



五媒合一
深度報導
極簡閱讀



聽不到民意 藍派宣傳車發聲



放寬紓困 高齡再就業萬元補助



防疫購物零接觸 電子支付整合



兩項紓困訊息
你有租屋嗎、你有房貸嗎、你的房子需要修繕嗎？記得可以跟營建署申請補助喔！（8版）疫情期間，你的薪水調降嗎、你是65歲以上再就業嗎？記得可以向勞動部申請一萬元補助喔。（3版）

教育影響大 台派認同多

46.6% 認同「我是台灣人」

【本報記者林志怡台北報導】教育創造了「我是台灣人」的群體認同，且期盼台灣獨立的民眾比例高達 46.6%！親綠智庫台灣民意基金會發布七月補充民調指出，目前有七成七的台灣民眾認為自己是「台灣人」，大學以上教育程度的台灣人認同比例更超過八成，也指出未來「台灣獨立」才是主流民意。

高教育水準認同台灣

基金會董事長游盈隆指出，超過四分之三的民眾認同自己是台灣人，取代以往的中國人認同，

是「統攝性的單一民族認同」的現象，也是近代民族國家發展普遍出現的狀況，其中包含了民眾政治、文化、身份認同的複雜因素，算是和平翻轉台灣、中國認同，可說是「認同奇蹟」。

以教育水準來看，大學及以上教育程度者中，高達八成三自認為自己是台灣人，為各教育水準之冠，小學以下台灣認同比例為七成九、國／初中與高中／職的台灣認同比例都是七成四，專科教育中則有六成四。因此游盈隆認為，台灣社會形成「統攝性單一民族認同」的過程中，教育發揮了極大的效果。

就年齡層來看，台灣人認同與中國人認同的顯著世代差異。年紀越輕，台灣認同比例越高，強度越強，在 20 到 24 歲的人中，就有八成九自認是台灣人；年紀較長的族群中，雖台灣人認同比例依然較高，但較容易出現中國認同與雙重認同者，65 歲以上的民眾中，認為自己是台灣人的比例仍有七成。

蔡執政 台灣認同下滑

就統獨傾向而言，基金會民調發現，有 46.6% 支持台灣獨立，11.1% 支持兩岸統一，26.4% 維持現狀。基金會進一步詢問受訪者，若沒有維持現狀的選項，會選擇統一還是獨立，發現原本選擇維持現狀的受訪者中，有 47.3% 選擇台灣獨立，20.5% 選擇兩岸統一，32.2% 仍選擇永遠維持現狀。

游盈隆指出，統獨傾向和民族認同有非常密切的關係，而進一步數據分析也發現，台灣民眾的民族認同及統獨傾向高度正相關，台灣人認同越強，越傾向主張未來台灣獨立，但從 2016 年 5 月總統蔡英文上任至今，選擇台灣獨立的比例出現兩次大幅下滑，近 13 個月內更下滑 7.4%。



▲台灣民意基金會董事長游盈隆指出，超過四分之三的民眾認同自己是台灣人，取代以往的中國人認同。(photo by 台灣民意基金會 on facebook)



▲台灣教育在民族認同形成上扮演重要角色。(Photo by 臺灣實驗教育推動中心 on Flickr under CC2.0)

催促疫苗早日抵台 阿中：多重外交管道

【本報記者林志怡台北報導】「只要疫苗能快點到，任何努力都願意做。」指揮中心指揮官陳時中 11 日回覆本報記者提問表示，目前將透過駐美大使、美國在台協會等單位與莫德納公司聯繫，希望了解疫苗供應情況，若有助於疫苗到貨，他願意親身前往美國催貨。

此外，11 日台灣新冠肺炎確診數再增 12 例，另有 4 例境外移入個案，且個案中新增兩例死亡案例。

催貨莫德納進行式

本報記者提問，韓國最近派專人前往美國追莫德納疫苗出貨，此一作法是否有用，陳時中回應說，各國對於疫苗到貨的意圖與想法不同，我們會採取不同的方式，透過駐美大使、美國在台協會(AIT)與莫德納公司聯繫，希望透過多重外交管道，了解疫苗的供應狀況，催促早日交貨。

中國時報記者進一步追問，陳時中本人是否會像鴻海董事長郭台銘一樣，親身前往美國追疫苗，對此陳時中表示，「只要能讓貨早點到，任何努力都願意做。」



▲陳時中說，只要能讓疫苗快點到，任何作為都願意做。(指揮中心提供)

帛琉旅遊泡泡重啟

近期台灣疫情降溫，民眾關注帛琉旅遊泡泡何時重啟，陳時中表示，已與外交部檢視相關規定，透過旅遊泡泡前往帛琉的民眾返台後，要在機場進行深喉嚨唾液檢驗，接著進行五天加強版自主健康管理，九天的一般自主健康管理，與先前規定相同。且據知復開後的帛琉旅遊泡泡首發團將在 8 月 14 日就出發。

但對於九月即將迎來大學生入境，境外生若完整接種兩劑新冠肺炎疫苗能否入境，陳時中表示，目前有看到完整接種兩劑仍確診的狀況，因此不會有放寬

的計畫。指揮中心發言人莊人祥 10 日也指出，目前接種疫苗兩劑滿 14 天、入境後仍確診者有 6 人。

出現社區群聚

11 日新增的 12 例本土病例中，其中 5 例為居家隔離期間或期滿檢驗陽性者，為 9 例男性、3 例女性，年齡介於 10 多歲至 70 多歲，發病日介於 8 月 2 日至 8 月 10 日。個案分布為新北市 6 例、臺北市 4 例及基隆市 2 例。

陳時中提到，11 日新增的案例中，包含部分社區群聚案例，新北市正在積極處理中。

社長的話 ／林意玲

醒報社慶快到了

醒報要過 13 歲生日了，今年九月一日記者節是醒報 13 周年生日，我們正在構想，疫情期間能用甚麼有創意的方方法慶賀生日，您可以給一點建議嗎？

13 歲是進國中的年紀，從保溫箱出來的早產兒，豈能料到上有國中的一天？

這一長段日子裡，多少風雨飄搖，做，還是不做？醒報的獨特性在哪裡？醒報還走得下去嗎？結果是，我們毅然要挺進第 14 年了。

沒有一段日子是好過的，沒有一段日子不需要爭戰得勝，然而，所有成功的企業不都是如此，多少的艱辛無

人知，多少的挫折只能暗吞。重要的是，醒報有上帝的恩典，因為「壓傷的蘆葦，祂不折斷；將殘的燈火，祂不吹滅。」我們這小而美的報社，影響言論、獨樹一幟，倒不了。

最近接到一位台大資深教授夫婦的信，決定把醒報「共負一轡」的呼籲，傳給他群組的許多教授好友與教會朋友，呼籲為我們募款與訂報，得到不少迴響。這個空谷足音，讓我們感動得無以復加。因為他是用自己多年的聲譽背書，收割好友的支持、轉給醒報啊。

包括 13 年來不離不棄的讀

者，你們不但看見醒報的價值，也一直鼎力支持到如今，能一年一年慶賀周年，各位應該是跟醒報同仁一樣開心。

是的，醒報是屬上帝的，醒報是社會的祝福，而我，正好是被託付的園丁。我們竭盡所能呈現優質內容，但願每天給讀者一份鼓舞、一篇佳作，可以讓您覺得訂報是開卷有益、物超所值。

「馬是為打仗之日預備的，得勝乃在乎耶和華。」（聖經箴言 21：31）您的肯定與支援、我們的堅持、上帝的祝福，才能一起獻給台灣這份鼓舞人心、正派報導的媒體。



社論

兒童疫苗應是國產疫苗發展目標

電影台詞：「生命總會自己找到出路」，但是當病毒也會自行找出路，那人類恐怕就要倒大楣了。近來病毒變異已經到了人類無法控制的地步，Delta 印度變種病毒的高傳染力已經突破了原先高比例接種疫苗的國家，歐亞非三洲的感染人數都在同步上升，其中小孩的受侵襲率更是節節高升。

根據醫學博士黃軒的整理，未成年人的確診數增長了 4 倍，且相較於 Alpha 變種病毒，小孩和青少年更易確診 Delta，以 13-17 歲未成年區段，高達 9.75

倍的確診率。

打三劑仍有染疫者

在世界接種率名列前茅的以色列，已經開始要求 12 到 15 歲的青少年施打疫苗，部分免疫系統較弱的成年人還要施打第三劑疫苗，但在施打第三劑疫苗的成年人當中，已經至少有十四例的確診，這表示就算施打了三劑疫苗，仍會讓病毒有機可趁，要恢復正常的生活遙遙無期。

