

## 帶小童出國行不行？必備清單玩得更輕鬆！

◎**航空所／胡慧婷**

我，兩個小男孩的媽，大寶五歲多，二寶快三歲。熱愛出國旅遊。從懷孕後至兩寶接續出生，整整五年沒出國旅遊簡直是悶壞了！漸漸地似乎開始容易生氣，轉念一想：「沒有快樂的媽，哪來快樂的家？」，於是向不愛出國旅行的老公下最後通牒：「我要帶小孩旅行，不放心就跟我來吧！」，沒想到跟來的不只是老公，還有不放心我獨自帶小孩出門的婆婆！

一個月後我們飛向澳洲和新加坡自助行12天，時為106年3公，大寶四歲、小寶一歲半。經歷這次出國旅行，老公和婆婆覺得「超累」，小孩和我覺得「超棒！」(回台後大寶不時地問我何時還要出國玩，還在牙牙學語不太會講話的二寶也瞬間學會「去去，出國走」，好像在念哈利波特咒語。106年6月我們又衝了新加坡馬來西亞自助行8天，這次老公和婆婆不跟了，我獨自帶著兩寶，所謂的一打二，出發！107年3月，又規畫了義大利，考量第一次帶小孩去扒手多的歐洲，所以這次我們選擇跟團，只帶上已五歲的大寶，二寶對於這次沒跟到耿耿於懷，兩歲半的他也很會講話了，從還沒去義大利每天都在我耳邊發轟炸說可不可以也帶他去，我們在義大利旅遊期間，二寶到處跟鄰居哭訴：「媽咪只帶哥哥去」，已經回台數月，還是常抱著我的大腿磨著嘴說：「為什麼不帶迪迪(弟弟)去？」搞得我內疚不已！



**帶小孩自由行之小建議**  
**1. 在華人推車後座運用一點巧思補強，兩位小宝宝的時**  
**候可以同时坐或躺**

## 永恆的微笑

◎**系製中心／馮維華**

那天，我在石頭堆裡發現了一個渾圓的石頭，興奮地捧了回來準備清洗一番，平時我就是個喜歡DIY的人，這一次，我想要用我的神來之筆，將石頭的平面佈置成一個舞台。

當我把石頭翻過來準備清洗另一面的時候，乍看之下，嚇了一跳，它就像是蛇的頭，我的心跳加快，隨即逃之夭夭。遠遠的望著草地上的石頭，自己告訴自己，遇到問題，總是要面對，總是要解決，於是乎，鼓起勇氣，再度走向它，再看它一眼，天哪！它就像是一個人的臉，一道傷疤貫穿了右眼，而且，它還有著一抹微笑。

我用我的微笑把石頭的微笑接了過來（這句話的靈感來自周夢蝶的新詩）彷彿因此聽到了石頭的心聲，石頭曰：「我的身心靈已經幻化成一個圓，冷冷清清的埋藏在石頭堆裡，寂靜的聲音震耳欲聾。天荒地老的等待，等待妳的尋尋覓覓，謝謝妳讓我得以重見天日。否則，某年某月的某一天，人類用碎石機，將我碎成了千片萬片，雖然沒血沒淚，但是我也會痛，我也會想哭。或是，挖土機鏗鏗鏘鏘的聲音把我們挖起來，讓我們重重的翻滾，滿眼金星繚繞，堆疊在荒山野地，承受著風吹雨打日曬，日以繼夜，淒淒慘慘戚戚。因為

飯店的時間，可以更悠閒地享受早餐。

5.兩歲以下幼兒機票是大人1/10，不可事先需求機上嬰兒房監、餐點及尿布，入出境可走特別通道，免去排隊。
6.嬰兒推車不用託運，可以推到飛機空橋請地勤直接放到機艙。

