



你最忠实的伙伴
Teman Setia Anda

HARIAN INDONESIA

印度尼西亚 日報

訂戶月費：Rp100,000/- 零售：Rp4,500/- (外省及外島另加寄費) [HarianIndonesiaHI](#)

2021年1月25日 (星期一)

我國擁最大夏利亞銀行

由3家夏利亞银行组成的印尼夏利亞银行，将通过合法的合并过程，而正式成立伊教规银行。

A3

拜登亞裔保鏢引關注

在美国总统拜登的就职典礼上，出现在他身边的一名亚裔特工因为电视直播引起了外界的注意。

A5

西爪PSMTI與MTP慈善活動

万隆华族关怀团队及西爪百家姓协会等团体，捐赠自行隔离所需要的物资口罩与睡床。

B1

領導西蘇南加治災 冠病工作隊長確診

(雅加达讯) 处理冠病工作队队长多尼·莫纳尔多宣布确诊。

这是他继过去一周领导对西苏拉威西地震和南加里曼丹大水的治理活动之后，疑感染到冠病病毒。

多尼·莫纳尔多在上周六(23日)的新闻稿中说：“从周五(22日)晚上进行PCR测试，周六早上得出结果呈阳性，CT值为25。我一点也没有感觉到任何症状，而就在早上我仍在正常活动。”

多尼也是国家治灾局(BNPP)局长。他目前正在独立隔离，同时继续监视冠病疫情的处理和多个地区的灾难管理的发展。

自上周五(22日)下午刚从西苏拉威西省马穆汝返回的多尼表示，他一直戴著口罩并洗手，并严格遵守和执行卫生礼仪规程。

上周五下午，多尼和陪同他在西苏拉威西与西加里曼丹进行工作访问的所有员工，也接受了PCR测试。根据测试结果，他的一名工作人员也被宣布确诊。

多尼说：“冠病病毒非常靠近我们。到目前为止，我已经尽力服从并遵守健康规程，但仍然受到感染。在发生这一事件时，我要求人们不放松于戴口罩，保持距离并远离人群，并使用肥皂和自来水勤洗手。”

疑进食受感染

另外，也是多尼专员的国家治灾局专家

埃吉·马沙迪亚的PCR测试结果则为阴性。埃吉说，过去一周他一直在多尼附近，包括在马穆汝、马日内和马辰进行灾难管理活动期间始终在同一辆汽车里。

埃吉指出，多尼于15日(周五)在西苏拉威西岛发生地震后在马穆汝逗留了约12个小时。

此外，该国家治灾局负责人于17日(周日)移至马辰，并于上周二上午返回马穆汝，然后才于上周五返回雅加达。一起吃饭时取下口罩很可能会发生冠病病毒传播。

多尼说，他认为自己是在进食时受到感染，因为必须取下口罩。因此，该处理冠病工作队负责人呼吁公众暂时避免一起吃饭，以防止传播。

他说：“由于进餐时，我们一定要脱下口罩，从而打开传输间隙。我们建议在进食时，我们周围没有其他人，以防止病毒传播。在冠病大流行期间，我们可以单独吃饭，或不与其他人一起分吃。”

他表示，在西苏拉威西省和南加里曼丹省进行灾难管理的一周中，有好几次当他与他人在一起吃饭时，不得不摘掉口罩。

多尼说：“所以我敢肯定，我是在摘下口罩吃饭的时候受到感染。”

据悉，过去一周来，即自1月15日(周五)凌晨西苏拉威西省发生地震以来，多尼就一直在灾难现场，包括在遭受洪灾袭击的马辰，然后于上周五(22日)下午返回雅加达。(KP)



处理冠病工作队队长多尼宣布确诊冠病。



韩国首尔中央地方法院判决，韩国慰安妇对日本政府索赔胜诉。

韓國慰安婦對日本政府 索賠勝訴判決23日生效

(首尔讯) 韩国首尔中央地方法院作出的“日本政府向韩国籍日军‘慰安妇’受害者，每人赔偿1亿韩元的一审判决23日正式生效。

据韩国法院方面的消息，日本政府没有在23日0时以前的法律规定时限内上诉，判决即告生效。韩国《民事诉讼法》规定，诉讼当事人不服一审判决时可在判决书送达之日起2周内提起上诉。

首尔中央地方法院1月8日

日对已故“慰安妇”受害者裴春姬等12人向日本政府提起的索赔诉讼作出判决，裁定日本政府向原告每人赔偿1亿韩元。

日本外务大臣茂木敏充此前表示不会上诉。日本政府始终认为，依照国际法，日本拥有国家主权豁免权；但首尔中央地方法院认为，对于国家有组织的反人道罪行拥有管辖权，因此对这一诉讼进行审理。

判决生效后，日本政府

如果不执行判决，需要在韩国找到可供查封的日本政府财产，强制变卖以执行赔偿。

(央视新闻)

冠病疫情數據
(截至1月24日)
新增确诊：11778例
累计确诊：989262例
累计治愈：798810例
累计死亡：27835例

Bagus™ HAIR DYE POWDER SHAMPOO

富含植物精华

毛染めシャンプー **nina** HAIR DYE POWDER SHAMPOO

LOTTE Grosir FARMERS MARKET fresh-and-freshly Lulu DAN-DAN hypermart Giant Market City SUPERMARKET NAGA HARI HARI FamilyMart HERO PAPAR SWALAYAH rezeki Tokopedia tokopedia

BUBUK SHAMPOO PEWARNA RAMBUT

AMMONIA FREE 安全无氨

一洗黑 染发粉

10分鐘立即變黑✓

注意事项：

使用前请先在手背进行皮肤敏感测试

使用请避开眼睛，万一误入眼睛请立即用清水冲洗

tokopedia

www.bagusidn.com

反恐部隊亞齊4地點 捕5恐嫌起炸彈原料

(万达亚齐讯)北苏门答腊和万达亚齐反恐部队揭发了在亚齐的恐怖份子，88反恐部队已抓获5名恐嫌，这5名恐嫌涉及棉兰都会警署爆炸案。

5名恐嫌中的2名是在大亚齐柏琅宾当，于1月20日(周三)傍晚大约7时45分被抓获。

反恐部队之后于1月21日(周四)早上大约10时，在万达亚齐乌列卡列英成功抓获了一名恐嫌，以及在同一天傍晚大约8时在琅沙又抓获2名恐嫌。

“是在四处不同地点抓获恐嫌。”亚齐警区公关处处长维纳尔迪警监于上周六(23日)在提供说明中称。

该四处地点是大亚齐柏琅宾当镇科鲁英街柏琅宾当大道，88反恐队警员抓获了一名恐嫌缩名RA(41岁)琅沙市居民，以及缩名SA又名S(40岁)北亚齐万大塔洛居民。

接著在乌列卡列英镇乌列卡列印巴刹十字路口，88反恐部队警员抓获一名恐嫌缩名UM又名AZ又名TA(35岁)。

维纳尔迪称，在琅沙市琅沙拉玛镇甘榜西托列佐警员又成功抓获恐嫌缩名SJD又名AF(40岁)在琅沙市琅沙塔洛镇庇连本当场抓获恐嫌缩名MY(46岁)。

“这五名恐嫌是涉及棉兰都会警署炸弹爆炸案，以及在廖内群岛区域抓获涉嫌制造炸弹恐怖网成



维纳尔迪在万达亚齐亚齐员警总部，展示逮捕疑是恐嫌的证据照片。

员。

他说，诸恐嫌制造炸弹，计画在亚齐区域进行恐怖行动，以及计画动身前往阿富汗加入Daulah 伊斯兰国组织。

警方从诸恐嫌手中没收了数种制造炸弹材料，即1公斤硝酸钾肥料，250克有机停止活性炭(活性炭粉)，1瓶(2000发)6毫米银波斯菊子弹。

以及几根用于制造和收容炸弹的硬塑胶管，以及几份档，即向国民军和员警，中央政府和亚齐政府传达威胁的笔记本。

“还发现属于诸恐嫌的护照，

正进行到阿富汗库拉桑的行动。有关伊斯兰国和Tauhid以及光碟和磁片的研究的几本书。”维纳尔迪说。

此外，还没收了4名恐嫌使用的手机，能与恐怖组织和网路进行通信。包括在idad(为恐怖行为做准备的体育锻炼)过程中使用的工具，包括出气筒，铁和箭以及一些铁杠铃。

“诸恐嫌目前仍在亚齐警区接受调查，然后将被带往雅加达员警总部。”维纳尔迪说。

(LDS)



转移受枪击士兵的直升机。

巴布亞2士兵遭武裝團伙鎗擊身亡

(英丹查雅讯)巴布亚省英丹查雅县的迪地吉哨站，周五(22

日)清晨6点半左右，士兵们刚进行清晨祈祷后，突然遭到沙比努斯

瓦克领导的巴布亚武装团伙，从高处开枪射击。

由于事发突然，士兵未有防备，结果造成导致两名士兵中枪殉职。

巴布亚第三区防御部队新闻主任苏利斯塔瓦上校说，两名士兵是罗伊(Roy Vebrianto)和德迪(Dedi Hamdani)。罗伊在进行黎明祈祷后，被200米远高处的武装团伙成员枪杀。

而德迪是追捕武装团伙时，从森林方向被枪杀。这两名被枪杀的士兵立即被乘直升机运往蒂米卡。

一些士兵在向中枪的同胞施救。

國家治災局錄誌至23日 國內發生197起災害

(雅加达讯)国家治灾局(BNPB)录志，今年元旦至23日，国内发生了197起灾害。

国家治灾局上周六(23日)在推特网站发文表示，本月内国内所发生灾害大部份属于水文气象灾害，或由于气象/自然现象而发生的灾害。其中主要水患发生了134起，接着，山体滑坡31起，及旋风24起。

今年初国内发生一系列天灾，导致了184人丧生、逾2700人受伤、9人失踪，190万灾民避难。若较去年同期，有关当局录志所发生297起灾害，列属最瞩目的是在雅加达及周遭一带地区所发生水患。而在另一方面，今年初灾害所夺取人命总数远远高于去年同期仅91人丧生。

天文气象与地质物理学机构(BMKG)提醒，当前正在同时发生最坏情况的气候现象，而且与雨季的高峰期相融合。该机构主任德薇科丽姐·卡尔娜娃蒂指出，此情势将影响到我国地区的气候变化，以致有必要警惕水文气象灾害发生的可能性会增加。

当局预估，某些地区有必要提高警惕极端气候变化潜能，和今后数日内会有发生水灾的可能性。

其中极端降雨量甚具发生水文气象灾害潜势，诸如

水灾、洪水，和将危及公众的山体滑坡，及雷电交加的滂沱大雨，乃至能危及渔民与航空飞行的高大海浪。(MIM)

当局预估，某些地区有必要提高警惕极端气候变化潜能，和今后数日内会有发生水灾的可能性。

其中极端降雨量甚具发生水文气象灾害潜势，诸如

水灾、洪水，和将危及公众的山体滑坡，及雷电交加的滂沱大雨，乃至能危及渔民与航空飞行的高大海浪。(MIM)



洗臉肥皂商標遭冒用 CEO向警方報案

“Klinskin”美容产品

CEO阿克塔尔丹绒。

网上购买的洗脸肥皂是假货。

然而，阿克塔尔承认，最初他没有意识到有人伪造了他的产品。直到越来越多客户投诉后，他才开始与他的小组到市场调查。

再次令人遗憾的是，未有发行许可证的klinskin肥皂已由一名YouTuber广泛宣传，而YouTuber是一名医生，已有200万名观众。

“我们还请YouTuber澄清事实，即拥有发行许可证的klinskin肥皂显然被不负责任的人士滥用。”他说。

据阿克塔尔称，其实klinskin肥皂未被人假冒前，这些产品销售良好，受到了消费者的需求。除了具有独特的香气外，klinskin肥皂还具有特殊的特色。

“我的意思是，我要恢复klinskin肥皂产品的好名声。到目前为止，没有分配许可证就生产或销售Klinskin肥皂产品，导致我们损失了数十亿盾。”阿克塔尔丹绒于上周一(18日)在西爪哇省茂物区域Pak Ewok餐馆如此说。

阿克塔尔补充说，没有分销许可的产品已知源自忠诚的客户，他们抱怨在

警方捕2人 占碑發現兩公頃大麻園

(占碑讯)蓬莪警署毒品刑探处警员在占

碑省蓬莪县林布尔鲁布

克孟光利莫分支农园

域发现两公顷大麻园，

警员在现场发现了36公

斤干大麻。

“在该两公顷种植园里，我们发现了证物36公斤干大麻、865棵大麻树及一支自制枪支以及逮捕了2名嫌犯。”蓬莪警署毒品刑探处处长塞卜达塔约于1月20

日在现场被逮捕的2

名嫌犯，是苏帝尔满

(56岁)又名苏帝尔以及格柏利又名格柏(24岁)，两人是南苏门答腊居民。

当在大麻田现场突袭搜查时警员发现了4大包干大麻，每大包4公斤重有十二串干大麻(每串有1公斤重)、一支秤、两个塑胶袋干大麻种子、一辆无牌号的电动单车、手机、一台手动干大麻压榨机、以及865棵大麻种植植物。(LDS)

疑進行非法燃油交易 2外國油輪被扣查

(雅加达讯)我国海上保安部队在西加里曼丹坤甸水域，扣查了涉嫌进行非法燃油交易的两艘外国油轮。

海上保安局(Bakamla)公共关系与礼仪司负责人威斯努·帕拉曼迪塔周日(24日)在书面声明中说：“保安程序是在尤利·埃科中校指挥的KN Marore-322号船在执行Trisula-I / 21国内海上安全和保安行动时进行的。”

威斯努解释说，此事件发生在周日(24日)西部时间凌晨5时30分。当时，海上保安局KN Marore-322号船检测到无声雷达接触，并指示自动识别系统(AIS)被关闭在北纬00° 02' S-东经107° 37' E的位置。

对此，海上保安局立即移至了预定地点。一个小时后，海上保安局团队发现有两艘油轮正在进行船对船燃油运输。至于船体上印著的名字被布覆盖著，以欺骗工作人员。

他解释说：“在上午6时 KN Marore-322号巡逻艇发现有两艘油轮

涉嫌进行非法燃料转移，并故意用布遮盖船体的名称，以欺骗印尼执法人员。”

海上保安局巡逻艇即设法与疑似外国油轮的人员进行无线电联系。但是，该努力没有得到回应。

他说：“KN Marore-322指挥官尤利·埃科中校随后联系了海上安全行动负责人苏威托海军少将，并接到命令进行搜查。”

根据搜查结果，发现这两艘油轮分别是带有伊朗国旗的MT Horse和带有巴拿马国旗的MT Frea号油轮。这两艘外国油轮最终被带到巴淡岛作进一步检查。

威斯努说：“最初的指控是，这两艘油轮违反了在印尼群岛海上通道第一区域(ALKI I)的过境通道权，进行了船舶间的非法燃料转移，没有升起国旗，关闭了自动识别系统(AIS)，以及进行漏油(MT Frea号油轮)。”(KP)



被扣查的两艘外国油轮。

夏利亞經濟會社 雅立多斯當選總主席

(雅加达讯)国企部长雅立多斯上周六(23日)在雅加达举行夏利亞经济会社全会中,被推选出任夏利亞经济会社总主席。

雅立多斯上周六表示,这是我应维护的使命。我甚荣幸可以领导拥有具体愿景与使命的组织以发展在印尼的夏利亞经济体系。

他期望,在冠病疫情大流行当中,可以形成对夏利亞经济复兴,拥有更为良好以应对动荡局面抗衡力的机遇。疫情大流行形势应能成为表现出,具应对动荡与危机而更为良好抵抗力的势头。

雅立多斯接替金融劳务主管机构主席文勃·善托梭担任2017-2020年任期夏利亞经济会社总主席职位。这是通过全会中成立11位组成格式小组的表决,而格式小组赞成推举雅立多斯出任夏利亞经济会社总主席,是根据考量了成员所提供的参考资料而决定。

格式小组主席KH.马鲁夫·阿敏阐明,雅立多斯当选总主席的甄选,是根据通过许多各方面而相当长的斟酌,如与伊斯兰教法经济发展相关的资格、能力与承诺。

雅立多斯当选MES总主席也受各分会主席的热烈欢迎,如来自西努省夏利亞经济会社,地方理事会总主席峇伊戈·慕里亚纳说,雅立多斯的莅临形成了一种新能源,即我们大家期待日后会有所突破,以及来自他供夏利亞经济会社前进的策略。

与此同时,西万隆夏利亞经济会社地方理事会总主席丹迪恩·梭里兴期望,在雅立多斯领导下的夏利亞经济会社能采取大胆的步调来应对未来的挑战。他说,我们期望,雅立多斯先生能够大胆地操作管理轮子,就像他日前在国企部所做的一样。

(MIM)

雅立多斯被推选出任夏利亞经济会社总主席。



工程部长峇苏基(右)与副部长温毕·维蒂波,出席与国会第五委员会的工作会议。

工程部預先招標 4694項基建工程

(雅加达讯)公共工程与人民房屋部已提前开展,总值58兆1000亿盾5426项基建工程配套的86.5%,或其中4694项基建工程的招标过程。

公共工程部长峇苏基·哈迪穆耳约诺于上周四(21日)在雅加达与国会第五委员会举行的工作会议中表示,根据总统要求,公共工程与人民房屋部自去年10月份,提前进行了基建工程的某些招标过程。

他阐明,该招标过程可能是在去年提前签订基建工程配套合同,但其建工实施是在2021年开建。他详述,去年12月份提前签合同,其中有总值2兆2000亿盾的209项基建工程配套,以及今年1月份签了总值18兆1000亿盾的1731项基建工程配套合同。

此外,按序安排今年内将签约的基建工程配套,包括下个月将签约总值8兆1000亿盾的113项工程配套,和3月份总值17兆2000亿盾的1621项基建工程配套。这是根据获自财长以前所签将在本月生效的合约。

峇苏基还述说,今年公共工程与人民房屋部将开建一些基建工程,包括水资源基建工程,即48座水库工程、42座水池工程、修建2万5000公顷水利工程及其他等。

除了建水库工程外,还将建410公里长高速公路工程、831公里长新公路和2万2065米路桥工程,及3166公里长的高架路和隧道。

至于住宅区方面,将建9075间租房、2631间特殊房屋、11万4900间自助屋,及4万个住宅区内公共便利设备与基础设施。

削減預算供處理冠病疫情

公共工程与人民房屋部还获自财政部分配预算负担,或以削减今年预算限额17兆9000亿盾供处理冠病疫情之需。峇苏基说,本月12日我方才接获有关必须重新分配和调整支出预算的通知书,其中今年应从所获分配149兆8000亿盾重新分配预算或节省开支17兆9000亿盾。

他说,今年所获预算配额149兆8000亿盾,若须重新分配预算至17兆9000亿盾,公共工程与人民房屋部的预算限额剩下131兆9000亿盾,仍高于去年的预算限额仅103兆7800亿盾,而且去年还能有所剩余6兆3000亿盾未吸纳。

因此,虽然被责成重新分配预算,他仍乐观所有的基建工程并不致于受干扰。这期间已动用预算5兆1000亿盾,占总额的3.43%。按计划,直至本月底吸纳预算能达14兆8000亿盾,占预算限额的9.9%。与此同时,具体建造工程进度,如今已达6.17%。

(MIM)

3家銀行聯營2月起成立 我國擁最大夏利亞銀行

(雅加达讯)印尼夏利亞银行(BSI)总主席赫利·古纳迪披露,今年1月份,该联营银行企业将获自监管者所批准,然后,2月1日,印尼夏利亞银行将通过合法的合并过程,而正式成立伊教规银行。

赫利上周五(1月22日)在第7届印尼伊斯兰经济论坛夏利亞经济会社网上研讨会上表示,2月1日将发生合法合并,从而,我国将拥有成为全球最大夏利亞银行的机遇。

印尼夏利亞银行是国营银行协会(Himbara)成员万自立夏利亞银行、印尼国家夏利亞银行和印尼人民夏利亞银行,3家夏利亞银行组成的联营银行,国企部将成为最终股东。

该3家银行联营促使印尼夏利亞银行拥有总计1785座自动提款机(ATM)、1120处分行办公处和2万零94名职员,及客户总计为1490万名。该印尼夏利亞银行的面市,可望提高在我国作为大部份穆斯林居民国家,发展清真生态系统的潜力,目前仍相对较低的夏利亞银行市场渗透率。

