

盧秀燕承諾帶百團遊花蓮

台中市府也將設「花蓮專區」提供農特產品設攤 並邀紙風車到花蓮演出



台中市長盧秀燕主持週二市政會議，九二地震二十五週年，這場世紀大地震，台中府將設「花蓮專區」提供農特產品設攤，並邀紙風車到花蓮演出。

台中市長盧秀燕主持週二市政會議，九二地震二十五週年，這場世紀大地震，台中府將設「花蓮專區」提供農特產品設攤，並邀紙風車到花蓮演出。

台中市長盧秀燕日前表示，九二地震二十五週年，這場世紀大地震，台中府將設「花蓮專區」提供農特產品設攤，並邀紙風車到花蓮演出。

台中市長盧秀燕日前表示，九二地震二十五週年，這場世紀大地震，台中府將設「花蓮專區」提供農特產品設攤，並邀紙風車到花蓮演出。

徐懋施政總報告 感謝各界投入賑災

將進行一系列產業振興活動 並對縣內區域排水建設重點說明

花蓮縣長徐懋報告，九二地震二十五週年，這場世紀大地震，台中府將設「花蓮專區」提供農特產品設攤，並邀紙風車到花蓮演出。

徐懋報告，九二地震二十五週年，這場世紀大地震，台中府將設「花蓮專區」提供農特產品設攤，並邀紙風車到花蓮演出。

徐懋報告，九二地震二十五週年，這場世紀大地震，台中府將設「花蓮專區」提供農特產品設攤，並邀紙風車到花蓮演出。

徐懋報告，九二地震二十五週年，這場世紀大地震，台中府將設「花蓮專區」提供農特產品設攤，並邀紙風車到花蓮演出。

徐懋報告，九二地震二十五週年，這場世紀大地震，台中府將設「花蓮專區」提供農特產品設攤，並邀紙風車到花蓮演出。

徐懋報告，九二地震二十五週年，這場世紀大地震，台中府將設「花蓮專區」提供農特產品設攤，並邀紙風車到花蓮演出。

「花蓮人真的生氣了！」

「花蓮人真的生氣了！」花蓮縣長徐懋日前表示，九二地震二十五週年，這場世紀大地震，台中府將設「花蓮專區」提供農特產品設攤，並邀紙風車到花蓮演出。

徐懋表示，九二地震二十五週年，這場世紀大地震，台中府將設「花蓮專區」提供農特產品設攤，並邀紙風車到花蓮演出。

徐懋表示，九二地震二十五週年，這場世紀大地震，台中府將設「花蓮專區」提供農特產品設攤，並邀紙風車到花蓮演出。

長照覆蓋率全國第一 續推一鄉鎮一親子館

長照覆蓋率全國第一 續推一鄉鎮一親子館

長照覆蓋率全國第一 續推一鄉鎮一親子館

長照覆蓋率全國第一 續推一鄉鎮一親子館

完善運動館場 改善學校體健設施

完善運動館場 改善學校體健設施

完善運動館場 改善學校體健設施

完善運動館場 改善學校體健設施

縣府重申0206善款支用均依法辦理

縣府重申0206善款支用均依法辦理

勿以小而不禁 談日益猖獗的小額信貸

近日常見「大姑詐騙案」掀起綠綠陣營對徐秀燕

近日常見「大姑詐騙案」掀起綠綠陣營對徐秀燕

近日常見「大姑詐騙案」掀起綠綠陣營對徐秀燕

近日常見「大姑詐騙案」掀起綠綠陣營對徐秀燕

消防警政社區照護篇

消防警政社區照護篇

消防警政社區照護篇

消防警政社區照護篇

觀光教育體育文化篇

觀光教育體育文化篇

觀光教育體育文化篇

觀光教育體育文化篇

完善運動館場 改善學校體健設施

完善運動館場 改善學校體健設施

完善運動館場 改善學校體健設施

完善運動館場 改善學校體健設施

縣府重申0206善款支用均依法辦理

縣府重申0206善款支用均依法辦理

縣府重申0206善款支用均依法辦理

縣府重申0206善款支用均依法辦理

針對質疑「為何台南市可以，花蓮縣不可以？」

針對質疑「為何台南市可以，花蓮縣不可以？」

韓歌神金長勳願訪花義演 撫慰災民

長年從事公益 是韓國民眾心中的頭號慈善藝人 縣府表示感謝：歡迎來花蓮演出

與蕭敬騰情同手足的金長勳表示，蕭敬騰是在亞洲韓國之外唯一親近的人，兩人曾在台灣和韓國一起演出，所以，看到花蓮發生災災，他覺得應該盡其所能，表達對兄弟及花災民的愛心。他強調，他平常在韓國就做多公益，很願意前往花蓮做公益演出撫慰災民，尤其花蓮也是蕭敬騰的故鄉，更讓他覺得到花蓮做公益演出深具意義。

金長勳語重心長地說，因為他長期從事公益活動，也思考很多關於人性的問題。他現在正在準備去南極舉辦一場環保音樂會，希望地球上的大家都能相愛和平，他也常對身邊的人說：「我們不要再爭吵了，相愛地生活在一起。」他並透露，如果有機會，也會去問蕭敬騰是否會一起演出，一起分享美味佳餚，想想都是美好的事，同時也幫大家打氣，一起開心點。

對於金長勳的善意，花蓮縣政府表示非常感謝，很歡迎他到花蓮來演出，安撫災民，因為「愛心無國界」，令人特別感動。

捐款多年愛心滿滿

金長勳從一九九一年出道至二〇一〇年，至今捐款數超過二百餘萬元，是韓國民眾心中的頭號慈善藝人。據聞他二〇一〇年前仍租住。他長年從事公益，曾經在做公益活動，發放免費愛心便當時，有居民昏倒，他緊急做心肺復甦術搶救，暖舉也深受大網友感動。從去年開始開始為重度殘疾人士舉辦一系列巡迴「騎下音樂會」，邀請殘疾人士參加，可謂愛心滿滿。

綜合七日媒體報導說，金長勳表示，很多韓國人看到花蓮災情，都感到非常傷心，身為亞洲人，有困難時，台灣人跟韓國人都是互相照顧的，這是長期的習慣，很多人都想到台灣幫忙。做為一名從事音樂創作的歌手，他說自己真的很想去很多需要幫助的地方提供幫助，包括去非洲，或去中國的沙漠種植樹等都是如此，到哪裡就跟人說：「我是韓國的歌手，一起加油。」

與蕭敬騰交情深

與蕭敬騰情同手足的金長勳表示，蕭敬騰是在亞洲韓國之外唯一親近的人，兩人曾在台灣和韓國一起演出，所以，看到花蓮發生災災，他覺得應該盡其所能，表達對兄弟及花災民的愛心。他強調，他平常在韓國就做多公益，很願意前往花蓮做公益演出撫慰災民，尤其花蓮也是蕭敬騰的故鄉，更讓他覺得到花蓮做公益演出深具意義。



圖：「韓國歌神」金長勳願赴花蓮義演，願赴花蓮義演，撫慰災民的心。（圖片來源：金長勳經紀公司提供）



德籍男中橫失蹤 通信記錄停在0403

友人也在臉書各社群貼文找人 新城警分局多次搜尋均無所獲

記者田德財/報導

魯閣天祥地區失蹤，新城警分局接獲報案接連前往天祥一帶山莊、景點搜尋均無所獲，近期將結合大管處、警消等共組搜救隊進行搜尋。

德籍男子的友人也在臉書各社群貼文尋人，五、三十多歲的 Kai Kraumitz，是名學者，三月到淡江大學演講，離台前到花蓮旅遊，新城警分局七日表示，上月二日新城警分局接獲報案表示，一名德籍男子失蹤，希望警方協助尋找，經追查該德籍男子於三月二十五日住於花蓮市某旅社，同月二十六日九時許至大園閣天祥地區遊玩，經以急難救助管道，詢問該德籍男子之通訊記錄，發現三月二十六日至四月三日上午七時（大地震發生前）

原訂4月交屋 預售屋建商跑了

甚至爆出一屋多賣情況 花蓮消保官已接到20多件申訴

記者田德財/報導

民衆在吉安買預售屋，預計今年四月交屋，沒想到代書通知，建商疑似欠款上億元，遭提告假扣押，因此房子無法辦所有權移轉，甚至爆出一屋多賣的情況！更離譜的是，當初買房者保護團體可以以他們自己名義，來幫所有消費者來打這個消保訴訟，這樣子也可以因此降拆走，就連水電設備、消防設備也拆了。

低訴訟費用，也可以比較有統一釋權的效果。新大樓外牆，高掛實屋廣告，強調每坪只要十萬四千元，三房總價五十八萬元起，最後還寫上即將完工四個字，沒想進去走一看，有的窗戶全部被承包商拆光，天花板上新裝好的管線也被拆走，就連水電設備、消防設備也拆了。

與福安礦業公司間1噸70元礦石稅訴訟

礦石稅官司敗訴 縣府將退業者2億多

記者何國豐/報導

針對總額多年的花蓮縣政府與福安礦業公司間一噸七十元礦石稅訴訟，稅務局不服判決，將八件提起再審之訴，今年二月最高行政法院宣判八件全部駁回，稅額共計六億六千三百多萬元。議員張美慧七日下午在稅捐處工作報告中，質詢地方稅務局長呂玉枝（見圖：本報資料）有關礦石稅訴訟最新處理情形，呂玉枝回答，已與業者溝通，估計將退還業者兩億多元的超徵礦石稅。

稅捐處工作報告交換時，議員張美慧質詢要求地方稅務局說明與業者在礦石稅訴訟的最新進度，地方稅務局長呂玉枝表示，就八件駁回確定案件，將依照判決意旨與業者溝通辦理，依照判決主文其中有兩件業者要給付每公噸十元礦石稅，其他案件每公噸給付十三元。張美慧進一步詢問，那就是要退稅了？呂玉枝回答，估計兩億左右，將以縣府稅計剩餘來支應。

張美慧說，為何要與業者溝通，退稅兩億左右，業者能夠接受嗎？呂玉枝回答，為避免繼續訴訟，這八件訴訟案件，與業者溝通希望雙方合意，未來不再提出訴訟。地方稅務局將依照判決意旨，把差額退給業者。

針對地方稅務局決定退還兩億左右給礦石業者，現場議員林玉芬發言替縣府抱屈，一切都按照程序辦理才開徵的礦石稅，卻被法院判決敗訴，實在令人不滿；也有議員氣憤的說，簡直就是一司法壓迫行政！

《原規定直轄市政府、縣市政府除印花稅、土地增值稅外，地方稅原則規定稅率上限的百分之廿，予以調高。媒體報導，財政部表示，將尊重委員會審議的結果。

此外，因應0403地震災後重建，議員張美慧建議包括房屋稅、地價稅等地方稅應減免，三天申報期也應延長至九十天；對此，呂玉枝表示，已與國稅局等聯繫，相關地方稅減免也主動進行為民衆減免，申報時間也從卅天延長至三個月。

議員鄭乾龍則建議，縣府應設苦民所苦，減免地價稅、房屋稅及減免縣有土地租金及東大門攤租等，同時暫停基礎建設，將縣府配合款用於災後重建工作。



全國各社團匯聚善心 馳援花蓮

記者田德財/報導

財團法人台中市私立向日葵社會福利事業基金會分別捐助新台幣各五十萬元予縣府賑災捐款專戶、花蓮家扶中心以及花蓮華山天主教教會，另外，花蓮縣婦女文化經濟交流協會及花蓮縣藥師公會亦分別捐助新台幣十五萬元及十萬元，縣長徐榛蔚上週發感謝狀，並代表花運縣親臨上週發的感謝狀，並代表花運縣親臨上週發的感謝狀，並代表花運縣親臨上週發的感謝狀。

縣長徐榛蔚表示，0403大地震震災雖然在善慶，但受創最嚴重大多都北區及大園閣山區，花蓮共有二十七件公共住宅共四十棟貼紅黃單，紅單有影響公共安全疑慮的建築，花運縣政府強制拆除拆除機具二十四輛來自外縣市兩台大型鋼牙機具二十四小時協助拆作業，效率非常高，目前正在拆除作業包括藍天麗池飯店、統帥大樓，影響交通動線部分仍請鄉親見諒。

徐榛蔚也提到，花蓮的鄉親很堅強，也很理性，花蓮的重建需要大量的經費，然而這些經費必須要靠重建條例，唯有重建條例在不影響中央各部會的預算之下協助災民重建其立法委員不斷在中央為花蓮所有鄉親來發聲，而在中央政府同意之前，縣府仍進一步一腳印、穩健踏實地推進各項重建工作，全力協助災民度過重建的難關。

0403花蓮地震後，花蓮縣政府成立重大災害民間賑災捐款專戶，截至七日下午三點時，總捐贈筆數三萬四五千筆，共募得五億四三二一多萬元，民衆湧入的大量愛心捐款，為的就是協助災民重建及儘速恢復正常生活。

花縣巡守大隊、補教全國總會 捐助災民

記者田德財/報導

花蓮縣巡守大隊及中華民國補習教育全國總會七日拜會花蓮縣政府，由縣長徐榛蔚接見，徐縣長受到花蓮巡守大隊的夥伴們感念，與花蓮巡守大隊合力捐助新台幣一百萬元，另外，中華民國補習教育全國總會亦捐助二百萬元，徐縣長再次感謝社會各界慷慨解囊協助災民重建家園。

花蓮縣長徐榛蔚表示，再次感謝社會各界對於花蓮0403地震的援助，不論是提供依親居住的鄉親家人、或提供撥建永久屋的慈善基金會以及協助房屋修繕的台積電基金會，乃至於所有慷慨解囊捐助善舉的每一個及企業團體、公部門的資源有限，但是民間的力量卻是潛力無窮，面對未來重建以及整體經濟產業振興等工作，縣府是擁有花蓮鄉親的靠山，縣府將持續努力向中央爭取經費，協助災民重建家園。

