

佛教會點燈祈福法會 各界祈願國泰民安

【本報記者 亦斌/金湖報導】在辛卯年即將來臨之際，金門縣佛教會於昨(7)日在金湖鎮社福館演藝廳舉辦了一歲「歲末祈福點燈法會」。佛教會會長和信眾在「歲末祈福點燈法會」活動中，恭誦「藥師如來本願功德經」及點燈祈福活動；金門縣長陳福海與地方軍政首長、民意代表均到場參與歲末祈福點燈，以虔誠和感恩的心，一起為金門這塊土地和軍民祈福，並祈願高居居安樂業、生活安康幸福，金門會更加美好！



上左、陳縣長感謝性海法師帶領金門縣佛教會在歲末舉辦這次有意義的新福法會活動；上右、下：金門縣佛教會在金湖鎮社福館演藝廳舉辦「歲末祈福-點燈祈福法會」，在正法法師及多位大和尚引領之下，恭誦「藥師如來本願功德經」及點燈祈福活動。(辛亦斌攝)

籌辦一年一度歲末祈福點燈法會活動，感恩佛菩薩的加持與護念，讓大眾平安的度過這一年。今年的歲末祈福點燈法會，由金門縣佛教會擇於昨日上午在金湖鎮社福館舉行，由佛教會理事長性海法師主持，引領與會會員及信眾恭誦藥師經及點燈，以供養十方諸佛菩薩。

和感恩佛菩薩加持與護念。在歲末祈福點燈法會中，陳福海縣長由縣府各級主管陪同參加，與金防部指揮官李定中及立法委員陳玉珍、縣議員歐陽儀、縣議員周子傑、縣議員蔡水游、縣議員楊育南、縣議員秘書長王垣坤、金防部政戰主任鄭傑元、行政院金馬聯合服務中心執行長楊上德、金湖鎮長陳文顯、金城鎮長李誠智、金沙鎮長吳有榮、烈嶼鎮長洪若珊、金寧鎮長楊忠俊、金寧鄉民代表會主席黃文欣等地方軍政首長和民意代表及會員信眾，一起在佛前點燃一盞祈福燈，祈願社會安定、遠離刀兵劫、風調雨順、國泰民安、縣運昌隆！

性海法師表示，連友與信眾們齊聚社福館，共同恭誦《藥師經》並點燈祈福，希望得到佛菩薩的庇佑，使金門成爲人間淨土，讓所有金門人都能過上平安喜樂的生活。他提到，過去金門是戰場，民衆生活困苦。然而，經過幾年的建設發展，金門已經轉變爲「和平之島」，成爲連接兩岸三地的「和平使者」。

從在立法院服務四年及擔任縣長，他表示自己能夠爲這片土地和鄉親們服務。陳縣長提到，金門曾經是戰場，人民生活十分艱苦。然而，金門是一座充滿慈悲的島嶼。他相信金門的前景會越來越好。同時，他強調了兩岸友好關係對金門的重要性。他說：「戰爭是無情的，和平是無價的。金門經歷了多次戰爭和生活困苦，因此金門人民更珍惜和平的價值。無論是宗教、教育、文化、學術、環保或旅遊交流，他都希望與兩岸共同建立更好的環境。」

性海法師在致詞中表示，他感謝陳縣長、議長、立法委員和議員們的努力，爲金門的發展奠定了基礎。特別值得一提的是，兩岸通水的實現，爲金門解決了三年前因極端氣候造成的水大旱問題。他感謝兩岸的朋友們共同爲此付出的努力。

陳縣長分享了他的從政經歷，自26歲當選鎮代表、30歲當選縣議員、34歲當選金湖鎮長，

中華郵政特准掛號認爲新聞紙類
社址：金湖鎮金湖街一號
服務電話：(082)332374、332375、332376、332377、332378、332379、332380、332381、332382、332383、332384、332385、332386、332387、332388、332389、332390、332391、332392、332393、332394、332395、332396、332397、332398、332399、332400

金門日報

第 二 一 二 五 二 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

4 7 1 2 8 2 6 1 3 8 9 0 1 1

01月 01月
06 09
星期六 星期二

! 活江家具特賣!
新屋免費規劃

活江大飯店
小資成家特惠中
年終最後一檔
上午11點至晚上8點

民曆紀事

喜神：西南
財神：正東
日煞：西方
日沖：牛39歲

宜：日逢月破日大凶
祭祀 解除 破屋

不宜：吉事少取

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
0928-730-881

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
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

加賀

姪女張雅嵐榮獲英國劍橋大學法學博士
姪子張智凱榮獲澳洲斯威本大學會計博士

老益安之光

張陳張陳孫張謝張張黃蔡張李許張李
自秋自玉金琮永瓊冠萬崇琮丁季瑛定全賀
求如福如星敏東珍群芬榮芬行芬桂芬

112年「家庭收支調查」
派員訪問期間
112年12月1日起
至113年2月29日止
敬請支持配合
金門縣政府主計處敬啟
【廣告】

金門總經理
珠山傢俱
永興傢俱
洽：311700

KING'S SPRING BED
K牌彈簧床
https://www.kingbed.com.tw

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

診所	金城衛生所	金寧衛生所325735	金沙衛生所3252854	金湖衛生所336662	烈嶼衛生所362078
診時	上午 下午				
一	家醫科門診 許雅至主任	家醫科門診 許雅至主任	家醫科門診 許雅至主任	家醫科門診 許雅至主任	家醫科門診 許雅至主任
二	家醫科門診 許雅至主任	家醫科門診 許雅至主任	家醫科門診 許雅至主任	家醫科門診 許雅至主任	家醫科門診 許雅至主任
三	家醫科門診 許雅至主任	家醫科門診 許雅至主任	家醫科門診 許雅至主任	家醫科門診 許雅至主任	家醫科門診 許雅至主任
四	家醫科門診 許雅至主任	家醫科門診 許雅至主任	家醫科門診 許雅至主任	家醫科門診 許雅至主任	家醫科門診 許雅至主任
五	家醫科門診 許雅至主任	家醫科門診 許雅至主任	家醫科門診 許雅至主任	家醫科門診 許雅至主任	家醫科門診 許雅至主任
六	休診	休診	休診	休診	休診

旺店
頂讓
意洽：0991-1135
0991-1135
0991-1135
0991-1135
0991-1135
0991-1135
0991-1135
0991-1135
0991-1135
0991-1135

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

全程中古車專業有限公司

專營進口中古車買賣 地址：伯玉路2段316-1號
歡迎車換車 (福特汽車斜對面)
好車大聯盟品質認證 TEL：082-326158
禮賓專線：0934-036-375廖經理

看護
幫傭

金門金城分公司
0926-377-158

酒鄉
宏泰不動產建設有限公司
082-336-326
0979-256661
海景第一排 金門城閃亮登場
房型：4房3衛2廳 | 3房2廳2衛 | 2房2廳2衛

獻獎即是獻心 同心同德愛吾鄉邦



報載：縣長陳福海親主持金門縣政府112年第十二次主管會報暨縣政會議，同時接受金門縣消防局、縣府社會處與教育處等三單位參與全國多項技能競賽名列前茅，將所獲之獎項呈獻給首領，藉此中表一片赤誠忠心，同心同德，摯愛鄉邦，大家見賢思齊，金門未來希望滿滿，發展潛力無窮。

根據瞭解，這次之會報與會議合併舉行，各級主管官齊集一堂，程序安排有別往昔，縣長陳福海先作簡短開場白，隨即由（格局與程度）一文，自勉及與團隊同仁袍澤共勉，語重心長，躍然紙上。他說：明年是龍年，是金門起飛顯現新局之年，舉凡好之政策務必集思廣益，精益求精，全縣落實，亟盼大家齊心努力，為金門這塊淨土做出貢獻，他也以感恩之心，強調縣政團隊一年來克盡全職，無怨無悔之表現，點點滴滴，他看在眼里，記在心裡，衷心感謝。

此次施政團隊獻獎之獎項，包括金門縣榮獲111年度災害防救深耕計畫及112年度全國義務消防人員體能交流活動——火災搶救男子三十五歲以上組全國第一名獎座、金門縣第十五屆全國法規資料庫競賽政府推動成效獎第二名獎座、金門縣政府獲頒衛生福利部國民健康署112年度台灣健康城市及高齡友善城市獎，一分耕耘，一分收穫，先苦後甜，沒有倖致，榮耀共享，最具價值。

縣長陳福海又說：縣政團隊是個有組織、有紀律、有責任感、榮譽心，旺盛企圖心之為民服務團隊，每每想到鄉親對他的愛護支持配合之濃情厚意，讓他倍覺職責在身，不敢稍有懈怠，他將一己本初衷，秉持「金門第一，鄉親優先」之服務職志，與縣政團隊同仁暨鄉親攜手並肩努力打拼。

無可否認，金門先天不足，後天失調，況長期存在，如今已然浮上檯面，隨酒產銷失街為例，隨著時空環境不斷推展，酒產銷失街問題，不難見好景不長。回顧民國七十年間，金酒產銷也曾有過過於求之窘境，除了受制於「菸酒公賣制度」，設限原因不一而足，雖在求新求變，多元發展，因管下工夫，採取了進軍軍工商軍警企業族群，先出貨後收款等調節因應措施，然而利弊互見。又因當時中央注補助經費預算分配額不足，影響所及，推動一般鄉村建設所需之經費預算無著，骨賴金酒盈餘撥庫彌補之經費落空，類比當今縣政面臨財政紀律嚴謹，今昔對照，誠然如出一轍。如今問題出現，亟待針對問題，解決問題，群策群力，加速改善市場銷售萎縮，拓寬營銷版圖。畢竟金酒是金門經濟命脈，鄉親福利之所繫，金酒團隊馬首是瞻，責無可卸。

有云：巧婦難為無米之炊，應可理解。就有平日默默耕耘單位主管坦言指出，中央對金門有不同之思維及政策，中央給金門分級列為第三級，與澎湖、馬祖比較，中央對金門不盡公平，但見縣政團隊成員「勤政愛民」一用心不變，縣長陳福海說：大家都認認真真，這一年縣政資源盤整，縣府執行預算暫緩將近一百零二億元，各部資源盤整具體成效堪稱成功。緣此，殷盼中央伸出援手，讓金門明日會更好。

