



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](#) <https://www.harian-indonesia.com>

2021年3月29日 (星期一)

美誓阻中超越成最強國

美国总统拜登誓言，将促使中国按照国际规则行事，并且要壮大美国国力。

A4

百度和騰訊音樂大跌

受到美国证券交易委员会采取措施影响，中国在美上市公司百度和腾讯音乐娱乐集团股票续跌。

A7

小米成中國新晉智能手機王

受美国制裁措施影响，华为的智能手机业务迅速下滑，小米正在填补由此造成的市场空白。

B6



錫江教堂遭自殺襲擊 炸弹客自爆亡14人傷

(锡江讯)上周日(28日)上午10时28分，南苏拉威西省锡江市MH 谭林卡饶拉利托街，天主教堂右边铁门发生自杀炸弹爆炸。

自杀炸弹爆炸地点发现肢体部份粉碎的，躯体随同骑上的电单车粉碎，一辆泊在大门附近的汽车也损坏。

自杀炸弹造成炸弹客丧命及另有14人受伤。

据在事发现场周围的目击者称，听见巨大的爆炸声吸引了附近居民。

在流传的录像画面，自杀炸弹爆炸嫌犯是一名男子当场丧生，躯体躺在教堂的栅栏，仍在一辆冒火的电单车旁边，在事发现

场附近，可发现被疑是自杀炸弹嫌犯的部份躯体。

在事发现场的警员也围起了警察警戒线，还不知道爆炸的物体。然而，部份经过该地区及附近的居民发现他们惊慌。

在流传的录像中，可听见居民的声音称，爆炸的是炸弹及发现躯体部份碎片。

发现数名教徒受伤，被送往及迁移到附近的医院。

这起案件正由警察成员处理，警员在事发现场附近道路围起了警戒线。

国家警察总部新闻处处长拉登警察少将说，两名年轻人骑了一辆车牌号码 DD 5984

MD电单车到来，他们要进入教堂但被铁门边看守的保安拦住，不给他们进去，经过一番争吵之后，电单车上骑士突然引爆他们携带的炸弹。

随着一声巨响电单车上的两人连同电单车被砸毁。这是爆炸力强大的炸弹，不但把炸弹施袭者炸至血肉横飞，还把铁门外停着的汽车也炸坏。

当时受伤者达14人，他们马上分别送往3家医院救治。

上述天主教教堂的神父威赫耳慕斯 (Wilhelmus Tulak) 说，爆炸发生在第二个弥撒刚结束。幸好没有信徒丧生。(LDS)



警方及医护人员将疑是炸弹客的遗体转移。

警方鉴证组人员在现场取证。

總統強烈譴責恐怖主義行爲

佐科威强烈谴责这些恐怖主义行为。

总统佐科威谴责锡江天主教大教堂的自杀式爆炸事件。佐科威下令国家警察总长李斯蒂奥警察上将揭露该恐怖主义网络的根源。

佐科威在周日(28日)的新闻声明中说：“我强烈谴责这些恐怖主义行为，并下令警察总长彻底调查犯罪者的网络，并追溯这些网络的根源。”

佐科威强调，锡江发生的恐怖主义行为与任何宗教无关。

他说：“恐怖主义是危害人类的罪行，与任何宗教无关。不论其理由是什么，任何宗教教义都拒绝恐怖主义行为。”

佐科威要求民众保持冷静。政府保证宗教信徒继续履行宗教义务礼拜，不要惧怕。

他说：“整个国家机构都不容忍这种恐怖主义行为，我要求民众保持冷静进行礼拜，因为国家保证宗教人士的礼拜安全而不必担心。”佐科威为天主教大教堂自杀炸弹袭击的受害者的康复祈祷。

他表示，政府保证所有医疗费用和对受害者的照顾。

佐科威说：“对于受伤的受害者，我们为其康复祈祷，国家保证为受害者提供所有医疗费用和护理。”

佐科威保证国家将为所有宗教团体履行宗教义务提供安全保障。为此，他要求民众保持冷静。他还邀请民众共同打击恐怖主义和激进主义。

佐科威说：“我邀请社会所有成员共同打击恐怖主义，与反对宗教价值观和崇高价值观的激进主义进行斗争，我们作为一个民族秉承神圣的价值观，秉承多样性的价值观。”

(KP)

冠病疫情數據
(截至 3 月 28 日)
新增确诊： 4083 例
累计确诊： 1496085 例
累计治愈： 1331400 例
累计死亡： 40449 例

Bagus™ Fresh 99

抗菌手洗い

ANTIBACTERIAL HAND WASH

抗菌洗手液

SABUN CUCI TANGAN KELUARGA
EFEKTIF MEMBUNUH KUMAN

FIGHTING COVID-19
抗擊新冠肺炎



www.bagusidn.com 关注我们: bagus.idn
Tersedia di Supermarket & Minimarket terdekat anda

2x Protection Kills Germs



官方电商合作平台：

Shopee Tokopedia JD.ID

天主教堂前自殺炸彈爆炸 教長等伊教團體強烈譴責



國家員警總部刑探處處長阿古斯在新聞发布会上作提供說明。



宗教長雅庫特強烈譴責錫江發生的自殺炸彈襲擊。

(雅加達訊)國警總部刑探處長阿古斯、安德延托員警中將表示，根據臨時報告指出，于中部時間周日(28日)上午10時30分左右在錫江天主教大教堂门前發生的爆炸，是一起自殺炸彈襲擊。

阿古斯說，關於爆炸後的處理，警方88反恐特遣隊已經按照其職責處理並協調地區的活動。當地警方肯定會提供充分的幫助，以便立即解決這個問題。

宗教長雅庫特·霍利耳·科馬斯強烈譴責在錫江天主教大教堂大門前發生的自殺炸彈襲擊。他指出，這是卑鄙的行為，破壞了社會生活的安寧，並遠離了宗教教義。

雅庫特周日(28日)在一份新聞聲明中說：“無論出於何種動機，這一舉動是不能被宗教所接受和認同，因為不僅對自己造成影響，而且對其他人也非常不利。”

宗教長希望警方和相關當局能夠立即揭露在該禮拜場所附近發生的暴力

事件的背景。不僅如此，宗教長還希望當局能夠徹底揭露參與這卑鄙行為的人。宗教長預測，自殺炸彈襲擊行動不會由一人單獨執行。因為施襲者通常是由網絡驅動的，但他們能暗地里和周密地工作。

雅庫特說：“員警還需要加強禮拜場所的保安工作，使人們能夠更加鎮定和莊重地履行宗教義務。”

此外，宗教長還呼籲宗教領袖繼續適當改善宗教教學模式，並強調適度和溫和地從事宗教活動的重要性。

根據宗教長的說法，任何宗教都會教其信徒避免暴力行為。因為暴力會侵蝕人道價值觀，並且肯定會傷害其他各方。

印尼伊斯蘭教士理士會(MUI)強烈譴責了炸彈襲擊者在天主教大教堂前的行動。

印尼伊斯蘭教士理事會副主席安瓦爾·阿古斯在周日(28日)的聲明中說：“印尼伊斯蘭教士理事會強烈譴責炸彈襲擊者今早在錫江採取的行動，這

些行動在社會中引起了恐懼，並造成了人員傷亡。”

安瓦爾·阿古斯強調，自殺炸彈襲擊行動是非常不人道的，並且與我國公認的任何宗教教義的價值觀背道而馳。因此，印尼伊斯蘭教士理事會要求國家員警立即追捕並逮捕肇事者，包括此事件的幕后知識分子策劃者。

在此場合中，安瓦爾要求不要將炸彈襲擊者的行为與某種宗教或種族聯繫在一起。他认为，这将进一步混淆氣氛。

他说：“印尼伊斯蘭教士聯合會還要求這個問題不與我國某些宗教和/or種族聯繫在一起，因為這樣做會使氣氛變得更加複雜和混淆。”

另外，伊斯蘭教士聯合會(伊聯)執行委員會強烈批評了錫江天主教大教堂前的爆炸案肇事者。

伊聯秘書長赫爾米·懷沙爾·柴尼強調，伊聯譴責一切形式的暴力，包括攻擊視為有分歧的當事方的行為。

赫爾米·懷沙爾在周日的聲明中說：“暴力不是任何宗教的教義。因為每種宗教都教我們彼此相愛。此外，伊斯蘭教是鼓勵人們容忍宗教信仰並傳播和平的宗教。”

伊聯敦促政府和安全部隊立即調查此事，並逮捕涉及暴力行為的肇事者。伊聯相信執法當局將盡善且專業地工作。

赫爾米·懷沙爾說：“伊聯還邀請所有宗教領袖積極參加反對極端主義和激進主義運動的運動。宗教人物在傳達令人欣慰的資訊中發揮著非常重要的作用。”(KP)

帕拉勃沃訪問英國
會晤防長和數部長



帕拉勃沃(右)在英國倫敦進行工作訪問期間與英國國防部長本·華萊士會晤。

(雅加達訊)國防部長帕拉勃沃於3月22日至24日訪問了英國倫敦，於23日(周二)與英國國防部長本·華萊士舉行了會議。

國防部長發言人達尼爾·安薩爾·西曼尼塔克上周五(26日)在雅加達發布的新聞稿中說，此次訪問是在加強印尼與英國國防部門的雙邊合作的背景下進行的。

達尼爾說：“在會議期間，兩國國防部長討論了進一步加強印尼和英國之間的雙邊防務合作的努力和機會。兩位防長還討論了兩國在地區和全球合作中的作用。”

國防部長發言人達尼爾在上周五的新聞發布會上說：“在帕拉勃沃和英國國防部長本·華萊士之間的會晤中，他向英國國防部贈送了以峇厘島短劍為形式的紀念品。”

他繼續說：“帕拉勃沃稱該峇厘島短劍為戰士短劍。在和平時，將克利斯短劍置於背面，在戰爭中，克利斯短劍將置於前方。”

達尼爾指出，該以印尼傳統武器形式的紀念品實際上並非帕拉勃沃第一次贈送給他會晤的國家官員。幾乎在每次與外國代表或其他國防部長的會晤中，帕拉勃沃都肯定會以印尼道地或傳統武器的形式提供紀念品。

達尼爾說：“帕拉勃沃總是在努力介紹印尼群島(努山打拉)文化，並增進與這些國家的友誼。”

在訪問倫敦期間，國防部長帕拉勃沃還會見了許多合作夥伴，包括英國首長理查·格雷厄姆(Richard Graham)。

陪同帕拉勃沃在英國進行工作訪問的官員還有印尼駐英國大使德斯拉、印尼駐倫敦大使防務參贊和印尼國防部代表團。

達尼爾說：“印尼和英國之間的雙邊關係總體發展良好，這標誌以兩國各級別官員的互訪。”

在國防領域，兩國自2019年以來每年舉行一次國防對話論壇，即聯合國防合作對話(JDCD)。最突出的國防合作是在軍事教育，以及國防系統主要設備的採購和維護領域。(KP)

涉詐騙在國外人士 蘇哈機場移民局捕8非洲人



蘇哈機場移民局逮捕8名對國外之人行騙非洲人。

(丹格朗訊)蘇加諾—哈達機場一級移民局辦事處警員，逮捕了8位非洲公民牽涉用假身分證詐騙其他在國外的外國公民。

八位非洲公民中的7位是尼日利亞公民縮名SCI、

ESO、OSJ、ACO、UN、HE、CPN及一名加納公民縮名SM。

蘇加諾—哈達機場移民局局長洛米·尤蒂延托稱，這8位外國公民是對其他在國外的外國公民詐騙罪嫌犯。

“他們利用假身份證詐

騙處在國外的外國公民。”洛米於周四(25日)說。

洛米稱，警員在雅加達西區珍加連區域一座公寓不同單位逮捕了這8位外國公民。

洛米揭露說，警方將與相關機構協調事關這8位外國公民展開的詐騙行為。“事關詐騙活動，我們將與相關執法部門協調。”他說。

根據調查，全部嫌犯都超過了在印尼停留或超期停留的時間限制。

“當被檢查時，他們8位外國公民已知居住在印尼的時間超過了適用的時間。”洛米敘述說。

由於逾期居留，這8位外國公民觸犯了印度尼西亞共和國刑事法典2011年第6號78條第3款有關移民。(LDS)

↓海關總署與西加里曼丹海關，挫敗走私100噸非法藤條的企圖。



的情況下出口貨物的人，都將面臨至少一年和最長10年的監禁，並處以至少5000萬盾和最多50億盾的罰款。

金廷說：“目前，當局沒收了100噸藤條證據，並將其存放在西加里曼丹海關區域辦公室的證據倉庫中，以進行進一步的法律訴訟。”

他还吁請公眾舉報他們可能發現非法或可疑的走私活動，以便根據適用法規對其進行預防或起訴。(KP)

西加海關挫敗100噸 非法藤條走私活動

(坤甸訊)海關總署執法與調查局與西加里曼丹海關區域辦事處合作，挫敗了拟通過西加里曼丹水域，使用Buana Utama號自動帆船私運100噸非法藤條出境的一項企圖。

西加里曼丹海關總署公共關係與法律輔導部門主任費爾迪南·金廷周五(26日)在坤甸說：“走私100噸藤條的企圖遭到挫敗，是當我們的團隊定期巡邏，在檢查該帆船运输藤條的時發現藤條运输不在貨物清單上。”

他解釋說，根據檢查結果，該包裝成數千捆的100噸藤條源自三河流域，計劃從西加里曼丹通過海路走私到鄰國馬來西亞瑟里克(Serik)。

基於7月18日簽署，列號44/M-DAG/PER/7/2012關於禁止出口商品的林业部長條例，原裝藤條、半成品藤條、藤心和藤皮、以及菲原裝形式的藤條是禁止出口的。

對這些罪行的實施者的法律制裁安排於2006年第17號法令關於海關的第102A(a)和/or第103A(e)條文規定，即每位在未提交海關通知



女大學生遊瀑布 遭山洪沖走尋獲已喪生

(巴東訊)巴東國民大學三名技術系女大學生在游瀑布時被洪水冲走。被洪水冲走的是德拉絲麗尤莉(21歲)、巴露莉安瑪努隆(21歲)、及菲麗西婭·霍尼斯蒂(21歲)。

她在西蘇門答臘巴東市魯布克希譚瀑布自然景點旅遊時喪生。在魯布克希譚瀑布喪生的三名女大學生，于今天上午全部被找到均已喪生。

不幸事件發生於上周五(26日)，當16名巴東國民大學技術系團隊游瀑布時。

他們爬上三層組成的瀑布。當時由於下雨，水流量開始上升。

這4名大學生的目的是打算躲在瀑布下走路渡河。

來的這樣突然的洪水以致他們被冲走，一名學生被同學救回，但其他三名被洪水冲走

的學生當天沒找到。

受難者的同學們沿著瀑布水流設法進行搜尋。

搜尋與救援及地方治災機構組成的聯合小組、其他相關機構以及附近社會人士的協助下。

於上周五發現一名受難者菲麗西婭·霍尼斯蒂，繼續尋找其他人直到深夜沒有找到。

第二天，上周六(27日)上午8時15分發現巴露莉安瑪努隆。在距離事發現場大約300米處發現巴露莉安瑪努隆處於溺斂。

搜尋與救援行動繼續進行尋找，以致最後成功找到處於逝世狀態的德拉絲麗尤莉巴東搜尋與救援公關處處長阿立夫·帕拉達瑪稱，已將全部受難者遷移到巴東峯揚卡拉醫院。

製造大猩猩煙草 蘇橫警方捕3青年

(蘇橫訊)西爪哇省蘇橫警署執法處警員成功搗破了在蘇橫芝阿森吉朗鄉布利根查納住宅區的B區10號房屋生產大猩猩煙草。

逮捕了3名嫌犯及沒收了數種證物，據消息稱，大猩猩原材料是從中國在線訂購。

警員所沒收的證物包括17包塑膠包起來的小包裹、13包香烟盒包起來的包裹、2包棕色塑膠包裹、一架電子秤、一套生產大猩猩煙草工具及4支手機。

“製造大猩猩煙草是由一位加拉橫學生MR為首，精巧地泡制原材料制成大猩猩煙草的人，甚至如果不盡快逮捕這位學生，他計劃混合制冰毒，幸運的是我們很快將他逮捕。”蘇橫警署長阿利斯·古爾尼亞宛於周四(25日)下午在新聞發佈會上說。

被逮捕的3名嫌犯是MR(21歲)加拉橫私立學校學生、FA(22歲)無業及DW(17歲)學生，MR銷售大猩猩煙草已經4個月即自2020年12月。

“嫌犯在加拉橫、普哇加達及蘇橫通過社媒銷售大猩猩煙草，小型包裹售價30萬盾、中型包裹60萬盾及大型包裹120萬盾。”警署長揭露說。

在一次生產中，嫌犯拿出了200萬盾作為本錢，然後將來自中國的原材料混合在一起，就製成了大猩猩煙草。

已知嫌犯生產了6次大猩猩煙草，並被搶購一空。

“嫌犯獲得了900萬盾的淨利潤。”他解釋說。(LDS)

盧特菲赴美工作訪問 加強兩國貿易關係

(雅加達訊)本月24至28日，商業部長穆哈馬德·盧特菲，赴美國華盛頓特區進行工作訪問，以便加強印美兩國貿易關係。

他闡明，美國是對印尼至關重要於成為主要貿易夥伴之一，反之，我國也成為美國至關重要的貿易夥伴。商業局數據錄誌，去年，兩國貿易結算達272億美元，對我國的盈餘達100億4000萬美元。

他說，因此有必要不斷加強與提高兩國的貿易來往關係，以致貿易潛能可持續增長而美國在我國的投資也能愈加增高。

至於對兩國貿易增長做出貢獻的一些產品，其中包括電子產品、海藻、家具、化妝品及化學產品，他說，美國還成為我國十大投資來源國，去年在我國錄誌總投資4億8010萬美元。

他在本次造訪美國期間所進行一系列活動，其中上週四(25日)在華盛頓特區同新任美國貿易代表的舉行會議，雙方討論了有關加強印美兩國貿易關係，及通過貿易促進兩國經濟復蘇。

