

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

Awakening News Networks

最適合客廳的好報紙，全家老小都受益

五媒合一
深度報導
極簡閱讀



無薪假 44,000 人 創下歷史新高



美外交官分訪中印 中方兩樣情



奧運出擊 舉重、桌球值得期待



《今日靈修》

奧運選手壓力大
全台興奮觀戰東京奧運，為中華健兒加油，已經奪得二銀一銅；在選手村那頭，出賽選手緊張壓力自不待言，勝敗之間猶如天壤，其實我們除了錦上添花為勝者鼓掌，也當慰勉敗者才是。(2版)

睽違 17 年！湯智鈞、鄧宇成、魏均珩創佳績

東奧中華隊射箭添一銀

【本報記者林志怡綜合報導】東奧金牌戰中華隊對上韓國隊，以 0 比 6 錯失金牌、在奧運射箭項目中睽違 17 年再度取得銀牌，也是中華隊於 2020 東京奧運的第二面銀牌。男子團體射箭銅牌則由地主國日本以 5 比 4 擊敗荷蘭隊取得。

韓國隊三局全拿

2020 東京奧運中華隊射箭隊由湯智鈞、鄧宇成、魏均珩出戰，於八強賽中以 5 比 1 擊敗大陸隊，四強賽中以 6 比 0 完勝荷蘭隊，在決賽中對上韓國隊的吳真赫、金在德以及亞洲射箭

紀錄保持人金優鎮。

金牌戰中，第一局以 0 比 2，由韓國隊拿下第一局，但金優鎮難得露出緊張的表情。第二局中華隊雖連續射得兩支內 10 分，拿下 58 分，但仍被韓國隊以 6 支 10 分箭領先，比數來到了 0 比 4。

第三局依舊由中華隊先發，兩隊前三箭皆為 9 分箭，湯智鈞於第四箭射出接近靶心的 10 分箭，但韓國隊第四、第五箭皆為 10 分箭，第三局以兩分之差落敗，最終中華男子射箭 0 比 6 的比數飲恨輸給韓國隊，由中華隊拿下銀牌、韓國隊取得金牌。

睽違 17 年再奪銀

但這也是中華隊於 2004 年雅典奧運拿下男子團體銀牌後，相隔四屆奧運，再度重回奧運金牌賽，前次奪金紀錄為 2018 雅加達一巨港亞運決賽，也是隊史上首面金牌，本屆奧運為中華隊睽違 17 年再度奪銀，追平歷史紀錄。

奧運第三日為止，中華隊尚未取得金牌，銀牌則已取得兩面，包括柔道 60 公斤級楊勇緯、男子團體射箭隊，銅牌則有跆拳道 57 公斤級羅嘉翎。



▲台灣男子射箭代表隊湯智鈞(左)、鄧宇成(中)與魏均珩(右)。(中央社)

讚！今起降為二級警戒 已連續兩天 0 死亡

【本報記者章文、林志怡台北報導】中央流行疫情指揮中心 26 日表示，自今 7 月 27 日起調降國內疫情警戒標準至第二級，但為避免境外移入病例增加我國檢疫防疫量能及醫療資源的負擔，將持續執行「邊境嚴管」措施。

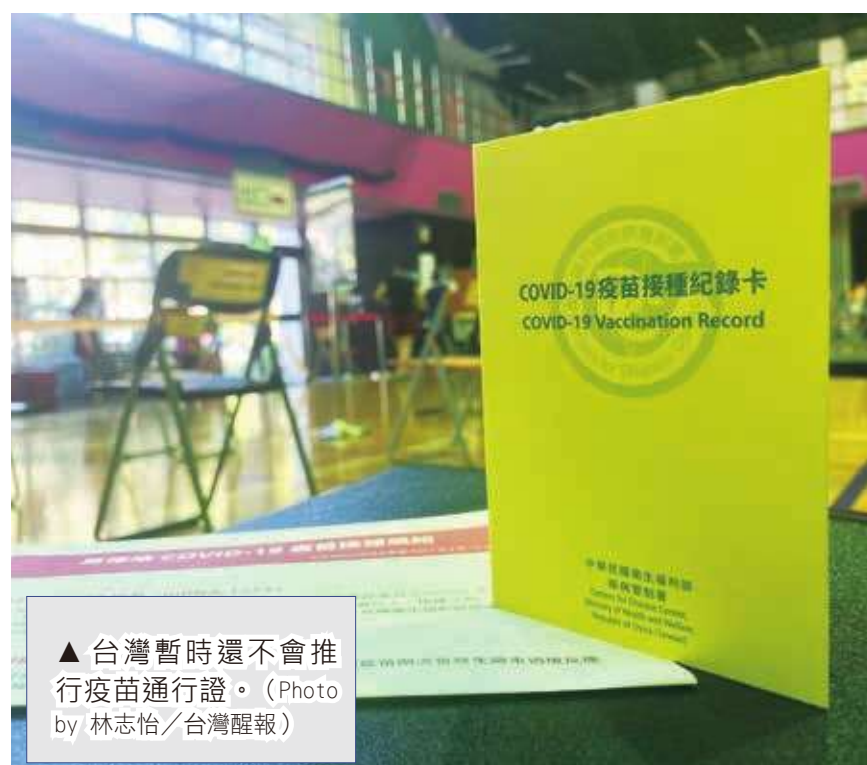
放寬室內外人數

因應疫情降溫，中央疫情指揮中心宣布 7 月 27 日至 8 月 9 日全國疫情警戒從三級降為二級，室內放寬至 50 人、室外 100 人，婚宴、公祭可開放，餐飲內用原則依衛福部規定處理，各地方政府可在此原則下視疫情需要調整空間。

降為二級警戒前夕，台灣新冠肺炎確診案例再度零死亡！同日國內新增共 11 例新冠肺炎確診個案，分別為 10 例本土及 1 例境外移。針對外界關注的疫苗通行證，指揮中心指揮官陳時中回答說，目前沒有這個打算。

疫苗通行證從長計議

台灣初步疫苗覆蓋率已超過 25%，對於是否會效仿法國等國



▲台灣暫時還不會推行疫苗通行證。(Photo by 林志怡/台灣醒報)

家，依照疫苗施打與否管制民眾可進出的場所，陳時中表示，目前台灣的疫苗涵蓋率仍偏低，且「打到一個程度後，會有些人不想打」，所以目前還不會採用，但疫苗通行證的措施可以與專家討論，其中「疫苗與人權必須要平衡」。

至於目前台灣疫苗接種平台的預約狀況，陳時中表示，本波約有 144 萬人可預約接種疫苗，年

齡分佈上以 38 歲以上、共 118 萬人為主，從 26 日至 29 日中午 12 時為止，施打時間為 7 月 30 日至 8 月 6 日。

此外，專家會議於 25 日宣布認同 AZ 疫苗與 mRNA 疫苗混打，但詳細開放時程還要看廠牌間的調度狀況以及供應穩定度，陳時中說，在整體疫苗到貨時間更穩定時，才會做公布時間。

《焦點圖文》 北市動物園 查普曼斑馬產子

台北市立動物園 26 日表示，查普曼斑馬「菲蘭竹」7 月 3 日產下一隻雄性寶貴，如今已 3 週大的寶貴在保育員與媽媽細心照料下，相當適應新生活。圖為斑馬寶貴躺在地上享受日光浴。(中央社)



社論

奧運比的不只是勝敗 也是過程

台灣的運動員表現的確越來越耀眼了，從過去棒球、跆拳道獨尊到現在百花齊放，不管是舉重、射箭跟田徑等項目，也都開始慢慢看見了努力的成果。其中楊勇緯拿下了柔道銀牌，羅嘉翎奪得了跆拳道銅牌。表現優異，可喜可賀。

奪牌成網路紅人

錦上添花是少不了的，最讓人驚訝的是，台中市府藉由這次奪牌，終於注意到要拓寬楊家所在的窄巷，甚至有人提

議路名就叫「勇緯路」，市長盧秀燕也表示點子很好。雖然市府澄清說道路拓寬是早有規劃，不過時機如此巧合，也難免會讓人聯想。至於程度是否合宜，社會自有公論。

兩位奪牌好手也立即成為網路紅人，各樣讚美有如鋪天蓋地一般地飛來，不過只見奪牌者笑，也別忘了安慰未奪牌者。奧運比賽的本質就是運動精神，獎牌只是附屬的肯定。每一屆奧運比賽當中，最為讓人難忘的，往往是當中有不少運動選手在不論輸贏的前提下，

向對手伸出了運動精神的雙手，這些片段都讓人動容。

例如楊勇緯的對手，日本選手高藤直壽在獲勝後第一時間，選擇拉起楊勇緯的手表示肯定，相信看到這一幕都會讓人感動。

展現風度與度量

同樣在這次乒乓球比賽當中，實力在全球名列前茅的中國隊，對上了斯里蘭卡，這場比賽實力非常懸殊，幾乎是一面倒的輾壓，但是中國隊面對

這樣的對手，總是克制表現讓分，最後三盤都是十一比二。這個比數只要有看比賽，都知道是為了保持運動精神，所做出的舉動。奧運本來就是跨世界的運動大會，展現的不只是技藝，更是風度與度量。