赫利指出,我国清真行业市场潜能达6兆545亿盾,包括来自食品商务、服装、药剂、化妆品及夏利亞银行领域的潜能。至于其市场渗透率仍低,是由于某些将成为应克服主要任务,即有关金融或伊斯兰银行业务的扫盲和包容性,目前仍未多为民众所认识,以致懒得使用夏利亞财务产品与服务。

了解的民众越多,越将提高夏利亞财务产品与服务的使用率,此将提升我国夏利亞银行的市场渗透率。这就是我们应当执行通过提整包容性来提高对夏利亞银行



赫利表示,我国清真行业市场潜能达6兆545亿盾。

业的扫盲。

因此它是,夏利亞本身也须赶上落后方面,不论人力资源上的分配、产品或科技上的有限。“我们必须建设的是该如何建设现代化的夏利亞,以创出优秀的各种竞争产品和服务,让顾客前来银行光顾优秀产品或服务。

2025年列全球十大评级

国营企业部长雅立多斯在出席该活动时指出,我国夏利亞银行的指标,将列入全球十大评级名单内。他预估,到了2025年我国可以达成该目标。我国定下指标,

2025年必须进入全球市场的前十名。

他阐明,今年2月份,我国夏利亞银行将拥有初步资产225兆盾。该数额将促使印尼夏利亞银行列入十大资产银行名单内。该数额成了竞争目标,以致我国能与其他各国银行竞争。他指出,我国欲该合并成果能证实,我国作为最大穆斯林人口国拥有超越基本面上的夏利亞银行。

印尼夏利亞银行总经理赫利·古纳迪指出,若能良好进展而本月内能接获自监管者的批准,则今年2月1日势必将发生合法合并。

(MIM)

火車工業公司將舊車廂 改為冠病病人隔離所

(雅加达讯)火车工业公司(INKA)改造了一批电动火车车厢,作为冠病患者的隔离所。

火车工业公司总经理布迪·诺维安托罗表示,被翻新和改造的是以前已经废置近20年的车厢。

布迪于上周四(21日)说,在火车工业公司有一批政府资产,即旧火车厢,类似于电动火车(KRL)。这些旧火车厢已经有一段很长的时间,也许是20年前就退役被搁置寄放在这里。所以在冠病疫情于数月前益加严重后,我想与其被搁置为废物,不如加以改造,作为冠病患者的隔离所。

该火车厢称为紧急医疗火车(EMT)。最初,火车工业公司将火车厢移交给国家治灾局。但是,由于大流行情况,茉莉芬(Madiun)市政府要求将火车厢用作该地区冠病患者的独立隔离设施的后备设施。

布迪说,因为要供作处理冠病的隔离所来说并不容易。但是稍后若用作流动医院不会有题,但是由于必须要有一个车

站。东爪哇省长柯菲花已经要求设在安格(Nganjuk),最初是泗水,印尼火车公司(KAI)并没有拒绝,但是如何呢?由谁来管理呢?必须有清洁的水,以及电力,也必须有卫生工作者和操作员,所以它还在谈判中。经过很长一段时间,市长要求把它放在茉莉芬。

这些火车厢已配备冠病患者病床。紧急医疗火车(EMT)由3列火车组成,每列火车有8个车厢。其中有6个车厢可容纳48人,而2个车厢则可容纳24人,因此,3列紧急医疗火车总共可容纳144名患者和72名护理人员。布迪说,每个车厢可容纳8张床或8位患者。此外,它还可用于医药、后勤、医生和护士的休息室。因此,这列火车是为患者、医生和护理人员而设计的。

火车工业公司在三个月内修改了火车厢。现在,火车厢已准备就绪,可以用于冠病患者的自我隔离设施,火车工业公司还安装了一项功能,可以保持车厢的空气流通。

他说:“由于专门用于冠病患者,我们还安置了负压

(negative pressure)功能。这样病毒就不会随处传播。像空调一样,它只能被吸入。因此,从空调中吹出干净的空气,而含有病毒的脏空气被排出,但经过过滤器,这就是所谓的负压,专门用于冠病患者隔离室。”同时,紧急医疗火车将放置在茉莉芬市印加公司办公室。这是因为紧急医疗火车所需的电和水将由火车工业公司提供。至于值班的医生和护理人员,如果已用作冠病患者的隔离设施,则将由茉莉芬市卫生局准备。

布迪指出,修改火车的成本估计为4亿盾。资金来自公司的企业对社会责任(CSR)基金,改变为冠病病人隔离所的旧火车厢。



车厢内安置的病床。

也来自火车工业公司经理部于2020年开斋节积累的假日偿金。

他说:“这不贵,仅数亿盾。只是买病床。这是从我们的企业社会责任中获得的,我们还为冠病疫情募集了捐款。我们中的一些人为医院购置了口罩,另一些人购买其他必需品。还有经理部去年没有接受的开斋节偿金。总额大约为4亿盾。”

如果大流行结束,紧急医疗火车将提供给国家治灾局,作为流动医院进行灾难管理。

他总结说:“因此,如果稍后在爪哇岛发生灾难或有道路中断,则可以使用紧急医疗火车。”(KP)



帕利表示,央行将继续加快支付系统数码化政策。

(雅加达讯)央行记录到去年12月的数码银行交易量猛增41.53%,达到5亿1370笔交易。在同一时期,交易金额增长了13.91%,达到2774兆5000亿盾。

央行总裁帕利·瓦尔齐约表示,由于临近新年公众进行了大量在线购物活动,交易的数量和金额有所增加。在冠病大流行期间,人们的习惯从现金支付变为非现金

上月網購活動積極 數碼銀行交易額破2774兆

支付,也支持了这一增长。

帕利在周四(21日)举行的央行理事会会议新闻发布会上说:“随着大流行期间电子商务平台和数码工具的使用,数码经济和金融交易继续快速增长。”

他续称,使用电子货币进行交易也是如此。金额增加了30.44%,达到22兆1000亿盾。

同时,使用现金或流通货币进行的公共交易的价值增长了13.25%,达到898兆9000亿盾。

这与使用自动提款机卡、借记卡和信

用卡进行的支付交易成反比。据记录,交易额仅增长了1.36%,达到695兆5000亿盾。

展望未来,央行预计公共支付交易的模式将继续以数码渠道增长。在技术和基础设施的帮助下,更快的金融市场状况为这提供了支持。

帕利总结说,央行将继续加快支付系统数码化政策,以建立包容、高效的数字经济和金融生态系统,并支持加速国民经济复苏。

(KP)



稍有鬆懈將前功盡棄 中共反腐形勢仍嚴峻

腐败滋長的溫床。”

为此，习近平警告，腐蚀和反腐蚀斗争长期存在，稍有松懈就可能前功尽弃，反腐败没有选择，必须知难而进。

学者：中央持续反腐决心强烈。北京师范大学政府管理研究院院长唐任伍受访时向《联合早报》指出，上述研判表明中央持续反腐的强烈决心。

“过去抓了那么多‘老虎’，一些人认为（反腐）会放松，尤其是经济受疫情冲击，社会上甚至有人议论，反腐败会松口气，因为之前一直有观念，认为腐败能促进经济。从这次全会释放的信息看，反腐只会更严。”

金融是中共近年来持续加大反腐力度的领域。习近平要求，要持续压实金融管理部门、监管机构和地方党委、政府主体责任，做好金融反腐和处置金融风险统筹衔接，强化金融领域监管和内部治理。

分析人士此前预计，随着北京加强互联网金融监管，金融反腐今年将保持高压。

习近平也要求各级领导干部自觉反对特权思想、特权现象，从严管好家属子女和身边工作人员。

此外，他要求对公款吃喝、餐

饮浪费等歪风陋习“露头就打、反复敲打”。

在政法领域，习近平提出，要坚决整治政法战线违纪违法问题；要推动扫黑除恶常态化，坚决打击黑恶势力及保护伞。对纪检监察机关，他敦促，要坚决防止灯下黑。

中纪委全会召开前，官方集中宣布一批落马官员的处理结果，其中中国华融原董事长赖小民最受瞩目。天津市高级人民法

院前天宣布，赖小民案二审维持死刑判决，这是中国近年来对贪官祭出的最严厉刑罚。

唐任伍指出，反腐败是深受民众认可的事，在中共建党100周年、中国继续面对复杂外部挑战背景下，中共会希望通过持续反腐，提升人民对中共的认同。他说：“外部的风险再大，只要内部不乱，应对外部风险就会更有力量。”



曾揮英國國旗香港“王婆婆” 舉標語被捕

之前经常在香港民主派示威现场挥动英国国旗，去年10月在深圳结束“取保候审”返港的土生港人王凤瑶，昨晚在香港将军澳尚德邨对面一灯位高举标语期间，以涉嫌妨碍公务被捕。

根据《星岛日报》报导，昨晚7时，香港警方指，警员巡逻期间，发现一名女子在唐明街一行人过路处高举标语，阻碍行人过路。

警员上前劝止，但对方拒绝合作。警员遂以涉嫌“阻碍警务人员执行职务”拘捕该名女子。

被捕女子现正被扣留调查。案件交由将军澳警区刑事调查队第四队跟进。据悉，被捕女子则是被称为“王婆婆”的王凤瑶。

现年64岁、定居深圳的土生港人王凤瑶去年6月反修例运动中，因多次举英国国旗出现在示威现场而引起众人注意。

去年8月14日凌晨参与示威后经皇岗口岸通关返回深圳住所时，王凤瑶遭深圳公安以“寻衅滋事罪”被行政拘留30天。

据她称大陆公安在要求她写悔过书和拍摄影片，并强迫参加五天的陕西省“爱国之旅”后允许她“取保候审”。



拜登與加墨領導人通電話

美国总统拜登上任后率先与加拿大和墨西哥两国的领导人通电话。

彭博社报导，美国白宫周五（22日）晚发表声明说，拜登向加拿大总理特鲁多强调两国的重要战略关系，承诺将在雄心勃勃的广泛议程，包括冠病大流行、气候变化、国防和贸易等方面重振双边合作。

特鲁多对拜登叫停了美加“基石XL”（Keystone XL）输油管工程表示失望，被指破坏环境的这个工程是加拿大的重要项目。

据加拿大政府，特鲁多和拜登同意将在下个月会面。不过白宫方面仅表示，两人同意下个月将再通话。

同日晚上，墨西哥总统洛佩斯在推特上说，他和拜登在电话中亲切交谈，并透露两人讨论了移民和冠病等课题。（早报）



菲警方擊斃 12武裝分子

菲律宾南部马京达瑙省（Maguindanao）警方（23日）说，该省警察当天在执行一项抓捕行动时击毙12名武装分子，1名警察在交火中牺牲。

新华社报导，菲律宾马京达瑙省警方刑事侦查组负责人梅丁说，当天凌晨3时左右，警方在该省苏丹库达拉镇开展行动，抓捕数名涉嫌谋杀、贩毒、抢劫等罪行的犯罪嫌疑人。在行动中，警察遭到包括嫌犯在内的12名武装分子抵抗，双方交火约5个小时。

警方说，还有4名警察在交火中受伤。在此次行动中，警方缴获了狙击步枪、自动步枪和手枪等武器。

（早报）

傳港府將圍封疫情重災區 居民須有檢測證明才可外出

香港疫情持续反复，近来每天约有一半的确诊病例来自油尖旺区。港媒报导，港府本周末将围封油麻地的“指定检测区”，届时会出动不同部门及纪律部队逾千人手协助执行。

香港去年初出现首起冠病确诊病例至今已经一周年，但疫情仍未见曙光。有消息称，特区政府今明日将首次采取围封措施，要求在疫情重灾区油麻地特定范围内的人士，须有阴性检测证明才可离开该区，预料会有逾万名居民受影响。

港府食物及卫生局局长陈肇始昨天下午离开立法会时，没有回应媒体是否会在油麻地指定检测区域“封区”，只是强调该区居民应该接受病毒检测。

香港疫情持续反复，近来每天约有一半的确诊病例来自油尖旺区。

多家港媒昨天报导，港府本周末将围封油麻地的“指定检测区”，届时会出动不同部门及纪律部队逾千人手协助执行，包括在各大厦门口驻守，及逐家逐户拍门巡查，期间无阴性检测证明者不可离开，但需要寻求医疗咨询或“遭受人体伤害”的居民将不会受到围封措施的影响，目标是在下周一（25日）前完成上述所谓的“洗楼”行动。

报导指出，指定检测区内人士在围封期间仍然可在区内活动，例如购买日用品及到餐厅用

膳，但商店不能补货。港府会在区内为有需要者提供基本物资等支援。

油麻地居民对围封措施看法不一。一名在指定区域营业的商铺负责人表示理解，希望该措施有助疫情尽早解决，以便在农历新年恢复正常经营；也有居民称会购买粮食作准备，并呼吁雇主不要因为员工无法离开住所而扣减工资。

专家：现在围封已太迟

不过，香港呼吸系统专科医生梁子超认为，港府现在才围封指定区已经太迟，需要检测的人，大部分日前已完成检测，只是走漏一两个人，对香港整体传播的影响不大。

由于近日指定检测区外的确诊病例较多，他建议港府考虑扩大指定检测区的范围，动员社区力量，在疫情严重的地区加快介入，堵截病毒传播链，而市民也要自发配合，当出现病征时就尽快检测。

冠病2019年12月率先在湖北武汉暴发，及后传遍全国；香港也于2020年1月22日失守，一名由武汉抵港的39岁男游客被验到呈阳性反应，翌日正式确诊。截至昨天，香港累计病例9929起。

从数据可以看出，香港过去一年共面对四波疫情。首两波分别发生在1月和3月。其间，输入香港的病例虽然多，但没有在社会上引起大型传播，首六个月只

有1200多起个案。

然而，香港疫情在去年下半年突然逆转。在经历三个月极少新增确诊病例的蜜月期后，去年7月突然暴发第三波疫情，病例连续多日逾百起。

港府过后加强所有出入境关口的强制检疫工作，令疫情再次迎来三个月的平静期。但第四波疫情11月20日又开始暴发，多个院舍、屋邨沦陷，形势至今仍然严峻。

香港心理卫生会日前公布的一项调查显示，疫情期间，港人的抑郁情绪备受困扰，有23%人的抑郁情况达到需要关注的程度，其中8.4%人达“较大至严重”级别，即可判定患有抑郁症及需接受治疗及辅导，均较过往调查急增。

香港理工大学香港专上学院讲师陈伟强接受《联合早报》访问时指出，冠病袭港一年，有港府官认为香港疫情比外国好，反映港府抗疫表现不差。但香港作为中国的一部分，应该和中国其他地方比较。

他认为，香港的表现两岸四

地敬陪末座，“以10分满分计，只能给予三分，表现差强人意”。

陈伟强批评，港府防疫工作最大的问题是不够果断，一方面抗疫，另一方面又担心影响经济，不敢雷厉风行，决定全民检测或封城，结果两头不到岸，既做不到清零，也无法不影响到经济。

他也形容港府过去一年的防疫措施错漏百出，例如容许来自高危地区的海员豁免检疫，结果染病的船员将病毒传播至社区，暴发第三波疫情；到了去年11月，港府虽然要求抵港人士都要在酒店隔离，但又容许亲友到酒店房间探访他们，最终导致香港出现第四波疫情。

他指出，香港前年爆发反修例风波后，市民对政府的信心陷入空前低点。港府若做好抗疫工作，可以挽回不少港人的信心。

可惜过去一年管治班子白白错过这个机会，除了民主派，近来建制派也先后发炮批评特首林郑月娥抗疫不力，“从正常的角度来看，林郑月娥连任特首的可能性已经大减”。



被拘。

英国政府发表声明，对俄罗斯当局拘留和平示威者表示关注，呼吁克里姆林宫尊重人权。

英国外交部说：“我们对和平示威者遭到拘留深感关切，并继续密切监测局势。我们敦促俄罗斯政府尊重与遵守其对人权的国际承诺，释放和平示威中被拘留的人民。”

俄罗斯反对派领袖纳瓦利内的支持者周六在全国各地举行示威，要求克里姆林宫释放纳瓦利内。

去年夏季，纳瓦利内在俄罗斯境内遭受“诺维乔克”类神经毒剂袭击，之后被送到德国柏林接受治疗。1月18日，他在痊愈后首次飞回莫斯科，但他在莫斯科谢列梅捷沃机场一下飞机就被联邦惩罚执行局莫斯科总局人员拘留。（陈慧璋）

人权观察组织OVD-INFO说，俄罗斯警方周六（23日）在全国各地逮捕声援反对派领袖纳瓦利内的示威者，至今有至少1614人

莫斯科4萬人示威 俄警捕逾800人

路透社报导，莫斯科中部的示威人数至少达到4万人。警方指示威者非法集会，至今有863人被捕。

俄罗斯反对派领袖纳瓦利内的妻子尤利娅·纳瓦尔纳亚（Yulia



（早报）



加沙地帶建築爆炸 至少15人受傷

据《以色列时报》报导，当地时间23日早晨，巴勒斯坦加沙地带北部拜特哈农的一座建筑发生爆炸，造成至少15人轻度到中度受伤，爆炸原因不明。

掌控加沙地带的“哈马斯”当

局表示，他们正在调查爆炸的原因。

有报导说，加沙地带曾发生过类似爆炸事故，原因是当地武装组织在制造爆炸物时处理不当。

(总台记者 唐湘伟)

希臘卡索斯島附近 現4艘古代沉船

据欧联网援引欧联社讯社报导，希腊文化部日前发布公告，考古学家在希腊卡索斯岛(Kassos)附近海域有重要考古发现。研究人员在该地区发现了4艘沉船，船内有大量文物。

据报导，希腊文化部称，在所有发现中，一艘可追溯至罗马时代的沉船是近期希腊最重要的水下考古发现。

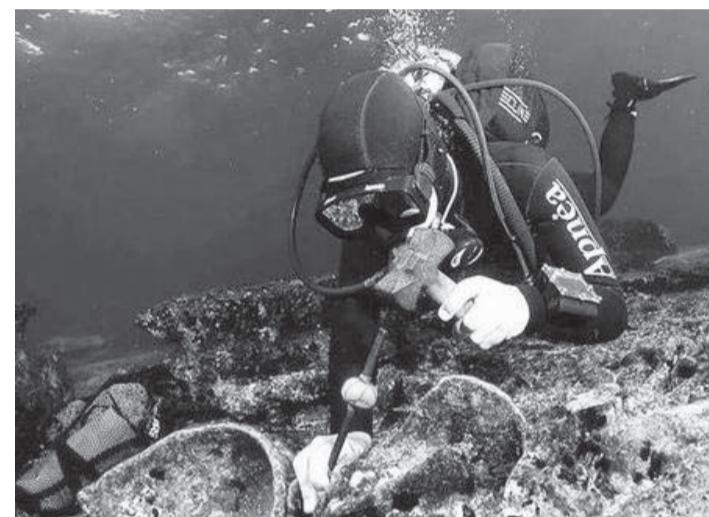
该沉船内载有“德雷塞尔20型双耳瓶”(注：这是以德国学者海因里希·德雷塞尔之名命名的双耳

瓶分类法中的一种，该类型的陶瓶全部来自罗马的贝提卡行省且用于盛放橄榄油。)

这些双耳瓶中盛有公元1至3世纪期间，产自西班牙瓜达尔基维尔河地区的橄榄油。

另外，这艘沉船中还发现了一种“非洲I型双耳细颈瓶”，由阿非利加行省(Africa Proconsularis)，即现今突尼斯地区的陶器作坊制。

据此，考古学家推测这艘沉船的年代可以追溯



到公元2至3世纪之间。

另外，在此次水下发掘中还发现并确认了另外三艘沉船，分别是一艘载有北爱琴海制造的双耳瓶的沉船，历史可以追溯到

公元前1世纪；一艘载有门德(Mendi)制造的双耳瓶的沉船，可以追溯到公元前5世纪；以及另一艘距现代更近一些的沉船。

(中新网)

疫苗產量不及預期 阿斯利康削減向歐盟交付量



由于产量无法达到预期，英国阿斯利康制药公司将削减向欧洲联盟的新冠疫苗初始交付量，引发后者强烈不满。

阿斯利康发言人22日在一份声明中说，由于一座生产厂产能下降，初步产量将低于预期。

欧盟已经向阿斯利康订购至少3亿剂新冠疫苗，同时可能增购1亿剂。阿斯利康发言人在声明中说，将

在2月和3月向欧盟供应数千万剂疫苗，同时提高产能。

阿斯利康没有披露产能下降的原因。欧盟委员会说，阿斯利康22日通知欧盟，疫苗交付计划有变，欧盟方面正在努力了解更多细节。

路透社报导，阿斯利康一名高级管理人员披露，企业原定3月底前向欧盟交付大约8000万剂疫苗，但由于生产问题，首季度交货量将减少大约

60%，至3100万剂。欧盟一名不愿公开姓名的官员证实，阿斯利康告诉欧盟官员，由其合作夥伴运营的一座制药厂出现生产问题。

这名阿斯利康高管表示，将按计划从2月15日开始向欧盟交付疫苗。

欧盟委员会分管卫生和食品安全事务的委员斯泰拉·基里亚基季斯在社交媒体上说，欧盟各国民众对阿斯利康削减疫苗初始交付量“深表不满”，坚持要求阿斯利康明确交付时间表，以便制订接种计划。

