

食物中毒案 疾管署派人來金調查



衛生局昨(29)日會同衛福部疾管署防疫醫師，至金門醫院及(陳冠霖攝)

針對食物中毒事件，衛生局昨(29)日會同從台灣來金門的衛福部疾管署防疫醫師等人，至金門醫院詢問患者症狀及飲食記錄，並至疑似引發事件之麵包店詢問商品製作流程等細節，目前仍在調查中；另，衛生局已採集患者和麵面包店工作人員的體液，送台灣化驗，希望化驗結果早日出爐。

金門地區食物中毒事件，根據衛生局統計，受影響患者約40人，目前仍在金門醫院住院者有23人。繼28日衛生局聯合金門縣消保官、縣府政風處至疑似引發事件之麵包店，檢查現場食品良好衛生規範之改善措施後，29日衛生局人員再陪同由台灣來金門調查的衛福部疾管署醫師等人，至金門醫院詢問患者症狀及飲食記錄，以及到該麵包店詢問商品製作流程等相關細節，要釐清究竟是哪個環節出了問題。

昨日下午，衛生局由副局長李金治等人陪同，與衛福部疾管署防疫醫師李彥儀與疾管署2位承辦人，先到金門醫院探視仍在住院的食物中毒患者，一一詢問患者，包括什麼時候購買什麼商品、吃了哪些商品、什麼時候開始發生症狀、有哪些症狀等，並詳實記錄，為的就是找出可能出現問題的環節。

其中一位婦人甚至透露，自己把肉鬆麵包的一點肉鬆拿給家裡養的狗吃，結果連狗也拉肚子。

昨日下午，調查小組再前往麵包店，麵包店老闆娘及員工也親自接待，疾管署醫師及承辦人員主要詢問商品的內含物、商品出貨流向、商品製作流程、保存方式、上游廠商等，尋找是否有跡象能與上午詢問患者的狀況相連結，從中找出蛛絲馬跡。調查過程中，一度聚焦在蛋和美乃滋上，不過仍屬調查小組與衛福部疾管署進行視訊會議，討論調查。

衛生局表示，當食物中毒超過50人以上規則，依

記者李增汪／綜合報導

鎮元聯「埔」村拉壯士三十九名，他

邱武龍表示，他的外公邱容春1920年

的外公

邱容春便是其中一名。那時，

出生

為廣東揭陽人，1956年有同村被

拉去當兵的邱有財，後改名為邱亞文，

已過世，生前曾返回鄉家，一說當年

曾在金門電影院有碰過，一說其外公現在

組建家庭。邱武龍強調，不管外公現在

如何，只要有其下落就是對外婆最好

代。

而邱武龍在大同之家尋親時，獲得大

活的母親和供她讀書；他外婆從二十

多歲到六十九歲，一生最大的願望，就

是等待他外公回家團圓。直到臨終前，

協助。因此，有任何知道邱容春訊息者

，可連絡許金龍行動電話(0933699171)

或邱武龍大陸行動電話(338955326)。

記者李增汪／綜合報導
我要尋找外公！來自大陸廣東省揭陽市的邱武龍，十一月二十六日以自行的方式，循小三通入境金門，為的是完成外婆遺願，打探、找尋早在民國三十八年隨軍來金門的外公邱容春下落。

邱武龍這趟來金門尋親，曾是訪太武山、大同之家、榮民服務處、縣政府民政處等，查尋外公邱容春下落，但都還沒有消息。

邱武龍表示，1949年10月7日農曆8月16日(國民黨軍部隊胡璉兵團到他們家鄉(廣東省揭陽市揭東區白堯

鎮元聯「埔」村拉壯士三十九名，他

的外公邱容春便是其中一名。那時，他的外婆洪秀梅首胎懷孕八個月在身，據他外婆生前說，他外公隨軍到金門後會來信十三封，之後就失去音訊

。邱武龍說，他外公被抓去當兵後，外

婆隔月生下他的母親，外婆終身沒有再嫁，靠堅強的毅力，去礦場採錫礦，養活他的母親和供她讀書；他外婆從二十

多歲到六十九歲，一生最大的願望，就是等待他外公回家團圓。直到臨終前，

協助。因此，有任何知道邱容春訊息者

，可連絡許金龍行動電話(0933699171)或邱武龍大陸行動電話(338955326)。

陸客自由行來金尋親人

來自大陸廣東省揭陽市的邱武龍，十一月二十六日以自由行的方式，循小三通入境金門，為的是完成外公邱容春下落。

(李增汪攝)

