



習家班 9 將領被拔 恐生隱形政變



每週兩天走 4 千步 可預防早逝



危險的不是 AI，而是人停止思考



連假、霪雨與豬肉

《今日求禱》/ 社長
光復節連續放假是 10 月裡最後一個小確幸，10 月裡多個連續假日讓上班時間少了四天（教師節、國慶日、中秋節與光復節）。大家都歡慶的與家人相聚出遊，這是上帝賜我們的特別恩典。但這個光復節大家要忍受的是連綿的秋雨，以及豬肉的疫情與短缺。

▼ 醫療業過勞牽涉面向複雜，工會相關訴求往往容易不受重視，石沉大海。（中央社）



請假不應該有罪 醫療工會爭取修法

醫療工會呼籲事假以外假別不能列為怠惰考核項目、
勞動部與衛福部應盤點醫療院所差勤制度並修法調整。

【本報記者呂翔禾台北報導】長榮空服員無法請假而過勞猝逝的新聞，讓同樣高工時、高壓力的醫療業也不滿發聲了！醫療工會 23 日與白委陳昭姿召開記者會，呼籲事假以外假別不能列為怠惰考核項目、勞動部與衛福部應盤點醫療院所差勤制度、修法調整請假規則與《考績法》等；但醫療業過勞牽涉面向複雜，工會相關訴求往往容易不受重視，石沉大海。



醫療工會與民眾黨立委陳昭姿 23 日呼籲調整請假規則與法制，讓醫療業員工可安心請假。（Photo by 呂翔禾／台灣醒報）

流感重症強迫上班

工會成員開頭先為長榮空服員哀悼 30 秒。台大醫院工會理事鄭婷文指出，醫護自己生病卻無法請假休養、每次請假多被主管刁難已非新聞，有同事因照顧流感重症病人被傳染，不舒服到躺在床上無法動彈，但主管卻要求該同仁自費買特效藥，下午症狀緩解就趕快去上班，若堅持請假還要求一定要找到代班者。

「請了 11 天病假，1 個月就被扣了 1 萬多元！」台北榮總工會理事長黃甘迪指出，他因為外傷請長假，當月底薪因為

病假減少 7800 元、工作獎金減少 5 千，甚至年終績效直接被評為乙等。以榮總為例，無論婚、喪、事、病、產、產前、育嬰與生理等假，勞工在扣除當月請假天數後，若到院工作天數未達一半，直接規定按比例扣減獎金，相當不合理。

丟包人力調派責任

台大癌醫工會理事長許銘修指出，有同事因為祖父離世要請 5 天喪假，但主管僅准假 3 天，其他兩天要想辦法自己找人，結果該同仁白天處理喪事，晚上還要傳訊息求同事幫忙，結果頭七當天因為沒找到人力

所以被迫出勤，成為一輩子遺憾。他痛批醫院雇主慣性將人力配置逼到極限，請假時卻還要勞工自行協調人力，多少醫護人員就無聲遭到壓榨？

工會與民眾黨立委陳昭姿呼籲，現行假別除了事假以外，雇主不應該將其他假列為勤惰考核項目、也不得有不利待遇；勞動部與衛福部應盤點各醫療院所差勤制度，邀集勞資協商強化勞工請假權益保障；立法院應修正勞工請假規則、公務員請假規則、《考績法》與其施行細則；總統賴清德的「健康台灣」應納入勞工請假權。

禁用廚餘養豬？ 農業部：未考慮

農業部次長胡忠一表示，歐盟、美國、日本與韓國都有廚餘養豬，且只要符合流程，世界衛生組織是允許廚餘養豬的。

【本報記者呂翔禾台北報導】「目前還不清楚豬瘟病毒來源，且廚餘養豬也有國際規範，目前暫不考慮禁用廚餘！」農業部次長胡忠一 23 日於行政院會回答記者問題時如此指出，不過現場記者問了 3 次都沒有官員願意回答，顯示相關議題頗為敏感。另外，針對台中 14 日未採檢，農業部組長林念農回應說，依法飼主不能拒絕採檢。



▲ 農業部 23 日於行政院記者會指出，尚未考慮禁止廚餘養豬。（Photo by 呂翔禾／台灣醒報）

飼主不能拒絕採檢

台中非洲豬瘟案件引發各界關注，行政院會後記者會也大多就此議題進行提問。由於台中市政府 14 日曾由動保處派員前往訪視，但並未採檢斃死豬樣本，記者詢問「有異常但未採檢」是否符合流程？農業部動植物防疫檢疫署組長林念農表示，因為當時獸醫診斷是「胸膜型肺炎」，與豬瘟症狀相似。

有媒體質疑，台中市表示沒有法源依據無法採檢。但林念農回應說，根據動物傳染病相關法規，當豬場有異常的時候，地方政府動保處的人員本

就有權力前往豬場去做豬隻的檢查，飼主是不得拒絕的。另外，媒體詢問有 28 頭豬已經被賣出，林回答說，相關豬隻應為健康豬，在屠宰前後並沒有確診異狀。

國際允許廚餘養豬

行政院發言人李慧芝補充說，還是會追蹤這 28 頭豬的後續流向。針對病毒初步檢驗結果，豬瘟病毒與越南的相似程度較高，農業部官員回應說，這是初步的基因定序，要等完整分析後才能確定病毒來源，

而外界質疑相關豬瘟防堵僅限中國，但官員指出，從任何國家入境都會作邊境防堵。

國民黨團呼籲全面禁止廚餘養豬，另也有專家指出 9 成病原都來自廚餘。對此，農業部次長胡忠一表示，歐盟、美國、日本與韓國都有廚餘養豬，且只要符合 90 度以上、蒸煮超過 1 個小時的流程，世界衛生組織是允許廚餘養豬的，而且目前病毒是從豬、人還是廚餘來的還有待釐清，因此目前尚未考慮廢止廚餘養豬。

（相關新聞見 2 版）

《焦點圖文》



114 全運會開幕 會旗交接

▲ 114 年全國運動會開幕典禮 23 日在雲林舉行，雲林縣長張麗善（左）將會旗交接給下屆主辦的屏東縣，由屏東縣政府秘書長楊慶哲（右）代表接受。中為運動部次長洪志昌。

社論

全球減災 臺灣的行動策略在哪裡？

本月 13 日是「國際減少災害風險日」，今年的主題是「投資韌性，而非災後重建」。隨著氣候危機惡化速度加快，災害不斷增多，影響越來越大，往往瞬間抹去數十年的發展成果，聯合國呼籲各國政府必須加大對減少災害風險的投資力度，好建設一個更安全、更公平的未來。

應該投資韌性建設

聯合國減災辦事處在 13 日發布《全球減災評估報告》指出，各國每年因災害造成的經濟總損失已超過 2.3 兆美元，顯示災害對全球經濟的影響非常顯著。去年全球因災害而流離失所的人口已近 4600 萬，再創歷史新高，可是多數政府用於防災的預算都低於 GDP 的 1%，根本不符所需，導致債務高築、保險退場、救援困難的惡性災害循環。

該報告指出投資於韌性建設的重要性，並提供解決災害風險的具體策略，同時強調各國必須果斷調整財政優先事項，加大對減災與抗災能力的投資，減少災害風險不僅能節省成本，還可促進轉向「韌性投資—經濟穩定—永續發展」的良性循環。

