，消息本身卻這樣完全無

運動習慣，不讓脂肪細胞過度增加，這對將來的健康也很重要。

運動不足生出新脂肪

另一方面，幼兒時瘦的人也不能掉以輕心。最近根據研究，發現吃太多或運動不足持續累積脂肪的話，大人也會生出新脂肪細胞。無關小時候的體型，只要持續運動不足或能量過多的生活習慣，就會讓脂肪細胞增加，變成易胖體質的風險很高。

如同前述，肥胖跟脂肪細胞的數量有很大關係，但變胖的原因還有很多。常聽到的是父母給孩子的「遺傳」，確實小孩可能會遺傳雙親的易胖體質，例如父母的體質若為不易代謝攝取到的能量，那麼很有可能小孩也會遺傳，導致易胖體質。

但是我們無法這樣直接把遺傳與小孩肥胖的原因連結起來。特別是雙親跟小孩都一樣胖的情況，比起遺傳，將環境＝生活習慣視為原因更為自然。

生活習慣導致肥胖

是不是平時常吃外食或外面煮好的熱食，或是讓小朋友自由吃他想吃的零食，過著混亂的飲食生活呢？另外，是不是家族在假日團圓時，會在家裡靡爛地看電視或玩電動，再加上運動不足呢？大人、小孩都把這樣的生活習慣當作理所當然的話，就和體質或遺傳沒有關係，全家都得煩惱肥胖問題也是正常的。

把肥胖原因歸咎於體質或遺傳是不對的！首先該由雙親冷靜地檢視自己的飲食生活及生活方式，是否有造成變胖的傾向，這是很重要的。

「不想給小孩吃高卡路里的速食！」愈是熱衷於飲食教育的家長們，愈是會這樣想吧？但是對成長期的孩子來說，比起卡路里，更重要的是營養均衡。均衡攝取「蛋白質」「脂質」「碳水化合物」三大營養素很重要。

這三個字首合稱「PFC 平衡」，以此原則來選擇菜單的話，即使

是速食也可以健康享受。

速食也要平衡營養

舉例來說，漢堡和薯條、飲料的套餐是漢堡店的固定組合，但這樣的套餐中脂質會有點過多，如果把薯條換成沙拉、飲料換100%的蔬果汁或茶，就能成為平衡性不錯的組合。

雖說如此，只要不是太常吃速食，倒也不需要太神經質。PFC 平衡只要以每天為單位去考慮就可以了，所以在店裡可以選擇孩子喜歡的菜色，調整其他時間的飲食平衡即可。雖說習慣速食並不好，但如果過度限制也是 NG。小孩長大後產生反彈，反而對速食產生強烈執著也說不定。

攝取維生素 C 生吃最好

無論食物含有多優質的營養素，如果料理方式不同，也會白白流失。舉菠菜為例。菠菜含有的主要營養素之一是「維生素 C」，但也含有澀味之源「草酸」，為了去除澀味，燙過後直接泡在水裡是很常見的做法。但由於維生素易溶於水，比較不適合燙或煮等加熱方法。光是燙過就會減少 40% 的維生素 C，而泡在水裡則會讓更多維生素 C 流失。想從菠菜攝取維生素 C 的話，生吃是最好的，不過加熱會讓蔬菜的體積變得比較小而更易入口，所以就算營養有點流失，也能提高維生素 C 的進食效率。

煮胡蘿蔔時，你會先削皮嗎？事實上這麼做，會讓好不容易可以攝取的營養素流失掉。

燙青菜的時候，為了防止維生素 C 從切口流出，不要切碎而是從根部切斷，或是整株一起燙是基本做法。只要燙 30 秒左右就能將火關掉，就算要浸水，也盡量不要太久比較好。用保鮮膜包住菠菜後用微波爐加熱也是一個辦法。

β- 胡蘿蔔素抗氧化



▲ 燙青菜的時候，為了防止維生素 C 從切口流出，不要切碎而是從根部切斷，或是整株一起燙。（網路截圖）

為了防止營養素流失，儘量在新鮮時食用也很重要。保存期限愈長就會流失愈多營養素，所以建議買回來後儘量馬上吃掉或冷凍。煮胡蘿蔔時，你會先削皮嗎？事實上這麼做，會讓好不容易可以攝取的營養素流失掉。胡蘿蔔中的主要營養素是「β- 胡蘿蔔素」，它會在體內轉成維生素 A，並製造出可以感應到光線的視網膜上的色素，或是幫助皮膚或黏膜細胞再生。它有很高的抗氧化力，對預防文明病也很有幫助。

