

太加縱走



◎電子所／張文燈
所謂「太加縱走」，意指從宜蘭縣太平山往西北方向走到宜蘭縣四季村這條路線，全程上下數十個山頭，而且都是在原始密林中，路徑不是很明顯，所需時間約8-10小時，是一個挑戰型的中級山路線。

健行社社長張文燈，於104年11月5日～11月7日，帶領共8人的隊伍，依照網路上搜尋而來的資料，首次進入這個令人垂涎又恨之入骨的路線，只因為她「加羅湖」是個藏身在中央山脈尾稜上的耀眼明星。

11月5日清晨，我們搭乘小型巴士，從中壢經龍潭接國五往宜蘭，於九點半抵達太平山土場收費管制站，稍事休息後，途經號稱票選全台最美的「見晴懷古步道」，昔日是山地運材軌道，她真是小而美，全程約6公里長，雖然因颱風因素，只開放前面的九百公尺，但已經讓這條步道躋身進入不可錯失的全球步道排名之內，可見她的魅力所在。

12點時分來到翠峰湖畔，稍事補充體



見晴懷古步道上昔日山地運材軌道，小朋友們模仿當時小火車在鐵軌上行走的模樣，令人懷念。



山毛櫸國家森林步道

◎老中山／樹枝

讀者聽來可能不可思議，不起眼的香蕉不僅好吃，也容易種植又便宜，怎麼會缺？「神」造萬物的確是很奇妙，既要滿足萬物需求，又必須是容易種植且生長平順，營養好吃，易為萬物消化，為大眾生命著想。而營養成分超棒的「香蕉」，正好俱足動物所需的這些條件。但大部分人卻當成低劣食「果」，甚至不屑一顧……或許民眾真正認識香蕉的時候未到吧！

串串金黃色香蕉，看來好漂亮，令人垂涎！它曾經為台灣打造過「香蕉王國」的美譽，令人印象深刻，故稱為「香蕉」。不過香蕉依形態和甜度，可分好吃、廉價美味，卻不知香蕉對人類有哪些益處？

香蕉為熱帶、亞熱帶地區植物芭蕉科芭蕉屬，多年生草本。屬熱帶果樹，果實長形，稍彎，味香甜，故稱為「香蕉」。不過香蕉依形態和甜度，可分香蕉、芭蕉、旦蕉、美人蕉、蘋果蕉、紅皮蕉、粉蕉……其果肉莖大小、外觀形狀大不相同，風味也各有獨特。美人蕉科美人蕉屬，夏天葉心出花，有卵圓形披針狀的苞，花序直立，包尖端多呈黃色，花色繁富而以紅、黃為多，有「紅蕉」稱為，因外形酷似美女秀長手指且模樣可愛，故有「美人蕉」之雅譽。

香蕉依季節性可分為春蕉、夏蕉、秋蕉、冬蕉，所謂季節性香蕉是以「吐芽」時期為準。香蕉樹一般成長（以及果實的飽滿速度）在夏熱天會成長快



日落晚霞

力後，13點20分往臺灣山毛櫸國家步道出發，山毛櫸國家森林步道，為92年太平山國家森林遊樂區精心規劃的森林步道之一，亦是目前臺灣最大面積的山毛櫸原始純林，是珍貴而稀有的古老物種。單程3.8K，來回約4小時的行程，不疾不緩，最能細心慢慢體會步道之美。

回到山毛櫸國家森林步道入口時，迎接我們的是燦爛奪目的日落晚霞，真是幸運啊！

是夜，住宿於太平山莊豪華的八人通鋪，縱使睡個12人也不擁擠，有計劃來太平山住宿的朋友，這八人房絕對物超所值。當晚我們用餐後，還到友誼廳觀賞太平山區的影片分享，從而更加瞭解太平山過去的林務史。

11月6日天氣晴，溫度涼爽舒適，我們開始進入重頭戲了，拜訪此行的主角「太加縱走」。七點三十分背起背包，通過「原始森林公園」木造牌坊，沿著太平山森林步道由太平山莊旁之階梯拾階直上。此段較辛苦，不常爬山者，請以慢速度調整呼吸，不要急，其中會有多條岔路令人無所適從。

續沿「鐵杉林自然步道」，經造型特殊的人字拱門循階續上。走在扁柏林裡，鐵杉陸續現身，林蔭旁有沼澤區，不遠處即是木馬道展示，踏上木階之觀景台就是終點。而太加縱走的入口處就在木馬道展示內，十分隱密，想必那不是一般遊客會走的路線，所以刻意隱藏的。

