



(雅加达讯) 印尼政府将于26日至27日在德国埃尔茂举行的G7伙伴国家峰会上讨论与世界粮食有关的问题。

我国外交部长列特诺·马尔苏迪周三在雅加达举行的新闻发布会上表示，在收到德国作为G7主席的邀请后，佐科威总统计划访问德国出席G7峰会。

列特诺说：“在G7伙伴国家峰会上，将讨论的问题之一是粮食问题。众所周知，食品、能源和金融问题最近成为了全世界的话题。”

他继续说，冠病大流行对世界经济产生了影响，在恢复经济的过程中，乌克兰发生了一场战争，其影响波及世界各国。

她解释说：“我们都了解乌克兰在全球食品和能源供应链中的地位。”

因此，与食品有关的问题将是印尼在G7峰会上与伙伴国提出的讨论之一。除印尼外，印度、塞内加尔、阿根廷和南非也收到了与会的邀请。

除出席峰会外，佐科威总统还将与出席峰会的G7成员国及其他伙伴国领导人举行双边会晤。

此外，佐科威总统还计划在德国活动结束后继续访问乌克兰和俄罗斯。

佐科威将分别在基辅和莫斯科会见乌克兰总统泽连斯基 (Volodymyr Zelenskyy) 与俄罗斯总统普京 (Vladimir Putin)。

列特诺说：“总统的访问表现出对人道主义问题的关注，试图为解决战争造成的粮食危机做出贡献，所有国家，特别是发展中国家和低收入国家都感受到其影响，并继续鼓励和平精神。”

#### 总统将访问乌克兰和俄罗斯

我国外交部长列特诺·马尔苏迪表示，此次

# 佐科威德国出席G7峰会 将与伙伴国商粮食问题

访问是总统6月底在国外的一系列访问的一部分，在非常复杂的情况下进行，这与乌克兰正在进行的战争有关。

外交部长解释说：“虽然形势艰难，问题复杂，但作为G20主席和联合国秘书长组成的全球危机应对小组冠军组成员，佐科威总统选择设法作出贡献，不要选择保持沉默。”

他补充说，自俄罗斯在乌克兰发起所谓的特别行动以来，佐科威总统将是第一位访问两国的亚洲国家领导人。

外交部长表示，总统的访问反映了他对人类的关注以及为应对世界各国因战争而受到的影响所做的努力。

他解释说：“我们设法为应对战争造成的粮食危机做出贡献，因为战争的后果被所有国家特别是发展中国家和低收入国家都感受到了。”

此外，此次访问也是为了鼓励和平精神。

佐科威总统对乌克兰和俄罗斯的访问将是多个国家的一系列活动的一部分。

在访问两国之前，总统将访问德国，作为伙伴国出席G7峰会。

访问乌克兰和俄罗斯后，佐科威将前往阿联酋阿布扎比，商讨经济合作事宜。



外交部长列特诺。

## 埃尔琅加与UNESCAP 讨论应对全球危机

(雅加达讯) 经济统筹部长埃尔琅加·哈尔塔托在与联合国亚洲及太平洋经济社会委员会 (UNESCAP) 执

行秘书阿尔米达 (Armida S. Alisjahbana) 举行的虚拟会议上讨论了应对全球危机的问题。

埃尔琅加统筹部长周四在雅加达收到的一份声明中说：

“印尼在应对目前在东欧发生的全球危机方面发挥了作用。此外，印尼在供应食品和能源



埃尔琅加在与联合国亚洲及太平洋经济社会委员会执行秘书阿尔米达，举行虚拟会议。

商品方面也具有战略地位，尤其是地区的煤炭。”

埃尔琅加统筹部长在任命印尼为全球危机应对小组 (GCRG) 成员的会议上解释说，全球危机应对小组夏尔巴论坛上的讨论包括符合要求的粮食安全、能源安全和金融问题与 G20 印尼轮值主席国优先议程的讨论。

在粮食安全问题上，埃尔琅加表示，印尼已经能够满足国家粮食需求。今年，印尼大米产量过剩700万吨。与能源安全一样，由于东欧冲突导致石油和天然气价格高企，印尼的煤炭商品需求旺盛。

关于印尼在全球危机应对小组中的作用和可持续发展目标的实施，埃尔琅加希望UNESCAP 能够支持印尼政府研究全球危机应对小组讨论的重点 (食品、能源和金融)，然后审查融资发展计划，例如通过混合融资计划、金融和能源转型努力和气候变化管理。

他表示：“对于食品的研究，我们希望研究结果能够提高国民食品的有效性和生产力。”

谈到数码经济的潜力，埃尔琅加表示，印尼是东南亚最大的数码经济市场。2019

年，印尼的数码经济价值为400亿美元，预计于2030年将增加到1330亿美元。在冠病大流行期间，印尼的数码经济部门也实现了11%的正增长。

他解释说：“但另一方面，印尼的数码素养和数码竞争力的状况仍然不是最佳，因此需要各方的支持才能利用该行业的机会。”此外，埃尔琅加还分享了有关待业卡纲领的进展。从2020年4月开始到2022年6月，据记录，已有1280万人领取了待业卡的福利，其中男性领取者占53%，女性领取者占47%。

他继续说，在G20印尼主席国期间，印尼与参与数码经济生态系统的各方合作非常重要，以便能够为社区提供具体的成果。为此，数码经济工作组将启动G20数码创新网络 (DIN)。

G20 DIN论坛是第一个汇聚数码经济领域众多初创公司、风险投资家、政策制定者和企业的论坛。

今年，G20 DIN的目标是100家初创公司，其创新重点是卫生部门、绿色和可再生能源、金融包容性和供应链。

联合国亚太经社会执行

秘书阿尔米达对印尼实施待业卡纲领表示赞赏。除了通过提高技能和能力来帮助印尼人民外，该纲领还是为受冠病大流行影响的社区提供的半社会援助设施。

通过与正规金融机构和金融科技公司合作分配激励措施，待业卡纲领也被认为有助于提高金融包容性。可以实现印尼政府和联合国亚太经社会之间的合作，以便该纲领可以在其他国家，特别是亚太地区国家复制。

阿尔米达还对印尼G20主席国的落实表示祝贺和赞赏，期待保持G20的团结，为当前正在发生的全球性问题提供解决方案。除了支持政府纲领在鼓励印尼实现可持续发展目标方面取得的成就和进展。他希望这些成果能够成为亚太地区其他国家的最佳实践。(ALW)

冠病疫情数据	
(截至6月23日)	
新增确诊：	1907例
累计确诊：	6070933例
累计治愈：	5905971例
累计死亡：	156706例

**Bagus®**  
Antibacterial  
HAND SANITIZER  
**手部杀菌消毒液**  
**PEMBERSIH TANGAN INSTAN**

附近超市、便利店有售：

FARMERS MARKET, LAWSON, Diamond SUPERMARKET, Boots, METRO, NAGA, Century, JAKARTA, BENNY mart, Duta Brisa, Market City, HARI HARI, SANTA SWALAYAN, Alfamidi, rezeki, ab, GrandLucky Superstore.

除菌率  
**99.9%**

食品级  
Alcohol 70%  
FOOD GRADE

关注我们: [www.bagusidn.com](#) [bagus.idn](#)

**抗擊 LAWAN**  
**新冠肺炎 COVID -19**



# 帕拉勃沃与洪森就东盟交换意见

(雅加达讯) 我国国防部长帕拉勃沃周三(22日)在柬埔寨金边的和平宫受到柬埔寨王国首相洪森的热情接待。

国防部在周四(23日)发布的新闻稿中称, 帕拉勃沃和洪森在友好气氛下进行了面对面的会谈, 就印柬双边合作关系以及东盟的多边合作交换了意见。

帕拉勃沃说: “为了东盟的共同利益, 印尼和柬埔寨需要作为东盟国家站在一起。”

帕拉勃沃与洪森的会晤是他在柬埔寨进行工作访问, 以出席柬埔寨作为东道主的第16届东盟国防部长会议(ADMM)期间进行的。

帕拉勃沃还向洪森表示, 近期印柬两国间的会晤和沟通以及政府互动, 表明了双方在努力提高正在进行的合作质量方面有着共同的愿景。

曾担任国军陆军特种队指挥官的帕

拉勃沃说: “我希望印尼和柬埔寨之间的合作和友谊能够本着兄弟情谊和相互尊重的原则保持下去。”

在会晤中, 洪森首相感谢印尼, 并感谢帕拉勃沃国防部长一直为柬埔寨武装部队的发展提供帮助和支持。

目前, 两国合作关系非常密切, 特别是在国防领域。特别是印尼国民军一直在积极为柬埔寨皇家武装部队特种部队、柬埔寨首相卫队和柬埔寨维和部队提供教育和培训支持。

印柬在支持世界和平方面持有相同观点。帕拉勃沃周二(21日)在柬埔寨金边的柬埔寨国防部, 与柬埔寨副首相兼国防部长萨姆德奇

(Samdech Pichay Sena Tea Banh) 会晤时表示, 印尼和柬埔寨在支持世界和平方面有着共同的观点。

帕拉勃沃说: “在地区和国际事务上, 印尼和柬埔寨对世界和平有着共同的看法。对印尼来说, 柬埔寨是我们的

兄弟。”两位部长还讨论了有关印尼和柬埔寨的国防合作, 以及与世界安全和国防有关的问题。

## 会晤柬埔寨国防部长

帕拉勃沃周二(21日)在柬埔寨金边柬埔寨国防部, 与柬埔寨副首相兼国防部长萨姆德奇会晤。

帕拉勃沃对柬埔寨主办东盟国防部长会议(ADMM)以及2022年东盟-日本国防部长非正式会议表示赞赏。

他说: “印尼完全支持这次战略会议, 并将向柬埔寨领导人学习。”

帕拉勃沃随后邀请柬埔寨武装部队人员到印尼国防大学学习, 作为教育领域国防合作的一部分。

与此同时, 柬埔寨国防部长萨姆德奇将军对帕拉勃沃的到访表示感谢。他还感谢印尼对

柬埔寨政府, 特别是柬埔寨武装部队在教育、培训等领域的支持。(KP)



国防部长帕拉勃沃周二在柬埔寨金边, 访问特种部队司令部时受到他的前门徒的欢迎。

## 访柬埔寨特种部队总部 帕拉勃沃受到热烈欢迎

(雅加达讯) 国防部长帕拉勃沃访问了柬埔寨特种部队司令部, 并与以前曾在我国陆军特种部队教育培训中成为其学生的柬国士兵团聚。

帕拉勃沃周二(21日)在柬埔寨金边的柬埔寨特种部队总部说: “今天我很自豪能受到柬埔寨皇家武装部队特种部队司令部接待。我相信, 特种部队司令部将继续成为保卫柬埔寨国家和人民的可靠和优越的部队。Komando!”

帕拉勃沃的访问受到了陆军副参谋长兼柬埔寨特种部队司令查布·毕克代(Chab Peakday)中将的欢迎, 后者也是帕拉勃沃的门生之一。Komando和特种部队的口号甚至回荡着欢迎帕拉勃沃的到来。

团聚期间, 帕拉勃沃强调, 印度尼西亚一直将柬埔寨视为历史悠久的近

亲。他补充说, 两国之间的双边合作一直发展良好。

除了查布之外, 还有一些前帕拉勃沃的门徒在柬埔寨军队中担任各种战略职务, 包括现任柬埔寨首相安全部队教育中心指挥官的伊布·科伊中将、担任柬埔寨首相侍卫队的第241支队指挥官辛拉少将和担任柬埔寨国家警察检察局局长的沙利警察中将。

接着还柬埔寨首相安全部队副参谋长的尹楚尼少将、担任首相安全部队情报助理的泰·沙穆纳少将、以及担任国家警察局副内阁的瑞·查姆罗恩少将。

在同一场合, 帕拉勃沃的一位前门徒说, 帕拉勃沃为柬埔寨特种部队士兵进行了艰苦的训练, 现在他们中的许多人都可以成为高级军官。(KP)

## 卫生部表示准备面对 BA.4和BA.5病毒案上升

(雅加达讯) 卫生部表示已准备好应对由于奥米克戎子变体BA.4及BA.5突变在印尼传播而导致每日冠病疫情病例激增的可能性。

卫生部疾病预防和控制(P2P)总干事马克西·勒因·洛多努乌预测, 到7月底, 每天将新增多达2万病例。卫生部长布迪·吉纳迪·沙迪京也转达了这一点。

“卫生部随时准备通过确保提供充足的后勤和卫生人力资源来防范病例激增。”马克西周一(20日)说。

马克西随后解释说, 卫生部关于每日新增冠病疫情病例达到每天2万例的预测是与其它国家BA.4及BA.5传

播发展相关的研究和分析的结果。

他称, 这两个子变体能够使冠病疫情病例比之前的奥米克戎峰值增加约30%。

“因此, 如果它发生在印度尼西亚30%的奥米克戎峰值, 然后每天6万5000次, 那么每天最多2万次, 估计自6月初在我国发现BA.4以来已有30天。”他说。

最近几天, 印尼新增的冠病疫情病例呈上升趋势。根据政府报告, 连续五天每天新增病例超过1千例。

政府已确认与发现奥米克戎BA.4及BA.5子变体以及小区中放松冠病疫情卫生礼仪相关的病例数量有所增加。(LDS)



打拉茂警分署警员迁移受困的汽车。

(辛邦恩巴特讯) 警察周三称, 在波垄岸阿南姆地区, 被山体滑坡废墟掩埋逝世的西苏门答腊省西巴沙曼县打拉茂镇打北克西拉纳卡利塔鲁居民名叫尤利斯曼(55)。

“遇难者于早上5时被寻获时处于被山体滑坡废墟泥土掩埋逝世, 已将遇难者迁移。”打拉茂警区警长朱奈迪周三在辛邦恩巴特说。

他称, 在波垄岸阿南姆地区山体滑坡点上也发现一辆电单车BA 6857 SC被困及被山体滑坡废墟砸中。

据他称, 自周二(21日)下的强降雨, 导致晚上大约7时30分在四个点上也就是在波垄岸阿南姆佐佐默尔

## 会晤PATA 和 UNWTO 旅游业部商合作计划

(雅加达讯) 旅游与创意经济部与亚太旅游组织(PATA)讨论了多项合作机会, 包括提高旅游人力资源计划及“旅游目的地韧性培训计划”。

这次会议是在合作发展印尼旅游业的背景下举行的。

“此次会议还加强了旅游与创意经济部与PATA之间已经建立的良好合作关系, 未来我们可以共同发展印尼旅游业。”旅游与创意经济部副部长安杰拉·塔努苏迪庇在马尔代夫周六在雅加达发表的正式声明说。

在同一场合, PATA首席执行员Liz Ortigera希望印度尼西亚能够参加2022年10月25日至27日在阿拉伯联合酋长国阿布扎比举行的PATA年度峰会。

在另一次会议上, 旅游与创意经济部秘书尼瓦延吉里会见了世界旅游组织(UNWTO)

秘书长Zurab Pololikashvili, 感谢该组织在G20论坛上对印尼的支持。

“我们还邀请世旅游组织秘书长出席2022年9月26日举行的G20旅游部长级会议, 该会议将与世界旅游日紧接举行。”他说。

尼瓦延吉里与联合国世界旅游组织亚洲及太平洋区域Harry Wang举行了会议, 讨论了印尼在2023-2027年期间担任代表东南亚和太平洋地区的联合国世界旅游组织执行委员会的准备工作。

另一项讨论是为世界旅游日的实施做准备, 其中包括与参与者和专家有关的技术计划, 以及以会议、研讨会和讲习班的形式为联合国世界旅游组织提供技术援助的计划。

“希望通过这项活动, 印尼旅游业能够取得良好的进步和发展。”他说。(LDS)



旅游与创意经济部副部长安杰拉·塔努苏迪庇在马尔代夫举行第34次联席会议期间, 会见亚太旅游组织首席执行员Liz Ortigera。

## 苏北货柜船撞渔船 2渔民获救2丧生



救援人员在迁移死者。

另两名船员。”搜救队立即对事发地点进行了搜索, 并协调每艘经过的渔船。任何发现受害者的人都可以向现场小组报告。

“渔民在事发地点附近于18日(星期六)发现受害者苏特里斯, 已死亡。受害者的尸体被渔船带到丧宅, 然后进行安葬。”

随后, 该团队从事发初始位置向东-东北方向梳理, 扫荡面积5海里。第二名受害者西伊达穆被发现死亡。

“在现场以东约23海里处, 发现了第二位受害者的尸体。受害者随后被疏散到一艘漁船上, 并被带到丧宅即刻安葬。”

## 苏西发生山体滑坡 一人丧生数辆车被困



打拉茂警分署警员迁移受困的汽车。

(辛邦恩巴特讯) 警察周三称, 在波垄岸阿南姆地区, 被山体滑坡废墟掩埋逝世的西苏门答腊省西巴沙曼县打北克西拉纳卡利塔鲁居民名叫尤利斯曼(55)。

“遇难者于早上5时被寻获时处于被山体滑坡废墟泥土掩埋逝世, 已将遇难者迁移。”打拉茂警区警长朱奈迪周三在辛邦恩巴特说。

他称, 在波垄岸阿南姆地区山体滑坡点上也发现一辆电单车BA 6857 SC被困及被山体滑坡废墟砸中。

据他称, 自周二(21日)下的强降雨, 导致晚上大约7时30分在四个点上也就是在波垄岸阿南姆佐佐默尔

特卡纳卡利打鲁2个点, 在巴商基昂佐佐巴尔托慕安纳卡利打鲁1个点, 及在格洛克卡佐1个滑坡点。

导致1辆小巴士BA 1087 DO被中度山体滑坡废墟砸中, 以及另一辆巴士被困在2个滑坡点上, 此外, 有辆查姆卡地方公共医院载尸体的救护车也被困在巴商基昂滑坡点上。

“晚上11时30分利用地方公共医院载尸体的救护车已成功被迁移与利用打鲁社会保健中心的救护车一起前往丧家。”他说。

而在波垄安恩南姆一辆电单车被滑坡掩埋及逾20辆电单车由于被困在滑坡中无法经过。

晚上11时30分已将被困在滑坡的电单车骑士迁出滑坡地点。

他说, 到目前为止, 打拉茂警分署警员仍在滑坡现场安排交通秩序, 以提供安全感, 及协助迁移数名社会人士公路使用者。

“今天早上, 已经开始使用重型设备清理滑坡废墟。”他说。

直至今天早上, 由于警员正在清理滑坡废墟, 前往打鲁的车辆暂时无法通过。

其间, 实施地方治灾局长阿兹哈尔称, 当局今天早上与打拉茂警分署及公共工程局等相关机构开始清理滑坡废墟。

“今天早上的公路仍未能让车辆通过。被山体滑坡掩埋的遇难者已经被迁移。”他说。(LDS)

