

[大安吉 ifc] 遇 見 愛

畫刊

TAIPEI PICTORIAL
103/4
No. 555
每月10日出刊



我們要成家了！

臺北畫刊 555 * Taipei Pictorial * 2014 * 103/4

臺北市政府觀光傳播局


TAIPEI
填問卷
送好禮
辦法詳見第2頁


UNIVERSIAD
TAIPEI 2017
2012世界大學運動會 在臺北

●臺北畫刊

知性、感性、自然、人文，
是一本適合全家閱讀的刊物。

●臺北畫刊

豐富、多元，是認識臺北風貌的園地，
這裡有：

臺北城市的發展紀錄，最新的休閒活動資訊，
重大的民生議題探討，溫馨的文化藝術報導；
實用的生活常識，21世紀的時代新知。

●臺北畫刊

最大的心願是：成為每一位市民的好朋友，
和大家一起見證臺北的成長。

●榮譽榜

- ★ 77 年金鼎獎優良出版品獎
- ★ 78 年金鼎獎優良出版品獎
- ★ 90 年度行政院優良政府出版品獎
- ★ 91 年金鼎獎優良雜誌獎
- ★ 92 年度行政院優良政府出版品獎
- ★ 94 年度臺北市政府優良出版品
- ★ 95 年度行政院優良政府出版品獎
- ★ 96 年度臺北市政府優良出版品
- ★ 97 年度臺北市政府優良出版品
- ★ 98 年度臺北市政府優良出版品
- ★ 99 年度臺北市政府優良出版品
- ★ 100 年度臺北市政府優良出版品

●免費索取地點

臺北市政府大樓 1 樓市民服務組
 臺北市各區公所
 臺北市各戶政事務所
 臺北市立聯合醫院各院區、各區健康服務中心
 臺北市立圖書館總館及各分館
 臺北市文獻委員會圖書室
 臺北市議會
 臺北探索館服務台
 臺北市中山堂
 臺北市立動物園
 臺北市立美術館
 臺北市立社教館
 臺北市立天文科學教育館
 臺北市兒童育樂中心
 臺北市教師研習中心
 臺北市兒童托育資源中心
 臺北市勞工教育中心
 臺北市交通事件裁決所
 臺北 NGO 會館
 臺北市中正公民會館
 臺北市信義公民會館
 臺北市稅捐處總處及各分處
 臺北市就業服務中心承德站
 臺北市社區營造中心
 產業發展局科技產業服務中心
 財政部北市國稅局
 行政院經建會服務台
 經濟部國營會
 勞保局臺北市辦事處
 內政部移民署臺北市服務站
 救國團中國青年服務社
 交通部觀光局輔導各地旅遊服務中心
 各國家風景區遊客中心
 臺北市中山運動中心
 臺北市中正運動中心
 臺北市南港運動中心
 臺北市士林運動中心

臺北市萬華運動中心
 臺北市內湖運動中心
 臺北市信義運動中心
 臺北市松山運動中心
 臺北市大同運動中心
 臺北市大安運動中心
 臺北市文山運動中心
 台北車站旅遊服務中心
 臺北松山機場旅遊服務中心
 東區地下街旅遊服務中心
 捷運劍潭站旅遊服務中心
 捷運西門站旅遊服務中心
 捷運北投站旅遊服務中心
 捷運圓山站旅遊服務中心
 市府轉運站旅遊服務中心
 捷運台北 101 / 世貿站旅遊服務中心
 美麗華遊客中心
 陽明公園遊客中心
 梅庭遊客中心
 纜車動物園站遊客中心
 纜車貓空站遊客中心
 樟山寺旅遊資訊站
 指南宮旅遊資訊站
 臺北捷運各站
 臺北捷運公司捷運商品館
 臺北火車站服務台
 臺鐵松山火車站
 臺北轉運站
 市府轉運站
 松山機場服務台
 昇恒昌臺北松山機場免稅店
 臺灣桃園機場一、二航廈轉機休息室
 臺北富邦銀行各分行（限原臺北市臺北銀行各分行）
 自來水博物館（售票口）
 北投溫泉博物館
 北投文物館
 客家文化會館

客家文化主題公園
 林安泰古厝民俗文物館
 台北偶戲館
 國父紀念館
 陽明山中山樓
 臺灣藝術教育館
 臺北當代藝術館
 臺北二二八紀念館
 牯嶺街小劇場
 西門紅樓
 臺北之家
 市長官邸藝文沙龍
 臺北國際藝術村
 公園處士林官邸販售處
 公園處逸仙公園
 華山 1914 文化創意園區
 松山文創園區
 臺北市孔廟遊客中心
 關渡自然公園
 芝山文生生態綠園
 郭子儀紀念堂
 水源劇場
 台北故事館
 臺北小巨蛋服務台
 中山親子旗艦館
 中正紀念堂
 中正文化中心（表演藝術圖書館）
 臺灣博物館
 臺北國軍英雄館
 袖珍博物館
 郭元益糕餅博物館
 二二八國家紀念館
 國立臺灣圖書館（原國立中央圖書館臺灣分館）
 五南文化廣場臺大店
 國家書店
 三民書局
 誠品書店（臺北市各分店）

聯經書房、上海書店
 金石堂書店（臺北市各分店）
 國語日報門市
 紀伊國屋書店（臺北市各分店）
 東南亞電影廣場
 國賓戲院
 樂聲戲院
 日新威秀影城
 in89 豪華數位影院
 今日秀泰影城
 新光影城
 絕色影城
 滄山大戲院
 國賓影城（微風廣場）
 百老匯數位影城
 欣欣秀泰影城
 大千電影院
 摩斯漢堡（限店內閱讀）
 丹堤咖啡（限店內閱讀）
 Is Coffee（臺北市、新北市縣各分店）
 凱學系統台
 寶樂交通（限車內閱讀）
 臺北衛星車隊（限車內閱讀）
 國泰醫院
 榮民總醫院
 泰安醫院
 臺北集郵服務中心
 洪建全教育文化基金會
 士林劍潭青年活動中心
 臺北市藝文工會
 林瑋琪先生紀念基金會（老人社會大學分校）
 新光三越信義店 A8、A11（服務台）
 遠東百貨寶慶店
 義美公司（臺北市、新北市各分店）
 老人社會大學（臺北市三民路）

●隨時隨地 享受臺北畫刊！

自即日起，讀者可至臺北市政府觀光傳播局網站（www.tpeoit.taipei.gov.tw）首頁點選「閱讀臺北」，即可進入臺北畫刊網路版。也可至臺北市政府網站（www.taipei.gov.tw）註冊成為網路市民後，免費訂閱《閱讀臺北電子報》，隨時掌握最新出版訊息，或上網分享閱讀心得。

您是否有為了獲得臺北畫刊而必須每月奔波各案閱點之苦？您是否有興沖沖地到了臺北畫刊的索閱點，但卻失望而返的經驗？為了服務民眾，本刊特別以酌收工本費的方式，提供郵政劃撥訂閱服務，歡迎大家利用本刊後附劃撥單加入臺北畫刊讀者行列！

臺北畫刊郵政劃撥訂閱辦法：1 年（12 期）
 劃撥帳號：16630048
 劃撥戶名：臺北市政府觀光傳播局
 ◎國內——新臺幣 300 元（平寄）
 ◎香港／澳門——新臺幣 600 元（航空平寄）
 ◎亞洲——新臺幣 780 元（航空平寄）
 ◎歐、美、非洲——新臺幣 888 元（航空平寄）

臺北畫刊讀者服務電話：
 編輯：1999（外縣市 02-2720-8889）轉 7563
 發行：1999（外縣市 02-2720-8889）轉 7564
 e-mail：taipeipictorial@mail.taipei.gov.tw



童趣臺北，滿載幸福回憶

天氣逐漸回暖的四月，很多民眾可能正準備收起冬衣，也有民眾趁著好天氣出門遊玩，在這充滿童趣的月份，正適合探索一些人、事、物，讓大人回憶童年，小孩創造童年回憶。

本期《臺北畫刊》特別製作「臺北童話」專題，介紹幾位童心未泯、心靈手巧的創作人，看他們如何發揮創意打造童話世界；發掘適合親子同樂的童話遊樂園，以及風格各異的童話美食屋，讓親子共度幸福時光。

「1600貓熊世界之旅—臺北」展出以來，吸引3百餘萬人次前往觀賞，也喚起對瀕危保育動物的認識與重視。今年適逢臺北市立動物園百週年慶，許多臺北市民從圓山時期到木柵時期，伴隨動物園一路成長，對於園內動物明星如數家珍，不妨趁著動物園滿百歲生日之際，見見園內的動物老朋友和新朋友，或是看看大貓熊寶寶「圓仔」是否更加活潑健壯？

歡慶兒童月之餘，可能也有民眾正計劃著「成家」，「成家」這件人生大事前後面臨的課題，我們都已經設想到了，從規劃婚前課程、舉辦聯合婚禮、親切便利的戶政登記服務，甚至連婚後的住宅、生育及養育等問題，都面面俱到，希望能協助市民打造幸福家庭。

臺北市是一個大家庭，希望在這充滿童趣及幸福氛圍的月份，大家與臺北市共譜「幸福進行曲」，滿載幸福回憶。

郝龍斌

封面攝影／王能佑
封面圖說／新人在
大安區戶政事務所
結婚專區拍下紀念
照片。

中華民國57年1月創刊

103年4月10日出刊

發行人——孫廷龍

總編輯——黃惠靜

總主筆——方旭

副總編輯——鍾齡玲

主編——王宜燕

責任編輯——廖雅琴·潘逸凡·林瑋庭

曾文怡·林廷鴻·劉子立

美術設計——董谷音

行銷企劃——朱瑞鈴·李炎欣·鄭雅萍

發行所——臺北市政府觀光傳播局

地址：11008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.tpedoit.taipei.gov.tw

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

印刷——中華彩色印刷股份有限公司

新北市新店區寶橋路229號

02-2915-0123

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



臺北畫刊APP QR code



Android



iOS

● 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「好康報報」單元點選「閱讀臺北 發現臺北之美」，填寫完畢就有機會獲得1份優質出版物，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！

● 名人悄悄話

4

臺北，越讀越有味道

口述／陳衛平 採訪撰文／許凱森

5

臺北，畫出我的夢想藍圖

口述／鄒駿昇 採訪撰文／許凱森



● 原來在臺北

我們要成家了！

6

我們結婚吧！

文／廖雅琴 攝影／王能佑

10

親愛的，我們當爸媽了！

文／潘逸凡 攝影／許斌

14

蹦蹦跳跳學習趣！

文／方旭 攝影／許斌

18

我們要住哪裡？

文／方旭 攝影／廖碩文



● 臺北照過來

22

臺北童話

文／許麗芬

24

臺北童話創作人 陪伴孩子快樂成長

文／趙欣 攝影／許斌



30

臺北童話遊樂園

小朋友，今天要去哪裡玩？

文／許麗芬 攝影／郭鳳孝

36

臺北童話美食屋

FUN童趣 品美食

文／鍾文萍 攝影／楊智仁

●臺北生活圈

40

Happy 100th Birthday to Taipei Zoo
快樂天堂慶生Party 回顧百年里程碑

文／林璋庭 圖／臺北市立動物園提供

44

鐵漢柔情 圓仔的超級奶爸 陳屹彪

文／潘逸凡 攝影／王能佑

46

動物寶寶寫真

珍惜臺灣動物寶寶Happy Birthday！

文／潘逸凡 圖／臺北市立動物園提供

47

圓仔信箱

文／潘逸凡 插圖／Left



48

2014傳統市場節 重新包裝的古早味

文／許凱森 攝影／吳金石

54

以設計行動打造「社」計之都

文／5% Design Action發起人楊振甫

圖／臺北市2016世界設計之都專案辦公室提供

56

回歸大自然的懷抱 多元環保葬

文／曾妮可 圖／臺北市殯葬管理處提供

●臺北好好玩

58

春遊宗教百景 有拜有保庇

文／鍾文萍 攝影／楊智仁

64

「1600 貓熊世界之旅—臺北」
完美謝幕

文／林璋庭 攝影／王能佑

66

臺北—臺東城市交流
寫下友誼新頁

文／林璋庭 攝影／王能佑



●臺北百工圖

68

四代傳承的米香 新慶利碾米廠

文／林相美 攝影／顏涵正

●64號夢想城市

72

北投溪畔的懷舊樂章

文·圖／JackRabbit

●管家全通略

75

冬衣收藏簡單處理
「衣」舊如新

文·圖／葛晶瑩

78

4/15~5/14市府活動行事曆

80

臺北廣播電臺4月節目表



台北
既簡單又複雜
富童趣且內斂

陳衛平

陳衛平

(圖/陳衛平提供)

臺北，越讀越有味道

口述/陳衛平（小魯文化社長） 採訪撰文/許凱森

由於父親服務於新聞界，小時候的印象當中，家裡什麼沒有，就是書報雜誌最多。正因為如此，我的閱讀經驗比一般人要豐富多元，課堂上老師講到的小常識，我幾乎都能知道出處，課本內容對我來說更是相對輕鬆，這給了我一個很大的啟發：原來我所涉獵的課外讀物範圍早就超越了教科書的既定框架。

長大後專攻哲學，一開始投入出版業是做成人哲學讀物，但讀者並不多，心中總納悶為什麼一本好書讀的人這麼少，後來才發現包括自己的同學，很多人在畢業之後都不再保有閱讀習慣，另一方面，在升學競爭壓力之下的中小學生，家中根本鮮少有課外讀物。於是，我轉而推廣兒童文學，將知識性的讀物文學化，閱讀習慣從小培養起，長大後就能自然而然運用。

父母與孩子的代溝，正是因為不瞭解彼此的想法又不知道該如何表達，其實，最好的媒介就是父母陪著孩子一起讀書，互相討論切磋，並鼓勵孩子勇於發問，在一問一答之間和孩子進行心靈溝通，有時候不見得是大人引導

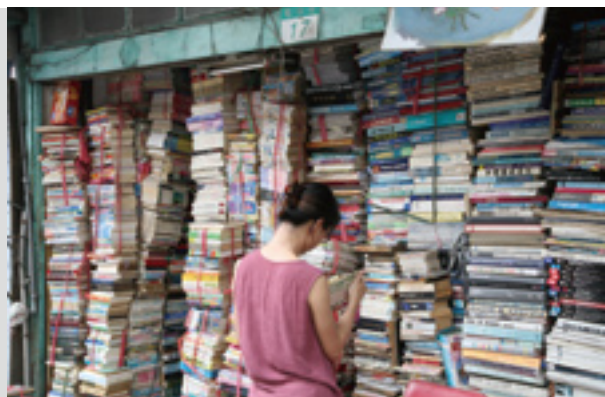
孩子，父母也和孩子們同時多元思考，這樣親子間的思想才會接軌。

小時候，父親常帶我去牯嶺街買舊書，其貌不揚的舊書攤對我而言就像個百寶庫，甚至還能翻到當時的禁書，雖然有些舊書頁面都已泛黃破舊，我仍然看得津津有味，絲毫不影響閱讀樂趣。兒時我另一個喜愛的地方是瑠公圳支線，那時候水質相當清澈，小孩子都會跳下去游泳，臺大新生南路側門附近的水溝當時沒有加蓋，只要趴在路邊就可以抓到肥美的吳郭魚，我也常笑稱自己是臺大體育系，因為我耗在臺大球場上的時間比臺大的學生還多。

臺北的美，其實很難一語道破，若真要說，這個城市就美在讓每個人都能得心應手，交通便利之外，食衣住行在每個行政區塊都形成完整的聚落，不必搭車，步行就可解決日常所需，在人性化的臺北街頭遊走，一點都不會感到吃力。

各式各樣的文化活動俯拾皆是，展覽、藝廊、設計、文創等，隨時等著為你補給心靈能量，更創造出YouBike這般流動的人文風景，不只市民通勤使用，連觀光客也融入這悠遊的步調來探索臺北，沒有太強的地域性，兼具國際感和在地風味，是不排外的臺北人情味。

陳衛平從小熱愛閱讀，常跟著父親到牯嶺街舊書攤挖寶。
(王能佑攝)



(圖／鄒駿昇提供)

鄒駿昇

台北是安靜、臺北
焦躁和夢想的集合體。
鄒駿昇 PT
2014



臺北，畫出我的夢想藍圖

口述／鄒駿昇（插畫家） 採訪撰文／許凱森

從開始上學之後我的童年就不太快樂，因為在班上成績不好而經常被否定、忽視，直到小學二年級參加繪畫比賽得到名次，才真正感受到被認同，也是從那時候開始，繪畫成為我的最愛。為了升學，我選擇有考術科的學校就讀，進入師範學院，走著一般人認為安全的路——教書，然而，直到出國念書之後，我才意識到原來繪畫也能成為職業，也能當飯吃。

繪本的特色就是以圖像為主，輔以最少的文字量去表達，繪者提供線索指引，也保留一些模糊地帶讓讀者去想像，一樣的圖或文字，欣賞的人透過自主性加上獨一無二的思維，進而解讀出屬於自己的意義。

我的繪本作品並不侷限於兒童，《勇敢的小錫兵》雖然是童話故事，但也傳遞給大人關於戰爭與和平的訊息，例如每個國家都講求和平、提倡友好，卻還是備有軍隊，探討其中的人性矛盾；而《禮物》在英文中同時有天賦的意義，我希望所有人都敞開心胸來到美術館，即便當代藝術可能難懂，那又何妨，因為藝

術從來就沒有標準答案。

創作這條路不是百米衝刺短跑，而是一場比耐力的馬拉松，藝術創作需要時間累積，不可能立竿見影，人生也不是只有一條路可以走，追求夢想的同時，必須衡量夢想與現實的差距，如果肚子填不飽，可以先做別的事，一邊再為夢想慢慢做準備。就像我在教書的同時，也非常努力地參加比賽，證明自己的存在感，保持心中夢想的溫度。

我住在民生社區附近，蒼翠的行道樹讓生活輕鬆愜意；而工作室位在充滿都會感的信義區，可以隨時接收流行時尚的刺激。我經常去松山文創園區，一個人沿著湖泊散步，那裡有大片綠茵，有時都會忘了自己是置身於信義

區；天氣好的時候，我也會和客戶約在那裡見面，木棧板鋪設的廣場上有涼亭和桌椅，陽光透過樹葉縫隙灑落身上，讓談公事也很愜意。

臺北的特色就是方便，無時無刻想吃就吃、說走就走，位於南京東路五段的義大利餐廳PRIMO RISTO PIZZERIA，他們的披薩是我的最愛；東區的橘色涮涮鍋讓一個人的小火鍋也能如此心滿意足。若有國外朋友遠道而來，我一定會帶他們去美術館看展覽，然後去北投溫泉博物館附近喝下午茶，一邊欣賞絕美風景，感受慢活氛圍，離開前再泡湯做為臺北小旅行的完美句點。我喜歡在熱鬧和安靜之間保持平衡，臺北讓我隨時隨地可以找到這樣的平衡。

鄒駿昇鼓勵大家敞開心胸到美術館看展覽，欣賞時不必執著解讀藝術作品。（王能佑攝）



我們要成家了！



(劉佳雯攝)

我們結婚吧！

文／廖雅琴 攝影／王能佑



套上戒指，鎖定妳一辈子的幸福。（高讚賢攝）

「我的家庭真可愛，整潔美滿又安康……」，這首兒歌人人都能琅琅上口，而打造屬於自己的甜蜜家庭，也正是每個人心裡的想法。走入婚姻、成立家庭這樣人生的重要時刻，臺北市政府也希望能夠一同陪伴大家走過。

幸福派對 聯合婚禮熱鬧隆重

貼心的服務，就從婚禮開始。自民國62年以來，臺北市政府已經辦了208場聯合婚禮，見證許多新人成婚。家住信義區的許根寧夫婦是其中一對。

許根寧與太太翁婉珣在101年參加聯合婚禮，談起為什麼想參加聯合婚禮？許根寧笑說，原因只有一個——太太想跟市長合照，讓市長見證婚禮，在婚禮現場，他則由主角化身為攝影師，不斷幫太太跟市長合照，滿足太太的心願。

許根寧說，雖然和其他縣市比起來，參加臺北市聯合婚禮需要繳交1,000元的報名費，也沒有像是小家電之類的贈品，當年的贈品只有一塊寫著夫妻兩人名字的水晶牌，讓他一度有點失望，但是一年後他就感受到臺北市政府的誠意。寶寶出生後，他用市府發送的生育獎勵金和育兒津貼來購買尿布、衣物等小朋友的用品，也再度受邀參加隔年的聯合婚禮，寶寶不但得到6克重的黃金金牌，還有目前超夯的圓仔周邊商品，例如水壺、玩偶、毛巾和帽子等，讓他和老婆開心不已，連周圍結婚的朋友都後悔沒有一起參加聯合婚禮。

對於想要參加聯合婚禮的曾小姐來說，聯合婚禮還有更多好處。對她而言，婚姻便是找到優點比缺點多的人，安穩地一起生活，因此她並不夢想豪華的婚

禮，相反地，她認為辦婚禮非常麻煩，因此一開始只想辦理結婚登記，但是考量到家長想要親眼看兒女成家那一幕場面的想法，「總是要讓老人家安心啊！」加上因為有市長出席聯合婚禮，也讓一同出席的家長覺得很有面子，於是聯合婚禮就成了可以兼顧家長期望及節省心力的好選擇。

值得一提的是，市長還會化身有求必應的拍照達人，配合新人各式各樣的創意要求，擺出不同趣味姿勢，像是與新人一起雙手握拳舉高裝可愛、新郎橫抱市長而新娘下跪求婚，或是與新郎一起抱起新娘等，讓場面歡樂無比。

戶所貼心服務 婚姻登記溫暖無比

從民國97年5月23日婚姻登記制上路以來，戶政事務所取代傳統儀式成為兩人互許終身的見證者，因此讓新人開心辦理結婚登



戶政事務所提供拍照小物之外，也協助前來登記的新人拍下難忘的一天。

記，也成為戶所的重點服務。各個戶政事務所不但成立結婚專區，快速服務辦理結婚登記的新人，並且費盡心思構想各種增值服務，讓新人感受到市政府的祝福。

今年33歲的薛仁杰和古仙苡在今年的2月25日前往大安區戶政事務所辦理結婚登記，一走進去，就有背著值星帶的戶所員工帶領前往結婚專區，還有專人奉茶，戶所同仁在檢視結婚書約等必要文件的同時，還有戶所的替代役協助他們在傳統客家花布的「大安遇見愛」結婚布景前拍下紀念照片。約5分鐘後，大安戶所立刻將照片製作成新人相片紀念賀卡，讓前來登記的新人非常開心。

大安戶所員工楊鯉璋指出，結婚專區的背景布置採用電動布幕，除了傳統喜氣的牡丹花背景之外，還有海洋沙灘風可供新人拍照選擇，另外還提供娃娃以及捧花等應景小道具陪伴無數新人

