

畫刊

臺北

TAIPEI PICTORIAL

102/3

No. 542

每月10日出刊

托育·玩樂·成長

大手牽小手
幸福齊步走

訂做幸福三月天

- 一個人 自在獨享幸福小日子
- 兩個人 賞花玩古攜手走到老
- 三個人 親子春遊微笑看世界

- 「雲」來生活好自在 雲端藍圖@臺北
- 等了8年 北捷信義線今年通車
- 簡約·莊嚴·愛地球 臺北殯葬新文化

五月號封面照片徵選活動辦法詳見第3頁

TAIPEI
填問卷
送好禮
詳見第2頁

● 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

● 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索閱點之苦？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

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
 臺北市青少年育樂中心
 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中心站
 臺北市社區營造中心
 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
 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
 臺北市北投運動中心
 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
 英屬華遊客中心
 陽明公園遊客中心
 梅庭遊客中心
 公館遊客中心
 機車動物園站遊客中心
 機車貓空站遊客中心
 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）
 臺北市內湖科技園區服務中心
 南港軟體工業園區服務中心
 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
 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
 公園處士林官邸原典藏
 公園處遠仙公園
 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
 芝山文化生態綠園
 郭子儀紀念堂
 水源劇場
 臺北小巨蛋服務台
 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
 in88豪華數位影院
 今日秀泰影城
 新光影城
 絕色影城
 潤山大戲院
 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）
 凱聯系統台
 貢樂交通（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
 臺北禁菸服務中心
 洪建全教育文化基金會
 士林劍潭青年活動中心
 師大校友文化基金會
 臺北市藝文工會
 林增祺先生紀念基金會（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）



臺北小確幸，生活更有味

淡淡三月天，春光明媚，萬物萌發，很多民眾趁著晴朗天氣出外走走、曬曬暖陽，享受偷得浮生半日閒的幸福感。

這期《臺北畫刊》的主題篇章「訂做幸福三月天」相當應景，特別規劃三月適合單身、伴侶及親子休閒旅遊的好去處。例如：一個人去餐廳、閱讀、唱歌、泡湯、跑步或騎單車，享受獨樂樂的自在感；兩個人牽手賞花、到古蹟走走，賞遊不同風景，體會攜手同遊的甜蜜；三人以上全家總動員，一起動動身體、體驗科技娛樂，親子同樂增進感情。

臺北就是這麼一座處處充滿幸福的城市，為了減輕許多民眾養育、教育子女的負擔，臺北市「助妳好孕」除了提供各項補助之外，今年第一家公辦民營的中山托嬰中心開幕，預計年底前完成一區一托嬰中心，而中山、北投、大同、文山區親子館也陸續啟用，一區一親子館的目標將一一實現；隨著臺北新十大建設中的「雲端產業園區」開跑，「愛台北市政雲服務」應用程式的全方位服務大受好評，市民能更輕鬆掌握各項生活資訊；民眾萬般期待的捷運信義線預計於今年通車，到時候遊逛信義商圈將更加便利，沿線捷運車站的設計也別出心裁，值得你慢慢探索品味。此外，市府正努力推動以環保、創新、厚養薄葬為旨的新殯葬文化，讓人生的最後一程也都貼心關懷。