# 次区域合作 会成为区域发展纽带



经济统筹部国际经济合作协调部副助手艾迪·普利普利奥，周四在雅加达与亚洲开发银行，区域合作与运营协调司司长阿尔弗雷多·佩尔迪格罗举行会议。

(雅加达讯) 次区域经济合作(KESR)的目标是成为一个神经系统，在区域发展中相互连接，提升共同参与国家的社会经济发展。经济统筹部国际经济合作协调部副助手艾迪·普利奥(Edi Prio Pambudi)于周四在雅加达收到的声明中表示，印尼参与的KESR之一是文莱-印尼-马来西亚-菲律宾东部东盟增长区域(BIMP-EAGA)。

他表示：“BIMP-EAGA必须成为一个相互连接的神经系统，因为现在印太地区在跨太平洋伙伴关系全面和进步协议(CPTPP)论坛、环印度洋联盟(IORA)之间具有地缘战略作用)和区域全面经济伙伴关系(RCEP)、印尼和东盟处于中间位置。”

他继续说，BIMP-EAGA经济

走廊成为与亚洲开发银行(ADB)区域合作与运营协调司司长阿尔弗雷多·佩尔迪格罗(Alfredo Perdiguer)会面讨论的重点之一。

他表示：“经济走廊需要扩大和发展，以覆盖苏拉威西、马鲁古和巴布亚的整个地区。这对于优化区域合作潜力，缩小差距，加快区域间互联互通发展具有重要意义。”

此外，会议还就亚行与印尼的战略合作伙伴关系以及KESR在东南亚地区进行了深入探讨。

艾迪表示，亚行对印尼东部地区发展的支持需要重点关注粮食和能源安全，以及加强该地区蓝色经济的潜力。

他解释说：“这将有可能影响与印尼接壤的其他国家的增长。”

他还表示，BIMP-EAGA应该有

利于该地区的邻国，如老挝和柬埔寨。这必将推动东盟整体合作，并最终能够在神经系统中发挥关键作用。此外，与亚行的会议还讨论了将于2022年11月在西加里曼丹省坤甸市举行的印尼BIMP-EAGA部长级会议的筹备工作。

艾迪表示，绿色议程和加强区域对KESR的参与将在部长级会议上获得动力。

他披露，各地区需要有一个地方来分享各自地区的发展经验。与此相关，艾迪传达了在BIMP-EAGA地区举办地方首长论坛的倡议。

他说：“该论坛还增加了区域对BIMP-EAGA经济走廊的了解，以鼓励各自地区的领先行业。此外，我们希望亚行支持使部长级会议活动取得成功。”(ALW)

## 中国公司将参与在灵查尼建设世界最长空中缆车

(马打兰讯) 建造通往位于中龙目蓝丹乡灵查尼山的缆车项目将很快实现。该开发项目将由中国投资者资助。

同时，参与该项目的公司是印度尼西亚龙目渡假村有限公司。

然而，该发展项目收到多方的利益。

目前，西努沙登加省政府与环境部，仍在审核印度尼西亚龙目渡假村有限公司提交的环境影响作用报告。

将在灵查尼山地区建造的缆车，将成为欣赏灵查尼自然美景的新交通工具。未来缆车的位置不在灵查尼山国家公园地区。

它是位于利用旅游服务块区森林公园区及保护森林区。即从中龙目县北峇杜格利昂镇卡朗西特门开始往森林保护区顶部。

西努沙登加拉环境和林业局局长H·玛达尼毛格洛姆传达此项计划。

“它长逾10公里，是世界上最长的缆车。”他前段时间说。该缆车建设项目将由中国投资者出资6000亿盾。

“已经有来自中国的调查人员，价值6000亿盾。”西努沙登加拉一站式综合服务及投资局局长慕哈默特鲁姆上周三(15日)通过电话说。



景色美丽的灵查尼火山湖。

“他们已经获得了许可证。努沙登加拉地方政府已收到了它的详细工程设计，我们目前正在讨论。”他解释说。

鲁姆说，6000亿盾的基金稍后将通过中国驻印度尼西亚大使支付。

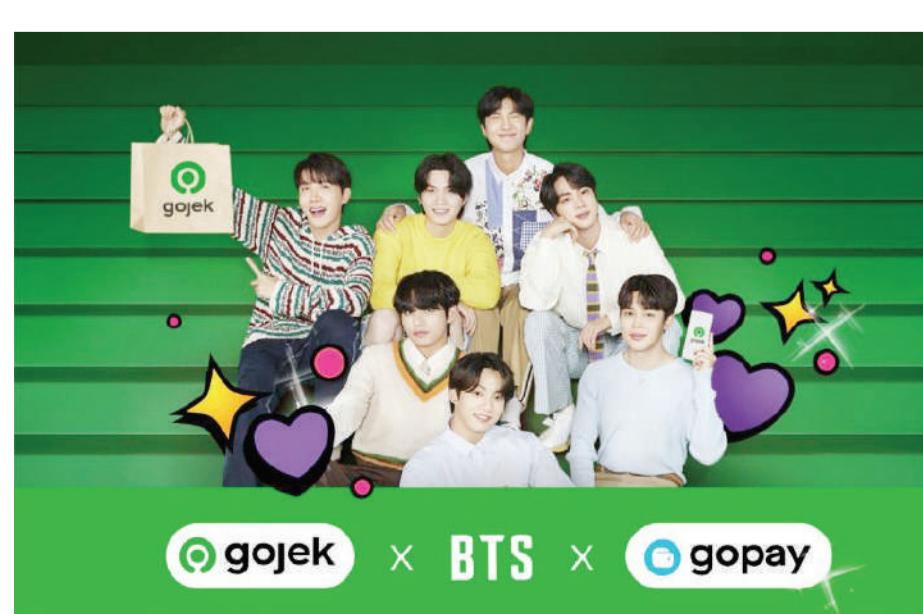
“这么多6000亿盾必须有自己的支付规则。”

“所以它必须通过中国驻雅加达大使的知情下。”他接着说。

这个项目发展计划也有利有弊，这与开发将造成环境破坏有关。

与此相关，西努沙登加拉省长朱尔基菲尔曼夏表示，目前科技已相当先进。以致可以避免对环境造成的破坏。

“当然有关于如何不损害环境的说明。我们关心的是不要破坏森林。”他于2022年4月26日在马打兰说。(LDS)



Gojek宣布与K-Pop组合BTS乐队合作。

## Goto与BTS乐队合作

(雅加达讯) Gojek宣布与K-Pop组合BTS乐队进行特别合作，并为印度尼西亚、新加坡和越南的用户提供各种促销和特别奖品。Gojek公司事务副主管奥德蕾(Audrey Petriy)表示，他们之所以选择BTS乐队作为合作伙伴，是因为该团体非常出色，并成功地用他们的才华和歌曲打动了世界各地的人们。奥德蕾周一(20日)在雅加达的新闻稿中说：“作为音乐人，BTS能够通过他们的歌曲传播积极的信息。正是这种精神使Gojek与BTS的合作变得特别，因为它符合Gojek为所有用户和我们的合作伙伴创造积极影响的承诺。”

## 列特诺表明印尼G20主席国 虽处复杂情势却已上轨道

(雅加达讯) 印度尼西亚外交部长列特诺·马尔苏迪表示，在复杂的世界形势下，对印度尼西亚担任G20轮值主席国的支持仍然非常强烈，各工作组的各项讨论仍在顺利进行。

“所以我可以说一切都在正确的轨道上，”外交部长周三从雅加达举行的新闻发布会上说。

她说，世界目前正面临一个非常困难的局面。

这与世界试图从各个方面恢复冠病疫情的影响有关，而这些努力受到了乌克兰战争的影响。

虽然如此，这并没有削弱印度尼西亚作为2022年G20主席提出优先事项的热情。

“这种情况确实推动了印度尼西亚轮值主席国更加积极地使G20成为全球经济复苏的催化剂。”她说。

据列特诺表示，外交部继续与G20外长和其它国家的合作伙伴密切沟通。

在最近几个月的各种海外活动中，她还藉此机会讨论了印度尼西亚轮值主席国继续提出的问题，包括计划于7月7日至8日



外交部长列特诺在雅加达出席的新闻发布会上。

在吉隆坡举行的G20外长会议。

她进一步表示，在今天这样困难而复杂的局势中，印度尼西亚“选择不使用扩音器外交，以便实现对世界有用的大目标。”

她补充说，持续的战争肯定会对人类产生影响，包括出现粮食、能源和金融危机。

“这三个危机必须由世界各国立即处理，以免危机继续恶化。”她强调。

她解释说，粮食、能源和金融危机的恶化肯定会对发展中国家和低收入国家产生重大影响。

(LDS)



交通部长布迪(中)就对日本进行工作访问的结果发表新闻谈话。

## 交长访日返国 转达与政府私会谈结果

(雅加达讯) 交通部长布迪·卡尔雅·苏马迪转达了他对日本的工作访问结果，以讨论与日本合作开发国家战略交通基础设施项目。

在6月21日至22日对日本为期两天的访问期间，交通部长与一些日本政府官员以及私营企业举行了会议。

布迪周三(22日)在声明中说：“总统先生要求我们监督此工程。因此，在总统可能会在7月访问日本之前，我先来日本是为确保交通基础设施的继续发展。”

他表示，正在讨论的一些战略项目包括地铁(南北线二期和东西线)、巴丁班港一期至二期(第5和6配套)、试验场和雅加达-泗水半高速列车。

布迪表示承诺，将继续监督印度尼西亚战略交通基础设施发展的可持续性。

他解释说，关于捷运建设项目的延续，政府正在推动加快完成合同谈判和资金承诺声明，并鼓励加快东西线雅加达地铁捷运项目的研究。

此外，我国政府还邀请日本投资者参与捷运站区公交导向发展(TOD)的建设和开发。

他说：“为了地铁捷运项目的继续，感谢上帝，在不久的将来，将签署来自日本的资金保证。这是一件令人兴奋的事情，因此地铁建设可以继续进行。”

关于巴丁班港工程，政府正在推动加快巴丁班港口第1-2期工程的投标谈判，目标是在今年签约。

此外，关于试验场或机动车测试场所，政府鼓励日本政府向印度尼西亚-日本财团提供支持，以具有竞争力的成本获得融资。

这需要日本投资者或金融机构的支持才能提供低于商业利率的低利率。

同时，关于雅加达-泗水半快速列车工程，政府正在推动立即与日方合作进行可行性研究。

在同一场合，我国驻日本大使赫利·阿赫马迪解释说，本次会议是继岸田首相与佐科威总统于4月29日至30日在印度尼西亚举行双边会晤之后的延续会议。

他指出，两国领导人已同意继续加强两国合作，包括交通基础设施合作。

他说：“印度尼西亚和日本之间的合作一直进展顺利，始终按照两国商定的时间表进行。”(KP)

## 推出各种促销和奖品

Gojek和BTS的合作将通过GoFood送餐服务、GoRide和GoCar运输服务、GoClub忠诚度纲领以及GoTo Financial的GoPay移动和电子货币支付服务提供。直到今年年底，这项活动将分阶段进行，向全球小区介绍Gojek的旗舰服务。

据悉，Gojek与BTS的合作自6月16日起在印度尼西亚推出电视广告首播。在视频中，BTS成员RM、Jin、SUGA、j-hope、Jimin、V和Jung Kook在通过GoFood服务订购印度尼西亚特色菜时展示了他们流利的印度尼西亚语。

我国的GoFood用户至7月31日在通过GoFood Pasti Ada Promo促销活动期间订

购食物时可以享受特别折扣。新加坡、越南和印度尼西亚的所有Gojek用户也可以享受GoRide和GoCar的特别促销。

此外，通过完成Gojek的秘密任务，客户还有机会赢得BTS独家商品。有关如何获得商品和其它活动的更多信息将在近期公布。Gojek与BTS的合作预计将对商家合作伙伴和司机合作伙伴产生积极影响。此外，它还可以为许多人创造快乐，从而鼓励他们能够通过Gojek生态系统感受到在线交易的便利。

未来，Gojek将继续探索改进产品和服务的新方法，以方便印度尼西亚和全球人民的日常生活。(KP)

BCA 汇率		(2022年6月23日)			
外幣	代碼	現匯		現鈔	
		買進	賣出	買進	賣出
美元	USD	14828.00	14843.00	14694.00	14994.00
新元	SGD	10679.86	10694.58	10584.00	10808.00
歐元	EUR	15668.38	15688.99	15500.00	15895.00
澳元	AUD	10221.32	10239.01	10126.00	10398.00
英鎊	GBP	18172.67	18193.33	17975.00	18413.00
日元	JPY	109.48	109.60	106.30	112.37
人民幣	CNH	2205.05	2215.40	2147.00	2303.00
令吉	MYR	3359.34	3375.12	-	-

## 高盛经济学家警告 美经济衰退风险升高

高盛集团的经济学家警告，美国出现经济衰退的风险现已增加，并下调了对美国国内生产总值(GDP)的增长预估。

彭博社报道，高盛经济学家周一(6月20日)在一篇研究报告中说，他们现在认为，美国2023年进入衰退的概率为30%，此前预测为15%。如果2023年没有进入衰退，则2024年进入衰退的有条件概率为25%。

这意味着未来两年的累积概率为48%，此前的估计为35%。

以哈祖斯(Jan Hatzius)为首的高盛经济学家在报告中说：“美

国衰退的风险更高且更提前了。主要原因是它的基线增长路径现在走低，而且我们越来越担心，如果能源价格进一步上涨，即使经济活动急剧放缓，美国联邦储备局也不得不对高通胀和消费者通胀预期做出强力的回应。”

为平息生活成本的飙升，美联储上周加快了紧缩行动，实施了自1994年以来幅度最大的加息。

尽管很多人以当前与1960年代和1970年代相提并论，但高盛经济学家说，如今的工资增长和高通胀预期不像当时那样根深蒂固。

(早报)



## 传媒大亨默多克 被曝将第4次离婚

综合美国《纽约时报》和英国广播公司(BBC)于22日报道，据两名知情人士透露，传媒大亨默多克和妻子霍尔即将结束婚姻。BBC称，这将是现年91岁的默多克第4次离婚。报道称，默多克与霍尔于2016年在英国举行了婚礼，当时默多克85岁，霍尔60岁，是前世界名模。一些与默多克关系密切的人听到他与霍尔将离婚的消息感到惊讶。报道称，默多克此前有过3段婚姻，其中包括1999年至2014年与其第三任妻子邓文迪的婚姻。

默多克的新闻集团在全球拥有多家一线媒体。BBC称，默多克的媒体帝国控制了美国的福克斯新闻和《华尔街日报》，还有英国的《太阳报》和《泰晤士报》。

(环球网)

## 马肉、鸡蛋和食油价 7月起自由浮动

马来西亚政府宣布，7月1日起终止肉鸡、鸡蛋，与瓶装食用油(2公斤、3及5公斤装)的顶价机制，这些食品的零售价到时将按市场供需而自由浮动，这是为了确保它们的供应稳定。按目前情况来看，这些食品到时都将起价。

国内贸易及消费人事务部长亚历山大今天(6月21日)与养鸡业者、禽畜业协会及相关政府机构代表开会后在记者会说，到时

(早报)

## 蒙古国央行 上调政策性利率至10%

当地时间6月22日，蒙古国中央银行行长拉格瓦苏伦在新闻发布会上表示，为了使蒙古国通货膨胀预期在中期趋于稳定，促进经济内外平衡和保持本币汇率相对稳定，该行货币政策委员会第二季度例行会议决定，在现有基础上将政策性利率提高1个百分点，达到10%。

据悉，2022年前5个月，蒙古国全国通货膨胀率达15.1%。其中，首都乌兰巴托通货膨胀率高达16.2%。燃油、食品和进口货物价格上涨，是导致今年前5个月蒙古国通货膨胀率上升的主要原因。(央视新闻)

# 鲍威尔：遏制通胀 美联储将继续加息

美联储主席鲍威尔说，美联储将继续加息以遏制通胀。不过在各种冲击夹击之际，决策者必须保持灵活。

彭博社报道，鲍威尔周三(6月22日)在参议院银行委员会的听证会上说：“我们预计持续加息会是合适的……过去一年，通胀显然超出了预期，而且还会保持这种势头。我们因此需要根据经济数据和不断变化的前景，灵活应对。”

美联储上周宣布加息75个基点，基准利率区间上调到1.50%至1.75%，是1994年以来最大的加息幅度。

美联储主席鲍威尔周三说：“我们知道高通胀带来的困难……我们坚定致力于降

度。

虽然鲍威尔上周曾说，美联储可能在7月底的例会上决定再加息75或50个基点，但他周三在听证会上没有提及未来加息的幅度。

美联储理事瓦勒上周六说，如果经济数据如他预期，将支持在7月加息75个基点。

鲍威尔周三说：“我们知道高通胀带来的困难……我们坚定致力于降



低通胀并正在迅速采取行动。”

“美国经济非常强劲，能够很好应对货币政策收紧的影响。”

(早报)

## 瑞士手表销量减盈利增 老字号奢侈品牌仍然称霸

尽管瑞士手表销量减少，奢侈品制表商在去年取得业绩却是有史以来最好的一年。这些品牌瞄准了有钱的消费者的心态，在去年进一步向高端市场迈进，并试图将他们的产品与类似Apple Watch等品牌更明显的区分开来。

根据瑞士钟表工业联合会的数据，瑞士手表去年的营业额同比增长了约三分之一，达到创纪录的212亿瑞士法郎。相比之下，美国市场的销售则增长了28%。

瑞士钟表工业联合会说，这个增长是因为高端手表的需求所推动的。在冠病疫情逐渐缓和之际，奢侈品市场现在显得更广泛繁荣，带动高端手表需求上升。

不过与此同时，瑞士手表的销售量却一直在减少。该协会的数据显示，瑞士制表商去年共售出了1570万只手表，是10年前的一半，这主要是因为市场对价格较一般的型号的手表需求锐减。这些款式直接与苹果公司(Apple)的399美元至799美元的手表竞争。

协会也说，这个趋势今年仍会持续，但在价值方面，在今年的首四个月里，瑞士手表销售额就比去年同期增长了13%。

摩根士丹利(Morgan Stanley)估计，虽然瑞士手表品牌大约有350个，但四家独立制表商：爱彼控股公司(Audemars Piguet Holding SA)、百达翡丽公司(Patek Philippe SA)、理查德米勒钟表公司(Richard Mille Horometrie SA)和劳力士公司(Rolex SA)，就已经占了这个行业在2021年85亿瑞士法郎盈利的61%。其他品牌也紧跟着在后，试图通过增加高端款式来踏上这个顺风车。

