

國家要進步發展，改革創新自屬必要，改革與創新，成之急躁草率，獨斷主觀，誠非正道，因而面對問題，對準問題，循序漸進，修正走穩，建立共識，先改後革，化阻力為助力，政通人和，順利圓滿。

國計民生第一，發展經濟優先，留糧固本，尤其重要。兩岸和平，加強交流，互利互惠。武昌起義，時間雖已遙遠，須知國步維艱，輕舉妄動，腐根蝕本。國恩家慶，民之所欲，國泰民安，新猷大展。

(金門體育會游泳運動委員會提供)

由台灣體育總會舉辦的「二二六全國樂活游泳賽」，吸引全國140隊踴躍旅競，金門代表隊伍分別在高中男子組拿下全國「第五名」、高中女子組榮獲全國「第四名」、國中組榮獲全國「第七名」、國小組榮獲全國「第六名」、社會組金門A組榮獲全國「第五名」、金門B組榮獲全國「第八名」佳績，表現相當優異。

邁入第7屆的全國樂活游泳比賽「二二六全國樂活游泳池賽」，場日前在彰化縣立游泳池賽，吸引全國140隊（學生共計31隊、社會組109隊）近1600人報名競泳，場面盛大、高潮迭起，賽程組別共分國小及國中男、女混合組300公尺大隊接力；高中男子及女子組300公尺大隊接力；社會男子及女子組200公尺大隊接力。

金門縣各級學校及社會組經總過渡安排組隊前往參與角逐，表現相當出色，其中，國小組由中正國小校長張柏楸帶領榮獲獲

師李宜嫻。柏村國小呂立鴻，指導老師莊彩雲。佳作：金鼎國小陳上研，指導老師翁敦政。金鼎國小陳正觀，指導老師翁敦政。柏村國小呂思慈，指導老師莊彩雲。

繪畫國小中年組：

特優：中正國小陳柏澄，指導老師董皓雲。古寧國小王正柏，指導老師鄭綺雯。安瀾國小小蘇恩，指導老師陳韶翎。優選：多年國小關少涵，指導老師余宛銓。金鼎國小黃思為，指導老師李佳蓉。古寧國小蕭亦軒，指導老師李曉君。開壇國小許一安，指導老師鄒芳。安瀾國小李侑怡，指導老師陳韶翎。多年國小吳詩雅，指導老師余宛銓。佳作：柏村國小謝宜豪，指導老師莊彩雲。金鼎國小楊宸安，指導老師李佳蓉。柏村國小呂其陽，指導老師莊彩雲。

繪畫國小小年組：

特優：古寧國小辛佳浩，指導老師莊彩鳳。開壇國小王瑞琦，指導老師陳欽方。金鼎國小林佳誼，指導老師翁敦政。優選：中正國小楊昕穎，指導老師李麗娟。金鼎國小李孟儒，指導老師翁敦政。金鼎國小林建宇，指導老師翁敦政。金鼎國小小翁可盼，指導老師翁敦政。多年國小陳沛羽，指導老師李麗娟。佳作：多年國小吳芸婷，指導老師余宛銓。古寧國小李睿翊，指導老師顏莉容。開壇國小余祖岳，指導老師陳欽方。

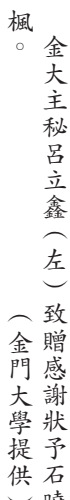
繪畫國中組：

特優：金寧國中宋姿熹，指導老師朱文忠。金寧國中翁毓襄，指導老師朱文忠。優選：金城國中陳軒翰，指導老師陳鴻文。金寧國中周鈺紫，指導老師朱文忠。金城國中陳文禪，指導老師葉彝丞。佳作：金城國中梁佑得，指導老師許政惠。金城國中楊芷平，指導老師陳鴻文。金城國中高孟辰，指導老師陳鴻文。

金大主秘呂立鑫（左）致贈感謝狀予石曉楓。（金門大學提供）

的人生從此定調了，她卻選擇懷鄉內心的聲音，重新到師大校園，一路攻讀學位，從此成為文學的研究者與傳播者。石曉楓說，她的文學人生看似清楚而順遂，但其實也有過大大小小的掙扎、矛盾與扶搖。但因為對文學的喜好，使她毫不放手放棄。她並以如此勉勵在場學生：山不轉路轉，路不轉人轉。生命之路不勉勵，微調或大轉彎，總會覓得方向。重要的是：找到自己志趣，能讓自己快樂的事，就值得努力追求。

金大表示，下一場講座將由金門半子，同樣任職於國立臺灣師範大學的江伯煒教授主講，於10月14日（星期五）下午13時30分起至15時20分，假金門大學綜合大樓—呂冰霖講堂（二樓階梯教室）舉行。江伯煒教授將以「建築與歷史：金門島的文化遺產」為題與聽者分享，歡迎各界人士屆時自由入座，踴躍前往聆聽。



記者翁維智／綜合報導

由台北文訊雜誌主辦的「2025文藝雅集」，日前在台北市徐州路7號台大醫學院國際會議中心庭園會館二樓舉行，老、中、青三代作家齊聚，新任文化部長鄭麗君也到場向作家們致意，但未上台致詞，她特別走向金門作家所坐第32桌敬酒，表示文化地方正全力推動《台灣學》，可與最早帶動區域史、地學的先驅者《金門學》交流、對話。

「2025文藝雅集」主辦單位文訊雜誌特地邀請金門作家，《金門文藝雜誌》編輯群赴會，出席者有楊樹清、楊筑君（牧羊人）、翁鈞（翁國鈞）、王元正、吳鈞堯、盧翠芳、蔡能寶、陳鈺玲等。

九九重陽，這場由台北文訊雜誌持續主辦十多年的文藝雅集，場面溫馨動人。《文訊》在會特別指出，藉此是永遠的，幕永不落下，台灣當代作家們，藉這機會要向老家家們致敬。與金書畫作家席交流的知名旅行作家李啓端也在臉書留言寫下：「2025文藝雅集」猶如牛郎織女會，一年一度的文藝雅集今天假台大醫院國際會議廳歡慶的前輩，讓這些來會的行。最要感謝的是文壇、藝壇的老前輩，一直以來的辭辛勞的照顧著文壇、藝壇的成長，護這些來會的風雲，至今仍未停筆桿的老作家，每年今日能見面、敘敘舊，哪怕白髮蒼蒼、皺紋橫陳，內卻是溫馨滿滿！」

責任編輯／蔡祥生

記者翁維智／綜合報導

針對擱淺於金門古崗海岸的陸籍貨輪「港泰台州」，交通部航港局日前在第十三次應變處置會議中，特別貴成交通部航港局所有人「上海齊合國際海運有限公司」，至遲應於今（10）日前完成拖救安插計畫、確認委託關係，並於本月12日完成拖救契約及提出拖救計畫，違者將依違反「商港法」第53條規定處船舶所有人或船長新臺幣10萬元以上50萬元以下罰鍰。

航港局指出，由於日前適逢大陸假期期間，有關上述港泰台州輪計畫進度，船舶所有人表示尚需等到10日长假結束後才能明朗化；日前船舶所有人已表

移除作業，期盼於10月14至18日海水大潮期間施工。

航港局表示，該局每日均有派員在港泰台州現場監控，並未發現異常狀況。在船舶未拖離前，海巡署、金門縣環保局及航港局等相關單位也均會落實相關管控措施。唯近日東北季風不斷增強，「港泰台州」始終就像一顆不定時炸彈，且據海事工程專業人士表示，需再持續觀察一次漲落潮歷程，才能確認不再有油污外洩情事，因此，該輪船舶一日不拖離，金門鄉親就一日難安，期待在我方的督促下，陸方能加速進行船舶移除作業，還金門古崗岸線的清明。

浪可以天濤了」詩句，說明每個人心中都有其追求與想像，而文學正是她個人生命歷程中最小的興趣、理想，同時也是一種貫穿人生與使命。小學時代即展現出寫作天分的她，求學過程中受到父親的影響以及陳為寫、顏生龍、洪春柳等多位恩師的啟蒙、指導，使其更加堅定往文學的道路前行。

在當年封閉的島嶼上，儘管資源貧乏，文學創作與閱讀卻帶領她看見寬廣的世界，不但有機會與住在台北的筆友通信，更因為大量閱讀，從此開啓她的眼界與對未來的想像。十八歲以後，石曉楓赴台就讀大學，走出金門的困囿，她像海綿一般不斷地看電影、聽演講、參與各種文藝活動；努力滿足自己曾缺乏的文學心靈。

北鎮廟重陽謎會 現場氣氛熱絡

記者莊煥寧／金城報導
金城鎮北鎮廟慶賀北極玄天上帝聖誕，昨日舉辦建醮慶典，晚間則在廟前的戲臺辦理重陽燈謎會，吸引民眾前往參加，大家動動腦、猜燈謎、拿獎品，現場氣氛熱絡。

適逢北鎮廟北極玄天上帝聖誕千秋，廟方管理委員會昨日建醮一天，為玄天上帝祝賀，北門里長許績才、廟方長老與社區鄉親熱烈投入慶典活動，居民與信眾也前往上香祈福，廟內鎮日香煙裊裊，熱鬧非常。

昨日是農曆九月九日重陽佳節，晚間七時三十分起在北鎮廟前戲臺舉辦了「重陽謎會」，主持人顏允金與遠從石獅市來金的石獅燈謎協會會長蘇榮燦、副會長林清富等人，精心準備將近二百道的謎題，讓到場的鄉親一試猜個夠。

