

人协议长与普拉博沃会面 讨论修改1945年宪法

（雅加达讯）人民协商议会（MPR）议长穆扎尼表示，他在雅加达总统府与普拉博沃总统会面时，一度谈论了有关修改1945年印度尼西亚共和国宪法（UUD 45）的计划。

然而，穆扎尼目前无法透露与总统讨论的具体内容，因为人民协商议会将与总统正式会面讨论此事。

穆扎尼于12月2日（周二）在与普拉博沃总统会晤后回答记者提问时说：“我们只是简要地提及了一下，还需要进一步讨论。”

他接着说：“我们稍后会再讨论这个问题，因为人民协商议会

将正式与总统会面。这才是下午茶而已。”

穆扎尼在总统府与普拉博沃总统讨论了多个议题，包括计划对1945年宪法进行修订。在会议上，普拉博沃总统也讲述了其对苏门答腊三个受山洪和山体滑坡影响的省份即亚齐省、北苏门答腊省和西苏门答腊省的工作访问。

在过去几年中，包括今年，多位人协议员在一些场合中提及了对1945年宪法进行修订的计划，使其成为讨论的焦点。

早前，穆扎尼于8月18日在雅加达史纳延议会大厦举行的宪法日暨人协成立80周年纪念活动上发表讲话时说：“宪法修正案不能立即完成，以迅速解决所有问题，而必须经过漫长的过程。并且必须公开透明，意即公众必须了解每个步骤以及提议修订的原因。”

穆扎尼指出，1945年宪法的修正必须以公众参与的方式进行，让所有民族成分，从学者、社区领袖到一般民众都参与其中。此外，对1945年宪法的修正，如果最终得以实施，必须基于广泛的共识，而非仅基于某个群体的意愿。

穆扎尼说：“1945年宪法的修正不能仅基于某个群体或少数人的意愿，而必须反映国家所有成员的共识。”



穆扎尼向媒体发表讲话。

穆扎尼表示，总统对三个省份的灾后重建工作给予了高度关注，重点包括满足民众需求、加速社会经济复原，以及修复因灾害受损或中断的基础设施。

他指出，为了加快灾后重建，普拉博沃总统继续协调各部委和机构的工作。其中一项举措是确保电力网络和燃料供应得到最佳恢复。（KP）

BJB银行广告采购腐败案 利德宛称用个人资金买豪车



利德宛于周二抵达肃贪委接受调查。

（雅加达讯）肃贪委员会不予理睬前西爪哇省省长利德宛。卡米尔声称用个人资金，购买了包括奔驰（Mercedes Benz）280 SL型轿车和皇家恩菲尔德（Royal Enfield）电单车在内的多项资产。

肃贪委员会发言人布迪表示，调查人员也掌握了与这些资产购买相关的其他证据。

布迪于12月2日（周二）在雅加达肃贪委红白大楼说：“这是当事人的解释。但当然，调查人员也掌握了其他证据。”

布迪表示，在调查涉及BJB银行广告采购的贪腐案件时，肃贪委员会不会只依赖卡米尔的声明。

他说：“肃贪委员会一定会分析其他证据，包括证人证词、文件证据以及本案调查过程中所获得的电子证据。”

此前，利德宛否认曾使用BJB银行广告采购腐败案的资金，购买BJ. 哈比比的奔驰280 SL车，该车已被肃贪委员会没收。里

德万声称，奔驰车和皇家恩菲尔德电单车都是他用个人资金购买的。

利德宛于12月2日（周二）在雅加达南区肃贪委红白大楼接受质询后说：“这是因为我不知情。而在新闻报道中提到的所有事情都与个人资金有关，与此案无关。就是这样。”

当时，利德宛也承认，自己对BJB银行涉嫌广告采购贪腐案毫不知情。

他说：“所以，最重要的是，我不知道这起广告资金案的具体情况，因为在省长的职责范围内，地方国营企业（BUMD）的各项业务活动都由其自身的技术人员负责执行。”

他表示，所有地方国营企业的营运活动，只有董事、专员和各部门负责人向省长报告，省长才能知晓。

然而，利德宛声称他没有从这三位官员那里收到任何关于BJB银行广告资金的资讯。

利德宛说：“在我担任省长期间，这三位官员没有提供任何报告。所以，如果有人问我是否知情，我回答说不知情，更不用说参与其中，更别提从中获利了。”

较早时，肃贪委员会于3月10日（周一）搜查了利德宛位于西爪哇省万隆市的住所，此案与BJB银行涉嫌广告采购腐败案有关。

搜查过程中，肃贪委员会没收了一批电子证据、一辆奔驰轿车和一辆黑色皇家恩菲尔德经典500限量版电单车。

在此案中，肃贪委员会已将5人列为BJB银行广告采购腐败案的嫌疑人。

肃贪委员会调查人员估计，BJB银行广告采购腐败案造成的国家损失高达2220亿盾。（KP）

亚齐米价飙涨 政府调拨物资稳定粮供

（雅加达讯）农业部长阿姆兰在接到亚齐省中亚齐县大米价格已飙升至每15公斤50万盾（约合每公斤3万3000盾）的报告后，立即介入此事。

阿姆兰于12月2日（周二）在位于雅加达南部的农业部举行的新闻发布会上表示，政府将立即展开调查并调拨物资，以稳定当地局势。

他确认，政府已与相关部委和机构协调，确保受灾地区的粮食供应。

阿姆兰解释说，分发的大米来自灾害储备。由于情况紧急，分发过程已加快，无需官方文件。

他说：“政府将分发的大米是灾害储备。昨天，我们申请了100吨。还有申请了50吨。我们现在就发放。我们已经打电话通知了，申请大米的函件可以之后会寄送。为什么？因为这是紧急情况。”

他补充说，目前正与内政部长狄托、文化与人文建设统筹部长普拉蒂克诺、国家灾害管理局（BNPB）、国家粮储局（Bulog）以及地方政府进行协调。

此外，阿姆兰还概述了农业部及其战略合作伙伴和员工为亚齐、苏北和苏



农业部长阿姆兰。

西省灾灾民筹集的援助总额。

援助总额达735亿7000万盾，其中包括214亿4000万盾的物资和521亿2000盾的财政援助。

援助物资包括食用油、大米、药品、尿布、糖、牛奶、矿泉水、饼干、方便面以及其他各种生活必需品。

根据报告数据，食用油是最大的援助项目，价值超过93亿盾，其次是大米，价值约13亿盾。此外，牛奶、方便面和日常家居用品等其他援助物资也计入了援助物资的总价值。

他特别强调了农业部员工和农业企业主在捐赠活动中发挥的作用，一些员工甚至捐出了部分工资。（ALW）



PiPi ピピ
BABY & KIDS DETERGENT



Dermatologically Tested & SLS FREE
Aman untuk kulit sensitif bayi
温和呵护敏感肌肤

Plant Based Surfactant
植物萃取洁净力

DETERGEN PAKAIAN BAYI & ANAK
婴幼儿专用洗衣液

附近超市、便利店有售
关注我们:   [bagus.idn](https://www.bagus.idn) www.bagusgroup.com

官方电商合作平台:







苏门答腊洪灾 塔米昂破坏如同海啸袭击

（班达亚齐讯）亚齐省塔米昂县（Tamiang）是受特大洪水影响最严重的地区之一，如同遭受了海啸袭击一般，满目疮痍。

据美都新闻网报导，在亚齐塔米昂县，几乎所有居民楼，包括办公楼都被突发洪水摧毁。各类汽车、电单车也遭到损坏，散落在市中心各处。

此外，从班达亚齐和北苏门答腊通往亚齐塔米昂的道路被切断，通讯也中断。

从一段来自一位成功撤离到棉兰的亚齐塔米昂居民拍摄的视频来看，援助物资尚未抵达亚齐塔米昂，居民们被困，处境岌岌可危。居民们在苦苦挣扎求生的同时，期盼着援助的到来。

迄今为止，当地政府和省政府均未向亚齐塔米昂提供任何援助。与此同时，由于道路完全封闭，许多亚齐塔米昂的灾民无法撤离。中打板奴里县（Tapanuli Tengah）的几位居民被迫冒险徒步前往北打板奴里县获取食物，其中一位名叫马龙的村民，抱着他3岁的孩子步行前往，并描述了他所在村庄目前处境艰难。由于没有援助物资发放，他们没有收到任何粮食供应。

巴东班让巴当河双桥地区突



亚齐省塔米昂县如同遭受海啸袭击，满目疮痍。

发洪水后，导致河面迅速拓宽，阻碍了联合救援队疏散灾民的工作。最终救援队使用三台挖掘机轮流渡河，才得以将灾民转移。

截至12月2日（周二）中午，巴东班让双桥地区发生的突发洪水已造成21人死亡。

国家搜救局（Basarnas）局长穆罕默德·夏菲伊上将透露，灾区厚厚的淤泥是搜寻亚齐、北苏门答腊和西苏门答腊洪灾和山体滑坡失踪人员的一大障碍，且淤泥

干燥后还需要特殊处理。

夏菲伊表示，苏门答腊岛洪水和山体滑坡灾区面积广阔，需要大量人力资源。

他指出，在偏远地区，搜救人员数量远超正常水平，另外灾区淤泥干燥厚实，加剧了搜救难度，也给国家搜救机构搜寻失踪人员的工作带来了阻碍。

夏菲伊指出，国家搜救局接下来将开始引入搜救犬协助搜救工作。

经济统筹部向苏门答腊灾区 分发40吨紧急救援物资

急响应行动。

政府当前首要任务是疏散受灾群众、分发物资、提供医疗援助，以及迅速恢复受损基础设施、交通线路和通信网络。艾尔朗加表示，此次行动旨在确保援助物资能够快速且协调地送达受灾地区。

艾尔朗加监督发运的约40吨人道主义物资，包括食品、饮料和医疗用品。这些物资由经济统筹部及多家私人伙伴提供，包括印尼食品饮料协会、印尼纺织协会、印尼零售商协会、阿斯特拉集团、Matauli基金会等单位和企业。

在此次运送之前，政府和私人伙伴已向三省运送了额外160吨重要物资，其中包括50台Starlink设备和2.2万份军用口粮。官员表示，这些物资显示了政府加强苏门答腊救灾行动的坚定承诺。

艾尔朗加感谢志愿者、警方、军方、地方政府和当地社区的协作。他呼吁继续保持协调，以确保疏散、医疗服务和恢复工作的有效进行，并强调，援助分发必须迅速、精准且透明，以避免延误物资送达受灾群众。

自11月下旬以来，由于与塞尼亚尔气旋相关的极端降雨，加之森林生态系统退化，西苏门答腊、北苏门答腊和亚齐接连遭遇严重洪水和山体滑坡。

矿能部放宽规定 灾区油站免用条形码添油



周二，在亚齐省塔米昂市的一个加油站，车辆排起长队等待加油。

输主要集中在那些可以通行的地区。这是我们所有人都面临的问题。但现在我们正在采用不同的运输方式，有的用飞机，有的用木筏。例如，在亚齐的比鲁恩，我们就用木筏进行装卸。”

峇赫里尔指出，除了燃料和液化石油气供应有限外，电力供应也存在不足。锡博尔加的19兆瓦电力装机容量中，只有7兆瓦在运行，因为该地区电网压力较低。

“电力系统目前也尚未达到最佳状态，因为在锡博尔加，由于电网电压过低，19兆瓦的装机容量中只有7兆瓦在运行。因此，我正与国电（PLN）总经理和国油总经理一起，确保尽快恢复供电。我们正在充分利用电网容量，”峇赫里尔说道。

峇赫里尔保证，国电能够通过充分利用电网容量，使电力供应恢复正常。（LCW）

亚齐省洪灾 数百灾民未获足够政府援助

（亚齐讯）亚齐省佩桑安县和比鲁恩县潘提隆村和布朗潘卓村的数百名灾民，四年来并未获得足够的政府援助，仅靠其他居民的捐助维持生命。

据美都新闻网报导，来自潘提隆村的数百名村民因房屋严重受损，被泥浆覆盖，目前仍滞留在亚齐省比鲁恩县佩桑安区布朗潘乔村的梅乌纳萨疏散中心。

由于食物供应日益减少且几乎耗尽，村里的数百名村民倍感焦急，但当地政府却没有任何援助迹象。在过去的四天，在疏散中心避难的两个村庄数百名村民都没有得到及时且足够的政府援助，只在乡镇办事处领到了两袋大米。

这段来自民众拍摄的视频显示亚齐中部多个地区遭受山洪暴发的时的情形，该地区位于亚齐中部标志性景点“劳特-塔瓦尔”湖畔。据亚齐中部地区政府统计，洪水影响了14个乡镇和140个村庄，其中6个乡镇的97个村庄至今仍因交通中断而与外界隔绝。此外，山洪还造成779户房屋受损，

超过5万人被迫撤离。

目前，亚齐中部地区的死亡人数已达20人，另有24人失踪，通往亚齐中部的道路仍然中断，导致民众的基本生活必需品和燃料供应日益减少。

12月1日，亚齐省省长穆扎基尔目睹了洪水和山体滑坡袭击该省造成的惨状，不禁潸然泪下。他称这场灾难对亚齐而言如同“第二次海啸”。省长在现场指挥时强调，灾害管理工作必须持续进行，不得间断。

“亚齐正经历着一场如同第二次海啸般的灾难。我们的职责是服务受灾民众。人道主义援助工作绝不能停滞。”穆扎基尔说。

穆扎基尔指出，他的眼泪象征着民众所遭受的种种无形创伤，从损毁的厨房和刚刚施肥的稻田，到丢失的校服。目前首要任务是打通被切断的陆路通道，以便尽快向偏远村庄运送物资。

“必须迅速、有效且不间断地应对袭击亚齐18个市县的洪水和山体滑坡灾害。”穆阿莱姆说道。

苏门答腊灾区网络已恢复90%



通讯与数码部长穆蒂亚。

说道。

截至雅加达12月1日凌晨12时，三个省份共有2804座发射塔受到影响，其中亚齐省1969座，北苏门答腊省681座，西苏门答腊省154座。

随着国电恢复供电，亚齐地区的网络修复预计将在未来四天内大幅提升。政府也与国民军合作，加快向偏远受灾地区运送维修物资。

除技术修复外，穆蒂亚也对运营商向灾区用户提供话费折扣与延长卡有效期的举措，表示赞赏。

通讯与数码部长穆蒂亚敦促公众保持警惕，听从官员指示，并通过链接<https://s.id/TanggapBencanaSumatra>，获取官方灾害信息。

穆蒂亚于12月1日（周一）在棉兰市频率监测中心召开协调会议，讨论苏门答腊洪水和山体滑坡期间的电信接入问题。

印尼电信公司（PT Telkom Indonesia）总裁、印尼电信公司（PT Telkomsel）总裁、XL Axiata公司董事兼首席监管官、Indosat Ooredoo公司首席监管官、Starlink Indonesia、印尼邮政公司（PT Pos Indonesia）、印尼广播电视公司（RRI）、印尼国家电视台（TVRI）、安塔拉通讯社以及受灾地方政府的代表出席会议。

环境部将传唤八家企业 调查木材来源

（雅加达讯）环境部长哈尼夫证实，他将传唤在北苏门答腊巴塘托鲁河流域作业的八家公司，调查洪水冲刷下的木材来源。他表示，这八家公司涉嫌加剧北苏门答腊的洪灾。

据美都新闻网报导，哈尼夫透露，通过洪水后的卫星图像分析，已确定受灾地区有八家公司，涵盖油棕种植园到金矿开采等多个领域，这八家公司涉嫌加剧北苏门答腊的洪灾。

随后，在要求每家公司作出解释后，环境部表示将采取措施，包括暂停相关业务活动以及对环境许可证进行全面评估。

据了解，1日下午，空军再次向北苏门答腊省北塔帕努利偏远村庄的居民运送后勤援助物资，90架直升机空投箱经由一架CN 295型飞机飞越丘陵地带，抵达了这些交通不便的村庄。

