

# 海外僑生創新高 金大跨境策略聯盟成效佳

## 印尼66人 陸生51 馬來西亞23人 港澳生14 越南10人 泰國、阿根廷、韓國各2名

記者翁維智／綜合報導

國立金門大學為增進海外僑生歸國學習意願，近年實施「跨境策略聯盟」機制，境外招生交出亮眼成績，海外僑生人數再創新高。

金大表示，該校為招收海外優秀華僑子弟返國就讀，與海外同鄉會、校友會、僑社和華校等共同合作，推出「跨境策略聯盟」機制，由聯盟機構所推薦的優秀僑生至金大就讀，就學期間可申請「生活津貼」，以減輕學生的生活經濟壓力，實施成效良好。此外，同時也吸引許多海外重要中文媒體的關注，有多篇專文加以報導。

金大校長陳建民表示，金門是文化島嶼，也是重要的僑鄉，金大在海外和台灣定居的人數眾多，為鼓勵海外優秀僑胞子弟回到金門就學，金大提供許多獎勵措施，凡是與該校簽署備忘錄或有策略聯盟合作關係的學校、僑輔機構、社團、組織，都能向金大推薦優秀僑生。獲得錄取後，校方擇優給予每人每學期新臺幣2萬元的一



陳建民進一步指出，這項鼓勵就學措施，對於獎掖華僑子弟來臺就學有極大助益，同時也獲得許多海外僑社的熱烈響應，例如印尼廖內省留臺校友會推薦12名學生到金大；印尼萬隆客屬聯誼會所屬一崇仁三語國民學校高中部一推薦第一屆6名畢業生到金大就讀。陳建民期盼透過金大的助力，幫助更多華僑子弟到該校學華語、修讀學位，最終能在故鄉或臺灣，在世界上任何一個華人圈裡為學生找到更好出路，實現人生理想。

金大表示，10學年度僑生與外國學生的招生，在連續兩年受疫情衝擊的情況下，仍逆勢取得亮眼成果，總計錄取名額，碩士班新生97名，目前在學的境外學生總人數有170人，其中人數最多、佔比最高的是印尼學生66人，其次是陸生51人，馬來西亞學生有23人，泰國、阿根廷、韓國學生各有2名，菲律賓與巴西亞細亞內亞學生各1人。

### 縣府施政滿意度調查已經開始 電訪時間調整

記者翁維智／縣府報導

金門縣政府委託趨勢民意調查股份有限公司辦理的「110年度民眾對金門縣政府暨所屬機關施政滿意度調查」，業已開始進行，其中面訪前測調查作業期程為2月14日、2月20日、面訪正式調查作業期程為3月10日、4月13日、日、3月30日舉行。

縣府行政處指出，原本規劃電訪前測調查作業期程是3月9日、3月10日、電訪正式調查作業期程為4月25日、5月4日，該處決定電訪調查時間將調整為前測調查於2月22日、2月23日辦理，正式調查作業期程則調整至3月21日、3月22日、3月23日、3月24日、3月25日、3月26日、3月27日、3月28日、3月29日、3月30日舉行。

縣府說明，調查方式採「入戶調查」(進入民家中辦理調查，由專業訪員問、民衆答，再由訪員填寫問卷)、「每日調查時段規劃為上午9時至12時、下午1時30分至5時30分、晚上6時30分至8時30分，也可依受訪者需求，另訂時間，訪問對象為年滿18歲以上設籍本縣且常住地區之民衆。

預計將各完成100份有效問卷。

縣府表示，民衆若有相關疑義，可電洽行政處，電話082-327498轉6916李小姐詢問，或電洽趨勢民意調查股份有限公司(電話：04-2369-2910邱小姐)瞭解。

責任編輯／張建騰



國立金門大學為增進海外僑生歸國學習意願，近年實施「跨境策略聯盟」機制，境外招生交出亮眼成績，海外僑生人數再創新高。(金大提供)

中華郵政特准掛號為新聞紙類執照

# 金門日報

社址：55555 金門縣金湖鎮成功村一號  
服務電話：(082)332374、(082)332375、(082)332376、(082)332377、(082)332378、(082)332379、(082)332380

第二〇五六三號

KINMEN DAILY NEWS

發行人：傅仰土  
社長

今日二大張售新台幣六元

印刷者：本報印刷廠

47128261389011

民曆紀事

喜神：正南  
財神：正南  
日煞：北方  
日沖：猴7歲

宜：裁衣 合帳 上樑 安床 開市

不宜：祈福 動土

金門縣政府旅台鄉親 北部服務中心 02-29150045  
金門縣政府旅台鄉親 中部服務中心 0932-622-137  
金門縣政府旅台鄉親 南部服務中心 0919-113-366  
台北榮總金門鄉親服務台 (02)2875-7814  
安寧返鄉服務專線 衛生局 0913-862-282(鄭志強)  
法務部調查局檢舉專線 0800-007-007  
金門縣政府廉政專線 325538  
金門縣警察局 325341・372218  
刑警大隊 325652  
反詐騙專線 165・110  
交通隊 320870  
金門縣消防局 324021  
金門第九海巡隊 334261・336288  
363816  
金門縣港務處 332268  
金門縣消費者服務中心 電話 1950  
部立金門醫院 332546-7  
金門縣殘障服務協會 330765  
金門縣路燈道路養護小組免費服務專線 0800-020-120  
金門縣殘障專用公車預約服務專線 0800-811-100  
金門縣政府菸酒檢舉專線 082-322976  
勞工行政服務專線 373291  
社會福利服務專線 324648  
金門縣康復之友協會 334380  
金門就業中心專線 311119  
本報意見稿服務電話 332374

HCG

活動期間於即日起-111年2月28日止

## 振興五倍券 和成優惠兩千元

AF855(S) 原價\$2600

和成生物能免治馬桶座通用功能

- 經濟耐用
- 無臭無味
- 防汗抗菌
- 抗菌雙噴嘴
- 低水壓適用
- 電容式感應
- 超潔
- 自動清洗噴嘴
- 省電裝置

優惠價 \$7500 起

HCG 和成欣業股份有限公司 金和成企業有限公司 082-324334 http://www.hcg.com.tw

GlobalStar

## 歡迎加入《有保險證照者佳》

《把保險業還給他的主人，招募 (IFA) 獨立自主財務顧問師》

保險乃社會之公器；代表人人皆可利用，保障家庭經濟安全！  
保險業的園丁，是辛勤的保險從業人員  
保險業的主人，是有責任、愛的保險客戶（不是保險公司）  
保險從業人員的家，環球世達保險經紀人邀請您回家！當家作主

自主在家辦公！服務郵星

開疆闢土，插旗為王，保險菁英據點，開設發展專案  
環球世達保險 金門事業總部 歡迎加入團隊，設立自主在家辦公系統

自主在家辦公系統，保險公司來開x80%=業務可發開酬

個人展業利益條件：

處經理 90% 同業年費五年以上轉就	處津貼6%	處達成獎金2%	區達成獎金2%
-----------------------	-------	---------	---------

合計100%發放，0資金，無風險，自主在家創業（區、處合約）

科技化 專業化 電腦化

威力保全

歡迎來電洽詢：(082)323451  
地址：金城鎮浯江北堤路16號2樓之2

服務項目

- 電子保全、防盜、防災、防火之安全維護
- 駐衛警、監視系統
- 現金或其他貴重物品運送之安全維護

服務對象

- 商店、公司行號、工廠、倉庫、住宅、社區
- 醫院、診所
- 金融機構、教育機構

## 阻礙團隊，當家做主：創業當老闆

籌組事業部人力：本區4人+3個區共16人有效人力

事業部經營獎金：首年度佣金、續年度佣金X來佣88%核發（扣除組織內公司制度各階獎金發放）  
保險公司來佣率：年終獎金、13、25個月繼續率獎金，服務津貼X稅後80%核發（扣除組織內公司制度各階獎金發放）

