



台灣各級學校因疫情停課

台灣周二新增240起本土冠病确诊病例，全台各级学校将从周三起停课至28日。

美企承擔大部分額外費用

美国企业正承受著中美贸易战高峰时期提高关税，而造成的大部分成本负担。

英超開始搶人大戰

哈里-凯恩已经向俱乐部摊牌，明确告知今夏想要离队的态度。曼联、曼城、切尔西等豪门均有砸钱买人。

佐科威总统视察北干峇鲁-邦基囊高速公路时致辞。



佐科威总统认真询问北干峇鲁-邦基囊高速公路状况。

視察北干-邦基囊高速公路 總統樂觀將提高地方競爭力

（北干峇鲁讯）总统佐科威乐观地认为，长达40公里的北干峇鲁-邦基囊（Pekanbaru-Bangkinang）高速公路，将提高该地区的竞争力。

佐科威周三（19日）在廖省甘帕尔县视察北干峇鲁-巴东高速公路的北干峇鲁-邦基囊公路段建设地点时透露了这一点。

北干峇鲁-邦基囊高速公路长达40公里长，是跨苏门答腊岛高速公路的一部分，后者全长3049公里，将从亚齐延伸至楠榜。

佐科威说：“这是在北干峇鲁-邦基囊公路段上，以后将与巴东相连。我们希望

其发展将越来越长。”

他指出，到目前为止，该高速公路路段建设所需的征地过程已达到60.70%。同时，施工过程本身已达到65.60%。

北干峇鲁-邦基囊高速公路的建设计划于今年12月完成。该高速公路稍后将与西苏门答腊省的高速公路相连。

随著苏门答腊岛上许多地区之间的联系日益紧密，佐科威希望人们和货物的流动性能够有所提高，这肯定会提高我国的竞争力。

他说：“廖省和巴东市的现有产品将具有良好的竞争力，特别是为了与其他国

家的产品竞争。”

根据收到的数据，该高速公路路段建设项目可吸收1万1984名工人。该工程还在执行一项现金劳动密集型纲领，预算为211亿3000万盾，以于今年吸收5788名工人。

陪同佐科威总统进行工作访问的官员还有卫生部长布迪·古纳迪、内阁秘书帕拉摩诺·阿依、国民军总司令哈迪空军上将、国家警察总长李斯迪奥警察上将、以及廖省省长夏姆苏亚尔。

此外还有高速公路监管局（BPJT）负责人达囊·帕尔克西特和胡塔马·卡尔亚公司总裁布迪·哈尔托。（KP）



佐科威总统查看高速公路地图。

美政府將提交報告 官員：UFO確實存在



美国国防部证实海军拍摄的疑似不明飞行物照片和视频的真实性。

（华盛顿讯）美国政府即将于下个月向国会提交有关UFO（不明飞行物）的报告，而近期有美国前官员和前飞行员接受公开采访，称此类现象确实存在，甚至经常发生。

据美国有线电视新闻网（CNN）17日报导，美国国家情报总监办公室等机构将于下月向美国国会，提交有关UFO目击事件的非机密报告，其中含有大量美军长期以来研究不明飞行物所获信息。国防部的监督机构届时也将对军方处理有关不明飞行物目击报告的方式展开审查。

美国军方通常将UFO称为“不明空中现象”（UAP）。2020年8月，美国国防部宣布成立“不明空中现象特别工作组”（UAPTF），该工作组隶属于美国海军。

在美国哥伦比亚广播公司（CBS）5月16日发布的《60分

钟》节目中，该计划原负责人、美国国防情报官员路易斯·埃利发多（Luis Elizondo）表示，美国政府已经表明这些UFO报告是真实的，而且有一些UFO目击事件没有合理解释。

埃利发多在访谈节目中坦言，尽管外界对有关不明飞行物的说辞感到“不可思议”，但他和工作组成员关注的重点是评估此类未知飞行物体对美国国家安全的影响。

“设想一下这样一种（航空）技术，它可以承受600-700倍的重力，能够以每小时1.3万英里（约合2.1万千米）的速度飞行，能够躲避雷达（侦测），在空气和水中穿行，或许还可以穿梭太空。”埃利发多解释说，“此外，（它）没有明显的推进迹象，没有机翼和操纵面，却可以抵挡地球重力的自然影响。这正是我们所看到的。”

这期《60分钟》节目还采访了曾在美国海军担任飞行员的瑞安·格雷福斯（Ryan Graves）。他称自己曾经在训练时每天都能看到“不明空中现象”，为时好几年。

《华盛顿邮报》评论称，此次的节目说明“UFO正在进入主流视野”，近年来在美国，UFO逐渐从“奇怪的阴谋论”变成了国会询问的主题。美国一些电视新闻网（CNN）报导称，国防部内部也将评估该部此前对不明飞行物报告事件的处理。消息人士称，近期会宣布更多相关的调查。

今年4月，美国国防部证实了美国海军人员在2019年拍摄的疑似不明飞行物照片和视频的真实性。2020年4月，美国国防部发布了三段显示数年前美国战机遭遇不明飞行物的视频。

UAPTF并非美国军方第一个研究不明飞行物目击事件的

工作组。《纽约时报》2017年12月报导称，彼时美国国防部承认，过去5年来一直在秘密进行针对不明飞行物的研究。

长期以来，一些美国国会议员和国防部官员一直对不明飞行物出现在美军基地上空深表担忧，因为这些飞行物对军用飞机构成了威胁。然而，关于这些不明飞行物的来源，各方尚未达成共识，一些人认为这些可能是其他国家操纵的无人机，或被用于收集情报，与外星人无关。

（澎湃新闻）

*Sesuai Standarisasi EN 14683:2019+AC:2019

UNTUK ANAK-ANAK
为孩子们

三层防护，熔喷布层
有效阻隔 COVID-19 病毒

加宽挂耳带设计
WIDE EARLOOP
*Desain Masker terdaftar

附近超市、便利店有售

PERLINDUNGAN
PARTIKEL MIKRO

Bagus
バグス

Surgical Mask

Masker bedah nyaman digunakan sehari-hari

医用等级防护口罩

3Ply Masker

*) Bacterial Filtration Efficiency (Kemampuan menyaring Bakteri)

*Sesuai Standarisasi YY 0469-2011 Medical Surgical Masks

UNTUK DEWASA
为成年人

抗擊 COVID-19
新冠肺炎

细菌过滤率 ≥ 98%

BFE*
≥ 98%

官方电商合作平台：
Shopee tokopedia JD.ID

www.bagusidn.com 关注我们：@ bagus.idn

RANCH MARKET

LOTTE Mart

LU LU

HERO

Supermarket

Giant

rezeki

YOGYA

kima farma

INDOGROSIR

guardian

NAGA

Watsons

DAN-DAN

KLIK

Online Shopping

Total

TRIAN SEIGAR

DATA DATA

GrandLucky

Glaxo

FamilyMart

SANTA SYLVAN

PUJASARI

FARMERS MARKET

LOTTE Grosir

AEON

FOODHALL

TRANSmart

hypermart

Market City

TIP TOP

HARI HARI

Century

Natural Farm

CIRCLE K

Aitami

LAWSON

Mitra

HARMONY

PORTORA

Supermarket

BENNY

TOSERA GADING

Penerbit : PT Emas Indonesia Duaribu, Jalan Gajah Mada No. 96-97, Jakarta 11140 - Indonesia. Telp : (021) 6386 8348. Redaksi : (021) 6386 8348 ext 200, Iklan : (021) 633 8139 / 634 8232, Sirkulasi : 0856 9180 9580



↑总统已指示卫生部长向廖省寄运更多疫苗。

→佐科威总统在廖省北干峇鲁巡视疫苗接种实施情形。



佐科威強調廖省各縣市須加強抑制冠病傳播

（雅加达讯）佐科威总统強調，凡具高度冠病传播率的各县市务须立即抑制病例增加，以致冠病病例可更为减少。

总统周三（19日）在廖省北干峇鲁巡视疫苗接种实施情形后表示，我刚才传达了凡具高度病例传播率的各个县市，务须立即抑制，使得病例能变得更少。

此外，成了总统关注点的其他事项，即廖省疫苗接种实施情形。总统已指示卫生部长布迪.古纳迪.沙迪京，加多往廖省寄运疫苗。特别是日后将用于北干峇鲁市与都迈实施接种所需疫苗。并可望我国可以即时产生免疫群体。政府期望，廖省各地区冠病传播率得以尽量抑制至最低点。至于今日，在北干峇鲁市实施疫苗接种是供给1万零800名

居民。

总统強調，若冠病疫情得以抑制，则廖省经济复苏会更好，或今年次季可以恢复常态。而我们期望，冠病例的传播率形势会变得更佳。

如所周知，总统周一（17日）向全国各地区首长提供指示中警告了，在3处省份供处理冠病患的院方病床占用率仍持于50%以上。该3处医院分別為苏北院方病床占用率达56%、廖群岛的病床占用率达53%，及廖省的达52%。

总统还提醒，还有24个省份的经济增长仍持于负值增速，包括廖省的增速在内。而仅10个省份今年首季里经济增长呈积极增速。（MIM）

出席亞太海事會議 我國致達策略性課題



交通部海运总署长R.阿古斯H.普尔诺摩出席第21届亚太海事安全机构负责人虚拟会议。

（雅加达讯）我国政府通过交通部海运总署，出席本月18-20日举办第21届亚太海事安全机构负责人（APHoMSA）虚拟会议，发表有关海港国管制检查的航运安全。以及妇女在海事环境的作用议题。APHoMSA论坛是1996年创办的区域年度会议，主要讨论关于海事环境保护、包括海员福祉的航运安全与治安、区域合作及有关海事上其他议题。

交通部海运总署长R.阿古斯H.普尔诺摩周二（18日）在雅加达表示，我国总是备就支撑APHoMSA纲领以谋致主要使命，即创出在亚太区清洁、安全而受保证的海事环境。

他说，该由身为东道主的欧洲海事安全局（AMSA）首席执行官麦克.京里所主持召开APHoMSA论坛，由26国家与会，国际海事组织（IMO）秘书长基塔克.林也列席。该为期3天论坛主要讨论有关海事方面策略议题、航运安全和海员福祉、海

事环境保护、处理海上灾害以及区域合作。

阿古斯说，我国自1996年成为东京谅解备忘录成员国，而后，根据2020年东京了解备忘录年度报告，我国今年能列入《东京谅解备忘录》百名单的规格内。此外，以往每年我国每年都成为东京谅解备忘录五大成员国之一，也即在船舶检查方面所做出贡献为最大。

所谋致业绩是经过近3年辛勤苦干的成果，也即通过介入了交通部、印尼分类局公司（BK1）、印尼船主协会（INSA）及各方面之间的协调合作进行的。

他阐明，海运总署有义务确保凡悬挂印尼国旗的船只履行了国际公约条件，并尽量缩小我国船只在海外被拘押的可能性。在实施过程中，对于我国海港国管制官员（PSCO）形成若干障碍，即我国领土辽阔或拥有636座港口，其中141座是针对国际贸易所开放港口，但另一方面，我国海

港国管制官员仍不足，全国仅有52位官员。为此，他说，为要维持‘百名单规格’地位，我国必须训练与塑造更多的海港国管制官员，以便在我国主要港口执行船舶检查。

与此同时，海洋和海岸警卫队（KPLP）灾难管理和水下工作次局主任欸恩.努莱尼.沙伊达指出，在我国海事界的妇女的作用列属海事妇女组织（WIMA）的成员，而该组织是国际海事组织（IMO）隶属下组织之一。他说，该成立于2015年的印尼海事妇女组织，其成员主要是由在海事部门工作的妇女、政府官员、航运从业人员、海事律师、海事测量师、海事企业家和学者组成。该组织的成立旨于进一步增强妇女在海洋方面的作用，以重建和加固我国的海洋文化。

印尼海事妇女组织总主席詹德拉.摩蒂克博士指出，在创出两性平等和妇女教育方面，着重強調妇女在海洋世界中的作用，即有关获取经济资源、劳工界中的平等机会及強調妇女在和平建设与复兴中的代表性和作用。他认为，印尼海事妇女组织拥有与其他海事利益相关者平等合作的组织展望。肩负着加强印尼海事文化的使命、提高女性在海事工业和服务业中的作用专业性，使印尼成为领先的海事国家。继而，向民众提供有关海事方面的教育，并发挥海员家庭和妻子的权能。

至于有关展望与使命的体现，他说，印尼海事妇女组织已进行各项活动如栽种红树林，以保护海事环境恒存，乃至进行了特别针对海员妻子的培训。（MIM）

列特諾主持COVAX會議 商討一些策略性課題

（雅加达讯）外交部长列特诺在主持COVAX高级市场承诺(AMC)参与小组第四次视像会议时讨论了许多战略课题，包括与疫苗供应和分配以及资金和投资机会有关的发展。

外交部周二在雅加达发表书面声明说，这次由印尼外交部长、埃塞俄比亚卫生部长利亚.塔德塞和加拿大国际发展部长卡琳娜.古尔德主持的COVAX AMC参与小组会议讨论了疫苗分配支持问题，建立公众对疫苗以及2022年COVAX设施战略的信心。

印尼外交部说：“在讨论中指出，尽管病毒的传播和疫苗供应的可用性仍然存在挑战，但全球的承诺给共同努力克服这一大流行病的希望很大。”

关于疫苗的供应和分配，会议讨论了向COVAX设施的疫苗供应延迟的问题，其中印度血清研究所(SII)生产的阿斯利康疫苗的出货量约为最初承诺的18%，韩国SK Bio生产的同一疫苗为50%。

外交部长说，增加疫苗生产能力的努力，包括通过取消疫苗专利，是对付这种大流行病的关键。因此，希望到今年年底可以提高COVAX的疫苗供应率，尤其是随著其他几家疫苗生产商增加产量的承诺，以及已获得世界卫生组织(WHO)紧急使用许可的疫苗的增加。

到目前为止，COVAX设施已向124个国家/地区交付了6730万剂疫苗，到2021年6月，计划接受疫苗的国家总数中有85%接受了第一批疫苗。

关于疫苗的分发，外长列特诺強調，在冠病大流行中，全球范围内的分发不平等现象仍然很大，目前才有0.3%的疫苗供应被送往低收入国家。

她说：“需要立即采取步骤，以确保平等获得疫苗，因为只要其他国家仍然受到感染，任何国家都不可能完全摆脱冠病。”

选择COVAX进行疫苗成本分摊的方案是讨论的主题之一。在该方案中，参与AMC的中低收入国家可以购买更多剂量的疫苗，除了所承诺的为20%的AMC国家人口分配免费疫苗之外。

此外，在资金方面，在所需的83亿美元总费用中，目前已筹集了66亿美元。尽管这被认为是积极的事态发展，但希望不久的将来能够弥补尚未收回的剩余资金。

最后，会议还強調了各级政府以及社会各阶层的积极参与，以增加对疫苗的信心的重要性。

高质量的数据和良好的沟通策略被认为是努力提高公众信任度的关键因素，特别是考虑到错误信息带来的挑战。

COVAX设施是迄今最大的全球免费冠病疫苗合作计划，旨在免费分发疫苗，以确保所有人公平分配到安全、优质和负担得起的疫苗为使命。

印尼外交部称，通过这一计划，印尼已获得641万零500剂阿斯利康疫苗，这一数字将继续增加。（KP）

兩名士兵遭20名武裝團夥襲擊殉職

（巴布亚讯）巴布亚雅胡基摩县特凯区诺尔科力阿特机场，2名正在进行守卫建设机场围栏工程国民军成员，遭到20名不明人士袭击殉职。国民军一 员警成员仍在追捕袭击及杀害 2名国民军士兵的诸嫌犯。

该不明人士 袭击事件发生于周二（18日）上午大约11时20分当地时间。殉职的士兵是阿尔迪尤迪阿尔迪延托二等兵（21岁）与阿利弗 一等兵（28岁）。

“国民军一 员警成员目前仍对不明团夥人士进行追捕。”第 III区联合司令部新闻处处长苏利阿斯达哇在声明中说。

如果事关追捕袭击2名国民军成员诸嫌犯有新的发展，他将即刻 传达， 据他称，袭击事件导致瓦斯巴达史蒂阿查雅部队2名 成员殉职。

“5月18日在诺尔科力阿特



巴布亚警区警长马迪乌斯.法西利员警少将发表讲话。

特凯雅胡基慕机场，发生不明人士袭击事件 导致 432 部队2名 成员殉职。”他说。

除了进行袭击外，诸嫌犯也携走殉职士兵SS2 V1型 口径 5,56 mm的枪支。

两具尸体已送往附近医院，并于周三以飞机运往查雅普拉。（LDS）



将殉职士兵尸体送往附近医院。

中國搜救船協助打撈 起獲囊加拉潛艇部分殘骸

拖195船以及中科院深海所“探索二号”科考船组成的中国舰艇编队具体执行。

协助救援我国战舰潜艇囊加拉-402号行动的中国军事部队在船只沉没附近发现10至15米深的火山口。第12舰队司令部指挥官伊宛.伊斯努尔万托海军（Iwan Isnuwanto）海军少将猜测上述火山口成为船体沉没地。

伊宛周二（18日）峇厘登巴刹海军记者新闻发布会上表示：“肯定，尚未能把船体画出来。目前我们只有猜测而已，有可能会在上述火山口。”

火山口的直径近38米，其深度在10至15米之间，而火山口内的情况仍神秘。

此外潜艇的其他3个部分，即指挥塔、船头及船尾在火山口不远处被寻获。此火山口是由中国船只在2.5公里及3.7公里宽的海底距离中调查出。

截至周二，在中国军方和我国军方的合作下，“探索二号”船搭载的载人潜水器“深海勇士”号先后完成了13个潜次的勘测任务。据“探索二号”船TS2-7航次首席科学家陈传绪介绍，通过这些潜次的勘查作业，比较全面地掌握了“囊加拉-402号”潜艇水下的情况，通过潜载测深侧扫设备获得了失事潜艇主要残骸部件精确的形态及位置信息；对失事潜艇散落的艇艏、舰桥、艇艉进行了细致地水下拍摄，基本摸清了三个主要部位的水中状态、地形外貌及由此形成的海底冲击坑，同时新发现一处前期未被探明的散落的疑似潜艇艏翼和多处中小尺寸的潜艇部件。

同时，“深海勇士”号也从海底回收了一些失事潜艇的零散物品。特别是在第六次下潜作业中，“深海勇士”号跟“探索二号”船协同作业，成功回收了重达700公斤的救生筏。对于这些打捞上来的物品，“探索二号”船上的科学家迅速地进行清洗、整理。“探索二号”船TS2-7航次领队助理、对外联络员专员张维佳介绍说，在做好疫情防控的前提下，对于相关勘查数据、水下图片、视频以及打捞上来的物品等，中方都毫无保留地及时、稳妥移交给我国军方。

同时，为了更加有效地进行业务交流，在中国驻印尼大使馆的协调下，印尼军方、中国军方、中国驻印尼使领馆、“探索二号船”科考团队等多方，建立起线上沟通的机制，通过定期举行视频会议的形式，对于打捞过程中的相关技术问题进行高效透明的沟通。

我国海军囊加拉-402号潜艇于4月21日在峇厘岛以北海域，执行训练任务期间失联，后被确认坠入约839米深的海底。中国迅速派出舰艇编队赴任务海域展开协助救援行动。

中国驻印尼大使馆国防武官陈永靖表示，这是中、印尼双方进行的一次重大人道主义救援行动，对巩固深化两国全面战略合作伙伴关系，促进两军互信互助与合作意义重大。面对深海打捞这一世界性难题，中、印尼双方相关部门和任务船只保持紧密沟通与协作，取得水下勘测阶段性成果。

当前，中国舰艇编队已从水下目标勘查阶段转入打捞攻坚阶段。



我国第二舰队司令部指挥官伊宛.伊斯努尔万托海军少将（中）和中国驻我国大使馆国防武官陈永靖（左）周二在峇厘登巴刹海军记者新闻发布会上，展示捞获的囊加拉 402 号潜艇部分残骸。

（雅加达讯）由两艘中国海军舰船以及中科院深海所“探索二号”科考船组成的中国舰艇编队，已于本月初相继抵达我国囊加拉-402号（KRI Nanggala-402）潜艇沉没海域，协助救援上述失事潜艇。截至周二(18日)，中国舰艇编队已完成第一阶段的勘测任务，取得阶段性成果。

据中国海军南拖195编队指挥员曹鹏介绍，此次协助救援印尼失事潜艇，是由中国海军远洋救生船863船、远海救助拖船南

佐科威離開廖省 抵達廖內群島省視察

（丹絨檳榔訊）佐科威總統周三（19日）赴廖省北干峇魯進行工作訪問，午後2時抵達丹絨檳榔拉查哈夷·菲沙底里拉機場時，由廖內群島省長安瓦爾·阿赫瑪德迎接。然後，總統從機場繼程往賓丹縣主體工業房地產區（BIIE），巡視當地及周遭一帶地區舉辦供職員與民眾疫苗接種的實施過程情形。

