



VOL. 2155 · January 2025

清潔感（せいけつかん）日常

NT.45 ISSN 1607-2383 GPN : 2003600005 156卷1期
WWW.TAISUGAR.COM.TW



六合舞春

春酒 尾牙

113.

12.01

114.

03.31

中式桌席 NT\$ 8,800 元/桌

- ◆ 來賓免停車費，免入園門票。
- ◆ 10桌以下：每桌搭贈飲料2瓶。
- ◆ 11-15桌：贈送包廂及飲料無限暢飲。
- ◆ 16-20桌：加贈紅酒每桌一瓶及卡拉OK歡唱。
- ◆ 21桌以上：再加贈紅酒每桌一瓶及平日湖景雙人房住宿券1張。

西式自助餐 NT\$ 780 元/人

- ◆ 來賓免停車費，免入園門票。
- ◆ 50人以上：贈送非酒精類雞尾酒1缸。
- ◆ 100人以上：加贈非酒精類雞尾酒1缸。
- ◆ 200人以上：再加贈卡拉OK歡唱及平日精緻雙人房住宿券1張。

訂餐專線 06-6233888#3100、3210

- ◆ 贈送包廂需視場地有無空檔可安排，若遇場地衝場無法贈送包廂，渡假村保有調配用餐地點之權利。
- ◆ 使用尾牙/春酒專案，於舉辦日當晚或前一天晚上住宿客房享優惠價(平日6折，假日8折)需提前訂房。
- ◆ 尾牙春酒專案不可與其他優惠專案同時併用。

- ◆ 卡拉OK歡唱時間：午餐11:30-14:00、晚餐17:30-20:30。
- ◆ 詳細專案內容若有變動以現場公告為主。
- ◆ 以上消費需另加10%服務費。



柳營尖山埤渡假村
LUYING JIANSHPAN PI RESORT

97年起連續榮獲交通部觀光局「觀光遊樂業督導考核特優等獎」
736006 臺南市柳營區旭山里60號 / TEL:06-6233-888 FAX:06-6233-666



EDITORIAL REPORT

輕整理，手感落實日常簡單美好

文 / 編輯部

農曆新年將近，許多人開始進行大掃除工作，大掃除不只是文化習俗的展現－象徵著掃走舊習氣，並且清理雜亂及不需要物品，象徵告別過去的紊亂與負擔；此外，許多人也會藉由整理外表，透過髮型、衣著的變換，不但外表煥然一新，還可提升個人氣場與運勢。

而日文中的「清潔感」（せいけつかん）所描述的狀態，指的是一個人、環境或物品所予人感官上的神清氣爽之感，不僅限於物質的乾淨整潔，更延伸成為一種對生活環境、個人形象乃至心理狀態的追求；儘管兩者表現形式不同——臺灣大掃除著眼於新年的新開始，而日本的「清潔感」則是一種日常生活中持續展現的文化品味，台糖通訊本期將農曆年前所做的準備儀式意義延伸，希望讓讀者們能「透過由內而外的輕整理，實踐日常的簡單美好生活」。

本期封面故事的三個篇章，提供了提昇日常生活清潔感的方法，如《篇一：生活潔白感》透過天然環保的清潔素材，讓打掃成為日日微整理的行動，久而久之，成為一種良好的生活習慣。《篇二：洗沐清潔感》特別推薦本公司的洗沐用品，例如：榮獲環保標章認證之洗髮精、沐浴乳及洗衣精等，還有利用台糖生技材料廠產製的循環廢棄物－牡蠣殼粉製成的人工皂；此外另有隨身清潔好物－台糖 75% 酒精系列，是外出或旅行的貼身御守。《篇三：內在輕盈感》就是以斷捨離的行動，達成輕盈無負擔的心境，無論是動手清理不用的物品，也或者是數位工具的整理，都能體現生活的井然有序。

本期精彩報導眾多，例如去（113）年底舉行了簡單隆重的虎尾及善化糖廠開工典禮，歷經百年的糖業經營，糖廠與在地生活早已密不可分，台糖期許永續經營，創造下個百年。本期「公共論糖」由土地開發處主筆，報導過去兩年來著手推動的「糖廠入口標誌導入美感設計」計畫，並優化了觀光空間環境，提供旅客感受糖業文化的獨特魅力。此外，台糖循環宅享譽國際，不斷有國際友人造訪，最近也驚艷到了來訪的美國國會秘書及助理一行人，其接待過程圓滿順利。推出頗受好評的台糖文旅護照 1.0 版，近期又發行了 2.0 版本，以星球為主題，集結台糖 14 處旅遊據點及優惠，歡迎讀者春節到台糖據點甜蜜走春，完成「全糖任務」可以集點兌換限量好禮。

祝福大家在今年有蛇（捨）有得，怡然自得。



CONTENTS

01

Jan.2025

Vol.2155

Editorial Report 編輯室報告

01 輕整理・手感落實日常簡單美好

Cover Story 封面故事

04 清潔感 (せいけつかん) 日常

生活潔白感

05 無毒潔淨法 年節掃除也舒心

洗沐清潔感

08 讓環保洗沐帶給你擁抱自然與健康

10 全方位照顧你的敏感頭皮及髮絲

12 永續日常・潔淨之選 - 詩夢絲高蚵技淨味手工皂

14 洗衣日常・友善地球 - 詩夢絲環保洗衣精

16 居家及隨身清潔好物 - 台糖 75% 酒精

內在輕盈感

18 有也好・沒有更好 - 知足的喜樂

20 衣服斷捨離・不追快流行

22 又該動手清理了！若找不到時間・那就是今天

24 學會數位整理法 實現生活的井然有序

糖情 Outlook Sugar Outlook

26 台糖善化糖廠開工 結合綠電憑證助攻製糖淨零

27 虎糖 113/114 年期製糖開工 全臺唯一運蔗五分車甜蜜啟航

28 美國國際交流國會助理 訪台糖所蓋之世界首座循環宅

- 29 台糖持續實踐永續理念 連 10 年榮獲 TCSA 企業永續獎
- 30 嘉義糖果節 X 糖鐵新制服 X 台糖文旅護照 2.0
- 31 台糖文旅護照 2.0 版 「全糖任務」Mission possible
- 32 從豆漿到零食—黃豆的變身再破極限！
- 33 114 年春節福利會禮品

專欄 Column

- 34 公共論糖：小亮點，大吸睛：提升園區品質的微創新
- 48 國際糖情分析：印度乙醇政策及巴西乾旱等供應壓力 加劇市場波動性

資訊補給站 Information Supply

- 38 跨平台、零成本的圖像編輯神器—Photopea

專題報導 Feature Story

- 40 媒素看一下：「媒體素養」是現代人必備的生活技能
- 42 台糖食安專題：為保健品食安把關

繽紛生活 Colorful Life

- 44 讓影像在廣場上流動—不存在劇場遊牧計畫「也可以是電影院」
- 46 阿公的年代好先進：古早味冰棒 - 古早時代的黑魔法
- 47 阿公的年代好先進：交筆友其實超 fashion!
- 51 打卡時事：防職場霸凌！勞動部：在勞資共識下，研議提升職場霸凌防治之法令制度
- 56 食在美味：冬日暖心滋補 人蔘鮑魚燉雞湯
- 56 食在美味：油亮香酥 明爐燒烤櫻桃鴨

業務特寫 Close Up

- 54 小龍年賀歲納福，尖山埤走春趣！
- 55 臺灣島嶼風味巧克力 在台糖長榮酒店限量販售

發行人 陳立人
社務顧問 蕭基淵 蔡東霖
社務委員 謝明杉 孫鈴明 陳品靜 傅仰明
 劉錫原 呂正欣 張榮吉 王家彥
 胡聰年 許世忠 陳德為 黃正忠
 曾見占 李俊樓 劉錦桂 洪天財
 黃怡仁 蘇建元 張兆民 郭建宏
 方淑慧 宗安平 楊至甫 陳建志
 李育英
社長 蕭光宏
總編輯 謝昆霖
副總編輯 張木榮
編輯部 林景豐 楊富凱 陳福吉 甘智任
 王國全 張軒豪 薛舒尹 盧永章
 陳盈潔 陳俐真 蔡昀亨 陳建龍

發行者 台灣糖業股份有限公司
社址 臺南市生產路 68 號
電話 06-3378549
傳真 06-3378500
網址 <https://www.taisugar.com.tw>
E-mail editor@taisugar.com.tw (本刊)
設計 聚流設計有限公司
GPN 2003600005
ISSN 1607-2383
定價 新臺幣 45 元
展售門市 國家書店松江門市
 臺北市松江路 209 號 1 樓
 TEL : 02-25180207
 五南文化廣場
 臺中市中山路 6 號
 TEL : 04-22260330
網路書店 www.govbooks.com.tw

中華民國 36 年 5 月 1 日創刊
 中華民國 114 年 01 月 10 日出版
 本刊圖文未經同意不得轉載



廣告



COVER STORY



清潔感（せいけっかん）日常

在日文中，「清潔感」指的是一個人、環境或物品所予人感官上的神清氣爽之感，不僅限於物質的乾淨整潔，更延伸成為一種對生活環境、個人形象乃至心理狀態的追求。

無毒潔淨法 年節掃除也舒心

文、圖 / 編輯部、123RF

善用天然清潔素材，打造健康整潔的居家環境

現代人生活中容易受到廣告行銷的影響，許多家庭會購買各種專用清潔劑來解決不同區域的清潔需求，例如浴廁清潔劑、廚房清潔劑、除霉劑、玻璃清潔劑等。然而，這些化學清潔劑雖然方便，但其成分可能對環境和人體健康造成影響。因此，越來越多人開始

尋求更環保、安全且經濟實惠的天然素材來代替化學清潔劑。

天然素材的清潔魔法

以下這些天然素材可足以應付家中 80% 區域的髒汙，而且還能相互調和而形成更多功效，打掃同時也能保護我們的膚質與呼吸道，更能愛護地球，何樂而不為？

小蘇打粉	小蘇打是萬用清潔粉，具有溫和摩擦效果，適合去除油垢、污漬和異味。	精油	是小蘇打粉、醋和酒精的好朋友，空氣中散發自然香氛。
白醋	白醋是發酵穀物經由酒精發酵轉化為醋酸與水，是天然的清潔劑，其酸性特性能有效溶解水垢、肥皂殘留及輕微鏽漬。	麵粉	麵粉具有吸附油脂的能力，可以用來清潔廚房表面的油污。將麵粉撒在油膩區域，用乾布或紙巾輕輕擦拭後，再以清水沖洗乾淨。
檸檬酸	檸檬酸是一種天然的酸性物質，特別適合用來去除水垢和肥皂殘留。	柑橘皮	將柑橘皮浸泡於白醋中數天，製成柑橘清潔液，可用於擦拭玻璃、桌面與廚房表面，不僅能溶解污漬，還能留下清新的香氣。
硬皂 (家事皂)	硬皂由天然油脂製成，能有效去油污，將家事皂刨成絲，加到溫熱水裡攪拌，變成肥皂水，可用來清潔浴室。	檸檬	將檸檬切片用於微波爐內清潔，微波加熱數十秒後用濕布擦拭，輕鬆去除污漬與異味。
酒精	酒精具有消毒殺菌作用，家庭中簡易防菌時，購買 75% 的酒精就已足夠，可以搭配精油使用。	過碳酸鈉	是氧系漂白劑的一種，是基於天然成分製成的清潔劑，對環境相對友善。溶於水後會分解為氧氣、水和碳酸鈉，這些產物對環境無害，並且可以自然降解。

COVER STORY



小蘇打粉

將乾粉狀的小蘇打撒在髒污處，幫助摩擦污垢並刷洗；加入白醋搭配使用，兩者作用下會產生起泡，可以保養水管，清潔排水孔髒汙。



小蘇打水

小蘇打粉調和成水，比例大約是 500ml 的水和兩大匙小蘇打粉調勻後，倒入噴瓶中，就可以成為隨手的清潔劑，幫助有效打掃居家空間。



小蘇打糊

小蘇打粉慢慢調和水，大約是 2：1 的濃稠度，搭配舊牙刷作為刷具，可去除許多頑強汙漬，例如廚具及電器的鍋巴結垢，也適用於浴室、磁磚縫、不鏽鋼等金屬的清潔。



小蘇打粉吸濕包

小蘇打粉和乾燥的香草混合（例如乾燥迷迭香或薰衣草）放入空盒中，覆蓋紙巾再用橡皮筋套緊，放在衣櫃鞋櫃角落可除濕、除臭，吸收濕氣後的粉塊還可以直接清潔使用。

打掃重點區域與清潔技巧

在大掃除中，浴室與廚房通常是清潔的重點區域，因為這些地方常常容易累積頑固污垢與異味。

- **浴室清潔指南：**浴室是黴菌與水垢滋生的溫床，但只需運用天然清潔用品，便能輕鬆解決。
- **磁磚縫隙除黴：**將過碳酸鈉與熱水混合成溶液，倒在縫隙處，靜置 10 分鐘後用刷子輕輕刷洗，最後沖水。
- **排水口清潔：**將小蘇打與白醋倒入排水口，靜置 15 分鐘後用熱水沖洗，可有效分解堆積物並除臭。
- **洗臉台與水龍頭：**檸檬酸溶液可用來清潔洗臉台和水龍頭上的水垢，讓表面恢復光澤。
- **浴室天花板與浴缸：**天花板上的黴菌可用過碳酸鈉溶液擦拭，浴缸則可使用小蘇打粉去除皂垢。



用天然清潔用品也能夠洗刷頑固的黴菌與污垢

- **廚房清潔指南：**廚房是油垢與細菌聚集的地方，透過天然清潔劑的幫助，可以清潔油污。

- **流理台清潔：**將小蘇打灑在流理台表面，用濕布擦拭後沖洗乾淨，不僅去污還能消毒。
- **瓦斯爐與抽油煙機：**使用過碳酸鈉溶液清潔瓦斯爐的頑固油垢，濾網可浸泡在溶液中 30 分鐘後刷洗。
- **廚房牆面：**檸檬酸與白醋混合的溶液能去除牆面上的油煙痕跡，讓牆面重新潔淨明亮。



天然環保的素材，可以有效清潔廚房油污

透過善用小蘇打粉、過碳酸鈉、白醋、硬皂、檸檬酸、麵粉與檸檬柑橘皮這些天然清潔用品，我們能夠以更健康、更環保的方式完成清潔工作，為新的一年帶來清新與好運。選擇自然清潔，讓家居環境更加舒適，同時也為地球的永續發展盡一份心力。

洗沐清潔感

讓環保洗沐帶給你擁抱自然與健康

文 / 生技事業部、圖 / 花東區處 陳昱之

在古代，焚香沐浴是一種對身心靈的淨化儀式。這種儀式感，不僅潔淨身體，更能洗滌心靈。村上春樹也曾提及：「儀式是一件很重要的事。它讓我們對在意的事情心懷敬畏，讓我們對生活更加銘記和珍惜。」現代人生活雖然繁忙，唯有沐浴時，能卸下一身疲勞，好好地與自己獨處，用心選擇「詩夢絲潤澤洗髮露」與「詩夢絲舒緩沐浴露」，給您充滿自然舒適的清潔體驗。

詩夢絲潤澤洗髮露與詩夢絲舒緩沐浴露皆為環保配方，無添加石化成分，嚴選

ECOCERT 歐盟有機認證成分，榮獲環保標章認證，使用上更安心。同時，也擁有 95% 以上的高生物分解度，友善環境。

詩夢絲潤澤洗髮露，中性配方，不含矽靈，溫和洗淨，減少對頭皮的負擔。同時，它的洗潤雙效特性，能讓您在洗髮的同時，達到洗淨頭皮與潤髮的雙重效果。特別添加台糖本土甘蔗糖蜜，使頭髮保水度增加，蓬鬆柔順，亮麗動人。其中更蘊含淡雅的紅色山茶花香氛，提供清新柔和的享受。

使用詩夢絲潤澤洗髮露，如同在紅色山茶

(圖：123RF)





