



### 佐科威会见拜登

# 要求美国 制止加沙冲突



拜登欢迎佐科威的到访。



佐科威与拜登在双方代表团陪同下举行会谈。

(华盛顿讯) 佐科威总统于11月13日(周一)在美国华盛顿白宫会见了美国总统拜登。在两国领导人面对面会晤时, 佐科威呼吁美国采取更多措施制止加沙地带的冲突和暴行, 并协助推动以色列与哈马斯停火。

佐科威在椭圆形办公室对拜登表示, 基于人道主义, 必须停火。

他指出, 这对人类来说是非常痛苦的事情。

佐科威说: “巴勒斯坦总统阿巴斯要求我向拜登总统, 转达关于这场战争的一些具体信息。”

另一方面, 佐科威表示, 印尼与美国两国之间的伙伴关系, 可以为全球和平做出贡献。

佐科威总统对拜登总统说: “印尼希望我们的伙伴关系能够为区域和全球和平与繁荣做出贡献。”

此前, 佐科威披露, 美国是印尼最重要的合作伙伴之一。因此, 两国领导人同意将两国伙伴关系升级为全面战略伙伴关系 (CSP)。

他补充说: “但最重要的是, 我们必须真

正解读它, 因为对印尼来说, 经济合作是一个优先事项, 包括供应链问题。”

### 拜登: 印美升级全面战略伙伴关系

在该场合中, 拜登总统表示, 印尼与美国的合作已升级为全面战略伙伴关系, 标志着两国各领域合作进入新时代。

他说: “这包括加强我们在安全事务上的合作。”

此外, 拜登总统表示, 两国之间其他值得关注、需要不断改善的问题是建立安全供应链和克服气候危机。

他说: “这包括扩大我们在建立安全供应链方面的合作。也包括我们在应对气候危机方面进行更深入的合作。”

这是因为拜登总统认为, 印尼在清洁能源转型中扮演重要角色。

拜登总统也致力于继续加强美国与东盟之间的合作, 以推动自由、开放和繁荣的印度太平洋地区。拜登总统还赞赏印尼今年在东盟的领导角色。 (KP)



妮克与马永生签署合作协议备忘录。

## 国油与中国石化集团 缔结商务合作关系

(雅加达讯) 国油与中国石油化工集团 (Sinopec) 达成业务合作, 以加快能源转型承诺并增加全球业务发展机会。

有关合作协议备忘录 (MoU) 已于上周在中国上海, 由国油总经理妮克和中国石化集团董事长马永生签署。

妮克于11月13日(周一)在雅加达发表声明强调, 在当前能源转型时代, 与战略合作伙伴合作加速公司业务重要。

“在应对能源转型和气候改变影响后果之际, 同重要合伙商的联营、至关重要以克服该议题和通过科技知识转移来增进提高公司业务。”

她说, 至于双方合作范围, 包括各项商务活动, 始自上下游领域、可再生

新能源, 乃至人力资源能力发展方面。其中在上游领域, 双方将扩展他们合作的活动范围, 诸如非常规碳氢化合物开发、碳捕集利用和封存 (CCUS)、提高石油采收率 (EOR) 和超深钻井勘探, 包括加强研发活动及上游业务发展在内。

同时, 在下游领域的合作包括不限于燃料或非燃料的商务、润滑油、航空、石化、运输与物流方面。至于在可再生新能源领域的合作, 双方将勘探在发展地热能、氢气与太阳能的潜能。此外, 还协议增进提高双方的开发能力。

妮克指出, 中国石化集团是国际油气公司之一, 他们他在CCUS、非常规碳

氢化合物、石化产品、氢气等领域拥有专业知识。这将促使国油可以学习并发展其业务。

她表示, 此外, 国油上游能源子公司已与中国石化集团签合作协定。因此, 目前的合作可望能加强双方公司之间合作的落实。

与此同时, 中国石化集团董事长马永生表示, 他关注互惠合作的重要性。他深信, 全球能源转型需要持续性的合作, 以推动双方工作组设法谋致更佳的合作。

他建议, 双方俾能显示, 各自方面的主要统筹者, 以设立符合所签定协议备忘录的合作机制, 并尽速开始落实合作施工阶段。 (MIM)

100% PURE  
PREMIUM QUALITY

LUWAK  
COFFEE  
AUTHENTIC  
INDONESIAN

印尼猫屎咖啡

印尼旅游部推荐咖啡

wonderful  
indonesia



No. 00120091041018



KOPITIAM.  
LUWAK COFFEE (100%纯)  
猫屎咖啡手工采摘, 颗颗精选西瓜哇高海拔庄园精品阿拉比卡豆, 国际认证专业烘焙师烘焙。只为向您奉上一杯100%纯正, 清香馥郁, 回味美满的精品印尼咖啡。

Jakarta : The Food Hall, Jakarta Buah , AEON, Kemchick Kemang, Family Mart Terminal 3 International Bandara Soekarno Hatta , Grand Lucky, Farmers Market, Ranch Market, Market City PIK | For more info or purchase : (+6221) 666 0 5522 or marketing@kopitiam.co.id



菲尔里(右二)指出, 肃贪委员会已将6人列为嫌犯。

# 梭罗县政府审计舞弊案 代县长与5官 列嫌犯

(雅加达讯) 肃贪委员会(KPK)于11月12日(周日)凌晨, 在西南巴布亚省梭罗县(Sorong)展开“当场逮捕行动”(OTT), 逮捕梭罗代县长延庇埃特及其他5名县政府官员。该案件与梭罗县财政稽查署(BPK)代表处审计结果的舞弊案件有关。梭罗代县长延庇埃特与其他四名人士, 于11月13日(周一)大约晚上8时02分抵达肃贪委员会大厦。延庇埃特身穿衣服、外套、口罩及黑色帽子在肃贪委员会值勤员严密护送, 之后, 同时抵达肃贪委员会的其他4名人士在侦查员的严密护送下轮流进入肃贪委员会大厦。

肃贪委员会主席菲尔里于11月14日(周二)在新闻发布会发表声明表示, 对这6名嫌犯的确定, 是肃贪委员会团队于11月12日(周日)凌晨进行当场逮捕行动(OTT)的后续行动。这6名嫌犯分别是梭罗代县长延庇埃特及其他5名政府官员。在梭罗展开的行动中, 肃贪委员会团队起获总计约18亿盾的现金和一块劳力士品牌手表。另一方面, 较早时, 肃贪委员会新闻处主任阿里·菲克利于11月13日(周一)告诉记者指出, 到目前为止肃贪委员会小组已逮捕多名, 其中包括3名梭罗县官员及2名西南

巴布亚省财政稽查署代表处审查员。在周日被肃贪委员会逮捕的其中一人是梭罗代县长延庇埃特, 之前, 他于2022年8月份被内政部长狄托·卡尔纳维安任命为梭罗代县长。此外, 被逮捕的其他四人包括2名梭罗县政府官员埃菲尔及玛尼耳及2名来自西南巴布亚省财政稽查署代表达菲特及阿布哈尼法。“肃贪委员会展开当场逮捕行动是依据西南巴布亚省地区财政稽查署对2023的特定目的审计的结果涉嫌腐败。”阿里解释说。阿里接着说, 目前肃贪委员会小组仍在对有关人士展开调查。(LDS)

## MIND ID旗下公司2030年指标 减少530万吨二氧化碳排放

(雅加达讯) 政府已向国营印尼矿业控股公司(MIND ID)旗下成员公司, 如安潭(ANTAM)、布吉特阿杉(Bukit Asam)、印尼自由港(Freeport)、伊纳隆(INALUM)及锡矿(PT. Timah)公司, 订下了到2030年减少二氧化碳排放达530万吨的指标。其中MIND ID集团的聚焦之一是脱碳以应对气候变迁的影响。MIND ID公司秘书赫利·尤淑夫于11月10日(周五)在雅加达发表声明表示, 公司规定指标以减少自能源领域和工业制程与产品用途方面(IPPU)的排放率, 包括届2030年将照常排放的碳足迹减少16%, 并支持印尼政府在2060年实现净零排放的愿望。赫利指出, MIND ID降低二氧化碳排放指标, 即2023年为69万1038吨二氧化碳、2024年的38万2469吨二氧化碳、2025年的119

万8984吨二氧化碳、2026年增至130万5993吨二氧化碳、2027年再增至133万8171吨二氧化碳、2028年又再增至135万4552吨二氧化碳、2029年再增升3337吨达致135万7889吨的二氧化碳。“到了2030年, 公司减少排放量变得非常雄心勃勃, 二氧化碳排放量增加约五倍, 达致535万1203吨。”他说, 为达成该脱碳指标, 公司预备了三大脱碳策略: 首先, 为避免而进行形如在整个供应链中, 提供进行投资和提高低碳能源的形式。其次, 即减少排放, 或透过能源运营效率尽量限制排放, 并将天然气的使用量增加20%至30%。第三, 即吸收并抵消所有剩余额排放量。该行动包括碳捕获、回收营运活动中捕获二氧化碳排放的技



赫利表示, MIND ID预备三大脱碳策略。术以及提高持续性能源效率的数码化过程。他说, 脱碳是MIND ID成员克服气候变迁影响的重要承诺。MIND ID成员发起了一项减少温室气体的倡议, 并制定了相当重大的目标。他指出, 2022年, MIND ID集团已谋致减排24万吨二氧化碳, 或相当于正常营运(BAU)排放量的6%。这是受惠于节能设法、具高度责任感的生产过程及可明显降低排放率的脱碳设法。(MIM)

## 国家粮储局截至13日 现有大米储备130万吨



(雅加达讯) 截至11月13日, 国家粮储局的大米储备已达到130万吨, 其中91.25万吨是国内采购。据美都新闻网报导, 国家食品局(Bapanas)局长阿利夫于11月13日(周一)表示, 通过各种项目分配的政府大米储备总量达到210万吨, 其中粮食供应和价格稳定项目为88.5万吨, 第一阶段大米粮食援助为64万吨, 第二阶段大米粮食援助为53.7万吨, 预算级为6.9万吨, 应急响应为2300吨。阿利夫强调, 该机构的任务是对国家库存需求进行全面测算, 确保供应充足或需要从其他来源供应。如果社会上

出现明显的价格波动, 就会以政府干预和大米粮食援助的形式倾注库存, 以稳定价格。“我们定下目标, 今年年底政府大米储备的产量保持在120万吨。还将准备在明年五月和六月的主要收获期间吸收国内农产品。国内生产必须第一, 以增强库存。”他说。阿利夫承认, 由于旱季种植期较晚, 主要收获期有可能推迟至五月和六月。不过, 他乐观认为国内生产可以增强政府大米储备的实力。“70%的稻米收成在上半年完成, 然后在下半年完成剩余的收成。那么上半年的收获一定要成功, 从种子、水源。当然希望政府大米储备来源能够从国内得到加强, 以鼓励农民生产,”他说道。阿利夫表示, 印尼在东盟地区的大米产量确实很大。美国农业部(USDA)数据显示, 2022年, 印尼是继中国、印度和孟加拉国之后的全球第四大稻米生产国。2022年印尼大米产量为3150万吨, 2022年消费量为3010万吨。生产与消费之间仍存在130万吨的过剩缺口。尽管如此, 还是选择了进口大米, 因为2023年全年大米产量仅达到3000万吨。

## 印尼港口公司旗下港口 准备24小时接收进口大米

(雅加达讯) 印尼港口公司(Pelindo)为接收进口大米抵港而加长运作时间, 主要当进口大米进入Pelindo港口时, 加强所进行装卸过程。印尼港口公司总经理阿利夫·苏哈尔托诺于11月13日(周一)在雅加达发文中表示, 公司运营下所有港口, 将在每周7天24小时内或全日戒备, 意即一旦寄来大米抵港可马上进行卸货。“早在数年前, 公司已执行每周7天24小时不停服务的营运方式。该拉长作业时间适用于将进行装卸的各种商品, 包括大米在内。在这方面, 我们欲确保, 在港口的货物物流顺畅将依然受担保。”他说, 迄至今年10月, 我们已经在16处公司管辖下港口, 为138艘船进行进口大米卸货, 总计达143万1615吨。该进口大米卸货活动已进行于班昌港、庇栋港、丹绒望伊、峇尤尔湾、丹绒普禄、麻里巴板、安汶、梭隆及巴布亚港口。他指出, 该7天24小时全日制港口服务必然须由包括粮储局的各方面所配合支持, 也即必能供

## 国会同意 阿古斯任新国军总司令



(雅加达讯) 国会第一委员会于11月13日(周一)同意, 将陆军参谋长阿古斯·苏比延多(Agus Subiyanto)任命为新任的印尼国军总司令。

进行一系列可行性和适应性测试后, 国会第一委员均同意将阿古斯任命为新一任印尼国军总司令, 接替尤多(Yudo Margono)上将的职务, 并将于11月21日的国会全体会议上正式宣布与确认这一决定。上个月正式担任陆军参谋长阿古斯将军被佐科威总统提名为印尼国军总司令唯一候选人。阿古斯接替将于11月26日退休的尤多上将。与此同时, 该委员会也同意解除印尼国军队总司令尤多的职务, 并对其所做的奉献表示感谢。

## 财长: 气候改变影响后果 必须共同应对

(雅加达讯) 财政部长丝丽·穆雅妮表示, 全球气候改变具有非常严重的影响力。据世行指出, 气候改变的效应可达5600亿美元, 并能促使全球贫民率年均增加1亿人。财长丝丽于11月8日(周三)在雅加达出席有关2023年印尼永续金融与经济国际会议上表示, 在全球范围内, 我们也了解到气候变化有非常严重的影响。她指出, 世行预测, 气候改变将导致蒙受损失5600亿美元, 并每年造出1亿名新贫民。所以, 此事确实必由我们共同应付的案例。她表示, 融资转型成了至关重要以能实现对全人类更为持续性的生活环境。因此, 所有利益相关者必能了解、鉴别及进行具体步调, 以筹集融资并向绿色经济转型。丝丽指出, 目前, 财政部仍成为在讨论气候改变问题上走在最前沿并发言的机构, 不论于国内或国际范围、诸如当出任G20和东盟轮值主席国之时, 在

财长级论坛中一直提出讨论气候改变议题, 以便日后提升至国家元首会议。她强调, 尽管如此, 气候改变问题并不能仅靠演讲所解决, 而须通过实际行动来着手处理。“所有的演讲、所有那些承诺、确实可在实际问题中加以考验, 这是为何印尼在多次参与中, 总是讨论并探讨实际案例的原由?”她说, 处理印尼能源转型问题可作为迄今为止所进行许多讨论与承诺的试验场所。若我们能够解决印尼所有问题, 特别是能源问题, 我们也可以解决全球能源转型问题。与此同时, 她还赞赏所举办今年印尼永续金融与经济国际会议, 即成为国内与全球级政策众居中者的通讯设备。她表示, 希望此将成为一种平台之一, 其中我们可以推介根据今年的主题, 即加速金融转型的发展、呈现并分享从政策层面该如何调动? 或加速可持续资金的更多而详细的信息。(MIM)



丝丽(中)与出席印尼永续金融与经济国际会议的代表合影。

## 印尼港口公司旗下港口 准备24小时接收进口大米

应每日24小时运作的仓库, 以致能对大米卸货、储藏及向民众的配送更加畅通。此外, 甚难取得进口大米之际, 粮储局公共企业却能获自政府任命进口合同、增加100万吨进口大米配额和150万吨进口砂糖配额, 以便加强政府大米储备。国家粮储局总经理布迪·瓦塞梭表示, 进口大米卸货期间, 粮储局获自同印尼港口公司联系系统所支持将为3班次(24小时)提

供运营服务, 以致能加速载米船的卸货服务。此外, 粮储局还增设新的收货港景点, 以便加速实现进口大米的卸货过程。布迪于11月10日(周五)在发文中表示, 为加速落实进口大米起见, 我们直接指定了全国28处港口为接货港口。其实, 原先仅17处港口, 但在为加速卸货环节中, 我们增加了11处港口至总计28处港口为接货港口。(MIM)



印尼港口公司准备24小时接收进口大米抵达港口。(档案照)

# 马鲁夫会见浙江省委书记易炼红 提3观点支持扩大印中合作

(雅加达讯) 马鲁夫副总统于11月13日(周一)在副总统府, 接见来访的中国浙江省委书记、省人大常委会主任易炼红。

据美都新闻网报导, 马鲁夫表示支持扩大印尼-中国、包括与浙江省的合作。为了加强中印尼的合作, 提出三项观点:

第一, 加强投资合作。赞赏浙江作为中国对印尼投资者主要来源之一的巨大投资兴趣。2022年, 中国对印尼投资总额为82亿美元, 其中浙江企业对印尼镍金属生产领域的投资占21.9%, 投资额为18.1亿美元。除了对采矿和矿物下游的投资外, 希望继续扩大对印尼重要领域的投资, 例如基础设施、互联互通、能源转型和绿色经济。

第二, 加强清真贸易和工业领域的合作, 例如清真食品和化妆品的消费。鼓励浙江省企业充分利用印尼巨大的市场潜力, 特别是清真食品和饮料、清真药品和清真化妆品以及清真产品认证。

第三, 加强更密切的人民关系, 以支持中印尼迄今为止的合作。

马鲁夫表示, 希望浙江省政府继续鼓励教育合作, 为印尼学生提供更多赴浙江奖学金和职业教育合作, 支持中国企业赴印尼投资。鼓励更多浙江游客来



马鲁夫会见浙江省委书记易炼红。

印尼旅游。

易炼红表示, 浙江省政府全力致力于拓展与印尼政府的合作领域努力提升两国合作成果。愿扩大和加强印尼与浙江的合作, 特别在经贸、文化、科技、教育、卫生、青年交流等领域的合作, 不断拓展合作领域, 提升合作成果。

陪同易炼红包括中国驻印尼大使陆康、浙江省发展和改革委员会主任杜旭亮、浙江省商务厅厅长韩杰、浙江省文

化和旅游厅厅长陈广胜、浙江省人民政府外事办公室主任顾建新、省委办公厅主任王斌。

与此同时, 陪同马鲁夫副包括负责经济发展政策支持和提高竞争力副手贡图尔、负责外交关系副手萨普托、负责扶贫和区域自治的副总统特别工作人员伊玛目、外交部助理副部长卢克曼、亚太及非洲区代理总干事阿迪、印尼驻中国上海代总领事法拉梅拉。



佐科威与阿德克森会面。

## 晤美自由港迈克墨伦董事长 佐科威欢迎讨论增持股份

(华盛顿讯) 佐科威总统于11月13日(周一)(当地时间)在美国华盛顿举行工作访问时, 接见美国自由港迈克墨伦铜金矿公司董事长理察·阿德克森。

在会议期间, 佐科威总统对有关增持印尼自由港公司10%股份以及将采矿许可证延长20年的讨论, 表示欢迎, 目前已进入最后阶段。

佐科威总统也希望这一问题, 能够在今年11月底得到解决。

在会后的另一份声明中, 海事与投资统筹部副部长兼国营企业部长雅立多斯评估说, 目前印尼和美国之间的关系持续升级, 特别是在贸易领域。

雅立多斯继续说: “我们看, 我国对美国的贸易顺差已经接近160亿美元, 而且这几年增长很快。美国在印尼的投资现在排名第四, 这是以前从未发生过的。”