除巡視疫苗接種實施外，總統還向全廖內群島省地方領導層統籌論壇（Forkopimda）提供有關處理冠病疫情的導向，該導向將進行于丹絨檳榔市廖群島省地方大廈。

與此同時，廖內群島省地方議會期望，總統造訪賓丹縣和丹絨檳榔市可加速落實巴淡-賓丹大橋建設工程。

廖內群島省地方議會主席朱馬加·納貼阿克周（19日）在丹絨檳榔表示，巴淡-賓丹大橋可以提高賓丹縣經濟增長發展。

“總統蒞訪當地成為他與人民的



廖內群島省長安瓦爾·阿赫瑪德在機場迎接佐科威總統。

溝通形式。我方期望，在總統首次蒞訪賓丹島的背面，可以加速落實擬建巴賓橋梁計劃。”他說，總統蒞訪當地的主要議程之一是與處理冠病疫情有關。總統的蒞訪將加強

與加速在廖內群島所處理的冠病疫情。

疫苗接種實施將成為防止目前在廖內群島冠病傳播率呈相當高之勢。

克鋼成功生產熱軋線圈 實現我國鋼鐵工業自立性

（雅加達訊）國營克拉卡陶鋼鐵公司（克鋼）上周五（17日）晚上，從年產量150萬噸的第2座熱軋帶紋鋼廠（HSM 2）首批生產熱軋線卷。該2016年耗資5億2100萬美元（7兆5000億盾）建造的工廠採用了最新型科技。

國企部長雅立多斯表示贊賞，該第2座熱軋帶紋鋼廠的運營成功，也顯示了克鋼已能良好進行轉型。該工廠將參與促進我國國家經濟發展。他周二（18日）在雅加達表示，第2座熱軋帶紋鋼廠的投運，表示克鋼能满足國內對鋼產的需求，以致可實現我國

鋼鐵工業自力更生。此事將對節省外匯貢獻達29兆盾。

克鋼總經理西耳米·卡林指出，該工廠生產某些規格的热軋鋼產品，以補充自1983年以來運營的克鋼第1座熱軋帶紋鋼廠生產的產品種類。其中成為該新廠特產的熱軋線卷（HRC）可供機動車工業所需原材料。而該工廠成為我國首座能生產，厚度介于1.4毫米至16毫米，寬度600毫米至1650毫米的熱軋鋼板的工廠之一。

這座工廠具備了最新科技的更高效率新系統，從而可減少能源消耗量，並

使勞動力可以至優利用，與典型的热軋鋼工廠相比，總的運營成本節省高達25%。

他說，通過克鋼第2座熱軋帶紋鋼廠增加年產量390萬噸，以致我國每年可以抑制進口熱軋鋼產品達90萬至190萬噸，每年可節省國內所需求熱軋鋼板480萬至530萬噸。

依據該資料，意即我國工業需求熱軋鋼產已能由國內滿足供應。

該新工廠已準備提高年產量至400萬噸，以致在日後發展中所需投資可以比國外競爭對手更低。“這座工廠擁有最新技術

和更高效率的生產系統，可減少能源消耗，并使勞動力得到盡善利用，若與典型的热軋鋼工廠相比，總的運營成本可節省達25%。”

按原訂計畫，該工廠原定于2020年初投運，但由于疫情大流行爆發而被延後，當時所面臨障礙主要是由於正處於調試階段，難于從國外引進技術人員。

建造第2座熱軋帶紋鋼廠工程，是由克鋼建築工程公司和德國SMS集團成立財團公司負責承建。

他說：“我們感恩，第2座熱軋帶紋鋼廠终于建竣。該工廠的投運將愈加改善克鋼業績，何況最近6個月來國際市場鋼鐵市價高企。”

（MIM）

工商會推出小型工業產品 天然原料生物運動鞋

（雅加達訊）印尼工商會（Kadin）與印尼纖維理事會（DSI）共同推出了使用天然纖維原料的生物運動鞋（bio sneakers），該由民族兒女小行業生產的鞋子，有望觸發基于研發（R&D）的中小型工業的崛起。

印尼工商會副主席尊尼·達爾馬萬透露，這類生物運動鞋是由年輕企業家在農業部收獲後研發機構（Balitbang Pasca Panen）的支持下開發的。這些鞋子的原料幾乎100%使用本地樹木和天然纖維。

尊尼周二（18日）在視像發布會上推出生物運動鞋時說：“這些生物運動鞋有機會先于本地市場發行，然後再進入全球市場，因為在印尼很容易找到纖維生產植物形式的生物潛能。”

他指出，繼發布了一個重要課題，即減少可能破壞環境並對全球氣候變化產生影響的合成纖維基复合材料之後，利用天然纖維來支持纖維素基工業（紡織和制鞋業）的潛力越來越大。

瑪琅縣農民 獲得總統援助

（瑪琅訊）佐科威總統履行前些時候訪問瑪琅縣時，向當地農民承諾的援助，周二（18日）農業部長夏赫魯耳·雅辛·林波在瑪琅縣長沙努西（M Sanusi）陪同下，向一位農民移交了所承諾的農業機械。即是4台手扶拖拉機、1台大型聯合收割機、1台中型聯合收割機、1台多功能動力脫粒機、1台大米包裝機、一台容量為10噸的干燥機。農業部長在新聞

發布會上說：“有了總統先生提供的援助，瑪琅縣將成為牽動其它地區提高糧食生產的火车頭。”

他表明，如果我们成功發展現代農業，農業的發展將發生變化，不僅是水稻和玉米的生產，我們也開發蔬菜、水果、小鴨、鴨子等家畜以及農作物的生產，提高農民的福利。

我希望農民能夠獲得人民業務貸款。我可以協助獲



農業部長夏赫魯耳·雅辛·林波向一位農民移交了佐科威總統所承諾的農業機械。

得銀行提供的便利，瑪琅縣要多少，我們一定幫助。我們準備高達20萬億盾資金。可以凭人民業務貸款開設家庭工業，使農民取得長足的進展。

他最後提醒說：“例如利用人民業務貸款可以建立香蕉產業、重植椰林。我們必須做到這一點，因為瑪琅縣的農業是印尼農業的展示窗。”



國會議長穆海敏·伊斯甘達爾。

投資已開始進入我國 冠病疫情須更認真處理

（雅加達訊）預料我國將在第二季度進入復蘇期。該預測的一項指標是實現投資價值的增长。

根據投資統籌機構（BKPM）的數據，今年第一季度（1月-3月）實現的投資總額為219兆7000億盾，比上一季度增長2.3%。以及與去年同期相比增長了4.3%。

國會議長穆海敏·伊斯甘達爾表示，為了保持有利的投資環境，政府需要採取更多的執行性政策步驟。

此外，到目前為止，應對冠病大流行是一項重大挑戰，因此政府必須更加認真地進行管理。處理冠病的許多政策仍然需要進行各種改進。

他周日（16日）說：“例如禁止返乡過開齋節的政策，尽管已被禁止，但仍無法完全阻止社區的流動。該情況肯定會增加病例激增和冠病毒擴散的风险。”

另一方面，國家疫苗接種綱領尚未達到既定目標。因此，他鼓勵政府完成該綱領，作為應對冠病例激增的處理形式。

穆海敏表示，隨著金融科技和物流等各個領域的初創企業為獲取資金而開始進入股市，相信

我們的投資價值正在恢復。

希望通過這些資金，這些公司可以鼓勵許多微型與中小型企业作為其合作夥伴之一繼續發展。

除初創企業外，考慮到該行業是經濟增長的驅動力之一，特別是對於那些具有高附加值和吸收大量勞動力的行業而言，政府需要繼續鼓勵對製造業的投資。

他認為，通過預算職能，國會需要定期評估國民經濟復蘇（PEN）預算的規模，以維持經濟增長的势头，這部分得益於尚未達到目標的國家疫苗接種綱領的成功實行。

截至2021年4月30日，國民經濟復蘇資金的實現率已達到22.3%。

穆海敏還表示，獲得國民經濟復蘇計劃資助的公司必須能夠對類似的生態系統產生影響，特別是對於那些以中小微型企業為合作夥伴的初創公司。

他說：“國會可以與政府一起重新計算向地區轉移資金的數量，特別是那些有潛力作為投資目的地地區，俾能通過創造就業機會和對地區業務參與者的授權來鼓勵這些地區的經濟增長。”

（KP）

我國最有價值公司 福布斯選出印尼人民銀行

（雅加達訊）印尼人民銀行（BRI）不受冠病疫情的影響，繼續取得世界一流的成就。最近，印尼人民銀行通過福布斯（Forbes）2021年全球2000強全球最大上市公司而被評為印尼最有價值的上市公司。

印尼人民銀行在福布斯官方網站上被列入名單的六家印尼上市公司中排名最高。

總體而言，印尼人民銀行在全球2千家最佳上市公司中排名第362位。此外，印尼人民銀行被列入福布斯2021年世界最佳銀行名單。

今年是印尼人民銀行連續第七年位居榜首。

總經理蘇納爾梭表示，這一成就證明了印尼人民銀行致力於維持可持續發展的承諾，重點是拯救中小微型企業（UMKM），以及作為政府在國民經濟復蘇計劃中的战略合作夥伴而發揮的作用。

全球2000強名單：全球最大的上市公司來自FactSet Research系統，該系統從四個方面（即銷售額，利潤，資產和市場價值）選擇了全球2000家最大的上市公司。

在不利的市場環境中，蘇納爾梭說印尼人民銀行仍然表現良好。該銀行的代碼為BBRI，收入約為100億美元，資產達到1076億美元，利潤為13億美元。

“就銷售額而言，印尼人民銀行排名第1.007位，利潤排名第529位，資產排名第354位，市場價值為505位。”蘇納爾梭揭露說。

他補充，在福布斯全球2000強榜單中有2000家公司的市值增長了47%，達到79兆8000億美元，收入下降了6%，為39兆8000億美元，其利潤下降了24%，2兆5000億美元。

（LDS）

交通部長定下指標 努沙帕尼達港口工程明年竣工

（雅加達訊）交通部長布迪·蘇馬迪·卡爾雅上周六（15日）在雅加達確保，在疫情大流行當中，峇厘建造的帕尼達港口工程仍持續進展，並定下明年竣工的指標。

他指出，當他巡視峇厘·努沙帕尼達建造杉巴蘭海峽渡港工程時表示，雖在疫情大流行之際，建造港口工程仍須持續進展。因此，在進行測查該開齋節期間交通管制情況中，他還測查努沙帕尼達杉巴蘭建造港口工程進度，並定下將在2022年初竣工的指標。

布迪闡明，努沙帕尼達港口將成為峇厘民眾的驕傲，並可望能提整周遭一帶民眾的交通便利

和經濟活動。我們必須在各個地區建設榮耀項目，其中如在峇厘即將成為主要旅遊景點之一，我們必將致力支持。

他說，自去年開始建造的努沙帕尼達杉巴蘭渡港工程，如今工程進度達70%。

該港口將成為海上運輸節點之一，可讓小型船隻穿越到被稱為黃金三角區的沙努爾、努沙帕尼達和努沙芝安寧。

當時參與巡視的隨員其中有克薩貢縣長伊約曼·蘇威爾塔、國營河湖海與渡輪運輸公司總經理伊菴·普絲芭德薇，及交通部河湖海渡港運輸局經理珠珠·穆耳雅娜。

（MIM）

深圳賽格大廈搖晃 專家：可能是共振

总建筑层79层的深圳赛格大厦周二（18日）下午出现摇晃，大批民众撤离，但当时并无地震，相关部门正在核查摇晃原因。有专家认为，这可能是共振现象造成。

综合证券时报客户端和深圳特区报读特新闻消息客户端消息，周二中午，深圳市民爆料称，赛格大厦出现晃动，现场有人员从大厦撤离。深圳消防下午消息指，已接警并出警，具体状况需进一步调查。

深圳市应急管理局值班室说，经查看并分析全市各地震监测台站数据，深圳未发生地震。

《深圳特区报》引述中建科工华南大区总工程师陆建新说，高楼大厦都是有地震分析的，一般情况下是在地震时才会有震动和摆幅。周二如果没有地震的话，赛格大厦出现这种情况是不太正常的。

他表示，从目前掌握信息看，这是一种偶然的频率的巧合，就是共振现



象。目前在没有明确查出原因的情况下，只有这种解释，最后要以权威部门发布的信息为准。

赛格大厦即赛格广场，位于深圳市交通干道深南中路与华强北路交汇处，由深圳赛格集团投资兴建，是深圳市跨世纪的标志性建筑。总高355.8米，总建筑层79层，地上75层，地下四层，总建筑面积达17万平方米。

（早报）

被曝光顧無牌按摩店 調查：港國安處長沒違規行為

被视为香港警队下一任警务处长热门人选的现任国安处处长蔡展鹏，上周被曝光顾无牌按摩店后，被下令休假接受纪律调查；警方周二（18日）傍晚表示，经初步调查，暂时看不到蔡展鹏有违法、违规或不道德行为。

综合《星岛日报》、香港电台等港媒报导，有组织罪案及三合会调查科总警司黄维在记者会上说，警方在3月下旬的巡查行动中，在湾仔一家无牌按摩店，怀疑有人经营色情场所并有卖淫服务，拘捕了六名持香港身份证的女子。

而蔡展鹏当时正身处有关场所，警方经过深入、多角度调查，发现他没有任何不道德及违规行为，调查结果已交给律政司，等候进一步指示。

至于为何周二才发布调查结果，黄维回应，3月下旬巡查行动后，需

要时间调查，在未详细调查前不会披露案件，否则可能影响调查进度和结果。

香港警务处国安处去年才成立，蔡展鹏成为首任处长。据《南华早报》上周二（11日）报导，他早前光顾一家按摩店时，遇到其他警员上门查牌。

由于按摩院是无照经营，而蔡的身份敏感，负责的警员向上级报告，最后惊动警队最高层，知悉事件后决定要彻查，蔡展鹏被要求休假近一个月静候调查。

报导引述不具名的知情警队高级人员说，虽然光顾无照按摩店不至于被逮捕，但蔡展鹏的行为影响了香港警方的形象、损害了警队的名声，因此他可能将面临一项纪律听证。

资料显示，蔡展鹏于1995年加入香港警队担任督察，主要负责保安情



报及行动，去年执掌新成立的国家安全处，出任首任处长。今年初，美国宣布制裁六名中港官员，蔡展鹏是其中一人。

他一度被视为警务处长接班人的热门人选。

（早报）

俄羅斯副外長：不友好國家名單可能擴大

当地时间5月18日，俄罗斯外交部副部长里亚布科夫在接受媒体采访时表示，俄罗斯制定“不友好国家”名单不是无限制的，但是名单也有可能扩大。

他表示，目前美国和捷克是与俄罗斯对抗立场最激烈的国家，俄罗斯是根据实际情况来制定的名单。同时他指出，一个国家是否会从这份名单中除

名，取决于该国当局的行为和其愿意采取的实际行动。

15日，俄罗斯政府批准了对俄不友好国家的名单，其中包括了美国和捷克。根据公布的相关文件，不友好国家的驻俄使领馆将被限制乃至禁止雇佣在俄个人。捷克驻俄使领馆可雇佣的人数为19人，美国使领馆可雇佣人数则为0。

（央视新闻）



熱帶氣旋肆虐印度 船隻失事近百人失蹤

据《今日印度》报导，受热带气旋“陶特”影响，17日印度孟买附近海域两艘驳船失事，共有约410人受难落海。

据悉，这两艘隶属于印度石油天然气公司的驳船分别载有273人和137人，失事原因均与“陶特”有关。印度海军通报称，已派出三艘军舰加入搜救行动，成功救起177名落海者。尽管海上天气恶劣，对其他落海者的搜救仍在继续。

当地时间5月17日，印度孟买，热带气旋“陶特”带来强风与降雨，树木倒伏在充满积水的街道上。

当地时间5月17日，印度孟买，热带气旋“陶特”带来强

风与降雨，树木倒伏在充满积水的街道上。

自本月15日开始，印度南部和西部沿海地区遭受20多年来最严重的热带气旋“陶特”袭击，恶劣天气损毁沿海地带多处村庄房屋和田地。

17日晚间，“陶特”登陆印度古吉拉特邦。该邦部分建筑物遭到严重破坏，港口和主要机场被迫关闭，20多万居民紧急撤离。邻近的马哈拉施特拉邦也有逾1.2万人从沿海地区转移，孟买机场一度关闭数小时。

据法新社统计，截至18日，“陶特”共造成28艘渔船失联，至少21人死亡，96人失踪。

（中新社）

無法繳3760萬令吉欠稅 馬前首相兒子接破產通知

马来西亚前首相纳吉的儿子纳兹夫丁（37岁）因无法缴付所拖欠的3760万令吉（约917万美元）所得税，接获内陆稅收局的破产通知书。代表纳兹夫丁的律师魏永康（译音）通过电子审查系统在高等副主簿官依达拉哈友前进行案件管理后对记者说，相关通知书是在4月30日交给其当事人纳兹夫丁，而纳兹夫丁也在5月6日入禀宣誓书，针对破产通知书提出反对。“纳兹夫丁也入禀另一项申请，要求忽视该破产通告及搁置6月9日前的破产审讯，下一次审讯定在6月21日。”根据入禀法庭的文件，政府透过内陆稅收局于2月4日向吉隆坡高庭申请判纳兹夫丁破产，也在同一天也是向法院申请判定纳吉破产。纳吉因拖欠近17亿令吉所得税，于4月5日接获稅收局的破产通知书。根据通关通知书，纳兹夫丁须缴付所拖欠的3760万令吉所得税，连同从2020年7月6日起（高庭下判日）至2021年2月4日的余额总数年利率5%，即110万令吉，以及1万令吉的费用，因此截至2月4日所须缴付的总数为3875万8370令吉93仙。

据悉，纳吉的另一名儿子莫哈末尼查（42岁）也遭到稅收局追讨欠稅，法庭已谕令莫哈末尼查缴付1316万令吉的所得税欠款。（早报）



台媒：台灣或再停電 約200萬戶將受影響

台湾电力公司周二（18日）发出警示，预测用电量会狂飙，除非有工业用户愿意停机，否则台湾周二很可能又要停电，届时将是台湾在六天内发生的第三起停电事故。当地媒体估算，有约200万户将受到影响。

据《联合报》报导，台电公布，用电占比周二早上尚未到10时已达85%，并呼吁民众在居家上班上课期间，能节约用电、共体时艰，非必要的电器暂时不用；若今仍要执行紧急分区轮流停电，将改从E组依序执行。

另据苹果新闻网报导，台电高层及一级主管内部周二（18日）早上就周一（17日）的停电事故开会找原因，经济部长王美花也在早上7时30分抵达台电坐镇。

台电周二公布，经内部检讨后初步估计，高雄兴达电厂设备故障是周一的大停电肇因，与513人为操作疏失不同。原能会周二则说，核三1号机处在大修阶段，

无法上线。

台电周一公布，规划分区供电模式和513相同，是C、D两区轮流停电，并强调依据分组，今年度分区停电都是C、D区轮流停电，内部会检讨是否更换轮流电组别。

消息人士透露，台电总公司今午左右已下达指令给台电全台各区处，若周二要执行紧急分区轮流停电，将改从E组依序执行。依据台电分区轮流停电规划，全台1400万户分成A到F组别，每组别约200万户，因此E组粗估至少达百万户约200万户。

由于C、D区轮流停电已历经513及周一大停电两次，外传台电接下来为平民怨，下次若再分区，将修改为E、F区轮流停电，往下轮推。

不过，消息人士称，台电全台各区处已接到指令接下来是E组停电，并非E、F组，原因是台电怕一次临时更动E、F两组，影响太大。



杜特爾特禁官員 公開討論南中國海議題

菲律宾总统杜特尔特周一禁止所有内阁官员和相关人士公开谈论南中国海问题，仅可私下讨论。

杜特尔特当天发表全国电视演说时称：“这是我现在向内阁，和所有为政府讲各类话（的人）发出的命令，避免与任何人讨论西菲律宾海。”

两国在南中国海的争议自3月

升温。菲律宾不满数百艘中国渔船以躲避恶劣天气为由，在南沙群岛牛轭礁等菲律宾专属经济区内集结不肯离开，菲方又质疑这些渔船是中国民兵船只。菲律宾外交部长洛辛5月3日更在网上发表用了粗言秽语的帖文，要求中国船只离开南中国海海域，他其后向中国外长王毅道歉。

（早报）



西班牙計劃遣返 6000越境摩洛哥非法移民

根据多家西班牙媒体的消息，截至当地时间5月18日，从摩洛哥越境进入西班牙休达直辖市等领土的非法移民已达到约6000人，其中有约1500名未成年人员。

目前已有一名非法移民在越境的过程中死亡。

西班牙内政部计划就越境非法移民的遣返工作与摩洛哥当

局进行谈判，内政部派出150名警卫人员加速越境摩洛哥移民的遣返工作，截至目前已遣返约1500人。

西班牙首相桑切斯在当地时间5月18日表示，西班牙将在一切挑战面前捍卫休达直辖市作为该国领土的完整性，西政府将尽快使休达局势恢复正常。

（央视新闻）

台新增240本土病例 各級學校停課

台湾周二（18日）新增240起本土冠病确诊病例，全台各级学校将从周三（19日）起停课至28日。

综合台湾媒体报导，台湾周二新增245例确诊病例，其中240例本土，五例境外输入，新增两例死亡。

继双北下令高中职以下各级学校停课，台湾中央疫情指挥中心宣布，全台各级学校自19日起停课至28日止。全台目前已有37名学生确诊，其中大专院校学生最多，有16名学生确诊。