其他獎金：

個人/區/處 年終獎金：	個人/區/處 繼續獎金：
個人：依當年度個人FYC 1-2%	個人：依當年度個人FYC 0.5-1%
區：依當年度區FYC 0.5-1%	區：依當年度區FYC 0.5-1%
個人/區/處 繼續獎金：	個人/區/處 繼續獎金：
13月繼續率：85%以上 0.5%-3%	25月繼續率：85%以上 0.5%-2.5%

服務津貼  
業務人員連續登錄滿六年以上者，自第七年度起依該商品有效契約之服務津貼50%發放

環球世達保險經紀人股份有限公司 龍捷體系總部：金門縣金城鎮環島北路40號2F・082-372696

訂閱本報 刊登廣告 請多就近 利用各地 區代辦處

本報廣告組 電子郵件信箱：tsay1119@ms35.hinet.net  
電話：332374 傳真：330884

金城地區  
電話：328728  
金城鎮民族路90號

金湖地區  
電話：331525  
金湖鎮山外山外2-7號

金沙地區  
電話：0933699781  
金沙鎮官澳36號 李姪

金寧地區  
0910334484  
金湖鎮武德新莊118號

烈嶼地區  
TEL:363290 FAX:375649  
手機：0963728817  
烈嶼鄉后頭34-1號

夏興地區  
電話：331818  
0905372050  
金湖鎮夏興84號

### 善用健康檢查以維安康



國民健康署日前呼籲40歲以上國人，應定期接受成人健康檢查；尤其是具有三高（高血壓、高血脂、高血糖）之比例者。同時並公布各縣市，提供成人預防保健服務之醫療機構。其中金門地區，即有金門醫院等24家合約院所提供，歡迎民眾多加利用。

依據國民健康署109年，國民營養健康狀況變遷調查結果發現，40歲以上國人高血壓、高血脂及高血糖盛行率，分別為38.3%、34.1%及25.4%，且隨年齡增加而上升。由於高血壓或糖尿病等慢性疾病，在初期並不會有明顯症狀，對於步入慢性疾病好發的年齡族群而言，除了要養成健康的生活型態，預防慢性疾病的發生，儲蓄健康資本外，更應多加利用國民健康署提供的成人預防保健服務，定期為自身的健康進行風險評估，找出及調整不好的生活型態。並定期檢查及追蹤相關健康項目之數值變化，掌握自我健康，遠離慢性疾病的威脅。

據此，金門縣衛生局提醒，40歲以上成人，慢性病發生的風險增加，平時除了健康的飲食、適量的運動外，也要注意均衡飲食、少油少鹽多纖維、戒菸、節制飲酒、多運動外，最佳的方法就是：專為國人量身打造，最具有健康效益的檢查項目，包括健康行為調查、身體檢查、抽血檢查、驗尿、健康諮詢等，可有效針對國人常見六項健康問題（血壓、血糖、血脂、腎功能、肝功能及健康體重）進行評估，希望鄉親能善用資源，以維健康。

健康檢查的目的主要在篩檢疾病，針對目前外表健康，且無明顯症狀的族群進行檢查，期望能透過早期發現疾病或疾病高危險群，因此應儘早接受醫療處置與追蹤。但以公共衛生的角度來說，並不是每一種疾病都適合做篩檢，因此在決定健康檢查篩檢疾病時，應至合格之專業醫療機構進行。

易言之，健康檢查是自我保健方式，它可以變被動看病為主動檢查，變消極治病為積極預防。如果做到定期檢查，就可及早發現潛在的致病因子，早期病灶或功能異常等情況，達到早期發現、早期治療的目的。因此我們做健康檢查的目的，就是趁著疾病潛藏在人體中，且尚未有症狀時，通過早期檢查，做到早期發現，早期治療。只有這樣才能增加醫療效果，減少疾病繼續惡化，保證身體的健康，而此均需依賴專業之醫療才能進行。

因而，國健署一再表示，即使檢查結果正常的民眾，也應繼續維持良好的健康生活型態，更別忘了定期再接受成人預防保健服務。而檢查發現異常的民眾，更應遵循醫師建議，針對飲食及生活型態作改善，控制疾病持續的發生，並依醫師評估找專科醫師做進一步的檢查。而確定罹患慢性病的民眾，也無須過度擔憂，遵守醫囑接受治療，做好個人疾病管理，避免併發其他慢性病症，延緩疾病的惡化。

是以，在此一元復始之時，我們願再度呼籲，請配合國民健康署的提醒，至成人預防保健服務保健機構，善加利用成人預防保健服務，做好個人健康檢查，以維個人安康，家庭和諧在此！

## 推食農教育 縣農會辦選任人員農業經營體驗



左、中、右：推動食農教育，縣農會辦理選任人員農業經營體驗，活動由理事長許玉昭親自領隊，理監事多人參加。（縣農會提供）

記者翁維智／綜合報導

金門縣農會昨（17）日上午辦理選任人員農業經營體驗，前往金湖鎮蓮庵里西埔實地採摘白蘿蔔，該農地係由農會理事呂水平先生於10年10月下旬撥贈，品種為長蘿蔔及梅花蘿蔔，面積約半分地，經過3個多月的辛勤照顧，農曆春節前即開始收成。

縣農會說明，為凝聚團體共識，鼓勵到戶外走走，該會特別辦理農業經營體驗活動，此次活動由理事長許玉昭親自領隊，理監事多人參加。

許玉昭表示，儘管參加的理監事大多對於農作並不陌生，但透過實際的採摘時光，讓食農教育的連結從「生產到餐桌」過程中，更能認識農村與農業。

記者楊水冰／縣府報導

金門縣111年度動物狂犬病預防注射工作自一月份起至十二月份，實施對象為縣轄內所飼養已屆狂犬病免疫週期之犬、貓及人工飼養陸生食肉目動物（白鼻水、雪貂、浣熊等；鱈腳亞目除外），以為有效預防及預防狂犬病之發生，防止人畜共患傳染病之散播，加強犬貓管理、維護公共衛生及環境清潔，保障縣民及動物健康與生命。

縣府依據「動物傳染病防治條例」及「金門縣畜犬管理自治條例」等動物及其產品進出金門馬祖地區檢查規則」等有關法令辦理公告金門縣111年度動物狂犬病預防注射工作，實施期間自今年一月一日起至十二月三十一日止。至於實施方法為：

(一)、注射對象為出生滿三個月以上

記者陳冠霖／金湖報導

警政署15日發布新一波高階警官人事案，其中到任約半年的金門分局長林炎巨又將被調任至苗栗縣警察局大湖分局擔任分局長，金湖鎮長陳文顯感佩，元宵夜古炮慶賀等活動均親力親為，尤其春節連假，同仁們仍堅守崗位守護民衆的安全，努力讓民衆有一個安居樂業的優良宜居家園。

陳文顯給予萬分肯定與鼓勵，感謝林炎巨分局長帶領同仁們平時對於鎮務的配合與協助執行交通維護、深受鎮民肯定與鄉親的支持。提升本鎮整體施政績效，帶動金湖地區的治安、交通與為民服務工作的提升，因此他代表金湖鎮民致上感謝與祝福，今後調任至苗栗地區發展，為民服務精神，繼續在警政道路上發光發熱，造福更多人，祝林炎巨分局長「步步高陞」、「雄才大略」。