台灣在世界上是個奇蹟，兩個月前每天五、六百名的確診，

不料今日已經壓回到了個位數的確診數，疫苗的施打率也已經超過了三成。

但是對比周邊幾個陸續爆發大規模感染的國家，日本接種第 1 劑占總體 46.6%，完整接種的占總體 33%；印度接種第 1 劑人數占總體 28.8%，完整接種的人數占總體 8.2%；中國完成第 1 劑接種的比例接近 100%，完整施打的人數占總體 15.9%，就算如此，這幾個國家的傳染率依然高達嚇人，甚至每天都有數千成萬的人確診。

小孩老人同住風險高

不過，台灣仍要盡快建立兩個防線，一個是成年人的疫苗普及，一個是青少年的疫苗準備。尤其是青少年的部分要更快準備，因為台灣社會仍然有相當大的比例是小孩與老人家同住，這跟西方世界迥然不同，在美國的研究中，青少年傳染後因為症狀不明顯，往往又傳染給家中的同住人，其中又以老人最容易受害。

台灣許多小孩因為父母上班，往往都是託付給祖父母照顧，

這樣密集的接觸其實都潛藏著危機。

國產疫苗宜區隔

目前政府規畫以 BNT 疫苗給年齡 12 歲以上的孩童接種，但疫苗進貨時程無法掌握，何時到貨也沒把握，除了仰賴鴻海等企業的努力之外，政府自己也該想辦法加把勁，不然似乎政府只能購買 AZ 或是莫德納，唯獨對 BNT 毫無動力，也顯得有點奇怪。

或許 BNT 的確有政治上的顧慮，但是在國人健康至上的前

提下，還是希望政府也要勉力爭取。

孩童或青少年在防疫意識上，本來就比成年人顯得薄弱，加上好動好玩，口罩也不容易戴好戴滿。根本上就該讓他們盡可能施打疫苗，雖然現在講很像事後諸葛，政府應要求疫苗廠商優先往適合孩童的方向去研究，因為取得成人疫苗相對容易，孩童疫苗相對較難。國產疫苗不就是為了讓國家有戰略運用的餘裕，此時不用，更待何時？

聽不到發現金民意？藍派宣傳車發聲

國民黨主席江啟臣 11 日率領立委們召開記者會，希望透過宣傳車表達人民真實的心聲，呼籲政府正視民意。

【本報記者呂翔禾台北報導】「紓困要現金、人民要疫苗！」國民黨主席江啟臣 11 日率領立委費鴻泰、陳玉珍、萬美玲、陳以信等人召開記者會，呼籲蔡總統不要再想推 5 倍券困擾民眾。陳玉珍甚至說，要推行的官員可以不要領薪水，只領 5 倍券就好。記者會結束後，江啟臣與費鴻泰便坐上宣傳車，朝行政院與總統府前進。

多位立委相挺

江啟臣在巨大的黑色金剛車前，立法院黨總召費鴻泰、立委陳玉珍、萬美玲、李德維、溫玉霞、陳以信等人，還有新北市議員金瑞龍、台北市議員羅智強都出席相挺。江啟臣表示，希望透過宣傳車，表達人民真實的心聲，讓政府看到不想再使用麻煩的五倍券的民意。



▲國民黨 11 日將宣傳車開到總統府與行政院附近，希望讓總統與院長聽到人民要現金的心聲。（中央社）

江啟臣痛批，國民黨在 6 月院會表決時，就已經提出要編列預算買國際疫苗，但遭到民進黨團封殺，結果現在疫苗就出現

短缺，指揮官陳時中曾抱怨地方政府疫苗打太慢，現在又說打太快，「都給他講就好了」。江啟臣也不滿說，韓國、以色列的領

袖都很積極向國際大廠要疫苗，就沒見到蔡總統親自打電話爭取疫苗。

因此他們主張「紓困要現金、

人民要疫苗。」費鴻泰則不滿表示，66% 民意都說要普發現金，但經濟部卻一直說發 3 倍、5 倍券可創造龐大經濟效應，可是中經院、台經院都以數據不足為由不願研究，中研院更說經濟貢獻只有 0.08%，他們呼籲蔡政府不要再堅持己見。

盼蔡總統發現金

「五倍券要是這麼好，官員自己領，我們不要！」陳玉珍說，疫情讓許多民眾 3 個月沒有領薪水，這麼推薦五倍券的話，她希望這些官員自己不要領薪

水，都領 5 倍券就好。她直言，5 倍券不能繳房租水電，與民眾實際需求相差甚遠，許多民進黨立委也曾表示要發現金，蔡總統與蘇院長應該順從自己的立委。被問到如何在立法院阻擋 5 倍券提案，避免像美豬一樣在立法院遭民進黨強渡關山時，費鴻泰表示，台灣的物價、失業率與無薪假人數都是歷年新高，他們會在立法院與民進黨團積極辯論，並呼籲黨團立委要施壓蔡總統與蘇院長不要發 5 倍券。

疫苗打夠就不管制 柯文哲：逐步解封

【本報記者林志怡台北報導】北市決放寬人流管制，但台北市市長柯文哲仍強調，要非常小心。柯文哲 11 日分析過去疫情高峰時間，指出先進國家採行「疫苗打夠了就不管制」策略是最安全的，但台灣目前疫苗覆蓋率仍不足，開放措施要格外小心，且目前行政院應全面思考「紓困、振興、轉型」等議題。

11、12 月還有一波？

柯文哲說，新冠肺炎本身在秋冬兩季最可能流行起來，從全球趨勢來看，第一波疫情高峰就是在去年秋冬，第二波則是印度疫情大流行，十四億人口確診後，自然拉高世界確診數，第三波則是 Delta 變種病毒往全球擴散。關於疫情細節，柯文哲進一步分析，今年的 7、8 月疫情確診數已經和去年秋冬的疫情高峰確診數相當，但在去年的趨勢中，8 月的確診數是非常低的，因此未來 11、12 月是否會出現更大量的確診病例，是台灣需要進一步思考的。

緩步開放救經濟

解封措施部分，柯文哲指出，先進國家往往在疫苗接種到一

定程度後，就全面解放、不做管制，藉此減少疫情帶來的經濟衝擊，也是「藉由疫苗施打，讓病毒流感化」的策略，「新加坡也這樣幹，人家到現在已經不統計確診案例了」，且認為是「最安全的策略」，美國也是在當初疫情趨緩、死亡率下降到 0.47% 才進行開放。

但柯文哲說，目前台灣的疫苗覆蓋率，即使在覆蓋率最高的台北市，也僅有 49% 左右、完整接種兩劑疫苗的比例更僅有 4%，並沒有全面解封的條件，因此解封要「小心的、慢慢的解封」，台北市也將陸續解封教育場所，開放網球、羽毛球等運動場，開放圖書館、動物園容留人數。

流感化已是最理想

此外，柯文哲坦言，現在要全台、甚至只是台北市清零，都相當困難。他解釋，完全清零需要連續 28 天都是零確診才能基本確定沒有潛在感染源，但大台北生活圈下，「台北加零、新北沒有，疫情一樣會回來，反之同理」，高鐵一日生活圈與境外交通都有同樣的效果，增加清零難度。

選手要職涯保障 籲增企業抵稅誘因

【本報記者呂翔禾台北報導】「選手運動生涯有限，政府不能只在國訓中心照顧他們！」在 11 日的體育國是論壇上，前跆拳道國手陳詩欣呼籲政府要跟選手制定合約、保障權利。崇越集團董事長郭智輝建議，政府讓企業可以用發展體育的費用抵稅。對此，民眾黨立委高虹安則表示，她們會更積極敦促財政部。另外，藍營立委蔣萬安、綠營立委黃國書、時力立委王婉諭都有參加此次論壇。

專法明文保障選手

雅典奧運跆拳道金牌選手陳詩欣坦言，大家在外面看到頂尖選手可以在退役後順利轉職，但真正受苦的還有那些進入國家隊、成績比較不好的選手，「在奪牌、退役後，我們還剩下什麼？」她認為，選手與協會、國家隊之間需要有明確的合約規範，不能只是簽簡單的切結書就結束了。



▲在 11 日的體育國是論壇上，前國手陳詩欣（右）希望政府制定專法，增加企業投入體育的誘因。（貽拳道陳詩欣臉書）

前超馬選手林義傑則說，美國、日本與韓國都讓體育在民間可以蓬勃發展，韓國甚至規定企業發展到一定規模，就要成立球隊，但台灣在《國體法》第 19 條卻只有規定，500 人以上企業至少要雇用 1 名專業運動員，這樣對企業發展體育的誘因根本不夠，也無法幫助許多基層選手在訓練完後，培養第二專長。