連皮一起煮最營養

胡蘿蔔中的 β- 胡蘿蔔素含有量，愈接近外側會比中心部分來得多。如果把胡蘿蔔完整拿加熱就會發現，胡蘿蔔表面有個薄膜般的表皮覆蓋，那附近含有

用油烹調後的吸收率竟然可以差到 8 倍。所以就選擇沖繩胡蘿蔔絲或法式多蜜醬汁之類搭配油的吃法，連皮一起享用吧！

（興韻／輯）

《趣味營養學》簡介

營養最重要的是平衡，不管任何營養素，單攝取一種，都無法被良好地吸收至體內。本書介紹了日常膳食的有用訊息，例如營養物質的工作原理、增加營養價值的烹飪方法、如何吃不會失去營養的蔬菜以及您想要組合的成分等。

女性月經來時，吃什麼可以克服貧血、畏寒、情緒低落；身體疲勞時，怎麼吃可以緩解眼睛疲勞、慢性疲勞、食慾不振等問題都有解，特殊時期要有專用的身體調養法。

胡蘿蔔素存在接近表皮處，去皮再煮將會流失大量的營養，這樣吃對於身體一點益處也沒有；「切開煮沸並暴露於水」會大大減少菠菜中的維生素；沒有磨過的芝麻，健康收益為零……，各種關於營養的知識，本書都可以找到。

出版社 / 晨星



・Y!!! 書訊・

醒報編輯部／輯

《因為整理，人生變輕鬆了》

作者：鄭熙淑

出版社：聯經出版公司

整理的核心不在於物品，而是人！如何把空間改造成適合人生活的地方，才是首要之務。從「分配空間」開始，就已是整理的一環。

作者認為，並不是想辦法空出空間，或是將物品改放在看不到的地方就是整理。真正的整理是從如何分配空間、如何安置家具開始，再來才是考慮家具要放置的位置。

只要遵守這些標準和原則，無論是獨居，或是兩人小家庭，還是有孩子的家庭，



《秒睡、好睡，365 天的愛睏書》

譯者：楊鈺儀

出版社：時報出版

近年探討睡眠相關議題熱門，此書符合現代閱讀趨勢，簡單提供幫助好眠的建議，搭配暖心插畫，讓讀者閱讀的同時，輕鬆照顧自己的身心靈。

家事加上工作、育兒、人際關係。獻給不論有沒有工作安排、每天都很努力的你。回家後，雖然想悠閒度過，但卻睡不好、半夜醒來、隔天身體覺得沉重、好像沒睡覺，你是否曾有過這樣的經驗呢？想休息卻沒時間，正是如此忙碌的人，才要知道一點小訣竅，簡單地撫慰身心，沉沉入睡。本



《完全圖解物聯網》

作者：八子知礼等人

出版社：經濟新潮社

物聯網並不是一個新名詞，許多企業經營者想導入物聯網推動轉型，卻沒有找到明確的目的和方法，甚至不知道物聯網到底該怎麼做、要做些什麼。有許多人誤以為物聯網只是運用新科技，讓現有的系統業務和商業活動達到更好的效果。

另一方面，對於從事系統開發的工程師而言，即使擁有會計、人事和銷售管理經驗，對於物聯網系統還是不知如何著手，嵌入式設備開發的系統工程師也不知所措。

本書介紹與說明物聯網領域中各種的相關技術，無論是與這些領域相關的工程師還是一般讀者，都能藉由本書了解物聯網的系統、商機和獲利模式。



▼ 人間確實已無披頭四，這個如彗星畫過天際的天團，但是他們音樂對人類文明的影響，卻如同恆星般，深遠而堅定。（電影截圖）



蕭旭岑
（前總統府副秘書長、資深愛樂者）

喜歡歷史的兒子最近推薦我看一部喜劇電影《靠譜歌王》（Yesterday），描述一名愛唱歌的平凡男子傑克，在一次意外後到了另一個平行時空，在那個世界裡，搖滾樂史上最偉大的樂團「披頭四」（Beatles）居然從未存在過，他開始唱披頭四的經典名曲，人們聽了後都如獲至寶、瘋狂喜愛，竟讓他一夕爆紅。

如果人間沒有披頭四，沒有那些改變這麼多人生命的音樂，這樣的人間也是令人難以想像的。

替代歷史的惡趣味

這是「替代歷史」（alternative history）的惡趣味，兒子著迷於這種「如果改變了某些環節的虛構歷史」，在這部電影的平行世界，不但沒有披頭四，包括香煙、可口可樂、哈利波特也不曾存在過，那真是難以想像的世界。如果人間再無披頭四，沒有

愛的尼爾楊（Neil Young）專輯 Freedom 等，到現在我還清楚記得木製階梯的地下層，以及整排銀色飛碟代理發行的西洋流行音樂錄音帶，畫面猶在昨日。

承載讚譽與桂冠

《比伯軍曹的寂寞芳心俱樂部》2017 年才風光發行五十週年紀念版，這張專輯不但在 2003 年被《滾石雜誌》評選為史上百大經典專輯第一名，還被美國「國家錄音檔案」永久典藏為人類有聲文化財，英國《泰晤士報》甚至稱這張唱片是「西