內政部警政署15日發布新一波高階警官人事案，包括現任金門縣警察局督察長蘇保安、金城分局分局長林英煌、金湖分局分局長林炎巨都在這波調動名單內，新任督察長林英煌、金城分局分局長吳學安、金湖分局分局長曾冠瑋均將於18日到任新職。

林炎巨奉調大湖警分局長 獲贈功在金湖紀念牌

金湖鎮長陳文顯表示，林炎巨分局長服務於金湖鎮滿5個月的時間，工作戮力以赴，親身以律已、寬以待民、視民如親，對於防疫工作、查緝毒品、竊盜、防制酒駕、防詐騙等工作，積極為民服務精神的卓越表現。

金湖鎮長陳文顯表示，林炎巨分局長服務於金湖鎮滿5個月的時間，工作戮力以赴，親身以律已、寬以待民、視民如親，對於防疫工作、查緝毒品、竊盜、防制酒駕、防詐騙等工作，積極為民服務精神的卓越表現。



## 精進山區救援 消防人員在蔡厝古道進行演練

記者廖宗翰／綜合報導

近年來民眾健康意識抬頭，戶外休閒活動族群漸增，部分登山愛好者持續探勘植物園等古道新路線，並於社群網站分享活動經驗，引發民衆踴躍參加，促使更多民衆參與登山健走活動，惟部分路線尚未有相關安全配套措施，如過程不慎跌傷受傷，因山路崎嶇將會造成救援困難，結合金門消防局第二大隊辦理「蔡厝古道二階（小龍山）民眾墜落受傷救援聯合演練」，總計出動五車二十八人次參與演練，消防局並由秘書長率領相關科室人員前來督導及觀摩此次演練，以作為日後精進救援之參考。

本次演練狀況想定為119指揮中心接獲民眾報案指稱：「男性登山客年約30多歲和同伴參加登山活動，在山途中失足一同摔落山谷，山谷深度目視約30米深」，遂立即指派人員執行此次救援任務。

受理後初判現場「蔡厝古道支線小龍山」為轄區著名休閒登山點及風景區，假日、清晨及傍晚常有登山客前往，因此為利搶救勤務必要，派遣消防車、器材車、救護車，並指定人員擔任初期搶救指揮官，救援現場依救災作業流程，先組成搜救隊並攜帶救護器材實施救援勤務，在確保搜救人員安全前提下，以救助器材實施系統架設及建立吊車吊車吊車系統，隨後進行低所救助吊掛救援，由救助人員先行下降至傷患旁，安撫受傷傷患並實施救護及將傷患頸頸限制，分梯次再依現場路徑救出，傷患救出後再依現場路徑決定運送地點，救護人員將91車停往適當地點。

本次演練過程詳實逼真，路過登山民眾以為真的人員跌傷受傷，對於消防局以實地務實規劃搶救演練均表示非常敬佩，消防局局長王世祿也在此呼籲，非開放登山路線需審慎評估安全重力



左、至大武山登山者眾，某些路線岩壁陡峭，縣消防局為強化消防員山區救援應變能力，不時舉辦演練；右、消防隊模擬將傷者以擔架沿繩索運送下山。（縣消防局提供）

縣府公告辦理本年度動物狂犬病預防注射工作

一、狂犬病預防注射證明書所載免疫週期限屆滿前十日內或經注射本疫苗已逾一年以上之犬貓及人工飼養陸生食肉目動物（鱈腳亞目除外），均應接受免疫預防注射。

二、注射地點：1、金門縣動物防疫所。2、金門縣各鄉鎮之巡迴注射日、地點將另行通知。

三、收費標準：1、每隻次收取注射費新臺幣一百元。2、頸牌或證明書遺失申請補發：每隻次新臺幣五十元。

四、實施單位於完成犬貓預防注射後，應發給由縣府核發之「動物狂犬病預防注射證明書」及「111年犬貓預防注射證明書」；縣府本年度犬貓預防注射證明書式樣為綠色圓形烤漆金屬版印刷，正面刻有「111」犬貓預防注射證明書字樣，背面刻有犬貓預防注射證明書號碼。

五、犬貓預防注射證明書所載免疫週期限屆滿前十日內或經注射本疫苗已逾一年以上之犬貓及人工飼養陸生食肉目動物（鱈腳亞目除外），均應接受免疫預防注射。

六、凡未繫掛犬貓預防注射有效期間內之證明牌且疏於戶外之動物，一律視為遊蕩動物處置之。

七、犬貓進出金門地區應依據「動物及其產品進出金門馬祖地區檢查規則」，檢具效期內犬貓預防注射證明文件，並附寵物防疫局高階官員簽章證明申請檢查。

八、金門縣犬、貓及人工飼養食肉目動物之所有人或管理人應依前述公告事項，自行前往各指定地點完成犬貓預防注射，如有違反或規避、拒絕、妨礙動物防疫人員稽查，依「動物傳染病防治條例」第四十五條第二款規定，處新臺幣三萬元以上十五萬元以下罰鍰。

九、另如飼養之犬、貓被其他動物咬傷或咬傷其他動物有罹患或疑似狂犬病者，均應依動物傳染病防治條例第十九條規定執行隔離等必要之處置，並通報動物防疫主管機關，若有違反則依動物傳染病防治條例第四十二條等相關規定辦理。

此外，金門縣動物防疫所亦呼籲民衆應善盡飼養動物的基本責任，為家中愛犬隻完成寵物登記，避免犬隻遺失，若查獲犬隻未登記寵物登記，經勸導未改善者，將依違反「動物保護法」規定，處以新臺幣三千元以上一萬五千元以下罰鍰。

責任編輯／張建騰



# 虎年鬧元宵 古城師生開心猜燈謎

記者詹宗翰／綜合報導

「虎來運轉」賀歲慶元宵！古城國小為迎接元宵節的來臨，除於校內辦理親子創意燈籠比賽及展覽外，並結合本土語言教育，於元宵節當天在該校活動中心辦理「鬧元宵、猜燈謎」活動，全校國小師生共約130人參加，讓校園充滿濃濃古風的歡樂氣氛，也洋溢著元宵節「小過年」的歡樂氣氛。

該項活動由古城國小教導處策劃，教學團隊協助的「鬧元宵、猜燈謎」活動，係於15日下午假該校活動中心舉辦，為古城學童帶來歡慶元宵節的喜樂氣氛。



結合節慶活動與本土語言課程，古城國小師生在元宵節當天玩猜燈謎。(古城國小提供)

也激發學生搶答猜謎的熱烈氣氛。

在主持人倪振瑞老師的引導下，活動首先播放我國元宵節由來及金門地區元宵節民俗活動的典故及有關民俗活動。接著再進入猜燈謎的活動高潮，由主持人倪老師利用簡報播出謎題，再由參加的各班學生猜謎搶答。參加的學生個個摩拳擦掌，躍躍欲試，爭先恐後搶手搶答，氣氛熱鬧，歡笑聲此起彼落，猜對得獎的同學更是開心雀躍，喜形於色。

古城國小代理校長楊基埔表示，該項「鬧元宵、猜燈謎」活動係結合本土語言教育，配合我國傳統民俗節日元宵節而策劃的，希望透過該項活動讓學生認識、了解與體驗我國傳統節日元宵節的民俗活動與意義，薪傳傳統文化，同時也寓教於樂，落實文化傳承教育及本土語言學習與應用，落實文化傳承教育及本土語言學習與應用，落實文化傳承教育及本土語言學習與應用。