留下幸福洋溢、多采多姿的記憶，擺脫公務機關給人冷漠、一板一眼的刻板印象。

家住三重的薛仁杰和古仙苡說，會選擇大安戶所辦理結婚登記其實經過一番調查。透過網路查詢，他們發現大安戶所在網路上提供的資訊最為完整，包括結婚書約的範本等都很清楚，他們認為，其實一到戶所後，能被引導到正確方向，服務人員又很親切的話，就讓人覺得很舒服，而其他的結婚增值服務則是在他們的料想之外，讓整個結婚登記的氛圍及過程充滿溫馨，也讓結婚服務加分不少。

在戶所已經服務12年、協助過無數對新人辦理結婚登記的周翠梅說，在所有增值服務之中，新人們通常最喜歡戶所同仁幫忙拍照、贈送結婚賀卡，因為這對新人而言，是人生中非常重要的一天，還有新人特地挑良辰吉時或穿著西裝及婚紗前來登記，拍

起照來更有氣氛。而不定期贈送的小禮物，則通常可以讓新人感到驚喜，像是日前大安戶所與國立故宮博物院合作推出的「故宮映像在大安，祝福新人好孕『筷』」活動，讓到大安戶所洽公的民眾，除了欣賞故宮一系列象徵多子多孫好福氣的珍品文物照片之外，在活動期間內辦理結婚登記，前100對新人還可獲得故宮授權發行、具有祝福新人早生貴子意含的「白瓷嬰兒枕文物學兒筷」。

將婚？新婚？ 我的幸福課程

很多人說，結婚之後，走入夫妻生活的經營才是對兩人的真正考驗，因此臺北市家庭教育中心從民國80年便開始推動婚姻教育課程，針對生命歷程不同階段民眾，設計婚前及婚姻課程。

莊元瑞和楊怡芬早在99年便開始參加家庭教育中心的婚前課程，當時還是一對情侶。莊元瑞



大安戶所將新人在結婚布景前拍下的照片製成紀念賀卡，讓新人們留下幸福洋溢的記憶。



從婚前到婚後一系列課程，臺北市家庭教育中心教導人們如何獲得幸福。



參加親密紓壓課程，學習如何為對方按摩，增進感情。

說，當時他們交往得很不順利，總是把自己的想法跟感覺藏在心裡的楊怡芬，讓他在相處時完全摸不清她的喜怒哀樂，講話也沒有什麼反應，好像都在跟牆壁對話一樣。急著找到兩人相處之道的莊元瑞經過上網搜尋後，認為家庭教育的課程費用便宜，在幾乎是下最後通牒的情況下，半強迫式地讓楊怡芬一起參加課程。

參加課程後，轉變最大的正是楊怡芬。一開始楊怡芬不明白為什麼有關感情的事情還需要上課，但是藉由課程設計的許多主題，包括探討約會的藝術、婚前自我評估、原生家庭對自己的影響甚至是婚姻與法律等，楊怡芬越來越了解分享與溝通在兩人相處間扮演多麼重要的角色，兩人也在101年順利完婚。莊元瑞說，參加課程之後讓他順利娶到美嬌娘，便是在家庭教育中心最大的收穫。

即將要當媽媽的宋欣燕和先生陳銘宏也是家庭教育中心的學員。從單身到進入婚姻，宋欣燕曾經感到恐慌，覺得進入婚姻就

像是進入大觀園一樣，因為「女生命好不好，是看結婚後」，不得不謹慎。當時她帶著交往中的陳銘宏一起上課，藉由課程中的問卷跟討論，接觸日常生活對話很難觸及的問題如婚姻後財產分配管理等，了解彼此的價值觀，宋欣燕說，她曾經一度懷疑究竟另一半是要互補還是要相近比較好？但在上課之後，答案浮現，「興趣互補，但價值觀相近」，像是金錢觀、想不想要孩子，未來計畫的藍圖是否接近等，都很重要。

值得一提的是，在102年家庭教育中心發行的「臺北幸福家庭卡」，讓持卡人在申辦後5年內可免費參加喜歡的課程，像是親密紓壓課程便相當受歡迎，新婚夫妻在老師的教導下，學習如何為對方按摩，用身體記憶來自另一半雙手的關懷。現在申請幸福家庭卡，還可獲得「核卡好禮」，包含婚姻教育學習手冊及家庭實用小物如餐墊、水果叉等。許多早就參加過家庭教育中心課程的夫妻學員也辦理了這張充滿與另

一半幸福記憶的小卡，享受免費通知及免收報名費的貼心服務，正如陳銘宏所說，「一卡在手，幸福到手」。

決定跟一個人結婚，可能正如同歌手范瑋琪的歌〈最重要的決定〉一樣，是人生最重要的決定，不管是聯合婚禮、戶所貼心服務或婚姻課程，都一路陪伴新人一起打破對未知的恐懼，將心比心，「因為幸福沒有捷徑，只有經營。」

► 相關資訊

● 臺北市聯合婚禮

電話：1999轉6170

網址：www.canet.taipei.gov.tw/umarry/default.asp

● 臺北市各區戶政事務所

網址：www.ca.taipei.gov.tw/ct.asp?xItem=1348432&CtNode=40694&mp=102001

● 臺北市家庭教育中心

電話：2541-9690轉20

網址：www.family.taipei.gov.tw

→ 推薦服務 → 婚姻教育專區



(潘逸凡攝)

「寶貝，因為有你，我們成為爸媽了。」簡單一句話，洋溢著為人父母的欣喜與愛，從計劃生育、懷孕到產後哺乳，凡親身體驗過生兒育女過程的人，定能體會箇中甘苦。

生育補助 實在好康

對許多人來說，牽著孩子的小手一起看世

界，是人生最大的幸福，但許多人「怕養不起！」只能望著「人生清單」興嘆。

有人說，生養孩子開銷大，「助妳好孕」2萬元生育獎勵金很難成為生育的誘因，但對年初才喜獲麟兒的林小姐來說，這是帶著滿滿祝福的禮物，她用這筆錢幫兒子買保險，剩餘的部分也全存進孩子的銀行帳戶，她笑著說：「我把這份禮物轉送給兒子了。」劉太太則用這筆獎勵金，在坐月子中心多住了四晚，「這樣也能讓幫忙坐月子的媽媽輕鬆一些。」

住在臺北有多好？不但

親愛的， 我們當爸媽了！

文／潘逸凡 攝影／許斌



「助妳好孕」提供多項補助，就像收到滿滿祝福的禮物。(劉佳雯攝)

生一胎可領2萬元生育獎勵金，只要符合資格，5歲前每個月還能再領2,500元育兒津貼，算一算到孩子5歲時，總共可領到17萬元，這可是臺北人才有的好康。荳荳媽拿育兒津貼補貼保母費，除了月費1萬8千元，逢年過節得送禮、給紅包，還要支付一個月年終獎金，「2,500元雖不算多，但不無小補！」

篩檢補助 臺北跑第一

懷孕24週的許小姐認為，經濟能力確實是決定要不要生的關鍵之一，但現在只在乎孩子的健康，她說，懷孕前參考許多書籍，也在網路爬文做功課，「直到產檢時才知道有一大堆自費檢查項目，好掙扎。」好在設籍臺

北市的孕婦，在特約醫療機構檢查，可獨享孕婦初期或中期唐氏症篩檢補助，而且不需要特別提出申請，相當省事。

孕期產檢自費項目不少，在孩子呱呱墜地後，還有許多自費檢查。一般來說，在產後的住院期間，多數醫院即為小寶貝進行各項自費檢查及預防接種，新生兒聽力篩檢為其一項目。

張小姐的兩個可愛女兒出生時，臺北市新生兒聽力篩檢補助尚未上路，她說，生第一胎時，發現自費項目太多，並未做任何檢查，到了妹妹出生時原本也只考慮例行檢查，但在一次產前衛教時，看到許多家長選擇自費聽力篩檢，便決定自費讓妹妹做聽篩。出院前，醫院告知女兒沒有

通過檢查，醫囑叮嚀一個月後回診，但因並無相關家族史，張小姐心想，應該無大礙，直到經過密集回診，在妹妹6個月大時，經醫生確診為雙耳聽損。

「當初會自費做聽力篩檢，完全是巧合。」幸好及早發現，可提早為妹妹尋求療育方法，張小姐說，妹妹有時聽不清楚會不耐煩或發脾氣，此時家長若不知道孩子聽力有問題，自然無法正確面對及處理孩子的情緒。「現在有免費新生兒聽力篩檢，真的很好。」

一般人或許不知道，每500名新生兒就有1名有聽損問題，而若能在6個月大時予以診斷治療，將來語言、認知、閱讀、溝通等方面，可達到與一般兒童相當的程



從產檢、新生兒篩檢補助到公費預防接種，臺北市為你省荷包。

度，因此，臺北市早在全國於民國101年推動免費新生兒聽力篩檢之前，率先在98年9月上路，截至102年12月止，臺北市有9萬6,049名新生兒完成聽力篩檢，其中221位確診有聽損問題。

新生兒危急型先天心臟病篩檢 全國首創

小Q出生時在婦產科做了常規檢查，心雜音檢查也正常，到了出生第二週，心臟出現雜音、餵奶時嘔吐、體重沒有增加等症狀，後來到臺北市立聯合醫院忠孝院區看診時，才發現心臟出現嚴重問題，緊急轉診至臺大醫院動手術，小Q媽說，當時真的手足無措，感到無助與不安。

許多罹患「危急型先天心臟病」的寶寶，是在出院返家後才出現缺氧、臉部發黑發紫的症狀，有些則可能沒有早期徵兆，

即造成心臟衰竭，若不緊急治療，容易導致寶寶死亡或留下後遺症。去年10月，臺北市首創試辦新生兒危急型先天心臟病篩檢，今年4月正式啟動，凡是臺北市特約醫療院所出生的寶寶，皆可免費篩檢。為了孩子好，越來越多家長願意自費做新生兒心臟超音波檢查，有了新生兒危急型先天心臟病篩檢，父母可視篩檢結果再決定是否做進一步的自費檢查。

公費預防接種 為你省荷包

肺炎鏈球菌疫苗是多數小兒科醫生建議的自費項目，宣宣爸媽抱著寶貝到醫院打預防針時，熱心的護理人員拿著衛教單說明嬰幼兒感染後的危急性及併發症。

所有父母都希望降低孩子生病的風險，但13價肺炎鏈球菌一劑要三千多元，若從2至6個月大開

始至滿一歲，需施打四劑，聽到這裡，宣宣爸媽倒抽了一口氣，雖是一筆可觀的花費，仍決定「那就都做吧！」但並非所有父母都能負擔得起這項開銷，另一對夫妻則向護士說：「今天沒帶那麼多錢，回去再商量看看。」

幸運的是，101年臺北市就已提供設籍北市1至5歲幼兒公費肺炎鏈球菌疫苗接種，滿1歲的宣宣，正好趕上第四劑疫苗免費接種的福利，足足省了三千多元，這次，臺北再次率先開跑，從今年起，全國1至5歲幼兒都能享有這項福利。

聯醫母乳庫 讓寶寶喝得營養

母乳是上天賜給寶寶最佳的營養品，也是媽媽給予孩子最棒的禮物，但仍有媽媽因體質或疾病，無法親自哺餵母乳，在過去，可以把孩子交給奶媽，隨著

健康觀念的提升，現代媽媽難免擔心衛生與感染問題。

安安媽產後因醫療誤判，造成沒有母乳，但醫生叮囑生病的兒子只能喝母乳，讓安安媽陷入兩難，幸好有母乳庫，可以讓安安一直喝到兩歲，「第一次領母乳時，心中充滿了感謝！」也因為母乳滴滴珍貴，每回都跟安安說，這是許多媽媽的愛心，你要好好珍惜，不要辜負愛心媽媽們的辛苦。

為了推廣母乳，並讓初生嬰兒尤其免疫力弱的早產兒，也能喝得營養，臺北市立聯合醫院婦幼院區於93年成立全亞洲第一座非營利可處理捐贈母乳的機構，由專業人員嚴格把關。

聯合醫院和平婦幼院區小兒科主任方麗容表示，母乳庫以早產兒等最需要營養的嬰兒為首要提供對象，最終仍希望由媽媽親自哺餵，若出院後仍有哺餵困難，則視情況繼續提供嬰兒需要量的一半，「一般國外出院後就不再提供捐乳了。」方麗容說。

大部分媽媽的母乳量足以讓孩子喝飽，有些媽媽天生奶量特別多，有人冰存著做母乳皂，也有人發揮大愛捐給母乳庫。方麗容說，捐乳前會先做一連串的篩選工作，相當花時間，但捐乳媽媽們毫無怨言，樣樣配合，而且，母乳媽媽都知道，哺餵母乳需要毅力與體力，「捐乳媽媽不但要花時間擠奶，也有媽媽為了不錯過擠奶時間，特別設定鬧鐘，更有媽媽第一胎就開始捐乳，第二胎仍繼續捐。」方麗容對捐乳媽媽深表敬佩及感謝。

看著孩子純真的笑臉，給他們一切的美好，是所有父母的期望，臺北市不僅以實質補助積極催生，更讓臺北人優先享有各項福利，在臺北成家，真好。



聯醫婦幼院區母乳庫，讓免疫力低的寶寶也能喝到母乳，得到充分的營養。

生兒育女好康多

「助妳好孕」專案

網址：www.born.taipei.gov.tw

每胎2萬元生育獎勵金

新生兒出生時父或母設籍並實際居住臺北市1年以上，且申請時仍設籍臺北市，於60日內至新生兒設籍所在地之戶政事務所申請。

電話：民政局1999轉6269

5歲以下育兒津貼，月領2,500元

父母雙方及未滿5歲之兒童皆設籍並實際居住臺北市滿1年，最近1年申報綜合所得稅經國稅局核定稅率未達20%、且未領有政府同性質補助或公費安置者。

電話：社會局1999轉1622~1625、各區公所社會課

婚後孕前健康檢查及孕婦唐氏症篩檢補助

- 婚後孕前健康檢查：設籍臺北市已結婚未生育第一胎之夫或妻。
- 孕婦唐氏症篩檢（初或中期擇一補助）：設籍臺北市9~20週懷孕婦女。

申請方式：至特約醫療院所可享檢查費用全額免費（不含掛號費及診察費）。

電話：衛生局1999轉1813

新生兒聽力篩檢、新生兒危急型先天心臟病篩檢補助

- 新生兒聽力篩檢：父或母任一方為本國籍者，出生3個月內的寶寶均可接受篩檢補助。
- 新生兒危急型先天心臟病篩檢：於臺北市特約醫療院所出生7日內的新生兒可於特約醫院免費篩檢。於臺北市非特約醫院出生或設籍臺北市於外縣市出生的新生兒，出生7日內週一至週五上午9至12時，攜帶出生證明及兒童健康手冊至臺北市立聯合醫院婦幼院區服務臺辦理。

電話：衛生局1999轉7112



(王能佑攝)

孩子的笑臉，是我們最珍貴的寶物；但在繁忙現代社會，生兒育女卻是個奢侈的願望。

雙薪家庭，想到小孩生下來的托育、照料、養育問題，「誰還有勇氣生小孩？」難怪臺北市每年新生兒數急遽下降，甚至一度跌到不滿兩萬人，讓人憂心。

可也就靠著創意發想，這幾年間，臺北市透過「助妳好孕」整套政策，從生育獎勵、育兒津貼、大班免學費、一區一間公辦民營托嬰中心、一區一間親子館，到全面課後照顧等措施，讓小朋友自生育、養育、教育都受到完整的照顧，降低年輕家庭各方面負擔，很快改變年輕人不敢在臺北定居、成家生養的狀況。如今，臺北市每年新生兒數量回升到兩萬五千人左右，證實在臺北幸福成家，不再是夢想，而是唾手可得的小確幸。

環境大躍進：公辦民營托嬰中心

簡單說，「助妳好孕」能夠成功，是因為這不再只是生育津貼。一位新手媽媽陳小姐扳著指頭算，從小朋友一呱呱落地，就是各種負擔的開始。她說，現在經濟壓力這麼大，就算生育津貼給到幾萬元，「有人會為這麼一點錢就敢生小孩嗎？」更何況像她這種雙薪家庭，連小朋友該放在哪裡全天候照顧都成問題，即使要送托嬰中心，良莠不齊的品質、價格高高低低，更擔心寶寶照料與適應問題。事實上，有育兒經驗的媽媽都有相同困擾，這也是臺北市政府推動12個行政區、一區一間公辦民營托嬰中心的原因。

陳小姐曾經把小孩送到保母家照顧，但朋友介紹她去內湖托嬰中心參觀過後，立刻對中心設有相當寬敞的活動空間印象深刻。

蹦蹦跳跳 學習趣！

文／方旭 攝影／許斌



南港托嬰中心環境舒適，小朋友坐在一起吃點心，好不開心。（廖碩文攝）

她說，一般家庭托育，小孩群聚發燒是頭痛問題，萬一感冒流行，把小朋友送過去都提心吊膽。但在公辦民營托嬰中心，建物、消防、衛生檢查等當然符合標準，溫奶器、消毒箱更是一應俱全，還有很多適齡教具與活動空間，對小孩健康更有保障。

另一位盧媽媽也覺得公家來辦，比較有信譽；尤其透過托育人員分齡的專業照護，寶寶可以在類似家庭的環境中成長，讓嬰幼兒透過安全地自由探索、學習生活自理，還可以透過遊戲與活動，認識生活周遭事物，讓他們健健康康的長大，爸爸媽媽們比較放心。

中山、萬華、松山、信義、中正、大安與南港區更利用學校低度使用教室設置托嬰中心，不但交通方便，管理起來

更安全。學校還特地提供附加空間讓托嬰中心為小朋友加設沙坑、樹屋、水池、彩繪牆等戶外活動區，鼓勵兒童親近大

自然。這類公辦民營托嬰中心除了空間充足，小孩可以在比較大的戶外空間活動，未來還可直接與國小及附設幼兒園



中山親子館的攀岩區讓小朋友爬上爬下，玩得不亦樂乎。

銜接，等於零至12歲從托育照顧到教育學習的一條龍服務，所以民眾申請特別踴躍。

然而，公辦民營托嬰中心雖然叫好又叫座，但畢竟沒辦法滿足所有家長托嬰的需要，因此市府規劃開辦本市私立托嬰中心合作機制，如家長送托之托嬰中心符合「評鑑乙等以上、未調漲收費、無重大違規」資格，將可每月減收托育費用3,000元，減輕家長育兒經濟負擔。

親子遊戲空間 完全免費

當然，陪小朋友開開心心的一起遊戲、一起學習，也是成長過程中不可或缺的重要元素。一區一間親子館，完全免費使用，就是臺北市政府開出的良方。

遊戲對小朋友的成長真的太重要了，一位張小姐就說，現在小孩生得少，很多人只生一個，所以她常擔心自己的小孩成長過程中非常孤單，將來會有社會適應問題。但自從有了親子館，不但幫小朋友設計很多互動遊戲，還有有趣的器材與玩具，更能認識很多新朋友，對小朋友發育與社會化很有幫助。

另一位江小姐，則是帶著孩子先後體驗過中正區的131fun心玩與大同親子館。最讓她滿意的，是館內大小不一、種類繁多的積木，可以讓小朋友自由創作，而且志工還會提醒玩具可以跟其他小朋友一同分享，玩完後一定要歸位，更是一種機會教育。

親子館到底多夯？以花博公園中山親子館為例，去年開幕後一個半月的時間就擠進1萬6千人，預約場場爆滿。以張小姐為例，她們家現在就是中山親子館的常客，因為小朋友不但可以在攀岩區爬上爬下，玩得不亦樂乎；大哥哥、大姐姐主持的兒童劇場與說故事時間，往往讓她的小孩一聽就著迷了。尤其館外就是花博公園，臨走前還可以讓小朋友到戶外走走，看看花、呼吸新鮮空



內湖親子館空間寬敞明亮，還有許多有趣的玩具，讓孩子樂在其中。（劉佳雯攝）

氣，再適合也不過。

目前在外商公司工作的陳小姐，則是對二月份才新開幕的內湖親子館內寬敞空間與適齡玩具印象深刻，包括可以攀爬的小型球池、製作精美而一般家庭買不下手的布書，或學習各類表情的魔鬼氈臉布拼圖，都得到她極高評價。有著臺灣風情、可以玩家家酒、古早玩具的多元文化區，更讓他家的小朋友流連忘返。

其實，這正是市府積極推動親子館的主要原因，一如臺北市市長郝龍斌所說，有了親子館，讓小朋友盡情在館內遊戲、玩玩

具，一方面不用一直宅在家裡打電腦、玩手機；爸爸媽媽也有比較多喘息機會，甚至可以透過專業育兒諮詢，補充各項必要資訊，一舉多得。甚至很多原本乏人問津的公有場地，自從有了親子館，立刻變成最夯的人氣設施；例如北投與大同親子館，原本都曾是外界口中的蚊子館，現在則是一批批年輕媽媽帶著小孩從大安區、信義區慕名而來。

去年開幕的北投親子館，短短1年已吸引10萬人次入館；讓小孩可以自在攀爬體驗城堡感覺的巨型樹屋是館內最大特色，還



延長課後照顧時間幫家長紓解壓力，孩子在學校也有更多學習與運動的機會。

有北投的特色溫泉池，讓小朋友透過扮演去感受泡湯的樂趣。一位常客陳小姐甚至說，親子館多功能教室因為可以安排親子廚房DIY蛋糕課程，非常受歡迎，幾乎一位難求，都是搶著報名。也因親子館帶來了人潮，離捷運北投站又不遠，附近已陸續開了幾家童裝店，想打牙祭更有許多在地老店，非常方便。

擴大課後照顧 造福雙薪家庭

不過隨著孩子越來越大，尤其到了可以上小學之後，孩子的養育問題也越來越複雜，特別對雙薪家庭，從小孩放學到爸爸媽媽趕去接回家之間的空檔怎麼安排，也成了家長的棘手難題。

這項需求跟臺北都市生活型態當然有很大關係，事實上，就連有照顧小孩豐富經驗的郝龍斌都承認，因為他們家是標準的雙薪家庭，有段時間只要小孩下課，

就是夫婦兩人惡夢的開始；大多數情況靠著太太拼命趕到學校；萬一兩個人都忙，還要協調一個人把小孩接回家。

為了紓解年輕夫婦的壓力，在郝龍斌的要求下，全市150所國小全都延長各項課後照顧到晚間七時，讓家長不必再掙扎於工作與接小孩放學的難題，現在每學期有兩萬多名小朋友受惠。