欧洲药品管理局定于29日前决定是否批准由阿斯利康与英国牛津大学联合研发的新冠疫苗上市，奥地利、丹麦和希腊等国打算向这一机构施压，要求后者尽快批准使用阿斯利康疫苗。目前，这款疫苗已经在英国获得紧急使用授权。

美国辉瑞制药有限公司和德国生物新技术公司联合研发的新冠疫苗已经获得欧盟批准，而辉瑞近日以其位于比利时的制药厂需改造以提高产能为由，放缓疫苗交付速度。路透社报导，阿斯利康削减初始交付量使欧盟的疫苗接种计划雪上加霜。

意大利和波兰已经警告，可能把辉瑞告上法庭。(新华社)

亞利桑那州觀光巴士側翻 1死2重傷

一辆前往大峡谷的旅游巴士在亚利桑那州西北部倾覆，造成一人死亡、两人重伤。

据《纽约邮报》报导，莫哈夫县警长办公室发言人安妮塔·莫滕森(Anita Mortensen)表示，这起发生在周五中午左右的事故原因尚不清楚。警方提供的一张照片显示，这辆巴士侧翻在一条弯曲的道路上，所在区域当天并未出现雨雪天气。

情况。

据悉，包括司机在内，车上共载有48人。当地警方发言人泰瑞·威廉姆斯(Teri Williams)表示，在事故发生后，44人被送往金曼地区医疗中心，其中两人由医疗直升机送至该医疗中心。除两名重伤者和一名不幸离世者，其他人都因轻伤接受了治疗。

(海外网)



參加貓咪生日派對後 智利15人感染冠病

《纽约邮报》22日消息，智利某小镇有15人在参加猫咪生日派对后感染新冠。

报导称，举行派对的地点位于智利瓦尔帕莱索大区圣多明各市，目前尚不清楚派对举办的确切时间。

报导提到，10名前来参加派对的人感染了新冠，另外5名感染者是猫主人的亲友。不过据报导，这只过生日的猫咪并未感染新冠病毒。

报导援引英国《每日邮报》消息，智利瓦尔帕莱索地区卫生部长弗朗西斯科·阿尔瓦雷斯在接当地媒体采访时表示，当我听说这是一只猫的生日派对时，我以为这是个玩笑。他们可能想要隐瞒什么。

“不过我们已经证实了这一点，15名感染者中至少有6人告诉了我们同样的事情。”阿尔瓦雷斯称，难以置信的是，尽管相关部门已就疫情发出严厉警告，但民众仍在举行聚会。

阿尔瓦雷斯补充说，“这很复杂，(也)有点不可思议，特别是考虑到我们已经以各种方式说过并强调过，如果人们要见面，他们需要采取安全措施。”

(环球网)

中低收入國家將獲 4000萬劑輝瑞疫苗

镇据“中央社”报导，当地时间22日，世界卫生组织(WHO)表示，“新冠肺炎疫苗实施计划”(COVAX)已与美国辉瑞和德国BioNTech公司达成协议，计划于2月将4000万剂疫苗配送至中低收入国家。同日，英国阿斯利康制药公司表示，由于一处制造地产量降低，预计交货给欧盟的疫苗量会低于预期。

据报导，由WHO与全球疫苗与预防注射联盟(GAVI)等机构主导的COVAX，已与多家公司签署多个协议，料将取得数亿剂疫苗，以供给给中低收入国家接种。

辉瑞(Pfizer)公司首席执行官

布尔拉表示，辉瑞预估2021年共将生产20亿剂新冠疫苗，这4000万剂只是其中一部分，将在非营利的基础上售出。他称这只是初步协议，未来将通过COVAX计划提供更多疫苗。

世卫组织总干事谭德塞说，与辉瑞达成的新疫苗协议，有助于2021年2月起在中低收入国对医护人员进行疫苗接种，不过供应安排细节尚未敲定。他说希望这项协议也能抛砖引玉，鼓励其他国家捐出更多的新冠疫苗。

GAVI执行长伯克利(Seth Berkley)则表示，有近1.5亿剂阿斯利康公司和英国牛津大学共同研发的

疫苗将通过COVAX运送，这款疫苗正待世卫紧急使用批准，可能2月中能配送。

伯克利称，COVAX2021年料可取得23亿剂疫苗，约可向全球最贫穷的92个国家和地区提供近18亿剂。

不过，阿斯利康公司22日发声明称，由于欧洲供应链一处制造地产量降低，该款疫苗在欧洲的初步产量会低于预期。因此交付给欧盟的第一季度供货量将减少60%，降为3100万剂。

消息人士称，阿斯利康公司原本预计在3月底前对27个欧盟国供货约8000万剂。(中新网)

美國疫苗荒 第二劑挪到首劑使用

由于新冠疫苗供应不足、分发不均等问题，美国各地继续面临疫苗储备告罄的窘境。

在美国纽约市，当地政府不得不考虑“拆东墙补西墙”的策略，将30万剂的第二剂新冠疫苗储备挪到第一剂接种使用。

由于新冠疫苗面临储备告罄，美国东部的纽约市已经有15个疫苗接种点被迫临时关闭，将近23000人的接种预约被取消。

为了缓解疫苗接种荒，纽约市政府正在考虑将30万剂的第二剂疫苗填补到第一剂的接种缺口。然而，这一做法对于已经接种第一剂疫苗的人来说，无疑是个不好的消息，因为他们接种第二剂疫苗的时间可能将被推迟数周。

美国新冠疫苗需要分两剂次接种，间隔时间为三周到四周；《科学》杂志指出，第二剂疫苗的延迟接种或者不接种，都会降低疫苗的有效性。

美国纽约市居民丽夫卡：这让人非常沮丧，说实话，这确实造成了一点恐慌。

美国纽约州官员马克：这非常

令人失望，如果我们有更多的疫苗供应，我们就能给更多的人接种疫苗，然而这不是我们说了算的。

在美国西部的加利福尼亚州洛杉矶市，该市市长21日表示，当地的新冠疫苗接种速度远远落后于计划表。按照当前速度，到今年6月，洛杉矶才能完成第一次接种，也就是针对护理机构人员和65岁以上老人的接种工作；而在计划表上，这一批次接种工作应该在今年2月前完成。

在美国中西部的密歇根州底特律市，为了加快疫苗接种速度，当地政府提前改建了一个每周可接种25000人次的疫苗接种站；但由于疫苗短缺，目前每周只能接种6000人次。值得一提的是，当地卫生官员日前透露，有近1.2万剂的新冠疫苗在被运往当地途中，由于温度控制问题而失效。

美国哥伦比亚广播公司22日的报导指出，全美各地面临的疫苗窘境，正是缺乏联邦政府的统一指导、地方各州政府各自为政的结果。

(央视新闻)



對冠病疫苗相關工作 60%美國人不滿意

当地时间1月22日，美国凯撒家庭基金会发布的一份最新民意调查显示，有60%的美国人对政府的新冠疫苗相关工作表示不满意。

这份基于1月11日至18日对1563名美国成年人进行调查得出的报告显示，美国人对政府分发新冠疫苗的工作产生了各种各样的消极情绪。

被调查人群中有一半表示“沮丧”，三分之一表示“困惑”，近四分之一的人表示“生气”。大多数受访者(60%)将其州政府在疫苗方面工作的表现评定为“一般或较

差”。

除对政府信心较低外，公众对疫苗接种了解不足为该报告反映的另一大问题。

在调查的人员中，尚未接种疫苗的基本工作人员有55%的人仍对新冠疫苗接种的时间地点等详细信息一无所知。

而在未接受疫苗接种的医护人员中，有21%的人表示他们并没有得到足够的信息了解何时应该接种新冠疫苗。

(央视新闻)

分類廣告

電話 : 021-6338139
021-63868348

HWANG PARABOLA

留在家里看衛視
中國60頻道、台灣、香港、印尼
黃氏，您可信賴的老字號！
0878 80363537, 0822 82278911

處理銀行欠款，免利等等

Kesulitan bayar kredit Bank ?
Karena Covid19 atau masalah lain

聯系律師樓 Hub 0819893139

接受上門修理雪櫃

Kulkas, Fzzer, Showcase, Dispenser.
0851-0211-2192, 0818-194-564
Hubungi : Awie 溫

貼身保護拜登引關注 亞裔特工身份曝光

在美国总统拜登的就职典礼上，出现在他身边的一名亚裔特工因为电视直播引起了外界的注意。近日美媒披露了他的身份背景。

美国全国广播公司(NBC)1月22日报导，这位亚裔男子是美国特勤局负责统筹总统安保的特工大卫·赵(David Cho)，是韩裔美国人，在前总统特朗普(Donald Trump)任内也担任相同职务，是特朗普安保团队的“二号人物”。

大卫·赵曾参与特朗普与金正恩两次会面中的安保工作，并于2019年因工作成绩突出被美国国土安全部授予特别奖章。尽管此前曾有消息称拜登考虑替换部分曾跟随特朗普的特勤局成员，但大卫·赵却被留任，成为连续为2位总统服务的安保人员。在拜登的就职典礼上，在拜登身边寸步不离的大卫·赵引起了民众的关注。

在得知他的韩裔身份后，许多韩国网民从这位美国特工身上找到了一个亮点——在韩语中，大卫·赵的姓氏，和



拜登的名字“乔(Joe)”发音非常相近。一位推特用户用开玩笑说，“那个保镖的名字是因为他是来自‘Jo’家族而被选中。看来美国也不能忽视血缘关系。”

(澎湃新闻)

山東警方破獲跨省販毒案 抓獲162人販毒網絡多達七級

经过近一年的缜密侦查，近日，山东潍坊、青州两级警方联合湖北等地公安禁毒部门侦破了一起特大毒品案，打掉了一个涉及山东、河南、河北、吉林、湖北五省的七个层级贩毒网络，抓获吸贩毒嫌疑人162名，三条外省通向山东的贩毒通道被斩断。中央电视台新闻频道《新闻直播间》栏目对此案进行报导。

2020年初，青州警方在办理一起治安案件时发现，东北籍的朱某经常聚集一批同乡，在潍坊市的青州、安丘及周边

地区从事吸贩毒活动。

朱某等人常常通过盗窃、抢劫、卖淫嫖娼获取钱财，以购买毒品进行吸毒活动。由此入手，办案民警发现了朱某的上线——司某。司某主要活动在山东淄博、潍坊一带，有涉毒前科并且刚出狱不久，没有正当职业。每天都有30多名吸毒人员与司某联系，其有重大贩毒嫌疑。

侦查中，司某的三名上线赵某、李某和吴某浮出水面。短短三四个月的时间，毒品交易量就在4.5公斤左右，毒品涉

案金额高达900多万元。李某一律是赵某的女朋友，她平时负责管理来往毒资的账目，有时赵某也安排李某给下线送货，并且还经常用她的银行账户和微信向线下收取毒资。

赵某则主要在背后进行操控，负责和上线联系、筹集资金、购买大宗毒品等。由于涉案人员多，案情复杂，青州警方抽调30多名民警成立专案组，开展案件侦办工作，经过三个多月的摸排，一个涉及山东、河南、河北、吉林、湖北，多达七个层级，有162名吸贩毒人员的吸贩毒网络水落石出。

由于这起案件贩毒网络层级和涉案嫌疑人较多，专案组除了将线索推送给涉案地警方进行打击之外，还根据掌握的重点嫌疑人犯罪证据情况，对他们展开适时梯次收网。

为了保证抓捕收网时，案不漏人、人不漏罪，专案组对所有在册涉案人员每人都建立档案，根据他们各自的实际情

况，制定出相应的抓捕方案。专案组首先缉捕的目标是青州赵某的上线——陈某。在当地警方配合下，家住吉林的陈某被抓获，因他患有重病，被依法采取监视居住措施。专案组又赶赴湖北孝感，对湖北犯罪嫌疑人徐某进行了抓捕，徐某上线随之进入警方视线。楚某是徐某的上线之一，他在贩卖冰毒的同时还贩卖麻古。在孝感市某小区，专案组民警将嫌疑人楚某抓获。民警当场搜出藏匿的冰毒一包，重288克，同时还搜出麻古142粒以及分装好的冰毒和电子秤等。在对司某等人收网时，警方获得线索——嫌疑人司某等人与聊城两名嫌疑人均在青州某餐馆就餐。当晚八点半左右，专案组十多名民警身着便衣，装扮成前来吃饭的食客，坐在了司某等人的餐桌附近。十多分钟后，晚到的女性嫌疑人李某尚未坐下，便衣民警迅速上前将他们团团围住，当场在嫌疑人李某身上搜出毒品、冰毒3g左右。历时近一年，经过数轮收网行动，警方共抓获吸贩毒人员162名，三条外省通向山东的贩毒通道被斩断。

(澎湃新闻)



廣西至泰國等4條跨境公路 運輸線常態化開行

全力推动西部陆海新通道建设的广西，最近获得新突破，跨境陆路运输频次不断加密，广西至越南、泰国、老挝、柬埔寨4条跨境公路班车运输线路实现常态化开行。

广西如期完成《西部陆海新通道总体规划》阶段性目标新闻发布会1月22日在南宁举行。广西壮族自治区发展改革委副主任黄文川在发布会上表示，2020年，广西跨境陆路运输频次不断加密，常态化开行广西至越南、泰国、老挝、柬埔寨4条跨境公路班车运输线路；中越跨境班列(经凭祥铁路口岸)开行1264列、增长23.2%，其中(南宁-河内)跨境集装箱班列开行166列、增长49.5%，超额完成年度目标任务。凭祥友谊关口岸出入境货物达325万吨，同比增长17.28%。

黄文川介绍，地处西部陆海新通道关键节点的北部湾港，航运服务网络不

断织密，已开通52条北部湾港集装箱航线，实现与世界100多个国家和地区的200多个港口通航。2020年北部湾港完成集装箱吞吐量505万标箱，同比增长32.2%，如期完成国家《总体规划》明确的500万标箱阶段性目标。

得益于基础设施和软件服务的不断完善，2020年，西部陆海新通道物流规模逆势大幅增长。海铁联运班列线路不断拓展，常态化开行北部湾港至西部省份的5条海铁联运班列线路及区内桂北、桂东班列，新开通北部湾港至玉林班列。2020年北部湾港海铁联运班列累计开行4607列、增长105%，实现翻倍增长。

据介绍，2018年5月，大湄公河次区域国际道路运输(中国—老挝—越南)启动仪式在南宁举行，这意味着运输企业可以通过线路的连接，实现南宁—越南—老挝—泰国的跨境运输。2020年，海铁联运班列线路不断拓展，推动了包括柬埔寨在内的4条跨境公路班车运输线路的常态化开行。

广西壮族自治区十三届人大四次会议将于1月21日—25日召开。会议期间，西部陆海新通道建设成为人大代表热议话题。防城港市、百色市、河池市的代表均提出要加快与西部陆海新通道相关的基础设施建设。广西壮族自治区代主席蓝天立在做政

府工作报告时也表示，“十四五”期间，广西将高水平共建陆海新通道。加强与沿线国家和国内省份的合作，加快北部湾国际门户港扩能优化服务，建成千万标箱北部湾港。

黄文川表示，广西多措并举推动北部湾港综合收费持续降低，北部湾港综合收费与国内主要港口持平。实施集装箱进出口环节对标提升行动，北部湾港集装箱进出口业务人工环节由36个减至目前的8个，纸质单证由41份减至8份。2020年1—12月，广西口岸进口整体通关时间为5.56小时，出口整体通关时间为0.77小时，在全国处于领先地位。

黄文川称，在过去的一年，西部陆海新通道开放合作水平得到新提升。广西推动新加坡等通道沿线国家和地区深度参与陆海新通道建设，中马钦州产业园、中新南宁国际物流园等国际合作园区加快建设，通道国际产能合作快速起步。国家口岸办同意将钦州港列入中国—新加坡国际贸易“单一窗口”国际合作试点，实现重庆—钦州港—新加坡海运集装箱物流信息共享。川桂国际产能合作园区建设有序推进，重庆、四川等沿线省份企业参股北部湾港建设运营，共商共建共享通道共识不断转化为实际成果。

据介绍，广西下一步将着力完善综合运输通道，使西部陆海新通道道路设施更加完善。广西将全力推进西部陆海新通道平陆运河前期工作，力争在2022年前开工建设，尽早打通江海联运瓶颈。推动尽早开工建设黄桶至百色铁路，力争建成南昆铁路百色至威舍段增建二线、钦防铁路增建二线等瓶颈项目，争取开工建设黔桂铁路增建二线、云桂沿边铁路。加快贵阳经南宁至北海、湖南城步经南宁至越南等高速公路，扩大主通道辐射范围。

(中新网)

印度人不想提中國 茶和炒鍋也改名？

《印度快报》1月22日文章，原题：屠龙。事实证明，“满洲花椰菜”(印度中餐馆中的一道菜——编者注)并不是印度对中国民族自豪感的最大打击。在古吉拉特邦首席部长鲁帕尼看来，这只能通过给火龙果重新命名来实现，因为这个常见名字令人想到中国——当前地缘政治环境下，这是被严格禁止的。

可是，为啥要拿来自美洲中部地区的火龙果说事呢？考虑到印中关系可追溯到很久以前，其他许多东西也都可以重新命名。比如食糖(又名cheeni)，如果我们(现在)不为它起一个印度自己的名字，简直天理难容。那起源于中文“茶”字的“chai”(又该如何)呢？我们还建议马拉亚利人(印度的一个民族——编者注)以后不要再把他们的克拉希炒锅称为“奇纳恰蒂(cheenachatti)”，因为那显然指的是炒锅的中国“祖先”。一些“更高尚”的人士已经建议，起源于中国的食物都应该被禁止。所以，没指出炒面和满洲汤可能与苏拉特(古吉拉特邦下辖城市——编者注)而非中国苏州的关系更大，这是我们的失利。

可在有些时候，我们别忘了，文化的任何方面都不会一成不变，尤其是在这样一个相互关联的世界里。

新加坡《海峡时报》1月21日文章，原题：印度总理莫迪的家乡古吉拉特邦把火龙果改了名字，以避开与中国(龙)有关的联想印中目前在有争议的喜马拉雅边境陷入军事对峙，新德里方面禁止中国的应用程序并限制进口。

几个月前，莫迪在一档广播节目中称赞农民在古吉拉特邦贫瘠的卡奇地区种植火龙果。“之后农民们找到我，建议把火龙果的名字改成卡玛拉姆”，来自卡奇的印度人民党议员查达说，“很高兴邦里接受了这个提议。”该地区农民表示，仅在卡奇就有200多名农民种植超过607公顷的火龙果，“它的印度名字会让我们更开心。我们认为，如果这种水果被视为印度(而非中国)水果，其受欢迎程度也会提高”。

不过，在同样种植火龙果的马哈拉施特拉邦和印度东北部，当地政府还没表现出计划改名的迹象。反对党认为，改名就是个噱头。古吉拉特邦议会发言人多希说：“政府没什么值得展示的成就，所以就试图转移人们对实际问题的注意力。”

(环球时报-张旺译)



美國逾150警衛隊員 冠病檢測呈陽性

一名美国官员称，被派往华盛顿协助新总统就职仪式安保的国民警卫队中，有150人到200人新冠病毒检测呈阳性。

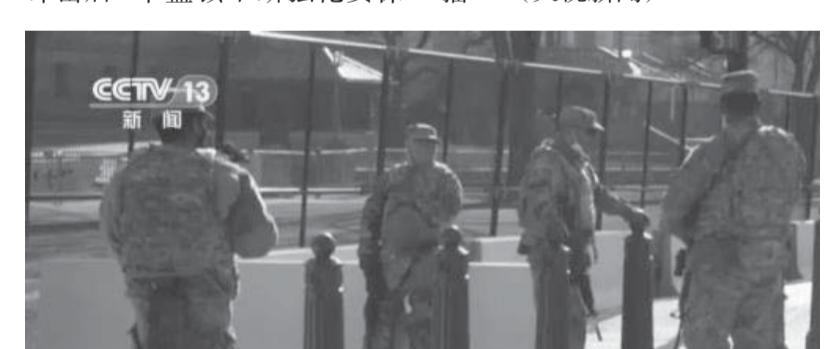
这名美国官员表示，为新总统就职仪式提供安保的2.5万多名国民警卫队队员中，目前有150名到200名队员新冠病毒检测呈阳性，之后人数可能还会上升。美国国民警卫队方面在一份声明中说，不会讨论新冠肺炎感染病例事宜。