各項謎題中，謎底範圍多為金門地名、村名、成語、日常生活用語等，台下猜燈謎的民眾無不絞盡腦汁仔細思索，猜中的民眾就可獲得陶器茶杯、高級洗潔精、樂透彩券等獎品，寓教於樂，雖然晚間氣溫稍降，天空飄著濛濛細雨，仍吸引不少民眾前往參與燈謎會，帶動現場熱絡氣氛。

顏允金指出，在重陽節舉辦燈謎會活動，是希望發揚中國傳統燈謎文化，並促進兩岸燈謎文化交流，同時也藉由活動引起鄉親對於傳統燈謎文化的興趣，一起來推廣這項傳統文化。

關於北鎮廟北極玄天上帝，據廟方長老指出，相傳三百多年前武當山道士背負未塑成之真武帝君神像逃難抵達現今北鎮廟廟址休息，當時神像顯聖發力要留於當地，地方自此成立北鎮廟安奉，北鎮廟在於民國一〇一年特別前往武當山進香請火，廟前還有一塊刻有「武當分鎮」匾額紀錄著這段奇緣。

名、村名、成語、日常生活用語等，台下猜燈謎的民眾無不絞盡腦汁仔細思索，猜中的民眾就可獲得陶器茶杯、高級洗潔精、樂透彩券等獎品，寓教於樂，雖然晚間氣溫稍降，天空飄著濛濛細雨，仍吸引不少民眾前往參與燈謎會，帶動現場熱絡氣氛。

顏允金指出，在重陽節舉辦燈謎會活動，是希望發揚中國傳統燈謎文化，並促進兩岸燈謎文化交流，同時也藉由活動引起鄉親對於傳統燈謎文化的興趣，一起來推廣這項傳統文化。

關於北鎮廟北極玄天上帝，據廟方長老指出，相傳三百多年前武當山道士背負未塑成之真武帝君神像逃難抵達現今北鎮廟廟址休息，當時神像顯聖發力要留於當地，地方自此成立北鎮廟安奉，北鎮廟在於民國一〇一年特別前往武當山進香請火，廟前還有一塊刻有「武當分鎮」匾額紀錄著這段奇緣。



金城鎮北鎮廟慶賀北極玄天上帝聖誕，除舉辦建醮慶典，晚間在廟前的戲臺辦理重陽燈謎會，吸引民眾前往參加。（莊煥寧攝）

慎終追遠 翁氏宗親會昨祭祖

記者李金鎔／金城報導
金門縣翁氏宗親會昨日上午於頂堡東家廟舉行祭祖活動，輪值長老身著長袍馬褂循古禮依序向文昌帝君及福德正神進行獻禮，並以傳統「大三獻」禮祭祀翁氏歷代祖先，以緬懷祖德宗功，下午由理事長翁國順頒發獎學金給各組獲獎同學，鼓勵學子繼續努力向學，教育子孫應飲水思源，不忘宗親敬宗的傳統美德。

金門縣翁氏宗親會這項祭祖活動，於昨日上午十時於頂堡東家廟舉行，由翁氏宗親會理事長翁國順及下堡東家廟輪值長老帶領翁氏宗親參拜，金防部指揮官鄭以知（翁氏子婿）也前往上香祝賀，翁氏族裔代表及各地李氏宗親也前往參加祭典與聚餐聯誼，展現慎終追遠的情懷，場面溫馨而熱鬧。

獎學金頒發於下午進行，由翁氏宗親會理事長翁國順頒發獎學金予得獎學生，嘉許優異的成績表現。獲獎學子計有：博士班翁宗翰得獎學金2000元。大學組：翁千雅、翁芷翎、翁好涵，每人獎學金500元。高中組9名（每人獎學金800元）：翁明維、翁崇恩、翁晟榕、翁語萱、翁晟庭、翁偉彬、翁佳瑜、翁淑榕、翁祐祥。國中組16名（每人獎學金600元）：翁一宸、翁子助、翁雨軒、翁李辛、翁靖雯、翁謙傑、翁彩樺、翁瑄玟、翁毓、翁芝穎、翁明浩、翁晟郁、翁子喬、翁毓璽、翁正晨、翁淪、翁宇臻、翁曼伶、翁曼君、翁筱婷、翁霽均、翁毓彤、翁承佑、翁以庭、翁什謙、翁任靜、翁佩璋、翁瑛婕、翁可盼、翁以晴、翁勝宏、翁靖淳、翁立騰、翁偉助、翁榮澤、翁文宏、翁瑋豪、翁宇云、翁煥竣、翁杏樺、翁子晴、翁語棠、翁子或、翁家心、翁均霖、翁子晴、翁聖淇、翁形恩、翁鼎銓、翁立達、翁佳如、翁聖淇。

該宗親會亦特別提醒翁氏宗親子弟，明年如欲申請獎學金請附上年度成績單，且成績單成績應為百分數表示法，不可僅書甲或乙，且應於每年農曆八月底前送件始為受理。

翁、翁好涵，每人獎學金500元。高中組9名（每人獎學金800元）：翁明維、翁崇恩、翁晟榕、翁語萱、翁晟庭、翁偉彬、翁佳瑜、翁淑榕、翁祐祥。國中組16名（每人獎學金600元）：翁一宸、翁子助、翁雨軒、翁李辛、翁靖雯、翁謙傑、翁彩樺、翁瑄玟、翁毓、翁芝穎、翁明浩、翁晟郁、翁子喬、翁毓璽、翁正晨、翁淪、翁宇臻、翁曼伶、翁曼君、翁筱婷、翁霽均、翁毓彤、翁承佑、翁以庭、翁什謙、翁任靜、翁佩璋、翁瑛婕、翁可盼、翁以晴、翁勝宏、翁靖淳、翁立騰、翁偉助、翁榮澤、翁文宏、翁瑋豪、翁宇云、翁煥竣、翁杏樺、翁子晴、翁語棠、翁子或、翁家心、翁均霖、翁子晴、翁聖淇、翁形恩、翁鼎銓、翁立達、翁佳如、翁聖淇。

該宗親會亦特別提醒翁氏宗親子弟，明年如欲申請獎學金請附上年度成績單，且成績單成績應為百分數表示法，不可僅書甲或乙，且應於每年農曆八月底前送件始為受理。



金門縣翁氏宗親會昨舉行祭祖活動，輪值長老身著長袍馬褂循古禮進行獻禮。（李金鎔攝）

責任編輯／呂士昂

陸船故障7人受困 海鷗直升機救援



左、海象極差，150噸的陸籍貨輪在海中劇烈搖晃；右、獲救船員趕緊打電話向家人報平安。



（金門岸巡隊提供）

記者陳冠霖／金湖報導
擱淺超分！金門海域最近很不平靜，繼9月15日、23日、10月8日，1個月內連3艘陸籍貨輪在金門近海擱淺後，8日晚間又有一艘150噸大陸籍貨輪「閩連漁運022號」，因主機故障而失去動力，在料羅海外海擱淺，船上7人受困。但因天候不佳、海象極差、風勢強勁，無法從海面救援，緊急請空軍「海鷗直升機」前來支援，終於在9日凌晨4點多將船上7人吊掛救出，無人受傷。

金門岸巡隊表示，8日晚間大約21時左右，由雷達發現有一艘目標於金門南海面航道上、料羅港外2.1哩處擱淺，立即派遣巡邏上海巡艇PR-10021艇前往查察，經海巡艇查看後，發現該艘為150噸大陸籍貨輪「閩連漁運022號」，船上共7人，載運近50塊磚頭建材，從泉州港出發要到漳州，因主機故障而失去動力、無法航行。

海巡署第12巡防區發現後，立即統合金門海巡隊及金門岸巡總隊支援，海巡隊派巡邏上海巡艇PR-10027艇前往查察，並增派PR-353艇及賽等裝備待命，另立即啟動兩岸聯合搜救機制，由陸方廈門海事局出動「東海救13」營救，經交通部航港局中部航務中心緊急核准後，進入金門海域與金門海巡隊巡防艇共同救援。

不過，因8日晚間大雨、現場風勢強勁達到45節（約9至10級風），海象不佳，無法接駁遇險船員，第12巡防區立即透過國家搜救中心申請「空軍海鷗直升機」前來支援，岸巡總隊待命人員即派遣至向義機場待命。終於9日凌晨3時左右，空偵機抵達金門海域上空後立即投入吊掛救援，於4時許完成吊掛後，人員清點無誤，將船員載至金門向義機場，所幸7名船員皆無受傷，後續則依人道救援方式委由移民署專勤隊先行辦理臨時入境許可後再進行後續調查。

目前中國船員都由海巡暫時收容，等到走完遣返程序，才會讓他們和貨輪一起返回中國；此次出動救援的海鷗直升機油料費高達30萬元，但金門海巡隊長黃宜凱表示，這次任務是救難性質，因此不會收取任何費用。

這是繼9月15日莫蘭蒂颱風襲門港外4萬噸級貨輪「港泰台州」吹到古崗海邊、9月23日4萬噸級砂石船「順通5號」擱淺古寧頭北山出口、10月8日500噸級運砂船「丙洲沙99號」在瓊林外海擱淺之後，1個月內第4艘在金門海域遇險的大陸船隻。

