

振興花觀光 傳嶼辦公聽會

針對行政院0403專案只到12月底 呼籲延長補助 直到花蓮問題徹底解決



▲行政院0403專案只到12月底，立委傅其崑在公聽會呼籲政府等花蓮問題徹底解決才能停止專案。
▲三人力銀行提供

記者田德財/報導
○四三花蓮大地震重創當地觀光產業，影響至今讓旅人卻步，再加上花蓮振興旅遊補助最後倒數計時，花蓮如何及時救市？111人力銀行與會經擔任過花蓮縣長現任立委傅其崑，十七日共同舉辦「振興花蓮觀光公聽會」探討相關議題。傅其崑說，行政院0403專案只到今年十二月月底，呼籲政府持續關懷當地人民與受創產業，等花蓮問題徹底解決，才能停止專案。

傅其崑表示，「花蓮既是觀光大縣也是農業大縣，住房率懸崖式下降，農產銷量也不佳，觀光產業及農業皆大受影響，因此與同黨立委洪孟楷、廖先翔以及民衆黨立委張啓楷、跨黨派共同協力，在立法院紅樓一〇一會議室，召開振興花蓮觀光公聽會，集結多位花蓮觀光產業代表，竭力為振興花蓮觀光產業發聲。

振興花東觀光補助具有誘因

傅其崑說，今天有許多花蓮觀光產業界人士來到公聽會，希望大家集思廣益，找出振興觀光解方，他會把花蓮人心聲帶到國會議論。行政院的0403專案補助，目前只到今年十二月月底，而111人力銀行發言人曾仲威表示，今年三月時花蓮遊客超過一百二十萬人次，但隨後有地震強震影響，十月就降七至三成，期間雖有觀光業者踴躍補助，但針對自由行、旅行團補助預計只能用至本月十一、二十日。而111人力銀行調查顯示，百分之六十二點五業者認為振興花東觀光補助對正向態度，認為有誘因吸引遊客赴花蓮。

花蓮縣觀光商業同業公會理事長張瑋瑋表示，今年平均住宿率較去年同期幾乎腰斬，旺季七月到八月僅有不到三成，與去年七八月表現落差很大。四月地震與凱米颱風後，約三十家業者歇業或更換經營者，占整體比例達百分之二十五。如今隨補助提早結束，包括跨年的平均住宿率只剩二成五，明年一到二月也僅預估為一成五到二成。

花蓮縣政府觀光處副處長林加昌表示，補助截止但目前前花蓮觀光信心尚未恢復，擔憂旅客失去價格誘因，將使花蓮旅遊熱度下滑，業者經濟壓力增加。花蓮縣觀光協會理事長陳義豐表示，預計明年農曆九天連假，整體住宿率僅有二成到三成，呼籲中央延長補助至明年上半年。

東台灣整體建設延遲西部40年

傅其崑表示，花東不只是面對自然環境的困境，還面對政府長期重西輕東、東北輕南，以致東台灣建設延遲西部超過四十年，現在各界觀光客要進花蓮，遇到分段分段的蘇花公路，紛紛打退堂鼓，甚至很多旅行社、觀光業者無法順利把旅客帶進花蓮。

傅其崑提到，雖然蘇花公路在十二月二十日之後，有望修復完成，達到全線不分時段通車，但人民很擔憂，只要一陣風雨來，花蓮對外交通就要中斷、形成孤島，並痛批，「現在哪個先進國家會這樣？」他呼籲，「交通部要提出解決辦法。」

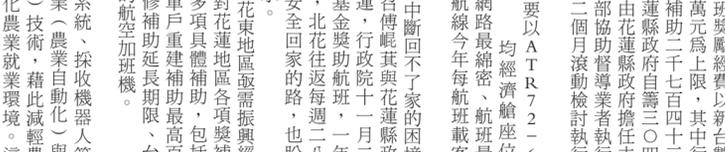
傅其崑說，希望各部會，尤其交通部、重慶產業界聲音及呼籲，一條一條務實的落實，讓台灣觀光真的走向世界。

香港花蓮直航 地面服務品質有改善空間

沒有自動通關設備、本國與外國籍未分流、也沒有外幣兌換處...
記者田德財/報導
香港、花蓮直航航班十二月十二日往返八班次，每班次都有八、六的載客量，對花蓮觀光產業有很大的助益。本報記者十五日從香港登機採訪到花蓮落地通關，對相關地面服務項目及品質，對中央相關機關提升，才能吸引更多國內外旅客搭乘。

香港、花蓮直航航班十二月十二日往返八班次，每班次都有八、六的載客量，對花蓮觀光產業有很大的助益。本報記者十五日從香港登機採訪到花蓮落地通關，對相關地面服務項目及品質，對中央相關機關提升，才能吸引更多國內外旅客搭乘。

香港、花蓮直航航班十二月十二日往返八班次，每班次都有八、六的載客量，對花蓮觀光產業有很大的助益。本報記者十五日從香港登機採訪到花蓮落地通關，對相關地面服務項目及品質，對中央相關機關提升，才能吸引更多國內外旅客搭乘。



▲十五日香港飛花蓮入境的旅客，在花蓮航空站大排長龍，國內外旅客混在一起，等待查驗證照。
(記者田德財/攝)

高房價困境：是經濟成就還是社會隱憂？

全台灣房地產市場過去幾年來呈現驚人的成長，房價如同一道不斷攀升的高牆，逐漸超越多數家庭的負擔能力。這樣的「繁榮」背後，隱藏著深刻的結構性問題。高房價究竟是經濟成就的象徵，還是社會不平等與經濟成長的縮影，值得我們深入探討。

高房價對社會的影響尤以中產階級最為深遠。根據統計，台灣中產階級家庭的房貸負擔率高達46%，大幅壓縮了家庭的可支配收入，進一步降低生活品質。中產家庭不僅要承受高額房貸，還需面對物價和教育費用的造成威脅。

政策，例如限制貸款成數和信用管制，效果仍然有限。雖然預售屋市場的買氣退燒，顯示市場逐漸回歸理性，但房價並未因此顯著下跌，供需雙方進入僵持狀態。這反映出台灣的高房價問題並非僅靠單一政策就能解決，背後結構性因素仍待深究。

上漲壓力。這樣的經濟負擔使得他們在教育、健康及退休規劃方面力不從心，甚至在貧富差距持續擴大的情況下，逐漸變成低收入階層。

2025年房價或將進行一定程度的修正，但僅限於「軟著陸」。尤其是在六都等核心城市，土地資源相對有限，需求穩定，使得價格調整相對困難。但這也提醒我們，房地產市場與經濟發展，更需要政策的持續介入與創新。

目前市場上普遍的共識是，短期內房價大幅下跌的可能性極低。一些專家預測，客可安心申報租屋補助，高房價問題的解決必須建立在多方協作與社會共識的基礎上。政府在制定房地產政策時，應優先考量國民的居住正義與社會福祉，而非僅將房地產視為經濟成長的工具。唯有如此，才能在追求經濟繁榮的同時，維持社會的穩定與和諧。

高房價調整的過程或許艱難，但每一步努力，都將為下一代創造更多的希望與可能性。我們期待在政策創新的推動下，台灣能找出一條平衡的房地產發展之路，讓高房價不再成為阻礙社會進步的桎梏，而能真正造福全民。

立榮航空 12/30起 天天飛北花

解決鐵路公路天災運輸不穩 花東基金獎助航班
記者田德財/報導
立榮航空國內航線主要以ATR72-600型螺旋槳客機執行，均經濟艙位數七十人，為國內航線網絡最綿密、航班最密集的航空公司；北花航線今年每航班載客量都不高。

立榮航空國內航線主要以ATR72-600型螺旋槳客機執行，均經濟艙位數七十人，為國內航線網絡最綿密、航班最密集的航空公司；北花航線今年每航班載客量都不高。

縣府參訪智慧農業技術 開啟新思路

日本因應農業高齡化挑戰 優化從農環境
記者田德財/報導
花蓮縣長徐榛蔚率領城市友好交流參訪團，拜訪福岡留米市的E.P.S.株式會社，參觀其自動化智慧農場，了解該公司在智慧農業領域的先進技術與應用模式，並針對農業自動化設施、智慧農業系統開發、提升產效率與競爭力、更期望為花蓮智慧農業技術的落地應用，提供寶貴的參考案例。

參訪團一行還實地參觀了該公司的自動化智慧農場，深入了解了該公司多項核心技術，包括智能自動灌溉系統、自動化採收機器人、土壤溫度系統，及利用物聯網(IoT)技術實現的遠端監控系統。這些技術讓農民能即時掌握農地的溫度與作物生長情況，進一步優化農場管理。參訪團成員一致表示，這些技術應用對解決農業勞動力短缺，及提升產效率競爭力有實質幫助，未來可期。

如土壤加熱系統、採收機器人等設施等，智慧農業(農業自動化)與(工廠自動化)技術，藉此減輕農友勞務負擔，優化農業就業環境。這些創新的研發和舉措，讓Link System獲選為二〇二四福岡代表企業Best100，與二〇二四福岡代表企業Best100，

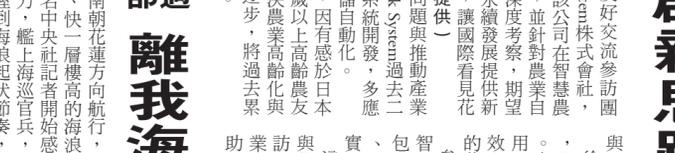


▲花蓮縣長徐榛蔚率領城市友好交流參訪團，拜訪福岡留米市的E.P.S.株式會社，參觀其自動化智慧農場，了解該公司在智慧農業領域的先進技術與應用模式，並針對農業自動化設施、智慧農業系統開發、提升產效率與競爭力、更期望為花蓮智慧農業技術的落地應用，提供寶貴的參考案例。

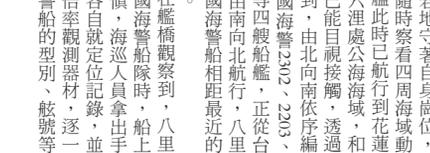
中國海警4船通過 離我海巡艦最近僅1哩

記者田德財/報導
中國海警215等四船，日前從台灣東部外海由南向北航行，海巡署八里艦、吉安艦等艦艇併航監控，海巡人員也仔細確認中國海警船的型別、舷號等細節。

記者田德財/報導
中國海警215等四船，日前從台灣東部外海由南向北航行，海巡署八里艦、吉安艦等艦艇併航監控，海巡人員也仔細確認中國海警船的型別、舷號等細節。



▲中國海警4船通過東部海域。(中央社)



▲日本因應農業高齡化挑戰 優化從農環境 縣府參訪智慧農業技術 開啟新思路

國家之寶！百歲榮民琴仍回饋社區



圖：花蓮縣榮服處處長蕭振嘉（左一）與吉安鄉鄉長游淑貞（右一）向壽星夏宗澤爺爺（中左）、其配偶王阿蕊（中右）獻上祝福。（榮服處提供）

榮獲今年吉安鄉「長青環保志工獎」

夏宗澤爺爺日前是吉安鄉的環保志工，都還會幫忙社區做資源回收及打掃，也是長青植樹隊的一員，十二月十七日花蓮縣榮民服務處由處長蕭振嘉頒發長青獎章、服務組長及替代役男等提前到府為其舉辦百歲慶生會，並代表轉贈獎章及卓院長祝賀壽星、輔導會主任委員賀壽星紀念金飾、榮服處致贈精緻禮品、吳媽媽包子專賣店贊助壽桃禮盒，表達誠摯敬意。

花蓮縣吉安鄉游淑貞鄉長也前來獻上滿滿的關懷和祝福，夏爺爺笑顏逐開，感謝榮服處的溫馨祝壽，現場氣氛和樂融融，合唱生日快樂歌及分享蛋糕時達到最高點，全程奉獻溫馨、蕭處長表示「一家有一老，如有一寶」，這些百歲榮民人瑞都是「國家之寶」。

台灣邁向高齡化社會，114年花蓮縣榮服處將有二十三名百歲壽星，榮服處的職責是為曾經衛國保民、為國奉獻的前輩們做好服務照顧工作，提供如家人般的感動服務，藉由祝壽活動感受榮榮，同時持續弘揚孝老敬親的傳統美德。