另外他也提到，運動員很多在國家隊訓練完後，就與國家隊形同陌路，沒有獲得保險與轉職

等協助，因此他建議設立體育專法，規範選手與國家隊、協會之間的權利義務，並將運動產業定義明確化，針對運動產業給予更多誘因，促進整個社會對於體育的重視。

企業抵稅可助發展

崇越集團董事長郭智輝建議政府，以他經營甲組球隊為例，1 年就要花 3000 萬，但目前政府只給 800 萬補助，他希望政府不要給補助，不如讓企業將發展體

育的費用進行抵稅，賺錢的企業可以享有最高 10% 的免稅額，用民間力量培養選手第 2 專長，並幫國家分擔訓練選手的費用。

民眾黨立委高虹安笑說，現在立法院跨黨派對於《運動產業發展條例》第 26 條之 2，關於企業最高 1000 萬、250% 的抵稅幅度，其實有很高的共識，但目前財政部因為擔心稅基減損，態度非常保留。但其實稅收會從運動產業的成長彌補回來，甚至更多。因此她們也會在下個會期積極說服財政部完成修法。

鼓勵投入運動產業

「很多家長不想讓自己小孩當選手，就是擔心沒有保障！」國民黨立委蔣萬安分析，過去羽球球后戴資穎在 2016 年里約奧運，與代言廠商、協會發生衝突，導致比賽受到影響，因此之後在體育專法的修法上，要更注重選手與廠商、協會的溝通，才能讓更多人願意投入運動產業。



今日天氣

北部 ■ 26°-34° 晴短暫陣雨

中部 ■ 25°-33° 晴短暫陣雨

南部 ■ 25°-33° 多雲短陣雨

東部 ■ 25°-32° 多雲短陣雨

▼ 勞動部 11 日宣布，中高齡再就業者以及 7 月全月薪資減損逾 20% 的勞工可領 1 次性 1 萬元補助。(Photo on Pxfuel)



勞動部放寬紓困 高齡再就業萬元補助

【本報記者呂翔禾台北報導】65 歲以上、領過勞保老年給付者，可以申請紓困！勞動部 11 日宣布，決加碼勞工 1 萬元生活補貼的適用對象，納入中高齡再就業者以及 7 月全月薪資減損逾 20% 的勞工，估計 32 萬人受惠，8 月 13 日起可開始申請，期限從 8 月底延長至 9 月 30 日，符

勞動部加碼勞工萬元生活補貼適用對象，納入中高齡再就業者以及 7 月全月薪資減損逾 20% 的勞工，佔 32 萬人受惠。

合資格者需備妥薪資單或轉帳記錄與帳戶線上，或紙本申請。

過 65 歲繼續工作者

勞動部 11 日宣布，由於疫情三級警戒在 7 月 27 日才降級，決定放寬 1 萬元生活補貼條件，勞動部勞動條件及就業平等司司長黃維琛說，符合條件者 13 日開始可以申請，但因就業保險 7 月份資料仍在納整，7 月薪資縮減要申請補貼的勞工，要等到 23 日上午 10 時才能申請。

全時勞工及部分工時勞工生活補貼計畫的規則將會在這幾天陸續公布，申請期限也從 8 月底延長至 9 月 30 日止。黃維琛指出，全時勞工生活補貼原規定僅 5 或 6 月的全月薪資，較 4 月減少達 20% 以上者外可申請，但因部分勞工直至 7 月才獲得薪水，因此納入「7 月薪資受影響的全時受僱勞工」，估計 20 萬人。

至於這次一併納入的「依法不得參加就業保險之中高齡再就業者」估計 12 萬人，黃維琛表示，

是指超過 65 歲或已領過勞工保險老年給付、其他社會保險養老給付者，但繼續受僱工作者，以就業保險來說，這類人不能參加就業保險，但可以參加勞保職業災害保險。

線上、紙本皆可申請

黃維琛並解釋，除了納入新對象外，其他資格條件都不變，包含全時勞工須有 4 月 30 日、部分工時勞工須有 4 月任 1 日受僱參加勞工保險，或單獨參加職業災害保險紀錄，以及全時勞工月投保薪資須在 2.4 萬以上至 3.48 萬元以下、部分工時勞工投保薪資須在 2.31 萬元（含）以下。

符合全時勞工生活補貼資格民眾，應備妥 4 月份及薪資減損月份的新薪資單（明細）或銀行薪轉紀錄、帳戶號碼，至計畫網站提出申請；符合部分工時生活補貼者，可到「勞動部部分工時受僱勞工生活補貼網」登錄領取，或到台新、中國信託及國泰世華實體 ATM 領取，或電洽勞動部紓困專線「1955」，以紙本方式申請。

新創店家是紓困孤兒 時力籲全面盤點

【本報記者林志怡台北報導】國內有九千新創店家沒有去年的營業紀錄，無法申請紓困，遭紓困方案遺漏，時代力量立委王婉諭、邱顯智於記者會呼籲，行政院應該進行經濟衝擊產業的整體盤點，並對紓困 4.0 進行修正，但若 4.0 來不及更改，也該在 5.0 滾動式檢討，儘快把沒接到補助的勞工與業者納入補助，才能協助民眾減輕疫情衝擊。

紓困孤兒仍遭冷落

王婉諭指出，紓困 4.0 漏洞非常多，近期再度接到眾多按摩師反應，目前的紓困方案會出現「同職業，不同單位，紓困補助不一樣」的狀況，如就職於民俗調理業的按摩師，可以領到經濟部補助；但若就職於美容按摩業、精油舒壓等非政府勒令停業的產業，即使因為疫情而無法上班，也無法申請勞動部與經濟部的補助。

另一方面，王婉諭也提到，今年四月、五月總數超過 9,000 家的新創店家，但若此類商店受疫情影響，希望申請補助，須舉去年同期資料、營業額衰退五成

方可申請紓困，但這些店家不可能有去年的資料，且因為營業剛起步，衰退五成的標準幾乎只有停業才能達到，但若停業，也將無法申請紓困，因此慘遭紓困方案遺漏。

政府應儘速盤點

邱顯智因此強調，「紓困是民眾的救命錢」，底層勞工是本波疫情的重災戶，據經濟部統計紓困發放情形，因疫情按月給付員工薪資、未達基本工資水平而申請紓困，提供給員工的紓困費用，僅佔總發出款項 296 億中的 3.6%，共 6,253 件；而提供給雇主的艱困事業補助則高達 17.4 萬餘件，費用達 286 億。

因此，邱顯智擔憂，兩者間的比例差異相當懸殊，紓困方案提供給勞工的補助規則是否存在漏洞，可能存在雇主放棄申請、導致勞工既沒有拿到基本工資，又沒有補助可領的情況，呼籲政院盤點現行各類型部會紓困方案的漏洞，並針對紓困 4.0 方案儘速修正，並在 5.0 方案中納入沒受到補助的勞工與業者。



▲ 時力立委邱顯智（左）、王婉諭（右）再度為紓困孤兒發聲。(Photo by 林志怡/台灣醒報)

圖文選粹

圖文 / 中央社

豪雨農損 菜價再創新高

► 台北果菜批發市場整體蔬菜交易均價創今年新高，除高麗菜維持每台斤 49 元，短期菜價 11 日上漲，每把貴 10 到 20 元。



末日城堡？紐西蘭招攬富豪移民

■ 何其台

（資深媒體人）

極端氣候加上新冠肺炎肆虐全球，電影「明日之後」情節上演：富豪心目中桃花源，紐西蘭取代新加坡，外媒報導，美國有超級富豪祕運 9 座「末日地堡」到紐國，深埋地下 11 英尺深，準備避難用。

現代諾亞方舟

很難想像聖經創世記故事中，依據上帝旨意建造的諾亞方舟，在現實世界中，真有美國富豪斥鉅資建造。據彭博社報導，美國超級富豪悄悄興建 9 座「末日地堡」，每座重達 150 噸，從德州運抵紐西蘭，埋入北部 Northland，以及威靈頓

頓西海岸小鎮。

地堡製造商 Rising S 公司總經理林奇透露，矽谷企業家購買地堡，是為防止氣候災難、致命細菌，或反富人運動發生，富豪即可搭私人飛機到地堡避難。每座地堡面積 93 平米，可容納 300 人左右，紐西蘭海關局拒絕證實這些地堡現況，加深其神秘性。

富豪避難天堂

谷歌共同創辦人佩吉最近以投資移民方式，取得紐西蘭居留權。他只是紐國最近豁免入境限制 14 名富豪之一，後續預料還有多達 220 位有錢人，準備帶來數以億計美元財富，以及創業商機，來紐西蘭移民。新加坡低稅賦政策，治安佳，