第12巡防區表示，海巡工作攸關兩岸海安、社會治安、經濟秩序、防疫衛生及海洋資源永續利用，本總隊亦致力徹底杜絕走私、偷渡等不法活動，執行救難救助服務；確保當地鄉親生命財產安全及生態保育維護。第12巡防區呼籲，海巡署提供相關服務均不收任何費用，本署堅持廉潔、拒絕不法。故鄉親如遇有任何關於「海事服務」、「海難救助」、「海域執法」等問題，請立即撥打118免費服務專線，本巡防區將於第一時間前往處理。

為地球盡心力 後豐港居民昨建功嶼淨灘



後豐港社區發展協會在颱風過後昨日特別假建功嶼海岸進行淨灘活動。（後豐港社區提供）

記者李金鎔／金城報導
營造社區意識、推動環保生活，為讓社區居民能為家園與海岸環境付出一分心力，做一個環保又健康的快樂志工，金城鎮後豐港社區發展協會在颱風過後，昨日特別假建功嶼海岸進行淨灘活動，邀請社區志工與居民二十餘人參與淨灘，清除一大卡車保麗龍、木頭、竹枝及保特瓶與垃圾，為地方的環保工作盡一份力量。

該項活動獲得後豐港居民的熱情參與，後豐港社區發展協會理事長洪榮利帶領居民聚集在建功嶼前的沙灘，協同鎮公所清潔隊員支援活動事後垃圾清理工作，大夥沿著海岸沙灘區撿拾垃圾雜物，實力清除影響家園漂亮海岸的髒亂物。當地居民以實際行動關懷、愛護環境投入淨灘行列，紛紛表示淨灘工作對社區營造來說是件很有意義的事。後豐港社區發展協會理事長洪榮利也指出，建功嶼的濱海風景相當美麗，更是許多遊客到訪金門的必遊景點，維護海岸環境清潔是件任重而道遠的工作，唯有發動社區居民共同努力，才能將金門的好山、好水、好風景，分享更多來自各地的好朋友。

在淨灘活動中，有一位50多歲的男性民眾表示，前幾天來的時候沙灘到處都是垃圾、漂流物，現在看到海邊清理得乾乾淨淨，感受就不一樣，他特別感謝社區志工的辛勞。

後豐港社區協會除正式設宴建功嶼淨灘，並每月辦理淨灘活動，除了讓社區大人和小孩親身感受到家園環境的美，更重要的是喚醒居民愛護家園的共識，同時透過淨灘活動進行海洋自然環境教育，為海洋環境保護盡一分責任和心力，也留給子孫們青山綠水的環境。

台灣金同會總會 會議決議認養金門路樹



記者李增汪／綜合報導
台灣金門同鄉會總會10月8日下午於烈嶼鄉公所召開第1屆第3次理監事聯席會議，決議配合金門縣政府，由各同鄉會或旅台鄉親個人認養莫蘭蒂颱風吹折或傾倒路樹方式，參與金門災後路樹、行道樹復建工程。

台灣金門同鄉會總會趁受邀參加烈嶼半頭季年度盛事之便，在出席半頭季開幕式及挖手體驗後，借用烈嶼鄉公所會議室召開理監事會議，由總會聯席會議。

（照片由台灣金門同鄉會總會提供）

長李台山主持，共有14個旅台同鄉會社理事長出席。金門縣副縣長吳成典、秘書長林德泰、財政處長許志忠、烈嶼鄉長洪成發列席。

李台山總會長表示，莫蘭蒂颱風重創金門，鄉親綠林遇百年浩劫，以行動參與救災復原，是9月24日新竹市金門同鄉會會員大會時多位與會同鄉會理事長共同心聲。他25日拜會陳福海縣長，提議由旅台各同鄉會或鄉親個

辦「桃園市金門日職棒嘉年華」活動，Lungo職棒隊、桃園市政府與金門泰偉電子、天字輩貢糖等單位共襄盛舉，推銷金門觀光與金酒廣告效益極大，但他帶領Lungo職棒啦啦隊員回金門拍攝宣傳影片，事前已連絡相關單位卻未配合。李台山總會長也籲請縣府單位人員不能再有多一事、不如少一事心態。吳成典副縣長對此表示歉意，會請相關單位檢討改進。

李台山表示，認養金門路樹、行道樹，表達關心家鄉，也是把根留在金門故鄉，意義深遠，請各同鄉會與旅台鄉親踴躍響應。副總會長黃炳中、張雲權等理事長建議，選定樹種，並可於明年植樹節時，組團返鄉以實際行動參與認養並親理路樹、行道樹。理監事會議無異議通過認養金門路樹、行道樹案。並討論通過明年4月在台灣接辦「2017兩岸金門同鄉會雙年會」，屆時並將結合台灣金門同鄉會總會周年慶及台北市金門同鄉會會員大會舉辦活動。同鄉會理事長李源提臨時動議，表示該會9月3日舉

人出資認養復育路樹，陳縣長責由財政處長許志忠負責並為同鄉會接洽窗口。

許志忠處長報告說，縣府已花費三千多萬元在莫蘭蒂災後路樹復原工作，估計全縣林木復建總經費需要22億元。旅台同鄉會可分區認養倒折路樹、行道樹。每棵樹認養每月100元，期限1年。認養之樹木將標示認養人或認養團體。新植或門栽植之樹種，也歡迎旅台鄉親親建

慢壘委員會 李誠智接任主委



第九屆金門體育會慢速壘球委員會改選，主任委員由議員李誠智高票當選。

(金門體育會慢速壘球委員會提供)

金門體育會慢速壘球委員會改選，由縣議員李誠智高票當選。李誠智表示，將致力於推廣慢速壘球運動，並加強與其他地區的交流與合作。他還提到，委員會將定期舉辦比賽，以促進會員之間的交流與友誼。此外，委員會還將致力於提高慢速壘球運動的普及率，吸引更多市民參與。

記者陳麗好／金城報導
第九屆金門體育會慢速壘球委員會改選，由縣議員李誠智高票當選。李誠智表示，將致力於推廣慢速壘球運動，並加強與其他地區的交流與合作。他還提到，委員會將定期舉辦比賽，以促進會員之間的交流與友誼。此外，委員會還將致力於提高慢速壘球運動的普及率，吸引更多市民參與。

李誠智表示，將致力於推廣慢速壘球運動，並加強與其他地區的交流與合作。他還提到，委員會將定期舉辦比賽，以促進會員之間的交流與友誼。此外，委員會還將致力於提高慢速壘球運動的普及率，吸引更多市民參與。



金湖鎮民代表陳向鑫自掏腰包購買新鮮水果，送給金湖鎮5個辦理「長者供餐服務」之社區的長者們，祝長者重陽節快樂。(陳向鑫提供)

重陽金湖鎮代陳向鑫關懷長者

記者陳冠霖／金湖報導
重陽節前夕，國民黨金湖服務站義務主任陳向鑫，自掏腰包購買新鮮水果，送給金湖鎮5個辦理「長者供餐服務」之社區的長者們，祝長者重陽節快樂。陳向鑫表示，長者們是社區的寶貴財富，我們應該給予更多的關懷與照顧。他還提到，服務站將繼續努力，為長者們提供更好的服務。

美珍香盃桌球賽 受理報名

記者莊煥寧／金城報導
由金門縣桌球委員會主辦的第十屆「美珍香盃」桌球邀請賽，即日起至11月2日止開始受理報名。比賽日期訂於12月10、11日兩天在金門縣立體育館舉行。歡迎桌球愛好者踴躍參加，共襄盛舉。比賽組別分為團體賽、長青組、社會男子組、社會女子組、國中男女生組、國小男女生組等8組。個人賽、長青組、社會男子組、社會女子組、國中男女生組、國小男女生組等8組。報名費：個人賽、長青組、社會男子組、社會女子組、國中男女生組、國小男女生組等8組。報名費：個人賽、長青組、社會男子組、社會女子組、國中男女生組、國小男女生組等8組。

歡度重陽節 昇恆昌志工前進松柏園



昇恆昌愛心志工團隊來到松柏園，與20多位長者一起開心同樂。

(昇恆昌提供)

記者陳冠霖／金湖報導
重陽節前夕，昇恆昌愛心志工團隊來到松柏園，與20多位長者一起開心同樂。活動內容包括：長者們一起動手製作重阳糕，並分享彼此的故事。此外，志工們還為長者們表演了精彩的節目，現場氣氛溫馨。昇恆昌表示，將繼續關注長者需求，為社區長者提供更多關懷與服務。

家樂福 傢俱
全館大特賣
一律批發價
買到賺到
到府丈量
到空間規劃
徵業務送貨員有經驗佳
082-371258
0926-217-862

金門在地味
牛肉乾
電話/082-312192
地址/金門縣金城鎮民生路33-3號

博士助聽器 Dr. Hearing Group
特價優惠
金門門市
金城鎮民族路43號
永旭保險公司(一樓)
Starkey ARIES系列 助聽器
一對NT.35000元
數位式4頻機
有雙頻機、四頻、八頻、十二頻、十六頻等機款
預約專線 0911-883169 (黃曼芬)
082-320316

安裝太陽能熱水器
購買就抽來回機票
臉書搜尋：豪福節能科技有限公司
豪福節能生活館 082-371596

在地的建設公司
創新建築風格
尚億建設
房地產、土地開發買賣
住商大樓、自然村合作興建
地址：金門縣金城鎮民生路33-3號
電話：082-312192

金世界養生館
腳底按摩、精油舒壓、泰式指壓
營業時間：早上11:30至晚上12:30
禮聘大陸、越南、台灣等地小姐服務
另徵工作伙伴、福利面談
店址：金城鎮民族路247號
預訂電話：(082)312008 專車接送
0977122309