進駐光華人力拖拉構築木瓜溪堤壩

夏宗澤爺爺民國十四年十二月十八日生，浙江麗水市景寧縣人，老家務農，二十一歲那年被兵丁逮了個正著，送進部隊，民國三十七年二月路過花蓮，隨軍到花蓮，後又調到日月潭發電廠擔任維修工作，一路輾轉於民國五十二年告別軍旅生活，從金門轉往花蓮開辦木瓜溪堤壩，進駐光華人力拖拉構築木瓜溪堤壩，足足做了三年，現今光華社區道路全是當年用石塊鋪築成的，特別堅實，夏爺爺驕傲的說：「如今生活純樸簡約，生活作息規律，身體健康不忘為社區盡環保之力，榮獲一二年吉安鄉長青環保志工獎殊榮。」

民國三十七年，夏宗澤爺爺與弟兄在上海集結，一路南撤，民國三十八年二月到台灣進駐台南機場，又派到日月潭發電廠做維修工作。四十一年的防務中水清機場，夏宗澤是209高砲部隊的士官。他過去接受國家文化記憶庫訪問回憶：「我們就住在飛機跑道的盡頭。當時情勢很亂，怕有些飛行員想家，一上飛機就不回頭，往大陸去了。所以，飛機都是頭頂著頭，不能隨便啟動。」

夏宗澤爺爺目前還是吉安鄉的環保志工，都還會幫忙社區做資源回收及打掃，也是長青植樹隊的一員，十二月十七日花蓮縣榮民服務處由處長蕭振嘉頒發長青獎章、服務組長及替代役男等提前到府為其舉辦百歲慶生會，並代表轉贈獎章及卓院長祝賀壽星、輔導會主任委員賀壽星紀念金飾、榮服處致贈精緻禮品、吳媽媽包子專賣店贊助壽桃禮盒，表達誠摯敬意。

花蓮警方快打演練 強化執法維安

記者賴文康/報導
花蓮警分局在十六日晚間，執行一場無預警式的快打演練，內容為花蓮市某KTV旁的衝突事件。當晚六名民衆因酒後發生肢體碰撞，進而引發一場集體鬥毆，民眾和附近店家隨即撥打「110」報案，請求警方迅速到場協助處理。

花蓮警分局指出，模擬演練過程中，花蓮警分局動員六名民衆因酒後發生肢體碰撞，進而引發一場集體鬥毆，民眾和附近店家隨即撥打「110」報案，請求警方迅速到場協助處理。

花蓮警分局強調，這次演練主要作用是透過演練過程，有效迅速整合轄區警隊，以「打破建制、相互支援」的作法，遏止街頭犯罪氣焰，同時讓深夜帶班的警員及警員，具備快速整合優勢警力的能力，有效壓制及控制現場狀況的緊急應變能力。

日本與那國中學生來台畢旅市公所盛情招待

記者張小菁/報導
花蓮市日本姊妹市與那國町的中華師範生抵台參加畢業旅行，17日下午由師範生專車拜訪花蓮市公所，受到市長魏嘉彥、縣議員魏嘉賢及公所同仁的熱情歡迎，大家揮舞國旗展現友好情誼，也祝賀學生們在臺灣留下美好的回憶。（上圖：花蓮市公所提供）

與那國中來台畢業生旅行，由教務主任簽發原班導師，還有3位教師及11位學生共同參與。他們在16日搭機來台，休息一晚後，17日下午抵達花蓮，先後到海星中學，以及花蓮市公所展開活動。為了表達誠摯歡迎，魏市長也特別準備了珍珠奶茶讓師生們品嚐。

花蓮市公所與那國町姊妹市超過42年，向來交流密切，當地不論是小學或是中學畢業旅行，都會選擇來到臺灣。本屆畢業生在三年前恰巧碰上新冠疫情未能成行，此行終於圓滿。

魏市長在致詞中表示，非常開心再次在花蓮接待來自與那國中學的師生，花蓮市和與那國町長期以來關係相當友好，尤其花蓮在今年發生了大地震，感謝與那國町的居民慷慨解囊捐出善款，讓花蓮人感到都感到十分新奇，大讚好吃。

男子騎腳踏車疑心肌梗塞 自摔不治

記者賴文康/報導
慈濟醫院急救，在接獲急診護士手報及裝設電克爾搶救後，翌日仍宣告不治死亡。（上圖：民眾提供）

黃姓男子送醫急救後，慈濟醫院立即實施心肺導管手術，並裝設電克爾搶救，黃姓男子送醫急救後，慈濟醫院立即實施心肺導管手術，並裝設電克爾搶救，黃姓男子送醫急救後，慈濟醫院立即實施心肺導管手術，並裝設電克爾搶救。

黃姓男子送醫急救後，慈濟醫院立即實施心肺導管手術，並裝設電克爾搶救，黃姓男子送醫急救後，慈濟醫院立即實施心肺導管手術，並裝設電克爾搶救。

酒後衝突勸架遭波及 警強勢控制送法辦

記者賴文康/報導
兩名男子，十五日清晨前往花蓮市國聯五路一家酒吧內飲酒，由於雙方酒後，雙方在酒後突然起口角衝突，鄰桌酒客上前勸架時，遭酒後兩名男子頭部、花蓮警方獲報後，將李姓與林姓酒客一併帶回警署，經酒後兩名男子送醫救治後，並無大礙。轄區花蓮警分局指出，李姓與林姓男子，十五日清晨前往花蓮市國聯五路一家酒吧內飲酒，由於適逢假日，酒

慰勉清潔隊員辛勞

記者何國豐/報導
花蓮縣十三鄉、鎮、市公所清潔隊長聯聚會報（見圖：公所提供），日前在壽豐鄉公所三樓會議室召開，會議由壽豐鄉公所副所長主持，會中由壽豐鄉公所副所長主持，會中由壽豐鄉公所副所長主持。

壽豐鄉公所副所長主持，會中由壽豐鄉公所副所長主持，會中由壽豐鄉公所副所長主持。

壽豐鄉長籲隨手做環保

記者何國豐/報導
壽豐鄉長曾淑懿、環保局秘書王忠志主持，曾淑懿歡迎來自各鄉鎮市清潔隊長，更肯定基層清潔隊員風雨無阻值勤的敬業精神，呼籲大家隨手做環保，減輕各鄉鎮清潔隊員負擔。

曾淑懿強調，壽豐鄉是全國平地面積最大的鄉鎮，人口稠密，在人力及財力的嚴峻考驗下，清潔隊員提高工作效能，面對龐大工作量，基層工作人員認真維護鄉內環境，肩負起機動掃街、溝溝、消毒、砍樹、除草、定時垃圾清運，希望藉由十三鄉鎮公所清潔隊長會議，探討各項環保業務狀況，加強經驗交流、學習、分享效果，壽豐鄉公所也會更加努力，達到清潔淨潔、提升資源回收量、做好垃圾減量，維護環境好品質。

環保局秘書王忠志強調，十三鄉鎮市清潔隊員是城市環境清潔的第一線守護者，不分日夜晴雨，將維護花蓮環境當作自己的使命與責任，無論天災人禍變化的環境原工作，或是日常環境維護、噴藥作業，清潔隊員也都扮演非常重要的角色，除了表達對清潔隊員的感謝，花蓮縣政府環保局更將成為清潔隊員背後支持的力量，共同維護花蓮各鄉鎮美好的生活環境。

合歡山看日出 半途沒油警助脫困

記者賴文康/報導
新成警分局合歡派出所員警，十五日清晨接獲民眾報案指稱，因機車的油料用罄，希望由合歡山山腰處，由深谷高山山腰處，由深谷高山山腰處，由深谷高山山腰處。

合歡派出所員警，十五日清晨接獲民眾報案指稱，因機車的油料用罄，希望由合歡山山腰處，由深谷高山山腰處，由深谷高山山腰處。

合歡山看日出 半途沒油警助脫困

記者賴文康/報導
合歡派出所員警，十五日清晨接獲民眾報案指稱，因機車的油料用罄，希望由合歡山山腰處，由深谷高山山腰處，由深谷高山山腰處。

合歡派出所員警，十五日清晨接獲民眾報案指稱，因機車的油料用罄，希望由合歡山山腰處，由深谷高山山腰處，由深谷高山山腰處。

合歡山看日出 半途沒油警助脫困

記者賴文康/報導
合歡派出所員警，十五日清晨接獲民眾報案指稱，因機車的油料用罄，希望由合歡山山腰處，由深谷高山山腰處，由深谷高山山腰處。

合歡派出所員警，十五日清晨接獲民眾報案指稱，因機車的油料用罄，希望由合歡山山腰處，由深谷高山山腰處，由深谷高山山腰處。

花蓮縣職業總會年終晚宴 席開50桌

理事長伍崑崙感謝全體會員努力付出 期許凝聚力量面對大環境挑戰

記者李柏霖/報導
 花蓮縣職業總會日前在中原路永豐海鮮餐廳舉行年終感恩晚宴及政令宣導活動(見圖;會員提供),晚宴席開五十桌,由理事長伍崑崙帶領全體理事及全體同仁,邀請會員與各界嘉賓一同在邁入歲末年終之際,感謝工會全體會員及幹部以及各界人士在過去一年,齊心協力,共同為花蓮縣的繁榮與發展,以及各項建設,讓花蓮從災難的損傷及混亂中走出來,讓花蓮重新煥發。

花連縣職業總會是花蓮縣各類職業技能勞工的大聯盟,在地方產業上極具影響力,日前的晚宴嘉賓如雲,縣長徐榛蔚和立法委員傅崐予,偕同秘書長、社務處陳加富處長、勞資科方雅麗科長、北區服務中心邱增良主任,親臨現場嘉勉工會會員;花連縣議會也不遑多讓,副議長徐雪玉率領議長辦公室林裕彥主任及韓林梅、林正國、吳建忠、魏嘉賢、笛布斯、顏賢、鄭乾龍等六位議員到場祝賀;花蓮市長魏嘉彦、吉安鄉鄉長游淑貞、花蓮縣勞工局藍淑靜主任也都親自到場與會員們寒暄同樂。

嘉賓們都提供了豐富的摸彩品及獎金,大獎不斷送出,長官及伍理事長紅包現金加碼連連,會員們歡呼尖叫聲此起彼落,現場歡聲雷動,每個人都笑得合不攏嘴。

伍崑崙表示,萬分感謝所有嘉賓蒞臨及慷慨贊助,並勉勵會員,職業總會是花蓮經濟發展與復興的中流砥柱,呼籲大家繼續團結合作,期許工會凝聚力量面對大環境的挑戰,讓災後重生的花蓮比過去更精彩美好。嘉賓們也紛紛上台致詞,向大家拜早年之外,肯定職業總會伍理事長的領導能力及有目共睹的作為,也感謝理事們的付出,及會員們一直以來對花連縣發展的支持與努力;來賓們也表示,勞工是經濟發展的命脈,職業總會把各行各業組織起來加強經營與連結,並定期舉辦各種交流學習活動,花連縣職業總會已成為花蓮運轉的活水。

感恩晚宴由主持人Hana擔綱,妙語如珠,宴席中安排精彩的VCO樂團及紅牌藝人反串秀的舞蹈等高雅活潑的演出,當晚除了美食佳餚之外,會員們也欣賞到多元文化的表演,沉浸在歡樂氣氛中,讓事業及工作的壓力得到抒發與調適。花連縣職業總會會長中長輩,特地安排宣講活動及有獎徵答,說明長照中對於家庭照顧者的關懷支持服務,讓會員們了解如何在長期照顧的路上可以隨時找到諮詢及求助的管道。

記者李柏霖/報導
 讓公益的力量注入花蓮,協助(C)C受災戶從災難中再起。也感謝在地民進黨花蓮黨公職,協助將消息傳給需要幫助的花蓮受災鄉親,相信花蓮一定浴火重生。

「北美洲臺灣婦女會」總會長陳雨萍、東北區理事劉煥君,特地返台出席,陳雨萍致詞強調,NATWA自1989年創立迄今,致力深化台美關係。花蓮(C)C地震發生時,正逢會員大會,全體會員一致決議幫助花蓮,感謝花蓮信賴之友會協助,更感謝陳雨萍老師致贈得獎著作《殘骸書》,祝福花蓮鄉親早日回復正常生活。

「立法委員沈伯洋花蓮服務處」主任林資斌,代表沈伯洋立委感謝捐贈信賴之友的熱誠善款,沈伯洋花蓮服務處與花蓮信賴之友會聯合舉辦「立委服務處與中央聯繫管道」,花連民進黨黨職與中央聯繫管道;信賴之友會則持續結合社會力量,辦理各項公益活動,互相支援,提供花蓮最全面的服務與支持。

出席捐贈儀式貴賓有:「北美洲臺灣婦女會」總會長陳雨萍、東北區理事劉煥君;「花蓮信賴之友會」理事長陳瑞麟(陳列)、榮譽理事長牧師閣閣、馬呼呼、召集人江淑君、理事徐達、總幹事林文文;「立法委員沈伯洋花蓮服務處」主任林資斌;(C)C震災受捐助戶代表等。