空投行动分三次进行，每个箱子装有约5公斤的物资，旨在帮助偏远地区的居民。此前，印尼空



环境部长哈尼夫。

军设有两处空投区。但由于低云天气，位于帕加尔村的第一空投区被迫取消。因此，所有空投都集中在巴图阿里莫村。该村位于丘陵地带，四周环绕着沟壑。

此次行动的最大挑战为居民家门前的狭窄的道路，对空投精准度要求极高。此外，空投到地面的援助物资可由居民直接领取，但国军特遣部队人员仍会在现场协助分发物资，尤其是在难以到达的地点。

工商会与BKPM签谅解备忘录 简化投资许可审批流程

（雅加达讯）印尼工商会（Kadin）与投资与下游部／投资统筹机构（BKPM），于12月2日（周二）签署一份谅解备忘录，旨在为国内外合作伙伴提供更便捷的投资许可。

印尼工商会主席阿宁迪亚在谅解备忘录签署仪式上表示，与投资统筹机构签署的这份谅解备忘录，旨在简化现有及未来各项许可的获取流程，从而促进合作并吸引外国直接投资进入印尼。

投资统筹机构的数据进一步印证了这一点。数据显示，2025年1月至9月，印尼投资额达到1434兆盾，占全年1905兆盾目标的75%。

此外，阿宁迪亚还指出，投资对于创造就业机会至关重要。阿宁迪亚表示：“要创造就业机会，就必须进行投资，从上游到下游，涵盖农业、工业和基础设施等各个领域。因此，政府间需要在放松管制和提供激励措施方面开展合作。”

他说：“这将促进商业发展，最终催生众多新企业家，并增加政府税收收入。”

此外，阿宁迪亚表示，与投资与下游部／投资统筹机构签署谅解备忘录也是为了鼓励国际合作伙伴在印尼投资。

阿宁迪亚与罗桑展示签署后的谅解备忘录。

罗桑表示，该谅解备忘录将有助于实现到2029年经济增长8%的目标。

与前任政府相比，这一数字显著增长。佐科威执政十年期间，吸引的投资总额达到9117兆4000亿盾。

投资与下游部长兼投资统筹机构主任罗桑出席谅解备忘录签署仪式。

（ALW）

中国投资1亿美元建厂 每年可吸收高达5亿椰子

（雅加达讯）投资与下游部／投资统筹机构计划于2026年中期在苏拉威西中部莫罗瓦利（Morowali），建成一座椰子加工或下游产业设施。

该项目由中国投资，投资额高达1亿美元，约合1兆6600亿盾（1美元等于1万6616盾）。

投资与下游部长兼投资统筹机构主任罗桑预计，该工厂每年可大规模吸收小农种植园的椰子产量，最高可达5亿个。

他于12月3日（周三）在雅加达与国会第十二委员会举行工作会议时表示：“我将以种植园领域为例，即椰子种植。我们已经在莫罗瓦利开始种植椰子，投资额约为1亿美元。”

罗桑解释说，吸引外资的成功源于政府对中国的游说。此前，印尼大部分椰子都以原椰的形式出口到中国，这促使政府说服投资者将生产基地迁至印尼。

除了吸收大量原材料外，该工厂的运营也必将对当地就业产生显著影响。

他说：“该工厂将于2026年中期在莫罗瓦利建成，届时每年将消耗5亿个椰子。”

罗桑表示，该项目一期工程保证在今年年底前完工。整个项目将分三期进行，预计将雇用多达1万名工人。

这项投资来自中国最大的椰子衍生品生产商浙江菲诺食品有限公司与一家印尼和中国企业组成的财团的合资企业。

罗桑表示：“此外，下游产业目前是实现8%经济增长目标的关键组成部分，目前占印尼总投资额的30%。”

罗桑表示，整个项目将分三期进行。

根据投资统筹机构的数据，2025年1月至9月，下游投资总额达到431兆4000亿盾，同比增长58.1%。

然而，投资仍然集中在矿业领域。

截至9月份，投资总额达到1434兆3000亿盾，比去年同期增长13.7%。然而，这一数字仅占全年目标1905兆6000亿盾的75.3%。

（ALW）



罗桑表示，整个项目将分三期进行。

艾尔朗加：通胀受控 临近年底印尼经济走强



经济统筹部长艾尔朗加。

（雅加达讯）经济统筹部长艾尔朗加表示，随着2025年底临近，印尼经济表现持续走强。

据美都新闻网报导，艾尔朗加的判断基于12月1日（周一）公布的三项宏观指标，即11月通胀继续受控、制造业采购经理人指数（PMI）持续扩张，以及贸易已连续66个月记录顺差。

艾尔朗加于2日（周二）在声明中指出称，11月通胀同比为2.72%，仍处于2.5±1%的目标区间内。

价格压力的缓和和主要来自波动性食品通胀由10月的6.59%降至5.48%。核心通胀稳定在2.36%（同比），反映公众通胀预期保持稳固，以及货币与财政政策协同的有效性。

从环比看，11月通胀受到黄金饰品价格及机票价格上涨的影响。黄金饰品环比上涨3.99%，贡献0.08个百分点；机票价格环比上涨6.02%，与历史上11月常见的上涨模式一致。

“政府将在12月实施交通资费折扣刺激方案，预计可压低机票价格。该政策有望在保持民众购买力的同时，促进流动性提升。”艾尔朗加说道。

11月粮食价格受到红葱头和部分蔬菜在高降雨影响下上涨而走高，但肉鸡、红辣椒和鸡蛋等商品价格有所回落。

大米甚至录得0.59%的环比通缩，较前期更深，受益于政府向1830万受益家庭发放粮食援助、廉价市场活动，以及粮食供应与价格稳定计划的推动。

在外部方面，10月再次录得贸易顺差23.9亿美元，出口额242.4亿美元，高于进口额218.4亿美元。

印尼与美国的贸易表现依然积极，因双边互惠关税谈判仍在推进。10月，印尼对美非油气贸易顺差仍为17亿美元。

“这一顺差得益于对美非油气出口的强劲增长，环比增长4.43%，与美国制造业采购经理人指数（PMI）的上升趋势一致。”部长说道。

生产活动持续上升

此外，印尼制造业PMI在11月回升至53.3，高于10月的51.2，创下自2025年2月以来的最高水平。艾尔朗加指出，这一成绩标志着制造业连续四个月保持积极动能，反映制造业运营活动更加稳健。良好表现主要受益于国内经济改善带动需求增长。

部长说：“为满足市场需求，生产活动持续上升，导致过去八个月来再次出现工作积压。这一情况促使企业扩大劳动力吸纳。”

艾尔朗加认为，生产活动的增加也促使行业参与者增加原材料采购，最终通过加强制造业的后向关联性来促进经济增长。

在2025年圣诞节和2026年新年假期到来之际，预计制造业将继续保持强劲增长势头。部长说，当前企业界对年底及来年的行业前景保持高度乐观。

政府已在需求与供给两端准备多项激励措施，尤其是为了提升年底的人员流动。

“在季节性需求走高之际，政府推出的刺激和各类激励措施成为额外推动力，再加上受控的通胀和不断增强的民众购买力。”部长总结道。

香港大埔火灾 9印尼女佣丧生

（香港讯）记者1日获悉，截至11月30日16时，至少10名来自印度尼西亚籍、菲律宾籍外籍佣工在香港大埔宏福苑五级火警中丧生。

印度尼西亚驻港总领事馆1日回复媒体查询时表示，已确认9名印尼籍佣工死亡，1人留医，另有36人下落不明。

印度尼西亚驻港总领事馆已与罹难者家属沟通，并确保他们的各项权利依法得到保障，亦正协助安排罹难者遗体运回印尼的相关手续，同时与香港相关机构紧密协调，包括识别仍未联络上或下落不明的国民。

菲律宾驻港总领事馆通过社交平台表示，早前失联的一名菲律宾佣工确认在火中离世，另有1人受伤留医、89人安全、2人情况待确认。

香港特区政府向火灾中每名死者的家属提供20万港元慰问金，丧生外佣的家属也可申请。

香港特区政府劳工处发言人表示，已主动联络雇主、受伤雇员及死者家属等，提供適切协助并密切跟进有关个案。

（中新社）

AITTA

ALLIANCE OF THE INDOONESIAN TOUR & TRAVEL AGENCIES

IATA

INTERNATIONAL AIR TRANSPORT ASSOCIATION

ASTINDO

ASSOCIATION OF TOURISM INDOONESIA

ayowisatatour

爱友旅行社

●董事总经理 梁伟强 (Mr.WIWI) ●

手机或 :+62 855 1228 089

※1974年至2006年三十二年任职于 **ANTATOUR** 旅行社任总经理。

※2006年至今成立**爱友旅行社**
AYOWISATA TOUR
(PT GLOBALINDO KREASI WISATA)
旅行社。

旅游部 0878 8839 2068

机票部&酒店部 0815 1388 9973

签证部&护照部 0815 1999 9631

敝社强项:

●销售全世界之国际机票,持 IATA 销售国际机票执照

●销售全国国内机票

●出国旅游团

●承办一般普通级、中上级及高级(五星级)之旅游团

●赴世界各地之大团或小团

●INCENTIVE TOUR 接办百人或千人之团体

●包机团

●公司奖励团,敝社是数家大企业公司之指定旅行社,赴世界任何地区

●正规团即敝社举办之定期出发团, 赴中国、日本、欧洲、澳洲及其他国家

●接办家庭组团(十人以上)

●联盟团

●签证部, 承办世界各地之签证

●预订酒店(国外及国内)

●中文或英文领队及导游服务

●社交媒体●

ayowisatatours AyoWisata

PT. Globalindo Kreasi Wisata (AyoWisata) ; Hunting : (021) 50323767

毒梟德维在柬埔寨落网

（雅加达讯）印尼国家缉毒局（BNN）与国民军战略情报局联合行动，成功抓获绰号“玛米”的德维.阿斯图蒂克（Dewi Astutik），她涉嫌在金三角国际贩毒网络中走私两吨冰毒。这名逃犯此前被韩国执法人员拘留，于12月2日（周二）下午在柬埔寨西哈努克城被捕，并立即经苏加诺-哈达国际机场遣返回印尼。

据美都新闻网报导，国家缉毒局局长苏尤迪于周二（2日）表示：“此次行动得到印尼驻柬埔寨国防武官和国民军战略情报局的全力支持，他们在跨国行动轨迹绘制及区域协调中发挥了关键作用。”

抓捕过程发生在德维正前往西哈努克市一家酒店大堂的途中。被控制后，她被转移至金边进行身份核查，随后遣返印尼。苏尤迪表示：“德维将接受深入审讯，以揭露其资金链、物流系统，以及涉入该跨国网络的相关人员。”德维被认为是今年5月被挫败的两吨金三角冰毒走私案的幕后策划者之一，也牵涉到2024年多起与“金新月”网络有关的重大案件。其犯罪网络负责获取和分销多种类型的毒品，包括可卡因、冰毒和氯胺酮，向东亚及东南亚多个国家输送。

苏尤迪强调：“国家缉毒局强调，执法工作不会止于逮捕，还将继续推进，对长期大规模、系统性运作的整个犯罪网络进行彻底瓦解。”

德维（左）被遣返后抵达印尼。

德维（左）被遣返后抵达印尼。

避险情绪笼罩 比特币跌破8万8000美元

加密货币价格星期一（12月1日）大幅下跌，给看似已经趋于稳定的全面抛售潮注入新的动力。

据彭博汇编的数据，比特币在亚洲早盘交易中一度下跌4.6%，至8万6967.04美元（约11万2657新元），目前仍在8万8000美元之下；以太币一度下跌6.3%，至2832.120美元，目前仍在2900美元之下。

在经历长达数周的抛售之后，加密货币市场局势动荡不安。这场抛售始于10月初，当时约190亿美元的杠杆押注灰飞烟灭；就在几天前，比特币刚刚创下12万6251美元的历来新高。随着抛售压力缓解，比特币上周收复失地，价格上涨至9万美元以上。

FalconX亚太区衍生品交易主管麦克纳尔迪（Sean McNulty）认为，进入12月，市场笼罩着避险情绪。“最大的担忧是比特币交易所交易基金（ETF）资金流入稀少，以及缺乏逢低买入者。我们预计本月结构



性阻力将持续。我们将8万美元视为比特币下一个关键支撑位。”

政策制定者正权衡2026年前的利率走向，本周将为美国经济动能提供关键指引。一些数据可能影响市场对美国联邦储备局是否延续降息周期的预期。美国总统特朗普星期

天（11月30日）说，已确定下任美联储主席人选，此前他明确表示期待提名人选能推动降息。

亚洲股市基准指数在早盘交易中震荡波动，此前这个指数刚创下近两个月来最佳周涨幅，标普500指数期货则小幅走低。

斯塔默：英国将对华采取更亲商政策

（伦敦综合电）英国首相斯塔默表明，英国将对中国采取更亲商的政策，但不会为了更紧密的贸易关系而牺牲国家安全。

斯塔默周一（12月1日）发表年度外交政策演说时，为工党政府加强与中接触辩护。他说，英国如何与中国打交道，将比其他任何全球变化对英国人产生更深远的影响。他强调，英国的对华政策必须认识到中国已成为“技术、贸易和全球治理领域的决定性力量”，但同时也对英国构成了国家安全威胁。

斯塔默指出，英国历届保守党政府过去宣称英中关系进入“黄金时代”，后来又称两国关系进入“冰河时代”，他不认同这种“非此即彼的选择”。

他说：“这不是权衡经济和安全考量的问题。我们不会为了在其他领域获得更多经济利益，而牺牲某个领域的安全。我们不会在维护国家安全方面妥协，这是我们的首要职责。不过，我们可以通过采取强硬措施来确保安全，为在其他领域开展合作创造条件。”

斯塔默说，英国将鼓励企业在不存在重大安全风险的领域，加强与

中国的商业往来。但与此同时，英国也会保护本国的国防、人工智能（AI）与关键基础设施。

他告诉英国商界领袖：“在金融和专业服务、创意产业、制药、奢侈品等领域——这些都是英国取得巨大成功的领域——出口机会是巨大的，我们将支持你们抓住这些机遇。”

消息人士此前透露，斯塔默准备于明年访华。他在演说中提到，英国领导人上一次访华已是2018年的事。相较之下，自2018年以来，法国总统马克龙已两次访问中国，德国领导人也四度前往中国。

斯塔默正试图为英国对华关系的动荡时期划下句号，并澄清工党政府对中国的立场。自17个月前上台以来，斯塔默政府一直试图改善与中国的关系，但也屡次提到所谓的中国威胁。

英国军情五处（MI5）最近就警告，英国国会议员正在成为中国间谍的目标。但由于工党政府未把中国列为国安威胁，英国检方早前被迫撤销对两名涉嫌为中国从事间谍活动的英国公民的指控。

英国下周将就中国在皇家铸币厂伦敦旧址建立新使馆的申请作出决



定。受各党的反对声音影响，特别是在间谍案被撤销后，英国政府已多次推迟这项决定。

中国驻英国使馆发言人就斯塔默的演讲回答媒体提问时说，中方坚决反对英方散布所谓“中国威胁”，以及其他无端指责中国、干涉中国内政的错误论调。

发言人说：“在中英关系问题上，中方的立场是一贯的、明确的。只有遵循相互尊重、互不干涉内政、平等互利原则，中英关系才能顺利发展。希望英方认清形势、端正心态，理性友善对待中国发展，奉行积极务实对华政策，同中方相向而行，推动中英关系走上健康稳定发展轨道。”

英国同意提高购药价格 换美豁免药品关税

（华盛顿/伦敦综合电）美国和英国周一宣布达成协议，美国将豁免英国药品与医疗技术产品的进口关税三年，以换取英国增加药品支出和改革药品定价机制。英国是至今唯一获得药品零关税待遇的美国贸易伙伴。根据协议，英国将把购买美国新药的净价提高25%。作为交换，英国制造的药品、药品原料和医疗技术将免于缴纳美国按《贸易扩张法》第232条款征收的行业关税，以及美国未来依《1974年贸易法令》第301条款对特定国家实施的任何关税。

