

且論營養午餐之立意



進餐是學子生活教育中重要之一環，更是教育重點之一門功課。作為一日生活常規中的一環，既是培養學子身心健康成長的重要手段，也是培養學子良好習慣的有效途徑。英國家庭教育有「把餐桌當成課堂」之傳統，從孩子上餐桌的第一天起，家長就開始對其進行有禮、或無禮的「進餐教育」，幫助孩子養成良好的用餐習慣，學會良好之進餐禮儀。只因禮儀的形成，將影響著孩子今後一生之發展，為此，中外教育家們，莫不把餐桌禮儀視為重要之一課。

而今，雖說世局已至變遷，但餐飲禮儀依然不改其重要性，尤其在今日地球村之時代，除傳統之禮儀外，更有其普世之價值，諸如珍惜糧食等環保觀念，也寓教於此。幸而如今普世之學校有供應營養午餐，正是寓上述理念之最佳場所及機會。因此，雖說是小小之午餐，卻有其玄機，豈能等閒視之。鑑此，教育部也曾多次辦理相關講習，其著眼點在此。

回顧學校營養午餐，係二〇〇一年代時源於歐洲，其性質係屬社會之社會救助活動。爾後，英、美、二戰時期，招募之新兵，發現多因健康不佳，及營養不良，無法符合軍事上之需要，因而分別制定有關學校午餐之法令，以期改善青少年之營養。但到了二〇〇一年代，營養過剩之問題卻慢慢浮現，因應的配合學校供膳，進行營養教育，以改進學生之飲食習慣，進而化育學子餐飲禮儀，及相關健康知識。

諸如，眾所周知，飲食與健康本有其重大之影響。在二〇〇一年代以前，由於食物來源不足，加上社會動盪，經濟條件差，人們對於飲食只求基本之飽腹，所出現之問題，主要在於營養不足所帶來的，諸如佝僂病、癩皮病、腳氣病、乾眼症、瓜西奧科兒症等。爾後，隨著經濟結構的變遷，食物供應充裕，營養不足之疾病大幅下降；取而代之的是飲食過量，與不均衡所衍生的慢性病，倒成了現代人健康之最大威脅。

而在生命的早期，飲食生活型態之建立，除了受到家庭影響外，學校更是一個重要的學習場所。在學校有組織、有系統之規劃下，透過整體性學校衛生之健康環境、健康教學、健康服務及供膳等各方面活動之推展，建立健康之飲食行為，不僅可提供學童維持健康、生長和學習之潛能，而這些資產，更是終其一生無價之寶。

加以目前由於家庭結構改變，工商業繁榮，婦女外出工作之比例日增，父母較無暇為子女準備午餐，更談不上營養教育。而學校之營養午餐，即是最佳之教育場所，可藉此增進學生之健康教育，及實際之健康成效。諸如美國藉由學校午餐推動低油脂、低膽固醇、低鹽、低糖等計畫，經評估為成功之模式。

尤者，目前社會趨向於小家庭，雙親外出工作，對兒童衛生習慣及餐桌禮儀多有忽略。實施學校午餐，可藉由午餐之活動，隨機施予衛生教育、禮儀訓練及生活飲食教育，並培養學生互助合作之團隊精神。易言之，看似小小之營養午餐，卻是寓教於食之大本營，豈能輕忽之。凡此均是未來學子在離開學校後，可以獨立自在快樂生活午餐之立意，不就此在此？

情形辦學幼幼班柏村美述視察員議員偕長



記者許峻魁／綜合報導
金門縣政府於上週（一〇八）學年度開始，選定烈嶼鄉開設兩歲幼兒幼幼班，今年也陸續在其他鄉鎮學校設立。為了瞭解開設幼幼班學校的辦學狀況，昨（三）日議長洪允典與議員先後前往述美國小與柏村國小，實際視察兩校幼幼班開辦情形。

金門縣政府教育處為落實中央公共托育政策，去（一〇八）年已經先行在烈嶼鄉開設幼幼班；此外，今年起也陸續在金寧鄉、古寧國小、金湖鎮柏村國小以及金沙鎮述美國小等校開設幼幼班。

金門縣議會多位議員對於地區開設幼幼班的情況也相當關心，議員王秀玉也在九月一日的第七屆第九次臨時會中，在臨時動議中提案「為落實中央公共托育政策，請安排本會偕同金門縣政府教育處至金湖鎮柏村國小及金沙鎮述美國小視察幼幼班辦學情形」。

文等人，於昨日上午十時率領議會多位主管，視察述美國小與柏村國小幼幼班開辦情形，並詳細了解幼兒園校舍整建情況，以及幼童空間利用情況，洪允典也對學校經費是否足夠等提出關心。

議長洪允典、議員王秀玉、李應文及議會團隊前往一〇九學年度新開設幼幼班的述美國小、柏村國小瞭解實際開辦情形，勉勵學校持續落實教育政策。縣府教育處表示，及開班國小。

縣府教育處於一〇八年開始到一〇九學年度之間，將先後於多校開設兩歲幼幼班學校，分別是：一、一〇八學年度：上岐國小、二、一〇九學年度：古寧國小、柏村國小以及述美國小、三、一〇九學年度：古寧國小、金寧中小學以及金沙國小、四、一一〇學年度：湖埔國小以及開班國小。

