

孝道典範 黃先蕙、李沛潔獲全國孝行楷模

傳統的「孝」化作具體的「行」，數十年如一日無私奉獻，堪為社會表率 8月赴台受獎

【記者王致潔報導】內政部公布115年全國孝行獎得主，本縣黃先蕙女士與李沛潔女士，榮獲全國孝行楷模。今年全國共有30位獲此殊榮，而本縣兩位楷模以數十年如一日的無私奉獻與具體行動詮釋現代孝道，堪為社會表率。

黃先蕙：孝心橫跨原生與夫家 數十年如一日的守護

黃先蕙女士長期承擔多位親屬的照護工作，數十年如一日踐行孝道。自幼面對多重障礙的哥哥，她從國小三年級起便主動協助起居與就醫，從未抱怨，反而培養出高度責任感、耐心與同理心。國中隨父母旅居奧地利，面對語言文化衝擊，她邊協助家務、邊半工半讀，隨後毅然獨自回國完成高中學業。

婚後，黃先蕙視夫家長輩如至親。婆婆歷經多次重大手術，不論是術前與醫療團隊溝通、準備物品，還是漫長的術後復原、復健陪伴，她堅持親力親為，即使工作繁忙亦不曾缺席；面對婆婆術後情緒起伏，她總是耐心傾聽、溫柔安撫，平時也常談心陪伴；過往曾祖母病中調養，她亦全力協助；獲得家人親友的信賴、感激與敬佩。

即使面對對幼年經濟限制、異地適應困難、獨自求學孤單及長期照護等壓力，她依然無怨無悔承擔照護重任，展現出堅韌意志與對家人深切的愛。

李沛潔：化身母親親雙眼 用不離不棄的陪伴詮釋孝道

李沛潔女士任職於連江縣警察局，多年來，在陽剛且繁重的警政勤務之餘，她獨自扛起家務與育兒重任，更自願成為母親親愛的「眼目」。

母親今年高齡76歲，隨著年歲增長，雙眼視力逐漸模糊。為了讓母親安心生活，李沛潔親手規劃家中無障礙環境，細心確保家中無障礙環境，每日不論勤務多麼繁忙，她清晨出動前必先打理好家務，傍晚下班後更是第一時間趕回家照顧母親，給母親最大的安全感。

每逢休假，在馬祖的公園裡，總能見到李沛潔一手牽著幼稚園的女兒、一手緊緊攬著母親的溫馨畫面，她放慢腳步，將沿途盛開的花朵、風景細細描繪給母親聽，在平凡日常中傳遞三代同堂的生命溫度。每週往返醫院的診療路，無論颶風下雨她從不缺席。同事眼中的她專業克盡職守，家庭中的她更是不離不棄的陪伴，為女兒樹立了最好的孝道典範。

主皆認為這些只是再自然不過的日常。她們的故事沒有轟轟烈烈，只有歲月累積的細水長流。兩人將傳統的「孝」化作具體的「行」，數十年如一日的親力親為，每一項照護都確實投入時間、心力與真情，以身作則傳承孝道，為後輩樹立典範，在現代社會尤顯珍貴，堪為社會大眾表率。全國孝行獎頒獎典禮訂於8月25日（二）下午3時於嘉義縣棒棹積木飯店舉行。



115年全國孝行獎揭曉，連江縣由黃先蕙、李沛潔獲選，預計8月赴台受獎。（圖：縣府民社處）



李沛潔

黃先蕙

社論

島嶼即展場、生活即藝術

借鏡首屆東京國際文化藝術祭

由東京都政府主辦的「首屆ARTE TOKYO」，將於今年十月登場，這場為期3個月的藝術盛會，整合了美術、戲劇、音樂、舞蹈與各類文化表演，ARTE TOKYO最大的特色是突破傳統美術館、劇院的空間框架，將整座城市化為展演空間，讓藝術作品散佈於城市各個角落，民眾在散步、搭乘交通工具、購物或旅行的過程中，便能與藝術相遇。這種「城市即展場」的概念，可做為馬祖舉辦大型國際藝術活動的參考。

東京首屆「ARTE TOKYO」以整座城市作為舞台，打破傳統展覽館限制，讓不同街區與歷史都成為藝術展演的一環，讓藝術融入街道、建築、公園、河岸與市民生活。這樣的做法，不僅讓藝術走進市民生活，也分散了單一地點的參觀人潮，進而帶動各區域的商業、人文與觀光發展，使藝術與生活緊密結合，讓藝術成為城市發展與觀光的重要推手。