華聯傢俱俗呷脫褲
再度回饋鄉親 買傢俱送家電
第一特獎50吋電視 第二特獎冰箱
第三特獎洗衣機 數十種家電等您來抽
好消息
高級L型沙發特價\$14990
高級L型沙發特價\$14990
高級床組+床墊特價\$24990
高級實木竹椅特價\$24990
即日起來本店消費滿30000元起，可參加馬上抽馬上送家電
廣告產品以現場為準 (誠徵會計25K以上)
地址：金門縣金湖鎮市港路35號
TEL：082-333215 • 0981522275

金大華汽車有限公司
全車系優惠中
搭配政府舊換新5萬補助金
NISSAN
出租房小半套含墊15,000
感謝鄉親長期支持 九龍用超低價回饋鄉親
請洽伯玉路一段102號(白玉樓餐廳旁)
TEL：329701 • 0932817825

富郁國際人力仲介有限公司 2662
FU YU INTERNATIONAL MANPOWER AGENCY CO., LTD.
陳小姐
0911-883-430
地點：金門縣金城鎮中興路205巷3-2號
電話：082-311692 • 082-311517
專業引進 看護工、幫傭、餐膳工、廠工、營造工

九龍傢俱
各式沙發、酒櫃、餐桌、床組
全部大特價。工廠直營
出租房小半套含墊15,000
感謝鄉親長期支持 九龍用超低價回饋鄉親
請洽伯玉路一段102號(白玉樓餐廳旁)
TEL：329701 • 0932817825

安順生命事業
安順生命事業
各式壽衣 壽板 葬儀百貨 骨灰罐 專業檢骨
專業會場佈置 在台臨終處理 返金進塔
金城鎮江江路30-1號 電話：082-323050 082-364444
烈嶼鄉東林街77號 手機：0928-527557



記得有這麼一份作業，但內容早已忘得一乾二淨了。那日，看了這作業，除了驚嘆自己的勇氣，更驚訝自己還有模有樣寫了一首英語情詩來。

日前，有幾位朋友希望我介紹素描技法，特地找出幾本以前的素描畫本來當教材。沒想到，驀地發現裡頭夾著一份昔日上課的英語詩作業。

來加拿大，並沒想到語言會是個大問題，總認為將單字依文法組成句子與人溝通應就沒問題了。但事實並非如此，語言的障礙比我想像高出很多。這下子慌

卡卡的天平

◎雨帆

離開F市已經一段時間，當初會選擇提前退休，應該是個性使然，看不慣機關內部存在一個失靈的天平，不能顯現「責任」的刻度，無法衡量「工作」的輕重；不平則鳴，「鳴」是失序的開端，更是亂源的開始，難怪同事之間流傳一句：「做事的人會被坐的人氣死，坐的人會被做事的人罵死」，也就是說，同薪同酬，拚命做事的人眼見混日子的人遊手好閒，又無法申訴（氣死），而混日子的人看不慣做事者的表現，怕被評比（罵死）。追根究底，事出必有因，道出一句良心話，也就是說平民百姓豈能和皇親國戚相提並論……。

記得十四年前，我在W公司擔任業務經理，政府爲了提高就業率，第一次推出永續就業方案，本公司爲響應政策，同時考量可以增加人力維護環境，在一舉兩得前提下，呈請總經理核示提報計畫送審；在審查委員評審結果，核定分配人力十名，每人每日工資新台幣760元，每月工作最多22天。

擔任公職已近二十年，奉公守法是本人一貫的作風和自我要求的底線和尺度，從未逾越；這次主辦招考永續就業人員當然也不例外；首先登報徵才，應徵條件除需具備一般性規定外，還要年滿20歲以上，65歲以下，身體體壯者，能吃苦耐勞更是本次錄取的先決條件。

登報後應徵者居然高達86人，競爭相當劇烈，可見地區渴望工作者衆，更顯示就業機會的短缺。本公司徵求清潔維護人員月薪最高不到一萬七千元，但是各路人馬關切請託陸續而來，總經理在我堅持下，授權處理，不加干涉。

記得當時由各主管和工會代表共七人組成評審委員會，在嚴謹的評審過程中遴選出七男三女，同時增加候補十名，以備遞補之用。上工第一天，職前訓話，告知工作來得不易，雖然錢少，但是仍應盡工作本份，做好環境維護工作，本廠將派員考核，如有工作不力者，一律解雇……。

這次僱用雖然只是短短十個月，但是他（她）們的工作態度和效率使我終身難忘，我想，這是正當要求換來的結果，如果承辦者不公不平，投機取巧，豈能有效領導工作同仁，又豈能讓他們信服！

後來轉任F市當秘書長，雖然是一人之下，

了，雖然坊間學習語言的機構林立，但收費昂貴，只好另想辦法尋找免費的學習機會。記得有一個學院定期有ESL(English as a Second Language)師資培訓班，爲了讓培訓老師有試教的機會，需要學生，便去申請當起義務學生來。也曾參加一個政府機構開辦的就業輔導方案，教導新住民如何找尋工作、如何寫履歷表，以及應徵的技巧等等。反正，那時只要有英語課程，便去參加。

後來，得知教育局設有成人高中(Adult school)，是爲失學者或是需重修的學生而開設的班級，有些已在學院就讀的學生，爲了拿高分又回來重修的。當然，新住民也可以參加，但要先經評量考試再分發合適的班級上課。我只選修英語課，評定爲9年級，藉著這機會就一路唸到12年級。雖然壓力不小，但也感染英語文學的滋養，從中獲得喜樂。同時，親身體驗西方

數百人之上，但是首長乃是九五之尊，呼風喚雨，無所不能。十年來，我堅守老二則學，並爲自己立下十二字箴言——「功高不能震主、得意不可忘行」，所以，在這不算短的三千六百多個日子，從善如流，玲瓏八面，和首長相處甚歡，更受主官器重。

官場文化、選票考量，對我這老公務人員來講，是一門無法學會和理解的課題。我跟了三任市長，眼見時空的轉變，人民需求越來越不像話，首長放任式的領導，施政上像一個卡住的天秤，無法秤出工作分量和責任輕重，三十幾年公務生涯突然感覺相當厭煩和不能適應。我和F市市長的意見漸行漸遠，很多事情無法交集，又無法改變他的思維，只能獨自生悶氣、自己一個人懊惱；後來妻子說了一句中肯的話：「你既然無法改變市長，你倒可以選擇離開！」，這句話如雷貫耳，終於，我是選擇了離開。

提前退休，日子清閒，無事到處逛逛、四方走走，新血來潮，將所見所聞塗塗寫寫，也算消磨時間。離開F市三年來，瞧見其他各市，幾乎和F市雷同，原來天下烏鴉真是一片黑，各單位同樣存在一個卡卡的天平。

記得有一次，我因一份重要文件要請示市長，正好瞧見兩位衣冠華麗、指甲修長並塗得紅通通的貴婦，正向市長嘖嘖喳喳，道盡圖書館領班的不是，市長一見到我便說：「你來得正好，幫我瞭解瞭解她們到底是出了什麼事。」

「好！」我立刻轉身面對那兩位貴婦，問到：「有什麼事嗎？」

「……」兩個人爭先恐後的放話。

一聽完她們的口述，係因爲每天早上都帶食物來圖書館用餐，領班認為有損形象，恐遭人非議而制止，要她們到四樓儲藏室躲著吃。她們感覺領班有意刁難，不被尊重，又因市長欠老公人情，相信市長鐵定是會來撐腰，不來說說心有不甘。聽完後我壓抑內心的衝動，吸了一口氣，調整一下心情，緩緩的說：「那是領班的不對，他怎麼可以這樣對待你們！不要再受這種氣，我幫你們換工作。」

「換什麼工作？」貴婦高興得異口同聲。「明天到馬路邊割草！」

「割草？」

市長一聽，幾乎傻眼，咬了一下我的耳朵

高中課程的設計與安排是另一收穫。

我唸高中已是很久以前的事了，那時，國文課是以一篇篇文選集合而成的部頒教科書，目前高中國文課程是否做了大幅調整，就不清楚了。這裡幾乎每一年級會讀幾篇短篇小說，讀完小說有分組討論，寫心得報告，有時還上台做報告(Presentation)。這期間讀了莎士比亞的戲劇「馬克白」及「羅密歐與茱麗葉」，歐威爾的「動物農場」(Animal Farm)，還有一本現代小說The Lovely Bones，曾拍成電影，中文叫「蘇西的世界」。還有讀詩及練習寫詩。與昔日我的高中國文課相較，這裡的課程好像較爲多元而深入，不但讀了好幾篇短篇小說，也讀一整本的小說，還有戲劇。昔日的國文課，詩的教學只欣賞詩選而已，這裡卻要求你實際嘗試寫詩。

分組討論及上台報告是這裡常採用的教學方式。我

：「不要再鬧了，她們是我大柱子的夫人。」

「了解！」我只好無奈的離去。

表面上市公所臨時人員每年都要抽籤一次，只要一登報公告，都有數百人員前來應徵，中籤率不到三分之一，失望者比高興者多了許多；在抽籤過程中我的心情都相當的沉重、不捨和難過，因爲背後走小門的不在少數。記得一次應徵中，鄰居春花到寒舍請託，要我幫忙，而她是真的需要這份工作養家，當秘書長的我要塞一個人進來並不困難，而我狠心的拒絕了，心雖然滴血，但這樣有違我的原則，有違我一生的堅持。還好，春花抽中了，每次看見她瘦小的身軀，背著沉重的割草機，以快速靈敏的技巧在馬路邊剷除雜草，相當珍惜這份沒有人情關說，也得不到貴人幫忙，僅是求神拜佛、老天憐憫，才能在有限的百名內抽中的工作，春花好惜福，也好用心。