爱马仕(Hermès International SCA)最近发布业绩报告时，也谈到了旗下手表的销量增长情况。爱马仕似乎也开始针对富裕客户推出价位达六位数的独特手表。最近的一个例子就是爱马仕的Arceau Pocket Aaaaargh!。这是一款怀表，表皮上镶嵌着霸王龙的皮革马赛克，售价是30万欧元(约44万新元)。



去年平均零售价涨47%

瑞士手表咨询顾问公司LuxeConsult创始人穆勒(Oliver R. Muller)在线上接受新加坡《联合早报》访问时说：“截止2020年头，瑞士表的年总销售量是3000万只，总值92亿瑞士法郎。但是到2020年结束时，瑞士表的全年总销量已下降到1370万只，2021年下降到1570万只，但2021年的销售总值却上升到212亿瑞士法郎。与2019年相比，2021年瑞士手表的平均零售价上涨了47%。”

穆勒说：“斯沃琪集团(Swatch Group)的三个主要销量品牌：斯沃琪(Swatch)、天梭(Tissot)和浪琴(Longines)占瑞士手表行业销量的一半以上，是少数还继续保持在一般价位的瑞士手表品牌。他们现在的主要竞争对手是智能手表，例如在2015年开始推出的Apple Watch。这些智能手表给瑞士较低价格的手表带来了重大打击。”

穆勒说：“瑞士手表行业的总体趋势，是提高价格阶梯以获取更多利润，而且保持数量稀缺或至少低过需求。这将启动盈利增长的良性循环，而且盈利增长的速度也会超过销售额增长的步伐。”

穆勒认为，这种趋势并不健康。他说：“因为这样的市场不能容纳每

种手表。一个行业不能只在细分市场上增长，因为生产能力和研发开支需要大量资金，而这些资金需要的是产量的支持。汽车行业很早就明白这一点，例如因为有了宝马1和2系列，它才允许公司生产第7系列，但单单靠7系列的销售量，绝对不可能让宝马研发和生产系列7轿车的。”

话虽如此，穆勒认为这种趋势还是会继续下去，甚至还会进一步加速。

他认为，劳力士(Rolex)、百达翡丽(Patek Philippe)、爱彼(Audemars Piguet)和理查德米勒(Richard Mille)等少数冠军品牌将继续表现出色，并守住它们的市场份额。在高端市场，欧米茄(OMEGA)和百年灵(Breitling)等品牌将也会继续取得增长。在中端市场，就会发现浪琴表、天梭表和豪利时(Oris)或康斯登(Frederique Constant)等，继续捍卫着传统制表业。

围绕在这些主要品牌周边的，是一些工匠制表商、时尚品牌等，以及一些特别的小型独立和创新品牌。根据LuxeConsult的数字，这些独立品牌的总价值也只是占瑞士手表市场的区区0.8%、占销量的约0.5%而已。

(早报)

## 斯里兰卡深陷经济危机 拟与中印日开支援会议

深陷经济危机、亟待海外援助的斯里兰卡计划与中国、印度及日本召开捐助国会议。

路透社报道，斯里兰卡总理维克勒马辛哈周三(6月22日)在国会上做出这项宣布。

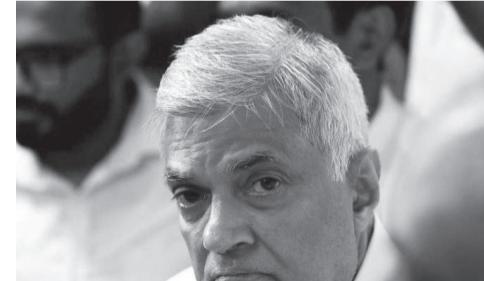
维克勒马辛哈说：“我们需要印度、日本和中国的支持，这三个国家是我们的历史盟友。”

他还披露，印度的一个高级代表团将于周四抵达，就新德里为斯里兰卡提供额外支持进行磋商。下周，美国财政部的一个特别小组也将到访。

斯里兰卡正深陷独立以来最严重的经济危机。据报道，斯里兰卡至今4月拖欠了510亿美元的外债，已无力购买进口食品、燃料和药物等必需品。

联合国说，除了燃料危机，斯里兰卡还面临“可怕的人道主义危机”，五分之四的人口可能挨饿，数百万人急需援助。

(早报)



## 加拿大通胀水平升至39年半以来新高

加拿大统计局周三(6月22日)公布的数据显示，今年5月的消费者物价指数(CPI)较去年同期上涨7.7%，刷新1983年1月以来的通胀增幅纪录。

加统计局说，5月份的汽油价格环比上涨约12%，在很大程度上推动了通胀水平持续上升。加统计局将原油价格上涨归咎于俄乌冲突导致的供应链不确定性，以

及防疫措施放宽后导致的旅游及各项需求增长。

若不含汽油因素，5月

CPI同比增幅也高达6.3%。酒店和餐饮业服务价格、食品价格和住房成本上涨，也是推高CPI的重要因素。零售食品价格同比增幅为9.7%，其中食用脂肪和食品油的价格增幅达30%的历史新高。5月CPI较上月增长1.4%，高于4月份的环比增

幅。经季节调整的CPI环比升幅为1.1%，也是自1992年以来的最高值。

另外，根据劳动力调查数据，加拿大5月份平均时薪同比增长3.9%。这表明，过去一年内的物价涨幅高于工资。

加统计局前一天发布的数据显示，加拿大今年一季度的职位空缺达95.75万个，创下新高。其中，医疗保健

和社会援助、建筑业、制造业和零售业等领域的职位空缺均为历史峰值。

加媒普遍认为，高企的通胀水平，继续推高了加拿大央行在7月中旬议息时加息75个基点的可能性，虽然货币政策并不能解决供应链这样的关键问题。加央行今年3月以来已经连续三度加息，以期遏制通胀。

(早报)



亚洲周刊：冯小川、陈志辉

一九八二年福岛战争爆发，为自二战后规模最大海战，启示未来海战的武器应用。反舰导弹「刀仔锯大树」，成为非对称战中的杀着。海战后勤为重中之重，强如美国也同面临沉重后勤压力。

编者按：本文作者冯小川是前美国海军资深工程师，先后在海军系统司令部和海军水面作战中心卡德洛克分部工作三十多年，曾参与美国海军不同船舶计划；陈志辉是《战舰寻踪：海军在香港》作者。两人合著《战后美国军舰发展与设计》。

一九八二年四月，阿根廷总统加尔铁里为了转移国民对经济问题的不满，在与英国存在领土争议的福克兰群岛（西班牙语称为马律维纳群岛）发动侵略，引发了一场为期七十四日的战争，这是自第二次世界大战以来首场海陆空立体战争，虽然皇家海军最终以战胜者的姿态凯旋回归，但有七艘舰船长埋在大西洋的海底，主要作战舰只更有三成受损。事隔四十年，福岛战争仍是人类半世纪以来规模最大的海战，其教训仍然是现代海军发展中难得的重要教材，为未来海战带来宝贵教训。

虽然英国的整体军事实力比阿根廷强，但福岛距离英国本地八千英里，最接近的基地也在大西洋的中央阿森松岛，大大抵消了英国的军事优势。皇家海军虽征集了一百一十一艘舰船参战，但只有三十三艘属作战舰只，包括两艘航空母舰，空中力量只靠四十多架鹞式战机。而阿方拥有一艘航空母舰，主要作战舰只十一艘、三艘潜艇、战机和攻击机约一百三十多架，阿方在超音速战斗机和攻击机占有质和量的优势，但这些优势却因为福岛的机场太小，不适合高性能战机使用，战机只能由阿根廷本土出发，以超出航程的上限参与作战。

在这些限制下，阿方有三十三架战机及攻击机在任务中被击落，但换取了一张亮丽的成绩表，击伤二十一艘舰艇，当中有两艘驱逐舰、两艘护卫舰、一艘登陆舰、一艘登陆艇和一艘民用的集装箱船被击沉。法国的飞鱼导弹一战成名，事实上大部分的战果是归功于阿方飞行员的高超技术，用无制导的自由落体炸弹达成，如果不是幸运之神眷顾，有七艘中弹的军舰因炸弹未能引爆，凯旋回归的不一定是皇家海军。

英国在战场中如此被动，航空母舰的预警问题是最大的短板。航空母舰是极具攻击价值的目标，为确保它的安全，要尽量扩大预警范围，争取足够时间组织不同层次的防卫措施将威胁消除。可是，受到地球曲率的限制，舰上雷达侦测低空飞行物时，最多也是只得数十公里，故此，要靠预警机突破曲率的制约，将预警范围扩阔到数百公里远，才能有效阻止敌方的攻击。可是，工党政府在一九六六年决定取消建造大型航母计划，自最后一艘全通界板航母皇家方舟号在一九七八年退役后，皇家海军就此失去了舰载固定翼空中预警机队。虽然海军其后建造无敌级轻型航母，但由于是使用滑跳甲板，只可供具备垂直升降能力的鹞式战机使用。

## 预警机作用巨大

没有空中预警，编队只能靠舰上的雷达，虽然英国当时派出了三艘最先进、备有远程空中搜索雷达和海镖枪防空导弹的四十二型驱逐舰，作为特遣部队的先头部队兼雷达警戒舰。如前所述的曲率限制，又受到海面杂波影响，再加上阿方机师胆识过人，非常贴近海面飞行，令雷达的探测能力大打折扣，难以预早发现，让阿军战机多次成功突防，令到这三艘戒备舰只率先成为目标，最终两艘被击沉，一艘中弹受创，身先士卒。

战争见证了预警机的重要性，但预警机负载重，只能在配置弹射器的全通甲板航母上使用，目前全球只有一款舰载定翼预警机：美国的鹰眼在操作，为美国和法国航母服务。不能操作定翼预警机，有些拥有滑跳甲板航母的国家就退而求其次，例如英国和中国就改装直升机担当预警工作，但性能上难与定翼机比较。网上近日流出了中国的舰载预警机正在试飞，配合正快将下水的零零三航母。确实，在福岛战争中可见，没有预警机协助掌握战场资讯，航母和舰队会陷入非常危险的境地。

## 反舰导弹战绩亮丽

在一九六七年，以色列海军驱逐舰埃拉特号被埃及快艇发射的冥河反舰导弹击沉，为反舰导弹开创了首次战果，向世人说明快艇都可以用反舰导弹，达到「刀仔锯大树」的效果。

在福岛战争中大出风头的飞鱼导弹由法国制造，比苏制的冥河先进，体型较细，拥有贴近海面飞行的能力，更加难被侦测。在战争前夕，阿方从法国购入了五架超级军旗攻击机和五枚由其发射的飞鱼导弹，结果击沉了驱逐舰谢菲尔德号（HMS Sheffield），以及由货船临时改装为直升机航母的大西洋运输者号，十架直升机报销，当中有三架是重型的契努克，损失惨重。阿军也在岸上发射了两枚飞鱼，击伤了另一艘驱逐舰，如果阿军拥有更多飞鱼导弹，或者导弹命中的是航母，很大机会改写了战争的结局。

在五年之后，美国海军也尝到飞鱼的厉害，在波斯湾巡逻的美国护卫舰史塔克号（USS Stark）被伊拉克空军发射的两枚飞鱼击中舰桥下方，三十七名船员死亡，幸好战损管理得宜，军舰避过沉没的命运。在事后的报告显示，舰上的雷达并未探测到导弹，所有的防御系统没法作出任何反应。最近乌克兰自制的海王星导弹将一万一千吨的莫斯科号击沉，创下了反舰导弹的最佳战绩，再一次说明，反舰导弹是所有大型军舰的？星。

现时有十多个国家或地区可生产反舰导弹，市场供应充足，亦是由于反舰导弹的体型细，门槛低，大部分都是六百至一千公

# 福克兰战争40年启示 展望未来海战趋势

斤，可以轻松安装在数百吨的快艇上，成为各地海军的标准装备，作为对抗非对称对手的有效武器。例如台湾的光华六号快艇，排水量只有一百八十六吨，就搭载了四枚雄风二型反舰导弹。

应对反舰导弹的方法，可透过「软杀」或「硬杀」的手段，前者是电子干扰、发射干扰箔或热诱饵弹，后者是用各类防空导弹或自动制导的机枪。在福岛战争后，各国更加重视近战防卫武器（CIWS, Close In Weapon System），用作最后的防御。另外，在一九八零年代中后期，配备相控阵雷达可以应付饱和攻击的神盾舰陆续服役，大大加强舰队的反导弹能力，但神盾舰的成本高昂，故反舰导弹仍属性价比高的有效武器，莫斯科号的沉没就是最好的例子。

在福岛战争中，阿方的飞行员英勇作战屡立大功，海军的舰艇却未见战果，当中的原因，是战争一开始，皇家海军的核动力潜艇征服者号（HMS Conqueror）用鱼雷击沉了阿方的老旧巡洋舰贝尔格拉诺将军号（ARA General Belgrano），导致三百多人身亡。自此阿根廷海军失去了出海的勇气，十多艘水面舰只呆在基地，包括阿方的唯一航空母舰：五月二十五日号。

事实上，第一艘抵达战区的皇家海军舰艇是潜艇，而不是水面舰艇。有鉴于局势紧张，早在战争爆发之前，皇家海军已派出了两艘核动力舰艇到福岛戒备。核动力潜艇不需要加油，也不怕受到海面的恶劣天气影响，并且具有高达二十八节的水下速度，可以比水面舰只更快赶到现场。在福岛战争期间，皇家海军派出了五艘核动力潜艇和一艘常规动力潜艇参战。一句题外话，特遣舰队的司令伍华德少将本身就是潜艇指挥官。

## 故障潜艇依然具威胁

当然，潜艇不单是皇家海军的独有，阿根廷海军也拥有三艘常规动力潜艇，当中一艘在二战时服役的圣达菲号（ARA Santa Fe）被直升机发现，在三艘护卫舰和多架直升机围攻下受到重创，舰长决定搁浅投降，另外两艘较先进由德国制造的二零九型潜艇由于配备了最新的电力装置，具有相当强的水下续航能力和二十三节的短暂最大冲刺速度，因此能够逃避所有皇家海军的追踪。可是，当时两艘潜艇的状况不佳，其中萨尔塔号（ARA Salta）已经不适宜出航，另外一艘圣路易斯号（ARA San Luis）亦有火控计算机故障、通气管漏水、舱底泵故障、四台柴油发动机中的一台无法运行等问题，但仍然坚持出海，并且在执勤的过程中，对皇家海军带来极大的威胁，两次成功向英国的多艘反潜护卫舰发射了三枚有线制导鱼雷，可惜因为鱼雷导引线过早切断，鱼雷的陀螺仪磁极反转，故没有一枚鱼雷击中目标。

## 大动干戈猎潜无功而还

尽管皇家海军在整个过程中经常拦截到圣路易斯号的通信，但由于潜艇的隐闭性强，在猎潜的过程中，皇家海军所有的直升机和护卫舰都未能成功追获，圣路易斯号成功躲避英国军舰和二千二百多架次直升机所发射的二百多枚反潜弹药而毫发无损地返回基地。根据一项统计，皇家海军甚至曾一度指派十艘护卫舰和驱逐舰以及六艘潜艇去追踪它，但仍一无所获。圣路易斯号引起的恐惧也不时引起皇家海军的声纳捕风捉影，武器乱抛，并多次置鲸鱼于死地。皇家海军出尽全力，对一艘问题多多的常规潜艇的猎杀工作都是无功而还，可见潜艇的隐闭性能是得到实证证明。

在二零零六年，中国一艘常规潜艇宋级在没被发现下，偷偷进入了美国小鹰号航母的五海里范围内，浮出海面示威，给第七舰队一个下马威。这类潜艇伏击的成功案例不是少数，在美军的演习中重复出现。现代常规潜艇的隐闭性能卓越，不时比核动力潜艇更宁静，新一代装备上绝气推进系统AIP（Air-Independent Propulsion），大大减少常规潜艇升上水面的换气时间，自持能力大增，可在海底伏击数星期，静待和追踪猎物。美国海军特别租用了瑞典的哥特兰级（Gotland-class）AIP潜艇两年，训练猎潜技巧，可见美国非常重视常规潜艇的威胁。现时四十支海军拥有潜艇，当中有二十个国家正在操作AIP潜艇，在亚洲就包括中国、日本、韩国、新加坡、巴基斯坦、印度，可见西太平洋的海底下刺客众多，并不太平。

## 幕后功臣是运输船队

皇家海军远离本土八千英里作战，战争期间的后勤和补给是头痛的问题，在特遣队一百一十一艘舰船中，皇家辅助舰队已派出二十四艘各种补给舰，但运输船仍然不足，要从民间征用四十六艘商船，其中包括两艘远洋客轮伊丽莎白女王二号和堪培拉号、十五艘油轮，以及多艘货轮、集装箱船和滚装船等等。当中大西洋运输者号被改装为临时的直升机母舰，结果被阿方击沉，



皇家海军的无敌级轻型航母：  
使用滑跳甲板，只可供垂直升降战机使用。



全球唯一操作中的舰载定翼预警机鹰眼（Hawkeye）：  
侦测范围超过五百公里，是舰队的眼睛。



瑞典的哥特兰级潜艇：  
排水量只有一千五百吨，在演习中将列根号击沉。

成为唯一未能回乡的征用商船。尽管拥有如此庞大的运输船队，但补给和维修仍然追不上快速的损耗，在六月十三日，即是阿军投降前一天，伍华德少将向地面部队指挥官发了一封电报，表示战力将竭，多艘战舰出现不同程度的损耗，百分之四十五的战力已趋近于零，仅余三艘军舰仍有战力，防空导弹的数目不足，他盼望敌军面对相同窘境，否则后果不堪设想。

幸好，阿军的补给情况更糟，相对于皇家辅助舰队和民用船队的数十艘船只，阿根廷海军只有一艘运油舰，而其最大的两栖登陆舰——近八千吨的坎迪多德·拉萨拉号（ARA Candide Lasala）在战争前六个月退役。