針對日前行政院通過「0403震災復原重建方案」，預計投入新台幣八五五億元助花蓮強震的災後復原重建工作，徐縣長也特別說明，花蓮的重建需要大量的經費，然而這些經費必須要靠重建條例，唯有重建條例才能在排擠到中央各部會的預算之下來協助受災戶重建家園，感謝國民黨立法院黨團總召集委員立法委員不斷在中央為花蓮所有鄉親來發聲，而在中央政府同意之前，縣府仍進一步一腳印、穩健踏實地推進各項重建工作，全力協助災民度過重建的難關。

花蓮巡守大隊大隊長詹維明帶領一行二十六人前來捐助新台幣八十六萬餘元，詹大隊長表示，這筆善款金額與眾多企業慷慨解囊相比之下確實不多，然而卻是所有巡守夥伴們一點一滴累積起來的善心，徐縣長也深知巡守夥伴們都是運用生活經驗合力集資捐助災民，徐縣長深深受到巡守夥伴們善心感動，因此表態派薪火與花蓮巡守大隊大隊長詹維明親臨上週發的感謝狀，並代表花運縣親臨上週發的感謝狀，並代表花運縣親臨上週發的感謝狀。

另外，中華民國補習教育全國總會在總會長楊桂傑帶領下，也前來捐助新台幣二百萬元，吉安鄉鎮，卻是匯集全國各地的愛心，期盼這股力量能帶給花蓮災民生活新希望，更冀望能成爲延續全國各界善心的火種，帶動更多國人及社會團體加入扶助災民與救災區實際行動的行列。



譴責柯建銘 吉安近百民眾集結討公道

記者劉怡倫/報導

民進黨立法院黨團總召集柯建銘日前稱花蓮0403震災是「老天有眼」，除引發輿論譁然與各界撻伐外，近百位義憤填膺的吉安民眾以及基層的村長們也不忍了！（記者劉怡倫攝）

七日上午趁著吉安鄉代開會前，聚集在代表的聲音對外傳遞，爲花蓮發聲。而前來準備做施政報告的吉安鄉長游淑貞，與鄉民代表也紛紛站出來共同譴責柯建銘，並要求民進黨還花蓮人一個公道。

「很可惡」、「這是一個人話嗎？！」，現場代表們也憤慨地表示，民進黨的黨政高層羞辱民衆的言論已經不是第一次，包括「段宜康的鄧視花蓮人之說」，以及「投得呢其不算臺灣人」還令人十分痛心。而柯建銘的發言，更是連最基本的道德精神都沒有，不是失言那麼簡單，已經是德不配位，應辭去立委職務，還花蓮人一個公道！

同時也要呼籲民進黨，政黨應該要爲了民衆來做良性競爭，而不是將政黨利益凌駕於民衆利益，更不能放任黨政高層羞辱基層民衆，民進黨應該深深反省，並約束黨籍公職人員，不要總是割裂族群製造階級的對立，讓民衆寒心。

吉安鄉長游淑貞也沉痛地說，災害發生至今，一個月零四天，請問柯建銘在哪裡？花蓮這麼重大的災情，柯建銘來過花蓮嗎？關心過花蓮人嗎？柯建銘若沒有協助災民，還在傷口撒鹽，甚至道歉時禍水東引，把自己的錯誤轉移到政黨之爭，這是絕對錯誤的！

災害發生不分黨派，救難與災後重建更是不分黨派，大家都是台灣人，所謂的「同島同命」，不應該對花蓮有差別待遇，花蓮人更要團結起來，攜手並進為自己爭取公道，也爲恢復榮景共同努力，花蓮人加油！吉安鄉也加油！

全國各社團匯聚善心 馳援花蓮

記者田德財/報導

財團法人台中市私立向日葵社會福利事業基金會分別捐助新台幣各五十萬元予縣府賑災捐款專戶、花蓮家扶中心以及花蓮華山天主教教會，另外，花蓮縣婦女文化經濟交流協會及花蓮縣藥師公會亦分別捐助新台幣十五萬元及十萬元，縣長徐榛蔚上週發感謝狀，並代表花運縣親臨上週發的感謝狀，並代表花運縣親臨上週發的感謝狀。

縣長徐榛蔚表示，0403大地震震災雖然在善慶，但受創最嚴重大多都北區及大園閣山區，花蓮共有二十七件公共住宅共四十棟貼紅黃單，紅單有影響公共安全疑慮的建築，花運縣政府強制拆除拆除機具二十四輛來自外縣市兩台大型鋼牙機具二十四小時協助拆作業，效率非常高，目前正在拆除作業包括藍天麗池飯店、統帥大樓，影響交通動線部分仍請鄉親見諒。

徐榛蔚也提到，花蓮的鄉親很堅強，也很理性，花蓮的重建需要大量的經費，然而這些經費必須要靠重建條例，唯有重建條例在不影響中央各部會的預算之下協助災民重建其立法委員不斷在中央為花蓮所有鄉親來發聲，而在中央政府同意之前，縣府仍進一步一腳印、穩健踏實地推進各項重建工作，全力協助災民度過重建的難關。

0403花蓮地震後，花蓮縣政府成立重大災害民間賑災捐款專戶，截至七日下午三點時，總捐贈筆數三萬四五千筆，共募得五億四三二一多萬元，民衆湧入的大量愛心捐款，為的就是協助災民重建及儘速恢復正常生活。



圖：花蓮縣政府感謝各界捐款賑災綜合照片。（花蓮縣政府提供）

台北捐血中心五月七日於花蓮地區捐血績優表揚大會

國風老師捐血逾三十年 外甥生病用血者箇中滋味



圖：一一二年度花蓮地區捐血績優表揚大會盛大舉行。(花蓮捐血站提供)

「一一二年度花蓮地區捐血績優表揚大會」，在個人捐血績優部分，全血捐血一百次以上計兩百人、分組捐血一百次以上計一百六十三人、獲獎紀念章者二十八人、獲獎紀念牌者四人。

實際體會到捐血的重要性
直入其表連日，回到家鄉「花蓮」，在捐血中心護理人員的說明與邀請下，開始嘗試捐血。

家人需要輸用血液
王錦慧老師，任職於國風國中，王老師就讀大學時，參與學校捐血活動志願者，得知捐血不論對捐血人還是受血者都有助益，於是熱心助人的他開啓了不定期捐血旅程，迄今已逾三十年。



記者黃寓中/報導
玉里媽祖宮四月廿六、廿七日辦理聖母聖誕系列慶祝活動，各方信眾踴躍捐輸大量的白米，媽祖宮以「取之於社會，回饋於社會」的精神，特別與卓樂警政所合作，把愛心白米轉送給轄內貧困家庭。

農糧署東分署 辦理茶園機械化示範活動

茶園機械化補助 三年共15萬
農糧署東分署為因應農村人口老化並推廣茶園機械化，農糧署東分署於七日上午在舞鶴台地茶園舉辦茶園機械化示範活動。

玉里媽祖宮捐贈白米 卓樂警政所發送給弱勢

記者黃寓中/報導
玉里媽祖宮四月廿六、廿七日辦理聖母聖誕系列慶祝活動，各方信眾踴躍捐輸大量的白米，媽祖宮以「取之於社會，回饋於社會」的精神，特別與卓樂警政所合作。



圖：農糧署東分署長徐輝妃(前排右二)、瑞穗鄉長吳萬德(前排右一)等與會人士歡迎茶農加入茶園機械化行列。(記者黃寓中/攝)

媽祖宮以「取之於社會，回饋於社會」的精神，將媽祖的善心化成大愛，媽祖宮特別與卓樂警政所合作，把愛心白米轉送給轄內貧困家庭。

卓樂警政所發送給弱勢
明，在卓樂警政所副所長陳照欽陪同下，將愛心白米一一轉送給轄內貧困弱勢家庭的手上。

徐輝妃表示，農糧署為推動茶園機械化，新植茶園以機械採茶方式，在海拔五百公尺以下新植茶園，每公頃給予每年補助五萬元。

「花蓮伴手禮暨農特產品展售會」圓滿落幕
徐榛蔚感謝各界以實際行動支持花蓮
記者田俊浩/報導
花蓮縣政府及花蓮縣商會聯合主辦的「花蓮伴手禮暨農特產品展售會」，於四月二十七日、二十八日與台北捷運合作，在西門站內B1大廳辦理。

松竹生命禮儀服務勞動合作社理事長魏華民 捐贈課輔班書包

記者田俊浩/報導
松竹生命禮儀服務勞動合作社理事長魏華民，日前捐贈課輔班書包，共計十四個課輔班，將陸續分送各學校。

0403強震重創 國際獅子會三度赴秀林鄉

記者田俊浩/報導
為幫助0403秀林鄉災區，國際獅子會三度赴秀林鄉，為災民提供物資與精神支持。

光華親職教育活動 慈科大副教授張玉婷 分享父母性教育重要性

記者李婕妤/報導
花蓮縣光華國小一一二學年度下學期親職教育活動，邀請慈雲寺法師與張玉婷副教授，分享性教育的知識與重要性。

助弱勢減緩開銷 縣府發放幸福三節物資券

記者田俊浩/報導
為減緩弱勢家庭生活開銷，花蓮縣政府日前在秀林村多功堂舉辦「幸福三節物資券」發放活動。

光華國小親職教育，安排手FDIY提升親子溝通知能與良性互動的能力。(光華國小提供)

0403強震重創鄉親，幫助受災戶，國際獅子會三度赴秀林鄉。(秀林鄉公所提供)

慈科大副教授張玉婷 分享父母性教育重要性
校長張世瑋代表學校，且認為最適合教導孩子性教育的人，首先是父母，再來是學校老師。

幫助受災戶 國際獅子會三度赴秀林鄉
記者田俊浩/報導
為幫助0403秀林鄉災區，國際獅子會三度赴秀林鄉，為災民提供物資與精神支持。

父母才是孩子性教育的最適合教導者
張副教授表示，大部分家長都知道父母才是孩子性教育的最適合教導者，也有四成二比例的家長認為孩子有接觸過色情媒體，但要跟孩子談性話題卻有很多困難。

縣府發放幸福三節物資券
秀林鄉長王玫瑰與縣府、公所同仁一同協助發放物資券，亦能在特定賣場自由購買所需生活物資，方便程度大增。

科大繁星放榜 四維15顆星全壘打

透過大學繁星、特殊選才及原住民專班獨招等多元管道 已有百人成爲準大學生



圖：一三三年科大繁星放榜，四維高中十五人繁星全壘打上榜，其中九人錄取國立科技大學。

黃子瑜是外語群全國榜首

以第一志願錄取臺灣科技大學的黃子瑜，他也是這次科大繁星的外語群全國榜首。黃子瑜的母親是四維觀光餐飲專業老師連凱麗，哥哥黃子辰同樣也是四維校友，目前就讀台灣師範大學。黃子瑜考取的日語N3及軟體應用乙級，讓他在通過英語檢定多益六百四十五分，還會參加過全縣英語造句榮獲甲等成績。

錄取同學都有多張證照

名列資處學程第一名的謝竣丞順利錄取國立台北護理健康大學。謝竣丞在校期間已考取軟體應用乙級與會計丙級等多張證照，在體育上曾參加參加卡巴迪競賽，榮獲亞軍。另外還有屬於資處學程的黃雅婕，與日語學程林宇岑、張嘉嘉，皆錄取國立高雄餐旅大學。國立屏東科技大學與臺中科技大學，他們也都一人獲得多張證照。

工業類科的高聿楷錄取國立勤益科技大學，王晨希、邱軍濤錄取國立高雄科技大學，高聿楷、邱軍濤，與同班的張宇皓分別錄取今年「台電高職學校技術類科獎金甄選」可選電台電任職。高中三年，高聿楷通過儀電電子乙級證照，工業電子丙級、硬體裝修丙級；王晨希則通過室內配線丙級、自來水配管丙級；邱軍濤則除了室內配線丙級、自來水配管丙級，也通過冷凍空調丙級，展現出四維工科長久以來升學與技能兼具的傳統特色。

另外觀光餐飲學程的魏廷珊，她在三年取得烘焙、軟飲、中餐等多張證照，順利錄取第一志願高雄餐旅大學，證明當初的選擇四維是正確的。

四維董事長黃淑怡對於寶貴愛徒們，在這次科大繁星有亮麗的成績感到與有榮焉，肯定學校在綜合高中用心經營卓有成效足以爲傲。

記者張小菁/報導

一三三年全國科大繁星甄選入榜榜，四維高中在競爭最爲激烈的電機電子群、商業類群、觀光餐飲群與外語群中，表現亮麗，十五位全壘打上榜，其中九人錄取國立科技大學。分別爲國立台灣科技大學、國立高雄餐旅大學、國立台北護理健康大學、國立台中科技大學、國立高雄科技大學、國立屏東科技大學、國立勤益科技大學等國立一流科技大學。截至目前四維高中透過大學繁星、特殊選才、原住民專班獨招、體育生績優甄選科大學生錄取人數已超過百人，其中錄取台大、清大、成大等國立暨醫藥大學的人數占近三分之一，升學成果豐碩。

研究植物乳桿菌對黃斑黑蟋蟀產卵與孵化之影響 慈中國中組「從腸計議」進軍全國科展

記者張小菁/報導

第六十四屆花蓮縣中小學科學展覽，慈大附中中國中組作品「從腸計議—植物乳桿菌對黃斑黑蟋蟀產卵與孵化之影響」獲得國中A組第一名，將代表花蓮縣參加全國賽。今年國中組總成績爲一、二、三名各一件作品，兩佳作，一入選，得獎件數更勝去年。慈小今年亦推出一隊參賽，作品「就是要你瘦」，五位小女生首次參加科展就獲得第三名。