在美国国会本月6日遭暴力冲击后，华盛顿不断强化安保

措施，2.5万多名国民警卫队队员进驻，目前这些国民警卫队队员正在被安排陆续撤离华盛顿，美国官员称，其中约7000人预计会在华盛顿至少待到月底。

另据美国哥伦比亚广播公司22日报导，自1月6日国会遭暴力冲击事件发生以来，已经有38名国会警察新冠病毒检测呈阳性。

此前美国卫生官员就曾担心，大批人不戴口罩聚集且互相推搡呐喊会导致病毒进一步传播。(央视新闻)



冠病疫情影響 非洲遭25年來最嚴重衝擊

日前，经合组织等发布2021年《非洲发展动态》报告。该报告指出，新冠肺炎疫情给非洲造成了25年来最严重的冲击。

2020年，41个非洲国家国内生产总值下降，远超过2009年金融危机时的11个国家。相比起金融危机时期，目前的非洲国家

可调用资源更少，人均收入也出现下降。

2019年至2020年，至少22个非洲国家的公共收入再削减10%，国民储蓄减少18%，侨汇收入减少25%，外国直接投资减少40%。

(央视新闻)



美國對中企投資禁令 料影響600億美元債券

摩根大通在一份给客户的报告中写道，美国限制投资者持有多家中国公司的证券，可能会影响多达600亿美元（797亿新元）的债券，并引发大量资金通过被迫抛售流出。

根据路透社报导，特朗普政府去年11月发布行政命令，禁止美国人投资美国国防部认为与中国军方有关联的公司。许多公司否认特朗普的这一说法，中国政府也表示，缺乏依据。

尽管美国国防部名单上列出的44家中资公司中已经有多家被各种股票指数剔除，或其证券从纽约证券交易所退市，但固定收益市场仍不清楚影响到底会有多大，因许多债券是通过子公司发行，而非主要的公司发行。

在本周早些时候写给客户的一份报告中，摩根大通估计，“如果美国财政部采取行动，将会有大约550亿至600亿美元的债券受到影响。”

周三就职的民主党总统拜登没有就前任特朗普的行政命令阐明任何计划，但可以轻易撤销该命令。

摩根大通的数据显示，人们的注意力主要集中在中国化工集团公司(ChemChina)发行的债券上。在受影响的债券中，美国投资



者或在美国有业务的投资者持有该公司的债券最多。

根据摩根大通的计算，受行政令的影响，中国化工已经遭受了10亿美元的被迫抛售，可能还会有13亿美元的资金从受影响的投资者手中流出。

摩根大通发现，中海油的以美元计价的债券规模达到195亿美元，在美国注册的基本持有超过32亿美元，如果这一范围扩大到

所有在美国有业务的资产管理公司，可能会影响35亿美元。

但摩根大通认为，对于那些能够购买这些债券的投资者来说，应该利用这一轮抛售购买一些受影响的债券，该行认为这将是最后一轮抛售。

摩根大通补充称，对这些公司本身而言，将美国投资者排除在外只会产生有限的影响。

俄羅斯“用工荒”加劇 與中亞國家共謀“破局”

俄罗斯和中亚国家媒体近日报导称，受新冠肺炎疫情影响，中亚国家的劳务移民无法及时返回俄罗斯。这导致俄罗斯劳动力市场自去年就已出现的用工荒更加严重。

俄媒指出，自2020年下半年开始，劳务移民减少导致的用工荒现像开始在俄罗斯出现，且主要集中在建筑业，一些工程项目因此无法按时完工。

按照俄罗斯内务部的统计，2020年11月初俄境内约有近200万外国劳务移民，与2019年同期相比减少了近50万。俄罗斯卫星通讯社援引一家建筑公司高管的话说，该公司工地上往常有约

60%的工人来自亚美尼亚、白俄罗斯、塔吉克斯坦和乌兹别克斯坦等国家，疫情发生后，2020年3月至5月期间用工量下降了三分之一。6月份，行业开始复苏，用工量增加了38%，但边境的关闭导致俄罗斯无法得到劳动力补充。现阶段，建筑行业最紧缺的工种是钳工、安装工、电工、电焊工和工段长。

中亚媒体分析称，用工荒是疫情导致欧亚经济联盟成员国间贸易活跃度下降的直接体现。数据显示，2020年1至11月，俄罗斯、白俄罗斯、亚美尼亚、哈萨克斯坦和吉尔吉斯斯坦等五个欧亚经济联盟成员国间的贸易额是

492亿美元，较2019年同期下降了11.5%。

俄罗斯总统普京21日曾呼吁在欧亚经济联盟框架下“重新激活”劳务市场，解决受疫情困扰的就业问题。普京已责成政府简化来自中亚国家和摩尔多瓦等国的劳务移民的入境手续。

俄罗斯用工荒的另一面，则是大量劳务移民回流至中亚国家。对中亚国家而言，最直接后果首先就是海外劳务汇款的锐减。例如，2020年有逾5万在海外务工的吉尔吉斯斯坦人回国。该国当年前9个月的劳务汇款总额为17.3亿美元，同比减少了5000万美元。另一中亚国家哈萨克斯坦2020年1至11月由俄汇回劳务汇款680亿坚戈(约合1.6亿美元)，同比下降约44%。

劳务移民回流还陡然加剧了中亚国家的国内就业压力。中亚

第一人口大国乌兹别克斯坦官方数据显示，在全国3450万人口中，约有250万人出国务工，占经济活跃人口的比例超过了20%，其中逾150万人进入了俄罗斯劳务市场。按照当地媒体的说法，若这部分劳动力完全返回国内，乌兹别克斯坦就业市场将被“压垮”。

俄罗斯与中亚国家正在努力寻找破局之道，部分俄建筑公司已前往中亚国家招聘人员。近日，乌兹别克斯坦海外劳务移民署与俄罗斯的两家建筑公司合作，招聘4000名建筑工人参与莫斯科和周边地区的工程建设。招工条件是年龄21到50岁，有至少一年工作经验，掌握俄语口语。俄方给出的月工资是6万到10万卢布，相当于人民币5286元到8810元。

(中新网)

15個閩台文創企業 攜手直播帶貨

全闽乐购·文创漳州文化旅游专场带货直播23日在福建漳州开启。漳州的闽台文化产业企业携手开展直播带货，15个品牌商家展示当地代表性文化创意产品共30余款。

当天的直播现场气氛热烈。吉他、尤克里里、钢琴等乐器产品，凸显“全国第三大吉他生产基地”的特色；漳州木版年画、漳绣等非物质文化遗产创作出的文创产品，展现历史文化名城的魅力；创意红包、卡通好运牛等工艺品和各式休闲食品，则彰显浓厚的年味。

一把爆裂纹的吉他吸引不少网友注意，它出自台湾吕孟哲的雅歌乐器(漳州)有限公司。该公司业务部专员郑秀霞说，公司已经在漳州扎根20多年，产品以外销为主，近几年尝试拓展国内销售。“通过直播带货，推广新创立的国内销售自主品牌。”

“漳州的乐器产业最初由台商引入，经过30年发展，成为了全国第三大吉他生产基地，产品远销世界各地。”漳州市乐器商会会长、漳州市显恒乐器有限公司负责人吴顺南表示，漳州乐器不仅是一项轻工业产品，也是一种文化，“漳台大弦制作技艺”“蔡福美鼓谱”等非物质文化遗产传承不息。

直播间里，福建省省级非物质文化遗产项目漳绣技艺打造的“漳绣粽子香囊”造型独特、清香怡人。漳绣技艺代表性传承人郑密珠介绍说，漳绣起源于明代，在中国织造史上的地位仅次于“四大名绣”，明、清时期作为朝廷贡品驰名海内外。

郑密珠表示，香囊采用漳绣打籽和盘金技法绣制，可做为车挂和手提包挂饰，“传统技艺蕴含了传统文化，值得在线上推广”。(中新社)



日本“唐吉訶德”首次登台 被批與原店差別大

日本连锁超市“唐吉诃德”(DON DON DONKI)台湾首店本周二开幕，排队人潮惊人，但有人逛店后认为台湾的唐吉诃德和日本比起来差很多，甚至大胆预言“这样子月租金462万台币(21.95万新元)，我认为三年内必收”，引起网友热议。

根据联合新闻网报导，有网民透露，他昨天早上想去唐吉诃德找一款很喜欢的日本洗发水，结果发现美妆区卖的东西大部分是台湾已有的，去其他药妆店就买得到，比较特殊的只有一些小孩的玩具跟日本杂物。

他还说，二楼生鲜蔬果区几乎都是日本直送，价格当然比较高，对日

本牛、日产食品有兴趣的还蛮值得一逛，其他泡面、调味料、食品也是其他高级超市就有卖了。

他总结台湾的跟日本的唐吉诃德差很多，根本“就是台湾的形状，去店里体验气氛而已”，也预言“这种样子月租金462万台币，三年内必收”，此文一出也引起大批网友讨论。

有其他网友回应说“我猜不到两年”、“只要一开放可出国旅游就倒吧”、“日本连锁不都这样，一开始排队然后过几年就收起来了”，但也有人觉得“担心太多，可以展店去房租更低的地方”。



星獅地產信託零售房地產 首季租戶銷售保持水平

星狮地产信托(Frasers Centrepoint Trust)第一季业务表现保持韧性，它的零售房地产的租户销售保持接近疫情前的水平，购物人流量则保持疫情前水平的60%至70%，因为安全距离和商场容量控制措施继续施行。

该信托今天发布第一季业务报告时透露，它的零售房地产的租用率在第一季维持于96.4%。

信托表示，它在第一季更新了近四分之一2021财年到期租约。此外，它负债率37.7%，债务到期年数延长至3年(去年第四季为2.1年)。

在新加坡疫情继续受到控制的前提下，它预期邻里商场的租户销售和购物人流量继续持稳。

星狮地产信托今天股价跌0.76%，闭市报2.61元。(早报)

疫情挪威航空面臨破產 政府同意有條件紓困

据“中央社”报导，受疫情严重打击的挪威航空惨淡经营，去年向政府申请纾困遭拒后一度面临破产。2021年初，挪威航空重新提出经营计划后，终于在日前得到挪威政府首肯，当局同意有条件协助纾困。

据报导，挪威航空提出的新版经营计划内容包括公司架构调整、航线调整、大幅度减债等。

挪威贸易暨工业部长纽博(Iselin Nybo)21日在新闻稿中指出，挪威政府并无意接手挪威航空，除了政府纾困资金以外，其他投资人必须注入至少45亿挪威克朗(约合人民币34.4亿元)的资金，共同协助挪威航空度过难关。

挪威航空对政府同意纾困的决定表示感谢，并表示这笔资金对企业来说意义非凡，不但能协助挪威

航空在遭受新冠疫情重创后重整上路，也希望建立投资人信心，吸引更多资金。

据报导，挪威航空成立于1993年，2002年开始廉价航空的经营模式，航线遍布世界各地，在新冠疫情打击之下，陷入经营困难。在新的纾困计划中，挪威航空将被迫放弃长途航线。

(中新网)

代孕棄養風波 鄭爽面臨2億人民幣賠償



郑爽被前男友张恒爆出在美国代孕弃养，人设一夕之间崩毁。在广电总局封杀郑爽后，北京电视台也迅速解除和她的一切合作，宣布不会再播出任何和她相关的作品，郑爽目前手上的新戏和节目全都泡汤。

由于艺人工作合约内容都会明列，如果演员出现问题导致作品胎死腹中，演员

必须承担责任，因此郑爽可能得面临2亿人民币的天价违约金。

有网友昨天爆料，朋友圈的房屋中介正在替郑爽急售上海1.5亿人民币（约3000万新元）的别墅，亏本2000万（约400万新元），要求付款快。

这套房子位于上海地铁8号线及10号线双地铁站老

西门站附近，是由两套超高层大平层组成的，建筑面积达630平米，还不包括露台。

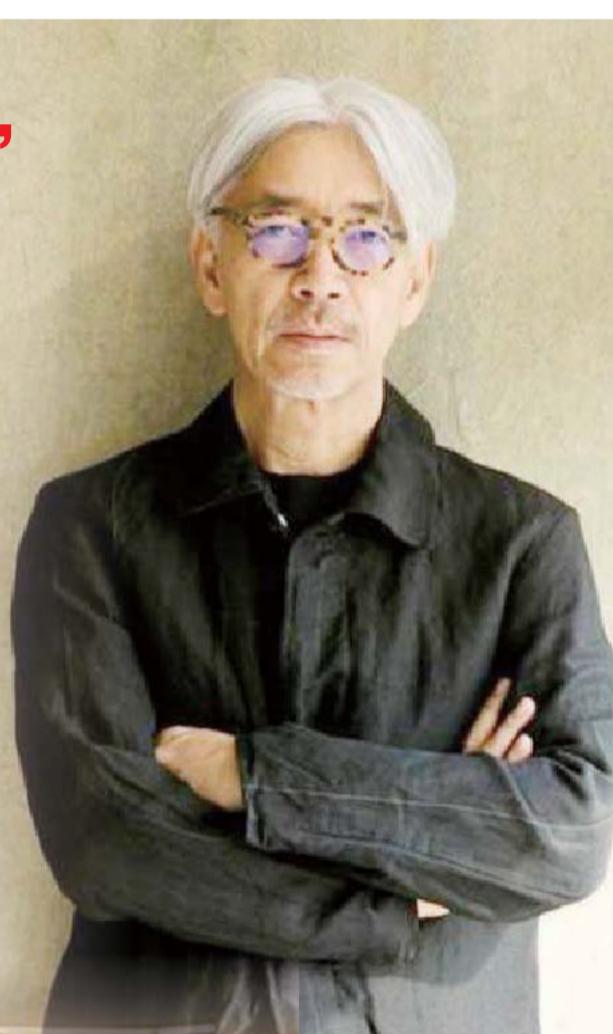
另外，有航空公司表示愿意免费送张恒与小孩搭乘回国。柬埔寨航空就在官方微博发文：“邀请张恒先生与两位宝贝免费乘坐归家航班，世界很大，总有孩子的容身之所。”引来网友大赞：“人间有真情，柬航有真爱。”但也有网友质疑柬埔寨航空根本没有飞美国的航线，被批是在趁机蹭热度。

事实上，张恒表示自己被迫滞留美国，是因为要照顾两个孩子，据悉，他目前是用旅游签证待在美国，而且马上就要到期，如果继续强行留下，将会遭到遣返，而孩子回国需要父母双方办护照，但等不到母亲郑爽签字，可能会被当作弃婴送进美国福利机构。（新明日报）

阪本龍一二度患癌 將“與癌共生”

69岁日本音乐大师阪本龙一前天自曝罹患直肠癌，目前已顺利完成手术，正在治疗养病中。他发文说，2014年7月曾罹患咽喉癌，抗癌六年中，病情逐渐好转，回到原本正常生活，没想到再次确诊患直肠癌。

阪本龙一也说，如今全球笼罩在冠病疫情中，所有医护人员都承受巨大压力，照顾每个患者，令人十分敬佩。他最后也称，由于疫情影响，加上目前的健康状况，将会取消部分工作计划，此后的日子将“与癌共生”，会好好活下去，继续创作音乐。他曾为电影《末代皇帝》、Netflix影集《黑镜》（Black Mirror）第五季等影视作品创作大量优秀配乐。



李南星不敢赴港發展



当年获得已故资深港星李香琴欣赏，想把他带到香港发展，新加坡“阿哥”李南星说不敢到当地发展。

88岁“一代奸妃”李香琴（琴姐）于这个月4日病逝，从影超过半世纪的琴姐曾经于1994年来本地拍摄《龙凤呈祥》，据说当时琴姐非常欣赏剧中和自己有很多对手戏的本地“阿哥”李南星，并有意带他到香港发展，可是，李南星似乎没这个意愿。

近期“阿哥”李南星出席为自己打造的虾米辣配猪肠粉活动，在场边接受本报访问时，旧事重提，阿哥说，当年不敢贸然去香港发展，除了自己还在摸索阶段，演技还需要磨练之外，另一个原因是，感到害怕，“人生地不熟，我担心独自到那里去闯时，万一遇到什么事情，身边没有一个人照应。”“阿哥”也坦言，即便现在若有人推荐他到香港发展，他仍会有点“小生怕怕”，不敢前去。

尽管如此，“阿哥”也感激琴姐当年对他的赏识，以及在合作中像个母亲般对他的照顾。

细心研究妈妈家传食谱

“阿哥”李南星最近曝光连连，但都和演戏无关，大部分都与饮食业挂钩，也曾经下厨煮拿手好菜招待媒体，除了让人看到他另一面的才华，也惊觉原来水银灯以外的“阿哥”也是个出色的厨师。

近日，“阿哥”更推出了自己细心研究妈妈的家传食谱，再加以改良的“虾米辣”（Hae Bee Hiam），并搭配了不同的食品推荐给大众，像虾米辣牛角包、虾米辣配猪肠粉、虾米辣黄梨挞等。

记者问“阿哥”既然对美食兴趣浓厚，是否想过进军饮食业？他连忙摇了摇手，笑著答道：“不行不行，我不擅于理财，还是不要。”（新明日报）



認與張碧晨未婚育女 花花駁斥劈腿逼墮胎

30岁中国天王级歌手华晨宇于1月22日，认了与3年前传绯闻的女歌手张碧晨未婚育有一女，随后女方表示2018年得知怀孕并未告知他，选择自己一个人私下偷偷生下女儿，让广大网友很不解为何不和华晨宇讨论结婚可能。

有网友分析可能张碧晨不觉得华晨宇会让她生下小孩，深爱他的张碧晨想要自己养育爱的结晶。

网友也挖出张粉丝早在3年前就爆料说“感觉出来华晨宇的心对碧晨没有那个女人深，连孩子都不放过，竟然叫她去堕胎”，而华晨宇也曾与香港小天后邓紫棋传了很长一阵子绯闻，中国歌迷传出当年华邓2人没有结果，正是因为张碧晨意外怀孕，让目前有稳定男友的邓紫棋躺著也中枪。

3年前“叫她去堕胎”爆料突窜热搜，而华晨宇的工作室得知3年前就有网友标注华晨宇说：

“能感觉出来你的心对碧晨没有那个女人深，可是碧晨是真心真意对你的啊，她的心你就这样践踏吗？连孩子都不放过，竟然叫她去堕胎？你的心怎么这么狠？”立刻发声明驳斥，对于网路用户捏造华晨宇劈腿、逼迫他人堕胎、弃养等传闻，已进行搜证中，并保留追究相关人员法律责任的权利。

网友也挖出邓紫棋当年被追问与华晨宇绯闻时，曾表示是迫不得已分手，她写的歌词曾有“我把你画成花，未开的一朵花，再把思念一点一滴，画成雨落下”，其中“画成雨落下”被隐射是用华晨宇名字谐音来唱出内心情感，而邓紫棋与目前稳定的造型师男友也是在2018年认爱，不管过去华晨宇与邓紫棋是不是有一段情，如今2人在乐坛各有一片天。邓紫棋尚未对华晨宇当爸事件发表看法。

华晨宇突然认了未婚生女，随后孩子的妈张碧晨也PO出长文，分享自己一路以来的心路历程，“2018年秋，当我知道自己怀孕的时候，我整个人都懵了。我和花花虽然在一起，我们也憧憬过未来的生活，但计划里从没有过生孩子结婚，至少几年之内没有，所以我当时完全慌了，不知道该怎么做才是对的。”张碧晨说不知该怎么跟华晨宇说，所以选择独自离开，双方逐渐断了联系。孩子渐长大，张碧晨告诉华晨宇真相时，他傻住了，表示很遗憾没能陪她一起度过孕期。华晨宇也被曝曾做亲子鉴定，确认是亲子关系后才让女儿华迎辰落户上海。

华晨宇昨承认有一女儿后，也发文表示女儿很喜欢音乐，会经常自己一个人拿著麦克风边跳边唱《斗牛》，也很会撒娇，想吃零食时总是用各种方式哄他开心，看到女儿觉得很幸福，他说之前没公开，是因为事情有点复杂，怕说不清楚让歌迷担心，也想让孩子在安静环境中成长，希望大家理解。