在該聯營年代里，他表示準備可持續性、公開而公平的貿易增長，並推動美國加高在我國的投資。“我們討論增進提高貿易合作，不論於雙邊或區域性的各項設法，以推動疫情大流行過後的兩國經濟復蘇。我們還達成協議將通過新觀點與精神，持續提高在各方面更為密切的印美兩國合作關係。”

商長還向新出任美國貿易代表的戴大衛·祝賀勝任新任務，同樣的，戴大使也為盧特菲商長出任印尼大使祝賀勝任職務。

盧特菲當天還舉行介入美國-東盟商業理事會(USABC)企業家的虛擬會議，討論有關貿易與投資，及全球商業趨勢的各項議題。我們還達成協議更上一級提高印美兩國經濟合作。



卢特菲商长与美国一官员会谈。

商長傳達了，有關身為商業部長在目前我國經濟形勢與各領域投資潛能中所持有優先項目。與此同時，美國-東盟商業理事會方表示讚賞商長所祝賀勝任新出任美國貿易代表的致辭。此外，商長還舉行了同美國-印尼協會(USINDO)成員和顧問委員會的會議，該會議是由該協會主席大衛·梅利耳主持召開，與會者其中還包括有東亞和太平洋事務代理國務卿助理秘書宋金大使。

至於商長所傳達若干事項，其中如未來時期的挑戰，及在推動疫情過後經濟復蘇中兩國將進行合作的事項。

在上週三(24日)的議程中，盧特菲會晤了介入美國商會理事會總企業商家。並促銷我國成為對美國主要的投資目的

地，而且要求美國商會支撐作為在兩國設立貿易與投資關係中的主要夥伴。并一道告別完成了出任我國駐美國大使的任務已告結束。

此外，商長還會晤了USABC主席阿萊克斯·菲耳德曼，討論有關加強兩國雙邊來往關係，以便在2036年之前，謀致經濟增長擺脫中層階級圈套的目標，我國有必要通過創造有利的投資環境來增加投資對國民總產值所做出貢獻，也即通過創出良好投資氛圍所進行的。

商長在本次出訪美國中強調，我國政府將不斷加強同身為我國主要夥伴的美國經濟來往關係。藉此，可望屆2024年，可以謀致我國銷往美國的出口額達600億美元的目標。(MIM)

世行強調可持續海洋經濟 對印尼未來繁榮重要性

(雅加達訊)世界銀行發展政策與伙伴關係董事總經理馮慧蘭(Mari Elka Pangestu)，周四(25日)虛擬發布的世界銀行報告《海洋福利：印尼的藍色經濟改革》中透露，該機構強調可持續海洋經濟對印尼未來繁榮的重要性。

披露，可持續的海洋經濟對於印尼實現沿海社區的繁榮，健康的海洋環境和國民經濟的發展至關重要。

她說世界銀行相信，藍色

經濟(海洋經濟)將幫助包括印尼在內的國家獲得許多好處，包括健康的海洋，富有彈性的沿海生活和經濟增長。因此印尼可以實現可持續發展，並實現增長和生計。

她指出說，海洋的作用對於印尼的福利非常重要，其漁業部門價值270億美元，可為700萬工人提供支持，並滿足印尼50%以上的動物蛋白需求。

但是，海洋和沿海生態系統面臨挑戰，如果不能可持續

地管理，則可能會降低印尼海洋的經濟潛力。

捕撈的魚蝦中約有38%超過了生態系統過度捕撈的能力，印尼約三分之一的珍貴珊瑚礁狀況不佳，重要的沿海生態系統(如紅樹林)正處於嚴重枯竭狀態。同時，海洋垃圾每年給印尼經濟造成的損失超過4.5億美元。一些海洋和沿海旅游目的地也顯示出游客滿為患的影響，並且沒有足夠的基礎設施。

馮慧蘭希望印尼將轉變為藍色經濟，並從藍色經濟中受益。

為了支持印尼政府的各種戰略和活動，該報告提出了一些建議。為了支持可持續和生

產性漁業部門，政府可以利用國家捐贈基金的潛在支持以及與私營領域的

伙伴關係，來實施印尼漁業管理區(WPP)系統並加強不斷擴大的海洋公園面積。

政府還需要擴大暫停轉換主要森林功能的覆蓋範圍，以覆蓋整個紅樹林生態系統，以防止對紅樹林的破壞並支持當前的紅樹林恢復目標。

該報告還建議了減少海洋中塑料廢物的步驟，包括對某些產品中回收材料的含量設定最低要求，並擴大對可更換塑膠產品的使用禁令。

還可以加強對游客到沿海和海洋旅游目的地的游客流量的管理。

海事漁業部長欢送 向3個國家出口漁產品

(雅加達訊)海事漁業部通過漁產品質與安全管制魚類檢疫廳，進行了向中國、馬來西亞與越南出口漁產品。

出口產品其中包括海洋珍珠、龍蝦、石斑魚、鯛魚等。

海事漁業部長沙克蒂·瓦赫尤·特冷戈諾，當巡視西努·馬達藍·漁產品質與安全管制魚類檢疫廳，將出口漁產品時表示，當局還推動漁產養殖業者和企業商家以維持漁產品品質，以便維持外銷市場的信任。

身為海事漁業方面監管者，海事漁業部將盡力支撐利益相關者在執行業務中的努力。

其中如所出口7公斤海洋珍珠，或總計6304粒珍珠，將運往中國。繼而，將銷往馬國產品分別為120隻純天堂類龍蝦、240公斤石斑魚和鯛魚，繼而，銷往越南的440隻香草親魚。

該總計2億盾漁產品銷往出口目的國，是通過利用空運所進行的。

他上週五(26日)在雅加達表示，海事漁業部不斷推動銷往各國外銷市場的漁產商品出口，以便為國家增加賺取外匯。

除推動出口外，海事漁業部還不斷打擊非法捕撈活動。將和檢察署進行聯繫統籌，對在我國海域中的魚賊起到威懾作用。

不久前，海事漁業部和檢察院合作，在西加的達托克島再次銷毀四艘懸掛越南國旗的非法漁船。政府採取如此態度，符合了消除非法捕魚的政策，而且還要求相關工具對在我國海域非法捕魚者採取堅定立場。

該被銷毀了四艘懸掛越南國旗的非法漁船，分別為BV 5248 TA號船、BV 5688 TS號船、蘇爾亞蒂姆爾號船，和KG 92355號船。這些船隻是海事漁業監督總署人員緝捕的。

西加高等檢察院主任馬秀迪指出，有關當局所執行銷毀船隻，以便對在我國海域中的魚賊起到威懾作用。

(MIM)

電動汽車電池廠創建 將使我國變成世界玩家

(雅加達訊)國企部長雅立多斯上週五(26日)在雅加達舉行視像會議中表示，創建電動汽車電池廠公司(IBC)將促使我國成為電動車電池全球玩家之一的壯舉。

他說，目前我國反而經能善加利用該重要機遇、或改進使用基於鋁電池的電動車良機，而勇於不甘示弱與他國而採取成為全球玩家的步調。

他闡明，創設電動汽車電池廠公司是當局經過了約1年時間欲轉型的願望部份，也即我國今後將進行的轉型改進，勢必未想到當時冠病疫情會爆發。但他說，實際上發生了疫情大流行反而加速了我國的轉型過程。

通過已共同執行創建電動汽車電池廠公司，證實所有各方面願意協作一致，從而創立電動車電池生產商的企業得以實現。

他說，尤其是，我國擁有豐富的鋁礦資源，或佔全球蘊藏量幾近24%。建造電動車電池廠，將促使我國成為更環保的綠色經濟。

至於同國外生產商的合夥關係，必然將採取互惠共贏方式，我國決不會閉目不理既有的缺憾，而通過也為合夥商的某些企業協力合作，必將扭轉



國企部長雅立多斯(左四)在雅加達舉行視像會議，表明創建电动汽车电池厂公司。

財長增加衛生預算逾倍為300兆

(雅加達訊)財政部長絲麗·穆耳雅妮週四(25日)在雅加達舉行虛擬研討會中表示，在今年供衛生方面所分配預算，政府可能將用以採購測試工具，及進行追蹤備受冠病疫情影響人們的康復費用將由國家承擔。

她闡明，政府還將向衛生人員提供獎勵、供應醫院和隔離室。以及目前我國推展接種綱領所需。她說，此前，2019年供衛生方面所分配預算為113兆盾。而今年料倍增逾300兆盾。只不過，問題不僅限於衛生方面，而還包括民眾無法進行社交活動，而且，此情勢將害死營業活動，因此，政府將援助貧民或佔人口總數30%的低層居民，并協助中小微企業商家。她說，政府聚焦於中小微企業也由於他們受失業的直接衝擊。

其中如在國民經濟復蘇綱領中備有210兆盾預算，將供希望家庭綱領(PKH)、現金直接援助(BLT)、九種必需品綱領、鄉村現款援助綱領、450瓦和900瓦用戶電費補貼，及供教員與學生互聯網費用補貼。

這些使用的國家預算，財政部已快速擬定其政策，因此當局已以透明化提呈國會，以便加以共同討論。(MIM)

我國3000萬家中小微企業

(雅加達訊)中小微企業家協會(Akumindo)總主席伊克善·英戈拉杜布恩披露，我國3000萬家中小微企業，因受政府為管制疫情處所推展限制社交活動政策，而宣告倒閉了。

如今僅剩下3400萬家中小微企業能保持生存。這是從2019年錄誌，6470萬家企業算起下降了50%。

他上週五(26日)在雅加達，央行培訓記者節目中表示，我協會允許的與政府有所不同。通常政府僅傳達小小的影響力，而我方傳達照實際情況所存在，即去年的肖像仍幸存3400萬家。

另一方面，中小企業倒閉，也對700萬名自中小微企業的非正規勞動力，帶來了失業影響的信息。中小微企業對國民總產值的影響，也被共認去年較前年經歷了急劇下降，仍錄誌經能對國民總產值做出貢獻60%。

伊克善表示感激，政府已開始將限制大規模社交活動(PSBB)更換成限制民眾活動(PPKM)，經能改變中小微企業狀況，或開始回覆疫情爆發之前的常態。“我方高興，政府逐步推行了限制民眾活動，以致我們可以進行良好的銷售互動。其實去年底我方復興了，但再度限制大規模社交活動，導致我方又回下降。日前，我赴峇厘，旅遊領域中小微企業全面癱瘓。那次，政府舉措對中小微企業甚具影響力。”

此外，政府所推展各項綱領，以便推動中小微企業能在疫情大流行期間保持生存與復興，他說，甚有助於減輕中小微企業所應對壓力。至於政府對中小微企業所推行數項綱領，包括供450瓦電力用戶豁免電費、供900瓦電力用戶減免50%電費、2020年11號金融勞務主管機構條例有關寬容或償債重組、供1200萬名生產性微型企業家的240萬盾總統援款，以及在國民經濟復蘇綱領中疏導援款。

甚且，他說，無法獲自政府援款的中小微企業家，在限制大規模社交活動實施期間，平均僅能維持兩三個月生存。“一部份企業家能進行轉型及通過所疏導援款與人民營業貸款以維持生存與復興。”

因此，他期望，今年，政府仍能持續向中小微企業撥出援助綱領，因疫情大流行仍未告結束。目前，他說，政府已向中小微企業家提供關注，或通過各項綱領來支撐中小微企業產品。甚且，他熱烈歡迎佐科威總統所號召討厭舶來貨品，因那將打開民眾轉向愛好中小微企業產品的機會。

他強調，例如，我們感謝將國企分配給中小微企業，但至少中小微企業將越來越受到本國民族的歡迎。此外，佐科威總統說，他熱愛印尼產品，而討厭外國產品。這是將為中小型企業打開機遇的聲明。(MIM)

民族的偉大夢想，建造我國電動車電池的工廠得以落實。

他闡明，設立電動車電池公司並非終點，那才是業務的開端，因為該創建機構只是紙上談兵而已。

政府期望應該如何建設電動車電池廠，俾能實現將在2022至2023年間能投入生產。

電動車電池公司的成立是以3月16日簽署的股東協議為標誌，該協議經由礦務能源領域4家國企，即國營礦產工業控股公司(MIND ID)、安譚公司、國油公司和國電公司簽署。

拜登：會繼續對議題發聲 誓阻中超越美成最強國

美国总统拜登在上任后的首场白宫记者会誓言，将促使中国按照国际规则行事，并且要壮大美国国力，以确保在与中国的竞争中占上风，阻止中国超越美国成为全球最強国家。

拜登在上周四（3月25日）的这场记者会上还拿中国国家主席习近平与俄罗斯总统普京做比较，指两人都崇尚独裁统治。拜登说：“他和普京属一类人，认为专制是全球未来的潮流，民主在日益复杂的世界里无法发挥作用……他骨子里没有民主意识，但他是个非常聪明的人。”

拜登重申，中国领导人“必须遵守国际规范，公平竞争，公平做法，公平贸易”。他表示，美国会继续对新疆、香港等议题发声，也会针对南中国海和台湾等议题向中国问责。

拜登说：“中国有一个总体目标……成为全球领先国家、全球最富有的国家、最強大的国家……但在我的任期内，这些不会发生，因为美国会继续增长。”

拜登初上任时曾与习近平谈话长达两个小时。他说，他当时告诉习近平：“只要你和你的国家继续公然违反人权，我们就会坚持不懈地呼吁全球加以关注，让各知道发生了什么事。他明白这一点。”

对于拜登的讲话，中国驻美国大使崔天凯同日接受美国有线电视新闻网（CNN）访问时强调，中国的目标不是取代美国成为领导世界的国家。他说：“我们的目标是满足中国人民日益增长的、对美好生活的渴望。我们的目标是不与任何国家竞争或取代任何国家”。

崔天凯表示，试图将世界划分为不同阵营，甚至试图建立对抗性军事集团，不



是解决问题的办法。

俄罗斯政府也做出反应，称北京和莫斯科都反对美国试图将它所谓的民主强加于他国。

拜登周四在一个多小时的记者会中针对广泛的内外课题发表看法。除了中美关系，还涵盖朝鲜近日的导弹发射、冠病疫情、美国经济，他还表明四年后将寻求连任。

针对朝核问题，拜登主张软硬兼施。他警告，若朝鲜选择让局势升级，“我们将根据情况做出应对”，但美方仍准备与朝鲜展开某些外交接触，条件是它最终必须去核。

疫情和复苏经济最紧迫

谈到美国内政，拜登表示，应对冠病疫情和使经济复苏仍是政府面临的最紧迫

问题。他说，他的政府已提早在上周完成接种1亿剂疫苗的目标，并当下定了新目标，即上任100日内完成接种2亿剂。

对于国家经济，拜登称不久将公布长期经济复兴计划，希望藉此创造大量就业机会。他承诺增加对中产阶层的支持，大幅增加投资和基础设施支出。他暗示要扩大对医保和税收的改革，改善当前造成“最富有的美国人大赚特赚”的制度。

拜登也表示，政府会确保增加投资前景看好的新技术，比如量子计算、人工智能和生物技术，目标是让美国的研发投资从现在占国内生产总值的约0.7%，回到上世纪60年代接近2%的水平。

对于个人政治前途，78岁的拜登表示，他个人期待在2024年争取连任，并表示会继续选择哈里斯当副手。

（早报）



日本出生大熊貓“香香” 歸還中國時間再延期

日本东京都政府26日宣布，受冠病疫情影响，在上野动物园出生的3岁雌性大熊猫“香香”归还中国时间由今年5月31日延至12月31日。这是“香香”归还中国时间第二次被延期。

据新华社报导，东京都知事小池百合子当天表示，之前曾告诉大家今年5月31日是与“香香”告别的日子，但经中方同意“香香”归还日期延至今年年底。

目前上野动物园因疫情缘故处于关闭状态，小池就此表示，希望疫情得到控制，大家能早日见到“香香”。

据日本媒体报导，东京都政府与中方就“香香”归还问题进行了磋商，并决定将归还时间再次延期。

“香香”出生于2017年6月，其父母分别为中国旅日大熊猫“比力”与“仙

女”。

上野动物园日前宣布，“比力”与“仙女”本月上旬时隔四年再次交配，日方期待迎来“香香”之后又一个大熊猫宝宝。

另据中国驻日本大使馆网站消息，中国驻日大使孔铉佑本月10日接受中国官媒访问时曾就“香香”能否按时回国答记者问。

孔铉佑当时表示，大熊猫是中日两国友好交流合作的重要象征。目前在东京、神户和和歌山动物园中的大熊猫都在健康生活、茁壮成长，也给日本民众带来许多快乐。

孔铉佑提到，东京上野动物园的香香就是其中一个代表，据他所知，动物园的社交媒体账号有近一半内容都和香香有关。

（早报）



解放軍駐港部隊陸海空演練 模擬恐怖份子劫人質

中国解放军驻港部队近期在香港陆海空域，组织检验性联合演练。

据新华社报导，解放军驻香港部队当天出动五艘舰艇、五架各型直升机和陆上作战力量组织多兵种检验性联合演练，提升部队全要素、成体系联合制胜能力。

报导称，部队模拟多名“恐怖分子”劫持数名“人质”，海陆空战备分队分别出动，搭载特战小队的直升机升空，地面分队出动，舰艇编队起航。指挥员在驻军联合指挥所内综合研判，指挥各军兵种分队调整侦察方向，摸清“恐怖分子”劫持“人质”情况。据报导，在陆上反恐演练现场，10多名特战队员采取隐蔽渗透、心战诱敌、突击营救等方式，成功制服“恐怖分子”，圆满完成解救“人质”。

报导还说，演练中，陆海空各分队还采取自主协同的模式，成功组织联合巡逻、联合搜救、兵力投送等课目演练，航空兵、防空兵、雷达兵、舰艇等军兵种分队互为条件的对抗训练贯穿始终。（早报）

葉劉淑儀：支持新疆棉 但無須特意破壞現有產品

针对目前掀起的停用牵涉“新疆棉风波”品牌产品，香港行政会议成员、新民党主席叶刘淑仪被问到是否会有进一步行动，她认为不需要，称主要是希望品牌可收回声明及道歉，不觉得要特意去破坏一些现有的产品。