**以下為以自由行為考量列出之小童出國必備清單**

1.推車：帶一台強壯且好收的推車很重要，不管是多高級的童鞋都改變不了小孩不耐走的事實。下雨時小孩都放在推車上，雨衣套上，一人拿一台手持電扇避免悶熱，媽媽穿著輕便雨衣即可繼續走景點，沒有閒置的手可以撐傘。推車勾把可以增加空間，但掛太重會翻車！
2.塑膠鞋：遇見雨天鞋子淋濕會讓旅程很不舒服，建議是帆布鞋軟的膠鞋，帶著可替換，好看又防水。
3.薄外套、帽子防曬又防冷，許多室內冷氣開得很強，剛從室外滿身汗走進室內容易感冒。
4.口罩：機上或是車上常是密閉空間，部份國家的人感冒不會主動戴口罩，故在密閉空間若遇到有人咳嗽，就自己戴上口罩，以免在旅程中被傳染。
5.準備幾片太小已不能穿的尿布和塑膠袋：已經戒掉尿布的小孩說他要尿尿時，通常都「很急」，找到廁所時褲子也尿濕了，此時可拿出尿布找人少的地方，攢開尿布讓他直接尿，再將尿布收到塑膠袋中，沿路看到垃圾桶就可丟，在歐洲上廁所大部分需要收費，小孩也可以省一點「尿尿費」。
6.濕紙巾：在外常吃路邊攤機率高，沒地方洗手就用濕紙巾，建議以半包為單位的濕紙巾，一包放隨身包，一包暫時不用的放行李箱，可減輕隨身包重量。
7.午休：你會驚訝多了午休，讓你下午的行程不會在小孩「番比巴」度過。
8.可以綁住小孩的背心——幼兒需抱在身上睡著時，使用一條式揹巾綁住你和小孩，以免大人睡著時小孩



自己的渾圓，得到了妳的青睞。我的重量雖然讓妳覺得吃力，卻能夠讓妳專心一致地把我捧了回來。否則，依照妳的習慣，妳會一路走一路把玩，然後將石頭上的雜草、砂石、泥土隨手整理乾淨，再順手撫摸一番，難以想像，萬一當時有一種無形的力量，讓妳立即將我翻轉過來，嗚呼，一旦妳看到了我的臉，慘叫一聲，手一鬆，碰到了自己的腳，又怕妳情急之下，將我往前、或左、或右隨手一丟，就此扭傷了胳膊，拉傷了肩膀，妳因為我受了傷，我將如何是好？」

我云：「石頭兄所言一切皆是，額手稱慶，所幸當時並沒有那種無形的力量，變了臉的石頭啊，從此莫驚、莫慌、莫害怕。」我將石頭安放在咖啡色的陶瓷盤裡，倘佯在青青草地上。閉目微笑的它，十分的安然，一種世路如今已慣，此心到處悠然的神態。

望著微笑的它，似乎在說，身為堅硬的石頭如果只能硬碰硬，讓自己遍體鱗傷，如果只能傷害到別人，或者不被人傷害，就以靜制動，包容一切吧。雖然不言不語，它的笑容彷彿在告訴我，對不起，親愛的，讓妳受到了驚嚇，謝謝妳讓我得到了解脫，謝謝妳已經漸漸的適應了我的變臉，謝謝妳在每一次給花兒喝水的時候也滋潤著我，就像給了我玉液瓊漿，謝謝妳給了我一個碧綠如茵的家，我愛我

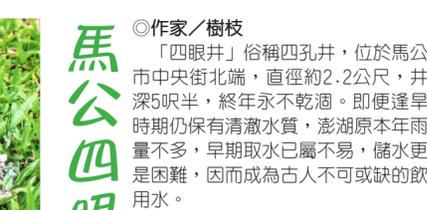
滑落。

9.必備藥品——除了基本藥品，還有「止癢」藥品，蚊子很愛小鮮肉，不分國內外。眼藥水也很重要，空汙容易造成眼瞼癢。

10.團兜：團兜選用塑膠材質，塑膠團兜只要濕紙巾擦拭，就可以繼續用！
11.亮眼的衣服：媽媽和小孩著亮眼服裝，找人較好找，如果有兄弟裝或姊妹裝更容易認小孩。
12.泳衣：男孩盡量準備有上半身的泳衣，以防曬傷，在海邊海風吹來也比較不冷。

