





# 端午連假 地方處處飄粽香

## 端午連假居 家扶親子包粽做香包



記者陳麗好／金城報導  
端午腳步近了，地區處處飄粽香，金門家扶中心於5月27日上午辦理端午節活動，溫媽服務隊及展愛服務隊到場帶領與會親子動手包粽子、DIY香包，並宣導健康飲食，希望讓親子度過一個健康又溫馨的端午連假。

（金門家扶中心提供）  
金門家扶中心舉辦端午節活動，在溫媽及展愛隊志工協助下，一起動手做香包、包粽子及歡度佳節。

## 提前過端午 大同之家辦聯誼餐會



端午佳節腳步近，各界前往大同之家慰問關懷。昨日在大同之家106年端午節聯誼餐會中，參議甯國平也代表縣長致贈佳節紅包，祝賀長者佳節快樂。

（大同之家提供）  
金門家扶中心舉辦端午節活動，受端節氣氛感動，大同之家也提前過端午。

## 端午節腳步近 社區聯誼歡度佳節



記者陳冠霖／金湖報導  
端午節將至，后園社區日前舉辦端午節聯誼活動（圖右下），由后園與漁村社區志工隊協助，以及社區媽媽製作手工餅乾，電動機車現場試乘體驗、台灣電力公司核後端營運處低放選址宣導、后園社區環保手作水火箭童趣活動等。社區志工媽媽們一起包粽、蒸粽，洋溢濃濃人情味與粽香。

記者陳冠霖／金湖報導  
端午節腳步近，后園社區聯誼活動，這一個屬於中國三天節慶之一的節日，后園社區希望藉由舉辦社區聯誼活動，親子老幼相聚同樂，來喚醒國人對這些傳統文化正的重視。

## 金寧各社區樂包粽

（粽葉飄香歡慶端午），金寧鄉后沙壠口社區、安岐社區、湖峰社區、東洲社區、后湖社區、四堵社區發展協會昨日分別在各社區辦理「慶端午、粽葉飄香活動」，感謝鄉親奉獻心力為社區來努力，金寧鄉長陳成勇與代表會主席陳成泉及代表走訪各社區與居民同樂，祝賀鄉民有個歡樂的端午節。

（圖左上），感謝鄉親

代表陳成泉、副主委林長鴻等均到場共襄盛舉。

本次后園端節社區聯誼活動中，除了后園與漁村兩社區的志工隊協助之外，還有社區媽媽製作手工餅乾，以及社區產業推廣、電動機車現場試乘體驗、台灣電力公司核後端營運處低放選址宣導、后園社區環保手作水火箭童趣活動，而社區的志工媽媽們更是大顯身手，一起包粽、蒸粽，現場洋溢濃濃人情味與粽香。



記者陳冠霖／金湖報導  
端午節腳步近，后園社區聯誼活動，這一個屬於中國三天節慶之一的節日，后園社區希望藉由舉辦社區聯誼活動，親子老幼相聚同樂，來喚醒國人對這些傳統文化正的重視。

記者陳冠霖／金湖報導  
端午節腳步近，后園社區聯誼活動，這一個屬於中國三天節慶之一的節日，后園社區希望藉由舉辦社區聯誼活動，親子老幼相聚同樂，來喚醒國人對這些傳統文化正的重視。



端午連假，昇恆昌昨日下午舉辦「桌上滑龍舟」端午節互動遊戲。（陳冠霖攝）

端午連假，昇恆昌昨日下午舉辦「桌上滑龍舟」端午節互動遊戲。（陳冠霖攝）

端午連假，昇恆昌深耕金門，與子公司金坊免税商店一起在機場、港口服務旅客，更致力於行銷台灣及發揚中華傳統文化，昨日下午也於金湖廣場。

端午連假，昇恆昌於昨（28）日舉辦端午節活動，與會親子在溫媽服務隊及展愛服務隊成員的陪伴下，動手包粽子、做香包，感受五月五慶端午節慶活動，而近年來健康飲食觀念抬頭，金門家扶中心也於現場宣導健康飲食概念，希望親子能夠健康。

