

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

## 自助人助 團結防疫



維護全體鄉親身心健康。

事實上，這波疫情來勢洶洶，不僅對國內整體醫療量能造成極大挑戰，也改變了防疫思維，在國內疫情不斷創新高後，中央的防疫政策已經跟著調整，基本上，已經從此前的一「清零政策」，逐漸形成以「重症求清零、輕症可控管、正常過生活」為目標的新政策，在這樣的政策指引下，中央疫情指揮中心也正在研議新階段的防疫策略和生活指引，不少縣市也朝向兼顧經濟活動與防疫的方向規劃新時期防疫作為。

以近期疫情最為嚴峻的新北市為例，指揮中心將與新北市試辦「居家照護計畫」，因應Omicron高傳染力、輕症的特性，未來染疫的輕症患者可能採取居家照顧，以保留醫療量能給中重症患者，之所以做出調整，關鍵原因是確診個案多達9%為輕症，在逐步走向邊境開放的同時，本土確診案可預見將會大幅度攀升，為了讓醫療體系正常運行，確實必須快速應變調整防疫方向。

回到地區整體防疫思維，如何做好風險管控，維持醫療量能，兼顧鄉親健康、正常生活與地區經濟發展，也應該成為新時期的防疫指導原則，當然，這些防疫思維的改變不僅需要全體鄉親大力支持，更有待所有鄉親一起做好自主健康管理，勤洗手、戴口罩，雖是老生常談，卻也是此時此刻最重要的事。

自助人助，團結防疫，值此嚴峻時刻，當每位鄉親都能切實做好自我保護，也等於建構護衛全體鄉親的防疫網，再加上做好萬全準備的醫療體系，我們應可攜手度過疫情高峰壓力。

記者楊水詠／縣府報導

金門縣政府昨召開防疫記者會，縣府秘書長陳祥麟由衛生局副局長李金治陪同說明昨日上午接獲新北市確診案有金門足跡，案號31242在四月十一日至十三日到金門縣自由行為新北已約四十多歲男性個案，已匡列七位居隔者，皆已完成PCR採檢均為陰性，並入往防疫旅館，相關場域已陸續完成消毒作業。

陳祥麟表示，該轉介案於四月十一日搭乘立榮航空班機（3125）抵達金門，當日有咳嗽及喉嚨痛之症狀，四月十三日搭乘立榮航空（3125）回台，因身體不適，自行在家快篩陽性後至醫院PCR陽性確診，個案已完成三劑COVID-19疫苗（BNT、BNT、Moderna）接種。另，針對該案到過金門縣之足跡，包含有慈湖、模範街、獅山砲陣地等共同場域，已陸續完成環境消毒。至於用餐部份包含有山西拌麵長榮商行（4月12日中午12時許）、喜悅小館（4月12日晚間18時）、金山找咖啡廳（4月13日下午13時許），該

案入往為「落番至南洋」民宿；上述場域於昨日上午匡列居家隔離者共計七人，經PCR檢驗結果全數陰性，並入往防疫旅館。另該個案所轄管理縣府將會針對航班及其他密切接觸者進行匡列。

針對金門縣四例確診者，陳祥麟指出已有三例痊癒出院，另外還有一例在金門醫院治療，狀況穩定。同時，他說四例確診者匡列之居家隔離者已全數解除居家隔離，進入七天自主健康管理。

陳祥麟表示，金門縣政府中心感謝所有防疫人員與匡列者、確診者的共同配合；以及警政、消防、民政、觀光、衛生、環保及各鄉鎮清潔隊、消防及防疫旅館工作人員等人員的協助，讓居隔者可以即時的隔離安置。

金門衛生局指出，金門縣禾心診所及康橋診所為中央指定之社區定點發放公費COVID-19家用快篩試劑之合約院所，鄉親倘有呼吸道等症狀者可前往掛號看診，由醫師評估有必要者發放快篩試劑。

陳祥麟再次提醒，中央疫情指揮中心於四月十五日公佈第一（醫護人員）、二（中央及地方政府防疫人員）、三（高接觸風險第一線工作人員）、七（維持國家安全及社會機能正常運作）對象、矯正及矯正機關、矯正場所及二十四類場所（域）之工作人員，務必在四月二十二日前完成COVID-19疫苗追加劑（第三劑）之接種；另屬於會接觸不特定人員或無法持續有效保持社交距離的活動，經評估具有較高傳播風險者，於四月二十二日起要求符合接種年齡之參與者皆需完成COVID-19疫苗追加劑（第三劑）接種。

金門縣政府昨亦呼籲鄉親應配合疫情調查並主動積極配合各項防疫設施，提醒鄉親勿散播未經證實之相關訊息，以免觸法受罰，對防疫工作造成阻礙，縣府將依傳染病防治法第四十三條第二項，處六萬元以上至三十萬元以下的罰鍰，依法嚴正處理。避免不必要的恐慌並造成防疫人員之恐懼。

此外，媒體詢問傳有去台灣參加進香團被匡列者問題，陳祥麟表示這一部分前天有接到台灣相關單位的一個通知，目前總共匡列九名有參加進香團的成員，經過PCR採檢之後都是陰性，並已經入往防疫旅館。

田臨斌因為另一半是去台灣參加進香團被匡列者，親身研究體驗包括郵輪在內的各種旅行方式，志在成為「懶人旅行達人」，他認為目前總共匡列九名有參加進香團的成員，經過PCR採檢之後都是陰性，並已經入往防疫旅館。

田臨斌說，此次是第三次到金門，每一次到金門，給他

的感覺不一樣：去年，是他第二次到金門，因疫情關係，可看到跟小三通有關行業，都不是很景氣；這次第三次到金門，他說又不太一樣，期待下次再來，希望金門又是一個不一樣的景象，亦希望疫情趕快過去，小三通能夠盡快復航。

田臨斌指出，金門地理位置得天獨厚，可做為台灣與大陸一個很好的橋樑和跳板，更可以往好的兩岸發展走。同時，他說感覺金門已接近旅遊的觀光城市，雖然因疫情關係在商業旅遊上，不像前幾年那麼發達，期待金門每年都有不同蛻變！

田臨斌也介紹說，他在金門有一位表姊，服務於警界，但覺得以前還會有時間去去喝金門高粱，三三來金門，唯一不變的是一金門高粱一樣激動人心！

至於旅遊對他來講，田臨斌說旅遊是人生的收穫的一部分：「旅行即生活、生活即旅行」，目前已退休，以前還在上班時，旅行只是調劑生活與工作，現在旅行已是他生活的一部份，生活裡不管寫作、運動、演講，都跟旅行脫不了關係，而且旅行讓眼界大開，與生活部份是不可分割的。

今年六十二歲的田臨斌在講座中，除分享一百則旅行語錄，一百個你該旅行的理由，一書外，更分享人生第一次坐郵輪旅行、到三十幾個國家和五十幾個不同城市的環遊世界旅行經驗和心得，他指出從八年前第一次坐郵輪至今，在海上漂了有五百多天，除在兩年疫情期間，幾乎每年都會在海上漂二個月至三個月時間，包括下個月要到歐洲漂兩個多月。

田臨斌說，金門這幾年郵輪亦滿風行的，搭郵輪從基隆至金門，與搭國際郵輪旅行有非常不一樣的，郵輪旅行有好處與壞處，優點是輕便方便，郵輪像是一移動的旅館，除了適合老人、亦非常適合年輕人、小孩，更是一種教育學習之旅。

田臨斌說，只要有海港的地方，郵輪都可以到，且不是「奢侈」的旅遊，它的缺點是「走船看花」，無法深入

半旅遊，但只要做好準備，大半天可跑很多地方，寬度變得寬，不只是傳統的旅遊能達到，若要更深入只要去幾次就行了。

田臨斌分享人生第一次搭乘郵輪旅行，帶領在場講者和聽眾神遊五大洲、七大洋、二條運河、穿過二次赤道，以及三十幾個國家和五十幾個不同城市，彷彿親歷不同國家的風情，十分令人嚮往。同時，他鼓勵說其實英文好不好不差，不要因英文不好而不去參加，因為前一天有專人解說，就可帶地圖自己走，郵輪觸角非常廣。

田臨斌在下午場講座分享「現在開始人生都是自己的」退休生活動態，他說自四十五歲退休後，很多人對於這段來龍去脈及前因後果很有興趣，如何準備退休、退休之後生活有何改變？田臨斌說一年有三到六個月在旅行，不旅行的時候，看書、寫作、運動保持體力，都跟旅行有相關，可說不是在旅行就是在準備旅行！

田臨斌說退休後的生活還是很忙，很多人說退休沒事做，但我覺得以前還會有時間去上班！剛退休有一個想法，花一兩年時間找出新生活的軸心，發展出旅行生活模式，至目前前已寫九本書，寫書不只寫還要找資料，因為書關係而到處演講，一天二十四小時變得不够用。其主要著作有《從COO到樂活家》、《45歲退休，你準備好了嗎？》、《今年開始，人生都是自己的》、《老媽的退休生活》、《一百個你該旅行的理由》等書，也經營臉書粉專：老媽看世界，約有八萬六千位追蹤者。

田臨斌以自己的親身經歷，針對退休相關的財務、住居、人際、健康、時間與金錢生活課題，為參與講者和聽眾提供務實的參考，相信只要夠的準備，希望所有人的「退休假」都能成為人生中最富足、最健康、最快樂的黃金歲月。

此外，文化局在「春天好時光」閱讀推廣活動配合展示縣立圖書館相關的圖書，全縣各公共圖書館都可以跨館借閱，甲地借乙地還，歡迎大家有空多來圖書館走走，把好书帶回家閱讀。而且，各類新書上架，歡迎大家線上推薦圖書看書。

田臨斌說，金門這幾年郵輪亦滿風行的，搭郵輪從基隆至金門，與搭國際郵輪旅行有非常不一樣的，郵輪旅行有好處與壞處，優點是輕便方便，郵輪像是一移動的旅館，除了適合老人、亦非常適合年輕人、小孩，更是一種教育學習之旅。

田臨斌說，只要有海港的地方，郵輪都可以到，且不是「奢侈」的旅遊，它的缺點是「走船看花」，無法深入

半旅遊，但只要做好準備，大半天可跑很多地方，寬度變得寬，不只是傳統的旅遊能達到，若要更深入只要去幾次就行了。

田臨斌分享人生第一次搭乘郵輪旅行，帶領在場講者和聽眾神遊五大洲、七大洋、二條運河、穿過二次赤道，以及三十幾個國家和五十幾個不同城市，彷彿親歷不同國家的風情，十分令人嚮往。同時，他鼓勵說其實英文好不好不差，不要因英文不好而不去參加，因為前一天有專人解說，就可帶地圖自己走，郵輪觸角非常廣。

田臨斌在下午場講座分享「現在開始人生都是自己的」退休生活動態，他說自四十五歲退休後，很多人對於這段來龍去脈及前因後果很有興趣，如何準備退休、退休之後生活有何改變？田臨斌說一年有三到六個月在旅行，不旅行的時候，看書、寫作、運動保持體力，都跟旅行有相關，可說不是在旅行就是在準備旅行！

田臨斌說退休後的生活還是很忙，很多人說退休沒事做，但我覺得以前還會有時間去上班！剛退休有一個想法，花一兩年時間找出新生活的軸心，發展出旅行生活模式，至目前前已寫九本書，寫書不只寫還要找資料，因為書關係而到處演講，一天二十四小時變得不够用。其主要著作有《從COO到樂活家》、《45歲退休，你準備好了嗎？》、《今年開始，人生都是自己的》、《老媽的退休生活》、《一百個你該旅行的理由》等書，也經營臉書粉專：老媽看世界，約有八萬六千位追蹤者。

田臨斌以自己的親身經歷，針對退休相關的財務、住居、人際、健康、時間與金錢生活課題，為參與講者和聽眾提供務實的參考，相信只要夠的準備，希望所有人的「退休假」都能成為人生中最富足、最健康、最快樂的黃金歲月。

此外，文化局在「春天好時光」閱讀推廣活動配合展示縣立圖書館相關的圖書，全縣各公共圖書館都可以跨館借閱，甲地借乙地還，歡迎大家有空多來圖書館走走，把好书帶回家閱讀。而且，各類新書上架，歡迎大家線上推薦圖書看書。