我衷心為臺北天空下的每個人祈福祝禱，期望大家在臺北能擁有美好的幸福時光，讓生活更加有味！

郝龍斌

封面攝影／王能佑
封面圖說／131FUN心
玩親子館每到了說故事時間，現場總是歡笑聲不斷。

中華民國57年1月創刊
102年3月10日出刊

發行人——趙心屏

總編輯——黃惠靜

副總編輯——鍾齡玲

主編——王宜燕

責任編輯——廖雅琴·連美智·潘逸凡
司徒懿·林瑋庭

美術設計——董谷音

行銷企劃——林朝基·李炎欣·鄭雅萍·喬冠英

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.tpedit.taipei.gov.tw

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

印刷——榮昱印製廠股份有限公司

臺北市松江路220號3樓之3

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



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

以音樂刻畫臺北變化

口述／陳珊妮 採訪撰文／許凱森

5

以影像保留臺北記憶

口述／侯季然 採訪撰文／許凱森

臺北照過來

6

訂做幸福三月天

文／許麗芬 攝影／許斌

8

一個人 自在獨享幸福小日子

文／鍾文萍 攝影／楊智仁

14

兩個人 賞花玩古攜手走到老

文／許麗芬 攝影／許斌

20

三個人 親子春遊微笑看世界

文／李寬心 攝影／楊志雄



臺北生活圈

24

「雲」來生活好自在 雲端藍圖@臺北

文／林瑋庭 攝影／王能佑

28

托育·玩樂·成長 大手牽小手 幸福齊步走

文／潘逸凡 攝影／王能佑

36

等了8年 北捷信義線今年通車

文／轉載自102年1月21日聯合報 攝影／王能佑

40

簡約·莊嚴·愛地球 臺北殯葬新文化

文／司徒懿 攝影／王能佑

46

為臺北許願 攜手邁向世界設計之都
文／連美智 圖／臺北市申辦2016世界設計之都專案辦公室提供

48

揭開臺北機廠神祕面紗
看見珍貴鐵道文化

文／廖雅琴 攝影／王能佑



50

妳家！我家！回誰家？
過年習俗與性別

文／台灣性別平等教育協會理事莊淑靜
繪圖／劉淑儀

臺北好好玩

52

ㄅ×ㄅ×總動員 當我們童在一起

文／鍾文萍 攝影／楊智仁

58

走讀親水文學步道

文／鍾文萍 攝影／楊智仁

60

東吳大飯店
大稻埕小巡禮

文／許凱森 攝影／顏涵正

62

都市農夫 自己種菜自己吃

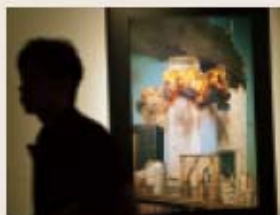
文／君君 攝影／約瑟



65

普立茲新聞攝影展 凝結重大歷史時刻

文／觀止 攝影／許斌



臺北百工圖

68

小花園繡花鞋
重回精巧細緻的美好年代

文／李寬心 攝影／楊志雄



64號夢想城市

72

充滿記憶的味道——大稻埕

文、攝影／JackRabbit

幸福手作館

75

夾起相片曬回憶

文·圖／葛晶瑩

78

3/15~4/14市府活動行事曆

80

臺北廣播電臺3月節目表

媽媽咪呀照過來！

5月為母親月，為鼓勵民眾表達對母親的愛與感恩，本刊即日起至4月15日特別舉辦「媽媽咪呀照過來！母親與我創意合照徵選活動」，邀請全國讀者及民眾發揮創意，以別出心裁的方式與母親留影，把珍貴的剎那留在5月號《臺北畫刊》封面，與全國讀者一同分享這份感動。詳細徵選活動辦法請上「臺北旅遊網」（www.taipeitravel.net）或臺北市政府觀光傳播局網站（www.tpedoit.taipei.gov.tw）「最新消息」查詢。



台北的每一天
都和你想像的不一樣

陳珊妮

陳珊妮

(圖/陳珊妮提供)

以音樂刻畫臺北變化

口述/陳珊妮(歌手) 採訪撰文/許凱森

我很享受臺北街頭的濃濃都會感，那是在香港、北京、東京都找不到的特殊感覺，我的多數創作也都是在臺北完成的，用自己的觀點抒發對城市情感的個人體驗，並藉由音樂、文字或是影像記錄下來，這是我的工作，也是我樂在其中的事。

一直以來，流行音樂承載著每個時代的變化，一段旋律會喚起腦海中的記憶，城市樣貌的改變也會被創作者寫進作品裡，我第一張專輯裡的歌曲〈一線天〉，創作靈感來自於當時臺北的第一條捷運系統開通，我發現天空的視野和線條完全改變了，讓我有感而發。除了創作音樂，我也喜歡攝影，每一次按下快門，臺北的瞬息萬變都讓我驚豔，像是建築物的外觀、店面招牌和街旁擺飾、新入住鄰居的裝潢、突然間發現的白色大窗等等，臺北的變化比眨眼還快，層出不窮的視覺感受，總帶給創作人既懷舊又新奇的想像。

小時候經常跟著母親去傳統市場，逛一圈，不用看新聞就知

道物價如何波動，不用串門子就知道鄰里大小事，而且攤販老闆的數學能力和記憶力都很驚人，無論買了幾樣單價不同的蔬菜水果，總是能快速準確地報價，偶爾還阿沙力地刪去零頭或抓把蔥蒜塞進袋子裡；他們也會記得許太太一家人喜歡吃牛腱，陳太太總是在兒子假日回家時來挑選最肥美的吳郭魚；他們不是用冰冷的電子儀器記住消費者的喜好，而是用未經計算的心在關心近鄰的生活，所以即使這些年來，臺北變化越來越大，到處充滿時髦新奇的玩意兒，我還是和小時候一樣，偶爾會去傳統市場晃晃，感受那種隨性溫暖的氛圍。