記者陳冠霖／金湖報導
邱武龍這趟來金門尋親，曾是訪太武山、大同之家、榮民服務處、縣政府民政處等，查尋外公邱容春下落，但都還沒有消息。

邱武龍表示，1949年10月7日農曆8月16日(國民黨軍部隊胡璉兵團到他們家鄉(廣東省揭陽市揭東區白堯

鎮元聯「埔」村拉壯士三十九名，他

的外公邱容春便是其中一名。那時，他的外婆洪秀梅首胎懷孕八個月在身，據他外婆生前說，他外公隨軍到金門後會來信十三封，之後就失去音訊

。邱武龍說，他外公被抓去當兵後，外

婆隔月生下他的母親，外婆終身沒有再嫁，靠堅強的毅力，去礦場採錫礦，養活他的母親和供她讀書；他外婆從二十

多歲到六十九歲，一生最大的願望，就是等待他外公回家團圓。直到臨終前，

協助。因此，有任何知道邱容春訊息者

，可連絡許金龍行動電話(0933699171)或邱武龍大陸行動電話(338955326)。

記者李增汪／綜合報導
法請求疾病管制署支援「食品中毒事件流行病學」調查，包括臨床症狀分析、流行病學調查及分析、流行篩檢及健康調查、後續預防方式、嫌疑食品及院詢問患者症狀及飲食記錄，並至疑似引發事件之麵包店詢問商品製作流程等細節，目前仍在調查中；另，衛生局已採集患者和麵面包店工作人員的檢體，送台灣化驗，希望化驗結果早日出爐。

金門地區食物中毒事件，根據衛生局統計，受影響患者約40人，目前仍在金門醫院住院者有23人。

繼28日衛生局聯合金門縣消保官、縣府政風處至疑似引發事件之麵包店，檢查現場食品良好衛生規範之改善措施後，29日衛生局人員再陪同由台灣來金門調查的衛福部疾管署醫師等人，至金門醫院詢問患者症狀及飲食記錄，以及到該麵包店詢問商品製作流程等相關細節，要釐清究竟是哪個環節出了問題。

昨日下午，衛生局由副局長李金治等人陪同，與

衛福部疾管署防疫醫師李彥儀與疾管署2位承辦人，先到金門醫院探視仍在住院的食物中毒患者，一一詢問患者，包括什麼時候購買什麼商品、吃了哪些商品、什麼時候開始發生症狀、有哪些症狀等，並詳實記錄，為的就是找出可能出現問題的環節。

其中一位婦人甚至透露，自己把肉鬆麵包的一點肉鬆拿給家裡養的狗吃，結果連狗也拉肚子。

昨日下午，調查小組再前往麵包店，麵包店老闆娘及員工也親自接待，疾管署醫師及承辦人員主要

詢問商品的內含物、商品出貨流向、商品製作流程、保存方式、上游廠商等，尋找是否有跡象能與上午詢問患者的狀況相連結，從中找出蛛絲馬跡。調查過程中，一度聚焦在蛋和美乃滋上，不過仍屬調查小組與衛福部疾管署進行視訊會議，討論調查。