第六十四屆花蓮縣中小學科學展覽落幕，繼高中組工程科學(二)一獲全國賽代表後，國中組參賽隊伍亦奪下一生科學第一名的佳績，將進軍全國賽。家長們肯定慈中科學教育向下扎根的努力與成效。

國中二大愛班申恩宇、王敬茹、李亞慧三位同學，「從腸計議—植物乳桿菌對黃斑黑蟋蟀產卵與孵化之影響」獲得國中A組第一名，回憶起這段學習之旅，他們花了一年多的時間，從繪圖研究步驟、文獻回顧、蟋蟀培育、菌液培養、分離、到各種專業儀器操作、數據

記者張小菁/報導

國內相關文獻資料較少，所以他們經常需要閱讀英文論文資料，從最開始的艱澀難懂，到現在可以了解論文內容，對他們來說英文能力一貫的飛躍。

同學們分享，剛開始投入實驗時，他們就犯了一根本一錯誤，由於一開始使用錯誤的菌種，導致實驗數據出不來，直到一個多月後，才在老師的檢查下，發現這個錯誤。同學們認爲，要做出實驗數據，每一個小地方都要注意，要仔細，每個步驟、細節都做到正確，做到極致，才能累積出正確的結果，會用這樣的態度籌備全國賽。

獲得第二名是國一學生吳定暄、黃子懿、廖泓維，花費九個月的時間完成作品「具有天然表面微結構之PDMS-TiO₂薄膜摩擦起米發電機研究」。三人以植物樹葉表面的微結構作爲基礎，觀察不同微結構與物質摩擦後，觀察不同微結構作爲基礎，最後發現植物表面微結構越細密，發電效果越好，但是，超過一定密度後，發電效果反而會下降。

國小組部分，慈小今年只有一組參賽，吳婉蓉、林語桐、張鈞淳、彭詩予、龐容、五個小女生首次進軍科展，就獲得第三名的佳績。研究題目「就是要你瘦」，在上自然課的過程中，他們觀察到學校生態池裡，許多水生植物都靠吃藻類生存，而有些藻類則對農田造成危害，如果能找到抑制藻類生長的方法，對許多水生植物、農作物都會有助益。他們從這裡展開了觀察與研究。

記者葉文杰/報導

有關媒體報導五月六日花蓮縣消防局說明東華實驗室內火災搶救作爲，指出消防局說明東華實驗室內火災搶救作爲，指出消防局說明東華實驗室內火災搶救作爲，指出消防局說明東華實驗室內火災搶救作爲。

惟五月六日消防局吳兆遠局長於答詢時，口誤誤指搶救作爲係由校長要求，實爲現場指揮官與校方人員商議後依據搶救指導原則進行，特此澄清更正。

秀林鄉長施政報告 王玫瑰：深耕災害防救 落實社會福利

記者田俊浩/報導

秀林鄉代表會定期大會第二十三屆第三次定期大會，由王玫瑰鄉長主持，田俊浩鄉長致詞，王玫瑰鄉長報告施政報告。

王玫瑰鄉長報告，在主動積極、服務爲先、關心協助的方向下，不斷前進，在社會救助方面，經去年十一月至今年四月十日統計，辦理社會福利補助金及原住民族急難救助申請案計有十七件，轉介及補助鄉民申請民間公益團體暨基金會急難救助申請案計有五百二十八件，結合民間公益團體民生發送物資計有一千零四十五件。

在災害防救深耕計畫，設置緊急避難所共計十一處，規劃收容所開設時機、作業程序與管理作業，提供收容所物資、車輛及人員配置，另爲因應衛生福利部之強化社會安全網計畫，公所主動發掘有需要者辦理社會救助、福利服務等宣導及轉介，特訂定花蓮縣秀林鄉社會救助人員工作原則，設置各村社會救助員，設置各村社會救助員，設置各村社會救助員。

「守護—搖撼不墜的平安」 善牧中心5/10辦震後義賣畫展

記者李柏霖/報導

這次花蓮四月強震，花蓮善牧中心安置家園與兒童教會在震中受到損害，而受災婦女與孩子們的心靈更是不容忽視。花蓮善牧中心與義賣畫展，舉辦「守護—搖撼不墜的平安」義賣畫展，所得扣除活動支出將全數用於受災庇護婦女心理輔導、兒童夜間供餐與生活陪伴。

義賣作品展覽將在晨星會館花蓮縣花蓮市民權路一號一樓展出，時間從五月十日到五月十九日，展出開幕典禮於五月十日上午十時至十一時。

花蓮善牧中心執行長朱玉貴表示，在地的社團與企業，雖連日來的精神壓力及環境的設備損壞，庇護的少婦及社區的弱勢婦女，在巨大挑戰中都平安。我們需要大家的支援和關懷，協助重建安全的避風港，使他們重新找回自己的力量與信心。邀請您捐助幫助花蓮善牧中心，帶來美好的未來。

明義國小校友 李采融長笛獨奏會 5/18在母校舉行

記者李婕妤/報導

時值花蓮地震震後，更需凝聚力量，一起關懷這片美麗的土地。花蓮明義國小畢業生李采融，將於五月十八日(星期六)晚上七時，在母校「明義國小晚會」舉辦長笛獨奏音樂會。藉此感謝母校的栽培之恩。更感謝花蓮縣公費留美開國際視野！

留美開國際視野！李采融自小在花蓮長大，七歲學習長笛的李采融，曾就讀明義國小、花崗國中音樂班。受教於

李采融近日錄取美國西北大學、印地安納大學、波士頓大學、密西根州立大學、波頓音樂學院獎學金，將繼續深造碩士學位，發揚音樂的熱情。日後將所學回饋家鄉與社會。本屆的長笛獨奏音樂會，特別邀請美國密西根大學 (University of Michigan - School of Music, Theatre & Dance) 鋼琴演奏及室內樂雙碩士的林純宇老師，擔任鋼琴合作演出。藉此感謝母校的栽培之恩。

秀林鄉代會主席 駱燕玲期許施政貼近民意需求

記者田俊浩/報導

秀林鄉代表會定期大會第二十三屆第三次定期大會七日召開，鄉代表會主席駱燕玲(圖)，記者田俊浩(攝)表示，在所會齊心下，施政貼近民意需求，求本，尤其其市長、鄉代是推動地方自治發展非常重要的力量，站在政府爲民服務的第一線，從參與地方建設、災害防救、環保衛生、弱勢訪視、通報到社會福利與救助幾乎無所不包，而代表往來地方與政府，反映民意、監督行政，以促進公所發展前進動力。

此次定期大會議事議程，有鄉長施政報告、各課室業務報告、鄉總質詢、審議、公所提案，此次公所提案有十二案，希望各代表秉公提出建議與監督，以期符合各項施政需求與期待。

上月0403強震，重創花蓮縣與秀林鄉，造成多處損失，包括民衆死亡、受傷、就醫、財務損失、房屋倒塌以及鐵路、公路交通中斷，另也造成秀林鄉很多的災情，尤其災後，都要請公所、團隊及各代表幫忙與現地會勘及慰問族人與發送物資。

在此，感謝鄉代副主席王麗芳、以及全體鄉代表夏義松、白世英、王則元、白秀娟、白靜文、駱燕玲、游青龍、賴偉翔、王麗芳、王沈剛竹、黃福祥等人，以及鄉長王玫瑰及公所團隊努力付出。

這次定會中，也感謝鄉代們積極提供有關親生活及地方各項建設與建議，期許，共同督促鄉務推動與檢討改進。期望在各界鄉親、代表與全體鄉長王玫瑰及各公所團隊支持與肯定下，繼續成爲秀林鄉勇往向前助力。

小學好好玩 市幼參訪忠孝國小 體驗銜接課程

記者張小菁/報導

爲落實幼小銜接，花蓮市立幼兒園七日上午於忠孝國小進行校園參訪活動，九十名即將進入國小的大班學童，提前走入校園體驗學習；市長魏嘉彥特別到場，並感謝忠孝國小校長紀忠星，以及教師們的用心規劃，讓小朋友預先熟悉校園及生活作息，幫助未來順利適應國小就學環境。

進入班級課堂排排坐好，花蓮市幼的大班學童在忠孝國小教師的引導下，進入海洋圖書館參觀閱讀，在三分鐘新完工的遊樂設施海盜船遊戲，也來到教室欣賞才藝班和直排輪軸等社團活動成果，還有最好玩的樂活教室，盡情伸展運動。此外，紀校長也特別安排孩子們參訪校長室和教師辦公室，讓大大家充分體驗校園生活。

園長李紀伶表示，幼兒園的教學以遊戲學習區與小組討論等形式爲主，與國小排排的課堂教學方式有相當程度的差異性，另在生活作息上，國小的上下課時間、午餐和午睡也都與幼兒園不同，因此市幼幫助孩子們在九月份入學後順利融入小學生活，除了安排幼小銜接的參訪和成長生活活動，在畢業前的一個月，市幼教師們也會逐步調整學童的作息，做足準備迎接全新階段的學習。

魏嘉彥市長再次感謝忠孝國小校長紀忠星及全體師生的協助，並頒贈感謝狀，而市幼大班的三個班級也派出代表，爲紀校長獻上手繪謝卡。魏市長表示，透過參訪體驗和直排輪軸等社團活動成果，透過才藝班與學習方向，市幼幼兒園將會持續安排校內的各項銜接學習，也請家長們勿過度擔心，一起用陪伴引導孩子穩步成長。

中文的重量

最近一知名大學中文系停招，彷彿是壓垮中文末最後一根稻草，讓許多相關人士悲憤不已。

在這個文字論為圖像與影像配角的時代，加上人工智慧大躍進，須臾間便能生成一篇文章，中文系，越來越邊緣化，沒有前途可言！讀中文系，還有什麼價值和希望？

識字之後，我一直以為身為華人而為傲。倒不是華人在歷史上、科技上、或現在的國際舞臺表現有多麼亮眼，而是華人以文字跨越種族與國界，連結許多不同地區的人。

尤其是國人喜愛的旅遊地——日本，從他們的人名開始，到日常生活所有一切，可謂是個重慶使用漢字的外國。去南韓旅行時，發現很多建築物、街道與地區都使用漢字，雖普及程度不如日本，但處處都留下中華文化的痕跡，還看到一個有趣的招牌——「苦衷委員會」。或許，用字方式和台灣不同，但身為華人，不難理解其中意義。

老家和住家都在盆地邊緣的我，過年逢節去返鄉，年假期間許多人返鄉，那是台北一整年最冷清的時陣，少了商業活動，可以欣賞台北素顏的一面。

去年大年初二，單身剛好又屬狗的我（單身狗），從西門町一路逛到二八公園，本來陰霾的天氣，忽然露出陽光，彷彿老天給的另類紅包，坐在其中一座涼亭，閱讀從武昌城隍廟拿的農民曆，裡頭有許多古人智慧，慶幸求學時，其他科目雖常考個位數，但國文是唯一及格，因為和生活息息相關。

這幾年，國文在課本的比例不斷降低，可是擁有大批戲迷的歌仔戲、布袋戲，還有廟裡指點迷津的籤詩：都大量使用國文。

手握農民曆，翻開首頁，研究來年相關運勢，一位中年婦人走進涼亭，對我說著韓語。趕緊用英文跟她解釋自己是台灣人。婦人改用英文說：她以為我是韓國人。之前出國旅行，去暹羅曾被誤認是泰國人，去東瀛被誤認是日本人就算了，連去伊斯坦堡也被誤認是土耳其人，如今，在自己國家還被誤認是歐巴，令人莞爾！

可能我天生長著一副國際化臉孔，因尊重他國文化，往往使我像變色龍，很快融入當地生活，世界已成地球村，因戰爭、飢荒、商業、技術、少子化：等原因，讓各國人口大幅流動，國族界線早已模糊，多元包容才是未來王道。

婦人把我當成韓人，將錯就錯與我攀談起來。原來婦人兒子在台北信託計畫區工作，過年回南韓，婦人和女兒趁此機會，來台北進兒子空下來的公寓。聊天時，婦人問我涼亭內半身銅像像誰？對歷史很「書」離的我，跟婦人說這是一清朝末年短暫統治台灣的鄭成功，馬上被旁邊的台灣遊客「吐嘲」——「一明朝」末年才對。真是瘋大了！趕緊對銅像下的碑文惡補，再重新解釋給婦人聽。

碑文夾雜不少文言文，我雖學歷不高，好在求學時老師有教。此刻婦人女兒逛完公園也加入聊天行列，她在南韓有特別學中文，可用簡單中文與我溝通，問的問題也較深。

她問我二八公園的歷史？我告訴她該公園在清朝是官署「媽祖廟」，日本統治時改成「台北北公園」。後為紀念白色恐怖受害者又改成「二八公園」。有顏色的恐怖很難解釋，盡管我中英並用，她們仍有聽不懂，但說起日人統治，她們倒是非理解！南韓和台灣過去曾有類似遭遇，但這對母女倒是不願再糾結過去。

歷史應是一張不斷更新的航行地圖，而非持續繁衍的暗礁；緊咬過去的人，頻頻回首，如何看

徐正雄

清前方，一不小心就可能擱淺。南韓值得學習，他們善用負面題材，把戰爭、仇恨、貧富不均等問題，變成傑出影視作品，輸出全世界，賺到大把銀子，也讓外國人看到南韓文化和複雜難以宣說的委屈。

近年外國資金湧入影視圈，滋養許多相關人才，使台灣沉寂已久的戲劇品質有了爆發性的突破，越來越多台灣製成劇登上排行榜，跨越國界，讓其他地區的觀眾認識華人文化，連帶的，也讓台灣的文學跟著輸出，並被世界看到。