馬祖即展場、生活即藝術，是馬祖與東京「ARTE TOKYO」的共生關係，向國際展現獨一無二的馬祖島嶼美學。

西引后澳海岸地景豐富 成東引天然地質寶庫

礫灘與壯闊海蝕地形相映成景，感受大自然鬼斧神工力量



西引島后澳礫灘與壯闊海蝕地形相映成景，遊客漫步其間，更能感受東引獨特的地景魅力與大自然鬼斧神工的力量。（圖／文：陳其敏）

【本報訊】在東、西引島眾多灣澳之中，若要尋找一處能同時感受海洋力量、地質奧秘與深度旅行魅力的地方，西引島后澳無疑是最佳選擇。昔日居民稱之為「土塘裡」的后澳，至今仍保留著最原始的海岸樣貌，也被譽為東引最值得細細品味的天然地質教室。

站在高處俯瞰后澳，眼前是一幅充滿張力的畫面。灰黑色的峭壁如刀削斧劈般直落海面，湛藍海水不斷拍擊岩岸，激起層層白浪；礫灘上零星散布著探訪的旅人，緩步穿梭於鵝卵石之間。人在其中，顯得如此渺小，卻也因此更能感受到大自然的壯闊與敬畏。

東引列島屬於典型的台灣式海岸，岬角與灣澳交錯分布。其中，岬角發育出海蝕地形，包括海蝕洞、海蝕柱及海蝕平臺等，而灣澳則以礫灘地形最具代表性。后澳之所以獨特，正因為這些海蝕景觀在此高度集中，形成一處難得的地質景觀寶庫。

退潮時，是造訪后澳最適合的時刻。遊客得以深入礫灘，貼近觀察海蝕洞穴的紋理、海蝕門的輪廓，以及海浪如何持續塑造海岸。每一步踐踏在圓潤的鵝卵石上，都像是一部由海洋與岩石共同書寫的自然史。

值得一提的是，與北側的清水澳相比，后澳的礫石更顯一致而圓滑。清水澳的石塊形狀多變、稜角分明；后澳則因長期受海浪翻攪碰撞，形成滿灘渾圓的鵝卵石。看似平凡的一顆石頭，其實都是大自然耗費無數光陰雕琢而成的作品。當人們走進這片礫灘，抬頭仰望高聳岩壁，耳邊迴盪著浪濤撞擊海岸的聲音，便會明白：真正令人難忘的，不只是眼前的風景，而是那份對自然力量的驚嘆與敬畏。

紅蛋、白蛋誰營養？

兩者差異不大

新鮮與健康烹調才是關鍵



雞蛋營養成分比較表

（依平均雞蛋重量55克營養素比較）

	白殼雞蛋	黃殼雞蛋	土雞蛋
熱量(Kcal)	76	73	71
粗蛋白(g)	7.1	6.9	7.1
粗脂肪(g)	5.1	4.7	4.5
總碳水化合物(g)	0.7	1.1	0.9
鈉(mg)	71	81	77
鉀(mg)	71	77	69
鈣(mg)	38	21	24
鎂(mg)	6	6	7
維生素A總量(IU)	308	306	562
維生素D總量(IU)	46.42	0	0
維生素E總量(IU)	1.61	0.84	0.78

資料來源：台灣地區營養成分資料庫

連江縣農會販售紅、白兩種雞蛋；連江縣社區營養推廣中心營養師林思好指出，雞蛋的營養價值不會因蛋殼顏色不同而有顯著差異。（圖／文：王致潔）

強化事業廢棄物管理 環資局開辦說明會

提醒應檢具廢清書工程，開工前完成申報與核准

【本報訊】為提升轄內工程業者對事業廢棄物管理法規的認識，連江縣環資局日前辦理「事業廢棄物管理說明會」，邀集建築工程承攬業者、相關公會及業務單位參與，說明營建事業廢棄物清除、處理流程及相關法規。環資局強調，事業廢棄物須依法委託台灣本島等合法機構辦理，且應檢具廢清書之工程，須於開工前完成申報與核准，違者將依法處分；相關法規及網路申報操作說明請詳見：<https://reurl.cc/2Z30ge>。

環資局表示，依《廢棄物清理法》第28條及第31條規定，事業廢棄物清除、處理所產生之事業廢棄物，應依規定辦理申報。因連江縣現有後端暫置場所已無收容量，且處理經費有限，目前僅收受民眾家戶自行產生之簡易裝修廢棄物，工程或事業單位產生之營建事業廢棄物，應依法委託合法清除、處理機構辦理。

會中說明，目前連江縣尚無取得E-OSG營建廢棄物再利用資格之再清除及處理機構，因此營建事業廢棄物須委託合法清除、處理機構，並

另為協助業者辦理委託作業，環資局介紹環境部「事業廢棄物清除處理機構」查詢系統，說明合法機構查詢及訪價方式，協助業者依法選擇合格廠商。

環資局提醒，依《廢棄物清理法》第31條規定，一應檢具事業廢棄物清理計畫書（廢清書）之工程，須於開工前完成申報及核准，並依核准內容辦理廢棄物清除及處理，違者逕依廢棄物清理