台灣這次派出的奧運選手總共有 68 位，至今為止得牌的只有兩位，有許多項目已經先敗下陣來，但是輸的是技藝，而不是精神。獲勝的選手總是媒體焦點，有著豐厚的獎金，跟無數的讚賞。但是落敗的選手，往往只能收拾行囊，默默返國。

總統蔡英文跟各級各縣市官員，都已經在第一時間祝賀恭喜獲勝的選手。但是如果總統能夠體貼的想到這些落敗選手，也同樣發文給與鼓勵跟關懷，甚至在整場比賽中，也注意到他們某個精湛的表現，相信無論是對選手跟教練，還是他們的家人，都會是莫大的鼓舞，更是最大的安慰。

艱辛過程也要肯定

運動競技，真正能戰到頒獎台上的只有三名，但是世界

各地參與的選手卻是千千萬萬，訓練過程幾乎每個人都一樣艱辛，從早到晚的苦練，控制體重，鍛鍊抗壓性，如果要出國往往要一個人孤單面對，這些過程對運動員才是真正的辛苦。

勝負看技術也比運氣，但是過程的努力，如果總統或官員不只看到結果，而是注意到過程，相信這樣的肯定才是真正的內行人。如果我們能看見運動過程中的價值與美好，那人都可以是勝利者。

勞動部：無薪假 44,000 人 創歷史新高

勞動部表示，本期無薪假實施家數及人數統計上，都創下新冠疫情以來新高，在家數還創下 98 年起無薪假統計以來的新高。

【本報記者章文台北報導】勞動部 26 日公布最新減班休息（無薪假）統計，這期實施人數達 4.4 萬人，刷新疫情以來新高。實施

家數達 3679 家，也創下有統計以來的新高；期盼警戒降級後逐漸改善。

勞動部公布勞工行政主管機關

通報因應景氣影響，勞雇雙方協商減少工時事業單位計 3679 家，實施人數 4 萬 4973 人，與上期 2704 家、實施人數 3 萬 1980 人

相比，這次增加 975 家，人數增加 1 萬 2993 人。

小公司受影響大

勞動部勞動條件及就業平等司長黃維琛說，本期在實施家數及人數統計上，都創下新冠疫情以來新高，特別是在實施家數的部分，更創下 98 年起有無薪假統計以來的新高。

黃維琛解釋，98 年因金融海嘯，主要受衝擊都是電子業大廠，因此單一廠就可能有上千人實施無薪假，總計家數未滿 1000 家，但人數最高約 23 萬多人；然而現在受到疫情影響，主要都是小型公司、廠家，因此實施家數較多。

黃維琛說，從實施情況來觀察，主要仍然是內需型的業者受衝擊，如住宿、餐飲，或是客運、旅遊業等，成衣業者也受波及；批發零售業中的食品、紡織等原

物料的中、上游業者也連帶受影響。

六都歇業公司多

若以實施地區來看，黃維琛提到，仍然是以六都人數較多，其中台北市總計達 1 萬 670 人最多，主要是公司行號、人口都聚集在都市的關係。

黃維琛說，前陣子疫情嚴峻時減班休息的主要態樣多為一個月休 13 至 16 天，但到前一期已經降為 9 至 12 天，代表員工上班天數漸漸增加；在政府宣布疫情警戒降級後，加上振興措施，雖然不太容易減班休息人數會瞬間減少，但預期會往好的方向走。

勞動部推補助

這期實施家數以住宿及餐飲業 1004 家最多，其次為批發零售業 919 家、支援服務業 489 家；實施人數最多為住宿及餐飲業 2 萬 1240 人，其次為批發零售業 7328 人、運輸及倉儲業 3331 人。為協助受疫情影響的勞工，勞動部陸續推出相關協助措施，

主要分為 2 部分；包含以受僱勞工（全時及部分工時）、自營業者或無一定雇主勞工、失業勞工以及 15 至 29 歲青年勞工（含應屆畢業生）等為主的勞工端計畫，以及以事業單位雇主為主的紓困措施。

充電再出發、安心就業

若是受僱勞工，不論是全時勞工或部分工時勞工，在疫情影響下，雇主考量營運不佳、可能讓勞工減班休息（無薪假），目前勞動部有「充電再出發計畫」及「安心就業計畫」可以協助。

「充電再出發計畫」是由勞動部提供減班休息企業訓練費用及受訓勞工每小時 160 元、每月最多 144 小時的津貼補助，鼓勵減班休息企業辦訓。「安心就業計畫」則是以勞工實施減班休息前 6 個月平均投保薪資，及實施減班休息後的薪資差額補貼勞工，採三級定額補貼，最高可月領 1.1 萬、最長可領 24 個月。

疫情加深不平等 時力籲增就業機會

【本報記者林志怡台北報導】經濟復甦，就業不一定跟上！政府應將疫情帶來的就業不平等納入振興考量。時代力量立委呼籲，27 日降級後，補習班、餐飲業等仍會因梅花座、密集快篩等開放規則，產生眾多額外成本，呼籲政府持續提供補貼給業者與受疫情衝擊的民眾，並視情況持續紓困，且應將就業的恢復納入整體考量計畫中。

就業技術落差大

時代力量立委陳椒華指出，從失業率來分析，目前的失業率相較於今年 5 月、上半年平均與去年同期都是增加的，且無薪假人數更是創下 2009 年以來的新高，且疫後的就業復甦存在技術落差，職場新鮮人將處於弱勢。因此，陳椒華認為，政府將相關就業恢復措施納入振興計畫



▲餐飲業等嚴重受疫情衝擊的行業，仍需要持續紓困。(Photo by 林志怡/台灣醒報)

中，並提供失業者最基礎就業保障與救濟政策協助，考慮延長失

業給付月份等，更應視情況再度提供產業、個人勞工紓困。

延長紓困救勞工

對於延長紓困部分，時代立項立委邱顯智指出，27 日後各行業都有各自的開放規範，如餐飲業仍須落實梅花座、包廂制等措施，都提升了業者的營運成本，且業者的營業額或獲利也不可能馬上恢復。

另一方面，時代力量立委王婉諭也提到，補習班、藝文團體等人員若未施打疫苗，需進行密集篩檢，也將造成業者額外的成本困擾，建議政府參考英國等國的做法，補助企業與產業進行篩檢。

邱顯智進一步指出，目前多項經濟分析對於未來展望都傾於悲觀，可見即使降級，疫情對產業的衝擊還是相當大的，何況今年疫情比去年更長、更慘、更嚴重，政府應持續性提出紓困方案給予協助。

圖文選粹

圖文 / 中央社

數學奧林匹亞競賽 台灣獲 1 金 3 銀 2 銅



▲2021 年國際數學奧林匹亞競賽成績揭曉，台灣學生共獲得 1 金 3 銀 2 銅，國際排名第 9，排名比前兩年進步。

▼ 民眾黨團與觀光旅宿業者 26 日指出，觀光旅宿業是疫情「海嘯第一排」，從去年起就受創嚴重，呼籲政府應將 7 月 31 日到期的紓困政策再延長。（維基百科）



紓困 4.0 月底到期 籲延長旅宿業補助

【本報記者臧品安台北報導】觀光旅宿業受創嚴重，成疫情「海嘯第一排」。民眾黨團與觀光旅宿業者 26 日呼籲，政府應將 7 月 31 日到期的紓困政策再延長，包括延長只有 5 到 7 月的薪資及營運補貼、放寬從業人員申請資格，以及紓困貸款展延緩繳，並對旅宿業的紓困加速辦理，才能協助業者及員工度過難關。

旅行業受創嚴重

中華民國旅行商業同業公會理事長蕭博仁表示，從疫情爆發以來，旅行業已 18 個月被限制組團出國，也無法接待國外觀光客，許多旅行業的員工生計無著，只好兼差當外送員，雖然政府有給予薪資補貼，但老闆已難以支撐，希望政府除了薪資補

全球疫情爆發以來，許多旅行業的員工生計無著，民眾黨團與觀光旅宿業者 26 日呼籲政府，應將紓困政策再延長。

貼外，也給予營運補貼，並在疫情穩定後，儘快恢復開放安心旅遊。

民眾黨團總召邱臣遠表示，這次本土疫情比去年更嚴重，對內需型觀光產業影響劇烈，但目前申請紓困貸款與再續約展延的家數卻很少，核貸率也低，據金管會統計，全台有 3000 多家旅宿業者，但交通部紓困 4.0 貸款核發僅 48 戶，呼籲交通部觀光局針對旅宿業的紓困加速辦理，且要檢討相關預算編列的金額和核准戶數是否符合比例原則。

紓困補助疑遇卡關

邱臣遠指出，觀光旅宿業者最需要周轉金，以及相

關稅金減免，第一時間都會想到跟銀行進行紓困貸款，但很多業者反應，頻頻碰到銀行卡關，面臨拿不到錢的窘境。他強調，紓困貸款與一般企業融資貸款的概念不同，紓困貸款是要幫助業者度過難關，呼籲交通部及相關部會協助，不要讓符合資格的業者在融資過程中被耽誤。

民眾黨立委張其祿表示，紓困 4.0 編列 56 億 2000 萬元在觀光旅宿業 5 到 7 月的薪資及營運補貼，且據 21 日觀光局發布的新聞稿，目前發出 38 億 6600 萬元，還有 17 億 5400 萬元，「這是最救急、救命的錢，怎麼會剩下這麼多？」他呼籲，整

