

掌訊

GLOBALLinks 84
NEWSLETTER JULY 2019 ISSUE.



見證李國鼎 為台灣把脈

新智亮相 慧眼展笑

神通、神達、神雲、神基
同台 COMPUTEX 2019





封面報導 06 **新智亮相 慧眼展笑**
神通、神達、神雲、神基 同台 COMPUTEX 2019

神采飛揚

- 22 神基公司治理評鑑績效再晉級
- 23 神基惜水效益最大化 製程回收率高逾九成
- 26 聯成化科環保氫化可塑劑擴大量產
- 28 聯強 引進全方位運動極限相機
- 29 電競產業高速成長 聯強營收年增 340%

人物側寫

- 30 歡喜閱讀 翻轉人生
- 32 智慧圖書館 知識匯百川
- 34 第16屆育秀盃獲獎經驗分享

育秀盃報導

- 36 金獎哥哥牽小手 慢飛天使作鬆餅
- 38 育秀盃珍貴 收錄至國家文化記憶庫

食在安心

- 43 水手牌粉絲同樂會 熱情滾滾
- 44 義大利麵創意擺盤 孩童樂開懷
- 45 聯華新高山小麥風味粉 推新食譜
- 46 認識薏苡作物 與分辨真假薏仁

健康淘寶

- 50 銀髮友善食品獎 健康食彩添光環
- 52 學童彩繪食農 得獎作品驚艷
- 53 顏帝亞全方位益生菌保健康



神采飛揚 18 神通資料榮登 SugarCRM 大中華區總代理



神采飛揚 24 聯華林德技術受矚目 急速冷凍現場秀保鮮



特別報導 4 見證李國鼎 為台灣把脈



食在安心 39 「聯華麵粉」榮獲 SQF Level3 認證

- 54 喜琵鷺櫻花蝦鬆 美味健康 喜奪雙獎
- 56 荷蘭碧貝瑞 藍莓汁100%
- 58 保健有訣竅 不能沒「腸」識

企業講壇

- 62 觀念改變是突破現狀的關鍵
- 63 「資深」，是資產，還是包袱？
- 64 工具轉變 G Suite 效率立現

消費科技

- 66 行動電腦！固執後，下放滑鼠功能！

藝文天地

- 70 牡丹大師 張篤孝 水墨創作展
- 72 向當代書畫名家李奇茂恩師致敬

世說心語

- 76 有機農業促進法上路 生產消費共利雙贏

生活部落格

- 80 美景不容快門閃！暢遊奧地利——哈修塔特

讀書會

- 86 街角的美景 & 德蘭修女召喚慈悲

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
劉心瑜
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



生活部落格 82 戀戀雪壁情 醉醉櫻花紅



▲李國鼎先生百秩晉十紀念講座「台灣IT產業的過去、現在與未來」在台灣大學錢思亮紀念講堂舉行，科技部長陳良基（左起）、李國鼎科技發展基金會董事長王伯元、台積電創辦人張忠謀、聯華神通集團董事長苗豐強、台達集團創辦人鄭崇華、宏碁創辦人施振榮及史欽泰等出席。

Past, Current and Future of IT Industry in Taiwan

見證李國鼎 為台灣把脈

從 IT 產業的過去、現在與未來 暢言科技轉型 重新定位振雄風

報導整理／董書芬

前總統府資政李國鼎成就享譽中外，被譽為台灣經濟奇蹟推手及科技教父，今年適逢他 110 歲誕辰，為紀念他對台灣經濟與科技發展的貢獻，李國鼎科技發展基金會 6 月 5 日舉辦「台灣 IT 產業的過去、現在與未來」，邀請開啟台灣科技發展的台積電前董事長張忠謀、宏碁創辦人施振榮，及聯華集團董事長苗豐強擔任主講者，為台灣發展策略把脈，期望為產業找出轉型的契機。

李國鼎科技發展基金會董事長暨中磊董事長王伯元開場致詞時表示，「李先生 1953 至 1988 年間曾任經濟部及財政部部長等職務，參與台灣很多重要經濟計畫，尤其是他主導的兩次重要的經濟轉型，從農業轉型到工業，從工業到科技業，是經濟起飛的重要推手；我本身在創業投資與科技都與李先生有交集，也見證到他對台灣的貢獻。回顧歷史，台灣曾締造經濟奇蹟，位居四小龍之首，鑑往知今面臨邊緣化困境，如何定位才能重振雄風。」

追憶台灣經濟 李國鼎貢獻多 倡新微笑曲線 多元共創共享

三位主講者：張忠謀帶起台灣半導體業發展；施振榮創立宏碁電腦，造就台灣 PC 產業巔峰；苗豐強留美返台便進入台灣第一家電腦公司神通，扮演台灣高科技產業及信息基礎建設的推手，協助推動台灣科技法令，三位都是台灣第一代科技企業家，與李先生都有深厚的淵緣，看見他帶

領台灣奠定基礎，使台灣科技業有今日成就。

施振榮先生以「回顧過去展望未來」為題，1976 年以微處理機的園丁自許成立宏碁，開啟了品牌行銷，同年獲李先生推薦榮選為十大傑出青年；之後在宏碁轉型再造過程中也都有李先生的身影，對宏碁更上一層樓有正面幫助。

施振榮先生指出，1992 年宏碁正進行第一次再造，當時提出的「微笑曲線」詮釋了產業附加價值所在，現在面對新經濟時代的挑戰，要更新為「新微笑曲線」，以多維（多面向）的方式推動跨領域、跨產業整合，才能創造新的體驗，進一步創造新價值。

台灣需要轉型升級，尤其是面對 AIOT 趨勢，思維要翻轉，藉由研發並探索新的商業模式、落實體驗經濟及共享經濟等，共創有形與無形的效益，這也是未來提升附加價值的關鍵所在。例如台灣的 ICT 產業與醫療產業結合，以及銀髮經濟，都是可以透過跨領域的資源共享與共創價值。

強化水平垂直整合 增附加價值 加強運算分析力 延伸更多商機

早年聯華集團創辦人苗育秀先生就已與李先生結識，交情擴及兩代，1976 年苗豐強先生自美回國後，就常向李先生請益，經常通宵暢談科技產業發展之路及推行的方法，例如當時就連公司內移動 Telex 設備，也需國防部、電信局等機關同意，苗先生提出諸多建言，因為不合法規會阻礙產業發展。

苗先生以「IT 產業 4.0」為題介紹，在 70 年代正值資訊產業萌芽階段，從早期加工出口區到科學工業園區，從資訊、電子等半導體製造到現在熱門的網路、生物科技等，還有扮演科技產業推手的工業技術研究院、資訊工業策進會，這些基礎建設都由李先生推動，奠定下往後發展基礎。

所謂的資訊產業應該稱為資訊產業生態體系（ECO System），可從幾波的數位轉型一窺究竟，1985～1999 年 PC 與網際網路的蓬勃興盛期，定義為第一波數位革命；2000 年到 2015 年 App 經濟與行動革命的起飛，歸類為第二波數位革命，此時崛起的產業要角，都與「人聯網」議題相關，如 SoLoMo（Social、Local、Mobile）應用皆屬之；乃至於現在進入以「物聯網」為主軸的第三波數位革命，藉由無所不在的連線，促進實體產業重大轉型，影響範圍之大之深，遠遠勝過前波革命。

台灣在 80 年代受惠 OEM 訂單湧至，提昇了製造水準與規模，神達在科學園區建立電腦生產線，從積極建立品牌轉為 OEM、ODM 繼續擴張，1990 年代集團持續布局提出全球運籌管理，於全球打造組裝及物流中心。

正因有了完整全球供應鏈及通路，神達的交貨能力提升，98% 的訂單能夠在 2 天內交貨，歸功於供應鏈管理，也就是從設計、生產、交貨到售後服務，擁有完整的垂直整合能力。

製造業不是沒有希望，從 PC 發展來看，帶動很多周邊包括 IC 設計、晶圓製造、主機板、面板等的群聚效應，而 PC 又繼續演變出 NB、平板、行動裝置...，這些相關的供應鏈可以延伸出更多新商機，包含未來的電動汽車不是依靠汽車產業，而是更需要借重資訊產業之力。

每個行業都有水平和垂直的供應鏈，在自己熟悉的領域內好好耕耘，持續往上下游發展，或透過與相關產業進行合資與策略聯盟，創新的服務和附加價值就從其中發生。

在探討台灣科技業新路，張忠謀先生表示，物聯網將會改變未來日常生活，每個人身上會有無數的感測器，可用來量血壓、心跳等生理數據，相關資料隨時會傳回醫院，一有狀況能立即回報。

而且未來 25 年內人工智慧（AI）將取代很多職業，導致失業率增加，因此，有兩種能力需要培養，第一是運算實力，第二是數據分析。5G 或 AI 的基本都需要運算，AI 或物聯網需要收集分析大量資料，這也很難被取代，未來會有許多透過 AI 協助，創業成功的小公司。G

More Information

台灣「科技教父」李國鼎

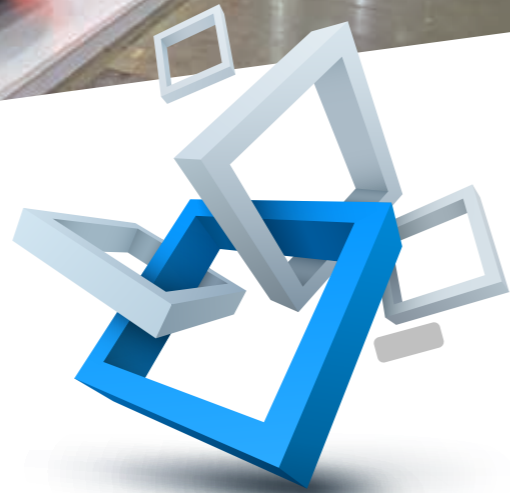
台灣「科技教父」李國鼎（1909 年～2001 年），從 1953 年起先後擔任過經濟部、財政部長等要職，為台灣的經濟及財經、產業政策打下重要基礎。李先生一生最美好的時光獻給了國家社會，不僅與台灣經濟發展密不可分，而且同步成長，可說是台灣經濟發展全部過程的推動者。其台北故居已規劃成為李國鼎故居，供世人懷念其對國家的貢獻。





新智亮相 慧眼展笑

神通、神達、神雲、神基 同台 COMPUTEX 2019



台北國際電腦展 (COMPUTEX 2019) 於 5 月 28 日至 6 月 1 日在南港一館、二館、世貿一館、台北國際會議中心四地舉辦，共吸引來自 171 國、42,495 名國際買主來台參觀，再創新紀錄，再度見證 COMPUTEX 做為全球指標性資訊科技大展地位。

每年的 COMPUTEX 展是國內外各大廠展示接下來一年，甚至再往後產品發展的重要舞台，參與如此盛會各廠商無不使出渾身解數，神達、神雲、神基、神通共襄盛舉，以創新亮眼的商品擄獲眾人目光。

PART 01

MIAION 智慧力開花 神通整合 吐果秀實力

文/神通資料

神通資料此次在 COMPUTEX 展出的 MIAION 邊緣運算，包括 MIAION 多人臉辨識、3D 活體人臉辨識通關系統 Mi-Gate、智慧交通 AI Gateway，以及 IDSmart 智慧圖書館等解決方案，這些應用是將過去神通資料在大型公共工程智慧化的專案經驗、AI 深度學習的開發能量，以及集團企業資源相互整合聚力所完成。

在硬體方面，神通資料與集團旗下事業體合作，包括泰安電腦、神雲科技等，打造出高性價比的硬體設備；在軟體方面，MIAION 內建各種智慧方案專屬的應用系統與中介軟體，將 AI 深度學習技術實際運用於各種場景。

產品特色 獨具一格 海內外貴賓紛至沓來

MIAION 軟硬兼備，算是市場上少見的邊緣運算產品，因此在 SmartTEX 展區上獨具特色，來自台灣、日本、美國、英國、荷蘭、南非、東南亞各國海內外買家紛紛於神通攤位駐足詢問，聯華神通集團苗豐強董事長更以行動力挺，親自體驗 Mi-Gate 並聆聽解說，對於 MIAION 展現的集團資源整合成果印象深刻。

神通過去長期與政府企業緊密合作，創造出無數成功

案例，包括：自動通關系統、捷運、高鐵、台鐵、輕軌通信、電力及收費系統，以及新北市立圖書館 RFID 系統等，將這些大型專案的經驗模組化後，促成 MIAION 邊緣運算系列產品，讓智慧方案的導入不再侷限於政府單位，透過 MIAION 一般企業也能輕鬆應用。神通資料董事長蘇亮表示，神通資料從大型專案到產品化之路，終於在 MIAION 開花結果！

神通從專案到產品 帶動企業數位轉型

中華民國對外貿易發展協會秘書長葉明水表示，5G 技術的突破將加速 AI 與 IoT 結合的多元應用，隨之而來龐大數據量亦蘊藏商機，本次展覽最大特點，就是有超過半數的參展廠商是以智慧應用方案的形式展出，顯見各種技術整合以解決各種場景的問題，已是大勢所趨。

神通資料過去在系統整合成果豐碩，更是台灣 ICT 方案走入智慧化的始祖，多年來投入國內外不少公共工程方案，MIAION 邊緣運算系列方案，完美展現各項技術的整合能力，運用資源的靈活能力，以及深入企業痛點的應用能力，未來神通資料將開發更多 MIAION 的場景應用，讓 AI 及邊緣運算帶動各個行業領域的數位轉型。G



PART 02 ▶▶

邊緣運算+AI 雙箭齊發 MiAION 硬軟體 一次到位

文／神通資料



IDC 報告指出，2025 年全球將有 1,500 億個感測器與物聯網裝置，串流並產生資料處理需求將顯得更為即時，為了減少雲端運算的頻寬消耗，加快反應速度，必須讓終端邊緣裝置更為聰明，算力更強，因此邊緣運算的概念在近幾年逐漸浮上抬面，成為市場顯學。

MiAION 邊緣運算伺服器自 2018 COMPUTEX 首度推出，即受到各界關注，經過一年的技術精進及整合，神通今年推出的 MiAION 四大解決方案，MiAION 人臉辨識解決方案、3D 活體人臉辨識通關系統 Mi-Gate、MiAION 智慧交通解決方案，以及整合 MiAION Gateway 的 IDSmart RFID 智慧圖書館解決方案等，鎖定未來 AI 邊緣運算的應用需求，內建的 AI 專屬系統及中介軟體更加完整，從硬體、軟體服務到後台管理一次到位。

MiAION 人臉辨識解決方案 滿足大場域人流管理大需求

MiAION 人臉辨識解決方案，為因應大場域空間的人流管理所開發，除了可以統計人流，更能利用 AI 影像技術，針對各式 IP Cam 影像，依照自訂的通行規則進行偵測與辨識，如進出者的性別、年齡、情緒、行經路徑及逗留時間等等，辨識結果能以標註、文字、圖像或表格等方式呈現，並經由標準 API 與客戶的既有系統接洽，如人資系統、考勤系統、會員系統等進行相關應用，更提供介面讓客戶開發遠端人臉註冊 APP，因此應用場景相當廣泛，如智慧商場、智慧工廠及智慧住宅等。

MiAION 人臉辨識解決方案提供「核心應用功能」、「圖片/影片識別功能」、「資料檢索功能」及「通用管理功能」等四大單元：

- (1) **核心應用功能**：主要為人員進出的檢核，具備黑白名單建立及偵測示警系統，一旦有陌生人進入，即可予以辨識、定位足跡並發出警告。
- (2) **圖片/影片識別功能**：提供人臉、證件、人體手勢...等識別方式，並可區分證件及活體，因此進出方式可依需求彈性運用。
- (3) **資料檢索功能**：可依不同條件篩選檢索進出資料，包括人臉檢索、時間地點檢索、事件檢索...等，因此可快速搜尋出需要的人事時地資料。
- (4) **通用管理功能**：可設定人像庫、設備、地圖、規則及權限，一旦有任何異動皆可直接透過簡易管理介面輕鬆設定。

MiAION 人臉辨識解決方案可與各種行業的應用場景進行接洽，包括商場、工廠及大樓等，一個平台即可因應各行業需求，靈活運用 AI 人臉辨識功能，並可依客戶需求提供三種不同運算能力的版本機型。

3D 活體人臉辨識通關系統 Mi-Gate 一秒辨識真人照片

神通憑藉多年來在自動通關系統的純熟技術及豐富經驗，推出整合 MiAION Edge Gateway、3D 活體偵測技術、人臉辨識技術及通關閘門控制系統的活體人臉辨識通關系統 Mi-Gate，在 COMPUTEX 展場上成為參觀焦點，其能分辨被辨識者影像是否為真人或照片，避免有心人士以相片、影片

等方式進行人臉辨識通關，充份提高管制安全，並且結合 MiAION 邊緣運算 Gateway，可在一秒內完成人臉辨識及通關，堪稱業界最快速，一位在現場體驗的業界工程師表示，Mi-Gate 辨識人臉及門板開合的速度非常快，幾乎不用停下腳步，就能以自然步伐行進的速度通關，非常令人驚豔。

Mi-Gate 以 Intel 的獨立加速器「Movidius 神經計算棒」(Movidius Neural Compute Stick) 做為深度神經網絡處理的運算單元，結合新一代 OpenVINO 演算法，直接在設備上執行即時深度神經網絡；並運用 Intel® RealSense™ 技術，可判斷真實臉部的特性與微小特徵，並處理景深攝影機的原始影像串流，可運算高解析度 3D 景深圖計算立體視覺景深，提升低質感場景下的景深準確度，讓 Mi-Gate 辨識能力大幅升級。G



More Information

3C 達人造訪神通資料，直播大玩臉辨通關

知名部落客 3C 達人 Tim 哥至神通資料攤位直播開聊，同步向網友介紹活體人臉辨識通關系統 Mi-Gate 及 IDSmart RFID 智慧圖書館解決方案，Tim 哥更在現場體驗 Mi-Gate。Tim 哥因在電視節目分析 3C 產品聞名，並與黃子佼共同主持電台節目《飛碟五子奇之 3C 奇人》，時常在 Youtube、臉書等社群媒體分享 3C 科技新品、手機開箱、科技趨勢預測。



Tim 哥直播影片連結：
2019 COMPUTEX SmartEX 展區直擊！



PART 03

MiAION 當關 交通不再痛

智慧新方案 解決城市交通棘手問題

即時辨識化解車流 東南亞買家青睞

文 / 神通資料

MiAION 智慧交通解決方案可辨識車輛、車流及車牌，包括車輛型態、道路壅塞程度、車流分析、車牌辨識等，除了可運用於商業管理用途如智慧停車場，亦可運用於道路交通號誌的決策依據及監控違停等公共交通的應用。許多東南亞國家面臨棘手的交通問題，因此來自該地的參觀者多對此解決方案十分感興趣。

在智慧停車場管理方面，MiAION 配合出入口的紅外線感應計數器，即可計算出停車場內的車量總數，適時放下入口閘門來管控總量，讓停車的動線能夠更為流暢。在車輛進入停車場行經車道時，MiAION Gateway 會隨即辨識車牌，車主不需要經過停車、取票卡等額外的步驟，進入停車場後，MiAION 亦會在主要車道上進行辨視比對，並將辨識結果上傳到計費主機，做為計費的依據，達到自動計時計費的目的；車牌資訊也可以上傳到資料庫，結合顧客服務、消費行為等系統做大數據分析，延伸至更深入的 AI 應用。

在公共交通方面，MiAION 智慧交通 Gateway 專用

▲ MiAION 智慧交通解決方案除了可運用於商業管理用途之外，亦可運用於道路交通號誌的決策依據及監控違停等公共交通的應用。

機具備體積小、高性能的特性——僅寬 20.4 公分，長 13.8 公分，高 6 公分，搭載 NVIDIA Jetson TX2，安裝在現有交通號誌的載具上，可以快速蒐集道路上各式車輛和行人的數量，相關交通管理單位可將收集到的資訊，作為動態調整交通號誌的依據，以預警道路壅塞、迅速取得事故資訊及引導人車改道。

此外，MiAION 的車牌辨識及車輛定位功能更可運用在交通違規的舉發及自動蒐證，如特定路段的違停監控，不僅減輕執法人員負擔、提升執法效率，更提升了交通安防，成為科技執法的利器。G



PART 04

刷臉借還書 指靜脈速訂位

智慧圖書館 創造亮點效益

文 / 神通資料

艾迪訊科技在 COMPUTEX 展出的臉辨自助借還書機及座位管理指靜脈系統，整合 MiAION Gateway，運算效率更高，已分別應用於新北市立圖書館及德明財經科技大學圖書館。

臉辨自助借還書機可依場館空間選擇立式或桌式機型，借書不須借閱證，直接透過人臉辨識即可借書，並且可一次讀取 6 本高度達 20 公分以上的書冊。2018 年 8 月的新北市圖書館新總館，導入 IDSmart 自動化自助取書技術，將自動倉儲概念運用於圖書館讀者服務，其 24H 自助取書區提供有預約書的讀者自行取借預約書，或自行借閱圖書館推薦之精選書，全自助式服務不中斷服務成為全亞洲首創，更於 2017 年榮獲系統整合輸出獎，成為技術整合的圖書館典範。

座位管理指靜脈系統可使用指靜脈預約座位，依樓層、日期、時段與功能檢視各座位區域即時借用情況，並提供使用量、預約以及時段的統計報表，有效管理圖書館座位與設備的使用率，降低資源浪費情況。

指靜脈辨識是透過紅外線照射手指，獲取皮下靜脈分佈圖來進行辨識，因為每個人指靜脈紋分佈獨一無二，都不相同，相當難以複製，而且在使用簡易，辨識時手指只需凌空於指靜脈讀取器上，因此兼具高安全性及高

便利性，艾迪訊整合此項技術，目前已導入德明財經科技大學圖書館，為全國圖書館首例。

艾迪訊科技自 2004 創立以來，全力投入 RFID 技術的開發，從電子標籤、天線、讀取器、中介軟體到系統整合，累積紮實的技術能量，自 2015 年加入神通後，又注入了產品開發、軟硬整合的豐富經驗，戰力大幅提升，不論是人臉辨識、指靜脈辨識等技術，艾迪訊都可依照場館條件或客戶需求交互整合運用，憑藉對科技趨勢的掌握，以更先進的圖書館設備，為客戶創造吸睛亮點，提供了功能面及行銷面的效益。

艾迪訊新任董事長陳原森表示，艾迪訊所開發的 IDSmart 於台灣圖書館 UHF 市場擁有 75% 以上市佔率，成績斐然，未來將持續以最新技術及更完整的服務協助客戶，創造更加友善的智慧借書體驗，扮演台灣公共圖書館領頭羊角色。G

◀ 艾迪訊科技的 3D 立體模型具體而微地展示了「圖書館智慧應用系統」，也就是從 IoT 物聯網的理念出發，結合圖書館自動化系統 (Integrated library system, ILS)、雲端電子資源 (E-resource)、以及圖書館 RFID 自助借還書設備等三大核心概念的全方位運用，強調以服務為主而提供的軟硬體整合智慧應用系統。

More Information

IDSmart RFID 智慧圖書館

艾迪訊科技透過 RFID 技術及相關軟硬體整合，包括智慧無人圖書館、自助借還書服務、預約取書、座位預約服務、多媒體視聽服務、館員工作站、藏書上標、雲端設備管理、生物辨識、指靜脈技術、盤點設備等，打造出圖書館的最佳智慧物聯網服務模式。

PART 05

Mio 專業平板 新款面面俱到 最新款行車記錄器 Mio 完勝

Mio以 Fleet and Automotive 以及 Professional Tablet 二大區塊展示品牌全系列重點產品，包含車聯網整合性解決方案、車內應用情境、辦公室空間運用管理系統專業平板系列產品及新款行車記錄器產品。

文/神達數位

Professional Tablet

1. 辦公室空間運用管理系統專業平板 MioSPACE

順應全球共享辦公空間的新趨勢，全新 MioSPACE 系列共享辦公室空間管理平板電腦，全機身採超輕薄設計，最厚僅達 26.3mm 緊貼牆面，加上背蓋採用獨特的背蓋凹槽理線，電源線可輕易收納於背蓋裡，背蓋支援三種不同線槽出口及 VESA 壁掛標準，可輕鬆懸掛貼合於一般辦公室牆面、玻璃、木板或水泥隔間上。支援橫向與直向兩種顯示方式，機身側邊的 LED 燈設計，使用者可直覺的透過燈色，不需要靠近查看就可以判斷該使用空間的實際使用情況。MioSPACE 同時搭載軟體開發套件，開發人員可輕鬆整合第三方系統。MioSPACE 採用 PoE (Power over Ethernet) 或 12V DC 二種充電方式，可利用佈線較為靈活的網路線來同時獲取電力與數據傳輸，只要將 MioSPACE 平板電腦接上網路線即可運作，不受電源供電插座位置限制，既節約成本也便於安裝與管理。搭配世界級的高安全性雙頻 HID RFID 或常見的 NFC、PIN 身份認證方式，使用者可直接在平板上登入管理系統進行身份認證，預約與查詢登記會議室，將空間運用發揮最大的靈活性。機身同時搭載 800 萬像素前鏡頭，可透過 App 直接進行人臉辨識，或掃描 QR code 做訪客管理。MioSPACE 所搭配的门禁管理系統等週邊，採用工業控制領域中常見的 Dry contact (乾接點) 信號，可降低工程成本和工程人員要求，提高施工工程的速度。



▲上圖：辦公室空間運用管理系統專業平板——MioSPACE。下圖：專為高度移動性質工作準備的 MioWORK。

2. 專為高度移動性質工作準備的 MioWORK L1040/L1045

MioWORK L1040/L1045 10吋專業平板電腦，採用高通 1.8GHz Octa-core 平台，搭載 AndroidTM9.0 作業系統，通過美國軍用規格 MIL-STD 810G 強固測試，防摔高度最高可達 1.5 公尺。機身延續此系列產品一貫的 IP67 防水防塵設計，耐高低溫、耐濕氣與粉塵等。搭載十點觸控顯示螢幕，並支援潑水、手套、手指等多種觸控模式，機身更輕量、移動性更佳，適合給移動性高的使用族群如：醫療移動護理站、工程維修人員、工廠進出貨盤點與零售量販結帳櫃檯等環境使用。機身支援 USB Type C 3.0 及 Type A USB 2.0，且預留延伸擴充槽包括影像輸出、隱藏式 DC 電源輸入以及 RS232、RJ45 端口二組擴充插槽。HD 輸出功能可支援擴充第二螢幕，用於零售店櫃檯，零售結帳櫃檯可在結帳的同時將行銷資訊及收據簽收等相關訊息顯示於第二螢幕。MioWORK L1000 系列具備完整的通訊與無線傳輸能力，搭配 4G LTE CAT 6 或 WLAN 802.11 a/b/g/n/ac、Bluetooth® 4.2/BLE、NFC 與內建條碼掃描器等，精準記錄傳輸重要的資訊，此外採用熱插拔備用電池設計，能提供更長的電池續航力表現。



3. 針對車隊管理需求設計的 MioWORK F700s 系列

針對車隊管理需求，升級版的 MioWORK F700s 系列搭載 7 吋螢幕與 AndroidTM9.0 系統，並支援手套、手指等多種觸控模式，透過專屬的 MiDM (MiTAC Mobile Device Management) 中控管理平台，後勤管理中心可藉由無線網路隨時隨地同時為數百台行動裝置進行軟體更新及維護，大幅縮減軟體安裝、地圖更新及裝置管理的時間。搭配 4G LTE CAT 6、WLAN 802.11 a/b/g/n/ac、Bluetooth® 4.2/BLE、NFC 等通訊功能可即時傳輸重要的資訊並與車隊管理後台、Telematics box、印表機、讀卡機、Dash Cameras 等週邊連接。多樣化的配件底座可針對使用需求選擇具有影像傳輸、GPS 傳輸功能或上鎖等不同功能，對於於車隊管理需求者來說具備高度彈性以及擴充性。



Fleet and Automotive

以車內駕駛視野使用環境為外觀設計發想基礎
整合性更高、規格更勝以往的高規格行車記錄器
—— Mio MiVue 816D 及 MiVue 806



1. MiVue 816D

MiVue 816D 影像透過 HDR 影像處理技術，在使用環境亮度同時存在過高或不足的情況之下，強化畫面清晰度以及色彩還原力，使錄影品質不受現場環境亮度影響。機身搭配內建最新 Sony Starvis™ 的感光元件，提高近紅外光的靈敏度，在幾乎沒有燈光的环境下拍攝提高亮度，拍攝畫面更細緻清晰。採用最新 AHD 類比轉影像技術支援後鏡頭行車記錄器，瞻前顧後影像畫面完整保留，不僅符合一般家庭房車需求，更適合安裝於商用貨車、公車、遊覽車等大型車輛。同系列機種最高可支援 1080P/60F 高畫質影像錄影，高速移動下亦確保影像清晰完整全都錄。獨家二合一駐車模式 (停車監控) 採用低電量管理模式，在車輛熄火後或靜止一段時間後，透過 G-sensor 偵測鏡頭前移動的影像或震動，並自動啟動錄影模式，用戶無需再添購任何電力設備，監控時效最高可達 48 小時。透過高效能檔案管理系統 (Format Free) 將 SD 卡格式化，有效管理 SD 卡內空間的運用模式，無論是影像重複錄影次數多寡、錄影期間無預警中斷等情況之下，錄影影像絕不漏秒、不漏檔，影像保存更安心。

2. MiVue 806

MiVue 806 內含 12V 電壓管理功能，機身可直接適配連接車用電力系統，無需再透過點煙器車充轉接頭，線材管理更精簡便利，是一款與整合性更勝以往的高規格行車記錄器。外型設計沿襲 MiVue J 系列行車記錄器設計概念，兼具 2 吋 LCD 螢幕及隱藏式設計完美貼合於後照鏡及擋風玻璃之間，讓車前擋風玻璃的視野更佳乾淨寬廣、駕駛視線完全不受影響，車內空間規劃更美觀、行車安全更有保障。堅持高品質錄影規格的 MiVue 806，可於 1080P Full HD 的錄影品質下，每秒捕捉 60 幀的影像畫面，全系列產品可選配後鏡頭系列，瞻前顧後更有保障。G