曾連續 5 連霸，當選富豪移民天堂，但是極端氣候，加上新冠肺炎疫情，魅力頓失。而紐西蘭位於太平洋西南部，地理位置近南極，大自然環境宜人，羊比人多 6 倍，原野風光，空氣清新，與世隔絕，竄升為富豪移民最愛。

防疫外交亮點

面積 26 萬 8 千多平方公里，人口 510 萬餘的紐西蘭，都市化程度低，少喧囂污染。現任女總理阿爾登鐵腕防疫，只要傳出疫情，不論確診人數多寡，立即封城鎖國，清零為止。即使對待兄弟之邦澳洲，雖有旅遊泡泡，也鐵面無情，讓澳洲尷尬又無奈。不過卻吸引超級富豪趨之若鶩。

紐西蘭是美國五眼聯盟南半球重要夥伴，但外交政策卻不像澳洲唯美是從。最近澳、中關係陷入冰點，中國執行貿易制裁，禁止澳洲龍蝦、葡萄酒、牛奶等農牧產品進口，卻悄悄向紐國買貨，紐國坐收漁翁之利。阿爾登總理刀切豆腐兩面光，取得巨大貿易利益，又保持政治中立，防止變災，無疑強化紐國魅力。

對於發展國際化都市，紐西蘭沒有什麼大興趣，南、北兩大島的奧克蘭、威靈頓、基督城，沒有雪梨、墨爾本熱鬧，地理位置獨立，阻絕新冠肺炎病毒容易，加上境內山多、島多，地勢高，意外成為全球富豪眼中世外桃源，避難首選，加上阿爾登總理封鎖邊境，卻



▲ 紐西蘭南、北兩大島的奧克蘭（圖）、威靈頓、基督城，沒有雪梨、墨爾本熱鬧，地理位置阻絕新冠肺炎病毒容易，（中央社）

不拒絕鈔票，正悄悄為紐國創造鉅額外匯利益。

期待我成下個紐西蘭

國會議員初始批評阿爾登移民政策偏頗，但是看到白花花銀子不斷匯入，反對黨也選擇噤聲，讓紐西蘭成為超級富豪避難天堂，未來還有多少「諾亞方舟」會悄悄埋入紐國地下，

尚未可知，不過替紐西蘭帶來鉅額財富，應可預見。

紐西蘭成為超級富豪避難天堂，正警惕人類，極端氣候及病毒危害，威脅生存環境，唯有做好氣候環保及防疫，才能讓云云衆生在地球活下去。

政府應儘速拿出具體節能減碳辦法，並持續抗疫，期待台灣也成為另一個紐西蘭。



▲坊間一般的藥物或節食減重，常會因為熱量跟飲食種類的限制，造成程度不一的肌肉流失，造成日後脂肪加速堆積的溜溜球復胖現象。(網路截圖)

■ 王姿允

xx 老師、健身教練、網紅減肥達人或是隔壁老王怎麼說，都比不上實證的數據怎麼說。在資訊唾手可得的今日，只要上網搜尋「飲食」、「減肥」之類的字眼，大概會跑上億個五花八門的飲食指引跟減肥食譜。

肌少症年輕化

「減肥瘦身」相關資訊之所以會歷久不退流行，每過一段時間就跑出新的方式被熱烈討論，成為全民運動或女性們畢生的志願，就是因為，這世界上還不存在「絕對成功且不會復胖的減肥法」，所以才存在「減重不難，難在維持」這句話。據研究顯示，

肌肉的流失會造成基礎代謝的下降，造成日後脂肪加速堆積的溜溜球復胖現象。

我們減掉的體重在一年後有一半的肥肉回歸，兩年後打回原形，五年後 50% 的人比原本更胖。

即使實證醫學興起，大多數流傳於民間的瘦身方式，仍舊缺乏實證的根據；尤其只要是名人分享或掛著專業人士的旗幟，就像鍍金似的讓大家不管健不健康，銀群起效尤再說。

這樣胡亂嘗試的結果，就是不知不覺間減掉了攸關健康的骨頭跟肌肉 (lean muscle mass)；尤其東方人比西方人更易流失肌肉的特性，難怪製造了更多的東亞病夫，也讓人不禁害怕，若加上熱衷減肥或追求骨感的年輕人數據，台灣的「肌少型肥胖症」搞不好是世界冠軍。

肌肉流失更易復胖

只要標榜任何單一食物減肥法 (例如蘋果減肥法、吃菜減肥法、吃肉減肥法)、極端營養素比例 (例如極低碳+極高脂) 或是改變進食頻率或時間的吃法 (例如「16:8 斷食法」、「5:2 斷食法」)、「一星期吃幾十顆蛋的減肥法」、「柳丁減肥法」、「七日食譜減肥法」等，都有無法長久進行且造成營養不良相關副作用的疑慮。

坊間一般的藥物或節食減重，常會因為熱量跟飲食種類的限制，造成程度不一的肌肉流失 (約占下降體重的 25% 以上)，脂肪 1 公斤約消耗 4*10 卡，肌肉 1 公斤約消耗 75*120 卡，兩

低熱量兼顧保留肌肉

其餘包括生酮飲食或極低熱量飲食 (VLCD)、間歇性斷食都是「弱建議」或「證據等級不高」。再加上 2017 年在 Advances in Nutrition 關於減重中如何保存或增進肌肉的質與量，有下一個簡單的結論：低熱量+適當的蛋白質攝取+增加活動量 (尤其是阻力運動)，故「低卡兼高蛋白的代餐」不失為一個在低熱量飲食中保留肌肉的好方法。

在我的門診中有實踐過這套飲食法的人，小至 7 歲大到 82 歲，有腎功能不全/單腎腎/做過腎移植、有肝指數爆表者、有風濕免疫科疾病、有癌症接受化療中、開刀行動不變或大小夜輪班工作或是每天都要應酬的人，還有備孕/懷孕/哺乳中的婦女，幾乎所有人只要是想促進健康都可以實行。

不過在我門診的流程，還是會經過抽血、量測身體組成、檢視用藥和詳細的病史，依個人的情

況，需求甚至是工作和作息來調整食譜跟營養素的單位；畢竟能夠長久執行、融入生活中成自然的健康飲食法，才是輕鬆維持不復胖的基礎。

感恩進食、禁止糖類

為了刺激副交感神經幫助消化，每餐前請先做三次腹式深呼吸 (鼻吸口吐氣)。請將注意力放在享受食材的味道，懷著感恩的心，珍惜每一口吃下的食物，重新建立跟食物的關係。放慢進食速度，細嚼慢嚥，感受胃的八分飽。

絕對禁止：所有水果類 (大番茄除外，可視為蔬菜)、精製澱粉糕餅類、油炸類、加工製品及含糖油脂的料 (例如醬油膏、番茄醬)，酒類因含有糖分，也絕對禁止，在不得不喝或因為工作的關係沒有辦法每天配合時，請跟醫師依個人狀況討論。可適量攝取：黑咖啡、無糖茶。無咖啡因的國寶茶跟花茶類則不限量。

微量元素的補充

肥胖跟想要增肌減脂的人微量元素都缺很大，若是沒有補充比平常更高單位的必需營養素，就容易有貧血 (鐵、葉酸、B12)、掉髮 (鐵、鋅)、疲倦 (B 群、維生素 C)、牙齦出血或容易瘀青 (維生素 C)、骨鬆 (鈣、鎂、維生素 D)、脂肪無法正常代謝等問題。

例如腸道菌的研究發現，當低卡飲食的時候，製作維生素 B 群的菌會有不活化的情形，研判跟降低身體代謝的機制有關，故在進行低卡低醣飲食的過程中，都需要額外攝取。

另外一項研究顯示，服用鋅補充劑的老年人，可降低 66% 和慢性發炎有關的疾病風險 (如動脈

粥狀硬化、癌症、神經退行性疾病和免疫性疾病)，而 2019 年日本的回顧性研究發現鐵劑的補充，遠超過治療貧血本身的效益，即使是沒有貧血的人，也能從補充鐵劑上得到疲勞改善降低心臟粒線體損傷、改善心臟功能

充足的營養加上身體自覺安逸、沒有壓力，不利生存的多餘脂肪才會被重新敏感化的瘦體素消滅。

的效果。

烹調方式要清淡

無額外加油的涼拌、蒸、燙、煮、烤、滷 (滷汁不加油)，可添加鹽、醋 (果醋除外)、清醬油 (嚴禁醬油膏)。可多利用辛香料 (蔥薑蒜、生辣椒、七味粉、薑黃粉、迷迭香等) 促進代謝跟增加水量。

