

中國啟用W122、W123航路

民航局再次嚴正抗議 國防部：鄰金馬空域有潛在飛安風險



圖：總統蔡英文(右)19日在總統府頒授「中山勳章」給台積電創辦人張忠謀(左)。(中央社)

本報19日綜合報導，中國民航局今天宣布，將由W122、W123航路由西向東運行。交通部民航局今天強調，該措施嚴重影響飛安，對中國未經協商的面面措施，再次表達嚴正抗議，呼籲雙方應儘速協商。

中國民航局宣布啟用W122、W123航路，由西向東運行。據中國民航局網站消息，自5月16日起，福州長樂機場進離場空域將進一步優化調整。對此，交通部民用航空局今天發布新聞稿表示，由於該項措施嚴重影響空域的飛航安全，民航局對陸方未經協商片面措施，再次表達嚴正抗議。

對台灣有特殊貢獻

總統蔡英文今天頒授「中山勳章」給台積電創辦人張忠謀，感謝張忠謀6度代表她出任領袖代表，代表國家參與「APEC」經濟領袖會議，也感謝張忠謀以熱情和遠見讓台灣走向世界，讓世界知道台灣是有能力、值得信任與合作的夥伴。

感謝張忠謀 蔡頒最高榮譽中山勳章

台北19日電 總統蔡英文今天頒授「中山勳章」給台積電創辦人張忠謀，感謝張忠謀6度代表她出任領袖代表，代表國家參與「APEC」經濟領袖會議，也感謝張忠謀以熱情和遠見讓台灣走向世界，讓世界知道台灣是有能力、值得信任與合作的夥伴。

彭蔚環境部 邱潔衛福部 何佩勞動部

內定行政院長卓榮泰今天公布第4波人事，包括環境部長彭蔚、衛福部長邱潔、勞動部長何佩珊、原民會主委智勇、客委會主委古秀妃(見圖，中央社)。卓榮泰表示，他希望環境部能加強推動淨零轉型，協助建立本土綠色金融環境，達成綠色成長戰略。

新內閣人事

內定行政院長卓榮泰今天公布第4波人事，包括環境部長彭蔚、衛福部長邱潔、勞動部長何佩珊、原民會主委智勇、客委會主委古秀妃(見圖，中央社)。卓榮泰表示，他希望環境部能加強推動淨零轉型，協助建立本土綠色金融環境，達成綠色成長戰略。

何佩勞動部

何佩珊出任勞動部長，卓榮泰指出，何佩珊年輕時就為勞工爭取權益，甚至為了高雄關廠女工事件，陷入牢獄之災，何佩珊在行政、協助行政、立法協調、未來進到勞動部會直接負責更多法案與制度的推動。

邱潔衛福部

邱潔出任衛福部長，卓榮泰表示，邱潔源與總統當選人賴清德同為醫師背景，關懷社會、視病如親，希望在衛福部為所有醫療人員提供更多努力，也要照顧社會福利的區域，希望能到弱勢優先、普遍照顧、分享資源的目標，也要為食安把關，讓國人身心安全環境。

更生日報 KENG SHENG DAILY NEWS 第27641號 創刊人：謝清毅 發行人：謝立德

泥作徵 師父日薪2600~3000 學徒日薪1500~2000 電洽0921421907黃小姐 宏順工程行吉安鄉仁里三街80號

2024 Quit & Win 戒菸就贏 4月底前 報名「戒菸就贏比賽」 成功戒菸組有機會抽中獎金30萬元

玩藝年列車 五里鎮-中正堂 4/20(六)15:00 節目：爆米花劇場

海洋文化 看見世界 謝哲青 南島 4.26

鴻焱工程實業 粗工·臨時工 自備交通·男、女可另徵打石工

美崙球場樹海景觀【豪宅】 百坪雙車位 裝潢家具冷氣全配

PORTER PRO 進步是我們走的路 67.8 五速手自排 全新上市

百坪大別墅 自備295萬起 農舍難申請·建地工料大漲

衛生福利部國民健康署 | 各地方政府衛生局 | 財團法人董氏基金會 戒菸治療：請帶健保卡到合約醫事機構戒菸

明瑞汽車有限公司 2.5L CRDi Turbo 6速柴油引擎 18.3匹馬力自排(標準型)

壽豐鄉吳全社區活動中心旁 全新完工 0906-471568

403 震災重建條例草案 匡列150億

國民黨團提出 表決後逕付二讀 支應災民救助、緊急搶救及復建等支出



國民黨立法院黨團提出403震災重建條例草案。經表決，在國民黨、民眾黨立委投下贊成票下，本案逕付二讀。由國民黨團召集協商。圖為國民黨立委高學成等。

記者田德財/報導
國民黨立法院黨團提出「403震災重建條例」草案匡列150億元。立法院會十九日藍綠過招，國民黨團提出逕付二讀、民進黨團提出改交三委員會聯席審查。經表決，在國民黨、民眾黨六十比民進黨五十一票通過逕付二讀。

中央協助地方重建

國民黨團提出，金身四〇三地震，造成十七死、一四六人受傷，花蓮地區受損尤其嚴重。至今仍有許多人失蹤下落不明，全國通報危險建物高達二四七棟，受災學校共計六六一校，農業災損高達新台幣近億元。國內已有多家旅館被迫停業，為加速震災地區重建，因此擬具「403震災重建條例」草案，並由中央政府協助地方災區重建以加速各項資源的整合及運用。

二十棟大樓需要重建

傳聞其指出，二〇一八年的二〇六大地震造成二百戶無家可歸，當時已經相當嚴重，但這次大地震更是無法形容的慘劇。軍五十七件(戶)、二〇二棟大樓需要重建，很多都是十五層以上的公寓大廈，將近二千戶的災民幾千人是遙遙無期，急需要安置，太魯閣的重建更是中央政府的協助才能完成。

贊成60、反對51人
表決結果，出席一一人，贊成六十人、反對五十一人。韓國瑜說，贊成者多數，本案逕付二讀並由國民黨團召集協商。台灣民眾黨全體八席立委均出席並投下贊成票。

縣府召開「單一所有權人透天住宅」耐震補強說明會 整棟拆除最高補助30萬 修繕上限50萬元



縣府建設處指出，地震紅黃單住家，經建築師、結構技師先行評估後，再透過營造業者進行補強，如無法補強再行拆除。拆除整棟最高補助三十萬元，拆除部分危險建築物，每棟補助上限二十萬元。

縣府建設處指出，地震紅黃單住家，經建築師、結構技師先行評估後，再透過營造業者進行補強，如無法補強再行拆除。拆除整棟最高補助三十萬元，拆除部分危險建築物，每棟補助上限二十萬元。至於選擇修繕的紅黃單建物，補助額參照「損壞評估報告書」建議修復金額補給，單一透天住宅修繕上限，每棟(戶)五十萬元；高層建築物集合住宅，補助上限三百萬元。

社會處說明地震震害申請資訊，同時提醒未設籍於紅、黃單地址之租客及房屋所有權人，申請縣府慰問金時，請攜帶身分證及房屋所有權狀或房屋稅單，未設籍之租客則請攜帶身份證及租賃證明書。

股市啓示錄：「黑色星期五」隱藏的重訊

台股昨天演出「黑色星期五」，一度重挫一千零九點，最後以下跌七七點作收。寫下史上單日最大跌幅，主要原因是盤中傳出以色列發動空襲報復伊朗。一場雙方有所克制且遠在中東的空襲，竟然牽動台股市場同步遭受空襲，實在驚悚得令人玩味。

花蓮強震兩千戶受災 震出不少租、購屋糾紛

消保官接獲逾十件陳情及電話 地震帶的預售案也出現退訂潮
消保官李慶表示，災區震出的消費爭議，情形如下：一、房屋受損，許多房屋受損嚴重，大棟、公寓因震災受損，也有有礙觀瞻，甚至有房屋倒塌，造成財產損失。二、房屋受損，造成財產損失。三、房屋受損，造成財產損失。

縣府局處首長赴中央爭取震災補助

行政院允協調各部會全力協助復原重建及振興
記者田德財/報導
花蓮縣政府多位局處首長十八日出席行政院辦理「二〇一三年四〇三花蓮地震災後復原重建工作會議」，與中央及各部會商討復原重建及振興事宜。

經部：房屋震損 免繳3至6月水電費

記者田德財/報導
花蓮強震造成多戶房屋受損，經濟部十九日公告，受災戶房屋受損，免繳三至六個月水電費。公告內容如下：一、受災戶房屋受損，免繳三至六個月水電費。二、受災戶房屋受損，免繳三至六個月水電費。

徐榛蔚與賑災基金會 商討災後重建及補助

記者田德財/報導
為受災鄉親向中央爭取最大權益，縣長徐榛蔚十九日率領縣府團員與賑災基金會董事長張景森、執行長吳欣隆、督導陳宗良及行政院東部聯合服務中心執行長洪宗楷等人，商討四〇三地震災後重建及補助事宜。

在房屋買賣時，如果該不動產未移轉

交付一於買方實力支配前，因為震災導致房屋毀損，這危險就應由買方承擔，如果買方已交付買房款項，危險就應由買方承擔。在房屋買賣時，如果該不動產未移轉，交付一於買方實力支配前，因為震災導致房屋毀損，這危險就應由買方承擔。

水電費免繳3至6個月

水電費免繳3至6個月
經濟部十九日公告，受災戶房屋受損，免繳三至六個月水電費。公告內容如下：一、受災戶房屋受損，免繳三至六個月水電費。二、受災戶房屋受損，免繳三至六個月水電費。

維納斯藝廊「合境平安」用藝術溫暖人心

包括馬筱媛震後完成的新作雲開月圓·龍貓共舞、王業的寫實遠境圖、侯文欽太魯閣寫生



為花蓮帶來正能量

馬筱媛在昨加入藝廊後，陸續完成許多以她為主角的畫作，最新力作《雲開月圓·龍貓共舞》這次化身嫦娥飛上月球，撒下點點星光，飛魚一躍冲天，曼曼魚飛升升升，層層粉彩祥雲，舞姿曼妙，銀色龍王魚也游向藍天與龍貓相會，躍動的生命與明亮的色彩，希望為此刻的花蓮帶來充滿希望的正能量。地震雖然對於花蓮觀光影響甚巨，

但仍有在地鄉親初次造訪觀覽，是地震聚成的藝術因緣。林滿津表示，在與他們的交談中，無不對震後有少少唏噓無奈，相對西岸此刻遠境人潮、南臺灣觀光及慶典熱鬧氣氛，做為藝文從業者，心裡想的，是如何讓藝術的正能量溫暖人心，進而振奮生活動力。

記者謝宗璋/報導

○四○三強震重創花蓮，為讓藝術的正能量溫暖人心，維納斯藝廊特別策辦「合境平安」記憶、想像、生活、王業、侯文欽、馬筱媛的藝術聯展，精選包括奇能畫家王業寫實遠境圖、花蓮女畫家侯文欽太魯閣寫生、以及駐館藝術家馬筱媛震後最新力作，十九日溫暖亮相（見圖，記者謝宗璋攝），祈求花蓮合境平安。

同場展出至5月6日

此外，侯文欽二○一六年起走入太魯閣、清水斷崖，乃至今今年在長春祠的現場寫生畫作，見證可能在強震中絕望的風景，連同馬筱媛在震後的新力作《雲開月圓·龍貓共舞》同場展出至五月六日止，在花蓮市港口路八號之一一號倉庫，配合碼頭道路封閉，請由東岸街進入，將車輛停放路邊，沿著景觀橋棧道徒步前往參觀。

「臺灣第一香」西港刈香

是出格的寫實風景，畫中場景臺南慶安宮保留傳統陣頭完整的香科，其第一科「西港仔香」更有「臺灣第一香」之美譽，「刈香」祭典與「王船」遶境合一，除了呈現西港刈香等具常民生活、社區陣頭、國家級文化儀式，也反映出十足的臺灣生命力與整體感，同時展現諸神博愛祈福和救渡。