文學與戲劇，如同閨密，以前文學都在戲劇之前，現在戲劇的題材開發卻常常超越文學。戲劇的前衛與創新，反映出一個國家的活力與競爭力，台灣有深厚的中華文化當底蘊，再佐以豐富的人文景觀，融合那些對台灣發展有巨大貢獻的新移民文化？定能衝擊出美麗浪花。

櫻花「陪襯」下，滔滔著台韓之間的文化，以及世界趨勢，身為佛教徒的我，和受洗為基督徒的她們，也在教義上找到共識。我發現兩種宗教之間，有許多雷同之處，透過中文的溝通，每個種族之間，即使語言、文化不同，也能透過藝術與宗教成一個大家庭。如同六祖惠能所說：「人有南北，佛性沒有南北」。

發源中國的禪宗，有許多深奧智慧，得透過文字去認識，很多歐洲人迷上打禪和道家思想，卻因語言關係學習不易，對此，我感到身為華人非常幸運，無須透過別人翻譯，可以直接走進古人留下的典籍。

時間關係，我和南韓母女告別，離開時，錯誤是南韓同胞的婦人教我五句實用韓語，我則留下電子信箱，很快地，我便收到她們的來信，年輕女兒跟我透透，想跟我學中文創作，我的文字基礎教育的福，分享中文的美好應無問題。我建議雙方，用通信的方式精進中文。

之後，找時間回二八公園，把四個角落涼亭重新點黑、頭頂充滿鳥屎的半身銅像重新研究一遍，免得下次被外國人問起又答錯，被同胞們嘲笑。除了鄭成功，其他三位分別是連橫、丘逢甲和劉銘傳先生，都是和台灣歷史息息相關的重要人物。這些銅像下的介紹文字，是文言、是歷史、是文化：是我們珍貴的無形資產。

如中華人崛起，很多外國人紛紛學起中文，台灣是繁榮中文心臟，更是中華文化重鎮，外國人十分羨慕我們，能流利說、讀、寫這種複雜又難學的文字，最近，我加入一個寫信給受刑者的團體，我相信！文字是其他媒介無法取代的載體。

收到信的欣喜，和用寫信方式溝通、梳理情緒，都有助於人生的釐清與再出發，倘若我們中文底子越來越淺，連基本的用詞遣字的能力都荒廢，生命將變得混濁。

看輕中文，除了難以認識自己，也無法看清前方，現在詐騙如此之多，一不小心，就可能落入別人為你設下的文字陷阱。*



時光韻味



森林之王挑戰區



滄桑之美



歲月靜好

隨著 著年齡增長，人生閱歷漸廣，對於周遭所見所聞的景物，已能從不同視角去看待和欣賞，從而讓自己可以更加深刻體認這塊土地之美……

時光韻味

賞景隨想

李玲茹

佔地遼闊，有「都市之肺」美稱的臺北大安森林公園，林蔭翳鬱、花木扶疏、綠草如茵，不僅是市民休閒、散心、運動的優質場域，也是兒童遊戲的快樂天堂。設置在園區內的兒童遊戲場，經過一年餘的整修，已煥然一新，多項嶄新的遊樂器材以「森林幻想曲」為設計主題，諸如飛天鞦韆、精靈旋轉盤、恐龍滑梯、森林之王挑戰區……等，每樣都充滿挑戰與新鮮感，既可讓孩子們體驗及探索不同的遊戲，還能滿足冒險的想像。

在遊戲場旁，有藍、黃兩座小木屋造型，依兒童身高設計的電話亭，黑色屋頂上分別坐著粉紅色豬小弟與活潑可愛幻想的史奴比；雖然電話亭的外觀已顯現褪色的脫漆，但可愛萌樣仍頗為吸睛。自從手機普及後，電話亭逐漸乏人問津，即是小豬、史奴比如此可愛，任由歲月將其刻畫出斑駁痕跡，然而，又因有孩子們天真無邪的歡笑聲圍繞，致使陳舊電話亭流露出獨特的時光韻味，讓人不禁想拿起電話筒訴說往日情懷，並傾聽歲月的聲音……

滄桑之美 嶺腳，是臺鐵平溪線上，一個因煤礦開採而形成的山城聚落；如今，曾有的絢爛均隨煤礦採運漸趨於平淡，褪去昔日的



新舊橋並存



蒜頭生態園區



歲月靜好

最後的畢業典禮 雖然那場畢業典禮已經過了二個多月了，但至今仍回想起來，仍會有濃濃的不捨與感傷，主要是因為親愛的老父親已經離開我們了，儘管他已經生病臥床好一段時間，也常因虛弱一場而數次進出急診，卻沒想到這次他真的走了。

夢見以前論文口試的委員 鄭森玉 夜裡，夢見一位以前論文口試的委員。質問他，為何把我的論文成績，打那麼低？不及格，讓我補救的機會都沒有。我當時，還真想好好揍他一拳。後來，還很難成事。

五七五臺灣俳句菁英會 繁忙終將過 無暇終追自我 寧靜享生活 (接發球) 謝明輝 乒乓旋轉迷 左拐右跳舞平台 定睛反拍拉 (居隱) 騎鯨人 山引引臨水 只問何處可投石 不疑釣獨影 (雲影) 許靜華 蒼雲風湧湖 流雲不傾落湖中 影見起漣漪 (螢火蟲) 鄭波波 畫意臨風草 暮暮臨風盈盈 閃閃閃閃光耀 (迎冬曲) 簡逢味 搖擺姿姿 林靜鳥啼聲傳開 一曲冬冬來 (歲月) 游水龍 人生似晨露

Energy簽唱會爆人潮 簽到凌晨

5000歌迷擠爆北市信義區 重回22年前出道盛況



圖：男團Energy推出新專輯，在台北信義香堤大道廣場舉辦「唯一限定簽唱會」，成員Toro（左起）、坤達、阿弟、牛奶、書偉演唱經典歌曲，現場粉絲拍不停。

台北6日電

男子團體Energy睽違多年回歸樂壇，成員牛奶、阿弟、書偉、坤達與Toro舉辦唯一簽唱會，吸引5000名歌迷擠爆台北市信義區，Energy龍粉一路簽到凌晨3時，不讓任何粉絲撲空。

新專輯「Here I Am」發行就衝上熱銷排行榜，2場小巨蛋演唱會也售罄，Energy為感謝歌迷支持，誓言5日簽名會從白天簽到黑夜，絕對以馬拉松方式簽完，5名團員也信守承諾一路簽名到凌晨3時，讓坤達老婆柯佳嬿也在社群網站留言喊：「簽完了嗎？」

Energy在香堤大道辦唯一限定簽唱會，人潮眾多擠爆信義區，空前盛況彷彿回到22年前剛出道時一樣火熱，不少歌迷忍不住流下感動淚水說：「謝謝你們陪著我長大，這次我要陪你們到老。」

Energy復出火熱，引起眾人討論，不少人認為5名團員沒傳出負面新聞，阿弟、書偉在戲劇方面有傑出表現，坤達在綜藝領域有相當成就，復出的Toro和牛奶寶刀未老，舞技不輸當年。



和陳庭妮組團當房仲 蔡凡熙動念買5折凶宅

台北7日電

陳庭妮、蔡凡熙在戲劇「幸福房仲」組成「凶宅調查小組」（圖/逆光提供），戲外蔡凡熙一直想要置產，無奈沒緣分找到好房，他也曾動念想要買凶宅，笑說：「100坪300萬，還是買不起。」

蔡凡熙在新戲中演出有「靈異鼻」的房仲，看過各種凶宅，戲外蔡凡熙坦言自己一直有在看房，無奈房價根本追不上，他說：「房價漲幅的速度很快，我每次存好錢要買，發現頭期又要多3、400萬。」日前蔡凡熙聽聞好友居住地有凶宅要釋出，詢問下發現百坪的豪宅要5折出售，一間價錢又卻步，他哀怨說：「打5折下去我一樣買不起，要3000多萬。」這讓他感嘆有錢買房的人真的好厲害。

陳庭妮也分享看房經驗，曾看過一間房，一到客廳就頭暈，根本無法踏出客廳區域，總覺得有一股無形的力量去阻止她看房。

另外時尚F4丁春誠副業經營有成，但仍不想放棄拍戲，一年都會有一部戲劇作品，這次他演出房仲業副總裁追愛陳庭妮，提及相關「撞鬼」經驗，丁春誠笑說，「最怕職場上遇到鬼，閃鬼真的很重要。」



愛盲基金會培力計畫 季芹擔任活動大使

愛盲基金會推出「愛盲生活自主培力計畫」，7日記者會中邀請藝人季芹（圖）擔任活動大使，號召社會大眾關懷視障家庭育兒議題。



時尚界奧斯卡 星光熠熠

紐約大都會博物館慈善晚宴（Met Gala）5/6登場，舉辦大型募款活動，今年的主題是「時光花園」，英國演員莉莉·詹姆斯盛裝出席，成為鎂光燈焦點。

公東高工等4校財務改善免除專輔

另包括育仁、興華、宏仁3校成爲首波從退場條例脫困的私中 私校工會稱創造奇蹟

讓森林療癒你

記者彭勝郎/台中報導

慶祝母親節也感謝如慈母般守護全民健康的「水晶閣」，晶瑩剔透，是行走於步道時的小確幸，目前盛開的毛地黃，也是不能錯過的季節景色；八仙山國家森林遊樂區內正值五月雪、千年桐綻放，為山林換上新裝，白色花朵隨著微風旋轉，增添浪漫氛圍。

林業保育署台中分署指出，為方便民眾挑選母親節禮物及自己享用，推出各式森林好物，凡於八仙山國家森林遊樂區遊客中心賣店購買足額禮券，即贈送分署獨家開發的土肉桂茶包1包。新上市的合關七雄晴雨兩用傘也是山林遊玩的好夥伴，現場更多獨家商品，5月期間享溫馨折扣9.5至8折優惠，有好天氣時，快來森林遊樂區健康一下，並將山林小物帶回家，讓森林陪伴呵護你的身心靈！

醫護人員5月免費遊大雪山及八仙山國家森林遊樂區

私校工會表示，經教育部輔導及校方努力，這4校都在2年改善期滿前解除專輔，走出「加護病房、重獲新生」，成爲首波從退場條例脫困的私中，可謂創造奇蹟，實屬不易。

私校工會提到，從這4校案例可證明被列專輔學校並不等於被判死刑，只要學校及董事會有心找出生存策略，仍可脫困保留生機，例如育仁申請改制、專營國中，興華的強項是升學績效，宏仁爭取教會捐資，公東則有極佳社會聲譽並獲總統公開背書，顯示4校能解除專輔均非偶然。

4校112、113學年的財務都已轉正

且合格教師比率達50%以上

彭富源說，經檢視學校董事會或外單捐資、學校其他收入等財務狀況，這4校在112、113學年的財務都已轉正，且合格教師比率達50%以上，無積欠教師薪資，未出現私立高級中等以上學校退場條例第6條第1項各款情形，經退輔會同意解除專輔。後續將依程序進行並儘速公告，但未來如發現再符合專輔要件，仍會提報專輔學校。

全國私校工會發布新聞稿指出，育仁、興華、宏仁、公東等4所私中辦學均頗有聲譽，主要受少子女化衝擊，不諳退場條例規定，未能及時維持基本財務結構，而被列爲專輔學校。

私校工會表示，經教育部輔導及校方努力，這4校都在2年改善期滿前解除專輔，走出「加護病房、重獲新生」，成爲首波從退場條例脫困的私中，可謂創造奇蹟，實屬不易。

基隆青年電動機車3.0 不限廠牌最高補助6萬元

基隆7日電

基隆市政府推出公益青年就業電動機車補助計畫，已有逾7200人申請，基隆市長謝國樑今天說，目標7月1日推出3.0方案，不限廠牌包括Gogoro在內，可自自行挑選車款，最高補助6萬元。

謝國樑中午出席暖高中草皮球場完工啓用受訪表示，市府針對電動機車2.0方案大幅補助補助電費，申請者可選擇最低電費月費0元，而3.0方案純粹針對車體一次性能補助，申請者須自付電池月費，但可不限廠牌包括Gogoro在內，任由民眾自行挑選車款。

他指出，預計會有部分申請者購買包括Gogoro在內的喜好電動機車廠牌，市府也樂觀其成。

市府目標追加預算通過後，7月1日推出3.0方案供民眾申請。

「早篩早知道 保護高風險族群不疫外」

新冠高風險民眾自主快篩及早診斷及早治療

記者李秉杰、蔡宛玲/台北報導

臺灣病友聯盟、社團法人中華民國乳癌病友協會、臺灣年輕病友協會、HOPE癌症希望基金會及台灣癌症基金會，(6)日攜手新冠肺炎衛教大使金馬影后陳淑芳，發起「COVID-19我高我重要」活動(右圖)，照片提供/記者蔡宛玲)。

KnowPlanGo的資訊請至網站：<https://www.knowplango.com.tw/>。

疾管署將自5月6日起，透過4、5000家藥局提供COVID-19家用快篩試劑，歡迎民眾踴躍領取。

民眾可以依以下步骤做好新冠防範措施，「Know」是了解危險因子、高風險族群、症狀等，自我警覺並做好防範。「Plan」為做好完整計畫，民眾應紀錄健康簡要狀況、常備快篩工具，並主動自我篩檢。至於「Go」行動則是且篩檢後陽性，且又是高風險族群就應儘快就醫。關於KnowPlanGo的資訊請至網站：<https://www.knowplango.com.tw/>。

