

# 普訊

GLOBALinks 82  
NEWSLETTER MAR. 2019 ISSUE.



神達數位達陣 建立新里程碑



聯華神通集團 企業齊聚團拜

# 新春迎吉祥 同心創輝煌





### 團拜 尾牙 04 聯華神通集團 企業齊聚團拜 新春迎吉祥 同心創輝煌

#### 特別報導

14 神達數位行車記錄器 出貨達百萬

#### 神采飛揚

- 20 淡海輕軌開啟行動支付新紀元
- 24 艾迪訊圖書館解決方案 大有國中經典範例
- 26 四大護法監控機密資料 神通 SDDC 萬無一失
- 27 CMFT 管理全方位 行控中心最佳領航員添利器
- 28 神通展示 SugarCRM 打造 Modern 客戶關係管理
- 29 神通攜手 Google TechDay 深獲資策會好讚譽
- 30 聯強推廣智慧家居 代理家電新品獨特

#### 食在安心

34 採台灣小麥 台灣味麵包濃濃在地情

36 天然香草英介紹及應用

#### 健康淘寶

- 42 表揚「友善地球農友暨社會企業」
- 46 福植有機物 梅門需要房展店傳心念
- 50 健康食彩有機聯盟 成立需要房養生超市
- 52 水產標示清 正名買安心
- 54 春季養生抗老 別讓皺紋纏擾

#### 企業講壇

- 58 只有「潛在機會」，沒有「現成機會」
- 59 人才永遠不夠！只是你是不是人才？
- 60 修煉執行力，帶動競爭力



神采飛揚  
22 神通協助海巡署 建置無人機計畫奏功



神采飛揚  
30 聯強推廣智慧家居 代理家電新品獨特



特別報導  
13 Mio 行車記錄器 進入越南市場



健康淘寶  
40 育秀基金會 發揚「食農新文化」

62 運用 RPA 流程大改善 角色重定位

#### 育秀盃報導

- 66 為善待土壤增知增技 舉辦教師寒假研習營
- 68 破壞土壤生機 無異自毀健康長城

#### 消費科技

70 讓人沈迷行動無限的無線裝置

#### 藝文天地

74 高義理之山水風光

#### 世說心語

80 農場學習之旅 與香草植物的約會

#### 生活部落格

- 83 MITAC 跳蚤市場捲土重來 期待再相見
- 84 暢遊飽覽波蘭、斯洛伐克與匈牙利
- 88 跟著網美景點 新年躍躑去

#### 讀書會

90 丁松青神父好書成雙

#### 榮譽發行人

苗豐強

董事長

景虎士

發行人

苗華斌

編輯總監

喬振中

執行主編

董書芬

美術編輯

楊仲民

攝影

黃琬婷

#### 企畫群

神通資料

劉慈明

神達投控

黃婷溶

神基科技

孫偉偉

神雲科技

張嘉玲

聯華實業

邱雅禎

聯成化科

吳玉琴

聯華氣體

吳玲兒

聯強國際

潘素卿

育秀基金會

黃敬婷

#### 發行所

育秀教育基金會

#### 發刊地址：

114 台北市內湖區堤頂大道二段 187 號

聯絡電話：886-2-2657-6666 # 7860

網址：http://www.msgroup.com.tw

#### 神通資料

26576666

神達電腦

3-3962888

神基科技

27857888

聯華實業

27861188

#### 聯成化科

26517889

聯華氣體

27866000

聯強國際

25063320

聯訊創投

26579368



藝文天地  
76 故宮賞鳥 迎春和鳴



# 新春迎吉祥 同心創輝煌

聯華神通集團 企業齊聚團拜

聯華神通集團於2019年2月11日  
(農曆初七)上午舉行新春團拜，  
來自集團各公司代表齊聚一堂，歡  
喜迎豬年。



集團大家長  
苗豐強 先生

## 春節旅遊 仍心心念念各家企業 期許面對未知數 大家一起打拚

年假期間到日本旅遊，很難得的機會全家人一起，一邊享受天倫之樂，一邊了解當地的歷史；九州的第一大城是福岡（發展早於東京），也是元寇（日本對元朝蒙古人的稱呼）的登陸地點之一，博多與福岡是相鄰的兩個城市，博多重商，是商人的城市，福岡則是以行政為主，屬於武士的城市，提到武士有部電影「末代武士」有感人的詮釋；百年前日本政府將福岡與博多合併時，將城市命名福岡，車站則以博多為名，博多車站的地下街非常熱鬧，餐廳林立，是著名的觀光購物景點。

有田燒的歷史可回溯到豐臣秀吉假道朝鮮進攻中國（明朝稱日本為倭寇），把大批朝鮮的製瓷工匠帶回有田町，燒出近乎透明的潔白瓷器，從此有田瓷燒成為日本的代表瓷器之一；當地最大的豪斯登堡遊樂園，中資已入股；了解日本近3、4百年的歷史，受到政治、經濟、文化、財政因素，慢慢發展成一個服務業導向的國家。

日本百景之一的「九十九島」，是208座島嶼組合而成的景觀，我遊島時不免想起集團各企業一路的發展...。小麥是台灣「美援」時代的重要物資，麵食推廣運動需要小麥來磨製麵粉，創辦人創立聯華麵粉廠，當時的麵粉廠家數很少，隨後創辦人發起麵粉公會組織，結集眾力爭取美援與政府的支援，並將進口麵粉改為進口小麥，聯華實業成立；響應十大建設石化工業成立聯成化科，許多發展皆是受到政經環境影響。

當初離開英特爾回台，發現十大建設並沒有資訊產業，抓住時機成立神通電腦，隨著組織擴大，又獨立出神通電腦與聯強國際，中美「八一七公報」的簽署，促成神基科技成立；一轉眼，IT產業發展讓台灣站穩關鍵性地位。從中美貿易戰為市場注入不確定性、華航罷工看到社會上充滿不同想法...；幸運的是集團企業跨足許多不同產業，且在不同各領域內建立核心競爭力，許多公司營業額不斷刷新紀錄，聯華神通集團慢慢變成很大的平台，在平台上形成一個大家庭，一起分享平台資源，也各自集中火力在熟悉領域發展。

去年神達數位自神達電腦分割出來，第一年就賺錢，在物聯網領域成長空間大，系統整合是神通強項，重新啟動的神通調整了商業模式，雖還是在國防、地政、戶政等有著墨，但技術上整合了物聯網、雲端等已更上一層次。

2019年充滿未知數，受到環境影響下，善用PEST (Politics, Economy, Society and Technology) 分析，隨時作好準備，可以往前衝刺，我對集團充滿信心，在新的一年，大家一起打拚！

2019年充滿未知數，受到環境影響下，善用PEST (Politics, Economy, Society and Technology) 分析，隨時作好準備，可以往前衝刺，我對集團充滿信心，在新的一年，大家一起打拚！

## 內在優化大調整 精實運作 迎難而上 今年目標是著重 bottom line 的成長

中美貿易戰、英國脫歐等因素影響全世界的消費信心，也造成未來幾年加速動盪，聯強去年滿30週年，過程中我給同仁重要目標，成長雖然相當重要，但是成長會遇到很多的風暴，Top Line 的成長會產生邊際效益，正常情況下 Top Line 增加 Bottom Line 隨之增加，而且幅度更高；假使在非常艱苦下，勉強增加 Top Line 反而使 Bottom Line 下降。

所以今年目標是著重 bottom line 的成長，bottom line 成長是來自於 top line？還是營運要更加紮實？時代一波波改變，不論外在詭譎多變，內在優化調整，很重要是進入大幅調整的階段，如何精實運作是聯強重要目標。

我常去日本，明顯感覺到日本服務品質下滑，原因非常多，環境會促使企業組織改變，組織會被外在改變，領導者要密切注意這種改變，即使企業文化雄厚。聯華神通集團開枝展葉，專業經理人們在各領域大展身手，不斷開創新的領域，過程很重要是能變大的事業才做，企業更能向上發展，集團也能更壯大。

## 中國製造業發生三件大事 引發產業遷徙結構大轉變

去年中國的製造業發生3件大事：第一是中美貿易戰；第二是智慧型手機首次出現的衰退；第三則是原由美國主導的「跨太平洋夥伴協定」(TPP)，自今年1月起改由日本主導，成員國之間的零關稅，必然對中國貿易帶來一定衝擊，已造成幾波製造業的遷徙。

過去幾年造訪印度多次，發現台商在新德里的動能降低，反而是中國非常積極，工廠大規模生產手機，其中最大的3間生產廠，年產量可達4、5億支手機，可出口至6、7億人口的東南亞，或12億人口的非洲，從此處就能看出產業遷徙的現象。

華為創辦人任正非將5G和最先進的微波技術結合起來，站台間不需要光纖就可以用微波傳遞，在美國打壓下將建立下一代的通訊的時代往後遞延，但韓國5G已有8,500個站台，而一些連電都沒有新興國家，手機變成必需品，透過整合可建立起為生活帶來便利的電子商務、手機支付...等功能。

而在中國，用餐皆使用行動支付，眼見餐廳內1/3的生意是在店內，2/3是外送，外送盛行正開始改變了餐廳或速食麵產業的生態。

## 3年轉型奏效 第二階段啓動 期許與關係企業更密切合作

歷經3年的瘦身與轉型，我們順利從政府專案的系統整合商，轉為軟體及物聯網應用解決方案的提供者，更將台灣的成功專案推銷到海外，透過海外市場的深度，讓開發的產品可以有更多的對接，提升價值；在海外拓展成功的案例中，如去年於菲律賓四座國際機場建置的21座自動通關系統(E-Gate)，媒體報導不下百餘則，杜特蒂總統的盛讚也幫我們做了最好的行銷。

過年期間，我將過去3年的轉型做出統計數字，員工數減少20%，接單金額成長98%，營收成長25%，已經接單尚未出貨的backlog成長82%，如果以去年營收來看，多了1.6~1.7倍的接單量。

第一階段轉型已經完成，特別感謝員工一起打拚，同時感謝關係企業給予支持；今年將啟動第二階段轉型，除了技術面的深入，並希望能將專案複製到更多國家。近2年我們與關係企業密切合作，例如向聯強下單的訂貨量成長3倍，並與神基合作，提供優質產品給台灣的軍警市場，期望能成為推展到海外的樣板。



聯強國際總裁  
杜書伍



華孚科技董事長  
蔡豐賜



神通資科董事長  
蘇亮



神基科技董事長  
黃明漢

### 突破瓶頸 追求高附加價值 新技術與自動化建構核心能力

神基在 2019 即將邁入三十年了，不斷成長一直是我們努力的目標。企業要不斷維持成長是不容易的，必須不斷有高的附加價值才能有好的價格。

為了維持高附加價值，2019 年在電子產業部份，我們要做更多更好的 solution selling，提供更好的整合性服務。在塑膠產業上，2019 我們已經預期到會有一些波折，所以我們將著重新客戶的開發，每一個新客戶都會為我們帶來新的成長契機。在汽車事業群方面，也要往高附加價值的方向轉進，著重先進駕駛輔助系統（Advanced Driver Assistance Systems, ADAS）的發展。

這一個年假有 9 天，我在年假期間看了幾本歷史書。在日本的歷史中，我最欣賞的人物是織田信長，他年紀很輕的時候就繼承了家業，在一個小島以寡擊眾打敗了當時的大名（日本戰國時期的大領主）。為什麼能夠以寡敵眾呢？因為織田信長是當時最早引進新技術，運用排槍作戰的諸侯。反觀企業的發展，我們這幾年來也不斷透過新技術與自動化來提昇我們自己的核心能力，不斷引進機械手，增加自動化設備，建設新廠時也以自動化為目標，讓我們在市場上更具競爭力。我們要想辦法建構自己的核心能力，神基科技會在 2019 年跟著集團大家一起成長。例如透過與神通的合作，台灣最大的系統整合商，希望未來在台灣 solution selling 有更多斬獲。最後豬年祝大家諸事順利，財源廣進，謝謝！



神達數位總經理  
張樂羣

### 成立短短一年 同仁努力達標 不斷做大市場 期許快速成長

神達數位是集團內成立最短的公司，去年 1 月 1 日從神達電腦分割；回顧過去一路走來，2007 年手持裝置一年銷售 7 百萬台，營業額上百億，但是去年連 25 萬台都達不到，營業額掉了 98%，但是神達數位成立時還是訂下第一年年要賺錢的目標，十分嚴苛的挑戰下，我們不但達標，達成率 112%，感謝同仁辛苦付出。

神達一直經營消費性電子產品市場，去年行車記錄器出貨到達百萬台里程碑，較前年逾 35% 成長，台灣市場去年繼續成長，市佔率逾 60%，在日本我們也是第一，不斷將市場做大，而不只是在既有的市場，例如去年下半年，在東南亞的馬來西亞、泰國、越南、菲律賓都有很好斬獲。

透過通路，不只是經營消費性電子，也是經營汽車改裝市場，例如在日本與車廠合作，車用面板由我們設計製造，提供駕駛者的行為監控，包含突然的煞車、加速，監控不只對內也對外，進一步作為駕駛者的行為分析。工業平板總算將於多年耕耘後開花結果，出貨進入成長期。

儘管 2019 年充滿不確定性，但是我相對樂觀，我們是最年輕的公司，營業額最少，希望可以迎頭趕上，成為成長快速的公司。



聯華實業總經理  
景虎士

### 科技運用在麵粉產業突圍 成長逾倍 面對當前諸多困境 祈願今年諸事大吉

我在 2005 年接下聯華總經理一職時，當時對這個產業還是一頭霧水，來了以後才知道，其實麵粉與有機高分子科技息息相關，所以我將高分子科技運用在麵粉產業上，從那時銷售量不到 400 萬包，到現在達到 910 萬包，成長可說是逾一倍。每個產業經營難免都會遭遇到困境，一切端看你如何突圍，做到最好！

農曆正月初七是人日節（依次序為「初一是雞，初二狗，初三豬，初四是羊，初五是牛，初六是馬，初七是人，初八是穀。」）根據東亞傳統習俗，當日為人類被創造的日子，北方人要吃麵條，南方人要吃粥，吃過後就可以中狀元；今年很難得到初七才開始上班，希望大家能夠好好利用今年，豬年很適合許願，許好願一定會實現，好願在人間，新的一年，祝福大家諸事大吉！

# 尾牙迎春 諸事大吉

辭舊歲、迎新年、慰辛勞，聯華神通集團各家企業紛紛舉辦歡樂尾牙宴，有感性的感恩心、才藝的精彩情，更有豐美的抽獎加碼高潮：真是歡欣滿堂！



### 聯強國際

#### 聯強 30 老幹新枝璀璨迎新春 金曲懷舊 新世代活力展現創意

2019 聯強新春聯歡晚會適逢公司成立屆滿 30 周年，晚會的表演活動由各部門主管與年輕新生代員工搭配，分別演出「經典老歌回憶」與「火熱新世代」，在現場樂隊的襯托之下，先是讓老照片與懷念金曲，帶著所有聯強人回到公司初創的 90 年代懷舊時光，接下來則是以熱情與輕搖滾的最新流行勁曲，表現出聯強新世代的活力與創意。

在全體員工熱情參與互動之下，晚會氣氛在最後的勁歌熱舞中攀到最高點，有如演唱會一般歡笑與尖叫聲不斷，並在杜書伍總裁帶領主管演唱的安可曲中畫下圓滿的句點。

### 聯華實業

#### 抖音舞嗨翻尾牙宴 苗董事長 讚譽成果期許新績

聯華實業 2018 年終尾牙於桃園晶麒會館舉行，邀請董事們及退休長官團聚一堂，歡慶分享、感恩致謝。苗董事長對於聯華、台華今年度投注於員工教育訓練的努力給予肯定，透過團隊建立、專業能力以及管理能力的培訓，提供員工完善的資源、不斷成長提升；在公益活動的推動也不遺餘力，回饋社會。

麵粉生產設備產能擴充工程在 2018 年順利完工，日產能達 980 噸，年銷售產量突破 900 萬包，為歷年來最高！相信未來的日子裡，硬體設備已臻完備、搭配數位化之科技管理工具，聯華實業的產能及業績必能蒸蒸日上。

今年尾牙邀請了實力派歌手及專業級薩克斯風表演，在美聲薰陶下慰勞同仁一年來的辛勤付出；搭配口齒伶俐幽默的寶貝兒雙胞胎主持人，逗得全堂歡笑，更不惜形象的跳起時下最流行逗趣的抖音舞蹈，帶動台上台下滿滿的尖叫聲，活力滿滿、嗨翻天花板，為 2019 新的一年揭開熱情、充滿能量的序幕！

頒發董事長獎的重頭戲，主持人邀請大家在頭上比個大大的愛心，只見苗董靦腆的把手掌平放在頭上（此時全場笑成一團），「不是雙手抱頭啊！苗董，手指要尖尖朝向頭頂啊」，主持人被苗董事長萌翻了，此時董事長夫人在台下邊笑著示範了標準愛心，兩位賢伉儷真是太可愛了！立刻邀請夫人上台同歡，挑戰一人一半的超級大愛心。

溫馨歡樂的尾牙宴，在全場同仁滿滿的愛中步入尾聲，相信今晚的滿滿歡笑能讓聯華的大家充滿力量、迎接新的一年！



✿ 聯華氣體 ✿

**太鼓氣宇軒昂振人心 現場加碼 全體員工歡慶抽大獎**

今年聯華氣體尾牙晚會在氣宇軒昂太鼓聲中正式開場，董事會長官們及全體員工一同舉杯慶祝，總結過去一年的努力與收穫，聯華氣體業績再創新高，公司所有的成績都是來自於全體員工同心協力、無私奉獻、團結打拼的成果，凝聚著各級主管的努力與大力支持，更凝聚著全體員工的辛勞和汗水，董事會長官們，向全體同仁表示最崇高的敬意和最衷心的感謝，同時勉勵鼓舞同仁，在新的 2019 年，我們將面對更多來自市場的競爭與挑戰，我們務必把握新的機遇，準備好迎接新的挑戰，以更高的責任感和使命感推動聯華氣體集團的持續發展，展望 2019 新年度續創佳績，讓我們繼續創造聯華氣體集團的輝煌。

尾牙晚會節目精彩豐富，穿插著多姿多采的表演、現金特別獎以及紅包再加碼等歡樂氣氛濃厚的活動：包含四川變臉表演、長官與同仁們同歡互動，還有女子國樂團身穿改良式和服熱情火辣演奏現代版國樂，炒熱現場氣氛，以及最令人期待的同仁歌唱表演大賽，同仁們無不載歌載舞、卯足全力爭取歌唱表演大賽第一名的殊榮與獎金。最後，由董事會長官們發紅包，同仁們向各長官們拜年的吉祥話中，整個尾牙晚上在和諧、溫馨的氣氛中圓滿結束。



✿ 聯成化科 ✿

**颯歌同樂開心抱大獎 感恩期許 新的一年爆發好業績**

又到了歲末年終時刻，集團各個企業尾牙活動陸續盛大展開，尾牙的緣起是為了感謝土地，使人民豐衣足食而舉行的祭祀活動，所以尾牙是個感恩的日子。尾牙一到也代表中國人最開心的農曆新年即將到來，對公司員工來說辛苦了一整年，尾牙正是犒賞員工的日子，除了美食佳餚，每個人都希望搏個好彩頭，抱個大獎回家好過年。

聯成今年仍邀請退休同仁回來，與大家互動聯絡感情，一起以感恩期待的心情恭聆公司最高領導人對大家的期勉，除了過去一年同仁努力的成果，並宣告公司來年的大方向，雖然去年大環境不好，黑天鵝亂飛加上灰熊出沒，公司總體營收受到些許影響，但值得開心的是，2019 將是聯成生產力爆發的一年，業務成長值得期待！

今年聯成尾牙依然熱鬧滾滾，不同於以往的是今年改以同樂會的方式呈現，貴賓、長官、同仁競相上台颯歌，還有同仁伴舞，載歌載舞同樂，除了增加歡樂氣氛，並凝聚同仁與組織的向心力！



✿ 神通集團 ✿

**勁歌熱舞精彩高潮不絕 樂透摸彩 加碼再加碼驚喜嗨翻天**

神通集團 1/12 日舉行歲末聯歡會，開場以影片回顧 2018 重要活動，展現一年工作成果，並以「智慧科技匯聚神通，創新應用縱橫全球」凝聚未來共識；集團成員神通電腦、神通資料、新達電腦、艾迪訊科技、神通光通信近千位同仁齊聚一堂，有美酒佳餚、勁歌熱舞，更有摸彩和樂透，尖叫聲嗨翻全場！

聯歡會佈置及表演節目都充滿科技感，包括光雕、LED 炫光舞獅、機器人舞，創意吸睛，大獲好評。福委會女神宅宅熱舞、雲平台事業群扮裝組曲，都贏得一致喝采；高階主管一曲「你是我ㄟ兄弟」更將氣氛帶到高潮。

隨著樂透開獎與大獎摸彩，現場氣氛既緊張又刺激，樂透獎金十萬元最後由兩人平分；蘇亮董事長抽出二獎三萬元後，在全場加碼聲中，追加 30 個一萬元，以及 2 個五萬元；集團大家長苗豐強先生抽出頭獎五萬元後，也加碼 25 個四萬元，以及 20 個五萬元，引發全場尖叫與騷動，為聯歡會畫下驚喜的句點。

蘇董事長感謝同仁過去一年的付出與努力，也期許大家齊心協力共創佳績。



✿ 神達投控 ✿

**轉型首年成績亮眼 抽獎加碼 歡欣力爭再創輝煌**

「我們轉型了，找到好的定位、找到自己的驕傲，2019 年將會是更輝煌，創造更多紀錄的一年！」苗先生致詞說，「雲起無疆，數位有智，神達天下」是今年的尾牙主題，何繼武總經理表示，去年成立了神達數位，首年就交出了亮眼的成績，然而市場上變化快速，如美中貿易戰等，考驗大家的應變能力，新的一年相信依我們的韌性與努力，一定可以再創輝煌；神雲林聰良總經理接著指出，去年是精彩的一年，面臨許多挑戰也正好可修正策略，今年將是個實現成長的一年，也更勉勵大家，把過去的努力實現，期待在 2020 年可以開花結果；神達數位張樂羣總經理致詞表示，我們雙引擎成長，在車用產品與平板有許多斬獲，Mio 所在的市場都是第一名，整體出貨更是再創新高，未來將聚焦三個方向，品牌、汽車電子以及 A-IOT，我們的努力，將展現在業績成長上。

公益表演邀請唐氏症基金會太鼓班小朋友，著實讓現場觀眾們眼睛一亮，雖然動作不是整齊劃一，但是看得到認真模樣，和奮力擊出的鼓聲一樣，打動人心。員工今年有 3 組表演，風格各異，由神達總經理張樂羣帶領的 MDT NO. 1 得到最佳人氣獎。

節目表演及獎項抽完後，也是大家最期待的一刻，由大方的苗先生、何總經理、林總經理、張總經理加碼，留下完美句點，結束 2018 年尾牙。在此祝福神達集團年年豐收！



✿ 神基科技 ✿

**尾牙歡秀酷炫科技 全面進化 四個方向衝刺未來**

神基科技今年的尾牙主題為「智能神基，全面進化」，高階主管以科幻螢光扮裝，黑暗中電音熱舞酷炫開場。遠來的各國海外同仁則以星際大戰為主題，分別裝扮為黑武士、尤達大師與變形金剛於場內激戰，神基同仁搭配科幻燈光表演精彩熱舞。

在一片掌聲中，董事長黃明漢上台感謝在場同仁一年辛勞。黃董事長表示今年的尾牙非常特別，是神基科技邁向 30 周年的尾牙慶祝。而因為 30 週年的到來，這樣歷史性的時刻，很多同仁都表示希望知道神基怎麼擘畫未來的十年願景。考量了市場環境與公司發展目標之後，黃董事長構思了四個方向：第一，公司要不斷經營就必須創新，新的技術還是一切的源頭；第二，未來事業必須往 intelligent 方向發展；第三，增加自己的競爭力，不管是硬體或者軟體；第四，公司最重要的資產就是人力，未來將有更多的投資在同仁身上，公司也因為員工增加更多價值。

現場並頒發部門與個人研發專利獎，鼓勵同仁不斷創新。在年終的聚會上共同慶祝，未來十年要一起進展！



✿ 健康食彩 ✿

**頒獎傑出優秀同仁 楊董高歌春酒晚會向心凝聚**

健康食彩春酒晚會於 2 月 24 日圓滿舉辦，同仁有得吃、有得拿、有得唱，滿心歡喜。開場由健康食彩大家長楊香芸董事長致詞，特別分享集團關係企業的創業成功案例，勉勵全體同仁雖然公司開創初期較為艱辛，但只要有信心一步一腳印穩紮穩打，不久的將來必能享受豐碩的果實。吳政衛總經理也例舉去年三峽北大門市敗部復活的奮鬥歷程及模範店長的日常作業細節，希望同仁能有「有志者事竟成」的決心並複製良好的管理作業模式，持續優化門市經營。

為鼓勵表現傑出的同仁，晚會中也頒發了優秀後勤人員獎 / 優秀店長獎 / 優秀門市人員獎 / 優秀水產銷售獎，希望能成為大家的學習楷模。春酒抽獎仍是眾所矚目的重頭戲，除了既有準備的獎項外，現場加碼的獎項也讓現場氣氛 High 到最高點。而董事長與總經理分別上台高歌，更凝聚員工的向心力，為春酒晚會劃下完美的句點。健康食彩期許今年能夠持續深耕奠基，再度締造佳績！





# ★★★ 回顧與展望 ★★★

文 / 穀研所董事長 景虎士

中國信託文教基金會與聯合報系公布，台灣 2018 年代表字大選結果，由「翻」字拿下第一名，推薦理由為「年改推翻公僕信賴，促轉推翻歷史記憶，黨產推翻法治原則，霸權推翻多邊貿易，強國推翻各表共識，動盪推翻既有確幸」。根據《聯合報》總編輯蕭衡倩對此表示，今年很多法令包括年改等，都推翻了過去政府信賴關係，但從現在來看，經過 9 合 1 選舉後，對投票的人來說有不同的意義，「翻過這一頁如果是正向改變，可以是翻轉、翻身；但如果面對種種問題、解決，也可能是翻覆，端看我們怎麼樣面對問題。」



**走** 過忙碌的狗年，特別要感謝經濟部工業局、衛福部食藥署、農委會及農糧署等政府單位及業界的支持、加上本所同仁的努力，使各個委辦計畫及本所（穀研所）自辦的各項工作得以順利完成。

研究發展及推廣方面，烘焙素材開發與餡料推廣，協助國產農產品之供需調節，加值運用以創造消費利基，包括使用產銷履歷之紅龍果、甘藷與全果柑橘等大宗農產品以開發烘焙炊蒸使用之素材與產品應用、提供餡料業者作產品測試、提供果醬 / 餡及應用產品（如：紅龍果米乳酪蛋糕）之宣傳等。保健食品技術開發，利用糙米、蕎麥等穀物雜糧為原料，應用於加工食品製造休閒點心、麵條、餅乾等產品，符合銀髮族與注重飲食保健之消費者需求，包括銀髮族膨發米製食品量產技術、國產雜糧應用於麵製品及烘焙預拌粉開發、富含膳食纖維義大利麵製備、應用蕎麥開發機能性素材、應用糙米開發含纖餅乾等。

技術移轉予業者，包括糙米第三代點心、含米速食點心麵專用粉及量化技術、米餡的製作生產技術、調合米籽條原料規格及生產技術等。擴大大米食產業技術推廣與市場行銷策略交流，邀請我國、泰國及日本產官學界專家，辦理 5 場次技術媒合、行銷服務資源分享及活動

## 穀研所專業訓練課程規劃



打造優質學習環境

新建大樓三樓規劃作為實習工廠、教室用途（米食麵食培訓單元）。



提供充裕教學空間

新建大樓五樓作為實習工廠、教室使用（麵包培訓單元）。



定期舉辦比賽活動

穀研所定期舉辦國際性比賽活動，以拓展國際視野與國際密切接軌。

推廣，觸角延伸至米食南向拓展研討規劃、星級飯店之米食早午餐供應、連鎖速食業者新型態米食產品上市，達到多元米食產業鏈連之成效。

穀物檢驗方面，針對進口小麥以 DNS、HRW、SWW 及 WWW 為主共 51 批次樣品（17 船次），除進行小麥分級檢定、磨粉試驗、麵粉成分檢驗、麵糰物性試驗、麵粉二次加工試驗與品質評估外，並且於第 3 及 10 船次加驗黃麴毒素、赭麴毒素 A 及農藥殘留 374 項的檢驗，另於 15 船次再加驗脫氧雪腐鐮刀烯醇、玉米赤霉毒素及重金屬鉛、砷、鎘等，以符合衛福部 108 年度之新規範。對國產硬質玉米進行分級檢測、基本成分、毒素分析及重金屬，合計 46 件次；另協助國內業者進行小麥、高粱等穀物分級及相關成分檢測等工作。稻米品質及品種鑑定方面，持續承辦「市售食米品種委託檢驗」計畫，進行市售食米品種鑑定，及「食米檢驗、驗證管理及產地行銷推廣計畫」之稻米品質及品種鑑定，協助民間業者進行稻米分級、品種與純度鑑定及稻米新鮮度檢測。產品化驗方面，TQF 食品工廠認證產品追蹤查驗及市售產品抽樣檢驗、外界及內部委託進行檢驗服務合計超過 1300 件次。另本年度協助美國小麥協會駐台辦事處辦理三場次之美國硬白麥、密穗白麥及小麥分級研討會。

驗證服務方面，本所提供 TQF、ISO22000 及 TFDA 的二級品管等驗證服務，涵蓋了穀類食品、食品添加物、罐頭、飲料等所有食品類別，並於 10 月份開始辦理全家便利商店進行鮮食供應商之潔淨標章驗證。技術擴散方面，以澳洲與紐西蘭為外銷目標市場，研析我國穀類食品外銷之潛力產品，俾利拓展穀類食品外銷；配合農糧署供應學午糧之碾米廠，規劃未來衛生管理之評選模式，以提升碾米業者之衛生管理。產業推廣方面，保健食品產業的推動，進行保健食品

產值調查，辦理保健食品法規與行銷研討會及產銷媒合會議，促成我國保健食品外銷的訂單及代工服務。此外，本所代表我國參與 ICC 國際穀物科學與技術學會之公協會會員，於 11 月 5 ~ 8 日辦理 ICC 國際研討會，計有 30 位國際穀類食品專家及超過 180 位國內專家齊聚一堂進行交流討論，為歷年來國內最重要的穀類食品國際研討會，此外許瑞瑋組長擔任 ICC 執行委員會及技術委員會委員，已完成與台大胡凱康教授合作推動稻米品種鑑定之國際比對試驗，未來可望成為 ICC 國際標準。

人才訓練方面，烘焙食品組及傳統食品組開辦長期訓練班 11 個班別，短期訓練班 8 個班別，參加學員共計 1,062 人，辦理烘焙乙級技術士檢定、中式麵食乙級及米食丙級技術士技能檢定共計 355 人，接受委託辦理教育部教師赴公民營企業研習班（3 班）、台灣烘焙產業僑台商投資觀摩團、殺菌液蛋推廣講習會（3 場）及教育訓練班（3 班）等專班。為提供業界師傅發揮創意及競賽觀摩舞台，本所辦理台灣小麥麵粉「野創盃」麵包烘焙競賽、國產鮮奶應用創意大賽-樂活元氣早午餐、「紅豆、甘藷伴手禮創意競賽」、「好蕉情伴手禮創意競賽」、「全國特色米製伴手禮創意競賽」等比賽活動。

新的一年為豬年，傳統上豬好像好吃食睡，肥胖懶動。在五行業，豬屬水，水代表智慧，屬豬的人是聰明的。豬難得和他人衝突，它是合群的精神象徵。希望本所同仁謹記創辦及穀研所前輩們過去的刻苦耐勞精神，效法天豬的合群團結，新大樓去年完工啟用下，期許未來要朝向「全球烘焙與穀類食品交流國際化」、「研究技術與服務品質高價值化」、「人才網羅與深耕發展在地化」等三項目標邁進，以落實永續發展。G (本文轉載自烘焙工業第 203 期)



