

## 今日天氣

北部 26°-34° 多雲短陣雨

中部 25°-32° 陰多雲陣雨

南部 25°-30° 陰陣雨

東部 26°-32° 多雲短陣雨

深度報導・極簡閱讀・五媒合一



## Awakening News Networks



歐盟大買能源 美課其 15% 關稅



好眠又瘦可能嗎？(劉伯恩)



漫威宇宙的英雄好漢 (藍祖蔚)

《今日求禱》/ 社長

人們關心甚麼？

從事政治活動的人常唯我獨尊的以為大家都熱衷政治，殊不知每天的柴米油鹽才是大家的日常。當政治碰上經濟民生，鮮有不敗下陣的。「笨蛋，問題在經濟！」這次大罷免似乎給朝野、罷團都上了一課。今天醒報頭版關注長照與托育，才是正辦。

▼ 家總秘書長陳景寧建議，全面廢除巴氏量表，改成總體性的長照評估，以確保重症者也能申請看護。(中央社)



# 重症應優先聘看護 民團籲修改長照評估

家總秘書長陳景寧建議，全面廢除巴氏量表，改成總體性的長照評估，以確保重症者也能申請看護。

【本報記者呂翔禾台北報導】「80 歲以上免評巴氏量表，恐讓原本照顧重症長者的移工離職，加劇照顧困境，呼籲政府提出配套，改良評估方法！」社福總盟等社福團體 28 日召開記者會，呼籲政府對 8 月將上路的「80 歲免評巴氏量表」提出配套措施。家總秘書長陳景寧建議，全面廢除巴氏量表，改成總體性的長照評估，以確保重症者也能申請看護。



▲ 家庭照顧者關懷總會秘書長陳景寧(右)指出，新法將會衝擊重症家庭聘移工照顧權益。(中央社)

真正需要者無法獲得照顧。台灣重症兒 360 發展協會代表李詩穎也說，小孩與自己都有罕病，家裡還有 7、80 歲父母要照顧，但長照服務晚上不能用，盼確保重症者能優先聘用外籍看護。

### 護工對重度身障很必要

「如果沒有外籍看護，生活沒有辦法自理！」極重度身障者黃仁祥表示，看護的費用 1 天要 3500 元，還要根據是否下床復健、排便、抽痰，還有體重多少加錢，他很幸運有跟外籍看護配合了 9 年，但看護也因為身體不好去開刀，若申請長照服務的話，只能配合長照、白天才能洗澡，晚上很多生活都很難自理。

民進黨立委林月琴指出，全

球都在搶工，且產業之間也有移工競爭，家庭看護工自然避重就輕，不願照顧重症者，如今 80 歲以上免評巴氏量表後，馬上就有 10 到 14 萬移工需求，後續還有 50 幾萬健康長者可能申請，造成家庭看護工薪水提高，但重症者很多是中低收入戶，外籍看護也沒有補助下，對這些家庭是很沉重的負擔。

### 回歸長照評估

社福團體與林月琴呼籲，80 歲以上免評巴氏量表應暫緩上路，若無法暫緩，勞動部也要設計分級聘用制度，並建議全面廢除巴氏量表，回歸長照體系、依據家庭照顧、支持系統等因素，評估是否要聘用看護，讓重症與罕病病友的家庭獲得保障。

# 立委盼先關注兒虐 時力籲速審《兒托法》

時力主席王婉諭與新竹市議員林彥甫、蔡惠婷呼籲速排審《兒托法》，保障孩子安全與家長權益。

【本報記者呂翔禾台北報導】「《兒童托育服務法》通過後，家長聘用保母才有保障，呼籲朝野儘速排審！」時力主席王婉諭與新竹市議員林彥甫、蔡惠婷 28 日於立法院大門召開記者會，呼籲儘速排審《兒托法》，保障孩子安全與家長權益。林彥甫說，在居托中心找保母只會問到姓名、電話，應儘速立法，讓家長進一步了解訪視紀錄與評價。



▲ 時代力量 28 日於立法院大門召開記者會，呼籲朝野儘速審查《兒童托育服務法》。(Photo by 呂翔禾/台灣醒報)

### 保母資訊很不透明

時代力量黨主席王婉諭表示，罷免的高投票率，顯示民眾關心的不只政治，還有台灣的未來。她指出，《兒童托育服務法》在 6 月的時候已送入立法院，法案中規範包括建立保母計點、評鑑制度，還有將監視器畫面上傳雲端，並將許多以前未具法律的規定法制化，強化對兒虐的保護，「罷免結束後就應該儘速審查！」

「《兒托法》目前僅審查約 5 分之 1，盼對孩子的保障能儘速過關！」王婉諭強調，30 與 31 日衛環委員會尚未決定議

程，呼籲民進黨的召委劉建國儘速排審《兒童托育服務法》。同黨的新竹市議員林彥甫指出，他與太太之前打給居家托育中心想要找保母，結果居托中心只有轉介保母的姓名與電話，「然後就沒有了。」

### 地方要有「監管雲」

林彥甫指出，事後他們還要自己打電話給保母，或是多邊打探保母評價，資訊相當不公開，盼儘速審查《兒童托育服務法》，該法通過後才能公開保母的訪視或違規紀錄。另外，他也希望修法時明定居托中心

角色與職責，避免球員兼裁判，另外也要增加訪視保母的人力，目前 1 個訪視員要顧 60 位保母，負擔相當沉重。

同黨議員蔡惠婷也說，2023 年底有新竹男嬰疑似因托育人員疏失被熱水燙傷，家屬要求調閱監視器卻被告知設備故障，雖然新竹市有鼓勵裝設監視器，但並未推動影像雲端備份，無法確保事故發生後有證據可查，《兒托法》雖有監視器影響備份規定，也應要求地方建置「監管雲」，並編列預算。

### 《焦點圖文》

圖文 / 中央社



### 第 2 批 M1A2T 抵台

▲ 台灣對美國採購的第 2 批 42 輛 M1A2T 戰車運抵台北港後，循 2024 年模式板運至新竹裝訓部。圖為裝載 M1A2T 的卡車 28 日凌晨沿港區道路駛離港口。



## 社論

## 全球競爭下 台灣 AI 的發展方向

人工智慧(AI)已不僅是一項產業技術，更是一場國家級的未來競爭。

台灣正處於這波浪潮的交會點上，一方面具備堅強的半導體實力與中小企業創新活力；另一方面則面臨內需市場有限、人才外流與法規落後的制約。在這樣的背景下，如何看待並規劃台灣AI的前途，不僅攸關產業轉型，也關係國家競爭力與命運。

## 美中競逐 AI

從全球的視角觀察，美國與中國分別在AI政策上展開激烈競逐。美國川普政府近期推出的AI行動計畫，核心不在技術本身，而在鬆綁監管、打擊所謂「意識形態偏差」的

AI系統，鼓勵企業自由發展AI模型與資料中心建設。

這種作法，無疑為大型科技企業如Nvidia、Meta、Alphabet、OpenAI等提供更寬鬆的發展空間，但也引發學界對言論自由與倫理風險的高度疑慮。

相對而言，中國則在世界AI大會上提出全球治理行動方案，倡議成立「AI合作組織」，並主張「開源開放、普惠共享」，特別強調幫助全球南方國家彌補AI能力差距。兩種策略分別代表自由市場與國家干預的路線，其背後反映的是價值觀的競合與科技主導權的爭奪。