因此特別從館藏中找出臺灣超現實原生奇能畫家王業的作品，為花蓮祈福。其中以寫實風格描繪三月媽祖遶境的臺灣史詩力作《海巡》，畫中神明護佑海上巡邏，藉由神力巡視海域，護佑依海為生鄉民，遠景則是諸佛菩薩並列海天之際，似乎就是回應信眾的企求，慈悲渡世原為神之本懷，無盡無數的佛菩薩端下海上。

收藏災損近百萬 化作裝置藝術重生

記者謝宗璋/報導

維納斯藝廊許多收藏多年的珍貴藝術品，都在○四○三強震中倒下，毀損嚴重，藝廊主人林滿津估計損失近百萬元。其中他收藏逾卅年，由首位打進蘇富比、佳士得拍賣的臺灣名畫家鄭在東創作的彩繪陶盤，在強震中遭鄰近晃動的石塊砸破，她轉念保留災況作為裝置藝術並命名《一對話》（見圖，記者謝宗璋攝），延續藝術生命力。



縣府地震捐款專戶 累計募得4.2億

徐榛蔚：已申請營建署結合震災善款 針對大樓大廈修繕

記者田德財/報導

花蓮縣情關懷協會、慈國工業公司、台灣愛德克斯汽車零件公司，以及台南市住商不動產南科建國店，十九日拜訪花蓮縣政府，並分別捐助善款新台幣六萬元、四萬元及三十萬全聯禮券，也呼籲大家彼此互相幫忙，向需要協助的鄉親們伸出援手，大家一起發揮力量，協助災難後的花蓮，盡快恢復生活腳步。



圖：「0403」震災，拆除的花蓮市天王星大樓共計九十一件拾得物。（記者賴文康/攝）

天王星共91件拾得物 花蓮警分局保管

國福土資場部分的拾得物 縣政府發包清理後再辦理公開招領

記者賴文康/報導

○四○三地震後，受損嚴重的花蓮市天王星大樓，兩天後展開拆除作業，工程人員分別呈報九十一件拾得物；十九日花蓮警分局表示，包括有皮夾、現金及包包等拾得物，至於花蓮市國福土資場部分的拾得物，由花蓮縣政府發包清理後再辦理公開招領。



圖：空勤總隊花運黑鷹直升機，執行南投縣信義鄉關門山北山救援女山友跌斷骨折。（空勤總隊花運黑鷹直升機大隊第三隊提供）

女山友跌倒骨折 空勤飛南投救援



記者賴文康/報導

一支十一人的登山隊伍，攀登南投縣信義鄉關門山北山，十九日上午一名五十歲的處女隊友不慎跌斷骨折，導致右手骨骨折，請求空勤黑鷹直升機協助，立即派遣駐地花運黑鷹直升機飛往山區救援，下午一點半左右完成傷患吊掛上機，傷患生命徵象穩定，在接近兩點半左右，黑鷹直升機降落花運黑鷹直升機，由花蓮縣消防局空勤隊、北山救援女山友跌斷骨折。（空勤總隊花運黑鷹直升機大隊第三隊提供）

帝君廟、慈惠堂捐善款 助災民重建家園

記者田德財/報導

花運聖天宮（帝君廟）及聖地慈惠堂主任委員、總幹事及理事等十九日拜會花蓮縣政府，並分別捐贈三百萬元及一百萬元震災善款，希望讓這次受到震災影響的信眾早日重建家園，回復正常生活。縣長徐榛蔚親自致贈感謝狀，並代表花蓮鄉親表達誠摯謝意。

帝君廟、慈惠堂捐善款 助災民重建家園

記者田德財/報導

聖地慈惠堂主任委員、總幹事及理事等十九日拜會花蓮縣政府，並分別捐贈三百萬元及一百萬元震災善款，希望讓這次受到震災影響的信眾早日重建家園，回復正常生活。縣長徐榛蔚親自致贈感謝狀，並代表花蓮鄉親表達誠摯謝意。

天王星大樓5隻貓全數獲救

本報訊

○四○三大地震造成天王星大樓倒塌，花了約兩週時間進行拆除工程，拆除期間持續救出多隻受傷的寵物，最後一隻乳牛貓、歐賦、也在十九日獲救現身，震後第十六天終於獲救的歐賦，讓許多持續關注的民眾及網友們相當感動。（圖：取自臉書）



圖：老家協會提供2500份生活物資，歡迎親臨花蓮市中華路486號領取。（老家協會提供）

取經長照經驗 花蓮縣議會赴日交流

議長張峻領隊、楊華美總召媒合 完成首次與日本醫療法人社團組織座談與參訪



記者何國豐/報導
花蓮縣議會日本交流考察團十八日上午安排參訪「新田國夫」院長的日照及長照機構(左圖:縣議會提供),此次日本交流考察團由張峻議長領隊,參加的議員有無黨籍聯盟總召楊華美、民進黨黨團總召張美慧、黃玲蘭、蔡依靜、蔡依靜、胡仁順、林則口議員等。

參訪「新田國夫」院長的日照及長照機構時,受到院長和機構幹部熱烈且友善的歡迎,雙方針對台日長照機構的運作模式進行心得交流,促成了一樁台日雙邊長照交流的美事,這場交流讓彼此都留下深刻的印象,也讓雙方都獲得寶貴的資訊和收穫。

參訪「新田國夫」院長的日照及長照機構
張峻表示,有感於台灣與日本都是高齡化社會,醫療照護體制有相似背景,為了提升和落實普及及花運長者之照護,非常感謝無黨籍聯盟總召楊華美、特別為本會安排了與新田國夫院長座談和機構參訪,也非常感謝新田國夫醫師及團隊的熱情接待。

議員表示,日本是採保險制度,我國則是採福利制度,這對於我國財源籌措是一大課題。為了更加了解日本日照與長照機構的運作,花蓮縣議會考察團與新田國夫醫師特別安排了一場座談會,隨後也參訪了1.失智型長期住宿照顧中心。(可與機構人員外出購買食材、內部會安排手作活動、家人可隨時探望)、讓老人可自理,不會讓其覺得自己是被照顧的。2.日照中心:(大部分都是由機構到府接送、少部分家屬接送)、晚上會回家。3.國立未來創基地:成立於2012年,小孩、老人、家庭主婦共創空間。4.自立高齡者集合住宅:3年合約式(租金),夫妻可入住、單身亦可,供可自理老人申請,提供中央廚房共餐。

新田國夫院長表示,國立市人口約七萬人,大型看護一百人以上規模有兩所看護中心,四所六十五歲以上佔百分之廿八,相較其他縣市人口比算年輕,八十五歲以上愈來愈多,七十到八十歲者,算年輕且活動性高,八十歲以上症狀出現如何安置是大問題,越來越多了,在這裡,在這種老,現在中老同居者越來越多,盡量以在家終老為目標,與國立市配合新田與山上護理院努力了卅年,介護法兩十年成立,我們一九九零年開始推動,大型安養中心有缺,所以致力於小型規模,讓長者有尊嚴的終老。

母親節前致敬類母親 基督教女青年會贈蛋糕

黎明庇護工場飄送抹茶栗子磅蛋糕馨香氣

記者李柏霖/報導
花運基督教女青年會(YWCA),黎明庇護工場,日前聯手募製「抹茶栗子磅蛋糕」,向「類母親」們表達致敬和致謝之意。「類母親」是指沒有血緣關係,卻無怨無悔、盡心盡力,守在床榻,幫我們照顧家人、長輩的「照顧服務員」,感謝她(他)們承擔生活照顧的重責大任。

推出向「類母親」致敬的花運基督教女青年會會長李淑玲表示, YWCA 是由婦女姊妹們組成的社團,會員都是守護孩子、照顧一家老小的母親們,過去幾年



右圖:基督教女青年會會長李淑玲,悉心關照松柏助教,嘘寒問暖+鼓勵。
左圖:基督教女青年會呼籲認購「抹茶栗子磅蛋糕」,於母親節前親送「類母親」照顧服務員致敬致謝。(基督教女青年會提供)

都會在母親節前募集蛋糕分送至教養院、育幼院、課輔班的照顧老師,感謝他們照顧父母不在身邊的孩子們的課業。

今年她親自聯絡花蓮地區的長照安養機構,發現有許多遠離家鄉來到台灣的照顧服務員,她們等同「類母親」,把無血緣的長者視如自己親人,日夜照顧生活起居,翻身拍背、服侍湯藥,撫慰情緒,也因為她們投入耐心、貼心、用心的服務,得以讓必須工作無暇親自照顧的小輩,無後顧之憂能有喘息空間。因此以同理心,發起你出錢,我出力,她製作蛋糕,一份500元,抹茶栗子磅蛋糕,由YWCA的志工,在母親節前親自送到照顧服務員的手上。目前正向各界動員募購,讓辛苦的「類母親們」同享母親節的馨香。

今年致贈的「抹茶栗子磅蛋糕」,由黎明庇護工場身心障礙庇護工,在老師指導下細心烘焙,黎明機構執行長梁桂花表示:抹茶栗子磅蛋糕的原料選用日本靜岡縣的抹茶粉,搭配糖漬的黃金栗子,釋放淡雅的清香氣味,糕帶著香脆表皮,恰是濃淡適宜香甜不膩的好茶點。

這份母親節禮物,預計向一百五十位照顧服務員致敬和致謝,禮盒內附致贈者的簽名祝福卡片,讓類母親們的照顧服務不孤單,有人在為她們打氣。一份蛋糕三份愛,連結了互不相識的「捐贈者、蛋糕製作者、照顧服務員,在關懷友善環境中,彼此紀念祝福,成就美好事工!歡迎加入認購行列。服務電話:01-2568394 YWCA楊小姐。或黎明庇護工場:01-2568321林小姐。

北濱阿嬤獨自收養9位失依孩童

洄瀾國際同濟會捐贈物資關懷

記者李柏霖/報導
花蓮北濱一位阿嬤李月霞,靠著晚上打零工,獨自收養九名失依孩子,其中年齡最小的只有三歲,生活開銷讓李阿嬤相當吃力,洄瀾國際同濟會結合花蓮市代表楊哲濤等人,日前到場捐贈生活物資及慰問金,期盼有更多善心人士響應,給李阿嬤及孩子更多力量。

包括洄瀾國際同濟會會長李楚漢、財務長陳國鄭、會兄朱長齡、潘信良、會姐張婷、花運市民代表楊哲濤、民權里長劉原良、花運縣議員徐子芳助理張碧雲等人前往關懷。

李月霞表示,經事訪查,得知李阿嬤生活困苦,自己為人父母知道照顧孩子的辛苦,何況是這麼多位孩子,希望藉由這次活動把愛傳遞出去,提供給弱勢家庭實質上的溫暖。

李月霞目前照顧九個孩子,年齡最小三歲,後續還有就讀幼稚園大班,國中以及二十多歲身心障礙的孩子,總計四男五女,大部分都是原住民小朋友。

民進黨花蓮縣黨部主委選舉3人角逐火藥味漸濃

價值不宜球員兼裁判

記者李柏霖/報導
民進黨各縣黨部主委將在五月二十六日改選,花蓮縣計有三人投入參選,包括在地傳統深耕的現任主委嚴欽宗、新系前縣黨部主委徐達深及台灣東社發言人陳財能三人投入參選,有別過去以往花蓮縣黨部主委選舉,今年已傳出火藥味,徐達深、陳財能炮口一致對向現任主委,嚴也為此作出詳細說明。

先是陳財能邀請另外兩位參選人在投票前,於花蓮縣北、中、南區舉辦主委選舉座談會。徐達深在座談會上表示,「因選舉日程將近,且現任嚴欽宗主委也將競選連任,為符合利益迴避原則,且符合本黨自一九八六年創黨以來的民主進步價值,實在不宜球員兼裁判。」