詩夢絲潤澤洗髮露、詩夢絲舒緩沐浴露添加台糖本土甘蔗糖蜜，增加秀髮與身體的保水度

花田中暢遊，感受植萃般溫柔呵護，享受頭皮與髮絲的全面滋養。溫和高效的配方，讓您的髮絲輕柔有彈性，不會感覺過於厚重或不自然的滑膩感。透過這款環保的潤澤洗髮精，您不僅呵護了自己的頭皮與髮質，更體現出對健康與自然環境的尊重。

詩夢絲舒緩沐浴露，擁有中性配方與天然界面活性劑，溫和不刺激，不限膚質，連嬰幼兒也能適用。特別添加台糖本土甘蔗糖蜜，具有護膚、天然防護力及提升肌膚保水度的效果。富含清新的薰衣草香氛，舒緩現代生活中的精神壓力。

使用詩夢絲舒緩沐浴露，如同進入薰衣草

香氣氤氳的世界，細緻柔和的泡沫，輕柔包裹肌膚，清洗後不會留下油膩感，肌膚觸感舒適滑順。藉由薰衣草的柔軟芬芳配上清甜帶點微苦的迷迭香，調合出柔和而不刺鼻的香氣層次，能有效調節情緒，帶來放鬆與愉悅。使用詩夢絲舒緩沐浴露，帶來身心全方位的感官享受，如同一場身心的療癒之旅。

詩夢絲潤澤洗髮露及詩夢絲舒緩沐浴露，彷彿將古人焚香沐浴的儀式感融入現代生活，讓我們在忙碌之餘，找到一份內心的寧靜與舒適。讓沐浴時光充滿儀式感，把「將就」的日子過成講究的生活。



洗沐清潔感

全方位照顧你的敏感頭皮及髮絲

文 / 生技事業部、圖 / 花東區處 陳昱之

每個早上，小美站在鏡子前，看著自己的頭髮，內心充滿了絕望與挫敗感。然而，忙碌的工作與壓力，不規律的生活，再加上不適合她的洗髮精，讓她的秀髮陷入了一場「浩劫」。頭髮開始變得乾枯、斷裂、毛躁不堪、雪花紛飛等，甚至洗完頭後，浴室地板上總是有一團髮絲。小美開始懷疑：「受損的髮質不可能再恢復健康嗎？」

頭髮是人們外在形象中的重要一環，但現代生活的壓力、環境污染和不良習慣，讓頭髮已成為許多人的困擾。

頭髮的健康往往從頭皮開始，現代消費者對洗髮產品的需求已不再專注於清潔功能，

而是更關注頭皮與髮絲的全面健康護理。特別是針對強健髮根、髮絲修護、護色與抗屑等多效產品已成為新趨勢，受到年輕以及職場人群的青睞。

豐潤黑洗髮精—添加台糖豬膽汁

以「髮根健康」作為核心目標，是一款結合強健髮根與維護髮色雙重功效的功能性洗髮精，添加多項促進頭皮健康的活性成分，如台糖豬膽汁、高山火絨草、咖啡因、何首烏等萃取物，這些成分可改善頭皮微循環，為髮根提供充足的養分，使髮根更加穩固，從而減少掉髮問題。除了髮根強健之外，也

特別針對自然護色需求，以台糖豬膽汁萃取物為主要成分，其成分含有豐富的蛋白質、胺基酸、膽鹽和膽紅素等活性物質，可調理滋養頭皮，使髮色回復年輕光采，更顯亮麗。搭配珍貴的摩洛哥堅果油，含有豐富的營養成分和護髮特性，可形成自然保護層，修復因染燙、吹整造成的熱損傷，強化髮絲結構，讓頭髮更增強韌性。經委託嘉南藥理大學化粧品系進行實測，持續使用 4 個月後，豐盈養髮有感改善，回復年輕光采，重新拾回自信。

因不含矽靈的溫和配方，安心呵護與維護頭皮健康，長期使用不會對頭皮造成負擔，無不體現出對髮質周圍的呵護，與髮絲的健康之旅。在洗髮過程中，淡雅的植物草本香徐徐佩戴，帶來放鬆與愉悅的感官體驗。解決頭髮問題，更讓日常洗護成為奢華的享受。

狂掉頭皮屑嗎？三重抗屑配方－舒爽淨洗髮精

而您是否因頭皮屑和頭皮癢問題而感到困擾呢？頭皮搔癢已逐漸成為現代人常見的困擾，尤其是油脂旺盛與頭皮微生態失衡更容易加重問題。

舒爽淨洗髮精針對頭皮屑與頭皮搔癢問題，添加了衛福部公佈認可抗菌成份 Climbazole、Hexamidine Diisethionate、Piroctone Olamine 三重抗屑配方，經委託

第三公正單位檢測，3 分鐘有效抑制 99.9% 皮屑芽孢菌（糠秕馬拉色氏菌），輕鬆改善頭皮屑、癢困擾。

舒爽淨洗髮精不僅解決頭皮屑問題，也針對緩解頭皮敏感、調節頭皮油脂與修護髮質等多效合一的全面呵護，不含矽靈的溫和配方，讓您享受潔淨的同時，不給頭皮產生負擔。清新怡人的香氣，讓每次洗髮都猶如全身的儀式，洗淨後頭皮潔淨舒適，髮絲柔順易梳理，讓你每天都充滿自信。



詩丹雅蘭豐潤黑洗髮精（左）、詩夢絲舒爽淨洗髮精（右）添加台糖豬膽汁等豐黑秀髮配方



(圖：123RF)

洗沐清潔感

永續日常，潔淨之選— 詩夢絲高蚵技淨味手工皂

文 / 生技事業部、圖 / 花東區處 陳昱之

揉眼睛、擤鼻涕、接電話、按鍵盤、摸門把等眾多「手」字部首的字，可以聯想到，每個人和環境接觸最多的部位就是「手」了！因此，各種病菌十分容易從手趁虛而入，不可不慎！從雙手設立第一道防線，默念「濕、搓、沖、捧、擦」和「內、外、夾、弓、大、立、完」——可以說是小孩也知道的洗手口訣，在不少於 20 秒的時間裡，洗手帶走了髒汙，也隔絕了潛在的病菌。

洗手，這個簡單但重要的動作，是每天清潔的必經流程，但僅用清水清潔是不夠的，手部清潔用品同樣不可或缺。因此，台糖研發出「詩夢絲高蚵技淨味手工皂」，天然溫和的成分，大人小孩都適用。其中，產品名稱包含「高蚵技」三字，不僅是高科技的諧音梗，「蚵」代表手工皂添加台糖蚵殼粉，能夠有效去除異味，背後更蘊含著回收再製廢棄牡蠣殼的環保理念。高蚵技淨味手工皂

不只具有清潔功能，同時散發出清爽的香茅精油香氣，如同家的擁抱，令人溫暖而安心，傳遞台糖對友善環境的溫柔承諾，將永續理念融入日常生活。

以永續理念，打造友善環境的產品

- **冷製法製作：**低耗能的冷製工藝，保留植物油中的天然養分，同時減少生產過程中的碳足跡。
- **高生物分解性：**洗後泡沫可在自然中快速分解，避免汙染水源與海洋生態。
- **無化學成分：**不添加人工色素與化學香精，確保使用過程不產生有害物質。
- **環保包裝：**無塑膠標籤，全產品均採用環保油墨印刷、POF 環保無毒收縮膜，落實包裝減塑的永續理念。

成分天然，高效清潔

- **天然植物油：**使用冷製法自然皂化而成，完整保留天然植物油營養成分，提供良好的滋潤保養效果。
- **香茅精油：**具清新草本香氣，兼具除臭、抑菌與淨化空氣功能，帶來舒適清潔體驗。
- **蚵殼粉：**有效吸附異味與抑制細菌，實現天然除臭與環保清潔的雙重功效。

結合在地資源，實現資源循環再利用

- **善用蚵殼廢棄物：**取代化學合成抑菌劑，選用台糖生技材料廠產製牡蠣殼粉，將農業廢棄物轉製成有價值之生技材料，不僅可以減少廢棄物還能增加蚵殼的附加價值，實現循環經濟理念之綠色產品。

- **來源天然：**所有成分均來自臺灣本土天然成分，確保原材料的高品質與安全性。

自然為本，打造永續的幸福日常

家是我們的避風港，而地球則是所有生物的家。我們從地球取用多少，也應該回饋多少。詩夢絲高蚵技淨味手工皂，每一塊都散發獨特香茅精油香氣。採用冷製法工藝，完整保存植物油的天然成分，溫和滋潤肌膚。除了泡沫細緻，好沖洗不殘留，減少肌膚負擔，也秉持友善環境理念。使用時，省水低耗能，可有效減少水資源的浪費，洗後汗水能被環境自然分解，不對海洋環境造成負擔。洗後舒適的觸感，自然呵護讓手部肌膚。添加台糖蚵殼粉，不僅有效吸附異味與抑菌，更實現了廢棄資源的再利用，減少對環境的負擔，同時為永續環保盡一份心力。詩夢絲高蚵技淨味手工皂取材天然成分，以在地資源為基礎，以環保理念為核心，讓每一塊皂都不只是清潔用品，更是一份對守護地球、友善環境的溫柔承諾。



詩夢絲高蚵技淨味手工皂

洗沐清潔感

洗衣日常・友善地球— 詩夢絲環保洗衣精

文 / 生技事業部、圖 / 花東區處 陳昱之

在洗滌衣物的日常中，許多人追求的不僅是潔淨，更是健康與自然的平衡。以植物的力量與環保理念，重新定義洗滌的潔淨感，讓每一次的洗衣不再只是家務，更是一場與自然的溫柔相遇。

傳統洗衣精雖然能夠去除頑固污漬，但常含有對環境有害的化學成分，對人體健康也存在潛在風險。詩夢絲環保洗衣精應運而生，結合高效洗滌、自然健康和永續理念，在滿足日常清潔需求的同時，減少對環境和人體的影響。開發三大重點如下：

一、來源安全健康

- 環保配方，無石化成分添加
- 採用植物性來源的中性起泡劑，低泡沫好沖洗，有效去汙且不傷織物纖維。如椰子油萃取物，代替傳統的石化基成分，既能有效清潔，又不會殘留有害物質。
- 針對污漬分解更高效，特別適合汗漬、油漬及食物殘留。

二、低污染，保護水資源

- 擁有 95% 生物分解度，可被大自然分解，友善環境，不會對水體生態造成長期負擔。
- 不含磷酸鹽、螢光增白劑及其他難以分解的化學物質，避免對河流與海洋生態的破壞。

三、包裝及成份特色

- 用可回收塑料製成的容器，並提供補充包以減少一次性塑料使用。
- 香茅精油及百里香氛等天然抗菌除臭成分，可同時分解衣物的汗臭及異味，洗後衣物散發自然清香。
- 詩夢絲環保洗衣精洗滌衣物表現出真實的潔淨感，同時能避免殘留刺激性化學物質，衣物不含螢光增白劑所製造出的光澤，以及不含柔軟劑所帶來的柔軟滑順感，而是賦予純淨回歸自然的衣物，讓穿著者更貼合健康肌膚需求。



詩夢絲環保洗衣精是一款體現永續與自然健康理念的創新產品，利用低泡沫設計減少了水的用量、生物分解來降低汙水排放對生態環境的影響，以及補充包裝的推出降低塑料使用；另嚴選台糖花東的天然香茅精油作為香氛來源，避免化學香精的強烈刺激，淡雅的香氣給人一種融入大自然感，更具有舒緩與放鬆的效果，讓使用者在洗衣時能全身心地愉悅和放鬆，從對身體到心靈的呵護，展現自然與健康的雙重追求，提升生活品質，讓日常成為療癒與環保的結合體，更是在日常生活中實踐對環境的承諾。

一次簡單的家務，一次普通的沐浴，對家庭來說可能是日常，但對於地球來說，每一滴化學清潔劑的排放，都可能對環境造成長期的影響。選擇詩夢絲環保洗衣精，意味著選擇一個更潔淨的家庭與更美好的地球。讓我們以健康安心的方式，潔淨、健康與永續的結合，實現日常生活的永續發展！



詩夢絲環保洗衣精低泡沫配方，讓您好沖洗



詩夢絲環保洗衣精也有輕量包裝，讓使用時更順手

洗沐清潔感

居家及隨身清潔好物— 台糖 75% 酒精

文 / 生技事業部、圖 / 花東區處 陳昱之

隨著疫情逐漸退場，台糖公司也隨之停止了原先的防疫酒精供應，「台糖防疫酒精」陪伴民眾度過了長達 1192 天的防疫時光，也步入歷史。由於台糖接到不少民眾反映，表示在市場上很難買到「台糖防疫酒精」，為滿足這些需求，台糖於 2023 年 9 月推出了「台糖 75% 清潔用酒精」，繼續陪伴

大家維持良好的衛生習慣。75% 酒精產品成為居家常備物品，融入日常生活，台糖 75% 酒精系列產品秉持「簡單純粹、高效清潔、隨時隨地守護」的理念，為大家提供方便有效的清潔解決方案，無論在家中、工作場所，還是外出旅行中，都能隨時保持清新與安心的環境。



台糖酒精擦隨身包



台糖 75% 清潔用酒精

一、居家清潔：台糖 75% 清潔用酒精

- **成分簡單**：只含酒精（乙醇）和水，無其他化學添加物，帶來自然潔淨的感受。
- **高效清潔**：輕鬆去除日常污漬與指紋，無論是家中還是工作場所，為您提供清潔的幫助。
- **迅速揮發**：高揮發性讓表面快速乾燥，保持潔淨。
- **多功能用途**：除了日常清潔，也可以變身為天然香氣的空間噴霧。只需將 50ml 的 75% 酒精與 20 滴精油裝入玻璃瓶混合，即可為您的居住空間帶來清新、自然的氛圍，輕鬆享受健康生活。

二、隨身清潔：台糖酒精擦隨身包

- **安心、安全**：不含色素、香精及其他化學成分，使用的酒精符合食用酒精 CNS 標準，讓您使用更安心。
- **便捷攜帶**：每包含 10 片酒精擦，鋁箔包裝有效密封，隨時保持潔淨狀態，無論在

包包中、辦公桌上或隨身攜帶，都十分方便。

- **隨時隨地清潔**：無論您是在外旅行、工作還是日常生活中，都能為您提供即時、簡單的清潔解決方案。

台糖 75% 酒精系列產品延續了疫情期間的清潔習慣，且融入了現代人日常生活的需求。隨著疫情結束，儘管口罩和防疫措施的熱潮逐漸消退，但對清潔和健康的重視依然持續。台糖透過這些簡單、純粹、有效、實用的產品，幫助民眾保持清新和安心的生活環境。無論是「台糖 75% 清潔用酒精」還是「台糖酒精擦隨身包」，都能滿足在家、工作場所，還是外出旅途中，清潔需求，隨時提供便捷、有效的清潔方案。這些產品不僅是工具，更是新生活的一部分，讓我們在忙碌的日常中輕鬆享受健康、潔淨的生活方式，並持續保持對衛生與健康的關注。台糖公司將繼續陪伴大家走向更清潔、更健康的未來。

天然素材清潔劑 DIY：

柑橘清潔劑：橘子或柳丁皮，任何柑橘類其實都可以（檸檬及柚子）、75% 酒精、玻璃瓶罐

作法：

1. 將柑橘、柳丁皮剝下後，表皮用濕紙巾稍微擦拭乾淨
2. 找乾淨的玻璃罐，將柑橘皮放入，倒入 75% 酒精，蓋過果皮高度
3. 玻璃罐栓好，浸泡 3 ~ 5 天，柑橘果皮中的精油成分被酒精溶解出來，成為橘黃色液體，天然的柑橘清潔劑就完成了，可以清潔油垢



內在輕盈感

有也好，沒有更好 —知足的喜樂

文、圖 / 砂糖事業部 翁照傑

人生要懂得知足常樂，有也好，沒有更好，因為這世界本無永恆之物，一旦擁有了，就得耗費心思，甚至是透支未來的資源去守護，盲目追求其實就是自找煩惱。

而現實情況擁有越多者，不是後來根本忘記自己擁有什麼，就是大腦為了記憶，壓縮了思考彈性，思緒雜亂無章，也難怪現代人憂鬱焦慮等心理疾病如此多，光是煩惱這些

身外之物「留」與「不留」，就足夠內耗了。

囤積食物、武器在戰爭時或許有它的「需要」，但如果平時就愛囤積，那是「想要」，就可能演變成貪婪，也可能反應出一個人內心的不富足與躁動不安。

以下是我在實行斷捨離的經驗中，對於身邊物品分類與保留的一些心得：



(圖：123RF)