個觀光紓困的期程應該再展延，包括延長原先只有 5 到 7 月的薪資及營運補貼、放寬產業從業人員申請資格，以及紓困貸款展延緩繳。

觀光局：已放寬額度

觀光局主秘林佩君回應，目前觀光局紓困 4.0 的預算執行與核撥率已超過 80%。至於協助觀光產業融資的部分，觀光局 7 月份已預期到產業可能遭遇的困難，所以針對資本性融資申請額度從 3000 萬提高到 5000 萬元；而周轉金，即支付員工薪資的部分，申貸額度也從 1000 萬提高到 2000 萬元；利息補貼則再延長 1 年。

至於業者跟金融機構洽談的協助，林佩君表示，觀光局也一直透過金管會跟金融機構溝通。

科技發展未扎根 恐失產業優勢

■ 何其台
（資深媒體人）

台灣科技發展正面臨極大危機，教育體系逐漸失去評鑑學生基本學識功能，少子化後遺症顯現，高中生畢業即出國留學，政府忙於收割科技發展成果，未重視紮根工作，再不改變，將喪失科技產業競爭優勢。

人才培育無法速食

科技人才荒不容忽視，聯發科董事長蔡明介最近指出，將影響未來科技發展，不僅半導體受創，新興科技產業領域落後先進國家，甚至連南韓、新加坡都不如，極不利未來競爭力，令人憂心。

蔡明介的談話很含蓄，台灣科技發展危機嚴重，突顯少子化後遺症，更嚴重的是教育體系發生問題，高中教育開始，就不重視數理基礎訓練，學校

因招生困難，紛紛降低教學要求，想盡辦法讓學生「易進、易出」，科系設計花招百出，美容、美、餐飲、觀光旅遊、影藝熱門，畢業門檻低，幾乎只要繳交學費，即可保證拿文憑。

大學數學、物理、化學、機械科系招生困難，進入門檻越來越低，程度參差不齊。財經科系不重視會計、統計、數學、計量經濟基礎教育。一味研究股票投資、技術分析，庸俗化課程，實在很難期待畢業生未來有多大國際競爭力。

外流嚴重

世界各國都在搶才，而且將教育視為經濟產業，放寬外籍學生入學資格，台灣在 99 學年度高中畢業出國深造有 476 人，107 學年度高達 2000 人，學成歸國者幾稀，這是動搖國本的嚴重問題，但是政府

不重視。至於台灣高等教育對國際學生吸引力，以及招生能力，恐怕要加倍努力才行。

台灣有今天半導體產業，以及科技產業基礎，是長期紮實的數理科技教育，努力的成果，但是這個基礎現在正快速崩壞中，近年來新興科技如人工智慧、量子通訊、量子計算，基礎研究能量大幅削減中。在國際會議或重要科技期刊表現上，台灣人越來越消極，沒有強烈企圖心，表現遠不如競爭對手。

量子科學台灣落後

兩岸科技競賽，台灣究竟能否保持優勢，決定在教育 and 人才。中國在 2016 年發射世界第一顆量子衛星「墨子號」，打破傳統通訊衛星傳遞訊息功能，不僅分配「密鑰」，且能解碼加密訊息，而量子密碼的安全性，提升到前所未有程度，幾乎無法破解。

量子通訊打破任何導體都無法避免的電阻問題，透過太空，解決導體共有的難題。

泰國在 2019 年投資 12 億美元資金，研究量子電腦，2020 年全球投入研究量子運算的金額高達 219 億美元，台灣科技部宣布投資 80 億元於量子電腦國家隊研發中，連打造一座量子運算中樞都不夠，遑論深層發展。

科技發展影響國力

政府應加速教育改革，重新建立紮實的數理邏輯教育，不僅要留才、求才，獎勵優秀外籍學生來台留學，還要積極訂定優渥可行的吸引外籍科技人才辦法，不論租稅或入籍，都應從寬考慮，至於本土科技人才亦應打破齊頭式平等，提供各項獎勵誘因，並加強科技設備投資，千萬勿使台灣失去競爭優勢。

疫情短波

老人確診死亡率高 柯 P 呼籲快打疫苗

【本報記者呂翔禾台北報導】「台北老人確診死亡率 22%，未打疫苗的要趕快打！」由於 27 日將解封，台北市長柯文哲 26 日便分析台北市三級警戒以來的疫情，有老人死亡率高、家戶感染多與逐漸年輕化 3 樣特點，因此他呼籲還沒打疫苗的老年人儘速接種。另外北市近日也將中央要到期的專案疫苗施打完。

高齡者儘速打疫苗

柯文哲指出，台北市三級警戒 4000 多例確診中，老年人就佔了 60%，50 到 64、65 到 74 與 75 歲以上都分別佔 20%，而 70 歲以上確診的死亡率約 22%，60 歲以上佔總死亡案例約 87%，因此他呼籲還沒打疫苗的老年人，要儘速施打疫苗。

他也說，台北市有 44.7% 的案例是無症狀，然後年輕人的染疫率也隨著疫情趨緩逐步上升，加上隨著封鎖強度降低，更多人流移動下，也讓現在主要的傳染途徑變成家戶

傳染，台北市也儘快施打疫苗，目前疫苗施打率 38%，不過柯文哲也提到還不夠，畢竟還是有很多無症狀感染者。

確診需維持 10 人以下

被問到解封的標準時，柯文哲回應說，會在解封後觀察幾天，如果能維持每日確診 10 人以下、不明感染源 2 例以下的話，就會逐步開放，但跟吃東西有關的還是會比較晚解封。針對外界關注的北車群聚案，副市長黃珊珊表示，由於該清潔公司相關者已有 7 人確診，決定讓北車 1 樓停業，並全面造冊篩檢。

被問到台北市是否有剩餘的即期莫德納疫苗，副市長蔡炳坤強調，這些都是中央專案的疫苗，他們無權決定施打，但後來在中央決議授權後，他們就安排將 29 日至 8 月 2 日與 6 日到期的疫苗將分別在 7 月 26 日、29 日與 8 月 2 日接種完畢，地方政府決不會拖延接種疫苗。

新北三大監測指標 侯：隨時拉回三級

【本報記者臧品安台北報導】新北提出 3 項疫情觀察指標，作為未來降級解封的評估標準！新北市長侯友宜 26 日宣布，以各國解封後確診數及疫苗覆蓋率作為參考，降級後新北會將持續根據「國際通用疫情評估指標」監測疫情，分別是疫苗覆蓋率、醫療量能及確診數等，若疫情出現狀況，隨時會拉回三級警戒。

解封後確診恐大增

三級警戒將於 27 日降至二級，侯友宜提醒，從各國解封後的情況來看，確診數都會大增。以新加坡為例，該國疫苗覆蓋率達 72%，解封前 7 日平均確診數為 10 例，解封一週後就增至 134 例，感染案例增加 13.4 倍；而跟台灣情況較雷同的澳洲，疫苗覆蓋率為 30.4%，解封前 7 日平均確診數為個位數，解封一週後則增至 130 例，感染案例增加 13 倍。

侯友宜強調，疫苗覆蓋率是一項

重要指標，別的國家疫苗覆蓋率都達到 30%，解封後卻還是呈倍數成長，更何況疫苗覆蓋率僅 26.05% 的台灣，更應謹慎面對。

監測評估 3 指標

關於新北市疫情觀察指標，侯友宜表示，將依照國際通用疫情評估指標：一、疫苗覆蓋率，相關參數包括第一線醫療與監測人員疫苗、年長與高風險族群、高接觸頻率族群（賣場、教師等）的疫苗覆蓋率；二、醫療效能，包括重症率與死亡率，以及病床、集中檢疫所、防疫旅館空房量；三、確診數，相關參數包括每日確診數與 Rt 值、感染源不明人數、廣篩陽性率。

至於新北市降級後的持續作為，侯友宜說，會持續監測疫情數據，進行精準疫調、釐清感染源、注意是否有群聚，社區篩檢站也將持續運作，並持續觀測活動狀態，包括人流、車流與景點，希望民眾繼續維持低度活動。

台中補教業復課難 教育局決加速快篩

【本報特派員劉東泉台中報導】台中市政府宣布降級後的補教業申請復業規定，比中央及其他縣市嚴格，業者除向市府陳情要求加速公費施打疫苗、並可自行快篩，希望及早復業。市長盧秀燕決定本周即協助業者施打疫苗，教育局也同意送件後一天內即審查完成，且業者快篩將擴大篩檢量並為業者爭取自費快篩優惠補助。

藍綠議員都接到陳情

包括國、民兩黨市議員都陸續接獲業者陳情。台中市副議長顏莉敏 26 日為補教業者向市府提出建議表示，市府應儘速規劃含補教業者在內的教育從業者前往篩檢站進行第一次篩檢，再依據中央指引訂定配套協助業者恢復實體上課。國民黨議員羅廷璋則請市府儘速安排從業者接種疫苗，復業程序也應從簡。

民進黨議員周永鴻、蔡耀頡等人則認為台中補教業復業條件過於嚴苛，不能要求業者一定要去醫療院所篩檢，恐形成另類群聚。且應考慮比照其他縣市補助快篩費用。

業者須自費快篩

台中市教育局終身教育科長蘇美麗表示，自費篩檢是中央的規定，並非台中市特殊規定；至於要求到醫療院所篩檢，是因為醫院檢查結果可以讓家長比較安心。

而負責督導教育局業務的副市長令狐榮達回應表示，台中有 2000 補習業者，教職員工達 2 萬人以上，若每人免費快篩，一次費用恐達 2 千萬元；教育局將爭取相關優惠。至於其他規定，是為了家長、市民都能更安心。