8點40分上背包出發，從旁邊鑽入比人高的箭竹林中，出箭竹林後，開始進入原始森林區，改換在鐵杉林中漫步，路途平緩潮濕。一小時後抵達第一大的樹屏風，應該是鐵杉樹幹倒下後盤根錯結，形成一特殊造型，目測寬10米，高4到5米，十分壯觀，其交錯的根結，剛好藉此爬上去，與樹屏風親近及合照留

速，而冬天比較緩慢。然而不管夏天或是冬天，其焦果向陽面會比較快速飽滿。

香蕉含大量鉀、鈣，據了解，前者可防止血壓升高、肌肉痙攣、降低中風危險，後者可消除疲勞。而香蕉也含豐富果酸及維他命A、B1、B2、C……等可幫助消化，且老少咸宜。由於寶島香蕉的盛產、價廉物美，多加食用，有益健康。這也是為什麼日本人嗜食香蕉的主要原因。根據日本科學家的研究發現，香蕉中具有抗癌作用的物質TNF。而且香蕉愈成熟，其抗癌效果愈高。

日本東京大學教授山崎利用動物試驗，比較了香蕉、葡萄、蘋果、西瓜、菠蘿、梨子等多種水果的免疫活性，結果證實其中以香蕉的效果最好，能夠增加白血球，改善免疫系統的功能，還會產生攻擊異常細胞的物質TNF。而且也發現，香蕉愈成熟，即表皮上「黑斑」愈多，它的免疫活性也就愈高。

民眾日常生活中，若每天吃1-2根香蕉，便可提升身體的免疫能力來預防感染，特別是預防感冒和流感等病毒的侵襲。山崎教授指出，在黃色表皮上出現「黑色斑點」的香蕉，其增加白血球的能力，要比表皮發青綠的香蕉強8倍。兩條香蕉，可以提供足夠能量維持90分鐘劇烈運動，奇特效能不容小覷。而且其具有的免疫激化作用比較溫和，在人體狀態健康時並不會使免疫力異常升高，但對病人、老人和抵抗力差的體弱者則很有效果。

香蕉對憂鬱、貧血、提高學生的專注力、便秘、

M的「加羅湖」，我們的高山協作，很稱職的已經搭好帳篷與料理好豐盛的晚餐，免得我們累得半死時，還要張羅住的、吃的，真是感恩您啊。那一夜，只有我們這一隊在此紮營，享受著無與倫比的寧靜……。

11月7日（星期六）天氣晴，5點不到，早早的鳥兒鬧不住，只為追尋第一道曙光灑在加羅湖畔前的霧氣未蒸發的美景，大夥繞了一圈，各自尋找最佳角度及倒影。

加羅湖泊畔，有著散落在荒莽間的仙女珍珠項鍊般的美譽，比較著名的有加羅湖、閃電池、偉蛋池、豪邁池、撤退池等至少二十個大小不一的湖泊，散佈在1700公尺到2300公尺之間，枯木倒木、芒草原與泥沼的交錯景觀下，和一般的高山湖泊如七彩湖、嘉明湖，那種明媚風情迥然不同。

9點，帶著依依不捨的心情，背起背包先經過偉蛋池、豪邁池，登上加羅山(H2320 M)，有三等三角點基石，視野極佳，可看到南湖大山、聖稜線、大小霸尖山。再一路下坡，陡下柳杉樹林中，11點半抵達帆船木營地，稍事休息後，踩在枝橫交錯的樹根繼續一路下坡，到達林道登山口時，來接我們的小巴士司機，很貼心為我們準備在地的雞翅、茶葉蛋、蔥油餅等美味佳餚，好好吃喔。

下午5點，繞到太平山鳩之澤溫泉泡湯，洗去一身疲勞，舒展筋骨好不舒適。泡完湯後並在玉蘭村茶園享用原住民風味餐後，回到中壢已經9點半了。感謝祥烽兄詳細記載的行程記錄，雖然返回至今已經半年了，寧靜的加羅湖身影還歷歷在望，那圍繞湖畔的冷杉林、湖畔的帳篷倒影，一切都是那麼地美，如有機會再走同樣的路線，歡迎您加入一起挑戰。