113年是縣長陳福海復位成功第二年，縣長陳福海滿懷期待團隊加快腳步，凡事謀定而後動，展現合眾心力與執行力，一齊來為金門犧牲奉獻，只要是對的事，應做該做的，義無反顧，實踐力行，絕不卸責，即使是艱難阻之挑戰，針對民意所需所求都要竭盡全能，結合一切力量，對準方向目標計劃，克服萬難，做出成效，提升行政效率，讓鄉親有感。

金門馬拉松 國內外好手不畏寒風參賽爭冠



上、金門馬拉松鳴槍開跑；中、金門馬拉松配速員，今年有不少在地跑者擔任；下、全馬馬拉松起跑。

(許峻魁攝)

昨日馬拉松組於上午七時起跑，限時七小時內完成，路線從省政府前廣場起跑，行經民族路、民權路、光前路、慈湖路三段至二段，並在寧湖路折返慈湖路三段至二段後，直接跑上金門大橋、湖埔路、產業道路、濱海大道北環道（紅土溝三管區「T」字路）、濱海大道南環道（湖井頭戰史館）、濱海大道南環道（雙口海邊）、濱海大道南環道（陵水湖賞步道）、濱海大道南環道（烈女廟）、濱海大道南環道（三民主義萬歲牆）、濱海大道南環道（海濱公園）、濱海大道南環道（南山頭）、濱海大道南環道（青岐碼頭）、濱海大道南環道（誠實亭）、八青路、九井路、湖埔路、金門大橋、慈湖路二段至一段、光前路、民權路三十巷，終點在省府前廣場。

半馬馬拉松組則是七時十分，從省政府前廣場起跑，限時五小時內完成，行經民權路、光前路、慈湖路一段至二段後，直接跑上金門大橋、湖埔路、九井路折返湖埔路、金門大橋、慈湖路二段至一段、光前路、民權路三十巷，終點在省府前廣場。

比賽成績方面，全馬男子組的一、二、三名，均由來自的肯亞的選手們獲得，分別是Stephen Mwangi的兩小時二十九分四十九秒、Joseph Mwangi的兩小時三十二分二十五秒、George Mwangi的兩小時三十五分三十三秒。全馬女子組第一名由來自肯亞的Cecilia Mwangi的兩小時五十五分五十五秒拔得頭籌，第二名來自日本的中島知美，成績是兩小時五十五分三十三秒，第三名則是台灣選手楊喬琪，歷時三小時零八分四十九秒。半馬成績，男子組由日本的原井司以一小時三十三分四十五秒的成績奪冠，第二名均為台灣選手周賢峰與古建宏，兩人差距甚微，分別是「一小時四十四分五十七秒」與「一小時四十五分一十六秒」抵達終點。半馬女子組由台灣選手湯樂瑜以「一小時二十二分三十三秒」跑出一小時二十二分三十三秒，第二名張芷瑄，時間為「一小時二十二分三十九秒」，第三名董家琪，歷時「一小時二十六分四十九秒」。

記者許峻魁／綜合報導

第十七屆「二〇二四金門馬拉松」正式登場，昨（七）日則是由二十一公里半馬馬拉松組、以及四十二公里的半馬馬拉松組壓軸登場，在與會貴賓、路線橫跨大小金門，由於昨天橋上的陣風風勢不小，幾乎所有跑者在順利完賽後都直呼「橋上的風實在太強了！」比賽結果，全馬組男女冠軍，皆由肯亞選手包辦，半馬組方面，男子組由來自日本的河原井司奪冠；女子組則是台灣選手湯樂瑜獲得第一。

金門馬拉松進入了第二天，也是這場賽事活動中的最高潮，昨日的競賽組方面，現場就集結了二十二個國家的參賽選手，各路好手都齊聚在金門，由於第二天的體感氣溫較第一天稍低了一些，不過所有的參賽選手們個個不畏清晨的寒風，都是精神抖擻地迎接比賽。

昨日的競賽，早上七時起，由競賽組全馬馬拉松率先登場，並準時在與會貴賓的鳴槍聲中開跑，並且在十分鐘後，競賽組半馬馬拉松的選手也正式鳴槍起跑。每項各項大小馬拉松賽事，都一定非裔黑色旋風的身影，今年共計有十五位來自肯亞的男女選手遠道而來，趕抵金門參賽，這群外籍選手都是報名全馬項目。

昨天登場的全馬馬拉松及半馬馬拉松賽事，副縣長李文良、行政院政務委員張景森、金門防衛指揮部指揮官李定中、行政院金馬聯合服務中心執行長楊上德、中華民國路跑協會理事長郭國雄、金門體育會理事長唐麗輝、北市體育局局長王泓翔、南投縣教育局局長王淑玲、金門縣衛生局局長蔡建鑫、金門縣政府教育處處長孫麗琪等十二人也到場為選手們加油打氣，並擔任鳴槍嘉賓。

副縣長李文良在致詞時表示，今年約有六千多人報名，四個組別中，第一天為四公里休閒組、十公里路跑組，昨天則是全馬、半馬的參賽者。李文良說明，今年組別的安排，是因為主辦單位發現到，去年多個組別合併一起，在進入金門大橋賽道時，人潮會相當擁擠。昨日的風勢稍微變強，挑戰也會比較大，但路線規劃仍舊十分完善，他相信跑友來金門參加金門馬拉松，還是可以感受到金門的美景還有軍事氛圍。他也感謝金門派出的金門守備大隊，以全副武裝的姿態來共襄盛舉，昨日的海龍蛙兵英姿也相當吸睛，這也是金門與其他馬拉松賽事與眾不同的地方。

此外，李文良也談及，金門大橋的風勢對於跑者而言的確是個挑戰與困擾，明年或許也有可能調整路線，未來將會好好思考如何安排路線，讓跑友享受更完善的規畫以及風景。今年報名人數較少，過往都會與廈門馬拉松舉辦時間錯開，但今年因為選單因素而提前一周，確實也造成報名人數不如過去，但明年排除選舉干擾後，相信一定會恢復歷年的報名盛況。

每一位跑友在完賽後，有的人是氣喘吁吁，也有選手是氣定神閒，還有心情對著相機比出愛心手勢，甚至有來自台北的一對情侶攜手參賽，並一起壓線完賽，還大方在終點線熱情擁吻。這對情侶表示，他們是跟著台灣的跑友團隊一起來參加。

對於昨日比賽的看法，幾乎所有選手都認為風很大，不僅是完賽的情緒，全馬第二名的日籍選手中島知美，另一位倪姓在地跑友都表示，橋上風真的很大，尤其是回程的時候體力已經相當透支，又碰上逆風，在上坡路段真的是耐力的考驗。話雖如此，但不少跑友還是說，明年還會想再來。

責任編輯／呂美慧



(許峻魁攝)

金門馬國內男女冠軍林秋杰、楊喬筑分享經驗

楊喬筑：金門這麼大的風有隨風飄移的感覺 林秋杰：經過金門大橋時覺得很酷



金門馬全馬國內女子冠軍楊喬筑(右三)、國內男子冠軍林秋杰(右二)分享經驗。(楊水詠攝)

記者楊水詠／金城報導

二〇二四第十七屆金門馬拉松賽後記者會於昨日在金門縣體育館三樓會議室舉行，對外說明整個金門馬賽事情況，由縣府教育處長孫麗琪主持，體育場場長王仁仁、中華路跑協會秘書長陳華恆出席，邀請此次金門馬國內男女冠軍楊喬筑、林秋杰，以及國內女子冠軍林秋杰與會，分享他們參加跑金門馬的經驗及得獎感想。同時，孫麗琪也代表金門馬籌備委員會，對全體跑友的支持，是金門馬繼續走下去的助力與動力始能圓滿成功。

今年的金門馬全馬和半馬還是起黑色旋風，男女冠軍都來自青亞的選手，路跑協會秘書長陳華恆分析金門馬賽況表示，去年的金門馬男子全馬國際冠軍的肯亞選手與女子冠軍選手在今年都有參加，但此次的金門馬卻出現失常，由同鄉的選手獲得冠軍，讓兩位選手覺得意外的成績。

陳華恆說，金門馬是經WAA及AIMS國際認證的賽事，換言之全馬219.5公里是標準賽事，第十七屆金門馬裁判認證的成績，都會上傳至國際網站，參加金門馬選手可憑著金門馬參賽成績證書，參加所有馬拉松賽事。

至於今年的金門馬賽況，陳華恆說普通的選手及外籍選手，均說今年的風比去年大，但成績卻還不錯，也比自己的成績更進步；而且，去年的冠軍選手成績與今年的成績相較，出現快兩分鐘的成績，成績更進步。

對於在氣候方面，陳華恆表示今年比去年好，相對濕度六十九度，去年八十二度，溫度及濕度是選手最關心的，今年的溫度是最適合跑馬拉松的天氣，早上約十五度，至中午約快二十度，除小金門的風速大一點外，是最適合跑馬拉松的氣候型態。

教育處長孫麗琪表示，金門馬拉松邁入第十七屆，今年是一「Run with」一起跑，金門馬要感謝大家與媒體的一路支持，才能讓金門馬穩定成長，讓整個金門馬賽事非常順利及圓滿成功。

孫麗琪在金門馬線上跟跑者聊天，她說金門馬跑

者普遍認為金門馬規劃十分適合路跑的時間點，唯有風有點大，但東北季風是金門天候的特性，一年有八個月的東北季風，不過跑者也認為金門馬跑過金門大橋是一件非常酷的事情，以金門有全島最長的跨海大橋為榮。孫麗琪強調指出，金門馬一連兩天的賽事都非常順利，因為有大家與媒體的支持，她代表縣長陳福海和縣府表達最大的謝意，謝謝大家！

金門馬國內女子冠軍楊喬筑在馬拉松賽中成績一直佳，在任前突破，非常不容易，她表示在今年的金門馬國內女子組成績的佳績，自己覺得滿意，並說可能因為很多高手在牛馬，才能獲得國內女子第一殊榮。

楊喬筑是在去年第一次跨海參加金門馬，她說今年再趕快報名，再一次體驗金門馬，而且金門馬真的是一個很棒的賽道，經過去年跑過小金門的經驗，今年稍微控制配速，以及調整體力的分配，剛開始沒有跑在第一，與三、四、五跑在一起，一直到小金門的陡坡，始稍微的攻擊及調整體力，一直努力的一直跑一直跑。到回程時，楊喬筑說第一次體驗到「金門這麼大的風」，有隨風飄移的感覺，但到橋下知道剩二點五公里，就趕快跑回來，是個很棒、達百分之九十五的比賽。