端午連假，昇恆昌深耕金門，與子公司金坊

藉由簡單的互動遊戲，讓鄉親們感受端午節濃濃的過節氛圍。

端午連假，昇恆昌深耕金門，與子公司金坊藉由簡單的互動遊戲，讓鄉親們感受端午節濃濃的過節氛圍。

記者李金鎗／金寧報導  
零六年志工包粽慶端陽，慰問獨居老人活動，志工們共聚一堂合力包肉粽，由金寧鄉長陳成勇帶隊分送給轄區各村的貧弱家庭，鄉長陳成勇與鄉代表陳秀金等人也致贈經費贊助金寧鄉綜合福利服務隊辦理活動，由金寧鄉綜合福利服務隊長蔡素芬代表接辦辦理活動，並感謝志工們常來獨居老人後，於端午節前辦理「志工包

粽慶端陽，慰問獨居老人」活動，由志工隊長蔡素芬帶領志工姊妹

為讓獨居老人感受到傳統節慶的氣氛，鄉長陳成勇帶領公所社會課長蔡世舜、金寧鄉綜合福利服務隊長蔡素芬與多位志工夥伴，帶著剛出爐熱

配料，熟練的包起一顆顆肉粽，忙一年一度的端午佳節將屆，金寧鄉

代表陳秀金等人也致贈經費贊助金寧鄉綜合福利服務隊志工提供場地讓夥伴辦理活動，並感謝志工們常來獨居老人的起居生活，充分發揮助人最樂、服務最榮的精神。

一年一度的端午佳節將屆，金寧鄉

犧牲奉獻、無私無我付出訪視關懷獨居老人，表達一點關懷之意，讓老人

送愛心活動。致贈經費贊助還有鄉

世舜的陪同下，到場為志工婆婆媽媽們打氣，同時帶來贊助物之餘，還犧牲假日與家人相處的時間

，相招逗陣來參與這項有意義的送愛心活動。致贈經費贊助還有鄉

鄉公所辦理各項活動，也分工照顧鄉內的弱勢鄉親，是鄉公所的「好幫手」。他說，這幾年的端午節，志工隊總是包粽子送給清寒家庭和獨居老人，讓受惠的鄉親感受在心裡，今年大家

一聽到又要包愛心粽，顧不得自己家裡的粽子都還沒包，馬上趕來幫忙，這裡的粽子都要事先泡水，再蒸熟用蒸籠蒸熟的。陳國泰說，今年配合社區室的成員們，一起來包粽子，希望藉由端午聯

高齡友善計畫，邀請社區長者一起來包粽子，希望藉由端午聯

誼活動，讓社區居民交流情感。

端午節連假，各社區舉辦聯誼活動，金湖鎮包括信義新村、尚義、正義、夏興、新頭、料羅新村、湖前等社區都舉辦活動。

正義社區昨（28）日舉辦社區包粽聯誼活動（圖左上），邀請社區會包粽的長者近60人一起到社區活動中心包粽子，順便教年輕人包粽子，將包粽子的技巧傳承給下一代。正義社區發展協會總幹事陳國泰說，昨日大約包肉粽200顆、素粽150顆，分送給社區近300戶人家。

陳國泰表示，每年端午節，正義社區都會結合志工和媽媽教育，一起來包肉粽，遵照古早工法，前晚先浸泡粽葉，粽葉泡後，隔日再沖洗乾淨，且滷水要滷得夠味，糯米也要事先泡水，再蒸熟用蒸籠蒸熟的。陳國泰說，今年配合社區