貧窮與氣候風險的交織

聯合國開發計畫署也在 17 日發佈《2025 全球多維貧窮指數》報告指出，全球近 80% 的貧困人口生活在易受極端高溫、洪水及其他氣候災害影響的地區，其中 3.1 億人同時面臨三種以上災害威脅（如高溫、颱風、洪水、乾旱、空汙、海平面上升），顯示災害風險與貧窮、氣候危機緊密交織，陷入「多重脆弱」的陷阱，突顯了全球採取行動因應氣候危機的緊迫性。

這兩份報告都指向災害風險與社會經濟、氣候變遷的緊密關聯，且日益嚴重的氣候緊急情況正在加劇對社會穩定的影響。這些國際訊息對我們具有

高度的警示性，臺灣位於地震帶上，又容易受颱風、海平面上升、極端降雨影響，自然災害頻繁，如 921 地震、莫拉克風災等。同時，臺灣的都市化程度高，人口密集，加上都市邊緣的老舊社區、山區聚落，會因基礎設施不足而在災害中受創更深，增加了災害的脆弱性與龐大的潛在損失。如何在全球減災與永續發展的脈絡下，找到自身的行動策略，是當前刻不容緩的課題。

減災納入國家發展的核心

根據國科會研究，臺灣因極端氣候造成的年均經濟損失已達 GDP 的 1.2%，超過全球平均 0.3% 的四倍。聯合國報告提出的「韌性紅利」概念，正切中臺灣產業供應鏈高度集中的脆弱性，特別在半導體產業佔全球產能 63% 的現況下，單一災害可能引發全球性科技業的斷鏈。

建議政府成立專責的防災韌性推動辦公室，統籌各部會的工作，並定期檢討政策成效，將災害風險評估納入公共投資審查，避免基礎建設落在高風險區域。臺灣目前的災害預算較多用於災後重建，應該重新分配資源，增加前期預防的經費，建立跨部會減災預算，將

目前偏重於救災的資源，轉向著重預防與韌性建設，將減災轉為經濟投資與社會保障的核心。

加強推動國土防災戰略，打造節能抗災的城市與社區，升級建築耐震標準，並加速老舊建築的補強；發展分散式能源與水資源系統，降低單點失效風險。建立社會安全網，關注弱勢群體的防災需求，確保弱勢族群在災前與災後能迅速獲得支持。

透過這些措施，臺灣不僅能實踐國際減災日的精神，更可將防災韌性轉化為國家競爭力，在氣候危機時代建構「災害最小化」的永續發展模式，從「風險社會」走向「韌性社會」。

習家班 9 將領被拔 學者：恐生隱形政變

董立文指出，這次四中全會在會議安排、人事調動、宣傳與路線並不尋常，中國國防部的抓捕 9 位上將的公告，顯示中共軍方可能有兵變。

【本報記者呂翔禾台北報導】「沒事怎會開除自己的親信？中國內部可能有政變！」台大政治系名譽教授明居正 23 日在研討會指出，中國領導人習近平有 9 位親自培養的上將最近遭拔官，可能顯示內部有嚴重政變；亞太和平研究基金會執行長董立文則認為，四中全會的會議安排、人事調動等環節非常不正常，習安排接班人的可能性提高。

全會有隱藏議程

國策研究院 23 日舉行「中共 20 屆四中全會與十五五規劃」座談會。明居正表示，雖然中共官方的議程只有檢討十四五與制定十五五，但他認為可能還會有 4 項隱藏議程，包括對美政策、國際問題（俄烏、中

東與全球貿易重組）、對台政策與人事問題，十五五可能會加速兩岸融合的步伐。

明居正指出，這次被拔官的 9 位上將，其中何衛東、苗華是中國國家主席習近平親信中的親信，何宏軍是備受期待的將領，王厚斌掌握火箭軍、王春寧則掌握武警，這些都是關鍵的部隊。他推測，處理這些軍官的新聞提到「涉嫌嚴重職務犯罪，數額特別巨大」以外，還有違反「黨指揮槍」與「軍委主席」負責制（中共最重要原則），因此有可能形成大規模政變。

四中全會安排不正常

「中央軍委副主席張又俠動手的機會不高！」明居正說，如果是中央軍委副主席張又俠

動手，不會在軍中大力宣傳習近平與其思想、不會讓習出訪外國、主持九三閱兵與主持四中全會。但他指出，依照習近平的性格，應該不會下放權力，也不會讓出重要的職位，還有待觀察四中全會結束後的公報紀錄與其他消息。

董立文指出，這次四中全會在會議與會見、人事調動、宣傳與路線並不正常，顯示習近平在中國經濟惡化、美中對抗加劇下，對他造成前所未有的挑戰，無論主動或被迫，他啟動安排接班以建儲安內的可能性極高。他舉例說，中國國防部的抓捕 9 位上將的公告，具有重大政治意涵的動作，顯示中共軍方可能有兵變。

軍方挑戰習權威？

「公告從頭到尾都刪除中央軍委主席習近平的名號！」董立文分析，且這些公告對於何衛東、苗華與何宏軍等人大力批判，強烈暗示習近平不能領軍，且在公告中竟然加了一句話「給予 9 名中央委員開除黨籍處分，待召開四中全會時予以追認」，他認為這是公然預告四中全會將會大規模處理人事調整的問題。

至於習近平是否會下台，董立文預測可能有幾種模式：「讓權不讓位」且政治局改組，軍委主席由他人擔任、習只保留國家主席，還有全退 4 種狀況，但「習近平失勢」不見得等於「習近平下台」，但顯然是「後習近平時代」的來臨，接下來還可以看 24 到 28 日舉行的全國人大常委會會議結果，再作進一步判斷。



▲ 國策研究院文教基金會 23 日下午召開「中共 20 屆四中全會與十五五規劃」座談會，淡江大學中國大陸研究中心副主任洪耀南（左起）、亞太和平研究基金會執行長董立文、台灣大學政治學系名譽教授明居正等專家學者出席。（中央社）

綠委批豬瘟延遲篩檢 藍委著重境外防範

【本報記者呂翔禾台北報導】面對台中爆發非洲豬瘟，藍綠在質詢時隔空互相怪罪！綠委邱議瑩 23 日在質詢時批評台中市政府延遲 10 天篩檢、市長盧秀燕不親自坐鎮防疫記者會，還要民眾多來台中購物、拚經濟，同時批評藍白刪防檢煤宣費；但藍委鄭天財回應，突然出現非洲豬瘟，應加強境外防範，且藍白後來沒有刪減煤宣費。

拖了 10 天沒採檢？

立法院經濟委員會邀請農業部長陳駿季及財政部關務署等部會首長就「非洲豬瘟防檢疫後續防疫精進作為」進行報告。邱議瑩不滿指出，台灣守了非洲豬瘟 6、7 年，好不容易在今年 5 月被國際認證是 3 大豬瘟的非疫區，結果如今一夕之間破功，台中市政府動保處拖了 10 天沒有採樣，負得起重創台灣豬肉產業的責任嗎？