楊喬筑也剛跑完日本大阪馬拉松，與金門馬有何不同之處或特色？她說，國外的馬拉松天氣尺度會比台灣好一點點，金門馬今天的天氣與濕度，覺得不輸於國外，只是挑戰性高一點點，對選手來講就不會衝著去跑，教練也有教如何去分配體力，跑出最佳的成績。

國內男子冠軍林秋杰表示，他是第一次到金門參加馬拉松路跑，前一天在教練帶領去場勘金門大橋及小金門路線及賽道，所以今天跑起來「相對保守」，經過對岸，非常覺得很酷，第一次可以在大橋跑及看到對岸，不時的覺得，在回程時，風真的很大「差一點就吹下去」，不過有「hold住」，最後剩兩公里，到橋下開始加速，跑過很多好選手，拿到好的成績。

林秋杰平常有路跑訓練及自己的目標，他並在上個月參加台北馬拉松，跑出二小時三十分四十二秒的成績，林秋杰說跟今天的金門馬成績有些落差，因為金門馬賽道的挑戰比較高一點，對於參加金門馬的成績是滿意的。

金門馬跑過大橋及小金門是最特別、沿途的風景很美，林秋杰說跑的時候，一直盯著前面跑者的腳，沒有空看風景；至於楊喬筑認為小金門跑道很硬，觀看風景會讓自己心情更棒，沿途有軍事景點及軍人表演，國軍很認真保護地方與國家，激勵她的參賽的精神。

另，林秋杰說金門馬路線坡度比較多，他建議選手平常訓練就要加強肌力部份，在原本的配速要慢一點及保守一點，以及在賽前場勘，哪裡要開始加速、哪裡要保守一點，讓自己有準備，才能創造更好的成績。

今年的金門馬有廿二個國家選手參加，陳華恆表示肯亞有十五位選手，尤以日本選手較去年多很多，在半馬及全馬都跑出很亮眼的成績，我們將繼續努力，讓金門馬在國際上更漂亮。至於選手對賽道的建議，陳華恆說金門馬大橋是在去年金門馬開始跑的，之前都在金門本島內跑，未來會做一些分析，金門馬雖是國際認證，但也是一種運動與觀光結合的賽事活動。

教育處長孫麗琪在金門馬賽後記者會總結時，她說每一個地區的馬拉松賽道，都呼應在地的環境；金門島地形是一個丘陵地，免不了高高低低，並一直精益求精，將在現有的基礎上做到，讓大家都可以去挑戰自我，以及都有聽到跑者的呼聲，未來在賽道規劃會去考量，亦感謝大家願意為金門馬賽事做不一樣的準備，更是金門馬繼續前行的助力與動力，尤以金門馬的成功，更需要靠所有人的共同努力，讓金門馬賽事發揮最大的效益與力量。

此外，金門馬拉松自二〇〇八年第一屆開跑，即定調是國際馬拉松，也是開離島國際認證的馬拉松賽風氣；除在二〇二〇及二〇二二因疫情停辦，至今年邁入第十七屆，並喊出「Run with」一起跑的口號的新里程，在往年約有三、三十個地區跑友參加，大陸選手逾千人，不但提升金門馬品質，亦帶動金門經濟，更讓全球都可看到金門。馬拉松是一項國際語言，可以向世界介紹金門城市，希望明年能讓更多熱愛金門馬朋友齊齊活潑，一邊享受金門馬，一邊領略金門風光之美。

高雄超跑媽媽推孩子勇闖海角 海龍蛙兵剽悍吸睛 情侶檔牽手過終點 北市體育局率團參賽 新秀黎齊琪、百傑蔡政軒奪牌

記者陳冠霖／綜合報導

「2024金門馬拉松」在1月6日至7日舉行，臺北市政府體育局再次應金門縣政府的邀請，由體育局長王泓翔率隊前來交流。這次比賽中，代表臺北市的黎齊琪、蔡政軒分別在10公里路跑女子組中拿下第一名、第二名，而台北市的「百傑跑者」蔡政軒則在克服嚴峻的氣候和地形挑戰後，勇奪了半程馬拉松男子組的第三名。

16歲的黎齊琪(右左)首次參加就以40分42秒的成績在10公里路跑女子組中取得了第二名。她在賽後接受訪問時提到，賽道上有不少斜坡，但全力以赴，專注又充滿衝勁，成功克服困難，取得了令她非常開心的成績。

面對金門大橋上的強風和小金門多變的地形，蔡政軒表現沉穩，善用自己的經驗，在1小時17分50秒的時間裡贏得了半程馬拉松男子組的第六名。王泓翔局長對此表示鼓勵，希望北市選手在2025金門馬拉松中再創佳績，並期待臺北市與金門縣之間的友誼永續，持續拓展運動交流與合作。

王泓翔局長表示，臺北市體育局自10年起與金門縣政府簽署了運動交流備忘錄，透過馬拉松活動建立了深厚的友誼。去年7月，雙方更完成了備忘錄的續簽，並共同參與了2023臺北城市盃路跑邀請賽和2023臺北馬拉松活動，互動頻繁。他相信這種合作將為雙方的新生代選手和市民帶來更多交流機會。

金門縣政府也表示，一直以來都非常重視與各縣市的體育交流，這不僅體現在金門馬拉松等大型賽事的合作上，更體現在教育與運動領域的廣泛交流。縣府與北市體育局的緊密合作，簽署了運動交流備忘錄，通過各項體育賽事和活動，促進了兩地在運動教育、專業培訓等方面的深入合作。期待著未來更多的合作機會，相信這樣的體育交流合作，將為金門和台北的運動發展，帶來更大的活力和可能性。

圖文／記者楊水詠

二〇二四第十七屆金門馬拉松賽昨日的半馬賽程裡，看到一位來自高雄的超跑媽媽用輪椅推著她的孩子小比出現在馬拉松隊伍最前面(左上)，她受訪表示在二〇二四年第一天就跑了，到金門參加過好幾次馬拉松，對於金門的印象是人都好，很溫暖及人情味，風景美麗。

金門馬主持人介紹跑媽媽推著孩子勇闖天涯，從北至南，可以看到她的身影，今年更跨海到金門參加馬拉松，帶著小比看盡滄海桑田，超跑媽媽也給參加金門馬的選手加油！

超跑媽媽參加馬拉松有五年的記錄，總共計有二百六十七場次，可說是無役不與，推著小比自始自終往前，並且與孩子小比開心和歡喜的參加，志不在參賽，而是帶來滿滿的感動。

記者許峻屹／金城報導

為期兩天的金門馬拉松，在昨日順利結束，跑者不僅可以沿途欣賞金門的美麗風景，第一天參加休閒組的民衆，可以看到身穿迷彩軍服、全副武裝的阿兵哥哥們，整齊劃一的步伐，而昨日同樣的賽事同樣也有著濃濃的軍事風，不僅在大橋端有金防部支援的軍武展示，海龍蛙兵標誌性的紅短褲，精神抖擻的跑在金門大橋上(左下)們合影起來。

號稱「最剽悍的跑者」，黝黑的皮膚、健壯的體魄，精實的海龍蛙兵，是去年金門馬拉松賽道上最吸睛的隊伍，今年再度參加，在鳴槍開跑前，蛙兵兄弟打著赤膊熱身就吸引其他跑友拿起手機拍照。

海龍蛙兵今年參加二十一公里的半程馬拉松，鳴槍起跑後，在負責執掌海龍旗的蛙兵引導下，踏著一致的步伐，以穩定的速度，用約兩小時十五分鐘的時間跑完全程。沿途吸引了跑友們的側目，甚至有跑友拿起手機拍下這難得的畫面。

圖文／楊水詠

在昨天盛大登場的二〇二四第十七屆金門馬拉松賽，計有廿二國及台金兩地選手參加，都是金門馬的支持者，以及用不同的方式，表達對金門馬的熱愛，有一對情侶檔在跑抵半馬終點前，他們倆人手牽著手(右上)臉帶著參加金門馬歡喜的笑容，跑過終點線完賽，並且當場熱情的相吻，金門馬路跑相伴完成金門馬賽事。

金門馬路跑選手手中，有一位來自美國的選手秀了一口很好的中文，他說是在高中學校學習中文的，之前有參加過台北馬拉松，此次前來參加金門馬，他覺得金門很好！

另外，來自汕頭的風雞跑團，共有二十位團員起個大早，跨過金門大橋參加金門馬半馬賽程，他們在戰利品前合影，感覺很好玩，也很熱鬧及開心！

此外，在金門馬路跑線前，許多的半馬或全馬跑者，他們在跑過終點後，隨即轉過身，氣喘吁吁的彎腰鞠躬或舉手禮，向金門馬致敬，也展現跑者尊重的運動精神。

記者陳冠霖／綜合報導

昨日清晨，金門馬拉松的42公里全長和21公里半程賽熱鬧開跑。國內知名體育主播「魁哥」田鴻魁，一向參與眾多馬拉松賽事，這次也挑戰了21公里的半程賽程，跑出46分10秒、總排第51名的成績。他對金門馬拉松這條賽道給予了極高的評價，特別推薦給那些渴望挑戰自我的跑者，認為這場馬拉松絕對值得親身體驗。

對於賽道的挑戰性，田鴻魁提到地形的起伏和強風，表示這可能是他參加過的所有半程馬拉松賽事中最具挑戰性的一次。尤其是那些起伏和橋上的強風，這些風的強度比其他賽事都要大好幾倍，就能排除各種困難，找到時間完成每次課程。

他深信「跑步無奇蹟，唯有累積」。他不僅累積經驗，更投入研究如何精進自己的跑步技巧。不同教練提供的建議，包括增加步頻、改進步伐等，他都細心儲存並不斷探索。儘管他清楚沒有一種完美的跑步方式，甚至習慣的動作難以改變，但他仍持續嘗試，不斷累積經驗，找到最適合自己的跑步方式。

田鴻魁視跑步如同投資理財。這條路上充滿起伏，可能會受到身體狀況和生活改變等因素影響，不是每次跑步都能獲利，但他將跑步視為持續投資，相信不斷累積將改變人生。

針對那些想要挑戰自我的跑者，田鴻魁極力推薦金門馬拉松。他相信，若參與跑步，更投入研究跑步技巧，不僅能參與跑步，更投入研究跑步技巧，進而主持了不少有關跑步的Podcast，成為路跑相當獨特。

