

臺北

畫刊

TAIPEI PICTORIAL

101/2

No. 529

臺北愛情故事熱映中

百年好合 五十載金婚 牽手一世情
天作之合 浪漫求婚 愛在臺北
情投意合 甜在嘴裡 愛入心扉

北投風華、信義時尚入圍十大觀光小城
暢遊百變貓空的四季風情
王文華帶路 探索臺北好玩TOP5
春之花賞 到陽明山邂逅美麗
以車會友 追風品味臺北城



填問卷
送好禮

辦法詳見第2頁



濃情二月 走春好時節

這個月既喜氣又甜蜜，農曆新年的氣氛尚濃，又有西洋情人節，大家都是怎麼過情人節呢？其實過節貴在有心，只要兩個人能在一起，就是牽手散步吃小吃，都是一種幸福，而儷影雙雙相依相偎，共同捧讀剛出刊的本月號《臺北畫刊》，也很不錯！

配合二月的濃情氛圍，本期《臺北畫刊》規劃「臺北愛情故事熱映中」專題，「百年好合」一文專訪臺北市三對結婚約半世紀、攜手慶祝金婚的夫妻，請他們分享婚姻路上一路相互扶持、相知相惜的點滴；「天作之合」報導臺北市著名的求婚餐廳以及電影《愛》拍攝的經典場景，希望在臺北這個多元城市的見證下，有情人終成眷屬；「情投意合」介紹甜蜜浪漫的特色甜點，讓戀人吃在口裡，甜進心坎裡。

時序進入初春，不妨找時間出去「走春」，臺北市近郊的陽明山及貓空，都適合閤家或情侶相偕踏青。陽明山花季本月開鑼，上陽明山可賞花、泡溫泉、到野菜餐廳一嘗時令自然料理；搭乘貓空纜車上茶香飄溢的貓空，可賞景、品茗，貓空四季各有精彩，歡迎大家季季前往領略不同風情。若天氣晴朗就去騎自行車吧，臺北市全長111公里的河濱自行車道已全線串連，讓大家騎單車就可以遍遊臺北！

農曆新年是全民的節日，而愛情、親情、友情都是情，廣義來說，情人節也可以是屬於每個人的節日，不只情侶及夫妻，甚至手足、親子、至交好友，都可以歡喜共度溫馨的二月。

祝天下有情人們天天都開心！

郝龍斌

目次

臺北畫刊 101/2/10

No. 529

中華民國57年1月創刊

101年2月10日出刊

發行人——趙心屏

總編輯——陳譽馨

主編——王宜燕

責任編輯——廖雅琴·連美智·陳盈帆

潘逸凡·陳靜雯·林虹伶

美術設計——董谷音

行銷企劃——鍾齡玲·李炎欣·鄭雅萍·喬冠英

發行所——臺北市政府觀光傳播局

地址：臺北市市府路1號4樓

電話：1999（外縣市02-2720-8889）

轉7564

傳真：02-2720-5909

網址：www.tpeidoit.taipei.gov.tw

e-mail：taipeipictorial@mail.taipei.gov.tw

印刷——榮昱印製廠股份有限公司

臺北市民生東路2段119號8樓

02-2531-7116

本刊全部圖文均有著作權，
未經本刊同意不得使用或取材

統一編號 2005700037

ISSN 00399051

中華郵政台北雜字

第1164號執照登記為雜誌交寄

每本定價25元

封面圖片／臺北君
悅大飯店提供

封面圖說／浪漫精緻的甜點搭配令人驚喜的求婚安排，見證了無數的愛情故事！

名人悄悄話

4

隨著城市的節奏漫遊

口述／劉軒 採訪撰文／許凱森

5

因愛情來臺北 因臺北而留下

口述／朱衛茵 採訪撰文／許凱森

臺北短波

6

北投風華、信義時尚入圍十大觀光小城 第二階段邀您投票續支持

文／廖雅琴 圖／臺北市政府觀光傳播局提供

7

士林官邸正房二樓開放參觀 盡覽昔時第一家庭生活樣貌

文／陳靜雯 攝影／王能佑

8

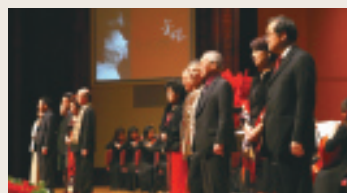
2012國際自由車環臺公路大賽 全球好手「騎」聚颯速

文字整理／林虹伶 圖／中華民國自行車協會提供

9

捷運新莊線開通 17分鐘到臺北不是夢

文／陳盈帆 圖／臺北市政府捷運工程局提供



臺北照過來

10

臺北愛情故事熱映中

文／邱淑宜

12

百年好合

五十載金婚 牽手一世情

文／何穎 圖／臺北市立交響樂團提供

18

天作之合

浪漫求婚 愛在臺北

文／許麗芬 攝影／顏涵正

24

情投意合

甜在嘴裡 愛入心扉

文／鍾文萍 攝影／楊智仁

● 上網填問卷 好禮送到家

親愛的讀者，《臺北畫刊》每月舉辦「上網填問卷 好禮送到家」活動，只要您到市府網站首頁www.taipei.gov.tw點選「臺北畫刊問卷」，填寫完畢就有機會獲得1份優質出版品，每月獎額10位，得獎名單將在次月問卷網站上公布，機會難得，請立即上網，告訴我們您的寶貴意見喔！

臺北好好玩

28

告別年節症候群 找回開春好元氣 樂山・健身・逍遙遊

文／鍾文萍 攝影／楊智仁

34

暢遊百變貓空的四季風情

文／王瀚陞 攝影／許斌



38

王文華帶路 探索臺北好玩TOP 5

文／林虹伶 攝影／顏涵正

42

二月裡的驅寒聖品 薑母鴨

文／洪明慧 攝影／吳金石

44

飄著櫻花雨的所在——風尾步道

文／鍾文萍 攝影／楊智仁

47

造型氣球 散播歡樂 魅力無法擋

文／君君 攝影／約瑟

50

中山區三安旅店 與森林為鄰 與藝文共舞

文／許凱森 攝影／王能佑

54

臺北美術獎 引領本土創作步伐

文／觀止 攝影／許斌

臺北生活圈

58

春之花賞 到陽明山邂逅美麗

文／廖雅琴 圖／臺北市政府工務局公園路燈工程管理處提供

60

以車會友 追風品味臺北城

文／臺北市市長郝龍斌 攝影／王能佑

62

能量市集活力出擊 新鮮果蔬產地直送

文／廖雅琴 圖／臺北市市場處提供

64

百貨量販節能減碳 成就友善臺北綠城市

文字整理／陳盈帆 圖／臺北市政府產業發展局提供

66

投注夢想放送愛 公益彩券盈餘分配寒冬送暖

文／陳靜雯 攝影／王能佑

68

用音樂喚醒生命之愛 傾聽馬修連恩與大地的對話

文／陳盈帆 圖／新視紀整合行銷傳播提供

臺北百工圖

70

百年家傳藥香味：老明玉香鋪

文／田梅紫 攝影／廖碩文



74

臺北明信片

有伴真好

文／周純慧 攝影／陳九華

75

幸福手作館

披上一襲華麗 寶特瓶大改造

文／雷小花 攝影／約瑟

78

2/15～3/14市府活動行事曆

80

臺北廣播電臺2月節目表

劉軒

(圖／劉軒提供)

台北：我的根、我的情。
我最愛漫遊的城市！

劉軒



隨著城市的節奏漫遊

口述／劉軒（DJ） 採訪撰文／許凱森

兒時住在長安東路附近，懵懵懂懂的記憶中，有一條鐵路經過我家四合院，奶奶每天抱著我看火車飛嘯而過，左鄰右舍的婆婆、阿姨都會照顧我；印象中還有一棵很大的榕樹，緊挨著我們家和鐵路之間的那道小圍牆。這，就是我对臺北最溫暖的記憶。

五歲時曾搬到忠孝東路四段，靠近國父紀念館那一帶，八歲離開臺北赴紐約生活，直到十九歲那年，第一次回臺北，當時臺北正在興建捷運，整條忠孝東路高樓林立、到處都是招牌，轉變之大，我連自己的老家都找不到了。

在那之後的每一年夏天，我都會回臺灣過暑假，直到2002年從紐約搬回臺北，將近十年的時間，我在臺北工作，成為這裡的居民，看著臺北101大樓從蓋到一半、完工、到每年跨年必看101煙火秀，臺北的改變如同流轉的膠捲底片，一幕幕在我眼前呈現。小時候的住家如今成為我的工作室，以前家後方都是小平房，小學同學光著腳在地上跑；現在則寸土寸金，越來越國際化，還開

了很多個性小店。

有一次和奶奶的老朋友吃完飯，回到東區，他帶我到市民大道旁的公園，問我是否記得這片公園就是我小時候長大的地方，那時我才恍然大悟，原來回臺北工作後，每天上下班行經的市民大道，就是以前老家旁的鐵路，後來我也找到了小時候那棵榕樹。所以，對於臺北，我有著濃厚的情感，這裡是我生根的故鄉。

在臺北我不太開車，幾乎都搭乘大眾交通工具，假日偶爾會騎單車，挑戰風櫃嘴登頂。臺北就是好玩在這裡，騎著單車可以在40分鐘內，從繁華時尚的東區到達一個樣貌完全不同的地方，在山上時，完全忘記自己身處臺北。

我首張在臺北發行的混音專輯，曲風所選擇的情境就是臺北的一夜遊，畫面從福隆海水浴場的黃昏派對開始，再到東區夜店狂歡，清晨3、4點結束之後，轉往復興南路吃清粥小菜，從中可領略臺北的多元風貌及臺北居民的生活點滴。

在臺北快速的生活節奏中，大

多數人很少有機會去「發現臺北」，其實永康街、師大、中山北路等地，都有許多很有意思的小地方，就像我在書裡寫的，「雖然難得遠征蠻荒之地，但必有閒情於城市漫遊」，偶爾給自己一點閒情，在臺北城中放慢腳步，一定會有意想不到的發現。



看著臺北101從尚未完工、到現在每年跨年必看的煙火秀，臺北的變化如同膠捲底片，在劉軒心中不斷流轉。（王能佑攝）

謝謝台北，
因為台北才是我的家

朱衛茵

朱衛茵

(圖／朱衛茵提供)



因愛情來臺北 因臺北而留下

口述／朱衛茵（主持人） 採訪撰文／許凱森

小時候，每天放學回家第一件事就是打開收音機，然後打電話和DJ聊天，再點一首我想要聽的歌。因為我是老么，哥哥姊姊的年紀和我相差很多，爸爸媽媽年紀也很大，我覺得家人無法了解我，唯一的慰藉就是與收音機作伴；當時更認定廣播是我最想做的工作，十八歲從學校一畢業後就考進香港商業電台當DJ。

二十多年前為了愛情，毅然決然辭去工作嫁來臺灣，定居北投。剛開始，除了語言不通的隔閡外，由於習慣香港的繁華光鮮，讓我一時之間很難適應北投純樸的生活。但我覺得臺北是有人情味的地方，例如在陽明山上找不到路，兩個大學生不只告訴我怎麼走，甚至熱心地直接帶我去。

這二十幾年來，我在臺北生活，見證了這裡的變化，也發現我跟臺北的契合之處。後來，哥哥在臺北建立教會當起牧師，把爸爸媽媽帶過來，之後姊姊也來到臺北照顧父母親，所以我的家人都在臺灣，回到香港反而覺得不習慣，臺北才像是我的家。

我很喜歡逛街，也愛吃美食，

臺北的巷弄裡有很多富有特色的文創小店，運用創意巧思，將再平常不過的生活元素，賦予新的價值與意義。饒河街夜市、永康街等地的小吃美食，都有我的足跡，甚至曾獲臺北國際牛肉麵節冠軍的洪師父牛肉麵，我也去嘗鮮；和三五好友吃完美食之後，再到大佳河濱公園或是淡水漁人碼頭散步聊天，十分愜意。

前陣子，在國外念書的小女兒難得回臺灣渡假，我就帶她回北投，到溫泉飯店泡湯，享受難得的親子時光。這也讓我回想起以前住北投送女兒上學時，沿途飄散的硫磺味，以及剛來臺北時和朋友常去的市定古蹟「吟松閣」，它是一間木造的日式溫泉旅館，從日治時代經營至今，不但有那卡西表演，更見證了北投溫泉文化的發展歷程。

現在的我，很珍惜和女兒相處的時間，想到自己以前在香港受西方教育，比較自我也比較冷漠，不懂得孝順的道理，加上鮮少跟父母住在一起，亦不大關心父母。但

來臺北後，看到這裡的朋友都很孝順父母、與父母同住，雖然出社會工作，還是與家庭保持良好的互動、體貼且珍惜彼此，這點影響我很深，所以我是來到臺北才了解到孝順父母的重要性，並同樣這樣教育我的孩子。

平常除了主持廣播節目深受聽眾喜愛外，並經常受邀到企業和學校演講「職場人際與現代兩性關係」，為不少年輕朋友激勵加油；我常鼓勵大家要勇敢做自己，也要更珍愛自己。走遍臺灣各地演講旅遊，我還是最喜歡臺北，這裡有我戀戀情深、兼具時尚與人文氣息的創意氛圍。我在臺北寫下我的故事，臺北才是我的家。



曾獲臺北國際牛肉麵節冠軍的洪師父牛肉麵，是朱衛茵喜愛的美食之一。（王能佑攝）

北投風華、信義時尚入圍十大觀光小城

第二階段邀您投票續支持

文／廖雅琴 圖／臺北市政府觀光傳播局提供

造訪一個陌生的國家，該從哪些城市開始玩起？這是許多國外觀光客心中的疑問。為方便旅客按圖索驥，交通部觀光局於去年底舉辦「臺灣十大觀光小城」選拔，吸引各縣市政府提出特色鄉鎮區角逐，獲選的小城將成為未來觀光局國際推廣行銷的亮點。臺北市「北投風華小鎮」及「信義時尚之城」雙雙入圍初選，更是全臺唯一入圍兩個小城的縣市。

由臺北市政府推出的北投小鎮、信義之城參加交通部觀光局的臺灣十大觀光小城選拔，經過交通部觀光局由專家委員以神祕客密訪及各縣市提供的書面資料競爭激烈的角逐，成功在全臺39個鄉鎮區的初選審查中脫穎而出，將與其他15個鄉鎮區進入第二階段決選。臺北市長郝龍斌說，希望民眾再接再厲，在第二階段投票繼續支持北投小鎮、信義之城。

觀光傳播局局長趙心屏表示，北投是國際公認的觀光溫泉區，除了有平價的公共浴室、北投公園露天溫泉可選擇，也有老字號的溫泉旅店及高品質的溫泉會館，可滿足不同泡湯客的需求。另外還有北投溫泉博物館、梅庭、北投文物館、少師禪園等豐富的人文古蹟景點，加上直達的捷運、最美的綠色圖書館、五星級泡腳池園區，以及獨一無二的捷運彩繪列車等，先後獲得米其林綠色指南三星級城鎮、美國福斯新聞網及紐約時報旅遊版網站的熱情推薦，讓北投躍上國際舞臺，成為國際旅遊的熱門景點。

信義區更是全臺最國際化、



北投梅庭曾是于右任避暑別館，如今更是造訪北投不可錯過的景點。

►信義時尚之城擁有新舊對照的街景，傳統與現代風味並存。



代表時尚流行、夢想創造、年輕活力的魅力之城。信義區的魅力在於擁有最便捷的交通網絡、寬敞乾淨的道路街景、雲集最流行的時尚精品與密度最高的百貨公司、最受歡迎的誠品旗艦店、最具國際知名度的臺北101、眷村再造的四四南村、文創旗艦的松山文創園區及國際知名的米其林星級餐廳等，更有國際級大師打造的特色建築及街頭公共藝術，讓人走在街頭彷彿置身大型博物館，這些在在都讓信義區散發迷人的觀光魅力。

「北投風華小鎮」及「信義時尚之城」的入圍，代表兩區的特色獲得肯定，更是觀光客遊臺不可不訪的經典景點。郝龍斌邀請民眾於第二階段，以上網投票、明信片投票及手機APP投票繼續支持，進行全臺小城大PK。

此外，參與的民眾只要投票，就有機會獲得微單眼相機、導航機等好禮，投票方式有三種，網路投票至3月9日中午12:00截止，明信片投票則至3月7日截止收件，相關投票辦法請上網查詢（交通部觀光局網站www.十大小城.tw或臺北旅遊網www.taipeitravel.net）。

為了替北投小鎮及信義之城催票，觀光傳播局也特別規劃觀光小城抽獎活動，民眾只要配合臺北旅遊網的活動辦法，即可參加抽獎；而在臺北市12個旅服中心以及台北探索館也設立明信片投票箱及網路投票站，只要現場投票給北投小鎮及信義之城，即可兌換精美小禮物（數量有限，送完為止）。快來投票給「北投風華小鎮」及「信義時尚之城」吧！

士林官邸正房二樓開放參觀

盡覽昔時第一家庭生活樣貌

文／陳靜雯 攝影／王能佑

士林官邸正館一樓在去年元月起開放民眾參觀後，為這座富有歷史意義的建築揭開神祕面紗；而過去一直是「外人止步」、前總統蔣中正夫婦生活起居的二樓空間，也自農曆初五起正式開放，讓民眾得以一窺當年第一家庭的生活樣貌。

士林官邸自民國39年落成啟用，直到64年4月5日蔣中正總統逝世為止，長達四分之一個世紀，許多國家重要決策均在這裡形成、議定。官邸正館一樓設有穿堂、門廳、小客廳、大客廳、餐廳等，二樓則是蔣中正伉儷生活起居的空間，有總統的兩間起居室、書房、蔣夫人的臥室、書房、畫室，以及飯廳。

走上通往二樓的樓梯，首先看到的是兩間比鄰的總統起居室，一間是他閱報、處理公務的地方，書桌上安放他母親王太夫人的遺像，其他牆面則懸掛耶穌、孫中山先生的畫像，以便瞻仰，提供精神支持；另一間擺設留聲機，播放他喜愛的唱片，而因其晚年身體虛弱，為了醫療上的方便，增加了單人床，改成臥室。起居室外的陽台，更是他每日靜坐、讀經、做早操，開始一天作息的地方。

通過總統起居室，左側是蔣夫人臥房，往前直走則進入雅好文藝的蔣夫人專屬畫室。來臺初期的蔣夫人，分別向知名畫家黃君璧、鄭曼青學習山水、花鳥畫，經常作畫的她，留下許多作品，像是官邸一樓大客廳的迴廊圓窗，圓窗上的畫作即是出自於她之手。

中國國民黨黨史館主任邵銘



蔣夫人專屬畫室的擺飾布置，流露出其對文藝的喜愛與高雅品味。

煌的著作中曾提及一個小故事，有一次蔣中正伉儷的美國友人來訪，夫人特別請人陪同到總統府參觀她的巨幅山水畫。回到官邸後，夫人問陪同官員友人看畫的感想，陪同者告知，這位美國友人認為比黃君璧畫得還好。夫人聽了大喜，因為黃君璧是她的老師……由此足見蔣夫人對於國畫的喜好與繪畫天分。

緊鄰畫室的是夫人過去經常閱讀英文書報的書房，經過書房旁的過道、來到走廊，走廊旁有夫婦倆用餐或享用茶點的飯廳，以及後來多作為接待親人、外賓的先生書房。民國42年，美國副總統尼克森訪臺時曾下榻於此書房，備受禮遇。

這些空間即使隨著時間的流轉，仍悉心保存著當時的樣貌。開放參觀以後，相信能讓民眾對臺灣某個歷史斷面有更深切的認識。

士林官邸正館須購票入場，憑門票可免費借用語音導覽器材，

自3月起，每天有5個專人導覽時段，開放人數30名，導覽時間約30～40分鐘。另為維護古蹟與參觀品質，館內人數高於100人時，將分批入場。

►士林官邸正館2樓

地址：福林路60號

電話：2883-6340

網址：www.culture.gov.tw/frontsite/shilin

開放時間：週二至週日，09:30～12:00（售票時間09:30～11:20）、13:30～17:00（售票時間13:30～16:20），每日導覽時段10:00、11:00、14:00、15:00、16:00。



前總統蔣中正先生的起居室內，安放母親王太夫人的遺像，以便瞻仰。

2012國際自由車環臺公路大賽

全球好手「騎」聚颯速

文字整理／林虹伶 圖／中華民國自由車協會提供



各國選手「騎」聚參賽，亦將從中領略臺灣之美。



3月10日環臺賽第一站將從臺北市政府前開始。（高讚賢攝）

想像一下，來自全球五大洲的自由車好手共20支隊伍，在臺灣各縣市的美景襯托下「騎」聚一堂，會是多麼壯麗的場景？

臺灣是全球自行車王國，經濟部為了打造世界級的臺灣精品賽事，全力促成環臺賽升等。2012年即將登場的國際自由車環臺公路大賽已正式登錄為國際自行車總會UCI（Union Cycliste Internationale）一級賽事，也是臺灣自由車運動史上首次升等為一級的頂尖賽事，包括環法車隊丹麥盛寶銀行職業隊（TEAM SAXO BANK）、義大利安多尼職業隊（ANDRONI Giocattoli）及俄羅斯維洛職業隊（RUSVELO）、卓比奧斯職業隊（CHAMPION SYSTEM PRO CYCLING TEAM）等洲際職業車隊都會一同參加，其他來自澳洲、英國、德國、美國、伊朗、日本、荷蘭等隊伍也將共襄盛舉，是臺灣自由車史上出賽陣容最堅強的組合，臺灣則派出中華臺北國家代表隊及三支UCI註冊職業車隊迎戰。

本次國際自由車環臺公路大賽即將於3月10日早上8時30分於臺北市政府前開跑，於3月11日、3月12日、3月13日、3月14日、3月15日將分別抵達新北市、桃園縣、臺中市、彰化縣、臺南市，3月16日最後一站則到達高雄市，賽程共計7天，每站將頒發在各衝刺點積分最多的「衝刺王」、最快到達終點的總冠軍及亞洲最佳選手等獎項。

3月10日當天，中華民國自由車協會與臺北市政府合辦「臺北輕鬆騎」活動，民眾可從早上6時30分到7時30分騎著自行車暢遊臺北市林蔭大道仁愛路，並於抵達終點後進行摸彩活動，最大獎項為YAMAHA機車及其他多項好禮，並於活動後觀賞環臺賽首站精彩賽事，當天賽後還會舉行環法一級車隊的簽名會活動，報名資訊可上中華民國自由車協會網站www.cycling.org.tw查詢。

另外，本次環臺賽將首次在亞洲ESPN頻道及歐洲EUROSPORT進行每日精華賽事轉播，全球都能與臺灣同步收看，也讓臺灣透過頂尖賽事行銷至全球。若不能觀看電視轉播，亦可透過環臺賽官網線上直播或手機上網中華電信emome影視臺（www.emome.net），即可下載最新最快的環臺賽最後衝刺精彩畫面；想要知道最即時的戰況報導，還可至臉書（facebook）進入「國際自由車環臺公路大賽」粉絲團收看線上賽況直播，為選手加油！詳細資訊可上2012環臺賽官網查詢。