境。

上、下：議長洪允典、議員王秀玉、李應文等人昨視察述美、柏村等校幼幼班辦學情形。（許峻魁攝）

呂英華獲模範公務員 將參加全國甄選

記者翁維智／專訪
榮獲本縣109年模範公務員殊榮的消防局秘書呂英華，今年同時獲得縣府推薦參加行政院全國模範公務員甄選。呂英華為中央警察大學法學士、法學碩士、國立政治大學法學博士、民國101年警監（簡任）升官等訓練合格，自民國100年1月24日擔任消防局秘書迄今已逾9年。呂英華表示，此次得獎首先必須感謝翁局長長期的推薦，他並將此次獲獎歸功於全體消防同仁的努力不懈所致，認為如果沒有全體消防與義消人員的努力，他無法獲得這個獎項，他身為這個有紀律、有紀律的團體一份子為榮。

呂英華也感性地指出：在這個有感情、有紀律的團體中工作是一件快樂的事。他也感佩縣長對消防工作的全力支持，尤其甫於今年4月20日生效之消防局組織規程，以消防署的設置標準，合理擴編消防人力，以及早因應替代役逐年退場後可能的人力空窗，並兼顧基層同仁能保有與臺灣消防人員相同的勤休制度，使得本縣消防工作得以和臺灣接軌。此外，他並對於縣長在消防工作理念上的貼近民意，以及地產加強落實，也深受鼓舞。

呂英華此次得獎的主要事蹟，除了督辦每年例行性評比所經常獲獎的佳績外，他自101年起將問題導向警政策略（Problem-oriented policing）引進消防局，首次嘗試運用此一策略下的SARA（scanning, analysis, response, assessment）模式，在小三通後金門社會與經濟層面急遽變遷下，全面檢視金門消防工作面向可能面臨的困境，並提出解決方案，以跨域整合、（一）導入、公民協力方式，督導策辦「小三通安心」看我防災72變「專案工作，於102年榮獲素有公認與斯卡獎美譽的「行政院第五屆政府服務品質獎」，亦為本縣目前唯一獲獎機關。

此後，他並持續運用SARA模式發掘消防工作問題，有計畫地逐年透過參加行政院各項評獎活動深化革新力道，先後於101年以「觀光旅遊安全」看我防災119獲得行政院第五屆「

（其中包括一次記兩大功專家考績），在公務機關實屬鳳毛麟角，並曾榮獲模範警察人員、績優司法人員、內政部模範公務人員等多項獎勵，實屬不可多得的人才。

翁英華也指出：「為人處事低調的呂英華，在這次我欲推薦他參選模範公務員時，他再三當面懇辭，但我觀察他在過往的服務績效與工作態度後，堅持推薦他參選。」對此，呂英華表示，對於翁局長堅決推薦他，讓他真的受到了很大的鼓勵與感動，他也自期許在未來的消防工作上更加努力，以不負長官的肯定與期望，也要充分把握人生的每一個機會，全力以赴並活得精彩的責任編輯／趙水樹

色藝術等，楊鎮浩表示，觀光處既標榜金門四季都可旅遊，有關各鄉鎮的觀光活動，在行銷的部分，觀光處要協助整合，加大行銷露出，不能讓鄉鎮獨自承擔責任，縣府要把行銷的責任扛起來，並導入相關資源。

而年度鄉鎮基層民政座談會即將啟動，包括上半年一些小型村里長和代表座談會，我們都有臺臺了一些議題，楊鎮浩說，他要提醒的是，當我們再辦類似座談時，鄉親一定會檢驗這些議題的辦理情形，如果是限制式或很官方的回答，不可能被鄉親所接受，能做的做到哪裡？不能做的為什麼？都要一一和鄉親說清楚。是不是有回答就完了，他特別請民政處試著從民衆的角度來檢視，「看自己的說法和回復，是否也能被接受」，當然，也不是民衆所提的，我們一定都做得好，而是當你做不到時，要用一種誠懇的態度，說明做不到的原因，而不是那種虛應故事、制式性的回復。

另外針對節公辦公務贈贈部分，楊鎮浩也強烈要求各單位優先採購在地產品或青創業者產品，這是原則問題，當然他也不會不近人情，只是提醒尚未辦理採購的單位，要盡量朝這個方向辦理。

而就最近二次臨時會，很多議員關心文資與戰地史蹟保存和活化議題，但都只是在會中討論，一直沒有實際進度，尤其這個議題實在太大，會中的討論也都流於「

各言爾志」，大家講一講想法也就罷了，就他的看法，議會和議員會關注這個議題，表示社會和民間對這個議題的關注度是強烈的，請涉及本案的相關單位，今年下半年能把握有關文資與戰地史蹟保存活化的想法和作法明確的提列出來，我們也會一一加以檢視。

另針對拜會部會首長溝通政策，楊鎮浩特別請行政處協助統整相關行程和相關議題，避免政策推動受到阻礙，此外，過去在與各社團和產業工會座談時，他曾要求要作會議紀錄，要作辦理事項及執行進度追蹤，以免流於「大拜拜」式毫無意義的會晤或訪談，一年來，他深體這個「節制」的重要性，也請行政處配合統整，全面檢視過去一年與各社團、各工會座談，各項建議事項的執行進度，不能讓各項議題淪於「說說就罷了」，甚至因此而無疾而終！

昨日會中也由縣長公開表揚縣府警所屬機關109年模範公務人員，同時並表揚本縣榮獲行政院108年度「優良農建工程獎」優等獎有功人員及本縣108年度參與社區治安營造績優人員。其中榮獲本縣109年模範公務員員有3人，分別為消防局秘書呂英華、建設處科長鄭向廷及教育處科長許能龍。呂英華並獲推薦參選行政院全國模範公務員，楊鎮浩除了祝福與恭賀，也感謝每位獲獎人員在各自崗位的付出和努力，讓我們社會的每個角落愈來愈好。