田鴻魁在49歲才接觸馬拉松，這項運動改變了他的生活。他不僅是一位比賽播報主播，更成為馬拉松賽事中的活躍參與者。對跑步產生熱愛的田鴻魁，僅參與跑步，更投入研究跑步技巧，進而主持了不少有關跑步的Podcast，成為路跑相當獨特。

田鴻魁將金門馬拉松的難度評為五顆星，認為除了越野賽事外，這可說是路跑賽事中最具挑戰性的一場。他強調，儘管賽道不易，並不適合追求個人最佳成績，但正是這正是跑者參與的原因。我們參與這裡的比賽，不是為了打破個人紀錄，而是為了體驗賽道的獨特風貌。

連兩日的金門馬拉松，金防部都沒有缺席。(民衆提供)

記者陳冠霖／綜合報導

金門馬拉松迎來為期兩日的盛事，首日賽事包括路跑組和休閒組，吸引了眾多選手踴躍參與。金門防衛指揮部也朝氣蓬勃參與活動，不僅在田徑場設立了國軍人才招募站，提供多元互動體驗，更派出30名烈嶼守備大隊官兵著全副武裝參與，雄壯威武的軍容立刻成全场焦點，最後全員以30分鐘左右的時間完賽，展現出「體力即戰力」的精銳訓練成果，為路跑活動增添軍事風采。

不僅如此，幾乎已經成為金門馬拉松「參賽班底」的海龍蛙兵，今年也沒有缺席，在寒冷的大清早，一群海龍蛙兵只穿著紅短褲，露出平時訓練結實的肌肉，在開跑前展現氣勢磅礴的戰舞表演，吸引眾人目光。隨後也由帶隊官帶隊跑，邊跑邊

推展跑步運動的優秀代言人。年輕時的田鴻魁像許多男生一樣，熱愛打籃球，並對跑步缺乏興趣。但幾年來，好友的病逝以及自己患有可能的遺傳性高血壓和肺腺癌的發現，讓他開始重新思考生活。在醫生的建議下，他決定將跑步納入日常生活。

開始跑步後，田鴻魁加入了跑步班。雖然許多人認為跑步就是跑步，不需要上課，但對他來說，專業教練提供的訓練計劃，對他明確目標和動力，同時班上的同學相互激勵，使他漸漸對跑步產生興趣。目前，他每周安排六天的跑步課程，包括兩次跑步班課程和一次長距離跑步。田鴻魁強調，只要你重視訓練，就能排除各種困難，找到時間完成每次課程。

烈嶼守備大隊全副武裝上路

連兩日的金門馬拉松，金防部都沒有缺席。(民衆提供)

記者陳冠霖／綜合報導

金門馬拉松迎來為期兩日的盛事，首日賽事包括路跑組和休閒組，吸引了眾多選手踴躍參與。金門防衛指揮部也朝氣蓬勃參與活動，不僅在田徑場設立了國軍人才招募站，提供多元互動體驗，更派出30名烈嶼守備大隊官兵著全副武裝參與，雄壯威武的軍容立刻成全场焦點，最後全員以30分鐘左右的時間完賽，展現出「體力即戰力」的精銳訓練成果，為路跑活動增添軍事風采。

不僅如此，幾乎已經成為金門馬拉松「參賽班底」的海龍蛙兵，今年也沒有缺席，在寒冷的大清早，一群海龍蛙兵只穿著紅短褲，露出平時訓練結實的肌肉，在開跑前展現氣勢磅礴的戰舞表演，吸引眾人目光。隨後也由帶隊官帶隊跑，邊跑邊

體育主播田鴻魁推薦金門馬：最具挑戰的一次半馬

田鴻魁(中)參加金門馬拉松賽。(翻攝田鴻魁臉書)

田鴻魁將金門馬拉松的難度評為五顆星，認為除了越野賽事外，這可說是路跑賽事中最具挑戰性的一場。他強調，儘管賽道不易，並不適合追求個人最佳成績，但正是這正是跑者參與的原因。我們參與這裡的比賽，不是為了打破個人紀錄，而是為了體驗賽道的獨特風貌。



吳鼎仁 蘇益家 彩、墨雙人展

◎吳鼎仁

這次的展出，是在廖修平教授所主持的台灣美術院—藝術空間，特別感謝廖教授，長期對金門藝術家們的大力鼓勵與支持，促成了這次雙人展。

廖修平老師是我們師大美術系的教授，國際知名的版畫家。師大畢業後，1961在小金門服預官役，任大膽島排長，對金門的感情非常深厚。2023以他「福修文化藝術基金會」來金門舉辦「青春島嶼記憶」—紀念823砲戰65週年，教授、老兵創作展。也來金門辦了「福臨美至」—2022廖修平作品金門展，把他生平創作的版畫精品，搬運到金門盛大展出，並出版精

美畫冊大放送。以前廖老師就特別照顧我們金門去的美學生黃世團、吳鼎仁、蘇益家、呂坤和，先後在他家門下、家族企業大樓打工，順利渡過留台的學生生活，後各奔前程，也都從事美術教學。後來黃世團、呂坤和拿了博士學位，蘇益家也從台藝大讀了碩士，我也在金門修了銘傳應用中文碩士，完善我詩、書、畫的一貫理想，這不算是甚麼成就，而是我拜叩藝門的一個開始。

蘇益家是晚我一年畢業的學弟，留台工作退休後，晚近才偶回金門見面，在文化局藝廊《歸人、征塵》，我才見識他的水彩畫，驚訝之餘，曾為文讚賞：「水彩作品單純，透明，亮麗，極具個性。擅於捕捉一些具有代表性景物，並在一張畫紙上，對其進行簡明的色彩組合，顯示了活潑，具有生命力的場景。」「他是經過多年默默研究成長，已具有國際級大師的水準。水彩渲染氤氳，霧氣迷漫、煙雨朦朧的景緻，而達到若幻似真的氣氛。他能掌握迷濛浪漫的色彩，並善於佈局留白，有豐富的層次質感，不流於空泛虛飾。」他曾在台北國父紀念館展《水韻風華》，及台東

娜魯灣藝廊《雲淡風輕》水彩個展後，他由廣涉博取到簡約專精，風格由華麗走向樸實，在摸索漸變中，找到內心的自我，或激情或低落，總能在紙上熠熠生輝，帶來賞心悅目的心靈饗宴。

我這次展出的彩墨畫，一部分是金門鄉野的寫景心情，一部分是半想像半寫意的彩墨新構圖。蘇益家說我：「一生醉心於詩書畫的研究，以彩墨畫作為創作的主軸。一直專注於金門的古磚瓦閩南風情，經常下鄉追尋吾鄉吾情吾畫風。筆墨精練老成，用色沉穩不浮跳，在取景寫情、采風捉影、構圖彩墨等方面，既承傳統又超越傳統。具有融通中西變化的審美取向，容納多重美學旨趣，並運用各種筆法，創造出當代意象，獨具個性。」多謝蘇益家對我的褒勉！有詩紀盛：
〈台展益家鼎軒彩墨〉
台海鄉涯數渡征
展同游藝大平生
益開巧手淋漓盡
家創文心耐暢萌
鼎寶無求唯筆翰

軒堂有味伴詩聲
彩圖揮就平生志
墨跡美渲白髮驚
這次我與蘇益家在台北「台灣美術院」的展出，得到廖教授的讚可，我們作品水平，沒給他丟人。從師大畢業，我們也一直不忘創作，不輕言放棄彩筆，不斷追求精進藝境。廖老師希望他的藝術空間，提供更多金門來的好作品展出。我個人這十幾二十年，自絕於台北畫壇，沒沒無聞。沉浸酒鄉，醉醒之間，也埋首創作無數，但不知畫眉深淺入時無？而今臨台……，再吐一詩，以解我心（古稀鼎軒入台開展）
寄台學藝急回鄉
疏渡東瀛世而僵
南勢有屋培後輩
北台無名誤吾鶻
九州景物經多眼
八閩風懷畫一堂
古稱台陽重佈展
不說深淺試新裝

【活居吾述·遇見西湖】

天空水空心也空，給歲月留點空白

◎文：周志強 圖：秦自然

時間是二〇〇一年六月五日早上九點，本來想先睡一覺的，但躺在酒店的床上卻輾轉難眠，稍稍盹了一下，決定起身外出逛逛。我落腳的友誼宮賓館就位於少年宮的後方（北邊），而賓館的後方則是浙江省政府的所在地，交通十分的方便。出了賓館沒幾步路就來到了少年宮，它的對面則是岳飛的殉難之地：風波亭。我佇立在少年宮之外的十字路口上遲疑了一會，心裡想著究竟要不要過去緬懷這位從小到大心中的民族英雄？最後告訴自己此時此刻最不需要的就是：「想那些四維八德的空泛情懷」，於是我選擇了往左邊的大馬路走去，路口望過去便是鼎鼎大名的斷橋。「斷橋殘雪」乃西湖第一景，雖然這個季節是不可能看得到雪景，但是斷橋之名仍舊令人嚮往。

過了馬路走了約莫一、兩百公尺就到了斷橋的入口，「斷橋殘雪」的石碑就在矗立石拱橋前方的不遠處。這座橋最著名的事蹟（傳說）就是「白娘子巧遇許仙」，展開了中國史上最膾炙人口的「人與妖的跨物種」戀情。根據傳說中所描繪的，兩人就是在那炎炎夏日的午後，一場午後雷陣雨把他們湊成了一對，進而展開了這流傳千古的故事。我走到了斷橋之上，帶了點戲謔的心情想著：真不知道我是否能有如的奇緣？想著、想著自己不由自主地笑了出來。而根據當地人的說法「斷橋不斷情易斷」，情侶最忌諱就是一起步過此橋，不過彼時的我並無此困擾，於是我邁開了步伐登上這座石拱橋。在石碑前停住拿起了相機拍了幾張照片，垂柳隨著清風在鏡頭前擺動著，石拱橋、湖面、遠山和天際，儼然是一幅江南水墨畫。