PART 06

TYAN 跨步 AI 展新機

全系列的 HPC、儲存和雲端伺服器平台 支援第二代 Intel® Xeon® 可擴充處理器

文 / 神雲科技泰安產品事業體

隸屬神達集團，神雲科技旗下伺服器通路領導品牌 TYAN (泰安)，5月28日至6月1日展覽期間展出針對 HPC、企業和資料中心等市場優化設計的全系列 HPC、儲存及雲端運算伺服器平台。

神雲科技泰安產品事業體副總經理許言聞指出，對 AI 需求的日益增長正在改變資料中心的服務型態，同時也將 AI 應用產生的大數據大規模的輸入資料中心的服務平台。TYAN 領先設計的 HPC、儲存及雲端伺服器平台支援最新第二代 Intel® Xeon® 可擴充處理器，可協助企業客戶和雲端服務提供商，以較從前更高的效率擷取、處理及分析大數據。



第二代 Intel Xeon 可擴充處理器 讓 TYAN 的 HPC 及儲存平台提供領先性能

TYAN 的 HPC 及儲存伺服器平台是基於第二代 Intel Xeon 可擴充處理器，採用 Intel 新處理器創新開發的深度學習加速技術 (Intel® Deep Learning Boost) 及 Intel® Optane™ DC 持續性記憶體，可加快機器學習應用的執行速度與工作負載處理及服務交付。新推出的 Thunder HX FT83-B7119 為 AI 優化型系統，是 AI 訓練及推論應用的最佳選擇，此 4U 系統支援 3TB 記憶容量及 12 個 3.5 吋熱插拔硬碟插槽。

TYAN 旗艦款的儲存伺服器——Thunder SX FA100-B7118，在 4U 的機箱空間中支援雙路第二代 Intel Xeon 可擴充處理器及 100 個 3.5 吋熱插拔硬碟，此平台適合應用於冷資料儲存或是採用 Lustre 這類檔案系統的大型物件儲存架構等應用。同樣支援第二代 Intel Xeon 可擴充處理器的 2U 雙路伺服器 Thunder SX TN76-B7102，提供高達 24 個 DDR4 記憶體與 8 組 PCIe x8 的標準插槽，能充分滿足虛擬化及記憶體內資料庫運算所需要的大量記憶空間需求。

針對高性能儲存的領域，Thunder SX GT62H-B7106 為一台支援熱插拔全快閃儲存的 1U 伺服器，支援雙路第二代 Intel Xeon 可擴充處理器、16 個 DDR4 DIMM 插槽、2 組 low profile 尺寸的 PCIe x16 插槽及 10 個 NVMe

U.2 硬碟，此系統能提供最佳的儲存性能與大量記憶體儲存需求，適用於物聯網邊緣伺服器的應用。

新推出的 Thunder SX GT90-B7113 支援雙路第二代 Intel Xeon 可擴充處理器，安裝於可外拉式抽屜的 12 個 3.5 吋熱插拔硬碟及支援 4 個熱插拔 NVMe U.2 硬碟皆配置於 35 吋深的 1U 機箱中，可在同一台伺服器中提供兼具可服務性及高密度儲存的特性，最適合雲端服務供應商作為軟體定義儲存伺服器的部署應用。

基於 Intel® Xeon® D-2100 及 Intel® Xeon® E-2100 處理器平台，為雲端及儲存最大化運算性能及效率

採用 Intel Xeon D-2100 處理器的 Thunder SX TE70-B5546 及 Thunder SX TE73-B5546，能提供低功耗、高密度及高可用性 (HA) 等優化功能。兩款皆為 2U 雙節點系統，支援雙控制器及雙通道冗餘設計，能滿足企業高可用性的需求；此外系統支援 SAS/NVMe 雙埠儲存功能，可充分提供用戶高可用性資料的儲存需求。TE70-B5546 最多支援 24 個 2.5 吋雙埠 SAS 12Gb/s 硬碟，其中 4 個槽位能支援雙埠 NVMe U.2 硬碟；TE73-B5546 最多支援 12 個雙埠 3.5 吋 SAS 12Gb/s 硬碟，其中 4 個槽位能支援雙埠 NVMe U.2 硬碟。

此外，TYAN 運用 Intel Xeon E-2100 處理器的優勢，



為其入門級伺服器產品線打造價格更親民，同時兼具更高的可靠性、安全性以及運算效能的方案。展品包括 1U 單路 Thunder CX GT24E-B5556 雲端邊緣伺服器，最多支援 4 個 DDR4 DIMM 插槽、3 組 PCIe 插槽和雙埠 10GbE-T 乙太網路，非常適合資料中心雲端遊戲服務平台採用。而 1U 單路 Thunder CX GX38-B5550 為輕巧型的伺服器，15 吋深的機箱可內置 2 個 3.5 吋 SATA 硬碟，專為物聯網應用設計。G



▲ 第二代 Intel Xeon 可擴充處理器讓 TYAN 的 HPC 及儲存平台提供領先性能。

TYAN 於 COMPUTEX 2019 展示

HPC 及雲端平台

- **Thunder HX FT83-B7119**：4U 雙路第二代 Intel Xeon 可擴充處理器平台，最高支援 24 個 DDR4 DIMM 插槽，10 個雙寬度 (PCIe x16) 插槽以及 12 個支援 SATA 6Gb/s 的 3.5 吋熱插拔硬碟插槽，其中 4 個槽位可依系統配置支援 NVMe U.2 設備
- **Thunder CX GT24E-B5556**：1U 單路 Intel XeonE-2100 處理器伺服器，最高支援 4 個 DDR4 DIMM 插槽、3 個 PCIe 插槽、4 個 3.5 吋 SATA6Gb/s 熱插拔硬碟和 2 個內置 2.5 吋 SATA 6Gb/sSSD
- **Thunder CX GX38-B5550**：1U 單路 Intel XeonE-2100 處理器伺服器，最高支援 4 個 DDR4 DIMM 插槽及 2 個 3.5 吋內置 SATA6Gb/s 硬碟

儲存平台

- **Thunder SX FA100-B7118**：4U 雙路第二代 Intel Xeon 可擴充處理器平台，最高支援 16 個 DDR4 DIMM 插槽及 100 個 3.5 吋 SATA 6Gb/s 熱插拔硬碟
- **Thunder SX TN76-B7102**：2U 雙路第二代 Intel Xeon 可擴充處理器平台，最高支援 24 個 DDR4 DIMM 插槽及 12 個 3.5 吋 SAS 12Gb/s 或 SATA 6Gb/s 熱插拔硬碟，其中 4 個槽位可選擇性支援 NVMe U.2
- **Thunder SX GT62H-B7106**：1U 雙路第二代 Intel Xeon 可擴充處理器平台，最高支援 16 個 DDR4 DIMM 插槽，2 個 PCIe x16 插槽及 10 個 NVMe U.2 熱插拔硬碟
- **Thunder SX GT90-B7113**：1U 雙路第二代 Intel Xeon 可擴充處理器平台，最高支援 16 個 DDR4 DIMM 插槽，12 個 3.5 吋 SAS 12Gb/s 或 SATA 6Gb/s 熱插拔硬碟及 4 個 NVMe U.2 熱插拔硬碟
- **Thunder SX TE70-B5546**：2U 雙節點單路 Intel Xeon D-2100 處理器高可用度平台，最高支援 24 個 2.5 吋雙埠 SAS 12Gb/s 硬碟，其中 4 個槽位支援 NVMe U.2 硬碟
- **Thunder SX TE73-B5546**：2U 雙節點單路 Intel Xeon D-2100 處理器高可用度平台，最高支援 12 個 3.5 吋雙埠 SAS 12Gb/s 硬碟，其中 4 個槽位支援 NVMe U.2 硬碟

嵌入式及伺服器主機板

- **Tempest HX S7100**：支援雙路第二代 Intel Xeon 可擴充處理器伺服器/工作站主機板，SSI EEB (12.2" x 13.04") 尺寸，適用於 HPC 應用
- **Tempest HX S7105**：支援雙路第二代 Intel Xeon 可擴充處理器伺服器/工作站主機板，特殊 (14.23" x 13.24") 尺寸，最多可部署達 5 張 GPU 卡，適合人工智慧與深度學習使用
- **Tempest CX S7103**：支援雙路第二代 Intel Xeon 可擴充處理器伺服器主機板，EATX (12" x 13") 尺寸，適合要求成本效益及雲端運算的應用
- **Tempest CX S7106**：支援雙路第二代 Intel Xeon 可擴充處理器伺服器主機板，EATX (12" x 13") 尺寸，適合雲端運算及資料中心部署
- **Tempest CX S5550**：支援單路 Intel XeonE-2100 處理器伺服器主機板，Micro-ATX (9.6" x 9.6") 尺寸，適用於 CSP 前端伺服器部署
- **Tempest CX S5552**：支援單路 Intel XeonE-2100 處理器伺服器主機板，ATX (12" x 9.6") 尺寸，適用小型企業入門級儲存伺服器應用
- **Tempest SX S5630**：支援單路第二代 Intel Xeon 可擴充處理器伺服器主機板，SSI CEB (12" x 10.9") 尺寸，適合雲端儲存應用
- **Tempest EX S5555-HE**：支援單路 Intel XeonE-2100 處理器工作站主機板，Micro-ATX (9.6" x 9.6") 尺寸，適用於嵌入式及物聯網應用
- **Tempest EX S5548**：支援單路 Intel Xeon D-2100 處理器伺服器主機板，搭載 4 個 10GbE-T 網路埠，Micro-ATX (9.6" x 9.6") 尺寸，適用於低功耗雲端儲存應用
- **Tempest EX S5549**：支援單路 Intel Xeon D-2100 處理器伺服器主機板，搭載 4 個 10GbE SFP+ 網路埠，Micro-ATX (9.6" x 9.6") 尺寸，適用於低功耗雲端儲存應用
- **Tempest EX S5557**：支援第九代 Intel Core™ i3/i5/i7 系列處理器工作站主機板，超薄 Mini-ITX (6.7" x 6.7") 尺寸，適用於物聯網設備部署



PART 07

神基 AI 自動化檢測首亮相 智辨組裝產線 瑕疵難遁形

文/神基科技

智慧工廠發展漸趨成熟，人工智慧應用的自動化生產為新興趨勢。神基科技人工智慧物聯網事業體也跨入智慧生產行列，搭配微軟 Windows 10 IoT Enterprise 平台，推出應用人工智慧的自動瑕疵檢測解決方案，該套解決方案在今年台北電腦展微軟攤位正式亮相



▲ 神基自動化瑕疵檢測系統搭載微軟 Windows 10 IoT Enterprise 解決方案，連結並控制所有的關鍵要素包括機器手臂、感測器，以及步進馬達。

神基科技推出的自動瑕疵檢測方案可取代肉眼檢測，協助組裝產線進行品質的驗證工作，大幅提升工廠的生產力與效率。不同於一般傳統自動化檢測，結合人工智慧與深度學習後，自動瑕疵檢測的精準度與可靠度更良好，可從事更為細緻的品質驗證，讓製造技術更上一層樓，可辨識影像，區分趨勢，同時進行智慧預測與決定。

這套自動化瑕疵檢測系統透過先進的工業用攝像鏡頭捕捉多軸的影像，透過 Azure IoT Hub 與 Azure SQL server 的協助，零部件上的瑕疵可以即刻辨識出來，再透過六軸機器手臂將瑕疵品取出進行進一步的檢測。這套自動瑕疵檢測系統硬體搭載微軟 Windows 10 IoT Enterprise 解決方案，連結並控制所有的關鍵要素包括機器手臂、感測器，以及步進馬達。

神基董事長黃明漢表示：「微軟是工業應用內嵌式系統領域的領導者之一，因此我們選擇微軟 Windows 10 IoT Enterprise 來建構 Getac 推出的智慧自動瑕疵檢測解決方案，有效縮短產品開發時間，與其他微軟產品無縫接軌，加速產品量產上市。我們相信微軟可協助神基開發更安全的產品，提供持續性的服務。」

這套應用人工智慧所開發的自動化檢測系統是神基所推出的第一套智慧工廠解決方案，採用神基旗下汽車機構廠的安全帶轉軸產品作為測試開發，有強大的數據資料庫做為基礎驗證，這套系統將率先導入到神基旗下的汽車機構廠，同時對外銷售，為產業客戶提供客製化的自動化檢測解決方案。G



與國際廠商聯盟創三贏 神通資科榮登大中華區總代理 SugarCRM CEO 來台提大趨勢

文 / 神通資科

神通資科在強化企業數位轉型上不遺餘力，持續代理國際大廠產品，並舉辦相關研討會，引進最新的企業管理概念及科技應用。繼去年底舉辦的「打造數位創新應用暨 SugarCRM 使用分享」研討會後，今年更晉升為 SugarCRM 大中華區總代理。

神通資科於今（2019）年舉辦的「2019 國際 CRM 趨勢高峰會」，受到 SugarCRM 原廠高度重視，執行長 Craig Charlton 等高層特別來台進行專題演講，此也意味著 SugarCRM 對神通資科專業及行銷上的肯定。

神通打造 SugarCRM Eco System 成立「數位創新——營收新高聯盟」

在「2019 國際 CRM 趨勢高峰會」執行長 Craig Charlton 分享如何利用 SugarCRM 將管理客戶關係變成一件簡單的事，同時提升營收。亞太區總經理 Paul Rowan 及新加坡客戶成功總監 Andrew Tan 也分享製造業如何走向 CRM 之路及

IBM 應用 SugarCRM 重塑市場競爭力的成功案例。

神通現場也宣佈成立「數位創新——營收新高聯盟」，與來自台灣、新加坡、香港等地的國際廠商合作，包括雲端辦公室、Omni Channel、零售系統、電子發票、專案管理、AI 雲端平台等解決方案的供應商，神通資科凝聚最大力量打造出 SugarCRM Eco System，為大中華區企業提供一流的 SugarCRM Total Solution。

CRM（客戶關係管理）系統是不少企業頭痛的數位轉型項目，常見的狀況是形式上已經數位化，但使用上卻困難重重，客戶資料或訂單分散各處，無法統整，例如台灣製造業者就常被複雜的 CRM 系統卡關。

神通資科作為第一家的台灣電腦廠商，傳承神通電腦



▲ 神通資科於今（2019）年舉辦的「2019 國際 CRM 趨勢高峰會」，受到 SugarCRM 原廠高度重視，執行長 Craig Charlton（右上圖）特別於會上分享如何利用 SugarCRM，將管理客戶關係變成一件簡單的事，同時提升營收。

濃厚系統整合經驗與核心技術，1974 年創立以來一直是台灣產業數位化、自動化的重要推手，所屬的聯華神通集團，更是橫跨電腦、資訊、IT 通路、系統整合、軟體研發、石油化學、工業氣體及食品等領域，因此深刻瞭解各種產業在數位轉型上的痛點。

神通資科在 2018 年年初，引進連續 5 年獲得美國權威雜誌 PCMag 讀者票選滿意度第一名 SugarCRM 系統，以集團企業體作為先導試行，陸續在聯華實業、新達電腦、聯成化科、聯華氣體及大陸煙台的台華食品成功落地，創造顯著成效，此驚人成果也讓神通資科決定加深與 SugarCRM 的合作，正式在今年 4 月成為 SugarCRM 大中華區總代理。

SugarCRM 去年延攬了在資訊軟體業界有 25 年經驗的 Craig Charlton 擔任執行長，在他領導雲端會計軟體商 Oldex 期間，創造 150% 訂單成長，並於執掌 SaaS 服務商 Abila 時創造 300% 業績，他才上任不到 3 個月，就親自來台參與「2019 國際 CRM 趨勢高峰會」，顯見 SugarCRM 對神通資科的重視，也希望借重神通資科在技術、服務、整合、華文語言及地域的優勢，開拓大中華區市場。

Craig Charlton 於會中提出 2019 年 CRM 七大關鍵趨勢，包括：

- **簡單容易使用**：企業的 CRM 系統若要成功落地，最大障礙是在使用者願不願意用、常不常用。「SugarCRM 的解決方案不但簡單好用，管理起來也相當直覺化，同時對行動裝置十分友善，這些都是 CRM 系統的要件。」
- **行動隨身走**：SugarCRM 的產品是專為行動上班族所打造，

且能與 iOS 及安卓的免費 app 無縫接軌，同時 SugarCRM 的瀏覽器也支援各種手機和平板裝置。

- **人工智慧**：組織內部無論是業務、行銷、技術支援等專業人力，有六成以上的時間是花在人工手動作業，或者繁瑣的行政流程。SugarCRM 的 Hint 軟體，利用 AI 人工智慧，將行政程序和人工作業加以自動化，精簡流程，讓使用者將時間和精力投入高成效的工作來面對客戶。
- **物超所值**：SugarCRM 的產品和服務是高規格的企業等級，但價格卻十分親民；同時各種方案的價格十分透明，沒有隱藏費用。
- **建置容易**：具有高度彈性，也能隨時與客戶既有系統進行整合。
- **客製化程度高**：企業若需要客製化的 CRM 系統，SugarCRM 可調整規模，從小型企業到大型集團，各種作業環境都能輕鬆擴充。
- **客戶體驗**：SugarCRM 的產品曾獲得知名媒體 PC Mag 讀者票選獎，尤其在「淨推薦分數（Net Promoter Score）」一項獲得最高評價。

SugarCRM 被 Gartner 評為 2018 年最具遠見的 CRM 全球領導品牌，全球 200 萬使用者導入，透過神通資科在地化服務，將摺注更多中文化資源，而神通資科的軟體實力、聯華集團資源、營收新高聯盟的服務垂直整合，將打造出 SugarCRM 的強力戰隊，從點、線、面為大中華區企業將銷售能力自動化、客戶關係立體化、決策管理 AI 化，由內而外強化企業整體業務實力。G

多元部署模式 助企業主動掌握變化 SugarCRM 攜手神通資科 耕耘大中華市場

SugarCRM 從客戶角度思考所需功能，不僅能與企業現有服務串連，提供簡單易用的操作介面，主動根據員工輸入資料，運用 Big data、AI 等技術，主動找出潛在的資訊，助客戶在第一時間掌握市場變化與商機。

在全球商業環境快速變動的當下，唯有及早掌握客戶動態，才能在市場上保有競爭力，也讓 CRM 解決方案超過 ERP，成為多數企業最先導入的資訊工具。在市面上眾多 CRM 解決方案中，因 SugarCRM 是採用全新概念設計，具備彈性部署、主動分析、容易使用等特性，所以成為眾多企業首選的平台。以 IBM 為例，即從 2014 年起使用 SugarCRM 解決方案，且在 2018 年轉換成 SugarCRM 公有雲服務，讓全球 100 多個分公司的 8 萬多員工，得以享受到最先進 CRM 平台帶來的優勢。

SugarCRM 執行長 Craig Charlton 指出，CRM 發展至今已超過 20 年以上，傳統在系統中輸入客戶資料，再自行從中找出關聯的做法，早已不符合現今已資料加值服務為主的新時代。根據統計，企業若持續使用傳統 CRM 工具，員工得將多達 60% 時間花在手動流程和管理活動上，在現今數位轉型趨勢下，該類工具反而會拖累企業競爭力。

SugarCRM 能在全球 120 多個國家，累積多達 200 萬個客戶的關鍵，在於從客戶角度思考所需功能，除提供簡單易用的操作介面，並且能主動根據輸入資料，運用 Big data、AI 等技術，主動找出潛在的資訊，助客戶在第一時間掌握市場變化與商機，自然能夠獲得 IBM、聯華神通集團等大型企業的肯定。

耕耘台灣市場有成 攜手神通資科搶進大中華市場

相較於其他品牌，SugarCRM 提供極為彈性的部署方式，除傳統在公司內部執行的版本外，也可以使用公有雲服務。另外，針對特定產業或公司需求，還可私有雲服務，如在神通資科的 MiCloud 雲平台上，亦可使用 SugarCRM 服務，讓企業能夠依照營運所需，自行選擇所需的服務模式。

值得一提的是，SugarCRM 解決方案的價格非常透明與彈性，企業可依照不同階段的營運需求，自行增購所需的使用者人數，可讓寶貴 IT 費用發揮最大效益，同時兼顧員工的工作效率。

「在分秒必爭的新經濟時代，企業需要一套符合時代潮流的 CRM 平台，才能在競爭激烈的環境中搶得先機。」Craig Charlton 解釋：「SugarCRM 是一套靈活且相容性高的解決方案，可與企業內部現有系統搭配使用，完全不需要改變使用習慣，還能進一步支援行動裝置平台，營運團隊隨時掌握市場變化與客戶的需求，進而在最短時間內做出回應。」

SugarCRM 攜手神通資訊科技耕耘台灣市場近 2 年，創下相當優異的成績，協助許多台灣企業導入 SugarCRM 雲服務。由於神通資科在亞太市場擁有完善的服務體系，加上技術顧問服務能量絕佳，因此神通資訊科技已取得大中華區的代理權，將運用在當地的經銷通路與服務能量，將 SugarCRM 推廣給更多企業使用。（本文轉載自 CIO IT 經理人）



SugarCRM 執行長 Craig Charlton

Mio™
all about you



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

神基公司治理評鑑績效再晉級 領先國內 65%~79% 的上市企業

文/神基科技

由台灣證券交易所舉辦的公司治理評鑑為國內評量公司治理績效的關鍵指標。第五屆公司治理評鑑結果揭曉，神基名列國內上市公司前 21%~35% 的級距，領先國內 65%~79% 的上市公司。

公司治理評鑑級距分為前 5%、6%~20%、21%~35%、36%~50%、51%~65%、66%~80%、81%~100% 等七個級距，神基在公司治理的表現晉升到第三個級距（21%~35%）。評鑑指標包含「利害關係人利益維護與企業社會責任」、「股東權益維護」、「資訊透明度」、「股東平等對待」及「董事會結構與運作」等 5 大構面。

為提升公司治理績效，神基在 2018 年多項改善方案，包括導入董事會績效考核、自願性提前股東大會、強化英文版公司資訊揭露、會計年度結束兩個月內提出中文財報、增加法說會與投資人保持暢通的溝通管道，以及強化 CSR 相關資訊在官網以及年報的揭露等符合

公司治理評鑑之要求。

在維護股東權益方面，連續三年殖利率維持 5%~7%，為股東謀求最大的利益。此外，從去年下半年至今年上半年陸續被納入台灣證券交易所擁有的指數成份股，包括台灣中型 100 指數、台灣資訊科技指數、台灣高薪 100，台灣高配息指數等等。

良好的公司治理更是責任企業的根本，現代企業要長青，不僅拚績效，還要拚 ESG 永續績效（環境、社會、公司治理）。神基科技黃明漢董事長對同仁的努力表示感謝，也期許同仁繼續能夠再接再厲，以第一級距 Top 5% 為志向，挑戰下一個晉級。G



Getac 神基惜水效益最大化 製程回收率高逾九成 2018 年省下 6,393 個標準泳池水量

文/神基科技

水，是人類發展的重要關鍵資源。2018 年聯合國水資源日將主題訂定為「Leaving No One Behind」正是因為用水雖然是基本人權，全世界卻有高達三分之一的人口（2.1 billion）無法得到安全的飲用水。珍惜水資源強化用水效益，不輕易浪費一滴水，不只是企業，也是人類發展的重要課題。



聯合國通過的 2030 年永續發展議程將「確保所有人享有可使用且永續管理的水和衛生設施」設為關鍵議程。神基科技作為企業公民，主動呼應相關倡議，強調水資源利用的重要性，針對節省水資源，潔淨排放進行改善，以符合利害關係人的期待，同時實現「責任消費與生產」的責任。

2018 年神基對旗下所有工廠進行水平衡調查，深入了解在不同廠區中，水的來源、利用與回收如何能達到效益最大化的利用，用水是否對當地社區造成影響，排放的方式是否盡力降低對於環境的衝擊。

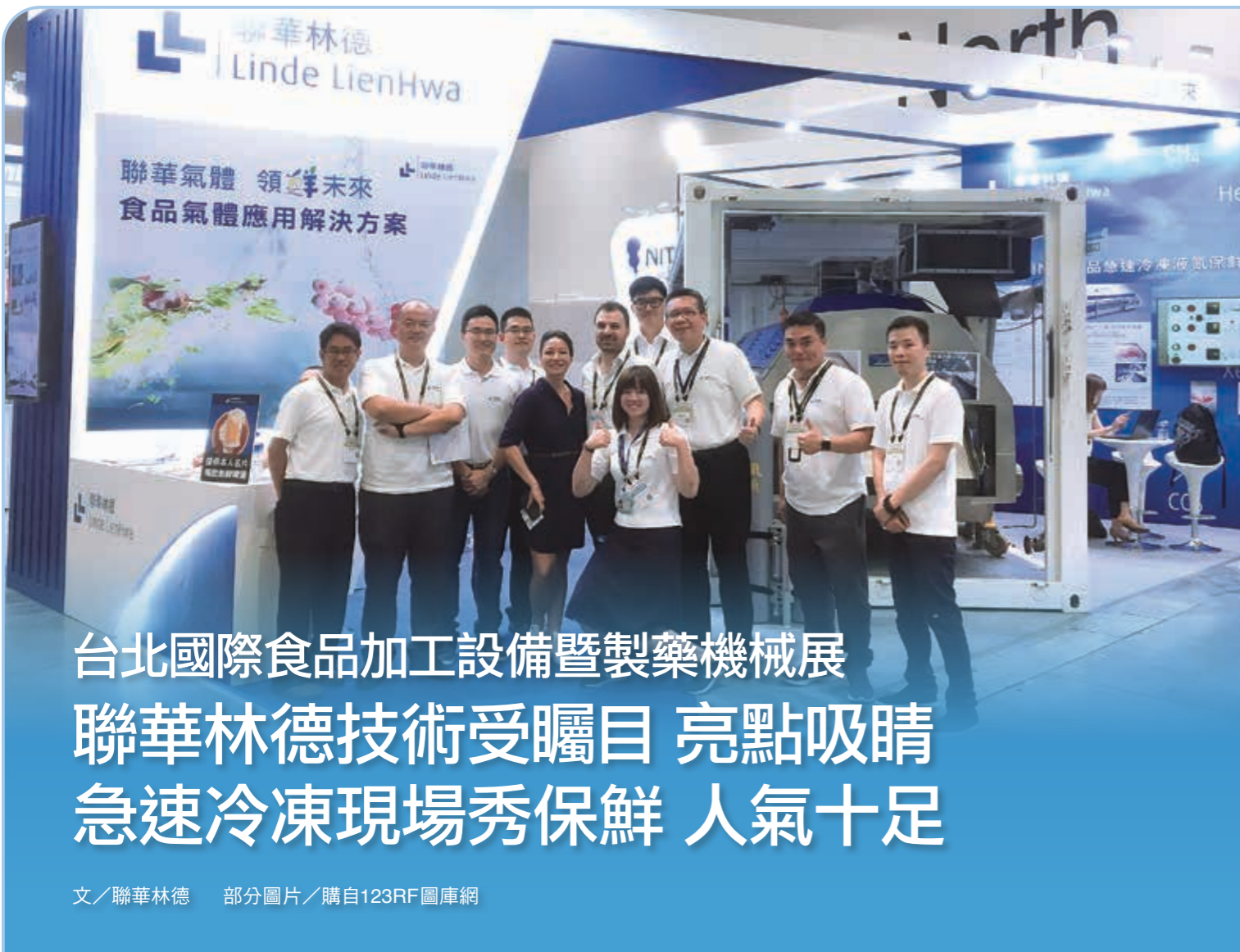
2018 年神基總取水量為 724 百萬公升，但並非取水大戶，年取水總量分別佔當地水體千分之 0.1 以下，對當地水資源不造成顯著影響，廢水排放也達到當地政府訂定的合規排放標準。因此如何降低用水，提升用水的經濟效益成

為神基節省水資源管理的重點，而節省水資源最有效的方式就是提升回收水重複使用率。神基針對製程用水較多的綜合機構廠以及汽車機構廠，投資先進的回收水設備，將可回收用水最大化，製程回收水不斷循環再利用，減少廢水排放。去年整年回收水總量為 15,983 百萬公升，相當於 6,393 個標準游泳池，回收水使用佔所有用水總量約 91%。

在生活用水方面，各廠均加強宣導，宣導節約用水，提醒員工珍惜水資源，洗手間加裝省水開關。廠務則每天巡查水錶與管線，若發現用水異常則通知使用部門找出原因、提出改善方案或維護管線，杜絕外漏或浪費。

在排放方面，神基各廠除了目標零違規之外，華東廠區也引進新型環保的廢氣與廢水濾淨設備，以嚴格標準檢視排放，未來，其他廠區未來也將視情況導入新型環保的廢氣與廢水濾淨設備，以廢水零排放為目標努力，減少對環境的傷害。G





台北國際食品加工設備暨製藥機械展 聯華林德技術受矚目 亮點吸睛 急速冷凍現場秀保鮮 人氣十足

文 / 聯華林德 部分圖片 / 購自123RF圖庫網

在全球氣候變遷、暖化議題帶動下，今年食品「急速冷凍冷卻技術」相當受矚目，而台灣最大工業氣體製造商聯華氣體，引進德國林德「CRYOLINE® 液氮冷凍機系列」的速凍功能，幫食物瞬間冷凍，保存食物鮮度、原味與重量，成為 2019 台北國際食品加工設備暨製藥機械展的最大亮點。

2019 台北國際食品加工設備暨製藥機械展 6 月 19 日至 22 日在南港展覽館一館、二館展開，根據農委會的最新資料，第一季的生鮮冷藏水果外銷，達到 20 億台幣，在全球暖化、氣候異常下，高溫不斷颯破新高，提



升冷凍技術，成了食品製造加工業發展的一大重點。

食品急速冷凍技術 創造更多經濟價值

在現代化食品生產、加工過程中，使用液態氮 (LIN) 或液態二氧化碳 (LIC) 對食品進行急速冷凍 (-196°C 或 -320°F)，能夠維持食物新鮮品質，更可以延長保質期，聯華氣體採用德國林德集團的 CRYOLINE® 液氮冷凍機系列，展出 CRYOLINE® CW 多用途冷凍機，示範急速冷凍保鮮技術，幫助食品生產商，在加工過程中保留食品鮮度、防止食品腐壞、保持食品解凍後重量與口感，為食品生產廠商提供食品急速冷凍技術解決方案，為其創造更多經濟價值。