1、電腦與週邊耗材：

目前使用筆電，偶爾打報告整理資料，扣掉工作與睡眠等時間，每週能在電腦時間寥寥無幾，因此不保留以前桌電週邊耗材，故障時再考慮送修或是更新，畢竟一台用個3～5年其實也夠本了。

而辦公椅坐墊已破損送修不易，加上已使用超過10年，且有椅背的椅子由於太過舒適，容易忘了起身休息保護眼睛，順勢換成無椅背餐桌椅，避免久坐造成腰部等疾病，又能節省空間，一舉多得。從圖片能看到狹窄的書房，光是書桌、衣櫃、吊衣處，已耗掉許多空間，而且還沒擺夏天的電扇，因此不考慮辦公椅。

2、書籍及文具用品：

我喜愛閱讀，尤其營養保健是一輩子的課題，而工作是維修機械設備，所以保留較新出版的營養與專業證照書籍（例如：天車、急救人員、職安衛生等），畢竟工廠處處是危險，認知不足就無法辨識危害與風險評估，進而風險控制。至於國考書籍需要刻意記憶背誦，現階段無法兼顧，爾後有想換工作時，再找較新版本的書籍來閱讀即可。而寫筆記早已是習慣，也保留部分多孔夾與紙張等相關文具。

3、衣櫃：

本身比較瘦冬天較怕冷，保留重點在於冬季衣服，總共三套，每套至少包含褲子2件、上衣2件、外套2件，採洋蔥式穿搭，而夏季雖較常下雨但容易乾且不占空間，夏衣亦是三套，每套包含褲子1件、上衣1件、外套1件，其他週邊像是襪子、帽子等就適量保留。

關於物品的整理與收納，則以一目了然為原則：

1、衣物櫃與書桌抽屜：整理目標在於打開時一目了然，無需翻箱倒櫃找需要的東西。

2、裝箱物：除了工作需要的工具、換季的棉被以外，原則上盡量不存在，因為會下意识告訴自己，裝箱堆疊就可以存放更多東西，況且任何物品都是有壽命的，劣化變質甚至接觸人體有害健康，所以夠用就好。



書桌整理前呈現混亂的狀態



丟棄一些不必要的物品，留下真正需要的東西

內在輕盈感

衣服斷捨離・不追快流行

文、圖 / Roha

你是否習慣在家中囤積物品呢？即使它們不會用到，也會捨不得丟棄嗎？如果有上述情形，但卻又因為家中囤積太多物品而感到煩躁，這時候「斷捨離」就可以派上用場啦！

「斷捨離」是一種源自日本的生活哲學，主要提倡摒棄不必要的物品和情感負擔，讓生活回歸簡單與純粹，這個概念不僅是整理空間的技巧，更是一種心靈的解放與自我反思的過程。在現代社會中，我們常常被物質與繁雜的事物所困，無法真正享受生活的美好，而斷捨離則是提醒我們，放下過去的包袱，選擇擁抱真正重要的事物，讓自己在繁忙的世界中找到平靜與自由。

消費趨勢因著快時尚的流行，導致消費者的購物習慣也隨之改變，這些隨著潮流快速消失的服裝，往往在短時間內就失去價值，堆積成為無用的負擔。我也有曾經為衣物囤積所苦的經驗，那些因為發胖而不會穿到、已過季退流行以及充滿回憶捨不得丟棄的衣

物，堆滿整個衣櫃，看著衣櫃裡琳瑯滿目的衣物時，我發現我沒有因此感到開心，反而覺得被壓縮了生活空間，心裡也充滿著一絲不平靜，於是我決定透過斷捨離，讓房間找回神清氣爽的氛圍。

首先我先將衣服分為「會穿」、「不再穿」及「猶豫不決」等三類，前兩者是非常直覺地去區分，猶豫不決的衣物則是放置一個月以上都沒有穿才會丟棄。每每逛街我也會多思考自己是不是有類似的衣服，或者多思考一下衣服實穿與否，久而久之，不僅能清理過多的衣物，還能減少對快時尚文化的依賴，回歸對質感和耐用性更具價值的選擇。這種方式不僅幫助我減少浪費，同時也讓我反思消費行為，選擇更具可持續性的穿搭風格。最終，斷捨離讓我的生活不再被過多物品所困擾，讓每一件衣服都能成為真正心之所向、長久陪伴的存在。

透過「斷捨離」的實踐，我學會了對物品



的選擇與放下，不僅是對生活空間的整理，更是對自我生活方式的重塑，在快時尚的消費文化中，我們從追逐流行中獲得短暫的滿足，但真正的快樂來自對自己需求的深刻理解，而回到內心的平靜與喜悅。當我們學會

從物品中解放，生活反而更加充實且自在，斷捨離不僅是一場物質的清理，更是一種心靈的放鬆，讓我們擁有更多的時間與空間，去珍惜生活中真正重要的事物。



衣櫥整理前



衣櫥整理後

內在輕盈感

又該動手清理了！ 若找不到時間，那就是今天

文、圖 / 雲嘉區處 王富民

回到家中，只要是能被稱之為櫃子的空間、沒有人住的空房間，總是塞滿雜物，很多舊的物品、贈品堆積著似乎有自我繁殖的能力，心裡正想要對父母說教一番時，走到自己房間打開房門，以為剛被炸彈炸過，要找條手機充電線像是在尋寶一樣，原來，我也不遑多讓呢。

「斷絕不需要的東西；捨去多餘的事物；脫離對物品的執著」——這門學問為「斷、捨、離」。而身處於物慾瀰漫、誘惑無所不在的我們，我反覆品味這句話的意涵，對我來說，沒有時間及心力整理自己的物品，一大部分是「惰性」使然，在我身上尤其明顯。

上班神經緊繃，腦袋高速運轉，回到家習



整理前凌亂的桌面

慣放鬆，將東西隨手一丟，大包小包的東西習慣性先放著，久而久之東西就越來越多，直到某個命定的時辰，發現這樣下去心情只會越來越阿雜 - 就像減肥一樣，不能再放過自己了，終於捲起袖子開始整理，而我也想要藉此機會向讀者分享幾招整理心法。

向上延伸換取空間

原本凌亂的桌面，盡是擺滿了個人收藏及物品，為了解放桌面上的空間，又剛好在逛五金行時看到了桌上型層架，就想到可以往「天空」發展的想法，於是乎買了層架並動手組裝，在我的巧手整理之下（如圖 1），結果令人滿意，解放了桌面空間，也可以展示自己的品味蒐集。



整理後找到向上延伸的空間（圖 1）

跟物品好好道別

整理物品還有另外一個問題是，某些小東西還能用，覺得「捨不得」、「太浪費」、「好可惜」，結果整理起來就會力不從心，雖說整理了一個下午，但東西一樣都沒有少。提供一個方法，不妨找個空的櫃位空間（不能太大），把這些不確定的東西放進去，過了半年你都沒有動過，那就可以把它們都丟掉了，因為這就代表這些物品對目前的生活來說是多餘的，也就是時候跟它們好好告別了；另外臉書有很多二手物品贈送的社團，也可以多加利用減少浪費，延續物品的生命。

「斷、捨、離」的概念，藉由對物品的「減法」為自己的生活加分。在每個當下只使用最好、最適合自己的東西，漸漸地根除自己的惰性也是有正面的效益，也透過整理物品讓自己周圍的環境變得清爽，讓整個人煥然一新！有相關困擾的讀者，找個時間（找不到時間，那就是今天），也該跟一些堆積已久的物品，好好道別吧！



這是斷捨離預備區，半年沒用到就跟它們好好道別吧！

內在輕盈感

學會數位整理法 實現生活的井然有序

文、圖 / 資訊處 陳福吉

你是否經常面臨手機容量不足的窘境？相簿爆滿、下載資料堆積如山，從工作文件到照片、從舊簡報到很少開啟的 APP，讓手機變得緩慢，甚至出現閃退的狀況？別擔心，今天就讓我們來一場手機「數位斷捨離」，快跟著我做，還給手機一個清爽的空間！

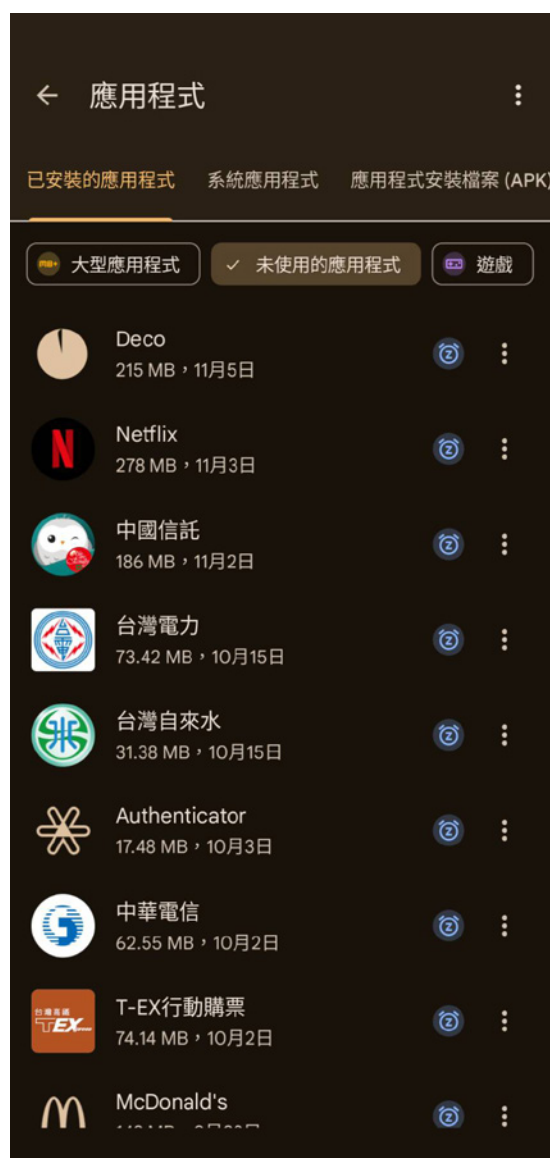
第一步：下載區與 APP 定期大清掃

下載區就像一個雜物間，不知不覺累積了許多已過時效的檔案，像 APP 一樣，這些用不到的 APP 不僅佔用手機儲存空間，還會推送惱人的通知。現在，就讓我們動手整理吧！

1. 檢視並刪除：從下載區找出那些已經很久沒使用的檔案，請毫不猶豫地將它們刪除。

2. 分類整理：將常用的 APP 放手機桌面或資料夾中，考慮那些很少用到的 APP 是否還有保留的必要。

3. 善用系統工具：大部分手機系統都提供了 APP 管理工具，可以幫助你找到佔用空間較大的 APP，可以嘗試將佔用空間較大的 APP 移除並重新安裝。



定期刪除少用的 APP

第二步：精選照片，只留下最美的那一刻

隨著手機鏡頭畫質愈來愈好，照片檔案已成為佔用儲存空間最多的類型之一，一張張照片記錄著我們的生活點滴，但也夾雜著許多重複、模糊或無用的照片，請記住，只需保留最美的幾張即可，拍完照當下就先行檢視，只留下最精簡的畫面。

1. 從相似照片中精選：連拍雖然可以捕捉到精彩瞬間，但也會產生大量重複的照片，只保留最清晰、最有代表性的一張，其餘的請果斷刪除。

2. 刪除畫面截圖：經常會截取網頁、對話或圖片，這些截圖中，許多都是暫時性的，一旦過了使用當下，就可以立即清理。

3. Google 相簿照片分類：Google 相簿的分類功能非常強大，可以根據時間、地點、人物等自動分類照片，方便管理和尋找，這時就會發現有些無法分類的照片，可能是不再使用或回顧的照片。



Google 相簿提供強大的分類整理功能

第三步：建立目錄分區整理，善用免費雲端空間

手機中的檔案不僅僅是照片，還有音樂、影片、文件等。為了方便管理，可以建立一個簡單適合自己的檔案目錄。建議上層目錄命名簡單明瞭，最後一層目錄的命名可以依日期、時間加上事件說明。

1. 檔案分類：將檔案按照類型（圖片、音樂、文件等）或主題進行分類。

2. 建立子目錄：對於大類別的檔案，可以再細分為子目錄，例如將照片分為「旅遊」、「家人」、「美食」等。

3. 統一命名規範：目錄命名方式有助於分類尋找，例如按照「年份 - 月份 - 事件」的格式命名。

4. 善用免費雲端空間：將不常使用但很重要的檔案備份到雲端，釋放手機的儲存空間，免費的 Google 雲端空間提供 15GB，當然也可以付費升級，Google One 與 iCloud 都是很好的選擇。

數位斷捨離不僅能讓手機煥然一新，還能更快速地找到所需的檔案，減少資訊過載。讓我們從現在動起來，告別手機容量不足的煩惱，讓生活變得更加簡單有序。

台糖善化糖廠開工 結合綠電憑證助攻製糖淨零

文、圖 / 善化糖廠 王榮農

善化糖廠 113 年 12 月 24 日邀請民意代表、地方鄉親及新聞媒體共襄盛舉，由台糖董事長吳明昌率領勞工董事、公司長官、廠長郭建宏及全體工作同仁，舉行 113/114 年期製糖簡單隆重的開工典禮。

吳董事長向與會貴賓介紹建廠 120 年的善化糖廠，是國內唯二仍在運作的甘蔗製糖廠，使用的原料甘蔗均採友善農法種植，純淨、無污染，產製大包裝本土二砂及小包裝本土甘蔗糖，皆通過 ISO9001、ISO22000 及 GHP 等驗證。110 年更創全臺之先，以「本土甘蔗糖」榮獲國內第一支「農產品產銷履歷 (TAP)」加工驗證糖品，肯定台糖在食安把關及溯源管理的用心。

善化糖廠本年期預計 114 年 3 月 19 日製糖完畢，開工日數 86 天，總壓榨甘蔗量約

199,710 噸，產糖率 9.3%，生產本土二砂 18,473 噸、三號糖 150 噸及古早糖 15 噸等主要砂糖產品，並伴隨製程生產終蜜 5,991 噸、蔗渣 19,971 噸、沃土 21,968 噸等副產品，可供銷售、再利用或回歸農場蔗園，同時達成「資源生產」、「資源回收」及「廢棄物減量」循環經濟三大指標。

善化糖廠為改善人採長莖蔗品質，本年期於儲蔗場增設小型輸蔗機搭配使用採收機，期能發揮去除甘蔗夾雜物功能，以提高壓榨機、蔗渣鍋爐及沉澱槽操作效率，同時規劃發電機及鍋爐汽電共生系統，向「經濟部標準檢驗局國家再生能源憑證中心」申請綠能發電憑證，以實踐政府「淨零排放」政策，善盡台糖企業經營責任，達成本土糖業永續經營目標。



台糖董事長吳明昌（中）與獨立董事、勞工董事、公司主管及全體台糖同仁，舉行簡單隆重之開工典禮



綁有紅繩的甘蔗被拋入壓蔗區，正式啟動為期 86 天的製糖期

虎糖 113/114 年期製糖開工 全臺唯一運蔗五分車甜蜜啟航

文、圖 / 虎尾糖廠 劉宏哲



虎尾糖廠 113 / 114 年期製糖開工典禮由台糖董事長吳明昌（中）、雲林縣縣長張麗善（中後方）及日本台灣交流協會代表片山和之（左）等人一同舉香祈福



台糖虎尾糖廠舉行 113 / 114 年期製糖開工典禮，貴賓拋蔗祈求開工順利

虎尾糖廠 113/114 年期製糖開工典禮於 113 年 12 月 18 日上午 10 時舉行，由台糖董事長吳明昌、雲林縣縣長張麗善及日本台灣交流協會代表片山和之等人一同舉香祈福，並將象徵開工儀式的甘蔗拋入甘蔗輸送機；當日邀請虎尾國中醒獅團、戰鼓、崇德國中節令鼓及斗南高中電音三太子表演，並恭請福安宮糖廠媽駐駕及遶境廠區祈求本年期製糖開工期順利及從業人員平安健康。