水量是關鍵：在 R1 排毒期間每天水量儘量 4000 ~ 6000 毫升，



▲ 喝水建議少量多次，每次 500 毫升以內，視個人排汗排尿排泄狀況調整。(網路截圖)

喝水建議少量多次，每次 500 毫升以內，視個人排汗排尿排泄狀況調整，易夜尿者建議晚上 7 點後不要喝水，避免水腫建議晚上 9 點後不要喝水或小口飲用，心肝腎功能不佳者請跟醫師討論調整飲水量。

同樣熱量，進食時間越長，越易造成體重上升與新陳代謝疾病，進食高脂飲食後要有至少大於 15 小時的空腹時間，才能有減少脂肪堆積效果。

睡眠時間產生瘦體素

同樣熱量，進食時間越長，越易造成體重上升與新陳代謝疾病，進食高脂飲食後要有至少大於 15 小時的空腹時間，才能有減少脂肪堆積效果。

我們瘦體素的濃度高和進食沒有太大的關係，不過一天之中凌晨零時到凌晨四時的濃度最高，會抑制身體的合成代謝 (anabolic)，例如把多餘能量

增肌減脂是重點

不爆汗、不挨餓、不困難、無痛苦，零副作用、超滿足的超效減脂法，任何人都可以立刻開始！



▲ 為了刺激副交感神經幫助消化，每餐前請先做三次腹式深呼吸 (鼻吸口吐氣)。請將注意力放在享受食材的味道，珍惜每一口吃下的食物，放慢進食速度，細嚼慢嚥，感受胃的八分飽。(網路截圖)

合成脂肪儲存，會加速分解代謝 (catabolic) 的進行，將脂肪分解為能量。

所以要把握黃金睡眠期，才能瘦得快！若因為夜班或工作而無法配合，睡眠時間請掌握在完整睡眠週期 90 分鐘的倍數 (4.5 小時、6 小時、7.5 小時)，睡太多或太少都會影響代謝喔！

進食總時數不宜長

同樣熱量，進食時間越長，越易造成體重上升與新陳代謝疾病，進食高脂飲食後要有至少大於 15 小時的空腹時間，才能有減少脂肪堆積效果。

研究指出，讓腸胃道有 12 小時的時間休息修復，有助營養吸收跟廢物排除，在空腹期間許多跟長壽相關的基因也會被啟動，請儘量晚上 6 點前結束晚餐，跟睡眠相隔 4 個小時以上，晚上 9

點後請勿進食固體食物，太晚進食會造成腸胃道無法修復且增加夜間的熱量吸收！

流質不在此限，前提是不要有挨餓的感覺喔！在蛋白質攝取足夠下提早結束進食的好處很多，包括：讓腸胃道休息、讓肝臟可以好好處理三酸甘油脂、降低發炎指數、降低胰島素抗性、增加半夜的生長激素分泌，但也要記得空腹時間不宜太長，若有飢餓感的話，可能會增加肌肉流失的風險。

體脂的下降速度

很多人在進行一項體重控制計畫前，都會關心一個問題：「我一個月能瘦多少公斤？」以脂肪代謝生理學來看，脂肪一天的正常下降速度是 0.1 ~ 0.3 公斤 (不要懷疑就是那麼慢)，如果要一天多瘦一公斤脂肪，可能要

一天之內跑兩場全馬 84 公里 (約 7700 大卡)，所以一個月「純脂肪」減去的重量大概是 3 ~ 9 公斤左右，一點也急不得。

而且實際上你會發現，即使每天精打細算吃剛剛好基代，甚至不到基代，再加上瘋狂運動，你的體重掉了幾公斤後停下來然後再也動，算算熱量都赤字不知道幾天了還是不動，就知道人體不是計算機，加加減減算算基代就會瘦的話，大家就不需要為維持標準體重那麼辛苦了。

有些脂肪很高的人一開始節食減脂效果很好，是因為脂肪高維持較高濃度的瘦體素，但是脂肪下降後瘦體素也會去敏感的很快，於是卡關。所以整個減脂的過程中，充足的營養加上身體自覺安逸、沒有壓力，不利生存的多餘脂肪才會被重新敏感化的瘦體素消滅。

增肌減脂最重要

至於速度其實不重要，重要的是有沒有持續在增肌減脂，加加減減後體重可能沒變，但「體脂率」的變化顯而易見才是重點！另外有 776 名受試者的隨機試驗發現，「初始體重在前八週減少最多的 (至少 8%) 人，更能在隨後的 6 個月飲食控制減去更多的體重，也更容易達標及維持」。

這是講信心的層面，一鼓作氣在動機最高漲時往往執行力高，越容易成功，即使減的速度快也沒關係，只要是增肌減脂，食用產熱高的食物讓代謝保持，改變了味覺跟生活習慣，未來當然不易復胖。再來要特別提醒的就是，肌肉跟水分流失速度很快，所以如果每天掉 0.5 公斤以上的那種都要注意，掉的可能是水分或肌肉喔！ (興韻/輯)



▲ 標榜任何單一食物減肥法 (如「一星期吃幾十顆蛋的減肥法」)，有無法長久進行且造成營養不良相關副作用的疑慮。(網路截圖)



▲ 儘量在晚上 10 點前入睡。晚上 11 點至凌晨兩點是許多消化及排毒系統作用以及跟瘦身相關激素分泌時間，要把握機會睡覺。(網路截圖)

《增肌減脂：4+2R 代謝飲食法》簡介

以神農百草精神的研究成果；目前市面上唯一——本，作者本身試過絕大多數減重方式，親自實際試驗有效的方式。

有根有據不亂跟風的健康飲食法：有醫學根據、有研究數據的健康飲食法，想減重的人、想養生的人，甚至生病的人想要恢復健康都適用；不限年齡，沒有性別差異，任何人都能夠輕鬆上手。

完全不勉強飲食減重法：不用挨餓，每餐都可以吃得很有飽足感，也可以吃喜歡吃的東西，完全不勉強，自然就能堅持且持續。

有原則，也可客製：書裡提供一般人均可以自我實踐的飲食調整原則，作者也提供客製化的詢

問及調整建議。買一本書，等於買到一位專門的飲食顧問，為自己的健康打底。



作者：王姿允

出版社：晨星

出版日期：2021/04/12

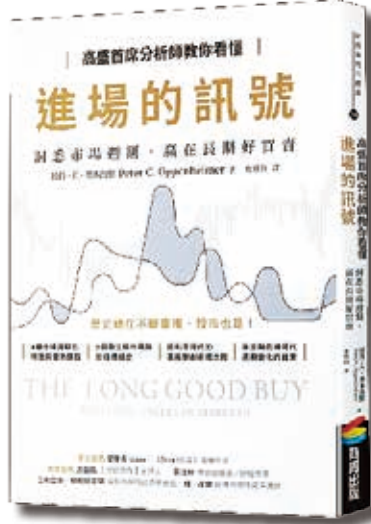
· 下月書訊 ·

《高盛首席分析師教你進場的訊號》

作者：彼得·C·奧本海默

出版社：商周出版

不同經濟狀況下，挑出最適合進場的金雞股，存股能夠存對股！



本書作者曾任高盛首席分析師，他長年研究美股波動，發現能避開最差時期、在最好時期進場投資的人，報酬率會出現 80 % 的差異！即使你使用長期持有的存股策略，你更需要辨識週期的能力，才不會買在高點，存股再久也無法彌補股價利差！股市可分為：絕望階段、希望階段、成長階段、樂觀階段，並不斷週期性移動。本書將帶你看懂不同週期的特徵，並檢驗歷史週期中各類股的績效表現，幫助你在

《曲盤開出一蕊花》

作者：洪芳怡

出版社：遠流

1930 年代的臺灣歌曲風格強烈，辨識度高，嗓音和伴奏不需要煙囪媚行，卻是特立獨行，坦誠到似乎讓人一聽就能用耳朵識透，可是卻又越聽越墜入五里霧中，每次播放都能發現新意。

留聲機時代的臺灣流行歌手用嗓音寫下流行音樂史，然後被遺忘。要認識臺灣的聲音，我們必須重新貼近歷史，找回當年的耳



《扭曲的氣候危機》

作者：比約恩·隆堡

出版社：好優文化

本書作者比約恩·隆堡身為智庫「哥本哈根共識」的主席，他在本書中要提醒所有人的是：我們因為被過度誤導，所以在政策制定上產生嚴重誤差。

我們說把氣候問題當作是當前的、最重要的，唯一需要解決的問題，於是我們犧牲經濟、犧牲可靠的化石能源、犧牲那些更需要幫助的人，那些原本有希望擺脫貧窮的人。只為了政客、環保販子與綠能業者的利益，這樣真的合理嗎？