美国贸易代表格里尔在周一（12月1日）发布的声明中说：“美国与英国就创新药品的定价达成共识，这将有助于推动两国投资与创新。”

他还说：“特朗普政府也在审视其他许多美国贸易伙伴给药品定价的做法，希望它们能效仿（英国），进行具建设性的谈判。”

英国政府同日发布声明证实，英国所有对美药



品出口将享有至少三年零关税优惠。“这项协议是英美经济繁荣协议（UK-US Economic Prosperity Deal）的一部分，使英国成为唯一能以零关税向美国出口药品的国家，从而保护英国本土制造业，并巩固我们作为全球生命科学投资领导者的地位。”

协议要求英国国家卫生与临床优化研究所（NICE）对药品定价机制做出重大改革，把“质量调整寿命年”（Quality-Adjusted Life Year, QALY）阈值，即判断新药是否过于昂贵的标准，从现有的每年2万至3万英镑提高到2万5000万至3万

5000英镑。NICE负责判定新药品对英国国民医疗服务体系（NHS）是否具备成本效益。改革后的框架将适用于所有新药，而不仅仅是美国新药，现有药品价格不受影响。此前，NICE经常拒绝把昂贵的新药，如礼来（Eli Lilly）的阿尔茨海默病治疗药物、阿斯利康（AstraZeneca）的乳腺癌治疗药物 Enhertu等纳入NHS的报销范围。

英国政府说，此举将让NICE“跟上制药公司当前所处的商业和经济环境”。制药公司抱怨，英国经营环境艰难，一些公司还因此暂停或取消在英投资。

美国的声明说，英国也承诺从明年起，把制药公司返还给NHS的款额限制在销售额的15%。这项返还计划旨在确保NHS不会超支，去年的返款率为销售额的23%左右。英国制药工业协会（ABPI）说，这项协议有助于英国病患获得新药物，同时也能吸引制药商的投资。制药公司葛兰素史克（GSK）也对此表示欢迎。

英国商会说，药品占英国对美出口总额的五分之一，如今英国达成一项其他国家鲜少达成的协议，这“赋予了我们独特优势”。

维护英国病患权益的游说团体Just Treatment执行董事麦克唐纳（Diarmid McDonald）则批评，这项协议“背叛”了NHS的病患。他在一份声明中说：“大型制药公司得偿所愿了。（美国总统）特朗普也得到他想要的东西。政府屈服了，代价是成千上万病人的生命，因为宝贵的资金将从医疗体系的其他领域被抽走，以填满富裕的制药公司高管的腰包。”



日本首相高市指示 设立外国人房产数据库监管炒楼

日本正在建立一个房产国籍数据库，以掌握外国人的置产情况。日媒报道，这项措施主要是为了防止外国人在日本炒楼，导致楼价高涨引起民愤。

据报道，目前外国人在日本置产，申报仅限于交易情况，不包含国籍。为此，当局准备进行改革，要求购房者呈报更多包括国籍的个人资料。

日本首相高市早苗指示相关部门追踪和收集外国人在日本置产的实际情况，并在办理产权转移登记时必须填写国籍，以建立一个房产国籍数据库。日本数码厅目前正在构建房地产基础登记系统，预期在2027年启动。

这个新制度旨在掌握在日本购地的外国资本情况，标明即便是有日本注册的（外国）房地产公司经手的物业也要呈报外国资本，包括股东和董事成员的国籍。

据悉，这项措施旨在确保与国防有关的地区，以及保护水源地的森林和农地等不会落

入外国资本手中。

日本政府敲定在2026年草拟加强对外国人及外国资本购置土地的监管法案。有议员指出，从国家安全角度来看，确定国籍至关重要。以此为契机制定更严格的监管措施，明确外国人进行房地产交易的目的。

据日本放送协会（NHK）报道，近五年，中国人在日本购买公寓的趋势显著。东京奥运村旧址开发的晴海旗公寓（Harumi Flag）的4145套公寓中，约有30%被外国人购买，大部分是中国人。日中关系持续紧张，中国呼吁其国民避免访日。目前，高市又要出台管制外国人购房的措施，估计中国人在日本置产将降温。

一名曾带中国人看房的女经纪说：“一些中国客户买楼，为的是经营民宿投资从中获利。日中关系恶化，来日本旅游的中国人减少的话，民宿生意看淡。如今，日本还要出台收紧外国人买房的政策，估计地产行业也将受牵连。”

美要强化矿产供应链 在人工智能领域与中国竞争

（华盛顿综合电）美国负责经济事务的副国务卿赫尔伯格透露，为了加强人工智能（AI）技术所需的电脑晶片和关键矿产供应链，减少对中国的依赖，美国将寻求与八个国家达成相关协议。

赫尔伯格接受彭博社采访时说，下周五（12月12日），美国将于白宫同日本、韩国、新加坡、荷兰、英国、以色列、阿联酋和澳大利亚的代表举行会议。赫尔伯格指出，此次会谈美国把焦点放在能源、关键矿产、先进制程半导体、AI基础设施和运输物流等领域，与这八个国家达成协议。

赫尔伯格说，选择这些国家的原因，包括考虑到他们是一些全球最重要半导体公司的所在地，或是拥有关键矿产资源。

赫尔伯格在访谈中说：“如今很明显的是，AI领域的竞争是美国与中国之间的竞争。我们（美国）希望与中国保持积极稳定的关系，但我们也做好了竞争的准备，并希望确保我们的企业能够继续开发变革性技术，不受胁迫性依赖的束缚。”

美国历届政府多年来一直在努力强化关键矿产供应链，以便协助西方国家减少对中国的依赖。

在特朗普第一任期内，国务院就启动了美国能源资源治理倡议，要确保锂（lithium）和钴（cobalt）等关键矿产的供应链安全可靠。之后，在拜登政府时期则推出矿产安全伙伴关系计划，旨在将外国投资和西方技术引入发展中国家的采矿业。

然而，即使做了这么多的努力，美国和其他国家仍然无法打破中国对稀土供应的垄断。总部设在巴黎的国际能源署称，中国的稀土和永久磁铁提炼产能占全球九成以上，排第二位的马来西亚仅占4%。

中国10月初宣布加强对稀土的出口管制，同月底中国国家主席习近平与美国总统特朗普在韩国会晤，对稀土问题达成初步协议，中方只同意暂缓实施出口限制一年。

赫尔伯格告诉彭博社，拜登执政时期提出的倡议涵盖10多个核心国家，他的做法有所不同，是把重点放在生产国。他也说，特朗普第一任期提出的倡议虽然侧重在关键矿产，但当时AI平台比如ChatGPT尚未出现，新计划着眼于AI技术的各个层面，不局限于某一层面。

赫尔伯格曾担任科技公司帕兰蒂尔（Palantir Technologies）首席执行官卡普（Alex Karp）的高级顾问，同时是国会山与硅谷论坛（Hill and Valley Forum）的联合创始人。这个论坛汇聚美国国会议员和科技领袖，重点探讨国家安全挑战，尤其是与中国竞争、AI和其他技术发展相关的挑战。

赫尔伯格说，他会与值得信赖的国家携手合作，把AI倡议定位为以美国为中心，不是被动地应对中国的挑战。

他说：“参与的国家都了解AI的变革性影响，无论是一个国家的经济规模还是军事实力，都受此影响。他们都能够成为AI蓬勃发展的一部分。”

特朗普：任何向美国走私毒品的国家都可能遭到攻击

美国总统特朗普星期二（12月2日）说，任何向美国走私毒品的国家都可能遭到攻击。

路透社报道，特朗普在白宫内阁会议上告诉记者：“任何走私毒品并贩卖到我们国家的人都将受到攻击。”

此前，他提到哥伦比亚的可卡因问题。哥伦比亚总统佩特罗在X上发贴文反驳特朗普，称美国平均每40分钟就能摧毁一个戒毒实验室，“而且不用导弹”。

近几个月来，特朗普对加勒比海和太平洋地区涉嫌走私毒品的船只发动军事行动，通过导弹定点打击

造成数十人死亡。

随着特朗普与委内瑞拉总统马杜罗之间的紧张局势不断升级，美国在加勒比海地区增兵。

特朗普政府指控马杜罗在向美国提供毒品方面扮演关键角色，但马杜罗否认这一指控。近日，特朗普暗示美国可能对委内瑞拉进行军事干预。

特朗普说，任何向美国输送非法毒品的国家都可能遭受陆地打击，“不仅仅是委内瑞拉”。

“我听说哥伦比亚在制造可卡因，他们有可卡因制造厂，然后把可卡因卖给我们。”



曾受到特朗普政府制裁的佩特罗邀请特朗普参与哥伦比亚的禁毒行动，但同时发出警告。

“不要威胁我们的主权，否则你会唤醒美洲豹，侵犯我们的主权就是宣战。”



以色列本月底部署全球首个激光防空“铁束”

（耶路撒冷综合电）以色列国防部宣布，他们的新型激光防空系统“铁束”（Iron Beam）已经完成研发，将在本月底部署。以色列将成为全球首个实战部署高能激光防空系统的国家。

以色列国防部研发部门主管戈尔德周一（12月1日）在特拉维夫防务峰会上说：“铁束激光系统预料将从根本上改变战场上的交战规则。”

“铁束”系统由以色列国防科技公司拉斐尔（Rafael）和埃尔比特（Elbit）历经超过10年联合研发，其有效射程介于数百米至数公里，它将与现有的短程“铁穹”（Iron Dome）防空系统，以及拦截弹道导弹的“大卫投石索”系统（David’s Sling）和箭-3系统形成多层防

御网络。

相较于“铁穹”发射飞弹拦截火箭弹、无人机和其他空中威胁，“铁束”采用强力激光来实施拦截，而且拦截成本极低，单次仅需数美元。

业界人士称，使用“铁穹”击落一枚导弹的成本约为6万美元（约7万8000新元），而“铁束”的成本低至5美元。

今年6月，以色列对伊朗发动大规模空袭期间，以色列导弹防御系统无法拦截德黑兰向以色列领土发射的所有导弹。以色列后来证实被伊朗50余枚导弹击中，造成28人死亡。

拉斐尔说，“铁束”系统是陆基高功率激光防空系统，它运用激光技术，以“可忽略不计”的成本快速消除空中威胁。



智利禁止学生在校期间使用智能手机紧急情况除外

智利议会星期二（12月2日）通过一项法律，禁止学生在校内使用智能手机。这是最新一个因担忧儿童身心健康而限制学生使用智能手机的国家。

法新社报道，这条法律在智利众议院获得多数票通过，预计总统博里奇将很快签署生效。博里奇此前一直支持这项倡议。

据教育部长卡塔尔多说，这条法律将于明年3月在所有公立和私立中小生效。这些学校正饱受“网络成瘾的困扰……这已成为影响我们儿童和青少年的主要流行病之一”。

法案的发起人之一、议员沙

尔佩尔说，儿童使用手机与网络成瘾有关，并且“会影响课堂教学”。

另一名发起人拉斐尔补充说，此举旨在提高青少年的“注意力、学习成绩、社区生活和心理健康”。

未来，学生只有在有特殊教育需求、紧急情况下或患有需要持续监测的疾病时才能使用智能手机。

其他限制在学校使用智能手机的国家包括巴西、芬兰、韩国、意大利和法国。

据联合国教科文组织统计，到2024年底，全球40%的学校将不同程度地禁止学生使用智能手机，高于一年前的30%。

各国加强监管线上平台 AI年龄验证行业蓬勃发展

（巴黎法新电）随着各国政府加强对线上平台的监管，利用自拍和人工智能（AI）来验证年龄的行业正在蓬勃发展。

这类技术号称能快速且精准地执行相关法律，如澳大利亚针对16岁以下青少年的社媒禁令。用户只须使用手机或电脑摄像头拍摄一张正面自拍照，系统就会在一分钟内得出验证结果。提供这种服务的起步公司Yoti如今每天执行约100万次年龄验证，客户包括Meta、TikTok、索尼（Sony）和Pinterest等知名企业。

在截至今年3月的一年里，Yoti营收达到2000万英镑（约3012万新元），首次实现盈利。公司估计，本财年销售额将增长50%。

除了Yoti，还有另外33家企业加入了年龄验证提供商协会（AVPA），它们的表现同样亮眼。AVPA于2021年预测，在2031年至2036年期间，经济合作与发展组织（OECD）成员国的AI年龄验证行业年收入将接近100亿美元（约130亿新元）。

Yoti首席执行官图姆斯（Robin Tombs）称，随着时间推移，公司的算法在识别面部特征模式方面变得极为精确，能够判断“一张带有



特定特征的面孔看起来像17岁或28岁”。

但巴黎综合理工学院（Polytechnique）网络安全教授布拉齐（Olivier Blazy）警告，这类工具可能会对人们的私生活造成一定程度的侵犯或危害，这取决于各网站与第三方年龄验证提供商共享了哪些信息。

布拉齐指出，这类系统存在一些漏洞，如人们可以通过化妆来让自己看起来更老或更年轻。

其他批评者则指AI算法存在偏

差，这可能会降低对非白人面孔的年龄验证准确度。

澳洲一家独立机构进行的调查就发现，尽管提供商已着手解决这个问题，但“土著人口代表性不足仍是一个挑战”。

图姆斯承认，某些年龄组或肤色的AI模型训练数据确实较少，但Yoti的工具可以检查相中人是否使用了虚假配件和化妆品等。

至于隐私问题，图姆斯说，Yoti的工具会在完成验证后立即删除所有数据。

李在明：中日冲突间选边站 只会恶化局势

12月3日，韩国总统李在明（图）在首尔青瓦台举行记者招待会，

韩国总统李在明星期三（12月3日）说，韩国可以在力所能及的范围内发挥调解作用，以缓和中日之间日益紧张的局面，并强调选边站队只会加剧争端。

韩联社报道，李在明在与外国媒体举行的记者会上发表上述言论。一名记者询问他，鉴于日本首相高市早苗关于台湾的言论引发紧张局势，韩国是否愿意对日本表示支持。



李在明说：“选边站队只会加剧冲突。这适用于个人关系和国际关系。与其选边站队，不如寻

求共存之道。”

他还说：“在可能的情况下，应尽量减少冲突，并在调解和协调方面发挥作用。”

此前，高市早苗暗示，如果解放军对台湾发动军事攻击，可能会引发日本自卫队的反击，并称这种情况对日本构成“生存威胁”。

此番言论导致北京和东京之间的关系急剧恶化。

作为报复，中国建议民众不要前往日本，并暂停此前恢复从日本进口海产品的决定。

空客A320再曝质量危机 数百架客机面板存缺陷

（巴黎综合电）欧洲飞机制造商空中客车星期一证实，数百架畅销的A320系列客机出现金属面板质量问题，恐影响628架飞机。

这是继此前因软件漏洞大规模召回后，空客面临的最新挑战，消息导致其股价一度大跌11%。

空客（Airbus）上周向A320客户简报时透露，总计628架飞机的机体面板因供应商制造问题，或存在过厚或过薄的情况。

其中，245架处于最终装配

或交付准备阶段，另有215架在更早的生产阶段，还有168架可能需要进行检查的客机已交付给各航空公司。

空客星期一（12月1日）表明，正采取“保守做法”检查所有可能受影响的飞机，并强调“只有部分机体需要进一步处理”。

它指出，问题的源头已被查明，新生产面板符合要求，但拒绝透露面板供应商的名称。

此次金属面板问题对股价的影响，甚至超越此前因软件

更新导致数千架A320停飞的5.9%跌幅。

A320系列近期已取代波音737成为全球交付量最高的窄体机型，因此，此次面板问题无疑使其本年度交付820架飞机的目标面临严峻考验。

截至11月，空客仅交付了657架飞机，低于预期，这意味着公司必须在12月交付约165架才能达标，这将创下历史纪录。

空客最大客户之一亚航（AirAsia）创办人费尔南德斯直言，这次事件对整个行业而



言是一记“良好警示”，促使行业在不断增加的交付压力和

财务目标前，重新审视并明确优先事项。



绍伊古会王毅称 俄中可“斩断军国主义头颅”