田臨斌說，金門這幾年郵輪亦滿風行的，搭郵輪從基隆至金門，與搭國際郵輪旅行有非常不一樣的，郵輪旅行有好處與壞處，優點是輕便方便，郵輪像是一移動的旅館，除了適合老人、亦非常適合年輕人、小孩，更是一種教育學習之旅。

田臨斌說，只要有海港的地方，郵輪都可以到，且不是「奢侈」的旅遊，它的缺點是「走船看花」，無法深入

半旅遊，但只要做好準備，大半天可跑很多地方，寬度變得寬，不只是傳統的旅遊能達到，若要更深入只要去幾次就行了。

田臨斌分享人生第一次搭乘郵輪旅行，帶領在場講者和聽眾神遊五大洲、七大洋、二條運河、穿過二次赤道，以及三十幾個國家和五十幾個不同城市，彷彿親歷不同國家的風情，十分令人嚮往。同時，他鼓勵說其實英文好不好不差，不要因英文不好而不去參加，因為前一天有專人解說，就可帶地圖自己走，郵輪觸角非常廣。

田臨斌在下午場講座分享「現在開始人生都是自己的」退休生活動態，他說自四十五歲退休後，很多人對於這段來龍去脈及前因後果很有興趣，如何準備退休、退休之後生活有何改變？田臨斌說一年有三到六個月在旅行，不旅行的時候，看書、寫作、運動保持體力，都跟旅行有相關，可說不是在旅行就是在準備旅行！

田臨斌說退休後的生活還是很忙，很多人說退休沒事做，但我覺得以前還會有時間去上班！剛退休有一個想法，花一兩年時間找出新生活的軸心，發展出旅行生活模式，至目前前已寫九本書，寫書不只寫還要找資料，因為書關係而到處演講，一天二十四小時變得不够用。其主要著作有《從COO到樂活家》、《45歲退休，你準備好了嗎？》、《今年開始，人生都是自己的》、《老媽的退休生活》、《一百個你該旅行的理由》等書，也經營臉書粉專：老媽看世界，約有八萬六千位追蹤者。

田臨斌以自己的親身經歷，針對退休相關的財務、住居、人際、健康、時間與金錢生活課題，為參與講者和聽眾提供務實的參考，相信只要夠的準備，希望所有人的「退休假」都能成為人生中最富足、最健康、最快樂的黃金歲月。

此外，文化局在「春天好時光」閱讀推廣活動配合展示縣立圖書館相關的圖書，全縣各公共圖書館都可以跨館借閱，甲地借乙地還，歡迎大家有空多來圖書館走走，把好书帶回家閱讀。而且，各類新書上架，歡迎大家線上推薦圖書看書。

## 新北確診者有金門足跡 7位居隔者PCR採檢陰性

**4月16日 外縣市新增個案說明**

案號 31242

1 今天（4/16）上午金門縣衛生局接獲 新北市衛生局通知案31242有金門縣足跡

2 該案為新北市40多歲男性，已完成3劑疫苗接種

3 該案於4/11至4/13到本縣自由行為4/11當日有咳嗽及喉嚨痛之症狀 4/13日返台後確診

4 針對該案到過本縣之足跡 包含有慈湖、模範街、獅山砲陣地等共同場域 已陸續完成環境消毒

5 共計7人經PCR採檢，3位報告陽性，4位檢驗中 採檢後並入往防疫旅館

如有相關問題，請撥打1922或082-330697衛生局 金門縣政府衛生局接洽中心

| 外縣市新增個案場域足跡 |             |                     |
|-------------|-------------|---------------------|
| 日期          | 時間          | 場域                  |
| 04/11(一)    | 14:30       | 金門縣立醫院(南港區立醫院78819) |
|             | 15:00       | 南港區南港區(南港區南港區78819) |
|             | 17:00       | 慈湖(金門縣)             |
| 04/12(二)    | 19:00時      | 南港區南港區(南港區南港區78819) |
|             | 19:00-11:00 | 模範街(金門縣)            |
|             | 12:00       | 山西神廟(金門縣)           |
| 04/13(三)    | 14:30       | 獅山砲陣地(金門縣)          |
|             | 18:00       | 喜悅小館(金門縣)           |
|             | 19:30-12:00 | 慈湖(金門縣)             |
| 04/13(三)    | 13:00時      | 金山找咖啡廳(金門縣)         |
|             | 15:30       | 金門縣立醫院(南港區立醫院78820) |

-疫苗持續進行中-

金門縣政府衛生局接洽中心



上右，金門縣政府秘書長陳祥麟昨在指揮中心記者會說明新北案31242個案有金門縣足跡，已匡列七位居隔者並已完成PCR採檢後入往防疫旅館，相關場域已陸續完成消毒；上中、圖為外縣市新增個案場域足跡圖卡；上左、圖為外縣市新增個案說明圖卡；左下、圖為四月二十二日起強化COVID-19疫苗第三劑接種規範圖卡。

（楊水詠攝／縣府提供）

**4/22起強化COVID-19疫苗第三劑接種規範**

COVID-19公費疫苗1、2、3、7類對象、矯正機關、殯葬場所及24類場所(域)之工作人員，自4/22起須完成COVID-19疫苗追加劑(第三劑)接種。

24類場所(域)之工作人員

屬於會接觸不特定人士或無法持續有效保持社交距離的活動，經評估具有較高傳播風險者，於4/22起要求符合接種年齡之參與者皆須完成COVID-19疫苗追加劑(第三劑)接種，例如：

- 宗教活動：進香、進香團參加成員
- 團體旅遊：由旅行社承接，參加成員彼此之間屬於不特定人士之旅遊
- 其他場所：八大行業(4/1起已實施)、健身房

金門縣政府衛生局接洽中心

此外，媒體詢問傳有去台灣參加進香團被匡列者問題，陳祥麟表示這一部分前天有接到台灣相關單位的一個通知，目前總共匡列九名有參加進香團的成員，經過PCR採檢之後都是陰性，並已經入往防疫旅館。

田臨斌因為另一半是去台灣參加進香團被匡列者，親身研究體驗包括郵輪在內的各種旅行方式，志在成為「懶人旅行達人」，他認為目前總共匡列九名有參加進香團的成員，經過PCR採檢之後都是陰性，並已經入往防疫旅館。

田臨斌說，此次是第三次到金門，每一次到金門，給他

的感覺不一樣：去年，是他第二次到金門，因疫情關係，可看到跟小三通有關行業，都不是很景氣；這次第三次到金門，他說又不太一樣，期待下次再來，希望金門又是一個不一樣的景象，亦希望疫情趕快過去，小三通能夠盡快復航。

田臨斌指出，金門地理位置得天獨厚，可做為台灣與大陸一個很好的橋樑和跳板，更可以往好的兩岸發展走。同時，他說感覺金門已接近旅遊的觀光城市，雖然因疫情關係在商業旅遊上，不像前幾年那麼發達，期待金門每年都有不同蛻變！

田臨斌也介紹說，他在金門有一位表姊，服務於警界，但覺得以前還會有時間去去喝金門高粱，三三來金門，唯一不變的是一金門高粱一樣激動人心！

至於旅遊對他來講，田臨斌說旅遊是人生的收穫的一部分：「旅行即生活、生活即旅行」，目前已退休，以前還在上班時，旅行只是調劑生活與工作，現在旅行已是他生活的一部份，生活裡不管寫作、運動、演講，都跟旅行脫不了關係，而且旅行讓眼界大開，與生活部份是不可分割的。

今年六十二歲的田臨斌在講座中，除分享一百則旅行語錄，一百個你該旅行的理由，一書外，更分享人生第一次坐郵輪旅行、到三十幾個國家和五十幾個不同城市的環遊世界旅行經驗和心得，他指出從八年前第一次坐郵輪至今，在海上漂了有五百多天，除在兩年疫情期間，幾乎每年都會在海上漂二個月至三個月時間，包括下個月要到歐洲漂兩個多月。

田臨斌說，金門這幾年郵輪亦滿風行的，搭郵輪從基隆至金門，與搭國際郵輪旅行有非常不一樣的，郵輪旅行有好處與壞處，優點是輕便方便，郵輪像是一移動的旅館，除了適合老人、亦非常適合年輕人、小孩，更是一種教育學習之旅。

田臨斌說，只要有海港的地方，郵輪都可以到，且不是「奢侈」的旅遊，它的缺點是「走船看花」，無法深入

半旅遊，但只要做好準備，大半天可跑很多地方，寬度變得寬，不只是傳統的旅遊能達到，若要更深入只要去幾次就行了。

田臨斌分享人生第一次搭乘郵輪旅行，帶領在場講者和聽眾神遊五大洲、七大洋、二條運河、穿過二次赤道，以及三十幾個國家和五十幾個不同城市，彷彿親歷不同國家的風情，十分令人嚮往。同時，他鼓勵說其實英文好不好不差，不要因英文不好而不去參加，因為前一天有專人解說，就可帶地圖自己走，郵輪觸角非常廣。

田臨斌在下午場講座分享「現在開始人生都是自己的」退休生活動態，他說自四十五歲退休後，很多人對於這段來龍去脈及前因後果很有興趣，如何準備退休、退休之後生活有何改變？田臨斌說一年有三到六個月在旅行，不旅行的時候，看書、寫作、運動保持體力，都跟旅行有相關，可說不是在旅行就是在準備旅行！

田臨斌說退休後的生活還是很忙，很多人說退休沒事做，但我覺得以前還會有時間去上班！剛退休有一個想法，花一兩年時間找出新生活的軸心，發展出旅行生活模式，至目前前已寫九本書，寫書不只寫還要找資料，因為書關係而到處演講，一天二十四小時變得不够用。其主要著作有《從COO到樂活家》、《45歲退休，你準備好了嗎？》、《今年開始，人生都是自己的》、《老媽的退休生活》、《一百個你該旅行的理由》等書，也經營臉書粉專：老媽看世界，約有八萬六千位追蹤者。

田臨斌以自己的親身經歷，針對退休相關的財務、住居、人際、健康、時間與金錢生活課題，為參與講者和聽眾提供務實的參考，相信只要夠的準備，希望所有人的「退休假」都能成為人生中最富足、最健康、最快樂的黃金歲月。

此外，文化局在「春天好時光」閱讀推廣活動配合展示縣立圖書館相關的圖書，全縣各公共圖書館都可以跨館借閱，甲地借乙地還，歡迎大家有空多來圖書館走走，把好书帶回家閱讀。而且，各類新書上架，歡迎大家線上推薦圖書看書。

田臨斌說，此次是第三次到金門，每一次到金門，給他

的感覺不一樣：去年，是他第二次到金門，因疫情關係，可看到跟小三通有關行業，都不是很景氣；這次第三次到金門，他說又不太一樣，期待下次再來，希望金門又是一個不一樣的景象，亦希望疫情趕快過去，小三通能夠盡快復航。

田臨斌指出，金門地理位置得天獨厚，可做為台灣與大陸一個很好的橋樑和跳板，更可以往好的兩岸發展走。同時，他說感覺金門已接近旅遊的觀光城市，雖然因疫情關係在商業旅遊上，不像前幾年那麼發達，期待金門每年都有不同蛻變！

田臨斌也介紹說，他在金門有一位表姊，服務於警界，但覺得以前還會有時間去去喝金門高粱，三三來金門，唯一不變的是一金門高粱一樣激動人心！

至於旅遊對他來講，田臨斌說旅遊是人生的收穫的一部分：「旅行即生活、生活即旅行」，目前已退休，以前還在上班時，旅行只是調劑生活與工作，現在旅行已是他生活的一部份，生活裡不管寫作、運動、演講，都跟旅行脫不了關係，而且旅行讓眼界大開，與生活部份是不可分割的。

今年六十二歲的田臨斌在講座中，除分享一百則旅行語錄，一百個你該旅行的理由，一書外，更分享人生第一次坐郵輪旅行、到三十幾個國家和五十幾個不同城市的環遊世界旅行經驗和心得，他指出從八年前第一次坐郵輪至今，在海上漂了有五百多天，除在兩年疫情期間，幾乎每年都會在海上漂二個月至三個月時間，包括下個月要到歐洲漂兩個多月。

田臨斌說，此次是第三次到金門，每一次到金門，給他

的感覺不一樣：去年，是他第二次到金門，因疫情關係，可看到跟小三通有關行業，都不是很景氣；這次第三次到金門，他說又不太一樣，期待下次再來，希望金門又是一個不一樣的景象，亦希望疫情趕快過去，小三通能夠盡快復航。