反觀那些走後門、抄小路的皇親國戚，不是分發到辦公室吹冷氣，就是整天逛來繞去，八小時做不到一小時工作，一株小草也能讓她們坐在小板凳上割上大半天。永續就業老是讓人詬病，不一定人多真的好辦事，所謂三個和尚沒水喝，難怪有人說：「人越多，連鋤頭除草都會撞到身旁的人。」

最難理解的就是每次寒暑假，二十幾名所謂工讀生，四年來都是同樣面孔，寒假一個月、暑假兩個月，每月一個人二萬二千元，坐辦公室，玩手機、上電腦，不勞而獲領乾薪。我對市長建議：「公家花錢事小，工讀生心態影響事大，他們覺得薪水那麼好賺，不用花很多心力，就能得到白話花的鈔票，以後進入職場，將如何適應？」

市長每次都說我想太多了，管他們以後如何，目前我只是報恩而已，不然誰要再挺你。說得也是，在這功利的時代，選民需求無度，反正有支持沒支持的，只要你一當選，都來邀功，因爲投入票箱的選票，真相永遠無法大白，這是選舉制度的盲點，不改變將惡性循環。但是，報答不是有很多方式嗎？何必一定要用這種辦法！我好納悶，百思不得其解。

不在其位不謀其政，太太勸道：「天下又不是你一個人的，何必杞人憂天，自尋煩惱。」

是了！天下又不是我一個人的，但人人都存著這種想法，那國家財政將何去何從！

◎薛素瓊

雨回家。上學時，左鄰右舍呼朋引伴，一起去上學，邊走邊聊，聊出了一個童年的故事。放學時，住同村子的排一路隊，一個接一個，邊走、邊玩、邊嬉戲，摘花、抓蟬、採果、……，成了路上最美的風景，也蘊釀成童年回憶封匣中最珍貴的寶藏。

如今放學鐘還未敲，等候接孩子回家的車子，早把校門口堵得水洩不通。不管是公車、汽車、機車，接了孩子，一路疾駛而去，沿途風景一溜而逝，把孩子從學校這個建築物框框，送到另一個家或補習班的框框裡。少了上放學沿途風景細細品嚐的體驗，代價之以速食的電腦、電視虛擬體驗，或書本閱讀擷取的知識，孩子獲得的大多是間接經驗，缺乏生活中直接的經驗，童年回憶也因失色不少。

世事古難全。有得必有失；有失也必有所得。近十幾年來，學校課程倡導培養孩子「親得走的的能力」，無非就是要孩子親自動手操作、親身體驗，以培養生活中應具有的基本能力，這不啻是現今社會環境下的一聲警示鐘聲。貧窮的社會，凡事躬身操作體驗，人心樸實善良，不論大人小孩皆能隨心所欲，做所當做，爲所當爲；富裕的社會，凡事假手機器、資訊的協助與傳遞，物慾橫流下，誘惑難擋，人心變得複雜難測，孩子的上放學，不再像過去那樣的單純，因而增添成爲父母放心不下的負擔。

陌生的小男孩，給我上了一堂課，一個發人深省的問題，一直盤旋在我的腦海：當今這樣的社會到底是進步呢？還是退步呢？

喜歡這樣的方式，讓學習可凝結、沉澱，變成自己的心得；同時透過討論，讓彼此腦力激盪，往往又有意想不到的收穫。相較於我們一貫的老師講解學生傾聽，多了師生及同學間彼此的互動。

這份簡陋的英語情詩集便是這時學習詩歌的作業，作業包含兩部分，第一部分自選五首詩，並加予分析、詮釋及回應。第二部分：自己寫一首詩。我選的詩篇以情詩爲主，有1.Robert Burns 的 A red red rose(一朵紅紅的玫瑰)2.Robert Browning 的 Love(愛)3.Emily Dickinson 的 My river(我的河流)4.Elizabeth Barrett Browning 的 How do I love thee(我是如何愛你)5.Robert Frost 的 Wind and window flower(風與一株窗前花)。詩的每一行必須試著以學過的修辭法標註出來。譬如：是Simile(直喻)或是metaphor(隱喻)，還是hyperbole(誇張修辭)或是symbolism(象徵)等等。第二部分自己寫一首詩，我寫一對情人，他們一年四季的愛戀，題目就叫做Four seasons(四季)。

或許，爲了給自己一點調劑，這份作業還做了一個封面，貼上以回收紙剪貼的一個雪人，以藍色蠟筆寫上Love poetry(情詩集)，貼著一個紅色小愛心。內頁以色筆畫了些插畫。

沉迷日記 幸福療癒

◎舒眉

喜歡寫日記，在腦海中靜靜思考事情，跟無聲的自己對話，很自然寫到最後，就會發乎情止乎理的結論，作爲日後的借鏡。於是，生活上芝麻蒜皮每件小事都可以是亮點，周遭朋友的故事也可以成爲我的啓示。

只不過如何抓住上班之後的片刻零碎，成了生活中另一個考驗。於是乎，走路時想著、煮飯時想著、晾衣服時想著、吃飯時想著，不浪費點點滴滴的片刻。

於是，錯過朋友對我熱情的招呼，忘記到底灑了鹽巴沒，想不起到底已經洗了那些衣服，囫圇吞不知那餐的食物爲何；甚且，與家人說話時，突然靈感來了，心中緊抓住剎那間的心得，心不在焉的看著對方，是一陣不禮貌的心虛，或事後的回想人家說了什交代了什事？

獨行中，感動的生活畫面扣住了我的腳步，看著對面的幾回紅燈、綠燈，突的被吵雜的「叭」一聲驚醒；在小麵店，朋友的故事翻攪在大滷麵的糾結中，吃完了兀自走出，是老闆追出來「小姐妳還沒付錢哦！」的提醒。

朋友說，好羨慕這樣的沉迷，因爲這是忘我境地的享受，帶來生活的冒險與糗事和魂不守舍的心不在焉，也算是幸福一椿。

有人說「思考是需要培養與學習的，思考並不一定是爲了解決問題，有時是出於好奇、想知道更多，而樂於去想、去探索。」寫日記，一門不能養活自己卻可以安靜思考、抒寫生活的休閒興趣，尤其在工作之餘，對生活有如剝洋蔥般的反思與學習，帶來生命中的專注與踏實，還有沉澱中、靜默裡的療癒。

遺失的727機

◎宋玉澄

該越航727班機飛抵台灣後，西貢突然陷落，就成了無「主」飛機，自然就成了落地國的財產。鑑於我曾在民75、76年服務金門期間，往返台灣均搭乘727機不知凡幾，總覺其中一架，必有越航之班機，而在心中盪起幽微漣漪。

遙想民國63、64年間，台灣每日媒體或電視，均可見越南總統阮文紹、總理阮高祺的談話新聞；或當地出家人爲抗議政府，而不惜自焚的驚悚畫面；或美駐越40萬大軍的種種動向；如在目前。然而，沸沸揚揚的結果是強權的美軍倉皇而逃、民主的南越覆滅無存；更讓人驚異的是，世人已少有人記得現今的越南，曾是兩個共產與民主的國家，曾是鏖戰死傷遍野的戰場。

浩浩湯湯不遑的歷史如河水般的激流而過，一架小小的727機，僅是這場已被人遺忘中的一顆蒸發的水滴；關於這架飛機，其後如何轉爲華航財產，又如何賣予空軍，就顯得微不足道了。重要的是我們後人，能在其中感受到甚麼？領悟到甚麼？

給那陌生的孩子按個讚

一早，開車出門，車子出村口不久，總會碰到一個小男孩，騎著腳踏車迎面而過，約讀國小中年級。他總是一個人靜靜的、邁力的踩著腳踏車，不急不徐，身後背著藍色背包，頭戴紅色帽，不像腳踏車專用帽，倒像機車安全帽，只是缺了鴨舌前沿。古銅色的臉，一雙堅毅的眼睛，精瘦的肌肉，一看就是屬於戶外活動的男孩，絕對不是坐在電腦或電視前，每天滑滑鼠或持遙控器的孩子。套句俗話說，不是被棄養在籠裡，每天坐等現成飼料餵養的肉雞。

他總是默默一個人，不嬉不鬧，靠著路邊，安份的騎著腳踏車。學校應該就在我住的海邊漁村，村子後全縣唯一的雙語實驗學校。我們上學的時間點都相同，所以每天大多會遇到，很少例外。一天清早，一場滂沱大雨後，空氣中仍飄著雨絲，小男孩仍是不缺席，不慌不忙的踩著他的腳踏車，朝著學校方向前進。這樣特殊的孩子，讓我不禁爲他描繪了一張素描輪廓像：有一雙專注學習的眼睛；有碰到問題時勇於發問的勇氣；有運動場上飛奔、跳躍的靈敏身手；有碰到困難時，不吵不鬧，一個人動腦想法子的睿智態度。