實現食品的低溫冷凍技術成熟並廣泛應用於食品生產鏈中，可以保護敏感食品的生產品質。在優化傳熱的關鍵步驟中，氣體能有效地將產品冷卻。從蔬果、盒飯到魚肉生鮮等食材，聯華氣體都擁有加工方面的訣竅和低溫技術，以確保每次都獲得最佳的速凍效果。

CRYOLINE® CW 多用途冷凍機，繼承林德優質的德國工藝水準，保持了高品質的衛生設計標準，操作簡單，清洗方便，廣泛適用於各種食物；CRYOLINE® CW 多用途冷凍機內部的傳送帶可振動攪動食物與傳送帶表面分離，並且也使食物之間互相分離。傳送帶振動的同時向食品噴射冷媒，在食品外表面形成霜凍，鎖住水分，保證產品能快速冷卻，從而保證了高附加價值 IQF 海產食品和禽類產品的產量和品質，從而實現最佳的食物冷卻和凍結效果，為客戶帶來良好的經濟收益。

天然方式保鮮食品 抑制微生物延長保存

聯華林德也在此次展覽中，演示 MAPAX® 氣調保鮮包裝的專業技術優勢，可廣泛用於生 / 熟肉、禽、魚以及果蔬等休閒食品或麵包和盒飯等熟食品的包裝，透過各類不同氣



體特性，由於較好地保持了食品原有的口感、色澤、形狀及營養，同時可達到較長的保鮮期。例如：

- **氧氣 (O₂)**: 在肉類包裝內可以促成含氧肌紅蛋白的形成，保持其新鮮的肉紅色。
- **二氧化碳 (CO₂)**: 可抑制微生物 (如黴菌及其他常見的好氧細菌)。
- **氮氣 (N₂)**: 用來取代包裝內的氧氣，從而防止氧化，保持內部容積。

同樣在乳製品、糕餅及油脂產品的加工過程中為了保證高效的生產工藝同時延長了產品的保質期限，聯華氣體採用德國林德集團開發的特殊氣調包裝用混合氣，使包裝類產品如乳酪、混合沙拉以及肉糜等能夠更久地保持新鮮，用自然方式延長食品保質期。

現場攤位提供精釀啤酒試飲，食品混合氣體改良了啤酒、黑麥啤酒的口感，使精釀啤酒更加清爽順口。現正流行的氮氣咖啡，在咖啡中注入氮氣產生綿密氣泡，氣泡不僅使咖啡質地變得平滑，就像添加奶油一般，許多飲用者覺得比原本的冰滴咖啡喝起來更醇厚，而在碳酸飲料中加入二氧化碳，當飲用時，泡沫多而細膩，清涼爽口，飲料汁中的二氧化碳更可以抑制微生物的生長，延長汽水的保藏期限。

從生產加工到品質控管以及消費的整條價值鏈的所有環節上，聯華氣體都能提供符合食品安全標準的氣體來確保超市貨架上擺放的产品新鮮、安全，保證食品的口感和品質。G

聯成化科 UniHydro® UN899 擴大量產 綠色新品 環保氯化可塑劑 邁向全球

文 / 聯成化科

聯成化科為了更進一步加強與客戶情感交流，讓客戶瞭解聯成化科在產品上全方位的發展、嚴格的品質管制、長期對技術研究發展的努力及節能減排、循環經濟、環境永續等企業社會責任方面的致力付出，於4月中旬起陸續舉辦「聯成產品說明會」，分享聯成綠色產品—環保氯化可塑劑 UniHydro® UN899 擴大量產好消息，在東北盤錦、華東泰州及台灣高雄兩岸三地的總年產能合計已達24萬噸，聯成朝向成為全球最大的環保氯化可塑劑廠邁進一大步。



環保氯化可塑劑可廣泛應用於環保無毒高值應用的領域，「聯成產品說明會」的第一場於華東舉行，緊接著在台灣高雄及華南、東北與西南的各生產據點接續舉辦，會中邀請當地的膠皮、膠布、人造皮革、醫用粒子、醫用手套、玩具製品、地板等 PVC 加工下游生產企業等重點客戶到廠參觀，一同見證聯成在產品開發、品質管控、技術服務、組織管理能力等各方面的卓越優勢，亦讓客戶對聯成品牌更具信心。

聯成為全球可塑劑領導廠 為客戶提供更多元新選擇

目前分類在低分子量的鄰苯二甲酸酯類可塑劑 (Phthalate) 經老鼠動物試驗研究，發現其對老鼠動物具有生殖毒性，因此疑似可能對人體造成危害，故國際環保法規對低分子量鄰苯二甲酸酯可塑劑 (DEHP/DBP) 的使用限制逐漸加嚴。

聯成於2013年投入 UniHydro® UN899 研發，經過4年多心血研發，於2017年與德國 EVONIK 技術合作，在遼寧盤錦完成首座的 UniHydro® UN899 新世代氯化環保可塑劑工廠商業化量產後，為充分滿足全球客戶對氯化可塑劑的殷切需求，2019年在江蘇泰州及臺灣高雄廠分別增設 UniHydro® UN899 工廠，三廠合計總年產能達到24萬噸。

新世代的氯化環保可塑劑 UniHydro® UN899 具有四大特性：

- **無味**：無異味
- **無毒**：通過毒理測試
- **無苯**：無苯化及環境友善可塑劑
- **低 VOCs**：減少糊狀 PVC 降黏劑 D80 的使用，降低 VOCs 排放

聯成為全球可塑劑領導廠商，多年來持續不斷地致力於專業技術研發及多項環保可塑劑的開發，並已成功推出一系列的環保及生質可塑劑產品，為客戶不同的需求提供更多元選擇。

聯成發跡於西元1976年，40多年來持續穩健快速成長，目前已在台灣的高雄、大陸的廣東中山、廣東珠海、江蘇鎮江、江蘇泰州、遼寧盤錦、四川南充及馬來西亞關丹等8個據點建立製造、儲運及營銷中心。

提供的產品範疇更含括可塑劑、聚氯乙烯、苯酐、馬林酐、富馬酸、不飽和聚酯樹脂、聚酯多元醇、脂肪酸酯、潤滑油酯等，年總產能超過328萬公噸。為下游塑膠、化妝品、染顏料、電子及潤滑油等各類產業所需的重要化學原料，同時集團亦提供碼頭、倉儲、物流運輸、代理報關、貿易銷售、建廠工程及能源等全功能服務。

更為順應國際環保潮流及高端產品性能之要求，積極發展多樣化新產品，以環境友善、無毒無



味為開發及運用之最高目標。此次於擴大量產的 UniHydro® UN899 更是此目標的極致呈現，不僅達到環保要求，亦可廣泛應用於玩具、嬰幼兒照護用品、食物包裝材料、醫療器材、鞋底、手套、電線電纜、膠皮、膠布、膠管等環保無毒高值應用之領域。

聯成集團愛地球也提升競爭力，秉持「持續創新、工安環保、環境永續、循環經濟」四大核心理念，兼顧經濟發展與環境保護，在循環經濟上，充分利用原料與能源的回收再製，積極達到零廢棄、零污染、零排放的最終目標，並持續投入規模擴展，以因應全球化之布局，及增加產品組合與運用之多元化，落實企業永續經營。

未來聯成仍將一秉「誠、穩健、務實」的企業文化精神，不斷追求永續成長，以專業及多元化的產品與服務來滿足市場與客戶需求。G



上方圖片說明：
 ① 聯成華東區總裁——林振榮先生(中)在會議即將結束時發表致謝詞。
 ② 參觀鎮江聯成安全生產指揮中心及物流監控中心。

More Information

UniHydro® UN899 應用領域

UniHydro® UN899 (1,2-環己烷二羧酸二異壬酯) 是 Non-phthalate 環保型增塑劑，與 PVC 的相容性良好，塑化效率高，產品粘度低，PVC 加工性能優。UniHydro® UN899 可廣泛應用於玩具、嬰幼兒照護用品、食物包裝材、醫療器材、鞋底、手套、電線電纜、膠皮、膠布、膠管等環保無毒高值應用之領域。



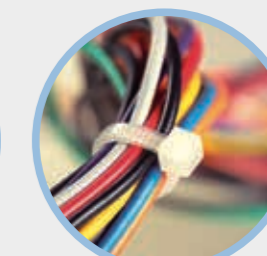
嬰幼兒照護用品



醫療器材



手套



電線電纜



▲左圖：Osmo Action 優越的防水功能。右圖：Osmo Action 配備前後雙彩螢幕。

聯強 引進全方位運動極限相機 上山下海 Osmo Action 留下精彩

文／聯強國際

全球戶外運動及影片拍攝愛好者引頸企盼的機「Osmo Action」，配備前後雙彩色螢幕與完全防水功能，其堅固機身與卓越的影像穩定效能，將成為愛好運動及戶外活動的消費者的最佳夥伴，無論是狂風暴雨、高速瞬間或是水下 36 英尺，均能完整留下精彩實境與終身難忘的分分秒秒。「Osmo Action」由民用無人機及創新影像技術領導者大疆創新（DJI）推出，聯強代理引進，於 6 月中在台上市。

繼 2018 年底推出引發搶購盛況的「Osmo Pocket」之後，DJI 再度推出新的殺手級產品「Osmo Action」，以配備雙螢幕首創運動相機之先河，可滿足前拍、後拍不同角度需求，同時具備 4K 畫質、創新電子增穩技術，提供高畫質影像品質，並以可承受 1.5 米掉落、水下 36 英尺與攝氏零下 10 度拍攝，突破現行手機、相機以及攝影機功能的極限，滿足消費者全方位需求，堪稱新一代智能影像產品的代表作。

聯強國際表示，DJI 以無人機的穩定攝影技術以及智能影像處理為全球消費者稱道，其產品延伸至手持式影像裝置，連續推出「Osmo Pocket」以及「Osmo Action」均叫好又叫座，新推出的「Osmo Action」採用前後雙彩螢幕，依然具備運動相機防水*、防落摔*、防塵、防震以及低溫環境使用等高規格功能，其高性價比優勢，在正式上市之前，就引發玩家級消費者以及影像重度使用者的部落客高度關注。

聯強延續與 DJI 長期的合作夥伴關係，提供完整高科技產品通路以及維修服務，深獲原廠以及消費者信賴，

也獲得 DJI 授權在台代理產品銷售及維修服務提供，此次「Osmo Action」新品上市，聯強將率先引進，預計 6 月中可望在全台聯強經銷通路正式開賣。

「Osmo Action」尺寸 65*41*34mm，重量 124g，電池可拆卸，單機連續錄製 4K/60fps 影片（開啟 RockSteady 增穩功能）可達 63 分鐘。搭載 1/2.3 英寸傳感器，最高可以拍攝 100Mbps 的 4K/60fps 影片及 1200 萬像素照片，捕捉具有驚艷細節的高畫質影像。2.25 英寸後置觸控螢幕具有防水防指痕塗層，1.4 英寸前置彩色螢幕讓自拍更得心應手。前後雙螢幕均採用 750cd/m2 高亮度螢幕，即使在強光下亦可清晰顯示。此外，「Osmo Action」亦支援目前市場上的主流規格配件，讓既有使用運動相機的消費者可以無痛移轉，輕鬆擁抱雙螢幕高性價比新機。G

- * Osmo Action 經測試可承受高達 5 英尺（1.5 米）的掉落。
- * Osmo Action 裸機能於 36 英尺（11 米）的水深下使用，無需防水外殼。
- * Osmo Action 經測試可於 -10°C 環境下拍攝。



電競產業高速成長 聯強營收年增 340%

文／聯強國際

▲聯強 20 日聯合 22 家品牌原廠，盛大舉辦「2019 聯強電競嘉年華」，吸引超過 200 多家經銷商參與。

隨著電競產業高速成長，聯強國際集團全力推動電競產業，深耕各國電競市場，除了聯強台灣成立「聯強電競聯盟」成功帶動商機，聯強印尼舉辦電競經銷商大會獲得廣大迴響，聯強泰國則舉辦全泰大學電競大賽，均成功帶動電競商機，營收成長亦呈現飛速成長。2019 年第一季電競產品營收較 2018 年同期成長 340%，其中電競系統成長達 388%、板卡 1141%、周邊 135%，顯示整體產業需求正處於急遽成長階段。

聯強 6 月 20 日聯合 22 家品牌原廠，盛大舉辦「2019 聯強電競嘉年華」，展示產品從電競系統、板卡、CPU、週邊、VR 到電競椅等商品，吸引超過 200 多家經銷商參與。聯強資訊事業部總經理李建宗指出，今年三大電競趨勢：無線之戰、極度輕薄，以及電競大眾化。隨著 2019 年更多主打無線、極致輕薄的電競新產品持續推出，以及電競產品普及到非電競玩家用戶的趨勢，未來幾年電競商品仍將是呈現高速成長的趨勢。

相對於資訊產品需求穩定，電競產品近年來可謂異軍突起，為市場帶來一股新的需求刺激。由於電競正式成為體育賽事項目之一，職業與業餘賽事活動增加，加上直播節目的聚眾效應，也讓電競相關的品牌及周邊產品，成為消費者關注的焦點。加上電競產品的規格較高、性能更佳，外型設計多具備新潮、高質感等特色，除了電競玩家外，也吸引更多注重品質與效能的高消費族群選購，電競產品的銷售大眾化的趨勢，均有助於市場規模持續成長。G



① 聯強國際表示，電競產品可望帶動資訊產業出現新的換機需求。② 聯強資訊事業部總經理李建宗（圖左）指出，今年三大電競趨勢：無線之戰、極度輕薄，以及電競大眾化。

歡喜閱讀 翻轉人生

內壢國中林祺文校長：科技把圖書館變成下課喜歡去的、有話題的學習中心；慈善教育打造「食物銀行」，愛助清寒學生，安心讀書豐富知識，化憂脫貧…

文／董書芬



“教育對許多人來說，是與家庭脫離貧困的唯一捷徑，憑藉著勤學可以翻轉人生，但是面對科技與全球化的衝擊，貧富落差伴隨而來的是知識落差，正在一點一滴剝奪許多孩子可以靠努力讀書改變一生的機會。

—— 內壢國中 林祺文 校長

拜訪內壢國中林祺文校長前，就聽聞內壢國中是全台灣唯一一所長期設立「食物銀行」的學校，食物銀行內有各種生活物資，每月提供兩次物資領取，寒暑假也不打烊，讓清寒學生求學無後顧之憂，自 2016 年成立至今，已輔助的清寒學生近七百人。

「教育對許多人來說，是與家庭脫離貧困的唯一捷徑，憑藉著勤學可以翻轉人生，但是面對科技與全球化的衝擊，貧富落差伴隨而來的是知識落差，正在一點一滴剝奪許多孩子靠著努力讀書改變一生的機會。」林祺文校長說。

內壢國中因為鄰近中壢工業區，學區有不少藍領家庭，也有新住民家庭，學校成立食物銀行，一開始由老師、家長會捐物資，現在連企業界也響應。學校有許多孩子來自弱勢家庭，家長忙於生計而疏於照顧孩子，連基本的溫飽對部分學生而言都是一件奢侈的事，「對於沒有長期的資源，能幫忙清寒學生好好讀書感到憂心，銀行的概念不只是食物，而是集眾人對孩子的愛，這是一所愛的銀行。」

導入智慧圖書館解決方案 只要 10 秒鐘完成自助借書

林校長深感閱讀對孩子的重要性，在此信念下發展「閱讀教育」列為學校的重點工作，推展各項閱讀計畫，使得每位學生都能喜歡閱讀，在很多的角落都可看到孩子讀書的身影，希望此種特色能在內壢國中永續發展。

「內壢國中是桃園市學生人數最多達 2400 位，為擴大服務機會以智慧圖書館幫助解決，利用自動借還書機、UHF RFID（超高頻無線射



▲左大圖與右上圖：內壢國中導入了艾迪訊建置的智慧圖書館管理系統，學童僅需 10 秒鐘便能使用自動借還書機完成借還書，不但增加效率外，也更方便管理，同時藉由雲端管理得知學童喜好，讓圖書館變得更有入性、閱讀有互動。右下圖：內壢國中的食物銀行以愛心為出發點，寒暑假不打烊。

頻識別)管理圖書，可提升借閱率，我們對於學童借閱的書籍也能一目了然，這套系統不光在圖書館的管理、借閱上使力，還能有於於借閱的推廣。」

如何有助於借閱推廣，讓學童願意走入圖書館呢？林校長表示，藉由雲端管理可以知道學童喜好推薦好書給他，讓圖書館變得更有入性、閱讀有互動，「學校最近購入適合學童閱讀的動漫書籍，先吸引孩子踏入圖書館，找到自己有興趣的書，接著從點、線、面鋪陳、深化，進而研究。」

林校長指出，這套系統能讓孩子為自己的圖書做規畫，老師也可以在借閱過程給予鼓勵、延伸視野、培養閱讀素養、擴大與孩子相互連結，從閱讀歷程回饋回來，還能讓自己知道需要再補強什麼。「從歷屆的會考考題來看，靈活的考題不光只是背誦而已，更多的閱讀理解、分析，需要孩子自己主動學習，圖書館的概念要孩子自己走入閱讀的世界自己學習，假如無法發揮圖書館的功能，就只是淪為藏書、放書的地方。」

內壢國中的藏書逾 4 萬冊，去年由艾迪訊建置導入智慧圖書館管理系統，學童利用下課時間，只要 10 秒鐘就可以使用自動借還書機完成借書；在管理上也減少許多問題，例如透過系統分析清出借閱率低的書籍，上架書籍重新調整，或是透過分析了解待補強的知識舉辦書展，「有了智慧工具，我發現擁擠的現象不再了，孩子可以多出與自己對話學習的機會。」

以有限之力發揮最大效益 食物銀行 寓教於學「食在暖心」

「一般社經背景高者反而更懂得利用圖書館的資源」，林校長話鋒一轉，但是因為有了智慧圖書館管理系統，借還書越來越簡單、越來越便利，讓人越來越親近，變成下課想去的地方，孩子可以分享閱讀心得，製造話題，串起圖書館與生活的連結。

林校長希望將圖書館經營成學習中心，「有知識的人用更有效率的方法做事，我們鼓勵孩子多去了解，像是食物銀行的經營，需要了解銀行的概念、如何管理、如何存取…，做愛心也要有知識與方法。」

跟著校長，來到位於活動中心貴賓室題有「食在暖心」的食物銀行，好像來到便利商店，層架上擺放米、罐頭、調味料、衛生紙、沐浴用品等各種生活物資，入口處還有物業管理用的條碼讀取設備，可以了解那些物品領取重複度最高，也能知曉那些需要補充等。

內壢國中的食物銀行以愛心為出發點，寒暑假不打烊，老師們會一一訪視扣除資源重疊者，篩選出清寒學生，不限低收、也沒有繁縟的審查關卡，每月提供兩次物資(乾貨)，每次領取 20 件，寒暑假也不打烊；若物資太重，就由老師或志工送到家，有些即期物資像食品罐頭，若保存期限接近，就交由中壢人安站服務街友。

「食物銀行是慈善教育的一環，讓孩子懂得關心別人、服務社會；我們給物資也尊嚴，讓領取者自己管理食物銀行包含物架的排放、檢查等，不只是接受救助，是有服務學習的內涵。」就如同林校長所說，如何以有限之力，發揮最大效益，做愛心也要有知識與方法，期望這項極具意義的「食物銀行」得以永續…。G



內壢國中 校長 林祺文

▲有別於一般的通道門設計，加入學校老師的國畫彩繪，讓圖書館多了古色古香的詩意，創意靈感可是來自林祺文校長。

Current Research Information System 智慧圖書館 知識匯百川

打造一流知識服務平台 林福仁創新價值 神通攜手清大連結產學 增加國際能見度

文／董書芬

清華大學新總圖書館於 2013 年落成，為圖書館界因為嘗試各種創新而聞名，包含創新空間設計與設備服務，例如內部空間配置有多項創新設施包含了手機亭、發呆區、各種造型椅子，營造舒適的閱覽空間；在設備服務上有 24 小時不打烊的智慧型自助還書服務，還有 UHF RFID 智慧型圖書管理系統，被稱為可媲美國外一流大學標竿圖書館。



清華大學
服務科學研究所
所長
林福仁

清華大學服務科學研究所所長林福仁教授說：「清華大學擁有全台灣最好的圖書館，雖然不斷獲得各界稱讚，但是對我來說，這麼好的硬體要如何持續在知識服務上提供可能的創新，更是我關注的。」他是當時兼任圖書館館長，成功推動了「活水計畫」，活水計畫包含了「知識匯、學習會、文化薈」用以整合校內外資源建置以資訊科技為基礎的知識服務平台。

說起這個知識匯 (knowledge hub)，「匯」是匯集、轉換與加值的樞紐，知識匯正如其名，匯集清華大學校內研

發成果，而且整合了校內的行政與教學系統，除了能呈現研發能量及成果的影響性，建置研發知識地圖，不僅能提供研發成果輸出及統計數據，在研究過程的不同環節，還能主動提供研究者服務。

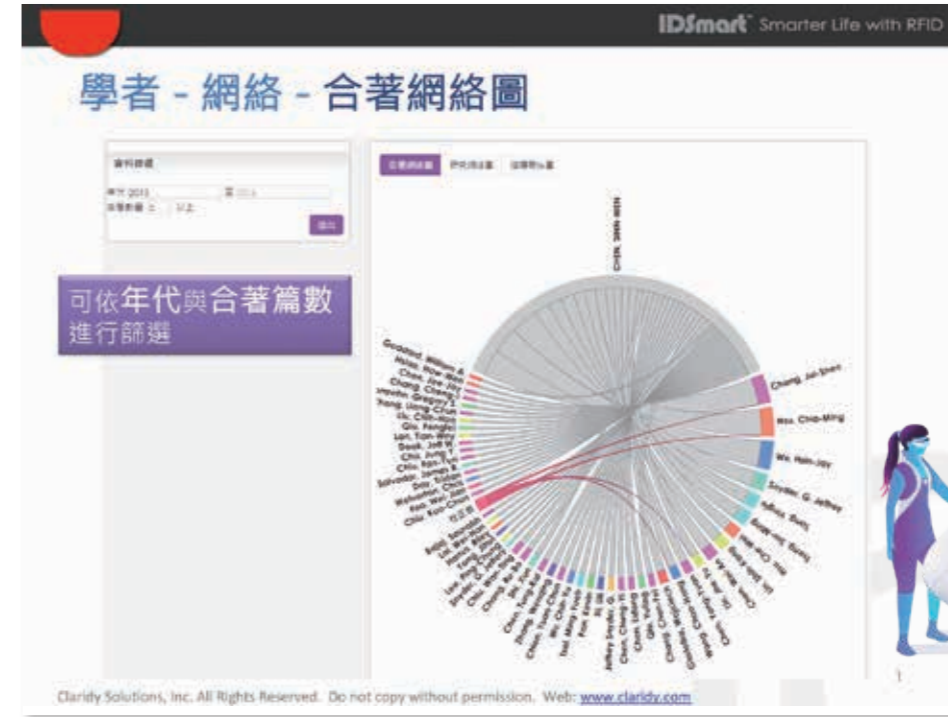
知識匯為清華大學師生的知識管理平台，用以促進知識分享與跨領域合作，以及推動圖書資源的流通運用，展現服務創新的影響力，這正與林福仁教授在知識管理、服務創新的研究主題不謀而合。

繪製知識網絡 揮發研究效能 成為知識創造與學習活水源頭

當前研究信息系統 (Current Research Information System, CRIS) 就是用來存取和傳播科研資訊的工具，內容包括學者、專案、機構、成果 (出版物、專利、產品)，讓對於信息技術感興趣的個人或組織，可對接、交流，例如：

- 學者易於獲取相關科研資訊
- 專案主管易於分析評估科研活動
- 科研委員會可優化科研基金分配
- 企業和技術轉移組織易於獲取創新科技與構想、發掘競爭對手及類似研究
- 媒體和公眾易於獲取資訊、軟體或技術以及能容易闡述研究成果

目前以 EuroCRIS 最為知名，但其重點是在歐洲，而現今台灣也有 CRIS，全台第一套的 CRIS 由清華大學圖書館與神通資訊科技 (原為艾迪訊



◀ 知識匯 (knowledge hub)：學者-網絡-合著網路圖。



科技) 共同開發的「知識匯」。

「清華大學是研究型大學，在全球化的推波助瀾下，如何讓清華大學在世界的學術版圖上被看見？可以透過論文在期刊上發表、參加國際研討會等，這些都屬於一般傳統方法。」林福仁教授表示，圖書館扮演知識創造者的角色，若能將知識產出做個繪製，讓校內師生掌握相關研究的資訊或計畫，就能強化校園跨領域的對話與合作，拓展國際學術網絡，充分運用圖書館之學術資源，成為知識創造與學習的活水源頭。

於是在 2014 年由圖書館統籌，聯合研發處、計通中心規劃，「因為有太多不確定的需求與功能面，不是一個軟體專案時程內能完成，再加上圖書館硬體建設已將經費耗盡，而欲再取得大筆的建設經費得來不易。」2015 年與艾迪訊合作開發，緊接著針對需求訪談、跨單位協調會議等，召開逾 200 場相關的說明會、座談會；2019 年 4 月正式知識匯上線。

整所大學的期刊採購，以及圖書的整理、借閱，所有學生的畢業論文皆送圖書館保存，是整個知識的中心。圖書館的場域是歡迎大家多多進來使用，同樣的在虛擬世界裡要如何吸引人、留住人，就得不斷更新的資訊，知識匯這個平台就營運而生。」

圖書館例行性的開館、採購、編目...，是一個從不間斷且重覆更新的機構，林福仁教授就是在這些例行性的過程中，找到新的例行性，因此知識匯這個平台營運而生。

為什麼需要知識匯？在匯聚的功能上，整合校內眾多系統，提供分析與統計，減省人力之重複投入，另外還有一項非常重要的功能，促進學者之間或產學之間的跨領域研究，因為掌握了研究的最新資訊與研究者，對內易於跨領域合作，對外接軌企業，促成產學合作，有效發揮研究產出之效益。

林福仁教授提到知識匯不只是老師需要跨領域，學生更需要，「清華學生逾 20% 具雙專長，也就是雙修輔系，透過知識匯的知識地圖可以知曉老師發表過的論文或執行的計畫等，建立師生網絡，同理也可以協助跨領域合作，增加老師與企業合作的產學機會，過去都是依靠社群、人脈。」

「我將知識匯定位為是學校知識服務系統」，林福仁教授下了結語，知識服務類型十分廣泛，以清華大學作為示範點，拓展清華之國際學術網絡、連結學術研究與產業與社會需求、成為清華對社會的價值共創者，也期望與神通攜手開發的知識匯，創造彼此的价值。G



產學間跨領域研發合作 整合眾多系統效益加乘

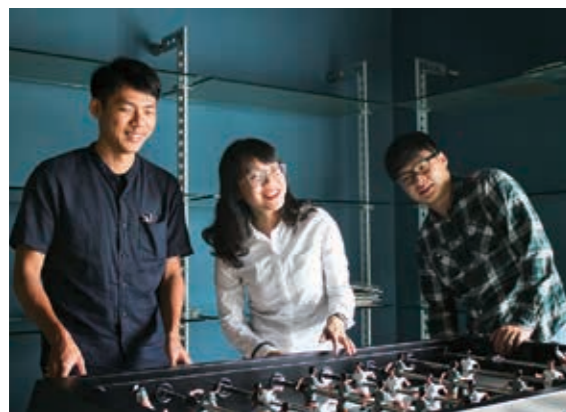
聽到這裡，不免好奇為什麼由圖書館統籌、推動，不是學務處或教務處呢？林福仁教授笑著解釋，「圖書館負責

第十六屆育秀盃獲獎經驗分享 一窺創意軍的金牌堂奧

明志科技大學抱走一金一銅兩優選 兩團隊得獎人 暢談育秀盃參賽心旅

文／董書芬

明志科技大學（以下簡稱明志科大）獲得了第16屆育秀盃創意獎工業設計類的大滿貫，共抱得四個獎項：一金、一銅、兩優選，而且是在同一位老師的指導下，兩組參賽隊伍各以兩件作品獲獎，讓人不免好奇，想一窺究竟是那位伯樂老師，帶領了那些優秀同學……



▲由明志科技大學工業設計系李錫朮老師指導的陳乃瑄、黃雅筠同學（上圖），以「Rip Current Alarm 離岸流警報器」奪得本屆育秀盃工業設計類金獎；而張璋中、胡惠屏、陳致帆（下圖）則是以「Cycling 智慧垃圾車」榮獲銅獎。

依相約的時間來到位於新北市泰山區的明志科大，明志科大是台灣第一所設有工業設計科系（以下簡稱工設）的大專院校，乃於1963年12月創校同時就創設，強調培養動手作之實務能力，在大三整學年度採取專業實務實習制度，讓學生能徹底了解設計產業真正問題與需求，算是在台灣各設計系所裡面最務實的學校。

得獎人大方分享參賽經驗

明志科大工設系學生陳乃瑄、黃雅筠以「Rip Current Alarm 離岸流警報器」奪得金獎，另一作品「SCOB 無人智能海上汲油艇」獲得優選；由胡惠屏、張璋中、陳致帆組成的團隊，以「Cycling 智慧垃圾車」拿下銅獎，以及「Worker Space」獲優選，這兩組團隊共抱走一金、一銅、兩優選，兩團隊的指導老師為李錫朮。

胡惠屏、張璋中、陳致帆以「Cycling 智慧垃圾車」拿下銅獎，團隊分享創意來源，其實正是源自於身邊熟悉的事物，需要進一步改良：學校附近的巷弄多，每天都能看到垃圾車穿梭其中，但卻因街道狀況及動線不良常常造成推擠問題，因此設計了以「模塊化」的車身調整配置，以適合各種街道狀況，並可更換成自動化機械手臂進行清運，與防護蓋互相搭配，讓清運垃圾更安全也更有效率！

「Rip Current Alarm 離岸流警報器」是兩位女孩——陳乃瑄、黃雅筠的作品。提到當初在創作時，因為對海流、環境等相關資訊尚不了解，因此花費非常多時間在閱讀大量資料，深入研究、下足功夫，最後才能設計出可以偵測離岸流即時發出警報，又可同時作為救援工具的該作品。