田臨斌指出，金門地理位置得天獨厚，可做為台灣與大陸一個很好的橋樑和跳板，更可以往好的兩岸發展走。同時，他說感覺金門已接近旅遊的觀光城市，雖然因疫情關係在商業旅遊上，不像前幾年那麼發達，期待金門每年都有不同蛻變！

田臨斌也介紹說，他在金門有一位表姊，服務於警界，但覺得以前還會有時間去去喝金門高粱，三三來金門，唯一不變的是一金門高粱一樣激動人心！

至於旅遊對他來講，田臨斌說旅遊是人生的收穫的一部分：「旅行即生活、生活即旅行」，目前已退休，以前還在上班時，旅行只是調劑生活與工作，現在旅行已是他生活的一部份，生活裡不管寫作、運動、演講，都跟旅行脫不了關係，而且旅行讓眼界大開，與生活部份是不可分割的。

今年六十二歲的田臨斌在講座中，除分享一百則旅行語錄，一百個你該旅行的理由，一書外，更分享人生第一次坐郵輪旅行、到三十幾個國家和五十幾個不同城市的環遊世界旅行經驗和心得，他指出從八年前第一次坐郵輪至今，在海上漂了有五百多天，除在兩年疫情期間，幾乎每年都會在海上漂二個月至三個月時間，包括下個月要到歐洲漂兩個多月。



右，金門文化局副局長洪蕓萱歡迎田臨斌應邀到金門開講；中，樂活作家-田臨斌昨在金門縣文化局「春天好時光」閱讀推廣活動，分享「一百個你該旅行的理由」及「現在開始人生都是自己的」經驗與心得，讓金門讀者和聽眾受益良多；左，文化局在「春天好時光」閱讀推廣配合展示縣立圖書館相關的圖書，歡迎大家線上推薦圖書看書。

## 文化局閱讀推廣活動 樂活作家-田臨斌分享經驗與心得

記者楊水詠／金城報導

金門縣文化局昨天舉辦「一年「春天好時光」閱讀推廣活動，樂活作家-田臨斌現身與金門讀者分享「一百個你該旅行的理由」及「現在開始人生都是自己的」經驗與心得，他說：「每一趟旅行，無論動機為何，都是累積人生閱歷，改善生活品質的有效手段」，只要有足夠的準備，將來愈多的人可以在四十多歲時，就開始過自己真正想要的生

這場「春天好時光」閱讀推廣活動於昨天上午九時三十分起他文化局三樓會議室展開，分上午場及下午場進行，講者是樂活作家-田臨斌，外號老黑，曾在穀類油公司工作二十二年，並擔任該公司在台CEO、大中華區總經理，卻在壯盛中年，於四十五歲毅然辭職，放下工作移居南台灣，積極經營退休後的樂活人生。離職後，田臨斌在摸索人生新方向過程中，帶給他最大幫助的兩件事，一是閱讀，二是旅行。退休後，他除了找到對寫作的熱情，將它當成人生職志之外，出於興趣，還考上高雄街頭藝人證，每週一次在愛河邊以吉他彈唱英文老歌，自娛娛人。

田臨斌因為另一半是去台灣參加進香團被匡列者，親身研究體驗包括郵輪在內的各種旅行方式，志在成為「懶人旅行達人」，他認為目前總共匡列九名有參加進香團的成員，經過PCR採檢之後都是陰性，並已經入往防疫旅館。

田臨斌說，此次是第三次到金門，每一次到金門，給他

的感覺不一樣：去年，是他第二次到金門，因疫情關係，可看到跟小三通有關行業，都不是很景氣；這次第三次到金門，他說又不太一樣，期待下次再來，希望金門又是一個不一樣的景象，亦希望疫情趕快過去，小三通能夠盡快復航。

田臨斌指出，金門地理位置得天獨厚，可做為台灣與大陸一個很好的橋樑和跳板，更可以往好的兩岸發展走。同時，他說感覺金門已接近旅遊的觀光城市，雖然因疫情關係在商業旅遊上，不像前幾年那麼發達，期待金門每年都有不同蛻變！

田臨斌也介紹說，他在金門有一位表姊，服務於警界，但覺得以前還會有時間去去喝金門高粱，三三來金門，唯一不變的是一金門高粱一樣激動人心！

至於旅遊對他來講，田臨斌說旅遊是人生的收穫的一部分：「旅行即生活、生活即旅行」，目前已退休，以前還在上班時，旅行只是調劑生活與工作，現在旅行已是他生活的一部份，生活裡不管寫作、運動、演講，都跟旅行脫不了關係，而且旅行讓眼界大開，與生活部份是不可分割的。

今年六十二歲的田臨斌在講座中，除分享一百則旅行語錄，一百個你該旅行的理由，一書外，更分享人生第一次坐郵輪旅行、到三十幾個國家和五十幾個不同城市的環遊世界旅行經驗和心得，他指出從八年前第一次坐郵輪至今，在海上漂了有五百多天，除在兩年疫情期間，幾乎每年都會在海上漂二個月至三個月時間，包括下個月要到歐洲漂兩個多月。

# 徐生明棒球發展協會攜手聯新運醫抵金義診



左、徐生明棒球發展協會昨攜手聯新運醫前進金門，展開偏鄉離島醫療義診及「營在起跑點」活動；右、小朋友上完營養課後手製作「三治」吃得開心。(徐生明棒球協會提供)

記者翁維智／綜合報導

徐生明棒球發展協會昨攜手聯新運醫前進金門，展開偏鄉離島醫療義診及「營在起跑點」活動，來自縣內三級棒球的選手約60位，由知名營養師呂美賢傳授營養知識，聯新國際診所院長林頌凱進行義診，選手們雖然診療時被按到受傷處都痛得唉唉叫，但對「營在起跑點」課程中實作「三治」都相當興奮，做完頻頻說「好吃」，還有人問「我可以再做一次嗎？」

受到疫情影響，徐生明棒球發展協會偏鄉離島醫療義診和「營在起跑點」活動，已中斷近2年時間，恢復舉辦第1站就選在金門。理事長、同時也是徐生明總教練的「師母」謝榮瑤表示，「去年金寧國小到美濃參加徐生明國際少棒錦標賽，那時候想到2023年來過金門，但當時只有義診，過了這麼久，應該再來看看這邊的孩子，畢竟離島不像都市那麼方便，而且除了林頌凱院長，這次呂美賢營養師也一起來幫忙。」

呂美賢先在「營在起跑點」課程中，教導大家如何攝取營養，還提醒選手們喝「珍珠奶茶」等於吃下12顆方糖，「喝含糖飲料太多，會讓你坐板凳」。因為攝取過量的糖，會注意力不集中，不能專注，影響在球場和運動上的表現。油炸食品吃太多，容易導致發炎，最好的飲食是蔬菜、水果、蛋白質、碳水化合物以「1:1:1」比例的攝取。

在實作的部分，則由球員親手製作三治，但必須依「吐、吞、起、生、菜、肉、片、蕃茄、小黃瓜、蛋皮、吐司」的順序，做出三治才好吃。大、小朋友2人一組，個個做得很開心，都覺得「好吃」，還有球員問：「營養師，我的肉可以多吃嗎？」「我吃完可以再來做嗎？」

下午課程則安排林頌凱院長傳授運動傷害的防護觀念，並鼓勵球員們「大聯盟的選手還是會受傷，但只要你好好看醫生、好好復健和訓練，受傷還是可以成為優秀的運動員」。林頌凱教導選手們，如何舒緩手腕、肩膀的痠痛，還利用棒球來做按摩。他也親自為每位選手進行檢測，只聽到「哦」、「啊」、「哦、嘶」、「好痛」、「不要啦」的哀嚎聲此起彼落。金鼎國小的林奇鋒，之前練過跆拳道、鉛球、扯鈴，又加入棒球隊，他忍不住大喊「超痛」、「忍不住的痛」、「不玩了啦」。

儘管如此，但每位選手都覺得收穫滿滿。金城國中三年級的李定哲就說：「金門沒有運動傷害的醫生，這活動很不錯，讓我們了解受傷後怎麼治療、自己怎麼做一些修復，而且林醫師人很好、很親切。」而金鼎國小的小女生許卉妮則表示，「平常會痛也沒什麼休息，醫生幫我弄過後，比較舒服，感覺比較好了。」最後在「謝謝師母、謝謝院長」的聲音中，結束一天的活動。



111年金門縣運動台灣單車快樂遊活動，昨日逾百位大小騎士展開全長約40公里的騎乘快樂行。(翁維智攝)

## 台灣單車快樂遊 逾百位騎士同樂

記者翁維智／綜合報導

由行政院體育委員會指導，金門縣政府主辦，金門縣體育會承辦的「111年金門縣運動台灣單車快樂遊」活動，昨日下午3時起在金門國家公園中山自行車道，展開全長約40公里的騎乘快樂行。金門縣政府表示，這項活動旨在推廣全民運動，並透過健康運動使民更了解環境與健全體魄的重要性。此外，金城體育會也再提醒，單車騎遊並非競賽型活動，請參加人員務必配合教育體育署及金門縣政府相關防疫規定，全程安全第一，也祝福大家快樂出遊，平安回家。

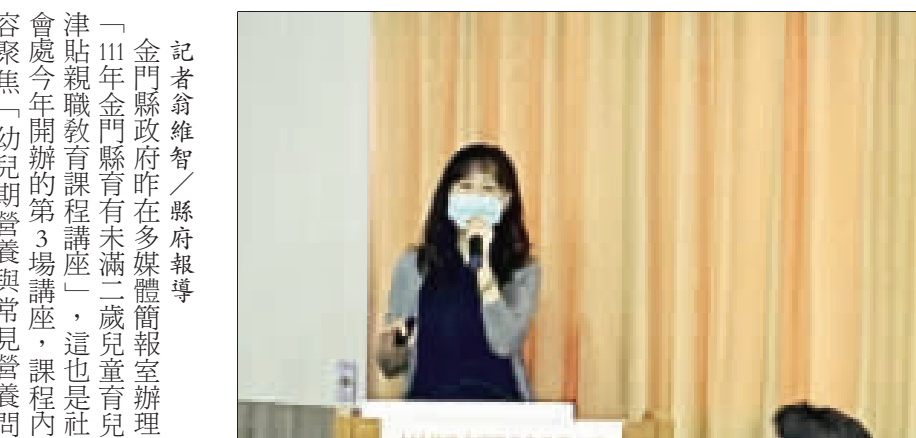
金門縣政府表示，這項活動旨在推廣全民運動，並透過健康運動使民更了解環境與健全體魄的重要性。此外，金城體育會也再提醒，單車騎遊並非競賽型活動，請參加人員務必配合教育體育署及金門縣政府相關防疫規定，全程安全第一，也祝福大家快樂出遊，平安回家。

## 縣府辦理親職教育講座 聚焦幼兒期營養問題

記者翁維智／縣府報導

金門縣政府昨在多媒體簡報室辦理「111年金門縣育有未滿二歲兒童育兒津貼親職教育課程講座」，這也是社會處今年開辦的第3場講座，課程內容聚焦「幼兒期營養與常見營養問題」，邀請大同之家營養師李選治主講，並由社會處處長李廣榮主持開場。

李廣榮致詞時表示，幼兒期孩子慢慢開始會對食物有喜惡之分，大人一味迎合要求，易造成偏食之惡習，如何讓孩子吃得健康，讓孩子又好又壯，是縣府開設這項課程的主要目的。縣長楊鎮浚一直都很關心金門的親職教育活動，也一再囑咐社會處要多做托育或照顧服務的創新，社會處今年將開辦5場次親職教育課程，今天第3場特別邀請有豐富多元實務經驗的營養師李選治開講，期待這樣的活動，能為大家帶來助益，並幫助與會的家長們學習新的知能，讓孩子們跟著建立健康的飲食習慣，除了吃得好，也讓孩子健康活力滿溢。



金門縣政府昨在多媒體簡報室辦理「111年金門縣育有未滿二歲兒童育兒津貼親職教育課程講座」，這也是社會處今年開辦的第3場講座，邀請大同之家營養師李選治(左)主講。(翁維智攝)

