

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

深度報導
極簡閱讀
五媒合一



內閣應總辭 民眾黨促排審法案



通膨下的聖誕節 減少浪費為要



<浮生歲月> 京都去回記 (朱全斌)

《今日靈修》



全民備戰

全民備戰的時候到了。政府除了將宣布延長兵役，教育召集也逐步從 7 天改為 14 天，武器射擊訓練時數調增為 2.3 倍，射擊彈藥增為 2.2 倍。備戰不是要作戰，而是要有危機意識，願我們更加警醒。(1 版)

教召將擴大辦理 戰鬥課程增 4.7 倍

國防部將新式教育召集相關方案送交立院，未來增為 14 天的新式教召訓練，戰鬥教練課程時數增為 4.7 倍。

【本報記者呂翔禾台北報導】教召不再是回部隊要廢了！國防部 6 日將新式教召相關方案送交立院，未來增為 14 天的新式教召訓練，武器射擊訓練時數調增為 2.3 倍、射擊彈藥增為 2.2 倍，戰鬥教練課程時數增為 4.7 倍，並將教召員額從 1.5 萬人增至 2.2 萬人。國民黨立委吳斯懷受訪時表示肯定，但提醒國防部需注意場地與師資的配套。

增加訓練強化戰力

我國教召將逐步從 7 天改為 14 天，國防部長邱國正將於 7 日於立法院接受外交國防委員會質詢新式教召籌備狀況，國防部 6 日已先行將書面報告送交立法院。報告中指出，新式教召的各類編制武器射擊訓練時數調增為 2.3 倍（原 12 小時增加至 28 小時），射擊彈藥增為 2.2 倍（原 86 發增加至 183 發）。

另外，新式教召戰鬥教練課程時數增為 4.7 倍（原 12 小時增加至 56 小時），依部隊任務，演練灘岸、縱深、城鎮作戰及重要目標防護等課目，訓練全程採戰術行軍結合戰鬥間各種狀況處置。國防部盼藉此提升後備軍人基礎戰力、磨練幹部

指揮及部隊應處能力。

待遇增加 1.5 倍

由於新訓旅及基本幹部人力已逐步編成，國防部表示，明年規劃增加 14 天教召的人數約 7000 人，但同時維持 5 至 7 天的舊制教召。據統計，新制 14 天教召員額將自今年的 1.5 萬人提升至 2.2 萬人，5 至 7 天的舊制教召人數，則維持 9.6 萬人左右，總教召員額約 11.8 萬人。

教召待遇部分，報告中也提及，行政院已於今年 1 月核定，接受 14 天教召者加成 1.5 倍支給津貼，士兵待遇從每日 700-800 元增至 1050-1200 元，軍官從每日 900 元增至 1350 元。報

到時需攜帶召集令、退伍令、身分證、健保卡與私章，禁止攜帶具政治立場之宣傳品、酒精飲料、檳榔、違反《槍砲彈藥管制條例》之物品。

場地師資需配套

對於教召訓練量增加，國民黨立委吳斯懷受訪時表示支持，他解釋說，陸軍步兵最基本的作戰技能就是射擊與運動，若能縮短劇烈運動後準備射擊的時間，並提高命中率，確實可以體現教召成效。但他強調，教召員額增加的同時，場地、師資與課程需要同時進行配套，才能讓後備役基礎戰力切實提升。

對於教召訓練量增加，國民黨立委吳斯懷受訪時表示支持。(本報資料照片)



▲ 我國新式教召擴大辦理，將從 1.5 萬人增至 2.2 萬人。(Photo from PxHere)

疫情影響心理健康 醫囑：降低心靈衝擊

【本報記者簡嘉佑台北報導】保持運動、睡前寫感恩日記，可減緩日常焦慮感！精神科醫師楊聰財 6 日公布國人心理健康調查說，整體得分達 82.4 分，略高於及格分數 80 分，但仍低於疫情前的狀況。台大教授胡海國分析說，疫情時代帶來疏離感，「缺乏歸屬感」已成為國人普遍的心情，盼民眾不要過度執著工作或網路世界，也要注重社交活動。

443 萬人受影響

心理健康基金會心理健康指數組召集人楊聰財表示，2022 年整體心理健康調是查針對「身心健康」、「個人價值」、「生活掌握」與「家庭健康」等 4 項議題進行調查，得分達 82.4 分，略高於及格分數 80 分，但仍低於 2020 年的 83.3 分，研判與新冠疫情影響有關。

「疫情嚴重影響生活者，心理健康較差，」楊聰財指出，疫情影響心理健康指數變差的人數，占本次調查人口之 27.7%，換算為台灣成人人口數，判斷約 443 萬人受影響，特別在「生活掌握」指標上有

明顯影響：36.6% 的國人認為缺乏歸屬感、22.2% 國人不認為將來會更好。此外，楊聰財說，在「身心健康」方面，今年有 3 項症狀的狀況創下歷史新高：有 40.2% 睡不好、41.1% 感到焦慮緊張與 40.2% 的民眾出現記憶力不佳的狀況。

加劇死亡恐懼

台大醫學院名譽教授胡海國說，疫情影響民眾對死亡的態度，尤其生活受到疫情影響愈嚴重者，對死亡的恐懼感與逃避感也會隨之加劇。他指出，低於 40 歲的年輕組群者，心理健康韌性較強；中壯組與年老組群心理健康韌性較低，要多加留意。

他說，儘管台灣慢慢步入後疫情時代，但民眾心理健康問題還沒有解決，疫情仍加劇民眾的精神壓力。胡海國指出，「缺乏歸屬感」成為眾多國人的議題，尤其民眾出現過度執著於工作、迷失於龐大的網路資訊等狀況，更容易落入孤寂感，導致負面情緒增加，進而減少正向的社交接觸，形成惡性循環。

睡前寫感恩日記

胡海國說，調查發現，民眾就算經濟出現問題，但只要認為「有歸屬感」的話，心理健康指數仍是高的。他呼籲，歸屬感的重點不僅是家庭，更是「非血緣家族」的社交來往，如果能在民眾脆弱的時刻，能夠有互相支撐的夥伴，就能化解社會上普遍存在的「孤寂」現象。

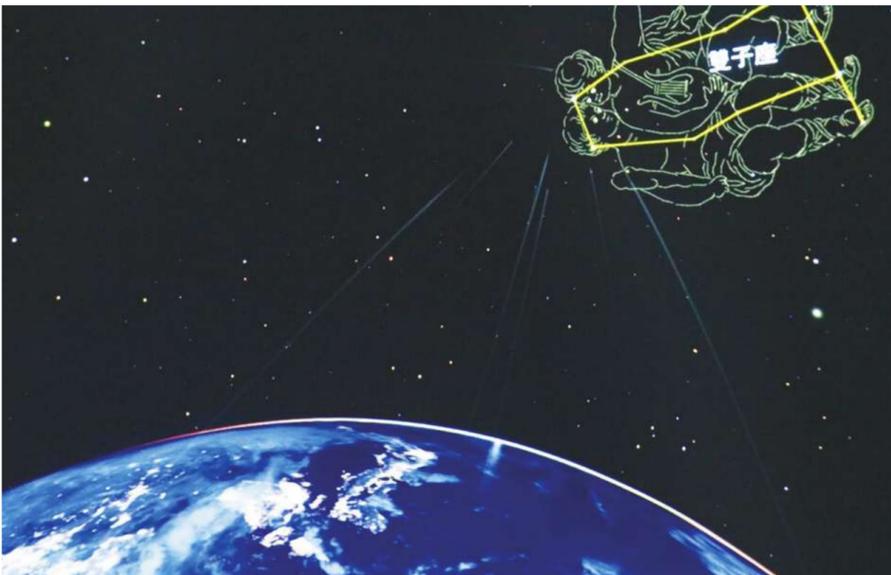
楊聰財表示，在疫情壓力下，民眾比較容易情緒緊繃，建議民眾能做如腹式呼吸進行放鬆，或保持運動習慣，增加多巴胺、腦內啡與血清素的分泌，減緩負面情緒。他說，不妨睡前寫感恩日記或快樂日記，協助民眾更好入眠。

心理健康學會認為，在後疫情時代，政府必須正視經濟問題，以及貧富差距對國人造成的精神衝擊。雖目前已有振興方案改善國人受疫情出現的經濟困難，但不應一味的用金錢去解決金錢問題，應該正視金錢帶來的精神生活問題，去補足社會中對精神資源的需求以及困難。

《焦點圖文》

雙子座流星雨 12/14 盛大登場

2022 年歲末最大的流星雨、雙子座流星雨將在 12 月 14 日達極大期，只要找光害少、視野開闊地點肉眼觀賞即可。(台南市政府提供)(中央社)



