

縣長：解密天福合約的決心、底線、承諾不變

中華郵政特准掛號為新聞紙類
 社址：金門縣金湖鎮成功村一號
 服務電話：(082)332377、(082)332374、(082)332376
 傳真電話：(082)332375

金門日報

第二〇九五八號

KINMEN DAILY NEWS

發行人：陳榮昌
 社長：陳榮昌

今日二大張售新台幣六元

印刷者：本報印刷廠

農曆紀事
 喜神：正南
 財神：正西
 日煞：東方
 日沖：羊33歲

宜：開光 齋醮 裁衣 祈福 沐浴 牧養

不宜：作灶 安葬

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
 0988-262-115(洪主任)

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

金門縣路燈道路維護
 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



針對解密天福合約，縣長陳福海再度宣示，競選時期提出解密天福合約的決心不變、底線不變、承諾不變。(縣府提供)

記者翁維智／縣府報導

縣長陳福海就競選百日進入倒數2週，縣府團隊也陸續調整有關縣長競選政見轉化為施政項目的進度，在競選主軸之一項「三週復航順利上陸後，另一項「解密天福合約」的進度，陳福海在近日進行幕僚例會時，再度宣示，競選時期提出解密天福合約的決心不變、底線不變、承諾不變，要求兼任金門酒公司董事長的副縣長李文良儘速與法務部研商，希望透過談判公布大陸天福集團與廈門金酒簽署的保密合約。

據了解，金酒公司為了推廣廈門地區酒業務，2004年在廈門註冊全資子公司「金門酒廠(廈門)貿易有限公司」，近20年以來，相關的經銷商、各區代理雖有更換，但是相關經銷辦法與選定還是一定的規範與辦法，也沒有簽訂過不能對社會等監督單位公開的「秘密合約」。因此，在2009年金酒廈門公司與大陸企業天福集團洽談簽訂一十年秘密合約後，就引發地區民衆與公民團體質疑的聲浪。

縣長陳福海在競選過程中因重視金酒未來發展與保護縣民福祉，也主動將解密天福合約列入三週復航的一項主軸，就職後立即指派副縣長李文良兼任廈門金酒公司的董事長，希望能在金酒公司總經理正式遴選出爐前，替縣民好好把關廈門金酒的營運以及解開秘密合約。

由於大陸天福集團僅在2009年簽約時因首次採購有促銷搭贈大量採購十餘萬瓶產品，後續訂購量越來越低，長久以來並不符商業常態與金酒要求的穩定管銷。因此縣長陳福海也要求李文良與公司法務團隊持續再與天福集團溝通談判，陳福海強調，自己對於守護金酒與保障縣民福祉而提出的解密天福案，決心不變、底線不變、承諾不變，也希望天福有清楚的認知，勿謂言之不預。

天福集團不符合酒要求的穩定管銷

副縣長：合約未規範保證金、履約金、包銷量不太尋常

對於天福集團的工作進行進度，副縣長李文良表示，經過與公司法務共同檢視後，合約主附條文的確沒有規範「保證金」、「履約金」、「包銷量」甚至也沒有「連約金」，看起來不太尋常，過往也沒有先例，目前廈門金酒已啟動行政程序召開雙方協商會議，法務也正正在搜集相關契約過程中的資訊。

李文良進一步透露，金門酒廠成立公司後，歷年來台灣與大陸地區的總經銷都是公開徵選，而且合約也是簽定後才送總公司核備，協議過程與主附約內容更要求採保密方式進行，所以才引起外界的質疑。

全民普發6千元現金 22日開放上網登記

記者翁維智／縣府報導

眾所矚目的全民普發6000元現金，預計最快4月發放。金門縣政府表示，相關作業中央已大致準備完成，3月22日上午8時起開放民眾上網登記，但仍提醒大家要小心詐騙，認明gov.gov.tw官方網站登入，如遇可疑電話或訊息，立即撥打166反詐騙專線。至於發放對象，縣府指出，原則於今年10月31日前符合發放資格者(須俟特別預算三讀經總統公布生效確定)，每人均得領取新臺幣6千元，包括我國國民、各級政府機關因公派駐國外人員及其具有我國國籍之眷屬、大陸地區人民與港澳居民及外國人爲我國國民之配偶且取得居留許可者、持永久居留證之外國人等；另享經濟發展成果，今年12月31日前出生的新生兒均納入普發現金發放對象。

規劃5大領取方式

另針對民眾非常關心如何領取6000元，縣府也披露政府規劃的5大領取方式，包括「直接入帳」、「造冊發放」、「登記入帳」、「ATM領現」、「郵局領現」等，其中約40萬人可「直接入帳」，對象包括領有勞

如何領

登記入帳

6000.gov.tw官網
登記入帳帳號

準備好

- 發放對象健保卡號
- 身分證字號或居留證號
- 金融機構帳號

ATM領現

指定金融機構(含ATM)
實體ATM領取

準備好

- 發放對象健保卡號
- 身分證字號或居留證號
- 提款卡

郵局領現

郵局櫃檯
營業時間領取

準備好

- 發放對象健保卡號
- 身分證字號或居留證號
- (無健保卡者)

直接入帳

特定對象
免登記！直接匯入帳戶

特定偏鄉

造冊發放
屏東麟蹄鄉、花蓮縣萬榮鄉、台東縣金峰鄉

財政部公布普發現金5種領取方式。(摘自縣府網站/財政部提供)

曾杏榕診所開業誌慶

店址：金湖鎮市港二路170號1樓
電話：(082) 335666

仁術超群 博施濟眾

吳林呂張吳張李盧翁陳谷王陳白陳吳辛陳洪孫楊王洪林鄭呂張陳劉黃莊陳盧吳陳呂林許陳林李馮陳周莊陳楊傅王林黃王薛東林吳林

建紅世馬淑清美志秀水時永麗友羨天月溢順麗水水瓊明 永清玉海明雪金麗永玉光麗孝書梨呂惠秀能巧蓮麗君阿根幼寶辰向 江建全賀

業緞傑珍華木麗圓真湖英仁芳勤慧翔淑壽好嬌森能瑜德翰文泉秀旺芳碧墻翔強梅河娟正茶娟雪珍英珠利治萍珊庚枝治羨汝鑫靈河順

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
金湖鎮山外山內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

金門縣農業試驗所公告

發文日期：112年3月14日
 發文字號：農推字第1120000625號函
 主旨：公告112年金門縣經濟作物落花生補助申報作業事項。
 依據：112年金門縣經濟作物落花生推廣實施計畫

公告事項：

- 受理地點：轄區各鄉鎮公所、金門縣農業試驗所
- 申請表格：申報切結書請逕向各轄區鄉鎮公所領取或至金門縣農業試驗所辦理線上申報。(農戶中報其地號、面積應確實，各類試驗資料檢附完備，且應於申請時間內如期申報。)
- 申請期限：112年3月20日至4月20日止，上班時間接受登記；逾期不予受理。
- 農戶種植非自有農地之私有地，需徵得地主同意，並出具同意書或租賃契約書，始得申請製作，倘後若土地所有權人提出異議而發生爭議等情事，由申報人自負一切法律責任；本所核對前作小參製作資料，凡前作已申請小參製作之土地面積，則不符合核定補助。
- 每一申報戶總申報土地面積需農田至少500平方公尺(含)以上。
- 落花生種植後，凡符合申報規定，植株生長率達70%以上者，每公頃補助新臺幣40,000元，未達者則依實際生長情況比例發放補助款，全無發芽生育者不予補助，種子請農友自備，並限於112年5月31日前種植完成，逾期種植本所不予查核。
- 有地部份應辦理合法承租，申請製作栽培需檢附租賃契約書始得申報，若有私自種植一經發現除不予辦理，並將依佔用公有地送有關單位究辦，自負法律刑責。
- 本申請人就本補助案，係屬公職人員利益衝突迴避法第2條及第3條所稱公職人員或其關係人者，請填「公職人員利益衝突迴避法第14條第2項公職人員及其關係人身份關係揭露表」，如未揭露者依公職人員利益衝突迴避法第18條第3項處罰。

各衛生所門診表

流感疫苗各所接種時間：週一至週五上午09:00-12:00
 附記：與不便因門診時間衝突，請接種者先以電話聯絡確定後前往。

日期	金城衛生所	金寧衛生所	金沙衛生所	金湖衛生所	烈嶼衛生所
星期一	家醫科門診 許雅全主任	家醫科門診 許雅全主任	家醫科門診 許雅全主任	家醫科門診 許雅全主任	家醫科門診 許雅全主任
星期二	家醫科門診 許雅全主任	家醫科門診 許雅全主任	家醫科門診 許雅全主任	家醫科門診 許雅全主任	家醫科門診 許雅全主任
星期三	家醫科門診 許雅全主任	家醫科門診 許雅全主任	家醫科門診 許雅全主任	家醫科門診 許雅全主任	家醫科門診 許雅全主任
星期四	家醫科門診 許雅全主任	家醫科門診 許雅全主任	家醫科門診 許雅全主任	家醫科門診 許雅全主任	家醫科門診 許雅全主任
星期五	家醫科門診 許雅全主任	家醫科門診 許雅全主任	家醫科門診 許雅全主任	家醫科門診 許雅全主任	家醫科門診 許雅全主任
星期六	家醫科門診 許雅全主任	家醫科門診 許雅全主任	家醫科門診 許雅全主任	家醫科門診 許雅全主任	家醫科門診 許雅全主任