我們被錯誤的宣傳誤導，認為暖化威脅比經濟發展更重要，



▼ 雖然 Delta 疫情肆虐，但外媒認為全球石油需求仍會提升，不過中國會是其中的變數。(Photo by Global Panorama on Wikimedia under CC 2.0)



變種肆虐不影響 全球石油需求仍提升

【本報記者呂翔禾綜合報導】變種病毒無法抵擋經濟復甦的浪潮！美國紐約原油價格 10 日上漲 2.7%，是兩個禮拜以來最大的漲幅。彭博分析，雖然變種病毒肆虐全球，但經濟復甦的力道已逐漸浮現，消費也在回溫中。不過由於中國仍持續嚴格防疫措施，外媒分析這將是影響石油需求的重要變數。

根據《半島電台》轉載彭博的報導指出，紐約輕原油價格 10 日上漲 2.7%，美股道瓊指



美國紐約原油價格 10 日上漲 2.7%，彭博分析，經濟復甦的力道已逐漸浮現，消費也在回溫中。

數業來到 35,264.67 的歷史新高，歐洲股市指數也都創下近期高點。雖然 Delta 變種近月以來造成許多國家再度祭出封城措施，不過全球整體消費仍可望比去年上漲。芝加哥藍線未來股票分析師史崔博分析，原油價格也搭上美股大漲的順風車，市場投資氣氛愈來愈樂觀，甚至不會因

Delta 變種而出現衰退的跡象，即使真的出現，影響程度仍然有限。不過短期來說，由於亞洲國家疫苗注射率偏低，因此需求增加的狀況並沒有想像中快。

另外，中國石化公司近日也調降了生產石油的速率 5 到 10%。泛達顧問公司創辦人哈里認為，中國持續祭出清零的防疫措施，

意味著嚴格的管制還會持續一段時間，美國的天然氣需求也出現連兩週衰退，每天的原油需求量來到了 948.6 萬桶，不過比起上半年每天 860 萬桶還多。

《華爾街日報》的報導也非常擔心中國需求的衰退，由於近日中國境內 Delta 疫情升溫，許多一線城市已經宣布將市內的大型活動紛紛取消，許多中國最近公布的經濟數據也承認中國的經濟成長逐漸趨緩，全球石油市場仍持續關注中國的狀況。



避免打擾大象遷徙 中國特遷離 15 萬人

【本報記者呂翔禾綜合報導】沒有人能阻止大象遷徙！中國雲南近日有大規模亞洲象遷徙，為了避免居民傷害大象，中國政府甚至將沿路 15 萬居民暫時遷離，並以無人機監控象群移動，雖然大象遷徙沿途造成許多農作物遭踐踏破壞，但在中國的亞洲象群已屬瀕臨絕種動物，只剩 300 多隻，必須保護。

14 頭大象長途跋涉

根據《英國廣播公司》10 日報導，有 14 隻亞洲象 17 個月前從雲南的自然保留區中離開，展開了遷徙的旅程，至今他們在雲南境內遊蕩了 500 公里，沿途造成的農作物毀損與建築物破壞至少價值數百萬美元，但中國政府為了避免人象衝突，因此在大



▲ 有 14 隻亞洲象 17 個月前從雲南的自然保留區中離開，展開了遷徙的旅程示意圖。(Wikimedia)

象遷徙時，協調民眾暫時離開家鄉。

6 月時牠們曾一路跑到昆明省，中國官方曾一度想引導象群回到雲南但失敗，不過最近象群開始往原棲地移動，中國政府沿

途以電子圍欄、飼料與人工造路等方式，逐漸將牠們引導回雲南。目前尚未了解大象遷移的原因，專家推測如果領頭的大象經驗不足，就會出現亂走的狀況。

人象衝突恐增

《新華社》則提到，亞洲象是亞洲現存最大和最具有代表性的陸生脊椎動物，這個象群 2020 年 3 月就開始攜家帶眷，離開老家「西雙版納國家級自然保護區」，逐漸北移至普洱市思茅區、寧洱縣區域活動。由於近年中國保育有成，亞洲象從 90 年代至今數量倍增，因此活動範圍也逐漸擴大。



► 中國近來有亞洲象大範圍遷徙，中國官方為了避免人象衝突，要求沿途民眾暫時離開家園。(Photo by the Archive Team on Wikimedia under CC 3.0)

北海石油鑽探惹議 英恐失峰會領導地位

【本報記者林志怡綜合報導】如果英國批准北海油田開發案，可能失去今年下半年將舉辦的 COP26 氣候峰會中的領導地位！專家指出，若英國批准該位於謝德蘭群島附近的石油開發案，將產出 1.64 億桶的石油，碳排放量相當於英格蘭群島十年的排放水準。

英國行為矛盾

《Energy Voice》指出，英國石油和天然氣管理局 (OGA) 將在近期決定，是否批准一項包含石油大廠殼牌在內的北海油田開發案，預計在第一階段產出 1.5 至 1.7 億桶的石油。

但聯合國政府間氣候變化專門委員會 (IPCC) 於週一發出警告，指出世界已比工業化時代前升溫攝氏 1.1 度，目前正直奔升溫 1.5 度。但目前全球仍依賴石油與天然氣能源，國際能源署也在今年初呼籲，若要達成 2050 淨零碳排，就不能再開發新的油田。

環保聯盟指出，若英國放行、正式生產石油，其總碳排放量將

相當於 18 個燃煤發電廠運作一年，且該油田目前仍是低度開發的狀態，英國政府不該再核准任何開發案，使其加速氣候變遷。且蘇格蘭樂施會負責人利文斯通對《CNN》表示，該開發案的核准，與英國政府希望成為遏止全球升溫計畫的領導人目標背道而馳，更違背英國本身 2050 的淨零碳排目標。

油廠喊冤

但 OGA 主席埃加強調，石油與天然氣占英國目前能源消耗的 75%，且除了作為燃料用途，石油也是化學製品、藥品與其他產品的重要原料，因此開發有其必要性。

石油業者對其論述表達認同，並認為環團與相關單位對此開發案反應過度，英國石油和天然氣行業集團首席執行官米基更指出，在英國監管下，相關公司會儘量降低生產過程的碳排；殼牌發言人也指出，公司已在低碳能源投資超過數十億美元，但在世界脫碳前，公司仍有繼續生產石油的必要。



中國人權惹議 冬奧贊助廠商觀望中

【本報記者林志怡綜合報導】將在 2022 年 2 月登場的北京冬季奧運，因為中國多次引發人權議題，奧委會正面臨持續舉辦、改期、變更地點或取消的選擇難題。目前贊助比賽的可口可樂、Visa 等多數企業選擇觀望，僅表示「運動員在哪，贊助就在哪。」但國際西藏組織執行主任麥基翁強調，「若企業關心運動員，就該發揮影響力，改變奧委會的決定。」

國際對冬奧施壓

中國日前多次在新疆、西藏、香港等處引起人權爭議，美國等多國政府指控，中國政府對維吾爾人設立集中營、強制絕育將造成種族滅絕，並強烈譴責中國政府的作為。《美國之音》報導，相關人權活動人士極力呼籲，希望國際奧委會能夠更改冬奧舉辦地點，或促使大型企業取消贊助。

《華爾街日報》也指出，北京冬奧正被網路民族情緒猛烈抨擊，導致人們將賽事政治化，2022 年冬奧的贊助商也受到各方人權組織的壓力，希望公司能促使奧委會取消北京冬奧，但數間公司都並未回覆。

奧委會掙扎中

對於國際壓力，奧委會日前對華爾街日報提出一項聲明，強調將奧運賽事交由任何一個國家舉辦，都不代表奧委會認同該主辦國的政治結構、社經環境或人權標準，且認為中國已提出足夠的

保證，相信其會尊重維護人權等基本奧林匹克原則。

雖然奧委會目前並未表態要取消或延遲賽事，但麥基翁仍認為，取消北京冬季奧運是「肯定有機會的」，認為奧委會承受的壓力越來越大，最終是必要作出決定。此外，冬奧預期在明年 2 月 4 日至 20 日間舉行，目前已不太可能更改舉辦地點。

贊助商迴避人權議題

不過，目前多數奧運贊助商仍在評估支持冬奧與抵制冬奧背後的經濟效益，被美國拉上聽證會的可口可樂、英特爾、寶潔、Airbnb 和 Visa 代表，大多與可口可樂全球人權副總裁保羅·拉利持同一論調，認為「贊助商在主辦城市無發言權，遑論推遲或更改奧運地點，我們僅支持、並關注最終運動員的參賽地點。」