自由行好還是跟團佳？跟團一切比較輕鬆，只需注意在規定的時間地點集合，不要拖到大家的時間，但帶小孩時間要預留多一點，通常小孩都是在集合時間快到了才說要「大便」。跟團花費高，許多團體旅遊小孩與大人同價，領隊的小費小孩也算一個人頭沒有打折；自由行相對便宜，但能走的景點較少較辛苦，卻發現孩子在旅途對當地特色也會比較留意，因為媽媽就是導遊，功課做得不夠多，有些點只是走馬看花，例如沒有藝術氣息的媽帶著孩子到美術館，對每一幅作品都只能說好漂亮，沒辦法說出故事。

出去玩了几次，發現兩寶真是神隊友。通常我迷路了就靠嘴巴問，大寶方向感好，清楚知道怎麼回到捷運站等地標，二寶可愛，總是吸引餐廳服務生招待甜點，我們跟著吃香喝辣。許多人跟我說：「帶小孩出國他們都不記得，浪費錢，大一點再帶去。」其實孩子的學習其實已經內化融入生活，值得細細觀察。從新加坡回來後，電梯門關上時，小孩喃喃自語地說：「Door Closing」，感謝新加坡到處都是英文的環境；而從義大利回來後，小孩指著房子頂樓的基地台說：「台灣也有比較不美的哥德式建築！」，感謝義大利的先賢蓋的房子和後人完整保存的文化遺產，或許，孩子比我們想得更簡單！出發吧！



◎**作家／樹枝**  
「四眼井」俗稱四孔井，位於馬公市中央街北端，直徑約2.2公尺，井深5呎半，終年永不乾涸。即便逢旱時期仍保有清澈水質，澎湖原本年雨量不多，早期取水已屬不易，儲水更是困難，因而成為古人不可或缺的飲用水。

離島澎湖自古以來日照充沛，馬公鎮隨著居民逐漸增加，為汲水順暢及預防井水蒸發過速，同時為防孩童掉落井裡，使用厚度9公分石板鋪蓋，並分別開內徑36公分四個井口。中央街舊名「大井街」，因「四眼井」而聲名遠播。該井至今有四百多年歷史，由於年代久遠，真確開鑿時間已不可考，現列為第三級古蹟。

澎湖某旅行社詹小姐說澎湖年雨量少，用水量相對緊張，早期全數都靠井汲水。記憶中老一輩長者講，剛開始澎湖水還是小小城時，人口不多，以四眼井泉水最豐盛。隨著人口增多，井口也隨之膨脹，並遍及各地。但由於不良礦物質過多，呈現黃色，現都不宜飲用，全用在洗澡、沖馬桶方面。