社論

「清君側」及「廣聽」給總統的箴言

九合一大選結束，蔡英文總統回應外界的改革呼籲。曾強調調相互指責，不如共同檢討，並列出四個重點聚焦討論。執政黨為何慘敗，各方看法不一，然而「清君側」及「廣聽」，應值得領導人思考，期能贏得全民支持，奠定台灣千秋萬世基礎。

民進黨檢討敗選

蔡總統最近邀集黨政高層，會商檢討敗選原因，並就四個重點聚焦討論：

第一：執政團隊要與人民感同

深受，減輕人民負擔。

第二：執政團隊必須謙虛以對，朝野降低對抗，中央地方共同合作。

第三：執政團隊要集眾人之力，確保國家安全與台海和平穩定。

第四：執政團隊要穩定政局，也要開局新局。

綜觀蔡總統與黨政高層會商的四大重點，不難看出望治心切，希望全民團結一致，共渡當前國內外政經情勢難關之善意。「計利當計天下利，求名當求萬世名」，應是現在蔡總統心情的寫照，她當然期待在

未來的任期中，施政得到全民的肯定。

執政黨這次敗選原因很多，冰凍三尺，非一日之寒。議者各有不同觀點，也都有道理。不容否認，蔡英文於2020年挾817萬票高人氣當選總統以來，集黨、政、軍、經大權於一身，趨炎附勢，逢迎者眾。輿論不免以放大鏡檢視她的言行，這是蔡總統無可避免的「原罪」，只有選擇承擔。

「清君側」刻不容緩

對於外界種種批評，蔡總統

多是選擇忍耐，極少辯解，充分展現她的氣度及高度，值得肯定。然而，從輿論反應觀察，執政黨受到黑道介入干擾，且有大哥級人物曾擔任重要黨職及國策顧問，台北市黨部也受到黑道干擾，中央黨部選舉提名，遭少數人把持決策權，種種批評，造成執政黨負面形象，影響極大。

這次大選，林智堅論文抄襲案，重創執政黨選情，也是大問題。在案發伊始，反對黨質疑林的碩士論文有抄襲之嫌，當事人及指導教授陳明通均予反駁，當時也有民代發出「一

屍五命」警告，後來台大學倫會判定林智堅抄襲，撤銷他碩士學位，執政黨竟因他是「小英的男孩」，選擇全黨挺一人，種下九合一敗選禍因。

一連串人事糾葛不清，且風評不佳，蔡總統在未來任期中，是否應該考慮「清君側」，嚴格選才用人，隔絕逢迎拍馬，倖進之徒？以杜悠悠之口，並可精進決策品質。

應廣納建言

這次選舉，外界批評最激烈的應該是疫苗問題，議者認為

高端疫苗僅完成第二期人體試驗，為何政府阻撓其他合格品牌進口，執意選擇不合格的疫苗為人民注射，導致日後爭議不斷，甚至執政黨選情重創。

另外飽受爭議的能源政策、兩岸關係、社會治安、勞保基金改革、18歲公民權議題、1年期兵役、乃至於過去美國萊豬、牛肉進口...諸多問題，執政者如果能夠「廣聽」不同意見，應該更能得到人民的支持。政策的決定如果總是在同溫層中「偏聽」，爭議當然不斷。

蔡總統必然期待能在未來任期中，為台灣奠定堅實基礎，留下千秋萬世美名，「清君側」及「廣聽」，或許值得參考。

明年經濟恐更嚴峻 立委籲政府超前部署

立委強調，台灣通膨率2.96%已創14年新高，國際科技產業紛裁員，政府需提早因應未來需求減少的狀況。

【本報記者呂翔禾台北報導】「明年失業率恐比今年高，政府需儘速推出具體紓困措施！」國民黨立委吳怡玢6日表示，

台灣通膨率2.96%已創14年新高，國際科技產業紛裁員，政府需提早思考對策，以因應未來需求減少的狀況；藍委謝衣

鳳直言，明年漲電價可能性大增，政府需加大平抑物價力道；黨團總召曾銘宗呼籲，蔡政府應儘速研擬具體措施。

吳怡玢表示，目前全世界面臨停滯性通膨的困境，國際如亞馬遜、推特等科技業者紛紛大裁員萬人以上，台灣做為國際科技業主要供給者，可能很快也會受到影響，政府需提早因應、替廠商尋找新的商機；另外，原物料價格高漲也讓蛋價居高不下，農委會不應說「只能解決蛋荒」，也要輔導農友增加雞蛋供給，讓蛋價下降。

通膨連15月超過2%

謝衣鳳指出，今年經濟相較去年放緩，美國、英國與歐元區都可能面臨經濟負成長，原因就出在高通膨，且影響恐延續到明年第三季，是否會影響台灣以出口導向為主的經濟，政府需超前部署。

她也提到，主計總處、台經院等機構對明年經濟成長預測都是不易保3，台灣通膨已連續15個月超過2%，政府需增

加大宗進口物資降稅幅度。

「台電今年已經虧損2千億了！」謝衣鳳強調，政府給台電的1500億是拿來加強電網基礎建設，若台電持續虧損，電價勢必要漲，且明年失業率恐比今年高、超額稅收也會不如今年，政府在漲電價的考量下，也要配套產業受衝擊的措施。

國民黨團總召曾銘宗呼籲蔡政府：提出協助受衝擊產業措施、解決高房價問題、照顧弱勢家庭及青年朋友，還要平衡

民生物價，擴大降稅措施。他直言，這些都是蔡總統在12月4日的敗選檢討中說要改進的問題，但民進黨一向「口號治國」，他們對蔡總統沒信心，呼籲儘速推出具體政策。

籲訂具體政策

有傳聞說政府將推動「10倍券」，對此，曾銘宗表示，只要是有利國計民生的政策都歡迎，但執行前需要進行合理政策評估。



▲台灣通膨已連續15個月超過2%。(中央社)

▶國民黨團6日呼籲蔡總統推出具體政策檢討，不要再「口號治國」。(Photo by 呂翔禾/台灣醒報)

本土新增16002例 莊：下週可望低於萬例

【本報記者簡嘉佑台北報導】6日本土新增16002例本土個案，疫情持續降溫，但要本週單日確診數低於萬例，仍有困難！指揮中心發言人莊人祥6日表示，每週新增個案數最少的時候都在週一，但5日（週一）確診數仍高於萬例，研判本週單日新增確診數「不會低於萬例」，但疫情整體仍是下降趨勢，下週就可能低於萬例。

本週難低於萬例

針對未來單日新增本土個案低於萬例的可能性，莊人祥分析，考慮每週新增個案數最低的日子例行落在週一，但本週一（5日）新增病例數仍然超過萬例，有10209例，研判「本週單日新增不會低於萬例」。但他也強調，因為近期BA.5疫情持續下降，下週不排除出現萬例以下單日新增病例數的可能性。

據指揮中心資料，確診個案新增22人死亡。莊人祥說，死亡個案的年齡介於50多歲至90多歲以上，皆屬重症個案，其中有15人沒有接種任

何疫苗，有11人年齡超過80歲。

莫德納與台合作疫苗

新冠肺炎期間，全台累計施打6千萬劑疫苗，其中莫德納疫苗更受到民眾喜愛，共施打了2600萬劑疫苗，加上新冠肺炎持續變種，各大藥廠持續研發次世代疫苗或雙價疫苗，台灣更是第一批取得莫德納BA.1、BA.4/5次世代疫苗的家。莫德納公司9月也在台成立分公司。

莫德納全球資深副總裁柏格斯泰特6日抵台出席記者會表示，規劃2週的亞洲行程，希望能與衛福部見面，表達謝意，對此，莊人祥表示，這一、兩天應該會見面商談後續疫苗採購、配送等相關事宜。

莫德納台灣分公司總經理李宜真於記者會也說，今年九月莫德納也選定台灣成為亞洲唯一的莫德納流感臨床試驗國家，與8個醫學中心合作，預計最快明年3月有初步的數據結果。她表示，接下來的重點是將mRNA科技帶進台灣，也會啟動在地徵才計畫。

總預算完內閣應總辭 民眾黨促排審法案

【本報記者呂翔禾台北報導】「行政院長蘇貞昌應比照前院長賴清德、江宜樺，處理完總預算就下台負責！」民眾黨立委張其祿6日表示，內閣應儘速改組，執政黨才算真正檢討，且要儘速排審《平均地權條例》、《氣候變遷因應法》，幫助年輕人、廠商解決高房價、破稅問題。

應排審民眾關注法案

張其祿說，民進黨此次會敗選，就是因為施政「悖離民意」，在施政上不在意年輕人關注的高房價、少子化、低薪等問題，因此他們呼籲選舉完後，應將擱置200多天的《平均地權條例》排審；另外，未來歐盟碳邊境即將上路，我國卻