即使多位美國國會議員對於前述廠商的言論嚴詞譴責，但雪城大學體育管理教授里克伯頓指出，贊助商最終關注的還是奧運可以帶來多少銷售額提升效果，這也是多數情況下，公司對其利益關係者與股東負責的方式，即使美國市場因此受到影響，但企業或許仍可留住中國、澳洲或德國的市場。



▲ 冬奧因人權議題，充滿政治色彩。(Photo by France Olympique on Flickr under CC2.0)



▼放眼目前商家的各種行動支付工具可謂是百家爭鳴，如 Apple Pay、Google Pay、LINE Pay、台灣 Pay、歐付寶、橘子支付、國際連、簡單付、街口支付(圖)等。(網路截圖)



防疫購物零接觸 電子支付待整合

■ 蔡孟峰
(資深媒體人)

疫情期間，今年更常聽到「防疫零接觸」的宣導，但是以目前現金消費習慣仍然居高不下，超商、賣場、餐廳和零售等行業都很難做到商家與顧客之間零接觸，政府不僅應該趁此時推行行動支付或電子支付的觀念，而且必須整合各家支付平台，讓消費者習慣使用，也要讓更多商家願意配合。

政府曾經喊出 2025 年要使行動支付普及率達 9 成的口號，但是放眼目前商家的各種行動支付工具可謂是百家爭鳴，Apple Pay、Google Pay、LINE Pay、台灣 Pay、歐付寶、橘子支付、國際連、簡單付、街口支付、悠遊付等，即使消費者要使用，也要看商家是否備有這些支付工具可供收付。

政府應該趁此時推行行動支付或電子支付的觀念，而且必須整合各家支付平台，讓消費者習慣使用。

台灣 Pay、歐付寶、橘子支付、國際連、簡單付、街口支付、悠遊付等，即使消費者要使用，也要看商家是否備有這些支付工具可供收付。

現金買受風險仍在

雖然去年底立法院三讀通過「電子支付機構管理條例」修正案，不同電子支付平台間能夠相互轉帳，而且還能整合紅利折抵等多項優惠，實現出門靠一支手機就可走遍全台灣，新法原本預計今年 6 月可以上路，但迄今主

管機關金管會並未搭上「防疫零接觸」的順風車，以至於現金買受的風險仍繼續存在。

電子支付條例能夠相互轉帳如果無法盡快實施，消費者在不同商家就無法使用不同的行動支付平台，這原本已經造成消費者的困擾，尤其從年齡層的消費習慣分析，中高齡綁定固定支付的比例較高，年輕族群觀念上則可能較重視比較各家平台的紅利優惠，電子支付仍然無法普遍取代現金交易。

去年政府實施三倍券，實體券

與數位券的比例差距懸殊，高達 92% 比 8%，有部分原因也是因為並未藉由刺激消費，提高民眾改變消費付款方式的習慣，尤其對於今年疫情突然爆發，要強調「防疫零接觸」，但又沒實際提升商家與民眾的消費者衛生意識，都讓疫情存在更多隱憂。

待改變消費習慣

政府振興經濟方案，最終不論是要以 1 千換 5 千的「五倍券」，或者普發現金，都應趁疫情期間宣導「防疫零接觸」，加速行動支付及電子支付條例平台整合的推動，改變民眾消費習慣，也能讓台灣的消費方式更與國際接軌。

社會送善意 藝術界應湧泉以報

■ 簡秀枝
(典藏藝術家庭雜誌社社長)

台北國際藝術村即將搬家了。這是配合政府公辦都更方式的整體開發需要，結束 20 多年來，鄰近台北火車站熱門地段的便捷歲月，藝術界有幾分不捨。

打造自由開放的環境

位於北平東路與天津街交界處的國際藝術村，過去曾是市府養工處，也曾短期作為台北捷運公司辦公室，2001 年 10 月起，文化局以閒置空間再利用的概念，參考紐約、巴黎、倫敦等國際都會的藝術村，將之重新規劃為台灣第一座國際藝術村。

從此，台北國際藝術村即以台北作為創意文化的環境，積極拓展和國際各城市之間藝術家交換計畫，提供一般民眾與不同創作領域的藝術工作者互動與交流，為視覺藝術、音樂、文學及表演等藝術創作打造一個全然開放、自由且富新思維的環境，透過交流以激發在地文化藝術的發展。

該中心除了辦理不同類型之推廣活動，包括藝術家工作室開放日、藝術家工作坊、藝術家進入校園、「阿德的家」藝術課程、

以及策展人訪問交流活動等；也提供專業和業餘藝術家們一個展演的場所。

藝術重要交流據點

另外，在藝術家進駐計畫上，藝術村建立了一套有系統的藝術家遴選機制，共有來自世界 35 個以上不同國家的藝術家前來「台北國際藝術村」駐市創作；而台灣也有超過 80 位藝術家前往國際各城市藝術村進行駐市創作，如今這裡已成為藝術文化的重要交流據點。

由於地點的便捷，是台北東西向文創廊帶中段，鄰接西區門戶計畫，屬公劃更新重點地區，因此，揮別 21 年來的蛋黃地利之便，納入附近都更案，也是必然的結果。利用上班之前，走訪國際藝術村，大門深鎖，但鄰近的老樹成排，蓊鬱蒼勁，見證與陪伴藝術界所走過的 21 年寒暑，頗令人懷念。

藝術界坐擁好地段，像國際藝術村，像空總舊址 C-Lab，頗有「人在福中不知福」的感覺。藝術界是不是該回頭看看這些社會善意以及歷史足跡，加倍自我期許，以更大創意與爆發力的展現，對這個大生態湧泉以報！



▲ 配合政府公辦都更方式的整體開發需要，台北國際藝術村即將搬家了。(作者提供)

五倍券要設計商家名單 才能精準振興

■ 陳敦源
(政大公共行政系教授)

包括政府在內的很多人說，政府不發現金是因為怕大家領到後存起來不用。我倒是認為，這是因為政府想讓這筆撒下去的錢，可以流到真正需要去振興的產業，而不是其他的產業。

無法全方位區隔

不過政府的控制還是無法精準到位，比方說，大家都知道餐飲業因為 COVID-19 慘兮兮，但是，社區型餐廳受影響較小，主要衝擊到觀光區周邊的餐飲業者，因此，五倍券即便准許用在餐飲業，還是無法 100% 的精準。

當然，政府最多從產業類別開始設限，列出「電商白名單」的作為，如果單純從中央政府的角度來作，需要一個強有力的理由表明哪些商家可以，哪些不行。

這當然會引來許多爭議，甚至開啟經濟上利用政治管道「尋租」(rent seeking) 的可能，因



此，有時這種救急的政府作為又想要精準，又想要全面，加上中央政府沒有完整的資訊，想得越多反而會設計更多尋租的關卡，得不償失。

讓市場自行調控

如果政府在經濟振興的事上，可以相信經濟市場本就是相互聯

通的，並且將「及時」這個價值放在首位，那麼，除了發錢與印券這個連黨內同志都嗅到政治血味的煩心事就可以迎刃而解。

更重要的是，公共治理的經濟管理，本質上就是讓市場自己去調控是最好的，如果太相信行政上的控制能力，反而會形成規定加上規定、管制帶出管制的行政

成本，到頭來也無法保證其真正的效果何在。

當然，這些發券的工作，一定要請客觀公正的學術單位進行效果評估，不管效果好不好都不要害怕地公佈於大眾，千萬別為了政績大內宣而將民眾的信任給搞僵了！

◀ 相較來說，社區型餐廳受疫情影響較小，主要衝擊到觀光區周邊的餐飲業者，因此，五倍券即便准許用在餐飲業，還是無法 100% 的精準。圖為三倍券。(中央社)

(第 63 篇)
詩篇詩語

曠野人生！

■ 胡業民 (企管顧問)

沒有經歷曠野的人，不會懂得對溪水和甘霖的渴望。人在曠野中，意表他面臨乾旱、無助、甚至頻臨死亡的境遇。環境的艱難映照我們人生低潮、甚至曠野的光景。此時切切地渴望神、尋求神，成為詩人和我們的祈禱；「神阿、你是我的神、我要切切的尋求你。在乾旱疲乏無水之地，我渴望你、我的心切慕你。」(詩篇 63:1 節)