华晨宇昨闪电认当爸，与女歌手张碧晨育有一女，华晨宇的工作人员透露，两人将在“无婚姻关系”的前提下共同抚养小孩。

此事因两人为孩子报户口而爆出来，而华晨宇与张碧晨带孩子去报户口的照片也于网友曝光。陆媒于微博曝光华晨宇同框张碧晨的照片，华晨宇抱著女儿笑得开心，两人各拿著白板，写著“母张碧晨”、“父华晨宇”，以及女儿的名字。

华晨宇与张碧晨结缘源自于2015年共同参加《唱游天下》，2018年，有网友爆料称华晨宇和张碧晨热恋中，指2人有同款戒指、外套等，还有网友目击2人牵手逛街。对此，当时有中国媒体求证双方经纪人，女生辟谣“没有的事”，而华晨宇则未正面回应。其实2人2018年秋天就已有了爱的结晶，可见柯南网友真是观察入微。

跨足餐飲業推出快熟粥 Selina反覆試吃產品



Selina跨足餐饮业，直呼比当歌手还累。

今年迎来出道20周年，S.H.E成员Selina任家萱扩大事业版图，跨足餐饮业，成立“任性eat下”品牌。首波主打商品为快熟粥，上周开放预售瘫痪官网，一万盒瞬间秒杀完售。

Selina接受《联合晚报》访问时开心地说：“我们创立这个品牌时，也不知道反应会如何，蛮紧张。我觉得我运气好吧，产品推出那几天，遇到第一波寒流，天气非常冷，大家就

想吃点热的。”

谈起开副业的契机，Selina透露去年因为冠病疫情，工作受影响，因此多出更多时间，可以好好想想创立副业这件事。为何选择餐饮，而不是服装或美妆？Selina说：“我爱吃呀！身边的人也觉得我很适合搞餐饮，我吃什么都给人‘美味’的感觉，天生吃货魅力，哈哈哈！”

Selina花了将近一年时间筹备副业，凡事亲力亲为，包括到工厂看产制过程、到印刷厂校正包装、协助包装等。她也反复试吃产品，笑说：“那段时间看到粥都会怕……”

记者问她，当老板和歌手，哪个比较累，她毫不犹豫说：“老板。毕竟是吃的，有更大的责任，加上我有艺人光环，虽然这有帮助，但也同样有风险，大家的关注度更高，会检视我的一举一动。”

多位台湾艺人如曾国城、聂云、贾静雯、萧敬腾，都在做拌面生意，Selina坦言面食市场饱和了，于是选择粥品。

餐饮业竞争激烈，但Selina认为不用担心。“大家还是要吃，而且只要产品好，有诚意，大家会感受到。”

Selina透露任爸起初不赞同她搞副业。“我爸比较保守，他觉得我的本业已经有成绩，就不要贪心，但我不是贪心，而是要开发自己的潜能。知道我要做吃的，他更担心，认为艺人容易变箭靶。但我没在听啦，就任性，哈哈！”

前無線幕後員工借錢不還 藝人導演紛中招

无线电视台导演Eddie报警并踢爆TVB前经理Simon向台前幕后藉钱不还。有指Simon于无线任职多年，主要处理海外事务，包括艺人外地宣传及登台，由于在公司接触过不少艺人，所以就向他们伸手开口借钱，他多以家人和爱犬有病或周转不灵作藉口，并倚著艺人不会追数屡屡得逞，Simon前年已离职。

Eddie日前在社交平台爆料力斥Simon自2009年开始，过去12年间先后以财困作藉口，向他借了共13万港元（约2万新元）未还，Eddie上周五报警，并呼吁其他受害人都出来报警。有指Simon曾向林夏薇、陈敏之、庄思明、唐诗咏、杨思琦等借钱，最终林夏薇借对方5000港元救急，有香港媒体前日得悉Simon曾先后以财困为由向林盛斌（Bob）借过三次钱，总数数万元，有指受骗苦主最少20人。林盛斌、林夏薇过后向媒



体证实曾藉钱给Simon。

庄思明则因投资未有流动资金为由而拒绝借钱给Simon。至于陈敏之和唐诗咏则因为听闻对方不断地向公司同事借钱的前科而没有上当。



←万隆百家姓理事移交床上物品给镇长与副手。

→百家姓协会理事与镇长，乡长合影。



杨源锦（左）像征式移交捐助物品给镇所服务人员。



林盛兴（左）像征式移交捐助物品给镇长Drs. Momon。



百家姓协会理事与镇长见证移交口罩给乡长代表（右）。

“中國妝”走熱助國潮彩妝“出海”

近日，日本化妆品零售商生活方式公司（Lifestyle Company）宣布已经与包括菲鹿儿（focallure）、Girlcult在内的四个知名国货彩妆品牌签署了总代理协议，除了在该公司电商网站上进行销售之外，还将正式进驻实体店铺。这也意味着这四个国潮彩妆品牌正式登陆了日本市场。

“出海”是近来在中国品牌中十分流行的一个词，以菲鹿儿为例，品牌早早开始布局俄罗斯、越南等市场。对此，业内的共识是，随着中国经济的发展，中国娱乐及文化产业在海外的影响逐步增强，“中国妆”的认知度也越来越高。

据了解，“中国妆”在日本被译为Chiborg，最早是日本美妆博主受中国电影《芳华》启发，发布了一则仿妆视频，之后各大社交平台开始出现越

来越多“中国妆”的模仿，还被日本的时尚杂志注意到加以报道——在当地社交及主流媒体的高度在某种程度上助推了国货彩妆品牌的“出海”战略。

什么是“中国妆”：

“中国妆”到底是一种什么样风格的妆容呢？知名化妆师、KAKA MAKEUP STUDIO创始人KAKA告诉全媒体记者，“中国妆”并没有一个固定的画法，但区别于日系妆容追求的少女无辜感、韩系妆容追求的立体感，“中国妆”更追求一种中国古典风的意境。“具体表现在技法上，我认为有大胆运用红色、剑眉和上挑眼线这几个特点”，KAKA表示，因此中国妆塑造出来的中国女性更有一种飒爽之气，更强调独立的形像。（中国侨网）

沈陽國際冰雪節在棋盤山啓幕四隻熊貓雪雕來“拜年”



棋盤山管委会挂牌成立。

（沈阳讯）巨大的“牛气冲天”雪雕、憨态可掬的四只熊猫雪雕，还有网红冰滑梯。

1月19日，沈阳乃至周边城市旅游热地—沈阳棋盘山地区，迎来了里程碑决策，中共沈阳棋盘山国际风景旅游开发区工作委员会、沈阳棋盘山国际风景旅游开发区管理委员会正式挂牌成立，标志著“大棋盘山”发展格局正式迈出新的发展阶段。

与此同时，中国沈阳国际冰雪节在棋盘山风景区正式启动，广大游客及冰雪运动爱好者，可以在这里体验网红冰滑梯、雪雕、冰上嘉



憨态可掬的熊猫雪雕。

年华、雪山冲浪、秀湖亭观雪等精彩冰雪项目，度过难忘的冬日休闲时光。

最大动物雪雕—牛气冲天

走进棋盘山，远远的就可以看到栩栩如生的雪雕—牛气冲天。雪雕高14.6米、长14.3米、宽11米，以即将到来的牛年为创作灵感，其大小体量在各类生肖雕塑中名列前茅，更是棋盘山历年来最大的动物雕塑。

雪雕整体造型呈现攀登向上之感，寓意不断攀登进取。雪牛昂首向天、气势非凡、一派卓然之气，像征新的一年将扫除阴霾，迎接无限的阳光与希望。

憨态可掬雪雕—四宝拜年

四宝拜年雪雕，高5.4米、长15米、宽8米，以沈阳森林动物园中的大熊猫为创造灵感，展现了四只憨态可掬的国宝大熊猫生活化的场景。

四只大熊猫形态各异，有的在玩耍，有的在进食，有的在休憩，各有各的生动，又在一副画面里相得益彰。既有大型雪雕带来的震撼，也有栩栩如生的天然意趣。另外，雕塑背景的山峦，主体为三座山峰，代表著棋盘山、辉山和大洋山，让雪雕又增加了本地化的属性，“四宝三山”将为棋盘山冬季增加无限的乐趣。

娱乐项目—网红冰滑梯

网红冰滑梯是今年棋盘山冬季冰雪旅游项目的爆点打卡项。与往年不同，今年的冰滑梯项目从原来的冰面搬到了棋盘山雪场之上，同时将滑道增加到6条，长度延长到260米，并对冰滑道进行了整体亮化。

游客可乘坐魔毯到达刻有“冰天雪地也是金山银山”字样的滑梯山顶平台，坐著藤编道具一滑到底，在长长的冰滑梯上，不仅能体验极速滑行的刺激，还能将冰雪世界的自然美景尽收眼底。

沈阳棋盘山地区生态环境优良，旅游资源丰富，具备得天独厚

的自然优势，一直以来成为沈阳及其周边城市生态休闲和假日旅游的首选目的地。

去年，在沈阳市委、市政府领导下，沈阳市浑南区举全区之力，组织实施了棋盘山风景区4A提质升级工作，棋盘山景区面貌焕然一新、旅游品质大幅提升。尽管受疫情影响，棋盘山地区仍逆势而上，在去年9月至11月创造了旅游历史新高。

当日管委会的成立是沈阳市委、市政府统筹全市发展大局作出的重大决策部署，对于区域发展具有“里程碑”式的重要意义，棋盘山将全力建设成为国家级旅游度假区。（中新网）



以生态闻名的棋盘山。

西爪PSMTI與MTP等社團聯合舉行慈善活動

王羽 報道

（万隆讯）万隆华族关怀团队（MTP）等慈善机构有良好合作关系的西爪主流媒体P.R.报道，西爪百家姓协会（PSMTI）万隆华族关怀团队成员之一于1月20日捐赠自行隔离所需要的物资（PSMTI.Sumbang Kelengkapan Isolasi Mandiri）口罩与睡床。

西爪百家姓协会捐助的1000口罩，3张折叠式睡床和3睡床。由西爪百家姓协会，万隆华族关怀团队与Sumber Dian 地区团队联合进行的捐助物资供给将要正式开诊的万隆Babakan Ciparay地区诊疗所。

由万隆百家姓执行理事林盛兴（Ferry Cahyadi）和秘书长倪尤莉（Juliana Hindradjat）像征式移交援助物品给Babakan Ciparay 镇镇长（Drs. Momon Ahmad Sutisna）和来见证的6位乡长。镇长致词感谢热心

捐助人士，他说：“在疫情肆虐期间，这些物资一

都是诊疗所需要的物资。我们很赞赏各位所做的善行，愿真主赐恩厚报各位健康，幸福和更多的福气。

西爪百家姓协会主席何学祥（Suwanda Holy）说明。我们西爪百家姓协会与分行援助减轻遭受灾难的兄弟们。

由西爪百家姓协会执行主席陈春富（Djoni Toat）陪伴的何学祥接著说在疫情时期，印尼全国百家姓协会分发援助品给各地区灾民，冠状病毒症人士与天灾民众3单位慈善团队也于1月12日举行修好Sumber Indah Raya 损坏的11个地方的道路，使过路的摩托车主安全过往该热闹大街。华族慈善团队的善行令镇长很感动也很感激，他亲自来修路现场见证工程。

浙江省侨党组成员、副主席周松一宣布画展开幕。



剪彩仪式。



的自然优势，一直以来成为沈阳及其周边城市生态休闲和假日旅游的首选目的地。

去年，在沈阳市委、市政府领导下，沈阳市浑南区举全区之力，组织实施了棋盘山风景区4A提质升级工作，棋盘山景区面貌焕然一新、旅游品质大幅提升。尽管受疫情影响，棋盘山地区仍逆势而上，在去年9月至11月创造了旅游历史新高。

当日管委会的成立是沈阳市委、市政府统筹全市发展大局作出的重大决策部署，对于区域发展具有“里程碑”式的重要意义，棋盘山将全力建设成为国家级旅游度假区。（中新网）

文/圖：英迪國際大學提供

宛雅米拉：**中医学启蒙
竟是中文电影**

宛雅米拉 (Wan Amirah Aminah Wan Mohd Nizam) 是年资最长的学姐，她的传统中医学启蒙，其实是来自一部中文电影。“我小时候完全未曾听闻有关中医的事，直到有一天我在观看一部中文电影时，看见一幕描述以针灸法治疗病人的剧情，从此，我就对中医充满了好奇心！”这一位正就读第七学期课程的中医系学生说道。

宛雅米拉中学时是念国民中学，所以，她并未具备就读中医学的一大要项——对中文的掌握。进入中医系以后，她面对的第一个挑战，就是必须打好中文的基础。每个星期，她必须上8小时的语文课程。由于一点基础都没有，她选了晚间的强化中文课程，前后上了4个学期的课程。正因为担心自己无法与同学们沟通，或由于语文的缘故无法跟得上课业，所以下了很大的苦功搞好中文。

追剧听歌学中文

宛雅米拉说：“我一直不断催迫自己学习中文，只要有一点多余的时间，一定用来练习及背好中文字形。另外，我也追看中文连续剧和聆听中文歌曲，希望通过这样的方法来加速掌握中文。我到现在还记得，在那期间，讲师一直鼓励我前进。”

尽管挑战重重，宛雅米拉还是坚信，终究有一天，她一定可以为未来的病人提供一整套的中医治疗，借此改变某些人对传统中医学的误解。

她忆述：“我记得有一次出席在购物商场举行的中医义诊活动时，一位马来妇女上前来询问我药剂里含有哪些材料，她一直误以为中药材的方子里含有酒精或猪肉成分。另外，我的一名亲戚也对这替代性治疗的效果存有疑虑。”

尽管如此，宛雅米拉说，自己身为少数学习中医的马来人，未来将能够成为中医学与马来社会之间的桥梁，介绍各种的治疗选项以及其优点。

“传统中医学在全球各地受青睐，本地学生也对这学科充满兴趣。尽管传统中医学向来在华裔族群中受落，但近年来也吸引了华人以外的其他族裔学生报读，包括3名马来学生宛雅米拉、哈迪嘉苏菲亚和莉莉柯米拉。

她们3人对传统中医学好奇又神往，并且有着相似的学习目标，她们目前是英迪国际大学的传统中医学系学生。

馬來學生 讀中醫



宛雅米拉（前）与同学们和讲师合影。



上海市歷史博物館推出 老上海飲食文物展

(上海讯) 骆驼担，老虎灶，年夜饭，咖啡馆。由上海市历史博物馆全新推出的“年味大餐”《上海味道·美好生活——老上海饮食文物展》22日在上海市历史博物馆西二楼展厅拉开帷幕。

上海开埠后，各帮菜系、西餐大餐云集于此。在众帮菜系各逞异彩的环境下，上海本地菜吸收借鉴众味之长，发展出本帮菜，如腌笃鲜、炒鳝糊、八宝鸭、罗宋汤、炸猪排总有一种味道，让人念念不忘。

此次展览历时半年筹备，拜访了相关饮食文化的专家学者，从“弄堂口额点心”“酒馆里吃大餐”“屋里厢吃夜饭”“茶余饭后”四大板块，将晚清至上世纪80年代的饮食发展变化浓缩在一日三餐中，集中展出承载著百余年上海饮食文化发展的各类文物。

漫步其间，不仅可以看到鸿运楼等老字号的金字招牌，邵万生、杏花楼、冠生园、梅林等老字号的广告款、菜单和

股票等，裘天宝的银茶壶、老大房的包装纸、各种西餐餐具，还可以从老照片和明信片中体会彼时的人们“孵茶馆”、饮咖啡的悠闲辰光。

展览还展出了80多年前上海人家的经济菜单、辅币缺乏时的各种代价币、代价券，以及上海独创的“半两粮票”。上海市历史博物馆(上海革命历史博物馆)城市史研究员陈汉鸿告诉中新网记者，“半两粮票”是上海人精打细算的体现，“有些人吃不了一两，那不就浪费了吗？所以就吃半两。”《上海味道·美好生活——老上海饮食文物展》将展至3月28日。

(中国侨网)



《上海味道·美好生活——老上海饮食文物展》。



弄堂口早餐布景。



莉莉柯米拉（左一）经常与友人以中文聊天以增进自己对中文的掌握能力。

哈迪嘉苏菲亚：**梦想自设中医诊所**

至于哈迪嘉苏菲亚 (Hadijah Sofia Badrul Hisham)，她是华小毕业生，因此与师长同学用中文沟通完全不是问题。不过，中医系里的课业繁重，往往让她在搞好课业与参加社团活动之间难以取得平衡。

“记得我第一个学期的路程相当颠簸，因为必须在晚上上中文课，以复习并增进中文程度。我发现我还未做好充分准备去应对课堂，还有研讨会配置的繁重课业。幸运的是，讲师们都乐意聆听我的问题，并建议我如何保持课业的表现，同时也顾及大学的生活。”哈迪嘉苏菲亚补充，其实每个学期都有新的挑战，迎刃而解的唯一诀窍就是保持积极乐观的心态，同时在碰到问题时寻求援助，享受整个学习的过程。

或到中国攻读中医硕士

哈迪嘉苏菲亚目前是第五学期的学生，她入读中医基础课程之初，得勤跑大学附设的传统中医诊所，观摩老师与学长姐的临床诊治手法，当时她对这门与西医截然不同的传统疗法感觉新奇有趣。随着走访诊所的次数越多，她对中医学产生的兴趣就越浓厚。

谈到未来发展，哈迪嘉苏菲亚表示希望毕业后能在马来西亚中医总会 (MCMA)、医院或诊所服务，又或者追随学长姐的脚步到中国攻读中医硕士课程。她也梦想有朝一日能开设自己的诊所悬壶济世。

莉莉柯米拉：**可为马来同胞解惑**

目前就读第三学期的莉莉柯米拉 (Lily Qarmila Mohd Lotfee)，在学习的路程上可说是较为幸运的，毕竟她有两位学姐可以提供她许多参考意见。跟学姐一样，莉莉柯米拉也是毕业自华文小学，可是小学的中文程度却不足于让她应付中医系里艰涩的专有名词，在学习上可说挑战重重。

死背硬记中药药方名称

她笑说：“我必须死背硬记许多中药和药方的名称，这些都是我前所未闻的东西，更不用说要用中文来记住它们了。不得牢记名称，还要熟知每种草药属性，还有它适用于哪种疾病。幸好，我的一位马来学姐助我一把，分享了熟背牢记中药的诀窍妙招。”

莉莉柯米拉说，身为一名就读于中医系马来学生，她有机会替自己所属的马来社群，特别是对中医疗法存有疑虑的马来同胞们，打开视野深入了解中医学和中医界。

她进一步解说：“就好比针灸疗法，我们必须按不同的症状寻找经络穴位施针，但是经络和穴位都是不可见的结构，它不是神经线也并非血管，这个概念须搞懂。至于中药方面，我的一些亲戚曾问，中药是不是仅限于草药，是否用昆虫或动物的皮入药。他们也询问，用于治病的中药，其成分究竟是否清真。”

她补充，身为中医系学生的一大好处，就是系上提供所有学生、即使只是就读于第二学期的学生，一个真实体验临床诊治的学习机会。“我们参与临床治疗和义诊活动，这是很有趣的学习经验，不仅可以整个团队合作，也可以从中学到沟通和实务技巧。”

直播4小時群星拱照 疫情下的另類畢業禮

文：陳詩妤（轉載自《親子天下》）

韓團BTS：用自己的步調从容前进

队长RM：就像毕业离开校园，现在我们感到非常多不确定、失落和焦虑。最近不可预测的事件，完全改变了我们的计划，但也让我们领悟是什么造就真正的自己。身为音乐人，做音乐是我们沟通和记忆的方式，也借此提振自己，想着我们爱的人，继续写歌和练习。你们可用任何方式来记录这段经历。

团员Jin：当我自中学毕业时，对走入陌生的世界感到害怕，说话和行动都小心翼翼，很在意领先我的同侪们，为了追上他们的步伐而喘不过气。我后来了解到，那并不是我的速度。安慰自己：“用自己的速度，稳定前进就好了。”后来养成习惯多留些时间给自己，练习也比成员早几天开始准备。