►2012國際自由車環臺公路大賽

時間：3/10～3/16

地點：臺北市、新北市、桃園縣、臺中市、彰化縣、臺南市、高雄市

網址：www.cycling.org.tw

捷運新莊線開通

17分鐘到臺北不是夢

文／陳盈帆 圖／臺北市府捷運工程局提供

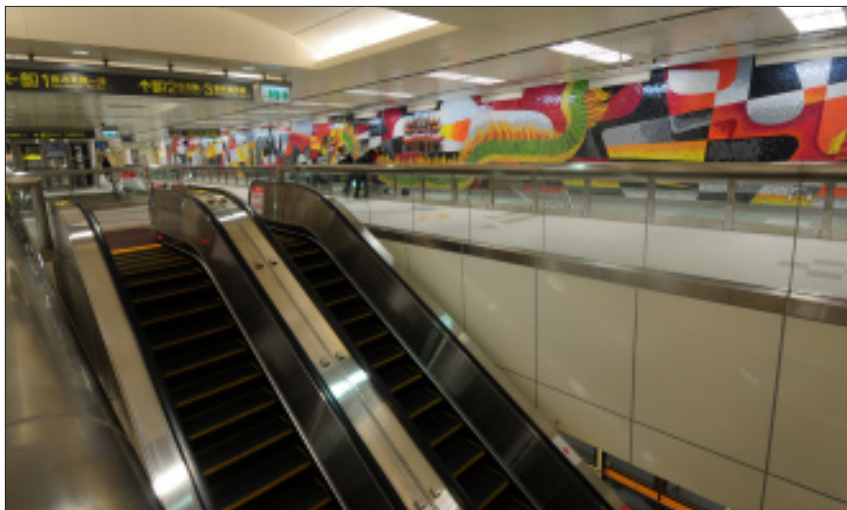
每天必須從新莊通勤至臺北市區上班的賴幼雅，過去儘管已經提早一個小時出門，卻時常趕在快要遲到的前一刻打卡；如今捷運新莊線開通，從新莊站搭至忠孝新生站，足足省了半個小時。因此受惠的賴幼雅說，以前要轉兩班公車，若再碰上塞車，往往就會遲到；但現在她不僅能精確地掌控時間，在捷運上還能夠悠閒地看書，有種「終於我也跟臺北市民享有同等福利」的感覺。

今年1月5日下午2時，上頭顯示「往輔大」的捷運列車自捷運民權西路站緩緩駛進月臺，月臺上久候多時的民眾，就跟賴幼雅一樣，難掩內心的興奮與感動；17分鐘後，列車抵達輔大站，這17分鐘，是十年漫長歲月所換來的成果，也代表雙北市共構出「大臺北黃金雙子城」的生活環境，不再只是個夢想。

克服施工高難度 再創雙城共榮

臺北市府捷運工程局表示，由於捷運大橋頭站及臺北橋站間的行車隧道必須穿越淡水河床底，地下工程就下挖了41.5公尺，連續壁的厚度則多達2公尺；再加上新莊線所經之處均為人口高度密集的市區，用地取得不易，在在加深了施工的難度與風險。所幸，在工程相關人員的努力之下，終於完成了這條施工困難度堪稱捷運工程之最新莊線。

捷運新莊線共新增臺北橋、菜寮、三重、先嗇宮、頭前庄、新莊、輔大等七個站，未來頭前庄站及三重站將分別與正興建中的環狀線及機場捷運線交換轉乘，



捷運新莊線開通，交通路網更為便捷，並帶動沿線地區的繁榮與商機。圖內的公共藝術作品為三重站的〈時代的回聲〉。

且捷運東門站預計九月通車，屆時忠孝新生站可經東門站直接連接古亭站，捷運路網將更為完整；再加上周邊土地的多功能共同開發，將替三重、新莊地區帶來眾多商機，雙城的繁榮發展可期。

帶動沿線觀光 公共藝術具巧思

新莊線當中，有五個車站將沿線地區的人文特色融入建築及公共藝術裡；如輔大站的〈真善美聖〉，是輔仁大學藝術學院院長林文昌的設計作品，其利用馬賽克拼貼的方式，以藍天、彩虹、鴿子等具象物，將輔大校訓「真善美聖」的意涵表達出來。另外像是臺北橋站、三重站、先嗇宮站及新莊站，亦有令人驚艷的公共藝術巧思。

新莊線的開通，也勢必帶動沿線觀光人潮。以大橋頭站為例，其銜接了臺北大橋、延平北路及迪化街周邊的交通軸帶，不論是尋訪具歷史意義的臺北橋、至內行人才知的延三夜市祭祭五臟

廟，又或者漫步至迪化街，覽盡老街風華，都因新莊線而更為方便。

臺北捷運公司表示，新莊線輔大站至大橋頭站加入營運行列後，全系統運量將再往上攀升，為慶祝突破50億人次，2月26日下午2時，將於捷運淡水站廣場舉辦「幸福感謝50億慶祝音樂會」，現場將邀請活動宣傳大使林俊傑及潘瑋柏、蕭煌奇等知名歌手接力演出；演唱會當天亦將抽出「預測50億突破日」大獎的幸運得主，歡迎民眾共襄盛舉。



輔大站內的〈真善美聖〉公共藝術作品，啣著橄欖枝的白鴿正飛向真善美的最高境界「聖」。(劉佳雯攝)

臺北愛情故事 熱映中



因為情人節，2月，一年中天數最少的月份，成為全年最「閃」的月份！

白頭偕老，琴瑟和鳴恩愛長！

從單薄的紙婚到堅實的金婚，是半世紀時光的相知相惜，
閃耀人間的金婚，讓百年好合的眷屬，情比金堅。

緣定三生，妳願意嫁給我嗎？

求婚餐廳氣氛佳，客製化的求婚安排及求婚桌助你抱得美人歸，
閃爍幸福的光芒，讓天作之合的佳偶，牽手共度一生。

心心相印，特製甜點為愛情加分！

從象徵「帶我走」的提拉米蘇，到寓意「相偎相依」的馬卡龍及泡芙，
閃動浪漫的甜食盛宴，讓情投意合的小倆口，品嚐甜蜜好滋味。

臺北愛情故事，在臺北各角落，一幕幕上演中！

（文／邱淑宜）



百年好合

五十載金婚 牽手一世情

文／何穎 圖片提供、採訪協助／臺北市立交響樂團



兩人步向紅毯另一端，多久的承諾才算久？結婚一週年稱紙婚，最初的承諾猶薄如紙；十週年稱錫婚，如錫器般閃閃發光，柔韌不易碎；二十週年稱瓷婚，光滑無瑕小心易碎；二十五週年稱銀婚，婚姻至此恆久如銀器；五十週年稱金婚，情比金堅，婚姻固若金湯。

結婚近一甲子的朱樹功與楊美雲、定情半世紀的陳亮達與余淑端，以及將邁入金婚的郭志龍與謝康，一路互相扶持，走過風雨，鸞鴦情深。

民國百年耶誕節，三對金婚夫妻隨著臺北市立交響樂團演奏〈比才：《阿萊城姑娘》組曲第一號第四曲《鐘》〉，在描繪婚禮的樂聲中，以當年結婚般的慎重心情，步上中山堂舞臺，讓眾人見證「百年好合」的幸福與可貴。



結婚近一甲子的朱樹功與楊美雲。



即將邁入金婚的郭志龍與謝康。



定情半世紀的陳亮達與余淑端。



在臺北市立交響樂團浪漫悠揚的樂聲中，眾人見證了結褵五十載的堅定愛情。（王能佑攝）



在孩子長大後，朱樹功與楊美雲重回兩人世界，一起結伴遊山玩水，足跡遍世界。



朱樹功與楊美雲因媒妁之言結緣，婚姻對他們來說，是一輩子的旅行。

朱樹功×楊美雲： 一輩子的旅行

婚姻維繫祕訣：
相互扶持、愛是忍耐

結婚近一甲子是什麼滋味？18歲奉媒妁之言相親結婚的楊美雲，看了身旁朱樹功一眼，打趣道：「給他拐去了啦！」嘴角泛著笑意的朱樹功看著楊美雲，沒有提出「反駁」。這一「拐」，兩人至今57年的婚姻旅程就此展開。

當年，朱樹功從大陸河南省流亡來臺，孑然一身，跟楊美雲認識時是個警察；正值18歲青春年華的楊美雲則是在臺灣土生土長，兩人年紀差了十歲。

楊美雲回憶，依照當時的相親傳統，她要向朱樹功奉茶，朱樹功看到她白皙的手很是喜歡，但自己卻因太害羞，正眼都沒瞧得朱樹功生得何許模樣，反倒是在

門口探頭探腦的親戚、阿姨們，看得比她還清楚。

兩人第一次真正約會，是在民生西路上的老牌高檔西餐廳「波麗路」，那是當時臺北男女的「相親勝地」。波麗路從日治時期開始經營，以法國名作曲家拉威爾的一首圓舞曲〈BOLERO〉作為店名，並以擁有昔時全臺一流的音樂設備、播放古典音樂聞名。

楊美雲在姑媽的鼓勵下，鄭重其事地乘坐三輪車前往，不過「波麗路」是否燈光美、氣氛佳？咖啡香不香？她早就忘了。

「唉唷，咖啡是上流社會的玩意兒，我們去『波麗路』是去聊天講話，看一個人個性好不好，這是外表看不出來的。」

就這樣，18歲的楊美雲與朱樹功正式在結婚證書上簽了字。生了五個孩子的楊美雲自述，她生孩子生到經驗十足，孩子生得很

「快」，猶記懷小兒子時，朱樹功去大橋頭買滷肉飯，大腹便便的楊美雲夾著滷蛋才咬一口，突然感到肚子一痛，小孩子就這麼出來了，她冷靜地自己幫孩子剪斷臍帶，聞聲下樓的姨媽看到，情急之下還趕緊脫下身上棉襖，充當孩子的包巾。

朱樹功的警察工作繁重，一個禮拜只能回家兩、三天，家務與照顧孩子的責任全落在楊美雲身上。婚後唯一印象深刻的約會，是帶兩個孩子去碧潭划船，其餘



波麗路西餐廳見證了兩人第一次約會的愛情故事。（王能佑攝）



有5個孩子的朱樹功與楊美雲，享受著含飴弄孫的幸福。

的回憶多半是對孩子的付出。楊美雲說，累也沒辦法，為了孩子只有忍耐，有時太累委屈流淚，哭完後還是繼續做家事。

直到孩子大了，朱樹功退休，楊美雲才逐漸擁有「兩人時間」，一圓年輕時沒有時間完成的夢——「遊山玩水」。

兩人去了楊美雲最想去、充滿異國風情的埃及和浪漫的希臘，大兒子後來移民加拿大，媳婦開著車一路帶著兩老體驗「公路旅行」。聊到10多年前在野地搭帳棚露宿的經驗，75歲的楊美雲眼睛還閃閃發光。

近幾年，朱樹功行為能力衰退，兒女長大離家，楊美雲反倒多了個「大小孩」。現在的朱樹功與她無法遠行，每天卻有各種不同路線的城市小旅行。兩人每天一定要出門散步，近則坐公車往返起站與終點站繞一圈，或到臺北101、國父紀念館走走，或前往士林運動中心做SPA，興致一來，就去基隆、淡水。

結婚至今57載，兩人愛的旅行走過大半途。楊美雲說，她的金婚願望，就是求朱樹功身體好，現在的她認為，健康最重要，還想跟朱樹功到處多走走、多看看。

郭志龍×謝康： 歌舞情牽半世紀

婚姻維繫祕訣：

珍惜彼此、保有婚姻最初的感覺

民國50年，歌舞娛樂才剛開放不久的時代，一場臺大學生舞會，牽起馬來西亞僑生郭志龍與謝康的情緣。

當時在行政院經濟建設委員會前身美援運用委員會工作的謝康，應同學邀請參加舞會，讓臺大土木工程系畢業的郭志龍一看

「驚為天人」。「她全身散發紫色的光，我第一眼看到，心裡想，哎呀！這女生好漂亮，長得好像甄珍！」頭髮花白的郭志龍憶起當年，嘴角不由自主上揚。

郭志龍回憶，舞會上的謝康很受歡迎，想要跟她講上話，還要突破好幾個「競爭者」，他當時靈機一動，跑去跟圍在謝康旁邊的班代表說：「你有外找」，才有機會跟謝康講話。謝康對郭志龍的第一印象則是輕鬆自在，從剛開始認識就不覺得陌生。

音樂是兩人共同的興趣，懷寧街的「田園咖啡館」成為謝康和郭志龍最常約會的地點，「那是當時臺北市唯一有在門口放古典樂樂譜的咖啡館。」謝康回憶。

假日的陽明山、臺大校園，也遍布郭志龍和謝康兩人的足跡。郭志龍笑說，自己機靈地假裝拍花，實際上是為了偷拍「謝小姐」，再把照片寄回馬來西亞給父母親鑑定，父母親看了照片，既滿意又高興，舞會相識半年後，兩人決定步向紅毯。

婚後謝康隨郭志龍回到馬來西亞，兩人都在馬來西亞國家電台工作。在大陸出生、9歲就來臺的謝康說，她喜歡旅行、對新事物總是很嚮往，在馬來西亞生活



郭志龍與謝康維繫婚姻的祕訣在於保有婚姻最初的感覺且彼此珍惜。（王能佑攝）



來自馬來西亞的郭志龍，在一場學生舞會中，對謝康一見鍾情，這一舞，讓彼此互許終身。



婚後口角在所難免，郭志龍與謝康互相尊重，互信互諒。

陳亮達×余淑端： 青梅竹馬細水長流

婚姻維繫祕訣：婚姻如放風箏，
可近看欣賞，緊繃時記得放鬆

民國百年年底，男高音陳亮達與合唱團指揮余淑端才在大飯店與親友分享金婚的喜悅，但若推算兩人相識的年份，卻早已是難能可貴的六十週年鑽石婚等級。

陳亮達與余淑端是住在艋舺對街的青梅竹馬，兩人從幼稚園的年紀就認識，余淑端是陳亮達妹妹的同學，陳亮達說起從前還有些害羞，小時候玩辦家家酒時，他總是演爸爸、余淑端演媽媽，親妹妹反成了電燈泡，只好扮演別的角色。

陳亮達形容，自己追到余淑端是歸功於「近水樓台先得月」，兩人因為住對街，從陽台就可以看到對方，他還練習用鏡子反射的角度，偷看余淑端。

陳亮達追余淑端追了10幾年，最常去植物園、淡水河邊、圓山大飯店一帶；當時民風保守，兩人到西門町看電影時，陳亮達會先買兩張票，一張交給余淑端後先行進場，電影散場後，則是余淑端先離開，陳亮達再離場。

陳亮達到金門當兵前，拿出婚戒向余淑端求婚，余淑端當場沒有答應，因為母親顧慮男方要遠赴金門當兵。陳亮達笑說，當時雖被「打槍」但並沒有氣餒，因為他有信心兩人的感情是細水長流，「就像放長線釣大魚，線越拉越長，當時我有把握魚已經上鉤了。」

陳亮達在金門當兵的日子，遇到八二三砲戰。余淑端說，陳亮達寫了幾百封情書給她，每一封都當最後一封信在寫，還把每封信都編號，於是她回信時也在每封編上號碼，當作生命最重要的隻字片語。浪漫派的陳亮達，在當兵時還曾把碎玻璃磨成心型，

的27年，除了講英語、國語、臺語，還學得一口流利的馬來西亞語和方言，更當起華語老師。

兩人育有四名兒女，其中老三是特殊狀況的孩子，需要父母更豐富的愛。謝康說，這反倒成為她與郭志龍凝聚情感的力量，郭志龍常告訴她要珍惜種種緣份，對什麼事都要看得開，讓她感到信任。

結婚近50年，兩人說，口角在所難免，但絕不是問題。兩人有不同意見時，記得互相尊重，用平等的態度對待彼此，謝康特別

鼓勵現代女性，男女平等，不是什麼事都要遷就夫家，雙方應多溝通諒解。

22年前兩人回到臺灣，懷寧街的田園咖啡館已不復在，陽明山上的花、臺大校園的老建築依舊，但人事已非，所幸美妙的音樂還在，謝康最愛聽臺北愛樂電台，每每聽著，總會憶起「那一年，和來自馬來西亞『郭同學』一起跳的華爾滋」，沒想到這一舞，讓彼此互許終身。



陳亮達與余淑端兩人是青梅竹馬，愛情長跑超過半世紀。



歌唱是兩人共同的志業，陳亮達笑稱余淑端是他永遠的老師。



足跡遍布世界各地的陳亮達與余淑端，現在最常約會的地方是溫暖的家。圖為幸福的兩人，子孫滿堂。

做成鍊子送給余淑端。

陳亮達退伍後，兩人正式成婚，歌唱是兩個人的興趣，也成為兩人的志業，陳亮達往男高音發展，余淑端當了合唱團指導老師，「她是我永遠的老師。」婚姻生活已有50年，陳亮達一開口還是逗得余淑端笑呵呵。

因為演出的關係，兩人足跡遍布歐、美、日等世界各地，不過已升格祖父母的陳亮達與余淑端坦言，現在最常約會的地方是「家」，原因很簡單，因為家是世上最溫暖的地方。

陳亮達說，結婚這麼久，小爭執難免，像余淑端為他泡咖啡，他喝一口嫌苦，太太也會不高興，不過這種小口角都是「越吵越親」，一旁的余淑端笑著解說，這是陳亮達「撒嬌」的方式。

半世紀的婚姻如何歷久彌新？

從年輕時就有許多浪漫點子的陳亮達有一套妙喻：「結婚就像放風箏，拉近看很漂亮，就好好欣賞，要是覺得緊繃了，就稍稍放開一點距離，但兩人之間的那條線，還是牽繫著彼此。」

「我能想到最浪漫的事，就是和你一起慢慢變老……」金婚以後，多久的承諾才算久？請看朱樹功和楊美雲進行中的旅行故



植物園是當年兩人約會的地點之一。（王能佑攝）

事，且盼郭志龍和謝康的下一支舞，請聽陳亮達與余淑端合唱的愛的樂章，他們都以一輩子來信守最初「執子之手，與子偕老」的承諾，也為我們見證了什麼是「永浴愛河」、「百年好合」！



婚姻好像放風箏，不管拉近或放鬆，兩人間的那條線仍是牽繫著彼此。（王能佑攝）

天作之合

浪漫求婚 愛在臺北

文／許麗苓 攝影／顏涵正



「……手牽手跟我一起走，創造幸福的生活，昨天已來不及，明天就會可惜，今天嫁給我好嗎……」

蔡依林與陶喆合唱的〈今天你要嫁給我〉，幾乎已成婚禮的最佳主題曲之一，當樂曲響起，不只令每一對即將步入禮堂的佳偶幸福感倍增，也讓嚮往走入婚姻的男女充滿期待：「何時我也能成為婚禮的最佳男主角或女主角？」

其實，對許多感情已穩定的想婚男女來說，可能就只差臨門一腳——求婚，就能玉成好事，盟誓今生。在臺北有許多燈光美、氣氛佳的浪漫求婚餐廳，各以其特設的「求婚桌」安排，見證了無數對幸福男女的求婚過程。

還沒找到另一半或感情尚未穩定的朋友也別氣餒，由豆導鈕承澤導演的電影《愛》，在臺北市電影委員會的協助下，於市內多處景點取景，跟著臺北市政府觀



牽手共度一生、步向婚姻殿堂，是許多適婚男女心中的嚮往。

光傳播局推出的《臺北·愛·地圖》追尋電影中「愛」的經典場景，或可做為約會或告白地點的參考，幫感情加溫。

求婚餐廳 見證良緣

如果要問：「在哪裡求婚最容易成功？」可能「求婚餐廳」會是許多人的選項。在求婚餐廳除了深具浪漫的氣氛之外，還有餐廳人員「客製化」的求婚安排，玫瑰花、巧克力、精緻餐點、出其不意的求婚招數，加上求婚者滿滿的愛與誠意，天時、地利、人和的情況下，往往讓女方驚喜又感動地許下一生的承諾！

在臺北就有幾家經典的求婚餐廳，例如臺北君悅大飯店的寶艾西餐廳、西華飯店TOSCANA義大利餐廳、遠企38樓馬可波羅餐廳等，各以其獨特的「求婚桌」安排，上演了無數次的求婚記！

君悅寶艾西餐廳 求婚桌起源地的不敗傳說

坐落於臺北君悅大飯店2樓的寶艾西餐廳，自1990年開業以來，便以幽靜雅緻的用餐環境及精緻的西餐美食著稱。餐廳中央設有典雅的噴泉，噴泉之上是風格獨具的中庭天窗，收納了日星月影天然美景，讓圍著噴泉環狀排列



精心布置的「求婚桌」，一場浪漫動人的求婚記正要登場。

的座上嘉賓，置身其中就能感受大自然的荏苒變化，浪漫高雅的情調與氣氛，更令人彷彿徜徉在地中海歐風庭園的旖旎風光。

餐廳內名聞遐邇的「求婚桌」，正好位於噴泉旁、天井正中央，或許是流動的泉水滋潤了愛情的養



在餐廳打造的浪漫氛圍下，不少情侶感動地許下一生的承諾。（圖／西華飯店提供）



主廚巧手裝飾的甜點，隱藏著令女主角驚喜的戒指。（圖／君悅大飯店提供）



女主角感動到發顫的手指戴上了戒指，一段良緣就此誕生。



求婚餐廳團隊會依客人需求提供「客製化」的貼心服務。



典雅噴泉、歐風情調，寶艾西餐廳「求婚桌」創下近千對求婚成功的案例。（圖／君悅大飯店提供）

分，溫暖的天光促使愛情萌芽茁壯，這裡不只是求婚桌的起源地，更創下求婚百分百成功的紀錄！

飯店行銷公關總監李佳燕表示，寶艾西餐廳平均每個月會協助三至四對求婚案例，若在特殊節日如西洋情人節、七夕情人節或聖誕節等，更曾有單日協助四對的求婚數量，累積二十年來，已有近千對愛侶成功求婚，而且至今還未有失敗的例子。

她說：「提前與餐廳溝通，加上服務人員的用心與完美餐點、氣氛的搭配，都是求婚成功的關鍵因素。」餐廳團隊會依客人的需求提供「客製化」的貼心服務，舉凡包廂布置、客製餐點、將求婚戒藏在甜點裡、協助攝影等，都可以事先與團隊討論，以達到求婚必勝的任務。

曾經有一位女性網友在網路上分享她在寶艾西餐廳「被求婚」的幸福經驗，對於男友和餐廳的貼心安排感到相當驚喜與感動。她提到，在等著上甜點的空檔，男友藉故離開一會兒，回桌後顯得心神不寧，沒多久，門口突然進來兩列服務生，唱著情歌，其中一人拿著一大束99朵的紅色玫瑰花，上面還裝飾著六個會飄的心型汽球；還有一人端著點心

盤，一枚鑽戒就放在草莓甜點的頂端；另外還有一個人手持數位相機幫他們錄影。服務生將他們圍在圈內，繼續唱著情歌，男友在她面前下跪求婚，讓她感動到不行……。

不只是這位網友，流傳在寶艾西餐廳為人所稱羨的愛情故事不勝枚舉，例如：有一對外國情侶在交往時期就常在這裡約會、共度甜蜜韶光，後來男主角選在他們最鍾愛的這個約會地點求婚，讓女主角感動萬分，而每到他們的結婚紀念日，總會再回到寶艾西餐廳的求婚桌，重溫當時的幸福時光。

此外，建國百年的七夕當天，同時有四對情侶在寶艾西餐廳進行求婚的人生大事，每一對都圓滿達成。最特別的是，其中某位男主角與團隊溝通請求協助的過程中十分縝密細心，原來男女主角已經結婚七年，但因當年並未安排求婚儀式，讓老婆一直有所遺憾，所以先生特地選定百年七夕的這一天，非常慎重地再一次請求老婆嫁給他，當然鮮花、戒指、下跪這些浪漫的過程與細節一樣都沒少，讓這對夫妻在這裡度過最甜蜜、感動且難忘的一晚！



TOSCANA義大利餐廳情侶樹旁的求婚桌，成就了許多對佳偶。（圖／西華飯店提供）

西華TOSCANA義大利餐廳 情侶樹下盟訂姻緣

「妳願意嫁給我嗎？」聽到這句話，相信每位待嫁女兒的心中都會有一股難以言喻的感動。然而少了浪漫的氣氛襯托，往往也讓準新娘少了那麼一點勇氣與衝動而退卻。

這時像臺北西華飯店TOSCANA義大利餐廳這種擁有異國美食、浪漫氣氛和服務人員全力配合的餐廳，自然就成為熱門的求婚場地，尤其在餐廳花園區內、「情侶樹」旁的73桌求婚桌，就因為成就了不少對佳偶而傳為美談。

TOSCANA餐廳經理表示，印象中最深刻的是，一位求婚者看中了花園區的異國風情，想要為女友準備一個畢生難忘的求婚儀式。服務人員受準新郎的委託，事先將特地準備的999朵玫瑰藏起來，並且將一枚鑽戒藏在甜點盤上的玫瑰裝飾裡。女主角不疑有他地前來赴約用餐，兩人在充滿義大利風情的花園區共享了一頓豐盛的晚餐。