金門縣商業會公告

中華民國112年3月17日
 (112)商總字第0029號

主旨：公告本會辦理「112年國內商旅展」報名。

公告事項：

- 申請廠商資格：本會所屬會員(含商業同業公會會員)。
- 自公告日起112年3月30日下午15:00時截止，上班時間內向本會報名。
- 詳情請洽本會(電話：325337)。

清明刈草

清明墓園打草價格公道，請洽李先生 0909062209

萬通人力集團
 安心託付 專業照顧

最好的服務
 0926-377-158

烈嶼守備大隊射擊公告

日期：112年3月23、24日
 早上05:30至07:00，於烈嶼鄉東崗一陸地實施各式輕重武器及火炮對海軍射擊，請鄰近居民及海上作業船隻，不要靠近警戒區域，以免發生危險，嚴禁進入檢拾彈殼彈片，凡未經許可擅自進入者，依法追究。

金寧鄉守備大隊射擊公告

日期：112年3月23、24日
 早上05:30至07:00，於金寧鄉東崗一陸地實施各式輕重武器及火炮對海軍射擊，請鄰近居民及海上作業船隻，不要靠近警戒區域，以免發生危險，嚴禁進入檢拾彈殼彈片，凡未經許可擅自進入者，依法追究。

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

橙益 不動產有限公司

歡迎委託 買賣、合建、租賃

金城鎮 金城新莊7巷1之1號
 請洽 082-320177
 0905-939862 莊小姐

雪梨文學講座場場精湛 全獲熱烈迴響



「雪梨文學講座」昨日上午十時起於金門縣文化局三樓會議室舉辦，由作家吳鈞堯擔任引言人，金門縣文化局長呂坤和也到場致詞引言，並分別由導演陳長倫、作家石曉楓、李進文（右）、凌明玉（左）主講。（李增汪攝）



「雪梨文學講座」昨日上午十時起於金門縣文化局三樓會議室舉辦，由作家吳鈞堯擔任引言人，金門縣文化局長呂坤和也到場致詞引言，並分別由導演陳長倫、作家石曉楓、李進文（右）、凌明玉（左）主講。（李增汪攝）

陳長倫說，台灣影視行業在2010至2020年代，曾經輝煌過，後來沒落了，原因是數位時代頻頻崛起。自己在2010年進入影視圈，當時月薪有一萬五千元左右。他不諱言表示，自己對金門不熟，但這次來金門所見所聞，看見金門是很有文化的地方，值得深入研究和了解，雖然自己是讀很多小說的人，家裡沒有電視，也發現這幾年自己真的「很俗」。

第二堂散文講座，由作家石曉楓擔任主講人，講題為「太陽底下沒有新鮮事？談現代散文的創作」。石曉楓說，散文創作有三個要素，素材發想、怎麼寫和風格建立。並有其歷史性和共時性題材可選擇。她表示，自己是有效率的作家，寫作以去蕪存菁為要。她以當代散文作家陳黎的作品「父上」及劉梓潔的作品「父後七日」，寫出表達家庭關係存在的樣貌，傳達情感關係。在寫作技巧上，每篇散文都要思考其角度和重點，標點符號也很重要。

她並認為，寫散文最忌諱平鋪直敘，下筆也很重要。能寫出共感和共鳴則最為重要。她同時也引用朱天文的「再怎麼寫也寫不過生活本身，因為人才是最大的奇蹟和主題」鼓勵創作。

李進文表示：寫詩，就是寫出心中的自以為是。詩想課：寫詩和讀詩的自由，解構詩的奔放想像及賞析。

第三堂新詩講座，主講人為李進文，他以講題「詩想課：寫詩和讀詩的自由」，解構詩的奔放想像及賞析。

李進文表示：寫詩，就是寫出心中的自以為是。詩想課：寫詩和讀詩的自由，解構詩的奔放想像及賞析。

記者李增汪／綜合報導

為厚實「文學金門雪梨季」的承辦效益，由金門縣文化局指導，金門旅外藝文團體、金門文藝主辦的「2023雪梨文學講座」相關講座，昨日上午十時起一連舉辦影視、散文、新詩、小說四堂講座，吸引許多藝文同好前往參與，汲取寫作經驗和知識。

金門縣文化局長呂坤和昨日上午主持首場講座致詞表示，文化局歡迎大家多多攜家帶眷參與各項藝文活動。而文化局圖書館每年圖書增加比例高，歡迎鄉親學子多多借書和閱讀。他指出，前不久受邀參與前水頭黃氏宗祠祭祖活動，看到一塊宗祠進士匾，落款人讓他驚訝的是元代官員、書畫家的趙孟頫，竟然和金門有關係，因此，覺得大家更多挖掘金門文化和去認識金門文化。

呂坤和也歡迎作家多挖掘金門故事，作為寫作題材和紀錄它。更歡迎來金旅遊外地觀光客，寫金門故事，說金門故事。

這場「雪梨文學講座」，昨日上午十時起於金門縣文化局三樓會議室舉辦，由作家吳鈞堯擔任引言人，他長期活躍於臺灣文壇，擅長藝文講座主持與評語，幽默的談吐，展現其主持功力。他表示，文學不能只有任後看，更要有前瞻性、向上昇華，種一株文學豆梨，期待大家的努力和營造，讓文學傳播力和豆梨花香，兩者共同成就金門島嶼。大家也不要只看豆梨外在花蕾，也要有藝文的心靈滋潤，讓這份長駐心中。

講座率先登場的是爆紅台劇《俗女養成記》導演陳長倫的影視創作課，他由編劇、導演、製作人三重身分，分享「俗女怎麼俗了！幕後解密」，引領學員了解一部影視劇的完成。

金門縣文化局繼續邀請蔡兆倫講師主講後，昨日再邀請林小杯老師擔任說故事人才培訓講師。上午場上課地點在文化局演藝廳2樓禮堂，下午場在文化局圖書館。上午場上課地點在文化局演藝廳2樓禮堂，下午場在文化局圖書館。上午場上課地點在文化局演藝廳2樓禮堂，下午場在文化局圖書館。

金門縣文化局表示，有人類就有故事，繪本不但是小朋友的最愛，大人也可以藉由製作繪本或閱讀繪本而得到心靈上的安慰與滿足。文化局邀請繪本作家分享創作過程，希望藉由作者提供方向，讓我們更深思熟慮說說故事，能說出故事核心，透過親子閱讀，為更多孩子說故事，讓孩子經由聽故事進而喜愛閱讀，拓展視野，讓閱讀種子慢慢發芽成長。



上、下：金門縣文化局舉辦「說故事人才培訓營」，活動昨日、下午分別登場，舉辦2場培訓課程，閱讀。

記者李增汪／綜合報導

金門縣文化局舉辦「說故事人才培訓營」，活動昨日、下午分別登場，舉辦2場培訓課程，閱讀。

金門縣文化局表示，有人類就有故事，繪本不但是小朋友的最愛，大人也可以藉由製作繪本或閱讀繪本而得到心靈上的安慰與滿足。文化局邀請繪本作家分享創作過程，希望藉由作者提供方向，讓我們更深思熟慮說說故事，能說出故事核心，透過親子閱讀，為更多孩子說故事，讓孩子經由聽故事進而喜愛閱讀，拓展視野，讓閱讀種子慢慢發芽成長。

自我認知就業新觀念講座 報名

記者陳冠霖／金城報導

勞動部金門就業中心將於3月23日（週四）上午9時至12時，於該中心2樓多功能教室辦理「自我認知就業新觀念」講座。講座內容包括：自我認知、職業興趣、職業價值、職業發展、職業選擇、職業適應、職業滿意度、職業倦怠、職業轉換、職業發展等。報名名額有限，報名專線：886-3-11196分機8113呂小姐。

工作與生活平衡補助 受理申請

記者許加泰／綜合報導

勞動部為鼓勵企業推動工作與生活平衡措施，營造友善職場，辦理112年「推動工作與生活平衡補助計畫」，其受理申請期限至6月底止，歡迎企業踴躍申請。

「推動工作與生活平衡補助計畫」自108年辦理以來，勞動部已補助276家企業辦理473項友善員工措施，近年鼓勵企業以線上視訊辦理員工旅遊、家庭關懷課程，或是透過小規模方式辦理親子旅遊、家庭日等友善家庭措施，以兼顧防疫與員工身心健康，支持員工安心穩定工作，促進家庭關係和諧。

為協助企業持續推動工作與生活平衡措施，112年2月起已陸續在各地及線上辦理「推動工作與生活平衡補助計畫」宣導說明會，並擬於5月至8月間辦理五場工作與生活平衡實務講座，主題包含「新型態工作模式的挑戰與機會」、「退而不休，銀髮力是你我職場神隊友」、「不怕安靜離職，打造具歸屬感職團」等，另邀請111年工作與生活平衡獎獲獎代表，分享如何於變動時代，打造守護員工幸福的職場，課程內容多元豐富，歡迎企業踴躍報名參加。詳情可至工作生活平衡網查詢。

食物暨營養的管理者 陳芊彤教你為何這樣吃



記者林靈／專訪報導

青少年時期因崇尚纖瘦體型，為了減肥，亟欲甩掉多餘體重，陳芊彤曾採取激烈的節食方式——「當時一天只吃一顆蘋果，雖然瘦了很多，但氣色也變得很差。」為了找回好氣色，陳芊彤苦惱地上網查詢相關資訊，並就此對營養知識產生興趣。此外，在她就讀高三時，祖父因胃癌住院，彼時從醫生口中獲知營養對於疾病治療的重要性，讓她自中獲知營養對於疾病治療的重要性，讓她下定决心，未來要成為一個披著白袍的專業營養師。