因此在整个战争期间，阿军无法作出任何快速力量投送和补给，在后勤战场上败给了皇家海军。

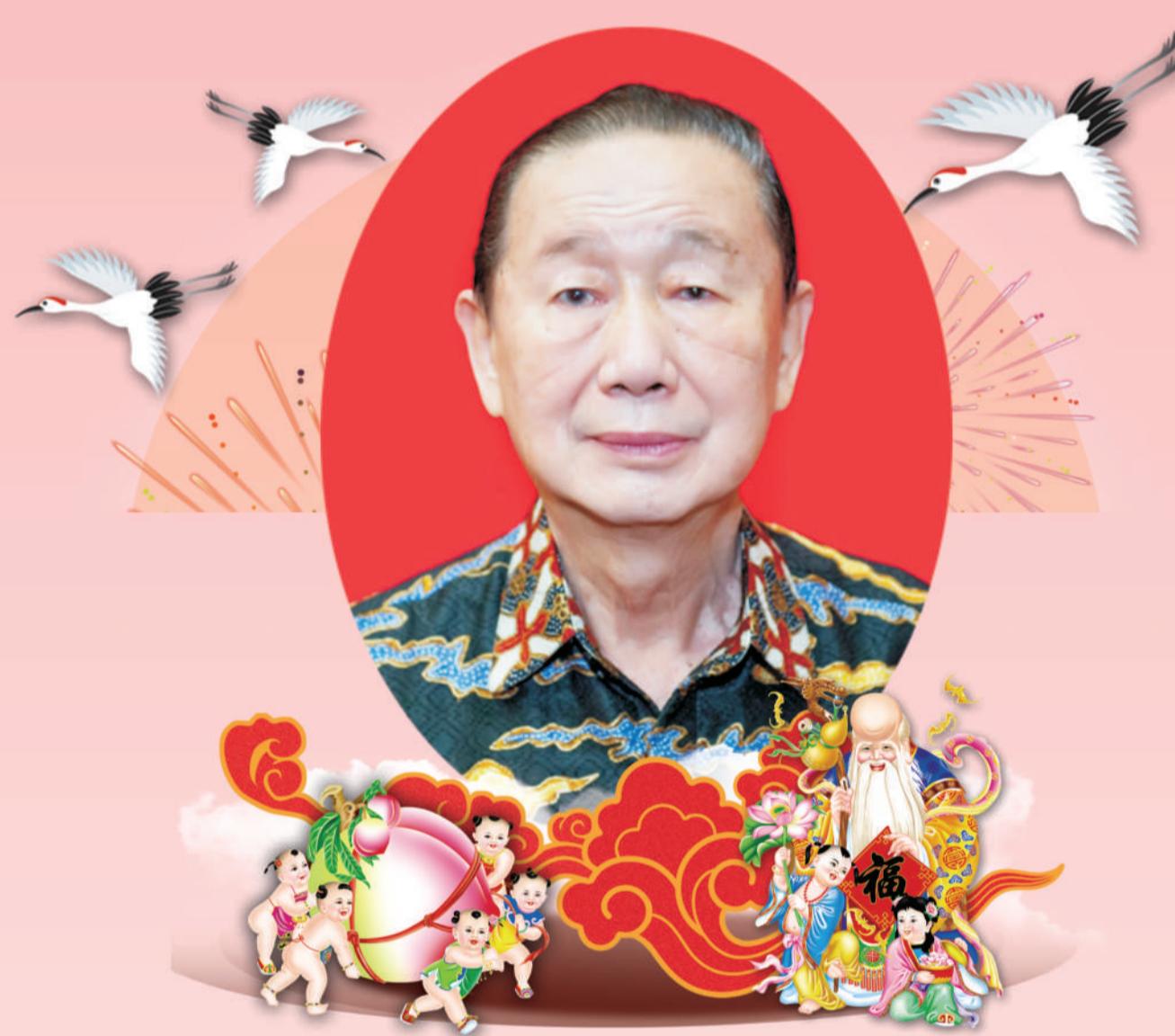
几乎没有预料到在福岛战争后八年，爆发了第一场海湾战争。美军在部署沙漠盾牌和沙漠风暴期间，面临与英国相同的困境，尽管美国海上运输司令部拥有大量运输舰船（一百二十艘运输船，另有约一百艘处于后备状态），但仍无法满足作战需求。

最后美国要向外界租用一百九十一艘商船，令人尴尬的是，只有二十九艘是悬挂美国国旗。于是在第一次海湾战争后，国防部决定加强海上的运输能力，由鲍勃·霍普（Bob Hope）和沃森（Watson）两级军舰所组成的十五艘巨形滚装船是有史以来为美国海军建造的第二大舰队，它们重达六万多吨，仅次于航空母舰，航速二十四节，在第二次海湾战争中运送各项装备和相关军用物料，发挥重要作用，证明其设计和策略正确。三军未动，粮草先行，任何国家如果忽视后勤补给的重要性，在战争中必须要付出沉重的代价。■

# 衷心祝福

## 何文金鄉長

## 80 華誕誌慶



## 韓金福 何秀鳳

### 敬賀



# 热烈祝贺

俞雨龄鄉長 蟬聯

印尼福建社團聯誼總會總主席

(任期 2023 - 2026)

衆望所歸



任重道遠

韓金福 何秀鳳

敬賀

# 清洗 大巴黎决定内马尔

尽管内马尔一再表态，希望留在大巴黎。但法甲豪门不这么想，他们正式决定清洗内马尔。很快，对内马尔感兴趣的球队就出现了，《每日体育报》表示，阿莱格里要求尤文签下巴黎圣日耳曼前锋内马尔，斑马军团高层正在考虑这一交易！

内马尔是当今足坛最让人失望的球星之一，才30岁，但已经开启“养老模式”。在大巴黎，内马尔伤病不断，状态平庸，对不起自己超过3000万欧元的年薪。身价方面，内马尔一直在下滑，现在仅剩下7500万欧元。

当初，大巴黎为了引进内马尔，花费了2.22亿欧元的转会费。但最终的结果是，内马尔截至目前没能帮助大巴黎捧起欧冠冠军，而自己距离金球奖和世界足球先生荣誉也越来越远。

# 塔利班呼吁国际援助 阿富汗强震逾千人死



阿富汗周三(22日)发生里特制6.1级强震，已导致过千人死亡，还有1500人受伤，去年8月重掌政权的阿富汗塔利班向国际求援。

英国广播公司(BBC)报导，这场20年来最致命的地震对阿富汗塔利班是一项重大挑战。报导指，东南部的帕克提卡省受到的影响最大。联合国正争取时间提供紧急避难所和粮食援助，但大雨和冰雹阻碍救援工作。

地震发生在距霍斯特市约44公里的地方，远至巴基斯坦和印度都能感受到震颤。目击者报告称，阿富汗首都喀布

尔和巴基斯坦首都伊斯兰堡都感受到了地震。

塔利班高级官员巴尔基说：“遗憾的是，政府正受到制裁，所以在经济上无法为人民提供所需的帮助。”

“国际救援机构正在提供帮助，周边国家和地区，还有世界各国都提供了援助，我们对此赞赏和欢迎。”

他说：“援助需要在很大程度上扩

大，因为这是一场数十年来从未经历过的毁灭性地震。”

截至目前，被困在瓦砾下的人数未知。卫生和救援人员表示，由于大雨，救援行动特别困难。在偏远地区，直升机一直在将受害者运送到医院。

联合国和邻国巴基斯坦的援助机构正在协助人道主义工作，其中包括部署医疗队和提供医疗用品。



## 据报有村庄被摧毁

一家人道主义援助机构Intersos表示，已准备好派出一支由两名外科医生、一名麻醉师和两名护士组成的紧急医疗队。

当地医生告诉BBC，迄今为止，大部分伤亡人员都发生在帕克提卡的Gayan和Barmal地区。据报导，Gayan的整个村庄都被摧毁了。帕克提卡的一名医生在接受BBC采访时表示，罹难者中有医务人员。他说：“地震前我们已没有足够的人员和设施，现在地震毁掉了我们所拥有的一切。”“我不知道我们还有多少同事还活著。”

该地区的另一位当地记者告诉BBC，由于移动电话塔受损，

地震后的沟通很困难，死亡人数可能还会进一步上升。

他说：“许多人不知道他们亲戚的安危，因为手机打不通。”“我哥哥和他的家人都死了，我是几个小时后才知道的。很多村庄都被毁了。”

阿富汗地处地震活跃区，联合国人道主义事务协调办公室报告称，在过去10年中，该国已有7000多人在地震中丧生，每年平均有560人死于地震。

据报导，在塔利班接管阿富汗之前，阿富汗的紧急服务就已经不胜负荷，救援人员几乎没有飞机和直升机。最近，该国还经历医疗用品短缺的问题。

(东方网)

## 俄近乌边境炼油厂大火 疑遭无人机袭击



之一。

这是乌克兰战争爆发以来，俄罗斯境内第二次发生石油库存爆炸事件。今年4月底，俄罗斯与乌克兰边境东北方向

154公里的布良斯克市一个石油储存设施也发生爆炸。

俄罗斯正在调查炼油厂爆炸原因。  
(早报)

## 美国佛州多人感染脑膜炎球菌 至少24人确诊6死

据美国有线电视新闻网等多家美媒报道，美国疾病控制与预防中心和佛罗里达州卫生部22日表示，他们正在调查佛州的脑膜炎球菌暴发事件，目前已有至少24人确诊，6人死亡。

美国疾控中心表示，这是该国历史上最严重的脑膜炎球菌暴发事件之一。卫生官员们表示，及时接种疫苗是预防脑膜炎球菌感染的最佳保护措施。在疫情期间，任何人都可以在佛罗里达州的任

何县卫生部门免费接种脑膜炎球菌疫苗。

美国疾控中心表示，感染脑膜炎球菌的症状包括高烧、头痛、颈部僵硬、恶心、呕吐等等。虽然一开始的症状像是流感，但通常会很快恶化。

如果有人出现这些症状，应该立即就医。

脑膜炎球菌传染的条件是近距离或长时间接触，这种细菌可以通过亲吻或是由一个咳嗽的人传给身边的人。

(海外网)

## 更多人感染BA.4和BA.5毒株 新加坡冠病病例明显增加

卫生部星期二(6月21日)晚上发文告指出，过去一周的社区病例中，感染BA.4和BA.5毒株的病例占约30%，高于之前三周的17%、8%和3%。

其中，BA.5毒株预计占本周所有病例的四分之一。卫生部说，鉴于BA.4和BA.5毒株的传播力比原有的BA.2更高，下来这类病例料继续激增。

虽然医院的重病病患并未明显增多，在加护病房留医的病患人数也维持在低水平，公立医院仍忙于照顾非冠病病患，病床使用率相当高。当局因此促请公众只有在碰上严重或危及生命的紧急情况时，才到医院急诊部求医，把资源留给有需要的病患。

此外，从23日起，新加坡将启用多

五个联合检测与疫苗接种中心，它们分别位于宏茂桥、红山、盛港、兀兰和义顺。到时候，新加坡会有共10个联合检测与疫苗接种中心。

这些联合检测与疫苗接种中心会提供辉瑞/复必泰以及莫德纳/Spikevax疫苗，碧山的中心则会提供辉瑞/复必泰以及诺瓦瓦克斯/Nuvaxovid疫苗。为整合资源，设于来福士城会展中心的接种中心将于7月18日关闭。

新加坡卫生部说，随着病例增加，当局强烈建议70岁及以上的年长者接种第二剂追加剂。所有适合接种的公众应



已完成基本接种程序，并应尽快接种至少第一剂追加剂。卫生部很快会派遣流动接种团队到社区为年长者接种。(早报)



## 普京单膝跪地 向无名烈士墓献花

今年6月22日是德国法西斯进攻苏联81周年纪念日。综合俄罗斯社、俄新社等媒体22日最新报道，俄罗斯总统普京当天在莫斯科向位于克里姆林宫红墙外的无名烈士墓献花。

俄《论据与事实报》援引“俄罗斯1”电视台记者巴维尔·扎卢宾在社交平台Telegram发布的一段现场视频报道称，普京在献花时单膝跪地。

这段视频显示，花圈摆放在无名烈士墓前，普京走近花圈，边整理花圈边做出单膝跪地的动作，随后起身。

1941年6月22日，德国法西斯撕毁《苏德互不侵犯条约》，入侵苏联，卫国战争随之打响。战争持续了近4年，约2700万名苏联军民牺牲。如今，6月22日已被俄罗斯政府定为“纪念和哀悼日”。

(环球网)

# 日本“假美食”造型逼真 靠真功夫打造

日本餐厅门口多会设置一个专门的橱窗，里面的“假美食”便成为该店人气美食的“代言”，帮助客人了解菜品的同时也颇具“吸睛”作用。

不少到日本的游客都惊叹于日本餐馆橱窗里展示的“假美食”，即仿真食品模型，从拉面、寿司、天妇罗等日式料理，到煎饺、盖饭、烤鸭等中式料理，从意大利面、牛排等西式料理，再到可爱诱人的甜点、冰激凌等，其造型精美逼真且色彩丰富，让人忍不住垂涎三尺。

五颜六色的蔬菜搭配、细致到可以清晰看到纹理的雪花牛肉、似乎正在溢出的芝士或奶油、金黄酥脆的各类油炸食物等，看到的瞬间就觉得香气四溢，忍不住想吃。日本人认为，运用多种多样的食材和烹饪技术精心打造出来的菜品，需要以“食品模型”的形式才能更好地向顾客展示出特点。因此日本的饭店一般都会为客人提供食品模型供其参考。

“食品模型文化”是日本独具特色的文化之一，已有百年历史。在20世纪20年代，初到城市生活的乡野之人或尚不习惯城市饭店的外地居民，都会在店里看到样品和价格后，决定是否进店。

食品模型既有真实性，还要让客人感受到食物的诱人和美味。譬如烤鱼模

型，上面酥脆的鱼皮和纹理清晰可见，鱼肉上还泛着金黄的油光……让人忍不住惊叹这些模型的逼真、细腻和精致，不难想见其工序繁杂，精工巧作。随着食品模型作为“促销工具”的功能越来越强，人们对“真实性”“看起来好吃”“脑洞大”“创意”等的要求也越来越高，食品模型制造的主流从批量生产转变为定制，与之相应的是其技术和质量每年都在提高。

在东京的一家食品模型公司，参观者发现在这里找不到两条一样的鱼。每种食物都各具特色，比如在不同成熟阶段切开的香蕉、猪排饭、寿司和烤鱼，其样品的细节都不完全一样。这里的每个仿制品都是由几十名工匠手工制作的。

## 成为特色礼品

近些年，仿真食品模型不仅作为食品卖场和饮食店的促销工具，还作为土特产、艺术品和玩具深受日本年轻人的欢迎。东京的合羽桥道具街、天空街、横滨市以及关西地区等，有不少出售食

称：“这一发现非常令人振奋，因为它是世界上最大的淡水鱼，这也意味着湄公河这片水域依然健康。”

根据湄公河流域委员会数据，尽管面临过度捕捞、污染、咸水入侵和沉积物枯竭等威胁，湄公河仍拥有世界上第三大多样性鱼类种群。

(海外网)



品样品的商店，里面不仅陈列着琳琅满目、风格各异的食物模型，而且餐具、厨具也一应俱全。有些商品还兼顾了实用性，如荷包蛋、巧克力蛋糕、小笼包、味噌汤等造型的钥匙圈、咖喱米饭手机挂件、寿司手机壳等。

日本还有专门出售仿真美食模型的网站，有鲑鱼饭团造型的钱包、小笼包造型的钥匙扣、面包造型的耳坠、章鱼造型的发箍等。消费者还可以购买各种工具和材料，自己进行DIY制作体验。美食样品的至高境界是在外观逼真且色泽艳丽、充满创意且耐用、不易变形、手感极像真正食物的同时，还能散发类似食物的香味。

这些小玩意不仅大受日本人欢迎，还可以作为礼物送给亲朋好友，因此不少来日本旅游的外国人特意购买食品模型类的商品。当然，这些被称为艺术品

的美食模型并不便宜，平时饭店里吃的螃蟹几百到几千日元不等，而高品质的模型螃蟹则可高达几万日元，比真正的高级螃蟹还要昂贵。这些不能吃的“美食”现如今已与真正的日本美食并列，成为日本文化的象征。

一些食品模型店还可以体验食品模型的制作。例如让顾客以传统的制作方法为基础，利用现代的创意和技术体验食物模型的制作。

有网友曾在网上兴奋地分享自己到体验店制作天妇罗模型的经历：将熔化的黄色蜡滴入热水中，做成天妇罗的外衣部分。蜡在热水中慢慢凝固，将现成的虾和茄子等材料用热水中的“外衣”卷起来，从热水中取出后用双手将细节部分加以微调就大功告成了。

(环球时报)

## 柬埔寨村民在湄公河捕获全球最大淡水鱼



据印度新德里电视台20日消息，柬埔寨当地村民日前在湄公河捕获了一条重300公斤的黄貂鱼，需十几个人拖上岸。研究人员称，这是全球目前已知的最大淡水鱼。

这条鱼为雌性，已被加上电子标记后重新放回河中，科学家将对其进行运动和行为进行检测。

美国生物学家泽布·霍根

# 热烈祝贺 俞雨龄先生 蝉聯 印尼福建社團聯誼總會總主席

(任期 2023 - 2026)

# 衆望所歸



# 任重道遠

## 林惠寬偕眷

## 林民強偕眷

### 同敬賀

# 金正恩主持党中央军委扩大会议 核试可能性引关注



朝鲜官方媒体周三(6月22日)报道，朝鲜领导人金正恩周二主持劳动党中央军事委员会扩大会议，是否讨论第七次核试验备受关注。

韩联社引述朝中社报道称，朝鲜劳动党第八届中央军事委员会第三次扩大会议周二开幕，金正恩到会，议题是贯彻落实党的军事路线和主要国防政策。

会议将全盘总结2022年上半年国家防卫工作，确定当前关键的国防建设任务。

此次会议将分析朝鲜中央军委及

道、市、郡军委工作的体系、秩序、现状，讨论强化各级军委职能和作用的重要课题。

会议将总结国防部、总参谋部、劳动党朝鲜人民军委员会，以及人民军各级部队的指挥官、参谋部、政治部及武装力量机构党组织的军事政治活动，并确定摆在人民军面前的重要的战略、战术课题。

据报道，劳动党中央军事委员会扩大会议开始讨论提交中央军委的议题。这意味着会议可能持续数日。

除中央军委委员外，军委各部门干部、劳动党人民军委员会执行委员、国防省指挥成员、大联合部队(军级部队)的军政指挥官也出席了周二的会议。

(早报)

## 日本男子为“回到监狱”挟持人质与警察对峙

据日本朝日电视台22日报道，埼玉县一家网咖21日晚发生人质挟持事件，42岁男子长久保浩二持刀具挟持22岁女性店员作为人质，与警方对峙至22日凌晨，最终被冲入房间的警察逮捕。值得注意的是，多家日媒播放的警方逮捕长久保后的画面显示，他在警车里对镜头笑着“比耶”。

据报道，发生这一人质挟持事件的网咖位于车流量很大的国道旁。当地时间21日晚10时许，长久保浩二持刀具挟持22岁女性店员作为人质，在网咖单间内与警方对峙了约5个小时。当地时间22日3时许，

长久保引发的事件也在日本网络上引发关注，有不少网友对他的做法进行抨击。有人批评称：“想被抓是他自己的事，但被劫为人质的受害者在心理上会受到难以承受的伤害。”