台湾教育部长潘文忠也表示，大专院校及高中以下学校改为线上教学，学生居家远端学习不到校，线上教学为正式课程，暑假期间不另行补课。

周二确诊的病例分布在台湾九个县市，双北仍占多数，共208例，分别为新北市106例、台北市102例，桃园市12例、彰化县10例、基隆市及高雄市各三例、新竹县两例、新竹市及云林县各一例。其中新竹跟云林是首次出现病例。

随著疫情升温，防疫涉及层面大幅加大。国民党立法院党团周二表示，现在台湾面临五缺，缺水、缺电、缺



工、缺疫苗与缺适任的指挥官，呼吁中央疫情指挥中心指挥官应拉高层级，由副领导人赖清德出任。（早报）

英國開展臨床研究 評估孕婦接種冠病疫苗效果

英国国家健康研究所周一（5月17日）说，将开始招募孕妇志愿者参与冠病疫苗接种临床研究，以便深入了解相关的安全性、耐受性和免疫原性。

据英国国家健康研究所网站发布的消息，该机构领衔开展的这项研究涉及Ⅱ期/Ⅲ期临床试验，将在

英国招募约235名健康的怀孕女性志愿者。研究人员希望招募怀孕30周左右的孕妇。

试验将使用美国辉瑞公司与德国BioNTech公司合作研发的冠病疫苗，每位志愿者将间隔21天接种两剂疫苗或者被注射安慰剂。

英国国家健康研究所

说，这项新研究主要是为了获取更多数据来分析孕妇接种辉瑞疫苗后的免疫反应、安全性以及母体抗体转移到新生儿的可能性。英国国家健康研究所冠病疫苗研究项目领衔科学家乌斯季亚诺夫斯基说，团队希望研究成果有助卫生机构找到最好的方式来保护本地人群以及为他们接种疫苗，这其中包括孕妇。

英国政府在疫苗和免疫领域的独立专家组“疫苗接种与免疫联合委员会”已在4月发布相关指引表示，卫生机构应为怀孕女性提供经监管机构批准的冠病疫苗。（早报）

馬國衛生總監轉發 吁政府落實全面封鎖推文

由于冠病疫情恶化，马来西亚卫生总监诺希山5月17日晚在推特上转发了一条呼吁政府落实全面封锁措施的推文，似乎是在表态支持落实全面封锁的措施。

该条由推特用户@izwnnrdn所发布的推文内容为“医疗系统已不胜负荷，必须实施全面封锁！”，并在推文中标记了卫生部、国家安全理事会、诺希山以及国防部高级部长依斯迈沙比里的推特账号。卫生部长阿汉峇峇昨天指出，若雪兰莪的冠病疫情及确诊病例无法控制下来，雪州将会全面落实更严格的行动管制令（MCO）。

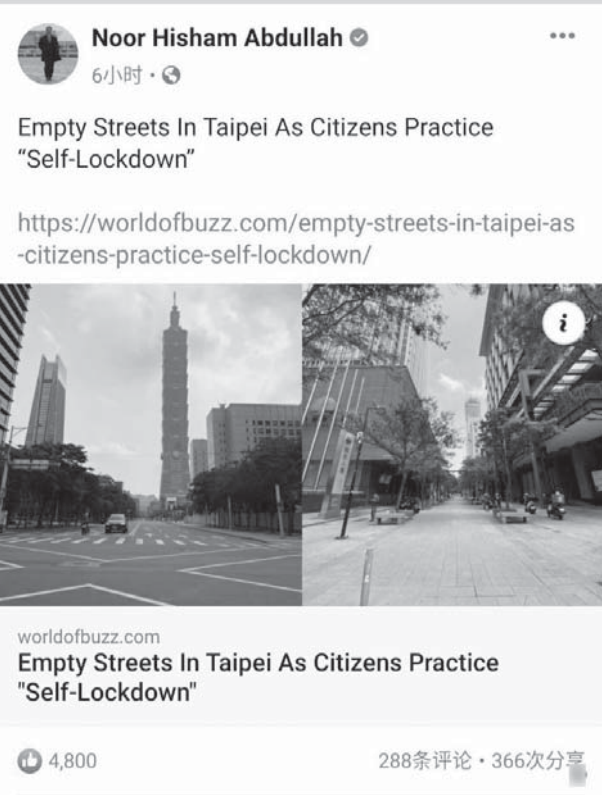
昨天，马国共有45人死于冠病，再次创下单日死亡病例新高，全国累计死亡病例达1947起，而在加护病房接受治

疗的冠病患者人数也高居不下，令医院不胜负荷。

另一方面，诺希山今早在面簿专页及推特上转发了台湾“自主封锁”的文章，引起网民关注。

诺希山所转发的是网络媒体“WORLD OF BUZZ”的文章，内容摘自一名台湾网民所分享的一系列照片，显示在台北人自主封锁的情况下，台北市内的街道、地铁站以及商店都空无一人。

“2021年5月15日，面簿用户袁宗南分享了系列照片，图说为“台北人自动封城了”。”（早报）



印度男子用輪胎汽油 火化河中打撈出屍體

“今日印度”网站18日公布一段争议视频，在印度北方邦伯利亚，当地一名男子用轮胎和汽油火化了一具尸体，视频中警察在旁观看尸体火化。“今日印度”称，这段视频被传至社交媒体上后招致强烈批评，当地5名警察已被停职。

“今日印度”：伯利亚河岸，尸体被用轮胎和汽油火化，相关视频疯传后，5名警察被停职

因北方邦河流中惊现大量浮尸，该邦政府日前受到严厉批评。报导称，随后社交媒体上出现了一段来自该邦伯利亚的视频，视频中警察观看一具尸体被用轮胎和汽油火化，引发争议。

从视频中可以看到：一名男子倒出汽油，并用轮胎将从伯利亚恒河中打捞出来的尸体焚烧。尸体火化过程



中，可以看到多名警察在旁观看。

“今日印度”称，虽然北方邦首席部长约吉·阿迪亚纳特已要求警察部门在河堤上巡逻，确保尸体不被丢弃到河中处理从而危及环境，但伯利亚的警察居然用轮胎和汽油火化尸体。

这段极具争议的视频被传开后，目前伯利亚警方已暂停了5名警察的职务，并下令对此事件展开调查。

当地政府发言人援引北方邦首席部长阿迪亚纳特的话表示，即使尸体无人认领，最后仪式也应按照其宗教信仰进行。（环球网）

泰國監獄疫情吃緊 政府考慮釋放5萬囚犯



泰国正在考虑进行幅度高达16%的监狱减员行动，即释放多达5万名犯人，希望藉此遏制病毒在拥挤不堪的监狱犯人和工作人员之间的快速传播。

十几家人满为患的泰国监狱已累计发现逾1万起新增新冠病例，致使该国单日新增病例在过去一周两次刷新了纪录。根据官方数据，17日新增

病例达到9635起，其中逾三分之一来自监狱。

惩教系统疫情的爆发也反映出了曼谷大都市许多地方的现状。疫情眼下正在当地人口密集的贫民区和建筑工地快速蔓延，甚至连政府大楼也出现了疫情。当地冠病疫苗低接种率也进一步加大了泰国政府所面临的挑战。

（早报）



接種兩劑科興疫苗後 抗體近100%

泰国朱拉隆功大学近日进行的一项研究发现，在接种两剂中国科兴（Sinovac）疫苗的四周后，接种者体内冠病病毒抗体的产生率高达99.49%。

泰国《曼谷邮报》报导，泰国高等教育与科研创新部官员披露，研究发现，有65.9%的接种者在接种第一针的三周后就出现免疫反应，完成两剂接种的四周后，比例高达99.49%。

对于研究结果，这名官员表示，科兴疫苗在增强对冠病病毒的免疫应答方面非常有效。

另外，中国疾控中心研究员、国务院联防联控机制科研攻关组疫苗研发专班专家组成员邵一鸣日前表示，研究数据显示，中国科兴疫苗对在英国、南非、巴西发现的冠病变种毒株均有效。

（早报）

AZ疫苗對抗B1617變種毒株 有效率超過97%

印度一项研究指，阿斯利康疫苗（AstraZeneca，简称AZ疫苗）对抗B1617冠病变种毒株的有效率超过97%。

新德里的因德拉普拉斯塔阿波罗医院此前对3235名已接种阿斯利康疫苗的印度医护人员进行研究。结果显示只有85名医护人员接种疫苗后仍确诊冠病，而住院率仅为0.06%。

医院医学总监西巴尔指出，研究表明疫苗对抗B1617变种毒株的有效率达97.38%，变种病毒突破疫苗防御导致感染仅属极少数情况。

西巴尔更表示研究中没有患者需到深切治疗部留医或死亡，强调阿斯利康疫苗十分有效，接种者即使染疫也只会出现轻微症状。

（早报）



5赴越中國專家 感染B1617病毒

五名赴越南考察的中国专家返回中国后相继检出印度流行的B1617病毒毒株。越南媒体称，有可能是在越南同一酒店隔离的印度染疫专家传染。

综合长安街知事微信公号 and 广西云客户端消息，五名中国专家前晚结束在越南的考察后，经凭祥友谊关口岸回国，入关时陆续检测出新冠病毒核酸阳性。其中重型一例、普通型四例。经综合治疗后，除重型病例仍有轻微的呼吸困难之外，其余病例目前病情基本稳定。

据当地媒体报导，广西与越南间的友谊关口岸首次出现输入型病例后，由援鄂医护专家及自治区相关传染病医疗专家组成的医疗专家组到越南开展境外输入新冠肺炎救治工作。

中国驻越南使馆本月4日提醒，入住越南安沛省如月2号酒店隔离的四名印度专家确诊感染，系印度发现的B1617变异病毒。在上述酒店隔离的中国公民回国入境时核酸检测呈阳性。

曹某某、熊某某、刘某某、何某某、李某某五名中国专家昨晚结束在越南的考察后，经凭祥友谊关口岸回国，入关时陆续检测出冠病核酸阳性。

冠病病毒基因组测序和比对分析显示，五名感染者的病毒进化分支为B1617，属于印度流行的变异株。

越南快讯网刊发文章《中国专家组有可能在隔离酒店被感染》认为越方隔离措施不到位，导致印度专家传染中国专家。

越南传染病专家陈得夫表示，“如月2号宾馆的隔离措施肯定有问题。印度人传染给酒店服务员。永福省被中国专家传染的病人感染的同样是印度流行的变异株。这两个案例表明两者之间存在关系。”

流调显示，4月9日，曹某某等五人从凭祥友谊关口岸出境前往越南安沛省，被安排在如月2号宾馆隔离；4月22日采样核酸检测阴性；4月23日解除隔离；4月23日至29日分别赴永福省、莱州省、安沛省等地考察业务；4月26日晚，曹某某出现发热症状，自行到药店购买退烧药服用后体温恢复正常；4月27日，其余四人出现不同程度的咽痛、咳嗽症状，未就诊、未服药。

曹某某等五名感染者均是凭祥海关在对入境人员开展冠病检测过程中发现的，入境后立即在凭祥市应急救治中心隔离病区接受积极治疗。

（早报）

分類廣告

電話 : 021- 6338139
021- 63868348

HWANG PARABOLA

留在家裡看衛視
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

修理沙發

傢Servis Sofa
傢Kursi Putar
5663968 - 0878 9735 6299

反對伊斯蘭教和歧視穆斯林已經成爲澳洲社會普遍現象

澳洲政府近年来屡屡以指责别国人权状况。但事实上，澳洲本地的人权状况却极不理想，不仅歧视亚裔，而且对穆斯林移民亦出现更加严重的歧视和攻击情况。

2019年11月，澳洲伊斯兰恐惧症登记处发表第二份两年公布一次的《澳洲伊斯兰恐惧症报告》，分析了2016–17年期间登记处接获汇报的349宗伊斯兰恐惧症事件。

结合第一份报告公布的数字，登记处合共在四年内记录了592宗在网上或面对面发生、针对伊斯兰教及穆斯林的偏见、仇恨及非理性的恐惧的事件。

这充分显示在澳洲政府和媒体的煽动下，反对伊斯兰教和歧视穆斯林已经成为社会普遍现象。

长期以来，澳洲都有歧视穆斯林的传统和历史，甚至将穆斯林和伊斯兰教看作异类或落后文明。

比如澳洲政府不顾伊斯兰国家的反对，对2019年纽西兰Christchurch枪击案凶手表示同情，引发很多伊斯兰国家强烈谴责。

而2020年，最近的一项“媒体速览”研究分析了澳大利亚主流报纸和电视节目中与种族相关的观点，结果发现一半以上涉及针对种族的负面报导。

反种族主义非营利组织“ALL Together Now”表示，澳大利亚穆斯林、澳大利亚华裔和澳大利亚原住民是受到种族主义攻击的最大群体。

作为2021年大型报导的组成部分，这项研究仔细检阅了2019年4月至2020年4月来自澳大利亚广播公司、九号电视网（包括《悉尼先驱晨报》和《时代报》）、新闻集团和十号电视网的315篇社评文章。



专案经理珍妮佛·麦克林（Jennifer McLean）对澳大利亚广播公司说，这种“高得惊人的资料”对目标社区产生了重大的现实影响。

“这意味著种族主义不仅仍在主流媒体社评中普遍存在，而且形式也越来越模糊，具有欺骗性，或暗中影射。”她说。

“All Together Now”通过研究讽刺、成见、危言耸听、谬见和更广泛的背景来分析这些文章，发现有些文章常常“模糊了合法的政治批评和种族主义情绪之间的界限”。

另外，近年来的歧视性反恐政策更导致澳洲国内穆斯林移民和白人关系更加十分紧张。

而2021年，SBS摄制的纪录片《澳洲有种族主义吗？》（Is Australia Racist?）显示，1998年，只有3%的人对穆斯林持

负面看法，现在这一比例是32%。

更糟糕的是，这种欺凌针对妇女，在澳洲，有77%的穆斯林女性在公共场合遭遇偏执的种族歧视。

穆斯林群体由于其宗教和传统的独特性，在融入现代社会进程中较难与主流社会群体和谐同步。

同时，伊斯兰教的某些特性也可能被伊斯兰教中的激进势力所利用，他们用“净化”、“圣战”的名义残酷对待异己分子。

特别是受9.11事件的影响，很多宗教极端分子表现出极强的战斗性。

不过，过度反恐不仅不利于宗教种族和谐相处，而且还会引起穆斯林团体的持续不满，催化原有的矛盾，越反越恐，有可能在澳洲国内酿成更大规模的宗教和种族冲突。

■ 贺明

潛入沙巴紅樹林 5恐怖分子遭馬警擊斃

马来西亚警方周一（5月17日）在沙巴州保佛红树林与潜入的疑似菲律宾阿布沙耶夫恐怖分子发生枪战，击毙5人。

星洲网报导，沙巴州警察总监哈扎尼周二在新闻发布会上说，伏诛5人年龄介于20岁至40岁之间，均被证实为阿布沙耶夫组织分子，其中1人是沙巴分队小头目。

他说，菲律宾警方证实，其中一人玛峇宾达（Mabar Binda）涉及菲律宾的炸弹袭击而被通缉。

本月8日凌晨，警方和沙巴东部特别保安指挥区在保佛斯里阿朱纳花园附近的红

树林展开突击行动，逮捕了37名菲律宾非法入境者，8人证实是阿布沙耶夫恐怖分子，其中2人是通缉犯。

哈扎尼说，在获悉嫌犯潜回该地点后，警方周一早上11时27分展开联合行动，在违章屋前拍门要求进去检查时，1名嫌犯突从其中一间房屋里面开门，并向警方开枪，其他同夥持枪械和巴冷刀袭击警察。“警察为自保只能开枪还击，经过一轮驳火后，5名嫌犯当场被击毙。”

警方事后在现场搜获2把柯尔特自动手枪、2个弹匣、20枚活弹、2个弹壳及3把巴



冷刀。

哈扎尼说：“随著5名嫌犯被歼灭和之前的8人被捕后，警方相信已成功瓦解了阿布沙耶夫在沙巴的其中一个据点和分队。”

他补充，警方相信5名伏诛者在上周逃走後，没有其他去处，加上该片红树林易守难攻及地点隐秘，才决定冒险返回。

（早报）

緬甸克欽獨立武裝 襲擊多輛政府軍油料運輸車



当地时间5月18日7时30分许，缅甸克钦独立军在掸邦北部贵概附近袭击了一辆政府军的油料运输车，导致汽车起火爆炸。

据克钦独立军发言人瑙布介绍，这一轮针对政府军油料运输车的袭击从此前一晚就已

经开始，到目前已至少袭击了7辆油料运输车。

另据了解，连日来，缅甸政府军与克钦独立军在曼西、贵概一带持续发生冲突。期间政府军出动重炮，对克钦独立军控制区进行了长时间炮击。

（央视新闻）

尼泊爾告誡登山者 警惕氣旋風暴引發風險

鉴于阿拉伯海气旋风暴“陶特”可能给尼泊尔境内高山地区带来大范围降雪，日前尼泊尔当局已向登山者发出警示。

尼泊尔旅游局及水文和气象局官员均表示，已告誡登山者防范潜在风险并采取预防措施。尼泊尔旅游局官员米拉·阿查尔雅估计，目前尼泊尔境内高山上约有500名登山者及其助手，但尼泊尔登山探险公司则认为不止这个数。

“七峰徒步公司”总裁明玛·夏尔巴说，仅在世界最高峰珠穆朗玛峰上就有大约400名登山者、夏尔巴向导和他的公司人员。由于下雪导致登山计划延迟，登山者和他的公司人员已经撤回到珠峰大本营。

夏尔巴同时表示，他的公司目前无意让登山者从山上撤回，原因在于不少



登山者在等待天气好转，预计可在5月底开始登山。

据了解，尼泊尔政府今年春季共发

放了740张登山许可证，登山者的夏尔巴向导和其他助手则无须申请登山许可证。（央视新闻）



以軍轟炸殃及加沙城 唯一冠病檢測實驗室

巴勒斯坦加沙地带卫生部门官员18日证实，以色列战机当天的轰炸行动造成加沙里玛勒区一处冠病检测实验室无法运转。

加沙地带卫生部门高级官员里什说，轰炸造成实验室部分设备受损。据悉，该实验室是加沙

城唯一从事冠病检测的实验室。

另据以色列媒体当天援引以国防军发言人的话报导，以军战机当天轰炸了巴勒斯坦伊斯兰抵抗运动（哈马斯）设在里玛勒区的政治和军事“神经中枢”。

（早报）

以色列總理感謝25國支持 波黑澄清：我們並沒有

据土耳其阿纳多卢通讯社报导，在巴以再次爆发冲突之际，以色列总理内塔尼亚胡在当地时间15日发推文，感谢多国支持以色列对哈马斯开展的行动。推文写道：“感谢你们坚定地站在以色列这一边，支持我们在面对恐怖袭击时的自卫权。”

在这条推文中，内塔尼亚胡还贴出了据称支持以色列的25个国家的国旗，其中包括美国、阿尔巴尼亚、澳大利亚、奥地利、波斯尼亚和黑塞哥维那（简称波黑）、巴西、德国、捷克等国家。

但是，在这条推文发出后不久，两名波黑政府官员就驳斥了内塔尼亚胡的这一说法，称波黑不支持以色列袭击巴勒斯坦平民。

波斯尼亚和黑塞哥维那主席团成员舍菲克·扎费罗维奇（Šefik Džaferović）在社交媒体脸书上发文称，“以色列总理内塔尼亚胡将波黑国旗放在支持以色列当前行动的国家之列。我要向内塔尼亚胡总理传达的信息是，波斯尼亚和黑塞哥维那没有也不

可能支持以色列军队在加沙杀害无辜平民。”

他呼吁内塔尼亚胡结束对加沙的“不成比例的袭击”，为巴勒斯坦和以色列人民建立和平作出贡献。

波黑外长图尔科维奇（Bisera Turkovic）也驳斥了内塔尼亚胡的这条推文，她在一份声明中称，“波黑支持巴勒斯坦和以色列之间达成公正解决方案，任何袭击都不会带来和平与稳定。我们呼吁立即停止造成无辜人民丧生的袭击。只有谈判才能带来持久的和平。我们也支持有助于制止暴力浪潮的倡议。”

（环球时报）



美議員指美聯社 想給哈馬斯當人肉盾牌

据福克斯新闻网报导，当地时间5月17日，共和党参议员汤姆·科顿就以军炸毁美联社所在加沙媒体大楼一事，指责美联社涉嫌与哈马斯共享工作空间，质问美联社是否打算给“恐怖组织”当人肉盾牌？美联社此前否认该楼有哈马斯的机构，以色列方面也尚未提供任何与此有关的证据。

当地时间5月15日，以色列国防军轰炸了加沙地带一栋大楼，包括美联社、半岛电视台在内的多家媒体都在此大楼办公。

以色列国防军在社交媒体发表声明称，哈马斯“已将加沙地带的居民区变为军事据点”，用于多种“军事目的”，包括情报收集、攻击策划和指挥以及通信联络等，称被炸毁的加沙国际媒体办公楼是“合法的军事目标”。