▲ 育秀基金會贊助的 2019 年 1 月 1 日青山碧水的大湖公園元旦音樂會，由宏碁集團創辦人同時也是智榮基金會董事長施振榮（右二）開場，並由台灣聲樂團演奏新年交響曲「飛越台灣」揭開序幕。



# FORMOSA NEW YEAR'S CONCERT

## 飛越台灣讓世界看見

台灣的聲音 2019 新年音樂會 觀眾熱情共鳴聲震大湖公園

文／董書芬

「新年快樂！HAPPY NEW YEAR 2019 台灣新年音樂會 FORMOSA New Year Concert，正式開始。」2019 年 1 月 1 日青山碧水的大湖公園，宏碁集團創辦人同時也是智榮基金會董事長施振榮為元旦音樂會開場，並由台灣聲樂團演奏新年交響曲「飛越台灣」揭開序幕。

為了不讓全世界知名的維也納新年音樂會專美於前，施振榮董事長表示，「台灣的聲音 2019 新年音樂會」是史無前例推出專屬於台灣的音樂會，希望藉此機會把台灣音樂推向國際，讓世界看見台灣；並且施振榮董事長表示號召 10 大產業領域的企業共襄盛舉，已知有宏碁、富邦、智威科技與聯華神通集團等，將以古典音樂的規格演出台灣的聲音，推廣到國際。

下午雖然天公不作美，風雨無阻在台北市大湖公園大草坪演出 3 小時，現場觀眾穿著雨衣、拿著傘，仍然澆不熄大家的熱情，專心聆聽由 70 人編制的灣聲交響樂團演出知名台灣樂曲，包括新年交響序曲、客家交響組曲、原住民歌謠組曲（賓茂 VASA 合唱團）、鹿港映象交響詩、四月雨小提琴協奏曲（音樂家曾耿元）、歌仔戲選曲（名伶唐美雲），搭配流行歌手同台演唱，兼顧台灣音樂多元特性。

此次演出的曲目，也特別挑選大家耳熟能詳的旋律，三代共賞回憶之音，勾起了許多美好的回憶與共鳴。會中施振榮董事長表示，如果能夠將台灣的聲音以古典音樂的規格推廣到國際，將成為提升台灣整體形象的新管道，期待年年舉辦，讓《臺灣的聲音》新年音樂會成為國際矚目活動。G



**Mio**<sup>TM</sup>  
all about you

## Mio 行車記錄器 進入越南市場

即時捕捉道路現狀 影像品質超高  
完整防護駕駛安心 吸引當地目光

文／神達電腦

神達數位旗下行車記錄器領導品牌 Mio，2018 年底於越南最大的城市胡志明市舉辦產品發表會，由總經理張樂羣帶領業務與行銷團隊，將 Mio 最高等級 MiVue<sup>TM</sup>7 系列具「碰撞自動傳，手機馬上上」功能的行車記錄器介紹給越南市場。當地重要媒體以及經銷商熱烈出席，對於行車記錄器產品充滿好奇與期待，現場互動熱烈，成功吸引當地的目光。

這次主打的 MiVue<sup>TM</sup>7 系列的 WIFI GPS 行車記錄器，提供以「All About You」的貼心體驗，可以捕捉清晰高品質的影像，以及即時事件影片備份功能，發表的系列家族包含帶頭的 Mio MiVue<sup>TM</sup> 792，採用 Sony 最頂級 STARVIS 星光級感光元件，增強夜間拍攝的效果，加上 Mio 獨家調整技術，增強畫面亮度到 4 倍，提高影像品質。

同樣具備「碰撞自動傳，手機馬上上」功能的 MiVue<sup>TM</sup> 786，可將影像透過 app 連接到手機上，備份分享更方便。

MiVue<sup>TM</sup> 7 系列可搭配 MiVue<sup>TM</sup> A30 後鏡頭行車記錄器，讓車後更多了完整防護。同時登場的還有最新 C 系列 MiVue<sup>TM</sup> C360 行車記錄器，配備大光圈、高清錄影與 GPS 定位，完整防護更安心。G



# 神達數位 建立新里程碑



## 神達數位

神達數位是神達投控集團旗下負責車用電子與智聯網的公司，另一個負責雲端資料中心的是神雲科技，以及負責智能環控、智慧工廠的神達電腦。我們的核心競爭力是聯網能力、衛星導航延伸的適地性服務，以及行車記錄器延伸的影像相關科技服務。主要產品線包含車用電子、物聯網產品，工業/專業用平板產品

## 行車記錄器 出貨達百萬

### 張樂羣訴說亮眼的辛酸 感謝同仁努力 勾勒平板車用市場遠景 期盼更上層樓

文/神達數位

今天慶祝行車記錄器出貨到達百萬台里程碑，猶記在2013年年底，和今天一樣大家聚在一起慶祝，行車記錄器出貨達到第一個門檻，在這幾年幾乎所有產品都被智慧型手機大幅取代的時代裡，還能有亮點產品誠屬不易；記憶猶新12年前，我們也曾經慶祝當時手持導航產品出貨達百萬台...，這些都是大家一起努力的成果，值得為自己喝采，也對同仁持續不斷的努力表達感謝。

從2010年推出行車記錄器的時候，這期間內部不斷有各種聲音，行車記錄器會不會只是另一個過渡性的產品？流行性產品？終究又要被手機取代？但經過這幾年的耕耘與深入市場了解，我們越來越有信心，行車記錄器每年持續成長，在經營的市場裡，皆以優勢第一名為目標，例如在台灣，我們的市占率過半，並且拓展各種通路，增加與多間車

廠的合作案；在日本，與客戶開始合作的第一年，關係就非常緊密，當年度的出貨量是原先預測的5倍；這股行車記錄器的風潮從台灣、日本吹向東南亞，我們也在去年重新進入東南亞市場，包含泰國、越南、馬來西亞、菲律賓等，切入與以往不同的通路，找到當地的夥伴一起開拓。

能有今天的成績，絕對不是碰巧遇到的，我知道很多同仁在專案內都水深火熱，這背後都是穩扎穩打的付出。有個案子5月kickoff，10月準時交貨，在這麼短時間可以交貨也讓客戶驚艷，這背後是有多少過去厚植的實力、硬體的研發，在加上平板產品



的經驗累積，總算才能開花結果。

## 車用市場的成長 DOP 提供更好的機會

與日本客人合作，他們民族的韌性，對品質要求絕對是不妥協，因為他們的客戶是車廠，所以面對車廠客戶要求時，甚至做到派一組五百人的團隊進駐車廠了解，這就是使命必達的精神，所以，若未來我們要跟客戶合作往車廠做，我們更要能準備好自己，第一個客戶做的好，贏得好口碑，「漣漪」效應會擴散開來，未來機會無限。

**T 客戶：「產品超乎我們預期的成功！」**

行車記錄器出貨超過百萬台，主要都是後裝消費性市場驅動，但是可以預見，後裝市場會逐漸飽和，車子隨著技術與應用演進，汽車改裝市場（Dealer Option Product, DOP）提供了更好的機會，所以勢必要跨入這個成長的領域，譬如在日本，一年大約有五百多萬輛新車，而我們的兩大客戶佔了DOP將近八成的市場，因為與客戶合作關係緊密，並贏得了客戶信賴，取得客戶研發的延伸，這是我們的價值。

**K 客戶：「全球市場唯一達標的就是日本，而在日本市場我們會達標就是因為選擇了MiTAC！」**

## 平板在車用與醫療發展可期 智聯網已創造持續服務的營收

平板產品我們投入了多年，總算將於2019年開花結果，可從幾個例子看出，例如客戶除了繼續下單外，還增加了維護費，然後再加入新產品，有的客戶則是增加不同型號下單，產品線從10吋、7吋一直展開。客戶對我們有極高的滿意度，也願意給我們更多機會去探索，對於營收能超過目標，我們深具信心。

前陣子我跟客戶的一位高階業務行銷在談平板在車用的機會，大家對於平板未來在市場上的應用，尤其是在租賃車上給乘客用的應用看法一致，而在服務的應用上，從原來飲食專賣店的點餐平板、桌邊平板自行點餐，到消費者行為與購物車結合的自行結帳，智慧零售的概念也逐步成形，而且已經有大賣場導入，於此同時，終端銷售系統（Point of Sales System, POS）領導廠商與我們合作產品設計，在未來將提供很好的成長動能。

另外一位客戶是美國上市公司的醫療公司，現在大部分的醫院還是在手動數紗布，這個客戶提供的是在手術

房與產房內用平板系統去計算紗布數量，手術中有多少紗布放進去、拿出來，避免醫療疏失與糾紛，客戶已經跟我們做到彼此信賴，軟體互相釋出測試。根據調查這塊市場機會高達3.8億美金，因為紗布就像印表機的耗材一樣，所以客戶也將投入更多資源，讓未來美國超過6.5萬個手術房都可以使用。

**S 客戶：「我們已經用**

**MiTAC 的平板產品，掃描超過兩千萬**

**次，沒有任何錯誤！這在時間緊迫的開刀狀況**

**下，提供一個非常穩定的方案，沒有任何在匆忙中掃錯的情況，我們非常滿意！」**

終於智聯網在創造持續服務的營收上有了成果，已經可以開始收取月費，代表服務轉型成功，這其中也做了很多調整，從一開始做醫院的服務，成效沒預期好，到後來與北美Subaru合作的純軟體導航應用服務大量裝載，接下來與美國紐約衛生署（Department Sanitation of New York City, DSNY）合作，以專業平板產品，加上路徑返回服務（Return to Route）的管理平台，每個裝置都可收取提供服務的月費，也陸續推廣到其他兩個城市，並進入最後篩選名單了，我們走在對的方向上，持續的堅持與執行有了成果。

## 未來的成長與機會 我們擁有很好的利基

談了很多現在的成果，接著談談未來的成長與機會，我歸納在專業平板與車用，兩個領域未來的策略方向：

### 第一、專業用平板產品與服務

過去平板產品定位在工業用途，早期偏重醫療，現在則逐漸轉為建立我們特定產業的專業知識與經驗，提供給客戶更有價值的服務，提到特定產業，首先會在車載領域上，這與我們一貫的專業延伸與其他產品策略有連貫性，且也有獨到之處，例如如何穩定的快拆產品，在車用嚴峻的環境中，如何穩定的克服震動與搖晃，如何在高溫中讓電池保持穩定，我們提供的技術含量，不是其他白牌可以匹敵的，另外在Hospitality（款待服務）上，從飲食專賣、販賣機到購物車等等，都是我們會持續投入建立專業知識的項目。

ADAS

在業務型態上，設計代工大型客戶、提供 off-the-shelves 產品的白牌客戶，與自有品牌三管齊下，在歐洲我們持續布建銷售渠道，除了要更了解我們產品的專精領域，同時需要兼顧經濟規模，因此對我來說，培養品牌力是更長遠的目標，品牌長大需要時間，需要完成方案與服務的布建，一步一步建立。

對於成熟老化市場，人口越來越少，能被購買的裝置將越來越少的趨勢下，唯有服務可以更長遠，所以要關注產業發展，在我們能發揮價值的產業投入，從軟體到解決方案，進而整體服務，需持續投資。

舉個例子來說，餐飲業客戶使用各種平板產品，操作中發現電磁爐干擾平板產品，造成觸控功能不能正常運作，需想辦法解決，對客戶提供技術支援與後續服務，是我們的價值所在。

第二、車用領域策略

行車記錄器是目前的亮點產品，我們將目標設為提高 B2B 的貢獻，經過多年耕耘，將與客戶變成更緊密的夥伴，進入 DOP 領域；而 B2C 的部分，將著重在東南亞與歐洲等區域性擴張，以歐洲來看，包含德國、英國與東歐，尤其在德國，去年德國高等法院已將行車記錄器影像做為佐證，而且在柏林國際電子消費展 (IFA) 上，有 8 家廠商展出行車記錄器產品，意味著是一塊很大商機。

通路的擴張也可以推升成長，從消費電子賣場、汽車百貨，到汽車經銷通路；例如近幾年我們在俄羅斯持續投入，每個區域的汽車通路經營方式都不同，如何用我們的成功經驗推廣到其他國家，也是個挑戰。另外還有一些市場，競品落後我們一大截，應該要把資源投入通路業務的布建與

經營，增加成長動能。

依據 Gartner 報告，從時間軸觀察車用趨勢，2021 年逾半數的車子將具備聯網功能，隨著時間與技術的演進，LTE、V2X 甚至是 5G 的導入會大成長，車聯網 Connected Car 勢必成為主流。不僅如此，參考其它多份研調報告，以及包含我去美國底特律拜訪客戶，聊到汽車產業的趨勢，離不開以下四項發展：

**一、電動車：**因為環保意識發酵，很多國家的政策都走向在 2030 年不用有燃料的汽車，雖然我們沒有涉及，還是要了解相關產業的趨勢。

**二、Connected Car：**車聯網可以衍伸許多的服務，包含音樂串流、即時交通聯繫或適地性服務，甚至是運用不同的技術聯網，達到相關服務。

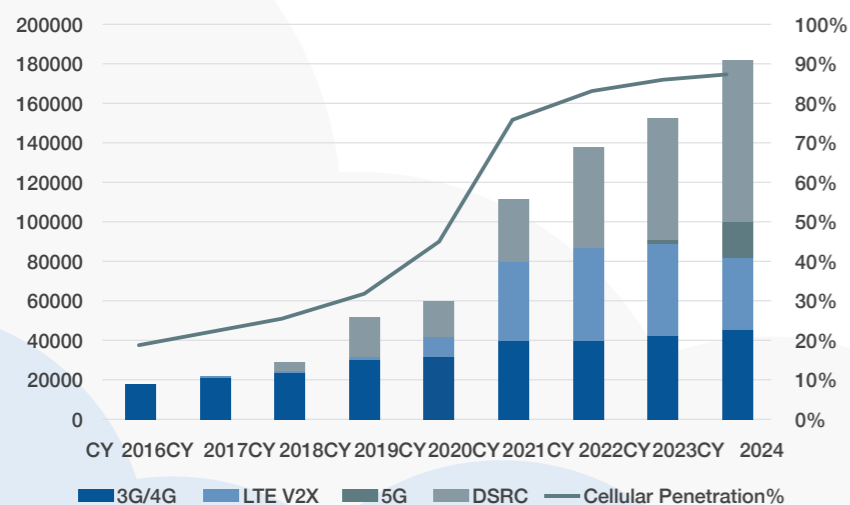
**三、Shared Service：**不只是 Uber 服務，而是包含連車子本身都可以分享，汽車產業躍躍欲試；日本已經先行，我們的客戶也有興趣，因為行車記錄一定會是產業的一環。

**四、自動駕駛：**可切分不同等級，但都是以安全駕駛為前提，提供更多先進駕駛技術，包含更多感測裝置、ECU 以及鏡頭等，可收集更多資料，其應用情境是把資料收集完後，直接演算並告知車子與駕駛，判斷出結果；急迫性的駕駛安全運算，需更依賴未來提供的在車上的演算服務。

在第二、三與四的趨勢，與我們擁有的核心技術相近，是很好的利基，如何延伸產品線、衍伸技術，為不同的可能性準備，例如一輛車子的鏡頭，1 顆、2 顆、4 顆以至於 13 顆，需要很多電腦與人工智慧演算，沒有 3 年的研發布局是不能完成。

要進入車載市場，切入點要準備好，從組織、管理流程與文化以及內化，如何落實都是關鍵，魔鬼都藏在細節內，

Become More Connected



**Key Technologies**

- Mobile Platform
- DSRC/ IEEE802.11p
- LTE V2X
- 5G
- Over-the-Air Programming
- Digital Security

Note: Aftermarket devices are not included  
Source from Gartner, Semiconductor Forecast Database, Worldwide, 1Q18 Update

Connected Car Trends



了解客戶的需求、不斷進步的流程、精益求精的內部品質管控、嚴格高標準的供應鏈管理，還有很多地方需要落實，我們知道只要不斷把自己準備好，更多用心，關關難過關關過，跨過去了，海闊天空。

「準備好資源來做事，準備好人來做事，沒有資源或是沒有人都做不好事，缺一不可，因為客戶的需求源源不絕，機會也是。」

2018 年是神達數位成立第一年，在大家的努力與各支援單位，以及苗先生與何董事長的支持下，順利達標，接下來我們要問自己，該如何準備呢？這取決對自己與對品質的要求，譬如要成為專業車用廠商，公司除了要投入資源與顧問費外，對於客戶報告要求 (24 小時、7 天內) 與產線的專精等，我們都要轉變。

B2B 與 B2C 不一樣，B2C 可從行銷或價格下手，馬上就能驅動成長；而 B2B 的客戶經營，可分 Build Up (布建期)、Warm Up (暖身期)、Ramp Up (成長期)，若現在沒有贏到案子，下半年就沒生意，因此業務更要時常與客戶往來，讓產品準時交貨，反之，若產品延遲，會造成業績持續遞延甚至失掉商機。既然掌握了籌碼，能否成功，取決於有沒有決心要去做。

改變，機會出現了  
穩定獲利是目標、是責任

我們正在改變，每個人都要靜心想一下，公司在調整，不管在業務、研發、支援部門，就算再怎麼繁忙，每個人都值得花個一小時想一下，我想要做甚麼？主動找主管討論，

需要那些支援？新的思維將形成新的文化。

能夠持續穩定的獲利，是目標、是共同的責任，也是我們的承諾，三年後再回顧，看見豐碩的果實。

記得 2014 年的公司 Kickoff 會議，我的標題是 Do or Die，畫面是一個人正在爬山，但繩子快斷了，2015 年是 We Can Make It，我知道我們現在充滿機會，最壞的時間過了，成長動能取決於執行的成果。G

More Information



董事長何繼武——  
神達數位基因：創新與務實

會議最後由董事長何繼武致詞，說明神數一路從 NBU (新媒體事業體) 到 MBU (行動通訊事業體)，再到 2018 年設立神達數位，成為一家公司，一路走來，有高峰，有谷底，更有跌跌撞撞，尤其是過去十年的挑戰，我們一路過關斬將，重新站起來，都是因為我們很好的基因，就是創新又務實，務實加上執行才會成功；張總經理已經把策略與藍圖勾勒完整，踏出美好的一步，接下來就讓我們一起執行，實現我們的目標。



# 火眼金睛

## Mio重機款專業記錄器

MiVue M760D 星光夜視雙鏡頭

分離式GPS機車行車記錄器



建議售價 **9990**

不少人都會以運動攝影機做為第一台行車記錄器，但漸漸就會發現，運動攝影機不是行車記錄器，所以內行人都知道車裝記錄器的重要。但因為台灣氣候潮濕，能夠經得起考驗的產品又是屈指可數，這次就讓本刊帶著讀者來看看，Mio這款專為台灣騎士精心研發的MiVue M760D吧！

### 產品特色

#### 星光夜視

鏡頭採用Sony星光級感光元件，可以呈現近紅外線影像，換句話說就是具有夜視的效果，但利用現今發達的影像融合技術，在弱光的環境下MiVue M760D可呈現彩色的夜視影像。



↑ 鏡頭要安裝在穩固的地方才不易造成畫面抖動，此次裝備車輛為Honda NC750X DCT。

#### 麻雀雖小 五臟俱全

主機內建有G-sensor及Wifi，僅有6×6×2cm的大小，對於機車族為一大福音。

→ 小巧的主機，泡進水裡也沒問題。另外要拔插主機也相當方便，不怕只拔記憶卡容易遺失。



#### 全機防水 安全可靠

Mio為了實現最佳的耐用度，採用類似Sony防水手機的防水蓋設計，讓主機擁有真正的防水效果，並採用金電容能夠耐高溫，安裝於重機上也更加安全。

#### 貼心設計

MiVue M760D的鏡頭與外接GPS多功能控制器均附有安裝3M背膠底板，且底板也預留束線帶孔位，單一零件多元安裝不會留下多餘的配件。

#### 專屬App 快速方便

MiVue Pro App適用Mio具有Wifi功能的機車行車記錄器，MiVue M760D觀看即時影像時，主機仍持續錄影。另外Mio官網可免費下載電腦版MiVue Manager影片瀏覽器，資訊更豐富。



↑ MiVue Pro App介面。  
← MiVue Manager介面。

### 實測報告

經過試車組安裝測試，可以看到MiVue M760D畫面相當的銳利，顏色雖然沒那麼鮮豔，但重要的車牌可清楚辨識，第一關可說是滿分通過。再來最常見的強光過曝問題，MiVue M760D表現可圈可點，白天逆光以及夜間市區拍攝基本上沒問題，但夜間僅有路燈的路段，因明暗對比劇增，表現稍微遜色，但靜止及車速差不大時還是能辨認車牌。

既然官方強調使用星光級感光元件，試車組特別找了接近全暗的路段測試，前鏡頭因為有車燈輔助，看起來沒有大問題，但後鏡頭影像仔細看可以發現，感光元件還是有感受到影像的，讓人佩服Sony的強大以及Mio工程師調校功夫了得。

MiVue M760D有Wifi功能，透過手機就能直接觀看及下載影像，許多產品在連接影像時往往需要不少時間，而找到需要的畫面又是費時，但MiVue M760D讀取速度十分快速，操作影像幾乎不會延遲，讓人印象深刻。下載單個1分鐘片段的錄像約需要3分鐘，但搜尋畫面片段真的超方便，而且專用的App也相當有設計感，可謂力壓群雄。

若要直接讀取記憶卡，就真有一點不方便了，因為防水蓋是使用螺絲固定，拆下需要精密十字起子，但試車組卻發現了這樣設計的好處，因為有防呆設計的小巧主機，拆裝便利，因此直接把主機拔下也不困難，而且這樣做就不會因為手殘，就將細小的零件掉入車體內，也算是強制為車主上了一道保險。

高畫質的雙影像檔案大小龐大，32GB的記憶卡大約只能錄製2小時的畫面，編輯部強烈建議讀者直接購入最大支援上限的128GB記憶卡來使用，但在購買時要記得選購真實寫入速度10MB/s以上的MicroSD記憶卡，這部分還要請各位讀者小心選購。

另外眼尖的朋友可以發現，影片當中有時速顯示，但有時我們不會希望時速出現，這方面Mio也幫大家想好了，只要透過手機設定主機就能關閉顯示，但要在錄影前就先設定，已經錄製的影像是沒辦法再更改的。還有Mio的GPS多功能控制器，是市面上少見將事件錄影鍵，與GPS模組整合在一起的產品，且體積小、質感佳，安裝更是便利，而且GPS多功能控制器上，還有一個按鍵較小的暫停錄影鍵，有特殊需求時可以先關閉錄影，算是非常貼心的小功能。（本文轉載自兩輪誌） **G**

### 兩輪短評

整體而言，MiVue M760D是個相當推薦入手的好產品，畫質、可靠度都非常高，在一萬元這個級別的記錄器要找到體積小、高畫質、內建G-sensor、Wifi、GPS功能，又具備高規格防水的機種實在是不多見，在琳瑯滿目的雙鏡頭記錄器當中，MiVue M760D絕對是經得起考驗的優質產品。

### 實測畫面

#### 行前設定

主機曝光值未進行更改，皆為原廠設定，閃爍頻率設定為60 Hz。

#### 晴天日間

畫面相當銳利，車牌清晰可見，在高架道路高速行駛下，畫面也相當穩定。



↑ 實測影片QR Code。



Front



Rear

#### 低光夜間

在光源僅有路燈的路段，又因大燈造成極大的明暗反差，讓車牌有時會看不見，但看見車牌時絕對能清楚辨識。



↑ 實測影片QR Code。



Front



Rear

#### 市區夜間

市區夜間有充足的光源，影像車牌清晰外，畫面更是銳利。



↑ 實測影片QR Code。



Front



Rear

#### 雨天

雨天也有著不錯的畫面品質，車牌依然清晰可見，另外雨天再厲害的鏡頭都會沾附塵污，建議騎乘後要擦拭前後鏡頭，確保下次騎乘的清晰畫面記錄。



↑ 實測影片QR Code。



Front



Rear



## 淡海輕軌開啟行動支付新紀元 捷運新體驗 神通拔頭籌 建立開放式電子票證新里程碑

▲淡海輕軌售票加值機可以用 10 國語言操作。

文 / 神通資料

淡海輕軌綠山線歷經初勘、履勘，於 2018 年 12 月 19 日獲交通部核准營運，新北市捷運公司隨即宣佈 12 月 24 日起開始試營運，一律免費搭乘，2019 年 2 月 1 日起正式收費。免費乘車期間平均日運量 2 萬 4400 人次，春節期間雖已正式收費，平均載客都有 2 萬人左右，以人數最多的春節農曆初三來看，旅運量更高達 2 萬 9907 人，儼然已成為北台灣的新景點。



▲神通第三代公車驗票機（上圖）與淡海輕軌驗票機（下圖）外觀不同，但核心元件與軟體相同。

淡海輕軌是北台灣第一條輕軌路線，所採用的電聯車又稱為「行武者號」，是一款動力分散式電聯車，從設計、製造到測試，全車在台灣完成，是台灣執行國車國造首例。

列車外型是以海為意象的流線型設計，全車採用水藍色系設計，與淡水地區的藍天海景相呼應，車廂內大型觀景車窗設計，更讓每一位乘客可將淡水河與觀音山的美景一覽無遺。

率先通車的綠山線，全線 11 站由藝術家幾米提供公共藝術作品，就連車站指示牌面、刷卡機也都看得見幾米，更是吸引海內外讀者與觀光客前來朝聖的亮點。

### 顛覆搭乘捷運習慣 涵蓋最多支付工具

神通資訊科技承包淡海輕軌收費系統工程，有了與捷運、高鐵不同的建置經驗，智慧產品事業群陳錫裕副總指出，淡海輕軌很顛覆一

般人搭乘捷運的習慣，包括開放式的候車站、無閘門的收費方式，為落實節能減碳，乘客上下車時需要按門上的按鈕才會開門，以及與一般車輛共用路權等，對民眾來說都是全新的體驗。

目前通車的綠山線共計 11 站，每站設有多功能自動售票機、驗票機（除起站紅樹林為三進三出，其他各站皆為二進二出），以及查票員使用的手持式驗票機。陳錫裕副總表示，神通在捷運及高鐵收費系統有豐富的經驗，但是輕軌的開放式環境還是頭一遭，為通過日曬及風雨的考驗，我們的設備在結構上承襲捷運票證系統的規格，但在材質上特別選用 316 不鏽鋼，以適應開放式環境。另外值得一提的是驗票機，淡海輕軌驗票機雖然外觀與公車驗票機不同，但內部的控制單元、讀卡模組，以及重要的核心軟體都是重用神通第三代公車驗票機的主要元件，這也是我們近年為降低成本、縮短開發時程、提高產品可靠性積極發展「共用標準」的具體成果。

為了配合淡水地區眾多外國旅客，以及國內新住民人口增加，售票機除中英文外，還有日文、韓文、馬來文、印尼文、越南文、泰文、德文與法文等 10 國語言；目前可使用的電子票證計有悠遊卡（Easy Card）、一卡通（iPASS）、愛金卡（icash）等三種，預計 6 月起包含 Apple Pay、Google Pay、Samsung Pay、iPASS x LINE Pay、Ali Pay、Union Pay、Garmin Pay、Fitbit Pay 及 Hami Pay 等九大行動支付服務將陸續上線，成為涵蓋全國最多行動支付工具的路線。「這是大台北捷運系統行動支付的新紀元，神通參與建置工程，深感與有榮焉！」陳副總肯定地表示。

### 無閘門的收費方式 單程票使用熱感應紙

為配合輕軌站開放式、無閘門、無法回收塑膠硬幣的收費環境，淡海輕軌單程票使用一次性的熱感應紙，票上印有票種、金額、起迄站等明細，以及供查票的 QR Code。陳副總指出，除了高雄輕軌之外，英國愛丁堡輕軌、維也納私鐵、芬蘭輕軌和韓國鐵路的單程票也都使用熱感應紙，可謂運用廣泛。

至於外界質疑熱感應紙「不環保」，陳副總表示，熱感應紙比一般印刷方式少了色帶、碳粉使用，其實相

對環保。當然成本也是重要考量，北捷的塑膠幣 1 枚就要 10 元，而熱感應紙一張僅約 0.16 元，兩者成本相差 60 倍，更遑論建置閘門的成本。

由於淡海輕軌車站採開放式無閘門設計，感應扣款設備設在月台，與一般公車、捷運使用環境不同，持電子票證進站、出站都要靠卡「嗶」一下，才能完成扣款，驗票員若發現乘客無票乘車，除須補繳票價外，還須支付票價 50 倍的違約金；如果下車忘刷將造成鎖卡，未解鎖卡前無法搭乘台鐵、高雄捷運、高雄輕軌等運具。陳副總解釋其中原因說，悠遊卡內的資料讀取欄位，淡海輕軌和台鐵是同一欄，刷卡紀錄會互相影響，因此只要搭乘其中一種交通工具被鎖卡，三種都會無法搭乘，而北捷資料是獨立的，不受其他大眾運輸工具的刷卡紀錄影響。目前在紅樹林站及台北車站（地下三樓台北捷運轉乘台鐵、台鐵進站入口前）都設有淡海輕軌解鎖卡設備，可以提供民眾搭乘淡水輕軌忘刷解鎖卡使用。

很多人認為無閘門的收費方式，考驗民眾的守法觀念，但根據新北捷運公司的統計，淡海輕軌自開始收費以來，平均 1 天只有 1.67 人次被查到沒有刷卡，佔比例相當低。正如新北市前市長朱立倫在通車典禮上所說的「其實台灣是越來越進步的社會，相信市民都非常守法，也有榮譽觀念。」我們從淡海輕軌不只看到台灣票證系統的多元與前瞻，更看到民眾素質的提升。G

### More Information

#### 關於淡海輕軌

新北市「三環三線」之一，第一期路網主要分為綠山線及藍海線兩條路線，全長 9.55 公里，設置共 14 站；第二期路網則為藍海線的延伸，長 4.44 公里，設置 6 站。綠山線總長 7.4 公里，設置 7 座高架車站及 4 座平面車站；藍海線與綠山線 1.21 公里共線，第一、二期總長 7.86 公里，不含共線段設置 9 座平面車站。除了綠山線及藍海線兩線，淡海輕軌還有往北延伸至三芝區為三芝線，以及往西延伸至八里區為八里線的未來規畫。

#### 輕軌和捷運的差異

輕軌與捷運均屬都市軌道運輸的大眾捷運系統，依據運量區分為重運量、中運量及輕軌三大類，一般捷運（即重運量及中運量系統）載客量較大，惟建設成本也較為昂貴，有專用路權；輕軌的特色為深入人群、融入都市建設與景觀，沒有專用路權，車站設計較為簡約，沒有封閉式的閘門，僅設置刷卡機供旅客進出站時刷卡搭乘。基於環保考量，輕軌列車車門與捷運列車自動開啟不同，係由旅客按鈕開啟車門上下車，是較為友善的綠色運具。



## 科技打造無人飛行載具偵防系統 神通協助海巡署 建置計畫奏功

文／神通資料

海巡署自 107 年 4 月 28 日改隸海洋委員會，主要任務為「海域治安」、「維護漁權」、「救生救難」、「海洋事務」及「海洋保育」等。為持續守衛藍色國土，實踐核心價值，為我國海疆的永續發展，開創新局，已完成規劃成立 5 個 UAV 無人機中隊，先期於 107 與 108 年試辦計畫籌建 20 架「旋翼型無人飛行載具」，盼提升查緝海域治安偵查、近沿岸漁作檢查、海上救生、海汙檢查及專案任務動能，並機動支援所屬單位，建構三度空間（陸、海、空）機動打擊兵力。



**無**人飛機 (Unmanned Aerial Vehicle, 簡稱 UAV) 或稱無人飛機系統 (Unmanned Aircraft System, 簡稱 UAS) 係指不需要駕駛員登機駕駛的飛行器，而是透過無線通訊系統從遠端操控或完全自主飛行，包含：傳感器技術、通信技術、資訊處理技術、智慧控制技術以及航空動力推進技術等，是資訊時代高技術整合的產物。依飛行機制，UAV 可分為定翼機及旋翼機等二大類，定翼機雖具有載重量大、續航力高及穩定飛行等優點，但亦有起飛和降落需要跑道，機動性低的缺點；而旋翼機則具有隨時起降、機動性強、不需要跑道起降等優點，更能符合海巡署在岸際沿海岸線 3 海哩內及巡防船艦上機動起降、固定巡航及定點旋停偵蒐、救護、監控的作業特性。