李選治在講解時表示，幼兒期孩子慢慢開始會對食物有喜惡之分，大人一味迎合要求，易造成偏食之惡習，如何讓孩子吃得健康，讓孩子又好又壯，是縣府開設這項課程的主要目的。縣長楊鎮浚一直都很關心金門的親職教育活動，也一再囑咐社會處要多做托育或照顧服務的創新，社會處今年將開辦5場次親職教育課程，今天第3場特別邀請有豐富多元實務經驗的營養師李選治開講，期待這樣的活動，能為大家帶來助益，並幫助與會的家長們學習新的知能，讓孩子們跟著建立健康的飲食習慣，除了吃得好，也讓孩子健康活力滿溢。

曾在婚姻生活感到疲憊、幫助至少1千位女性朋友成功減肥，在營養師領域工作逾25年的大同之家營養師李選治，此次也透過「跟著我的餐盤聰明吃」課程，運用「餐盤」的概念，提供與會家長當作每日飲食參考指南。

李選治在講解時表示，幼兒期孩子慢慢開始會對食物有喜惡之分，大人一味迎合要求，易造成偏食之惡習，如何讓孩子吃得健康，讓孩子又好又壯，是縣府開設這項課程的主要目的。縣長楊鎮浚一直都很關心金門的親職教育活動，也一再囑咐社會處要多做托育或照顧服務的創新，社會處今年將開辦5場次親職教育課程，今天第3場特別邀請有豐富多元實務經驗的營養師李選治開講，期待這樣的活動，能為大家帶來助益，並幫助與會的家長們學習新的知能，讓孩子們跟著建立健康的飲食習慣，除了吃得好，也讓孩子健康活力滿溢。

曾在婚姻生活感到疲憊、幫助至少1千位女性朋友成功減肥，在營養師領域工作逾25年的大同之家營養師李選治，此次也透過「跟著我的餐盤聰明吃」課程，運用「餐盤」的概念，提供與會家長當作每日飲食參考指南。

## 愛戀金城·祈福音樂會昨晚文化局演藝廳登場



二〇二二愛戀金城·祈福音樂會活動於昨晚舉辦，由黃光佑擔任指揮，帶來振撼人心美妙樂章及心靈平安與力量。(楊水泳攝)

記者楊水泳／金城報導

今年是沿島邑王城隍遷治三百四十二周年，農曆四月十二迎城隍是金門最大的宗教文化民俗活動。二〇二二愛戀金城·祈福音樂會活動於昨晚七時起假文化局演藝廳舉辦，由黃光佑擔任指揮，參與演出各學校和青少年樂團為現場聽眾帶來振撼人心的美妙樂章，期藉以祈求疫情早日退散，並帶來心靈平安與力量。

金城鎮公所表示，愛戀金城·祈福音樂會是由金城鎮公所委請金門國樂團承辦，上下半場演出曲目包括《獨克宗》、《洛羽松》、《洛羽松》、《探茶歌》、《沙漠玫瑰》、《光明行》、《神遊涪州醉金城》、《楚頌》、《臺灣民謠組曲》及《愛戀金城》，計十個精彩節目。

參與愛戀金城·祈福音樂會演出學校有中正國小、金門高中國樂團、金湖國小國樂團、金門縣青少年國樂團、以及劉天華、李以正、陳睿凱、呂有萱、陳亭予等人，希望藉由城隍賜福善果精神，更期待以這份虔誠的心，讓社會更祥和，一起祈求沿島城隍保佑金門鄉親事事順遂，年年平安！

縣府秘書長陳祥麟、金城鎮公所秘書陳欽進、金門國樂團協理陳長石、以及金湖國中、中正國小、金湖國小的各校校長等貴賓到場，與聽眾一起聆賞美妙的弦律樂音和共度美好時光。

縣府秘書長陳祥麟表示，金門國樂團名聞遐邇，遠征大陸、東南亞，在臺灣拿下無數的第一和優良成績，能夠聆賞到國際級的音樂會演出，大家內心都一樣澎湃；疫情當下，希望透過音樂會及城隍精神，揚善集惡，相信新冠病毒會早日過去，並把聽音樂會的力量，化為整體社會的祥和及善的力量。

文化局長許維義表示，金門的能量會慢慢走出去，讓大家都知道，並把金門藝文做更大的推廣，未來會思考如何更多元的，讓金門藝文活動更加強，大家一起在島嶼上有更大發展。

金城鎮公所秘書陳欽進說，沿島城隍文化觀光季記者會於昨下午舉行，要讓活動辦下去，準備要非常的多，防疫工作也做的很好。同時，他指出國樂團與沿島城隍做結合，主要與國家民族有美好緣份，因為成績優秀且練得很好，代表著金門孩子有優秀的表現，希望人神共禧，讓疫情降溫，大家順利平安健康。

金城鎮公所表示，今年將愛戀金城·祈福音樂會作為農曆四月十二迎城隍活動的首發，二〇二二金門迎城隍·沿島城隍文化觀光季為期一個月活動正式開跑，透過音樂傳遞，感謝城隍對金門土地的護佑及為金門祈福。

## 金門地區新冠肺炎疫苗現況說明

更新日期 111/4/16

疫苗接種率以當地人口數66,418人(2020年12月31日)為分母，109年人口及在籍人數為準。

| 第一劑    | 第二劑   | 追加劑    |
|--------|-------|--------|
| 覆蓋率    | 覆蓋率   | 覆蓋率    |
| 84.51% | 76.5% | 50.71% |

※65歲以上(居住55歲以上)長者不分劑型，就500元疫苗補助。

※12至17歲青少年(第1、2劑)可接種莫德納疫苗，也可選打AZ疫苗，但無須接種12劑，追加劑數不施打。

| 疫苗  | 第一劑   | 第二劑   | 追加劑   |
|-----|-------|-------|-------|
| 莫德納 | 2,118 | 2,118 | 2,118 |
| AZ  | 2,118 | 2,118 | 2,118 |
| 合計  | 4,236 | 4,236 | 4,236 |

金門地區疫苗接種現況說明表

| 疫苗  | 第一劑   | 第二劑   | 追加劑   |
|-----|-------|-------|-------|
| 莫德納 | 2,118 | 2,118 | 2,118 |
| AZ  | 2,118 | 2,118 | 2,118 |
| 合計  | 4,236 | 4,236 | 4,236 |

戴口罩 防感染  
打疫苗 防重症

### 金門縣流行疫情指揮中心 4/16 COVID-19最新資訊

|        |     |
|--------|-----|
| 今日新增確診 | 0例  |
| 確診累計   | 4例  |
| 收治中病例  | 1例  |
| 新增居家隔離 | 11人 |
| 目前居家隔離 | 26人 |
| 解除居家隔離 | 1人  |
| 居家檢疫   | 1人  |

今日新增確診 0例  
確診累計 4例  
收治中病例 1例  
新增居家隔離 11人  
目前居家隔離 26人  
解除居家隔離 1人  
居家檢疫 1人

### 今彩539第一二〇九一期開獎號碼

|    |
|----|
| 06 |
| 07 |
| 13 |
| 20 |
| 30 |

# 縣長楊鎮浚至萬安堂、棲隱堂及龍鳳宮祝禱



慶祝保生大帝及媽祖聖誕，官澳龍鳳宮、沙美萬安堂三忠廟，舉辦聖誕建醮祝壽大典，縣長楊鎮浚、鎮長吳有家等各界前往依禮上香、獻爐敬祝賀。（陳麗好攝）

記者陳麗好／金沙報導  
慶祝保生大帝及媽祖聖誕，西園棲隱堂、官澳龍鳳宮建醮祝壽，而沙美萬安堂三忠廟則辦理保生大帝聖誕暨上半年眾主翁聖誕建醮祝壽大典。一早紛紛前往拜拜祈禱，祈求保生大帝、媽祖等眾神明護佑地方風調雨順，居民樂利豐收，平安度過疫情。

三月瘋媽祖、四月逐城隍，在金門三月除了慶祝媽祖聖誕外，玄天上帝、保生大帝等也是民眾的重要信仰。有供奉該神明之宮廟亦會舉辦建醮祝壽。位於西園里西甲的棲隱堂，為慶祝保生大帝聖誕，於農曆三月十五日及十六日一連兩天建醮祝壽，今年建醮科儀於樓山寺辦理，下午並進行鎮五方科儀。而縣定古蹟官澳龍鳳宮，為慶祝媽祖聖誕於昨日自起一連兩天作清醮。沙美萬安堂三忠廟則自昨日一連兩天作清醮，辦理保生大帝聖誕暨上半年眾主翁聖誕建醮祝壽大典。

各村落熱鬧舉辦慶祝保生大帝或媽祖聖誕慶典，村民、旅外或外嫁他鄉的村民以及虔誠的信眾，一早紛紛前往拜拜祈禱。縣長楊鎮浚於昨日上午10時30分，率縣府團隊分別前往沙美萬安堂三忠廟、西園棲隱堂、官澳龍鳳宮，循禮在各宮廟長老陪同下，上香、獻爐敬祝賀，為地方祈福。

## 后湖昭應廟醮慶 縣長率縣府團隊參拜



記者許峻魁／金寧報導  
金寧后湖昭應廟於昨今兩天（農曆3月16、17日），為六姓府王爺、蘇府、李府、媽祖、池府與關聖帝君舉行聯合建醮儀式，一早居民信眾絡繹不絕，縣長楊鎮浚也在昨日上午10時前往上香祈禱。

楊鎮浚在與村民寒暄之餘，也特別提及這項特殊活動，而明年就是每12年一次的海醮，他特別向村民表示相當支持更了解這項無形資產的重要。

# 保生大帝及媽祖聖誕 議長洪允典率議員至金沙及金寧宮廟參拜祈福

地方平安、村民信眾康寧及樂業生活幸福。每年農曆三月十五日是保生大帝聖誕、三月二十三日是媽祖聖誕，亦是金門地方主要信奉的「醫神」及「海上守護神」保護神！因此有「三月瘋媽祖，四月迎城隍」，可說農曆三月至四月是保生大帝、天上聖母、海島城隍的一系列宗教慶典文化季活動。

據載后湖昭應廟祀奉池府王爺、六姓府、蘇王爺、李府王爺、媽祖、關帝聖君眾神尊。據載后湖是一個老聚落，明代萬曆年間（會元傳）許解即后湖人。而昭應廟始建於清嘉慶年間，始建至今經過多次修葺，廟額上立有湖山福主匾，廟中那一座木雕神龕是大清光緒甲午年孟夏，為后湖信仰中心。

議長洪允典與議員李應文、王秀玉一



金門縣議長洪允典偕議員昨前往金沙鎮官澳龍鳳宮、沙美萬安堂、后湖昭應廟參拜，向醫神、媽祖等眾神尊祝賀聖誕千秋，祈護地方安寧，議政順利昌盛！（議會提供）



記者楊水詠／綜合報導  
值逢農曆三月是保生大帝、天上聖母、蘇王爺等眾神尊聖誕千秋，主祀官廟舉辦平安醮慶活動，藉以祝壽和酬神祈禱，洋溢著廟慶熱鬧氣氛。金門縣議長洪允典與議員於昨前往金沙鎮官澳龍鳳宮、沙美萬安堂、后湖昭應廟參拜及行獻禮，向醫神、媽祖、王爺眾神尊祝賀聖誕千秋，並致贈爐敬金，祈護地方安寧，議政順利昌盛！

行，在昨首先來到金沙鎮縣定古蹟官澳龍鳳宮參拜天上聖母祝賀，龍鳳宮並舉辦平安醮慶，為媽祖慶生和酬神替地方祈福，洋溢著廟慶熱鬧氣氛。同時，議長洪允典祝禱媽祖慈悲護佑地方一切平安，所有村民樂業安康。天上聖母、媽祖林默娘，生於宋太祖建隆元年；相傳她初生時，紅光滿室，異氣氤氳，八歲就熟讀書，喜燒香禮佛，三歲得道，秘法、十六歲觀井得符，能布席渡海救人，並有隨從千里眼、順風耳，能救難於千里之外，有「海上守護神」之稱！

隨之，洪議長與議員王秀玉等人到沙美萬安堂參拜保生大帝，祝賀醫神聖誕千秋，祈護地方平安，居民安康。據悉，保生大帝又稱大道公，為閩南一帶所信奉的「醫神」，姓吳名本，於宋太宗太平興國四年三月十五日誕生於白礁鄉。到明代仁宗又被加封為「保生大帝」，畢生心繫民間疾苦，行醫濟世，具有慈濟精神及有醫神之稱！