出身於金湖鎮料羅的陳芊彤，民國88年生，目前實居金湖鎮。大學時期修習保健營養學系，畢業後，曾陸續服務於地區藥局及本縣衛生局，為累積實務經驗，亦曾增長見聞，陳芊彤毅然選擇赴台工作，目前任職於北部雙和醫院。進入職場後，她發現，營養師證照不過是張「入場券」；初到醫院工作，性子急的她難免遭遇困難及挫折，但經由不斷的訓練、學習、改進，逐步累積了教科書以外的實務技能，也讓她在工作上游刃有餘、漸入佳境。

醫事人員為提供病患最好的照護，往往需要花費大量時間與心力進修、學習，以獲取最新的醫學知識，精進自身專業能力；陳芊彤也不例外，在營養學的進修路上孜孜矻矻，積極進取。除營養師證照外，她陸續考取了HACCP食品安全管理認證、糖尿病共同認證、保健食品工程師及長期照護人員等證照，用以增加自身專業領域的深度及廣度。陳芊彤認為，營養師一職對她而言，是精彩的、機動的、靈活的，除了讓她接觸人群，學習他人的人生經驗，更提供她舞台讓她發揮一己之力，儘管工作時間面對各項不同挑戰，應對各式突發狀況，諸如設備維修需更改食材及人流動線、食材缺貨需臨時改菜、員工確診需調整工作流程、減重客戶體重不減反增需求助等，日日緊湊忙碌而充實，但她樂在其中。

隨著醫療進步、生活水準上升，一般大眾對於健康的意識也日益提高，然而何謂均衡飲食？怎麼吃才健康？均需仰賴營養師的專業協助。陳芊彤細述，若想成為營養師，需先完成營養相關科系的四年養成及醫院實習，並通過國家考試，取得證照，方能執行營養師業務。自認積極正向樂觀，總是充滿活力，不僅愛好美食，亦樂於分享的陳芊彤，覺得自己的個性極為符合營養師所需特質；如今，她並無刻意維持身材，但對於入口的食物份量都會自我監控，並把所有營養知識融會貫通，內化為生活日常。

營養師作為食物和營養的專家，幫助大家維持適當的日常飲食，促進健康，也負責監督、指導食物的準備和供應，協助培養個人和團體良好的飲食習慣；而任職於各產業的營養師工作內容各不相同，但都與我們的日常飲食密不可分，只要與「吃」有關之處，都有營養師的身影。陳芊彤說明，一般營養師常見的工作場所為醫院、藥局、健身房、飯店、團體公司、學校、生技公司、減重中心及養生院等。

陳芊彤說，她常自認自己是「食物暨營養的管理者」，管理醫院廚房大小事，含括菜單設計、食物成本管控、衛生管理及人事管理；臨床方面，營養師也會開設營養諮詢門診，提供民眾飲食諮詢的管道。陳芊彤特別解釋，營養師並非醫師，不像醫師會開立處方箋，而是提供民眾飲食上的建議及衛教資訊，尤其糖尿病、腎臟病等慢性病患者，特別需要營養師協助規劃飲食；至於民眾若有營養方面的相關疑慮，則非常推薦前往醫院掛號，向營養師諮詢，透過營養師的多方評估，加以調整飲食，遠比電視上諸多號稱「健康人士」的花花亂亂更為實際。

一直以來，陳芊彤以「慢下來，比較快」來惕勵自己；因她發覺，工作期間最困難之處，即是讓病患或個案「願意改變、願意改變」。在重視病患與個案需求及想法的前提下，採取鼓勵的方式改變其意念，以增加其改變動機和意願，同時盡量使用大家所能接受的觀念與名詞，小幅度、漸進式地提供具體明確的改變方式，進而將營養知識融入日常生活。

至於一般大眾如何落實營養的本質？陳芊彤娓娓道來，首先，必須瞭解食物主要分為蔬菜類、水果類、全穀雜糧類、油脂與堅果類、乳品類及醃類等六大類，各類別每日均需攝取，這雖是老生常談，但往往也是最容易被忽略的一環；她建議，平日飲食盡量選擇保有原質的原型食物，因該類食物相較於加工食品，含有較多的營養價值。陳芊彤說，食物其實不分好壞，只要控制份量，就能吃出均衡飲食，落實健康；而平時時也應在臉書及Line等社群媒體分享營養知識，不只給大家「怎麼吃」，而是要讓大眾理解「為什麼要這樣吃」，把健康飲食帶進生活，長久下來，自然而然地就能擁有理想、健康的體態。

不少人以為，只要把飯煮熟、有吃飽就好，但其中的營養素及食材安全都是需要注重的一環。陳芊彤強調，許多疾病的產生及惡化，都可能源於沒有好好的調整飲食，預防勝於治療，仍是當今醫學界推崇的作法。未來，她希望能善用自己的人格特質，把自己當成品牌來經營，待有朝一日返回母鄉金門服務，能把營養觀念更廣泛地傳達給大眾，最重要的是，讓大家更理解也更重視營養這份職業。

食物暨營養的管理者 陳芊彤教你為何這樣吃

陳芊彤希望你能善用自己的人格特質，把自己當成品牌經營，把營養觀念更廣泛地傳達給大家。（陳芊彤提供）

營養師陳芊彤。（陳芊彤提供）

陳芊彤希望你能善用自己的人格特質，把自己當成品牌經營，把營養觀念更廣泛地傳達給大家。（陳芊彤提供）



陳芊彤希望你能善用自己的人格特質，把自己當成品牌經營，把營養觀念更廣泛地傳達給大家。（陳芊彤提供）

喜神：正南
財神：正西
日煞：東方
日沖：羊33歲
宜：開光 齋醮 裁衣
祈福 沐浴 牧養
不宜：作灶 安葬

歡迎訂閱金門日報

台區訂戶
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

推廣閩南傳統美食 文管所辦菜粿DIY活動



左、右：文化園區管理所舉辦「傳統閩南美食菜粿DIY體驗活動」，90位民眾在講師梁賢治帶領下學習傳統菜粿之製作。

記者陳麗好／金沙報導
鑒於閩南，金門地區仍流傳在「大年」拜菜粿之民間習俗，為傳承並推廣閩南傳統美食，鼓勵鄉親及現任的年輕學子認識該項民俗，文化園區管理所在陳福海縣長及許玉昭議員的支持下，舉辦「傳統閩南美食菜粿DIY體驗活動」，並邀請傳統閩南美食達人梁賢治老師到場指導，帶領民眾動手做菜粿。

活動採小額付費體驗方式，每人費用新台幣100元，共計90名名額，民眾反應熱烈，大手攜小手到場體驗，在講師梁賢治帶領下，梁老師協助解說下，民眾按步完成菜粿製作。雖然製作菜粿，對於能參與這項活動皆豎起大拇指稱讚。

會場也有多位男性學員，有學員指出，感覺很特別，也覺得這樣活動很有意義。另外，有民眾也形容，由於小孩子不喜歡吃蔬菜，希望透過這樣體驗，透過轉化為不同形式的食物手作體驗，能一改他的刻板印象，漸漸接納吃蔬菜這件事。

提升創新服務 陳龍安在金寧鄉公所幽默開講

記者高凡洋／金寧報導
為提升金寧鄉公所人員本職學能，強化其創新服務管理能量，增加知識與競爭力，金寧鄉公所辦理員工訓練課程，邀請胡建文化藝術基金會董事長陳龍安教授開講主題「創新服務」。

陳龍安在訓練中，特別提到創新與變革是金門縣政必走的路，而有溫度讓鄉親有感服務是首要任務。他對楊長前廳的經營理念「創新帶動，幸福金寧」與創新服務的精神是一致的。

陳龍安在訓練中，特別提到創新與變革是金門縣政必走的路，而有溫度讓鄉親有感服務是首要任務。他對楊長前廳的經營理念「創新帶動，幸福金寧」與創新服務的精神是一致的。

陳龍安在訓練中，特別提到創新與變革是金門縣政必走的路，而有溫度讓鄉親有感服務是首要任務。他對楊長前廳的經營理念「創新帶動，幸福金寧」與創新服務的精神是一致的。

唐伶樂集音樂會明忠孝新村登場

記者陳麗好／金沙報導
2023唐伶樂集「金色輝煌年代」講座音樂會(如圖)即將登場，訂於3月21日晚間在金沙鎮忠孝新村活動中心辦理「華語流行歌曲(1940-1970)」。



勞動部受理工會申請教育訓練至3/25

記者許加泰／綜合報導
為使工會及勞工掌握人工智慧科技之發展趨勢，進一步因應該趨勢對未來就業市場及勞動權益之影響，勞動部自即日起至3月25日止，受理工會申請教育訓練。

靈感的源頭音樂會 3/24金門首演



史坦威鋼琴演奏家Sandra Wright Shen，將於3月24日晚上，在金門基督教會舉行鋼琴福音音樂會。

記者陳麗好／金城報導
著名的史坦威鋼琴演奏家仙杜拉·賴特·沈(Sandra Wright Shen)，將於3月24日週五晚上7時30分，在金門基督教會舉行一場別開生面的鋼琴福音音樂會。