記者李柏霖/報導
 金融資訊系統年會「花連二信獲頒2獎項」
 財金公司於日前舉辦「113年度金融創新獎」二獎項頒獎,由總經理李瑞明代表領獎。

「跨行業務推展卓越獎」與「跨行業務創新獎」二獎項殊榮,由總經理李瑞明代表領獎。

花連二信致力於客戶體驗及服務為核心,推動數位金融及金融創新服務,積極響應政策推行數位支付工具,其中「跨行業務創新獎」更是全國唯一受表揚的信用合作社、深獲肯定。

該社長期攜手財金公司推廣金融卡消費扣款、QR Code即可進行轉帳或購物,提供民眾更多元、便捷的支付體驗。秉持不斷創新,打造多元、便利的生活圈為願景,積極落實普惠金融,開發數位帳戶服務,提供網路銀行、網銀APP、i-ATM、HCE及跨行業務交易服務等數位通路,民眾透過電腦或行動設備隨時隨地查詢金融理財或轉帳、付款、繳費等服務,落實普惠金融,大幅提升交易便利性,安全又方便。

近60戶0403震災民衆提出申請 每戶2萬元
 在美台人助花蓮 信賴之友代表捐贈

記者李柏霖/報導
 (C)C地震災情,遠在美國的台灣人社群「北美洲臺灣婦女會」及「聖地牙哥美華基金會/臺灣中心」,心繫台灣,熱情捐助善款,透過「花蓮信賴之友會」轉交,協助災區同胞渡過難關。

「接受申請,針對家中在學生、受災家戶,每戶致贈善款新台幣二萬元,盼解燃眉之急。自今年元月受理以來,計有近六十戶受災家戶提出申請,十二月十七日於花蓮縣信賴之友會辦公室暨立法委員沈伯洋花蓮服務處舉行捐贈儀式(見圖;服務處提供)。

「花蓮信賴之友會」理事長陳瑞麟(陳列)致詞指出,信賴之友會呼籲信賴之友會繼續支持,共同為花蓮的繁榮與發展,以及各項建設,讓花蓮重新煥發。

讓公益的力量注入花蓮,協助(C)C受災戶從災難中再起。也感謝在地民進黨花蓮黨公職,協助將消息傳給需要幫助的花蓮受災鄉親,相信花蓮一定浴火重生。

「北美洲臺灣婦女會」總會長陳雨萍、東北區理事劉煥君,特地返台出席,陳雨萍致詞強調,NATWA自1989年創立迄今,致力深化台美關係。花蓮(C)C地震發生時,正逢會員大會,全體會員一致決議幫助花蓮,感謝花蓮信賴之友會協助,更感謝陳雨萍老師致贈得獎著作《殘骸書》,祝福花蓮鄉親早日回復正常生活。

「立法委員沈伯洋花蓮服務處」主任林資斌,代表沈伯洋立委感謝捐贈信賴之友的熱誠善款,沈伯洋花蓮服務處與花蓮信賴之友會聯合舉辦「立委服務處與中央聯繫管道」,花連民進黨黨職與中央聯繫管道;信賴之友會則持續結合社會力量,辦理各項公益活動,互相支援,提供花蓮最全面的服務與支持。

出席捐贈儀式貴賓有:「北美洲臺灣婦女會」總會長陳雨萍、東北區理事劉煥君;「花蓮信賴之友會」理事長陳瑞麟(陳列)、榮譽理事長牧師閣閣、馬呼呼、召集人江淑君、理事徐達、總幹事林文文;「立法委員沈伯洋花蓮服務處」主任林資斌;(C)C震災受捐助戶代表等。

記者李柏霖/報導
 魏嘉彥偕李振璋等一行 前往畢士大及黎明教養院 市公所愛心列車 送暖各社福機構

記者張小菁/報導
 聖誕佳節將近,花蓮市長魏嘉彥偕同市府同仁,與市代表會主席李振璋一行,十三日上午先後前往畢士大及黎明教養院送聖誕禮物。魏嘉彥市長表示,花蓮市公所團體的愛心列車每年都會在聖誕節前夕巡迴各社福機構,不僅要將關懷帶給這些多需要的花連市民,也將愛心分享給快樂的聖誕佳節(圖:花蓮市公所提供)。

魏嘉彥市長最後提到,年末送暖活動是希望帶動更多人關懷社會弱勢族群,讓愛能在聖誕佳節中向外傳遞,公所今年也和花蓮市代表會共同舉辦「聖誕禮物送暖」公益募集計畫,希望有更多的花連市民可以將愛心分享給更多需要的人。

記者劉怡伶/報導
 宗教帶來安定人心的力量,也凝聚人性良善溫暖救助社會。來自高雄的佛心宮因信仰而經常往返高雄、花蓮兩地,當多在半夜子時時與母親娘慶祝祀活動中,與吉安鄉長游淑貞相遇!聽到在地信眾和廟務人員分享著游淑貞鄉長,擔任鄉長工作親力親為、兼任協助民力,大家期投入救災救災熱誠,二十四小時全年無休援助關懷積極作為,紛紛予以把注社會善行能量。

佛心宮所正在籌募歲末送暖,救世慈懷佛心共築溫馨平安的祥和社會。

農曆年前的貧困戶關懷補助金,感恩勝安宮王母娘娘慈悲善緣,並且在母親節,透過勝安宮王母娘娘基金會平台會集,整齊需求發送,到地救助特殊境遇家庭,提供善行關懷。 (圖/吉安鄉公所提供)

熱心跨越捐款不願列名的高雄佛心宮師姐隨母親腳步修行,低調捐助全縣許多鄉鎮市鎮弱勢戶戶度難關,此次在母親節的指引下,透過勝安宮王母娘娘基金會,力挺鄉鎮鄉長在今年農曆年前,規劃六十七萬中低收入戶救助行動,拋磚引玉的第一筆年前節前助金把注,相信有愛社會一定能圓滿照顧貧困家戶的初心。

勝安宮宮務主委委指出,各宮廟宇都是勸人行善、盡孝道、生活行為舉止以良善做推廣,無論是游淑貞上任後帶領隊行各項鄉政作為,或是年初強震與風災後的救災搶險整備行動,地方皆有目共睹且紛紛投建經費。

所有宮廟包含外縣市宮廟都肯定錢人鄉親善款作為,主動與勝安宮聯繫並實質捐贈善款指定使用,這樣的善行在歷經強震、強大風災後的花蓮,是一股強大鼓舞的動能,更是勇氣推展復建很重要的實質力量。

游淑貞感謝宮廟長期來心靈安定的力量,尤其近年來吉安鄉推行節能減碳政策,大家都紛紛捐助改善環保金爐、配合環保局使用輕便設備,共力發揚宗教守護推展力,年年認真平安路燈千盞護鄉親,救世慈懷佛心共築溫馨平安的祥和社會。

記者張小菁/報導
 花連市公所祝您聖誕快樂
 花連市公所代表會李振璋主席指出,花蓮市公所對於弱勢團體的照顧代表會都全力支持,民意代表們就是要擔任大小朋友們強而有力的後盾,在寒冷的冬天,透過送暖活動來溫暖畢士大及黎明教養院。

魏嘉彥市長最後提到,年末送暖活動是希望帶動更多人關懷社會弱勢族群,讓愛能在聖誕佳節中向外傳遞,公所今年也和花蓮市代表會共同舉辦「聖誕禮物送暖」公益募集計畫,希望有更多的花連市民可以將愛心分享給更多需要的人。

記者張小菁/報導
 花連市公所祝您聖誕快樂
 花連市公所代表會李振璋主席指出,花蓮市公所對於弱勢團體的照顧代表會都全力支持,民意代表們就是要擔任大小朋友們強而有力的後盾,在寒冷的冬天,透過送暖活動來溫暖畢士大及黎明教養院。

魏嘉彥市長最後提到,年末送暖活動是希望帶動更多人關懷社會弱勢族群,讓愛能在聖誕佳節中向外傳遞,公所今年也和花蓮市代表會共同舉辦「聖誕禮物送暖」公益募集計畫,希望有更多的花連市民可以將愛心分享給更多需要的人。

游淑貞感謝宮廟長期來心靈安定的力量,尤其近年來吉安鄉推行節能減碳政策,大家都紛紛捐助改善環保金爐、配合環保局使用輕便設備,共力發揚宗教守護推展力,年年認真平安路燈千盞護鄉親,救世慈懷佛心共築溫馨平安的祥和社會。

記者張小菁/報導
 花連市公所祝您聖誕快樂
 花連市公所代表會李振璋主席指出,花蓮市公所對於弱勢團體的照顧代表會都全力支持,民意代表們就是要擔任大小朋友們強而有力的後盾,在寒冷的冬天,透過送暖活動來溫暖畢士大及黎明教養院。

魏嘉彥市長最後提到,年末送暖活動是希望帶動更多人關懷社會弱勢族群,讓愛能在聖誕佳節中向外傳遞,公所今年也和花蓮市代表會共同舉辦「聖誕禮物送暖」公益募集計畫,希望有更多的花連市民可以將愛心分享給更多需要的人。

青年創業家徐品蓁感謝父母支持圓夢
 知名手搖飲萬波島嶼紅茶 插旗花蓮

記者田德財/報導
 全台知名手搖飲品牌「萬波島嶼紅茶」十二月十七日正式插旗花蓮,於莫道中華路路邊營業。這家由青年創業家徐品蓁所經營的門市,不僅標誌著知名品牌首次進軍六都之外,更象徵著花連青年創業、感恩父母辛勞栽培的動人故事。

十七日上午十一點,萬波島嶼紅茶花蓮中華店在吉時揭開開幕序幕,吸引眾多慕名而來的消費者排隊搶購,門市外瞬間出現人潮,場面熱鬧非凡。年輕的消費者紛紛表示,萬波紅茶系列以獨特的口感、精選原料和品質口碑聞名全台,這次能在花蓮品嚐到萬波的手搖飲,讓人滿心期待,也為花蓮的飲品市場注入全新活力。

二十三歲的徐品蓁加盟創業,主要是有感於她對父親的親情感召,同時她認到萬波島嶼紅茶有別於其他手搖飲品文化,致力於將「一

青年創業家徐品蓁感謝父母支持圓夢
 知名手搖飲萬波島嶼紅茶 插旗花蓮

記者田德財/報導
 全台知名手搖飲品牌「萬波島嶼紅茶」十二月十七日正式插旗花蓮,於莫道中華路路邊營業。這家由青年創業家徐品蓁所經營的門市,不僅標誌著知名品牌首次進軍六都之外,更象徵著花連青年創業、感恩父母辛勞栽培的動人故事。

十七日上午十一點,萬波島嶼紅茶花蓮中華店在吉時揭開開幕序幕,吸引眾多慕名而來的消費者排隊搶購,門市外瞬間出現人潮,場面熱鬧非凡。年輕的消費者紛紛表示,萬波紅茶系列以獨特的口感、精選原料和品質口碑聞名全台,這次能在花蓮品嚐到萬波的手搖飲,讓人滿心期待,也為花蓮的飲品市場注入全新活力。

二十三歲的徐品蓁加盟創業,主要是有感於她對父親的親情感召,同時她認到萬波島嶼紅茶有別於其他手搖飲品文化,致力於將「一

記者黃萬中/報導
 富源社區召開銀級認證審查會議

富源社十六日主辦「銀級認證現勘審查會議」,席間針對氣候變遷減緩及調適工作,低碳永續家園執行計畫內容進行討論,並透過行動提升環境的氣候變遷調適上能力,以積極達到減碳的目標。

富源社區為瑞穗客家特色鄉鎮集中之村莊,充滿濃厚客家文化特色,近年來隨著

消防局和平分隊 危險場所及巷弄搶救演練

記者賴文康/報導
 為熟悉災害搶救流程,把握救災黃金時間,花蓮縣消防局第一大隊和平分隊,十六日上午,在秀林鄉和平凱鑫旅店,以附近狹小巷弄進行場所火災搶救演練,因狹小巷弄場所發生火災危險性遠高於一般火災,除搶救困難外也容易造成房屋延燒,同仁應熟悉狹小巷弄位置及搶救流程。(圖:花蓮縣消防局提供)

花蓮縣消防局指出,和平分隊由和平主管小隊長馬清華,率領隊員陳政霖及吳憲等人,專程前往轄內和平凱鑫旅店及附近狹小巷弄進行搶救演練,狹小巷弄通常為連棟式住宅,發生火災易釀成火勢延燒。花連縣消防局表示,這次危險場所暨狹小巷弄搶救演練項目,包括有一水源佔領、水線佈置、水霧防護、阻斷延燒等,並藉由模擬災情現場可能發生的各種狀況,使消防人員熟悉各項救災裝備、器材操作技巧,以提升搶救效率。實際操演救災及車輛部署,增進指揮官救災應變能力及同仁火災搶救技能,更能保障轄區民衆生命財產安全。