為了讓競賽可以更上層樓，育秀教育基金會也請同學列舉出競賽的優點：（1）**觀摩學習**：有別於其他競賽，可以一覽其



▲本次受訪的主角——明志科技大學的李錫朮老師（右三），是本屆育秀盃抱回最多獎項團隊的指導老師。李老師表示，明志科大工設系的學生之所以能有如此優異表現，關鍵就在於大三的學生皆需至設計相關建教單位實習一年，才能確保貼近產業界，培養學生具備快速提案完整作品的的能力。

他團隊的創意作品，知己知彼。（2）**互動交流**：在向評審簡報過程中，聽到專家對自己作品的建議，能夠獲得多面向的觀點，且能互動討論，可謂受益良多。

同學另外也提出一些相關看法及建議，希望未來對整體競賽能有更多助益，例如：（1）**優化報名平台**：當團隊有多件作品欲投件時，不需要每件作品都進行註冊，而是以團隊註冊時即可同時繳交多件作品。（2）**提高初賽門檻或複賽改以圖文檔案解說取代影片**：進入複賽後每件作品皆需準備3分鐘的影片，但因初賽的篩選較寬，以致於每件作品都要準備影片，建議能拉高初賽門檻，或是降低複賽繳件門檻。（3）**拉高育秀盃層級**：可先成為華人賽，進而成為國際賽。

伯樂老師：台灣需要科技設計人才

李錫朮老師是這次受訪的主角，他是本屆抱回最多獎項的指導老師，請教了李錫朮老師有何秘訣，可以教出如此優秀的學生，他說明志科大工設系大二的學生都需要到設計相關建教單位，進行一年全時的專業實習，擔任實習設計師的工作，才能如此貼近產業界，培養出學生至少每一季或一個月就能有一個完整作品提案。

「三年前我開始帶專題，學生選修我的課多半因為我曾待過科技產業，我很鼓勵學生參賽，但是在台灣有工設類的科技競賽並不多，反而是文化創意類的競賽大量出現，這也顯示出目前台灣的設計環境是導向文化創意產業。」

李錫朮老師解釋，工設是在創造未來，而時下許多政府或是工協會推動的創客（Maker）技能，強調的是當下立即可實現，這與工設的概念發想，兩者差距甚遠；近年來各種文化創意類競賽如雨後春筍般的冒出，就能發現資訊科技的創新並不被整個大環境重視。「台灣經濟仰賴資訊通訊產業出口，需要科技設計的人才，但是近年來業界與學界中間出現了斷層，這是我觀察到的現象。」

對於育秀盃首次舉辦的產學合作專題，趁這次訪談之餘也藉機向李錫朮老師請益。李老師表示，推廣跨領域合作一直以來都不容易，因為各校或各系所都有各自的節奏，若要進行競賽需要將參賽時程拉長，並分兩階段進行：第一階段是現行工設競賽時程；第二階段可選出合適題目徵選產學合作團隊，屆時會有兩件作品：一件是工設的概念發想，另一件則是依概念延伸而實際實踐的作品。

訪談交流，感謝明志科大師生給予育秀教育基金會建議，基金會將繼續用心經營，希望育秀盃能成為最值得學生參與的競賽。G



金獎哥哥牽小手 慢飛天使作鬆餅 烘焙台灣小麥麵粉 咱糧樂趣滿滿

文 / 育秀教育基金會

第三場「大手牽小手，哥姊帶你做」咱糧烘焙課程，於 5 月 13 日在神岡國小舉辦，由獲得「台灣小麥麵粉『野創盃』麵包烘焙創藝競賽」金獎的兩位大哥哥，弘光科技大學食品科技系學生溫振淙與江進寬，由大學生的雙手牽著國小弟弟妹妹的手，一步一步製作，揉著台灣所生產的小麥麵粉，體驗親手製作烘焙。

第一、二堂課已於 4 月份在台中市上石國小及台南市麻豆國小舉辦，這是由育秀教育基金會與全國教師工會總聯合會（以下稱全教總）攜手推動校園實踐試辦計畫「大手牽小手，哥姊帶你做」活動，媒合第三屆「野創盃」大專組獲獎學生，至同縣市申請全教總咱糧學堂計畫之學校，大專學生首次走入國中、國小校園，教導小學生基本烘焙。

領兩位得獎學生，前往神岡區神岡國小特教班，教導學童製作英式鬆餅。

在開課前神岡國小的查憶華與陳勇吉老師，就悉心的安排活動事宜，為了讓慢飛天使們可以更安全的體驗烘焙課程，特別安排了 8 位老師前來協助（每兩位學童就有一位老師協助），而弘光科技大學的溫振淙、江進寬兩位同學，也特別在前一日就在學校準備好分組操作的材料與器具，讓課程操作可以更順暢。

上課的鐘聲一響起，全班就給予了最熱烈的拍手歡迎聲，神岡國小校長王丕助表示，不論是食農教育或食安問題一直都是大家相當關注的議題，這個活動使用台

ISSUE 01 | British Scones 第三堂課：神岡國小——英式鬆餅

第三堂課由弘光科技大學食科系助理教授楊智偉帶

灣小麥與在地食材製做烘焙，從產地到餐桌非常符合食育的精神，而且又能讓學童自己親手製作，認識食物的種類與美味，讓我們的孩子上了一堂很棒的食農教育課程，小朋友全都樂在其中。

憶華老師要求兩位擔任烘焙老師的溫振淙、江進寬同學，說話速度要慢一點、動作也要慢一點，讓慢飛天使們可以聽得懂、學著做，過程中不斷看見老師們牽起學童的手，一個動作、一個動作地拆解實作，從放入材料、攪拌、壓平到塗上蛋液，最後一盤盤的鬆餅出爐了，教室裡瀰漫著甜甜暖暖的香味，吃著自己親手作的鬆餅，每位天使都露出了最燦爛的笑容。

學生江進寬說，以前都是在台下聽老師講課，現在換了角色自己當老師，從小就很喜歡幫助別人，看著小朋友的笑容自己也很開心，天使班的學生，都很有創意好活潑，走入國小校園內教烘焙，利用自己所學教學童基本的技術，也希望引起他們興趣。

ISSUE 02 | Social Well-being 大學生發揮所學 實踐公益關懷

媒合學校的重要推手，台中市教師職業工會洪維彬理事長表示，引入具有烘焙專長之大專學生到校指導學生進行烘焙課程活動，除了讓參加野創盃創意競賽獲得獎項的肯定發揮專長外，更能實踐大學生公益關懷與服務學習的精神，將所學充份發揮。

此次活動有三大特色：

一、課程講師皆是參與野創盃創意烘焙競賽洗禮，具備烘焙專業知能的大專學生。

二、全程操作的烘焙成品原料，是以台灣本土小麥為材料，與復興國產雜糧的初心吻合，將台灣本土小麥的價值建構完善，並能深入每一個人的日常生活中。

三、「公益、傳承、服務、關懷」是本試辦計畫的核心價值，各團體皆以投入公益為目標，當大專學生經由教育的培育，具有專業的知能後，就要將這份植入心底的價值理念傳承給下一代的孩子，提供服務並關懷周遭所有的人。

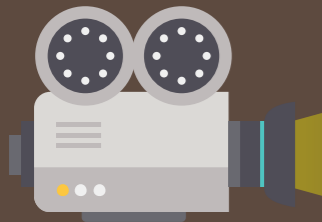
由野創盃中所衍生出的創意課程活動，今年首次試辦的 3 場「大手牽小手，哥姊帶你做」活動已圓滿落幕，讓學童有機會進一步認識台灣小麥麵粉的操作，體驗烘焙，除了感受不一樣的互動，還有更多樣化的學習，寓教於樂，獲得了熱烈迴響。

More Information

野創盃

於 2016 年由喜願行（喜願小麥製作農友團）與聯華實業連袂邀請財團法人中華穀類食品工業技術研究所、全國教師工會總聯合會與財團法人育秀教育基金會，協力辦理台灣小麥麵粉「野創盃」麵包烘焙創藝競賽活動。野創盃的舉辦為貼近台灣農糧發展趨勢，強化教育產業需求職能、構建農食與應用的平台，希冀串聯全台中職與大專院校的教學動能，促發技職體系茁壯，為台灣產業之躍升注入新力。





育秀盃珍貴 典藏永流傳 食育微電影創作與咱糧隨手拍影集賽 收錄至文化部國家文化記憶庫與大眾共享

文／育秀教育基金會

文化部努力推動台灣文化深耕打底工作，於 2018 年啟動「國家文化記憶庫及數位加值應用計畫」，積極把過往國家數位典藏基礎整理開放，更期待活躍的民間力量共同參與，充實在地知識和常民記憶，社團法人中華民國全國教師會（以下簡稱全教會）及全國教師工會總聯合會（以下簡稱全教總）亦參與其中，保存全國教師會及縣市教師會共同努力的能量與記憶，育秀教育基金會有幸在此歷程中，將育秀盃食育微電影創作，以及咱糧隨手拍攝影集大賽等資料列入其中，亦成為食農教育推廣脈絡下重要的參據！

有鑑於全教總長年投入校園咱糧學堂計畫之執著，積極推廣食農教育的核心價值，與育秀教育基金會有共同的價值理念，「微電影類-食育創作組」完全係以參與全教總咱糧學堂師生為拍攝對象，開展出和全教總、喜願共同投入推動校園近土親農之咱糧學堂計畫。期能透過媒合大專學生進行的微電影拍攝，將基層教師參與咱糧學堂、帶領學生共同參與雜糧栽種的辛苦、歡笑與挫折的教學歷程，都能因為微電影媒介的紀錄，為投入食農教育的師生，留下珍貴影像。

全教會與全教總兩會共同協力，目前正進行文化部為保存並再現土地與人民共同記憶所提出之「國家文化記憶庫及數位加值應用計畫」，將積極推動及參與各項公共事務及教育改革工作之內容，以完整的文字、影像紀錄等經專人詮釋呈現，期待能透過參與文化部之研究計畫，將這些寶貴的歷程數位化保存紀錄，進而提供未來文化、教育等相關工作者進行研究紀錄、教育推廣之應用。

育秀教育基金會甚感榮幸！推動教育是百年大計，能深入到校園推動對於學生及所有家庭最有益的食農教育與近土親農教育，是這個時代必需積極為之的重要工程，育秀能與喜願及全教總共同進行微電影食育創作的拍攝及咱糧農情隨手拍攝影大賽的合作案，將持續進行，讓這份對於農業及臺灣土地的關懷之情，能深入臺灣每一個角落、每一個人的心底！



全球食品業最高「品質盾」掛保證 「聯華麵粉」榮獲 SQF Level3 認證

文／聯華實業

聯華實業繼 2018 年獲得 ISO 17025 國際實驗室認證後，今年 6 月 20 日再獲全球公認最高品質認證 SQF Level3 肯定與榮銜！成為全台唯一同時擁有 SQF (Safe Quality Food；食品安全品質標準驗證) 及 ISO 17025 雙認證的麵粉生產公司。

此次通過 SQF Level3 認證，不僅代表聯華對於「食品安全」與「食品品質」的努力不懈與堅持，更是給予消費者最安心的保障，往後每一包麵粉包裝袋上，也將會正式印上有藍色「SQF 品質盾」的標章，為品質掛保證。

聯華實業自 1988 年即開始設置之品管檢驗室，為了提升自主檢驗能力與提供產品安全保障，於 2016 年逐年增購精密分析儀器並增加真菌毒素檢驗項目。目前研發中心設有品質、微生物與食品安全三間實驗室。2017 年與 SGS 專案合作，協助導入實驗室認證規範 ISO/IEC 17025，於 2018 年 7 月通過 ISO 17025 認證，今再獲得 SQF Level3 肯定，也見證了殊屬不易的努力。

SQF 不僅是全球食品安全促進會 (GFSI) 所認可的國際食品安全標準，也是目前國際上公認最嚴謹的驗證體系，涵蓋「食品衛生」、「食品安全」與「食品品質」三大面向的驗證系統，不僅重視「製造流程」、更在乎「產品品質」，受到美、澳、日、韓等先進國家廣泛使用，有將近 75% 國

際知名連鎖品牌及通路商，包括沃爾瑪、麥當勞、7-11、好市多 Costco、家樂福 Carrefour 等企業採納。

欣喜通過 SQF 的嚴格認證，獲得世界級的肯定，聯華總經理景虎士表示：「麵粉雖然是烘焙食品最基礎的原料，但為了讓消費安心買、放心吃，聯華實業除了硬體設備與生產製程的全面提升外，經常邀請專家到廠專業指導，所有員工也都經過食安課程的嚴格訓練，歷經反覆驗證不斷修正，突破重重困難，終於符合 SQF 的嚴格標準，將聯華麵粉推向國際，接軌全球市場。」

聯華實業是國內規模最大、產量最高的老字號麵粉廠，深耕麵粉產業多年，除擁有 ISO22000、HACCP、TQF 及 HALAL 等國內外四大食品安全認證外，在不斷突破自我的要求下，自 2018 年起陸續獲得 ISO 17025 實驗室認證及 SQF Level3 鑽石級標章的肯定；旗下包含「水手牌」、「駱駝牌」、「蘿蔔牌」等知名品牌，品質穩定備受業界推崇與青睞。

面對所有信任聯華麵粉、使用聯華麵粉的龐大供應鏈，聯華實業表示，提升食品安全當作「使命」，一步一腳印不斷前進、不斷向上，是對一路陪伴與支持走過 67 年來的客戶們最有價值的回饋！



Safe Quality Food Certification 聯華實業 麵粉生產線 國際雙認證 增光添彩 食安保全 國內拔得頭籌領先群倫

文 / 聯華實業品保處 顏士峰

聯華實業為了實現對消費者安全、安心的承諾，產品除了通過 ISO 22000、HACCP、TQF 及 HALAL 等國內、外食品安全管理認證外，我們認為應更精進與提升產品品質及產品安全性，達到提供給客戶端最高品質與安心的產品，除增進與顧客間的信賴度並與國際食品安全管理接軌，因而開始導入通過全球食品安全促進會（Global Food Safety Initiative, GFSI）認可之 SQF 食品安全品質標準認證。

GFSI 於 2000 年成立，替不同國家和產業的食品安全計畫訂立認證標準，GFSI 制定的標準代表一個統一的規範，其規範之標準超過任何國家和區域管控機構（諸如美國農業部、歐盟執委會等），所設立的規範條例。目前 7 個世界最大的零售商和品牌化的食品製造商，包括美國 Wal-Mart 和英國 TESCO 等，都要求其供應商符合 GFSI 的認可標準。

▲ 聯華實業於今年 6 月 20 日榮獲全球公認最高品質認證 SQF Level3 肯定與榮銜，圖為總經理景虎士（左三）代表出席「SQF 驗證廠商授證儀式」。

Safe Quality Food (SQF) 是由 GFSI 所認可的國際食品安全標準，乃是目前國際上公認最嚴謹、最具公信力，也是整合性最強的驗證系統，涵蓋衛生、安全、品質三大面向，不僅重視「製造流程」、更在乎「產品品質」並加入客戶端對產品使用影響品質之「風險管控」的概念，控管造成品質危害點使產品品質更為穩定。

通過 SQF 最高等級認證的產品，可在產品上貼上代表食品安全及品質的「SQF 品質盾」，「品質盾」代表著聯華麵粉食品安全及品質擁有無堅不摧的盾牌保護，也是聯華為了讓消費者「買的安心、用的放心」的承諾。

一、導入 SQF 食品安全及品質系統過程

我們與知易科技顧問有限公司共同規劃 SQF8.0 版認證專案導入，除了認證「麵粉品項」外，並將米穀粉、全粒粉一同納入 SQF 認證申請的品項。

(1) 紮實的人員教育訓練課程：邀請知易公司辛顧問針對工廠的食品安全小組成員，進行 SQF 一系列條文講解，「執行與維護 SQF 食品安全規範」、「食品生產的 SQF 食品安全規範」、「模組 11：食品加工的良好製造作業規範」及「SQF 品質規範」；維持品質系統有效性運作的「內部品質稽核」；國際上食品安全的趨勢「食品防護」與「食品攙偽」等，期間共進行了多場扎實的教育訓練，使員工對 SQF 規範打下穩固的基礎。

(2) 循序漸進的修改與整併 ISO 22000 系統：確認條文所要求的精神後，與現行實施的 ISO 22000 系統進行整合，經過一次次開會討論，修改為符合現況的程序文件，並落實說、寫、做的一致性，最後再對食品安全管制系統程序做全面性內部稽核，透過不同部門間之交互稽核，找出未發現之盲點，再透過修正改善，使整個管理系統更為完善。

(3) 實地確認廠區與環境設備：確認工廠所在位置、廠區內、外環境、硬體設施及設備、人流與物流動線規劃是否符合 SQF 條文之規範，並確認操作危害管制點 (CCP) 的人員教育訓練符合相關的程序要求。

(4) 模擬正式評鑑稽核：導入過程中，輔導公司辛顧問針對公司的硬體之廠房設施、加工、製造、貯存、運送等，以及有關軟體之品保制度、書面資料等進行初步的檢查，針對不符

圖片說明：

① 聯華實業總經理景虎士（中）代表出席「SQF 驗證廠商授證儀式」。② 聯華實業富岡廠廠長吳漢民接受現場媒體採訪。③ 管制區實體隔間。④ 新增進入管制區洗手消毒。⑤ SQF 導入教育訓練。



合 SQF 食品安全與品質要求的部分，進行討論與提出改善建議與措施，歷經多次的跨部門與外部相關單位溝通、協調與整合後，在正式評鑑之前，協助我們模擬一次現場的實際稽核狀況、增加稽核的實戰經驗，同時再進行一次完整的確認。

二、2019 年聯華實業富岡工廠認證申請以及通過

聯華實業富岡工廠，經歷了 16 個月的努力，積極學習 SQF 條文與規範，指派之 SQF 從業者取得危害分析及重要管制點 (HACCP) 訓練及統計製程管制 (SPC) 訓練，開始整合食品安全系統文件，工廠環境及各項硬、軟體的改善，終於在 2018 年 10 月完成 SQF 系統文件的整合與修訂。

在 2018 年 11 月，向驗證機構食品工業發展研究所 (FIRDI) 提出 SQF 認證申請，經書面審查後，於 2019 年 4 月安排稽核委員，到聯華實業富岡工廠進行實地評鑑，我們以積極態度，在最短的時間內完成不符合項目之檢討與改善並迅速回覆驗證機構，且不斷與 FIRDI 稽核委員密切聯繫確認進度。驗證機構 FIRDI 於 6 月完成認證決定，並於 2018 年 6 月 20 日參加驗證機構 FIRDI 所舉辦的 SQF 授證典禮！

聯華實業秉持著「誠、樸、勤、慎」的企業文化之



駱駝般的精神，通過國際性的最高等級認證，將於 2018 年 9 月起聯華實業所販售的小包裝麵粉，放上 SQF 所授予的最高品質的品質盾標章，這代表著聯華實業所生產的麵粉產品符合國際食品安全品質認證的水準。

三、一步一腳印接軌國際

2019 年 6 月 20 日由食品安全及品質協會國際組織 (Safety Quality Food Institute, SQFI) 澳洲暨亞太區代表 Bill McBride 授予聯華實業富岡工廠 SQF 證書時，聯華實業全體同仁都非常高興及感動，要感謝的人非常多，尤其感謝景虎士總經理、吳漢民廠長、研發中心范鋼全資深經理及各部門主管的支持與推動，讓走過一甲子的老麵粉廠能榮獲國際 SQF 最高等級的肯定。

回想這 16 個月來，從開始評估認證系統，到評選輔導認證公司一步一腳印走來，歷經了更衣 (防護衣) 及換鞋制度的改變、強化食品防護的措施、新增食品偽偽的風險評估、廠區設施的更新，使老舊的工廠注入了新的活力蛻變了新的面貌。這些種種的經歷過程包含員工的教育訓練、產品品質的監控、內部稽核的分析改善等讓我們團隊成長也收穫很多，一點一滴的累積都是我們非常寶貴的經驗，最後感恩公司全體同仁一起的努力及付出。

在繁重的工作之外，能逐步整合 ISO 22000 及 SQF 系統，說真的那感覺很神奇，很幸運能有這機會為聯華創造佳績，面對傳統工廠在硬體上需克服的各項難題，但憑藉著一股熱情及團隊的努力，用心的尋找更好的解決方案，我相信聯華實業會越來越好，取得認證只是個開始，日後系統的維護與持續改善更是重要，大家辛苦了，我們會繼續用心努力！



◀ 聯華實業水手牌粉絲同樂會於 6 月 14 日在台北職能發展學院舉辦，邀請粉絲朋友一起學習烘焙新知、交換資訊。



Fan Meeting 常溫旅行蛋糕 溫暖傳食情 水手牌粉絲同樂會 熱情滾滾

文 / 董書芬 蛋糕照片提供 / 日日幸福出版社

歡慶水手牌上市 13 周年，今年的粉絲同樂會隆重邀請到法式甜點大師潘楚岷，解析近年來伴手禮市場最夯的「常溫旅行蛋糕」，6 月 14 日在台北職能發展學院舉辦，邀請粉絲朋友一起學習烘焙新知、交換資訊。

「在座有很多粉絲跟隨潘老師到天涯海角，今天一定超級興奮，潘老師帶來 3 款旅行蛋糕，除了可以學習到職人級的美味祕方，還有人帶新書來請潘老師簽名。」主持人一開場就介紹在座的超強粉絲。

潘楚岷老師雖在業界以常溫旅行蛋糕享負盛名，卻仍持續鑽研國外最新的糕點技術、裝飾技巧與材料的使用，因此每每開設課程，必定造成轟動。本次水手牌粉絲同樂會甫一開放報名，便吸引眾多粉絲報名參加，由於報名人數逾 400 位已超過名額，還得透過抽籤方式抽出幸運兒才能參加。

所謂的旅行蛋糕，想當然是給長途旅行的旅人，除了水份補給外還需要隨身攜帶糖份口糧，早期法國人就會攜帶旅行蛋糕，而旅行蛋糕會需具備有便攜帶、適於常溫，還能放上幾天不易變質的特

性，為符合這些特性，馬上聯想到是磅蛋糕 (糖、油、蛋、粉各一磅)，當初確實是這樣的製程，但經過時間的洗禮，旅行蛋糕已進化讓現代人更能接受的訴求，軟、嫩、濕潤的配方，再加上時空轉變以及日

新月異的巧手裝飾後，變身為華麗時尚的潮流。

聯華實業身為國內麵粉市場龍頭，為提供優質的麵粉，採「專線專磨」方式，使高中低筋麵粉各有專門的生產製程，並針對各種各麥量身調整訂製專業設備，能提供品質穩定及適用性佳的專業麵粉，所使用的小麥來自美國，為此，美國小麥協會亞太區副總裁寇傑，也來到現場為美國小麥掛保證：「美國小麥協會主要在促進與海外市場密切配合，在台灣與聯華實業合作最長久、最好夥伴，不管研發、品管都相當傑出。」

最令粉絲期待的就是有大師現場教學及解惑，潘老師精選 3 款華麗的常溫蛋糕：媽紅旅行蛋糕、巧克力金桔達瓦茲蛋糕、糖磁心太軟蛋糕，在完整每個步驟示範下，粉絲們有的錄影，有的拍照，有的動作筆記...，就是要了解所有細微奧妙的製作技巧。

旅行蛋糕也被稱為「假期蛋糕」，提前做好在假日與親友分享，相信粉絲同樂會後，更多人想親手做蛋糕，傳遞溫暖、享受美好食光。





義大利麵創意擺盤 享吃享新意 聯華「小小創義家」孩童樂開懷

文／聯華實業 鍾佩君

「小小創義家」義大利麵創意擺盤活動，首發場於5月22日由聯華實業邀請義米蘭淡海店一同舉辦，認識義大利麵並以麵條做創意擺盤的活動，邀請家長帶著3~9歲的小朋友一起體驗義大利麵的原料與製程，並運用螺絲麵、貝殼麵以及簡單食材巧拼成可愛的萌萌獅與捲捲羊義大利麵拼盤，獲得家長與小朋友們的一致肯定。



聯華實業除了主業麵粉外，在義大利麵市場長期也擁有極高市佔率，旗下擁有許多知名義大利麵品牌以因應多元市場需求——「坎佩尼亞」是以在台灣生產出義大利的品質與口感為目標；常春藤則以追求最高CP值的平價餐廳最為普及；而QQ PATSA的包裝顏色鮮明、Q娃可愛亮眼在量販通路上相當受到親子市場的歡迎。本次活動要針對消費者來推廣製作義大利麵上的用心，包括原料來源與成品的自主檢驗，讓消費者能更加認識聯華實業義大利麵。

一同舉辦活動的義米蘭餐廳表示，活動內容相當有意義，足以讓消費者明白餐廳業者在把關食材的用心。義米蘭餐廳的營業項目提供Pizza、義大利麵以及排餐等，其中Pizza與炸物都是吃到飽消費模式，在客單價約\$300左右即可吃到飽，相當經濟實惠！然而選用的食材卻不馬虎，光是

義大利麵即選購聯華實業中品質媲美義大利在地生產的「坎佩尼亞」，目的就是要讓消費者吃到最好的品質。家長們參加活動後也給予一致好評，認為活動不但有吃有玩，還有QQ PASTA跟QQ圍裙可以拿，體驗內容豐富有趣而伴手禮澎湃大方，紛紛表示期待能盡快舉辦下一場好讓媽媽們能邀請好朋友一同參加。

「小小創義家」義大利麵創意擺盤活動，今年將預計舉辦3~5場，聯華實業將邀請全台知名餐廳聯名舉辦一起共襄盛舉，若有興趣參與本活動的家長，歡迎在「坎佩尼亞粉絲團」按讚進行關注。G

More Information

坎佩尼亞官方臉書粉絲團

掃描右方官方臉書粉絲團 QR code，以便獲取相關活動訊息



台灣味麵包 濃濃在地情 聯華新高山小麥風味粉 推新食譜

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，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！

聯華實業自2011年起支持農友們進行復育及製作，直至2012年終於完成台灣第一個有機小麥研磨認證，孕育出台灣有機全麥粉。

台灣小麥製作採「友善環境」種植，以「保證4不」——不捕（毒）鳥、不使用除草劑、不使用農藥及不使用化學肥料的方式孕育，再加上聯華實業以淬鍊一甲子的製粉技術與全方位嚴格把關，特別打造的專屬品牌「新高山麵粉系列」寓意如同第一高玉山一樣，喚醒大家對於台灣農產的重視，一同開創台灣小麥麵粉新局面。

聯華實業支持在地農產，持續推廣「新高山麵粉系列」，將陸續推出台灣小麥簡易烘焙食譜，在掌訊上介紹，讓更多人輕鬆上手。G

RECIPES

新高山台灣小麥麵粉系列食譜



Cheese Sticks 台灣小麥乳酪棒



〈食材〉

中種麵團

- 新高山台灣小麥粉..... (30%) 300g
- 水..... (20%) 200g
- 乾酵母..... (0.3%) 3g
- 鹽..... (0.2%) 2g

主麵團

- 新高山台灣小麥粉..... (70%) 700g
- 奶粉..... (5%) 50g
- 細砂糖..... (8%) 80g
- 鹽..... (1.3%) 13g
- 乾酵母..... (1%) 10g
- 水..... (28%) 280g
- 雞蛋..... (5%) 50g
- 乳酪粉..... (10%) 100g
- 黑芝麻粒..... (5%) 50g
- 奶油..... (10%) 100g

裝飾

- 小乳酪丁..... 300g
- 黑芝麻粒..... 30g

〈作法〉

- ① 中種麵團：乾酵母先溶於水中，加入新高山台灣小麥粉及鹽拌成團，置室溫50分鐘移到冷藏一晚。
- ② 主麵團：中種麵團和主麵團材料拌成團加入奶油後攪拌至捲起成團即可；攪拌好麵團溫度25°C，放進冷藏30分鐘。
- ③ 用壓麵機反覆壓麵至麵團光滑為原則。
- ④ 麵團整成寬15公分厚度1.5公分（長度不限），再進冰箱冷藏20分鐘。
- ⑤ 切出寬度2公分，兩頭左右搓一下成麻花狀，最後發酵50分鐘。
- ⑥ 刷全蛋液撒上小乳酪丁和黑芝麻粒，進爐烤焙。
- ⑦ 烤焙條件：上火180°C、下火160°C，烤焙20分鐘。



認識薏苡作物 與分辨真假薏仁

文／台灣大學食品科技研究所名譽教授 江文章



認識薏苡作物

薏苡 (Coix lacryma-jobi L.) 屬禾本科 (Gramineae) 一年生或多年生草本植物，英文名為 Coix、Adlay 或 Job's tears，別名有：解蠱、起實、薏珠子、回回米、苡米、草珠兒、鳩麥等，1987 年在長江下游的河姆渡遺址中發現有薏仁的遺存，顯示早在六、七千年前在中國的新石器時代就已有薏苡種植。

薏苡品種分為栽培種與野生種等兩種，栽培種又分為糯性的 Mayuen 種與非糯性的 Major 種。一般而言，泰國、寮國種植的薏苡屬 Major 種，籽實較大；而日本、台灣的薏苡屬 Mayuen 種，籽實較小。野生種薏苡又稱「川穀」，主要生長在河邊沼澤地，其種實的外殼甚硬且種仁極少，一般很少食用或藥用，主要供做念珠或民間藝術品 (圖一)。

從薏苡籽實到精白薏仁，加工過程大公開！

當薏苡植株成熟時，薏苡籽實 (Adlay Seed) 的外殼顏色依品種不同，會呈現光亮黑色、赤褐色、黃褐色、甚至白色。將薏苡籽實去除薏苡殼 (Adlay Hull)、薏苡種皮 (Adlay Testa) 後，可得到糙薏仁 (Dehulled Adlay)，若再進一步去掉薏苡麩皮 (Adlay Bran)，則得到一般民眾較常選購的精白薏仁 (Polished Adlay)，整理如 (圖二)。

其中，糙薏仁的顏色偏橘紅色，故也俗稱紅薏仁。時常有民眾誤以為紅薏仁是特殊品種的薏仁，紅薏仁其實指的是未去掉麩皮、顏色介於黃褐色到深紅色的糙薏仁，也是營養價值較高、膳食纖維較豐富的部分。