邱議瑩指出，中央希望能

在台中的焚化爐處理病死豬，但台中市表示無法焚化、要就地掩埋，請問中央的態度？就地掩埋怎麼理？是否會汙染土壤水源？陳駿季回應說，已經跟業者煤合生物處理機協助分解病死豬，隨後會在台中的焚化爐處理，市府最後也同意如此處理。

沒有刪防檢煤宣費

「都是藍白刪掉防檢煤宣費害的！」邱議瑩強調，民眾黨團總召黃國昌還說要「刪到部會很有感」，如今確實很有感，但是充滿著憤怒。但接續質詢的國民黨立委鄭天財隔空反駁說，總預算並沒有刪減防檢煤宣費，追加預算的時候是經過朝野協商、三黨都同意的，不是只有藍白刪減預算。

鄭天財認為，除了農業部防檢署，關務署也要努力防堵；且政府說有 100% 檢查行李，但媒體也有報導邊境防檢有疏漏，沒有完全檢查。

十五五經濟恐壓縮台灣 中共更強調維穩

【本報記者呂翔禾台北報導】「十五五若成功的建立內需經濟，恐影響台灣的出口經濟！」學者劉孟俊 23 日強調，「紅色供應鏈」的擴張可能壓縮台灣中階製造與綠色產業空間。學者洪耀南則認為，十五五很多發展藍圖，將治理語言從發展轉向穩定，他研判中國領導人習近平不會下台，不過他的政策也遇到投入與產出脫節、創新空間被壓縮等挑戰。

自主研發以突破封鎖

國策研究院 23 日舉行「中共 20 屆四中全會與十五五規劃」座談會，中經院第一所所長劉孟俊指出，相較於「十四五」，「十五五」不僅是經濟社會發展的延續藍圖，更是一場制度性與結構性轉型工程。其核心目標在於透過科技創新，綠色低碳與制度改革，重塑中國的

經濟韌性與治理體系。

「十五五的核心戰略主軸是發展『新質生產力』！」劉孟俊認為，這代表中國經濟發展邏輯的重大轉型：從要素驅動、投資拉動，轉向創新驅動與制度驅動。其內涵包括四項支柱：科技自主、數位智能、綠色低碳與制度創新。他說，北京強調以自主研發突破「卡脖子」技術，扶植「獨角獸企業」與「專精特新」中小企業，希望進行更多制度改革。

恐壓縮台灣綠能產業

他認為，「十五五」有 3 項顯著變化，包括政策焦點不再停留在願景設計，而是強調執行力與體制建構，還有強調風險管控、能源安全與制度穩定性，以及主動參與全球規則制定，盼以制度輸出取代單純市場競爭，「十五五」代表中國

發展重心從經濟成長轉向質量均衡，從短期刺激轉向長期制度建設。

「台灣出口產業恐面臨重大挑戰！」劉孟俊指出，對台灣而言，「十五五」將帶來三層外溢效果。一、若中國成功建立內需长效机制與制度型開放，區域市場的吸附力將提升，影響台灣的出口導向型經濟；二、「紅色供應鏈」的擴張可能壓縮台灣中階製造與綠色產業空間；三、中國推動 AI 破市場與數據治理標準，恐改變台灣科技產業的制度環境與合作版圖。

強調穩定習未動搖

淡江兩岸中心副主任洪耀南認為，十五五有三大規劃：安全型發展觀（內循環、國安滲透經濟）、科技自主化治理（去風險化）與制度化服從機制（政治忠誠取代專業問責）。另外，

「新質生產力」其實也是舊的東西，如新：AI、綠色與數位化；質：高附加價值與高控制度；生產力：經濟動能與政權正當性。

「但目前政策遇到不少問題！」洪耀南指出，包括科技投入與產出脫節、政策朝夕令改、民企創新空間被限縮，還有口號大於落地執行等。由於因為這些強調穩定的因素，洪耀南認為習近平不會下台或接班，而人事整肅主要是以整肅製造忠誠真空，再由技術官僚填補，確保控制性接班。

中山亞太研究所所長郭育仁也預測說，習近平的權威沒有受到影響，因為中共九三閱兵共動員 5 萬人，3 月就已經到北京就位，且北京戍衛區平常不能有一般部隊進駐，這麼多人在北京，若習近平沒有全面掌握軍權，怎麼可能沒有異狀？

▼立法院經過 1 周整理後，將普發現金的特別預算送到行政院與總統府。（中央社示意圖）



普發現金日子近了 立法院送出特別預算

【本報記者呂翔禾台北報導】距離拿到普發 1 萬元的日子更近了！立法院 17 日三讀通過攸關普發現金的《韌性特別預算》。在整理過相關內容後，23 日下午 2 時許已將特別預算送出，待總統公布。

法案會先送到行政院，由行政院長副署後，總統賴清德將在 10 天內公布，公布特別預算當天將說明普發現金相關時程，民眾預計 11 月上旬可拿到 1 萬元。

等待賴總統公布

原本行政院發言人李慧芝在

立法院 23 日下午兩點送出普發現金特別預算，接下來就等總統公布後，會召開記者會說明如何領取與時間。

中午的行政院會後記者會被媒體詢問時表示，還沒有收到立法院送到行政院的普發現金特別預算。不過立法院在經過 1 周整理相關內容後，下午 2 時許已將特別預算送出，待總統公布。立法院法律案通過後，需要移送總統及行政院，經總統公布後始能生效。

三讀通過之法律，條文內容經核校無誤後，依《憲法》規

月內開始執行普發現金發放作業，並於 7 個月內發放完畢。目前規劃普發現金領取管道包含直接入帳、登記入帳、ATM 領現、郵局領現、造冊發放等 5 種，其中直接入帳為已領取勞保年金、國民年金、老農津貼等特定政府補助的族群。

另外，普發現金相關網站絕對不會要求民眾填寫金融卡或隱私資料，也不會要求轉帳，民眾只需要收款或領現。如果有疑似不是 .gov 的網址，或是一些奇怪的網站內容，請打 165 反詐騙諮詢專線查證，也要秉持「不聽、不打、不接」原則，保護自己的財產安全。

輝達高機率留北士科 經濟部有多項備案

【本報記者呂翔禾台北報導】從台北市到中央，都矢言要確保輝達留在台灣！新光人壽 22 日宣布將與北市府合意解除地上權契約，雙方將舉行後續談判。經濟部長龔明鑫 23 日表示，還是會提供其他選項給輝達參考，確保輝達能留在台灣。台北市官員則表示，地政局跟法務局會開始啟動跟新壽合意解約的程序。

確保輝達留在台灣

新壽 22 日宣布將與北市府協商合意解除北士科 T17、T18 基地地上權契約，台北市副市長李四川 23 日表示，下午已跟新壽聯絡，費用部分沒有設定立場，願意承擔新壽這 3 年間花費的成本。經濟部先前表示將提供輝達備案選項，龔明鑫下午出席部務會議前受訪表示，已提供其他選項給輝達參考，畢竟政府的目的是確保他們留在台灣。