还有人说：“像这种家伙，就不应该



被放出来。”

“想被抓是他自己的事，但被劫为人质的受害者在心理上会受到难以承受的伤害。”

(环球网)

## 被俘2美退伍军人会否死刑？俄：取决于调查结果

当地时间20日，就在乌克兰被俘的两名美国退伍军人是否会面临死刑这一问题，俄罗斯总统新闻秘书佩斯科夫表示，这将“取决于调查结果”。

据美国全国广播公司(NBC)20日报道，在接受该媒体采访时，当被问及两名在乌克兰被俘的美籍雇佣兵是否会面临死刑，佩斯科夫表示，这将“取决于调查结果”。

佩斯科夫指出，这两名退伍军人“参与非法活动”，向俄罗斯军队开火，危及俄军生命安全。他表示，会有一个法庭对此案进行裁决，并补充称他们“应

受到惩罚”。此外，他还表示，二人不太可能受到《日内瓦公约》保护，因为他们不是乌克兰正规军的一部分。

据新华社此前报道，这两名美国退伍军人亚历山大·德吕克和安迪·黄在顿巴斯地区被俘，目前被关押在顿涅茨克一处拘留所。这是今年2月俄罗斯对乌克兰发动特别军事行动以来，首次有美国人在乌被俘。

报道还称，顿涅茨克地区一家法院本月9日裁定两名英国公民和一名摩洛哥公民犯罪，将处以死刑。这家法院认定三人以雇佣兵身份行事、试图武力夺权。上述



三人否认其雇佣兵身份，要求上诉。

此外，此前曾有美媒报道称，49岁的美国海军陆战队前队员格雷迪·库尔帕

西近日在乌克兰失踪。当被NBC问及是否知道库尔帕西的消息之时，佩斯科夫表示对此不知情。

(澎湃新闻)

## 英卫生局称在伦敦污水中发现脊髓灰质炎病毒痕迹

当地时间6月22日，英国卫生安全局宣布，在伦敦例行的污水检查中发现了脊髓灰质炎病毒痕迹。卫生官员担心这种病毒正在社区传播，但强调公众面临的风险极低。

据悉，英国卫生安全局在2月到5月期间采集的污水样本中发

现了几种密切相关的脊髓灰质炎病毒，目前其被归类为“疫苗衍生”型脊髓灰质炎(VDPV2)病毒。

卫生部门认为病毒已经在伦敦东北部的密切接触人群(比如家庭成员)间传播。

世界卫生组织的信息显示，脊髓灰质炎也被称为小儿麻痹症，病毒传播以粪口传播为主，主要影响5岁以下儿童。脊髓灰质炎病毒侵袭神经系统，重者会因呼吸肌麻痹而死亡。

(央视新闻)

## 多名港议员要求中电对停电事故作出赔偿

香港中华电力电缆桥21日失火，导致元朗、屯门、天水围大规模停电，影响了16万户人家，多名立法会议员要求中电合理补偿受影响住户和商户，不能只有道歉了事。

据网媒“香港01”报道，香港工联会议员陆颂雄22日在立法会议上说，整起事件不能接受，他认为中电在保证利润下有责任确保供电稳定。

他说，停电不只是造成开不了冷气导致不适或不便，一些商家的食物没有冷气也会变质，造成商家的损失，甚至还会影响到医疗服务。因此他要求中电尽可能抵消他们因停电而造成的损失，“不能‘抱歉’两字了事”。

民建联议员刘国勋也要求中电为受影响居民提供电费减免。他形容港府的紧急警示系统形同虚设，影响了数十万人口的事故，警示系统却没有任何反应，并质疑是否因为政务司司长出缺，以致没有人决定是否出动系统。



香港立法会保安事务委员会主席、民建联议员陈克勤批评，港府官员在事情发生当下没有现身交代详情，反而等到恢复供电后才露面，希望下届港府能够改进。他认为，此次事件反映了基础设施的脆弱，虽然香港目前的恐袭风险评估属中度，但如果有人攻击基础设施，将对民生造成很大的影响，因此他促请港府做好风险评估，企业也要做好保安工作。(早报)

## 民调：澳洲受访公民仅一成信任中国政府

一项最新调查显示，在澳洲尝试恢复两国间外交关系之际，仅有1成的澳大利亚人相信中国政府会在国际事务采取负责任的行动。

据彭博社报道，悉尼外交政策智库洛伊国际政策研究所(Lowy Institute)的年度民调发现，只有12%的澳大利亚人表示信任中国是一个国际参与者。这一结果与2018年前形成鲜明对比：四年前，有大约52%的澳大利亚人对中国持积极看法。

洛伊国际政策研究所的执行董事富利洛夫(Michael Fullilove)周三(6月22日)在堪培拉说，这一结果“不值得庆祝”。他说：“堪培拉与北京之间的关系稳定符合我们的利益，这也符合中国的利益。”

堪培拉与北京之间的外交关系已经冻结了两年多。2020年4

(早报)

## 报告：中国正在崛起 欧盟在非洲影响力迅速减弱

德国《柏林日报》21日报道，德国弗里德里希·瑙曼基金会近日公布的一份调查报告显示，欧洲和欧盟在非洲的影响力正在迅速减弱，而中国正在崛起。这项调查的对象为来自25个非洲国家和其他12个国家的1000多名决策者，包括经理、记者、企业家、非政府组织的雇员和官员。

报告称，许多非洲决策者可能认为欧盟国家在文化、人权和透明度方面具有优势。但在投资与合作的效率、速度、可靠性等方面，中国超过了欧洲。中国的“不干涉内政原则”(被广泛称为“硬件”)，对欧盟“价值主导体系”(被广泛称为“软件”)构成挑战。

调查结果显示，75.2%的人认为中国通常更快地做出投资决策，而觉得欧盟更快的只有55.8%。在快速完成已启动的项目方面，中国也处于领先地位，获得80%以上的人认可，欧盟只获得不到70%的受访者认可。

就硬件质量而言，瑙曼基金

会一名来自内罗毕的员工表示：“内罗毕和蒙巴萨之间的中国火车线路运行无可指摘。”目前没有人知道中国资助的基础设施项目在十年或十五年后会是什么样子，但有一点很清楚：“中国人正在非洲推行长期战略。”

这项调查的参与者承认，欧洲以价值观为导向的政策，重点是人权、民主、教育、健康和可持续性，这些政策是“家长式的”。约65%的受访者认为中国人不干涉非洲国家的内政。只有大约一半的受访者认为欧洲人不这样做。

《柏林日报》称，直到现在，当欧洲人在非洲的生意下滑时，还是会通过指责中国在非洲的基础设施质量差，或“债务陷阱”来安慰自己，并预测非洲将再次远离中国。不幸的是，这种信心是没有根据的。上述调查结果可能会让欧洲国家的决策者产生动摇。2000年，中国是少数几个国家的第一大贸易伙伴。现在，中国是几乎所有非洲国家最重要的贸易伙伴。(环球时报)



# 热烈祝贺

俞雨龄摯友 蟬聯

印尼福建社團聯誼總會總主席

(任期 2023 - 2026)

衆望所歸



任重道遠

王立松偕眷

敬賀



# 陆慷大使 考察华为印尼公司



陆慷大使与华为印尼公司人员合影。

## 100多位海外华校校长点赞 “华校品牌与营销管理”研习班



结业式部分合影。

“课程直击痛点，为我们提供了许多新的思路和发展方向”“课程新颖、实用，值得反复观看学习”“感谢国侨办和华侨大学提供这么及时、这么与时俱进的精品课程”……经过为期12天的研习，由国务院侨务办公室主办、华侨大学承办的2022年海外华校校长（华校品牌与营销管理）线上研习班18日结业，参训的31个国家的100多位华校校长表示收获满满。

结业仪式上，我校华文教育处处长涂伟表示，疫情以来华校发展面临诸多困难，华侨大学感同身受，在国侨办指导下，持续开展华校帮扶、师资培训、才艺云课堂、中华文化大乐园、家长讲坛等文化体验活动与项目合作，深得华校信

任。此研习班开设以来，每天都有校长申请加入，好评不断。华大将继续尽最大努力为华校提供优质教学、课程与智库支持，也希望校长们能够学以致用，尽早转变观念，提升市场竞争与品牌管理理念，带领团队，管理运营好华校，打造出各自的品牌与华校特色，彼此携手为华文教育事业作贡献。

学员代表们也纷纷发言，对本次研习班的负责人和全体工作人员表示由衷感谢，为此次新颖有效的课程设置、课程内容、教学态度等点赞。

菲律宾侨中学院（总校）副校长蔡艺术说，研习班的课程设置角度新颖，帮助校长们找到华校管理的新思路，尤其是充分感受到新时代海外华校发展不仅要

依靠语言文化基础和管理手段，更要投入足够的智力、人力、财力、实力来扩大影响力，把自己发展成响当当、家喻户晓的名字，成为广大教育消费者的首选品牌。

德国九州中文学校校长严萍已是第二次参加华侨大学组织的校长研习班。她称赞道，本次研习班的课程内容精彩纷呈，无数次引发头脑风暴和深度思考，在把握学校品牌发展、管理经营学校、维系家校关系、教师团队管理与能力提升等方面收获颇多。

英国文麟中华文化学校副校长朱建婷说，课程直击海外华校的“痛点”，精彩、新颖、实用。特别是研习班从人文角度关注到校长的学习力、校长健康和职业幸福感、教师队伍建设等内容，“是一次暖心、有温度的培训”。

据悉，本次研习班聘请了18位校内外的专家学者，开设19门优质课程，其中海外华校的品牌价值培育、华文学校品牌管理、华文学校高级营销管理、华文学校品牌整合传播策略、华文学校客户关系管理、后疫情时代的海外学校发展策略、未来营销方向、华文教育营销策略等9门特色课程基本覆盖华校品牌营销与管理的全链条，另外10门课程多角度、全方位地探讨华文教育发展趋势、华文教育教学管理的“三教”问题以及中华文化知识。

(雅加达讯)作为东南亚最大的多产品展览会的雅加达展览会，具有面积非常大。因此，雅加达展览会的参观者可以方便地乘坐 Wara-wiri 拖车游览 JIEXPO Kemayoran 竞技场。

Wara-wiri 是一辆拖车，可以载着游客游览雅加达展览会区域。有两个 Wara-wiri 柜台，即中央商务大厦和 Gambir Expo。

对于 Wara-wiri 的票价，游客只需单程花费 8000 盾，往返路线只需花费 15000 盾。参观者可以在乘坐 Wara-wiri 在雅加达展览会开放空间区看到摊位。

雅加达展览会的一位参观者 Tasya 说：“乘坐 Wara-wiri 真的很有趣，尤其是穿过雅加达展览会区域的空地，而且因为座位有限，因此，你不会与其他

## 环游雅加达展览会 乘坐 Wara-wiri 吧

游客推挤，所以你仍然可以遵守卫生规程。”

此外，Wara-wiri 也为游客提供便利，因为他们不需要在雅加达展览会区域走动时会感到疲倦。大多数游客在乘坐 Wara-wiri 时都会感到高兴。

这可以从每辆总是挤满游客的 Wara-wiri 拖车上看出来，同时仍然遵守卫生规程。Wara-wiri 被认为是一种真正帮助在雅加达展览会区域内迷茫和漫无目的的雅加达博览会游客的交通工具。

其他雅加达展览会参观者 Dita 表示：“对于迷茫的参观者，想四处走走，又怕累的人，最好还是只乘坐 Wara-wiri。所

以我们可以四处走走，看看我们要去哪里，价格便宜。比起漫无目的的四处游荡。乘坐 Wara-wiri 真的很有趣，而且座位符合健康规程。”

对于想要体验乘坐 Wara-wiri 的感觉的雅加达博览会参观者，他们可以参观位于 Pusat Niaga 大楼和 Gambir Expo 前面的柜台之一。

今年的雅加达展览会将于6月9日至7月17日(39天)在雅加达中部 Kemayoran 的 JIEXPO 举行。雅加达展览会于周一至周五15时30分到22.00点以及周六和周日10.00点-22.00点开幕。



雅加达展览会的 Wara-wiri 汽车(Dok JIEXPO)。

## 庆祝雅加达周年庆 伊利印尼分发数千份冰淇淋



(雅加达讯)2022年6月22日——亚洲最大的乳制品生产商伊利集团的子公司伊利印尼在雅加达社会服务中心的指导下，向居住在孤儿院的孤儿、雅加达特别首都区的员工分发了4,950份冰淇淋。作为参加雅加达495岁生日庆典的人们，这是公司致力于为社会做出积极贡献的一部分。

伊利集团管理代表、伊利印尼乳业总裁董事 Yu Miao 表示，伊利坚定不移地分享爱，为印尼人民带来积极影响。他说，“伊利印尼作为伊利集团的一部分，伊利集团是世界上最大的乳制品生产商之一，一直致力于为社区包括公众带来积极和真正的社会影响。”

伊利印尼作为伊利集团的一部分，伊利集团是世界上最大的乳制品生产商之一，一直致力于为社区带来积极和真正的社会影响。包括欢庆建城 495 周年的雅加达人。

Yu Miao 进一步强调，伊利印尼已经生产了 35 款冰淇淋，品牌为“Joyday”。在投资 2 兆盾建设印尼最大的冰淇淋工厂后，每天至少生产 159 吨优

质冰淇淋。Joyday 冰淇淋采用最新技术和最好的原材料生产，销往印度尼西亚 260 个地区/城市。

他指出，通过此次大规模生产，伊利印尼计划直接和间接吸纳 5000 多名工人，包括为各个地区的中小企业开拓商业潜力。“我们乐观地认为，随着疫情后经济状况的改善，伊利在印尼的运营可以提供更大的商机。”

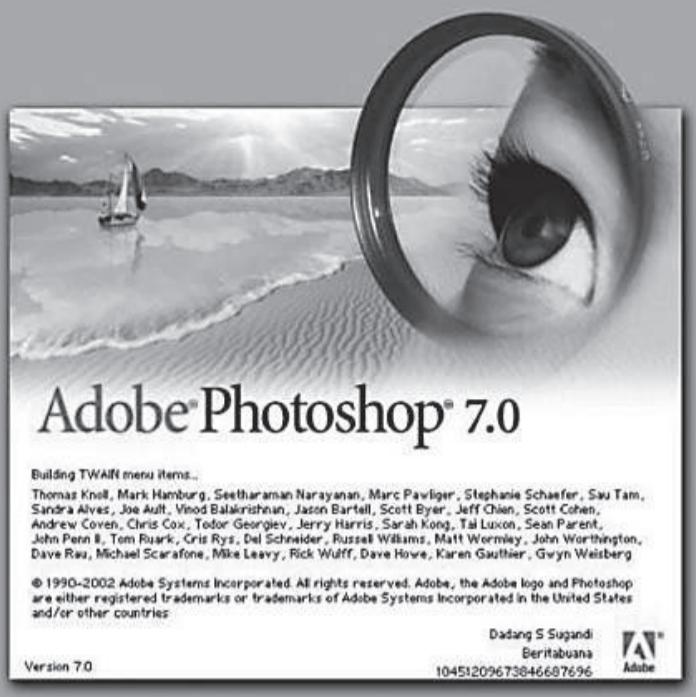
雅加达社会服务部负责人 Premi Lasari 对伊利印尼在这家疗养院与孤儿院的孩子们分享欢乐的活动表示感谢和赞赏。这显示了高度的关注并培养了家庭精神。所以，所有雅加达人都可以享受庆祝雅加达 495 周年的喜悦。”

Premi 说，我对此表示赞赏，并希望其他各方也能关注这一问题。孤儿院的孩子其实不仅是政府的责任，也是我们共同的责任，因为他们是国家的下一代。

此前，伊利印尼还在雅加达国际体育场落成典礼上分发了 60,000 多种冰淇淋产品，并为受 Covid-19 大流行影响的中小企业提供了多用途自行车援助。今年早些时候，这家 Joyday 冰淇淋生产商还向位于西爪哇省 Cipanas Sindanglaya 的 Santo Yusup 孤儿院的 200 名孤儿分发了援助物资。

# Adobe正在测试 Photoshop网页版

**免费开放**



Adobe Photoshop 7.0

据外媒报道，Adobe正在网页上测试可免费使用的Photoshop版本，并计划将该服务向所有人开放，以此来吸引更多的用户使用。

Adobe Photos方面表示，将免费提供“足够”的工具，以运行Adobe声称的Photoshop核心功能。

当前，Photoshop网页版在“免费增值”模式下可用，Photoshop的大部分工具、画笔和一些其他功能都是免费提供的。

此外，Adobe还计划关闭一些付费订阅者独享的功能。

外媒称，目前该测试仅限于加拿大地区，加拿大的用户可以通过Adobe帐户免费访问Photoshop网页版。

外媒认为，Adobe可能很快会将这项服务扩展到其他地区。（环球网）



## 苹果iPad 10 或将采用USB-C接口

据外媒报道，即将在今年推出的苹果iPad 10将包括几项更新，使其与其他iPad系列保持一致。

有爆料者称，iPad 10将采用USB-C接口而不是之前的Lightning接口。据悉，iPad产品线主要包括iPad Pro、iPad Air、iPad mini和iPad，目前，iPad Pro、iPad Air和iPad mini都配备了USB-C接口，只有全系最便宜的iPad还未改用USB-C接口。

外媒还称，iPad 10预计将采用更大的10.5英寸显示屏，这也是对当前10.2英寸显示屏的升级。

此外，iPad 10预计还将使用A14仿生芯片，而A14芯片首次用于iPhone 12系列和第四代iPad Air。（环球网）

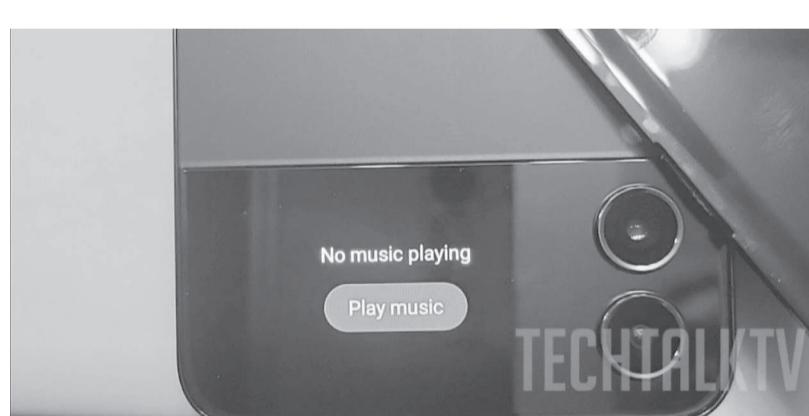


### 新华三首款 Wi-Fi 7 家用路由器 支持最大320MHz频宽

新华三智能终端首款Wi-Fi 7家用路由器H3C Magic BE18000于日前在全球首次亮相，采用高通新一代四核芯片，支持最大320MHz频宽。

据官方介绍，新华三H3C Magic BE18000 Wi-Fi 7路由器最高无线速率可达18000M，支持6GHz频段和320MHz频宽，配备了双万兆网口，为家用路由器旗舰款。