衛生局表示，當食物中毒超過50人以上規則，依

據《聯合報》報導，邱武龍在大同之家尋親時，獲得大

活的母親和供她讀書；他外婆從二十

多歲到六十九歲，一生最大的願望，就是等待他外公回家團圓。直到臨終前，

協助。因此，有任何知道邱容春訊息者

，可連絡許金龍行動電話(0933699171)或邱武龍大陸行動電話(338955326)。

記者陳冠霖／金湖報導
邱武龍這趟來金門尋親，曾是訪太武山、大同之家、榮民服務處、縣政府民政處等，查尋外公邱容春下落，但都還沒有消息。

邱武龍表示，1949年10月7日農曆8月16日(國民黨軍部隊胡璉兵團到他們家鄉(廣東省揭陽市揭東區白堯

鎮元聯「埔」村拉壯士三十九名，他

的外公邱容春便是其中一名。那時，他的外婆洪秀梅首胎懷孕八個月在身，據他外婆生前說，他外公隨軍到金門後會來信十三封，之後就失去音訊

。邱武龍說，他外公被抓去當兵後，外

婆隔月生下他的母親，外婆終身沒有再嫁，靠堅強的毅力，去礦場採錫礦，養活他的母親和供她讀書；他外婆從二十

多歲到六十九歲，一生最大的願望，就是等待他外公回家團圓。直到臨終前，

協助。因此，有任何知道邱容春訊息者

，可連絡許金龍行動電話(0933699171)或邱武龍大陸行動電話(338955326)。

記者陳冠霖／金湖報導
法請求疾病管制署支援「食品中毒事件流行病學」調查，包括臨床症狀分析、流行病學調查及分析、流行篩檢及健康調查、後續預防方式、嫌疑食品及院詢問患者症狀及飲食記錄，並至疑似引發事件之麵包店詢問商品製作流程等細節，目前仍在調查中；另，衛生局已採集患者和麵面包店工作人員的檢體，送台灣化驗，希望化驗結果早日出爐。

金門地區食物中毒事件，根據衛生局統計，受影響患者約40人，目前仍在金門醫院住院者有23人。

繼28日衛生局聯合金門縣消保官、縣府政風處至疑似引發事件之麵包店，檢查現場食品良好衛生規範之改善措施後，29日衛生局人員再陪同由台灣來金門調查的衛福部疾管署醫師等人，至金門醫院詢問患者症狀及飲食記錄，以及到該麵包店詢問商品製作流程等相關細節，要釐清究竟是哪個環節出了問題。

昨日下午，衛生局由副局長李金治等人陪同，與

衛福部疾管署防疫醫師李彥儀與疾管署2位承辦人，先到金門醫院探視仍在住院的食物中毒患者，一一詢問患者，包括什麼時候購買什麼商品、吃了哪些商品、什麼時候開始發生症狀、有哪些症狀等，並詳實記錄，為的就是找出可能出現問題的環節。

其中一位婦人甚至透露，自己把肉鬆麵包的一點肉鬆拿給家裡養的狗吃，結果連狗也拉肚子。

昨日下午，調查小組再前往麵包店，麵包店老闆娘及員工也親自接待，疾管署醫師及承辦人員主要

詢問商品的內含物、商品出貨流向、商品製作流程、保存方式、上游廠商等，尋找是否有跡象能與上午詢問患者的狀況相連結，從中找出蛛絲馬跡。調查過程中，一度聚焦在蛋和美乃滋上，不過仍屬調查小組與衛福部疾管署進行視訊會議，討論調查。

衛生局表示，當食物中毒超過50人以上規則，依

據《聯合報》報導，邱武龍在大同之家尋親時，獲得大

活的母親和供她讀書；他外婆從二十

多歲到六十九歲，一生最大的願望，就是等待他外公回家團圓。直到臨終前，

協助。因此，有任何知道邱容春訊息者

，可連絡許金龍行動電話(0933699171)或邱武龍大陸行動電話(338955326)。

記者陳冠霖／金湖報導
法請求疾病管制署支援「食品中毒事件流行病學」調查，包括臨床症狀分析、流行病學調查及分析、流行篩檢及健康調查、後續預防方式、嫌疑食品及院詢問患者症狀及飲食記錄，並至疑似引發事件之麵包店詢問商品製作流程等細節，目前仍在調查中；另，衛生局已採集患者和麵面包店工作人員的檢體，送台灣化驗，希望化驗結果早日出爐。

金門地區食物中毒事件，根據衛生局統計，受影響患者約40人，目前仍在金門醫院住院者有23人。

繼28日衛生局聯合金門縣消保官、縣府政風處至疑似引發事件之麵包店，檢查現場食品良好衛生規範之改善措施後，29日衛生局人員再陪同由台灣來金門調查的衛福部疾管署醫師等人，至金門醫院詢問患者症狀及飲食記錄，以及到該麵包店詢問商品製作流程等相關細節，要釐清究竟是哪個環節出了問題。

昨日下午，衛生局由副局長李金治等人陪同，與

衛福部疾管署防疫醫師李彥儀與疾管署2位承辦人，先到金門醫院探視仍在住院的食物中毒患者，一一詢問患者，包括什麼時候購買什麼商品、吃了哪些商品、什麼時候開始發生症狀、有哪些症狀等，並詳實記錄，為的就是找出可能出現問題的環節。