之後，服務人員捧著999朵玫瑰花束及主廚特製的求婚甜點盤（內藏求婚鑽戒），交予男方獻給女友，那一枚藏於甜點盤中的鑽戒後來被女友發現。現場浪漫

溫馨的氣氛及餐廳服務人員的用心參與，讓女主角泛著感動的淚光，在現場全體人員的掌聲與見證下，女主角收下了玫瑰、感動到發顫的手指戴上了戒指，一段良緣就此誕生。

後來餐廳收到了兩人共同署名的謝卡，告知他們已順利結婚，求婚桌也因此得名。

餐廳人員私下透露，花園區內靠近角落的73桌，桌旁有一棵「情侶樹」（因常有情侶相偕至此桌用餐而得名），花園區擁有潔淨的落地窗及透明天窗，晚上可看到明星皓月，加上現場浪漫的燈光，空間較為私密浪漫，求婚的成功率最高。餐廳估計，約自2004年開始，每個月大約會成就三對，亦即每年大約促成三十六對佳偶在此訂下終身大事。

除了上述兩家餐廳之外，其實在臺北還有很多景觀優美、氣氛浪漫的求婚餐廳，例如遠企38樓馬可波羅餐廳、臺北晶華酒店的Robin's餐廳……等，正在苦思該如何讓情人點頭的男士們，不妨好好考慮要在哪裡求婚，提早訂位，並與服務人員商討求婚大計，相信在天時、地利、人和之下，定能早日締結良緣！



在求婚餐廳的天時、地利、人和之下，打動無數芳心，締結良緣。

●臺北君悅大飯店

寶艾西餐廳（2樓）

地址：松壽路2號2樓

電話：2720-1200轉3198

●臺北西華飯店

TOSCANA義大利西餐廳

地址：民生東路3段111號

電話：2718-1188

臺北畫刊提醒你，開車不喝酒，喝酒不開車。

浪漫經典場景 為愛情加溫

如果還未找到另一半的朋友也別灰心，於情人節前夕上映的國片《愛》，演繹都會男女的愛情浮世繪，劇情和出現在劇中的許多經典場景，或許可提供獨身貴族參考，讓愛情早日降臨，或是增添約會及告白的情趣。



導演鈕承澤（左）執導的《愛》，演繹都會愛情浮世繪，帶領觀眾一覽臺北「愛」的經典場景。（圖／紅豆製作提供）

好像每個人都懂，又好像每個人都不懂……。

愛，這世上最簡單卻也最困難的事情。

由導演鈕承澤執導的最新國片《愛》，劇情講述在北京及臺北四對男女之間的愛情故事，演繹一幕幕絢麗多姿的都會愛情浮世繪。

本片卡司除了導演鈕承澤親身上陣主演之外，還有舒淇、趙薇、阮經天、趙又廷、彭于晏、郭采潔、陳意涵等，號召力十足！豆導鈕承澤說：「《愛》探討現代城市人際關係與社會現象，也透過愛情的開展，延伸親情、友情及更多面貌的愛。」

尋《愛》取景地 跟著劇中主角遊臺北

為了配合本片熱辣時尚的氣質，豆導於去年特別率領其他三位男主角舉辦「LOVE！四大男媒體見面會」，地點就選在臺北101大樓廣場前的火紅裝置藝術〈LOVE〉前面，象徵「愛到最高點」。

此外，本片在臺北市電影委員會的協助下，在市內多處景點

取景，例如：劇中阮經天飾演的快炒店小開與舒淇飾演的社交名媛，兩個不同世界的人共同出現在大安森林公園中；鈕承澤飾演的富商出沒在W Taipei Hotel內喧鬧的派對；鈕承澤與舒淇在仁愛路四段「印象畫廊」裡對話；想實現導演夢想的攝影師彭于晏在臺北藝術大學向郭采潔瘋狂示愛；郭采潔、陳意涵兩位女生常在Häagen Dazs天母店，互相傾訴彼此愛的煩惱；陳意涵與彭于晏在新生天橋（新生南路與和平東路口）討論不知所措的人生現況；趙又廷與其他企業家經常聚在STRIKE，聊生意、聊人生……等，都是臺北膾炙人口的浪漫場景。

其他經典場景還包括：少帥禪園（張學良故居）、松壽公園、立人國小路口、臺北河濱公園、遼寧街夜市、松山運動中心、華山1914文化創意產業園區，以及特別以老屋改造的快炒店等。這些場景不只形塑臺北的多元面貌，也透過電影語言，打造臺北充滿「愛」的城市形象，相信亦將帶動民眾一股到片中場景朝聖的尋「愛」熱潮！

無論是浪漫的求婚餐廳、大



《愛》四位男主角在臺北101大樓廣場前的火紅〈LOVE〉公共藝術前面為新戲造勢，相得益彰。（圖／聯合知識庫）

眾化的公園或天橋、特色文化景點、嘈雜的夜市或快炒店，甚至平凡的馬路路口，其實只要心中有愛，每對有情人都是最佳男女主角，都能找到屬於自己的經典「愛」的場景。希望在臺北這座多元城市的包容及見證下，天下有情人都能終成眷屬，牽手一生！



郭采潔（右）與陳意涵（左）所飾演的姊妹淘，經常相約Häagen Dazs天母店，互相傾訴心事。（圖／紅豆製作提供）

Taipei LOVE Map——臺北·愛·地圖 最浪漫的景點 等你來票選

為帶領民眾親身體驗電影中的浪漫情懷、更深刻瞭解臺北的城市魅力，臺北市政府觀光傳播局搭配電影《愛》，推出「Taipei LOVE Map——臺北·愛·地圖」，結合電影場景與劇照，以及臺北12處浪漫景點，邀請全國民眾跟著偶像明星來一趟浪漫「愛之旅」！

觀光傳播局結合電影場景、演員劇照與陽明山、北投公園、美麗華摩天輪、彩虹橋、信義

商圈、花博公園、西門町、國父紀念館、臺北101、自來水博物館、大安森林公園、貓空等12處景點，發行10萬份「臺北·愛·地圖」，即日起至臺北市與全臺各旅遊服務中心都可免費索取（數量有限，送完為止），也可上活動官網（taipeitravel.net/taipei/love/）下載列印地圖。

觀光傳播局並舉辦「臺北浪漫景點」票選活動，邀請民眾自即日起至2月29日止，上活動官網，從12個臺北景點中選出最浪漫的前5名，並說明理由或寫下在景點發生的浪漫故事，就有機會抽中日勝生加賀屋、水美溫泉會館住宿券……等大獎，歡迎民眾踴躍參與！



●「臺北·愛·地圖」摺頁

索取地點：臺北市與全臺各旅遊服務中心

●「臺北浪漫景點票選」活動

活動時間：即日起～2/29

活動官網：taipeitravel.net/taipei/love/

情投 意合

甜在嘴裡 愛入心扉



文／鍾文萍 攝影／楊智仁

採訪協助／提拉米蘇精緻蛋糕、上城糕餅小鋪、國賓飯店

在商業浪潮席捲下，西洋情人節所在的二月，已成了情人的專屬月份。在這個連空氣都飄散著甜蜜氣息的時節，鮮花是表白傳情的重要媒介，甜點則投射了人們對於愛情的浪漫想像和期待。

古老又經典的西洋甜點如提拉米蘇、馬卡龍、慕斯、泡芙、水果塔、手工巧克力……，從故事起源、食材、造型美感、製作技巧到口感、氣味，無不香醇濃郁而充滿精工創意。有人用它來療



瀾漫甜蜜氣息的2月，讓細緻的甜點見證戀情的現在進行式。



巧克力的微苦、草莓的酸甜、鮮奶油的濃郁，交織出戀愛的豐富百味。



提拉米蘇在義大利文有「帶我走」之意，隱含著妻子對即將出征丈夫的思念與不捨。

癒失戀傷口，更多人用來催化情感濃度、見證戀情現在進行式；它不是主食、可有可無，然而巧克力隱含的微苦、咖啡的香濃、水果的酸、糖蜜的甜，卻交織出錯綜複雜、觸動人心的豐富百味。

無論你正處於初戀、熱戀，還是單戀，都不妨享用一塊甜點，感受視覺與味覺的幸福盛宴！

♥法式甜點的愛情故事

喜歡提拉米蘇（tiramisu）的人，可能對於那個關於戰爭、離別、思念的悲傷傳說十分熟悉了。

據傳二次大戰時，一名義大利士兵被徵調上前線打仗，妻子特別將家裡常用的食材做成點心讓丈夫帶著，好讓他在戰場上能時時想起遠方的家鄉，這就是提拉米蘇的由來。提拉米蘇在義大利文有「帶我走」之意，妻子盼望

先生帶走的不只是美味，還有她滿滿的愛和離別的淚水。

提拉米蘇和奶昔、果凍一樣，屬於「冷藏類甜點」，也就是不必經過烘焙。最重要的食材包括蘭姆酒、義式濃縮咖啡、柔軟香滑的馬斯卡朋起司，將之混合，最後鋪在手指餅乾上冷卻凝固。乾鬆的餅乾吸收浸潤了起司濃郁的乳脂、蘭姆酒的香，以及濃縮咖啡、可可粉的苦甜，整體口感比蛋糕濕軟香甜，比布丁扎實，



各家甜品店皆有其特製研發的提拉米蘇。



馬卡龍鮮豔、可愛的外型，如同女生唇蜜盤般璀璨繽紛。



起源於19世紀的修女泡芙，將小泡芙疊在大泡芙上，形狀如修女道袍而得名。

入口即化，非常迷人。

由於相當受歡迎，臺北市幾乎每家麵包店都有特製研發的獨家提拉米蘇，有些以英國消化餅乾代替義大利手指餅乾，提升甜味吸引年輕族群；有的將新鮮芒果打成果泥取代可可粉，是臺灣才吃得到的「芒果提拉米蘇」；有些則以咖啡酒、馬沙拉酒或更稀少的杏仁酒取代蘭姆酒，帶出提拉米蘇更成熟醇厚的風味，叫人回味無盡。

相較於提拉米蘇的大眾化，這幾年崛起的馬卡龍（macaron）屬於「烘烤類甜點」，都會時尚風更為強烈。

很多人以為它是法國血統，其實它是西元8世紀起源於義大利的甜點。16世紀中葉，佛羅倫斯的貴族凱薩琳·梅迪奇遠嫁法國國王亨利二世，婚後非常思鄉，宮廷裡的糕點師傅便仿照義大利傳統製法，做出馬卡龍來博取她的歡心，這種滋味甜潤、色澤如同春色般繽紛鮮豔的甜點，當時十分受到皇后與貴族們的喜愛，由於造型精巧可愛，從此在法國發揚光大，成為法國精品甜點的經典代表作。

據說在法國不會做馬卡龍就不能稱為甜點大師，足見法國人對它有多重視。

國賓飯店甜點創意總監簡純榮表示，馬卡龍的兩片外殼原料簡單，就是杏仁粉、純糖、蛋白等，正統做法是採傳統法式蛋白霜來製作，使得兩片外殼薄而脆，餅身下緣則因烘烤而出現美妙的蕾絲裙邊，內餡則大玩混搭風，每種顏色都代表不同口味：紫色是紫羅蘭與黑醋栗，淺綠色是佛手柑與初榨橄欖油的陽光風味，金黃色是芒果與百香果及香菜的夏日果香，漂亮的粉紅色澤是覆盆子與玫瑰……香氣馥郁，一入口感覺甜膩，隨後清新果香味漸漸擴散開來，真令人驚豔；整體排列起來，簡直像女生的唇蜜盤般璀璨繽紛。



泡芙的形狀緊密相連，有如情人相互依偎的甜蜜畫面。

馬卡龍在各店家都是量少價昂，常有情侶買一小盒帶回家，你一口我一口珍惜地分著吃，頗有「一人吃一半，感情不會散」的幸福寓意！

♥傳統甜點玩創意

「烘烤類甜點」品項琳琅滿目，包括蛋糕、塔、派、泡芙都是，是最普遍的甜點種類，雖然常見，卻也能激盪出情人節源源不絕的創意來。

例如泡芙，在法國國王路易十六與奧地利公主瑪麗·安東尼特的婚宴上，泡芙是這場跨國聯姻宴會的壓軸甜點，代表兩國長期的爭戰畫下休止符，從此泡芙在法國便成為喜慶、祝賀、幸福的象徵。19世紀出現一種修女泡芙，將圓形小泡芙疊在另一個大泡芙上，中間夾著卡士達奶油餡，因外型有如修女道袍而得名。

但看生在性浪漫的法國人眼裡，兩個泡芙緊緊相連，卻有如情人相互依偎的甜蜜畫面，因此常被新婚夫婦用來當作蜜月點心或新婚禮物，稱為「情人泡芙」。簡純榮笑說，為了讓情侶各品所愛，情人泡芙經常得作成

不同口味，一個甜一點，適合女生，另一個酸點、苦點或帶點酒味，適合男生，真是用心良苦。

「不時不食」在甜點運用上也是通則。春天盛產草莓，在情人節前後，常以草莓塔、草莓蛋糕、草莓派、草莓鮮奶酪等多樣面貌出現，搭配濃香冰涼的草莓奶霜，芬芳酸甜風味出眾。喜歡硬脆口感的，則有象徵相思的紅豆派、代表美麗邂逅的櫻桃派等可以選擇。

不同的甜點就像花語一樣，背後有著不同的情感意涵，品味甜點的同時，也讓情人之間充滿揣想的浪漫情懷。

♥漫遊巧克力濃情天堂

過情人節少不了的還有巧克力。巧克力吃法百百種，最早吃巧克力的中美洲阿茲提克貴族用來煮成冷熱飲，視之為天神的飲料。瑞士人將巧克力加入鮮奶做成香軟黏滑的火鍋沾麵包吃，義大利人把Espresso和巧克力搭配著喝，倍覺滋味濃烈。而號稱「最會製作巧克力」的西班牙人不但加入牛奶、蛋，還有胡椒、香料，製成各式各樣的飲品點心，貴族們莫不以「酗」巧克力為優雅品味的象徵。

巧克力以手工製作為上品，比食材也比創意。其中以各種不同比例的生巧克力為頂級風味，口感如絲綢般柔滑濃郁，搭配黑咖啡，令人傾倒。有些則搭配柳橙、香蕉、綠茶、酒漬櫻桃等多種食材，做出顏色、造型、風味各異的手工巧克力；它也是飲料、甜點、冰品，還能做成火鍋或西餐主菜的醬汁，甜中帶著微微酸苦，從舌尖一路甜進心底，不可思議的黑色魔力，凡人無法擋。

品嚐各式各樣的甜點，猶如身心五感全面的體驗和享受。在春寒料峭的季節，一起和情人加入這場浪漫百分百的味蕾旅行吧！



春天草莓盛產，各式以草莓製作的甜點征服你的味蕾。



來杯鋪滿鮮奶油的巧克力口味冰沙，品味甜甜的幸福感。



香濃口感的巧克力布朗尼，是下午茶常見的茶點。



巧克力甜中帶著微微酸苦，不可思議的黑色魔力，凡人無法擋。



生巧克力的口感如絲綢般柔滑濃郁，讓人為之傾倒。



告別年節症候群 找回開春好元氣

文／鍾文萍 攝影／楊智仁

樂山健身逍遙遊

再長的假期也有結束的時候。當各自重回崗位之際，要面對的不只是積累了一個多星期的工作，還得趕緊收拾過年期間因為縱情吃喝玩樂而可能出現身體機能失常、精神疲倦的「年節症候群」——這可不是聽來遙不可及的醫學名詞，而是許多民眾真實的生活困擾。

根據內政部一項調查資料顯示，過年期間無論玩牌、上網或是圍聚聊天吃喝，經常熬夜或是一坐數小時不曾起身活動，導致

肩頸四肢肌肉緊繃痠疼，也將生理規律打亂，一旦開工上班，腰痠背痛、腸胃不適、疲勞倦怠等後遺症便顯現出來了。

如何在短時間內恢復活力，在龍年成為名符其實的「工作一條龍」，讓新的一年更有勁？中國醫藥學院創辦人陳立夫的名言：「養身在動，飲食有節」可作為極佳準則，不妨在年假結束後，來一趟健身樂活的小旅行。

2、3月正值陽明山花季，先到小油坑、七星山步道健行，通

往山頂一長串陡峭的石階，包準把躲在厚重冬衣裡的瞌睡蟲通通趕走；下山順道到陽明公園欣賞初綻的美麗山櫻和杜鵑。中午到竹子湖大啖在地生產的野菜、香菇、土雞等山產料理清清腸胃、補充精氣神。下午前往臺北小巨蛋冰上樂園滑冰，到松山機場觀景台欣賞飛機起降的奇景；傍晚再去寶藏巖國際藝術村、龍山寺或關渡宮看花燈，讓熱鬧的燈節盛會為春節劃上完美句點，為來年預約源源不絕的超元氣！



初春走訪臺北市七星山步道，可健身，還可欣賞山徑間的蕭瑟之美。

健身樂活之旅 七星山步道攻頂健行→陽明公園賞花趣→野菜餐廳品味自然料理→小巨蛋冰上樂園滑冰
→松山機場看飛機起降、享咖啡輕食→寶力龍亮睛睛、古廟賞燈樂

08:00~11:00

登七星而小臺北 享受超視野

七星山主峰海拔1,120公尺，為大屯火山群中最高的山頭，也是臺北市第一高峰。登玉山難度太高？沒關係，攻頂七星山一樣很有成就感。

登山路線有三條，以七星山為中心點，三個登山口分別位於苗圃、冷水坑、小油坑，三地海拔高度分別是550、750、805公尺左右，以此推斷，小油坑與七星山主峰海拔落差最小、路程最短，苗圃線則是距離最遠的一條，坡度都是漸陡而上，景觀各具特色。由於年節期間玩樂體力消耗較多，建議先從較簡單的小油坑路線開始，以免健身不成反造成肌肉疲勞。

第一高峰視野之好毋庸置疑，

不過初春寒意濃重，步道常掩蔽在濛濛雨霧裡，北風狂嘯更增添了漫步山徑的蕭瑟感，這個時節登七星山，其實就像攀爬玉山、南湖大山等高山一樣，也相當需

要抗風耐寒的裝備與堅強的意志力來支撐。衣褲鞋襪務必厚實保暖，最好戴上帽子防風，並隨身攜帶雨具以防山區下雨；另因山區氣候多變，應多加留意。



美麗而神祕的牛奶湖，是冷水坑遊憩區的知名景點。



陽明公園的櫻花相繼綻放爭豔，一起上山賞花、拜訪春天吧！

山頂處由於受到長期硫磺熱氣影響，除了些許枯乾芒草，四周無所遮蔽，景色遼闊無礙。狂風中，找著山頂珍貴的一等三角點，拍一張微笑驕傲的紀念照，絕對是激勵新年鬥志最有效、最不花錢的方法。

►小油坑遊客中心

地址：竹子湖路69號

電話：2861-7024

開放時間：09:00～16:30（每月最後一個週一公休）

交通：搭乘公車小18、108遊園公車或1717皇家客運至小油坑站下車。

11:30~12:30

陽明公園 初春賞花趣

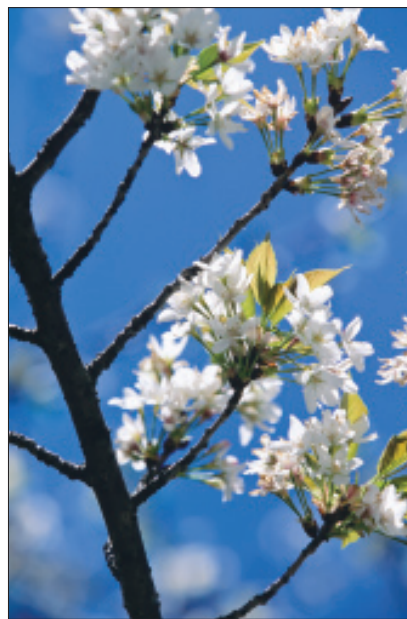
結廬在人境，臺北市民大多把對於田園山林的夢想，寄託在「臺北後花園」的陽明山。陽明山是臺北市面積最廣、植物種類最多的自然綠地花園，春天上山

賞花，是臺北市民每年必要共襄盛舉的季節盛事。

先是山櫻，然後吉野櫻、杜鵑花接力登場，交織出山頭最美的春色，在最大賞花據點陽明公園裡，櫻花、杜鵑花海數大壯觀。遊客特別喜歡到櫻花樹下漫步、小坐野餐，體驗日本櫻花宴的浪漫滋味。

這裡的杜鵑花則堪稱全臺最集中、最冶豔，原因在於陽明山屬偏酸性土壤，加上東北季風帶來的低溫，有利於杜鵑生長。園區大多是園藝種的平戶杜鵑與西洋杜鵑，其次是皋月杜鵑，久留米杜鵑則次之，原生杜鵑則可以找到西施杜鵑、烏來杜鵑、金毛杜鵑和守城滿山紅等各式杜鵑。花色鮮豔，有橙紅、紫紅、金黃，甚至一花多色，形狀有漏斗形、喇叭形、鐘形……有大如拳頭者，也有不到直徑一公分的迷你可愛小花，千姿百態很是迷人。

陽明公園名氣響亮，遊客也



白色吉野櫻在藍天映照之下，顯得格外素雅。



青翠爽口的小魚乾炒山蘇，是值得一嘗的野菜料理。



山藥土雞湯鮮味美，別有滋補功效。



以自種蔬菜聞名的野菜餐廳，可品嚐到最自然的風味。

多，人聲雜沓，不妨帶些點心、飲料，走得遠些，找一處山坳或安全的角落，就著搖曳花海、山風與蟲聲唧唧野餐，迎風賞花，再愜意不過了。

►陽明公園

地址：湖山路2段26號

電話：2861-6533

12:50~14:00

野菜餐廳 品味時令自然料理

春天的山菜最鮮美，更被視為

養生聖品。竹子湖有好些以供應自種蔬菜聞名的餐廳，菜園大多就位於餐廳附近，當天採收的蔬菜還留著晨露，山蘇、小白菜、枸杞葉、菊苣、山萵蒿等，最多可達數十種，現採現煮超新鮮。

山藥在最近這幾年尤其流行，分為原生種、紅皮白肉、白皮白肉、懷山藥等，生吃、煮湯、炒食都不錯。將雞肉切塊放入鍋中蒸約30分鐘，再放進山藥塊蒸煮，就是山上幾乎每家餐廳都熱賣的「山藥土雞」；有的則加入人參、紅棗、枸杞，湯鮮味美，

更添滋補功效。再來一籠陽明山特產的小饅頭墊肚子，相當適合年節後需要清爽一下的腸胃。

►冠宸食館

地址：竹子湖路67號

電話：2861-9736

玉瀧谷

地址：竹子湖路8-16號

電話：2861-5430



到小巨蛋冰上樂園滑冰，可體驗在白色世界暢快滑行的樂趣。



去年底開放的松山機場觀景台，180度的賞景視野讓人近距離欣賞飛機起降。

15:20~17:20

亞熱帶冰宮滑冰樂 飆汗甩油超痛快

臺北市沒法滑雪，卻有個滑冰好去處，臺北小巨蛋冰上樂園為臺北市目前唯一的專業滑冰運動場館，是體驗在冷冽冰雪世界滑行、飆汗滋味的熱門運動場地。冰場長61公尺、寬30公尺，最多可容納400人同時滑冰，擁有冬季奧運級標準的冰面品質，為這個亞熱帶城市帶來前所未有的運動體驗和瘦身方式。

滑冰不難入門，初學者只要

接受基本訓練、遵守規定、正確使用裝備，便可享受安全愉快的冰上時光。這種運動看似輕鬆優雅，其實就像「鴨子滑水」，十分耗費體力。根據麻省理工大學的研究報告顯示，滑冰比慢跑、單車、游泳，更能提升人體吸收氧氣的效能，並可增加肌肉及各部位器官機能的協調，外觀上，可使肌肉更加結實、纖瘦、有彈性。