葉後，隔日再沖洗乾淨，且滷水要滷得夠味，糯米也要事先泡水，再蒸熟用蒸籠蒸熟的。陳國泰說，今年配合社區

把社區經營好則受益的是社區居民，縣府也用心和社區共同推動，讓社區居民有個舒適社區環境，生活上彼此照顧關懷，讓居

民認為居住的社區場所提供很好服務，安全上更不需顧慮。

尚義社區舉辦摸彩活動，金湖鎮包括信義新村、尚義、夏興、新頭、料羅新村、湖前等社區都舉辦活動。

端午節連假，各社區舉辦聯誼活動，金湖鎮包括信義新村、尚義、夏興、新頭、料羅新村、湖前等社區都舉辦活動。

端午節連假，各社區舉辦聯誼活動，金湖鎮包括信義新村、尚義、夏興、新頭、料羅新村、湖前等社區都舉辦活動。

## 金寧志工隊 包粽慰問獨居長者

### 正義社區包粽傳承

記者陳冠霖／金湖報導  
端午節連假，各社區舉辦聯誼活動，金湖鎮包括信義新村、尚義、正義、夏興、新頭、料羅新村、湖前等社區都舉辦活動。

端午節連假，各社區舉辦聯誼活動，金湖鎮包括信義新村、尚義、正義、夏興、新頭、料羅新村、湖前等社區都舉辦活動。



# 金管處辦電影節 古寧國小播栗喉蜂虎



金門國家公園管理處辦理「106年國家公園電影節活動」，讓學童對於栗喉蜂虎的生態有更深一層的認識。（李金鎗攝）

## 金管處員消社清算 157萬餘元全捐

記者李金鎗／金寧報導  
為負起「取之於社會、用之於社會」的社會企業責任，有限責任金門國家公園管理處員工消費合作社將清算後結餘款項新台幣一百五十多萬元全數捐贈給金門縣立福田家園及金門縣私立晨光教養家園。

金門國家公園管理處一行在處長謝偉明松等人，日昨走訪福田家園及晨光教

養家園。

金門國家公園管理處員工消費合作社總領袖，並分別回贈獎牌及錦旗，以表達全體員

工及受服務對象的感謝之意。

謝偉松表示：「金門國家公園管理處員

工消費合作社全體社員本著『老吾老

也育人』的熱烈歡喜，感謝他們能有個愉快的端午佳節。」

為因應合作社法部分條文修正案，未

來合作社經營的業務以提供社員使用，為

限，不適合再提供給非社員使用，因此

，有限責任金門國家公園管理處員工消

費合作社大會決議於105年1月底

結束營業，並辦理公告清議，清算完

成後之結餘款項共計新台幣1,576,598元，並

包括公積金、公益金及歷任理、監事兼

職酬金等均全數捐出，以幫助更有需要

幫助的人。

金門國家公園管理處員工消費合作社

未來將繼續努力推動專業植物醫師證照制度，確保農藥之使用及消費安全。

動植物防疫所強調，中央為積極回應

農業大眾對農藥使用的重視，已全

面強化農藥管理，除構建完成農藥產銷流

合管理及定期陳報等機制外，並加強劇毒農藥登記及販售管理，希望藉由多元配套管理措施，確保農藥

之使用及消費安全。

</



警車鳴起笛聲、救護車閃爍著紅燈，即使在三更半夜，聽到這樣的聲音，仍然會探頭往外看，又有人出事，接二連三冒冷汗，同一個人，同一事件，喬不攏、想不開，氣急敗壞繩索吊喉間，幸有朋友發現異狀

# 我們的十七歲

◎牧羊女

琬：

雖然一個月前遇到妳，直覺妳怎麼變得如此羸弱，卻萬萬沒想到會走這麼早。要和妳講話不知從何說起，鼻子心頭揪成一團的酸。

想我們最璀璨的年歲，何等有幸，有若姐妹般相濡以沫，數十載人生本來就像一列車，車上乘客有的早下車，有的晚下車，上上下下原本正常。

妳不一樣，我們一起哭過、一起笑過。雲煙是過了，影像揮之不去。眼眶泛紅淚水沿著臉頰滴落，旁邊哭點低的阿玉已經開始啜泣，我和惠雯、寶珠滿腹哀傷，只能先吸一口氣，回想我們共同的十七歲。