另外，新华三H3C Magic BE18000将采用高通1220平台。（环球网）



### 三星Galaxy Z Flip 4 将改善屏幕折痕

日前，有一组自称是三星Galaxy Z Flip 4实拍图的照片出现在网络上。据图片显示，虽然新机的外观设计与Galaxy Z Flip 3大致相似，但三星仍为其做出了一些细微的改动。

据消息来源称，Galaxy Z Flip 4拥有更小的铰链设计，其内部屏幕看起来与Galaxy Z Flip 3上相同。但值得期待的是，图片上显示的折痕不太明显。

新机的最大改变在于其外部显示屏上，与Galaxy Z Flip 3的外部显示器上的1.9英寸相比，新机外部屏幕的对角线超过2英寸。机身方面，Galaxy Z Flip 4仍然采用具有哑光效果的双色调面。在厚度方面，新机从前代机型的6.9毫米增加到7.2毫米。

续航方面，三星Galaxy Z Flip 4将带来电池容量的小幅升级。有消息称，新机配备了两块电池，均由三星SDI制造。一个的额定容量为2,555mAh，另一个为1,040mAh。这使其总容量达到了3,595mAh，这将比Galaxy Z Flip 3的电池容量增加了400mAh。（环球网）

## 苹果智能戒指最新专利 为虚拟现实而生

外媒消息，根据苹果提交的最新专利指出，该公司一直在研究智能戒指。其中一项专利申请名为“带有手指装置的计算机系统”，现在已经被批准。还有一项专利申请名为“计算机系统手指装置的部署系统”，是关于这种戒指的工作方式。

具体而言，当用户在观看虚拟内容时，手指设备可用于收集手指输入，因此，最终，如果用户面前有一个AR虚拟键盘，他们用无名指做打字动作，系统可以推测他们想打字，并推断出至少一些动作。用户还可以根据使用手指设备收集的手指输入来移动对应于可移动控件的虚拟物体。

而早在2019年，苹果便已经申请了“可伸展环设备”专利，根据摘要专利显示，该款设备通过内置力传感器、超声波传感器、惯性测量单元、光学传感器、触摸传感器和其他传感器，采集来自用户的输入信息，并无线传输到相关联的设备中。这一设备的外壳具有环形



主体与可伸展部分，可伸展部分则包括具有铰链的翼片、可旋转外壳构件等多结构。

可穿戴设备无疑是当下消费电子市场的一块重地，从早期的智能手环到现

在的智能手表、智能眼镜，再到智能夹克、智能口罩等千奇百怪的设备，吸引了众多玩家入局，不知道苹果的智能戒指究竟会为我们带来怎样的惊喜？

（环球网）

## 2022年全球移动游戏收入 将突破1360亿美元

data.ai和IDC联合发布的最新报告显示，2022年，全球游戏行业总收入将突破2220亿美元，其中移动游戏的市场份额将超过60%，达1360亿美元。移动领域将成为游戏增长的主要驱动力。

根据data.ai和IDC的报告，2014年移动游戏的收入还不到300亿美元，与主机游戏相近，且略高于PC/Mac游戏。如今，移动游戏的收入已达1360亿美元，在8年内增长了4.5倍。相比之下，



主机游戏和PC/Mac游戏只增长了0.25倍（2022年的收入分别为420亿美元和400亿美元）。

data.ai和IDC认为，移动游戏的快速发展很大程度是凭借其更广泛的覆盖，移动硬件相对“便宜”（玩家不需要额外购买设备），移动游戏也是如此。更重要的是，用户可以随时随地玩移动游戏。

报告显示，移动游戏具有绝对的多样性，适合所有人。在移动游戏刚出现的时候，人们更倾向于“快餐式”休闲游戏，因为移动设备屏幕小，处理能力有限，在线连接费用也很昂贵。但如今，对数百万游戏玩家来说，这些限制（绝大部分）已经消失了。

人们可以在小屏幕上玩各种游戏，甚至包括曾经专属于PC和主机的在线硬核游戏。

这在2022年的榜单中也有所体现，前10名的移动游戏覆盖了8个不同子类别。（环球网）

## 三星Galaxy Buds Pro 2耳机 进入量产阶段

据爆料人Max Jambor (@MaxJmb)称，三星Galaxy Buds Pro 2已进入量产阶段，这意味着这款无线耳机可能会在几周内发布。

另一位爆料者Snoopy Tech (@\_snoopytech\_)声称，该耳机将推出三种颜色：Zenith Bora Purple（紫）、Zenith Graphite（黑）和Zenith White（白）。

IT之家了解到，三星Galaxy Buds Pro 2的型号为SM-R510，此前的电池认证型号为EB-BR510ABY，容量为500mAh，相比上一代稍微大了点。Galaxy Buds Pro一代耳机的电池容量为472mAh。

目前在售的三星Galaxy Buds Pro真无线耳机售价1299元，该产品提供三种配色，支持主动降噪，音质经过AKG调校。耳机采用了同轴双扬声器，每个耳机中均内置三个麦克风以及一个语音拾取单元，有降风噪功能。（IT之家）





2021年广东省百强民营企业”颁奖现场。

(广州讯)广东省工商联(总商会)学习宣传贯彻省第十三次党代会精神暨十二届七次执委会议日前在广州召开,广东省委统战部副部长、省工商联党组书记陈丽文主持会议,广东省工商联主席、省总商会会长苏志刚作工作报告。

会议指出,2021年,广东省工商联“暖企”行动卓有成效,“万企兴万村”行动稳步推进。学习贯彻党代会精神是当前和今后一个时期全省的重要政治任务,全省工商联和广大民营企业要深刻认识做好新时代民营经济统战工作的重要意义,加强自身建设,持续提升促进“两个健康”的能力水平,努力开创广东省民营经济统战工作新局面,团结一心完成党代会确定的目标任务,为广东省在新征程中走在全国前列、创造新的辉煌作出新的更大贡献。

会议为“2021年广东省百强民营企业”代表颁奖。广东省工商联有关负责人介绍,

“2021广东省百强民营企业”入围门槛持续增长,营业收入由上一年111.4亿元上升至120.6亿元,增长9.2亿元,增幅达8.26%。榜单中,2020年营业收入超过4000亿元的企业有5家,超1000亿元的有14家,超200亿的有69家。

在今年全国工商联组织的上规模民营企业调研活动中,广东民营企业表现抢眼,共有61家入围“2021中国民营企业500强”、45家入围“中国制造民营企业500强”、23家入围“中国服务业民营企业100强”,有70家入围“2021民营企业研发投入500家榜单”、67家入围“2021民营企业发明专利500家榜单”,入围数均位居全国前列。

会议以视频形式举行,广东省委统战部有关领导、省工商联执委以上领导、“百强民营企业”代表等120余人在广州主会场参会,各地级以上市工商联和香港、澳门地区设分会场。(中国侨网)

## 广东省工商联12届七次执委会议 在广州召开



广东省工商联(总商会)十二届七次执委会议在广州召开。

## “丝路非遗”齐聚甘肃张掖 泥人舞秧歌 巧手织锦带

(甘肃讯)脚蹬纺织板,手持木梭子,甘肃甘南藏族自治州舟曲县藏族姑娘全庸卓玛坐在地上,展示省级非遗织锦带,藏族妇女用其束腰、扎靴。她说,这项技艺后继乏人,希望通过这种“走出去”的活动,让更多人了解这一独特文化。

8日,2022年“文化和自然遗产日”甘肃省非遗宣传展示主会场系列活动在该省张掖市开幕。活动现场,由甘肃临夏州非遗传承人常天平制作巨幅泥塑群雕,展示了近百位农民闹社火、舞河州秧歌的场景,农民扮演妖婆子、财宝神、船姑娘等,或敲锣打鼓、舞龙舞狮,或手持农具、载歌载舞,表情动作千姿百态,趣味十足,吸引民众驻足。

古丝绸之路贯穿甘肃全境,历史文化多元厚重,始祖文化、农耕文化、敦煌文化、黄河文化、丝路文化、民族民俗文化,也孕育了丰富多彩的非物质文化遗产。

甘肃省文化和旅游厅副厅长吕兴来

介绍说,目前,该省有花儿、环县道情皮影戏、格萨尔3个非遗项目列入联合国教科文组织人类非物质文化遗产代表作名录,已公布83项国家级非遗代表性项目,493项省级非遗代表性项目。甘肃认定国家级非遗代表性传承人68名,省级非遗代表性传承人617名,3家企业入选国家级非物质文化遗产生产性保护示范基地。

此次活动为期4天,还有甘肃省非遗系统性保护工作成果展、甘肃省2022年“非遗购物节”、甘肃省非物质文化遗产影像展、“如意甘肃·多彩非遗”全省非遗展演专场晚会、非遗与旅游融合发展示范性活动等同时进行。

高台麦秆画、秦安陶器、关峡竹编……中新网记者看到,来自甘肃各地的30家非遗工坊500多件非遗产品以及文创衍生品展示销售,集吃、游、购、赏、娱于一体,多位传承人现场刺绣、剪纸,并通过各平台直播带货,让观众“沉浸式”感受非遗魅力,选购非遗产



品。

值得一提的是,“非遗+剧本杀”吸引民众围观,同时,非遗产品换上“新衣”,融合传统与现代审美,更换了包装。参展游客刘立言说,“这种展示很新颖,用现在最流行的包装装载非遗产品,这是一种艺术之间的互相结合。”

参与非遗购物节的定西市陇西

县刺绣代表性传承人祁辉,在社交平台转载了活动海报,她觉得这种方式,为非遗和传承人扩大了影响力。

“非遗文化还有很多内容可以挖掘,人们对少数民族的吃穿住行也很好奇。通过这样的活动展示,可增加非遗的可见度,让更多人了解少数民族的非遗。”酒泉市文体



▲甘肃省农民舞狮舞龙舞狮闹社火泥塑群雕进行展出。

◀甘肃甘南藏族自治州舟曲县藏族姑娘,向民众展示省级非遗织锦带。

广电和旅游局艺术和非遗科副科长李蓉接受采访时如是说。

张掖市副市长娄金华说,张掖有农耕游牧文化、民族文化、宗教文化、边塞文化,有大量非遗。近年来,该市非遗保护项目涵盖民间文学、音乐、舞蹈、戏剧、曲艺、竞技、美术、手工技艺、传统医药和民俗等诸多门类。(中新网)



活动开班仪式现场。

(南宁讯)“红烛故乡行·海外华文学校骨干教师线上培训”暨教材教具捐赠仪式,6月10日通过线上+线下方式举行,100多名海外华文教师接受为期3天的集中培训。

广西壮族自治区侨务办公室当天还向越南、泰国、印尼、老挝、柬埔寨等东盟国家30多所华文学校、华教机构赠送一批教材教具。

广西壮族自治区侨务办公室侨务事务处处长莫燕涛介绍,“红烛故乡行”是广西侨办海外华文教师暖心工作的重要部分,体现祖国社会各界对海外华文教师的关爱,表彰其在海外传承中华文化的功绩,鼓励年轻教师积极投身华文教育事业。此次捐赠的教材聚焦中国文化、基础教育学科、汉语水平考试(HSK)培训,有助于增进当地学生对中国文化的理解及学业成绩的提升,缓解部分华校教学资源紧缺的困难,为有效开展海外华文教

## 广西向30多所东盟华校与华教机构 捐赠教材教具

育提供便利。

莫燕涛希望,参加此次培训学员努力学习,丰富理论知识,提升技能水平,增长业务知识,进一步提高海外华文教育水平,为中外文化交流作出更大的贡献。

广西华侨学校校长姚远忠表示,深入开展华文教育,让更多的华侨华人进一步了解和掌握中华文化,促进海外华文教育内涵化发展,是广西华侨学校的一个重要使命,更是一项具有深远意义的事业。

姚远忠说,本次培训班,学校为学员们量身打造了为期三天的“对外汉语教学案例”“幼儿绘本阅读技巧”“留学生班级管理技巧”“唐诗宋词的教学”等精品课程,配备了具有丰富教学经验并深受欢迎的一线教师授课,让大家不仅能学到中文教学技能,还能感受到中华文化魅力。

老挝寮都公学董事长林俊雄表示,希望华文教师们在培训中加强交流,相互学习,学以致用,今后以更加务实创新的工作作风,推动老挝华文教育事业发展。

泰国华文教师公会副主席郭晓辉也表示,此次培训班虽然时间不长,但内容丰富,具有很强的针对性和实用性,对新形势下泰国华文教育事业的开展有很大帮助。特别是此次广西捐赠的高质量教学物资,让泰国华文教师倍感温暖,大家将更好发挥这批教材教具作用,让更多学生受益,学好中华文化知识。

柬华理事总会副会长蔡伟华认为,拥有高水平的专业师资力量,才能把华文教育办得更好,希望此次培训活动,提高柬埔寨华文教师知识水平,推动华文师资队伍专业化建设。

据悉,近年来,广西高度重视侨务和华文教育工作,多次举办海外华裔青少年夏(冬)令营、海外华文教师培训等华文教育活动,高质量选派华文教师赴海外任教,受到海外侨界欢迎。新冠肺炎疫情暴发后,广西华侨学校积极探索以“互联网+华文教育”模式,大力开展线上教学及培训活动。近两年来共主办、承办海外华文教师培训10期,为推动后疫情时期华文教育发展做出了积极贡献。(中新网)



教材教具捐赠仪式现场。

## 蔬食怎么补铁?

## 营养师补充坚果和杂粮

缺铁是许多人会碰到的问题，营养师林雨薇指出，虽然蔬食或素食者每天吃到的总铁质量可能不比荤食少，但植物性铁质的吸收率比动物性食物的血基质铁吸收率低，营养师建议可以多补充坚果和杂粮。

营养师林雨薇在脸书粉专“林雨薇 营养师”发文表示，补铁要选对食物种类之外，也可以从点心、饮品及正餐食物来着手增加铁质摄取，并分享6个小秘诀：

- 随身携带原味坚果包：随身携带含有南瓜子、腰果、松子等的坚果包，每小包约25-30g，热量140-170kcal，体积小方便携带，预防饥饿时吃到不健康食物，又能补充营养。

- 喝红豆汤、薏仁汤、八宝甜汤（含花豆、米豆、红豆、薏仁）：可买直接在外购买或居家自制点心汤品，自制建议添加糖减半，或酌量使用代糖，减少热量并降低精致糖摄取。（健康网）



## 不吃早餐增心脏病风险 还影响青少年在校表现

我们常听到“早餐是一天最重要的一餐”，专家表示，在经过晚上的禁食后，更需要一顿营养丰富的早餐来补充能量，研究也发现，不吃早餐会增加罹心脏病的风险。青少年不吃早餐的话影响更大，可能影响认知功能，包含记忆力、大脑执行功能等，影响青少年的学习，研究显示，有吃早餐的青少年在学校的表现更好。

澳洲迪肯大学研究员、营养师洛克(Tetyana Rocks)与其同事投书外媒《The conversation》表示，随着孩子成长为青少年，就越来越可能对早餐没兴趣，不吃早餐的原因主要有3种：没胃口、来不及、在减肥，其中原因是减肥者，需额外观察是否有饮食失调的其它症状。

洛克指出，一份健康的早餐应饱含，全谷类、纤维、钙质。研究显示，有吃早餐者，接下来整天的饮食质量也会更高，且有吃早餐亦有长期健康好处，因不吃早餐者的死亡机率、心脏病风险较高。

据卫福部国健署调查显示，台湾国高中生有4.6-6.4%不吃早餐。家扶基金会调查更显示，有4成贫穷儿童不吃早餐。

洛克指出，来自较低社会地位家庭的青少年，不吃早餐的机率更大，建议学校可多关心这些学生。

## 青少年不吃早餐的3理由

洛克建议，可以和孩子谈一谈来厘清为何选择不吃早餐，但需注意不应给予青少年太多的压力，更不必每天监控他们是否有吃早

餐，因为这可能让破坏他们与食物之间的健康关系。

## ●没胃口

洛克指出，若孩子只是因为不饿选择不吃，那就不必太过担心，可准备携带、食用方便的食物，让他们在课余时间吃，或是也能调整早上的作息，在一天的开始先散步、运动，能够促进食欲。

## ●来不及

洛克表示，若孩子因为快迟到所以不吃，则可以选择让闹钟再早响一点，或是再前一天晚上就准备好食物。准备一些能“拿了就走”的早餐，能够帮助那些没胃口或来不及吃早餐的青少年。

## ●在减肥

洛克提醒，若孩子不吃早餐，是因为正在尝试一种新的饮食法或禁食方法，或是想要藉由减少食物摄取来减重、改变身材，那这种情况需要小心观察，因为这可能是饮食失调的早期症状。

洛克指出，许多想减肥、减重的青少年不会直接把真实的理由说出来，虽然早期干预对饮食失调来说非常重要，但大多数饮食失调症患者并不认为自己需要帮助。

洛克表示，若担心孩子是饮食失调，可进一步留心观察，他是否有食物喜好的巨大变化，或是避开特定的某一种食物。除了食物相关症状外，还可留意其心理状态，最常见症状为忧郁与焦虑，若有需要可寻求专业医师协助。（健康网）



## 预防大肠癌！

## 6症状建议到医院检查

**据**国健署统计显示，国内大肠癌发生、死亡人数，每年呈快速增加的趋势，营养师彭逸珊在脸书粉专“爱健康营养师 珊珊”发文分享预防大肠直肠癌的6大自我检测方法，提醒民众预防胜于治疗才是关键。

彭逸珊表示，大肠直肠癌发生率是所有癌症中最高的，罹病年龄也有越来越年轻的趋势，发生原因与基因、饮食习惯、生活作息、大肠息肉和有无运动等有关。民众平时可以观察身体是否有以下6症状，如果有便建议就医做进一步检查：

- 大便中有血。
- 大便中有黏液。
- 排便习惯改变，一下子腹泻，一下子便秘。
- 大便变细小。
- 体重减轻。
- 不明原因贫血。

国健署也分享3招来预防并早期发现大肠癌：

- 养成良好饮食习惯，多吃蔬菜水果，少吃肉类及高油脂食物。
- 养成每天运动习惯。
- 养成定期筛检的习惯。

国健署指出，大肠癌多发生在50岁以后，所以50岁以上民众应每1至2年接受粪便潜血检查，但是有个人或家族癌肉症或大肠癌病史的民众，建议直接接受全大肠镜检查，检查年龄也要提早。