## 審視戰略布局

台灣在這場國際競賽中既非領頭羊，亦非旁觀者。面對美中兩大勢力的推進，我們應重新審視自己的角色定位與戰略布局。行政院近日提出「AI新十大建設」，設定了五大目標：打造智慧科技島、創造新產業、均衡區域發展、培育新生活圈，以及建構具國際影響力的AI實驗室體系。其中AI機器人國家隊的推動、百億創投與沙崙基地的設立、20萬家企業的AI導入目標等，勾勒出一幅野心勃勃的轉型藍圖。

但願景壯麗並不等於未來可期，關鍵在於執行力與結構調整。首先台灣AI產業面臨的挑戰不容忽視，內需市場有限使得本地企業難以單靠本地消費維持規模經濟，品牌影響力

不足導致出口不具槓桿，加上高階人才逐漸外流、資金集中於少數財團，使得創新動能受限。這些結構性問題若未徹底處理，再多的建設與政策也難以根本改變台灣AI的全球角色。

## 建立倫理準則

面對全球AI治理趨勢，台灣也需儘速建立自己的倫理準則與法規體系。美中雖路線不同，但皆已意識到大模型背後所隱含的價值觀輸出與社會風險。台灣若無自立的AI倫理標準，恐將在國際競合中被動接受他國框架。

現行個資法與資安法的規範已遠不足應對生成式AI的挑戰，政府應及早擬定AI治理

白皮書，推動跨部會、跨產業的協作機制，以確保未來科技發展不致失控。

台灣也必須正視人才戰略，中國與美國皆將AI人才視為戰略資源，前者透過國家工程師計畫輸出大批技術專才，後者則吸納全球頂尖博士與創業者。反觀台灣，高教資源分散、科研薪資落後、學用落差持續擴大，已使得年輕人才紛紛投向海外或非AI領域。若要實現2040年創造15兆產值的目標，首先必須建立一套涵蓋中學、大學到職場的AI教育體系，並給予年輕人看得見的AI願景。

## 兩岸應否合作？

我們也不能忽略地緣與政

治因素，中國在AI領域持續釋出「兩岸合作」訊號，強調台灣在半導體與精密製造的優勢，希望雙方能在AI應用上融合互補，共同開拓全球市場。在兩岸關係緊張的大環境下，這類倡議或許被視為政治操作，但若從純技術與產業角度來看，台灣確實可透過交流汲取市場場景與應用經驗。問題不在於合作與否，而在於如何確保合作條件對等、安全，且不被政治綁架。

總體來看，台灣的AI前途充滿潛力，也處處充滿挑戰。在美中對峙下，台灣不可能自外其身，也不應選邊站隊，應走出一條屬於自己的中道科技路線。技術上持續自主、產業上深度國際化、政策上靈活調整、治理上重視倫理與公平。唯有如此，AI發展才不會成為口號上的願景，而是國家競爭力的真實動能。

## 朝野檢討漢光演習 應區分迷彩、兵推廈門

民進黨立委陳俊宇表示，國軍在此次漢光演習中，試行新的「黑白灰」城市迷彩裝，未來要如何敵我辨識很重要。



◀▲ 國防部長顧立雄（左下圖）回應，城市迷彩還在持續進行試驗，未來會先評估哪些部隊可能會在城鎮作戰，並按照屆時的任務規畫進行處理，不會急著上路。（中央社）

【本報記者呂翔禾台北報導】「漢光演習雖試行新的黑白灰城市迷彩，但中共解放軍可能有類似裝備，呼籲國防部仍要做好部署與宣傳！」綠委陳俊宇如此建議國防部，部長顧立雄則說，城市迷彩還在試行中，會將相關意見納入；藍委陳永康則指出，漢光演習可以加強戰俘對待與注意廈門新機場未來新航道設置，並關注金門禁限制水域的中國商船。

## 需留意敵我區分

立法院外交及國防委員會28日邀國防部長顧立雄等將官報告「漢光四十一號演習實施成

果、檢討與後續策進作為」。民進黨立委陳俊宇表示，國軍在此次漢光演習中，試行新的「黑白灰」城市迷彩裝，且未來部分軍隊與設備可能會改塗裝，但解放軍也有類似裝備，未來要如何敵我辨識很重要。

對此，顧立雄回應說，城市迷彩還在持續進行試驗，未來會先評估哪些部隊可能會在城鎮作戰，並按照屆時的任務規畫進行處理，不會急著上路。陳俊宇也提醒說，城市迷彩與過去國軍常使用的綠色數位迷彩不同，若遭遇共軍登島作戰，可能搞混，請國防部未來要研議宣傳措施，避免敵我不分。

## 強化禁限制水域應處

國民黨立委陳永康則表示，整體漢光演習值得肯定，但也有一些要檢討的地方，例如若我方火力並未全面殲滅敵方，敵軍傷患該如何處理？畢竟國際上有人道法與武裝法規，盼下次法律司可以加入漢

光演習，一同協助戰務處理與人道狀況演練。另外，廈門的新機場將建成，屆時航道恐與金門領空重疊，我方空軍要多留意。

「中國許多商船都停在金門的禁限制水域！」陳永康強調，這些貨船或商船利用金門禁限制水域，作為進入廈門港的停車場，屆時金防部、國軍與海巡如何協調因應？相關作為也要符合人道精神，盼國防部下次漢光演習能多演練對中國商船或貨船進入禁限制水域的因應作為。

## 空防都有持續監控

針對陳永康的建議，副參謀總長執行官黃志偉回應說，漢光演習這次有模擬相關狀況，因應戰俘的演練也有做，而廈門新機場方面，主要是由民航單位協調，中國需依據國際民航法公布航道，至於禁限制水域部份，海巡署會針對中國海警船進入因應，必要時由軍方協處，空域動態上，金防部也會持續監控。

## 罷團公民運動新篇章 創造 42% 同意票

【本報記者呂翔禾台北報導】素人、工程師、網紅組成的罷團，雖然沒有推動大罷免成功，但也催出42%的同意票！這次罷團大多是透過臉書社團、Threads等社群進行串聯，同時還有工程師自發架設罷免網站、印製文宣，並透過科技、教會與志工等方式蒐集連署書，寫下公民合作的新篇章，據悉將出版三本紀實的書。

## 民團協助串聯

從2024年5月的國會改革法案開始，就開始有許多地方臉書社團開始討論罷免該區域的國民黨立委，等到12月20日藍白以人數優勢通過《選罷法》、《憲訴法》與《財劃法》後，開始串聯罷免的人數增加，其中還開始有具有特定專長的素人加入，協助架網站、輔導罷免社群、討論志工分工等。

其中，還有當年罷免高雄市長韓國瑜時組成的「民主補破網」團隊，以及聯電創辦人曹興誠為首的「反共護台志工聯盟」（下稱聯盟）於今年1月成立，台派也透過各種LINE群組發送消息、聯絡，還有意見領袖會透過群組，自發傳遞宣講行程與內容。聯盟則作為整合媒體發言窗口，也向各地罷免團體提供人力和經費上的支援，但各地罷團仍自主運作。