某小段敘述：「回降飢寒交迫的童年，一貧如洗的家境，毫無選擇地進入了警察大學就讀，理所當然地投入了警察（消防）工作，終於找到安身立命的所在，更得以在日後持續進修，於此特別感謝警察與消防工作豐富與滋養我的人生。感謝辛勤勤勞的父母，在極其拮据的環境中，不時教導我努力讀書與奮發向上。」寥寥數語不難看出呂英華有著堅毅的個性，不怨天尤人默默接受上天對他的試煉，對人對事對工作更是常存感恩之心。

消防局長翁英華對於呂英華極為肯定，他指出：呂秘書工作態度向來勤懇、服務績卓著，尤其在迄今三十四年的公職生涯中拿過三十四次考績甲等

顯妣五代大母陳門楊氏孀人
訃聞更正
誼 媳：何淑貞更正為：何素珍
孝 侄 女：瓊琮(適蔡)更正為：
環治(適蔡)
孝 侄 女婿：蔡(有順)更正為：
蔡(友順)
孝外侄孫女婿：陳水洋更正為：
陳水潭
孝 男：再德 泣啓

徵 粗工二名，日薪150元，電冷：
09800016361林先生

歐式電梯別墅
透天五層樓豪宅
觀海景金門大橋
還有五席保留戶釋出
意洽：0930-535-319

本報廣告效益宏大・彩色版面新穎
提供廣告設計編排・長期廣告優惠
故請踴躍刊登本報・訂閱本報
本報並具有資料收藏保存參考之價值

啓泣



金門四面環海，我對於海是有很多遐想的。

早年到美西旅遊，一登上了夏威夷，導遊指著兩幢市中心的高樓說，那是日本人買的房子，可以遠眺太平洋，是非常昂貴的樓房。

有景觀的房子通常都很貴，看海的尤其如此，所以我對於看海的房子情有獨鍾，二十年前就買了準備養

老。但是我的看海房子，並沒有像我想像的那個值錢的樣子。我一直在思索這個問題。

中國人相較於外國人，沒有那麼看重海洋，沒有那麼喜歡海洋，雖然我現住的台灣也四面環海，但是沒有發展出海洋文化，這是使我感到納悶的地方。時下是地球村，大家的旅遊經驗多了，我想談一談我的看法。

我常時到加拿大探親旅遊，對於溫哥華的景觀印象，就是港汊的帆船多如插棘，在岸旁玻璃帷幕樓房的襯托下，成為都會優質休閒文化的特殊景觀。加拿大是大陸形的氣候，不潮不溼沒有勁風，得天獨厚，內河岸邊的房屋櫛比鱗次，陽台上擺上桌椅，一邊看海一邊可以賞景與喝下午茶，看了多讓人動心。

有一次到北溫旅遊，這是溫城的精華區，我看了濱海五層樓的房子，好大的一個觀景陽台，我隨口一問：「不知一戶賣多少錢？」兒子剛好有個售屋的網站

海的聯想

◎李福井

，隨手一點，剛好三樓有一戶正在出售，一房一廳一個陽台（陽台不算購屋坪數），加幣一百三十萬，折合新台幣三千多萬元。四五樓的價碼就更高了。

我看了之後乾瞪眼，只有羨慕的份，這一輩子住不起這樣的房子了，只得回頭擁抱我台灣濱海的陋室，聊以自慰而已了。最近有一個朋友帶我去白沙灣作客，走進路旁他朋友的樓房，是一棟四層樓的面海房子。

這是我迄今在北海岸看過最大最豪華的賞海景觀樓，每層約有四五十坪，雖然也花費鉅資刻意裝潢，但只是一座乾枯的室內房子；坐下來面對一片玻璃窗，落座之後眼睛平視可以看到整個北海的海洋與夕照。屋主的口袋夠深，對海很是癡迷，是我在台灣碰到第一個真正愛海的人士。

他的房子在台灣算是不錯的，等閒的人買受不起，但跟溫哥華比只是小巫見大巫，我看了並不心動。我

在溫城居高臨下看過面海的房子，家中廣植花草樹木，整個家就是一座大花園，夏日午後躺在躺椅上，看著落日餘暉，片片風帆點綴其間，而氣候又那麼煦和，真是人間天上。

中國人自明朝鄭和下西洋之後，就採取鎖國政策，高掛起風帆，不再出海。把國人的心智錮蔽了，錮蔽在儒家文明，錮蔽在農業文化，錮蔽在科學制度之下。因此，中國的落後不是從清朝鴉片戰爭之後開始的，而是從明成祖禁海令種下的根苗，影響所及錮蔽了中國人的思維、心胸與眼光，讓中國人不願親近海洋，不會欣賞海洋，而拱手讓出了鄭和下西洋的海洋科技的領先文明，而被西歐的幾個小國西葡荷與英國開創與超越。

台灣四周環海，但是今天人們對海洋的親近度仍不高。一位華僑返台購屋，她說巴黎人要開三個小時的車到諾曼第，才可以看到海，而要在此買一間看海的房子渡假有多貴啊！然而台灣人近海而不觀海，沒有由衷的愛海，因而看海的房子不值錢。