閃電池比加羅湖還美麗，可惜看到時天色已暗又沒水，池底乾涸，只剩一處窪地上有水，經過雷擊枯木數根，但是看到這個即表示加羅湖快到了。

在這條太加縱走路上，千萬不要摸黑走路，因為在漆黑的山徑中要辛苦找前人留下的路條尋路真的很不容易，在閃電池，僅僅為了找到往加羅湖正確的方向，耗了將近二十分鐘之久，而且會越找越慌。



在加羅湖迎接第一道曙光

緊張、體重肥胖、胃潰瘍、壓力、中風等都有很大幫助。還有，吃香蕉要吃果皮上出現些許黑斑的香蕉，也就是說賣相越「差」營養價值越高，還有抗癌暨防止便秘等效用。

香蕉吃完後皮不要急著丟掉，據實驗證明，香蕉皮大有功用，像是廚房內污垢，沾滿油漬的鍋蓋，甚至皮製鞋子，都能用香蕉皮恢復光澤，甚至還可以抑制皮膚瘙癢。

以上對香蕉詮釋，大家或許認同，也許聳肩。不過當今食安惡化同時，使得大部份人在飲食上不知所措，在驚慌之餘，對健康警覺性相對提高，養生意識抬頭。這些不起眼的香蕉，預估將會逐漸為民眾所認同與接受，待人們認識香蕉對人體真正重要性後，未來「蕉」漲價揚的同時，「缺」貨的時辰也將隨之到來，筆者猜測。



藝文資訊

2016「活力．E起舞動」第十四屆全國原住民族青少年及兒童母語歌舞劇競賽（展演中心）

6/01 09:00-16:00

2016「活力．E起舞動」第十四屆全國原住民族青少年及兒童母語歌舞劇競賽（展演中心）

6/01 18:30 天 聲 壓 質－內壢高中音樂會（中壢藝術館音樂廳）

6/03 19:00 桃園 市 立 中 興 國 中 27 屆 音樂班畢業音樂會《睡公主》（文化局演藝廳）

6/03 19:00 國 立 中央大學附屬中壢高級中學第十八屆音樂班畢業音樂會（中壢藝術館音樂廳）

6/03 19:30 魔 力 之 舞－風雲再起－愛爾蘭踢踏舞劇（展演中心）

6/05 14:30 直 笛 的 美麗花園（文化局演藝廳）

6/08 19:00 大 成 國 小 17 屆 畢 業 音樂會－藝瑟琴緣（文化局演藝廳）

6/10 19:00《樂團實務講座》（展演中心）

6/10 19:30 客 家 音樂歌舞劇《香絲．相思》（中壢藝術館音樂廳）

6/11 19:00《舞動光影》-Summer Jump（展演中心）

6/11 19:30 徐 千 黛 2016 小提琴獨奏會（文化局演藝廳）

6/12 14:30 福 爾 摩沙之夢－蕭泰然紀念音樂會（中壢藝術館音樂廳）

6/12 19:00 金 剛 鋼管 5 重奏－四週年音樂會－台灣潮－台灣情－台灣歌（文化局演藝廳）

6/15 19:00-20:30「大地行走——池上．駐村．蔣勳」講座（中壢藝術館音樂廳）

資安保密之國防線上

為確保國防資訊不受任何有形及無形入侵，必須積極從政策面、管理面、技術面三管齊下，普及資安認知教育與保密防諜作為，進而確保國家及國防整體安全。

◎資管中心／江其欣

從國安局相關報告指出，中共近年透過網路竊取資訊高達2萬6000餘筆，對我資訊安全帶來負面衝擊與無形威脅，危險程度絕對不亞於沿岸部署的飛彈。據國際電腦安全協會（ICSA）報告顯示，60%的洩密事件，是來自組織與企業內部，只有15%是來自外部入侵；而上述60%的洩密案件，因為人員疏忽或未按保密程序所造成之事件更高達80%，顯見要防範洩密情事，主要還是要從「人」的問題來解決……。

從事資安工作的小安敏感這個訊息，連想到2014年有媒體報導自稱「伊斯蘭國駭客部門」的組織，曾在網路公布包括百名美軍的「獵殺名單」，引發美軍眷屬憂心，而紛紛調整社群網站隱私設定。此事讓人意識到，網路社群、即時通訊軟體等新科技，可能成為洩漏個資與機密的潛在漏洞，嚴重者甚至危及國家安全；到底有什麼方法，讓資通訊安全落實在個人保密素養和安全警覺呢？