# 放鬆身心靈 金寧星期日瑜珈班歡迎參加

記者詹宗翰／綜合報導

結合呼吸、姿勢、冥想、瑜珈，有幫助放鬆身心、減少壓力等效用。金寧鄉圖書館及金寧樂齡學習中心利用每週日上午9時至11時，在金寧鄉公所四樓樂齡教室辦理瑜珈研習活動，歡迎有興趣的朋友踴躍參加，自2月20日起可到現場參加，洽詢專線：082-324776。

金寧鄉圖書館及金寧樂齡學習中心免費辦理瑜珈研習活動，利用每週日上午在鄉公所四樓樂齡教室展開。邀請指導老師李秀英帶領學員進行瑜珈課程，數年來推廣瑜珈活動，對於提升身體柔軟度、緊實體態、強健肌肉、血壓下降、體重減少、減少體內的壓力及張力等都有助益，整體平衡感也會越來越好，因此吸引許多鄉親陸續加入行列，其中不乏社會各領域菁英成員，立下良好口碑，學員們很感謝老師無私的奉獻教學與金寧鄉公所提供這麼好的場地與課程，讓大家在工作之餘可以放鬆身心。

金寧鄉長楊忠俊感謝指導老師李秀英及瑜珈協會董梨卿局長，利用假日免費教學服務嘉惠鄉親，讓瑜珈生活化，生活瑜珈化，那麼瑜珈的功效更容易顯現。

學員練習瑜珈舒緩筋骨，改善身心靈狀況，同時養生保健。楊忠俊表示，樂齡圖書館辦理瑜珈課程，因為平日大家上班忙碌，常常大魚大肉，沒時間運動，可利用假日鄉公所瑜珈課程運動調整體態，瑜珈也可以運用自己身體的重量，練習核心、穩定性，透過正確的瑜珈動作可以有效舒緩壓力，幫助矯正姿勢不對稱與身體重心偏移，並有減重的效果，進而改善身體和心身狀態。

李秀英老師表示，瑜珈是一門結合生理、心理和精神上的學問，也是配合全身伸展的一項運動，能透過呼吸慢慢體會體量的連結和肌肉的強化，加強核心的穩定性，它同時也是追求回歸自然、找回元氣的綜合性健康法；而且，修持瑜珈對於防止老化、保持青春活力、疾病的預防保健以及釋壓、塑身是經過數千年練習經驗所萃煉而成的身體動作，能加強並延緩肢體的結締組織。如果能持之以恆做到瑜珈生活化，生活瑜珈化，那麼瑜珈的功效更容易顯現。



金寧鄉圖書館每週日辦理瑜珈研習活動，鄉長楊忠俊前往關心致意後合影；圖右上、練習瑜珈，能在呼吸與肢體伸展間，得到多種身、心、靈的正向助益。(金寧鄉圖書館提供)

## 把握三重點 遠離脂肪肝

記者陳冠霖／綜合報導

國民健康署表示，根據107年癌症登記資料顯示，約8成肝癌是由B、C型肝炎所引起，但約有2成肝癌患者是因脂肪肝造成。金門縣衛生局提醒，遠離脂肪肝，應把握三重點：控制體重、均衡飲食、規律運動。

109年衛福部死因統計資料顯示，1萬1751人死於慢性肝病，其中慢性肝病及肝硬化為我國主要死因的第10位，死亡人數為3626人，肝癌為我國主要癌症死因的第2位，死亡人數為7773人。依108年癌症登記資料顯示，肝癌為國人十大癌症發生率第4位，發生人數為1萬121人。

根據107年癌症登記資料顯示，約8成肝癌是由B、C型肝炎所引起，有B、C型肝炎者應定期追蹤治療，就可有效降低肝癌的發生，但約有2成肝癌患者，並非罹患B、C型肝炎，而是由其他原因如脂肪肝所引起。

國家衛生研究院的研究指出，台灣非B、C型肝炎引起的肝癌，風險因子包含脂肪肝、糖尿病與三酸甘油酯過高，如有上述2個以上的風險因子，需注意自身健康及維持健康體態。

國民健康署表示，常見造成脂肪肝的原因，包括肥胖、高血脂、過度飲酒、糖尿病控制不良等，因為脂肪肝沒有症狀，讓人難以察覺。尤其近幾年來國人生活型態改變，例如：喜好含糖飲料、高脂肪食物，以及久坐缺乏運動等，因此導致體重增加甚至產生脂肪肝等健康問題。

國民健康署提醒，一位40歲的汪先生平時擔任警衛工作，因缺乏運動，近年來身形逐漸肥胖。在一次公司健康檢查的超音波檢查時，發現有中度脂肪肝。經詢問，才知汪先生熱愛吃精緻美食且愛喝手搖含糖飲料，所以，除了體重過重之外，脂肪肝的形成與攝取過多熱量也有密不可分的關係。

國民健康署表示，目前脂肪肝雖沒有有效的治療藥物，但可以藉由控制體重、均衡飲食、規律運動，養成健康生活方式來減輕脂肪肝；減重有訣：「聰明吃、快樂動、天天量體重」，即我的餐盤均衡飲食及每週至少150分鐘中等強度的規律運動，讓大家為了健康動起來，向脂肪肝說再見，更多資訊可至國民健康署健康九下網下載使用。

責任編輯／辛亦娟

**什麼是血茸?**  
內充精血外皮鮮紅的幼茸就是優質血茸  
請親臨光前鹿場一看便知，並品嚐優質產品，體驗其功效和好處  
光前鹿場擁有雙認證的口碑，也是地區唯一的國產鹿茸標章示範戶  
產品皆經SGS檢驗，讓您吃得安心。  
凡購買鹿茸粉與膠囊2件以上享八折優待  
現正是長茸期間，預約可享優惠及挑選鹿王大茸的先機  
光前鹿場(光前廟後方) 電話:0935-030039、082-311713  
金門分銷處: 翹莊免稅商店、大賀藥局、仁愛藥房、康總藥局、大金藥局

**高級鹿茸肉 意者電洽**  
天然鹿茸堆肥

日本TOTO衛浴、三房二廳二衛、歐式廚房  
氣密鋁門窗、雙空開防火大門  
全合成建設 市港大樓 實價：0932214276

**兩棲營射擊公告**  
兩棲營於11年2月18、22、23、24日上午08:00下午08:00向母嶼島實施對海實彈射擊，請作業船隻密切注意，避免發生危險。

天之桂實誠誠徵門市人員，工作地點：金城有有意者請洽082-375133、572600，工作地點：西浦頭有有意者請洽082-320204月薪27,000元

誠徵營業配送員，備洗機車駕照，月休8天，享勞健保、勞退，薪20,000起，需求可面議歡迎有意者請帶履歷洽0985169658

讓茶湯會金城店廉讓，誠者價格面議，洽0978103579、0910233134

**請勿網路販售菸酒**  
**請勿寄運免稅菸酒**  
酒促銷廣告應加健康警語  
以免受罰

經費來自菸品健康福利捐

金門縣政府關心您 菸酒檢舉專線：082-322976

**金鴻源五金行**  
專業五金 生活百貨 一站式服務 為您購足  
二月 男主角商品:1噸水塔5500元  
二月 女主角商品:(兒童口罩+酒精)100元  
英雄商品卷:贈禮好選擇 95折(面額500)  
媒合平台:尋找專業工班(諮詢)由我們免費配對  
地址:金門縣金湖鎮太湖路二段四巷一號之一 電話:082-332040

**嬰幼兒用品店**  
歡迎使用  
五倍券 金門編舞券 交通券  
強丹噴霧 內裝衣 進口奶瓶 配件  
嬰幼兒床品 用品 尿布 尿布墊  
嬰兒八球 嬰兒八球 益生油 嬰幼兒用品

營業時間 AM:10:00-PM:08:00  
地址:金城鎮中興路173巷14弄6號  
(金城郵局對面轉角巷內)  
電話:082-371699 LINE:ID:JL888118888  
國民旅遊卡特約商店

**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

**湯淺電池 YUASA**  
汽車、機車、船用、產業電池  
東正行 各大汽、機車修理廠 均有販售  
服務專線:(082)323-390  
地址:金門縣金城鎮民族路253之12號(金城體育館正對面)  
營業時間:08:00 A.M. ~ 18:00 P.M.