具慢性(氣喘、糖尿病、慢性病、心臟病、慢性腎臟病、結核病、慢性肝病、失智症、精神疾病、BMI≥30等)吸菸或已戒菸者需同時具有一其他風險因子(或具影響免疫功能疾病者)高風險族群，都應多關注生活健康狀況，維持防疫生活習慣；若出現症狀應每天快篩，若確診及時就醫治療，把握5日黃金治療期。

台東新聞

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

2023/05/08 284110218

台東慢經濟逐步發酵

將運用兩年擴大打造具備觀光、文化、休閒、育樂及運動的「舊站特區」

記者陳盈貞/報導

台東縣議會第二屆第三次定期大會，縣長饒慶鈴七日上午進行施政總報告，說明這幾年台東慢經濟逐步發酵，觀光、建設、產業全力以發展，她也宣示將運用兩年時間擴大打造具備觀光、文化、休閒、育樂及運動的「舊站特區」。

太平溪右岸全線通車

建設部分，縣府推動太平溪右岸一路通車工程，五月一日全線通車；臺東市危險路口改善、知本龍馬大道、大武愛國蒲新橋、縱谷嘉武橋改建今年完工；鹿野寶華橋新橋、南王橋拓寬及綠島南寮外環道等工程可望兩年內完工。

新生地填築年底完成

在富岡港填築部分，防波堤及新生地填築工程今年年底完成，客運大樓新建工程預計八月將公告招標；台東森林公園景觀改造計畫明年暑假完工，將拆除多餘設施，強化水環境及親子休閒功能。

兩艘交通船投入營運

她指出，臺東縣也是全國第一個補助民船投入營運的縣市，最快下半年會有兩艘全新交通船投入營運，新船必須提供六年淡季船期航運。

9.2公頃健康長照園區

至於招商引資，臺東推動慢經濟以來，吸引四千八百五十九萬人次旅遊人潮，將攜手國產商、營業額均每年攀升，帶動招商。將攜手國產商、東基公益活化太平榮家舊址，打造九、二公頃樂齡健康長照園區，而杉原灣已完成招商，將化身為文化教育多功能基地。

讓舊站再現全新風華

台東縣以舊火車站為中心的市區觀光景點，花新聚落，將近五十公頃的蛋黃區，每年吸引上萬遊客到訪，但其周邊環境無法連結串接，產生破碎感，動線與不明及特色不顯等問題。因此，縣府跨局處與中央機關互動整合，讓舊站再現全新風華，做好動線整理及環境營造，將統一全區指標導引及識別系統，加強照明，未來將設置鐵道森林市集、以櫥窗計畫發展展型商團，新生廣場也將打開讓民眾更親近。

極限公園經費已到位

其他包括極限運動公園經費已到位，全民運動館、臺東圖書館、樂齡社福大樓建設中；還會利用東大臺東校區的籃球場，合作打造中型的居住民劇場，成為南島文化表演基地。

縣議會定期大會

報告台

圖：臺東縣議會定期大會，縣長饒慶鈴施政總報告。(臺東縣政府/提供)



圖：臺東縣議會定期大會，縣長饒慶鈴施政總報告。(臺東縣政府/提供)



圖：觀光署延後臺東觀光補助，業者拉白布條陳情。(記者陳盈貞/攝)

觀光署延後觀光補助 業者拉白布條陳情

四月三日花蓮大地震後，重創台東觀光業，中央原定六月一日起撥注十、六億經費振興台東旅遊，觀光署宣布延後發放，引起業者不滿，臺東縣觀光協會七日率領業者至臺東縣議會抗議，呼籲中央重視台東業者心聲。

臺東縣觀光協會理事長李數旺指出，花蓮大地震後，不僅花蓮旅遊出現退潮，連台東觀光也出現退潮，一個月來，原本期待中央補助振興，卻傳出延後發放上路，造成業者不滿，一月後補助應為一體，從六月一日起開始補助。

「花東觀光產業是一體，補助要公平，不能厚此薄彼，觀光業者拉白布條陳情，表達對補助延後的不滿，臺東旅館公會理事長高泉傑強調，不排除聯合台東業者北上抗議，盼中央聽取地方心聲。臺東那路灣酒店公關陳麗表示，地震後住房率雪崩式下降，目前不到一成，跟往年暑假假期比較落差四至五成，且原有的訂單持續退訂中，希望補助六月就能實惠，解決觀光困境，花東一起愈來愈好。

臺東縣長饒慶鈴、議長吳秀華等人也親赴現場關心，縣長饒慶鈴表示，觀光署協助花蓮振興，大家都支持，但不能忘了台東，因臺東的觀光也受到花蓮地震的影響，呼籲中央站在台東處境，聆聽地方的聲音。

市長陳銘風施政總報告：堅持對市民有利政策

在建構友善生活環境方面，市公所和臺東縣政府合作推出一「縣手好市成雙」的婦女生育補助，並陸續完成南京路兒童公園、仁和及仁二公園等工程，要讓城市充滿孩子的笑聲。

傳統結合創新的元宵系列活動，以及市公所今年首度開辦客語學習課程，支持原住民傳統祭儀等，讓文化永續傳承，修繕完成的寶町，除了市政成果的常設展，在地畫家的展覽已預定安排至明年，期成為市民進行藝文交流的新亮點。

民生議題方面，除了路燈管理、路樹及馬路的維護作業，火災急難事件關懷、協助弱勢個案連結民間資源，還有寒流啟動低溫關懷機制，都與民眾生活息息相關。

市長陳銘風表示，只要是对市民有利的政策，都會堅持推動下去，有鑑於市公所資源有限，只要哪裡有經費可以申請，一定會盡力爭取，未來還會有各項路面改善工程、公園環境景觀及設施改善計畫。

他強調，市公所會聽取代表反應的基層心聲，期待與大家攜手合作，共同發揚臺東市獨特的文化底蘊和品牌形象，讓每一位市民都在這座城市安居、享受幸福的生活。

試辦定時定點垃圾清運 政策獲台東市民肯定

記者陳盈貞/報導

臺東市市民代表會第十三屆第三次定期大會，市長陳銘風進行施政總報告，其中定時定點垃圾清運試辦計畫，獲得民眾肯定，市長陳銘風指出，試辦計畫獲得民眾肯定，市長陳銘風指出，試辦計畫獲得民眾肯定，市長陳銘風指出，試辦計畫獲得民眾肯定。

另外，保麗龍一直沒有統一去化標準，以前委外廠商需付費，且因部分保麗龍體積大，廠商在資源回收廠造成負擔，市長陳銘風與市公所團隊積極尋找方案，終於在去年接洽到環境部認可的業者，願意協助回收臺東市的保麗龍。

過去半年，市公所與電器業者合作進行試辦計畫，評估回收運行狀況，並規畫調整公量所量，四月十五日，起臺東市保麗龍回收正式啟動，民眾可將包裝用(非食品類)、乾淨的保麗龍整理好，直接交給收車回收。

他提醒，食品用保麗龍沒有清理乾淨的，無法符合標準請丟垃圾車，目前臺東市為縣內第一個進行保麗龍回收的鄉鎮市，若其他鄉鎮市有需求，也能提供協助回收。



圖：豐田國中足球隊奪冠獻獎。(記者陳盈貞/攝)

豐田國中足球隊奪冠獻獎

縣長饒慶鈴頒發體育獎助學金

她指出，四年前臺東縣首屆全國足球聯賽冠軍，為比賽學生能在更好的環境訓練，為讓學生能與國際足球賽接轨，縣府將協同興建符合國際標準的十一人制人工草皮足球場，加上標準夜間燈光照明，不僅提升訓練品質，也讓該校能舉辦更多高水準的比賽。

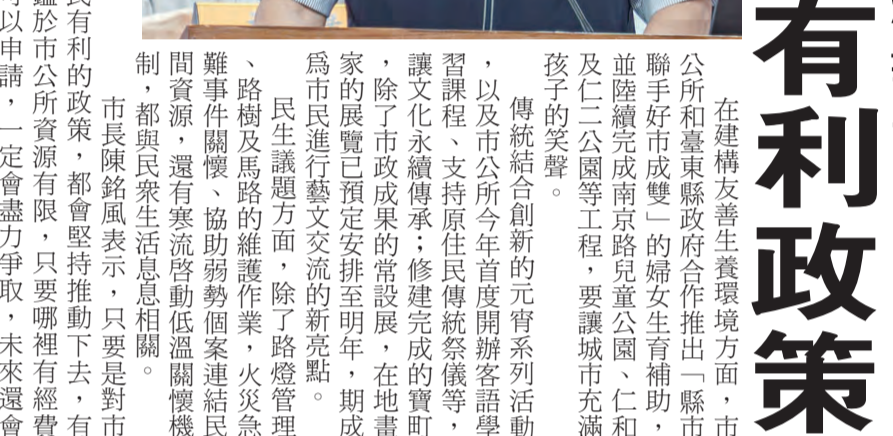
此外，積極爭取花東基金，今年三月聘進臺東縣國中第一屆正式防護員，讓豐田國中足球隊的選手在面對高強度的比賽，能有充分的後勤支援，並在科學化運動防護下，讓教練與選手的心力衝刺，進步到更高層次的競技運動。

校長洪文政表示，豐田國中自創校以來，一直秉持著「以學生為中心」的辦學理念，今年四月至五月間，在全國足球賽中，只放過五天假期，放棄與家人團聚的寶貴時光，只為了能在球場上代表學校爭取佳績，為學校及臺東爭光。

他特別感謝家長後援會的強力支持，另恭賀鄭裕辰、陽浩璋入選中華U17代表隊培訓，爭取國家隊名單應戰亞洲盃資格賽。



圖：臺東市市民代表會定期大會，市長陳銘風施政總報告。(記者陳盈貞/攝)



圖：臺東市辦理定時定點垃圾清運試辦計畫，獲得民眾肯定。(記者陳盈貞/攝)

豐田國中足球隊奪冠獻獎

縣長饒慶鈴頒發體育獎助學金

她指出，四年前臺東縣首屆全國足球聯賽冠軍，為比賽學生能在更好的環境訓練，為讓學生能與國際足球賽接轨，縣府將協同興建符合國際標準的十一人制人工草皮足球場，加上標準夜間燈光照明，不僅提升訓練品質，也讓該校能舉辦更多高水準的比賽。

此外，積極爭取花東基金，今年三月聘進臺東縣國中第一屆正式防護員，讓豐田國中足球隊的選手在面對高強度的比賽，能有充分的後勤支援，並在科學化運動防護下，讓教練與選手的心力衝刺，進步到更高層次的競技運動。

校長洪文政表示，豐田國中自創校以來，一直秉持著「以學生為中心」的辦學理念，今年四月至五月間，在全國足球賽中，只放過五天假期，放棄與家人團聚的寶貴時光，只為了能在球場上代表學校爭取佳績，為學校及臺東爭光。

他特別感謝家長後援會的強力支持，另恭賀鄭裕辰、陽浩璋入選中華U17代表隊培訓，爭取國家隊名單應戰亞洲盃資格賽。

東大傑聯會掛牌回饋獎學金

即日起開放攤主報名

響應5/18 台東減廢慢生活

記者陳盈貞/報導

臺東縣政府將於五月十八日上午九點至下午三點，在臺東縣環保局旁草皮舉辦「二〇二四臺東減廢生活節」夏季熊版二手市集，號召環保團體踴躍報名設攤，開放報名至六月。

臺東縣政府表示，縣府在落實聯合國永續發展目標(SDGs)及環境保護上，不遺餘力，臺東減廢生活節在活動規畫上，除遵照「臺東減廢生活節」辦理外，更將環保教育結合教育活動，以豐富、多元的活動內容，邀請縣民利用行動實踐環保生活。此次活動預計將有近七十攤環保攤位，包含減少使用一次性塑膠餐盒、環保餐具、二手市集、適合親子活動的環保遊戲區及資源回收兌換站，現場也設有環保餐廚、環保局說明、資源回收兌換站部分，民眾攜帶廢棄物(需完成沖洗不殘留農藥)、廢乾電池(不包含鉛酸電池)、廢高壓電器及廢照明光源等活動攤位回收，達到指定回收量即可兌換市集消費券，兌換資訊搜尋臺東減廢慢生活粉專「https://reurl.cc/1hnx88」，報名連結「https://reurl.cc/1hnx88」，報名至五月六日止。

當天攜帶個人環保餐廚到現場參加減廢生活節的民眾，可至服務台兌換兩百枚TPUSH金幣，每人限兌換一次，數量有限，兌完為止，環保局歡迎民眾踴躍參與一年一度「臺東減廢生活節」以行動實踐環保。



圖：豐田國中足球隊奪冠獻獎，縣長饒慶鈴頒發獎狀。(記者陳盈貞/攝)

東大傑聯會掛牌回饋獎學金

即日起開放攤主報名

響應5/18 台東減廢慢生活

記者陳盈貞/報導

臺東縣政府將於五月十八日上午九點至下午三點，在臺東縣環保局旁草皮舉辦「二〇二四臺東減廢生活節」夏季熊版二手市集，號召環保團體踴躍報名設攤，開放報名至六月。

臺東縣政府表示，縣府在落實聯合國永續發展目標(SDGs)及環境保護上，不遺餘力，臺東減廢生活節在活動規畫上，除遵照「臺東減廢生活節」辦理外，更將環保教育結合教育活動，以豐富、多元的活動內容，邀請縣民利用行動實踐環保生活。此次活動預計將有近七十攤環保攤位，包含減少使用一次性塑膠餐盒、環保餐具、二手市集、適合親子活動的環保遊戲區及資源回收兌換站，現場也設有環保餐廚、環保局說明、資源回收兌換站部分，民眾攜帶廢棄物(需完成沖洗不殘留農藥)、廢乾電池(不包含鉛酸電池)、廢高壓電器及廢照明光源等活動攤位回收，達到指定回收量即可兌換市集消費券，兌換資訊搜尋臺東減廢慢生活粉專「https://reurl.cc/1hnx88」，報名連結「https://reurl.cc/1hnx88」，報名至五月六日止。