家有國小三年級生的張媽媽，對市府延長課後照顧時間就很有感。她說，過去孩子放學，不是送安親班，就是讓小朋友自行回家；但一方面，如何送小孩到安親班上下課就是一大問題，經費也所費不貲，一個月動輒上萬元，根本吃不消；但如果讓小朋友一個人在家不但安全有疑慮，不然就是開電視、不做功課，所以學校延長照顧時間，讓她下班可以直接去學校接小孩回家，很多問題都迎刃而解。

另一位松山區林太太則說，延

長課後照顧不但實際，也讓她不用再請假早退、接小孩，擔心被長官碎碎念。而且現在學校安排這些時間都很用心，不但有老師照顧，而且也不是讓學生在教室自習，有時還準備很多體育、語文閱讀、美術課程，或各種生活能力、團康教學，讓小孩玩得很開心，也有比較多在校園運動的時間，與外面安親班老是要求學生窩在小小的教室上國英數主科的作法大不相同，所以「家長應該都很歡迎這樣的調整」，也要特別感謝老師的辛苦。

孩子真的是無價寶，所有辛苦，只要回家看到孩子的笑臉就什麼都值得。臺北雖地狹人稠，生活節奏快、生活壓力大，但只要多用心，透過一項項友善的育兒措施，一樣可以是座更適合年輕人生養的幸福城市，展現全新的活力與希望！



我們要住哪裡？

文／方旭 攝影／廖碩文

(王能佑攝)

臺北居，大不易，是想要成家年輕人最頭痛的問題。

其實不僅臺北，國際各重要城市都有類似問題。都會地區房價飆高，成為投資賺錢的工具，導致房價越來越高；房價高、買房難，讓年輕人產生高度焦慮。但國內房地產權威學者，現任臺北市副市長張金鶚卻認為，買房不

是年輕人唯一選項，他建議年輕人在城市租屋，站穩生涯發展第一步，把有限資源與資金投資自己，這才是年輕族群更為合理的生活方式。

公營住宅 輕鬆成家

也因此，臺北市市長郝龍斌在第二任任期之初，就宣示要竭盡

全力，以各種方式增加提供公營出租住宅，包括興建4,808戶公營出租住宅，主要目的就是希望以低於市價的租金條件，搭配優質的租屋環境與租金補貼，健全租屋市場，以保障年輕人與弱勢族群的居住權益。

例如呂小姐幸運抽中了臺北市第一座公營住宅——大龍峒公營



窗明几淨採光佳的環境，一掃先前公營住宅品質不佳的刻板印象。

住宅，與妹妹一起歡喜入住。她說，大龍峒公營住宅每月1萬1,200元租金，跟周邊區域同型房子比起來便宜許多，讓她們有機會可以好好存錢。

同樣也是首批入住大龍峒公營住宅的葉先生夫婦，他們有個可愛的寶寶，同樣因為租金有競爭力且房屋超新，又有附床、衣櫃等基本家具，所以抽到籤後全家都很開心。從事建築業的葉先生就強調，跟政府租房子簽約時有公證，還能入戶籍、報稅，跟一般在外租屋大不相同，光是能夠申報租金抵扣所得稅就很划算，也為家裡的經濟作好了開源節流。

打破刻板印象 建立品質標竿

其實，呂小姐與葉先生感受到的禮遇並不是個案。由於過去公有住宅品質不佳，形成落後、貧窮的刻板印象，尤其環境窳陋，

成為周邊社區的隱患，所以市府在推動公營住宅政策時，也曾遭遇到相當大阻力。

也因此郝龍斌在推動公營住宅時，特別強調同步推動配租制度及管理品質的持續提升，以化解民眾疑慮。其中，大龍峒公營住宅就是市府建立的品質標竿。

首先，大龍峒公營住宅離捷運站很近，附近有大龍夜市，購物方便；硬體符合現代綠色生活的優質標準，住戶與周邊民眾可以在公共空間散步或運動；管理上則聘用專業的物業公司、搭配計點制度，鼓勵住戶自律。

也因此，大龍峒的住戶普遍感到管理員不但親切，也很認真巡邏維護環境；如葉先生所說，管理員如果看到住戶在公共區域亂放東西，還會不厭其煩地加以提醒，讓他覺得管理的確健全了起來。加上社區不定期會辦些活動，像聖誕節或媽媽教室，聯繫



大龍峒公營住宅提供高品質、惠而不費的居住服務。（吳金石攝）



公共空間有裝置藝術、綠樹點綴，居住環境舒適宜人。

住戶感情，也讓守望相助風氣全面提升。

談到住戶的肯定，物業公司也覺得相當自豪。接手這份工作已經兩年多的吳督導就指出，能投入公營住宅管理工作是相當難得的經驗；不但運用了現代化物業管理機制，更強調以對待朋友的熱誠服務房客，所以相處起來不但愉快，而且非常溫馨。

他還透露一個小祕密，大龍峒公營住宅除了考上高普考的人很多，更有趣的是，生育率超高！兩年來他看著二、三十個寶寶出生，有些住戶兩年前剛住進來時懷孕大著肚子，現在已經生完第二胎了！

正因為大龍峒公營住宅妥善運作與成功經驗，終於逐步建立了市民的信心。甚至原本周邊社區

有所疑慮的松山區寶清段及萬華區青年段基地公營住宅計畫，也終於取得民意支持而順利落實，安康平宅改建公營住宅計畫也在民眾的祝福聲中順利推動，為臺北市大規模提供優質出租住宅踏穩了第一步。

加碼優惠租屋族

當然，除了增加公營出租住宅供給量，建立公營住宅的口碑，在針對個別租屋族需求面上，透過合宜的補貼政策，也可以讓年輕族群的住房壓力獲得部分舒緩，連帶讓居住問題得到適度的解決。

像目前服公職的呂小姐，離婚後一個人帶著國二及高二兩名孩子在捷運六張犁站附近租小雅房。自從臺北市從民國101年開始實施「租事順利、好孕多更多」租金加碼方案，每個月再多補貼租屋族一千元，補助金額由四千元增加至五千元，呂小姐覺得生



大龍峒公營住宅符合綠建築標準，屋頂設置太陽能發電系統，供應公共區域照明用電。

活開支的確寬裕了些，對生活品質不無小補。

家中有兩個寶貝千金的陳太太，多年以來都是租屋族，一家四口住在榮星花園附近，30坪每月租金兩萬多。之前聽朋友介紹，首度申請租金補貼，覺得資格沒有想像中嚴格，也順利完成申請。她說，家中靠勞力賺錢，加上要付房租，經濟壓力一直很大，現在有了臺北市再加碼一千元補貼，對家中經濟的確有幫助。

換言之，公營住宅加租金優惠，公部門在住宅政策上採取了新的視野與措施，優先保障民眾的居住權力，而不再重蹈補貼民眾以低廉的價格買進國宅的老

路。這無疑是新時代的新趨勢，政府以有限的資源，為市民提供低價優質的租屋環境，讓年輕族群有能力立足城市，也為城市的未來注入新的活力。

► 相關資訊

● 公營出租住宅

電話：2321-2186轉2745~2756

網址：www.udd.taipei.gov.tw/public-housing

● 「租事順利、好孕多更多」租金補貼加碼方案

申請時間：約於每年7月中旬至8月底

電話：2321-2186按0再轉1



租屋族有了北市租金加碼補助，紓解住房壓力，也解決了居住問題。（圖／林瑋庭提供）

張金鶚：年輕人買房不是唯一選項

買房還是租房，攸關個人投資與未來生涯規劃方向，是當下年輕人最關心的問題之一。臺北市副市長張金鶚強調，「買房成本高，應審慎衡量得失」；尤其年輕人，「買房不是唯一選項」。

張金鶚接受專訪時指出，在臺北市買房很貴，租屋成本卻很低，例如市中心房子一坪要價70、80萬，但這些區域的租金每個月卻只要2到3萬元。只因為傳統觀念認為有土斯有財，同時不少業者炒作房子當成投資，所以大家拼了命想買房子，但在美國等各大城市，有40%的人在租房子，是很普遍的狀況。

他認為，年輕人與其花大錢買房，反倒應該對自己的未來要有清楚的認識；年輕人雖然現在沒錢，但未來潛力十足，應該首重「投資自己」、累積實力、維持生活品質，保有較高發展與流動性，長遠來看，將會比投資不動產的收穫來得大。

在政策面上，張金鶚強調，政府資源有限，因此公部門優先保障的是民眾的居住權益，而非以龐大資源補貼民眾關乎財產權的買房行為；所以提供市民低價優質的租屋環境，搭配租金補貼、健全租屋市場，以保障年輕人與弱勢族群權益，就成了臺北市政府重要的政策目標。

至於過去很多民眾質疑，租房品質不佳、易生糾紛等問題，張金鶚表示，應該透過建立制度予以解決。首先，公部門有責任讓民間租屋市場更活躍，因此市府已在積極推動活用空屋、租屋平臺、空屋代租代管服務，目標是希望幫助民眾找到安身立命之處。

但由於每個人選擇不同，擁有資源也不同，對於想要購屋的人，張金鶚說，過去很多問題都出在訊息是由業者、房仲單方面說了算。所以市府正努力讓資訊透明化，推出住宅價格指數，真



張金鶚提醒年輕人，投資自己會比投資不動產獲利來得大。（王能佑攝）

實反映不動產價格，也積極稽查房屋廣告不實，希望導正不良風氣，期待年輕人都能住得開心，覺得在臺北充滿希望。

很久很久以前……

臺北

回憶童年，你還記得多少歡樂時光？
那些「很久很久以前……」開頭的童話，
在現實生活中是否無處尋覓？

四月兒童月，
屬於小孩創造童年、大人回憶童年的特別月份，
讓我們一起探尋共同的臺北童話！

童心未泯，信手拈來皆創意，
玩具設計、耍弄皮影、魔術表演、兒童文學，
創意無所不在，天馬行空任遨遊。

老少咸宜，親子同樂好去處，
天文館、公園綠地、玩具店、繪本館，
歡樂無所不在，動靜皆宜任嬉遊。

吃喝有譜，親子餐廳隨意選，
磚窯懷舊、繪本卡通、美式漢堡，
美食無所不在，開心嘗鮮任你挑。

有吃有喝又有玩，臺北童樂不孤單！
創造親子間童年歡樂回憶，現在就出發！

(文／許麗芬)





(許斌攝)

臺北

孩童純真的心靈，擁有無限寬廣的想像空間，就算只是帶著孩子一起看星空，也能讓他們比手劃腳，勾勒出各種天馬行空的畫面與故事。透過後天環境的引導啟發，可以更進一步挖掘出孩子心中一個又一個驚人的想像世界。

在臺北不乏擁有赤子之心為孩子打造童話世界的「有心人」。從規劃設計玩具與遊戲者、簡單憑著光影變化就能說出精彩故事的皮影劇團、運用巧妙手法讓孩子目瞪口呆的魔術師，以及利用文字引導學童，讓孩子學會自己說故事的兒童文學家，他們留住童心，希望當孩子們一輩子的好朋友。

兒童之玩 歷久彌新

曾是國立臺北教育大學玩具與遊戲設計研究所所長的張世宗，目前是該校藝術與造形設計學系的教授，早在赴美取得建築、藝術、教育等碩、博士學位前，就已經醉心童玩的奇妙世界，回國之後，更結合教育理論，讓各項舊時玩具有了新面貌。

張世宗說，「童玩」意即兒童之玩，「玩遊戲」可分解為物玩、境遊、人戲。孩子們透過「玩」，與外界產生互動，從「玩」產生的多重感官體驗中，



創作人

陪伴孩子快樂成長

文／趙欣 攝影／許斌



由張世宗規劃設計的中山親子館益智玩具「食物迷宮」，讓孩子們玩得不亦樂乎。



醉心童玩世界的張世宗結合教育理論，讓舊時玩具有了新面貌。

建構發展出獨特的世界，其實光是泥巴、紙箱就能讓純真的孩子玩得很開心，許多益智童玩就是將老祖宗的創意放大或簡化，以簡單的口訣貫通，讓孩子百玩不膩。

擔任臺北市中山親子館玩具規劃設計工作的張世宗，工作室裡頭就有很多重現古書當中的童玩，他希望把老祖宗傳下來的想法加入價值，讓這些珍貴的文化財產生生不息。

「玩具可以是個文化載體、手作玩具更是創意的容器！」張世宗說，光是一個九子仙棋，只有簡單的線條加上圓點，就可以出現不同玩法。即使沒有道具，拿一張紙簡單畫出來，再放上幾個瓜子或石頭就能玩，保留遊戲的精髓，再過一百年同樣有趣。

從歷史角度來看，童玩可分為

五大時期，包括最早的農業時期到二次大戰戰後，所有玩具都是由石頭、竹片等天然材質創作而

成；接著1950至70年代進入工業化時期，大量模具複製的鐵皮或塑料玩具面市，具有地方色彩，



張世宗也為中山親子館設計了視障兒童可以玩的「關虎入籠」。



影子傳奇劇團讓小朋友從玩樂之中學習皮影戲，希望這項傳統民俗藝術能傳承下去。

玩具變得更繽紛且多樣；1970至90年代進入電視時期，看電視成了孩子們最大的娛樂；1990年代之後進入電腦時期，孩子們開始學習跟電腦互動；21世紀以後就進入了網路時期，孩子從小就學習從網路獲得大量資訊，部分家長也開始用智慧型手機或是平板電腦安撫孩子，電子媒體逐漸獨霸童年世界。

兒童是天生的主動學習者，大量電子聲光刺激並非最佳遊戲，張世宗說，其實家長不妨帶著孩子動手創作童玩，利用周遭物品來製作，像是使用牛奶空盒跟紙蛋糕盤，就可以做出一個「擺動偶」玩具，在手做的樂趣中，讓孩子有成就感，也增加親子間的互動交流。

單純光影 樂趣無窮

從漢朝就已經出現在文獻記載的皮影戲，又稱燈影戲或皮猴戲，可說是全世界最早的电影。在臺灣北部，影子傳奇劇團努力將皮影戲這項傳統藝術傳承下去，劇團第二代負責人蕭孟通說，皮影戲與布袋戲、傀儡戲並稱臺灣三大偶戲，因為現在很多小朋友都不知道皮影戲是什麼，讓他們深怕這項民俗藝術就要在臺灣消失。

影子傳奇劇團與臺北市大理國小合作超過十年，在校方大力支持下，將皮影戲納入課程內，並在校內擁有一間「皮影館」，教導學生們皮影戲的歷史、現況與演出技巧。每年大理國小四年級的學生們，更要參與班際間的皮影戲比賽，從劇本創作、戲偶製作到上臺演出，全部由小朋友們

一手包辦。

「其實跟布袋戲比起來，皮影戲的進入門檻還比較低。」蕭孟通說，因為小朋友沒辦法自己雕刻製作布袋戲偶，反觀皮影戲偶，只要簡單的輪廓就能呈現人物；至於操作上，想要讓布袋戲偶在臺上走出韻味，需要花功夫練習，皮影戲的揣摩詮釋，對小朋友來說會比較快進入狀況。

蕭孟通的父親蕭如訓是影子傳奇劇團創辦人，師承高雄復興閣皮影劇團。三十四歲的蕭孟通說，從小看著父親每週到高雄上課，想找回屬於臺灣的記憶，雖然自己畢業後待過電子業、也賣過水果，但是這幾年看到父親的堅持，覺得父親一人奮鬥很辛苦，所以三年前毅然決定回來全職幫父親經營劇團。

為了讓七、八、九年級生的年



魔術師Kevin是小朋友的最佳玩伴，教導魔術的同時，也訓練小朋友的臺風。

輕一輩能更了解皮影戲，影子傳奇劇團將傳統納入新意，後場音樂不單只是傳統鑼鼓跟弦樂，還加入國樂配合，口白方面也以國臺語穿插，相當有創意。去年蕭家父子帶團參加全國創意偶戲比賽演出「赤壁之戰」，他們在表演中以LED燈光代表射出去的火焰箭，則是皮影戲上的首創；他們也嘗試過以燈光來表現出海浪效果，讓皮影船隻有如在海上行舟的動感。

蕭家父子說，這一切的努力，都是為了透過創新的演出手法，吸引孩子們的好奇心與興趣，讓傳統皮影戲精神與孩子們產生共鳴，才能讓這項文化藝術繼續傳承下去。

魔幻炫技 擄獲人心

魔術帶給人娛樂與驚奇感，

對於小朋友來說，每次看魔術表演，都像經歷一場未知的探險，而魔術師則具有一股神祕力量，在彈指之間讓物品出現或消失。十九歲接觸魔術，目前全職擔任魔術師的歐克米魔術工作坊Kevin說，雖然大學唸的是機械工程，卻因為興趣，始料未及地走上魔術師這條路。

Kevin說，要成為專業魔術師並不簡單，不只要把魔術技巧反覆練習純熟，還要具備電工、化學還有木工等能力，才能做出天衣無縫的表演道具。

擔任國小社團指導老師、也在許多大型場合表演的Kevin表示，小朋友喜歡驚喜感，而且魔術演出都會帶些幽默好笑的成分，互動性又高，再加上幾年前劉謙等魔術師在電視上引發熱潮，造成一股風潮，因此暑假期間開始有

很多安親班會開魔術營隊，甚至連學校也會舉辦魔術夏令營，讓小朋友專心學習體驗魔術的奧妙。

「魔術原理很簡單，重點在於練習。」Kevin說，他會利用故事來引導小朋友，例如從監獄逃獄的小故事，就能簡單地用撲克牌來帶領孩子，讓小朋友學習在沒有壓力下，近距離觀察魔術的神奇手法。而且魔術不分年齡都能學，他會依據學生不同的認知能力有所調整，像是對於還不認識撲克牌的小一學生，可能就會將紙牌圖案換成海綿寶寶等卡通人物，同樣可以達到教學目的。

魔術教學過程中，小朋友其實都很投入，甚至還有孩子因為變魔術失敗在臺上哭，這時候魔術師只能慢慢引導，搭配折一些造型氣球作為演出獎品，引發孩子

學習的動力。Kevin說，學魔術有不少好處，因為一開始會以一套故事教學，然後要求小朋友分組改編故事上臺表演，可以增進孩子們的說話能力、創造力及想像力，至於上臺後要面對觀眾則是可以訓練臺風，好處相當多。Kevin說，讓孩子們喜歡魔術，反覆練習之後上臺表演的感覺最棒！

兒童文學 閱讀人性的真善美

許多家長也喜歡讓孩子從小就在充滿書香的環境長大，接觸童話、繪本、散文、兒童小說、兒童劇、兒歌等兒童文學作品，這些以兒童為閱讀對象的文學作品，利用文字與圖畫，讓孩子逐步接觸文學之美，同時傳遞善與美的觀念。

深耕兒童文學領域三十餘載的作家桂文亞說，民國70年開始擔任民生報副刊的兒童文學版主編，雖然當時已經是成人文學作家，兒童文學對她來說是個全然陌生領域，從零開始學習，她從改寫入門，包括莎士比亞的《威尼斯人》、《馴悍記》，還有中國的戲曲故事，甚至連古典文學的幽默筆記都拿來改寫，花了十年訓練才開始創作，思想貓專欄因而誕生。

桂文亞說，兒童文學有特定對象及含意，文字含意及表述也都跟成人文學不同，最重要的是「思維」。作家要清楚知道自己為何而寫，尤其小朋友的閱讀有一定的講究，如何在有限的文字中，傳達故事意涵，是兒童文學作家每次創作的挑戰。

從事兒童文學編輯的過程中，桂文亞協助臺灣許多優秀兒童文學作家出版作品，而她自己的作品同樣受到肯定，被收錄在臺灣三個版本的國小教科書當中。桂文亞認為，兒童文學不只是教化的文學，而是「人」的文學，應該從人性本善的本質出發，從家庭教育開始，階段性地教導，讓孩子從閱讀中學習人性中的



愛貓的兒童文學作家桂文亞認為，要讓孩子從閱讀中學習人性的真善美。

「真、善、美」。

兒童文學雖然無法以規範的方式強迫孩子吸收，卻能透過滲透的方式教導，藉由說故事，讓孩子從潛移默化中學習。以閱讀為例，臺灣兒童圖像式的閱讀比例越來越重，很多紙本書籍都變成電子書在螢幕上閱讀，目前就連英國、美國等國家都開始擔憂，因為新世代的拼音、書寫能力越來越弱，而且在商業導向下，很多兒童文學作品過於搞笑或動漫畫化，其實並不是好現象。

桂文亞說：「閱讀的力量在家庭！父母應該教導孩子閱讀，在

家裡培養閱讀的氛圍，長期培養出孩子的閱讀能力。」至於看什麼書也很重要，如果能重複讀幾本經典著作，熟記裡頭的文字，未來可以成為寫作的應用基礎，遠比貪多嚼不爛的大量閱讀還有用。

在學習競爭壓力之下，現代孩子的童年似乎越來越短，但是仍然有一群關心兒童的成年人，持續站在孩子們的高度思考、表演和創作，擁有赤子之心的他們，希望留住孩子們純真的童心，讓童年不留白。

4月4日兒童節，在這個屬於兒童的月份，帶著小朋友出門玩樂去就對了！在臺北，有許多老少咸宜、動靜皆宜、充滿童趣的地方，例如寓教於樂的臺北市立天文科學教育館（簡稱天文館）、能親近自然的大湖公園、讓小朋友眼睛一亮的一東玩具店、以及充滿書香的花栗鼠繪本館等，都是小朋友去了還想再去的童話遊樂園，也是大人回憶兒時、創造親子同樂記憶的好所在。

臺北

遊樂園

小朋友， 今天要去哪裡玩

文／許麗苓 攝影／郭鳳孝

臺北市立天文教育館 完美行星，星際旅程

「這是我個人的一小步，卻是全人類的一大步。」這是1969年美國太空船阿波羅11號登陸月球、太空人阿姆斯壯所說的經典名言，令人印象深刻。外太空的天文世界一直令人神往，帶著孩子走一趟臺北市立天文教育館，絕對是孩子探索外太空世界的起點。尤其館內的宇宙劇場，即日起放映《完美行星》動畫影片，在半球形的銀幕空間觀賞，彷彿也親身經歷一趟星際旅程。

來到天文館，馬上會被金黃前衛的採光罩包覆的球體建築所吸引，這裡正是宇宙劇場的所在地，不只外觀吸睛，還擁有全國最大的半球形銀幕。天文館視聽教育組組長陳揚新表示，目前臺灣只有幾個天文館擁有半球形銀幕裝置，宇宙劇場擁有最新的數位星象投射系統，以《完美行



?