某個月亮高掛的晚上，我們倆個小女生擠在料羅灣沙灘的人群中，踏著清明月色隨著一群軍人、百姓上了開口笑的登陸艇，搖搖晃晃，甲板上放眼所及一片汪洋，無邊無際。船艙空氣充滿汽油味，以為將要窒息，我倆面面相覷，內心些許恐懼些許新奇。此行離家幾百公里，尤其隔著臺灣海峽，不敢想像未來，渺渺茫茫，家這般遙遠，除了哭，不會有其他表達方式。

渾渾噩噩到了高雄十三號碼頭，跟著人群莫名其妙的到了高雄火車站上了往台北的柴油慢車，我們已然忘了故鄉，起碼暫時被好奇取代；十七年來第一次看到火車，且搭上了火車，心裡蹦躂跳，傳說中的火車長這樣啊？一節一節車箱轟隆隆作響，彷彿看不到盡頭，車外一片漆黑，稀疏燈光急速後移，睡不著，琬，我們比肩而坐竟也無言。

到了臺北，當年如何覓居竟也記不清楚。

第一次看到紅綠燈、霓虹燈、百貨公司。臺北尤其多漂亮女生，裙子穿得短短，咱倆土包子，眼花撩亂。第一次當作業員、第一次質屋而居……太多第一次，第一次到妳信義路伯母家，一杯冰開水，冷冷的一張臉，沒有溫度的那種，水與伯母的臉相配，我卻心跳加快，一顆心臟幾乎要停止，不敢正視伯母的臉，而後我們倆低頭看自己的穿著，再看妳伯母家晶亮的木質地板，非常慚愧的迅速告辭，從此我們誰的親戚家都不去，外島來的孩子，走過砲聲，歷經風險，骨氣是我們未來立足社會的不滅定律。

劉姥姥進大觀園的新鮮感總有消失的一天，面對現實世界，在五光十色的臺北，兩位小女生經常晴雨不分穿錯鞋，也經常買個便當只配些花生米和酸菜將就著，日子比不上老家，妳是獨生女，我是么女，被寵慣了，但我們約定要咬著牙渡過每一個難關，事實上我覺得妳比我勇敢，很多緊要關頭是妳先鎮住，一付熟門熟路樣兒。

回首當年，難得成熟啊。

妳決定工作幫忙家計，所以直接進入職場，

## 珍惜生命

◎寒玉

，尋求支援，在警力維安、消防救護下，終於挽回一條寶貴的性命。

自戕不能解決事情，受到精神方面的影響，或是憂鬱、躁鬱等諸多因素，當它存在某一些人的腦海與心間，遇有不順遂的事，或心結難解之時，家人與朋友是最好的鎮定劑，也是定心丸，陪他們走過層層陰暗、度過重重關卡，以免造成難以挽救的憾事。

不久前，一位長年受到家暴的婦女朋友找上我，曾言及她的先生除了性、就是暴力，讓她承受著心靈與肉體的雙重負擔，因此，我這兒成了她的避風港，每回受委屈，縱然三更半夜也來敲門，日子久了則成習慣。如此治標不治本，的確不是辦法，於是建議她撥

打一一一三婦幼保護專線，除申請保護令、也在相關單位的保護下，度過了每個平安的夜晚。一個破裂的家庭，倘若沒有女主人，總缺少了什麼？閉門自省而悔悟的先生終於愧疚地將她接回家，保證爾後不再犯，如今兩人如膠似漆，過著幸福甜蜜的日子。

身體倘若出狀況，求醫是不二良方，家人千萬別爲了面子而失去親人的健康。曾經看到一位勇敢的媽媽，當她發現孩子有異狀，絲毫不忌諱外人異樣的眼光，立即帶著他尋求醫療的輔助，一路陪伴他成長，終讓孩子過著正常人的生活，這樣一位偉大的母親，是值得讚揚的。儘管她會哭泣過，但在心傷之後，終於走出陰霾，讓一家人歡喜度過每一天。