當天攜帶個人環保餐廚到現場參加減廢生活節的民眾，可至服務台兌換兩百枚TPUSH金幣，每人限兌換一次，數量有限，兌完為止，環保局歡迎民眾踴躍參與一年一度「臺東減廢生活節」以行動實踐環保。



圖：臺東減廢慢生活節開放攤主報名中。

即日起開放攤主報名

響應5/18 台東減廢慢生活

記者陳盈貞/報導

臺東縣政府將於五月十八日上午九點至下午三點，在臺東縣環保局旁草皮舉辦「二〇二四臺東減廢生活節」夏季熊版二手市集，號召環保團體踴躍報名設攤，開放報名至六月。

臺東縣政府表示，縣府在落實聯合國永續發展目標(SDGs)及環境保護上，不遺餘力，臺東減廢生活節在活動規畫上，除遵照「臺東減廢生活節」辦理外，更將環保教育結合教育活動，以豐富、多元的活動內容，邀請縣民利用行動實踐環保生活。此次活動預計將有近七十攤環保攤位，包含減少使用一次性塑膠餐盒、環保餐具、二手市集、適合親子活動的環保遊戲區及資源回收兌換站，現場也設有環保餐廚、環保局說明、資源回收兌換站部分，民眾攜帶廢棄物(需完成沖洗不殘留農藥)、廢乾電池(不包含鉛酸電池)、廢高壓電器及廢照明光源等活動攤位回收，達到指定回收量即可兌換市集消費券，兌換資訊搜尋臺東減廢慢生活粉專「https://reurl.cc/1hnx88」，報名連結「https://reurl.cc/1hnx88」，報名至五月六日止。

當天攜帶個人環保餐廚到現場參加減廢生活節的民眾，可至服務台兌換兩百枚TPUSH金幣，每人限兌換一次，數量有限，兌完為止，環保局歡迎民眾踴躍參與一年一度「臺東減廢生活節」以行動實踐環保。

國產石叻檳榔
大貨、現貨、大貨、現貨、大貨、現貨
5500元起
3000元起
2000元起
1500元起
1000元起
500元起

鑫源企業社
會計、稅務、法律、翻譯、設計、印刷、電腦、維修、清潔、搬家、裝修、油漆、木工、電工、水電、通風、空調、冷暖、煤氣、網路、電話、電視、音響、器材、傢俱、家電、汽車、保險、旅遊、簽證、機票、火車、船票、代辦、各項、業務、誠信、服務、價格、公道、歡迎、垂詢、地址：花蓮市中山路112號

佳興冰果室
31000元
29000元
27000元
25000元
23000元
21000元
19000元
17000元
15000元
13000元
11000元
9000元
7000元
5000元
3000元
1000元

誠預拌車司機
誠徵預拌車司機
1. 地點：花蓮市
2. 職責：預拌車司機
3. 待遇：每月薪資28000元
4. 福利：勞保、健保、加班費
5. 其他：提供膳宿、交通津貼
有意者請洽：0912-222-222

順富裕刀削麵
誠徵廚工一名
一、上班時間：上午7時30分至13時30分
二、薪資福利：享勞保、健保及加班費
三、資格：需具備中餐烹調、華級級技術士檢定證書
有意者請洽：海星國小人事室或總務處
電話：8225407-222(賴老師)、#233(林主任)
手機：0911-276363(汪主任)

海星國小 誠徵 約雇廚工一名
一、上班時間：上午7時30分至13時30分
二、薪資福利：享勞保、健保及加班費
三、資格：需具備中餐烹調、華級級技術士檢定證書
有意者請洽：海星國小人事室或總務處
電話：8225407-222(賴老師)、#233(林主任)
手機：0911-276363(汪主任)

旺莊生活百貨
誠徵 儲備幹部、正職門市人員、計時門市人員
二、就業人士、物流倉管 / 司機 (以上數名)
早班7-16, 中班13-22, 晚班15-24 薪資待遇: \$28400-\$40000元
計時薪資: 07:00-16:00
晚班收銀員: 15:00-24:00 (另加夜班津貼\$3000元)
開列人員: \$28400-\$40000元 物流倉管/司機: \$28400-\$40000元
計時薪資: 時薪185元 月休: 8-10天不等
員工福利: 勞保、健保、勞退、加班費、特休、年假
結婚補助、喪葬補助、生日禮券、三節禮券等(見報三日有效)
地址: 花蓮縣吉安鄉中山路三段337號

縣聯生活百貨
福利大批發
誠徵 工作人員(男女不拘)
工讀生(早晚皆可)
兼職人員
PT計時人員
歡迎二度就業人員(男女不拘)
早班7-16, 中班13-22
晚班15-24
薪資待遇: \$28400-\$40000元
計時薪資: 時薪185元
兼職薪資: 時薪185元
月休: 8-10天不等
地址: 花蓮縣吉安鄉 中正路一段122-1號

牙醫診所助理
誠徵 牙醫診所助理
1. 地點：花蓮市
2. 職責：牙醫診所助理
3. 待遇：每月薪資28000元
4. 福利：勞保、健保、加班費
5. 其他：提供膳宿、交通津貼
有意者請洽：0912-222-222

建華食品
誠徵 廚工
1. 地點：花蓮市
2. 職責：廚工
3. 待遇：每月薪資28000元
4. 福利：勞保、健保、加班費
5. 其他：提供膳宿、交通津貼
有意者請洽：0912-222-222

益暗
誠徵 廚工
1. 地點：花蓮市
2. 職責：廚工
3. 待遇：每月薪資28000元
4. 福利：勞保、健保、加班費
5. 其他：提供膳宿、交通津貼
有意者請洽：0912-222-222

誠徵專業油漆師傅
誠徵專業油漆師傅
1. 地點：花蓮市
2. 職責：專業油漆師傅
3. 待遇：每月薪資28000元
4. 福利：勞保、健保、加班費
5. 其他：提供膳宿、交通津貼
有意者請洽：0912-222-222

友達
誠徵 廚工
1. 地點：花蓮市
2. 職責：廚工
3. 待遇：每月薪資28000元
4. 福利：勞保、健保、加班費
5. 其他：提供膳宿、交通津貼
有意者請洽：0912-222-222

誠徵專業油漆師傅
誠徵專業油漆師傅
1. 地點：花蓮市
2. 職責：專業油漆師傅
3. 待遇：每月薪資28000元
4. 福利：勞保、健保、加班費
5. 其他：提供膳宿、交通津貼
有意者請洽：0912-222-222

誠徵專業油漆師傅
誠徵專業油漆師傅
1. 地點：花蓮市
2. 職責：專業油漆師傅
3. 待遇：每月薪資28000元
4. 福利：勞保、健保、加班費
5. 其他：提供膳宿、交通津貼
有意者請洽：0912-222-222

誠徵專業油漆師傅
誠徵專業油漆師傅
1. 地點：花蓮市
2. 職責：專業油漆師傅
3. 待遇：每月薪資28000元
4. 福利：勞保、健保、加班費
5. 其他：提供膳宿、交通津貼
有意者請洽：0912-222-222

誠徵專業油漆師傅
誠徵專業油漆師傅
1. 地點：花蓮市
2. 職責：專業油漆師傅
3. 待遇：每月薪資28000元
4. 福利：勞保、健保、加班費
5. 其他：提供膳宿、交通津貼
有意者請洽：0912-222-222

誠徵專業油漆師傅
誠徵專業油漆師傅
1. 地點：花蓮市
2. 職責：專業油漆師傅
3. 待遇：每月薪資28000元
4. 福利：勞保、健保、加班費
5. 其他：提供膳宿、交通津貼
有意者請洽：0912-222-222

早期熟木材出售
早期熟木材出售
1. 地點：花蓮市
2. 職責：早期熟木材出售
3. 待遇：每月薪資28000元
4. 福利：勞保、健保、加班費
5. 其他：提供膳宿、交通津貼
有意者請洽：0912-222-222

其他
其他
1. 地點：花蓮市
2. 職責：其他
3. 待遇：每月薪資28000元
4. 福利：勞保、健保、加班費
5. 其他：提供膳宿、交通津貼
有意者請洽：0912-222-222

房地租賃
房地租賃
1. 地點：花蓮市
2. 職責：房地租賃
3. 待遇：每月薪資28000元
4. 福利：勞保、健保、加班費
5. 其他：提供膳宿、交通津貼
有意者請洽：0912-222-222

房地租賃
房地租賃
1. 地點：花蓮市
2. 職責：房地租賃
3. 待遇：每月薪資28000元
4. 福利：勞保、健保、加班費
5. 其他：提供膳宿、交通津貼
有意者請洽：0912-222-222

房地租賃
房地租賃
1. 地點：花蓮市
2. 職責：房地租賃
3. 待遇：每月薪資28000元
4. 福利：勞保、健保、加班費
5. 其他：提供膳宿、交通津貼
有意者請洽：0912-222-222

房地租賃
房地租賃
1. 地點：花蓮市
2. 職責：房地租賃
3. 待遇：每月薪資28000元
4. 福利：勞保、健保、加班費
5. 其他：提供膳宿、交通津貼
有意者請洽：0912-222-222

房地租賃
房地租賃
1. 地點：花蓮市
2. 職責：房地租賃
3. 待遇：每月薪資28000元
4. 福利：勞保、健保、加班費
5. 其他：提供膳宿、交通津貼
有意者請洽：0912-222-222

房地租賃
房地租賃
1. 地點：花蓮市
2. 職責：房地租賃
3. 待遇：每月薪資28000元
4. 福利：勞保、健保、加班費
5. 其他：提供膳宿、交通津貼
有意者請洽：0912-222-222

房地租賃
房地租賃
1. 地點：花蓮市
2. 職責：房地租賃
3. 待遇：每月薪資28000元
4. 福利：勞保、健保、加班費
5. 其他：提供膳宿、交通津貼
有意者請洽：0912-222-222

房地租賃
房地租賃
1. 地點：花蓮市
2. 職責：房地租賃
3. 待遇：每月薪資28000元
4. 福利：勞保、健保、加班費
5. 其他：提供膳宿、交通津貼
有意者請洽：0912-222-222

房地租賃
房地租賃
1. 地點：花蓮市
2. 職責：房地租賃
3. 待遇：每月薪資28000元
4. 福利：勞保、健保、加班費
5. 其他：提供膳宿、交通津貼
有意者請洽：0912-222-222

房地租賃
房地租賃
1. 地點：花蓮市
2. 職責：房地租賃
3. 待遇：每月薪資28000元
4. 福利：勞保、健保、加班費
5. 其他：提供膳宿、交通津貼
有意者請洽：0912-222-222

房地租賃
房地租賃
1. 地點：花蓮市
2. 職責：房地租賃
3. 待遇：每月薪資28000元
4. 福利：勞保、健保、加班費
5. 其他：提供膳宿、交通津貼
有意者請洽：0912-222-222

房地租賃
房地租賃
1. 地點：花蓮市
2. 職責：房地租賃
3. 待遇：每月薪資28000元
4. 福利：勞保、健保、加班費
5. 其他：提供膳宿、交通津貼
有意者請洽：0912-222-222

房地租賃
房地租賃
1. 地點：花蓮市
2. 職責：房地租賃
3. 待遇：每月薪資28000元
4. 福利：勞保、健保、加班費
5. 其他：提供膳宿、交通津貼
有意者請洽：0912-222-222

房地租賃
房地租賃
1. 地點：花蓮市
2. 職責：房地租賃
3. 待遇：每月薪資28000元
4. 福利：勞保、健保、加班費
5. 其他：提供膳宿、交通津貼
有意者請洽：0912-222-222

房地租賃
房地租賃
1. 地點：花蓮市
2. 職責：房地租賃
3. 待遇：每月薪資28000元
4. 福利：勞保、健保、加班費
5. 其他：提供膳宿、交通津貼
有意者請洽：0912-222-222

房地租賃
房地租賃
1. 地點：花蓮市
2. 職責：房地租賃
3. 待遇：每月薪資28000元
4. 福利：勞保、健保、加班費
5. 其他：提供膳宿、交通津貼
有意者請洽：0912-222-222

住商不動產
住商不動產
1. 地點：花蓮市
2. 職責：住商不動產
3. 待遇：每月薪資28000元
4. 福利：勞保、健保、加班費
5. 其他：提供膳宿、交通津貼
有意者請洽：0912-222-222

住商不動產
住商不動產
1. 地點：花蓮市
2. 職責：住商不動產
3. 待遇：每月薪資28000元
4. 福利：勞保、健保、加班費
5. 其他：提供膳宿、交通津貼
有意者請洽：0912-222-222

住商不動產
住商不動產
1. 地點：花蓮市
2. 職責：住商不動產
3. 待遇：每月薪資28000元
4. 福利：勞保、健保、加班費
5. 其他：提供膳宿、交通津貼
有意者請洽：0912-222-222

住商不動產
住商不動產
1. 地點：花蓮市
2. 職責：住商不動產
3. 待遇：每月薪資28000元
4. 福利：勞保、健保、加班費
5. 其他：提供膳宿、交通津貼
有意者請洽：0912-222-222

住商不動產
住商不動產
1. 地點：花蓮市
2. 職責：住商不動產
3. 待遇：每月薪資28000元
4. 福利：勞保、健保、加班費
5. 其他：提供膳宿、交通津貼
有意者請洽：0912-222-222

住商不動產
住商不動產
1. 地點：花蓮市
2. 職責：住商不動產
3. 待遇：每月薪資28000元
4. 福利：勞保、健保、加班費
5. 其他：提供膳宿、交通津貼
有意者請洽：0912-222-222