根据香港电台报导，中国人大常委会将于下周开会审议修改《基本法》附件一及二，修改特首及立法会的选举办法。叶刘淑仪在一个节目中回应说，香港政治蓝图将会重新划分，相信直选议席中，建制派会取得一半数目。

叶刘淑仪表示，相信届时将会公布立法会90个议席如何分布，选委会在立法会将占较大比例。她也提到，目前社会怨气高，相信仍会有素人出来参选，议会内依然有反对声音。

叶刘淑仪在节目后表示，修改选举办法对新民党有正面影响，希望下届选举能维持两个议席。

对于大陆国台办发言人点名称赞她在一场外媒主办的研讨会上，离场抗议有与会者指“台湾是国家”，叶刘淑仪说，出席研讨会前，不知道同场有“台独分子”，她感谢国台办的赞扬，形容是无意的收获。



中國防長魏鳳和 到駐南聯盟被炸使館憑弔

访问塞尔维亚的中国国务委员兼国防部长魏凤和26日到中国驻南联盟被炸使馆旧址凭吊遇难者，并表示中国人民永远不会忘记这段历史，中国军队绝不允许这样的历史重演，中国完全有能力、有决心捍卫国家主权、安全和发展利益。

据中国国防部今天发布的消息，塞尔维亚总统武契奇26日在贝尔格莱德会见访的魏凤和。武契奇说，塞中两国风雨同舟、命运与共，中国是塞最值得信赖的朋友，感谢中国国家主席习近平和中国政府与人民对塞尔维亚在维护国家安全、加快经济发展、抗击冠病疫情等方面的宝贵支

持。

武契奇表示，塞方坚定支持中国政府在维护香港、台湾、新疆等核心利益问题上的立场，支持“一带一路”倡议，塞方愿与中国加强包括军事在内的各领域合作。

魏凤和表示，中塞两国是真正的“铁杆朋友”，感谢塞方对中国核心利益给予坚定支持，中国完全支持塞方走独立自主道路。

中国驻南联盟被炸使馆被炸事件发生于1999年5月8日，当时，一架美国B-2轰炸机投掷三枚精确制导炸弹，击中位于贝尔格莱德的中国驻南使馆，当场炸死新华社记者邵云环、



《光明日报》记者许杏虎和朱颖，炸伤数十人，并造成大使馆建筑严重损毁。

湾总统选举的中广董事长赵少康认为，台湾与大陆本来就有签共同打击犯罪，也可以进行海巡合作，联合起来保卫钓鱼台，为何只能跟美国海巡合作呢？

外界也质疑该备忘录是将台美过去只做不说的军事合作台面化，让台美准军事同盟有想像空间。香港中评社报导，吴钊燮昨天受邀在中兴大学法政学院演讲时表示，这是增加台美海巡合作制度基础；至于军事层面，他不会朝那个方向去推敲。

（早报）

台美簽署 海岸巡防合作備忘錄

有分析认为，台美签署海岸巡防合作备忘录，是冲著大陆甫施行的《海警法》而来。台湾总统蔡英文表示，台美将依据备忘录建立“海巡工作小组”，提供双方一个联系、合作、分享资讯的平台，建立更強韧的伙伴关系。

台湾和美国26日就海岸巡防合作签署备忘录，将台湾海岸巡防署与美国海岸巡防队现行的合作明文化。有分析认为，此举是冲著中国大陆甫施行的《海警法》而来，具有台美联手反制大陆

了解备忘录。美国国务院代理亚太助卿金圣（Sung Kim）、海岸巡防队国际事务暨外交政策处处长卡斯蒂略内-卡塔尔多（Ann Castiglione-Cataldo）等官员出席见证。蔡英文上周五（26日）在脸书表示，台美将依据备忘录建立“海巡工作小组”，提供台湾海巡署和美国海岸巡防队一个联系、合作、分享资讯的平台，让长期以来在海洋搜救、执法等议题上有密切交流的两个单位，建立更強韧的伙伴关系。

台湾外交部26日傍晚举行完成签署台美海巡合作了解备忘录茶会，但不接受记者提问。台湾外交部长吴钊燮致词时指出，签署台美海巡合作了解备忘录是重要的里程碑，展现台美将持续交流与互动制度化的决心，并朝全方位合作夥伴迈进，共同确保印太地区的海域安全，及海洋资源永续发展。

郦英杰全程以中文致词，称赞台湾海巡队员十八般武艺样样精通，团队规模虽小但很灵活。他期望透过这项正式的合作架

构，让双方海巡团队能在人道援助与灾害防救、资讯分享及应对其他全球挑战方面，更加密切合作。

台湾朝野立委和学者多认为，此举是冲著中国大陆今年2月施行《海警法》而来。民进党表示，这是在释出政治信号，希望大陆不要误判；国民党指美国还不至于越过红线。

拟以国民党籍参选2024年台



中國與伊朗 簽署25年戰略合作協議

中国和伊朗签署了一项全面协议，旨在确定未来25年的经济、政治和贸易关系走向，令美国拜登政府面临挑战。

彭博社引述伊朗国家电视台的报导说，伊朗外交部长扎里夫周六在德黑兰与中国外交部长王毅签署了“全面战略夥伴关系”协议。双方自2016年以来一直在筹划签署该协议。

伊朗外交部发言人赛义德·哈蒂布扎德在电视采访中称：“该文件可以将双边关

系提升到新的战略水平。”他说，该协议的重点是促进私营部门合作以及伊朗在中国“一带一路”倡议中的作用。

去年在媒体上露面的该协议纲要草案显示了伊朗向中国长期供应原油以及对石油、天然气、石化、可再生能源和核能基础设施进行投资的计划。

在美国开始试图集结盟友对抗中国之际，北京与德黑兰之间的联盟将对美国总统拜登政府构成挑战。



美国国务卿布林肯曾说，这是一场全球“最大的地缘政治考验”。

（早报）

緬建軍紀念日最血腥 軍方鎗殺逾90示威者

周六(27日)是緬甸建軍76周年的紀念日，但也是緬甸最血腥的一個日子。

路透社報導，緬甸國防軍總司令敏昂萊周六出席了在首都內比都舉行的建軍節閱兵慶典，安全部隊却四處出擊對付示威群眾。據緬甸媒體和目擊者，當天超過90名反政變示威者被軍人打死。

緬甸國營電視台在建軍節前夕已警告，參加示威的人將面對“頭部或背部中彈”的風險。但仰光、曼德勒和其他城鎮的民眾無視警告，建軍節繼續上街示威。

獨立媒體“今日緬甸”網站說，全國各地周六有91人被安全部隊槍殺。

“今日緬甸”引述當地媒體說，曼德勒周六有至少29人死亡，包括一名年僅5歲的男童；在仰光也有至少



24人死亡。

由被罷免的全國民主聯盟國會議員成立的聯邦議會代表委員會

(CRPH)說：“今天是軍方的耻辱日”。

(早報)

緬甸戰機向克倫族村莊開火

緬甸克倫民族聯盟(KNU)說，緬甸軍方战斗机周六(27日)向位於泰國邊界的一個克倫族村莊開火。

路透社報導，這個少數民族武裝組織指軍方战斗机在当地時間晚上8時左右發動攻擊，村民被迫逃離。

民間社會團體“克倫和平支持網絡”的發言人說，他們接到兩人死、兩人受傷的報告，由於該地區位置偏僻，通訊困難，死傷人數恐怕更

多。

同日早前，緬甸媒體與目擊者指軍方射殺了超過90人包括一名年僅5歲的男童。

3月27日為緬甸建軍76周年紀念日，緬甸國防軍總司令敏昂萊出席了在首都內比都舉行的建軍節閱兵慶典，緬甸安全部隊却在同日四處出擊。

美國、英國和歐盟對緬甸軍方的

暴行發出严厉譴責。

美國駐緬甸大使瓦杰達在推特上說：“這一起流血事件太令人恐懼。”他說：“緬甸人民已經清楚表明——他們不想生活在軍事統治下。”

英国外長拉布在推特上說：“殺害手無寸鐵的平民和孩童，標誌著一個新地點。”

歐盟駐緬甸使節團也在推特上說，緬甸建軍節這一天“將永遠留下一個恐怖與可恥的烙印。”

(早報)

有人向仰光美國文化中心開鎗

美國駐緬甸大使館說，有人向位於仰光的美國文化中心開槍，沒有人受傷。

路透社報導，美國大使館發言人說：“我們確認，3月27日有人向仰光的美國中心開槍射擊，沒有人在事件中受傷。我們正就此事進行調查。”

美國拜登政府多次強烈批評緬甸軍方發動政變奪權，並指控安全部隊殺害數百名反政變示威者。

(早報)

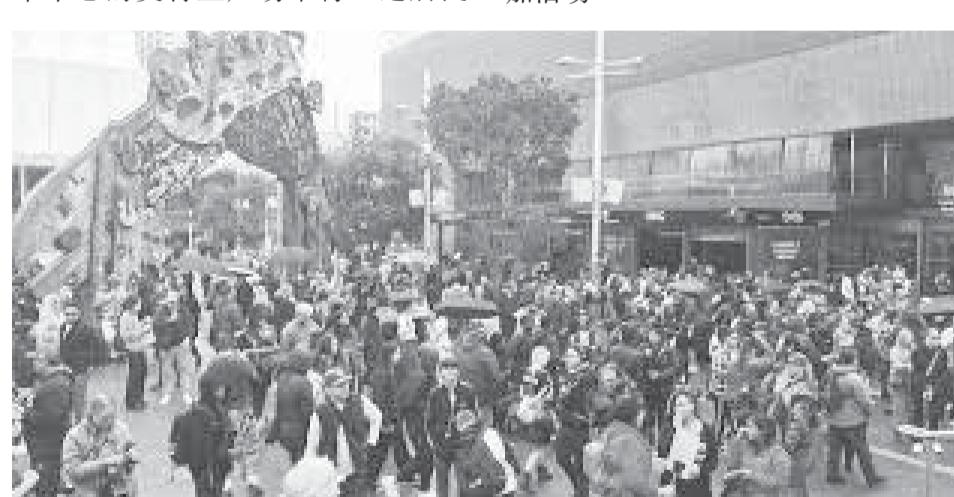


紐西蘭舉行 反對仇亞歧視行為

紐西蘭最大城市奧克蘭於上周六(27日)舉行集會游行，抗議針對亞裔的歧視和仇恨行為。

新華社報導，集會活動在奧克蘭市中心的奧特亞廣場舉行，之後民

眾沿著皇后大街展開游行，他們高舉“停止仇恨亞裔”等標語，並高喊口號，抗議針對亞裔的歧視。活動組織者說，當天有超過1000人參加活動。



集會中，組織者與參與者紛紛發表演講，譴責發生在美國的槍擊事件，聲援全球亞裔的反歧視活動，並表示反對紐西蘭國內出現的針對亞裔的歧視和仇恨行為。

活動發起人斯特芬·陳在集會上說，看到美國的亞裔被仇恨對待，在紐西蘭的亞裔感同身受。她表示，紐西蘭社會同樣存在針對亞裔的仇恨和歧視行為，人們需要正視並解決這個問題。

美國佐治亞州亞特蘭大地區3月16日發生三起槍擊案，造成包括六名亞裔女性在內的八人死亡。儘管警方尚未確定嫌疑人的作案動機，但近來在冠病疫情下美國針對亞裔的暴力事件不斷增加。美國朝野許多人士認為，亞特蘭大地區發生的槍擊案是針對亞裔的攻擊，嫌疑人作案動機至少部分緣於對亞裔的偏見。

(早報)

黎巴嫩南部倉庫 發現高純度核材料

黎巴嫩看守政府總理迪亞卜于上周五(26日)宣布，在黎巴嫩一個石油設施的倉庫中發現了危險“高純度核材料”。

新華社報導，迪亞卜在總統奧恩主持的黎巴嫩最高國防委員會會議上發言時強調，必須非常迅速、高度謹慎地處理這些核材料。

據當地媒體，受黎巴嫩政府委託，德國一家專業公司在貝魯特港口爆炸後對黎巴嫩各地的危險化學材料進行檢查時，發現國營的扎拉尼石油設施存有大約2公斤含貧化鈾的放射性物質。

扎拉尼石油設施負責人扎因說，這些核材料是20世紀50年代運來的，當時該石油設施由一家美國公司管理。

扎因表示，這些放射性物質將



于3月29日移交给黎巴嫩原子能委員會存放處理。該委員會表示將

向國際原子能機構報告此事。

(早報)

擱淺蘇伊士運河

“長賜號”船尾船舵可移動

打撈專家上周六(3月27日)嘗試讓蘇伊士運河擱淺的巨型集裝箱船“長賜號”浮起。

埃及蘇伊士運河管理局主席拉比當天在蘇伊士召開的記者會上表示，經過多番努力，“長賜號”的船尾和方向舵已可移動，但他無法預測船只何時能浮起。

拉比表示，他希望“長賜號”可以在不必卸掉船上集裝箱的情況下脫淺，但因強大的海潮與強風，使搶救行動變得更複雜。

消息人士說，打撈人員在當地時間下午約2時30分(雅加達時間周六晚約7時30分)，趁著潮水上涨試圖讓



2012年意大利海岸“歌詩達協和號”擱淺事故中負責指揮脫淺任務的打撈專家斯洛恩認為，目前只能由空中起重直升機來完成，它能吊起約12.5噸重貨物。

此外，拉比周六表示，強風並非導致“長賜號”擱淺的主要原因，“強風與氣候不是擱淺的主要原因，可能因技術或人为失誤。”

另外，美國和土耳其都表明願意為埃及提供援助。一名美國國防部官員透露，只要埃及正式提出要求，美軍可從巴林的軍事基地派遣一支海軍專家團前往蘇伊士運河。美國第五艦隊就駐在巴林。埃及的鄰國土耳其也表明願意提供一艘拖船協助脫困。

“長賜號”船主日本正榮汽船上周五(26日)說，貨輪引擎和儀器都沒損壞迹象，一旦脫淺就能恢復航行。

(早報)

單日確診連續兩天破9000 菲首都圈再封城

菲律賓總統府上周六(27日)宣布，首都馬尼拉和周圍省份將從下周一起封鎖七天，以應對新一波疫情，當地醫院因病例激增已不勝負荷。

路透社報導，菲律賓總統發言人洛克說，封鎖期為3月29日至4月4日，封鎖期間一切非關鍵活動、大型集會和餐廳用餐等都將被禁止。防疫措施比3月22日頒布的措施更為嚴格。

洛克說：“政府不是你們的敵人，冠病病毒才是你們的敵人。”

菲律賓衛生部當天通報，新增9595起確診病例，單日確診連續兩天破



開羅公寓坍塌 至少5人死多人受困

埃及首都開羅一座10層高的公寓坍塌。

埃及國家通訊社MENA報導，五人已証實死亡，另有24人受傷。目擊者說，還有許多人被困在瓦砾下。

開羅市政府表示，事發於當地時間周六凌晨3時(新加坡時間周六早上9時)。地點位於開羅東部赫利奧波利斯(Heliopolis)附近的蓋斯蘇伊士地區(Gesr Suez)。

(早報)



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

歡迎各界 惠登廣告

林俊傑發佈“長大的事” 被衆星友催婚生子

林俊杰(JJ)27日慶祝40歲生日，昨午1時在面簿直播办“长大的事”(The Next Big Thing)发布会，宣布两大消息：今天零时发行出道18年的首张英语EP“Like You Do”，以及6月6日举行“圣所终点站”售票线上演唱会。

“Like You Do”EP是林俊杰去年10月发行的《幸存者·如你》EP的第二部分，他介绍说：“两张EP放在一起是一个平行时空的概念，像我跟平行时空的JJ对话。”

林俊杰昨天让歌迷抢先听六首歌曲的短版，并公开一首男女对唱的一小段，请歌迷猜测女歌

手，谜底将在4月底揭开。不少歌迷猜测是邓紫棋或少女时代的Tiffany，但JJ暗示是自己尚未见过的女歌手，相信是西洋歌手。

昨天，林俊杰的多名艺人好友透过视频送上生日祝福，其中几人还催婚。周杰伦催促说：“快点成家立业，有一个小JJ蹦出来。”余文乐说：“40岁了，要想想下一个阶段，结婚生子。”师兄阿杜也祝福：“希望你找到一个老婆。”

当主持人陶晶莹(陶子)问林俊杰目前的感情状况，他说单身，并称一切看缘分。陶子捉弄他：“不要今晚被拍到。”



古天樂花3000萬港元 買風水屋吸財

古天乐多年来获一位玄学高人在背后发功，帮他趋吉避凶增强运势，继早年获指点下买入3000万港元的京士柏山独立屋，自此演艺事业飞黄腾达，之后再在师傅指导下买入1.26亿贝沙湾独立屋豪宅，并摆下风水阵催旺事业。

据知他最近听从师傅建议，为吸3年后南山北水开始的地运，一掷半亿买入马鞍山一个拥有无敌海景的顶层复式豪宅，重视私隐的他

最满意风水屋有私人升降机。有指古天乐新购的豪宅接近3000方尺，有4房全套房间隔，另有两个800多尺的平台，其中一个是空中泳池；宽大的客厅全是落地玻璃，全屋的窗帘、灯光、冷气和影音都是采用智能设备。

古天乐除了爱投资砖头，近年也投资工厦，事业版图越扩越大。他是演艺人协会会长、香港电影工作者总会会长，自己又成立电影及

经理人公司做老板，涉猎范畴众多。早年他遵照师傅指导，在贝沙湾豪宅的露台摆放两条张牙舞爪的金龙，有指能挡煞兼吸财提升地位，成功让他夺得影帝殊荣。去年突爆冠病疫情，他又被发现大屋的风水阵突变，露台摆满8只张开口的铜制公鸡，求神鸡护体，百毒不侵。(早报)

小豬表態支持新疆棉 “裡外不是人”

不仅大陆网友不买单，也招致台湾网友不爽，成了“猪八戒照镜子，里外不是人”。大陆网友酸他才刚支持台湾凤梨，现在又支持新疆棉，留言猛酸他“想靠这条洗白？”“少在那边蹭热度”。

此外，陈奕迅不惜和合作多年的品牌决裂，让不少香港网友痛批他“为棉花发声，但人权问题就不出声”“灵魂若变卖了，上链也没心跳”等。他前晚在表态后被直击独自在车上发呆近一小时，不知是否受留言所影响。