張氏宗親會理事改選 張瑞心高票連任理事長



記者陳麗好／金沙報導
金門縣張氏宗親會進行理事改選，由原任理事長張瑞心、高票連任理事長一職，並於日前在張氏宗親會會館二樓舉行「第十屆理事改選典禮」。

記者陳麗好／金沙報導
金門縣張氏宗親會理事長張瑞心指出，一路走来感謝鄉親的支持與提攜。一路走來感謝鄉親的支持與提攜。一路走來感謝鄉親的支持與提攜。



我多麼羨慕妳

◎陳妙玲

沒有停下來的跡象。於是除夕夜，還在「月內」的我冒雨帶著襁褓中的妳回到阿嬤家吃團圓飯。農曆年假期間，所有的熟食店都休息了，新手媽媽我忽然嘴饞，一心一意想吃紅豆小湯圓，而且還不害臊地開了口。身為家中掌杓人的妳的阿公，為了滿足我的口腹之慾，硬是跑了幾家超商，買來半成品加工，熱騰騰的紅豆湯漂浮著紅白小湯圓，一解我月子期間三餐不出麻油料理的煎熬。

想來是母憑女貴。後來有幾年逢我農曆生日，心思細膩的阿公只要有空檔，必然會滷上一鍋豬腳、滷蛋，再燉上一盤長壽麵線幫我做生日。雖然沒有金門家鄉農曆生日必備的豬肝麵線與紅蛋，但是老人家疼惜媳婦的那份心意，教我感動經年。

六個月大，妳開始第一次飛行——到金門「歇熱」。爾後每年春節或滬暑，松山機場與尚義機場總會出現我們的身影。有幾次農曆年碰到金門大霧造成機場

關閉，我們母女倆從清晨等到夜晚，甚至也會夜宿尚義機場，整晚或躺或坐或臥在堅硬的塑膠椅凳上。我不以為苦，只當做陪伴妳成長過程中的滋潤養分，隨遇而安。網路為我們歷年在尚義機場候補做了紀錄。

2013：妳獨自一人升等坐立榮商務艙。
2016：機場關閉，候補三天，第二晚夜宿尚義機場。
2019：國軍C130運輸機初體驗。
台北金門兩地，妳擁有眾多長輩的愛。

在金門，妳開口說要吃「白白的」，外公必然親自跑到東門市場買回永記的胡椒包；妳說要吃「長長的」，金門阿公又帶回來炸得金黃軟Q的油炸粿。更不用說總是喊著手廢掉不能要的金門阿嬤，為妳親手做的紅粿炒的麵茶。

在台北，阿公阿嬤帶妳採草莓、順應季節賞櫻花看油桐花；任學齡前的妳狂抽面紙，只因阿公玩笑霸氣一句「阿公有的是美鈔」。或是因為疼愛寵溺妳，在妳感冒時焦急帶妳去兒科診所就醫的路上，不分青紅

皂白說出「妳沒有盡到一個做媽媽的責任」的話語。我不想做任何辯駁，卻像是瞬間洩氣的氣球，手上緊握著的行動電話彷彿帶著高壓電，讓人直想甩開。

妳15個月大，我們一家三口展開第一次、也是唯一一次國際行程。目的地，新加坡。事由，探望新加坡的阿祖、舅公、舅婆、姨婆……。之後每隔二、三年，金門阿公阿嬤的新加坡探親之旅總會捎上妳。稍微懂事了之後有一次妳問我：「怎麼不去美國、日本呢？」妳畢竟不懂，有些人見一次面就少一次了啊！

妳不知道我有多羨慕妳。我羨慕妳從小備受二個阿公的寵愛。

我有二個內公、二個外公，卻連見他們一面喊他們一聲的機會都沒有。

1990年那個春日，一封航空郵件夾帶一份計聞，徹底毀滅了我想喊一聲阿公的念想。

世事難料。短短十年內妳失去了三個疼妳至深的男人。

2月23日，農曆二月初五子時，妳的阿公走完人生70年旅程，妳從此再沒有阿公可以喊。稍早，去年四月，妳成了沒有父親的人。

我對妳的羨慕化做心疼。

十五年前，因著妳的誕生，我的至親們分別有了一個全新的頭銜：他們是外公、外婆、阿姨、大小舅舅。而賦予妳生命另一半血液的李氏家人，則成功解鎖了內公、內嬤、姑姑、叔叔的角色。那年冬至，歲末年終，妳，無疑是我送給李陳二家最珍貴的新年禮物。

陣痛開始、急赴醫院待產的那個夜裡天就雨著，經過五天、十天、二個星期……雨仍舊綿綿密密，絲毫

關於動心

◎陳玉姑

而到今天，妳仍成天惶恐難安，無法操控自己，那是因為，妳沒有反芻的原故。」

好個「反芻」，生肖是牛，卻欠缺四個能夠反芻吸納胃的我，以致營養不足而成今日樣態之故？

之3

繞經〈中興湖〉走往維也納森林旁的文學院上夜課，徒步時，耳後的單車嘎然煞車，發出磨耳聲，尚未轉頭確認哪個無厘頭車主之時，高瘦素食的蔚芳即扔來：「從背後看，妳好吸引人喔！」

回首微驚的我，消了氣，掩不住喜悅，笑問：「妳說頭髮嗎？」順手摸了摸脊背可當溜滑梯的長髮。

「從背後整個看。」鋼琴女孩蔚芳微笑的補充。

之4

中文系送舊的晚會上，被歡送的學姊筱玉來找，在我吹完梆笛獨奏之後。

她說：「其實，妳是個很有風情的女孩，有時看了妳，會教我這個女人也怦然心動，如果今天妳過不好，那是妳自己的責任，而不是妳父母的。」

這是年次比我小又比我早踏出校門的筱玉，第三次對我言說的「心動」與懇切之語，耳聽的我，也再次「心悸」+「怦然心動」起來。

之5

下午，同事金李行經我窗邊懸掛風鈴的辦公桌，湊過來耳語：「剛下課，妳從五年級教室那頭走過來，給我一種感覺——」她打住了。

可能是我那過分專注想聽，聞下一句的神情，停了她的話。

讓我寂寞一下

◎陳津穗



別以為把我當寵物一場就能說東就說西就西我也有自己的想法不想說東也不說西說南說北誰說不行嗎？

你自以為是主人能不能讓我寂寞一下不用理我讓我在院子裡的樹上小睡一會兒深夜看我不必驚慌因為我還是寵物只不過不太聽話而已

「到底什麼意思嘛？」

「就是說，妳還沒結婚，所以，給人一種浪漫的感覺；如果有一天，妳走入柴米油鹽了，會不會還是如此？」她猶如荷出水的言說道。

原來，有兩個娃兒成天挑戰底線的她，意所指為此。

之6

黃昏的薄紗，輕灑〈中興湖〉的時刻，也是夜大學生繞經湖邊，魚貫游向〈雲平樓〉教室的趕集時段，為著朝聖。

會計系的朝宗說給併行的中文系暖閱聽：

「前面那個得〈中興湖文學

城南舊事

◎如言

2018年初，輾轉又遠赴廣東惠州任職，重新走上「路在腳下，人在天涯」的旅程，在往廈門的船上，我回頭看了看熟悉而又陌生的家鄉，後來寫下了這樣一首詩句：

我踏輕舟過闕江，來尋夢裡嶺梅香。不知何處柔奴去，只見丹霞對夕陽。

(丹霞山地處廣東境內，因標準的丹霞地貌得名，山水殊勝。與羅浮、西樵和鼎湖並稱廣東四大名山，在粵期間曾兩番造訪，也是我一直想再去看看的地方。)

很多時候，我都曾想說自己就跟車子一樣，一路的高速奔馳著，退休三年，無疑在我人生的軌跡上按了暫停鍵，就像疾行的車子突然的踩了煞車一般，最後我還是選擇了出走，總覺得停下來之後無法讓自己再產生價值了，而這樣的結果是我所無法忍受的。即便年過花甲，我依然提醒自己的激情跟理想，正如六十歲那年，我還是寫了下面的詩來惕勵自己：

才是當時意正狂，於今甲子鬢如霜。且行前路莫相忘，還與韶光爭短長。

是的，屬於我們的這些往事，跟一路以來的跌跌撞撞，不都還是眼前而已嗎？我們的年少跟輕狂，不也是眼前而已嗎？怎麼突然都雲煙了？突然就老了呢？

我跟你說這些事情，除了分享之外，更多的是想說我們都是苦難的一代，包含我們的父輩或祖父輩或者更上輩，但這些苦難終將成為我們活得更堅強的養分，畢竟活著就必須去概括承受這些，不管好的還是不好的都一起承擔吧，我們就像海裡的浪花，被海浪簇擁而上到達岸邊，又隨海浪消退破滅滾落海裡，這升落起伏只隨洪流走向，半點不由你我意志，這是不是所謂的天地不仁呢？即便如此，我更願意的期望：好好過好當前的日子，當我們可以更老的時候，或許也可以笑著對兒孫說說這些過往，雲淡風輕的，而且面帶微笑，如同白頭宮女話當年一樣，也如同給你的詩裡寫的：飄蓬風雨半生後，相泣相知帶笑痕。

你說是嗎？

(下)

馬術嘉年華 舉辦在馬場町

◎詠棠

馬術嘉年華活動，舉辦在陰雨綿綿的秋日馬場町紀念公園，天地間盤旋的不是風便是雨，形成一望無際的寒冷。

我和老公蒞臨馬場町欣賞風光，那時，時光已來到梧桐更兼細雨，到黃昏點點滴滴的時刻。下午三點半，積雨的路面映照著影子，稀疏的旅人三三兩兩走在廣場上，兩旁的攤位寥寥無幾，仔細細點人數，嗯！擺攤的人還多過遊客呢！沒撐傘的身影在行進間加快腳步，天空烏雲密佈的陰暗著，彷彿在告訴我，今天的馬術嘉年華，騎馬的選手以及來自四面八方的觀眾們，都辛苦了。