隨著時代進步，該「四眼井」除量質不符，已不再為居民青睞，取而代之的是自來水及海水淡化。



### 藝文資訊

9/6 19:00【懷舊電影】- 尼羅河女兒（護）（桃園光影文化館）

9/7 19:00 龍興國中第十七、十八屆管樂團暨多元社團成果發表會《Goddess Of Fire火焰女神》（中壢藝術館音樂廳）

9/8 14:00【親子同樂】- 恐龍當家（中文配音版）（普）（桃園光影文化館）

9/8 14:00【親子同樂】- 恐龍當家（中文配音版）（普）（桃園展演中心展演廳）

9/8 14:30 朱宗慶打擊樂獎盃2-2018 豆英寶寶兒童音樂會《擊奏精靈開Party！》（中壢藝術館音樂廳）

9/8 16:30【桃園映像】- 五月一號（護）（桃園光影文化館）

9/8 19:00 飛舞30東西遊（桃園展演中心展演廳）

9/9 13:50-18:40 閩南歌謠創意舞蹈競賽（桃園展演中心展演廳）

9/9 10:30【認識電影大師】- 費里尼：夢是唯一的現實（護）（桃園光影文化館）

9/9 14:00 綺藝光影－電影中的藝術大師】- 賈拉：裸畫像（輔12）（桃園光影文化館）

9/9 14:30 蝴蝶雙飛：風雅頌古箏樂團（中壢藝術館音樂廳）

9/13 19:00【懷舊電影】- 大俠梅花鹿（普）（桃園光影文化館）

9/15 14:00【親子同樂】- 逐夢上學路（中文配音版）（普）（桃園光影文化館）

9/15 16:00【桃園映像】- 失控謊言（本場有導演映後座談）（輔15）（桃園光影文化館）

## 威爾許原則

◎**資通所／石頭**

出生於麻州愛爾蘭裔天主教家庭的威爾許，大學時曾是個曲棍球隊員，取得化學士後，又到伊利諾大學攻讀碩士及博士。他曾告訴《君子》雜誌，他小時候在沙地玩棒球時學到的教訓：你年紀很小的時候，都是最後才會被球隊挑到的人，然後還被放到右外野；隨著年紀增長，換你把人放到右外野，他學到：「選到最強的選手就可以贏球」。很少人知道這個未來傑出的CEO，曾經有過口吃，也吃過英文的虧。在大學餐廳點鮭魚三明治時，明明只要一個，服務員卻每次都端來兩份，因為別人聽到他點是：“I want tu-tuna sandwich.”

1960年威爾許進入奇異公司，1981年成為奇異第八任執行長。80年代的奇異(GE)已是一個表面輝煌，但實際卻危機重重的航空母艦企業。他接手的二十年間，積極推動改革，年收益從250億美元攀升到1,300億美元，市值更暴增到4,000億美元，員工人數更從10萬人增到32萬人（但也曾在五年內裁了11萬人，裁員率達40%），躋身全球最有價值的企業行列，成為全球企業追求的楷模。威爾許曾獲《財星》雜誌（Fortune）盛讚為「世紀經理人」及「過去七十五年來最偉大的創新者，美國企業的標竿人物」的美譽。2001年他從奇異退休後，造訪了世界各地，與產學界人士對談。他的自傳《Jack》（Jack: Straight From the Gut）及與夫人共同撰寫，講述其經營理念的《致勝》（Winning），也獲得讀者廣大的迴響。過去十餘年來，威爾許擔任克杜茶（Clayton Dubilier & Rice）私募股權公司特別合夥人、IAC/InterActiveCorp 顧問，更身兼廣受歡迎

## 淺談國際單位制新變革

◎**系維中心／黃朝鈺**

為建立一個具有統一性、科學性、實用性的計量單位及標準，國際間建立一套通用的計量制度稱為國際單位制(International System of Units)。國際單位制各種單位皆由七個基本單位組成，包含質量單位——公斤 (kg)、長度單位——米 (m)、電量單位——安培 (A)、溫度單位——克耳文 (K)、時間單位——秒 (s)、光強度單位——燭光 (cd)、物量單位——莫耳 (mol)，基本單位可視為現行國際單位制最基礎的元素。基本單位定義已多年未有明顯的變動，然而隨著科技的發展，對量測精確度及穩定度的要求更高，現行制度部分内容已不合時宜，需要一套新制度改善現有缺點。現行制度主要缺點有三點。

第一點，現行制度中雖多數單位已由物理特性來實現，但公斤的實現仍須仰賴特定人造物——國際公斤原器，研究發現縱使公斤原器受到嚴密保存，其質量仍因不明原因隨時間而變動，1889至今已有50微克的漂移，質量標準的飄移除影響質量領域外，亦造成物量標準——莫耳的漂移。長久以來全世界一直承受質量標準偏移的困擾，企圖發展更穩定的質量標準。

第二點，現行制度將電量基本單位（電流）定義為一安培等於二條圓形無限長且截面積可忽略之極細導線，相距一公尺平行放置於真空中，通以同值恆定電流時，使每公尺長之導線間產生2×10<sup>-7</sup>牛頓作用力之電流。但是以上定義在實現上有其困難，「無限長線」、「截面積可忽略之極細導線」這類描述都是難以達到的理想狀況，需有新的方式定義電量基本單位，使其定義在真實世界中能準確實現。