花蓮縣消防局強調,為了災害發生時能夠快速應變,減少民眾的生命和財產損失,同仁應熟悉轄內狹小巷弄位置及搶救流程,在執行搶救任務的同時保護自己,避開火源,發揮平時訓練火災搶救技能,將災害損失減至最低,以確保民衆生命財產安全。

萬波島嶼紅茶「呈現給每位顧客,特別以獨具台灣風味飲品設計,迅速在年輕人間掀起一股風潮。這次進軍花蓮,更是對地方市場高度重視的展現,讓花連觀光產業及在地年輕族群多了個優質選擇。

徐品蓁是一位勇於追夢的花連青年,家人談及她創業的契機,徐品蓁表示,從小生長於花蓮,目睹父親多年來為家庭默默付出,自己也一直希望有朝一日能獨創事業成功,回報父母的辛勞。而「萬波島嶼紅茶」不僅品牌口碑良好,更富有文化內涵,成為她圓夢的自選品牌。

「創業不是一件容易的事,但父親的鼓勵和支持,成為我勇敢前行的動力。」徐品蓁感性地說:「從最初的選址、店舖設計到團隊的組建,每一步印在我心裏,給我最堅定的支持,讓我有信心地走向自己的夢想之路。」

花連中華店也將提供高品質的飲品,未來除了將結合在地特色,推出限定商品或聯名活動,透過創意行銷吸引不同客群,讓萬波島嶼紅茶成為花連新亮點。

立憲傳其服務處青年部主任邱惠敏表示,花連一直是個充滿人情味與自然美景的地方,而徐品蓁的創業故事,更讓人看見了花連青年的堅韌與溫暖。她行動力強,即便身處家鄉,只要擁有夢想與堅持,就能創造屬於自己的舞台,並回報父母的養育之恩。

議長張峻等一行會勘達共識 台鐵立刻將北側圍欄銳角拆除 並擬出整體規劃

光復站前停車場 2個月內完成改善



縣議員蔡依靜(Annie Panay)表示，今天的協調會動員預算圓滿順利，農曆春節將至，族人希望廠商能加快改善進度。對於完工後的後續維修問題，也請台鐵能與鄉公所和光復分駐所密切聯繫和配合。由於台鐵位於光復火車站周邊土地寬廣，未來如有涉及公眾使用的範圍，希望工程能與地方充分溝通。

台鐵為展現最大協調誠意，在會勘前已將停車場圍欄全數拆除，僅留下入口欄柵。光復鄉三村長也有備而來，進場後立即拉起白布條表示抗議。在台鐵副經理提出三項改善方案供協調選擇後，村長們才收起白布條，最終協商結果以第一項方案進行改善。經雙方理智溝通，台鐵將以最高速度擬出整體規劃，希望能在兩個月內完工。

花蓮縣議會議長張峻表示，感謝所有關心光復火車站前停車場改善進度的民意代表、村長和鄉親，為公益權益挺身而前，並直言不諱、據理力爭。對於副經理在處理起停車場爭議事件的誠意和溝通協調能力，張峻給予肯定，也希望台鐵和廠商能言行一致，張峻將與鄉親持續關注改善進度，共創雙贏。

協調會勘後改善方案：

一、廣場前停車場將由機車停車場改為汽車停車場，北側一樣設計為汽車停車場，且動線寬度將依交通科主管的停車場申請規定辦理，寬度不足及銳角入口均進行拆除改善。

二、原本設計正對台九線的入口開門，車輛將改為由北側進入，南側出口，且停車場的南、北、西三個方向均退縮，以利通行安全。

三、臨時停車以5分鐘為限不予收費。

謝經理表示，我們有十足的誠意要解決問題，無奈廠商缺工嚴重，導致改善進度延宕。我們也衷心希望民眾能以送送親友為主，保持停車場周邊暢通，不要長期停靠在車道邊緣，謝謝大家的合作和體諒。

謝經理指出，目前停車區域的寬度為6公尺，深度為6公尺，經過縮小後，寬度減少至5公尺，深度減少至5公尺。一般標準車位尺寸為寬2.5公尺、長5公尺，由於考慮設備及欄柵的規劃，因此留出空出的空間，考量到車輛尺寸(約2.5公尺至3公尺)，可實現臨時停車而不擋到交通，形成三車道。謝經理最後強調，感謝交通科張科長的協助，我們一定尊重專業意見並進行改進。更感謝今天所有參與協調者，包括張峻議長、蔡依靜議員、Annie Panay議員、鄉公所秘書、村長、代表會主席廖慶鈞及鄉親們。

縣議員蔡依靜(Annie Panay)表示，今天的協調會動員預算圓滿順利，農曆春節將至，族人希望廠商能加快改善進度。對於完工後的後續維修問題，也請台鐵能與鄉公所和光復分駐所密切聯繫和配合。由於台鐵位於光復火車站周邊土地寬廣，未來如有涉及公眾使用的範圍，希望工程能與地方充分溝通。

記者何國豐/報導

台鐵委託錫錫規畫行銷有限公司負責光復火車站前停車場的改建，但事先未與地方充分溝通。經地方反映後進行第一次協調，但協調後卻遲遲未有進展，導致地方反彈。台鐵發現事態嚴重，爭議一發不可收拾，於是花蓮營業分處經理謝文宗主動於十七日上午邀集花蓮縣議會議長張峻、縣議員蔡依靜(Annie Panay)、花蓮縣政府建設處交通科、廠商、光復鄉公所、代表會主席廖慶鈞、代表、村長及當地民眾等，進行工程改善確切會勘(見圖：議會提供)，以符合民眾需求和交通科的相關規定，讓停車場動線更加安全。會勘後，台鐵立刻進行施工，將北側停車場圍欄銳角部分拆除。

「拾年壹刻」攝影展 在花創園區

辦一場攝影展是宜蘭縣、花蓮縣數位機會中心與宜蘭縣及花蓮縣政府教育處共同主辦，邁入第十年的「小攝影師的三大夢想」計畫的第三個大夢。以「拾年壹刻」為主題的攝影展日前在花蓮文化創意產業園區三三三樓登場(見圖：記者謝宗璋/攝)，展出從一千一百多張宜花地區國中、小學生徵件脫穎而出的八十一張得獎作品。

展覽以今年徵件的四大主題「人像」、「風物」、「儀式」和「系列」，以及今年增設的「十周年特別獎」、「評審推薦獎」，共計八十一件精彩的得獎作品，在牆面上依序展示，並搭配評審委員的評語賞析；另有「小攝影師的三大夢想」計畫走過十年的側記，回顧十年來的推動歷程以及孩子們的成長故事。

現場還有人氣投票、邀請觀眾至服務台領取貼紙，鼓勵滿意的孩子作品。即日起至展出至明年一月四日止，上午十時至下午六時，週一休息，歡迎一起欣賞、感受宜花孩童們用鏡頭捕捉天馬行空的精彩視界，更多資訊請關注臉書粉專「小攝影師的三大夢想 Little Photographer」。



「拾年壹刻」攝影展在花創園區

小攝影師的3大夢想 邁入第10年

本屆收到千餘件作品 宜花81位學子獲獎

宜蘭縣、花蓮縣數位機會中心攜手宜蘭縣及花蓮縣政府教育處共同主辦的「小攝影師的三大夢想」徵件比賽，今年邁入第十個年頭，十七日在花蓮縣宜盛大學頒獎典禮，宜花地區共八十一位國中、小學生齊聚受獎(見圖：記者謝宗璋/攝)。

同時回顧十年來的歷程，並邀請歷屆得獎小攝影師洪千淳及張哲睿回娘家分享。

本屆收到一千一百多件作品，歷經初選、複選和實體決選，為廣納豐富多元視角和觀點，復選邀請楊哲一、鍾順龍、羅麗瑜、吳德亮、鍾雲如與張國治擔任評審，最終評選出八十一件優秀作品，以及十周年特別獎、五周年特別獎、五周年評審推薦獎、評審推薦獎、頒獎典禮現場熱鬧非凡，包括宜花DOC計畫主持人須文蔚、花蓮縣教育網路中心主任許清亮、宜蘭縣教育網路中心執行秘書陳一鳴、國立東華大學教授黃煜瑤、藝術家楊哲一等到場勉勵得獎學子；連續三年提供萬元清寒獎學金、支持學業進步的小攝影師們繼續追夢的臺北市西南區扶輪社長蔡嘉倩，也到場為活動增添光彩。

他談，迄今邁入第十年，感謝各界捐贈的愛心持續陪伴學童成長，累計募集七百廿台相機，尤其感謝上慶文化總經理鍾雲如所募集的就有逾五百台；另累計邀請廿位攝影師、一百名孩子參與，線上亦累積數十部教學影片；歷年共計收到逾四萬件，得獎作品達六百九十九件，成果豐碩。



不只是八十一位獲獎學子齊聚一堂受獎的榮耀時刻，特別邀請現職花蓮女中的洪千淳、海星高中的張哲睿回娘家分享在攝影路上的心路歷程，展現影像如何改變人生，啟發更多孩子以鏡頭追逐夢想。其中熱愛拍貓的洪千淳帶來出版的個人攝影集《貓咪攝影手記》，透過影像細膩描繪小動物相處的真摯感受。

犒賞員工辛勞

記者黃萬中/報導

為迎合各企業行號年終尾牙春酒的需求，瑞穗天合酒店即日起推出「瑞穗天合酒店年終尾牙春酒」，每桌一萬元起，假日可選擇每桌一二九〇〇元或一五九〇〇元的宴會，歲末年終在歐風城堡莊園內享用豐盛佳餚，犒賞員工一年的辛勞，帶來企業一起好運接龍。

春節即將來臨，歲末年終尾牙春酒是每年企業行號引頸期盼的盛事，也是為餐飲業帶來宴會商機。擁有絕美歐風城堡建築的瑞穗天合國際觀光酒店，提供挑高五米無柱的大氣宴會場地，即日起至明年三月月底推出「金色瑞穗尾牙春酒年終宴」專案。

天合酒店以尖塔城堡外觀造型、南歐莊園風格的建築特色，是國內最磅磅大氣，並擁有挑高五米無柱、破曉熱情的國際廳，可容納十至六十桌的宴會空間，符合各界企業行號的需求，訂席達十五桌以上加贈

三小時免費歡唱卡拉OK，打造賓主盡歡的慶宴，桌桌菜色由酒店主廚團隊精心打造，將在地原住民料理及客家特色結合歐式風味，端出一道道驚豔味蕾的精緻美饌。

金色瑞穗尾牙春酒年終宴平日方案，週一至週四優惠價每桌一萬元起，其中特色料理以天合鴻運滿天開、包含櫻桃鴨肉捲、玫瑰洛神筍、果椒雨來菇、翠瓜山豬皮、蒜香野蕨菜，集結各種風味的前菜讓胃口大開。

瑞穗蜜香煙燻選用花東放山雞製作而成，蜜香紅茶特有的香氣與回甘的蔗糖甜味，襯托出每一口雞肉的獨特風味。

不分平假日皆可適用的方案包含每桌二九〇〇元或是每桌一五九〇〇元，兩款方案由主廚團隊精心設計，為花蓮地區首屈一指的不同型卓越五星宴會場地，順應不同客群的需求，來提供企業尾牙、春酒多元化餐飲選擇，全方位滿足需求，宴會場地陸續接到企業詢問電話，預估此波餐飲活動可帶動業績成長一成。



瑞穗天合酒店擁有挑高五米無柱宴會場地，為花蓮地區首屈一指的大型卓越五星宴會場地。瑞穗天合酒店提供

打造安全職場

花蓮慈院辦職業傷病防治宣導會

記者李柏霖/報導

日前花蓮慈濟醫院舉辦「一三三年職業傷病防治與保護宣導會」(見圖：慈院提供)，邀請花東地區從事勞工健康服務的職業安全與醫護夥伴們，一同從歸屬感的支持職場環境。

宣導會首先由花蓮慈濟醫院醫學科副主任林純吉說明，復健服務之緣由、管理流程與時機、職業災害認定到慢性醫療復健、工作壓力評估和復工計畫擬定之運用、整合「預防」、「保護」、「重建」三方的資源提供一站式服務模式，以提昇職災勞工安全復工的精準性及全面性。