幾百年來國人不知親海愛海，更不要說乘長風破萬里浪了。追根究柢，這是中國人無法建構海洋世紀的深層原因。

深夜的獨白

◎夏晨

夜深，才真正一個人，脫下那完全的疲憊，無論是工作或是生活，轉換那角色，無論有多麼的厭倦，或是有些喜悅，總是想要一個人，一個人去享受這生活裡所有的喜怒哀樂。

喜歡一個人自在的來去，想吃什麼就去吃，想往哪裡走就衝，不需要顧忌些什麼，也不用考慮些什麼，自由與任性在一個人的一刻，絕對發揮。

一個人享受一個人的寧靜，即使外頭的車流來去頻繁，泡壺熱茶再拿張座墊，這世界即由自己作主。在深夜不需要去傾聽，關上耳朵只接收自己的頻道；也不需要去說明，可以哼著喜歡的歌。

洗去全身的疲憊後，在陽台吹著風，看著遠方彼岸的夜景，釋放靈魂。有些時候，不需要與人分享。

颱風來臨前的傍晚，迎著夕陽依舊挺立的反空降樁，長著毛邊的雲朵與夕陽成了平常看不見的景色，於是在鄉間小路上停下片刻，紀錄那瞬間的永恒。經過的那隻小黑狗吐著舌頭，看著牠不禁會心一笑，自己的地盤自己關心倒是沒錯！而誰又不是如此？

回家的路倒也不擇同一條，有的時候穿越鄉間小路，有的時候循正常道路回家，偶爾回的晚了，見不著夕陽就見夜景。望

著彼岸的閃亮燈火，享受短暫的寧靜，放逐自我及清空所有的思緒，成為了每日的必需，如若逢下雨的日子，薰著香再透著窗玻璃看著雨珠，也是另一番風情。

在深夜裡與自己對坐而談，酌飲紅酒，放下所有的一切一切，世俗的眼光總是讓人脫不開，很多時候難解的不是事情而是人，前進一步或後退一步都傷到彼此的時候，該進或該退呢？這拿捏沒有標準。

從不曾試圖包裝或美化自己，並不是因為想在外表露真實，而是不必要過度的浮誇與裝飾。或許昂貴的飾品或等級商品能提昇，或許高價的代步工具能成為焦點，但那些都不是想要的。

在想要淡於平凡的時候認真的活著，在想要瘋狂的時刻放肆自己，人能成為自己，該是多不容易。

我們終究是我們，在褪下所有的包裝與華麗，最終趨於平淡。追逐一世而無法自己，最終得不到快樂，未必是最好的選擇。珍惜所有身邊的平凡日常，因為日子總是因為平凡而顯的不平凡。

你的選擇，決定了你是誰，但最終的你，想要的究竟是什麼？

紅色的液體在杯子裡轉著，帶著微醺的思緒，褪除所有的外在紛擾，此時此刻，只想好好的面對自己，忘卻自己。



雲朵的毛邊與反空降樁。

生活組曲

◎宇文嫺

1、歸家途中遇雨偶感

分明回家的路很近，可突然的雨來，在雨中騎車，就覺得路好遠。

生這條路，何嘗不然？遇到風雨，就覺得這路好遠好苦，看不到盡頭。一旦風止雨停，又覺得春風得意，處處芳草。路，再遠又何妨！

穿過雨簾，終究回到家。路遠或路近，總在一念之間。

又念及東坡詞句「回首向來蕭瑟處，歸去，也無風雨也無晴」。雖不能至，心嚮往之。

2、拔牙

那天醫師告訴我這顆牙齒怕是留不住了。約個時間拔掉吧！

離開醫院的時候，好多心緒湧上心頭，年紀越來越大，能留住的人事物卻越來越少。都說，舊的不去，新的不來。但是，新的不一定比舊的好。我能想到的古樂府詩〈上山採蘼蕪〉「將繡來比素，新人不如故」可以為證。更何況遇上無法替代的情況，或人或事或物，掙扎糾結是必經的過程。

為了保留這顆牙，姑娘我可是吃盡千辛萬苦。問了好幾位醫師。三年六個月的忍耐、治療、期待，最後，她還是必須離開我，方能解除我痛苦。

斷捨離，很難。有不得不做，也有歡喜做。我們短暫的一生，於人，於事，於物，不總是在聚散之間擺盪，不總是處於斷捨離之中嗎？

別了，我的牙，別了我的痛。

3、局

下午與同事有約，站在她家樓下等她的時候，對面學校教室透過麥克風，傳來老師在講堂上賣力上課的聲音。

午後的陽光透過樹葉細縫潑灑而下，微風輕輕吹著，我仰起頭尋聲仔細聽著……在這樣曾經身為老師的「局」裡，第一次有「局外人」的感覺。聽是聽著，但有聽沒有到。畢竟我不是王冕，不像他常常會特地抽空到學堂走走，認真旁聽教席諄諄。我則是湊巧因著路人甲的身份，對在圍牆外聽老師上課，備感新鮮，又天馬行空了我的腦。透過清亮的嗓音，我幻想著講台上的老師是美魔女？還是親切的大嬸？對學生好嗎？學生喜歡她嗎？

腦中浮出〈蝶戀花〉「牆外行人，牆裡佳人笑。笑漸不聞聲漸悄，多情卻被無情惱」。對啊！牆內佳人在「局裡」，笑語盈盈，歡歡喜喜；牆外行人蘇軾在「局外」，傷春送春，愁緒滿懷。反過來說，在浮浮沉沉的仕途上，蘇軾是「局內人」，「[知我者謂我心憂，不知我者謂我何求？」而「局外佳人」，或許青春正盛，荳蔻年華，哪怕春謝了，在她眼裡依然有另一種美好。哪怕她知道蘇軾的遭遇，沒有太多的生命歷程，可能也無法體會多情的蘇軾為何會因為她笑聲漸悄，而著惱吧。