臺北是個新舊混雜卻相容共處的城市，轉個彎或多繞兩條巷子，就可以看到城市的另一面，有濃濃人情味的古老雜貨店，也

有明亮寬敞的便利商店，以不同的步調卻同樣熟忱的心服務著每一位走進來的人們。相較於中南部人的性格和生活步調，我發現臺北人既冷靜又難以取悅，而我是個標準的臺北人，步調很快，但有時我會到臺北的幾處河濱公園散散步，再到復興南路上吃蛋夾蘿蔔糕加上一杯清漿，悠閒地享受屬於自己的時光，讓快版生活適時放慢。

不管你有多麼與眾不同，在臺北，都能找到屬於自己的步調和一處輕鬆自在的角落。



到河濱公園散散步，是陳珊妮平衡匆忙步調的方式。(王能佑攝)

侯季然

台北是所有鄉愁的歸向。

侯季然



以影像保留臺北記憶

口述/侯季然(導演) 採訪撰文/許凱森

我在國立政治大學念研究所時，修了一門紀錄片研究的課程，當時我很喜歡看介紹空屋的裝潢與格局的購屋頻道，所以我在空房子為主題，拍了第一部作品《星塵15749001》並獲得台北電影節首獎，從此展開了我的導演之路。

創作是我保留記憶的一種方式。我喜歡用文字或影像重建臺北往日時光，記錄我在臺北的生活經驗與觀察體會，因為也許有一天曾經陪伴我們的某一條街、某一棟建築物、某一家店消失了，但在十年、二十年之後，這些作品將成為重現往日回憶的提示，那些珍愛過的記憶會被保留下來且意義格外深遠，現在對我來說是記錄自己走過的從前，將來說不定對於某個人來說則可能是找回失去的曾經。

臺北的公車是我童年記憶的一部分。小時候，每天放學都要從吳興街總站搭37路公車到忠孝東路四段家裡開的皮箱店，一張十格的厚紙卡學生車票、銀灰色的車身、總要費很大力氣才能拉開

或關上的鋁框玻璃窗，最後幾排的藍色皮座椅總是被簽字筆寫滿了字，站起身來才拉得到的下車鈴等等，一直到現在，37路公車依然行駛相同的路線，但風景已大不同，二十年前的信義路五段和基隆路還是一大片雜草叢生和施工中的大工地，如今已蛻變成繁華耀眼的台北101摩天大樓。

而南陽街更是臺北極具特色又有趣的一條街，在還有聯考的年代，是許多青年學子每天晚上必報到的第二間學校。我19歲時也曾南陽街補習，印象很深刻的是兩棟大樓間一家小小的影印店，裡面有個男生在五、六台影印機間手忙腳亂印東西，多年後寫故事時，腦海中這個角色就跳了出來，於是有了南陽街上補習

班助教女孩與影印店店員男孩的故事——《南方小羊牧場》。

相較於其他城市，臺北人見多識廣，有種特殊的從容優雅，重視生活步調、品味與態度，是包容度很大的國際城市，不管你是積極向上還是消極懶散，都可以在臺北很自在地生活；不管你的性別、種族還是性取向，在臺北都可以活得很自由，各種各樣的生活方式都可以找到平衡與發揮的空間，臺北就是美在這種包容！



侯季然喜歡記錄臺北的變化，今日的台北101大樓是二十年前想像不到的景象。(王能佑攝)

訂做幸福三月天

三月春光和煦，萬物萌發，
臺北盆地生氣盎然，捎來幸福與希望。

「1、2、3，笑一個。」

一個人、兩個人、一家人，
臺北天空下，共度幸福三月天。

一個人，獨樂樂也很好，
一人閱讀，綠能、智慧圖書館愜意讀好書，
一人休閒，唱歌、泡湯、跑步、單車任逍遙，
一人完食，燒肉、火鍋、鴛鴦麵盡情獨享，
陪自己玩樂，單身之樂樂無窮！