大衛在猶大曠野中的「乾旱、疲乏、無水」之地，是等同了完全無助、近乎絕望的人生情境。

但是，人心沒有失望。正如和大衛一樣，神是甘霖和出路：「我在聖所中曾如此瞻仰你、為要見你的能力、和你的

榮耀。」(詩篇 63:2 節)

在困苦中仍享受神的慈愛，是滿足的，大衛替我們寫出優雅的詩句：「因你的慈愛比生命更好、我的嘴唇要頌讚你。我還活的時候要這樣稱頌你。我要奉你的名舉手。」與親愛的神同在，勝過美食之樂，大衛說：「我的心就像飽足了骨髓肥油。我也要以歡樂的嘴唇讚美你。因為你曾幫助我、我就在你翅膀的蔭下歡呼。我心緊緊的跟隨你。」(詩篇 63:5-7 節)

一起禱告：「親愛的主，你曾幫助我、我就在你翅膀的蔭下歡呼。我心緊緊的跟隨你。你的右手扶持我。但那些尋索要滅我命的人、必往地底下去。我必因神歡喜。」奉主耶穌的名，阿們。

住宅補貼到 8/31 租金、房貸、修繕都補助

今年住宅補貼因應疫情，改採線上、郵寄及舊戶同意帶入前次資料方式受理申請，開辦首週申請件數即達 12 萬 981 戶。

興韻／輯

●內政部營建署指出，今年住宅補貼第 1 次受理申請期間自即日起至 8 月 31 日，計劃辦理 10.6 萬戶，而開辦首週申請件數即達 12 萬 981 戶。這次申請分成 3 大類，包含「租金補貼」、「自購住宅貸款利息補貼」及「修繕住宅貸款利息補貼」，申請期間皆為 8 月 2 日～8 月 31 日。

其中「租金補貼」與「自購住宅貸款利息補貼」都須符合家庭成員均無自有住宅等條件才有申請資格；而「修繕住宅貸款利息補貼」則是家庭成員僅持有一戶住宅，且其使用執照核發日期逾十年，並均未接受政府其他住宅補貼。

一律線上辦理

3 個補貼項目的申請條件中，均有「應符合住宅補貼對象一定所得及財產標準」不過因為補貼項目不同，所得跟財產標準也不同，詳細的規範，可以上內政部不動產資訊平台查詢。申請上有問題，也可撥打營建署專線（02）7729-8003 諮詢相關問題。

營建署提醒，今年因應疫情，不開放臨櫃受理，改採線上、郵寄及舊戶同意帶入前次資料方式



▲「修繕住宅貸款利息補貼」申請資格為家庭成員僅持有一戶住宅，且其使用執照核發日期逾十年，並均未接受政府其他住宅補貼。（中央社）

受理申請，而觀察今年申請狀況，線上申請率達 91%，並提醒有需求但尚未提出申請的民眾，務必在 8 月 31 日前備妥文件提出申請。

另根據營建署統計，今年因應疫情，舊戶同意帶入前次資料方式受理案件已達 10 萬 3,782 戶，新戶申請案件數約 1 萬 7,199 戶，其中，線上申請案有 1 萬 5,737 戶。

申請者不限身分

營建署也提醒，近日有地方政府發現部分民眾檢附文件未符規定，提醒申請自購住宅貸款利息補貼者，貸款餘額證明要有金融機構戳章；此外，具有重大傷病身分者，需檢附全民健康保險主管機關出具證明文件，僅截圖健康存摺 APP 畫面者，因無法識別其身分，無法認列。

此外，部分民眾以為須具有低收入戶或中低收入戶等身分才能

申請住宅補貼，營建署說明住宅補貼申請不限身分，線上申請系統所列的低收入戶、中低收入戶等身分，是為了確認是否可加分、補貼額度及優惠利率之用，若未具有相關身分，無須勾選。

營建署表示，若民眾操作線上申請系統因故中斷，可利用「進度查詢」功能，經由健保卡卡號驗證後，繼續完成線上申請流程。



▲「租金補貼」須符合家庭成員均無自有住宅等條件才有申請資格。（本報資料照）



▲今年住宅補貼因應疫情不開放臨櫃受理，改採線上、郵寄及舊戶同意帶入前次資料方式受理申請。（網路截圖）

疫後北市法拍案 待拍量增七成

眾資金周轉困難，法拍數量明顯增加。

小建商周轉不靈

台灣房屋集團趨勢中心執行長張旭嵐表示，通常不動產拍賣物件是反應至少 4 個月前的債務狀況，因此今年上半年的拍賣，是反應去年底到今年初有財務問題的狀況，多數的法拍是因為資金周轉困難付不出房貸，或將不動產作為抵押品借貸無法贖回，最終淪入法拍市場。

不過除了資金周轉或債務問題，法拍也成為一種「脫身」的手段。板橋區 35 件法拍屋，其中有 6 筆是來自浮洲合宜宅，就是

因為部分屋主透過法拍轉手，規避 10 年禁止銷售限制，藉此在禁售期前轉手獲利出場。此外，不少公同共有物件，所權人會訴請「變價分割」，讓資產藉由法拍途徑，達到簡化產權、合理分配價金的目的，法拍案件數也因而增加。

張旭嵐分析，法拍屋若進入二、三拍，底價可望低於市價，有機會撿便宜，不過若為不點交物件，常會發生租客惡意占用的問題，處理不易，加上不能事先看屋，最好在投標前多了解社區狀況、該屋遭法拍原因，而且法拍屋轉手獲利，仍需課徵房地合一稅制等。

購屋參考政府官網 保障權益

●房市回溫，消費者透過仲介購屋的意願隨之攀升，但也因此引發大量消費爭議申訴。內政部不動產資訊平台，可查詢各縣市糾紛原因、案例說明、辦理情形及法令依據，法務局提醒消費者，購屋前應審慎確認房屋現況，挑選信譽較佳的仲介業者簽約，以保障自身權益。

台北市地政局網站自 101 年 8 月 1 日實價登錄制度實施以來，相關資訊已成為民眾買賣房屋最重要的參考依據。為提供各界完整的不動產資訊，據以掌握房市脈動趨勢，北市地政局以 109 年實價登錄資料為基礎，並與歷年資料進行比較，分兩大部分進行大數據統計。



▲購屋前上網查詢相關資料，解讀房市變化趨勢和市場動態。（Photo by 網路截圖）

新北新創基地 疫後數位醫療

●疫情擋不住創意！8 月 10 日新北市新創基地終於迎來第 5 屆成果展《Demo Day》，將集結 19 組強大神創團隊，進行線上直播，呈現遠距醫療、智能工廠、零售無人機、線上旅遊、未來城市與新生活等解決方案。

新北市副市長劉和然表示，市府致力打造新北成為新創活躍城市，自新北市 - 亞馬遜 AWS 聯合創

新中心及新北創力坊成立以來，共培育超過 270 組優秀團隊，累積投資金額達逾 9 億元，除提供加速協助，另外在資金、企業及國際合作等資源面向，提供包含創業貸款與群眾募資計畫，亦帶領企業、創投與學研單位參與美國麻省理工學院區域創業加速計畫，共同建構創業生態體系。



▲Demo Day 活動由觀眾投票選出新創團隊最佳人氣獎，資訊請詳閱活動網站 <http://demoday5.ntpc-awsjic.com.tw> (Photo by 新北市政府經濟發展局)

北市最大招商案 300 億 70 年

●台北市政府今年最大招商案、總開發金額上看 300 億元的「北投士林科技園區市有科技產業專用招商開發案」，流標兩次後，為吸引廠商、降低業者資金壓力，已將三塊基地拆分為三個標案。

產業局指出，北投區軟橋段「88」、「91」、「93」地號等三案市有土地，為北台灣區位最精華的產業用地總面積達 8.38 公頃，

開發總金額高達 300 億元。招標方式採設定地上權 50 年，得標人得申請延長 20 年，總計有 70 年開發營運權。

北市府希望導入資通訊、生技、數位醫療、人工智慧等高端技術相關產業，吸引旗艦企業進駐，建立嶄新的智慧園區型態，打造北投士林科技園區成為台北下一個產業引擎。



▲近年台北非核心商區土地，北投士林科技園區成為建商鎖定重點目標。（信義全球資產提供）

中台台北市今年共 211 件，比去年同期增加 45.5%。（中央社）



●疫情趨緩，不過有不少人的財務仍陷窘迫！台灣房屋集團統計雙北的法拍案量，發現今年上半年一拍案量比去年增逾 4 成，其中台北市今年共 211 件，比去

年同期增加 45.5%；其次為新北市 397 件，年增幅也有 43.3%。若和 2019 年疫情發生前比較，台北市一拍量增七成，顯示自從去年新冠肺炎疫情爆發之後，不少民