他表示, 这是佐科威总统继续鼓励美国对印尼投资的基础, 其中之一来自美国自由港迈克墨伦铜金矿公司。巧合的是, 我们的国营企业已经控制了51%的股份。

雅立多斯进一步透露, 在佐科威总统与阿德克森的会晤中,

还讨论了自由港开展的下游业务。

雅立多斯表示, 目前自由港公司不仅进行金矿和铜矿开采活动, 还建造了一座冶炼厂进行加工。

他还表示, 自由港公司的投资确实已经向下游发展, 从以前只单纯开采金矿和铜矿, 现在已经开始减少工业化, 在爪哇开设冶炼厂。

他说: “在会议期间, 自由港公司表示承诺在印尼其他地点建设其他冶炼厂, 包括西巴布亚省法克法县。”

雅立多斯估说, 会议上提出和讨论的一些事情非常好, 可以提高投资, 从而改善印尼人民的福祉。

他继续说: “在会议上已传达的这些信息对于我们继续增加海外投资、为印尼创造就业机会非常积极, 正如总统所设想的。”

除了雅立多斯之外, 在会议上陪同总统出席者, 包括经济统筹部长埃尔德加、外交部长列特诺、矿业与能源部长阿利芬以及印尼驻美国大使罗山·罗斯拉尼。

出席会议的还有印尼自由港公司总经理托尼·韦纳斯。(ALW)

## 普选委确认 3组总统和副总统候选人

(雅加达讯) 普选委员会于11月13日(周一)正式宣布, 确认参加2024年总统大选的三组搭档为总统和副总统候选人。

据美都新闻网报导, 普选委员会于周一正式确定了三组搭档, 即阿尼斯-慕海敏、甘查尔-马赫福德, 以及帕拉勃沃-吉布兰, 成为2024年印尼大选的总统和副总统候选人。

随后, 普选委员会将会为该三组总统和副总统候选人抽取竞选号码。

据了解, 该抽取号码活动计划将于本周二晚上7时, 在雅加达市中心的普选委员会办公室举行, 而普选委员会也将通过其官方优酷频道向公众进行现场直播。

今年11月28日至明年2月10日为我国2024大选竞选期, 多达2.048亿选民将在明年2月14日投票选出一



普选委员会宣布, 确认2024年总统大选的三组搭档。

届总统。

2024年大选总统和副总统候选人进行了登记。

10月19日, 选举委员会开始对

## 明年国内经济增长率 央行预计可达5%

(雅加达讯) 央行在2024年央行年度预算计划(RATBI)中, 把明年的经济增长率设定为5%。

央行总裁帕利在与国会第11委员会举行的工作会议上说, 我们预计2024年国内经济增长可能达到5%。

这一预测低于2023年5.01%的经济增长预测。于2024年, 经济增长预计将受到内需的影响, 特别是国家公务员工资上涨、举行普选以及国家首都努山打拉的建设。

此外, 明年的通胀率预计为3.2%, 高于2023年预测的2.84%。预测的增加考虑到了仍然良好的需求和印尼盾汇率走弱的影响。

印尼盾兑美元汇率预计为1万5510盾, 高于2023年预测的1万5280盾。

由于全球金融市场不确定性增加, 对2023年印尼盾汇率的预测低于央行年度预算对2023年的初步预测。即使如此, 与地区和全球多个国家货币贬值相比, 印尼盾汇率的表现相对较好。

同时, 帕利预计, 未来全球金融状况将逐渐改善, 这将影响印尼盾的表现。

帕利表示: “由于全球形势将逐渐缓解并对资本流向包括印尼在内的发展中国家产生影响, 印尼盾在当前情况下有所走强。”

帕利解释说, 央行的宏观假设考虑了六种全球条件, 即增长放缓、高通胀、长期利率上升、美元走强以及现金为王, 这对国内经济状况有影响。

仅供参考, 央行的宏观假设与政府在2024年国家收支预算中的宏观假设不同。

在2024年国家收支预算法令中, 政府和国会对2024年国家收支预算的基本宏观假设达成一致, 其中包括经济增长5.2%、控制通胀2.8%以及印尼盾对美元的汇率是1万5000盾。

除此之外, 政府还设定了10年期政府证券(SBN)利率为6.7%、印尼原油价格为每桶82美元、石油产量为每日63万5000桶、日天然气举升量103万3000桶油当量。(ALW)



亚太经合组织成员国财政部长会议在美国旧金山举行。

## 丝丽出席APEC财长会议: 长期高利率增加财政风险

(旧金山讯) 财政部长丝丽于11月13日(周一)在美国旧金山, 出席亚太经合组织(APEC)成员国财政部长会议时, 透露了日益复杂的全球经济问题。

亚太地区财长会议讨论了当前问题。至少21个亚太经合组织成员国出席了会议。

丝丽表示, 借此机会, 她将传达几件事, 主要与日益复杂的全球经济状况和挑战有关。其中之一是“长期高利率”(higher for longer)的政策, 这日益增加了一些国家财政状况的风险。

丝丽承认, 她还传达了全球应对气候变化问题相关政策发布的重要性, 旨在它们才能共同缓解, 并真正成为新增长的潜在来源。

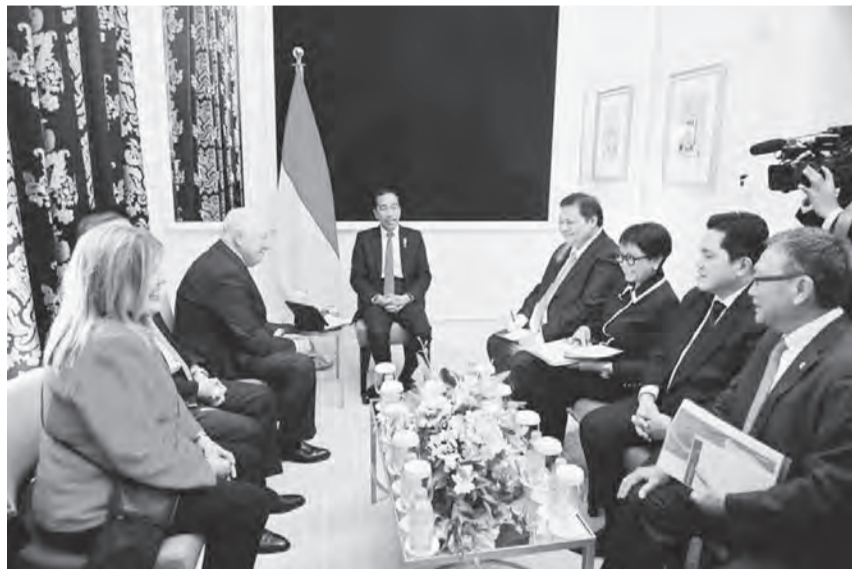
另一方面, 丝丽表示, 她还传达了在利率高位时应对大规模融资需求的重要性。因为

有可能给包括印尼在内的发展中国家带来巨大压力并导致融资增加。

她说: “面对所有这些全球动态, 我想说, 现在欢迎成熟和明智的财政政策非常重要。除此之外, 像这样的充满挑战的时期是进行各种结构性改革的最佳时机。印尼本身多年来继续完成各项改革议程。”

丝丽在回应她提出的问题时强调说, 印尼国家收支预算已成为加速经济转型的催化剂。重点投资基础设施和人力资源就是一个例子。

丝丽解释说, 这是解决各种发展问题的一个例子。周一早上的讨论在旧金山寒冷的空气中相当热烈。我希望通过这项讨论以及未来亚太经合组织的一系列议程, 我们能够共同找到应对各种世界挑战的解决方案。(ALW)



双方举行会谈。



佐科威在华盛顿乔治城大学发表演讲。

## 华盛顿乔治城大学演讲 佐科威: 印尼因多元化而团结

(华盛顿讯) 当地时间11月13日, 佐科威总统在美国华盛顿乔治城大学发表演讲。总统表示, 印尼拥有能够使国家团结起来的多元化, 建国五项原则(潘查西拉)是印尼管理多元化的指南。

据美都新闻网报导, 佐科威表示, 在管理多样性方面, 印尼有指导方针, 有意识形态, 即建国五项原则, 多样性中的统一, 激励着生活的各个方面, 包括国家生活。

佐科威指出, 只要沟通管理得当, 分歧和竞争就不会导致公开冲突, 并引发地区不稳定。沟通、对

话空间、协作与合作是实现世界和地区稳定与和平的关键因素。

佐科威强调, 印尼对与所有国家建立合作持开放态度, 除了和平与人道问题外, 印尼不偏袒任何国家。这是印尼担任二十国集团和东盟主席国时提出的原则, 这是在竞争和地缘政治激烈的全球形势下进行。

佐科威还表示, 全球团结和领导力, 是克服因巴以冲突和俄罗斯与乌克兰战争造成人道主义危机的关键。我们都有责任维护和平, 现在就必须履行这一责任。



# 白宫：习拜会将讨论加强沟通与“管理竞争”

美国总统拜登和中国国家主席习近平星期三(11月15日)将在美国旧金山湾区举行会晤。白宫说，美中元首将讨论加强沟通和管理竞争问题。

路透社报道，白宫国家安全顾问沙利文星期一(13日)告诉记者，拜登认为管理美中复杂关系，面对面的外交是无可替代的。

沙利文说：“我们预计两国领导人将讨论双边关系中最基本的一些要素，包括持续加强开放的沟通渠道和负责任的管理竞争，以避免陷入冲突。”

他说：“密集的外交往来是我们实现这一目标的方法。这是我们消除误解和避免意外的方法。”

沙利文说，拜登“有坚实的根基”来参加此次峰会——美国在国内外都能进行有效竞争，而且实现了“所有主要经济体中最

强劲的复苏和最低的通胀”。

他进一步说，华盛顿寻求在此次会晤取得具体成果，并希望在与中国恢复军事联系，以及打击已成为美国祸害的芬太尼贩卖方面取得进展。

习近平11月14日至17日到美国旧金山出席亚太经济合作组织(APEC)第三十次领导人非正式会议，定15日与拜登举行会谈。这将是习近平与拜登阔别一年后的首次面对面会晤。此次高风险外交旨在世界两个超级大国之间的紧张局势降温。

中国外交部10日说，应美国总统拜登邀请，中国国家主席习近平将赴美同拜登举行首次会晤，同时应邀出席亚太经合组织领导人第三十次非正式会议。两国元首将就事关中美关系的战略性、全局性、方向性问题，以及事关世界和平与发展的重大问题深入沟通。(早报)



# 《华邮》：欲让战火席卷中东 哈马斯曾计划发动第二轮袭击

从哈马斯上月初袭击以色列边境后收集到的证据显示，这个巴勒斯坦激进组织曾计划发动第二阶段袭击，继续深入以色列，以挑起一场席卷中东地区的战争。

报道引述10多名现任和前任西方和中东情报与安全官员说，从战死哈马斯分子身上搜出的地图、绘图、笔记、武器和装备提供了一些线索，表明他们的目标不仅仅是杀害和俘虏以色列人，而是引发一场更广泛的冲突。

哈马斯的公开声明及私下透露给记者的评估显示，就连哈马斯也对它能够横扫以色列边境地区感到惊讶。哈马斯官员称，他们没有发动进一步攻势的计划，但新的证据显示，一些武装分子带着足够维持数天的粮食、弹药和装备；他们还得到指示，若第一波攻势成功，就要继续深入以色列。

一名以色列官员称：“他们策划了第二阶段行动，包括攻击以色列主要的城市军事基地。”

在10月7日的袭击中，哈马斯突击队从30处地点渗透以色列，在短短数分钟内就进入距离加沙最近的以色列城镇和军事基地。以色列政府的数据显示，哈马斯袭击22个城镇，屠杀1200人，并掳走约240名人质。

哈马斯最远渗透到距离加沙约15英里(约24公里)，位于加沙地带和约旦河西岸中间的奥法基姆镇(Ofakim)。两名高级中东情

报官员和一名知情的美国前官员透露，其中一支突击队携带侦察信息和地图，显示他们打算继续推进到约旦河西岸边境地区。美国前官员说：“如果发生这种情况，那将是(哈马斯的)一次巨大宣传胜利，这不仅是对以色列，也是对巴勒斯坦权利机构的象征性打击。”

目前不清楚，哈马斯是否对深入约旦河西岸抱有实际期望。

分析人士认为，哈马斯精心策划这次袭击，并准备大规模屠杀以色列平民，以激怒以色列，派兵进入加沙。

现任与前任情报官员和反恐专家说，哈马斯寻求在中东激起新一轮巴勒斯坦暴力抗争，同时破坏以色列和阿拉伯国家关系正常化的努力，并愿意为此付出惨重代价，包括加沙平民的大量死伤。

哈马斯政治局成员哈马德(Ghazi Hamad)早前接受黎巴嫩电视台访问时称：“我们须付出代价吗？是的，我们已为此做好准备。”

赛德情报集团(SITE Intelligence Group)创办人卡茨(Rita Katz)说：“哈马斯知道以色列会重拳反击。这才是重点。对哈马斯来说，巴勒斯坦人的苦难是引发不稳定和全球愤怒的要素，而它寻求利用这一点。”(早报)

# 权宜支出法案反应冷淡 美政府本周末恐停摆

彭博社分析指出，美国众议院议长约翰逊虽提出新的折衷方案，以求解决围绕拨款问题的僵局，但美国政府仍面临在本周末停摆的风险。

美国政府资金将在星期五(11月17日)午夜耗尽，国会仅剩几天时间来通过新的临时支出法案，以避免联邦政府关门。共和党籍的约翰逊上星期六(11日)提出的权宜法案，没有坚持极端保守派要求的削减支出和减少移民等优先事项，也不包括对以色列和乌克兰的新援助资金，提高了共和与民主两党达成协议的可能性。

约翰逊星期天(12日)说，这项法案将为国会议员争取时间，以便就个别支出法案谈判。他在社交媒体X上写道：“华盛顿不可能在一夜之间戒掉花钱成瘾的习惯。但在我任内，我不会允许到年底积攒一大堆支出计划的情况继续下去。”

众议院计划星期二(14日)就这项法案进行表决。由于共和党仅以微弱优势

势控制众议院，加上法案受到党内财政保守派抵制，约翰逊需要得到部分民主党人的支持。

一些共和党保守派议员已表明不支持这项法案。俄亥俄州众议员戴维森(Warren Davidson)称：“说失望还是客气了。我会投反对票。”

民主党对这项法案反应冷淡，但有初步迹象显示，它可能获得跨党派支持。民主党籍的康涅狄格州参议员墨菲(Chris Murphy)说：“我不喜欢众议院在讨论的内容，但我愿意倾听。”

不过，白宫批评，约翰逊提出的方案只会导致政府在未来停摆。这项法案虽然排除了许多民主党人反对的附加条件，但未纳入对乌克兰援助，并把部分机构的拨款期限延长至1月19日、另一些机构的期限则延长至2月2日，令白



宫感到不满。报道说，美国总统拜登可能会公开警告，若国会通过这项法案，他将行使总统否决权。不过，若拜登这么做，而美国政府最终被迫停摆，共和党可能会把责任归咎于拜登。(早报)

# 以军攻抵加沙希法医院陷人道危机 百多联合国人员“殉职”

在以色列军猛烈攻击下，加沙北部医院“几乎全部”停止服务，目前仅有一家医院能提供“有限的服务”。星期一(11月13日)，以色列部队已经开到加沙最大的希法医院外，联合国形容加沙现在的情况是“可怕和危险”的。

加沙卫生部发言人齐德拉星期一称，以色列军坦克已经停在希法医院门口。人在希法医院的齐德拉对路透社说：“坦克就停在门诊部大门外，这就是今天早上的情况。”他说，目前仅加沙城的阿赫利阿拉伯医院能提供“有限的服务”。

加沙医疗当局指出，以哈战火爆发至今，有超过1万1000人死亡，其中约四成是儿童。同时，由于燃料短缺，过去三天希法医院至少有34名住院病人死亡，其中七名是婴儿，主要是保温箱没电，鲜奶没法灭菌。

世界卫生组织警告，目前有多达3000名病患和职员仍留在医院，他们陷入缺乏燃料和食物的困境。

世卫组织总干事谭德塞在X社媒平台(前称推特)说，死去的病人增加许多，“医院原本是安全的避风港，如今却成为死亡、破坏和绝望之处，世界不能继续保持沉默。”他呼吁以哈双方立即停火。

联合国说，加沙的医疗设施在36天内遭到至少137次攻击。

据了解，以色列地面部队开进加沙后，就一直以希法医院所在地区为攻击重点。以色列军指出，希法医院底下有错综的地道，哈马斯的总部就在该医院底下。英国《卫报》报道，以色列专家指出，控制希法医院是以军关键目标。这个庞大的医院建筑占据了加沙城的中心地带，那里是哈马斯大部分行政基础设施所在地，也接近沿岸地区的主要南北通道。

# 哈马斯武装派系：休战五天 可换取70名人质

哈马斯武装派系卡桑旅说，他们已通知斡旋方卡塔尔，休战(truce)五天可以释放最多70名人质作为交换。

路透社报道，卡桑旅星期一(11月13日)晚在Telegram发布录音讲话，称卡塔尔正努力促成以色列与哈马斯达成协议，以哈马斯释放被扣押的70名妇女和儿童，换取以色列释放200名巴勒斯坦儿童和75名妇女。卡桑旅发言人奥贝达说：



“休战协议应该包括完全停火，并允许加沙地带各地获得人道援助。”他指责以色列“拖延和逃避”与哈马斯交换人质的安排。以色列媒体10日报道，以方与哈马斯就交换扣押人员的谈判取得进展，但双方尚未达成协议。报道说，美国和卡塔尔是谈判主要参与方。以色列指哈马斯扣押了240多名人质，目前只有数名人质被释放。(早报)

国际社会现在更为担心，以哈战火蔓延开来。据报道，美国防长奥斯汀11日向以色列防长加兰特表达了以以色列与黎巴嫩真主党开战的担忧。消息人士披露，奥斯汀要求以色列避免采取可能导致与黎巴嫩真主党之间爆发全面战争的措施。

星期天，以色列总理内坦亚胡对美国全国广播公司(NBC)透露，以色列可能与哈马斯就释放人质达成协议。不过，他以担心潜在协议受到破坏为理由，拒绝透露细节。

内坦亚胡重申，人质获释后才会停火。内坦亚胡当天接受CNN访问，访问员问他是否同意美国的建议，即应该延长加沙战事暂停(pause)，以便让人质安全获释，内坦亚胡回应说：“我们不同意这一点。我们应该救出人质。”

白宫国家安全委员会发言人柯比对微软全国广播公司(MSNBC)说，美国已与中东地区国家积极接触和谈判，争取哈马斯释放人质，但也不愿透露相关内容。白宫说，美国总统拜登星期天同卡塔尔埃米尔塔米姆通话，针对加沙局势发展和人质获释的课题举行了会谈。两名领导人同意哈马斯必须立即释放所有人质。卡塔尔正在主导哈马斯与以色列之间释放人质的谈判。