福克斯新闻网报导称，科顿质问美联社为何与哈马斯哈马斯共用一座大楼？他声称“这些勇敢的记者当然知道他

们的邻居是谁”，并进一步指责美联社“是否有意让自己被一个美国指定的恐怖组织用作人肉盾牌？美联社是否多年来一直对哈马斯的恶行避而不谈？”

对于震惊国际舆论的以军轰炸加沙媒体大楼一事，美联社执行总编辑萨莉·布兹比16日要求进行独立调查。美联社分社社长乔·费德曼此前表示，他本人从没见过楼里有哈马斯的相关机构。

他说：“我问同事们楼里有没有什么可能会成为以色列的打击目标，我们当时什么都没想到。”

以色列内塔尼亚胡16日现身美国CBS节目，再次为以色列轰炸加沙媒体大楼辩护，称这是“完全合法的目标”。但当CBS主持人追问时，他没有提供任何证据。

美国国务卿布林肯17日说，华盛顿已经要求以色列提供有关空袭理由的更多细节，但他目前尚未看到任何信息。

美對中國商品加徵關稅 美企承擔大部分額外費用

据美国消费者新闻与商业频道（CNBC）18日报导，美国穆迪投资者服务公司在其17日一份报告中称，美国企业正承受著中美贸易战高峰时期提高关税而造成的大部分成本负担。

报导称，这份报告显示，美国进口商承担了美国对中国商品加征20%关税中90%以上的额外费用。该报告表示，按照该关税税率来看，这意味著美国进口商需为中国商品支付高出原价约18.5%的费用，而中国出口商仅少赚了1.5%。

报导称，除了美国进口商，该机构报告显示，美国出口商也承受了中国所加征关税的大部分费用。报导称，造成这种现状的部分原因是这些美国出口商品（例如农产品）替代性较强，也可以从其他地方进行采购。

报导还提到，该机构补充说道，“如果关税依然存在，美国零售商的压力可能会增加，从而产生更大压力转嫁到消费者（购买的）价格上”。

报导介绍到，在美国前总统特朗普任期内，中美开始互相加征关税。穆迪投资者服务公司表示，大多数关税政策至今仍然生效，并影响了两国间超过一半的贸易流量。



报导称，不少经济学家和企业曾表示，特朗普对中国加征关税损害了美国经济。美国现任总统拜登此前曾表示，他不同意特朗普对中国采取的关税措施，但同时表示并不急于扭转其前任政策。报导还称，拜登政府此前曾暗示，对使用关税与中国所谓“不公平的贸易行为”进行斗争持开放态度。

然而近日有报导称，美国贸易代表戴

琦称，她期待在近期有机会跟中方贸易官员会面。5月6日，中国外交部发言人汪文斌在例行记者会上对此表示，作为原则，我愿意重申，中美经贸合作的本质是互利共赢，中美双方存在广泛的共同利益和巨大的合作空间。对于两国经贸关系中出现的一些问题，应当本著相互尊重、平等协商的精神妥善加以解决。

（环球网）



港國泰航空料貨運航班運作 陸續恢復

香港主要航空公司国泰航空周二说，已有超过80%的驻港机师及逾40%的驻港机舱服务员预约或已接种疫苗，隨著更多机组人员全面接种疫苗，预期5月的货运航班运作将陆续恢复；但客运方面则仍然未见需求有实质改善的迹象。

据路透社报导，国泰航空说，因全球疫情持续，香港及

多个市场实施旅游限制及检疫措施，公司4月份因应需求疲弱而继续大幅削减运力。月内载客2.24万人次，同比上升63.2%，但相比2019年4月疫情前的水平则大跌99.3%。

至于货运方面，国泰航空4月份运载7.31万吨货物及邮件，按年下跌13.6%。

（早报）



中國老齡化速度非常快 應加強對養老產業支持

中国清华大学社会科学学院院长教授、养老金融50人论坛秘书长董克用周二说，未来二三十年中国老龄化速度会非常快，但由于养老金待遇水平较低、传统养老观念等制约了养老产业发展，建议政策加强对养老产业的支持，解决产业发展中的资本需求问题。

据路透社报导，董克用在新浪金融麒麟保险高峰论坛上发言指出：“今后二三十年中国老龄化速度会非常快，...65岁及以上人口数量占总人口的比重会以45度线向上。”更重要的是，虽然未来65岁及以上人口也会下降，但占人口的比重会保持长期稳定，约有三分之一的人口会是老年人。

目前，三支柱养老金模式成为各国的普遍选择，其中第一支柱为政府主导的公共养老金，第二支柱为企业主导的职业养老金，第三支柱为个人主导的个人养老金。中国二、三支柱养老金积累与发达国家存在较大差距。

董克用援引中美养老金结

构数据称，以2018年为例，美国第二、三支柱养老金资产占当年GDP的比重合计为135.55%，而中国这一数字仅为7.3%，且以第一支柱为主（占GDP的比重为5.65%）。

他说：“所以不要以美国人没有存钱都在消费。”近两年中美养老金资产占GDP的比重变化不大。

从这点看，中国养老产业发展潜力巨大，但实际情况却不然。一方面，中国当前养老金待遇水平较低，养老金替代率（退休后的养老金领取水平与退休前工资收入水平的比率）只有45%；另一方面，传统的养老观念制约需求，养老行业微利也制约了行业的发展。

他说：“我们的调研显示，即便是很好的养老模式，如果没有重资产的抵押，就没有办法把经营管理的模式进行推广，因为轻资产无法抵押，因此加快养老服务业的发展必须有新的思路。”

（早报）



菲律賓調低 2021年經濟增長預期

5月18日，菲律宾经济团队将该国2021年的经济增长目标从此前的6.5%至7.5%调低至6%至7%。

菲律宾预算部长阿维萨多称，做出这一调整是基于新冠病毒变异株导致的疫情反弹，以及该国近期实行的较为严格的社区隔离措施。

菲律宾也将2022年的经济增长目标从8%至10%调低

至7%至9%，2023年和2024年度的经济增长目标为6%至7%。

但阿维萨多称，菲律宾的经济有望在2022年恢复至疫情之前的水平。

5月11日，菲律宾统计局公布数据称，菲律宾的国内生产总值（GDP）在2021年第一季度经济萎缩4.2%。

（央视新闻）

台灣受高溫乾旱影響 農損近6億元新台幣

台当局“农委会农粮署”发布的最新统计显示，受高温干旱影响，今年3月至5月18日17时，全台农作物损失估计达5.9173亿元(新台幣，下同)。

其中，屏东县和南投县损失较重，分别损失2.6909亿元和1.2914亿元。此外，高雄市损失6556万元，嘉义县损失5197万元，台中市损失2546万元，台南市损失1743万元。

据《工商时报》报导，全台农作物受损面积共10309公顷，损害程度27%。受损农作物主要为改良种芒果，受损面积1872公顷，损害程度40%，

换算成无收获面积为748公顷，损失金额2.3558亿元。此外，受损农作物还包括茶叶、荔枝、本地种芒果及柳橙等。

受干旱影响，今年4月开始，苗栗、台中及彰化等县市实施供五天、停两天的限水措施。

另据华视新闻网报导，台湾干旱持续，供应台中地区用水的德基水库，目前蓄水率只剩2%，“水库底部变成峡谷”。农民甚至要两天才能给农作物浇一次水，高丽菜因为缺水长不大，李子树也开始落果。（中新社）



江蘇盱眙小龍蝦開捕 200斤頭網蝦賣出25萬餘元

18日，隨著一声号响，200条捕捞船千帆竞发，400名虾农著朴素服装，头戴斗笠，开始捕捞小龙虾，第二十一届中国·盱眙国际龙虾节开捕仪式正式启动。

头网寓意讨个“头彩”“开门红”。捕获头网龙虾后，头网龙虾拍卖仪式在现场举办，10家竞拍企业叫价竞买，拍卖师一锤定音，锁定获拍者。最后，200斤头网虾被拍出256000元，款项由盱眙慈善总会监管，用于开展慈善公益活动。

盱眙位于淮河下游，洪泽湖南岸，水资源十分丰富。全县水域面积96万亩，拥有126座水库，塘坝5000余座，淮河流经江苏段72公里全部在盱眙境内，洪泽湖七分之一面积、四分之一岸线位于盱眙。

从2000年首次举办龙虾节开始，21年来，盱眙始终秉持“办节为媒、产业为要、发

展为本”的办节主旨，铸就了“盱眙龙虾”和“龙虾节庆”两块闻名全国的金字招牌，现如今，盱眙龙虾品牌价值达到215.51亿元，6年蝉联全国地理标志产品区域品牌水产类第一名，盱眙也走出了一条“一虾先行、诸业并进”的特色发展之路。

目前，盱眙龙虾养殖面积达83.5万亩，其中“虾稻共生”达66.5万亩，池塘养殖17万亩，成功获批国家稻渔综合种养示范区、国家现代农业产业园创建、全国“互联网+”农产品出村进城工程试点县。数据显示，当地园区土地流转率达71.67%，“虾稻共生”带动亩均净增收2600元左右。

同样是小龙虾，为何盱眙龙虾备受食客追捧？盱眙县龙虾创业学院院长董培能介绍，盱眙不仅生态优越、气候适宜，水体洁净、水草丰美，还创新出“虾稻共生”综合种养



模式。作为小龙虾中的“白富美”，盱眙龙虾形成了“三白两多”，即腹白、腮白、肉白，黄多、肉多的特色。

在口味研制上，盱眙人不断创新，做法独具匠心。经过二十多年的发展，盱眙人以“十三香龙虾”起步，打造出泡菜、冰镇、蒜蓉等30多种口味的龙虾系列美食，成为淮扬

菜人气美食。

此外，盱眙著力构建龙虾全产业链格局。全县拥有龙虾产品加工企业70余家，从事龙虾产业人员近20万人，全国龙虾餐饮加盟店超2000家，各类网店近2000家。目前形成了龙虾美食、龙虾饲料、龙虾调料、龙虾香米四大系列产品，达到百亿级产业规模。（中新网）

美媒誣稱蘋果公司 將用戶數據交給中國政府

《纽约时报》17日刊出所谓“调查报导”，宣称苹果公司向北京低头，将“台独”列为不能在应用程序出现的议题，且将中国用户个人资料存进中国国营企业管理的数据中心，等同将数据交给中国政府。

报导宣称，苹果公司为配合中国2017年施行的《网络安全法》，同意将中国用户个人资料存进中国国营企业管理的服务器。

报导还声称，苹果在中国的数据中心实际上由政府人员控制。苹果同意将能解锁中国用户个人资料的数字钥匙存在这些数据中心，并在中国放弃苹果在其他数据中心使用的加密技术。

在5月18日的外交部例行记者会上，

有外媒记者提及所谓贵阳苹果公司数据中心，并就《纽约时报》上述报导向发言人赵立坚提问。

赵立坚表示，关于你提到的苹果公司有关的具体情况，我没有听说。我愿简要回应3点：

第一，尊重中国的主权和领土完整，遵守中国的法律法规，是所有在华经营外国公司的基本遵循和应有之义；

第二，中国法律对于保障包括数据安全和个人信息在内的公民和组织合法权益作出了明确规定。中国政府严格践行数据



安全保护有关原则，禁止并依法打击相关违法行为；

第三，美国是世界上臭名昭著的黑客帝国和窃密帝国，连自己的盟友都不放过。美国政府肆意获取本国民众个人信息的报导屡见不鲜。美国还是收起那套贼喊捉贼，抹黑中国的把戏吧。

（环球网）

下一段婚姻不輕易承諾 阿嬌：我怕擔不起



現年40歲的阿嬌（鍾欣潼）2018年與賴弘國結婚後，僅維持了兩年便離婚收場。前夫賴弘國近日突然暴瘦，而阿嬌也暴肥上節目，引起大家熱議。她最近接受中國大陸媒體訪問說，對下一段婚姻不會輕易給承諾，因為怕担不起。

阿嬌認為婚姻和戀愛比起來，要考慮更多現實問題，“婚姻就很現實，兩個人都要去正

視很多問題。而愛情相對來說就不用用这么多的承諾。”

而被問到如果有機會踏入下一段婚姻，最需要考虑什么前提，阿嬌坦言如果有机会的话，会不想那么容易给对方承诺：“因为我担不起，也是要顾及对方感受，我也不想给对方增加那么大的压力，因为我是个艺人，怕他们突然要面对那么大的关注。同时也是给对方隐私，不想他有那么多的曝光机会。”

被问到现阶段的感情状况，阿娇坦承目前没有抗拒，但这两年比较属于“活在当下”的状态，开心就好。

阿娇透露，平常喜欢看相亲类的节目，“比自己谈恋爱还要开心，觉得好青春啦！因为他们有一种年轻人的行动力，那种暧昧的感觉很久没有出现了。”

谈到各阶段年龄层恋爱，阿娇认为，20岁恋爱可以尝试很多东西，“因

为还对很多的事情没确定，不知道自己喜欢什么，那个人对自己是真是假，能够在很多不确定的因素之下勇敢去爱。”

但30岁的感情就是处于在瓶颈期，阿娇坦言这期间：“想找男朋友也没有，想谈恋爱又没对象，又怀疑自己是不是老了，别人会不会看得上自己。”

阿娇如今到了40岁，认为女生应保持矜持，不要那么容易地表白自己很爱一个人，认为女生在爱情里容易吃亏，男生也容易不会去珍惜。

阿娇认为在工作中，健康为第一优先，工作则为第二顺位，对于目前生活规划阿娇表示：“现在的生活过得开心就好，工作也挺顺利，很期待Twins的20周年，将会带来电影、电视剧、歌曲，甚至是演唱会，今年会很忙碌于工作。”（早报）

王力宏45歲生日 曬狂野照



維斯)。

王力宏16日深夜于社媒更新近况，即将在17日度过45岁生日的他，久违地晒出一张自拍照，穿著白色衬衫，眉头深锁地对著镜子拍照，黑色长发绑成一根根细长辫子，下巴与嘴巴周边长满浓密、茂盛的胡须渣，加上健康的小麦肤色，粗犷狂野的造型瞬间吸引大批网友目光，他还配文“老实说，我不记得上次刮胡或剪头发是啥时候了。”

“辫子头”照片PO出不久就有破万网友按赞，大批粉丝留言：“突然想起神鬼奇航”“力宏大突破”“就保持这样也不错啊”“生日快乐！但我还是比较喜欢你短发，看起来干净一点”“是不是很快就要出雷鬼专辑了”“天哪！这真的是你吗？我完全认不出来啊！”

中国当红偶像龚俊17日也在王力宏微博为他庆生，“二哥，生日快乐！”网友评论：“破次元壁了”“双厨狂喜”“想知道两个人是怎么认识的”。（早报）

崔泰俊正式退伍

18日，据崔泰俊所属社STUDIO SANTA CLAUS娱乐透露，崔泰俊将在18日结束服役退伍。崔泰俊于2019年8月1日进入新兵训练所，因健康问题接受基础训练之后，一直作为社会服务要员代替服役。

2001年，崔泰俊出演SBS爱情电视剧《钢琴别恋》以儿童演员的身份正式出道。此后，陆续出演了韩剧《丑八怪警报》、《妈妈的庭院》、《Missing9》、《看见味道的少女》、《拜托了，妈妈》、《狱中花》、《奇怪的搭档》等多部作品。

另外，2018年3月崔泰俊与朴信惠承认恋情引起了人们的关注。（来源：bnt新闻）



黃子佼甜譜情歌獻妻 樂見《如倭似漆》成婚禮歌

黃子佼（佼佼）与孟耿如去年3月登记结婚，无奈好事多磨，小两口的婚宴三度受到疫情搅局，原定前天下午举办，由LuLu主持，张小燕证婚的秘密派对和家宴宣告取消。

佼佼原定在派对上播放已逝的宝贝狗儿子元气回顾影片，昨天下午5点20分象征“我爱你”的时间在面簿首度公开。而佼佼秘密制作送爱妻的自创曲《如倭似漆》也放上网公开，佼佼希望其中的温暖能抚慰大家在疫情时忐忑不安的心。

《如倭似漆》从歌词到MV，是“佼孟”夫妻档的全记录，歌词的“五行汤”“水养鸡”暗藏首次约会的珍贵回忆，黄子佼本来担心私密的歌词唱来尴尬，但“纪念性最大！不该害羞”。黄子佼期许《如》能成为新的婚礼



歌，他笑说：“免费授权！祝福天下男男、女女、男女，都如倭似漆！但办婚礼千万别像我们一样好事多磨啊！”（早报）

RE - ALUM

ROOF ALUMINIUM 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)

- SPANDECK 930
- ALVARIB 1000
- TWIN SUPERSPAN 960
- LT 7
- GELOMBANG / WAIVY

GARANSI 40 TAHUN

RINGAN DAN HEMAT

TAHAN SEGALA CUACA

MOTIF EMBOSS JERUK YANG INDAH & MENAWAN

MENJAGA SUHU RUANGAN TETAP SEJUK & NYAMAN

ANTI KARAT & TIDAK MUDAH PECAH

TIDAK MUDAH TERBAKAR

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 -17 th 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 Elektrik: Siong- Siong +628123518772 Ailen Utami Dewi +62811330673 DR. Alim markus +62816508935
Contact Person PVC : Hendrik +6287851618508 Tandri +628123587561 DR. Alim markus +62816508935	Contact Person Logam Jawa : Welly +6287851171972 Tjen Cie +628123216699 DR. Alim markus +62816508935
Contact Person Enamel : Weber +62813333333043 Edwin +6281235745988 DR. Alim markus +62816508935	Contact Person Maxim : Hendy +6285746166610 Edwin +6281235745988 DR. Alim markus +62816508935

Distributor UMKM Tertawa Merasa Lebih Untung 2.8%

→「国家男童唱诗班」领唱澳洲国歌。

佛誕節暨多元文化嘉年華會 齊禱世人平安

墨尔本佛光山及国际佛光会墨尔本协会5月15日至16日在联邦广场(Federation Square)举办2021年「佛诞节暨多元文化嘉年华会」,并于15日举行开幕仪式,驻墨尔本台北经济文化办事处处长林起文、副组长王伟年及侨务秘书康雅雄应邀参加。

澳洲总理Scott Morrison特别预录影片祝贺,佛光山监寺觉旻法师(代表佛光山澳纽教区总住持满可法师),国际佛光会墨尔本协会会长余文杰、维州参议员Tien Kieu(代表维州多元文化厅厅长Ros Spencer)、澳洲联邦参议员Janet Rice(代表澳洲绿党)、维州议会友台小组共同主席Neil Angus(代表反对党维州领袖Michael O'Brien)、墨尔本市议员Olivia Ball(代表市长Sally Capp)、Kevin Louey、Philip Le Liu、Jason Chang、万年兴市副市长Anna Chen、白马市市议员Tina Liu、侨务谘询委员刘国强等政要及侨领皆出席。

活动开始由「墨尔本中华青年会」带来精彩的舞龙舞狮吸引众人围观,接著进行向原住先民致敬的「Welcome to Country」传统仪式,随后恭迎澳洲国旗及国际佛教旗进场,并由「国家男童唱诗班」(National Boys Choir)领唱澳洲国歌,进行「世界和平祈福仪式」(World Peace Blessing Ceremony)及浴佛典礼,阐扬佛教尊敬、平等及怜悯的深义,场面庄严肃穆。



「墨尔本中华青年会」带来精彩的舞龙舞狮表演。

「佛诞节暨多元文化嘉年华会」是墨尔本地区多元文化盛事之一,1996年首次在墨尔本举办,2020年受疫情影响停办。今年为第25周年,也是疫情后第一场在联邦广场



林处长(左三)与政要及侨领合影。

举行的大型活动,为遵守相关防疫规范,今年取消美食摊位,另规划莲花圣区及浴佛区,供民众静坐冥想及祝祷祈福,吸引许多民众前往体验。(侨务电子报)

東華大學舉辦僑青文化節



据上海市侨联网站消息,日前,由东华大学侨联、侨青委举办的首届侨青文化节开幕。上海市侨联主席齐全胜出席启动仪式,并召开“推进高校侨联建设”调研座谈会。

侨青文化节将历时三周,围绕“侨心向党”主题,陆续举办“青侨问道”圆桌访谈、校友企业家与海归青年座谈交流会、侨海论坛、侨青论坛、海归科普讲座、侨青科技秀、走进G60科创走廊、走进长宁时尚新地标、走进嘉善等活动,为海归青年教师搭建“学术、科技、文化、服务”多元交流发展平台。

“侨青文化节对松江等地区高校侨界青年开放,在融通共享中引导海归青年助力推动长三角一体化发展及G60科创走廊建设,使文化节成为引导海归青年思想的‘粘合剂’、学科交叉融合的‘催化剂’、产学研合作的‘助推剂’、文化交流的‘润滑剂’、发展成才的‘强化剂’。”东华大学党委副书记崔运花介绍。

启动仪式上推出的东华大学侨联品牌项目“青侨问道”圆桌访谈进行了“首秀”,东华大学功能材料研究中心主任江莞教授、上海龙头股份有限公司党委书记兼董事长王卫民校友、上海交通大学科学技术发展研究院院长朱新远校友、东华大学侨联主席朱利民教授结合