遭大陆封杀的港星杜汶泽则在面簿连发两文挺品牌。他先是发文说“名牌大革命，说到做到呀！Just do it”，之后晒出一张穿Nike鞋子的照片，大喊“我穿Nike我骄傲”。(早报)



台湾艺人罗志祥(小猪)去年被前女友周扬青毁灭性分手，导致形象重创，被迫退出中国大陆市场，连台湾复出都得通过转当YouTuber试水温。

他26日在微博发文表态“我支持新疆棉花”，没想到

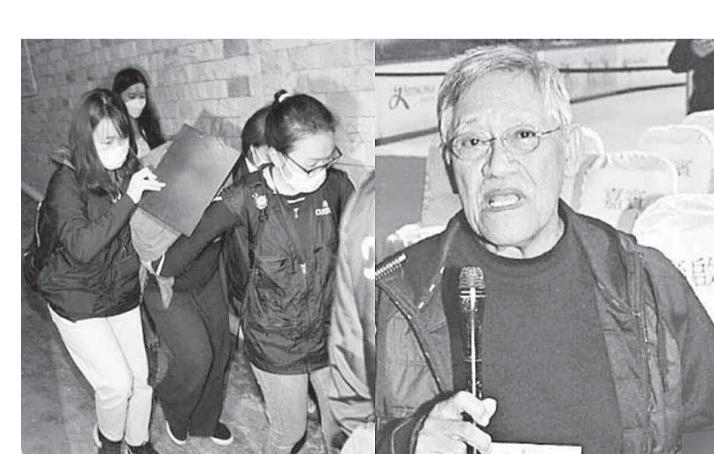
繼長女後 吳耀漢次女也涉藏毒被捕

81岁港星笑匠吴耀汉作品无数，近年他因肾衰竭，每天都须腹膜透析。他的54岁大女儿日前涉嫌在家中种植大麻被捕，而3月27日凌晨传出他的52岁二女儿也被捕，罪名同样与毒品有关。

吴耀汉有2段婚姻，他与第2任外籍妻子育有3女1子，分别为大女儿吴瑞莺、二女儿吴素儿、三子吴嘉龙和幼女吴瑞珊，其中吴嘉龙也是名演员。吴耀汉夫妻与2名女儿居住于西贡南围村2间屋子多年，2间屋子号码相连。

据香港《苹果动新闻》报导，他54岁的大女儿本月23日被发现在家中种植大麻，现场查获13颗大麻植物及一批含大麻成分的巧克力。3月26日晚上10点海关搜查另间屋子，里头有名女子大叫：“Don't touch me(别碰我)。”不久吴耀汉出现，协助海关人员调查，而吴耀汉的妻子和上次被捕的大女儿也都先后来到现场。

据悉昨晚海关拘捕的52岁女子，正是吴耀汉的二女儿，屋内搜获一批疑似毒品，凌晨1点半吴耀汉二女儿由海关人员带走调查，其间家人故意用手电筒发出强光阻碍



记者拍摄，还有人一度推撞记者。

现年81岁的吴耀汉纵横影坛多年，身价据传高达35亿元，并有过两段婚姻，21岁时曾与一名英国女子结婚6个月后离婚，至1965年与现任外籍妻子再婚，婚后两人育有三女一子。(早报)



李易峰因新疆棉花宣佈 終止與BOSS一切合作

围绕“新疆棉花”的风波持续发酵，中国知名男星李易峰今天发布声明，因国际知名品牌Hugo Boss最终决策与其沟通的初衷未能达成一致，李易峰及其工作室即刻终止与BOSS品牌的一切合作。

根据李易峰工作室官方微博壹峰信发布的声明称，“我们只与明确支持和采购新疆棉花的品牌进行合作。”

该声明称，关于BCI组织针对新疆棉花造谣抹黑事件，团队第一时间与李易峰代言的BOSS雨果博斯进行多次沟通，品牌曾明确表明立场。但截至今天凌晨3:50，BOSS的最终决策与该方沟通的初衷未能达成一致。

声明强调，“无论何时，祖国不容侵犯！”该条微博截止今天中午12时已获得9.4万个赞，近7000条评论。

服装品牌H&M抵制新疆棉事件持续发酵，多个品牌受牵连，中港台娱乐圈更是引发艺人与相关代言品牌的解约潮。

張哲瀚：天上不會掉餡餅 從不相信一夜之間爆紅的事

3月23日晚，热播剧《山河令》超前点播正式收官。剧中饰演周子舒的张哲瀚，以一场哭戏告别了这段友情，只留下一句“江湖，再见”。

虽然凭借新剧斩获了不少粉丝，但相比五年前接受新京报记者采访时还略有青涩，如今面对高人气带来的“流量”，张哲瀚依旧保持著一贯的耿直与坦诚，只是多了几分沉稳，更平和，也更成熟了。“我觉得这终究是会过去的，只是在人生的某一个时期，要经历的一些东西而已。”

虽然对于表演的野心他从未放弃，但现在的张哲瀚并不渴求急于知道自己的未来，感受当下，足矣。

《山河令》播出后，张哲瀚也跟著网友一同追起了剧，每看几集，他都会发现一些当初拍摄时即兴演绎的桥段。剧中，张哲瀚与龚俊的对手戏很多，这样的即兴瞬间也更多发生在二人之间。

第27集中，周子舒(张哲瀚饰)和叶白衣(黄宥明饰)对峙，温客行(龚俊饰)前来相助，最后两人都受了重伤，待叶白衣走后，两个人相扶而起那场戏，原本剧本里面并没有过多展现。

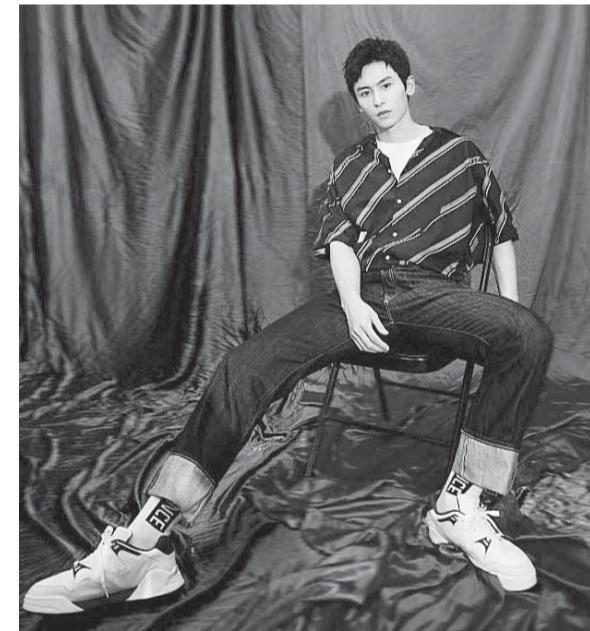
周子舒让温客行拉自己起来，温客行调侃他武功这么厉害还起不来，边说著边去拉他，“我故意没起来，又反过去调侃他，这么厉害，怎么连我都扶不起来。他搀扶我时，我说我肩膀都碎了，这些都是现场加的台词。”

拍那场戏时，张哲瀚和龚俊已经有了默契，所以配合起来无需刻意设计，都能接住对方的台词。

而张哲瀚也意外发现了剧中一些有趣的小细节。前两天，他看到一场戏，讲的是温客行把药材撒在了周子舒头上，周子舒白了他一眼，还掐了温客行一把，原本张哲瀚没觉得有何不妥，但追剧时才发现龚俊痛苦的表情似乎过于真实，还有他几乎要跳起来的动作。仔细回忆，拍那场戏时自己好像确实搞得有点用力，“我看了好几遍，他表情太真实了，真的好笑，半夜都笑醒了。”

曾幻想家中摆满奖杯

即便到了如今，接机的粉丝、社交媒体上的留言如井喷似的涌进



来，但张哲瀚始终不觉得现在的自己“特别火”。异样的感觉，仅仅来自于身边的朋友，很多平时关系虽然很好，但没事不会联系的好友突然开始跟他要签名照。

“我从来都不相信‘一夜之间’(爆红)的事儿，天上不会掉馅饼，而且老天永远是公平的，哪怕天上真的掉了馅饼，不属于你的，吃了也会坏掉。”

但此时的张哲瀚必须接受被更多人关注的现实，对他而言，最大的改变就是间接失去了“自由”。即使是去吃个宵夜，也会被人追逐，幸好现在喜欢的运动是打高尔夫球，环境还算私密。“我觉得这终究是会过去的，只是在人生的某一个时期，要经历的一些东西而已。”

但他对表演的野心始终都在，“我的目标就是拿最佳男演员奖。”在张哲瀚看来，奖项不完全等同于获得别人在专业上的认可，“更多是一个荣誉”。

他说，有时自己会幻想，家中摆满各种各样的奖杯，“看著奖杯，回忆起自己做过的事情，和那些精彩的人生瞬间，跟别人讲起来也有凭有据的。”

去年疫情期间，张哲瀚和大多数人一样经历了一段在家“待业”的日子。期间，他尝试过自己做饭，但一直不尽如人意，“翻车”现场连连，这也是为何粉丝喜欢送他菜谱，助他精进厨艺。此外，他还多了一项除做菜、斗地主、骑行之外的新爱好——打高尔夫球。

“我觉得高尔夫是一项需要思考的运动，它蕴含了很多人生哲理，而且只关于个人，不牵扯到别人。”(新京报)

因美國SEC退市新規 百度和騰訊音樂大跌

中国在美上市公司百度和腾讯音乐娱乐集团大跌，一度较周二收盘位分别下跌33.5%和48.5%。

根据路透社报导，他们起初是随科技及科技相关股票周三普跌而下挫，当日纳斯达克指数跌逾2%。上周四（25日）受到美国证券交易委员会（SEC）采取措施，会将不遵守美国审计标准的外国公司从美国证券交易所退市消息的影响，两家公司股票续跌。

SEC新规出台之际，美国和中国之间的紧张关系加剧。

上周在阿拉斯加，两国举行了拜登总统上任后的首次面对面高层会谈，双方都对对方的政策进行了尖锐的指责。

百度昨天收高1.97%，腾讯音乐娱



乐跌1.28%。

据彭博社昨天报导，交易商称高

盛集团卖出了1000万股百度股票以及5000万股腾讯音乐股票。

美國2月個人收入和消費支出下滑

受美国政府纾困金发放完毕和部分地区严寒天气影响，今年2月美国个人收入和消费支出均环比下滑。

新华社报导，美国商务部上周五（26日）公布的数据显示，2月美国个人收入环比下降7.1%，而1月环比增长10.1%。这主要是因为美国国会去年12月通过了上一轮总计约9000亿美元的经济纾困法案，为大部分民众提供的一次性纾困金已在今年1月发放完毕。

此外，受美国部分地区严寒天气持续、居民减少外出消费和个人收入下降影响，占美国经济总量约70%的个人消费支出2月环比下滑1%，创去年4月以来最大降幅，而1月为环比增长3.4%。

牛津经济研究院首席经济学家达科认为，2月美国个人收入和消费支出下滑是暂时的。随着天气转暖、疫苗接种率上升和新一轮纾困金发放到位，3月美国个人消费支出将得到有力提振。

数据还显示，作为美国联邦储备委员会官员关注的通胀指标，个人消费支



出价格指数2月同比增长1.6%，略高于1月1.4%的同比增幅，但仍低于美联储2%的通胀目标。

美联储主席鲍威尔日前出席美国国

会听证会时表示，近期美国经济活动和就业指标均有所好转，但仍未完全复苏，其前景将继续取决于冠病疫情发展情况。（早报）

潮流玩具商泡泡玛特26日公布上市后首份业绩，全年多赚16%至5.24亿元（人民币）。集团全年收入录得25.1亿元，按年增49%。期内毛利率录63.4%，按年下跌1.4个百分点，集团指主要是提升产品质量、原材料成本上涨所致。泡泡玛特昨绩后一度倒升近5%，但收市跌1%，报53.6港元。

根据《明报》报导，按产品分，“Molly”仍为最受欢迎的IP（知识产权）玩具，全年贡献收入约27%。集团全年售出逾5000万件潮流玩具，期内于大陆净增73家实体店，并于韩国开设首家海外实体店；同时新开526家无人商店。截至去年年底，注册会员人数录740万人，按年增2.4倍。

董事长兼首席执行官王宁昨日指出，今年4月起将推出“头部”IP玩具，货品供应较去年更充分。他指出，预计集团未来利润率将维持在22%至27%之间，不会刻意提高。他又表示，未来计划拓展集团定位，并不仅做潮玩及“盲盒”公司，拟发展主题公园、内容业务，亦有可能拓展游戏业务。

副总裁司德则表示，今年新开实体店数量将会较去年更多，料会超过80家，开店位置以一线及二线城市为主。早前大陆官媒批判“盲盒热”，指二级市场出现不良炒卖，司德表示，集团不会参与二级市场活动，但会留意对集团口碑有影响的内容。

泡泡瑪特 去年毛利率下跌



中國首二月工業利潤 同比激增1.79倍

低基数叠加“就地过年”，推动中国今年前两月工业企业利润同比大增1.79倍，两年平均增速亦超过30%，工业企业效益状况延续快速复苏态势，不过统计局指出，各行业效益改善还不平衡，部分消费品行业尚未恢复至疫情前正常水平，工业经济全面恢复的基础还需巩固。

根据路透社报导，中国国家统计局27日公布，今年1至2月，规模以上工业

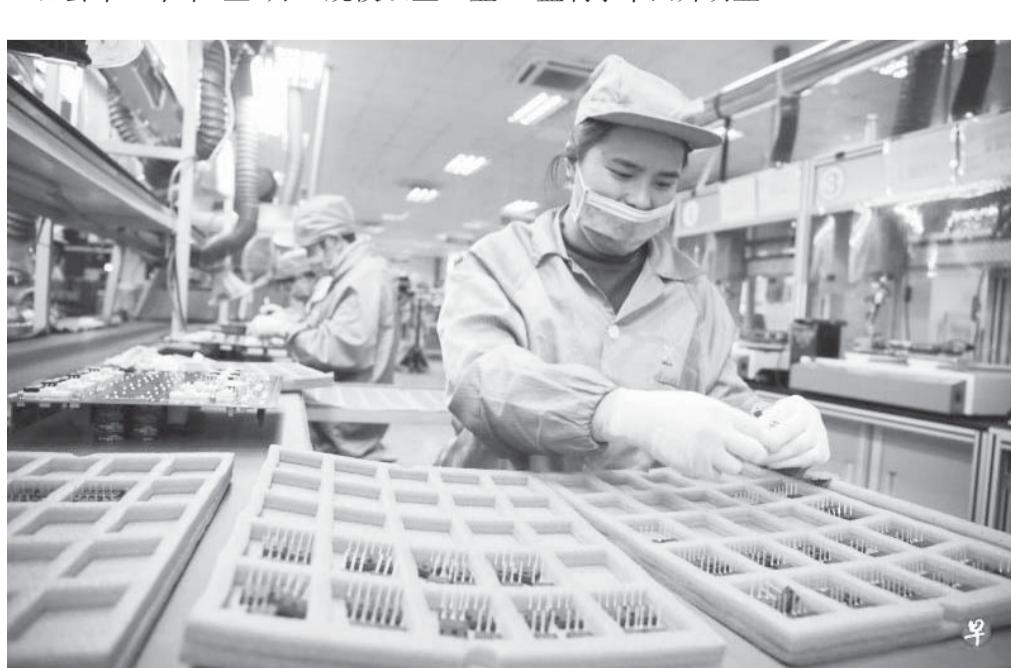
企业实现利润总额11140.1亿元人民币，同比增长1.79倍，比2019年1至2月增长72.1%，两年平均增长31.2%。

统计局工业司高级统计师朱虹点评称，“总体看，工业企业效益状况延续快速复苏态势”，在国内外市场需求稳定恢复、同期基数较低以及“就地过年”等因素共同作用下，工业生产销售增长加快，企业收入、利润加速恢复，盈利水平回升明显。

朱虹称，前两月九成以上行业利润增长，近六成行业利润翻倍。其中，有24个行业利润增速超过100%。从两年平均看，有32个行业利润实现增长，增长面达78.0%。

据其介绍，年初以来，市场需求持续回暖，工业企业延续稳定恢复态势，生产销售较去年同期明显加快。1至2月规模以上工业增加值同比增长35.1%，两年平均增长8.1%；营业收入同比增长45.5%，两年平均增长9.4%。工业生产销售均达到近年较好水平，为企业效益改善创造有利条件。

今年春节期间，多地倡导就地过年，企业开工时间明显延长，员工到岗情况也明显好于往年，1至2月，规模以上工业企业平均用工人数同比增长3.0%，企业用工增加，有力促进工业企业生产加快，效益提升。（早报）



香格里拉亞洲 去年淨虧4.6億美元

香格里拉亚洲（Shangri-La Asia）截至去年底全年转盈为亏，集团净亏高达4亿6020万美元，相比它前年的1亿5250万美元净利。

由于冠病大流行对国际和国内旅行的冲击，集团营收下跌逾半（跌57.5%）至10亿3000万美元。

集团去年每股净亏12.89美分，前年为每股盈利4.27分，在去年底时集团每股净资产值1.69美元。董事会并没建议派发股息。

它表示，新加坡酒店业务的营收去年为8880万美元，同比跌了62.5%，客房租用率是45%（前年为82%），客房收费跌至114美元（前年为218美元）。去年初开年时表现强劲，但很快因为冠病疫情的打击，客房租用率大跌至3月时的30%。

该集团主要从事开发、拥有和经营酒店、酒店管理及相关服务、投资房地产以及开发销售房地产，目前拥有和/或经验香格里拉酒店（Shangri-La Hotels and Resorts）、嘉里酒店（Kerry Hotel）、JEN酒店（JEN by Shangri-La）以及商贸酒店（Traders Hotel），业务分布于香港、中国大陆、新加坡、马来西亚、菲律宾、泰国和澳洲等。

管理层表示整体上，它有理由对2021年抱持希望。中国大陆的持续复苏势头，显示人们有很强的旅行及享受新体验的欲望。各国已开始疫苗接种计划，希望年底时生活能重新恢复正常。但它继续保持谨慎和警惕，同时为任何的复苏做好准备。（早报）