都市不像高山，有著千樹萬樹楓葉紅的磅礴。我散步於萬華區的土地上，「『未有』紅葉青苔地，『但見』涼風暮雨天」。我一步一腳印探尋綠草如茵的柔軟地，綠色草皮是馬場町的特色之一。馬術表演在風雨飄搖中已揭開序幕。

我們抵達時趕上的，應是小朋友表演的項目，他們即使戴上口罩也難掩年輕，未戴口罩的選手，充分顯出稚氣，也許其中有些選手，連高年級的歲數都不到。他們一個接著一個騎著馬兒，駕駛就熟地，陸陸續續輕巧走過我的面前。

表演區以欄杆圍出界線，選手們在界線內精神抖擻、蓄勢待發，觀眾站在界線外，男女老幼皆用一雙雙好奇的眼睛，看選手們的英姿，也看馬匹的雄壯氣概，只等時光答答過去後，揭曉比賽成績的結果。

一身全副武裝的英姿煥發，和緩前進的嗒嗒馬蹄聲，因為是踩在柔軟草皮上聲音並不響亮，但那上下起伏的姿態令我忍不住在心中，想像節拍來。我是一個重視過程不在乎結果的觀眾，覺得只要選手們能在全力以赴之中滿足喜樂，我也就幸福洋溢了，得獎不得獎又有什麼關係呢？

天光愈來愈暗，風雨愈來愈強，我捨不得離開的足跡，終究是移駕了。我只來到馬場町兩個多小時啊！必須不敵風雨被擊退嗎？雖說看見小朋友騎馬的英姿已讓我心滿意足，但壓軸好戲錯過也是遺憾。一個轉身，我看見工作人員牽著一匹馬，馬兒上坐著小朋友，不疾不徐地走入煙雨正濃時。

回味

◎文·張貴春／圖·澎湖阿北

一早進門，坐在椅子上的阿北轉頭笑笑對我說：「今天要出門特別開心！」我也感受到心情的愉悅，開心真的會傳染。

餐桌上瀟灑著笑聲討論著看開展覽要去峇雅市場吃肉羹，阿北說：「那間老店的肉粽米香肉嫩，肉羹與碗粿都好吃。以前租房子在那附近，很懷念那裏。」說好了今天不畫圖，要去戶外走走曬太陽，享受大自然的洗禮。

以前的我不太會搭捷運，在阿北身上我開始學習慢活與另一種方式遊走在都市。長輩出門一一檢查隨身該帶的物件，我常笑說：「阿北是健忘，我是淡忘，2人一起忘，忘忘2人組。」

阿北在捷運站服務台前豎起耳朵仔細聽著社福卡與陪同卡如何付費使用，我在旁邊提醒一下，看著阿北問出滿意與能理解的結果我倆開心刷卡進入捷運站。以前的我一定搶先做，

現在的我學會不剝奪阿北與人溝通的過程，長者更需要社交活動活化腦部思考。

在捷運站轉乘中，我看到剪粘與馬賽克所拼貼出的福祿壽喜，很美的藝術作品。我和阿北說：「生活美學就在生活週遭，裡面可以看到我們畫過的禪繞圖樣，禪繞畫就是取自於生活的發想。」我們的畫圖課延伸生活範圍之中。

欣賞著文化中心的宮殿式建築，在2樓的廣場上看著中年人跳著交際舞與一旁年輕孩子的街舞，我們就站著看許久，欣賞舞者的身體律動也藉由觀看別人的生活豐富自己的一天，一邊畫著昨日的肉粽與肉羹一邊回味昨日的美味，我對著阿北說：「我發覺你的肉羹料比較厲害，色彩豐富多了，還有一顆蛋耶！」阿北說：「蛋很簡單畫啊！」我笑得很大聲，有時候我們的對話很直接，也很無厘頭。我想快樂很簡單就是這樣吧！



陪伴長輩的生活不是只有食衣住行，還有屬於心靈層面的滿足。我把當初陪伴母親畫圖的那段日子複製在阿北身上，阿北也沒想到自己對畫圖慢慢培養出興趣來。我也在想著把生活日常畫成圖樣，慢慢拼湊出屬於我們的繪本，讓阿北晚年生活多了藝術陪伴。

車床師傅器官捐贈遺愛人間 延續生命價值



左、車床師傅葉正忠因病離世，捐贈器官並擔任大體老師，光田綜合醫院團隊感謝家屬宏觀奉獻的愛；右、車床師傅葉正忠因病離世，家人化小愛為大愛，促成器官捐贈及擔任大體老師，醫護團隊鞠躬致意。

(民眾提供/中央社)

55歲車床師傅葉正忠因病離世，家人有感他一生樂於助人，化小愛為大愛，促成器官捐贈，讓弟弟成為「大體老師」，希望培育良醫幫助更多人，也讓生命以另一種形式延續。

光田綜合醫院日前發布新聞稿指出，葉正忠是家中老么，上面有3個哥哥和1個姊姊，他自年輕便為家庭付出許多，孝順父母、友愛兄弟，一生為家庭犧牲奉獻、付出不求回報，忙於生活錯過結婚時機，後因食道癌離世。

光田綜合醫院社工楊雅婷回憶說，葉正忠的哥哥過去曾在大甲院區住院，當時社工會向葉正忠的姊姊徵詢器官捐贈事宜，當時他們並未考慮，然而這顆種子一直埋在她心中。

這次葉正忠住院，被宣告病情治療後恢復不佳時，姊姊主動提及為弟弟做器官捐贈的意願，想為他遺愛人間，讓更多人受惠，決定讓葉正忠擔任「大體老師」，做為醫學學生教學訓練與研究之用。

葉姊姊說，葉正忠一生總為人著想，認為身體只是靈魂暫住的地方，離世後靈魂要回到其他歸處，將身體還給使用的留在人間，同時擔任「大體老師」默默地幫助更多人，做為社會善的循環。

家人無私促成器官捐贈，光田綜合醫院大甲院區院長鍾元強頒發感謝狀，並遵循家屬的想法，將葉正忠的遺體捐出給中興大學醫學院，培育良醫來幫助更多人，讓生命的價值以另一種形式獲得延續。

光田綜合醫院副院長張家築表示，台灣每年都有1萬多人在等待接受器官移植，每年實際捐贈者卻不到3成，器官捐贈觀念仍有待提升，感謝葉正忠家屬大愛心的決定進一步帶動社會善的循環。

(中央社)

睡眠呼吸中止症纏身 逾40歲每5人有1人睡不飽

據國內最新調查發現，台灣40歲以上民衆中，每5人就有1人有阻塞性睡眠呼吸中止症常見症狀；近2成逾40歲台灣男性有睡眠呼吸中止症高風險，是女性的9倍。

睡眠不好是百病之源，若睡眠中伴隨嚴重打鼾，恐怕已成為睡眠呼吸中止症的高風險一族。台灣睡眠醫學學會針對全台灣22個縣市52名滿40歲至65歲民衆，在今年2月23日至26日進行電話訪問，調查發現，每5人就有1名男性，有阻塞性睡眠呼吸中止症常見的打鼾症狀。這次調查也顯示，幾乎每5

人就有1名40歲以上民衆，有阻塞性睡眠呼吸中止症常見症狀，甚至高達1成5的40歲以上民衆，有阻塞性睡眠呼吸中止症常見的肥胖症、頸圍粗大、發熱指數較一般人高出2至3倍，間歇性缺氧造成的血氧飽和度降低更造成不可逆的大腦與心臟功能受損。

莊立邦說，重症患者的糖尿病發生率較一般人高6倍，總體死亡率也是正常人的8倍，就算是中度以下患者糖尿病發生率仍較一般人高2倍。研究發現，持續使用正壓呼吸器治療，能明顯降低死亡風險，若沒有打鼾聲到門外能聽見，若有打鼾聲到門外能聽見，肥胖，或是睡不飽、醒來還想睡，壓呼吸器尚未納入健保給付。

台北醫學大學附設醫院睡眠中心主任李信謙說，隨著民衆對睡眠呼吸中止症越來越認識，近年到門診諮詢的患者增加，但有意願持續接受治療的觀念仍有待加強，好比近視需要戴眼鏡輔助，睡眠呼吸中止症的正壓呼吸器也是一種輔助，必須持續使用。

李信謙說，民衆不願意接受正壓呼吸器治療的原因，不外乎就是認為使用不方便，但近年正壓呼吸器已逐漸改善龐大體積；再者是費用問題，因正壓呼吸器尚未納入健保給付，民衆只能自費，「就當作買一台iPhone」，這筆投資不僅是提升健康，也能解決枕邊人睡眠品質。

(中央社)

中西醫合璧照護有效降低腦中風復發與死亡率

衛福部健康署於10年起推動「急性後期中醫照護計畫」(PAC)，中醫在其中發揮重要角色，並於11年委託花蓮慈濟醫院及高雄長庚紀念醫院辦理「中西醫整合急性後期照護計畫」。