過年期間因暴飲暴食導致體重破表的人，快快套上滑冰鞋，在雪白冰面上盡情溜、滑、飆、飛，痛快甩掉一身惱人的肥油吧！

►臺北小巨蛋冰上樂園

地址：南京東路4段2號

電話：2578-3536

開放時間：週一至週五 10:00～21:00，週末假日及寒暑假 09:00～21:00

注意事項：須穿著襪子並自備手套與禦寒衣物，冰場可租借冰鞋與護具。

17:50~18:30

來去松山機場觀景台 飛機就在你身邊

2011年底臺北剛出爐的新景點，就在你我都熟悉的松山機場；轉型首都商務機場後，整座機場從裡到外煥然一新，很多人不出國也專程跑來，為的是一睹新開放的航廈屋頂觀景台，近距離感受飛機凌空起降的震撼奇景。

啟用已60年的松山機場在40年前就有觀景台，當年叫做看台，大人、小孩須買票才能進入，緊貼著鐵絲網看飛機；後來因航班減少，看台只維持8年就封起來，看飛機得到濱江街機場跑道盡頭，較為危險且得忍受巨大噪音。

現在不同了，不必花錢就可以輕鬆搭乘電梯直達第一、二航廈間的三樓樓頂觀景台，在整潔安全的環境中，居高臨下觀賞停在停機坪上的龐大客機與飛機起降的英姿，或者在電梯廳展示牆細品各家國內外航空公司以1:100比例的展示機模型，對大小飛機迷來說，真是個超迷人的景點。

或許是180度的賞景視野太舒服，也可能是西班牙國際知名設計師Alexander Lotersztain設計的藝術雕塑椅太好坐，天氣好的時候，常有些重度飛機迷，會從早上九點一開放就在這裡坐到熄燈為止。還好觀景台旁有附設的輕食咖啡餐廳，一杯熱咖啡加上三明治、蛋糕，就能消磨一下午，傍晚天色將暗之際，雕塑椅會自動發光，更是一種不同於白晝的夜間觀景新奇體驗。



展示牆上的國內外航空公司展示機模型，吸引著飛機迷駐足拍照。



關渡宮的電動花燈展將古廟妝點得熱鬧非凡。

►松山機場觀景台

位置：松山機場第1及第2航廈間的3樓戶外

電話：8770-3430、8770-3460

開放時間：09:00~21:00

禁止事項：放天燈、風箏、煙火、氣球、玩遙控飛機等

19:00~20:00

創意燈節亮睛睛 傳統花燈好彩頭

今年適逢12生肖最受重視的龍年，「2012寶藏巖龍年燈節——寶力龍亮睛睛」創意燈節也以龍為主題，並結合臺北國際藝術村、寶藏巖國際藝術村的藝術創意，花燈燈焰從村內一路延伸到周邊街區，遠遠望去就像一條睜亮眼睛的巨龍，壯麗非凡！

如果想體驗張燈結綵的傳統氛圍，龍山寺或關渡宮都是不錯的選擇。龍山寺的平安總燈從大年除夕便點燃直到農曆二月十九日，據說只要鑽過主燈燈下，便可求得一年平安順利。已有三百多年歷史的關渡宮則是從二十多年前就開始舉辦電動花燈展，除了生肖主燈，還會結合時下流行的卡通故事造型，展出現代科技花燈，例如海底世界、恐龍世界



鑽過艋舺龍山寺的平安主燈，祈求新的一年平安順利。

等。沿著主殿、古佛洞、財神爺洞一路逛，形形色色的花燈把古廟妝點得像個時尚花燈主題遊樂園，大人拜拜，小孩看燈，一舉兩得。

►寶力龍亮睛睛

時間：即日起~3/31

地點：臺北國際藝術村、寶藏巖國際藝術村

電話：3393-7377（臺北國際藝術村）、2364-5313（寶藏巖國際藝術村）

►關渡宮電動花燈展

時間：即日起~3/4

地址：知行路360號

電話：2858-1281

►龍山寺花燈

時間：即日起~3/11

地址：廣州街211號

電話：2302-5162

隨著街頭花燈燃起，新春假期也正式結束，眼前如捲軸般開展的，是簇新而充滿勵志新氣象的一年。你的新年新希望是什麼呢？就從這趟充滿元氣的旅程開始，往新的目標奮力奔去吧！



春天貓空的粉色杏花美不勝收，令人心曠神怡。（圖／聯合知識庫）

暢遊百變貓空的 四季風情



迎風搖曳的大片金黃魯冰花，常令遊客驚呼連連。（圖／聯合知識庫）

文／王瀚陞 攝影／許斌

飄散茶香的貓空一直是臺北市的品茗重鎮，但位於臺北盆地東南緣的茶鄉，迷人之處可不僅於此，不僅春茶鼎鼎有名，夏季的綠竹筍更是令人垂涎再三，秋高氣爽之際則有適合親子共遊的多條步道，冬季還可品嚐熱呼呼的創意茶料理，讓貓空一年四季充滿了多樣風情，值得旅人們細細探索。

春賞 花現貓空品春茶

春天的貓空，接連換上櫻花、杏花的粉紅及魯冰花的鵝黃春裝，此時何不走進百花爭妍、茶香四溢的貓空，與春天來場約會？

約莫2、3月，貓空開始遍布粉

嫩緋紅的山櫻、吉野櫻，還有在農曆春節之際接棒報春的杏花，2,000餘株紅、白、粉紅色的杏花至3月中旬前爭相吐豔，美不勝收！想一次飽覽大面積的美麗花林，可至老泉里「杏花林休閒農場」，搭配主人私釀的茶蜜，舉杯邀花不僅是視覺上的享受，味蕾也充滿春天的香氣。

賞花之外，春天更是品嚐貓空鐵觀音茶的最佳季節。傳承貓空鐵觀音茶始祖張迺妙的「六季香」茶坊主人張信鐘表示，貓空一帶日照時間長，海風不易進入，所以霧氣特別重，相當適合鐵觀音茶樹生長，茶葉經反覆烘焙，韻味久留喉間，香氣帶有一

股桂花香。而張信鐘長期以來投入專業茶園管理，培養出鳥語花香的製茶環境，有時甚至連青蛙、老鷹等動物都會聞香而至。

民眾在春天時不但可至貓空的茶園一嘗春茶的回甘香醇，3月中旬左右更可漫步至樟樹步道，欣賞盛開的魯冰花。魯冰花在此地可是茶園的天然綠肥，迎風飄逸的金黃色花朵在陽光下閃閃發光，總讓遊客驚呼連連。

夏遊 親水嘗筍透心涼

進入初夏的4、5月，貓空的「樟湖步道」被暱稱為臺北的桐花祕徑，白靄靄的桐花宛若五月雪般隨風灑落在遊客的髮肩，浪



有臺北桐花祕境之稱的樟湖步道，花季時節到訪，別有一番浪漫風情。



拜氣候、環境及辛勤的茶農所賜，四季遊貓空都喝得到滋味芬芳的茶品。

漫非凡；5月初螢火蟲季節來臨時，來往的遊客行經步道還有機會見到流螢點點，有如置身銀河之中。

溽暑烈日當頭之際，也是一探「壺穴」景觀，享受親水的好季節。茶展中心步道接近溪谷的貓空山谷區，河床被急流侵蝕成凹凸不平的橢圓型洞穴，產生如貓爪般的印記，如此奇特的壺穴景觀得經過數萬年才可形成，周圍集水區則擁有豐富的植物生態，民眾可來此清涼一「夏」。

賞桐花、親水之餘，貓空夏季的綠竹筍還可讓遊客一飽口福。當地的砂質土壤搭配高溫多濕的氣候，所產的綠竹筍色澤光亮，口感鮮美。每年5、6月間由木柵區農會和文山區公所舉辦的「綠竹筍節」，已是當地的一大盛



如貓爪印記般的「壺穴」，是貓空夏季的親水勝地。



貓空著名的綠竹筍口感鮮美，令人吮指再三。（圖／聯合知識庫）



樟山寺是貓空地區信仰中心之一。

事。每年筍農都會挑選品質最好的綠竹筍作為品嘗大會的主角，貓空各茶坊也會推出當令綠竹筍風味餐共襄盛舉。

待夏日貓空夜晚來臨，微風輕徐之際，當地信仰中心之一的「樟山寺」則提供眺望臺北盆地夜景的最佳視野。寺廟立地佳視野廣，天氣好的時候，舉凡臺北



在貓空的指標性建築指南宮，可俯瞰大臺北景致。（王能佑攝）



優人神鼓天人合一的表演，常令觀眾為之震撼。

101大樓、觀音山、淡水河等美景都可一覽無遺。

秋訪 登高步道訪優人

擺脫了夏天的燥熱，貓空一帶為數眾多的步道，正適合秋高氣爽之際登高共遊。

其中超過百年歷史的「指南宮」是貓空的指標性建築，一路上可以絕佳視角俯瞰大臺北，900多公尺長的石階步道可欣賞日治時代古意盎然的石牌坊、石燈座和石椅等，讓健行者彷彿穿越時空，見證一頁頁臺北城的歷史。

除了前述的樟湖步道，「樟樹步道」、「茶路古道」等亦值得前往。樟樹步道坡度平緩無階梯，適合親子同遊，沿路可探訪早期炭窯與土角厝文化，欣賞昔時農村景觀；若想緬懷先民茶農篳路藍縷的艱辛，也可選擇過去貓空茶農挑運茶葉的茶路古道，其入口位於三玄宮附近，故又稱三玄宮步道；沿途青山竹林相伴，可欣賞先民種植的老茶樹，聆聽茶農用無數個光陰醞釀出的採茶故事。

秋日步道健走之餘，也可行至知名劇團「優人神鼓」位於老泉里的山上劇場，該劇場為臺灣第



秋高氣爽時節，十分適合親子同遊樟樹步道。

一個自然環境劇場，民眾可以預約方式參觀他們在山上練習的場地，感受優人們在自然懷抱中天人合一的力量。

冬養 悅目補身一氣呵成

貓空百年來製茶環境興盛，當地人亦極欲保留此地豐富的茶文化，許多與茶有關的博物館應運而生，冬天上山品茶之餘，不妨走一趟當地的博物館，享受一場茶文化洗禮！

「張迺妙茶師紀念館」介紹貓空鐵觀音茶鼻祖張迺妙的生平及理念，目前由其後代張位宜負責營運，由於他曾赴大陸宜興等地學習茶葉製作與沖泡過程，現

場亦展示多把來自當地的珍貴茶壺，供喜愛的玩家交流鑑賞。

距離張迺妙茶師紀念館不遠的「三墩石茶壺博物館」，則珍藏約兩百多把歷年收藏的紫砂文物，作品涵蓋明、清及近代民初的精品。執行長李彩鳳表示，館長張坤鴻堅信上等的紫砂壺能將茶湯本身完美表現，因此將三墩石由原本的茶坊轉型成立茶壺博物館，盼能藉此提升國人對茶壺的鑑賞能力。該館每年亦推出一系列的生態導覽解說，遊客只要滿10人以上即可成行。

接受豐富的茶文化知識洗禮後，可就近到貓空各茶坊品嘗冬茶的滋味，同時當然也不能少了



張迺妙茶師紀念館展示多把珍貴茶壺，供喜愛的玩家欣賞。（王能佑攝）



寒冬至貓空品茶吃火鍋，可滋補身心。（圖／臺北市商業處提供）



冬季在貓空茶坊與親人一同品茗，暖意無限蔓延。

熱騰騰的養生料理，讓旅人在寒冬中滋補身心！

位在杏花林休閒農場旁的「自在田」茶坊，為百年石砌古厝改建而成，其藥膳養生餐如「養生山藥雞」由當歸、黃耆、天麻等中藥材製成，有助活血祛寒；「正大休閒茶園」則讓民眾在大啖招牌養生雞湯的同時，一覽冬天的臺北夜景；一旁的「Café巷」，由店長張銘松一手包辦客家花布點綴而成的室內裝潢，熱呼呼的鬆餅及桂圓紅棗茶，吸引不少年輕族群專程前去用餐談天，提供貓空另一種風味的英式下午茶；相關店家資訊可至臺北市商業處「貓空主題網」點選「店家介紹」查詢。

值得一提的是，商業處自即日起至4月30日，聯合貓空店家首次推出「貓空火鍋迎新客」專案，民眾可至北市十二處旅遊服務中心或商業處免費索取「貓空慢慢遊手冊」，索完為止，「貓空主題網」首頁亦可下載，內有火鍋優惠券及當地特色資訊，歡迎踴躍索取。

纜車預約上路 輕鬆規劃貓空行

貓空的四季，宛若貓的多變個

性，每個時節都有不同的驚喜。想搭乘貓空纜車上山的民眾有更方便的乘車方式了！臺北捷運公司即日起試辦半年24小時貓纜網路預約，民眾只要透過網站（gondola.trtc.com.tw/booking）線上預約系統，帶著自行列印的「貓纜預約報到單」再以悠遊卡或購票搭纜車，就可省去排隊時間輕鬆遊貓空。

你準備好上貓空了嗎？貓空四季披著不同的外衣，季季等著你前來領略不同的體驗！



貓空纜車線上預約服務讓遊客可更輕鬆遊貓空。

►相關資訊

●杏花林休閒農場

地址：老泉街45巷30號

電話：2939-4866

●優人神鼓

地址：木新路2段156-1號

電話：2938-8188

●張迺妙茶師紀念館

地址：指南路3段34巷53-2號

電話：2938-2579

●三墩石茶壺博物館

地址：指南路3段34巷36號

電話：2938-3797

●貓纜線上預約系統

gondola.trtc.com.tw/booking

●臺北市12處旅遊服務中心

www.taipeitravel.net，點選「臺北全攻略」→「旅客諮詢」

●臺北市政府「貓空主題網」

www.zonego.taipei.gov.tw/MP_10501d.html

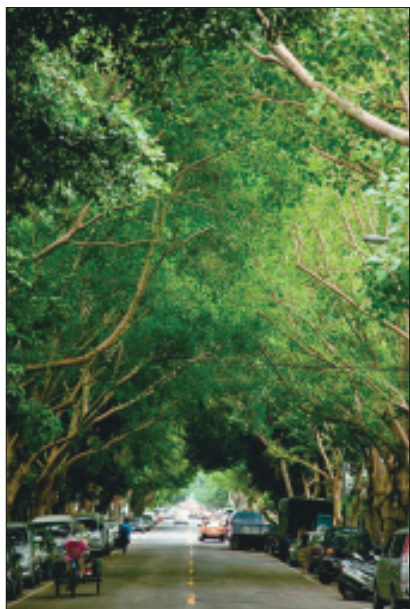
編按：

臺北市政府觀光傳播局為了讓民眾從不同角度發現臺北的美，去年下半年陸續舉辦5場不同主題的旅遊系列講座，邀請旅遊作家褚士瑩、作家王文華、臺灣史學家莊永明、自然人文作家劉克襄，以及旅遊達人工頭堅，一同闡述其眼中的臺北風情。本篇為記錄該講座的最終回，帶領讀者領略臺北的多元風貌，體會在臺北「一遊未盡」的深刻感動！



王文華小檔案：

知名小說、散文作家，美國加州史丹福大學企業管理研究所工商管理碩士，「王文華的夢想學校」創辦人。描寫臺灣留美學生的愛情小說《舊金山下雨了》為初試啼聲之作，之後於中國時報人間副刊連載《蛋白質女孩》並出版成書，善於描寫臺北都會男女及連續押韻的文體而備受矚目。之後的代表作有《吃玻璃的男孩》、《61×57》、《倒數第二個女朋友》等小說，以及《寶貝，只剩下我和你》、《史丹福的銀色子彈》、《快樂的50種方法》、《Life2.0——我的樂活人生》等。



漫步於綠蔭密布的富錦街，是一大享受。

王文華帶路 探索臺北好玩

文／林虹伶 攝影／顏涵正

TOP5

2000年，一本生動描寫臺北都會男女的《蛋白質女孩》，其獨特的押韻寫作及令人莞爾的譬喻手法，深深撼動每一個男男女女的心房：「在閱讀過程中不時會發出會心一笑，有時也會產生被人看穿一樣的心虛」、「可讓涉世未深的青少年及早頓悟、進入中年的人心有同感、超脫出世的老年人細細回味……」

讓大家對這本書如此津津樂道的作者——王文華，多年來持續出版多本膾炙人口的書籍，也主持電視、廣播節目，多才多藝的他其實也跟一般人一樣，在臺北求學、在臺北戀愛、在臺北散步……。究竟他列出的「臺北好玩TOP5」是什麼？就讓作家王文華來帶路！

TOP1

走路吧！小巷裡的行旅

「在臺北市走路總有意外的驚喜！」王文華對「在臺北市走路」這件事下了十分興奮的註解。

常常出國旅行的他，自嘲不管在舊金山、波士頓、紐約，還是巴黎，都很喜歡走些「旁門左



在臺北市散步常有意想不到的驚喜，圖為仁愛路。



「青田七六」為前臺灣大學教授馬廷英的故居，可在此用餐、欣賞日式建築並感受昔日時光。

道」，隨時迎接只有在小巷弄裡才能感受的動人風景。而在臺北，漫步在富錦街、仁愛路和青田街，就是他的一大享受。「富錦街的特色就是樹很多、走道很寬，常常看到很多新人在這裡拍婚紗。」說起富錦街，他也不忘提到電影《第36個故事》亦在此地取景，「這是一部很棒的國片。」他稱讚道。

至於仁愛路，與富錦街的隱密感不太相同，是條十分寬廣的大道，在《蛋白質女孩》一書中，張寶說：「我喜歡散步，彼此距離有一步遠，反而容易觸電。我喜歡和她走在仁愛路，從總統府走到市政府。」王文華本身則喜歡從仁愛路富邦大樓漫步到國父紀念館，「因為那裡結合了科技和自然的都會感，是很浪漫的地方。」

有不少日式建築坐落的青田街，寧靜的氛圍也讓王文華讚賞不已：「每當從圍牆外往建築看的時候，彷彿進入另一個時代。」他特別提到前臺灣大學教授馬廷英的故居，自去年被規劃為「青田七六」後，可以在內用餐並欣賞日式建築之美，是個能深入感受昔日時光的所在。



陽明山綻放的櫻花訴說著謙遜及平和的人生態度。（王能佑攝）

TOP2

放大感官 趣遊後花園

走過全世界那麼多城市，王文華覺得臺北有一項得天獨厚的資源，就是「山離城市非常近」，以臺北的後花園——陽明山來說，就是一個適合放大感官看樹、看花、看蟲、看夜景……無所不「看」的地方。

每年2至3月在陽明山綻放的櫻花，讓他除了賞花的美麗也賞花的姿態：「櫻花在教人生的道



在陽明山可觀察各式昆蟲，圖為黑擬蛱蝶。（楊智仁攝）

理，它的特色就是向下開花，有人的美是向上盛開的，有人的美是向下展現的，代表一種謙遜及平和的人生態度。」

除了賞花，王文華在陽明山上也看雲。「我在美國黃石公園體會過『風吹草低見牛羊』的境界，但在陽明山，透過樹往上看雲的感覺又不相同了，是一種雲加霧的迷濛之感。」他特別推薦陽明山的中正山登山口，每年11月以後常常雲霧繚繞，大有一種超脫俗世的詩意。

若說自然景觀是陽明山得天獨厚之處，那麼點綴在其中的「人」就是另類的風景。王文華認為，山上的人與平地的人之間的互動是不相同的，他常在陽明山上看到形形色色的人，有帶著手風琴在海芋田獻藝的年輕人，也有老人家販售著賣相不佳但口味卻異常好吃的橘子。「陽明山的橘子非常好吃，吃下去像流汗一樣會爆汁，到了冬天還可以品嚐味道香甜的大地瓜。」提到食物，王文華還推薦大家不妨在夏天抱著西瓜到陽明山享用，別有一番風味。

TOP3

美食之都 創意無限

臺北擁有豐富多元的美食，種類之多，口感之豐盛，常在國際間造成話題。從小在臺北市土生土長的王文華，則看見臺北飲食產業的創新面貌。

「四四南村的『好,丘』是臺北市一處很特別的風景。」王文華說。隱身在繁華信義區的四四南村，保留了舊時眷村的風貌，與鄰近的臺北101形成強烈的對比。而裡頭的「好,丘」餐廳，取英文「good choice」（好的選擇）的諧音，販賣著貝果、鬆餅等西式料理，「在眷村的古老建築裡賣著時髦的食物，令人想到上海的新天地。」王文華下了如是註解。

餐飲與生活密不可分，在王



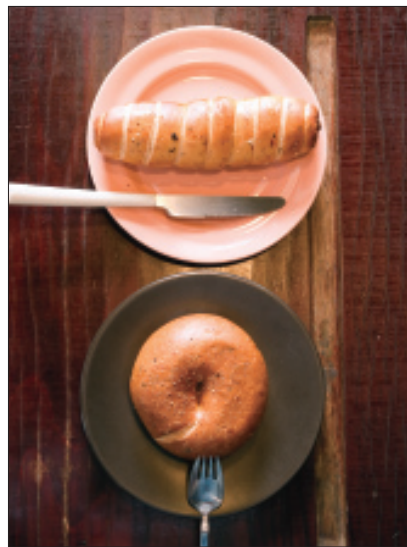
四四南村舊時眷村的風貌與時尚的臺北101，堆疊出信義區亦古亦今的風情。（許斌攝）

文華的作品中，也不時可窺見臺北市的餐飲文化在其生活中所激發出的靈感碰撞，如「吃到飽」餐廳的方興未艾、自80年代以降各種餐廳名字有趣的演變等。在他筆下呈現的清晨咖啡店、仁愛路上啃著雜糧麵包的愛情故事……，細微又真摯的敘述，都足以顯現臺北城令人驚豔的美食之都風貌。

TOP4

菜市場與花市 飄散人情味

菜市場是最貼近一般尋常百姓



「好,丘」餐廳裡販售貝果等時髦的西式料理。（許斌攝）

的地方，最吸引王文華的特點就是「可以跟老闆講話。」臺北不缺大型的量販店、高級的超級市場，但在制式的消費動作下，有時不免少了一股人情味。

「我在菜市場會跟老闆聊天，也佩服賣菜阿嬤算錢的功力，這些只有在菜市場才看得到、可感受到人與人之間交流的人情味。」他還說，到了菜市場可以知道食物的「身世」，如一顆元宵是怎麼被滾出來的？在他眼中都是菜市場有趣的亮點。

除了一般菜市場，建國花市也是王文華很推薦的地方。「逛



菜市場獨特的人情味是大型賣場無法複製的另類風景。（王能佑攝）



觀賞小小的花花草草彷彿如走進迷人的大千世界，是花市令人大開眼界之處。（許斌攝）

花市的時候，可以發現很多很美的花名，如『小春天』、『香雪蘭』，這些花花草草都非常美，也有很多栽種技巧和學問，它們型態雖然小，卻能讓人彷彿走進迷人的大千世界，置身在花市裡常有一種『我這輩子有把時間放在對的地方嗎？』的感觸。」



巷弄裡的老樹散發讓人感受到「幸福」的能量，就是王文華認為臺北最好玩的地方。

TOP5

捷運樂趣多 全世界最優

堪稱臺北市民的交通命脈——捷運，名列「臺北好玩TOP5」可謂實至名歸。「透過捷運可以看到一座城市的真實面貌和歷史，如巴黎的捷運雖舊但是很有味道、俄羅斯的捷運規模龐大且保留當地風情的設計，還有細緻的日本捷運等。而臺北捷運無疑是全世界最好的。」

比較過其他城市的捷運後，王文華還是私心給臺北捷運按一個讚，原因無他，就是乾淨、新穎，外加足以呈現市民優良素質的特點。

坐捷運的樂趣是什麼？王文華覺得是聽車廂內的廣播，還有一次看到很多人，甚至體察這個時代的走向。「我喜歡觀察捷運車廂裡的人，可以看到人真實的一面，有些人在睡覺、玩手機，有些人卻很安靜，尤其近年智慧型手機風行，很多人一上捷運就在玩手