各位如果在陌生的环境感到迷惘，请不要着急，用自己的步调一步一步前进吧，你可能会意外发现珍贵的事物，那些事物也会走向你。

**米歇尔·奥巴马：永远别让你使你沉默**

我想给你们3个建议：

一、生命永远会充满不确定。大多数人花好多年来自悟，而你们因着疫情的缘故，提前学习这一课。

二、在这个不确定的世界里，诚实、正直、怜悯是禁得起时间考验的，它们是生命中真实的财富。善待人永不会让你失望。

三、分享你的声音。如果你以为自己是隐形人，请明白你的故事、想法、经历很重要，你对这世界的期待很重要。因此，永远、永远不要让任何人叫你闭嘴，这些人不知道你的故事。如果你听他们的，世界永远不会被改变。



綠色牛乳營養大勝牛奶 防高血壓糖尿病功效

早餐要吃的像皇帝”！所以许多人会喝豆浆，搭配鸡蛋一起吃，认为是最佳黄金拍档！豆浆的营养价值丰富，比起牛奶毫不逊色，因此又有“绿色牛奶”的美名。喝豆浆的好处超乎你的想像，除了能养颜美肤，还能保护心脑血管、降低胆固醇、血糖，以及具有抗癌等效果。但是，有一些族群却要注意不适合喝豆浆喔！

鲜豆浆营养价值与牛奶相近，所含优质植物蛋白质比牛奶还高

鲜豆浆含有丰富的优质蛋白质，以及多种人体所需的微量元素，其营养价值与牛奶相近，所含的优质植物蛋白质含量高达2.56%，甚至比牛奶的蛋白质含量2%还要来得高。豆浆还含有钙、磷、铁等矿物质，其中铁的含量是牛奶的25倍。另外，豆浆富含的不饱和脂肪酸、大豆皂苷、异黄酮、卵磷脂等数十种对人体有益的物质，具有降低人体胆固醇、防治高血压、冠心病、糖尿病等多种疾病功效。

营养药膳专家、本身是中医师的王生作，在其《豆浆、豆花、豆腐食疗大全：跟著中医师养生美容、防病治病》新书中提到，根据《本草纲目》也记载，豆浆“利水下气，制诸风热，解诸毒”。《延年秘录》上也记载豆浆

“长肌肤，益颜色，填骨髓，加气力，补虚能食。”中医理论认为豆浆性平味甘，滋阴润燥，“秋冬一碗热豆浆，驱寒暖胃保健康”，常喝豆浆，对身体大有裨益。

豆浆6大功效

鲜豆浆被中国营养学家推荐为防治高血脂、高血压、动脉硬化等疾病的健康饮品。饮用鲜豆浆可防治缺铁性贫血。豆浆对于贫血病人的调养，比牛奶作用要强。以喝熟豆浆的方式补充植物蛋白，可以使人的抗病能力增强，从而达到抗癌和保健作用。

功效1：保护心脑血管

作为日常饮品，豆浆中含有大豆皂苷、异黄酮、大豆低聚糖等具有显著保健功能的保健因子。多喝鲜豆浆可预防老年痴呆症的发生，可维持正常的营养平衡，全面调节内分泌系统，降低血压、血脂，减轻心血管负担，增加心脏活力，优化血液循环，保护心血管，并有平补肝肾、抗癌、增强免疫力等功效，所以有科学家称豆浆为“心血管保健液”。



功效2：降低血糖

糖尿病大多是由于不科学的饮食长期积累造成的，不当的饮食往往会影响镁、磷、铜、锌、铬、钴、锗等元素的吸收，最终导致糖尿病的发生。最近国外有学者研究证实，豆类饮品具有降血糖作用，豆浆是糖尿病患者极其宝贵的食物，因为糖尿病患者摄取豆浆中的水溶性纤维，有助于控制血糖。

功效3：防治高血压

豆浆中所含的豆固醇和钾、镁，是有力量的抗盐钠物质。如果体内能适当控制钠的数量，便能防治高血压。

功效4：防治癌症

豆浆中所含的蛋白质和硒、钼等都有很强的抑癌和治癌能力，尤其对胃癌、肠癌、乳腺癌有效。

功效5：养颜美肤

科学研究认为，女性青春的流逝与雌激素的减少密切相关。鲜豆浆除了含有植物雌激素以外，还含有大豆蛋白、异黄酮、卵磷脂等物质，对某些癌症如乳腺癌、子宫癌有一定的预防作用，是一味天然的雌激素补充剂。同时，豆浆还含有一种牛奶所没有的植物雌激素黄豆苷原，该物质可调节女性内分泌系统的功能。每天喝300~500毫升鲜豆浆，可明显改善女性心态和身体素质，延缓皮肤衰老，达到养颜美容之目的。（华人健康网）

久坐單隻腳水腫疼痛 小心深層靜脈栓塞

夏天久坐冷气房工作，一坐就是好几个小时，当长时间坐姿或蹲姿站起来之后，突然感觉下肢有一只脚疼痛、水肿，甚至有腿围变大、小腿腹压痛等症状时，不一定都是脚部拉伤，有可能是静脉栓塞。拖延治疗，可能导致皮肤溃烂，甚至严重并发症风险高的肺栓塞，不得不慎！

上班族久坐发现单一只脚疼痛、水肿，不一定都是脚部拉伤，有可能是静脉栓塞。

严重静脉栓塞小心造成肺栓塞

有5成致死率

国泰医院心脏内科主治医师张嘉修表示，静脉分为表浅静脉与深层静脉，前者不一定会有关节肿胀现象，但会出现静脉曲张；而深层静脉一旦堵塞，往往会出现大问题。初期一般都发生在下肢，小腿会肿大，走路时小腿会疼痛，时间再累积久一点，一旦静脉压力升高，高静脉压会使脚踝附近的皮肤色素沉积变暗沉褐色，此情况称之为郁积性皮肤炎，形成难治的静脉溃疡；如果再因搔痒抓破皮，恐变成皮肤溃疡，造成蜂窝组织炎引起败血症。

单一只脚出现水肿，小心可能是深层静脉栓塞

严重静脉栓塞者，血块随著血液流动循环至肺部，造成肺栓塞，临床发现有5成致死率，严重肺栓塞能在几分钟内要人命。尤其有单一只脚出现水肿，主要因自体循环异常，就要注意可能是深层静脉栓塞。

临床曾经收治1名75岁陈奶奶，某日发现左脚肿胀，竟然无法穿鞋子，但不以为意，1个月后出现走路会痛、会喘、呼吸不顺，才紧急就医。就医后发现，陈奶奶的左脚静脉血管已有大量血栓形成，血流阻塞后并发蜂窝组织炎引起败血症，意识不清险送命。所幸及时经用新式“血栓抽吸清除装置(Angiojet)”治疗后，将血栓清除，恢复健康。

静脉栓塞发生率，是动脉血栓的4倍

静脉栓塞发生率约1/1000~3/1000之间，是动脉血栓发生率的4倍，近年来在年轻及老年族群都有增加的趋势。静脉栓塞形成相关的危险因子包括：久坐不动、年纪大于40岁、患有糖尿病、恶性肿瘤、自体免疫疾病、女性怀孕时或长时间服用口服避孕药，以及剧烈运动后忘

记补充水分，使血流无法正常等。

血栓抽吸清除装置治疗静脉栓塞，黄金治疗期3周内

静脉栓塞，早期是服用抗凝血剂，但是如果栓塞量过大过多，侵犯骨盆腔大静脉，治疗后效果不佳，高达5成以上的病人会发生“血栓后症候群”，饱受腿部肿胀、皮肤溃烂，并发蜂窝性组织炎，甚至败血症而送命。目前已经有进步的新式“血栓抽吸清除装置”治疗，利用导管方式清除血栓，将血栓溶解剂先直接注入血栓内部，再转换模式利用白努力定律，由抽吸导管局部喷射水柱破坏血栓，同时产生强力负压，将血栓碎片顺着负压方向而吸入导管内移出体外，藉此清除血栓且血栓碎片，也不易飘至他处造成伤害。

新式“血栓抽吸清除装置”治疗，病患仅于腹股沟处或膝窝处留下不到0.5公分的小伤口，患者复原快速。此外，在血栓发生的黄金治疗期3周内，可快速有效消除腿部肿胀情形，大幅增加血栓清除率，也降低血栓并发症的发生。

心脏内科医师叮咛

提醒，夏天气温高，在户外活动容易大量流失水分，记得多喝水补充水分；还有久坐办公室上班族，记得工作一段时间要起身动一动，勿固定同一个姿势时间太久；以及孕妇、肥胖，或是年纪大，或有心血管疾病的人，都要特别小心，一发现小腿肿胀、疼痛，且突然有气促、胸痛、呼吸困难、心跳过速的现象，应及早就医诊断，予以即时治疗。（华人健康网）



孩子長高有訣竅 3穴位助調理

其实只要让孩子睡饱、常运动、多晒太阳、勤按摩，从小打下健康的基础，他就可能长得更高、更好。

好神妈妈真苦恼

菲菲妈：我很注重小孩的睡眠时间，晚上8点一定就寝，睡到隔天早上8点，午餐过后，午睡从1点到3点，规律的生活像当兵一样。

乐乐妈：每天晚上都要乐乐做拉筋的动作。

佩仪妈：孩子睡觉前我都会帮他按摩脚底！

专业阵容 李昀真中医师、谭敦慈毒物科护理师

★睡饱与运动量是长高关键

想长高除了足够的营养摄取外，另一个重点就是睡眠。学龄前的小孩每天要能睡满9小时，国中后至少要能睡满8小时，这样才能满足身体基本所需。睡眠跟生长激素有关，生长激素是在人睡著后30至60分钟开始分泌。每1至1小时半，睡眠周期会再循环一次，所以生长激素会再一次分泌，想要长高，睡眠时间一定要足够。

再来是运动，要让孩子多到户外跑跳，一方面晒太阳获得维生素D，一方面刺激肌肉、骨骼的发育。营养、睡眠、运动都有注意，基本上孩子的发育就不成问题。

★有助长高的3大穴位

以中医来说，长高与发育有3个比较重要的穴位，依循著“先天之本肾、后天之本脾胃”的原则来取穴，按压到时会有些酸胀的感觉。

穴道1／涌泉穴

位置：从脚底第2跟第3脚趾中间，往下画一条中线，将此线分3等分，取1/3处，大概在脚底“人”字的凹窝处，就是涌泉穴。

功效：中医肾经的要穴，可以补肾。刺激这个穴道具有刺激生长板的作用。

结合现代医学的原理，小孩的生长板位于长骨旁边的两个软骨盘，它有分裂的作用，只对内分泌激素、生长激素有反应。

按法：用揉按的方式，1次30下，每1下1至3秒钟。

穴道2／足三里

位置：小腿外侧的膝盖上有一个很像牛鼻子的凹窝，叫作犊鼻穴，再用小朋友的4根手指头往下量，大概位在胫骨旁边1个指头的位置，就是足三里穴。

功效：胃经的要穴，又称为“长寿穴”，有助于人体的吸收跟消化，对胃肠特别有帮助。

按法：用揉按的方式，1次30下，每1下1至3秒钟。

穴道3／三阴交

位置：先找到内侧脚踝，用小朋友4根手指头的高度往上找，对著这根很大的胫骨后面掐下去，通常会有酸胀的感觉。

功效：脾经的要穴，有补血、补气的功能，可以改善孩子的睡眠跟情绪。

按法：用揉按的方式，1次30下，每1下1至3秒钟。（华人健康网）

高血壓一定藥 步行伏地挺身控血壓

季节交替换季日夜温差大，高血压的人最怕“爆血压”，但是控制血压除了吃药，还有如神助的方法吗？气温变化大，对高血压患者而言，并发中风、心脏病等心血管疾病的风险也大增，家有年长者及自身血压偏高者需多加注意！欧美一项最新研究指出，维持规律耐力运动包括步行、骑自行车，以及伏地挺身等肌力训练，几乎与降压药物有同样控制血压的效果，那么高血压患者是否就不再需要依赖药物了呢？

研究：运动降血压的效果等同药物

根据英国《每日邮报》(Daily Mail)报导，高血压在欧美地区影响了三分之一的成年人，目前在英国有1,700万人、美国有7,500万人被高血压所困扰；由于血压控制效果不彰，每年有大约62,000人死于中风及心脏病发作，因此医学界迫切希望能为更多人提供有效的治疗方法。

一项由英国伦敦政经学院(The London School of Economics)及美国史丹佛大学(Stanford University)学者共同执行的研究指出，对高血压患者而言，运动与降血压的处方药物一样有效。

降血压关键：规律运动、定期服药

研究人员针对39,700名受测者进行了391项测试，发现透过规律的综合耐力运动，像是步行、慢跑、骑自行车或游泳，以及举重、伏地挺身之类的重量训练或肌力训练，可以将高血压患者的血压降至健康水平，与服用β受体阻滞剂或ACE抑制剂等降压药物具有同样的效果。

伦敦政经学院的荷赛因·纳西(Huseyin Naci)博士表示，这项研究结果并不是在鼓励高血压患者应该停止服用药物，无论是否要放弃药物，患者都要与医师仔细讨论；医师给予患者运动的建议是一回事，但必须确保患者能够



持续地、规律地运动，才能从中真正获益。

日常3招摆脱高血压

高血压是一种普遍但却容易被忽略的疾病，根据卫福部统计，全国约有300万高血压患者，但大部分高血压患者都没有将血压值控制在理想范围内。为此国健署提出3大建议事项，期望民众远离高血压的威胁，进而降低脑中风、心脏病、主动脉剥离等并发疾病的风险。

1. 定期量测、监控血压：

18岁以上民众，每年至少要量1次血压，如果血压低于120/80 mmHg，可维持每年量1次血压；若血压超过140/90 mmHg，建议与医师讨论是否需要进一步治疗，以避免后续疾病发生。

2. 适当纾解压力：

妥善处理来自生活及工作的压力，保持情绪平静，可藉由泡澡、听音乐、打坐冥想、和友人小聚、从事正当休闲活动来放松心情。

3. 保持良好饮食及生活习惯：

日常生活需谨记清淡饮食、戒菸、节制饮酒、注意气温变化、保持规律运动，维持健康的生活型态，即是控制血压的关键。（华人健康网）

兒童皮膚炎 不能吃雞蛋牛奶

天空灰蒙蒙，空气污染又来了，家中孩子是否出现皮肤搔痒，这里抓、那里抓，“止不住的痒”异位性皮肤炎又发作了？为避免症状更加剧，心焦的妈妈们多半会特别注意孩子的饮食。网路上流传“异位性皮肤炎的孩子，不能吃海鲜、鸡蛋、喝牛奶，否则会更严重”，是真的吗？小儿科医师表示，异位性皮肤炎患者的确对于“食物过敏”的比例较一般人为高，但是，在服用食物后不会造成皮疹的恶化，就可以放心食用。

异位性皮肤炎症状： 皮肤干燥合并红痒脱屑

异位性皮肤炎又称过敏性皮肤炎，或过敏性湿疹。卫福部乐生疗养院儿科主任张莹雯医师表示，异位性皮肤炎是一种慢性，反覆发作的过敏性皮肤疾病，病因主要来自遗传基因、皮肤屏障功能异常、过敏原穿过受损的保护屏障，致敏化结果导致免疫过度活化，自体免疫产生抗体等因素，因此会出现皮肤干燥合并红痒脱屑的症状。又因患者皮肤角质层含量皮脂减少，因此皮肤水分容易经皮蒸发，导致皮肤干燥，幼小患者会觉得奇痒无比、更想抓，严重时会影响睡眠与生活品质。

异位性皮肤炎的主要症状包括：皮肤会痒，因而引起搔抓、皮肤干燥、对外在环境的刺激物敏感，外观的急性湿疹变化如皮肤红疹、流组织液、脱屑及结痂等，慢性湿疹变化如皮肤增厚、颜色变深、粗糙及苔藓化等，随年龄不同的典型好发部位如四肢关节处、脸颊、头皮、耳部、颈部、躯干、眼睛四周及嘴巴四周等。

异位性皮肤炎9成会在5岁前发作， 常合并有气喘、过敏性鼻炎

张莹雯医师指出，异位性皮肤炎患者绝大多数因为体质之故，约5成于1岁以前的婴儿时期发病，一般较常发生于婴幼儿，9成会在5岁前发作，且与个人或家族的气喘、过敏性鼻炎和异位性皮肤炎病史有关。小儿异位性皮肤炎患者由于具有异位性体质，故常合并有气喘、过敏性鼻炎。

过敏原的刺激是异位性皮肤炎的诱发因子，

接触过多的过敏原（例如：牛奶、鸡蛋、海鲜、花生、猫狗毛发、灰尘、霉菌等），以及空气污染物与二手菸等物质，会增加异位性皮肤炎的发生，甚至压力和情绪也会诱发异位性皮肤炎。

小儿异位性皮肤炎不能吃鸡蛋、海鲜、牛奶？儿科医师详解

异位性皮肤炎的患者有“食物过敏”的比例又较一般人为高。中、重度异位性皮肤炎的患者，40%有食物过敏的状况，容易引起过敏的食物包括：牛奶、蛋、花生、小麦、坚果类、豆类、有毛水果（例如奇异果），以及带壳海鲜。

虽然如此，异位性皮肤炎患者在饮食上也不需因此而拒食，只要患者在服用食物后不会造成皮疹的恶化，就可以放心食用。异位性皮肤炎的小孩，若对某种特定食物产生过敏反应，可以做食物过敏原的特定免疫球蛋白E检查，即可测知结果。

高过敏小孩避免接触过敏原，最好喂食母奶，或食用水解蛋白低过敏奶粉

预防异位性皮肤炎的发生，要从自出生起即开始避免接触过敏原做起。高过敏家庭中的小孩，最好从出生起至1岁之前，避免接触各种食物过敏原，例如：牛奶、蛋白、蛋黄、大豆、花生、有壳海鲜等，以防免疫系统被致敏化。这个时期婴儿最好喂食母奶，当不能喂食母奶时，则建议使用经临床研究证实有效的适度水解蛋白低过敏奶粉喂食，如此有助于预防小孩发生异位性皮肤炎。

1岁以前：对牛奶、蛋及花生易过敏，喂食时应小心皮肤过敏症状。

★出生后尽量喂食母奶6个月以上，有困难可改喂适度水解牛奶蛋白的低过敏婴儿奶粉。

★蛋白及全蛋制品10个月大后添加。

如此可有助于预防小孩发生异位性皮肤炎。

日常抗敏5撇步

1.避免暴露于过敏原。

2.正确饮食：少吃花生、核桃、腰果、高热量的油炸食物、罐头食品。（因为含较多的亚硫酸盐）、多吃深海鱼类，含较多的Omega-3脂肪酸（DHA、EPA）。

3.喝足够的水。

4.运动。

5.生活放轻松，学会放轻松生活很重要。即使生活再忙、再累，别忘利用一些方法减压，睡眠充足、良性适度的人际互动，就是其中的方法。

张莹雯医师叮咛，经常过敏的人可养成写日记的习惯，一有过敏症状，例如湿疹复发或狂打喷嚏，记下先前正做什么、在什么环境中或正想什么，或许有助于找出引发过敏的来源。

治疗异位性皮肤炎：用足量抗组织胺与搭配外用药膏降低痒感

异位性皮肤炎的治疗，主要是针对皮肤发炎的地方涂抹类固醇药膏，或不含类固醇的免疫调节剂药膏。不含类固醇的免疫调节剂药膏，已核准用于成人及孩童，其抗发

炎的效力近似于中型类固醇药膏，很适合用来治疗脸部的异位性皮肤炎、不愿使用类固醇，或对类固醇药膏效果不佳的患者。

此外，口服抗组织胺药物以及止痒药膏，可以减轻患者的痒感，以避免因搔抓引起皮肤屏障受损，造成愈抓愈严重的恶性循环。对于不慎因搔抓引起的皮肤伤口，应尽快使用抗生素药膏来预防细菌感染。

急性期使用较强的局部类固醇最好不要超过二星期，且不要涂抹在皮肤较薄的地方，例如：脸部、腋下、腹股沟及生殖器。一旦病情控制，尽早改用较温和的制剂如1% hydrocortisone药膏。