海巡署長陳國恩 3 月 1 日前往第四巡防區指揮部巡視新啟用的 UAV 無人飛行載具系統；他說「科技輔助，是海巡署會持續前進的方向」。並在「CGA——海巡署長室臉書粉絲專頁」貼文說：這兩天，我到北部及中部分署的幾個單位看看大家。在第四巡防區指揮部時，



雷達操作員辛士官長很驕傲地對我說：「我們是藍色國土的眼」。

陳國恩署長表示：台灣四面環海，海岸線含離島長達 1800 多公里，要怎麼運用科技，在降低人力負擔的同時，又能提升執法救難的效能，讓這雙守護國家的「眼」，能夠看得更遠、更清楚，顯然是當前刻不容緩的課題，透過同仁深入的解說及操作示範，我看到我們使用的 UAV 無人飛行載具、紅外線熱顯像系統，在海上搜救、執法蒐證，以及辨識海上可疑目標等不同的任務上，將能起到相當大的作用，這也顯示出海巡執法救難的硬實力不容小覷。未來，也要持續精進。

這雙守護國家的「眼」—— UAV 無人飛行載具系統，就是由神通資料公司於 107 年協助海巡署所建置，由於海巡署在勤務執行過程中，受限岸際地形及車、船機動性，無法快速抵達現場，失去打擊犯罪機先與勤務資源浪費等情事。而由於無人機具有機動、迅速出動及空中隱密偵察等特性，極適合應用於海巡署海上及岸際執行勤務，神通資料結合無人機作業的特性，為海巡署打造了 20 架「旋翼型無人飛行載具」，以發揮其勤務部署效益，達到機動打擊與緊急救護目標。

海巡署所應用的「旋翼型無人飛行載具系統」，採用 AXH-E230RS 型旋翼式無人機，並由神通資料負責長距離無線電通訊設備、光學及熱影像雙光攝影機，搭配最新奈米碳管 (CNT) 長效型電池，經由神通資料於 94 年原建置之「艦船寬頻衛星通訊系統」與岸際 4G 系統連通，將即時影像傳輸至遠端海巡署情資中心，進行遠距離監控，並著重通訊網路、資訊安全等系統介接整合項目。

本案計畫主持人智能網通處許貴軍處長表示：海巡署無人機依其勤務應用規劃，均位於海岸沿線及船艦海上巡防區域，極易遭受環境風力及雷達信號干擾影響，本案採用的「旋翼型無人飛行載具系統」，係由台灣自行研發、設計、製造的一款專業型高升力單旋翼無人直升機，有極佳的抗強風、耐候特性，並以高效率電動無刷動力系統，

搭載最新奈米碳管 (CNT) 長效型電池，於實際飛測過程突破 60 分鐘以上的續航力，且其低震動，操作容易，使無人機在目標物上空 120m 左右盤旋蒐證，不易被發現，並以機體搭載高抗干擾設計遠距無線通訊設備，可將高解析雙光攝影機 (同時具有光學與熱顯像) 取得的高清影像，在 30 公里外遠距即時傳輸至地面導控站監控，並透過神通資料自行開發的衛星 (船艦) 及 4G (岸際) 即時影像壓縮系統，傳輸至海巡署署部情資中心，進行遠距離監控，使無人飛行載具可廣泛運用在即時偵蒐、監控、救災勘查、情資掌握等作業範圍。

由於神通團隊豐富的海巡署通資、訊網路應用承作，具有豐富經驗，本案 107 年 8 架已順利完成驗測結果，分別配置於海巡署所屬岸際 (4 架) 及船艦 (4 架) 等單位執行勤務，並在歷次的海巡勤務操演與日常的巡邏偵察中已發揮偵防即時影像傳送、機動救援等作業成效，深獲海巡署各級長官高度肯定與讚賞；在本 (108) 年度持續製交 12 架無人飛行載具後，將可協助海巡署達成第一階段無人機隊 (UAV 中隊) 建軍任務，對於海巡署五大核心任務 (海域治安、維護漁業、救生救難、海洋事務、海洋保育) 的執行將會有極大助益，也為無人飛行載具的運用再添一新例。

無人機在各個領域得到了廣泛應用，除軍事用途外，還包括農業植保、電力巡檢、警用執法、地質勘探、環境監測、森林防火，以及影視航拍等民用領域，在國內將無人機在警備巡防及海岸監控領域的應用仍是首度的嘗試。且其適用領域還在迅速拓展。

無人機是未來航空發展趨勢之一，當前在航空機體材料、飛行定位、航空控制等技術領域已有所突破。旋翼型無人機隨著技術成熟，零配件成本降低，搭配起降空間、安全級、穩定性、滯空時間拉長等特性，將成為市場熱點。本公司除了海巡署在海巡空中偵防的應用外，未來更會依無人機的特性，規劃擴大更多、更廣的應用領域。G



## 艾迪訊圖書館解決方案亮眼國際 大有國中 科技辦學讓世界看見 經典範例 譽滿桃園市智慧學校

文／董書芬



大有國中校長  
陳家祥

點開大有國中學校的網頁，首先映入眼簾的「大有國中推動全校智慧教室環境」相關訊息，除了台灣各校前來取經外，還有來自新加坡、馬來西亞、芬蘭等國來校參訪，以及獲得「第二屆兩岸智慧好課堂國中綜合組第一名」等消息，滑鼠往下滑動，在「榮譽榜」上第一則顯示了「參加 107 年度閱讀教學設計徵選榮獲特優（第一名）」，滑鼠繼續向下滑動，在最新消息裡，第一則是「閱讀專題報告格式下載」...

大有國中圖書館於去（2018）年元月份「轉型」為智慧圖書館，圖書館增設自助借還書機，也建置圖書殺菌機、通道感應門等，逾 3 萬本書可透過智慧刷卡自助借書，大有國中校長陳家祥表示，以前借書要排隊，還要透過志工媽媽幫忙，登記才能借閱，現在只要花 10 秒鐘就可借書，一節 10 分鐘的下課時間，就可以有 60 人次借書，不僅在借書量與借閱人次都明顯增加，更大幅提高學生閱讀課外讀物的興趣，顯見圖書館的轉型效益。

「今年農曆年後，學校便啟動智慧校園，包含人臉辨識、智慧停車系統，確保校園安全，並發給七年級學生每人一支智慧手環，學生可用手環搭乘公車、購物、

校內圖書館借書，便利性更上一層樓！」陳家祥校長指著手上的智慧手環說。

### 借閱圖書數量遽增 學生自助自主性攀高

桃園市在去年選訂包含大有國中等 3 所學校試辦智慧校園圖書館管理，由艾迪訊建置的大有圖書館已於去年 1 月啟動，桃園市教育局選訂在大有圖書館舉辦了揭牌記者會，依據新桃園智慧城市旗艦計畫之智慧校園圖書館，以學校現有圖書館增置 RFID 技術設備，運用 RFID 技術結合市民卡，建立可無人自助管理的智慧圖書館，包括以讀者服務為中心之智慧管理、RFID 圖書館安全發報系統之門禁管理、自助借還書服務及行動圖書館 APP 等智慧服務等。

導入新一代智慧圖書館整體解決方案，包含 InterREAD 圖書館自動化系統、IDSmart 智慧圖書管理系統及入口網系統，刷卡借書只要 10 秒，提昇「借閱量」與降低「營運負擔」，借由智慧設備系統，提高



▲左圖：在大有國中服務多年的志工媽媽。中圖：IDSmart 圖書除菌機與桌式自助借還書機。右圖：館員工作站可支援借閱、還書、讀取、轉置、植入資料、上/解安全碼、書籍分類等功能，一機多用。

學生自助及自主性，以「由下到上的自發閱讀風潮」取代「由上到下的推薦模式」。

此外在空間規畫上，改造既有空間氣氛，增加學生進入與停留時間，以提昇「閱讀時間」，並將服務區放置於空間中央，以半透明的方式將會議空間與閱讀空間分隔，降低會議空間之嚴肅感；另外還增加樹型展示架，以青少年專區或教師推薦讀物為主，讓含金量高的經典書籍能同時與網路流行熱門書籍的曝光率相當。

陳家祥校長表示，導入智慧圖書館後，為提高學生閱讀課外讀物，學校舉辦書展、購買由校內每位老師挑選的新書、閱讀老師會寫書摘等方法外，在彈性學習時間訂定國文部份，針對閱讀理解加強，設計課程教孩子學會研究方法（從動機、過程到結論），包含閱讀圖書館內相關的書籍，「如果閱讀理解能力弱，孩子看題目較吃力，而且發表能力也很重要，所以在學期末時，會要求孩子上台將研究成果作發表，除了提升閱讀理解力，同時訓練表達能力。」

從教育會考的成績來看，與桃園其它學校相較，大有國中的成績名列前茅，陳家祥校長指出，能為學校爭取的經費，他都努力爭取到了，從智慧圖書館、智慧教室到智能校園，還進一步建設 IES 雲端補救學習平台和智慧教室遠距教學，在陳家祥校長的帶領下，已成為桃園市智慧學校的經典範例。

### 校長率先科技領導 帶動教師專業成長

「校長的科技領導會帶動教師專業成長，教師專業成長會產生學習成效提升，專業學習社群（professional learning community）產生更多教學創新。」陳家祥校長細數「智慧工具」帶來的好處。

利用智慧教室能有效縮減學生學習成效之差異，超過八成的老師都改變了上課的方式，超過 90% 的課堂，已經能常态化運用智慧教學系統；IES 雲端補救學習平台，可分析段考成績，深入診斷、分析試題及學生學習上的困難處，協助同學找到學習盲點，予以補救。

「智慧工具」是催化劑，會產生化學變化，大有國中在陳家祥校長的變革管理下，科技已變成學校的文化，陳家祥校長室的櫃子上，整排的獎狀、獎盃，其中最值得驕傲的是大有國中參與 2017 全球教育創新獎（Reimagine Education Award）競賽，獲得 ARVR（擴增實境與虛擬實境）獎項的銅牌大獎，此競賽又稱全球教育界之奧斯卡獎，參賽隊伍來自全世界 1,000 多個頂尖大學、企業及研究機構。大有國中是此次唯一代表臺灣入圍的隊伍，也是唯一以中學名義國際合作參賽獲獎。

陳家祥校長的科技領導，成功的將台灣教育創新推向國際舞臺，讓世界看見。G

#### More Information

##### IDSmart 智慧圖書管理系統

採用最先進的 UHF 技術，可大幅降低圖書館館員工作，提供讀者更優質而便捷的服務；另一個重要目標，在於能將圖書館員的角色定位由傳統的第一線服務者，演變為退居第二線但卻擔任更重要且機器無法取代的工作為主，原本第一線的工作，例如櫃檯提供的讀者借還書業務此類負擔龐大但實屬例行性的工作，則儘量交由科技化設備代勞，讓館員有更多的心力可以專注於更有價值、科技無法取代的工作，如此將可在有效降低圖書館人力需求的同時，提高服務效率與品質。

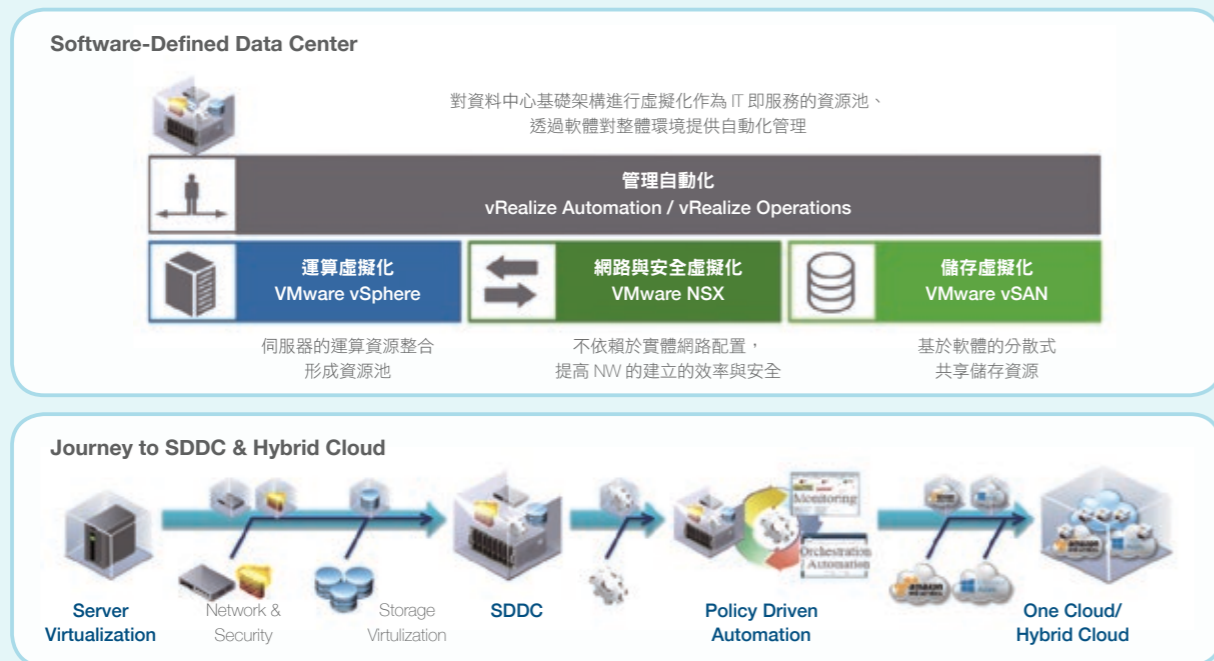
##### InteREAD 整合性圖書館自動化系統

是圖書館後台的管理機制，該系統採用 Web-Base 架構，無需安裝軟體，管理便利為其優點；而設計活潑的讀者查詢介面，以及多元的各項個人化服務，更是可讓全校師生耳目一新的驚艷之處；而從管理角度而言，無論讀者、館藏以及相關紀錄都能更快速有效且正確的被管理，無疑是提升圖書館核心競爭力的重要工具。

# 剪得斷 理不亂 四大護法—監控機密資料 神通資料 SDDC 萬無一失

文/神通資料

## ▼ SDDC 的建置策略



軟件定義資料中心 (Software-defined Data Center, SDDC) 指資料中心裏所有的資源，包括計算、存儲、可用性、網絡和安全等等都以虛擬化、自動化方式加以管理，所有 IT 設備成為虛擬裝置，IT 技術人員只須以軟體配置，即可自動進行定義的規則、框架、政策和協議，運行資源將更為靈活並易於擴充。

神通在 2011 年推出的第一代 MiCloud 已具混合雲雛型，除內部使用外，還以公有雲服務模式對外提供租用，或作為承包系統的基礎架構，是臺灣很早就開始提供的本土公有雲服務。

2017 年神通再推出 MiCloud2.0，改以 VMware vCloud Suite@ 打造基礎架構平臺，提供私有雲即服務、實體轉虛擬、資料中心遷移、災難回復備援及自動擴展服務，導入網路虛擬化技術 NSX，提升管理效率及安全性，是臺灣少數導入 NSX 網路虛擬化的資服業者。

神通資料丁玉成副總表示，由神通資料導入 vCloud Suite 打造新一代 MiCloud，也就是「智慧服務發展平台」，解決了集團內部 IT 資源浪費的問題，加上整合業界領先的網路虛擬化技術 VMware NSX，讓虛擬機與相關網路與安全性原則在資料中心之間快速遷移，不會中斷任何執行中的應用程式，以微分段 (Micro-segmentation) 確保平台資料安全無虞，打造出整合混合雲自動化管理的 SDDC 解決方案。

神通資料的 SDDC 解決方案以四大保護機制及一即時監控維護機制，有效保障機密資料的儲存、傳輸、使用及管理：

**一、服務不中斷：**vMotion 功能可將虛擬機移轉至其它可用主機，以確保在維修、效能調整或是發生異常狀況下，各種資料

服務不中斷；VMware DRS 則提供自動化平衡機制，適度將虛擬機器遷移到有更多可用資源的主機上，確保每個虛擬機器在任何節點都能及時地參閱相應的資源。

**二、備份不中斷：**透過 Veeam 的備份，針對雲端資源平台上的虛擬機進行資料保護，可因應不同應用需求，提供多種備份與還原模式。

**三、還原不中斷：**每台虛擬機皆有 RAID5 資料備援的保護機制，當存儲磁碟損壞，可快速校驗恢復損壞的數據，確保資料還原不中斷。

**四、微分段防護：**VMware NSX 以微分段 (microsegmentation) 方式，在數據中心及雲部署環境中，以更細粒度的流量分段，將工作負載隔離並單獨保護它們，有效提升抵禦攻擊的能力。

**五、vSOM 監控分析平台：**整合神通客服與雲端平台，運用 vSOM 功能，提供維運服務，包括平台監控、警告訊息通知、異常狀況處理、效能分析、預測分析等，並且產出相關報表作為後續決策之用。

神通 MiCloud 自採用 VMware 方案以來，屢獲政府單位信任採用，包括財政資訊共享服務平台及新北市雲端資源建置等，皆是以 VMware 的 SDDC 所建構。

在台灣雲端發展的道路上，神通一直走在最前線，除了在 2017 年獲頒 VMware SDDC 最佳應用獎，又於 2018 年由神通資料雲平台與代理事業群張正憲榮獲 VMware SDDC 最佳技術整合獎，我們以深厚的技術及規劃整合實力，與 VMware 在虛擬化及雲端計算的創新發展，互相搭配如虎添翼。G

# 多功能通訊整合平台新登場 行控中心最佳領航員添利器

文/神通資料

不論是捷運、高鐵、機場等交通運輸，行控中心都必須匯集大量資訊，以利中心人員進行當前狀況判讀並及時反應，但資訊形態多樣，包括文字、影像，以及不同介面的語音、資料傳輸，如何在短時間內將資訊有效傳達至關重要。

神通資料打造的多功能通訊整合平台 (Communications Multi Function Terminal, CMFT)，全面整合行控資訊的呈現，目前已導入環狀線，並在 14 個車站、17 台列車進行第一階段的建置，此外也預留了環狀線 2、3 期需擴充的部份，相信對未來台北捷運的管理將大有助。

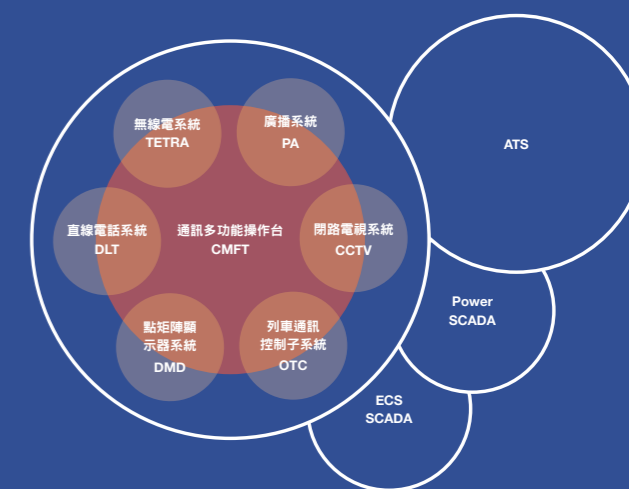
## 新整合系統 一網搞定 資訊及通訊 一目了然

CMFT 整合了人機介面的工作站，包含通訊系統 (通訊系統無線電系統 TETRA、閉路電視系統 CCTV、廣播系統 PA、列車通訊控制子系統 OTC、點矩陣顯示器系統 DMD、直線電話系統 DLT)、自動列車訊號傳遞號誌系統 (ATS)、電力系統 (POWER SCADA)、環控系統 (ECS SCADA) 等，協助行控中心控制員進行全方位的車站管理，所有通訊方式亦整合於同一介面，可快速回應列車與旅客事件，加速事件處理效率。

CMFT 將列車營運資訊、通訊系統狀態、軌道系統設備狀態及各項通訊系統介面整合顯示於同一個操作終端，讓操作員能即時控制、管理和監看行控中心、機廠、車站、列車上各子系統實際狀態。此外還可透過遠端發佈車站火災警報的發布、監控車廂內部並即時排除緊急事件。

CMFT 是以直覺式操作想法為設計概念，以功能→目標→內容的操作流程讓操作人員可輕鬆使用。介面為直覺式觸控螢幕，前台操作選項以簡單化的常用功能為主，後台處理其他細部運作項目。透過整合的通訊終端，操作員能更簡易

## ▼ 通訊多功能操作台 CMFT (Communications Multi-Function Terminal)



的進行通話、操作、控制、管理和監看，並快速對列車及旅客進行事件回應與處理，加速處理效率。

## 備援使用 服務不中斷 模組化產品 可彈性擴充

系統提供完整備援機制，包含系統熱備援、異地備援、資料庫備援等。系統能夠依據客戶需求，調整及修改人機介面與操作程序，滿足不同業務與操作需求。CMFT 的開發是以高度模組化為考量，除了將必要的內部介面定義清楚之外，外部介接部份需有標準化 SDK 程式，方便未來與其他廠商介接整合，未來有新的車站要擴充加入，可將模組化的車站直接進行程式複製及調整，即可完成一個新車站的程式建構。CMFT 也可廣泛應用於大樓門禁、校園管理、機場監控，以及其他需要通訊管理的場域。G



# 神通資料 展示 SugarCRM 打造 Modern 客戶關係管理

文 / 神通資料 吳旻博

群環科技雲端事業部主辦雲端時代產業轉型分享會，邀請終端客戶，共同聚焦在雲端遷移、備份、災難備援等各種雲端應用，需要考量的挑戰及相對應的解決方案。神通資料受邀分享，如何以現代化 CRM 思維來經營客戶關係。時代的改變極為迅速，企業也必須與時俱進，CRM 的改造已經迫在眉睫，如何實現以「顧客為中心」的經營理念，並重新設計銷售及服務的作法是企業競爭力的關鍵。

公司使用 CRM 最初用意在於提供「由內而外」的效率，也就是提高業務、行銷和客戶服務組織的營運效率。透過衡量運營指標，來檢視公司的業務收益，例如降低營銷成本、更有效的預測商機或縮短服務解決時間。由於可以看到真正的投資回報率，CRM 成為了現代化企業的基石，並延續至今。

現代化的 CRM 著重在「從外到內」和「以客戶為中心」的觀點，不僅僅是提供運營效率，更可無縫隙的連結並支持客戶與公司的所有互動過程 (End to End Engagement Journey)，獲得滿意度和長期忠誠度，協助公司提供差異化的客戶體驗。

神通在分享會上特別指出，現代 CRM 的精神與作



法，與過去的「客服中心」CRM 是截然不同，選擇現代化的 CRM 平台需要有長遠的策略考量，SugarCRM 於全球及台灣的已有多個成功導入案例，受到業界推薦：(1) 具高度整合性：企業內部的數據和流程孤島變得更加明顯。在 SugarCRM 上一次包含三大模組平台，統一數據與流程。(2) 可擴展性：SugarCRM 允許用戶擁有程式碼，可讓企業不被廠商綁架，擁有最佳 TCO (Total Cost of Ownership) 輕鬆擴展打包 CRM 內功能的應用程序。(3) 好用上手的介面，讓使用者輕鬆使用。G

## 傳統與現代化的客戶關係管理精神比較

傳統	現代化
客服中心：Customer Service Center	跨部門系統整合的客戶成功中心：CRM-Customer Success
1. 以單次交易來看事情	以經常性的參與來看 recurring engagement
2. 服務是成本	服務是口碑行銷
3. 削減成本 (守)	貢獻銷售額 (攻)
4. 單向為主	雙向、共同參與為主
5. 事務工作	人性化的經營工作
6. 接線生的工作	幫助客戶成功的工作
7. 電話回答 單一管道	電話、機器人幫手及現代化各種社交 / 溝通工具等複合管道。(Omni Channel)
8. 大眾行銷	精準行銷



# 打造新模式協助企業數位轉型 神通資料攜手 Google Taiwan TechDay 深獲資策會好讚譽

文 / 神通資料 葉雅禎

## 產業經驗 + 雲端解決方案 = 企業數位轉型

神通資料作為代理 GoogleCloud Platform 在亞洲區的首席夥伴，早期就曾推廣公有雲服務給予資策會部分單位做測試，今年擴大推廣力度，在 Google 101 大樓邀請資策會各單位前來聆聽神通資料分享最新雲端技術。

神通資料策略技術中心常祥協理致詞時指出，透過與國內資通訊產業重要推手資策會合作，相信能打造出全新的合作模式包含 AI/ 雲服務等，並將研發成果實際應用於產業界，帶動整體產業發展。

資策會代理執行長蕭博仁也親臨會場表示，很榮幸能與神通資料及 Google 展開更緊密的合作，企盼透過雙方技術與資源整合、聯手執行合作計畫，共同開創資通訊新興產業與應用的新契機。

蘇亮董事長更抽空前來與工程師共同聆聽講座，同時表示身為資策會的董事成員，神資將與資策會攜手運用最先進的雲端技術來服務產業界。

此次的 Google TechDay，Google 與神通資料透過完整的 GKE 容器化、無伺服器運算、代管服務等解決方案的經驗分享，提供資策會在企業轉型輔導上，給予企業更多技術支援，同時增加企業營收和技術實力，豐富詳盡的內容，資策會給予近滿分的好評。

## ☑ GKE (Google Kubernetes Engine) 容器化 雲資源輕鬆調度

企業常面臨的雲資源配置調整，現在只要點擊滑鼠，就能使用由 Google 管理的 Kubernetes 叢集，透過此高效能且彈性十足的基礎架構，任何企業就能自行輕鬆調整資源配置，大幅提高 CAPEX/OPEX 的實質效益；另外搭配現場實際演練 GKE 實作環境，讓資策會工程師快速上手。

## ☑ 人力更活用！ Machine Learning (ML) Engine 代管服務

此外，企業開發人員與數據資料學家，可藉由代管服務建構出適應於 (adaptable) 企業內部商業需求的機器學習模型，並投入到企業資訊技術環境中實際運作，學習模型不但能讓企業輕鬆套用，內部人力資源可做有效地運用外，企業還可獲得實際效益，同時增加企業營收。

## ☑ Google TechDay 大獲好評 下一步擴及企業

這次資策會參與的 Google TechDay，活動結束後經過不記名的評價統計，獲得平均 4.36 分 (滿分 5 分) 對 Google 與神通資料的高度肯定，顯見本次活動對資策會頗有助益，資策會也期待今年能夠針對各個研究所和營運中心，展開更多進階模組的工作坊，藉由技術提昇來提高回應市場的速度，減輕其成本負荷，徹底發揮 GCP 的優勢。G

# 聯強推廣智慧家居 代理家電新品獨特

文 / 聯強國際



聯強國際積極推廣智慧家居應用，針對注重時尚設計與生活品味的消費者，引進新款高質感造型藍芽無線揚聲器 EUPHO E3，從產品的外觀設計到揚聲器本身具備高規格音質功率輸出，均可滿足使用者輕鬆打造出或溫馨寧靜、或優雅沉穩、或歡樂動感的各種生活型態。

EUPHO E3 由聯強取得獨家銷售代理權，目前推出最受消費者喜愛的黑、白、紅三色，藍芽無線揚聲器 EUPHO E3 本體造型是有如大型地球儀一般的球形外殼，搭配可拆式實木三腳架，不管放置在客廳、起居室、書房、臥室，均可融入不同的居家環境，並展現出個人獨特的風格，成為最適搭的品味擺設。

與其圓潤碩大的球體造型截然相反的則是超輕量，聯強表示，EUPHO E3 機身淨重僅 1.5 kg，內置 4400mAh 電池，可支援 22 小時連續播放，不僅適合家居環境，其本身配備真皮提把，易於攜帶外出，轉換不同場域，不管是參加親友戶外派對或是野外露營狂歡，都能營造出聲色俱全的獨特氛圍，創造出更多精彩生活。

EUPHO E3 由新加坡商 UB+ 設計製造，UB+ 為專業藍芽揚聲器製造商，產品以時尚簡潔的風格與造型獨特創新著稱。此次推出最新



▲ 聯強表示，藍芽無線揚聲器 EUPHO E3 淨重僅 1.5kg，支援 22 小時連續播放，不僅適合家居環境，其本身配備真皮提把，方便攜帶外出，不管是參加親友戶外派對或是野外露營狂歡，都能營造出聲色俱全的獨特氛圍，創造更多精彩生活。



款的 EUPHO E3，顛覆過去揚聲器多採方正的音箱結構，挑戰圓形設計，並使用 ABS 射出成型技術生產外殼，兼具質感與超輕量的雙重優勢。EUPHO E3 的球形專利設計，可達到 60W 放大功率、100 分貝音量，具備立體環繞效果，在重低音表現也超乎水準。

## 在台代理 ECOVACS 科沃斯機器人 通路配合銷售量與市占率快速成長

此外，聯強也取得 ECOVACS 科沃斯機器人在台代理權。聯強指出，其中 ECOVACS 科沃斯機器人全球銷售告捷，突破 350 萬台，台灣市場在聯強全通路配合下，銷售量與市占率也快速成長。

ECOVACS 科沃斯機器人在美國市場於黑色星期五購物節期間，銷售成長超過 1 倍；在歐洲地區 DEEBOT OZMO 930 被選為消費者最愛的產品，穩佔

歐洲地區掃地機器人第一名；在日本則是以 DEEBOT N79 機型，位居日本亞馬遜網站最暢銷的機器人產品。

聯強表示，過去 ECOVACS 科沃斯掃地機器人在台灣市場宣傳較少，但其以高性價比以及市場獨創的智慧建圖特色，早已在亞太市場搶下第一大掃地機器人寶座，聯強看準科沃斯在居家清潔機器人產品的軟硬體創新能力，雙方自去年第三季開始合作在台銷售，藉由聯強全台最完整的科技產品行銷通路，在近年來節節升溫的掃地機器人銷售戰場創下佳績，一舉擠進前三大。

隨著創新科技與人工智慧逐步導入居家應用，聯強看好智慧家庭與 IoT 物聯網結合的新商機，2019 年將有更多令市場耳目一新的嶄新產品與應用服務推出，結合原廠的創新開發能力與聯強世界級的銷售通路，讓尖端科技、智能應用成為消費者更聰明便利的生活日常。G



▲ 左圖：配備電控水箱，可以根據環境需求調節用水量，進行智能濕拖清潔功能。右圖：可根據不同的地面材質調節吸力，遇到地毯自行加強清掃。



## 聯華氣體 氣體解決方案供應商

### Total Solutions Provider for Gas Supply.

聯華氣體工業股份有限公司是由德國林德集團及聯華實業股份有限公司共同投資設立，是台灣最大的工業氣體製造商，身為台灣氣體工業製造的領導者，我們的專長和能力涵蓋整個氣體供應鏈 - 從氣體生產設施的設計和建造，到運輸、配送、氣體應用解決方案、安裝和量身訂製的物流服務。

專注客戶需求與市場發展趨勢，為各行各業開發一系列的氣體生產裝置和供應方案，提供眾多氣體產品和相關解決方案以滿足客戶的需求。



管路供應方案 Pipeline Distribution



大宗氣體供應方案 Bulk Distribution



現場供氣方案 On-site Distribution



瓶裝氣體供應方案 Cylinder Distribution



# 2019 幸福粉簡單 袋袋傳承

聯華實業



超過半世紀的堅持與用心

陪伴您用一袋袋

傳承一代代



邀請您來外帶幸福!