望著糖廠高聳的煙囪吐出一絲絲的白煙、聽著火車鳴笛聲就知道糖廠開工啦！全臺唯一的運蔗五分車開始行駛四個月，預計本年期原料甘蔗 21.6 萬公噸，生產約 1.95 萬公噸的本土二砂糖；除了本土二砂糖、客製化液糖產品及三溫糖產品，提供市場更多元的選擇；藉由製糖期間糖廠周圍聞到陣陣蔗糖香味與甜蜜的甜味，結合在地文史工作者及政府的重視，將這個虎尾獨有的味道及居民的記憶，

透過各種管道行銷給更多人知道，進而促進虎尾的觀光，並將虎尾鎮打造成糖業文化的重鎮。

台糖公司將虎尾糖廠發展定位為「虎尾糖業文化體驗園區」，廠區西北隅的酒精槽景觀區，留有兩座民國 47 至 52 年間完工啟用的大跨距磚造酒精槽，現已指定為縣定古蹟；另外亦配合水利署規劃虎尾潮韌性城鎮水岸縫合，未來廠區周圍將融入歷史糖鐵軌道、生態自行車道及洪汜平原步道，串聯成兼具防洪韌性、生態保護與文化傳承的綜合性休憩網絡。這些規劃不僅提升虎尾的城市休閒功能，也展現出慢活、多元的親水環境，吸引更多民眾與遊客前來感受「糖都」風情。

歷經糖業超過百年的經營，糖廠與當地的生活、文化及宗教都產生聯結，身為國營企業的台糖善盡社會責任為百年糖廠創造下一個百年，留給後代子孫一座寶貴的動態博物館。

美國國際交流國會助理 訪台糖所蓋之世界首座循環宅

文 / 台南區處 黃廷碩、圖 / 黃廷碩、潘詩瑩

我國外交部為加強臺美合作及增進我國對外關係，於 113 年 11 月 28 日由北美司駐美國代表處國會組郭立芳秘書陪同美國國會助理訪問團參訪台糖公司沙崙智慧綠能循環住宅園區。本次參訪團由聯邦參議院外交委員會資深立法與政策分析員博德特先生 (Mr. Paul Burdette) 擔任團長，帶領 10 位共和、民主兩黨之參、眾議院議員助理來訪，包含曾抵臺訪問的聯邦眾議院榮譽議長南希·裴洛西之立法助理宋潤恬女士，由台南區處處長郭建宏率領土地開發課同仁接待。

處長郭建宏說明沙崙住宅園區以前瞻性的視野、國營事業帶頭做示範的精神，具體實踐的住宅園區，是全世界首座循環住宅；並感謝來訪之國會助理及請代為向所屬之多位聯邦參、眾議員對臺灣的支持，使我國與美

國的交流與合作夥伴關係日益密切，而沙崙住宅園區正是「臺美友好」的具體表現 - 因園區完工後的第一批住戶正是來自美國的朋友們，他們在臺南科學園區受訓一年多之後回美國，目前正在台積電亞利桑那廠區打造五奈米晶片。據台積電公司表示，114 年下旬將再有一批美國朋友入住沙崙住宅，屆時本公司必定再次竭盡屋主之誼，提供良好的居住環境及服務。

會後參訪團團長博德特先生讚許本公司落實循環經濟實踐的精神，期許未來亦有機會共同增進交流，郭處長代表致贈本公司古早糖、咖啡禮盒予團長博德特先生、駐美國代表處秘書郭立芳贈送每位來賓一份同仁取用循環材料自發手作之「沙崙 ICON 鑰匙圈與冰箱貼」紀念品，過程圓滿順利。



美國國會助理訪問團一行人留影



臺南區處導覽人員為來賓解說循環宅亮點

台灣企業永續獎 頒獎典禮

台糖持續實踐永續理念 連 10 年榮獲 TCSA 企業永續獎

台糖公司副總經理蔡東霖（右）代表公司上台授獎

文、圖 / 編輯部

為實現健康及綠色產業標竿的願景，多年來台糖公司積極落實 ESG 永續行動策略，各項作為深獲外界肯定，去（113）年於「TCSA 台灣企業永續獎」評比中，再度囊括雙項大獎。這是台糖連續第 10 年獲得企業永續獎的肯定，充分彰顯台糖在永續經營上的卓越績效。

第 17 屆 TCSA 台灣企業永續獎頒獎典禮去（113）年 12 月 11 日於臺北漢來大飯店舉行，台糖在綜合績效的評比中，獲頒「台灣 100 大永續典範企業獎」；另在永續報告項目，台糖於傳統製造業中勇奪最高榮耀「白金獎」，顯見台糖在 ESG 執行力及資訊揭露方面皆有突出表現。

本屆 ESG 的亮點績效包含，兼顧農業生態保護與企業營運的「猛禽治鼠護蔗田」行動，以及融合循環經濟、淨零建築與關懷多元族群的「崇賢青銀共居循環住宅」。這兩項永續行動也讓台糖奪得本屆「TSAA 台灣永續行動獎」金獎與銀獎的殊榮。

此外，台糖也全力支持國家能源轉型政策，持續推廣再生能源，穩步推進畜殖場改建計

畫，同時結合農業技術與創新理念，推出兼顧環保與健康的食品，且獲得國內獎項肯定，例如「美人晶凍」即獲得「海宴水產精品獎」。而台糖亦響應政府社會住宅與長照政策，將自有學生宿舍轉型，更提供土地用於興建社會住宅，展現台糖對社會多元需求的關懷。

台糖強調，台糖會以創新技術與務實作為，持续提升台糖在 ESG 領域的貢獻，並會透過與外界的深化合作，為臺灣的永續發展注入更多動能，書寫新篇章。



台糖於第 17 屆「TASA 台灣企業永續獎」評比中囊括雙項大獎

嘉義糖果節 X 糖鐵新制服 X 台糖文旅護照 2.0

文、圖 / 雲嘉區處 李佩臻

由公司與嘉義縣六腳鄉公所舉辦的「嘉義糖果節」，於去 (113) 年 12 月 21 日至 114 年 1 月 5 日在蒜頭糖廠登場，活動一開始介紹新亮相的糖鐵制服，制服設計融入糖晶體、車身徽章及糖鐵銘板等元素，充分展現台糖的歷史底蘊，接著再由宇藝舞團精彩的表演為開幕典禮拉開序幕。

活動開幕首先由台糖吳明昌董事長、六腳鄉鄉長黃鈺凱以及立法委員蔡易餘為活動致詞與勉勵，為典禮注入了活力，再與各位長官來賓一同揭開「嘉糖星球，甜蜜撒糖」與大人小孩一起同樂，典禮最後由小朋友最愛的 YoYo 家族菠菜哥哥、天竺鼠姐姐一起與小朋友甜蜜童樂。

為期三週假日的現場體驗活動「蜜糖手作課程」、「星球挑戰營」以及「嘉糖市集」有吃有玩趣味十足，讓大人小孩都樂在其中。

就在「2024 嘉義糖果節」開幕日同一天，公司集結旗下 14 處旅遊據點同步發行「台糖文旅護照 2.0 版」！民眾消費達指定條件，就可以獲贈 1 本文旅護照，數量有限，送完為止，並攜手周邊店家帶來多項專屬優惠，讓大家在遊玩之餘也能享受更多驚喜折扣及兌換精美好禮。

活動首 2 日正值聖誕前夕，規劃了限定活動「聖誕糖鐵歷險」，讓民眾搭乘五分車到故宮南院展開文化探索之旅，而皮納塔糖果敲打趣味體驗，糖果傾瀉而下的那一刻，更

將濃濃的聖誕氣氛推向高潮，充滿了溫馨與甜蜜的節日氛圍。

另外園區內還有許多吸睛的裝飾，如製糖工場前側邊草地設有「糖果烏托邦」，將各式可愛的糖果放大，彷彿走進大型糖果的世界，吸引相當多的民眾到訪留影。



台糖董事長吳明昌（上排中）與來賓及表演者一同合影



糖鐵司機制服新亮相

台糖文旅護照 2.0 「全糖任務」 Mission possible

文、圖 / 土地開發處、編輯部

112 年首度推出就廣受好評的「台糖文旅護照」再升級，113 年底台糖趁著「2024 嘉義糖果節」12 月 21 日熱鬧開幕之際，限量發行「台糖文旅護照 2.0」，民眾只需完成指定任務，即可免費獲贈 1 本，不僅能立即享有 4 大文旅體驗優惠，還能循線環遊 14 處台糖據點，完成「全糖任務」還可集點兌換限量好禮，多重好康優惠 Mission possible。

「台糖文旅護照 2.0」以星球為主題，集結台糖 14 處旅遊據點資訊及優惠，護照封面採用簡約灰色系，搭配圓形挖空設計，凸顯繽紛的星球元素，內頁以插畫描繪各據點獨特的景致與糖業歷史，兼具設計美感及教育功能，並導入豐富的活動及旅遊資訊，構築出台糖的甜蜜多重宇宙，是漫遊糖業文化不可或缺的好旅伴。

文旅護照 2.0 限量發行 1 萬本，內附 4 張台糖文旅體驗優惠券，民眾持護照購買五分車票、台糖產品、入住台糖旅宿飯店及參加文化體驗活動皆可享超值回饋。在此同時，民眾還能分別解鎖文化體驗區、商品區及住宿區的



「台糖文旅護照 2.0」，民眾只需完成指定任務，即可免費獲贈 1 本。

「全糖任務」，分區集滿點數還可兌換限量好禮，包含裝有台糖安提瓜小農濾掛咖啡，且與知名文創品牌「廣富號」合作開發的「台糖啡嚕好禮袋」、具低調輕奢質感且可肩背的「台糖文旅保冷袋」，以及市價高達 3,200 元的「台糖聯合住宿券」等。

此外，台糖文旅護照 2.0 更結合線上及線下活動，護照內頁有以插畫設計的「尋覓台糖旅圖」，民眾可按圖索驥，在各據點裡找尋插畫實景，並拍照打卡上傳社群媒體，完成後即可出示畫面至各據點兌換獎品。

文旅護照 2.0 同步在虎尾糖廠冰店、月眉觀光糖廠、溪湖糖廠鐵道文化園區、蒜頭糖廠蔗埕文化園區、南靖休閒廣場、新營鐵道文化園區、烏樹林休閒園區、橋頭糖業博物館、高雄花卉農園中心、花蓮觀光糖廠、台糖台北會館、柳營尖山埤渡假村、台糖長榮酒店（臺南）、池上牧野渡假村等 14 處據點公開發行，歡迎民眾攜手台糖，開啟甜蜜的文化旅程。

從豆漿到零食－ 黃豆的變身再破極限！

文、圖 / 農業經營處

在我們的飲食中，黃豆常被認為僅僅只是製作豆漿或豆腐的主要材料，但你可知道，黃豆還能變身成健康、香脆的小零食嗎？今天就讓我們一起探索這個令人驚喜的黃豆新吃法，讓你享受美味，還能兼顧健康！

黃豆浸泡後以電鍋蒸煮

浸泡黃豆期間需要約每 3 ~ 4 小時換水，建議一個更方便安心的作法，係將黃豆放進冰箱浸泡一晚，讓黃豆吸飽水分。將浸泡膨脹的黃豆洗淨後，濾掉水分，以蒸煮方式，內鍋不加水更能保留完整的營養成分，直接放入電鍋水蒸（外鍋 1 杯半的水），待開關跳起後續燜 1 小時。



氣炸鍋烘烤後的黃豆

烘焙黃豆

- 1、取 1 杯蒸熟的黃豆，用紙巾輕輕擦乾水分，可讓黃豆在烘烤時更加酥脆。
- 2、噴上少許橄欖油，撒上個人喜愛的香料（例如：辣椒粉、五香粉、胡椒粉、迷迭香等，不加香料更有豆香甜味），充分攪勻使每顆黃豆都裹上調味料。
- 3、將調味過的黃豆均勻鋪在烤紙上，放入氣炸鍋 180°C 烤 20 ~ 30 分鐘，期間需要攪拌幾次，以確保受熱均勻，直至黃豆變得金黃酥脆，喜好更酥脆口感可延長烘烤時間。
- 4、烘烤後的黃豆放室溫冷卻，口感更香脆。

告別單調，黃豆的創意吃法

- 1、**單吃零食**：這款香脆黃豆零食最適合當作午後小吃，健康又能滿足嘴饞，讓你在工作或學習時都能保持精力充沛。
- 2、**搭配沙拉**：將香脆黃豆撒在沙拉上，增加口感層次，讓沙拉更具風味與嚼勁。
- 3、**加到湯裡**：在熱湯中加入幾顆香脆黃豆，瞬間增添風味，讓你的湯品更具特色。
- 4、**健康小點心**：香脆黃豆搭配低脂優格和綜合堅果，作為健康的早餐或輕食，營養滿分！

黃豆料理小撇步

黃豆浸泡時間長，建議可多蒸煮一些，將蒸熟的黃豆瀝乾，微溫時依料理需求量分裝至耐熱密封盒，因黃豆富含蛋白質，建議放入冰箱冷凍保存較佳，約可保存 1 個月，需要料理或烘焙時，前一晚取出放冷藏解凍即可。

冷凍熟黃豆料理更多變化，除大家熟知用調理機自製濃厚豆漿，少份量熟黃豆可變化出多樣常備菜料理，例如涼拌、生菜沙拉、清炒、燉煮各式湯品或直接加在飯裡拌成黃豆飯等，料理簡單方便，組合豐富又營養！



尚青 台糖非基改黃豆

台糖特選高屏地區優質農地，採用國內育成之品種，大面積種植，生產出「尚青」、「尚安全」之非基因改造黃豆，顆粒飽滿、豆香濃郁，並經過 SGS410 + 1 項農藥殘留及黃麴毒素檢測合格，保證提供國人最健康、安全又美味的非基改黃豆。

114 年春節福利會禮品

文 / 台糖職工福利委員會



為歡度佳節，114 年春節本會將贈送全體同仁每人等值 2,640 元之台糖產品一批，品項如下表。為方便同仁，本次仍提供跨區提領服務，凡戶籍地或住家距上班地點 60 公里以上

者均可登記。所發放之年節禮品將依所得稅法第八十九條第三項之規定列入個人所得。

春節連續假期，同仁出外旅遊，提醒大家應注意行車安全。敬祝大家，新春愉快，闔家安康！

品名、數量及規格等如下：

品名	數量	規格	供貨單位	保存期限
台糖詩夢絲清潔洗劑組	1	詩夢絲環保洗衣精補充包 (1,800g/包) *2 詩夢絲舒爽淨洗髮精 (500g/瓶) *1 詩夢絲環保沐浴禮盒 (潤澤洗髮露 500g、舒緩沐浴露 500g 瓶) *1	生技事業部	116 年 1 月 116 年 6 月 116 年 4 月
糖健金盞花葉黃素膠囊	1	60 粒 / 盒	糖健公司	115 年 11 月
啡嚕福氣禮盒	1	肉酥起司捲 10 支 咖啡杏仁捲 10 支 安提瓜濾掛 3 包 莓果酒香濾掛 3 包	商品行銷事業部	114 年 5 月
葵花油	2	2 公升	砂糖事業部	114 年 11 月
肉乾禮盒	1	原味棒肉乾 *3 包 泰式棒肉乾 *2 包 (禮盒裝)	畜殖事業部	114 年 5 月
純天然香茅精油	1	10ml 2 入裝 / 盒	花東區處	115 年 8 月