【10招预防异位性皮肤炎发作】

●“夏天怕汗、冬天怕干”，这是最重要的原则。有流汗要赶快擦干，保湿做好可以预防皮肤炎发作。定时涂抹乳液，提供保湿并健全皮肤的天然屏障。

●避免造成湿疹的恶化因子，减少环境对皮肤的刺激，可预防异位性皮肤炎的反覆发作。



●若有明确过敏原的患者，应避免接触，例如：尘螨、狗毛或猫毛…等。

●沐浴时水温不宜过热，过热的水会破坏皮肤的皮脂膜，降低皮肤防御力。

避免使用皂性过强的清洁产品或含化学香料的沐浴乳洗澡，严重时用清水洗即可。

●洗完澡拍干后马上擦保湿乳霜。水分蒸干后，保湿效果就较弱了。一天至少两次，严重时最好一天可以擦4次。

●若过度流汗时，应尽快擦拭，维持清爽透气。

●穿著棉质或是天然材质、蚕丝类的衣物，减少毛衣及尼龙衣物的使用。

●避免过冷、过热、过湿、过干的极端环境：可视环境状况适度使用空调或是除湿机。

●饮食方面避免辛辣刺激的饮食。病情较严重时，暂时不吃带壳海鲜、蛋、奶、加工零食、菇类等较易过敏的食物。

●保持规律的作息、充足的睡眠及愉悦的心情。（华人健康网）

容易偏头痛的人 都有这特徵

偏头痛虽然不是病，痛起来却十分煎熬，台湾有24岁青年不堪长期头痛而服药烧炭轻生，美国密西根州立大学的研究也指出，有严重头痛问题的患者自杀率高于一般人。美国宾州巴克斯县执业家庭科医师 Melinda Ratini 审阅的一篇文章指出，一般偏头痛的患者每个月会有1~2次较严重的偏头痛发作；但慢性偏头痛患者的发作频率更高，常常偏头痛的次数甚至高达每个月15天以上，这种时常偏头痛的问题对生活也会造成更多影响。



偏头痛的患者常见症状包括单侧或双侧的头部阵痛、恶心想吐、感觉晕眩、脸部与手脚刺痛，也可能出现眼前闪光、线条、色块或阴影等偏头痛前兆（auras），并对光线、声音、气味或触碰敏感。而慢性偏头痛的患者除了会出现同样的症状以外，主要的差异点为发作时间与频率，至少每个月出现15天才会被诊断为慢性偏头痛。

美国加州大学尔湾分校（University of California, Irvine）UCI医学中心疼痛控制专科医师 Rakhi Dayal 则指出，如果时常发生头痛，不论类型为紧张型头痛、偏头痛或其他原发性的头痛，都可能需要由医师诊断、进行预防性的治疗。

此外，以下几种头痛也可能暗示严重的健康问题，突然发生而且非常剧烈、几乎不能忍受的头痛与先前症状不同的头痛，或是头痛的频率、严重程度提高，或是对于先前的药物或疗法反应不佳，会使人在半夜醒来的头痛，躺著咳嗽、打喷嚏或负重时会加重的头痛，40岁后新发生的头痛。

偏头痛成因

有些偏头痛的成因可能与脑部化学物质改变有关，此外异常的脑部活动也可能引起偏头痛。而对每位患者来说，容易触发偏头痛的原因都不一样，常见的原因包括睡眠不足、咖啡因、压力环境等。

慢性偏头痛的患者以女性为多，可能与女性生理周期、怀孕或更年期的荷尔蒙变化有关。

日本TBS电视台在电视节目上，制作了偏头痛专题，请来头痛研究权威，日本东京女子医科大学客座教授清水俊彦，比较“容易偏头痛的人”与“不容易偏头痛的人”之间有著甚麽样的差别，并且纠正了对于头痛处置的错误观念。

“容易偏头痛的人”有哪些特征？

头痛大致可分为两种“紧张型头痛”和“偏头痛”两种，前者成因很明确，长时间维

持相同姿势导致身体紧绷有压力，或者是精神上的压力而造成头痛。而偏头痛的成因则有许多，例如天气变化大，雨天、阴天时容易头痛，假日睡太多头胀痛等等，都属于偏头痛的范畴。

体质容不容易偏头痛，差别在于脑部的血管是否容易扩张，一般正常状况下，大脑的血管和神经之间有空隙，大脑的血管如果扩张，就会压迫到血管周围的神经，血液流通时血管刺激神经，造成阵阵抽痛。

血管扩张压迫神经导致严重疼痛！脑血管扩张的四大成因

天气

雨天时的低气压，会让血管容易扩张，压迫神经导致容易偏头痛。

气味

嗅闻到强烈的气味时，会让大脑感受到压力，大脑兴奋而血流量增加。为了容易偏头痛的人，要多注意避免经过吸菸区以及贩售香水、香氛用品的地方。

睡太多

平常总得早起送小孩上学、起床赶打卡上班，好不容易到了周末，许多人会好好大睡一场补眠，结果没感到神清气爽，反而觉得头闷闷痛？正常状况下，大脑会在放松时让血管慢慢扩张，然而睡太久时，会让血管扩张过度，反倒引起头痛。

空腹

空腹是体内的糖使用完的状态，这时大脑为了从血液获取更多营养素，就会促使血管扩张。因此，空腹容易焦虑、易怒的人，也常有偏头痛问题。

《改善偏头痛这样做》

许多人头痛时会习惯揉捏按摩头部，然而偏头痛时按摩、做伸展操以及热敷，都会促进血管扩张，反倒造成反效果，让疼痛加剧。

偏头痛时，“冷敷”是很有效的方式，可用冰凉的毛巾冷却疼痛的部位，敷额头、眼睛与太阳穴等部位，帮助血管收缩，缓和疼痛。（早安健康）

不可輕忽的下背痛



脊椎是我们人体重要的结构，除了支撑身体，进行功能性的活动，也涵盖许多神经与血管构造，而脊椎是否健康，将深切影响人的一生。从小孩到老人，每个年龄层，脊椎都会有相对应的疾病与症状可能发生。今天我们就来简单认识成年人最常遇到的下背痛问题。

一般研究指出，成人在终其一生有超过八成的机会，会遭遇下背疼痛的困扰，虽然大部分的人都能自我痊愈，不用接受特殊的介入治疗，且多半发作时间不长，短于四周，但仍有不少部份人会严重影响日常生活，甚至转变成长期慢性的背部疼痛问题，导致严重的活动功能限制。

更有甚者，简单的下背痛也是一些少见的可怕疾病先兆，不可不防。如何尽早发现，知道自己是不是属于高风险群非常重要，避免自己的脊椎健康掉入到不可挽回的泥沼之中。

首先，我们需先检视自我的身体状况，一旦你发现自己有吸烟习惯，体重过重，年纪逐渐增加(50岁以上)，运动量不足，又成天从事劳力工作，久坐不起，甚至是职场工作压力大，有长期的心理不满，焦虑或忧郁的问题，就是下背痛会找上门的族群。如果疼痛的时间不长，且多能在几周内得到缓解，也没有其他疾病的危险因子的话，大部份是背部肌肉或脊椎关节发炎造成，然而有一些常见或是危险的病变，我们需要留心，有疑虑时要寻求专业的医疗协助，提早介入。

常见造成下背疼痛的疾病，像是老年人或骨质严重流失的患者容易发生的脊椎压迫性骨折，脊椎退化骨刺生成或椎间盘突出造成的神经压迫，严重的髋关节退化或脊椎关节退化，都能在标准的医疗检查中，找到原因，给予适当的治疗，适时拉住倾倒的天平，得到症状的改善。而严重的下背痛成因，包含转移或原发的脊椎肿瘤，脊椎的感染，脊髓的损伤或病变，虽然少见约百分之一，但往往发现的太晚，恐造成瘫痪，不可逆的神经功能丧失或是生命危险。

除此之外，也常常有不是脊椎部位的问题，

C羅歷史第一射手 職業生涯760粒進球

进球数历史第一是C罗！

20日结束的意大利超级杯决赛上，尤文图斯2：0战胜那不勒斯获得冠军，这是尤文图斯第九次捧得意大利超级杯。

法新社称，C罗在63分钟时的一脚凌空抽射打开僵局，这粒进球是C罗在正式比赛中的第760粒进球，他也超过巴西的“球王”贝利和奥地利传奇球星约瑟夫·比坎，成为史上正式比赛进球最多的球员。

作为当下最耀眼的球星之一，C罗职业生涯的每一粒进球都记录在案：他在1040场正式比赛中打入760粒进球，其中皇家马德里450粒、曼联118粒、尤文图斯85粒、葡萄牙体育5粒，还有葡萄牙国家队的102粒进球。

然而在英国广播公司（BBC）看来，要授予C罗“史上进球最多球员”称号，还得看他前辈们的数据是否准确。例如2001年去世的比坎，如果按照体育足球统计基金会的说法，他的总进球数应为805粒，而罗马里奥和贝利则是772和767粒，仍然领先C罗。

不过，比坎上世纪的进球中，有不少是在预备队和业余联赛中取得，是否应该计入仍有争议。罗马里奥和贝利则声称自己有上千粒进球，后者社交媒体的个人简介上写著“史上进球最多者（1283）”。不过现役球员中C罗肯定是进球最多的，比梅西多41粒。此外C罗已经连续20年都有进球，有望追上吉格斯（23年）的纪录。

（环球时报）



北京將結合疫情變化 調整冬奧會辦賽策略

北京将为明年举行的冬奥会制定公共卫生、疫情防控工作方案和应急预案，并结合疫情变化及时调整办赛策略。

根据“北京青年报”官方微博消息，今天上午召开的北京市十五届人大四次会议审查《北京市国民经济和社会发展第十四个五年规划和二〇三五年远景目标纲要（草案）》。

据了解，北京市在会上提出，将全力办好北京2022年冬奥会和冬残奥会。制定北京冬奥会公共卫生、疫情防控工作方案和应急预案，结合疫情变化及时调整办赛策略。

北京大兴区自上周日（17日）确诊两名冠病患者，被证实感染最先在英国发现的冠病病毒变异株，随后该地区出现局部聚集性疫情。大兴区天宫院街道融汇社区昨天被调整为高风险地区，将被严格进行重点区域管控。

奧委會表明舉辦東奧決心 世衛強調應科學判斷

据日本共同社报导，世界卫生组织（WHO）紧急项目执行主任迈克尔·瑞安22日在记者会上表示，是否举办东京奥运“必须基于科学依据和当时的危险性来判断”，呼吁遏制新冠疫情蔓延是“通往举办奥运的最佳道路”。同日，国际奥委会主席巴赫再次表明了对举办东京奥运的坚定决心。

据报导，瑞安说：“在东京被发布了紧急事态宣言的状况下，难以考虑奥运，我很理解人们的担忧”，还期待称“日本政府大概会与本国国民协商，在恰当的时间得出恰当的结论”。

由于变异新冠病毒蔓延等，许多国家疫情恶化，瑞安表示，“我知道谁都（对举办奥运）有些担忧”。

不过，瑞安称，“WHO不会决定是否应该举办奥运，也不会（朝著得出结论）进行调停”，再度强调WHO不是决策当事人，而是仅从公共卫生的观点向国际奥委会（IOC）和日本政府提供建议。

同日，国际奥委会（IOC）主席巴赫再次表明，他对举办东京奥运的坚定决心。出席会议的日本奥委会（JOC）主席山下泰裕透露称，NOC方面没有提出对举办表示担忧的意见。

据山下介绍，对于英国《泰晤士报》称“日本政府私下得出结论认为不得不取消”的报导，巴赫否定说是“假新闻”，还高度肯定了日本的筹备状况。巴赫也表示近期将对NOC实施面向东京奥运准备的相关问卷调查。巴赫还透露，2月上旬将发行面向奥运相关人士说明新冠疫情具体对策和各自应遵守责任的规则集。

据报导，截至23日，日本新冠死亡人数累计达5000人。此前报导称，日本首相菅义伟21日也表示，将尽全力克服疫情困难，举办奥运。（中新网）

東京奧運半年倒計時 盡頭之光還有多少遠？

当地时间1月23日，距离延期至今年7月23日开幕的东京奥运会仅剩半年时间。而伴随冬季到来以及新冠病毒变异毒株的出现，多国疫情警报再起。作为奥运东道主的日本，疫情形势也不太乐观。疫情，还是疫情，再度成为东京奥运避不了也绕不开的最大障碍。

围绕奥运前景，无论是小刊还是大报，各自的“独家消息”都不肯缺席。仅1月份，就有两家媒体的文章引起舆论风波。一是日本娱乐杂志《周刊实话》网络版8日发表题为《东京奥运会1月18日宣布取消，再次申办2032年奥运会》的文章。文章说，1月18日日本将召开国会，为宣布取消东京奥运会做准备。此外，国际奥委会主席巴赫去年11月访问日本，会见首相菅义伟、东京都知事小池百合子和东京奥组委主席森喜朗时，大家就已经私下达成过口头协议，如果东京奥运会无法在2021年夏天举办，作为补偿，2032年奥运会将留给东京。

21日，英国《泰晤士报》以日本官员为消息源爆料，称日本政府“私下认定东京奥运会因为新冠疫情将不得不取消”。面对该重量级媒体，无论是日本政府还是国际奥委会再也无法坐视不管，相继出来“灭火”。

日本政府22日发表声明称，该报导里的内容是完全没有的事，日本政府将继续与国际奥委会、东京奥组委以及东京都等紧



密合作，做好相关准备。东京都知事小池百合子甚至表示应该对此报导提出抗议。

据日本共同社报导，国际奥委会主席巴赫22日在线与各和地区奥委会(NOC)交换意见，再次表明了对举办东京奥运的坚定决心。出席会议的日本奥委会主席山下泰裕透露称，NOC方面没有提出对举办表示担忧的意见。

世界卫生组织紧急项目负责人迈克尔·瑞安22日在记者会上表示，是否举办东京奥运“必须基于科学依据和当时的危险性来判断”。

鉴于日本疫情加速扩散，日本政府于1月7日对首都圈发布“紧急事态宣言”，后又追加大阪府等7地。到1月21日，此次紧急状态时效已过半，但各地人流

少，医疗资源紧张，仍有大量确诊者无法进入医疗机构进行治疗。伴随日本国内疫情的严峻形势，日本政府同时暂停批准外国人入境。近期有消息称日本政府或将考虑延长紧急状态期限。

最近，日本医师会会长中川俊男在东京都的某演讲上表示，现在并不想谈论东京奥运能否按期开幕，仅奥运参赛团就是不小的人数。就当前医疗资源告急的状态来看，若再有新的感染者出现，医疗机构接收是不可能的。

一面要控制疫情，一面要准备奥运，半年的时间确实不够。抛开再度延期和停办的选项，此刻的东京奥运已是“箭在弦上”。半年倒计时已开启，但有很多问题仍亟待解决。首先是奥运的重要仪式性活动——圣火传递。日本计划3月25日开始以东

日本大地震的受灾地福岛县为起点，用121天的时间将圣火传递至日本各地，其具体防疫对策及活动规模尚需确定。其次是现场观众数量问题，如何在确保安全以及现场气氛间取得最大平衡，这无疑是一项十分艰难的评估。

此后，4月至6月间要正式选出各项目的参赛选手，因为7月5日是选手报名的截止时间。与此同时，对外国人的入境政策以及奥运选手、观众等的安全管理，凡此种种，皆待探讨，而随著疫情形势的起伏，相关政策也很可能随之作出调整。

国际奥委会主席巴赫曾多次强调，“我们将团结一致，让奥运会和奥运圣火成为疫情隧道尽头的光亮”。但奥运期限将至，尽头之光还有多远？这，没人能给出确切答案。（中国新闻网）

皇馬拉普羅維托拉 冠病檢測呈陽性

当地时间1月23日，皇家马德里俱乐部官方宣布，皇马篮球队球员尼古拉斯·拉普罗维托拉在篮球队进行的新冠病毒检测中结果呈阳性，皇马篮球队正在等待新一轮核酸检测的结果，以决定是否正常进行当地时间1月24日12时30分开始的对阵安道尔联队的西甲篮球联赛常规赛。

即将在1月31日年满31岁的拉普罗维托拉场上司职控球后卫，2019年加盟皇马篮球队，同时也是阿根廷国手，他曾跟随阿根廷国家队在2019年的中国篮球世界杯上收获亚军。（央视新闻）



FIBA “缺賽” 罰單 引多方不滿

凭什么罚钱？国际篮球联合会（FIBA）近日称，中国篮协、中国台湾篮协、韩国篮协因为没能在2020年11月参加在卡塔尔举办的亚洲杯资格赛而被各自罚款16万瑞士法郎（约116.8万元人民币），同时各自在亚洲杯资格赛赛事上被扣除2分；如果被罚球队在下一个窗口期按时参赛，处罚将减半，这一决定让韩国和中国台湾篮协十分不满。

韩联社20日称，2021年亚洲杯资格赛原本定于去年2月至今年2月间以主客场方式进行，但因疫情在世界范围内暴发，改为在参赛国指定城市以赛会制方式进行，韩国所在的A组比赛定在巴林开打。当时巴林疫情较为严重，于是韩国篮协决定不派队伍参加并向FIBA提出申请，但随后FIBA以“这是会员应尽的义务”为由拒绝，而且提到“（韩国）有飞往巴林的航班，国内也有联赛正在进行”。韩国篮协相关人士称，当时也曾就“因为特殊时期所以不参赛”进行解释，没想到最后是这种结果，“真是意想不到”。

“FIBA忽视的人身安危才是台湾应该力争的权益。”台湾“运动视界”网站20日称，超级篮球联赛（SBL）和中国台湾男篮职业联赛原本计划组建培训队，备战亚洲杯资格赛，但疫情之下不少球员选择请假，让中国台湾篮协和SBL不满。报导称，其实核心问题是FIBA偏要打亚洲杯资格赛——“在充满危机的情况下，FIBA却执意举办赛事，对疫情视若无睹，再祭出各种处分，无疑是利用公权力罔顾人命的行为。（台湾篮协）应该以保护球员人身安危为最优先，以这个前提不断向FIBA申诉、争取”。该网站还灵魂发问：“连奥运都能延期，为何亚洲杯资格赛非办不可？”

此外，中国台湾篮球联赛还面临另一大问题。协会副秘书长李云翔表示，如果不派球队参赛，台湾男篮恐遭FIBA停权，届时可能面临巨额罚款，且无法再参加国际赛，甚至连琼斯杯（威廉·琼斯杯国际篮球邀请赛）都无法举办。目前台湾篮协仍在与FIBA沟通，建议赛事延期举办。（环球时报）

陝西長安競技 與西籍主帥奧斯卡簽約

记者23日从陕西长安竞技足球俱乐部获悉，经俱乐部董事会研究决定，即日起由奥斯卡（Oscar Cespedes Cabeza）担任陕西长安竞技一线队主教练。

奥斯卡·塞斯佩德斯·卡贝萨，1978年2月6日在西班牙出生，出自巴塞罗那拉玛西亚青训体系，西班牙著名球星哈维和伊涅斯塔也是他昔日的队友。司职中场的他有著多年征战西班牙职业足球联赛的经历，对足球理念有自己独到的见解。

奥斯卡在2016年以教练员的身份担任青岛黄海足球俱乐部青训主管，并帮助俱乐部打造了一支战术素养很高的青训队伍。在2019赛季担任青岛黄海预备队主教练，同时当赛季曾临危受命出任临时主教练，为青岛黄海成功冲超做出重要贡献。2020赛季奥斯卡随队征战中超联赛，青岛黄海成功保级也离不开奥斯卡及其团队的努力和付出。

陕西长安竞技足球俱乐部表示，此前奥斯卡及其团队已经与球队汇合，全体队员对奥



斯卡的训练非常适应和满意。相信主教练奥斯卡将用积极的态度和专业的能力为球队冬训打下良好的基础，在新赛季中甲联赛给球队带来优异的成绩。

陕西长安竞技足球俱乐部2016年3月30日注册成立。2019年，陕西长安竞技升入中甲联赛，并取得了联赛第九名的成绩。2020年11月29日晚，陕西长安竞技足球俱乐部宣布，韩国籍主帅金奉吉将不再担任该队主教练一职。

（中新网）

739



子扶搖怔在那裡，努力回憶剛才那一刻聽見的聲音和可能發生的情況——衣袂帶風聲到底是發現敵人的長孫無極掠起時發出的還是對方掠進來時的聲音？

她閉眼是非常短暫的一刻，感覺到衣袂帶風就立即躍起，然而就在那一霎牢門破裂煙塵漫起，就這麼一霎，很有可能對方已經和長孫無極換了位置——他掠進來，長孫無極撲了出去。

但是……還是不能確定。

面對這個強敵，她和長孫無極現在的狀態要想保命只有聯手，但是現在，她能和誰聯手？一旦選錯，就鑄成大錯！

424

笑臉貓
周末
著

海蘭察武艺高強，但到底是傅恒更勝一筹。

却听铿锵一声，海蘭察手中的长剑竟被击飞出去。

“皇上小心！”