局裡，局外，角度不同，心境自然不同。

人生何嘗不是個局？生是局，老是局，病是局，死是局。常常我們會設局，也會被設局。男孩想跟女孩求婚，設計了一個浪漫的局，感動了女孩，願與他琴瑟在御，攜手共老，這是喜悅的局；親人有重疾，不久人世，親朋設局隱瞞當事人，這是痛苦的局；小說中「死諸葛嚇走活仲達」；歷史上「鴻門宴」，乃至影響外蒙古獨立的「雅爾達會議」，這些政治上的謀略，何嘗不是局？所有惡意的，善意的謊言；所有真心的，無心的語言，無非不成局。至高至遠，乃致影響至大至深。

這樣說來，人生旅途上所有經歷的悲歡離合，所有遇過的風霜雪雨，於我們，只能有兩種選擇，不是在局裡，就是在局外。有時是運氣，有時是運命。然而，花無百日紅，同樣的，飄風也不終朝。

行到水窮處，我常常會告訴自己，一切都會「過去的」！只要人生還在，終有一日能有機會成為「坐看雲起時」這樣禪定自在的「局內人」。

賣花的老人

多次經過十字路口，一位頭戴鴨舌帽，著寬鬆牛仔褲，頭髮斑白的老人，手裡端著一個塑膠盒，擺滿成串的玉蘭花。

車子過紅燈停下來等候時，老人穿梭於車陣間兜售玉蘭花。盛夏時，氣溫超過攝氏三十二度，他站在駕駛座的車窗旁，彎腰求售；然而生意不太理想。

今天路過，妻坐在前座，發現老人在車道中間兜售，他搖下車窗，買了一串，才賣二十塊錢。

我的印象裡，玉蘭花都賣五十塊錢，老人卻只賣二十塊錢。她說：「買回去供佛，老人年紀那麼大，還要出來賣花，靠自己力量賺錢，花賣得便宜，利潤不高，就算幫他一點小忙吧！」

她把一串玉蘭花放在小碟子裡，供在神案前，佛堂裡飄浮著淡淡的花香。

輪椅歲月

清晨九點半，我在公園散步時，兩位老人，一男一女，都坐在輪椅上。

男的頭低下來，正在打瞌睡，口水流下來，沾溼了汗衫。女的頭髮剃光了，眼神呆滯，精神狀況不佳。

兩位外勞坐在旁邊都在滑手機，看我走過，向我道早。

她們都是外籍的看護工，雇主規定：天氣晴朗時，每天九點左右，推著不同家庭的病患到公園來散步。到了公園，看護工找有樹蔭地方，把輪椅固定下來。打電話跟故鄉家人報平安，同鄉的看護工就開始聊起天來。

話題聊完了，各自滑手機，打發時間。病患就乖乖的坐在輪椅上任人擺布。

男的醒過來，向他點頭，道早安！可能語言神經受損，無法說話，面無表情。

十點半左右，推著病患各自回家，相約明天再見。

罹患中風以後，造成失能狀態，生活起居，仰賴家人或看護照顧，陷入沒有能力處理任何事情。

運動後回家，把早晨目睹中風老人狀況告訴妻子：「中風失能的老人，失去尊嚴，輪椅上罰坐一個半小時，看了令人心酸。」

妻說：

「保持健康，以免拖累了子女。」

結論就是養成天天運動的習慣，避免慢性病纏身。

人生小景

◎陳文榮

事情沒時間去做。」

「你慎重考慮過嗎？」

「當然，頂給常來幫我忙的同學。」

問阿輝怎麼突然決定提早退休？

他說藥局必須走八個台階才能走到店裡，對殘障者很不方便。坐電動或輪椅來的病友，處方箋無法拿進來。他要親自出去拿，配好藥再交給病友。

七年前好多年長的阿伯、阿婆都能自己走上來，過了七年他們不見了。有的往生，有的卧床，沒再出現過。他們都是令人敬重懷念的長輩。

阿輝把店門口的台階比喻為關卡，過不了關，就這樣結束人生的旅程，太不值得。

早年他是登高山的好手，七年來他沒有登過一次山，心裡卻是依然十分嚮往。

我常看他打開電腦螢幕上Google地圖，瀏覽台灣高山的地形地貌，回味往昔悠游於高山原始森林中，心靈澄明，無憂無慮，逍遙自在的日子。

現在為了業績，多賺一點錢，捨棄自己的興趣，有朋友告訴他：

「賺錢不是人生唯一的目標。」

阿輝開始思索：你想這樣忙碌過日子嗎？銀行存款增加了，健康也亮起紅燈，工作時間長，每天超過十二小時，週休星期日，再好的身體也會累垮。

阿輝太太已經退休，看他那麼辛苦，鼓勵他提早退休。兒女都長大成人，都可以獨立謀生，讓他退休生活無後顧之憂。

多重考量結果，確定提早退休的信念，更為堅決。他同學也瞭解藥局業績很穩定，只要認真經營一定不會虧損。

為了協助同學打好基礎，答應他每星期來上四天的班，等業績穩定下來，阿輝就不來幫忙了，真正的退休。

多年來夫妻各忙各的工作，難得有一起出國度假的機會。年輕時愛登山，妻子留在家中照顧兒女，她從來都沒抗議過。現在兒女長大了，應該多陪太太到風景名勝走走。

環島一周，嘗嘗各地的美食，是他太太多年來的心願。趁還能開車，退休一定要完成。當然他也可以再參加登山社，重新回到山的懷抱，面對翠綠的群峰，實現多年的夢想。

風中有朵血做的雲

風中有朵血做的雲

鏡子金銀。他走到洗手台前，對著鏡子攝影，鏡面被燈光照出數十粒類似水垢的白點，卻未浮出傳說中的人頭或鬼臉。

他回到走廊，順著斑駁壁面朝目標前進，經過一台被藤葉覆蓋的輪椅。那株藤蔓十分奇特，沿牆腳一路延伸。他跟隨藤蔓抵達手術室外頭，隨即被地上破了洞的沙袋吸引，沙袋周圍除了散落的細沙，尚有一套極不尋常之擺設。