媒體詢問，明年經濟成長率估 2.5%，若輝達在台灣投資總



▲新壽雖然確定與北市府合意解決北士科 T17、18 兩塊地，但經濟部表示還是有提供備案給輝達參考。（中央社示意圖）

部，能否挹注明年經濟成長到 3% 以上。龔明鑫回應，輝達海外企業總部明年還沒蓋好，但有象徵性意義，畢竟輝達是最近全球成長最快企業，而且 AI 趨勢估計仍將持續。

輝達將盤點方案

針對後續談判部分，北市產

業發展局局長陳俊安表示，地政局跟法務局會開始啟動跟新壽合意解約的程序，由於目前還沒有實際進行協商，接下來會再針對他們提出的條件「合理性」，跟是否符合合約的內容規範進行討論。

陳俊安說明，輝達發給不管

財經短波

好市多豬肉限購
家樂福全聯愛買供貨穩

【本報記者夏恩台北報導】有漲價，也沒有限購的措施，豬肉目前「禁宰」與「禁運」，好市多要限購，家樂福、全聯、愛買量販目前皆無限購措施，豬肉供貨量穩定。好市多補充，此次限購政策涵蓋所有豬肉品項，主要是為配合政府防疫政策、維持貨量穩定，確保更多會員都能公平購買到所需肉品。

家樂福指出，目前豬肉沒

有漲價，也沒有限購的措施，供貨正常；根據 22 日統計，豬肉業績成長約 2 成。全聯表示，生鮮豬肉供貨量充足。針對是否限購豬肉，愛買量販表示，豬肉合作廠商目前安全無影響，且豬肉供貨量穩定，後續將持續密切關注主管機關公告，隨時調整相關政策及販售事宜。

▲因應非洲豬瘟「禁宰」與「禁運」政策，好市多有限購豬肉政策。（中央社示意圖）

新鈔改版每張要 5 元
每年汰換至少 7 億張

【本報記者夏恩台北報導】按照央行規劃，預計 117 年新鈔防偽升級，每張改版要花 5 元！中央銀行啟動新台幣鈔券改版作業，受到社會高度矚目，中央銀行總裁楊金龍 23 日表示，新版鈔券平均單價估每張新台幣 5 元，預計 117 年開始編列預算，逐年汰換。立委則建議，不要再放政治人物，改以其他可彰顯台灣特色的主題。

按照央行規劃，預計 117 年開始編列預算，逐年汰換，目前新台幣鈔券在外流通張數逾 50 億張，1 年汰換 7 億至 10 億張，以單張成本 5 元來看，1 年約花費 50 億元。另外，新台幣鈔券改版，民間的 ATM、停車場機台等各種設備可能需要做出因應調整。央行估算，社會成本約 16 億元。

▲新台幣鈔票預計 117 年開始編列預算，1 年汰換 7 億至 10 億張。（中央社示意圖）

對美順差 1200 億美元
避免匯率成把柄

【本報記者夏恩台北報導】行總裁楊金龍 23 日表示，估計今年台灣對美順差將達 1200 億美元，現在正值關稅談判，央行會更注意匯率問題，避免台灣被認為操縱匯率！中央銀行總裁楊金龍 23 日表示，估計今年台灣對美順差將達 1200 億美元，現在正值關稅談判，央行會更注意匯率問題，如果被認定操縱匯率，會變成很大事件；他認為對美國增加採購國防、大宗物資，以及企業赴美投資，均為可採行的平衡貿易方式。

美國即將公布半年一度的匯率報告，楊金龍表示，美國匯率報告有 3 項指標，前 2 項因台灣經濟、產業結構，長期達標，如果涉及調節匯市的第 3 項指標，央行必須非常注意，否則第 3 項又達標，變成匯率操縱國，現在正值台美談判，又被抓到操縱匯率把柄，會變成很大的事件。

▲央行總裁楊金龍表示，如今正值關稅談判，央行會更注意匯率問題。（中央社示意圖）

2012 年 9 月 1 日創刊 深度報導·極簡樂讀 發行人 / 林意玲 網站: www.anntw.com 發行所 / 台灣醒報股份有限公司 中華郵政台北閱字第 38 號執照登記為新聞紙 不零售 訂閱電子報一年 4000 元 (送 2 個月)

訂閱專線 / 02-23581961 訂戶服務專線 / 02-23581806 郵政劃撥帳戶: 50216232 投稿與新聞信箱 / anntw.ad@gmail.com 歡迎加入台灣醒報臉書粉絲團 通訊處 / (105) 台北市松山區民生東路四段 54 號 810 室

▼ 哈佛大學研究指出，每週一天步行超過 4000 步的年長者，擁有更低的心血管疾病和死亡風險。（Photo by micheile henderson on Unsplash under C.C License）



每週兩天走路 4 千步 年長者可預防早逝

【本報記者莊宇欽綜合報導】老人多走路可以活得更久！哈佛大學研究指出，每週一至兩天步行超過 4000 步的年長者，她們的心血管疾病和死亡風險都有顯著降低，而步數越多健康狀況也越好。對此，專家呼籲人們都可以按照自己喜歡的方式增加活動量，尤其維持日常規律運動至關重要。

走四千步有益健康

《衛報》報導，哈佛大學研究團隊追蹤



每週一至兩天步行超過 4000 步的年長者，她們的心血管疾病和死亡風險都顯著降低，而步數越多健康狀況也越好。

13547 名平均年齡為 72 歲的女長女性，她們在 2011 年至 2015 年期間佩戴運動監測器，並被追蹤超過十年時間。結果發現，每週一天步行超過 4000 步的受試者，她們的心血管疾病和死亡風險都有顯著降低。

據統計，每週有一到兩天至少行走 4000 步的年長女性，死於各種原因的風險降低至

26%，而心血管疾病的死亡風險降低至 27%；每週至少三天行走 4000 步的年長女性，死於各種原因的風險降低至 40%，而心血管疾病的死亡風險仍維持在 27%。

事實上，對於年長族群來說，步行天數比達到每日步數閾值的頻率更重要。因此，該研究結論寫道：「無論日常習慣

如何，步數越多，健康狀況越好。」

維持日常規律運動

《獨立報》報導，這項發現對每天行走 1 萬步的運動基準提出挑戰，即透過步行獲得健康益處並沒有「更好」或「最佳」的模式。對此，專家呼籲人們都可以按照自己喜歡的方式增加活動量，尤其維持日常規律運動至關重要。



川普對普丁大轉彎 制裁俄羅斯石油公司

【本報記者夏恩綜合報導】美國總統川普屢次要求俄羅斯總統普丁停戰不成，23 日決定對俄羅斯石油公司進行制裁！川普對俄羅斯的不滿意愈來愈高，雖然他曾在 8 月與普丁在阿拉斯加會談，但後續又沒有下文。川普原本還施壓烏克蘭總統澤倫斯基不給飛彈、且要割讓領土，但烏克蘭未答應，普丁也無意談判下，川普等於白忙一場，他顯得相當憤怒。

雙普會談做白工？

根據《英國廣播公司》報導，美國政府宣布將對俄羅斯石油公司、盧克石油公司進行出口制裁，財政部長貝森特表示，這是對普丁拒絕停止無休止戰爭的因應，避免俄羅斯石油成為資助俄羅斯戰爭機器的資金來源，並呼籲俄羅斯立刻停火。川普則說，每次跟普丁通話都聊得不錯，但聊完就沒有進度。