美外交官分別訪中、印 中方兩樣情

美國近日除副國務卿雪曼訪中外，國務卿布林肯也將訪印度。外媒分析，雪曼訪中是為了替 10 月的拜習會先鋪陳。

【本報記者呂翔禾綜合報導】美國外交官近來出訪中、印，外媒雖看好、中國卻看衰。美國近日除了副國務卿雪曼訪中以外，國務卿布林肯也要訪問印度。中國一方面對雪曼的到來態度冷漠，卻又對布林肯訪問印度的新聞十分關注。外媒分析，雪曼訪中是為了替 10 月的拜習會先鋪陳；中國官媒則看衰布林肯訪問印度，認為是美印兩國的友誼沒有想像中深，且仍有貿易、人權等議題要克服。

為 G20 碰面做準備

根據《新華社》報導，美國副國務卿雪曼 26 日與外交部副部長謝鋒進行會面，謝鋒提到，美國在有求於中國時就要求合作，在有優勢的領域就脫鉤、切斷供應鏈、遏制中國，美國單方面受益還想佔盡好處，哪有這樣的道理？外交部長王毅也在會前強硬表態，要教導美國如何平等與各國相處。

《國會山莊報》則報導，美國國務院在會前表示，將與中方保持競爭關係，但會在其中設立圍欄，避免競爭

惡化為衝突。雖然中美雙方在會面前後的放話都不太友善，但《彭博》訪問布魯金斯資深研究員哈里斯表示，由於拜登與習近平將於 10 月的 G20 碰面，此行應該是為了先了解中國的底線，與討論可合作的議題。

韓國《中央日報》則提到，雪曼訪問日、韓時，避答美國將要如何處理北韓問題，但卻希望日韓能夠重視台海安全問題，也讓中國表示不滿。

布林肯訪印談合作

另外，《新華》也有報導指出，布林肯也將於 27、28 兩日訪問印度，這是繼國防部長奧斯汀之後第 2 位訪問印度的官員，他將會與印度外長蘇傑生碰面。雖然布林肯此行的目的主要是希望與印度加強戰略合作，不過外界預期美國也會關心印度近來人權遭政府限縮的疑慮。《新華》報導指

出，雖然美國與印度維繫著從川普時期增溫的外交關係，美國希望拉攏印度一起對抗中國，不過印度一直以來希望增加對美貿易

的要求，卻遭到美方長期擱置，加上人權議題，美、印關係恐怕還有很長的路要走。不過《美國之音》報導，布林肯表達了協助

印度抗疫的關懷，先前也和日本、澳洲與印度進行聯合軍演，抑制中國的決心十分明顯。



▲美國外交官近日頻繁出訪，國務卿布林肯訪問印度盼加強抗中共識，副國務卿雪曼則為了拜登與習近平 10 月的碰面先做準備。圖為雪曼 (Photo by Miller Center on Wikimedia under CC2.0)

全球各大週刊頭條新聞

林志怡 / 輯

《經濟學人》The Economist 能安居樂業的地方正減少

這幾周，世界各地都傳來看似像世界末日的景象：德國因為暴雨，整個城市被淹得像泡在水裡的衛生紙；加拿大英屬哥倫比亞屢創高溫新紀錄，而中國鄭州則是汽車淹到像浮在河上的死魚，世界上看起來沒有一處安全的地方，溫室氣體已經讓我們比工業革命前暖攝氏 1 度，目前看來還只會更糟。

即使這麼多極端天氣，但 2021 恐怕是本世紀最冷的其中 1 年，之後的高溫更是難以想像，如果地球的溫度比工業革命前上升 3 度，外出工作都會有風險，珊瑚礁生態系原則上不復存在，而南極與格陵蘭也將不再有融冰，海平面將上升數十公尺，人類生存的空間將愈來愈小。

6 年前，世界各國在巴黎希望將溫室氣體造成的升溫限縮在攝氏 2 度，但 6 年過去各國的努力還是有限，每年仍有森林大火延燒、草原終將乾涸、冰川無可避免的會消融殆盡，只有減排是沒有用，各國需要投資更多以適應氣候的變化，以德國為例，就需要投資更多在防洪系統的設置。

大多數國土都在海平面以下的荷蘭，長期在水資源管理有良好的管理與設計，窮國需要的就是這種實質的投資，美國在拜登政府時代也將更



大規模的協助窮國適應與減緩氣候變遷的影響，但因應之道勢必有所犧牲。如果某地有很大的機會淹水，就必須勇敢的放棄它。

除了減排，人類是時候正視地球工程的重要性了。以地球的降溫實驗為例，已經有研究指出，在大氣中增加 1 層粒子層以反射陽光，或許可非常顯著的降低溫室氣體對地球增溫的影響。不過各國的面對氣候變遷的方式不同，是否能因為發展地球工程而降低減排的幅度，還需要更多的討論。

即使如此，我們也必須勇敢的跨出減緩極端氣候的步伐。在愛爾蘭拉菲河淹水時，哲學家柏克曾感嘆人類的渺小，但人類過去在地球上的活動，無意間就已經在影響氣候了。我們應該善用相同程度的影響力減緩升溫，否則氣候變遷只會讓人類可安居樂業的地方愈來愈少。

德國疫情升溫 擬限制未接種者進出

【本報記者臧品安綜合報導】德國擬實施新的防疫措施，限制未接種疫苗者進出餐廳、電影院。德國總理梅克爾的幕僚長布勞恩 25 日憂心表示，隨著德國境內的新冠確診病例呈上升趨勢，單日新增確診數恐在 2 個月內達到 10 萬，可能有必要對尚未接種疫苗者採取限制措施，如限制進入餐廳、電影院和體館等場所。

擬對未接種者設限

根據《路透社》報導，布勞恩 25 日接受德國《週日畫報》訪問時表示，雖然近半數民眾已完整接種疫苗，但每週新增病例數仍以 60% 幅度攀升。他警告，如果 Delta 病毒繼續以這種速度傳播，而德國又未將接種率大幅提高或改變措



▲德國總理梅克爾的幕僚長布勞恩 25 日表示，隨著德國境內的新冠確診病例呈上升趨勢，可能有必要對尚未接種者採取限制措施。(photo by Olaf Kosinsky on Wikimedia under CC3.0)

施來因應，在 9 週內，每日新增確診數將高達 10 萬人。

布勞恩敦促國人接種疫苗。若感染率持續升高，他說，未接種

是否設限惹爭議

《美聯社》報導，德國人口約 8300 萬，目前逾 6 成至少接種一劑疫苗，49% 已完整接種疫苗，但近幾週疫苗施打速度下降。隨著 Delta 病毒在境內擴散，政治人物不斷激辯如何推廣疫苗接種，以及是否該強制特定職業接種，包括醫護人員。即使是梅克爾所屬的基督教民主聯盟，內部也存在不同意見，其中基民盟總理候選人拉謝特 25 日向德國電視二台表示，他暫不支持強制施打疫苗，「我認為我們不應該向民眾施加間接壓力，要求接種疫苗，在一個自由的國家人們有自由的權利，而不是僅針對特定群體。」

的民眾將必須面臨一些限制，「這可能代表他們無法再進入餐廳、電影院和體育館等場所，因為染疫風險太高。」

塔利班大舉擴張 美承諾以空襲壓制

【本報記者呂翔禾綜合報導】美軍撤出阿富汗後，還能遏止塔利班擴張嗎？美軍 25 日向阿富汗政府承諾，在 9 月撤退之前，還會以空襲的方式協助對抗塔利班，但拒絕透露撤軍後會採取什麼行動。美軍原訂 911 前撤離，但又

提前到 8 月底以前，而塔利班已經控制阿富汗超過 1 半的省份，美軍扶持的政府看來岌岌可危。

空襲遏阻擴張

根據《半島電視台》報導，美國中央司令部

司令麥肯錫 25 日在阿富汗首都喀布爾的記者會上表示，美軍最近幾天已經對塔利班展開空襲，未來幾個禮拜也會加強火力，限縮塔利班擴張的野心。但面對記者質疑美軍撤離後是否會繼續協助時，他則不願多作回應。《路透》提到，美軍原訂將於 9 月 11 日，也就是 911 恐攻 20 周年時撤離阿富汗，不過後來又決定加速至 8 月底以前就要撤離，目前已有 95% 的美軍與各國聯合部隊已經撤出。目前阿富汗 34 個省中，塔利班已經至少控制 17 個，也讓澳洲、加拿大、日本與韓國等 15 國外交官與北約代表在上周聯名促請塔利班停止軍事擴張。

政治談判卡關

美國也盼望雙方能以政治談判解決問題，但 19 日在卡達首都杜哈的磋商卻仍未達成任何共識，塔利班與阿富汗政府對外雖宣稱不放棄繼續協商，但美軍撤退的這幾周，塔利班的擴張已經造成上百人死亡，至少 2.2 萬個家庭因為軍事衝突而流離失所，許多災民只能 20 人擠 1 間帳篷，還沒有乾淨的衛浴設備。