海蘭察与傅恒都吃了一惊，回头一看，不好！那剑竟笔直朝著弘历的方向去了。

却不等侍卫来救，弘历已经敏捷的一扬手，接住了剑柄。

步伐被剑带著后退了几步，重新稳住之后，弘历随手舞了个剑花，眼晴冷冷看向场中二人。

630

何馬
著

在狭小的裂缝中不知道待了多久，外面的风势丝毫不见减小，天地间弥漫的冷让肢体僵硬，皮肤麻木，口角干裂，没有任何取暖御寒的设备，全凭身体散发的丝丝热量支撑下去。

卓木强巴紧紧抱著唐敏，与吕竞男平行地坐著，那股寒意似乎要冻结他们思索的能力，这感觉让卓木强巴回想起初次踏入可可西里境内，但那次没有这样冷啊！

唐敏偶尔在卓木强巴怀里蠕动一下，两人交颈贴面地裹在一起。

卓木强巴将自己破烂的衣服反过来穿，将唐敏如婴儿般兜裹在自己胸前，但就是这样，还是那个感觉——冷！

旁边的吕竞男只能尽量贴紧岩壁，有如老僧入定般安坐著。

卓木强巴心想，这个铁打的女人

应该比他们更扛得住这股寒意。

唐敏又在卓木强巴怀里轻轻蠕动了一下，犹如呓语道：“强巴拉，我们会走出去的，对吧？”

卓木强巴道：“当然。你看，天就快黑了，到了晚上，雾会散开，说明风会减弱，那时总该可以走了吧？而且，就算走不掉，我们已经在外面安置了激光发射装置，胡杨队长他们一定可以找到我们的。”

在掉下来时，我彷彿听见胡杨队长说过，如果我们还活著，只要发出信号，他们一定会来找我们的。教官，你听到了吗？当时。

吕竞男轻轻“嗯”了一声，寒冷让人连说话的力气也提不起来，彷彿一说出口，就会被冻住，传达不出去。

不知从什么时候起，三人的对话就渐渐少了，停隔的时间也越来越长了。

事实上，从阿拉法师他们拍摄到的图像来看，夜晚里的风比白天更为强劲。

卓木强巴有些担心，不知道这一夜是否能坚持捱过。但他相信，胡杨队长他们一定会找来的，他亲口说过，这是约定，也是承诺……

※※※

张立和岳阳都很清楚，生死决定于电光石火之间，这次，他们或许真的走到最后了，在空中翻腾，落地时，就是他们人生的终点。

也是一枚光滑潤潔的玉如意。

孟扶搖腦子裡轟然一聲，硬生生收掌扭身，掌力來不及收回，只好一掌斜拍上牢房的牆，轟然一聲將隔壁牢房的牆轟塌半邊，驚得隔壁那人殺豬般的叫。

孟扶搖本就功力未復，全力一掌半路收回真氣倒撞，心頭煩惡氣血翻湧，聽得那人慘叫不由大怒，罵道：“丫丫個呸的，閉嘴！”

這一罵，不動聲色將一口淤血罵出來噴在牆上，立即抬手一擦，身後那兩人看不見她吐血，聽得她聲音不穩齊齊驚道：“扶搖你要不要緊——”

孟扶搖心上火起，霍然轉身，又罵：“閉嘴！”

罵完又覺得無力，這叫個什麼事？

兩個長孫無極各自冷冷看對方一眼，那獨特眼神居然也是一模一樣，森寒冷冽，滿是痛恨，一人衣袖一舒，玉如意一捺，流水般一滑三尺，半空裡一道兩頭起翹的弧光，像是一輪橫著在滄海中浮起的月色。

孟扶搖眼睛又是一亮，這一招她見長孫無極使過，獨門招數再無雷同，她腳尖一點身前牆面倒翻而起，鵝子般一個起落，“弑天”的黑光已經自肘底穿出，直襲對面那個長孫無極。

官。”

他刚朝门外迈出一步，便听傅恒在他身后道：“皇上为何不问错在何处？若当年您允了奴才请婚，如今的令嬪，该是富察傅恒的妻子！”

弘历猛地捡起地上长剑，回身指著他：“富察傅恒，你放肆！”

傅恒毫不畏惧：“奴才是倾慕过魏璎珞，或许对皇上而言这是一种亵渎，但她从未应过要嫁给奴才，所有的一切，都是奴才一厢情愿！”

弘历：“够了，朕不愿听！”

傅恒：“往事不可追忆，皇上素来心胸广阔，博尔济吉特氏入宫前曾寡居，一人宫便封了多贵人，皇上甚至不介意她嫁过人，为什么换了魏璎珞，皇上便耿耿于怀？”

弘历阴沉地：“傅恒，你真以为朕不会杀你！”

傅恒：“因为这个女人是魏璎珞，您不愿回忆她的过去，因为您不曾参与、不曾了解！现在皇上越生气，越冷落令嫔，越证明您心存妒忌，不知所措！”

弘历：“富察傅恒，朕当初阻止你，只因为……”

他们头首相望地在空中翻转，岳阳的眼睛一眨不眨地盯著张立，暗想：“你真傻！”

张立眼角露出一丝微笑，意道：“你不是更傻？”

两人的下方，白色的冰塔林如刀枪剑戟，纷纷朝天挺立，且不说被它们插穿，就算从这高度跌落，碰在墙壁上，也是筋骨寸断，死得只会更加痛苦。

岳阳看了看下面，对张立一扬眼，那双清澈的眼睛，透露出离别的眼神，分明在诉说：“别了，我的战友，我的兄弟。”

张立镇静地点点头，以示他不曾后悔的决心，突然爆炸似的大吼道：“来世！我们再做兄弟！”

两人的身体被风翻转过来，已经可以透过重重迷雾看见那碧蓝的天，天边启明星已然高悬，那轮红日却仍未西沉，天边的红霞与明星争辉闪耀著。

“多美的景色啊，如果你看见了，一定会心急地想带敏敏小姐来看吧。”

强巴少爷，我仍将追随於你，想来在另一个世界，也有值得我们去寻找的东西吧，还不到我们应该放弃的时候呢……”

张立悠然神往，竟然没有半点害怕和后悔，只觉得身体一沉，似乎挂在了半空中，接著背部一痛，似乎撞在了墙上。

游劍江湖

18

梁羽生

杨大姑默不作声，两道锐利的目光仍然在注视着云紫萝的动静，瞧也不瞧闵成龙一眼，闵成龙跪在地上，好不尴尬，心里想道：“难道辣手观音也害怕了云紫萝，不敢和她作对？”

杨大姑直到闵成龙禀告完毕，这才挥一挥手，沉声说道：“你丢脸还丢得不够吗？给我滚开，别在这儿碍手碍脚。”

闵成龙给她臭骂反而大喜，如奉纶音地站了起来，连声“是，是”躲过一边。

要知杨大姑叫他“别在这儿碍事碍脚”，这当然是准备和云紫萝动手的了。他是惊弓之鸟，生怕受了误伤，躲得唯恐不远，躲进了树林，还要找了一块大石头作为遮掩，这才敢停下来，把眼一看，只见岳豪、方亮等人亦都进了林子，各自找寻掩蔽之处躲起来了。

坟地上只剩下杨大姑和云紫萝两对母子，静得令人心悸，颇有几分“万木无声待雨来”的味道。

云紫萝拂一拂身上的尘土，神色自如地望了杨大姑一眼，说道：“姐姐还有什么话要说么？对不住，我可要失陪了！”

外表看来，她似乎是十分冷静，神色自如，其实内心也好像是绷紧了的弓弦。

杨大姑冷冷说道：“谁是你的姐姐。云紫萝，你莫以为你炫露的这两手功夫就可以吓怕我了，你要走吗，恐怕还不能走得这么容易！”

云紫萝也冷冷说道：“哦，这么说你是不许我走了？但只怕我要我留下，也不见得就怎么容易吧！”

眼看双方如箭在弦，就要动手，站在一旁的齐世杰心里想道：“料想这贱人不是我妈的对手，不过她若是用儿子作为掩护，妈就不能不有所顾忌了。不如我先把表弟抢了过来，这就不怕她了。”

齐世杰年方十六，正是血气方刚的时候，云紫萝虽然曾经说过谁要和云紫萝作对之心。

一声尖叫，打破了暴风雨之前的寂静！齐世杰扑进了圈子，坐在圈子当中的杨华吓得失声惊呼！

齐世杰本来可以用强抱他出去的，但他一向疼爱这个表弟，不想惊吓了他，当下轻轻牵他小手，柔声说道：“表弟不要害怕，我和你到林子里捉蟋蟀去。”

杨华叫道：“我不去，我不要蟋蟀，我要妈妈！”

云紫萝听得儿子喊叫之声，面色陡变，立即一掌向前劈去。

杨大姑凝神待敌，早有准备，她只道以云紫萝的本领，不发难则已，一发难必然是极厉害的杀手，是以她不求胜，先防败，按照原定的计划，用了一招“铁锁横舟”，双掌护胸，以逸待劳，在防御之中暗藏杀手。

杨大姑身兼两派之长（她的丈夫生前也是一派武学宗师）这一招“铁锁横舟”，正是她融合两派之长，别出心裁的一招妙手。妙在守中寓攻，敌人只要稍为冒进，就要给她的掌力震伤。

她这一招是蕴藏有三重力道的，破了一重，还有一重。除非敌人的功力比她高出太多，否则决计攻不破她的防御。

这本来是极高明的防御手法，不料云紫萝的攻击手法却是大出她意外之外。纵然不能说是比她高明，但已令她着了道儿了。



于是，齐妈带着锦绣、小莲和女仆们一涌而上。齐妈喊着：

“大少爷，欢迎回家！”

仆人、家丁，也都喊着：

“大少爷！欢迎回家！”

云飞走向齐妈，握住她的手。

“齐妈，你还在这儿！”

齐妈眼中含泪。

“大少爷不回来，老齐妈是不会离开的！”

阿超到了这个时候，才有机会来向祖望和梦娴行礼。

“老爷、太太！”

“阿超，你一直都跟着大少爷？”梦娴问。

“是！四年以来，从来没有离开过！”

祖望好感动，欣慰的拍着阿超的肩：

“好！阿超，好！”

云翔看到大家围绕着云飞，连阿超都被另眼相看。心中有气，夸张的笑起来：

“哈哈！早知道出走四年，再回家可以受到英雄式的欢迎，我也应该学习学习，出走一下才对！”

祖望生怕兄弟二人再起争执，急忙打岔，大声的说：

“纪总管，今天晚上，我要大宴宾客，你马上通知所有的亲朋好友，一个都不要漏！店铺里的掌柜，所有的员工，统统给我请来！”

“是！”纪总管连忙应着。

“爹……”云飞惊讶，想阻止。

祖望知道他的抗拒，挥挥手说：

“不要再说了，让我们父子，好好的醉一场吧！”

云翔更不是滋味，咬了咬嘴唇，挑了挑眉毛，叫着说：

“哇！家里要开流水席了，不知道是不是还要找戏班子来唱戏，简直比我结婚还严重！”他再对云飞肩上重重一拍：“对不起，今晚，我就不奉陪了！我和天尧，还有比迎接你这位大少爷，更重要几百倍的正事要办！”

云翔说完，掉头就走，走到门口，发现仍然痴立着的天虹，心里更气，就伸手一把握住她的手腕，咬牙说：

“你跟我一起走吧，别在这儿杵着，当心站久了变成化石！”

云翔拉着天虹，就扬长而去了。

云飞看着云翔和天虹的背影，心里在深深叹息。家，这就是家了。见面后的激动过去了，云飞才和梦娴齐妈，来到自己以前的卧室，他惊异的四看，房间纤尘不染，书架上的书、桌上的茶杯、自己的笔墨，床上的棉被枕头，全都收拾得整整齐齐，好像自己从来没有离开过一样。他抬头看梦娴，心里沈甸甸的压着感动和心痛。齐妈含泪解释：

“太太每天都进来收拾好几遍！晚上常常坐在这儿，一坐就是好几个小时！”

云飞什么话都说不出来。梦娴就欢喜的看齐妈：

“齐妈！你等会儿告诉厨房，大少爷爱吃的的新鲜菱角、莲子、百合……还有那个狮子头、木须肉、珍珠丸子……都给他准备起来！”



Waranei F. Mamahit少将与YEMI、WALUBI南苏分会、PT CPS以及Girinaga寺庙代表合影。



Martrisia南苏分会主席 David Liang把援助品移交给Mamuju副县长。



使用军货车分发援助品。

嗎拉汶市義消防疫宣導活動 近200弱勢學童參加

嗎拉汶市菲華防火会为增进吗拉汶市弱势居民的防疫知识，于16日上午9时在班互洛里(BARANGAY PANGHULU)的贫民窟举办防疫宣导活动，有将近200位年龄6岁至10岁学童出席参加。

嗎拉汶市菲華防火会成立于1999年，目前拥有消防车4辆及救护车1台。该会至今已有8位打火兄弟在中华民国侨务委员会和菲华文经总会的安排及赞助下，到南投竹山消防署训练中心完成将近40小时专业训练。

吗拉汶市菲華防火会创会会长蔡彼得说，本次是吗拉汶市菲華防火会自新冠肺炎疫情发生后第4次在班互洛里举办防疫宣导，主要是教导学童戴口罩、保持安全距离及勤洗手的重要性，并且希望他们返家后能够将所学分享给家人。他也指出，吗拉汶市菲華防火会为协助政府防阻疫情蔓延，除了不定时配合有关部门在吗拉汶市和邻近城市进行街道消毒工作外，他们也自制了上千副防护面罩，赠送给各地前线抗疫工作人员。

班互洛里长伯哈(EMMANUEL BORJA)则代表班互洛里的所有居民，感谢吗拉汶市菲華防火会多次

前往班互洛里做防疫宣导，并赠送弱势居民口罩及防护面罩。他也表示，自吗拉汶市菲華防火会到该里做防疫宣导后，居民现出门都已依规定戴口罩，并且大家也都会保持社交安全距离。

整个活动在所有与会者领完吗拉汶市菲華防火会所赠送的医疗口罩、防护面罩及意大利面餐点后圆满结束。

→菲華打火兄弟赠送医疗口罩、防护面罩及意大利面餐点予出席参加防疫宣导活动的学童。

↓蔡彼得(左五)、吗拉汶市菲華防火会打火兄弟与班互洛里干事合影。



菲華打火兄弟齐心合力为到场聆听防疫宣导活动的学童准备意大利面餐点。



台駐汶代表處訪馬來奕中華中學 捐贈輪椅及童書繪本

(汶莱讯)驻汶莱台北经济文化代表处李宪章偕商禹及张忠琰秘书应邀赴马来奕中华中学参访，并颁发参加台湾「第51届世界儿童画展」奖牌及奖状予获铜牌及佳作奖的4位学童，同时捐赠该校轮椅及童书绘本一批，由该校董事长刘小源代表接受，董事、校长、老师、学生及家长等50人热情参与。

李宪章表示，马来奕中华中学创办于1931年，将在2021年迈入第九十个年头，预祝奕中九十年校庆各项筹备事宜顺利圆满，校务蓬勃发展，校运昌隆绵长。侨界先辈在物力维艰、师资匮乏的年代，展现远见与担当，并发挥坚韧的意志及无比的勇气，在马来奕县创办华校，作育英才，并传承中华文化，一路走来筚路蓝缕，但意志昂扬、步履坚定，这份培育后代的无私情怀及坚持不懈的毅力，令人无限感佩与崇敬。

李宪章接著表示，汶莱八所华校长期以来面临教育资源不足的挑战，奕中自然也不例外，但是在历任董事长、董事及教务团队同心协力辛勤耕耘之下，积极奋发，勇于创新，学童课业成绩及各项才艺表现有目共睹，获致卓越的办学绩效，并展现蓬勃的朝气，可以说是难能可贵的成就。

尤其近年来，刘董事长作为奕中的大

充分的信任与授权，领导奕中克服困难，结合社会各界力量，有效充实及提升教学资源与硬体建设，这是奕中之福，也是汶莱华校之福，更是未来世代学子之福。

李宪章表示，从2019年8月初奉派至汶莱服务迄今，已访问八所华校的次数已经超过30次。每一次访问，都是一次感动与激励、更是一场洗礼与感召，不仅加深对华校的情感，更坚定为华校学童及华文教育尽一份心力的决心。

随后并说明此次募集图书及轮椅

的缘由及过程，期盼奕中学童可以在这批童书绘本的陪伴下快乐学习，健康成长，感受台湾民众的爱心与关怀，并透过许多西方国家的童书绘本认识外面的世界。同时跟其他国家的学童一起拥抱阅读，在故事书及绘本的异想世界里悠游漫步，自由自在地驰骋及丰富自己的想像力。藉此机会，特别鼓励学童培养广泛阅读的习惯，除了丰富个人内涵外，也能扩大视野与胸襟，并汲取人生的经验与智慧。(侨务电子报)



李宪章颁赠参加台湾「第51届世界儿童画展」奖牌及奖状予获铜牌及佳作奖的奕中学生。



李宪章参观奕中图书馆陈列台湾捐赠图书专柜，该校张校长贵娟陪同。



驻汶莱代表李宪章(左五)捐赠马来奕中华中学图书、绘本乙批，由该校刘董事长小源(左四)接受。

數團體聯合陸軍 救濟西蘇地震災民

西苏拉威西岛对 Majene 和 Mamuju 地震受害者的援助仍在继续，这场悲剧动员了民众的团结，并在这个困难时期减轻灾民的负担。

这次社会公益慈善活动由印尼德教会济锦善社(YEMI)，印尼佛教协会(Walubi)南苏分会，PT CPS与Girinaga寺庙与陆军战略部Pakatto第三分队合作，为Majene和Mamuju的地震灾民分发了基本必需品。

分发的救援物资包括1,000箱泡面(总共40,000包)，100箱600毫升矿泉水(总共2,400瓶)，30箱罐头鱼(总共1500个)以及1500粒鸡蛋等食品。

由印尼佛教协会南苏

分会主席 Henry Sumitomo 与 Martrisia 南苏分会主席 David Liang 以及陆军战略部 Pakatto 第三分队人员于 1 月 21 日(周四)分发这些救济品。

YEMI 总主席许国照(Alex Tumondo)于 1 月 21 日书面指出，这项人道援助

是为受西苏拉威西岛 Majene 和 Mamuju 地震影响的兄弟姐妹提供的，愿我们播种的同情心能为我们所有人带来力量，健康和幸福。

许国照进一步表示，YEMI 及辅导委员伍瑞章(Eddie Kusuma)谨感谢捐助者的关心和支持。



人道援助仪式。

中東優秀電影巡映開幕

(金边讯)第五届“中東优秀电影巡映”活动开幕式22日在柬埔寨首都金边四臂湾剧场举行。中国驻柬埔寨大使王文天、柬埔寨文化艺术大臣彭萨格娜及相关单位代表及中柬媒体出席。

王文天在致辞中表示，文化交流为中柬两国人民架起沟通和友谊的桥梁。中柬两国正积极推进命运共同体建设，文化交流迎来难得发展机遇。“中柬优秀电影巡映”活动已成为增进两国民心相通的一个品牌项目，颇受柬基层民众喜爱。希望这次巡映不仅能进一步增进柬民众对中国文化的了解，同时也有助于丰富柬民众在疫情下的文化生活。

彭萨格娜表示，柬中双方全方位合作日益增多，其中两国文化交流发展迅速，起到更积极、更突出作用。“中柬优秀电影巡映”活动受到柬埔寨民众热烈欢迎，每到一个省份都有民众自发前往观看。这些影片之所以受到民众喜欢，是因为两国长久以来友好交往，两国民众在文化、习俗、信仰和思想上拥有共通点。巡映活动在柬中民间交往中起到桥梁作用，进一步深化了柬中友好。

本届“中柬优秀电影巡映”活动由中国驻柬埔寨大使馆与柬埔寨文化艺术部联合主办。巡映活动将深入金边、干丹、贡布等柬埔寨7个省市。(中国侨网)

聯合國將發行 中國農曆牛年郵票版張

(联合国讯)联合国邮政管理局将于1月22日在纽约发行中国农历辛丑年特别版邮票版张，以庆祝2021年中国农历新年。

牛年邮票版张由每枚面值1.20美元(1美元约合6.5元人民币)的10枚邮票组成，整个版张定价14.95美元。邮票的左半部分为蓝色的联合国会徽图案，右半部分为一只呆萌小牛的剪纸形象。邮票右侧图案由中国邮票设计师王虎鸣设计。

联合国邮政管理局2010年5月首次发行以中国生肖为内容的邮票，牛年邮票是这一系列邮票中的第12张。(中国侨网)