自身科研、创业等经历,与现场侨青们交流了经验和感悟。

启动仪式上,还向东华大学侨联首批海外委员颁发了聘书,有关代表接受了聘书。仪式上还发布了东华大学侨青会微信号,进行了侨务知识竞答。

“创新、引领、精心、解渴、联动,东华大学首办侨青文化节对本市高校侨联工作有启示意义。”齐全胜在致辞时说。

启动仪式后,市侨联一行与东华大学统战部、侨联负责人和侨界专家代表进行了座谈。东华大学市委常委、统战部部长朱英主持。会上,朱利民介绍了东华大学侨联工作,东华大学侨联副主席、侨青委会会长游正伟介绍了侨青委工作情况,东华大学侨联名誉副主席邱夷平介绍了十年援疆工作情况,江莞交流了“中国侨界贡献奖”获奖心得,长宁区侨联副主席、东华大学科研院副院长王宏志介绍了区校侨联合作交流情况。

齐全胜在讲话中对东华大学侨联在党委和统战部领导和支持下积极有为给予充分肯定。他说,中国侨联即将在沪召开推进全国高校侨联建设工作经验交流会,这是侨界的一件大事,体现了中国侨联对高校侨联建设的高度重视和对上海高校侨联工作的信任支持。市侨联要会同全市各高校侨联抓住契机,全面回顾总结经验,扎实做好当前工作,认真谋划长远发展,协同办好会议。(中国侨网)

中國·紹興(上虞)第五屆孝文化節將啓 傳世中華孝德

(绍兴讯)孝德传千古,淳风润今朝。5月20日至21日,2021中国·绍兴(上虞)第五届孝文化节将在“中国孝德文化之乡”浙江省绍兴市上虞区举行,围绕“孝”这一中华民族生生不息的精神基因,业内专家学者将共研“以孝鉴治”课题,中华儿女将同祭“孝女曹娥”,共同勾勒孝德传承新画卷。

党的十九届五中全会明确提出,到2035年建成文化强国的远景目标。作为中华文化的重要组成部分,孝德文化经过数千年的洗礼与积淀,在今天依然焕发生命力。

上虞是中华孝德文化的重要发源地,“事亲至孝”的虞舜、“孝感动天”的曹娥便出于此地,崇孝的优秀品德历经千年而不衰,影响著一代又一代的上虞民众。近年来,当地充分挖掘孝德文化资源,打造中华孝德园等“精神地标”,不断擦亮孝德文化“金字招牌”,尤其2017年以来,上虞成功举办四届孝文化节,以多元的传承之势掀起全民“孝德风尚”。

中共百年华诞之际,适逢第五届孝文化节。5月20日下午,“孝行天下 不忘初心”——2021中国·绍兴(上虞)第五届孝文化节开幕式暨“以孝鉴治”文化峰会将在上虞举行,中国国民党前代理主席林政则、第十二届全国政协副主席马培华将以视频致贺。

“文以载道,以文化



2021中国·绍兴(上虞)第五届孝文化节。

人”,根植于中国人内心深处孝德文化,如何与社会之治有效衔接,产生“孝治”的化学反应?此次峰会上,外交部原副部长、北京大学燕京学堂特聘教授何亚非,浙大城市学院城市大脑研究院党政整体智治中心主任应腾,浙江大学生态规划与景观设计研究所所长、浙江大学旅游与地产研究中心主任、浙江大学旅游与休闲研究院副院长严力蛟,盘古智库老龄社会研究中心主任、中国红十字基金会理事、阿里巴巴商学院学术委员梁春晓将发表主题演讲,分别聚焦国际、教育、人文、科技等视角纵论孝德文化的新时代价值,探究“以孝鉴治”。

本届孝文化节期间,新时代的行孝之道将被一一解答,包括在上虞中华孝德园设立浙江大学传媒与国际文化学院孝德文化教育基地,扩容孝德文化教育平台;上虞将与杭州城市大脑研究院合作共建上虞孝德文化数字化未来社区,以数字化改革

推进社区老龄化服务升级;将举行“孝感瞬间”最佳随手拍摄影基地授牌仪式,借力新平台再掀孝德之风;启用上虞区第四轮慈善冠名基金,以社会之力助推县域善治。

传世中华孝德,亦要孝行天下。5月21日上午,2021中国·绍兴(上虞)第五届孝文化节暨孝女曹娥祭祀大典将举行,约170位中华儿女将奉祭于凤凰山麓孝德广场孝女曹娥像前。此次祭祀大典创新加入“洋主播”,意在向国际发出中国好声音。

据悉,2021中国·绍兴(上虞)第五届孝文化节由浙江省民族宗教事务委员会、浙江省归国华侨联合会、浙江省文化和旅游厅、浙江省文物局指导,由中共绍兴市上虞区委、绍兴市上虞区人民政府、中国新闻社浙江分社主办,由中共绍兴市上虞区委宣传部、中共绍兴市上虞区委统战部、浙江省上虞曹娥江旅游度假区管理委员会承办。(中新网)

僑鄉福州長樂鄉廚成“正規軍” 推動閩菜走向海外



乡宴乡厨外烩烹饪现场。

(福州讯)不久前,73岁的福州市长乐区“雁峰厨艺世家”第三代传人陈道如,受聘为福州市餐饮烹饪行业协会长乐区外烩分会总顾问;陈传增、陈国官两位乡厨也受聘为福州市餐饮烹饪行业协会长乐区外烩分会顾问。与此同时,来自长乐十八个乡镇(街道)的乡厨们齐聚长乐区梅花镇,共话闽菜传承与发展。

近年来,福州大举推动闽菜技艺保护。福州市人大常委会颁布实施《福州市闽菜技艺文化保护条例》,擦亮“闽菜文化”这一独具闽都风情的城市名片。福州日前也出台第一批闽菜技艺保护名录项目,30道热菜和35道福州风味小吃上榜。

目前,福州正在开展闽菜技艺文化调查、整理工作,选定70岁以上闽菜大师,拟以视频等数字化形式将菜谱制作过程保存下来;还将筹建闽菜博物馆,评定闽菜项目代表性传承人及工作室。

福州市餐饮烹饪行业协会会长黄履冰受访时表示,近年福建餐饮界抱团发展,推动闽菜走向海外,“长乐乡厨饱含乡土活力,绝不容小觑”。

黄履冰透露,据不完全统计,目前福州市各县(市)区的外烩服务团队

有逾2000个,从业者逾万人,每年外烩餐饮场次20余万场次,办桌数达500万桌,用餐者超过5000万人次。

福州市餐饮烹饪行业协会长乐区外烩分会2019年3月成立以来,举办长乐首届乡厨厨艺大赛,参与打造10



“雁峰厨艺世家”总厨陈道如、漳港厨师陈传增、金峰上陈村厨师陈国官获颁聘书。

集大型美食纪录片《烟火·福州》,许多乡厨登台亮相。

在拥有弟子300余人的陈道如看来,乡厨多是散兵作战,作为“外烩分会”纳入协会管理,有助于技能提升和食品安全监管,“列入正规军”,“很适时”。

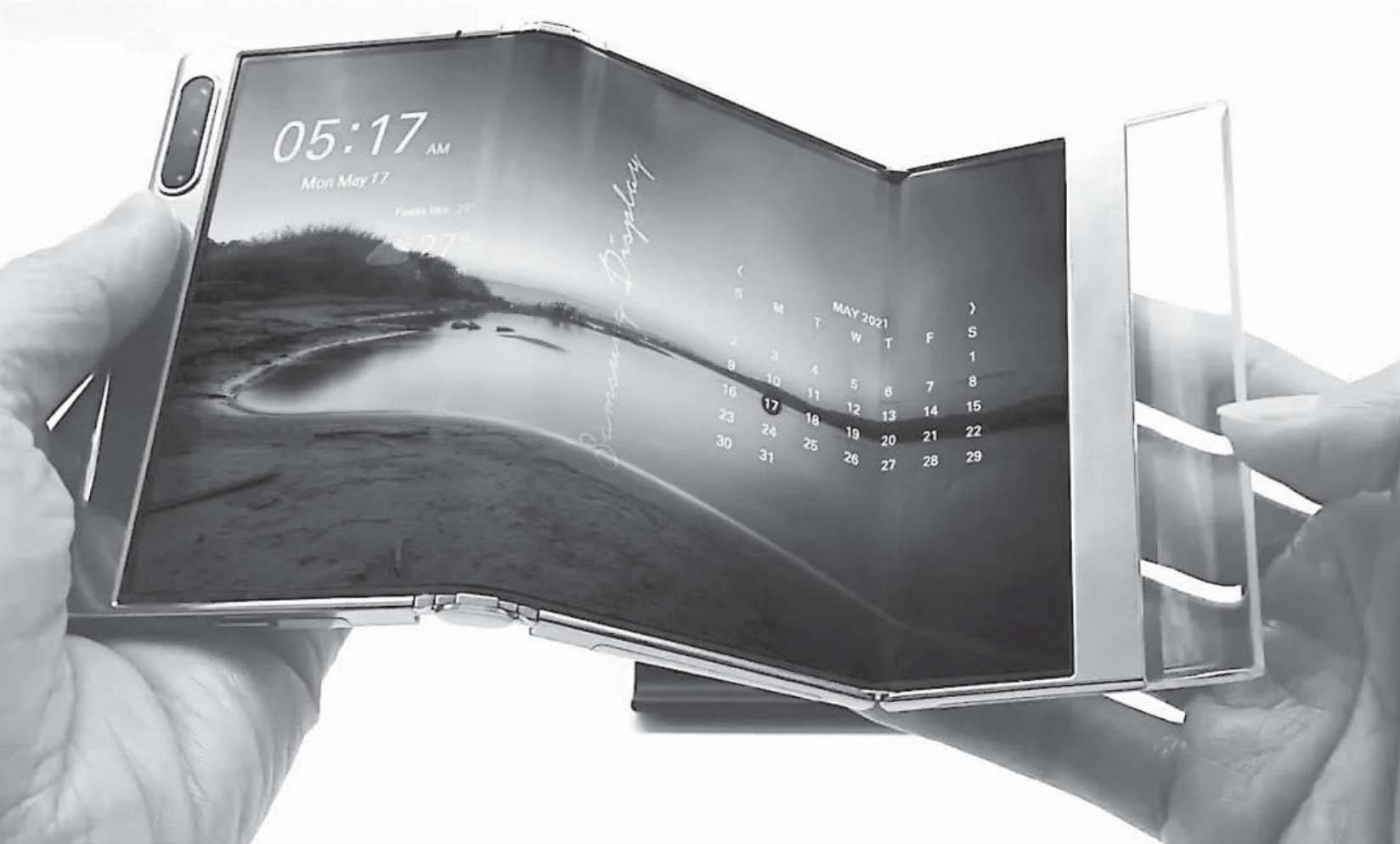
其实,陈道如十分谦虚。他是雁峰厨艺世家第三代传人,也是资深中

国烹饪大师,三百余个徒弟中高手众多,现在有两成遍布于美国、日本和欧洲各国从事餐饮业。

长乐是中国著名侨乡,长乐物产丰富,经济比较发达,加上当地乡风民俗的影响,乡宴以规模大、规格高在福建全省著称。除了在长乐,乡厨们也经常被邀请到福州的福清、闽侯、平潭等地办乡宴。(中新网)



福州市长乐区18个乡镇街道厨邦齐聚共话闽菜的传承与发展。



三星將展示下一代OLED技術：S形可折疊顯示屏可滑動顯示屏等

IT之家消息从三星显示获悉，三星显示将参加由国际信息显示学会（SID）主办的SID Display Week 2021在线展会，展示S形可折叠显示屏（S-foldable）、可滑动显示屏（Slidable）、屏下摄像头（UPC）等下一代OLED技术。

IT之家了解到，三星显示将通过视频的方式，介绍S形可折叠显示屏，它采用OLED技术，是一种可多次折叠的产品——

两次内外折叠。折叠时能像智能手机一样使用，完全展开时则像平板电脑一样。此外，三星显示还将展示17英寸可折叠显示屏。这款产品当以4：3的屏幕比例进行折叠时，可呈现一块平板电脑大小般的屏幕；展开后，则是一块17英寸显示器级别的屏幕。可滑动显示屏产品则能在保持现有智能手机外观的同时，在水平方向拉伸屏

幕，充分发挥大屏优势。三星表示，它仅有普通智能手机大小。“当屏幕拉伸后，可以进行多任务处理或大屏幕视频、内容欣赏。”屏下摄像头方面，三星表示，这是一种全面屏技术，通过将前置摄像头安装在显示屏下，提升摄像头模块部分显示屏的透射率，确保摄像头功能，从而最大程度减少顶部边框，最大化显示屏幕。

蘋果難以解決技術問題：新MacBookPro被迫推遲發布

前不久，苹果发布了搭载Mini LED屏幕的iPad Pro，这种屏幕带来了更高的亮度、更丰富的色彩等新特性，饱受用户好评，被称为史诗升级。此前消息称，苹果将会在第三季度发布新一代MacBook Pro，该机同样会升级Mini LED屏，带来前所未有的显示效果。不过，根据相关媒体最新报导，苹果目前的Mini LED屏生产面临一些技术相关问题，产能也严重不足，因此新MacBook Pro可能会被14/16英寸将会被直接推迟至明年发布。

同时，刚刚发布的iPad Pro也受到了该问题的影响，根据苹果官网显示，目前该机的发货日期已经推迟至7月份，等待时间高达两个月。需要注意的是，新MacBook Pro在芯片生产上或许也存在一些问题，此前消息称该机将搭载苹果最新一代自研M2芯片，其将采用台积电第二代5nm工艺，相较第一代



的功耗降低了10%、性能增加了5%，并有望进一步提升核心数量。但是，目前因全球芯片极度缺乏，整个芯片产业链都出现严重供应不足，所以M2芯片的生产进度也并不乐观。

根据相关媒体报导，苹果目前已经将部分Mac的生产推迟到今年下半年。与此同时，苹果公司还发出警告称，全球芯片短缺将在第三季度对iPad和Mac造成约30-40亿美元的影响。

華為首款能測血壓智能手錶來了！已獲註冊檢驗

作为最常见的慢性病之一，高血压是心脏病、脑卒中发病最重要的危险因素。5月17日，“世界高血压日”来临之际，华为消费者业务手机产品线总裁何刚宣布，华为在腕上穿戴式血压测量技术研究上取得突破性进展，首款可以测量血压的华为智能手表，已通过医疗器械注册检验。下一步将联合专业医疗机构开启注册临床试验，预计将在下半年正式上市。

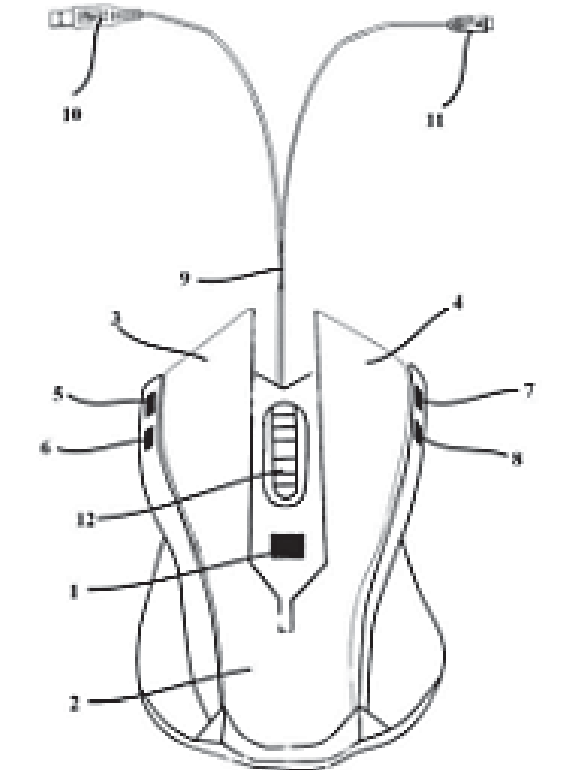
在今年1月举办的华为花粉年会上，何刚表示，华为目前正在研发可穿戴血压测

量设备，并将与国内知名机构启动高血压管理研究，探索从筛查到早期干预的血压创新主动健康管理。何刚提到，华为一直深耕于运动健康领域，致力于把数字科技带给每个个体，与广大花粉携手进入数字健康新时代。未来，华为的数字健康研究会逐步覆盖人体的四大生命体征：脉搏、血压、体温和呼吸。值得一提的是，华为正在进行冠心病智能筛查与预警的联合研究，借助华为智能手表心电采集能力，融合PPG、ACC数据实现冠心病智能筛查与预警，帮助消费者



英特爾希望在12代酷睿這一代推廣ATX12VO標準

在PC电源标准方面，英特尔有著绝对的话语权。目前ATX12V就是英特尔主导制定并推广的，毕竟英特尔涉足CPU、芯片组，其制定标准也方便PC行业发展。随著英特尔第十二代酷睿将于年底上市，英特尔藉此机会推广ATX12VO标准，但难度有点大。与ATX12V标准相比，ATX12VO标准相对来说更加节能。其移除了除12V以外所有电压挡，将这些挡位全部转移至主板上。如此设计的好处是，电源转换效率更高，而且可以更好的满足大功率硬件。同时电源设计也将大大简化，从而降低待机功耗。但不好的地方在于，主板设计将会更加复杂，成本也会更高。并且英特尔想要在年底的12代酷睿上推广该设计，意味著电源厂和主板厂需要在5个月以内拿出已验证的产品，时间非常紧张。也正是这个原因，电源和主板厂商对此有著強烈意见，可以预见不会有几款Z690主板采用ATX12VO标准。



比亞迪公佈“多功能鼠標”專利：可替代鍵盤

IT之家消息，企查查App显示，近日，比亚迪关于“一种多功能鼠标”专利信息被授权公开，专利公开号为CN213210986U，公开日期为5月14日。专利摘要显示，本实用新型属于电子设备技术领域，涉及一种多功能鼠标，包括鼠标本体、控制主板、左键、右键、滚轮和切换开关；切换开关打开后，为左键和右键赋予新的键值，第二左键键值和第二右键键值均相当于键盘上的某一键值，使其达到模拟键盘的目的，只需利用切换开关就可以在鼠标和模拟键盘之间自由切换。比亚迪介绍称，用户不安装专用驱动时，可为图中侧边键5、6、7、8赋予特殊的键值，分别对外输出“↑”、“↓”、“←”、“→”，可以令鼠标相当于一个微型模拟键盘。

据IT之家了解，比亚迪此项专利中所描述的新型鼠标，并不适合于大多数场景，而是专门适合于少数缺少USB接口的场景。用户在正常场景中，使用鼠标+键盘的效率，显然要大于仅仅用此鼠标的效率，但是在少数场景，例如重装系统的时候，需要同时插入启动U盘、键盘和鼠标，如果用户的主板的USB接口不够用的话，那么这种新鼠标就派上用场了。

微軟確認Win10新版讓人興奮：諸多驚喜新功能來了

对于接下来的Windows 10更新，微软暗示是让人兴奋，当然他们也在为之作准备。据外媒报导称，微软正在迅速动工，将Windows 10X的用户界面改进移植到今年晚些时候的“太阳谷”重要更新上来。最新一轮的泄漏揭示了更多的Windows 10X太阳谷更新及其新的行动中心（通知中心）的重新设计，以及即将推出的具有圆角的应用程序对话框的新图片。Win10“太阳谷”令人兴奋：微软证实诸多Win 10X的功能移植微软已经开始在审查构建中测试行动中心的一些Windows 10X UI功能。来自预览版的图片显示，与Windows 10 Sun Valley Update一起出现的整体行动中心界面相当令人熟悉，其中有一些来自被取消的Windows 10X的明显的UI增强。由此，我们几乎可以确认，太阳谷更新一将在未来几个月内发布一将使用Windows 10X的核心组件的UI功能。浮动菜单也将成为更新后的用户界面的一个核心功能，它可能会延伸到行动中心。任务栏的截图显示它的跳转列表（右键菜单）采用了浮动设计。

其他改进包括更多的圆角和浮动跳转列表和菜单，这些之前也都在Windows 10X新的设计方案中出现过。微软选择在Windows 10X带来的创新和改进的基础上改进Windows 10主流版本可能是最明智的选择，因为历史上看，任何低于完整版Windows的设定在市场上总是注定要失败。微软高管已经暗示，他们对即将到来的Windows的功能感到兴奋。在Build 2021开发者大会期间或之后，我们很可能会听到更多关于下一代Windows的消息。



2021詩教論壇在京舉辦 學者吁發揮詩歌當代教化功能

(北京訊) 由国际儒联教育传播普及委员会主办的“溯源风雅再启弦歌2021诗教论坛”15日在京举行，来自儒学、诗学及吟诵领域的20余名专家学者与会共同探讨。

中国是诗之国度，拥有悠久的诗歌创作、阅读、欣赏历史，诗对于人们的生活、心灵塑造以及整个民族精神的涵育、中华文化的发展绵延都发挥了重要的作用。国际儒联副会长兼任教育传播普及委员会主任张践指出，尤其是以儒家为主体的中华文化学术传统，形成了以诗来抒发、化导、提升心灵，增加生活之美，畅达美化人际以及了解社会人心、改善社会治理等种种目标的“诗教”，诗教与礼教、乐教共同成为中华文化“六经”“六艺”传统的纲要，化民成俗，育才济世。