這也讓外界擔心美軍撤退後，阿富汗會進入全面內戰。美軍先前未通知政府軍，就從規模最大的巴格拉姆空軍基地撤離，加上將撤離的時程提前，美國官員雖然都說沒有要放棄阿富汗，但有阿富汗民眾受訪時直言，如果真的要幫忙，美軍應該親自來沙漠打仗，而非用空襲破壞了他們的家園。



▲美軍 25 日宣稱會以空襲方式遏止塔利班擴張，但看來作用有限。圖為美軍飛行中隊 (Photo by US Air Force)

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



▼為減緩全球暖化，以色列政府 25 日宣布，目標 2050 年的溫室氣體排放量將較 2015 年的排放量減少 85%。圖為工廠排放廢氣。(photo by pixabay)

以色列對抗氣候變遷 2050 要減排 85%

【本報記者臧品安綜合報導】為減緩全球暖化，以色列政府 25 日批准應變氣候變遷計畫，目標 2050 年的溫室氣體排放量，將較 2015 年的排放量減少 85%、2030 年減排 27%。總理納夫塔利·貝內特表示，此舉將協助以色列逐步轉向清潔、有效率和有競爭

以色列政府 25 日批准應變氣候變遷計畫，目標 2050 年的溫室氣體排放量，將較 2015 年的排放量減少 85%。

力的經濟模式。

目標減排 85%

根據《路透社》報



導，以色列外交部指出，2050 年國家目標包括運輸部門二氧化碳排放量減少 96%、電力部門減少 85%，以及城市廢棄物部門減

少 92%。

《耶路撒冷郵報》補充，為實現 2030 年減排比例達 27%，設定了多項目標，包括減少固體廢棄物溫室氣體排放量 47% 以上，且減少城市垃圾掩埋量 71%；限制新車的溫室氣體排放，2026



年起預計購買的每輛新巴士都是環保的；減少發電產生的溫室氣體排放量 30%；減少工業溫室氣體排放量 30% 等。

轉向低碳經濟

根據《BBC》報導，以色列總理納夫塔利·貝內特表示，這些決定將協助以色列逐步轉向低碳、



清潔、有效率和有競爭力的經濟模式，並讓以國站在對抗氣候變遷的前線。

自工業時代開始以來，世界已升溫約攝氏 1.2 度。除非世界各國政府大幅削減排放量，否則氣溫將會持續上升。以國參與簽署的巴黎氣候協議，目標是將全球溫度相較工業化前時期不高於攝氏 2 度，並盡可能將升溫控制在 1.5 度以下。



▲以色列總理納夫塔利·貝內特表示，此計畫將協助以色列逐步轉向清潔、有效率和有競爭力的經濟模式。(網路截圖)

圖文選粹

圖文 / 中央社

美贈越南 300 萬劑莫德納疫苗



▲越南 25、26 日合計收到美國贈予 300 萬劑莫德納疫苗，越南駐美國大使何金玉說，美國考慮送更多疫苗給越南。

希臘重啟 2500 年前沉船遺址



▲希臘首座水下博物館讓潛水客參觀 2500 年沉船遺跡。疫情和緩後博物館重啟，盼能吸引更多遊客造訪。

獨角獸神話幻滅 Pegasus 揭網安危機

【本報記者林志怡綜合報導】獨角獸企業輩出的以色列，因近日犯罪監控用間諜軟體 Pegasus 遭到部分政府與團體濫用、竊取個資的事件而爭議不斷。專家認為，以色列作為新創大國，具有極大的資訊科技優勢，但未來要如何管控 Pegasus 一類間諜軟體，將會是一大考驗。

確將駭客軟體 Pegasus 用於攻擊人權活動家、記者和律師，且國際特赦組織所分析的 67 部手機中，有 37 部的確發現了 Pegasus 活動的痕跡。

《衛報》進一步指出，法國總理馬克宏也高度擔憂自己的手機遭到 Pegasus 的入侵、導致



其手機號碼外洩，並在與以色列總理貝內特對談時密切關注相關調查進度。

以國遭受外交壓力

面對各國媒體集團與國家單位的譴責，該公司多次反駁，稱該軟體僅用於追蹤恐怖與犯罪分子，且訂有明確的使用條款，並完全遵守以色列關於軍用級技術出口的相關規範，在發現濫用行為時，也會即時停止該用戶的權限，但確實無法管理每一位客戶將軟體用在什麼地方。

因此，雖以

色列國防部長甘茨也曾出面為 Pegasus 辯護，但《CNN》提到，以色列作為技術創新和創業中心，在網路安全上具有極大的影響力，更遑論其著名的網路間諜組織，種種科技優勢，使得其他國家產生危機感。藉由本次事件，呼籲各國政府思考，如何規範 Pegasus 等網路間諜技術銷售市場。

戰略與通訊顧問巴查爾進一步指出，Pegasus 與 NSO 只是全球網路間諜行業的冰山一角，各國都在不斷進行資訊戰，除了 NSO 之外，各國都有自己的手段，不停的搜集、監控其他國家的資訊，而本次事件對以色列是福也是禍，待風波平息，「人們只會記得以色列的資訊科技技術有多驚人。」



Pegasus 竊取隱私

NSO Group 為一間 2010 年成立、專門從事網路情報工作的以色列公司，公司旗下的原用於犯罪監控的間諜軟體 Pegasus 日前被部分團體指控，有遭到濫用、被部分政府團體用於竊取人權活動家、記者和手機資訊的嫌疑。

雖該公司主張 Pegasus 與攻擊事件無關，但多篇媒體報導揭露，世界多處政府單位可能的



▲該如何管控間諜軟體，成為全球關注的重點議題。(網路截圖)

與您共負一軛

林意玲 / 社長的話

募款目標：200 萬元
已達目標：121 萬元，
月底之前尚欠 20 萬元，
請您代禱。



新冠疫情爆發，接連一個多月都在三級警戒中。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。

五月至今已經七月底，每天出刊都是神蹟，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，是帶著呼召與祝福的報社，否則絕不可能在困境中獨立存活 13

年。在此災難頻仍、人心膽寒時，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，豈能輕言後退？

然而最近確實有幾件事要跟您報告，盼能得到您的支持鼓勵：

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，醒報每個月都有近 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，但這對耗資龐大的媒體經營仍只是小數目，難不了上帝。如果您每年支持 10 萬元或 1 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，醒報每天要與您共度這一段「滅命者」（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，一同扶持前進。

「... 因為我的軛是容易的，我的擔子是輕省的。」（聖經馬太福音 11：30）

中華基督徒新媒體協會奉獻明細

編號	姓名	金額	編號	姓名	金額	編號	姓名	金額
1	蔡小姐	1,000	16	蔡小姐	500	31	徐先生	50,000
2	楊小姐	100,000	17	胡小姐	50,000	32	阮小姐	50,000
3	王小姐	10,000	18	教會	10,000	33	王小姐	10,000
4	翁小姐	10,000	19	王小姐	5,000	34	許先生	10,000
5	蔡小姐	500	20	胡小姐	10,000	35	孫先生	100,000
6	錢小姐	10,000	21	張小姐	10,000	36	楊小姐	10,000
7	黎先生	10,000	22	傅先生	20,000	37	曹小姐	20,000
8	吳先生	10,000	23	戴小姐	100,000	38	戴先生	10,000
9	張小姐	5,000	24	陳先生	10,000	39	林小姐	10,000
10	吳先生	10,000	25	黃夫婦	100,000	40	王先生	20,000
11	李先生	10,000	26	朱先生	5,000	41	周先生	10,000
12	吳先生	100,000	27	陳先生	50,000	42	孫小姐	2,000
13	陳先生	20,000	28	劉先生	10,000	43	陳小姐	20,000
14	夏小姐	5,287	29	陳先生	50,000	44	曹小姐	10,000
15	胡小姐	50,000	30	廖夫婦	100,000	合計		1,214,287