花蓮慈濟醫院副院長何宗融指出，急性後期中醫照護計畫，醫療狀況穩定且限急性發作後一個月內者，收案期限為照顧3到6週為原則，具基本認知、學習能力與參與意願。

何宗融表示，截至去年12月15日，共收案26人，所有受試者均接受西醫常規治療，同時合併復健訓練，另外每週接受3次針灸治療與中藥治療；除1名個案死亡外，其餘患者各項中風風險指標，如日常生活活動、吞嚥能力都有明顯改善。

此外，何宗融表示，普遍西醫認為腦中風後放血會導致延誤送醫時間，但經過統計發現，送醫前放過血的病人，預後情況都比較好，目前更詳細的研究花蓮慈濟醫院正進行中。

高雄長庚紀念醫院中醫部劉俊廷說明，在中醫介入後，整體功能狀態(MRS)、基本日常生活功能(Bartel index)與疼痛有顯著改善，另外包括在工具性量表、感覺功能評估與運動評估也都有進步，感覺顯示增加中醫治療有助於病人功能回復。

劉俊廷表示，為使病人積極接受急性後期的醫療照護，長庚並打造腦中風中西醫整合照護指引，涵蓋急性期中、急性及居家長照服務，提升疾病照護品質。

(中央社)

台灣將邁入超高齡社會，腦中風患者逐年增加。衛福部中醫藥司日前發表計畫指出，腦中風患者接受西醫治療後，若後續進行中醫針灸等治療，復發率、死亡率等都有下降趨勢。

依據衛生福利部10年死因統計，腦血管疾病是國人第4號殺手，平均每年奪走1萬多條寶貴性命，衛福部中醫藥司日前舉行記者會，分享中西醫合璧照護腦中風成效。

中醫藥司司長黃怡超致詞表示，國內即將邁入超高齡社會，中風等慢性病風險也將逐年提升，若能降低中風後的失能情況，就能大幅減少長期與家庭的負擔，研究顯示，中風患者同時接受中西醫照護，有效降低復發率、死亡率。

衛福部健康署於10年起推動「急性後期中醫照護計畫」(PAC)，中醫在其中發揮重要角色，並於11年委託花蓮慈濟醫院及高雄長庚紀念醫院辦理「中西醫整合急性後期照護計畫」。

花蓮慈濟醫院副院長何宗融指出，急性後期中醫照護計畫，醫療狀況穩定且限急性發作後一個月內者，收案期限為照顧3到6週為原則，具基本認知、學習能力與參與意願。

何宗融表示，截至去年12月15日，共收案26人，所有受試者均接受西醫常規治療，同時合併復健訓練，另外每週接受3次針灸治療與中藥治療；除1名個案死亡外，其餘患者各項中風風險指標，如日常生活活動、吞嚥能力都有明顯改善。

此外，何宗融表示，普遍西醫認為腦中風後放血會導致延誤送醫時間，但經過統計發現，送醫前放過血的病人，預後情況都比較好，目前更詳細的研究花蓮慈濟醫院正進行中。

高雄長庚紀念醫院中醫部劉俊廷說明，在中醫介入後，整體功能狀態(MRS)、基本日常生活功能(Bartel index)與疼痛有顯著改善，另外包括在工具性量表、感覺功能評估與運動評估也都有進步，感覺顯示增加中醫治療有助於病人功能回復。

劉俊廷表示，為使病人積極接受急性後期的醫療照護，長庚並打造腦中風中西醫整合照護指引，涵蓋急性期中、急性及居家長照服務，提升疾病照護品質。

(中央社)

責任編輯/張郁珊



如果我有一架時光機

人生中，我們有很多無法彌補的後悔之處，我時常幻想，如果我有一架時光機，我是否就可以回到過去，在那無盡失落的開端，做出另一種決定，改變我的人生。或是去到未知的未來，躲過屢次麻煩時刻，開創瀟灑的人生呢？

如果我有一架時光機，我要回到國小三年級，收斂我的性格，專注我的學業，不再整天碌碌無為、無所事事，只想著玩，性格也越來越不穩，上課聊天玩鬧，如果我真的回到過去，我會開始認真上課，奠定基礎，也不再口出穢語，內斂、沉穩一點，我相信只要一點點，就能改變很多，或許我現在就不用在羊埔平、拚命讀書，也沒有講話過於激進的壞習慣。

如果我有一架時光機，我要前往

孝親 難？不難？

午後，驕陽已柔，和同學看完一場聲光效果十足的電影，男女主角經歷生死劫難，終於在紅霞落日中親吻完結。沉浸在刺激驚險的考古與浪漫堅毅的愛情中，路上秋風徐徐吹來，沒有夏天的炙熱黏膩感，倒是多了涼爽舒適和徐風，這樣的空氣溫度正合適。

轉過彎，走進小路，社區的公園傳來一陣陣笑聲，我的電影思路暫被中斷，目光吸引了過去，原來是外籍看護們推著老人家出來曬太陽了，秋天的大陽不像夏天那麼刺眼，而是溫暖舒服的，心想，老人家在這樣悠閒的秋意中，出來親近大自然，也是好的。我的步伐不由的駐足在此，又想到，可為什麼陪伴這些老爺爺、老奶奶的，不是辛勤養大的兒女，而是這些語言不通、毫無血脈的外籍看護。望著此番場景，想著父母有一天也會變得跟他們一樣年老吧！心忽然充斥著一陣酸澀感！

回到家，桌上放著媽媽每天都會替我準備好的點心，想著我是多麼幸福啊，我抱了抱媽媽，跟她撒嬌說：「媽媽，我不要你變老，我也會一直陪著你，好嗎？」媽媽說：「妳今天怎麼了，怪怪的！該不會是零用錢不夠？還是考試考差了？」我把在公園看到的場景跟媽媽說說，「媽媽，我問了問媽媽，我等長大後，希望我怎樣孝順妳啊？」媽媽反問我，「想長大後，希望我怎樣孝順妳啊？」

我心想，當作理所當然。

我口中頓時有了新的領悟，以前的我不知道什麼叫做孝順父母，對於孝順的理解最多就是，做到老師要求我們的事，像是好好讀書、不要讓父母操心、將來考好學校等等。如今，我明白了，孝順父母其實並不是一件多難的事，不必等將來賺錢，等以後有空，等等，而在於我們要麼，父母給予我們生命，這一份世上最寶貴、用得最久的禮物，父母付出他們最寶貴的青春歲月，他們的時間跟精力，養育我們，這一切的愛，我們理所當然地接受，將來卻論斤秤兩回報他們，唉！

孝順，難？一句溫暖的話語，一個體貼的動作，都能令父母感到窩心，父母想要的不是物質上的孝！只是這血脈相親的愛的擁抱，孝順，不難。

看著媽媽收拾完客廳，走進廚房準備晚餐的背影，我在心中對自己吶喊著：「不難！我應該該替身邊的親人，把握跟他們相處的每一刻，用細小的行動盡孝，勇敢、大聲地對他們的愛說出口，感恩父母給予我們的一切，未來成為一個令父母感到驕傲的我之外，我會在每個春夏秋冬，陪他們共賞陽光、小雨、明月、清風。

時間啊！時間

時間分分秒秒，日復一日，年復一年。但懂得利用時間的像是一隻獵豹，轉眼之間便不見蹤影，也有人說時間用不著，也抓不到。但只要你想過：「時間就像海綿裡的水一樣，如果你願意擠還是有的。」這句話，感嘆時光匆匆！

時光匆匆，你可曾驚訝它的流逝？我直到國小畢業才發現：未能珍惜與同學一起學習、嬉戲、打鬧的時光。以前總說上學無聊、不想上學等等，但現在回想起來，上學時的那點點滴滴，酸酸甜甜，總成為一種美好的回憶，在不經意時懷念起來。每每想起時，思緒總在心中徘徊不已，淚水不禁從臉龐滑落。我想這時間是不會為誰而停滯的。

就因如此，直到畢業後，「珍惜時間」才常常掛在口頭。我不想再次因未能珍惜時間而造成終生遺憾，而現在我擔心會因自己未珍惜國中時光而錯過這三年，錯過與老

金門

金門，一座有著戰爭歷史的小島，一座充斥著酒香的小島，一座美麗、安靜、悠閒，相信是大多數人都是這麼形容金門的，但是這寧靜的背後又有著怎樣的歷史呢？

八二二炮戰，古寧頭戰役，這些都是殘忍的戰爭，金門人不想回憶的過往。戰爭的時候，年輕力壯的大人們都忙著挖防空洞，臉上滿滿的憂愁，擔心著家人，擔心砲彈何時會打過來，更擔心的是和平到底什麼時候才來，反觀小孩倒是顯得很好奇，一坑一坑的防空洞，既新奇又好玩，這天真的快樂直到砲彈真的打過來，家垮了，菜死了，天真的笑聲也被打的灰飛煙滅，消失的無影無蹤，剩下的只有撕心裂肺的哭聲，迴盪在空幽幽的防空洞裡。戰事留下的防空洞，或許新奇，但是那代表著甚麼？代表著砲彈，代表著殘酷的戰爭！

遠近馳名的高粱酒，是金門的旅客必帶回去的伴手禮，但是為甚麼金門要種高粱酒，不種稻米？因為金門土地貧瘠，再加上水資源不足，所以除了極少數地方會種過水稻外，幾乎不生產稻米。乾燥的土地恰恰好適合高粱生長，說到金門地地恰恰好適合高粱生長，說到金門為何會種種高粱，有兩個人是不能忽略的，一個是胡蝶，一個是葉華城。因為當時的米都要向台灣買，所以吃得起白米的沒幾家，三餐基本上都是番薯果腹，物資相當匱乏，胡蝶將軍看到這種場景，便想到了改變金門人三餐吃番薯的命運，方法是這樣的：三餐吃番薯，給政府，換白米，然後政府把高粱做成高粱酒賣掉，如此吃大米，喝高