聯昌銀行新加坡 將展開裁員行動

联昌银行新加坡（CIMB Bank Singapore）在进行业务检讨后，将裁退部分员工和关闭乌节路分行，作为公司重组的一部分。

联昌银行新加坡首席执行员李明德日前发给公司职员的备忘录中写道，这是银行修改其战略以侧重可持续增长，以及银行致力成为“领先且专注于亚细安的银行”愿景的举措。

在展开裁员行动前，联昌银行在新加坡有约1200名员工。该银行接受媒体询问时，不予置评受裁员行动影响的员工人数以及他们主要来自哪个部门。发言人表示，银行正与内部和外部支援小组合作，协助受影响人员应对过渡期。

发言人也强调说：“新加坡是联昌集团的核心和重要市场，我们将继续在主要增长领域进行投资。随着集团战略调整，联昌银行新加坡将进一步定位为集团的亚细安银行业枢纽，重点在财富管理、中小企业银行、区域公司以及财资（Treasury）和市场业务。”

联昌银行新加坡去年致力提高员工技能，特别是在数码、数据和设计流程方面，并部署50多名员工在这个新增长领域。

李明德在备忘录中写道：“令人遗憾的是，我们的工作人员中将有一部分受到重组影响。”我们将确保尽早通知受影响的员工，并将尽一切努力协助他们应对过渡期。”据了解，所有受影响员工已获得通知。

联昌集团近期面对逆风，上月公布的全年业绩显示，集团净利下跌73.8%，报11亿9000万令吉（3亿8700万新元）。部分原因是新加坡的石油和天然气借贷蒙受巨额减值。新加坡是联昌集团去年在消费、商业和批发银行业务等三个领域均出现亏损的唯一市场。

（早报）



香港去年辦公樓空置率11.5% 為16年來最高

疫情重创环球经济，香港办公楼租赁面临严峻挑战。差饷物业估价署《香港物业报告2021》初步统计显示，去年香港办公楼空置率达11.5%，按年升2.5个百分点，为2004年后、16年来最高，涉及楼面逾1543.56万方呎。

根据《明报》报导，去年空置楼面较2019年的1188.35万方呎，按年增加30%。若以中环甲厦国际金融中心二期涉楼面约200万方呎计，即目前逾1543万方呎空置楼面，相等于约八幢国金二期，成物业市场重灾区。

据差估署资料显示，若以空置楼面而言，甲级办公楼空置楼面最多，达1028万方呎，其空置率为11.8%。另该署资料亦显示，去年办公楼整体有307.8万方呎负使用量，当中66%来自甲级办公楼。

该署预计，今年商厦的落成量约为76.42万方呎，涉及楼面与去年相若，当中48.44万方呎或63%来自甲级。

中美紧张关系和严峻疫情均令全球经济状况转差，压抑香港当地办公楼市况，整体租金亦按年下跌10%，其中甲级租金跌幅最深，按年跌11.4%。

中文大学经济学系副教授庄太量坦言，除非政府开关，否则商厦前景仍不乐观。他解释，疫情打击全球经济，不少企业重整架构，加上部分公司采用居家工作模式，对办公楼需求大幅减少，商厦空置率上升是理所当然。

热烈祝贺

印尼王氏宗亲联谊总会第二屆監事會換屆圓滿成功
印尼王氏宗亲联谊总会
2021年 - 2026年



精誠團結

促進和諧



王朝盛鄉賢
主席

王立松鄉賢
主席

王萬權鄉賢
主席

王涵鄉賢
主席

王振坤鄉賢
主席



PT. HARTONO RAYA MOTOR

何文榮 同敬

賀

金



①徐良光(左)移交援助品给茵娜。

②赖爱玲移交援助品给茵娜(右)。

③赖爱玲(右五)、陈盛隆(右四)、徐良光(右三)、茵娜(右六)与狮友合影。

萬隆自由獅子會慈善活動助教學物品給癌症兒童基金會

王羽 報道 (万隆讯) 今年3月18日上午,印尼国际狮子会307 B2/1区万隆自由狮子会(LCB.Liberty)会长赖爱玲与狮友赖秀芳,颜梅花,陈瑞年,冯杨娘,兰妮哈林,黄爱贞等由万隆独立狮子会(LCB Merdeka)会长徐良光,狮子会会长陈盛隆(VDG 2 Toni S)陪同一起访问印尼癌症儿童基金会(YKAKI)万隆分会的“我们之家”,由负责人茵娜(Ibu Ina)及老师们亲切招待并交流有关癌症儿童事项。

赖爱玲会长表达万隆自由狮子会这次举办福利慈善活动支持“我们之家”的教学活动,帮助教学物品。

自由狮子会捐献的物品如下,4架电脑和LED屏幕,1个手提电脑,1台50寸电视机,1架电子琴,1个吉他,4个无线麦克风。

由赖爱玲和徐良光像式移交给了茵娜,并通过线上视频由印尼国际狮子会307 B2区长Rupi Arsieh和印尼儿童癌症基金会总部创办人Aniza Mardi Santosa及全印尼YKAKI会会长负责人,307B2儿童委员会领导I Puspita Dewi见证该有意义的移交礼品仪式。

茵娜致感谢词后说“由于来万隆治疗癌症的儿童来自我国各个地区,居留在万隆的时间也比较长,为了不耽误他们的学习,所以我们这里准备了教师和课室,让儿童们可以学习或娱乐活动,唱歌等,让孩子们能在这里感受到如在学校里一样快乐”。

赖爱玲致词:“我们狮子会传承国际狮子会的宗旨和使命,一向关注患癌症儿童的有关事项,所以我们捐助的这些物品。希望能供应在YKAKI的儿童们学习和娱乐的用途,让他们多一份乐趣。”

→癌症儿童与老师合影。



发放法律宣传材料。

义诊现场。

廈門同安區僑聯組織醫師專家赴僑場義診

(厦门讯)据厦门同安区侨联消息,近日,厦门同安区侨联组织由侨界的儿科、内科、外科、心血管科、妇科、中医科等科的8名医师专家来到同安区竹坝华侨农场开展“爱心健侨”义诊活动。

活动现场,100多名竹坝华侨农场

的归侨侨眷先后前来就诊,医生们进行认真的看诊,并免费为侨界群众提供诊治、配送药品、健康检查,并就日常生活如何做好卫生保健做具体指导。现场还为侨界群众提供法律咨询服务,发放《归侨侨眷权益保护法》《民法典》等宣传材料。(中国侨网)

盲人中醫師善舉資助學生587人

盲人、中医师、慈善家……今年63岁的朱丽华是浙江嘉兴人,不满20岁时因为意外事故双目失明。

她凭借自身努力成为浙江嘉兴的首位盲人中医师,行医30多年治疗患者23万余人,免费为100多位盲人传授推拿技艺,资助学生587人,累计捐款达454万元(人民币,下同)。

“丽华中医诊所”——我们的家

“丽华中医诊所”在嘉兴老城一角,不大的诊所里,诊室、餐厅、厨房、宿舍一应俱全。这里所有治疗师,都是盲人。

朱丽华告诉记者,“盲人”是她收徒的唯一条件。30年来,她陆续带出了100多

盲人中医师朱丽华。



人,不仅免学费,还包吃包住。对诊所的治疗师们来说,这里既是工作场所,也是他们的家。

而他们,也从过去家人的“照顾对象”变成了家中的“顶梁柱”。今年70岁的王全荣是诊所年纪最大的治疗师,跟著朱丽华已有20余年,年轻时因为意外一只眼睛失去了光明。

“我不怕苦不怕累,但因为眼睛,就只能种田、做木工,赚不了几个钱。”后来,王全荣经人介绍跟著朱丽华免费学推拿,现在和妻子都在诊所工作,收入很不错。

治疗师吴建卫是诊所里跟随朱丽华时间最长的,在10个月大时就不幸失明,人生前34年几乎不出家门。“因为眼睛,我没有上过一天学,没有去过一个地方工作,一直都是靠父母照顾生活。”吴建卫说,“认识了朱医师之后,我的人生发生了重大变化,现在我是靠自己生活了。”

吴建卫与朱丽华,既是师徒也是姐妹。虽然不知道对方的长相,但吴建卫心中有朱丽华的形像,“别人都说盲人的世界是黑色的,我连什么是黑色都不知道,虽然我看不见,但我能用心去感受,感受到她是一个善良、乐于助人的人。”(中新网)



推拿师正在为患者治疗。

海外僑團捐款助力福建“致公學校”

(福州讯)据致公党福建省委会消息,25日,福建省德化县盖德致公小学举行“致公楼”揭牌暨爱心捐赠仪式。福建省政协副主席、致公党省委会主委薛卫民出席活动并致辞,省委会秘书长王惠忠出席揭牌活动。

菲律宾中国洪门致公党总部常务副主席刘建群代表菲律宾中国洪门致公党名誉主席余明汀向学校捐赠3万元(人民币,下同);致公党员企业家骆晓敏捐赠爱心助学善款2万元;德化县教育局向菲律宾中国洪门致公党、致公党员企业赠送了牌匾。

刘建群表示,能为家乡的教育事业贡献力量,是广大海外华侨华人的荣耀,也是菲律宾中国洪门致公党昆仲的骄傲。今天菲律宾中国洪门致公党为盖德致公小学的捐款虽然微薄,但却是每一位海外侨胞拳拳的赤子之心,希望通过这样的活动,能呼唤更多的华侨华人关心和支持家乡的教育事业,带



嘉宾出席德化县盖德致公小学举行“致公楼”揭牌暨爱心捐赠仪式。

动更多的人参加到帮教扶教的队伍中来。薛卫民指出,多年来,致公党福建省委会始终秉承“致力为公、侨海报国”宗旨,积极发挥“侨”“海”的资源优势,践行“善行大闽”的社会服务理念,形成了一系列社会服务品牌,其中“致公学

長春七旬老人組“熱血籃球團”為“熱愛”風雨不誤

(长春讯)接球、运球、投篮,76岁的刘树文“潇洒”地晃出空挡,精准利落地完成得分。即使25日的吉林长春有些风大,但老夥伴们还是和往常一样约上一场。

这群老人有20多位,平均年龄高于70岁,打篮球是他们的共同爱好。“退休后,我一直坚持打球,现在都快成我的新职业了。”刘树文对记者说。

年轻时就很喜欢篮球,退休后的十几年里,刘树文认识了许多志同道合的老伙计。“我们队伍人多,大家都是周边几个社区的,通过打球互相认识的。”

老人介绍,除了强风天气外,即便雨雪天大家也会“如约而至”,冬天场地有积雪时,众人就合力清扫干净再



期。

当天临时组成的“老青”混合场场面激烈,老人们目光锐利,动作敏捷,从传球到投篮一气呵成,技巧和心态丝毫不输年轻人。毕竟,这处篮球场是这群老伙计的“主场”。(中新网)



我常写父亲，比较少写母亲，因为她在17岁时生下我的。身为长女，我从出世就是在父亲浓浓的爱护下，由一个才2公斤多的娇弱婴儿长大。当时住在草埔后面的小巷(Gg. Ucak)，同巷内的邻居们都几乎异口同声认定我会活不了。于是当我满月时，父亲就每家每户都送红鸡蛋通知：我的阿莲很健康！之后就给我不断进补，中医查看我的身体状况后一定说：虽先天不足但后天有余，补到了。母亲也从此向很多唐山伯姆学习煮道地客家菜肴，学成厨艺不输客家酒家的美食，那独特的传统美味，多年来都仍遗留在我们儿孙脑海中，未曾忘怀。

母亲出生在西爪哇苏甲武眉(Sukabumi)，从小就读当地中华学

现在常会看到有人说，希望回到6月以前平静美好的香港，我总不禁疑惑。人对事物的定义是会随时间改变，这几年的社会躁动在他们眼中仿佛不曾存在。

岔开一点说说文学，诺贝尔文学奖颁给波兰作家托卡尔丘克，她的书我只读过台湾多年前引进的《太古和其他的时间》，素净的封面和简洁庄重的排版，无多余花俏装饰。奥尔丘克走进我认知的波兰文学版图，在米沃什·辛波丝卡等诗人以外，像个精灵。前两年终于去了波兰，专程去克拉科夫，这座小城附近是最大的奥斯卡集中营。辛波丝卡就住在克拉科夫，自少女时代到老死。我想我脑海里有一个神秘的连结，想要看看在人道灾难现场的旁边，如何过着所谓平静的日子。

在车程不过是一个半小时之外的地方，每天都执行种族灭绝的指令，数以万计的人被送进毒气室，城里的人是怎样若无其事的生活。也许是恐惧使他们沉默，也许在乱世，不能多求慈悲为怀，只求苟活下来。

克拉科夫城内，仍留有一些历史痕迹，记载着曾抵抗黑暗、庇荫受难者的平民英雄。这是拒绝被纳入沉默同谋的少数人。不管是什么选择，只要意识到自己正在旁观他人的痛苦或共同承担着痛苦，都无法感到心灵自由，平静也只是假象。

又要谈狗事。

话说自从二姐搭建了狗屋之后，不到一个月，有人丢了三只小狗在狗屋前面。据说，这三只小狗放在塑胶袋中，早些时候还被外甥女误以为是弃婴，不敢上前看个究竟，后来看到胶袋悉悉作动，装的是活物，这才提起勇气跑上去一看，看清楚之后马上大骂，哪个没良心的，竟然把三只小狗崽抛弃在人家家门前。

这三只小狗崽看似刚断奶，肉眼可看到跳蚤在它们身上钻进钻出，看到它们湿漉漉又纯粹的眼睛，马上心软，二话不说带去治狗蚤，幸好医生告知三只小狗崽的健康无碍，只是狗蚤太多，要清除，不然的话活不长。安置了小狗崽之后，马上要面对的现实问题是，谁要领养这三只小狗崽？找不到人领养，怎么办？

四处发布消息之后，终于找到一名领养

人，解决了一只小狗崽的收养问题，但还有两只，唯有听天由命了。我家已有三只狗，再抱多一只回家，老妈绝对会翻脸如翻书般无情。

把好心建在别人的负担上

很多年前(又来自白头宫女话当年)在我访问的爱护动物分子当中，他们的狗和猫的数量就是这样增加的，今天有人丢三只小狗崽在店门口，明天可能出现两只病恹恹的猫，某天一觉醒来可能发现一窝八只小狗崽放在纸箱中对你嗷嗷待哺，久而久之，狗和猫的数量爆增好几倍，最后不得不另寻新家，一来是旧家已无法收容这些猫猫狗狗，二来唯有搬家才能杜绝这些“好心人”的行径。

姑不论那些恶意遗弃狗或猫的人，先谈谈那些不忍心看到小野狗小野猫流落街头而

人，解决了一只小狗崽的收养问题，但还有两只，唯有听天由命了。我家已有三只狗，再抱多一只回家，老妈绝对会翻脸如翻书般无情。

把好心建在别人的负担上

很多年前(又来自白头宫女话当年)在我访问的爱护动物分子当中，他们的狗和猫的数量就是这样增加的，今天有人丢三只小狗崽在店门口，明天可能出现两只病恹恹的猫，某天一觉醒来可能发现一窝八只小狗崽放在纸箱中对你嗷嗷待哺，久而久之，狗和猫的数量爆增好几倍，最后不得不另寻新家，一来是旧家已无法收容这些猫猫狗狗，二来唯有搬家才能杜绝这些“好心人”的行径。

姑不论那些恶意遗弃狗或猫的人，先谈谈那些不忍心看到小野狗小野猫流落街头而

人，解决了一只小狗崽的收养问题，但还有两只，唯有听天由命了。我家已有三只狗，再抱

交流不因疫情中斷 台灣線上教育展向印尼招生

(雅加达讯)印尼台湾高等教育展27日在线上举行，43所台湾高等院校参展，为印尼学生提供谘询服务，吸引约2万5000人浏览。受到疫情影响，这是台湾第3次以线上方式向印尼招生。

台湾驻印尼代表处教育组发布新闻稿指出，线上教育展由教育组、亚洲大学以及3所印尼台湾教育中心合作办理，活动在印尼学生传统舞蹈中拉开序幕。

台湾教育部国际及两岸司长李彦仪表示，教育展提供印尼学生取得各校资讯的机会。印尼留台生约1万4000人，是台湾境外生第3大来源，其中7成攻读学位。

教育部每年也补助100名印尼讲师攻读博士，台湾欢迎更多印尼学生到台湾留学。

2019冠状病毒疾病导致许多国家改线上教学。台湾驻印尼代表陈忠表示，台湾防疫优异，学生无间断地在校园学习，甚有学生放弃美国常春藤名校，返回台湾就读，享受安全、自由、高品质及可负担的高等教育。

(中央社)



台湾驻印尼代表处教育组、亚洲大学以及3所印尼台湾教育中心合办印尼台湾高等教育展。

BPD銀行2021年第2期 Simpeda國家儲蓄彩票抽獎

(雅加达讯)冠状病毒的爆发席卷了全世界，并感染了人类，世界卫生组织(WHO)宣布冠状病毒为大流行病，自2020年3月14日政府公布Covid-19为全国性灾难至今已经1年。这次冠状病毒爆发有副作用。在经济部门，商业世界存在不确定性，例如各个国家的股票暴跌，公司收入的急剧下降，货币汇率的自由下跌。许多国家被经济危机所笼罩。

作为地方主要银行，在适应新习惯或新常态的背景下，从亚齐到巴布亚的地方开发银行继续转型，并继续在每项活动中宣传健康方案。此外，通过地方开发银行协会(Asbanda)，整个印尼的地方开发银行始终致力于为自己心爱的客户提供最好的服务，其中之一就是通过以Simpeda Savings National的形式继续开展客户忠诚度计划的彩票



Simpeda抽奖活动组织委员会(KPU)主席，也是Asbanda的执行董事Wimran Ismaun见证抽奖过程。

程序。

这次地方开发银行(BPD) Simpeda储蓄的国家彩票以“财富丰收”为主题，目前进入第31年的2021年第二期向印尼各地的584位Simpeda储蓄客户颁发总值30亿盾的奖金。