仍未通過《氣候變遷因應法》，恐讓出口導向的中小企業失去競爭力。

另外，號稱我國「晶片法案」的《產創條例》第10條之2應該儘速通過，還有菸酒稅法、菸害防制條例、公教人員保險

法、證交稅條例等。最後，張其祿強調，此次選舉投票率創新低，除了年輕人對政府反感外，就是因為無法進行不在籍投票，中選會應儘速研議。

內閣應即總辭！

「新的民意已經產生！」邱臣遠直言，內閣應儘速改組才好，但目前行政院長蘇貞昌仍穩如泰山，連內政部長徐國勇都被慰留，若無法痛定思痛改組內閣，稱不上真正檢討。他呼籲蘇貞昌應比照前幾任院長，如賴清德、江宜樺等人的模式立刻總辭，最慢也要在處理完總預算後就總辭。

邱臣遠也說，民眾因為政府狂打「抗中保台」，反而兩岸戰爭風險提高、延長兵役，加上無法解決高物價、低薪等問題而對政府不滿，才會輪掉選舉。他呼籲內閣總辭後的新名單不要再成為民進黨的「敗選者聯盟」，如過去讓蘇貞昌擔任行政院長、林佳龍擔任交通部長、李進勇擔任中選會主委。

11月通膨 2.35% 創9個月以來新低

主計總處專委曹志弘解釋，由於國內蔬菜價格下跌、國際原物料價格下降，與政府調降大宗物資貨物稅，讓通膨趨勢有略為緩解。



▲主計總處6日公布11月CPI為2.35%，顯示通膨壓力逐漸緩解。(中央社)

【本報記者呂翔禾台北報導】通膨有比較舒緩，但雞蛋、油品價格仍高漲！主計總處公布11月CPI為2.35%，比10月的2.74%下降，但全年通膨仍有2.97%。其中，雞蛋漲幅從39.99%下跌至27.81%。主計總處專委曹志弘解釋，由於國內蔬菜價格下跌、國際原物料價格下降，與政府調降大宗物資貨物稅，讓通膨趨勢有略為緩解。

雞蛋漲幅仍達27%

主計總處表示，11月份消費者物價總指數(CPI)，較上月跌0.15%，主因是部分服飾業達百貨公司週年慶折扣促銷，加上蔬菜價格下跌，惟娛樂服務相關費用上漲，抵銷部分跌幅。經調整季節變動因素後漲0.07%；較上年同月

2.35%，1-11月平均，較去年同期漲2.97%。

以個別項目觀察，雞蛋漲27.81%、鮭魚漲25.65%、國外旅遊團費23.58%、沙拉油、調理油漲15.40%，旅館住宿費漲13.59%、中式早點漲10.69%、西式早點漲9.44%、糕餅點心漲8.67%、麵包漲8.51%、豬肉漲6.75%、中式米食漲6.05%、鮮奶漲5.06%等。

調降貨物稅奏效

以大类觀察，食物類漲4.12%、居住類漲2.35%，而從行政院關注

17項重要民生物資觀察，平均上漲6.53%。曹志弘說，23.5%是9個月以來新低，外食費上漲5.81%也是6個月以來新低，不過麵粉上漲8.24%是135個月新高，米上漲6.54%也是81個月以來新高。

曹志弘指出，由於行政院在去年12月與今年2月都有推出大宗物資貨物稅降稅共2元，加上國際原物料漲幅逐漸下降、緩解通膨壓力，是CPI能夠減緩的主要原因。但他提醒，由於12月的CPI指數較低，因此CPI比起11月有可能微幅調升，但長期來看還是下降的趨勢。

財經短波

一世界兩系統供應鏈 台商難再左右逢源

【本報記者游清淵台北報導】工總日前邀集兩岸事務相關學者專家閉門座談，學者專家研判未來中共雖不至片面中斷ECFA，但未來全球供應鏈將形成「一個世界、兩套系統」，台商恐將從過去的「左右逢源」變成「左右為難」。



▲台商恐將從過去的「左右逢源」變成「左右為難」。(中央社)

工總6日發布新聞稿指出，中國經濟前景及政策預測方面，與會學者專家認為，中共在20大報告中頻繁提及「安全」，顯示中共將以經濟安全與高品質發展，取代過去重視經濟建設及GDP高速成長的路線，經濟發展路線也可能左傾，並更以意識形態掛帥。

未來推動兩岸經貿交流方面，與會學者專家提醒，從20大報告中，雖未見中共對台政策方針有太大變化，但政治面

有緊縮趨勢，因此未來對台言行恐更加嚴格審視，因此建議台商盡量避免涉入政治事務。

學者專家也提醒，未來全球供應鏈將形成「一個世界、兩套系統」，台商恐將從過去的「左右逢源」變成「左右為難」，也因中國供應鏈有無法取代之處，美中未來仍將在低階成熟產品繼續維持來往(再掛勾)。

半導體產業協會：明年變數多 未來仍樂觀

【本報記者游清淵台北報導】台灣半導體產業協會(TSIA)JSTC委員會主席林振銘6日表示，明年半導體產業變數比較多，可能有庫存修正，不過未來展望樂觀，半導體產業仍會繼續成長，人類用半導體只會越來越多。

2023年全球半導體產值可能滑落至5570億美元，將下滑4.1%。

林振銘表示，半導體產業會自行平衡，景氣上下波動不用太擔心。半導體產業未來展望樂觀，仍會繼續成長，在5G等新應用驅動下，人類用半導體只會越來越多，預期2024年全球半導體產值可望成長8.1%，達6020億美元，2025年進一步達6380億美元規模，將再增加6%。

林振銘6日出席台日科技對話之半導體關鍵技術布局與人才育成論壇，演講「台灣半導體科技的競爭力與課題」。他說，明年半導體產業變數比較多，可能有庫存修正，預估

物價利息房價都升「升」為2022代表字

【本報記者游清淵台北報導】房仲透過網路票選今年房市代表字，由「升」字拔得頭籌，獲6成民眾認同，主因是「物價升利息升，房價升升不息」；另今年最受關注的房市新聞是「央行連續升息 購屋貸款利息增」。

成為今年房市的代表字冠軍。

台灣房屋集團趨勢中心也網路票選今年10大房市新聞，最有感的是「央行連續升息 購屋貸款利息增」，獲74.4%參與票選民眾認同；位居前3名房市新聞、成為焦點議題的還包括「缺工缺料營建成本漲 爛尾樓暴增」，以及「平均地權擬修法 預售屋禁換約轉售」。

台灣房屋集團趨勢中心近期舉辦「2022年房市代表字」網路票選，「升」字獲得約60.5%參與票選的民眾認同，

高齡營養學正夯 國健署推健康飲食

【本報記者簡嘉佑台北報導】超高齡化社會將至，飲食成為健康的重要關鍵！國健署6日發表社區長者健康飲食計畫成果記者會，包括多個社團團體都到場支持。參與本活動的家樂福敦北門市特別成立全國首家營養示範門市，讓營養師進駐門市，協助民眾理解，用問卷促進民眾對健康飲食的認識。

國健署盼能透過問卷、示範超市或行動餐車等方式，達成「識能提升」、「支持性環境」與「提高意願」的目標。

「社區長者健康飲食創新服務設計計畫」成果發表會，展示各項推動成果。國健署指出，高齡化現象在偏鄉地區特別明顯，與「一粒麥子基金會」、「平溪區十分社區照顧關懷據點」等公益組織合作，完成社區長者的營養需求盤點，並優化餐盒內容。

「食物天天吃，所以更要吃得好，」家樂福文教基金會執行長蘇小真說，家樂福敦北門市為第一家均衡飲食主題式示

範賣場，讓營養師進駐門市，親自解說商品的營養標籤、成分標示等，並搭配線上問卷，對國人營養健康提出建議。

族語推廣營養學

此外，本次活動也與原委會合作，盼將健康飲食推廣至部落社群之中，如在南投縣仁愛鄉新望洋部落，透過泰雅族語轉譯營養學，讓部落長者瞭解並容易記憶，並以文化健康站作為社區傳播樞紐，加強宣導衛教知識。

國健署署長吳昭軍說，透過資源整合與創新服務，在日常

生活中，推動國人健康飲食的習慣，年度更著重在地實作與社區、部落點的擴展，期待未來能有更多產業或民間單位一同響應，發展出不同面向的健康飲食服務創新設計，讓全民懂營養、吃健康。

國健署曾列出「健康飲食3多3少3均衡」的名單，提醒民眾，重油、重鹹、多肉少蔬果、暴飲暴食的不健康飲食，會增加許多慢性疾病罹患風險，要遵守「多喝水、多蔬果、多全穀根莖」；「少油脂、少鹽、少糖」，加上「每日三餐，均衡飲食，並選擇天然食材」。