## 素人架設連署網站

在第一、第二階段連署時，還有工程師自發架設網站，追蹤各地國民黨立委連署的情況，更有許多志工協助製作文宣、舉著「同意罷免」的旗幟站在路口，或是拿個簡單的木箱、大聲公，在路邊就開始宣揚大罷免的理念，這段期

間包括「山除蔽害」發言人阿美、蔡卡羅等過去並非政治人物或網紅的素人，開始踴躍出現在媒體版面。

罷免國民黨立委王鴻薇的志工蔡卡羅過去是紡織業，志工Eric是軟體公司行銷經理，罷免國民黨團立法院總召傅崐萁的志工阿德是戶外活動教練，罷免國民黨立委賴士葆的發言人高麗菜（化名）是一般上班族。各地罷團透過臉書社團認識、見面、討論策略與分工，形成不容忽視的一股力量。

由於價值觀相近，加上是志工性質，且經過討論後採取從嚴審查連署書的策略，加強內部防弊下，罷團二階段的連署正確率都相當高。濟南教會主任牧師黃春生也曾在臉書上提到，罷團與友善據點會簽署「保密協議」，義工也需簽署保密協議，確保個人資料受到保護；據點僅作「代收」角色，所有連署書皆由罷團授權的人

員負責轉交處理，防止個資外流。

## 合募 30 萬卡車廣告

在罷團各方對於國民黨立委於國會的行為感到焦慮，加上實體見面、討論策略，還有透過志工的篩選、過去有經驗的民團、教會等組織的輔導與協助，各地罷團互相支援、卻又保持一定的自主性下，讓大罷免得以遍地開花。曾參與「反紫光奇遊團」的半導體專家許美華，更是首先與朋友合力募資，租下30幾萬的卡車廣告，宣傳罷免國民黨立委徐巧芯。

雖然最終沒有罷免到任何國民黨立委，但罷團也在這24個區域中，號召出170萬人投下同意罷免，也有7個立委雖然不同意票數大於同意，但同意票數有高過罷免通過的25%門檻，在民進黨並未全力動員下，罷團能獲得這樣的成果實不容小覷。

## 圖文選粹

## 醫師呼籲大罷免後少接觸煽動訊息



▲ 衛福部台中醫院身心精神科主任章秉純建議，罷免與選舉還是有本質上不同，罷免投票容易有負向情緒，反應比較激烈；前2週因焦慮情緒就醫的人數有增加趨勢，事件已落幕，建議避免再接觸煽動情緒的訊息。



▼ 104 人力銀行 28 日與工研院發布「2025 半導體業人才報告書」，今年 5 月半導體人才缺口達 3.4 萬人，隨著晶圓廠擴產和先進製程投資增加，職缺成長主要為生產品管環衛類、研發和操作類等。（中央社）



# 半導體人才缺口達 3.4 萬 缺生產和研發類職缺

【本報記者游清淵綜合報導】趕快投入半導體！2025 半導體業人才報告書指出，今年 5 月半導體人才缺口達 3.4 萬人，隨著晶圓廠擴產和先進製程投資增加，職缺成長主要為生產品管環衛類、研發類，工作機會分別為 1 萬人、9000 人。非主管職薪資方面，以類比 IC 設計工程師年薪中位數達新台幣 178 萬元居冠。

104 人力銀行 28 日與工研院發布「2025 半導體業人才報告書」指出，自 2023 年下半年起，主要徵才 3 大職類包含「生產製造／品管／環衛類」、「研發類」、「操作／技術／維修類」，工作機會持續攀高。

## 技術職缺特別明顯

報告指出，徵才職缺以技術職缺特別明顯，「生產製造／品管／環衛類」自 2023 年 10 月 5600 個工作機會，攀升至 2025 年 5 月 1 萬個，

隨著晶圓廠擴產和先進製程投資增加，職缺成長主要為生產品管環衛類、研發類，工作機會分別為 1 萬人、9000 人。

增幅達 77%，反映晶圓廠擴產、先進製程與先進封裝投資增加，對製造工程人力需求增多；研發職缺則從 2023 年約 6000 個成長至今年 5 月的 9316 個。

此外，「操作／技術／維修類」自 2023 年 10 月 4300 個工作機會，增長至 2025 年 5 月 7240 個工作機會，增幅 67%，反映先進製程與先進封裝產線擴展，機台操作與維護人員需求上升。

觀察 2024 年半導體產業概況，工研院產科國際所所長林昭憲表示，台灣晶圓代工占 68.8%，全球排名第 1；IC 封測市占近 5 成，全球居冠；IC 設計市占 16.8%，全球排名第 2。其中台灣為 7 奈米及以下晶片重要產地，且有高達 83%AI 晶片為台廠生產。

## IC 產值成長 3 倍

林昭憲表示，從 2010 年至 2024 年，IC 產值成長 3 倍，但新生人口卻減少約 20%，顯示在高科技產業加速成長下，人才斷層的隱憂。

半導體產業面臨人力荒，根據報告統計，「操作／技術／維修類」因需要輪班且工作當下需高度專注，人才招募不易，今年 5 月平均每個工作機會僅能分到 0.2 名求職者人力；「生產製造／品管／環衛類」因製程複雜，設備操作與維護需大量工程師，平均每個工作機會僅能分到 0.4 名求職者；「研發類」隨著 AI 應用全面擴散，消費性電子產品能力提升、通訊技術升級，平均每個工作機會僅能分到 0.45 名求職者。

## 數位 IC 工程師 157 萬元

攤開薪資結構觀察，「非主管職」以類比 IC 設計工程師年薪中位數 178 萬元居冠，其次為數位 IC 設計工程師 157 萬元，顯示 IC 設計在半導體價值鏈中擁有極高的技術門檻與附加價值；「主管職」硬體工程研發主管年薪中位數 181 萬元最高，其次為經營管理主管 170 萬元，顯示技術與管理整合能力的重要性。

工作技能方面，報告顯示，「生產製造／品管／環衛類」、「操作／技術／維修類」前 3 大技能均為機械產品故障排除檢修、改善設備問題及功能提升、電機設備保養維護，確保維持設備正常、避免停機，支撐整體製程順利進行；「研發類」技能則為電子電路系統設計、類比 IC 電路設計、數位電路設計與驗證。

報告指出，「操作／技術／維修類」工作著重實作與現場技能，大多數企業都可提供訓練，58% 職務科系不拘比例最高。

## 生活短波

# 中南部豪雨 阿里山林鐵連 3 天全線停駛

【本報記者游清淵綜合報導】小火車停駛！受西南氣流影響，中南部雨勢不斷，阿里山林鐵自 28 日起，一連 3 天全線持續預警性停駛，後續將視狀況，在進行路線巡檢確認安全後，另行公告復駛時間。

阿里山林鐵及文資處發布訊息，據中央氣象署最新氣象資訊，今晚至 30 日是西南氣流影響最顯著期間，28 日入夜至明

天雨勢明顯，30 日中南部地區仍有局部豪雨等級以上降雨。

因此阿里山林鐵自 28 日起，一連 3 天全線持續預警性停駛，後續將視狀況，在進行路線巡檢確認安全後，另行公告復駛時間。已訂票旅客，可自乘車日起 1 年內，持車票至林鐵各車站或全台統一超商 ibon 辦理全額退款。