徐達深指出,近期幾次的大選結果花蓮狀況相當慘烈,「這次總統大選,民黨才不如預期,民進黨在這次地總大選,是一個滿大的打擊!」,本次對我們忠貞的黨員,是一個滿大的打擊!」,本次出來參選,就是訴求深刻檢討、重建希望。

嚴欽宗則回應,主委資格審查進修到二十三日,待資格審查通過後就會請假,他進一步說明,「上一週是縣代表及主委登記,這週是全國黨代表登記,審查通過後到二十三日,黨部會開會,來審查候選人的資格,成為正式候選人後,就會跟現任主委報告請假投入的時間。」

嚴欽宗表示,近年來年輕人選票流失不少;但他

重建東華募款活動

豐興餅舖、胖叔叔烘焙屋與東華大學簽署合作意向書



記者葉文杰/報導
國立東華大學受災O403地震火災影響,豐興餅舖及胖叔叔烘焙屋響應東華大學受災重建,特發起「共震心橋」東華募款活動,四月十六日抵東華大學簽署合作意向書(左圖:東華大學提供),基於對花蓮震災後重建的共同關注和責任感,決定攜手合作共同捐輸活動,支持東華大學重建受災地區活動,侯佳利教授及博士班研究生江劉怡瑋任顧問及監督,畢業校友劉怡瑋總經理共同推動,本於取之於花運用之於花蓮心橋,協助母校重建經費,推出店內人氣商品投入義賣募款,將其銷售總額30%捐贈給東華大學,活動自四月十九日起至六月二日止,並於六月五日公開捐贈東華。

社會各界捐助善款,或表達關懷,對東華教職員生而言都是鼓勵與支持。每一筆捐款都將成為希望的種子,讓東華再次茁壯,捐助東華敬請由東華首頁進入,以避免社會大眾或校友遭受不當連結詐騙。

「大愛小愛 大同都愛」

台北市大同林姓宗親會送愛到四維 協助災後校園復原

記者張小菁/報導
台北市大同林姓宗親會,響應O403花蓮大地震賑災捐贈(下圖:四維提供),由理事長林健泰領銜發起「大愛小愛 大同都愛」活動,送愛到四維四維高中,協助校園災後復原,令四維師生非常感動。

台北市大同林姓宗親會得悉花蓮受O403三強震,立刻發揮悲天憫人精神,在理事長林健泰呼籲下,蒙林宗長響應,共襄大同都愛二十萬五千六百元,其中包括大同會林健泰理事長在內的宗親及該會榮譽理事長、名譽理事長、理監事、顧問共二十二名,暨林姓實業董事長林溫豐、大安會理事林學信、林冰及林萬年宗親巫秀珠、常務理事林永孟、全國宗親會理事林林政平、榮譽總會會長林金榜、宜蘭與德會董事長林勝章、文山會理事林宇權等宗親熱心支持。

由於這次「大愛小愛賑災活動」,係由台北市大同林姓宗親會發起,並擇於四月十六日在台北市民權東路中華及台灣暨台北市總會館進行捐款儀式,由林健泰理事長邀請中華會現任總會長,即前台北市議員林晉章、愛心之首林仁銘前總會長、台北市總會長林朝榮總會長、林文龍、大安會理事長林連源、前理事長林文龍、以及大同會總幹事林欽裕管理理事林振權夫婦等人在場觀禮,繼發林晉章總會長、林朝榮總會長當場,分別再以個人身份捐款並致詞勉勵。

活動看板

- 四月二十日(週六)
吉安慶天宮主辦捐血活動:上午九時至下午四時,在慶天宮廣場前,捐血成功即贈吉安米一公斤、馬玉山芝麻糊、平安麵。
「潛行山海 有構雲光」陳淑燕纖維創作展開幕暨創作分享會:下午二時,在花蓮縣石碇博物館。
「千山萬水念故鄉」林秀霞油畫作品賞析:下午二時,在吉安好客藝術村吉野藝文館(吉安鄉中山路三段477號),限額廿人,報名請洽03-8542993。
花蓮縣文化局、玉里鎮公所共同主辦「一一三年玩藝列車」之Mr.YES小丑劇團「爆米花劇場」:下午三時,在玉里鎮中正堂。
花蓮市公所主辦「2024春遊書食節X希柏市集X世界閱讀日」:下午三時至晚上八時卅分,在花蓮市太平洋公園曙光廣場。
四月二十一日(週日)
財團法人花蓮縣花運國際青年商會主辦捐血活動:上午九時卅分至下午四時卅分,在遠百和平廣場,捐血成功即贈全聯禮券、衛生紙、市集團遊券。
花蓮縣文化局、光復鄉公所共同主辦「一一三年玩藝列車」之Mr.YES小丑劇團「爆米花劇場」:下午三時,在光復鄉公所三樓大會堂。
活動預告
捐血活動:四月二十二、二十三日,在慈濟醫院門診大樓前車道旁,上午九時卅分至下午四時卅分,捐血成功即贈三合一沐浴露。
花蓮縣政府原住民行政處主辦「南島講座Supu ta:「走」向南島-從海洋文化看見世界,從世界看見南島」:四月二十六日,下午一點半,在花蓮縣臺灣原住民族文化館,免費入場。



記者張小菁/報導
台北市大同林姓宗親會,響應O403花蓮大地震賑災捐贈(下圖:四維提供),由理事長林健泰領銜發起「大愛小愛 大同都愛」活動,送愛到四維四維高中,協助校園災後復原,令四維師生非常感動。

立法院「振興台灣觀光相關產業」座談 交流國旅觀光議題

交通部承諾：5月底前對岸有善意 我方可取消赴陸團禁令



記者田德財/報導
國民黨團總召傅崐萁，十九日於立法院接受觀光相關產業代表座談會，與產業代表對話，並請行政院主管機關跨局聽取基層聲音，與產業代表對話。向國民黨團陳情，並請行政院主管機關跨局聽取基層聲音，與產業代表對話。向國民黨團陳情，並請行政院主管機關跨局聽取基層聲音，與產業代表對話。

傅崐萁表示，為因應各行各業、百工百業的陳情，國民黨團特別舉辦此次座談會，八年來許多產業代表都非常關心且面對挑戰，雖然過去可能很孤單，但國民黨這次成爲國會第一大黨，一定會全力協助全國百工百業的基層業者，幫助大家一起解決各位所碰到的困難與問題。國民黨與所有部會皆有良善的溝通，並且也有強大的監督機制，推使所有的部會動起來，讓基層產業各位鄉親夥伴能受到協助。

傅崐萁最後向交通部詢問：「台灣在三月一日至五月三十一日開放團客前往大陸，也希望對岸有相對的善意可以開放自由行及團客來台，若是在此期間，對岸釋出善意開放旅客來台，交通部當否在六月一日起繼續開放，延續當前政策而不會禁止開放台灣團客前往大陸？」交通部林國顯次長回應：「如果對岸有提前善意反應，將與陸委會及其他政府部門反應對岸的善意，往取消前往大陸團客禁令的方向處理。」

傅崐萁指出，臺灣的人均GDP三點五萬美元是虛幻的數字，包括剛出生二個月大的嬰兒每人每年收入有一百萬台幣，假設家有五口人年收入就是五百萬台幣，這很明顯與基層人民的感受完全不同。台灣有百分之十的人是富豪，但百分之九十的人過得並不好，在貧富差距如此大的社會裡，要讓百工百業得到公平的支持與協助與幫忙，使大家生活能夠回到最基本的維持線以上，國民黨會全力推動以維持承擔責任。兩岸斷線以後觀光產業

進入寒冬相當慘淡，觀光業不僅有旅館、民宿、觀光飯店，同時也會連帶餐飲、服務、伴手禮、百貨公司等，量販店、超市、遊覽車以及農漁產品等等。
傅崐萁最後向交通部詢問：「台灣在三月一日至五月三十一日開放團客前往大陸，也希望對岸有相對的善意可以開放自由行及團客來台，若是在此期間，對岸釋出善意開放旅客來台，交通部當否在六月一日起繼續開放，延續當前政策而不會禁止開放台灣團客前往大陸？」交通部林國顯次長回應：「如果對岸有提前善意反應，將與陸委會及其他政府部門反應對岸的善意，往取消前往大陸團客禁令的方向處理。」

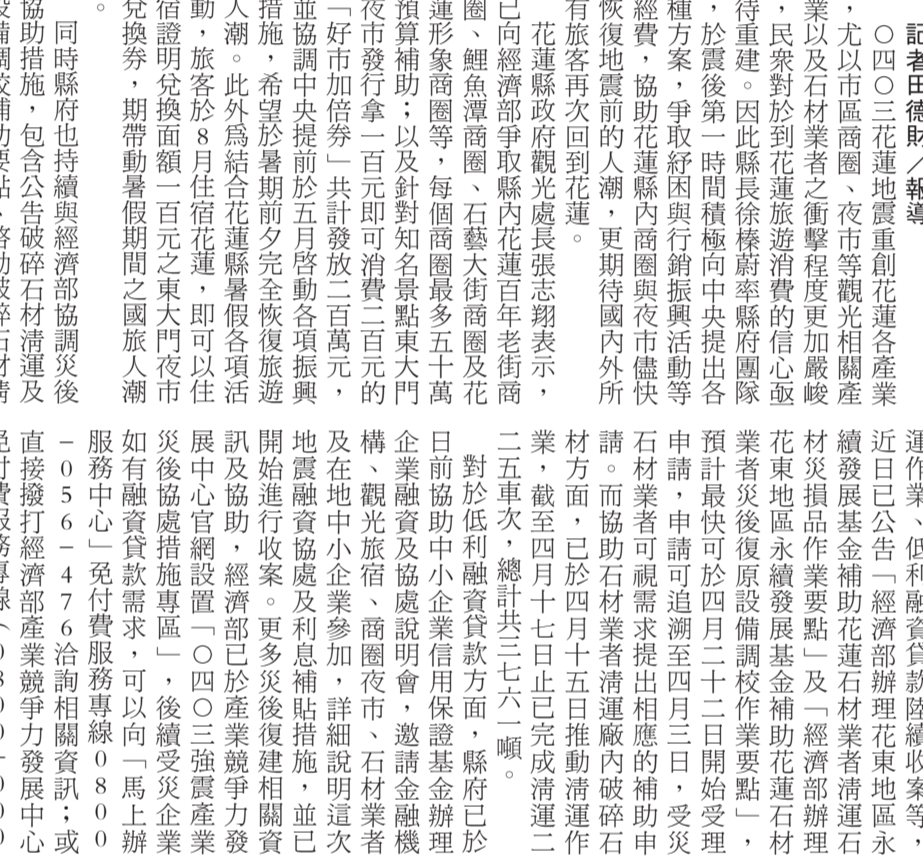
縣府攜手中央振興花蓮 讓觀光旅客「洩家」



圖：花蓮縣政府攜手中央振興花蓮 讓觀光旅客一起「洩家」。(花蓮縣政府提供)

記者田德財/報導
花蓮縣政府攜手中央振興花蓮，讓觀光旅客一起「洩家」。花蓮縣政府攜手中央振興花蓮，讓觀光旅客一起「洩家」。花蓮縣政府攜手中央振興花蓮，讓觀光旅客一起「洩家」。

就業資源說明會 助山月村勞工返職場



圖：北分署花蓮就業中心同仁爲山月村同仁說明各項就業資源並解答問題。(花蓮就業中心/提供)

記者李柏霖/報導
○四○三強震重創花蓮，大魯閣國家公園內的文化館「山月村」也因地震影響，宣布提前閉館。山月村「勞工就業權益」第一時間掌握員工名冊，提供專業就業服務，協助返崗就業。