捷運車廂裡可以看到人真實的一面，甚至體察到時代的走向。（王能佑攝）

機，也反映了當代流行的面貌。」

「她像一個平凡的愛人，不會在一夜間令你愛到失魂落魄，所以才適合做老婆。走到那些幸福角落，你會體會到幸福時人不必多。」王文華曾在文章《幸福角落》中如此形容臺北。

透過王文華的觀察，臺北的「好玩」不在大山大水、大魚大肉，或許就在巷弄裡的一棵老樹，菜市場裡的一個微笑，從而感受到「幸福」的能量，就是臺北最好玩的地方。

二月裡的驅寒聖品 薑母鴨

文／洪明慧 攝影／吳金石



每年只要時序一進入秋冬，街頭巷尾的各家薑母鴨店就擠進滿滿的人潮，在寒風中來碗熱呼呼的薑母鴨，寒意盡消！但「進補」這樁事可不只有冬季限定，在這乍暖還寒的二月天裡，薑母鴨仍是不可或缺的響叮噠角色，到底臺北市有哪些風味特殊的薑母鴨？就讓《臺北畫刊》帶你一探究竟。

雲林古早味 艋舺傳香卅載

薑母鴨素有「昔日帝王菜，今日百姓餐」之稱，宮廷饗宴流變為庶民餐食的過程雖然無法考究，但不妨走一趟位於萬華地區的「艋舺燒酒薑母鴨」，透過味蕾追溯臺灣鄉間料理原味。

艋舺燒酒薑母鴨自1975年開業以來，始終堅持雲林古早味，嚴選8個月以上的紅面番鴨，以純米酒、自製麻油、薑母頭榨汁進行調味，烹調過程中不添加水及

中藥材，保留食材純粹的風味。

點餐時，店家會徵詢個人喜好，斟酌加入薑汁及2瓶米酒，待湯頭煮沸後，再依客人喜好點火「燒酒」，讓麻油香氣、米酒甘醇滋味及老薑溫辣的口感深度結合。因為店家選用的鴨肉具久煮不軟爛的特質，此道「燒酒」程序讓鴨肉愈發入味，若再蘸點店家以醬油、醋、香油及辣椒、蒜末所調和的醬汁，一入口便能充分感受皮Q厚、肉軟嫩，調味得宜的迷人口感。



霸王紅面薑母鴨的好滋味，讓顧客絡繹不絕。

爐火慢煨 中藥馨香霸全臺

每逢入秋，掛著以紅字書寫「四季食補」黃燈籠的「霸王紅面薑母鴨」營業時間一到，人潮立刻絡繹不絕，為的就是這一甕暖胃暖身的好滋味。

霸王紅面薑母鴨是臺灣知名連鎖薑母鴨品牌，這股瀰漫全臺的好滋味，源自捷運石碑站旁的總店。總店以「老少咸宜的食補」為概念，制訂出薑母鴨的美味三要素：原汁、高湯、薑汁。



艋舺燒酒薑母鴨堅持雲林古早味，搭配麵線吃，口感更純粹。



大食神碳燒薑母鴨力求呈現薑的原味，湯底口感特殊。

將老薑、黑麻油的香氣溫勁充分融入鴨肉所烹調的原汁，在客人點餐後以陶甕盛裝原汁，注入以甘蔗頭為底，由黃耆、當歸、紅棗等32種中藥所研磨的藥材粉及薑渣所熬煮成的高湯，再添加適量老薑榨汁，煮沸後即可上桌。

在大快朵頤前，不妨先品聞中藥特有的草本馨香，喝一口湯汁，讓甘醇溫潤的湯頭滋味啟動味蕾，再依個人口味放入其他食材。由於店家採用炭火慢煨，無須擔憂鴨肉久煮失去風味，燉得愈久而愈入味！

香燉老薑 食神的秘密武器

薑在飲食中所扮演的角色，從《本草綱目》記載：「薑，辛而不勞；可蔬，可和，可果，可藥。」便可知其重要性。但由於薑氣味特殊濃郁，諸多料理為求

口感大眾化，即使是薑母鴨，亦常見以各類調味方式隱去薑的特有風味。

不同於一般薑母鴨店處理薑味的技巧，「大食神碳燒薑母鴨」的料理手法力求呈現薑的原味，其獨門手法為選用自家親戚所榨製的黑麻油，加入老薑爆香乾煸，歷程約十來分鐘，直至老薑呈現略帶光澤的焦黃色，代表其味道完全滲入黑麻油當中，便是鴨肉入鍋的最好時刻。此外，為降低老薑食用時所產生的燥熱感，店家以特調新鮮中藥材熬煮高湯，再與炒好的鴨肉燜燉而成。

除了湯品展現出辛辣中微帶甘醇的特殊口感，店內還備有數十種熱炒菜色，讓顧客不只獨沽薑母鴨一味，還能創造出新的美味體驗。

薑母鴨的美味精髓在於湯頭，

無論是燒酒古早味、中藥滋補馨香、還是老薑辛郁口感，皆是為了煨燉出美妙的暖身好味道。無論你是哪款風味的擁護者，抑是食興大起的嘗鮮者，趕緊把握初春好時機，品嚐薑母鴨無比好滋味吧！

►相關資訊

●艋舺燒酒薑母鴨

地址：梧州街11號

電話：2304-0011

●石牌霸王紅面薑母鴨

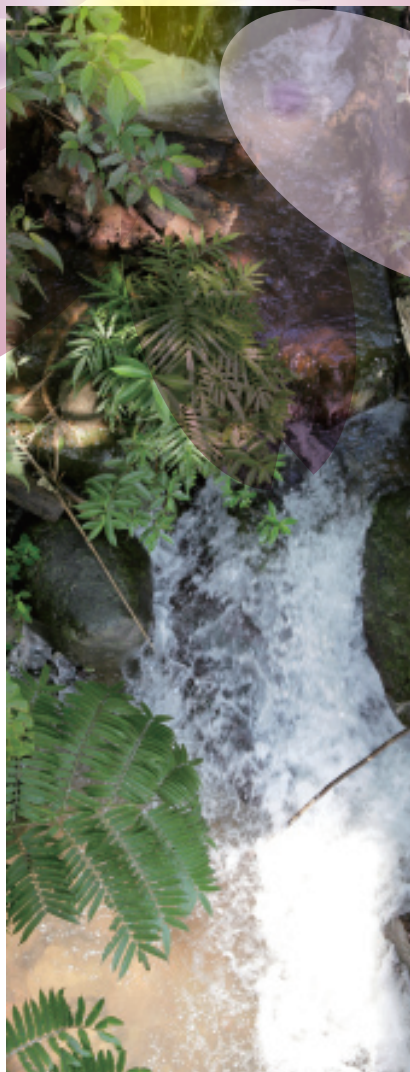
地址：東華街1段540號（捷運石牌站1號出口旁）

電話：2827-5491

●大食神碳燒薑母鴨

地址：北安路559號

電話：2533-1561



文／鍾文萍

攝影／楊智仁

飄著櫻花雨的所在 風尾步道

臺北市有許多有趣的地名，雖然土氣卻親切，更重要的是能從中一窺當地的地理位置、環境特質，以及衍生出來的人文歷史等，是初次旅行時很好的基本參考。

像是臺北市政府工務局大地工程處去年年底在北投東昇路旁的頂湖風尾地區，重新修繕了一條極具風情的賞櫻步道，頂湖和風尾這兩個陌生而充滿鄉土氣息的可愛地名，頓時引起不少臺北山友的濃厚興趣。

路上拄著拐杖散步的阿婆比手畫腳地對我們說：「這邊沒有湖啦，全部攏是田，頂湖的東邊叫風頭，西邊叫做風尾。」頂湖就像竹子湖、白石湖一樣，沒有湖泊，而是一片平坦台地。風尾背風，附近又有大坑溪和無尾崙坑溪的水源可供取用，為傳統上「水尾風頭」極適合耕作的好地方，居民主要種植桶柑、高麗菜、茭白筍、山櫻花，花海綠樹環繞，幸福豐饒。

風尾步道一端是東昇路，另一端是十八份產業道路，全長僅520公尺，從前是頂湖居民往返陽明山的捷徑，整修完成後路況更平整安全，約一個小時便可來回悠哉走完，回程再到頂湖社區小散步，是一條體驗花旅與草山寧靜生活況味的隱藏版旅行路徑。

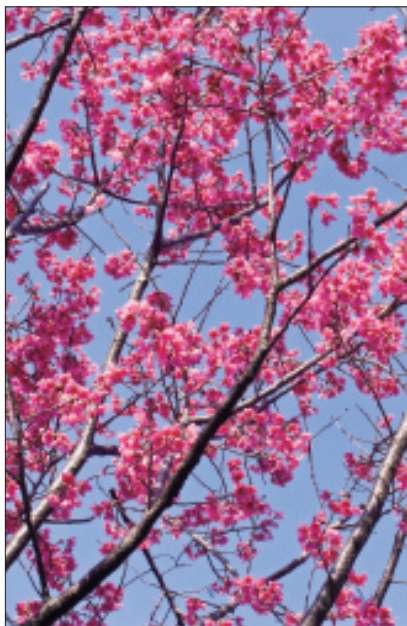
長壽榕見證歷史

賞櫻步道生機盎然

在東昇路「風尾站」下了公車，循指標前行約1分鐘即抵達步道起點，入口旁有棵長壽榕枝極遮天蔽日，相當壯觀。據臺北市政府民政局資料顯示，這棵榕樹約植於1790年，高齡兩百多歲，高15公尺，樹胸圍約818公分，樹冠圍達565平方公尺，是人稱「炎伯」的地主詹炎林命名的「傳家樹」，兩百多年前詹家先人到頂湖開墾，就在附近開田耕作，老樹下可擋風蔽雨、乘涼休息，為居民群聚聊天的中心，是見證了先民開墾頂湖地區兩百多年歷史



漫步風尾步道，體驗花旅與生活況味。



山櫻嫣紅燦爛的花朵，美不勝收。



步道入口的長壽榕，枝桠遮天蔽日，見證了頂湖社區的歷史。



適合耕作的頂湖社區，主要種植高麗菜、茭白筍等作物，菜田一片綠油油，幸福豐饒。

的活古蹟。

春天引起更多驚呼和矚目的，正是剛進入花季的山櫻，櫻花林從步道兩側往外延伸，數百株櫻花樹怒放成海，常吸引白頭翁蹲踞在樹冠上層喧叫，有的忙著尋找、吸吮櫻花花蜜，寧靜山谷裡

生機盎然。

居民表示，這裡的櫻花樹除了近年是市府、北投區公所為配合風尾賞櫻步道計畫而種植的，更多的是農戶培育花苗販售的經濟作物，一般在2月中、下旬開得最盛，花期的早晚受當年度節

氣的影響最大，花季的長短與開花時的天氣息息相關，如連續好幾天豔陽高照，會加速各株同時綻放，萬一遇上連綿細雨，落「櫻」繽紛有如天空下起紅雨，也別有一番風味。

石階、水泥步道交錯，步道



頂湖社區的傳統石頭屋是陽明山少數僅存的古厝，古樸迷人。

雖然路幅不寬，但坡度平緩，並不難走。當地一名老農夫表示，由於山坡地坡度大，水分和土壤不易保持，因此農民大多將農田修成梯田，雨水在梯田中流動較慢，土壤和肥料也不至於被沖刷掉，大大提高了土地的抗旱力。梯田交疊的景觀，見證了先民的生活智慧。此外，步道雖短，不過沿途指標、導覽牌俱全，行走步道不僅可按圖索驥，也多了一分人文探索的樂趣。

傳統石頭屋 透顯古樸之美

往回走到東昇路公車站牌起點，穿越馬路即可進入頂湖社區，值得順道逛逛。

村裡有兩座石頭屋是陽明山少數僅存的傳統古厝，三合院的形制仍相當完整，石頭堆砌錯落有致，屋脊上的紅磚、彩色瓷磚還保留著，在陽明山上多數石頭屋已拆除或改建的現在，這種傳統石頭屋堅持著大時代的古典風範，令人倍覺珍惜。不過古厝仍

有居民居住，因此不宜擅入，遠觀即可。

沿著村子唯一一條道路續往裡面走，會找到外型古樸可愛的頂湖福音堂。雖然是「阿都仔信的教」，也入境隨俗，就地取材以紅磚和石頭混合搭建而成，周邊沒有一般教堂會有的大草坪，倒是有臺式傳統建築常見的門檻；而石頭的砌法，則是砌石法中較整齊的「工」字形砌法，經過歲月 and 風雨的淬鍊，越發透顯出古樸之美。雖然封閉的門窗說明已經許久沒人來傳福音，然而這座深藏山坳裡的小教堂，卻讓這趟步道之旅，有了陶淵明發現桃花源的驚喜氣氛。

除了風尾步道，大地工程處還預計規劃「一步道一特色」，仿效日本京都，從臺北市目前的129條登山步道中，規劃出獨具風味的文學步道、哲學步道等，提供

市民享受自然與人文結合的新旅行途徑。

春天賞櫻、觀海芋，欣賞花的風情萬種……你是不是和我一樣迫不及待想去走走了呢？！

►風尾步道

位置：北投區頂湖社區

交通：從捷運北投站搭乘小8、小9、小26公車，至風尾站下車，下車處即山明溫泉新館，循溫泉館旁的指標往下走約1分鐘，即抵步道起點。



頂湖福音堂以紅磚和石頭混合搭建，雖是教堂，卻有著臺式風味。



造型氣球 散播歡樂 魅力無法擋

文／君君 攝影／約瑟

扭一扭，轉一轉，綁一綁，看似平凡無奇的氣球，在靈活巧手的創意捏摺下，只消短短幾分鐘，甚至是幾秒鐘，就能夠做出夢幻般的造型氣球；不論是可愛的貴賓狗、綻放的花朵，或是搞笑逗趣的小丑、展翅飛翔的蜻蜓等，各種千變萬化的花樣，總令人愛不釋手，從幼童到銀髮族，幾乎沒人能夠抵擋它迷人的魅力。

近年蔚為風潮 營造氣氛的好幫手

造型氣球是從美國的魔術和小

丑表演中開始發展的，後來才有專業的氣球表演師及氣球藝術師的誕生，也開創出造型氣球的多元面貌。

在一、二十年前的臺灣，造型氣球仍十分冷門，頂多是做成拱門或簡單的氣球造型，用來布置婚禮或活動場地。近年來，造型氣球逐漸蔚為風潮，現在不僅是時下布置會場、活動的熱門材料，還有許多人爭相學習，甚至不少街頭藝人也以此作為表演。民眾如果想學習，除了臺北市社區大學有開設相關課程外，有些

個人工作室或氣球專賣店，也會傳授技藝。

在臺北市中正社區大學學習造型氣球兩年的學員劉燕嬌，曾經擔任鄰長25年，也曾協助擔任里長的先生從事社區服務，退休後仍繼續投入服務行列，她考量辦活動常利用氣球布置會場，總是得花一筆開銷，因此決定學習做造型氣球。她說，現在辦活動，總是精心做出各種造型氣球布置會場，不論是元宵節或中秋節，社區活動多了造型氣球幫襯，可以營造出更多的歡樂氣氛。



在中正社大講師王俊良的巧手下，平凡的氣球變化出各種不同的造型。

「雖然造型氣球會慢慢消氣，無法永久保留，但是帶給小朋友的歡樂，卻是永遠的記憶。」同樣是學員的林玲說，學員們在講師帶領下，參與公益活動，例如一起到臺大醫院的兒童醫療大樓，製作各式各樣的氣球送給病童，每當看到病童拿到氣球，臉上總是洋溢著笑容，大家都成就感十足。

簡單易學 蟲魚鳥獸信手拈來

「造型氣球容易學習，也容易製作，只要三兩下功夫，信手拈來，就可完成變化萬千、五彩繽紛的造型氣球。」中正社區大學「造型藝術氣球班」講師王俊良說，造型氣球是以氣球當材料，用打氣筒將氣球灌進一些空氣後，就可製作出各種不同造型的氣球，包括蟲魚鳥獸、卡通人物、花草樹木，甚至是帽子、衣服及飾品，以及刀劍、機車等，不勝枚舉。

由於製作造型氣球沒有場地和時間的限制，而且所需材料和器材簡單，又可隨身攜帶，因此，可隨時隨地輕鬆動手做。成立「老頑童氣球工作室」、教導造型氣球十多年的王俊良老師說，製作造型氣球時，首先必須選定



中正社大學員劉燕嬌退休後除投入社區服務外，並學習造型氣球DIY。



造型氣球容易學習，信手拈來就可變化出蟲魚鳥獸、花草樹木等。

好創作的主题，計算好需打入多少空氣至氣球裡；以製作貴賓狗來說，必須先依據狗的頭部、身軀、四肢及尾巴等身體結構，估算出氣球需要的總長度，再根據身體不同部位的需求，扭轉出一節節不同大小的氣球，逐步完成貴賓狗的造型。

造型氣球使用的材料簡單，只需要氣球，但氣球形狀繁多，尺寸大小也不同，可選擇自己喜愛和需要的種類，常見的有長條氣球、圓形氣球及愛心氣球，其

中長條氣球又稱為鉛筆氣球，是入門必備的氣球，也是動物造型中最常使用的材料，吹滿時總長度依不同廠牌約100公分到150公分；圓型氣球大多用來布置和裝飾活動場地，像是園遊會、喜慶宴會、婚禮等；愛心氣球可作為動物的頭部等；另還有蘋果氣球、花瓣氣球等，其中有兩種顏色的蘋果氣球，可做出蘋果、企鵝等造型。

長條氣球、圓型氣球及愛心氣球等一般氣球，在文具店或便利



蜻蜓造型氣球可以用釣魚線吊起來做裝飾，就像在空中自在飛舞。

商店都可買到，如果需要特殊的氣球，就得到氣球專賣店購買。

至於打氣筒可分為單向打氣筒、雙向打氣筒。單向打氣筒是在推拉打氣筒時，只能打一次氣，而雙向打氣筒則是在推拉之間，各打氣一次，可以節省不少力氣和時間。若想讓特殊的造型氣球飄在空中，則可注入氦氣，氣球專賣店也有販售罐裝的氦氣。

克服恐懼感 畫龍點睛再加工

「準備好材料和器材後，動手做的首要之務，就是克服恐懼感！」王俊良老師說，雖然造型氣球人見人愛，但大多數的人對氣球多少都有些恐懼，因為製作造型氣球時，一個不小心，氣球就可能破掉，發出巨大的爆破聲響，往往讓人望而卻步；所以，最重要的是，必須先消除對氣球的恐懼，對爆破聲習以為常。不過，民眾不必擔心，氣球破掉時，球體表面是往內爆破，只要不靠近眼睛，並不會造成傷害。

當造型氣球完成後，尤其是動物造型的作品，就一定還要再加工！所謂畫龍點睛，想要讓動物造型的氣球看來栩栩如生，就可以用油性的奇異筆畫上眼睛，甚至可以畫上貓狗的鬍鬚；另外，黑色圓點的貼紙，也可用來充當眼睛。

「造型氣球的材料花費不高，學習技巧也不難，只要花少許的費用和時間，就能帶來許多歡



一群社大的學員學以致用，除了參加造型氣球製作外，也參與氣球志工服務與各類布置活動。



動手做造型氣球，只需準備不同形狀的氣球、打氣筒、黑色奇異筆或黑色圓點貼紙，即可享受DIY的樂趣。

樂。」王俊良老師鼓勵民眾加入學習行列，進入多彩多姿的造型氣球世界！

►裝備教室

單向或雙向打氣筒、氣球、黑色奇異筆或黑色圓點貼紙。

►注意事項

- 1.指甲不宜過長，最好保持平滑。
- 2.氣不要灌得太滿，記得預留一部分空間。
- 3.摺氣球時，避免讓氣球與氣球間有太多摩擦。
- 4.不要使用存放太久或品質不良的氣球。
- 5.不要靠近眼睛，以免氣球破掉時，造成眼睛受傷。

►相關資訊

●中正社區大學

三月初開設「造型藝術氣球班」

電話：2327-8441

網址：www.zzcc.tp.edu.tw

●萬華社區大學

三月初開設「當代氣球藝術創作班」（初級+進階）

電話：2306-4267

網址：www.whcc.org.tw

●內湖社區大學

三月初開設「當代氣球藝術創作班」

電話：8751-1587

網址：www.nhcc.org.tw

中山區

三安旅店



與森林為鄰 與藝文共舞

文／許凱森 攝影／王能佑

臺北市中山區鄰近臺北車站，中山北路上的楓香大道，是中山區的代表地標；婚紗街上隨處可見漾著幸福微笑的準新人；區北部為大直，有許多高級住宅區；另除了大佳河濱公園、中山美術公園、臺北市立美術館等休憩展覽空間外，巷弄裡還有許多藝文咖啡館及個性小店藏身其中。在交通方面，中山區內的捷運網狀分布密集，有淡水線、文湖線、蘆洲線三條行經，無論是商旅或是觀光，不妨投宿在這裡的三安旅店，能同時享受徜徉在知性與休閒的獨特氛圍當中。

臨近森林綠地 鬧中取靜

自捷運蘆洲線松江南京站8號出口，左轉四平街即可抵達的東姿商務旅館，鄰近熱鬧的四平街商圈與香火鼎盛的行天宮，旅館對面即是獲得臺北市績優鄰里公園獎的一江公園，鬧中取靜、綠意盎然。館內消防設施及公共安全設備皆經過臺北市政府評定

合格，定期檢修保養，包括防火建材、防焰地毯、緩降梯、滅火器、逃生圖、偵煙器及停電照明設備等，讓旅客用得安心、住得更放心。

沐蘭精品旅館如其名，運用大量植栽，樹木多達450棵，各式蘭花也有4千多株，耗時2年打造出以空氣、陽光、水三大自然元素融合於視覺的空間設計，共有水、雲、楓、花、蝶五種房型，

每個房間都有陽光、綠樹、花草，運用六百多個元素做出不同的設計，營造多元化的風格，獨一無二的創意空間，同時也把南國的Villa渡假風格帶進臺北，讓人享受有如出國渡假的輕鬆愜意。除了打造氣派精品旅館外，對於入住旅客的人身安全同樣有高規格的把關，包括確實申報建築物公共安全設施、定期檢修消防安全設備等，並保持館內安全門、



東姿商務旅館的照明設備定期檢修保養，讓旅客住得安心。





運用陽光、綠樹、花草打造的客房，處處可見創意巧思。

逃生通道淨空。

雅莊旅館為一全歐式建築的庭園式商務旅館，鄰近捷運文湖線中山國中站，靠近松山機場飛機起跑點旁，交通便利。這裡麻雀雖小，安全條件卻一點都不馬虎，客房浴室採乾濕分離設計、完善的消防設施及代客泊車服務，均以顧客需求為考量。龍江路小吃街即位於旅館正後方，附近並有榮星花園、新生公園及林

安泰古厝民俗文物館所在的濱江公園，只要步行，即可置身於花團錦簇的綠公園之中。

提倡環保節能 專業體貼

位於建國北路、民生東路口的比堤飯店，衛生管理有成，曾榮獲臺北市衛生自主管理認證，客房內附設飲水機，為提倡環保節能，凡自備盥洗用具前來住宿，不論房型、不論日期、不論



比堤飯店提倡環保節能，凡自備盥洗用具者即可享折扣。（圖／比堤飯店提供）

間數，每間可享200元的折扣。飯店附近的觀光景點包括行天宮、榮星花園、袖珍博物館，白天購物則可前往四平街商圈，徒步區廣場除了不定時的街頭藝術表演之外，商圈內許多「劇場主題餐廳」也提供包含臺灣傳統藝術布偶戲表演、音樂演奏及劇場演出，晚上可至合江街夜市及遼寧街夜市等地，吃喝玩樂便利無比。

大欣飯店位於中山北路、南京東路口，十四、十五號公園旁，親切體貼的櫃檯人員以流利的



雅莊旅館符合三安標準，重視顧客需求。（圖／雅莊旅館提供）



有著南國Villa渡假風格的沐蘭精品旅館，讓旅客住得輕鬆愜意。



入住大欣飯店的旅客，臉上掛著滿意的笑容。



乾淨寬敞的客房，統一大飯店提供住客如家一般的舒適感。

英、日、國、台語，迎接每一位到訪的旅客。負責人蔡吉昌同時也是現任臺北市旅館商業同業公會的常務監事，20年來秉持著專業、熱誠、體貼的心，完善的設備、嚴格的安全衛生標準，對於客房清潔尤其要求，連續多年獲得日本樂天旅遊網的臺北飯店人氣優良評鑑，很多日本旅客來到臺北都會選擇再次入住。