中日关系因台海问题陷入僵持，俄罗斯联邦安全会议秘书绍伊古与中共中央外办主任王毅会面时说，俄中在“斩断抬头军国主义九头蛇头颅”方面有足够经验，在中日外交纷争中力挺北京意味甚浓。

绍伊古星期二（12月2日）在莫斯科与王毅共同主持第20轮中俄战略安全磋商时，发表上述讲话。

受访学者分析，绍伊古措辞十分强硬，再次印证中俄两国在广泛议题，特别是关乎各自核心利益的议题上立场一致，所谓美国特朗普政府试图推行离间中俄的反尼克松（尼克逊）策略，不会发挥重要作用。

在中日因台湾议题引发外交风波，各方就美国提出的俄乌和平计划进行斡旋的背景下，外界关注中俄两国会如何展开战略协作，以维护各自的核心利益。

俄罗斯卫星通讯社报道，绍伊古在主持中俄战略安全磋商时说，“军国主义九头蛇再次抬头。但俄罗斯和中国在斩

断其头颅方面已积累足够经验”，并称考虑到一些欧洲国家和日本出现“为过去失败复仇的欲望”，这一经验尤为重要。他还说，俄罗斯和中国将“不容许在欧洲和东京复活犯罪政权”。

绍伊古也说，俄中两国在战略安全领域协作，发挥着极为重要的稳定性作用，促进构建更加公平、没有特定国家享受特权，或主导国际事务的多极世界秩序。“正因如此，俄中全面战略协作伙伴关系达到前所未有的高水平这一事实，才不合一些西方人士的意”。

至截稿为止，中国官方仍未发布上述活动的通稿。

有中国自媒体对绍伊古使用“砍掉头颅”用语感兴奋，认为绍伊古不仅支持北京在台湾问题上的立场，也支持中国驻日本大阪总领事薛剑关于“斩掉脑袋”的言论。

日本首相高市早苗11月7日发表“台湾有事日本有事”、可能构成“存亡危机事态”言论后，薛剑在X平台发帖炮

轰，“那种肮脏的头就应该毫不犹豫斩掉”，引发日本强烈抗议。

在绍伊古发表强硬讲话之前，俄罗斯已通过外交和军演力挺中国。新华社报道，俄罗斯外交部发言人扎哈罗娃在11月18日、20日、27日三度发声，对日本的危险行径严厉批评，直指高市涉台言论“危险”。

俄罗斯太平洋舰队的大型登陆舰“佩列斯韦特”号11月25日在千岛群岛（日本称北方四岛）进行防御演习，演练海上作战训练、扫雷和反潜破坏等项目。

中俄今年的年度联合空中战略巡航还未举行。在中俄举行战略安全磋商对话后，外界关注绍伊古的强硬讲话，是否意味中俄接下来将举行规模超过以往的巡航？

新加坡南洋理工大学公共政策与全球事务副教授骆明辉向《联合早报》分析，中国在反制日本方面有很多工具，他不排除任何可能，但评估绍伊古强硬发言已构成强有力信号，“既是对中国

的支持，也是对日本的警示”。

骆明辉说，绍伊古讲话显示，中俄两国将竭力在涉核心利益的议题上立场一致，也说明所谓“反尼克松策略”的假设，确实只是个假设。“就俄中关系而言，这种策略短期至中期内，不会发挥重要作用，两国将持续深化合作，双方因各种因素而相互需要”。

骆明辉说，中国对俄乌战争的态度很微妙，因北京要顾及中欧关系，无法明确力挺俄罗斯，但也从不谴责。北京的底线估计是俄罗斯这个重要伙伴不能输掉战争，否则将对北京的地缘策略造成重大冲击。反过来说，如果台海有突发状况，俄罗斯在军事上相信能支援北京。

德国智库墨卡托中国研究中心（MERICS）11月初发文说，当台湾突发状况时，莫斯科可通过鄂霍次克海、日本海及东海对东京施压并加以遏制。北京在太平洋地区日益增长的影响力，也可作为莫斯科争取时间和空间，使俄罗斯得以在欧洲扩大自身影响力。



中俄举行战略安全磋商 就涉日本问题战略对表

中共中央政治局委员、中央外办主任王毅星期二（12月2日）在莫斯科同俄罗斯联邦安全会议秘书绍伊古共同主持中俄第二十轮战略安全磋商。双方就涉日本问题进行战略对表，达成高度共识，一致认为要坚定维护用生命和鲜血换来的二战胜利成果，坚决抵制任何为殖民侵略历史翻案的错误言行。

根据中国外交部网站发布的新闻稿，中俄双方在会上就涉及两国战略安全利益的重大问题全面、深入沟通，达成新的共识，增进了战略互信。双方一致同意全力落实两国元首在战略安全领域重要共识，推动双方战略协作向更高质量迈进。

王毅说，今年中俄关系实现高水平发展，双方围绕纪念中国人民抗日战争暨世界反法西斯战争胜利80周年这条主线，共同开展一系列重要高层交往。特别是习近平主席和普京总统在莫斯科和北京两度会晤，指引中俄关系在复杂变局中稳步发展，在不确定的世界中从容前行。

他说，明年是中俄战略协作伙伴关系建立30周年和两国睦邻友好合作条约缔结25周年，是新时代中俄关系发展进程中的重要节点。双方要巩固战略互信，深化睦邻友好，扩大互利合作，服务两国各自经济发展和民族振兴，共同应对层出不穷的新威胁与新挑战，更好维护世界公平正义与和平稳定。

王毅说，中俄战略安全磋商机制是两国就事关国际安全和战略稳定的重大问题深入沟通的重要渠道，也是为维护中俄核心利益开展战略协调的重要平台。机制成立20年来，为落实两国元首重要共识、

服务两国战略决策、增进双方政治互信作出积极努力，发挥了重要作用。当前形势下这一机制的价值和意义更加凸显，双方要继续发挥好机制作用，加强战略沟通协作，共同应对外部挑战。

根据中国方面新闻稿，双方就涉日本问题进行战略对表，达成高度共识，一致认为要坚定维护用生命和鲜血换来的二战胜利成果，坚决抵制任何为殖民侵略历史翻案的错误言行，坚决反击法西斯主义、日本军国主义卷土重来的图谋，承担起中俄作为大国和联合国安理会常任理事国的共同责任，维护世界和平与安全，维护历史真相和国际正义。

双方就乌克兰危机深入交换意见。双方还围绕维护全球战略稳定、大国关系、亚太及周边地区形势等共同关心的国际和地区问题深入沟通、协调立场，达成广泛共识。

另据俄罗斯卫星通讯社报道，绍伊古在会晤时说，军国主义九头蛇再次抬头，但莫斯科和北京在斩断其头颅方面已积累了足够经验。考虑到一些欧洲国家和日本出现了为过去失败复仇的欲望，这一经验尤为重要。俄中不容许在欧洲和日本复活犯罪政权。

绍伊古说，自他和王毅2024年11月在北京举行上一次磋商以来，地缘政治局势变得更加复杂。全球安全与稳定领域的挑战与日俱增，这需要本着全面战略协作伙伴关系的精神定期对表。

绍伊古指出，俄中关系不受外部局势影响，建立在相互尊重、互不干涉内政和相互支持的原则之上，“两国关系发展的动力是两国领导人的外交艺术”。

中国佛教协会：严肃处理违规犯戒行为 清理害群之马

中国古刹河南嵩山少林寺原住持释永信上月因涉嫌职务侵占、挪用资金和受贿三宗罪被捕。中国佛教协会星期二（12月2日）召开会议，要求强化制度执行与权威，严肃处理违规犯戒行为，清理害群之马，维护佛教健康肌体。

根据“中国佛教协会”微信公号消息，“学法规、守戒律、重修为、树形象”教育活动工作推进会星期二举行。中国佛教协会会长、中国佛学院院长演觉法师出席会议并讲话。会议由中国佛教协会秘书长陇兴主持。

会议指出，自“学法规、守戒律、重修为、树形象”教育活动开展以来，中国佛教协会扎实推进各项工作，通过召开会议、印发工作方案、开设教育活动专栏等多种形式，教育引导全国



佛教界认真落实教育活动各项工作要求。

会议要求，开展“学法规、守戒律、重修为、树形象”教育活动，是贯彻落实中共中央关于宗教工作决策部署的实际行动，是系统推进中国佛教中国化、加强宗教事务治理法治化的必然要求，更是坚持全面从严治教、解决影响佛教健康传承突出问题的重要举措。当前，教育活动已进入关键推进阶段，协会和全国佛教界要进一步统一思想、凝聚共识，以更高标准、更严要

求、更实举措推动活动走深走实。

首先要提高思想认识，将教育活动作为当前和今后一个时期中心工作，以“学、查、改”为主线，摒弃消极应付等错误思想，确保专题学习触及灵魂、问题查摆直击要害、整改整治精准有效。中国佛协：少林寺要努力建成拥党爱国佛教场所 中国佛协再评释永信案 学者：“四不”非新提法 重申以往规章制度二是要压实工作责任，覆盖各级佛教协会班子及教职人

员、活动场所负责人、院校师生员工，对照问题清单制定整改措施和台账，明确整改时限，加强对各地活动的督导检查，对整改中的形式主义问题严肃追责，确保活动覆盖所有团体、场所及教职人员。

三是要抓住关键少数，本会班子成员，尤其是驻会班子成员要充分发挥示范引领作用，带头学习、自查、整改，佛教界代表人士要遵法守规、持戒修行，践行崇俭戒奢理念，维护僧团清净和合氛围。

四是要加强制度建设，以教育活动为契机梳理完善现有制度，针对新问题新情况及时修订或制定新规，推动活动成功经验上升为制度规范，强化制度执行与权威，严肃处理违规犯戒行为，清理害群之马，维护佛教健康肌体。

香港成立独立委员会审视宏福苑大火事故原因 立法会选举本星期日如期举行

香港宏福苑大火发生至今已经一个星期，当局星期二（12月2日）宣布成立由一位法官主持的独立委员会，审视事故原因，并会在星期天（12月7日）如期举行立法会选举。香港特首李家超星期二出席行政会议前会见媒体时表示，警方已经以涉嫌误杀罪拘捕13人，廉政公署则拘捕了12人，证实宏福苑维修工程涉舞弊，用不合格防护网鱼目混珠，他希望警方及廉政公署联合调查早日完成，调查所有关联人士。李家超宣布，将成立一个独立委员会，审视事故中起火和迅速蔓延的原因和相关问题，向他提出建议及报告。委员会将由一名法官主持并研究详细工作范围，政府将提供所需资料及支持。

李家超也提出这次大火牵出的八个失误环节，表示要“系统性改革”，包括大楼维修的施工安全、是否有不当的利益串连、用料检测是否有效、政府及专业人员是否尽职、是否涉及违规招标、消防系统运作监督、火灾相关责任、法律惩罚力度是否足够等等。

他说：“我要求调查到底、认真改革，化悲愤为改革力量，打破利益藩篱，不论涉及任何人，都一问到底、追责到底。我们要让真相

水落石出，让公义得到伸张，让逝者安息，让生者安心。”

香港以往发生重大事故后，港府往往会成立“独立调查委员会”调查。有港媒指出，按照香港法例86章《调查委员会条例》，“独立调查委员会”拥有一定的司法权力，可以调查行政机关的文件、调查行政官员是否有责任与过失。但这次成立的“独立委员会”，目前并无法例明定其组成、权力以及运作方式等。李家超也宣布，星期日的立法会选举将如期举行，因为很多工作要立法会审议及制定法律才可落实，这是对香港未来最负责任的态度。被问及选举如期举行，会否担心人力上无法兼顾支援灾民，且漠视死者家属感受时，李家超回应称，不会让任何救援工作停顿，又称立法会议员是必要的支援伙伴，审核拨款及改革建议等都需要立法会议员工作，须尽快选出有担当的议员。

他说：“让新一届议员尽早履职，才能更快、更有效地推进灾后的重要工作，包括善后支援、复元重建，以及涉及的法律制订检讨和改革等。”

香港上一届立法会选举于2021年底举行，是首次依照新选举

办法进行改选，泛民主派基本上没有参选，结果投票率（以一人一票的地方直选投票率计算）只有30.2%，创下1991年以来的最低纪录。港府过去一个月大力宣传并呼吁市民投票，力度为近年罕见。

中国全国港澳研究会顾问刘兆佳早前接受《联合早报》采访时认为，中央政府及特区政府高度重视今年的立法会选举投票率，是因为它可以体现港人对爱国者治港及新选举制度的支持度。他相信这次投票率会高于上一届，因为不少民主派支持者移民，留下来的选民多是建制派支持者。

刘兆佳星期二受访时指出，虽然发生宏福苑大火，但投票率应该仍会略高于上一届，“因为过去几年香港社会稳定，加上中央大力支持，认同政府施政的人有所增加。”他认为，目前社会对火灾的责任归属问题意见不一，港府并不是事件的焦点，但外部势力正在引导舆情反政府，港府能做的，“是尽快安置灾民和对违法的人采取法律行动，以回应民意。”

香港警方星期二继续搜索宏昌阁与宏新阁，新发现五具遗体，火灾死亡人数因此增至156人，仍有约30人失联。

BCA 匯率		(2025年12月3日) 來源: 中亞銀行 (BCA)			
外幣	代碼	現匯		現鈔	
		買進	賣出	買進	賣出
美元	USD	16.460,00	16.760,00	16.450,00	16.750,00
新元	SGD	12.699,60	12.940,60	12.684,00	12.926,00
歐元	EUR	19.147,05	19.545,05	19.109,00	19.508,00
澳元	AUD	10.796,05	11.060,05	10.776,00	11.023,00
英鎊	GBP	21.761,65	22.232,65	21.725,00	22.171,00
日元	JPY	105,17	108,22	104,59	108,51
人民幣	CNY	2.342,76	2.363,61	2.271,70	2.435,80
令吉	MYR	4.011,71	4.039,44	3.971,80	4.074,80



上海网信办指导小红书B站等清理唱衰楼市信息

中国上海市房地产市场不振，网上时有市民反映房价腰斩、被迫断供等帖子，还有人称楼市即将崩盘。对此，网信部门启动清理专项行动。

“网信上海”星期二（12月2日）发布规范网上房地产信息传播秩序专项整治行动典型案例通报。

通报称，11月14日，中共上海市委网信办会同市房管局、市公安局网安总队等部门启动规范网上房地产信息传播秩序专项整治行动。

专项行动开展以来，有关部门已指导小红书、哔哩哔哩（B站）等网站平台自查清理涉唱衰楼市、歪曲解读房产政策等违法违规和不良信息4万余条，处置违规房产类账号7万余个，处置违规直播间1200余个，并定期发布治理公告。

通报称，部分账号围绕房地

产政策发布夸大性解读内容，通过使用“楼市即将暴跌”“未来无法出手”“市场将崩盘”等表述，对正常政策调整进行误读、渲染和放大，引发用户恐慌性预期。涉及的账号已被相关平台依法依规关闭。

通报称，部分账号利用直播歪曲解读上海楼市，对于部分板块“标签化”或以偏概全，误导市场预期。涉及的账号已被相关平台依法依规约禁言。

下一步，上海市委网信办将会同相关部门持续保持高压严管态势，加大打击房地产领域网络乱象力度，切实规范网上房地产信息传播秩序。

中指研究院最新报告显示，11月中国百城二手住宅延续调整态势，价格下行压力有所加大，每平方米价格按月下跌0.94%，跌幅较上月扩大0.1个百分点，按年下跌7.95%。