課程中，陳百越臨床心理師特別提到所有身心問題從來不是單一因素，建議透過組織壓力管理、自我身心調適、友善職場支持、建立友善的職場氛圍以降低心理危害。職業醫學科主任劉鴻文醫師則特別補充，「職業安全衛生法」有效相關法規，是如何規範職安衛人員有效辨識工作環境之危害、危害的風險評估及風險管理，營造安全、衛生的工作環境，確保工作者的安全與健康。

劉鴻文主任表示，花蓮慈院為「職業傷病防治」及「職災職能復健」雙認可專責醫院，除提供花東地區職災勞工診療、工作能強化及復工之完整服務外，希望藉由宣導會，從法規預防層面推廣職業傷病防治，並提供勞工復健之復配工作措施，並由不同心理關懷措施，促進勞工健康、進而提高生產力，和職安衛夥伴一起努力，將花東地區營造為安全、衛生的工作環境，確保所有工作者的安全與健康。



花蓮慈院辦職業傷病防治宣導會

縣警局少年隊到東華 宣導喪屍煙彈危害

記者賴文康/報導

有鑑於近期新興毒品依地拖、依地拖俗稱「喪屍煙彈」，造成社會多起重大交通事故，也維護執法人員及民眾的生命財產安全；花蓮縣警察局十七日表示，少年警察隊、宜警一強化校園防範，前往該校，宣講「強化校園防範，反詐及交通安全」，共吸引師生計一百人到場聆聽。

花蓮縣警察局指出，新興毒品依地拖俗稱「喪屍煙彈」，除了造成民眾生命財產重大損失外，也對社會治安更構成嚴重的危害，甚至危及到執法人員的生命安全。另外，詐騙集團的騙術層出不窮，花招百出令人防不勝防，受害案件也不斷的增加，花蓮縣警察局少年警察隊加強校園「強化校園防範、反詐及交通安全」的宣導。

花蓮縣警察局少年警察隊表示，近期將宣講重點著重「反詐宣傳」、「反毒」、「交通安全」及掃蕩重點工作。

花蓮縣警察局局長王旭昌向來重視青少年議題，在防止青少年偏差行為部分，要求同仁針對毒品、詐欺等問題，不容許在校園蔓延，交通安全部分，要加強取締酒後駕駛，要求所屬「強化校園防範、反詐及交通安全」宣導工作。

李慶恩說，在宣講過程中，除了以豐富有趣的宣講內容吸引學生目光外，同時也以實際的新聞案例影片，搭配相關法律規定說明，再加上濃厚獎品有獎徵答等互動模式，達到最佳宣導成效。

花蓮縣警察局少年警察隊隊長李慶恩強調，近期有不肖業者將依地拖添加到電子煙油中，在夜店或社群媒體向年輕族群兜售，俗稱「上頭煙」、「睡眠煙」，其中更有業者聲稱是「合法替代大麻」選項，吸引民眾嘗試，對用路人生命財產安全造成威脅，為警方近期宣講重點。

公所貼紅榜

瑞穗鄉瑞祥村長補選 林金寶當選

記者黃萬中/報導

瑞穗鄉瑞祥村第二屆村長補選結果，由候選人林金寶當選，鄉長吳萬德十七日率領公所主管陪同鄉代會人員到林金寶住處道賀，並致贈紅榜。吳萬德表示，期許林金寶村長在未來與鄉公所充分合作，共同努力讓瑞祥更好、更美。

由於前瑞祥村長任生，村長任期尚未超過三分之二，瑞穗公所依法辦理第廿二屆瑞祥村長補選作業，補選登記參選的候選人共有四位，補選結果，由候選人林金寶大勝其他三位對手當選。

鄉長吳萬德十七日率領公所主管陪同鄉代會人員及支持者等一行人，到林金寶住處道賀，並致贈紅榜。鄉長吳萬德表示，林金寶能夠在這次補選中脫穎而出，不負村民期望，期許林金寶村長在未來與公所充分合作，共同努力讓瑞祥更好、更美。

林金寶除感謝民眾支持外，並承諾秉持服務熱忱，不負村民的期待，盡力為村民服務，也為瑞祥村建設發展努力打拚，創造友善、清淨、適合居住的村落。



瑞穗鄉瑞祥村長補選 林金寶當選

投稿 e-mail: keng-shen3@umail.hinet.net

我還記得、喜歡、夏口風鈴

◎黃耀星



遠眺老家的四週環境

記得 童年舊夢 在心靈深處 不會褪色... (一) 我還記得 石子路旁 水流清淺...

音樂輕揚起的優美 在我身旁的 在我心靈深處的 今生 來世 生生世世的 戀人和伴侶... (二) 喜歡 晶藍無垠的蒼穹...

夏口風鈴 口渴難熬的草地 已是一片焦黃 被燒得乾乾裂裂的大地...

走讀文學步道 學能美化心靈，亦能新傳 在地文化的美麗風景...

高雄文學步道 湖光倒影、雋永詩文與裝置藝術 繪出文學步道的瑰麗風情...

北投文學步道 北投是一處具有故事與人文風采的地方 造訪北投公園、園區林木鬱鬱...

北投溫泉詩文 漫步公園，走讀一首首清雅詩文 內心飄蕩著幸福、喜悅的音符...

我還能記得、喜歡、夏口風鈴 (續) 風兒徐徐 蝴蝶蜻蜓落在 野牡丹花叢 我還記得...



老家前是水池，後是園地山嶺



竹園一角

國史館的展品不是故宮那種毛公鼎般沉甸甸的 器皿，而是一些小型的容器...

尋訪國史館 劉觀嶸 急的改變，卻可能造成反效果...

有女人與一男人交往，她發現 擔心受怕地猜著今天究竟是天宮模式...

遷怒男人 生人勿近 都認為都是旁人對不起他...

紫水晶 儘管不佳的男人 趕緊逃開吧...

宮殿式的建築，側擁臺北植物園的蓮花池， 南海路的國史館，好似蟲洞一般...

所未見，小小的骨頭碎塊，記下的不只是文字的 雛型，而是中國人在歷史上延續不絕的生命力...

國史館的展品不是故宮那種毛公鼎般沉甸甸的 器皿，而是一些小型的容器...

尋訪國史館 劉觀嶸 急的改變，卻可能造成反效果...

有女人與一男人交往，她發現 擔心受怕地猜著今天究竟是天宮模式...

遷怒男人 生人勿近 都認為都是旁人對不起他...

紫水晶 儘管不佳的男人 趕緊逃開吧...

投稿小啓 本報已進入數位化，紙本投遞的文稿已停止作業...

台東縣府點燈 電玩風閃耀廣場

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

2023/12/18 284110218 203346978



圖：台東縣政府在縣府廣場設置聖誕樹，增添節慶氛圍，並在16日晚間舉行點燈儀式。(記者蕭道田/攝)

饒慶鈴歡迎各地民衆來泡溫泉、賞燈、歡度聖誕及跨年

【本報記者蕭道田報導】為迎接一年一度的聖誕佳節，台東縣政府在縣府廣場設置聖誕樹，增添節慶氛圍，並在16日晚間舉行點燈儀式，吸引近300位縣民與縣府同仁參加，不少是家長帶領孩子一同共襄盛舉，由縣長饒慶鈴擔任主點燈人，與縣府同仁點亮璀璨的聖誕樹，並祝願新的一年平安順遂，也歡迎各地民衆來臺東泡溫泉、賞燈、歡度聖誕及跨年。

記者蕭道田報導
為迎接一年一度的聖誕佳節，台東縣政府在縣府廣場設置聖誕樹，增添節慶氛圍，並在16日晚間舉行點燈儀式，吸引近300位縣民與縣府同仁參加，不少是家長帶領孩子一同共襄盛舉，由縣長饒慶鈴擔任主點燈人，與縣府同仁點亮璀璨的聖誕樹，並祝願新的一年平安順遂，也歡迎各地民衆來臺東泡溫泉、賞燈、歡度聖誕及跨年。

獲得「數位創新加值」與「社會創新共融」雙獎肯定，成為全臺唯一連續6年獲獎的縣市；另在「天下雜誌」及「永福幸福城市獎」兩項評選中，榮獲「一標竿縣市市長獎」及「一永福幸福城市獎」兩項殊榮。不僅是對縣府團隊的肯定，也是臺東縣持續進步的最佳證明，明年縣府團隊會繼續努力，並請地方各界及縣民給予支持，讓臺東愈來愈好。

藍色聖誕樹電玩風
點燈儀式由饒慶鈴縣長、王志輝副縣長與貴賓一同點亮聖誕樹，今年的藍色聖誕樹以「電玩風」為主題，點綴著表情符號的遊戲精華，俏皮可愛的造型不僅能讓小朋友開心一笑，也象徵著臺東縣的不斷創新及充滿活力。

現場發送聖誕禮物
點燈儀式結束後，由饒慶鈴、王副縣長及民政處長林宏義一同發送聖誕禮物給現場來賓，與大家共享節日的喜悅。聖誕樹點燈將持續至11月23日，每日下午5時30分至晚上10時點亮。

鐵花新聚落燈之祭
縣府補充，除了縣府廣場的聖誕樹，鐵花新聚落也將推出一「鐵花燈之祭」耶誕限定活動，自12月21日至29日每天五場雪花秀，並於12月24、25日安排耶誕公公現身，民衆可合影打卡，還有機會獲得精美小禮物。此外，目前展出的「極地童話」主題燈飾將延續至明年2月16日，歡迎大家一起來臺東感受濃厚的聖誕氛圍。

台東防災網絡再進化 義消弟兄守護安全家園

【本報記者蕭道田報導】台東縣義勇消防總隊17日於禾風新棧度假飯店3樓宴會廳辦理「113年度義消幹部座談會」，會議中除消防局業務單位及各幹部討論未來推動工作事項，消防局長管建興與同仁共同勉勵，並代表縣長頒發獎狀給113年度義消幹部及義消隊新進顧問聘書等獎項，感謝他們一年來的辛勞付出與奉獻。王副縣長在致詞時特別代表饒慶鈴縣長感謝義消弟兄姊妹及消防同仁在過去一年來執行各項災害防救工作的辛勞，如花蓮0403地震及下半年山陀兒、康芮等颱風接連侵襲臺東縣區時，總是第一時間進行災害處理，站在守護臺東縣民生命財產安全的第一線。

王副縣長表示，義消隊伍的辛勞付出，不僅讓臺東縣在災害面前更加堅韌，也為社會和家園提供了強而有力的保護。此外，為持續打造縣內鄉親幸福安居的環境，除藉用民間義勇消防人員的協助支援外，王副縣長於會議同時也分享自今年8月1日起，臺東縣消防局進行了組織調整，增設4副大隊長員額以配合各大隊的指揮效率，並新設立「民力運用及訓練科」與「資通作業科」，以更好地整合資源與應對災害挑戰，也相信新組織將帶來更新氣象，透過不斷的革新，臺東的防災體系必定能提高效率。

今年，在「遠見雜誌」縣市施政滿意度調查中，臺東縣長饒慶鈴榮獲「五星縣長」頭銜，而在「公共安全與消防」項目中臺東縣中排名全國第三。王副縣長代表縣長感謝全體義勇消防人員的無私奉獻，並強調正是由於大家的努力及犧牲奉獻，讓臺東的防災救災網絡更加緊密，能在每一次災難中迅速反應與應對；未來也會持續辦理各項專業訓練及充實汰新各項裝備器材，讓義消隊伍的專業能力持續提升，進而更有信心與效率面對往後各種挑戰。

愛國蒲聯外替代道路通車 給鄉親一條安全回家的路

【本報記者蕭道田報導】台東縣大武壠鄉大竹村愛國蒲部落居民期盼已久的聯外替代道路於17日正式通車。(台東縣政府提供)

台東縣大武壠鄉大竹村愛國蒲部落居民期盼已久的聯外替代道路於17日正式通車，縣長饒慶鈴表示，感謝原民會大力補助與各界支持，縣府也投入經費進行各項配合工作，在施工期間克服多次風災及豪大雨，順利完工通車。這條新道路的啟用，不僅解決了當地居民長期以來聯外交通的困擾，更象徵地方基礎建設的一大進展，為部落居民提供安全便利的交通保障。

大竹村愛國蒲部落居民長期以來聯外交通需經由鄉道東67線連接台9線，但東67線線寬度不足以外，每逢颱風或地震後出現落石、危岩及路人安全，甚至阻斷道路使部落成為孤島，居民生活大受影響。因此，大武壠公所及臺東縣政府自104年起積極爭取與關路安全的替代聯外道路。期間，替代關路多項挑戰，於111年獲得原民會核定補助998.0萬元辦理，並由縣府建設處接手後續工程。