**高都豐田汽車(股)公司**  
金門地區經銷商  
全新休旅作品 Corolla Cross 新上市~正好就銜接了RAV4以外的級距空檔，更是成為了新一代神車。歡迎光臨至金門譽都汽車購車。  
譽都汽車TEL: 322568/328842  
伯玉路一段238號(榜林圓環旁)國旅卡特約店

**振興找優惠 來良金就對了**  
餐飲·特產最高優惠樣樣有優惠 67折  
良金牧場 082-337427(工廠總店)/082-324080(貞節牌坊店)

**招牌製作**  
LED字幕機 太陽能、燈珠、各式招牌  
各式立體字、大圖輸出、電腦刻字  
活動旗幟&帆布  
將康有限公司 082-335214 0919-659216  
金湖鎮中正路11號





1977年讀高中期間，電視連續劇《梨花淚》正熱烈上演，描述民國初年梨園花旦和書香子弟的愛情故事，劇情凄美，賺人熱淚。每晚中視按時播出，婦孺老少都會等候收看，算是夜間宵禁的最佳娛樂。

于櫻櫻唱的電視主題曲更是風靡一時，街上電器行

# 鳳鳴

◎林金榮

趁熱打鐵，適時推出黑膠唱片，變成熱門暢銷商品。歌曲瞬間也流行到校園裡，好奇心的驅使下，跑到後浦陳氏宗祠的樂器行，買了一支洞簫，自行摸索指孔音律及氣息吹法，慢慢地學會吹出《梨花淚》的完整曲調。在此之前，接觸到的是南門街及城隍廟南管，以洞簫吹管為主的演奏，這是我首次學習吹洞簫的故事。

鍾情於對陶瓷的喜好及研究，有幸得到德化瓷簫一把。早在宋代福建德化已經能製瓷簫，汴京遺址曾經出土過實體文物，明末清初的文人周亮工（1612-1672年）在其著作《閩小紀》記載：「德化瓷簫笛，色瑩白，式亦精好，但累百枝，無一二合調者。合則聲淒朗，遠處竹上。」

仔細觀賞瓷簫，白瓷質地細膩，釉質溫潤瑩亮，器型仿竹節段落，身分七節，上端有V型吹口，簫身共有七孔，音孔有六，五個音孔朝上，一個音孔朝下，根部有兩個出音孔，右稱「鳳眼」，底部作鏤空。器身隱現精細雕紋飾，飛鳳自上而下展開羽翼，翩翩起舞，似乎正為聞聲而來，銘文款式有「鳳鳴」二字篆體文字，取自「吹簫引鳳」之意，來源於一個古老的民間傳說故事。

相傳秦穆公時，有個名為蕭史的男子，擅長吹簫，常能吸引孔雀、白鶴的到來。那時秦穆公正好有一個漂亮女兒，小名弄玉，不僅人長得貌美如花如玉，且資質聰穎過人，擅長吹笙。秦穆公聽到蕭史的事情後，就將女兒許配給蕭史，蕭史教弄玉吹簫作鳳鳴，經

過數年後，簫聲如鳳鳴，果然引來鳳凰到庭屋聆聽。於是秦穆公建鳳凰台，讓夫妻住進生活，和樂融融過日子，過了不久，這對恩愛的夫婦，都乘著天上的鳳凰飛去。

後世將此傳說比喻作男女締結良緣的吉兆，唐李端有詩云：「日暮吹簫楊柳陌，路人遙指鳳凰樓。」金門地區的祠堂也常將蕭史、弄玉題材用於豎材裝飾，進大門前與人相迎的視覺效果奇佳。尤其習俗新婚之日，新人須前往祠堂祭告祖先方能禮成，正符合地方習俗民情的衷心願望。

鳳凰圖騰也是天下太平、明君治世的象徵，吹簫引鳳往往是君子內心的錚錚之鳴。明末處亂世之時，青花瓷器頻頻出現吹簫人物圖案，畫面有山林間的高士（應該也有仕途隱退的讀書人）只見老松盤根錯節，獨缺鳳凰飛來棲息，呈現清風亮節的操守，與稍晚的攜琴訪友題材相呼應。

瓷簫聲音低沉悠揚，總有一種身世孤獨的感懷。正如清人龔自珍（1792-1841年）所說：「怨去吹簫，狂來說劍，兩樣銷魂味。」

# 與您分享故鄉美景

◎洪文鍊

「台中市環境教育團」造訪金門，除了感受戰地遺跡和閩南風情外，主要目的在於親訪青岐綠石槽和追尋藍眼淚，這是團員們心生嚮往之所在。

霧峰國小陳校長乃該團領召，老早就來電邀請我能否陪伴同行，同時委與行程安排的重責大任，加上副召集國小陳校長與我形同莫逆，於是二話不說的應允而下，將該團訪金的得失成敗，視為自身工作，幾乎使出我的洪荒之力，全程同行並予以幫忙。

怎料正當一切準備就緒，即將出發的前兩週，卻收到了教育局的會議通知，我新建活動中心的校審會議，恰恰被安排在出發當日的下午三點鐘。哇！如此天外飛來一筆，還真是好事多磨，校審會議異常重要，我自然得親自出席，一番思量後，懷著戒慎恐懼的心情，打了電話向長官報告活動原委，商請能將審查時間往前調整，讓我有搭晚班飛機回來金門與大家會合，還好長官溫暖明理，肯定認同我的請求，才讓這段插曲有驚無險，成就我能同時圓滿兩件大事的想法。

雖然無法參與第一天的活動，透過團員們在群組的即時動態分享，這才知道「環教團」的夥伴真是個個有才，舉凡戴勝從眼前飛過的英姿、鸚鵡佇立反登陸棧的傲容、花嘴鳥在青草地上覓食

的悠閒以及民俗村內碩大肥美的石蚵……等精彩畫面，無一能逃過他們的鏡頭。傍晚時刻，我在候機時，滑著手機螢幕，感染大家的歡樂，自己也有種人在畫中遊的喜悅，尤其是看到他們幸運的碰到退潮時分，三三兩兩的走過海平面，登上建功嶼，海天一色下，那種春風拂面的歡愉感，最是令我動容，原來把故鄉美景分享給遠方朋友的感觉，內心竟然這般怦然。

翌日，見證過擎天廳的鬼斧神工，領略了金門島的烽火故事後，便驅車前往水頭碼頭，好整以暇的展開此團的重頭戲——騎電動機車環繞烈嶼。這是當初的刻意安排，既然是環境教育踏查，當然得親身體驗小金門低碳島的風采，才能名副其實，不虛此行。

搭渡輪上島後，我們兩兩一組的騎上機車，長長的隊伍就像貪食蛇一樣，浩浩蕩蕩的往「上庫」前進，從九宮碼頭起步，走九井路，行經823紀念圓環和八達樓子，當然也車遊了「東林」鬧區，約莫一刻鐘時間，就來到了「吳秀才厝」。吳水澤校長是我的國小師長，今日特別請他幫忙導覽解說，自家人講自家事，吳校長的功力我無需贅述，有一位團員在群組記事本留下：「從來沒有聽過如此鮮明的文史導覽，一整場下來，都不會打瞌睡……」呵呵，果然是理工工人的直白敘述，三言兩語，就已經說明了一切。