在今年的国家彩票抽奖中，东南苏省的客户赢得了5亿盾的头奖。然后，由西加银行、Nagari银行、东爪哇银行和亚齐Syariah银行的4位客户分别赢得了1亿盾的二等奖。

要参加BPD银行财富收获计划也很容易，仅通过在每个地区的地方开发银行(BPD)中打开Simpeda储蓄帐户，并继续增加余额，才有很大机会赢得奖金，因为地方发展银行Simpeda Savings的余额为50,000盾的倍数，客户可获得1个彩票号码。

齐

在

在

在

在

在

在

在

在

在

在

在

在

在

在

在

在

在

在

在

在

在

在

在

在

在

在

在

在

在

在

在

在

在

在

在

在

在

在

在

在

在

在

在

在

在

在

在

在

在

在

在

在

在

在

在

在

在

在

在

在

在

在

在

在

在

在

在

在

在

在

在

在

在

在

在

在

在

在

在

在

在

在

在

在

在

在

在

在

在

在

在

在

在

在

在

在

在

在

在

在

在

在

在

在

在

在

在

在

在

在

在

在

在

在

在

在

在

在

在

在

在

在

在

在

在

在

在

在

在

在

在

在

在

在

在

在

在

在

在

在

在

在

在

在

在

在

在

在

在

在

在

在

在

在

在

在

在

在

在

在

在

在

在

在

在

在

在

在

在

在

在

在

在

在

在

在

在

在



夜晚頻尿死亡率翻2倍

每天4分鐘根治頻尿

“夜晚频尿”死亡率是一般人的2倍

晚上睡觉却因为想上厕所而醒来好几次。虽然不会漏尿，但夜间频尿也是一种相当扰人的症状。

事实上，我们的人体原本在半夜就比白天更不会制造尿液。人体可以自体产生一种抗利尿激素，能调整肾脏制造的尿液浓度。这种激素在半夜会分泌较多，使尿液变浓，但相对尿量减少，让人体在睡眠中慢慢制造浓度较高的尿液，使得储存在膀胱的尿液不会过多。

根据统计，超过50岁的人在半夜会因想要上厕所而起床1次（如果对本人来说会形成困扰了，即使只有1次也会被判定为夜间频尿）。因为想上厕所而醒来好几次，不但令人感到非常困扰，也很浅眠，疲劳会累积到隔天。

1次已经够让人讨厌了，但为了上厕所半夜要起床3次的人也大有人在。睡眠期间竟然要醒来3次，感觉好像根本没睡吧！根据调查资料显示，为了上厕所，就占了约30%，女性也有15%。为了夜间频尿问题所困扰的人数，比一般想像的还要多。

因果关系虽然还未完全确认，但因为夜间频尿而浅眠，很可能会引发睡眠负债（日常生活当中睡眠不足，就像是借贷一样，不断地累积，最后影响到身心健康）的现象。

在北欧有一项研究，连续4年针对一群老年人进行追踪，其中有夜间频尿问题的人，比没有这项困扰的人死亡率高出2倍。在日本也进行过同样的调查，东北大学由2003年起连续5年对一群老人进行追踪调查。结果显示，有夜间频尿症状的人比没有的人有更高的死亡率。

老年人在半夜起床上厕所好几次，本来就会提高摔倒的风险。在黑暗中不开灯走路，对年轻人来说都是危险的，更何况是老年人。即使是身体健康的人，只要浅眠也会容易发生脑中风或心肌梗塞，这些都是会让寿命缩短的重大原因。

骨盆底肌操：边踩踏青竹，边忍耐尿意

接下来介绍一个比较不一样的运动。这个运动需要利用日本健身器材中经常被使用到的“青竹”，经常锻炼有效预防漏尿。有一种健身法，是在青竹上踩踏，利用自己的体重进行脚底按摩。而事实上这种动作，对于预防漏尿也有功效。

方法非常简单。以有尿留存的状态站在青竹上，然后踩踏，反覆刺激脚底、小腿及屁股的神经，可以让位于骨盆内的脏器运作得更顺畅。在青竹上踩踏，可以刺激脚底的穴道，改善膀胱的神经传输（由大脑发出的讯号），让尿液留在膀胱更长时间。

这个运动的要点是必须在忍尿的状态下进行。一般在青竹上踩踏，只有单纯的脚底按摩。但如果在膀胱内有一定程度的尿液留存的状态下进行，则可以变成忍尿训练。不需要忍耐到快要尿出来的程度，只要有“好像可以去上厕所”的感觉就可以。

一天2次，早晚每次各踩踏2分钟。

脚不需要抬太高，脚尖稍微提起的程度即可。

早晚各踩踏青竹需一边忍尿一边进行。

一天2次、各2分钟。（早安健康）

幼兒感冒後聽力下降

應小心積液性中耳炎

3岁的佑佑最近说有点听不到，到医院检查后，发现是积液性中耳炎，妈妈担心是不是因为反覆生病感冒造成，亚洲大学附属医院耳鼻喉部主治医师许哲纶表示，中耳积水在幼儿是很常见的疾病，3岁前的幼儿至少都会得过一次，成人相对少见。通常发作于急性中耳炎或上呼吸道感染之后，在急性症状消退之后，积液在中耳部位。

幼儿耳咽管短

感冒时细菌容易跑至中耳

耳朵构造以耳膜为界，往外是外耳，往内是中耳、内耳。积液性中耳炎指的是中耳腔有液体，造成听力障碍及耳朵闷塞感、肿胀、痛，有时会发烧，幼儿若无法表达时便会哭闹不已。许哲纶医师解释，依发病年龄分为儿童型及成人型，成人较少见，常见于儿童是因为构造问题，幼儿耳咽管短且略呈水准，连结鼻腔及中耳腔，感冒时细菌易经由耳咽管跑到中耳腔，其他可能原因还有过敏、腺样体肥大、鼻窦炎等。

90%中耳积水3个月内痊愈

少数需积极介入

耳咽管主要功能为调节内外压力，当感冒影响排气排水功能，无法正常运作时，即有可能使液体积存，或是急性中耳炎后发炎。许哲纶医师指出，通常约90%的中耳积水会在3个月内自行改善，若有持续性中耳积液，有可能影响听力，甚至交际及孩童学习状况。



一般急性中耳炎治疗以口服抗生素为主，疗程约2至3周；而积液性中耳炎不以抗生素治疗主轴，视情况给予抗组织胺或类固醇以减少积液；许哲纶进一步说明，因为肺炎链球菌是孩童急性中耳炎的主要致病菌，容易继发引起中耳积水，因此施打疫苗也能降低机率。若腺样体肥厚者、反覆发作、影响双侧听力及生活时，可于耳膜开一小孔让积液流出，伤口约1周内愈合，或考虑中耳通气管手术治疗，放置后约6-12个月后会自然脱落。

曾患中耳炎幼儿

避免平躺喝奶

若幼儿感冒后反应变钝，可能因中耳积液影响听力，应带回门诊诊治。许哲纶医师提醒，预防感冒可避免中耳炎；若曾患有中耳炎的幼儿，建议避免平躺吸奶嘴、以奶瓶饮奶，此行为会加剧鼻咽管开合，提高中耳炎风险。（健康医疗网）

防失智先排大腦毒 簡單清除腦部垃圾

不知你是否有随著年纪增长，集中力下降、常常忘东忘西，明明才刚讲过的事情却转眼就忘的经验呢？日本脑神经内科医师教你一天一碗汤清除“脑部垃圾”，预防头脑迟钝！

让大脑机能与免疫力低下的脑部垃圾

所谓大脑的垃圾，亦即“ β 类淀粉蛋白”是经年累月后会对脑部带来负面影响的物质，也是造成记忆力、集中力不好的原因之一。

金町车站前脑神经内科院长内野胜行表示， β 类淀粉蛋白是能让脑神经细胞死尽，毒性很高的蛋白质。这个蛋白质累积在脑部的话，将形成类淀粉蛋白纤维在脑神经细胞周围沉淀。当数量逐渐增加，就会降低大脑机能。

东京大学药学院教授富田泰辅在由日本神经科学学会主导并监督编撰的脑科学辞典中指出， β 类淀粉蛋白是阿兹海默的病理特征之一，是大脑纤维化斑块“老人斑”（senile plaque）的主要构成成分。

然而，阿兹海默症并非会立即发病的疾病。日本国立长寿医疗研究中心村昭范教授研究团队表示，阿兹海默症的发病是从20~30年前所累积的 β 类淀粉蛋白开始。

而 β 类淀粉蛋白不光只在高龄者的脑部积聚。御茶水健康长寿诊所院长白泽卓二表示，不论年龄、不论是誰、都会在大脑累积 β 类淀粉蛋白，进而诱发失智症。那么为了维持脑部健康，不要让 β 类淀粉蛋白累积就好了。白泽卓二表示，因此，将累积的毒素排出，并且不让新的毒素进入非常重要。而为了达成这点，“饮食法”非常重要。该观念与内野胜行不谋而合。

清除脑部垃圾、大脑营养充分是脑部健康第一步

多活动手指以使用脑部、演奏乐器、设计棉被图案、带有感情地进行园艺……等，有各式各样的方法与活动可以维持脑部的认知机能。不过，内野胜行表示，

比起这些活动更重要的是防止“脑部营养不足”。让大脑营养充足可以说是能把“脑部垃圾”顺畅排出的进食方法。

此外，日本国力精神·神经医疗研究中心的研究也发现，一种来源于橄榄等天然植物的抗氧化物质，酪醇（Tyrosol）能有效降低 β 类淀粉蛋白的神经毒性，该物质不仅安全还可以口服，经动物实验有良好的治疗效果并且有预防失智的可能性。

一天一碗汤扫除大脑垃圾，脑部扫除汤的营养价值：

内野胜行表示，可以活用以下营养素来制作成份营养丰富的又能支援脑部的“脑部扫除汤”：

α -亚麻酸：排出“大脑垃圾”

茄红素、Sesamin、虾红素：抗氧化作用

卵磷脂：能作为脑神经材料

DHA·EPA：使脑部血液顺畅

γ -谷维素：活性化脑机能

脑部扫除汤的制作材料与方式

内野胜行表示，脑部扫除汤的制作方法十分简单。准备好番茄、蒸大豆、核桃、樱花虾、白芝麻粉、鲔鱼罐头、盐、日式浓酱油（一般沾食炸猪排的浓酱油沾酱）玄米油等材料后，将材料混合打散后分装，并冷冻保存即可。

待要食用时，将热汤注入材料，并少许地滴几滴米油，简单却富含充分营养的脑部扫除“速食汤”即完成了。

除了想要提升记忆力、集中力的人之外，对想到遥远未来可能罹患认知症的人来说，意识到“脑部扫除”也不会有损失，1天喝1杯脑部扫除汤吧。

白泽卓二表示，强烈建议从大脑机能开始衰退的40多岁开始，积极地使用饮食方法排出大脑毒素。即使到了50多岁开始健忘的时期，亦或是到了被诊断出认知机能低下的70多岁、80多岁，持续进行一定会有好的变化产生。（早安健康）

咖啡香蕉便祕鬆

8種食物便便出不来

网路上有许多解决便秘的小偏方，比如多吃蔬菜、香蕉、多喝水等等，有些是对的，有些却害人吃入造成便秘的地雷食物。食品技师张邦妮表示，有几种食物被列为“便秘食物”要特别注意，包含常见的香蕉、牛奶、咖啡、茶都上榜，甚至在“某些情况下”，吃大量蔬菜不但排便还是不顺畅，还让便秘更严重！

你是不是每天高纤高蔬果却还是摆脱不了便秘的纠缠？到底是哪些食物一直影响你每天畅快排空？食品技师张邦妮表示，如果你已经便秘了，这8种食物要注意了！

容易让你便秘更严重的八种食物！

红肉

猪肉、牛肉、羊肉等都属于红肉，脂肪含量比其他肉类高，消化时间长，而且红肉的蛋白纤维较坚硬，在胃中较难消化，加上吃过多肉类，吃太少蔬菜，膳食纤维不足就容易导致便秘。

油炸食品

高脂肪的食物，像是炸鸡、薯条等，通常膳食纤维含量少，肠道需要花更多时间消化，也容易堵塞肠道；通常蔬果只需要12~24小时就能消化排出，而脂肪含量高的食物，需要更多的时间才能消化。

加工食品

面包、蛋糕、巧克力、饼干等精致加工食品，通常糖、淀粉、脂肪含量高且膳食纤维少，容易影响身体消化能力，造成腹胀、便秘情形，吃太多还会变胖喔！

白米饭

虽然肠道消化醣类相较于脂肪、蛋白质容易，但白米饭缺乏膳食纤维，会在肠道停留较久，便秘时可以改吃糙米，或是白米混糙米，约2（白米）：1（糙米）的比例，不仅口感好、热量较低，并有较多的纤维可以帮助排便喔！

未成熟的香蕉

没有熟透的香蕉含有“鞣酸”，对消化道有收敛作用，会抑制胃肠液分泌和胃肠蠕动，所以吃青香蕉反而会加重便秘。但选择颜色鲜黄或带有斑点的熟香蕉，因为含有膳食纤维，尤其是不可溶性纤维，不会被小肠消化，能够顺利抵达大肠，可以在大肠中吸收水分软化大便，达到润肠通便的效果。

乳制品

全脂牛奶、奶油和乳酪等乳制品，含有乳糖，有



些人的肠道中缺乏能分解乳糖的酵素，就容易便秘。乳制品也属于少纤维、高脂肪的食品，容易增加肠胃胀气及腹胀，导致原本便秘情形更严重，所以搭配高纤食物一起吃比较好。

茶类饮料

茶叶中也含有“鞣酸”，和食物中蛋白质以及醣类衍生物结合后，对肠道黏膜会产生收敛作用，减缓肠胃蠕动速度，而导致便秘。

咖啡

咖啡、茶都含有咖啡因，容易利尿，水分一直排出体外，粪便难以留住水分，就会变干硬而囤积在肠道里；如果你习惯每天喝咖啡或茶，一定要再喝足所需的水量，避免便秘情况喔！

多吃蔬菜就不会便秘吗？你还需要水分、油脂的帮忙！

你有没有为了减肥又不想饿肚子，大量的吃很多蔬果，可是却还是大便不顺的经验呢？张邦妮指出，上述谈到的食物中，多数都是因为缺乏膳食纤维，所以导致便秘，但大量摄取一样可能产生腹胀、便秘的情形。

膳食纤维每日建议摄取量是25~35公克，摄取足量的膳食纤维有助粪便成型及肠道蠕动，但同时也需要足量的水分与油脂来滋润肠道。

一般来说，体重一公斤大约要喝30毫升的水，一个六十公斤的人来说，一天要喝1800毫升以上的水分，夏天可能需求量更高，水分摄取不足，粪便残留的水分太少，高纤维还是会便秘。

另外，张邦妮强调，油脂也非常重要的，许多减肥的人不敢碰油脂，也容易造成便秘，选对好油适量摄取，油脂除了可以抵抗饥饿感、防止便秘，也是人体必需的营养之一。（早安健康）



青少年嗜睡 睡眠充足仍嗜睡要當心

念国中的小蓉常常在白天打瞌睡，因而造成人际关系上和课业上的困扰，虽然尝试提神饮料仍不见好转。小蓉平常多于晚上9点入睡，明明早上起床时觉得精神不错，却会在课堂上睡著，这样的状况持续了半年，只好求助医师的诊治。成大医院睡眠专科、小儿神经专科吴博铭医师表示，在抽血并安排相关睡眠检查后，诊断小蓉为中枢型嗜睡症，虽然觉得睡得好，但却会在日间嗜睡，经使用药物治疗后状况改善，小蓉也终能绽放笑容。

青少年嗜睡颇常见 11-30%青少年有睡眠障碍

青少年嗜睡的问题还颇为常见，约11-30%的青少年有著不同类型的睡眠障碍，包括与脑部有关的中枢型、与呼吸道有关的呼吸中止症等；嗜睡问题使得患者白天会表现出昏昏欲睡，警觉性也降低，生活上如课业表现下降，生活品质受损，长期下来还可能造成慢性心血管疾病机率

上升。

吴博铭医师指出，青少年嗜睡病因多样，可透过医师问诊和睡眠日志来厘清病因。首先必须了解的是睡眠时间是否足够，若有长期睡眠不足，则需要了解患者睡眠环境是否适宜、是否有入睡的困难，以及社会心理状态；若是症状持续反覆，则需做常规睡眠检查，进一步厘清是否有其他造成睡眠不足之原因。

小心“猝睡症” 有意外风险

值得注意的是，有一种可能造成生命危险的“猝睡症”。吴博铭医师表示，“猝睡症”虽只占青少年嗜睡问题的一小部分，但因患者的突然进入睡眠状态，不仅会造成严重的生活困扰，甚至可能造成生命的危险，患者因睡著发生交通意外的机率是一般人的10倍。而病患常常因日间嗜睡而被误以为是好吃懒做，或也可能因猝倒被当成癫痫发作。

吴博铭医师说，猝睡症的盛行率约每10万人中有6-14人，据研究，病因与自体免疫的失调造成身体攻击在大脑中负责维持清醒的神经元有关，使病人会不自主打瞌睡，以及肌肉无法使力的猝倒情形发生；也可能合并有俗称“鬼压床”的睡眠麻痹情形及入睡前/清醒时幻觉。

猝睡症主要分成2型：第一型合并有猝倒，第二型患者则无。猝睡症的诊断需睡眠实验室的检查，同时可用以鉴别睡眠呼吸障碍及其他睡眠问题；第一型的患者也可考虑测量脑脊髓液中的下视丘分泌素。目前猝睡症的治疗，主要以药物来控制日间嗜睡程度、预防猝倒，大多数病人可以改善生活品质，并预防意外发生。

吴博铭医师提醒指出，如果青少年每天睡眠充足、时间达到8小时以上，但仍仍有日间嗜睡的情形并持续3个月以上，应就医以排除相关疾患。

(健康医疗网)



脊椎彎嚴重 變脊髓空洞症別輕忽

脊椎侧弯莫轻忽，合并上下肢酸麻无力，恐是脊髓空洞症上身

55岁黄女士高中起便知患有脊椎侧弯，但生活功能未受影响，直到去年6月突然出现心悸、血压飙高、头晕疲倦等症状，尤其爬一、两层楼梯，就会腿麻无力、气喘吁吁，经检查后确诊为罕见疾病“脊髓空洞症”，医师安排后颅窝减压及神经去沾黏手术，术后不仅头晕症状改善，左侧肢体力量也明显恢复。