国健署提醒，大肠癌主要是由大肠内的腺瘤癌肉化所造成，因此，如能早期发现腺瘤癌肉予以切除，可以减少大肠癌的发生。根据统计，早期的大肠癌如果妥善治疗，存活率高达90%以上，民众不需过度恐慌。（健康网）



## 断食法不吃早餐好吗 医：半年做一次健检

目前流行的间歇性断食法有52断食法、168间歇性断食，甚至是186、1410等断食法都有人提出，为了遵循断食法而不吃早餐可以吗？科博特诊所院长刘博仁建议，如果可以，最好不要跳过早餐，让充足的营养为每日苏醒的细胞加分，另外，每半年检测自己的生理生化各项指标比较好。

刘博仁在脸书粉专“刘博仁医师 基因营养功能医学专家”与个人网站分享，2019年《新英格兰医学期刊》(New England Journal of Medicine)一篇论文整理了间歇性断食带来的健康效益，引起世人广泛的注意，断食好处包括了促进血糖与脂肪的代谢、抗压、细胞存活、不良细胞自噬、粒线体新生等。

刘博仁说明，断食基本的概念就是透过减少进食的次数或是时间，来控制卡路里摄取，甚至是启动脂肪分解产生的生酮效应，来提供身

体所需能量来源，最终会降低容易促进发炎的胰岛素，以提升抗衰的生长激素。而且也有论文发现，长期不吃早餐，会增加心血管疾病的风险。

刘博仁强调，不管是任何形式的间歇性断食，在考虑限制热量以外，应该注意每日足够的蛋白质摄取，低精制碳水化合物，足够的纤维量，好的油脂，并建议，一般朋友持续吃健康高纤的早餐，168断食的人可以将第一餐提早到10点左右，第二餐可以在下午6点之前完成。

刘博仁表示，无论执行何种饮食法，第一次至少半年做个详细检查，如果指数都很漂亮，就继续执行下去。如果发炎指数、或是肝肾功能、血脂肪、血糖有问题，就必须更正，另外，个人体质差异化极大，别人的饮食法对他有效，对您可能无益。（健康网）



# 计算机辅助CBT心理治疗有助缓解忧郁症！

认知行为治疗(CBT)是一种心理治疗的取向，用有目标、系统化的对话，解决丧失功能的情绪、行为与认知问题。许多研究证实，CBT能有效处理不同种类的情绪困扰，象是忧郁症、焦虑症、强迫症等，疗效甚至与药物相当。不过，由于CBT需要透过大量的对话来进行，这对患者需要长时间的疗程，持续的意愿可能随之递减，而对精神科医师、心理师而言，CBT会谈中涉及许多重复及结构的程序，这会在需要更加专注的重要治疗元素上，占用掉更多的时间与精力。

除此之外，在疫情流行期间，CBT也被运用在减少COVID-19患者的忧郁和焦虑，远端的专业心理介入，对疫情期间的精神健康照护也有帮助。因此，科技辅助的心理治疗，对于无论是智慧医疗、远距精神医学与未来心理照护都有极其重要的影响。

## 囊括弱势族群的心理治疗研究

根据近期刊登于《美国医学会》(JAMA Network Open)期刊上一项研究表明，忧郁症患者的心理健康，可能受益于参加为期12周由计算机辅助的CBT治疗。这项研究除了使用数位科技辅助之外，更加值得注意的是，研究囊括了许多通常未被纳入先前计算机辅助CBT的弱势族群，例如低收入、教育程度有限、没有太多网络与科技使用经验的受试者。

据了解，研究团队从位于肯塔基州乡村的路易斯维尔大学附属诊所招募了175名忧郁症成年人。在175名研究参与者中以女性为主(84.5%)，包含少数族裔成员(39.6%)，受过大学教育的成年人(74.6%)，年收入低于30,000美元的成年人(61.5%)和没有网络可使用的成年人(29.8%)。对于没有网络可使用的参与者，研究人员为其提供了笔记型计算机和基本的网络服务。

参与者被随机分配接受12周的常规精神照护或12周的常规精神照护加上一项称为Good Days Ahead计算机辅助CBT程序。该程序由9个多媒体课程组成，涵盖了CBT治疗的核心概念，例如识别负面的想法，与将负面想法重新导向正面想法发展的能力。此项计算机课程也搭配多达12次支持治疗性的电话会谈，由硕士级的临床心理健康专家所提供。至于常规精神照护可能包括心理治疗和抗忧郁药物，许多参与者在研究开始时没有接受过任何一种治疗。

12周后，与常规精神照护相比，接受计算机辅助CBT者的忧郁症症状改善更加显著，在病人健康状况问卷(PHQ-9)检测中，接受计算机辅助CBT的组别平均PHQ-9评分为8.6，常规精神照护组评分为11.1。此外，接受计算机辅助CBT的参与者中有27.3%忧郁症缓解(定义为PHQ-9评分低于5)，而常规精神照护组仅约12%。在3个月和6个月的随访，CBT组的PHQ-9仍然较常规精神照护组低，表明该计算机辅助的CBT具有持续性的效果。

## 计算机辅助CBT疗法可使许多人受益

该研究主要作者、美国路易斯维尔大学精神医学教授和忧郁症中心主任赖特医师(Jesse Wright)表示，研究发现希望能强化CBT作为一种适应性强的疗法，可以使任何人获得帮助。

总体而言，临床心理健康专家平均花了164分钟与患者透过电话交谈，赖特医师指出，他认为临床心理健康专家非常喜欢这个计算机程序，因为它可以完成许多需要在CBT会谈期间重复的结构化任务，例如教患者某些行为技能，这节省了时间，可以将精力投入到CBT的更多互动元素上，例如角色扮演。

赖特医师强调，一定程度的互动对于CBT疗法至关重要，市面上有许多运用CBT概念的自我引导程序，但没有任何程序或软件可以与人类治疗师的同理心或灵活性相提并论。他提到，计算机CBT程序的使用搭配电话的专业心理支持，类似的混合式CBT策略也能够搭配远端视讯的专业心理支持，可能会进一步提高疗效。

没有参与这项研究的耶鲁大学医学院精神医学副教授、耶鲁大学心理治疗发展中心主任基卢克博士(Brian Kiluk)表示，这些新发现已经达到了这样的程度，确实令人鼓舞，计算机化的CBT在临床试验中是有效的，现在正在建立更多证据证明它在现实世界中也同样有效。

基卢克博士提到，他一直在门诊治疗中心对物质使用者进行类似的研究，测试基于计算机的CBT治疗。在进行临床试验时，他也确保试验参与者具有多元性，甚至包含缓刑或假释的患者。他表示，数字化的CBT很棒，因为它增加了照护的可用性和灵活性，然而他也提醒，当我们开始更广泛地使用这项技术时，仍然需要注意数位落差所造成的影响。(Heho健康)



## 钠含量最惊人的是这锅！高血压糖尿病痛风都适用

随着年纪渐长，身体也渐渐力不从心，出现许多慢性病及生活习惯病的症状，包括糖尿病、高血脂、高血压、痛风等。这时，若是因为天冷而想好好“进补”吃锅，一不留意就有可能对身体造成负面影响。

### 糖尿病、高血糖患者： 小心牛奶锅！多选蔬菜等低热量食材

根据启新诊所的卫教资料，高血糖患者须控制食物份量以免摄取的热量过多，选择食材食则应多选择低热量食材(蔬菜、蒟蒻等)。在火锅料方面，若是芋头、玉米、猪血糕等淀粉类食材，则应与饭、面、冬粉一同计算，采取分量代换，以免血糖产生剧烈变化。

营养师简钰桦也受访建议，可将南瓜、芋头等食物替换该餐白饭量。而诸如牛奶锅、起司锅等汤底，将会让血糖更容易升高，因此高血糖族群务必小心。(糖尿病能吃火锅吗？想避开地雷学会5要点不怕血糖飙)

### 高血脂民众：避免油脂及高胆固醇食材

肥牛肉片、肥羊肉片、五花肉片鲜嫩柔软，是不少民众煮火锅的必备肉食，沾上沙茶酱鲜嫩入味好吃极了，不过，若是高血脂民众就要当心了。富含油花的肉片的油脂含量及胆固醇含量皆高，因此应尽量选择瘦肉较为妥当。

此外，根据启新诊所的卫教资料，饺类、丸子类等加工火锅料的油脂、胆固醇含量也不容忽视，内脏类、蟹黄、鱼卵等高胆固醇产品也是需要注意的重点。



### 高血压：小心汤头清澈却钠爆表！ 清水煮锅摄取钾健康无负担

饮食中的钠含量过多，是加重高血压的主因。对血压高的民众来说，天冷吃锅务必小心钠含量爆表。冬季常见的姜母鸭、羊肉炉、酸菜白肉锅香气逼人，不过营养师高敏敏撰文提醒民众，各类火锅汤头钠含量不容忽视。如酸菜白肉锅的汤头看似清澈，但两碗汤下肚钠含量却高达3600mg！

不过，高血压患者也并非无法在冬天享受火锅。日本实践女子大学名誉教授、食品学专家田岛真建议，火锅汤底可选择白开水或昆布柴鱼高汤，食材则多选择含钾的蔬菜(白菜、萝卜、茼蒿等)，即可无负担地享用汤头，并从中摄取溶于汤中的钾离子。(羊肉炉、姜母鸭、麻油鸡热量及钠含量对决！担心血压高必知2诀窍)

### 痛风、高尿酸民众： 注意选择食物种类，蔬菜、植物性蛋白放心吃

痛风发作起来不仅关节发红肿大，还痛得要命！痛风、高尿酸民众也因此害怕高普林食物，担心加重病情。确实，根据启新诊所的资料，尿酸高者应避免使用高汤肉汁当汤底，以免血液中的尿酸过高；此外，火锅食材也应避免使用肉类、虾子等高普林食物。

不过，营养师朱瑞君受访点破迷思，并非高普林就不能吃。朱瑞君引述研究指出，高普林食物并不一定会造成痛风。部分蔬菜、植物来源蛋白，包括诸如黄豆、菇类、芦笋等其实可以放心食用，不用特别限制，重点是食物种类的选择。

根据哈佛大学的大型研究，追踪47,150名40~75岁男性长达12年，并分析痛风患者与其饮食的相关性。研究结果发现，吃植物性食物(如黄豆、蕈菇类等)并不会提高痛风风险；反倒是吃较多海鲜的民众，最高将会增加51%痛风风险。研究结果推测，可能和植物蛋白有关，可以起到保护效果，增加尿液中的尿酸排出，并减少血液中的尿酸值。

而诸如虾、蟹、鱼等海鲜及猪肝、肠类等内脏食材及冬季常吃的麻油鸡、姜母鸭、烧酒鸡、羊肉炉等，则属于NG的痛风食材与饮食组合，要多加留意。

每到冬天似乎痛风发作的机率也变高，不过造成此现象的元凶是体内长期尿酸过高，天冷吃锅等饮食只是诱发的导火线。联新国际医院肾脏科医师林盈光受访建议民众平时就应多吃蔬果、柠檬、醋和低脂牛奶，并少吃油炸食物、含糖饮料以避免痛风。(痛风原因与前兆一篇看懂！痛风症状痛不欲生，该如何治疗与控制？)

### 干癣搔痒难耐，燥热的姜母鸭恐加重病情

每当天气转凉，干癣患者又要面临搔痒、脱屑等问题。干癣是自体免疫系统疾病的一种，自体免疫疾病为体内免疫细胞攻击自身组织、器官所致。

中医师郑爱莲表示，冬天湿冷容易使免疫力降低，此时若患者食用姜母鸭、烧酒鸡、麻辣锅进补，由于食物燥热，反而会加重干癣症状。

由于干癣治疗耗时长久，除了稳定回诊就医外，若真的想进补，郑爱莲建议挑选排骨汤、鸡汤等较温和的汤品较妥。

(早安健康)



## 血管最怕天气忽热忽冷！ 小心高血压吃优格血压降7%

近日天气忽冷忽热，在温差变化大的气温下，要特别注意血压飙升，可能会导致心血管疾病像不定时炸弹一样爆发！究竟除了做好基本保暖措施之外，平时还能靠什方法预防高血压？近期一项来自澳洲的研究指出，日常中也可藉由摄取适量的优格帮助降低血压。

根据《每日科学》(Science Daily)报导，一项由南澳大利亚大学的班杰明·A·冈瑟(Dr. Benjamin A. Guenther)教授及其研究团队联合缅因大学(University of Maine)所进行，并发表在《国际乳制品杂志》(International Dairy Journal)新研究发现，在日常中优格摄取量越多的受试者，收缩压、舒张压、平均动脉压以及脉搏压均有明显下降的趋势。(高血压、高血脂，有哪些饮食禁区？食材红绿灯一表随时看！)

### 优格中钙、钾离子可帮助血压调节，改善高血压

为何优格可以帮助降低血压呢？南澳大学的研究员之一，亚历山德拉·韦德教授(Dr Alexandra Wade)指出，在乳制品中，尤其是优格，含有一系列的微量营养素，包括钙、钾等离子，都与调节血压有关。

过去来自美国心脏协会的报告曾指出，无糖优格中因富含

钙质，可使血管平滑肌松弛，也有放松肌肉的效果，进而能帮助稳定血压；此外，8盎司(约227克)的无糖优格当中，约含有579毫克的钾，属于含钾量高的食物，而钾可以帮助抵销会引起高血压的钠。

另一方面，优格中的益菌也是降血压的功臣。过去发表在《高血压期刊》(Hypertension)的研究指出，优格中的微生物能藉由不同方法降低血压，如降低血液中的胆固醇浓度、减少血管中脂肪的堆积，或调节酵素和蛋白质来维持血液的流量和体积的稳定性来达到降血压的效果。(益生菌对抗肠漏、糖尿病！医：举世公认健康食材是它)

亚历山德拉·韦德教授在研究中发现，优格中也具有某种细菌，可以促进人体释放帮助降低血压的蛋白质。另外，亚历山德拉·韦德教授在研究中也发现，有经常吃优格习惯的族群，血压值平均比不吃优格的族群低了7%。

### 优格益菌也是降血压功臣！14年研究建议这样吃

那么要吃多少优格，才能有效帮助降低血压呢？过去台大医院云林分院院长黄瑞仁医师曾引用一项长达14年的研究指出，若所吃的优格热量超过平日摄取热量的2%，则罹患高血压的风险可以降低31%。(早安健康)

# 小祯双手挡胸上空入镜 粉丝直呼喷鼻血

37岁台湾女星小祯(胡盈祯)瘦身成功后常不吝展现火辣身材,她19日晚在面簿贴出为节目《女人我最大》20周年拍的一系列美照,其中还挑战上空全裸,仅以双手挡胸,下半身则穿全黑蓬裙,性感又不失霸气,让粉丝直呼喷鼻血,“这才是真材实料,小祯要常展露天生自然的优点。”

小祯与老公李进良离婚前曾因新陈代谢问题一度胖到105公斤,后来靠着控制饮食和运动,花了两年时间瘦到55公斤。

公斤,体脂更降至14.8,至今都没有复胖。她为庆祝《女人我最大》播出20周年纪念,拍摄一系列美照共9张。这是小祯出道以来的最大尺度,坦言:“真的尺度献上最大的诚意了,每一张都好喜欢。”

《女人我最大》主持人蓝心湄看了大赞“好美”,爱纱、钟欣怡直呼“美炸了”,黄小柔说“时尚爆炸”,连歌后彭佳慧都直说:“超美!”

(早报)



## 王祖贤久违登台捧莲花灯演唱

“永远的聂小倩”王祖贤从2004年息影后,长年旅居加拿大,专心修习佛法,鲜少公开露面,只是偶尔透过粉丝架设的社团分享照片和近况。

日前有民众参加当地法会捕获“野生王祖贤”(图中),现年55岁的她一身朴素套装藏不住仙气,还在台上和其他人轻声唱和,状态好到看不出已年过半百。

日前有网民在影音平台“小红书”上分享参加法会遇到王祖贤,还把她在台上领着其他人一起哼唱的画面拍下。当天她一头长发散落,身穿一套海军蓝衬衫套装,脸上戴着口罩,但朴素简约打扮却遮

不住她浑身散发的脱俗灵气,尤其173公分的身高在人群里格外亮眼。

王祖贤在台上唱歌,随着音乐轻轻摇摆身体,还捧起莲花灯,画面恬静美好。从视频中还能发现,她身旁的一些参加法会的信徒不时地会转头偷看她,也有当天与会的人指出,王祖贤很平易近人,活动结束还一起收拾现场。

王祖贤笃信佛教且皈依佛门,法名“行觉”,和天王刘德华都是台湾淨土宗灵岩山寺妙莲老和尚的皈依弟子。她移居加拿大后,会到当地的灵岩山寺修习,凡是举办法会或各项活动,也能发现她的身影。(早报)



# 林允新戏被骂翻 校园霸凌传闻

## 再被提起

被封“最得宠星女郎”的中国女星林允(26岁),在周星驰电影《美人鱼》担任女主角一炮而红,近来她参演刘亦菲主演的热播古装剧《梦华录》饰演女配角宋引章,却引起网友的怒火。

原来该角色傻白甜爱渣男的形象让网友太入戏,直接言语攻击林允,拒买她代言的商品,让不少人心疼地说:“大家追剧要人剧分离”。不过也有网友指出“有没有一种可能,讨厌她不是因为角色,是因为她校园暴力,本来人品就有问题”,让先前疯传的霸凌丑闻再度浮上台面。

林允走红后争议不断,曾被爆料青春期相当叛逆,10几岁就跑夜店抽烟酒、早恋、骂脏话,甚至被爆出中学时与同学斗殴进拘留所,校园霸凌把同学打到耳膜穿孔。面对种种黑料,林允曾提告网友诽谤,并于2019年胜诉,算是还她一个清白,不过她本人从没正面谈论过此事。(早报)

## 当年拍《冲上云霄2》陈法拉感觉无助

人在美国纽约的香港演员陈法拉,于21日早上为HBO西洋剧《迷离劫》(Irma Vep)接受媒体视讯访问。八集的剧集由法国导演Olivier Assayas(奥利维耶阿萨亚斯)担任编剧与执导,故事改编自导演1996年的同名电影,当时电影版主角是导演的前妻、港星张曼玉。

陈法拉告诉新加坡《联合早报》:“当经理人告诉我这个(新剧)项目后,我马上去看当年的同名电影。片子上映时我的年龄蛮小的,所以对我来说印象不太深,观看的时候就像看了一部全新的电影。”

陈法拉在《迷离劫》饰演远赴法国拍片的香港女星Cynthia Keng。这部剧融入戏中戏元素,演员必须一人饰演两角,她也得以Cynthia Keng身份诠释戏中戏的角色。

陈法拉指出,演绎两个角色是拍摄这部剧的最大挑战。她得透过Cynthia Keng带观众一览片场内外的幕后花絮,这是她首次尝试纪录片式角色,必须不露表演痕迹,演出越自然越好。戏中戏的人物则是复

古电影的角色,表演方式偏向舞台剧,“两个角色跳来跳去拍摄,对我来说是蛮好玩的过程。”

### 期待回无线拍剧

《迷离劫》主角是瑞典女星Alicia Vikander(艾莉西亚维肯特),她的角色为无法出戏而挣扎着。问陈法拉有无类似经历,她提起当年拍香港无线剧《冲上云霄2》的心情。

她说:“《冲上云霄2》是我在香港拍的最后两部电视剧之一,后来不想在香港拍戏了,遇到事业瓶颈。我饰演飞行员学徒,她是个非常迷失的女孩,不知道自己该做什么。在拍摄过程中遇到很多障碍,每天回到家都非常难过,因为为拍摄限制感到非常灰心。我也不知道是角色问题,还是制作上的限制,让我觉得无助。”(早报)



## 欢迎惠登广告

Office : +62 21-63868348, +62 21-6338139, Fax: +62 21-6348232

Email : info@harian-indonesia.com - Website : www.harian-indonesia.com

訂閱請聯絡: +62 -81806085711 (Sicilia)

### HWANG PARABOLA

留在家里看卫视  
中国60频道、台湾、香港、印尼  
黄氏,您可信赖的老字号!