位於建國北路與長安東路口的宣美飯店，備有地下停車場及代客泊車的服務，擁有規劃周全的消防安全設施與管理完善的保全系統，通過北市府各項測試檢驗。為確保房客隱私，防止不肖歹徒利用針孔攝影機從事不法行為，飯店各樓層皆裝設反針孔攝影機，設有專人提供24小時全天候嚴密監控全區安全的服務，並由電腦中心統一控制，讓旅客享有良好的住宿品質。

要求服務品質 屢獲肯定

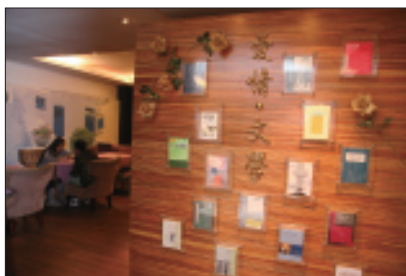
統一大飯店鄰近捷運蘆洲線中山國小站，靠近臺北市最老的舶來品集中地——晴光市場，除依照北市府頒定的消防法規裝置消防設施，並經北市府評定消防安



宣美飯店重視房客隱私，也讓旅客享有良好住宿品質。（圖／宣美飯店提供）



洋溢濃厚文學氣息的台北綠蒂大飯店，讓人猶如置身藝文場館。



台北綠蒂大飯店有著展示愛情文學類絕版書的一大片書牆。

用心服務旅客，讓旅客有如回家一般的舒適。

毗鄰新生北路與農安街交叉口的台北綠蒂大飯店，同樣鄰近捷運蘆洲線中山國小站，飯店擺設極具文學氣息，大廳的各個角落都放置徐志摩詩集、世界情詩及流傳古今的愛情詩集等絕版書籍，每間客房內設置愛情卡片、愛情信紙及愛的籤言留言本，希望入住的旅客也能留下情詩情話，供未來集結成詩本展示。櫃檯人員皆諳英、日文，客房地毯、窗簾均有防焰標籤，客房走道及浴室內排氣裝置保持暢通並定期維護，水塔、冷氣每半年定

全設施合格。2011年甫獲得北市府觀光傳播局頒發優良管理人員獎，管理旅館業有40年的主任陳順天，以身作則，不斷充實精進電腦技能，考取日文檢定，勉勵員工把工作當成事業而非職業，



捷絲旅——林森館的房型設計精緻典雅且富有科技感。(圖／捷絲旅——林森館提供)



伸適商務旅館貼心記錄旅客的喜好，讓再次光臨的常客倍感溫馨。

期檢驗，曾榮獲臺北市衛生自主管理認證，過去除了是臺北國際花卉博覽會特約飯店，並於2009年接待臺北聽障奧運會委員入住。

近捷運中山國小站2號出口，位於林森北路與錦州街交叉口的伸適商務旅館，率先帶領臺灣商務精品旅店以裝飾藝術為主軸的設計風潮，建物採用防火建材、定期維護消防設施，秉持「用心、貼心、關心、細心、安心」五「心」級的優質服務，貼心記錄旅客每次的喜好需求，令再次光臨的常客倍感溫馨。

品華國際酒店集團於2010年開春推出平價商務設計旅館捷絲旅旗下第二家分館林森館，位於林森北路近南京東路的交叉口，鄰近以晶華酒店為中心的國際精品商圈及林森南北路最熱鬧的夜生活娛樂重鎮，步行至捷運中山站約10分鐘，房客進出有安全管控，客房小而美且富有科技感，浴室採乾濕分離，貼有安全逃生標誌、緊急疏散圖，並做到定期安全與消防設備檢查。

無論是為了商旅或是觀光而造訪臺北，若選擇入住中山區，記得選擇「安全、安靜、安心」的三安旅館，讓自己的旅行盡興又開心！

以裝飾藝術為主軸的設計，既古典又現代，提供旅客另一種住宿體驗。



►中山區三安旅館相關資訊

編號	旅館名稱	地址	電話
1	首都唯客樂飯店	長春路187號	2507-0168
2	金殿唯客樂飯店	植福路288號	8502-6161
3	東京國際飯店	長春路39號	2564-3733
4	京都商務旅館	長春路38號	2567-3366
5	宣美飯店	建國北路1段52號	8771-3066
6	東姿商務旅館	一江街33號	2563-8866
7	比堤飯店	建國北路2段93號	2506-6768
8	台北國際飯店	南京東路1段66號	6608-5999
9	沐蘭精品旅館	堤頂大道2段460號	8502-3397
10	捷絲旅——林森館	林森北路117號3樓	2370-9000
11	大欣飯店	中山北路2段27巷2-2號	2565-2155
12	雅莊旅館	民族東路438號	2507-5999
13	統一大飯店	農安街36號	2592-3977
14	伸適商務旅館	林森北路477號	7743-1000
15	台北綠蒂大飯店	新生北路3段56巷14號	2594-3901



臺北美術獎 引領本土創作步伐

文／觀止 攝影／許斌

臺灣當代藝術的風向球——「臺北美術獎」每年公開徵件、競賽，並舉辦得獎作品展覽，激勵了許多年輕藝術家不斷挑戰新媒材、新觀念，大膽突破傳統。

「2011臺北美術獎」自去年底的評選結果中，決選出1名首獎，5名優選獎及9名入選獎，由於參賽者年齡不拘、作品也不分媒材、不限尺寸，表現了臺灣藝術發展的多種可能性，許多獨特藝術風格與當代精神都在此展現，成為臺灣當代藝術的重要指標。想要跟上時代腳步，領略富有前瞻性的當代藝術，不妨親自來一趟臺北市立美術館。

多元創作，反映當代臺灣藝術

細覽2011臺北美術獎的展出作品，可以發現創作形式十分豐富多元，創作者勇於挑戰形式，反映當代臺灣藝術的獨特美學與現實生活的國際、社會意識。舉例來說，留學西方的年輕藝術家朱駿騰與陳亭君，就分別以物體藝術和拼貼藝術，表現異國文化對自身的衝擊，以及在異地不斷遷徙的心路歷程；許哲瑜的錄像作品〈完美嫌疑犯〉及吳芊頤的綜合媒材裝置〈5100微型百貨〉，則對臺灣媒體的怪異現象表達關切，發人省思。

另兩位藝術家林玉婷與廖祈

羽，以令人愉悅的食物大作文章。前者創作了〈蛋糕房子〉系列作品，逼真的模型觸動了每個觀者的味蕾；後者的作品〈Twinkle Series〉則透過錄像藝術，以真人為主角，表現誇張又富有喜感的餐桌想像，例如主角手持利刀打算切開美味的水果塔，烤焦的吐司上噴出火焰，潔白的咖啡杯漫天飛舞，令人莞爾一笑。

還有藝術家嘗試科技媒材，探索聲音與光的祕密。丁建中的錄像作品〈空屋2〉、張永達的裝置作品〈訊號·流 2.0.2〉，以及蔡坤霖的聲音裝置〈伏流〉，分別以不同的創作形式，表現對外在



林玉婷的〈蛋糕房子〉系列用色鮮豔、結構可愛，擄獲評審的目光。

環境的觀察，同時傳遞了空間中光影、聲音瞬息萬變的特性。

評審代表莊普表示，歷年來，臺北美術獎就宛如風向球，提供了許多年輕藝術家仿效的指標，前幾年，影像及新媒體藝術當道，許多藝術家一窩蜂的嘗試新媒材，今年的參賽作品則較多元，評審關注的不僅是創作媒材，更重要的是作品的原創性，如何純熟地表現新媒材，是勝選關鍵。

莊普強調，今年有好幾件作品展現了幽默的趣味，讓評審印象深刻，像是首獎的機械裝置作品在當代藝術的範疇中十分少見，讓人覺得獨特新鮮，在好幾輪的投票中，得票率都很高。而優選作品〈疲倦的沸騰〉以電鍋為主角，引出旅居異國的鄉愁，在材質和空間上，讓人耳目一新；同時結合族群、文化的概念，幽默



蔡坤霖的聲音裝置〈伏流〉表現對外在環境的觀察。

又不失深度。

參觀臺北美術獎，你會發現，原來藝術的概念與我們的日常生

活竟是如此接近，不妨留意生活中的小小片段，說不定也能成就一個令人驚豔的藝術作品！

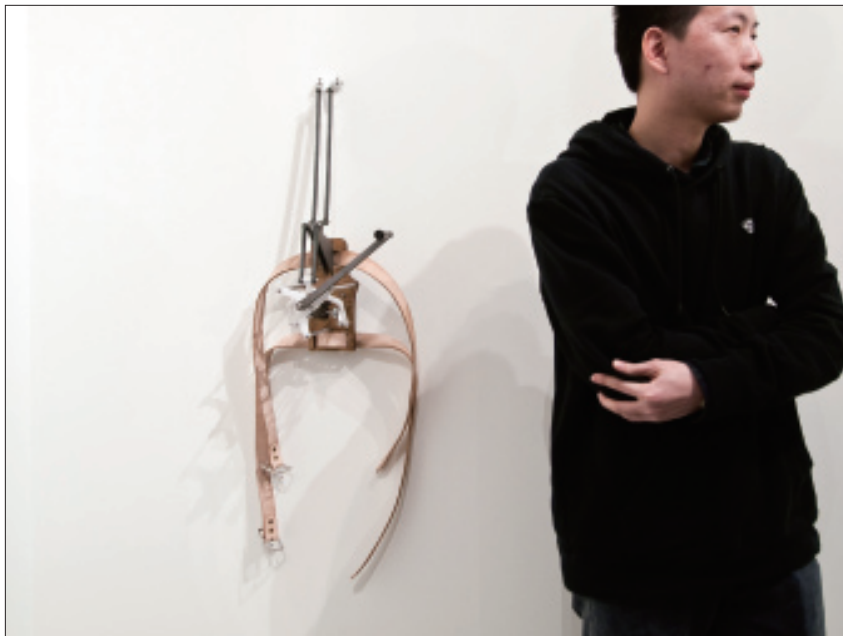
超乎想像・得獎作品精選

首獎 作品

機械裝置 製造黑色幽默

今年的首獎由劉瀚之的五件機械裝置作品獲得。他創造了一系列不具意義的類戲劇道具，讓人就算獨自生活，也可以像演出獨角戲一般，形成幽默的短篇故事。

像是以「霸凌」為思考主軸的工具〈揪領器〉，安裝在人身上，就能揪住他的衣領，充滿了反諷的意味，表達對霸凌的軟性抗議；還有自動翻書並製造微風的〈翻書機〉，讓人側趴在桌上，就能享受快速閱讀的成就感；可以矯正鬆垮衣領、襪口的〈鬆垮矯正器〉，延長了即將淘汰的衣物生命；能隨時背在身上的小型窗戶〈窗外〉，讓人時時刻刻隔著木窗，以置身事外的心境看待周遭事物；〈步行閱讀留言機〉則透過滾動輪子，閱讀一行又一行的詩句。



劉瀚之與獲得首獎的作品〈揪領器〉。



劉瀚之的〈翻書機〉提供一種慵懶看書的想像。

優選 作品



朱駿騰以大同電鍋表達在外遊子複雜的情緒。

電鍋沸騰 轉接頭立大功

不斷冒出蒸騰熱氣的大同電鍋，在展場中吸引眾人目光。大同電鍋可說是每個家庭必備的生活用品，就連留學生出國，也幾乎人手一鍋帶著走。

〈疲倦的沸騰〉靈感來自朱駿騰旅居歐洲時的生活經驗，他帶著大同電鍋遷徙各處，常需要準備不同款式的轉接插頭，有時候好不容易適應了新環境，又搬回原來的地方，不同地方的轉接頭就會一再上場。在搬家、遷徙、適應、告別的過程中，朱駿騰不斷調整心境，他利用大同電鍋，串聯起四百個型號各異的轉接頭，表現複雜的情緒。

現場還有一個燒壞的轉接頭，是他在創作過程中淘汰的物件，朱駿騰說：「只要有一個轉接頭燒壞，電鍋就無法運作。」他特地展示這個壞掉的轉接頭，為創作過程留下紀錄。



蛋糕房子 引人味覺想像

奶油是屋頂瓦片，糖霜是大門上的雕花欄杆，玫瑰糖是煙囪的點綴……，一個個看似蛋糕模型的小屋，不但讓人視覺愉悅，也觸動味覺的想像。擅長烘培及蛋糕裝飾的藝術家林玉婷，收集了各種住宅的照片，作為設計蛋糕的靈感，製作了充滿童趣的〈蛋糕房子〉，重現糖果屋的風采。

這些蛋糕小屋形式十分多樣，不但有社區公寓、頂樓加蓋的鐵皮屋，還有連棟的透天厝。現場並搭建了一間玻璃屋，展示了製作蛋糕的各種工具，以及杏仁片、巧克力豆、彩色糖條等裝飾物，讓民眾一窺藝術家的創作天地。



光與廢墟 製造驚奇片刻

藝術家丁建中在作品〈空屋2〉試圖探索光與空間的關係。他在三芝廢棄的燒陶工廠，以吊臂懸掛攝影機和光源，兩個環繞的圓就在廢墟裡，製造出撼動人心的畫面。

當有形的光環不斷重複出現時，匯集成巨大的能量，刺激了人們的感官經驗。丁建中表示，攝影機在高速繞行的過程中，光的結構凝結，如同一種空間的雕塑，就像是人離開了，成了廢墟的建築仍然存在，兩者具有共通性。光在高速流動中的視覺經驗，也像是唸佛經、媽媽哄小孩，具有療癒心靈的效果。



詼諧油畫 暗諷普世價值

黃海欣的油畫作品，創作形式雖然傳統，內在精神卻自由奔放。一幅幅看似正經的作品中，實則隱含著淡淡的黑色幽默。她以詼諧的態度，暗諷普世視為理所當然的價值觀，或是人們追求幸福的狀態，在她看來，許多事物的形成都是基於「有共識的妥協」。

作品〈另一個歷史性的一刻〉再現了某個動土儀式的現場，人們穿著正式服裝，手拿鏟子，準備挖向前方的土塊；〈另一個珍貴的時刻〉像是翻拍某個家庭到泰國旅遊時，蹲在老虎背後合照的影像。黃海欣說，每到這種時候，大家的笑容表情都差不多，所以她刻意模糊了人的臉孔，象徵淡化了人的個性。另一幅作品〈為你好#4〉，則表現了上身赤裸的阿兵哥接受體檢的模樣，逗趣的畫面讓人莞爾。



實境動畫 重回命案現場

許哲瑜的動畫作品〈完美的嫌疑犯〉，從五則新聞事件出發，分別為它們設計了男女主角與場景，在大銀幕上進行演出。他依據報紙描述，實地到案發現場拍攝，所以動畫結合實境，讓人有身歷其境的錯覺。許哲瑜企圖在真實的他人、虛構的主角和自身三種身分之間徘徊，讓整起事件變得充滿戲劇效果，充滿濃厚的藝術張力。

►展期：即日起～3/4
地點：臺北市立美術館
地址：中山北路3段181號

電話：2595-7656
網址：www.tfam.museum



春

之

賞

花

到陽明山邂逅美麗

文／廖雅琴

圖／臺北市府工務局公園路燈工程管理處提供

告別了寒冬，又是春暖花開的時節，如果能帶著悠閒的心情，呼吸著山上清新的空氣，與滿山遍野初綻的花朵、枝梢的新芽、蓊鬱的樹木和輕柔的流水為伴，想必讓人心情愉悅……。

有著「臺北市後花園」之稱的陽明山，平時即是假期郊遊踏青的好去處，而「陽明山花季」則是每年春季賞花的盛事，百花爭妍的景致，更是年年吸引約百萬人次上山賞花。

草山飄香 邀你共享春浪漫

春天繁花如織盛開的美景，一掃冬季的蕭瑟，增添欣欣向榮的景象；而在寒冬未盡之時，早生種櫻花也由枝桠探出頭來，將陽明山頭妝點得好不熱鬧。

臺北市府工務局公園路燈工程管理處表示，今年陽明山花季自2月17日至3月18日舉行，全區的各式櫻花，如早生種的山櫻花及吉野櫻、昭和櫻、大島櫻等中、晚生品種近2千500餘株，在主展場陽明公園內，包括花鐘廣場、櫻花林、王陽明銅像區、飛龍區及杜鵑茶花園等，可看見歷年栽植的野牡丹、各式茶花及杜鵑等多年生花卉，而葉牡丹、藍眼菊、金魚草等季節草花，也等待遊人來一親芳澤。

前往陽明山賞花的民眾除可盡覽百花爭妍的景致外，公園處指出，今年花季以「草山飄香」為主題，用「花香 茶香 故事香」的飄香氣息，喚醒味覺的記



陽明山花季是每年春季賞花的盛事，吸引無數民眾上山一親芳澤。（王能佑攝）

憶，引領民眾走進時光隧道，細細品味一篇篇陽明山伴隨你我成長的故事。例假日還有手作壓花、健康操、民歌演唱、大鼓陣、扯鈴、管樂、掌中戲、舞蹈、直笛演奏、熱舞表演、清山淨水環保健行及辛亥光復樓的茶文化講座等系列活動，精彩可期，請勿錯過。

另外，遊走山間，還有一些小小配角可以細細欣賞，像是秀麗的楓香群、可愛的原生堇菜及遍布林野間的野花野草，俯仰間皆是風采。如果是不耐爬坡或是行動較不方便的民眾，也可就近在花鐘前的廣場欣賞嬌豔欲滴的櫻



嬌豔欲滴的杜鵑等待遊人細賞。

花，體驗散步櫻花林道的浪漫感受。

沿途景點 美不勝收

由中山北路經過福林路及仰德大道上陽明山，沿途景點眾多，



陽明公園的地標「花鐘」在花季時，姹紫嫣紅，美不勝收，千萬不可錯過。

包括福林公園、士林官邸、雙溪公園、林語堂故居、花卉試驗中心、前山公園等，經過時不妨順道一遊。

其中，花卉試驗中心於2月13日至2月26日展出「2012臺北茶花展——茶花心事」，除了展出各式品種茶花外，也可欣賞櫻花翩翩飄落的美景，更規劃有香草區、香花區、藤蔓區及海棠蕨類溫室等，處處都是留影的絕佳景點。

展覽期間也同步展出李蘭及其學生精彩的茶花彩繪作品，每逢假日則舉辦相關茶花栽培的綠化講座及DIY等活動；假日並舉辦「集章贈茶花苗活動」，於展覽館內發送紀念小卡，集滿三個紀念章即可換得茶花小苗，讓有興趣的民眾也可以享受親自栽種的樂趣。

公園處呼籲，遊客上山賞花，請盡量搭乘大眾交通工具，可以更愉悅的心情徜徉於滿山花海之中，避免受塞車之苦，交管資訊請上公園處網站查詢。

公園處並提醒遊客心懷感恩之

情，共同維護環境清潔，珍惜山上的一草一木，永保大自然原有的美麗容顏；另外，山上天候不穩，上山賞花時也別忘了隨身攜帶雨具、多添衣物。

想藉著爭奇鬥艷的花朵，歡喜迎接春天的來臨嗎？趕緊找個空檔前往陽明山，與花兒們來場美麗的邂逅吧！

►陽明山花季

日期：2/17～3/18

地點：陽明公園

電話：2861-3388（陽明公園管理所）

公園處網址：pkl.taipei.gov.tw

開放時間：週一至週日 08:00～17:00

交通方式：

搭乘260公車由東園萬大路經銘傳大學到陽明山；109公車由公館興隆路經銘傳大學到陽明山；紅5由捷運劍潭站到陽明山

►花卉試驗中心

花卉試驗中心所在位置周邊並無



造訪陽明山花季外，也可到花卉試驗中心欣賞茶花展。（圖／花卉試驗中心提供）

停車空間，公園處呼籲大家多使用大眾運輸工具上山賞花（公車260、303、紅5、皇家客運金山線至山仔后派出所站下車，步行約3分鐘，即可到達緊鄰加油站的花卉試驗中心），既節能又省碳，另因氣候偏涼且易有微雨，請備妥雨具及禦寒衣物，歡迎大家蒞臨參觀。

以車

會友

追風品味臺北城

文／臺北市長郝龍斌 攝影／王能佑

我很愛騎自行車。騎單車是我成長過程中最重要的回憶之一。

還記得，小時候住在眷村，幾個同伴簇擁下，我甚至雙腳還踩不到地面，就搖搖晃晃地學會了騎單車；接著越騎越快、越熟練，騎出眷村，騎出大人的視野，山邊河岸隨我們遨遊。

那時候，無論單車多破舊、多不起眼，甚至一路嘎嘎作響，只要騎在車上就感到無比快樂；所以對我們這些單車少年來說，騎車跌倒算什麼，爬起來拍拍灰塵，忍住疼痛與淚水不讓朋友看見，就是一條好漢。這種單純的快樂，最讓我難忘。我相信，許多臺灣孩子都跟我擁有同樣快樂的單車回憶。

隨著自己慢慢長大，無論在大學校園，甚至出國留學，自行車



無論是求學生涯或是現在，騎著自行車追風一直是臺北市長郝龍斌最喜歡的運動之一。
（劉佳雯攝）

還是我最重要的代步工具；我跟大多數朋友一樣，都曾騎自行車上學。迄今我還難忘在美國攻讀博士學位時，騎著自行車、看著雪景的畫面。

河濱自行車道全線串連 盡覽城市水色山光

就是因為跟自行車的緣分這麼深，直到現在當了市長，雖然

平日公務繁忙，但我最常做的運動，就是趁著閒暇片刻，騎著自行車在臺北市河濱自行車道慢行。一方面健身，放鬆自己，一方面也順道看看自行車道沿線的維護情形。

所以臺北市一百多公里自行車專用道，每一條我都親自去體驗過，有時候還會把沿路發現的小缺失，或是車友閒聊提供的意

見，記下來交給同仁作為改善參考。

我最常騎的路線，是從家裡騎到雙溪瀑布，尤其喜歡挑戰上坡路段。另一比較常騎的路線，就是和兒子一起沿著河濱一路騎到關渡，包括雙溪、社子島、關渡平原美景盡收眼底，還能遠眺大屯山。徐徐微風吹來，山河交錯、綠意盎然，真的會覺得臺北是塊風光明媚的寶地。

常常有人問我，什麼是欣賞臺北、體驗臺北最好的方式？除了逛夜市、誠品，在巷弄的小咖啡廳駐足之外，沿著自行車道品味臺北慢活的魅力與悠閒時光，或許是臺北人最不能錯過的一種生活方式。

尤其臺北市得天獨厚，境內有壯麗的淡水河蜿蜒流過，為了讓市民能體驗大河之美，我們努力在河岸鋪設自行車道，打造全新的單車休憩空間，並在民國100年完成111公里河濱自行車道全線串連目標。

隨著河濱自行車道日漸完善，每逢假日，起碼超過2萬名熱愛單車的民眾會在河濱休憩，越來越多人選擇親近淡水河水岸；包括公館、大稻埕、大安森林公園周邊都已經形成自行車產業商圈，河濱租車點到了假日幾乎是一車難求。

環狀路網遍遊臺北 御風而行樂趣多

這股來自市民的期待與力量，形成正面的壓力，督促市府必須



假日與其窩在家裡，何不到河濱自行車道踩踏單車，既能健身，又能飽覽大河之美。

努力把各項休閒設施、配套交通、水質環境、衛生安全等工作做到好，達到民眾的要求；總結起來，就是我們「活化淡水河」的遠景目標。換言之，說臺北市自行車騎士是活化淡水河的功臣，絕不為過！

正因為我們對水岸、對自行車道休憩品質的信心，民國100年富邦臺北馬拉松，不但破紀錄地吸引超過10萬名愛好跑步運動的朋友參與，我們更特地把一段賽程安排在河濱自行車道舉行。結果參與比賽的國外選手異口同聲肯定臺北市河岸無比秀麗，跑道更是舒適怡人，為臺北做了一次極為成功的國際行銷。

最近，市府同仁又完成串連河濱與山區自行車道的自行車環狀線，全長58.8公里，車友只要騎著

鐵馬，就可以遊遍臺北市內包括南港、松山彩虹橋、大佳噴泉、木柵、景美、客家文化主題公園、大稻埕等知名景點，不必再與汽機車爭道，臺北市的自行車騎乘環境又提升到新的境界。