最新非官方数据：中国11月服务业增速放缓至5个月低点

星期三（12月3日）公布的一项非官方调查显示，尽管受到海外需求提振，但新订单增长放缓，导致11月份中国服务业活动的扩张速度降至五个月来最慢。

据路透社报道，由标普全球编制的瑞霆狗（RatingDog）中国通用服务业采购经理人指数（PMI），从10月的52.6降至52.1，为6月以来最弱的扩张水平。PMI的50为荣枯线，高于50为扩张，低于50则为收缩。

这项调查结果与中国官方

星期天（11月30日）公布的服务业商务活动指数基本一致，该指数从10月的50.2降至49.5。

瑞霆狗指数被认为更能反映中国东部沿海地区规模较小、以出口为导向的服务提供商的状况，而官方PMI主要追踪大型和中型企业，包括国有企业。

彭博社报道认为，服务业的健康状况将有助于判断未来几个月消费者支出是否面临风险，因为房价暴跌和就业市场疲弱抑制了需求。

被电动车抢去半壁江山 中国燃油车涌向海外

（华沙路透电）中国电动车产业短短几年便占据国内半壁江山，重创全球主流汽车制造商的燃油车销量。但外企并非唯一输家，许多中国传统汽车制造商销量也暴跌，国内滞销的燃油车于是涌至全球市场。

总部位于中国的咨询公司Automobility的数据显示，自2020年以来，燃油车占中国汽车出口总量高达76%，年出口量从100万辆跃升至今年650万辆以上。

业界和官方数据显示，仅燃油车出口量（不包括电动车和插电式混合动力车），就足以使中国成为全球最大的汽车出口国。最大的出口商包括上汽、北汽、东风和长安等传统国有巨头，这些企业一直依赖与外国汽车制造商成立合资公司，获取利润和造车技术。

这些合作始于1980年代，当时北京以进入中国市场为条件，迫使外企与当地企业合作。近年来，以比亚迪为首的中国民营创新电动车制造商崛起，这些合资企业的销量剧跌。

上汽和通用的合资企业在华年销量，就从2020年140多万辆骤降至至2024年的43万5000辆。

如今，这些国有车企扩大出口。如上汽自有品牌的出口量，从2020年的近40万辆飙升至去年的100



多万辆。东风汽车中欧区经理弗诺伊透露，东风去年出口近25万辆汽车，五年间增长近三倍。

由于缺乏充电基础设施，燃油车在东欧、拉丁美洲和非洲等二线市场的销量依然不错。JATO Dynamics数据显示，今年上半年，中国车厂占南非汽车市场近16%的份额，去年同期是10%。燃油车销量近3万辆，电动车仅售出11辆。

智利的情况也一样。当地汽车工业协会称，中国燃油车已占当地市场近三分之一份额。雪佛兰、日产和大众等传统品牌去年在当地销

量下滑34至45%。

在乌拉圭，东风汽车与它在华合作伙伴日产直接竞争。经销商透露，东风销售的皮卡售价约2万1490美元（约2万7870新元），而日产的售价约3万零990美元。

许多中国车厂在海外的销售价，更接近外国竞争对手，远高于在中国的售价。奇瑞旗下的捷途，计划在2027年前拓展至所有欧洲国家，并力求在价格方面保持稳定。

捷途国际执行副总裁严骏说：“目前，中国很多汽车制造商都赚不到钱。我们不想再卷入任何价格战。”

瑞银：中国明年消费 增速或再放缓

随着中国家电补贴的拉动效应逐渐减弱，加上市场对官方出台刺激政策的预期走低，分析师预计，中国明年的消费增速可能略低于2025年水平。

瑞银投资银行大中华区消费行业研究主管彭燕燕星期二（12月2日）在瑞银的媒体分享会上说，从宏观角度来看，今明两年影响中国整体消费走势的最大因素是政策变化。

彭燕燕指出，今年上半年以来，家电成为中国消费领域增速最快的品类，主要得益于自去年第三季以来的家电补贴措施。然而，随着家电更新需求得到释放，明年再使用补贴，对家电消费的边际拉动作用料将减弱。

她说：“从社零（社会消费品零售总额）增速判断，我们认为明年社零的增速有可能比今年还要稍微低一点。”

去年，中国中央财政投入资金1500亿元人民币（约275亿新元），用于消费品以旧换新。今年中央财政的补贴额度进一步翻倍，达到3000亿元人民币。

尽管官方加大补贴力度，但中国国家统计局数据显示，自5月以来，中国社会消费品零售总额增速持续放缓，从5月的同比增长6.4%，降至10月的2.9%，为今年最低增速。

对于明年家电补贴会否继续，彭



燕燕指出，目前市场仍有分歧，但瑞银预计，中国官方可能会将相关政策资源转向其他领域，部分领域已出现初步迹象。

她举例，官方自8月以来已发放生育补贴，未来是否有托育方面的政策跟进需要关注；民生领域是否有更多帮扶政策，社会保障、农民工福利会否加码，这些也都是要关注的方向。

她说：“如果在这些民生领域有所加码，那么明年的消费有可能会走出这几年所面临的低谷。”

在回应关于消费能否恢复的提问时，彭燕燕重申，目前最大的不确定性来自政策层面。她说，自2021年以

来，宏观政策其实是影响消费非常重要的一个因素。无论是房地产市场的变化、中美贸易战，还是中国官方针对多个行业出台的管制措施，甚至包括今年新一轮的反腐行动，都对餐饮、夜间场所等行业带来许多负面影响。彭燕燕指出，这些政策在收入端和财富端，都对普通消费者产生了非常大的影响，尤其是对作为消费主力的中产阶级影响更为显著。

她说：“这些政策如果在未来有所改变，或是国家出台更多刺激消费的政策，使中产阶级的财富稳定、收入预期改善，消费仍有许多亮点值得期待。”

路透社：中国发放首批稀土出口通用许可证

（北京综合讯）据消息人士透露，至少有三家中国稀土磁铁生产商已获得简化版的出口许可证，可以加快向部分客户供货。

路透社星期二（12月2日）引述一名知情人士称，这三家公司分别是江西金力永磁科技、宁波韵升以及北京中科三环。其中江西金力永磁已为几乎所有客户取得出口许可证，宁波韵升和北京中科三环则为部分客户获得了许可证。

根据企业网站介绍，三家公司都向汽车业供货。江西金力永磁在欧洲设有子公司，宁波韵升表示其客户遍布欧美地区。

路透社11月初报道称，美国总统特朗普与中国国家主席习近平10月下旬会晤后，中国开始着手制定

“通用许可证”。通用许可证是原有许可证制度的补充，而非替代，有效期为一年，且允许更大规模的商品出口。根据原有规定，企业每次出货都必须向北京获得许可证，造成供应链紧张。

目前只有大型稀土企业有资格申请通用许可证。但消息人士称，若新的制度成功实施，申请资格将扩大。

上述三家公司和中国商务部没有对路透社的这项消息作出任何回应。

另据《华尔街日报》星期二报道，中国稀土磁铁生产商为了维持生计并保住西方客户，试图透过修改产品配方或改变出口形式，在不触怒北京当局的前提下，绕过繁琐

的出口管制。

据报道，这些中国企业正在研发不含镝、铽等重稀土元素的磁铁，因为出口这些稀土元素需要许可证。含镝和铽的稀土磁铁是汽车引擎、机器人与工业机械的关键组件。

部分制造商则改用另一种稀土元素钕来代替镝和铽。中国今年10月也将钕列入管制名单，不过，随著美中达成部分协议，北京暂缓了对钕的出口管制。

中国企业还采取供应链调整策略。中国目前的法规仅限制稀土磁铁原料出口，并未限制含有磁铁的成品。部分企业便与零件制造商合作，将磁铁预先嵌入马达或其他零组件，再将成品出口给西方客户。

瓦尔迪意甲首次梅开二度 助克雷莫内塞挫博洛尼亚



（博洛尼亚法新电）瓦尔迪（Vardy）首次在意甲联赛一场比赛收获两个进球，帮助克雷莫内塞（Cremonese）以3比1战胜博洛尼亚（Bologna）。

莱斯特（Leicester）和英格兰前射脚瓦尔迪在第35分钟和第50分钟梅开二度，让升班马克雷莫内塞赐给状态红火的博洛尼亚本赛季首个主场败仗。

克雷莫内塞经此一役，13轮积17分在积分榜排名第11。38岁的瓦尔迪在雨中助球队全取三分后，受访时开玩笑地说：“我想我们之前只是缺少一点雨，这在英国是典型的周中天气。最重要的是拿到三分并保持进步，这是朝着正确方向迈出的又一步。”

“这完全取决于承诺和为球队争取最好的愿望。每个人都在同一条战线上，每个人都在努力确保赛季

结束时这将是成功的一年。”

克雷莫内塞主帅尼古拉（Nicola）表示，有瓦尔迪在他的球队中是一种“荣幸”。他说：“伟大的球员很容易管理，他们知道自己应该做什么，也知道如何做。他们因为作为球员的素质，以及他们的心态和行为方式而与众不同。”

“他就是这样，他很自在，幽默风趣……他带着为球队奉献的精神来到这里。”

瓦尔迪于9月加盟克雷莫内塞，签订了为期一年的合同，如果他们能留在顶级联赛，则有权选择延长一个赛季。

他一直公开表示，希望在自己欣赏的足球文化中获得新体验。克雷莫内塞的老板是当地亿万富翁钢铁巨头阿尔维迪（Arvedi）。

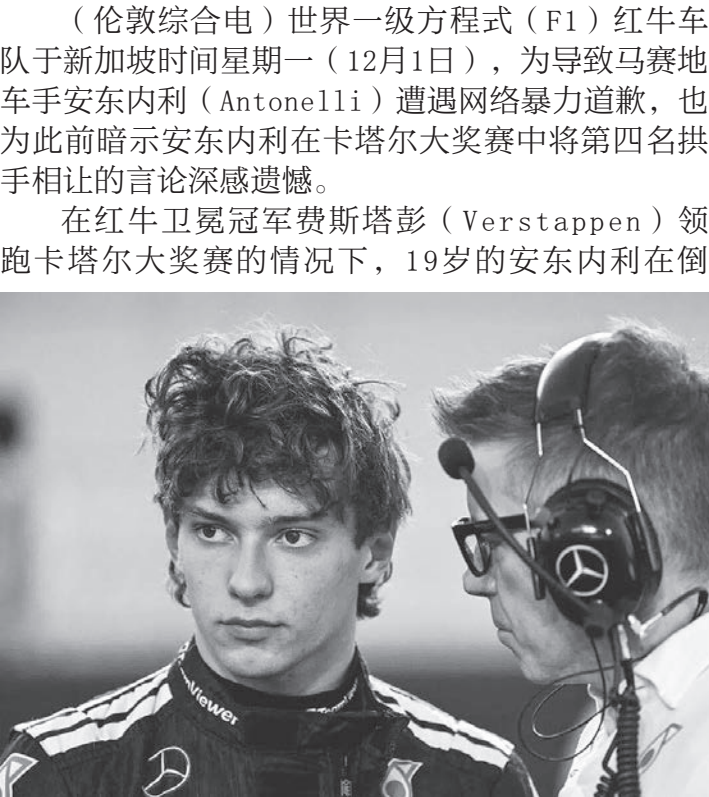


虽然核心后卫布克在首节就受伤退赛，但太阳还是保持了强劲势头客场取胜。

（洛杉矶综合电）虽然遭遇明星后卫布克（Booker）的伤退，客场作战的菲尼克斯太阳（Phoenix Suns）在新加坡时间星期二（12月2日）以125比108的强势发挥，终结了洛杉矶湖人（LA Lakers）的美国职业篮球赛（NBA）七连胜。

布克在首节受伤退赛，但这名明星后卫的离场并未影响太阳的得分势头。西部第二的湖人则出现了多达22次失误，太阳将这些失误转化成了32分，奠定胜局。

导致马赛地车手遭网络暴力 F1红牛车队道歉



（伦敦综合电）世界一级方程式（F1）红牛车队于新加坡时间星期一（12月1日），为导致马赛地车手安东内利（Antonelli）遭遇网络暴力道歉，也为此前暗示安东内利在卡塔尔大奖赛中将第四名拱手相让的言论深感遗憾。

在红牛卫冕冠军费斯塔彭（Verstappen）领跑卡塔尔大奖赛的情况下，19岁的安东内利在倒数第二圈出现失误，被费斯塔彭的争冠对手诺里斯（Norris）迅速超越，后者获得第四名并多得两分，在收官战阿布扎比大奖赛前领先费斯塔彭12分。

红牛比赛工程师兰比亚斯（Lambiase）当时通过无线电告诉费斯塔彭说：“不确定发生了什么，安东内利好像给诺里斯让车了。” 这一信息也在电视转播中出现。

红牛顾问马尔科（Marko）也在赛后重申，认为安东内利没有尝试防守就让诺里斯超越。

安东内利换黑头像 社媒抨击评论激增

赛后不久，安东内利将个人Instagram账户头像换成全黑。马赛地车队说，针对安东内利在多个社交媒体账号上的攻击性评论增加了“1100%”。

据悉，其中有多条评论是“死亡威胁”，并且马赛地在社媒上标记了另外330条“严重或可疑”的评论。

中国乒乓队全胜 晋级成都混团世界杯八强



2025年成都国际乒联混合团体世界杯星期二（12月2日）结束小组最后一轮较量，产生八强席位。前四号种子中国、日本、韩国、德国以不败战绩晋级，另外四个名额归属四个小组的第二名，分别是香港、克罗地亚、瑞典、法国。

根据赛程安排，本届混团世界杯分为三个阶段。第一阶段是小组循环赛，16支球队分为四个小组，每组打三轮比赛，获得前两名的球队晋级第二阶段八强循环赛。

在星期一（1日）晚小组次轮比赛结束后，中国、日本、韩国、德国四位种子以及第二小组的克罗地亚，就已凭借两连胜提前从各自小组出线。因此，星期二小组赛最后一轮只决出三张八强入场券，以及各组最终排名。

已提前从第一小组出线的中国，在最后一轮面对两连败的智利时，首盘混双继续由世界第一组合蒯曼／林诗栋出战，但在次盘女单和第三盘男单上，收起了男女单打头号王楚钦和孙颖莎，派出世界第二王曼昱和世界第七梁靖崑担纲，全队帮助球队取得了一场8比0的大胜。

本届比赛首次亮相的王曼昱在赛后说：“虽然对智利自己是第一次登场，不过毕竟打了两届了，对赛制和场馆的感觉还是非常熟悉。自己的整体发挥正常，希望通过一场场比赛把状态调整到最好，第二阶段淘汰赛继续努力。”同组的香港在与埃及争夺第二个出线名额时，黄镇廷、杜凯琹率领队友以8比2胜出。

世界杯抽签周五华盛顿举行 特朗普确定出席



（华盛顿综合电）美国总统特朗普总统将于当地时间星期五（5日）出席在华盛顿举行的2026年世界杯正赛抽签仪式。

白宫新闻秘书莱维特宫星期一（12月1日）告诉记者：“特朗普总统星期五将出席在肯尼迪中心举行的国际足联世界杯决赛抽签仪式。”

美国将与加拿大和墨西哥共同主办2026年6月11日到7月19日的世界杯。特朗普已将世界杯视为其第二任总统任期和明年美国独立250周年庆典的中心活动。

特朗普已将世界杯作为他第二次总统任期和明年美国独立250周年庆典的核心活动，但这项体育盛事也未能摆脱他在许多问题上采取强硬立场所造成的政治动荡。共和党籍的特朗普曾提出将比赛从某些主办城市移走的可能性，原因是他声称在一些民主党执政的城市存在犯罪和移民问题。

国际足联将在同一天颁发一项新的和平奖，外界普遍猜测这个奖项可能会授予特朗普。

本届世界杯将首次扩军至48队，包括东道主在内的42支队伍已全部确定名额，剩余的六席将由16支欧洲附加赛球队，通过两轮单场淘汰赛产生四个名额。六支来自五大洲的球队，也将通过洲际附加赛来争夺两个名额。