其中一位婦人甚至透露，自己把肉鬆麵包的一點肉鬆拿給家裡養的狗吃，結果連狗也拉肚子。

昨日下午，調查小組再前往麵包店，麵包店老闆娘及員工也親自接待，疾管署醫師及承辦人員主要

詢問商品的內含物、商品出貨流向、商品製作流程、保存方式、上游廠商等，尋找是否有跡象能與上午詢問患者的狀況相連結，從中找出蛛絲馬跡。調查過程中，一度聚焦在蛋和美乃滋上，不過仍屬調查小組與衛福部疾管署進行視訊會議，討論調查。

衛生局表示，當食物中毒超過50人以上規則，依

據《聯合報》報導，邱武龍在大同之家尋親時，獲得大

活的母親和供她讀書；他外婆從二十

多歲到六十九歲，一生最大的願望，就是等待他外公回家團圓。直到臨終前，

協助。因此，有任何知道邱容春訊息者

，可連絡許金龍行動電話(0933699171)或邱武龍大陸行動電話(338955326)。

記者陳冠霖／金湖報導
法請求疾病管制署支援「食品中毒事件流行病學」調查，包括臨床症狀分析、流行病學調查及分析、流行篩檢及健康調查、後續預防方式、嫌疑食品及院詢問患者症狀及飲食記錄，並至疑似引發事件之麵包店詢問商品製作流程等細節，目前仍在調查中；另，衛生局已採集患者和麵面包店工作人員的檢體，送台灣化驗，希望化驗結果早日出爐。

金門地區食物中毒事件，根據衛生局統計，受影響患者約40人，目前仍在金門醫院住院者有23人。

繼28日衛生局聯合金門縣消保官、縣府政風處至疑似引發事件之麵包店，檢查現場食品良好衛生規範之改善措施後，29日衛生局人員再陪同由



身體的健康無法操之在己，但恆心與毅力則可以自我們掌控，這是不變的定律，但似乎也得看個人的毅力，是否能持之以恆？

沒有人願意生病臥床，每天吃藥打針、盯著天花板，度日如年。而身體的欠安係由諸多因素形成，甚且

人生感懷

◎寒玉

現代的文明病，病症多得數不清，不一定是壞人得報應。儘管宿命論者講命運、說因果，但好人是否無病痛、多長壽？壞人是否真能得到報應，又有誰能講得清楚、說得明白？往往我們聽到的是善有善報、惡有惡報、不是不報、只是時機未到，果真如此嗎？

俗語說：「歹瓜多籽，歹人難死」，許多十惡不赦之人，身體魁梧又健康，跟著他混飯吃的小弟一大串，人人看了很懼怕。倒是諸多善心善德之人，體弱多病，進出醫院如走廚房，人生屬此最操煩。倘若說蒼天有眼，似乎也未必！我們往往看到的是祂並未盡除惡之責，依然讓這些作惡多端之徒逍遙人間。

雖然現下流行養生，無論是食衣住行，都與壽命的

長短有著切身的關係，固然生活起居相當重要，少油少鹽多運動也是養身之道，但有時亦得看個人的體質。而油鹽也是身體所必須的，只要不過量、對身體依然有幫助，甚且要活就要動也是一句名言，但運動卻也不能過度，以免造成身體的傷害。因此，凡事恰到好處就好，千萬不要勉強自己。

人活著免不了要受罪，輕則傷風感冒，重則癱瘓在床，家中只要有一人病倒，全家人似乎活在愁雲慘霧之中，不是只有欲哭無淚能形容，除「堅強」的至理名言，其他沒有什麼好談。而經濟許可的人請看護，讓自己稍微喘口氣，如果沒有金錢做後盾者，辛苦是必然，倘若照顧病人要多年，除拖垮醫療，也累垮自

己，因此未雨綢繆乃勢在必行。

當今，多少自怨自艾的病人，除怨嘆自個兒拖累子孫，連累家庭，甚而企圖以走極端的方式了卻自己，以達一個一勞永逸。但古時缺乏醫療，就算活到百歲，也不知道是怎麼死的，答案就是壽終正寢。而現在，無論何種病症，都有其名稱，所以一旦發現身體出狀況，求神問卜起不了作用，還是要趕緊求醫，才是正途，千萬別在意他人異樣的眼光，終究，自己的健康自己照顧，自己的生命自己珍惜，因醫療而造成外觀的美貌不代表什麼。活著比什麼都美好，生命比什麼都重要。