天氣晴朗的日子裡，小朋友在大湖公園嬉戲，歡樂滿溢。



天文館的宇宙探險車帶領親子展開刺激又夢幻的星際之旅。

星》一片來說，畫面更新率是一般標準電影的兩倍，因此當影片中呈現飛越太陽系的畫面時，影像會顯得更加平順流暢、動作也更清晰銳利，解析度更遠勝一般HD畫質！「最棒的是——不用戴3D眼鏡啦！」他說。

宇宙劇場經常會從國外引進與天文相關的優質影片，《完美行星》便是由克拉克星象館耗時超過一年所製作的最新影片，內容描述外星家庭遨遊太陽系，找尋完美度假勝地，一路從冥王星、天王星、土星、木星、火星等，漫遊到藍色星球——地球，一個適合生物生存及多采多姿、又適合度假的世界，透過太空漫遊旅程，能重新發現及認識地球家園。影片中充滿令人驚訝的太陽系影像、逗趣的動畫角色和演員的精湛演出，相當適合家庭親子、校外教學，或一般大眾觀影同樂！

來到天文館，除了到宇宙劇場

欣賞影片外，當然也不要錯過館內精彩的天文展示。例如可先到地球區、古天文學區、太空科技區、天球與星座區、太陽系區等展示場了解天文學相關知識，或是到望遠鏡與天文臺區發掘天文觀測的有趣故事，尤其不可錯過4樓的宇宙探險館，搭上迪士尼系統的宇宙探險車，來一趟精彩刺激又夢幻的星際之旅體驗。然後，再到立體劇場感受3D立體影像，或是到宇宙劇場躺著看全天域的浩瀚蒼穹及身歷其境的影像震撼！

若是意猶未盡，還可參加天文館豐富多元的主題導覽、研習營或親子營等活動。「天文的世界變幻萬千，相當有趣，歡迎大朋友小朋友一起到天文館來找答案。」陳揚新說。

►臺北市立天文科學教育館

地址：基河路363號

電話：2831-4551

大湖公園

老少咸宜，親子同樂

隨著臺北捷運路網趨於完善，以往很多民眾認為「偏僻」的地方，也成為熱門的景點，如大湖公園就是一個明顯的例子。2012年5月，法國《世界報》刊登了一張大湖公園美景照，群山環繞的湖心拱橋景色，甚至有國外網友形容「美到令人屏息」，更成功讓大湖公園的絕美風景行銷全世界。而早在多年前，大湖公園就是廖藝翔一家人的「私房景點」和親子遊樂園。

從捷運「大湖公園站」出票口開門後，馬上會被2樓落地窗前大片的綠地和湖光山色所吸引，一樓電扶梯旁的空地，已有一對對熟男熟女隨著音樂練跳國標舞。只見廖藝翔的三歲小兒子波波早已拎著自己收拾的小袋子，裡面裝著每次到大湖公園玩樂時的「傢司」（工具）或玩具——小飛盤及小球，迫不及待地拉著媽媽



天氣晴朗的週末，帶著孩子到大湖公園玩耍嬉戲吧！

從捷運站出口走到公園綠地「老地方」，開始在草地上奔跑，等外婆帶著大他幾個月的表姐加入後，兩大兩小就在草地上追逐玩飛盤及小球，廖藝翔的先生及姐姐則在旁觀看，廖媽媽與外孫、外孫女一同奔跑嬉鬧，充滿活力，陽光灑在一家人身上，令人覺得充滿幸福。

廖藝翔回憶，因為婆家在大湖公園附近，經常會到公園來散步、觀景或野餐，看看鷺鷥或水鳥等，有了小孩後也經常帶兒子來公園跑跑跳跳或遊玩，不只增進親子關係，也能健身，在公園內充滿全家人的幸福記憶。有時候，她也會與其他帶小孩來玩的家長聊天，互相交流育兒經。

放眼望去，大湖公園內形形色色的人都有，有情侶約會、單身坐在長椅上閱讀或沉思，或是攜家帶著玩棒球、飛盤、踢足球等，若運氣好的話，有時也會遇到劇組拍片、或是樂團表演等，

儼然公園浮世繪景象。

如果不想太過勞動，可以沿著公園湖心拱橋繞行漫步，從不同的角度，都可捕捉到山光、水色、拱橋、捷運等獨特風景。如果下次有親子共遊計畫的話，不妨到大湖公園去，感受一下這個令「阿兜仔」（外國友人）趨之若鶩的臺灣之光。

►大湖公園

地點：成功路5段（捷運大湖公園站旁）

一東玩具

與時俱進，不褪流行

最近臺灣掀起一波「萌經濟」，黃色小鴨、大貓熊寶寶圓仔、泰迪熊、Line人物等，大人小孩一起投入「療癒系」的世界。位於後火車站附近的一東玩具店也跟上這波潮流，在店面特別闢了「黃色小鴨」、「圓仔」等專區，讓人一進到店裡就被不同造

型或用途的小鴨和圓仔吸引，上前耍弄，愛不釋手。

一東玩具店原本位於鄭州路（今市民大道），而後遷至太原路上，1978年才遷到長安西路現址。第二代老闆娘黃麗芬指著店內牆上懸掛的老照片說：「我們在1940年代就開店了，是我公公開的，最早是在鄭州路『鐵枝仔路』（鐵道）旁邊，以五金為主，節慶食品為輔，提供給北上打拚的人們生活所需，後來就專做玩具批發，算是臺灣最早的玩具批發店之一，很多顧客都是三代同堂。你看照片上，當時沒有紙箱，玩具都還是用竹籠子裝，可見當時的人多麼環保。」她說，1970年代時，當時後火車站一帶大多是公司行號，傍晚以後，整條街幾乎都「黑麻麻」，只有一東的招牌燈還亮著。

黃麗芬侃侃而談臺灣成為「世界玩具王國」及自家店的發展歷程。原來早期臺灣常見的彈珠或



老字號的一東玩具，擁有各式各樣的玩樂商品，總是令小朋友流連忘返。

鐵製玩具都靠進口，當時要到高雄港去領貨，後來臺灣可以自行生產之後，逐漸闖出「世界玩具王國」的美稱，並在1980年代達到巔峰。後來中國大陸開放，臺商外移，許多玩具、雨傘、鞋類的廠商率先出走，加上時代更迭，玩具型態轉變，一東也面臨轉型的問題。

「早期我們經營的是較傳統的類型，像一格一格的戳戳樂、皮球、小眼鏡、積木等，後來跟著賣日本或歐美流行的機器人、電子槍、任天堂、變型組合、遙控車或廣告商品等，現在我們則是轉型到配合幼教、公司行號的活動贈品，並且利用網路開發郵購市場，公司朝多元化發展，我們的宗旨是——客戶的聲音就是上帝的聲音，精神是——吃喝沒有，玩樂找我。」

如果在萬聖節期間到店裡逛，還會看到小朋友由父母陪同來此選購變裝行頭，店內還會配合如

端午節、情人節、聖誕節、新年等特殊節慶，更換商品及布置店面，許多開party的道具也應有盡有，甚至連求婚道具都有，如此與時並進的經營方式，難怪生意歷久不衰。一東不只是令小朋友趨之若鶩的玩樂園地，更是童心未泯、喜歡變裝或搞怪、追求變化的大人「變身秀工廠」，老少咸宜。想找樂子嗎？來一東，準沒錯！

►一東玩具

地址：長安西路202號1~2樓（後火車站附近）

花栗鼠繪本館 親子共讀，書香童趣

在東區商圈五花八門的商店中，有一間位於捷運忠孝敦化站附近巷弄的書店，格外吸睛。宛如童話故事屋般的外表及裝飾，屋前還有一棵大樹，吸引人駐足觀看，甚至想進去一探究竟，這

家書店正是「花栗鼠繪本館」，也是一個如童話般的繪本世界。

花栗鼠繪本館擁有青綠色的屋身，整間屋子由玻璃所包覆，在大約30多坪的店內空間中，繪本



一東玩具讓童心未泯的大孩子也能變裝搞怪。



在陽光輕灑的落地窗前，共讀一本童書，就是最親密溫馨的好時光。

分為新書、外文、科學、藝術、嬰幼兒等類別陳列，館內還有百年經典繪本區、繪本作家及主題展覽區，方便訪客閱覽，甚至還設有「外文好讀繪本推薦」、「花栗鼠新聞」等區塊，讓小朋友也能跟上時事、建立繪本世界的國際觀。大人來到館內，也可以透過「大人繪本」區，找到如幾米或是國內外優秀繪本畫家的作品。

深受小朋友喜愛的繪本館，店內一隅設有親子互動或閱讀的休憩區塊，眼前幾乎是媽媽帶著小孩一同閱讀的溫馨畫面。

繪本館主人林忠正是日本華僑，原本從事電子行業，幾年前當他50歲時，回憶起他小時候聽父母講童話故事繪本的美好時光，就想重溫舊夢、也將繪本好書分享給更多人知道，於是在2010年2月創設這家繪本館。以「花栗鼠」為名，是因為住在森林中的小小花栗鼠，為了冬天的

到來，會勤快、忙碌地到處收集種籽，為寒冷的冬天做好準備。花栗鼠繪本館也希望能像花栗鼠一樣，為可愛的孩子們收集、尋找許許多多溫暖的繪本，藉由閱讀繪本，讓孩子在心中產生力量與幸福。

此外，館內也特別規劃英文繪本讀書會、0~3歲幼幼讀書會、3~6歲幼兒繪本Workshop、花栗鼠姐姐說故事等課程，並且不定時舉辦書展活動，也配合節日舉辦特別活動等，吸引許多親子來到這個空間分享閱讀繪本的心得。除了以繪本豐富兒童或民眾的心靈外，館內還特別舉辦「好農童樂繪」市集活動，結合臺灣好農或在地好食材，讓大人及孩子們享有純淨及健康的好滋味。

下次若有機會行經此地，歡迎進屋共築繪本之夢，漫遊獨特的書香世界。



各式各樣的童畫繪本，吸引孩童目光。

►花栗鼠繪本館

地址：忠孝東路4段147巷8號（鄰近捷運忠孝敦化站）

「小朋友，今天要去哪裡玩呢？」在臺北有這麼多宛如童話遊樂園的好去處，看你是想當知性的天文學家、氣質路線的繪本家，或是野性奔放的運動家、搞怪的變裝「咖」，如果通通都喜歡，就請爸爸媽媽或爺爺奶奶全部帶你玩一遍，共度美好的童年時光。

臺北

美食屋

FUN 童趣 品美食

文／鍾文萍 攝影／楊智仁

說起來兒童節其實是個老少咸宜、親子都開心的全民節日。可不是嗎？小朋友固然等著放暑假、收禮物，大人們雖然懷抱童心但常常受限於工作壓力無法盡情抒發，正好趁著陪孩子過節的同時吃喝玩耍、回味童年。於是在這個玩樂有理的節日裡，爸媽爺奶可以帶著孩孫到珍藏古董童玩的磚窯餐廳吃老式臺菜、賞玩早已難再見的生活器皿玩具；到仁愛路林蔭大道下的卡通咖啡館，品味一頓來自日本大阪的可愛下午茶；或是去異國餐廳林立的天母，找一家附設兒童遊戲場、讓人吃飽了還不想回家的童趣美式餐廳。邊吃邊玩有誰不愛呢？哪怕只是短短一天假期，對全家人來說，都是拉近世代距離、共享童年時光的最佳機會；放下電腦、離開電視，一起幸福共遊去！





玩樂有理的四月天，抽空造訪磚窯懷舊餐廳，吃老式臺菜、賞古早玩意兒吧！



古早味豆腐口感滑嫩柔細。



滿室都是臺灣五、六〇年代流行的玩意兒。

來去磚窯緬懷純真歲月

什麼是尪仔仙、紙娃娃、紙牌抽當？什麼是麥芽膏、跳跳糖、黑人牙膏糖？走進這幢位於成美河濱公園堤防外、磚砌的傳統老式四合院餐廳，叫人大感驚奇：滿室滿谷臺灣五、六〇年代流行的民俗文化童玩、零食和雜貨，像是把整間小時候的柑仔店都搬了進來，對照門外21世紀的時尚臺北轟隆車聲，不免有種時空錯置的奇幻之感。

五、六年級生一定都明瞭，餐廳這些古董實在經典。老闆黃建璋窮其二十多年精力蒐集文

物，都是大手筆的：一整列電影海報、留聲機、水車、陶缸、一整座玻璃櫃、全年份的大同寶寶……很多是久違、早已絕版的，看似隨意的堆在桌邊牆角，其實件件都是稀世寶貝，而且不只能看還能摸，像是院子裡保存完好的彈珠臺、撞球臺，管他大人小孩，任誰見了都想試試身手。

對於告別童年已久的大人們來說，來這兒最不一樣的感受是，以前大多只能趴在櫃臺對著玻璃罐裡的糖果玩具流口水，如今不僅有能力掏錢買這買那，還能好

整以暇，先來一碗米粒晶瑩剔透的豬油拌飯墊底開開胃，再點上一桌好菜來滿足口慾：古早味透抽將生鮮透抽切條以紅糟醃漬入味，薄裹太白粉油炸，封住水分清甜，肉質Q軟鮮嫩恰到好處，滋味鮮妙。古早味豆腐將豆腐切丁，先蒸再炸，口感滑嫩柔細如絲帛，濃濃蒜香和稠滑醬汁滲透入裡，使得本身味道清淡的白嫩豆腐也沾染得十分甘鮮。還有看似不搭軋的食材，卻組合出奇妙的鮮味口感：地瓜葉炒皮蛋、芋頭蒸排骨、豬腳控地瓜、油條鮮蚵、香腸米糕、蛤蠣牛肉……古早的童話，不老的玩心，不僅表現在空間布置上，也激盪出純樸道地的料理美味精髓，叫人吃過之後依然思思念念，歷久不竭。

►磚窯懷舊餐廳

地址：松河街318號

電話：2788-9040

繪本卡通家族的可愛逆襲

阿朗基阿龍佐 (Aranzi Aronzo) 源自日本大阪，品牌家族包括壞東西、黑兔妹、熊貓哥、河童君等卡通人物，前年看準臺北這股「萌」熱潮正夯，跨過太平洋來到臺北開設全球第一家主題輕食咖啡館，將設計師筆下卡哇伊的玩偶人物變成甜蜜料理，光是粉



走輕柔繪本風的阿朗基阿龍佐，讓可愛的卡通主角化身成可觸及的生活器皿美食。



人氣甜點粉紅兔果慕絲，吸睛可愛。



禾米美式餐廳設計遊戲區，讓大人吃得愉快、小孩玩得開心。



快樂兒童漢堡餐，令孩童食指大動。

嫩裝潢就可以迷倒眾生，可愛到爆。

店不大，一整個就是輕輕柔柔的繪本風格，書裡喜歡搞怪搞神秘的兔兔熊貓卡通主角們紛紛走出故事書，變身成伸手可觸及的生活器皿美食；從櫥櫃到展示架上的餐盤，從餐墊、餐具到餐點，讓卡通粉絲們簡直目眩神迷，分不清此刻究竟身處現實臺北還是虛幻迷人的童話國度。最吸睛的，是蛋糕櫃裡的玩偶甜點大軍：黑兔妹巧克力蛋糕、粉紅兔莓果慕絲、河童君抹茶紅豆慕絲、熊貓哥巧克力蛋糕等。小朋友老是不愛吃正餐或蔬菜？看到這裡有可愛的河童火腿鮭魚三明治壽司捲、鐵板豆腐菠菜和風三明治，包準讓卡通粉絲們願意乖乖吃下肚。

不少餐點則專為親子量身打造，最受歡迎的「熊貓姑媽拿手的阿法奇朵式熱鬆餅」套餐，沾醬有黑咖啡以及焦糖棉花糖兩種，讓大人小孩能各自依照喜好一起享用。食材選擇也充滿了日本人特有的細節講究，一律是支持減碳、少鹽、少油、高纖的綠色菜單，全部採用無添加人工香料、當日出爐的自家烘焙麵包，分量精巧，一個人剛剛好。對很

多人來說，餐點不只是餐點而已；在這種充滿夢幻氛圍的主題咖啡店裡，除了小孩玩得開心，還有專屬成人的追憶似水年華、青春靈魂，流竄在胃裡心底，玩味無盡。

► Aranzi Aranzo阿朗基阿龍佐

地址：仁愛路4段468號

電話：2758-8812

美式澎派料理親子共享

如果開放讓小朋友票選最想吃的美食，漢堡肯定名列前茅吧。家有兩個小小孩的黃媽媽從不排斥讓小孩吃老美的國民美食，只不過她笑說：「既然要吃漢堡，就選擇食材優質、又有可以遊戲玩樂的空間，一舉兩得。」

玻璃窗前貼著滿滿的食用油脂抽樣檢驗證明、農產品標章使用證明……在澳洲成長、回臺開店的老闆賴若蓁堅持食材健康自然：「我有兩個孩子，我了解家長們對於給孩子們吃的食材、料理方式有多重視。」這家開業三年多的美式餐廳以現做漢堡著稱，進口澳洲低脂牛肉整塊絞碎製作漢堡肉，厚度幾乎達1公分厚的肉片煎得外酥內嫩，一口咬下迸出的是豐富天然肉汁而不是

一般市售漢堡的調味醬汁，超juicy；辣雞翅從醃漬到烘烤多達10道手續才能上桌，濃郁不油膩；現點現做的手工鬆餅、挪威燻鮭魚蛋三明治、黑胡椒牛肉班尼迪克蛋從早午時段到晚上都是熱賣餐點。為了讓大人小孩都能各選所愛，誰也不必遷就誰，光是沙拉醬就有多達六種選擇：蜂蜜芥末、美式油醋、椰漿魚露、千島和風芝麻、水果油醋、奶油藍起司醬等，「芝麻醬有小火一點一點慢慢燻的自然香氣，千島醬有手工切洋蔥丁的綿密口感，一點都不能馬虎的。」賴若蓁說。

對孩子們來說，更棒的是，吃完不必枯等爸媽喝咖啡聊是非，用完餐就可以直奔二樓臨街臨窗的專屬遊戲區玩個夠；大人們呢，則得以在親子共遊的時光裡，偷渡到一點完全放鬆的自在悠閒。

► 禾米美式餐廳

地址：中山北路6段435號

電話：2876-0868

四月兒童月，三家不同風格的親子餐廳隨意選，吃喝有譜，回憶無價！

HAPPY 100th BIRTHDAY



快樂天堂慶生Party 回顧百年里程碑

文／林瑋庭 圖／臺北市立動物園提供

大象長長的鼻子正昂揚 全世界都舉起了希望
孔雀旋轉著碧麗輝煌 沒有人應該永遠沮喪
河馬張開口吞掉了水草 煩惱都裝進它的大肚量
老鷹帶領著我們飛翔 更高更遠更需要夢想
告訴你一個神祕的地方 一個孩子們的快樂天堂
跟人間一樣的忙碌擾攘 有哭有笑當然也會有悲傷
我們擁有同樣的陽光

——〈快樂天堂〉

「小時候畢業旅行，我們遠從高雄坐車到臺北的動物園，興奮得不得了！」曾在市立動物園服務31年的前園長陳寶忠回憶道，也說出孩子對動物園的想望，這個快樂天堂——臺北市立動物園，本月滿百歲生日了！陪伴無數人快樂成長的動物園，百年來也經歷了世間的悲歡離合，而且期間好多全國人民如數家珍的動物明星代代興替，都成了你我珍貴的回憶，現在就讓我們一起回顧快樂天堂百年來的重大里程碑及歷代動物明星。

百年大事Zoo 細說園史 誕生（民國3年至34年）

市立動物園一開園並非由官方經營，也不是位在木柵，而是民國3年由日人大江氏在圓山所開設的私人園區，開放眾人入內觀賞花木和動物，不過事隔一年隨即被日本政府臺北廳買下改為官營。根據報載，開幕之初的動物達70種148隻，週日的參觀人數至少有7、800名，以當時臺北市人口僅約17萬人來說，十分熱鬧。

到了民國32年底，二次大戰襲捲而來，為防止動物園中的猛獸因欄舍損毀而逃出傷人，動物紛紛遭到處死。

浴火重建（民國35年至58年）

二次大戰結束後，民國35年動物園重新開放，但戰時失去許多珍貴動物，同時缺乏經費重新整建，動物園於民國38年推出動物表演吸引遊客，參與演出的動物包括猴、獅、鸚鵡等，節目包括猴子扮人吃西餐、黑猩猩騎單車、獅子跳火圈、鸚鵡坐車拉



第一代動物明星瑪小姐，是全臺第一頭大象，拜訪動物園的訪客都愛與牠合影。（臺北市立動物園徵集，吳宏仁先生提供）



圓山動物園與兒童樂園合併時期，曾是每個孩子心中的快樂天堂，每逢假日人山人海。（本刊資料照）

車，後來隨著社會風氣改變，開始賦予動物園教育責任，表演持續近三十年後結束。一方面，園方大量引進動物，包括象、豹、熊、獅，民國50年以後，與日本動物園界交換及贈購頻繁。

快樂天堂（民國59年至75年）

這段期間兒童樂園（現為兒童育樂中心）併入，每逢假日動物園人山人海，遊客一邊嗑花生看猴子，看完動物到兒童樂園坐天女散花。有人回想小時候的遊園經驗說道：「門票只要兩塊錢，逛完動物園還可直通兒童樂園，就算後來調漲為五塊錢，還是很划算。」



動物表演風行近30年，圖為獅子跳火圈。（本刊資料照）

但圓山舊址受到地理環境限制，難以擴建，加上位於航道下方，噪音大，民國75年動物園正式搬遷至木柵新址。市府為此舉行了搬遷大遊行，當天在沿途30萬民眾夾道歡送下，20輛動物專車、國旗、市旗一路抵達木柵動



動物園從圓山搬遷至木柵，工程極為浩大。

物園，電視臺出動直升機拍攝，伴隨著〈快樂天堂〉的歌聲下喬遷，盛大場面吸引國外媒體報導，也成為市民最難忘的回憶。其實，這場遊行也富有另一層意義，民國70年代，臺灣面臨各種外交困境，眾星齊唱以及動物大遊行成為人民



在〈快樂天堂〉歌聲中，民眾夾道歡送動物專車一路到木柵新園，從此開啟了動物園的新時代。（本刊資料照）

鬱悶的出口，凝聚起臺灣人的情感。

曾經參與活動的李小姐說，當時讀國中的她看著馬走在路上，心想這真成為名副其實的「馬路」了。時任市立動物園動物組組長的前園長陳寶忠分享了個趣聞，因大搬遷正值暑假，當時最擔憂的不是動物脫逃或是民眾闖入，而是動物被熱昏，只好在搬運箱上放冰塊，讓牠們稍微降溫。

溫馨、和諧木柵新園 (民國 75 年至今)

圓山時期的動物園著重飼養動物提供休閒娛樂，但搬遷木柵新園後，除了擺脫市區的喧囂，場地更加寬敞外，動物園展示方式由欄杆改為開放式，動物們得以居住更大、自然、舒適的家，且依分布地理分區，或依動物分類及特殊習性展示，致力於推展環境教育，並加強研究與保育工