星期一，联合国下半旗和默哀一分钟，悼念以哈冲突爆发以来死亡的101名联合国人员，他们是联合国巴勒斯坦难民机构(UNRWA)的职员。联合国办事处的总干事瓦洛瓦娅说：“这是联合国历来在如此短的时间内，遇难人员最多的一次。我们今天聚在这个非常具有象征意义的地方，向我们在联合国旗帜下殉职的英勇同僚致敬。”(南洋网)

# 德总理朔尔茨反对“立即”在加沙实施停火

正当全球要求以色列暂停对哈马斯的战争呼声越来越高之际，德国总理朔尔茨却表明，反对“立即”在加沙地带实施停火。

法新社报道，朔尔茨星期天(11月12日)在德国地区日报Heilbronner Stimme举办的一场辩论中说：“我不认为立即停火或‘长暂停’(long pause)是对的。”朔尔茨指停火和暂停“都是一样的”，“以色列这么做最终可能让哈马斯重整

军力和获得新导弹”。他主张以“人道主义暂停”取代立即停火。

朔尔茨的立场，与许多阿拉伯国家领导人，还有法国总统马克龙和土耳其总统埃尔多安完全相反。埃尔多安下周将到柏林与朔尔茨会面。

世界卫生组织总干事谭德塞星期天在X社媒平台说，世卫组织前一天与加沙北部的希法医院(Al-Shifa hospital)失去联系，现在虽然重新联系上，“遗憾的是，这个医院已无法提供医疗服务”。

哈马斯控制的加沙卫生部说，希法医院因为燃料耗尽而暂停运作。世卫组织指该地区持续发生枪战和爆炸，加剧了本已严峻的局势。

朔尔茨日前承诺将长期增加军费投入，强化军事实力，以将德国打造成北约在欧洲的中枢。他出席德国联邦国防军活动时说，特别国防基金用尽后，德国政府将继续提供充足的经费，以确保未来十年军费占国内生产总值(GDP)的比例达到2%。(早报)



# 苏纳克改组内阁 英前首相卡梅伦出任外长

英国首相苏纳克局部改组内阁，开除了内政部长布雷夫曼，并出乎预料任命前首相卡梅伦为新外长。分析认为，苏纳克此举表明他有意在明年大选前，往内阁引入更多中间派且经验丰富的政治人物。

苏纳克星期一（11月13日）宣布，内政部长布雷夫曼上周发文批评警方在抗议活动中偏袒亲巴勒斯坦游行，引发争议后遭到免职；外长克莱弗利将接任内政部长。卡梅伦则接替克莱弗利成为新一任外长。

卡梅伦当天在社媒发文称很高兴出任外长一职，因为在全球变革的时代，很少能有其他事能比英国“与盟友站在一起，加强伙伴关系，并确保我们的声音被听到”更重要。

他写道：“虽然我可能不同意某些个人决定，但我很清楚，苏纳克是一位坚强且有能力的首相。他在困难时刻展现出模范般的领导力。”

卡梅伦接过外长棒子，在保守党内引发震动。中间派人士欢迎他的加入，称他可以带来国际经验。

脱欧派人士则说，卡梅伦2016年在国内发起脱欧公投，但他本人是留欧派，并为英国留在欧盟而奔走呼吁。如今他出任外长，意味着保守党内的留欧势力已经占据上风。

英国将在2024年迎来大选，苏纳克作为保守党领导人，一直未能在民调中缩小与工党的差距。他任命卡梅伦的决定也招来工党的嘲讽。

工党立法者麦克法登说：“苏纳克几周前说卡梅伦是失败现状的一分子，现在又把他当救生筏拉回来，这让首相誓要改变保守党13年失败的可笑说法不攻自破。”（早报）



卡梅伦的决定也招来工党的嘲讽。

工党立法者麦克法登说：“苏纳克几周前说卡梅伦是失败现状的一分子，现在又把他当救生筏拉回来，这让首相誓要改变保守党13年失败的可笑说法不攻自破。”（早报）



## 韩美防长：朝鲜若用核武 将采取行动终结其政权

韩国和美国为应对朝鲜日益升级的核导弹威胁，时隔10年全面修改了战略文件《定制型威慑战略》，大幅加强对朝鲜挑衅的延伸威慑。同时，韩美防长强调，若朝鲜使用核武器，韩美将采取行动使其政权终结。

韩国国防部长申源湜和美国国防部长奥斯汀星期一（11月13日）在首尔龙山国防部大楼召开第55次韩美安保会议，并发表包括18项内容的联合声明。其中一项就是全面修改《定制型威慑战略》（Tailored Deterrence Strategy）。

奥斯汀在会议上重申美国的坚定承诺，即运用包括核武器、常规武器和导弹防御在内的所有军事力量，向韩国提供“延伸威慑”。

奥斯汀也说，美国不能容忍朝鲜对美国或同盟、友邦的任何核攻击。这最终会导致金正恩政权的灭亡。

他强调，印太地区是美国国防部的最优先地区。为了保卫韩国，将继续维持驻韩美军目前的战斗力水平。

对此，申源湜说：“今后将扩大韩美联合演习规模和野外机动训练水平，构建强有力的联防态势，在朝鲜挑衅时立即、强力、坚决予以惩罚。如果朝鲜使用核武器，韩美将立即采取应对措施，致使金正恩政权的终结，取而代之的将是韩国主导的、基于自由民主主义基本秩序的统一。”

2013年朝鲜进行第三次核试验后，韩美签订了《定制型威慑战略》。随着国际安全形势发生变化，朝鲜核武及大规模杀伤性武器威胁升级，韩美一同认为，该文件须要更新。

由于该战略文件属于军事机密，详情无法对外公开。但据透露，修订后的文件针对朝鲜使用核武器或大规模杀伤性武器的可能性，提出了运用包括美国核能力在内的韩美同盟所有能力予以应对的方案。

韩联社引述一名政府消息人士说，如果说当前的“延伸威慑”仅依赖于美国的核战力，那么随着依据韩美首脑在华盛顿宣言中达成协议的核磋商小组（NCG）的正式启动，双方将可共同策划及执行有关韩方为美国核作战提供常规战力支援等事宜。

同时，韩美决定，为应对朝鲜严重的导弹威胁，从12月起正式启动韩美日导弹预警信息实时共享机制，也加强美国的预警卫星信息共享体系，提高同盟的探测能力。

此前，韩国军方不能实时获取美军的预警卫星情报，而美国运营有10多颗卫星，接入卫星情报就可以解决提前探测受限的问题。

另外，韩美为应对全球供应链重组和国际技术竞争加剧，决定扩大防卫产业和科技领域的合作。（早报）

## 缅甸宣布在掸邦八个镇实施军事管制

缅甸军方宣布，在掸邦的贵概、滚弄、南坎、木姐、腊戍、登尼、老街和贡坚八个镇，实施军事管制。

新华社报道，缅甸国家管理委员会星期天（11月12日）晚发布命令说，为更有效地实施安全、法治和地区和平工作，根据现行宪法相关条款在这些地区实施军事管制，由地方军事长官负责行使行政和司法权力。

地方军事长官可以根据情况变化，由自己或者交由下级军事长官行使军事管制权。

缅甸国家管理委员会发言人佐敏吞星期天说，当天缅甸国防军与多个武装组织在掸邦果敢、克耶邦垒固、实皆省提提等地区交战。

10月27日，缅甸国防军在掸邦北部多个地区遭到缅甸民族民主同盟军（MNDAA）、德昂民族解放军（TNLA）和



若开军袭击。冲突持续 九谷三个政府控制区失守。（早报）

### 2023年中国人寿印尼层作家嘉年华

#### CHINA LIFE INDONESIA WRITING COMPETITION

比赛开始日期：2023年8月8日  
Competition Starting Date: 8 August 2023

Deadline Extended

收集征文截止：2023年11月24日  
Submission Deadline: 24 November 2023

参加者 - Participant:  
小学 Elementary School  
初中 Junior High School  
高中 Senior High School  
大学生 University

总奖金 - Total Prize  
**IDR 55 mio**

写作题目 - Writing topic:  
“保险创造幸福生活”  
“我心目中的千岛之国”  
“我心目中的美好生活”  
“我的幸福家庭”  
“我的愿望”（仅适用于小学生）

提交方式 - Submission Method:  
Online (Scan Barcode)  
<https://forms.gle/v3TowkexYAhMxzC9>

Scan here

## 日本副财长 被爆欠缴多年税务辞职

日本首相岸田文雄刚宣布要通过减税为民众纾困，不料出师不利，为他负责税改政策的财政部副部长被爆欠缴多年税务，在星期一（11月13日）辞职。

岸田9月改组内阁后，已有三名高官先后因丑闻下台。第一起是法务副部长柿泽未途被指在东京江东区议员选举中进行贿赂的金钱丑闻。另一起是教育部长山田太郎的婚外情丑闻。

日本杂志《周刊文春》上周爆料，指财政部副部长神田宪二涉及逃税。报道指出，他因多次拖欠税务，所担任代表董事的公司拥有的土地和建筑物被税务局四次没收。神田在丑闻曝光后，起初只是承认和道歉，没有辞职之意。

由于神田是岸田内阁里主要的税改关键人物，反对党抓住这个税务丑闻，对推动税改的岸田进行大反击。

反对党立宪民主党指出：“负责税收征管的财务部副部长被指控拖欠税款，这成何体统？”最后，神田转为提交辞呈，估计是被岸田壮士断腕，以避免国会审议陷入僵局。

岸田9月份尝试通过改组内阁改善形象。紧跟着又在上周通过发表减税等



利民经济政策，想要抢救低迷的支持率。

不过事与愿违，日本JNN新闻周一公布岸田的支持率为29%，再创新低。日本民众里，有多达72%的人说，“不期待这一经济政策”。

日本舆论指出，岸田是财政出身，背后最大的靠山又是前财政部长麻生太郎，“经济牌”是否能顺利打出，事关其政治前景。如今，财务部副部长掉官帽是“倒岸田”的征兆。（早报）

## 特朗普长姐 纽约家中去世

美国媒体报道，美国前总统特朗普的大姐玛丽安（Maryanne Trump Barry），13日在纽约市的住宅过世，享寿86岁，死因尚未公开。

美国媒体报道，13日凌晨4时左右，救难人员接获通报，称纽约市一处公寓有人心脏骤停，并补充说，没有任何外伤或其他迹象。法医稍晚将确定死因。

特朗普发言人至今未对此消息做出回应。

玛丽安未从事家族的房地产业，从1974年至1983年在新泽西州担任联邦助理检察官，是办公室内仅有两名女性之一。

1983年，被时任总统里根任命为新泽西州联邦法官。1999年被时任总统克林顿指派为联邦第三巡回上诉法院法官。2019年，玛丽安因其父亲和兄弟姐妹涉税务与金融交易欺诈等行为接受调查后，宣布退休。

知情人士透露，玛丽安与特朗普关系紧密，特朗普在2015年首次竞选总统时表示，若要提名人选进入美国最高法院，玛丽安将是非凡的选择。

但2016年时，特朗普在一次电台访问中坦承，两人观点有些不同。直到特朗普执政最后一年，两人的侄女玛丽（Mary L. Trump）当时正在宣传一本家庭的回忆录，她公开玛丽安于2018年和2019年痛批特朗普的录音。

录音中可以听到玛丽安怒骂特朗普只想迎合支持者，根本没有原则、虚假又残忍，还强调“不能相信他”，两人关系出现明显裂痕。

现年77岁的特朗普，长兄小弗雷德·特朗普已于1981年去世，最小的弟弟罗伯特·特朗普则在2020年病逝，随着长姐玛丽安娜的离开，特朗普的兄弟姐妹只剩下81岁的姐姐伊莉莎白·特朗普·葛芳。

（南洋网）

# 耶伦：APEC财长同意以可持续方式扩大经济产出

美国财长耶伦13日在旧金山出席APEC经济领袖会议后，召开新闻发布会。

美国财政部长耶伦说，亚太经合组织(APEC)财长确认以可持续方式扩大经济潜在产出的意愿。

路透社报道，耶伦星期一(11月13日)出席APEC经济领袖会议后，按事先准备的讲稿说：“APEC成员确认奉行扩大经济生产力的政策，同时在减少不平等和保护环境等方面存在共同利益。”

她说，APEC成员正在推行与拜登政府最近立法的类似政策，以促进对基础设施、半导体、清洁能源技术与科学研究的投资。

耶伦还说，美国财政部正在积极参与“一项持续进行的工作”，以便与13个国家就印太经济框架(IPEF)谈判达成实质性的结论。这13个国家多为APEC成员。

耶伦说，“对IPEF成员来说，这将会



是一个巨大成就，可以解决气候变化和供应链安全等方面的问题”，但没有说这是否是她所预期的结果。

她指IPEF成员的国内生产总值(GDP)合计占全球GDP的40%，因此这对全球经济也具有重要意义。(早报)



## 特斯拉市值飙1000倍 马斯克:可惜巴菲特当年没投资

美国电动车大厂特斯拉创办人马斯克表示，“股神”巴菲特应该趁特斯拉市值只有当前一小部分时进行投资。如果巴菲特15年前投资特斯拉，今天获利报酬将会是1000倍。

电子报作者马克(George Mack)11日在X的一则推文上写道，巴菲特(Warren Buffett)于2001年在佐治亚大学演讲，他问台下学生，“如果你可以投资一名朋友，并从他们的收入获得10%报酬，你会选谁？”这个问题是一连串问题的起头，巴菲特的重点在于，若想挑对对象投资获取好的报酬，要看的是对象采取了哪些行动。

马斯克12日在该贴文底下留言，“太可惜了，他(巴菲特)没有在特斯拉市值只值今天0.1%的时候投资，哈哈。”

巴菲特旗下伯克夏公司在2008年底，原本有机会投资当时市值不到7亿美元(约32.95亿令

吉)的特斯拉，若巴菲特以7000万美元(约3.30亿令吉)换取10%股权，按照目前特斯拉6820亿美元(约3.21兆令吉)的市值来看，获得的报酬将高达1000倍，该部位价值就快要700亿美元(约3295亿令吉)。

马斯克先前就有公开提到，伯克夏原有机会以低于2亿美元(约9.41亿令吉)出价入股特斯拉，但伯克夏却选择投资中国电动车厂比亚迪，如今伯克夏的报酬已高于70亿美元(约330亿令吉)，近来套现逾10亿美元(约47亿令吉)获利。

不过《商业内幕》(Business Insider)指出，稳健的价值投资者如巴菲特，主要看的是企业价值、获利能力以及可预测性，马斯克自己也说过，特斯拉多次处于破产边缘，因此即使当年伯克夏没有投资比亚迪，可能也很难押注特斯拉。(南洋网)

## 迪士尼第四财季盈利超标 伯克希尔哈撒韦储备惊人

每周聚焦两只美股，帮助投资者掌握最新个股动向与市场信息。

在流媒体ESPN+和主题公园的盈利持续增长的带动下，尽管广告收入下降给营业额带来压力，娱乐巨头迪士尼第四财季盈利仍然超出预期。不仅如此，迪士尼高管表示会继续“加紧管理”成本，另外再削减成本20亿美元。这一连串利好消息，即刻带动迪士尼股价在11月8日盘后上涨约4%。

根据迪士尼截至今年9月30日的第四季业绩报告，集团的营业额同比增长4%至212亿4000万美元。集团净利是2亿6400万美元，即每股净利0.14美元。剔除资产减值准备金后，集团调整后的每股盈利是0.82美元。

LSEG之前收集到的市场分析师平均预测则是营业额213亿3000万美元，每股盈利0.70美

元。虽然盈利超预期，但迪士尼这次是连续二季度营业额不达预期，也是集团自2018年初以来，首次出现营业额连续不达预期的季度。

在订户方面，截至第四季，迪士尼的Disney+订户人数达到1亿5020万户，同比增长了700万个新Disney+订户，比StreetAccount分析师平均预测的1亿4815万户多。

这个季度也是迪士尼首次采用新财务报告结构呈现业绩报告。集团将业务分为娱乐、体育和体验三个部门。娱乐业务包括迪士尼的所有流媒体和媒体业务，体育部分包括ESPN，体验部分包括集团旗下的主题公园、酒店、游轮公司等。

在三项业务当中，体验部门的表现相当亮眼。因为现在在美国国内外的主题公园的游客量和门票价格均都增加，迪士



尼体验部门本季度的营业额显著增长13%，达到81亿6000万美元。此外，迪士尼的广告收入下降，主要是旗下的ABC网络和自家电视台导致。这些电视台本季度的政治广告收入有所下降。集团首席执行官艾格(Bob Iger)曾在今年夏天说，迪士尼

很有可能脱售旗下的电视资产。

在Tipranks的24名分析师中，仍有18名给予迪士尼股“买进”评级，五名给予“持守”评级，一名给予“卖出”评级，一年期限平均目标价是106.86美元。(早报)

## 国际评级机构惠誉维持泰国信用评级为BBB+

曼谷11月13日电 据泰国媒体“暹罗在线”报道，泰国总理府发言人猜·瓦差隆13日在曼谷透露，国际评级机构惠誉评级公司(Fitch)维持泰国信用评级为BBB+，并维持泰国信用前景为稳定水平。

猜·瓦差隆表示，惠誉认为泰国具有支撑经济稳定复苏的因素，包括持续强劲的出口、大量的财政支出，所以预计泰国经济将继续增长。

惠誉预计，泰国经济增长率将从2023年的2.8%上升到2024年的3.8%。同时，惠

誉预计泰国政府公共财政预算赤字将从2023年占GDP的3.0%增加到2024年占GDP的3.7%，高于具有相同信用评级水平的国家的平均水平。惠誉预计，泰国2023年经常项目余额占GDP的比例将从2022年的3.2%的赤字恢复到1.0%的盈余。惠誉认为

猜·瓦差隆表示，泰国新政府的经济政策将为泰国经济带来复苏。新政府推出了多项经济刺激措施，包括振兴旅游业的免签政策，希望民众对新政府的经济政策要有信心。(中新社)



## 国际信贷评级机构惠誉拟撤碧桂园服务公司评级

国际信贷评级机构惠誉(Fitch)13日表示，出于商业原因，惠誉计划在12月12日左右，撤销对中国企业碧桂园服务控股的所有评级。

根据世界新闻网引述《华尔街日报》报道，碧桂园服务控股是中国房地产巨头碧桂园控股的姐妹公司，后者目前陷入财务困境。

据报道，惠誉曾在8月份将碧桂园服务的评级从BBB-下调至BB+，理由是其盈利能力和融资渠道“可能因其姐妹公司流动性压力增大而受损”。

与此同时，惠誉将该公司列为“负面观察”对象，称这反映了流动性和营运资本受到侵蚀的风险。(南洋网)