黄女士就医时自述，高中时曾因脊椎侧弯赴医检查，当时侧弯角度未达开刀标准，医师建议穿背架矫正治疗即可，大一时再透过X光检查确认侧弯状况，医师告知其骨骼已完全成熟，往后不须再穿背架，虽然提供开刀选项，但父母担心有后遗症，因此选择与脊椎侧弯和平共处迄今。

不料黄女士去年6月参加女儿大学毕业典礼时，突然出现心悸、血压飙高等情形，起初以为只是高血压，但经过相关检查均无异常，之后依旧常会头晕、双腿麻木无力，11月参加公司健检时，接受头部核磁共振检查，医师发现其脊髓有异常现象，建议接受颈部核磁共振检查，最后确诊为脊髓空洞症。

X光脊椎侧弯

黄女士表示，她对“空洞”二字完全摸不著头绪，也相当惶恐，返家后和女儿上网搜寻相关资讯，才发现上述症状都与脊髓空洞症相符，尤其爬楼梯时总是气喘吁吁，加上体重大幅下降，上班时到中午更是疲惫不堪等症状，都让她忧心不已。

亚洲大学附属医院神经外科林志隆主任表示，“脊髓空洞症”有先天及后天造成，后天常见的原因有外伤、发炎、肿瘤、退化性神经病变等，而严重脊椎侧弯合并脊髓空洞症临床上不算罕见，约有25%机率，但是患者大多无任何症状，只有不到1%的机率会造成神经损伤，需要进一步手术治疗。经测量发现黄女士脊椎侧弯角度高达63度，导致脑脊髓液流动阻塞，造成压力差，出现脊髓空洞的情形。

林志隆也指出，由于黄女士脊髓空洞处接近右侧，使右侧肢体症状较严重，透过后颅窝减压及重建脑脊髓液循环手术治疗后，黄女士头晕及左侧肢体力量立即改善，右侧肢体仍需要透过长期复健，才能恢复以往的功能，术前黄女士也发现左手皮肤异常干皱，术后左手力量改善，皮肤也变得饱满有光泽。

林志隆提醒，千万不可轻忽脊椎侧弯对健康造成的影响，大部分脊椎侧弯轻微的患者，并没有明显症状，但当脊椎侧弯造成颈椎、胸椎和腰椎肌肉转向，并压迫到神经，出现上下肢酸麻无力等神经学症状时，就可能不是单纯脊椎侧弯的问题，必须进一步经由神经外科医师确认病因，以免延误病情及治疗时机，而造成永久性的伤害。(早安健康)

代谢的维生素B1。若维生素B1不足的话，醣类容易作为体脂肪累积在身体中。

食也是一个避免吃过量的解决办法。

一天零食吃200大卡以内

渡边里穗建议，一天中从零食而来的卡路里摄取量最好在200大卡以内。吃1个甜甜圈就会超过这个建议量，务必特别注意。

在瘦身饮食中，建议使用低卡的水果与优格等食物当零食，在购买市售的点心时也请确认营养成分标示。如果一袋卡路里就超出建议量的话，建议将部分倒在盘子中食用，调整数量避免吃过多。

注意吃零食的时间

渡边里穗建议，也要特别留意吃零食的时间。避免下午4点后食用，更要特别避开晚上10点到半夜2点。因为此时体内会分泌促进脂肪合成的蛋白质BMAL1，容易胖。理想的吃零食时间为下午2~3点。因为此时BMAL1的分泌量较少，吃零食也较不容易变胖。(早安健康)

需要好好咀嚼的零食

渡边里穗建议可食用海带、鲔鱼丝、牛肉干等代替甜点。

随著咀嚼的次数增加，食用后的代谢量也容易增加。

此外，进食后30分钟大脑的饱足中枢就会开始抑制食欲，因此好好地选择需要咀嚼的食材，花一些时间慢慢吃零

上升并妨碍胆固醇吸收的作用。

纳豆：纳豆激酶除了有助融化血栓外，丰富的维生素B12还能预防贫血。

醋：醋或梅干中的柠檬酸，能够预防身体凝聚过多血小板造成血栓。

菇类：菇类特有的β-葡聚糖能够活化白血球等，提高免疫力。

蔬菜：胡萝卜、青椒等黄绿色蔬菜富含抗氧化成分，能够预防动脉硬化。

葱：葱类等特有的香味成分大蒜素，除了能够杀菌外，还有助于提高血液循环，避免血栓形成。

处方笺2：享受全新人生

将人生的折返点更年期变成幸福期！对停经抱持著“失去女性象征”这种负面印象就太可惜了！现在是百岁时代，50岁仅是人生的折返点。为了奖励努力至今的自己，接下来请为自己的幸福去活吧。

停经代表不再受月经带来的不适感与症状影响，也没必要再因为经期而调整行程。只要掌握停经后身体容易发生的风险，适度摄取营养，就能够尽情享受人生的新阶段，活得开心又自由。(早安健康)



想吃點心又怕熱量 高纖富含B群能燃脂代謝

许多人都无法割舍零食，肚子饿、嘴馋、压力大的时候一把零食好舒服。但是吃零食不仅会对身体带来负担，还有变胖的风险！营养师告诉你即使吃了也不容易变胖的食材与零食，在瘦身中也能享受零食的滋味，让你不用忍耐，边吃边瘦！吃了也不容易胖。

蛋白质含量多的零食

日本营养师渡边里穗（暂译）指出，蛋白质能作用于肌肉与皮肤，让肌肉量增加，进一步地增加基础代谢量，是重要的营养素。此外，蛋白质虽

与脂质、糖质营养素等都可作为人体的能量来源，但与脂质及醣类相比，摄入蛋白质后人体产生的食物热效应更多，能消耗更多的能量。

日本厚生劳动省指出，仅摄取蛋白质时约可消耗摄入能量的30%，与此相比，醣类仅能消耗6%，脂质仅能消耗4%。渡边里穗建议采用优格、起司、鸡胸肉、小鱼干等蛋白质丰富的食材当作点心。

食物纤维丰富的零食

食物纤维可分成水溶性纤维与非水溶性纤维，两者均能

对瘦身产生效用。水溶性纤维，因在肠胃里的移动速度相对较慢，不仅能防止吃过量，还能减缓醣类吸收，抑制用餐后急遽上升的血糖。而非水溶性纤维，则能促进肠胃蠕动，帮助排便。

水果有丰富的水溶性纤维，肠胃里的移动速度相对较慢，饱腹感优异为其特征。而水果中，卡路里较低的为草莓、葡萄柚等，将其当作零食吧。此外，地瓜、大豆等非水溶性纤维能起到促进排便的功效。对容易便秘的人来说也是相当不错的食材。

此外，也推荐食用大豆制品。大豆制品富含能帮助醣类

维生素、矿物质多的零食

渡边里穗建议要吃零食的时候，可以留意营养均衡。挑选维生素、矿物质丰富的食材是理想的做法。水溶性的维生素B群对蛋白质、脂质及醣类的代谢扮演重要角色，能帮助醣类代谢并燃烧脂肪。比方说，在平常饮食中容易摄取不足的钙质，可以透过牛奶与起司等乳制品摄取。食用乳制品还能吸收与脂肪燃烧相关的维生素B2。

其中应特别留意的就是动脉硬化。脂质代谢低下，让坏胆固醇容易累积在血管中，会招致严重的疾病。

所以停经后请积极摄取具清血功能的茶、鱼、海藻、纳豆、醋、菇类、蔬菜、葱等食材吧。

清血食材：

茶：茶的涩味成分儿茶素，能够预防血液氧化并降低胆固醇值与血糖值。

鱼：秋刀鱼、竹筍鱼等青背鱼富含DHA与EPA，DHA能帮助血管更有弹性，EPA则可预防血栓。

海藻：海藻的海藻酸具有能够抑制血糖急速



停經後動脈硬化風險高 多吃8種清血食物

妇科症状：停经

何谓停经

卵巢的活动不断衰退，最后终止活动并且完全没有月经。月经没来达12个月，就可以认为是已经停经。女性的平均停经年龄约50岁，较早的人45岁前就会停经，较晚的人会在55岁之后停经。

原因

女性体内约有200万颗原始卵泡，在进入青春期、生育年龄时，已经自然消灭约20~30万颗，接著会以每个月约1000颗的速度消失。到了迎来更年期的40岁后期至50岁中旬时会趋近于0，这时就会停经。

卵子的原型，存在于卵巢中，并在荷尔蒙等的影响下阶段性成长为成熟卵泡，破裂后其中一部分会化为卵子排出卵巢外，称为排卵。

症状

1.更年期障碍

2.骨质疏松

3.肌肤失去光泽

4.头发变稀疏

5.容易发胖

6.血压升高

停经来临时的月经模式

停经后容易发生的疾病

停经会造成雌激素锐减，骨骼、血管、黏膜都会变得脆弱，进而造成下列这些风险提高：

骨质疏松症

动脉硬化

脑梗塞

小米超越華爲 中國新晉智能手機王

受美国制裁措施影响，华为的智能手机业务迅速下滑，而另一家中国科技巨头小米正在填补由此造成的市场空白。

《华尔街日报》3月24日指出，总部位于北京的小米已成为中国新晋智能手机之王。随着华为主的流失，包括印度和法国在内的多国消费者纷纷购买小米设备。临近去年年底时，小米的智能手机销量位居全球第三，仅次于苹果和韩国三星。

小米周三（24日）发布报告称，公司在全球多个地区的销量实现大幅增长，去年第四季度，西欧地区手机出货量大增57%，中国大陆手机出货量增长52%。该公司表示，去年的收入增长超过20%。

小米：还有很大空间

小米总裁王翔对记者表示，小米还有很大的空间。

随着小米飞速发展并在5G、人工智能和联网设备领域谋划未来，该公司也引起了美国官员的密切关注。今年1月，美国国防部将小米列入一份投资黑名单。然而与华为不同的是，到目前为止，小米成功地让美国法院暂停了该禁令的实施。

《华尔街日报》引述一名中国消费者称，由于小米的价格适宜，且还使用外国产芯片，因此性价比比华为更高。面对美国供应商的断供禁令，华为已加大对自主研发芯片的依赖。

报道指出，小米的重新崛起标志著该公司再现辉煌。企业家雷军在2010年创建了小米，通过向中国日益壮大的互联网消费者群体销售产品，该公司仅用五年时间就成为了中国智能手机市场的佼佼者。小米的产品包括手机和联网电饭煲等多种设备，特点是价格便宜且设计时尚，因此很快受到中国各地家庭的青睐，并迅速打入了邻国印度。

2018年，小米在香港进行了大规模的首次公开募股，雷军也获得折合15亿美元的股权激励。但随着华为和Oppo、Vivo等发展速度更快的智能手机新星崛起，小米在市场上陷入被动，该公司在中国市场的份额下降，全球业务增长也停滞不前。

此后，美国对华为的供应链进行了打

压，切断了该公司获得智能手机芯片的渠道，并使得华为用户无法使用谷歌的Android智能手机软件。买家由此涌向了其他品牌，主要是价格具有竞争力且手机也使用Android系统的对手，其中包括小米。

根据研究机构Strategy Analytics的数据，华为去年在全球的智能手机出货量大幅下降22%，而小米的出货量则增长17%。

分析师表示，小米最大的增长来自于西欧和中国市场，凭藉积极的营销和成熟的销售网络，该公司从华为手中抢得了市场份额。小米的手机销量已连续三年在印度市场排名第一。去年第四季度，华为的销量仍位居中国市场榜首，但其国内市场份額在快速下降。

不在美国销售智能手机

Strategy Analytics执行董事Neil Mawston表示，小米在华为流失份额的市场攻城略地。

小米本月说服华盛顿特区一名联邦法官暂时叫停今年1月特朗普任内实施的一项投资禁令，避免了像华为那样的遭遇。该禁令是在五角大楼将小米列入涉嫌与中国军方有关联公司的名单后出台的。这位联邦法官

称，五角大楼把小米列入黑名单的理由存在严重缺陷，这些理由包括雷军曾在2019年获得中国政府表彰。

与华为一样，小米也不在美国销售智能手机，不过该公司确实通过在线渠道向美国消费者销售一些联网小设备，如电动滑板车和空气净化器。咨询机构Counterpoint Research的研究副总裁Neil Shah表示，过去一年，在华为曾经主导的一些市场，小米的较低价智能手机销售增长最快。

Shah称，这包括小米旗下的红米系列手机，该系列手机的价格通常在100美元至150美元之间。小米的低价智能手机与华为销售的同类大众市场设备竞争激烈，华为此类产品包括价格与红米相近的Nova和Y系列手机。

《华尔街日报》分析，小米面临的挑战是，还能从华为的困境中获益多少。与华为不同，小米并没有积极涉足苹果公司等企业主导的高价智能手机市场。小米也不像华为那样有数以十亿美元计的研发预算。

王翔暗示小米没有轻视华为。他称，自2010年小米诞生以来，竞争对手一直是非常多的。他也表示，小米会尊重，也会认真地对待这些竞争对手。（早报）



科研人員在鯨魚研究中 使用全景相機

据外媒报导，全景相机正变得越来越流行，尽管它们大多还只是用于娱乐。然而，一个国际科研团队现在已经利用其中一个设备来更好地了解鲸鱼的行为。

全景相机本质上是带有两个或更多镜头的动作相机，这使得它们能够拍摄周围一切的360度全景。这些镜头随后可以通过VR护目镜观看--随着用户转头而改变视角——或者在普通的电脑屏幕上观看，观看者可以使用鼠标在记录的环境中进行平移和倾斜。

这种相机的一个优点是，如果想知道摄像师身后或身旁有什么，可以直接看。而传统的防水相机则不同，它们被安装在海洋生物身上，以观察它们在水下的情况。

考虑到这一点，日本神户大学领导的研究小组首先使用环氧胶水对一台理光Theta全景相机进行防水处理。然后，该相机被连接到一个浮力吸盘上，还有一个无线电发射器和一个行为数据记录器——后者旨在记录游泳速度和潜水深度等因素。这套设备的组合被称为“标签”。

2016年1月，该团队使用一艘小型摩托艇接近挪威海岸的一头座头鲸，然后利用一根6米（19.7英尺）长的杆子将标签贴在动物的背上。标签在几个小时后松开--如其所愿--然后漂浮在海面上，通过其发射器定位。

在查看录像时，研究人员发现这头鲸鱼和它的几个同伴在潜水时休息了很长时间。这可以从它们大大降低的游速--它们基本上只是在漂流--以及它们的鳍没有移动的事实中得到证明。

此前研究人员已经观察到，座头鲸等须鲸科鲸鱼主要在海面上休息。然而，根据新分析的视频，该团队现在理论上认为，这些动物会根据海洋条件和自身的身体状况等因素，在水面和水下休息之间切换。

挪威海洋研究所、东京大学和苏格兰圣安德鲁斯大学的科学家也参与了这项研究。有关这项研究的论文最近发表在《Behavioural Processes》杂志上。

RE - ALUM

ROOF ALUMINUM ALLOY

Product of PT. ALUMINDO LIGHT METAL INDUSTRY Tbk.
Untuk mendorong roda perekonomian Indonesia, Maspion Bank memberikan Kredit Investasi bagi Pabrik / Gudang yang menggunakan Aluminium Roofing Maspion, dengan bunga 10% setahun selama 10 tahun (s&k berlaku)



TAHAN LAMA LEbih DARI 40 TH

Selain tahan lebih dari 40 tahun, juga terlihat Mewah dan Megah, serta bisa menurunkan suhu ruangan sampai 3-4°C

S & K Pemakaian Berlaku

Aluminium Foil

Product of PT. ALUMINDO LIGHT METAL INDUSTRY Tbk.