作，「溫馨、和諧」的現代新動物園終於成形。

動物明星接棒一世紀

首屆明星 瑪小姐、一郎君

在動物園誕生時期，大象瑪小姐及紅毛猩猩一郎君人氣最高。大象瑪小姐由日商購入，是臺灣第一頭大象。紅毛猩猩一郎君則是因當時紅毛猩猩相當稀有而廣



林旺、馬蘭夫婦堪稱臺灣最具代表性的動物明星。



紅毛猩猩一郎君在日據時期相當稀有，榮登動物園寫真帖的封面動物。



來自南半球的無尾熊，可愛模樣惹人愛憐。（王能佑攝）



國王企鵝來臺，左搖右擺的姿態讓參觀人次不斷攀升。（王能佑攝）



大貓熊圓圓產下圓仔，她的萌樣掀起全臺貓熊熱。（王能佑攝）

受歡迎，所以動物園發行寫真帖時，一郎君登上封面可說是當之無愧。

大象林旺、馬蘭成精神指標

戰後的動物園大型動物稀少，大象瑪小姐過世後，在民國41年引進母象馬蘭，到了43年，孫立人將軍把戰爭中由緬甸俘虜而來的亞洲象林旺致贈動物園，讓林旺與馬蘭結為夫婦。

林旺成為家喻戶曉的明星背後有一段故事，陳寶忠說，民國70年開始，隨著動物園著重教育，便組成義工隊為遊客導覽解說，當時義工隊發現有一群老兵固定前來看林旺，一問之下發現，他們曾經在戰爭中照顧過林旺，這段感人故事促成每年為林旺舉辦慶生活動，吸引媒體報導，讓林旺成為鎮園之寶，風靡臺灣半世紀之久。

無尾熊、國王企鵝帶動參觀人數

民國88年起，新生代動物明星紛紛加入，來自南半球的無尾熊哈雷、派翠克來臺開放首日吸引三萬人爭睹，觀賞人龍最長達一公里，人潮眾多時需等上一小時才能看見。又於90、93、100年陸續引進無尾熊，加上在臺成功繁殖了7隻，目前無尾熊家族共有13

隻，逐漸壯大起來。

民國89年，走路左搖右擺的國王企鵝亮相，一天參觀人數破四萬人次有如家常便飯，陳寶忠坦承，引進之初從未料到國王企鵝會如此受到歡迎，多虧國王企鵝一抵臺灣便產蛋，企鵝爸爸長達65天全心全意孵蛋，甚至30多天不進食，天天有六、七輛電視臺SNG車守候，讓全島陷入孵蛋熱潮。

大貓熊家族 鎂光燈最愛

民國97年底大貓熊團團與圓圓來到臺灣，颯起一陣黑白炫風，到了102年7月添一女圓仔，她的成長過程備受關注，初期動物園提供照片、線上直播，她的一顰一笑都成焦點，現在圓仔在貓熊館上工三個多月了，最喜歡在棲

架爬上爬下，或是啃啃竹子，是動物園百週年最好的禮物了。

為歡慶百年，動物園門外廣場擺上了三個時代的復刻大門，橫跨1940年代、圓山時期、木柵時期第一代，當時的動物明星也一併現身，這三個復刻大門將擺放至年底，經過時別忘了與之合影，體會穿梭時空的滋味。

動物園的訪客熙來攘往，路上有來校外教學的學童、手牽手的情侶、結伴出遊的年輕人、推著娃娃車的父母、走起路來還跌跌撞撞的孩子、阿公阿嬤，不論男女老幼，動物園都參與了你的生命歷程，無疑地，滿百歲的動物園也將和你一起再走下去。

► 相關資訊

● 臺北市立動物園

開放時間：09:00～17:00（16:00停止入園）

地址：新光路2段30號

電話：2938-2300轉630

● 臺北動物園建園百周年慶祝活動——世紀方舟 快樂啟航遊行活動

時間：4/19（六），13:40～16:30

路線：以保育與教育合作為主題之遊行車隊由花博公園圓山園區出發—凱達格蘭大道—南門市場、捷運台電大樓站5號出口—公館—興隆路—新光路到達動物園

洽詢電話：2938-2300轉519



鐵漢柔情 圓仔的超級奶爸

陳屹彪

文／潘逸凡 攝影／王能佑

下午3時30分，臺北市立動物園大貓熊館戶外展場出現一個身影，只見他擺放好團團愛吃的竹子，俐落地攀爬至樹上放置胡蘿蔔，接著把浮球換了位置，短短幾分鐘，展場彷彿施了魔法，增添不少新樂趣……，他正是圓仔的超級奶爸——動物保育員陳屹彪。

大貓熊家族 帶給人歡樂

每天能與圓仔「愛的抱抱」的陳屹彪，羨煞不少人，在動物園服務17年的他，曾照顧過紅毛猩猩、馬來熊、亞洲象林旺與馬蘭等動物，儘管資歷深，照顧大貓熊還是頭一回，因此，在民國

97年12月團團與圓圓來臺北的前半年，陳屹彪親赴大貓熊的故鄉——四川臥龍，除了跟著大陸專家學經驗，更要與團團、圓圓「搏感情」，他笑說，當時因為彼此不熟悉，還曾被圓圓揮拳抓傷！

此外，陳屹彪也肩負繁殖大貓熊的重責大任，為此，他再度至臥龍學習三週，由於大貓熊發情期短，一年的配種時間只有48小時，他必須抓準時機，在圓圓發情期採集尿液以監測荷爾蒙，去年「療癒系萌主」圓仔終於在眾人期盼下順利誕生。

陳屹彪說，圓仔一家三口個性皆不同，團團像個憨厚的小男

生，單純又乖巧，玩玩具多半「一招走天下」，玩法不會改變，訓練時給牠指令也會不假思索乖乖照辦；圓圓較為古靈精怪，訓練時保育員若叫圓圓過來，只見牠的眼神轉呀轉的，彷彿在思索「有什麼事嗎？」待判斷沒問題後，才會走向保育員；至於圓仔，則是聰明又調皮，總是一直找尋新鮮有趣的玩法，也喜歡追著保育員跑，常在上午進入展場時上演「落跑」橋段，在傍晚回欄舍的途中，又溜回展場，活力十足。

圓仔的所有玩具，幾乎全由點子王陳屹彪一手包辦，由於玩具是消耗品，常被動物又啃又抓



身手俐落的陳屹彪，讓大貓熊館戶外展場充滿新樂趣。



在動物園服務17年，陳屹彪照顧過紅毛猩猩等動物。（圖／陳屹彪提供）

的，也不會為了一、兩個玩具特別請人訂製，他便就地取材自行DIY，並根據圓仔的成長發展來設計，例如圓仔最愛的藍色水桶，發想即來自搖籃，他將現成的桶子挖洞，再把銳利的邊緣磨平，「躺在裡面可以搖晃，對圓仔也是一種刺激。」接下來陳屹彪會繼續製作更多新鮮有趣的玩具，為毛孩子找樂子。

林旺、馬蘭 永遠的老朋友

若說圓仔是目前全臺注目的焦點，亞洲象林旺、馬蘭更是陪伴臺灣人走過風風雨雨的精神象徵，陳屹彪緩緩訴說著與那兩位老朋友相處的過往，外表剛毅的他，難得展露出感性的一面。

照顧過林旺與馬蘭的保育員都知道，牠們倆「不好惹」，由於早期林旺曾在一次醫療過程中飽受痛苦，自此性情大變，幾乎沒有保育員能靠近。

陳屹彪自民國87年進入熱帶雨林區，一直到92年林旺離世前最後半年，才與林旺拉近距離，不僅能與林旺面對面、四目相接，林旺在水池泡水時，也能撫摸牠的背，而一切的開端，全為了醫療，「總要有人幫牠擦藥，誰膽子大就由誰上。」他笑著說。

當然，一開始沒那麼順利，但幾次下來，林旺的傷口獲得緩解，深知保育員的出發點是為牠好，便放心、信任的交由保育員

照顧，陳屹彪坦言，林旺體積太過龐大，一個小動作就足以讓人受傷，在牠背後擦藥時，得格外謹慎。那段日子，林旺經常進入水池以舒緩腳傷的不適，而林旺最後的身影，也是倒臥在水池中，陳屹彪說，或許林旺不希望保育員那麼辛苦，選擇了快速離開的方式。

提起馬蘭，陳屹彪感觸更深，馬蘭個性很「恰」，他半開玩笑地說著：「保育員都被馬蘭追殺過。」在91年馬蘭離世前，整整病了三、四年，馬蘭倒下那天，陳屹彪親眼目睹馬蘭先是抬起一腳，接著，眼前的龐然大物便硬生生倒地。一般來說，大象

倒地幾日後就會死亡，但馬蘭憑著堅強的意志力苦撐兩週，那幾日，保育員幾乎都沒回家，陪著馬蘭走完最後一程。陳屹彪回想馬蘭走的前一天，牠的眼神像是說著「不必為我擔心」，並用鼻子一一輕拍身旁的保育員，彷彿在向老朋友做最後道別，陳屹彪言盡於此，11年前一幕幕的景象再度湧上心頭。

多年來，陳屹彪深刻感受到動物們的靈性與情感回饋，甚至比人更直接，也在與動物的互動中，體悟許多人生的道理，對他而言，能與動物相處，是畢生的幸福。



照顧過林旺、馬蘭的陳屹彪（左一），深深地被亞洲象的靈性所觸動。（圖／陳屹彪提供）

珍稀臺灣動物寶寶 Happy Birthday!

文／潘逸凡 圖／臺北市立動物園提供



1 圓仔和臺灣動物寶寶Say Hi!

我滿九個月大了，現在的最喜歡學媽媽啃竹子和胡蘿蔔。同樣在去年出生的臺灣動物寶寶，現在也差不多一歲了，不知道牠們是不是跟我一樣喜歡黏著媽媽？希望有機會能跟牠們見見面！



2 正港臺灣石虎來報到

大家好，我們是去年三月出生的石虎寶寶，是瀕臨絕種保育類動物，許多人把我們當成家貓，但我們不會喵喵叫，最明顯的特徵是，眼睛內側有向上延伸到額頭的兩條白色線條，身上則有黑褐色點狀斑紋，而有石虎出沒的地方，表示生態環境很健康，愛護我們，就是愛護臺灣這片土地喲！

臺北市立動物園今年100歲囉！動物園細心呵護每一個生命，也努力讓珍稀動物生生不息，去年，珍貴的臺灣石虎和藍腹鵝紛紛傳出喜訊，讓我們一同來祝賀牠們，生日快樂！



3 美麗的藍腹鵝復育大成功

全世界只有臺灣才有藍腹鵝，很酷吧！這是我去年出生不久時的模樣，你們看，我們天生畫了眼線，頭上還有暗褐色條紋，是為了能安全隱藏在森林裡，有人靠近鳥園珍禽區時，爸爸會輕聲發出「郭、郭、郭、郭」的聲音，媽媽就會把我們帶開，所以要看到我們不太容易呢！





圓仔信箱

文／潘逸凡
諮詢／臺北市立動物園大貓熊館館長陳玉燕
插圖／Left

Q 圓仔喜歡洗澡嗎？

A 「喜歡，喜歡，好喜歡！」

以前，媽咪常把我抱在身上，喝完奶後會舔舔我的嘴巴，也會舔我的屁屁刺激排便，現在我會自己排便，體重也越來越重，每天媽咪還是會幫我清理身體，只是不像小時候那麼頻繁。

媽咪說我很調皮，幫我洗澡時，總是扭來扭去的，嘻嘻，因為我還想玩嘛！

保育員叔叔、阿姨也常幫我梳梳毛，尤其在戶外展場玩得一身泥，用梳子梳幾下，髒兮兮的泥巴就不見了。

對了，等我長大，就能像爸爸、媽媽一樣一年洗三次藥浴，陳玉燕阿姨說，這是為了預防皮膚病喲！



Q 圓仔會哭嗎？

A 「我每天都好開心，沒有哭過呢！」

每天我都和媽咪在一起，保育員叔叔、阿姨也會跟我玩，把我照顧得好好，天天都開心極了，從來沒有哭過呢！

當我心情好時，會發出短促的高音，和保育員叔叔抱抱時，會全身放鬆，把頭緊靠在他的肩膀上，當然啦，我偶爾也會耍賴，發點小脾氣，陳玉燕阿姨說此時我的聲音會變得低沈，有點像狗吠聲，咦？我沒見過狗狗耶，牠們一定也很可愛。

媽咪說，熊科動物不習慣讓人從臉部表情察覺喜怒哀樂，偷偷告訴大家一個祕密，當我很興奮時，眼睛會瞪得大大的，可以從我的眼神判斷情緒喲！



圓仔大哉問

《臺北畫刊》開闢圓仔信箱後，有許多喜愛圓仔的朋友來信發問，也有千奇百怪的可愛問題，讓人會心一笑。你是否想進一步認識圓仔呢？若有任何關於圓仔的問題，歡迎踴躍來信或e-mail至「《臺北畫刊》圓仔信箱編輯群」，我們會挑選合適的問題後統一回答喔！

來信或e-mail時請註明給「《臺北畫刊》圓仔信箱編輯群」

地址：11008臺北市市府路1號4樓。臺北市政府觀光傳播局

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





2014

傳統市場節 重新包裝的古早味

文／許凱森 攝影／吳金石



新鮮魚貨的鹹味撲鼻、中氣十足的叫賣聲入耳、不甜不要錢的水果試吃、隨意手寫的今日時價、摩肩擦踵的擁擠人潮，童年印象中的傳統市場，是跟著媽媽走一遭就忘不了的五感體驗之旅，而一杯清涼的冬瓜茶，就是小跟班下次還想再來的誘惑。傳統市場供應著每個家庭食衣住行各項日常所需，不僅是家庭主婦們的生活重心，也是許多人的童年成長記憶。

市場好味購麻吉 有吃有玩比創意

臺北市傳統市場節自民國97年舉辦至今已邁入第七個年頭，除了輔導各個攤商的招牌設計、商品陳列、文宣行銷、顧客服

務等，讓傳統市場的經營更具規模，帶來更多商機之外，也協助店家參與優良市集和樂活名攤的評核認證，增加民眾選購信心。臺北市府將設計的力量導入傳統市場的硬體當中，包括建築物改裝後的乾淨、衛生、通風、明亮，寬敞的動線設計，以確保攤商擁有足夠的空間進行貨物運送、擺放、清洗、販售，以及設置停車場和公廁，都令民眾一改對傳統市場的惡臭、溼滑、擁擠等印象，然而保留不變的是傳統市場安心、實在、信任和濃濃的人情味。

臺北市市場處市場經營科科長何相慶表示，今年的傳統市場節以「市場好味購麻吉」為主軸，



士東市場內的小廟，讓前來買菜的民眾也能順手拈炷香為家人祈福。

整合了臺北市東、南、西、北各地的傳統市場特色，並以一系列的創意競賽活動為市場節拉開序幕，包括最佳攤商大PK、市場叫賣達人PK、增進市場知識的親子市場購物比賽、幸福市場攝影比賽以及學生廚神等，最後壓軸主場活動於花博公園圓山廣場熱鬧展開，現場將集合所有傳統市場美食，讓參加民眾一口氣吃遍各地好味道，並有一元競標及現場抽獎等好康活動，希望能夠讓年輕人和國外遊客親身體驗傳統市場的活力與感動，了解並認識臺北市傳統市場的文化特色進而愛上傳統市場，也期許未來能晉升為國內外觀光景點。

以下介紹四家改頭換面的傳統市場，看他們是如何與在地的生活、文化、特色相結合，同樣仍是當地居民最忠實新鮮的好鄰居，卻開創出有別於傳統市場的新風貌。

士東市場 生鮮蔬果頂高級

民國81年10月落成啟用的士東市場，共有255家攤商，一樓經營生鮮蔬果、花卉、肉類、鮮魚、南北雜貨、熟食、現煮咖啡等，並且規劃市場中央為溼貨區，外圍則販售乾貨，以使地面保持乾燥；二樓經營百貨、美食小吃街，百貨區走道寬敞、格調高雅；美食小吃街攤位規劃整齊，空間寬敞明亮，充分展現傳統與現代兼容並蓄的新氣象。

鄰近天母商圈的士東市場，沒有一般傳統市場的潮溼和魚腥味，內部乾淨明亮、地面不溼滑、空氣流通沒有異味。市場四個角落都有寬敞的出入通道，並設有地下停車場，採買食材也可以輕鬆又優雅，號稱五星級的公有市場。食材雖然屬於中高價位，但因具有一定的品質，受到天母地區居民的喜愛，可說是「天母人的廚房」。從事室內設計，十分要求生活品質的王

小姐說，雖然隔壁就有百貨公司的高檔超市，但她還是喜歡到士東市場來，現包的餃子，衛生看得到，有機蔬果的種類分量隨自己挑選，而不是只能買膠膜封好後的組合，偶爾結帳時老闆會阿莎力的去掉零頭，買東西還送人情，這是冷冰冰的條碼收銀所不能比的。

因為市場靠近美國學校與日僑學校，所以消費族群除了當地社區的家庭主婦之外，同時吸引許多外籍人士前來選購，商家也認真地學起英文，熱情地介紹自家商品給初到臺灣的外國朋友們。來臺灣將近一年，教英文也一邊學中文的Mike說，剛來的時候幾乎天天吃速食，經由同事介紹可以來士東市場買熟食換換口味，現在大約一星期會來逛一次，而且不只買熟食，還會做幾道簡單的家常菜，都是跟市場裡的老闆學來的。



與捷運共構的西湖市場，讓傳統市場也可以改頭換面成具現代感的購物場域。

西湖市場 異國美食吃不停

西湖市場於民國78年開幕，後來因為被規劃與捷運西湖站共構，直到民國98年6月，所有攤商

才正式進駐西湖綜合大樓，西湖市場於是改頭換面為一座極具現代感的建築物，生鮮傳統市場結合異國美食料理的複合式商場，

並成為全國第一個捷運共構的傳統市場。堅持每天餐桌上一定要有魚的張媽媽，在送孫子到西湖國小上學之後就會順道來西湖市



蔬果攤用綠色招牌，魚貨攤用藍色招牌，哪個攤販賣什麼一目了然。



西湖市場內人氣滾滾的日本拉麵，想吃就要趁早前往領取號碼牌。



大清早就排著長長的人龍，只為一嘗華山市場二樓的阜杭豆漿。

場逛逛，崁仔頂鮮魚的魚貨海鮮是每天從基隆崁仔頂新鮮直送到市場，而且老闆會大方地鋪上厚厚的冰來保持魚貨的新鮮度，是



張媽媽大力推薦的攤商。

西湖市場為了讓消費者有耳目一新的感覺，市場內以色調及顏色來區分業種的招牌，攤架、攤商招牌整齊劃一。二樓美食小吃的攤位規劃則和百貨公司地下美食街有異曲同工之妙，攤商沿著四周設置，攤位與攤位間以隔間做區別，固定式桌椅的用餐區集中在中央，點餐後須自行取餐再到用餐區享用。這裡的異國料理種類多樣，說是美食聯合國都不誇張，有美式牛排、日式定食、韓式料理、義大利麵、海南雞飯、廣東粥、泰式炒飯、新加坡煲仔飯、越南河粉、法式手工甜點等等。

由於鄰近內湖科學園區，中午用餐時間擠滿了科學園區的外食人潮，一位難求。在內科擔任工程師的李先生，幾乎每天中午都跟同事一起來西湖市場二樓用餐，環境清潔、餐點選擇又多，

其中，他最推薦日本人所做的九州博多豚骨拉麵，因為人氣實在太旺，要在營業時間前領取號碼牌，所以想吃還得要趁剛好出公差時才吃得到。

華山市場 手工創作小確幸

早上九點鐘，步出捷運善導寺站5號出口，繞過一個街角的人龍正有秩序地緩慢前進著，因為市民和觀光客都熱愛的人氣早點——阜杭豆漿，就位於華山市場的二樓美食廣場。

華山市場，於民國69年2月開業，攤商主要來自於原本聯勤總部附近的攤販，然而隨著消費習慣逐年改變、市場設施老舊不堪，導致客源大量流失，許多攤位因為支撐不下而變成空攤，臺北市政府為了把過去的客源重新找回來，針對市場內部進行全面大整修，外部牆面也設置廣告看板吸引人潮。



華山市場重新裝潢後，空間寬敞明亮。

重新整裝再出發的華山市場，一掃傳統市場老舊陰暗的刻板印象，改以明亮寬敞的格局粉墨登場。從香港來臺北的Jerry，四天三夜的自由行打算吃遍臺北所有的人氣美食，第一站就選定華山市場二樓的阜杭豆漿，早餐吃豆漿配燒餅和香港習慣的奶茶配西多士很不一樣，再加上排了這麼長的隊，會是他難忘的美食經驗。

一樓則是傳統生鮮市場結合創意市集，17個傳統攤位分散在樓面四周，販售魚、肉、水果等一般生鮮蔬果、手工蛋捲及日用品；市場中央有饒富創意工藝及創新設計的中小企業形成創意市集。在國中教英文的陸老師，平常就對文創商品很感興趣，最近也帶學生社團製作手工藝品，意外逛到華山市場有許多的手繪服飾及配件、皮革拼貼、手工香皂、花藝等，一聊之下，原來都是志趣相投的文創工作者，彼此互相切磋，也可以讓學生學到更

多，華山市場的創意與活力，顛覆她過去對傳統市場的印象。

永春市場 二手市集挖寶地

現在的永春市場所在地，於民國48年就已經形成小型市集，經過市政府徵收後興建為四層樓的

建築物，民國72年正式開幕，一樓市場共有132家攤商，集中販售各項生鮮及日用商品；二樓為二手市集，還設有郵政代辦所以及寶石免費鑑定估價服務櫃臺。

永春市場一樓的每個攤販都掛有電烙木片刻字的攤位號碼牌，



永春市場二樓的二手市集，物品種類琳瑯滿目，不妨前去尋寶。



別以為二手物品都是廉價破舊的東西，走一趟永春市場二樓讓你馬上改觀。

讓傳統市場增添文化創意質感，為永春市場的一大特色。其中，沒有菜單、沒有座位的阿留申生魚片，被內行人喻為隱藏版的好味道，價格實惠、品質媲美日式料理店，熱情的老闆甚至會拿出自己的酒來免費招待。當初透過朋友介紹而來的朱先生，一吃就是好幾年，現在跟老闆相當麻吉，一星期至少要來報到一次。

永春市場二樓的二手市集，採登記收費制度維持營運，一個桌位一天350元，就能把家中不需要用到的物品拿來販售，嘗試當老闆的滋味。每個月都固定會來擺攤的江小姐說，這裡的客人真的很多，週末假日的攤位登記非常踴躍，動作一定要快才搶得到；像有人是專門來二手市集尋寶的，無論是轉了幾手的古著飾品或是阿嬤年代才有的復古公仔，任何稀奇古怪的東西都有可能在這裡找到；假如什麼都沒買，來跟老闆聊聊天，也能帶回滿口袋