他坦言，由于种种原因，诗教的传统已经淡漠，人们对诗的认知与研究也基本限于文学领域，这既不符合历史文化传统，也不足以深刻充分地认知诗及其功能，更难谈到“诗教”。在今天大力弘扬中华优秀传统文化的形势下，提倡并推行诗教，非常重要，也非常紧迫。这也是举办2021诗教论坛的初衷，深入研讨以儒学为主体的中华优秀传统文化的教育传播普及工作，期望凝聚共识，汇聚力量，为中华文化的当代

弘扬，实现优秀传统文化“创造性转化、创新性发展”贡献力量。

“六经”当中《诗经》为先，六艺当中，也离不开诗。因此，在山西大学国学院院长、文学院教授、博士生导师刘毓庆看来，《诗经》在几千年的中国历史上所产生的作用和影响，绝非“诗歌总集”这样的定位。它是“诗”，也是“经”。“诗”是本质，“经”则是历史与社会所赋予的文化角色。《诗经》承载的价值观念与道德意识，

及其感化人心、化民易俗的功能，直接影响了中国文化底色的形成，在构建中华优秀传统文化的大厦中都起到了支柱性的作用。

中国语文报刊协会会长王晨则认为：“诗教对人的启蒙教育、文化底蕴熏陶、审美造诣形成等诸多方面都有至关重要的作用，目前，大中小学是诗教氛围最集中的地方，重视诗教文化的建设，陶冶性情，传承中华文化，达到立德树人的教育目标，是摆在我们面前的使命。”

清华大学中文系教授马银琴指出，诗歌的最高境界——“温柔敦厚而不愚”。

而不愚”的追求，实际上包含著两个方面的文化内涵：一方面，“依违讽谏”的文化传统造就了《诗》温柔敦厚、平和内敛的精神风格，“发乎情，止乎礼义”，情感的抒发始终在礼义的有效节制之下，不容易出现极端化的情绪表达，由此形成了中国文化乐而不淫、哀而不伤、怨而不怒的抒情机制与审美风尚。另一方面，“不愚”的要求又使人能够在温柔敦厚的追求中不放弃对基本原则的坚守，在情动于中而形于言的过程中察微知著、明辨是非。因此，只有真正领悟《诗》之讽谏精神的人，才能够在秉持温柔敦厚之旨时明辨是非、坚持原则，成就“不愚”的理想境界。

西北师范大学文学院教授周奉真更是从当代角度为“诗教”的重构给与建议：诗教传统的价值在于诗歌对国民人格的培养，在于诗歌对全体国民家国情怀的培育上。我们应以社会主义核心价值观为价值取向，继承“思无邪”“温柔敦厚”等优秀传统诗教精神，著重突出诗歌的审美价值，不仅将“诗教”确定为大中小学教育的内容，还要纳入公共文化服务体系，倡导全社会举办各种诗歌活动，进入当代生活，构建当代的诗教文化。

据悉，本次论坛除大会发言外，还设有诗教探源、诗学阐微、现代诗教、再启弦歌四个分论坛，从诗教各个重要方面研讨相关问题。(中新网)



↑ 国际儒联副会长兼任教育传播普及委员会主任张践发言。



论坛大会发言现场。

浙江台州 線上義診搭起海外問診的遠程橋梁

(台州讯) 浙江省台州市侨办、台州市侨联为台州医院送上了印有“风格高尚暖侨心，无私援助解侨忧”的锦旗，感谢该院医护人员为身处海外的侨胞抗击新冠肺炎疫情提供的诸多帮助与关怀。

不久前，一名身处乍得的侨胞想了解新冠肺炎相关知识，台州市侨联工作人员及时邀请台州医院的专业医生一起组群，在“云端”为乍得侨胞解答疑惑，并提供用药指导。据悉，该乍得侨胞目前核酸检测为阴性。

这样迅速、专业地响应侨胞战疫情的需求，在疫情期间发挥着重要作用。

“医生，我出现发热症状，是不是感染了新冠肺炎？”“稍微动一下就感觉呼吸很费力，咳嗽有点痰中带血？”“我核酸抗体阳性，我一定是被感染了？”“我要吃什么药才会有效果呢？”在疫情期间，远在墨西哥的侨胞林先生在线上新冠肺炎防治专线免费义诊平台向台州恩泽医疗中心的医护人员进行询问。

林先生说：“幸好我当时发现比较早，症状比较轻，平时身体素质也较好。在家隔离期间，台州恩泽医疗中心的医护人员在线上的图文咨询和电话里回答了我很多问题。针对我的情况教我怎么防护，指导我饮食用药，帮我心理减压，还每天对我进行线上视频随访，持续跟踪我的治疗情况，让我对治愈更有信心。”

记者了解到，疫情期间，台州恩泽医疗中心推出了线上新冠肺炎防治专线免费义诊平台，在提供全天候免费服务同时，还设立了17个咨询通道以应对咨询信息流。

同时，台州恩泽医疗中心还组成了以呼吸科、内科、全科、儿科、心理咨询科专家为

主的“新型肺炎”公益咨询专家团队。考虑到各类人群的实际需求，该团队采取了电话专线、微信轻问诊、视频问诊、医疗机构之间的远程会诊四种方式进行线上服务。

据悉，让患者从第一次咨询到康复的整个过程都能得到专属医疗团队专业、安全、可追踪的闭环健康指导服务是“互联网+防疫”的初衷。针对不同的服务场景，台州恩泽医疗中心还分别推出发热咨询服务、居家隔离人群服务、在院治疗期间服务、治愈院后跟进随访服务等全流程支持。

台州恩泽医疗中心通过对接台州市侨办、侨联，以“无论你在世界那个角落，祖国永远和你在一起”为主题邀请呼吸科、感染科专家开展线上科普直播，全面、权威解答海外侨胞的疑问。

台州恩泽医疗中心的互联网工作人员加入侨办各国近20个联络群，对群内侨胞提供相关疫情防控健康科普，专家咨询，互动交流，随访跟踪等志愿服务，进行线上疫情筛查及情绪安抚作用，也为远在世界各地华侨华人带去家乡的牵挂和医疗支持。

据悉，2020年，台州恩泽医疗中心为600余万台州民众搭起线上防护的远程桥梁。(中新网)

“感觉我经历了一回‘鬼门关’，能平安回国非常感谢台州医院和互联网中心的医务人员。”林先生说，回国后他一定要来医院，对当时在线上为他提供帮助的医护人员表示感谢。“如今，我对自身防疫有了一些经验，我还运用学到的知识指导生活在国外的华侨华人正确佩戴口罩和洗手，并叮嘱他们在及时补充营养，加强锻炼，保持良好心态。”(中新网)



贈送錦旗。

“故宮主題郵票特展” 讓文物與郵票同框輝映



(北京訊) “国家名片紫禁瑰宝——故宫主题邮票特展”于5月18日起在故宫博物院斋宫展厅对公众开放。

邮票与故宫的渊源深厚。1953年，体现中国古代工匠高超技艺和卓越才能的故宫角楼第一次出现在邮票上。1982年，明清扇面画成为第一次出现在邮票上的故宫文物。此后，越来越多的故宫古建筑和馆藏文物成为邮票设计师钟爱的设计主题。1998年，故宫太和殿与法国卢浮宫一起登上中国和法国联合发行的特种邮票，开启了故宫博物院在国际舞台上展示传播中国文化的新篇章。2003年，故宫邮局在紫禁城里正式开业。

展览的最大亮点在于“邮票与文

物同框，历史与时代相映”，首次将新中国发行的故宫主题邮票和相应的故宫文物合璧呈现，在展现故宫文化和邮票文化的同时，通过科技赋能加强互动，见微知著，让广大参观者体验到“文物活了起来，邮票活了起来”的观展感受。

展览现场，共展出邮票56套1732枚(含故宫主题邮票52套1590枚)，邮票手稿等珍贵展品54件，联合发行首日封13件；配合邮票展出的25件故宫文物，涵盖书画、玉器、珐琅器、青铜器、瓷器、家具等多个门类，与主题的邮票对比展出，交相辉映。

展览内容分为“江山多娇”“美轮美奂”“大有既藏”“邮传万里”四个单元。第一单元“江山多娇”选取富有象征意义的壮美山河主题邮



票《长江》《长城》《黄山》《黄河》展现祖国的大好河山，对应故宫博物院收藏文物《四景山水图》《五岳图》《千里江山图》的影像展现祖国的生机勃勃、生生不息；第二单元“美轮美奂”展现紫禁城主体建筑群，辅以邮票设计原稿、雕刻稿、古建影像，再现紫禁城建筑魅力；第三单元“大有既藏”通过文物和邮票的对照，特别是最新发行的《五牛图》邮票，体现从文物到邮票设计、雕刻、印制等全过程，表现邮票印制的科技水平。

第四单元“邮传万里”以中外联合发行邮票中的故宫题材为主线，展现故宫文物和中国邮票在党和国家外交、文化交流等活动中发挥的文化传播作用，体现中华文明在兼融并蓄中历久弥新。展览将持续至7月18日，不单独售票，每日预约接待观众3000人。(中新网)

第四期海外“理想”家長講壇 談中醫不生病的智慧

(福建訊) 华侨大学举办第四期海外华校“理想”家长讲坛，邀请华侨大学医学院林胜辉老师主讲《中医不生病的智慧——体质养生》。

林胜辉在讲座中通过中西医对比，引出了中医在调理体质上的优势。介绍了影响体质的五大因素，即先天因素、社会环境和饮食因素、社会地理因素、个人行为和精神因素、学习因素，并根据中国人的九种体质类型给出了分类调理方法。此外，林胜辉还针对当下疫情形势，从中医药学角度给出了防护建议。

在互动环节，林胜辉对海外听众提出的诸多问题给予了细致解答，赢得一致好评。有来自菲律宾的听众表示，“之前对体质问题一直有疑惑，这次听完老师的讲座，学习到了很多东西，也感受到了中医学的博大精深”，来自缅甸的听众则留言道“感谢老师的耐心解答，我对自己的体质有了正确的认识，也学到了很多在疫情期间保护自己的有效方法，感谢华侨大学的精心组织”。

本期讲坛由法国语言文化国际交



流协会、法国华文教育协会、海外华文传媒协会、阿根廷华文教育基金会、菲律宾华文学校联合会、东南华侨教育文化交流会、欧洲华裔商学院、华侨大学海外华商管理研究团队等多家海外华教组织联合协办，直播时段吸引了来自法国、菲律宾、缅甸等国的130余位华校家长和教师参与。

据悉，海外“理想”家长讲坛是

华侨大学针对海外华人家庭教育问题于本年度推出的新型项目，举办至今受到海外良好反响，已有亚太通讯社、英国富中传媒、法国青年网、菲律宾五大华报等十余家海外华文媒体对活动予以报道，在上月举办的欧洲华文教育大会上亦受到多位海外华校校长的关注与好评。应海外需求，英国教育专场将于本月下旬开展。



你的早餐可能傷身 戒掉3個晨間習慣

好的早晨习惯让人一整天元气满满，坏的早晨习惯，则会让人不只觉得身体疲惫，就连心情也跟著受影响。然而，哪些坏习惯是我们该戒掉的？中医师金素兴整理了三大NG习惯，提醒民众早上一定要尽量避免。

起床NG习惯一：马上看手机

自从生活被智慧型手机入侵，许多人起床就习惯看手机，有的人甚至连吃早餐、上厕所都黏著手机不放。虽然人体在起床前，就会开始分泌压力贺尔蒙皮质醇，但如果脑袋接收到具有刺激性的讯息，如：令人难过的新闻，皮质醇的分泌则会急剧上升，让人在一天都还没有正式开始之前，就已经承受过多的压力。（睡不饱、压力荷尔蒙失调？心理师3招告别压力不失眠）

因此在脑袋正式清醒之前，最好都不要碰手机，如果觉得无聊的话，可以透过音乐调剂，让心情保持在平稳的状态，直到出门后再看手机。

起床NG习惯二：喝咖啡

起床前人体的皮质醇会开始分泌，并在几个小时内维持在高峰，提供活动所需要的能量，此时如果再喝咖啡，则会让人体承受的紧张感增加。

此外，直到吃早餐前，人体会呈现空腹状态，这个时候如果喝咖啡，则有可能刺激胃粘膜导致胃食道逆流、胃炎。（起床一定要喝水！5个超简单却比补药更补的小习惯）

比起咖啡，会更建议在起床时喝一杯水，而且温度也必须注意。由于冰冷的水会吓到肠胃，除了影响消化机能，还可能会影响早餐的食欲。因此，会建议喝温水，不只能够清除多余的胃酸、排除毒素，同时也能让肠胃准备好消化早餐。

起床NG习惯三：只吃碳水化合物跟糖分

包含麦片、面包、饭团等，这些只包含碳水化合物及糖分的食品，会让血糖突然上升。

由于人体在睡眠时，为了维持人体内分泌代谢，会消耗掉许多能量，导致人体处于低血糖状态，此时若摄取会让血糖暴增的食物，会刺激胰岛素大量分泌。

因为胰岛素分泌，血糖又会马上骤降，并刺激空腹贺尔蒙分泌，再度产生食欲。这样的血糖及内分泌变化，容易导致早上昏昏沈沈，甚至会产生疲惫感。

因此，早餐通常会建议吃鸡蛋、沙拉等食品，如果想要吃点甜的，则可以摄取一点水果，防止血糖大起大落，影响一天的作息。（早安健康）



脊椎歪斜導致凸肚腰痛 物理治療一分鐘趴著就改善

物理治疗师临床多年的解答，最简单又有效的复健动作

身为一名拥有多年复健临床经验的物理治疗师，我不断思考究竟要如何让人健康延长寿命，而不因为年老、生病等问题而需长期卧床。最后我得到的答案是：趴姿。

虽然很多人都会因此感到无比惊讶：“只要单纯趴著就好了？”但相信我，要改善身体各种不适，没有比趴著更好的方式。其实，在物理治疗的领域，趴的姿势是很常见的疗法，正式名称为“俯卧疗法”（prone position therapy），多用于呼吸复健，是一种人工呼吸道照护的姿势，可协助排痰和预防呛咳。另外，也是一种常用于脑中风、骨外科相关疾病的复健姿势。

我曾遇过一个案例，有名患者因为双脚无力，担心将来有长期卧床的危机，因此来寻求治疗方法。

这名患者一开始连趴著都难以做到，却在持续坚持训练，并搭配皮拉提斯等各种治疗辅助后，得到显著的效果，最后竟然可以独自行走。更令人开心的是，因为背肌伸展的关系，他的食量也增加了，体重不再往下掉，拥有更健康的身体。

不只是高龄者才有这样的效果。不分年龄，只要每天保有健康的习惯，都能有效改善驼背、肩膀僵硬、腰痛、行走困难、慢性疲劳、自律神经失调、凸肚圆腹、食欲不振、睡眠障碍等各种身体不适。

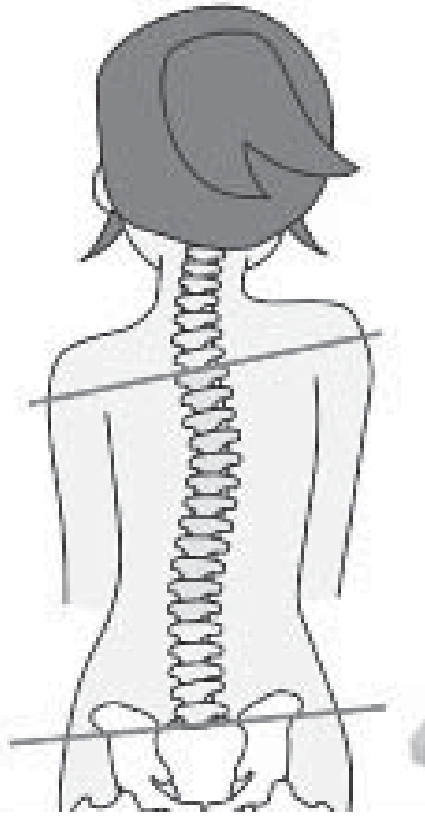
不分年龄都有效果！

趴著的姿势不只适用于高龄的久卧者，即使是现在身体尚未出现大问题的年轻人，这样做也有效用。很多人体验过后都反应腰痛或肩膀僵硬获得改善，尤其是在睡眠上的变化最为明显，变得很好入睡，睡眠品质提高了，长期累积的疲劳也渐渐消除。

长期姿势不佳，导致身体狂发警讯

在这个时代，大家免不了长时间维持前倾的姿势。譬如，操作电脑、使用手机、办公室里的文书工作、搭乘捷运或坐车移动等等，都是生活中常见的例子。然而，大家对于这样的前倾姿势会改变骨骼与内脏排列的问题，却没有一丝警觉性。（姿势不良让关节错位、内脏老化！坐著弯腰呼吸1分钟改善）

例如：脊椎歪斜后重心偏移，颈部必须花费更多的力气，才能支撑重量不轻的头部，头部也因此比脊椎更往前突出。肩颈为了支撑头部而负荷过重，导致肩膀僵硬。



不仅如此，原本呈S形的脊椎也会变形，使核心肌力失衡，造成腰痛。变形的脊椎还会影响骨盆，当骨盆位置歪斜时，连带影响髋关节的活动，造成行走困难。

另外，脊椎是自律神经的通道，所以当脊椎的排列不正时，自律神经的运作也会因此紊乱，引起失眠等问题。姿势不佳带来不必要的肌肉失衡或紧绷，使血液循环不良，也会导致手脚冰冷。而且，脊椎变形还可能影响呼吸，这部分将于后续再详细为大家说明。

容易发生在高龄者身上的吸入性肺炎，其实也受到姿势不佳的影响。因为驼背使头部向前突出，造成头部、颈部的位置偏移，如此一来，吃东西时就会影响到吞咽肌肉的活动，增加呛到的机率。

诸如此类的身体不适，其实都是衍生自姿势不良的问题。因此，一旦姿势调整好，便能改善这些不适的状况。

开始实践！尝试趴著看看，你办得到吗？对有些人来说，一开始可能有点困难，但只要每天持续下去，就会感觉到身体一点一滴的变化。

若趴著的时候没有感觉任何不舒服，持续1分钟以上也可以！建议在晚上睡前1分钟进行，习惯之后，早上刚起床时也可以做，逐渐增加时间，效果更好。

只要是平地，铺上垫子之后，就可以趴下来了。脸朝自己舒服的方向即可。如果不会感到不舒服，也可以不时换个方向。

手掌向下。趴著的时候，脚可以活动。脚尖朝向不同的方向也没关系。

趴著

1.肩膀或手臂不舒服的人，手臂可往下摆放！

趴著

2.腰痛或腰部严重前凸的人，可在腹部下方垫枕头或软垫！

严重驼背、髋关节无法伸展的人，可配合身体状况调整枕头高度。高度不够时可再垫一个枕头，避免不舒服。

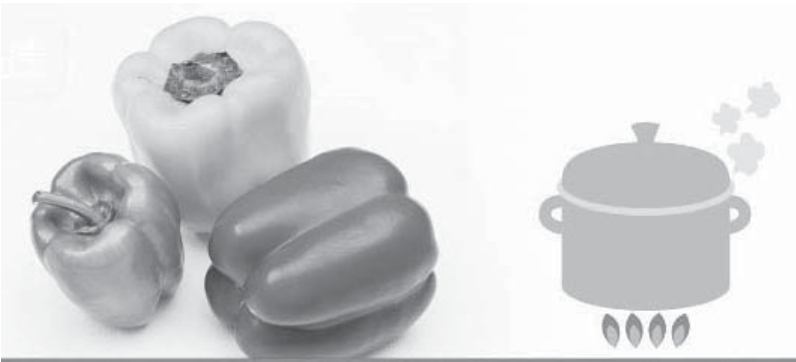
趴著

3.可双手交叠，放在额头下方！

趴著

4.脸朝向哪一边都可以！（请朝向自己感到舒服的方向）。（早安健康）

維生素C含量這些蔬菜比奇異果強



许多民众早已熟知，维生素C是维持肌肤美丽、不易老化的秘诀。不过事实上除了美肤的用途外，维生素C还对人体有诸多好处。由于维生素C会随著尿液排出体外，来一起看看有什么小技巧可以让我们在摄取维生素C时更有效率吧！

摄取维生素C除了美肤外，还可以防止动脉硬化！

在一篇由日本营养师由佳理监修的文章中指出，维生素C能辅助胶原蛋白生成、抑制黑色素过度生成，是担任整顿肌肤环境角色的营养素。其次，也因其有抗氧化作用，可对维持身体年轻、防止老化的效果抱有期待。

除了美肤的功效外，日本公益财团法人长寿科学振兴财团的“健康长寿net”表示，维生素C又被称为抗坏血酸，因其有著抗氧化作用，可能具有防止动脉硬化，以及维持微血管、牙齿、软骨等正常机能的好处。若维生素C不足，则可能会引起坏血病，令人焦躁、贫血、肌肉减少、甚至引起心脏疾病。