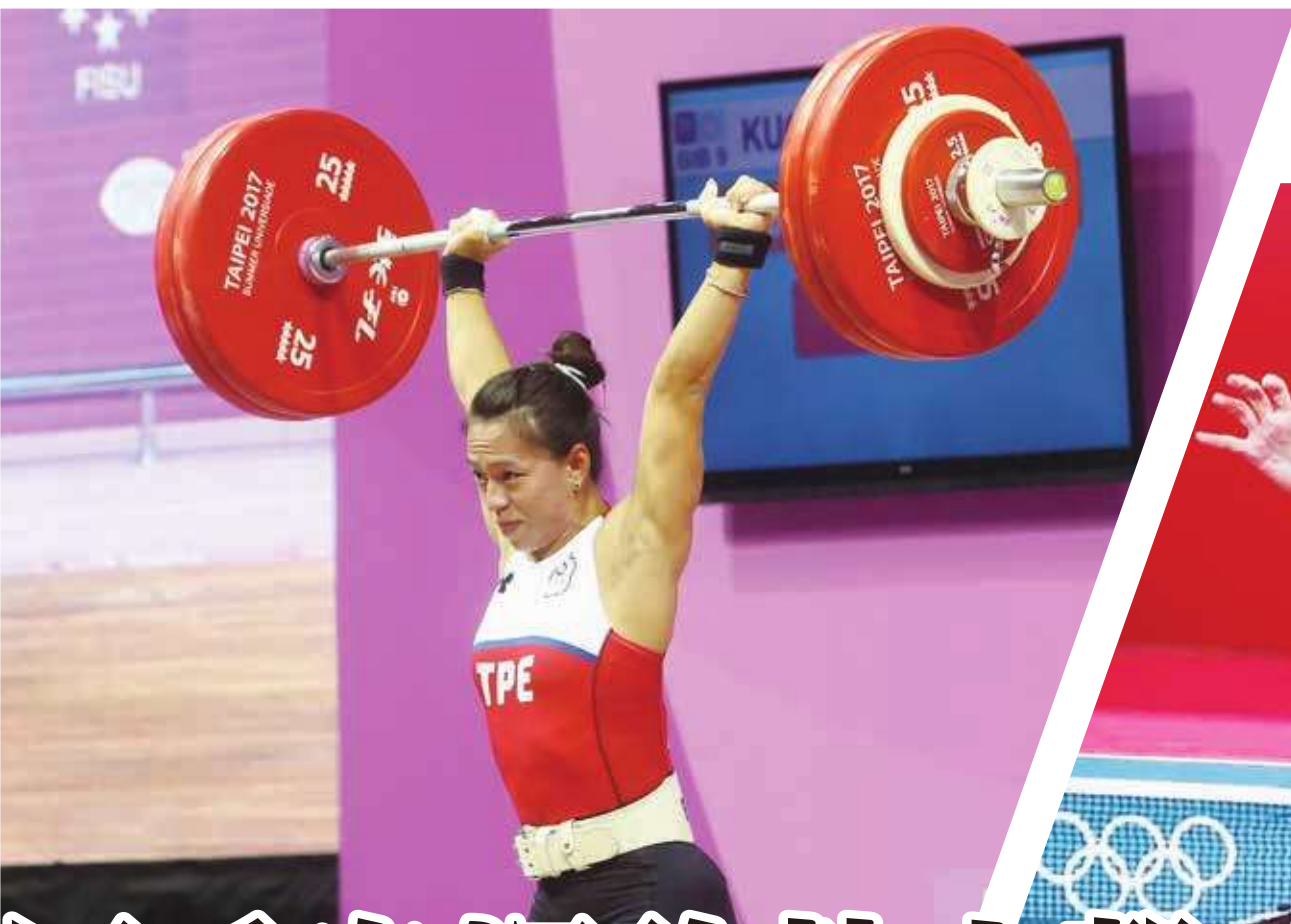
響應每一年 10 萬元或 1 萬元

支持媒體福音工作，捐款抵稅。

ATM 台銀城中 (004)045001007947

郵撥 50406584 電話 (02)23581961

帳戶：中華基督徒新媒體協會。



▲ 郭婞淳被視為舉重奪牌大熱門。(中央社)

▼ 台灣新生代桌球球王林的儒(左)與球后鄭怡靜(右)，在26日比完混雙後，也將各自展開單打賽程。(林的儒臉書粉專、中央社)



國手奧運強勢出擊 舉重、桌球值得期待

27日的賽程中，中華隊最受矚目的出賽者就屬世界舉重記錄保持人郭婞淳；桌球名將林的儒、鄭怡靜也將出戰單打。

【本報記者呂翔禾綜合報導】眾人期待已久的舉重天后郭婞淳將出賽啦！她將在27日下午2點50分出戰女子59公斤級的比賽。台灣桌球名將林的儒與鄭怡靜在比完混雙後也將出戰單打。此外，男雙黃金組合李洋、王齊麟也將在同日的小組戰第3場迎戰第1種子，將會是場苦戰；而台灣女子射箭隊的譚雅婷、雷千瑩也將出戰射箭個人賽。

郭婞淳奪牌關鍵戰

27日的賽程中，中華隊最受矚

目的出賽者就屬世界舉重記錄保持人郭婞淳。在國際舉重總會於2018年調整量級後，她成為舉重女子59公斤級抓舉、挺舉、總和三項的世界紀錄保持者，4度奪得世界舉重錦標賽金牌，並榮獲2016年里約奧運58公斤級銅牌，這次奧運也被視為熱門的奪金人選。

另外，台灣新生代桌球球王林的儒與球后鄭怡靜，在26日比完混雙後，也將各自展開單打賽程。林的儒將要對戰瑞典好手卡爾伯格，他要設法發揮他的反手與節奏快速的優勢，鄭怡靜則是要對

上新加坡的于夢語。另外，女桌名將陳思羽也將在27日早上出戰美國選手張安。

男雙面臨嚴峻挑戰

台灣男雙黃金搭檔李洋與王齊麟則要在27日早上11點出戰大會排名第1種子，印尼的吉德翁、蘇卡穆約組合，因此李洋與王齊麟勢必將面臨苦戰。另外，本來被視為奪金大熱門的女子拳擊手、57公斤級的林郁婷在26日的16強賽，惜敗給2019年世錦賽金牌、菲律賓選手皮特西歐，無緣晉級。最後，台灣女子射箭隊雖然先

前在團體賽無緣晉級，但也將於27日起迎來個人賽的挑戰，譚雅婷、雷千瑩將於27日出戰32強淘汰賽；女子拳擊方面，雖然羽量級的林郁婷遭到淘汰，但輕量級的吳詩儀將於27日下午6點6分出賽，次中量級的陳念琴也將會在下午1點42分披掛上陣。

此外，27日的奧運桌球賽程非常密集，包括中國好手樊振東、馬龍，德國的奧恰洛夫與巴西的卡爾德拉斯諾等世界頂級球星也都將會出賽。另外，我國男籃雖未進軍奧運，不過像美國夢幻男籃的賽事就倍受關注，夢幻隊將於

27日出戰奈及利亞，外界觀察美國是否能報熱身賽輸球

的一箭之仇。

日本基督徒迎東奧 發起百萬小時禱告

【本報記者莊瑞萌綜合報導】日本希望3年內基督徒能達到千萬人。東京教會牧師則趁東奧舉行期間，向全球教會發起百萬小時的禱告邀請，呼籲全球信徒為日本禱告，除了求上帝讓賽事舉辦順利，也希望藉此傳福音好感動更多日本人信靠耶穌。

據《今日基督教報》報導，基督徒目前在日本佔總人口不到1%，日本也是全球第二大國內信徒最少的國家，在1.26億人口中，不到1%的人曾到教會聚會。

因此，日本國際體育合作組織與日本福音派傳教協會就在東京奧運期間，發起為日本禱告一百萬小時的活動，邀請教會、個人與家庭一起為日本禱告。

各地信徒加入禱告

發起人池田圭史牧師表示，「談到傳遞基督教的好消息，我心裡有個願景就是看到日本在2024年能有1,000萬名基督徒聚會。想像日本有一千萬名基督徒，這將為日本帶來改變。不只如此，我們還可以派遣基督徒到其他國家，因為日本護照相當受歡迎。」

隨著東京舉辦奧運而讓日本成為全球焦點，當地基督徒也呼籲在奧運期間世界各地的基督徒一起加入為日本禱告行列，讓日本人在信仰

上能經歷復興。1名在日本已服務68年的傳教士凱勒表示，「我很高興能加入參與禱告，看到聖靈在這裡運行。」

疫情打亂宣教節奏

《浸信會信使號》報導，日本基督教運動員協會(FCA)會長湯普森指出，從日本在2013年宣布成為奧運主辦國開始，該組織就計畫要利用此次機會傳福音，但卻因為新冠肺炎疫情打亂原本規劃，他指出，「我們



▲ 東京奧運已於2021年7月23日舉行。(Photo by Dick Thomas Johnson on Flickr under Creative Commons license)

起初的失望在前幾週又轉變成為值得興奮的事，因為看到這項禱告運動的推出。」

靠禱告團結一起

他也表示，當初FCA決定與國際宣教差會合作在奧運期間派員傳福音，但因為疫情相關限制導致無法實現，如今禱告變成唯一可行選擇，也等於回到最基本的方法，讓全球教會能團結在一起。

池田圭史指出，「我們希望能在奧運期間接觸到一百萬名日本人，雖然因新冠肺炎關了一扇門，但還有一道門還開著，就是禱告之門。」



▲ 女子射箭隊的譚雅婷將於27日出賽。(譚雅婷臉書粉專)



▲ 男雙黃金組合王齊麟(左起)、李洋將於27日強碰大會第1種子。(王齊麟臉書粉專)

東奧13歲小將 奪女街滑板金銀牌

【本報記者林志怡綜合報導】奧運史上最年輕的頒獎台出現在女子街頭滑板項目！東奧女街滑板項目由13歲的日本代表選手西屋紅葉與巴西代表選手雷薩·萊爾分別奪下金、銀牌，16歲的中山楓奈則取得銅牌，奪牌選手年紀連奧運官方推特都呼「太神奇了」，網友更是直喊「太酷了」。

最年輕金牌得主

《奧運官網》指出，雷薩·萊爾由於最後一次動作失誤而未能拿分，以14.64分的成績取下銀牌，西屋紅葉則以15.26分取得金牌，贏得了媒體和其他運動員的掌聲，比賽結束後她滿臉笑容地跑向她的教練，拿下銅牌的則是其隊友中山楓奈，

得分為14.49分。

自本週日街頭滑板項目登場以來，參與者就不斷刷新觀眾對於參賽年齡的既有認知，且日本、巴西都在比賽中佔有極強勢的地位，除27日女子街頭滑板，日本奪下金、銅牌，巴西取得銀牌落幕外，26日的男子街頭滑板則是由日本選手堀米雄斗與巴西選手凱爾文·胡埃勒奪下金、銀牌。