兒少口腔保健 醫師：定期回診是關鍵

【本報記者簡嘉佑台北報導】降低齲齒發生，口腔保健有3招！兒童牙科醫學會理事長李昀6日於學會30週年記者會上表示，因疫情導致許多兒少長期未回診，使得口腔發生不可逆的疾病，甚至要進行全身麻醉手術。他呼籲，一定要「定期回診」、「確實使用含氟牙膏與咀嚼無糖口香糖」與「均衡飲食」。

李昀表示，近年來，牙科門診出現兒童與青少年長年未回診的狀況，延宕口腔檢查將提高孩童齲齒的風險，更有可能出現不可逆的口腔疾病，呼籲家長與青少年把握「兒少口腔保健123」的保健知識。

口腔保健123

一、「1歲前建立口腔親善之家(Dental Home)」，儘早特定家庭牙醫師維持固定的合作關係，持續替孩童與家人建立正確的口腔衛生知識，並建議嬰兒到青少年期間，至少半年都要做一次定期檢查。

二、「含氟1000ppm牙膏刷牙至少2次」、「餐後咀嚼20分鐘無糖口香糖」，實證醫學支出所有年齡層每天都應該使用含氟1000ppm以上的牙膏刷牙至少2次；飲食後咀嚼無糖口香糖20分鐘，也可有效降低28%的齲齒發生率。



▲兒童牙科醫學會6日舉辦30週年記者會，現場有牙醫指導小朋友口腔衛生知識。(Photo by 簡嘉佑/台灣醒報)

三、「每日均衡飲食，吃含糖食物要留意」，吃對食物可以強化牙齒與牙齦，其中3類不容易造成齲齒的食物可多吃，包含蛋豆魚肉奶等蛋白質食物、蔬菜類的高纖食品與白開水，並留意含醃食品的攝取勿過量，應多補充全穀雜糧類食品，避免食用添加糖的食品。

推動在校刷牙

此外，兒童牙科醫學會前理

事長蔡佳玲指出，台灣學童於108年的齲齒率超過54%，常因為刷牙時間不足2分鐘、未適當使用氟化物等因素，而偏鄉地區則是因為牙科醫療資源不足。

她表示，學會推出「偏鄉回饋計畫」，與學校建立「在校刷牙計畫」，如制定特定的刷牙時間，提供足夠的口腔清潔工具，還提供小禮品給定期完成30天每日刷牙的小朋友，提高小朋友刷牙動機。

全球 各大週刊頭條新聞

簡嘉佑 / 輯

《科學人》Scientific American 韋伯望遠鏡發射 開啟天文學新紀元

詹姆斯·韋伯太空望遠鏡 (JWST) 於 2021 年首度發射，紅外線解析程度比其他太空望遠鏡都來得高，靈敏度更是哈伯望遠鏡的百倍以上。該望遠鏡已拍下清晰無比的照片，也發現過去從未發現的早期星系，這也使得人類對太空世界的探測更加深入。



刷新最遠星系紀錄

詹姆斯·韋伯太空望遠鏡的第一張照片於 2022 年 7 月向全世界公開，照片清晰呈現出遙遠星體的微弱光芒，NASA 更表示，此照片是「早期宇宙最深處、最清晰的紅外線影像」，部分光源甚至可追溯到 130 億年前。

當距離地球遙遠的星系發出光芒時，會因為宇宙膨脹的原因，產生「紅移」的現象，波長也會持續變寬，導致最後超出過去太空望遠鏡的偵測範圍。而詹姆斯·韋伯太空望遠鏡透過五層大型遮陽板，保持它的鏡片和四個科學儀器在低溫環境中發揮作用，能觀測到更加微弱的天體。

NASA 日前公布詹姆斯·韋伯太空望遠鏡的照片，發現有兩個極度遙遠的星系，分別誕生於大爆炸後 4.5 億年及 3.5 億年，再度刷新該望遠鏡的紀錄，為目前探測到最遠的星系。

修正對宇宙之初的認識

詹姆斯·韋伯太空望遠鏡發出極度清晰的圖像之後，各界科學家湧入，發表超過 200 篇論文，更修正了人們對宇宙的想像。因為原先大爆炸理論推測是，在大爆炸發生

之後，應該只會有許多碎片、塵埃等物質，但詹姆斯·韋伯太空望遠鏡的圖像卻顯示「大爆炸不久後，就已經出現大型的星系」。

天文學家們推測，雖然目前為止，詹姆斯·韋伯太空望遠鏡只發現到相對明亮的星系，但已經更能說明，宇宙形成初期，發生了一些我們還不知道的事情，導致大量恆星形成。

重新評估宇宙的時刻

天體物理學家斯佩格爾也贊同表示，早期宇宙中，就能看到許多大型恆星誕生，意味著當時環境比原先想像來的「氣壓高」、「溫度高」，磁場也比科學家推論來得早形成，這些條件共同促成恆星的大量誕生。

詹姆斯·韋伯太空望遠鏡開創了一個天文學的新世代，清晰無比的影像為天文學家注入更多活水。對此，天文學家梅森更興奮說到，「是時候重新評估我們對宇宙的想像了，踏入全新未知的領域」。

▼ 印度 5 日表示，不會配合西方對俄羅斯的石油限價制裁。(Photo on PxHere)



不理國際制裁 印度續購買俄國石油

針對西方對俄羅斯的石油限價制裁，印度政府 5 日回應表示不會跟進，且會繼續購買俄國石油。

【本報記者呂翔禾綜合報導】印度考量自身需要，不願與各國配合制裁俄羅斯！針對西方對俄羅斯的石油限價制裁，印度政府 5 日回應表示不會跟進，且會繼續購買俄國石油。印度向來與俄羅斯關係良好，因此在俄烏戰爭期間也未積極配合西方制裁。西方雖推出石油限價，但俄羅斯已將買家轉移到亞洲，仍要觀察後續制裁效果是否發酵。

印不甩德國施壓

根據《半島電視台》報導，印度外交部長蘇傑生 5 日在拜會過德國外交部長貝爾伯克後表示，希望歐洲不要將自

己轉換能源供給的要求強加在印度上，印度還是會繼續向俄羅斯購買石油，且不會遵守 G7 集團的每桶 60 美元的限價。自從俄烏戰爭開打後，印度就穩定增加對俄羅斯石油的購買量。

印度過去在冷戰時期就向俄羅斯購買軍火，至今仍維持良好關係，因此印度也沒有配合西方對俄烏戰爭的經濟制裁措施，在聯合國大會上對俄羅斯的譴責案也以投票棄權因應。德國外交部長貝爾伯克此

次出訪印度，除了要加强雙方貿易外，也希望爭取印度支持對俄羅斯施壓，但目前看來沒效。

但德國此行也不是完全沒有斬獲，雙方簽署移民與移動夥伴協定，有利彼此國民就學、進行研究與工作，德國也是印度在歐洲最大的貿易對象，超過 1700 家公司投資印度的交通、電力設施、基礎建設、貿易與汽車業。

俄轉移買家至亞洲

《美聯社》提到，為了加強制裁俄羅斯，西方 7 大工業國 (G7) 5 日決定要對俄羅斯實施石油限價採購，從目前國際原油一桶 77 美元限制到 60 美元，以降低俄羅斯賣石油的獲利。但馬可顧問公司 CEO 威佛受訪時評估，俄羅斯已將石油轉售亞洲買家，制裁對俄羅斯影響不大。

《衛報》提到，俄羅斯近日再對烏克蘭發動猛烈空襲，但俄羅斯也指控烏克蘭用無人機攻擊國內軍事基地，俄軍雖然透過再動員擴大軍隊人力，但俄軍裝備多老舊，也讓整體行軍速度下降不少。

圖文選粹

圖文 / 中央社

東京鐵塔施放藍色光雕 為日足隊加油



▲ 2022 卡達世界盃足球賽日本隊晉級 16 強，5 日晚間對戰上屆亞軍克羅埃西亞隊。東京鐵塔 5 日晚間以代表日本隊 (又稱藍武士) 的藍色光雕為日本隊加油。

民主剛果 270 人身亡 動盪波及鄰國

【本報記者呂翔禾綜合報導】民主剛果與叛軍的衝突正逐漸擴大！上週在首都金夏沙東方發生的大屠殺造成至少 270 人死亡，政府認為是叛軍 M23 發動此次攻擊，但遭否認。剛果民主近來與 M23 衝突日漸擴大，甚至還波及鄰國盧安達，已造成數十萬人流離失所，聯合國呼籲雙方儘速停火。