▲阿里山林鐵自 28 日起，一連 3 天全線持續預警性停駛。（阿里山林鐵提供）

# 往返小琉球航班陸續停航 旅客急改行程

【本報記者游清淵綜合報導】低壓帶及西南風影響，往返小琉球間航段有風浪，航運業者 28 日宣布，29 日航班中午過後不行駛、30 日全天停航；東港碼頭 28 日仍有旅客，有些急改行程，3 天遊程旅客則暫不受影響。

依氣象署東港小琉球間航段預報，29 日中午過後浪高 1.9 公尺、風力達 5 級，30 日則浪高達 2 公尺、風力 5 級，為安全考量而宣布停航。東港鎮從 28 日

上午就出現陣陣雨勢，碼頭浪也打上岸。

營運往返東港、小琉球間的 5 家航班業者，包含泰富航運、藍白航運、東琉線聯營處，受到低壓帶及西南風影響有風浪，28 日陸續宣布，29 日調整航班中午過後不航行、30 日全天停駛，31 日視海況另行公告是否恢復航行；大福航運則是 29 及 30 日全天停駛、琉興航運則因定期維修，暫停航行。



▲往返屏東離島小琉球間航段，受低壓帶及西南風影響，航運業者陸續宣布 29 日中午過後停駛；28 日上午，東港碼頭仍有旅客前往搭船。（中央社）

# 定期篩檢大腸癌、乳癌 餘命可延長超過 3 年

【本報記者游清淵綜合報導】癌症蟬連數年 10 大死因之首，台灣篩檢學會 28 日發表癌症篩檢效益評估分析成果，證實接受癌篩可延長平均餘命，只要接受大腸癌、乳癌任一篩檢，就會比完全未篩者多活 3 年以上。

衛生福利部最新資料，民國 111 年新發生癌症個案為 13 萬 293 人，113 年癌症死亡人數為 5 萬 4032 人。國民健康署長吳昭軍 28 日在記者會表示，許多癌症不再無藥可醫，關鍵在及早

發現並進行治療，才能提高治療效果並提升 5 年存活率，癌症早期無明顯症狀，仰賴篩檢及早發現。

國健署提供乳癌、子宮頸癌、大腸癌、口腔癌、肺癌等公費癌症篩檢，與台灣篩檢學會合作應用癌症篩檢相關資料，針對癌症篩檢所帶來的效益及國人的平均餘命評估進行分析，實證顯示篩檢可有效降低乳癌、大腸癌、子宮頸癌及口腔癌的死亡率，並有助延長平均餘命。



▲國民健康署持續推動癌症篩檢政策，實證顯示，篩檢可有效降低乳癌、大腸癌、子宮頸癌及口腔癌的死亡率，並有助延長平均餘命，最高可達 3.38 年。（中央社）

# 40 歲以上可肝炎篩檢 安心亞宣傳防治

【本報記者呂翔禾台北報導】「8 月起，40 歲以上可納入終身免費一次的 B、C 型肝炎篩檢，盼藉此強化防治肝癌！」國健署長吳昭軍 28 日於記者會表示，盼透過加強篩檢，彌補 1986 年以前沒有施打 B 肝疫苗族群的肝炎防治空缺。藝人安心亞也協助拍攝衛教宣傳片「老羅的玫瑰與茉莉」，並首次挑戰一人分飾兩角，還在觀影過程偷偷拭淚。

電影由安心亞分飾個性活潑的姐姐「玫瑰」與較自卑的妹妹「茉莉」，姐姐雖然平常有吃保養品養肝，但未定期追蹤，結果懷孕前檢查才發現肝臟出現中度纖維化；兩姊妹的父親不時有腹部疼痛，但都以為是胃痛，在茉莉多次要求到醫院篩檢下，才發現是肝癌初期，但所幸

發現及時，病情因而獲得控制。

## 明星也很注意飲食

台灣癌症基金會副執行長張家崙指出，台灣估計還有 170 萬名 B 型肝炎帶原者，B 肝也是罹患肝癌的最大主因，70% 肝硬化、肝癌都有 B 肝有關。他提醒，B 肝是透過體液，例如血液感染，但仍有多數民眾認為會透過飛沫傳染，這是錯的。另外他也指出，4 成 B 肝帶原有服藥者會自行停藥，恐導致復發甚至惡化成肝癌，呼籲千萬按醫囑用藥。

安心亞分享說，拍完電影後，她也會保持運動的習慣，喝水都會喝足夠量、2 千 cc 以上，且飲食都有控制，儘量不吃炸的、醃漬類，並保持少油、少鹽與少糖，也會



▲藝人安心亞（左）與癌症基金會、國健署合作，宣傳 B、C 型肝炎衛教預防，提醒民眾多利用肝炎篩檢。（Photo by 呂翔禾／台灣醒報）

注意身邊朋友的身體狀況，並鼓勵一起運動。她也笑說，一人分飾兩角並不容易，且兩個角色的個性差異很大，感謝導演不時提醒。

## 癌症與肝炎大有關

吳昭軍表示，肝病不會說話，是沉默的器官，80% 的癌症大多與 B 型、C 型肝炎，如

何清除影響肝臟很重要，政府希望 2030 年將 B 肝清除、2025 年將 C 肝清除，10 月衛福部也將向 WHO 遞交清除 C 肝的認證，提早 5 年達標。

他呼籲民眾多利用篩檢服務，減少 B、C 肝發生，還有後續可能的肝炎對民眾造成的困擾。



▼美國與歐洲近日達成談判協議，同樣也是關稅換投資的方式，降低關稅至 15%，爭取歐洲對美增加投資。（中央社示意圖）



# 歐盟買能源、增投資 美只課 15% 關稅

【本報記者呂翔禾綜合報導】原本被美國課徵 30% 關稅的歐盟，在增加能源投資 22 兆、額外投資 18 兆後，終於將關稅降至 15%！美歐雙方趕在 8 月 1 日前達成協議，歐盟執委會主席馮德萊恩表示，此協議將給雙方帶來很大穩定性。美國總統川普目前已與英國、日本、歐盟、印尼、菲律賓與越南完成貿易協定，我國則尚在談判中。

## 鋼鋁仍徵 50% 關稅

根據《英國廣播公司》報導，美國原則上將對所有歐洲貨品課徵 15% 的關稅，但鋼鋁除外，仍維持 50% 關稅。



被美國課徵 30% 關稅的歐盟，在增加能源投資 22 兆、額外投資 18 兆後，終於將關稅降至 15%！

稅，比原本 30% 的關稅少一半。川普則補充說，美國部分產品出口歐洲可獲得零關稅，另外歐洲將對美增加採購 6 千億美元的軍事設備等投資，還有 7500 億美元的能源投資，包括液化天然氣、石油與核燃料。馮德萊恩表示，可藉此減少對俄羅斯能源的依賴。

不過對於鋼鋁的 50% 關稅還會議續維持，馮德萊恩表示，川普雖然是很難對付的

談判者，但也是願意達成協議的人，雙方都宣稱協議對彼此有好處：對歐盟來說，至少關稅稅率與英國的 10% 更靠近，對美國而言，可獲得 900 億美元的關稅收入，還有大量的投資進入美國。