車子抵達學校，此時的校門口正是熱鬧時段，一部一部的車子來到校門口停下，從裡頭鑽出一個或兩個睡眼惺忪的孩子，有的背著書包，手上還提著袋；有的拖拉著行李書包，一副身不負重的模樣。小男孩一聲再見後，車子揚長而去；有的孩子連一句

再見也省了，彷彿專用司機應有的服務。機車送來的，孩子跳下車後，有的大人即刻騎走；也有的停妥車，幫忙提包拿袋，陪孩子進教室，順便跟老師談幾句話，或盯著孩子吃完早餐再走的。孩子上學，成了父母放心不下的甜蜜負擔。

校門口剛好是公車必經路線，每天清早有一班學生專車，還有兩條路線的公車經過。公車抵達時，也會看到搭公車來上學的孩子。不同的社區，不同的家庭背景，用不同的方式來學校學習。我們學校並沒有同意孩子可以騎車上學，所以孩子上學的方式很多種，就是沒有看到騎腳踏車來的。

路上看到那騎腳踏車的男孩，那雙堅毅的眼神，常常閃進我的腦海，疑問一串串，自編自導的劇情也一齣齣；孩子父母應該是屬高等知識份子，爲了有計畫培養孩子，寧可選擇非學區內的學校，讓孩子接受雙語環境的濡染薰陶，以便從小紮好雙語能力的基礎；不做寶爸、寶媽接送服務，讓孩子自行騎車上學，除了鍛鍊他的體能，也培養其獨立的能力。當然，家長不是放牛吃草，棄孩子於不顧。爲了孩子路上騎車的安全，背包、安全帽，全爲考量騎車安全挑選。路上交通安全的叮嚀，應該也是一聲聲、一句句，充滿愛的關懷。

時代更迭，生活方式改變，孩子上放學的方式也跟過去大不同。過去「家長接送」這樁事未產生之時，除了搭公車，學生上下學全靠兩隻腳，即使風雨交加，也是要靠自己的判斷，選擇雨勢稍小時冒

全球平均餘命延長 健康平均餘命沒跟上

一名29歲輕熟女，日前突然出現發燒、盜汗等類似感冒症狀，到診所就醫吃了2個月感冒藥卻不見好轉，進一步檢查確認為「何杰金氏淋巴瘤」。

馬偕醫院血液腫瘤科醫師張明志表示，全台每年新診斷惡性淋巴瘤約300多例，其中「何杰金氏淋巴瘤」(即淋巴瘤)僅占200人，每10萬人發病率約0.6人，相當罕見，有別一般淋巴瘤的發病高峰約50、60歲，何杰金氏淋巴瘤超過半數是15到34歲的年輕族群。

感冒發燒治不好 當心淋巴瘤上身

張明志說，何杰金氏淋巴瘤除了上述症狀外，最大特徵就是脖子腫大卻不會痛，通常可以在脖子上摸到4、5顆葡萄般大小的凸起物，他提醒，感冒症狀超過2週以上就要提高警覺。

為了服務這群罕見癌友，台灣癌症基金會推出全台唯一「復發、頑固型淋巴瘤衛教網」(www.cchc.org.tw)，詳細介紹復發、頑固型淋巴瘤，盼帶給患者、家屬積極抗癌的勇氣。

(中央社)

「感冒治不好會變成肺炎嗎？」莊人祥指出，這是錯誤觀念，小感冒合併肺炎的機率非常低，反倒是流感會轉化成流感，莊人祥說，感冒病毒跟流感病毒不一樣，兩者沒有必然因果關係。

預防感染方面，「打疫苗可以百分之百預防嗎？」是最多民眾好奇的問題，莊人祥表示，打疫苗是最有效預防方法，但流感病毒變異性強，打了疫苗保護力可提升到7

根據報告，全球民眾的健康情況正逐步改善，平均餘命也在延長，但「健康平均餘命」卻沒跟上，慢性病患者仍佔患者面臨長期煎熬，死亡率達2%。

研究各國健康不佳、殘疾和死亡主要原因的「全球疾病負擔研究」(Global Burden of Disease Study)發現，至2015年，全球人口的平均餘命自1980年來增加了10多年，男性平均餘命達到78歲，女性則為82歲。

研究發現，平均餘命增加的主因之一，是許多傳染性疾病的死亡率大幅降低，包括愛滋病(HIV/AIDS)、瘧疾和腹瀉。心血管病和癌症的死亡率也下降，儘管下消步調較為緩慢。

這項研究分析了195個國家和地區從1990至2015年間的24種死因、35種疾病和傷害，以及79種風險因子。

美國華盛頓大學(University of Washington)健康計量與評估研究所(Institute for Health Metrics and Evaluation)主任莫瑞(Christopher Murray)說，這項結果呈現出全球健康改善參差不齊，一部分是經濟發展所導致。

莫瑞在聲明中說，「發展能帶動，但不能決定健康」，研究結果發表於醫學雜誌「刺針」(The Lancet)。

除了平均餘命，這份研究也預估健康平均餘命，也就是預期可健康生活的年數。

研究發現，在195個國家中，有191個的健康平均餘命在1990至2015年間增加了61年，增加幅度不如整體平均餘命，意味人們受到病痛和殘疾折磨的時間延長了數年。

(中央社)

不憋尿是錯誤觀念 醫：恐加劇頻尿



女高三生腿痛徹夜難眠 骨樣性骨瘤作祟

台中1名女高三生每次上完體育課，左大腿總是疼痛難耐，檢查為「骨樣性骨瘤」，本靠藥物止痛，但上月每天深夜她都劇痛到難以入睡，亞大附醫腫瘤及關節重建科主任王大翊(圖)表示，後經手術切除，目前癒後狀況良好。

(中央社)

「不要憋尿」觀念可能要改了，醫師表示，一有尿意就急著跑廁所，可能讓膀胱容積越來越小，反而頻尿更嚴重，建議有尿意時多憋5分鐘，可訓練膀胱容量，預防膀胱過動症。

台大、亞東醫院研究團隊，追蹤12名膀胱過動症婦女3年發現，一般人只要接受抗毒草鹼藥物治療3個月就有效，但若有夜尿3天超過7次、膀胱容積小於150ml以及治療效果不理想等3因素，就該考慮延長用藥時間，這項成果已於9月21日發表在醫學期刊「停經」(Menopause)一網。

「恢復體力抵禦流感，無法治療流感，也有民眾好奇「流汗是否可以治感冒？」，莊人祥指出，流汗過多反而有脫水危險，建議多補充水分好好休息。

至於「感冒一定要吃感冒藥才會好嗎？」莊人祥說，吃抗感冒藥可以縮短病程，降低死亡率及併發症，但就算不吃感冒藥，感冒其實也是會痊癒；「打疫苗會好嗎？」莊人祥說，打疫苗是最有效預防方法，但流感病毒變異性強，打了疫苗保護力可提升到7

感冒流感差很大 10大流感錯觀念解密

「感冒就是現在最流行的感冒？」一般感冒也可能變成流感？疾管署公布「10大流感錯觀念」，強調流感並非普通感冒，嚴重甚至致命危險，千萬不可輕忽。

流感觀念方面，很多人以為「流感就是現在最流行的感冒？」疾管署副署長莊人祥解釋，一般感冒和流感是不同病毒，感冒有上百種類型，而流感則是分為A、B、C型，症狀比一般感冒更為嚴重，容易出現全身酸痛、倦怠。

「感冒治不好會變成肺炎嗎？」莊人祥指出，這是錯誤觀念，小感冒合併肺炎的機率非常低，反倒是流感會轉化成流感，莊人祥說，感冒病毒跟流感病毒不一樣，兩者沒有必然因果關係。

預防感染方面，「打疫苗可以百分之百預防嗎？」是最多民眾好奇的問題，莊人祥表示，打疫苗是最有效預防方法，但流感病毒變異性強，打了疫苗保護力可提升到7

幸福無所不在

湖中／謝苑軒

幸福就像火炬，讓人即使在寒天凍地中仍能感覺到溫暖；幸福就像檸檬糖，愈吃愈能感到它的甜味；幸福就如同魔法般，總能出現在令人意想不到的地方。但許多人總認為幸福應該只存在於家庭、伴侶中，但其實幸福的呈現方式不一定是大動作，肢體接觸，幸福的表達方式有很多，只要用心觀察，就會發現：幸福其實一直環繞在我們身邊。

當我們抱怨父母管太多時，可別忘記有些人父母不在身邊；當我們嫌棄媽媽的手藝太差時，有些人只能吃缺少母愛的便當。幸福其實很簡單，只要能夠感到溫暖，覺得被重視，那就是幸福。德魯克沙女士在印度教濟苦人門時，她曾說過：「我們每個人都有一個幸福，我們每個人都有一個幸福，我們每個人都有一個幸福。」

人總是各有不同的特點，使他們與眾不同。而我覺得我的特點是喜愛幫助別人。在生活中，常有許多事物需要幫助，我總會協助他們，其實一方面是想任人留有好印象，一方面也是希望當我需要幫助時也會有人協助我。許多時候當你幫助他人時也能幫助到自己。上學時期，我時常於中午時到國文老師的辦公室協助。

從小到大，在我們身邊總會出現許多值得珍藏、保留的物品，每每看到它，都會不禁想起和某個朋友、親戚一起面談、起小時候的種種甜蜜，那些歡樂的時光，我只能透過這些娃娃來回憶，所以我會更加珍惜的收藏它們。