叛軍否認犯行

根據《半島電視台》報導，剛果民主共和國產業部長帕魯庫 5 日表示，11 月 29 日發生在首都金夏沙東部的大屠殺案件造成至少 270 人死亡，比原本預計的 50 人還要多，政府目前正在進行調查。目前政府認為是由境內 M23 判軍主導此次攻擊，但遭到叛軍否認。

剛果民主與 M23 這幾個月來衝突加劇，因為 M23 不滿政府將其收編進政府的計畫，且有



▲ 剛果民主 5 日統計有 270 人死於大屠殺，政府指控是叛軍所為但遭否認。(Photo by U.S. Army Southern European Task Force on Flickr)

消息傳出，鄰國盧安達涉嫌暗中資助 M23 叛軍，也讓剛果民主將大使召回，並驅逐盧安達駐該國大使。由於過去剛果內戰曾牽連非洲多國參與，也讓聯合國、非洲聯盟擔心戰事擴大，肯亞也已經在邊境部署好軍隊。

非洲種族衝突複雜

聯合國表示，剛果民主與

M23 的衝突已經造成 20 萬人流離失所。《法蘭西 24》提到，剛果民主與盧安達的領導人多次會面試圖解決此次危機 (M23 多為圖西族，盧安達也是)，雖然剛果民主曾與叛軍簽訂停火協議，但後來都遭打破，美國國務卿布林肯也呼籲雙方儘速落實停火。《非洲新聞網》提到，在

意外發生後 3 天，民主剛果總統齊塞克迪曾下令全國哀悼 3 天並降半旗。

民主剛果因殖民、種族衝突，造成境內軍閥割據，過去也曾爆發內戰及其他國家，造成非洲大戰，鄰國盧安達則曾爆發「盧安達大屠殺」，如今的衝突顯現非洲人民仍難走出殖民陰霾。

▼淨零碳排趨勢下，加上通貨膨脹，減少浪費成為今年聖誕節的重要議題。(Photo by Capture The Uncapturable on Flickr under C.C. License)



通膨下的聖誕節 減少浪費是要務

【本報記者簡嘉佑綜合報導】淨零碳排、通貨膨脹，減少浪費已成為今年聖誕節的重要議題！每年聖誕節常常出現過度消費的狀況，對此，外媒整理5個妙招減少民眾的支出，包括「設定禮物價格上限」、「蔬食為主的大餐」、「減少出外旅行」、「回收再利用」與「珍惜與家人相處的

每年聖誕節常常出現過度消費的狀況，
對此，外媒整理5個妙招
減少民眾的支出。

時光」等。

設定禮物價格上限

《BBC》報導，聖誕節是朋友家人齊



聚一堂的時刻，但常常也引發過度消費、資源浪費等狀況。然而，今年遇到生活成本高漲，加上節能減碳蔚為趨勢，減少浪費成為本次聖誕節的重要課題。

首先，「提前規定禮物價格」，研究碳足跡的學者麥可表示，如果民眾在聖誕節感受到財務壓力，應該提前與朋友或家人溝通，如限制禮物的價格上限。他強調，不要因為要購買禮物而感到壓力，而是要儘量享受聖誕佳節的氣氛。

第二，「以蔬食為主」，聖誕節少不了豐盛的聖誕大餐，但致力推動減少浪費的慈善機構「Wrap」成員伯倫表示，光英國每年就有660萬噸食物遭到浪費，「減少浪費食物並不難」。她呼籲，民眾應提前列好購物清單，堅持購買需要的

東西就好，並以蔬食為主。

回收再利用

第三，「減少旅行」，根據調查統計，2021年聖誕節前夕，英國就有2700萬人次出遊。但專家指出，聖誕車潮將使得民眾陷入塞車的窘境，無端浪費燃料，造成更多的碳足跡，並建議「待在家中與家人相處，是渡過節日的最佳方法」。

第四，「回收再利用」，聖誕節過後，可能剩下許多堆積如山的包裝紙，但只要在意拆禮物時，不要折到、不要撕裂，就可以保留下來繼續使用。另外，伯倫強調，避免使用難以回收的包裝紙，如有閃光效果的紙張或者亮粉都會對環境造成破壞。

第五，「記住聖誕節的意義」，聖誕節最重要的不是禮物，而是與家人共度的時光。與家人共處的美好時光是能夠以節能減碳、減少浪費的方式達成的。

世足16強勝出 日韓進步與歐抗衡

【本報記者宋秉謙綜合報導】

卡達世足6日踢完過半的16強賽，東亞兩強日韓同日落馬，但藍武士與格子鐵騎對拼到點球大戰，太極虎與森巴軍團上演對轟的場面、態度都令人讚賞，同為東亞人種，日韓的表現為何如此「脫亞入歐」？日、韓都從國內足球基層風氣與發展穩定上升，像日本去年登記有案的國內俱樂部已經破兩萬五千間，日、韓透過好表現，吸引更多年輕好手旅歐，已成為良性循環。



▲南韓招牌孫興慜。(photo from 南韓國家隊臉書粉專)

日、韓基層發展穩健

卡達世足6日的16強淘汰賽中，亞洲最後雙希望：藍武士與太極虎攜手離開世足舞台，但藍武士與上屆亞軍克羅埃西亞鏖戰120分鐘到點球生死戰，以及體能用盡的太極虎，仍與巴西上演一場開放的互轟場面，日、韓都以各自的風格，站著死去、抬頭離開世足。過往崇尚傳控的日本，本屆掏出體能與防反流，靠體能、風格粗硬甚至到懶的南韓，本屆一改傳統，寧死也展現傳切能力，都令人對日、韓進步幅度感到佩服。

究竟東亞雙強雖然都是東亞人種，為何連屆世足都距離發達的歐洲、南美越來越近？甚至還能按照球員風格改弦易轍、拓寬武器庫，這與兩國的足球風氣發展都有關。

連兩屆殺進16強的日本是從基層發展的最佳案例，日本一步一腳印實現足球發展計劃，國內

登記立案的足球俱樂部已破兩萬五千間，俱樂部數量多仿若歐洲，足球已經深入社會，國內職業聯賽不斷向下發展（如J2、J3聯賽），逐步構築足球金字塔，踏實發展也吸引更多新世代投入，據《日本時報》報導，日本小學生甚至連第一夢想職業都是足球運動員。



日韓球員旅歐人數多

南韓註冊球員人數不比日本多，但發展基層足球也不含糊，南韓青訓分成兩條路：校園足球與俱樂部青訓，由於足球風氣盛行，校園足球（大學生聯賽）每年都踢得如火如荼，季末職業隊也會去基層選人，而另一條路俱樂部青訓則是捨得花錢的代表，像現代造船集團投入的蔚山現代隊，在青訓投入從未減少，青訓成效一直備受好評。

日韓有了一定數量的參與人數後，下一步便是讓球員接軌歐洲現代化足球訓練，據足球權威「德轉網」的資料，日本旅歐人數已經突破450人，多達300人在德國體系，本屆像堂安律、遠藤航、伊藤洋輝等人都在德甲賽場效力。南韓旅歐人數也有180人左右，人數相對日本少，但球星身價較高，擁有亞洲前二身價的英超邊鋒孫興慜與德甲頂級後衛金玟哉。基層與足球風氣，搭配旅歐鍛鍊，是日、韓在足壇逐漸脫亞入歐的關鍵！



▲日、韓雙強止步16強，但越來越有與歐美列強別苗頭的資格！（圖為日本身價最高的德甲攻擊手鎌田大地）。(photo from 法蘭克福俱樂部臉書粉專)

圖文選粹

圖文 / 中央社

印尼通過刑法修正案 禁未婚同居、婚外性行為



▲印尼國會6日通過備受爭議的「刑法修正草案」，新法規將取代現行法律，但許多條款備受爭議，包括懲處婚外性行為、禁止婚前同居，引發外界憂心侵犯人權。

醒報專欄作家陣容

《經濟論衡》

林建甫 (中信金融管理學院講座教授暨台大經濟系名譽教授)
曾任加州大學聖地牙哥分校經濟系助教、台灣大學經濟學系副教授、台灣大學經濟學系系主任暨研究所所長。



《財經鳥瞰》

李沃疆 (淡江大學財務金融學系專任教授)
政治大學經濟學系博士，曾任淡江大學兩岸金融研究中心副主任，曾在各財經報章雜誌擔任研究員、專欄主筆及編輯委員，研究專長為風險管理、財務工程、財務計量等。



《政經微言》

何策 (財經顧問)
資深財經顧問，曾任職媒體與金融機構數十年，現旅居澳洲。



《管理教育叢談》

周逸衡 (華文商管教育認證組織執行長)
曾任中原大學企業管理系系主任、中山企管教授、國立嘉義大學管理學院院長、國立中山大學副校長。現任華文商管教育認證組織執行長。對台灣工作倫理、組織氣候需要很多建言，現投入商業教育的行列。