在一所私立高中當職員，由於妳清麗的外貌，冬日經常一件高領湖綠色毛衣，一襲海藍色風衣，飄逸長髮，似一抹藍色精靈，很快的成爲學校一道美麗的風景，也是衆人追求的目標。看妳日子過得精彩，衆姐妹淘異常放心，咱們幾位也喜歡穿妳那海藍風衣，我愛妳那件湖綠高領毛，到妳那總要借來穿個二天。假日齊聚妳那二坪大的小小宿舍，更是人在異鄉最佳落腳所在。

青春正盛，做任何事情都理所當然，幾位女生順理成章躲在妳的宿舍用唯一的炊具，一只紅色電鍋，用外鍋煮火鍋，買了豆腐、魚丸、肉丸、大白菜、粉絲，今憶起，極簡。熱氣氤氳繚繞，加上嘻鬧聲，比起市場叫賣似乎毫不遜色，滿屋子青春飛揚，像一群麻雀吱喳不停，雀悅聲讓隔壁宿舍的人忍俊不住探頭；飽滿友誼溶解些許鄉愁。

大夥幾乎忘了離家數百里的辛酸。想想不容易，每一個都是家裡寶貝，孤單到異鄉求學奮鬥，不敢向咱島親人訴苦，也懂得掩飾窘境，如若沒有友誼的支撐，很難講如何渡過那段蒼白的青春。

後來，各個陷入愛情的漩渦，都談起戀愛來了。我們的感情不會疏遠，只是每人身邊多了個他，顯得有些兒急促與不自在。

好長一段日子，互相交流甜蜜的他、互相抱怨不甚理想的他，青澀的經驗互相勸勉，卻也有一個不輕不重的結論：結婚像賭博，不知結局如何？可勇敢的女孩們相繼往婚姻長河裡跳。

之後婚姻生活牽紗些許情誼，可我實居妳學校旁，在做月子期間妳幫我許多忙，和我一起分享寶兒成長的喜悅，兩個生澀女生手忙腳亂幫娃兒洗澡，連袂抱著寶兒到處炫，及至妳談戀愛孩子都是妳的小電燈泡。

琬，想到妳熱心好義，是一條溫熱的友誼的溪，自己阮囊羞澀仍盡可能幫助向妳訴苦的人，且同事同學需要妳，妳從不知拒絕，他人有困難第一位跳出來必定是你，照顧家裡不遺餘力，是有目共睹的孝女。

爾後，白手起家的我倆從南區到西區總是毗鄰而居，直到寶兒要到台大就讀，我搬到公館下一個站，這才結束鄰居關係。

此後，聯繫較少，妳也忙著先生生病，照顧母親等等，直到後來他們往生，那段日子妳肩負責任何等沉重？內心煎熬可想而知，卻不見妳訴苦過。

可我們這夥情同姐妹的同學有個默契：沒有消息就是好消息。因此太平時期聯繫變得不太頻繁，直到兒女們喜事才是我們重逢敘舊的最佳連結。或許生活壓力等造就台北人的冷漠，直接間接似一隻飛遠了的風箏。

因此，琬，我們的十七歲，讓我們各自珍藏著。

電，說妳昏迷被送往臺大醫院正裝上葉克膜，她邊說邊哭。一時之間無法回答，摸不著頭緒。十月某日下午我們不是才在公園路巧遇？當下妳也讓我嚇一大跳，怎麼整個人完全變了樣？我劈頭罵妳：怎麼把自己弄得又黑又瘦？不是我心中人群裡出色的琬，我的心又痛又氣，妳說剛從醫院回來，心臟和肝出了問題，我心頭一顫。琬，妳竟然不讓我們知道，就怕麻煩大家。原來妳遵守沒有消息就是好消息，太過分了。

我們幾位一起走過青春歲月，走過風雨陰晴，一起哭一起笑，無數晨昏：金城、山外、慈湖路、台北木柵、青年公園……一路散落多少歡樂遺音。

如今妳最放不下應是唐寶寶兒子，告別式那天，他認出我很是高興，高舉雙手招呼，顯然不太明白今後沒有媽媽庇護，日子將會不同，幸好他的弟弟懂事又貼心，照顧哥哥應會盡其所能。阿玉、惠雯、寶珠涕淚縱橫，不忍妳這麼早離席。所有空氣凝結在我們的十七歲。我們幾個因為妳的離去，聚在一起哭了好幾回。