的故事回家。永春市場自治會長黃秀玉表示，二手市集促進了市場活絡，將家中不用的東西，以廉價轉手給有需要的人，也是一種另類環保，更創造了多元價值。

傳統市場的風貌雖然在改變，但它特有的人情味和生活記憶不變，更乾淨、舒適的採買經驗，讓我們更安心、愉悅地把佳餚端上桌。

► 相關資訊

● 士東市場

地址：士東路100號

電話：2834-5308

營業時間：週二至週日06:00～21:00，週一休市

交通：搭乘公車606、285、685、203路至蘭雅國中站或天母棒球場站

● 西湖市場

地址：內湖路1段285號

電話：2658-0144

營業時間：1樓生鮮蔬果06:00～16:00，週一休市；2樓小吃百貨06:00～22:00，不休市

交通：捷運西湖站1號出口

● 華山市場

地址：忠孝東路1段108號

電話：2394-3802

營業時間：1樓生鮮市集06:00～20:00，週一休市；2樓美食百貨05:00～21:00，週日05:00～17:00

交通：捷運善導寺站5號出口

● 永春市場

地址：松山路294號

電話：2769-5123

營業時間：07:00～20:00；週一休市

交通：捷運永春站5號出口或搭乘公車270、212、299、281、284、286、277、257、232、46至永吉國小站

臺北邁向2016世界設計之都

ADAPTIVE TAIPEI CITY 2016

前言：

臺北市是2016年的世界設計之都 (World Design Capital)！

當郝龍斌市長在2013年11月19日記者會上宣布此一喜訊的時候，現場鼓掌最大聲的大概就是我。我的激動是因為此一成果得來不易，它是市府團隊六百多天辛苦耕耘的成果，也代表臺北的設計實力，深受國際肯定！

臺北市積極爭取「世界設計之都」，絕非只是為了舉辦大型的國際展演活動，而是企圖以創新的作為，全方位啟動城市的改造運動，打造臺北成為一座具有設計遠見的城市。而要達到這個目標，需要你我的共同努力！

見證臺北榮獲全球第五座世界設計之都的歷史時刻，從本期開始，我們將推出一系列專欄，邀請設計界人士談談對這座城市的期待與想像，讓臺北持續以設計力帶動城市進步，在2016年，成為一個新的典範城市。



臺北市政府文化局局長 劉維公

以設計行動打造社計之都

文／5% Design Action發起人楊振甫 圖／臺北市2016世界設計之都專案辦公室提供

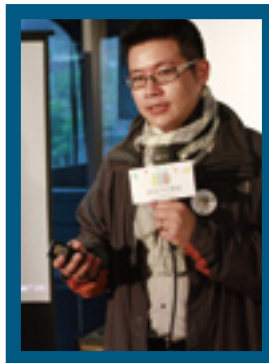
聽到西門紅樓的地板吱吱作響，我在後臺默默祈禱這棟歷史建築能夠乘載今晚參與的人群及熱情。

那天，紅樓並非播放《看見台灣》或《十二夜》等話題大片，而是5% Design Action「癌症篩檢與防治創新設計」計畫紀錄片《走出5分48秒的黑暗》的首映，許多關心這個議題的朋友都親臨現場，以實際行動支持社會創新設計。

持續關注社會議題 腦力激盪創新方案

在臺灣，癌症已連續三十年占據十大死亡主因的首位，相關治療措施占全民健保每年支出27%，約550億元政府預算，已成為推動健康福利政策的重大負擔；但是，事實上有許多免費癌症篩檢服務早

已上路，可惜的是使用率一直偏低。因此，「如何透過設計有效提升民眾癌症篩檢率」，就成了設



計師們的核心挑戰。

透過資料分析、現場觀察及訪談，參與的八十位設計師開始與衛生局、醫療院所，以及基金會持續討論。最後，針對子宮頸癌、乳癌、大腸癌及口腔癌提出嶄新服務設計方案。以去年為例，設計團隊提

出以輕鬆喝下午茶的方式，邀請婦女進行「午後的奶察」乳癌篩檢，頗受好評。



5% Design Action號召不同領域的設計師，透過設計建構出新的解決方法。



「午後的奶寮」將乳癌檢驗與下午茶結合，提醒婦女留意身體警訊。

常有人問，為什麼透過群眾創新的力量是如此的大？以癌症議題來說，過去多是醫師、公衛領域專家或相關基金會等組織掌握發言權，主要是因為這些身分的人不僅是相關領域的專家，更是此議題服務網路的利害關係人之一。

利益沒關係人 創造社會新價值

然而，參與5% Design Action的設計師們，可說是此議題的利益

「沒」關係人（除了可能是罹癌的候選人之一），但這樣的身分卻串聯起網路各個的節點，從政府官員到民間，皆紛紛響應支持。

「一個就算失敗也會對社會有益的活動」，這是我對5% Design Action下的註解。政府與民間各界在產業界提出許多創新，不斷注入能量；但對於人們生活周遭，是否應該投入更多關注，留心身邊的事物？我常思考，我們這一

代青年之於這個時代的意涵，如果我們不能把握時間與機會，為社會創造新的價值，建構解決問題新的方法，那我們的存在是否就只像一縷輕煙，來去飄渺？

日前，臺北市已獲選為2016年「世界設計之都」，在各界歡呼及期待的同時，希望看到更多夥伴加入服務設計的活動，一起學習成長，一起推動這個城市、這個社會持續不斷地轉動。



5% Design Action是由臺灣設計師自主發起的社會創新設計公益平臺，號召不同領域的設計師和專業人士協同合作，付出自己工作之餘5%的能量，投入社會關鍵議題的改善與創新。透過設計思維及服務設計的方法，提出解決方法與新的產品設計。



回歸大自然的懷抱

多元環保葬

文／曾妮可 圖／臺北市殯葬管理處提供

隨著高齡化社會來臨，「身後事」也有更多元化的選擇。傳統的落葉歸根、入土為安的土葬方式，已經有了新的作法。為了節省土地資源，將骨灰埋入花下、樹木下，甚或拋向海中的多元環保葬法興起，往生者以更多形式遺愛人間。

環保葬法符合簡約生活趨勢

傳統上，家屬對往生者的後事皆相當謹慎，會挑選適合的時機，進行殯葬儀式，因此每到「好日子」，臺北市殯葬管理處的禮廳和火化爐場次常常一位難求。但曾經將先人由土葬改為樹葬植存的王伯伯說：「北市房價

高，連墓地價格也高昂，數年後還要『揀金』，禮俗較多，所以還是環保葬比較符合現代生活的需求。」

多元環保葬打破了「據洞為親」的土葬傳統，讓骨灰在大地中化作春泥，更延續了傳統上入土為安的觀念。目前臺北市殯葬管理處為了鼓勵民眾多採用環保葬法，推出凡是申請以環保葬方式安葬者皆免收費的措施，總的來說，至少可比傳統土葬省下至少7萬元以上之費用（以土葬而言，北市最小坪數公墓價格為7萬3,200元，且使用年限僅7年，期限到了仍需處理起掘及晉塔事宜）。

目前比較多人採行的樹葬與花葬兩種方式，是將骨灰研磨成細粉之後裝入可分解的棉紙袋中，埋葬於植物根部附近。而為了保持環境的美觀，現場並不會立墓碑，也不會記錄亡者姓名，但是殯葬處考量家屬祭拜追思的需求，不論是樹葬或花葬區，皆有劃分植存區域，讓家屬能找到先人骨灰的大略位置。

此類安葬方式讓往生者與大自然合而為一，不僅保有「入土為安」的傳統習俗精神，又能讓逝者回歸綠意懷抱，已漸漸為民眾所接受，截至民國102年底已有五千多人參與。



選擇環境優美、百花簇擁的墓區作為長眠的地方，讓生命在大自然中延續。

長眠優美環境 家屬寬慰安心

在陽明山第一公墓的陽明山臻善園（花葬區），有18個分區，各區以不同的花卉植物布展，總計有五千個穴位可循環使用，兼具美化景觀及環境保護等多重效益，過世的親人能長眠於如詩畫般的優美環境中，也讓前來追思的家屬寬慰安心。

2月底曾參加花葬的陳先生說，他的姐姐在去年因癌症過世，生前就決定要將骨灰灑入土中。甚至在生前就與家人討論下葬的地點，最後在陽明山臻善園入土。觀念前衛的姐姐生前認為，採環保葬法所省下來的資金可留給在世的孩子運用，而孩子如要前往祭拜，也可以直接坐公車到陽明山，在鳥語花香的環境裡，跟媽媽說說話來追思悼念。

海葬則是將過世者遺體火化後，將骨灰研磨處理，裝入環保棉紙袋及安息盒內，後人再前往碼頭登船，待船隻航行至外海（6公里處），由親人在默禱後將安



前往花葬區追思時，請以鮮花代替供品，悼念先人。

息盒與鮮花擲入大海。活動過程中殯葬處也提供專車接駁服務，在第一殯儀館的追思儀式結束後，即搭乘專車前往碼頭搭船，節省等待的時間。

曾把骨灰千里迢迢由美國帶回臺灣的谷小姐說，父母在退休後移民美國，而父親過世前交代以海葬處理後事；但由於父母感情深厚，子女們是待母親過世後，才將兩人骨灰運回臺灣，以海葬擲入臺灣海峽，落葉歸根。



身後將骨灰拋向海中，身體力行環保理念。

多元環保葬能讓往生者「揮一揮衣袖，不帶走一片雲彩」，身後與大自然共存長眠、「庇蔭」後人，釋出更多綠地及休憩空間，為子孫留下人間淨土，將生命幻化出新價值。



春遊

宗教百景

有拜有保庇

文／鍾文萍 攝影／楊智仁

雖說拜神不分四季、誠心尚要緊，然而在這「節氣之初，萬物復甦」的時節，前往寺廟或教堂尋求心靈滋養並祈祝闔家平安、萬事順遂，依然是許多人視為開春期間必要的例行大事。拜廟祈福哪兒最好？內政部在去年推動了一項「臺灣宗教百景」全民網路票選活動，從全臺約1萬5千間教堂、寺廟篩選各縣市推薦的417個提案，再經過專家評鑑與全民網路投票選出前一百名，其中臺北市有11個據點入選百大，走春趁此時，準沒錯。

早早晨起別賴床，到松山慈祐宮膜拜黑面媽祖，如逢農曆初一、十五，廟裡通常還有豐盛的現煮早齋供應，讓信徒的胃裡心裡一起踏實。接著到新生南路清真寺瞻仰偉岸回教建築，中午到阿里巴巴的廚房，讓印度主廚為你料理一頓道地的回教美食。下午繞道濟南路立法院旁，欣賞哥德式建築的基督長老教會，晚一點，大龍峒保安宮的保生文化祭正夯別錯過了，傍晚到法鼓山水月園區參禪、聽晚課，在清音裊裊的誦經聲中，為自己尋得心安氣定、寧靜幸福的一方清淨天地。



春遊宗教百景

松山慈祐宮吃早齋→
新生南路清真寺賞回教建築→
阿里巴巴的廚房嘗道地回教美食→
濟南基督長老教會·長老教會北投教堂觀古蹟→
大龍峒保安宮看保生文化祭·
法鼓山水月園區打坐禮佛





不妨趁著四月，前往寺廟尋求心靈滋養，祈求闔家平安。

09:00~10:00

松山慈祐宮吃早齋

臺灣人篤信「春天拜廟，好運全到」，難怪打從一開春，松山慈祐宮裡裡外外的人潮便沒斷過；各地信徒香客不論晴雨進廟祈福，將廟宇一下就擠爆了！

松山在清朝時期稱為「錫口」，主祀媽祖的松山慈祐宮便稱為「錫口媽祖廟」，創建於清乾隆18年（1753年），松山錫口為包含現今松山、信義、南港、內湖、中山、大安區境內的13個村庄居民的信仰中心。重新整修完成的廟體為正方形六層樓三川五門三進建築，正殿為三層重簷，正殿左翼為鐘樓與右翼鼓樓相望。開基至今260年，雖歷經數次翻修重建，仍保存著不少歷史文物，最古老的包括乾隆48年（1783年）「利齊參天」橫匾，主殿三川殿的石獅為嘉慶8年（1803年）打造「雄獅張嘴、母獅閉嘴」象徵乾坤陰陽的鎮殿之寶，

光緒5年（1879年）福建師補鹽大使華有滋敬贈的「德水靈揚」珍貴匾額，另有一百餘年歷史的石雕古香爐等，在在是松山慈祐宮入選「宗教百景」的重要原因，也成了喜愛歷史的香客們進香之餘，可以欣賞的重點文物。

為了回饋地方，廟方每逢農曆初一、十五提供清素的粥湯麵飯

早午齋，有時甚至連葷食都有，視信徒捐獻的物資食材而定，十足展現了地區大廟的親和隨緣。

►松山慈祐宮

地址：八德路4段761號

電話：2765-9017

交通方式：由松山車站沿松山路步行至八德路4段



初一、十五來松山慈祐宮吃早齋，並同時祈福。



走過半個世紀的臺北清真寺，是臺北回教教堂的經典代表。

10:30~11:00 臺北清真寺 新月下的穹頂尖塔

融合了豐富的本土與移民社會特色的臺北市，是百宗百教得以兼容並蓄、儒釋道回都能和平共存的城市，極具宗教觀光價值。

新生南路由南往北分別坐落著懷恩堂、真理堂、清真寺、聖家堂、台北教會、衛理堂，被臺北市民稱為最接近上帝、真主阿拉的「天堂路」。其中清真寺於1960年落成，是當年政府積極拓展對外邦交，與世界友好回教國家往來接待的重要場所。參照伊斯蘭教法採阿拉伯建築設計，包括禮拜堂（圓頂禮拜大殿）、喚拜尖塔、沐浴堂（洗淨水房），並有圓柱拱環柱廊、透氣花磚及前庭的椰棗樹陪襯，主要門窗均為大型落地設計，以便納入充足

陽光，寺的頂端上方有一彎新月，是伊斯蘭教世界的共同象徵。

有人將形形色色的建築形容為「凝固的音樂」，不同時期、時空背景的建築體現出特有的時代特徵、地域風格、民俗習慣。臺北清真寺走過半個多世紀的建築主體不見滄桑，維持著一逕的低調莊重與古樸，成為臺北穆斯林禮拜禱告沉澱身心、遊客一窺伊斯蘭世界堂奧的經典所在。

►臺北清真寺

地址：新生南路2段62號

電話：2321-9445

交通方式：搭乘捷運信義線至大安森林公園站，沿新生南路往和平東路方向步行可抵



前往臺北清真寺，一窺伊斯蘭世界的宗教風采。



薄脆爽口的香料脆餅，令人食指大動。



雞肉咖哩以數十種香料調配，呈現多層次口味與香氣。

11:30~13:00

阿里巴巴的廚房 品味道地清真料理

相較道教、基督教等，伊斯蘭教在飲食上是出了名的嚴謹，包括不能吃豬肉、只能食用依伊斯蘭教習俗屠宰的「食草反芻類」牲畜，也不能喝酒。

「阿里巴巴的廚房」業者李秋蓮表示，穆斯林只能吃宰殺時經過口念特定阿拉伯經文、放血澈底清淨的肉類，為確保品質，餐廳使用的牛羊肉全部來自專門處理伊斯蘭教肉品、經過回文認證的澳洲進口商，雞肉則是臺灣本地土產、由老闆親自念經文料理，保證純粹而道地。

伊斯蘭教國家大多盛產香料，薑、大蒜、辣椒、蔥、椰漿、丁香、豆蔻為料理必備佐料，一般

以辛辣味重著稱，生辣椒更是必備，此地的生菜沙拉便備了多達三種的醬料：香草薄荷、羅旺果（梅子醬）及辣椒醬，酸甜嗆辣任你選。

李秋蓮指出，伊斯蘭料理講究天然健康，「阿里巴巴的廚房」代表菜色有燒烤奶油雞腿、雞肉咖哩、酸乳烤雞、蔬菜咖哩餃、香料飯、香料脆餅等，風味濃郁富香氣。燒烤肉類捨棄人工嫩精，而以優格醃漬軟化肉質、裹上香料粉再燒烤，外脆內嫩十分好吃；香料脆餅以洋蔥末、番茄末、香菜末混合少許辛香料烤得薄脆爽口，微辣口味令人食慾大開。咖哩自古便是穆斯林養生的傳統料理之一，堪稱伊斯蘭料理的靈魂，主廚特調的雞肉咖哩以數十種香料調配，讓咖哩呈現不同層次的口味與香氣，烤餅是最佳搭配主食，撕下餅皮沾著濃郁咖哩醬

汁入口，豪氣過癮。

► 阿里巴巴的廚房

地址：南京東路2段56號2樓

電話：2567-7163

13:30~14:00

濟南基督長老教會觀古蹟

全臺「宗教百景」票選活動中，臺北市共有濟南基督長老教會、長老教會北投教堂臺灣基督長老教會、大稻埕教會、耶穌基督後期聖徒教會臺北聖殿等突破重圍，在以道教、佛教為信仰主流的臺北成為少數的焦點。

濟南基督長老教會1916年在臺灣富商李春生的出資協助下，由日本建築師井手薰設計，當年是日本人專屬的禮拜堂。建築依據英國哥德式風格建造，歐洲教



濟南基督長老教會的英國哥德式建築，傳遞出濃厚的歐式風情。

堂的風采極為濃厚：紅磚砌牆，大門以拱圈裝飾，玻璃拱窗以啞哩岸石疊砌出凹凸有致的邊框，裝飾雕刻精美；鐘樓正面運用石材做出石片羽板窗，作用就像現代的百葉窗，既能通風、調節室內光線，又能減少西曬。夜裡點燈照明後，光線透過石板及玻璃之間縫篩落，加上吟哦朗誦的詩歌，更添神聖感動的氣氛。

有時間的話，百年教堂建築還有鮮為人知的一處值得看，那就是長老教會北投教堂。1912年由加拿大籍傳教士吳威廉（William Gauld）設計建造，當時信徒大多是世居北投的平埔族人，是西方傳教在臺北市發展的重要見證。教堂以紅磚及木造桁架構成，很有英國維多利亞時代鄉村紅磚小教堂的雅緻。正面中央設有雨遮，上面融合臺灣民居特色的「山牆」，外觀用水泥粉刷的橫帶與紅磚形成紅白相間的牆面，前面有電線桿、馬路，完全不起眼，據說這正是建造者的匠心獨

具，希望透過平凡街屋般的設計，拉近與在地居民的距離，在當年傳教艱辛的環境裡，平添一份助力。

吳威廉牧師為20世紀初北臺灣極為重要的建築師，除了北投教堂，臺北市留存的作品還包括馬偕醫院、大稻埕教會等，由於他的作品都已改建，北投教堂成了臺北僅存的古老教堂之一，別具傳承意義。

► **濟南基督長老教會**

地址：中山南路3號

電話：2321-7391

交通方式：至捷運善導寺站，沿忠孝東路1段左轉至中山南路可抵

► **長老教會北投教堂**

地址：中央南路1段77號

交通方式：至捷運北投站，沿光明路右轉中正街，再左轉至中央南路即可抵達

14:30~17:30

保安宮看熱鬧 農禪寺淨心靈

大龍峒保安宮供奉「醫神」保生大帝，廟貌以造型雄偉、雕鑿細膩著稱，與萬華的艋舺龍山寺、清水祖師廟並稱「臺北三大廟」，足見香火之旺。

進到廟裡，想到廟會，在早期傳統農業社會中，廟會除了祭祀活動，也有各類型的民間藝陣演出，香客百姓無論是拜門道還是看熱鬧，都樂於參與這類廟會節慶，既具有虔誠謝神的意思，也有嘉年華式集體歡慶的作用，保安宮每年的保生大帝神誕在民國83年重新規劃為「保生文化祭」，與現代藝術、學術結合，祭期更長、活動更豐富多元，已經是臺北市北區最盛大的春季廟會活動。

保生文化祭以家姓戲、出巡遶境、施放火獅為主軸。所謂家姓戲，是指由地方上固定幾姓人家輪流負責演出，不少人攜家帶眷



保生文化祭的重頭戲「放火獅」。

早早搬張椅頭坐在臺下，就等好戲上場。固定劇碼包括歌仔戲、掌中戲、北管等，喜歡傳統戲曲的人不要錯過。眾所矚目的遶境踩街在保生大帝聖誕前一天（農曆3月14日）舉行。目的在於希望藉由保生大帝、神農大帝的神威驅魔辟邪、祈求閭境平安。在開路鑼和報馬仔引路下，除了大龍峒本地陣頭、藝閣、神轎、繡旗隊精銳盡出，還有與保安宮往來的各地宮廟、民俗藝陣及保安宮力士會所組成的頂尖遶境隊伍也來助陣，隨著神輿一起浩蕩遶行整個大同區，居民沿街舉香敬拜，大街小巷鞭炮、硝煙沖天，



香火鼎盛的大龍峒保安宮，以造型雄偉、雕鑿細膩著稱。



來到法鼓山農禪寺打坐、禮佛，暫時遠離城市喧囂。

現代臺北另一種民間生活與傳統信仰的風貌令人稱奇。

來到北區，不妨順道到法鼓山農禪寺，在山水環繞的一方淨土中，與法師們一起共修念佛，或可參加禪寺定期舉辦的心靈環保讀書會、禪訓班、禪坐共修、快樂學佛人及各項法會等，為脆弱的身心靈築起健全的防禦系統，面對生活中的種種挑戰，得以保持平靜、穩定、自主、自在的心境。

►大龍峒保安宮

地址：哈密街61號

電話：2595-1676

交通方式：由捷運圓山站沿庫倫街至哈密街即可抵達

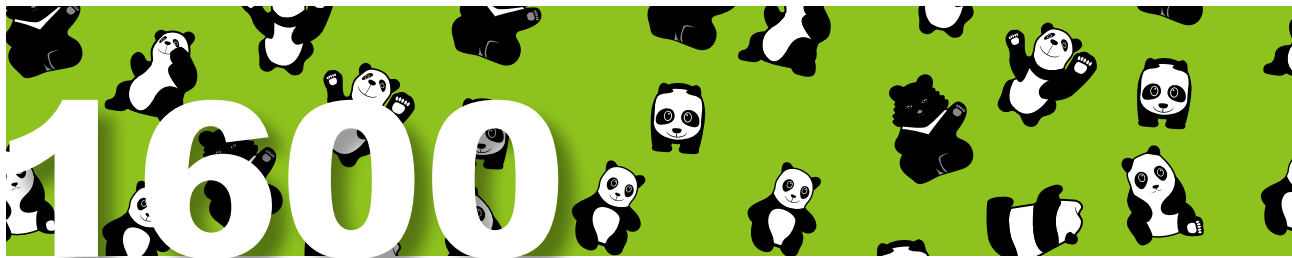
►法鼓山農禪寺

地址：大業路65巷89號

電話：2893-3161

交通方式：至捷運北投站，搭乘公車至大業一路站即可抵達

或許這正是宗教無言卻撼人的力量。無論塵世如何紛擾，只要來到眾神聚集的所在便格外虔敬；一草一木、一粥一飯、一飲一啄，在在象徵高遠智慧與寬廣情懷，無一不是禪悅為食，法喜充滿。馬年新生，就從這趟和樂無爭的宗教之旅開始，啟動一整年的幸福「心」力量吧！