小亮點，大吸睛： 提升園區品質的微創新

文、圖 / 土地開發處



橋頭糖業博物館古蹟俱樂部前景觀水池旁之植栽綠美化

台糖公司昔日製糖事業曾肩負起臺灣經濟發展使命，自民國 80 年代起因應國際糖價競爭激烈、國內糖業市場萎縮，逐步縮減製糖規模，糖廠停止壓榨並轉型為觀光糖廠。廠區富含豐富的製糖紋理，廣大的腹地更提供遊客周末休憩的好去處，近年經由觀光糖廠園區同仁的努力以及國人的支持信賴，不少觀光園區受到遊客的喜愛，較大型的園區由北而南有月眉觀光糖廠、溪湖糖業鐵道文化園區、蒜頭糖廠蔗埕文化園區、新營鐵道文化園區、烏樹林休閒園區、橋頭糖業博物館、花蓮觀光糖廠、台東糖廠文化創意產業園區

等，每座園區都承載著過去地方居民的經濟重任，卻也有著因地域不同的獨特景致。

有鑑於不少園區營業已久，設施景觀難免有老舊不合時宜的景況，為了增加遊客的便利性及參訪意願，土開處於 112 年底著手推動「園區整體品質提升規劃」，督促各園區積極改善景觀設施，希望賦予工業遺產新的創意展現，帶給遊客新舊併具的文化觀光體驗。經過近一年的努力，部分園區已有顯著的亮點，邀請您與我們一同發掘園區品質提升新亮點！

月眉觀光糖廠雙心花園繽紛煙囪耀眼登場

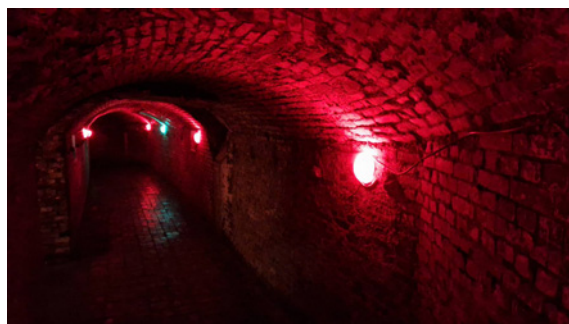
月眉糖廠屬最北端的糖廠為觀光知名遊憩勝地，自民國 88 年轉型成觀光糖廠至今已近 25 年頭，深受許多遊客喜愛，近期為給遊客營造新穎乾淨印象，完成大門口外牆招牌更新，化繁為簡，美感升級，接著園區大門口前面的圓環處更同步打造成雙心花園、小徑步道及石椅，小徑步道旁種植了各式花草，儼然成為遊客拍照、打卡的新景點。

其次，為增加月眉觀光糖廠百年製糖工廠內遊客必遊的窖底隧道視覺感，隧道兩側的白色燈光調整為七彩燈光，透過燈光的變化及映照於兩側磚牆上，增添了隧道的神祕氛圍。

近幾年來園區亦不遺餘力地向文化部文化資產局申請經費，辦理「月眉糖廠糖業文化路徑推動計畫」，昔日秤量所建物更因應該計畫整理而有了煥然一新的面貌，該場所甫於 113 年 9 月 29 日至 11 月 1 日期間舉辦「含糖人生 - 月眉糖廠製糖記憶展覽」成果展覽，透過展覽讓遊客得以了解這座糖廠生活耆老們的糖金人生並享受遊程集章樂趣。



月眉糖廠內「秤量所」煥然一新，日前配合糖業文化路徑推動計畫舉辦成果展



窖底隧道改換成七彩燈光



大門口外牆招牌更新



月眉糖廠入口圓環雙心花園



國寶級藍皮客車「勝利號」重新營運是園區一大亮點



「台糖金鋼」移置後更親近遊客

重返鐵道時光，創造新營幸福足跡

新營糖廠為台糖公司早期運輸重鎮，鐵路軌道密集、車輛調度多變，隨著時代變遷，昔日糖業重鎮蛻變為今日五分車載運遊客的觀光景點，提供旅客感受鐵道與文化的獨特魅力。

園區自去(113)年2月起即以全新升級的藍皮車廂「勝利號」帶領乘客體驗早期鐵道時光，6月亦舉辦了入口處雲天橋彩繪徵圖比賽，近期更將以優勝作品為藍圖，為雲天橋進行彩繪創作，預期今年可完工，將成為拍照打卡的絕佳景點。而糖福印刷廠整修後的全新地面，後續也將提供民眾更舒適的參觀體驗。此外，園區內由退役甘蔗車等多種糖鐵材料，以再利用組合及烤漆方式，所創造出「台糖金鋼」，原放置於檢車庫旁，近期也重新移至大馬路旁，搖身一變成為遊客的熱門合影地標，展現工業美學獨特風采！

更貼心的是，為提供遊客更多元的旅遊體驗，園區已規劃與臺南市政府合作設立微笑單車站點，未來遊客將能以更環保的方式規劃一日輕旅行深度遊覽新營。

橋頭糖業博物館甘蔗群標示臺灣第一座現代化製糖場

甘蔗為製糖之本，橋頭糖業博物館為標竿臺灣第一座現代化製糖場，特別在古蹟俱樂部前景觀水池邊精心種植了210株甘蔗，不僅讓園區的自然景觀更符合糖廠意象，還為本園區的環境教育課程增添了新元素。在這裡，遊客不僅能觀賞甘蔗生長的狀態及過程，還能了解過去這片大地與人們生活息息相關的故事。另值得一提的，該景觀水池甫完成木棧道地板更新工程，提供遊客安全及舒適的活動環境。



自行車出租店也以全新樣貌驚喜亮相

而園區的自行車出租店也以全新樣貌驚喜亮相。經過悉心改造的外觀，融合現代設計與日式木造建築的元素，成為園區的一大亮點。選擇一輛自行車，迎著微風徜徉在園區的林蔭道上，從這裡出發的每一步，都是愜意的開始。

花蓮觀光糖廠漫遊住宿體驗 UP

為提升園區服務品質與環境舒適度，花蓮糖廠近期已重新優化入口標識及園區交通動線，強化停車引導，提升通行效率與安全性。

針對遊客最常反映的小黑蚊及鼠害問題，園區亦展開全方位防治行動，包括定期噴灑環保型驅蟲藥劑、加強垃圾集中區域的清潔管理、以及設置誘捕裝置等。同時，更安排定期檢查園區桌面與公共設施，營造乾淨整潔的環境，致力提供遊客舒適又安全的旅遊環境。

園區針對日式旅館進行全面更新，包括修復與更換老舊的隔間帳子及浴室拉門，並增設高效能吹風機，提升房間內的便利性，滿足住客的需求，確保遊客千里迢迢而來能感受到園區的用心款待。

台東糖廠文創挖寶不迷航

台東廠區多位承租人於早年自行成立「東糖商圈」，常於廠區內辦理市集及促銷活動等，於是商圈成員設立了象徵性的「東糖商圈」入口意象。然而，多年來發現旅東遊客於到訪前會透過網路搜尋「台東糖廠」或「東糖文創園區」，以確認旅遊路線，未料原豎立之「東糖商圈」招牌，經常使遊客無法辨識廠區名稱，113 年度園區已重新整修本招牌，以便遊客更清楚地識別及統一廠區之名稱。

對園區環境的優化，打造具糖業特色及符合現代休閒的場域，是台糖持續努力的目標，除了上述園區的改善亮點，連接高鐵及故宮南院的蒜頭蔗埕文化園區也將呈現嶄新的面貌，園區正與城市美學團隊攜手合作規劃「蒜頭糖廠入口意象暨服務設施改善」，園區入口景象及遊客服務設施將擺脫原先制式封閉的設計，導入美感設計，期望提供遊客更加便利及舒適空間環境，預計於今（114）年 4、5 月正式動工，未來民眾前來糖廠不再是單純懷舊，更是一件很新潮的巡糖之旅！



花蓮糖廠近期重新優化入口標識質感升級



台東糖廠標誌美感提升，同時也提升遊客識別度

跨平台、零成本的圖像編輯神器 – Photopea

文、圖 / 資訊處 黃珮華

還在為修圖苦惱嗎？你是否曾想修改一張照片卻不知從何下手而放棄？也許你聽說過 Photoshop，但昂貴的費用與繁複的功能讓你望而卻步？又或者，你嘗試過簡單的手機修圖 App，卻總覺得無法達到理想效果？如果你正苦於找不到合適的工具，那麼今天要介紹的 Photopea，絕對會讓你眼睛一亮！什麼是 Photopea？

Photopea 是一款免費且基於瀏覽器的圖像編輯工具。它支援多種格式，包括 Photoshop 的 PSD 檔案，還能與 PNG、JPEG、SVG 等圖檔互通，更重要的是，不管是電腦還是平板，不論是使用 Windows 或是 Mac，Photopea 都能完美運行，實現了跨平台使用的便利。

與其他需要下載的專業軟體不同，無需安裝的 Photopea，讓你打開網頁就能進入功能全面的圖像編輯環境，開啟發揮創意的旅程！

開始使用 Photopea

進入官網：在瀏覽器中輸入「photopea.com」，即可開始使用。

切換中文介面：點擊「More」→「Language」→「繁體中文」。

上傳圖片：點擊「檔案」→「開啟」，上傳你的素材。

編輯創作：使用左側工具欄的筆刷、選取或文字等工具，自由發揮你的創意。

下載作品：完成後，點擊「檔案」→「輸出為」，選擇想要的格式保存作品。

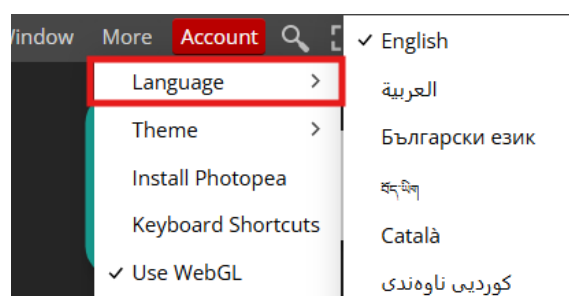
新手到高手的第一步

Photopea 是個容易上手的工具！初學者只需要掌握幾個基本工具，就能開始創作。以下是幾個新手必點技能：

移除背景：想要製作無背景的圖片？Photopea 提供了類似 Photoshop 的「魔術棒工具」，只需透過滑鼠點擊欲刪除區域，再按下 Delete 按鍵，就能快速移除圖片背景，方便製作貼紙、標誌等個性化設計。

文字與特效：想讓你的照片更有故事感？使用文字工具，選擇喜歡的字體，加上色彩或陰影特效，讓普通圖片瞬間變得吸引人。

應用濾鏡：Photopea 提供了豐富的濾鏡效果，例如模糊、銳化、像素化等，讓你的圖片可以更百變。



圖片合成：想把自己和偶像放在同一張照片裡？通過圖層功能，讓你輕鬆完成圖片合成，只需將兩張圖片放入不同的圖層，然後調整大小、透明度或位置，短短幾分鐘內就能製作出獨一無二的創意圖片。

多用途的創作神器

製作海報與簡報封面：活動需要一張吸睛的海報？或者想讓報告封面更專業？使用 Photopea，你可以輕鬆排版，加入文字和背景圖案，創作出獨特且吸引人的設計。

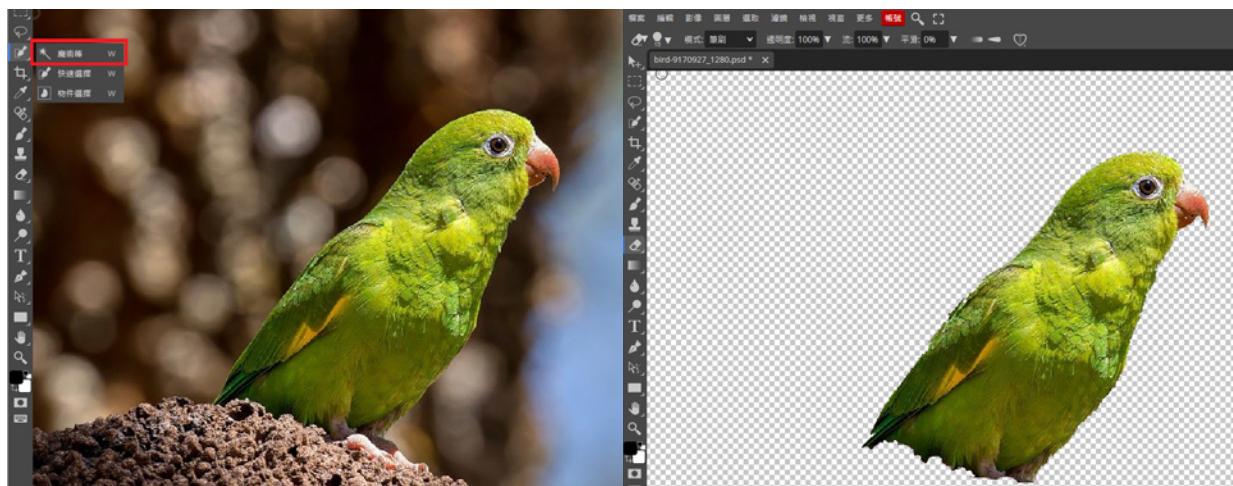
個人興趣創作：如果喜歡插畫或數位藝術，Photopea 也支援手繪功能，搭配數位筆或觸控設備，讓你的作品更加出色。

社群內容編輯：經營 IG、YouTube 或 TikTok 的用戶可以利用 Photopea 創作吸引眼球的縮圖或貼文設計，讓你的內容更具競爭力。

免費神器，創意無限

Photopea 提供一個讓創意得以發揮的平台，無論你是圖像編輯的初學者，還是已有基礎的進階玩家，Photopea 都能滿足你的需求。更重要的是，它讓圖像編輯不再受限於高昂的成本或複雜的安裝過程，真正做到了隨時隨地，跨平台、零成本。

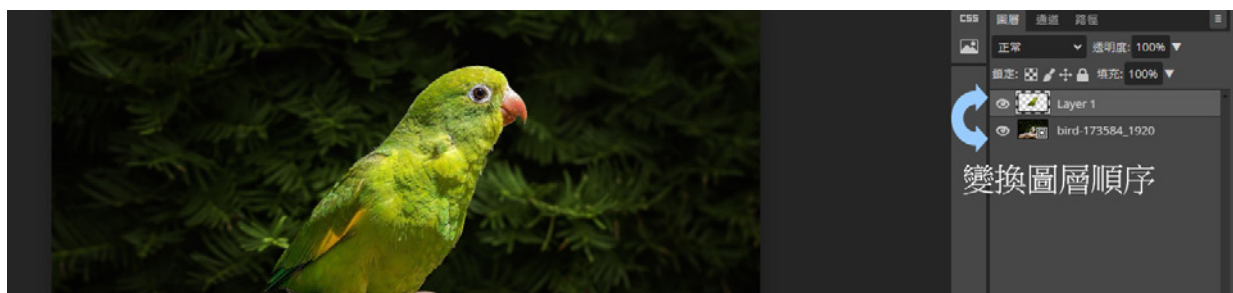
還在等什麼？現在就打開 Photopea，展現你的創意！



圖片 1: 使用「魔術棒」功能。

圖片 2: 完成去背。

素材來源：<https://pixabay.com/photos/bird-parakeet-parrot-9170927/>



圖片 3: 變換圖層順序，並調整原圖大小、位置。

素材來源：<https://pixabay.com/photos/bird-cardinal-animal-young-cardinal-173584/>

媒素看一下

「媒體素養」是現代人必備的生活技能

文、圖 / 米迪亞曼

你聽過「媒體素養」嗎？你具備「媒體素養力」嗎？2019年起，臺灣正式將媒體素養納為12年國民基本教育的核心課程。2023年教育部出版的《數位時代媒體素養教育白皮書》，更以「面向未來關鍵能力」的標語，揭櫫「媒體素養」的重要性。但實際上，在資訊科技如此發達、訊息傳播如此飛快的現在，媒體素養早已是現代人必備的生活技能。

可以傳遞訊息的人或物都叫「媒體」

為什麼媒體素養是現代人必備的生活技能呢？這得從「媒體」開始說起。什麼是媒體？如果你腦中浮現的是「新聞記者」，恭喜你！享有和多數人一樣的共識。倘若除了新聞記者之外，你腦中還迸出Facebook、Instagram或Line之類的「社群媒體」，那太棒了！你具有超群的見識。若是你脫口而出手機、電腦、網際網路等硬體，甚至是這本刊物，我的天啊！那你真是太有Sense了！