住商不動產
住商不動產
1. 地點：花蓮市
2. 職責：住商不動產
3. 待遇：每月薪資28000元
4. 福利：勞保、健保、加班費
5. 其他：提供膳宿、交通津貼
有意者請洽：0912-222-222

住商不動產
住商不動產
1. 地點：花蓮市
2. 職責：住商不動產
3. 待遇：每月薪資28000元
4. 福利：勞保、健保、加班費
5. 其他：提供膳宿、交通津貼
有意者請洽：0912-222-222

住商不動產
住商不動產
1. 地點：花蓮市
2. 職責：住商不動產
3. 待遇：每月薪資28000元
4. 福利：勞保、健保、加班費
5. 其他：提供膳宿、交通津貼
有意者請洽：0912-222-222

住商不動產
住商不動產
1. 地點：花蓮市
2. 職責：住商不動產
3. 待遇：每月薪資28000元
4. 福利：勞保、健保、加班費
5. 其他：提供膳宿、交通津貼
有意者請洽：0912-222-222

住商不動產
住商不動產
1. 地點：花蓮市
2. 職責：住商不動產
3. 待遇：每月薪資28000元
4. 福利：勞保、健保、加班費
5. 其他：提供膳宿、交通津貼
有意者請洽：0912-222-222

住商不動產
住商不動產
1. 地點：花蓮市
2. 職責：住商不動產
3. 待遇：每月薪資28000元
4. 福利：勞保、健保、加班費
5. 其他：提供膳宿、交通津貼
有意者請洽：0912-222-222

住商不動產
住商不動產
1. 地點：花蓮市
2. 職責：住商不動產
3. 待遇：每月薪資28000元
4. 福利：勞保、健保、加班費
5. 其他：提供膳宿、交通津貼
有意者請洽：0912-222-222

住商不動產
住商不動產
1. 地點：花蓮市
2. 職責：住商不動產
3. 待遇：每月薪資28000元
4. 福利：勞保、健保、加班費
5. 其他：提供膳宿、交通津貼
有意者請洽：0912-222-222

住商不動產
住商不動產
1. 地點：花蓮市
2. 職責：住商不動產
3. 待遇：每月薪資28000元
4. 福利：勞保、健保、加班費
5. 其他：提供膳宿、交通津貼
有意者請洽：0912-222-222

住商不動產
住商不動產
1. 地點：花蓮市
2. 職責：住商不動產
3. 待遇：每月薪資28000元
4. 福利：勞保、健保、加班費
5. 其他：提供膳宿、交通津貼
有意者請洽：0912-222-222

住商不動產
住商不動產
1. 地點：花蓮市
2. 職責：住商不動產
3. 待遇：每月薪資28000元
4. 福利：勞保、健保、加班費
5. 其他：提供膳宿、交通津貼
有意者請洽：0912-222-222

住商不動產
住商不動產
1. 地點：花蓮市
2. 職責：住商不動產
3. 待遇：每月薪資28000元
4. 福利：勞保、健保、加班費
5. 其他：提供膳宿、交通津貼
有意者請洽：0912-222-222

今日物件同步刊登888房屋市集
今日物件同步刊登888房屋市集
1. 地點：花蓮市
2. 職責：今日物件同步刊登888房屋市集
3. 待遇：每月薪資28000元
4. 福利：勞保、健保、加班費
5. 其他：提供膳宿、交通津貼
有意者請洽：0912-222-222

今日物件同步刊登888房屋市集
今日物件同步刊登888房屋市集
1. 地點：花蓮市
2. 職責：今日物件同步刊登888房屋市集
3. 待遇：每月薪資28000元
4. 福利：勞保、健保、加班費
5. 其他：提供膳宿、交通津貼
有意者請洽：0912-222-222

今日物件同步刊登888房屋市集
今日物件同步刊登888房屋市集
1. 地點：花蓮市
2. 職責：今日物件同步刊登888房屋市集
3. 待遇：每月薪資28000元
4. 福利：勞保、健保、加班費
5. 其他：提供膳宿、交通津貼
有意者請洽：0912-222-222

今日物件同步刊登888房屋市集
今日物件同步刊登888房屋市集
1. 地點：花蓮市
2. 職責：今日物件同步刊登888房屋市集
3. 待遇：每月薪資28000元
4. 福利：勞保、健保、加班費
5. 其他：提供膳宿、交通津貼
有意者請洽：0912-222-222

今日物件同步刊登888房屋市集
今日物件同步刊登888房屋市集
1. 地點：花蓮市
2. 職責：今日物件同步刊登888房屋市集
3. 待遇：每月薪資28000元
4. 福利：勞保、健保、加班費
5. 其他：提供膳宿、交通津貼
有意者請洽：0912-222-222

今日物件同步刊登888房屋市集
今日物件同步刊登888房屋市集
1. 地點：花蓮市
2. 職責：今日物件同步刊登888房屋市集
3. 待遇：每月薪資28000元
4. 福利：勞保、健保、加班費
5. 其他：提供膳宿、交通津貼
有意者請洽：0912-222-222

今日物件同步刊登888房屋市集
今日物件同步刊登888房屋市集
1. 地點：花蓮市
2. 職責：今日物件同步刊登888房屋市集
3. 待遇：每月薪資28000元
4. 福利：勞保、健保、加班費
5. 其他：提供膳宿、交通津貼
有意者請洽：0912-222-222

今日物件同步刊登888房屋市集
今日物件同步刊登888房屋市集
1. 地點：花蓮市
2. 職責：今日物件同步刊登888房屋市集
3. 待遇：每月薪資28000元
4. 福利：勞保、健保、加班費
5. 其他：提供膳宿、交通津貼
有意者請洽：0912-222-222

今日物件同步刊登888房屋市集
今日物件同步刊登888房屋市集
1. 地點：花蓮市
2. 職責：今日物件同步刊登888房屋市集
3. 待遇：每月薪資28000元
4. 福利：勞保、健保、加班費
5. 其他：提供膳宿、交通津貼
有意者請洽：0912-222-222

今日物件同步刊登888房屋市集
今日物件同步刊登888房屋市集
1. 地點：花蓮市
2. 職責：今日物件同步刊登888房屋市集
3. 待遇：每月薪資28000元
4. 福利：勞保、健保、加班費
5. 其他：提供膳宿、交通津貼
有意者請洽：0912-222-222

今日物件同步刊登888房屋市集
今日物件同步刊登888房屋市集
1. 地點：花蓮市
2. 職責：今日物件同步刊登888房屋市集
3. 待遇：每月薪資28000元
4. 福利：勞保、健保、加班費
5. 其他：提供膳宿、交通津貼
有意者請洽：0912-222-222

今日物件同步刊登888房屋市集
今日物件同步刊登888房屋市集
1. 地點：花蓮市
2. 職責：今日物件同步刊登888房屋市集
3. 待遇：每月薪資28000元
4. 福利：勞保、健保、加班費
5. 其他：提供膳宿、交通津貼
有意者請洽：0912-222-222

今日物件同步刊登888房屋市集
今日物件同步刊登888房屋市集
1. 地點：花蓮市
2. 職責：今日物件同步刊登888房屋市集
3. 待遇：每月薪資28000元
4. 福利：勞保、健保、加班費
5. 其他：提供膳宿、交通津貼
有意者請洽：0912-222-222

今日物件同步刊登888房屋市集
今日物件同步刊登888房屋市集
1. 地點：花蓮市
2. 職責：今日物件同步刊登888房屋市集
3. 待遇：每月薪資28000元
4. 福利：勞保、健保、加班費
5. 其他：提供膳宿、交通津貼
有意者請洽：0912-222-222

今日物件同步刊登888房屋市集
今日物件同步刊登888房屋市集
1. 地點：花蓮市
2. 職責：今日物件同步刊登888房屋市集
3. 待遇：每月薪資28000元
4. 福利：勞保、健保、加班費
5. 其他：提供膳宿、交通津貼
有意者請洽：0912-222-222

今日物件同步刊登888房屋市集
今日物件同步刊登888房屋市集
1. 地點：花蓮市
2. 職責：今日物件同步刊登888房屋市集
3. 待遇：每月薪資28000元
4. 福利：勞保、健保、加班費
5. 其他：提供膳宿、交通津貼
有意者請洽：0912-222-222

今日物件同步刊登888房屋市集
今日物件同步刊登888房屋市集
1. 地點：花蓮市
2. 職責：今日物件同步刊登888房屋市集
3. 待遇：每月薪資28000元
4. 福利：勞保、健保、加班費
5. 其他：提供膳宿、交通津貼
有意者請洽：0912-222-222

今日物件同步刊登888房屋市集
今日物件同步刊登888房屋市集
1. 地點：花蓮市
2. 職責：今日物件同步刊登888房屋市集
3. 待遇：每月薪資28000元
4. 福利：勞保、健保、加班費
5. 其他：提供膳宿、交通津貼
有意者請洽：0912-222-222

刊登廣告
刊登廣告
1. 地點：花蓮市
2. 職責：刊登廣告
3. 待遇：每月薪資28000元
4. 福利：勞保、健保、加班費
5. 其他：提供膳宿、交通津貼
有意者請洽：0912-222-222

花蓮縣政府 公告
花蓮縣政府 公告
1. 地點：花蓮市
2. 職責：花蓮縣政府 公告
3. 待遇：每月薪資28000元
4. 福利：勞保、健保、加班費
5. 其他：提供膳宿、交通津貼
有意者請洽：0912-222-222

花蓮縣政府 公告
花蓮縣政府 公告
1. 地點：花蓮市
2. 職責：花蓮縣政府 公告
3. 待遇：每月薪資28000元
4. 福利：勞保、健保、加班費
5. 其他：提供膳宿、交通津貼
有意者請洽：0912-222-222

「更生之友」特約商店(生活用品)

優惠特約店	電話	店家地址	活動或優惠消費內容	優惠期間
髮尊專業髮型設計	8347877	花蓮市南京街101號	產品、染燙9折	113/1/1-12/31
足健能量養生館	8328952	花蓮市成功街53號1F	腳底按摩95折	113/1/1-12/31
安格英語	8321123	花蓮市國風街21巷23號	報名送精美禮物	113/1/1-12/31
良友文具行	8323533	花蓮市中山路313號	批發價(特價品除外)	113/1/1-12/31
紅不讓體育用品社	8565530	吉安鄉中央路三段512號	75折、團體另有優待、日本製商品8折	113/1/1-12/31
丰采髮藝	8465258	花蓮市中山路578號	燙染護剪85折需預約	113/1/1-12/31
沙林美髮	8566926	花蓮市富吉路19號	剪、燙、染、護85折	113/1/1-12/31
欣品衛浴股份有限公司	8357308	花蓮市中華路186號	9折	113/1/1-12/31
萬年電機修理所	8322842	花蓮市南京街308號	購買36V電動車補助後再優惠3000元	113/1/1-12/31
巨匠電腦	8360863	花蓮市中山路180號	單元課程打85折	113/1/1-12/31
華英社(書局)	8540839	花蓮縣吉安鄉南昌路85號	圖書、文具、參考書、教具、體育用品全面八折	113/1/1-12/31
亞瑟王美語補習班	8342149	花蓮市中和街101號	幼兒全美班95折	113/1/1-12/31
新遠東汽車保養所	8571391	花蓮縣吉安鄉自強路二段89號	免費汽車健檢, 所有維修打9折	113/1/1-12/31
金茂攝影	8328296	花蓮市中正路435號	證件照相多送一組	113/1/1-12/31
溫伯力生物科技土肉桂產銷中心	8761388	花蓮縣鳳林鎮中正路二段349號	肉桂系列產品95折(特價品除外)	113/1/1-12/31
神話養生推拿館	8533319	花蓮縣吉安鄉自強路22號	來店消費9折	113/1/1-12/31
大華隱形眼鏡公司	8323099	花蓮市中山路142-10號	配鏡買一送一(1000元)	113/1/1-12/31
宜昌傢俱城	8529209	花蓮縣吉安鄉宜昌村吉祥4街11號	買家具特價	113/1/1-12/31
美如玉美容美髮補習班	0910551357	花蓮市德安一街190號		

煮雞蛋、蒸雞蛋、番茄雞蛋……雞蛋不僅吃法多，營養價值還高，可以算是餐桌上的「頂流」。近日，雞蛋再度成為焦點，#每週吃5個雞蛋糖尿病和高血壓風險會降低#話題引發熱議。對此，南京《揚子晚報》刊文提醒，雞蛋雖然是優質蛋白，但追求任何一種單一食材都是不可取的。雞蛋的攝入量因人而異，並且還需要結合全天的飲食結構共同考慮。

「每週吃≥5個雞蛋，患2型糖尿病和高血壓的風險分別顯著降低28%和32%」話題引發關注的一個點在於能降低慢病風險，追溯這個結論，源自美國波士頓大學的研究團隊發表在《營養素》雜誌上的一項研究。不過，中國農業大學研究團隊在《歐洲公共衛生雜誌》發表的一項研究指出，吃太多雞蛋不利於健康，每週攝入量不應超過6個。

每週到底吃幾個雞蛋，成了很多人頭疼的事。對此，江蘇省省級機關醫院營養科主任蔡曉真介紹，在瞭解文獻時，很多人往往只關注結論，但這個結論是有很多前置條件的。一般推薦每天吃一個整雞蛋，但也沒有絕對嚴格的限定，如果能夠在其他食物中獲得足夠的蛋白質，不吃雞蛋也無妨。

「不同的人群、不同疾病狀態對於蛋白質的需求是不一樣的，比如健身人士、運動員，對蛋白質的需要量很大，普通食物難以滿足，一天攝入多個雞蛋蛋白，是可取的；對於糖尿病患者、腎臟病人，每天在其他