特別在這個環狀路網的設計中，我們保留從木柵到南港的爬坡路段，長達8公里，不同於河濱自行車道強調舒適、平坦的設計理念，這段爬坡路段約4%坡度，考驗著車友的腳力，也讓大家更能在自然的條件下健身休閒，體驗不同的城市風情。

其實對運動量普遍不足的現代人而言，運動就是積極的休息，與其假日在家偷懶，窩在沙發上看電視，不如多多騎乘自行車，不但可以在郊外運動健身，享受居家親子相處之樂，又可達到節能綠化的目標。

品味臺北的活力，就從自行車追風開始，只要大家一起來，一定能讓臺北成為一座健康城市、運動城市。當然各位車友也別忘了，上路前一定要再三確認自行車性能與各項裝備是否都齊備了；安全第一，是我們享受自行車休閒最重要的守則。

期待與大家以車會友、在路上相見！



臺北市自行車環狀線已完成大串連，只要騎著鐵馬，就可以遍遊臺北。（高讚賢攝）



河濱自行車道沿線的大稻埕碼頭夜景，三兩船舶、點點燈火，浪漫迷人。



台北圓環公司在建成圓環舉辦能量市集，每週末新鮮熱賣！

能量市集活力出擊 新鮮果蔬產地直送

文／廖雅琴 圖／臺北市市場處提供

還在煩惱該到傳統市場還是生鮮超市採買新鮮蔬果嗎？台北圓環公司在建成圓環所舉辦的能量市集是你的最新選擇。即日起，只要週末走一趟臺北建成圓環，逛一圈能量市集，你就能買到營養健康且安全無虞的農產品！

台北圓環公司自去年11月起，推出「能量市集」活動，台北圓環公司表示，「能量市集」的靈感來自國內外蓬勃發展的「農夫市場」（Farmer Market），讓獨立經營的農戶，也就是俗稱的「小農」，直接把產品送到都市。另外，取名「能量」，是因為按照德國能量醫學博士伏爾的研究，生命從誕生到死亡，就是尋求能量平衡的過程，食用新鮮的產品，最富有營養，也符合能量循環的原理。

現代人越來越重視健康，尤其關心自己每天吃了什麼下肚、食材是否新鮮，以及蔬果是否有農藥等，為了確保食材的品質，在

能量市集販賣的每一項產品皆經過檢驗，確保沒有農藥殘留，讓民眾可以買得安心，吃得健康。

而「能量市集」經營最大的一個特色，就是強調產地直送，所販賣的產品均由小農向購買民眾說明，並有標示摘果的時間和施作的工法，像是「有機農法」是一種完全不使用化學肥料及農藥的耕種方法，憑著「自然力」及「土力」來栽培作物，「自然農法」是指不使用除草劑、農藥、肥料等化學物質，農耕順應大自然的變化，而「生態農法」以生態鏈的方式來達到自然生態平衡的耕種方式。

「能量市集」每週六舉辦，營運時間從上午11時至下午5時，民眾可以每週皆採買到新鮮蔬果，特別是建成圓環緊鄰寧夏夜市，民眾也可以選擇一次出門，既可以逛夜市，又可以逛市集，一舉兩得。台北圓環公司表示，推出「能量市集」之後，深受廣大民



能量市集所販賣的蔬果讓你買得安心，吃得放心！



以種籽製作而成的飾品，是市集上的吸睛商品。

眾認同，並得到各地小農迴響。

民眾蘇小姐表示，考量健康，她一向習慣食用有機食品，經由朋友介紹及看到新聞報導能量市集，現在除了有機食品店家外，她又多了一個選擇，每週皆會前往能量市集採買新鮮蔬果，有時候還擔心太晚去會買不到。

參與能量市集銷售的小農們表示，販售的農產品不以量產降低成本為目標，希望讓消費者了解到價格不等於價值的差異性，能夠提供民眾最豐碩甘甜的農作產品才最重要。像是能量市集曾販售臺中石岡有機農戶謝美麗所栽種的「水晶種芭樂」，不同於一般市面上常見的帝王種、珍珠種芭樂，謝美麗強調，自家栽種的芭樂不使用任何化肥農藥，是以「生態平衡法」種植管理，光是讓生態鏈達到平衡就花了五年的時間。

小農童話教室推廣健康飲食 素食料理達人傳授烹調祕訣

為了推廣身心健康、環境永續的飲食觀念，以及希望以寓教于樂的方式讓小朋友可以更認識每天吃的食物，例如營養的香蕉如何栽種，成長過程又是如何，台北圓環公司每週六下午3時到3時30分於建成圓環中央廣場舉辦

「小農童話教室」，讓國小六年級以下學童可以現場登記報名，每場名額開放三十名，家人可以陪伴參加。

台北圓環公司還邀請素食料理達人王培仁開設「美味家常菜」、季節料理「小農廚房」兩種烹飪課程，教導民眾如何使用在地食材做出健康美味的料理，上課地點皆在建成圓環，課程均為八堂課，報名費一般民眾為四千元，臺北市民三千六百元，民眾可直接去電台北圓環公司報名及索取相關資料，名額有限，欲報從速。

另外，為協助農民處理販售栽種產品，能量市集也開始招募志工，凡是對有機農產品推廣有興趣，不論年紀，願意接受能量

市集二十小時有關農業、烹調、養生、行銷的培訓，每月至少可撥出三天擔任志工者皆可參加徵選，有經驗者優先，詳情請洽台北圓環公司。

重視身心健康的你，心動了嗎？不妨選個週末走一趟臺北建成圓環，獲得豐沛的能量吧！

►相關資訊

地點：重慶北路1段與南京西路交叉路口

電話：2555-9029（台北圓環公司）

時間：能量市集每週六11:00～17:00；小農童話教室每週六15:00～15:30

網址：www.taipeicircle.com



能量市集的新鮮有機蔬果，讓你吃了元氣滿滿。



小農童話教室寓教于樂，讓孩子更認識蔬果。

Reduce Reuse Recycle

百貨量販節能減碳 成就友善臺北綠城市

文字整理／陳盈帆 圖／臺北市政府產業發展局提供

時尚究竟如何結合環保？這個問題在臺北市政府產業發展局於去年規劃辦理的「百貨業及量販店節能減碳評獎活動」中，有了答案。

在百貨量販業家數居全臺之冠的臺北市，各大百貨公司及量販店善盡企業社會責任，紛紛加入這次的節能減碳評獎競賽；不論是在綠美化或是提升資源有效利用上，均有亮麗的綠色作為，也樹立了將低碳節能落實於生活中的時尚環保新典範。

18家百貨量販店參賽

主動加入資源節能行列

為減緩地球暖化的衝擊及建構臺北新風貌，北市府產業局延伸2010臺北國際花卉博覽會的3R（Reduce, Reuse, Recycle）環保理念，舉辦「百貨業及量販店節能減碳評獎活動」，希望藉此讓用電、用水等能源使用量相較於其他行業來得大的百貨量販業，能自發性地響應3R。

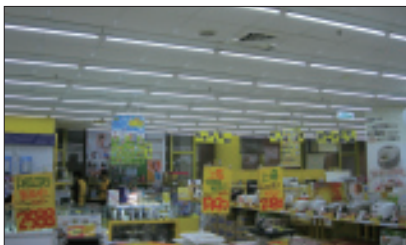
這次活動共有5大知名百貨業、13家大型量販店共襄盛舉，產業局邀集專家學者組成評選小組，以民國99年7月起至100年6月為基期，並與去年同期的表現加以比較。經激烈競爭，百貨業由微



量販店力行節能減碳，戶外的綠美化讓整座城市變得更綠意盎然。



微風廣場將小吃部的照明改為省電燈泡，大幅減少用電量，購物空間也更加舒適。（王能佑攝）



燦坤實業量販店將門市照明改成LED燈具，在本次評比中摘下量販店金質獎的殊榮。

風廣場榮獲金質獎、太平洋崇光百貨天母分公司和新光三越台北信義新天地A4館分獲銀質及銅質獎；量販店則由燦坤內湖旗艦店拔得頭籌，銀質獎由大潤發內湖分公司獲得，遠百（愛買）景美分公司及家樂福內湖分公司分別奪下銅質獎。

百貨業減少用電量 環保也能兼具時尚

在百貨業評比中榮獲金質獎的微風廣場購物中心，除了強力要求專櫃禁用白熾燈外，公共區域及逃生指示牌皆改用LED燈，小吃部及大廳吊燈則使用省電燈泡，大幅減少用電量達80萬度。微風廣場副總經理蔡彩雲說，購物中心除了致力於創造舒適的購物空間外，更應善盡企業社會責任，他們並積極落實由專人管理資源回收、擴增綠美化面積，節能成效足為表率。

太平洋崇光百貨天母分公司則是運用「新世代太陽能發電追日系統」產生電力，供應館內客用洗手間的照明；另設置雨水回收系統，除供地下1樓客人使用外，也提供馬桶沖洗及戶外廣場澆花等用途。

新光三越台北信義新天地A4館的1樓賣場設有大型植栽牆，置身其中，彷彿在綠意盎然的大自然之中購物，足見環保也能兼具時尚，令消費者耳目一新。

「節能 減碳 我行動」 量販店以身作則

量販店方面，燦坤內湖旗艦店除了安裝高效率的LED燈具，也大



太平洋崇光百貨天母分公司裝設追日型的太陽能發電系統，以供應館內客用洗手間的照明。



新光三越台北信義新天地A4館1樓入口的植栽牆，讓前來購物的民眾有如置身於大自然。

幅引進變頻系列節能家電，透過銷售人員專業解說，將節能的觀念深植於消費者日常生活之中；燦坤實業關係長張鈞語重心長地表示，在深耕3C品牌的經營過程中，他們不忘以身作則，力行「節能 減碳 我行動」的原則，故在這次評比中摘下金質獎的最高殊榮。

獲得銀質獎的大潤發內湖分公司，則是更換老舊冷凍主機及採用環保冷媒，並增設智慧型電能管理監控裝置，以有效掌控用電狀況。

為徹底落實廢棄物管理及資源回收再利用，同獲銅質獎的遠百

（愛買）景美分公司及家樂福內湖分公司，均不約而同推廣廢電池及廢光碟的回收換好康活動，顯示出業者不僅用心將節能減碳的觀念融入營業場所之中，同時也循序漸進，引導消費者跟進，大家一起用行動愛地球。

節能減碳已是全球趨勢，也是臺北市與國際接軌的重要指標。北市府期待透過這次的評獎活動，將節能觀念從企業逐步落實於你我周遭生活之中，創造出友善宜居的臺北綠城市。

身為臺北市民一份子的你，準備好節能減碳了嗎？！

投注夢想放送愛

公益彩券盈餘分配寒冬送暖

文／陳靜雯 攝影／王能佑



恩慈之家以類父母的角色、24小時的生活陪伴，提供愛滋兒少在生理、心理上的妥善照顧。

一枚50元硬幣不只投注你小小的夢想，更能散播愛心到社會的每一個角落！公益彩券的盈餘分配，除用在全民健康保險、國民年金之外，其餘的50%則提供地方政府辦理社會福利及慈善公益活動。臺北市政府社會局也透過這全民匯聚的愛心，讓更需要幫助的人獲得溫暖。

彩券化愛心

許愛滋兒少溫暖的家

醫學發達的今日，許多人對愛滋病仍抱持一知半解的偏見和歧視，部分愛滋兒童及少年由於家庭功能不彰，大人無力照顧或遭父母棄養，處境堪慮。有鑑於對

安置問題的重視並保護兒童基本人權，社會局於民國99年4月開始，運用公益彩券盈餘分配基金委託財團法人臺北市愛慈基金會辦理臺北市「恩慈之家」。

「恩慈之家」是全國首創去機構化、家庭式照護的團體家庭，針對無法獲得適當家庭照顧的愛滋兒少提供家庭式及服藥治療的照顧；透過民間團體提供的房舍作為照顧處所，由社工、醫療、心理諮商等人員，以及兩名類父母角色的照顧人員提供24小時生活照顧，使愛滋病確診的兒少，在生理與心理上得到妥善的照顧。

自方案成立之初即參與「恩慈之家」的社工人員顏琬臻，從房

舍的翻新、布置與清理環境到實際運作，一路走來有許多感觸。她認為，以家庭概念為主軸，讓孩子們能在有愛他們的爸爸、媽媽環境下成長，所發揮的家庭功能不僅可滿足孩童個人心理與生理的需要，更能進一步輔導孩童發展出合宜的社會行為。社會局希望透過此方案，提供兒童與少年更多元的安置資源。

彩券化力量

拜電腦補助之賜與世界接軌

電腦及網際網路已成為現代人日常生活中不可或缺的一環，為增加經濟弱勢民眾接觸網路的機會並提升數位能力，社會局自民國92年推出「臺北市補助低收入戶購置電腦設備」方案，獲得多家知名企業的響應，補助低收入戶學子購買電腦設備，讓他們也能一圓數位學習的梦想。

宋小妹妹目前就讀國小五年級，父親是重度肢障，父女倆在民國99年獲得電腦補助後，為生活帶來許多便利並開拓視野。宋爸爸平時會透過網路獲取生活資訊，像是搜尋發票中獎號碼對獎、購物，或是玩小遊戲作為休閒娛樂。宋小妹妹則利用網路搜尋科學知識、進入班級網站了解學校課程及活動、依照自己的創意製作卡片、報表、文件等，或是用線上通訊軟體跟同學討論課業、聊



社會局希望運用公益彩券盈餘所推動的社福方案，提供更多元的安置資源。



提供輔助器具的專業服務，能直接讓行動不便的身障者受惠。



補助電腦硬體設備，為宋爸爸生活帶來許多便利並開拓視野。

天，為生活增添許多樂趣。

宋爸爸非常感謝社會局免費提供電腦讓孩子的學習更有效率，也為日常生活帶來許多便利及樂趣。宋小妹妹則說，電腦就如同她的家庭導師般，能隨時查詢知識，線上字典、翻譯的功能更提供學習英文時良好的工具，讓她對於英文更有信心，也更感興趣。去年11月她還特地參加英語分級檢定考試，足見宋小妹妹善

用電腦，努力向上的用心。

彩券化溫暖 身心障礙者受惠良多

對於行動不便的身障者來說，輔助器具在他們的生活中扮演重要的角色。社會局於民國93年委託國立臺灣大學附設醫院設立臺北市北區輔具中心迄今，提供身心障礙者及一般民眾多元化、整合且專業性的輔具服務，包括

展示、諮詢、評估、檢測及維修等。另為減輕民眾經濟負擔，提供回收二手輔具服務，經過維修、清潔及消毒後，可免費借給有短期需求的民眾。

另外，民國69年即成立的財團法人第一社會福利基金會，是臺灣第一個為心智障礙孩童所設立的專業訓練機構，有鑑於身心障礙者對輔助器具的需求，於84年成立臺灣第一輔具資源中心，並自93年開始獲得社會局公益彩券盈餘的補助，除提供輔具諮詢、評估、檢測、維修、回收與租借等服務，更針對身心障礙者研發及製作多種電腦輔具，讓身心障礙人士也能夠擁有處理數位資訊的能力，獲得更好的生活品質及提升參與社會的潛能。

除補助恩慈之家、經濟弱勢族群購買電腦設備，以及身心障礙者輔助器具，社會局另規劃身心障礙者生活重建及家庭支持方案，並協助改善低收入戶公有房舍辦理居家環境規劃班，教導居住者布置、收納等概念，以建立更舒適的居家環境。以上的涓滴幫助，為的就是擴大辦理公益彩券盈餘的社會福利，造福更多需要幫助的人。



用音樂喚醒生命之愛

傾聽}馬修連恩 與大地的對話

文／陳盈帆 圖／新視紀整合行銷傳播提供

我祈禱我的兒子能夠認識這個世界，一如過去我所知道的那個世界。

——節錄自馬修連恩〈瓶中信〉歌詞

你可曾想過，音樂究竟是什麼？是釋放壓力的解藥、布爾喬亞式的休閒娛樂，抑或情緒發洩的出口？

對馬修連恩而言，音樂是用以表達人類與大地之間最深層的

情感與依賴，也是將愛、熱情與想法結合的黏著劑。一個來自加拿大的音樂創作者，從他的作品，竟然聽見了臺灣在地的族群生命力，以及草木萬物的聲聲呼喚……。

從小在加拿大長大，馬修連恩對於傳統文化與大自然的關注未曾間斷；來到臺灣後，這座島嶼讓他把問題看得更清楚，因為臺灣宛如地球的縮影，許多生態體系所面臨的挑戰，從這塊小小的



馬修連恩透過音樂來表達人類與大地間相互依存的情感，樂曲聽來含蓄且深刻。（王能佑攝）

土地中可見微知著。因此，馬修連恩揉合了大自然的地景聲音、傳統樂器、族群部落的人聲，製作出橫跨流行與傳統的跨界音樂，並鼓勵人們透過音樂去理解我們所生活的這個世界。

憂臺灣發展太快 用音樂推動物種保育

「發展經濟是必要之路嗎？」馬修連恩質疑著，也擔憂起臺灣，因為在一個有限的空間中過度發展，與環境、物種的保護是背道而馳的。

如同多年前為了加拿大被撲殺的狼群而寫下〈狼〉這首曲子，馬修連恩也替臺灣瀕臨絕種的白海豚創作了〈瓶中信〉（Message in a Bottle）這首歌，「我想要表達的是：白海豚，不好意思，我們不夠愛你，所以再過幾年後你就會消失，所以我們要趕緊跟你說抱歉、然後道別。」但僅此而已嗎？馬修連恩認為，我們應該要更積極地做些什麼；否則，當有一天我們才猛然覺醒，卻已來不及了。

愛純粹原民文化 提醒我們身為人的責任

馬修連恩多次參與臺灣原住民的豐年祭，他發現，阿美族的社會體系中，是以年齡階級做為部落整體運作的基礎，每個年齡階層背負了不同的責任，且階層中的每個人也都知道他們在體系中扮演何種角色。

因此，馬修連恩希望藉由原住民的歌聲，一種最貼近自身文化與生活方式的呢喃，將群居社會的責任歸屬感，以及與土地之間彼此尊重的依存關係表達出來。「我們特別需要像原住民這樣的一群人，來提醒我們是誰；因為身處大都市中，我們迷失了方向，甚至盲目追求一個自認為對我們比較好的生活目標。」馬修連恩說道。



馬修連恩認為，兒子Ethan的人格特質裡有著臺灣專屬的文化氣味，並帶給他源源不絕的創作靈感。

從騷動到平靜 臺北和馬修都在轉變

來臺十餘年，馬修連恩卻很難形容臺北這座城市的轉變，因為他的身分已截然不同。馬修連恩說，剛來到臺北，他是「客人」的角色，四處都是新奇有趣的事物，經濟也發展迅速，整個城市有一種狂野的騷動感。

浸泡在一個陌生的文化裡，難免出現隔閡，但這樣的文化衝擊，並不全是負面的；因為臺北人的友善，讓馬修感到舒服而自在。當他在這裡娶了臺灣妻子、有了愛的結晶後，他的角色也「反客為主」，成為臺灣人的丈夫和父親；於是，臺北在他眼中，漸漸變得熟悉，各項公共建設也發展完備，城市氛圍從蠢蠢欲動中冷卻、平靜了下來。

馬修的兒子Ethan現在兩歲半，

帶給他源源不絕的創作靈感；馬修感嘆地說，他和兒子所認識的「地球」應該不會是同樣的面貌；「我小時候根本沒聽過地球暖化這個名詞；60年代，人類登陸月球，他們在地球外面拍攝地球，我那時看到的是一個充滿魔力、美麗且令人驚豔的物體；但現在的地球弱小又貧瘠，且即將凋零死去。」

即便擔憂兒子家園的未來，但馬修也開心地訴說著Ethan身為臺灣人的這項事實：「在他的人格特質裡，有著臺灣專屬的文化氣味，我很開心我的兒子是臺灣人，因為世界上沒有任何一個國家的文化比臺灣更好。」

同是身為臺灣人的你和我，也應珍惜自身獨有的文化氣息，用最溫柔的方式，去對待這片承載了無數生命與記憶的鄉土。



百年家傳藥香味： 老明玉香鋪

文／田梅紫 攝影／廖碩文

點一炷清香，繚煙裊裊，那迴旋盤升的輕煙，星火燃放的是一个家族四代人的百年藥香記憶。

很多人知道香分檀、沉、楠、檜等木料製成，卻很少人了解其中尚添幾味至二十幾味不等的中藥材，層層粉末鋪疊濃濃藥香；很多人知道焚香能安定心神，卻很少人明白其間療效是香鋪主人一一試藥，才有這許多獨傳祕方流傳至今；很多人知道貴陽街上那間百年香鋪，卻很少人造訪其位於板橋的製香廠，一窺究竟。

它是老明玉，設立於1897年，自創始人黃燦由家鄉臺南流浪到異鄉臺北，屬於這家人的香火傳奇，也飄散在臺北的空氣記憶中……。

臺南師傅 流浪到臺北

黃燦是現今老明玉的主人——黃條原的阿公。據老闆說，他阿祖本不是做這行，而是另外一位老師祖傳授製香技巧給他阿公，後因家中發生變故，黃燦便邊製香邊流浪，從彰化、南投、臺中……，一路北上，最後終於落腳臺北艋舺，開設店鋪，安家立命。

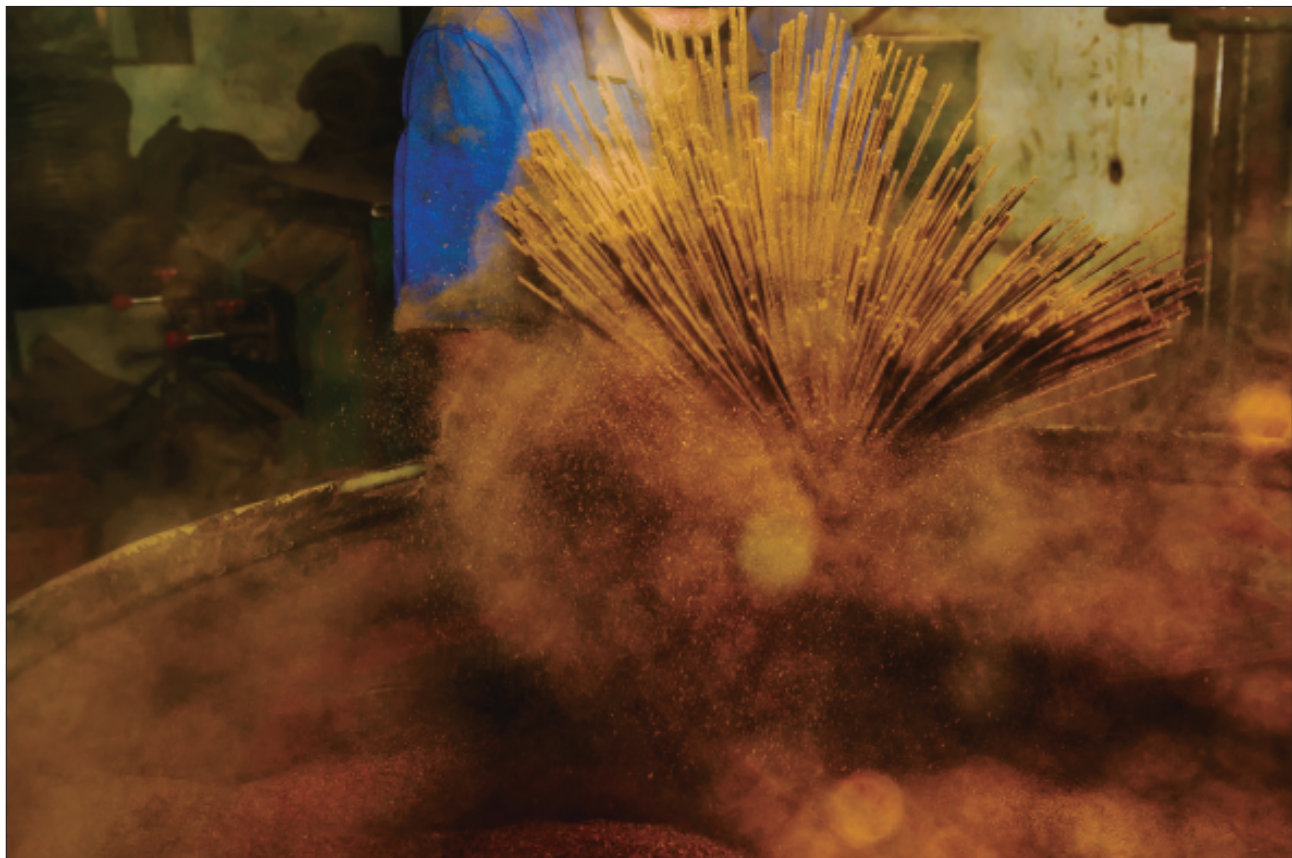
有趣的是，老闆的爸爸被留在老家的親人找回臺南後，本也不是從事製香，而是個手腳快、做工好的「磚仔師傅」，直到二十五、六歲才來到臺北接手老明玉。