「請大家看看這是什麼東西？這裡有個小土堆，應該是用沙袋堆的沙堆出來的，不過它的形狀很特別，像是……」他擰起眉心：「是一個人的形狀！」

他活立丁起來，腳丫拍牠緊：「大家可以看到，在這個人形的兩條腿上，都插著幾堆香腳，看來之前有人在這裡作法。」

拍完後，他擦拭冷汗，離開土堆進入手術室

，刺鼻的化學藥水味使他吸了幾下鼻子。房內有張手術床，床上方是圓形手術燈，儘管略為生鏽，仍可想像當年醫師護士們，戴帽子口罩罩屏氣凝神圍在床邊的模樣。

他步出手術室，微微拱起背，走向漫長的「天堂路」。遺體要送往上方的靈堂時，都會經過這段陡峭上坡路。路左邊是斜坡，右邊為階梯，也踏上台階，將會循通道拍入影片中：

「這裡就是許多人會來探險的天堂路，左邊是遺體通道，右邊是人走的。據說在這裡搬運屍體時，要遵守不換手、不說話、不回頭的禁忌。」

他走過第一段階梯，來到第二段：

全豬開放引疑慮 衛福部擬訂特別部位安全標準

【中央社記者余祥、陳韻華台北3日電】政府開放「全豬」進口引發食品安全疑慮，衛福部長陳時中今天表示，有關特別部位的安全標準，會蒐集相關意見，依照人的安全存量規定。

陳時中今天意外現身捷克參議院議長維特齊與外交部長吳釗燮的聯合記者會，他在會前接受媒體訪問時，針對「全豬」進口安全問題提到未來政策方向。

行政院表示，政府將放寬美加豬、美加豬進口，比照國際食品法典委員會(CODEX)標準，肌肉部分萊克多巴胺殘留標準是0.01ppm，肝為0.04ppm，腎是0.09ppm，脂肪則為0.01ppm。

有關放寬美豬進口議題，行政院發言人丁怡銘在行政院會後記者會表示，很多民眾不清楚，美豬已經進口台灣幾十年，但因為競爭比不上台灣，市占率只有1%，而台灣婦女最擔心坐月子吃的豬肝、豬腎，因為台灣民眾都吃新鮮的，冷凍的沒有市場，可以不用擔心。

丁怡銘說，如果坐月子吃到冷凍豬肝，可能要擔心家庭失和，而不是瘦肉精。

媒體詢問，由於國際萊克多巴胺殘留標準只有訂定肌肉、肝、腎、脂肪4個部位，其他內臟是否也有檢出標準。

出席院會後記者會的衛福部次長薛瑞元說，根據國際標準訂定4個部位，但參考其他國家所定的標準，有些國家有加上一「其他可食用部位」，這個部分可以討論。

薛瑞元說，如果有訂定「其他可食用部位」的殘留量，那就是按照這個標準，但若沒有訂定，那其他部位就是零檢出。

至於國民黨批民進黨開放美豬犧牲國民健康，丁怡銘說，過去在國際標準還沒出爐前，馬英九政府就開放美國牛進口，且每一塊牛都含有萊克多巴胺，但那些年，國民黨並沒有說他們犧牲人民健康，反而現在還看到有些國民黨人士說做夢都會夢到吃牛排。

丁怡銘說，在國際標準出爐後，當時的民進黨主席，也就是現在的行政院長蘇貞昌表示，民進黨將接受國際標準，因為台灣要走進世界貿易，不可能自絕於世界標準之外。

丁怡銘表示，這些年經過評估後，只要是符合國際標準的肉品，無論是豬或牛，就算每天吃也不會超標，台灣周邊國家也紛紛開放符合標準的美豬。

他表示，在明年元旦正式進口前，政府會完成強制標示作業，讓消費者可以選擇台灣豬；另外也會透過百億產業基金，增加養豬競爭力，將會持續跟豬農、消費者溝通以降低疑慮。



新世紀福爾摩斯廣受好評 長紅10年

懸疑推理英劇「新世紀福爾摩斯」，自2010年7月第一季首播，廣受好評，長紅10年觀眾討論度依舊不減。

(圖·BBC Studios提供/文·中央社)

OTT草案吵什麼？8大關鍵問答一次看

【中央社記者蘇思云台北3日電】愛奇藝非法「落地」，催生OTT草案。NCC今天舉行首場公聽會，業者擠爆現場，公聽會尚未結束，經濟部一紙公告禁止陸資OTT登台，讓歐陽錫錫只好黯然宣布放棄代理愛奇藝，但草案內容的爭議與後續問題仍待解。

國家通訊傳播委員會(NCC)今年7月22日公布「國際網路視聽服務管理法」草案，俗稱OTT TV專法，草案5章共20條條文內容，管理對象包含Netflix、LINE TV等平台，但不包括Facebook、YouTube等以使用者分享內容(User Generated Content, UGC)為主的社群媒體平台。

OTT草案公布後，從NCC、OTT業者以及消費者，各有各的關切與堅持。到底OTT草案吵甚麼，8大關鍵問答一次看懂。

1、為何會立OTT TV專法？

NCC表示，基於國際網路的開放性特質，世界各國監理機關雖多未對OTT TV訂定專門性規範，惟仍有部分國家採取登記報備制，並輔以業者自律的輕度管制模式。OTT目前不屬於廣播三法的監理範疇。