《地球氣候》

汪中和 (中央研究院研究員)
美國夏威夷州立大學地質及地球物理系博士。曾任中央研究院環境變遷研究中心 特聘研究員、中央研究院地球科學研究所研究員兼副所長。



《有鳳來影》

胡幼鳳 (資深媒體人)
政治大學 EMBA 文化創意科技資通創新碩士。曾任台北電影節總監、金馬影展執委會秘書長、聯合影視中心主任。



《經研隨筆》

戴肇洋 (台灣省商會顧問)
台灣省商會顧問、中華民國工業總會中小企業發展委員會副召集人。曾任日本關西大學經濟政治研究中心研究員、台灣經濟研究院組長、台灣綜合研究院所長。



《經濟漫談》

于國欽 (東吳大學經濟系兼任講師)
曾任經濟部統計處研究員、東吳大學經濟系兼任講師、自由時報記者，現任工商時報財經組副主任兼社論主筆。



《多雲時晴》

蔡又晴 (資深媒體人)
曾在中天新聞台、東森新聞台擔任文字記者，曾任澳門亞洲衛視擔任台北站副站長。現任壹電視 Next TV 新聞部擔任採訪中心主任。



《土地的故事》

韓乾 (逢甲大學退休教授)
美國密西根州立大學資深經濟學博士。曾任逢甲大學土地管理系教授、系主任、管理學院院長；臺灣政治大學地政系兼任教授、東海大學景觀系兼任教授；中國人民大學、南京農業大學、南京大學、浙江大學等校土地相關專業訪問教授。



《蕭旭岑談音樂》

蕭旭岑 (前總統府副秘書長、資深愛樂者)
國立政治大學新聞研究所碩士。前任中華民國總統府副秘書長兼總統府資訊安全委員會資訊安全長。定期為專業古典音樂雜誌《Muzik》撰寫樂評。



《浮生歲月》

朱全斌 (退休教授)
英國倫敦大學高史密斯學院媒體與傳播博士，曾任國立台灣藝術大學應用媒體藝術研究所專任教授。著有《人生需要酒肉朋友》等書。



《財金視窗》

黃耀輝 (國立臺北商業大學財政稅務系教授)
美國印地安納大學經濟學博士，曾任國立台北商業技術學院財稅系副教授、中華經濟研究院 研究顧問、行政院賦稅改革委員會委員。



《文史哲雜誌》

游常山 (資深媒體人)
22年資深記者退休，曾任職工商時報、天下雜誌、遠見雜誌、社團法人谷若思協會等。



《教育停看聽》

張瑞雄 (國立臺北商業大學講座教授)
國立清華大學計算機與管理決策研究所博士。曾任國立臺灣科技大學教授、國立東華大學副校長、國立臺北商業大學校長。



《王院長跟你談天說地系列》

+《王老先生講故事》
王建煊 (前監察院院長)
台灣新黨創始人之一，基督徒。出生於中華民國安徽合肥，1949年國共內戰後移居臺灣定居。曾任監察院院長、財政部部長、立法委員。



《梁良談影》

梁良 (影評人)
國立台灣藝術專科學校影劇科畢業，曾任年代公司電影部經理。著作：《奧斯卡最佳影片欣賞》、《條條大路通電影》。曾擔任第三十一屆金馬獎華語影片競賽評審委員。



《醒小說》

溫小平 (作家)
曾任《新女性》雜誌總編輯。現任佳音電臺主持人。曾獲中華日報文學獎、聯合報短篇小說獎、中國文藝協會文藝獎章、五四文藝獎章等獎項。





▼獲得「碩士」學位(不管是哪一種碩士)不僅可改善個人在社會上的形象,在某些公務體系職場上也可以因此升級或加薪。(網路截圖)



大學管理教育的怪現象

周逸衡

(華文商管教育認證
組織執行長)

台灣的大學企管教育是從民國53年政大企管系所與美國密西根大學合作成立開始的,才剛屆滿58年。學門的歷史相對於其他的領域不算長,但成長幅度之快,令人矚目。

管理學院一窩蜂

在民國100年前後最盛的時間,每年從大學部畢業的企管系學生超過一萬人,從企管所畢業的超過兩千八百人;如果把管理教育擴大解釋為所有商管類系所(即包含財金、資管、國貿、行銷、會計、科管等商學院的其他系所),則上述的畢業生人數還要再乘上三倍之多。

這麼多的人來大學念商業管理,一部分原因固然是國家社會的需要,但其實主因是民國八十五年以後大學數量擴充時,各大學延伸擴充的系所及新設大學成立的院系,幾乎都是商業管理的領域所致。因為在許多大學主事者的刻板印象中,管理教育是比較容易辦的:

(一)投資小;需要的空間與設備較少,圖書資料庫也不多。

良莠不齊的EMBA教育,若任之持續發展,而不要求其取得品質保證式的嚴謹專業認證,恐怕會「劣幣驅逐良幣」。

(二)學生好找;學生學管理所需的語文與數學門檻不高,就業又比文法類更容易。

(三)老師好找;管理是講實務應用的,因此所需老師的專業背景很多元,各種領域的師資放在管理學院都說得過去,有經驗的實務界人士出任教師也不算牽強。

良莠不齊

基於這樣的思路,各大學不論地處北中南東、都市鄉村,大家都競相設立管理學院或商學院,至於負責的人專業是否符應,師資組合是否妥適,則皆在所不計。

其中,最讓各校感興趣的是企管研究所的MBA(Master of Business Administration)教育,各大學無不用盡方法爭取早日設立企管研究所,除了著眼於全時間學生的正規教育外,更在意「在職人員專班」(也就是EMBA班)的設立,因為它們不僅可以成為學校與政經界連結的重要管道,也可能是學校和主辦院系可自由運用經費的重要來源

之一。

除了因為在職專班的收費標準不在教育部管制之列外,更因為所招收的學生可限制其大學畢業的科系,相對而言生源較廣、成班較容易。

MBA/EMBA 要求低

再加上對「學位授予法」取得碩士學位條件的錯誤解讀,台灣許多學校對MBA/EMBA的畢業學分要求很低;而獲得「碩士」學位(不管是哪一種碩士)不僅可改善個人在社會上的形象,在某些公務體系職場上也可以因此升級或加薪,所以始終存在有一定的「市場」需求。在生源供給進入障礙低、而畢業生市場看好的情勢下,又適逢少子化的浪潮襲來,這就對學校形成了一種「致命的誘惑」。

根據教育部的統計資料,近十年來,每年EMBA的畢業生人數都超過MBA;以近三年為例,每年都維持在3100人以上,足見其盛。

專業課紛改為選修

由於各校皆爭相招生,除了競相降低入學門檻條件外,課程中凡專業性較高者如管理經濟、管理會計之類,為避免大學非商領域的在職人士修習困難,往往改列為選修;為避免設定必修課會延誤在職生畢業的時程,也多有將必修課減少至兩、三門而已者;換言之,「不限大學科系背景、不規定太多必修課、自由選修個七八門課」,再在師友協助下寫一篇所謂的「論文」,就可以取得EMBA學位,正是許多學校EMBA學制教育的現況。

如此的教育內容當然與EMBA人才培育的目標背離,但在激烈競爭之下,這樣才容易吸引在職人士前來報考;從管理教育的專業角度來看,惡性競爭導致有些EMBA的課程實在令人不忍目睹,而在課堂上教師對學生的要求更是不堪聞問!

如此良莠不齊的EMBA教育,若任之持續發展,而不要求其取得品質保證式的嚴謹專業認證(如管科會的AACSB認證),恐怕會「劣幣驅逐良幣」,至終只會讓這個學位在台灣被污名化,甚至走到乏人問津的地步;值得關心台灣「研究所級」管理教育的人士寄予關切!

每周一到周五,授權《聯合新聞網》同步刊登

王老先生
講故事
之 201

爸爸,我錯了!