Application >>



MASPION STAINLESS STEEL

Penyajian Series

By Maspion Stainless Steel



MASPION GROUP

"Cintailah Produk - Produk Indonesia"



HEAD OFFICE : Jl. Kembang Jepun No 38-40 Surabaya 60162 Phone : (031) 3530333, 3541040 Fax : (031) 3533055, 3533218

BRANCH OFFICE : Jakarta : Maspion Plaza 15 -17th Floor, Gunung Sahari Kav. 18 Jakarta 14420 Phone : (021) 64701000 Fax : (021) 64701066

Medan : Pulau Bali No.3 (KIM-II) Medan Phone : (061) 6854688-90 Fax : (061) 6854691

Bandung : Jl. Kopo 241 Bandung Phone: (022) 5211045 Fax: (022) 5203319

Semarang : Jurnatan Shopping Complex, Blok D 34-35 Cendrawasih, Semarang Phone : (024) 3545468, 3545237, 3545416 Fax : (024) 3512019

BAGI SELURUH DISTRIBUTOR MASPION GROUP

yang telah mempunyai kontrak pembelian, **sekarang saatnya** berhubungan dengan Maspion Bank. ada program Cintailah Produk - Produk INDONESIA cukup dengan kontrak pembelian sudah bisa menikmati tambahan bonus 2,8 % / tahun yang diberikan setiap Bulan. dengan syarat melalui program MTL

Contact Person Roofing Re alum & Foil :
Julianto +62811309275 DR. Alim markus +62816508935
Budi Prayogo +62811329578

Contact Person Stainless Steel :
Lucius +6281335956333 DR. Alim markus +62816508935
Edwin +6281235745988

Contact Person Plastik:

Dodik +6281217938133
Aji +6281931502925
DR. Alim markus +62816508935

Contact Person PVC :

Hendrik +6287851618508
Tandri +628123587561
DR. Alim markus +62816508935

Contact Person Enamel :

Weber +628133333043
Edwin +6281235745988
DR. Alim markus +62816508935

Contact Person Elektrik:

Siong- Siong +628123518772
Ailen Utami Dewi +62811330673
DR. Alim markus +62816508935

Contact Person Logam Jawa :

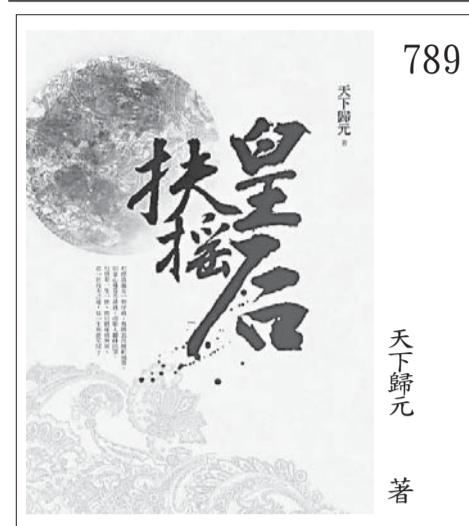
Welly +6287851171972
Tjen Cie +628123216699
DR. Alim markus +62816508935

Contact Person Maxim :

Hendy +6285746166610
Edwin +6281235745988
DR. Alim markus +62816508935

**Distributor UMKM
Tertawa Merasa
Lebih Untung 2.8%**





璇皇后停住口，似被那聲久已無人呼喚的閨名觸動，默然半晌道：“你今天怎麼了？失魂了？兩個小輩就嚇你成這樣？他們不也吃了虧？你好歹十強者第四，怎麼這麼長他人威風滅自己志氣？”

玉衡笑了笑，沒有回答，只道：“你這性子，我勸過多次你總不聽，如今你聽我最後一次，改了吧。”

“改什麼？”璇璣皇后聲音又尖利起來，“你為什麼護不了我？你不是答應我保護我，從生，到死的嗎？”

“自然。”玉衡很平靜的道：“從生，到死，你死的時候，只能葬在我身邊，鳳家的陵墓，不許你



魏瓔珞條件反射道：“可你還是來了……”

弘曆：“……”

“就當是破例一次？”魏瓔珞給他一個台阶下。

“……不是第一次了。”弘曆沉默半晌，才緩緩開口，“朕不喜歡破例，不喜歡這樣反覆無常的自己。”

在遇到魏瓔珞之前，他一直是個嚴格自律的人。

食不言寢不語，再喜歡的菜至多也吃兩口，不會動第三下，按時上朝，就連臨幸后妃，也都儘力



卓木強巴搖頭道：“不行不行，說真的，如果是我自己一個人去尋找，我或許會擔負起這個重任，可是，和大家相處了這麼久之後，我對大家都十分瞭解，論身手，我不及亞拉法師和呂競男教官；論機變，我不及張立岳陽；論學識，我更趕不上導師和胡楊隊長，我來發號司令的話，對大家一點好處都沒有，教官一直都是我們領隊，應該由她繼續擔任才對。”

呂競男道：“我早已不是你們的教官了，我也沒有什麼更新的東西可以教你們了，我只是你們中的一員。”

一支隊伍的效率和他們行動的成功率，取決於領導的執行力，必須絕對服從領導的安排，在戰場上，哪怕上級命令自己去犧牲也不能有絲毫猶豫，如果是我來擔任這個角色，……”

去。”

“你在說胡話。”璇璣皇后瞟他一眼，傲然道：“我和他生同袞死同穴，他的安陵旁邊的位置是我的，只能是我的，整個安陵，都是我和他，沒有人可以更改。”

“不許。”

玉衡淡淡道，“我不許，你若葬入安陵，我就毀了整個安陵，挖出你們的屍體，把他的拿去餵狗，把你的吃下肚，你想葬安陵，我就讓你連個葬身之地都沒有。”

“你……”璇璣皇后被他用平淡語氣說出的毛骨悚然內容所驚嚇，霍然回首瞪著他，玉衡的目光在月色裡濃濃淡淡，依舊是那副不陰不陽不知真心假意的神情，然而相處這許多年，她對玉衡的性子多少也明白四分，想了又想，才小心的試探的道：“你開玩笑的，你開玩笑的是吧？”

玉衡定定的看著她，眼底掠過一絲失望，隨即卻笑了，道：

“是，開玩笑。”

※※※

孟扶搖被長孫無極牽著手，飛快的越過重重屋脊。

長孫無極拉著她奔得飛快，一圈一圈的頂風狂奔——孟扶搖剛才和玉衡那一對掌，真力受震積淤在丹田，必須盡快發散出來。

一碗水端平，不特別專寵誰，也不特別冷落誰。

但魏瓔珞來了，一把鏡子一樣，把他的堅持，甚至把他自己，全都打碎了。

“……那你，你可以不這樣。”魏瓔珞猶豫一下，“你可以回舒嬪那去。”

正好，你心亂，我心也亂……咱們要不要分開一下，各自冷靜一下？

弘曆看她一眼，似會錯了她的意：“李玉！”

李玉：“奴才在。”

弘曆：“讓舒嬪不要等朕了，朕今夜要留宿延禧宮。”

李玉：“嘸。”

弘曆一把將魏瓔珞拉進寢宮，門外，李玉搖搖頭，出去給舒嬪報信了，順便指點一下明玉：“還不快把琴收起來。”

明玉看眼弘曆遺留下來的月露知音，問：“不用帶去給舒嬪？”

“一貫只有你家娘娘，從旁人手裡搶東西。”

李玉樂呵呵道：“你何曾見過有人能從她手裡搶東西？”

她看了看張立和岳陽道：“首先這兩個士兵就會不斷質疑。你還記得一路上他們向我提出過多少問題嗎？這支隊伍，在我的帶領下已經散漫慣了，如果繼續由我來帶領，只會繼續散漫下去。

而你，強巴少爺，不知你有沒有注意到，你說出來的建議或要求，他們馬上會照著做，而不會問為什麼。所謂領導氣質，是與形體和相貌息息相關的，你正有這種氣質，讓人願意服從追隨。

而且你統籌全域的能力，也並不輸給任何人，只是剛開始時，你接觸到的東西太少了，一直處於學習和磨合過程，才不肯輕易發表意見，如今，大家站在同一位置，你的相對優勢便會凸現出來。相信我們在你的帶領下，不會走錯方向。”

說完，她又看了看唐敏，眼神中有一種無奈。

卓木強巴又道：“那麼，可以由胡楊隊長來帶領大家啊，胡楊隊長野外探險經驗豐富，又一直是領隊人，他來……”

胡楊隊長趕緊打斷道：“得，別往我臉上貼金，你以為這是什麼好事，我才不幹呢。我只是有少許極地科考經驗，原始森林什麼的，我就沒去過，而且我後來許久，到時候指揮不利，肯定會被罵得很慘。”

他走上前去拍打著卓木強巴裹著繩帶的肩膀道：“你就安心地幹隊長

奔到第三圈時，孟扶搖嘔出一口淤血，長孫無極才停下來，舒口氣道：“好了——”

孟扶搖抬頭，感激的看他一眼——他永遠最清楚她的身體狀況，甚至不需要把脈。

隨即她目光亮亮的笑道：“剛才那一掌，好像震開了我丹田一些積淤，再等幾天我全部復原，將宗越的藥力全數吸收，我應該很快就能升級了，哈哈，和十強者打架就這個好處，打一場上一級，玉衡啊玉衡，且留你先得意幾天，準備棺材吧！”

長孫無極卻不管她在得意什麼，一抬手掀了她面具，皺眉道：“臉上沒受傷吧？”

剛一掀開就嚇了一跳，孟扶搖滿臉是血，紅彤彤的怕人，再襯上她皺牙咧嘴的笑容，實在令人不敢消受，仔細一看才放下心來，原來是鼻子破了。

後知後覺的孟扶搖捂著鼻子，對著一手鮮紅詫異的道：“咦？我鼻子流血了我咋不知道？哎呀，多虧我鼻子高，天塌下來有它擋住，不然塌一點，爆的就是鼻子，八成是我的眼睛了。”

長孫無極無可奈何的看了她一眼，一頂她下領道：“仰頭。”掏出巾帕給她拭去臉上血，道：“沒見過女子這麼不注意自己容貌的。”

第二天，承乾殿。

繼後坐在窗戶旁，低頭做著一副護膝。

外頭輕輕幾聲敲門聲，珍兒起身過去，過了一會，回到繼後身旁，低聲與她耳語幾句。

聽了延禧宮裡發生的事，繼後微微一笑：“且讓她們去爭，去搶，本宮只做手裡這幅護膝。”

珍兒原以為這幅護膝的做給弘曆的，聽她這樣一說，才奇怪問道：“娘娘，這護膝是……”

繼後手中的針線在護膝上一穿，目光在燭火下顯得極溫柔：“阿瑪年紀大了，老寒腿越來越重，額娘從前給他做的，一定很舊了……”

見她動作忽然停了，看著護膝走神，珍兒忍不住問：“娘娘，您又想起夫人了？”

繼後失笑一聲：“繼續縫：小時候，額娘待我特別嚴厲，行走坐臥都有規矩，容不得半點馬虎，只有阿瑪最疼我，老是護著我……”

見她動作忽然停了，看著護膝走神，珍兒忍不住問：“娘娘，您又想起夫人了？”

一個宮女忽然走進來，拜過之後，道：“皇后娘娘，那爾布大人在乾清門外候著，請見娘娘一面。”

這份很有前途的職業吧，別再推三推四了，照我看，你除了幹隊長，也幹不了別的什麼事了。”

方新教授道：“聽見沒有，你本就可以算作這次行動的發起者，我都是被你拖下水的，你現在想不負責可不行，大家的命，就交在你手上去了。”

張立馬上第一個回應，象徵性地拍了拍卓木強巴的手，然後道：“交給你了，隊長。”

岳陽也笑著同卓木強巴擊了一掌，道：“我的命也交給你了，強巴少爺。”

唐敏溫柔地將手放入繩帶中，那堅毅的眼神彷彿在說：“生是你的，死是你的鬼。”

呂競男把卓木強巴的手握得有些痛，那眼神……那眼神怎麼和敏敏相似。

卓木強巴猛地搖了搖頭，哪裡還有什麼眼神，一定是自己會錯意了，唉，又會錯意了。

巴桑也靠了過來，依舊冷漠道：“我答應過我哥哥，我會豁出性命來保護你。”

看著那一雙雙充滿信任的眼睛，卓木強巴心潮澎湃，頓時感到了肩上的責任和壓力。

大家在醫院裡陪了卓木強巴一天，各自話說解散後的瑣事，卓木強巴則將自己那段刻骨銘心的經歷埋在心底，大家也沒有提及。

游劍江湖

68

梁羽生

□ 思美不知原委，却是听得心旷神怡。她记得在小金川的时候，像又听到了宋腾霄在她耳边低唱了。

“莫不是雪窗营火无闲暇，莫不是卖风流宿柳眠花？莫不是订幽期错了茶藤架？莫不是轻舟骏马，远去天涯？莫不是招摇诗酒，醉倒谁家？莫不是笑谈间恼着他？莫不是怕暖嗔寒，病症儿加了万种千条，好教我疑心儿放不下！”

这支曲子，本是江南一带的歌妓从“西厢记”的曲调变化出来的，描写张生远去之后，久久不归，莺莺惦念之情。只因文辞活泼风雅，故此流传民间，甚至文人学士，大家闺秀，也欢喜唱。

吕思美听得心旷神怡，心中充满蜜意柔情，眼前幻出了小金川的阳春美景，在野花遍地的林子望，孟元超倚树吹箫，宋腾霄曼声低唱。

眼前的幻景渐渐模糊，吕思美不知不觉的入梦了。

一曲奏终，余音绕缓。孟元超心里却是充满悲苦之情。他的眼前也幻出了一幅图画，只是这图画已经沾满了灰尘，颜色也有些黯淡了。

八年前的临行前夕，就在这个园中，就在园中的茶藤架下，他最后一次给云紫萝吹箫，吹的就是这支曲子。

他记得自己曾对云紫萝说道：“我不是张生，你也不是莺莺。我一定还会归来，在这茶藤架下，为你吹箫的。”

如今他回来了，他守着自己的诺言，他并不是负心的张生，但云紫萝却像莺莺那样的另嫁他人了。

园已荒芜，茶藤架亦已倒塌，他也找不到云紫萝来听他吹箫了。

但这怪得了云紫萝么？

他又记得，在说了那番话之后，云紫萝幽幽的叹了口气，低声说道：“但愿如此。但愿能够再听到你的箫声。”

她给他吟了一首黄仲则的诗：“几回花下坐吹箫，银汉红墙人望遥。似此星辰非昨夜，为谁风露立中宵？缠绵思尽抽残茧，宛转心伤剥芭蕉。三五年时三五月，可怜杯酒不曾消。”

她对他说：“如果你迟不归来，我将不知有多少个无眠的晚上，要为你而风露立中宵了。”情真意深，言犹在耳！他决不相信云紫萝会忘记了他！或者这只能怪造化弄人吧？

吕思美睡着了，苍白的脸上晕着一抹轻红。想必她是在做着一个美梦吧？可惜我的美梦已经破了！孟元超心道。

悲从中来，不可断绝！小师妹已经熟睡，孟元超用不着再掩饰自己心底的悲伤了。

从窗口望出去，但见水淡星稀，秋风萧瑟，秋草枯黄。孟元超忍不住拿起洞箫，把一腔郁闷，藉着箫声发泄出来。

“秋心如海夏如潮，但有秋魂不可招！”只因愁深似海，箫声也似乎充满了秋意了。

“紫萝，紫萝，你在何方？你在何方？你听得见我的箫声吗？你听得见我的箫声吗？”

孟元超的箫声其实是吹给云紫萝听的，他在盼望，盼望云紫萝听见他的箫声，会忍不住偷偷回来见他一面。

月光黯淡，月亮西沉，孟元超最后的这个希望而幻灭了！

箫声飞出荒芜的园子，给秋风吹入幽林。幽林里云紫萝正在一步一回头。



60

金花走到雨鹃身边，在她肩上敲了一下。

“你这个毛躁脾气，跟我当年一模一样，给你一句话，以后不要轻易说‘我不干了’，除非你已经把所有的退路都想好了！”

雨鹃也震动了，对金花不能不服，低低的说：“是！”

金花再对云飞一笑：“外面大厅见！”她转身翩然而去。

金花一走，雨鹃就跌坐在椅子上。吐出一口长气：

“呕得我差点没吐血！这就叫作‘人在屋檐下，不得不低头！’

云飞就对姐妹二人郑重的说：“我有一个提议，真的不要干了！”

“这种冲动的话，我说过一次，再也不说了！小五要上学，小五要治病，一家五口要活命，我怎样都该忍辱负重，金花说得对，我该学习的，是如何在这种环境下，生存下去！”雨鹃说。

云飞还要说话，雨凤一拦。

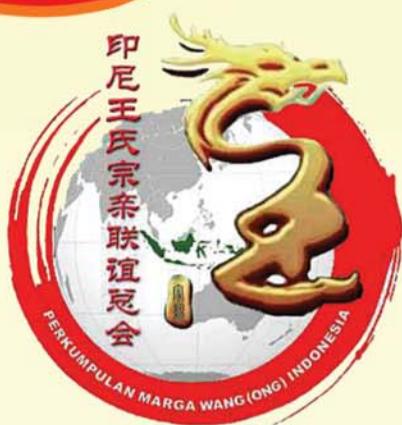
“请你出去吧！”她勇敢的挺着背脊：“如果你真想帮助我们，就让我们自力更生！再也不要你的金钱，来加重我们的负担了！那样，不是在帮我们，而是在害我们！”

云飞深深的看着雨凤，看到她眼里那份脆弱的高傲，就满心怜惜。虽然有一肚子的话想说，却一句都不敢再说，生怕自己说错什么，再给她另一种伤害。他只有凝视着她，眼光深深深刻，心里凄凄凉凉。

雨凤迎视着他的眼光，读出了他所有的意思，心中怦然而动了。两人就这样默默的对视着，一任彼此的眼光，交换着语言无法交换的千言万语。

这天，小五出院了。

云飞驾来马车，接小五出院，萧家五姐弟全体出动，七个人浩浩荡荡，把小五接到了四合院。马车停在门口，雨凤、雨鹃、小三、小四鱼贯下车，个个眉



印尼王氏宗親聯誼總會

PERKUMPULAN MARGA WANG (ONG) INDONESIA

第二屆理監事名單

(2021年 – 2026年)

輔導主席：王涵，王萬權

總主席：王振坤

副總主席：王立松，王湧(萬隆)，王玉忠(三寶壘)，王家山(棉蘭)，王良誼(泗水)

榮譽主席：王天助，王財發，王绣梅，王金陵，王世佑，王志雄，王仲仁 ·

名譽主席：王加奮，王明政，王國興，王益琪，王建平，王命通(三寶壘)，
王振其，王松平，王振池，王有福，王其耀(勿里洞)，王其輝(萬隆)，
王豪庚，王順安，王淑卿，王淑珍，王振德，王金泉，王翔生，
王智強，王朝榮(泗水)，王雨輝(泗水)，王志強(麻裏巴板) ·

顧問：王景祺，王朝璧，王悅山，王聲軍，王繼達，王恩惠(三寶壘)，
王良經，王鋒，王千盛，王栢庭，王志勝，王朝鼎，王朝固，
王朝昱，王廷旺，王明遠，王盛利

執行主席：王朝盛

副執行主席：王強，王天恩，王朝祺

監事長：王欽聰，王國興(兼)

秘書長：王振川

副秘書長：王兼發，王振寶

財政部：王天恩(兼)，王子雄，王子洋

總務部：王強(兼)，王嬌紅，王黃東蘭，王金治

福利部：王文輝，王永強，王永泉，王振勇，王美惠，王梓榮

婦女部：王绣梅，王淑勉，王绣惠，王绣華，王绣仙，王淑卿，王淑珍，
王秋英，王嬌紅，王德珍，王桂花，王慧玲，王冠麗，王玉蓮，
王金治，王慶霞，王秋芬，王素芳，王黃登，王建萍，王黃東蘭

青年部：王豐勝，王熹庚，王冠庚，王斐琳，王薇琳，王振焰，王宇欣，
王小玉，王艷，王慧珍，王子雄，王庭強，王振德(福清)，
王威立，王朝凱，王廷捷，王廷河，王立仕，王立偉，王立俊，
王天雄，王嬌芳，王冠麗，王官安，王莉莉，王密密，王建強，
王明雅，王奕霖，王淑燕，王守宇，王毅明 ·