## 尚未談妥擔心稅率

《半島電視台》則強調，雙方藉此協定避免進一步的貿易戰爆發，歐洲

領袖對此大多表示歡迎，包括德國總理莫茲、義大利總理梅諾尼等。但各國國會議員則有不同看法，丹麥國會議員賈洛夫直言，關稅協定讓美國與歐洲的東西都變貴，恐對歐盟經濟造成重挫。

川普目前與英國、日本、歐盟、印尼、菲律賓與越南等國完成貿易協定談判，《奇摩財經》提到，與中國的談判將於本周進行，財長貝森特表示，近日內都還可以談，但隨著 8 月 1 日美國政府聲稱的豁免期將到期，市場仍對後續國家的稅率感到相當好奇。



# 棒球熱外轉內 中職 212 場達 2 百萬人次

【本報記者宋秉謙綜合報導】中職棒球熱持續攀升！中華職棒 27 日晚間 3 地賽事完賽後，本季進場累積人次正式突破 2 百萬人，連 2 季打破 2 百萬人，而今年僅用 213 場就達標再創紀錄，本季場均人次也來到逼近萬人的 9426 人。大巨蛋、第六隊、場外行銷都是熱度攀升的原因，去年 P12 奪冠創佳績更是成長關鍵，此前 2013 年經典賽創佳績時，也寫過年度成長率 150% 的佳績。

## 熱度年年升

中職 27 日同樣是 3 地開打，雖然 3 戰都安排在北都，天氣狀況也並非理想，但依然澆不息球迷的進場意願，天母的味全富邦賽事是 6825 人、桃園的樂天台鋼賽事是 8029 人，而位於大巨蛋的傳統球隊對決：統一中信之戰，寫下 18725 的人次，主隊統一在這個「超人力霸王」主題系列賽寫下隊史進場人次紀錄，3 場比賽共累積 61368 人次。



▲統一、中信週末在大巨蛋的主題系列賽，將進場人次再開出佳績，助推本季累積進場人次刷破 2 百萬。（photo from 統一獅官方粉絲團臉書粉專）

在「超人力霸王」主題系列賽進場佳績幫助下，本季進場累積人次正式突破 2 百萬人，連 2 季打破 2 百萬人，去年聯盟是在 267 場賽事達

標，而今年僅用 213 場就達標再創紀錄，目前的場均進場人次的年成長率是 28%，目前 213 場就有 62 場突破萬人，其中 6 場開出滿場的票房佳績。

連續兩年中職歷史累積進

場人次也將在本季達標 4 千萬，最慢預計能在 8 月中達標，而本季的累積進場人次也有望突破 3 百萬，繼續推高單季進場紀錄，將棒球熱延續到明年季初的世界棒球經典賽。

## 國際賽佳績助威

中職創立之初就迎來進場熱潮，職棒 3 年的場均 6878 人紀錄一直到去年（職棒 35 年）才打破，期間多次遇到假球、聯盟分裂、球隊解散等低潮期，職棒從 97 年到 2012 年的場均人次都未達 4 千人、多年未達 2 千。

國際賽佳績就是職棒進場熱度的關鍵，2013 年經典賽創佳績後，該年的場均年成長率近 150%，把場均進場人次拉回 6 千，隨著大巨蛋啟用、聯盟回歸六隊、場外行銷娛樂化，搭配 P12 奪冠熱潮，今年的場均進場人次與賽季累積人次的成長幅度，值得球迷期待。

# 古代文獻有缺失 AI 數據可填補損壞文字

【本報記者莊宇欽綜合報導】古代文獻的文字空白處有救了！長期以來，解讀古代文獻是一項艱鉅任務，而 Google DeepMind 成功研發新型 AI 工具，有助於預測古代文獻的書寫地點和時間，並對缺失的文字提出填補建議。專家指出，該技術借助傳統百科全書數據庫，將開闢歷史考古的全新視野。

## 「埃涅阿斯」填補文字

《衛報》報導，Google DeepMind 推出一款名為「埃涅阿斯」（Aeneas）的人工智慧工具，旨在預測古代文獻的書寫地點和時間，並對缺失的文字提出填補建議。對此，解讀古代文獻是一項艱鉅任務，包括衛生、醫藥、教育、交通、淡水系統和公共衛生等領域都有羅馬人留下的大量銘文。

事實上，許多歷史文物因時間侵蝕

而難以辨認，而部分刻有文字的物品多年來也散落各地，導致其來源難以確定。因此，「埃涅阿斯」計畫透過將文本置於特定時代背景中，以填補損壞文物中的空白處。

諾丁漢大學歷史學家索默爾德表示，歷史學家透過「埃涅阿斯」解讀、歸因並修復殘缺的古代文本，除了勝利者書寫的歷史外，也包括來自不同社會階層所書寫的文字。

## 人工智慧新視野

《BBC》報導，「埃涅阿斯」已被用來填補古羅馬捲軸中的空白處，以及填補紀念碑和日常物品上雕刻的古羅馬文字，並確定其年代和地理位置。然而，人工智慧在分析文本時也經常會出現錯誤，若是過度人工智慧也可能會扭曲人們對歷史的理解。



►Google DeepMind 成功研發新型 AI 工具，有助於預測古代文獻的書寫地點和時間，並對缺失的文字提出填補建議。（Photo by Boudevijn Huysmans on Unsplash under CC license）

# 受刑人悔罪信耶穌 監獄福音領百萬人歸主

【本報記者莊宇欽綜合報導】「上帝要稱呼你們為公義、聖潔和神聖。」近日，更生人強尼述說其在獄中認識耶穌的見證，並帶領逾百名囚犯將生命獻上，其中 50 名囚犯願意受洗跟隨主。對此，這場佈道會來自「獄中之神」事工機構，該組織數年來已引領逾兩百萬名囚犯追隨耶穌。

## 更生人強尼做見證

《基督教廣播網》報導，美國東密西西比懲教所與「獄中之神」（God Behind Bars）合作，近日安排更生人強尼於監獄體育館分享見證，述說其如何在獄中認識耶穌並改過自新，最後成為一名傳教士。現場，強尼的見證讓數百名囚犯感受神的同在，並紛紛跪倒臣服於上帝面前。

「上帝要稱呼你們為公義、聖潔和神聖。」強尼在見證中極力呼籲，當人們深陷罪惡之中，上帝是救生員，人們都要稱他為救世主，所有希望會

驅散心中一切的黑暗。

隨後，現場囚犯將雙手高舉，當強尼詢問誰想讓耶穌成為生命之主時，眾多囚犯在淚水紛紛跪下，並將羞恥、毒癮和絕望等枷鎖都帶到耶穌面前破碎。

## 「獄中之神」福音事工

「連續兩天，監獄體育館變成了聖地。」根據全國監獄事工統計，超過 100 名囚犯將自己的生命獻給了耶穌，超過 50 人自發性地參加了洗禮。對此，《獄中之神》致力於幫助囚犯於監獄中及獲釋後建立信仰，如今已拯救超過兩百萬名囚犯追隨耶穌。

「獄中之神」明確表示：「我們將不遺餘力確保美國的每一位囚犯都能直接、親自地接觸福音。我們希望幫助他們增強信仰、治癒情感和創傷、打破成癮和惡性循環，讓每一位獄友都能履行作為至高神兒女的使命。」