倚著斷橋的石頭欄杆，望著橋下方佈滿荷花的湖面，回想起昨日及前天夜裡的驚魂記，杭州的陽光似乎驅散了我的恐懼。身體懶洋洋而感覺有點空虛，此外精神也放得十分輕鬆，任由腦海裡的想法無所忌憚的放飛。視線移至馬路後方的山巒，一座尖尖的石塔孤冷的站在峰頂。翻開手上的旅遊地圖，原來是「保俶塔」，或許明、後天能登上峰頂俯瞰杭州、一覽西湖全景。石塔的塔尖指向天空，讓杭州的天空顯得有點空曠，不知不覺裡心胸也跟著舒展開來了。面對如此開闊的西湖，不禁深深的吸了一口氣，此時大概是這半個月以來最悠閒的時光吧！

過了斷橋，腳下踏著就是唐代時白居易所修築的「白堤」，當然這已經不是當時堤防的舊址，而白堤也是後人為了感念白居易所取的名字。白堤在唐代時稱為「白沙堤」幾經朝代更迭與增建，白堤上共有兩座拱橋，東起斷橋，經過錦帶橋止於「平湖秋月」，而平湖秋月則是成了「孤山」觀湖之處。當地人所謂的「西湖三怪」即是：長橋不長、孤山不孤、斷橋不斷。今日我設定的目標即是遊覽至孤山，再經「西泠橋」由北山路返回酒店，估計中午以前可以完成這樣的安排。

在錦帶橋之前有一個沒人坐且臨湖的鋁製長椅子，我便不疾不徐地漫步過去坐下來歇歇腳、翻翻手上昨日在車站購買的杭州旅遊地圖。對照地圖看著西湖對岸的山巒，約略知道對岸本該有一座大名鼎鼎的「雷峰塔」。只是此塔已經毀於日本侵華時的轟炸，所以無緣見到它。只是幻想著雷峰塔被毀時，被鎮壓在塔底的白娘子是否留下任何蛛絲馬跡。湖面上湖光閃爍著、兩座島嶼載浮載沉的浮現在眼裡，想必那就是湖心亭和三潭印月吧！「這趟西湖遊記肯定得搭船一訪此一勝景」我心中暗自嘀咕著。忽然高舉旗子的導遊帶著一群人從我身旁走過，他一手拿著大聲公正講解著，於是我也豎起了耳朵聽聽關於西湖的故事。

聽到講解後才知道，原來「孤山」大有來頭，島上名勝古蹟更是不勝枚舉！孤山景色早在唐、宋時就已聞名遐邇，唐代白居易有：「孤山寺北賈亭西，水面初平雲腳低」，明代時則有凌雲翰的：「凍木晨開尾畢浦，孤山最好勝披圖」等佳句。最有名的莫過於曾經在國文課本上聽聞過宋代最有名的隱士，「梅妻鶴子」的林和靖，其墓寢就位於島上，而北邊山麓上的「放鶴亭」就是紀念他的。記得高中時對此人的看法不佳，就覺得他有點做作，那大概只是年輕人的叛逆吧！把梅花當成了妻子、認白鶴為兒女離世獨居，以現代人的說法「隱士」算是有「社恐症」的人，不過能真正做到真正「隱世」的人絕非常人所能為之。此外，自靖康之禍後宋朝南遷至此，杭州成了「臨安府」開始。南宋理宗和清代康熙皇帝都在此建了行宮，也就是現在的中山公園。聽聞島上有浙江省博物館、西泠印社、文瀾閣等，聽得我心中雀喜不已。於是我迫不及待的起身跟在旅行團隊的後方，先當個「隱藏版的旁聽客」。不過進入景區時，需要購買一張五元的門票方得入內。

過了錦帶橋隊伍在「平湖秋月」前停了下來。導遊繼續說道：「平湖秋月」是西湖十景之首，站在此處可一覽西湖全貌，隨著四季氣象變化萬千、景緻各異，說孤山是一座神奇的山一點也不為過！晴雨煙月，風景各殊。大晴天時，山石樹木、樓閣亭榭，如工筆畫一般，無一筆不顯得真切，風物雄麗中透著清秀之氣。濛濛細雨裡，則像似潑墨寫意，莽莽蒼蒼、空曠的山色中蘊含著幾分神秘。

秘。島嶼孤峙於西湖上，其形如黛簇的孤山，挽著裡湖、牽著外湖，四周雲水茫茫，煙波渺渺。湖山一體一韻、濃淡相得。」我想起的那句：「欲把西湖比西子，濃妝淡抹總相宜。」朝日始出、夕陽沒落皆可於此觀之，亦可見湖水染綠之功，山嵐設色之妙，日間漁歌嫋嫋，夜見輕棹悠悠，我心想當年東坡先生是否就是在此地，寫下這千古名句？

到了浙江博物館門口時我和隊伍分道揚鑣而去，買了張門票進館參觀。或許是非假日又接近午餐時間，所以參訪的旅客寥寥無幾，所以參觀起來更是輕鬆多了。根據介紹本館主要以陶瓷與漆器等為主要收藏品，總共有三層。分別設有陶瓷館、青瓷館、漆器館等展館，一樓主要是展出一些陶器，二樓、三樓主要是瓷器，二樓主要是一些越窯瓷、龍泉瓷等，三樓是明清以後或更加晚期的瓷器。而此館後來改名為浙江博物館孤山館區，與旁邊的文瀾閣、杭州美術館一起納入浙江博物館的管理，內容則遍及古書畫，其中最著名的莫過於：清乾隆時期的《四庫全書》和黃公望那「半」幅《富春山居圖》。若有幸自訪杭州，肯定要安排較多的時間，仔細參訪此處！也不過過了多久，肚子餓了起來，加上空調讓人覺得有點冷，只好草草結束了本次博物館之旅。

步出了博物館在中山公園外的台階上坐了下來，曬曬太陽再從小背包裡拿出水壺和事先準備的麵包。喝了點水和嚼了幾口麵包，抬頭望了一下，日頭已經爬至頭頂，看看手表顯示十一點三十分了！不過既然已經來了孤山，未來也不見得有機會再次造訪，所以當下決定吃完麵包再逛一會吧！刻著「孤山」兩個大字的勒石肯定是要留張照片，這塊高一米五的石碑是南宋時留下的楷書石刻，完成拍照之後心中才覺得總算不虛此行。

離博物館門口約五十米處便是「西泠印社」與「中國印學博物館」，坦白說我對於西泠印社毫無所知，也對篆刻藝術沒有特別興趣。不過看到博物館外海



報上展示了一枚戰國時期的青銅印章，挑起了我的好奇心。哪怕只是走馬看花般的閒逛，我也願意花個五塊錢門票走進去瞧瞧！進去之後看了關於西泠印社的簡介，才知道這個印社為何被稱為「天下第一社」。這個「文人社團」成立於清代光緒三十年（一九〇四），距離我參訪時已經將近百年之久。博物館展出了除了金石篆刻之外，書畫藝術也是此一博物館的重要展出品。沒想到我誤打誤撞來到了這一個極具歷史與文藝的展館，內心不由得感到竊喜萬分。歷代的印鑿說明了印章伴隨著文字出現的身世，從捺印紋樣到作為憑信器物的演變過程，隨著歷史的變遷，鑿印在形制、印材、情趣及鑄鑿工藝等方面的不同而呈現的迥異風貌。雖然我對金石學一竅不通，各式各樣印鑿，無論年代、造型、字體和材質，這裡囊括我所認知的印鑿所有形式，館內的展出確實給了我很大的驚艷之旅。博物館的旁邊則是古色古香的西泠印社，不知是否對外開放，所以只能路過時，往門內瞄它一眼！

沿著博物館外的道路往前走了幾十公尺，拐了個彎就看見眼前的連接大馬路的西泠橋。一看時間已經接近一點，於是決定搭公車回酒店休息。查了一下手上的旅遊地圖上了81路公車，在車子抵達少年宮站之前，發現公車有停靠新華書店外。心想那附近應該有些餐館能讓我吃頓午餐，於是最終改變下車地點。一心走下來腿也酸了，好像也好幾天沒能好好坐下來，正正經經的吃頓飯了。今日本來就沒甚麼打算，就放任自己隨興所至吧！本是放空的一天，卻不小心多了許多意外的收穫。或許人生本來就是鬆開手的時候，才能裝得下更多的「意料之外」。「留白」本就是國畫構圖中屬於「畫」本身的一部份，而「人生中的空白」又何嘗不是生命中不可或缺的元素。生命本就需要一些空白，而日子也不必時時填得滿滿的。站在新華書店門口，望著路上人來人往熱鬧的街景，發現自己原來可不必那麼急著填滿自己的每一天。

夢田賞雪

◎賴瑞玲

一眨眼今年即將到頭，時序即將走入冬至。前幾天還穿著夏衣短袖，沉浸在秋老虎的暑氣餘威，嚷嚷說今年是暖冬；今日卻氣溫驟跌十餘度，一下子急凍起來，元旦期間也許山上有望下雪。對於冬日的銘刻回憶，馬上搜尋而出的是生平第一次賞雪的印記。每個人心裡一個一個夢……。「叩、叩、叩！」窗邊傳來急促的聲音，會是誰呢？「學姐！竹子湖下雪了耶！要不要現在一起去賞雪？」學弟問。「真的嗎？海拔那麼低竟然下起雪！可是期末考快到了耶！」我踟躕猶豫著。「機會難得喔！學姐不是沒看過真正的雪景嗎？一起去嘛！」感動這個乾弟弟將我的這個夢想放在心上，拗不過他，火速裝到宿舍門口等候已久的另一位學弟舍門。「但是我沒有手套啊，竹子湖應該很冷吧！都下起雪了。」猛然想起。「啊哈！我有準備喔！無魚，蝦也好。」學弟拿出他準備好的厚襪子，又好氣又好笑，朝他翻了個白眼。仨人一路奔跑到校門口與另一位學妹會合，四人一起前往竹子湖！我這個乾弟弟有著和《未央歌》裡小童般爛漫天真的性格，果然習性也相彷彿，喜歡喚他小童。

跨上小童的RZR追風機車，享受速度也享受濕意，當然還有那許許多多。聞訊上山的人不少，一路上走走停停，上山後天雪路滑車速緩慢。抵達時正飄著雪，趕忙穿上雨衣，戴上愛心襪子免得凍傷。來自中部臨海小鎮的我第一次與雪相遇，不等停好車，就興奮地掏出雙手接住從空中飄落的片片雪花，誰知可惜一瞬間就融化成水滴。還好路邊尚有殘留積雪，四個人彷彿孩童般互擲雪球打起雪仗。那是1991年畢生難忘的冬日周末，我大三那年。