摄取维生素C只能靠“吃”，哪些蔬果能补C？

虽然维生素C对人体的好处多多，然而可惜的是，由于人体缺少合成维生素C的必要酵素，使得人类无法自行合成。因此，除了从食物中摄取别无他法。

若要提到富含维生素C的食品，或许不少民众脑中第一时

间浮现的是柑橘类水果吧？不过事实上，也有不少蔬菜含有这项超棒的维生素，甚至绿茶中其实也含有大量的维生素C。

日本营养师笹见表示，以下皆为维生素C含量丰富的食材，以100g为单位：

蔬菜类

红椒（约2/3个）：170mg

黄甜椒（约2/3个）：150 mg

球芽甘蓝（约8个）：160 mg

青花菜（约半颗）：140 mg

水果类

黄金奇异果（1颗）：140mg

奇异果（1颗）：69mg

柠檬（约2/3颗）：100

柿子（1颗）：70mg

草莓（约6粒）：62mg

摄取维生素C时注意两点更加分

营养师笹见表示，维生素C是合成胶原蛋白的必要营养素，除了维持肌肤弹性外，营养师黄诗莹表示，该物质对骨骼也十分重要，骨骼中的钙质留住，还可以增加骨骼的柔软度及弹性。此外，胶原蛋白也是血管壁的重要组成成分，若胶原蛋白摄取不足，不仅血管变弱，还会陷入容易出血的状态。

从上述我们可以得知，维生素C对人体是多么的重要。然而，如此重要的物质人体却无法自行合成，一起来看看摄取维生素C时有哪些注意事项吧！

摄取维生素C的注意点1：频繁摄取

维生素C是水溶性维生素的一种，因此即使一次大量摄取，仍会从尿液中排出。由于维生素C无法在体内累积，所以频繁地摄取是有必要的。

不过，要每天都摄取维生素C丰富的食材很困难。因此笹见建议，可以使用水果代替点心。比方说，可以把奇异果切成两半，用汤匙就可以不沾手地轻松补给。

除了水果之外，也可以善用维生素C粉补充。营养师平井千里则表示，他的恩师是专门研究维生素C的老师，每天到了喝茶时间，便会加入维生素C粉末一茶匙。是个感受不到岁月痕迹的漂亮老师。

不过，考量到平衡摄取，笹见不建议一天摄取超过1,000mg。卫服部国民健康署指出，台湾成人维生素C每日建议摄取100mg，并且一天最多不要摄取超过2000mg。因此当民众在补充维生素C时仍须留意摄取量较妥。。

摄取维生素C的注意点2：溶于水、不耐热

维生素C是水溶性维生素的一种，溶于水且不耐热为其特征。因此水煮加热时，请短时间进行。

若以烫菠菜举例，可果美公司表示，假设生菠菜的维生素C含量为100%，烫一分钟只剩74%、2分钟只剩61%、若烫到3分钟，则只残存了48%的维生素C。因此若要完整吸收维生素C，切完菜后不要过度过水，此外，也建议缩短川烫时间，以减少料理时的流失。

除此之外，笹见指出，有必要注意一起摄取的蔬菜为何。比方说小黄瓜与胡萝卜中含有一种会破坏维生素C的酵素，称作抗坏血酸氧化酶。

不过，这种酵素不耐酸与热，因此若在沙拉中加入小黄瓜与胡萝卜时，可以拌入醋和柠檬汁，或是先加热后再与其他蔬菜一起吃，即可抑制这个酵素，有效率地摄取维生素C。

营养师郑欣宜同意此说法，她表示该酵素属于蛋白质，而蛋白质在烹煮中会失去活性，对维生素C的影响较小。不过，真正要注意的仍是长时间的高温烹煮，更容易使得蔬果中的维生素C流失。（早安健康）

你今天坐了几个小时？因为工作型态转变，“久坐”成为许多人的生活型态，然而长期维持坐姿，不只会让血液循环降低，研究更指出坐著的时间越长，越容易得到糖尿病、高血压等疾病。为了预防这些“椅子病”发生，除了避免长时间持续坐著外，睡觉前做一些促进血液循环的运动，也能有所帮助。

每天久坐4小时 伤害与肥胖、吸菸相当

根据瑞典健康科学学校研究团队指出，由于长时间坐著，会导致体内调节葡萄糖与脂肪的作用停止，如果每天坐在椅子上超过4个小时，发生糖尿病、高血压等代谢疾病的风险也会上升。而且研究团队更强调，不管有没有从事运动，只要久坐都会对身体造成危害。（久坐不动是慢性自杀，研究：一天11分钟降低致病死亡率）

此外，在澳洲也有研究指出，只要每天多坐著1小时，糖尿病与心血管疾病的发生机率，就会提升26%，如果每天坐在电视机前面超过4小时，比起未满2小时的人，因为心血管疾病死亡的机率，更会高上80%。

“久坐容易导致的疾病，除了乌龟颈外，也会妨碍血液循环，甚至可能阻塞血管的血栓。”中医师郑世延补充，这些因为久坐导致的疾病，也被称为“椅子病”（Sitting Disease）：“为了防止这些疾病发生，比起完全不要坐著，更重要的是避免长时间持续坐著。”

除了每小时固定起来走一走，让身体活动一下，郑医师也建议，在睡前做些简单的运动，让一整天停滞在下半身的血液，能够获得释放。

睡前脚掌碰一碰 促进血液循环防“椅子病”

“久坐首先会导致血液堆积的地方，就是髋关节。”为了促进下半身血液往上半身流动，郑医师建议从两脚伸直的坐姿开始，并且以靠垫或是双手，让上半身处于微向后靠的姿势。接著以每秒约2次的频率，让两个脚掌相碰，每天进行约500—1000次。在过程中，若感受到大腿内侧、腰部、腹部肌肉紧绷，效果也会更好。（研究：不爱运动的人大脑较小、功能较差！久坐不只变胖更增癌症失智风险）

睡前脚掌碰一碰 促进血液循环防“椅子病”

由于是要促进血液循环，比起专注于脚掌碰撞，髋关节的晃动才是重点，郑医师解释：“藉由脚掌碰撞，让髋关节不断进行内、外旋转，血液循环才能够更加顺利进行。”因此，在撞击时也不能太用力，否则反而会造成骨头互相撞击、导致发炎。

郑医师补充：“尤其是已经患有糖尿病的民众，由于可能感受不到痛觉，会更建议穿著厚一点的袜子进行，避免受伤。”（早安健康）



水果變糖果養出脂肪肝 一个时段不要吃水果

台湾拥有水果之岛美名，许多民众也认为水果健康而不忌口，但实际上不少研究表示，水果糖分高，反而会增加脂肪肝、肥胖的风险。嘉义基督教医院家医科医师安欣瑜在脸书表示，水果中的果糖成分，因代谢途径会直接储存于肝脏，不仅造成脂肪肝问题，也因为糖度高，容易促发心血管疾病。但水果也不是完全就不能吃，安医师认为关键就在于适度摄取，而营养师也提供一些享用水果的注意事项。

水果糖度高 吃多伤健康

任职于嘉义基督教医院的安欣瑜医师，透过健检门诊多年的观察，发现不少明明体态正常、饮食清淡又没有饮酒习惯，且认为自己在饮食上算自律的个案

们，也会有轻、中度的脂肪肝问题。而答案在近期的门诊中有些眉目，原来是过多的水果所致！

安医师表示，过去总认为水果中的果糖成分很健康，实际上水果不太会有饱足感，所以经常不注意就摄取过多，但台湾农业技术的进步，水果甜度增加，而高糖分和果糖的代谢途径关系，反而提高脂肪、肥胖及心血管疾病的风险。

减重医师宋晏仁也曾表示，市面上的水果多经过改良，1颗苹果可能就超过一天的糖分摄取量，简直就是在吃糖果，不建议民众以水果取代正餐来帮助减肥。

蔬菜也能补充营养素 营养师建议这样吃水果

但有人会问，还是有其他营养素比如

维生素A、C或膳食纤维等，要透过水果补充，安欣瑜医师进一步指出，这些营养素其实其他蔬菜也有，比如青椒、花椰菜和空心菜等，不仅具备人体需要的微量元素，也因为低糖分更健康。

但还是想吃些水果当点心的话，联安预防医学机构—联安诊所王贞云营养师提供一些水果享用建议：

不要晚间八点后食用：王贞云营养师表示，吃水果没有规定最佳时间点，但因为晚间人体的代谢速率渐缓，容易让血糖升高和囤积脂肪，所以尽量不要太晚吃。

高血压、糖尿病患者也不建议空腹时吃水果。选择富纤维、低糖度的水果，如小番茄、芭乐等，减轻小肠的负担。

（早安健康）

改善頸紋

擊退日益鬆弛的下巴

从颈部肌肉下手，打造线条鲜明的下巴轮廓

戴上口罩后，脸部会不由地觉得沉重，人们也会为了保护口罩而把头低下来。此外，现代人也因为过度使用智慧型手机，几乎人人都成了低头族。

就在这样的双重打击下，颈部肌肉便会逐渐松弛，这也是导致双下巴、产生颈部细纹的原因。

这时最需要锻链的部位，是连接后颈部和锁骨的“胸锁乳突肌”，以及覆盖颈部的“颈阔肌”，找回没有赘肉的下巴线条。

这项训练也很适合耳后僵硬的人。伸展颈部肌肉后，可顺便压迫耳后的淋巴结，改善淋巴堵塞问题，多余的水分也会更容易排出，彻底消除脸部浮肿。（明明就不胖！2动作消颈椎前倾导致的双下巴）

确实锻链颈部肌肉，击退日益松弛的双下巴！

噘起嘴唇，一边吐气，让嘴角往中央靠拢，维持5秒后放松嘴唇。

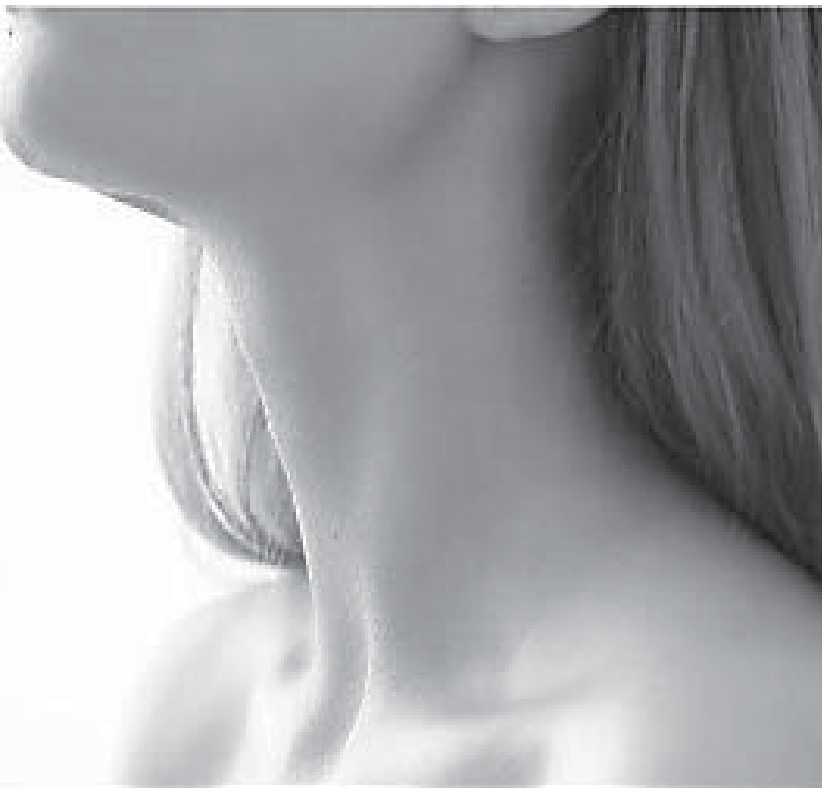
把脸转向右边，再次集中嘴角，维持5—10秒。接著放松嘴唇，转回正面。

把脸转向左边，做出与STEP 2相同的动作。重复STEP 1—3的步骤3—5次即为1组。

锻链颈部肌肉

何时练习？该做几次？

以1天1—3组数为标准。若很在意脸部轮廓松弛，可以多做几次无妨。



別等肌肉退化 走不动才后悔

早上带女儿去公园散步，遇到三位移工推著坐轮椅的长者出来散步，想起一些过去照顾过的病患。许多人以为失能是一个逐步下滑的过程，年龄增长骨质肌肉逐渐流失，等跨过了某一个严重度后，这位长者就衰弱无法行走、如厕、上下楼梯了。

确实有些长者的退化是如此，但就我的观察这仅是少数。有更多的案例是，本来65岁行动自如的阿姨，在市场滑倒造成脊椎压迫性骨折，手术虽然成功，但因卧床过久导致肌肉流失，后续的疼痛与虚弱让她再也无法上下楼梯。

或是，55岁辛勤工作的顾家男人，晕倒在回家的路上，送到医院检查出是出血性脑中风，虽然开刀移除血块，但术后的他再也无法行走。

又有，72岁长期糖尿病的阿公，原本还可以去社区公园散步，却因为感染了肺炎住院打了两周抗生素，出院后他的双脚虚弱到无法自行从床上移位到轮椅上。

运动（包括有氧与阻力训练）可以在失能的预防上扮演甚么角色呢？

假使阿姨有长期运动，平衡感比较好，说不定一开始就不会滑倒。即使滑倒，有运动者的骨质也较能抵抗冲击力，而降低骨折机会。

顾家男人假使有长期运动，他的血压或许就不会动不动飙破180，也就不会发生脑血管破裂的憾事。阿公假使有长期运动，或许就不会发生糖尿病。就算无法预防，有运动也会使血糖控制与免疫力好一些，从需住院卧床治疗的肺炎，变成门诊口服拿药就好。

就算生病，也不会那么严重有运动的阿姨即使还是不幸发生了脊椎压迫性骨折，平时体能良好的她，术后不到一周就放掉拐杖走来走去（我病患的真实案例）有运动的顾家男人中风后虽然半边手脚不便，但健侧的肌力底子够，让他能在足踝辅具与助行器的协助下行走。

有运动阿公虽然住院，但仍能推著点滴架在病房行走，住院第二周不用直接著点滴，甚至跑到医院对面吃饭。也因此他的双腿肌力，没有因卧床而大幅退化（这是不良示范，住院病患请勿不假外出）即将迈向超高龄社会的台湾，非常需要超前部署，以运动作为预防失能的第一道防线，请大家不吝分享，一起推广这个观念。（早安健康）



凱恩告知熱刺必離隊 英超開始搶人大戰

5月18日凌晨，多家英媒体均指出，哈里·凯恩已经向俱乐部摊牌，明确告知今夏他想要离队的态度。本赛季，凯恩状态非常出色，是当今足坛最优秀的前锋之一。凯恩渴望冠军，但热刺这些年持续疲软，看不到夺冠的希望。据悉，曼联、曼城、切尔西等豪门均有意砸钱买人。

天空体育、《每日镜报》、《每日邮报》等媒体均在头条指出：凯恩已告知热刺高层希望今夏离队。显然，这对热刺来说是个巨大的打击，但凯恩已经受够了多年无冠的窘境。这个赛季，凯恩延续了暴强状态，可惜热刺继续颗粒无收，而且很可能连续第二年无缘下赛季的欧冠赛场。

27岁的凯恩正处在职业生涯的巅峰期，他深知自己没有几年时间可以浪费了。凯恩非常爱热刺，但天空体育明确指出他这次是下定决心离开了。在得知凯恩的决定后，热刺方面已经开始物色凯恩的接班人。凯恩目前是英超射手榜的头名，他打进了22球（与萨拉赫并列）。而且，

他还送出了13次联赛助攻，力压德布劳内等一批传球高手，领跑英超助攻榜。

迄今为止，凯恩一共为热刺出场334场，打进220球，是英超历史第7射手。在热刺效力十多年，凯恩一个冠军都没有拿到。《每日镜报》称凯恩打算在欧洲杯开始前确定自己的未来，关于下一站具体去哪，他目前是开放的，但他更倾向于留在英超。

凯恩和热刺的合同将在2024年到期，英媒体此前透露列维并不想让凯恩离队，若真的放凯恩离开，列维必将被热刺球迷“群起而攻之”。但列维同样知道强扭的瓜不甜，凯恩为俱乐部奉献了这些年，理应得到一个和平的结局。《镜报》认为凯恩的转会费大概在1亿英镑左右，而列维打算为凯恩标价1.5亿镑。

2017年的时候，凯恩曾给了俱乐部3年争冠的目标。当时，他表示：“如果未来3年，俱乐部还没有赢得一些奖杯，那肯定会很失望。”如今，3年期限已到，凯恩觉得自己该走了。本赛季，凯恩各

项赛事出场47次，打进了32球，并助攻16次。在《转会市场》上，凯恩目前的身价为1.08亿镑。

《每日邮报》也相信列维不会以低于1.5亿镑的价格放走凯恩。目前，曼联、曼城、切尔西这三大豪强应该是最可能的凯恩新东家，他们都是不差钱的主。不过，也有消息称列维不同意将凯恩卖给这些英超的主要对手。

对于凯恩要离队的传闻，热刺方面今日发表声明，不予置评：“我们并不会就此事做出评价。目前，我们应该尽力完成本赛季的目标，这也是俱乐部中每个人都该关注的事情。”

博彩公司为凯恩的新东家开出了赔率，曼城以8赔13排在榜首，后面依次是曼联、巴黎、切尔西、皇马、尤文、巴萨。那么，凯恩离队后，热刺会买谁替他呢？《每日邮报》给出了几个候选人：班福德、伊万-托尼、丹尼-因斯、帕特森-达卡、贝洛蒂。

（网易体育）

曼城慶功宴曝光 瓜帥徹底放飛自我



曼城在英超已经提前夺冠。近日，曼城队内举行了一次小型的夺冠派对。派对上，瓜迪奥拉进入放飞自我的节奏，他抽著雪茄，并拉起身边好友一起高歌，满满的大佬气质，展现了他“闷骚”的一面。本月底，瓜帅将带领曼城与切尔西争夺本赛季的欧冠冠军。

这个赛季，曼城在英超低开高走，最终夺回联赛冠军。最近4个赛季，曼城3次都问鼎联赛，极度强势。提前夺冠让瓜帅的压力也小了很多，他极度开心。英媒体曝光了一段曼城队内派对的视频，瓜帅相当惬意，很是快活。在音乐的陪伴下，他面对镜头，有点飘然。

瓜帅怡然自得的抽著雪茄，并和身边的女工作人员一起唱歌。接著，他又叫来了一名男性工作人员，拉著对方一起唱歌。在瓜帅的要求下，这位老兄也跟著一

起唱了。两个人唱的歌正是曼城死忠球迷绿洲乐队的经典歌曲《Don't look Back In Anger》，唱得很投入，一边唱著还一边跟著节奏晃动身体。

视频中，50岁的瓜帅穿著一件黑色的T恤，而其他人都穿著白色T恤，上面写著曼城夺冠的字样。《太阳报》表示现场的其他人应该都是曼城俱乐部的工作人员。由于疫情的原因，曼城只能在俱乐部内部开展这样小型的聚会。

这赛季的英超还剩2轮，曼城的对手分别是布莱顿和埃弗顿。最后一个主场，瓜帅将在10000名球迷面前捧起奖杯。2016年执教曼城以来，瓜帅已经率队拿到了3个英超冠军、4个联赛杯冠军以及1个足总杯冠军。他现在唯一缺的冠军就是欧冠奖杯。5月30日，他和图赫尔将会师欧冠决赛。（网易体育）

德國足協主席凱勒辭職

德国足协主席弗·凯勒17日在个人社交媒体账号以及足协官网发表辞职信，宣布辞职的同时痛陈足协积弊。

凯勒在公开信中写道：“为了德国足协长远利益，现在我将足协主席这个位置让出来。我对自己在4月23日足协主席团会议上的出格言论完全负责。”

4月23日，凯勒在会上将足协副主席科赫比作纳粹法官弗赖斯勒，引发轩然大波。此后，德国各联邦州和地方足协主席两次召开会议，对凯勒进行不信任投票，要求其辞职。5月11日，德国足协召开主席团会议，决定对领导层进行人事重组。

凯勒在信中说：“2019年9月底，我被选为足协主席，我的任职是建立在信任、透明以及足协实施集体领导的基础上，是为了结束足协‘一言堂’管理模式，并重塑职业足球、业余足球和青训之间的团结协作。然而，在足协结构性和现代化改革以及落实商业运营方面，我都遇到了

巨大阻力。”

2015年，时任足协主席尼尔斯巴赫因卷入2006年世界杯贿选丑闻而辞职。2019年，时任足协主席格林德尔因收受名表和在足协下属企业兼职获利等问题辞职。凯勒上任之初被寄予厚望。

“在我任期内，足球遭遇新冠疫情持久打击，成千上万的年轻运动员受到影响。我没能获得足协内部的信任和支持。我发现有太多出于个人利益的内部争执。作为主席，我一直在争取透明化改革。”

凯勒表示，他个人言语失范令足协蒙羞，但辞职并不能解决根本问题。“足协必须改变，重新获得社会信任。领导层要进行人事更新；加强基于信任的管理，包容不同意见；顶层管理需要专业化改革，引入新机制，为业余足球和青训争取资金。同时，对一切可能的违规和不当行为，由外部的、不受妨碍的专业人士或机构进行检查。”