在後湖昭應廟參拜時，洪議長由議長主任陳勵志、總務主任王坤坤、秘書陳福、陳成勇、人事管理員翁文明陪同，與各主管陪祭，循古禮行獻禮儀式，場面莊嚴隆重，並敬獻爐敬金，祝醮慶活動順利功德圓滿，地方平安順遂，議事順暢，促進縣政建設更

**海峽** 兩岸船運 大陸進口貨運

公司LINE / 082335113  
公司微信 / 0977066338  
電話 / 082-335113 傳真 / 082-336867  
石井收貨地址 / 石井鎮進港路雄風路240號  
大陸收貨電話 / 伍小姐 13799560463

**群力建設房屋** 2010-03-09 09:18:07

房地產、營造、地政、估價、代辦、買賣、租賃、抵押、貸款、信託、保險、法律、會計、翻譯、設計、裝修、園藝、寵物、美容、健身、教育、培訓、諮詢、服務、其他。

http://blog.xuite.net/ljimkm2/twblog

**山峰防水人力工程**

浴室屋頂漏水抓漏工程  
人力搬家、打掃清潔  
油漆工程、拆除工程  
徵工作伙伴 日薪1,300起  
請洽張先生：082-328554  
0906957795  
金寧鄉伯玉路二段193號

**萬法仙宗濟賢宮**  
執事服務項目

一、陽宅地理風水勘輿、沖煞、壁刀化改  
二、神明開光點眼、安座、安爐、安祖先  
三、新建地方位坐山、分金、無主陰陽超渡  
四、收驚、擇日、卜卦、要靈、意外亡靈超渡  
五、墓地風水、立墓碑坐山、選塔位方位

宮主李緯林 法號無玄執為服務  
住址：金寧鄉下堡81之2號  
電話：0919-131-068、326-538

**水塔清洗**  
水電、熱水器  
淨水器、排水不通、冷氣  
(安裝保養、修理)  
TEL: 0935865803

**MOMA莫瑪傢居**  
371-360, 0937859719 大學路53巷16-1號

美的作品 精品家具

繪見幾米系列寢具第二件七折  
綠建材、環保健康系統櫃

**初乳生命營養素**  
誠徵經銷商

0931-594350  
地址：金寧鄉山后路32號

**依多樣服飾店**  
冬裝全面出清

有國中生運動褲、牛仔褲  
可刷國民旅遊卡  
可收交通券、振興券  
地址：民族路28號  
電話：325180  
早上10:30營業到晚上九點

**永昇門窗**  
防火石膏磚

鐵屋、快速捲門、防火門  
陽台凸窗、採光罩  
氣密窗、欄杆  
各式門窗、鐵件加工  
0912-578-305

**YAMAHA 音樂團班**  
4-7歲 幼兒、兒童  
每月4月、10月開課  
預約FB:金門全音 YAMAHA音樂教室  
320532 金寧鄉山后路32號

# 支持地方創生 縣農會試賣文創商品



金門縣農會已經不再只有農產品了，為嘉惠地區文創工作者，並且提供遊客不一樣的旅遊伴手禮，農會超市規劃二個專櫃，試賣文創商品。

（金門縣農會提供）

## 中小企業創新研發補助計畫

### 4/26 舉辦說明會

中小企業創新研發補助計畫說明會暨撰寫課程將於四月二十六日舉辦。

（建設處提供）

金門縣政府建設處辦理「地方產業創新研發補助計畫」（地方型SBIR），預計於四月二十日起五月二十日止受理申請，以協助縣內中小企業強化創新研發能力、發展具潛力之地方特色產業與產品，鼓勵產業與學研單位合作，培育在地人才，加速地方產業轉型、提升在地產業競爭力。

建設處表示，為使地區中小企業有效運用地方型SBIR計畫資源，提升企業研發創新能力，降低研發風險，將於四月二十六日上午十時至下午四時三十分，假金門創新研發中心辦理說明會及講授課程，當日活動請全程佩戴口罩，並配合防疫管控措施。此次特聘講學專家進行實務及經驗分享，提供廠商了解地方型SBIR計畫申請流程及計畫撰寫方向。

縣府建設處指出，地方產業創新研發補助計畫（地方型SBIR）目的為鼓勵本地中小企業進

記者李增江／綜合報導

金門縣農會已經不再只有農產品了，為嘉惠地區文創工作者，並且提供遊客不一樣的旅遊伴手禮，農會超市規劃二個專櫃，試賣文創商品。

（金門縣農會提供）

記者李增江／綜合報導

金門縣政府建設處辦理「地方產業創新研發補助計畫」（地方型SBIR），預計於四月二十日起五月二十日止受理申請，以協助縣內中小企業強化創新研發能力、發展具潛力之地方特色產業與產品，鼓勵產業與學研單位合作，培育在地人才，加速地方產業轉型、提升在地產業競爭力。

建設處表示，為使地區中小企業有效運用地方型SBIR計畫資源，提升企業研發創新能力，降低研發風險，將於四月二十六日上午十時至下午四時三十分，假金門創新研發中心辦理說明會及講授課程，當日活動請全程佩戴口罩，並配合防疫管控措施。此次特聘講學專家進行實務及經驗分享，提供廠商了解地方型SBIR計畫申請流程及計畫撰寫方向。

縣府建設處指出，地方產業創新研發補助計畫（地方型SBIR）目的為鼓勵本地中小企業進

## 明4/18 停水公告 受影響區域請預先儲水

金門縣自來水廠發布停水公告，停水時間：11年4月18日（星期一）上午9時至下午4時，停水影響供水之區域如後：金門縣消防局、金寧中學校、安岐十字路口（靠山社一帶）。

自來水廠為辦理金門縣林路及榜林自來水管線工程，管線更新及老舊管線汰換，訂於11年4月18日辦理停水施工作業，屆時請用戶預先儲水備用，期間將會影響用戶用水，復水後自來水水壓、水質有不穩定之現象，請多加包涵，若有任何問題，請撥免費付費專線：8800-0021-171，水廠將派員前往處理。

另外，11年4月18日（星期一）下午1時30分至4時30分，停水影響供水之區域如後：金湖鎮太武山、擎天及金剛堡管區駐軍、植物園及太武山公墓區。

自來水廠為辦理陽明加壓站自動電動閘更換工程，訂於11年4月18日辦理停水施工作業，屆時也請用戶預先儲水備用。

## 4/18起金城鎮公所展開轄區消毒

記者李增江／綜合報導

時序又進入春夏交替季節，近日氣溫回升，正是小黑蚊及登革熱病媒蚊好發季節，金城鎮公所除了已啟動了相關防疫的環境整頓外，並自本（4月18日）起加強辦理「社區清除病媒」行動模式，請鎮民共同配合，確保健康一夏。

金城鎮長李誠智表示，請社區民眾主動做好居家環境管理，徹底清除家戶內外孳生源，並於降雨過後再次巡檢，如有孳生源，應於貯水容器上蓋或加裝細紗網，以及每週刷洗容器內壁，避免孳生蚊蟲，以澈底消除任何可能的傳染管道。

李誠智表示，「社區清除病媒孳生源及環境消毒工作」，首先請社區利用環境清潔日動員志工，消除環境孳生源，再由清潔隊輔以藥劑防治。

藥劑防治僅具短期抑制效果，唯有清除病媒蚊之孳生源，才是防治小黑蚊和登革熱最重要的防治方法。但這些工作不能單靠清潔隊，必須社區及民眾共同參與，才能事半功倍。將居家附近廢棄的罐子、瓶子、輪胎等，集中後交由清潔隊清除，不用的石臼可先放置沙包，避免積水，至於地下室若有積水應抽乾，並施用殺蟲劑、清潔劑、油等，以確保病媒蚊不會孳生。

清潔隊表示，自4月份起排定赴各里的藥劑防治日程如下：4月18日東門里，4月19日20日南門里，4月21日22日4月21日里，4月25日北門里，4月26日27日28日里，4月29日金水里，5月2日3日古城區，5月4日5日6日珠沙里。清潔隊表示，防治消毒期間若因天氣因素而延誤，會在天氣穩定後逐日補上各社區、各里的藥劑防治消毒。

再往下看，花紋布做成的帽子、福袋等也很吸引新手的媽媽的目光，金門傳統的避邪聖物，在邱小姐的巧手下，用不同型態呈現在消費者眼前，不僅美觀、實用，也突顯在地文創新精神，因為文創就是一種文化的傳承。

常常有人是為了買雞蛋、牛奶或安全蔬果而到農會消費，如果您不趕時間，也可以駐足細看，這特殊的心血結晶，而農會的改革、創新、整合在地特色，也獲得不少好評，也藉由地點的優勢，讓更多人愛上金門的獨一無二。

縣農會理事長許玉昭表示，文創是傳承地方文化特色的精髓，農會在支持地方文化創生有一定的責任跟義務，能提供一個平台給這些年輕人，肯定他們的創作，也是與有榮焉。

## 金沙鎮代會臨時會落幕 審議通過2項代表提案



金沙鎮民代表會第十二屆第十七次臨時會，共審議通過二項鎮代表提案，期間也前往實動忠孝區域排水支線等。（金沙鎮公所提供）

記者陳麗好／金沙報導

金沙鎮民代表會第十二屆第十七次臨時會，於4月15日圓滿落幕，共審議通過二項鎮代表提案。會中鎮公所說明與為來區縮短、鎮公所應定期監測並研議辦法，爭取各級單位經費補助改善。代表呂寶玉表示，金沙公墓已經趨近飽和，建議公所陳報縣府爭取金沙公墓與建豐骨塔，一方面可以解決金沙公墓飽和問題，同時也可解決部分民眾需求。

會中，針對金沙鎮合宜住宅及社會住宅推動情形，建設課也盤整分析法規以及其他縣所推動之情形提出專案報告指出，公所除了特別盤整金沙鎮細部計畫範圍內既有之住宅區用地，經評估存公有地範圍不足等因素恐難推行，故目前盤點主要計畫範圍面積較大之公有地，具開發可行性之區域，並且於評估後請縣府執行都市計畫變更程序，公所將持續追蹤進度，以利落實住宅政策及居住正義。

有關金沙鎮與新市島來區縮短姊妹鎮，金沙鎮公所也說明，新市島來區公所為原住民自治區，新市島來區公所及區民代表會，於去年此時節（4月12至14日）派金沙鎮參訪後，於7月底來函表示，期與金沙鎮公所簽訂合作備忘錄締結姊妹鎮。且金沙鎮民代表會第12屆第13次臨時會通過提案，即投入相關籌備工作，去年9月發函島來區公所及發函金門縣政府核備，訂於今年11年度至島來區公所締結姊妹鎮。

金沙鎮民代表會第十二屆第十七次臨時會，於4月15日進行第三次議程，無庸動議案及人民情願案，圓滿落幕。此次會議期間所會也下鄉前往勘察忠孝區域排水支線，匯流區域有淤塞情形，將由公所協助清理。而鎮代表發言踴躍關心各項鎮務發展，關切金沙鎮綜合社福大樓目前執行進度，同時也建議公所各項議案之推動前，內部要先做好功課，洽詢相關單位並評估可行性，再擬定方向及執行與否。主席周水土也總結此次會議指出，期許公所團圓更主動積極推動各項鎮務，對於洽公民眾來親切有禮，讓鄉親感受更好的服務。

## 金湖社福中心脫貧業務會議 盼促成跨網絡合作

記者林宜／金湖報導

金門縣政府金湖社會福利服務中心於15日上午9時假金門縣衛生行政大樓3樓大會議室召開「111年第2次脫貧業務外督會議」，由社會處處長李品宣主持，邀請跨網絡夥伴共同與會，包含：勞動部勞動力發展署北基宜花金馬分署金門就業中心、金門縣學生輔導諮商中心、財團法人福建更生保護會、該處家庭暴力暨性侵害防治中心及社會福利科等，期促成跨網絡協同合作。

社會處說明，該次會議特別邀請銘傳大學公共事務學系助理教授李靜玲介紹「我國現行脫貧政策推動」，藉由講師的授課提升網絡夥伴的相關專業知能，以及初步介紹金門縣社務政聯合就業服務計畫，網絡間一起交流並討論合作機制，期待藉由社政端提供福利服務，結合勞政端提供的就業服務，由兩端不同服務體系共同協力，以此提升低/中低收入戶、脆弱家庭等家中有工作能未就業者，投入就業市場甚至穩定就業的成效。