2019台北國際烘焙暨設備展

▷ 日期：3/15(五) - 3/18(一)

▷ 時間：每日10:00-18:00

▷ 攤位：南港展覽館4樓M812

立即索票  
免費入場



Taiwan Wheat Flour

採台灣小麥 體驗新食感  
台灣味麵包 濃濃在地情

文/聯華實業

什麼是台灣味的麵包？用台灣小麥加上在地食材做出的麵包，才是正港的台灣味麵包！聯華實業支持在地農產，以淬鍊一甲子的製粉技術為台灣小麥盡心力，從製作栽種、收成檢驗、研磨生產、品質管控制到創意研發，全方位的嚴格把關，為了能夠演繹出最佳的台灣小麥風味，聯華新品開發部的技師團隊，經過不斷嘗試與研究，創作出多款DIY食譜，結合在地食材，讓大家一起試試，在家也能享受食尚體驗！

RECIPE 01

蜂蜜桂圓核桃糕

〈食材〉（製作數量：50個）

- 1) 沙拉油..... (33%) 330g
- 細砂糖..... (80%) 800g
- 鹽..... (2%) 20g
- 蜂蜜..... (12%) 120g
- 肉桂粉..... (1%) 10g
- 水..... (120%) 1200g
- 桂圓乾..... (60%) 600g
- 2) 新高山台灣小麥粉..... (100%) 1000g
- 泡打粉..... (2%) 20g
- 小蘇打..... (2%) 20g
- 3) 核桃..... (30%) 300g

〈裝飾〉

- 核桃..... 200g

〈作法〉

烘焙條件：上火 180°C、下火 180°C，烤焙 25 分鐘。（依容量多寡而定）

- 1) 第 1 部分材料：桂圓乾洗淨後與第 1 部分材料一起煮滾冷卻備用。
- 2) 第 2 部分材料過篩，加入冷卻後的第 1 部份材料中拌 2 分鐘，再將核桃加入拌勻。
- 3) 倒入蛋糕杯模或硬紙杯模八分滿，再撒上核桃，進爐烤焙。



RECIPE 02

彩虹藜麥麵包

〈食材〉（製作數量：23個）

- 新高山台灣小麥粉..... (100%) 1000g
- 水手牌烤焙胚芽..... (7%) 70g
- 奶粉..... (2%) 20g
- 細砂糖..... (5%) 50g
- 鹽..... (1.5%) 15g
- 蜂蜜..... (5%) 50g
- 乾酵母..... (0.7%) 7g
- 新鮮酵母..... (1%) 10g
- 水..... (65%) 650g
- 熟彩虹藜麥..... (20%) 200g
- 奶油..... (4%) 40g
- 核桃..... (20%) 200g

〈裝飾〉

- 新高山台灣小麥粉..... 適量

〈作法〉

烘焙條件：上火 200°C / 下火 160°C，烤焙 20 分鐘。

- 1) 麵團攪拌 10 分鐘，加入奶油後攪拌到完成階段，投入核桃拌勻；攪拌好麵團溫度 27°C，基本發酵 90 分鐘。
- 2) 分割每個 100 克 23 個，中間發酵 20 分鐘。
- 3) 整形：麵團再滾圓一次進最後發酵 50 分鐘。進爐前飾上新高山台灣小麥粉，剪出十字形，進爐烤焙。

〈Tips〉

熟彩虹藜麥：Cepis 生機彩虹藜麥 100 克洗淨加水 120 克，電鍋蒸熟冷卻使用。



歐奇披薩天母店 新形象REOPEN!

創立8年，首次大規模改裝！以嶄新的環境及菜色與您見面

全新推出

午茶限定

來一片那不勒斯的陽光吧!



陽光三角披薩  
+ 指定飲品

組合特價 \$179

限週一至週四 14:00-17:00 供應

天母店 | 歡迎來電訂餐 02-2834-3886  
營業時間 週一至週日 11:30~21:30  
台北市士林區德行西路19號(近文山捷運站)



加入粉絲團，關注最新消息！



oggi



www.pizzeria-oggi.com



# INTRODUCTION AND APPLICATION OF NATURAL VANILLA PODS 天然香草莢介紹及應用

文／穀研所組長 蘇梅英

天然的香草莢為全世界最昂貴的香料植物之一，經常使用於烘焙、甜點、飲品及料理上，雖以調味之配角身分加入，最終卻能以搶眼的表現，完美襯托出食物產生高雅迷人的風味和甜美的香氣，使其廣受淑女紳士喜愛，也是流行不墜老少皆宜的口味選擇。



香莢蘭幼苗



香草莢



香草籽



## 一、香草莢的種類及 Curing process 採收後加工處理方法

香草莢為熱帶地區攀緣類蘭科植物果實，以美國種原資料庫系統 (US National Plant Germplasm System) 分類為蘭科 Orchidaceae、Vanilla 屬，常用作香料使用之品種為香莢蘭或梵尼蘭 (*V. planifolia*)。俗名為波本香草 (Bourbon vanilla) 的香草莢含有高香草醛 (Vanillin) 含量和非常強烈、純粹清澈的奶油味，產區位於馬達加斯加 (Madagascar) 及印度洋周邊群島如波本島 (Bourbon island)、留尼旺島 (reunion island)、科摩多斯群島 (Comoro Islands) 及模里斯島 (Mauritius island) 等地，約佔全球產量 80% 以上，當地農夫將香草莢採收後之處理方式稱為「波本」式，使用波本式處理的香草莢就被稱為波本香草。種植 3 年以上的香草可以開始開花，開花時間僅清晨至上午間 5~6 小時，需經一種長鼻小蜂 (*Melipona bees*) 授粉，始能達到結果之目的，在十八世紀發明人工授粉方法後，可快速以竹籤挑開雄花「花粉蓋」(Rostellum) 蒐集花粉，再把雄花粉塗在具黏性的雌花柱頭 (Stigma) 上而成。授粉成功的花苞經過近 6 個月的結果後，香味的前驅物會分泌到豆莢內的種子周圍，再透過催化及分解酵素將風味前驅物轉化成香氣化合物並釋放至豆莢的外壁，分解酵素如葡萄糖苷酶 ( $\beta$ -glucosidase)，可分解香草醛糖 (Glucovanillin) 成香草醛和葡萄糖。Curing process 包括四個階段：

### (1) Killing

目的在於軟化豆莢組織使酵素與風味前驅物接觸，方法包括日曬 (sun killing)、烘烤 (oven killing)、熱水殺菁 (hot water killing)、刮傷 (killing by scratching) 或冷凍 (killing by freezing) 處理，在此過程中，豆莢的顏色會由綠色轉成深褐色，其中以 60~70°C 熱水殺菁數分鐘最常使用。

### (2) Sweating

在這個階段，豆莢在高濕度和高溫 (45~65°C) 下儲

存 7 到 10 天，Sweating 的目的是保持足夠的水分充分讓酵素催化各種水解和氧化過程，非酵素反應在這個階段也可能發生。同時，也允許一些水分逸出以降低水含量防止微生物作用。Sweating 結束時，豆莢外觀是棕色的，並且已經形成大部分特色風味和香氣，然而，此時豆莢尚含有約 60~70% 或更高的水分含量。

### (3) Drying 和 (4) Conditioning

乾燥為防止微生物腐敗並進一步停止酵素活性。在乾燥過程結束時，豆莢中的水分含量會達到鮮豆莢重量的 25~30%，乾燥的重點在於均勻，不均勻的乾燥是由於豆莢大小不同和環境條件的差異，後者可包括日曬期間的溫濕度。乾燥階段至關重要，可保持良好風味品質，但長時間乾燥可能會導致香草醛含量降低，造成風味損失。

以波本式處理為例，將青豆莢採收後，進行熱水殺菁處理，此動作的意義在於讓豆莢組織軟化使本身具有的酵素釋出以接觸香味前驅基質，接下來重複 5 個月以上的 Sweating 和乾燥程序 (日曬夜封存)，在 45~65°C 之間使酵素充分作用熟成後，進行乾燥平衡以保留香草莢適當的水分含量與柔軟度，當表面明顯可見油脂光澤時，就可以封存等待使用了 (Daphna et al., 2004)。

其它以產地及採收後加工處理方式不同稱之尚有墨西哥香草莢及大溪地香草莢。墨西哥香草莢 (*V. planifolia* Andrews) 最早為阿茲特克人用來作為調製可可使用，採收後以強日照直接殺菁，亦須經過 60°C 左右的燻蒸乾燥及發酵轉化處理才能得到熟成之香草莢產品，水分含量較低並帶有明顯的煙燻風味。大溪地香草莢 (*V. planifolia* JW Moore) 產量稀少，結果期長，果莢不裂可採蔓上熟成，並經發酵陳化儲存，油脂豐厚，具細膩花香及果香。

為了縮短冗長的 Curing process 程序以及增加香草醛的含量，2007 年曾有研究指出，使用預處理後對香草莢在加速 Curing 於 38°C、40 天的香味形成影響，並分析水分損失、質地變化、風味化合物含量和酵素的活性。在漂白預



### 香草莢常見用途

香草莢高雅迷人的香氣使它成為具有廣大用途的調味聖品，功能也包括被添加到食品中以減少甜味所需的糖量。使用時將香草莢取出剖開，以刀面輕輕刮下內側細黑色香草籽，將香草籽加入於布丁、乳酪、蛋糕、冰淇淋、巧克力等各式烘焙西點，可明顯提升整體迷人風味。

處理中使用萘乙酸 (NAA, 5mg/L) 或 Ethrel (1%) 可致使豆莢在第 10 天時增加 3 倍香草醛含量，其它揮發性化合物如香草酸 (vanillic acid)、對羥基苯甲酸 (p-hydroxybenzoic acid) 和對羥基苯甲醛 (p-hydroxybenzaldehyde) 也有很大的變化；添加 NAA 或 Ethrel 有助於在整個 Curing 期間保留更多的纖維素酶 (Cellulase)，並且在第 20 天產生更高的 β- 葡糖苷酶，酵素的增加與在 Curing 期間產生更高的香草醛含量相關，而過氧化酶在整個過程中含量最高，但與主要風味化合物的變化無關，該研究的預處理方法可能對於在較短時間內形成更多風味物質具有重要意義，並且其主要品質參數與商業樣品相當，但考量使用化學物質促進豆夾處理過程可能與原先消費者使用天然香草莢的意義本質相去甚遠，因此該研究方法是否可落實並具市場潛力有待考驗。

## 二、香草莢的香氣組成

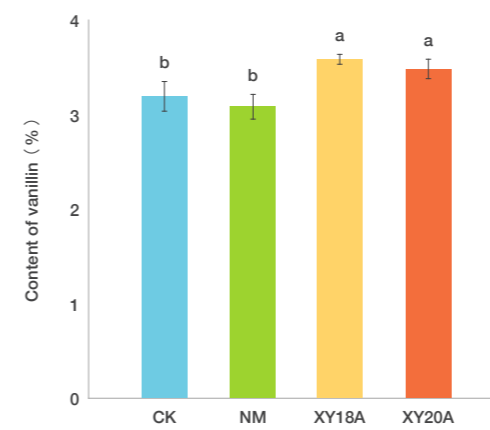
為了建立香草莢多樣性的化學指紋圖譜資料，Brunschwig 等人於 2009 年發表了一份分析來自 7 個國家的 30 個 *V. planifolia* JW Moore 和 *V. tahitensis* G. Jackson 香草莢樣品的香氣和脂肪酸含量。結果發現脂肪酸和香氣組合物在香莢蘭品種和產地之間有所變化。在 *V. planifolia* 中發現香草醛的含量 (1.7 ~ 3.6% 乾重) 高於 *V. tahitensis* (1.0 ~ 2.0%)，並且在 *V. planifolia* 中發現的茴香基化合物含量

(0.05%) 低於 *V. tahitensis* (1.4 ~ 2.15%)。此外，鑑定了十種常見和長鏈單不飽和脂肪酸 (LCFA)，並且發現它們是香草來源的特徵。衍生自次級代謝產物的 LCFA 具有可識別性組成物特徵，分別佔 *V. tahitensis* 和 *V. planifolia* 中總脂肪酸的 5.9% 和 15.8%。該研究並強調了 Curing process 的作用，因為發現在同一地區種植的 2 種不同品種的香草莢具有非常相似的脂肪酸組成。

另一份在 2015 年的研究報告指出，在 *V. planifolia* Andrews 豆莢中植入芽孢桿菌 (*Bacillus*)，會影響 Curing process 期間的葡萄糖醛酸水解和香草醛形成。透過氣相層析質譜儀、電子鼻和定量感官分析芽孢桿菌輔助香草莢 Curing process 的風味特徵。如圖一所示，添加了香草芽孢桿菌 XY18 和枯草芽孢桿菌 XY20 的香草豆莢含有比經過非微生物輔助和標準品的香草莢更高的香草醛，分別為 3.58±0.05%、3.48±0.10%、3.09±0.14% 和 3.21±0.15%。從香草莢本身具有代謝中鑑定出 42 種揮發物質，從外源芽孢桿菌代謝中鑑定出 5 種其他化合物。定量感官分析證實，在芽孢桿菌輔助下，可增加香草醛的含量而沒有產生任何令人不快的感覺屬性 (圖二)。

## 三、常見用途

香草莢高雅迷人的香氣使它成為具有廣大用途的調味



圖一、比較使用不同芽孢桿菌進行香草莢的 Curing process 對於香草醛生成含量的影響 (Gu et al., 2015)



圖二、比較使用不同芽孢桿菌進行香草莢的 Curing process 對於定量感官評估的影響 Duncan's test ( $p < 0.05$ )，(Gu et al., 2015)

聖品，功能也包括被添加到食品中以減少甜味所需的糖量。使用時，將香草莢取出剖開，以刀面輕輕刮下內側細黑色香草籽，將香草籽加入於布丁、乳酪、蛋糕、冰淇淋、巧克力等各式烘焙西點，可明顯提升整體迷人風味；而剩餘豆莢也充滿香氣，可用於浸漬香草糖、熬煮或泡製各類醬汁與飲品，如熱可可、氣泡水或雞尾酒等。

香草莢也用於芳香療法，用於製作精油或香水，其甜美溫和的香味分子可以舒緩情緒，降低沮喪和煩躁。

醫學上，香草醛具有抗鎌刀型紅血球病 (Sickle-cell disease) 的潛力，鎌刀型紅血球病是一種來自於雙親的遺傳型疾病，在鎌刀狀紅血球細胞患者中，有缺陷的紅血球蛋白 (Hb S) 可導致正常圓形的細胞塌陷成彎曲的鎌刀狀，彎曲的鎌刀狀細胞太硬，無法通過毛細血管進入較小的血管，造成堵塞並損壞血管，結果可能包括嚴重的疼痛、中風、貧血、感染，以及肺部和其他器官的損害。經由科學家修飾後的香草醛成為前體藥物 (Prodrug) 名稱為 MX-1520，前體藥物是一種可在體內變成活性藥物的藥。Asakura (2004) 發現 MX-1520 在小鼠血液中變成了香草醛，並與有缺陷的紅血球蛋白結合並防止形成鎌刀狀細胞，但實驗也指出，如果只餵食小鼠香草蛋糕，那麼香草醛在到達血液之前就會被完全消化。香草醛亦可治療腸道脹氣和發燒，香草添加到食物中減少糖的使用也可以幫助阻止蛀牙，香草亦被用作製造藥物的調味劑以掩蓋令人不快的味道。

## 四、結語

香草莢是唯一可供食用熱帶蘭科植物，主要用於食品，香料和藥物製劑。昂貴的豆莢品質取決於揮發性成分即香草醛含量，品種和採用的加工條件極為重要。因此，謹慎地花期養護與授粉是香草莢栽培的重要關鍵。此外，不同的加工處理方法，可造就獨一無二的香草莢香氣及品質。香草醛是

豆莢中存在的 200 多種風味化合物組成中最重要的成分，雖然香草醛本身沒有表現出任何抗氧化性，但是卻具有保健藥理性質，在食品科學和臨床應用領域上，針對成分特性及其作用機制剖析研究，可望有進一步衍生發揮的空間，使香草莢的價值再提升。G (本文轉載自烘焙工業第 201 期)

### 參考文獻

- Daphna H-F., James C. F., Nicoletta M. G., Danny M. J., Fulya E. P., Chaim F. 2004. Interrelation of Curing and Botany in Vanilla (*Vanilla planifolia*) Bean. *Acta Hort*, 629 : 93-102.
- International Society for Horticultural Science : <https://www.ishs.org/>
- Brunschwig C., Collard F.X., Bianchini J.P., Raharivelomanana P. 2009. Evaluation of chemical variability of cured vanilla beans (*Vanilla tahitensis* and *Vanilla planifolia*) . *Natural product communications*. 4 (10) : 1393-400.
- Adeleji, J., Hartman, T.G. and Ho, C-T. 1993. Flavor characterization of different varieties of vanilla beans. *Per. Flav.* 18 : 25-33.
- Ansaldi, G.M., Marseille, G.G. and Aubagne, J.L.P. 1990. Process for obtaining natural vanilla flavor by treatment of green vanilla beans, and the flavor obtained. US Patent No. 4,956,192.
- Havkin-Frenkel, D. and Dorn, R. 1997. Vanilla. In : S.J. Risch, C-T. Ho (Eds.) *Spices, flavor chemistry and antioxidant properties*. ACS Symposium, Series Vol. 660, American Chemical Society, Washington DC, pp. 29-40.
- Fenglin G., Yonggan C., Yiming F., Guiping W. and Lehe T. 2015. Contribution of *Bacillus* Isolates to the Flavor Profiles of Vanilla Beans Assessed through Aroma Analysis and Chemometrics. *Molecules*, 20 (10) , 18422-18436.
- Ranadive, A.S. 1994. Vanilla  $\bar{n}$  Cultivation, curing, chemistry, technology and commercial products. In : G. Charalambous (Ed.) *Spices, herbs and edible fungi*. Elsevier Science B.V., Amsterdam, 517-576.
- Sreedhar R.V., Roohie K., Venkatachalam L., Narayan M.S., Bhagyalakshmi N. 2007. Specific pretreatments reduce curing period of vanilla (*Vanilla planifolia*) beans. *Journal of agricultural and food chemistry* 55 (8) : 2947-2955.
- Zhang C., Li X., Lian L., Chen Q., Abdulmalik O., Vassilev V., Lai C.S., Asakura T. 2004. Anti-sickling effect of MX-1520, a prodrug of vanillin : an in vivo study using rodents. *British journal of haematology*. 125 (6) : 788-795.

# 表揚「友善地球農友暨社會企業」 育秀基金會發揚「食農新文化」

## 愛家愛地球活動精彩熱烈

文／董書芬



育秀教育基金會發揚「以人為本」理念，於 2019 年 1 月 22 日舉辦的「愛家愛地球·食農新文化」活動，除了表揚 10 位友善地球農友與 2 家社會企業，讓民眾能進一步了解環保愛地球之重要性外，並辦理健康運動講座、社會企業分享、老中青少音樂及舞蹈表演等多元活動方式，結合不同世代推廣「食安 + 健康美味」的平衡新生活。

育秀基金會董事長景虎士表示，環保愛地球系列活動之二——「愛家愛地球·食農新文化」是由育秀教育基金會與健康食彩共同合辦，與此同時，我們也表揚「友善地球農友暨社會企業」。食農教育就是愛護這塊土地，基金會近年推動小麥復耕，強調友善耕作，從種植到餐桌都投入相當的人力、心力，把環境永續的觀念推廣到社會大眾。

育秀教育基金會創立的初衷在於數位知識之推廣及發展，並應用於產業升級，提昇資訊化之優質社會，繼培育科技發展新秀教育多年有成之後，秉持回饋社會的精神，除了關懷社區贊助弱勢族群等活動外，近年來更關注環境生態、資源永續，增加環境保護珍惜地球之推廣教育，為此，於 2017 年底辦理「環保愛地球·音樂嘉年華」的活動，今年則舉辦「愛家愛地球·食農新文化」，期國人能從觀念及實際行動響應珍愛地球。

聯華神通集團董事長苗豐強表示，育秀教育基

金會成立於 2002 年，協助推廣國家數位內容的發展，舉辦育秀盃創意獎扶植新秀；自 2013 年起也陸續舉辦在地拍片計劃，推廣食農教育，獲得廣大迴響；食農教育不只是重視安全，還要注重食品享受，讓美食始於健康的食材，這一塊的問題需要大家多多重視。

教育部常務次長林騰蛟也表示，近來食安議題備受重視，加上非洲豬瘟，各界都十分關心食材來源。立法院去年通過有機農業促進法，農委會也和教育部合作，正在研訂相關食農教育法，目前已有許多學校推動食育課程，例如：在校園空地種植小麥、洛神花...等，跟著學童成長，在過程中瞭解友善地球、健康飲食的觀念。

會中表揚對環境保育作出貢獻的天然無毒耕種、友善捕撈、慈心牧養的農漁民與社會企業，這些受獎者皆是重視永續環境與食安健康，捨棄了更經濟快速的方法，需要給予鼓勵，接著與嘉賓一起簽署「有機農業暨食農教育」宣言，響應國家「有機農業促進法」通過暨「食農教育法」推動。

一整天的活動安排得很精彩，平甩功現場示範帶動、螺旋宇宙操的健康運動講座，鋼琴、口琴與家庭音樂會的演奏，以及北一女鎖舞隊與多姿兒童舞蹈團的舞蹈表演，場外還有小農市集與愛家派對共享廚房...，各項活動來賓參與熱烈，最後在溫馨熱鬧的氛圍中圓滿結束。

- 1 聯華神通集團董事長苗豐強先生上台致詞。
- 2 教育部常務次長林騰蛟先生亦蒞臨現場。
- 3 集團長官、嘉賓以及受獎的「友善地球農友暨社會企業」一同合影留念。
- 4 由集團長官與現場嘉賓共同簽署的「有機農業暨食農教育」宣言，響應「有機農業促進法」通過暨「食農教育法」推動。
- 5 現場小農市集買氣旺，吸引不少人參觀選購。
- 6 多姿多彩的「愛家派對音樂會」系列活動，其中也包含了長青組的口琴演奏會，為大家帶來美妙的音樂饗宴。
- 7 健康食彩的商品豐富，邁向「到店一次購足」的目標。
- 8 有多姿兒童舞蹈團帶來精彩的表演。
- 9 現場備有以友善小農食材所製作出的美味餐點供嘉賓享用。

「愛家愛地球·食農新文化」活動規畫、執行由健康食彩公司贊助策畫，歷經半年時間協調推動，當日活動多家媒體爭先報導，廣獲迴響。



育秀基金會  
愛家愛地球

## 友善地球 農友暨社會企業 芬芳錄

文／董書芬

育秀教育基金會非常關心地球環保議題，自 106 年底舉辦「環保愛地球音樂嘉年華」獲得熱烈響應，今年 1 月 19 日接力舉辦環保愛地球系列之二「愛家愛地球・食農新文化」活動，推出「與食俱進的新地球人愛家運動」，並甄選表揚「友善地球農友暨社會企業」。

### 五崁腳農場

#### 有機種植活絡生態

陳仕實是台中市外埔區五崁腳的一位有機稻農，幾年前公務員退休後，深感國人食安及健康議題的重要，決心回到家鄉，將祖先留下的兩甲多地，配合政府的推動，種植有機稻米。開始種有機後，田裡的生態也豐富了起來，除了雞、鴨、鵝在田間玩耍，連溪魚、青蛙也都住了進來。種有機不僅僅照顧了人們的健康，也顧及了小動物的生活環境與生態，可謂是一舉數得。



002

### 御園有機農場

#### 健康蔬菜福植大眾

御園有機農場是一專業的有機蔬菜種植農場，其經營理念是希望住在這土地上的人民都健健康康，所以農場希望提供安心沒有農藥的蔬菜給消費者，當蔬菜好吃，烹飪者好處理，消費者就可常常吃到好吃的蔬菜，那就可達到健康的目標。蔬菜種植不使用農藥及化學肥料，地球只有一個，仰賴速效性化學肥料及農業藥劑之使用，造成土壤性質劣化及危害生態環境之疑慮，長期而言，將影響人類之永續發展。

有機農業是整體生產管理系統，促進和加強農業生態系統的健康，包括生物多樣性、生物圈和土壤生物活動，並使用農業廢棄物等做成的有機肥料。不只要我們好，也要下一代更好，是我們的理念。



001

有機友善耕作及食農教育與地球環保永續息息相關，又適逢政府「有機農業促進法」通過，每年有機及友善耕作面積增加 20% 以上目標，以及為促進國民瞭解個人健康及國家永續與食物之相互依存關係的「食農教育法」積極推動，因此育秀教育基金會主張「環保愛地球」可以從最簡單的日常生活和理念教育做起，支持友善地球農友及社會企業，以最自然、輕鬆的方式，減少地球資源的污染和浪費，並期望能透過拋磚引玉的方式，讓大家一起來，為自己、為台灣、為地球的美好永續盡一份心力！此次育秀基金會甄選表揚的共有十二家友善地球農友暨社會企業，分別介紹如下：

### 悟農有機田園

#### 10 年勤耕終有成

悟農有機田園位於台中市大雅區，中部科學園區旁，由張振榮、張振德兄弟倆經營，從 2009 年開始做了快 10 年的有機農夫，在工廠和房舍的環繞下，經營著這片有機淨土。因為從小就從事農業，所以幾乎什麼都種，唯一不同的就是不用化學農藥和化學肥料。經過多年的研究，現在能產出品項多元豐富、品質又好的農產品。



003

### 薯長農場堅持有機

#### 蕃薯名聲遠揚

薯長農場的主人蔡警煌原本是一名高階警官，擁有台大政治研究所，以及中央警官大學行政研究所雙碩士學位，但生性愛好田園生活的他，退休後立即回到家鄉——雲林縣水林鄉推廣有機蕃薯，並帶動整個水林種植有機蕃薯，現在水林的有機地瓜已經打響名號，搭配政府的政策要推動專屬於水林地瓜的品牌。堅持有機農法，所以種植過程不用農藥除草，而是雇工以手除草，因此單是整理半公頃農地的雜草，便花費了數萬元人工費用。從一開始的半公頃有機農地，到現在已增加至 6 公頃，加上其他有機農民的農地，目前全水林鄉已有 10 公頃左右有機蕃薯田。



004

### 吉菓有機產業鏈

#### 技轉嘉惠農民

吉菓是由一群長期投入台灣農業產學專才及台大農學院校友所組成，他們致力研發一套完整的有機產業鏈，從育種（苗）、種植技術、防治資材到農產品加工，可以套用在所有的有機農產上。所以，他們挑選最為困難且嬌弱的草莓做為示範作物，搭了兩甲地的網室，全部種植草莓。從無毒的草莓組織培養苗開始，每一個環節，都透過這群台大年輕的校友，在自己的專業上各展所長，將實作的經驗累積下來，做出一套可複製的完整產業技術，再推廣給更多的農民。



005

### 國立澎湖科技大學食品科學系

#### 推廣在地食材 提升農漁商品特色

國立澎湖科技大學食品科學系長年致力協助澎湖在地廠商進行特色商品開發，鑒於協發生活事業有限公司對協助推廣澎湖在地食材有極其堅持，與其合作進行各項友善環境商品開發，如：結合吉貝當地所生產之白玉蘿蔔乾及石滬扁魚干所開發而成的白玉魚香醬及純魚肉酥等商品，不僅讓學生能進行實作亦能與協發生活事業有限公司共同為推廣在地食材盡一份心力，更透過商品開發提升收購價格，提升農漁民堅持採用友善農（漁）法的意願。



006

● 無毒耕種 ● 友善漁業 ● 人道飼養 ● 環保淨塑



007



### 魚霸珍惜在地水產 真情送鮮美

創辦人林永祥先生在國外留學六年後，回到宜蘭南方澳這個漁村小鎮，發現原來還有許多家庭對於如何選取新鮮美味的海鮮非常陌生，可參考的資訊只有價格而已，一般消費者由於不夠熟悉，或遭到不肖業者蒙騙以致於對地方上從漁人員產生誤會。為了讓更多的人體會海洋的恩予，感受家鄉漁獲的鮮美，林永祥毅然決然投入這個大家口中的夕陽傳統產業，並以全新思維形塑再出發。

一直以來，魚霸秉持關懷環境資源與延續地方產業文化，專注於一支釣漁業手釣漁獲的經營。除長期配合旗下手釣船，全船概括配合收貨，在漁貨後段包裝分切處理等環節提升亦不遺餘力，賦予新鮮在地水產更佳品貌，也帶動地方產業升級，拉近消費者與產地端的距離。



### 綠生活畜牧場 飼養蛋雞 果園放牧有特色

依據國際有機聯盟 (ifoam) 為標準，蛋雞採果園自由放牧飼養，蛋雞生蛋的巢窩以天然木材製成。雞舍採溫室開放式鉅管建設，冬暖夏涼。而牧場有 0.36 公頃裡面種滿各種果樹、香草等植物，雞隻在裡面可自由食用活動、享受大自然的環境，這樣的環境飼養，雞隻不但健康且不容易生病。

從育種、孵蛋、養小雞、中雞、大雞到生產及銷售一貫作業，綠生活畜牧場堅持不使用抗生素、荷爾蒙等藥物。使用無毒、無藥物添加之乾淨飼料，為了提高雞隻的免疫力，於飼料中添加乳酸菌、納豆菌、鳳梨酵素、益生菌、活性炭、木醋液、綠藻、藍藻、牧草、蒜頭、辣椒、洋蔥...等健康食品，使雞隻身體健康，所產之雞蛋，蛋白香 Q、蛋黃可口，為本世紀人間最珍貴之安心蛋品。



010



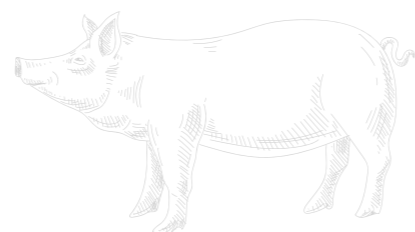
### 東寶黑豬肉棧 東寶牧場 餵豬棄基改 產銷一條龍

東寶牧場所飼養的台灣本土黑毛豬，飼養期長達 15 個月以上，牧場主人謝旭忠堅持不使用基改穀物餵食，以避免對豬隻的體質產生負面影響。飼料中還會添加活菌、啤酒酵母，尤其是季節交替時節，一方面對豬隻的腸胃消化有助益，同時也可增強豬隻的免疫力，以讓豬隻們能有更好的生長環境，使之更為健康。因此東寶黑毛豬肉質的三酸甘油酯含量較低，不飽和脂肪酸含量較高，堪稱是「肉品中的貴族」。

因為深信「預防重於治療」，這也是他致力推廣養殖的概念——先將環境都弄好了，身體健康自然不生病。東寶採用的措施均是訴求自然，所有產品皆不添加防腐劑、色素、瘦肉精、抗生素，以提供美味、健康、衛生的肉品為職志。採取多角化經營方式，目前將東寶發展為六級產業，從生產、加工到行銷全包辦，既是實踐夢想，也希望藉以提昇黑豬產業形象並增進產值，「我追求的不是口感，而是要吃得健康！」謝旭忠如是說。



008



011



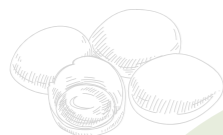
### 仁舟社會企業股份有限公司 環保樹盆、葉盤、棉網包 效益宏遠

以仁舟從 2016 年 10 月成立兩年多來所銷售的水源寶育樹盆、葉子餐盤與貝殼棉網包數量來估算可減少的塑膠製品使用量與效益：

- 水源寶育樹盆銷售 40,000 組：共已種植 8 萬棵樹，協助每株樹苗的成功復育率由 30% 提升至 70% 以上。而每棵樹長成後，每年不僅可吸收近 12 公斤的碳排放量，更可綠化環境、友善生態。
- 貝殼棉網包銷售 4,500 個：一個貝殼棉網包若以一天使用 1 次的頻率來計算，一年可省下約 365 個塑膠袋。因此，自 2016 年以來共售出 4,500 個棉網包就立即為地球至少省下 1,642,500 個塑膠提袋的用量！
- 葉子餐盤銷售 45,000 個：一個葉子餐盤即可取代 1 個一次性塑膠盤、保麗龍盤、塑膠淋膜紙盤的使用，目前仁舟已售出 45,000 個葉子餐盤已為地球省下至少 45,000 個上述一次性餐盤的用量，更避免了塑化劑對環境與人體健康的危害。