◀近日，更生人強尼述說其在獄中認識耶穌的見證，並帶領逾百名囚犯將生命獻上。（Photo from God Behind Bars）



▼睡不好就會影響褪黑激素及生長激素的分泌容易發胖，病人問醫師，我現在睡得很好，為什麼反而更胖？」(網路截圖)



劉伯恩  
談減重

## 好眠又瘦可能嗎？

有的藥物是透過多種機轉影響體重，像胰島素使水分滯留於體內，並同時影響到體內碳水化合物和脂質的代謝。

劉伯恩  
(減肥名醫)

最近有一個因病態性肥胖的病人，在問診中非常無奈的抱怨：他因工作壓力大，已經有一段時間晚上都輾轉難以入睡，經醫師診斷後就開立一些「助眠」的處方藥給他，但一段時間後，體重在短時間內就暴增了近5公斤，而且胃口變得非常好，雖然睡眠改善了很多，但幾乎以前的裙子及褲子都要重新訂購！

病人問了一個很好的問題：「醫師！一些醫學報導，不是說：如果睡不好就會影響褪黑激素及生長激素的分泌容易發胖，但我現在已經睡得很好，為什麼反而更胖？」

從臨床診斷來看，這病人是屬於典型的「藥物型肥胖」的病因，除了一些助眠的藥會引起肥胖外，尚包括了：抗精神病藥、抗憂鬱藥、情緒穩定劑、抗癲癇藥、糖尿病用藥、類固醇、避孕藥、抗過敏藥、抗高

血壓用藥、賀爾蒙用藥及一些油性性唯他命等藥都會。

而造成藥物性肥胖的原因：還包括因鈉鹽囤積太多使水分滯留於體內，造成水腫的現象而使體重增加，這些藥包括：荷爾蒙治療劑、口服避孕藥、一些Beter-blocker阻斷劑的心血管疾病用藥；有些藥物是直接促進食慾，使胃口增加，例如：某些抗組織胺劑。

有的藥物則透過多種機轉影響體重，像胰島素使水分滯留於體內，並同時影響到體內碳水化合物和脂質的代謝。而有些精神科及抗憂鬱藥物也會改變食物量的調控而引起體重的增加。例如三環類抗憂鬱藥物(TCA；Tricyclic antidepressants)以Amitriptyline促進體重增加最為明顯。

### 如何改善？

藥物性引起的肥胖，其治療模式：

包括生活方式改變如飲食和

運動、醫療干預如藥物治療和外科手術如減肥手術。這些方法旨在幫助個體達到和保持健康體重。

1. 生活及飲食行為的改變，包括採用均衡飲食和量身訂做的體育活動及運動處方，是肥胖的管理及減重的基礎。基礎，因為它們促進可持續的減肥和整體健康的改善。

2. 醫療療法，如處方藥物，可能由醫療提供者開處，以幫助那些通過生活方式改變未取得成功的個體進行體重減輕。

3. 外科手術，如胃繞道或袖狀胃切除術，在其他治療未達到預期效果的嚴重肥胖病例中考慮，提供了一個更激烈但有效的解決方案。

4. 調整容易致胖的藥物處方，並在原來看診醫師的診斷下，開立比較不會致胖的藥物處方。

畢竟藥物的介入就是要達到有效治療的效果，而其衍生出來的問題，只要在專業醫師指導下，一定可以達到魚與熊掌兼得又能瘦身的最佳境界。

▼總統賴清德(左)在內政部警政署出席114年警察節慶祝大會，圖為賴總統頒發獎狀揚員警勤務持續辛勞繁重的模範警察，並慰問其眷屬。(中央社)



## 談警界的繁重加給

警政推動首重制度健全，一旦制度失衡，不僅編制人員會離開，工作士氣也會下降。

王翔正

(文字工作者)

近年來，因產業發展與工作機會的緣故，人口逐漸往都會區集中，若從警政的角度來看，人口一多代表事情增多，導致都會區警察分局日益繁忙，工作量變多，工作壓力相對也變大。爰此104年1月1日起，政府依據勤務繁重程度區分三級發放「警察繁重勤務加給」，迄今全國直轄市警察局已陸續擁有該項的政策紅利。

### 加給影響調動

然而，牽一髮動全身，繁重加給制度改變，直接影響員警調動升遷，由於直轄市財政較為健全，人員編制完整又加上加給紅利，甚至該項繁重加給還高過「主管加給」，為求薪資增加與工作平衡，許多員警前揆後繼地，選擇到居住地鄰近的直轄市打拚。

從每年員警統調作業來看，鄰近大都會區的縣市，平時勤務量又與六都相當，如基隆市、

新竹市、彰化市、屏東市等，不啻是人員流失的重災區，敵不過繁重加給的誘因，永遠都是調出的比調進的還多，導致在地警政人才培養不易，以基隆市為例，長期未如六都警職享有繁重加給，警力不斷流向雙北，目前巡官缺額率達45.7%，為全國最高。

### 增加留鄉誘因

警政推動首重制度健全，一旦制度失衡，不僅編制人員會離開，工作士氣也會下降，年輕員警更不願意加入，況且警察工作尤賴在地辦案經驗與地

區人事物熟識，必須日積月累且具備專業，若員警勤務持續辛勞繁重，又加上警力長期不足，身心健康遲早必亮紅燈，長此以往不可不慎。

然而，目前非直轄縣市困於中央法規限制，無法自籌經費發放繁重加給，筆者建議在地方財政負擔許可下，警政署應審核其他都會地區的實際勤務狀況，通盤考量繁重程度，增加非直轄市地區的繁重加給，建立同工同酬的合理待遇，以員警增加留鄉誘因，避免非直轄市地區的警力不斷流失，進而造成人越少、工作更繁重的惡性循環。



圖為刑事警察局警察節慶祝大會。(網路截圖)

# 萬眾一心 快樂戒菸

多數吸菸者都有過戒菸的念頭，但擔心失敗就不敢嘗試！其實吸菸不只是個「壞習慣」，更是成癮的問題；戒菸需要支持鼓勵及專業的協助！立即嘗試戒菸，擺脫菸癮的束縛，讓自己更健康、更快樂、更自由！

張漢典



### 戒菸四招

- 1 深呼吸15次  
連續將氣深深吸入再慢慢吐出
- 2 喝一杯冷水  
這期間喉嚨又可抑制吸菸慾望
- 3 用力伸懶腰  
擺脫癮象或原地跳躍都可以
- 4 刷牙或洗臉  
神清氣爽 精神好！

### 戒菸就贏APP 立即下載

A. 找出最方便的「戒菸門診特約醫療院所」戒菸去...  
B. 設定戒菸日，讓系統連續四周天天送戒菸小叮嚀！  
C. 撥打衛生福利部國民健康署免費戒菸專線0800-636363

華文戒菸網  
-快樂戒菸指引-

菸害偵探社  
-揭露菸商十大真面目-

董氏基金會成立於民國73年，從倡導「人人有權拒吸二手菸」開始，一步一腳印推動台灣菸害防制工作。今面對跨國菸草公司力推新興菸品、吸引年輕人陷入尼古丁成癮的困境，我們特別需要您的支持與捐助，幫助我們對抗菸商各種行銷。請將電子發票設定捐贈愛心碼「537」，並進一步捐款支持董氏基金會。