一言以蔽之，什麼是媒體？媒體就是「可以乘載及傳遞訊息的工具」。這裡所指的「工具」不限任何形式，包含有生命或無生命的，實體或非實體的。例如有生命的「記者」，是傳遞「新聞資訊」的工具，也就是大眾所稱的「新聞媒體」；無生命的像是Facebook之類的「數位平台」，就是人們發布各種消息動態及交流聯繫的工具，所

以稱之為「社群媒體」，而這類數位平台又必須仰賴非實體的網路資訊技術，並搭配實體的手機、電腦等科技工具才得以實現。綜合以上說明，人類的生活就是由各式各樣的媒體所組成。

「具備媒體素養的話 就不會這樣做…」

每一天人們都在接收、處理並創造大量的訊息。以下且讓我們藉由「小明」來重現一下現代人常見的媒體使用情境。

一大清早，越來越大的鬧鐘聲打斷了小明中樂透的美夢，氣得他一睜眼就拿起手機，並在Instagram上發布限時動態，表達怨念。之後他躺在床上繼續滑手機，他點開Facebook，一連出現好幾則現實生活友人們出遊的照片。緊接著出現「爆料公社」的貼文，是一位不認識的網友指控某家美食名店有食安疑慮，顧客在餐廳內吃得開心，老鼠們則在廚房內大快朵頤，並附上老鼠在地上爬竄的影片，引發網友們熱烈地討論，小明也立刻在討論串下回應：「天啊！好噁！再也不敢吃了！」並順手將此訊息轉發到LINE朋友群組，提醒大家別再光顧此店。然後他繼續滑臉書，滑到一則標有「贊助」的貼文，內容是他觀望很久的球鞋正在限時促銷，「原價9999元，現在只要999，快點我購入」，他便不假思索地點入連結，並按照指示下訂付款。同一時間，他收到一則「飆股大師帶你飛，投資績效衝上



教育部《數位時代媒體素養教育白皮書》提出之 5 大媒體素養能力面向

天」的群組邀請，小明回想起稍早剛做了中樂透的美夢，心想這大概是老天給他的暗示，便不假思索地就加入群組，準備迎接天上掉下來的財富……。

上述這段故事想要傳達的是，假如小明具備足夠的媒體素養，在他看到陌生網友的貼文時，他就會有「此文僅供參考，還需小心求證」的心理認知。比起直接留言或轉發貼文，具媒體素養者還會進一步確認影片有無被移花接木，或是 AI 以假亂真的可能，同時也會查看有無相關新聞、當事店家有無對此回應，甚至研究貼文者的來歷等等，好以綜合判斷該則消息的可信度有多高，會不會是同業或有心人士的惡意詆毀，甚至聘請網軍貼文和留言？有媒體素養的人會盡可能避免成為散布謠言，或詆毀他人名譽的幫兇；此外若小明具備媒體素養，他就會知道「贊助」貼文即是有人花錢加強推播的意思，而看到大幅度的價格優惠，更應當提高警覺，是否就此落入黑心商人利用撿便宜的人性，所設下的詐欺陷阱；且具備媒體素養的人，更不會像小明一樣接受陌生人的邀請，加入投資飆股群組，成為詐騙集團待宰的肥羊。

長期這樣做可以提升媒體素養

所以什麼是媒體素養？教育部綜觀各國對媒體素養的解讀後，提出以「批判性思考」為核心的 5 大能力面向，包含「近用：能夠運用適當工具查找資訊及保護個人資料與隱私的能力」、「分析：能夠評估資訊品質及媒體目的，並能辨識不實訊息的能力」、「創造：能夠運用數位工具產製內容的能力」、「反思：能夠以符合倫理及負責之態度，傳播資訊與媒體內容的能力」，以及「行動：能夠透過傳播運作，實現自我表達及社會參與的能力」。

而這些能力需奠基在 5 項基礎知識上，包含瞭解媒體與各類型內容提供者的運作方式、民主功能及社會影響、瞭解數位平台對個人與公共生活的影響，以及瞭解人工智慧與演算法對資訊生態的影響。

有了以上對媒體的基礎認知，再加上長期的接觸、實作與反思，各位的媒體素養必能有所增長，甚至能從現代必備的生活技能，轉化成現代生存的必殺絕技。在這裡我也會盡可能地分享所見、所知與所思，歡迎各位「媒素就來看一下」。

台糖食安專題

為保健品食安把關

文、圖 / 生技事業部

走進台糖生技事業部，在會議室及多處辦公室的牆面上都可見懸掛著的食安政策標語，「有效溝通、工廠衛生、產品安全、顧客安心」這十六字箴言代表著本事業部對食安的承諾，期望將食安觀念作為企業文化，全體同仁一同致力於提升產品品質，積極為食品安全把關。

食品安全管理的五大面向

台糖生技事業部對於食品品質與安全的要求，可從人、機、料、法、環等五大面向談起。在人員方面，以廠長為首成立食品安全管制小組，成員定期接受主管機關認可食安訓練，另有培育現場操作人員專業證照取得，包含罐頭品管及罐頭殺菌技術等，並於每年舉辦基礎品管教育訓練，強化每位同仁於從業期間的專業知識。在機械方面，生產設備定期執行保養及校正，檢驗儀器每年委外由 TAF 認可實驗室執行校正作業，確保生產與檢驗工作的品質與正確性。在物料方面，由生產、品保及研發人員共同制訂原料、半成品及成品規範，依其性質及參考法規訂定監測項目，從源頭至餐桌層層把關。在法規方面，除依照衛生主管機關公告標準訂定規範，並有專人每月負責查核食品相關法規與實務管理面之符合性。在環境衛生方面，定期執行產線員工手部塗抹、環境落菌及設備過敏原殘留反應等檢測，確保環境衛生並防止交叉污染。



台糖明星商品「台糖蜆精」

落實管理措施，導入外部驗證

在前述自主要求與管理下，本事業部自民國 94 年起，陸續通過 ISO 9001、ISO 22000 及 HACCP 等認證制度，並持續接受食品衛生安全管理系統、TQF 驗證、以及衛生主管機關針對特定專案主題工廠之無預警稽查，以確保產品生產過程符合食品衛生安全管理法，透過第三方驗證落實二級品管制度。品保檢驗室為負責生產過程中多項檢驗分析工作，自民國 94 年起取得 ISO/IEC 17025 測試領域認證實驗室，並持續投入資金購置精密分析儀器與定期保養維護，強化自主品管及自主檢驗，確保有充足的軟硬體實力為產品品質負責。

台糖蜆精的食品安全管理四步驟

以台糖明星商品「台糖蜆精」為例，導入風險評估並以四大步驟的嚴格把關來確保產品安全。首先，第一步為在原料進廠後，由專人負責取樣，檢驗人員執行進料檢驗，驗收人員依據規範，檢視廠商提供報告或



由品保組出具之報告，針對微生物、重金屬、動物用藥等項目判定品質，合格後才可入庫、領料及使用。第二步，在製程中則會針對重點項目，如酸鹼值及錘度，進行線上品管監控，以確保產品品質與安全。第三步，在蜆精成品完成後，將依據成品規範進行外觀、風味、內容量、酸鹼值、錘度等分析檢驗，再次確認成品品質。第四步，台糖蜆精係屬罐頭食品，因此需同時進行保溫試驗，在 37°C 下存放 10 天後開罐檢驗，以最高規格方式確保產品品質無虞，在檢驗合格並完成成品留樣與開立檢驗報告並放行後，台糖蜆精方可正式出貨，此外，為維護消費者權益，成品亦會定期委託第三方公正單位進行檢驗。

強化品質管理與異常狀況分析

為強化事業部對於台糖蜆精之品質管理，在生產後約一年，將於市面銷售通路取

回通路樣品並與留樣品進行檢驗比對；額外的留樣品則會存放至有效期限後半年開罐檢驗，產品雖已逾有效期限，但仍持續監控品質。

若市售品出現異常，如市場抽樣及自主監控異常或消費者客訴等，將立即進行異常追查，探討該問題是否為個案狀況亦或是系統性問題，最重要的是透過每一次的案例做好事前預防，導入源頭管理與製程的風險分析及控管概念，防止類似狀況再發生。

台糖蜆精在送至消費者手上前，得經過多個不簡單的關卡，承載著每位同仁對食品安全的心血與付出，對品質及食品安全的要求不敢輕忽，將台糖公司多年來建立的優質品牌形象做到最好。

讓影像在廣場上流動——不存在劇場 遊牧計畫「也可以是電影院」

「也可以是電影院」徵件作品輪播的放映空間

文、圖 / 王振愷

2024 年「臺南 400」的尾聲，臺南藝術節特別邀請資深策展人耿一偉進行節目規劃。在多元的展演規劃下，他特別連結在地實驗空間——不存在劇場，為期三個週末舉辦「阿索比 遊び——不存在劇場遊牧計畫」，並且分別以「南門公園——也可以是電影院」、「水萍塢公園——跳舞吧！腦子」、「台南公園——身林聚會所、音身會」三個公共場域和藝術主題進行串聯。

遊牧中的不存在劇場

不存在劇場從 2021 年 8 月創立至今，位於臺南市北區，持續與臺南藝文在地社群以及臺灣各城市，乃至不同國家的藝術創作者培養出互動關係。此次計畫將延伸不存在劇場於實體空間已建立起的藝術網絡，透過雕塑藝術家黃子儂合作的藍白帆布的巨型裝置介

入，思考藝術精神在我們將這空間拓撲後，如何更進一步的去擴展劇場的可能性——以一個在城市中四處移動的劇場，重新的去建構表演者與觀眾、藝術與生命、城市與劇場之間的關係。

其中在 2024 年 11 月 22 日至 24 日位於南門公園的「也可以是電影院——大南門廣場放映計畫」，由筆者進行策劃。以「回到廣場」做為起手式，試想一座城市中心的公共場域包裹一座想像的電影院：將真實與虛構的記憶重新組合，公共與私密的情感界線不斷消融。在此刻，與同行者們一起集結、相互取暖，回望一場運動的多年之後，面向當下的社會情境與藝術生態；在這裡，沒有任何規則，只有影像持續流動、思緒不斷辯證、情感沒有保留，讓我們找回行動者的身體，開始遊牧！



不存在劇場受臺南藝術節邀請，在南大門城打造一座露天電影院

南門公園作為一座想像力的庇護所

如果針對南門公園這個古蹟的場域脈絡，從清朝時作為府城的邊界，出了這裡就是羅漢腳、無賴、墳場、地痞流氓的聚集地。日治時期之後，城市邊界擴張，這裡成為了臺南放送所，用來掌握口傳言說的力量。1935年，此地收集了來自臺南各地的石碑，創造一片碑林，石頭上印刻著人們期望被記載流傳的訊息及記憶。

戰後臺南，延續著日治時代的規劃，國民政府在此創設中國廣播公司臺南廣播電台的基地，繼續作為發送話語的所在。隨著分部搬離後，話語的權力不見了。來至當代，碑林還在，原本的廣播公司所在的舊址成了臺南藝術大學音像藝術學院的南門書院，常態作為藝術電影的放映場所。原本的話語放送之地，如今成為承載記憶之處。被古蹟城門環抱的廣場上，試圖搭建一座想像力的庇護所。

「也可以是電影院」的日場晚場

庇護所裡的活動內容分成下午場與晚上場：三天下午輪播先前的公開徵件作品，共

計有十二部短片進行放映，內容包含有影像本體論、香港社會議題、城市漫遊的身體、戀物與擦拭、青年群體的社交模式等，參展藝術家包括邱靖婷、廖崇凱、劉清華、何思涵、吳稚昀、徐嘉佑、蔡明岳、楊佳馨、張祖維、黃俊凱、張健笙。

晚上場則邀請藝術家黃奕翔「藝文工作者的小劇場—操演／紀錄《沉默練習曲》」、廖烜臻&黃奕捷「當太陽花學運十年後—回放《複本》與《民主聖殿》」，進行長片放映與映後座談。前者觸及藝文領域中行政人員的現身／現聲，讓隱性的勞動得以被顯現；後者聚焦兩位藝術家在2014年的太陽花運動後一系列的藝術實踐，他們試圖從社會運動的遺留物出發，引發持續抵抗的能量。

「也可以是電影院」的最後一個晚上，呂佩怡教授帶著她的新書《「藝術／運動」作為公共平台：當代藝術與社會運動之間》進行案例分享。試圖在這個公共場域中重回轉動時代的重要時刻，思考當代藝術與社會運動有什麼樣的關係？是平行世界、互相衝突或是互為主體？以及行動與藝術的未來會是什麼？

阿公的年代好先進

古早味冰棒－古早時代的黑魔法

文 / 砂糖事業部 楊耿彰

一些阿公阿嬤年代的老事物，帶您認識他們的潮！

台糖賣冰超過 70 年，紅豆、鳳梨等口味的「古早味冰棒」歷久不衰，是許多民眾的童年回憶。然而對於「古早味冰棒」，我們只能從懷舊眼光看待嗎？今天我想試著以較宏觀的歷史視角，說明所謂的「古早味」，其實有多麼新潮！

古人吃冰，吃的是「天然冰」。冬季水會結凍時，將冰存於冰窖保冰，夏季再拿出來消暑享用。

然而這種仰賴天然的製冰方式，在冬天不結冰的熱帶地區就行不通了。文學家連橫在 1920 年出版的史書《台灣通史》記載：「臺灣為熱帶之地，30 年前無賣冰者，夏時僅啜仙草與愛玉凍。」從 1920 年往前推 30 年，可知在 1890 年代以前的臺灣人，夏天沒冰可吃，只能吃仙草與愛玉消暑。



台糖古早味冰棒

而「人工製冰」是 1834 年美國人雅各布·柏金斯發明的，以乙醚當冷媒劑的壓縮機製造冰塊。1896 年英國商人賀禮那和茶商李春生，在大稻埕蓋了臺灣第一間製冰廠，當時殖民臺灣的日本人也在各地興起製冰產業，臺灣才進入有冰可吃的時代。

然而當時臺灣人吃的應是碗裝的刨冰，不是冰棒，用棍子插著冰塊來吃，又是再下一個世紀才出現的創意了！

1905 年美國的 11 歲男童法蘭克·愛普森（Frank Epperson），不小心把整杯蘇打水連攪拌棒放在屋外整晚。隔天早上，他發現蘇打水凍成冰，好奇地握住攪拌棒拉出來吃，發現多一根棒子，吃起來別有樂趣，冰棒就這樣無意間被發明了！1924 年，愛普森將童年的發明正式商業化，為冰棒命名為 Epsicle，也就是他的名字和 icicle（冰柱）的結合，申請專利、成立公司販賣，讓冰棒逐漸成為席捲全球的消暑聖品。現今光在美國，一年就可賣出 20 億枝！

所以下次您到台糖冰品部吃古早味冰棒，可以懷想人類直到 100 多年前，才發明突破氣候限制的人工製冰（在古人眼中可是神奇的黑魔法），並讚嘆用棍子插著冰來吃的新穎創意，原來看似充滿古早味的冰棒，其實一點也不古老呢！

參考資料：

[1] 李開周，〈吃一場有趣的宋朝飯局〉，台北：時報文化，2015。

[2] 農傳媒，〈追尋刨冰的旅程〉，<https://www.agriharvest.tw/archives/103857>，2024/09/18。

[3] 今周刊，〈冰棒年銷 20 億枝 竟是小孩發明的〉，<https://www.businesstoday.com.tw/article/category/80730/post/201707060004/>，2024/09/18。



交筆友其實超 fashion ！

雖然對現在習慣網路社交的年輕人來說，「交筆友」可能聽起來很落後，其實「筆友」文化源於 1970 年代，仰賴於「普及的識字教育」與「發達的郵政系統」才得以盛行。

在古代，讀寫能力是統治者掌控權力的工具，識字、寫字主要是為了寫政府文書、管理戶籍或記錄稅收，因此掌握在少數貴族、公務員手上，大部分平民百姓是不識字的。古代驛站只傳送官府文書，不辦理民間通信，有錢人還可雇用腳夫，一般老百姓就只能委託商旅或順路的人代傳。詩句「烽火連三月，家書抵萬金」呈現古代民間通信的艱難。