第三點，現行制度中溫度單位克耳文 (Kelvin) 的定義由定點溫度水的三相

的演說家，公開演說。2010年他創辦管理學院 (Jack Welch Management Institute)，開辦線上企管碩士 (MBA) 課程，也廣受好評。

威爾許曾在全球前500經理人大會上透露成功的秘訣—通用最重要的成功因素是用人。「威爾許原則」涵蓋的正是他一生最重要的管理哲學—我的全部工作便是選擇適當的人。他認為，挑選最好的人才是領導人最重要的負責，他說：「領導人的工作，就是每天把全世界各地最優秀的人才延攬過來；而且要熱愛自己的員工，擁抱自己的員工，激勵自己的員工」。威爾許自創了一種「活力曲線」：一個組織中，必須有20%的人是最好的，70%的人是中間狀態的，10%人是最差的，這是一個動態的曲線。一個合格的領導人，必須隨時掌握那20%及10%員工的姓名與職位，以便做出準確的獎懲措施。他所謂的「合適」，是指性格特徵、能力素質、背景知識等能與職位要求相匹配的員工，這些員工能實現組織所賦予的使命，他們的事業願景與職位目標高度契合，彼此產生一種惺惺相惜的情感態勢。因此，管理者在用人時，應該著重在員工適合態度的面向上，而不是不適合的面向，用人要能具備不拘一格的理念與魄力。

這位「奇異傳奇」曾說：「領導者最困難的決定，就是要員工走人」。他認為：發現優秀人才，別除不稱職人員，是企業管理的第一要義。通用的作法是，要求團隊的領導人必須對團隊成員進行全面評估（即「360度評估」）。透過評估，把團隊成員按20%、70%、10%的比例分為最好、中等和最差三個等級。最好的得到晉升和加薪，最差的必須走人。儘管把10%的最差員工處理走是殘酷的，但是透過這種評估，卻可使團隊門檻增高，提升整個組織的檔次。他曾自豪地說：這就是建立一個偉大組織的秘密。領導人如何讓員工願意為願景打拼，他提出了8個守則：守則1：領導人應致力於提升團隊層次，把每一次與

Δ v = 9.192.631.770 Hz
◎光速 c = 299.792.458 m/s
◎普朗克常數 h = 6.626.070.15 × 10<sup>-34</sup>J.s
◎基本電荷 e = 1.602.176.634 × 10<sup>-19</sup>C
◎波茲曼常數 k = 1.380.649 × 10<sup>-23</sup>J/K
◎亞佛加厥常數 N<sub>A</sub> = 6.022.140.76 × 10<sup>23</sup> mol<sup>-1</sup>
◎頻率 540 × 10<sup>12</sup> Hz之單色輻射光的發光效能 Kcd =683 lm/W
國際單位新制中七個基本單位各自有主要的追溯物理常數，質量單位追溯至普朗克常數，長度單位追溯至光速，時間單位追溯至鉀原子能階躍遷頻率，電量單位追溯至基本電荷，溫度單位追溯至波茲曼常數，物量單位追溯至亞佛加厥常數，光強度單位追溯至單色輻射發光效能。

長度、時間、光強度三個基本單位與物理常數的追溯關係已記載於現行的國際單位舊制中，新制中僅對其描述方式稍作調整，基本定義並未變動，因此三個量別在新舊制轉換過程中並不受影響。新制中以質量定義的變動最大，其舊定義已使用超過一個世紀，目前終於有成熟的技術取代舊標準，質量新定義透過電功率與機械功率互換的方式產生質量標準，此種標準長期穩定性佳，可以消除

點等於273.16K而來，由此定義延伸出1990年國際溫度標準 (International Temperature Scale, ITS-90) 的17個定點溫度標準，範圍由1 K至1235 K。然而，在這17個定點溫度標準之外的溫度，皆是由儀器內插而求得，並非由溫度定義實現而得。需要有新的方式讓溫度標準不僅只在定點溫度被實現，而是能連續在各種溫度皆能實現。