顛覆滑板運動定位

對於本次由青少年奪下女子街頭滑板三牌，網友紛紛表示這樣的結果實在是令人不敢相信，13歲的奧運金牌得主已經完全打破了他們的三觀，直呼這是歷史性的一刻。

此外，許多滑板運動愛好者更



▲ 13歲的日本代表選手西屋紅葉奪下奧運女子街頭滑板項目金牌。(東奧官方推特)

在轉發《官方推特》時驕傲表示，本次奧運賽事也表現出滑板運動在



體育界快速崛起，「從此以後，再也沒有任何人可以嘲諷或污名化滑板運動」。

身體的各種警訊 來自營養不均衡

營養素是建構身體的基石，每個營養素都有固定的需求量，如果沒有辦法滿足，自然會因為身體無法運作而生病。

■ 小垣佑一郎

一九九七年，根據世界衛生組織 WHO 統計，全世界有超過二十億人處於缺乏鐵質的狀態。再回溯到一九八二年，在當時全世界五十億人口中，至少有五億人有缺鐵問題。也就是說，缺鐵的情況，在短短十五年內以驚人速度成長了四倍。

營養素的影響是環環相扣的，必須從各個層面仔細推敲，即便同一個症狀，也有可能是由不同原因引發。

缺少營養素不自知

但弔詭的是，即便缺少鐵質已經是世界共同的困境，還是鮮少有人重視相關議題。甚至在這個「全球性貧血」的狀況下，健康檢查時被診斷出「貧血」的人，依然被歸類為罕見症狀。之所以造成這個現象的主要原因，是因為鐵質參與太多的體內生理作用，導致缺鐵後出現的症狀過於龐雜且看似不相干，很難被聯想到是「缺鐵」的緣故。

在解毒飲食法中，蛋白質（氨基酸）、維生素B群、血基質鐵是最重要的三大基本營養素。無法單靠食物補足的一日所需量，更需要仰賴保健食品補強。當我們習慣營養療法之後，就會漸漸知道自己缺乏哪些營養素，也能夠按照自身情況，攝取維生素D或EPA、鋅等來調節生理機能。營養素左右了我們人體的運作，因此當缺乏某種物質時，便會以各種不同的症狀顯現出來，必須從各方角度去推敲，才能找出真正的原因。

同一症狀 不同原因

舉例來說，造成敏感性牙齒的原因之一是法瑯質流失、牙本質外露。以前的治療方式，就是以

樹脂等填充物填補磨耗的洞口。但這是治標不治本的方式，因為患者的牙本質並非在一夕之間突然外露，而是在很早之前，就因為某個契機開始對冷的東西感到敏感疼痛，日漸磨損所致。而這個契機合理推測，是從身體內部產生的變化，也就是和營養素有關。

營養素的影響是環環相扣的，必須從各個層面仔細推敲，即便

同一個症狀，也有可能是由不同原因引發。例如，敏感性牙齒有可能是因為菸鹼酸不足，至於判斷是否為菸鹼酸不足，可以從患者是否有脂肪肝做初步判斷。

反過來說，由於缺乏菸鹼酸的人，有可能會出現手腳麻痺、走路困難的症狀，因此如果看到患者走進診間的姿勢沒有異常，我就會推斷也許是其他原因造成的敏感性牙齒，例如缺乏維生素D和蛋白質。

維生素D治療老化

維生素D可以改善肌肉僵硬、不自然的狀況，是在治療老化衰弱等症狀時備受注目的營養素。我們時常在幫走路一跛一跛的高齡者進行血液檢查時，發現他們的維生素D濃度低於30ng/ml。而且只要多服用維生素D之後，就變得能夠正常走路。之前有一個以日本職業足球聯賽選手為對象的實驗，得到的結果顯示，攝取維生素D的選手，遠比沒攝取的選手更不容易受傷。

而蛋白質缺乏會反應在唾液量上。自己在測試時的時候，可以將嘴唇翻起約一分鐘左右，看看分泌出多少唾液。如果分泌量很少，就有可能是因缺乏蛋白質造

成身體脫水的情況。

可散步進行日光浴

蛋白質缺乏會造成肌肉活動性下降，結果上，不僅容易引起吸入性肺炎，嚴重的話還可能發展成肌少症、老化、運動障礙症候群，最後導致臥床不起。若缺乏蛋白質，不僅會出現脫水現象，肌肉也會被分解。這是藉由分解肌肉進行糖質新生作用，以維持血糖值來保護大腦的機制。如果缺乏運動還是持續變瘦的話，可能就是這個原因造成。

雖然現在運動的風氣越來越盛行，也經常可以看到中老年人勤勞上地區健康中心運動的光景。但其實，若運動前不先攝取蛋白質（氨基酸）的話，就無法長肌肉，再怎麼訓練也是白忙一場。再加上，運動需要比平常多消耗兩倍左右的蛋白質，若在蛋白質攝取不足的情況下運動，反而容易造成身體氧化。

如果帶著因缺乏蛋白質引發的肌肉痠痛去運動，受傷的可能性就會大幅提升。再加上流汗會造成鐵和鋅的流失，若是來不及補充，就會引發關節疼痛，變得更容易受傷。在缺乏蛋白質的狀態下，比起運動，先從輕鬆外出散步開始做起吧，還能一邊進行日光浴一邊讓身體產生維生素D。

過量麩質影響神經

經常在沒有階梯的地方絆倒，或是手腳常常撞到桌子、椅子的人，有可能不只是注意力缺乏，而是脊髓小腦萎縮症，由小腦的神經功能障礙所引起。嚴重的情況，走路會如同酩酊大醉一般搖搖晃晃，說話口齒不清。

每當遇到這樣的患者時，我都會在問診時聽到他們說：「我每天都吃麵包」、「我很喜歡吃義大利麵」等回答。麩質雖然也是蛋白質的一種，但攝取過量會阻礙大腦的神經傳導，也會對甲狀腺功能造成影響。

有些人明明沒有運動習慣，卻會關節疼痛。我如果在問診的時



◀我們可以先從輕鬆外出散步開始做起，還能一邊進行日光浴一邊讓身體產生維生素D。（本報資料照）

候，發現患者有嘴巴合不起來，或張開會痛等疑似顳顎關節症候群的問題時，也會建議他們多攝取蛋白質和鐵質。我的母親也是，之前連站起來都很辛苦，但在攝取蛋白質與鐵質後短短2個月後，已經可以長時間跪坐。

身體六成由蛋白質構成

蛋白質和維生素B可以合成ATP（三磷酸腺苷），使細胞發揮功能的提供在體內活動時所需的能量。而血基質鐵，則是在體內產生出能量，驅使細胞運作時必要的營養素。

首先來說明蛋白質的攝取方式。根據研究，如果把人體乾燥，將水分都排除之後，我們的

基本上建議每天攝取跟體重（kg）相當分量的蛋白質（g），但這是指一般標準的狀態。蛋白質沒有辦法在體內儲存起來，必須攝取足量才能發揮效用，但因為每個人的蛋白質所需差異很大，相差一成到四成都有可能，尤其是處於成長期與懷孕哺乳階段的人，或是高齡者，更是需要大量蛋白質。

植物及動物性都要攝取

不過，雖然現在沒有數據顯示蛋白質過量會帶來負面影響，即使增量，還是控制在體重（kg）的1到1.5倍之內，最大不要超過2倍。

蛋白質可以藉由肉類、魚類、

運動需要比平常多消耗兩倍左右的蛋白質，若在蛋白質攝取不足的情況下運動，反而容易造成身體氧化。

身體有六成是由蛋白質所構成。蛋白質會形成細胞膜、細胞骨架，不僅可以製造骨骼、肌肉、皮膚，還能運輸氧氣、營養素至全身，成為酵素及激素的材料來調節代謝、成為抗體，起到人體防禦的效用。

雞蛋來攝取，分解成胺基酸後提供身體使用。但要小心有些人吃太多雞蛋會出現過敏症狀。此外還以一點值得注意的是，雖然大豆是植物性蛋白質，但有些胺基酸的種類只存在肉類、魚類之中，我們的體內常用的胺基酸有