貓熊世界之旅—臺北 完美謝幕

文／林瑋庭 攝影／王能佑



保育X藝術的紙貓熊展順利落幕，兩階段參觀人次達303萬人次。

二至三月間，臺北颳起一陣陣黑白炫風，為保育瀕絕動物發聲的「1600貓熊世界之旅—臺北」分別在臺北市政府廣場與兩廳院藝文廣場展出，總計參觀人數達303萬人次。展覽期間，不時有新亮點，像是推出可以抱抱紙貓熊拍照的體驗區、38婦女節當天排出「♥TPE :)38」字型、黑熊

VS.圓仔的棒球對抗賽、貓熊穿婚紗、日本放浪兄弟團員AKIRA前往參觀等，讓人耳目一新。

保育結合公共藝術

這群紙貓熊是由法國藝術家Paulo Grangeon利用回收紙加上米飯煮成的漿糊黏著塑型並彩繪，共計1,600隻，代表的是全世界僅

存的野生貓熊數量，讓人能親身感受貓熊面臨瀕絕的危機感。

紙貓熊巡迴走遍巴黎、柏林、漢堡等超過20座城市，臺北是亞洲首站，早在展出前，這群紙貓熊與其他十種瀕絕動物，包括北極熊、臺灣雲豹、黑犀牛、八色鳥、綠蠵龜等已經到過花博新生公園區、四四南村、凱達格蘭大



紙貓熊穿起雨衣、戴上斗笠，抵擋雨勢。
(林瑋庭攝)



日本放浪兄弟團員AKIRA趁著來臺宣傳電視劇的空檔一睹紙貓熊展。(潘立銘攝)

道、敦化南路林蔭大道等知名景點現蹤快閃。而到了第二階段移師兩廳院廣場展出時，加入200隻紙黑熊，與貓熊一同現身，雙熊會的場面更浩大精彩。

因為參觀民眾無法進入展區內拍照、觸摸紙貓熊，主辦單位規劃體驗區讓民眾可以抱著坐姿、趴姿的紙貓熊拍照，到了兩廳院展區也增加紙黑熊。體驗區堪稱場中的人氣王，總有人龍排隊等候。特地由臺中北上的林小姐等待30分鐘後才抱到紙貓熊，她驚奇地表示：「抱起來比想像中來得重及堅固。」

展覽總有新鮮事

在近一個月的展覽期間，紙貓熊大軍不止是站好、坐好上工而已，也會不時變出新花樣，帶給大家驚喜。

在第一階段展出期間，天候又溼又冷，紙貓熊穿起透明雨衣、頭上戴起斗笠防雨，萌翻了！

3月8日婦女節，黑白萌軍不畏風雨排出「♥TPE」（愛臺北）、「(：)38」（微笑38）隊形，祝福所有女性朋友佳節快樂。

第二階段移師兩廳院廣場，天公作美，紙貓熊自由發揮的空間更大，搭上電影《KANO》棒

球熱，其中一個週日紙貓熊「圓仔隊」與紙黑熊「黑糖隊」來場「圓仔vs.黑糖棒球友誼賽」，紙貓熊手持球棒、頭戴棒球帽進攻，紙黑熊同是戴棒球帽、棒球手套防守，擔任主審裁判的則是紙北極熊，臺北市市長郝龍斌也親至現場觀看比賽，當起了體育播報員轉播賽事，炒熱現場氣氛。

3月23日當天，取諧音「閃又閃」，主辦單位為紙黑熊打上領結、紙貓熊穿上婚紗，當天有一對愛情場跑10年的新人前往取景拍攝婚紗照，一起和紙貓熊放閃曬恩愛。此外，黑白盟軍的魅力難擋，日本放浪兄弟團員AKIRA趁著來臺宣傳GTO麻辣教師的空檔，在市長郝龍斌帶領下拜訪紙貓熊展，AKIRA表示自己很喜歡臺灣黑熊，可說是「英雄惜英雄」。

保育×藝術跨界的「1600貓熊世界之旅—臺北」畫下完美句點，紙貓熊及黑熊將捐贈給NGO組織，作為保育募款活動使用。此外，展出期間民眾參觀秩序良好，且參觀人潮多搭乘大眾運輸交通工具前往，一同節能減碳為瀕絕動物盡份心力，以實際行動呼應這項展覽的保育理念。

作伙來看紙貓熊展



梁先生和江小姐

地點：臺北市政府廣場

「我們是從香港來的。女朋友很喜歡貓熊，即使下雨也要來看！穿著雨衣的紙貓熊別有特色。」



陳先生和陳太太

地點：兩廳院廣場

「看到電視報導，搶在展出第一天一早從汐止過來。好多貓熊，好可愛！」



臺北——臺東城市交流 寫下友誼新頁

文／林瑋庭 攝影／王能佑

古今中外的故事和電影傳頌著友誼的動人力量，臺北市政府與臺東縣近來搭起友誼的橋梁，二月底邀請臺東學童至北市各大展館參觀，小朋友看見圓仔近在眼前，興奮到不行！此外，臺北市政府環境保護局整理再生物資送至臺東偏鄉，讓學童安心學習。

臺東小朋友遊臺北 看圓仔好滿足
二月底，臺北燦爛的陽光露

臉，用暖洋洋的天氣歡迎120位來自臺東縣的小朋友，展開為期三天的「臺北好好玩——手牽手做朋友 友誼列車」城市交流系列活動。本次交流活動分五梯次進行，總計有600名小嘉賓來臺北玩。

老師透露，出發當天小朋友們期待又興奮，早上六點便準備由臺東搭上自強號到臺北，上了火車，笑鬧聲不斷，一刻也捨不得

休息。三天交流活動將臺北市的經典景點一一納入行程，包括登上台北101大樓、搭乘捷運和貓空纜車、參觀故宮博物院、花博夢想館、台北探索館、到市立動物園看圓仔等，也到華山1914文化創意產業園區與魏德聖一起欣賞電影《KANO》首映會。

同行的臺東縣大王國小陳老師表示，最受到小朋友期待的行程便是到動物園看圓仔了。果真到



終於見到圓仔了，學童臉上漾起滿足的笑容。

項參訪與活動體驗，擴展視野，這些豐富、多元又有趣的活動串起友誼橋梁，也必然成為他們心中難忘的回憶。

再生課桌椅運進臺東偏鄉

將廢棄家具簡易修復後，再度提供給有需要的民眾，這是北市府環保局首創的再生家具服務，運作多年以來有口皆碑，更積極地對偏鄉伸出援手。在農曆年前，環保局修復及整理由各界募集的再生課桌椅、書櫃、辦公桌椅及書包、文具等物資，裝滿大卡車，由專人專車運送到臺東縣原住民嘎屋啦瀚（阿美族語：我喜歡讀書）文教發展協會，為偏鄉兒童盡一分心力。

五年前，臺東縣原住民嘎屋啦瀚協會理事長黃春華及臺東縣部落志工媽媽見到部落單親、隔代教養的情況普遍，加上地處偏僻，上學路遙，造成孩童學習意願低落，於是成立協會，陸續設立四座書屋，提供三歲半以上至國中的部落孩童課後輔導及寄住，希望培養孩子學習興趣及信心。

此次送暖行動起因於四座書屋之一的蔴竹林書屋在去年天兔颱風中毀損，亟需重建，同時，協會計劃在卑南鄉設立新書屋，於是向臺北市政府環境保護局求助。其實，在民國101年環保局也



小朋友在台北探索館透過觸控螢幕認識臺北美食。

曾贈送大批書籍、課桌椅、小家電及文具用品，黃春華說：「環保局提供的課桌椅為實木材質，較為耐用，且若淹水時暫時泡水也不會損壞。」

環保局表示，這次活動把資源回收再利用的概念發揚光大，未來將持續幫助有需要的民眾。

無論是臺東學童親自造訪，或是將再生家具送進臺東部落，透過交流互動拉近城鄉間的距離，彼此學習扶持，寫下友誼新頁。

► 相關資訊

● 內湖再生家具展示場 （延慧書庫）

地址：行忠路178巷1號
電話：2796-2062

● 萬華再生家具展示場

地址：環河南路2段102號
電話：2308-2600

了大貓熊館前排隊時，大家越來越亢奮，個個手上準備好相機、手機和平板，當團團縱身一躍抓住懸吊的水果，快門按不停，圓仔在一旁咬著玩具，活動力十足。來自大王國小的五年級張同學說：「圓仔比想像中來得大，好可愛喔！」

藉由臺北好好玩城市交流系列活動，兩縣市同學們建立友誼，彼此分享生活經驗，更能透過各

四代傳承的米香 新慶利碾米廠

文／林相美 攝影／顏涵正





為了讓碾米廠有更多空間放米，特別訂製小尺寸錢櫃。

沿街找門牌，一路從熱鬧的迪化街一段走到二段，人潮明顯少了許多，一踏進新慶利碾米廠，轟隆作響的打米機讓人不自主拉高音量，米廠第三代鄭玉燕、鄭錦卿的交談聲幾乎淹沒在打米聲中，兩姊弟倒是眉頭都沒皺一下，神色自若，一如這家老店八十年來靜靜守在大稻埕，見證百業興衰。

碾米廠是標準的三進閩式建築，縱身狹長，一眼望去，高及屋頂的打米機、斑駁木桌、錢櫃、兩張椅子，除此之外，其他空間全堆滿包包的米，連浴室也成了儲藏室，三進之間的天井加上遮蔽物，恰成堆米倉庫，空間絲毫不浪費。66歲的鄭玉燕透露，碾米廠一開始是租屋，父親為了有更多空間放米，特地訂做小尺寸錢櫃，不像日據時代的錢櫃，尺寸較大，很多人晚上躺在錢櫃上，睡覺兼顧錢，小偷也不敢進來。

碾米榮景 通宵打米

碾米廠的故事要從鄭玉燕的爺爺鄭查某說起，光復後，他落腳繁華的大稻埕，開了碾米廠，鄭玉燕的爸爸鄭慶元接手經營，年逾九十的他二十多年前退休，碾米廠交由鄭玉燕、鄭錦卿兩姊弟，鄭玉燕的姪子鄭建祥高中開始也在店裡幫忙。橫跨四代的碾米廠，藍底紅字的招牌上，電話

號碼依然是7碼，而臺北市早在民國87年即升為8碼，十六年的時間彷彿停格，唯一一臺打米機用了五十年，淡黃色的米糠散在一旁，鄭玉燕說，懂得修理打米機的師傅可能都不在了，「我們只好自己動手修，不然沒辦法。」

碾米廠的孩子從小就要幫忙，鄭玉燕說，以前沒有機器，必須靠人工挑揀夾雜在米粒中的



新慶利碾米廠藍底紅字的招牌上，電話號碼依舊是7碼。

石頭，她國中開始固定到店裡幫忙，原本只是一週兩天下午顧店，好讓媽媽睡午覺，高中就讀夜間部商科，之後就一直在店裡幫忙打理生意，也陸續由長輩口中拼湊出碾米廠的起落；她回憶，以前不能越界賣白米，例如桃園的米要運到臺北，必須申請通行證，因此，賣米的人一定要有打米機，否則無法競爭，鄭錦卿在一旁解釋，糙米經由火車運送到臺鐵的華山貨運站，碾米廠再到月臺買糙米回店裡打成白米販售。鄭玉燕細數，當時光是塔城街到迪化街就有三十幾家碾米廠，六月收割季節，萬華還有碾米廠忙到通宵打米。

鄭玉燕也記得，以前店裡周邊有市場，早上很熱鬧，家庭主婦到市場買菜，也會順便叫米，店門口如果不擺攤，其他賣肉、賣菜的小販就會來占位，因此店裡除了賣米，也一度學著隔壁店家，在門口擺攤賣布，不過，賣布的生意不太好，隨著市場遷移到臺北橋附近，人潮就明顯減少了。

時代變遷 面臨考驗

轉變接踵而至，鄭玉燕無奈地說，民國六十幾年後，高速公路通行，中南部的白米直接進到臺北，碾米廠一間間改行，南部工資便宜，工廠又大，臺北買一百坪地，外縣市可以買一千坪，打米機連擺好幾臺，10臺打米機一起作業，打到第10次出來就是白米，不像店裡只擺得下一部打米機，糙米進去得打好幾次才能成白米，想買新機器，「哪來的地？」鄭錦卿說，實在無法競爭，直接進白米賣就好，於是有些碾米廠經營困難被迫收掉，有些是房子改建，有些則是下一代不願承接，無奈收廠歇業。

如今，新慶利碾米廠已成臺北市西區唯一僅存的碾米廠，碾米廠的打米聲和附近老宅改建的機具聲幾番交錯，新時代的老店意外聚集了年輕人的目光，原本受



唯一一臺用了五十年的打米機，成為碾米廠與衰演變的最佳見證。



店內使用近百年的鉤子，可鉤住米袋後背在身上，就不用徒手搬運米袋。

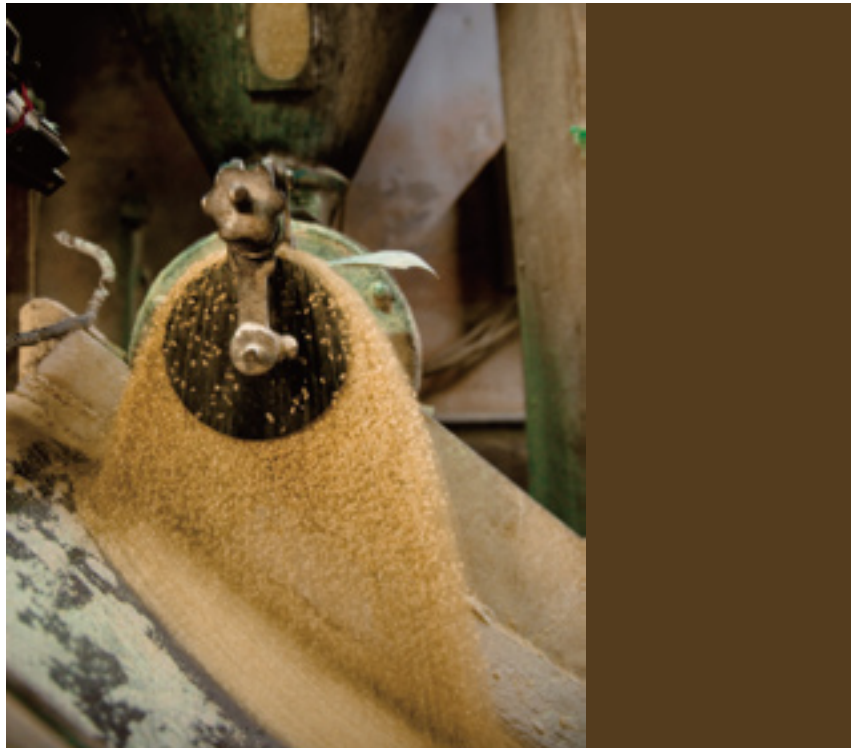
訪意願不高的鄭玉燕，倒是很樂意幫助學生完成作業，她說，雖然南港還有一家碾米廠，但規模較小，這幾年碾米廠開始出現一些大小學生，小學生由家長帶到店裡，說是寒假作業要寫米的故事，也有大學生扛著攝影機說要拍畢業作品，假日的老街導覽則把碾米廠列為景點之一，負責導覽的老師一進店裡就深呼吸，直嚷嚷有米香的味道，碾米廠彷彿一座微型米博物館。

碾米廠最吸睛的就是打米機，鄭玉燕解釋，打米機的作用就是去掉糙米的皮，將糙米倒進水泥槽，進入輸送帶後，「把米打到白為止」，一千八百斤的米約要打一個多小時，打掉的米糠極具營養價值，可以餵豬、養魚、種香菇，以前碾米廠數量較多時，還有中南部業者北上收購米糠，現在僅剩新北市的業者收購，種菜、養雞或是製作有機肥。

老店生存 專業取勝

鄭玉燕說，店內現在除了直接進白米轉售，也會進糙米，一旦客人有需要再打成白米，例如製糕業者需要老米，就要放一段時間再打米，有的客戶則是要自行提煉米酒。店內的米主要來自嘉南平原，客戶集中在三重、北投等大臺北地區，除了一般家庭，也有工廠、餐廳、菜市場，她透露，店內很多客人「比較挑剔」，進貨品質相對較高，同樣產區的米，一定進等級最高的。

老店賣的除了米的品質，也要針對客人需求提供最適合的米，鄭玉燕細數，圓糯米適合製作年糕、飯糰、湯圓、米糕，長糯米多數都做油飯、肉粽，不過，桃園、東部一帶可能受到氣候影響，主要生產圓糯米，當地肉粽也多為圓糯米；長糯米冷掉以後會變硬，所以冷掉的油飯口感會變硬，而圓糯米越蒸越爛，長糯米就不會。過年前是碾米廠旺季，業者趕做年糕，家家戶戶也



打米機的作用就是去掉糙米的皮，直到打成白米為止。

要把米缸裝滿，端午節過後到七月底則是淡季，天氣熱只想喝涼的，白飯也吃不下，煮碗糙米排骨粥，很適合夏天，說著說著，鄭玉燕開玩笑說，「不能再說了，法寶全部講出來，以後我就不用賣了。」

產業式微 期待延續

語氣雖然輕鬆，但說起未來，鄭玉燕憂心地說，賣米利潤低，吃米的人減少了許多，「以前是吃飯配菜，現在是吃菜配飯」，工人更是不好請，店內空間不夠，堆高機沒地方擺，高及屋頂的米堆都是靠著人力扛在肩上，爬著木梯一包一包堆疊而成。鄭玉燕說，以前一包米50公斤，即使減輕為30公斤，現在小孩沒辦法吃苦，做沒幾天就走，米糠還會弄髒衣服，不能西裝筆挺上班，她說，難怪以前米店制服是卡其色，弄髒也看不出來。因為請不到工人，現在碾米廠除了親人，只能情商朋友幫忙，「校長兼撞鐘」，年輕人自然不想做。

一路走來，不是沒想過其他的路，但鄭玉燕把爸爸的話牢記在心，爸爸總是說，「賣米是本途」，既然什麼都不會，不管工作氣不氣派，就是老老實實照著做，安定就好，因此，面對日漸式微的產業發展，她也只能寄望「看有沒有年輕人要接手」。

今年32歲的鄭建祥是店內唯一的第四代，沒能躬逢其盛，卻深刻感受到產業的急遽變化，他感慨地說，機器跟不上別人，碾米廠越來越像夕陽產業，加上祭祀的人逐漸減少，下游米食加工品需求量減少，糕粿業逐漸沒落，年輕人也不愛吃米食，都會連帶影響碾米廠的生意，然而，碾米廠畢竟是家族事業，也讓他學到一技之長，「能做多久就做多久」，只要有客人繼續叫米買米，他會堅持到最後。

►新慶利碾米廠

地址：迪化街1段257號

電話：2557-6038



北投溪畔的懷舊樂章

文·圖/JackRabbit



對應館內的靜謐，北投圖書館迴廊上休憩的民眾則醉心於動人的戶外景色。

會呼吸的北投圖書館

北投不僅以「溫泉鄉」聞名於世，更蘊藏豐富的人文地景、充滿歷史記憶的故事以及傳統懷舊的建築，因此每次造訪瀟灑懷舊氛圍的北投，總是令人有小小的驚喜和感動。位於北投公園內的臺北市立圖書館北投分館，是全臺第一座綠建築圖書館，整棟建築主要由木頭建造而成，遠看就宛如一座藏在森林中的巨大樹屋，有著

童話故事般的夢幻和驚喜。

北投圖書館周遭環境優美如畫，2012年獲得美國知名網站Flavorwire.com評選為「全球最美25座公立圖書館」之一，因此吸引許多慕名而來的國內外遊客。許多好奇的遊客進入到館內，也都能保持肅靜、輕聲走動，盡量不打擾看書的人們。我在靠窗邊的位置坐下，窗外微風徐徐吹入，讓人感到相當舒適，大片落地窗讓室內



有盛名的溫泉公共浴場，擁有百年歷史，融合西方洋樓特色和日式傳統建築風情，讓人感受到豐富的建築語彙和濃厚的懷舊情愫，如今是北投溫泉發展史的代表性建築，吸引許多遊客和婚紗攝影來此取景拍照。

溫泉博物館的入口位於建築物二樓，遊客進入前必須在玄關處換上室內拖鞋，這個小舉動讓人有種摒除所有的塵囂、準備緩緩走進歷史洪流的感動。一進入便是一間四周以紙拉門圍立，保持著傳統日式風情的榻榻米大廳，這個大空間在當時是訪客在浴池泡湯後，上樓用餐、品茶和休憩的地方。大廳光線充足且涼爽舒適，許多民眾隨心所欲地坐在榻榻米上，一面聊天、一面欣賞戶外的山光水色，相當閒適自在。

往下走，一樓是層層圓弧拱廊和方正列柱環繞的大浴池，靜謐雅緻的空間流露著羅馬浴場的異國情調，而兩側窗上的鑲嵌彩繪玻璃，更增添泡湯時的華麗氛圍。過去浴場四周白牆都塗刷上濃郁、沉穩的綠色，如今整建後恢復成白色原貌，僅留角落一面綠牆見證過去歷史。空氣飄散淡淡的溫

更顯明亮，而木造窗框如畫框般巧妙地向大自然借景，看書的人似乎也融合成一片景色，宛如一幅生動的風景畫，因此在這裡閱讀讓人擁有奢華的享受。迴廊上坐著休憩的民眾，他們的神情似乎沉浸在這片刻的寧靜和美好，感受著書香與綠意融合的樂趣。

滿載北投歷史的溫泉博物館

北投溫泉博物館在日據時代是享



圓弧拱廊和方正列柱環繞著大浴池，窗上的彩繪玻璃則增添泡湯時的華麗氛圍。



潺潺溪流聲合奏著鳥叫與蟲鳴，不自覺的把自己鑲嵌於綠意中。



沿著地貌築造的石子滑梯，帶給孩子歡樂，也勾起許多人的兒時記憶。

泉味，看著彩繪玻璃投射在浴池水面閃閃波動的倒影，彷彿可以穿越時空回到昔日的時光。如今北投溫泉博物館，不但滿載著珍貴的歷史記憶，更深刻凝聚著居民濃厚的在地感情。

充滿兒時記憶的遊樂園

位在北投溫泉博物館旁，石階兩側門柱上，紅色偌大的「北投兒童樂園」幾個大字躍然眼前。在當年因交通發展愈趨便利，慕名遊客絡繹不絕湧進北投溫泉公共浴場，因此特別開闢兒童樂園成為公共浴場的附屬遊樂園，之後更是伴隨著鄰近地區孩童成長，成為許多北投人兒時的記憶。