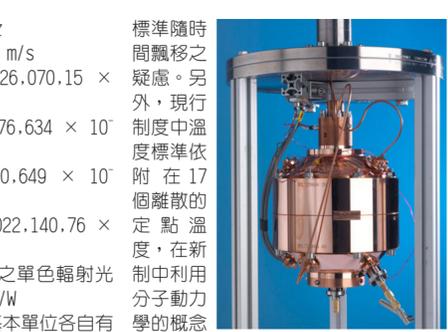
◎ 鉑 133 原子能階躍遷之輻射頻率

員工的接觸，都當作評量、指導及培養部屬的機會。守則2：領導人不但要力求部屬看到願景，也要部屬為願景打拼，起居作息都要圍繞著願景運作。守則3：帶人帶心，領導人應散發出正面的能量與樂觀的氣氛。守則4：領導人要因為坦率與信用聲譽，獲得信賴。守則5：領導人要有勇氣做出不討好人的決定。守則6：領導人要抱持懷疑與好奇心，務使所有疑問都獲得具體回應。守則7：領導人要以身作則，鼓勵冒險犯難與學習精神。

守則8：領導人要懂得獎勵與褒揚，慶功的次數永遠不嫌多。

威爾許認為，領導是一項艱難的挑戰，不論我們做了多久，還是不斷的練習，為此，他列出了6項領導人常犯的錯誤：
錯誤1：吝於給員工該有的自信。
錯誤2：聽不到員工的聲音，覺得自己什麼都會。
錯誤3：表現得很假，讓職場現實把你的真實磨光。
錯誤4：軟弱得讓表現好與不好的員工都領差不多的獎金。
錯誤5：忽忽職守得只在乎數字成果。
錯誤6：忽略了創造歡樂也是領導人的工作。

威爾許認為：「領導不是一張簡單的守則或清單，而是每一天都充滿了矛盾與挑戰，你只有渾身解數，才能達成使命」。他給經理人的建言，是為要獻給那些眼睛裡閃著雄心壯志，血液裡流著澎湃熱情的人，不管他們在組織的那個位置。在虔誠教徒與優秀商人無法兼顧的窘境下，威爾許做到了，因為他不論在何種情況下都保持「以誠信為本」的作風，在與客戶、供貨商、分析家、競爭對手及政府部門間都能維持良好的關係，這也是他為通用定的基調—誠信選擇，適當用人，組織道路將越走越寬。



圖三 聲波震盪溫度計——新溫度標準（來源：英國國家物理實驗室NPL官網）

度之外，亦讓溫度標準的範圍得以往更高溫及更低溫擴展。現行制度中電流有諸多理想條件予以實現，在1990年左右已改採用侖子效應所建立的電量標準，約瑟芬效應電壓標準及霍爾效應電阻標準，這兩個電量標準的大小與基本電荷與普朗克兩個物理常數有關，新制仍延續採用此兩種電量標準，但因國際單位改制前基本電荷與普朗克常數將會更新，因此電量標準值會有微幅的變動，但不影響其目前的校正方式。

一般大眾較在意的是，國際單位制改變是否將對民生經濟產業帶來嚴重衝擊。目前文獻數據顯示，新舊制轉換各種標準值的變動相當小，變動數據遠小於工業儀器之精度，兩者少則相差數百倍多則相差超過萬倍，因此對現行產業影響不大，其改制目的在於提早解決目前計量傳遞上的缺陷，以建立一個能夠維持更長久的度量衡體制，並對未來科技所需的量測精度及早做好準備。為維持我國的計量主權，避免國家標準淪為次級標準，我國國家度量衡標準實驗室持續在籌建新的標準，然而所費不貲，光是質量標準的經費就達新台幣六億元，目前經費與技術持續到位當中，相信不久將我國亦將完成國際單位新制計量標準的籌建。