朋友常問，你們離島來的鄉爲何可以如此熱情團結？他們那裡知道，各個十七歲即離鄉背井，背負父母的耽心與期望，在他鄉過著有這餐沒下餐，口袋永遠空虛貧乏，除了鄉情與友情，相互支援體貼，否則那有未來。

因此，琬，我們的十七歲，讓我們各自珍藏著。

## 母親

◎文・攝影／張威龍

日夜打拚的太陽月亮  
偶爾倦勤  
雨，天生愛哭  
風，總愛牢騷  
河流喜歡大海寬闊的懷抱

用溫暖和愛，把夢点亮  
母親導演孩子的一生  
每個都是奧斯卡

## 晨露

◎黃恩亞

光影間的視線  
指處間的溫存  
現實間的潮湧  
灰暗間的確幸

雖然班長的身材魁梧，若依常理來說或許會長命百歲，但如果壽命該終，卻也由不得人不接受；因爲「一樣生，百樣死」，人生在世、難免一死，可說各種死法都有。然而事有湊巧，某天，一位退伍老兵在他們村莊東張西望地閒逛，罔腰仔不禁好奇地問：「班長，你找人啊？」

「我十幾年前曾經在這裡當兵，就住在妳們村郊的營房，退伍後輔導會安排我在金門農場工作。今天正好沒事順便來這裡逛逛，看看這個村莊的老房子，也回味一下當年在這裡當兵的情景。」老班長說。

「當年你們部隊的廚房，不就在哪裡嗎？」罔腰仔指著村郊東邊一間廢棄的房子說。

「不錯，就是那棟。」老班長指著說：「裡面是廚房，我們就擺著桌子在外頭開飯。」

「有一次我和福生哥正好路過廚房，那個高個子伙夫班長，還各送我們兩個熱騰騰的饅頭，真好吃。」罔腰仔興奮地說。

「高個子伙夫班長？」老班長重複她的話，而後想了一下說：「那一定是劉志林，我們不但是同一個連，也是同鄉。以前你們村莊還有一個漂亮的小瘋婆，除了罵他惡魔，而且還拿柴刀要殺他，搞得他無所適從。」（一七〇）

## 古寧頭牌樓

◎李增坤

這裡原本只是村庄的出入口。兩岸在敵對狀態時，爲了加強管制，建設道路並在兩旁設置挖入地面的坑，在高出地面一點用水泥蓋成一個人可容身並有射擊口的小崗哨，隱藏在立柱的底下，遠望像是柱子的底座。在崗哨上立了兩根正方形柱子，柱頂有漸小的三階，最上頭有一個像桃子形狀尖頂，像正燃燒得旺的火焰。柱子上寫了對聯，「古蹟猶新立志礮灘，寧謐懷舊株林弘圖」，用鐵條編成拱形長條狀，連接兩根柱子，用圓形的鐵片寫了古寧頭三個字。衛兵平時就站在柱子的內側的道路上，有狀況就迅速躲入崗哨防禦。

待我有印象時，這裡已經改建成牌樓的樣子了。崗哨變大，牌樓有內縮的小門，小門裡地上用一塊大鋼片封住入口，衛兵就以站在鋼片上方。把鋼片往上拉沿著牆有階梯可以進入設在地底下崗哨的內部，裡頭沿著牆面用ㄇ字形的鐵條設了階梯可以爬上樓頂。牌樓頂端有城垛，有狀況時，士兵可以登上牌樓，像個制高點，從上而下進行射擊。牌樓外牆是用水洗的小石子舖面，城門口中間浮雕了三個紅色的古寧頭大字。牌樓頂中間立有旗桿，桿上有國旗，在起風的日子，揚起的旗子總給我一種驕傲的力量。早晨，阿兵哥會上到牌樓頂升上國旗，傍