觀光振興 暑假前共四航點包機直飛

記者田德財/報導
花蓮縣副縣長顏新章十九日代表縣長徐榛蔚，會見明利旅行社社許兆麟董事長及林匯品副總經理等人，雙方就「花蓮縣政府提供」，雙方就「花蓮縣政府提供」，雙方就「花蓮縣政府提供」。

發放慰助金十萬元 玉里代理鎮長協同紅會慰問罹難者家屬



圖：紅十字會長王清峰(右三)在代理鎮長詹秀(中)等人陪同下，前往吳姓卡車司機住處慰訪家屬，同時發放慰助金十萬元。(玉里鎮公所提供)

記者黃寬中/報導
玉里松浦里宮前部落吳姓卡車司機於○四○三不幸在蘇花改途中罹難，玉里代理鎮長詹秀協同紅十字會長王清峰前往慰問，並發放慰助金十萬元。王清峰表示，紅十字會希望能夠幫助最需要的受災民衆。

幼兒園戶外教學 體驗野菜文化



圖：花東縣私立熊熊森林幼兒園舉辦戶外教學活動，十九日由老師及志工家長帶領小朋友前往吉安鄉的一樓田野養生休閒農莊，讓孩子們認識野菜文化體能。(圖/櫻田野養生休閒農莊提供)

記者劉怡伶/報導
花東縣私立熊熊森林幼兒園舉辦戶外教學活動，十九日由老師及志工家長帶領小朋友前往吉安鄉的一樓田野養生休閒農莊，讓孩子們認識野菜文化體能。

玉里代理鎮長協同紅會慰問罹難者家屬



圖：紅十字會長王清峰(右三)在代理鎮長詹秀(中)等人陪同下，前往吳姓卡車司機住處慰訪家屬，同時發放慰助金十萬元。(玉里鎮公所提供)

記者黃寬中/報導
玉里松浦里宮前部落吳姓卡車司機於○四○三不幸在蘇花改途中罹難，玉里代理鎮長詹秀協同紅十字會長王清峰前往慰問，並發放慰助金十萬元。王清峰表示，紅十字會希望能夠幫助最需要的受災民衆。

光復商工28周年 學校慶祝系列活動

展演原民傳統舞蹈及跆拳道等成果 並邀請19所大專院校辦理升學博覽會

記者黃中 / 報導
光復商工二十九日結合外界資源舉辦廿八周年慶祝系列活動，頒獎表揚表現優異的學生以及展演原民傳統舞蹈及跆拳道等成果之外，並邀請國專、師大、華大等十九所大專院校共同辦理升學博覽會，下午則進行班級協力的競走，展現學校一年的努力以及績效。

開幕典禮由校長李秋燭主持，包括鄉長林清水、鄉代李美瑩、縣府中區服務處副主任林榮祿、創校家長會長邱念慈等地方人士及中區國中小校長、參與升學博覽會的科技校院代表到場祝賀，光復商工廿八歲生日快樂。

全國技藝教育績優人員
在學校團隊的共同耕耘之下，光復商工設備新穎、師資優良，連續三年榮獲全國技藝教育績優人員、校務主任葉志明榮獲全國技藝教育績優人員、校園反毒三連霸榮獲教育部績優學校、課程方面，積極推動國際教育，赴日本進行國際教育、線上與國外學校進行文化交流課程，也開放機車場和游泳池等資源與社區共享，學校重視國慶與重大節日的慶祝活動邀請社區團體及大專院校的師生參與活動並邀請社團中與高職學習能銜接，學校能夠連結大專院校的資源。

富源國中鼓陣助陣

在學校精心策劃下，邀請富源國中充滿活力的鼓陣熱鬧開場，光復商工原舞社展演懷念的古人之丘的舞，富源國中與光復商工的跆拳道在輕快活潑的音樂中帶來精彩的跆拳道表演，熱音社在社員現代音樂演奏、音樂老師中提琴古典旋律交響伴奏下，演唱馬蘭姑娘。



圖：萬安國中與光復商工的跆拳道隊表演空飛踢的技能。學生積極地到大專院校各攤位聆聽學習。



(記者黃中 / 攝)

花蓮縣國民中小學教師聯合甄選

開出134缺額 4/22-24網路報名 第一階段初試訂6/2辦理

記者李婕妤 / 報導
為提升花蓮縣正式教師比例，穩定師資來源，並保障學生受教權益，花蓮縣政府公告一三三年度國民中小學教師聯合甄選，共開出一百三十四名缺額，將於一三一年四月二十二日至二十四日開放受理網路報名，歡迎對教育懷有熱忱的教師踴躍報名。

花蓮縣近三年持續辦理國民中小學教師聯合甄選，上(一一二)學年度開出一百三十七名缺額，實際錄取人數一百一十名，為持續降低花蓮縣代理教師比例，提升教育品質，本學年度仍持續辦理國民中小學教師聯合甄選。本屆國民中小學教師甄選預計有一六名教師缺額，招考普通科、英語專長、招考普通科、英語專長、資賦優異班教師等四類科；國中教師甄選預計有十八名缺額，招考國文、英語、數學、體育、音樂及家政等六類科。

本屆教師甄選甄選，延續代理教師服務年資加分機制，鼓勵花蓮縣內服務教師留任，穩定學校師資，並納入各項語言加分項目，期以吸引更多人才報考。另為提升原住民教師比例，本屆甄選仍持續開出原住民教師缺額，盼能廣納優秀原住民教師人才。本次考試第一階段初試訂於一三一年六月二日辦理，相關考試日期、考試科目、報名資訊、請詳閱甄選網站：(https://career.tch.edu.tw/)及簡章公告內容。

勇奪HBL乙級總冠軍

記者何國豐 / 報導
花蓮市四維高中女子籃球隊日前榮獲HBL高中乙級籃球聯賽全國總冠軍，除了個人獎項表現亮眼，更獲得最佳教練獎的殊榮。身為校友的市長魏嘉彥(見圖：市公所提供)對學校的優異成績感到與有榮焉，十九日上午特地前往表揚，並頒贈獎狀及餐券，恭喜她們在全國賽事突破重圍、拔得頭籌，為學校、也為花蓮爭光。

四維高中女子籃球隊這次在二一二年HBL高中乙級籃球聯賽中奪得總冠軍，在個人獎項部分，球員柯宇欣甚至榮膺 MVP 最有價值球員，雙獲助攻及抄截，指導教練柯安妮也獲得最佳教練獎，創下校史上女籃最優秀的成績紀錄。

熱愛籃球的市長魏嘉彥表示，相當開心得知學妹在高中籃球聯

四維女籃封后 校友市長魏嘉彥表揚
建，給予女籃適宜訓練的場地。他說，今年女籃隊奪到HBL總冠軍，是隊史上的首冠，也非常感人、花蓮人的全體榮耀，非常感謝傑出校友魏嘉彥市長的重視，特到場給予勉勵，相信孩子們都相當開心。

榮獲抄截後與助攻兩項 MVP 的球員柯宇欣說，國中時擔任的是中鋒，接著轉鋒鋒，後來改為控球後衛，在位置身前的轉換上，過程相當困難，教練給予很多的指導，自己在網路上搜尋資訊，加強跑步、投籃及傳球的準確度，因為需要精準的判斷力及觀察力，才能成功執行每次的戰術，並組織整個球隊。他表示，比賽中沒有特別注意數據，感謝隊友們的團隊合作，才能刷新自己的紀錄，也順利讓球隊奪冠。



圖：四維女籃隊在HBL乙級籃球聯賽中奪得全國冠軍。

宗敎界抵東華大學 關切災情祝禱平安

記者葉文杰 / 報導
國立東華大學於四三月遭受強烈地震影響，災情嚴重，此期間承蒙政府部門及社會各界的關心與支持，宗敎界亦表達關懷與祝禱，東華大學全體教職員工生由衷感謝。

日前花蓮東華信會會長葉文杰主任牧師，亦是東華應用數學系博士班畢業校友，率領花蓮縣聯誼會牧師及基督徒九十九人抵校為東華大學及徐輝明校長禱告、祝禱(圖：東華大學提供)。各基督徒代表亦表達慰問及關懷之意，感謝上天賜福給東華大學，在災後過後，全校師生全體平安。

另外，慈濟慈善事業基金會執行長顏博文、副執行長劉淑珍，及基金會相關人員也專程蒞校拜會徐輝明校長，主要目的為轉達基金會關心，並奉上對東華嚴重災情的關心，並奉上對東華教育事業發展與學生住居上的協助。



法國中學師生到四維 國際教育交流

法國中學生到四維 國際教育交流

記者李婕妤 / 報導
法國 Blancarde de Castell 卡斯蒂利亞布蘭奇中學，在三位師長 Durand Jean Sebastien、Wang Maopao、Latham Zhiqiang 帶領下，一行共三十五人於四月十九日前往花蓮四維高中進行國際教育文化交流。



圖：法國卡斯蒂利亞布蘭奇中學師生到四維高中進行國際教育文化交流。

四維高中以熱情的原住民舞蹈「刺桐花開」來迎賓，更安排對接的三十二位學生，有高一至高二生，全程陪伴法國高中生互動交流，校長蔡志和也透過翻譯介紹學校特色，在場觀摩的師生們也熱情揮手，並用法語招呼 Bonjour，向遠到的法國師生打招呼，法國高中師長對四維高中熱情、活潑、表達肯定與讚許。隨後則進行交換禮物法國贈贈學校巴黎鐵塔擺飾、文具、紅酒、四維回贈四維小書包、雙方向來往交換巴黎鐵塔擺飾及原住民飾品、巧克力、餅乾等。

卡斯蒂利亞布蘭奇中學位於法國西部具有法國藝術與悠久歷史的南特市，學校環境優美，注重學生未來成功發展及開創學生豐富視野品格良好的中學，參訪的法國同學們皆表示，很榮幸來到台灣參訪花蓮的四維高中，感受到學校友好與親切，覺得這是一間熱情卻很有特色學校，在活動中也不斷和四維高中生們熱絡的互動交談溝通，並互相留下聯繫的社群資訊。期待能夠透過一天的參訪與互動，可以有很多收穫。

校長蔡志和表示，歡迎法國卡斯蒂利亞布蘭奇中學老師、同學們遠道而來，與四維師生教育交流，讓我們感到非常榮幸和喜悅。此次國際的教育交流，可以彼此對不同文化之間相互理解。期待這次交流能幫助彼此學生視野的擴展，促進文化認識與交流，希望明年能再次延續兩校教育交流。

明聰國小 特別的兒童節
記者李婕妤 / 報導
明聰國小日前舉辦兒童節慶祝活動，除了讓學生體驗當老師，從中體會老師的辛苦並學習感恩，還特別翻轉上下課時間，並結合健康促進的主軸，讓孩子們盡情在操場上奔跑跳躍，也有小朋友沉浸在閱讀書海中，開心享受難得的四十分鐘課後。



圖：明聰國小學生在兒童節活動中參與閱讀及遊戲。

明聰國小今年兒童節禮物，是由學生們自己選擇，由十六項禮物中，選一個最喜歡的，每個人眼睛都發亮開心可以自選禮物，而拿到禮物的同時，更加學習習自主與感恩。另外還有雷恩魔術秀表演，在一片歡笑聲中，欣賞了一場精彩的魔術秀，從一開始到最後，尖聲與歡笑聲都沒有斷過，尤其最後的泡泡表演，實在是精采絕妙，讓人百思不得其解，讓孩子們都激發了破解除魔術奧妙的渴望。

海星高中十八名原住民學生錄取名單
記者張小菁 / 報導
海星高中截至十八日止，已有三十四人次透過特殊選才獨立招生錄取名單，其中有三十一人錄取名單錄取國立高雄師範大學、九人錄取名單錄取國立東華大學、一人錄取名單錄取國立宜蘭大學、三人錄取名單錄取國立台北教育大學、另外還有三名同學錄取名單錄取濟南大學、義守大學及萬能科技大學。