同時，為了提升台灣內容產業，經NCC公告應登記的業者應公開揭露當年自製或合製台灣內容的具體措施與比例，並請其他政府單位對業者提出獎勵方案。另外，播放內容也不能妨害國家安全、危害青少年身心健康。

3、業界為何反對草案「抓大放小」？

業者認為，目前OTT產業還在萌芽期，如果法規過度管制，反而會阻礙產業的創新發展，多數希望可以透過自律機制就好，不要登記經營。

此外，NCC可以要求一定規模以上業者前來登記，但是登記的業者也需要定期申報使用者數量、營業額、點擊數、流量、業者擔憂商業機密外洩。

5、業界對草案還有何些訴求？

業者直言，OTT最大敵人其實是盜版追劇網站與App，盜版一年造成影音產業高達新台幣283億元的損失。草案中應該更有力打擊盜版，遏止盜版網站透過廣告牟利，甚至要求App Store內的非法App下架。

另外，草案原則劃讓政府各單位去訂定獎勵方案，也是希望透過這個誘因讓業者前來登記。但業者建議，草案本身應該針對自製內容應有更具體的獎勵措施或投資抵稅方案，才能真正扶植台灣內容產業。

6、OTT草案真的可以禁得了愛奇藝平台嗎？

事實上，OTT草案並不是針對愛奇藝平台而定，愛奇藝代理商歐陽錫錫娛樂經營會員業務。不過，由於愛奇藝使用內容眾多，引發立委、相關政府部門擔憂中國影視文化入侵，甚至導致影視業者在製播內容上自我審查，因此才希望用法律徹底剷除愛奇藝後路。

OTT草案中明定，對愛奇藝、騰訊WeTV等未依兩岸人民關係條例取得許可的OTT業者，台灣業者不能租借電信設備、不能幫忙傳遞影音內容，如果違規可罰50萬到500萬元，外界解讀是透過技術，讓愛奇藝播放畫面「轉圈圈」，進而減少在本地影響力。

經濟部禁止業者在台灣代理、經銷中國大陸OTT TV服務條款在9月3日公告生效，被視為是更進一步全面阻絕代理業者與相關商業服務。

不過，台灣並沒有「封網」機制，愛奇藝用戶在經濟部法令生效後，仍然可以收看愛奇藝，只是會成為跨境收視與境外交易，台灣也不會再有客服服務。

7、愛奇藝用戶的消費權益如何保障？

NCC坦言，過程中包含很多消保議題，本週也找來各縣市消保單位討論，這兩天也會召開跨部會會議，討論消費者權益相關議題。不過，尚未說明消費者若

馬英九：以行政命令開放美豬不民主 總統應道歉



【中央社記者劉冠廷台北3日電】政府放寬美豬、美牛進口，前總統馬英九(圖)今天說，總統蔡英文在這次議題上應該鄭重向人民道歉，就算有崇高的目標，還是要採取民主程序；他不會以行政命令處理，一定經過立法院。

馬英九今天上午出席「王曉波教授追思會」後，接受媒體訪問時，針對政府放寬美豬、美牛進口表示，蔡總統在這議題上應鄭重向人民道歉，就算有崇高的目標，還是要採取民主程序，跟民眾、立法院、豬農溝通。

馬英九說，過去同樣的案子，他從來不會以行政命令處理，一定會經過立法院，「這才是今天到總統府民主的總統必須要做的一」。

媒體詢問，蔡總統表示馬英九對美豬開放一半，她做另外一半，對此，馬英九強調，原來完全沒有考慮美豬，2013年3月提出政策，第一要求安全容許，第二要求牛豬分離，第三是強制標示，第四是排除內臟，這樣就能讓

馬英九對美豬開放一半，她做另外一半，對此，馬英九強調，原來完全沒有考慮美豬，2013年3月提出政策，第一要求安全容許，第二要求牛豬分離，第三是強制標示，第四是排除內臟，這樣就能讓

農委會柚香禮券5日開跑 最多買1000元送500元



農委會主委陳吉仲(前左4)3日與文旦10大產地農會共同宣布啟動聯合行銷活動，民眾只要購買新台幣600元的文旦，就可登記250元柚香禮券、1000元可登記2張，每人限登記1次，活動將自5日開跑。(中央社)

【中央社記者吳欣紘台北3日電】文旦季來臨，農委會與十大產地農會今天共同宣布啟動聯合行銷活動，只要購買600元文旦就可登記250元柚香禮券、1000元可登記2張，每人限登記1次，活動5日開跑，限量3萬張。

農委會日前推出農遊券帶動農業相關消費熱潮，為迎接文旦季到來，今年也結合十大產地農會推出「柚香禮券」行銷活動，今天在花博召開記者會說明相關活動內容。

農委會主委陳吉仲表示，目前農遊券已經兌換300多萬張，帶來的效益超過新台幣30多億元，今年文旦促銷活動類似農遊券模式，將原來規劃柚香禮券行銷活動。根據活動規劃，民眾只要

到指定農會超市單筆消費滿600元文旦，就可登記250元柚香禮券，若是單筆消費滿1000元以上文旦則可登記2張，每一身分證或居留證號碼登記一次，限量3萬張；活動5日起開跑，民眾明天中午就可先上官網查詢資訊。