趁著下午健走的時候，小安把這個問題提出，想聽聽大保見解，大保一本正經言道：據當時美國網路安全公司Flashpoint Intelligence的分析，事實上「獵殺名單」並無法證明是恐怖組織入侵資料庫所取得的，而相關資訊應是從公開網路資訊，或是社群網站的個人聯絡方式所獲。小安聽到這裡感覺：那社群網路和即時通訊等虛擬交流空間，已高度融入現代人的日常生活，但在習慣性地進行資訊交流時，網路中虛擬的資訊集散點，卻可能成為有心人獲取個資和機密的最佳途徑。這不僅是個人安全的隱憂；若公開者觸

◎航空所／歐陽駿培

風洞是研究空氣動力學與設計飛行器時最基本也是最重要的實驗設備，風洞除了可模擬飛行載具真實飛行情況和進行氣動力設計疑點排除，有助於設計者進行飛行載具研發作業外，亦可運用於非航空領域之應用。

航空研究所低速風洞於民國66年4月至67年7月間由美國AEROLAB公司設計並委由中國造船公司共同建置，為一水平循環式風洞，試驗段寬10呎（304.8公分）、高7呎（213.4公分），測試風速範圍在25m/s-90m/s之間，每次的測試時間最長可達30分鐘。風洞本體（如圖1）係由金屬結構本體、轉角導片、蜂巢式整流網與濾網所組成，搭配動力系統、模型支撐系統、控制與資料擷取系統、標準壓力系統、訊號擷取系統、冷卻水系統及灑水系統組成一功能完整之低速風洞。

為將本院研究發展過程中累積之工程技術及裝備設施等，協助政府機關或公民營事業機構創新研發及解決各項技術瓶頸，促進產業升級及國際競爭力，凡政府機關（不含軍種委託及生產案、經濟部委辦科技研究發展專案）或公、民營事業機構委託本院或本院主辦行銷提供專業人力、技術及設備相關服務工作，依本院技術服務作業規定辦理，而本所擁有國內最具規模且完整之風洞測試能量。配合軍民通用政策，將風洞試驗能量應用於

及機密資訊，也會威脅國家安全，這「獵殺名單」事件豈不是夢魘的冰山一角呀？大保接著說：對一般人而言，通常只會思考如何方便快速地運用社群網站和即時通訊軟體，卻很少慮及可能的洩密及個資外洩問題。這些媒介的諸多功能，確實提供了極大的資訊傳遞便利性；但無形之中，也成為敏感資料洩漏的來源。例如一些擁有廣大用戶的社群網站，可以建立個人專頁，添加其他用戶作為朋友並交換資訊；同時根據不同背景，加入各式各樣的群組。這些個人以及朋友的基本資料，甚至在塗鴉牆的留言，乃至張貼的相片，都可能成為有心人分析的標的及收集資訊的來源。即時通訊軟體也存在同樣風險，誰掌握了伺服器，誰就掌握一切流通資訊，也相對升高了資訊安全的風險。

小安試想：這個趨勢，不就凸顯了資訊安全及保密工作的隱憂。大保繼續說：由於社群網站和即時通訊軟體等新科技的普及，讓人運用時常忽視了其可能造成的安全威脅。一個血淋淋的教訓，美國發生4架美軍直升機在伊拉克遭武裝團體推毀。事後調查發現，因為美軍士兵標記了拍照位置的照片，被上傳至網路，導致武裝團體依循網路資訊而發動攻擊。這個例子告訴我們，在日常生活中，打卡、標示地點及拍照，其實是一般人再自然不過的事；但同樣的習慣，如果出現在安全相關領域，就可能帶來極大的危險。這也促使美國軍方正式提出警告，社群網站的標示拍照地點功能，可能置士兵性命於險地。

為降低新科技帶來的風險、杜絕洩密，美軍開始對民生或氣象用途，可有效提升產品價值及產業競爭力。在支援民間技術服務與業界廠商接洽時，首要進行試驗需求項目的評估與釐清，一開始需先確認廠商所提供之委託測試物件尺寸大小（長、寬、高），基本上測試物件裝置於風洞中之阻塞比不可超過風洞測試段截面積之10%，若受測物過大，除了可能無法放入測試段外亦會影響到試驗的結果。而在測試風速的部分，主要係依據蒲福風級表進行風速等級的分類，目前本所承接廠商最高測試風速為17級風之等級，因本所低速風洞係