社會處處長李品宣表示，以外聘專業督導方式進行，促進提升社工知能及讓社工與就業服務雙方更了解彼此的工作流程、服務工具，並藉由外聘督導導師與社工、就業員一起進行討論，一方面針對個案討論服務方法、會議技巧，另一方面也討論社務政合作之工作流程，期能提供求職者個別化、專業化、精緻化的就業服務。

銘傳大學產學暨推廣處「111職業安全衛生學分班」金門假日專班，即日起受理報名，課程聘請專業師資，課程分成2年完成，透過繁實的課程安排與訓練，使結訓學員具備「工業安全技師、職業衛生技師、甲級安全（衛生）管理師、乙級職業安全衛生管理員」考試統整及作答能力，歡迎年滿18歲以上或高中職畢業或具備報考大學學士班同等學力資格者，踴躍報名。

銘傳大學產學暨推廣處開設各類專技學分班，並將開辦「111職業安全衛生學分班」金門假日專班，訂於7月23日起，採本地上課。銘傳大學表示，為協助學生能在有限的時間內有高效率的準備「工業安全技師、職業衛生技師、甲級安全（衛生）管理師、乙級職業安全衛生管理員」，自全台灣聘請考驗經驗之專家、名師，並且在專業科目上獲得高分的佼佼者，講師群結合多年考試、職安歷練及輔導專業單位實務經驗，分別在所擅長的科目中分享答題技巧與寶貴經驗，合力打造最優質學分班，讓考生能在最短時間內藉此提升學識與邏輯概念，結合理論與實務之答題方式，掌握答題方向及技巧，順利通過考試。

銘傳大學說明指出，「111職業安全衛生學分班」金門假日專班，限額60名，採網路報名，課程自11年7月23日起，每週六、日上午8時至12時，下午1時至6時。每學分收費3400元，凡5月15日前報名享學分費早鳥優惠價9折，每學分費用1600元，雜費另計，每人2000元。請有意報考者，逕至銘傳推廣網站https://pse.s/43vtd下載報名表，於填妥後，e-mail:info@mail.mcu.edu.tw，以完成報名程序，並請於規定期限內繳費，逾期不予受理。

銘傳大學也提醒，有意報名者歡迎至銘傳大學網站下載招生簡章，網址為https://pse.s/43vtd，如有疑問可電洽：02-28824564#3204，蕭小姐或082-355233#306簡小姐。



金湖社會福利服務中心於15日上午假金門縣衛生行政大樓3樓大會議室召開「111年第2次脫貧業務外督會議」。（金湖社會福利服務中心提供）

民曆紀事

喜神：西北  
財神：正東  
日煞：南方  
日沖：馬9歲

宜 祭祀 開光 齋醮

不宜 嫁娶 作灶

# 歡迎訂閱金門日報

戶訂區台  
六個月以上  
郵資免  
費每月訂  
費180元

郵政劃撥  
帳戶金門  
日報社帳  
號17768530

刊登廣告  
訂閱報紙  
請洽：本社經理部

電話：332374  
傳真：330884

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  
敬請踴躍刊登本報·訂閱本報  
本報並具有資料收藏保存參考之價值



每回返鄉，踏上下機階梯，深吸一口氣，嗯很舒服。

空氣中充滿熟悉溫暖的味道，然，因為舌尖貪婪一定先想接下來吃什麼好呢？蚵仔煎、蚵仔麵線、紅粿、膨阿粿、糕仔、土生土長的花生……什麼好呢？阿美姐說紅粿、糕仔聽起來不怎麼樣，別理她，她是沒

## 舌尖上的老食物

◎牧羊女

吃過的土包子。反正一定要買。

話說紅粿、膨阿粿向來是二嫂幫我張羅，尤其紅粿，以往到貞節牌坊附近商家都買得到，近年聽說換第二代經營，沒有「良辰吉時」是買不到的，年輕人或許辛苦或許煩了沒做，所以二嫂都要提前打電話訂。我最愛吃的那款聽說來自古寧頭。為何不天天做？有一次我連續三天問代售商家，不是一早賣光，就是沒進貨，失落的心情鬱悶極了，如此普通的嗜好竟也落空。做粿是很辛苦，可如此多忠實客戶，可以大量經營呀，如若企業化製作，銷路一定非常好，只要品質維持原本水準。

近日因文學豆梨季之故，大夥夜宿金城某飯店，晚上檢討白天行程，阿寶大方把唯一一盒蒸來與眾人分享，阿美姐一吃，天啊，這美味如何形容？莫非上蒼所賜？從此戀上紅粿且成為忠誠食客。

紅粿原本每家都能做，因為製作過程繁瑣，粿母要發酵，粿皮要揉到剛好，花生黃豆綠豆小麥……各種材料攪拌當餡，看似容易實則不容易，如果我家人做，會建議二嫂菜園邊的大黃槿（粿葉）摘來墊著紅粿再到灶上蒸，香氣濃郁比之塑膠紙又香又無毒，自己百無一用只用一張嘴做粿罷了。

可惜時代進步也淘汰了許多人具備的能力，一切簡化，買得到何需自尋煩惱，膨仔粿也一樣。

記得就讀金門高中時，大哥在農會上班，他以為我這小妹堪造就，花錢讓我住校，所以我與小金門同學特別親近，每晚同一宿舍，混著混著感情忒好。偶有相約闖出校門的違規行為。可說大哥誤判，我的心思沒有在課本，每天想趁教官看不見，和同學溜出校園外面，當後浦人真好，有肉粽大王、煎餃大王、鹹酥餅、索阿鼓……等等，這樣的人就知道日後會辜負大哥的。

# 宏仁十年，日日紅嬰

——訪呂愛治談天主教宏仁診所

◎洪春柳

民國59年（1970年），聖母聖心會范普厚蒙席來金門，與徐國禎神父合力以教育和醫療來推動金門的傳道志業，天主教會在金城興辦了育英托兒所和宏仁診所，范蒙席用心籌錢，徐神父用力作工。

民國63年（1974年），宏仁診所開張，以婦產科為主。因環境乾淨，服務親切，是當時地區婦女們首選的生產處所。幾年間，天主教用於宏仁診所的經費高達新台幣千萬元，這些錢，都是范蒙席一手籌措。但收費低廉的宏仁診所，終因不堪虧損，於民國72年宣告結束。

本文特訪曾在宏仁工作近十年的呂愛治女士，回顧此1970年代戰地金門的天主教診所。

「愛治女士還記得當年進入宏仁診所工作的背景嗎？」

「宏仁診所於民國63年8月開始營運，我是10月份進入工作。當時，父親朋友正好承包教會工程，因緣際會，介紹了這份工作，沒有應徵過程，我直接被通知上班。

當時，我既不想離開家鄉，在金門能有份工作，就非常滿意了，何況教會環境好、診所薪水高，記得我的起薪是月俸2000元，當時縣政府一般非正式雇員的月俸是1600元左右。

早期，診所曾派人赴臺學檢驗、四角號碼，受訓的人員因診所初開張，還要幫忙打掃、整理環境，故離職。但我接下此份工作時，診所已請了二位清潔工阿嫂，所以我也沒被勞動到。

宏仁診所所有兩層樓，樓上一般門診部，有產檢、內科等部門，樓下是產婦房，大概有10—12張產婦床。我在樓上的門診部工作，正常上下班，中午可回家吃午餐、睡午覺。至於樓下產房部門的照護人員，則是三班制，日班、小夜班、大夜班。」

「宏仁診所十年，曾與那些神父、修女共事？」

「印象最深刻是徐國禎神父、柴修女，他們兩人除了診所，也負責教會那邊的工作。至於診所的產檢、接生，主要由石修女、梁修女、楊修女、梅修女等負責。

在馬祖被暱稱為「石姆姆」的石修女，她在去馬祖之前，曾在宏仁約7、8年，與洪勤慎女士一起處理些診所進口物品的申請雜事。洪勤慎人漂亮、氣質好、口才佳。我因膽小，一直不敢進產房，有一次，跟石修女進去，始知紅嬰兒是像螺絲般旋轉出母胎的。

較特殊的是王金仁修女，她是國外的婦產科博士，產檢室就在我掛號、出納旁，因修女講話有些外國腔調，產婦聽不太懂，有時，我會充當翻譯，把王醫師的話再作重述，因此，我和診所民

衆的接觸還頗多。

「宏仁診所是天主教診所，除了神父、修女外，還外聘了那些非神職人員？」

「除了神父、修女，宏仁診所還有醫生。最早期有位從臺灣來的外籍金大夫，記得他常作盤林西林測試。金大夫返台後，再聘請於金城莒光路開西藥房的郝大夫，郝家住在育樂中心附近。

有一次，我為了試測自己的膽量大不大，故意觀看郝大夫如何在急診室處理被狗咬傷的小男孩，近距離看了打麻酔針、縫合傷口的過程後，沒想到，一出急診間，我竟嚇得暈倒。

此外，診所還聘有護理人員數名，門診部一名正牌護士，產房二名正牌護士，此外，尚有數位在地受訓的年輕女子，先後有張秋芬、洪麗雲、周珍珍、許美玉、鄭綺玲、陳寶金、曾碧慧、沈素金、侯真理、蔡麗華……等等，她們輪流照顧產婦、嬰兒，幫忙門診工作，如跟診、檢驗、送病歷、藥房。

民國72年，宏仁診所先關樓下產房，再關樓上門診部。所以，我與郝大夫是最後離開診所的。」

「金門民眾對宏仁的評價既高，接受度也強，宏仁診所為何經營不到十年即結束？」

「金門民眾對宏仁診所的評價的確很高，因為教會診所，環境非常乾淨，修女們和藹可親、笑臉迎人，護士也很親切，服務態度好，當時金門地區的產婦幾乎都來診所生產，除非胎位不正，或特殊情況才會到山外衛生院。

但診所對病患的收費不高，付給醫生的薪水卻很優厚，幾位護士、助理小姐的人事費也不低，入不敷出，這可能是造成它關閉的主因吧？」

「在宏仁工作，有什麼特別的記憶嗎？」

「猜測生男生女和茶點時間。」

民國60年代的金門，因為避孕觀念尚不普及，一般婦女自然生產，平均隔兩年生一胎，產婦生孩子如生雞蛋，一胎又一胎，一位產婦十年內連續在診所生下二、三個小嬰兒是常事。

宏仁每日新生產兒有3至4位，天天都很熱鬧，而且，一陣子連續生男，一陣子連續生女，哥兒們、姐妹們相約投胎似地。當時，山外衛生院常在宣導「兩個孩子恰恰好，一個孩子不嫌少」，強調順從天意的天主教宏仁診所倒是沒有這樣的宣導活動。

那是個極度重男輕女的年代，人間生子，第一句話問的往往是：「男的？女的？」一聞生男，則說「恭喜！恭喜！」一聞生女，問者就沉默以對了。

我和鄭綺玲同事喜歡玩「猜男猜女」的遊戲，先偷偷地在病歷上寫下預測男、女，然後驗證之



，我們以歌謠為憑，唸唱：「七七四十九，問娘何時有？除去母年齡，再加一十九」，數字加加減減後，所得若單數則生男，若雙數則生女。奇妙的是，猜中率竟然高達八成以上。

此外，洋派作風的宏仁診所，上班期間講求「茶點時間」，一天兩次，早茶上午10：00，午茶下午3：00。我們雖沒有吃茶點的習慣，但上班時間能暫停下來喝杯茶、咖啡，還是讓人很放鬆舒服的。

「宏仁十年，對妳日後的生活行為、態度有影響嗎？」

「行為方面：常洗手、多喝水；態度方面：敬業認真，待人客氣。

宏仁診所剛開幕時，台北聖若瑟醫院派了幾位護士來支援，護士教導我們正確洗手方法。教會是很先進的，那時宏仁已有飲水機、冷氣機的現代設備，用玻璃杯裝著熱水，暖暖手，再喝一口保保暖，很舒服。我在不知不覺中養成常洗手、多喝水的習慣。

離開宏仁後，我到臺灣找工作，因有十年宏仁診所的經歷，很順利地應徵入小兒科診所。我以修女為標竿，工作認真，態度客氣，視病如親。小朋友一來，很容易成為多年的小客戶，熟悉彼此。

我喜歡小朋友的童言童語，例如：有一次，我要某小男孩在病歷卡上寫電話號碼，小男孩竟天真叮嚀：『阿姨，妳打電話給我我要下午4點以後，那時，我才會下課回到家。』還有位小男孩告訴我：『阿姨，看完醫生，我哥哥會幫我吃藥。』