六位錄取高師及原住民班同學中，有廣告設計及多媒體設計課程的吳以恩、江悅綺、蔡睿舒，以及原住民民族教育實驗班張語四位同學錄取名單。原住民班同學錄取名單，原住民族教育實驗班同時是由海星優良的師資及齊全的設備，選擇錄取的原住民族同學錄取名單，在去年榮獲全國技藝教育電腦繪圖職業類優勝，也會協助何淑嫻公證人事職務設計圖章，學業及專業能力都十分優秀。

今年海星高中原住民民族教育實驗班在許文瑜老師的全心陪伴下，已有三位同學錄取名單錄取國立高雄師範大學與國立臺灣大學，目前全班正全力衝刺獨立招生與個人申請等升學管道，期待今年能延續去年全班百分之百錄取名單的紀錄，而體育專班也在莊瑋蓉老師與各校教練的規劃下，全班已有近八成同學錄取名單錄取國立大學，有望今年與原住民民族教育實驗班一起達到全班百分之百錄取名單。

在日前公布的個人申請第一階段通過資料，海星中學共有六十二位同學通過第一階段資格審查，通過率高達九成，接下來全體老師將陪同同學完成學習歷程檔案並準備面試，希望同學們能在第二階段展現自己，順利錄取心中的理想校系。

熱騰騰的開水注入青花瓷壺，白茶葉中

萃取出茶色，在壺中之湖輕巧地飄盪。緊揉的茶葉，宛若舞動的海藻，在壺底以躍躍姿溫柔地綻開。將茶水傾入茶海，獨特茶香立即撲鼻而來，每一次與茶葉的邂逅，一縷一縷的茶香，都在心中銘刻至深。

邂逅茗茶

劉觀嶽

一、薄荷茶
藍色的立方體盒子，包裹了摩洛哥緊壓大西洋的風情。包裝上印著我無法理解的異國文字，好似精品店銷售的古董珍玩。

茶海中的茶色深黃、濃郁，茶湯由於茶袋中較多的碎葉雜渣，而顯得略為混濁。斟入茶杯輕啜一口，一股獨特的烘焙香立刻在我的口腔中散開了開來，好似凍頂烏龍的醇厚，卻又過之而無不及。茶水入口約一秒過後，這深沈的烘焙香，便霎時被緊接而來的薄荷的清爽！沁涼的便覺，沿著舌頭舌尖感覺的三叉神經，直達我的腦門。

盤，盤裡擺著一塊磚頭大的綠水晶。「都坐下吧。」謝若元元先坐上單人小沙發。為了待會兒溝通方便，先把盤裡的藥吃了吧。」徐吉均滿臉困惑地坐長沙發左端，「這不是水晶嗎？」

品這茶乾中蘊含的種種。厚實的烘焙香與沁涼的薄荷味，在我的鼻腔與口腔中擴散。獨特的味覺體驗中，我邂逅的，不只是茶葉，更是邂逅了一份友誼的溫暖，邂逅了來自非洲大陸西北方的文化。

徐

吉均與好友阿柳回到村口的時候已過了晚飯時段，稀稀落落的舊房舍透進些許光亮，在這昏味不明的微光幫助之下，徐吉均看見了倒臥山溝裡的兩個老人。

老人之一是村裡最凶惡的盧家長輩，幾乎每個孩子都被他追著打罵過，另一位蘇家老太太是個活潑活潑，別人家的大小事情都被她加油添醋到處散播，這兩人每回狹路相逢必然引發一番唇槍舌劍，沒想到此刻一同倒在滿是枯葉的淺溝裡，全身發冷，人事不省。

徐吉均瞪目結舌地看著兩個吃驚者，見他們沒被嚇到牙齒或喉嚨，便在他好奇心的驅使之下拿起最後一塊綠水晶送進嘴裡輕輕一咬：「軟，香，甜，是提拉米蘇的口感！而且吃得出腰果、椰奶以及楓糖等多種成分。」

「謝先生，你也是外星人吧？」徐吉均猜測道。謝若元睜起眼睛，笑容和藹，「我們在地球居住了，好像幾百年。」



山溝謎童

澄羿 圖/里歐

「你是誰家的小孩？叫什麼名字？你知道那兩個老人為什麼倒在這嗎？」徐吉均連提三個問題。男童沒回答，只露出詭異笑容。鬼使神差地，徐吉均脫口問道：「盧伯伯他們暈倒是因為你嗎？」

徐吉均迅速回身，以為即將迎接的是某種猛獸，孰料站在身後山溝裡的是個小孩兒。陌生男童看上去年約十二、三歲，薄薄一層黑髮像用墨水在頭皮上做出的塗鴉，灰色連身衣宛如一體成型的運動套裝。男童皮膚是泛青的冷白色，眼睛大而無光澤，像是在凝視徐吉均，又像是單純在發呆。

徐吉均本來有一堆話要問，然而每個提問剛到嘴邊，答案就像洶湧的海浪猛地撲進腦中，而且這些解釋是帶有口音的，一部分是謝若元的聲線，另一部分明顯來自白臉男童。……噢，人家剛剛用腦波自我介紹了一下，他不叫白臉男童，他是來自另一個星球的遊客，代號的譯音為「厄嘉社」。

徐吉均求助的目光剛投過來，謝若元便心領神會，認真回答道：「這位外星訪客沒騙你，則是由於大腦思考區域遭到封鎖之故。」

「良言一句三冬暖，惡語傷人六月寒。」舉凡命好的人幾乎都很少說傷人的話，因為人的一大部分是自己行為的反射，傷人的人必定會傷到自己。留口德是修煉也是終身學習的功課。*

望海

紀小樣

1) 未成年之前他學會了漂流，慢慢地他學會了對海的了解還多像臺灣海峽了解太平洋的指令寬心接納——漂流木那個無邊的遠洋的夢

徐吉均走進客廳，瞥見茶几上有只白色瓷杯，屬於星際聯盟的常備「翻譯藥」，分食者可以獲得意識溝通及語言翻譯能力，口感與藥效隨個人體質而各有不同，以當前三人而論，大約能保持兩個小時的有效交流。

徐吉均走進客廳，瞥見茶几上有只白色瓷杯，屬於星際聯盟的常備「翻譯藥」，分食者可以獲得意識溝通及語言翻譯能力，口感與藥效隨個人體質而各有不同，以當前三人而論，大約能保持兩個小時的有效交流。

但糾纏今生的，是，一身苦痛的藤壺……

生活的渣滓

張添雄

「生活」的渣滓，指的是生活中的點點滴滴小事，如：刷牙弄髒東西、書本收藏地方及穿何套衣服等。有些鎖碎小事卻可能影響你。

我已經稍微整理一下屋內每個地方，或許身上的我忙於校務而導致久未整理房間，又加上我的眼力不佳而疏忽了有些角落仍舊留些灰塵的生活小事，但是她倆愛清潔的個性，當她倆整理完屋後，屋內便變得幾乎一塵不染，她們告訴我：「房間未整理前到處灰塵就像狗屎一樣！」



口德

廖慶華

「良言一句三冬暖，惡語傷人六月寒。」舉凡命好的人幾乎都很少說傷人的話，因為人的一大部分是自己行為的反射，傷人的人必定會傷到自己。留口德是修煉也是終身學習的功課。*

世界原民旅遊高峰會外賓蒞東參訪

饒慶鈴與南島族群更多交流

台東市四維路三段二十三號六樓電話 〇八九一三四九八二二

台東新聞

演，並致贈臺東在地部落的陶珠... 分享台東的慢經濟... 縣長說，根據許多學者研究...



圖：19日有近60位高峰會外賓蒞臨臺東縣參訪，縣長饒慶鈴以「台東部落食尚」美食及安排高山舞集精彩表演歡迎貴賓。(記者蕭道田/攝)

來自27個國家外賓... 根據行政院院訊，第二屆高峰會以「文化與永續的旅遊」為主題...

高山舞集迎賓表演... 19日近午原民會主委黃將、拔路兒Icyang、Parad... 陪同國際外賓蒞東參訪...

原住民民族食旅品牌... 饒慶鈴縣長進一步說明，「台東部落食尚」就是在台東慢經濟下發展出的原住民食旅品牌...

特色原民食... 縣府原民處指出，此次接待活動安排在原住民族委員會所輔導的台東部落食尚...



圖：林業保育署臺東分署19日下午於臺東市美術館舉辦「都歷山本事」新書發表會。(記者蕭道田/攝)

台東都歷山本事新書發表... 林業保育署臺東分署19日下午於臺東市美術館舉辦「都歷山本事」新書發表會...

兼容山海文化智慧... 都歷山本事是繼2022年出版「都歷山海事」後，第二本以圖文方式紀錄都歷山與山海緊密依存的...

南京路園遊場攀吧！孩子啟用

臺東市長陳銘風重視市民生活機能與環境品質，致力公園設施與市容景觀改造... 19日啟用的園遊場，希望提供更多親子休憩的空間...



圖：臺東市長陳銘風19日早上在南京路園遊場主持「攀吧！孩子」啟用典禮。(記者蕭道田/攝)



圖：台東中華大橋正在進行伸縮縫補強改善工程，原雙線道封閉1線道，19日清晨1部機車疑似撞上停在路旁工程車，2人當場失去生命跡象，送醫搶救。(民衆提供)

中華大橋機車撞2青少年送醫不治... 台東縣消防局派出的救護車趕到現場，有2人躺在地上，均呈現OHCA(指患者到院前心跳功能停止)...

東海岸第1尾黑鮪魚進港

東海岸今年第1尾黑鮪魚進港，船長鄭正愛連3年搶頭香... 鄭正愛接受中央社記者訪問表示，昨天在綠島東方海域以延繩釣法捕獲這尾黑鮪魚...