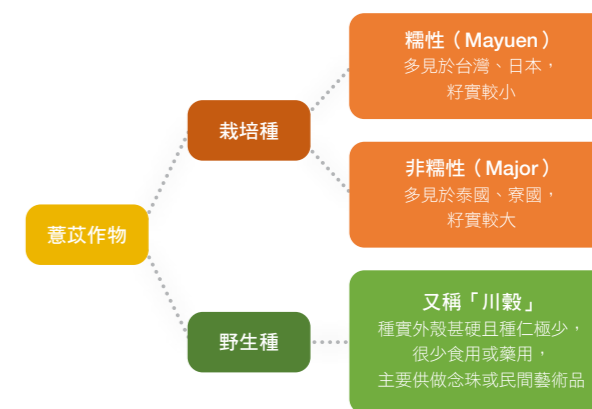
在台灣和中國，通常將薏苡籽實脫殼後的種仁部分

稱為薏仁、薏米、薏仁米、苡仁、米仁或薏苡仁等。中藥「薏苡仁」的漢語拼音是 yi yi ren；英文名是 Coix seed 或 Seed of Job's tears；拉丁文是 Semen Coicis；日本文則有兩種分類：當食品用時，稱為鳩麥 (ハトムギ)；當藥用品時，則為薏苡仁 (ヨクイニン)。

薏仁保健功效多 教你怎麼選怎麼吃

與其他穀物相比，薏仁擁有較豐富的蛋白質與脂質，也富含礦物質與維生素，在《神農本草經》中被列為上品，屬於既是食品也是中藥材的品項，素有「世界禾本科植物之王」的美稱。根據傳統醫藥典籍及國內外學術研究發現，可歸納出薏仁具有健脾益胃、除濕利尿、改善腸胃道功能、消炎消腫、免疫調節、改善代謝症候群、調節荷爾蒙、抑制腫瘤及美白等多種保健功能 (視個人

圖一、薏苡作物品種介紹

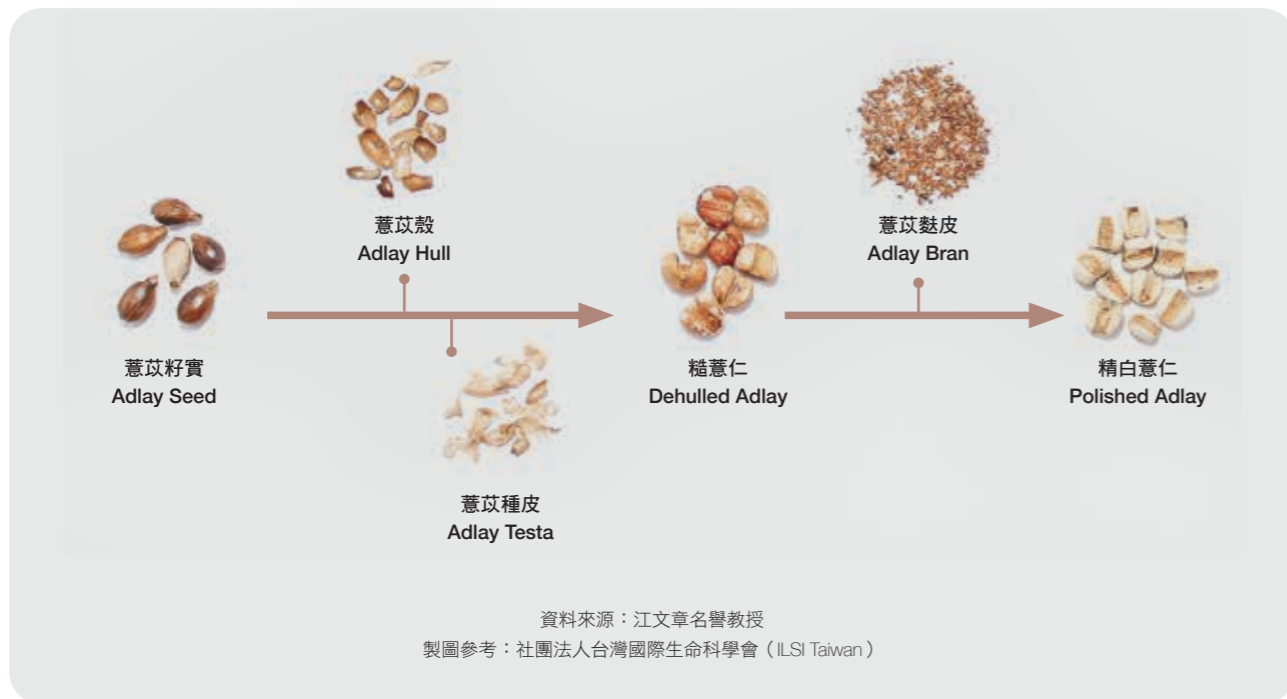


資料來源：江文章名譽教授

製圖參考：社團法人台灣國際生命科學會 (ILSI Taiwan)

薏仁又稱薏米、薏仁米，市面上常見的有紅薏仁、精白薏仁、大薏仁、小薏仁、薏仁、珍珠薏仁等，可說是種類繁多，其顏色、形狀和大小也都不太一樣。你能正確分辨出真薏仁和假薏仁，以及台灣本土產和國外進口的薏仁嗎？本期專欄邀請有「台灣保健食品之父」榮譽的台灣大學食品科技研究所江文章名譽教授撰文，帶你一起認識薏苡作物，並學習如何分辨真假薏仁！

圖二、從薏苡籽實到精白薏仁的加工過程



攝取薏仁

薏仁的調理方式除了炊飯和煮粥外，亦可搭配其他食材料理。攝取薏仁時，適量即可，一天乾重約 30 至 100 公克，而且需要搭配其他對健康有益的食物，做到吃對食物、營養均衡的原則，即可達到吃薏仁保健的最大功效。

體質而有不同的效果)。

就是因為薏仁具有這麼多樣化的保健功能，在市場上備受消費者喜愛，各式各樣的加工產品也應運而生。整理目前國內外的薏仁相關加工產品，大致可分成以下十類：

1. **顆粒類**：紅薏仁粒、精白薏仁粒、發芽薏仁粒、碎薏仁粒等。
2. **粉狀類**：紅薏仁粉、精白薏仁粉、薏仁青汁粉等。
3. **薏仁飯、粥、湯類**：八寶粥、綠豆薏仁粥/湯、薏仁露等。
4. **茶水飲料類**：薏仁胚芽茶、含薏仁茶飲料、薏仁水、薏仁薑茶等。
5. **烘焙點心類**：薏仁麵條、薏仁麵包、薏仁雪花片、糙米薏仁酥等。
6. **發酵、酒與調味料類**：薏仁酒、薏仁醬油、薏仁味噌、薏仁醋等。

7. **保健食品類**：五穀飯、薏仁豆奶、薏仁糙米漿、紅薏仁飲、薏苡酯膠囊、薏仁萃取物等。

8. **美容化妝品類**：薏仁香皂、薏仁面膜、薏仁化妝水等。

9. **中藥材、藥品類**：薏苡仁粉末、薏苡仁油注射液等。

10. **其他**：泡澡藥包、動物飼料、生物有機肥料等。

市售薏仁產品有這麼多，該如何選購安心的薏仁與相關加工產品呢？由於不同的品種、生產地區與加工條件皆會影響薏仁的功效，建議購買薏仁粒時，以新鮮、無油耗味的國產品為佳，也不要一次購買太多，且應密封冷藏保存；選購加工製品時，建議選購經科學實驗證明有保健效果的產品。

薏仁的調理方式除了炊飯和煮粥外，亦可搭配其他食材料理。攝取薏仁時，適量即可，一天乾重約 30 至 100 公克，而且需要搭配其他對健康有益的食物，做到吃對食物、營養均衡的原則，即可達到吃薏仁保健的最大功效。

如何分辨真薏仁、假薏仁、台灣本土產薏仁？

簡單來說，稱為糙薏仁、紅薏仁、精白薏仁與大薏仁的都是真的薏仁；而從歐洲和澳洲等地進口，以小薏仁、洋薏仁和珍珠薏仁為名的則是假的薏仁，它們其實是精製大麥，其顆粒較小呈橢圓形，且腹溝極淺近乎


線狀。

市售的薏仁中，僅少部分是台灣本土產，絕大部分是從寮國、泰國和越南等東南亞地區進口。台灣本土產的薏仁都屬於糙薏仁（即俗稱的紅薏仁），特色為顆粒較小、麩皮顏色較紅有光澤，且腹溝較窄較深；而進口的糙薏仁，其特徵為顆粒較大、麩皮顏色從偏黃褐色至紅棕色都有，且腹溝較寬較淺。此外，從越南進口的有些糙薏仁，其麩皮顏色偏紅棕色，與台灣本土產很難區別。而市售精白薏仁和大薏仁的特色則為顆粒較大、顏色較白且腹溝較寬較淺。

是薏仁還是大麥？標示不實將受罰！

為了讓消費者看清楚標示，正確選購薏仁，衛生福利部食品藥物管理署規範食品業者自 2017 年 1 月 1 日起，

在製造的大麥產品外包裝上不得僅標示「小薏仁」、「洋薏仁」或「珍珠薏仁」等商品名稱，應並列實際所含原料標示，例如：「大麥（小薏仁）」、「大麥（洋薏仁）」或「大麥（珍珠薏仁）」等，且內容物應如實標示為大麥，避免造成消費者誤解。

此外，如果食品的原料包含大麥，則內容物亦應如實標示為大麥，不得僅標示大麥的俗名。若業者未依規定標示，涉標示不實，依食品安全衛生管理法可處新臺幣 4 萬至 400 萬元罰鍰，相關食品業者應正確標示，以免受罰！ (本文轉載自烘焙工業第 205 期)



Profile
江文章 名譽教授

日本東京大學農業碩士、博士，現任臺灣大學食品科技研究所名譽教授、台灣穀物產業發展協會理事長。江教授有「台灣保健食品之父」的榮譽，畢生致力於食物預防醫學的研究與開發，研究專長為保健食品科技、穀類雜糧加工、食品擠壓技術等。

喜琵琶櫻花蝦鬆勇奪銀質獎 喜琵琶滴雞精榮獲專業肯定 銀髮友善食品獎 健康食彩添光環

文 / 健康食彩 李貞惠

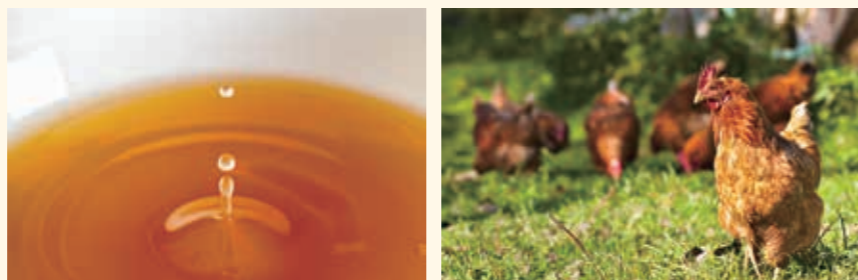


銀髮友善食品評選係食品工業發展研究所執行農委會計畫所舉辦的活動，鼓勵食品業者使用優質台灣在地特色農產食材，輔以加工加值轉化產品型態，在營養、風味、口感、機能訴求、質地及使用便利性等方面，提供銀髮長者更友善的飲食選擇。

繼上屆 Cepis 有機營養黑寶黑米芝麻飲榮獲 2018 年銀髮友善食品金饌獎最高肯定後，本屆健康食彩再度提報優質商品參與評選。今年共有 63 家廠商報名、總計有 160 項產品參選，不論是廠家數與產品數皆較去年倍增，產品種類及廠家屬性範圍亦擴大許多，顯見國內銀髮飲食商機日益受到重視。經激烈初選及嚴謹的決選後，由健康食彩提報、駱駝鈴生機出品的「喜琵琶滴雞精」與「喜琵琶櫻花蝦鬆」，除了獲選 2019 年銀髮友善食品獎之外，櫻花蝦鬆更於特別獎評選中脫穎而出、獲得「銀質獎」此一殊榮。

喜琵琶滴雞精是健康食彩熱銷排行榜中的明星商品，食材嚴選 13 週大、正值青壯年期之足齡健康土雞，經高溫高壓淬蒸、只取第一道原汁，全程無添加水及人工添加物，保留全雞精華。由於原料好、製程佳，滴雞精自然香醇無腥味，口味接受度高、營養價值更是滿分。除了做為銀髮族營養補充聖品，也相當適合全家大小一起飲用，不論是病後調理、日常保健，更有助於增強體力、滋補養身、養顏美容、調整體質，可說是送禮自用兩相宜。

另外，喜琵琶櫻花蝦鬆則是健康食彩於 2018 年 10 月精心推出的新創商品，



原料選用正台灣東港櫻花蝦，經先進熟單凍技術及真空低溫烘焙，不但保持櫻花蝦原貌，還能入口即化不扎唇舌、營養好吸收，色香味俱全，是老少咸宜的補鈣來源。本品甫一推出上市不到半年廣受好評，此次還雙料獲獎、更可說是對健康食彩投入產品創新所做努力的最高肯定。

主辦單位於 6 月台北國際食品展現場分別舉行試吃體驗活動及特別獎頒獎典禮，在食品展試吃體驗活動現場，透過健康食彩工作人員生動又詳盡的解說，試吃民眾皆對喜琵琶滴雞精與櫻花蝦鬆美好的風味感到相當滿意、欲罷不能，更對健康食彩堅持提供優質商品的努力與堅持，給予高度肯定與支持，紛紛加入粉絲團及 Line@ 好友、期待接收更多第一手的健康資訊。

特別獎頒獎典禮上由農委會畜牧處王忠恕副處長蒞臨現場頒獎，農委會會中也特別提及，臺灣現已進入高齡社會，滿足高齡長者飲食生活之新產品及新服務已成為重要商機，尤其臺灣優勢生產多樣化且新鮮優質的農畜水產品，透過專業食品科技加值，不僅能擴大在地食材應用範疇，更為長者增加飲食多元性及選擇性，協助我國高齡社會健康發展。

為守護大家健康不遺餘力，並以專業嚴選、誠信實在提供消費者各類安心好物，一直是健康食彩不變的行動方針，本次喜琵琶商品共獲得銀髮友善食品三個獎項，就是最好的肯定與證明。健康食彩今後也會持續秉持友善環境、食安把關、人文關懷的三大核心價值，致力提供安心舒適便利的購物環境、打造選擇豐富的社區精緻超市，成為消費者健康生活的好鄰居。G



健康食彩歡慶得獎

限時優惠 7/20^六 - 9/12^四

<h4 style="color: green;">2019年銀髮友善食品獎</h4> <p>喜琵琶滴雞精 (60ml x 10入/盒)</p> <p>特價2盒2,880元 贈食彩保冷袋乙個</p>	<h4 style="color: green;">2018年銀髮友善食品金饌獎</h4> <p>Cepis有機營養黑寶 黑米芝麻飲(30g x 21入/盒)</p> <p>特價2盒790元 贈精美提袋乙個</p>
---	---

同場
健康
再加碼



FOOD PAINTING

育秀著色比賽 得獎作品驚艷 學童彩繪食農 童心童趣精彩

文 / 健康食彩 李貞蕙

隨著黃金有機時代來臨，我國首部有機農業專法「有機農業促進法」已於今年 5 月 30 日正式實施，行政院農委會主委陳吉仲公開表示，學校午餐力行「四章一Q」，鼓勵讓孩子吃有機菜，現階段已在新北市、桃園市、宜花東等地，施行每周至少一餐有機餐，未來可期其他縣市陸續跟進，顯見政府推廣有機及食農教育的決心。

近年來除了持續推廣科技教育發展，更全面擴大對環保與公益支持的育秀教育基金會，也同樣地提倡食農及環保教育應從小扎根，希望透過多元面向回饋給社會，達到「取之於社會、用之於社會」的目的。近期更以「Food painting」為題製作食材繪本，使幼兒園至國小三年級的學童透過著色比賽方式，讓食育學習變成一件有趣的事，增添孩子們生活中的色彩。

本次活動分為幼兒園組（幼幼班~大班）及國小組（一~三年級），自 2 月 25 日開始受理報名，至 3 月 31 日截止收件，各組分別選出優等 3 名及佳作 18 名。聯華集團中的健康食彩、歐奇也一起共襄盛舉，協助發送著色繪本及受理比賽圖稿文件。

活動迴響熱烈、廣受好評，陸續收到許多極富創意的著色作品，也著

實讓驚艷的評審們難以評優。幾經嚴謹審核後，得獎作品已於 4

月底公布，並透過健康食彩及歐奇門市頒發精美禮盒與榮譽獎狀給獲獎小朋友們。

每位得獎的孩子都滿心歡喜，其中有一位小小得獎者牽著姐姐的手羞澀地到門市準備領獎，姐姐悄聲的分享：「這是我妹妹第一次比賽得獎喔！」。看見屬於自己的獎狀，小小的臉蛋頓時佈滿雀躍與激動，藏不住的笑意感染了店裡的每一分角落。看到孩子們領獎時笑逐顏開，深覺活動價值與意義深遠，教育不僅傳遞知識、更培養孩童的自信，主辦單位倍感欣慰，培育國家未來的主人翁，不分你我、需要更多人一起努力。G

More Information

四章一Q

是指 CAS 台灣有機農產品、產銷履歷農產品 (TAP)、CAS 台灣優良農產品、吉園圃安全蔬果等四種標章及台灣農產品生產追溯的 QR Code。



PROBIOTICS

益生菌 你吃對了嗎？ 顏帝亞全方位益生菌 活化腸道捍衛保健康

文 / 健康食彩

現代人生活型態改變，三餐不但無法定時定量，外食比例也逐年增高。從外食多是高油、高鹽、高糖與低纖維特色來看，國人長期攝取的結果，除了改變健康的腸道菌叢生態，造成腸道蠕動異常、腸胃不適之外，食物殘渣堆積在腸道，日久也容易導致細胞病變，大幅增加罹癌機率！



現代人生活型態改變，三餐不但無法定時定量，外食比例也逐年增高。從外食多是高油、高鹽、高糖與低纖維特色來看，國人長期攝取的結果，除了改變健康的腸道菌叢生態，造成腸道蠕動異常、腸胃不適之外，食物殘渣堆積在腸道，日久也容易

導致細胞病變，大幅增加罹癌機率！

想要遠離腸道疾病，除了養成良好生活作息與排便習慣外，打造腸道菌叢平衡、適當攝取好的益生菌也是相當重要，益生菌泛指任何可以促進腸道菌種平衡，增加宿主健康效益之「活的微生物」。

市售益生菌種類繁多、琳瑯滿目，各有效用，挑選實屬不易。有鑑於此，健康食彩針對國人飲食習慣及體質特性，秉持天然零污染的精神，採用無添加色素、香料、調味劑及化學成份等純淨原料，特別開發「顏帝亞全方位益生菌」，讓消費者吃的安心之餘也能達到全方位的照顧。

理想的益生菌應具有的特色

- ★ 能抵抗胃酸及膽鹽的破壞：益生菌產品經口服後，內含的益生菌必須禁得起腸道中胃酸、膽汁及胰臟酶的破壞，才能到達腸道下端而產生作用。
- ★ 低或無病原性：益生菌必須對人體無致病性，且不會造成人體微生物任何的感染。
- ★ 需能黏附於腸道上皮細胞上：能在腸道進行繁殖，才

能產生良好作用。

★ 調節腸道之免疫反應：益生菌應活化腸道感染時的免疫反應，另一方面也可以減緩食物過敏所產生之免疫反應。

★ 堅持天然不過度添加，並搭配「益生質」：即所謂的益生源 (prebiotics) 又稱為益生素、益生菌或益生質，主要是腸道好菌的食物來源，才能促使好菌在腸道中持續生存繁殖。

顏帝亞全方位益生菌嚴選含有經研究證實其健康效益的菌株，並通過耐胃酸及膽鹼測試，不但可維持菌株高度存活率，並特別添加果寡糖、80 種蔬果酵素、菊糖、膳食纖維等益生質，使益生菌可以從中分解、提取養分，進而在腸胃道內繁衍、定殖存活，促進腸道益生菌的生長或活化，促進腸道健康，堅持讓每一位消費者遠離化學合成劑、輕鬆服用無負擔！G

More Information

益生菌源起

相傳三千多年前，位在今日土耳其的遊牧民族將羊奶製成酸奶奶飲用，酸甜的口感廣受好評，製作技術後期也跟著傳到歐洲與其他地方。隨著生技醫療科學進步，科學家們發現喜歡飲用酸奶奶的人普遍健康又長壽，進而研究遂發現益生菌的存在。

市面上所說「菌種、菌數」是什麼意思

菌種：乳酸菌種會因形狀、特性等差異而歸類。隨著生物科技發展，人們發現有益人體的益生菌已由當初 4 屬發展至今天 13 屬共 273 種。歐美的菌種並不一定適合亞洲人，考量每個區域型態的生活與飲食完全不同，腸道環境形成也不盡相同。

菌數：一般認為益菌多多益善，事實上好菌太多並無益。據悉，益生菌含量若超過 400 億 (含以上)，順利抵達腸道定殖 (生存繁殖) 比率便跟著成反比下降。一般建議 20 ~ 400 億菌數為最適合的定殖菌數範圍。

目前顏帝亞全方位益生菌採用的是日本及台灣的專利菌種，內含 13 種優質益菌，總菌數也達到 360 億，定殖菌數量落在最理想範圍內。



喜·琵琶·鶯·櫻花·蝦·鬆·美味·健康·喜·奪·雙·獎·
 榮獲今年銀髮友善食品配菜類銀質獎及銀髮友善食品獎
 將於2019年第29屆「台北國際食品展」作為特選展出

文／健康食彩 陳致鈺



正港的櫻花蝦鈣質約為牛奶的六倍、蛋類之數十倍，口感及美味更是大廚名菜與家常料理的絕配，高麗菜佐味、天婦羅炸櫻花蝦...等等。讓人大口豪邁嚼蝦，每一口都吃出美味與健康。

在推介台灣自產熟凍櫻花蝦的過程中，蒐集了消費者意見反饋，希望如此優質的物產可以更多元的呈現，讓銀髮族群以及幼兒能夠更便利的食用攝取。在兼顧健康營養同時保持食品原貌，與鮮物主體訴求的大方向下，選擇了具有 HACCP 控管的優質配合加工廠商協助，以低溫真空油炸的方向做輕加工，成功的獲得廣大顧客的肯定與認可。

喜琵琶櫻花蝦鬆作為台灣目前獨家領先的新創品，在今年更榮獲 2019 年銀髮友善食品配菜類銀質獎及 2019 年銀髮友善食品獎，並將於 2019 年第 29 屆「台北國際食品展」作為特選展出，推薦給更廣大群眾認識。

櫻花蝦 (Sergestid Shrimp)，地方俗名「花殼仔」。在生物分類學上屬節肢動物門、甲殼上綱、軟甲綱、十足目、櫻蝦科 (Sergestidae) 之櫻蝦屬 (Sergialucens Hansen)。成蝦的尺寸不超過 5 公分，因身上佈滿紅色素及 161 (±2) 個發光器，其外表呈粉紅透明色，遠眺宛如盛開的日本櫻花因而得名。

櫻花蝦之生命週期約為 15 個月，主要棲息於大陸棚緣約 200 米等深線，產期為每年 11 月至翌年 5 月。由於其生長在水深 150 至 250 公尺難以透光的深海，藉由自身的發光體，成群看起來就像是櫻花紛落般美景，故得其名。台灣東港至枋山沿岸海域以及宜蘭是世界上除了日本靜岡縣駿河灣之外的產地，在日本已列為國寶級水產品，更使本族群彌足珍貴。

一、漁法 (fishing method)

漁撈的方法稱為漁法；櫻花蝦具有每日垂直洄游的習性，白天相對密集的群聚在 150~200M 水層，傍晚開始上浮至 50~70M 之表水層後逐漸散開。日本捕撈期分春、夏兩季。每季僅 1 個月左右的捕撈期。作業方式是在傍晚，待蝦群上浮至 30~60M 時，以類似扒網漁法進行捕撈，雖相對低效率，卻不失為漁業資源保護的堅持。

在台灣則是以拖網在白天作業，由於白天作業水深須達 150~200M，故相關作業需有相當的設備資金與技術門檻。因顧及櫻花蝦的成長生態數量有限，東港地方人士為漁業永續經營之理念，遂成立「櫻花蝦產銷班」，自行管理約束以限制每年之捕獲量。捕撈期為每年 11 月初至翌年 5 月底止，每週約捕撈四天，每年共捕撈約 100 天左右，其餘時間皆禁止捕撈櫻花蝦。

漁民於 6 月起，改捕撈另一種櫻蝦科之赤尾青蝦 (Aceteserythraeus Nobili)，到 10 月結束捕撈櫻花蝦期。

二、櫻花蝦的營養價值

有「海中寶石」之稱的櫻花蝦，其營養是一般蝦米的兩倍，是少數可以被「直接攝食」的蝦類，「直接攝食」意味不需烹調，可保存原味與營養成分，所以營養價值極高。食用櫻花蝦的好處如下：

1. 富含高鈣、磷、粗蛋白質等多項營養成分。
2. 鈣質含量約為牛奶之六倍以上，能強化骨骼及牙齒，預防骨質疏鬆。
3. 櫻花蝦外型小巧、外殼細薄，是牙口不好的兒童及銀髮族的天然鈣質來源之一。
4. 櫻花蝦含有豐富的蝦紅素，極具抗氧化功能，能讓色斑、皺紋不易生成，還能避免皮膚膠原蛋白受損，是女性美容聖品。



5. 產婦產後流失營養元素，容易導致身體免疫力下降，櫻花蝦對於產婦具有通乳汁、補身體、促康復等功效，因此是產婦的天然營養補給品。

三、櫻花蝦的食用建議

一般說來，櫻花蝦的處理方式約有三種：生凍處理、熟凍處理及乾燥處理。

市場上常見的櫻花蝦，多為乾燥處理，香氣較為濃厚外，保存上也較方便，其食用方式如下：

1. 可乾炒或加料炒、炒飯等。
2. 當作副食或零食直接食用 (勿過量)。
3. 可搭配煮粥或湯一起食用，或是當作香鬆替用。
4. 拌菜或是拌麵等味素替代，作法簡單卻美味可口。

櫻花蝦在日本已有百年之歷史，其營養價值早已老少皆知。但因日本櫻花蝦漁況不佳且懷疑櫻花蝦資源已瀕臨極限，遂極力對外尋找替代品。於 1988 年發現台灣東港附近海域有相似之蝦種，經證實與日本靜岡縣駿河灣所產櫻花蝦係屬同種。

日本將自產櫻花蝦視為國寶級水產品，並進一步對櫻花蝦資源進行有計畫的研究保育。在日本，自產櫻花蝦自然量少價高而極為難得，為了應付市場大量需求，故現今東港櫻花蝦有近八成以上外銷日本市場，僅約百分之十幾供台灣消費市場食用。

前往日本旅遊的台灣人若在日本吃到故鄉櫻花蝦，在歐伊細 (日語：おいしい，意為「好吃的、美味的」) 之餘，不知能否品嚐出台灣漁民的勞苦？

More Information

喜琵琶鮮物

為聯華集團旗下健康食彩股份有限公司自有品牌系列之一，本著分享與誠信在調理品 / 即食品與輕加工品方面的開發，以敬天順人 / 愛物惜物為出發點，希望忠實傳達鮮物本質，拉近消費者與生產面的距離，並不斷精進，致力於優質商品的介紹與開發，讓大眾可以更方便的使用也讓生命健康而精彩，進一步體念台灣豐饒環境資源的天賜。

低溫真空油炸

一般煎、炸、烤等烹調方式大多會達到 180~300°C，高溫不僅破壞營養素，還可能讓食物中的蛋白質、脂肪和碳水化合物產生異變，產生有害人體的物質。蛋白質類食物容易產生致癌的雜環胺類物質，脂肪類則易產生苯并比類致癌物，碳水化合物會因此產生較多的丙烯醯胺類物質。

而真空油炸是於真空負壓環境下進行油炸操作，可降低油炸的溫度約 110°C 左右，有效降低油脂氧化與加工標的褐變過氧化程度。



abbGrowers Blueberry Juice

荷蘭碧貝瑞 藍莓汁100% 美顏新飲品 健康百分百

文 / 健康食彩 廖逸娟

藍莓原生於北美洲與東亞，是沒有明顯主幹的灌木植物，植株比較矮小，高度可從10公分到4公尺高；在北美洲及歐洲非常普遍，因為本身優異的營養價值，為當地人的夏日首選水果，很少有水果會如此被人重視及喜愛，甚至在美洲部落還發展出特有的民間傳說，也是世界糧農組織推薦的五大健康水果之一。



一般大家所熟悉常見的大多是國外進口的新鮮藍莓，其中比較知名的產地有北美洲如美國、加拿大及南美洲智利，佔了全球2/3產量，其他為紐澳、亞洲及歐洲各國。在亞洲，因為藍莓的香甜可口，玲瓏飽滿的迷人藍紫色外表及富含花青素能維持身體健康，維生素C和礦物質促進新陳代謝，加上許多國際研究證實花青素的功效而愈來愈為人所熟知，被譽為超級食物之一。除了食用果實，也可製成成果醬、果汁或是利用其花青素作為一種很好的天然染料。

一、藍莓的種植方式

藍莓品種繁多，越桔酸類植物(Vaccinium)是所有藍莓統稱，依高度分為矮叢及高叢，產季為每年5~10月，夏季為產量最高峰。在春天一整片米白色的藍莓花朵盛開時正是蜜蜂授粉的好時機；而在種植過程中，花朵授粉是一個重要且關鍵的時刻，果實是由授粉的花朵生長而成的。

二、藍莓的採摘及加工

藍莓是一種具有許多獨特特徵的漿果，不會在同一個時間成熟；新鮮藍莓在剛成熟時就被採摘，這個時間點對於獲得最佳風味的漿果果實至關重要。

從田地採摘果實後，送至 abbGrowers 的包裝場所做分類。使用先進的分揀與壓榨和裝瓶設備，先分揀出不同熟度、顏色或大小的藍莓，再加工成果醬或果汁。750ml 的藍莓汁是由1公斤的新鮮藍莓榨汁而成，營養高纖，含66g 膳食纖維（每瓶纖維含量約等同於6公斤高麗菜或2公斤綠花椰菜），適合各種年齡層飲用。