我的偶像——籃球之神
沙中／陳柏廷

JORDAN是籃球史上不可抹滅的偉大人物，他的籃球生涯有不少的功績，6個NBA總冠軍，帶領芝加哥公牛隊拿到了6個NBA冠軍，甚至無人打破的七二勝不敗紀錄，也在當時創造了公牛王朝，甚至還有許多人都受到他的影響，也成了NBA球員。

其實JORDAN國高中時，並沒有被當時的教練看中，但他並沒有輕易放棄，反而每天不斷的反覆練習，總是最早到球場，最後一個離開的，練習和訓練是不會停下的，皇天不負苦心人，後來他的身高暴漲，加上不斷付出的汗水，終於得到教練的賞識，並入選為全美高中最佳陣容。

我的收藏品
湖中／李俞萱

平常都有一定的路線，但是，今天卻走了不同的地方，由於家靠近海邊，大家決定去走走，回程走田園小路。晚風徐徐，涼風吹拂在臉頰上，悶熱感全消失了，走在海邊，夕陽襯托著雲兒，美不勝收，海岸拍打在細沙上，進一步退一步的，有種神秘感，不同的景色混合在一個畫面下，豈不是令人想放慢腳步，細細欣賞。

沿途的美景，放鬆自己片刻。回程路上，四面八方傳來的蟲鳴鳥叫相互交雜的快意，彷彿大自然的音樂家帶來美妙曲子，可能還有安可曲呢！我很喜歡出門走走，每次都有出乎意料的收穫，伴著夜色，偶爾會有透透氣的星星，相伴著。

(三)宜蘭行

一大清早，望窗外，朝日已經升起，又是個美好的一天。今天先到後火車站旁的幾米公園拍照，裡面採用幾米繪本中的片段作為場景，吸引許多觀光客慕名而來，我和妹妹一起拍照，在公園留下美麗的身影。幾米公園還有個丟丟銅公園，樹跟樹之間連掛著火車，那也是幾米的作品，我們在樹下休息，沒有赤熱的太陽，在樹蔭下乘涼，一旁欣賞街頭藝人熱烈的精彩的表演，下午，到山寮村享用午餐，這裡的美食都是超大份量，點個兩三種，餐桌就快放不下任何東西了，山寮村有個傳說：很久以前，有位巨人赤魁住在海外一百一十公尺處，由於巨人缺乏物資，人類則缺乏勞力，雙方以交換的方式，得到自己需要的，過著互助的生活。百

我有一個與眾不同的特點

城中／高恩筑

人，哪一天你需要幫助時，別人一定會伸出援手協助你；所以我喜歡幫助別人。雖然生活中總有助人，但我也一樣珍惜它們。雖然我長大了，但看著這些娃娃，使我記起小時候的種種甜蜜，那些歡樂的時光，我只能透過這些娃娃來回憶，所以我會更加珍惜的收藏它們。

我的偶像——籃球之神
沙中／陳柏廷

JORDAN是籃球史上不可抹滅的偉大人物，他的籃球生涯有不少的功績，6個NBA總冠軍，帶領芝加哥公牛隊拿到了6個NBA冠軍，甚至無人打破的七二勝不敗紀錄，也在當時創造了公牛王朝，甚至還有許多人都受到他的影響，也成了NBA球員。

其實JORDAN國高中時，並沒有被當時的教練看中，但他並沒有輕易放棄，反而每天不斷的反覆練習，總是最早到球場，最後一個離開的，練習和訓練是不會停下的，皇天不負苦心人，後來他的身高暴漲，加上不斷付出的汗水，終於得到教練的賞識，並入選為全美高中最佳陣容。

(一)英語生活營
今天是在英語營的第二天，課程內容主要是製作美國食物，體驗不同的飲食文化。

剛開始上課時，老師先複習昨天的上課重點，之後再到家政教室料理。要做的美食是三明治，分為兩種口味，甜的或鹹的，甜的是將花生醬和草莓醬塗抹在土司上各一半後品嘗，口感鬆軟、清爽，個人認為適合當作下午茶點心食用；鹹的則是在土司鋪上高麗菜、起司、火腿等食材，是一種富有飽足感的輕食，當作早餐剛剛好。

這天的活動教會我們，在家也能輕鬆的製作簡單的食物，普普通通的食物也能成為山珍海味，吃起來也能津津有味、健康健康。這是我第一次參加學校所舉辦的暑期營隊，感覺自己收穫滿行囊，未來希望我能有更多的意願參加營隊，來充實自己的假期生活。

(二)飯後散步
每當晚餐後，家人們都有個必要的行程——散步。

(三)宜蘭行

一大清早，望窗外，朝日已經升起，又是個美好的一天。今天先到後火車站旁的幾米公園拍照，裡面採用幾米繪本中的片段作為場景，吸引許多觀光客慕名而來，我和妹妹一起拍照，在公園留下美麗的身影。幾米公園還有個丟丟銅公園，樹跟樹之間連掛著火車，那也是幾米的作品，我們在樹下休息，沒有赤熱的太陽，在樹蔭下乘涼，一旁欣賞街頭藝人熱烈的精彩的表演，下午，到山寮村享用午餐，這裡的美食都是超大份量，點個兩三種，餐桌就快放不下任何東西了，山寮村有個傳說：很久以前，有位巨人赤魁住在海外一百一十公尺處，由於巨人缺乏物資，人類則缺乏勞力，雙方以交換的方式，得到自己需要的，過著互助的生活。百

暑假記事

湖中／陳律涵

平常都有一定的路線，但是，今天卻走了不同的地方，由於家靠近海邊，大家決定去走走，回程走田園小路。晚風徐徐，涼風吹拂在臉頰上，悶熱感全消失了，走在海邊，夕陽襯托著雲兒，美不勝收，海岸拍打在細沙上，進一步退一步的，有種神秘感，不同的景色混合在一個畫面下，豈不是令人想放慢腳步，細細欣賞。

沿途的美景，放鬆自己片刻。回程路上，四面八方傳來的蟲鳴鳥叫相互交雜的快意，彷彿大自然的音樂家帶來美妙曲子，可能還有安可曲呢！我很喜歡出門走走，每次都有出乎意料的收穫，伴著夜色，偶爾會有透透氣的星星，相伴著。

(三)宜蘭行

一大清早，望窗外，朝日已經升起，又是個美好的一天。今天先到後火車站旁的幾米公園拍照，裡面採用幾米繪本中的片段作為場景，吸引許多觀光客慕名而來，我和妹妹一起拍照，在公園留下美麗的身影。幾米公園還有個丟丟銅公園，樹跟樹之間連掛著火車，那也是幾米的作品，我們在樹下休息，沒有赤熱的太陽，在樹蔭下乘涼，一旁欣賞街頭藝人熱烈的精彩的表演，下午，到山寮村享用午餐，這裡的美食都是超大份量，點個兩三種，餐桌就快放不下任何東西了，山寮村有個傳說：很久以前，有位巨人赤魁住在海外一百一十公尺處，由於巨人缺乏物資，人類則缺乏勞力，雙方以交換的方式，得到自己需要的，過著互助的生活。百

我的偶像——籃球之神
沙中／陳柏廷

JORDAN是籃球史上不可抹滅的偉大人物，他的籃球生涯有不少的功績，6個NBA總冠軍，帶領芝加哥公牛隊拿到了6個NBA冠軍，甚至無人打破的七二勝不敗紀錄，也在當時創造了公牛王朝，甚至還有許多人都受到他的影響，也成了NBA球員。

其實JORDAN國高中時，並沒有被當時的教練看中，但他並沒有輕易放棄，反而每天不斷的反覆練習，總是最早到球場，最後一個離開的，練習和訓練是不會停下的，皇天不負苦心人，後來他的身高暴漲，加上不斷付出的汗水，終於得到教練的賞識，並入選為全美高中最佳陣容。

金鐘51戲劇大贏家 一把青勇奪6大獎



51屆金鐘獎，戲劇節目男女主角獎分別由吳慷仁（右）、柯佳嬿（左）奪得。（中央社）

【中央社台北9日電】第51屆金鐘獎8日晚間登場，戲劇節目「一把青」成典禮最大贏家，拿下「戲劇節目獎」、「戲劇節目男主角獎」、「戲劇節目導演獎」等6項大獎，滿載而歸。公視戲劇「一把青」一入圍本屆金鐘獎13項，成入圍前大贏家，8日頒獎典禮也不負眾望，勇奪「戲劇節目獎」、「戲劇節目男主角獎」、「戲劇節目導演獎」、「戲劇節目新進演員獎」、「美術設計獎」、「燈光獎」等6項，成績亮眼，真正成為金鐘51大贏家。

「一把青」在劇本、場景、演員等各方面，都可以看出製作上的用心，尤其是演員在長時間的變遷，將台灣與中國大陸的歷史，深刻詮釋出不同的感覺，因此脫穎而出，獲得金鐘典禮壓軸大獎「戲劇節目獎」。

導演曹瑞原說，「一把青」不是本省人的片子，不是外省人的片子，是我們的片子。」他表示，「一把青」是許多人付出、投入的成果，「一把青」告訴大家的是，「我們該一起面對台灣的戲劇環境，我們必須靠在一起，給予彼此支持。」

劇中女主角楊謹華雖錯失封后，但「一把青」結果亮眼，她也感動地說，「我們劇組一起經歷了7個月又10天，我們是多麼愛，不是辛苦。」

【中央社台北9日電】第51屆金鐘獎戲劇節目男主角獎由吳慷仁「一把青」獲獎，他表示，八年來從只有演出幾個台詞到現在能站上這個舞台，以後的我不會讓你們失望，我會再來，謝謝「一把青」。