◀ 美國政府近日再宣布對俄羅斯石油公司進行出口制裁，盼施壓俄羅斯立刻停火、進行談判。（中央社示意圖）

川普也說若俄羅斯可以馬上停火，就會立刻取消制裁。另外，英國也對這兩家石油公司進行制裁，而俄羅斯最大的石油購買國之一印度，川普也聲稱與印度總理談過，印度也將停止購買俄羅斯石油。川普希望藉此逼迫普丁立刻停火，並儘速坐上談判桌。

歐盟願給烏更多保障

《CNN》提到，川普前幾天與普丁通話後，再跟澤倫斯基會談時，不願給烏克蘭想要的戰斧巡弋飛彈，而且還要求烏克蘭割讓領土，條件對烏克蘭相當不利。但隨後經過多次來回私下談判後，美、俄原本要在匈牙利的布達佩斯舉行的峰會也跟著取消，雙方依舊無法獲得共識。



《基輔獨立報》提到，雖然美國目前對俄羅斯不爽，但川普也沒有完全支持烏克蘭，且可能隨時還會澤倫斯基施壓，因此歐盟近日將研議更支持烏克蘭的措施，減少澤倫斯基遭受美國的壓力，例如凍結俄國央行海外資產、擴大石油出口制裁等。目前看來，俄烏距離停火還有很長一段路要走。



土國掘出千年麵包 刻有基督圖像用於聖餐

【本報記者莊宇欽綜合報導】土耳其發現千年古老麵包，上面還刻有基督像！考古學家於土耳其的一處遺址中發現五個圓麵包，並推測有超過 1300 年的歷史，可能用於古代的聖餐儀式中。此外，麵包上刻有基督圖像與希臘十字架，甚至描繪出當時基督形象為「撒種耶穌」或「農夫耶穌」，與傳統的基督形象有所不同。

古老麵包刻有基督

《天主教通訊社》報導，位於古羅馬和拜占庭中心的托普拉克泰佩「和平之城」，考古學家在一處遺址中發現五個圓麵包，其擁有超過 1300 年的歷史，並可能用於聖餐儀式中。對此，這些是至今在安納托利亞地區中，保存最完好的古老麵包。

據報導，這些用大麥製成的麵包可追溯至公元六至八世紀，由於碳化過程加上保存於無氧環境中，其出土時的狀態異常良好。其中，一個麵包



上刻有基督圖象，旁邊還有希臘文銘文「我們感謝神聖的耶穌」，而其他麵包上則刻有希臘十字架形狀的浮雕。

這次考古發掘由卡拉曼博物館和土耳其文化旅遊部指導，根據卡拉曼政府的官方聲明，麵包上的基督像描繪的是「撒種耶穌」或「農夫耶穌」，與傳統的基督形象有所不同。

早期基督教發源地

《Aleteia》報導，土耳其大部分地區都是早期基督教社區的發源地，包括保羅穿越小亞細亞的傳道旅程、早期文獻中的七間教會，以及重要宗教會議的舉辦地點。因此，這項發現對全世界的基督徒來說具有重要意義。

未來，研究團隊計劃利用顯微鏡和斷層掃描技術，以識別古代穀物和烘焙技術，有機會揭露拜占庭安納托利亞地區的飲食和崇拜。



▲ 考古學家於土耳其的一處遺址中發現超過 1300 年歷史的五個圓麵包，其可能用於古代的聖餐儀式中。（Photo from Courtesy of Karaman Governorship）

賀台灣醒報 18 周年慶

「你以恩典為年歲的冠冕。…」

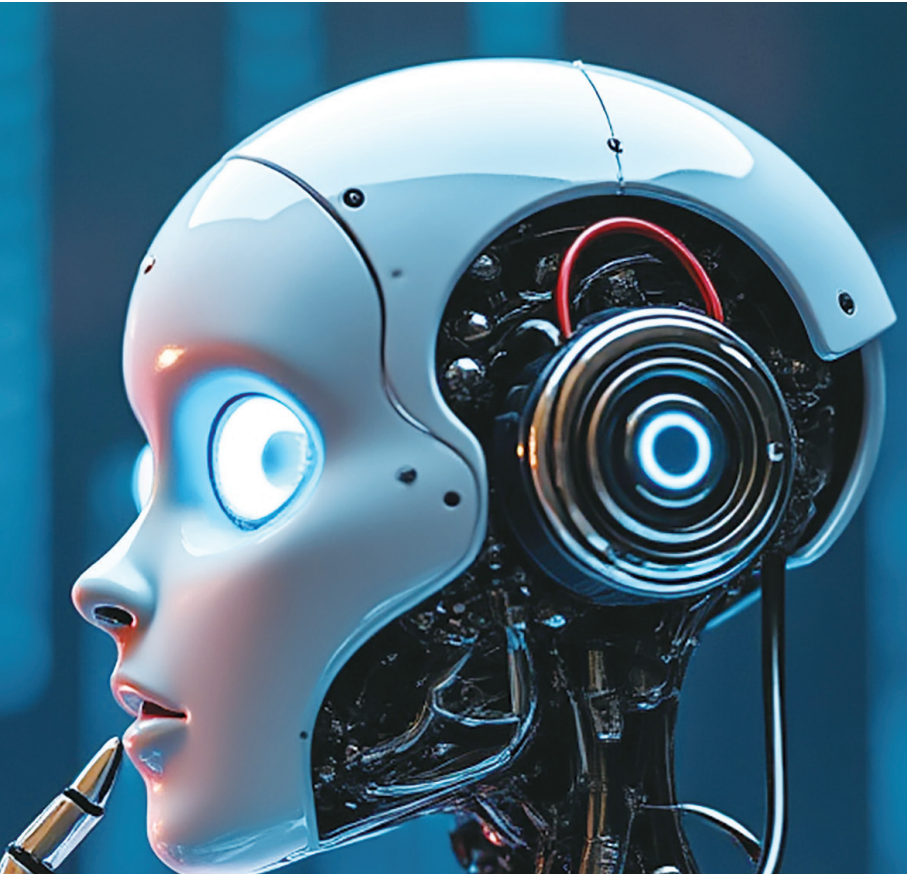
虛擬廣告花籃連絡電話：02-23581961、email：anntw.ad@gmail.com
ATM (004) 045001003167 台灣醒報股份有限公司 劃撥 50216232



大花籃 10000 元

WLSN 華新麗華股份有限公司 敬賀

►▼ 生成式人工智慧讓假新聞與網路操弄的規模達到前所未有的程度。過去要動員一群「網軍」需要龐大的資源，如今，一個模型就能在幾秒內產生成千上萬篇假訊息、偽造影像與留言。（網路截圖）



危險的不是 AI，而是人們停止了思考

AI 帶來的假訊息危機不只是資訊，而是心理與社會信任的崩解。人們在無形中被演算法牽引情緒，被假內容塑造信念。

■ 蒲正寧
（中華福音神學院資訊中心主任、中華基督教網路發展協會副秘書長）

臺灣五、六年級生對電影《魔鬼終結者》一定不陌生：未來的人工智慧擁有自我意識，反過來要消滅人類。這個影像深植人心，也形塑了我們對 AI 的恐懼——擔心有一天它會反叛、接管世界。