三、為何選擇 abbGrowers ？

市面上幾乎沒有100%藍莓汁，健康食彩精選的合作夥伴 abbGrowers 是荷蘭最大的藍莓種植者、產品包裝和出口商，新鮮藍莓的分類和包裝是其核心業務。作為荷蘭唯一的種植者，abbGrowers 從源頭把關 b-berry® 果汁之原料及製作流程，堅持提供最高品質藍莓產品給消費者。

通過 GLOBALG.A.P (GRASP) 農場認證、BRC 食物安全認證、SKAL 認證、歐洲與台灣兩地實驗室檢驗標準，以及台灣 CNS2377 純天然果汁國家標準檢驗。對自家產品的錙銖必較，良好的工作條件、食安供應鏈，尋求自然平衡可持續性及高品質的永續農業。abbGrowers 的全球發展計劃使其特別重視亞洲顧客之反饋。健康食彩為其亞洲市場第一經銷商，因此台灣顧客的口味及健康食彩對食品安全的嚴格把關，為其最高指導原則。高品質荷蘭碧貝瑞 100% 藍莓汁，是您健康飲品的最佳選擇。G

More Information

花青素

一種水溶性的植物色素，存在於液泡內的細胞液中。其與醣類物質以醣苷鍵結合之後即為花色苷，與花的顏色、葉變紅等有關，為天然的抗氧化劑。（摘自維基百科）

abbGrowers

成立於1985年的專業藍莓種植者 Douven Blauwe Bessen B.V 家族企業，位於荷蘭南部的小村莊 Melderslo 地區，藍莓種植面積占地35公頃，植栽高度在1.5到2米之間的頂級藍莓，使用最先進的機器，密切監控分揀和包裝。



荷蘭碧貝瑞100%藍莓汁 頂級美顏聖品

推薦族群

3C用眼族群/上班高壓族群
愛美女性族群



大瓶裝
750ml

售價420元/件
特價340元

小瓶裝
200ml

售價150元/件
特價125元

嚴選原料

- 嚴選荷蘭頂級藍莓冷壓榨汁而成，非濃縮果汁還原，無添加水、糖，及其他化學添加物。
- 100%原汁，通過CNS2377純天然果汁國家標準檢驗。
- 富含花青素，維持身體健康。
- 含維生素和礦物質，促進新陳代謝。

專業製程

- 家族藍莓農場種植、包裝、掌控品質
- 45度C以下加溫消毒，冷卻24小時後冷壓榨汁，保留完整營養素。
- BRC食品安全認證，通過歐洲及台灣兩地實驗室檢驗標準。

保存方式

請避免日光直射並放置於乾燥陰涼處，開封後請於7日內盡速飲用完畢，如未飲用完畢請冷藏儲存。



天然·有機 生鮮超市
健康食彩
Fresh mart · Fresh living

UH 聯華實業集團



Digestive Health

保健有訣竅 不能沒「腸」識

文 / 健康食彩營養師 余詔儒

食物是生存的基本需求，食安是近年來大家很注重的健康議題，越來越多人選擇食材逐漸變成重質不重量，甩開過去吃粗飽的生活型態，改變成精緻少量注重品質的生活，選擇無毒栽種的食物、友善環境的食材、無人工添加的原型食物。

我們每日飲食的目的是補充身體的熱量，從食物中吸收營養素及增強體力，但同時無數的病菌也皆從口腔入侵。腸道不僅只是消化、吸收、排泄的器官，腸道還是人體最大的細菌、微生物生存環境，也是人體很重要的防禦系統，在腸道內的菌叢生態分成了三種，有益菌、中間菌、有害菌，腸道中的菌數大約有 400 多種，總菌數的數量達到千億個以上，彼此互相競爭及維持腸道機能的運作功能，而且有高達 70% 的免疫細胞都在腸道，是人體相當重要的免疫防護系統，當腸道功能不佳時，免疫細胞就無法發揮正常的功效，這時候壞菌也就會開始滋長，當有害菌的勢力大過於有益菌時就會引發一些疾病，所以可以這麼說：「腸胃好，免疫力就好」。

台灣的美食眾多，飲食方式西化，外食人口密度很高，夜市小吃覓食更是許多人的日常生活，這幾年來大腸癌的發生率相當高，居癌症之冠，絕大多數與生活習慣及飲食相關，大腸癌初期並沒有明顯的症狀，年過 50 歲的民眾可定期做糞便潛血檢查，平時也可觀察排便了解自己的腸道健康，如果突然出現異於日常的排便習慣且合併體重減輕、容易疲勞等症狀時，需立即探討原因，雖然目前大腸癌的發生率很高，但其實治癒率也很高，所以即早發現，即早治療才是上策。

觀察自己身體發出的任何訊號

- 1. 排便習慣是否改變：**例如突然發生慢性腹瀉或便秘情形，就需探討可能原因，飲食方式改變或是生活壓力導致，如有異常，則需進一步檢查。
- 2. 觀察自己的排便的形狀：**排便太乾硬是缺水的輕微便秘症狀，太鬆散則是腸道蠕動過快有輕瀉的情形，有時可能是吃到了不衛生的食物，或是乳糖不耐症者喝完牛奶會有輕微拉肚子的症狀出現，如果突然之間，排便次數過多或排便過細等異常情況，則需進一步了解可能原因。
- 3. 排便時常出現黏液狀：**腹瀉或腸道發炎時，可能會產生一些黏液，有時大腸癌還會混雜著一些血液。
- 4. 血便情形：**造成血便的原因有很多種，例如：痔瘡、大腸息肉、大腸發炎、大腸癌，若是慢性出血顏色較深，肉眼難以辨識，最好的方式還是定期做糞便潛血檢查。
- 5. 排便的顏色：**正常健康的便便呈現土黃色，便便的顏色與飲食有很大的關係，例如吃太多紅肉火龍果會出現紅色便便，吃過多深綠色蔬菜，便便顏色也會較深，天然的植物色素會影響便便的顏色，所以當覺得顏色改變時，可先回想最近吃了什麼食物，不用過度恐慌。
- 6. 排便的氣味：**肉食主義者因為蛋白質吃較多，代謝後會產生較多的胺類，因此排便的氣味會比較重，如果是蔬菜水果吃比較多者則較無異味，偶爾拉肚子時會出現惡臭腐酸的味道，代表著體內有過多的壞菌，腹瀉的過程其實也是一個排毒的現象，將體內有害菌趕快排出，但要記得補充水分，還有微量元素的營養飲料，避免出現脫水情形。

調整腸道機能的五種重要元素

現在有便秘困擾的人數應該不算少，研究發現，將近五成上



班族有便秘困擾，特別是年輕上班族也不少，尤其是工時長、壓力大、久站、久坐的族群，主要原因還是飲食習慣不良造成，出現便秘是因為負責大腸或直腸的排泄器官沒有充分的活動而造成的現象，改善腸道機能有五種重要的元素，包含了水分、益生菌、纖維質、酵素、油脂。

1. 攝取足夠的水量：每人每日所需要的水量不一樣，大約是體重乘以 33 倍，每日大約攝取 2000 c.c. 左右，足夠的水量攝取可以維持人體的新陳代謝功能、讓心血管穩定運作，並且促進體內腸道的排毒。每日的飲水量是不包含果汁、咖啡、茶飲、湯品等，尤其咖啡及茶類飲料因為有咖啡因可能還會導致利尿及脫水的情形，白開水才是真正能夠補充水份的來源。

2. 補充好菌：人體腸道是最多細菌與病毒接觸的場所，腸道會吸收附著在食物上侵入體內的細菌或營養素，腸道有好菌及壞菌的存在，維持著一種動態的平衡，多多補充益生菌，例如比菲德氏菌、乳酸菌等優質好菌，目前研究顯示，多補充益生菌可抑制壞菌的生長，提高腸道免疫力，維持腸道機能的健康。

3. 纖維質的重要性：衛生署建議每日的膳食纖維攝取量為 25 ~ 35 公克，目前多數人攝取量都不夠，特別是三

餐老是在外的族群。纖維質包含了水溶性膳食纖維及非水溶性纖維質，水溶性纖維質，例如果膠、植物膠、海藻膠、寡醣等，形態為膠狀有黏性，保水性極強，存在許多蔬菜、水果、全穀類、豆類、木耳、秋葵等食物中。非水溶性的膳食纖維，例如木質素、植物表皮、半纖維素多存在於一些未加工的麩質、全麥、穀物、豆類、根莖類、果皮等食物中。膳食纖維因為不會被腸道消化分解，並可以刺激腸黏液分泌，黏液對於腸壁細胞有保護作用，避免有害物質的入侵，水溶性纖維質中的寡糖類更是腸道益生菌重要的食物來源，可讓體內的好菌大量繁殖，因此，膳食纖維可說是建立良好腸道環境的重要營養素。

4. 酵素幫助消化：酵素普遍存在生鮮未加熱的食物中，例如蔬菜、水果、生魚片皆含有豐富的酵素，消化酵素可幫助食物的分解及吸收，代謝酵素則是可以促進身體的代謝循環，加強體內的廢物及有毒物質排出，體內一旦沒有了酵素，一切的運轉就停止了，我們每日吃的食物，都必須消化系統消化後，營養素才能被人體吸收利用，不要的殘渣則形成糞便排出體外，食物消化的過程必須有酵素的參與才可以順利進行，有了充足的酵素，才有良好的吸收及代謝，若缺乏了酵素，所有的消化作用就會受到嚴重的

腸道中的菌數大約有四百多種，
總菌數的數量達到千億個以上，
彼此互相競爭及維持
腸道機能的運作功能。

我們每日飲食的目的是補充身體的熱量，從食物中吸收營養素及增強體力。腸道不僅只是消化、吸收、排泄的器官，腸道還是人體最大的細菌、微生物生存環境，也是人體很重要的防禦系統。

懂得適時舒壓及放鬆心情，
妥善對待腸道，
也是保健的重點之一。

腸道內的神經細胞高達 1 億個以上，相當於腦以外體內神經細胞數量的一半，因此，神經細胞會因為食物而受到影響，長期的偏食行為會容易導致交感神經呈現緊張的狀態，腸道因為神經細胞數量多，會感覺、思考、學習、記憶，並接受各種訊息。例如：生氣時引發胃痛，悲傷時食慾下降，緊張時導致腹瀉，憂鬱時容易便秘，壓力時緊繃造成腸躁症。


影響，健康也會出了問題。

5. 補充好的油脂：油脂也有潤滑的效果，可幫助腸胃蠕動、潤腸通便，如果飲食清淡幾乎不碰油，腸道容易因缺乏油脂的潤滑而導致便秘情形，之前就有新聞曾經報導過，一位年輕女性為了減重維持窈窕的身材，長時間只吃蔬菜水果且完全不吃油，最後出現體力不佳及嚴重便秘的情形，雖然蔬果中有豐富的纖維質，但因為長期缺乏油脂導致腸道潤滑度不夠，進而無法順利排便。油脂雖然有必要，但若是愛吃過於油膩、油炸、油煎燒烤等食物，反而會導致腸道中環境油膩膩的，除了肥胖，還會因油脂經高溫處理而變質，容易讓有害菌滋生，引發腸道發炎，引發體內燥熱、火氣上升，消化系統出現腸胃蠕動變慢、消化不良、便秘等症狀。所以補充油脂必須補充好的油脂，清爽的飲食為原則，例如生菜沙拉拌橄欖油醋就是良好的補充來源。

腸道需要每日清除廢物及毒素，如同家裡每日都要將垃圾清除，以維護家裡的衛生及整潔，如果家中堆積了幾天的垃圾不清除，肯定產生腐敗酸臭味及孳生細菌，腸道中過多的廢物及毒素未排出，還會出現長青春痘、口臭、甚至累積了宿便，出現臃腫的體態。

腸道是第二大腦 受情緒影響

腸道內的神經細胞高達 1 億個以上，相當於腦以外體內神經細胞數量的一半，因此，神經細胞會因為食物而受到影響，因此長期的偏食行為會容易導致交感神經呈現緊張的狀態，腸道因為神經細胞數量多，會感覺、思考、學習、記憶，並接受各種訊息。例如生氣時引發胃痛，悲傷時食慾下降，緊張時導致腹瀉，憂鬱時容易便秘，壓力時緊繃造成腸躁症。因此要懂得適時舒壓及放鬆心情，妥善對待腸道，也是保健的重點之一。

過了端午節之後就進入了炎炎的夏日，高溫炎熱的天氣，食物非常容易腐壞，特別夏季冰品也是容易被汙染的食物之一導致生菌數過高，容易引起拉肚子，嚴重一點還會導致腸胃炎，外食族更是要特別注意飲食上的衛生。自製優格水果沙拉是夏季適合當飯後點心或午茶甜點的選擇，將原味無糖優格搭配當季水果，例如蘋果、鳳梨、香蕉等，再撒上一些果乾一起食用，水果與果乾的天然甜味與優格產生絕妙的搭配，同時補充好菌、纖維及酵素，有益腸道的健康。 



聯強國際集團總裁兼執行長

杜書伍

觀念改變是突破現狀的關鍵

在一般人的認知中，改變，往往必須是顯而易見地，是具像地。大多數人習慣以視覺作為觀察外界事物的憑藉，在看到有形的改變之後，才能清楚感知變化的發生。但是，真正會造成重大影響的改變，往往是無形的。所謂新經濟時代、知識經濟時代，其帶來的衝擊力量之所以可怕，便在於它代表一種知識、觀念上的改變，而這種改變從表面上是不易察覺地。

以經營觀念的改變為例，一家公司的基本定位，有時也必須跟隨時空環境的變遷而調整，這其中的改變從表面上同樣很難立即察覺，但對公司的營運發展卻有深遠的影響，鐵路大亨的興衰故事便是相當好的例子。當速度更快的航空運輸，以及靈活度更高的公路運輸興起之後，鐵路大亨依舊自我定位在鐵路業，並未隨競爭情勢的改變而重新定位，跨向新領域，終致沒落。如果鐵路大亨調整定位為「運輸業」，並跟著改變經營觀念，其結局可能會較為樂觀。

經營上的觀念轉變，會影響一家公司的發展空間；而個人看待主管態度的不同，則關係到個人的工作績效與自我成長。在傳統的觀念裡，大部分的員工都將主管視為管理者，關係到本身的考核、升遷與薪資。從此一觀念延伸

而出的心態，便是認為在主管眼前，凡事都得多注意一些，並且盡可能隱藏本身的缺點與不足。其實，每個人都並非完美，都有需要改善的缺點；每個人也都是處在不斷成長的過程中，在能力上自然也有不足之處。因此，個人存在缺點與不足，是一件稀鬆平常的事。一味地掩蓋本身的缺點，不讓主管清楚看到問題所在，反而使得自己失去獲得幫助的機會，進而影響工作績效。

如果在觀念上略做改變，將主管視為自己工作、成長上的顧問，則將對本身的工作與成長帶來相當大的幫助。主管的工作經驗通常比較深厚，加上負責的業務領域範圍較大，相對地看待事情的眼光也比較寬廣。部屬若能打開自己的心胸，不避諱把自己工作上遭遇的困難、成長上碰到的瓶頸，坦然告訴主管，當能獲得一定程度的幫助。

在組織當中，每個層級的成員都有更高一層的主管可供諮詢，當作自己的顧問。即使是總經理，同樣也有主管，亦即董事會。董事會的成員來自不同背景，各自擁有豐富的經驗與國際觀，總經理提案到董事會的同時，也能將其視為諮詢對象，以獲取寶貴的建議。由此可知，看待主管扮演之角色的觀念的改變，對個人在工作與成長帶來的幫助，竟有如此之大！**G**

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。

「資深」，是資產，還是包袱？

資深人員長期在公司任職，對公司的了解較多，加以職務經驗豐富，與公司相關人員培養較深的工作默契，所以工作的品質效率相對資淺人員更具優勢。因此，資深人員向來是公司積極想要留住的員工，「資深服務獎」就是公司鼓勵及感謝資深員工的制度。

而資深員工的比例，也是衡量企業的指標之一，可稱之為「組織的厚度」。

資深員工具備這麼好的條件，理應在工作上會得出更好的績效，比起資淺員工有更好的條件與機會升職，得以擔當更重要的工作。不過，我們可以看到實際上並不盡然如此！

我們看到有些資深人員進入公司，學會職掌的工作內容後，就不再學習，企求以此技能就能做一輩子，連最基本的「與時俱進」（跟著公司一起成長）都相當勉強。

有些則是自以為對公司很了解、人脈廣闊而倚老賣老，空有資深卻沒有轉換成能力，未能反映在績效上而展現「資深應有的表現」；反而還要求公司、同仁應給資深人員特殊的對待，其實其能力相較於進公司一、二年的同仁，相差無幾。

還有一些資深人員，初期確實相當努力而被升職，但達到相當程度後就志得意滿，自認能力已相當不錯；而且職位愈高，愈覺得自己不用再學習、再改變，認為要學習改變的是其他人，甚至認為制度規範是其他人要遵守的，自己就是例外，只因為自己資深又位高權重。

資深之所以是公司的資產，是因為當資深的條件確實反映於能力與績效較優時，公司自然會依能力與績效的良好表現給予相對應的獎勵，並不是因為資深的身份，而給予資深人員特殊的獎勵。這是非常重要的觀念，主管與個人都應該有正確的認知。

當然，如果資深反而變成公司的包袱，是非常糟糕的事。**G**

Digital Transformation

工具轉變 效率立現

G Suite 導入超過 1,200 人

神通資科數位轉型邁大步

文 / 神通資科 葉雅禎

神通資訊科技引領潮流，作為全台灣最大的 SI (System Integration) 公司，早在 2013 年就看到雲端是未來的科技趨勢，即導入 G Suite 領先群雄邁向數位轉型一大步。

一般人聽到數位轉型，都會覺得這是很遙遠的事情，在第一線面對客戶時，我們常常會聽到「轉型要花很多的錢呀」、「動到系統很麻煩」諸如此類的抱怨，或是覺得現在公司沒賺錢，怎麼會有預算去做數位轉型呢。大家之所以覺得轉型很困難，那是因為沒有找到好方法或是知道如何跨出第一步，神通資科秉持著 TMD (Technology, Methodology, Domain Knowledge) 的 Know How，有豐富轉導產業的經驗，作為企業與數位轉型中間的橋樑，最瞭解客戶的痛點及難處，我們瞭解數位轉型非一蹴可及，必須先求有再求好，一步一步的慢慢到位。

數位轉型的精髓就是數位化，建議從每天使用的 email 開始，先把 email 放上雲端，展開數位轉型的首部曲，當第一步跨出後，火車頭動了，後面的列車也會跟著動。

以往分享的案例，都是從輔導客戶導入 G Suite 的角度來介紹，這次要從神通資科自己導入 G Suite 的角度來說明，介紹導入步驟與秘訣，以減少錯誤並增加效率。

神通導入 G Suite 時，員工數逾 1,200 人，算是不小的工程，我們特地邀請當初協助導入 G Suite 的 MIS 部門同仁黃漢棠分享導入的心得及常見的問題：

Q：為什麼換掉原來的信箱系統，擁抱 G Suite？

先前提到，從管理者高度來看，數位轉型第一步最好由 email 開始；從執行面上來看，原來的信箱系統是放在自建機房的 Lotus Notes，我們面臨到以下四個問題：

一、費用問題：升級原 Lotus Notes 版本將會產生大筆的支出，而且未來每次升級都還會產生費用，加上每年的維護費、機器固定汰換等，費用非常可觀。改用 G Suite，初期帳面上看起來沒有差異，但時間拉長，把固定資產攤提的費用算進去，就會省很大。G Suite 的版本還會自動更新，根本不需要維護及額外的費用，最重要的是，依使用的人數計算，非常划算。



二、安全性的問題：以前 MIS 每天要解決信箱中病毒及垃圾信問題，還要常更新防毒軟體及防火牆，但病毒日新月異，很難隨時對付新的病毒。Google 有專責的資安團隊，可確保雲端上的資訊安全。

三、時間效率問題：神通對客戶服務的信箱必須保持不中斷，但每次版本升級都會有服務中斷的問題，在沒有更新的惡性循環下，問題當然也愈來愈多。Gmail 有高達 99.9% 的保證執行時間，除了會自動升級外，也不用擔心延遲的問題。

四、使用空間問題：空間不夠是最常見的問題，G Suite 基本版提供 30G 的空間，商務版則提供無上限的空間。

Q：神通資科總共花多少時間導入？

導入的時間因人因公司而異，只要一個按鍵，G Suite 服務即可使用，但神通員工眾多，除了要考慮公司的文化，還要照顧員工的感受，因此 MIS 擬定了縝密的 3 個月作戰計畫。

第一週 MIS 教育訓練：3 名負責導入的同仁詳讀原廠導入手冊後，擬定教育訓練手冊，同時選出第一階段的 200 位試用者，包含各部門的種子教官，目的是在導入時能就近協助解決問題。

第二週至一個月：期間內試用者將問題匯總，MIS 除了協助處理，也會做成訓練教材，初期都是對系統不熟悉導致的問題，但因介面簡單，故試用期滿其滿意度高達 99%。

第二個月至第三個月：全公司導入，進行全公司的教育訓練並成立戰情中心，若員工在使用上有任何問題，可隨時詢問各部門的種子教官，種子教官無法解決的，再轉給 MIS，減少抱怨及抗拒。

Q：導入前期常見的問題？如何做新舊系統的移轉？

原則上 Domain 設定好，按下開啟鍵，即可開始在 Gmail 信箱收發信件。開啟 G Suite 服務的前期，通常會讓新舊信箱系統同時存在，可以選擇讓新舊信箱同時收到信，或是只讓新信箱收到信，舊信箱則存放舊信件以便查詢。

神通選擇前者，MIS 可以透過轉換工具將舊信箱的信全部傳到新信箱。如果要提供給稽核人員未來稽核用，可以使用 Google 保管箱功能，可保留、搜尋、匯出資料及設定訴訟保留項目，以支援企業封存和電子蒐證的需求。舊

的 notes 信箱，仍留在 server 上，讓同仁查詢或下載留存。

使用 G Suite 的成效

一、MIS 人力升級再活化

在導入 G Suite 前有三位負責 email 事務的人員，導入 G Suite 後只需一位，但數位化最重要的精神並不是計算省下多少的人力，是將人力用在更重要的工作推動上。MIS 一直在進行許多數位轉型的任務，如果沒有導入 G Suite，後續工作無法迅速展開。

二、線上協作 工作高效率

改變工具就能改變流程，透過多人線上協作功能，開會時的會議紀錄馬上就能產出，會議結論馬上實踐，工作效率大幅提升。業務人員的業績數字，透過協作功能隨時更新，避免 e-mail 往返，寄錯版本等問題。過去管理師匯整各部門的管理月報檔案，會議前兩天就會停止收件，但後續修改難以避免，十分困擾，多人線上協作解決了這個問題，它獲得了最高員工滿意度，已成為必備功能。

三、行動化實現行動辦公室

召開會議時，常因與會人員眾多，召集困難，現在只要有智慧型手機，打開 Hangouts 或 Meet 隨時可以召開會議，甚至人在公司外面也可參與會議，再也不用擔心找不到會議室或無法到場出席會議。

G Suite 總共提供十多種應用，除了 Gmail 信箱外，還有其他好用的辦公工具，包括協作平台、Hangouts、日曆、雲端硬碟、表單及文件、Meet、地圖、翻譯、相簿、Cloud Search 等，只需一次費用，包辦所有服務，真正實現雲端辦公室，行動辦公高效率，幫助踏出數位轉型第一步。G



▲ G Suite 總共提供十多種應用，除了 Gmail 信箱外，還有其他好用的辦公工具，一個費用全部都包，真正實現雲端辦公室，行動辦公高效率，幫助踏出數位轉型第一步。

聯絡窗口：

神通資科 方案顧問 邱華明 / James Chiu
james503@mitac.com.tw (02) 2657-6666 #7534

It's Show Time What To Expect From Apple's WWDC 2019



行動電腦！ 固執後，下放滑鼠功能！ 擇善大改變，Apple 吹皺一池春水？

文、圖 / Jeremy H.

2019年6月最新 Apple WWDC 的發表，除了表面上的硬體重點，還一口氣推出堪稱史上最齊全 iPad 陣容等出現！但 iOS 13 的推出、iPad OS 13 的割出、Mac OS、TV OS、Watch OS 的更新、以及官方 APP 功能等的演進，才是 Apple 今年的重頭戲。這次 Apple 在 OS 卯足了勁的統籌改變，其實隱藏些許開疆闢土的攻擊味道。我們就從它早已拿下全球平板電腦市場冠軍的 iPad 來看，如今如此激進翻修改良，可看出 Apple 欲擴大行動電腦市場的蹊蹺，似乎也意味著非蘋陣營相關電腦產品，準備要接受新的衝擊！

2019年6月最新 Apple WWDC 的發表，除了表面上的硬體重點，如：推出超高貴的 Mac 工作站與豪華 6K 螢幕，還一口氣推出大小不同吋數一線排開，堪稱史上最齊全 iPad 陣容等出現！但其實最大的產業重點（較能影響他人變化競爭局面的），應該是：iOS 13 的推出、iPad OS 13 的割出、Mac OS、TV OS、Watch OS 的更新、以及官方 APP 功能等的演進，才是 Apple 今年的重頭戲。

尤其這次 Apple 在 OS 卯足了勁的統籌改變，其實隱藏著一些開疆闢土的攻擊味道。我們就從它早已拿下全球平板電腦市場冠軍的 iPad（甚至 apple 也冷落 iPad 好一段時間）來看，如今如此激進翻修改良，可看出 Apple 欲擴大行動電腦市場的蹊蹺。甚至我們可以更嚴肅來看待，這對非蘋陣營相關電腦產品，準備要接受新的衝擊了。



▲ 資料來源：Apple，2019年6月

也因 Apple 有些「擇善固執」，所以與非蘋陣營（相對開放規格的廠商群），常久以來似乎存有井水不犯河水的默契，各有各的產品特色空間，也都有各自支持的消費者。

但 2019 年 Apple 從新 OS 13 中，新增或「下放」了圖型介面電腦產品中，非常重要且好用的功能。我們市場上稱呼的功能「下放」，通常指的是同品牌較高階產品中，非常好用或專屬使用的功能，只因該廠商產品區隔政策下，過去一直不肯將它也設計到其他產品身上。所以當謂之有功能「下放」時，意味著低階或其他產品線，如今也獲得了如同高階產品一樣好用的功能或介面設計了。

究竟是增添了什麼好用功能，如此吸引筆者見獵心喜？說起來卻十分稀鬆平常，就是增添可外接「滑鼠」或稱之為提供「鼠標 / 游標」的指標器。這在大小 Windows 個人電腦，或 Apple Mac 電腦，或甚至是 Android 的相關裝置中，是很正常且早已普遍使用的「滑鼠」指標，卻成為本文的推論要點。

01 Apple 軟實力底蘊深厚 不動則已

若從這次 Apple OS 13 或 iPad OS 等作業系統改變的細部功能來觀察，例如：新增黑暗模式、頁邊捲軸、可移動小鍵盤、新地圖設計、可自行變換表情符號、快速調音量棒等等，這些概念上都只是友善與效率改進，倒還不一定能吸引非蘋陣營用戶跳槽來採購，也不見得能撼動其他已具市場基礎的其他作業系統市場。

但這次部份改變非常打動筆者（筆者算是小小科技追逐者或產品敗家者），在預期「有感」的功能效率下，認為的確有值得加碼採購的價值。原因在於過去 Apple 是相當故步自封的，而 Apple 新 OS 卻釋放一些相對過去前所未有的自由度或從善如流的功能，也因此值得本文特別摘示重點出來。

這次 Apple OS 的改變，其實頗有「超 Windows 趕 Android」企圖心，也推測將影響到其他電腦裝置，尤其是行動工作用的電腦裝置，Apple 有心進一步席捲這塊輕便可攜的行動電腦應用市場。

02 「封閉」的 Apple 逐漸思維「開放」？

我們通常認知 Apple 產品是封閉系統產品，因此過去有其特殊且固執的產品策略，以及不隨意隨波逐流或從善如流的功能設計，長久以來正常看待且不以為意。

03 Apple 不再「擇善固執」 開始「越界」

針對 Apple 2019 年突然「下放」原本只有 Mac 電腦系列才有的「滑鼠」功能，判斷 Apple 不會平白無故做這些堅持已久但又突然轉軸改變的事情，而且愈是基層或基礎的改變，其可能影響市場或改變生態系的力量其實愈大。

個人認為，Apple 有了這次的破例改變，那麼未來 Apple 還有很多地方，也將不再墨守成規或擇善固執了。



▲ 2019年 Apple 從新 OS 13 中，新增或「下放」了圖型介面電腦產品中非常重要且好用的功能。當謂之有功能「下放」時，意味著低階或其他產品線，如今也獲得了如同高階產品一樣好用的功能或介面設計了。

例如：Apple 本來嚴謹的各層級產品定位與市場區隔，未來只要存在足夠商業利益，可以壓制或侵蝕其他非蘋果廠商相關競爭產品的佔有率，那麼多做一些「下放」或「越界」又何妨？（筆者按：反正賈伯斯已不在，而庫克一直是標準商人，讓東西出的去，Apple 發大財才是重點。）

其實不管做了哪些變動，那是 Apple 的自由，只是這樣朝向比較開放的轉變，對於那些長治久安、在 Apple 「擇善固執」留下一些市場空間而生存的非蘋果廠商而言，未來既有的優勢就會面臨被壓縮的局面，甚至必須開始思維新產品的增值辦法，以抗衡 Apple 突然的「越界」與「跨足」！

蘋果的大幅度改變預估將為市場帶來極大波動



04 Apple 的「越界」將從 iPad 開始打起！

這次 Apple 主要的「越界」，個人認為是在平板電腦 iPad 身上。除了給予獨自調配的 iPad OS 13，加速拉近與其 Mac 電腦功能的連接或整合（並非加強與 iPhone 的稱兄道弟），此外更看到 Apple 已不再堅持其行動智慧裝置，過去一律只給用手指滑動操作的「多點觸控」介面（按：雖後來有 Apple Pencil，但那只協助繪圖作業，許多操作上仍然需要用手指頭來操作），現在 2019 年開始釋出 iOS 13 即將支援「滑鼠」功能的打算。

電腦裝置，通常可訴求是工商業的生財工具，或一般人比較正式的工作或學習用具；相對輕便的行動裝置，諸如：智慧手機、平板電腦等，則比較像是隨身簡化型的小電腦，只用在隨身的快速瀏覽或輕量的工作輔助，因此長久以來行動裝置無意與桌上型或筆記型電腦，搶奪效率工作這一塊的應用市場。但新一代的平板電腦愈做愈好，也愈來愈有資格參與更多的行動工作應用。