009



### 唐雞工作室 運動聽音樂 養雞人性化 不同凡響

唐雞工作室嚴選通過各種藥物殘留檢驗把關、飼養期滿 100 天口感極佳的紅羽土雞。土雞是可以自由進出的，網子外的空間就是他們的運動場，每 100 坪的養雞場就相對設置 100 坪的運動空間供雞隻外出運動，以放養的方式飼養，並在雞舍之間拉起網子避免其他鳥類進入感染健康的雞隻。為了避免雞隻因突然的聲響受到驚嚇而影響健康狀況，養雞場內更全天候撥放廣播電台的流行音樂。如此用心的飼養方式，讓雞隻的健康狀況和肉質都會相較傳統養雞場擁擠的養殖環境中養出來的雞更加優良，以動物飼養福利來說也較人道。中央畜產會的人員也會定期到牧場採集雞隻吃的飼料、飲用水以及雞肉樣本回去做藥物殘留檢查，確保消費者吃下肚的雞肉是安全無虞的。

### 鉅田潔淨技術股份有限公司 甘蔗吸管 天然原料零塑化劑

為減緩全球氣候變遷，降低塑膠製品造成環境及海洋的危害，我們提倡循環經濟的無塑生活，利用可持續再生的植物纖維，例如：甘蔗渣、竹子、稻殼等天然原料，生產出零塑化劑且低碳排、低耗能可分解的產品，使用時對人體無害，丟棄時對大自然友善，回歸土壤拒絕絕料對動物造成的危害，降低對大自然的負荷，落實循環經濟、永續環境、天然健康的理念。目前公司的產品—甘蔗吸管即為循環經濟理念的實踐，未來仍積極開發各種友善的材料，推廣到全世界，減少對塑膠製品的依賴性。



012

J I A N - M A R T

# Meimen Goods

## 福植有機物 淨素養生眾 梅門需要房 展店傳心念

結盟健康食彩開啟新通路嘉惠更廣大民眾  
需要房養生超市暨梅門德藝文化中心開幕

文/董書芬

梅門跨出新腳步！開起養生超市了！去（2018）年12月梅門「需要房」東門店與中正店開幕，同步於12月1日試營運，今年1月14日兩家店及「梅門德藝文化中心」正式開幕，現場來賓包含前行政院長毛治國與夫人、梅門創辦人李鳳山師父、聯華神通集團苗豐強夫人許愛貞、健康食彩董事長楊香芸等參與盛會，在「平甩傳愛」的暖場影片後，緊接著現場以二胡演奏加上武術表演下揭開序幕。

### 有了「需要房」就不用上西藥房

「需要房」連鎖有機養生超市隆重登場，由口碑卓越的養生品牌「梅門」，攜手超級講究天然無毒食材的「健康食彩」，合力經營。兩個皆以高品質為信念的品牌，聯手為民眾做最好的把關。

前行政院長毛治國致詞時首先恭賀李鳳山的豐功偉業又增加一樁，理念一一能實現；養生超市與健康食彩合作，提供健康的食材，有了逾一甲子功力的聯華神通集團的支持與資源，定能成為養生超市的標竿，祝福新事業開拓成功。

梅門規劃經營超市，由來已久，數年苦心研發的養生食品、用品，好吃好用，有益大眾健康，卻受限於通路，只在小眾市場發行，無法嘉惠更廣大的民眾，十分可惜。梅門創辦人李鳳山師父認為，通路是接引社會大眾的最佳管道，人人都會在這裡逛逛買買，透過這個生活化的場域，梅門可以更廣泛地接觸社會大眾，傳揚健康理念。

「需要房」為素食超市，商品有兩項特色：天然食材和養生烹調。前者為消費者嚴格把關，上架食品單純、原味、少負擔；後者依循梅門色、香、味、化、養目標，提供好消化、易吸收的健康食物。

取名「需要房」，出自李鳳山師父7年前所譜「人人需要不需藥，需要還得品質好」，在這裡，吃的、用的都都有品質保證，讓大家安心享用，有如回到自家廚房，毫無疑慮地吃吃喝喝。



圖片說明：  
 ①右三起：健康食彩董事長楊香芸、梅門創辦人李鳳山、需要房董事長屈筱琳、健康食彩總經理吳政衛。②「夢想的飛翔之桌」魔術表演，邀請聯華神通苗豐強夫人許愛貞上台擔任表演嘉賓。③前行政院長毛治國上台致詞。④梅門創辦人李鳳山致詞，並介紹吳祚昌《念念·台灣》作品。





5 需要房超市嚴選天然無毒的食材。6 與會開幕嘉賓在需要房超市合影。7 梅門武術大會串，童子功夫獻吉祥。

李鳳山師父指出，現在大街小巷的西藥房很多，但大家更需要能夠安心消費的「需要房」；為此，李師父親自走訪各家有機超市，尋覓合作對象。而主打嚴選天然無毒食材的「健康食彩」連鎖超市，立刻贏得李師父認同。

這段時期，梅門也喜獲專家相助。李鳳山師父舊識，專長通路經營的田堯天，出任梅門顧問，積極為梅門優質產品找出路。他的人脈網絡，終於讓相互欣賞的梅門與健康食彩，攜手共創全新超市品牌「需要房」。

### 透過嚴格把關、嚴選商品 提供消費者安心與安全選擇

健康食彩是聯華實業於2012年成立的通路事業體，跨足投資食品通路，以聯華實業累積之財務、行政、後勤支援等管理經驗和堅強實力做後盾，並結合與理念相同的綠色大帝有機超市，由綠色大帝創辦人吳政衛出任總經理，逐步擴張版圖。

健康食彩董事長楊香芸表示：健康食彩是聯華實業的子公司，幾年來秉持著「誠樸勤慎」的精神，透過嚴格把關、嚴選商品，從廚房的食材到生活的用品，提供消費者更多安心與更為安全的選擇；梅門一炁流行，在李鳳山師父的領導下累積了豐厚的成果，尤其是李師父的言行，以及在食、衣、育樂、教育等的指導，為現今社會注入一股清流的示範，希望健康食彩與梅門的需要房兩股清流力量，能共同為社會帶來溫暖、安定，祝梅

門需要房成功，鴻圖大展。

楊香芸談到，在工作上一直以來追求卓越，付出全部的能量，下班總是簡單一碗楊春麵加蛋加青菜，就覺得能交待一餐，直到看到報告才警覺健康出現了紅燈，經過一年的修養生息，懊悔前半生汲汲營營。從接觸有機事業到跨入健康食彩，一來能符合苗豐強董事長對企業藉由水平垂直整合擴張的期許，二來也希望後半生能放開的心胸、福利民生，做對社會有貢獻的事，期望學習李師父「發大願」的精神，就是堅持理念，做對自己、家人、朋友、所有的人好的事，這是方便之門，決定繼續走下去。

2019年元月，台北東門店、中正店，以及新竹店，都將一一開幕。除了優質食材，梅門出品的熟食將是一大特色。包括早餐、多樣的素便當，還有現煮泡麵，都值得期待；而東門店二樓更延伸為德藝文化中心，做為藝文展、偶戲表演、品味講座的空間。也闢有調氣室，幫助大家健康加分。G

#### SHOP DATA

#### 店面資訊

##### 梅門需要房·健康食彩 有機聯盟——東門店

電話：02-2393-0588  
地址：台北市信義路二段 193 號（捷運東門站 7 號出口）

##### 梅門需要房·健康食彩 有機聯盟——中正店

電話：02-2397-1169  
地址：台北市信義路二段 1 之 4 號（捷運東門站 1 號出口）

#### Profile

##### 李鳳山 創辦人

1948年出生於臺灣高雄市鳳山區，籍貫河北省北平，為臺灣著名武術及氣功大師，目前擔任中華民國氣功協會會長，創辦了梅門氣功。1989年，創立「梅門一氣流行養生學苑」，教授氣功及中華武術。剛開始，梅門氣功很少學生，後來藉由大家的推薦，華視晨間八點播出平甩功，不但研發了功法與心術，更在臺北市創立了梅門一館。並於2003年創立「社團法人中華民國梅門一氣流行養生學會」，更積極推動全方位的生活養生哲學，以達兼善天下的世界大同之理想目標。

「梅門一炁流行」是創辦人李鳳山師父益助全人類近半個世紀的修養志業。依循「動靜並修、內外兼養」，倡導「練功、吃素、發大願」，以古今智慧的養生觀念，積極推展生活各個層面，幫助大眾身、心、靈全面調理，進入修行，體悟生命。炁：氣之古字，無火之意）

Cepis

## 兼顧健康及環保的理想油品 希臘Epikouros/Cepis特級初榨冷壓橄欖油



### 嚴選原料

嚴選來自希臘伯羅奔尼撒半島南部，卡拉馬塔產區頂級KORONEIKI橄欖品種製作，蘊含天然果香、豐富多酚，油體醇厚、口感清香平衡。

### 專業製程

遵循自然生態方式種植，不使用化學肥料、殺蟲劑、除草劑，採摘後24小時內完成冷壓、過濾及裝瓶。

### 得獎紀錄

EPIKOUROS農藝師專業鉅獻，獲得2017年BioFach國際橄欖油大賽Top 10殊榮，歐盟產區認證。

圖片僅供參考，請以實物為準。



原裝進口  
售價500元/件  
促銷期間3/1-3/31  
買3送1

橄欖樹的種植者祝您  
享受您的美食

購買請洽健康食彩各大門市或官網 [www.jian-mart.com](http://www.jian-mart.com)

#### 建議食用方式

- 單喝、沾麵包、涼拌沙拉、做成沾醬
- 一般煎煮炒，適合搭配肉類及海鮮料理
- 適合烹調溫度為60 ~ 180°C
- 發煙點可到185 ~ 205°C

#### 保存方式

存放於陰涼乾燥處，儲存溫度小於攝氏30°C，相對濕度<65%RHd。在低溫下可能會出現沉澱現象。這是一種自然現象，對油的質量沒有影響。一旦橄欖油再次處於「室溫」溫度，這種現象會在一段時間後消失。



健康食彩 [www.jian-mart.com](http://www.jian-mart.com)



JIAN MART  
X  
MEIMEN GOODS

## 健康食彩有機聯盟 成立梅門需要房養生超市

友善大地 利他共好 食踐上品 養生護體

文 / 健康食彩總經理 吳政衛

健康食彩以「全球有機，在地優先」為理念出發，以推動台灣在地農產品，提供消費者安心餐桌為宗旨，肩負起企業社會責任，秉持公平交易的原則，也持續深耕通路經營管理，

同時也希望社會上有理念的每一份子，不論是個人、企業或團體等，都能共同關心且獻身投入熱愛有機、保護環境的行列。

2018年12月，「需要房」有機養生超市隆重登場，由口碑卓越的養生品牌「梅門」，攜手與超級講究有機天然食材的知名品牌「健康食彩」合作，加入健康食彩有機聯盟，兩者理念契合，皆以高品質為信念的品牌，強強聯手，火花令人期待。

何謂梅門，是身心靈合一的現代養生學苑，創辦人李鳳山師父家中世代修道習武，早年學習各派中國武術，1989年成立「梅門一氣流行養生學苑」，教授傳統養生術、中華武術、修身養性之道，依循中國傳

統「動靜並修、內外兼養」的修行法則，將中國導引術「氣功」結合武術、醫道與修行，循序漸進教導學員放鬆身心、控制呼吸，更大力推廣氣功與平甩功。

「崇德、廣業、安居、樂玩」是梅門志業的四大綱宗，「教養生、傳文化、辦教育、推休閒」為梅門的四大推廣，從古六藝：禮樂射御書數，至今六藝：食衣住行育樂。李鳳山師父力倡「法古人之一氣，學今人之流行」，積極鼓舞世人成為生活中的行者，由生活入道。2002年，李鳳山成立「梅門功藝坊」以藝術行公益之事寓教於樂。2009年在麗水街創建「梅門德藝天地」養生文創園區，2012年曾榮獲文化部「台灣文創精品獎」服務大獎。

這些年來梅門師兄師姐們，持續推廣公益活動「全民健康甩•甩出幸福來」的功夫與理念，直至今日，在全台灣的9個城市都設有道場。此外，足跡也遍佈世界超過15個國家，舉行公演，幫助了許多人，梅門的發展可用四個字來形容：

「由技入道」！李師父從傳統的武術技藝銜接到教育、養生、文化，甚至涵蓋現代人最關懷的地球永續、環境開發、經濟發展等問題，把攸關生活品質的三生內涵—生活、生產、生態—全部涵括在內。

### 梅門開養生超市 跨界邁出新腳步

其實梅門動念經營超市，由來已久。一來多年苦心研發的養生食品、用品，明明好吃好用，大大有益人體，卻苦於通路受限，一直困在小眾市場，無法嘉惠大眾，十分可惜。二來大家長李鳳山師父認為，通路是接引社會大眾的最佳管道，各色人等都會在這裡逛逛買買，透過這個生活化的場域，梅門可以更廣泛地接觸社會大眾，傳揚健康理念。

為此，李鳳山師父親自走訪各家有機超市，苦心尋覓合作對象。而主打嚴選天然無毒食材的健康食彩連鎖超市，立刻贏得李師父認同。這段時期，梅門也喜獲專家相助；李鳳山師父舊識，專長通路經營的田堯天，出任梅門顧問，積極尋找志同道合的合作夥伴。因緣際會，終於讓相互欣賞的梅門與健康食彩，攜手共創全新專門素食養生超市品牌「需要房」。

「需要房」為素食超市，不販售葷食。商品主打兩項特色：天然食材和養生烹調。前者為消費者嚴格把關，上架食品單純、原味、少負擔；後者依循梅門色、香、味、化、養目標，提供好消化、易吸收的健康食物。2019年元月，

台北東門店、中正店，以及新竹慈雲店，都將一一開幕。

除了優質食材以外，梅門出品的熟食也是一大特色。包括早餐、多樣的素便當，還有現煮泡麵，都值得期待。

更教人興奮的，李鳳山師父著作《飪養之道》中的食譜，也將走出書本，化身為實品，在「需要房」超市販售。

另外，東門店二樓延伸為德藝文化中心，做為藝文展、偶戲表演、品味講座的空間。也闢有調氣室，幫助大眾維繫健康。「享用無盡、運用無限、用無礙、受用無窮！」淨素超市「需要房」，希望帶給普羅大眾，嶄新的消費體驗。G

MORE INFO

更多資訊

#### 養生食譜 能量甩茶 順應節氣 滋補心氣

李鳳山師父六家淨素養生餐廳，養生之道，尤重飲食。李鳳山師父的養生志業，從氣功教學、跨足食衣住行育樂各個領域，其中養生素食的推動更長達數十年。為了讓大家落實氣與食物的對應作用、食物的五色與人體五臟六腑的相生之道，遂開設梅門素食養生餐廳及茶館，順應節氣推出養生食譜及能量甩茶。

#### 梅門防空洞 Meimen Garden

李鳳山師父數十年來倡導以氣功及素食進入養生領域，其引領梅門餐飲聯盟根據中國的五色、五味及五行概念提供素養美食，每一道菜堅持嚴選純淨天然食材，每一款湯品皆用心熬煮，讓你吃出能量與健康，充份體現「氣」與人生哲學的完美結合。

#### 梅門食踐堂 Meimen SJT

落實十踐之殿堂，梅門食踐堂融合古典與時尚，以現代風格呈現中國精深食養文化，命名取中國字同音異義之妙，將食物「食踐」於十種精神領域，謂之「十踐」；仁義禮樂信，輕淨正知學，每一字皆蘊涵李鳳山師父的修養心法，讓人在美饌中吃出心得、品味精華！

#### 梅門甩茶瀉——功夫茶瀉之學堂

是一家古意盎然的小學堂，裡頭佈置有小學課桌椅、牆上「禮義廉恥」及青年守則、同時設有校長室包廂及福利社文創區等，這就是李鳳山師父以餐飲文創寓教於樂的地方！所謂「甩茶瀉」是以珍貴十餘種上等藥材秘方的老瀉，結合自製手工能量甩茶，由功夫主廚耗時費工保留最精華的風味，讓您吃到透、香、純的正味，絕對是吃了還想再吃的養生上品！



健康食彩  
吳政衛 總經理



# 水產標示清 正名買安心

文／健康食彩祝薇鈞

你的名字 當我們相遇時，一定能一眼認出彼此！

為滿足需求並符合現代人以方便、快速為主的消費習慣，水產原料延伸出多樣化規格、型態的水產品。從基本的全魚三清（去鰓、去內臟、去魚鱗）、全魚分切輪切、特定部位分切（例如：尾排、涮涮鍋魚片），到以魚漿、鹽醃、蒲燒、煙燻、油漬、風乾等方式製成調理品，或進一步有已經裹粉炸好的冷凍魚排、串好竹籤的魚捲等等百百款商品，都在市場上流通著。

如此發展，本應使水產原料利用效率提升，擁有豐富面貌貼近生活，卻在便捷與需求滿足同時，大量資訊傳播與商業操作，使人們距離食材原貌越來越遠，時常在市場或餐桌上相遇，仍不知曉其正確的名字。

## 魚蝦貝介皆有專有學名 為求方便俗名應運而生

資訊方面，儘管魚蝦貝介等各個水產生物，皆有其獨一無二的專有學名，由於學名較複雜不好記憶，一般大眾使用不便，為方便溝通與買賣，俗名應運而生。不過，應因不同產地、區域或當地習慣，一種魚類有多個俗名是事實，例如：正土魷的學名為康氏馬加鰱（*Scomberomorus commerson*），在澎湖俗稱「土魷」，在宜蘭地區稱「馬加」；日本馬加鰱（*Scomberomorus nipponius*），在宜蘭地區俗稱「白北」，澎湖則稱「馬加」。

然而，相關資訊的傳遞時常未確實確認，其所傳播內容是否圖文相符？所蒐集資料來源是否專業可信？所描述文字是否符合事實不片面偏頗？久而久之，導致許多水產品或調理加工品被烙上刻板印象、貼上標籤。另一方面，商業操作上，經過去頭、去尾、扒皮、分切或調理，普羅大眾難以區分實際原料使用的是哪一種魚，僅依照包裝上商家取的品名作判斷。

在過去未有法規強制，消費末端難以掌握正確的資訊去平衡時，就可能發生以此魚替代彼魚來降低成本，產品標示名稱與其真正實際內容物不一，亦逐漸成為常態。

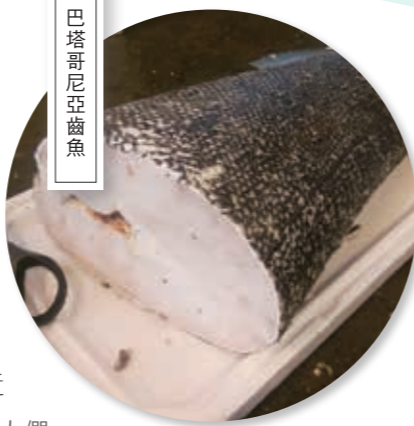
水產品品名與實際內容物不相符之例，最經典的非「鱈魚」莫屬。鱈魚是國人熟悉的進口魚之一，從高價位餐廳的鱈魚排至平價速食店的鱈魚堡等等，冠上鱈魚兩字而帶來商機的產品超級多，不過，海裡有這麼足量的鱈魚資源供給人類使用嗎？

事實上，真正能夠被稱作鱈魚，是生物學分類中「鱈形目一鱈屬」之下者，如大西洋鱈魚（*Gadus morhua*）。

鱈魚目前野生族群瀕危，可以捕撈到的量非常稀少，又過去進口鱈魚原料習慣採去頭去內臟的型態，或去皮去骨的魚排型態，完整整尾鱈魚少見。

國內相關業者、餐飲從業人員由於未見過鱈魚本尊，往往誤把類似模樣、肉質的魚當成鱈魚。藉此，開始以其他魚做替代品的情況越來越常

巴塔哥尼亞齒魚



見，譬如：把俗稱油魚的棘鱗蛇鯖輪切後，取名「龍鱈」假作鱈魚販售，這魚肉富含人類腸胃無法消化的蠟脂，吃太多會導致腹瀉排油（蠟）。

臺灣市場上，鱈魚替代品通常以其輪切形狀給予俗稱，形狀圓形者稱「圓鱈」，長扁者稱「扁鱈」。「圓鱈」者，其實屬「鱈形目」的小鱗犬牙南極魚及鱗頭犬牙南極魚，或巴塔哥尼亞齒魚，俗稱美露鱈，流通於市面上竟被冠上真-圓鱈的藝名；「扁鱈」者，其實屬「鰈形目」之馬舌鰈、庸鰈、狹鱗庸鰈，俗稱大比目魚。

俗稱魴魚的水產品，亦是另一值得一提的例子。最早，在秦漢時期，魴魚是一種現稱團頭魴的淡水魚，江東地區亦呼魴魚為「鱮」，當時被認為是極美味之魚，因此，時常在著作或詩詞中提及：「衡門之下，可以棲遲。泌之洋洋，可以樂饑。豈其食魚，必河之魴？」比喻象徵美味美好、正向的一方。

而在現代，通稱作「魴」之魚類有二種。在臺灣，魴魚是「的鯛科」魚類的俗稱，而的鯛科魚類在國外統稱 Dories，所以亦被直接音譯成多利魚。多利魚（俗稱魴魚）是在相對深水域捕撈的海水魚，在臺灣時常與其他魚類混獲，透過固定商販或餐廳收購。餐廳出菜的價格與行銷手法，將多利魚變成大家口中的高級魚，然而，相見歡之時，多利魚通常已經被切生魚片、燉成馬賽魚湯了。

由於民眾普遍不知曉其模樣，當然也對應不上其正確的名字。某些業者、通路商便藉機將另外的淡水魚眉公河魴，或低眼巨魴（俗名巴沙魚）的魚肉作替代銷售，取名為「國宴魚排（魴魚）」或「多利魚排 Basa Fillet」平價販售，直到遭質疑才將品名改正為巴沙魚或魴魚。

食藥署為保障食安與關謠，在 2016 年公告：產品如以特定魚種名稱為品名者，其內容物應確實含有品名宣稱之特定魚種。此公告特別提及前述鱈魚相關品項之正名，也終於在 2017 年正式施行上路。

但是，雜沓紊亂的消息來源反而令消費者手足無措，產生刻板印象與不信任的反彈。作為鱈魚或多利魚的替代品以滿足需求，這些魚類們本身沒有錯，若在合適的季節、氣候條件下捕撈，經妥善凍結保存處理，在安全衛生方面，牠們不會是有問題的原料，甚至其肉質風味上，會有出乎意料的好表現！

## 進行水產品標示正名 提供正確資訊給大眾

不過，市場資訊混亂，相關業者將品名任意標示，下游餐飲業跟著去命其菜名，加上所知片面，沒有中立地傳達事實，為牠們正名後，導致大眾對這些魚產生莫名高低級的區分印象：鱈魚、多利魚是高級魚，分別作為代替者的大比目魚、魴魚相對低級！讀到這裡，請問各位看官，有幾位品嚐過真正鱈魚的？鱈魚真的超級好吃嗎？大比目魚吃起來就次一級？

而且，若真要把水產品分成所謂高低等級，由實務思考，需要從魚原料在何處生產、如何捕撈或養殖、怎麼宰殺、分切加工環境條件、凍結保存條件、保鮮儲藏條件、運送過程、解凍狀況、料理技術等等，每個環節皆必須仔細考慮進去才公允！否則，一條好好的魚放在室溫解凍一下午，還會好吃嗎？或者，適當、切合需要，並被妥善運輸保存，誠實公正交到消費者手上的水產品才是真正的高級？

想明白這塊魚肉、食材或原料本身價值，要從牠是誰開始。健康食彩早在 2015 年，即已著手進行水產品標示正名，第一次與這包魚相遇，就能清楚牠的名字，知道了牠是誰，相信品嚐後身體自然會有所記憶與感受。

健康食彩作為產地資訊透明、公正的通路平台，平衡正確的資訊給大眾，原料若採用大比目魚就是標示大比目魚，包什麼魚就是賣什麼魚，魚哪裡來就是哪裡來。水產採購上，一貫堅持門市安心賣，顧客安心買，亦一向秉持貨真價實、安心購買為原則經營與服務，提供品質穩定的水產品給消費者，希望照顧顧客們健康的同時，也分享水產品背後的故事，補充大家的元氣，也豐富各位的心靈。G

魴魚



大比目魚



# 春季養生抗老別讓皺紋纏擾

多種顏色蔬果蘊藏豐富的抗氧化營養素

文 / 健康食彩營養師 余詔備



老化是一條不可逆的單行道，男性怕被稱呼「大叔」，女性怕被稱呼「大媽」，許多人都怕老，不斷尋找「抗老」的秘方。想抗老，可先從預防肝臟「生鏽」開始，做好「防鏽」抗老化。春天是萬物復甦萌發，生機盎然的季節，同時也是人體健康打基礎的好時機，春天更是養肝的季節，養生可以先從養肝開始，肝臟是重要的排毒器官，肝臟健康了，體內排毒的能力也就增強了，良好的新陳代謝力，營養進的去，毒素出的來，才能真正維持年輕的體態，防止老化，首先必須讓肝臟維持活力。

根據研究顯示，台灣十大死亡原因中，有許多疾病的致病原因皆與自由基有關，因此，體內的自由基與癌症的發生密不可分。簡單來說，自由基會因為抽菸、喝酒、各種壓力、心情煩躁鬱悶、時常生氣發怒、油炸燒烤飲食、農藥污染、紫外線照射、汽車廢物等方式產生。自由基會攻擊體內正常的細胞造成損害或是突變，不斷的破壞細胞，導致產生各種疾病、快速老化、皮膚無光澤及彈性、滿臉皺紋，多補充抗氧化營養素，加強清除體內的自由基，如同守護神保護我們的身體，而這些抗氧化營養素可以從食物中獲得，稱之為「抗氧化食物」。

抗氧化營養素為什麼主要存在蔬菜水果等植物中，曾經有位學者提出一個理論，動物可以行走、奔跑閃避危險或是躲在樹蔭下遮風避雨及減少烈日照射，但相對的，植物不能走動，不管是風吹日曬雨淋，只能堅毅的對抗環境繼續成長茁壯，因此，植物天生就會激發出更多對抗惡劣環境的營養素來保護自己，研究顯示也證明了植物蘊藏非常豐富的抗氧化營養素，抗氧化營養素又因為特性的不同分成水溶性及脂溶性兩類，故應該均衡的攝取多元植物。

## 水溶性抗氧化營養素

**1. 維生素C:**第一個被發現具有抗氧化能力的維生素，可以增強免疫力，消除自由基，還可以幫助維生素E恢復抗氧化能力，可說是具有雙重抗氧化作用，可從蔬菜及水果中攝取，例如芭樂、奇異果、柳丁等，額外補充維生素C片則是分次食用，吸收度會比較好。

**2. 兒茶素:**是茶多酚中最重要的一種，高濃度的EGCG可抗氧化、預防慢性心血管疾病、抗癌、降低脂質氧化、抑制血糖上升、除臭、抗發炎。除此之外，還可以有效的消除人體內的頑固脂肪，未完全發酵的綠茶含量最多。

**3. 花青素與前花青素:**皆屬於多酚類的一種，是一種強力的抗氧化劑，具有抗氧化、抗發炎、抗癌的作用，提供身體良好的保護力，可多攝取葡萄籽、葡萄皮、黑醋栗、覆盆子、蔓越莓、藍莓等莓果類。

**4. 酵素蛋白質類:**GSH 穀胱甘肽酵素，是由三個胺基酸組成，具備強力抗氧化、肝臟解毒劑、免疫調節劑等三大功能。

超氧化歧化酵素 (Superoxide Dismutase, SOD)，可以立即隨時消除自由基。健康的人，每天體內可以自製抗氧化酵素，但是生病的人，自製





研究顯示，台灣十大死亡原因中，許多疾病的致病原因皆與自由基有關，因此，體內的自由基與癌症的發生密不可分。

自由基會造成體內正常細胞的損害或是突變，導致產生各種疾病、快速老化、皮膚無光澤及彈性、滿臉皺紋，多補充抗氧化營養素，加強清除體內的自由基，如同守護神保護我們的身體，而這些抗氧化營養素可以從食物中獲得，稱之為「抗氧化食物」。

能力降低，加上老化後體內的修補能力變差，因此，補充抗氧化酵素可以延緩老化、預防疾病。食物中存在抗氧化酵素，例如胚芽、麥芽、豆苗、甘藍菜芽、小麥草、嫩葉、鮮魚、綠花椰菜。

**5. 礦物質類（銅、鐵、硒、鋅）：**與 GSH 酵素及 SOD 酵素一起完成抗氧化工作，將體內毒性降到最低，可從蔬果類、堅果類、肉類中攝取。

### 脂溶性抗氧化營養素

**1. β-胡蘿蔔素：**是維生素 A 的前驅物，β-胡蘿蔔素的抗氧化功能較優，例如保護眼睛預防白內障，主要食物來源是紅色、黃色、深綠色的蔬菜和藻類，以紅蘿蔔最具代表性。

**2. 維生素 E：**是人體最重要的脂溶性抗氧化維生素之一，也時常被用來添加在油脂中，以抑制不飽和脂肪酸的氧化作用，避免氧化後的物質沉積在血管中，並且保護體內的細胞膜維持正常功能，例如白血球及免疫功能。另外還能保護含有脂質的組織，例如大腦及神經組織，平時可多食用肉類、豬肝、豆類、各式堅果來補充維生素 E。

**3. 茄紅素：**紅色蔬果中含量多，研究顯示可預防男性攝護腺癌，可多食用番茄、紅椒，但茄紅素需要經過加熱或加工技術破壞細胞壁後才可以釋放出來，例如番茄炒蛋、喝番茄汁所獲得的茄紅素含量比生吃番茄來的高。

**4. 輔酶 Q10：**不僅是一種酵素，也是人體中重要的脂溶性抗氧化劑，可降低自由基產生，防止蛋白質、脂類和 DNA 被氧化，動物的來源比較豐富，例如牛肉、豬肝、蛋，富含油脂的魚類。

**7. 薑黃素：**保健新寵兒薑黃的重要成分之一，不僅可以抗氧化，還可以促使體內其它抗氧化物質的合成，保護細胞，抵抗壓力，以及抗發炎的作用。

### 肝臟解毒機能

我們吃進去的食物、藥物經過口腔到達腸胃道後，再經過肝門靜脈血流到肝臟，肝臟是人體最重要的解毒工廠，會先針對食物及藥物中的營養素、代謝物、藥物毒性進行初步的處理，經過肝臟兩個階段的酵素系統代謝處理後，不需要的廢物及部分毒素就可以透過尿液及糞便的方式排出體外，因此肝臟是人體最重要的解毒工

廠，平時應要小心呵護肝臟的運作機能，若是運作停擺了，將會導致損傷、發炎、硬化、甚至癌症，唯有正常的作息、充足的睡眠及休息、營養的補充、避免酒精性的飲料，才能夠讓肝臟受損時即時的自我修復，預防疾病的發生。

### 抗氧化護肝排毒好食材

抗氧化食物遍布多種，均衡攝取各種顏色的蔬果，加強體內的抗氧化能力，肝臟有如人體的排毒系統，排出壞東西，所以更需好好保養。除了良好的生活作息，不熬夜不抽菸不喝酒，維持良好的運動習慣，以及多喝水，可多加強以下食材的攝取。

**1. 蒜頭：**可幫助肝臟啟動排出毒素的酵素，且含有大蒜素和硒，有助肝臟解毒。

**2. 柳丁、檸檬、柑橘、芭樂：**含有豐富的維他命 C 和抗氧化作用，有助肝臟解毒。

**3. 甜菜根：**含有大量植物類黃酮，可調整肝臟機能，但吃太多會比較寒，可選擇經過濃縮乾燥後的甜菜根晶較無寒性。

**4. 綠色蔬菜：**春天適合多吃綠色食物，富含 β 胡蘿蔔素及纖維質。

**5. 十字花科蔬菜：**包括高麗菜、芥藍菜、綠花椰菜、白菜、蘿蔔等十字花科蔬菜，增加人體內硫代配醯體及協助體內製造酵素。

**6. 核桃、腰果、杏仁：**含有不飽和脂肪酸及維生素 E、礦物元素，可支援肝臟的排毒過程。

**7. 卵磷脂：**主要存在黃豆及蛋黃中，親水又親油的特性，就像個乳化劑，除了可以協助脂溶性營養素的吸收，許多研究也發現卵磷脂中的「多元不飽和磷脂膽鹼（PPC）」含量越高，可以保護肝臟機能。

**8. 薑黃：**薑黃雖然是薑科植物的一種，但並不是我們平常料理常用的薑，薑黃是數千年來在印度醫書《阿育吠陀》（Ayurveda）和中藥裡常見的一種藥材，近年來相當受歡迎的養生食材，主要關鍵營養素就是「薑黃素」，薑黃素對維持身體健康的相關研究非常多，目前全球共有 17,382 篇研究報告與 152 個臨床試驗，研究證實薑黃有很好的保健功效，除了直接食用以外，也可以廣泛的應用在料理上。