圖：東海岸2024年第一尾黑鮪魚進港，船長鄭正愛(左)指揮漁工小心翼翼從船艙將黑鮪魚吊上岸。中央社

自助餐誠徵晚班清潔人員
月薪21000
電話0933384099

誠徵木工
月薪4500
月休四天
電話0933384099

興國企業社
誠徵電焊師傅
月薪18000
電話18000

展慶水電工程
誠徵電工
月薪3000
電話03-8420575

美奇市場雞肉攤誠徵工作夥伴
待遇優厚
電話0912521547

徵預拌車司機
待遇優厚
電話0912521547

徵水電工
待遇優厚
電話0912521547

徵鐵工師傅
待遇優厚
電話0912521547

徵托車司機
待遇優厚
電話0912521547

徵鐵工師傅
待遇優厚
電話0912521547

徵托車司機
待遇優厚
電話0912521547

山水商務旅店
誠徵房務人員一名
待遇優厚
電話0933797619

閣家歡餐廳誠徵
廚師一名
待遇優厚
電話0933797619

徵黑白切米粉湯
待遇優厚
電話0933797619

徵預拌車司機
待遇優厚
電話0912521547

徵水電工
待遇優厚
電話0912521547

徵鐵工師傅
待遇優厚
電話0912521547

徵托車司機
待遇優厚
電話0912521547

徵鐵工師傅
待遇優厚
電話0912521547

徵托車司機
待遇優厚
電話0912521547

類秋水果行
誠徵工人在職
待遇優厚
電話0933797619

徵鐵工師傅
待遇優厚
電話0912521547

徵托車司機
待遇優厚
電話0912521547

徵鐵工師傅
待遇優厚
電話0912521547

徵托車司機
待遇優厚
電話0912521547

徵鐵工師傅
待遇優厚
電話0912521547

徵托車司機
待遇優厚
電話0912521547

徵鐵工師傅
待遇優厚
電話0912521547

徵托車司機
待遇優厚
電話0912521547

陸輝瀝青徵
職業大貨車司機
重機械保養技工
日薪1900起
電話：03-8534788

刊登廣告
8346373

搭配電子報同步刊出
東部唯一報稿媒體
採電腦排版專業化經營
廣告效力遍及全省各地
設計、完稿、打字系列服務

遺失
本人遺失身分證
聲明作廢
電話0933797619

房地租賃
國慶六街33號二樓
電話0933797619

套房出租
國慶六街33號二樓
電話0933797619

徵鐵工師傅
待遇優厚
電話0912521547

徵托車司機
待遇優厚
電話0912521547

徵鐵工師傅
待遇優厚
電話0912521547

徵托車司機
待遇優厚
電話0912521547

冠冠房屋
仲介有限公司 8546898

透天店面
看屋連絡0981340037曾先生

近富國路
面寬11.6米
價101萬

慈濟路
面寬11.6米
價598萬

馬路
面寬11.6米
價1180萬

北正路
面寬11.6米
價858萬

建昌路
面寬11.6米
價1350萬

國聯路
面寬11.6米
價2280萬

有巢氏房屋
大東中原加盟店 8539839

北埔別墅
北埔別墅
價380萬

美崙透天
美崙透天
價380萬

新堂套房
新堂套房
價380萬

看海房
看海房
價380萬

市區房
市區房
價380萬

太昌房
太昌房
價380萬

嘉新社區
嘉新社區
價380萬

東森房屋
美觀園不動產 8355903

花蓮縣富里鄉市區·都內農地
總面積：763坪
每坪只要\$5000
洽詢專線：0920-865822石茂德

花蓮火車站旁
最便宜建地加
都市計劃農地
每坪3.2萬
共4236坪
洽：0932790727 謝先生

有巢氏房屋
國聯商校加盟店 8331777

尚志路
面寬11.6米
價850萬

天祐路
面寬11.6米
價980萬

北埔別墅
北埔別墅
價1150萬

全安行
全安行
價1180萬

慶豐市場
慶豐市場
價1650萬

吉安車庫
吉安車庫
價1380萬

永慶
花蓮中山站前加盟店 8339000

慈濟路
慈濟路
價3200萬

大地坪
大地坪
價1285萬

北埔別墅
北埔別墅
價1380萬

延平街
延平街
價2380萬

佐倉道
佐倉道
價3980萬

花東美
花東美
價1728萬

新城市
新城市
價3980萬

住商不動產
全捷自強加盟店 8513107

北埔車站
北埔車站
價1798萬

北埔車站
北埔車站
價1150萬

北埔車站
北埔車站
價1150萬

北埔車站
北埔車站
價1150萬

北埔車站
北埔車站
價1150萬

北埔車站
北埔車站
價1150萬

北埔車站
北埔車站
價1150萬

台慶不動產
建國欣玉加盟店 8563667

透慶修院
透慶修院
價1180萬

透碧雲莊
透碧雲莊
價898萬

透近家樂福
透近家樂福
價758萬

別墅
別墅
價1798萬

別墅
別墅
價1150萬

別墅
別墅
價848萬

888房屋市集
今日物件同步刊登888房屋市集

永義房屋
北昌國小加盟店

有巢氏房屋
明義自由加盟店

立邦不動產

全盛地產
有巢氏吉安自立店

西金不動產
有巢氏自強店

市區「舒適」別墅
6衛可分租或自用
價988888

吉安中山站前
價1150萬

永慶不動產
價1150萬

看更生日報可節省錢喔!

一、本報創刊77週年，天天提供花蓮鄉親優質地方新聞。
二、為使讀者獲得更多優惠已有150家更生之友特約店成立。
三、更生之友持卡人已達8000人，可帶動消費熱潮，嘉惠商家。
四、歡迎有銷售實力的店家，現今三個月內可「免費參加」更生之友優惠行列，給自己一個發財機會。
五、依表格填妥資料傳真：03-8341406、03-8358721。電話：8346373廣告組、收到優惠資料後將專人服務。

更生日報廣告組敬啟

店家名稱	電話
店地址	
優惠內容	優惠期限

◎更生之友-特約店參加辦法：
一、凡訂閱更生日報的店家，想要提供優惠訊息者，均可參加。
二、請將相關資料填寫後，傳真：03-8341406 廣告組收，並電話確認：8346373廣告組是否收到即可。
三、更生之友表格不定期刊出，提供更生日報讀者最新優惠訊息，歡迎所有的店家主動與我們聯繫。
四、更生日報為花蓮「閱報率」最高的媒體，比所有廣告DM閱報率還高，歡迎店家提供優惠訊息，或刊登營業廣告。

台東縣農會公告
公告日期：113年4月26日
公告地點：台東縣農會(台東市新生路376號)
公告事項：台東縣農會(台東市新生路376號)公告事項

財政部國有財產署北區分署公告
公告日期：113年4月26日
公告地點：台東縣農會(台東市新生路376號)
公告事項：台東縣農會(台東市新生路376號)公告事項

台東縣農會公告
公告日期：113年4月26日
公告地點：台東縣農會(台東市新生路376號)
公告事項：台東縣農會(台東市新生路376號)公告事項

財政部國有財產署北區分署公告
公告日期：113年4月26日
公告地點：台東縣農會(台東市新生路376號)
公告事項：台東縣農會(台東市新生路376號)公告事項

吉安全新高棟棟電梯
別墅至地3564大房2廳5
衛間間套房有大陽台、居家
舒適林麗華0988888882

永慶不動產
價1150萬

永慶不動產
價1150萬

洽詢服務電話
8346373

林奕如
工商記者
09336188599

吳浩為
工商記者
09337975292

孫煒明
工商記者
09337975292

廖淑君
工商記者
0937168405

王心彤
工商記者
8461313

長宏
工商記者
8332833

孫明珠
工商記者
0933252322

變色龍廣告企劃
工商記者
8357000

涂震寰
工商記者
09339881131

蔡錫卿
工商記者
09336556189

黃子川
業務專員
09103382100

黃子川
業務專員
0891349822

台東地區台東管理處
李宏鎮
0955559605

壽豐地區
吳孟純
0932653540

程殿英
工商記者
0979286968

陳詩羽
工商記者
0933488785

張秀芳
工商記者
8330588

蘋果廣告
工商記者
8569352

廖朝雲
工商記者
0983404078

許明鏡
工商記者
8329523

擲成廣告
工商記者
0937168405

今春吃茶趣?! 麵匠匡擲京盛宇擲茶香拉麵饗宴

「茶語雞白湯拉麵」全新亮相!

麵匠匡為吾峰美味集團的新興品牌，主打鹹淡適中的台式拉麵，秉持著「用一碗好麵，療癒消費者」與「生活有匡匡，吃麵沒匡匡」的初衷，自2023年推出加盟以來，僅僅一年的時間全台突破75家門市。麵匠匡攜手台灣茶品「京盛宇」共同打造全新跨界聯名拉麵——「茶語雞白湯拉麵」，結合台式拉麵的風味與深厚的台灣茶文化，茶湯入麵的芬芳香氣與口中的細緻甘甜，呈現出獨具美學風格的美味饗宴。

「茶語雞白湯拉麵」麵匠匡以全雞慢火燉煮而成的濃郁乳白色雞湯為基底，透過高壓萃取方式提取深層精華與豐富的膠質，精心熬煮出一道獨具層次的拉麵湯頭。這次選用採以五倍五退火的方式悉心呈現茶葉細緻蜜味的京盛宇鐵觀音，讓原本溫潤的雞白湯底更添一絲細緻的茶香尾韻，每一口湯在沁入口中的瞬間，將會感受到鐵觀音的香氣與白湯的濃郁交織，彷彿在品味一杯風雅的茶品。在品嚐時除了茶語雞白湯拉麵外，還附有一碗研發主廚與京盛宇合作研發的茶雞清湯，消費者可以自行添加到拉麵中調整濃淡，這款拉麵隨餐也會附上口味三款的小卡，讓大家更清楚品味的步驟。

「茶語雞白湯拉麵」和「京盛宇鐵觀音」在全台麵匠門市驚喜上市，於4/16-6/16限量販售，茶語雞白湯拉麵上市價195元，為美食愛好者帶來全新的味蕾體驗。京盛宇鐵觀音上市價60元，搭配麵匠匡任一款標準拉麵，京盛宇鐵觀音優惠折價10元。(記者/蔡宛玲)



2024 水果加工新趨勢

農業部農糧署舉辦「農產加工學問大-水果加工的變法時代」新書發表暨食農教育系列活動



臺灣素有「水果王國」美譽，為推動國產水果產業六級化及永續發展，農業部農糧署舉辦「農產加工學問大-水果加工的變法時代」新書發表暨食農教育系列活動記者會，新書蒐羅10家農團體案例分享，並揭露7項水果加工新趨勢，同時於4月22日世界地球日前夕宣布113年度「國產水果食農教育系列活動」即將開跑，邀請全民選購國產水果及其加工產品，共同支持產地地消、減少食物里程，綠見未來、永續生活!

農糧署表示：在世界地球日將至的前夕，除發表食農教育新書外，並將攜手圖書館與國民小學等教育單位合作，以「親親田園 食農讀本」為主題，透過互動故事、戲劇演出及手作體驗等活潑趣味方式，辦理多場親子與學童的食農教育系列活動，引發學童對國產水果的求知慾，並實踐在地農業認同感，進而培養全民食農素養，實踐消費在地農產品，及傳承在地飲食文化之永續新生活。歡迎民衆自行至網路下載繪本電子書(網址: <https://reurl.cc/pr7Mbe>)!(記者/李乘添、蔡宛玲)

HOLA限定迪士尼黑標系列新登場

世界地球日就和「永續米奇玩偶」一起度過吧!



響應4月22日世界地球日，HOLA和樂家居推出獨家迪士尼黑標系列「永續米奇玩偶」，在設計上別出心裁，以「軟木布拼接、立體磁吸手掌、俏皮立體臉型」三大設計亮點，打造米奇粉不容錯過的經典。「永續米奇玩偶」枕芯填充選用通過GRS 4.0認證的聚酯纖維，將廢棄塑料粉碎製粒，從中拉出紗線，最後產出循環再生的環保回收紗，從原料到製程減少環境污染，實踐地球友善；除此之外，還擁有限定米奇造型標章，以龜背芋造型象徵「健康與痊癒」，提醒在生活中落實環保，給下一代一個無「塑」的未來。(記者/李乘添、蔡宛玲)

日本第一大寵物祈念品牌首次進軍台灣

DEARPET毛寶貝回憶店引進「寵物祈念」文化 訂製專屬回憶修復失去寵物的情緒

↑ 寵物神龕、水晶牌位、臥香盒、燭台、祈念水碗、祈念小碟子、銅磬等是DEARPET串連毛小孩思念的用品

日本第一大寵物祈念用品專賣店「DEARPET毛寶貝回憶店」首次海外拓點進軍台灣，特引進「寵物祈念文化」，協助飼主打造實體祈念空間，協助台灣飼主將寵物生前的美好回憶化為永恆。DEARPET副社長口真季子Sekiguchi Makiko表示：「DEARPET毛寶貝回憶店」是一間創始於日本的寵物祈念用品專賣店，主要致力推廣寵物祈念文化，教育大眾了解「PET LOSS寵物喪失症候群」，並透過協助飼主在寵物過世後準備祈念用具為彩虹橋上的寵物祈福，或是訂製寵物的專屬回憶，不僅可降低寵物離世的焦點與悲傷，透過「寵物祈念」還能重新調整生活腳步、透過追憶來修復情緒。DEARPET毛寶貝回憶店社長仁部武士Nibe Takeshi表示，DEARPET自2008年成立至今已透過寵物祈念的概念陪伴超過20萬人次以上