選在「上林蚵管哨」附近享用午餐，最純粹的海味端上桌，還附送邊境風情來佐餐，最後更以東林北街黑糖挫冰壓軸消暑，我想，這一餐應該會讓團員們留下深刻的飲食記憶。

餐後，先往「L18海灘」而去，偌大的海岸線本就迷人，赤腳踩在似雪白沙，心兒隨著潮浪起伏，抬頭凝視，機關槍架在碉堡，防護網頂住半空，過往歷史如白雲聚散來去，烽火與和平換位上演，不知道忙於取景的朋友們，內心是否有今夕是何夕的時空錯覺……告別這一片白色沙灘，旋即轉往最夯的打卡熱點——「沙溪堡」，一到沙溪堡，我的角色功能就完全被忽視了，此地的碉堡、岩石、海洋和遠方島嶼，美景天成，錯落有緻的攫獲眾人目光，我順勢讓出位置，退到欄杆旁，當一個默默的觀賞者，他們臉上露出的驚訝和讚嘆，有種彷彿來到海角天涯的喜悅神情，看得我感到無比窩心，故鄉之美能讓朋友們如此忘情，此行再多的辛苦陪伴，這會兒都值得了。

我們算好時間，趁著退潮之際，來到「青岐綠石槽」，這是此行的關鍵行程。停好機車，導覽人員很快的將夥伴們集合起來，邊走邊說，滔滔不絕，長長的一段路，只見大夥聽得入神，問得徹底，還要抓緊時間拍照，一分鐘當成三分鐘用，「玩」得不亦樂乎。綠石槽像極

了沉睡的魔毯，安靜的攀附在海礁岩石上，每年晚春，當海浪退到最深之時，綠石槽如地毯、如草蓆般的浮出水平面，躍上旅遊頭版，牢牢的吸引住旅人目光。來青岐港，除了有綠色美景，「后烈嶼」孤懸海外不遠處，保家衛國的責任感，讓人油然而生；海岸上方，漸次風化崩場的玄武岩，演繹著離塵滄桑的地質美學，早就是聲名遠播的另一亮點……我想，夥伴們應該都做足了行前功課，所以才能夠在短短的潮差時間裡，覽盡我的海洋故鄉，豐富多姿的魅力風采。

第三天，我為大家安排了古寧頭戰史館和北山古戰場，讓這一群遠方的朋友，卸下輕鬆心情，以憑古弔今的家國情仇來認識另一種金門風貌，屬於戰地前線的島嶼宿命，屬於島人不孤的勇敢志氣。上飛機之前，理所當然就扮演起愛鄉土的美食推銷員，窮盡我的工商服務能力，務必招呼每一位團員買好買滿的笑著上車，讓歡樂大採購為台中市環境教育團的金門行劃下最後的句點。

這一次的環教采風行，帶著歡笑和疲憊，帶著滿滿喜悅，卻也帶著一絲絲的美中不足，因為連續兩個夜晚的追尋藍眼淚，我們都無功而返，團員們眼神中難免有些失望。不過，這也可以轉化再來金門的另一股動力，我這樣子為活動做總結，也不止一次的邀請大家：歡迎來金門，我願意隨時將金門美景與您分享。

# 生活札記

◎五七五臺灣俳句菁英會

## 《夢想》/顏曉曠

乘微笑清風  
尋覓心靈的彩虹  
挽悠悠白雲

## 《油菜花》/微雨山嵐

油籽耕耘肥  
黃花繁盛蝶飛舞  
來年待豐收

## 《睿果》/南橋思

陽光暖紅顏  
溫潤豐香久不散  
甜心喜含嫣

## 《斜陽》/林明樹

水天寫夕照  
群鴨伴隨漁舟繞  
晚風迎面笑

## 《無爭》/楊博賢

付出不怨尤  
提升能力往前走  
灑脫淡然過

## 《山巒》/游水龍

尋幽入秀巒  
萬種風情細觀賞  
悠閒心境寬

## 《怡然》/洪榮利

遠山靜如恆  
近水繁花不染塵  
雲淡天無痕

## 《深宮怨》/林美雪

紅牆玉台階  
一入朱門淚雙垂  
殘妝空對月

## 《大雨》/史材鑄

雲捲翻騰攪  
晴日轉晴雨奔走  
海浪起落驚

## 《閒逸》/陳文卿

浮日小舟行  
綠岸猿聲響耳畔  
棹歌湧詩賦

## 《掩跡》/曉風

流沙本無情  
潮來汐往埋笑語  
浪花更頑皮

## 《念想》/思羽

記憶已零碎  
總不時微盪餘光  
隨心事逆旅

## 《曾經》/Linlin

年少心浮蕩  
漂泊歲月塵飛揚  
痕跡成過往

## 《寬容》/林正義

無執心坦蕩  
大海含納百方水  
盡意開懷行



# 戀戀辛夷花

◎張威龍

不知東風悄然	婀娜粉嫩素顏	來去腳步踴躍
碧樹千花漫山	何懼料峭春寒	不捨春光短暫
遊人春風滿面	凝望痴情雙眼	回眸倩影花仙
辛夷遊人競妍	群芳花容同暖	誓言相約年年

# 書店熄燈號

◎張啓文

孩子還小的時候，市區還有好多書籍兼文具店，隨著國人閱讀習慣改變和3C產品的發達，書店一家一家關閉。許多家長也說：「要看書去圖書館借閱就好了，何必花錢去買？」出版社印行量愈少，訂價逐年攀升，讓人拿去櫃台結帳的勇氣下降，閱讀快的人索性在書店快速翻閱，我國小受過速讀訓練，真的靠這技術讀過不少書。

我的文學事件簿是書店熄燈號。每每逛百貨公司，總會尋到書店部門，走到文學書籍的角落，搜尋最新的雜誌和圖書，或挑選幾本喜愛的書籍，一種歡喜自在的滿足感。日資的太平洋百貨公司還有紀伊國屋書店，去日本時也逛過，買了一本風景明信片書，一張張是四季風景和文字，每一頁也都是明信片，令人不忍撕下來寄出去。

有一天終於破戒了，這書的完整性也被破壞了，但是收到明信片的好友心中讚嘆呀！

在豐原的百貨公司的地下樓，也有誠信書店，豐富了逛百貨之外的心靈。2014年底這一天，我手上這本文學雜誌封面正是席慕蓉老師，她最膾炙人口的「無怨的青春」寫著：「若不得不分離，也要好好地說聲再見，也要在心裡存著感謝，感謝他給了你一份記憶。」當時誠信即將撤離豐原，那時至今

，我竟然沒再踏入這家百貨公司！

還好愛書人總會尋到有書香的地方，當民眾閱讀率降低，購書意願愈來愈低落，大型連鎖書店撐不起昂貴租金，只有關門、撤退，小型書店也咬緊牙關，直到最後一根稻草出現，也吹起熄燈號，愛書人只有望洋興嘆了。

孩子們畢業之後，家裡書滿為患，某些專業書籍不能也不捨清除掉，遂一直囤積，我發出聲音時，孩子則說：「老爸，你自己得先清理再說吧！」

我的藏書年代確實比他們的更加久遠，我的藏書分裝好幾箱送給朋友或昔日的學生，某位擔任國文老師，我把世界小說全集割愛給他，還有環華百科全書給了某人，也把適合小朋友閱讀的圖書送給在南投偏鄉服務的友人。二手書店也成為我另一個選項，有位老闆說：勵志書已經很氾濫了，楊牧和余光中等大咖的書比較好賣，收購價格也較高。二手書老闆的心中自有一把尺，收購價格全由他說了算，即使是名出版社的文學新書，看過要轉賣的，他也只收一折價，我抱去一大箱書，換得五、六百元而已。