王建煊

(前監察院院長、
天使居創辦人)

女兒獨排眾議,一定要與男友結婚。父親列出男孩許多缺陷,苦苦相勸,要她慎重考慮。但女兒卻已鐵了心,就是要嫁他。

向父親認錯

結婚有了孩子,丈夫卻在外地包二奶,並且有了孩子,她要丈夫與外地女人斷絕關係,丈夫不肯,只好離婚。女兒回到父親面前,淚流滿面的對父親說:「我錯了!」

有個學生大學畢業,帶了男朋友來看老師,問問老師的意見。老師列出許多理由,認為很不相配,要她多注意。後來他們還是結婚了,三年後因先生有外遇而離婚。學生來看老師,泣成不聲的對老師說:「我錯了!」

台灣早年辦中國小姐選拔,選出來的中國小姐多數嫁給了大官的兒子,被譏為是在為大官找媳婦,曾一度因而停辦。其中有位中國小姐,父親一定要她嫁給某大官的兒子,女兒以其人品不好不願意,但父親

多方施壓,女兒只好嫁了。婚後生活極其不順,丈夫公子哥兒的大少爺脾氣,她當然受不了,從新婚之夜就開始吵架,其後的日子當然痛苦不堪。

女兒,我錯了

父親看到女兒痛苦的婚姻都是他一手造成的,心中自是悲傷,難過的對女兒說:「我錯了!」

女的比男的大八歲,論及婚嫁,雙方父母都說有問題,要慎重。但男的說,女友從小失怙,缺少親情,他要給她補償,一定要娶她。最後結婚了,五年後離婚,男女雙方都說:「我錯了!」

忠言逆耳

現在年輕人,常以代溝或標榜先進,對父母或長輩們的良言,視若無睹,不屑一顧,後來都發現未聽忠言真是大錯,可是錯了又能怎樣呢?尤其像婚姻大事,錯了常常是難以彌補的。

古語說:「不聽老人言,吃虧在眼前。」父母及前輩所言常是經驗的結晶,能欣賞的人是有福的人。



▲最後結婚了,五年後離婚,男女雙方都說:「我錯了!」。(網路截圖)

不妥協的動力在哪裡?

陳敦源

(政大公共行政系教授)

歲末年冬,聖誕降臨,如果要給當下的時光下一個註腳,那就是無限感恩加上審慎樂觀的前進意識。腦中馬上想起伍佰這首1999年發行同名專輯〈白鴿〉的主題曲,一開場就提醒聽者,我們追求進步卻失了方向。

當時是1999年,在政黨輪替的前夕,臺中的廣三集團利用地方政治盤根錯節的權力,超貸銀行而差一點引起銀行擠兌,之後地下金融的黑道勢力,破天荒雇殺手在百貨商場隨機開槍,一名孕婦莊嘉慧中槍昏迷,腹中

孩子引產後一天過世,至今22年,莊婦的父母還在辛苦地照顧這位臺灣知名的植物人,而臺灣上一個世代最有名的植物人王曉明,在父母照顧50年後於2011年過世。

面對現實的藍調音樂

老實說,這就是我喜歡節奏藍調音樂風格的原因,它起碼願意面對所有的現實,不會沉醉於過度天真的理想主義,而是回到沒有人想去的生活細節中尋找真實的救贖;白鴿「沒有衣裳」,飛起來「沒有方向」,除了身上流著血,你怎麼圓這白鴿的自我感覺呢?

過多的主義與口號,經過現實的淬煉與衝擊,除了更多的謊言還剩下些甚麼?從人口中說出的理想,只是另外一瓶帶來宿醉的酒而已,同一張專輯中伍佰為大陸喜劇反諷電影〈美麗新世界〉的第一句歌詞,就是問大家:「喝醉了以後,還能想些什麼?」搖滾的原色是無自由的吶喊?還是貼近生活的憂鬱,帶一點無名的希望?

癱瘓還是自由

「癱瘓」是一個絕對的概念,無限上綱的權力,也會帶來掌權者們意識的絕對癱瘓,選舉都不一定能夠喚醒,管你民主

還是非民主的包裝紙;當然,這絕對的癱瘓,包括對一個人於真善美的無感,以及對於自己良心失卻的癱瘓!

相對於癱瘓,自由是一個最簡單的反意識解方。不過,弔詭的是,沒有行動能力的自由感,通過一次又一次的自我催眠,這是癱瘓的本身,也是癱瘓的病灶之一,因此,當癱瘓在意識的層次肆虐,因與果陷入無限的惡性循環,人們明明癱瘓還是強稱自由,無論自我蒙蔽多久,終將會在困頓中去直面自由的虛無所帶來的癱瘓,然而,觸底的可能存在嗎?

有耳可聽的就應當聽

當年伍佰遊走兩岸四地工作,人們看似對未來的經濟與政治發展充滿期待,但當他去探視躺在病床上正值青春年華卻癱瘓了的嘉慧時,伍佰看穿了歌舞昇平下的癱瘓黑暗,從

搖滾的語言中,他想要追求真正的自由!

甚麼是「真自由」?驕傲但癱瘓的人呀,就是承認自己的癱瘓,並且從那個基點再出發前進的自由呀!簡單但不簡單,有耳可聽的就應當聽。



▲白鴿是伍佰 & China Blue 於1999年11月2日所發行的國語音樂專輯。(網路截圖)

百年奧運的熱血馬拉松

上百名手持火炬的士兵，站在賽道兩旁，用火光照亮最後這段路，搭配上古羅馬的遺跡，極具戲劇場景的終點前畫面。

詹鈞智
(業餘馬拉松選手)

古柏坦於一八九六年復興奧林匹克運動會，一九六〇年來到義大利羅馬舉辦。而奧運在羅馬舉辦，從歷史角度來看是微妙有趣的，原因是古奧運會的終止，正是羅馬帝國皇帝於西元三九三年禁止異教活動且當時賽事賭博作弊事件頻傳，而下令停止的。
羅馬本在一九四〇年就有機會舉辦奧運會，但在申辦階段禮讓給日本東京；後來因二戰發生，直到二十年後的一九六

〇年才得以舉行。
奧運兩個中國問題
羅馬奧運，延續上屆奧運兩個中國的問題。一九五九年國際奧會以在台北的奧會 (Chinese Olympic Committee) 對中國運動員無管轄權為由，撤銷承認中國奧會 (Chinese Olympic Committee)，但接受以不同名稱重新申請並承認之。奧會後來以「ROC Olympic Committee」送件申請，但國際

全人類的團結與友誼
這屆奧運會還值得一提的是閉幕典禮，十七歲的澳洲華裔青年 John Ian Wing，以匿名信向大會建議，閉幕時不要像開幕典禮一樣由各國依排序繞場，何不改成將各國運動員打散並一起出場，象徵全人類的團結與友誼。
這建議獲得採納，在閉幕時讓所有選手不分國籍聚在一起，度過奧運最後時光；這模式後來被國際奧會列為閉幕典



▲奧運馬拉松會場，沿途經過許多羅馬歷史遺跡，著名的亞壁古道 (the Appian Way) 就是其中一個。(網路截圖)

奧運馬拉松會場此次的賽道設計，特別規劃經過現存於市區的知名羅馬時期建築遺跡。

奧會決議應以 Formosa 之名參賽，協調未果下，也導致後來一九六〇年羅馬奧運開幕式一出場順序被排在 F，代表團決定手舉「UNDER PROTEST」布條表示抗議的事件。
田徑場的十項全能競賽，代表 Formosa 的中華民國十項好手楊傳廣，與美國訓練夥伴強生戰到最後一項一千五百公尺，才以些微差距落敗獲得銀牌，這是中華民國首面奧運獎牌，中華民國政府正希望以此國際體育賽事的優秀表現，來提升日漸受到打壓的國際局勢。

禮的樣板，一直沿用至今。
羅馬城歷史巡禮
來到奧運馬拉松會場，此次的賽道設計，特別規劃經過現存於市區的知名羅馬時期建築遺跡，起終點也首次皆未設在奧林匹克運動場。整個比賽像是在進行一場羅馬城歷史的巡禮。
起點卡比托利歐廣場 (Campidoglio)，是米開朗基羅於一五三六—一五四六年所設計，位於羅馬七丘之一的

Capitoline Hill，緊鄰古羅馬廣場 (Roman Forum)，這裡是古羅馬市中心的心臟地帶。
終點則設在建於西元三一五年的君士坦丁凱旋門 (the Arch of Constantine)，就在著名

赤腳完賽破奧運紀錄
本屆比賽中來自衣索比亞沒沒無聞的阿貝貝·比奇拉 (Abebe Bikila)，竟以赤腳完賽，且大破奧運紀錄，還剛好

赤腳跑者阿貝貝，出生於一九三二年八月七日，這天剛好是一九三二年洛杉磯奧運馬拉松比賽日，或許天註定是為馬拉松而生的人。
阿貝貝·比奇拉一生共跑了十五場馬拉松 (一九五九—一九六八)，前十三場贏了其中的十二場；但最後兩場皆未完賽。一九六九年因車禍造成半身不遂，後來還曾參加輪椅桌球與射箭的比賽。他在一九七三年四十一歲時就因腦出血 (與四年前的車禍有關之後遺症) 過世。