但筆友流行的 1960 ~ 1990 年代可就不一樣了。早在 1943 年，臺灣總督府就推行六年義務教育，並在 1968 年國民政府執政時期延長為九年。年輕學生都得以識字寫字，跟古代文盲相比，可說是一大進步！在民國 60 年

代創刊的「愛情青紅燈」雜誌，可說是古早版的臉書，大家爭相刊登自己的帥照美圖，附上姓名、郵寄地址等聯絡資料，看對眼了就可以寫信交筆友。

但就算會寫字，信寫好了沒人送也沒用啊！因此交筆友能夠盛行，還得仰賴發達的郵政系統。現代化郵政源於 1840 年後的英國，那時為了因應不斷增長的寄信需求，英國郵政發明郵票，作為郵資預付證明，收信人不用付錢；施行廉價的均一費制，使各地不因距離不同而有收費差別，在這樣的制度下，通信不再是政府或有錢人的專利，平民百姓也可輕鬆收、寄信了！

所以下次聽到長輩們回憶從前交筆友的點點滴滴，不用覺得傳統老派，畢竟和古代艱難的民間通信相比，人人都能寫信傳遞情感可是很先進的事呢！

參考資料：

[1] 劉建輝，〈從古代郵驛到現代郵政——大龍郵票的發行及其歷史意義〉，《故宮博物院院刊》，1988。

[2] 換日線，〈台灣人，沒有任何服務是「理所當然」——從英國的郵政改革看見中華郵政的勞權困境〉，<https://crossing.cw.com.tw/article/7857>。

國際糖情分析

印度乙醇政策及巴西乾旱等供應壓力 加劇市場波動性

文、圖 / 砂糖事業部 李孟娟

一、國際糖價交易回顧與走勢圖

2024 年 9 月上旬，巴西的中南部地區報告甘蔗收成高於市場預期，供應充裕的信號令市場承壓。同時，印度和泰國的天氣條件改善，市場對亞洲地區糖產量預期上調，進一步加重了供應過剩的預期，紐約粗糖近月期貨價格收盤價在 9 月中旬觸及低點 18.47 美分 / 磅。然而，隨著巴西聖保羅州發生大規模火災，約 500 萬噸的甘蔗可能受損，市場開始調整對供應的預期，紐約粗糖價格 9 月底收盤價

回升至 22.67 美分 / 磅，顯示市場對長期供應的不確定性逐步反映在價格上。

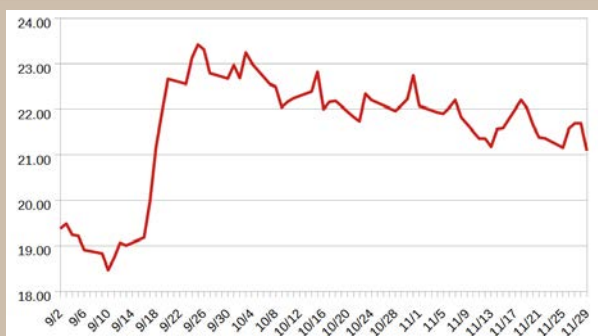
2024 年 10 月，巴西火災損失進一步明朗化，乾旱與火災影響的疊加導致甘蔗產量預測下調。此外，印度政府宣布推進乙醇政策，限制糖出口，進一步推動市場對供應短缺的擔憂，投機資金進場回補空頭部位，紐約國際粗糖收盤價在 10 月上旬攀升至 23.24 美分 / 磅，然而，由於歐盟和泰國增產的預期削弱了短期供應憂慮，價格在月末略微回調，紐約粗

圖表 1：2024 年 9 月 1 日 ~2024 年 11 月 30 日國際糖價表

商品種類	單位	9 月均價	10 月均價	11 月均價	收盤最高價	收盤最低價	價差	震盪幅度
紐約粗糖期貨價	美分 / 磅	20.62	22.36	21.66	23.42	18.47	4.95	21.14%
	美元 / 公噸	454.69	492.84	477.41	516.32	407.19	109.13	21.14%
倫敦白糖期貨價	美元 / 公噸	554.19	570.18	554.38	597.10	518.60	78.50	13.15%

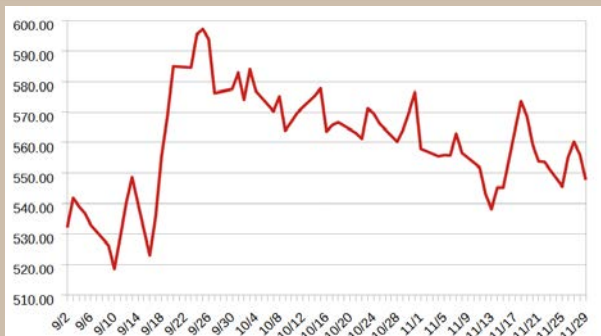
資料來源：台糖公司每日糖價試算表

圖表 2：紐約粗糖期貨價格走勢圖



資料來源：台糖公司每日糖價試算表 (單位：美分 / 磅)

圖表 3：倫敦白糖期貨價格走勢圖



資料來源：台糖公司每日糖價試算表 (單位：美元 / 噸)

糖價格 10 月底收盤價為 22.74 美分 / 磅。

2024 年 11 月，印度正式實施乙醇增產計劃，市場預期未來出口將受限，價格獲得支撐。然而，巴西部分地區的壓榨進度有所加快，部分緩解市場對即期供應的擔憂，並且隨著中國需求疲軟和全球能源價格波動加劇，紐約粗糖價格呈現政策支撐下的價格震盪，11 月底收盤價為 21.08 美分 / 磅。

2024 年 9 月 1 日至 11 月 30 日期間，紐約粗糖期貨收盤價最高價為 23.42 美分 / 磅，最低價 18.47 美分 / 磅，兩者價差為 4.95 美分 / 磅，震盪幅度約 21.35%。倫敦白糖期貨價最高價為 597.10 美元 / 噸，最低價為 518.60 美元 / 噸，兩者價差為 78.50 美元 / 噸，震盪幅度約為 13.15%，上述資料與每月均價並列於圖表 1，紐約粗糖期貨價格走勢圖詳見圖表 2，倫敦白糖期貨價格走勢圖詳見圖表 3。

二、全球砂糖基本面的分析

(一) 全球糖生產概況

在 2024/25 年度，全球糖產量預計為 1 億 7,906.9 萬噸，較 2023/24 年度的產量 1 億 8,136.5 萬噸減少 229.6 萬噸，降幅達 1.27%，是近六年來首次出現產量下滑。儘管一些地區如泰國和歐盟的增產在一定程度上緩解了供應壓力，但巴西和印度的減產幅度過大，導致全球糖市供應整體趨緊。特別是在巴西的乾旱、火災及印度的乙醇政策疊加影響下，市場供應的不確定性進一步加劇。

1. 主要生產國的產量變化

(1) 巴西：作為全球最大的糖生產國，巴西 2024/25 年度糖產量預計為 4,216.1 萬噸，比上一年度的產量 4,651 萬噸減少 434.9 萬噸，主要原因包括中南部地區經歷持續乾旱，導致甘蔗糖分含量下降，影響產量，以及乙醇優先政策，由於巴西政府支持乙醇生產，糖廠增加了甘蔗用於乙醇的比例，進一步壓縮了

圖表 4：2024/25 製糖期主要生產國增產量與減產量表

增產國	2024/25 與 2023/24 差異	減產國	2024/25 與 2023/24 差異
泰國	+2,225	巴西	-4,349
歐盟	+991	印度	-2,890
中國	+700	俄羅斯	-830
2024/25 全球產量 179.069 百萬噸 2023/24 全球產量 181.365 百萬噸			

資料來源：ISO (2024 November) (單位：千噸粗糖值)

糖的供應量。

(2) 印度：作為第二大糖生產國，印度的 2024/25 年度糖產量預計為 2,931 萬噸，比 2023/24 年的產量 3,220 萬噸減少 289 萬噸，主要受政府乙醇政策影響，更多甘蔗被用於生產乙醇，削減了國內糖供應，同時降低出口能力。另外還有氣候條件影響，部分地區降雨不足，導致甘蔗收成不及預期。

2. 其他地區的生產狀況：

泰國預計 2024/25 年糖產量將達到 1,100 萬噸，從上一年度的 877.5 萬噸增長 222.5 萬噸，天氣改善和種植區域擴大是主要原因，這使泰國成為本年度增產的亮點之一；歐盟糖產量預計達到 1,578.8 萬噸，增長 99.1 萬噸，這有助於甜菜糖生產的反彈；中國的糖產量預計為 1,065 萬噸，比上一年度增加 70 萬噸，主要來自於甘蔗和甜菜產量的同步提升。

(二) 全球糖消費概況

全球糖消費量在 2024/25 年度預計將達到 1 億 8,158.2 萬噸，較上一年度的消費量 1 億 8,005.3 萬噸增加 152.9 萬噸，增幅為 0.85%，儘管增速低於過去幾年，但全球糖消費仍保持穩定增長。需求增長主要由新興市場驅動，其中非洲和亞洲因城市化進程加快、飲食習慣改變以及收入提高，對糖類產品的需求顯著提升，印尼和菲律賓等國家消費量增速尤為突出。儘管價格波動對部分低收入市場構

圖表 5：世界砂糖概況表

製糖期	2024/25	2023/24	差異量	差異百分比
生產量	179,069	181,365	-2,296	-1.27%
消費量	181,582	180,053	1,529	0.85%
過剩 / 短缺	-2,513	1,312		
進口需求量	64,409	69,103	-4,694	-6.79%
可供出口量	63,127	69,559	-6,432	-9.25%
期末庫存量	96,544	97,775	-1,231	-1.26%
庫存消費比 (%)	53.17	54.30		

資料來源：ISO (2024 November) (單位：千噸粗糖值)

成壓力，但疫情後餐飲行業復甦促進了全球糖消費的穩定增長，新興市場仍是全球需求的主要驅動力。

(三) 供需平衡狀態總結

2023/24 年度全球糖市預計將出現 251.3 萬噸的供應缺口，相比 2023/24 年度的盈餘 131.2 萬噸，供需狀態發生顯著轉變。供應短缺主要源於巴西和印度的糖產量減少，分別因乾旱、乙醇政策及甘蔗收成下降影響，儘管泰國和歐盟等地增產在一定程度上緩解了供應壓力，但總體增幅不足以彌補主產國的減產。同時，全球糖消費穩步增長，加劇了市場緊張局勢。

(四) 貿易動態分析

全球糖可供出口量在 2024/25 年度預計將從上一年度的 6,955.9 萬噸下降至 6,312.7 萬噸，減少 643.2 萬噸，降幅高達 9.25%，這主要是因為巴西及印度的出口減少。巴西作為全球最大糖出口國，2024/25 年度的出口量預計減少至 3,220 萬噸，較去年大幅下降 670.8 萬噸，產量減少以及更多甘蔗被用於乙醇生產是主要原因，由於巴西出口量占全球超過百分之五十，其供應波動直接影響國際市場供需平衡及價格走勢；印度則受乙醇政策影響，2024/25 年度出口量預計降至 230 萬噸，

較上一年度減少 141.7 萬噸，進一步加劇全球供應壓力。

全球糖進口需求在 2024/25 年度預計將從上一年度的 6,910.3 萬噸下降至 6,440.9 萬噸，減少 469.4 萬噸，下降幅度為 6.79%，主因為部分進口國提高自給率及累積庫存。但非洲和亞洲市場仍維持強勁需求，特別是在南非和印尼，進口依賴度較高的國家將尋求替代供應來源以應對減產帶來的影響。

整體而言，2024/25 年度全球糖貿易活動放緩，供應短缺和需求結構的變化可能對市場價格和進出口格局產生深遠影響，2024/25 年度全球糖貿易逆差（可供出口量與進口需求量的差額）為 128.2 萬噸。

(五) 全球庫存量

2023/24 年度末的全球糖庫存量預計為 9,777.5 萬噸，庫存與消費比率為 54.30%，而 2024/25 年度全球庫存量預計將下降 123.1 萬噸至 9,654.4 萬噸，庫存與消費比率降至 53.17%，創下近七年新低，反映市場供應壓力加劇。庫存減少主要受產量下滑及消費增長影響，削弱市場對供應中斷的緩衝能力，未來可能加劇價格波動及供應不穩的風險。

三、總結

自 ISO 於 8 月下旬發布上一季市場展望預測報告以來，國際食糖價格顯著回升。生產方面，巴西和印度的糖產量顯著下降，主因包括巴西的乾旱和火災以及印度乙醇政策，雖然泰國和歐盟的糖產量有所增長，但不足以填補兩大主產國的缺口，全球供應壓力持續加劇，2024/25 年度預計出現 251.3 萬噸的供應短缺，而消費端，全球糖需求穩步增長，特別是在非洲和亞洲的新興市場。展望未來，全球糖市長期供需不平衡可能支撐價格繼續維持高位，特別是在需求穩定增長和主產國供應壓力的背景下，市場波動性仍將加劇。



打卡時事

防職場霸凌！勞動部：在勞資共識下，研議提升職場霸凌防治之法令制度

文 / 徐元直

(圖：123RF)

勞動部勞動力發展署北分署年輕公務員之死，並爆發職場霸凌事件，震撼社會；之後政府單位連環爆，引起各界對職場霸凌之關注。新上任勞動部長洪申翰日前在立院進行專題報告表示，勞動部正在研議提升職場霸凌防治之法令制度，將持開放性態度廣納各界意見；並且在勞資雙方共識基礎下，審慎衡酌勞工勞動權益與雇主公司治理權限之衡平性，研議出務實可行之方案。

「宛如職場霸凌 #Me Too 運動。」民進黨立委范雲如此形容近期接連爆發的職場霸凌事件，「職場霸凌必有權力關係，並非一朝一夕造成」。她指出，現行公務員職場霸凌並非無法可管，但因僵固文化、模糊定義、充滿陷阱機制，致被害人求助無門，更可能因申訴而被秋後算帳。她指出，現行人事總處「員工職場霸凌防治與處理建議作為」規定，事件通報對象為單位主管或人事主管，並要主動通報機關首長；但若主管就是霸凌者，根本無法處

理。此外，在「員工職場霸凌處理 SOP」中，訂定調查小組由機關指定人員組成，沒有強制外部專家參與，可能出現調查結果官官相護現象。

立法院衛環委員會在 113 年 12 月 4 日邀請洪申翰進行「勞動部勞動力發展署北基宜花金馬分署事件及如何完善申訴管道之具體策進作為及期程」專題報告。洪申翰說，須優先強化勞動部內職場霸凌防治之策進作為，就職場霸凌事件之防治、申訴及處理另為特別規定，期建構友善職場環境，並確保本部員工身心健康。他表示，擬議未來修正重點如下，第一，完善申訴制度。包括，申訴管道多元化，明定申訴電話、傳真、電子信箱、專用信箱等申訴管道，並於工作場所公開揭示。如當事人僅口頭提告，協助當事人提起申訴，倘當事人無意願申訴，仍進行適當處理、提供相關協助。其次，在保密及保護明文化方面，將現行實務有關處理職場霸凌申訴案件之人員，

對於申訴人之姓名或其他足以辨識身分之資料，應予保密之作法明文規定；並明定對於申訴人或其他參與協助之人不得為不當之差別待遇或不利處分。

洪申翰表示，勞動部另訂專責調查機制。首先，由「職場霸凌申評會」專責調查及評議。職場霸凌之認定，涉及事件發生之背景、工作環境，以及霸凌行為態樣、頻率、目的及動機等具體情況之認定，具有高度專業性，因此擬獨立組成職場霸凌申評會專責處理。

其次，勞動部擬將申評會組成專業化、處理程序明文化。勞動部職場霸凌申評會組成將擴大外部專業人士的參與，並將受理申訴、處理流程、期限、保密及迴避等均為明確規定，使調查決定更可為各界信賴。