假訊息與認知操控

然而，以目前的技術發展來看，那樣的末日場景仍然遙遠。真正值得我們警覺的，並不是 AI 會毀滅人類，而是它正在悄悄改變人類本身。在演算法與生成式 AI 的推波助瀾下，資訊變得氾濫、真假難辨，我們的專注力被分散，社會的對話被撕裂，甚至思考也逐漸外包給機器。

正如專家所指出的，AI 最危險的地方不在未來，而在當下：它

讓我們失去理解世界與彼此的能力。

在 AI 時代，資訊的力量不僅來自真實，更多時候來自「誰能製造說服力」。生成式人工智慧讓假新聞與網路操弄的規模達到前所未有的程度。過去要動員一群「網軍」需要龐大的資源，如今，一個模型就能在幾秒內產生成千上萬篇假訊息、偽造影像與留言。

這些內容被設計成迎合群眾情緒的「毒性資訊」，目的在於混淆視聽、分化社會或打擊異議者。

因此，AI 帶來的假訊息危機不只是資訊問題，而是心理與社會信任的崩解。人們在無形中被演算法牽引情緒，被假內容塑造信念；當我們的思想被操控而不自知，毀滅人類的或許不是 AI 本身，而是被它馴化的我們。

同溫層與社會極化

如果說假訊息是 AI 時代的「外部攻擊」，那麼同溫層效應則是「內部崩解」。社群平台的演算

法以「讓你喜歡的更多」為原則，精準推送迎合使用者偏好的內容。這種設計看似貼心，卻讓人一步步被困在思想的迴圈裡。當我們每天看到的都是與自己觀點相符的文章與留言，就會誤以為全世界都和自己想的一樣，逐漸失去理解與包容異見的能力。

AI 技術強化了這種趨勢。生成式 AI 能快速製造各式各樣的內容，讓每個群體都能在專屬的資訊泡泡中獲得「量身打造」的敘事。這種被演算法精密分割的社會，最終導致政治立場極端化、公共討論破碎化。人們不再是以事實為基礎交流，而是在情緒與立場中彼此指責。

自願放棄思考

在 AI 時代，我們最大的危機或許不是被取代，而是「自願放棄思考」。當人工智慧能在幾秒內生成文章、設計圖像或撰寫程式，人類逐漸習慣把繁瑣的思考交給機器。

更令人憂慮的是，AI 的速度與便利讓我們的大腦難以跟上。面對海量資訊，人類傾向於快速瀏覽、淺層理解，注意力與專注力不斷下降。許多人陷入「資訊疲勞」與「數位倦怠」，逐漸失去深度閱讀與批判性分析的習慣。當所有問題都能讓 AI 回答，我們便失去了追問「為什麼」的動力。

當思考成為一種「多餘的行為」，人類的創造力與獨立判斷力也隨之萎縮。最終，我們可能不再需要 AI 接管世界——因為我們早已把大腦交了出去。

奪回思考的主權

與其害怕 AI 毀滅人類，我們更該憂慮它讓人失去思考的能力。假訊息氾濫、同溫層擴大、批判力衰退，真正的危機不是機器叛變，而是人心麻木。唯有保持理性與同理，回到真實互動與深度思考，我們才能在 AI 時代守住人性的清醒。

珍惜鄰居情緣

■ 林佳穎
（自由投稿者）

俗話說：「千金買屋，萬金買鄰」，還有句話說「遠親不如近鄰」，這些都在在顯示鄰居的重要性，而我家實在是太幸運了！因為我家的左鄰右舍，都是非常棒的鄰居，這實在太值得珍惜了。

先說我家左邊的高家，高家媽媽的年紀，比我的父母大上十來歲，我稱呼她高阿姨，她的廚藝很嫺熟精湛，她經常烹煮些食物或點心，總是很大方地與我家分享，常常拿著她家的鍋碗瓢盆或盤子等容器，分裝食物後，就來按我家的門鈴，她的手藝很精巧，食物都非常美味，一點都不輸給餐廳的大廚，每次食物吃完總是教人吮指回味不已！

高阿姨分享食物給我家時，總是笑咪咪的，顯見

她為人和藹慈祥，我與家人也非常開心，因為有免費的美食可以品嚐。

至於我家右邊的丁家人，為人也是相當和善客氣，丁家知道我家有在兼做資源回收賺些小錢以貼補家用，經常免費供應我家資源回收物，讓我家多賺些錢，我長期有在收集超商的點數，可以兌換一些超商的贈品，她就經常會贈送我點數，我兌換超商的贈品有些收穫，這要歸功於她的功勞！

我有這麼棒的左鄰右舍，實乃我家之幸也！我認為鄰居對我家這麼好，我的父親功勞也不小！因為父親都會義務幫忙修繕故障的物品與電器。

既然是鄰居，也是有緣才會住在同一個地方，所以能夠當鄰居，彼此互相要珍惜把握這得來不易的情緣，好好善待鄰居。



▲她經常烹煮些食物或點心，總是很大方地與我家分享，常常拿著她家的鍋碗瓢盆或盤子等容器，分裝食物後，就來按我家的門鈴。（網路截圖）

醒報稿約



歡迎來稿增光篇幅，只要言之有物、動人心弦的創作，均有稿酬。來稿請寄：anntw.ad@gmail.com，並提供身分證、電話與戶籍資料；來稿本報有刪改權，如不願被刪改，務請註明。請勿一稿多投，查獲者永不刊用。請儘量於週日至週四上班時間寄稿，周五、六休假來稿將無人處理。

繼《絕美之城》保羅索倫提諾再次見證無與倫比的華麗！

橫掃義大利奧斯卡
15項大獎提名

榮獲坎城影展
藝術家技術大獎

橫掃義大利銀綢帶獎
11項大獎提名

PARthenOPE

拿坡里的美麗傳說

奧斯卡名導 保羅索倫提諾 絕美新作

10.24
追憶似水年華

青春美貌財富自信
她擁有讓眾人凝視的魅力！

他照顧 1686 位患者 讓他們遇見上帝

這裡的醫師、護士與病人，讓我相信了日常小事的重要，也讓我目睹了宛如植物終能綻放綠意的療癒過程。

■維多莉亞·史薇特
(舊金山加州大學臨床醫學副教授)

醫院裡有一條設有窗戶的寬敞長廊，它貫穿全院，可通往所有病房區。那一天，我碰巧在長廊上遇見他。他看起來神色匆忙。

我問他要趕去哪裡。

他說回復健病房，那幾週他在那裡代班。

復健病房和入院病房一樣，在深池醫院裡就像一個迷你醫院，專收輕微中風和腦部受傷較不嚴重的病患。多數患者休養一段時間後就能康復，有家可歸的就可出院返家，不過那裡的病患大多沒有朋友、金錢或健康保險。復健病房和入院病房一樣，也有自己的醫生負

「三個月。」

柯蒂斯醫師想了一下，接著問：「你穿幾號的鞋子？」

「九號。」

柯蒂斯醫師思索片刻，想了一下他的職責、其他患者、必須寫的報表、必須填的品質確保表單，接著離開醫院，開車去沃爾瑪百貨，買了一雙一六·九九美元的九號慢跑鞋。

幫病患買鞋子

這時他剛買了鞋子回來，正要回病房交給那位病患，然後填寫出院單。

我問他打算拿收據請款嗎？他笑了。

我看著他匆匆走回復健病



▲在這所源自中世紀的醫療院所、美國的最後一家救濟院裡，史薇特感受了現代醫學逐漸消失的殷勤款待氛圍，更有機會採用幾乎消失的「緩慢療法」。(網路截圖)