将参加洲际附加赛的六支球队分别是亚洲的伊拉克、非洲的刚果、大洋洲的新喀里多尼亚、南美洲的玻利维亚、中北美洲和加勒比的苏里南及牙买加。

伊拉克和刚果因世界排名较高而直接进入附加赛决赛。玻利维亚与苏里南之间的胜者，将与伊拉克争夺出线权，刚果的对手则将在新喀里多尼与牙买加之间产生。

24小时内后台唤醒超2小时算违规 谷歌严打“偷电” 安卓App

科技媒体 Android Authority 发布博文，报道称谷歌发布了新的应用质量指南，进一步遏制 App 过度消耗手机电池电量问题。

IT之家援引博文介绍，新政策的核心目标是“唤醒锁”（Wake Locks）机制。“唤醒锁”是一种允许应用在手机屏幕关闭后，依然能保持中央处理器（CPU）运行的功能。

虽然这项机制对于音乐播放、后台下载等任务至关重要，但许多应用会无故长时间持有唤醒锁，阻止手机进入深度休眠状态，这正是导致电池电量异常消耗的主要元凶之一。

新规将于 2026 年 3 月 1 日正式生效。

谷歌在新规中量化了“唤醒锁”机制，在手机端，如果一个 App 在 24 小时内，无正当理由累计唤醒设备的时长超过 2 小时，就会被标记为过度耗电。在智能手表等穿戴设备上，标准则是在活动会话期间，应用每小时消耗电量超过设备总电量的 4.44%。

对于违反上述规定的应用，谷歌将采取两项主要处罚措施。首先，该应用的 Play 商店详情页将被添加一个公开的警告标签，直接告知用户“此应用可能会加速手机电量消耗”。其次，该应用在 Play 商店推荐页面、榜单等位置的可见性（即曝光度）将被降低，从而减少其被用户发现的机会。

（IT之家）



华为查找设备 新增“关机验证密码”功能

据华为官方介绍，华为查找设备新增“关机验证密码”功能，设备丢失后不用担心被恶意关机，可增加被找回的概率。

符合条件的手机升级到HarmonyOS6之后，即可体验。

开启路径：进入设置>查找设备>打开“关机验证密码”开关。

需要注意的是，该功能仅适用于锁屏状态下关机，若设备已经解锁，则关机时无需验证密码。

此外，重启设备、强制关机、强制恢复出厂设备时，也无需验证锁屏密码。

值得注意的是，华为Pura 80系列等机型还加入了星闪查找”功

能，后续应该会成为华为旗舰的标配。

在查找设备App中开启“查找我的手机”功能之后，能随时查看手机的具体位置，甚至还可以通过星闪查找精准定位设备的方向与距离，甚至还支持楼层定位。

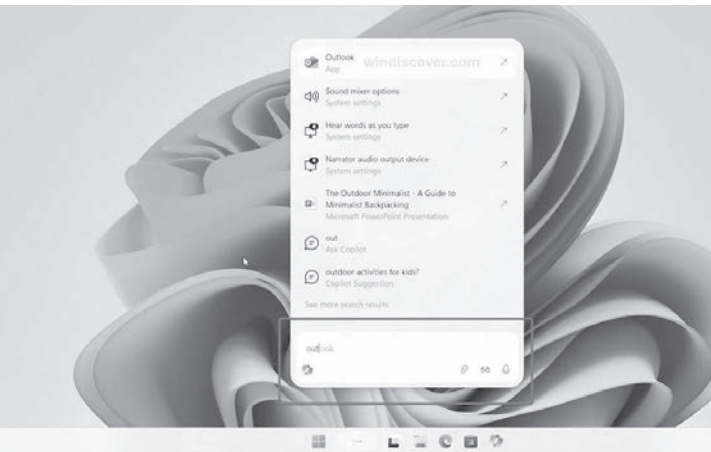
当通过定位和楼层信息到达丢失设备附近时，查找设备界面中的“导航”按钮会自动变成“精确查找”按钮。

点击并与设备建立连接后，界面上会直观显示丢失手机所在的精确方向和距离，只需要跟着箭头的指引就能找回手机。

最关键的是还华为Pura80系列还支



微软Windows 11 更新：Copilot聊天框取代搜索框



微软宣布即将推出Windows 11 的一项重大更新，任务栏上的 Windows 搜索框将被 Copilot 聊天框取代。微软表示，此举旨在使任务栏成为一个动态中心，帮助用户事半功倍，将日常互动转化为高效便捷的体验。

外媒称，任务栏搜索框中新的 Copilot 集成将是一种可选体验，启用后，Windows 搜索窗格将完全被新的 Copilot UI 取代，该 UI 可以进行AI聊天以及本地文件和应用搜索。

微软表示，这项新体验不会自动授予 Copilot 访问用户的应用或文件的权限，而是利用现有的 Windows 搜索 API 来显示结果。

微软还称，任务栏上的新 Copilot 集成将在未来几周内推出预览版，这意味着它可能要到 2026 年的某个时候才会开始向所有 Windows 11 用户推出。（环球网科技）

午夜铃声吓得一激灵！苹果回应iPhone半夜会自动打电话



日前，有多位网友在社交平台发帖，称自己遇到了iPhone半夜自动打电话的现象。

有网友表示，“iPhone半夜自动给最近最后一位联系人打电话，睡着了听见：您拨打的电话无法接通……给我吓的一激灵。”

今日，密度财经就此事致电苹果官方咨询，苹果客服表示，可能与账号名下多台设备登录同一 Apple ID有关，不排除在用户开启“同步通话记录”的情况下，由其他设备拨出导致。

此外，用户在“今日视图”中添加与通话相关的小组件，开启语音拨号、搜索、回拨未接来电等功能均有可能导致前述“自动打电话”的情况出现。

如果真的出现类似的情况，建议用户将上述功能关闭后再观察一段时间。

据了解，从网友反馈来看，不仅是新款iPhone 17系列，部分老款iPhone也出现了半夜自动拨号的情况，且早在2024年就已有用户反映过类似问题。

（快科技）

华为Mate 80系列不支持磁吸



华为Mate 80系列已经正式发布，探索无限。采用了非常独特的双环设计，中轴对称，中间的“8”字象征着突破自我，发布会前多方猜测机身配备原生磁吸功能，现在看来大家要失望

华为新机搭配麒麟9030晶片 降价幅度高于预期



中国科技巨企华为为发布最新的Mate 80系列手机，搭配自研鸿蒙系统和麒麟晶片，全系列价格大幅降低。

华为早前召开线上新品发布会，华为Mate 80售价4699元（人民币）起、高端Mate 80 Pro Max 7999起，对比去年12月推出的华为Mate 70系列，普通版降价800元，高端的Pro Max降价500元。同天华为也发布高端折叠机MateX7，售价1万

2999元。

新机搭载华为自研的鸿蒙操作系统和麒麟系列晶片。华为在线上发布会上并未多作介绍，但官网和线下介绍中写明，Mate80 Pro系列搭配的是麒麟9030 Pro处理器，普通版Mate80则是麒麟9020晶片。

“麒麟9030”一度登上微博热搜。有科技博主说：“华为这次大大方方的说芯片说明真的不怕被美国卡脖子了”。不过也有人认为，华为新机最大亮点，是在中国消费不景气之际降价了。

去年Mate 70系列推出时，华为没有公开处理器规格。拆解机构在后续拆机分析中发现，标准版Mate 70可能使用的是制程7纳米的麒麟9010晶片，Pro版本则是麒麟9020。

雷克沙发布首款AI Storage Core 支持热插拔的新型PCIe存储卡

Lexar 雷克沙正式发布了行业首款 AI Storage Core，这是一款支持热插拔、采用 PCIe 总线的存储卡。雷克沙 AI Storage Core 采用了类似 M.2 2230 固态硬盘但又有区别的外形设计。其以“金手指”传输数据和电力，宽 22.9mm、长 28.5mm，支持至高 4TB 容量，读写速率可达 8GB/s 级别（PCIe 4.0×4 或 PCIe 5.0×2）。

这一存储设备采用集成封装技术，具备防水、防尘性能与抗震、抗辐射特性，未来特定型号将引入-40℃ ~ +85℃ 的工业级宽温支持。

雷克沙表示，其 AI

Storage Core 广泛适用于 AI PC / 游戏主机 / 拍摄 / 驾驶 / 机器人场景，能提供远超传统存储卡的顺序读写速度和高 IOPS 的随机表现。

未来雷克沙将通过持续探索，实现针对 AI 模型的 512B 小数据块 I/O 优化，研究与主机系统在 SLC Boost 与 Read Cache 层面的协同机制，以进一步提升大语言模型加载与图像生成等 AI 任务的实时处理效率。（IT之家）





亚洲周刊：笔锋

美国领袖缺席G20峰会，在於峰会将气候应对、绿色转型列为核心议程，与特朗普反绿色、反环保态度形成尖锐对立，但中国却是全球绿色和治理的倡议者。价值观的根本分歧，使得美国国际地位逐渐被边缘化。

在南非举行的G20二十国集团峰会围绕「团结、平等、可持续」的主题共商全球治理大计，但作为即将接任轮值主席国的美国，却选择缺席领导人层级会议，仅派遣低级别外交官参与交接仪式。这一异常举动不仅打破了G20峰会的惯例，更成为美国与国际主流脱钩、国际地位日渐边缘化的鲜活脚注。

中国国务院总理李强率团出席，积极推动全球环保合作与多边治理方案，两者一退一进的鲜明对比，折射出当今国际秩序演变的必然趋势。

美国此次缺席并非偶然，而是特朗普长期以来反全球化、反环保理念的必然结果。自特朗普重返白宫以来，美国的对外政策日益加强单边主义与霸道作风，与国际社会普遍认同的多边主义价值观背道而驰。

在环保领域，美国的立场与全球共识严重脱节，不仅质疑《巴黎协定》的实施价值，更在多个国际气候谈判中采取消极态



G20峰会各国领导人合影：中国得道多助，美国失道寡助。（图：欧新社）

美国缺席G20国际地位边缘化

度，甚至试图阻挠多边环保共识的达成。

此次峰会将气候应对、绿色转型列为核心议程，与美国近年来推行的能源政策和环保态度形成尖锐对立，这种价值观的根本分歧，使得美国在全球治理中逐渐丧失话语权。加拿大总理卡尼明言，世界没有美国，也一样运转。

特朗普政府的自大狂妄不仅让环保领域的合作陷入困境，更严重损害了美国与传统盟友的关系。在一系列国际事务中，美国频频以「美国优先」为名，实施贸易保护主义、单方面退群毁约，让欧洲盟友和加拿大深感不满。德国总理默茨在峰会前明确表示，出席峰会并与合作夥伴对话至关重要，暗含对美国缺席态度的不满；英国首相施纪贤（斯塔默）也强调，唯有对话才能解决全球性难题，间接批评美国的孤立主义倾向。

美国对南非的无理指责更成为此次峰会的插曲，特朗普不仅谩骂「G20峰会在南非举行是一种耻辱」，还捏造所谓「南非种族屠杀」的谎言，这种霸凌行径不仅遭到南非总统拉马福萨的当场否认，更引发国际社会广泛反感。

中国国务院总理李强在峰会多个阶段

会议中发言，系统提出全球环保合作与治理方案，为破解全球性挑战贡献中国智慧。在生态环保领域，中方呼吁坚持共同但有区别的责任原则，加快落实《巴黎协定》和「昆明—蒙特利尔全球生物多样性框架」，并愿意与各方深化绿色能源合作；在产业转型方面，中国提出《绿色矿产国际经贸合作倡议》，推动全球绿色产业链供应链稳定畅通，过去五年已通过风电光伏产品出口帮助其他国家减少约四十一亿吨碳排放。

这些具体可行的倡议不仅契合了峰会「可持续发展」的核心议题，更回应了发展中国家的迫切需求，得到与会各方广泛响应。

中日领导人未能会面引发关注。日本首相高市早苗虽赴会参加，但中方明确表示李强没有会见日本领导人的安排，外交部发言人毛宁更直言「请日本自重」。这一立场源於日方长期以来在涉台问题上的错误言行，近年来日本不断突破和平宪法束缚，与外部势力勾连干涉中国内政，严重伤害中日关系的政治基础。

中国顺应时代潮流者得道多助，美国背离国际共识者失道寡助，进一步印证了

美国的边缘化与中国的核心作用。

尽管美国试图阻止峰会通过联合宣言，声称「缺席将导致无法达成共识」，但与会各方不为所动，最终在开幕当日就达成包含一百二十二条内容的《约翰内斯堡峰会宣言》，创下G20峰会最快达成共识的纪录。

南非外交部长拉莫拉的话颇具代表性：「我们不能让缺席的人拖累国际机构。」这句话不仅是对美国单边主义的有力反驳，更反映出国际社会摆脱个别国家绑架、坚持多边主义的共同意愿。

与美国的「失道寡助」形成鲜明对比，中国提出的支持非洲现代化合作倡议、设立全球发展学院等主张得到众多发展中国家积极响应，充分体现了「得道多助」的国际政治逻辑。

在全球化深度发展的今天，气候变化、能源安全、粮食危机等挑战没有国界，单凭一国之力无法解决，多边合作已成为不可阻挡的时代潮流。美国固守「单边优先」思维，以邻为壑、退群毁约，不仅无法解决自身问题，更会逐渐失去国际社会的信任与支持。

中国始终坚持开放与互惠共赢的策略，践行真正的多边主义，既维护了发展中国家的共同利益，也为全球治理体系改革注入动力。

美国坚持孤立主义与霸道作风，其国际地位的进一步下滑将难以逆转；而中国所倡导的开放、合作、共赢之路必将获得更多国家响应，在全球治理中发挥更为重要的作用。 ■



格林指责特朗普背叛MAGA。

自世界首富马斯克六月爆出美国总统特朗普曾登上「富豪淫魔」爱泼斯坦(Jeffrey Epstein)的「萝莉岛」、七月美媒公布爱泼斯坦出席特朗普婚礼的录像照片後，MAGA阵营陷入内讦危机，要求公开「爱泼斯坦档案」的呼声达到新高。十一月十八日，众议院以仅一票反对票通过了跨党派提出的《爱泼斯坦档案透明法案》，要求司法部公布其掌握的所有与爱泼斯坦调查和起诉有关的非机密材料，除了受害者信息或涉及正在调查的案件的资讯，成为了特朗普政府的噩梦。

众议院通过该法案後，当晚参议院也火速通过，并在翌日获得特朗普签署，标志着这起被阴谋论炒作得纷纷扬扬的美国政商界的世纪丑闻，終於要在三十天内以「可搜索和可下载格式」「透明化」，也必将引发一场政治地震。

对特朗普来说，事件已严重动摇他对国会共和党的控制，而被他称为「叛徒」的乔治亚州众议员、被喻为「MAGA女王」的玛乔丽·泰勒·格林(Marjorie Taylor Greene)，更是用愤怒辞职来突显特朗普的「忘恩负义」，严重动摇MAGA阵营的内部团结。

爱泼斯坦与美国大批政商名流交往密切，但因在「萝莉岛」涉嫌性贩卖活动和性

富豪淫魔档案丑闻公开MAGA阵营面临撕裂

亚洲周刊：丁果

侵数十名年龄最小只有十四岁的女孩而被捕，却又在二零一九年在纽约监狱离奇「自杀」，从而触发关於美国政商界的复杂阴谋论。爱泼斯坦更指是与外国政府有关，而格林在质疑特朗普拒绝公布爱泼斯坦档案的动机时，就曾隐晦暗示以色列政府是幕後的操纵之手。