起跑時，阿貝貝站在暖身人群中，決定要脫鞋赤腳比賽，他不是要證明或宣告甚麼，而只是覺得這樣可以跑得比較好。

以一秒之差，創下新的世界最佳成績。這成績到目前 (二〇二二) 為止，仍是赤腳完成馬拉松的世界紀錄。
起跑時，阿貝貝站在暖身人群中，決定要脫鞋赤腳比賽，他不是要證明或宣告甚麼，而只是覺得這樣可以跑得比較好；他沒戴錶，只在手上寫下幾位要注意的跑者號碼；教練告訴他跑到阿克蘇方尖碑那再發動攻勢，然後奪取勝利。



▲沒沒無聞的阿貝貝·比奇拉 (Abebe Bikila)，竟以赤腳完賽，且大破奧運紀錄。(網路截圖)

為馬拉松而生的人

《42.195公里的夢想追逐》簡介

作者自己跑馬拉松，親身參與、擔任奧運志工，還深入瞭解奧運馬拉松的發展，蒐集馬拉松運動的大小故事，而他在這本新書就是想訴說百年來發生在奧運馬拉松賽道上的歡呼與失落；同時詳細整理各屆奧運馬拉松賽事的數據資料，從比賽日期、起跑時間、地點、路線設計，到賽事的完整敘述，讀者即使沒有親臨現場，也會像親身經歷了一場奔馳超過百年的馬拉松賽事。
書中所提及的各國馬拉松選手，他們背負著國家榮譽而跑，在不同時空的奧運馬拉松比賽，跑在各個國家不同的賽道上，流下無數汗水，歷經各種艱辛，交織成百餘年來的奧運馬拉松故事，他們追逐的不僅僅是金牌，更是拚盡全力，想要實現心中的那個熱血夢想。



出版社 / 時報出版
出版日期：2022/11/29



▲整條路線形成一個大三角形，最後在君士坦丁凱旋門下結束。(網路截圖)

書訊

醒報編輯部 / 輯

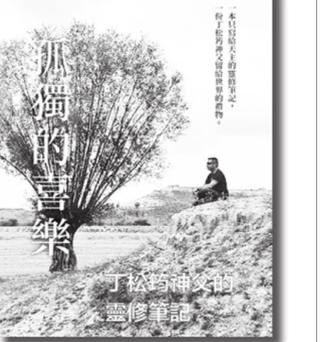
《海之聲》
作者：辛西亞·巴內特 (資深環境記者) 出版社：臉譜
貝殼是人類歷史的記錄，靠著進口貝殼發跡；並描繪出貝殼以及製造它們的軟體動物正在向科學家提出海洋暖化與酸化的警告。
本書由知名環境作家辛西亞·巴內特結合文化史與科學研究，追溯我們長期對海貝的熱愛，以及製造這些海貝的軟體動物的隱密生活。她從孩提時代的好奇開始，漸次鋪展出各種驚人的歷史，例如殼牌家族企業如何



《從 40 歲開始準備的更年期教科書》
作者：高尾美穗 (婦產科專科醫師) 出版社：常常生活文創
女性在進入 40 歲以後，將迎來停經和更年期等人生必經的過程。這個時期由於女性荷爾蒙分泌量急遽減少，經常會出現許多身心狀態的不適。
針對有意尋求專業治療的對象，書中詳細介紹目前婦產科廣泛應用的荷爾蒙補充療法與中醫療法。各位在與醫師諮詢過後，可以根據個人狀況採取合適的治療方式。最後，更重要的是瞭解如何在更年期預防女性的高風險癌症和相關疾病，



《孤獨的喜樂》
作者：丁松筠神父 出版社：星火文化
大家熟知的丁松筠神父 aka 傑瑞叔叔是才華洋溢、很會唱歌、教英文的神父。在英俊瀟灑的外表下，他對自我要求極高，是個超級工作狂，還有，他對別人的嫉妒、冷嘲熱諷也跟我們凡人一樣相當在意，可是他很不一樣，他不停留在受傷、抱怨，而是一再地要自己追隨基督的榜樣，去愛自己的弟兄姊妹，不論他們如何的傷害他。
丁松筠神父其實很年輕就動過心臟手術，他非常努力



▼日本國境才開放不久，遊客不多反倒大大增加了我們的遊興。也感受到一個跟以往造訪時不一樣的京都。(作者提供)

▼我選擇了千年古都京都作為賞楓的目的地，出發的時候，也正值嵐山紅葉盛開期。(作者提供)



浮生歲月

京都去回記

日本國境才開放不久，大陸又尚未解封，所以遊客不多也是意料中事，這反倒大大增加了我們的遊興。也感受到一個跟以往造訪時不一樣的京都。

朱全斌

(大學退休教授)

疫情趨緩，各國紛紛取消入境管制，看到網路上日本入秋後美麗紅葉的照片，不由得心神蕩漾，邀好旅伴在一天之內就定好了旅館與機票，速速加入了「報復性」出遊的行列。

正值嵐山紅葉盛開期

我選擇了千年古都京都作為賞楓的目的地，出發的時候，也正值嵐山紅葉盛開期。

在關西機場進關時，我驚訝地發

現旅客十分稀少，幾乎不需要排隊。日本海關非常有效率，不但人力充沛，動線也很清楚易懂。為了防疫，要多填一些表格，我因為漏填而耽擱了一點時間，所幸機場都有通中文的服務人員幫忙，並不感到困擾。

從關西機場搭乘Haruka列車去京都大約75分鐘，在機場購買火車票也比以前快速許多，搭配購買ICONA十分划算，來回票加上已儲值1500日圓的IC卡，可在關西地區通行無阻，合台幣只要1200元左右。

不一樣的京都

抵達旅館時還不到四點多，但是天色已逐漸陰暗，再加上涼颼颼的溫度，正是台灣感受不到的秋寒氣氛。我們住在烏丸御池站附近的中京區，入夜一片寂靜，行人稀少，完全沒有旅遊旺季的感覺。

日本國境才開放不久，大陸又尚未解封，所以遊客不多也是意料中事，這反倒大大增加了我們的遊興。也感受到一個跟以往造訪時不一樣的京都。

在晚上，登上東山區的高台寺觀賞夜楓，漆黑的夜晚沒有路燈等光害，只有小型照明隱藏在樹木周圍，繽紛的楓葉在黑色背景的襯托

下，顯得份外豔麗。行至臥龍池邊，池中映照著因秋風而搖曳的枝葉倒影，更看得我如癡如醉。

巷弄內閒逛

我們沒有什麼旅遊規劃，儘量要以放空的心情，把自己當作本地人，隨機決定要去的地方。觀光景點如清水寺、嵐山、哲學之道，固然美麗如昔，卻沒有帶來太大的驚喜，反而是觀光客不太去的地方，例如下鴨神社、梅子路公園以及在中京區的巷弄內閒逛，帶來更悠閒與具有生活感的趣味。

下雨的時候，臨時決定去京都國立近代美術館走走，運氣很好，正好碰到德國科隆路德維希博物館的特展，看到了許多20世紀珍貴的現代藝術作品，該館收藏的畢卡索作品是世界第三多，我們也有眼福欣賞到了，非預期的驚喜。

旅遊東瀛最佳時機

受到匯率調降的影響，日幣兌台幣比以往降了三分之一，但是物價卻沒怎麼調漲，讓我們的購買力大增，不但比台灣便宜，還享受到更高的服務品質，連昂貴的計程車坐起來都沒壓力。現在去東瀛旅遊，的確是最佳時機。

不過該注意的是對疫情不要太掉以輕心，日本雖然解封，但是街上大部分人仍然戴著口罩。我雖然一路都在小心，卻在回程飛機上脫下口罩喝了杯咖啡，結果一返抵國門就確診了，成為此行唯一的憾事。



▲在由京都駛往關西空港的列車上吃秋季限定的「秋之彩」弁當。(作者提供)



▲今年京都賞楓的人不多，因而特別愜意。(作者提供)



▲受到匯率調降的影響，日幣兌台幣比以往降了三分之一，但是物價卻沒怎麼調漲，讓我們的購買力大增。(作者提供)



▶我們沒有什麼旅遊規劃，儘量要以放空的心情，把自己當作本地人，隨機決定要去的地方。圖為八阪神社的丹山公園。(作者提供)

LES FILMS DU FLEUVE, ARCHIPEL 55 et SAVAGE FILM PRESENTENT

榮獲坎城影展75週年大獎

榮獲最佳影片大獎 耶路撒冷國際影展

達頓兄弟最強力感人電影

榮獲最佳編劇大獎 聖賽巴斯提昂國際影展

有你就是家

TORI AND LOKITA

UN FILM DE JEAN-PIERRE ET LUC DARDENNE

PABLO SCHILS JOELY MBUNDU ALBAN UKAJ

TIJMEN GOVAERTS CHARLOTTE DE BRUYNE NADÈGE OUEDRAOGO MARC ZINGA

12.16 與你相依

齊心面對困境與挑戰

一對姊弟移民歐洲，