饒慶鈴表示，這條替代道路的通車是各方多年努力的成果，感謝原民會的大力補助、時任大武壠鄉的黃建實立委堅持與關心地方建設及施工團隊的付出，施工期間也克服多次風災及豪大雨的考驗，凝聚多方的努力與支持，最後順利完工通車，讓愛國蒲部落的鄉親，終於有一條更安全的回家道路。未來縣府將持續關注部落基礎建設，縮短城鄉差距，改善居民生活品質。

縣府建設處說明，此次工程新建一座長65公尺、寬8公尺的橋樑，以及興闢了兩端連接道路總長37.1公尺，而為了使這條替代道路發揮最大功能，縣府也依對地方居民的承諾，投入共約1700萬元改善相關基礎設施，包括將新橋梁與溪溝橋樑的防汛道路全線鋪設綠化路面，並添設橋樑頭處進行道路拓寬、縱坡調整、增設路燈28盞及打綠線空間，全部工作已於113年1月如期完工。愛國蒲居民也在通車典禮上表達喜悅與感激之情，直言這條新道路讓他們終於不再擔心行路安全，回家的路更踏實、更安心。



圖：台東縣義勇消防總隊17日於禾風新棧度假飯店3樓宴會廳辦理「113年度義消幹部座談會」。(記者蕭道田/攝)



圖：台東縣大武壠鄉大竹村愛國蒲部落居民期盼已久的聯外替代道路於17日正式通車。(台東縣政府提供)

有機鳳梨釋迦產業鏈

【本報記者蕭道田報導】台東大學善環境農漁產推廣中心推廣與行銷有機鳳梨釋迦，於17日上午11時在濟南路臺灣大學校友會館舉行記者會，邀請有機鳳梨釋迦農戶、營養保健專家、有機通路商、有機加工廠、小農組織推廣組織及政府主管機關舉行聯合記者會，分享有機鳳梨釋迦鮮果與超微溫急速冷凍產品，敬邀媒體記者朋友參加。

台東大學表示，釋迦的維他命C約蘋果的1.3倍，維他命B2是1.1倍，鎂是7倍，在武漢肺炎流行初期，英國BBC News在2020年5月公佈價值是上千種動植物食材中，營養價值第二，在此推薦有機鳳梨釋迦為入冬的必備水果。2021年9月21日，中國以粉介殼蟲為由突然宣布中斷臺灣釋迦的進口，導致鳳梨釋迦價格崩跌。台東大學善環境農漁產推廣中心當年在義美食品的支持下，販售有機鳳梨釋迦，與家樂福公司合作推廣，有機驗證之外，另進行可循環頸雉等保育類產品推廣。

在臺東大學的推廣下，有機種植的面積從2021年不到5公頃，已達到30公頃，但僅佔目前約5500公頃面積不到1%。目前家樂福與棉花田陸續上架，並聯手福和生鮮以極鮮冷技術推向全球，同時啟動小農種植計畫，期望消費者能多多支持，以利後續推廣。

饅頭哥哥姐姐幸福開至馬蘭榮家送暖

【本報記者蕭道田報導】饅頭姊姊新寶儀、饅頭哥哥林波衆所周知的愛心饅頭貨車於17日再度開至馬蘭榮家。(馬蘭榮家提供)

饅頭姊姊新寶儀、饅頭哥哥林波衆所周知的愛心饅頭貨車於17日再度開至馬蘭榮家，饅頭姊姊與饅頭哥哥二人再次蒞臨馬蘭榮家辦理環島手做饅頭傳遞愛心活動，依然受到榮家長者們熱烈的歡迎，活動充滿溫馨熱鬧歡愉的氣氛。

活動在榮家社區中心舉行，榮家住戶、小鯨鯨幼兒園小朋友們一同參與活動，共同製作、饅頭姊姊以深入淺出、活潑有趣的教學，引起所有參與學員們興趣，接下來的課程，更在實踐中歡樂學習，熱鬧有趣，在互動的過程中，將老幼共學共融的目標，效果呈現，現場充滿長者的笑顏與小朋友童言童語，溫暖長者的目的，大家齊聲感謝饅頭姊姊與饅頭哥哥今日帶來如此有意義的活動，並相約下次有機會再見面，饅頭姊姊與饅頭哥哥亦答應日後一定會來榮家與大家共渡美好時光。饅頭姊姊與饅頭哥哥二人以老實車家，發願傳遞愛心的環島手做饅頭活動已邁入第9個年頭，於是與起環島手做饅頭傳遞愛心活動，9年來，夫妻二人以個人賣肉粽之所得，



圖：台東大學善環境農漁產推廣中心推廣與行銷有機鳳梨釋迦，於17日上午11時在濟南路臺灣大學校友會館舉行記者會。(臺東大學提供)

台東榮服處辦自衛消防編組訓練 強化災害應變作為

【本報記者蕭道田報導】台東縣榮民服務處日前舉辦「113年下半年自衛消防編組人員訓練」。(台東縣榮民服務處提供)

運動活潑，又是每次颶風侵襲首當其衝之地，榮服處作為服務機構，落實災害緊急應變作為刻不容緩；本次演練主題訂為複合型災害，計有緊急通報、避難引導、緊急疏散、地震防護、初期滅火、火災搶救等重點演練項目，由承辦人講授室內外相關正確的防災應變觀念外，也實際操作滅火器與室內消防栓等消防設備，而後所有員工經分工編組，各司其職，以通報班、滅火班、避難引導班、安全維護班及救護班等，實作如何協同救災，對於本身編組職掌及所負任務，均有更深層瞭解與體認。

台東縣榮民服務處日前舉辦「113年下半年自衛消防編組人員訓練」，期望藉由訓練，讓工作同仁更加熟悉相關作業程序，並提升大眾重大災害應變意識，以確保建築物及人員安全。

鑒於台東地區地處偏僻，交通不便，且多屬高齡人口，為加強同仁消防自衛訓練，立避難求生正確觀念，台東縣榮民服務處日前舉辦「113年下半年自衛消防編組人員訓練」，期望藉由訓練，讓工作同仁更加熟悉相關作業程序，並提升大眾重大災害應變意識，以確保建築物及人員安全。

戶外 or 健身房 哪裡運動好？

平常喜歡在戶外運動，還是在健身房運動？哪個衰老得快？相信不少人的回答會是：戶外陽光強烈，讓人衰老得更快。然而，近日的一項新研究給出的答案，可能會出乎你的意料。

戶外運動和健身房運動，哪個抗衰老？

北京《生命時報》報導，近日，北京首都醫科大學的研究人員在《氧化還原生物學》

(Redox Biology) 期刊上發表的一項研究顯示，高水準的維生素D和運動與較低的生物衰老風險相關，且兩者結合具有更強的保護作用，在減緩衰老方面具有協同效應，尤其對於中青年人。這些發現強調了戶外運動成為抗衰的關鍵環節。

該研究納入了1.8萬餘名參與者，研究結果顯示，較低的維生素D水準和較少的運動，能夠加速衰老。其中，維生素D缺乏和

運動不足的人，加速衰老的風險最高。

對於年齡≤65歲的參與者，與維生素D缺乏和運動不足的人相比，不缺乏維生素D和運動的人，身體年齡加速衰老的風險降低33%。與維生素D水準低於45納摩爾/升且沒有運動的人相比，維生素D水準高於80.4納摩爾/升且運動的人，表型年齡減少1.3年。

研究結果顯示，高水準的維生素D水準和運動能延緩衰老。特別是對於中青年人，當維生素D與運動二者相結合，它們

協同作戰，在減緩衰老過程中顯示出更強的作用。

研究人員還強調，戶外活動在減緩衰老過程中有重要作用。因此，堅持戶外運動能夠有效延緩衰老。在陽光的沐浴下，身體能夠合成更多的維生素D，同時，運動帶來的活力與生機，也讓人身心更加年輕。



骨骼更強壯。維生素D主要是靠藥物補充或曬太陽。人的皮膚在接觸陽光時，陽光中的紫外線和表皮下的7-脫氫膽固醇可以合成維生素D。維生素D的主要作用是促進腸道中的鈣吸收收入血，從而調節骨骼生長發育，保持骨骼健康。

心情更舒暢。戶外運動最大的特點就是運動者置身於開闊的自然環境中，在運動中實現人與自然的合二為一。研究發現，在公園或城市綠地散步1小時即可減少壓力相關腦區杏仁核的啟動，可以預防焦慮、抑鬱等精神疾病。

免疫力更強。戶外運動能增強全身器官系統功能，提高機體對內環境變化的適應能力，表現為機體免疫機能增強，不易感冒，抵抗病毒的能力增強。

大腦更活躍。在戶外運動的狀態下，神經細胞長期處於活躍狀態，其線粒體和核糖體數量會增加，從而促進神經系統的生長發育，能顯著提升大腦的適應速度和邏輯思維能力。經常參加戶外運動的兒童，記憶力與大腦工作的耐久力都比較強，反應更快、更敏銳，同時情緒得到改善，心理負擔會減輕，感覺精力也會更充沛。

戶外運動時，注意這幾點

選擇合適時間。戶外活動要選擇合適的時間段，比如上午6時到10時和下午4時到5時。這段時間的太陽光相對比較溫和。需要注意不要到烈日下去暴曬，還要做好必要的防護措施。

選擇合適場所。戶外運動場地應選擇空氣良好、視野開闊、安全的場所，如操場和公園等。在塑膠道上運動，衝擊力會被塑膠吸收，借此可以保護關節等。特別是要避免在車流量大的馬路及人行道上健走。

注意身體保暖。秋冬季節在戶外運動時要做好保暖工作，衣著穿戴要適宜，隨時注意保暖，以免出汗後受涼。

經常戶外運動的人，健康更有優勢

眼睛更清晰。戶外活動是最有效、最經濟的近視防控方法。建議每天戶外活動不少於2小時，每週累計不少於14小時。戶外活動的關鍵是「戶外」，即使溫度較低時，在做好防寒保暖的前提下也要到戶外活動。

衰老，是每個人都要面對的問題。現下，老年醫學領域已有不少針對衰老機制的研究，比如神經內分泌機制、線粒體機制、端粒衰減機制、氧自由基機制、炎性衰老機制等。簡單來說，體內炎症反應、能量攝入、外界射線等都會加速衰老。對此，上海《文匯報》刊文，從多維度幫助老年朋友科學認識衰老，從而優雅向老。

是什麼決定了衰老？

從出生開始，人類40%的衰老特性便由遺傳因素決定了，而以後的疾病影響和外部環境影響，比如紫外線、環境污染和

不良生活習慣等，都可能加劇衰老的進程。不過，老年人不必一味追求長壽，而是要保持一種平靜、健康的心態，這種心態很重要。畢竟，壽命的長短除了由遺傳因素決定的40%可能性外，還有30%的決定因素是心態，擁有好心態才能常年輕。

另外，還有30%的決定因素，主要是合理膳食和營養、生活方式的選擇等。但要注意平衡心態和生活方式之間的關係，應在心態舒適、平和的情況下，儘量減少不當生活習慣對健康的影響，比如不吸煙或者儘早戒煙，在可接受的範圍內減少飲酒，但不能因為一味追求戒煙、限酒等健康生活方式而出現心態失衡。

如何發現衰老？

如何才能發現是否進入老齡化階段呢？有個簡單方法，總結起來就是「五大」「五少」和「三減退」。

「五大」。指記憶力差、忘性大；腹部脂肪堆積、肚子大；吃飯容易噁氣、牙縫大；皺紋多；前列腺肥大（男性）。



優雅向老，從科學認識衰老開始

「五少」。即頭髮少、睡眠少、胃口變小、肌肉骨骼變少、肺活量變小。

「三減退」。即視力減退、聽力減退、味覺減退。

科學地認識衰老，首先要認識老年相關性病症，這是一類與增齡明確相關的疾病，比如前列腺肥大、白內障、老年癱瘓等，都會隨著年齡增加，逐漸高發。還有一些老年人特有的疾病，比如老年衰弱、老年肌少症，也都跟增齡明確相關。

還有一些疾病，在中青年時就會發生，但在老年階段發病比例更高，比如骨質疏鬆、高血壓、冠心病、慢性支氣管炎等慢性病症，這些慢性疾病的併發症可能造成人體各靶器官（如心臟、腎臟、眼睛等）損害，

最終造成不良後果。

居家防衰老有何妙招？

對疾病來說，比治療更重要的是預防；衰老同樣如此，預防更重要。要認識到，衰老是一種自然規律，不可抗拒，要合理認識、合理用藥，繼而合理膳食、合理運動，還要掌握一些預防衰老的知識及急救方法。