【中央社記者王靖怡台北9日電】第51屆金鐘獎頒獎典禮，柯佳嬿首度入圍就封后，領獎時在台上淚眼坦言拍攝過程每天都覺得很痛苦，很幸運碰到一蔡環真「這個角色」。



搶拔智慧毛依舊是祭孔的最高潮。

（中央社）

逢大雨 台南祭孔狀況多

【中央社記者張榮祥台南9日電】台南今年祭孔狀況特別多，先是因颱風延到今天九九重陽節，卻又遇上大雨，逼得學生在兩側建築屋簷下跳六佾舞，更有1名學生因體力不支，使祭孔儀式一度中斷。

台南每年祭孔大典都在9月28日教師節，今年因逢梅姬颱風過境取消，延到九九重陽節；文化局調查，前市長許添財任內也有一次因颱風延到重陽節。今年祭孔不只延期，連時間點也稍作調整，往年都是在大雨前舉行，今天卻延至上午8時。孔廟文化基金會執行長潘元正說，因九九重陽逢國慶日連假，無法安排跳六佾舞的學生住在孔廟周邊旅館，只好延後祭孔時間，請學生直接從家中到孔廟。

天空不作美也讓祭孔儀式稍作調整，原應在大成殿前跳六佾舞的學生，因大雨被迫到東廡和西廡兩側建築物屋簷下，走廊寬闊不大，讓人感覺很擁擠。祭孔儀式中，1名王姓學生因體力不支，被迫使儀式一度中斷，擔任正獻官的市長賴清德趕緊趨前探視，且讓這名學生坐在旁邊休息。禮生說，他因感冒身體不適才坐倒。

今年祭孔雖延期，又逢大雨，但觀禮民眾還是擠爆大成殿的廊廡。

亞洲女孩人權大使反童婚

【中央社記者許秩維台北9日電】來自巴基斯坦的亞洲女孩人權大使哈蒂康，身邊曾有同學7歲就遭遇童婚，自己9歲時也差點被迫童婚，幸運脫家人的她決定挺身而出，反對童婚和對婦幼的一切形式暴力，曾獲「Muhimbi Award」國際人道獎。

來自巴基斯坦的亞洲女孩人權大使哈蒂康，巴希爾今年才14歲，曾發起「女孩團結爭取人權」運動，並組織遊行示威，反對童婚和對婦幼的一切形式暴力，曾獲「Muhimbi Award」國際人道獎。

哈蒂康表示，自己7歲時，一名同學被家裡安排結婚，原本大家還高興地參加婚禮，之後卻發現那位同學沒有再到學校上課，後來大家舉辦一個歡送會，卻看到她那位出席的同學，臉色蒼白，甚至還哭泣，才知道她被丈夫用鐵絲鞭打。

哈蒂康表示，自己9歲時也曾被祖父要求嫁給一名計程車司機，後來有叔叔支持，讓她不必接受這個婚姻。



陳彥博在全球4大極地總冠軍挑戰賽智利站榮獲冠軍。（中央社）

超馬選手陳彥博智利摘冠

【中央社記者李宇政台北9日電】綜合報導，一衣服上繡著國旗，超馬選手陳彥博今天在全球4大極地總冠軍挑戰賽智利站榮獲冠軍，總統蔡英文得知捷報後，立即拍發賀電，恭賀陳彥博的優異表現。

陳彥博目標要在1年內挑戰四大極地賽，智利結束後，剩下一南極站，他出發智利前曾表示，目前四大極地賽總積分排在第1，只要接下來兩站穩定的表現，保持好節奏，有望拿下四大極地賽總冠軍，完成夢想。

此站智利阿他加馬高原沙漠的平均海拔為2000至3000公尺，賽程為250公里，7日分站賽，參賽者來自40多個國家，共131位選手，陳彥博最後以總計28小時58分20秒的成績，拿下此站冠軍。

為了適應此站高海拔的稀薄空氣環境，陳彥博在中秋節前夕飛往尼泊爾，進行高海拔訓練。

他從高度2000多公尺的盧卡拉機場開始，自行負重10餘公斤向基地

105年10月10日 CH33 名城有線電視地方資訊台節目表			
時間	節目	時間	節目
07:00~08:00	名城報	17:00~18:00	名城報
08:00~09:00	金門故事島 酒香寄情	18:00~19:00	金門故事島 酒香寄情
09:00~10:00	咱ㄟ好厝邊 碧山政所在	19:00~20:00	咱ㄟ好厝邊 低碳生活
10:00~11:00	頭家開講 金門海洋環境保育	20:00~21:00	105年模範老人表揚
11:00~12:00	名城報	21:00~22:00	頭家開講 金門海洋環境保育
12:00~13:00	金門故事島 酒香寄情	22:00~23:00	名城報
13:00~14:00	105年阿公阿嬤歌唱大賽	23:00~24:00	金門故事島 酒香寄情
14:00~15:00	105年模範老人表揚	24:00~01:00	咱ㄟ好厝邊 低碳生活
15:00~16:00	咱ㄟ好厝邊 碧山政所在	01:00~02:00	頭家開講 金門海洋環境保育
16:00~17:00	頭家開講 金門海洋環境保育	02:00~03:00	名城報

禾陽能源有限公司
屋頂太陽能發電
安裝縣府補助
售電離島加碼
金門在地專業團隊 給您最可靠的保固承諾
客路專線：082-372406
f 金門禾陽 q hyenergy888
大、小金門都有服務據點

ROYALELASTICS
英雄沒時間綁鞋帶
建昌 TEL:082-333020
金湖鎮復興路81號

吉的堡教育集團
全亞洲350所分校 華人兒童國際教育第一品牌
View the World from a Child's Perspective
亞校教材 中外語文、學士精英養成
引導孩子踏上學習旅程
循序漸進課程開跑
熱烈招生
320533

三悅建設
土地開發興建 建地買賣合建
金城鎮民族路260號321295

金龍 綉學號
金龍新莊6巷2號
電：325412
0934-064789

小項宅修
查漏、浴廁廚房修改
木工、泥水隔間裝修
老舊水管、電線更新
各型衛浴、通排水
燈具更新、通排水
088-979-057郭小姐

依多樣服飾店
全館夏裝大出清
訂價100特價兩件150
訂價490特價290
以此類推
有滿月禮盒(繡記字)
大人牛仔褲訂價490三件特價1000元
數量有限 清完為止
可刷國民旅遊卡or銀聯卡
捷安特對面 325180

房屋修繕，舊屋翻新
室內設計、3D圖規畫
打除清運、泥作施工
漏水處理、壁癌治療
設計、規劃、施工、保固
價格實在、品質第一
0912-719-917

足天下養生館
足浴、推拿、拔罐、刮痧
本館特設 長春 足浴 500元
環境溫馨
金城店：金門縣金城鎮金山路16號(議會斜對面)
TEL: 082-323435 投訴專線：0956888500

展石工程
專營：振石、洗石、工程承包
來自台北20年的專業工程公司
(工班多)，歡迎建商配合
另徵師父、小工，待優
0910309468陳先生

信源工程行
人力派遣
清潔工、粗工
打石、搬家
一通電話到府服務
蔡先生：0919-138-343
洽張先生：0982-279-750

潔美清潔行
交屋前清潔
裝潢後清潔
辦公大樓清潔
公寓套房清潔
蓋遮雨棚、鐵皮屋等工程
0970-921-238
楊小姐

MOMA莫瑪傢居
371-360. 0937859719 大學路53巷16-1號
展示商品出清65折起... 美的作品 精品家具
綠建材、環保健康系統櫃

澎湖3天7999起
韓國美食大探索四日遊 11988起
泰國國寶在泰好玩6+1日 17800起
日本北海道新戀情5日 29800起
馬來西亞發燒費5日 16388起
超值新加坡4日 19900起
菲律賓精選遊島5日遊 22900起
祥華旅行社 徵水電維護、遊覽車司機
洽 TEL:082-375011 手機:0927552828
代訂金湖、陸島、金沙、金帝...飯店/機場/碼頭接送

金樽房屋仲介有限公司
●建地、房屋、店面、買賣
●融資借款代辦，抵押設定
●建地農地收購，合建，代銷
●金馬台澎不動產買賣委託
誠信第一，腳踏實地，在地經營，歡迎託售
服務專線：(082)372-158, 0910-308-798
金門縣金城鎮東門里瀾江北堤路12號1樓

山林張舍 COFFEE SHOP
店長推薦 橫果拿鐵 / 杯 (原價\$110 推薦價 \$90)
營業時間09:30至19:00
地址：金門縣金寧鄉伯玉路210號(利山社)
電話：082-313199

售 金沙城區 新透天厝
888萬元
(金沙區中及金沙區公所旁)
0936-259-881

湖前金店面 (7-11旁)
全新完工推出
0932-214276
金合成建設

新思維 現金價\$0.75L(紅標) 訂購專線337610
破盤 480 元/瓶
禁止酒駕 飲酒過量，有害健康，未滿十八歲禁止飲酒

全球人力管理顧問有限公司
金門分公司許可證號1776-1
專業引進外勞 看護工、幫傭、工廠工、漁工
金門縣政府合法立案公司
專門聘請翻譯老師 歡迎諮詢
公司電話：335995 傳真：335002
外勞仲介：翁先生0912769388

煙酒牌 收購
電話 326099