# 財富傳承 如何選定財產接班人？

一探資產規劃與財富管理的奧妙，並將財富傳承給最愛、最適合且最正確的人，這是對社會大眾最為正面的貢獻。

■李雪雯  
(現職聯合新聞網專欄作家)

在正常狀況下，一般人的財產，都是隨時地在跳動及移轉。有時，金額也許不會太大，例如日常的消費支出；但有時候，會是一個重大的投資理財決定，像是買股票、買不動產等。

擁有現金的人會將現金，從某一個銀行的帳戶，移轉到特定的戶頭，以便換到一張台積電的股票，或是一間房子。這個時候，整體資產淨值與擁有者，並不會有所改變，只是資產的類型有所改變。

然而，有時還會有一種情形是：隨著資產的移轉，其名義上及法律上的所有權人，也將跟著進行變動。舉例來說，「擁

至，還有自己不想給的人，突然半路跳出來說「自己有權分配財產」。

## 資產當事人的風險

遇到以上的情形，假設沒有預做資產移轉的規劃，那麼，擁有資產的當事人，就可能會有以下的風險發生：

一、財產被政府課去大筆稅負，或盡數收歸國庫。

儘管目前遺產稅最高稅率，已經降到 20% (最低是 10%)。擁有者在沒有預做準備之下，一旦資產移轉之後，金額不但立刻少了 1／5；假設沒有任何繼承人，連這剩下的 4／5 的一生努力所得，也將全都收歸國庫。

二、擁有繼承權的人爭產。這裡的爭產，有可能是跟自



▲ 現代社會經常發生，親人之間因為分配遺產問題，導致家庭失和.....，只要有資產的人，都需要規劃「財富傳承」！（網路截圖）

養權等問題達成共識，最終選擇對簿公堂，導致昔日恩愛的佳偶「反目成仇」。

特別是因為遺產的繼承，有「共同共有」的特殊性關係，各繼承人繼承遺產之後，必須先經過「遺產分割」的動作，才能順利取得「所有權屬於自己」的那一份（請見第三章的「繼承」篇）。所以，一旦沒有預做處理，就會更為加重繼承人之間的紛爭，以及無法分配問題。

## 沒有真正的公平

一般來說，個性會計較的繼承人，無論被繼承人分配得如何公平，都難以心滿意足；且這個世上，也並沒有 100% 的真正公平可言。

舉例來說，許多照顧父母比較多，或是住的比較近的子女，就認為父母的財產，不應該依繼承人數「公平分配」。但是，如果擁有資產的人，能預做準備及規劃、盡可能地做到公平，至少能夠確保自己的財產，都能照著自己的想法「徹底執行」。

也才不致於發生之前媒體上偶見的案例一被繼承人死後十幾二十年，非但遺產糾紛還未

塵埃落定，連下葬時間都遙遙無期。

三、遺產淨額過多，繼承人需繳大筆遺產稅；或是接收財產的人無力繳稅。

也許對政府來說，多繳一些遺產稅，也算是國民的一種「功在國家」的表現。不過，對於遺產很多的人來說，儘管最高稅率，已經從原先的最高 50%，降到最高只有 20%，但假設適用最高遺產稅稅率的遺產淨額

一般來說，個性會計較的繼承人，無論被繼承人分配得如何公平，都難以心滿意足；且這個世上，也並沒有 100% 的真正公平可言。

(1.1242 億元) 為例，至少要繳 1,640 多萬元的遺產稅；假設以遺產淨額 5,621 萬多元 (適用稅率為 15%) 為例，也要繳 562 萬多元的遺產稅；就算遺產淨額只有 2,000 萬元 (適用稅率 10%)，也得繳 200 萬元的遺產稅。

而且，個人在採訪過程中，就聽聞許多擁有資產的父母大嘆：現在的年輕人，很多都是月光族。不要說上百萬的遺產

## 《誰是接班人？財富傳承的管理與規劃》簡介

即便時序進入 21 世紀，但大多數的華人，依舊習慣將財富傳承給下一代，包括自己手邊的現金、名下的房產、其他的投資項目等，但實際上，能夠提前準備好傳承規劃的人少之又少！然而，提前妥善規劃財富傳承計劃，才是有效避免遺產分配不均、子女無力支付遺產稅，進而難以繼承遺產等問題。

只要有資產的人，都需要規劃「財富傳承」！如果你認為「有錢人才需要做財富傳承計劃」，但其實這是大錯特錯的！現代社會經常發

作者：李雪雯  
(現職聯合新聞網專欄作家)  
出版社：時報出版  
出版日期：2025/05/20

生，親人之間因為分配遺產問題，導致家庭失和……，更令人啼笑皆非的是，許多個案並非名下擁有龐大的遺產，但依舊搞到家人之間雞飛狗跳。所以，無論資產多寡，提前做好自己的遺產規劃，才能為下一代解決許多煩惱。



稅繳不出來，一時要他們拿個十幾、二十萬元，恐怕都是困難之事。

(例如有價證券) 或不動產來支付。

四、傳承對象錯誤，待拿到資產後沒多久便敗光資產了。

特別是如果是早就將資產移轉給下一代，還可能面臨「被棄養」的命運。以上這類的場景，不但常出現在媒體版面，也同樣在左右鄰里之間聽聞。

可以這麼說，只要你不是破產上天堂，但凡有任何一點點資產，都需要事先進行相關的移轉規劃。

因為，提早規劃的優點，就是能夠解決以上所面臨的四大風險，讓擁有資產的人，既能合法節省稅捐、減少家族成員間的紛爭，以及最重要的「將資產，留給自己最重視 (囑意)，且「最能善用這筆資產，並能讓其發揚光大」的人」，也才能讓財富永遠傳承下去。

(字欽 / 輯)

## 不預做規劃風險

其實，凡事若不預做規劃，往往都會有風險。當然，資產擁有者本就有絕對的權利，把屬於自己的財產權，「移轉」給他人，外人不會有任何置喙的餘地。

只是，世間上常有些很無奈的事情是：除了虧損、被詐騙的金錢移轉外，很多人也許並不是那麼心甘情願地，將財產進行移轉，例如離婚後的另一半，索要自己一半的財產；又或是在頗為無奈的情形 (例如身故) 下，遇到有人橫刀劫財，像是政府進行課稅 (遺產及贈與稅率，最低 10% 起跳)；甚

已有血緣關係的「血親」，也可能是自己的婚生子女，甚至是非婚生子女，在被繼承人過世之後，跳出來說「自己有權分一杯羹」。

且更重要的是，這些有繼承權人的爭吵，可能是在被繼承人死後，但也同時可能發生在被繼承人重病之際，甚至是在平日，各繼承人間就已經開始「互相較勁」起來。更慘的，還有可能演變成家人對簿公堂、老死不相往來，或是互相砍殺的悲劇。

再根據內政部統計，2023 年台灣 15 歲以上人口中，離婚或終止婚姻的人口比例達 9.47%，離婚率高居亞洲第二。

雖然大部分離婚以協議方式進行，但仍有不少夫妻因無法就財產分配、贍養費或子女撫

## 書訊

### 《極簡人脈：社交過載，打造黃金關係圈》

作者：永松茂久 出版社：楓書坊

人脈愈廣，真的愈有價值嗎？我們從小就被灌輸要廣結人脈，市面上關於溝通方法、人際關係、應用心理學的書更是比比皆是；然而，交友圈其實「愈窄愈好」。「人脈至上」時代下，與人的連結太少，就令人感到無謂的焦慮；但花在這麼多人身上的心力與時間，最後卻可能化為泡影。