我們志趣相投參加生態社團，都來自中南部。大三時擔任副社長，理所當然要好好照顧這些學弟妹，尤其是小童學弟，來自山上的孩子。是在我大二去蘭嶼暑假採集時熟識的，他不但彈得一手好吉他，野外求生技能更是一把罩。暑採結束後他邀我去花蓮騎機車旅遊，反正回北部順路，就在太魯閣附近多待兩天。兩人騎著摩托車，穿梭於鬼斧神工的步道間。追逐認識各種植物和各類地形，彼此也更加熟識。「學姐，我沒有姐姐，可否認你當乾姐姐？」臨別時，他扭捏地問。「可是我已經有兩個弟弟了耶。」半開玩笑地回答。「不管啦！你一定要當我姐姐！好不好嘛！」就這樣結下了不解之緣。自認我倆就像《未央歌》中小童與寶籃的美好交情，在那個恣意散放青春氣息的真純年代。

一群知心同好課餘經常在社團小館彈吉他唱民歌，最常唱我們的社歌《夢田》；寒流來時，會收成採摘小館旁小花圃被偷偷種植的茼蒿，並將家鄉爸媽的愛心土產，像是芋頭、玉米等，熬煮成熱騰騰的中南部家鄉風味火鍋，解一下這些浮雲遊子的鄉愁。一起頭腦風暴策畫辦理社團聯展，辦理校花（當然是植物）票選活動和精心烹煮車前草、黃醃菜和白番杏等校園野菜料理品嚐大會等。甚至還曾不知天高地厚地去陽明山國家公園商借珍貴照片，就地取材用乾燥的蒲葦和稻草等植物妝點會場，同心協力在學校展覽館完成舉辦破天荒的生態攝影展。彼此認真地揮灑青春歲月不留白，無怨無悔地在社團無私奉獻並學習成長。那是我心裡的一畝田……。

畢業後各奔西東，小童選擇和女友遠赴他鄉到國外留學，我則返鄉回中部小鎮工作，隨侍年邁父母。每到冬季，看著節氣的轉換更迭，小雪、大雪、冬至、小寒、大寒……，就會想起那年到竹子湖去看雪。那是我心裡一個不醒的夢啊！

8成小胖子長大還是胖 三高脂肪肝易提早發生

台灣小胖子問題日益嚴重，甚至小小年紀就出現脂肪肝、肝纖維化，長大恐演變成肝硬化。醫師提醒，近8成肥胖青少年在成年後還是肥胖，易有三高問題，連壽命都比較短，應正視。

肥胖是現代文明病，台灣民眾過動及肥胖率逐年攀升，甚至隨著長大成人越來越嚴重。以教育部國民及學前教育署110學年度資料為例，國小學童過重肥胖者占比例約2.5%，大約每4人中就有1個；上國中後更攀升到約3.5%，每3人中就有1人過重或過胖。

千萬不要以為小胖子不是胖，衛生福利部國民健康署有相關研究顯示，中小學肥胖兒童有6至7成長大後仍然肥胖，而肥胖的國中生更有7至8成將來是肥胖成人。

肥胖不只影響外觀、影響自信心以及社交，台中中興醫院醫學部副院長林捷忠指出，台中中興醫院醫學部副院長林捷忠指出，任職兒童肝膽腸胃科主治醫師林捷忠告訴中央社記者，肥胖更可能導致心血管疾病、脂肪肝等問題。

林捷忠解釋，肥胖基本上是體質問題，有肥胖體質的人通常都愛吃，再來就是吸收非常好，最後是「不耗電」也就是基礎代謝率很低，瘦的人連睡覺都會消耗能量，「但胖的人不太會」，集這3個點於一身，就容易造成肥胖問題。

「肥胖到一個程度絕對是病！」林捷忠強調，臨床上看到很多小朋友出現三高問題，例如1名個案是13歲林小弟，小小年紀就已有肝功能異常、輕度脂肪肝、肝纖維化等症狀，若未及時適當治療，恐怕壯年時期就會肝硬化。

在臨床上，林捷忠常遇到家長抱有一「長大就會瘦」的迷思，他都直接告訴對方「很難」，統計數據會說話，近8成的肥胖青少年在成年後會繼續肥胖，且有研究指出，「連壽命都比別人短」。

林捷忠自己就是從小被叫「胖子」長大，很難體會「少吃多動」在執行上有多困難，他強調應求助專業建議，網絡上很多資訊不見得正確，有些減重方法恐傷身。

此外，過度肥胖者單靠毅力減重很困難，目前已有許多藥物適用於輔助減重，在符合條件情況下，先讓青少年明顯感受到體重下降，會更有信心繼續前進。林捷忠說，歸根究底還是希望生活與飲食型態獲得改善。

他建議醫護及家長要有責任地主動與孩子對話，「可以從學校的體檢報告檢視，若有過重或明顯肥胖，就要積極處理。」當孩子的BMI超過該年齡層的85百分位時為過重，超過95百分位時為肥胖，家長也可透過國健署的兒童及青少年版BMI計算機，來確定孩子的體位狀況。(中央社)

穿發熱衣抗寒 醫提醒悶熱出汗應脫掉防皮膚問題

氣溫溜滑，醫師提醒，最內層不管是發熱衣或一般保暖衣物，重點在於好不好穿脫。華北冷得要穿、熱了要脫，尤其應儘快脫掉，體感怕熱的人還是建議洋蔥式穿法，有異位性皮膚炎、蕁麻疹等更要留意，以免病情惡化。

所以不要穿發熱衣，朱家瑜認為主要是看怕不怕熱，像他就是怕熱且容易流汗的人，目前只穿了件夾克的加穿發熱衣、發熱褲，台大醫院皮膚部主治醫師朱家瑜告訴中央社記者，不管最內層穿發熱衣或一般保暖衣物，走已滿頭大汗，過去在歐洲生活活攝氏零下10度反而覺得剛剛好，「怕熱的人還是建議洋蔥式穿法」，方便穿脫。

至於怕冷的人，只要不容易悶著、流滿頭大汗，即可考慮穿發熱衣。朱家瑜說，過去建議穿純棉衣物比較吸濕透氣，事實上純棉材質吸汗後反而容易黏在身上，現在很多新興材質穿起來很透氣舒服，也是不錯的選擇。

他特別提醒，本身有異位性皮膚炎、蕁麻疹等狀況的人，熱就很容易癢起來，避免穿太悶熱的衣物；若穿發熱衣穿到冒汗，又沒有立刻排出透氣，汗水淤積在皮膚皺褶處，或腋下、胯下、屁股、背等部位，將造成病情惡化，這是不樂見的情況。

雖然洋蔥式穿法保暖又彈性，但層層疊疊難免顯胖，不少愛美民眾還是會選擇發熱衣兼抗寒與時尚穿搭。朱家瑜說，「老話一句，『當身體開始冒汗，覺得熱到有點不舒服』，就算最裡面只是一般材質保暖衣物，都建議要趕快脫掉，只要沒有不舒服，穿著睡覺也沒有不行。」

(中央社)



41歲吳姓教練(右)意外被船艇螺旋槳截斷左小腿，基隆長庚手術植回肢體。圖為吳姓教練出席記者會與基隆長庚醫院整形外科主治醫師藍靖宇(左)合影。(中央社)

天冷貪吃油炸品 醫示警小心低密度膽固醇失控

天冷儲存熱量過多，常是民衆貪吃高油食物理由，醫師提醒，這個飲食壞習慣可能使低密度膽固醇受影響，潛藏心血管危機。

國泰醫院心血管中心主任醫師李浩維近期透過「護心專欄」，分享低密度膽固醇專科，分享低密度膽固醇專科，把血清膽固醇控制在正常範圍內是不夠的，不要因為血脂的抽血數值正常就掉以輕心，當血液低密度脂蛋白膽固醇過高，恐加速動脈硬化，導致心臟病發作。

李浩維進一步提醒，血脂正常不代表低密度脂蛋白膽固醇的數值也正常，即便低密度脂蛋白膽固醇的數值在正常範圍內，也不一定達到治療建議標準，需透過醫師綜合評估給予建議。除了調整藥物控制，降低血液低密度脂蛋白膽固醇，同時應從飲食、減重、節制飲酒和適度運動做起。(中央社)

責任編輯／呂士昂

潛水教練遭截斷左腿 基隆長庚手術植回

41歲吳姓教練(右)意外被船艇螺旋槳截斷左小腿，基隆長庚手術植回肢體。圖為吳姓教練出席記者會與基隆長庚醫院整形外科主治醫師藍靖宇(左)合影。(中央社)

探尋金門之美·民俗文化村

抵達這個地方，你會被濃厚的閩式建築風情所包圍，那些古老而古樸的建築無不令人目不暇給。如果你想欣賞完整的古厝聚落，那麼這裡絕對是你不能錯過的地方——這就是民俗文化村。一踏進民俗文化的村，再往裡走，你眼前將呈現一排排井然有序的厝。這些古厝建於西元一九零零年，完整地保存了古厝建築的原貌。總共有十八棟古厝，它們的屋頂覆蓋著紅色的磚瓦，而古厝的牆上則雕刻著精美的圖案，以及不同圖案的花磚。這些細節令人流連忘返。

古厝的內部也各有不同，彷彿講述著不同的故事。有些地方甚至設置了介紹歷史的牌子，不僅讓遊客更深入地了解這些古厝的背後故事，也為我們增添了不少知識。這裡除了有很多古厝，還有一些小吃店和紀念品店，連假或暑假時，爸爸、媽媽有時會帶我到民俗文化村玩，在這裡看著許多古厝，彷彿時光倒流，漫步在這一個個聚落裡，讓我感到這靜靜的，希望大家能繼續保護這些珍貴的古厝，也期望它們能永遠保存下去。

寧中／呂玥

值得珍藏的財富

湖中／董光閔

在成長的路上，我們難免會遇上挫折，也會經歷許多事情，而這些點點滴滴，都能當我們的前車之鑒，甚至有時是留下警錫，而且當我跨過挫折以後，我們將更進步。

在我小學六年級的時候，我去參加全國的拔河錦標賽，在比賽前，我就做好心理準備，因為我們的團體重比敵隊的體重輕，我們仍不懼怕他們，我們已經出爐，但我們仍不懼怕他們，我們已經出爐，但我們仍不懼怕他們，我們已經出爐，但我們仍不懼怕他們。