▲ 電影《靠譜歌王》（Yesterday），描述一名愛唱歌的平凡男子傑克，在一次意外後到了另一個平行時空。（電影截圖）

方文明史的決定時刻」。

然而當年才高一的我，根本不知道這張唱片未來會承載這麼多讚譽與桂冠，只覺得「封面很酷，大家都說不錯」就買了。也許是沒有帶著任何膜拜心情聆聽，我幾乎是帶著赤裸潔淨的初心，完完全全沈浸在這張新奇、創意、雋永的音樂裡。那也是第一次，我覺得要整張專輯從頭放到尾，聽這張唱片才算完整（當然知道音樂學者說這是唱片史上最早期的「概念專輯」，是很後來的事了）。

比伯軍曹的浩瀚世界

從第一首同名曲，那種混雜著馬戲團、管樂隊、搖滾樂的喧鬧聲，就會把人帶進了「比伯軍曹」的浩瀚世界。

從那一刻起，這張既悅耳熱鬧，又大膽前衛，混合了古典音樂、劇場音樂、爵士樂甚至印度傳統音樂的唱片，深深嵌入了我的大腦深處。

專輯十三首歌幾乎沒有中斷，有種奇異又自然的連續感，最後一首〈生命中的一天〉（A Day

in the Life）是披頭四最好的歌，也完美體現兩個靈魂人物約翰·藍儂與保羅·麥卡尼的分工，藍儂寫一、三段，麥卡尼寫第二段，風格不同，卻意外完美地融合。

藍儂還活著？

說到約翰·藍儂，這位披頭四主唱，1980 年在家門外遭狂熱粉絲槍擊身亡，年僅 40 歲，成為搖滾樂史上最讓人心痛的憾事。《靠譜歌王》後面特別安排一段「驚喜」：在沒有披頭四的平行世界，藍儂還活著，而且已經七十八歲高齡，沒沒無聞與妻子住在海邊。當我看到蒼老的藍儂畫面出現時，眼淚止不住地蹦了出來。當然，如今人間確實已無披頭四，這個如彗星畫過天際的天團，1960 年組團，1970 年解散，業已熄燈五十年，但是他們音樂對人類文明的影響，卻如同恆星般，深遠而堅定。感謝兒子推薦的《靠譜歌王》，讓我重拾了三十年前聆聽披頭四的感動與樂趣，而且這樣的感動已經永遠定格，成為我身上的一部分。



▲ 在這部電影的平行世界裡，不但沒有披頭四，包括香煙、可口可樂、哈利波特也不曾存在過，那真是難以想像的世界。圖右為現役英國歌手紅髮艾德。（電影截圖）



▲ 披頭四《比伯軍曹的寂寞芳心俱樂部》專輯 2017 年風光發行五十週年紀念版。（專輯截圖）



▲ 披頭四主唱約翰·藍儂（右 1），1980 年在家門外遭狂熱粉絲槍擊身亡，年僅 40 歲，成為搖滾樂史上最讓人心痛的憾事。（網路截圖）

募款目標：200 萬元
已 達：98 萬元

與您共負一軛

新冠疫情爆發，接連一個月都在三級警戒之中。記者每天奔走上班與記者會的採訪，都令人心驚肉跳。

加上疫情已造成許多公共場所的報紙大批停送（全省星巴克、高鐵商務艙、全台圖書館、學校飯店、旅館診所...），醒報每天面臨著「to be or not to be」的掙扎。五月至今，每一天出刊都是神蹟，能繼續經營，更是不易。不知道讀者能想像嗎？

然而，醒報是「受天承命」所創辦的報社，也是帶著使命與祝福的報社，否則絕不可能在困境中獨立存活 13 年。在此災難頻仍，令人心驚膽寒時，醒報

更要站在守望台上，鼓舞人心、監督政府，扮演告知真相的角色，又豈能輕言後退？

然而最近確實有幾件事要跟你報告，盼能得到您的支持、理解：

1. 由於《蘋果日報》停刊，派報生頓失生計，連帶影響醒報的派送受到池魚之殃，如有派送失誤，請您務必告知，以便改善。
2. 長期以來，醒報每月都有近 30 萬的赤字，一直是挖東補西、勉力經營，此次因疫情半封城，廣告與訂戶銳減，例行人事、辦公室開銷仍需支付，每月赤字再擴大為 50 萬元。如果您每

林意玲 / 社長的話

年支持一萬元（可抵稅），我們必能大大降低虧損，這將是多麼溫暖的善意呀！

疫情凶險，大多數人都得在家避災，醒報每天要與您共度這一段「減命者」（見聖經出埃及記）的侵襲，願上帝保守您全家十分平安，也但願我們在這條充滿恩典的媒體良心路上，扶持前進。

「我心裡柔和謙卑，你們當負我的軛，學我的樣式，這樣你們心裡就必得享安息。」（聖經馬太福音 11：29）



響應每年一萬元支持台灣醒報，
捐款抵稅 ATM(004)045001007947
郵撥 50406584 帳戶：中華基督徒
新媒體協會。電話 (02)23581961