如果想戰勝病魔，惟有活著才有希望，最可怕的敵人或許是自己，而不是他人。多少流言蜚語也只是茶餘飯後嚼舌根的話題而已。病了，不代表人生即將終了，有病莫忘找醫生，做個配合度高的病人，勇敢接受醫療，才是良策，千萬不要聽信江湖郎中的話，也不要購買來路不明的藥品，到時花錢傷身，何苦來哉！

懷想負笈北師歲月

◎莊稼郎

師專畢業三十多年的黃三連同學，寄來她女兒于歸的喜帖；他是班上第一位結婚的，如今嫁女也搶頭彩。當時，幾乎是全班去賀喜兼開同學會的，還將「神鷹」班旗和一座「冠軍」獎盃交給他，希望他移交下來；但，後來幾位同學結婚，就不知去向了。這些點滴，不禁使我憶想就讀北師的少年歲月。

我在一九七六年考進省立台北師專。當年大家都是國中剛畢業的十五、六歲青澀少年，根本未見過世面，有的甚至是初次遠離家鄉。青春年少總是帶著一股純真與浪漫。因課業繁重，無暇他顧，歲月如船過水無痕，只留下一陣陣的輕嘆。

在五年制的師專改制前，全國有十所師專的課程都相似，連活動訓練都按規定舉行。學生一到五年級都必須住校，所以大家感情特別好，彼此情感交融；有一些學長學妹或同年級的男女同學，在「愛之船」上修成正果。不少同學畢業三、四十年依然有聯絡，常一見如故。我們早年接受師專教育的現代老師，都能深切體驗當年生活教育及各種訓練的背後意義；雖然都採軍事化管理，也管教甚嚴，但都有很好的默契和服從態度，毫無怨言，並且適應得很好。

四十年前，班上同學只有兩位住台北市；其餘有二十多位是彰化、雲林的務農和家境較貧困的子弟，雖然身處最繁華的台北，依然未被迷眩。因為是公費，才讓這些窮學生得以脫貧；因受到國家的栽培和照顧，大夥兒畢業後無不心甘情願而且孜孜矻矻的堅守崗位，堅持教育愛，奉獻青春和熱忱，一路走來始終如一的到退休。

當年學校煮的是每天一千多人的大鍋菜，因為公費固定，但台北物價較高，比起其他師專，北師的伙食採買就較吃虧，但大家也都甘之如飴。我們採自助餐式的三菜一湯，每月由每班選出一位伙食委員組成學校伙委會，負責開菜單、僱卡車到市場採買食材和監廚。廚工伯伯則負責煮飯菜和為學生打菜。每個月都有一次的加菜，一定都是雞腿；不少同學都捨不得一次吃完，多帶回宿舍細嚼慢嚥，享受雞腿的甜蜜滋味。而「伙委會」利用加菜那一天，貼心的讓每月出生的異鄉遊子可以享用一塊小小的生日蛋糕，五年五塊蛋糕的滋味至今讓我回味難忘。

每月一次的清洗餐廳，由男生班與女生班共同負責，是一年級新生必要的工作。因為年少好強的心緒，尤其有女同學在身旁，所以班上男生都表現得很賣力，用心的清洗餐桌和地板而不以爲苦；使當年擔任班代的我，不必吆喝督促，每人都樂在其中，兩小時很快就過去了。

每年的軍歌比賽，嘶吼出少年的心聲。而籃球和排球賽，也讓我們班吃了不少苦頭；因為當年我們甲班以入學的分數較優成班，卻多是文弱書生。運動會時，身爲班代，體能普通的我也自告奮勇的參加八百公尺徑賽，最後以趕鴨子收場。但三年級時，我竟以剪刀式的跳高方式贏得第三名，是我師專生活中唯一的運動獎牌。

不論寒暑，每天早上六點一到，一位老伯吹起床喇叭號，六點二十早點名。接著打掃校園環境，如果沒打掃；通常由教官透過廣播點名補掃清潔區，名單一被公佈，大家都覺得很丟臉，可見當時師專生的榮譽心很強。晚上七點在教室晚自習，九點二十晚點名，順便練唱軍歌，十點熄燈上床。五年如一日。