晚日落前降下國旗。阿爸常常抬頭看看國旗飄揚的方向，得知今天的風向。進城門右側蓋了間小房子，內設有小床，起先有官長駐守，晚上有更多的人以加強兵力。城門前方有一塊用白色、圓的鐵管立起的長方形框，中間編織鐵網，上面掛著用圓形、紅底白字的鐵片，寫了「建設金門，反攻大陸」的口號。宣傳架子底下挖了一個射擊坑，土就堆在架子的底下，高高隆起。每次經過那裡時，就會有一種想跳下坑或攀爬上網的衝動。

不知多少回，我從牌樓底下穿過。

有年幼無知時，有血氣方剛時。

有懵懵懂懂時，有漸懂世故時。

有時走路，有時跑步，有時推車，有時騎車，有時坐車。

有時赤腳，有時拖鞋，有時雨鞋，有時球鞋，有時皮鞋。

有時快步，有時慢走，有時拖拖拉拉。

有時高興，有時黯淡，有時無知無覺。

有時獨自一人，有時三五成群，有時長長的隊伍。

有時田裡工作，有時學校學習，有時偷溜去玩耍。

有時去割給牛吃的草，有時去把牛牽回家。

有時回家。

再後來，離家去遠方找工作、討生活。

日升月落，只有一天廿四小時是堅持著不肯改變的，世事如棋局局新，恩怨如潮水，隨著人事漲退。原本用來管制和防禦的牌樓，如今已不再需要了。隨著時機改換樣貌，一如在不同的時間，不同的時節，不同的氣候，不同的心情，看著牌樓會有不同的感受一樣。

村庄的環境被整理得有秩有序，綠化、種植花草顯得更美麗，但時間也摧枯拉朽，把隨著老去而人去樓空的厝漸次壓得頂禿且挺不起腰來。這路上立著的牌樓卻是個例外。「古寧頭」用三個比以前更大的字鐫刻在城門的大理石上，描上金色，陽光照射時更加閃閃發光。古寧頭，因爲某個時機的特殊戰役而聞名中外，牌樓也因爲名氣，在結束了戰地政務後沒被拆掉，反而用大片的大理石修得更有氣派，還在樓頂立了端槍立姿的無名阿兵哥英武塑像。遊客慕名而來，興奮地在牌樓前找好角度，拍攝一張到此一遊的紀念，揚長而去。庄村裡的人口，早已像阿爸頭上日疏的白髮，漸漸稀少。有時，阿爸望著牌樓，用帶著嘲諷的口吻苦笑著說「古寧頭，苦憊頭。」（下）

# 早睡卻長不高 4症狀當心呼吸中止症

端午節近，不少人認為傳統肉粽熱量高，改吃素粽。國健署表示，市售傳統肉粽多會使用糯米、花生、五花肉、鹹蛋黃等高油及高熱量食材，有些還會以油先熱炒，每顆熱量高達700大卡；至於甜粽、冰粽，每100公克高達200大卡，不僅熱量密度高，還可能隱藏許多精緻

肉粽太肥，改吃素粽就不會胖嗎？國健署指出，素粽常用的素肉、素火腿、花生等熱量食材，部分業者烹調方式油膩，每顆熱量恐高達700大卡，完全不比傳統肉粽低。

病風險。

端午節，不少人認爲傳統肉粽熱量高，改吃素粽。

粽子

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

、

# 比台北101高 直擊首爾樂天世界塔



韓國首爾樂天世界塔（圖）今年開幕，超越台北101成為排名世界第5高樓。（中央社）

語戲曲呈現。韓國樂天世界塔結合百貨、投影片秀，沿途還有世界塔介紹，而

劇團由編導劉亮延專

文化局長陳

花蓮縣文化

局長陳禹安

為花蓮量身訂作，全

劇團由編導劉

新歌仔

文化局長陳

花蓮縣文化

局長陳禹安

為花蓮量身訂作，全

劇團由編導劉

新歌仔