二十種，它們要集合起來才能讓身體維持運作，因此還是建議多方攝取植物、動物性蛋白質，才能補足完善的營養素。

（興韻／輯）

《不生病的解毒飲食法》簡介

根據兩度榮獲諾貝爾獎的鮑林博士研究指出：「幾乎所有疾病，都是『營養不足』造成的」，而日經月累的錯誤飲食，正是逐步侵蝕健康的「慢性毒素」。

過敏、牙齦出血、疲勞、憂鬱、手痠腳麻……這些容易被輕忽的毛病，其實都是身體的求救訊號：「請給我需要的營養素！」如果置之不理，難受不說，還會演變成難以痊癒的重症。

從細微的不適症狀逐一檢視體內疏漏，帶你透過改變食物，攝取「細胞需要的養分」，讓遭受「環境毒害」的身體，回歸「正常無病痛」的原廠設定。



出版社／蘋果屋

・Y!!! 書訊・

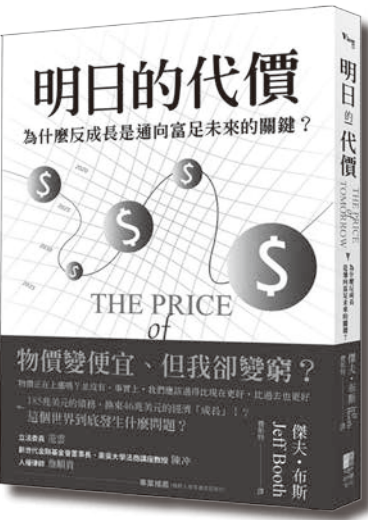
醒報編輯部／輯

《明日的代價》

作者：傑夫·布斯

出版社：好優文化

看看我們手上的手機，想想黑金剛這類老式手機的價格。現代手機更進步、更實用，有從前根本無法想像的功能與尺寸，卻只要老式手機十分之一費用就能買到。現今的發展造成諸多問題——貧富不均、政府失能、環境重度汙染、經濟上的各種危機與風暴；每一項危機，都會在或遠或近的未來對我們產生衝擊。最為迫在眉睫的，或許是經濟上的全球性不平等。而這樣的不平等，是無法



《愛，需要勇敢》

作者：康思云，江明璇，彭思寧

出版社：親子天下

在家中或街坊鄰里的長輩中，是否曾有一位長輩難以相處，或帶給你恐懼、害怕、焦慮、委屈……等情緒？在學校，是否曾有帶給你類似情緒的師長？幼年或求學時期的自己，常被要求要順服長輩與師長，對於不當的對待、極不合理的要求，常是敢怒而不敢言，這些難以表達的情緒堆積在心裡，當我們長大了，不再需要委屈自己去順應對方時，仍然容易受到過往的影響，不想靠近相近類型的人，或難以與他們建



《陳列聖經》

作者：黃文珊

出版社：風和文創

從空間佈置到活動策劃、從一盤午茶小點到派對饗宴，好的陳列設計師，善用周邊生活小道具連陽光、香氣也會操作。蔬菜水果不只當擺盤，連一包餅乾袋，全能拿來當擺設，畫龍點睛增色空間格局。藝術品只要1件，就能讓焦點由黑翻紅。主色、次色、點綴色，最能左右空間風采的，竟是比例最低的點綴色。想像家具平面配置，最大件先找決生活動線，風格規劃、16棋盤牆飾切割、環境滴管配色處理，主題風格選品主配角





梁良談影

從河南水災到「氣象武器」

人類利用高科技手段控制氣象，並發展成一種大殺傷力武器，災難電影讓大家對這個爭議性議題能有所認識。

■ 梁良
(資深影評人)

這幾天最令人矚目驚心的大新聞，無疑是中國河南鄭州的超級大水災，從網上流出的一些當地現場視頻可以看到，有如千軍萬馬的黃濁洪流把平地變成大河，數以百計的汽車像小孩子的玩具被大水沖得東倒西歪，在水中載浮載沉，隨滾滾大流飄向遠方。

這個映像馬上令我聯想起十年前在日本東北發生的311大海嘯，雖然規模稍遜，但也絕對是好萊塢災難片等級的場面。近年來，多國頻繁出現異乎尋常的極端氣象，引發水、火、地震等大災難，也有人質疑是在進行「氣象戰爭」的結果，但主媒通常會把這些說法視為「陰謀論」。

氣象成大殺傷力武器

我曾從多個資料來源得到這樣一種說法：好萊塢製作的科幻片、戰爭片等很多內容都是「有所本」的。

美國軍方或一些政府單位會把研發成熟但不便公開的秘密資訊偷偷提供給小說家或製片人，讓他們以「虛構」的故事向世人透露實際發生過的事，讓人們先適應，以減少相關的真相一旦揭露時會帶來的嚴重衝擊。例如美國政府前幾個月陸續公佈UFO的映像並加以證實，就是在做類似的鋪墊。

2017年，傑瑞德·巴特勒主演的科幻片《氣象戰》(Geostorm，港譯《人造天劫》、陸譯《全球風暴》)，可以讓大家對「人類

利用高科技手段控制氣象並發展成一種大殺傷力武器」這個爭議性的議題有一個粗淺的認識。

衛星被植入惡性病毒

片中的故事背景是在不久的未來，人類已研發出氣候控制的衛星，可掌控全球氣象，並由十多個國家來共同維護，衛星上的科學家團隊就像小型的聯合國。某日，該衛星竟因未知原因發生故障，阿富汗的沙漠突然變成冰天雪地，香港的鬧市則發生天翻地覆的氣爆，各種毀滅性的天災眼看會陸續降臨各大城市。

此時，曾因犯錯而被辭退的創始工程師傑克·勞森奉命返回氣象衛星調查真相，在白宮負責

中開車逃命的災難戲，拍得相當緊張刺激，華人觀眾會鼓掌。不過，本片的整體成績只是差強人意，故公映時並未帶來多大反應。

洪水襲倫敦

據說美軍早在越戰時期就已使用過「氣象武器」，在短短半年間，就對北越投下了近五百萬枚的降雨催化彈，這種武器對於越南北部地區造成非常巨大的洪澇，持續降下暴雨使低窪地區淹沒，農作物失收，對北越軍民打游擊戰也非常不利。不過這種「醜事」當然不會拍電影大肆張揚。

英國影壇倒是在2007年罕見地



▲英國影壇在2007年罕見地拍了一部洪水襲倫敦的氣象災難片《末日毀滅》。(電影截圖)

拍了一部洪水襲倫敦的氣象災難片《末日毀滅》(Flood)，此片故事雖改編自1993出版的同名英國驚悚小說，但也不妨也它視作敵國用氣象武器攻擊英倫的一個戲劇化預演。劇情描述一個強勁的風暴潮(storm surge)直朝英倫三島和歐洲大陸撲來，海平

▲《末日毀滅》描述英國氣象局預測失準，原以為會登陸荷蘭的巨風卻直撲泰晤士河口而來。(電影截圖)

▼真實的南亞大海嘯故事，直至2012年才由西班牙出資拍成全球發行的英語片《浩劫奇蹟》。(電影截圖)



▼2017年，傑瑞德·巴特勒主演科幻片《氣象戰》。(電影截圖)

面的水位急升。

開閘泄洪的英雄

英國氣象局預測失準，原以為會登陸荷蘭的巨風卻直撲泰晤士河口而來，當家的副首相登時手忙腳亂。勞勃卡萊爾飾演的海事工程專家倫納德·莫里森研判這個來勢洶洶的大洪水會伴隨大海嘯於三小時後沖垮泰晤士河屏障(Thames Barrier)，然後席捲倫敦市中心，到時候數百萬市民將小命不保。經緊急會商後，倫敦政府決定開閘泄洪，並炸掉大壩，但是必須要有入冒險去開閘，而去開閘的人很可能不會活著回來。

誰要當這個犧牲小我完成大我的英雄？不用猜也知道吧！本片在倫敦拍了兩星期，重要地標全收眼底。其餘主戲移師南非搭景拍攝，用數以噸計的大水沖擊各種場景，演員們也飽受折磨，製造出還不錯的災難效果。

南亞大海嘯故事

事實上，《末日毀滅》面世前的2004年，真實世界的確發生過轟動一時的南亞大海嘯，也許《末》片正是受此影響而決定拍攝。而真實的南亞大海嘯故事，直至2012年才由西班牙出資拍成全球發行的英語片《浩劫奇蹟》(The Impossible，港譯《海嘯奇蹟》)。本片根據西班牙醫生瑪麗亞·貝隆與她家人在當年的倖存真實經歷改編，故事相當感人。劇情描述瑪麗亞(娜歐蜜·華茲飾)與丈夫亨利(伊旺·麥奎格飾)帶著三個兒子到泰國共渡聖誕假期，正戲水歡樂時被突如其來的大海嘯正面撲來將一家五口沖散。十歲的盧卡斯在洪流中歷經掙扎後逃過一劫，終於跟受傷的母親重聚。另一方面，劫後餘生的亨利既要照顧兩個小兒子，又不肯放棄尋找失散的妻兒。他茫無頭緒地在災

區呼喊著家人的名字，有如大海撈針，然而他始終不放棄。在上天的眷顧下，瑪麗亞一家人奇蹟般在臨時停的傷患醫院團圓了。

善行無分國界

本片由執導過《靈異孤兒院》的西班牙名導胡安·安東尼奧·巴亞納掌舵，編劇也是根據當事人瑪莉雅提供的真實遭遇來發展故事，故把劇情焦點放在西方人的劫難而非南亞當地人身上也就順理成章，不過導演也拍出了泰國鄉民在惡劣環境下熱心救人的普世義舉，和當地醫護人員盡心盡力拯救醫院中滿坑滿谷的受災傷患，均顯得細緻動人。

同樣的，男孩盧卡斯在醫院中賣力地來回奔跑為各國傷患們尋找他們失散的親人，也體現了善行無分國界的可貴。在大災難面前，唯有善良的人性是最大的救贖。



▲《浩劫奇蹟》主角十歲的盧卡斯，在洪流中歷經掙扎後逃過一劫，終於跟受傷的母親重聚。(電影截圖)



▲《氣象戰》描述阿富汗的沙漠突然變成冰天雪地，香港的鬧市則發生天翻地覆的氣爆，各種毀滅性的天災眼看會陸續降臨各大城市。(電影截圖)