但始終不太明白，以為那是指關懷病患一關愛或至少喜歡患者。當我看到柯蒂斯醫師衝去為他不太認識的病患買鞋時，我想那句話肯定有更深的意涵。

於是我探尋那句話的來源，發現它出自一九二七年弗朗西斯·皮巴迪醫師(Francis Peabody)對哈佛醫學院畢業生的演講。皮巴迪醫生坦言，那樣做會占用時間，也許不是醫生最有效運用時間的方式，卻是值得的，因為那種費時的照護，培養了患者和醫生之間的關係，那關係正是促進療癒的祕訣。

所以皮巴迪醫師真正的意思是：照顧病人的祕訣在於——無效率。

無效率照顧病人

這真是諷刺。同樣諷刺的是，當狄恩提公司檢查醫院裡除了病患以外的一切—書籍、醫療方案、成本、營收……時，柯蒂斯醫師其實一直在提供最有效率的健康照護，放下所謂的職責，去完成真正的職責。

他買那雙鞋，想必幫醫療照護系統省下好幾千美元，但狄恩提公司不會認為那樣做是有效率的，浪費領高薪又受過高等訓練的醫生的時間。

努力當個好醫生

在遇到那次的鞋子個案前，我一直努力當個好醫生——診斷正確，給予適切的治療。但柯蒂斯醫師把標準提高了。托德小姐教我改變膳食、更換眼鏡等小事的重要，柯蒂斯醫師教我的，則是偶爾可以考慮親自為病患拿取食物或更換眼鏡。

後來我有時也會那麼做，醫院裡很多醫師也是。有時我會為厭食症的患者烹煮特殊的食物，或幫渴望閱讀的病患更換眼鏡(樓下診所在老舊的天鵝絨盒裡擺了精美的工具，還有一大罐古老的眼鏡螺絲)。

那樣的無效率照護往往是有效率的，可以迅速確實地解決

「照顧病人的祕訣在於關心病人。」
我一直很喜歡這句話，但始終不太明白，以為那是指關懷病患一關愛或至少喜歡患者。

問題。於是我第一次深深思索：深池醫院的無效率照護，實際上可能比狄恩提公司講究成本、效益的醫療系統更有效率，即使從金錢、Excel 試算表的角度來看，可能也是如此。

穆勒太太的病情

穆勒太太的個案最令我驚訝的是我幫醫療照護系統省了多少錢，而且花的心力竟是那麼

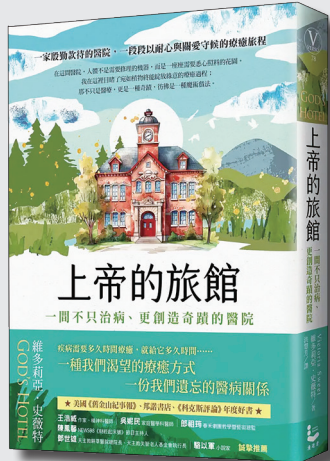
《上帝的旅館：一間不只治病、更創造奇蹟的醫院》簡介

一家殷勤款待的醫院，一段段以耐心與關愛守候的療癒旅程，宛如悲喜交集的人生劇場。二十多年前，史薇特醫師初次來到舊金山的深池醫院。原本她只打算待兩個月，然而，在這所源自中世紀的醫療院所、美國的最後一家救濟院裡，史薇特感受了現代醫學逐漸消失的殷勤款待氛圍，更有機會採用幾乎消失的「緩慢療法」。

「我在這裡照顧了 1686 位患者，他們教了我許多事，改變了我，也以始料未及的

作者：維多莉亞·史薇特
出版社：漫遊者文化
出版日期：2025/07/16

方式改變了我的醫療。」史薇特在本書寫下她在深池醫院的所見所聞，與尋找醫學精神的感恩。在這些故事中，我們看見患者與醫生面對病痛或生死時的心情轉折，以及身心靈照護的本質、代價和價值……等真實寫照。



少。那不是什麼高難度的診斷，換成深池醫院裡的任何一位醫生，終究都會送她去照 X 光，診斷出是人工髖關節脫臼的問題。

那麼，為什麼她之前臥病在床的六個月都沒人那樣做？她在公寓樓上臥床許久，可能那

也會幫她停掉止痛藥。那是我們這裡的文化。外面的做法和我們不同。我收過很多病人早就不再疼痛了，卻仍在服用止痛藥。

不幫病人停藥？

為什麼他們不幫病人停藥？一來因為習慣，另一個原因是病患偶爾才去門診，醫生也難以評估。

在深池醫院，會幫她逐漸減少抗精神病藥物的醫生可能比停止痛藥的少，但還是有很多醫生會那麼做。畢竟在全天候的觀察下，穆勒太太因用藥減量而精神異常的風險是我們可以接受的，萬一她出現精神混亂的現象，我們會注意到。

穆勒太太在深池醫院的任何醫生照顧下，幾乎都能出院回家，因為那是深池醫院的特質——在開放式病房裡，觀察入微的護士能隨時追蹤病患，醫生每天都能看到病患並留意變化，而且樓上就是 X 光室。

(字欽／輯)

Y!!! 書訊

醒報編輯部／輯

《當我告別教職》

作者：梁芳瑜

出版社：寶瓶文化

她從小立志當老師，且以榜首成績通過臺北市教師甄試，教學更是極受學生、家長及學校的信任與肯定，為什麼選擇離開？而且是毫無退路的裸辭……教師過勞、師道不尊、薪資脫節，這三大困境，成為梁芳瑜離開教職的主因。

面對教職困境，最認真的教師總不免懷疑，是不是自己做得太少、自己還不夠好？是不是要再更拚命、更努力？梁芳瑜想對他們說：「每一個認真的教師，我們都已經夠努力了……」這本



《從北大到臺大：一位歷史學人的百年回顧》

作者：夏德儀

出版社：有理文化

本書為前臺大歷史系教授夏德儀晚年所自撰之詳盡年譜，原名《百吉老人自訂年譜》，記錄其自清光緒二十七年(1901)出生於江蘇東臺，歷經清末民初、抗戰、國共內戰，以至遷臺後在臺大教書、退休後赴美生活的完整人生。全書涵蓋九十餘年之生命軌跡，逐年記事，兼及家族世系、鄉里風俗、教育歷程、時代轉折與個人心路，文筆質樸誠摯，具有極高的史料價值。