還依稀記得一年級的時候，我棉被摺得不合規範的標準，曾多次被打×，罰了不少勞務，至今記憶猶新。

每月一次的電影欣賞，是窮學生最佳的視覺饗宴，都在大禮堂放映。大禮堂是日據時期超過百年的紅磚建築，已被列為市定古蹟，更成北師的亮點，是改制台北教育大學後僅存的精神堡壘。還記得每次放映電影時，大家莫不興奮以待，整個禮堂內黑壓壓一片，座無虛席，熱鬧非常，也陪伴我們度過五年的悠悠歲月。我在三年級時，曾寫一篇「紅樓的精神」的文章，就是有關禮堂的種種，刊登在當時的校刊「北師青年」，獲得一些稿費，身心都非常滿足……。

碧山咖啡，在地烘焙

◎陳國剛

金門的咖啡文化不是無中生有，它是金門鄉文化中，不經意被忽略的一環，因為咖啡一直是東南亞的主要經濟作物之一，早期金門僑民在東南亞不少從事咖啡相關行業，當時來自金門的華僑統稱金門幫，由於彼此很團結，工作又誠信努力，當時南洋將近七成的胡椒、香料與咖啡，全掌握在金門幫的手中，所以華僑在南洋奮鬥賺了錢，返鄉省親除了帶錢帶餅干外，當地特產也不可少，因為印尼、新加坡等地很早就受歐美影響開始喝咖啡，本身又生產咖啡，因此金門華僑也常常把咖啡帶回家或寄回家鄉來。

金門可說是全台澎金馬最早喝咖啡的地方，而且早期的咖啡還被視為補品，因為要跟家裡沒見過世面的老人小孩解釋什麼是咖啡實在很困難，因此許多僑民就會跟家人說：「所謂的咖啡，就是一種補品。」那也是確實，這濃濃的咖啡因，真的讓老人小孩喝下去之後馬上精神百倍，整晚睡不著，真的很像超級神效的補品，因此那個年代的金門人除了自己喝咖啡外，也常常附近鄰家約一約，大家一起喝「補品」，但這畢竟是少數，因為咖啡是遠方的舶來品數量很有限，大部份的人能吃到南洋的餅干就很幸福了。

兩岸對峙時期，來自南洋的咖啡沒了來源，出現的是來自軍方及雜貨店裡的方糖咖啡，小小一塊像小磚塊一樣，裡面是一小團苦苦的黑黑的咖啡，外面是一層厚厚的白方糖，拆開包裝後加入熱開水拌一拌，就是一杯即溶的二合一咖啡，喝起來甜甜苦苦的，一樣有振奮精神補充體力的功效，當時的我雖然還是小朋友，但也很快喜歡方糖咖啡，只是我們有不同的吃法，就是只吃外面甜甜的方糖，吃到裡面苦的要命的咖啡就丟掉，現在看來是有点浪費啊，但也沒辦法啊，相信

5、6年級的鄉親一定還記憶猶新，這可說是金門咖啡文化短而精彩的見證了，可惜後來的方糖咖啡品質實在很一般，很快的就被來自台灣的烏龍茶及香港的堯陽茶所帶來的茶文化所取代了，自到今日咖啡因爲民衆飲食西化，又經醫學證實有益人體健康，咖啡才又漸漸重回大家的眼前。

在我還沒回金門之前，是一家房屋仲介公司

的店長，閒暇之餘爲辛苦的業務員沖一杯咖啡，是我的好習慣，咖啡煮多了難免會接觸咖啡相關的資訊，發現不加糖不加奶精的黑咖啡，對身體健康有很多好處，據現在的醫學研究指出，咖啡豆裡含有蛋白質、醣類、脂肪、菸鹼酸、鉀、粗纖維以及水分的營養成分，目前發現喝咖啡對於人體有益至少有下列幾項：

1、提神醒腦，讓注意力容易集中

相信許多民衆都將咖啡當作是一種提神飲料，這是因爲咖啡中所含的咖啡因會刺激腦部的中樞神經系統，延長腦部清醒的時間，會使整體的思路更加清晰、敏銳，對於一些需要長時間注意力集中的工作，咖啡可以說是再好不過的最佳飲品。

2、抗氧化、增加免疫力

自由基是目前研究發現造成心肌病變、中風、巴金森氏症的主要原因，自由基一旦過多，會使身體代謝受到影響，會進而破壞細胞，使的組織器官受傷。咖啡裡含有豐富的咖啡因、咖啡酸、綠原酸等養分，可以有效的抗自由基，進而達到抗氧化的功效。