湖中

梁，釀高粱，豈不是一舉三得，後來推「一斤高粱換一斤大米」的政策，更是徹底底層的改變金門居民的生活。

守護金門的風獅爺，不管颶風下雨，那都站在那裡，從來都不會休息過呢？傳說當時的金門風沙相當的大，每當秋風吹起時，便會飛沙走石，甚至有村莊被風沙淹沒，金門北方的對岸，有一間建在紅魚穴上的媽祖廟，每當紅魚吐氣時，風就被帶到金門來了。那時傳說張永監於龍君七日時，命人將媽祖廟拆三尺，三尺的距離正好是紅魚穴的鼻，造成紅魚的鼻破洞，因此吐氣時，只剩一半對著金門，金門風沙開始變小，後來金門開始廣建風獅爺，因為獅喜歡吃草，那隻紅魚怕吐出的氣被獅子聞到，進而被吃掉，所以吐出的氣變小，從此金門的風也不會這麼大了。雖然這是傳說，但是威風凜凜的風獅爺還是讓人不禁肅然起敬。

金門，一座經過戰爭洗禮的小島，一座告別三餐吃番薯的小島，一座有風獅爺的小島，就是我賴以生存並鍾愛一生的故鄉。

湖中

師、同學的相處時光，錯過這一段學習的黃金時間，錯過國中生活，漸漸長大以後，我逐漸明白：利用時間是人生必學的一門課，它可以決定人的成功與失敗。魯迅會說過：「時間就像海綿裡的水一樣，如果你願意擠還是有的。」這句話，感嘆時光匆匆！

感嘆時光匆匆，你可曾驚訝它的流逝？我直到國小畢業才發現：未能珍惜與同學一起學習、嬉戲、打鬧的時光。以前總說上學無聊、不想上學等等，但現在回想起來，上學時的那點點滴滴，酸酸甜甜，總成為一種美好的回憶，在不經意時懷念起來。每每想起時，思緒總在心中徘徊不已，淚水不禁從臉龐滑落。我想這時間是不會為誰而停滯的。

就因如此，直到畢業後，「珍惜時間」才常常掛在口頭。我不想再次因未能珍惜時間而造成終生遺憾，而現在我擔心會因自己未珍惜國中時光而錯過這三年，錯過與老

勉家扶兒衝逆境

賴清德：父親留下最大資產就是貧窮

【中央社記者葉素萍台北19日電】副總統賴清德今天以自身經驗勉勵家扶基金會兒少逆風而上。他說，自己父親很早就工作意外身亡，由媽媽扶養他們長大，某天突然發現，「我爸爸留給我最大的資產就是家裡貧窮」。

賴清德今天出席家扶基金會2023年全國扶兒少表揚活動，勉勵兒少表揚活動。他特別看了得獎者資料，雖然來自不同縣市與家庭，獲獎故事不盡相同，但大家都是逆境中成長、逆風而上；孩子們未來的夢想，不管是要當律師、護理師、工程師、運動員、開咖啡店、開麵包店，把幸福分送給社會大眾，這些都可能成功。



副總統賴清德（前排中）19日出席家扶基金會2023年全國扶兒少表揚活動，與獲獎兒少共同比出愛心手勢合影。（中央社）

他說，台灣是民主自由的社會，不像有些國家是種族社會，規定某些家庭種族只能做特定行業，而且台灣不必靠關係才能成功，只要大家朝著夢想走，每轉一圈就讓自己更強大。

賴清德也向計畫開咖啡廳的吳官穎喊話說，「你不要忘記，我會等你邀請我哦」；賴清德並建議，「不要等到畢業，投入社會後才開始學習咖啡相關知識，現在若喝到一杯好咖啡，可以請教人家，可以看看書，參加咖啡分享活動，若從沒人在就開始學習咖啡，以後沒人得上，咖啡店生意一定興隆，現在就要逐夢而進。」

賴清德也向角膜白斑影響視力的郭羽瑄說，「據他剛才了解，角膜白斑症其中一個治療方法是眼角膜移植，若郭羽瑄母親同意，可以找專業眼科醫師了解是否適合做角膜移植，若適合，他就來安排、協助，讓郭羽瑄的視力趕快恢復。」

賴清德強調，逆境要去珍惜，這是老天爺賞賜的機會，社會上各行各業，不少成功人士來自經濟不景氣的家庭，但更多是來自一般、甚至困苦的家庭，在困苦家庭長大，更成熟、更有志力、更有克服困難的勇氣。

花蓮原民聯合豐年節大會舞選拔出爐 充滿力與美



【中央社記者李先鳳花蓮19日電】每年夏天，花蓮縣觀光盛事「原住民族聯合豐年節」的高潮，是原住民族舞選拔大賽。今年大會由「海原舞團」與「HAYADI」脫穎而出，勇奪年度大會舞。

2023花蓮縣原住民族聯合豐年節大會舞選拔，經過二階段評選，由「海原舞團」與「HAYADI」脫穎而出，勇奪年度大會舞。

花蓮縣政府原住民族行政處表示，今年大會舞選拔，共有17隊參賽，每隊都使出渾身解數，發揮創意編舞，穿著各族服飾拍攝影片，細節令人感動。

主辦單位透過縣長臉書（Facebook）、聯合豐年節臉書進行全線直播，讓民眾也可以透過手機觀賞花蓮縣原住民族舞選拔的年度大決賽。

決賽隊伍展現令人驚艷的舞步，獲得評審一致好評。雖然入圍即是得獎，但比賽仍須分出勝負。最終成績差距極小，顯見每一隊實力都很堅強。

原住民族行政處說明，此次競賽由各族群與領域的公正人士擔任評審，以簡單易學、動作設計及舞蹈表現3大面向為評分標準，反映大會舞編排、推展普及的目標。結果由Cada樂舞團、Makak樂舞團、HAYADI、海原舞團、慈濟大學TAKUBUWAN原民社4隊獲得「佳作」及獎金新台幣6000元；沙格路文化藝術團、路瑪樂舞工作坊、Ahuu原舞集、Fangcay文化藝術團及原精米5隊得到「優選」與獎金8000元。

「入圍獎」則為海原舞團、HAYADI、力美文化藝術團及阿多淵青年3隊獲得，獎金1萬5000元；入圍3隊同台再搶一次，現場呼聲震天，情緒嗨翻，最後由海原舞團劇坊HAYADI以「簡單易學卻不失特殊性」展現年度經典的代表性舞步，充滿力與美的表現，榮獲「年度大會舞」一獎，獲獎金3萬元。

租屋族應對漲電價 台電建議逾70度改採時間電價

【中央社記者曾智怡台北19日電】經濟部電價會議17日決議住宅每月用電70度，夏季用電費由4651元增為4721元，非夏季用電費由3811元增為3911元。

外界關心租屋族共用電表，分租套房共用電表者，若每月用電超過70度，可申請改採時間電價計費，尖峰時段時間電價計費且均為單一費率，不受累進費率影響，並搭配節電措施，可進一步節省電費支出。

經濟部17日召開112年第1次電價費率審議會，考量民生用電穩定性，電價調整幅度，住宅每月用電70度以下，電價不調整，即每度2個月電費夏月在58元以下、非夏季在52元以下者，不受累進費率影響，可進一步節省電費支出。

至於可否在套房裝置獨立電表計費，台電表示，須由房東向台電申請，並委託水電分層屋內線路，因此須視房東意願而定。

越南通膨失業壓頂 上班族購買力下滑兼差開源

【中央社記者陳家倫河內19日專電】越南通膨壓力與失業率增加，世界銀行警告，越南經濟前景，市井小民設法節省開支，上班族武氏蘭英就是一例。

不僅兼差做電器、化妝品、衣服也少買，放假日更索性宅在家。

越南2022年經濟成長率超過8%，創下1997年以來新高。然而受到歐美市場消費緊縮、庫存壓力的利空襲擊，去年第四季經濟表現開始走軟，世界銀行（World Bank）預測越南今年經濟成長率將下滑至6.3%，低於越南官方設定的6.5%。

越南勞動總局（VGL）數據顯示，從去年9月至今年1月，有13萬家公司共計54萬7000名工人的工作時間減少或暫時停止，主要原因為訂單減少。此外，還有逾4萬8000人失業。

指標企業越南元鞋廠（Pouyuen Vietnam）2月下旬裁員2000多人，讓10.3%，主要行業的訂單都下滑，工廠只好縮減人力。

武氏蘭英說，她現在開始兼差做電商，因為物價上漲量減少外食，化妝品等非必需品也少買，至於衣服還是買廉價，但盡量挑便宜的。以前周末兩天都往外跑，現在只外出半天或一天比較省錢。

在物流公司上班的阮伯孝（Nguyen Ba Hieu）表示，消費者對商品的需求正在下滑，從去年底到今年初，公司的貨運量都減少，同事也是哀鴻遍野。為了減少花費，購房、購車的計畫先暫緩，也減少與朋友聚餐。