飲食不變的情況下，將高脂肉類食物替換成雞蛋，對血糖控制、腎臟保護等也是有好處的。」蔡曉真介紹，雞蛋蛋白質的氨基酸組成與人體蛋白質氨基酸模式最為接近，最易被消化吸收。雞蛋中還含有卵

磷脂，豐富的脂溶性維生素和微量元素，包括維生素A、D、K等，對於人體健康都至關重要。

但需要提醒的是，從營養學角度來講，沒有任何食物是全優全能的。「雞蛋黃中含有較高的膽固醇和脂肪，對於高血壓、高膽固醇血症的病人來說，每天吃一個或半個就夠了。」蔡曉真強調，日常飲食講究均衡搭配，「食物搭配就像一個團隊，每一種食物都要在一定數量、關係的前提下，合理搭配才能發揮出最大效能。」

吃雞蛋

能降低慢病風險？

不一定



典籍見康

溫中良藥話花椒

花椒，又名川椒、蜀椒、香椒等，不僅是廚房中重要的調味品，還是一味內服、外用均可的良藥。

花椒性溫味辛，歸脾、胃、腎經，具有芳香健脾、溫中散寒、除濕止痛、殺蟲解毒、止癢解腥、補腎助陽的功效。常用於治療積食停飲、心腹冷痛、嘔吐、咳嗽氣逆、風寒濕痹、泄瀉、疝痛、齒痛、陰癢、疥瘡等症。

《本草綱目》記載：「椒純陽之物，乃手足太陽、右腎命門氣分之藥。其味辛而麻，其氣溫以熱。稟南方之陽，受西方之陰。故能入肺散寒，治咳嗽；入脾除濕，治風寒濕痹，水腫瀉痢；入右腎補火，治陽衰遺精，足弱久病諸證。」

現代研究顯示，花椒含有揮發油、生物鹼、香豆素、黃酮、木脂素等，對肺炎雙球菌、金黃色葡萄球菌、大腸桿菌、綠膿桿菌等多種致病菌均有明顯的抑制作用，還有促進唾液分泌、抗氧化、抗炎、鎮痛、鎮靜、驅蟲、抑制血小板凝集等作用。

推薦幾款用花椒做的美食。
油潑花椒豆豉。花椒2克，綠豆芽400克，鹽、花生油適量。綠豆芽洗淨、瀝乾，掐去芽和根。鍋內熱油，放入花椒炸香後撈出。將豆芽放入漏勺，用湯勺舀熱油反復澆在豆芽上，至豆芽變色，撒鹽拌勻即可。
功效：綠豆芽可解酒毒、熱毒，利三焦，

花椒可增味暖脾開胃。
花椒薑蔥茶。花椒20克，生薑10克，大棗5枚。生薑洗淨切片，三物同放鍋中煮開即可。

功效：花椒、生薑助陽散寒，大棗健脾調中，共奏有健脾暖胃、溫腎助陽的功效。
花椒鹽焗蝦。鮮蝦30隻，醃製鹽200克，花椒一把（約80粒）。將鮮蝦用水沖洗，瀝乾水份，去除蝦線、蝦鬚備用。將鹽、花椒混合，取2/3放入鍋中，大火燒熱，當花椒顏色開始變深後，放入鮮蝦。將剩下的鹽和花椒撒在蝦上，蓋上蓋子燜3分鐘後，用鏟子將蝦和鹽攪拌均勻，再燜2分鐘即可。

功效：蝦具有補腎壯陽、通乳、托毒之功效，合用花椒，既提鮮去腥，又有健脾益氣、補腎壯陽之功。

（作者楊玲玲，就職於河南省中醫學院）



中醫養生 情緒抑鬱？試試穴位按揉

隨著社會的變化和發展，抑鬱症已成為常見的心理疾病之一，給患者的日常生活、工作帶來了很大困擾。

中醫雖無「抑鬱症」病名，但根據其臨床症狀表現可歸屬於「郁證」「臟躁」等情志病範疇。中醫認為，抑鬱多由情志不舒、氣機鬱滯、憂思傷脾所致，與肝關係最為密切，同時也與心、脾相關。肝失疏洩、脾失健運、心失所養……臟腑氣血陰陽失調是抑鬱症發生的主要病機。

膻穴是臟腑氣血在身體體表的反應點，

能調節心臟、心經的虛實，故按揉此穴可補益心氣、安定心神。

內關穴。手厥陰心包經腧穴，在前臂掌側，當曲澤與大陵的連線中，腕橫紋上2寸，掌長肌腱與橈側腕屈肌腱之間。內關為心包經絡穴，可溝通心經和心包經表裡二經，有寧心安神、寬胸解鬱的功效。內關又為八脈交會穴，通陰維脈，對胃、心、胸等疾患有很好的調治作用，按揉內關可調節脾胃功能，促進氣血生成。臨牀上，神門和內關相配，能很好得調養心神，改善情緒抑鬱。

神門穴。手少陰心經腧穴，在腕部，腕掌側橫紋尺側端，尺側腕屈肌腱的橈側凹陷處。該穴為心經體內和體表經脈的氣血物質相匯之處，主治神志病症。神門穴又為心經的原穴，是心臟原氣留止的部位，

募穴為臟腑精氣結聚於胸腹部的腧穴，可反映相應臟腑的病變，體中為心包募穴，屬鄰近取穴，臨牀上多與四肢遠端諸穴相配。體中又為氣會，宗氣之所聚，與前述二穴配伍使用，起到寬胸、理氣、通絡、寧心的作用，故可減輕情緒抑鬱。

太沖穴。足厥陰肝經腧穴，在足背側，第1趾骨間隙後方凹陷中。太沖為肝經原穴，為肝臟原氣留止的部位，具有疏肝理氣解鬱的功效。

合穀穴。手陽明大腸經腧穴，在手背，第1、2掌骨間，當第2掌骨橈側的中點處。簡便取穴為以一手拇指指骨關節橫紋，放在另一手拇、食指之間的指蹠線上，當

腕中穴。任脈腧穴，在胸部，當前正中線上，平第4肋間，兩乳頭連線的中點。

指指尖下即為該穴。合穀為大腸經原穴，有清熱瀉火、補氣通經的作用。合穀配太沖為「開四關」之法，具有醒神開竅的作用，可鎮靜安神、平肝熄風，改善情緒抑鬱。

按揉調理上述腧穴，可有效改善情緒抑鬱，同時在治療抑鬱症時，也可起到很好的增效作用。

需要特別強調的是，抑鬱症不像感冒，不是扛一扛就能痊癒的，應及時就醫。
（作者曹方，就職於河南中醫藥大學第一附屬醫院）

KIDS 兒童天地



春到公園

崇明國小/宗宥岑

今天，我來到了公園。一踏入公園，柔和的風兒迎面而來，不時飄來陣陣濃郁的花香，到處都充滿了生氣。

各種樹木都穿起了綠衣裳，長出了新枝嫩葉，那嫩芽，就像一個個綠色的珍珠，亮亮的，春天的陽光也把小草鑲上了一層綠色，油亮亮的，十分惹人喜愛。我往前走了幾步，我看到萬紫千紅的花朵，五彩繽紛的花蝴蝶，閃動著美麗的翅膀，舞姿真是優美！幾隻松鼠在榕樹身上跳上跳下的，玩起了追逐的遊戲。

再往前走，我看到一個小池塘，岸邊的柳樹像喝醉酒似的，輕輕的舞動著它滿身嫩油油的枝條，池塘裡的魚兒自由的游來游去，有一些還玩起了躲貓貓遊戲，真可愛。

離開公園，看到人行道上黃花風鈴木盛開，有如下起黃金雨，花瓣落下，遍佈道路，有如撲上金黃色地毯，滿滿春天氣息，讓人看了心曠神怡。（四年級）

有聲世界

銅蘭國小/徐梓薰

有一個夜晚，我和媽媽到外地旅行，手機播放著氣象報導，好像是說有寒流，媽媽打算開回花蓮，車子快速在公路上前進，哇！映入眼簾的是雪，雪很漂亮，我聞到雪的味道，一種特別的香味

我回想起曾經到訪的宜蘭太平山，在白茫茫的霧氣裡，我伸出手撫摸樹上的葉子。火車「咚咚咚」噹噹！轟隆轟隆的走在軌道上，劃破了山林的寧靜。噯一聲，火車到站了，我「蹦」一聲跳進旁邊的雪堆，啊！我好開心，我全身冰冷，我走在橋上，橋發出唧唧呀呀的聲音，嘩啦啦的流水就在腳下，我快冷死了，趕緊跑去擁抱家人，快樂的時光總是很快流逝，完美的旅行結束了。（五年級）

怪物即將入侵！

復興國小/胡又云

假日時，爸爸、媽媽帶弟弟去看醫生，媽媽叫我在家寫功課，她跟我說她會買好吃的給我，我心想應該他們很快就回來了，所以我就同意看家了。

我一個人待在家裡乖乖的寫功課，忽然我看到窗外有一個又高又大的東西在劇烈擺動

著，好像一位高大的巨人慢慢的前進準備衝進我們家，於是我用最快的速度跑到廚房把平底鍋的蓋子戴在頭上，一隻手拿著鏟子，另外一隻手拿著平底鍋，擺好手勢，大功造成！我不怕任何怪物闖進來了！忽然這時有人打電話過來，「鈴！鈴！」

我小心翼翼的拿起電話，一聽就是市長黃偉哲的政策宣導，我立刻掛斷，因為我哪有時間管他，我要守在家門口，以免巨人衝進家裡，但是這時忽然有瘋狂敲門！

我趕緊擺好手勢，結果在外面爸爸用力一踢，把門打開了，媽媽問我為什麼穿成這樣，我假裝沒事，到最後我才知道那個怪物其實是鄰居種了新的植物，它隨風擺動把我嚇個半死！（四年級）

熟悉的背影

台南市崇明國小/李柏陞

每週一、二、四晚上垃圾車來時，都會有一位站在垃圾車後面的阿姨，她總是只認真工作、親切的和倒垃圾的民眾問好，讓我印象非常深刻。

我經常會幫家裡倒垃圾，所以垃圾車的隨車阿姨也認識我。每次看到她，她總是汗流浹背，卻仍然保持著笑容，而且不論颶風下雨，她始終沒有休息。印象中，她總是穿著黃橘相間的工作服，到了定點便下車協助大家倒垃圾，有時天氣寒冷，她甚至仍穿著夏天的短袖，且協助大家將垃圾倒入垃圾車裡，可想而知，她的工作需要大量體力，才在冬天仍穿短袖也不覺冷。

記得有一次，我不小心把整袋垃圾丟到垃圾車的車頂，但她沒有斥責我，反而幫我將垃圾拿下來，我感到非常不好意思，她卻輕輕叮嚀我趕快離開垃圾車的旁邊，以免發生危險，令我非常感動，深深感受到阿姨善良及包容的心。

這位垃圾車隨車阿姨，每天既細心又辛苦的為居民服務，我一定要親自向她說聲「謝謝」，希望她工作順心，不要因辛苦的工作而累了！（五年級）

傾聽的禮貌

北昌國小/游尚毅

你知道禮貌是什麼嗎？我認為禮貌是一種尊重別人的態度，也是一種修養舉止和品格的表現。禮貌是一件很重要的事，生活中處處都少不了它。

舉例來說：排隊時不推擠、不插隊是一種禮貌的表現，這樣人們既可以快速排到位置，也可以減少危險的發生。我去台北搭捷運的時候就看到大人們耐心的等待，雖然人很多，但大家還是有秩序到達自己的目的地。另外，我的長輩從小就教我「請、謝謝、對不起」要看場合好好使用，除了能讓我們更快樂，也能減少誤會的發生。和別人相處的時候，雙眼看著對方也是一種禮貌，而耐心地用耳朵聽，更是生活中的基本禮貌。

關於傾聽的禮貌，我們都喜歡被別人尊重，也想到他人的重視，但這些尊重不是平白得來的，如果能從最基本的聆聽開始，別人在說話，我以眼睛、耳朵、表情的專注去表達我對

別人的重視，這就是禮貌，而我也會被別人用相同的方式對待。

我覺得我有很多需要改進的地方，因為我都沒有達到「傾聽的禮貌」的目標，爸爸的話我都沒有聽進耳朵裡，不禮貌的情況甚至越來越嚴重，所以我要檢討我自己，這樣不止能自己更快樂也能讓自己的朋友越來越多。

所以，我決定要改變上課分心的情況，首先，眼睛看著正在講台或正在發言的老師或同學，讓他們感受到我的尊重與態度；另外，每次我會因為沒有專心聆聽別人告知的事情，使得人家要告訴我事情，我都不太清楚，造成別人和我的困擾，所以我要改變。認真專注的傾聽別人的發言，這是禮貌，也是生活上不可或缺的一部分。（三年級）

夕陽

新竹縣陸豐國小/劉昀恩

夕陽像鳥兒般，在森林裡穿梭著。夕陽像雲霧般，在山巒間籠罩著。夕陽像蝴蝶般，在花叢中飛舞著。夕陽也在最疼愛我的哥哥眼中，淡淡的閃爍著。（三年級）

鑄強國小/王宏瑞

花朵的告白

啊！又被踩了！你沒有看錯，我又被踩了，每年十二月到一月都有很多人來看我們。因此，我們每天都會被人類踩踏，所以我們慢慢減少了也慢慢枯萎了。

我是每天人見人愛的花朵，每朵花都五顏六色、萬紫千紅，而且花朵還可以美化環境、工

人觀賞，讓人看了心情很好，我就是一個可以讓人開心的開心果。

我希望大家以後看到美麗花朵時請高抬貴腳，小心翼翼地走。或者是按照工人規劃的路線走，這樣我就不会被踩到了，也不會減少，可以讓更多的人欣賞，讓更多的人開心。（三年級）