3、抗憂鬱，有效減緩老人失智速度

少量的咖啡可以振奮人的精神狀況，讓人心情愉快，紓解憂鬱的傾向，是快樂的飲料。只是不加糖及奶精的黑咖啡有時候往往很苦很難喝，但有時候卻很好喝，原來是咖啡豆的差異，如果買到的是新鮮的烘沒太久的豆子，那麼喝都好喝，如果買到的是量販店賣的，又黑又油的咖啡豆，那真是非加糖不可了，原來咖啡也有新鮮度的問題啊，真是長見識了！

回金門接觸社區發展工作，在推展樂齡學習工作時，巧遇我們碧山東店社區有位鄉親：張志華，是位認真的咖啡達人，從台灣回金門創業開了家心晴咖啡店，有很紮實的咖啡實務經驗及理論基礎，我聘請他爲樂齡咖啡課的講師，開始了碧山咖啡的啓蒙，主要是推廣老人喝咖啡的習慣，因爲咖啡抗氧化抗憂鬱的效果及對心血管的好處，很適合65歲以上的老人，但也吸引了許多年輕人來學習，我們才發現原來咖啡的世代已經到了，碧山睿友學校的二手商店，也因此趁勢推出咖啡沖泡的遊客服務，咖啡豆的來源就是心晴咖啡張老師自烘的咖啡豆，新鮮好喝！果然新鮮才是王道啊，後來張老師可能是賺錢轉業了，我一下子在金門買不到新鮮烘好的豆子，那陣子真是令人心情沮喪啊，於是走投無路沒辦法之下就突發奇想，買不到就自己來烘，於是到處找資料、選烘豆機器。哇！咖啡烘豆機都好貴喔，動則10萬起跳，怎麼玩得起啊！只好土法煉鋼，買個不鏽鋼鍋用卡式瓦斯爐，我想烘就是烤的意思，就是讓豆子加熱到熟的意思，應該不會太難吧！於是選個黃道吉日買了些咖啡生豆烘了起來，爲了怕豆子被烤焦，就用手握住鍋子的柄，慢慢的搖慢慢的晃，第一鍋花了20分鐘才完成，手酸到像是要斷掉一樣且滿頭大汗，但第一次聽到豆子的爆裂聲，第一次聞到咖啡豆剛出爐淡淡的香氣，心情的那種感動啊，眼淚都快掉出來了，一切的辛苦都值得了

，眼淚都快掉出來了，一切的辛苦都值得了

手足間的爭食珍饈

◎默子

沒有雜七雜八的零嘴可以滿足口腹之慾、可以果腹解飢的年代，野果、野蔬、蟲蟻鳥獸，只要可以生吞活剝或炊烹食的，一律不放過，其中最令人懷念的田園美味就是隨手可得、只要母親巧手加工過就是人間美味鄉野珍饈，可以比美富裕時代的鮑魚、燕窩、魚翅等高貴昂奢侈品—炒蝸牛肉，永遠令人忘不了的鄉野佳餚美味！

童年時候，田裡農作、住家周遭，蔬果從來不用化學肥料不灑農藥，可以很自豪得意地誇張的說：想當年鄉下小農村的生活品質有多乾淨，真正零污染！日出而作日落而息，大人忙農事，小孩子忙遊玩嬉鬧，每個人都忙得不亦樂乎。閒暇時候，三三兩兩，屋簷下，榕樹下，果樹下，閒話家常好不悠閒。雨後乾淨濕潤清新的田園巷陌，多的是蝸牛爬行覓食；清晨天際剛亮魚肚白，麻雀白頭翁等野鳥此起彼落不甘勢弱吱喳啁啾鳴唱，田園小徑草叢裡露水正甘甜，正是蝸牛出遊飽餐飲食之際，一道鄉野美味就可以成行了。

每每見鄰人四處撿拾蝸牛當飯桌上佳餚，香味四溢遠近飄揚，像勾魂似地令人癡迷陶醉羨慕，香辣

勁爆的九層塔辣椒香味太有吸引力誘惑力，總是牽動味蕾慾望令人垂涎欲滴。不是母親不會烹煮炒炸，廚藝特佳，在村子排行榜赫赫有名的母親，怎麼可能無動於衷？關鍵是父親嚴格禁止，他的說法是蝸牛身上有太多寄生蟲，一個不當心吃下肚，怕要惹來莫名其妙病菌危害身體健康，嚴父家訓如聖旨般威信頤赫難違不可抗，物質匱乏鮮少食物的年代，見旁人大啖美食怎可能不羨慕？沒誘惑力？