“那些为足协饱含热情、专心付出的员工，对于把他们卷入这场纷争，我感到震惊，他们有时被工具化了，这与我作为企业家的价值观完全不符。近来关于足协不确定性的担忧蔓延，对足协管理来说是个灾难。”凯勒说。（新华社）



西甲巴塞羅那出局 馬德里雙雄爭霸

隨著巴塞羅那（Barcelona）在17日凌晨的西班牙超級聯賽主場爆冷1比2敗給維哥（Celta Vigo）后，本賽季的西甲冠軍獎杯將確定花落馬德里。

原本的三強鼎立局面隨著巴塞的意外落馬，已經演變成馬德里雙雄爭霸：體育馬德里（Atletico Madrid）與皇家馬德里（Real Madrid）。體馬在昨晨的比賽憑藉比賽最后八分鐘的两个进球后来居上，以2比1力挫奥萨苏那（Osasuna），以83个积分继续在联赛积分榜上统领群雄，皇马昨晨则在客场以1比0险胜毕尔巴鄂（Bilbao），以两分之差紧随体马之后，巴塞以76分位居第三，失去争冠机会。

苏亚雷斯为体马攻入制胜球

体马虽然握有两分的优势，不过因为与皇马之间的相互交手纪录处于劣势，最后一轮客场对垒巴利亚多利德（Valladolid）的比赛仍然非胜不可方能锁定冠军奖杯。皇马最后一轮主场对垒比利亚雷亚尔（Villarreal），除了得拿下三分，也必须寄望体马掉分才能夺冠。

在对垒奥萨苏那的比赛上，布迪米尔（Budimir）在第75分钟冲顶破关，为奥萨苏那建立1比0的优势，洛迪（Lodi）第82分钟为体马收复失地，乌拉圭球星苏亚雷斯（Suarez）在六分钟后攻入制胜球，为体马锁定胜局。

体马主帅西梅奥内（Simeone）赛后高度表扬为球队夺取最后胜利的苏亚雷斯，称这名身经百战的球星是在球队陷入困境后力挽狂澜的最佳人选。

他说：“苏亚雷斯有非常丰富的经验，在局势不妙的时候，他是化解危机的最理想人选。”

“苏亚雷斯最近虽然没有进球，不过他不断地尝试，表现出了顽强不屈的精神。”（早报）



意大利主教練曼奇尼 續約至2026年

意大利足协主席格拉维纳17日确认，足协与意大利国家队主帅曼奇尼续约至2026年。

现年56岁的曼奇尼此前曾担任国际米兰、曼城等多支球队主教练。2018年5月，曼奇尼接手“蓝衣军团”。在执掌意大利队后，他提拔了多名小将，球队迅速走出了无缘俄罗斯世界杯决赛圈的阴霾。在2020欧锦赛预选赛中，意大利队十战全胜，强势晋级。

此番续约，意味著曼奇尼将率队征战两届欧锦赛和两届世界杯。格拉维纳说：“我们希望球队的建设能够有延续性，曼奇尼这几年的工作非常出色，我们做出了一个重要的决定。”

在6月即将打响的2020欧锦赛中，意大利队将在揭幕战中坐镇主场迎战土耳其队。（新华社）



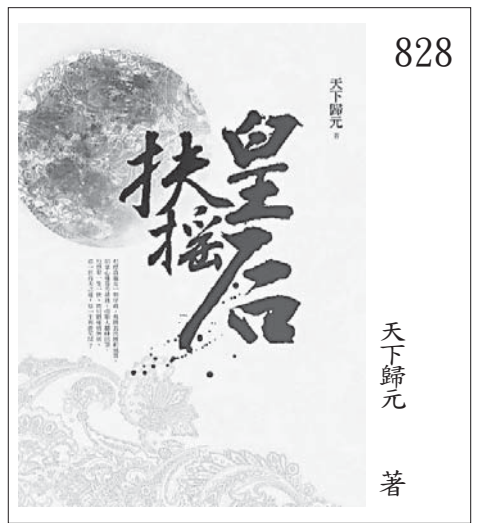
宿將替下確診隊友 泰女排新隊伍出征世聯賽

近日，泰国国家女排队员、教练、队医等共26人在准备出发前往意大利里米尼参加2021年世界女排联赛之际发现感染新冠病毒。

泰国女排一度宣布退赛，后经泰国排球协会与国际排球联合会协商，国际排联同意泰国女排更新参赛队员名单，继续参赛。

泰国排球协会紧急组建了新的参赛队伍，并请回了5位女排宿将，有的队员已经37岁，她们表示将为国家荣誉拼尽全力。

5月17日泰国女排队员接种了新冠疫苗，19日将完成新冠病毒核酸检测，20日将飞往意大利参加比赛。（央视新闻）



828

天下歸元

著

這一系列事情做好，他才不急不忙的轉身面對孟扶搖。

轉過身時，他臉上竟然還帶著淡淡的笑意。

孟扶搖有點欣賞的看著這個男人，真正的泰山崩於前而色不變的鎮定氣度，剛才那一幕對璇璣皇后是絕頂侮辱，對稱霸天下眾所尊崇的十強者又何嘗不是？然而他淡定如斯，對得起十強者一代宗師的身份。

看他對璇璣皇后那惡婦，竟然是真心相待，雖然不明白他怎麼看上那女人，但孟扶搖對一切誠懇純淨的感情都十分尊重。

是的，純淨。

在那女人身邊十餘年，比她強大

很多倍，有太多的機會得到她，他卻始終未曾染指她，如果今日不是他們幾人合力的連環計，他玉衡一定是到死都乾乾淨淨的保護著她。

精神柏拉圖，絕大多數男人都做不到，尤其強大的男人。

正因為他愛她，所以他為她做一切事，無分善惡，只要她喜歡，只要對她有利——比如意圖拆散長孫無極和孟扶搖。

孟扶搖此刻突然明白了船上那夜，他明明來得及佔有她，卻將很多時間浪費在了欣賞上——他根本沒打算玷污孟扶搖，想做的只是讓兩人互相不信任互相背叛，達到分化他們的效果。

他做那些事，不是因為討厭誰害誰，只是為了璇璣皇后而已。

孟扶搖突然有些出神。

她想，她孟扶搖也算殺人如麻，而她身邊的男子們，為了她要做的事幫她殺人如麻，只要她需要，他們就去做，這樣一想，就覺得，其實，也是一樣的。

站在各自的立場看，玉衡也沒有錯。

孟扶搖輕輕嘆息一聲，手中金鞭一甩，淡淡道：“玉衡大人，你離開這裡，以後不要再管璇璣任何事，咱們的事，便算一筆勾銷了。”

玉衡默然，他立在如油的綿綿雨

中，一言不發，細長的眼睛如這春雨光澤潑灑，半晌突然奇怪的笑了笑，道：“我為什麼要走？”

孟扶搖看著他，只是這短短一刻，他的堅實飽滿的肌膚已經開始慢慢塌陷，一笑間眼角皺紋蛛網般漫開，童子功被破，一身功力付諸流水，他自然也不能維持他的駐顏之術，現在的玉衡，已經不會是她的對手。

“如果我要走，我會帶她走。”

玉衡偏頭看看床底的璇璣皇后。

“抱歉，那不可能。”孟扶搖冷冷道，“事實上，我就算是殺你，也是理所應當。”

“那還說什麼？”玉衡笑，“孟扶搖，你不要以為你名列十強者，以為我失了一身童子功便穩操勝券，真正的強者，折了翼一樣可以飛。”

“那便飛一輩子吧。”孟扶搖微笑，“不用再下來了。”

話音未落，金光一閃！

她人在金光之上！

金鞭如一道金色的電光，筆直兇猛的刺破空氣，而孟扶搖踏著金鞭，身形也是一道更為凌厲的電。

她立在鞭梢，半空中腳尖一挑，鞭子旋開扇面般的金色光幕，團團一轉轉出呼嘯風聲，從鞭梢到鞭柄，劈頭蓋臉分幾個接觸點向玉衡上半身大穴罩下！

換太子的舊事！”這一言猶如石破天驚，震得弘曆面色發白，不知不覺間攥住了繼後的手，直將對方捏的骨頭作響，才緩緩回過神，呢喃似的自問：“莫非，正如溫淑夫人所言，鈕祜祿氏殺母奪子，才是事情的真相？”

另一邊，侍衛所。海蘭察從養心殿出來，就一直憂心忡忡的等在侍衛所內。

“海蘭察！”

他猛然回頭，似鬆了口氣，又似在嘆氣：“你來了。”

明玉提著只食盒進來，一邊將盒子放在桌子上，一邊笑著問他：“上回送你的抹額，老夫人喜歡嗎？”

依著魏璦珞的建議，明玉一共做了兩條抹額，一條勒在海蘭察的額上，一條送給了他的母親。

“喜歡！”海蘭察毫不猶豫道，“當然喜歡！”

明玉有些羞澀地垂下頭，揭開盒蓋，一盤盤熱氣騰騰的菜端出來：“這是我親手做的小菜，小全子弄回來的野菜種子，我們全種在了後院，雖不稀奇，勝在新鮮。”

三人先後從天臺上跳下，普利托夫才從驚魂未定中蘇醒過來，被嚇得氣喘如牛。

突然眼前一亮，啊，他們把錢留在這裡呢，他撿起散落的鈔票，鼠頭鼠腦地向樓道走去。

卓木強巴厘用大氫氣球減輕自身的重力，身體在垂直的牆面上大踏步地奔跑起來，很快就超過了在空調外掛上跳來跳去的巴桑，直接向下俯衝。

紅發少年下到底層，在僅有一層樓高的商鋪頂端奔跑，剛跑出不到十米。

卓木強巴也已經著路，就地一個側肩翻滾，跟著鬆開手臂上的氫氣球，全力追擊。

聽到落地聲，紅發少年沒想到有人竟然這樣快速，不覺一驚，扭頭看了看，當他看到卓木強巴腳下，頓時冷笑，皮鞋！

因莫斯科天冷，卓木強巴和巴桑都穿的是有毛的高筒皮靴，用來踢人很有勁，但是用來跑步，實在是不易。

在平板樓頂卓木強巴身高體壯，很快就拉近了與少年的距離。

可是，就在即將抓住那個紅發少年時，他將公事包一甩朝東，自身轉而向北，東邊早有一名綠頭髮少年接應，用個帆布口袋將公事包一套，往背上一背，與紅發少年各自往不同方向奔跑起來。



513

笑臉貓／周末

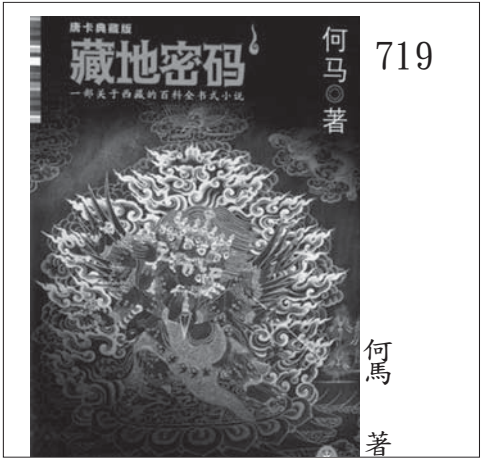
著

他猶豫再三，終是將太后那事說了出來，聽完，繼後露出驚訝之色：“太后真的這樣說？”

見弘曆點頭，她立刻欲言又止。弘曆：“皇后，你是不是有話要說？”繼後有些吞吐道：“皇上，太后在皇上心裡是一位慈母，臣妾不願用惡意去揣測她。”

弘曆沉聲道：“說吧，朕要聽實話。”

繼後這才嘆了口氣，道：“皇上，你想一想，鈕祜祿氏雖為名門之



719

何馬

著

巴桑也在尋思，看這個少年的舉動，應該是個新手，是第一次拿槍要脅別人吧？他拿的是把什麼槍？自己組裝的嗎？比沙漠之鷹還大一號，應該很重吧，可是他……

“那槍是假的！玩具槍！”

桑用俄語提醒普利托夫，但那少年已經躲近普利托夫，伸手一把抓過公事包，轉身就跑，同時將玩具槍砸向卓木強巴他們，他不向樓道跑，反而沖向天臺邊緣。

巴桑心中暗自吃驚：“混蛋，難道想直接跳下去嗎？這裡可是二十層高樓啊！”

卓木強巴卻做好了心理準備，他略有瞭解Parkour，源於法國八十年代的跑酷運動，原本是不借助任何工具，只利用自身的身體能力穿越各種障礙，其後被發展成一項很受青少年喜愛的極限運動，感覺和中國的飛簷

107

游劍江湖

梁羽生

史红英若有所思，忽地望着林无双说道：“你曾否有过这样的感觉：对岸的景色总好似美得多，但走到了对岸，又觉得这边美了？”

林无双想了一想，笑道：“是呀，我也常常觉得奇怪呢，其实两边的景色都是差不多的。”

史红英道：“这是因为隔着一个湖面的原故。那边的杨柳你摸不着，那边的花朵，你看不到。你就觉得那边的景色好像比这边更美了。”

林无双道：“你这番道理倒是新鲜。”

史红英道：“其实也不新鲜，不是有句老话说，得不到的东西往往是‘好’的么？不过这也是一面。”

林无双如有所悟，说道：“另一面是因为我和对岸隔着这个湖？”

史红英道：“不错。你觉得那边的景色更美，有几分就是凭着你的想象加上去的。我还有一个比喻，那就好像是对往事的回忆一样。”

林无双心头一跳，说道：“对往事的回忆？”不由得暗自想道：“难道她是在借题发挥？”

史红英道：“不错，回忆总是甜蜜的，是么？”

林无双心里想道：“不错，我和表哥在小时候吵架，现在想起来，也是觉得十分，甜蜜，但愿能够时光倒流，和他像往日那样再吵一场，也是好的。”她是不会掩饰自己的感情的，想至此处，不觉缓缓的点了点头。

史红英接着说道：“你觉得对岸的景色美，是因为你隔了一个湖面；你感到回忆甜蜜，是因为你隔了一段时间。这‘甜蜜’也有几分是凭着你的想象加上去的。”

此际，林无双怅怅惘惘，独自前行，想起史红英那日和她说的这些话，不禁暗自思量：“我和表哥分手已经十年了，现在的表哥还是以前的表哥吗？或许我所喜欢的这个表哥，只是我心中的一个幻影？是加上了自己想象的、回忆中一个虚无缥缈的人物？”

朝阳耀眼，林无双心里的阴影也好像在阳光照耀之下豁然开朗了，“我为什么不去去见见他呢？见了他，不就可以解答我心中的疑问了？”

原来她正是有着一个可以去见牟宗涛的机会，这件事情，且曾在她的心底起过波澜。”

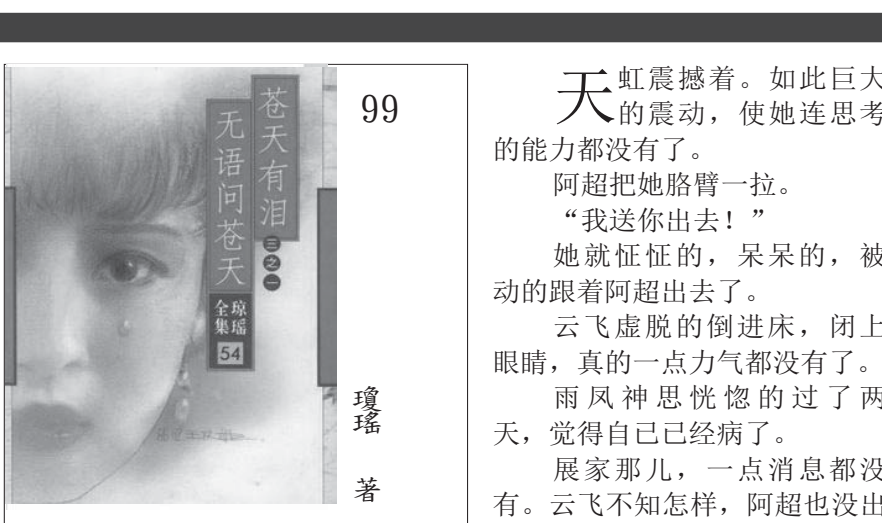
这个机会就是牟宗涛要在中原开宗立派，亦即是要把扶桑派在中原重建起来。时间已经定好了是在重九那大，距离现在不到一个月了。地点则是在泰山之上。

开宗立派是件非同小可的事情，所以牟宗涛早就向各大门派的掌门人，各个帮会的首领，以及江湖上所有的成名人物发出了请帖。金逐流夫妻当然是在被邀请观礼之列了。

林无双是扶桑派的弟子，按说本派在中原重建，她是应当非去不可的，但她为了不愿意再见表哥，是以当史红英和她谈及这个消息之时，她是默不作声，毫无表示。

或许史红英也是为了避免惹起她的伤心，后来也就没有和她再提这事了。

其后不久，就发生了孟元超这件事情，金逐流夫妻托她向孟元超报讯。



99

瓊瑤

著

天虹震撼着。如此巨大的震动，使她连思考

的能力都没有了。

阿超把她胳膊一拉。

“我送你出去！”

她就怔怔的，呆呆的，被动的跟着阿超出去了。

云飞虚脱的倒进床，闭上眼睛，真的一点力气都没有了。

雨风神思恍惚的过了两天，觉得自己已经病了。

展家那儿，一点消息都没有。云飞不知怎样，阿超也没出

现，好在云翔也没再来。

雨风和雨鹃照常表演，可是，雨风魂不守舍，怎样也没办法集中精神。站在台上，看着云飞空下的位子，简直心如刀绞。连着两天，姐妹俩只能唱“楼台会”，两人站在那儿边唱边掉泪。

金银花看在眼里，叹在心里。

姚，金银花到了后台，对姐妹俩郑重的说：

“关于你们姐妹俩的事，我和郑老板仔细的谈过了。你们或者不知道，这桐城的两大势力，一个是控制粮食和钱庄的展家，一个是大风煤矿的郑家，平常被称为“展城南，郑城北”。两家各做各的，平常井水不犯河水。现在，为了你们姐妹两个，郑老板已经交代下去，以后全力保护你们，这个风声只要放出去，展家就不敢随便动你们了！”

雨鹃有点怀疑：

“我觉得那个“展夜枭”是天不怕，地不怕的！”

金银花摇摇头：

“没有人是天不怕，地不怕的！何况他有多有娘，还有个娇滴滴的老婆呢！总之，我要告诉你们的就是，不必怕他们了，以后，我猜他们也不敢随便来闹我的场！但是，你们两个怎样？”

雨鹃一楞：

“什么我们两个怎样？”

金银花加重了语气：

“你们两个要不要闹我的场呢？会不会唱到一半，看到他们来了，就拿刀拿枪的冲下台去呢？如果你们会这样发疯，我只有把丑话说在前面，你们就另外找工作吧，我待月楼不敢招惹你们！”

雨鹃和雨风相对一看。

“我懂了，我答应你，以后绝对不在待月楼里面跟人家起冲突，但是，离开了待月楼……”

金银花迅速的接口：

“离开了待月楼，你要怎样闹，要杀人放火，我都管不着！只是，你们还年轻，做任何事情以前，先想想后果是真的！这桐城好歹还有王法……”

雨鹃一个激动，愤怒的说：

“王法！王法不是为我们小老百姓定的，是为他们有钱有势的人定的……”

“哈！你知道这一点就好！我要告诉你的也是这一句，你会有一肚子冤屈，没地方告状，那展家可不会！你们伤了他一根寒毛，五百个衙门都管得着你！”金银花挑起眉毛，提高声音说。

PT. PRALON JAYA SUMBER LAUT GROUP PT. OASIS SURYA SUKSES



峇眼亞比旅椰王府哀謝啟事

夫君
家嚴

王公諱天助

慟於二〇二一年五月十一日(農曆辛丑年

三月三十日)與世長辭。荷蒙遠近親友，梓叔同鄉，峇眼亞比太原家族會，峇眼亞比旅椰王氏宗親團，峇眼亞比博愛學校教育基金會，椰城PASB博愛校友會，椰城IAPW華希寧校友會，中國廈門大校印尼校友會，印尼王氏宗親聯誼總會，印尼同安互助基金會，印度尼西亞中華總商會，印尼福建社團聯誼總會，南安同鄉聯誼會，福清公會，吉祥山基金會(福州同鄉會)，晉江同鄉會，興安會館，金門互助基金會，山東同鄉會(特別會員)，龍岩同鄉會，永春同鄉聯誼會，印尼安溪福利基金會(安溪公會)，永定會館，印尼許氏宗親總會，印尼林氏宗親聯誼會，印尼惠安同鄉聯誼會，椰城洛江洪氏宗親會，印度尼西亞日報等駕臨弔唁，並厚賜賻儀輓軸素花海報刊登報章等。治喪期間，承蒙諸親友鼎力協助一切事宜。出殯之日復蒙親臨執紼遠送義山，高誼隆情，幽明均感，祇因孝服在身未克登門一一叩謝，謹藉報端 統 申

謝
悃

妻 洪玉家

男 王威利 媳 劉賢慧

女 王莉莉 婿 張藝凡

王冠儷

暨 全體 同

屬 家 體 全

謝 敬