0878 80363537, 0822 82278911

### 鴻光(莆田) 中醫診所

中風後遺症、冠心病、白內障、耳鳴耳聾、失眠、肩頸腰上下肢麻痺無力、婦科等等。  
021-6347101, 081287762907

### 接受上門修理

雪櫃 • Kulkas, Frezzer, Showcase, Chiller  
0851-0211-2192, 0818-194-564  
Hubungi : 溫 A Wie

### 中西醫師學高級腳底按摩能當良醫

因為1.能先知先免將患疾病2.能查知各種疾病之病因3.全身疾病無論過去現在將患都能一起並治4.能根治高血壓免終身服藥5.診斷癌症惡性或良性只需十分鐘不必等十天6.肺積水能查出而根治7.能查出並根治免疫系統病(Autoimun)8.能檢查出心情和各種能力(脾氣,壓力,緊張,召急肯定性差Positive Thinking Kurang等)由本醫師親自傳授可以出授外坡或外國羅懷明醫師Sin Seh Fx.Sutomo(sejak 1985)電 : 021 - 6401816 HP 0816 1629787

### 營業腳底按摩中心福音

這行業如果做得好對社會有相當的奉獻因保健人民富強國家利己利人道德只需培訓初級程度則把握之1.反射區準確手法有效國際標準64個反射區2.調整磁電以能提升活化各系統功能3.明知深淺4.適當之按力5.充足次數由本醫師親自傳授可以出授外坡或外國羅懷明醫師Sin Seh Fx.Sutomo(sejak 1985)電 : 021 - 6401816 HP 0816 1629787

Perum Graha Sunter Pratama Blok I/11  
Jakarta Utara

### 老何正宗福清糕饼 老福州口味

来自二十年老师傅的手艺,就是你要寻找的家乡味。产品主要有:光饼,油饼,礼饼,寸枣,火把,绿豆饼,面烧,桃酥,福州红糖年糕等。

联系方式:

0813 8888 8586

### 经常在网店上购物?

但得不到货真价实的商品吗?

那是因为你还不知道有 HANDUK CENTRE  
的这家最齐全,质量有保证的优质毛巾可供选择!

不仅如此,你还可以每天获得诱人的折扣! !

还等什么,快点下单吧!





對於兩戎，這時候放棄這個大好機會，自然是令人費解的，諸國猜測紛紛，新任兩戎女王卻對自己為什麼做這個選擇緘默不言，彼時刀奈兒女王立於戎王大帳前，注視著千里草場。

掌心中輕輕摩挲著一塊光潤的玉牌，想起那年昊陽山上，衣袂飛舞的男子微笑如天際流雲，而長風蕩蕩，將數年來一日不曾忘記的那段對話，在耳邊吹掠不休。

“南北戎終將歸於一統，也許有個女王也是不錯的事，到得那時，你，刀奈兒，如果依然想殺我，帶著你的南北戎來吧。”

“我會來！”

如今……我來了，你卻為何，不



安琛的手指動了一下，他用真氣將自己堵住的任通二脈打通，吐出了一口淤血。眼睛慢慢的張開，現在躺在牀上的這個人已經不是白天那個善良一心為民着想的安琛了，而是那個狠心拿村民們來練藥的安琛。

※※※

安琛將自己檢查一遍，就知道自己是被下了藥，所以纔會血流不止。

安琛虛弱的從暗處拿出了自己煉製的一味補藥，吃下去之後，吐出了



精良的武器和裝備讓他們能面對更兇猛的猛獸，適應更險惡的環境，不過同樣的裝備出現在敵人身上，就只能帶來更可怕的後果。

八個箱子全部解開了，其中的七個箱子是完全一致的標準配置，不過另一個箱子裡則與別的箱子完全不同——

裡面沒有醫療急救包，而是一個裝滿手術器械的公文箱，是外科醫生出門常帶的那種：各號手術刀、鑷子、鉗子、擴張器，還外帶一個便攜式3D彩超和心電復甦儀。一個冷藏箱內有數袋備用成分血；沒有食物，卻有一套完善的通訊裝備，那套通訊器能比原子表更遠距離通訊，還有電子夜視紅外線雙模式望遠鏡和激光制導追蹤器。

沒有常規武器，卻有兩具單兵火箭筒、一架分拆開的中型機槍、兩個彈鼓、兩把遠程狙擊槍；下面還有手

露面呢？

大宛扶風虎瞰穹蒼，大瀚無極兩大強國正式開戰，五洲大陸混戰一團，這些亂七八糟的事兒，兩個導火索戰北野和孟扶搖還不知道。

他們從天域出來，驚訝的發現，竟然都在，雲痕姚迅鐵成連同那兩隻鳥獸，一個不少。

※※※

雲浮境破，鐵成墜落，本來必死無疑，偏偏那雲痕他們爬上的山峰突然倒下，那“山峰”極其怪異，整體落地，材質柔軟，正好接住了落下的鐵成，留了一命，然而戰北野和孟扶搖已經不見。

雲痕等人猜測兩人是落入了天域之境，便守在山谷的冰天雪地裡，大半年的時間也未曾離開，忍受寒冷四處覓食還是小事，長青神殿的八部殿軍時時搜查，摩呼羅迦部的巡丁四處游曳。

雲痕帶著他們東躲西藏，好幾次都差點被發現，好在長青山脈實在太大了，又終年積雪，雪洞之下哪裡都可以藏人，而雲痕在這一段時間之內，日夜苦修“破九霄”。

他的武功本就和孟扶搖一脈相承，基礎早已打得堅實，修煉速度自然事半功倍，短短一段時日之內，“破九霄”也已修到第六層，雖然

“破九霄”練得遲，比不上孟扶搖的修為，但聯合孟扶搖給他的黃金貢的武功，加上本身劍術的超絕修為，他的武功，也已足以躋身天下頂尖高手之列。

有了雲痕在，在長青神殿搜捕下保這幾人周全也不是不可能的事，其實此時離開長青神山是最方便省力的做法，然而沒有一個人想過要離開。

哪怕那些時日慢慢流逝得令人心驚，流逝得一日日削薄人的希望，所有人卻還依舊，在堅持。

於是那日照樣一個凜冽的雪中清晨。

雲痕在雪洞下小心翼翼的睜開眼，習慣性偵查周圍動靜的時候，突然看見對面走來一對男女。

※※※

他睜大了眼睛，一時竟然沒有認出來這兩個人是誰，這兩人實在看起來太怪異，也對比太鮮明了，雖然同樣衣衫不整，但戰北野形容憔悴，而孟扶搖，華光流射，姿態尊雅，神采若明珠。

剎那間雲痕心中流過兩個字：傾城。

然後他在喜悅的微紅眼眶裡，也微微的悵然若失。

遙遠的孟扶搖啊，一次蛻變便是一次遠離。

好幾口淤血，吐出來之後，感覺整個人都輕鬆了許多。

安琛知道自己已經暴露了，不過他不着急，他還以為知道後山的月舞還躺在牀上不知死活。所以他很放心，一點都不擔心後山的秘密被發現。

躲在暗處觀察的暗衛，看到安琛的房間裡有身影在閃動，為了以防萬一，囑咐另一個暗衛在這裡仔細看着，自己回去向安歌稟報。

“主子。”安歌到蘇沫的房門口。

“進來。”隔了好一會，蘇沫才叫安歌進去。

“主子，打擾了，安琛有動靜了。”

安歌低着頭，眼睛一直盯着地上，不隨便亂看。

“他怎麼了。”

※※※

蘇沫走到桌子邊坐下，剛剛在安歌進來之前，她已經將帷帳放下了，安歌自然什麼都看不到。其實也沒有什麼可以看的。

搖式發電機、雷達、拾音器……

巴桑忍不住吹了聲口哨，瞭解他的人知道，這說明他已經非常高興了。

在巴桑看來，擁有這些，才是一個完整的作戰單位。

※※※

岳陽看著這批器械，分析道：“我們的敵人顯然也非常專業。”

從這些配置上看，他們至少有一個醫生、兩個偵察兵、兩個狙擊手、兩個爆破專家，專業的通信設施，顯然得有電子器械的高手來操作。

如此配置的八個人，的確是可怕的特種作戰團體，和我們在倒懸空寺遭遇的時候相比，這批人又進步了。

很顯然，和我們一樣，莫金打算將他的士兵都訓練成特種部隊中的精英特種部隊。嗯？奇怪……

“怎麼？”在這些問題上，呂競男有時也要詢問岳陽——

這個極具天賦的偵察兵，最擅長在普通事物中察覺常人不易察覺的問題。

岳陽重新察看了一遍整套裝備，道：“完善的作戰系統和輔助配備，可是，如果他們是來尋找巴拉神廟的，那神廟可是千年古廟，裡面機關重重，怎麼可能連最普通的探測系統都不配備？起碼蛇眼一類最常用的探測裝置應該有一套啊。”

呂競男已然明白，點了點頭。

胡楊隊長道：“你的意思是

“據守在安琛門口的暗衛說，安琛在安宣夫婦離開之後，房間裡有個人影在那裡走來走去，看身形像安琛，而且看起來好像很虛弱的樣子，然而，沒一會，又像沒事人一樣了。”

安歌小聲的在蘇沫耳邊說着剛剛暗衛送回來的情報。

“好好看着他，讓他們小心點，這個人不好對付，小心別被他發現了。看來，好戲差不多要上場了。”

蘇沫嘴角一抹壞笑。

“是，那主子您先休息，屬下先下去了。”

“你也早點休息吧。”

安歌輕輕的走出去，關上了門。

“怎麼了？”

蘇沫掀開帷帳，走過屏風。

司徒諾看到蘇沫進來，好奇的問。

“安琛估計已經醒了。”蘇沫將外衣脫掉，爬上了牀。

“那麼快。我還以為他怎麼樣也要明天才醒呢。”

司徒諾將蘇沫抱進懷裡，一臉驚訝。

說？”

岳陽道：“如果要一個合理的解釋，那麼，極有可能，他們打算分批次進入香巴拉。”

“而這次來的第一梯隊，只是作戰單位，任務是掃除障礙以及探路吧！”

眾人默然。如果說這些敵人只是先頭部隊，那麼後面還有多少人會進入香巴拉就難以估計了，總之不是一件愉快的事。

肖恩已經拿起一塊餅乾，向卓木強巴和呂競男詢問道：“可以……可以吃一塊嗎？”在早上沒有誰願意去享用那些長滿毛的蚊子，後來在路上打到一些節肢動物，但沒有油鹽的烤肉並不能讓人食慾大增，一天奔波下來，此刻腹中已經空空如也。

“當然。”卓木強巴毫不猶豫地答應著。

呂競男看著卓木強巴道：“我們今天就在這裡搭岩營好了。”她看了看那些手術器械，又道，“肖恩的傷口還需要處理一下。”

※※※

“好的。”卓木強巴道。

此時，肖恩已將餅乾薄膜剝開，嚼道：“草莓口味，我喜歡這種味道。”吃到一半，奇怪道，“這是什麼？”只見他從薄膜內側抽出一片薄薄的好似口香糖的東西。

看著那薄片的包裝袋，肖恩不由苦笑了一下，裝備差異太大了。



## 游劍江湖

梁生

双方心里都是明白！比酒量其实也就是暗中较量功夫。魏庆这么一说，不过是替伍宏羞涩而已。

韩朋连忙再次说道：“刘大哥，我的酒量不行，你是知道的——”

话犹未了，只见刘抗早已站了起来，走到缪长风面前，说道：“兄台贵姓？”

缪长风怔了一怔，说道：“小姓缪，刘兄有何指教？”

刘抗缓缓说道：“独饮寡欢，缪兄，我和你交个朋友，不知缪兄肯不肯和我喝酒？”

韩朋这才知道，原来刘抗刚才说的要找个朋友和对方赌酒，这个“朋友”可不是指他，脸上虽然火辣辣的发烧。觉得这是刘抗在人前丢了他的脸，但心中却是放下了一块石头了。

刘抗这一下突如其来，缪长风亦是意料不到。但他性情豪迈，而且本来就是想和刘抗结交，于是也不推辞，走过刘抗的桌子，哈哈笑道：“刘兄豪气令人心折，酒逢知己乃是人生一大乐事。这个朋友我和你交了，拿大碗来，我先敬你一碗！”

店小二在伍、魏、缪、刘四人的面前摆上大碗，缪长风拿起酒坛，坛子离台三尺多高，倒下酒来，两个大碗斟得满满的，半点酒也没溅出，双指在碗边轻轻一勾，盛满酒的酒碗滴溜溜的转，他凑到碗边，一口就把碗内的酒喝得干干净净，也没有溅出半点。

刘抗心道：“果然我没有料错，这人的内功比我还高。”当下赞了一个“好”字，依样画葫芦的也把自己的这碗酒喝了。

要知坛子离台三尺，把酒倒入碗中，自是有一股冲击之力，把酒斟满不难，不让它溅出半点那就难了。非得力道控制得极好才行。魏庆自恃可以勉强做到，但伍宏是练外家功夫的，硬功差不多登峰造极，但要这样巧妙的控制内力却是未必能够做到了。

魏庆冷冷说道：“大哥，咱们喝酒就是喝酒，可不必玩什么花样。”

伍宏说道：“对，且看谁先醉倒，刘朋友，轮到你们喝了。”说话之间，他和魏庆已是接连干了两大碗。

刘抗笑道：“咱们各喝各的，怎样喝法，谁也不必管谁。但若是喝完这一坛酒，大家都没有醉，那又怎样？”

伍宏吃了一惊，心里想道：“一坛酒有四十斤，难道他们竟有本领喝两坛不成？”没有把握取胜，只好不求胜先防败，说道：“大家都没有醉，那就看是谁先喝光这一坛酒。”

大家轮流喝酒，你一大碗，我一大碗，轉瞬之間，四个人都已经喝了十来碗，每碗半斤有多，喝进肚子里的酒差不多已有十斤了。

缪长风暗晴留神，只见魏庆头上冒出热腾腾的白汽，越来越浓。情知他是以内功将烈酒蒸发，化为汗水，心里想道：“这人的内功不弱，如此喝法，这一坛酒倒是难不倒他。”

再看那个伍宏，却又另一种喝法，他一面喝酒，一面手里玩着一枚铁胆，两只手把铁胆搓来搓去。

原来他是练外家功夫的，必须打熬气力才可以越喝越多。他平时的习惯是喝一轮酒打一趟拳的，打完拳再喝，放尽酒量，可以喝得二十斤。

如今和人喝酒，自是不能打拳，只好玩弄铁胆，以便使出气力。只听得铁胆当啷之作响，不时飞出火花，他的双掌搓揉之力，也当真是足可震世骇俗了。



31

君璞不再去打扰她。开始和梁逸舟谈一些文学的新趋势。

心霞在一边热心的插著嘴，不是问这个作家的家庭生活，就是那个作家的形状相貌，当她发现狄君璞常常一问三不知的时候，她有些扫兴了。

※※※

狄君璞笑笑说：“我是文艺界的隐居者，出了

名的。我只能蛰居在我自己的天地中，别人的世界，我不见得走得进去，也不见得愿意走进去。有人说我孤高，有人说我遁世。其实，我只是瑟缩而已。”

心虹的眼光，轻悄悄的落到他的身上，这是今晚除了她刚下楼的那一刻以外，她第一次正视他。可是，当他惊觉的想捕捉这眼光的时候，那眼光又迅速的溜走了。

一餐饭就在一种融洽而安详的气氛中结束了。回到客厅，高妈斟上了几杯好茶。

梁逸舟和狄君璞再度谈起近代的小说家，他们讨论萨洛扬，讨论卡缪，讨论存在主义。狄君璞惊奇于梁逸舟对书籍涉猎之广，因而谈得十分投机。

小蕾被心霞带到楼上去，只听到她们一片嘻笑之声，心虹也早已上楼了。当谈话告一段落，狄君璞才惊觉时光已经不早，他正想向主人告辞。

梁逸舟却在一阵沉吟之后，忽然说：“君璞，你对于农庄，没有什么——不满的地方吧？”

“怎么？”狄君璞一怔，敏感地感到梁逸舟话外有话。“一切都很好呀！”“那——那就好！”

梁逸舟有些吞吞吐吐的：“如果……你们听到一些什么闲话，请不要放在心上，这儿是个小地方，乡下人常有许多……许多……”他顿住了，似乎在考虑著词汇的运用。“我了解了。”

狄君璞接口说：“你放心……”

“事实上

# 慶祝華誕80生先金文何譽榮榮會本



The image shows a vertical strip of red paper with large, stylized, yellow-outlined Chinese characters. The characters are arranged in two pairs, reading '大吉大利' (Dà Jí Dà Lì), which translates to 'Great Fortune' or 'Double Happiness'. Below this strip is a portrait of a middle-aged man with short hair, wearing a traditional blue and gold patterned robe. He is looking slightly upwards and to his left with a neutral expression.

# 印尼福建聯合團體總會



會館總會  
同鄉會  
江岩會  
晉龍會  
金基會  
吉祥山會  
公基會  
清門互福利會  
福金印會  
會館會  
同鄉會  
安同音樂  
安春方尼許氏宗親  
南興永東印

## 四 當加點 (排名不分先後)