防噎咳。老年人因為吞嚥功能明顯減退，吃飯、飲水甚至自己的口水都可能引起噎咳，導致吸入性肺炎。肺炎對老年人健康是一大威脅，防噎咳很重要。

防呆傻。即預防老年癱瘓的發生，老年人最好能更多與年輕人溝通交流，交流新鮮事物會刺激大腦，從而達到主動健康

的目的。建議老年人多與親戚、朋友、子女等視頻溝通，或者與同齡人打牌、散步、聊天等，這些都屬於主動刺激，接受主動刺激的老年人比只在家裡看電視接受被動刺激的老年人罹患老年癱瘓的危險性低很多。

防跌倒。老年人一定要防止摔跤，否則有可能終身躺在牀上。即使做了股骨頭置換術等手術，行走能力也會明顯下降。相較於上肢功能，下肢功能對老年人生活品質影響更大，如果下肢功能減退，只能依靠輪椅活動，而上肢功能減退，還能通過下肢完成步行等動作，或通過另一側上肢代償。因此，務必保持下肢功能的相對健康。

KIDS 兒童天地



如果我有很多錢

台中市永順國小/王舒緝

如果我有很多錢，我想為常常煮飯的外婆和奶奶更新廚房的用具，還想為常常滑手機的爸爸購買多功能的手機架，更要為常常抱著弟弟的媽媽準備一個手部按摩的機器，最後為愛玩電動的弟弟買新款的遊戲機，讓全家人都感受到我滿滿愛的誠意。

我還想蓋一棟超大的別墅，擁有無敵景觀陽台、超寬視野游泳池，可以讓全部的家人住進去。我會買很多很多玩具跟兄弟姊妹們玩，還會各自準備不同款式的衣服，外套風衣羽絨衣、長短袖、褲子裙子都不缺，還有專門的公主王子圖案的，每天都可以視心情換穿。

擁有財富光自己享受當然不行，我想把一些錢捐給育幼院，讓身世不好的小孩過上更好的生活；我會走訪家鄉的社區學校，盡量滿足需求，造福鄉里；我還會用這些錢舉辦「不能亂丟垃圾」之類演講或活動，希望多做一些有意義的好事，盡力讓生活周遭變得更好。

如果未來真的有這麼多錢，我一定會好好珍惜；就算沒有，我也希望能善用身邊的所有資源，絕不輕言浪費。（四年級）

老鼠的偶像

復興國小/葉恩琪

我家有一隻貓，叫做星期五，牠是一隻十分可愛的貓，牠大大的眼睛內有深深的眠眸，頭上有條線，可愛的身軀，有著大大的肚子。牠的個性十分沉著冷靜，但只有媽媽在用罐頭的時候會對牠狂吠，瘋狂地叫個不停。

有一天，我想去廚房裝水解渴，看到了貓和老鼠在對話！起先，老鼠滿臉笑容，而貓只是淡定的聽著，老鼠一手插腰，眼睛笑得像彎彎的月牙說：「你們貓呀！呆頭呆腦的活像笨蛋似的！」貓一臉不耐煩地說：「我做的事和你無關。」老鼠卻更加狂妄地說：「你們壓，就是抓不到我們老鼠，所以才呆頭呆腦的，哈哈！」貓有一點生氣了，心裡想著要怎麼教訓這隻臭老鼠。

她說：「哎呀，你這樣說可就不懂了！這是一門高深的學問呢！你們老鼠不會懂的。」老鼠張大了嘴，嘴角也不禁微微顫抖著，貓又露出嚴肅的表情說：「我們不抓老鼠真正的原因其實是因為我們是一種高尚的動物，而且你們老鼠這麼噁心，會污染我們的名聲的！」老鼠露出崇拜的眼神說：「貓大哥，承蒙您看得起我，和我說話，請幫我簽名！」

後來，老鼠把貓大哥當成偶像看待，有事沒事就問：「貓大哥，有需要我幫忙的嗎？」（四年級）

白色

臺南市東光國小/陳沂寬

色彩是這個世界上最偉大創作者，燦爛的太陽、繽紛的花朵、寬廣的大海，都是他的傑作。而在這些顏色中，我最喜歡的就是白色。

白色讓我想到南極，那裡有許多可愛的動物。大家熟知的企鵝就是其中之一，它們是最不怕寒冷的動物。剛出生的小企鵝灰灰的、軟軟的，雖然牠們還很小，卻勇敢地在寒風中跟隨企鵝媽媽，邁向新的生活。

南極還住著另一種動物，叫做海豹。牠們胖胖圓圓的，樣子非常可愛，不過牠們是企鵝的天敵。剛出生的小海豹看起來就像一團雪球，牠們用圓滾滾的大眼睛探索這個冰冷的世界。海豹的模樣呆萌，吸引了很多人喜愛，但我聽說有些加拿大人會獵殺海豹，這真是太殘忍了！

白色在東方象徵著悲傷，當有人過世時，我們會用白色來紀念他們。但是在西方，白色卻是受歡迎的顏色，因為它代表純潔和乾淨。這就是為什麼歐美國家新娘結婚時，會穿上白色禮服。這是東西方文化的差異。

其實，白色除了象徵純潔和天真外，也提醒我們學會體會生活中的各種情感和變化。當我們的心如同調色盤，能包容不同的顏色時，生活就能變得更加美麗。（五年級）

如果我有一部相機

台南市大成國小/王晴嫻

海生館中，一隻藍得耀眼的活潑小精靈，奮力湧上水面！使盡力氣猛甩尾巴，優雅跳進水中。他在掌聲裡、鏡頭下，總是用炯炯有神的目光盯著人們，嘴角微微向上彎，彷彿微笑，可愛極了。

「牠」是海生館中的「明星」——海豚。身為忠實粉絲，觀賞牠的舞台表演，使我心情愉快、精力充沛。某一次，在「海豚明星」向前衝刺的剎那間，我發現牠嘴邊似乎隱藏著痛苦——那道深深的傷痕是撞擊產生的嗎？或許，牠用親切的笑容掩蓋內心無法抹去的痛苦！頓時，我的笑容凝固在臉上，無數個怦然驚心的念頭在腦海一閃而過，背後冒起一陣冷汗。

回家後，我上網搜尋相關資訊，下一秒，我的眼中出現不安和恐懼——海豚的撞擊是自殺！這時，我心中有說不出的感觸。海豚感受到劇烈痛苦，臉上卻還掛著可愛的微笑，使人無法得知背後隱藏的心情……

親愛的海豚，你失去了家園，失去了朋友，無法表達感情，只剩下悲傷和絕望，而你卻一直默默承受……。你的命運不該由人們決定，你應該快樂的在水裡玩耍，不應該在窄小的池子裡表演！希望你做個好夢，能在夢境中的大海裡游泳。來，背對鏡頭游向蔚藍大海吧！

「喀嚓！」（六年級）



暑假生活記趣

北昌國小/張峻霖

今年的暑假有兩個月，剛好這兩個月在七月要去參加學校的桌球夏令營，八月才和家人回馬來西亞看外公、舅舅、舅媽、表哥以及我最可愛的表弟和表妹，我非常期待這次暑假，希望會很好玩。

暑假開始的那個月，爸爸每天都帶我去參加桌球夏令營。我在夏令營交到許多新的朋友，還看到以前的同學，還跟新的同學分組練習打桌球模擬比賽。我覺得這個夏令營非常好玩，教練和我對打桌球也指導了我許多桌球的技术。

到了八月，我最期待的返鄉之旅開始，我和家人先從花蓮搭火車到高雄，接著搭高鐵到桃園機場。隔天一早我們搭飛機前往馬來西亞，搭了一整天的飛機和交通工具，到了晚上才終於到達外公家。我和表哥表弟玩得很開心。雖然小表妹還不太會說話，但她還是很喜歡跟我們扮家家酒遊戲。

暑假即將結束，我和家人要回台灣了，我很喜歡這次的暑假，我希望每年的暑假我都可以去桌球夏令營以及回外公家。回到家之後我就得開始準備收拾暑假作業，期待九月份四年級的時候和同學見面，這次的暑假我覺得非常的充實以及有趣。（四年級）

編者的話：兒童天地接受手寫稿，同時開放電子郵件投稿及圖文，歡迎國小同學踴躍投稿（照片圖檔須500k以上）。郵件地址是keng-shen2@umail.hinet.net郵件主旨請註明「兒童天地」，稿件內容務必註明就讀學校、班級、姓名。

21世紀「最具影響力球員」排名曝光！

大谷翔平進前10 詹姆斯第1名

台北17日綜合電
近日美國媒體評選出25位最具影響力的球員，統計時間為2000年至今，日籍大聯盟球星大谷翔平僅排在第12名，也是棒球界中排名最高者。

根據美國媒體《Bleacher Report》報導，透過內部編輯團隊投票，且綜合多方因素最後評選出25位代表21世紀最有影響力的運動員。

排名第一為NBA球星詹姆斯（LeBron James），在職涯中拿下4次NBA總冠軍、4

次MVP、20度入選NBA最佳陣容，自2003年活躍至今；第2名則是柯瑞（Stephen Curry），同樣拿過4次NBA總冠軍、2次MVP、10次入選NBA最佳陣容，自2009年活躍至今。第3名是美式足球員布魯迪（Tom Brady），第4名為高球天王老虎伍茲（Tiger Woods），而堪稱足壇史上最偉大的球員梅西（Lionel Messi）竟然只排在第5名，職涯的最高亮點是阿根廷隊2022年拿下世界盃冠軍。

而這份榜單大多為美國人，其中大谷翔平和鈴木一朗是唯二的亞洲人，大谷翔平僅排在

第12名，在職涯中拿下1次世界大賽冠軍、3次MVP，今年更達成史無前例的單季「50轟+50盜」，是現今大聯盟最大咖的國際球星；而退役的鈴木一朗則排在第20名。

●21世紀25位最具影響力的球員：第1名詹姆斯（LeBron James）：美國，NBA、第2名柯瑞（Stephen Curry）：美國，NBA、第3名布魯迪（Tom Brady）：美國，足球、第4名伍茲（Tiger Woods）：美國，高爾夫球、第5名梅西（Lionel Messi）：阿根廷，足球、第6名布萊恩（Kobe Bryant）：美國，NBA、

第7名小威廉絲（Serena Williams）：美國，女子網球、第8名拜爾斯（Simone Biles）：美國，女子體操、第9名C羅（Cristiano Ronaldo）：葡萄牙，足球、第10名卡佩尼克（Colin Kaepernick）：美國，足球、第11名薩班（Nick Saban）：美國，足球教練、第12名大谷翔平：日本，棒球MLB、第13名貝利奇克（Bill Belichick）：美國，足球總教練、第14名費德勒（Roger Federer）：瑞士，網球、第15名克拉克（Caitlin Clark）：美國，WNBA女子籃球、第16名菲爾普斯（

Michael Phelps）：美國，游泳、第17名邦茲（Barry Bonds）：美國，棒球MLB、第18名馬霍姆斯（Patrick Mahomes）：美國，足球、第19名曼寧（Peyton Manning）：美國，足球、第20名鈴木一朗：日本，棒球MLB、第21名博爾特（Usain Bolt）：牙買加，短跑、第22名艾佛森（Allen Iverson）：美國，NBA、第23名歐尼爾（Shaquille O'Neal）：美國，NBA、第24名霍克（Tony Hawk）：美國，滑板、第25名克羅斯比（Sidney Crosby）：加拿大，冰球。

第8週最佳球員出爐！盧峻翔攻守獲獎



台北17日綜合電
P. LEAGUE+ 公布2024-25球季第8週週最佳球員，由桃園璞園領航猿的「69大魔王」盧峻翔獲此殊榮。領航猿8場比賽拿下7勝1敗，獨占鰲頭，本土一哥盧峻翔功不可沒，他在上週週戰勇士和鋼鐵人的比賽，分別攻下30分和19分，以24.5分8籃板4.5助攻4.5抄截拿下第8週週最佳球員，連3週最佳球員都由領航猿球員拿下。

盧峻翔展現攻守俱佳的全方位表現，以及強大的領導能力，多次幫助球隊穩固戰局，是領航猿戰績能獨走聯盟的關鍵人物，獲選週最佳球員實至名歸。盧峻翔本季場均能攻下20.4分，抓下4.4個籃板，送出3.4個助攻，抄走1.4次抄截，得分為本土球員之冠，不僅國際賽表現出色，在PLG的火燙表現也讓他連莊年度MVP呼聲居高不下。