05 出現滑鼠控制，就像打開潘朵拉的盒子

當全球消費者都喜愛使用行動裝置，也高度認同隨身的智慧型裝置陪伴於身旁，可以做出許多的事情時，不難想像只要未來行動裝置愈做愈好，加上它輕便可攜的優勢，如果也可以拿來做有效率的電腦工作時，勢必會受許多現代人的歡迎！甚至目前已經有不少電腦用戶，寧可勉強使用行動裝置進行工作，來免去每天攜帶較重的筆記型電腦。所以未來如果有較好操作的輕便平板電腦來隨時工作的話，那勢將必成為許多人的新選項。

目前流行視窗圖型作業系統，最重要的游標控制器，便是「滑鼠」等鼠標控制器。不要小看「滑鼠」，自從 PC 進入視窗圖形介面以來，至今最好用的電腦操控介面還是它。也因此 Windows 或 Android 等作業系統，從來不會放棄支援滑鼠，唯有 Apple iPhone 與 iPad，過去 Apple 認定這只是行動裝置，堅持只用手指滑動的觸控介面就足夠（也因此長久以來不容易將 iPhone 或 iPad 當成電腦來工作使用）。

如果 Apple 開始讓這些愈做愈高效率的新一代行動裝置，尤其是有較大螢幕畫面的 iPad，開始擁有滑鼠功能的時候，這時候的影響力，絕對不可小覷！

06 如果沒有滑鼠，iPad 工作效率不會亮眼

在 2019 年 Apple 的發表中，有不少跡象可以看到 Apple 準備利用新一代的 iPad 的新功能與新定位，進軍行動工作用的電腦市場，這意思也包括了，有意嘗試搶奪一些經常需要攜帶筆記型電腦的用戶市場。

為了讓新一代 iPad（使用 A12 處理器晶片的 iPad），擁有更好的工作效率，Apple 已經打算量身訂做出 iPad 自有的 OS（iPad OS13），預計 2019 年秋天問世。其中明顯改進了一些方便的游標功能，例如：較方便用手指放置游標、進行區塊選取、copy/paste 的三指手勢，雙擊文字可段落選取，且最關鍵最重要的是，在某些款式的 iPad 上（目前看來是 iPad Pro），已經宣佈開放使用「滑鼠」。

「滑鼠」在電腦相關工作生產力中，是極其重要的人機介面，如果少了滑鼠，不要說文件的排版寫作不太方便，像是使用 Excel 這類試算表，沒有滑鼠根本毫無效率可言。如今，Apple 單對 iPad 做出這麼多躍進式的舉措，明顯欲讓 iPad 增強過去並不存在的文件工作編輯



▲ 資料來源：Apple，2019年6月

能力，欲將 iPad 晉升成行動電腦的企圖表露無遺。

07 Apple 準備迎接 win 移民 統治新世代行動工作族群

Apple 過去可能因有賈伯斯的擇善固執，但最終於 2019 年出現一些從善如流的開放，在重新整理各裝置 OS，以及下放滑鼠功能到行動智慧裝置上，這些改頭換面，很有機會讓 Apple 開始具有海撈 Windows 移民（看到漸多人覺得 Wineows 太肥大太擾人）、搶救教育市場（無法忍受 Google Chromebook 等裝置，搶了許多 iPad 教育市場）的能力，進一步迎接未來所有可能的行動工作族（推測智慧裝置低頭族，會愈來愈喜愛使用行動裝置與雲端應用來處理工作），而這些 Apple 新思考與新做為，影響是非常廣面的，值得大家一同來關心注意。G



▲ 資料來源：Youtube、Loop Infinito，2019年6月（<https://www.youtube.com/watch?v=JT45GvGnwu0>）。

水墨創作展

牡丹大師——張篤孝

CHANG TU-HSIAO

資料提供 / 研揚文教基金會



張篤孝生於江西信豐，從小喜愛繪畫，十七歲離家遊學中國各省名勝，1949年定居台灣，先後師從居台著名畫家，訪遍國畫大師，至今沈潛藝術六十餘年。張篤孝擅畫花鳥，其筆下牡丹花卉、枝葉挺秀、瑰麗動人，台灣名藝評家姚夢谷評論：「花卉之難，難於取神，神中得韻，尤為難得，張兄篤孝寫花王而得神韻，時人作品不多見也。」其作品曾參加中外美展數十次，為諸多博物館、紀念館及中外元首珍藏，並列為中國當代名畫家及現代名人錄內，是目前國內國寶級畫家。G



01	02	03
04	05	06

01 富貴福仙_ 中國人對於字字形音有其諧音者，特別感興趣，尤其能表達富貴長壽平安者特別喜愛，富貴花搭配水仙，有如富貴福氣如神仙般的意境。

02 洋蘭_ 信手捻來，用及寫意的手法，卻又精準描繪的蘭花的神韻，這類小品花卉也是張篤孝非常拿手的。

03 菜根香_ 古人其實很早就注重養身了，正所謂青菜豆腐營養好，這是人類飲食早就知道的觀念，因此畫蔬菜瓜果，通常是畫家們用來陶冶性情的良方。

04 田家風味_ 單純運用了墨色，來表現蔬菜瓜果不同的表皮及質感，是非常不容易的，同時墨色的單純性，更增添清恬舒適的田園生活景象。

05 秀茁洛陽_ 洛陽是中國著名的牡丹生長地，因為氣候土壤適合栽培而聞名，不過傳說中牡丹本來不是生長在洛陽的，是武則天當初妒忌花王牡丹的姿色過於出眾，因此下令將國內所有牡丹都貶至洛陽。

06 荷塘清趣_ 中國江南一帶地處溫帶至亞熱帶，夏天溫潤炎熱，荷花在盛夏開花，且皆由爛泥長出，最愛被人形容為「出污泥而不染」的崇高氣節。

07 高風亮節_ 竹子一向用來表達人的君子氣節，中國人畫竹又稱之為「寫竹」，其實除了畫竹子的筆法極為接近書法之外，一般國學專家皆認為寫竹的時候也可以窺探人的性格及情操。



向當代書畫名家 李奇茂恩師致敬

Master Li Chi-Mao

文／姜捷
圖／李奇茂

在近代美術史上，擅長水墨人物、翎毛走獸及寫意哲思小品的李奇茂老師，絕對是重量級的巨匠，今年 5 月 24 日，李老師安詳地告別這有情有味的人世，5 月 25 日的夜裡，我在全芯石藝會館為他拈香默禱，熟悉的榮譽博士袍那意氣風發的微笑，好親切！輕煙嫋繞，滿室肅穆，翻湧出追隨老師 46 載的深厚師生情誼，種種可貴可敬的記憶，佛樂梵唱中長跪向恩師致最敬禮，感謝采風堂主人無私的愛與貢獻，他不只是復興崗藝術系的老師，更是終生發揚中華文化的行愛者。

丹青無悔 留取丹心照汗青

6 月 18 日，是李老師公祭之日，來自黨政軍警及佛教、天主教、孔學、教育界、藝文界、各企業、各單位的人潮前來致敬，更有桃李三千不捨的殷殷相送，場面浩大而溫馨；莊嚴地覆蓋了國旗、黨旗、校旗，他的成就有目共睹；在他九五星霜的豐美人生裡，除了為國家培育英才，為文化復興流芳，還有許多不為人知的慷慨善行，為九二一大地震、為八八風災水災……他都以自己的影響力作強力號召，率先捐出多幅畫義賣，全數捐獻；他更關懷高齡社會的關顧守護，經常捐畫義賣，嘉惠天主教失智老人基金會、輔仁大學醫院創立、弱勢團體及殘障、啟智、啟能機構，或為偏遠山區籌募基金興建學校，讓我看到他「人品如畫品」的熠熠見證，更為起敬起愛。

筆勢千鈞，創意奇絕，或激昂、或老辣、或瀟灑、或率真、或靈動、或奇趣，是這位采風堂主人令人津津樂道的多元多貌、有情有味創作，如此令人驚艷、驚嘆、驚喜！他以筆歌墨舞精到地詮釋民族美學，又以一甲子美育深耕提

李奇茂（1925 年～ 2019 年）

本名李雲台，出生於安徽省渦陽縣李家莊（今利辛縣），中華民國水墨畫家。1949 年隨國軍撤退來台，畢業於政工幹部學校美術組（今國防大學復興崗校區應用美術學系）。早年因應黨國政策下的中華文化復興運動，多創作具戰鬥文藝特色的作品，後陸續投入台灣民間風土與人物的采風，以及實驗性的新水墨畫創作，晚年雲遊四海舉辦畫展，獲獎無數，是台灣水墨畫界的戰後第一代表性畫家。



▲ 還記得那年母親節，從貼心的李奇茂老師手中拿到一朵康乃馨，那溫暖至今難忘。（高稚偉攝影）

拔後進，更在詩書畫藝上享譽國際，韓國檀國大學設立「李奇茂畫伯獎學金」，美國舊金山市訂每年 11 月 29 日為李奇茂日，是名副其實的「台灣之光」！身為李奇茂老師的學生，我更要向心目中的心靈捕手致上最高的敬意與謝忱。

藝術報國 影響深遠長流芳

李老師年輕時從流離顛沛的烽火戰亂走過來，投身軍旅，進入政工幹校美術系，不論他日後有國寶級的成就或多麼顯赫的美名盛譽，他始終以復興崗子弟自居，十分尊師重道的不忘梁鼎銘、梁又銘、梁中銘等恩師的教誨指導；畢業不久就回到母校任教的他，也始終盡心盡力地將所學所長悉心傳授給後輩；更響應國軍當時蓬勃推動的「新文藝復興運動」，而培育出無數優秀青年畫家；大山大水、花鳥飛禽、走獸家畜都精彩，獨特落筆，颯颯有風，活靈有勁，那愛國愛家愛鄉土的豐沛深情深深影響了我！

李老師對國軍始終有一份深刻而誠摯的關懷，他以藝術報國的初衷，指導學生繪製「戰畫」，以這「無聲的砲火」激勵軍心士氣，蔚為精神食糧，比船堅砲利更為強而有力，比任何訓詞演練更具影響力！他更以白描功力繪製精彩而珍貴的《國父傳》，墨分五色的精湛線條，細膩生動的人物刻畫，演繹了國父孫中山先生一生「和平、奮鬥、救中國」的理念，即使在過了半世紀的今天來觀賞，依然令人感動落淚。尊師重道與誨人不倦都是中華文化儒家思想的根本，他以身教言教作示範，並殷切地期盼我們都能做到無私傳承！

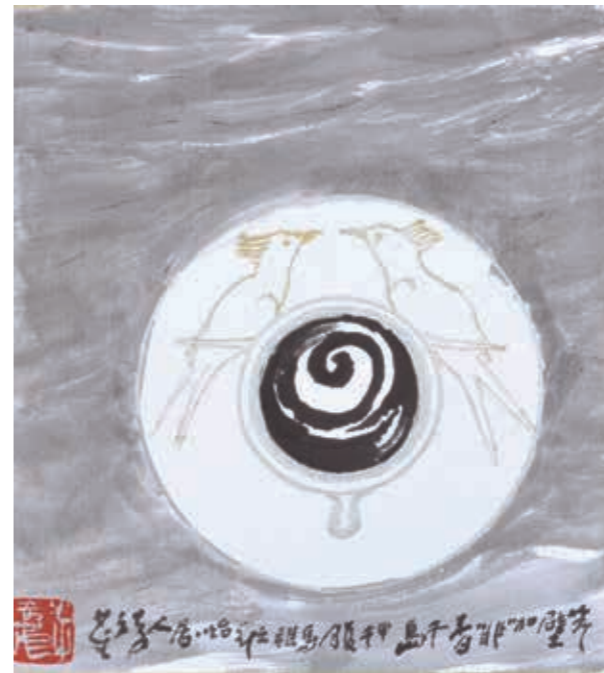
是的，他的愛國情懷常被掩沒在赫赫畫名之下，但他努力推展國軍新文藝復興運動，挹注養分於文學、藝術、音樂、戲曲上；他落實「藝術報國」，擅以「無聲的砲火」繪寫史蹟戰畫的珍貴影響力；他無論多高齡，眼力多受損，都走遍遠海偏鄉、離島前線，以史詩般長幅水墨，將采風心隨丹青意趣而流芳萬世。

見之知之 筆寫我心與我愛

他教水墨，先要我們認知的不是構圖或技法，而是諄諄告誡國畫是民族美



▲ 上方跨頁圖：李奇茂 1995 年以彩筆記錄台灣風土人情，〈台南夜市〉為經典之作。上圖：李奇茂的書法也是一絕，此幅「開闢香南北，洗盡醉千島」舒懷馬祖豪情。下圖：李教授的弟子沈禎所恭繪的恩師茂公伉儷（鶼鶒情深）。



學，是反映時代風尚，也是文化傳承，要我們以柔軟心書畫剛強與真樸，用能夠感動自己的題材去記錄有意義的生活，不要隨波逐流地趕流行！

李老師也教我們不要眼高手低，要以紮實的素描為基底，水墨人物才「有骨有肉有精神」，他的速寫功力了得，無論是急行軍，無論是打野外，無論是砲火中的前線，無論是鄉野中的民情，他總是隨時隨地都可以攤開畫本作速寫，一天畫掉兩刀畫紙是常有的事，打下堅實的素描基礎，以精準流暢的線條解剖人體動態，訓練成「見之即知之」的直覺判斷力，他始終忠實於「我筆寫我心，我心寫我愛」的文人情致與志士曠懷。

而老師最讓學生懷念的是，幾乎是每場必到的參予學生們的畫展開幕禮，給了鼓勵與期勉，為提攜晚輩後進，即使坐輪椅也去祝賀……溫暖情懷說不完，丹青水墨寫不盡，他留下了典範。

行萬里路 紀錄台灣風土情

青壯時期老師便受邀於世界各地巡迴展畫，遊走歐美、沙烏地、約旦、巴林、南非、澳洲、伊朗、泰馬日韓等國家，轟動當地藝壇，達到了宣慰僑胞與宣揚文化的雙重使命；縱然他也嫻熟西洋美術史與西畫創作，卻始終堅持以熱誠與執著的中國筆墨，留取人文采風作百年見證。於是，一系列臺灣鄉土風情畫便展開了！他以驚人的體力、筆力、敏銳觀察力，走遍台灣各偏僻遠海，把老百姓在寶島的生活點滴，以敘事史詩一般的雄心壯志繪寫下來。

1992年，中華郵政發行《李奇茂鄉土系列郵票》，一張張超寬橫幅的微縮人生，隨著青鳥的飛遞，送愛到天涯海角；清晨捕捉早市的勤奮人群，入夜攝取夜市的熱鬧豐盈，甚至於近年才開通的捷運即景，都是他筆下最親最愛的鄉情，隨著他的筆墨墨趣長留後世。

心手合一 詩味畫味融墨味

李老師得天下英才而教之，我卻是辜負了他愛心悉心教導的「逃兵」，但老師從未苛責我畢業後就放下了畫筆，反而對我的寫作鼓勵有加，甚且在一次書畫名家聚會時，也給了沒有畫畫天份的我一朵康乃馨，祝我們在場的女學生們母親節快樂；老師的親切如父，我們無以為報，只能在他歲歲年年的畫展上，記下他反映時代記號的使命感，記下盡釋創作風采的禪意，記下筆趣墨味之外的心境。

在老師晚年，我們合作過一檔很有意思的人文采風見證，老師應板橋林家之邀，赴林家花園為駐園畫家，我則為他所寫生的水墨畫，應和一首小詩，那段聽老師論畫的靈感哲思，談作畫理念的採訪歲月，真是一段幸福時光；也更深切了解他文化底蘊的深厚，得以極簡揮灑！

我一幅一幅的請教老師畫中的意涵與寄情，時而恍然大悟，時而拍案叫絕，時而感動感佩，時而動容動心；

集結成冊及展出畫作時，聽說叫好叫座，廣受肯定；我們的師生情緣更因著這本合作詩畫冊而縮繫更深，正如那為〈飲水思源〉畫作而寫的小詩：

一口井 源源供應著一家人的飲水用水
一支擔 沈沈挑起了一家人的生活需要
沒有那汲水的辛勞殷勤 有水也枉然
飲水 不但要思源 也要感謝那默默的汲水人哪
我始終記得，李老師是那澆灌我成長的人，用他深厚的文化底蘊，如活水不歇；用他那默默汲水的師道，讓我的心渠常懷恩澤，清清如許！

以藝傳愛 立言立命也立心

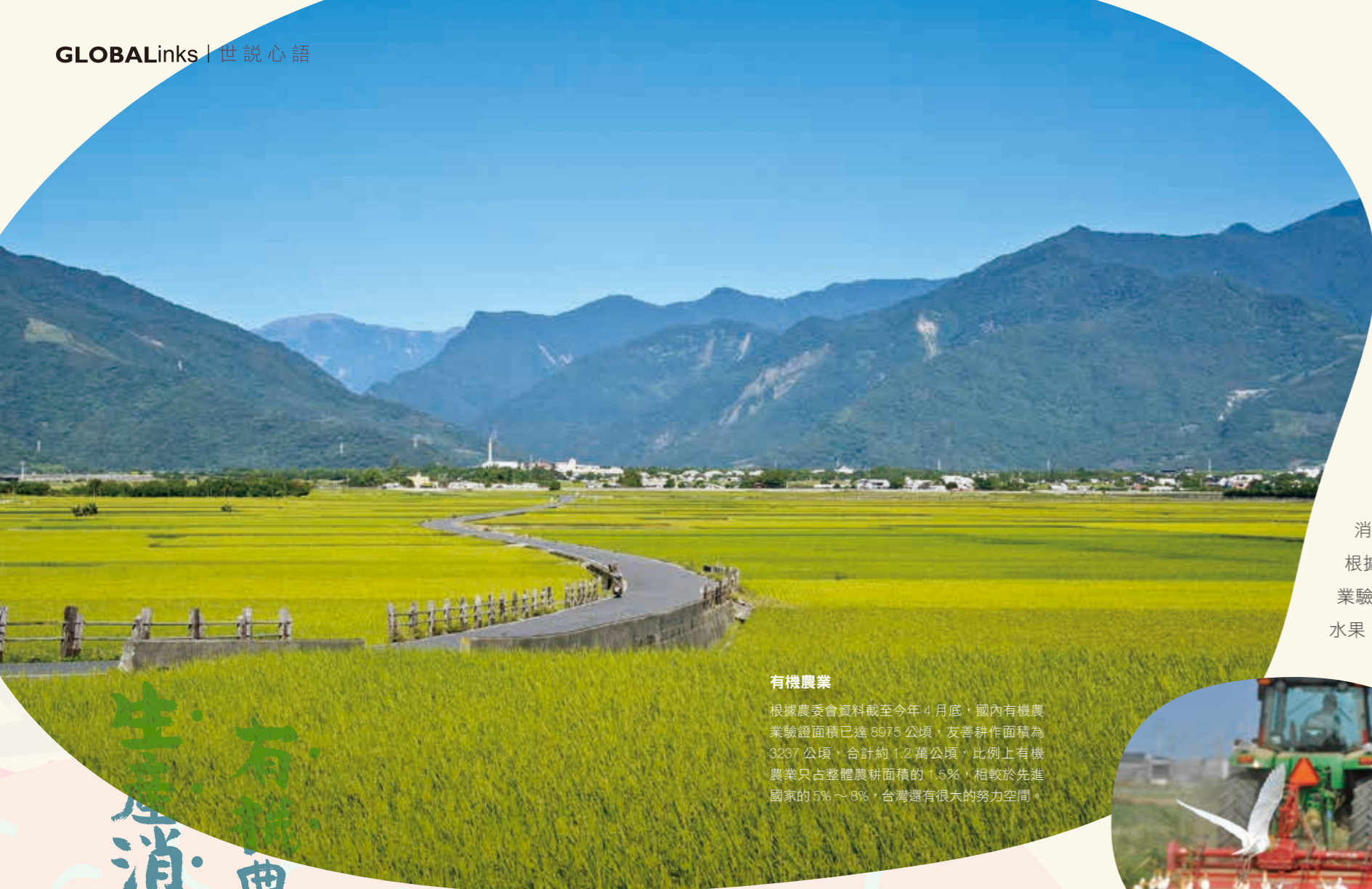
李老師任孔學會會長長達數十年，更以「仁者」之愛擔任中華畫院院長，任重道遠的傳承心，凝聚全世界的華人藝術家，為中華文化的傳承與創新踏實而紮實地貢獻；他以「為生民立命，為天地立心，為往聖繼絕學，為萬世開太平」為己任；不僅以擲地有聲的鏗鏘創作引領台灣當代藝術文化傳承，更以「雖千萬人吾往矣」的深厚寬廣影響力，凝聚兩岸藝文界，把自己彎成了一條橋，讓華夏文明的丹青美育、儒家孔學能跨越台灣海峽，庚續不斷地互放交會的光芒，這樣「以藝傳愛」的美好成就，政治做不到，金錢辦不到，聲譽名望也難成全，唯有真誠的愛，才能填補鴻溝而交融雋永，邁向和平。

「墨潑四海、筆掃大地」，是他的大器風格與文人風骨；「回首風塵際，長嘯宇宙間」是他的會心寓言與堅韌修持；老師一生熱愛孔學、謹守儒教，學養俱豐，精魄俱在；我還記得有一回在孔學會辦公室採訪他，他時常埋首古籍，慨然而嘆：「孔學倫常是我們人生能夠幸福的真正希望，是中華文化的根，就算現代社會不太重視了，還是要堅守下去啊！」那沒有掌聲與鎂光燈，孤獨坐在書海中的巨人身影，是愛的堅持，幸福的堅持！

以繪寫社稷為天地立心，以宣慰僑胞，或設獎助學，或終身志工為生民立命；以戮力美育、尊儒敬孔為往聖繼絕學，以藝術消弭戰爭，切願回歸和平，李老師乘願而來，隨緣而去，此生不虛不枉，留下許多幸福許多愛！

圖片說明（由左至右，由上至下）：

① 李奇茂的〈三陽開泰〉展現他繪翎毛家畜的功力② 當代水墨人大師李奇茂的潑彩勾勒的鍾馗福神，讓人耳目一新。③ 這一幅〈我在馬祖當兵時〉充滿了幽默感，也留下了當年前線的記憶。④ 有趣有味的不同畫風〈芹壁咖啡香千島〉也是在馬祖北竿的隨興寫生。⑤ 筆酣墨飽的〈晨市〉也是鄉土系列之一。



有機農業

根據農委會資料截至今年4月底，國內有機農業驗證面積已達8975公頃，友善耕作面積為3237公頃，合計約1.2萬公頃，比例上有機農業只占整體農耕面積的1.5%，相較於先進國家的5%~8%，台灣還有很大的努力空間。



生產消費
共利雙贏

有機農業
促進法上路

這一個月來，電視台新聞報導的跑馬燈，會不時的重覆出現一行字「吉園圃標章於6月15日停用，升級產銷履歷」，剛開始霧煞煞（台語）的，不懂什麼意思，直到最近因為夏季高溫濕熱食物中毒案件頻傳，讓我開始注意除了食物保存問題外，從買回家的食物，再往消費供應鏈一層層追溯，生產、供貨、營銷...，究竟消費者購買的農產品是否新鮮、安全、安心？亦就是選擇符合檢驗且附有生產履歷紀錄的商品，最近有些新的法案通過，以及認證標章調整，讓我們來了解一下。

上網一查，吉園圃標章是台灣最早的農產品認證，當時台灣的蔬果殘留農藥的不合格比例非常高，因此省農林廳希望藉由推出吉園圃標章的方式，鼓勵農民栽培時安全使用農藥，而沿用30年的吉園圃認證標章，即將於今（2019）年6月15日退場，農委會推接軌配套，希望藉由產銷流程資訊公開及其可追溯性，建立消費者對國產農產品的信任，透過第三方驗證的有機及產銷履歷標章，第二方審認之友善耕作農業或自主管理的QR Code等3種方式。

講求健康、安心飲食，農藥殘留問題大家避之唯恐不及，因此「無農藥殘留」和不使用農藥

的「有機」蔬果漸漸成為買菜時的寵兒，為了保障消費者協助農民，農委會推動《有機農業促進法》，今年5月30日已正式施行，透過補助和各方面的協助，加速擴大耕作面積，為國內有機農業永續發展注入新動力，這意味著台灣的有機時代來臨！

選購經驗證產品 安全衛生有保障

雖然有機產品逐漸蔚為風潮，但是許多消費者在購買有機蔬果時，總會存疑真實性，根據農委會資料截至今年4月底，國內有機農業驗證面積已達8975公頃（包括水稻、蔬菜、水果、茶以及雜糧與特作等其他類），友善耕作面積為3237公頃，合計約1.2萬公頃，比例上有機農業只占整體農耕面積的1.5%，相較於先進國家的5%~8%，台灣還有很大的努力空間。

台灣推行有機農業逾20年，在近十年內快速成長，然而過去有機農業一直未有相關的專法規範，有機農產品的驗證，以前僅依《農產品生產及驗證管理法》，對於有機農業整體產業的輔導與推廣更無法可依。而《有機農業促進法》是台灣首部有機農業專法，希望實行第一年有機友善耕作可以提升到1.5萬公頃，目標期望在實施8年後，讓有機與友善農業面積增加至8萬公頃。

對於消費者而言，樂見台灣的有機時代來臨，但是現代人注重養生，選購農產品時卻常被有機、無毒、天然等詞彙混淆，不知該如何分辨當中差異。先撇開是否是「真」有機的議題，首先可透過經驗證貼有標章產品，降低危害風險，安全衛生多一層保障。

提到標章，我們先來了解一下現行農委會推出4種農產品標章制度，包括：台灣優良農產品標章（CAS）、產銷履歷農產品標章（TAP）及台灣有機農產品標章（CAS ORGANIC）、吉園圃台灣安全蔬果標章，由於各標章的保障不一，消費者易混淆，農委會要在2020年把CAS、吉園圃、產銷履歷整合成

TGAP 台灣優良農產品，與台灣有機農產品標章並存，成為農產品2大標章，CAS標章預計在2019年底退場。

CAS推行最早的農產品標章，自1989年由農委會推動，後由「財團法人台灣優良農產品發展協會」執行CAS各項推廣工作，CAS著重在農產加工食品的衛生安全及品質；產銷履歷由民間驗證機構驗證，產銷履歷著重在生鮮農產品的生產過程及用藥安全，購買貼有TAP標章的產銷履歷農產品，代表該農產品具可追溯性、產銷資訊透明化。驗證機構配合產期，追蹤查驗每年至少一次。

有機農產品標章由全國認證基金會審核為有機農產品驗證機構，使用標章的有機農產品，其產銷過程不得使用化學肥料、農藥及食品添加物，從生產、加工、分裝、流通到販賣，均需遵守有機驗證規範，並完整記錄產銷流向，確保有機完整性。

吉園圃標章已於6月15日走入歷史，短期內消費者還是會在市場上看到貼有吉園圃標章的蔬果，農糧署各分署會陸續回收標章，讓吉園圃可正式退場；鼓勵農友可朝生產履歷制度或是參與台灣農產品生產追溯（QR code），讓消費者仍可透過網路平台追蹤食物來源。

提高農友踏入新制度意願 農委會投入大量經費推動

《有機農業促進法》上路，顯示政府確定台灣朝向全有機農業的方向，這對生產端是一個很大的鼓舞與保障，像是農友常面臨農地取得、鄰田污染責任歸屬，或應對有機農業生產技術所面臨的困難，將有機農業允許使用之化學物質以正面表列方式列出...等。



同時對消費端來講，未來購買國內外有機農產品時也會更有保障。

雖然《有機農業促進法》的推行，希望創造出生產者與消費者雙贏的局面，但是眾所皆知，有機農業的生產必須有一定規模，否則無法負擔生產成本；長久以來，有機農業產品行銷一直是農民之痛，政府應就相關資源補助、標章分級制度、有機農業支持系統、食農教育等環節納入整體考量，給予有機農民實質上的幫助，才利有機農業之產業推展。就如同吉園團標章退場喊了多年，現今僅有15.5%的農友升級到產銷履歷農產品標章。

有鑑於此，農委會預計投入10億在驗證費用、設施費補貼及環境給付、批發市場優先拍賣、補貼營養午餐等面向進行協助，希望不只降低農友進入產銷履歷驗證制度的門檻，還加碼推出環境獎勵每年每公頃1.5萬元，同時批發市場也會設置專區優先拍賣產銷履歷認證農產，就是希望提高農友踏入產銷履歷制度的意願。

《食農教育法》草案 推有機飲食改變社會

針對農委會推動的補助的項目中，身為家長對於補貼營養午餐就特別關注，農委會指出正與地方政府及教育部、國防部合作，推動學校營養午餐及國家伙食採用有機食材。學校方面，新北市、桃園市、花蓮縣、屏東縣、宜蘭縣等已經開始實施境內全部學校每週至少一餐有機蔬菜或有機米，而新竹縣與台北市也將在9月新學年起跟進。

為學童營養午餐把關，在2016年8月行政院決議由

農委會會同教育部、衛福部建立機制，積極推動使用在地食材減少碳足跡，因此校園午餐開始推行使用「四章一Q」（CAS、CAS ORGANIC、TAP、吉園團與QR Code）食材，希望能夠讓校園食材的安全性、可追溯性提升，並藉此為農民開拓了廣大市場需求，提升國產食材自給率，使校園成為支持台灣在地農業的有力支柱，同時也讓校園午餐使用的食材品質提升。

學校營養午餐可獲得補助的食材「四章一Q」認證，隨著吉園團標章退場，「四章一Q」也就改為「三章一Q」；《食農教育法》目前已接近三讀階段，配合學校營養午餐「三章一Q」政策，融合學校教育、家庭教育跟社會教育一起推廣，帶動對國產農產品的認同與支持。

而食農教育的主要實施場域一直是學校，從讓學生透過課程瞭解學校午餐的食材來源，期望結合學校教師及推廣教育人力，鼓勵在地飲食文化傳承與創新，創造生產者與消費者的交流環境，經過多年推廣，食農教育已成為許多學校的特色課程發展目標。