## 菲律宾将与联合国粮农组织合作提高农业机械化水平

据菲律宾媒体13日报道，菲农业部农渔业工程局(DA-BAFE)将与联合国粮农组织(FAO)合作，提高菲农机使用率，增加水稻和玉米产量。

FAO项目协调员克里斯托表示，该项目旨在两年内将菲农业机械化水平提高10%。菲农业采后发展和机械化中心数据显示，2013至2022年，菲水稻机械化水平仅从每公顷

2.31马力提升至2.68马力，发展十分缓慢。

FAO驻菲国家代表达巴迪表示，提升菲农业机械化水平，有助于简化采后加工、促进农产品销售，并最终使消费者受益。菲统计局数据显示，2023年第三季度，菲水稻产量小幅增长0.21%，达379万吨。

(中新网)

## 复苏步履蹒跚 日本经济夏季或萎缩

日本经济夏季可能萎缩，因贸易影响对该国步履蹒跚的复苏构成压力，这一结果将支持央行继续保持谨慎以及政府采取新一轮刺激措施。

经济学家估计，截至9月的三个月实际国内生产总值折合成年率为萎缩0.4%，上一季度为增长4.8%。

预期中的萎缩将是2020年春季以来第六个季度出现下降，这种断断续续的结果表明经济尚未站稳脚跟，消费者正在努力应对数十年来最强劲的通胀，部分原因在于日元疲软。

黯淡的数据将给政府提供经济需要额外支持以确保复苏的证据。对于日本央行而言，经济萎缩可能会加剧人们对经济增长仍然不够稳定无法承受未来几个月结束负利率的担忧，即使政策转向可能有助于抑制通胀。

净贸易的拖累可能是GDP下降的主要原因，而经济中的其他因素基本上显示停滞不前。非年化消费支出继第一季度下降后预计将小幅增长0.3%，资本支出料增长0.1%，第二季度为下降1%。

炎热的天气在防疫限制措施取消后的第一个夏季帮助提振了消费者支出，但这种增长似乎不足以抵消上一季度录得的损失。一些经济学家称，粘性通胀和停滞不



前的就业可能削弱了消费者的消费意愿。

在支持率持续下降的情况下，日本首相岸田文雄已选择通过增加支出来支持消费者和企业。日本内阁上周批准了一项13.2兆日元(约4107亿令吉)的追加预算，为规模

超过17兆日元的经济刺激计划提供资金。这些措施的重点是降低所得税以及向低收入家庭发放补贴，旨在帮助消费者应对通胀超过薪资涨幅引发的生活成本危机。(南洋网)

BCA 匯率 (2023年11月14日)					
来源: 中亞銀行 (BCA)					
外幣	代碼	現匯		現鈔	
		買進	賣出	買進	賣出
美元	USD	15692.00	15712.00	15545.00	15845.00
新元	SGD	11530.66	11544.40	11428.00	11659.00
歐元	EUR	16788.51	16807.49	16605.00	16975.00
澳元	AUD	10004.27	10014.21	9895.00	10137.00
英鎊	GBP	19264.92	19278.78	19054.00	19473.00
日元	JPY	103.48	103.58	101.45	105.42
人民幣	CNH	2145.13	2155.05	2094.00	2210.00
令吉	MYR	3318.52	3334.87	-	-



## 世界华人经济论坛在青田开幕 侨乡经验促进华商交流合作

“本届论坛在华侨之乡青田，与第五届华侨进口商品博览会(以下简称：侨博会)同期举办，对进一步促进国际经贸交流、增进华侨华人的影响力与凝聚力具有重要意义。这一次，青田将作为连接中国工商界与世界华商的沟通桥梁，为进一步加强中外经济合作、促进中外友好交流做出卓越的贡献。”

青田是中国著名侨乡，有38.1万华侨华人遍布全球146个国家和地区，当地经济生产与国际接轨程度较高。据统计，青田籍华侨华人在海外从事国际贸易的人数超10万人，年贸易额约为400亿美元。“华侨是青田扩大开放、开展对外贸易的最大优势。”中国国际贸易促进委员会浙江省委员会副会长葛学斌在开幕式致辞中说。

近年来，青田依托侨资侨智侨力，不断壮大以侨经济为主要特色的“地瓜经济”，使青田成为联

通中外侨贸市场、华侨资本、技术人才的重要“桥头堡”。

随着华侨经济文化合作试验区成功获批，侨乡进口商品城、侨乡农产品城等产业平台无中生有，世界红酒、咖啡、哈蒙三大交易集散中心初具规模……近五年，青田引进侨资企业283家，累计销售额超170亿元，成为名副其实的“世界超市、购物天堂”，为全球华商合作共赢提供了“青田模式”。

800家、咖啡类企业及全球生活方式进口企业300家、日用百货企业500家参展，成为中外市场相通、产业相融的重要窗口。另外，青田深入实施中国制造出海工程，在全球搭建了119个华侨公共海外仓体系，越来越多的中国品牌选择与青田合作、与青田人合作，为推动共建“一带一路”倡议走深走实发挥了重要作用。(中新网)



## 中国10月新增社会融资规模 同比多增9108亿元

中国央行13日消息称，初步统计，2023年前十个月社会融资规模增量累计为31.19万亿元(人民币，下同)，比上年同期多2.33万亿元。

10月份社会融资规模增量为1.85万亿元，比上年同期多9108亿元。其中，对实体经济发放的人民币贷款增加4837亿元，同比多增232亿元。

中国民生银行首席经济学家温彬表示，10月在政府债券供给放量拉动下，社融增速反弹回升至9.3%。10月特殊再融资债券密集发行，月内累计发行规模超万亿元，带动当月政府债券净融资规模触及1.56万亿元的年内峰

值，且受去年低基数效应影响，同比大幅多增1.28万亿元，对社融增速形成明显拉动。

他判断，后续来看，伴随“万亿国债”增发且将在2023年内全部完成，预计11月与12月政府债券净融资规模均将超过万亿元水平，继续对社融形成有力支撑。

国金证券首席经济学家赵伟认为，近期增发国债、支持地方建设、规划建设保障性住房等政策落地，对于拉动需求、提振实体经济部门信心具有积极意义。经济恢复是一个“波浪式发展、曲折式前进的过程”。(中新社)

# 中美元首峰会 有望助波音对华销售破冰

美国客机制造商波音可能在本周的中美元首会晤期间，迎来旗下737 Max型客机在中国市场销售破冰。

彭博社星期天(11月12日)引述消息人士报道，中国政府正在考虑趁中国国家主席习近平和美国总统拜登在旧金山会晤期间，承诺购买波音的喷气式客机，以释放两国关系近期解冻的信号。

不过，消息人士也说，相关协议的条款目前仍在讨论中，预计不会宣布正式订单，而是以签署备忘录或合同意向书；这项交易也可能在星期三(15日)两国元首会面前生变。中国在2018年印尼狮航和2019年埃塞俄比亚航空的两起空难后，停飞波音737 Max机型，直到今年初才逐步恢复这一机型的商业载客。

截至今年6月底，中国90%的波音737 Max客机已恢复商业运营。但在中美政治和贸易紧张局势不断升级的背景下，波音在华销售遭遇重创，自2017年起未再接到中国的订单。

在此期间，中国与欧洲客机制造商空客达成多项合作，包括去年7月中国三家国有航空公司向空客订购292架客机，今年4月法国总统马克龙访华期间，再订



购160架空客客机。

中国商飞的C919客机今年5月也完成首次商业载客飞行，意味着中国国产客机也已加入客机制造行列，与波音和空客直接竞争。波音今年9月上调对中国航空业前景的预期，预计未来20年中国将占全球飞机需求的20%左右；到2042年，中国客机数量将达到9600架，对波音737 Max系列的需求将达到6470架。

据彭博社报道，波音也准备向中国交付737 Max客机。这将是自2019年3月

中国停飞波音737 Max机型以来，波音时隔四年再次向中国交付该型号的飞机。

杰富瑞分析师在本月发布的一份报告中称，波音已将近十架指定运往中国的飞机从库存中取出，但最近几周的工作似乎放缓。

两名消息人士说，恢复交付的时间与中美正在进行的订购谈判无关。波音有约85架737 Max客机打算运往中国，重新开始交付将有助于波音实现今年运出375架至400架飞机的目标。(早报)

## 李家超：创科将成香港经济关键动力

首届香港桂冠论坛13日在香港科学园开幕，香港特区行政长官李家超在致辞中表示，香港将改变产业结构，创科将成为经济关键推动力，为下一代建立可持续发展的科学和创科生态系统。

他提到，施政报告提出多项推动创科发展的措施，包括促进人工智能发展、推动跨境资讯流通和数字化政府服务等，说明特区政府不遗余力发展创科，相信这些针对性的措施可推进创科生态系统，为该行业带来强劲的增长动力。

李家超表示，香港在“一国两制”下拥有背靠祖国、联通世界的优势，是内地连接世界的重要管道。

## 首届港桂冠论坛开幕

粤港澳大湾区9个城市生产总值相当于世界第10大经济体，汇集研发、先进制造和商业贸易的优势，将为香港的创科发展带来巨大机遇。

李家超认为，可持续的人才储备，对于创新发展的成功至关重要，特区政府会致力培育、吸引和留住人才，“杰出创科学人计划”下已有超过50位顶尖学者在香港担任新的研究和教学职位，未来还将有数十位学者抵港。他也提到，香港在引进企业方面的工作成绩理想，过去一年，已有30家重点企业在香港落户或扩展业务，分别来自生命科技、人工智能、金融科技等领域，



将在香港投资超过40亿美元及带来1万个就业机会。

香港桂冠论坛委员会主席唐伟章在致辞中表示，本次论坛除了有讲者分享研究成果外，也是交流知识、建

## 苹果中国销售败退有赢家 小米市值“飙升近千亿”

苹果公司在中国销量的下降正为又一家中国安卓智能手机制造商提供赢得消费者和投资者青睐的机会。

小米公司的市值自6月底低点上涨了约200亿美元，这得益于市场对该公司最新款手机及其进军电动汽车和其他业务的兴奋情绪。该公司港股在此期间上涨逾60%，在恒生科技指数中表现最佳。

随着苹果发布的在华营收下降——尽管迹象显示该亚洲最大智能手机市场继经历多年下滑后正开始触底反弹，中国安卓制造商正面临良机。

小米14系列自10月下旬发行以来已获得逾100万份订单。这是自华为Mate 60 Pro引发轰动以来，中国智能手机品牌在过去几个月再度甫一亮相便大获成功。尽管华为的新机型尚未上市，但投资者一直在大手购入其供应商的股票。

小米14系列订单表现出色令其股价飙升后，一些分析师仍认为该股有望进一步攀升。电动汽车和所谓的“人工智能物联网”(AIoT)被视为潜在的额外

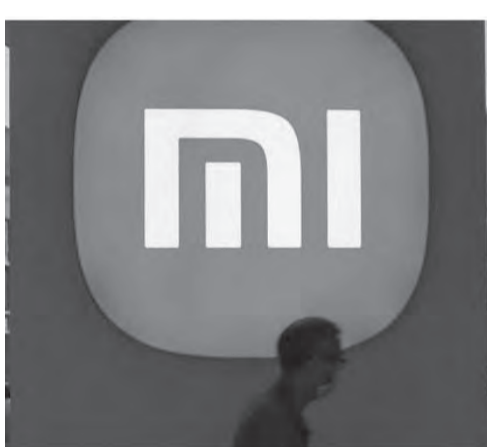
催化剂。

摩根大通分析师戈库尔·哈里哈兰上周一份报告中写道：“我们认为随着智能手机和AIoT增长好转，以及市场对小米进军电动汽车建立早期预期，未来6个月存在交易机会。”他将对该股的评级上调至增持。

摩根士丹利和花旗等其他华尔街公司也提到了中国智能手机市场结束低迷期、步入明年可能回暖的迹象。华为出人意料的强劲反弹帮助激发了中国消费者对本土创新产品的兴趣。

“继推出具有独特摄像头功能和卫星通话功能的新产品后，华为显然正迅速取得进展。”GAM资管公司表示，“目前iPhone在中国的销售势头正在减弱，因为许多消费者认为新款iPhone的功能没有太多提升。”

小米14系列还配备了先进的摄像头、最新的高通处理器，以及旨在将智能手机连接到汽车、家电和其他AIoT设备的创新操作系统澎湃OS。



彭博行业研究分析师史提芬邓(译音)表示，虽然在当前的智能手机周期，华为获得的市场份额可能在中国品牌中最大，但小米的技术应该有助于其在明年抵御来自Oppo和Vivo等对手的竞争。

他说：“此外，海外市场的潜在增长机遇将利好小米——在所有中国手机厂商中，小米拥有最佳的海外布局。”

技术指标显示，小米股价自14系列发布以来的涨势已推动其进入超买区域。但市场观察人士表示，“双十一”和定于11月20日发布的第三季度业绩等催化剂可能推动该股进一步走高。(南洋网)

## 两岸企业家峰会走过十年 搭建企业界高端交流平台

2023年是两岸企业家峰会成立十周年。2023两岸企业家峰会年会将于11月14日至15日在江苏南京举行。

两岸企业家峰会是以两岸企业家为主体，以汇聚企业家智慧、加强对话交流、深化产业合作为特色的两岸企业界高端交流平台。

两岸企业家峰会社团成立10年来，秉持“推动两岸企业家之间的交流，推进两岸

产业合作，深化两岸经济互利合作，维护两岸关系和平发展，振兴中华民族经济”的宗旨，于2013年至2022年在南京、台北、厦门、金门等地举办了10次峰会年会，并采取多种形式建立有效对话机制，广泛团结岛内经济界人士，积极推进两岸企业合作、产业融合发展，为推动两岸经济社会融合发展做了大量工作，受到两岸产经各界的积极肯

定。

两岸企业家峰会发端于江苏省南京市。南京市政府分别于2008年、2010年、2011年、2012年成功举办四届海峡两岸企业家紫金山峰会，受到了两岸各界的广泛关注。

随着两岸关系和平发展不断巩固深化，两岸经济界迫切需要成立一个具有权威性、开放性、务实性的高端交流合作平台。

在两岸双方的共同努力下，在2012年的海峡两岸企业家紫金山峰会上，与会政经学界人士发布共同倡议，建议在两岸分别成立两岸企业家峰会社团；除每年轮流在大陆及台湾举行年会之外，根据两岸企业界的实际需求设立产业合作推进小组，开展常态化的交流，以具体务实的方式推动两岸企业的交流合作和融合发展。(中新社)

“热刺”托特纳姆(Tottenham)在星期六(11月11日)的英超早场赛再意外遭狼队(Wolverhampton)咬伤,让“炮兵”阿森纳(Arsenal)得以乘虚而入,凭主场3比1战胜伯恩利(Burnley)而超越热刺的排名,目前仅以得失球落后少赛一场的领头羊曼市(Manchester City)。

萨拉赫梅开二度收获英超球会生涯第200球。

切凭借萨拉赫的梅开二度,以及若塔世界波破门,利物浦队於周日英超联赛中在主场以3比0横扫布伦福德队,积27分追平阿森纳队,凭借1个净胜球优势力压“枪手”,升上积分榜次席。对于球队的现况,克洛普感到不错,但他认为“红军”的表现并不完美,还可以做得更好。

此役,作为客队的布伦福德并不保守,而是大胆和利物浦展开对攻战,双方大开大合的踢法,给本场比赛的精彩程度上保证了。而利物浦队比赛中整体表现也不俗,无论是努涅斯,萨拉赫,乃至防守端的范迪克,都打出了不错的状态。

努涅斯在前25分钟就打入两球,但皆因为越位在先,被VAR取消进球。没有进球运,努涅斯改换为队友创造机会。第39分钟,努涅斯禁区弧顶分球,萨拉赫禁区右侧左脚推射入网,1比0。

下半场第62分钟,若塔直塞,齐米卡斯禁区左侧下底传中,萨拉赫后点头球顶入空门,2比0。第74分钟,若塔禁区外远射被封堵,齐米卡斯左路倒三角

回传,若塔内切右脚轰入世界波,3比0。

技术统计显示,利物浦控球率59%,射门比17-15,射正比10-3。进攻时,利物浦侵略性十足,总是能打到对手腹地,防守时也没有给对手太多机会,时刻保持压迫,布伦福德更多是禁区外放冷箭,命中率极低。

本场取胜后,利物浦12轮8胜3平1负积27分,仅落后榜首曼市1分。对此,克洛普表示,“现在我感觉不错,但这还只是11月,我们能与其他球队拿到相近的分数这很重要,因为现在很明显我们没有做到完美,甚至还远远不够。”

国际比赛日结束后,利物浦马上就要迎来对阵曼市的榜首战。渣叔对这场比赛的时间安排非常不满,“你怎么能把与曼市的比赛安排在12时30分呢(大马时间周六晚上8时30分)?这些人根本不懂足球,这两支球队有30名国脚,我们要用一架飞机去接所有的南美国脚,从乌拉圭、巴西、阿根廷到哥伦比亚,就一架飞机,然后把他们送来这里,这太疯狂了。”

(光明网)

## 英超红军横扫蜜蜂追剩1分

# 渣叔：还未做到完美



## U17世界杯 非洲拿3个小组第1 欧洲2个



正在印尼举行的U17世界杯已结束了第1轮小组赛,非洲球队表现出色,包括摩洛哥、马里和塞内加尔均在首轮取胜,获得3分,成为3个小组第1,欧洲球队英格兰、法国也在首轮取胜。

据百度百家号消息,非洲球队在这项赛事中表现出色,多支球队曾经拿过冠军,尼日利亚甚至曾经拿过5次冠军,但这次他们没有晋级,而巴西则拿过4次冠军,墨西哥拿过2次,欧洲球队中法国、英格兰和瑞士各拿过1次。

首轮比赛中,A组的摩洛哥2-0轻松战胜巴拿马,而印尼

1-1打平厄瓜多尔,摩洛哥3分升上小组第1,印尼1分、厄瓜多尔1分紧随其后,巴拿马0分垫底。

B组方面,来自非洲的马里3-0轻松战胜乌兹别克斯坦,而西班牙则是2-0战胜加拿大,马里、西班牙均为3分,马里进球更多排在小组第1,西班牙第2,加拿大和乌兹别克斯坦均为0分排在第3和垫底。

在C组,传统强队英格兰首轮打出不可思议的比分,10-0大胜新喀里多尼亚,这是本次赛事首轮进球最多的比赛,而同时另一场比赛中,卫冕冠军巴西在2-0领先的情况下,被伊朗3-2神奇翻盘。小组实时排名是英格兰、伊朗、巴西和新喀里多尼亚。

D组方面,塞内加尔2-1战胜阿根廷,日本则以1-0战胜波兰,因进球更多,塞内加尔排小组第1,其次是日本,阿根廷和波兰排在第3和垫底。非洲球队拿到3连胜,并成为3个小组第1。

在E组,来自欧洲的法国3-0轻松战胜布基纳法索,而美国3-1战胜韩国,法国、美国同积3分,但因净胜球多,法国成为小组第1,美国第2,韩国和布基纳法索排在第3和第4。

最后是F组,南美球队委内瑞拉3-0战胜新西兰,而欧洲球队德国则3-1战胜上届亚军墨西哥,委内瑞拉成为小组第1,其后是德国、墨西哥和新西兰。

据了解,2023年U-17世界杯将于11月10日至12月2日在印尼四个城市举行。共有24个参赛国家参加这项享有盛誉的赛事,其中包括印尼国家队。(美都新闻网)