## .RECIPES.

### 推 · 薦 · 食 · 譜



#### 【薑黃蜂蜜檸檬飲】

〈材料〉（2~3人）

檸檬..... 1~2顆  
薑黃粉..... 2g  
蜂蜜..... 適量  
溫水..... 1大匙

〈作法〉

將蜂蜜加溫水攪拌均勻後，放入檸檬片及倒入檸檬汁，再加入薑黃粉攪拌即可。



#### 【美顏果昔】

利用多種水果，例如鳳梨、香蕉、酪梨、胡蘿蔔、南瓜等蔬果加入牛奶、豆漿、無糖杏仁奶、堅果、即時燕麥片等打成果昔，健康又有飽足感。

〈材料〉

喜愛的水果..... 適量  
奇亞籽（可先用少量的水泡開）..... 10g  
堅果或即時麥片..... 適量  
牛奶 / 豆漿 / 杏仁奶..... 適量  
薑黃粉..... 適量  
蜂蜜..... 1匙

〈作法〉

將材料倒入果汁機中攪打均勻成濃稠糊狀，可直接食用，或沾吐司麵包一起食用皆可。



聯強國際集團總裁兼執行長

## 杜書伍

### 關於聯強國際集團

聯強國際集團，是亞太第一大、全球第三大資訊、通訊、消電、半導體產品的通路集團。2017年集團營收達新台幣1兆1,200億元，營銷通路涵蓋台灣、大陸港澳、澳紐、泰國、印尼、越南、印度中東北非、土耳其、美國、加拿大、日本等39個國家與地區，並在全球二百多個主要城市設有業務據點。



## 只有「潛在機會」，沒有「現成機會」

幾十年來，都會一再的聽到各世代在說：「我們沒有機會，都被上一代佔光了！」。一副「努力也沒用，因為沒有機會」的姿態。

這是個有趣的「抱怨」，而且是源源不絕，拿來自我推卸責任的好藉口。

大家想想：「機會」人人想要，怎麼可能擺在那裡，等著你姍姍來遲的隨手取得。所以，不會有「現成機會」等著你的！你看到、聽到、想到的機會，早就很多人在做了；即便你要去做，也會自認太晚、太多人、自己不會成功，所以也不會是你的機會。

再仔細想想：為何機會都在別人手上，而不是在你手上？

簡單的說，就是「早鳥效應」。當機會尚未成熟，還是個「可能的機會」時，呈現的是「有機會也有風險」；也就是必須要克服很多困難、投注很多人力資金、而且即便如此還未必會成功（風險）。這種「可能的機會」很多人都看得到，但大部分的人不認為會成功或是風險很大，所以就不被認為是機會；而現在我們的周遭，就處處存在這種「不是

機會的機會」。

但是，就是有人會看出這是「潛在機會」，而投入心力、時間、資金，經過幾年的刻苦經營，突破多重的困難，並且在不斷鑽研、試誤與修正中，掌握了成事關鍵，而成功開拓出新業務、新事業。

而為什麼別人能！而你不能？關鍵就在於你是否有拆解事物的習慣，深入去了解關鍵成事因素的習慣；並且須長期累積豐富的經驗，來協助判斷它是否是「潛在機會」。所以，愈是有精細思考、深度理解習慣的人，再加上累積的經驗，愈能看出潛在機會，也是那能早人一步掌握到機會的人。

所以，不要喊「沒有機會」！時空環境不斷在變，處處是新機會。但是都是在尚不成熟時，就被有「洞悉力」的人看到而拿走了！

努力培養自己習慣性去拆解事物，習慣性去結構化的理解事物；先培養出你的「洞悉力」，你就會發現處處是「潛在機會」。如此一來，你就是那能掌握機會、開創新局的大將之才。G

## 人才永遠不夠！只是你是不是人才？

有些人經常會抱怨自己懷才不遇，認為公司不給發展機會！因而衍生出離職、轉換環境的想法，或持續心懷不滿的一面工作一面抱怨。

這種情境論點的基礎在「才」，要先評定「才」的水平，再看現況是否「適才適所」。只有「才大於所」，才会有大材小用、懷才不遇的情況。

在市場競爭激烈的前提下，企業必須要有更多更好的人才，來提升企業的競爭力。所以企業搶人才、爭人才不僅是不遺餘力，還要投注資源於部培訓，期能加速人才培养速度。但是，人才的培養仍然趕不及企業的需求，這是不爭的事實。所以，企業哪有放著人才不用、讓他閒置的道理？

企業的層層主管，或許有判斷力不足而錯認人才的問題；但是，個人自身是否有深度去理解人才要素，細緻檢驗自己的能耐水平，以及努力去實踐產生績效成果，讓主管從歷次的成果更加注意你、了解你？當你展現實力，績效長居前茅，「大才」哪有被埋沒的可能？

尤其在有規模、有制度的公司，透過完善的人力資源功能考核機制，不只是直屬主管要關注你，主管的主管也要關注你，甚至潛力人才必然被人資單位列為加重培養的關注對象。多重機制下，真正的人才是有無限大的空間的！

因此，在自認「懷才不遇」之前，先虛懷的自我檢驗，自己是否是人才？否則錯誤的自我認知，改變不了你的「人才水平」的事實。花時間與精力去轉換工作、熟悉新工作，不但延遲能力的提升，也不見得能解決你所謂的「懷才不遇」的困境。G



# Getac

## Lecture Series

### 神基科技內部系列講座

## 修煉執行力，帶動競爭力

### 神基科技董事長黃明漢： 「永續經營的領導智慧」

文／神基科技

#### ☑ 執行力是把戰略持續轉化成結果的滿意度

這場 CEO 講座，我想跟大家談談執行力。執行力的主體是人，所以每位領導人對執行力都有自己的一套見解與看法。在眾多定義中最簡單就是 Doer，做事情的人，也就是你做事情的態度、策略方向跟紀律。

通用電氣的前執行長 Jack Welch 則將個人與企業結合起來，認為「管理者的執行力決定企業的執行力，個人的執行力是個人成功的關鍵。關注執行力就是關注企業和個人的成功。」；最簡單來說，執行力到最後都是數字，把你未來工作的目標定義出來並且實現。我們都是公司內部的執行者，為何會有績效上的不同？你覺得原因出在哪裡？

很多人會把策略跟執行力搞混，策略的重點是讓未來變得不同，不管策略怎麼訂定，還是要執行才能發生。如果要讓生意變得不一樣，那我們就應該提昇附加價值跟核心競爭力，跟別人不同才有機會增加營收及獲利。我認為執行力是把策略持續通過執行轉化成結果的滿意度，按時、按質、按量完成公司交付任務的能力。而主管的職責就是將公司的未來以文字、數字描述出

來，建構新文化，凝聚變革的向心力，達成目標設定。在眾多的項目中，實現預算是企業執行力的核心表現之一。

#### ☑ 執行力是領導力的展現

執行力不是執行今天發生的問題，而是未來會發生的事情，這是一個應該注意的觀念。如果發生了才來解決這是被動的，我們應該預期、布局解決它。你要預期未來會發生的事情，針對未來想要發生的事情去執行。

策略可以簡化成四個重點，第一個是市場觀察，市場現在對我們是正向、負向，或者 SWOT 分析外面的機會跟威脅。我一直鼓勵大家常跟客戶互動，我們要知道外面市場的狀況，回來就可以預期可能遭遇到的事件。像中美貿易戰爭，你覺得是威脅還是機會？機會是看你有沒有爭取、發現裡面存在的商機，你覺得是威脅就是採取防守，你覺得是機會就要攻擊。

凡事都有正反兩面，既然是大家都有的威脅，就代表所有的競爭者都會遭遇困難，態度積極願意面對

“

執行就是領導力的展現，嚴守紀律、訂定未來目標、貫徹執行原則這都是很不容易的事情。執行力就是競爭力，「努力至無能為力，拚搏到感動自己。」有效執行戰略，打造一流執行力的 Getac 團隊。與各位同仁共勉！

——神基 黃明漢 董事長

”

挑戰的人，自然能在未來的挑戰得到先機，增加成功的機會。反之，相對保守的人，像是大多數的主管，可能就會讓機會溜過，事後後悔』不已。

而你的企業規劃呢？是不是要創新？要不要引進新的技術，這些東西你都要在腦袋中消化。當你有了策略，你就要執行，所以找到關鍵活動（Critical Activity）去執行至關重要，這是大部分人做不到的。我們要增加人才，而不是人數。有沒有正式組織，也就是 SOP，體制內或者外的組織。需要哪些關鍵活動，又想要創造哪些文化？這些都是關於領導力跟價值觀。當這些東西我們都有了，就能夠看出 Performance Gap 與 Opportunity Gap。

Performance Gap 是短期的，在很短的未來之內發生，你不能透過長期的東西去改變它。這種短期的數字是可以明白預測的，例如當月的績效，你現在就可以知道。比較困難的反而是未來市場走向，大於三個月，甚至三年五年的就是 Opportunity Gap。我們成立新部門，投入開發或者減少預算，就是針對 Opportunity Gap 的未來執行力及商機創造的考驗。

#### ☑ 活用數字管理提升執行力

財務報表很多人說是落後指標，我並不這麼認為，關鍵是你怎麼用它。如果你沒有辦法預測你的生意，


它當然是落後指標，但是如果你可以預測，財報就是領先指標。只要你有能力先去預測，你其實都有足夠的時間可以去提前反應，高端的執行者一定會不斷地嘗試，預期未來會發生的問題並提出相對關鍵活動，先行解決。越勇於預測未來，敢於用財報來預測 Opportunity Gap，通常都可以對未來的挑戰及早因應準備，並勝出於競爭中。

所以要定期檢視績效落差原因（Opportunity Gap & Performance Gap），持之以恆。當初的週一晨會堅持了八年，也正是因為如此。執行力就是用心、細心、耐心地持之以恆管理，一定要非常堅持。每分每秒、每分每刻、執行者如果懈怠，三個月後一切的紀律都沒了。

想辦法讓公司的股東，不管大股東小股東都覺得你的經營是正向思考的，不管有多少的 idea，創意能夠轉化成商業化才是最重要的。隨時預測未來可能發生的動態，把眼光放在 30 天之後，90 天之後，將會發生什麼事情現在就先來做。

總而言之，要將「執行力」成為 Getac 組織文化的核心成份，有幾個重點：

1. 主管以身作則，扮演領頭羊的角色
2. 做好目標管理，定期檢視
3. 從找到最重要的事情開始
4. 注重細節，因為魔鬼藏在細節裡
5. 有能力才有執行力，提升人才專業能力

執行就是領導力的展現，嚴守紀律、訂定未來目標、貫徹執行原則這都是很不容易的事情。執行力就是競爭力，「努力至無能為力，拚搏到感動自己。」有效執行戰略，打造一流執行力的 Getac 團隊。與各位同仁共勉！

# 運用 RPA 流程大改善 科技新效益 角色重定位

文／神通電腦稽核室 呂沁陵

在企業日常營運中，員工的工作大部分是透過電腦操作完成。而機器人流程自動化（Robotic Process Automation, RPA）是一種新興的程式軟體工具，它會模擬員工在電腦桌前的操作行為，並自動執行具規則性、重複性高的工作流程，但不具備類似人的判斷思維應變能力。自 2016 年開始，歐美、日本、中國等國企業，皆積極導入 RPA 流程機器人，大幅提升員工作業效率及品質。

從企業邁向自動化角度而言，希望藉由軟體機器人的勞動力，取代傳統重複性較高且具規則性的人工電腦作業，善用新科技，已是企業經營不可或缺的議題，而如何在符合企業內控與風險管理下，達到最大效益，正是 RPA 發展的焦點。

## 一、企業該如何運用 RPA 改善流程

對企業而言，該如何將不值得花人力的作業流程，改為自動化，達到成本效益及工作效率。依據 IThome 電腦報專題報告中，安侯企業管理顧問服務部執行副總經理李育英表示，多數企業的情況是，在不同時間點導入不同的系統，彼此之間的介接，過去可能選擇系統開發，導致使用者要面對複雜的介面與操作，但現在可以應用 RPA 串起流程，提升作業效率。RPA 可進行多個「既有系統」之間的串接、跨平臺資料比對問題等，且可針對不同需求做客製化，並依自身情況將重複性高、耗費人力、簡易的流程轉由 RPA 處理，但作業流程具有特殊性或是不重複的交易活動，就不適合 RPA 系統。

根據勤業眾信 2017 年《流程機器人（RPA）全球現況調查》，企業關注的前三大議題分別為流程改善、擴大自動化程度與提高數據分析能力（圖一），並且受訪企業認為，導入流程機器人能夠帶來強化內部標準化作業，及提升作業流程的實質效益（圖二）。勤業眾信聯合會計師事務所科技創新長柯志賢表示，企業藉由導入 RPA 的機會，能再次檢視作業程序，將人員及步驟重新配置，讓每個環節發揮最大效益，而省

時、省人力、降低成本等經濟報酬，只是自然產生的附加價值。因此，在應用 RPA 時，首先要做好每個流程的梳理與審視，精準與詳盡的標準流程是導入 RPA 重要的基石，期望透過自動化帶來更好的風險管控。

總結 RPA 優點包含效率高、成本低、速度快、品質好、且態度優，但 IThome 電腦報專題報告中也提醒其三大安全挑戰，分別為：

- （1）需要非常穩定的系統環境，維持 RPA 的運作，並確保其審計與合規功能。
- （2）RPA 的規則邏輯設定必須嚴謹，才不會造成錯誤，並謹防職責分離。
- （3）隨著 AI 應用程度的提高，也可能造成新的風險。

## 二、RPA 應用場景

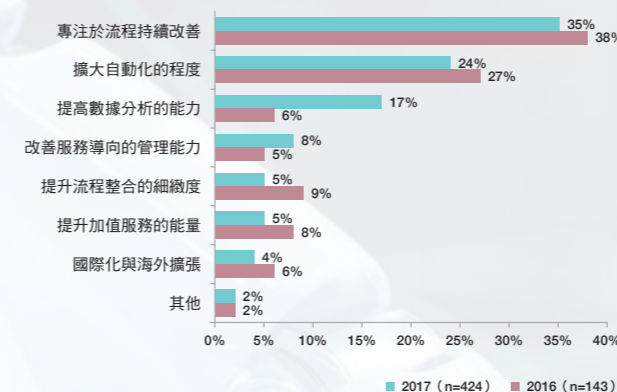
到底，RPA 可應用的場景有那些？安侯企業管理公司執行副總經理劉彥伯說，現階段在臺灣採用 RPA 的業務多為效益較明顯的後勤單位，例如財會的合併報表作業、稅務申報、折讓作業、業務訂單、物流系統規劃等。簡言之，RPA 能執行不同系統的資料輸入、電子郵件通知、報表製作與資料蒐集等，也就是各式資料的撈取、處理、輸入、通知與儲存，主要是具高重複性、可規則性與人工作業的流程。

以下說明幾個非財會作業的案例：

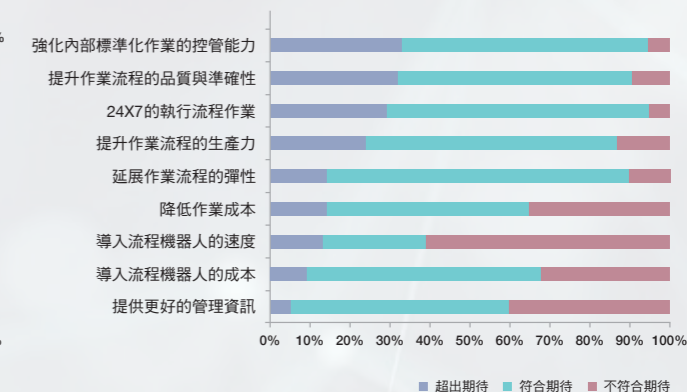
### 【案例一】

公司法務單位，經常要製作產品的環保聲明書（保

圖一：企業營運關注的議題



圖二：導入流程機器人的效益分析



證函），人工作業時間需要 12 分鐘，且相關人員必須隨時保持待命，但透過 RPA 處理，只需 2 分鐘即可完成。

另外，像是合約管理系統雖可產出定型化合約，但實際製作文件的過程中，仍存在大量人工作業，伴隨後續的用印、歸檔等過程，需要跨不同的資訊系統，花上不少人工作時間。現在，RPA 能自動執行一連串的流程，大幅減少人力介入，讓作業流程變得更自動化。

### 【案例二】

公司如需在市場上爭取專案，則需要特別關注各招投標網站的資訊，此時便可用 RPA 每天搜集各個招投標網站資訊，並將結果發給相關負責人。類似案例如：研討會訊息、競爭廠商官網資訊等。

其他如進口報關文件準備，生產管理的產銷協調資訊，多個系統之間的信息互通，軟體開發的驗證作業，紡織廠出貨前提供客戶物性與布料等測試報告等均可利用 RPA 快速完成，且可 24 小時不間斷運作。

## 三、結語

AI 開始在企業服務領域引領發展潮流，IBM 在 Think 2018 年度大會上，提到 Intelligent Automation (IA) 的概念，就是關於 RPA 的應用發展，其應用系統創新服務事業部顧問協理陳昌裕指出，RPA 能解決的是結構化的資料，固定邏輯的流程，一旦涉及人為判斷，

就需要 AI 的支援。儘管 RPA 在現階段的 AI 程度還不夠高，但已可減少高重複性與低效率的事務工作，對企業而言，人的角色可能需要重新定位，並開始思考如何促進人才轉型，而員工也要有面臨重新學習的準備與心態。

勤業眾信風險管理諮詢（股）公司協理林茵薇表示，導入 RPA 過程所取得的數據與資訊，可作為未來進化 AI 科技的基礎，是企業不容忽視的趨勢。另外，員工需適應「機器人時代」下人機協作流程，將過去耗費於無效率作業的時間，應用在更有價值的重要決策與內外溝通。

最後，以馬雲在 2018 年大數據峰會上所言，共勉之。馬雲表示：「未來三十年是最佳的超車時代是重新定義的變革時代。如果我們繼續以前的教學方法，對我們的孩子進行，記、背、算這些東西。不讓孩子去體驗，不讓他們去嘗試琴棋書畫。我可以保證，三十年後孩子們找不到工作。因為，你沒辦法競爭這個時代。過去的 200 年是知識的時代，是科技的時代。未來的一百年是智慧的時代，是體驗的時代，是服務的時代。因為，機器將會取代過去 200 年來，很多技術和科技。」

### 資考資料

ITheme 電腦報、勤業眾信通訊、會計研究月刊等相關資料。

首度校園試辦計畫開跑



# 咱糧烘焙課程

3 ▶ 7月

大手牽小手  
哥姊帶你做

## 野創盃



### 試辦緣起

野創盃咱糧烘焙教學課程今(2019)年將媒合第三屆大專組前三名獲獎的大專學生，至同縣市申請全教總咱糧學堂計畫之學校，進行預計半天時間(國小約半天3節課左右;國中約2~3節課)的烘焙課程。

此「試辦」計畫乃由財團法人育秀教育基金會提供台灣小麥系列麵粉與相關費用，由全國教師工會總聯合會協助媒合有意願之大專學校獲獎之大專學生，以及申請參與全國教師工會總聯合會咱糧學堂計畫積極投入教學推廣之咱糧教師及其授課班級，均為烘焙課程教學對象。

### 報名資訊

聯絡人 | 全國教師工會總聯合會秘書 蘇筠雅

傳真 | 02-2585-7559

電話 | 02-2585-7528 分機 306

Email | su19251119@nftu.org.tw

◎ 主辦單位 | 財團法人育秀教育基金會、全國教師工會總聯合會、喜願共合國、財團法人中華穀類食品工業技術研究所

◎ 協辦單位 | 台中市教師職業工會、臺南市教育產業工會、弘光科技大學、南台科技大學



## 第十六屆育秀盃 決賽暨頒獎典禮

# YSED FINAL ROUND & AWARD CEREMONY

2019  
4.26 (五) 9:00 — 15:30

聯華神通集團南港企業總部

台北市南港區南港路一段 209 號

詳情請見育秀盃官網  
award.ysed.org.tw

或臉書搜尋 育秀盃



新開讓全  
時創我新  
代由們的一  
你一起一  
主導的屆

Cooperation:  
協力單位



Sponsor:  
贊助單位



## SOIL CONTAMINANTS

## 土壤豈容我們再踐踏？

為善待土壤增知增技 杜防挖根絕源  
「咱糧學堂」舉辦教師寒假增能研習會

文／董書芬



關注環境生態，關愛土壤資源，育秀教育基金會長期以來耕耘資源永續、糧食安全、重視食育教育等等問題，不遺餘力，為將關愛化為行動，今（2019）年1月22日於善群有機農莊舉辦一整日的「咱糧學堂」教師寒假增能研習，即是一環環重要的大愛延續。

我們常說人要頂天立地，因此土地即是人類生存的根源，但土壤的問題卻因人們的誤知、誤解而層出不窮；連與健康息息相關的土壤都因這些無知而任意踐踏。

關心地球生態的國家地理雜誌即在2017年9月25日的報導中就明確的指出，現在的小孩待在戶外的時間比一般的監獄囚犯還少，這可能會導致毀滅性的後果：孩子需要接觸土壤中的微生物，才能建立起防禦系統，抵抗未來可能會侵襲他們的疾病，美國國家環境保護局（U.S. Environmental Protection Agency, EPA）估計，現在一般美國成年人平均有93%的時間是待在室內。隨著我們退居室內，有愈來愈多的土地正在消失，美國境內每年鋪上柏油水泥或重新鋪設的路面估計就高達25萬英畝。

緊接著在2018年4月19日國家地理雜誌又刊登專

文：根據全球第一份全面性的實證評估報告，全球有超過75%面積的土地已經嚴重劣化，受到影響的人口數達32億。這些土地有的

是沙漠化、有的遭到汙染、有的是濫伐後轉為農耕地，這些也都是物種滅絕的主要原因。這份報告警告，如果這個趨勢不變的話，到2050年全球就會有95%的土地會劣化，導致許多地方的糧食生產衰竭，數億人口可能因而被迫遷移。

「土地劣化、生物多樣性消失，以及氣候變遷是同一個重大難關的三個不同面向。我們做的選擇，對自然環境健康造成的危險衝擊日益嚴重。」羅伯·華森爵士（Sir Robert Watson）說，他是生物多樣性及生態系服務政府間科學及政策平臺（IPBES）的主席，這份報告就是由這個機構製作。

耕地和牧地的快速擴展與非永續性的管理，是造成土地劣化的主要推手，不僅導致生物多樣性大量消失，還衝擊糧食安全、水淨化、能源供應，以及其他大自然對人類不可或缺的貢獻，而這些現象在世上許多地方已經到了非常危急的程度。

### 育秀基金會關注環境生態 連續兩年推動教師研習營

育秀教育基金會長期的關注環境生態、資源永續、糧食安全問題、重視食育教育，的議題，自2015年起，與全國教師工會總聯合會（以下簡稱全教總）共同合作，一起推動「咱糧學堂（復興國產雜糧運動）」的「食農」教育，透過每年育秀盃創意獎的微

電影徵件，將過程記錄下來，期望下一代可以對台灣農業更加了解，具備友善環境的人文素養。

食育組微電影拍攝的實施計畫，以參與全教總咱糧學堂教學活動的師生為拍攝對象，將教師在教學現場推動咱糧的課程、師生共同參與咱糧生長的歷程，拍攝製作成為微電影作品，截至目前已累積40部以上的食農教育微電影作品，這些珍貴的影像資料，更成為廣大教學現場教師實施相關課程時，重要引導參考的影音資料。

但是這樣還不夠，育秀教育基金更積極地將觸角延伸到你我的生活圈，透過「產地到餐桌」進行食農教育交流，讓「土地」跟「人」都獲得了健康；自2017年更進一步推動教師研習計畫，去年舉辦兩場「里山·不遠」講座，讓更多教師重視並願意帶領學生參與「糧食自給」、「友善環境」、「食物安全」等，與我們生活及飲食息息相關的議題。

非但如此，在教學現場操作的過程中，教師對於校園咱糧栽種關注遇到許多困境或議題，包含對農作物種植專業知識不足，需要有「栽種歷程困境的諮詢對象」、土壤排水及濕度如何掌控？有機肥或化肥（土壤混拌）基肥與施肥的時間點為何？如何除草？除草的必要性、時機為何？…等等。

今（2019）年1月22日於善群有機農莊舉辦一整日的「咱糧學堂」教師寒假增能研習，課程內容豐富，包含善群有機農莊莊主柯雄能分享雜糧種植經驗，土壤作物醫生館館長陳興宗老師分享對土地更友善的實踐，課程包含：與土壤基本和平相處的禮儀、基肥施肥與堆肥、咱糧作物的病蟲害、產地土壤觀察基本功。

食農教育要發展成功，更重要的是老師增能的機會，才能從中體會成就感，教師研習的計畫，將在育秀基金會與全教總的合作下，持續推展下去。☑





1



2



5

## 人類存活延續與土壤健康密不可分

# 破壞土壤生機 無異自毀健康長城

文 / 土壤作物醫生館館長 陳興宗

您或許常常看到土壤，但您能對土壤有更多的論述與定義嗎？人類的健康與延續存活的機會也可在土壤中找到解決答案。研究土壤會是未來的顯學，建議您，可以多花點時間了解一下土壤。



3



4

土壤是地表上由岩石歷經千年萬年風化而成，呈現厚度不均，且三度空間分布之自然疏鬆層次。其色澤不一，由礦物質、有機物質、水、空氣所組成，粒徑小於 2mm，是持續變動中的自然體。

古有名言，有土斯有財。另，眾多古文明也是在河流與沖積土壤沉澱的地方蓬勃發展；但也可能因土壤過當擾動使用後或巨大改變後導致土壤退化、劣化，終致古文明的頹圮，甚至滅亡。

台灣的農耕重要田區也是在島上幾條重要河流的沖積土壤上開始發展，諸如：濁水溪流域、高屏溪流域、蘭陽溪流域、大安溪流域、大甲溪流域、大肚溪流域。

## 尊天敬地 才能生命永續

因氣候、母質、地形、生物、時間等五大因子讓土壤持續不停地化育。以台灣的氣候，海拔 100 公尺的條件下，一塊硬梆梆沒生命力的岩石，需耗時至少 400 年才能化育成為厚度一公分疏鬆有生命力土壤。

我們走到戶外所見多種不同樣貌的土壤，深究背後的故事，都會有令人敬畏的歷史，這些土壤也各自成就不同的生態系，有許多使用者也依附在土壤上，生活其中，以獲得生命的泉源與滋養。

土壤給人類食物、飲水、活動空間基地、建築基地…等同賜給了我們生命與財富，而人類只是上述生物因子中，土壤眾多的使用者之一。

健康土壤中，一個腳印下的生命數目都超乎現今地球的人口數。我們不得不警惕，在漫長的地球歲月中，相較之下，出現至今只有五、六百萬年的人類，不但存在時間較短暫，且數量較少，卻對土壤的健康有著強大的影響力。

地球與太陽存在一個美妙的距離，太陽是整個地球目前發展的基本能量來源。愛因斯坦認為能量與物質能互相轉換，但愛因斯坦也沒辦法讓能量與物質任隨人意快速轉換。但距離上，與我們非常接近的能量物質轉換程序卻隨時發生，俯仰皆是。含葉綠體的綠色植物把光能轉變成葡萄糖，成為所有生命所需物質的開始，食物鏈和食物網編織了多元的大千世界，所有眾多使用者與土壤之間的能量、物質交流，成就了土壤的多種樣貌。

我們的食物有來自於陸地上的蔬菜、穀物、水果、禽畜肉、蛋奶、水體裡的魚蝦…都和土壤有關。1936 年美國參議院 NO.264 諮文論及：病態土壤導致美國人民健康明顯惡化，退化性疾病穩定成長；1992 年地球高峰會，會員國議題論及：過去一百年，世界各地土壤持續貧瘠惡化中。

人類常急著改變土壤成為我們眼中的良田或恣意開發自然環境，我們卻忘了人為活動，影響了許多其他土壤使用者的權益，阻斷了許多土壤與周邊條件的

連繫關係，產生了許多斷裂。也回頭影響我們農作收成，人類健康應該也跟著受影響。

重新恢復土壤應有樣貌、解放其自然化育合理條件、恢復土壤與周邊的連繫關係、找到人類在連繫關係內的應有角色與分寸，才有機會找到天地人共榮存的永續美麗。

長期以來，台灣的環境溫暖潮濕，但農地有限，且自然資源也有限，而土壤類型豐富（美國農部把土壤分類成為 12 種土綱，台灣擁有除了永凍土以外的 11 種土綱），農業技術發展也還算有一定基礎。事實上，我們已歷練過許多糧食生產上的艱困問題。

近來台灣推行食農教育的風潮，可在上述永續土壤健康的角度上多加著墨，這樣或許可讓全人類在面對全球氣候變遷、人口持續成長、食物安全的問題上，台灣能貢獻專長，且有一席的話語權威。G

### 圖片說明：

1. 土壤作物醫生館館長陳興宗老師分享對土地更友善的實踐，課程包含：與土壤基本和平相處的禮儀、基肥施肥與堆肥、咱糧作物的病蟲害、產地土壤觀察基本功。2. 施肥前需先了解農地土壤狀況，陳興宗館長帶大家實際操作，認識診斷農地土壤的基本方法：1. 完成水分標本罐 2. 理解水分掌握技巧 3. 土壤質地判斷 4. 簡易田間診斷。4. 土壤作物醫生館館長陳興宗，也在興大植物教學醫院駐診，而且他本身是農藥行老闆，卻倡導少噴農藥、少用肥料，長期在田間奔走，給予農民難題解答。5. 善群有機農莊莊主柯雄能，分享雜糧種植經驗。



# WIRELESS DEVICE

讓人沉迷行動無限的

## 無線裝置

文、圖 / Jeremy H.