總之，宏仁十年，是我一段美好的工作歲月。」

激盪出各種風情萬種特別感受。

這些體悟，在年輕時，我也不懂，及至年過半百，暫歇腳步，驀然回首，才驚覺搭乘的這輛人生列車跑得過急過快，每天汲汲營營匆匆往來，錯過太多值得珍藏和欣賞的人事物景。我曾後悔過也懊惱過，當時為何沒有好好把握，當時為何如此魯莽決定，但人生無法重來一次，老是自怨自艾，終其一生充滿悔恨，太苦了，也不智。

所以，「努力向前看」是我接下來人生的指標，擺脫前塵往事束縛壓制，累積正能量走出新視野；「多留神向旁邊看」是我未來生活的掣制，認真的過每一天，珍惜當下的分分秒秒，讓生命能活得璀璨且無愧無悔。

，下腰，終場推甩層層陰霾，天空再度回歸亮晃晃的。

人一旦工作忙碌，總擔心來不及做不完，死亡的埋首苦幹，老愛跟時間賽跑，根本無暇顧及周遭環境變化，因此錯失不少良辰美景。所以懂得忙裡偷閒的人，是幸福的，是睿智的，因為繃得過緊的橡皮筋容易斷，適度解壓適度休息，方能走得更遠更久。

而身邊這些或不起眼一景一物，卻是掬手可得療癒聖物，它們雖平凡卻很美麗，只要肯靜下心來用心體會，就能

## 璀璨人生

◎郎英

2021年的蟬，特別安靜，往年此時，天未全亮，蟬聲就已喧嘩，日正當中響徹雲霄，即便入夜也是蟬韻不斷。然而當鳳凰花火紅盛開，群蟬卻不見蹤跡，靜悄悄的，感覺盛夏，似乎少了一點味道。

不過也因蟬的蟄伏，讓低調悠揚鳥鳴得以優雅登場，啾啾啾……咕咕咕……喳喳喳……雖分不清出自哪種鳥兒，但又何妨，只要是賞心悅耳的聲音，就是天籟。閉眼聆聽，搭配南風，整個人感覺有些微醺飄飄然，心很平靜也很舒服。

因疫情趨平穩，女兒結束居家辦公，這家，又剩下我一人，沒有人與人之間攀談對話，只剩窗外呼嘯而過機汽車引擎聲，樓上穿牆而來桌椅拖拉

聲，中庭飄揚而上潺潺水瀑聲……日常生活中尋常不過的聲音共振，卻為靜謐宅居帶來生命波動，也在我腦海裡排演幕幕推演劇，讓獨居生活不那麼無聊孤單。

此時遮陽板上傳來滴滴答答聲響，下雨了，是夏日典型的午後雷陣雨，來得快，去得快，還來不及收整曝曬衣褲，亮黃陽光就從烏黑雲緣掙脫灑洩，像鑲了金邊的荷葉裙，閃耀著，舞動著，蹦達著，陽光烏雲連袂擁擠，不斷變換各種舞步，旋轉

後來從台灣海峽出發，成為離鄉遊子，漫漫長夜思啊想啊，那有什麼家鄉味可饌養，交通也不發達，家在海的那一邊，路途遙遙，我又如此好逸惡勞，不肯也不會自己動手，只能將就台北市場買的東西，只是類似食物，沒有母親的味道，試了幾次那些類老食物，確知此物非彼物，碰也不碰它們。明知返鄉一趟簡直難如上蜀道，一切的一切盡藏在夢境裡，青絲都染白了。多年以後終於回家的路順暢多了。

說起這些老食物，當年因為生活貧困，零嘴是奢侈品，可一路走到今天，誰能告訴我，為何腦海總是盤旋著老食物，想著想著趕緊提個行囊回家。

回家理由甚多，以味蕾懷想最叫人心動。春分季節，欣欣向榮的田野，綠意盎然百花齊放，脫下秋天惆悵，冬日酷寒遠走，風從枝桠嫩綠穿過，暖陽與綠色草原結合，鋪上塑膠布，一家人圍坐草地上吃一些老食物，畫面歡樂又懷舊。

看了烏俄戰爭，我們也走過烽火，回望彼時只能擲筆一嘆。承平日子過久了，幾乎忘了那一頁曾經，整天減肥掛嘴巴。烏俄之戰帶來最大領悟是不用減肥，減肥只是名詞，不是動詞。

## 木棉

聽說……  
春風吹白了季節  
暮春飄落飛雪

我去了南方賞雪  
賞紅色的雪  
花紅似火  
一地木棉蒸熟了天空

棉絮迎風  
恰似白雪紛飛瀟灑  
額頂汗珠沁流  
頃刻結成霜  
我的鬢邊耳際都染白了

◎洪文鍊

南風吹來相思  
往事向北方漂流  
北迴歸線畫下一道記憶  
那時青春正盛  
從軍的身影已經離去  
蹂躪著夏日豔陽  
哼唱著空軍軍歌

聽說……  
南方又下起雪  
木棉被風到空中  
飄盪

## 原來

◎傅安國

人生短短幾個秋，  
在晨昏之間走著走著，看到了原來。

原來風花雪月的不變是常態中的四季，  
原來壯志豪情的凋敝是飲醉醒醒的孤獨。

遠方，似已難尋無憂年少，  
眼下，悲歡離合如夢變遷。

多少愁情能夠在綠葉枯黃時隨風俱散？  
多少過往可以在青衫紅袖間重拾美好？

人生漫漫路長遠，或許在某個所謂的命定之說裡，  
頓悟了春秋，瞬間。

原來，紅花綠葉本是如此。

## 【小說連載】塗猴

◎陳長慶

「自從塗猴來予恁招了後，恁一年冬的五穀母知加收成倍最，恁敢有認真算過？若無伊掙力忤種作，靠恁狗屎也一個人，安忒敢有通收幾落十擔？塗豆敢有通收幾落布袋？若無予人食飽，敢有氣力通上山去種作？恁母仔困著摸摸良心看覓，毋通對人彼呢刻薄啦！」來福嬌婆毫不客氣地說。

「來福嬌仔，一家一家代，汝老歲仔食予飽、穿予燒較要緊，賭的毋免汝來管。塗猴來予阮春嬌招，等於來予阮做团，老母教团是天經地義的代誌，我勸汝顧好汝家己，阮第的代誌毋免汝管！嘛毋免汝來做家婆！」狗屎嬌仔不屑地說。

「汝目睷我展予金，我這個嬌婆毋是做假的，勸恁母仔团毋通軟土深掘，若無逐家才來試看覓！」來福嬌婆警告她說。

「試看覓就試看覓，啥驚哈咧！」春嬌不屑地說。  
「汝這個死查某鬼仔，著共我較差不多的，毋通袂記的塗猴是恁翁！汝今仔日毋爾無欲圍伊，攔聯合恁老母來欺負伊，汝按呢敢著？敢有天良？毋通袂記的汝已經大腹肚啦，腹肚內的因仔敢毋是塗猴的種！」來福嬌婆提醒她說。

「我這世人衰三代，腹肚內才有這隻天壽塗猴的種，若是生一個像伊馬臉、蒜頭鼻、暴牙又擱喙臭的团，到時我一定欲共伊招死！」春嬌狠心地說。

（一七）



# 台帛海巡合作里程碑 台南艦應邀巡護海洋大會



左、台灣青年代表陳懷璞(右2)與各國青年代表相互交流及學習；右、海洋委員會蔡清標政務副主任委員(右)與駐帛琉黎儀大使(中)於帛琉海域放流海龜。(外交部提供/中央社)

## 張子敬特使訪帛琉 會後參訪活動處處看見台灣



環保署長張子敬(第一排中)率外交部政次田中光(右5)、駐帛琉大使黎儀(右4)、海委會政務副主任委員蔡清標(右3)、國合會秘書長項恬毅(右2)、海保署署長黃向文(右1)、與帛琉國務部長Gustav Ariano(左5)、基建部長Charles Obichang(左4)和海巡人員一同於台南艦前合影。(外交部提供/中央社)

【中央社記者黃雅詩台北16日電】本屆海洋大會在友邦帛琉舉辦，台灣獲邀派遣海巡巡邏艦「台南艦」前往與帛琉海巡巡邏艦共同執行海上維安任務。特派團長、環保署署長張子敬今天與帛琉官員共同主持升旗典禮，見證台帛兩國海巡合作新里程碑。

外交部指出，張子敬今天與帛琉公共基礎建設部長歐比揚(Chark Obichang)共同主持升旗典禮，出席見證者包括OCC團員、駐帛琉大使館及技術團全員，以及友邦帛琉、聖克羅斯、聖文森、貝里斯等駐台大使與僑胞代表。

外交部指出，中華民國與帛琉國旗在帛琉蔚藍天空下，伴隨兩國國歌聲冉冉升起，儀式莊嚴隆重，象徵兩國海巡合作的新里程碑。張子敬致詞時感謝「台南艦」遠赴帛琉完成巡邏任務，能在帛琉見到台灣海巡船艦感到相當驕傲。

【中央社記者黃雅詩台北16日電】帛琉海洋大會15日落幕，擔任特使出席的環保署長張子敬昨天與帛琉總統惠恩仁、各國代表參與一系列會後海洋保育參訪活動，從放生台帛共同復育的海龜，到來自台灣捐贈的戒護巡邏艇，處處都可看出台帛邦誼的深厚。

「我們的海洋大會」(Our Ocean Conference, 2022)期間，與帛琉巡邏艦共同執行海上維安任務。張子敬與外交部政務次長田中光等特使團成員昨天在會後應惠恩仁(Surangel S. Whips, Jr.)邀請，與各國代表共同參加一系列海洋保育參訪活動。

外交部今天發布新聞稿指出，惠恩仁與張子敬會談時，提到帛琉受到疫情影響，觀光客大幅銳減，聞名於世的帛琉海洋生態也得以休養生息，帛琉政府特別安排各國貴賓到帛琉珊瑚礁海域，將一批因為過度捕撈導致數量嚴重下滑的野生海龜放生。

這批放生海龜是台灣協助帛琉保育海洋生物的成功案例，去年在帛琉洛克群島發現這群幼龜，之後送到台灣水產計畫養殖中心順利育成。

外交部指出，帛琉政府並安排張子敬等各國貴賓參觀名列世界七大海底奇景的「水母湖」，惠恩仁到場親自解說此一海洋生態奇景。

外交部指出，張子敬與以色列、奧地利、德國、貝里斯、

【中央社記者黃雅詩台北16日電】本屆海洋大會在友邦帛琉舉辦，台灣獲邀派遣海巡巡邏艦「台南艦」前往與帛琉海巡巡邏艦共同執行海上維安任務。特派團長、環保署署長張子敬今天與帛琉官員共同主持升旗典禮，見證台帛兩國海巡合作新里程碑。

外交部指出，張子敬今天與帛琉公共基礎建設部長歐比揚(Chark Obichang)共同主持升旗典禮，出席見證者包括OCC團員、駐帛琉大使館及技術團全員，以及友邦帛琉、聖克羅斯、聖文森、貝里斯等駐台大使與僑胞代表。

外交部指出，中華民國與帛琉國旗在帛琉蔚藍天空下，伴隨兩國國歌聲冉冉升起，儀式莊嚴隆重，象徵兩國海巡合作的新里程碑。張子敬致詞時感謝「台南艦」遠赴帛琉完成巡邏任務，能在帛琉見到台灣海巡船艦感到相當驕傲。

張子敬並參觀國際合作發展基金會帛琉執行處的園藝、水產及禽畜計畫，與國合會秘書長項恬毅致詞時皆表示，感謝技術團推動台帛技術合作的辛勞，這些計畫更助帛琉提升糧食安全政策目標，凸顯台灣模式援助具有實質效益。

帛琉農漁暨環境部長Steven Victor致詞表示，這些合作計畫深獲帛琉人民肯定與支持，感謝台灣政府、駐帛琉大使館與技術團長期協助帛琉發展水產、農業技術。

張子敬中午與帛琉人力資源、文化、觀光及發展部長Zigraheles Imenichul共進傳統午餐，墨杜讚許台灣獎學金計畫協助帛琉培育社會新世代中堅力量，日後定將成為台帛友好關係的最佳代言人。