## 意甲国米赢球重返榜首 迪马尔科神仙球



“蓝黑军团”国际米兰队於周日进行的意甲第12轮比赛中,在主场以2比0完胜“升班马”弗洛西诺内,重夺丢失一天的积分榜首;卫冕冠军则在主场以0比1遭恩波利队绝杀,各赛事已5场主场不胜。

与弗洛西诺内之战,比赛占据优势的国米直到上半场尾声打破僵局,这是一个来自意大利左后卫迪马尔科的精彩绝伦“神仙球”,他带球至中圈附近时突施冷箭,在距离球门大概56公尺的地方起脚吊射入网,可谓震惊全场。

迪马尔科出道於国米青训体系,但在一线队很难获得出场机会,多次被租借出去,直到2021年6月30日从维罗纳队租借回归,才在国米站稳脚跟。

小因扎吉从2021年6月开始担任国米主帅,他是迪马尔科的伯乐,他赛后说:

“迪马尔科这个进球会在全世界范围内传播,他在训练中就会做这种事,所以现在我们已经习惯了。这是一个你很少看到的进球,所以我向他和小伙子们表示祝贺。”

易边再战,国米迅速扩大领先优势,小图拉姆禁区内倒地造点,哈尔汗奥卢主罚命中,国米凭藉这两个进球以2比0完胜对手。

本场获胜后,国米12轮10胜1平1负积31分,重回积分榜首,继续以2分优势力压排名第二的祖云杜斯,8分甩开排名第三的AC米兰。

卫冕冠军拿波利主场不胜的态势在当日再度延续。

在迎战恩波利的比赛中,虽然拿波利从控球到射门方面都占优,但恩波利门将贝里沙发挥出色,几度献上神勇扑救,力保球门不失,最终在补时阶段,科瓦连科接队友埃布埃希助攻,在禁区左路精彩兜射破门,助恩波利以1比0绝杀卫冕冠军。

拉兹奥队对阵罗马队的“罗马德比”显得比较沉闷,双方以0比0握手言和。

上半场,罗马后卫克里斯蒂安特破门被吹越位,拉兹奥中场阿尔贝托中柱。

随后因莫比莱铲倒曼奇尼染黄,双方爆发大规模冲突,互相推搡,场面一度失控。

下半场,两队进攻威胁有限,最后时刻再度发生冲突,比赛在充满火药味中结束。

同日,费伦迪纳队在主场以2比1战胜佛罗伦萨,亚特兰大队在客场以1比1绝平乌迪尼斯队。

(光明网)



## 西甲莱万重拾射门靴 巴塞逆转阿拉维斯

莱万多夫斯基顶住压力,将点球稳稳罚入,帮助巴塞逆转阿拉维斯。西甲联赛第13轮周日一场焦点战中,卫冕冠军巴塞罗那队在主场以2比1逆转阿拉维斯,摆脱了周中在欧冠爆冷输球的阴影。在积分榜上,巴塞罗那队以34分领跑,皇家马德里队以32分紧随其后,巴塞以30分排名第三,少赛一轮的马德里体育队以28分排名第四。

与上赛季夺得西甲冠军时相比,巴塞本赛季在攻防两端都出现退步,首先是防守不稳了。巴塞上赛季提前4轮夺得西甲冠军,前34轮比赛仅有13个失球,失球数之少冠绝欧洲五大联赛。本赛季,巴塞防守效率下滑很快,13轮比赛就出现13个失球。

本场仅仅17秒,阿拉维斯抢断京多安之后打出快攻,前锋奥莫洛迪翁为客队先拔头筹。第14分钟,奥摩罗狄翁过掉左后卫坎塞洛之后获得单刀机会,好在他一脚射偏,巴萨才没有继续丢球。巴塞的第二个问题是主力中锋莱万状态下滑明显,导致全队进球少。莱万此前已经遭遇6场各项赛事进球荒。据统计,这已经是莱万自2011年2月以来在球会生涯的最长进球荒。

好在本场比赛,莱万状态复苏,孔德第52分钟在右路送出精准传中,莱万回头望月头球把比分扳平。第78分钟,替补出场的费兰-托雷斯为巴塞赢得点球机会,莱万小跳步劲射罚进点球,帮助巴塞以2比1反超。

哈维赛后表示:“媒体关于巴塞的负面报道对我们的年轻球员影响很大,不过对马丁内斯、莱万、坎塞洛、京多安这些成熟的球员没什么影响。巴塞有很多年轻球员,球队需要保护他们,给他们更多自信心。”(光明网)

## 德甲阿隆索不给拜仁机会 药厂7连胜续领航



利华古申延续本赛季以来出色状态,球员赛后集体到场边向球迷致谢。

“药厂”利华古申队延续本赛季以来的出色状态,於周日进行的德甲联赛第11轮比赛中,在主场以4比0横扫联合柏林队,再次顶住拜仁慕尼黑追赶压力,继续占据德甲榜首位置。这一轮,拜仁周六先赛以4比2击败海登海姆,暂时登上榜首,因此利华古申要抢回第一,必须同样赢球。

坐镇主场面对遭遇联赛8连败的联合柏林,利华古申没有浪费太多时间就取得领先。

第23分钟,格里马尔多禁区外围拿球,观察对方门将站位靠后之后,直接选择远射吊门,皮球划出一道美妙弧线飞入球网,1比0。

下半场第57分钟,霍夫曼发出角球,助攻奥迪隆头球破门,2比0。第73分钟,约纳坦-塔禁区小角度抽射破门,3比0。

战至第83分钟,内森-特拉禁区抽射破门,最终,利华古申主场4比0疯狂吊打联合柏林,也送给后者联赛9连败战绩,沦为垫底球队。

值得一提的是,这场胜利也是利华古申各项赛事连续12场胜利,创造队史最长连胜纪录,其中联赛7连胜、欧洲联赛4连胜、德国杯1胜。

不仅如此,德甲前11轮录下10胜1平,积31分,也追平德甲联赛的同期最佳积分纪录,此前仅拜仁曾在2015/2016赛季曾达到相同的积分。(光明网)



总奖金 - Total Prize  
IDR 55 mio

提交方式 - Submission Method:  
Online (Scan Barcode)  
https://forms.gle/v3TowkexYAHMxzC9

Scan here

2023年中国人寿印尼作家嘉年华  
CHINA LIFE INDONESIA WRITING COMPETITION

收集征文截止: 2023年11月24日  
Submission Deadline: 24 November 2023

# 访谈：印尼传奇富商兼总统顾问 翁俊民：中国有很好的高铁，但只在印尼成功了



翁俊民：佐科威总统过去8年于印尼全国各地投资基建，包括像巴布亚等偏远省份及岛屿。(毛咏琪摄)

毛咏琪 撰文/摄影

印尼作为东南亚人口大国，也是今年的东盟主席国，总统佐科威 (Joko Widodo) 在任10年，交出一张亮眼的经济成绩单，社会稳定发展，近年在东盟及国际舞台上亦见长袖善舞，成为全球南方的主要一员。

香港01获邀随同香港印尼商会 (Inacham HK) 于10月中旬，到访位于雅加达的总统顾问委员会办公室，跟印尼富商兼总统顾问委员拿督斯里翁俊民 (Dato' Sri Tahir) 进行了一次访谈。

翁俊民为印尼国信集团 (Mayapada Group) 创办人，主要业务范畴包括银行、地产及医疗。他于2015年8月双双获佐科威总统颁发国家一级勋章。

翁俊民也是著名慈善家，是2014年第一个访问约旦难民营的印尼人，也是唯一参与了巴菲特捐赠誓言 (The Giving Pledge) 的印尼富商。

以下为访谈节录：

问：有关于新首都努桑塔拉 (Nusantara)。我们知道迁都计划首阶段将于2024年完成，也就是一年之内对吧？

翁俊民：是的。总统办公室、部长办公室和政府办公室，我们在那里还有很多项目。

问：我们知道你在国家的投资基金上非常慷慨，但你认为会否考虑外资，帮助印尼获得香港的发展商或地产商、日本的铁路公司，甚至中国资金的帮助，作为一带一路的一部分，或是作为友好区域的一部分？

翁俊民：是的，我们需要一些大额投资，不是希望你们来开餐厅。我们需要你们投资的是基础设施建设、酒店、医院。我们亦有多个行业欢迎外国投资。而迁都的其中一个愿景正是希望分享财富、分享发展成果，而不限于雅加达，不限于爪哇岛，我们尝试把发展推向全印尼，使生活在全国不同地方的印尼人享受到同等建设，这是佐科威总统要迁都的最重要原因，他们想建立的是另一个商业中心。

问：新都选址在加里曼丹省，大家都说印尼正试图在一片热带雨林中，开辟建造一座新

首都。可否说说至今有什么困难？

翁俊民：建设任何新的城市、新设施、新城镇、新综合体都是充满挑战的。但我们很幸运，在过去两年里有很多的发展。假如你熟悉美国洛杉矶，那里有两个非常有名的10号公路和5号公路，它们50年后仍然存在，但洛杉矶再没有其他新的建设。但我们却有新的建设，佐科威总统在过去8年里，一直大兴土木。

我们跟中国学习，中国有20,000公里的高铁路，这对炒热国家经济有很大作用。为什么中国能增长得那么快？因为基建已就位，我认为我们也可做同样的事。

如今，你去巴布亚、苏拉威西、苏门答腊、加里曼丹，当然不能预期同等收入，因为这是长远的投资。但20年后，不单只我们的子孙能享受得到，我们自己也能。当所有交通、基建都就位时，我们便能享受到低成本的经济，这都是我们能有效地做到的。

问：但我们看到世界上，不少建设新首都的失败例子，比如缅甸的内比都，巴西的巴西利亚等。

翁俊民：你必须对于首都作出分类，像纽约是美国的门户、华盛顿也是门户，如果你的想像是在加里曼丹这样小的地方建一个雅加达，这并不是我们想要的。我们想像整个加里曼丹受惠，现在新资金正通往当地。这是重要的，因为加里曼丹距离雅加达或爪哇颇遥远。

但佐科威总统说，「不行，我是总统，我希望全部省份，岛屿都享受到安稳的生活。」这是我们想要建新都的原因，因此不存在任何技术中的失败，正如澳洲有悉尼、有墨尔本，但你不可能在坎培拉建一座悉尼。我们要迁都加里曼丹，背后有众多议程，而议程之一是要传播公平、正义，让全国国民享获同等的待遇。

问：补充一问，目前印尼很多的基础建设都依赖中国、日本等发展。你认为印尼是否有可能提高基础设施建设自给自足的能力，包括建设速度和融资能力？

翁俊民：你不能期望印尼一夕间就能做到，这对我们不公平。我们要一步一步来，10年前你去巴布亚，那里什么设施都没有，现在却有了很好的基建。

你不能把我们拿来跟中国比，中国有自己的强项，我们也有自己的强项，彼此可以互补。中国需要我们的天然材料，天然资源；我们需要中国的技术与资金，这是非常公平的。

问：在中美之间，印尼会选择站边吗？

翁俊民：不会，我们不会作出选择。我们是主权国家，有自己的宪法。我们只认同公平、和平和正义。我们不会争斗，这在东盟宣言 (ASEAN Declaration) 已经列明。我们不欢迎任何国家把印尼拉进争端，中国也好，印度也好，美国也好，都不欢迎。我们只欢迎和谐的事，宪法规定了我们的外交方针，我们跟



中国国务院李强9月8日，在雅加达与印尼总统佐科威维多多会谈。(路透社)



新首都位置图。

谁都可做朋友，但却不会失去独立性，不会失去主权。我们捍卫独立自主，这是很重要的。

问：印尼明年二月就要举行换届大选，你认为即将卸任的佐科威维多多，其跟所有国家友好的想法能够延续下去？

翁俊民：当然，当然。总统会再选，来来去去，但国家方针会依旧，但我们国家有很多优秀的领导人，所以不用担心。我们有过开国国父，有过5、6任总统，却从没卷入战争，也没有树敌。

问：我还关注的一个议题是，为何印尼没有如外界期望的，(在最近一轮)申请加入金砖集团呢？新的6个成员国中没有印尼。

翁俊民：佐科威总统已作出选择，我们先不想加入。为何？当下印度正在衰落，俄罗斯也在衰落，中国也表现一般。为何我们要选择加入他们？我认为总统的选择是正确的，我们跟所有人都做朋友，但不想属于这个群组，又那个群组。

我们支持中国来这里投资，但不代表我们支持中国。我们很公平，你把钱带来这里，我们给你利润。

你看，中国在亚洲的「好朋友」是柬埔寨、是缅甸，是朝鲜，这些国家都向中国摊大手板说「请给我钱、请给我钱」。印尼是南方最大的国家，在地缘政治上，中国需要我们，需要一个优良而强大的夥伴。而我们同样需要中国，你们的技术、你们的投资。所以这两个国家正互相合作，互补，是很好的配对。

问：那你怎样看中国「一带一路」在印尼的发展？

翁俊民：这是一个很好的问题。我认同中国现在想要成为一个大玩家，想有更大影响



身兼总统国策顾问的翁俊民 (左) 在新首都 Nusantara 投资兴建医院，早前便陪同总统佐科威 (中) 到现场视察。(受访者提供)

力，我是认同的。但很多国家都开始指出这会带来债务陷阱。正如意大利发现一带一路，在贸易上对中国更有利，意大利自身利益较少，便想退出了。

这对中国而言是具挑战的。我相信中国是一个和平的国家，我相信中国无意干涉别人的国家，甚或吞并别人。这一点我们是支持的，但不要忘记，「一带一路」倡议中既有成功例子，也有失败的故事。

中国有很好的铁路，但在哪个国家成功输出了？除了印尼，别无他例。印尼成为了首个成功先例，所以你们应该给我佣金呢！

(《香港01》新闻网站)



在雅万高铁，月台职员相当友善，为乘客在 Whoosh 列车前拍照。(毛咏琪摄)

## 世界华人经济论坛在青田开幕 侨乡经验促进华商交流合作



第十二届世界华人经济论坛开幕式现场。

第十二届世界华人经济论坛在侨乡之乡青田，与第五届华侨进口商品博览会(以下简称：侨博会)同期举办，对进一步促进国际经贸交流、增进华侨华人的影响力与凝聚力具有重要意义。这一次，青田将作为连接中国工商界与世界华商的沟通桥梁，为进一步加强

中外经济合作、促进中外友好交流做出卓越的贡献。”

12日，第十二届世界华人经济论坛在浙江丽水青田开幕，中国国际商会双边合作部部长徐金丽在开幕式致辞中强调上述论坛在青田举办的意义。

青田是中国著名侨乡，有

38.1万华侨华人遍布全球146个国家和地区，当地经济生产与国际接轨程度较高。据统计，青田籍华侨华人在海外从事国际贸易的人数超10万人，年贸易额约为400亿美元。“华侨是青田扩大开放、开展对外贸易的最大优势。”中国国际贸易促进委员会浙江省委员会副会

长葛学斌在开幕式致辞中说。

的确，近年来，青田依托侨资侨智侨力，不断壮大以华侨经济为主要特色的“地瓜经济”，使青田成为联通中外侨贸市场、华侨资本、技术人才的重要“桥头堡”。

随着华侨经济文化合作试验区成功获批，侨乡进口商品城、侨乡农产品等产业平台无中生有，世界红酒、咖啡、哈蒙三大交易集散中心初具规模……近五年，青田引进侨资企业283家，累计销售额超170亿元，成为名副其实的“世界超市、购物天堂”，为全球华商合作共赢提供了“青田模式”。

放眼同日开幕的第五届侨博会，邀请了国内外葡萄酒代理商800家、咖啡类企业及全球生活方式进口企业300家、日用百货企业500家参展，成为中外市场相通、产业相融的重要窗口。另外，青田深入实施中国制造业出海工程，在全球搭建了119个华侨公共海外仓体系，越来越多的中国品牌选择与青田合作、与青田人合作，为推动共建“一带一路”

倡议走深走实发挥了重要作用。

据悉世界华人经济论坛创办于2009年，是最具影响力的全球性经济论坛之一。本届论坛共分三个专题，分别为“区域全面经济伙伴关系—探索数字化转型中的新机遇”“共建‘一带一路’倡议—塑造全球互联互通与经济繁荣”“世界青田：如何发挥侨资资源优势，助力‘地瓜经济’提能升级”。

青田县相关负责人表示，在举办侨博会、咖博会期间，青田同步承办第十二届世界华人经济论坛，是促进侨博会与论坛互融互促、释放叠加效应的创新之举，不仅有助于推动青田打好“侨牌”、激发发展澎湃动能、融入“双循环”新发展格局，更能有效发挥论坛促进“一带一路”共建国家和地区商品、技术、资金、人才等领域交流合作的重要作用。(中新网)



顾客在青田购买进口商品。

## 8GB内存够用吗？

## 和苹果16GB M3 MacBook Pro性能实测对比

11月11日消息，苹果全球产品营销副总裁 Bob Borchers 近日回应“黄金内存”质疑，表示 MacBook Pro 采用了统一内存架构，内存利用率更高，再加上苹果的内存压缩技术，M3 款 MacBook Pro 中 8GB 内存和其它系统的 16GB 表现接近。

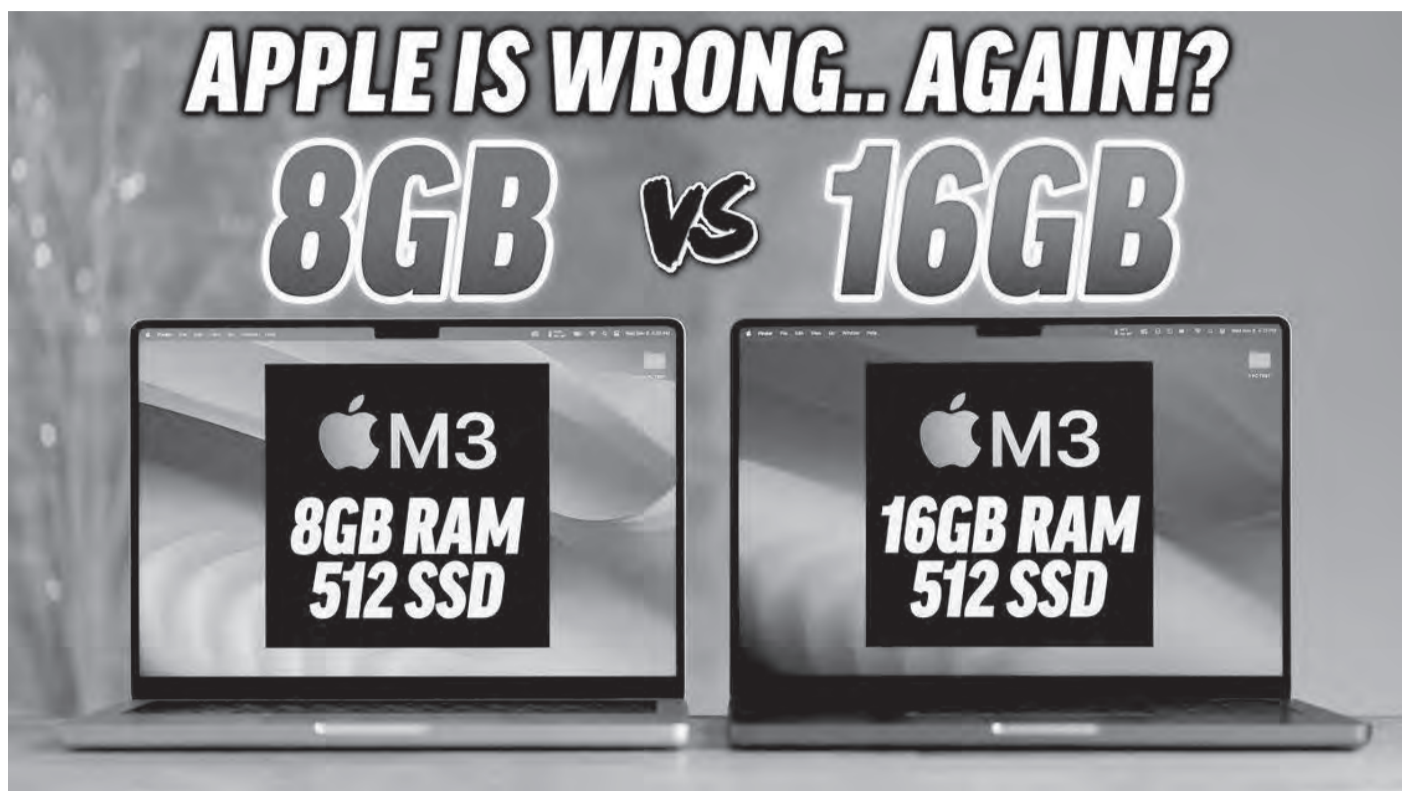
Borchers 的回应显然掀起了媒体和用户的广泛讨论，IT之家网友 @九里里 调侃“8G 内存 + macOS>16G 内存”，那么 8GB 内存 MacBook Pro 够用了吗？YouTube 频道 Max Tech 在最新一期视频中进行了测试。