消費型「無線」產品的成功，除了本身無線通信技術外，最重要的成功關鍵，是能夠提供「無線」有效運作的「無線電力」。手機的快速普及，顯示出良好的「無線」、「行動」等科技體驗，很容易受到現代消費者的青睞，預估未來更多相關功用設計的新產品，基本上都不難獲得消費者基礎的認同與關愛。本文觀察與推論，市場上除了資通訊產品外，還有哪些產品，有機會可以被研發成「電池式」的「無線」產品，或者可以利用「電池的力量」轉換，服務人類更多「勞力與效率」，來思考可能的新興開發領域與產品市場商機。



早期家用市話電話機，是「有線」主機與「有線」分機的架構，撥接聽電話一定要在裝有電話機的位置來講話，使用上不方便。

人類科技的發展，很快就來改善這種不方便，開始提供「無線」的子母機市話電話，從此很多消費者家中，開始出現室內電話的「無線」生活應用，開始可以不被「有線」拘束，限制接聽電話的空間，變成自由自在地講電話。

無線的發展其實很早（例如：軍事通信、遙控等），只是普遍家用市話電話機的無線化，應該算是3C產品中，最早讓老少民眾多數人熟悉知曉或喜歡使用的典範無線應用案例。

### 01 「無線」的成功在「無線電力」的提供 二次電池演化 高容量、大功率頻造神話

消費型「無線」產品的成功，除了本身無線通信技術外，最重要的成功關鍵，是能夠提供「無線」有效運作的「無線電力」。所有的無線電子裝置，一定要搭配無線電源（例如：自備發電機或行動電源、或感應起電如RFID應用），或電池（例如：各式化學電池、燃料電池等），才能完成無線應用的任務。

早期「無線電力」，最方便的來源是來自「乾電池」。常見如：碳鋅電池（Zinc-carbon Battery）、鹼性電池（Alkaline battery）等一次電池（電壓約為1.5V），或鎳鎘電池（Ni-Cd）、鎳氫電池（Ni-MH）等充電式二次電池（電壓約為1.2V）。但這些較早期電池，都只是小容量、小功率的電池，但已經帶給人們許多「無線」與「行動」的便利生活。

乾電池的應用，造就了人類早期「無線」、「行動」產品的成功（例如：收音機、Walkman隨身聽），即便上述家用無線分機已經沒落，至今產品仍不少保持僅使用小功率二次電池來繼續在市場上銷售，因為家用無線電話，實際上並不需要太多的電力瓦數。

但隨後（大約2000年前）「個人行動電話」或稱「手機」的產品，開始把「講電話」這檔事走出戶外！此時電池已經使用鋰電池（Li-ion、LiFePO4等鋰



▲ 鋰電池的能量密度很高，且具有高放電功率、可快速充電、循環壽命長等特性，提供了行動通信市場最佳的行動電力，讓「無線」的「行動」手機，可連續通話數小時，待機時間可超過數天之久，實用性受到肯定。



電池，工作電壓約3.2V），隨時隨地方便連絡講電話的便利性，成功席捲市場。

而鋰電池的能量密度很高，且具有高放電功率、可快速充電、循環壽命長等特性，提供了行動通信市場最佳的行動電力，讓「無線」的「行動」手機，可連續通話數小時，待機時間可超過數天之久，實用性受到肯定。

爾後接捧且流行的還有：功能型手機（Feature Phone）、智慧型手機（Smart Phone）等，幾乎每一波無線通信產品，都能成功席捲市場！顯現「無線」與「行動」的諸多便利與好處，高度受到普遍民眾的認同與喜好。

### 02 市場歡迎「無線」與「行動」設計 「無線」產品多樣 創新開發有限

手機的快速普及，且成功讓多數人迷戀與低頭。顯示良好的「無線」、「行動」等科技體驗，很容易受到現代消費者的青睞，尤其是當多數人已經習慣或沈迷於隨時存取無線網路、隨身攜帶行動裝置、無羈絆操縱功能下，預估未來更多「無線」、「行動」功用設計的新產品，基本上都不難獲得消費者基礎的認同與關愛。甚至因為打從心底想要「無線」帶來的

# WIRELESS DEVICE



效益，會「愛屋及烏」擴大思考，選擇其他功能產品的「無線版本」來採購。

接下來，本文觀

察與推論，市場上除了資通

訊產品外，還有哪些產品，有機會可以被研發成「電池式」的「無線」產品，或者可以利用「電池的力量」轉換，服務人類更多「勞力與效率」，來思考可能的新興開發領域與產品市場商機。

因為當今無線網路科技十分成熟，各式電池形式大小都可以變化，幫助了許多資通訊產品，很有效率也低成本地轉換成各種「無線」、「行動」裝置。例如：無線鍵盤滑鼠、無線耳機、整合穿戴產品、加值攝影器材等等。

概念上「微電子」（小電流、低瓦數）產品，都有價值能被設計成「無線」版本的。只不過這資通訊產品市場，大多已被相關科技廠商「吃乾抹淨」了。

所以想在「數位電子」「微電子」

產品中，再去找出可以著墨設計「無線」或「行動」的產

品，已經十分不容易了。

就算還有部份產品值得

開發成無線版本，或進

一步升級無線功能，也



勢必將面對不少具有實力或想法相同的其他資通訊廠商競爭。

若從市場規模來看，個人行動市場的智慧手機，幾乎可達「人手一支」的市場規模數量，手機週邊產品當然也水漲船高，處處充滿機會也處處充滿挑戰。過來再其次的大規模市場，便是家用市場了。假若能開發出家家戶戶都想使用或常備擁有的新產品，也將具有不小規模與機會，值得我們思考如何來「跨界」（撈過界）或「合作」（合縱連橫）開發之。

所以，規劃設計新興「無線」或「行動」產品時，我們不妨將眼光方向多放置在相對傳統的家電器材，以及傳統保守的人力工具上頭。尤其是一些非原生於「數位」或「資通訊」的傳統家用產品，比較容易藉由我們掌握到的較新電池科技、馬達電機、以及相關智慧電力管理與充電保護等科技加以融合與加值。

也就是說，建議挑選傳統「有線」（插電型式）的家電器材，或是原本是「非電器」（不使用電力的用具）的手動或人力工具，利用科技的觀點，加值或升級成為「電池型式」的「無線、行動」或「省時、省力」版本之新器材。



## 03 爆力的電池與電機整合 服務人類勞力與效率

本文暫且不討論關於自駕車、無人機等較大型或超大電流應用的電動載具系統，主要研討以家用中小器材或工具升級為案例。以下即舉例市場上已經看得

◀ 因為是「無線」且「夠吸力」的手持行動式吸塵器，可以重新定義應用功能與賣點訴求。（資料來源：Dyson，2019年1月）

見的成功產品，提供作為思考與想像上的參考範例：

### 1. 將原「有線」電器，進行創新設計或升級「無線」

家庭當中，傳統插電型式的「有線」電器，其實種類不少，過去有可能因為「有線」的侷限，而忽略它可能也有移動使用的價值與機會。這種「有線」產品，可以嘗試被規劃來改版升級，或者更大膽一些，重新定義或賦予它在能無線移動後的新功能或新訴求。

在這個選項中，近年最成功的經典案例，是高價「無線吸塵器」的蓬勃發展。在近年家用「無線吸塵器」市場中，可以觀察到部份廠商的無線吸塵器產品售價，能夠高過市場其他類似低端產品 10 倍（以上）之多，可見至今利潤空間相當大，值得參考。

### 2. 原「非電器」或「手動」器具，革新設計成「電動」，再升級成「無線」

家庭當中，許多傳統應用仍處於「手動」或「手藝」形式在處理。而目前科技已具有輕巧、高效行動電力，以及小型、大出力馬達電機等成熟零組件，得以低成本且有效果，協助人類在勞力與工作效率上的發揮。如果能針對舊有應用，設計輕巧實用、省力省時的器材工具的話，有望在近年民眾愈益習慣無線應用的消費享受中，一樣受到高度的認同與青睞。

在這個類別中，近年比較容易受到民眾採購的產品案例，是各種「電動起子」、「充電電鑽」、「無線電動打氣機」等生活應用工具或專業工具。

所謂「工欲善其事，必先利其器」，尤其人的

▶ 很多人可能還沒注意到，這種上市不到二年的手持式「電動」「無線」打氣機，許多品牌的此類產品，能提供上百 PSI 的打氣氣壓，因此車子輪胎、甚至公路腳踏車高壓輪胎都可打氣，連戲水用的游泳圈或橡皮艇，也方便在各種場地中「無線」輕鬆充氣。



▲ 「電動」工具提供精密與效率，而「無線」工具，則提供更多無所不在與使用上的輕鬆愉快。

力氣有限，效率低也容易累，而且施力大小不一。例如：用人

力來轉緊螺絲，遠不及有扭力環的電動起子工具，能高速對每個螺絲旋轉出一樣的緊度。

或者，過去因為只有有線工具可用，減少許多方便性與可使用的場合。例如：小型電動打氣機，過去通常是利用汽車內的點煙器，牽出 12V 電線，然在拉出電線在車外打氣各個輪胎，然而因為有線的限制，所以若使用此電動打氣機，打氣腳踏車車胎，就非常不方便，更不方便幫忙打氣游泳池或海邊的游泳圈或橡皮艇。延宕至大約 2017 年底，市場才開始出現這種手持槍型或手持桶型 12V 鋰電池的「無線電動打氣機」，就非常吸引有需要經常打氣的人士購買。（如下圖）G



發現書畫之美巡迴展〈系列二〉

## 高義瑄之山水風光

The Country Scenery: Yi-Huang Kao

資料提供／研揚文教基金會

1956年生於台北的高義瑄，畢業於國立台灣藝術專科學校及國立台灣藝術大學造型藝術研究所，現任國立臺灣藝術大學書畫藝術學系兼任助理教授。國立臺灣藝術大學傑出校友，致力於水墨畫創作教學與研究，曾在國內外個展數十次聯展百餘次，足跡遍及台灣各地、名勝古蹟、城鄉小鎮、山川百岳及原住民部落，以及中國大陸旅遊寫生。此次作品均為2012年至2016年台灣及大陸旅遊寫生所見，大部分為現場對景直接寫生的作品。

高義瑄專研水墨山水已逾四十五載，作品從傳統水墨畫的用筆用墨與空間概念為基礎，復以西洋繪畫之造型光影質感為輔，融合中西繪畫之特色，內化為自我心中之山水意境，並有感於一個從事水墨山水創作者，沒有深入廣闊的大自然中，沒有對所畫山水實景的直接審美感受，也就缺少一份情感與山水之靈性，深覺直接審美感受乃是創作山水作品的先決條件，因此近年來更多的時間專注於現場對景寫生之創作，並在親身經歷實地寫生的基礎上，觸發和深化審美的情意化為自我胸中之丘壑。

高義瑄作品極具人文特質，並保有傳統水墨精神與文化內涵，其山水畫作巖嶺高聳層疊，雲岫渺渺隨處溪泉俯仰，遐邇參差錯秀雅大器，構圖唯美、設色講究、虛實間筆法巧妙，讓觀者時有清心喜悅的共鳴之感。G

01\_花蓮石梯坪寫生\_石梯坪位於花蓮縣豐濱鄉石梯灣的南側尾端，是一個面積極大的海岸階地，海蝕平台、隆起珊瑚礁、海蝕溝、海蝕崖等舉目皆是，2014年夏季酷暑偕花蓮墨承畫會畫友至此寫生作品。

02\_雲湧袁家界\_袁家界位於張家界國家森林公園北面，背依岩峰山巒，面臨幽谷群峰，自東向西延伸，雲霧繚繞山巒交疊、錯落有致、恰似豪氣的山水畫或潑墨山水，電影阿凡達取景，此作品為2016年偕臺灣藝術大學畫友至此寫生得稿歸來寫之。

03\_坪林灣潭溪寫生\_張家莊位於新北市坪林區，灣潭溪為北勢溪的上游，流經張家莊，溪水潺潺在此形成青翠的水潭，此作品為2016年偕臺灣藝術大學畫友至此露營寫生作品。

04\_馬祖北竿芹壁村寫生\_芹壁是馬祖列島保存最完整尚未被現代建築破壞的傳統閩東聚落，芹壁的美，在於它的質樸無華，彷彿時間在此靜止，陽光燦爛的夏日，深藍海面，像極了普羅旺斯，此作品為2014年8月偕臺灣藝術大學畫友至此現場寫生。

05\_登觀音山遠眺\_台北觀音山最高峰硬漢嶺海拔609公尺，山頂擁有極佳視野，眺望台北港、淡水河、基隆河、關渡大橋、大屯山區、台北盆地、林口臺地等地區，能見度極佳時可望見聖稜線、南湖群峰等，2016年元月登硬漢嶺遠眺台北盆地得稿歸來作於稻香軒。



高義瑄 | Yi-Huang Kao

記得兒時對廟宇內的彩繪壁畫非常的喜歡，平時又喜歡塗鴉，在學校最愛的就是美術課；國中畢業後，進入陶器廠擔任彩繪工作，初步接觸國畫。為了深入了解國畫，從蘇峰男教授處獲得山水畫的啟蒙，在筆墨技法與理論上奠基；之後曾參加國內一些美展也僥倖得獎，但囿於繪畫理念與學術知識上的缺乏，於是在高中補校生涯後考上台藝大的前身國立藝專就讀。其間在師長的諄諄教誨與同學的切磋鼓勵下，使我在繪畫理念上有着大幅度的改變，題材畫境也大有進步，作品漸漸有了自己的風貌，而能盡情展現自己想表達的創作訴求。

西洋風景畫家布丹說：「當場畫下的任何東西，總有一種以後在畫室裡所不能取得的力量，即真實感和筆法的生動性。」因此，本檔我便以在各地寫生的畫作呈現給大家。而近年來，我也進行以居住環境為寫生主題的「現象台北系列」，描述台北昔日的綠野平曠、磚牆瓦屋，到今日高樓林立的灰色叢林；從前空氣清新、河流乾淨，到今日空氣惡化、水源污濁、林蔭綠地減少、古蹟建築被破壞。希望藉由作品把當今台北的特有現象表現出來，反應這個時代的變遷，為台北城留下一點點記錄。

照片取自《臺華黨》：  
[http://www.tai-hwa.com/taihwacart/index.php?route=information/information&information\\_id=18](http://www.tai-hwa.com/taihwacart/index.php?route=information/information&information_id=18)



4

5

Of a Feather Flocking Together:  
Birds, Flowers, and Fruit in Melodic Harmony



1



迎春和鳴

文／郁之 圖／故宮博物院·喬鐘

故宮賞鳥



2

走春，是迎接新歲最美好而健康的賞心樂事，在大自然中靜觀萬物皆自得，特別是深林間的宛轉和鳴，清脆鳥唱，然而想看到鳥兒的本尊卻不容易，沒關係！在台北故宮正有一檔有情有趣的《來禽圖——翎毛與花果的和諧奏鳴》特展，在悅耳的鳥鳴啾啾中，欣賞古人所精摹細繪的花鳥之美，紙上自在「賞鳥」，領略早春的小確幸。

❖ 翎毛名家 精繪鳥禽 形神兼備 ❖

想像中的紅喙彩羽，想像中的翩飛雀躍，都在故宮館藏裡，當年習畫時，花鳥名家邵幼軒教授和鄧雪峰教授就常鼓勵我們常去故宮看畫，因為故宮的典藏禽鳥作品超過兩千件以上，特別是有關「翎毛」的專題特展，那紙絹上細膩而寫實的珍禽稀鳥千姿百態，真是讓我們足足流連一整天、筆記一大札的大教室，從而認識了五代及宋、元、明、清的善畫翎毛名家，形神兼備，栩栩如生，那靈動的百禽百聲，彷彿破紙面而出，滿足愛鳥人的親鳥心。

正如我們在兒時最愛的童謠〈春神來了〉，改編自德國童謠〈所有鳥兒都來了／Alle Vögel sind schon da〉，宣告春暖花開，百鳥齊鳴的好消息，《來禽圖》同樣地也讓這春之使者——禽鳥身影翩飛於展廳中，春寒料峭，若不便出遊踏青，來到故宮「賞鳥」，也能充分感受春臨人間的輕盈雀躍。

古代畫家稱禽鳥畫為「翎毛」，故宮由於館藏豐富，過去也曾辦過幾次以鳥類為核心的專題特展，包括民國 73 年的《宋代翎毛冊頁》特展、民國 90 年的《畫裡珍禽——紙絹上的鳥類世界》，與民國 99 年的《百禽百聲音，一動一情性》等。歷代著名的花鳥翎毛畫家，如五代畫家黃筌、宋代畫家徐崇嗣、惠崇、崔白、崔慤、李安忠、李迪、馬麟、吳炳等，都有傳諸後世的精彩傑作，為禽鳥百態留下翦影，傳唱於中華文化的青史。

❖ 果熟來禽 鳥語花香 循線悅賞 ❖

故宮《來禽圖》的策展團隊相當用心，細分了「果熟來禽」與「鳥語花香」兩大類，讓賞鳥人易於依循路線「悅」讀，精選的 31 組件，分別在 202 及 212 陳列展出，作品時代囊括了宋、元、明、清至近代，最棒的是在展場上，我們可以同時看到古畫中所搭配的禽鳥圖鑑寫真照片，透過燈箱一併陳列，有心人可以透過繪畫與照片作詳細的比對，具體理解歷代畫家對於禽鳥生態縝密的觀察力，以及畫家們在當代書畫領域的努力深耕，祈願突破侷限，而藉助筆墨與萬物對話，抒發內心情感的蓬勃創作力。

特展中細數國寶級的館藏精展，有宋朝崔慤的〈杞實鸚鵡〉畫



桑枝黃鳥

3



雙鶉圖

4



枯木寒雀

5

宋中興吳炳  
榴開見子  
喜而豐實

1 宋代名家吳炳的〈榴開見子〉討喜而豐實。2 五代畫家黃筌的〈葫蘆山鳥〉，雀躍枝頭生動十分。3 宋人所繪的〈桑枝黃鳥〉清楚描繪瑞鳥的丰采。4 民國書畫名家林玉山的〈雙鶉圖〉翎毛趣味畢現，栩栩如生。5 清朝八大山人（朱耷）的〈枯木寒雀〉簡筆寥寥中自見畫意髓味。



中的鶴鶉與螻蛄，均不先勾勒輪廓，直接以水墨點染，感覺格外古樸典雅。這種「落墨」畫法，在宋畫中尤其罕見而難得。另外一幅國寶文物也是宋人所畫的〈桑枝黃鳥〉，一隻站立桑樹枝頭的黃鳥，仰頭銜住桑椹果實，神態怡然自得。無論樹或禽，敷色皆極細膩，線條則隨著物象而變化，未有定法，感覺格外生動自然，堪稱典型的宋代寫生佳作。在現場也有同樣姿態的鳥鑑攝影在燈箱展出，一模一樣的神態，連覓食桑椹的方法都未改變，讓我頓悟了「今人不見古時月，今月曾經照古人」的詩仙慨嘆，汲古潤今，真箇悅目潤心！

### ❖ 珍惜古畫 愛惜生態 環保和鳴 ❖

因為特展所精選的經典古畫都有近千年歷史，紙質十分脆弱，不宜打太明亮的燈來光照，損傷紙質及畫作；所以，故宮在展廳中搭配了對照古畫裡禽鳥的寫真照片，在周邊的燈箱上作一併陳列；那是對古畫的保護與珍惜，啊，那真是嘆為觀止，想不透在沒有望遠鏡的古代，這些歷代畫家們如何能近距離捕捉鳥兒的神態及翎毛之美，而畫得如此傳神，如此逼真？那縝密獨到的觀察力，那與花鳥對話的惜羽心，那孜孜以明志的筆墨情，在在傳遞了敬惜生態的保育心，已然超越時空，傳到了我們現代人的美感生活覺知裡，萬象靜觀，萬物有情，最初心的創作竟能有綿延千年的穿透力啊！

無論不勾勒輪廓的沒骨花卉，無論細緻精準的工筆白描，無論不敷色上彩的水墨點染，古畫中的花鳥都有那古樸典雅、怡然自得的耐看耐賞，是樹的枝桠花果襯托了禽鳥的栩栩如生，是鳥的動人姿態點活了植栽的四季變換，恍若聽聞翎毛與花果的和諧奏鳴，可以與小黃鸝鳥兒對唱民謠，可以與開屏招展的孔雀鬥艷麗，可邀鳩鳥共棲竹，可與鴛鴦同戲水，一下子認識了好多鳥類；在這生態保育觀念日益受到重視的時潮，紙上賞鳥，體會翎毛與花果和諧奏鳴，滿全了環保心。

### ❖ 早春四展 脈絡相關 幸福滿檔 ❖

除了《來禽圖——翎毛與花果的和諧奏鳴》特展，



花陰雙鶴

6

故宮還一口氣推出了三檔息息相關的精選書畫展覽，包括了《受贈名品展——廣東繪畫選萃》、《筆墨見真章——歷代書法選萃》及《看畫·讀畫——歷代名蹟選萃》都是精選書畫展覽，相當精彩，同樣展出到3月25日，邀約愛畫人在早春就能盡情游於藝。

《筆墨見真章——歷代書法選萃》以出色的書法作品揭示中華文化的書藝發展脈絡，其間有大篆、小篆、隸書、草書、行書和楷書的書體遞變，更不乏各地書風會流，在結構和筆法上的創意，暢懷抒志，盡展性情，得其筆韻墨趣。在各個朝代的精品中可享見



文杏雙禽圖

7

不同趣味，一次看足書藝名蹟，開拓筆墨視野。

《看畫·讀畫——歷代名蹟選萃》則以繪畫精品演繹人物、花鳥、山水等典範風格，同樣有脈絡可循的展出了自五代以來的各種畫科不同情味與特色，特別是嚴謹細緻的宮廷畫與優雅清逸的文人畫，能同室比並看，十分難得；精彩的書法、詩文、繪畫三者互相搭配冊頁，也相當耐人尋味！畫風格調循序俱進，讓藝術發展愈益自在與自由，讓後學者在品賞中得到不少畫藝養分。

《受贈名品展——廣東繪畫選萃》的作品雖然不



枇杷孔雀

8

多，卻意義深厚；收藏了故宮自1965年落成以來的捐贈典藏品，這次的選展作品以廣東畫家為主，包括居廉、高劍父、高奇峰、陳樹人、胡藻斌、黃君璧、楊善深等名家，也以此表達感謝捐贈者的不藏於私，深盼名家都能共襄盛舉，讓全民同享無價精藝。

鳥來了，花開了，春風吻上了樹梢頭，幸福不遠，就在眼前心尖……。

6 清朝義大利耶穌會士郎世寧的〈花陰雙鶴〉，顯現他已全然陶融於中華文化。7 明代畫家吳彬的〈文杏雙禽圖〉典雅閒逸。8 宋代畫家崔白的〈枇杷孔雀〉細膩而有味。

# Herbs and Flowers

## 農場學習之旅 與香草植物的約會

文 / Abby

有幸藉由假日的農場學習之旅，參與香草植物的種植與研習，雖然冬天的陽明山特別的溼冷，感謝天公作美特別眷顧我們這群「台北聳」（台語），給了個不下雨（雖然前幾天都是雨天）且是出大太陽的好天氣，農場主人一路帶領大家小心翼翼的進入香草植物園，除了注意腳邊的泥濘，小心不要滑倒外，也要小心不踩踏到香草植物。



「現在農夫下田的第一件事就是拍照，大家看這邊！」農場主人邊發農具，邊招呼大家拍照。有幸藉由假日的農場學習之旅，參與香草植物的種植與研習，雖然冬天的陽明山特別的溼冷，感謝天公作美特別眷顧我們這群「台北聳」（台語），給了個不下雨（雖然前幾天都是雨天）且是出大太陽的好天氣，農場主人一路帶領大家小心翼翼的進入香草植物園，除了注意腳邊的泥濘，小心不要滑倒外，也要小心不踩踏到香草植物。

香草植物是源自於大自然的珍貴禮物，但對於香草植物的基本概念，多是來自芳香的精油，依香草植物各部位的揮發性成分運用不同的方法提煉，常用於芳香舒壓、舒心飲料、入菜料理與傳統療法等。

以心煩睡不著為例，晚上翻來覆去，腦子無法停止思考，這時可試試甜美香氣的助眠精油，像是薰衣草、甜馬鬱蘭、洋甘菊、安息香等，精油具有揮發性芳香成分，睡前利用嗅覺放鬆白天緊繃的神經，讓心情緩緩沈靜下來，或是也可以搭配穴道按壓，有助舒緩壓力、較易沈沈入睡，提升睡眠品質。而現在人對於精油的認識，除了各自獨有的「香氣」與「功效」外，多只見到瓶瓶

罐罐的瓶身，而不識這些香草植物的廬山真面目，有機會到香草植物園感受香草植物飄散迷人的芳草香，瞭解植物的種類、形態、樣貌，並且透過親手種植，也是一種體驗學習，親近大自然。

### 食農之旅香氣繞境撲面來 拈花惹草體驗學習滿載歸

一早，一群人浩浩蕩蕩來到前不著村後不著店的香草植物園，空氣特別的清新，翠綠的山巒就在眼前，卻看不到香草植物園的入口，在農場主人指引下，先走一段幾乎 45 度傾斜，並且兩側長滿雜草的石頭夾雜黃土的道路；大約 50 公尺，每個人已經氣喘吁吁，突然間豁然開朗，映入眼前的是一棵直挺挺的香樟樹，旁邊有開著玫瑰花，還有迷迭香、洋甘菊、百里香、洋甘菊、金銀花等多種香草，當然都是需要主人一一介紹才認得。

身為現代農夫的農場主人，在帶領大家農場學習之旅前，先拍照上傳臉書，他在陽明山上以友善農法種植香草植物，不施用農藥及化肥，經營天然、無添加香精、無防腐劑之香草產品銷售，包含使用純水蒸餾之精油及純露、香草手工硬皂及液皂、香草系列茶包、香草香料、新鮮香草，為了能讓更多人了解香草植物、認識產品，也提供預約制的農場參訪、體驗課程等。

適合秋、冬種植的香草植物有：洋甘菊、薰衣草、迷迭香、檸檬馬鞭、馬鬱蘭等都，農場主人安排這次種植德瑞克薰衣草、羅馬洋甘菊與德國洋甘菊，他介紹每種功效：

★ **薰衣草 (Lavender)**：其原產地位於地中海沿岸，當時歐洲人最愛將之加入洗澡水中，其清新的香味

可使人精神放鬆，故英文 Lavender 即洗滌的意思，洗完澡後，可防蚊蠅叮咬，所以常被製成精油香水、茶包、肥皂，可安定神經、治療失眠、促進食慾；泡茶飲用可緩和頭痛、鎮靜神經。

#### ★ 德國洋甘菊

(*Chamomilla recutita*)：

原產地東歐、埃及和北美，以水蒸氣蒸餾萃取的精油，具有濃厚香甜味，可用於退燒及止咳、鎮靜、消化不良、免疫系統均有良好的效果。但是德國洋甘菊很少被用在護膚品中，因為它的香味不太好聞，刺激性也比其他品種強。但它也具有舒緩、鎮靜等效果，因此經常被用於藥品中。

#### ★ 羅馬洋甘菊 (*Chamaemelum nobile*)：

具溫和而強大的鎮靜功能，且舒緩身心及穩定心情，可安撫浮躁不安、受驚嚇的情緒，是最佳的兒童專用精油，羅馬洋甘菊具抗感染、抗發炎功效，對過敏性肌膚狀況有極大幫助。幾個世紀以來，許多母親將羅馬洋甘菊使用在孩童哭鬧，耳朵疼痛，發燒，胃痛，腸絞痛，牙痛與長牙帶來的不適。羅馬洋甘菊可有效安撫孩童的緊張與不安，對於過動的孩童有效。如果婦女使用，可以緩解經前不快的症狀。

來到今天實作的農地，看去是整片的雜草，農場主人說：「整理源源不絕的雜草，是有機種植中佔有一半



### 1 【薰衣草】 Lavender

其原產地位於地中海沿岸，當時歐洲人最愛將之加入洗澡水中，其清新的香味可使人精神放鬆，故英文 Lavender 即洗滌的意思，洗完澡後，可防蚊蠅叮咬，所以常被製成精油香水、茶包、肥皂，可安定神經、治療失眠、促進食慾；泡茶飲用可緩和頭痛、鎮靜神經。

### 2 【迷迭香】 Rosemary

具有消除腸胃脹氣、改善記憶力衰退、防止老化的效用，氣味能安定神經、強化心臟及提神醒腦，在改善記憶力上，經測試研究，聞了迷迭香的學生在記憶測試中成績更突出，警覺度也更高；還能疏通血路、抗菌及保護毛髮，長期使用改善禿頭、減少掉髮。

### 3 【茶樹】 Tea Tree

數百年來在天然療法中，常被廣泛應用改善皮膚等感染問題，治療青春痘、收斂毛孔、減少頭皮屑，在一次世界大戰期間，也曾作為軍隊的第一線急救物品，用於治療感染、燒傷及蚊蟲叮咬。在其殺菌消炎的功效上，還可治療傷風感冒、咳嗽、鼻炎、哮喘。

### 4 【鼠尾草】 Medicinal Sage

鼠尾草的拉丁屬名即「拯救」的意思，西方人很早就使用的植物，也有一說是「窮人的藥草」，形容鼠尾草治療的功效，曾被信奉為能治百病的蔬菜，鼠尾草有抗菌、助消化、降血壓、祛脹氣、放鬆神經、平衡荷爾蒙、並能強化自體防禦機能功效。

的工作量，雜草讓環境生物多樣化，沒有它農場少了生命力，雖然雜草除不盡，但卻也是農場生命力的展現。」

動手除草前發下手套與鏟刀，都市人不耐久蹲，不一會兒就得站起來伸伸腰，重覆了多少回，終於清出了幾道田埂，再次發下鏟子馬上進行種植作業，將香草植物從培育好的小盆子移到田埂上，這比起除草有成就感多了，不一會功夫完成任務。

農場主人笑說農場學習體驗，不能讓大家太累，時間要拿捏恰到好處，才能留得住人，引起大家莞爾一笑。

### 紓緩壓力？抗皺除紋？ 香草植物自然養生佳

緊接著要了解香草在生活上的運用，來到農家，主人拿出各種香草精油與純露，一一給大家聞香、試用，有幾款特別受到歡迎：

★ **迷迭香 (Rosemary)**：具有消除腸胃脹氣、改善記憶力衰退、防止老化的效用，氣味能安定神經、強化心臟及提神醒腦，在改善記憶力上，經

測試研究，聞了迷迭香的學生在記憶測試中成績更突出，警覺度也更高；還能疏通血路、抗菌及保護毛髮，長期使用改善禿頭、減少掉髮。

★ **茶樹 (Tea Tree)**：數百年來在天然療法中，常被廣泛應用改善皮膚等感染問題，治療青春痘、收斂毛孔、減少頭皮屑，在一次世界大戰期間，也曾作為軍隊的第一線急救物

品，用於治療感染、燒傷及蚊蟲叮咬。在其殺菌消炎的功效上，還可治療傷風感冒、咳嗽、鼻炎、哮喘。

★ **鼠尾草 (Sage)**：拉丁屬名即「拯救」的意思，西方人很早就會使用的植物，也有一說是「窮人的藥草」，形容鼠尾草治療的功效，曾被信奉為能治百病的蔬菜，鼠尾草有抗菌、助消化、降血壓、祛脹氣、放鬆神經、平衡荷爾蒙、並能強化自體防禦機能功效。

★ **玫瑰 (Rose)**：有治療偏頭痛，使空氣乾淨清新，幫助紓緩生活的緊張與壓力，也有讓心情輕鬆愉快，

自然愉悅，促進賀爾蒙分泌。玫瑰花可抗皺，增加皮膚的水份，適合於面膜、蒸臉或加入美容用品中，可恢復肌膚彈性光澤。

★ **薰衣草**

(Lavender)：除了香味可助人安眠外，還有防蟲、防腐、驅風、活化肌膚等作用，當人感到煩躁不安時，嗅一嗅薰衣草的香味，可讓放鬆中樞神經與焦躁的心，讓神經鎮靜下來。

★ **金銀花 (Honeysuckle)**：可抗菌、降脂，金銀花是常用的名貴中藥材，具有清熱解毒、通經活絡、廣譜抗菌及抗病毒等功效，70% 以上的感冒、消炎中成藥中都含有金銀花，具醒酒、清腦、排毒、潔膚、提升免疫力等功效。

★ **香蜂草 (Lemon Balm)**：又名「檸檬香蜂草」，用途非常廣泛，因為具有優秀的紓緩壓力、幫助睡眠、過敏防與消化的功效，而香蜂草中的單寧酸，有抗氧化效果，可防止老化；除此之外亦可活化腦部，可解除憂慮與曬後皮膚保養。

植物精油依種類、特性不同，使用於人體產生不同功效，常見分類包含：改善情緒（放鬆、舒壓）、調節環境空氣（殺菌、抗腐）、養生治病（呼吸、消化）、美容保健（清潔、保濕）等功能，稱之為精油療法。

回程中，摘取一葉甜菊和一葉薄荷同時咀嚼，其風味就如同清涼的口香糖般，耳邊響起農場主人的話語，「台灣對香草的認知大都還停留在『精油』的框架裡，其實歐洲香草的產品，處處都能看到香草的蹤影；懷著一顆分享的心，希望讓更多人深入了解香草。」



## MiTAC Flea Market

# MiTAC 跳蚤市場捲土重來 迴響空前熱烈 期待再相見

文／神達電腦 陳泓宇

想上一次舉辦 MiTAC 跳蚤市場活動，要追溯到 2015 年 3 月，對那次活動的印象還頗為深刻，也廣受同仁們好評。在跳蚤市場的收益中，同仁除了可自行取回外，還可以選擇捐贈給社團團體做愛心，真的很棒！