屬航空用途之風洞，其最低測試風速約為10-11級風以上，故均可滿足廠商進行抗風測試時的風場環境。在受測物的安裝上，主要係將受測物安裝於測試段的地面轉盤（如圖2），地面轉盤可進行360度的旋轉，當廠商將受測物安裝於轉盤上，即可測試不同迎風面角度情況下其測試物受到風力影響的情況。另外因為廠商的受測物可能安裝於不同的支架上，本所風洞亦可提供不同安裝支架以滿足廠商受測物的安裝需求。（下期待續）



圖1.風洞本體



圖2.測試段地面轉盤

其進行管理。早在2002年，就設立「軍事網路風險評估小組」，負責監控相關網站及處理洩密問題。如果軍人在網路公開軍事動向、行動計畫等敏感資訊，就會受到違抗命令的指控。2007年，美國國防部開始禁止個人使用國防部電腦網路連結社群網站；2010年起陸續發布一些管制軍人訪問社群網站的規範，包括軍人上網必須採取真實姓名和驗證符號；所有在軍事的網站頁面，都必須通過美國軍方註冊，為強化上網和訪問社群網站的安全意識，美軍更曾出版「社群網站指導手冊」。此外，為了禁止軍人在社群網站上傳下載檔案資料，美軍甚至推出自己的影音分享社群TroopTube。

小安好奇：只有美軍如此？那其他各國也都有規範軍隊上網和訪問社群網站嗎？大保立刻例舉：如英國軍方一度在2009年發布禁令，禁止軍人訪問社群網站、玩網路遊戲；以色列軍方也曾頒布類似禁令；南韓國防部更是制定「社群網站使用指南」，詳細規定軍人在登錄社群網站時，不得在個人簡介記載與軍事有關資訊；不得輸入所屬軍隊位址。使用智慧型手機時，不得啓用自動定位功能，及上傳可能涉及軍事安全的資訊；也得避免北韓或有特殊目的之人或群組建立關係。日本自衛隊則配發內部專用電腦，防止軍事資訊外洩；並組織專業部門，對自衛隊人員私人電腦的記憶體進行清除，對硬碟進行隔離。

小安思索大保一席話有感而發：隨著科技的發展與普及，全面禁止管制新的資通訊方式，既難符效益、亦不可能奏效；但對網路社群和通訊科技可能引發的洩密問題，特別是攸關國家安全議題，亦不能忽視。其間關鍵，就是透過資安訓練、保密教育之觀念溝通等方式，提高當事者對「資訊環境」（Information Environment）的了解，好比駕車奔馳高速公路同時，也必須保持警覺，避免衝撞別人、也不要被別人撞，如此才能在享受科技帶來的便利同時，降低洩密等負面風險，取其利而避其害。

納出六個關鍵因素：

一、關於知識工作者的生產力，我們必須問一個問題：你的工作內容是什麼？二、我們必須讓每一個知識工作者為他們自己的生產力負起責任；知識工作者必須自我管理，也必須擁有自主權。三、知識工作者在工作、任務和責任上，都必須持續創新。四、知識工作者必須持續學習，也應持續教導他人。五、知識工作者的生產力不在於工作成果的量，質的重要性不亞於量。六、要讓知識工作者有生產力，就必須把他們當作「資產」，而不是「成本」；必須讓知識工作者願意為他們的組織工作，而放棄其他的機會。

當然，有能力而且願意為組織目標付出承諾的知識工作者，才是一個企業組織的最重要資產。能力高、承諾偏低者，徒具洋溢的才華，卻做不了事；相對的，承諾高、能力偏低者，雖不出色，卻能把工作做完。知識工作者的智慧資本同時需要能力與承諾兩項條件，它們是相乘的效果，只要其中一項偏低，就會影響智慧資本的整體效益。

就作為一個研究發展機構及其工作屬性而言，本院同仁實質上已是杜拉克口中的典型知識工作者；為提高知識工作者的生產力，杜拉克已為我們提供了六個關鍵因素：惟需要大組織，才能將知識工作者的專業知識化為績效。

後資本主義社會的主要資源是知識，主導這個社會的族群則是知識工作者。為了促進知識工作者的生產力，杜拉克歸

（學思杜拉克系列之九）