本書將顛覆認知，帶你重新思考人際關係的本質——從作者與其人生導師的對話中，揭示社群時代下的孤獨真相，以及如何建立起真正

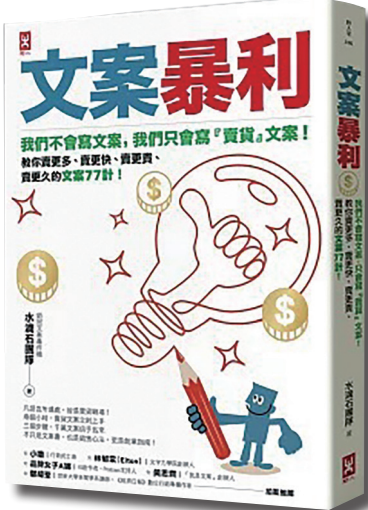


### 《文案暴利：不寫文案，只寫賣貨文案！》

作者：水滴石團隊 出版社：野人

做戰略的人一直講差異化，那麼跟你的同行比，你做戰略的差異化到底在哪裡？從今以後，懂文案賣貨也許就是你的一個強有力的差異化。如果你戰略學得很好，又精通文案賣貨的話，那麼你未來的優勢將非常大。凡語言能到達的地方，就是你賣貨的戰場。

要學好文案賣貨，必須用文案做好戰略翻譯師，消費者一看就懂。然後，才是一看懂就想買。文案傳達的戰略能賣貨，戰略的所有其他動作才有意義和良性循環的可能。本書不只是文案書，是銷售心法，



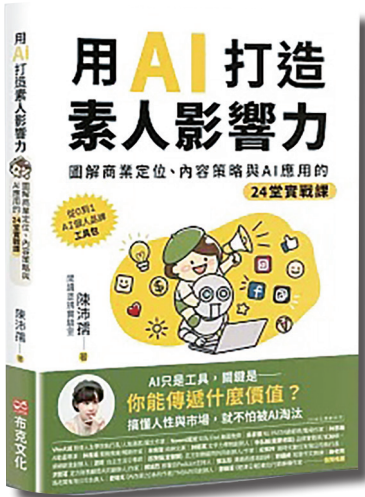
### 《用 AI 打造素人影響力》

作者：陳沛孺 (Penny) 出版社：布克文化

AI 來襲，對未來感到迷茫，很怕哪天會被淘汰？想做個人品牌經營，但不知道怎麼做出差異化？不想「只是做興趣」，卻又不知道如何內容變現？別再憑直覺硬闖，你需要一套走得通的方法。

作者曾被貼上「沒用」的標籤，一度相信自己這輩子只能平庸，直到婚變後，從 0 開始學習商業、畫圖寫文、經營自媒體，她才終於發現：「不是我沒用，是以前從來沒想過，要向世界證明自己的能力。」閱讀幫助她獲得

知識與力量，現在她將四年經驗＋數十萬學費才獲得的體悟，濃縮成一本心法與工具兼備的書籍，帶你一起為自己建立影響力！







◀《驚奇4超人：第一步》不只是英雄冒險傳奇，更是家庭電影，故事架構近似《超人特攻隊 (The Incredibles)》。(電影劇照)



# 漫威宇宙的英雄好漢

《驚奇4超人：第一步》的核心在母親與孩子。不久之後肯定會有《驚奇5超人》，片尾彩蛋已經說明了系列電影的版圖規劃。

## 藍祖蔚 (影評人)

對於漫威電影的記憶點很低，看過就忘，更別提漫威宇宙中的英雄好漢，《驚奇4超人 (Fantastic Four)》亦不例外。

才不過20年前的往事，角色、特色和造型絲毫沒有記憶。然而《驚奇4超人：第一步 (The Fantastic Four: First Steps)》卻不怕觀眾失憶，簡

單細說從頭，「第一步」的定位和努力，跨越了時空黑洞，達到召喚舊雨新知的目標設定。

### 像部家庭電影

《驚奇4超人：第一步》不只是英雄冒險傳奇，更是家庭電影，故事架構近似《超人特攻隊 (The Incredibles)》。Pixar 和 Marvel 如此相親相似（海報都像像是生產線完成的系列作品），都得著了當代

Disney 的血脈氣息。

《驚奇4超人：第一步》的核心在母親與孩子。不久之後肯定會有《驚奇5超人》，片尾彩蛋已經說明了系列電影的版圖規劃。

為了孩子，母親可以犧牲自己；為了自己，可以要求別人母親犧牲孩子嗎？

### 第一類母親

Julia Garner 飾演的銀色衝浪手屬於第一類母親；Vanessa

Kirby 飾演的 Sue Storm 則是第二類母親。兩人在交會時互放的光亮形成了全片最燦爛的焦點，面對自私自利的俗人，她們的選擇與堅持，也是全片的戲劇高潮。

因為是要捍衛兒子的母親，面對大眾，面對丈夫和兩位叔叔，以及強大的吞噬者，Vanessa Kirby 的表演幅度增加了不少，比起《不可能的任務：全面瓦解 (Mission: Impossible - Fallout)》中的



◀▲Julia Garner 飾演的銀色衝浪手 (左圖) 屬於第一類母親；Vanessa Kirby 飾演的 Sue Storm (上圖) 則是第二類母親。兩人在交會時互放的光亮形成了全片最燦爛的焦點。(電影劇照)



▲不久之後肯定會有《驚奇5超人》，片尾彩蛋已經說明了系列電影的版圖規劃。(電影劇照)

白寡婦，增高了好幾層樓。只要有戲，她可以不只是做一位煙視媚行的漂亮寶貝。

### 復古美學

沒看過漫畫，不知道行星吞噬者 (Galactus) 的造型出處是否與華人神話相關。就反派角色而言，造型很搶眼，惡行不夠惡，但是吞噬者遭吞噬的

設計還是有趣。

至於《驚奇4超人：第一步》的復古美學，相信是改編漫畫的致敬心意。既然回顧工程已經竣工，期待第二步應該往前看了。

《藍色電影筆記》  
QR code



暢快振奮！史上最真摯朝聖之旅即將展開



## THE WAY, MY WAY 我的朝聖之路

跨越法國・西班牙 800 公里聖雅各之路

澳洲奧斯卡名導 比爾班奈特 票房力作

THE WAY, MY WAY IS A FILM BY BILL BENNETT. CASTING BY JILL BENNETT. COSTUME DESIGNER JILL BENNETT. MUSIC BY JILL BENNETT. EDITOR JILL BENNETT. PRODUCTION DESIGNER JILL BENNETT. EXECUTIVE PRODUCERS JILL BENNETT AND JILL BENNETT. PRODUCED BY JILL BENNETT AND JILL BENNETT. WRITTEN BY JILL BENNETT. BASED ON THE BOOK 'THE WAY, MY WAY' BY JILL BENNETT. ALL RIGHTS RESERVED. © 2025 JILL BENNETT FILMS. ALL RIGHTS RESERVED.



海陽電影 處處真情 scifilm

8.8 說走就走