賢慧的母親恪遵三從四德，夫命是天理當嚴守，可是見子女企盼渴望的眼神，慈母幾分不忍，多次請教詢問村裡有學問高知識份子，得到圓滿答案只要烹調得當，熟食蝸牛並無寄生蟲病菌困擾，總是要等到父親難得一年兩三次出差，數日不在，才可以享有大啖美味的特權。

看多了村民撿拾蝸牛的情景，好不容易父親出遠門出差去了，手足們各自取了竹籃水桶，興高采烈找蝸牛去，比賽誰的好眼力好功夫，既大且肥的蝸牛最討喜。芭樂的葉子加上大爐灶裡的煙灰是清潔蝸牛黏稠汁液的好材料，沖洗乾淨絲毫不馬虎，加了米酒香油配上九層塔、紅辣椒、蒜頭、薑絲，巧手母親三兩下

就料理出一道香味誘人、咬勁十足、口齒留香永難忘懷的道地野味。只有父親出遠門時才有此特權，久久一次鄉野美味加菜，更是令人難忘。

有一回正在津津有味地共享美食頭論足，由遠而近傳來熟悉的摩托車聲響，逐漸靠近院子。糟糕！是忘了攜帶文件的父親轉回家門。迅雷不及掩耳的藏入櫃子裡，幾個手足鳥獸散四處奔逃，那一次吃下肚的蝸牛肉特別有印象，特別香甜甘醇，因爲有父親突然返家的插曲而更生動、驚險、興奮莫名。一直都忘了當年手足無措的當下，全愣住屏息憋氣，如臨大敵似地驚恐。

如今長年蟄居鄉下，平房四周隨四季更替農作常綠，天天和蝸牛爲伍，根本不敢再食蝸牛肉，見來客肆無忌憚嚼食花圃菜蔬花草，只有取來烤肉夾與蝸牛玩夾夾樂，往草叢堆裡放生由牠們自由逍遙行，長久以來樂此不疲，那道令人懷念的鄉野美味只能在腦海裡盤旋迴繞，打從心底排斥殺生之殘酷。和蝸牛比鄰而居善盡保護重責，是爲了彌補當年滿足貪婪嘴饞的慾望大啖美食之虧欠。

陸擬保護產權 土地使用權延續要入法

新華社報導，中國大陸國務院法制辦公室就「旅行社條例（修訂草案送審稿）」公開徵求意見，強化對旅行社指定具體購物場所和另行付費旅遊行程的監管。不願前往旅行社指定的購物場所購物，卻不得不隨團。

到導遊的言語侮辱。今後這種旅遊強迫購物的情形，在大陸可望有法可管。

根據送審稿，旅行社在指定具體購物場所或安排另行付費旅遊行程時，應當在旅行付費旅遊行程時，應當明確標價，不得利用虛假、

逼迫旅遊行程時應當明確標價，不得利用虛假、逼迫旅遊者參加購物活動，及字確認。

（中央社）

菲媒：杜特蒂將再度訪問中國

中國大陸城市土地屬國有，民衆買房通常只能保有數十年的土地使用權。

大陸官方今天公布有關保護產權的意見，揭示將研究土地使用權到期後的續期法律安排。

中國大陸城市土地屬國有，民衆買房通常只能保有數十年的土地使用權。

（中央社）

6千年前辦公室 陸出土遺址

當前大陸建設用地使用權到期後，要繳收土地是爲了公共利益，但需要立法規定。

這份文件，明顯針對會引起民衆不安的土地使用權到期問題、強拆問題

（中央社）

在新舊法中「從舊兼從輕」的原則，避免影響民企投資意願。

大陸地方政府常出現「換領領導就不見」，主張對民企涉嫌違法的部分不適用舊政策」的狀況，造成與政府有合約關係的民衆權益得不到保障。這份意見明確要求政府必須重視誠信，不得以政府換屆、領導人員更替等理由違約毀約，否則將承擔法律和經濟責任。

（中央社）



菲律賓總統杜特蒂10月才剛到中國大陸訪問，並宣稱要和美國「分道揚鑣」。有媒體報導特蒂出席亞太經濟合作會議（APEC）後，從秘魯首都利馬回國後，向有關人士表示，「我即將再次赴中國，日期正在安排中」。

（中央社）