近年來很多獨立書店開張，也針對各種主題或小眾，勉力經營下去，有的兼賣咖啡或茶點，多元經營，看著他們的堅持，祝福他們不會吹熄熄燈號，有時間我還是會去逛逛，支持一下的。

# 麟洋5月展開國際賽 瞄準亞運奪牌



責任編輯/張建騰

東京奧運羽球男雙金牌組合王齊麟與李洋今年賽事規劃，預計最快4月全國羽球團體錦標賽上陣，國際賽首戰則鎖定5月湯優盃，並希望能在杭州亞運奪牌。

「麟洋配」王齊麟與李洋出席「第50屆世界清農盃暨吳文達紀念盃羽球錦標賽」啟動儀式，受邀擔任賽事宣傳大使。

「麟洋配」去年在東京奧運拿下羽球男雙金牌，締造隊史新猷。隨後在10月征戰羽球團體賽湯姆斯盃、丹麥公開賽，期間曾短暫回台，後來再度踏上征途，歷經印尼3站賽事、12月世錦賽後，才返台休息。

「麟洋配」已於2月7日返回國訓中心訓練，談到今年賽事規劃，兩人在接受媒體採訪時表示，考量COVID-19(2019)冠狀病毒疾病)和備戰情況，決定放棄參加3月德國公開賽以及全英公開賽，預計國內首場賽事可能是4月10日在屏東登場的全國羽球團體錦標賽。

至於國際賽首戰，「麟洋配」透露，預計參加5月在泰國曼谷舉行的湯優盃羽球團體賽，而面對9月登場的杭州亞運，兩人也期許能拿下獎牌。

(中央社)

# 大聯盟最具人氣台灣日 售票邁向3000大關

美國職棒紐約大都會隊每年台灣日活動，造就美國東岸台灣人一年一度大拜拜傳統。附贈T-shirt字樣球衣的主題門票銷售熱門，正邁向3000大關，可望打破紀錄。

今年台灣日活動8月28日於皇后區的花旗球場(Citi Field)舉行，當天主場大都會隊將對戰洛杉磯道奇隊，穿活動紀念球衣與特色美食，到時預計有3000人穿著T-shirt球衣，參與這場美國職棒規模最大的台灣文化慶典。

去年台灣日，駐美代表蕭美琴開球，隨票附贈的T-shirt字樣1號球衣助長賣氣，賣出破紀錄的32張主題門票，創下美國職棒大聯盟比賽中可供查詢的最多台灣人進場紀錄。今年台灣日的售票可望再創新高。

大都會隊15日的新聞稿表示，去年推出T-shirt紀念球衣大受好評，今年球票加碼至3000張，只送不賣，隨主題門票附贈。售票官網(Ticketmaster)上線幾天內售出近2000張，幾乎確定超越去年人數。

2006年、2007年王建民全盛時期，台灣僑胞進場力挺，人數從幾百人到幾千人，但皆為估計。紐約大都會隊舉行台灣日，為球團與紐約的台灣僑胞合作，16年來打造出美國大聯盟30支球隊裡，歷史最久、規模最大的台灣文化慶典。

大都會隊亞洲市場負責人王偉成向中央社表示：「紐約大都會台灣日已成為球隊指標性的活動，也是大紐約地區每年必參與的『台灣人拜拜』。台灣人非常向心力，雖然活動動了大型企業贊助，但所有當地『民間力量』共同撐起這活動走了16年。」

王偉成表示，除了贊助單位T-shirt及紐約各民間社團包票支持，很多球迷加碼購買，想幫台灣家人朋友拿到紀念球衣；紐約之外如賓州、麻州、馬里蘭州及首府華盛頓傳出僑團體將包遊覽車共襄盛舉。

(中央社)

# 金馬奇幻影展4/8登場 楊紫瓊化身最強老媽救世界

金馬奇幻影展將於4月8日登場，開幕片是由楊紫瓊主演的「媽的多重宇宙」，閉幕片則是名導侯孝賢首部監製影片，由李康生、謝欣穎、還有張艾嘉客串的「良辰吉時」末3集。

「媽的多重宇宙」(Everything Else)由「屍控奇航」(Everything at Once)的「屍控奇航」丹尼爾、丹尼爾舒奈特雙導演合作，由楊紫瓊化身「最強老媽」拯救世界。

「良辰吉時」則是描述一個城市接連發生多起荒誕死亡事件，從老死、病死、自殺、他殺、意外到不詳死因，各自獨立的7個篇章，卻有著微妙關聯。

影集由導演黃真執導，並由金馬影帝李康生、謝欣穎、瑞瑪席丹、陳妍希、及張艾嘉友情演出，還有楊祐寧、姚以緹、段鈞豪、薛仕凌、黃仲寬、林哲熹、白潤音等演員。

「良辰吉時」將於3月27日起在影音串流平台CATCHPLAY+、HBO頻道及HBO GO上架，金馬奇幻影展則會於4月17日影展閉幕當天放映最後3集，邀請觀眾在大銀幕一起追劇。

「金馬奇幻影展」將於4月8日至17日登場，選片指南將於3月26日舉辦，並於3月27日正式開閉。

(中央社)



演員楊紫瓊(中)主演「媽的多重宇宙」。(金馬執委會提供/中央社)

# 小S睽違7年接電視主持棒 直球回應臉腫問題



藝人小S(徐熙娣)睽違7年重返電視圈主持節目「小姐不熙娣」，14日出席媒體茶敘暢聊拍攝趣聞。

小S徐熙娣睽違7年重返電視圈主持節目「小姐不熙娣」，14日舉辦媒體茶敘，大方回應網友質疑她臉腫一事，坦言自己「緊張就會水腫」，期待趕緊適應錄影，才能恢復美貌。

「小姐不熙娣」集結性學博士許藍方、直播王丟丟等20名各行各業女性班底，分享成為新世代女性的精神。她笑言，每回錄影前都相當緊張，答應製作人B2接下主持棒後就後悔，不過太久沒出現在電視視上給觀眾看，還是決定硬著頭皮再挑戰一次。

對於網友近日看到釋出的節目預告後，討論起小S臉浮腫問題，她大方解釋「我不是真的腫」，並強調「我的腫不是真的腫」，坦言因為有腸躁症問題，錄影前常緊張到一直跑廁所，「希望我對攝影的恐懼可以早點消失，恢復我的美貌」。

14日是西洋情人節，小S雖然事先計畫和姐姐大S(徐熙媛)過，讓老公許雅鈞約朋友聚會，不過老公在她參加記者會前，特別買一束玫瑰送她，還願意幫她拍美照。

大S與前夫汪小菲去年11月離婚，小S表示，姐姐最近變瘦但氣色很好，生活重心放在育兒上，身心靈都沒有壓力，就連素顏看起來都很有精神，讓她感慨「所以其實壓力對一個女人來說，是一件非常傷的事情」。

至於登報假想敵「志玲姐」林志玲日前成功誕下寶貝兒子，小S表示，私下並未與林志玲聯繫，「她一直在消失當中，應該還在沉浸在當媽媽的喜悅和忙碌當中吧」。

不過談到有網紅影射林志玲找代理孕母一事，小S連忙替她打抱不平，直呼「外人什麼事，重點是人家現在有一個健康的寶寶，生活幸福美滿，就不能好好祝福別人嗎？」不希望好事被他人講成壞事。

「小姐不熙娣」即日起，每週一到週五晚上10時在東森綜合台32台、11播出；16日起也於「小姐不熙娣」臉書、YouTube平台上架。

(中央社)