我們也苦練了很久的時間，更把我們的手練得不堪入目，這也正是有句話說「台上一分鐘，台下十年功」。我們屏氣凝神的看著裁判的手，當裁判的手揮下去的那一刻，我們的口號：一、二、三！一二三開始喊起，雙方的氣勢誰也不輸誰，兩邊不甘示弱，在僵持了一段時間之後，體力力竭的拉繩戰，我們的隊友開始沒有力氣，我們就慢慢的被往前拉走，但是，我們在場上給隊友的只有鼓勵和支持，拒絕生氣與責罵，我們就這樣堅持到最後一公尺，這時候我們的鬥志又回來了，繼續試著要扳回一成，我們努力地往後拉，不到最後一刻絕不放手，在拚命的盡力之下，很不甘心、很不願意的我們還是輸了這一場比賽。

運動教會我的事，比賽雖然輸了，但我們從中學到了什麼，反而是更重要的事，在這一場比賽後，我們的企圖心也越來越強，也更懂得為自己設定目標堅持到最後。現在我上國中後，參加田徑隊，在練習中長跑和長跑的時候，對我來說最主要的不是耐力，還有毅力，我也為自己設定目標，我告訴自己，每一次的比賽都要贏過之前的自己，每一次都要突破自己的最佳成績，從校內比賽、到城市盃比賽再到縣內中小的錦標賽，面對八百公尺的比賽項目，一次又一次的追上前次的成績，現在的我還沒達到自己的期望值，也覺得自己還有進步空間，我在想，擁有足夠的企圖心，不斷的修正和練習，堅持且朝著目標前進，有朝一日一定可以超越自己，達到自己的期望值，所以，現在的我覺得最珍貴的財富就是「具有目標的企圖心」。

海豚

湖中／李謙宏

昨夜風雨雷電交加，波濤洶湧起潮落，就彷彿海豚在逆境中被針扎的場景，既勇敢又無所畏懼。

海豚就是海上的精靈，時不時表演著賞心悅目的魔法，海豚就是水中的胡迪尼，令我為之神往，令人為之瘋狂。

湖中／李謙宏

從出生到現在，我們或多或少都有一些旅遊的經驗，有的人可能是國小的戶外教學；或許有的人是國中時的畢業旅行；又或許有的人是和父母出國玩耍。在旅程中往往有同於日常生活的體驗，而我最近印象深刻的一趟旅程，就是國二時的童軍大露營。

某天，我們一如往常地去學校上課，我到了教室，放下書包，吃早餐，時間一轉眼就到了下午，童軍課，老師向我們說了一件讓我們非常期待的事情，他說：「你們要代表學校去參加三天兩夜的童軍大露營！」我非常期待那一天的到來，當天晚上甚至都睡不著覺。

時間一轉眼就過去了，終於到了要去的畢業旅行日子！當天大家都帶著大包小包的東西，身上還穿著帥氣的冬裝，我們搭上游覽車準備出發，一路上大家都很快樂，當時我覺得在接下來的三天，我們一定會創造出很美好的回憶。

三天下來就過去了，此時此刻我希望時間能倒轉，回到充滿期待的第一天，但是，我知道這是不可能的。我們進行了閉幕儀式，大家都非常不舍，回到家，我只能看著手機裡拍下來的美照片，回憶著那一刻的美好，這一次的旅程也讓我學到許多，留下了美好的回憶。

選前超級星期天 藍綠白齊聚高雄造勢大拚場



【中央社記者洪學廣高雄7日電】大選倒數，藍綠白總統候選人今天下午起高雄拚場，鼓山、前鎮、鳳山區均有大型造勢晚會，晚間選舉活動安全掃街及晚間選舉活動安全，3分局共出動近千名警力維安與交管。

選前倒數1週，國民黨侯選配下午3時起在前鎮區時代大道前舉辦「台灣安全，人民健康—高雄團結勝利大會」，包括前總統馬英九、前高雄市長韓瑜等人都將到場站台助講；民進黨賴選配晚間則在高雄捷運鳳山車站旁舉辦「黃金週選前之夜」，總統蔡英文、前行政院長蘇貞昌、市長陳其邁等人也都會出席。

民眾黨柯盈配晚間則選在鼓山區神農農路舉辦造勢晚會，包括民眾黨不分區立委候選人黃國昌、黃珊珊等人將到場。

選前黃金週3組總統副總統候選人晚間將齊聚高雄較勁比拚氣勢，國民黨總統候選人侯友宜和民眾黨總統候選人柯文哲更將前往瑞豐夜市拜票，預估3方支持者將有數萬人湧入市區。

高雄市公安局經評估數萬支持者將前往造勢晚會，且包括總統蔡英文、副總統賴清德、國安維護工作，以及藍白總統副總統候選人維安，勢必出動大批警力協助交管及維安工作。

市警局今天表示，鼓山分局出動200多名、前鎮分局出動300多名、鳳山分局出動300多名警力，合計近千名警力，就是為了確保選前維安工作萬無一失；至於上午起各組候選人掃街拜票行程，各分局也將自行調配警力支援維安。

【中央社記者楊思瑞台南7日電】美國有線電視新聞網(CNN)選出2024年最值得造訪的24個地點，台南成為唯一入榜的台灣城市，特別推薦鹽田夕照美景等。

台南市政府今天發布新聞稿指出，繼台南市成為台灣唯一入選英國國家地理雜誌(National Geographic Traveler) 2024年「全球30個最酷地點」後，CNN選出2024年最值得造訪的24個地點，台南驚喜名列其中，更是唯一入榜台灣城市；這篇報導刊出後，美國在台協會(American Institute in Taiwan, AIT)也在臉書(Facebook) 推播支持。

台南市政府指出，在CNN這篇名為「Where to go in 2024: The best places to visit」的報導中提到，2024年是台南40年，台南已是國際舞台上的台灣旅遊熱點，在過去兩年整體旅遊住宿率居高不下，甚至超越首都台北。

市府表示，報導中更進一步分析台南獨特之處，讚譽台南是台灣的「街頭美食之都」，並提到台南牛肉湯、蚵仔煎與超凡自然美景，特別推薦位於左鎮區的草山月世界，還有鹽田夕照美景、色彩繽紛的古寺及新潮的博物館等，並特別介紹台南在2023年被訂為「Bookings.com選為全球10大永續旅遊目的地」。

台南市長黃偉哲透過新聞稿指出，在台南紀念40年之際，能夠被CNN這樣的國際知名媒體評選為2024年最值得造訪地點，是全體市民共享的光榮榮事，而從報導中推展可看出台南厚積薄發，從富有人文歷史、驚人自然美景，都是吸引全球觀光客到台南深度旅遊獨好環境條件外，隨著COVID-19(2019)冠狀病毒疾病)疫情解封，台南各界為了迎接國際觀光客善舉做出許多努力，致力打造出國際觀光友善環境，從國際觀光客接機到「食、宿、遊、購、行」各方面向出發，全方位強化友善接待服務，讓台南人熱心款待客人的用心傳達到每名觀光客心中。

【中央社記者施婉清開羅7日電】埃及及去年通膨率最高，在10月達到38.3%；埃及政府從新年起邊調高電力等基礎服務價格，邊持續提供民眾基礎服務，估計年補貼金額達340億元。

埃及新幣(約新台幣34元)與美元(約新台幣34元)的匯率，自2015至2016年國家經濟改革計畫啟動以來，專家一直認為政府必須精簡開支，以減輕預算負擔，「重點在於合理化補貼」。

他強調，合理化補貼不代表停止補貼，而是將補貼正確發放給預期的受益者。

馬德布利表示，電價上漲是為了將業內損失從90億埃鎊減少到75億埃鎊，發電廠使用的燃料是以美元採購，而埃及現在有嚴重美元短缺問題。

針對地鐵票價上漲，馬德布利指出，這是3年來首次漲價，目的是為了支付營運和維護成本。

馬德布利表示，埃及每年的柴油消耗量為180億公升，國家為民眾提供每公升5埃鎊的補貼，每年約花費90億埃鎊預算。

此外，馬德布利還說，國家每年在麵包(埃及口糧)補貼上花費90億埃鎊，等於每年提供將近1000億個口糧餅給貧困民眾。

據世界經濟網站數據顯示，埃及及官方初估2023年GDP達1.396兆美元，但世界經濟網站估計非正規經濟和調整過時GDP基準年數據後估計2023年的GDP約2.12兆美元。而國際貨幣基金(IMF)估算埃及2021年的人均GDP，以1萬3880美元排名全世界第94。

埃及及政府統計，在埃及國內1.1億人口中，現有17.6%的人每天生活費低於3.65美元。2023年國內貧窮率是27.3%。

為從民間獲得更多資金，目前埃及政府發行的公債利率平均達18.5%。

美國對台軍售 中國宣布制裁5家美軍工企業

【中央社台北7日電】中國外交部今天宣布，針對美國軍售台灣及制裁中國實體作出反制，對貝宜系統等5家美國軍工企業實施制裁，包括凍結在中國境內的財產、不動產等。

美國國防安全合作署2023年12月15日宣布最新一波對台軍售，將出售5支支援指揮、控制、通訊、電腦(C4)生命週期與相關設備，預計總額為3億美元(約新台幣94億元)，以強化台灣自我防衛能力。這也是拜登政府自2021年上任以來第12度對台軍售，展現美國政府對台灣國防需求的高度重視，提升嚇阻能力。

中國外交部發言人汪文斌當時表示，將對參與對台軍售的有關企業採取反制措施。

中國外交部官網今天以外交部發言人就反制美國向台灣出售武器、制裁中國實體答記者問方式回應，稱美國嚴重損害中國主權和利益，嚴重破壞台海和平穩定，嚴重侵犯中方企業和個人正當合法權益。中方對此強烈不滿，堅決反對，已向美方提出嚴正交涉。

中國外交部指出，針對美方嚴重錯誤行徑，根據「中華人民共和國反外國制裁法」，中方決定對貝宜陸上和武器系統公司(BAE Systems Land and Armament)、聯合技術系統營運公司(Aliant Techsystems Operation)、宇航環境公司(AeroVironment)、瓦斯卡公司(Data Link Solutions)等5家美國軍工企業實施制裁。