谁都知道，特朗普曾是爱泼斯坦的密友。拜登的儿子亨特甚至宣称，第一夫人梅拉尼娅就是爱泼斯坦介绍给特朗普认识的，虽被特朗普否定，梅拉尼娅更威胁亨特撤回「侮辱性和煽动性言论」，否则将起诉他诽谤及赔偿十亿美元，但三个月过去了，这个起诉并没有发生。事实是，从爱泼斯坦在特朗普任内「神秘自杀」後，特朗普一直通过阴谋论的渠道，将丑闻定位成「民主党的致命伤」，甚至在去年总统大选中，把公开爱泼斯坦文件当成竞选主轴之一，以此为MAGA运动获得民粹支持。

但今年七月，美国司法部竟声称并不存在爱泼斯坦的「客户名单」，「未找到可以（让我们）对未被指控的第三方进行调查的证据」，且在牢房的监控录像遗失了整整一分钟的纪录，并指没必要公布档案。这种公然违背竞选承诺的卑劣解释引发各方愤怒，也严重撕裂了MAGA阵营。

特朗普却摆出「朕即真理」、「逆我者亡」的架子压制「透明化」呼求，将所有的公开诉求定性为「民主党的阴谋」。而最荒唐的是，特朗普将格林骂成「叛徒」，甚至公开威胁要在明年的众议员初选中，让特朗普支持的人出马干掉格林，逼得格林首次登上她厌恶的左翼媒体CNN，声讨特朗普的「政治追杀令」已威胁到她公司、家庭、尤其是年仅廿二岁的儿子的生命安全。

特朗普的「无底线霸凌」让格林痛定思痛，在节目中为自己过去的煽动性言论道歉，同时坚持要为爱泼斯坦案件的受害女性仗义执言，要求全面公开爱泼斯坦案文件。格林也不忘在节目中暗批特朗普违背了「美

国优先」的MAGA运动原则，以争取MAGA基本盘的支持。

格林辞去众议员职务

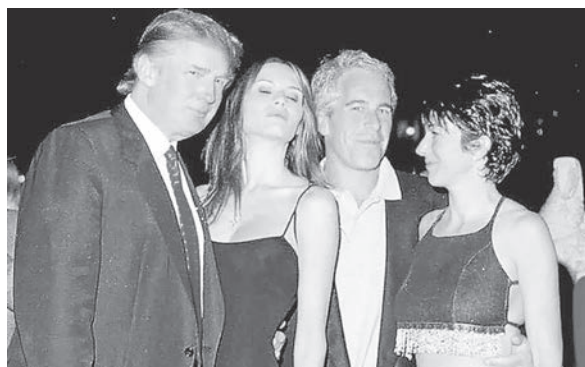
不少乔治亚选区的格林支持者并未听从特朗普的建议，继续支持格林，当然不少人也期待格林与特朗普最终讲和。但格林不是马斯克，她不愿给特朗普「和解」机会：十一月廿一日抛震撼弹，宣布辞去众议员职务，并称自己花费数百万美元支持特朗普当选，却遭特朗普「背叛」。她的辞职严重动摇了特朗普在MAGA运动中的绝对权威。

同时，国会众议院监督委员会的民主党人十一月十二日率先公布涉及特朗普的相关文件，其中爱泼斯坦的邮件在二零一一年透露，特朗普对性剥削知情，并指认他与其中一名受害人「曾共度数小时」，使特朗普被推上风口浪尖。

但特朗普出尔反尔是常态，十一月十六号晚上，他转变立场呼吁国会共和党投票支持公开爱泼斯坦案相关文件，称「现在是时候摆脱民主党人炮制的这场骗局」。但特朗普的翻来覆去加深了人们对他涉入爱泼斯坦丑闻的推测和印象。其实，深谙投票威力的特朗普很清楚，他已失去对国会共和党议员的控制，如不妥协，他就在中期选举前成为「跛脚总统」。

特朗普深知爱泼斯坦案文件公开带来致命打击，因此在宣布支持国会投票前做了两个准备。一是采取惯用的舆论伎俩，让民主党来背黑锅。二是对司法部长邦迪下令，调查美国前财长及前哈佛校长萨默斯(Lawrence Summers)、职业社交网站领英联合创始人霍夫曼(Reid Hoffman)、摩根大通等人员与爱泼斯坦的关系。

这是因为特朗普知道，「透明法案」中「处于调查中的人事」可不被公开。换句话说，特朗普和司法部、FBI可以让涉及特朗普的「关键资料」不见天日，从技术上让「公开透明」大打折扣。



香港启德体育园主场馆：足球是广受欢迎的运动。（图：《明报》）

美前财长向爱氏请教

民主党当然洞察特朗普的伎俩，但他们已顾不上萨默斯等老建制派人员的「政治伤亡」。对他们来说，更重要的是伤害特朗普和其团队，因此他们全力推动公开化。期间，萨默斯被曝向已被定罪的爱泼斯坦徵求建议，如何把华裔学术界精英金刻羽「搞到手」。他第一时间辞去学界商界的所有职务，公开向社会道歉。此外，知名左翼学者乔姆斯基(Noam Chomsky)也被揭发曾寄生日祝贺信给定罪後的爱泼斯坦，两人关系成谜，乔姆斯基本人拒绝回应。

特朗普很清楚，民主党并不惧怕旧建制派被摧毁，激进派甚至可能「借刀杀人」，通过特朗普的手，清除党内克林顿—希拉里的建制派势力。因此，他必须在嫁祸民主党之外，制造其他话题来转移矛盾：包括对委内瑞拉动手、逼迫乌克兰接受美俄密谈达成的和平协议以及指控六名民主党议员犯有「可判死刑的叛乱行为」等。他更通过跟纽约候任市长马姆达尼(Zohran Mamdani)会面，呼应对方重视纽约人生活开支的政纲，立场一百八十度转弯，以近乎讨好的姿态，对民主党激进派抛出橄榄枝。

但特朗普能否像走出「通俄门」事件那样顺利走出「爱泼斯坦门」，恐怕很难预测。格林的辞职和指责、共和党国会议员违逆特朗普的「国王命令」力推「公开透明」，再加上特朗普目前只有三成六的超低支持率，以及高院将对关税战的裁决前景并不看好，特朗普在大选後建立的「国王神话」似乎处於崩解的前夜。 ■



每天3蔬2果 营养师曝6招

忙到没时间吃蔬果吗？营养师高敏敏於脸书粉专“高敏敏 营养师”发文表示，常说每天至少3蔬2果，但老是会有人说“工作忙没时间准备蔬果”，分享6招默默提升蔬果摄取量，包括：自制绿拿铁、下午茶选水果、点心选蔬果乾、自备沙拉餐、用餐先吃菜、外食加点菜。

●自制绿拿铁：其实就是把你喜欢的蔬菜烫过之後，再加喜欢的水果去打成果汁。而且不加糖、不过滤 可以摄取更多纤维和营养。

●下午茶选水果：下午是不是都习惯来一杯手摇杯，或是习惯吃个蛋糕甜点摄取一下糖分？要吃糖可以，不过建议改吃天然水果，摄取天然糖分的，同时也可以补充膳食纤维和植化素。

●点心选蔬果乾：建议你们试试天然蔬果乾，想吃咸的就来点蔬菜乾，想吃甜的就选水果乾，建议选择较少调味料的，以免吃进太多负担。

●自备沙拉餐：很多人都说工作忙没时间准备蔬果，其实可以选择比较能放的蔬果，例如番茄、小黄瓜、甜椒等等，提前一晚先洗好、切好，放进餐盒里，隔天就能边工作边补充能量，建议选择天然不加酱会更健康。

●用餐先吃菜：吃饭之前要先来一碗菜垫垫胃，其实就是担心民众会一次吃太多饭、配菜，导致蔬菜都吃不够，所以饭前先吃蔬菜，帮助摄取膳食纤维，也有助於减脂。

●外食加点菜：其实常常看到外食族，便当一打开却连一个蔬菜都没有，建议可以配菜多选青菜，或是点餐时多加一份青菜，如果便当店的菜比较油 也可以稍微过个水把油刷掉。

蔬果摄取3观念

●各色蔬果都吃：秉持彩虹饮食原则（红、橙、黄、绿、蓝、紫、白），摄取各色蔬果的植化素 帮助巩固保护力。

●蔬果不能互相取代：不要想说多吃一点蔬菜 就可以少吃水果，根据卫福部健康署公告 每日最少要吃3份蔬菜加2份水果，毕竟各有不同的营养素，所以不能互相代替。

●市售果汁营养价值低：市售果汁或手摇饮，通常都将纤维过滤掉，也会了提升口感，而加入大量的糖，因此不能取代蔬果的摄取，小心纤维没摄取到，反而吃进满满的糖分。（健康网）

预防食物中毒 谨记5要2不原则

根据食药署历年统计资料显示，5到10月为食物中毒发生之高峰期，应特别注意食品保存，避免微生物滋长。新竹市卫生局於脸书发文提醒，只要遵守“5要2不”原则，就能躲避食物中毒的邪恶陷阱。也就是“要”洗手、“要”新鲜、“要”生熟食分开、“要”澈底加热、“要”注意保存温度；以及“不”饮用山泉水、“不”食用不明动植物。

新竹市卫生局表示，要预防食物中毒，生蚶、生蚝、扇贝、鲍鱼、蛤蜊及淡菜等贝类水产品，应澈底加热後再食用，调理食品前後，需洗净双手，手部有伤口，应避免直接接触食品或戴手套调理。料理使用的生熟食刀具、砧板应分开，以避免交叉污染。

针对诺罗病毒，新竹市卫生局也呼吁落实5原则：勤洗手、不生食、不生饮、注意餐饮人员健康、注意餐饮环境卫生。

根据食药署，常见的食物中毒症状包括腹泻、恶心、呕吐、腹痛、发烧、头痛及虚弱等，有时候伴随血便或脓便，但未必所有症状会同时发生。患者年龄、健康状况、引起食物中毒的致病原因、种类以及吃进的量等因素，均会影响中毒症状及其严重程度。抵抗力弱的人症状会较严重，甚至可能死亡。一般食物中毒的症状通常会持续1天或2天，有些会持续1周到10天。（健康网）



血压起起伏伏？

中医调理肝肾控血压

“沉默杀手”高血压若长期没控制好，可能会导致诸多疾病缠身。除西医治疗外，中医能不能治疗血压问题？中医师邵禹豪表示，可以。依照中医理论，治疗血压要着重在肝、肾两脏，少部分也要考虑心脏的问题，若从八纲辨证来说，又可以分成“热”、“虚”两大类，前者要用攻的，把热给清除掉；後者要用补，把气给补起来。

邵禹豪在脸书专页“中医师邵禹豪，阿豪医师”发文分享，近期来治疗巴金森的患者，发现血压高达180/120mmHg，故每次治疗都还是会请患者再次测量血压监测治疗效果。经过两周的针药合并治疗，无任何降压西药的介入，近日回诊血压已恢复到120/80mmHg。

肝中血水不足 易有面红、头晕

邵禹豪表示，以肝来论，肝除了是掌管妇科疾病的重要脏腑，也有调节全身气血与自律神经的功能。倘若肝的火气太大，或是肝中本身的水血不足，会出现头胀痛、面红、头晕目眩等症状，原因就是阳气无法沉潜，於是蓄积在身体上部，此时的血压也容易偏高。

肾气虚衰会出现血压较高问题

邵禹豪进一步说，第二种要从肾来治，肾中之精气是全身脏腑之气的根本，同时肾也是调节水气的重要脏腑，如果肾气虚衰，致使无法调节水液代谢，水气蓄积在体内无法排除，也会出现血压较高的情形。

邵禹豪提醒，中医治疗高血压除着重肝肾外，心阳虚、胃火旺或是肝郁气滞，也都可能造成血压升高，故临床上并没有什麼通知的办法，仍要细心体察每位患者的病况表现，才能有效地对证治疗。（健康网）

防油纸袋含氟化物 专家这情况需注意



美味的小吃炸物，无论是香鸡排、葱油饼、咸酥鸡常见店家会用防油纸袋、纸盒包装，日前有媒体报导，“这些食品包材，可能涂有含氟化合物，摄入过多会增加罹癌机率”，常吃这样的食物真的会致癌吗？对此，毒理专家招名威指出，食物是间接接触推测剂量不高，短时间内很难会造成大规模伤害，但是氟化合物有累积性，长期还是需要注意。

全氟辛酸 一级致癌物

中原大学生物科技学系副教授招名威在脸书专页“招名威教授毒理威廉”发文指出，PFAS全氟辛烷类化合物真的无所不在，因为它具有防水、防油的特性，所以广泛的用在各种产品上，包括消防泡沫、防水衣料、食品包材、农药、化妆品/保养品、爆米花袋、披萨衬纸、铁氟龙不沾锅等，现在又发现在装食物的防油纸袋里含有，其实一点也不意外，因为PFAS它真的很好用，而且又很稳定。

PFAS是多种有机氟化合物的总称，推测有1万多种，其中的全氟辛酸和全氟辛烷磺酸被指对健康有害，日本国内禁止制造和进口，国际癌症研究机构已将全氟辛酸的致癌风险等级列为“一级致癌物”。

食物间接触 推测剂量不高

只是单纯吃盐酥鸡，不小心食物碰到外包装的防油纸袋一定会致癌吗？

招名威说“不一定，看状况”，他指出，首先，虽然防油纸袋有含PFAS，但食物没有验出，而且我们是吃食物不是吃防油纸袋，我们是间接摄取到，不是直接，剂量没有直接吃到的那麽高。

其次，万一防油纸袋上的PFAS不稳定，受热後释放到食物上怎麽办？他说，这有可能，因为有时候食物买回来但没有及时吃掉，防油纸会整个贴到食物上去，再加上食物若是热的，确实无法百分百确定PFAS不会跑到食物上。但目前仍然没有观察到食物上有超量的PFAS存在，而且PFAS的特性本来就是防水防油，既使受热了，也不至於会一瞬间大量跑到食物上，所以由此推测，食物上的剂量还是太低，应不足以达到毒害的标准。

第三，若是微量的PFAS，我们每天都吃到一点点，长期下来，有没有可能在未来的某一天我们罹患癌症了？招名威说，这有可能，但要花多长的时间，没有人有这样的数据，因为目前都是透过动物试验的结果来推测，人类的数据还是不足。

PFAS有累积性 长期需注意

他表示，与其说致癌，倒不如说PFAS可能导致胆固醇升高、肝指数上升、肾脏发炎机率增加、生育能力降低、内分泌失调以及甲状腺疾病、糖尿病等机率升高，孕妇若暴露过量PFAS会导致新生儿出生後体重下降、早产、神经发育及生殖功能障碍。

但重点是，这些疾病发生都是要吃很长一段时间PFAS污染的食物或是直接吃到PFAS才有可能发生，若一般间接暴露的剂量不足，短时间内是很难会造成大规模伤害的，但长期还是要注意。

招名威也提醒，PFAS因为它的生物累积性，会对动物和环境造成长期的影响，因此，联合国环境规划署、美国国家环境保护局、美国FDA、欧洲化学总署等世界各国与地区，皆针对PFAS及其相关物质公告禁令，丹麦已於2020年7月1日起率先发布禁止在纸和纸板类食品接触材料及制品中使用，欧盟也续针对此化学品定期进行监控。（健康网）

行动不卡“关” 4类饮食找回行动力

秋刀鱼、白带鱼，都是很不错的选择，如果日常饮食中不容易吃到，也可以透过鱼油相关的保健品作补充。

●新鲜蔬果：新鲜蔬果中含有丰富的维生素C，有助於胶原蛋白型成，帮助组织修复及减轻发炎。另外像是柑橘类水果也拥有大量的类黄酮，具有抗氧化作用，有助於保养关节健康；而深绿色蔬菜则是有丰富的维生素K，也是维护骨骼健康很重要的营养素。

●乳制品：乳制品中的钙质与维生素D，是强健骨骼与关节不可或缺的营养素之一，如牛奶、乳酪、优酪乳等。另外其中含有的优质蛋白质也有助於肌肉生长，对骨折或骨质疏松的患者也是必吃的食物。