當然，食農教育不只侷限在學校，近年來民間及政府單位正以多元方式及資源推動，從家庭到社區，從產地到餐桌，不管是在家用餐或是外食，培養良好的飲食習慣及正確的消費行為，將食農教育融入日常生活。

從《有機農業促進法》上路、吉園團標章退場、到《食農教育法》草案送入立法院審議，從土地到消費者，有機農業的推動是強化食安的一環，有機農業的生產過程，健康友善的生產連結，環環相扣，在政府的多項政策推力，提升食品安全與重視環境保護議題，希望有機能夠再往前邁開大步！



歐奇披薩敦南店 二代店整裝登場

新形象 新菜單 歡迎蒞臨體驗



歐奇窯烤披薩
那不勒斯認證
正統窯烤披薩

敦南店

02-2706 3258
台北市敦化南路二段103巷6號
(近遠企/信義安和站)



● 哈修塔特 (Hallstatt)

為奧地利西部「鹽湖區」(Salzkammergut) 的湖區小鎮，以古老的岩鹽礦坑和秀麗的景色聞名於世。1997 年被列為世界文化遺產，現為熱門旅遊打卡景點。

Hallstatt

擁抱阿爾卑斯山仙境湖影山光
暢遊奧地利——哈修塔特
美景不容快門閑！

文、圖 / Neil

如果有機會拜訪奧地利，千萬不能錯過這仙氣十足、依山傍湖的絕美小鎮——哈修塔特 (Hallstatt)！旅遊聖經 Lonely Planet 曾經這麼形容此地：「色彩斑斕的光影家園，優雅的天鵝以及巍然聳立的高山，美得驚人的 Hallstatt 彷彿來自賀年卡上曠遠寧靜的風景。」

光是前往哈修塔特的交通方式就讓人感覺夢幻到不要不要的，一路上需乘坐火車、搭上渡輪、橫跨哈修塔特湖 (Hallstätter See)，歷經一番長途跋涉後，方能抵達那遺世而獨立的人間仙境。從列車上的窗戶望出去，每一扇窗彷彿都是上帝以阿爾卑斯山為背景、精雕細琢的畫作，櫛比鱗次的小木屋與湖光山色薄霧美景正巧構成明信片取景角度，令人看得目不暇給，讓人不禁讚嘆：「哇！

我的老天鵝啊～這太美了吧！」

從渡船口乘上渡輪，緩緩劃過那宛如翡翠的湖面，立馬感受到這湖光山色盡入眼簾的絕世美景。如果你是個不喜歡拍照的人，那你千萬不要來這個小鎮！因為這小鎮會讓人罹患「拍照癮」！連我這對拍照有些排斥的人，都覺得這個小鎮非常值得拍照留影！

在哈修塔特遇見了自己愛拍照的那縷魂，手像是被附身了一樣，不停的拍照、拍照、拍照。在哈修塔特，就算不會攝影，也能拍出如畫般的風景；沒上過男友拍照速成班，也能把另一半拍成網美。

位於奧地利西部「鹽湖區」內的哈修塔特，在 1997 年被聯合國教科文組織列為「世界文化景觀遺產」。其繁榮時期可追溯至數千年前，當時塞爾特人 (Celts) 曾經在此開採「白色金礦」——鹽，因而擁有全世界最古老的高山鹽礦。「Hall」是塞爾特人對「鹽」的說法，而「statt」在德語則是「小鎮」之意，現仍正常運作並成為對遊人開放的「採礦世界」。

由於鹽的防腐特性，保留了很多古時的文物，不管是採集所使用的工具、皮革、紡織品，甚至是不幸罹難的礦工，也都因此被良好地保存著。這些都是我們對遙遠過去鹽礦的見證，而考古學家便透過這些文物，勾勒出當時古人的文化及生活方式。只可惜在我們到訪的 12 月，鹽礦 Salzwelten (Salt Mine) 並沒有開放讓遊客參觀，不然倒是很想換上為旅客準備的「礦工裝」，到坑道裡好好體驗一下當時礦工的生活！（關於鹽礦的營運開放時間及購票資訊，可至「鹽礦」官網上查詢：<https://www.salzwelten.at/en/home/>）。

在這裡俯拾皆美景，就算無法參觀鹽礦，卻絲毫不影響我們旅遊的興致。隨意漫步在這依山傍湖、靜謐優美如仙境般的童話國度，處處皆能感受到奧地利人浪漫

的細胞！

小鎮最著名的景點便是那高聳的路德教堂 (Lutheran Kirche)，這座位於馬克廣場 (Marktplatz) 上的哥德式尖塔教堂，宛如小鎮的守護燈塔，總是那麼莊嚴與平靜地佇立著，成為當地最受矚目的地標，經常在風景照中都能見到。不論你在小鎮何處迷航都無須慌張，只要順著路德教堂的方向走，便可回到渡船口。

夜晚的哈修塔特雖然沒有通火燈明，卻像個略施粉黛般的女人讓人迷戀不已！這幾年因哈修塔特已成為熱門旅遊景點，世界各地旅客蜂擁而至，再加上當地居民原本就不多（不到千人），住宿房源十分有限，若沒有提前半年以上先預訂幾乎都會是客滿狀態且價格不菲，否則還真希望能有機會在此一宿，好好享受一下伴隨著晨曦映照的絕美山城！

扼腕沒訂到哈修塔特住宿的我們，決定住在搭乘火車即可到達、離哈修塔特車程僅需半小時的溫泉、滑雪聖地——巴德伊舍 (Bad Ischl)，這裡生活機能豐富，且住宿價格較為親民可愛（費用僅需一半），因此倒也不失為是個好選擇！倘若有機會前往歐洲自助旅行，非常推薦大家體驗當地的民宿，可以感受一下歐洲人居家浪漫的生活方式，就如同我們在 Bad Ischl 住宿的迷人小閣樓一樣，採光明亮、簡約舒適，也為這趟醉人的旅程留下了美好的回憶！

\\ 哈修塔特景點 //

① 渡船口 _ 攜著旅客前往夢幻山城的渡船口，渡輪帶著我們闖入了這仙氣渺渺的小鎮，沿途阿爾卑斯山的壯麗氣息唾手可得。② 山坡小徑 _ 穿梭於小鎮的山坡小徑，就算只是一面普通的牆，也可以拍得很文青。③ 湖畔餐廳 _ 孤寂的樹裝上燈飾，美得讓街道溫暖了起來。④ 樹牆 (espalier) _ 外牆上的樹彷彿和建築物融為一體般，沿著牆面蔓延生長，讓人感受到強韌的生命力，也成為哈修塔特當地的一大特色。⑤ 白雪皚皚 _ 睡醒一睜眼，窗外便已銀裝素裹。





日本北陸地區

其名稱來自於日本古代五畿七道中的「北陸道」，一般泛指日本中部地區臨日本海沿岸的地方，包含福井縣、石川縣、富山縣及新潟縣，其中主要都市有：新潟市、金澤市、富山市、高岡市、長岡市、福井市、上越市、高岡市、白山市、小松市，但因為經濟文化的差異，有時北陸地區又不含新潟。

金澤 | 立山黑部



穿越之旅 戀戀雪壁情 醉醉櫻花紅

文、圖 / 阿卡

春四月百花盛開，我們一行大約一年前就規劃的賞櫻穿越雪牆之旅，終於在4月中成行，不能早不能晚是因為早也不是晚也不是，一切都要看老天爺的臉色，還要看團圓人的八字是否夠強，才能趕在櫻花未謝、立山黑部雪牆已開的狀態達成此行的目的。

自由行的重點工作就是食、衣、住、行全都要再行前有一個周詳的計畫及安排，當然自由行除了行程安排較有彈性外，省錢也是其中最大的考量，因此交通的部分廉價航空是首選，旅遊景點交通則在台灣預購周遊券，不同交通工具設計在期限內無限次搭乘，可省不少預算，住宿則以車站附近的TOKYO INN（東橫 Inn）為主，住宿及交通在出發前搞定，而且越早越省錢。五個不同習性的中老年人，即將展開為期八天的日本北陸自助之旅。

從小松機場進入日本北陸，到金澤車站已是日暮時分，眼前一座紅色大型建築物



松本城護城河

在雨中氣勢雄偉，霸氣的迎接來往的旅人。因為是廉航，沒有餐點飲料招待，此時已飢腸轆轆；自由行中除了住宿安排早在出發前完成外，計畫參訪的景點交通仍需在當地才能處理，周遊券的換票地點以及各個景點的班車時間，上車地點都要自己摸索。此行五人中有三位只負責吃喝玩樂及乖乖在原地等候；雖然有『谷哥大神』幫忙，擔任塔台與探路的「兄妹二人組」壓力還真是不小！終於可以放飯了，網路名氣超高的迴轉壽司人滿為患，五個人都投「無法等」一票，在飢不擇食的狀態下，味噌拉麵加一杯冰啤酒真是人間美味！微醺中踏進美國著名旅遊雜誌《Travel&Leisure》評為「世界最美車站」的金澤車站，真的氣勢非凡！金澤車站以傳統藝能加賀寶生鼓為設計理念，左右兩根木柱交錯如鼓型的支柱，支撐起一個圓潤寬敞鼓門形狀的屋頂，金澤多雨雪，巨蛋廣場就像一把大傘，為到訪旅人送上一份貼心問候，每晚天黑後到 22 點，燈光點亮的鼓門是遊客們鐘愛的拍照景點。

自由行最大的好處就是隨時可以調整行程，早上起床還下著雨的金澤讓我們的早餐時間變得很悠閒，討論著若因下雨無法賞櫻，那就先去近江町漁市吃海鮮啤酒。我本來就是飯桶，早餐的飯糰巴掌大一球球排列，無論是揉入芝麻或海苔都很好吃！連吃了三顆加一些醃製小菜及一碗味噌湯，最後再加一杯咖啡，撐著肚子有點不好意思地離開餐桌，卻也意外成為這天三萬多步路程的能量電池。吃飽飯太陽竟然露臉了，我們五人樂！帶著相機趕緊往夢幻的粉紅陷阱櫻花古城趕去，金澤的賞櫻的地點，囊括了古意盎然的兼六園、金澤城，被選為日本賞櫻 20 選的兼六園，除了園藝景色精緻典雅外，每到春天來臨，超過 40 種共 420 株的櫻花，雖然一夜的雨草地上落英繽紛浪漫十足，我們來的時間正好趕上 4 月裡的染井吉野櫻盛開以及菊櫻綻放，撲上一層水珠的粉紅櫻美的讓人心碎。而對面的金澤城公園更充滿綺麗風情，城牆周圍 250 株櫻花林立，把城市妝點成粉紅緞帶般的粉嫩情懷，遠遠眺望被櫻花枝頭包圍的金澤城，美得令人屏息，遲遲不忍離開。

經過極具現代感的 21 世紀美術館拍張到此一遊的照片，順道欣賞館外充滿動感有趣的作品，認真體驗今古交錯無縫融合的美。走回金澤車站，搭北陸新幹線到高岡轉

金澤古城



搭一站巴士到城端冰見線，我們搭火車悠哉地晃到雨晴海岸站下車，根據網路耙文說是海鮮很美的地方，結果只見海上站立如美麗仙子的孤島及無數的海鳥棲息在防坡堤上，整條馬路上靜悄悄只有我們幾位和環境不太搭調的不速之客；正午的太陽灑在這個安靜的小漁村，鐵道旁的櫻花兀自熱鬧的綻放著，嗡嗡的蜜蜂最是忙碌。

再回高岡去拜見靜看人間的「高岡古佛」，順道去高岡古城公園尋幽訪勝，偌大的公園裡小橋流水櫻花紅粉熱鬧簇擁點綴，神社無聲矗立林間，頭上櫻花繽紛地隨風片片飛舞，簡單的攝像鏡頭留不住櫻花翩然落下時寂寥的身影，我們如飄落的花瓣一樣靜靜地來悄悄地離開。

沒嚐到海鮮又錯過午餐時間，只好在高岡車站買便當充飢，還好日本的米飯冷的也好吃，隨遇而安的心是我們的共識，下午還有很長的路要走，吃飽很重要！今天最遠走到宇奈月溫泉車站，到附近的足湯泡腳，看著不遠處紅色的拱橋，想像乘坐「黑部峽谷鐵道」小火車穿過滿山紅粉櫻花及楓紅的景象，彌補差一天才開放的遺憾，我們相約下次再來！回到住處計步器顯示今日走了 33,278 步，躺在床上只覺得好感動、很感謝大家的成全、感謝日本這個美麗的国家、感謝自己的身體，今天裡裡

外收穫滿滿，眼睛心裡五官六感，感覺一切都剛剛好的幸福美好。

行程安排都是依著 JR PASS 的路線在網路上耙文，在新幹線、高速巴



21世紀美術館

合掌村

士、火車會到的地方尋幽訪勝以及找尋當地特色料理，前三天 JR 北陸地區三日券讓我們走訪了包含福井縣、石川縣、富山縣，除了隨處都有美麗優雅的櫻花歡迎我們的到訪，被列入世界遺產如童話般的合掌村，現場的建屋示範滿足了我們的好奇。石川縣能登半島和倉溫



泉「加賀屋」也在我們的拜訪行列，裡面招牌「內將」已有八十歲了吧？穿著和服 90 度彎腰笑臉迎人；因為鞋子脫底求助，受到他們熱心體貼的幫忙，深深感受到這家日本溫泉百選第一名的溫泉旅館，靠著他對客人無微不至的體貼服務所撐起的百年榮景，也藉此認識到日本服務業的精髓。今天的行程都與溫泉有關，最後走訪了坐很久公車才到的私房景點「山中溫泉」，一個偏遠的溫泉小山城，小橋流水人家，一派安靜悠閒的氣氛感染著身上的 8 萬 4 千蟲，就讓優質的泉湯盡情浸泡洗滌吧！

第五天為了穿越雪壁起了大早，應該說幾乎沒睡也沒吃到我最愛的「飯糰三兄弟」，因為立山剛開山各國遊客蜂擁而至，通過立山到黑部要轉搭六種交通工具，我們計劃不放過任何一站美景，又要趕在末班車前通過黑部抵達終點信濃大町，再轉車到松本晚上的落腳處，因此早上 4：30 就出發了，在富山車站置物櫃寄放行李箱揹著簡單的行囊出發走接下來的旅程。是太貪心還是時間不夠，在雪地上幾次滑倒扭傷腳，仍要

立山黑部

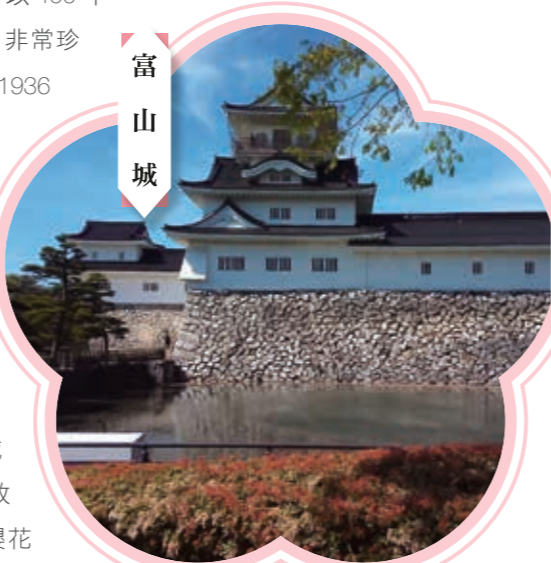


繼續走向更深更寬闊讓人眼界大開的雪原以及讓人嘆為觀止的雪壁，盡情地與無盡的雪白對話、按下快門，縱使臉頰及手背因雪地反光曬傷都在所不惜。

下了立山黑部來到人車穿流的松本有時光錯置的恍惚，先到飯店轉換心情。在吃怕了味噌拉麵後，今晚要好好犒賞自己吃最愛的優格加水果，再悠閒的晃到國寶級松本城；松本城是擁有日本 12 座現存天守閣當中最古老的城堡，在日本所有的城堡當中，唯一未

遭過破壞的松本城，以 400 年前的樣貌保存下來，非常珍貴，在昭和 11 年（1936 年）被指定為日本國寶。城堡周圍增設公園，公園內約有 300 棵的染井吉野櫻和八重櫻，雄偉的城堡配上粉紅色的盛開櫻花點綴，滿滿圍繞著城壕及護城河美麗綻放著如畫一般，夜晚櫻花以點燈的松本城天守閣為背景更添丰采，天守閣倒映在湖面上，美不勝收讓人嘆息！

富山城



離開美麗的松本城，我們去岐阜縣知名的下呂溫泉區品嚐傳說中的飛騨牛，住最貴的旅館，泡泉質最好的溫泉、吃整趟行程最豐盛的早餐，靜看最美的霏霏細雨小橋流水，是整趟旅程高潮後的休止符，一切竟是如此幸福美好。回到富山城再回到金澤城，第八天再見枝頭櫻花已非初見了，春四月的日本北陸 - 歲月靜好，好的讓人愛戀，魂牽夢縈 - 近日在網路上讀到的很有感的一句話，為這次的自助旅行體驗做了最好的註釋：

『面對生命的各種狀態，身處世界的任何平面，遭遇人生的所有事件，每一次的體驗都充滿嶄新挑戰，你的這一輩子都該是個新鮮人。』五個習性剛強的固執老人，經歷八天朝夕相處，共同穿越了日本的古典與現代交融、穿越了櫻花雨及雪壁，並穿越了旅程中點點滴滴的發生及彼此的習氣，我們都深深明白「任何時期都該把握新鮮且年輕的自我」，日本北陸櫻花雪壁穿越之旅真的好美！穿越『完勝』！



銀耳露

素食燕窩



專利新鮮有機銀耳

嚴選台灣專利新鮮有機銀耳，栽種技術門檻高，需於無塵室育苗，全面採用自動化室內控溫、控濕栽培，無農藥、肥料、香料、色素與防腐劑。外表雖與坊間的白木耳相似，但口感與營養成分卻有天地般差異，不僅含有更多植物性膠質及木耳多醣體，其營養價值、香氣更是遠勝於一般！

高科技熬煮技術

將新鮮有機銀耳精挑細選、去蕪存菁後，只保留嬌嫩的朵瓣，高溫高壓殺菌熬煮製成，完全釋放黏稠植物性膠質與多醣體精華。只以水與微量冰糖調味，融合出完美比例，口感微甜、溫潤滑順，有著如雲朵般的雲片懸浮而不沈澱，每一口都吃得到新鮮。



100%國產鮮採銀耳

顏帝亞銀耳露，開瓶即飲好方便
真材實料口感佳、安心美味無負擔
養顏美容好氣色、調整體質增健康、全素可食養生聖品

- 無農藥
- 無漂白
- 無重金屬
- 無色素
- 無香料

製造工廠通過ISO22000、HACCP食品安全驗證



街角的美景 & 德蘭修女召喚慈悲

文／郁之
書封／台灣明愛會 & 心靈工坊

如何靜心讀完一部厚達五百頁的傳記文學？答案是——愛！有愛就有堅持，一如諾貝爾和平獎得主聖德蘭姆姆的驚人毅力與行動力。

在三年前，聖德蘭姆姆被天主教會列為聖品時，我就知道有這麼一本極具重量與質量的好書已被翻譯多年，等了一千多個日子，這本聖德蘭姆姆的傳記終於千呼萬喚地被印製出版了，原著書名為《Such a vision of the street》，中文譯為《街角的美景》；細細品讀每一則聖德蘭姆姆的小故事，那一張張安寧而平靜的垂死者容顏便又清晰地浮現眼前，街角發生許多美事——扶持



▲《街角的美景》中譯本讓我們零距離感受德蘭姆姆的愛。



▶右圖：在貧苦的街角，總有白衣修女的無私服務，蔚為動人的美景。

▼下圖：心靈工坊新書《德蘭修女：召喚慈悲》是傳愛的動人故事。



德蘭修女：召喚慈悲 (A Call to Mercy: Hearts to Love, Hands to Serve)

作者 | 德蘭修女 譯者 | 宋偉航 出版 | 心靈工坊

由修女摯友布賴恩·克洛迪舒神父所編輯的《召喚慈悲》，呈現出她回應上主召喚，具體體現「慈悲」的事蹟。德蘭修女畢生為赤貧之人奉獻，獲得全球性的肯定。但她卻自認是個特別軟弱的罪人，日日夜夜仰賴天主施與愛、力量和悲憫。基於此，她的服事工作是體現基督的精神，在赤貧者中看見需要照顧的耶穌身影。她不推出大規模方案去解決世界各地的饑饉與急難，而在於遇到一個幫一個，一次好好幫一個。她的事工遍及世界。除了物質的饑饉，她還注意到：「不僅需要麵包止饑，也需要有愛止饑」，而且愛的饑饉更難消除。她同時又發現，不論貧窮或富裕，不論階級、宗教，各處都有「靈性饑饉」。要消除這三種饑饉，所需唯有真誠的慈悲與積極的行動。

慈悲的真義不是施捨、不是上對下的憐憫，而是感受到別人的處境如同自己也在相同的處境。要對抗不義、撫平傷痕、消弭社會上各種對立歧視，需要我們召喚深藏心中的慈悲，從而召喚出充滿勇氣的行動，才能使這個世界成為更好的世界。

一個無家可歸的人到仁愛之家接受熱騰騰的飯菜；牽著一個發出惡臭的人回家，洗一個香噴噴的熱水澡；重拾了一個被遺棄的人，讓他安穩而尊嚴地走完生命末刻。

我曾站在印度加爾各答的街角，親身經歷地含淚看著穿著有藍邊的白沙麗的仁愛傳教修會的修女們服務窮人，印度的修女們身量似乎都不高，但抱起瘦到只剩皮包骨的垂死病人卻是足夠的，難得的是她們臉上的尊重與微笑，從不皺眉，從不遲疑！若非親眼看見，很難想像世上有這麼多需要扶助的貧病交加之人，而非親自去餵食、去清洗、去碰觸、去包紮……，也絕不會感受到內心除了愛，什麼念頭都沒有的巨大悸動。

忘不了街角所見的美景，從第二次去印度服務回來也近十年了，正如原作者艾琳·依根 (Eileen Egan) 所描繪的聖德蘭姆姆行事精神，她認識聖德蘭姆姆之後，生命的翻轉與大受影響，兩位至交好友，一起遠赴世界各地參訪，一起做艱困而美麗的事，一起見證姆姆無私忘我的精神，她成立修會，用謙卑低微的身教榜樣，感動全世界五千多名仁愛傳教修女追隨她的芳表；以回歸自然，不用任何科技產品的手作服務，感動全世界高達三百萬的國際志工去體驗服務學習，其中也包括發誓此生再不去印度的我，相隔不到兩年又背起行囊，重回「垂死之家」自找苦頭吃！

《街角的美景》翻譯得很好，字裡行間總讓我泛起朵朵回憶，記取去服務的初衷，感受那「只管去做，不必多想」的姆姆行事風格，很平易的件件小事，樁樁累積成巨大善循環，去到加爾各答的人都深受感動，她隨手給人的一個小聖牌或一個鼓勵微笑，都足以讓人不悔追隨；她總是相信天主要藉她的手完成的事，從來就不是她該擔憂操心的，她不求回報的愛，讓愛流轉；她不計毀譽的愛，讓愛遠揚。

街角的美景是要用柔軟心去靜觀的，幸福，從來不在華麗的舞台，只在不起眼的街角！在那——有愛的街角。

上個月，心靈工坊也出了另一本與聖德蘭姆姆相關的好書，那就是《德蘭修女：召喚慈悲》，這本全是愛的小故事的好書，絕對讓人有不同的感動，其中是聖德蘭姆姆的心靈故事，與生命息息相關，聖德蘭姆姆被冊封為天主教會的聖人，真的是實至名歸，她是我們的時代中最能以身體力行來福傳音的聖者，閱讀這本好書，就可以從第一人稱的第一手資料，感受她思言行為那不可思議的愛，聖德蘭姆姆曾如是表達：假若有一天，她

成聖了，她一定會是個「黑暗」的聖人，她要為在煉獄中受苦的亡靈點亮光芒，她的一生都為飢渴、貧苦、無家可歸、病痛、死亡，以及心靈的空虛、疑惑、徬徨、傷害、屈辱與憂苦的人服務。

她在書中敘述到，有一天，一戶印度教人來到會院說：「德蘭修女，我們那邊有一戶人家好久都沒吃東西了，麻煩妳們照顧一下吧！」她馬上帶了一些米到他們那裡去。我看到他們的孩子眼睛裡閃著饑餓的光；但他們的媽媽收下米，馬上就送到一戶穆斯林人家裡去，是穆斯林！天主教的修女送給印度教徒，她卻再轉送給穆斯林人，大家一起體會喜悅與平和，因為愛，因為聖德蘭姆姆召喚了慈悲，讓愛萌生在不可思議之處。

另一個故事是，有位婦人帶著孩子來說：「嬤嬤，我和孩子已經三天沒吃東西，沒人要給我一口吃的。」聖德蘭姆姆轉身去張羅食物，但等她拿回來時，那婦人抱在懷裡的孩子已經等不及餓死了。這給聖德蘭姆姆很大的衝擊，行愛，真的要在來得及的時候啊！她帶書中又提到一個在加爾各答撿到的小孩，拿了一點麵包給她，沒想到這個孩子把麵包掰成屑，一點一點地吃，問她為什麼要吃這麼慢？她回答說：「我不敢吃太快。等這一塊吃完，很快又要挨餓了。」我們都不懂饑餓的痛苦是什麼滋味，沒見過母親眼睜睜地看著孩子活活在自己懷中餓死而痛苦難當，但聖德蘭姆姆對這些黑暗的經驗善於體察，敏於回應，並能喚起他人心底的良善。

這本書中處處流露著這樣不忍卒睹的故事，但都在聖德蘭姆姆的愛中讓痛苦轉化為力量，有一位醫師分享看見聖德蘭姆姆為一位病危的修女祈禱時，喚起他奇妙力量的湧現，從心底深處帶出強烈的決心來醫治這位修女！有位見習修女也在聖德蘭姆姆的陪伴之下學習照料傷口，得到照顧病人的力量。他們服務的都是素昧平生的陌生人，聖德蘭姆姆的思言行為激勵內心最初善念。

聖德蘭姆姆最美的心就是為他人祈禱，每位被她的祈禱所感動的人，都靜靜聆聽她的祈求，無聲地啜泣著，卻能帶著平和的心離開；聖德蘭姆姆教導仁愛傳教修女會的修女，要在受苦的陌生人身上看見天主，也教導我們承擔生命對自己的近人最平凡、卻最不簡單的照顧，這些痛苦的人在絕望中與聖德蘭姆姆相遇，聖德蘭姆姆進入他人之痛苦的核心，深觸痛苦，成為慈悲恩典的通道。

這兩本好書都邀請我們以默想與祈禱的方式擁抱世人，以關懷心傳遞愛，讓慈悲輾轉生發，讓愛生生不息。G



阿芳的
新
二杯

麵粉

蔡季芳——著

經典玩麵粉技巧重現，獨創容量版食譜，
最適合在家操作，成功率最高的製程，
只要有量杯、量匙和麵粉，跟著阿芳的圖解步驟，
巧手做出80道傳家蒸點、烤點、變化麵點。

訂製

大師的

Master's Homemade Desserts

手作幸福甜點

從基礎到創意，各種餅乾、蛋糕&塔派技巧一應俱全。
配方完美，一試上手，保證零浪費！

潘楚岷——著

周禎和——攝影



精準配方，家用烤箱一次完成。
送禮表達最佳心意的選擇。
掌握訣竅，
即可隨意搭配出屬於自己的創意口味。

Master's
Homemade
Desserts

購書
QR
code



歡迎加入
日日幸福
粉絲團





The Children Drawing Competition of MiTAC-Synnex Group

聯華神通集團員工子女畫畫比賽

7/11
8/30
作品徵件
Call for Entries

2019年「聯華神通集團員工子女畫畫比賽」開始徵稿囉！
今年主題為「我最喜歡的季節...」，希望小朋友們發揮創意，用畫筆描繪出最有趣的作品。
優勝作品將集結製作成「2020年桌曆」，讓所有人感受到孩子們生命中的喜悅與活力。
誠摯邀請所有員工家中小朋友共襄盛舉，為美好的未來開展一場歡樂的活力之旅。

- 參賽對象** 凡聯華神通集團員工直系親屬，年齡15歲（含）以下。
- 作品規格** 八開圖畫紙（W40 cm x H27 cm），限定為橫式，顏料媒材不拘，可自由發揮。
- 報名/交件方式** 掃描右下方線上報名QR Code，填寫報名資訊（系統會將填寫內容附檔傳送至email）請列印並浮貼於作品背面，交至各公司公關窗口。
- 活動時程** 徵件期間——即日起~2019年8月30日（五）止，逾期恕不受理。
評選日期——2019年9月
得獎公告——2019年10月7日（一）
- 評選方法** 由主辦單位查核作品規格是否符合相關報名規定。將從符合資格作品中挑選出12名優勝者及20名佳作。
- 獎項** 優勝者可獲得獎盃乙座，入選者可獲獎品乙份。



線上報名QR Code

● 所有參賽之作品，主辦單位得用於任何宣傳活動、文宣製作、報導上使用，作品使用版權屬基金會所有。● 主辦單位若發現參賽作品有違反本比賽規則所列之規定者，得取消其參賽資格。● 本辦法若有未盡事宜，主辦單位保留刪修之權利。

YANDIA 亞帝亞

全方位益生菌

COMPREHENSIVE PROBIOTICS

嚴選天然無添加 - 最安心

好順暢

助消化

調體質

全方位超呵護

每包360億好菌

專利超強13益菌、80種天然蔬果酵素



- ✓ 體內環保 · 調整體質
- ✓ 守護全家人的健康與活力

- 13種專利益生菌 - 補好菌
- 3種優質寡糖纖維 - 養好菌
- 80種蔬果酵素精華 - 調體質





天然·有機 生鮮超市

健康食彩

Fresh mart · Fresh living

7/20 ▶ 9/12

健康生活好鄰居

送禮首選

早禮鳥遇



2019.

2019.

07/20 Sat. – 09/12 Thu.



購買請洽健康食彩各門市

喜琵鶯

友善鮮物

安心，是最好的養份，
產地到餐桌的美味連線

健康食彩

安心食材 · 友善綠農 · 健康輕食 · 有機葉菜
生鮮海味 · 保健食品 · 安心蔬果 · 天然食材