張子敬與代表團今天下午在帛琉國務部長艾古斯(Gustav Ariano)道別歡送，搭機返台。



【中央社記者黃雅詩台北16日電】總統蔡英文今天以錄影方式為「第11屆海內外台灣國是會議」致詞，肯定「世界台灣人大會」、「台灣國家聯盟」合辦這項活動，並強調只要國人繼續團結、打拚，台灣的未來一定會更好。

總統蔡英文今天以錄影方式為「第11屆海內外台灣國是會議」致詞，肯定「世界台灣人大會」、「台灣國家聯盟」合辦這項活動，並強調只要國人繼續團結、打拚，台灣的未來一定會更好。

總統蔡英文今天以錄影方式為「第11屆海內外台灣國是會議」致詞，肯定「世界台灣人大會」、「台灣國家聯盟」合辦這項活動，並強調只要國人繼續團結、打拚，台灣的未來一定會更好。

【中央社記者黃雅詩台北16日電】總統蔡英文今天以錄影方式為「第11屆海內外台灣國是會議」致詞，肯定「世界台灣人大會」、「台灣國家聯盟」合辦這項活動，並強調只要國人繼續團結、打拚，台灣的未來一定會更好。

總統蔡英文今天以錄影方式為「第11屆海內外台灣國是會議」致詞，肯定「世界台灣人大會」、「台灣國家聯盟」合辦這項活動，並強調只要國人繼續團結、打拚，台灣的未來一定會更好。

總統蔡英文今天以錄影方式為「第11屆海內外台灣國是會議」致詞，肯定「世界台灣人大會」、「台灣國家聯盟」合辦這項活動，並強調只要國人繼續團結、打拚，台灣的未來一定會更好。

【中央社記者黃雅詩台北16日電】中央流行疫情指揮中心宣布，自22日起凡參與不特定對象組成的旅遊團，旅客須出示3劑COVID-19疫苗接種證明。交通部長王國材(圖)16日在嘉義縣座談時指出，會協助旅行團、旅客拿回更多預繳團費。

【中央社記者黃雅詩台北16日電】中央流行疫情指揮中心宣布，自22日起凡參與不特定對象組成的旅遊團，旅客須出示3劑COVID-19疫苗接種證明。交通部長王國材(圖)16日在嘉義縣座談時指出，會協助旅行團、旅客拿回更多預繳團費。

【中央社記者黃雅詩台北16日電】中央流行疫情指揮中心宣布，自22日起凡參與不特定對象組成的旅遊團，旅客須出示3劑COVID-19疫苗接種證明。交通部長王國材(圖)16日在嘉義縣座談時指出，會協助旅行團、旅客拿回更多預繳團費。

【中央社記者黃雅詩台北16日電】中央流行疫情指揮中心宣布，自22日起凡參與不特定對象組成的旅遊團，旅客須出示3劑COVID-19疫苗接種證明。交通部長王國材(圖)16日在嘉義縣座談時指出，會協助旅行團、旅客拿回更多預繳團費。

【中央社記者黃雅詩台北16日電】中央流行疫情指揮中心宣布，自22日起凡參與不特定對象組成的旅遊團，旅客須出示3劑COVID-19疫苗接種證明。交通部長王國材(圖)16日在嘉義縣座談時指出，會協助旅行團、旅客拿回更多預繳團費。

【中央社記者黃雅詩台北16日電】中央流行疫情指揮中心宣布，自22日起凡參與不特定對象組成的旅遊團，旅客須出示3劑COVID-19疫苗接種證明。交通部長王國材(圖)16日在嘉義縣座談時指出，會協助旅行團、旅客拿回更多預繳團費。

| 名城有線電視綜合台          |               |
|--------------------|---------------|
| 111年4月17日 CH33 節目表 |               |
| 07:00-08:00        | 名城報報          |
| 08:00-09:00        | 金門故事島 瓊轉金門    |
| 09:00-10:00        | 咱ㄟ好厝邊 新疆羊排手抓飯 |
| 10:00-11:00        | 金門頭家來開講 時事論壇  |
| 11:00-12:00        | 名城報報          |
| 12:00-13:00        | 金門故事島 瓊轉金門    |
| 13:00-14:00        | 金門縣社會福利報你知    |
| 14:00-15:00        | 島嶼紀行二         |
| 15:00-16:00        | 咱ㄟ好厝邊 新疆羊排手抓飯 |
| 16:00-17:00        | 金門頭家來開講 時事論壇  |
| 17:00-18:00        | 名城報報          |
| 18:00-19:00        | 金門故事島 瓊轉金門    |
| 19:00-20:00        | 咱ㄟ好厝邊 新疆羊排手抓飯 |
| 20:00-21:00        | 島嶼紀行二         |
| 21:00-22:00        | 金門頭家來開講 時事論壇  |
| 22:00-23:00        | 名城報報          |
| 23:00-24:00        | 金門故事島 瓊轉金門    |
| 24:00-01:00        | 咱ㄟ好厝邊 新疆羊排手抓飯 |
| 01:00-02:00        | 金門頭家來開講 時事論壇  |
| 02:00-03:00        | 名城報報          |

【中央社記者黃雅詩台北16日電】中央流行疫情指揮中心宣布，自22日起凡參與不特定對象組成的旅遊團，旅客須出示3劑COVID-19疫苗接種證明。交通部長王國材(圖)16日在嘉義縣座談時指出，會協助旅行團、旅客拿回更多預繳團費。

【中央社記者黃雅詩台北16日電】中央流行疫情指揮中心宣布，自22日起凡參與不特定對象組成的旅遊團，旅客須出示3劑COVID-19疫苗接種證明。交通部長王國材(圖)16日在嘉義縣座談時指出，會協助旅行團、旅客拿回更多預繳團費。

【中央社記者黃雅詩台北16日電】中央流行疫情指揮中心宣布，自22日起凡參與不特定對象組成的旅遊團，旅客須出示3劑COVID-19疫苗接種證明。交通部長王國材(圖)16日在嘉義縣座談時指出，會協助旅行團、旅客拿回更多預繳團費。

【中央社記者黃雅詩台北16日電】中央流行疫情指揮中心宣布，自22日起凡參與不特定對象組成的旅遊團，旅客須出示3劑COVID-19疫苗接種證明。交通部長王國材(圖)16日在嘉義縣座談時指出，會協助旅行團、旅客拿回更多預繳團費。

【中央社記者黃雅詩台北16日電】中央流行疫情指揮中心宣布，自22日起凡參與不特定對象組成的旅遊團，旅客須出示3劑COVID-19疫苗接種證明。交通部長王國材(圖)16日在嘉義縣座談時指出，會協助旅行團、旅客拿回更多預繳團費。

【中央社記者黃雅詩台北16日電】中央流行疫情指揮中心宣布，自22日起凡參與不特定對象組成的旅遊團，旅客須出示3劑COVID-19疫苗接種證明。交通部長王國材(圖)16日在嘉義縣座談時指出，會協助旅行團、旅客拿回更多預繳團費。

## 海內外台灣國是會議 總統：堅持守護主權與民主

【中央社記者黃雅詩台北16日電】總統蔡英文今天以錄影方式為「第11屆海內外台灣國是會議」致詞，肯定「世界台灣人大會」、「台灣國家聯盟」合辦這項活動，並強調只要國人繼續團結、打拚，台灣的未來一定會更好。

總統蔡英文今天以錄影方式為「第11屆海內外台灣國是會議」致詞，肯定「世界台灣人大會」、「台灣國家聯盟」合辦這項活動，並強調只要國人繼續團結、打拚，台灣的未來一定會更好。



總統蔡英文16日以錄影方式為「第11屆海內外台灣國是會議」致詞，肯定「世界台灣人大會」、「台灣國家聯盟」合辦這項活動，並強調只要國人繼續團結、打拚，台灣的未來一定會更好。(中央社)

【中央社記者黃雅詩台北16日電】總統蔡英文今天以錄影方式為「第11屆海內外台灣國是會議」致詞，肯定「世界台灣人大會」、「台灣國家聯盟」合辦這項活動，並強調只要國人繼續團結、打拚，台灣的未來一定會更好。

總統蔡英文今天以錄影方式為「第11屆海內外台灣國是會議」致詞，肯定「世界台灣人大會」、「台灣國家聯盟」合辦這項活動，並強調只要國人繼續團結、打拚，台灣的未來一定會更好。

【中央社記者黃雅詩台北16日電】中央流行疫情指揮中心宣布，自22日起凡參與不特定對象組成的旅遊團，旅客須出示3劑COVID-19疫苗接種證明。交通部長王國材(圖)16日在嘉義縣座談時指出，會協助旅行團、旅客拿回更多預繳團費。

【中央社記者黃雅詩台北16日電】中央流行疫情指揮中心宣布，自22日起凡參與不特定對象組成的旅遊團，旅客須出示3劑COVID-19疫苗接種證明。交通部長王國材(圖)16日在嘉義縣座談時指出，會協助旅行團、旅客拿回更多預繳團費。

【中央社記者黃雅詩台北16日電】中央流行疫情指揮中心宣布，自22日起凡參與不特定對象組成的旅遊團，旅客須出示3劑COVID-19疫苗接種證明。交通部長王國材(圖)16日在嘉義縣座談時指出，會協助旅行團、旅客拿回更多預繳團費。

【中央社記者黃雅詩台北16日電】中央流行疫情指揮中心宣布，自22日起凡參與不特定對象組成的旅遊團，旅客須出示3劑COVID-19疫苗接種證明。交通部長王國材(圖)16日在嘉義縣座談時指出，會協助旅行團、旅客拿回更多預繳團費。

【中央社記者黃雅詩台北16日電】中央流行疫情指揮中心宣布，自22日起凡參與不特定對象組成的旅遊團，旅客須出示3劑COVID-19疫苗接種證明。交通部長王國材(圖)16日在嘉義縣座談時指出，會協助旅行團、旅客拿回更多預繳團費。

【中央社記者黃雅詩台北16日電】中央流行疫情指揮中心宣布，自22日起凡參與不特定對象組成的旅遊團，旅客須出示3劑COVID-19疫苗接種證明。交通部長王國材(圖)16日在嘉義縣座談時指出，會協助旅行團、旅客拿回更多預繳團費。

## 河內街頭小販將被機器取代 輿論籲保存文化特色

【中央社記者黃雅詩台北16日電】中央流行疫情指揮中心宣布，自22日起凡參與不特定對象組成的旅遊團，旅客須出示3劑COVID-19疫苗接種證明。交通部長王國材(圖)16日在嘉義縣座談時指出，會協助旅行團、旅客拿回更多預繳團費。

【中央社記者黃雅詩台北16日電】中央流行疫情指揮中心宣布，自22日起凡參與不特定對象組成的旅遊團，旅客須出示3劑COVID-19疫苗接種證明。交通部長王國材(圖)16日在嘉義縣座談時指出，會協助旅行團、旅客拿回更多預繳團費。

【中央社記者黃雅詩台北16日電】中央流行疫情指揮中心宣布，自22日起凡參與不特定對象組成的旅遊團，旅客須出示3劑COVID-19疫苗接種證明。交通部長王國材(圖)16日在嘉義縣座談時指出，會協助旅行團、旅客拿回更多預繳團費。

【中央社記者黃雅詩台北16日電】中央流行疫情指揮中心宣布，自22日起凡參與不特定對象組成的旅遊團，旅客須出示3劑COVID-19疫苗接種證明。交通部長王國材(圖)16日在嘉義縣座談時指出，會協助旅行團、旅客拿回更多預繳團費。

【中央社記者黃雅詩台北16日電】中央流行疫情指揮中心宣布，自22日起凡參與不特定對象組成的旅遊團，旅客須出示3劑COVID-19疫苗接種證明。交通部長王國材(圖)16日在嘉義縣座談時指出，會協助旅行團、旅客拿回更多預繳團費。

【中央社記者黃雅詩台北16日電】中央流行疫情指揮中心宣布，自22日起凡參與不特定對象組成的旅遊團，旅客須出示3劑COVID-19疫苗接種證明。交通部長王國材(圖)16日在嘉義縣座談時指出，會協助旅行團、旅客拿回更多預繳團費。



街頭小販是越南的文化特色之一，河內市計劃用自動販賣機取代街頭小販的政策引來討論，有些人認為應該要保存街頭小販文化，有些則認為街頭小販影響市容與交通安全。圖為河內市的街頭水果小販。(中央社)