台灣大哥大高球賽18日開打

徐薇凌領銜捍衛主場

台北17日電
2024台灣大哥大女子高球公開賽總獎金新台幣800萬元創新高，明天將在彰化台豐高爾夫俱樂部登場，旅美高球好手徐薇凌將攜手李旻、錢珮芸等人捍衛主場。

台巡年終封關大賽台灣大哥大女子公開賽明天起至20日在彰化台豐高爾夫俱樂部舉行，今天舉辦賽前記者會以及職業業餘配對賽，台灣大哥大董事長蔡明忠與

台灣女子職業高爾夫協會（LPGA）理事長劉依貞受邀出席開球儀式。

主辦單位發布新聞稿表示，今年賽事總獎金從去年新台幣500萬元提升到800萬元，共吸引102名好手參賽，其中外籍選手就占38人，也是近5年來新高。台灣選手將由曾在2021年奪冠的徐薇凌領銜出擊，徐薇凌今年征戰巴黎奧運，第2次奧運之旅以第8名作收，締造台灣女子高球新紀錄。

不僅如此，徐薇凌今年在美國女子職業高爾夫巡迴

賽（LPGA）賽場，有3場比賽打進前十名，包括10月底在馬來亞銀行錦標賽第4回合職業生涯首次一桿進洞，最後並列第6名。徐薇凌表示，今年雖然沒有達到自己的目標，但也順利拿到明年的全卡資格，「成績除外，很喜歡每一場對比賽的態度，也許年初總是漂浮不定，但很慶幸我把握了每一次學習的機會。」

主辦單位指出，賽事至今共誕生7位冠軍，尚無選手能衛冕成功或多次奪冠，今年集結李旻、林子麒、錢珮芸、徐薇凌與洪玉霖共5位歷屆冠軍，將挑戰賽史紀錄。

康寧漢第6次大三元 活塞延長賽力熱火



台北17日電
美國職籃NBA底特律活塞今天靠著哈達威延長賽3顆三分球與康寧漢關鍵上籃，以125比124擊敗邁阿密熱火，而康寧漢繳出20分、11籃板、18助攻，本季第6次大三元，排名聯盟第3。

過去5戰吞下4敗的活塞今天在主场迎戰近期4連勝的熱火，上半場以63比59領先，第3節開局活塞的湯普森（Ausar Thompson）、畢斯利（Malik Beasley）聯手拉出9比0攻勢，並延續這股得分氣勢，將分數拉開至97比81。

熱火的赫洛（Tyler Herro）第4節找回手感，飆進3顆三分球、提振士氣，以114比111將戰局逼入延長賽

而熱火延長賽再以一波8比0攻勢開局。

不過，活塞靠著哈達威（Tim Hardaway Jr.）1分鐘內飆進3顆三分球展開反撲，加上倒數37.1秒康寧漢（Cade Cunningham）上籃，率隊以125比124超前，而熱火的赫洛在比賽還剩1.1秒在三分線外出手落空，最終未能逆轉戰局。

活塞的畢斯利飆進7顆三分球、攻下全隊最高28分，而康寧漢拿下20分、11籃板，外加生涯新高18助攻，本季第6次大三元，僅次於約基奇（Nikola Jokic）9次、詹姆斯（LeBron James）7次。康寧漢表示，「這對我們來說，是一場重要的勝利，面對對手反撲，我們每個人都站了出來，在場上互相幫助。」

至於近期陷入交易傳聞的熱火一哥巴特勒（Jimmy Butler），繳出35分、19籃板、10助攻、4抄截且0失誤的演出，可惜未能幫助球隊推進連勝。

打出費城最佳一戰

喬治轟33分8助攻擊退黃蜂

還要高。

進入次節後，喬治繼續內外開攻，馬克西也是10投4中拿到10分，但是黃蜂本節也展開反撲，打出26比23攻勢，半場打完，76人仍以54比49領先黃蜂5分。換邊再戰後，雙方開啓互轟大戰，76人單節灌進41分，淨勝黃蜂11分，三節戰罷費城大軍已經領先達16分。

不過到了決勝節，76人卻突然啞火，遭到黃蜂打出一波10比0反擊攻勢，不過在關鍵時刻，喬治跳出來止血，先是轟進三分後，接著再完成2+1，最終黃蜂無力回天，76人便以121比108踢館成功。

全場喬治20投13中、三分9投6中，轟下33分、8助攻、5籃板，得分以及命中數都創76人生涯新高，打出來到費城的最佳一戰，同時單場6記三分也追平紀錄，同時喬治生涯三分命中數來到2283顆，上升到史上第10名。經過此戰後，76人戰績來到8勝16敗，仍持續排在東區12位位置。

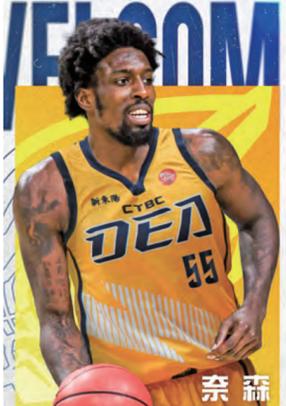
TPBL中信特攻再補新洋將 美籍長人奈森抵台加入

台北17日綜合電
新北中信特攻籃球隊為以更全面的戰力迎戰接下來的賽事，球團17日宣佈再添一名強力外援，簽下美國籍中鋒「奈森」（Nysier Brooks），奈森與先前公佈的前鋒「德芬」（Tevin Mack）皆於今日抵達臺灣，兩人皆已迫不及待披上黃衫，為特務軍團奮戰！

28歲的美國籍中鋒奈森，選擇背號55號，身高213公分、體重111公斤，大學期間於一級男子籃球錦標賽（NCAA）征戰，2022年起於歐洲大陸維尼亞聯賽（EST-LAT）、法國籃球甲級聯賽（FRA-1）及俄羅斯一級聯賽（VTB）出賽，也於去年曾短期至中國全國男子籃球聯賽（CBA）效力。

奈森擁有在歐、亞兩洲聯盟出賽經驗，加上身高優勢，特攻教練團寄予厚望：「期盼奈森的加入，補足本季一直很缺乏的護框及禁區的壓力，奈森雖屬於5號球員，但機動性和轉換快攻能力強，都能配合球隊球風快速轉換。」

中信特攻目前外援戰力包含前鋒德芬、銳尼（Raynere Thornton），中鋒克雷斯（Kristijan Krajina）、葛瑞飛（Bryan Griffin），後衛柯南（Conner Frankamp）以及新任特務奈森。奈森已迫不及待投入特務軍團訓練，也想跟球迷說：「我很興奮可以來到臺灣，也等不及想見到特攻的球迷、體驗特攻主場的氛围，更期待見到我的隊友、教練團，我也會好好體驗臺灣的文化，大家球場見！」



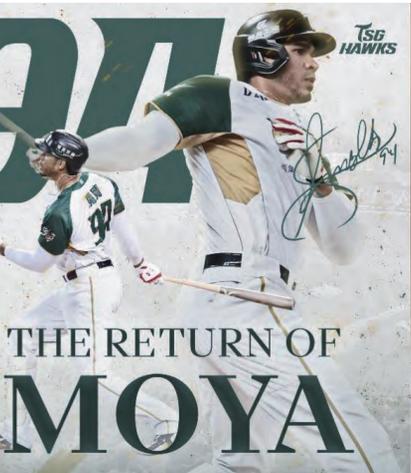
台北17日綜合電
今夏透過交易的到喬治（Paul George）並組成「三巨頭」的76人，在今（17）日作客黃蜂主場，最終，憑借喬治轟下33分、8助攻，打出來到費城最佳一戰，幫助76人以121比108踢館成功。

喬治今夏到了76人後，卻因為傷病問題打打停停，不過在今天對戰黃蜂比賽中，喬治在首節就手感火燙，不論是內線強攻，還是外線得分都穩穩拿下，光是第一節就8投6中，三分4投3中攻下15分、3助攻；除了喬治之外，76人當家後衛馬克西（Tyrese Maxey）首節也有12分進帳，兩人合砍27分，比黃蜂全隊單節23分

台鋼雄鷹續約洋砲魔鷹

合約總值57.5萬美元

台北17日電
中職台鋼雄鷹隊今天發布新聞稿表示，迎接隊史第2個一軍賽季，雄鷹與日籍投手小野寺賢人、吉田一將續約，也確定與洋砲魔鷹完成續約，2025年合約總值57.5萬美元（約新台幣1868萬元）。



雄鷹隊今天發布新聞稿表示，為迎接隊史第2年中職一軍賽季，雄鷹與日籍投手小野寺賢人、吉田一將續約，與相當活躍的吉祥物 TAKAO 也搶在年底完成續約。

繼投手戰力、高人氣吉祥物之後，雄鷹今天再宣布與2024球季貢獻30支全壘打、99分打點，拿下「雙冠王」的洋砲魔鷹（Steven Moya）談妥合約，2025年球季合約總值57萬5000美元（約新台幣1868萬元），盼魔鷹繼續披上雄鷹戰袍，為中華職棒精彩賽事增添更多火花。

身為雄鷹隊史首名洋砲，魔鷹在雄鷹一軍元年繳出火爆打擊成績，115場出賽432打數127安打，打擊率2



世界大賽首支再見滿貫砲 弗利曼5112萬落槌 紀念球

紐約16日綜合外電報導
美國職棒大聯盟MLB洛杉磯道奇好手弗利曼（Freddie Freeman）今年世界大賽第1戰擊出再見滿貫砲寫下紀錄，這顆紀念球本週末在拍賣會以156萬美元（約新台幣5112萬元）落槌。根據路透社報導，SCP拍賣公司（SCP Auctions）沒有透露這顆球的買家，弗利曼是在世界大賽第1戰對上紐約洋基時，於第10局2人出局後擊出滿貫全壘打，協助道奇以6比3獲勝。

弗利曼在世界大賽前4戰皆轟出全壘打，全隊最後也在第5戰拿下冠軍，弗利曼榮獲世界大賽最有價值球員。

SCP拍賣公司表示，這次拍賣於12月4日開始，14日晚間結束，總共出價22次。

SCP拍賣公司總裁柯勒（David Kohler）在一份聲明中表示：「我們非常榮幸能經手世界大賽史上最重要的文物之一，其歷史可以追溯到1903年。」

這顆球的拍賣價是歷年最高之一，弗利曼隊友大谷翔平今年50轟50轟的紀念球在10月是以439.2萬美元（約新台幣1.41億）價格成交。

弗利曼這支世界大賽史上唯一的再見滿貫轟，當時球越過奇球場右外野全壘打牆，落在10歲的魯德曼（Zachary Ruderman）腳下，後者將球踢給他的父親尼可（Nico）。

爆米花棒球聯盟陳子傑新北禾聯闖4強

台北17日電
爆米花棒球聯盟預賽最後一日賽程，新北禾聯陳子傑今天先發9局失1分完投勝，李君國開轟、單場4安4打點，率隊以11比1擊敗屏東紅尾、晉級4強，明天4強戰將與台灣電力交手。

爆米花棒球聯盟包括合作金庫、台灣電力先兩隊已經確定晉級4強，今天比賽收關另外兩張晉級門票，新北禾聯派出先發投手陳子傑展現壓制力，成功封鎖屏東紅尾打線。

陳子傑前7局僅被敲出1支安打，直到8局下被首名打者敲出三壘打，接著被敲出滾地球失掉1分，但及時回穩、沒有多掉分數，今天總計用98球投9局，僅被敲出2支安打，投出5次三振、1次四壞保送，失掉1分責失分、壓制對手打線。

新北禾聯打線連連，1局上靠著保送、接連安打攻占滿壘，滿壘選到保送先擠回1分，再靠著高飛犧牲打跑回第2分，5局上

李君國敲出3分砲、幫助球隊拉開領先差距，7局上邱郡敲出三壘打、靠著暴投跑回分數。

新北禾聯8局上再靠著林志光內野安打、邱郡三壘打、劉任傑安打再添2分，9局上靠著安打、保送，張文漢二壘打先送回2分，林志光安打再添1分保險分，順利搶下比賽勝利。

台中台壽霸龍隊今天以6比10不敵綺麗麗翔，全越運動以3比2擊敗台南市隊，桃園市隊則以5比2擊敗台北興富發隊。

新北禾聯賽後戰績9勝7敗、以勝率5成63排名第3晉級，台壽霸龍與台南市隊戰績同為9勝8敗，對戰關係為1勝1敗，比較對戰優質率（TQB）後，台壽霸龍搶下4強最後一張門票。

爆米花棒球聯盟4強明天在台南亞太國際棒球訓練中心成棒副球場舉行，預賽排名第1的合作金庫與台壽霸龍隊交手，預賽排名第2的台灣電力則與新北禾聯交手，爭取晉級19日冠軍戰門票。