而今年，因同仁們詢問：我們好像很久沒有舉辦跳蚤市場了？！是的，距今已經 3 年多了，回頭與福委夥伴討論完後，就決定再次舉辦 MiTAC 跳蚤市場。

這次的跳蚤市場有個很大的挑戰是，華亞人數比之前增加了近一倍，代表我們收到的物件數量可能是之前的兩倍甚至更多，所以在尋找賣場場地時，希望找到大間一點，可以容納較多物品的會議室。

在行政 Rita、大陳和楊大哥的幫忙下，我們很快找到一間大會議室，並把賣場佈置完成，果不其然，這次募集了超過 500 項物品，其中有許多未開封的新古品，同仁們因此在賣場裡撿到許多寶，活動期間，還出現買家與賣家喊價的情況，增添了很多有趣的互動。

很快地，為期 3 週的活動圓滿落幕，許多同仁和清潔阿姨們相繼詢問，賣場什麼時候開放？還能不能買？什麼時候要再舉辦？能深刻地感受到大家對活動的熱愛。

總經理 Billy 也一起參與了此次活動，並寫信給福委夥伴們表達讚賞與支持，夥伴們都很榮幸，也很開心可以舉辦這個意義非凡且大家也喜愛的活動！感謝參與的神達同仁，也感謝幫忙一起籌備的 May 予綺、Micky 瓊逸、Sophia 瓊嬋和 Teddy 侑廷，有你們的幫忙準備，才能有這次完美的跳蚤市場。那麼，MiTAC 跳蚤市場，我們下次見囉！





take a tour



# 暢遊飽覽東歐三國

## 波蘭、斯洛伐克與匈牙利

POLAND, SLOVAKIA AND HUNGARY

文、圖 / Mary

年度旅遊前往觀光客比較少的波蘭、斯洛伐克與匈牙利，來一趟東歐三國之旅。以豪華聞名的阿聯酋航空，久聞其大名，此次正好嘗鮮，乘坐起來果然舒適又安靜，只是餐食的部分，讓人有些失望。據團友說法可能是因為要降低成本，才改成三明治的，不然之前也是豪華的套餐唷，杜拜轉機需等候 4 小時，只能逛一下免稅店培養度假情緒。

❶ 蕭邦公園 \_ 公園內除了有蕭邦的雕像，常年還有盛開的玫瑰花及一座漂亮的水上皇宮。❷ 夏宮 \_ 為 17 世紀時期波蘭國王的皇宮。花園種著各種花卉植物，下方還有一條河襯著藍天綠樹的倒影，美得讓人屏息！❸ 威利奇卡鹽礦 \_ 從 13 世紀開挖至今，是唯一被列為世界遺產的鹽礦。礦坑裡面有許多鹽製的雕像，還有令人驚嘆的鹽雕禮拜堂。❹❺ 克拉考的老城區 \_ 中央廣場上最顯眼的聖母聖殿，是磚砌的哥德式建築，為當地很有特色的教堂。❻ 塔特拉山 \_ 抵達山上的住宿飯店，已經開始飄雪了，對於我們居住副熱帶國家的人來說，看到雪都覺得很興奮。放好行李，馬上去環湖散步，不畏風雪只覺得浪漫！❼ 布拉斯提拉瓦藍色小教堂 \_ 坐落在城的另一頭，整個就是童話風格有著 Tiffany 淡藍色的外觀，再搭配淡藍色的桌椅，好夢幻的建築！❽❾ 布達佩斯紐約咖啡館 \_ 全世界最漂亮的三家咖啡館之一。走入大門，映入眼簾的除了各種金黃色閃閃發亮的雕飾之外，還有精緻的壁畫。❿ 西西宮 \_ 是西西公主來匈牙利時所居住的宮殿。⓫ 匈牙利遊河及橋 \_ 在 2002 年的夏天我也曾造訪過匈牙利，當然也來到了布達佩斯，而多瑙河的遊船更是令人難忘！

### 01 IMPRESSION\_01 | Poland 蕭邦公園 讓人懷思

中午時分抵達波蘭，外面一片晴空萬里，很適合郊遊玩耍。第一站要去參觀蕭邦公園，團友在機場就下載了手機 APP，可以把在公園拍的照片跟蕭邦合成。變成一張跟蕭邦的合照，很有意思。

蕭邦 1810 年生於波蘭華沙近郊小鎮澤拉左瓦·沃拉村 (elazowa Wola)，父親是法國人，從事教師工作，母親是波蘭沒落貴族後裔。波蘭和法國兩個國家對於蕭邦的性格以及作品風格都具有相當程度影響，因為他優異的音樂天賦，在 8 歲就擠身波蘭貴族的沙龍。

1830 年波蘭爆發了反對外國勢力瓜分波蘭的起義，蕭邦無法回國，而蕭邦的父親也建議蕭邦暫時先留在國外，1831 年蕭邦最終忍痛離開故鄉波蘭移居到了法國巴黎，開始以演奏、教學和作曲為生。雖然長年旅居國外，但他心繫波蘭，曾說：我心所在之處，是豐饒的寶藏所在之地。在他 39 歲病逝前的遺願，是要將他的心臟裝在甕裡，運回波蘭華沙的聖十字教堂封在柱子裡。

這個公園就是紀念他而命名的，公園內有他的雕像，常年有盛開的玫瑰花，還有一座漂亮的水上皇宮，這裡曾是

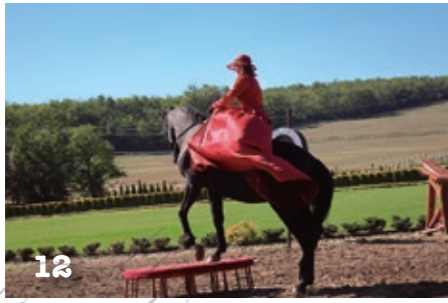
王公貴族的別墅，蕭邦也曾在此演奏過，公園內有不少參天巨木，因接近秋天，樹葉也慢慢轉黃，清風徐徐十分舒適。

華沙老城區，在二次世界大戰的時候，整個是被炸平的，所以現在看到的建築物幾乎都是依照以前留下來的畫作或是照片重建後的樣子，華沙的市徽是帶著盾牌跟寶劍的美人魚，她是華沙市的守護者，因此隨時準備好戰鬥。

居里夫人故居是一幢面街的樓房，門邊鑲著介紹她生平的文字，樸實的門面，如實地保存了歷史的面貌。老城裡還有一個小朋友著軍裝的雕像，瘦小的身軀頂著很大的鋼盔，這是紀念華沙起義犧牲的小戰士們，今天的老城在夕陽下，發出淡淡的黃光，顯得溫暖，像是撫慰著波蘭的苦難。

### 02 IMPRESSION\_02 | Poland 戰火老城 引人唏噓

波蘭夏宮是 17 世紀時期，波蘭國王的皇宮，當時的國王非常寵愛他的妻子，兩人感情很好，於是國王下令把浪漫的愛情故事都畫在牆上，他也收集了很多世界各地的珍寶，後來，慢慢開放給一般的人民來欣賞，變成一個博物館。據說當年希特勒也很喜歡這座宮殿，在二戰時先把它藝術品搜刮一空後，再將它做成戰時的醫院，是少數沒有被戰火摧



12 牧場的馬術表演，因為匈牙利是馬札兒人，擅長騎馬所以有很多特殊的技巧。13 布達佩斯中央市場，就如同匈牙利人的廚房一般，除了可以購買當地的特色名產之外，也有販售一些傳統手工藝品。14 佩斯新城的國會大廈，是歐洲最古老的立法機構建築之一。15 聖坦德小鎮，這裡特色小店林立，五顏六色的外牆很適合拍照。

殘的建築。旁邊的花園，種著各種花卉植物，花園的下方還有一條河襯著藍天綠樹的倒影，真美！

搭高速鐵路前往克拉考，經過了 2 個多小時的車程，首先參觀讓人心情沉重的奧斯維辛集中營。經過嚴格的安檢走進這個規模很大的集中營，估計約有 110 萬人在奧斯維辛集中營被殺，超過九成遇害者都是猶太人，看到那些被處決人的照片跟遺物，讓人很難過。我們走到毒氣室跟焚燒屍體的小平房，我決定到外面去，因為悲傷的氛圍讓我走不進去，這個地方見證了第二次世界大戰中納粹德國統治期間，犯下惡名昭彰的罪行。

離開讓人悲傷的集中營，來到 13 世紀開挖至今的威利奇卡鹽礦，是唯一被列為世界遺產的鹽礦，首先要往下走 52 層的階梯，抵達鹽礦入口，來到地底下 64 公尺，大夥跟隨著解說員參觀，介紹各個不同年代的開採方式，每段隧道都一定要一關一開的往前走，不然會產生缺氧的情況。礦坑裡面有許多鹽製的雕像，還有令人驚嘆的鹽雕禮拜堂，與一般教堂無異，連天花板垂掛的水晶燈，也是鹽做的，只能用鬼斧神工來讚嘆。

我們參觀的當天教堂還舉辦彌撒，有很多教友前來參加，1958 年，重新恢復鹽礦溫泉療養中心，提供一般民眾服務。鹽湖區還搭配蕭邦的音樂做了一段燈光秀，為這段行程畫下完美的句點。

回到克拉考的老城區參觀，中央廣場上最顯眼的就是聖母聖殿了，這是磚砌的哥德式建築，是克拉考很有特色的教堂，另外還有一個紡織會館，現在是很多當地特色土產攤販匯集的地方，可以逛逛購買，但價位偏高。廣場很適合拍照，但因為天氣因素，只能拍拍停停的躲雨。這邊有很多像是賣甜甜圈麵包的小攤，決定買一個來嚐鮮，他的口感紮實味道偏鹹，很適合當口糧，吃起來超有飽足感。

### 03 IMPRESSION\_03 | Poland, Slovakia 小瑞士山城 札可潘那

第六天的行程往山區走，參觀波蘭冬天的首都——札可潘那 Zakopane，這個小鎮在冬天會有各種的活動吸引大家前來參加，熱鬧非凡，擁有「東歐的小瑞士山城」之名，景緻如同阿爾卑斯小鎮，沿街小攤販熱鬧不已，「烤羊起司」是當地知名小吃，值得品嚐，此時天氣越來越冷，室外溫度已經來到攝氏 5 度了，離開這個小鎮下一站是前往斯洛伐克的塔特拉山了。

抵達山上的住宿飯店，已經開始飄雪了，對於我們這個居住副熱帶國家的人來說，看到雪都覺得很興奮。放好行李，馬上去環湖散步，不畏風雪只覺得浪漫，回到飯店大家在一起圍在壁爐邊烤火。雪停了，天邊也被黃昏的彩霞染紅了！

隔天一早是個晴朗的好天氣，經過一夜的積雪，白了頭的高山和藍天倒映在湖水中，超美的！趁著早餐之後還有一點時間，快速拍下這些美景，然後才依依不捨的下山，前往斯洛伐克的首都布拉斯提拉瓦。

### 04 IMPRESSION\_04 | Slovakia, Hungary 行程雖短 處處驚艷

由於路程遙遠，抵達的時候也已經是下午了。這裡的當地導遊是一位很有魅力的中國先生，他在這裡已經落地生根的住了 30 多年，對於這個城市的一切瞭若指掌，介紹十分詳細。其中最令我覺得驚豔的是藍色小教堂，它坐落在城的另一頭，整個就是童話風格有著 Tiffany 淡藍色的外觀，再搭配淡藍色的桌椅，好夢幻的建築。

由於我們這個行程，真的沒什麼太多的名產可以購入，於是，安排了一個潘朵夫購物村 Pamdorf Outlet，這是在歐洲的旅遊第一次逛 Outlet，也算是特別的體驗吧。店家不是太多，而 GUCCI、PRODA、Burberry、COACH 一直在排隊。午餐自理，拿出昨天準備的水果跟麵包，還有導遊贈送的糕餅，坐在路邊的長椅吃起來，想起了多年前來歐洲自助旅行的感覺，突然覺得自己變年輕了！

當天的另一個行程，是去位於布達佩斯的紐約咖啡館喝下午茶，這是全世界最漂亮的三家咖啡館之一。我們從建築物的外觀看不出有什麼不一樣，但一走進去咖啡館的大門，除了各種金黃色閃閃發亮的雕飾之外，還有精緻的壁畫，它跟我們這幾天參觀過的波蘭夏宮很像，坐在裡面，就像是在皇宮裡喝下午茶；導遊說店家怕打擾其他客人，之前在店內用餐是不能拍照的。但我們這次來，已經開放讓遊客照相，感覺真得很幸運，可以在這個美麗的咖啡館留影，也留住美好回憶！

### 05 IMPRESSION\_05 | Hungary 匈牙利景點 故事一串串

隔天的行程是參觀西西宮，西西公主來匈牙利時所居住的宮殿；牧場的馬術表演，因為匈牙利是馬札兒人，擅長騎馬所以有很多特殊的技巧。中間有位美女表演西西公主擅長的徹騎，非常精彩。之後有一點自由時間，導遊熱情的帶大家去布達佩斯的中央市場，其實就是匈牙利人的廚房，除了可以購買當地很紅的名產鵝肝醬、貴腐酒、公牛血紅酒及紅椒粉之外，二樓也有一些傳統手工藝品，只是價位都跟我當年來差很多，翻漲了好幾倍。

在 2002 年的夏天我也曾造訪過匈牙利，當然也來到了布達佩斯，而多瑙河的遊船更是令人難忘，串連布達老城跟佩斯新城共有九座橋樑各具特色，其中以鏈橋最有名，鏈橋的橋頭兩端，各有一對獅子雕塑，由匈牙利設計家亞諾士（János Marschalkó）於 1850 年設計而成，四根獅爪緊緊抓牢兩岸，象徵布達和佩斯緊密相連。橋頭的石獅子有著令人

人感傷的故事，相傳設計師建造完成這石獅子時，便認為是最完美的作品。可是有一天，有個小男孩發現獅子沒有舌頭，好奇得問了亞諾士，結果他答不出來，不久便傷心欲絕跳入多瑙河自殺。

瑪格麗特橋是紀念匈牙利的瑪格麗特公主，當年匈牙利跟蒙古打仗的時候，公主許願若是國王凱旋歸來，戰爭停止她就一輩子苦修奉獻上帝，而她苦修的小島就是這座瑪格麗特島。這座橋也是唯一跟小島連結的橋，小島上有修道院跟很多的植物，可以說是多瑙河中的大公園，十分適合悠閒的散步。

另一座名為伊麗莎白橋又稱為西西公主橋，這位公主也是很喜愛匈牙利，當年強硬作風的羅馬皇帝弗朗茨·瑟夫一世，讓匈牙利有自治權，而她可發揮了不小的影響力。

布達城堡山有依山而建的教堂或是各式特色建築，山丘上的自由女神像又稱自由紀念碑，是紀念匈牙利脫離德國納粹及俄國統治重獲自由。這個紀念碑可說是當地最高點了，走到那都可以看到它。伴著夕陽餘暉多瑙河兩岸的建築閃閃發亮，在夕陽西下後，又馬上換上華麗的燈飾在黑夜中綻放光芒，如此婀娜多姿就像個美麗多變的貴婦，令人心醉。

佩斯新城的國會大廈於 1904 年興建完工，是歐洲最古老的立法機構建築之一，不管白天晚上都很醒目，英雄廣場也是世界遺產，遊客總是絡繹不絕的來訪。匈牙利人也很喜歡泡溫泉，城市公園裡美麗的巴洛克建築就是塞切尼（Széchenyi gyógyfürdő）溫泉浴場，這個溫泉浴場是歐洲最大的，礙於時間的關係，兩次到訪都沒能進去泡湯，只能殘念。

聖坦德（Szentendre）小鎮是這個旅程的最後一站了，美麗的小鎮是蔡依林拍馬德里不思議的場景，來參觀之前還特別看了歌星蔡依林的 Music Video，想要來尋找影片中的景點，拍幾張特寫來比美。這邊的小店都很有特色，外牆塗成五顏六色的很適合拍照，所販賣的名產藝品價格相對親民，店家也對觀光客很親切，我跟一位很漂亮的老闆娘合影，她還把櫥窗中精美的陶瓷娃娃借給我拍照。匈牙利也有作工精美的俄羅斯娃娃，這應該就是俄國走過的足跡，產生了文化上的交流。

歡樂的時光總是過得特別得快，收拾行囊帶著滿滿的戰利品及回憶搭上回台的班機，回程一樣經過杜拜機場，一路上大夥已從完全陌生變成了好朋友，等後轉機的 4 小時就在大家開心聊天中渡過；很快地飛抵國門，依依不捨地互道再見，期待下次再相逢。☑



▲衛武營旁街頭彩繪牆

INTERNET SENSATION

# 跟著網美景點 新年溜躑去

文、圖 / Katty

自從拍照打卡風氣開始盛行，時常出現在新聞媒體、Line 群組、臉書分享、IG 洗版等話題性景點，隨之，大家便一窩蜂的前往朝聖並拍照分享，為了跟上時代的腳步，利用年假長達 9 天的假期，今年規畫一趟「網美」景點拍照路線。

而其中最引人入勝的是比人還要高的綠色隧道，茂密的紅樹林從不同角度都別具特色，例如站在涼亭的二樓往下看，一叢一叢的又好似綠色地毯，如此悠美的景緻，希望能夠永遠保持下去。

結構從地面延伸至屋頂，就像外星人的大飛碟降臨在地球上，極具流線的外觀讓人驚艷，半戶外公共空間，連續自由曲面有如樹穴般，再加上有多個天井採光，不論那種角度拍都能拍出很有前衛、未來感的照片。

## 02 DESTINATION 中科落羽松

這是近兩年爆紅的水中木棧道網美新聚點，神奇的是就位於車水馬龍路邊，還有免費停車位，停好車政後走入巷子就能見到秘境，這裡之所以鼎鼎大名，正因為有宛如冬季戀歌般的韓劇場景，還可以同時拍到落羽松兩種不同風格（陸上版與水上版），所以前來朝聖者，絡繹不絕。

落羽松因葉片狀似羽毛而得名，冬季時，葉子會全部掉落，春天長出嫩芽時，葉子的顏色慢慢由淺至深，欣賞落羽松最好的時候是秋冬交替時，綠橘橙黃轉緋紅，一年四季皆有不同變化。落羽松雖美，但卻有「公路殺手」，因為有膝根，和黑板樹一樣會破壞路面，所以走在沒有水的落羽松旁，不要只注意拍照，不小心會被膝根絆倒。

這片落羽松田的地主，利用水田營造生態池，兼養殖吳郭魚、烏鰂等魚類，並設有木棧道，樹影交錯婆娑於水面的姿態，好不浪漫；在陸上版的落羽松處貼心的準備了彩色吊床、白色坐椅，可說是各種拍照場景都 set 好了，難怪有人說，不用在到國外就可以享受到落羽松的美，只見不分男女老少，或躺或坐地，拍下一張張美照。

結合周邊社區的 20 幅巨大的街頭彩繪牆，更是掀起拍照打卡旋風，其中整面的衣櫃與書櫃繪真是讓人吃驚，這些由藝術家改造老舊牆面，讓社區變得更活潑、更有國外的感覺。

## 04 DESTINATION 太麻里海平面平交道

南迴鐵路經過太麻里，與日本動畫《灌籃高手》櫻木花道與晴子揮手的經典畫面，彼此揮手道別的平台，在這裡也看得到。這裡海拔 55 公尺還不算高，但視野已足夠看見海平面高於地平線的風景，海天一色，被譽為全台最美平交道；其實大海、號誌與平交道一直都在，我很久前也來過，只是突然有鐵道迷發現在台東太麻里車站旁邊有「台版的櫻木平交道」，一時之間在網路上傳開，加上媒體報導開始爆紅，就順勢來再來。

這次可不是路過，而是和大家一樣，聚集在平交道前等火車來，拍好鏡頭；因此台鐵擔心遊客為了拍美照，作出危險行為，還加派保全人員維持安全，可想而知，有多少人到此取景。小小的平交道等了許多，還是取不到想要的畫面，遊客陸陸續續的來，只好倖然離開，

要捕捉到一張的完美照片可是得來不易，也難怪常常在網美景點時看到一個點就要重複拍了好幾十回，真的很辛苦啊！如果再加上人物，那更是要「喬」半天，不斷擺出 pose 才能拍出美美的意境照，真是何等困難啊！

東海岸線隨停的一個海邊，一望無際的海，放眼望去就好美好美，隨地一坐全家靠一起拍張照，就是這趟旅程最美的畫面了。跟著超夯 IG 網美打卡景點走，只是增添樂趣，其實台灣本就是寶島，處處有美景。📍

## 03 DESTINATION 衛武營國家藝術文化中心

去（2018）年 10 月才落成，不僅是全台最大的藝文展演場域、外部以銀白色的流線型設計作為標誌，內部更擁有多座全台首見的廳院設計，獲英國衛報評選「2019 全球度假熱門旅遊地」，是目前高雄最夯的拍照景點。

場館佔地 9.9 公頃，建築設計以巨大樹群為概念，曲面

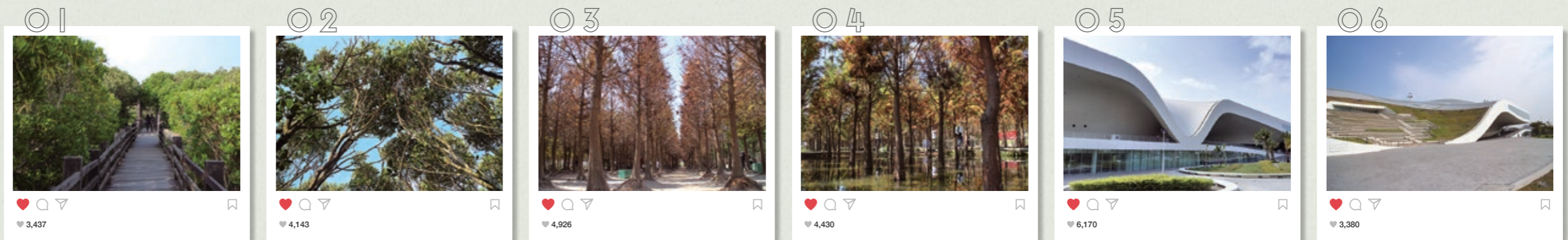
## 01 DESTINATION 新豐紅毛港的紅樹林生態遊憩區

台灣有很多以「紅毛」為名的地方，例如我們熟知的淡水紅毛城、高雄紅毛港的等，紅毛指的是荷蘭人，這不是介紹的重點，重點是園區步道與龍貓動畫的綠色隧道場景相當類似，因而爆紅。

新豐的紅樹林佔地 8.5 公頃，為北台灣唯一水筆仔、海茄苳兩種植物混合生長的區域，除了是國寶級的生態教室，還是台灣唯一在生態保護區內建有觀賞步道，步道高於樹林，方便遊客走在上面觀賞風景，水筆仔是由胎生苗繁殖，近距離就能看到水筆仔對生的葉子與胎生苗，以及在根部有許多直立呼吸根的海茄苳，除此之外還能近距離觀看豐富的潮間帶生態。

### \\ 熱門網美景點 //

- ❶ 新豐紅毛港紅樹林生態遊憩區\_水筆仔是由胎生苗繁殖，這裡的紅樹林長得特別高。
- ❷ 中科落羽松\_宛如冬季戀歌般的韓劇場景，可同時拍到落羽松兩種不同風格（陸上版與水上版），因此前來朝聖者絡繹不絕。
- ❸ 衛武營國家藝術文化中心\_建築曲面結構從地面延伸至屋頂，極具流線的外觀讓人驚艷，不論那種角度拍都能拍出具有前衛未來感的照片。



# 丁松青神父好書成雙

## 《從彼山到此山》與《Journey to Mexico》中英文版相見歡

文、攝影／姜捷 《從彼山到此山》書封／大塊文化 《Journey to Mexico》書封／桃山出版

從美國飛越到台灣，半世紀貢獻於原鄉卓然有成的丁松青神父，人們暱稱他為小丁神父，熱愛藝術創作的他，不但會畫油畫及製作彩繪玻璃，更會寫作、會攝影、會作詞譜曲，42年來，他曾出版《蘭嶼之歌》、《清泉故事》、《剎那時光》、《在遠方的友人》、《魂縈夢繫》、《蘭嶼的魚男孩》、《瑪利亞的故事》、《奧蹟的窗戶》等好書，近期，他一口氣出版了兩本好書，《從彼山到此山》中文版及《剎那時光》英文原著《Journey to Mexico》；讓人品讀再三，愛不釋手，悠悠想起在清泉偷閒的幸福時光。

### 《從彼山到此山》中文版幸福問世

小丁神父的母親是黎巴嫩人，百餘年前，他的外祖母從黎巴嫩到美國開拓新家園，他從未到那片祖先的故土去，然而，他與先祖們的血脈相連卻是如此深深相繫，《從彼山到此山》談的是丁松青神父在2014年的黎巴嫩返鄉尋根之旅，以及他把異鄉台灣「活成」故鄉的點點滴滴；半世紀前，小丁神父跟隨著哥哥丁松筠（大丁）神父的腳步來到台灣，先在蘭嶼落腳，又在新竹五峰鄉的清泉部落深耕了42年，從創建幼兒園開始，關懷部落下一代的教育；也為部落青年們蓋了有美麗的馬賽克《聖經》故事圖像圍繞的籃球場，以及可以唱唱跳跳的青年活動中心；他更用自己所擅長的彩繪玻璃繪畫，帶給泰雅族人藝術才能的發揮，搭配特有的傳統木雕，妝點清泉天主堂，他給族人信仰的靠依，修築清泉山莊提供遊人入山賞清泉、泡溫泉、憑弔三毛故居；近年來，他更義賣了近百幅的彩繪玻璃繪畫，籌措經費把清泉老街上的殘屋舊舍逐一翻修彩繪，使清泉部落成為美麗的觀光景點。

這本《從彼山到此山》，起步於他踏上黎巴嫩貝魯特，尋找先祖足蹤，那漫長族譜烙印在他靈魂深處的尋根之旅，美麗卡迪沙峽谷的被他譽為「離天堂不遠」的土地；然而他終究要回到人間——他心心念念的清泉部落，這是他情感生根的地方，他在此居住的時間甚至是他出生成長的美國聖地牙哥的3倍時光，所投入的心血更不止於千百倍，這是他的愛之旅。

「彼山」提點自己不忘祖先不忘本，「此山」提醒自己不忘深耕不忘根。從黎巴嫩山——先祖流淌的血脈，到美國的大山大水的青春歲月洗禮，再到新竹五峰鄉的淳樸山間，山山成了想望，山山流轉幸福，山山之間，超越了時間與空間，流轉並吞吐出許多愛，許多無私的付出，無悔的奉獻，無限的關懷……；而那些早就和小丁神父成為「家人」的族人，更蓬勃生發出許多精彩的點滴尋常小事，讓人深刻感受到這位才華橫溢的耶穌會傳教士，如何用自己的一切去深愛原住民，滋養他們的性靈，提升他們的生活及經濟力，用整個靈魂融入清泉山間，為原民預約並享用到實實在在的幸福。

### 英文原著《Journey to Mexico》原作新出

小丁神父在2017年3月29日領取中華民國身分證時，開心地稱自己早已是台灣人，早已經是原住民，他是深入山脈與人群的牧者，從黎巴嫩的壯麗峽谷，到台灣清泉的柔美山陵，書寫幸福旅程，不怨無悔，愛不止息。



▲上圖：一次誕生兩本書，丁松青神父的歡喜溢於言表。下圖：丁松青神父（左）與丁松筠神父兄弟情深，兩人都為台灣貢獻了半世紀，令人景仰敬愛。（丁松青提供）



▲丁松青神父出新書，原民朋友特來發表會現場恭賀，載歌載舞。



1982年，丁松青神父從「為人弟兄」到「為人神父」的性靈之旅，他用善感眼光寫下與貧苦孤弱共處、一同生活的感悟，非常貼近人心；知名女作家三毛深受感動而主動要求為他翻譯，《剎那時光》於是轟動一時地傳述了這位美國來的傳教士把異鄉當故鄉的種種美事！其中文版雖已出版35年，但英文原著《Journey to Mexico》卻直到現在才推出，一趟又一趟的旅程，是他一場又一場的靈性心路歷程，愛與別離、歡喜與疼痛，小丁神父與他最愛的家人與親人、最在乎的朋友、擦身而過也送上關懷的陌生人，每一個剎那都通向永恆；這本《Journey to Mexico》於焉從年少的丁松青修士，開始記錄他聽從天主召喚，往人群走去，到奧勒岡州與貧苦的墨西哥移工一同工作、生活，他把每一個人都當作自己的弟兄，共享、體驗著他們的生命。

在清泉部落服務6年之後，1982年，小丁神父奉耶穌會的派遣，獲得進修機會，回到美國的故鄉聖地牙哥修習藝術；他在這段時間裡也結識了不少墨西哥好友，得以隨著朋友踏上墨西哥的土地，也記錄了他與墨西哥移工、困苦人民以及朋友相處的時光，有血有肉，又有活活潑潑的生命起伏，深深令人受感動，讓我們見到一位神父從「為人弟兄」到「為人神父」的性靈之旅，深入認識了這位從美國加州來台，在新竹清泉山區服務42年的耶穌會神父。

《Journey to Mexico》的直譯是「墨西哥之旅」，在最

初的訂書名時是「成為神父的旅程」，一個靈修味道極厚重的鐸職之旅，那與墨西哥移工一起在奧勒岡州的田野裡採草莓的體驗，這段時光對小丁神父的靈性成長至關重要，相較於閉門在耶穌會苦讀5年的漫長歲月，各有不同的成長，和人的接觸是另一種學習，更靠近人性，也更了解人生，這生活、愛與學習，構成《Journey to Mexico》的第1部分，體驗為人「弟兄」的喜悅；之後，則回到台灣、重拾神「父」生活，成了一場挑戰。

小丁神父終於完成了《剎那時光》原作的修訂彙整，滿心喜悅地呈現給英語世界的讀者，他在接受媒體訪問時欣悅表示：「我重新體驗了自己的生命之旅：由懷抱理想主義的年輕修士，變成已在清泉服務42年的神父，現在又成了快樂的中華民國公民！鐸途旅程既漫長又迂迴曲折，但若要我捨棄其中的一分一秒，換過別的生活，我絕不願意。為人弟兄，成為神父，那是多麼令人讚嘆的旅程啊！——來時路如此，現今也如此！」

這兩本好書，都是小丁神父令人動容的生命故事，在台灣有無數的傳教士深入原民偏鄉，高山遠海，為最窮困貧苦的弱勢族群翻轉生命，給予重生的生命力量，樹立了愛無疆界、愛無等差的典範，品讀這兩本好書，已無關信仰的層面，字字句句，點點滴滴都是愛、生活與學習，新春伊始，為善最樂，就從悅讀好書開始美好的一年之計吧！



### 從彼山到此山 (From Mountain to Mountain)

作者 | 丁松青 (Barry Martinson) 譯者 | 林紋沛 出版 | 大塊文化

二〇一四年，丁松青神父飛越重山，前往遠在亞洲另一端的黎巴嫩山村，踏上企盼已久的旅程。一百多年前，外祖母從黎巴嫩到美國開拓新家園。如今丁神父要在未曾踏過的故土上，尋找從未謀面的親人。《從彼山到此山》是個關於家族、旅程、山岳的故事：起點在遙遠的黎巴嫩山谷，圍繞著初見面的老家人；終點則在臺灣的山陵之間，在丁神父服務的泰雅族部落，伴隨著他沒有血緣的家人。丁神父記下旅行所見，也追憶在美國的年少時光，回想在臺灣的生活，這本書是迷人的旅遊記事，是精彩的家族史，也是活潑動人的回憶錄。



# MiVue™ J86 2.8K極致銳利

隱藏式WIFI GPS行車記錄器

## 銳力非凡 纖薄有型



### 極致銳利感

主機2.8K 1600  
超高解析度

### 夜拍超驚艷

採用Sony的星光級  
感光元件

### 測速雙預警

獨家專利GPS  
動態測速預警

### 碰撞自動傳

事件錄影WIFI  
即時備份

### 隱藏式設計

智慧語音提醒  
不干擾行駛視線