從江蘇小村的私塾童子，到北大歷史系的知識青年；



《野菜圖典》

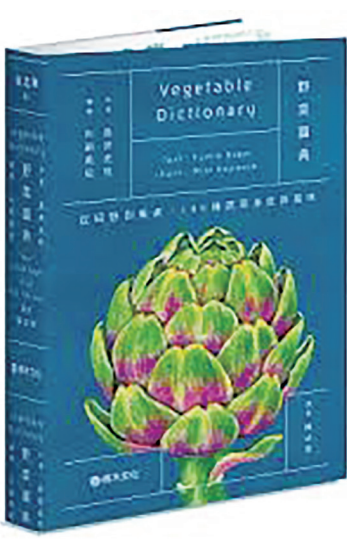
作者：長井史枝

出版社：積木文化

本書收錄 180 種蔬菜，從香草、豆類、山菜等常見食材，到罕見的珍稀品種。無論是以低溫保留紫蘇的清香與殺菌力，或簡單加熱享用毛豆的植物性蛋白與膳食纖維，皆能在書中找到解答。作者長井史枝以細膩筆觸與豐富知識，描繪我們日常卻常被忽略的「野菜」世界。

本書不僅解析各種營養素的功能與人體每日建議攝取量，幫助讀者建立均衡飲食觀念。更收錄實用專欄針對高血壓、貧血、頭痛等常見健康狀況，提供具有調理作

用的建議蔬菜與料理，如富含抗氧化成分的紫甘藍、營養密度高的酪梨等，以食療強健體質。





◀ 達拉斯獨行俠選下的狀元郎弗萊格，是新賽季最佳新秀的最強力競爭者。(photo from 獨行俠臉書粉專)

▶ 費城 76 人用探花籤選下的全能後場埃奇庫姆，季前熱身賽展現超強的進攻能力。(photo from 費城 76 人臉書粉專)

▼ 置身重建期當中的爵士隊選下的首輪 5 號秀貝利，進攻才華讓人印象深刻。(photo from 爵士隊臉書粉專)



選秀大年挑戰 NBA 狀元郎弗萊格領銜

弗萊格在投入選秀前就是全美家喻戶曉的超新星，去年就與美國奧運隊一起練球，被稱為詹皇以後的高中生天花板。

【本報記者宋秉謙專題報導】NBA 每年都會見證許多新星帶著衝勁前來挑戰，新賽季會有哪些新秀證明身價呢？2025 梯選秀是公認的大年，新秀天賦非常高，新人王獎落誰家，最被看好的是狀元郎弗萊格，被預期扛起持球大任，76 人的探花秀埃奇庫姆在季前賽展現強大進攻慾望，爵士選下的貝利能有不少開火權。中國新秀楊瀚森在拓荒者的成長也引起兩岸球迷的關注。

狀元郎是新人王大熱門

2025 梯的選秀是 NBA 近年來公認的大年，新賽季會有多少新秀真正兌現天賦、站穩 NBA，或甚至衝擊明星賽呢？又有哪些國際新星值得關注？根據外媒《SBNation》報導，本屆焦點自然是領袖人物：杜克大學的王牌弗萊格，他在投入選秀前就是全美家喻戶曉的超新星，去年他還沒加入 NCAA 時，就以天才高中生身份與美國奧運隊一起練球，被稱為詹皇以後的高中生天花板。

帶著陪練隊差點掀翻美國全明星，弗萊格早早就被視為狀元身份，在杜克大學的時期，弗萊格逐漸展現出進攻天賦，成為 NCAA 全美最佳，被獨行俠以狀元籤選入當王牌培養，夏聯很快就適應控球責任。

獨行俠頂級控衛厄文受傷將錯過開季賽事，普遍預期弗萊格會被賦予持球重任，將獲得大量進攻發起的機會，參考許多球星對他的評價，弗萊格是成熟度很高的新秀，具有極高的球商和積極度，只要給足信任與犯錯機會，他就會迅速吸收進化，狀元郎可能開季就會迎來爆發，是年度新人王的大熱門。

進攻火力爆炸的新秀們

除了球技全能的狀元郎，本梯還有 2 個超強進攻端潛力的新秀，費城 76 人的探花秀埃奇庫姆與猶他爵士的貝利。埃奇庫姆最讓人興奮的是他的勁爆體能，他擁有年輕後衛罕有的身體對抗力與侵略性十足的防守積極度，這讓他能迅速且穩定的獲得上場機會，進攻端雖然投射較不成熟，但持球衝擊力與心態很積極，在陣中前輩

馬克西作為榜樣的前例，埃奇庫姆可望獲得系統性培養。

爵士隊選下的 5 號秀貝利也屬於進攻天花板極高的存在，他的模板最早被視為是小波特和蓋伊，屬於有能力爆量進攻的側翼好手，優異的靜態天賦讓貝利可以輕鬆找到出手空間，雖然目前還不夠能自主創造進攻機會，但貝利擁有一些在 NBA 可立即轉換的能力，這有助於他獲得許多上場時間學習，更遑論爵士處於重建期，貝利應該能盡情在新秀年開火，展現他擁有的、以及剛學習的一切技能。

看好中國新人楊瀚森

除了這些新人王的強力競爭者，也有值得球迷關注的新人，包含來自中國的禁區好手楊瀚森。據《籃球新聞網》報導，拓荒者用首輪籤選下楊瀚森絕對不是看重市場價值而已，從主帥畢拉普斯悉心調教與給予大量機會來看，楊瀚森的靜態天賦與潛力都被看好，雖已在成年聯盟 CBA 打過不少比賽，但目前還欠缺 NBA 等級

的進攻腳步與閱讀比賽能力，而年僅 20 歲的他，成長之路值得球迷追蹤。

黑馬二年級生

就算不跟誇張的 2025 年比，2024 年都算是明顯的小年，既然後浪如此可怕，作為前浪的二年級前輩們機會將變少，還有黑馬值得關注嗎？

據《ESPN》分析，火箭的二年級生、去年的探花秀謝波德很有機會大爆發，通常前 5 順位都會獲得穩定上場機會，但謝波德運氣很差、遇到要「win now」的火箭，去年一度落到第三替補控衛的角色，讓人惋惜。

但今年謝波德轉運了，由於火箭後場球星范弗利特遭遇大傷，補進 KD 的火箭必定是要拚戰績，在前場強悍鋒線群掩護下，火箭後衛將獲得不少後場持球發起進攻機會，謝波德被看好與阿門搭檔後場，只要能拿出大學時期的傳球視野與發展聯盟的投射準度，具備組織與投射的謝波德是絕配火箭陣型的，而他在季前賽確實展現出即將爆發的苗頭。



◀ 一年級學弟們來闖 NBA，二年級的謝波德有機會破繭而出，不被後浪用在沙灘上。(photo from 火箭隊臉書粉專)

▼ 拓荒者很積極給予中國新人楊瀚森機會。(photo from 拓荒者臉書粉專)



新的力量!! 一個關於家與家人的故事

新来的小朋友

TUNED IN

《逆者》新銳導演 陳聖元 感人新作

10.31 最美麗的童話

DEPARTMENT OF CULTURAL AFFAIRS, TAIWAN

SHAWN GREY

醒報讀者索票機會！

歡迎讀者 10/25（六）前來觀賞海鵬新片《新来的小朋友》
《新来的小朋友》
10 歲的 Zane 和媽媽 Ela，受邀參加廣播電台的印尼語節目。

電影與場次的詳細資訊如下：
時間：10/25（六） 14:00
地點：真善美劇院（台北市萬華區漢中街 116 號；捷運西門站 6 號出口）
片長：1 小時 20 分鐘

@ 索票請註明「真實姓名、出席人數、報名單位、聯絡方式（電話+電子信箱）」等資訊，以便保留座位。送完為止。