●坚果类：像是杏仁、核桃和开心果等坚果种子，含有丰富的维生素及矿物质，同时也是优质的omega-3来源，能去除自由基、抗氧化，减缓发炎反应，有助於减轻关节不适。不过要特别提醒，坚果仍是属於油脂类，不宜食用过量，以免反而造成身体负担。（健康网）

胃痛多年竟心脏肿瘤

不处理恐中风！

胃痛始终查不出原因，胃镜检查没有异常，小心可能是心脏藏肿瘤！62岁蔡姓妇人因胃痛多年一直查不出原因，到员荣医疗体系员荣医院接受检查，发现左心房内内有1颗2公分肿瘤，随着心脏收缩，在左心房与左心室之间漂来漂去，转介台中童综合医院副院长郑伯智医师，以达文西心脏微创手术切除，数天後即出院，免除传统开心手术要锯开胸骨，伤口长达25公分，患者饱受疼痛及恢复缓慢的烦恼。

蔡姓妇人说，3、4年前，突然感到左胸靠近胃部的地方不舒服，她以为是胃病，在彰化地区多家医院求诊，接受3次胃镜检查，但医师都告诉她的肠胃没有问题。

後來疼痛的位置靠近左侧胸腔，5月间到员荣医疗体系员荣医院，挂资深副院长、心脏内科张木信医师门诊，确定心脏内有颗肿瘤，转介给在员荣驻诊的郑伯智副

院长，郑副院长立即研判可能是颗2公分大的黏液瘤。

郑副院长解释心脏黏液瘤的特质是质地松软，随时有破裂的可能，好发於左心房，在心室舒张时，黏液瘤经由二尖瓣滑进到左心室，心脏收缩时，又从左心室逆流回到左心房，肿瘤在心房跟心室间漂来漂去。有些黏液瘤会在漂动过程中破裂，而破裂的黏液瘤碎块会随着血流到处跑，依文献记载，如果漂到冠状动脉会引起急性心肌梗塞，大部分的碎块会漂到脑部动脉引发中风，少部分会跑到肾动脉，造成肾动脉梗塞，也有跑到肝脏、脾脏、胰脏及小肠，引起这些器官衰竭的风险，所以接受开心手术切除肿瘤是唯一治疗的选择。

郑副院长为蔡姓患者进行达文西微创切除心脏肿瘤手术，病理报告确认诊断左心房黏液瘤，术後隔天即转入普通病房，且练习走路复健，心脏超音波证实心功能



良好，很快出院返家。她说，回家後马上能扫地、骑机车外出办事情，邻居都说很神奇，很感谢郑副院长。

郑副院长表示，心脏良性黏液瘤多半在心房中膈的左心房内，也是心脏中较深的位置，而达文西手臂可不锯开胸骨结构，从心脏的後方进入左心房，清楚分离肿瘤和正常组织。

郑副院长说，心房黏液瘤的组织结构很松散，容易因为患者剧烈运动或用力咳

嗽而让肿瘤破裂，飘出心脏，阻塞全身的动脉血管，所以这类肿瘤最好是一经诊断就及时治疗，以免飘出去，中风後才後悔莫及。

郑伯智医师说，这8年接受转诊，完成的达文西微创肿瘤手术已20多例。他提醒，心脏疾病不可拖延治疗，若有胸口闷痛、喘不过气或头晕等问题时，就应寻求医师诊治，也要定期接受健康检查。

（华人健康网）



炎热夏日，肯定少不了芒果的身影，吃起来甜中带酸，让人忍不住一口接一口！营养师高敏敏表示，芒果营养丰富，能助肠道顺畅、稳定神经、提升睡眠品质、预防心血管疾病、降血压、消水肿、养颜，以及提升夜间暗视力等。不过也提醒，芒果别吃太多，每天吃1-2份即可，若有芒果过敏、糖尿病、肾脏病、三高等疾病者更要注意。

高敏敏在脸书粉专“高敏敏营养师”发文分享，当季芒果营养丰富！包括：膳食纤维有助於肠道顺畅，增加饱足感；镁是天然的神经安定剂，可稳定神经、提升睡眠品质；钾能预防心血管疾病，降血压、消水肿；维生素C能抗压、抗氧、养颜；维生素A可以提升夜间暗视力、保护黏膜健

芒果降血压又顾肠！ 4类人别吃太多

康。

芒果很甜、很好吃，但别吃太多！高敏敏建议，以平常吃饭碗为基准，1份为8分满左右，一般人每天以2份为限，不推荐吃芒果乾等加工食品，因为其精致糖量高。此外，若有芒果过敏、糖尿病、肾脏病、三高等疾病的人更需要注意摄取量。

12款芒果营养比一比

芒果品种多，每种品种的营养素含量都不太相同，因此高敏敏整理12种芒果的营养素含量，其中最常听到的爱文芒果热量是第2低，每100克仅41大卡，其β-胡萝卜素含量更是第3高，每100克达1152毫克；金蜜芒果的钾、镁含量更是表现出色，位居首位，维生素C也不逊色，仅次於玉文芒果，每100克26毫克。

另外，海顿芒果的膳食纤维也很高，每100克可达1.7克，其β-胡萝卜素含量是第1多，是第2名爱文芒果的2倍，每100克高达3200毫克。（健康网）



低GI早餐助记忆减疲劳 营养师推荐3料理

一日之计在於晨，想要活力满满，早餐选择很重要！营养师薛晓晶建议，优先选择低GI（升糖指数）食物，如低GI燕麦碗、酪梨全麦吐司或希腊优格水果杯，稳血糖的同时，还能提升注意力、增强记忆力、减少疲劳感，营养又健康！

低GI饮食3好处一次看

什麼是GI值？薛晓晶於脸书粉专“营养师妈妈晓晶的生活笔记”发文说明，其为衡量食物引起血糖上升速度的指标。低GI饮食血糖升幅较慢，能提供稳定的能量来源，避免血糖快速波动，因此特别推荐早餐选择低GI食物。据2019年1篇发表於《Nutrients》的系统性回顾与统合分析显示，低GI早餐相较于高GI早餐，在注意力与记忆表现方面具有明显优势。下为低GI早餐好处：

提升注意力：稳定的血糖水平，有助於维持长时间的专注。

增强记忆力：稳定的能量供应，让大脑在早晨运作最佳。

减少疲劳感：避免高GI食物带来的快速升糖与随後的低血糖。

饮食多样性 避免精制食物、含糖饮

哪些食物属低GI呢？薛晓晶建议，尽量选择全谷类、高纤维食材作为早餐主食，避免精制食物与含糖饮品，同时，搭配健康脂肪与蛋白质，如坚果、鸡蛋或酪梨，延长饱腹感并稳定血糖，保持早餐多样性，避免每天重复同样的食材，推荐3食谱，供民众参考：

低GI燕麦碗：准备原味燕麦50克、坚果1小撮、新鲜莓果（蓝莓、草莓）1/2杯。用低脂牛奶或无糖豆浆煮燕麦，加入水果与坚果，营养又饱足。

酪梨全麦吐司：准备全麦吐司1片、酪梨1/4颗、鸡蛋1颗、鲜奶20c.c.。将酪梨铺在吐司上，搭配欧姆蛋，低GI又美味。

希腊优格水果杯：先准备好无糖希腊优格1杯、奇异果1颗、杏仁片1小撮。将优格与水果拌匀，撒上坚果即可享用。

（健康网）



炎夏心浮气躁易伤心 养心3招平稳心神

炎炎夏日容易心浮气躁，不利心血管健康，因此台北润中医诊所院长艾莉丝在脸书专页“艾莉丝学姊 中医皮肤科专科医师”分享3招养心术，包括适度运动、静坐缓解疲劳，以及调整作息时间，可以促进气血循环、安定心神，以及让心情更稳定。

艾莉丝指出，中医觉得春天适合“养肝”，而夏天是适合“养心”的季节，因而传授养心术，盼民众都能健康一夏。

- 适度运动有助养心：艾莉丝指出，夏天容易心浮气躁，久了就会“伤心”。运动就是放松心情的好方法，同时也有助于促进气血循环，排除代谢废物，避免心血郁结和血液积滞，减轻心脏负担。
- 她也提醒，当然，运动不要过量，因为过度流汗可能导致心气虚和心阴心血亏损，进而降低心脏功能。
- 静坐缓解疲劳：炎热的天气常

常让人情绪波动变大，所以要注意避免躁动和暴躁的情绪，尽量保持情绪平和。可以每天静坐10分钟，以减少能量消耗，并缓解疲劳。当心神安定时，脑波会保持稳定，有节奏。

艾莉丝特别推荐配合按压神门穴。神门穴的位置是沿着手小指和无名指中间，向下延伸到手腕交叉点的凹陷处。每次按压10-15秒，重复10次，有助於补益心气，安定心神。

- 调整作息时间：因为夏天白天时间比较长，艾莉丝建议晚睡早起，中午可以适当小睡一下。因为上午11点到下午1点是心经行走的时段，在这段时间小睡能够补充心脏阳气，有助於缓解全天的疲劳，也能使心情更稳定。
- 她也提醒，避免长时间待在空调房内，室内外温差不宜超过5℃-7℃，以免过大的温差对身体造成损害。

（健康网）



心绞痛心电图却正常 没症状不代表没病灶

肌梗塞的程度，抽血检查的心脏酵素也不会上升。但这完全不代表心脏没有病灶。高危险群的患者的定义是：有抽菸、年纪超过40岁的男性、有高血压、高血脂、高血糖的危险因素，一旦发生心脏不舒服、有胸闷胸痛的症状，很有可能就是心脏冠状动脉有了病灶，导致心脏缺氧，这样的不舒服，统称为“心绞痛”。

刘中平说明，心绞痛发作通常不会持续超过30分钟，往往是一阵一阵的，所以患者来看心脏科、甚至赶到急诊室时，症状常常已经消失，心电图也不会有什么变化。但这绝对不表示症状不是心脏引发的，并强调，心绞痛是按照危险因素还有症状来判定。

刘中平提醒，若医师怀疑是心绞痛，就要做进一步的深入检查，不要只有心电图和抽血检查正常，就轻忽了心脏的风险，因为一旦发作，将直接变成心肌梗塞或猝死，有时候连抢救都来不及。（健康网）

很多患者会疑惑，为什么看诊时，心电图、X光片、抽血的检验数值都正常，却被诊断是“心绞痛”，甚至直接被宣告有心脏病？宇平诊所心脏内科医师刘中平表示，心绞痛是按照危险因素及症状判定，因为心脏缺氧引发的疼痛，如果是暂时性的，当患者已经恢复没有症状时，通常心电图不会有什麼变化。

刘中平在脸书专页“刘中平医师的心脏科笔记”发文指出，如果没有严重到发生心

Ella受访时说，10月看金钟奖缅怀桥段时，荧幕上连续出现三位摄影记者和化妆师，都是她认识的人，让她一时之间控制不了情绪，

Ella近来泪腺发达，她在杭州举办“It's Me艾拉主意”演唱会时，讲到自己弟弟身体健康出问题，也忍不住落泪。她解释弟弟身体无大碍，是心理出问题，“工作压力大，心情不好长期累积，就会睡不好、食欲不佳、胃痛，但做身体健康检查，都没有问题，后来发现是压力造成，自律神经失调”。她坦言除了弟弟，大姐、二姐也有抑郁倾向，所以趁着演唱会，要歌迷一起给予鼓励，她相信这些能量可以帮助家人。

剧本。此前她曾在直播中透露，一个月要负担10万人民币（约1万8300新元）的车贷和房贷，不过隔天她的团队否认她提及单亲

2025年“娱乐大讲”来了，年度“危险艺人”是谁？谁让瓜民眼镜碎一地？边投票边听记者八卦总结这一年。

A portrait of a man with dark hair, smiling at the camera. He is wearing a grey baseball cap with a logo on the front, a red jacket, and a white t-shirt. The background is slightly blurred, showing some indoor objects.

杰、肖战、朱一龙、胡歌、易烊千玺、华晨宇、郭富城等都各捐出100万港元救灾。



夏宇童的经纪人透露婚宴将于2月14日补办，至于选择这一天的原因，经纪人说：“他们真的连婚礼都是忽然决定要办，感觉派！一开始没有想在台湾办，但是后来顾虑到亲朋好友，都想要到场祝

夏宇童也承认想过不要公开结婚，但从“好朋友”讲到“超级好朋友”，已经快没有形容词称呼对方。外传孙妈妈抱孙心切，夏宇童说完全不会有生小孩的压力，两人有共识顺其自然。孙协志则发文告白夏宇童说：“她是全世界最懂我的人！她救了我，是彻底地拯救了我的灵魂！”

也有人认为，奶奶是广州人和子孙没什么关系，“她爸是哪里人，她爷爷是哪里人，她就是哪里人。”



20  25

风云学院成立6周年纪念庆典 带动更多人投入慈善事业



▲左起：赵小桦老师、谭琇馨、郭丽云、郑素英、王玉莲老师合影。

▲陈贤德、郭丽云、谭琇馨分别致辞。

►庆祝风云学院成立6周年纪念庆典。

(雅加达讯) 2025年11月29日(周六)晚, 风云学院成立6周年纪念庆典联欢, 在雅加达花园海鲜酒楼隆重举行。

风云学院创办人陈贤德, 团长郭丽云, 顾问郑素英, 丘英英等理事, 歌唱辅导老师王玉莲老师、赵小桦老师, 辅导舞蹈老师Denny Howman老师、Silvia Wijaya老师、Yenny老师以及风云学院团友们等嘉宾, 来自马来西亚怡保馨声歌友团团团长谭琇馨, 大家欢聚一堂, 气氛融洽欢愉, 共同庆祝这一个美好的时刻。

风云学院团长郭丽云首先对大家拨冗宝贵的时间出席表示热烈欢迎和致以亲切问候。郭丽云指出, 一转眼我们风云学院成立已6年, 非常感谢大家的支持, 欢迎喜爱唱歌跳舞的朋友们请加入我们风云学院歌舞团活动, 以歌会友, 增进友谊。

郭丽云说, 这次庆典活动有比较特别, 除了庆祝风云周年联欢, 另外还做慈善为主, 感谢爱心大使的支持和赞助风云慈善活动, 我们所筹集资金与爱心之光慈善基金会合作, 将用于做公益慈善活动, 献出一份爱心, 关怀敬老院, 赈灾救济活动等, 希望我们会做一年比一年好, 也带动更多人投入慈善事业, 继续携手共进的愿望, 让爱心洒满人间, 为社会福利事业做出努力。

庆祝会上充满欢乐的气氛, 由谭琇馨和王玉莲老师担任司仪, 还欣赏了精彩余兴节目, 风云歌友团纷纷登台亮相, 独唱, 对唱, 小组合唱, 风云舞蹈团精彩演出, 高歌欢唱, 载歌载舞, 给大家带来了一场温馨快乐和风采晚宴, 最后筹委会还准备了20个幸运抽奖红包, 增添了节日的欢乐, 更加精诚团结。



风云学院创办人陈贤德和团长郭丽云合影。



向爱心赞助者颁发感谢状后合影。



郭丽云和郑素英向20名幸运抽奖者赠送红包后与王玉莲老师、赵小桦老师, 谭琇馨合影。



郭丽云和谭琇馨向风云贵妇人颁发彩带和封美后与陈贤德合影。



风云民族舞蹈A组演出后与郭丽云合影。



① 王玉莲老师与风云小组合唱《可爱的玫瑰花》。

② 郭丽云和郑素英向20名幸运抽奖者赠送红包后与王玉莲老师、赵小桦老师, 谭琇馨合影。

③ 风云民族舞蹈B组演出后与郭丽云合影。

④ 风云现代舞演出后与郭丽云和舞蹈老师Denny Howman合影。



陈贤德、郭丽云、郑素英、谭琇馨、王玉莲老师、赵小桦老师与风云学院团友们合影。