主播 Vadim Yuryev 购买两款 M3 MacBook Pro，两者的区别只是一款配备 8GB 内存，另一款配备 16GB 内存。

根据 Yuryev 的测试结果，发现在中等或者较重的工作负载下，16GB 内存版全面提升了性能。

在 Cinebench 基准测试、在 Photoshop 应用中合并照片，以及在 Final Cut 和 Adobe Lightroom Classic 中导出媒体等场景测试下，8GB 内存版本和 16GB 内存版本存在较大的性能差异。

Yuryev 还重复打开浏览器、播放 YouTube 视频、编写电子表格、电子邮件等操作，模拟现实使用场景。发现 8GB 和 16GB 两台机器之间的性能差距进一步扩大，Yuryev 甚至报告了 8GB 版本在 Blender 渲染和 Final Cut 导出期间崩溃。(IT之家)

针对苹果Mac的新型ObjCSHELLz恶意软件曝光  
黑客可实现远程控制

11月9日消息，网络安全公司 Jamf Threat Labs 近日发现了针对苹果 Mac 设备的全新恶意软件“ObjCSHELLz”，一旦 Mac 被感染，可以被攻击者远程访问和控制。

Jamf 认为该恶意软件和 BlueNoroff Advanced Persistent Threat 存在关联，后者是一个黑客组织，主要攻击针对银行、加密货币交易所和风险投资家。

“ObjCSHELLz”使用 Objective-C 编程语言创建，用户感染之后会运行从黑客服务器接收的 shell 命令，从而让黑客远程控制 Mac。

恶意软件还可以获取有关 Mac 的信息（例如正在运行的 macOS 版本），并将该信息发送到服务器，便于黑客分析。

IT之家在此附上关于该恶意软件的更多细节报告，感兴趣的用户可以点击深入阅读。(IT之家)

苹果新款14寸MacBook Pro主板对比照放出：  
M3标准版实锤单风扇设计

11月10日消息，苹果在上月未发布了搭载 M3 系列芯片的新款 MacBook Pro，此前有未经证实的传闻称 M3 标准版 MacBook Pro 采用单风扇设计。

而日前科技博主

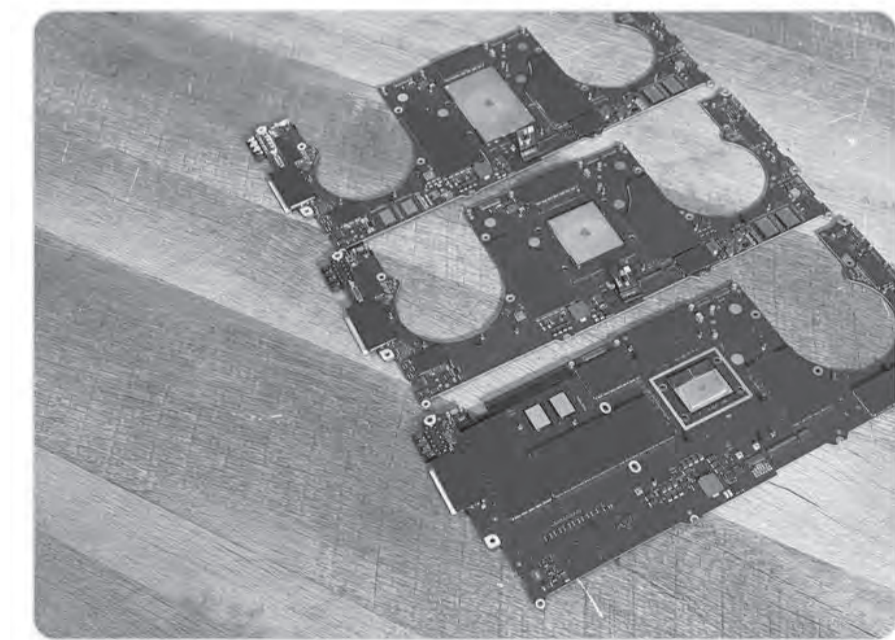
techanalye1 在 X 平台公布了 M3 款 14 寸 MacBook Pro 三个版本（M3 / M3 Pro / M3 Max）主板对比照片，实锤了 M3 标准版 MacBook Pro 的确使用了单风扇设计。

而根据IT之家此前报道，采用标准版 M3 芯片的 MacBook Pro 相比 M3 Pro / Max 款机型有不少差异，例如标准版 M3 芯片仅支持外接 1 台显示器、仅具有左侧两个 USB-C 雷雳 4 接口、内存带宽为 100 GB/s。

作为对比，M3 Pro / Max 款 MacBook Pro 实现了外接 2/3 台显示器的支持，拥有三个 USB-C 雷雳 4 接口、内存带宽为 150 GB/s。(IT之家)

テカナリエ清水  
@techanalye1

上 M3 Max  
中 M3 Pro  
下 M3

LG Display在星巴克打造8米12连屏透明OLED桌面  
放置杯子会产生波浪效果

LG Display 发文宣布星巴克的新店中安装了透明 OLED，位于韩国星巴克 The 丽水突山 DT 店中，超大型“透明 OLED 桌子”由 12 个 55 英寸透明 OLED 组成，长 8 米。

IT之家注意到，透明的 OLED 桌子被放置在商店一楼的中央，当饮料杯放在桌子上时，传感器会做出反应并在玻璃杯周围产生波浪效应。

“丽水突山 DT 店”是韩国星巴克以“卖文化而不是咖啡”为理念，按照

将店本身打造成名店的战略而推出的“THE 店”之一。该店开业仅 10 天，就已累计接待超过 2 万人次，即使是平日平均每天也有 2000 人次光临。

目前由 LG Display 量产的透明 OLED 是全球唯一的一种技术，它最大限度地发挥了 OLED 的优点，即像素自行发光。

它比现有的 LED 产生的热量更少，适合室内使用，并且通过采用特殊钢化玻璃可以安全地承受负载，还可以安装在窗户、墙壁和地板等各种空间。

继现有的 55 英寸透明 OLED 之后，LG Display 计划未来将产品阵容扩大到 77 英寸和 30 英寸。(IT之家)



## 三星Galaxy Fit 3运动手环渲染图曝光

11月10日消息，根据国外科技媒体 Windows Report 报道，三星即将推出名为 Galaxy Fit 3 的运动手环，该媒体还分享了首批产品渲染图。

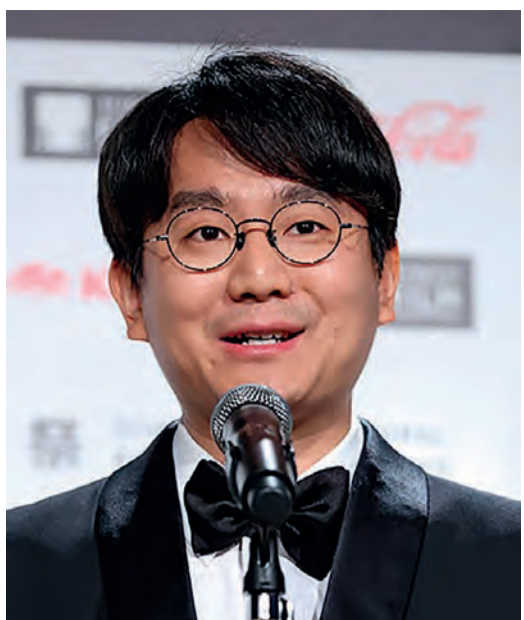
三星于 2020 年 9 月发布 Galaxy Fit 2 运动手环，距今已超过 3 年时间，从曝光的渲染图来看，Galaxy Fit 3 运动手环有了较大的改变，主要竞争对手是 Fitbit、小米和 Garmin 等公司的

运动手环。Galaxy Fit 2 配有 1.1 英寸全彩 AMOLED 屏幕、心率监测器、陀螺仪、加速度计、睡眠跟踪和自动锻炼检测，还具有配对智能手机的显示通知和音乐播放控制功能。

目前关于 Galaxy Fit 3 手环的技术规格并不多，但会有更大的屏幕。此外系统方面将不再使用 rtOS，而是改用安卓系统。通过查看 Galaxy Fit 3 的背

面，我们还注意到心率监测器传感器和对接连接，虽然 Fit 3 看起来比 Fit 2 更纤薄，但可能会装备 GPS 传感器。

该媒体预估 Galaxy Fit 3 将于 2024 年 1 月发布，但目前没有售价方面的信息。三星 Galaxy Fit 2 上市后的售价为 59 美元（IT之家备注：当前约 430 元人民币），而 Fit 3 应该会高于这个价格。(IT之家)



顾晓刚荣获黑泽明奖 (图：东京影展提供)



高朋执导《老枪》获奖 (图：东京影展提供)



《雪豹》藏族导演万玛才旦遗作。

# 东京电影节华语片扬威

## 导演张艺谋获终身成就奖

### 亚洲周刊：毛峰

华语影片在第三十六届东京电影节大放异彩，《雪豹》获最佳影片奖、张艺谋获东京影展「终身成就奖」，不仅彰显老一辈电影人的宝刀未老，亦可见中国电影后继有人的青年力量。



《老枪》获最佳艺术贡献奖。

为期十天的第三十六届东京国际电影节十一月一日落下帷幕，中国电影、导演、演员等在本届东京国际影展中惊喜连连，收获了前所未有的大丰收。在十五部入围本届影展主竞赛影片中，中国导演万玛才旦的遗作《雪豹》荣登榜首，斩获了最佳影片「金麒麟大奖」；中国导演高朋执导的《老枪》获得了最佳艺术贡献奖；中国著名导演张艺谋荣获了东京影展「终身成就奖」；新锐导演顾晓刚荣获了「黑泽明奖」；中国知名演员赵涛担任了本届影展的国际评委。在特设的香港电影单元中，展映了由梁朝伟主演的《二零四六》等五部香港影片。在东京中国电影周中，集中放映了《消失的她》等十三部最新大陆影片。据亚洲周刊了解，在本届东京国际电影节中共放映了三十多部华语影片，数量之多、获奖之多，惊喜之多，均创下了历史之最，也为中国电影「出海出新」注入了新动能。

今年的东京国际电影节是时隔四年走出新冠疫情后重新焕发活力的电影盛典，期间共展映来自不同国家或地区的影片二百一十九部。报名参加东京影展主竞赛单元的影片从去年的二百五十部激增到一千九百四十二部，其中遴



选出十五部影片角逐金麒麟大奖等奖项。被称为新德国电影「四杰」之一的著名导演维姆·文德斯担任评审团主席，中国演员赵涛、西班牙导演阿尔伯特·塞拉、越南制片人陈氏碧玉和日本制片人国实瑞惠出任评委。

惊喜连连之一是此次入围竞赛的中国影片多达三部，包括《雪豹》、《老枪》、《草木人间》，其中尤以《雪豹》荣获最佳影片奖暨金麒麟大奖而令人惊叹，这也是继霍建起执导的影片《暖》之后，时隔二十年中国影片再获此殊荣。由高朋执导的《老枪》也揽获了最佳艺术贡献奖。电影《雪豹》是中国藏族导演万玛才旦执导的第八部藏语电影，也是其于今年五月猝然离世而留下的最后「遗作」。该片从剧本定稿到拍摄制作完成，前后历时三年。

#### 藏族雪域精灵触动人心

雪豹既是全球濒危保护动物，也是在藏族地区信仰体系中神圣的精灵化身。该影片中以一起雪豹咬死了九只羯羊为起因，围绕着雪豹和羯羊周围的每一方都有自己鲜明立场，却又都无法说服对方得到认同，让看似合情合理的诉求却在事件过程中陷入了僵局，难有完美答案。影片中雪豹和人不仅是表面的对立或是认同关系，雪豹和片中人物「雪豹喇嘛」的超现实连接，显化出一幅悲悯的而相生相息的画卷。从雪豹和雪豹喇嘛的眼中审视彼此，既是来自记忆深处如梦似幻的久别重逢，又是一场对立在各自阵营的化解行动。

这部讲述雪域高原中人与动物如何相处的故事打动了全体评委，并获得了一致赞赏和肯

定。作为《雪豹》的制片人和主演的金巴、熊梓淇和才丁扎西上台领奖时万分惋惜导演万玛才旦的猝然去世，金巴等演员表示：「永远感谢恩师万玛才旦导演带我走进电影世界，走进雪豹的世界。」《雪豹》制片人在领奖感言中表示：「万玛才旦的电影注入了很多先锋文学基因，通过近二十年执导经验，在电影版图中确立并划出了属于自己独特的领地。」

由中国青年导演高朋执导的影片《老枪》获得最佳艺术贡献奖，高朋在获奖感言中表示：「《老枪》缘起于青年导演扶持计划，由此经常遇到陌生人初次见面就为了电影创作而分享内心隐秘角落，坦诚相见，探索电影中的生活真实。」高朋还表示：「此刻还有很多人活在战争中，有很多苦难和误解，希望电影可以让人与人变得更好，让世界变得更好。」

惊喜连连之二是中国著名导演张艺谋获得了东京国际电影节的终身成就奖，其颁奖典礼在十月二十三日的开幕礼上举行，同时他执导的今年一月在中国上映的热播片《满江红》也入围东京影展晚会评选单元在日本首映。张艺谋在获奖感言中表示：「三十六年前，我在这里得到了『最佳男主角奖』（第二届《老井》男主角）。过了十八年，我来东京成为了国际评委主席。又过了十八年，今天在此接受了这个奖。入行三十六年似乎这是一个循环。」张艺谋强调：「循环往往不是结束，而是新的开始。谢谢（东京）电影节，我之后会好好努力，继续拍出好电影。」

惊喜连连之三是今年三十五岁的中国青年新锐导演顾晓刚荣获了东京影展特设的「黑泽明奖」，成为了东京影展史上获此殊荣最年轻的中国导演。二零一七年，顾晓刚执导了个人首部剧情长片《春江水暖》。该片在二零一九年成为了戛纳（坎城、康城）国际电影节影评人周闭幕影片；同年顾晓刚凭借该片获得第十三届FIRST青年电影展最佳导演。此次东京影展，由顾晓刚执导的影片《草木人间》入围竞赛片。作为顾晓刚「山水图」系列之二，该片承袭其首作《春江水暖》的东方电影美学，从「春江水暖」的富春江畔，走向「草木人间」的西湖茶山。电影围绕家庭

▲《雪豹》主创人员，登台领奖 (图：东京影展提供)



张艺谋：中国第五代导演代表人物 (图：毛峰)

情感展开，覆以犯罪等剧情元素，以当下社会现实主义题材，尝试转译中国古典传说「目莲救母」。

顾晓刚在获奖感言中表示：「这个奖犹如黑泽明导演的严厉嘱托：顾晓刚，你要好好去发现电影是什么？这是我对你获得拍电影资格的要求！希望接下来的岁月我能搞清楚电影是什么！」

#### 华语电影惊艳东京

惊喜连连之四是本届东京影展集中上映的华语影片超过了三十多部，创下了华语影片亮相东京国际电影节的新惊艳。在影展世界焦点单元放映的华语电影包括《梅的白天和黑夜》、《爱是一把枪》和《不虚此行》等；由祝紫嫣执导的《但愿人长久》成为亚洲未来单元唯一入围华语片。

特别是本届影展还特设了「香港电影展映单元」，推出五部香港电影，包括由今年威尼斯国际电影节获得终身成就奖的梁朝伟主演的经典影片《二零四六》，还有今年十一月刚刚在香港上演的由卓亦谦执导，卢镇业、郑中基等主演的影片《年少日记》，以及《白日之下》、《送院途中》和《烈火青春》4K修复版，获得了观众好评。此外东京中国电影周则集中放映了《消失的她》等十三部大陆影片，涵盖了家庭、爱情、奇幻、历史等多种题材，成为了观众认知中国社会的一个重要影视之窗。■



东京中国电影周演艺人员，济济一堂 (图：毛峰)

# 糖尿病不只预防高血糖 夜间低血糖是隐形杀手

糖化色素、血糖值、控制状况，是糖尿病长辈看诊常常会问的要点。对此，五股翔展诊所院长傅裕翔表示，不只是高血糖问题，低血糖带来的影响其实更严重。“夜间低血糖”才是被低估的隐形杀手！家中长辈如出现，头晕、恶心、冒冷汗、心悸、难以入睡，或是起床後全身疲累，要多注意睡眠的血糖状态，并请医师评估。

傅裕翔在脸书专页“你的主厨医师 傅裕翔 高龄医学内科 新北五股成泰 长照养生 抗老慢性病专业”发文指出，以目前现况来说，大多患者都是使用血糖机来自主监测；而近年来，连续性血糖监测 (Continuous glucose monitor, 简称CGM) 的发展越来越成熟，观察患者24小时的血糖变化，也成为

糖尿病的治疗环节之一；同时，夜间低血糖的问题，也开始逐渐受到重视。

依美国老年病学会期刊的临床试验指出，“2/3的长辈出现至少一次夜间低血糖 (<54mg/dl)，比白天多出3成的发生率”。这篇研究由6个法国医学中心共同研究，都是针对75岁以上，使用胰岛素治