第三，強化職場霸凌防治教育訓練及保護扶助措施。加強主管人員及同仁的教育訓練，並視當事人需要，提供或轉介諮詢、輔導、醫療、法律扶助及心理諮商等資源，恢復身心健康。

第四，建立後續追蹤監督機制。對於職場霸凌之行為人，依據相關公務人員或其他相關法令予以懲處，並進行後續追蹤及評核，以確保其不再有霸凌或報復之行為。

勞動部是全國勞動相關法規主管機關，外界關切，一般事業單位職場霸凌防治如何強化？洪申翰明白表示，勞動部將研議事業單位職場霸凌防治的法制化。

勞動部表示，現行職場霸凌預防與處理規定，「職安法」及「職業安全衛生設施規則」已明定，雇主對於執行職務因他人行為遭受身體或精神不法侵害，應採取危害辨識、評估、工作場所配置與工作適性安排、危害預防

與溝通技巧訓練、建構行為規範及申訴、通報、調查處理程序等措施。

勞動部指出，勞工人數達 100 人以上之事業單位，並應參照勞動部公告之「執行職務遭受不法侵害預防指引」，訂定職場不法侵害預防計畫並據以執行，雇主若未落實設施規則所定之相關措施，經通知限期改善屆期末改善，處 3 萬至 15 萬元罰鍰。

至於未來，勞動部研議進一步強化職場霸凌防治與外部申訴調查及處理機制。為強化職場霸凌防治，勞動部官員表示，目前各界之訴求，主要建議將現行「執行職務遭受不法侵害預防指引」提升至法律位階外，此外，也有建議應制定職場霸凌防治專法、明確職場霸凌認定、強化申訴管道、調查認定機制、行為人若為雇主之處理及救濟程序等內容。

勞動部表示，為完善相關法制，將會蒐集國際相關法制與作法，如歐盟、美國、日本及韓國等國家對於職場霸凌預防及處理之相關作法。初步瞭解，目前國際尚無就職場霸凌制訂專法，且對職場霸凌亦無明確定義，亦無第三方之調查機制。日本及韓國係分別於「勞動基準法」及「勞動施策綜合推進法」，明定雇主應防止因職務或關係優勢，造成勞工身心痛苦或惡化工作環境之規定，亦即防止「職權騷擾」。

同時，勞動部表示，如何提升職場霸凌防治之法令制度，刻正研議中，無論是採取強化現行職安法增修規定，或研訂職場霸凌防治專法等方案，勞動部均持開放性態度廣納各界意見，並將秉持勞資雙方共識基礎下，審慎衡酌勞工勞動權益與雇主公司治理權限之衡平性，研議務實可行之方案。

洪申翰並表示，為進一步提供勞工專線申訴與諮詢服務，勞動部正評估建置受理職場霸凌申訴及諮詢專線之可行性。職安署長鄒子廉解釋，現行 1955 勞工申訴專線有各式各樣申訴進來，現擬將挹注新的資源，針對職場霸凌在北中南東設專線，包括救濟與諮商，希望就近處理。事實上職場霸凌是近年來各國關注的職業健康議題。勞動部雖已在研議提升職場霸凌防治之法令制度，但專家認為還不夠，建議職場霸凌處理應比照性騷擾申訴，強制通報勞動主管機關。在調查過程中，引進第三方，即外部專家參與。

台灣職業安全健康連線執行長黃怡翎指出，在實務上，職場霸凌的認定有一定程度的困難，且沒有清楚的處理程序，致受害者求助無門。此外，許多雇主事後都想息事寧人，無助於改變霸凌層出的工作環境，尤其是勞工負荷過大時，或組織內部管理不善，都會增加職場霸凌風險。她指出，我國「職安法」第 6 條第 2 項第 3 款規定，雇主對執行職務因他人行為遭受身體或精神之不法侵害，應妥為規劃並採取必要之安全衛生措施。亦即雇主有預防職場不法侵害之義務，但是主管機關並無相應的監督落實機制，雇主只要建立預防計畫、設置申訴流程與調查機制，就算是符合法規要求。但雇主是否真正落實所有預防計畫、確實展開申訴調查，外界難以得知。如此一來，她指出，受到職場霸凌勞工，即使不滿雇主的處置，也沒有直接救濟、協助管道，除非這些霸凌事件有違反其他法令，如「勞基法」、「性別平等工作法」、「就業服務法」等，主管機關可依此介入，惟職場霸凌則無積極行動。

全國代課教師產業工會理事長黃湘仙指出，代課老師為一年一聘，多數代課老師都面臨職場霸凌處境，校長掌握絕對人事權，掌握著代課老師工作的生殺大權，一旦被申訴霸凌，校長都會主張「我是求好心切」，媒體不再關注，申訴人就遭秋後算帳。勞動部第一份霸凌調查報告凸顯的就是「目的良善的偽善」。黃湘仙並說，受害者申訴霸凌之後，處理時程太長，若不服，救濟制度不完善，讓受害者不堪承受。對於勞動部研議提升職場霸凌防治之法令制度，例如擬修「職安法」，將「執行職務遭受不法侵害預防指引」等內容納入，提升法律位階，各界雖給予肯定，不過仍要加強相關措施。

黃怡翎表示，性騷擾申訴案成立後，現在是強制通報當地勞動主管機關，因此她建議職場霸凌成案後，應比照性騷擾申訴，強制通報，以確保雇主會公正調查。范雲表示，職場霸凌處理 SOP 中，調查小組應有第三方外部專家參與。在實務上，黃怡翎觀察，很多中小企業都沒有人資部門，針對職場霸凌防治，很多雇主也都想遵守法令，但卻不知如何做起，她建議，勞動部要有一些輔導資源下去，幫助中小企業雇主防治職場霸凌。



小龍年賀歲納福，尖山埤走春趣！

文、圖 / 柳營尖山埤渡假村 陳奇聖



豐富熱鬧的「泡泡猩猩嘉年華」主題活動

柳營尖山埤渡假村以「幸福百甲山水」聞名全臺，近年致力於環境教育及淺山生態保育，園區保有自然平衡的友善生態環境。春節期間來到柳營尖山埤渡假村遊園走春，不但可以欣賞百花盛開、群蝶飛舞的景色，還有豐富熱鬧的「泡泡猩猩嘉年華」主題活動，並可體驗遊湖船、遊園車及漆彈等獨具特色的戶外休閒樂趣，尤其能品嚐由渡假村主廚精心準備的中、西式特色料理，用在地新鮮食材滋補全家人的身心。

柳營尖山埤渡假村於寒假期間(114 年1月21日至2月10日)，特別推出「屬蛇免門票」、「浴衣租借」及「古早童玩體驗」等活動，園區營造多處日式風情拍照景點，隨便拍都是一張和服美照，晚餐後還有免費的「貓頭鷹種子DIY」活動，讓家長陪伴孩子一起動動手，做出可愛的種子貓頭鷹。寒假期間(除夕至初四除外)使用尖山埤「烤肉住宿專案」住宿，加碼贈送「烤畫DIY2份」，

讓孩子體驗更多樂趣。

小龍年春節初一至初四有大朋友、小朋友都喜愛的「歡樂泡泡秀」、「免費泡泡體驗」及「超級巨猩秀」在大草原輪番上陣，由活潑威武的大金剛及唱跳姐姐帶領小朋友嗨翻天！家長們可在綠草如茵的大草原上，來場輕鬆愜意的戶外野餐，欣賞「街頭藝人」的精彩表演及品嚐「旭山市集」提供的特色小吃及在地農特產品，感受尖山埤渡假村獨有的春節氛圍。

趁著春節假期，全家人一同到尖山埤渡假村享受綠意盎然的走春之旅，除夕至初三晚間可現場聆聽動人的「星光音樂會」，除夕至初四住宿貴賓還可參加「轉盤歡樂送」活動，來到尖山埤欣賞絕美湖景及體驗多樣的休閒設施，是春節放鬆心情、釋放壓力的絕佳去處。柳營尖山埤渡假村由南二高下柳營交流道只要5分鐘即可抵達，更多活動詳情請上官網查詢：<http://www.chiensan.com.tw>



臺灣島嶼風味巧克力 在台糖長榮酒店限量販售

文、圖 / 台糖長榮酒店

擋不住對黑金的著迷，台糖長榮酒店與您分享 ICA 世界巧克力大賽 (International Chocolate Awards) 與英國巧克力學院 (AOC) 國際巧克力競賽獲獎巧克力，搭配普魯士藍限定款禮盒包裝，展現極致工藝，給您味蕾與視覺的奢華享受！

歷經研發與探索許多臺灣在地原料，讓每一顆巧克力成為驚艷味蕾的藝術品，其中令人印象深刻的有，高山烏龍茶與四季春綠茶遇上本土季節水果的「烏龍紅心芭樂」、「水蜜桃烏龍」、「荔枝烏龍」及「柑橘四季春」巧克力，茶香果韻層次分明；關廟鳳梨搭配藍柑香酒的「藍色島嶼」巧克力，讓您彷彿置身熱帶島嶼的暖陽海風；遵循古法將烏梅、仙楂、洛神花、甘草與桂花調配製成的「桂花酸

梅」巧克力，二者互相融合，口感酸甜甘醇；以雲林出產的蒜頭與牛奶巧克力融合，加入牙買加蘭姆酒提味製成的「黑蒜頭」巧克力，巧妙打造帶有淡淡蒜香的深沉韻味；還有使用南投百香果製成軟糖，佐高雄六龜的胡椒粒，創新結合的「百香軟糖胡椒」巧克力，酸中有辣，風味豐富，讓每一口都滿載驚喜！完美結合在地風味與國際風尚，無論是送禮、品味，皆是星級體驗。

經典 8 入禮盒售價 560 元，AOC 巧克力 8 入禮盒 640 元，ICA 巧克力 8 入禮盒 680 元，搶先準備 2025 年西洋情人節，加緊腳步為心儀的他/她預備品味獨特的限定甜蜜禮物！詳情請洽【桂冠烘焙坊】06-3373861。

冬日暖心滋補 人蔘鮑魚燉雞湯

文、圖 / 台糖長榮酒店

寒冬來臨，台糖長榮酒店特別推出暖心滋補「人蔘鮑魚燉雞湯」，主廚匠心獨具，嚴選生珍貴鮑魚與鮮嫩雞肉，結合人蔘、紅棗與黃



耆等冬季滋補食材，細火慢燉，成就一鍋鮮香濃郁的頂級湯品。老母雞經過數小時熬煮，完美釋放食材的精華融入湯頭，加入米酒香氣四溢，除去多餘浮油讓湯底清澈鮮甜而不膩，鮑魚鮮Q彈牙、雞肉軟嫩細緻，以及人蔘特有的回甘香氣，層次豐富且溫潤暖胃，讓人品嚐後滿是幸福與暖意。

這道「人蔘鮑魚燉雞湯」每份800元，份量適合與4位親朋好友一起享用，不僅是冬季滋補首選，其鮑魚豐盛寓意極好，使用人蔘紅棗與黃耆燉煮慢火細煨，實為寒冬暖心暖胃養生首選。餐桌上熱呼呼的暖心湯品，是親友團聚幸福溫暖象徵。今年冬季，讓台糖長榮酒店長園中餐廳的經典湯品溫暖您的味蕾，豐富您的每一個團聚時刻！即日起供應至2025年2月28日，暖心預約請洽【長園中餐廳訂餐專線】06-3373863。

油亮香酥 明爐燒烤櫻桃鴨

文、圖 / 柳營尖山埤渡假村 陳奇聖



外出旅遊除了欣賞沿途美景及體驗風土民情之外，更要把握機會品嚐特色美食，柳營尖山埤渡假村不僅山明水秀、景色宜人，特色美食更是不容錯過。主廚為了滿足旅客們的需求，特別推薦老少咸宜的美味佳餚「明爐燒烤櫻桃鴨」邀請饕客們嚐鮮。

主廚精選肥瘦適中、肉質鮮嫩的櫻桃鴨，先

清除內臟後，以主廚特製中藥秘方醃製1日以上，醃製入味後，以明爐細火燒烤至表皮呈金黃色並鎖住肉汁，待烤櫻桃鴨出爐即可切盤上桌。烤鴨美味的關鍵需靠廚師多年經驗，精準掌握時間與火候，鴨皮色澤金黃油亮、口感香酥爽脆，櫻桃鴨胸肉厚實、細嫩多汁，更加顯得廚師不凡功力。鴨肉佐特製冰梅醬更是去腥解膩、風味獨具，讓人口齒留香、意猶未盡，同時搭配開胃爽口的特製泡菜，更是讓人讚不絕口！主廚推薦的「明爐燒烤櫻桃鴨」是一道四季皆宜，遊園必點的美味佳餚。

「明爐燒烤櫻桃鴨」料理每份380元(需加收1成服務費)，是家庭、朋友到柳營尖山埤渡假村歡聚用餐的好選擇，歡迎來電洽詢，預約專線：06-6233888 轉分機 3100 或 3200。



Sugar 廳 · 聽什麼？

1/1 板材界的黑馬：彰化副產加工廠(EP.79)

彰化副產加工廠是在美援時代下的建設，是當時遠東最大規模的新型加工廠，究竟彰化副產加工廠是怎麼來的呢？它又對臺灣有什麼貢獻呢？本集為您介紹。

1/8 專訪花糖小編－花糖玩什麼？(EP.80)

從東部產糖工廠轉變為觀光勝地，花糖經歷了什麼？哪個契機啟動改建日式木屋群？蛻變後的花糖很不一樣，來聽聽它的重生故事。

1/15 輕整理，手感落實日常掃除(EP.81)

農曆新年將近，許多人開始進行大掃除工作，本集教大家利用天然環保的清潔素材取代化學清潔劑，不僅生活潔白，同時也能感受內心的輕盈。

1/22 蛇年到台糖ㄌㄨㄣˊㄙㄨㄣˊ ㄌㄨㄣˊㄙㄨㄣˊ蛇(EP.82)

今年春節連假怎麼玩呢？台糖休憩景點如：尖山埤渡假村、池上牧野渡假村、台糖長榮酒店以及台糖台北會館等都祭出好康優惠，歡迎來玩！

1/29 迎春納福來台糖七淘(EP.83)

農曆年有許多民間習俗可以招來好運，小編們分享自己的年節開運法，也推薦幾處過年走春的私房景點。



邀 你 一 起

甜 蜜 入 座

Apple Podcast、Spotify、Firstory 等各大平台均有上架

小龍喜迎春

尾牙春酒

113/11/01 ▶ 114/03/31

中式桌菜

每桌10人，需加原價10%服務費

NT\$ 9,999+10% • NT\$ 12,999+10% • NT\$ 15,999+10% • NT\$ 18,999+10%

平日限定(週一~週五午宴)起桌價格NT\$9,999+10%(10人) / 假日限定(週五晚宴~週日)起桌價格NT\$12,999+10%(10人)

早鳥優惠

- 凡於2024/11/15前預付訂金者，甜點升等Häagen-Dazs冰淇淋及免收自備酒水服務費。
- 專案包含：主桌桌花佈置、投影視聽設備、活動摸彩箱、提供樓層迎賓電子指示、宴會當天提供免費停車，
- 若提前進場佈置平日享場租5折、假日享場租7折優惠。(詳情請洽訂席中心)

嗨飲加購價

- 全場每桌加價NT\$888+10%(限2小時)，享金牌台灣啤酒(600ml)無限暢飲。(需全場加購，僅限於會場內使用)。
- 加購金牌台灣啤酒(600ml)買5瓶送1瓶，每瓶NT\$128+10%

試菜優惠

- 凡於2024/11/30前預定場地且付訂金者，試菜享8折優惠。25桌(含)以上，7折。35桌(含)以上，5折。
- (以上試菜均以一桌為限，需另加收原價10%服務費)。

好禮回饋

- 消費滿10萬元(含)以上，贈2000元餐飲抵用券 / 滿20萬元(含)以上，贈4000元 / 滿35萬元(含)以上，贈6000元。
- (10%服務費不計入)。

餐飲抵用券僅限用於台糖長榮酒店餐廳用餐折抵。

凡訂餐價NT\$12999+10%(含)以上，滿5桌以上，贈席間卡拉ok歡唱(數量有限，需事先預訂)

新春期間2025/01/27(一)-/2025/02/03(一)及2025/02/28(五)恕不適用

各式券類與其他優惠恕無法與本優惠同時適用

訂席中心/06-3373855

禁止酒駕  飲酒過量 有害健康