或許是位於寧靜的步道盡頭，隱身上方林中的神祕感，讓多數遊客的足跡多止步於入口門柱。我踏著輕快

的腳步往上走，途中感受到前往祕境探險的樂趣。園內古樸清幽，雖然場地範圍不大，但是規劃整潔、小而精緻，有涼亭、鞦韆和步道，還有一座讓大人小孩都感到驚喜的傳統式磨石子溜滑梯。樂園裡除了家長帶著小孩來玩，許多當地居民也在此納涼、休憩，因為外地遊客不多，不失為遠離鼎沸人聲，享受片刻悠閒的好處所。

自然交響樂伴旋林草芬芳間

走在北投溪畔綠意蒼翠的溫泉步道，溪流聲與蟲鳥和鳴交織出美妙的旋律，步道旁的山櫻花和鳳凰木像是約定好，隨著季節更迭交替、輪流開花，更增添沿途迷人的風貌。大樹下日據時代遺留下來的「瀧乃湯」古老浴池，延續著原始天然的面貌，歲月留下的氣氛和痕跡，令人流連不已。走過百年的「溫泉鄉」儘管面貌不斷改變，歷史與人物留下的故事，更深刻妝點了北投的浪漫與傳奇。

冬衣 收藏



簡單處理 衣舊如新

文·圖 / 葛晶瑩



天氣漸漸回溫，衣櫥中屬於冬天的毛衣、外套可以準備收起來，騰出空間換上夏天的服裝。別以為收藏厚重的冬衣，只要丟到箱子裡，或找個大袋子束之高閣就好，一定要經過清洗、晾乾後，才能收起來，這樣等隔年的冬季取出時，衣服才不會產生斑點或者發霉，而能夠亮麗如新。

清洗晾乾是首要原則

有人以為冬天的衣服才穿過

一、兩次而已，不用洗就收了起來，但衣服只要穿過，就會留下汗水、香水等，導致衣服變色發黃。所以收藏冬衣之前，首先要清洗乾淨。

清洗衣服時也要先看清衣服上的洗滌標示，如：是否可以用洗衣機洗、可否漂白或烘乾等，只要按照標示的清洗方式處理，即可讓衣服完好如新。

洗淨後，記得要完全晾乾，才能收入箱子或櫥櫃；如果天候

不佳，衣服雖然看似已乾，但仍有潮溼感時，可以將衣服掛在較小的房間中晾著，然後打開除溼機，約3個小時就能讓衣服乾爽。

絲質、毛皮或者厚重的外套，如果有預算的話，可以送洗衣店處理。但取回後，務必要把外面塑膠袋取下，再放入櫥櫃，這是因為塑膠袋不透氣，衣服久藏容易發霉；同時也可以讓乾洗的化學藥劑充分揮發。



衣物可以用捲收的方式收納在箱中，簡單又一目了然。



帽子套疊後，裡面塞入捲起的毛線帽，可以撐起來避免變形。

依照需求選擇收納方法

收納時，一般襯衫、高領衫等衣物，隨自己方便摺好即可；如果是毛衣這類怕壓的材質，不妨用捲的方式來整理，簡單將袖子內折，捲成一卷卷後放入收納箱中。

半透明塑膠收納箱是很好的容器，蓋上蓋子後，不但可以層層疊起，而且可以大致看出箱中有哪些衣服，方便尋找。而在選

購收納箱時，建議不要選擇太大的，一方面太大的箱子裝滿後會太重，搬移費力；另一方面，多幾個箱子可以便於分類，例如毛衣放一箱，襯衫放一箱等。

如果家裡沒有空間可以堆放收納箱，則可以選擇壓縮收納袋。將衣服放入壓縮收納袋後封口，再用吸塵器吸出空氣，立刻變成扁扁一包，很容易就能收藏在櫥櫃上方或床底等空間。此外，無

論裝箱或者裝袋，最好將深色與淺色服裝分開放置，以免不同顏色接觸久了會沾染顏色。

大衣、外套等則用吊掛的方式，但記得要選擇合適的衣架，肩部才不易變形。怕變形的帽子可以套疊的方式收納，一個一個套起來，再塞入捲起的毛帽或襪子，即可撐起帽子形狀，避免變形。



皮衣、皮包收起來前，塗上一層皮革保養油，保持光澤與柔軟度。

羽絨服、皮衣也能自己處理

近年來流行羽絨外套，家家戶戶都有不少件，也習慣送去洗衣店清理。不妨自己試著清洗，可以省下一筆錢呢！首先處理外表特別髒的地方，浸溼後用洗衣精局部清洗，嚴重的髒污可用刷子刷洗。然後在盆中放入冷水與適量中性洗衣精攪勻，將羽絨外套放入浸泡五分鐘後，用手輕壓揉洗，接著脫去髒水，再用清水洗淨泡沫，然後再脫水、晾乾。如果太多件，懶得手洗，也可以用洗衣機洗，但記得要放入洗衣袋，並且開啟柔洗功能，以免洗壞。

脫水後的羽絨外套，吊掛在通風處陰乾，一定要全乾後才能收起來。差不多乾時，可以每隔一段時間去用力拍打，讓裡面的羽絨散開。切記收納時不要用真空壓縮袋，否則會讓羽絨失去彈性。

另外，皮衣千萬不能套塑膠袋或裝箱，這樣會發霉。在收藏前先用溼布將表面擦乾淨，在陰涼的地方風乾，接著塗上皮革保養油，然後吊掛起來，如果是掛在櫥櫃中，記得常常拿出來通風透氣。

衣服要經過妥善的處理，才能「衣舊如新」。冬衣收藏是件大工程，如果家裡人多的話，也許還要分次進行，所以，不妨從這個月開始，找一個晴朗的假日，著手將冬衣仔細整理陸續收藏起來吧！



絲襪小妙用

1. 首先將絲襪足部的部分剪掉，腿部直筒的部分可以剪成2至3段。

被勾壞的絲襪別急著丟，可以用於收納捲起的毛衣。有的毛衣太厚，捲好後很難固定，此時就可以利用絲襪來收納。



2. 接著將剪下的部分套在捲好的毛衣外，就可以將毛衣固定成捲筒狀，方便收納。

103/4/15~5/14

活動名稱	活動時間 / 地點	主辦單位 / 洽詢電話
「文本·本事」展覽	即日起至4/20（日），10:00~18:00，週一休館 / 中山創意基地URS21（民生東路1段21號）	中山創意基地URS21 ☎2562-1617
新移民電腦班	即日起至4/25（一），每週一、三、五，09:00~12:00、14:00~17:00 / 文山區公所10樓電腦教室（木柵路3段220號）	文山區公所 ☎2936-5522轉356
「閩南喜事」春仔花特展	即日起至4/30（三），09:00~17:00，週一休館 / 林安泰古厝民俗文物館（濱江街5號），詳情請至www.lin-an-tai.net查詢	林安泰古厝民俗文物館 ☎2599-6026
2014 台北母娘文化季系列活動	即日起至5/4（日） / 松山慈惠堂，詳情請至www.sstht.org.tw查詢	松山慈惠堂 ☎2726-1735
55期「親密互動我和你」系列課程	即日起至6/20（五），每週五，19:00~21:30 / 臺北市家庭教育中心（吉林路110號5樓），詳情請至www.family.taipei.gov.tw查詢	臺北市家庭教育中心 ☎2541-9690轉20
銀髮快樂窩活動 【須先報名】	即日起至10/29（三），10:30~11:30 / 大安區瑞安區民活動中心（瑞安街71巷2號3樓）	大安區健康服務中心 ☎2733-5831轉212
「我家不吸菸！」熄菸特攻隊招募 【對象：本市所屬公私立國民小學三至六年級學生】	即日起至12/31（三） / 大同區健康服務中心（昌吉街52號），詳情請至www.dthc.taipei.gov.tw/MP_109081.html查詢	大同區健康服務中心 ☎2585-3227轉202
2014 甲蟲標本營 【須先報名】	4/15（二）至5/14（三） / 芝山文化生態綠園（雨聲街120號）	芝山文化生態綠園 ☎8866-6258轉17
台北新藝術博覽會 2014	4/17（四）至4/20（日），12:00~20:00 / 台北世貿三館(松壽路6號)，詳情請至www.arts.org.tw查詢	台北新藝術博覽會執行委員會 ☎7743-7788
「2014 文學地圖·首站：閱讀臺北」系列講座	如何止痛？怎樣療傷？談家族書寫	4/17（四），10:00~14:00 / 市立圖書館中崙分館（長安東路2段229號8樓）
	電影裡的文學地圖	5/7（三），10:00~12:00 / 市立圖書館中崙分館（長安東路2段229號8樓）
世紀方舟 快樂啟航——臺北動物園建園百周年活動	4/19（六），13:40~16:30 / 保育車隊由花博公園圓山園區出發，行經凱達格蘭大道、南門市場、捷運台電大樓站5號出口、公館、興隆路、新光路、動物園	臺北市立動物園推廣組 ☎2938-2300轉519
Arduino 與數位電路，搭配 IC 與排針洞洞板操作 【須先報名】	4/19（六），10:00~18:00 / 台北數位藝術中心二樓資源教室（福華路180號），詳情請至www.dac.tw查詢	台北數位藝術中心 ☎7736-0708轉601
一千零一夜 x 3D printing——數位藝術把想像的都實現	4/19（六），13:00~17:00 / 台北數位藝術中心噪音咖啡廳（福華路180號），詳情請至www.dac.tw查詢	
吳大猷科學沙龍講座： 新聞中的物理	4/19（六），14:00~16:00 / 市立圖書館總館11樓研習教室（建國南路2段125號）	市立圖書館推廣課 ☎2755-2823轉2118
每月一書系列講座：《思考的原點：大前研一的麥肯錫思考術》	4/19（六），14:30~17:30 / 市立圖書館總館10樓會議廳（建國南路2段125號）	市立圖書館推廣課 ☎2755-2823轉2112

★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。

(許斌攝)

活動名稱	活動時間 / 地點	主辦單位 / 洽詢電話
2014 臺北文學季系列講堂 【不接受預約報名】	4/19 (六) 至4/26 (六) / 詳情請至2014tf.culture.gov.tw查詢	北市府文化局/印刻文學 生活誌 ☎2228-1626
母乳哺育健康 講座：「親親 寶貝快樂園 地」 【須先報名】	媽咪與寶貝如何玩 遊戲：親子按摩樂 4/19 (六) , 11:00~12:00 / 國泰綜合醫院7樓視訊會議室 (仁愛路4段280號)	大安區健康服務中心 ☎2733-5831轉222
輕鬆與寶貝過招：《五 「心」級》副食品	5/10 (六) 11:00~12:00 / 大安區健康服務中心第1會議室 (辛亥路3段15號)	
兒童冒險家的小小歷險： 親子桌遊體驗	4/20 (日) , 10:00~12:00 / 市立圖書館舊莊分館 (舊莊街1段91巷11號2樓)	市立圖書館舊莊分館 ☎2783-7212
新移民表演工作坊—在地文化班 (蘭草系列課程)	4/24 (四) 至6/19 (四) , 每週四, 09:00~12:00 / 北投區公所6樓 (新市街30號)	北投區公所 ☎2891-2105轉272
Monthly 閱讀品茶趣— 駐館茶師系列活動—手作隔熱杯套	4/25 (五) , 19:00~20:30 / 市立圖書館文山分館 (興隆路2段160號7~9樓)	市立圖書館文山分館 ☎2931-5339
產前夫婦教育班 (媽媽教室) 【須先報名】	4/26 (六) , 09:30~11:40 / 臺北市立聯合醫院中興院區 (鄭州路145號6樓第三會議室)	臺北市立聯合醫院中興 院區婦產科 ☎2552-3234轉5601
西湖愛樂賞析講座： 烏克麗麗 · Ukulele 的音樂生活	4/26 (六) , 14:30~17:30 / 市立圖書館西湖分館 (內湖路1段594號)	市立圖書館西湖分館 ☎2797-3183
市民生活講座：彩攝松山—人文采 風外拍	4/27 (日) , 10:00~12:00 / 市立圖書館松山分館 (八德路4段688號7樓)	市立圖書館松山分館 ☎2753-1875
新移民表演工作坊—繪本學中文班	5/1 (四) 至7/3 (四) , 每週二、四, 09:30~11:30 / 士林公民會館 (大東路75號)	士林公民會館 ☎2882-6200轉6504
2014 南港桂花節感恩園遊會暨防制 菸品稅捐逃漏宣導	5/3 (六) , 08:00~14:00 / 臺北市南港區成德國小 (東新街65號, 捷運後山埤站 旁) , 詳情請至www.ngdo.taipei.gov.tw查詢。	南港區公所 ☎2783-1343轉863
青年職場體驗實習計畫就業博覽會	5/3 (六) , 10:30-15:30 / 臺北青年職涯發展中心 (仁愛路1段17號)	臺北市就業服務處—台 北人力銀行 ☎2595-1808
市民生活講座：歡笑生魔力—親子 互動 · 創意魔術	5/3 (六) , 14:00~16:00 / 市立圖書館大安分館 (辛亥路3段223號4樓)	市立圖書館大安分館 ☎2732-5422
市民生活講座：性別平權與尊重— 心寬路更寬	5/3 (六) , 14:00~16:00 / 市立圖書館稻香分館 (稻香路81號3樓)	市立圖書館稻香分館 ☎2894-0662
市民生活講座： 手塚治虫漫畫創作的小故事	5/4 (日) , 14:00~16:00 / 市立圖書館中崙分館 (長安東路2段229號8樓)	市立圖書館中崙分館 ☎8773-6858
103 年臺北市勞動安全獎 表揚暨親子活動	5/9 (五) , 09:00~12:30 / 臺北市政府1樓沈葆楨廳 (市府路1號)	臺北市勞動檢查處 ☎2596-9998轉120
「迎向“薪”生活」就業博覽會	5/9 (五) , 14:00~16:30 / 勞工公園廣場舞台區 (承德路3段287號)	臺北市就業服務處 ☎2594-2277轉207
市民生活講座：同志教育與空間	5/10 (六) 14:00~16:00 / 市立圖書館總館9樓多功能活動室 (建國南路2段125 號)	市立圖書館諮詢服務課 ☎2755-2823轉2301



星期 時間	週一到週五		週六	週日
00-01	週一至週四	週五	音樂地圖／采琦	音樂地圖／采琦
	臺北都會慢一點 ／秦浩	都會劇場-臺北文 學賞／節目課		
01-02	夜貓音樂廳／葛瑞絲		臺北好聲音／阿盛	音樂101／雷洛
02-03	星空下的旋律／偉華			
03-04	西洋樂未眠／欣亞			
04-05	流行音樂聽臺北／小魚		時光音樂特調／音樂小蔡	爵士放音樂／Will
05-06	都會樂齡嘉年華／張曉瑩			
06-07	BBC World Service		音樂 Morning Call 【文化大學合作】	韓流音樂瘋 【國立臺灣藝術大學合作】
07-08	早安臺北晨／小魚		早安，城之美 【國立臺灣藝術大學合作】	女孩我最大 【華梵大學合作】
08-09			幸福客家情／鍾惠文	臺北社區好鄰居／張曉瑩
09-10	臺北好幸福／偉華		常富寧運動時間／常富寧	古藝今身／欣亞
10-11			城市農村上下游／國憲	勞動聲活 【北市勞動局合作】
11-12			古典新晴／IC之音合作	職場加油站 【北市勞動局合作】
12-13	上班族放輕鬆／路易		臺北有愛／廖偉凡	臺北有愛／廖偉凡
			臺北愛讀書／施賢琴	陽光臺北城／蔣光華
				議會快易通／蔣光華
13-14	臺北輕旅行／葛瑞絲		Paelabang山海世界／孫大川	精彩創意的藝饗世界／艾瑞克
14-15			Love音樂931／小魚	臺北與世界對話／陳慈銘
15-16	三不五時聽臺北／欣亞		臺北好聲音／阿盛(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／音樂小蔡(重播)	西洋音樂雙榜／Will
18-19	臺北你當家／劉映蘭			
19-20	週一	週二至週五	臺北建城130週年系列報導 ／節目課	聽wawa唱故事／小米姐姐
	音樂萬花筒 ／節目課	Taipei · Free · Fun/ Jack		
20-21	來臺北做客／羅國盛 【客家委員會合作】		心際能源會／丹萱	心際能源會／丹萱
21-22	臺北 · Education／丹萱 【北市教育局合作】		HELLO TAIPEI—印尼語 【北市勞動局合作】	HELLO TAIPEI—菲語 【北市勞動局合作】
22-23	BBC World Service		HELLO TAIPEI—泰語 【北市勞動局合作】	HELLO TAIPEI—越語 【北市勞動局合作】
23-24	尋夢園／秦夢眾		臺北樂談／陳冠州	臺北樂談／陳冠州

- 線上收聽：www.radio.taipei.gov.tw ●地址：10452臺北市中山區中山北路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

從臺北走向世界，讓世界走進臺灣



節目主持人
臺北廣播電
臺臺長
陳慈銘

「從臺北出發與世界接軌。
以臺灣軟實力，貢獻國際社會。
以合作與交流，讓世界走進來。」
從103年開始，臺北廣播電臺FM93.1每週日
下午2時到3時製播「臺北與世界對話」，回應
聽眾朋友希望本臺製作具有國際視野內容節目
的期待。
「臺北與世界對話」中的「歷史新聞記事
簿」與「國際軼聞」單元，可以讓我們上下古

今認識世界；而以個人故事為經，當今時事為
緯的「環球會客室」，專訪國內外學者、專家
或使節，他們的現身說法，讓我們對生活的世界
有第一手的聽聞。

曾錯過「臺北與世界對話」節目的朋友，請
點選臺北廣播電臺官網「原音重現」即可收聽
過去60天的音檔。讓
我們一起「從臺北走
向世界，讓世界走進
臺灣」。



訂閱 1 年 (12期)

國內	新臺幣300元	(平寄)
香港/澳門	新臺幣600元	(航空平寄)
亞洲	新臺幣780元	(航空平寄)
歐、美、非洲	新臺幣888元	(航空平寄)

■劃撥訂閱《臺北畫刊》
請填妥下聯劃撥單至郵局辦理劃撥訂閱。
通訊欄請註明訂閱期數，並填妥姓名、詳細地址、聯絡電話。

《臺北畫刊》讀者服務電話
1999 (外縣市02-2720-8889) 轉7564 傳真號碼 (02)2720-5909

98-04-43-04	郵政劃撥儲存款單	帳號	16630048	金額 新臺幣 (小寫)	仟萬	佰萬	拾萬	萬	仟	佰	拾	元
-------------	----------	----	----------	-------------------	----	----	----	---	---	---	---	---

通知欄 (限與本次存款有關事項)

新訂 續訂(訂戶編號 _____)

從____年____月起訂閱____年

姓名: _____ 電話: _____

住址: _____

臺北市政府觀光傳播局

收款人姓名	臺北市政府觀光傳播局
戶名	臺北市政府觀光傳播局
字號	
存款種類	<input type="checkbox"/> 他人存款 <input type="checkbox"/> 本戶存款

姓名	_____
通訊處	_____
電話	_____
經辦局收款戳	_____

存款金額	_____
電腦紀錄	_____
經辦局收款戳	_____

◎寄款人請注意背面說明。
◎本收據由電腦印錄，寄款人請勿填寫。

郵政劃撥儲存款收據

收款帳號戶名

存款金額

電腦紀錄

經辦局收款戳

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 好康報報單元點選「閱讀臺北發現臺北之美」，填寫完畢就有機會獲得1份優質出版品，每個月獎額10名，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！

郵政劃撥存款收據 注意事項

- 一、本收據請詳加核對並妥為保管，以便日後查考。
- 二、如欲查詢存款入帳詳情時，請檢附本收據及已填妥之查詢函向各連線郵局辦理。
- 三、本收據各項金額、數字係機器印製，如非機器列印或經塗改或無收款郵局收訖印章者無效。

請寄款人注意

- 一、帳號、戶名及寄款人姓名通訊處各欄請詳細填明，以免誤寄；抵付票據之存款，務請於交換前一天存入。
- 二、每筆存款至少須在新臺幣十五元以上，且限填至元位為止。
- 三、倘金額塗改時請更換存款單重新填寫。
- 四、本存款單不得黏貼或附寄任何文件。
- 五、本存款金額業經電腦登帳後，不得申請撤回。
- 六、本存款單備供電腦影像處理，請以正楷工整書寫並請勿摺疊。帳戶如需自印存款單，各欄文字及規格必須與本單完全相符；如有不符，各局應婉請寄款人更換郵局印製之存款單填寫，以利處理。
- 七、本存款單帳號與金額欄請以阿拉伯數字書寫。
- 八、帳戶本人在「付款局」所在直轄市或縣(市)以外之行政區域存款，需由帳戶內扣收手續費。

交易代號：0501、0502 現金存款 0503 票據存款 2212 劃撥託收票據存款

本聯由儲匯處存 210 X 110 mm (80 g/m²)查條管五年



COMPUTEX

TAIPEI 台北國際電腦展

引領科技 形塑未來

Taiwan
The Global Stage for ICT

2014年
6月3日-7日

展出地點: 台北世界貿易中心南港展覽館、世貿一館、三館、台北國際會議中心

展出時間: 上午9時30分至下午6時, 6月7日至下午4時

注意事項: 未滿18歲者謝絕入場, 場內禁止零售。非經參展廠商同意, 禁止攝影。

主辦單位:  TAITRA 中華民國對外貿易發展協會  TCA 台北市電腦商業同業公會

www.ComputexTaipei.com.tw





TAIPEI PASS BY DESIGN

臺北觀光護照

精選臺北四大城區藝文、設計主題，
並邀集各界名人推薦私房景點，
更有82家臺北優質好店優惠券，
讓你便利暢遊各大景點，
體驗臺北的文創魅力！



數量有限，送完為止



城東 | 時尚設計



城西 | 人文歷史



城南 | 慢食樂活



城北 | 藝文展演

購買任何天數Taipei Pass票卡，
即可免費獲得
臺北觀光護照手冊1本。

Taipei Pass票卡



一日券 / NTD180元



二日券 / NTD310元



三日券 / NTD440元



五日券 / NTD700元



一日券(貓纜版) /
NTD250元

購買地點：悠遊卡臺北車站客服中心、臺北捷運各車站詢問處

使用方式：有效天數內可不限次數搭乘臺北市、新北市的公車與捷運，貓纜版一日券還可不限次數搭乘貓空纜車。

使用範圍不包含路線編碼4碼之公路客運，不可租用YouBike。