中方制裁措施包括凍結在中國境內的財產、不動產和其他各類財產，禁止在中國境內組織、個人與其進行交易、合作等活動。

中方敦促美方切實恪守一個中國原則和中美三個聯合公報規定，恪守國際法和國際關係基本準則，停止武裝台灣，停止對中非法軍邊制裁，否則必將遭到中方堅決有力回擊。

【中央社記者楊思瑞台南7日電】美國有線電視新聞網(CNN)選出2024年最值得造訪的24個地點，台南成為唯一入榜的台灣城市，特別推薦鹽田夕照美景等。

台南市政府今天發布新聞稿指出，繼台南市成為台灣唯一入選英國國家地理雜誌(National Geographic Traveler) 2024年「全球30個最酷地點」後，CNN選出2024年最值得造訪的24個地點，台南驚喜名列其中，更是唯一入榜台灣城市；這篇報導刊出後，美國在台協會(American Institute in Taiwan, AIT)也在臉書(Facebook) 推播支持。

台南市政府指出，在CNN這篇名為「Where to go in 2024: The best places to visit」的報導中提到，2024年是台南40年，台南已是國際舞台上的台灣旅遊熱點，在過去兩年整體旅遊住宿率居高不下，甚至超越首都台北。

市府表示，報導中更進一步分析台南獨特之處，讚譽台南是台灣的「街頭美食之都」，並提到台南牛肉湯、蚵仔煎與超凡自然美景，特別推薦位於左鎮區的草山月世界，還有鹽田夕照美景、色彩繽紛的古寺及新潮的博物館等，並特別介紹台南在2023年被訂為「Bookings.com選為全球10大永續旅遊目的地」。

台南市長黃偉哲透過新聞稿指出，在台南紀念40年之際，能夠被CNN這樣的國際知名媒體評選為2024年最值得造訪地點，是全體市民共享的光榮榮事，而從報導中推展可看出台南厚積薄發，從富有人文歷史、驚人自然美景，都是吸引全球觀光客到台南深度旅遊獨好環境條件外，隨著COVID-19(2019)冠狀病毒疾病)疫情解封，台南各界為了迎接國際觀光客善舉做出許多努力，致力打造出國際觀光友善環境，從國際觀光客接機到「食、宿、遊、購、行」各方面向出發，全方位強化友善接待服務，讓台南人熱心款待客人的用心傳達到每名觀光客心中。

埃及政府邊漲價邊補貼苦撐 估2025通膨低於10%

【中央社記者施婉清開羅7日電】埃及及去年通膨率最高，在10月達到38.3%；埃及政府從新年起邊調高電力等基礎服務價格，邊持續提供民眾基礎服務，估計年補貼金額達340億元。

埃及新幣(約新台幣34元)與美元(約新台幣34元)的匯率，自2015至2016年國家經濟改革計畫啟動以來，專家一直認為政府必須精簡開支，以減輕預算負擔，「重點在於合理化補貼」。

他強調，合理化補貼不代表停止補貼，而是將補貼正確發放給預期的受益者。

馬德布利表示，電價上漲是為了將業內損失從90億埃鎊減少到75億埃鎊，發電廠使用的燃料是以美元採購，而埃及現在有嚴重美元短缺問題。

針對地鐵票價上漲，馬德布利指出，這是3年來首次漲價，目的是為了支付營運和維護成本。

馬德布利表示，埃及每年的柴油消耗量為180億公升，國家為民眾提供每公升5埃鎊的補貼，每年約花費90億埃鎊預算。

此外，馬德布利還說，國家每年在麵包(埃及口糧)補貼上花費90億埃鎊，等於每年提供將近1000億個口糧餅給貧困民眾。

據世界經濟網站數據顯示，埃及及官方初估2023年GDP達1.396兆美元，但世界經濟網站估計非正規經濟和調整過時GDP基準年數據後估計2023年的GDP約2.12兆美元。而國際貨幣基金(IMF)估算埃及2021年的人均GDP，以1萬3880美元排名全世界第94。

埃及及政府統計，在埃及國內1.1億人口中，現有17.6%的人每天生活費低於3.65美元。2023年國內貧窮率是27.3%。

為從民間獲得更多資金，目前埃及政府發行的公債利率平均達18.5%。

CNN選2024年最值得造訪處 台南驚喜上榜台灣唯一



美國有線電視新聞網(CNN)選出2024年最值得造訪的24個地點，台南成為唯一入榜的台灣城市，特別推薦鹽田夕照美景等。(台南市政府提供)

【中央社記者楊思瑞台南7日電】美國有線電視新聞網(CNN)選出2024年最值得造訪的24個地點，台南成為唯一入榜的台灣城市，特別推薦鹽田夕照美景等。

台南市政府今天發布新聞稿指出，繼台南市成為台灣唯一入選英國國家地理雜誌(National Geographic Traveler) 2024年「全球30個最酷地點」後，CNN選出2024年最值得造訪的24個地點，台南驚喜名列其中，更是唯一入榜台灣城市；這篇報導刊出後，美國在台協會(American Institute in Taiwan, AIT)也在臉書(Facebook) 推播支持。

台南市政府指出，在CNN這篇名為「Where to go in 2024: The best places to visit」的報導中提到，2024年是台南40年，台南已是國際舞台上的台灣旅遊熱點，在過去兩年整體旅遊住宿率居高不下，甚至超越首都台北。

市府表示，報導中更進一步分析台南獨特之處，讚譽台南是台灣的「街頭美食之都」，並提到台南牛肉湯、蚵仔煎與超凡自然美景，特別推薦位於左鎮區的草山月世界，還有鹽田夕照美景、色彩繽紛的古寺及新潮的博物館等，並特別介紹台南在2023年被訂為「Bookings.com選為全球10大永續旅遊目的地」。

台南市長黃偉哲透過新聞稿指出，在台南紀念40年之際，能夠被CNN這樣的國際知名媒體評選為2024年最值得造訪地點，是全體市民共享的光榮榮事，而從報導中推展可看出台南厚積薄發，從富有人文歷史、驚人自然美景，都是吸引全球觀光客到台南深度旅遊獨好環境條件外，隨著COVID-19(2019)冠狀病毒疾病)疫情解封，台南各界為了迎接國際觀光客善舉做出許多努力，致力打造出國際觀光友善環境，從國際觀光客接機到「食、宿、遊、購、行」各方面向出發，全方位強化友善接待服務，讓台南人熱心款待客人的用心傳達到每名觀光客心中。

名城有線電視綜合台 113年1月8日 CH33 節目表

時間	節目名稱
07:00-08:00	名城報
08:00-09:00	金門故事島 教育傳承與創新
09:00-10:00	咱入好厝邊 有麵的早餐
10:00-11:00	金門頭家來開講 水資源管理
11:00-12:00	名城報
12:00-13:00	金門故事島 教育傳承與創新
13:00-14:00	尚姐聊金門
14:00-15:00	黃氏家廟慶安
15:00-16:00	咱入好厝邊 有麵的早餐
16:00-17:00	金門頭家來開講 水資源管理
17:00-18:00	名城報
18:00-19:00	金門故事島 教育傳承與創新
19:00-20:00	咱入好厝邊 有麵的早餐
20:00-21:00	黃氏家廟慶安
21:00-22:00	金門頭家來開講 水資源管理
22:00-23:00	名城報
23:00-24:00	金門故事島 教育傳承與創新
24:00-01:00	咱入好厝邊 有麵的早餐
01:00-02:00	金門頭家來開講 水資源管理
02:00-03:00	名城報

孟加拉舉行全國大選 總理哈希納料續掌權

【中央社孟加拉首都達卡7日電】綜合外電報導，孟加拉國民議會選舉今天投票，總理哈希納料能繼續掌權，原因是被哈希納指為「恐怖組織」的反對黨抵制這次大選。

哈希納(Sheikh Hasina)幫助孟加拉這個曾是飽受貧窮困擾的國家，實現了非凡的經濟成長，但她領導的政府被控嚴重侵犯人權，且對反對派進行殘酷的鎮壓。

哈希納領導的執政黨在選戰中幾乎沒有遇到真正的競爭力的對手，但在少數地方不派人參選，這顯然是為了避免國會被貼上一黨獨大的標籤。

因為黨內有大批人士遭逮捕，導致反對黨(Bangladesh Nationalist Party)遭到重創。該黨正在領導一場週末的抵制，敦促民眾不要參加他們所謂的「假」選舉。

但76歲的哈希納敦促民眾踴躍投票，表達對民主進程的信心。

哈希納在與姊妹、女兒一起到達卡城市學院(Dhaka City College) 投票時說：「孟加拉民族主義黨是恐怖組織。」

她補充說：「我正盡最大的努力，確保民主制度能在这个國家延續下去。」

儘管孟加拉政府軟硬兼施地採取了不少旨在增進這次選舉合法性的措施，初步跡象顯示，投票率仍將低迷。

【中央社孟加拉首都達卡7日電】綜合外電報導，孟加拉國民議會選舉今天投票，總理哈希納料能繼續掌權，原因是被哈希納指為「恐怖組織」的反對黨抵制這次大選。

哈希納(Sheikh Hasina)幫助孟加拉這個曾是飽受貧窮困擾的國家，實現了非凡的經濟成長，但她領導的政府被控嚴重侵犯人權，且對反對派進行殘酷的鎮壓。

哈希納領導的執政黨在選戰中幾乎沒有遇到真正的競爭力的對手，但在少數地方不派人參選，這顯然是為了避免國會被貼上一黨獨大的標籤。

因為黨內有大批人士遭逮捕，導致反對黨(Bangladesh Nationalist Party)遭到重創。該黨正在領導一場週末的抵制，敦促民眾不要參加他們所謂的「假」選舉。

但76歲的哈希納敦促民眾踴躍投票，表達對民主進程的信心。

哈希納在與姊妹、女兒一起到達卡城市學院(Dhaka City College) 投票時說：「孟加拉民族主義黨是恐怖組織。」

她補充說：「我正盡最大的努力，確保民主制度能在这个國家延續下去。」

儘管孟加拉政府軟硬兼施地採取了不少旨在增進這次選舉合法性的措施，初步跡象顯示，投票率仍將低迷。

埃及通膨率去年10月創50年史上最高 埃及總理馬德布利表示 為造福民眾 國家每年在麵包(埃及口糧)上補貼一個埃及口糧餅約2至2.5埃鎊



埃及通膨率去年10月創50年史上最高。埃及總理馬德布利表示，為造福民眾，國家每年在麵包(埃及口糧)上補貼一個埃及口糧餅約2至2.5埃鎊。(中央社)

責任編輯/孫珮瑋