陳吉仲說，獲得的柚香禮券可以在全台80個農會超市購物，除了可滿足中秋送文旦的需求，也能到合作農會超市選購在地農特產品。

陳吉仲提到，為了促銷文旦，今年外銷目標為2萬公噸，內銷則感謝十大產地農會等相關團體在全台各地辦理文旦促銷。

根據農委會資料顯示，今年文旦預估收穫面積為2萬公頃，產量為7萬公噸，較常年7萬6千公噸增產約7%。

全大運開放調整選手名單 新生、轉學生不得參加



體育署長張少熙(中)走馬上任後，3日首度率領學校體育組長王漢忠(左2)等人出席例行記者會，會中宣布受武漢肺炎疫情影响，原訂5月登場的109年全國大專校院運動會，將於10月31日舉行。(中央社)

【中央社記者黃巧雯台北3日電】原定5月登場的109年全國大專校院運動會，延後到10月31日登場，體育署今天表示，9月1日至18日重新開放各校更換報名選手名單，但今年新生、轉學生不得報名。

受武漢肺炎(COVID-19)疫情影响，原定5月21日開幕的109年全國大專校院運動會，確定10月31日至11月4日復辦，仍由高雄大學承辦，共18項種類，約有9000名運動員參與，其中應屆畢業生約占一成。

新任體育署長張少熙上任後，今天首度率領學校體育組組長王漢忠等人出席例行記者會，王漢忠表示，全大運除了與高雄大學就防疫工作、臨時保持聯繫外，目前已於9月1日開放受理各校更換報名選手名單，18日截止，已組報名參賽學校的選手，若已畢業或因疫情影响無法參賽，團體賽項目可更換名單，但須事先取得被更換者的同意。

體育署同時也祭出限制，缺額限由原校108學年度第2學期仍正式註冊在學的學生遞補，但109學年度新生(含轉學生)不得報名。

王漢忠指出，為避免選手出現從未出賽1場、直接晉級4強情況，因此已完成資格賽的個人項目(單打、雙打及混雙)，不得更換選手名單。

先前規劃由成功大學主辦109年全國大專校院運動會，王漢忠表示，仍按照原來計畫進行，預計明年5月13日登場，等於兩屆全大運相隔不到7個月。

張綱維涉遠航案 認罪偽文停航但否認掏空

【中央社記者劉世怡台北3日電】遠東航空公司董事長張綱維涉嫌掏空案，台北地院今天首度開庭，張綱維僅承認偽造6.5億元土地買賣契約書，以及擅自停航所涉刑責部分；張綱維說，他希望法官詳細調查，給他公平審判及還他清白，他真的沒有犯罪動機，可能是觀念錯誤及誤觸法律。

張綱維庭上表示，本件與當年遠航掏空案不同，當年是上櫃公司，掏空是全體股東的錢，但本件他是遠航唯一投資人，情況完全不同，「我不是白痴啊，還航哪有什麼東西好掏空」，沒必要掏空自己，當年他傾全力去救遠航，投入20億元資金，經重慶後，使遠航起死回生，他無法接受被指控侵佔、掏空及詐欺，他每晚輾轉難眠，黑髮變白髮。

張綱維說，別人做假報帳，無非是騙其他投資人，但他是遠航唯一投資人，沒必要做假報帳，當初重慶每一筆帳都經法院指派重慶團隊的律師、會計師等簽認，「相信沒有人掏空，還會把自己所有公司以及家人作連帶保證人，我怎麼可能故意把遠航搞垮」。

張綱維強調，遠航最後出問題跳票是因為大環境，觀光景氣非常差，又碰到疫情，虧損嚴重，民航局要他增加新機，他又被詐騙集團詐騙，現在搞到他20幾年的努力、心血、財富及名譽葬送在這裡。

辯護人表示，請求法院傳喚當年重慶人蔡楚玲律師，並調取台北地方法院當年遠航重慶的全卷，證明張綱維並無詐欺。

檢方表示，張綱維口口聲聲表示，傾力投入20億元，卻避談資金來源，是向民間高利貸借款等，且未交代104年完成重慶後，為何隔年遠航立即暴增31億元應收關係人款項，以及22億元的長期負債等。

有相關消保疑慮，應該找哪個單位。8、OTT草案後續會如何進行？

NCC委員林麗雲說明，面對新問題與新環境，需要積極回應，但也坦言追求新典範過程相當不易。各方意見也會做成會議記錄，當作政策研議的參考。

OTT草案會諮詢各界意見到9月20日止，NCC還會做相關修正調整，修改後還會送行政院審查。

名城有線電視綜合台	
109年9月4日 CH33 節目表	
07:00-08:00	名城報
08:00-09:00	金門故事島 勇敢築夢
09:00-10:00	咱ㄟ好厝邊 我在金華柑仔店
10:00-11:00	金門頭家來開講 金門體育活動之行銷
11:00-12:00	名城報
12:00-13:00	金門故事島 勇敢築夢
13:00-14:00	沃皮斯潮流VS烈順
14:00-15:00	金中VS羅東高工
15:00-16:00	咱ㄟ好厝邊 我在金華柑仔店
16:00-17:00	金門頭家來開講 金門體育活動之行銷
17:00-18:00	名城報
18:00-19:00	金門故事島 勇敢築夢
19:00-20:00	咱ㄟ好厝邊 我在金華柑仔店
20:00-21:00	音樂新聲
21:00-22:00	金門頭家來開講 金門體育活動之行銷
22:00-23:00	名城報
23:00-24:00	金門故事島 勇敢築夢
24:00-01:00	咱ㄟ好厝邊 我在金華柑仔店
01:00-02:00	金門頭家來開講 金門體育活動之行銷
02:00-03:00	名城報

責任編輯/張郁珊