他還說，工廠訂單減少，公司的業績跟著下滑，員工激勵獎金縮水，月收入較前少了3、4成。以前員工們常常喝下午茶，現在消費保留了很多。

名城有線電視綜合台
112年3月20日 CH33 節目表

07:00-08:00	名城報
08:00-09:00	金門故事島 返鄉製造成美味關係
09:00-10:00	咱！好厝邊 沙美老街古裝體驗
10:00-11:00	金門頭家來開講 防詐騙與道安宣導
11:00-12:00	名城報
12:00-13:00	金門故事島 返鄉製造成美味關係
13:00-14:00	金管處節目
14:00-15:00	金門好滋味
15:00-16:00	咱！好厝邊 沙美老街古裝體驗
16:00-17:00	金門頭家來開講 防詐騙與道安宣導
17:00-18:00	名城報
18:00-19:00	金門故事島 返鄉製造成美味關係
19:00-20:00	咱！好厝邊 沙美老街古裝體驗
20:00-21:00	金門好滋味
21:00-22:00	金門頭家來開講 防詐騙與道安宣導
22:00-23:00	名城報
23:00-24:00	金門故事島 返鄉製造成美味關係
24:00-01:00	咱！好厝邊 沙美老街古裝體驗
01:00-02:00	金門頭家來開講 防詐騙與道安宣導
02:00-03:00	名城報

台南400主視覺應用徵選 融入街景及伴手禮

【中央社記者楊思瑞台南19日電】迎接台南建城400年，台南市文化局舉辦「台南400主視覺應用徵選」，透過商品開發、空間布置及創意提案等方式擴大民間參與，已可看見主視覺設計融入街景。

（台南市文化局提供／中央社）

【中央社記者楊思瑞台南19日電】迎接台南建城400年，台南市文化局舉辦「台南400主視覺應用徵選」，透過商品開發、空間布置及創意提案等方式擴大民間參與，已可看見主視覺設計融入街景。

台南市政府文化局代理局長陳修程今天透過新聞稿表示，「台南400」主視覺系統由台南出身的設計師李明道（Aldo）操刀，視覺元素取材自拉雅族十字繡、熱蘭遮城、祀典武廟、鳳凰花、鯤鯓沙灘及藍曬圖文圖騰等在在地內涵，標準字「台南」取自孔廟匾額「臺臺首字」及昭和11年台南州文件，從歷史與在地特色發想全新台南氣味。

陳修程指出，去年底開始的台南400主視覺徵件活動已結束，民間單位以商品開發、空間布置及創意提案等方式響應，一起組成台南400年不可或缺的每一刻。

他說，全市10個空間布置地點，包括商團店面、巷弄小徑、觀光飯店、文創園區、車站及官廳，以創意融合台南400主視覺的繽紛色彩，讓遊客及市民可在城市角落發現驚喜。

陳修程進一步表示，如夏林路「矮仔成蝦仁飯」極具氣勢的招牌，台南特色巷弄「蝸牛巷」的電線桿，大特色假日酒店、西仔寮的丘文明道（Aldo）操刀，視覺元素取材自拉雅族十字繡、熱蘭遮城、祀典武廟、鳳凰花、鯤鯓沙灘及藍曬圖文圖騰等在在地內涵，標準字「台南」取自孔廟匾額「臺臺首字」及昭和11年台南州文件，從歷史與在地特色發想全新台南氣味。

陳修程指出，去年底開始的台南400主視覺徵件活動已結束，民間單位以商品開發、空間布置及創意提案等方式響應，一起組成台南400年不可或缺的每一刻。

他說，全市10個空間布置地點，包括商團店面、巷弄小徑、觀光飯店、文創園區、車站及官廳，以創意融合台南400主視覺的繽紛色彩，讓遊客及市民可在城市角落發現驚喜。

陳修程進一步表示，如夏林路「矮仔成蝦仁飯」極具氣勢的招牌，台南特色巷弄「蝸牛巷」的電線桿，大特色假日酒店、西仔寮的丘文明道（Aldo）操刀，視覺元素取材自拉雅族十字繡、熱蘭遮城、祀典武廟、鳳凰花、鯤鯓沙灘及藍曬圖文圖騰等在在地內涵，標準字「台南」取自孔廟匾額「臺臺首字」及昭和11年台南州文件，從歷史與在地特色發想全新台南氣味。

3/20起輕症免隔離 0+n上路 8項QA一次看

【中央社記者陳建翎台北19日電】COVID-19輕症隔離將走入歷史，20日起取消輕症隔離等防疫措施。中央整理8項情境QA，檢驗陽性的師生及醫護人員能否正常上班上課、染疫民眾如何看病領藥等，一次掌握。

Q：確診進行0+n自主健康管理期間真的可以外出嗎？A：n為10天，建議有症狀時在家休息，避免非必要外出，無症狀或症狀緩解（發燒至少1天）後可安心外出，並配合自主健康管理至快篩陰性，或發病/採檢陽性滿10天，外出時請全程佩戴口罩。

Q：我是一般勞工，雇主可以要求快篩陽性休假嗎？A：雇主不可要求勞工不出勤、必須快篩陰性才能返回工作場所，若雇主片面要求勞工不要出勤，因屬雇主受領勞務遲延，仍應照給工資；快篩陽性的勞工請病假，自篩檢陽性日及次日起5日內，雇主不得扣發全勤獎金。

Q：我是學生，確診可以去學校上課嗎？A：建議間能領取口服抗病毒藥物嗎？A：民眾自行快篩陽性後，符合重症風險因子藥物適用條件者，如65歲以上長者、孕產婦或具慢性病史等，可由診察醫師開立口服抗病毒藥物處方，至全國約2700餘家口服抗病毒藥物合約機構領取藥物治療。

Q：0+n輕症免隔離實施後還有公費疫苗一號能用嗎？A：中醫師針對COVID-19（2019冠狀病毒病）檢驗陽性且符合公費適用條件，如具重症風險因子、中醫急診病房的就診民眾，在病歷記載檢驗陽性結果及適應症，就可以開立。

Q：家中兒童快篩陽性後，發燒超過48小時或高燒超過39度合併發冷/冒冷汗、退燒後持續或活動力不佳、退燒後持續呼吸急促/喘、胸悶胸膈、持續性嘔吐/頭痛或腹痛、超過12小時未進食或解尿，家長應儘速帶往就醫。

若出現抽搐、肌躍型抽搐、步態不穩、意識不佳或持續昏睡、呼吸困難或有胸悶現象、唇色發白或發紫、血氧飽和度低於94%、肢體冰冷合併皮膚斑駁、冒冷汗、體溫大於41度等症狀時，請立即送醫治療。

陽性後，符合重症風險因子藥物適用條件者，如65歲以上長者、孕產婦或具慢性病史等，可由診察醫師開立口服抗病毒藥物處方，至全國約2700餘家口服抗病毒藥物合約機構領取藥物治療。

Q：0+n輕症免隔離實施後還有公費疫苗一號能用嗎？A：中醫師針對COVID-19（2019冠狀病毒病）檢驗陽性且符合公費適用條件，如具重症風險因子、中醫急診病房的就診民眾，在病歷記載檢驗陽性結果及適應症，就可以開立。

Q：家中兒童快篩陽性後，發燒超過48小時或高燒超過39度合併發冷/冒冷汗、退燒後持續或活動力不佳、退燒後持續呼吸急促/喘、胸悶胸膈、持續性嘔吐/頭痛或腹痛、超過12小時未進食或解尿，家長應儘速帶往就醫。

若出現抽搐、肌躍型抽搐、步態不穩、意識不佳或持續昏睡、呼吸困難或有胸悶現象、唇色發白或發紫、血氧飽和度低於94%、肢體冰冷合併皮膚斑駁、冒冷汗、體溫大於41度等症狀時，請立即送醫治療。

台南400主視覺應用徵選 融入街景及伴手禮



迎接台南建城400年，台南市文化局舉辦「台南400主視覺應用徵選」，透過商品開發、空間布置及創意提案等方式擴大民間參與，已可看見主視覺設計融入街景。（台南市文化局提供／中央社）

【中央社記者楊思瑞台南19日電】迎接台南建城400年，台南市文化局舉辦「台南400主視覺應用徵選」，透過商品開發、空間布置及創意提案等方式擴大民間參與，已可看見主視覺設計融入街景。

台南市政府文化局代理局長陳修程今天透過新聞稿表示，「台南400」主視覺系統由台南出身的設計師李明道（Aldo）操刀，視覺元素取材自拉雅族十字繡、熱蘭遮城、祀典武廟、鳳凰花、鯤鯓沙灘及藍曬圖文圖騰等在在地內涵，標準字「台南」取自孔廟匾額「臺臺首字」及昭和11年台南州文件，從歷史與在地特色發想全新台南氣味。

陳修程指出，去年底開始的台南400主視覺徵件活動已結束，民間單位以商品開發、空間布置及創意提案等方式響應，一起組成台南400年不可或缺的每一刻。

他說，全市10個空間布置地點，包括商團店面、巷弄小徑、觀光飯店、文創園區、車站及官廳，以創意融合台南400主視覺的繽紛色彩，讓遊客及市民可在城市角落發現驚喜。

陳修程進一步表示，如夏林路「矮仔成蝦仁飯」極具氣勢的招牌，台南特色巷弄「蝸牛巷」的電線桿，大特色假日酒店、西仔寮的丘文明道（Aldo）操刀，視覺元素取材自拉雅族十字繡、熱蘭遮城、祀典武廟、鳳凰花、鯤鯓沙灘及藍曬圖文圖騰等在在地內涵，標準字「台南」取自孔廟匾額「臺臺首字」及昭和11年台南州文件，從歷史與在地特色發想全新台南氣味。