至於黃老闆，則打從十五、

六歲起便跟著爸爸學做香。他兩歲時得過腦膜炎，那時醫術不發達，最後雖然幸運被救活，但之後卻常生病，還曾嚴重到肺積水，可說是個藥罐子，因此初中畢業後，就留在家裡幫忙。

他笑著自謙，那時經常請假，書有讀等於沒讀，但所謂「久病成良醫」，他對中藥產生濃厚興趣，不僅自學《本草綱目》，最後還鑽研到簡體字版！

「以前的人生病，會到廟裡求香灰摻水吃下，現代人雖較少這麼做，拜拜時卻不免吸聞到燃香後的氣體，所以裡面的漢方很重要。」老闆溫文地說，他除了看書自學，還會親身試藥，或是詢



老明玉香鋪是四代傳承下來的百年香火傳奇，也代表了一種對自身使命的執著。

問旁人，以了解各種中藥對不同體質的人所產生的影響，點滴積累藥學知識。

百年漢方 飄香看門道

老明玉的幾種製香配方，在老闊的阿公時代就有，他則做了些許改良，因這藥性有的寒、有的濕、有的溫、有的毒……，不見得適合全配在一起，甚至有些原本各不具毒性，但摻在一起便會釋放出不好的物質，引發中毒！

例如肉桂、甘草、川芎、陳皮、甘松等，都是製香原料之一，也有不同藥性和功效——肉桂較燥熱，用於體寒之人身上很恰當，但孕婦就不適宜；甘草是一種藥引，也兼具顧胃療效，像現今中、西醫開藥方時，都會摻和些甘草皮，避免藥效太利而傷胃；甘松除對腦部和腸胃好，亦能抑止頭皮屑產生，令你舒爽一整天。

時至今日，除了節慶至宮廟拜拜點線香，許多人平日習慣在家



第三代傳人黃條原花費畢生心血鑽研製香的家傳祕方，希望這百年家傳的藥香味能持續飄香。

燃放臥香（即沒有竹枝的香）或盤香（即環香），覺得有提神醒腦、安定心神等功效，正是源於這些香皆摻以中藥粉製成。

「其實這些原料大家都知道，只是各間香鋪調配比例不同，這

就是其中精髓處。而一枝香裡除了檀、沉、楠、檜等木材粉末，通常還有幾種到二十幾種不等的中藥在內，卻不是越多越好，一切都要看配方。」說起這家傳祕方，不難聽出黃老闆的自信與珍



線香的竹枝早年是採用桂竹來製作，後因產量較少，有時也會使用麻竹。

惜，那是對自己花費大半生心血鑽研的自信，也是對百年家業代代薪傳的珍惜，含蓄且深沉。

幾經榮衰 家族力量大

這樣的老香鋪，也曾歷經幾度興衰榮衰，卻靠著一家子的力量挺了下來。

「最好的時候，我比喻給妳聽，臺灣人一年可以燒掉約一條高速公路的金紙數量。」提及往日盛景，黃老闆細細回味，他爸爸掌舵那時應是全民瘋玩「大家樂」之際，由於求明牌要燒香，中了彩金還願更要燒香，需求自然大增；而待他自己接手老明玉，景氣最好的時機要屬民國50幾年前後，製香師傅多達一、二十位，一人一天平均可產出一百五、六十斤的香，總量很是驚人。

老明玉位於貴陽街的店面，目前是由老闆的女兒幫忙管理，他則負責監督板橋與深坑兩間製香廠的生產；但現年六十九歲的



老明玉店面位於貴陽街，此區域老店處處的青春記憶已不復返，但仍有濃濃的人情味。



他，也正在整理獨門配方，準備傳授給家族第四代，以期百年家傳藥香味能持續飄揚。

看著人潮熙來攘往的貴陽街，店內家族黑白照片留影的紅磚拱牆今已不復存、做了一輩子老鄰

居的老旗袍店無奈歇業，以及早年此區域屬渡船頭因而商貿繁盛、老店處處的青春記憶也不復返，老闆笑說，這裡人情仍濃，只是有些已逝去的，彷彿就再也回不來了……。



老明玉香鋪目前由黃條原的女兒打理，黃條原則負責監督板橋與深坑兩間製香廠。

製香流程



先把竹枝浸濕，鋪灑滿滿木粉與中藥粉。



師傅使用巧勁不斷拋動竹枝，使粉末分布均勻。



將竹枝放入機器中，使粉末更加勻實，再放置一旁使其乾燥。

板橋製香廠的某間小房內，竹枝敲擊桌子的規律啪啪聲不斷，藥香粉塵亦隨著師傅一次次的動作漫天飛揚，由此可知，製香其實是件辛苦又需巧勁兒的工作。

只見師傅先將大把竹枝浸濕，鋪灑滿滿木粉與中藥粉後，藉由一再拋動讓粉末分布均勻，再放入機器中弄得更加勻實些，接著便放置一旁使其乾燥。之後重複浸濕、沾粉、乾燥等工序總共五遍，才將線香拿到外頭曝曬或風

乾。

「製作線香的竹枝早年都是用桂竹，後因產量較少，有時改用麻竹。」邊提點師傅該注意的事項，黃老闆邊為我們解說：「至於香最怕的就是潮濕，所以曝曬或風乾後要再用機器讓它更加乾燥——一般多半是用高溫乾燥機，但我覺得冷氣機除濕效果較好，因為溫度一高，某些物質就會揮發逸散，保持低溫才能讓燃香時的香氣最為飽和。」

老闆還分享了各色線香的成分，例如老明玉出產的多是不添加任何色素的原色香枝，而坊間常看到的紅色線香是以食用色素染色、黑色線香是加入油的抽取物，黃色線香則摻有薑黃。

►老明玉香鋪

地址：貴陽街2段155號

電話：2381-5569



一路同行來到這裡，綠茵水岸，空氣格外清新的基隆河濱；漫漫長路感謝有你，相陪作伴，始終不曾離棄的真心情誼。

走過繁華熱鬧、喧騰不已的臺北市區，櫛比鱗次的大廈高樓，堂皇著街道巷弄間首善之都的尊貴氣息；車水馬龍的車潮人潮，川流著往來人群裡忙碌緊張的生活步履。這樣一座都會大城，或許就如人們口中所說的，有時不免會出現人與人之間莫名的疏離感，幸而有你，這一段說來不算太短的路程，走來並不孤寂。

停歇在這基隆河畔，綠意盎然的青青草地一路迤邐，一如你我攜手相依；泛著微藍色調的河水靜靜流淌向西，彷彿彼此雲天高誼奔流不息。徜徉在這片寧靜天地，著實令人心身舒展。

其實真的只要你願意，張開雙臂，世界便會迎向你，連結起人與人之間最微妙的縈繫，傳遞心與心之間相互關懷的那份情意，就算旅途中遇上了艱辛，仍會有人陪你一同加油打氣。

感謝有你，這一路走來不遠千里；有你同行，人生的風景也因而更加美麗。





披上一襲華麗 寶特瓶大改造

文／雷小花 攝影／約瑟

自從在2010臺北國際花卉博覽會參觀了由寶特瓶打造而成透明潔淨、造型獨特的流行館後，不難發現，這日常生活中產量最大的廢棄物，蘊涵著無限的可能。

除了寶特瓶，過時衣服上的荷葉邊、蕾絲花邊、假珍珠項鍊，或小女孩可愛的髮箍、髮圈，或不用的水鑽胸花別針、禮盒的緞帶花等小物，都可再利用成為妝點物品的最佳道具。想像一下，如果將這些東西拿來回收大改造……本期「幸福手作館」就要

示範如何利用寶特瓶與這些小東西，做出小豬存錢筒與小物收納盒。

製作小物收納盒時，因為需要切割寶特瓶，所以須先選擇容易切割的寶特瓶以及適合的大小。一般來說，大尺寸可放置較多小物，看起來也較有家飾的效果；另外，裁切寶特瓶時要注意避免割傷，修剪後的寶特瓶邊緣可用透明膠帶包覆，以防劃傷。

為使黏貼工作更順手，雙面膠帶可先黏貼在荷葉邊或蕾絲邊

上；妝點的小珠珠或鍊子除了以雙面膠帶來黏貼，也可用保麗龍膠或白膠，或使用針線縫合。此外，豬耳朵和豬腳等造型不限使用不織布，也可利用身邊舊衣物、丟棄的碎花布剪出，再黏上從餅乾盒或洗衣粉紙盒等裁下的硬紙，讓造型挺立。

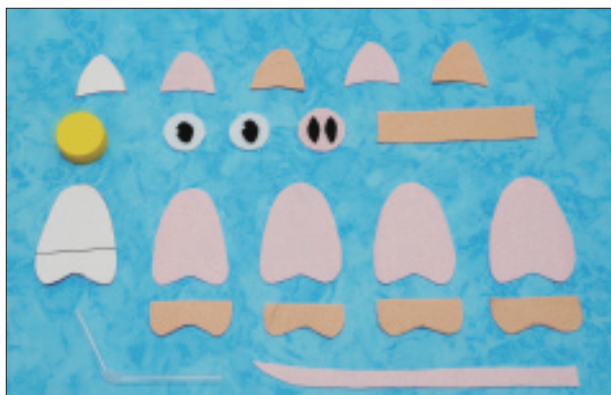
回收寶特瓶搖身一變，成為高貴不貴的豬小姐及炫麗華美的收納盒，是否為之驚豔呢？趕快一起來DIY，化腐朽為神奇！

►工具材料

材料：寶特瓶、不織布、過時蕾絲衣服、花邊、項鍊、假珍珠、髮箍、水鑽胸花別針、緞帶花、製作紙形的硬紙板。

工具：剪刀、美工刀、油性筆、膠帶、雙面膠帶（白膠或針線）。

貴氣豬小姐 存錢筒的作法



1.在硬紙上描繪耳朵、腳、蹄等紙形，依樣在不織布上剪下粉色和肉色耳朵各2片，以及粉色腳、肉色蹄各4片。量出瓶蓋圓的大小，裁出粉色鼻頭1片、眼白2片；對照鼻頭與眼白的大小，剪出並黏上適合的黑鼻孔2片、黑眼珠2片；依瓶蓋圓周的長與瓶蓋厚度，裁剪肉色長條不織布1片，作為鼻子；尾巴以有轉彎皺褶的吸管當骨架，黏上粉色不織布，做尾巴的肌膚。



2.將舊衣花邊裁約35公分做腰帶，蕾絲布裁約20公分×37公分做褲子，以雙面膠帶先將腰帶黏在褲子上，再整個黏至寶特瓶。此處以2,000c.c.寶特瓶為例，瓶底中心點至瓶身1/3處約20公分，包覆一圈瓶身外加2公分的黏接面約37公分。



3.再將不織布條繞黏在吸管上，做出粉色豬尾巴，並預留一段吸管剪成傘狀，方便黏貼在瓶底。黏好尾巴後，剪幾片雙面膠帶以傘狀黏貼瓶底。



4.接著將褲子布邊均勻地往瓶底黏合，這樣褲子就穿好了，再把豬尾巴折往上翹，看起來精神飽滿又神氣。



5.用50元銅板來量投幣孔尺寸，以油性筆作記號，再用美工刀切出整齊的投幣口。切割後的投幣口較鋒利，可用透明膠帶包覆，以免割手。

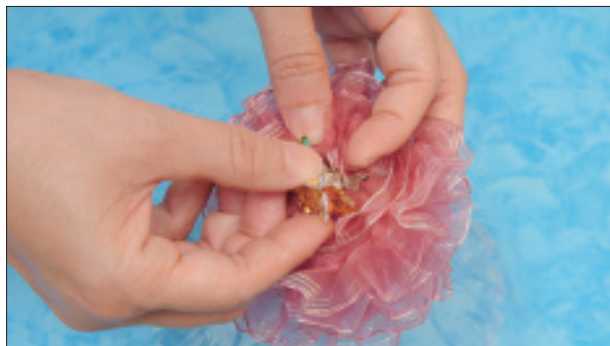


6.最後將豬眼、耳、鼻、腳、蹄各就各位用雙面膠帶黏妥，再用髮箍等飾品將豬小姐打扮一番就完成了。

華麗收納盒 的作法



1.用膠帶繞量圓桶狀的瓶身，並黏在所需尺寸位置上，接著以油性筆標出大約位置，然後剪下。上半部當蓋子，下半部當收納容器，製作時容易拿取，修剪細部也較容易。



2.先將雙面膠帶黏貼在荷葉邊上，沿著瓶口黏一圈荷葉邊後，再回黏一圈，然後別上水鑽胸花別針。



3.接著做盒身切口的荷葉邊。先將雙面膠帶黏貼在荷葉邊上，再沿著盒身切口黏一圈。因荷葉邊只有一邊皺褶，可與瓶口作法相同，再回繞一圈，讓上下都有荷葉邊，製造出華麗的效果。



4.瓶口荷葉邊回黏的接合處顯得較為單調，可用窄板的蕾絲花邊加以裝飾，以布滿的花邊掩飾接補回繞處。



5.最後以垂墜的方式將蝴蝶項鍊繞在收納盒蓋上，再利用雙面膠帶黏貼在面積較大的蝴蝶底面，適度地固定在收納盒蓋的寶特瓶上，華麗貴氣的收納盒就完成了。

101年2月15日~3月14日市府活動行事曆

活動名稱	時間 / 地點	主辦單位 / 洽詢電話
太極拳教學	每週二 17:00~18:00 / 市立聯合醫院和平院區B棟地下1樓健檢中心	市立聯合醫院和平院區 ☎2388-9595轉8418
有氧舞蹈	每週四 17:30~18:30 / 市立聯合醫院和平院區B棟地下1樓健檢中心	市立聯合醫院和平院區 ☎2388-9595轉8418
科學影片欣賞【現場參加】	每週日 10:30及 15:00 / 市立天文館展示場1樓教室	市立天文館 ☎2831-4551轉703
假日探星趣與DIY【現場參加】	每週日 15:00~16:30 / 市立天文館展示場1樓服務台	市立天文館 ☎2831-4551轉703
星姊姊說故事【須先電話報名】	每月第2及第4個週六 14:00~15:00 / 市立天文館展示場1樓兒童室	市立天文館 ☎2831-4551轉704
2012 星期天談星 【須先電話報名】	每月第1及第3個週日 14:00~15:00 / 市立天文館展示場1樓教室	市立天文館 ☎2831-4551轉704
【花博公園】 2012 花現台北—— 爭艷再現《夢幻仙境》	即日起至2/19（日）09:00~18:00 / 爭艷館	北市府產業發展局 ☎2182-8886轉7654 聯合報股份有限公司 ☎2596-4367
臺北茶花展——茶花心事	即日起至2/26（日）08:00~17:00 / 花卉試驗中心（仰德大道4段175巷32號）	北市府工務局公園路燈工程管理處花卉試驗中心 ☎2861-6361
走進公眾・美化台灣——顏水龍	即日起至2/26（日）/ 市立美術館3A、3B、3C展區	市立美術館 ☎2595-7656轉220
漿果郵票發行首日暨 水果郵票特展	即日起至2/29（三）/ 郵政博物館5樓	郵政博物館 ☎2394-5185
2011 臺北美術獎	即日起至3/4（日）/ 市立美術館D、E、F展區	市立美術館 ☎2595-7656轉220
北市府勞工局職業訓練中心免費 失業及無薪假課程招生中 【須先報名】	即日起至3/31（六），報名期間依課程簡章 上註明時間為主 / 北市府勞工局職業訓練中心（士東路301 號），詳情請至www.tvtc.gov.tw查詢	北市府勞工局職業訓練中心 ☎2872-1940轉207~217、 348、349
「首次接受四項癌症篩檢 刮刮樂 拿獎金」活動	即日起至5/31（四），限設籍臺北市市民 / 臺北市特約醫療院所及12區健康服務中心	北市府衛生局 ☎1999轉1846
「台灣吉野家股份有限公司&爭鮮 股份有限公司」聯合專案招募	2/15（三）13:00~16:30 / 勞工教育館3樓	北市府勞工局就業服務處台北 人力銀行 ☎8663-1000
五行健康操+穴道拍打養身操	2/16（四）至2/29（三），每週一至週五 08:30~08:50 / 醫療大樓2樓中庭	市立聯合醫院仁愛院區護理科 ☎2709-3600轉3507
中山區行孝里社區篩檢活動	2/17（五）09:00~12:00 / 民族魚市場中庭	中山區健康服務中心 ☎2501-4616轉730
心肺復甦術（CPR）課程 【須先報名】	2/17（五）13:00~17:00 / 市立聯合醫院中興院區6樓第三會議室	市立聯合醫院中興院區公衛室 ☎2552-3234轉3161、3257



(許斌攝)

- ★1999為臺北市民當家熱線，
外縣市民眾請撥02-2720-8889再轉分機。
- ★活動如有變動，以主辦單位公布為主。

活動名稱	時間 / 地點	主辦單位 / 洽詢電話
「薪」的開始——中型就業博覽會	2/17 (五) 14:00~16:30 / 勞工公園廣場舞台區 (承德路3段287號)	北市府勞工局就業服務處 ☎2594-2277轉214
101 年 2 月份委外訓練招生宣導	2/17 (五) 14:00~16:30 / 北市府勞工局就業服務中心	北市府勞工局就業服務處 ☎2872-1940轉293
ㄋㄟㄣ 家族母乳講座—— 成功哺育母乳的秘訣【須先報名】	2/18 (六) 10:00~12:00 / 中山區健康服務中心7樓會議室	中山區健康服務中心 ☎2501-4616轉731
【花博公園】 智慧型自動化產品體驗活動	2/18 (六)、2/19 (日)、2/25 (六)、 2/26 (日) / 天使生活館	天使生活館 ☎2585-7228
行過江南—— 陳澄波藝術探索歷程	2/18 (六) 至5/13 (日) / 市立美術館2A、2B展區	市立美術館 ☎2595-7656轉220
臺灣當代・玩古喻今	2/18 (六) 至6/10 (日) / 市立美術館1A、1B展區	市立美術館 ☎2595-7656轉220
太極氣功十八式	2/20 (一) 至2/21 (二) 08:50~09:10 / 醫療大樓2樓中庭	市立聯合醫院仁愛院區護理科 ☎2709-3600轉3507
肚皮舞班	2/21 (二) 11:00~12:00 / 醫療大樓5樓員工健身中心	市立聯合醫院仁愛院區護理科 ☎2709-3600轉3507
營養師節慶祝活動	2/22 (三) 10:00~11:30 / 市立聯合醫院中興院區1樓大廳	市立聯合醫院中興院區營養科 ☎2552-3234轉3045
從心看電影：《波普先生的企鵝》	2/22 (三) 18:00~20:30 / 檢驗大樓6樓大禮堂	市立聯合醫院仁愛院區護理科 ☎2709-3600轉3598
2012 臺北市客家文化節系列—— 長慶廟伯公生慶典活動	2/23 (四) 13:00~15:40 / 長慶廟 (晉江街34號)	北市府客家事務委員會 ☎2702-6141轉226
遠離代謝症候群	2/24 (五) 08:30~09:30 / 市立聯合醫院中興院區2樓內科門診區	市立聯合醫院中興院區營養科 ☎2552-3234轉3047
媽媽教室【須先報名】	2/25 (六) 09:30~11:40 / 市立聯合醫院中興院區6樓第三會議室	市立聯合醫院中興院區婦產科 ☎2552-3234轉5601、5602
【花博公園】 2012 花現台北—— 爭艷再現《蘭藝爭輝》	2/25 (六) 至3/11 (日) 09:00~18:00 / 爭艷館	北市府產業發展局 ☎2182-8886轉7654 聯合報股份有限公司 ☎2596-4367
101 年臺北市老人健康檢查	3/1 (四) 起至預約額滿為止 / 臺北市各特約醫院	北市府衛生局 ☎1999轉1805
新移民生活成長營 (大陸學員班)	3/1 (四) 至4/25 (三)，每週二至週四 13:30~16:30 / 南港區新移民會館	信義區公所人文課 ☎2723-9777轉806
新移民閩南語研習班	3/6 (二) 至5/22 (二)，每週二09:00~ 12:00 / 北投區公所6樓	北投區公所 ☎2891-2105轉292
2012 年世界腎臟病日—— 愛腎 i-win 園遊會	3/11 (日) 14:00~17:00 / 信義區香堤大道	北市府衛生局、三軍總醫院 ☎1999轉1801 臺灣腎臟醫學會 ☎2331-0878



星期 時間	週一至週五	週六	週日
00-01	臺北都會慢一點／秦浩	臺北放輕鬆／路易	
01-02	經典午夜場／Linda	臺北好聲音／葉峻豪	音樂101／雷洛
02-03	星空下的旋律／偉華		
03-04	西洋樂未眠／欣亞	時光音樂特調／小蔡	爵士放音樂／Will
04-05	流行音樂聽臺北／小魚		
05-06	音樂不打烊／節目課	流行什麼拍【世新大學合作】	Chasing Youth 【政治大學合作】
06-07	BBC World Service	捷運趴趴GO【世新大學合作】	樂團起床號 【臺灣藝術大學合作】
07-08	早安臺北晨／小魚	歡迎來做客／羅國盛	臺北社區好鄰居／張曉瑩
08-09		音樂起床號／節目課	
09-10	臺北好幸福／偉華	城市農村上下游／蔡國憲	臺北人力銀行 【北市勞工局合作】
10-11		就愛FUN音樂／節目課	職場加油站 【北市勞工局合作】
11-12	上班族放輕鬆／路易	臺北有愛／廖偉凡	
12-13		悅讀好時光／張馨文	
13-14	臺北樂無限／Linda	乘著音符去旅行／阿冰	議會快易通／蔣光華
14-15			精彩創意的藝饗世界 ／艾瑞克
15-16	三不五時聽臺北／欣亞	臺北好聲音／葉峻豪(重播)	音樂101／雷洛(重播)
16-17			
17-18	健康臺北城／郭念洛	時光音樂特調／小蔡(重播)	西洋音樂飆榜／Will
18-19	臺北你當家／劉映蘭		
19-20	亮點臺北／小茉莉・大艾克	音樂萬花筒／節目課	
20-21	來臺北做客／羅國盛 【行政院客家委員會合作】	心際能源會／丹萱	
21-22	臺北・Education／丹萱 【北市教育局合作】	HELLO TAIPEI 【北市勞工局合作】 週六 印尼語節目、週日 菲律賓語節目	
22-23	BBC World Service	HELLO TAIPEI 【北市勞工局合作】 週六 泰國語節目、週日 越南語節目	
23-24	尋夢園／秦夢眾	臺北樂談／陳冠州	

●線上收聽：www.radio.taipei.gov.tw ●地址：臺北市104中山區中山北路3段62-2號4樓

●行政電話：2595-1233 ●傳真：2596-2115 ●現場電話：2599-2266

●最新資訊及包含AM1134之詳細節目表，請上臺北廣播電臺網站查詢 ●網址：www.radio.taipei.gov.tw

請投我一票

時間：1月21日至3月9日止

☒ 信義時尚之城

投票方式

- 1、網路投票
(活動官網 <http://十大小城.tw>)
- 2、明信片投票
(可至本市旅服中心索取或
網路下載寄回)
- 3、APP投票

詳細內容可上
臺北旅遊網 (<http://taipeitravel.net>)
觀光局活動網站 (<http://十大小城.tw>)

廣告回信
台北郵局登記證
台北廣字第04192號

104-86

臺北市政府觀光傳播局
(觀光小城活動)

臺北市中山區松江路111號15樓

☒ 北投風華小鎮