疗的二型糖尿病长辈。傅裕翔说，由此可见，用胰岛素控制血糖的老人发生夜间低血糖的比例不低，只是发生在夜晚睡梦中而被忽略。

傅裕翔强调，由於低血糖的症状不明显，糖尿病长辈难以察觉。一般来说，在睡觉时发生夜间低血糖可能有头晕、恶心、冒

冷汗、心悸、难以入睡，或是起床後全身疲累等症状。需多留意长辈夜间睡眠状况；增加测血糖次数并记录血糖值；主动告知你的主治医师讨论治疗对策，评估是否需要调整胰岛素剂量、或放置血糖监测仪器，以免延误就医，引发憾事。(健康网)



## 4种豆类别吃错！ 减肥者可改吃它

豆类是餐桌上常见食材，但各种豆含的营养比例、适合者也不同！营养师李婉萍表示，像是蛋白质豆类，因蛋白质含量高，甚至有助控制胆固醇，适合胆固醇高、想增肌减脂者吃；而淀粉豆类由於淀粉含量高，可作为主食，且比白饭多出3倍蛋白质、30倍纤维量，适合胆固醇高或在减肥、糖友者吃；蔬菜豆则纤维多，适合便秘及减重。

**黄豆、黑豆及黑豆属蛋白质豆**

李婉萍在脸书粉专“李婉

萍营养师”发文指出，黄豆、黑豆及毛豆的蛋白质含量高，跟肉类的蛋白质不相上下，50克新鲜豆类有7克蛋白质 (约是30克肉的蛋白质质量)，而豆类还含有多种维生素，甚至有植物甾醇帮助控制胆固醇，适合胆固醇高或想增肌减脂的人食用。

**红豆、绿豆、鹰嘴豆属淀粉豆**

李婉萍表示，淀粉类豆则有红豆、绿豆、皇帝豆及鹰嘴豆，不是所有豆类都是豆鱼蛋白质，像这组豆类就属于全谷

杂粮类，淀粉含量高，可以跟白饭做替换当主食；20克乾淀粉豆有15克碳水，却比白饭多出3倍蛋白质、30倍的纤维，适合胆固醇高、想减肥者及糖友。

**花生、夏威夷豆 属油脂豆**

李婉萍说，土豆 (花生) 及夏威夷豆是油脂与坚果种子类，有人体需要的油脂及维生素E，但注意热量较高，5颗夏威夷豆=30颗花生=100卡，适合胆固醇高的人食用。

**四季豆、菜豆 属蔬菜豆**

李婉萍表示，最後是蔬菜豆类，包括四季豆、菜豆和豌豆荚，可当成蔬菜来看待，热量较低且吃不胖，同时含有膳食纤维帮助肠道蠕动，适合便秘及减重的人。(健康网)

## 糖友吃杨桃要注意 恐会急性肾损伤

降血糖用，因据说其降血糖功效极为不错，但近年来却有不少吃杨桃导致急性衰竭的案例被报导，刚食入时以肠胃道症状为主，恶心、呕吐、腹痛，之後病人可能会出现尿量减少，代表出现急性肾衰竭。

陈佑丞说，虽然每100公克杨桃只有152mg的钾离子，但它不适合慢性肾病患者及透析朋友们，因为在肾衰竭的病人身上，杨桃毒素的累积可能会出现神经学症状，包括打瞞

、意识混乱、失眠、癫痫发作等。

**杨桃富含草酸  
草酸钙结晶伤肾**

陈佑丞说明，杨桃中的草酸会在肠腔中与钙离子、镁离子结合形成复合物，使其无法被肠道吸收。当食入的杨桃量较大时，特别是在“空腹”时，更多的草酸便会经由肠胃道吸收进入血液循环。这些循环中的草酸经由肾脏过滤进入肾小管，形成草酸钙结晶，藉由阻塞肾小管造成肾脏损伤。此时若身体处于“极度缺水”的状态下，更容易使结晶沉积产生。

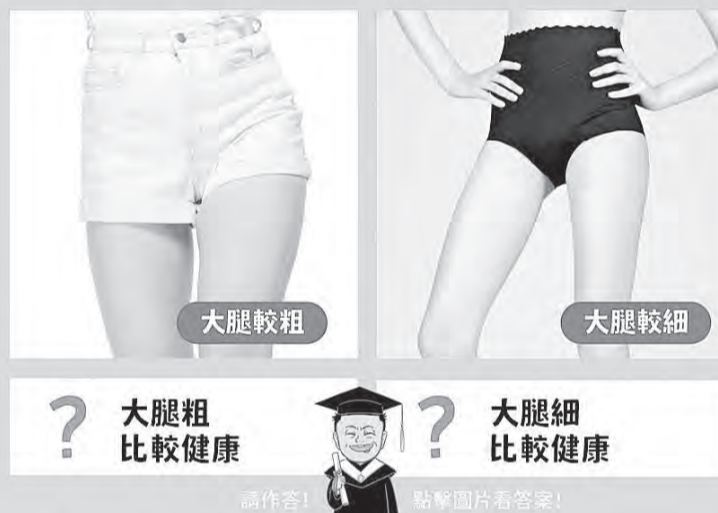
陈佑丞说，因为杨桃的生理机转，建议喜欢用杨桃来控制血糖的糖友最好停用，而对于不明原因急性肾损伤来诊时，医师也应先问病人近期有无使用杨桃，临床上治疗会给予支持性疗法，必要时给予血液透析治疗，但腹膜透析效果有限。吃杨桃导致急性肾损伤这类患者，最常见的共病为糖尿病 (占42.1%)。(健康网)



## 腿粗较健康！ 腿细糖尿病血压高2倍

外科陈荣坚医师——不藏私的渐健美国地

### 大腿粗跟大腿细，哪个更健康！？



大腿粗比较健康！对此，敏盛综合医院微创手术中心执行长陈荣坚分享，美国期刊、英国牛津大学及中国等，都有研究发现，腿粗者发生糖尿病、高血压、心脏病及癌症的比例，是腿细的人的2倍。因油堆在大腿，会比堆在肚子好，内脏旁包围的脂肪量越大时，发生代谢性疾病及心脏病的比例也就越高。但他也提醒，腿围<46cm或>60cm，仍属较不健康。

陈荣坚在脸书粉专“外科陈荣坚医师——不藏私的渐健美国地”及个人网站发

文指出，有1对母女到减重代谢门诊咨询，其中，母亲约50岁；女儿约20岁，两人体型都差不多，BMI值都约为45。但经检查却发现，妈妈什麼疾病都没有，女儿却有糖尿病前期跟高血压。仔细观察体态後，妈妈属四肢较粗的类型，而女儿的四肢则较为纤细，因她所有的脂肪都囤积在腹部或躯干中。

对此，陈荣坚解释，其实有些人的体质，脂肪就是易堆积在身体的中央部位，这种人有先天比较不健康的趋势。好比这对母女，他们接受内科及手术治疗过4、5

年後，BMI值虽皆降到23左右，但妈妈仍维持四肢比较粗的状态，而女儿虽整个人瘦下来看起来比较纤细，但实际上，只要饮食稍微不注意，变胖的趋势就会比妈妈更严重，甚至恐使血糖失控重返糖尿病前期。

陈荣坚提醒，腹部最容易堆积脂肪。而在腿粗的情况下，是肌肉那很可以，但若是大量脂肪，仍属于不健康的状态；示

**腹部最易堆脂肪  
小心代谢候群**

另，国健署补充，若体重腰围都正常，肚子看起来却很大，表示脂肪开始囤积在腹部，这是身体的警讯，代谢症候群恐怕找上门。而脂肪依囤积的部位不同，大致可分为“内脏脂肪”及“皮下脂肪”两种，而每个人在胚胎期便决定了两者比例的不同，因此也造就每个人体态与代谢程度不一的情况。

对此，国健署也表示，内脏脂肪最易观察的表徵便是腰围大小，内脏脂肪过多会导致腹部肥胖，也就是腰围过粗，而且内脏脂肪活性大，会释出游离脂肪酸，流入肝脏导致胰岛素阻抗，就会增加罹患糖尿病，及各种代谢性疾病的机会。其中，男性腰围应小於90公分；而女性腰围应小於80公分。(健康网)

## 头痛人人有 解药各不同

他是个典型的白领主管，工作压力大，脾气也大，自称每次开会大声说话 (应该就是骂人啦!) 後就开始头痛、耳鸣，平时则肩颈僵硬，血压偏高，白睛红丝，脉又紧又硬，舌头红乾，一派肝阳上亢之象。

因为症情典型，所以吃药後，头痛很快便能改善……，只是常常动怒或失眠，头痛又来报到。

这天，王先生在外地念书的女儿跟着来了，候诊时，50多岁的爸爸和20出头岁的女儿一直说说笑笑，看来感情很好。进诊间时，听到爸爸跟女儿说：“吃止痛药头虽然不痛，但还是肩膀僵硬、头胀的，吃这个药就觉得轻松，连血压都降了……”

我听了心里得意，又觉得理所当然，笑着看他们进诊间。

看过诊开好药，我正要多叮嘱“不要太爱生气……”，但王先生却已转过头跟宝贝女儿说话：“妳不要又偷吃我的头痛药。”女儿撒娇说：“唉唷！这麽小气！我也只有月经来时才会头痛，一个月顶多偷吃两包而已……”

“你女儿吃你的药？”我惊讶地问。“喔，以前我都会买一整盒止痛药，她头痛时就会偷拿去吃。”王先生回答。

**成因不同 用药因人而异**

“但这不是止痛药，不对证吃了是没效的喔！”我回答他，并转头问王先生的女儿：“妳是不是平常就容易头晕，手指脚趾冰冷？”她点点头，没上妆的五官十分精致，但面色很白，缺乏血色，没擦口红的嘴唇颜色也很淡，加上经期头痛，明显是血虚的表现。

“你爸爸是肝阳上亢，气血往脑部集中而头痛，所以用药目的在疏散壅盛的气血；王小姐，你是平素血虚，当月经来潮时，荣血下行，脑部血络更空虚，风邪乘虚而入造成头痛，所以反而要养血提气让脑部血络充盈……，吃你爸的药怎会有效？而且他的药里有一个‘天麻’，本草纲目里还说‘血液衰少者忌用’”王小姐恍然大悟，另开了填精补血的药回家。



# 中医：预防流感 黑色食物增强免疫力



冬天是流感的好发季节，五甲马光中医诊所院长王麒维指出，中医认为“肾主精”为先天之本，养好肾气可改善人体的体力和免疫力。黑米为营养价值极高的主食，富含人体必需蛋白质和维生素，而黑色食物可入肾，故其可以帮助补养肾精，同时又可改善胃肠消化机能，配合红枣和枸杞等营养食材，可有效预防流行性感冒。

王麒维表示，流行性感冒除了咳嗽和流鼻水等上呼吸道症状以外，其发高烧几日不退和全身酸痛无力，严重影响病患日常生活。而流行性感冒的好发族群尤以老年人、2岁以下幼童、慢性病人，以及因个别因素造成免疫失调之个体居多，且病毒传染力极高，拥挤的学校和工作场合以及安养院常会爆发感染。

## 接种疫苗能预防感染、减轻症状

王麒维指出，流感病毒的主要传染方式为飞沫传染，人们若处在密闭环境下，因空气不流通，容易造成病毒传播，目前世界卫生组织建议大众对于流行性感冒的最有效应对方式为“每年预防性接种流感疫苗”，疫苗可预防病毒感染、减轻流感症状和降低病患致死率。若不幸感染病毒，西医主要治疗手段为投入抗病毒药物，配合常见感冒药做症状治疗，在此期间病人宜在家中休养5日避免外出。

## 中医调整体质 提高抵抗力

至於中医治疗，王麒维说，中医对于预防流感的主要方法为：提高个体对于疾病的抵抗力，由于肾和脾胃各为先天和后天之本，故这两者掌管了人体大多数的生长发育、抗衰老以及提高免疫力的机能。为了预防疾病，中医师们多数会开立补肝肾以及益脾胃的处方来调理患者体质。

## 日常保健4方法 远离流感病毒

除了用药治疗外，王麒维也分享抗病毒的

养生之道：

1. 饮食调整：冬季为养肾气的季节，黑色食物可入肾并提高肾精生成，故人们可食用黑米、黑豆或黑木耳来补养肾精，利用肾精转化人体免疫系统的各种组成，像是白血球和淋巴球的产生，以抵抗外来病菌的侵袭。
2. 按摩穴位：针对穴位按摩大约5-10分钟，主要按摩掌管肾气的太溪穴和三阴交穴，配合调理脾胃的足三里穴，同时刺激肾和脾胃的经络气血循环，提高抗病毒能力且让身体更有活力。

## 3.生活作息：

- 不晚睡和熬夜，若没有充足睡眠，会造成肾精受损，身体的修复能力下降且免疫失调。
- 培养良好运动习惯，一周2-3次，每次半小时，许多国内外研究显示适度运动会让人体抵抗力上升。
- 饮食要健康清淡，除了上述黑色食物外，各类五谷蔬果皆有其不同营养价值，均衡摄取对于人体五脏六腑补养是不可或缺的。

- 出外勤洗手、戴口罩，病毒流行高峰期尽量避免接触大量人群。
4. 食疗养生 黑米养精甜汤
- 食材介绍
- 黑米：味甘、性平，富含膳食纤维，优质蛋白质和铁质，具有固肾气，健脾胃功效。
  - 莲子：味甘、性平，富含蛋白质，矿物质，具有补脾益肾功效。
  - 黑豆：味甘、性平，富含维生素B和维生素E，花青素，具有抗氧化和补肾气功效。
  - 枸杞：味甘、性平，富含维生素和矿物质，具有益肝肾和明目功效。
  - 红枣：味甘、性温，富含蛋白质，糖类，维生素C，具有滋补和调理气血之功效。
  - 龙眼乾：味甘、性温，富含糖类，铁质，可养血安神，补脾健胃。

食材准备2人份：黑米1米杯、去芯莲子40克、黑豆30克、枸杞30克、黑糖30克、红枣20克、龙眼乾20克、黑芝麻5克、饮用水500cc。

## 料理方式：

黑米与水比例1:5（米杯），与黑豆一起浸泡，放进冰箱1小时。清洗莲子，泡水软化1小时。清洗龙眼乾、枸杞、红枣，并将红枣去籽。将洗净的龙眼乾浸泡於500cc水内备用。1小时后，将莲子、枸杞、红枣、黑糖放入龙眼乾水内，用小火轻搅炖煮10分钟。待上述食材稍冷却后，全倒入黑米与黑豆水中，并加入黑芝麻。整锅放入电饭锅，外锅两米杯水，炖煮至少30分钟后完成。

（健康网）

## 减脂期间吃宵夜会胖吗 3种情形这样吃不怕胖



到了夜晚，肚子饿得咕咕叫，想吃点东西，又怕吃了以后的努力全破功，吃还是不吃？总让人陷入天人交战。

关于体重控制，西方有个说法：“早餐要吃得像国王，午餐要吃得像平民，晚餐要吃得像皇帝。”这样的说法看似非常合理，毕竟白天我们会从事各种体能活动，消耗能量多，而夜晚多处于休息状态，自然容易让人把“吃东西”和“囤积脂肪”画上等号。

事实上，一个人会不会胖，取决于“整天热量的摄取是否大于消耗”，而吃宵夜究竟会不会造成肥胖？关键在於你一整天到底吃了什麼，而非进食的时间点。

## 认识饥饿感

一般来说，人体的饥饿感受分成3个层次，分别是嘴馋、有点饿，以及非常饿，对于3种感受，身体所要传达的讯号皆不同，因此需要的食物及热量也不同。

## 嘴馋：身体不饿，但嘴巴想吃东西

这种状况经常在感到无聊、空虚时产生，例如：晚上看着剧集，就想配点零食、啤酒；或是单纯想藉由吃东西消磨时间。

此状态属于心里想吃，但身体对于热量却没有需求，因此建议吃一些低（零）热量、富含纤维的食物作为宵夜。

建议食物：气泡水（无糖）、银耳露、仙草冻、关东煮蔬菜、生菜沙拉。

## 有点饿：饥饿感来自於胃排空，但身体不至於不舒服

平均来说，一顿正餐会在4~6小时后消化完毕，胃排空之后，会感觉腹部空空的，甚至会听到肚子咕咕叫的声音，虽然不至於饿到不舒服，但吃点东西会感觉好一些。

此时若想要维持减脂的效果，可以吃一些富含蛋白质或好的油脂来充饥。

建议食物：花生豆花（糖水不喝）、豆腐蔬菜汤、毛豆、坚果饮、杏仁奶。

## 非常饿：身体已出现头昏、手抖、心悸等求救讯号

距离前一餐进食时间超过6小时，或是上一餐热量不足时造成强烈的饥饿感，此时可能会出现各种低血糖症状，包含头昏、手抖、心悸等，此时建议吃1份水果或是谷物，搭配蛋白质食物，让身体获得热量，就能感觉舒服一些，或是将上一餐缺乏的食物补足，例如：晚餐只吃了1碗面线（蔬菜、蛋白质皆不足），那麽宵夜就可以吃些豆干、烫青菜。

建议食物：木瓜牛奶、低糖豆浆、希腊优格加麦片。

## 夜晚肚子饿，别在吃与不吃中纠结

根据自身需求摄取低卡宵夜，基本上不用担心肥胖问题，但因为多数人吃完宵夜后，再几个小时就要睡了，所以较容易消化不良的人，尽量在睡前2小时前用餐完毕，才不至於影响睡眠质量。（早安健康）

## 每天练一招起床排毒操 远离排便不顺引发中风

总是觉得排便不顺、大腹便便吗？一般民众一想到肠道中充满秽物排不出，会下意识地与“大肠癌”联想在一起。不过，日本大规模研究指出，便秘未与大肠癌风险相关，反而增加了心肌梗塞、脑中风的死亡风险。除了留意饮食防止便秘外，专家还指出，早起时可以透过一招“起床身印”让自己能顺利排便！

## 便秘意外地与 大肠癌没关系，不顺当心引发心血管疾病与中风

疾病做联想，除此之外，要说道便秘所导致的性命攸关疾病，则或许会将肠道内粪便累积的毒素，与大肠癌风险联想在一起。

不过，根据日本国立癌症研究中心一项以约6万人为对象的研究，每天排便的民众和每周只有排便2~3次的民众之间，大肠癌风险并没有差别。特别的是，便秘反而与心血管疾病有关。

东北大学公共卫生学领域教授本藏贤治研究指出，和每天上厕所的民众相比，4天只排便1次以下的民众，心肌梗塞、脑中风风险将提升1.4~2倍，该研究发表于《动脉硬化》期刊（Atherosclerosis）上。

食疗养生专家王明勇也曾为文指出便秘的风险，表示排便困难时，随着身体出力，血压也会向上飙升。待停止用力、大口呼吸后，血压又会突然下降。短时间血压上下波动，就容易诱发心脏疾病。

门诺医院心脏外科医师黄振铭则受访提出了类似观点，表示便秘是高血压患者诱发脑中风等心血管疾病的其中之一。当患者排便不顺而用力、血压升高，造成血管破裂、主动脉剥离的风险就越高。