# 下一個階段

人生總有許多不同的階段，從剛出生的嬰兒期，一直到了現在的青春期，遭遇了各式各樣的難題，在經歷與解決的過程中，讓我的生命有了許多不一樣的色彩。現在國中的我，也將來到人生的下一個階段。

在升上國一時，人生就像是從兒童瞬間變成青少年，以前總愛黏著媽媽的我也消失得無影無蹤，放學後總與同學約打球、吃飯、唱歌，認為世界上沒有什麼比和朋友相處更重要的事了，因為花費太多時間在交友，因此，我的成績也一落千丈，望著我「殘存亦未路，兵敗如山倒」的成績單，父母也開始擔心我的學業，但對於一個正在經歷青春期的我來說，父母的耳提面命就像嗚嗚的噪音般，對他們的叮嚀毫無在乎，左耳進右耳出，只關注於享受當下的快樂，卻也在無形中造成了對他們的傷害。

再一次玩到天黑的我回家時，偶然聽到父母的對話，他們一直想方設法希望我能靜下心來好好地溫習功課，但我卻無動於衷。這時候我才發現他們為了照顧我花了大量的心思，媽媽總說追劇不好，所以她也從不在家追劇，就是為了做孩子們的榜樣。爸爸雖然已經出社會多年，卻還在讀博士班，也是為了讓在讀書的我們能夠有人能陪伴，我想，我也是時候該進入下一個階段。

學生時期的階段，也就是我現在這個階段，就該收起玩樂的心，好好念書，在學問與為人處世中扎穩根基，然後進入理想中的大學。

讀書，是一個人要成功的必要條件，也是父母對我的期望。我的人生目標，自己想有的成績自己拼，只要有足夠的優秀，才能在未來過上想要的的生活，完成自己的夢想。不論在什麼時期，都要以百分之百的充電量，去面對人生的下一個階段。

# 金門特色建築

今天！我要介紹我的家鄉「金門」的特色建築，金門又名「滄洲」，為什麼又別名「滄洲」呢？請聽我娓娓道來，經過我詢問我爺爺之後得知：原來金門兩地時間、汪洋四環，所以就有了「滄洲」這個美名。

我要介紹的金門建築主要有兩種，一種是閩南式建築，不過閩南式建築又分為兩種，一種是馬背一種是燕尾；要介紹的第二種是洋樓，這兩種建築都非常富有特色，既然如此，那我就先跟大家介紹閩南式建築吧！

閩南式建築正如前面所說的，分為兩種，分為馬背和燕尾。要說金門最多的燕尾建築村當屬山后民俗文化村了，山后民俗文化村有十八間燕尾式的閩南式建築，可謂是相當壯觀。而且當時可以住在燕尾的都是官員，在祠堂有重大貢獻或是做大官的人，所以燕尾可是非常珍貴的建築呢！

現在我要介紹馬背式的閩南式建築，馬背式的在金門就比較隨處可見，像我外婆家的建築就是馬背式的，由此可知馬背式的建築非常之多。

不過如今很多人捨去馬背而改建成現代式建築，這是一件讓我感到非常遺憾的事；馬背有許多別名，例如「馬歸」和「馬鞍」；閩南式建築我們見識了我們的祖先從福建來到金門，辛苦傳承的建築，歷經風風雨雨，如今卻被有些人唾棄而拆除，改建成現代的建築。

我要介紹的「洋樓」建築，是陳景蘭的後裔所建，因為早期金門的工作機會不多，就介紹吧！落番就是我們俗稱的「南洋」，因為早期金門的工作機會不多，就算有工資可能也不夠用，所以當時很多人選擇去南洋，也就是現在的馬來西亞、印尼等一帶；由於過程非常艱苦，所以就流傳了一段話，也就是「十六六死三留一」從這一句話可想而得知是多麼的艱辛困苦，讓我深深地覺得以前祖先的這個決心讓我非常佩服。

最後就是介紹洋樓啦！洋樓就是早期祖先先下南洋也就是落番，有賺錢就寄錢回來回饋故鄉或蓋一件洋樓給自己的老婆和子女住，回饋故鄉就能是在家鄉蓋一間學堂，比如當友學堂，就是落番的祖先有賺錢回來回饋故鄉的；金門最有名的洋樓莫過於陳景蘭洋樓了，因為陳景蘭洋樓是現在比較有整理過的，而且還很壯麗；洋樓就是中西合併的建築形式。

最後，我要感謝祖先，所謂「吃果子拜樹頭」，沒有他們過去踏踏藍地開闢拓土，就沒有現在我們安富康康的生活，謝謝所有曾經為金門奉獻的先民們！

# 一件難忘的禮物

每個人一生中會收到許許多多的禮物，但其中有一個是讓你覺得最特別、最難忘的禮物呢？是生日禮物？還是情人節禮物？對我來說一件最難忘的禮物是一把傘。

這一件禮物是我在小學四年級時收到的，在某天放學時，忽然下起一場如洪水般的大雨，那天我剛好沒帶傘，當我想著該如何回家時，一個熟悉的身影出現了，我抬起頭一看，眼前是一個面帶慈祥的女人，我認真的再看一次，那是我的母親，她一手撐著一把傘，一手提著有蕾絲邊且像星星空一樣黑的傘，她說：「給妳，撐著這把傘回家吧！我還有事呢！你先回家。」我從她手中拿走了傘，撐著回家了。

當時，我沒有特別去想這把傘的真正意義，現在想起來，不禁感動了起來，這把傘不僅僅有讓我冰冷的雨水濕透了身體，也讓我知道了母親的溫柔，看來傘不僅有著遮擋陽光和擋著冰冷的雨水的功能呢！

到現在，那把有著蕾絲邊和星星空的傘，並不是被丟在角落的某個角落，而是被我留在身邊，隨時隨地帶著它，只要一下雨，我便會撐起那把有著人情味的傘，重新感覺那一絲絲的溫暖，就算那把傘不見了或壞掉了，那我也會把那份溫柔永遠藏在心中，永遠不將它遺忘。

# 春日隨想

大地在經過冬天的洗禮後，春天就悄悄的出現了它的蹤跡，冬眠的動物們聽到了春天的腳步聲，也慢慢的甦醒。小草開始發芽了，大地到處都顯現出一欣欣向榮的景象，放眼望去，就像是一幅水彩畫，美麗極了！

春天的金門風景是我認為一年四季中最好看的，田野裡大多都會種滿小麥，麥田裡掀起綠色的海洋，一陣陣的微風吹來，麥田裡掀起了綠色的波浪，比大海的波浪還要壯觀，讓我感受到原來金門的小麥這麼的美麗。

在金門有一株號稱東南亞最老的木棉花樹，樹齡已經有三百多年的歷史了，它位於金城鎮的總兵署後院，春天是萬花盛開的好季節，也就是木棉花長得最美麗、最燦爛的時候，木棉花雖然不減從前，希望大家都能如棉花般，雖然老了，還是熱愛生活、積極樂觀、散發著青春的活力。

「一年之計在於春」，這句話強調了「春」在一年四季中所佔的重要位置，一年的收成就在於春天的種植，不然秋後就可能有收穫，就像人要把握時機，早做安排，才會有良好成果。

感受到原來金門的小麥這麼的美麗。在金門有一株號稱東南亞最老的木棉花樹，樹齡已經有三百多年的歷史了，它位於金城鎮的總兵署後院，春天是萬花盛開的好季節，也就是木棉花長得最美麗、最燦爛的時候，木棉花雖然不減從前，希望大家都能如棉花般，雖然老了，還是熱愛生活、積極樂觀、散發著青春的活力。