的飼主一起走過最難熬的時刻，DEARPET在東京、大阪、名古屋設有實體店面，2023年更在日本創下10億日圓的營業額，就連日本最大購物網站-樂天市場的歷年業績，每年都有超過15%以上的成長，可見寵物祈念文化相關商品需求在日本已是成熟產業。DEARPET毛寶貝回憶店在台分公司經理人仁部幸亮示範分享寵物祈念儀式，需要準備的物品有：寵物神龕(祈念台)、水晶牌位、祈念用具一套(包含花瓶、臥香盒、燭台、祈念水碗、祈念小碟子、銅磬等)，可以依飼主喜好，再擺放其他的擺飾品在週邊，佈置一個屬於寵物的專屬小屋。仁部幸亮表示，日本與台灣對於生命文化有著相近性，首次海外拓點首進台灣，期盼引進寵物祈念及追憶文化，幫助更多飼主與相愛的寵物有更溫暖的連結。(記者/李乘添、蔡宛玲)

醫療養生

時下，家用美容儀器因方便、易用的特性而走紅。然而，這些產品真的有效嗎？有什麼副作用嗎？香港《文匯報》刊文，來揭示其中的真相。

家用蒸臉器：可保濕但並非利器

家用蒸臉器常見的有冷蒸和熱蒸兩種類型。冷蒸器通過超聲波震蕩產生微細的冷霧，將水分子分散成非常小的顆粒，形成霧狀噴射。這個霧狀水份更易被皮膚吸收，起到補水保濕的作用。適用於各種膚質，有助於舒緩皮膚、緩解皮膚乾燥，在使用後可搭配保濕護膚品。對於面部過敏人群，每天用噴泉水冷噴，有助於收縮毛孔，減少面部散熱，這也是此類家用美容儀的優勢所在。

熱蒸器是通過加熱水，產生蒸汽噴灑在面部。這種熱蒸汽可以打開毛孔，有助於清理毛孔內的污垢；可軟化角質層，有助於去除死皮細胞；可刺激皮膚血管擴張，促進血液循環，增加皮膚新陳代謝。通常，熱蒸汽的溫度建議在40至50攝氏度，使用頻率不宜過高，每週1至2次即可。敏感性、炎症性皮膚慎用。

不過，蒸臉器並不能解決所有肌膚問題，綜合保養仍十分重要。

家用潔面儀：易破壞皮膚屏障

《揭開家用美容儀的真相》

被商家宣稱為清潔「神器」的潔面儀通常配有旋轉刷頭或震動刷頭，通過旋轉或震動方式，使刷毛或矽膠刷頭及皮膚，幫助去除表面的油脂、角質和污垢，達到清潔目的。潔面儀的清潔效果其實主要來自機械摩擦，簡言之，就是物理性去角質，磨掉皮膚最外面的角質層。角質層並非一無是處，它是皮膚的重要保護屏障，對內能鎖住皮膚中的水份，對外能阻隔外部的細菌、灰塵，是身體不可或缺的部分。過度清潔導致的嚴重後果是角質層變薄、皮膚屏障受損，皮膚越來越敏感，稍有風吹草動就會亮紅燈。所以，家用潔面儀對於沒有過敏症狀的油質膚質、易長痘痘的人群有效，但過敏膚質的人群不適合使用。

家用離子美容儀：功能只是噱頭

幾乎所有離子美容儀都提到有「離子導入导出」功能，這其實是利用電學上「同性相斥，異性相吸」原理，通過儀器電流驅動，將護膚品中帶電的生物活性成份傳送入皮膚，使護膚品更好吸收；或將皮膚上帶電的污垢導出，使皮膚更加清潔。

這個解釋聽起來好像很厲害，但仔細分析並不靠譜。首先，要導入的化妝

品成份比較複雜，很難控制導入的特定成份。其次，家用離子美容儀雖然也可以在皮膚表面形成電場，但電流非常弱，能發揮的效果有限。而且，皮膚是一個導體，帶電的污垢附著在皮膚上，帶的電荷都能通過皮膚的傳導達到中和和不帶電的狀態，即使原來帶電的污垢也會不再帶電，因此，靠電場的作用吸附污垢並不可行。

家用肌膚注氧儀：換了概念的「噴瓶」

幾乎所有的注氧儀都宣稱是通過高壓納米注氧技術直接把水份子送到皮膚基底層，幫助皮膚深層補水、深層清潔，從而達到解決皮膚乾燥、提高皮膚吸收率，還能啟動皮膚活性，使皮膚擁有更好的再生能力。真是如此嗎？事實上，注氧儀本身只是通過壓力將水或精華等液體變成噴霧狀「噴灑」在臉上。簡單來說，注氧儀就是一個換了概念的「噴瓶」，只是噴灑壓力大些，跟氣氧沒有關係。

家用微電流美容儀：功效並不靠譜

一些美容儀介紹，其原理是利用微電流產生電場穿過皮膚表層，對皮膚和皮下組織、肌肉進行刺激作用，促進細胞內ATP合成，促進膠原蛋白合成和提高細胞活力，從而達到緊緻皮膚、淡化皺紋和改善面部輪廓的效果。不過，這僅是基於零星的動物實驗和體外試驗得出的結論，尚缺乏直接的證據。微電流刺激確實可以改善人體肌肉功能，用在面部時，面部肌肉也會得到刺激，從而呈現更緊緻的狀態，但這種作用往往與電流大小相關。市面上的微電流美容儀，絕大部份的電流量其實很微弱(要符合安全要求)。與此同時，有的還搭配了滾輪按摩等其它功能和護膚品使用，所以，很難說是微電流帶來的效果。

家用射頻美容儀：溫度不夠效果較弱

射頻美容儀的原理是利用高頻率的電

磁波穿透皮膚，達到真皮層，引發組織細胞內水份子高速震蕩摩擦而產熱，通過熱損傷啟動皮膚的修復機制，增加局部微循環血流，促進膠原蛋白合成，從而改善皮膚彈性、皺紋問題。它就像一個用於皮膚的低溫「電磁爐」，當皮膚溫度被加熱到45至65攝氏度時，皮膚會以為受傷了，從而啟動膠原再生。

那家用射頻美容儀有沒有效果呢？與醫療機構廣泛使用的射頻儀器熱瑪吉來做一個對比：熱瑪吉採用的是單極射頻模式，經表皮加熱後，面部皮下溫度瞬間可達到65攝氏度，起到較好的即刻緊膚效果，同時它具有皮膚冷卻保護裝置，表皮不會因高溫而灼傷；家用射頻美容儀則不同，皮膚達到的溫度基本都在45攝氏度以下，效果較弱，且沒有表皮冷卻裝置。

家用LED光療美容儀：作用微弱

市面上的LED光療美容儀大多利用低能量的可見光，如紅光、藍光，來發揮抗炎修復或殺菌的作用。紅光主要通過熱作用於真皮層，促進毛細血管擴張，改善局部微循環，消炎和促進組織再生。藍光主要作用在皮膚表皮層，可以被痤瘡丙酸桿菌代謝出來的吡啶吸收，產生大量活性氧，從而達到殺菌作用，主要用來作為治療痘痘的輔助手段。家用LED光療美容儀的操作與使用最為簡單，較醫療LED類儀器功率、能量低，使用更為安全，但作用較弱，長期堅持使用，可能會有改善皮膚質地和光澤度，適用於有色斑和痘疤的問題肌膚。要注意的是，這些設備的長期使用影響未知，也有研究表明，長期暴露在藍光下可能導致皮膚色素沉著和光老化，反而得不偿失。綜上所述，如果使用家用美容儀器，可以選擇蒸臉類、射頻類儀器，在使用前慎重考慮個體差異，美麗是需要科學與謹慎共同呵護的。



睡眠障礙你瞭解嗎?

睡眠品質與健康息息相關，然而，很多人都有睡眠方面的問題或者與睡眠相關的疾病。有資料表明，30%的成年人有睡眠障礙問題。那麼，睡眠障礙主要有哪些表現呢？長沙《大眾衛生報》刊文做了介紹。失眠。這是最常見的睡眠障礙症狀，患者往往表現為難以入睡，入睡後易醒，或夜間睡眠不深，導致次日感到疲倦和無精打采。過度嗜睡。有些患者會出現過度嗜睡的情況，即白天感到極度疲倦，需要長時間睡眠。這可能是夜間睡眠不足或睡眠品質差導致，也可能是由於一些與睡眠相關疾病導致，如睡眠呼吸暫停綜合症、發作性睡病等。睡眠呼吸暫停。這是一種比較危險的睡眠障礙症，表現為患者的呼吸在睡眠中暫時停止，這將直接導致患

者醒來後感到疲倦、無精打采，甚至引起高血壓、心臟病和其他健康問題。夜驚。是指夜間入睡後突然醒來，伴隨恐慌和不安，可能與壓力大、過於焦慮或其他情緒問題有關。夢遊。是指睡眠中行走或進行其他活動。磨牙。主要表現為夜間入睡後磨牙，可能與過於緊張、焦慮或其他情緒問題有關。不寧腿綜合症。是指腿部在非快速眼動睡眠期感到不適，需通過伸展來緩解。以上是睡眠障礙症的一些常見症狀，但每個人的情況會有所不同，如果發現自己或他人有這些症狀，應及時就醫，以儘早診斷和治療。

徐基麟蝴蝶球驚艷 締造中信新篇



↑ 中信兄弟隊投手徐基麟18日先發迎戰富邦悍將隊，繳出6局無失分好投，助隊終場以6比2擊敗悍將。(中信兄弟提供)

台北19日綜合電
 中信兄弟隊在昨日與富邦悍將隊的對戰中，儘管比賽過程驚心動魄，不過最終以6：2取得勝利。關鍵人物徐基麟投出生涯代表作，不僅完成6局的無失分好投，更使用了他的「秘密武器」——蝴蝶球，成功擾亂對手的打擊。

這次勝利也使徐基麟成為中信兄弟隊史上繼1992年的陳義信、2008年的廖于誠、2015年的鄭凱文之後，第4位開季3戰全勝的本土投手。徐基麟的出色表現得到了總教練平野惠一的高度評價，認為他與去年相比有了顯著的高度，並期待他能成為球隊的王牌投手。

徐基麟也表示，雖然得到了好評，但自覺還有進步空間。在賽前，他特別請教了投手教練王建民，並決定在比賽中使用蝴蝶球，結果證明是成功的。

在這場比賽中，兄弟隊的攻勢同樣凶猛。特別是王政順，他不僅彌補了前一場的失誤，還成功貢獻2分打點。此外，曾頌恩擺脫了前一場的低迷，也拼出猛打賞。這場勝利不僅鞏固了兄弟隊在聯盟中的地位，也顯示了隊伍深厚的戰鬥力和團隊協作。面對富邦悍將隊的強大壓力，中信兄弟隊不但表現出色，攻守兼備，也展現了球隊的韌性和不屈不撓的精神。

特別值得一提的是，悍將隊的先發投手羅戈在本場比賽中遇到了挑戰，儘管之前取得了連勝，但本場比賽中卻因為控球不穩而提前退場，吞下首敗。

透過這場比賽，徐基麟不僅獲得了單場MVP的榮譽，也在中職界留下了深刻的印象。隨著賽季的深入，所有關注中信兄弟隊的人都在期待徐基麟能夠持續他的高水準表現，為球隊帶來更多的勝利。

歐霸利物浦、西漢姆淘汰，英超全滅

羅馬、亞特蘭大、勒沃庫森、馬賽晉4強

台北19日綜合電
 歐霸8強戰昨天進行4場比賽，首回合0比3落敗的利物浦客場面對亞特蘭大，開場薩拉赫踢進12碼球，但隨後錯失單刀，最終1比0獲勝，但總比分1比3被淘汰。