## 预防便秘从食物开始，一招起床身印伸展操促进排便

不错的切入点。门诺医院营养师任

若要预防便秘，使自己每天排便顺畅，留意日常饮食或许是个不错的切入点。

（早安健康）

## 白头发不会越拔越多 3招找回黑亮发！

步入中年，无论是男女，都很在乎白发的问题，白发会很明显，常常不只是因为“白”，还有很重要的原因，白发相对于原本的头发更硬更脆。特别是直发朋友们，白发很容易“凸”或是“翘”出来被发现。许多的人，特别是女性，看到白发都会想办法“除之而后快”。

毕竟头发是许多女性朋友们的“第二生命”，只要那麽一点显老，都是不能接受的，但你一定有听过“白头发拔一根长三根”的说法，今天随医师要来带大家了解真相！

白头发一拔长三根？这样的说法是以讹传讹，我先澄清一个很常被误解的观念，头发是从毛囊长出来，而一个毛囊其实仅会长出一根头发，只是头皮内的毛囊可能会2-5个群聚一起，形成毛囊单位（follicular unit），从同一个或是邻近的毛孔长出来，因此会被误以为是一个毛囊长出好几根头发啦。

所以重点就是“一个毛囊只能长一根头发”。所以再怎样拔头发，它都不会学会影分身之术变成三根的。而会长出白发，则是因为专属该毛囊的黑色素细胞功能衰退，分泌

的黑色素不足或缺乏，因而产生出灰发或白发。既然黑色素细胞功能衰退了，那麽毛囊新长出来的头发，不管再怎么拔都依旧是白色的。

结论就是一根白头发不论怎么拔，都依然是一根，依旧是白发。到底白头发要不要拔？

上面解释完了，既然拔掉白发不会让它变回黑发，随医师的建议当然是不要。

毕竟拔白头发的时机，头皮并不一定是处于乾净的状态，常常白头发一扯掉导致毛囊轻微出血或是产生伤口让细菌跑进去感染，拔除当下的疼痛不说，反覆拔毛引发毛囊及周围组织发炎的人也有人在，因此建议不要乱拔头发！

白头发该怎麽办？如果白发不要拔，但是又觉得很丑该怎麽办？根据随医师的经验，会建议可以有底下几种处理方式：

调整日常生活作息：白发形成除了跟遗传和老化有关，维生素B12、锌、铁、铜的缺乏，都被发现和白发的提早出现相关。

因此，充足的睡眠、运动、吃营养的东西，都有助于维持头发的健

康，拥有健康的生活作息，会是能够让头发维持乌黑秀丽的重要关键。

适当的透过科技改变发色：现代染发技术和染料进步，有不少相对天然的染发方式，像是植物染等等，比起传统的化学染剂，除了能改变发色之外，更可以维护头皮健康。要选择合格染剂，染发也不要过于频繁。

## 甲状腺功能的失衡

甲状腺分泌过多或不足，也可能是白发的原因；压力大造成的白发，则可能和免疫机制相关。

小提醒：如果市面上的药妆品标榜能够恢复黑发，其实不大有可能；而吃黑补黑，例如服用黑木耳、黑芝麻、何首乌让白发变回黑发，以西医的角度，并无任何根据。

确实，白发带来的形象，会让人看起来稍微憔悴，但随医师仍在诊间上看到不少有白发却形象却仍然亮丽的人，随医师认为其实美好的形象来自内在，丰富内在所给人的呈现，其实更不容易磨灭，更不会被人忘却！（早安健康）



### 星星大声说：刘嘉玲是梁朝伟的女超人

对我来说她是很全能的，她好像什么都可以处理，包括人际关系啊，工作安排啊，她都是很厉害的，是Superwoman吧。——梁朝伟形容眼中的刘嘉玲。我的生活很简单，我最喜欢做的事情就是发呆。一部戏结束之后，我整个人会被掏空很长一段时间，会需要很长

一段时间去补充自己的能量，所以我在家最常做的一件事情就是发呆。——周渝民宣传新片《车顶上的玄天上帝》时自曝喜欢发呆。如果是我学生时代的话，我会喜欢他。——徐佳莹在演唱会上向特别嘉宾、创作歌手高尔宣告白。(早报)

# Angelababy杨颖封杀实锤 确定消失最新一季《奔跑吧》

Angelababy是《奔跑吧》的固定班底之一，自2014年第1季开始参与，中间经历了与黄晓明的婚姻以及小海绵的诞生。

意外的是，最新一季的名单中却不见她，引发了网民的猜测和评论。有网友表示“图文都没有Angelababy，看来确实彻底凉了”、“以后再也不会会有她的名字了，没把她以前镜头删了应该算是留个体面了”、“看来被软封了”等。

近期，Angelababy因在巴黎出席BLACKPINK成员Lisa的演出而遭到中国网民的批评，随后传出遭到封杀。

目前，她的微博拥有1.05亿粉丝，仍处于禁言状态。(东方网)

中国知名的综艺节目《奔跑吧》，近日官宣了新节目《奔跑吧生态篇》并公布了固定班底成员名单。没想到，作为十年老班底成员之一的Angelababy(杨颖)却没在名单内，引起了大批网民遐想，纷纷猜测也许因为疯马秀惨遭封杀。



## 惠英红心脏动刀服用“活血”药 身体一碰就淤青



影后惠英红患有先天性心脏病，曾多次入院治疗，甚至经历过心脏骤停，不久前还接受了心脏手术，每天需要服用“活血”药物。

63岁的香港影星惠英红最近在抖音平台分享了一段视频，透露好友霍汶希前来探班并带来炖汤。她赞扬这种汤的味道非常美味，强调这种汤“很补血”，甚至不禁盛了第二碗。

惠英红还表示，前一天她告诉霍汶希，自己最近特别疲劳，对方答应第二天送午餐给她，结果真的带来了她最需要的补血石斛汤。

惠英红还提到了自己的腿说：“只要被轻轻一碰，就满身都是这种瘀青”，然后拉开袖口看着胳膊也满是瘀青，对此她直呼“心理压力很大”，让粉丝看得心疼，也担心她的状况。

惠英红曾透露，她15岁就知道自己患有先天性心脏病，“真的是和朋友笑一笑就晕倒了”。16岁进入演艺圈后，她从未对外透露自己的病情。

实际上，她曾多次入院治疗，甚至经历过心脏骤停，每次都在生死边缘徘徊。对此，她笑着说：“习惯啦！”(东方网)

## 带她融入社交圈感情稳定 王大陆路边激情搂抱正妹新欢



台湾男星王大陆在年中与交往2年多的女友蔡卓宜分手，之后被发现无缝衔接曾担任直播主的女艺人沐轩。近日，王大陆与沐轩及一群朋友一同参加了万圣节变装趴，派对上两人不自觉地人群中亲密搂抱，相比恋情初曝光被拍到亲吻、喂酒和公主抱蔡卓宜，这次尺度还不算大。

今年下半年，王大陆正式找到新欢，与沐轩共度了7月的花莲之旅、8月的爱马仕约会、9月的新加坡派对等多个场合，两人的关系似乎已经相当牢固。

上个月28日凌晨，《镜周刊》再度目击了王大陆和沐轩，两人参加了位于北市微风南山的万圣节变装趴。当晚，王大陆身穿全套铠甲，沐轩则扮成《水行侠》中性感的梅拉公主，两人的装扮十分吸引眼球。派对结束后，他们在微风南山前闲聊，尽管柯震东已经脱去了装扮，但王大陆和沐轩却仍然沉浸在万圣节的氛围中。

虽然王大陆穿著笨重的铠甲，行动不便，但当他看到女友时，仍然忍不住表露出青春活力，特地摘下整晚戴著的面罩。尽管身边有其他路人，但他和沐轩纠缠在一起，不仅贴贴抱抱，王大陆的手还特别不安分，多次袭击沐轩的丰臀。然而，与王大陆与蔡卓宜在上海外滩初次公开亮相时接连上演的拥吻、喂酒公主抱相比，这次的表现可以算得上相对文雅。从韩国女星姜汉娜开始，王大陆的每段恋情都有一个明显的特点，那就是“交往证据铁证如山”，但嘴上却打死不认。和前女友蔡卓宜在上海外滩、北京雍和宫、上海迪士尼、海南多次被直击，王大陆却口风紧到两人参加情侣综艺才公开恋情。而与前任的Ivy的约会也多次在媒体的镜头下曝光，曾为了维护恋情，做出过醉酒夺机删照片等粗鲁举动，但Ivy从未得到“大陆嫂”的正名。(东方网)

## 网传黄日华求婚关宝慧成功 本人回应了

“香港明星足球队X榕江村超联队”足球邀请赛2023，11日在香港大球场举行，最终明星足球队以3比1的成绩获胜。黄日华在接受访问时表示：“好兴奋，是预料之内。其实我们球队从2007年到现在，也听说踢完这场这个大球场就会拆，好可惜！”他接着表示这次比赛没有感动过反而感到很生气。

他解释是因为比赛一开始时，对方球队的一名年轻球员导致他受伤，他说：“很生气因为一开场对方球队的年轻球员撞过来导致我大腿受伤了，我那时跟自己讲要收敛一下，已经好多年没有发脾气。”他直言现在情况还有一点痛，并表示：“休息一两天就OK啦！”

提到最近有消息传他向关宝慧求婚成功，

黄日华回应：“真的该说了，假的(事情)不用提。因为很难阻止这种新闻发生，这些网站都有很多不太真实的消息，只不过是多一点人看！希望真的别这么夸张！”

被问及该新闻对他造成的实质影响，黄日华笑着说：“影响了我的耳朵，总有人打来说恭喜你结婚啦！什么时候摆酒席！那个消息是不是真的？你们就相信一下我的为人吧！”他指除了两张合照之外，已经没有任何场合与关宝慧同场出现过。他说：“搞得我都不好意思再跟她联络，我们很久没联络，需要点时间澄清，让大家知道真相，大家都是普通朋友，约吃饭都约了10几年，我生日时大家就一起合照啊。”(早报)



## 拍古装戏戴头套伤头皮 许凯自曝“有植发”



中国男星许凯以《延禧攻略》走红，之后演出多部剧集，累积极高人气。他近来与女星景甜搭档主演电视剧《乐游原》，受访时竟大方自曝“有植发”，还分享各种保养秘诀，引景甜笑说“什么都说”。

访问中，许凯被问到“又拍古装戏，会不会担心发际线”，他承认会担心，但是现在已经看很开了，“我发际线要再往上走，就是再植。”坦言已经有植过发，一旁的景甜笑听了

不禁说：“你看他多实在，有什么都说。”

许凯补充表示，戴古装头套其实很伤头发和皮肤，因为黏上去是用酒精胶水，拆头套的时候也是用酒精棉，“90多度的纯酒精。我们常常会会长痂子，就辣、刺痛那种感觉。”

同样曾接连拍过两三部古装戏的景甜也表示，不管男生、女生都很伤，“头发上夹那么多夹子，头皮都会容易破了。”(东方网)

Advertisement banner for 'Welcome to Advertise' (欢迎惠登广告) with contact information for Harian-Indonesia.com.

Advertisement for 'Factory Warehouse for Rent' (工厂仓库出租) listing locations in Kalimantan and Jawa Timur.

Advertisement for 'ALCORE' health products, including 'Sleep-aid' and 'Lonic'.

Advertisement for 'ALROOF' aluminum panels and roofing.

Advertisement for 'L'AVENUE APARTMENT' for sale or rent.

Advertisement for 'Snow Machine Repair' (專修上門修理雪櫃) services.

Advertisement for 'NIKO' kitchen products and 'numan' brand.

Advertisement for 'WIN' motorcycle parts.

Advertisement for 'CASADE COCONUT' charcoal briquettes.

Advertisement for 'PLAZA OLEOS' for sale or rent.

Advertisement for 'Sofa Repair' (修理沙發) services.





① 侨协林齐国理事长欢迎杨儒龙总会长率领的世联参访团。  
② 与成功大学林昭宏副校长合影。

# 世界留台校友会返台参访活动

世界留台校友会联谊会(简称:总会)在总会长杨儒龙率领下,於10月22-27日应台湾侨务委员会之邀请组团返台参访。此次疫情後首次返台,犹如回到自己的家那般激动人心,总会18个会员国(区)的13个国家和地区校友会领袖40余名踊跃参加,分别来自印尼、新加坡、汶莱、帝汶、马来西亚、泰国、越南、缅甸、香港、台湾、澳洲、法国、加拿大。参访主要目的,除了联谊世界各国留台校友会、凝聚校友情之外,总会亦想表达留台校友对台湾的感激之情,并向部会首长报告校友们在本国(地)主流社会的成就与贡献,盼与台湾建立更紧密的关繫,促进留台组织与台湾在教育、文化、工商、技术等领域的进一步交流合作。

身兼印尼留台校友会联合总会总会长,杨儒龙就此次参访活动特向侨委会徐佳青委员长的热忱招待及精心安排表示衷心感谢。除了拜会侨委会及教育部之外,总会亦拜会陈建仁院长接见赞扬。杨总会长感谢台湾侨教政策,对境外生(侨生和外籍生)的培育与关照,留台校友受惠於台湾的优质教育、善良的社会风气,以及对中华优秀传统文化语言的熏陶。如今,海外

校友会以回馈感恩之心,鼎力协助台湾各院校师长到校友会所在国(地)推广校务,其中有搭桥陪同参访在地学校、举办招生说明会、举办台湾高等教育展、鼓励并宣导学生如何赴台升学、协办师资培训等等。难得机会校友会领袖齐聚台湾,总会荣幸邀请到大学院校院长、副校长、国际长等33位之多出席与团员的餐叙交流,对加强赴台升学招生事宜进行研商。团员也参访成功大学、崑山科技大学、永平工商等校,亲眼目睹台湾教育先进的学术品质和完善的教学设施。

世界留台校友在各行各业出类拔萃大有人在,以不懈努力取得杰出成绩。总会敦促在工商经贸领域的开展,提供校友商机的相关资讯,以达鼓舞校友士气,大家切磋琢磨,勤奋向上,提升自我,建功立业,致使方有更大能量回馈社会大众。团员观摩参访台湾杰出企业,有半导体、电路板、电子组装等各大产业之高精度生产设备的志圣工业;专注於国际市场高端注塑技术的宗玮工业;生产多元化沙滩车的雍御企业等。拟藉认识台湾在工商科技领域的发展,透过留台校友组织在地影响力,促进台湾与各国的经

贸合作关系。总会也能拜会有相似背景的华侨协会总会与华侨救国联合总会此两历史悠久的社团感到欣喜不已,分别备受华协林齐国理事长及华联郑致毅理事长之殷勤款待,与之交流甚欢,如同一家亲,有惺惺相惜之感。在欢聚一堂好趁良机,杨总会长介绍拟定於明年11月底在印尼峇厘岛隆重举办的总会会员代表大会,诚挚邀请各国(地)留台校友会组团及学校师长能拨冗出席盛会,得到大家的热烈反响。在紧凑行程中,大会尚且用心安排团员们参观坐落於台南市的四草大众庙生态园区及台湾历史博物馆等旅游景点,留台校友本已视台湾为第二个家有对台湾愈加深切的了解。

此次涵盖政商教育联谊旅游丰富充实行程的参访活动,团员们异口同声地表示收获良多,满载而归。六天的相处,骤升各国校友之间的感情,增强对台湾的向心力,盼未来能与台湾提升愈加紧密的关系,对台湾在校友会所在国(地)的驻外单位在实行任务时能助一臂之力,尤以文教及工商为重,世界留台校友会积极努力使能成为台湾在海外的一股力量。<总会秘书处供稿>



▲ 陈建仁院长赠送纪念品给杨儒龙总会长。

侨委会徐佳青委员长赠送纪念品给杨儒龙总会长。

► 杨儒龙总会长赠送纪念品给侨联郑致毅理事长。



与侨委会徐佳青委员长合影。



与陈建仁院长和侨委会徐佳青委员长合影。

## 印尼安溪同乡会举行第三届第二期银会抽奖聚餐联欢



郭丽云(左一)、潘兰妹(左二)、郑素英(右一)向银会抽奖幸运者颁发礼品后合影。



左起:黄健南、施锦场、郑素英、潘兰妹、林银满、许再山、黄美娟、郭丽云、陈贤德合影。

(雅加达讯)印尼安溪同乡会第三届第二期银会抽奖聚餐联欢,11月12日(周日)中午11时,在雅加达金沙国际酒楼举行。印尼安溪同乡会监察长林银满,副监察长施锦场,总主席许再山,副主席郑素英、叶冬珍、林保树、陈贤德,董事会主席陈耀基,副董事会主席白建南,妇女部

主席潘兰妹,财政兼银会部主席郭丽云,副财政丘英英,文娱部主席林保树等理事以及银会各组长和会友们,大家欢聚一堂,交流联欢,共叙情谊。

银会部主席郭丽云在讲话中说,今天是安溪银会抽奖联欢聚餐,感谢大家抽空出席表示热烈欢迎和真诚的问候。她说,印尼安溪同乡会第三届银会自今年7月份正式开始,为期12个月,每4个月一次举行联欢聚餐,并每次联欢抽出5名幸运会员。郭丽云感谢全体理监事,乡亲

们及银会会员们的长期以来积极参与和支持安溪银会。她说,银会工作能顺利地展开,离不开大家的热心支持,并对银会工作组全体成员的辛勤工作表示由衷感谢。希望通过银会聚餐联欢,提供给大家一个交流的平台,齐心协力团结精神,互助友爱,增进友谊。

联欢会上在欢乐气氛,除了银会抽奖活动,欣赏了精彩文艺节目,由王玉莲老师和李国强老师指挥的安溪合唱团,安溪舞蹈团表演,男女独唱,男女对唱等节目,为增添联欢的热络场面永放光彩。



安溪合唱团献唱合影。

## 厦门思明区侨联出访海外参加百年社团庆典

据厦门思明区侨联消息,日前,由厦门思明区侨联沈少坚副主席、颜达成副主席、侨联委员林燕彬率团10人赴马来西亚庆贺槟城同安厦公会“世牵大同安,心系金厦情”百年华诞盛典。

槟城自古人杰地灵,孕育了祖籍地在同安的辜礼欢、辜鸿铭、林苍佑等诸多名人志士。孙中山数次下南洋,五过槟城,并在槟城创设第一份华文报纸、成立槟榔屿同盟会、召开对中国命运影响深远的“庇能会议”。

1938年底,在民族危难之际,南洋侨领陈嘉庚号召海外华族青年回国参加抗战。当年踊跃报名参加南洋华侨司机和机工服务团(简称南侨机工)的3000

多名爱国青年中,槟城就有358人协助抗战,这份“国家有难,匹夫有责”的精神,让人肃然起敬。为了表达对南洋华侨革命先烈的哀思和敬意,此行代表团特意到槟城“槟榔屿华侨抗战殉职机工暨罹难同胞纪念碑”瞻仰缅怀。

代表团还走访了槟榔州福建会馆、槟州华人大礼堂等华侨社团组织,与社团进行经贸、文化、教育等全方位的交流活动。

当地华侨社团非常重视代表团的到访。当地侨领表示,明年是中马两国建交50周年,未来可进一步在经济、文化、教育等各个领域加强交流合作。(中国侨网)



厦门思明区侨联一行与当地侨社团交流。