勒沃庫森客場面對西漢姆聯，上一場勒沃庫森2比0獲勝，西漢姆聯安東尼奧進球將總比分迫到1比2，但比賽最後階段弗林達達連進的折射進球追平，勒沃庫森總比分3比1晉級。



↑ 馬賽球員慶祝PK大戰勝本菲卡。路透

賽甲內戰羅馬上半場2比0領先，但切利克紅牌下場，米蘭下半場由加比亞追回一分，最終羅馬雙殺米蘭，總比分3比1晉級。

最後一場比賽，馬賽正規時間1比0本菲卡，雙方進入PK大戰，迪馬利亞、安東尼奧席爾瓦不進，馬賽4比2取勝。

歐霸4強為勒沃庫森、馬賽、亞特蘭大和羅馬，賽甲兩席為最多，英超全滅，4強對戰組合為勒沃庫森對羅馬、亞特蘭大踢馬賽。

世界盃丁華恬無緣決賽 搶奧運門票得靠天助

台北19日電
 台灣選手丁華恬18日在體操世界盃卡達杜哈站女子平衡木資格賽以12.600分，排名第9，無緣決賽，想搶奧運門票得靠天助，而西班牙選手卡薩布埃納決賽表現，將成為最大關鍵。

攸關巴黎奧運資格的體操世界盃共4站，擇優3站積分加總，各單項排名前2名的選手可取得奧運資格，台灣選手目前僅「亞洲貓王」唐嘉鴻靠著前3站世界盃進帳2金，提前鎖定奧運單項席位。

「鞍馬王子」李智凱和男子跳馬會為聖、女子平衡木丁華恬本週在世界盃卡達杜哈站，都要力拚奧運參賽機會，而李智凱首日資格賽以第1名之姿，闖進鞍馬決賽。

丁華恬在世界盃系列賽平衡木奧運積分排行榜前暫居第2，但還得小心後面追兵，資格賽以5.0分難度套路，總分12.600分，排名第9，無緣決賽，而賴品儒則以總分12.833分、排名第6晉級。

教練蔡恆政接受中央社記者訪問時表示，丁華恬比賽出現一些失誤，差一點就能晉級決賽，但他仍肯定愛徒表現，認為選手已經盡力。

蔡恆政指出，丁華恬加上這站獲得16分積分，總積分57分，目前主要競爭者就是西班牙選手卡薩布埃納(Laura Casabuena)，就看卡薩布埃納決賽表現，若對方決賽未能取得前2名的積分，丁華恬就有機會搶下門票。

至於以賽代訓的唐嘉鴻，以6.3分難度分、總分15.200分，單項資格賽排名第1晉級。

另外，洪源禧雙槓資格賽總分14.600分、排名第3，闖進決賽。而曾為聖跳馬資格賽兩跳平均13.566分、排名第17，無緣晉級，也意味著錯失奧運資格。

挑戰5連勝有譜

柯達雪佛龍錦標賽 落後考芙琳2桿



柯達

台北19日綜合電
 試圖在年度首場大賽-雪佛龍錦標賽挑戰五連勝的當今世界球后奈利·柯達，週四看起來就要渡過平淡的一天，不過最後六洞發動一波四桿的攻勢，終場擊出低於標準桿4桿的68桿，以2桿之差緊追在同胞選手考芙琳之後。

柯達開賽狀況並不理想，一出發就在尼克勞斯球場的第十洞吞下柏忌，接著十四和十七洞博蒂，不過回到前九洞的第二洞又發生失誤，成績回到平標準桿。突然之間，柯達先前的四連勝氣勢都回來了，先在四和六洞博蒂，臨收之際再下兩桿。

還沒有贏過LPGA冠軍的考芙琳，本週標榜著生涯第十一次參加大賽，以及個人的第二場雪佛龍錦標賽，結果打出一張6博蒂、0柏忌的完美88桿。這位現年三十一歲的美國選手，上個月在福特錦標賽並列第八，世界排名暫居九十四。

三位選手以2桿之差並列第二，另外還有艾莉克絲和日本的勝南，兩人的計分卡內容雙雙都是5博蒂和1柏忌。名人堂就差一勝的韓裔紐西蘭選手高寶璟，以低於標準桿3桿的69桿開出，和今年最受矚目的澳洲菜鳥拉菲絲，加上也是新人班的韓國任津希、中國林希好及泰國提蒂卡，五人並列第五。

我國選手徐薇凌收平72桿，並列三十一，而錢瑛的73桿暫時壓在晉級線上，另外曾雅妮78桿，業餘小將吳純祚77桿。至於前來衛冕的武柯慈，最後一刻因背傷決定退賽。

中國GP自由練習

斯特羅爾搶下榜首

台北19日綜合電
 阿斯顿馬丁車隊的斯特羅爾在中國GP唯一的自由練習車手，以將近1/3秒的優勢從超越了兩位紅牛車手領先在前，麥克拉倫車隊的皮亞斯特里手中，搶下了榜首。

而賽段一度因為第7彎附近的草皮燒了起來而紅旗中斷，推測是賽車底盤觸地產生的火花所引起。

由於中國GP許久未舉辦，重新回到上海國際賽道，眾家車手很早就登場練習，並且開始的時候顯得路面翼翼，圈速約在1分40秒左右，並且因為路面抓地力不足，場上出現大量偏離賽道的場面。

維斯塔潘很快就以中性胎突破100秒，奠定榜首初期標準，並且不斷提高門檻，而他的隊友阿爾本在最初的偏離賽道後，慢慢跟上的節奏。

第15分鐘左右，奧康回報第7彎附近的草地燒了起來，賽段因此紅旗中斷了約5分鐘，有許多正在換圈速的車手不得不放棄他們的努力。

賽道重新開放後，法拉利車隊的塞恩斯雖然一度在第10彎跑偏離上碎石堆，但在接近賽段後半前衝上第一，而他的隊友勒克萊爾隨後以約0.2秒優勢刷下他暫居榜首，兩人將紅牛車手擠到第三、第四。

接下來15分鐘，大部分車手以中性胎和硬胎進行比賽模擬，然後最後15分鐘，有些人開始裝上軟胎，進行排位賽模擬。

威廉斯車隊的薩金特先衝上了第二，他的隊友阿爾本接著竄升第一。然後紅牛車手也開始行動，佩雷斯和維斯塔潘再先後登上榜首，而皮亞斯特里在剩下最後三分鐘時以約0.03秒優勢超越他們，直到終場前又殺出了一個程咬金斯特羅爾，還一舉快上了0.327秒，搶下了中國GP自由練習的榜首。

哈斯車隊的霍肯伯格和馬格努森也靠著最後的努力取得第五、第六，領先於阿爾本車隊的奧康還有和阿爾本，Visa Cash App RB和Kick Sauber車隊則有里卡多和博塔斯闖進前十。

首打席靠腳程上壘 李政厚連10場敲安

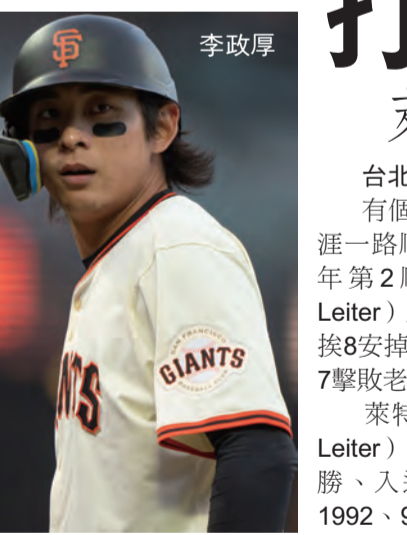
台北19日綜合電
 巨人19日在主場迎戰響尾蛇，韓籍外野手李政厚首打席敲安，延續連續安打場次到10場，寫下隊史紀錄！巨人上一次有新秀連續10場敲安是2023年的貝利(Patrick Bailey)。

李政厚1局下面對響尾蛇先發投手尼爾森(Ryne Nelson)，他看著一顆93英里的四縫線速球進壘，接著打了第2顆偏高角度進壘的變速球，這球沒有打好形成內野軟彈跳球，響尾蛇游擊手空手接球但來不及傳了，李政厚跑進內野安打。這是他連續第

10場比賽敲安，成為2023年的捕手貝利(Patrick Bailey)後，巨人第2位在新人球季連10場敲安的球員。

3局下李政厚連2席敲安，巨人這個半局靠著高飛犧牲打先馳得點，跑回這1分的就是貝利。5局打完李政厚3打數2安打，他本季已有7場比賽至少敲安，巨人1：0領先。李政厚本季19場出賽擊出22支安打、1轟、5分打點，打擊率2成86。

巨人隊今天以5比0完封響尾蛇，巨人隊韋伯主投7局拿下勝投。



李政厚

萊特逃過生涯首敗

軍。萊特在大聯盟初登板也讓他家族寫下歷史，他的大伯馬克·萊特(Mark Leiter)也有一個兒子小馬克·萊特(Mark Leiter Jr.)目前效力小熊，讓馬克和萊特成為大聯盟第1對父子、都打過大聯盟的兄弟檔。

萊特的初登板有個好的開始，1局下面對首位打者投出「3球三振」，接著被擊出首安，轟出第2次三振後投出第1次保送，首局面對了5人次。2局下來特遭遇亂流，開局連讓3位打者上壘丟掉大聯盟生涯第1分

打擊大混戰遊騎兵勝出

這個半局老虎打了8人次擊出4支安打，其中2支是長打，4：3追平比數。3局下來特投出這場比賽第1次3上3下。4局下他2出局後再遭遇亂流連讓4位上壘，被擊出的3支安打都是長打，老虎7：7再度追平，也讓萊特被換下場。大聯盟生涯初登板僅投3.2局用了85球，其中52球是好球，3K、3保送，挨8安其中5支是長打，掉7分都是責失。

遊騎兵	9:7	老虎
天使	1:2	光芒
守護者	5:4	紅襪
響尾蛇	0:5	巨人

太昌都內農地130坪
 附農電及地下水
 每坪33000元.好利用
 力揚房屋 0921-649550

花蓮縣富里鄉市區·都內農地
 總面積：763 坪
 每坪只要 \$5000 買到就賺到
 洽詢專線：0920-865822 石茂德

更生日報 113年新年宵通訊雜誌 領獎時間公告

——三年度更生日報元宵燈謎題刊登已圓滿結束，四月十二日截止收件，以郵戳為憑。

四月十五日(星期一)上午九時於更生日報社五樓禮堂舉行「公正人事抽獎以各單位提供不同贈品獎項為主，其他獎項由本報代表抽出。四月十七日(星期三)刊登得獎人名單及謎底和謎題，十八日上午九時於更生日報社五樓禮堂頒發特別獎。

四月二十二日至五月三日止(星期一至星期五)每日上班時間上午八點三十分至十一點三十分、下午二點至五點(壽豐以北)得獎人持印章及身份證件至本報總務組領獎。

壽豐以南由本報發行組派送，外縣市的中獎讀者獎品將郵寄。

楚奧特第5盜壘過去3季總和

台北19日綜合電
 天使19日客場出戰光芒，「神鯉」楚奧特(Mike Trout)這場比賽沒有擊出安打，中斷連續4場敲安，他6局上選到保送後延續連5場上壘紀錄，上壘後楚奧特連盜2個壘包，本季5次盜壘追平2021到23年球季的紀錄。

楚奧特盜2壘有多重要，天使6局上靠著高飛犧牲打攻下唯一一分，跑回來的就是「神鯉」，最終1：2輸給擊出5支打的光芒。

楚奧特之前受訪時曾表示，今年球季會多盜壘，他真的不只是說說，本季5盜已經是近5個球季新高。別以為他沒有速度，他只是不想跑。

2012年生涯首個完整賽季，楚奧特單季49盜是大聯盟第1，當時達成30轟40盜成就，之後他的盜壘數就逐年下滑，但仍維持連5個賽季至少雙位數盜壘。2020年疫情縮水賽季，楚奧特單季1盜寫下生涯新低，2022年他也是單季1盜，本季會跑出幾次盜壘成功？拭目以待。

有巢氏房屋國聯花商加盟店 店長推薦

吉安可興建農業設施的農地
 總價 755 萬
 地坪:302.5坪 臨八米道路
 瑞鼎不動產有限公司 03-8331777

台慶不動產建國欣玉加盟店 店長推薦

礁溪有車位溫泉套房
 總價 368 萬
 近車站
 0989-097904 曾小姐