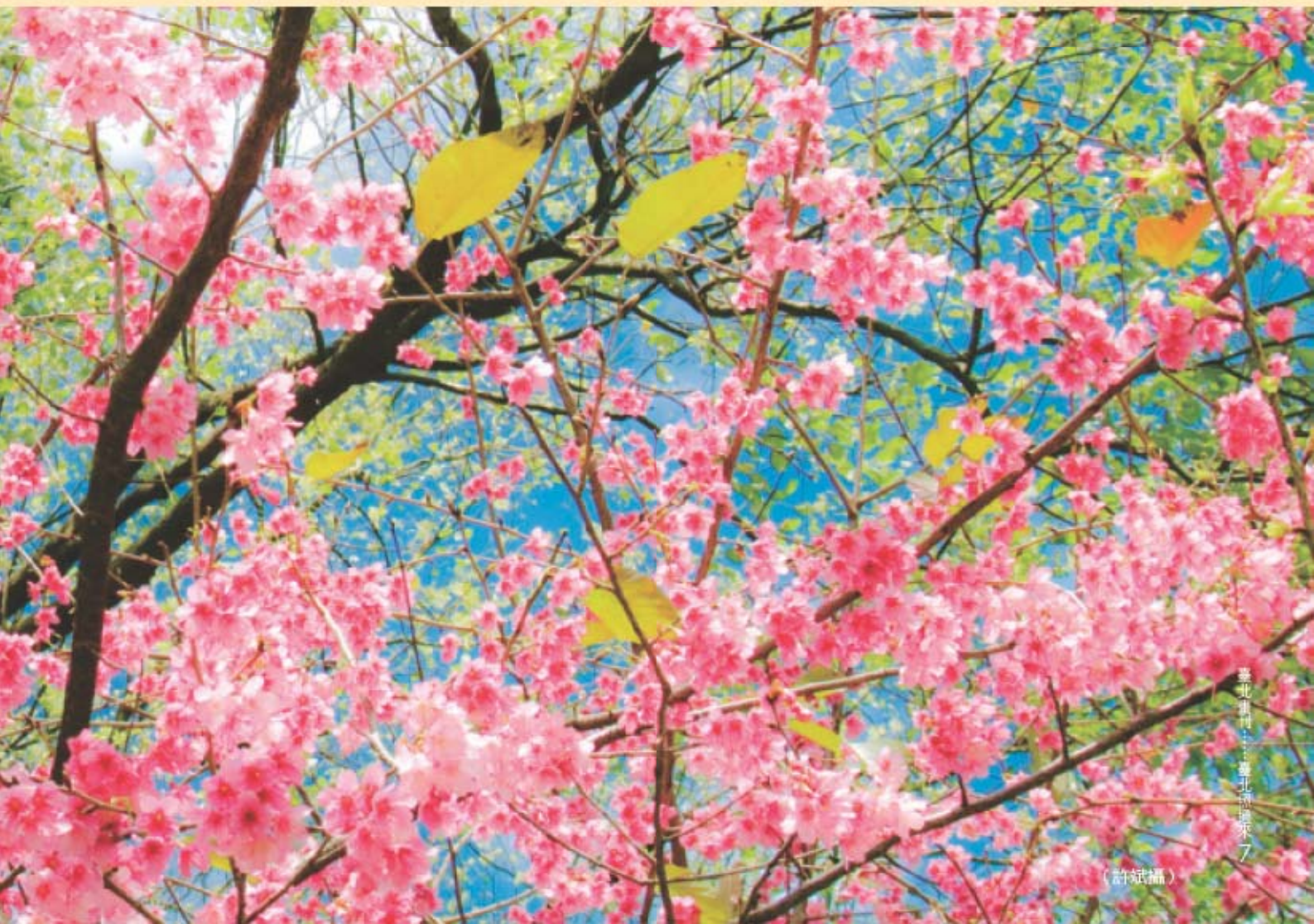
兩個人，攜手覽盡各地風光，
臺大賞杜鵑，演繹青春浪漫劇，
陽明山賞櫻、貓空賞魯冰，共度春日愛之旅，
遊賞西本願寺及陳德星堂，老夫老妻共唱人生況味，
賞花玩古趣，攜手同遊甜蜜蜜！

三個人，親子同樂會，
動動身體，來玩xue xue kids生活遊戲啟發美感，
科技體驗，身歷孔廟4D虛擬實境劇場樂看歷史，
親子共舞，雲門生活律動為孩子開啟世界之窗，
大手牽小手，一起出遊好溫馨！

無論是一人小宇宙、兩人小世界或是三人小天地，滋味各有不同，
就用屬於你的方式，讓幸福在臺北蔓延。

(文/許麗苓)





一個人

自在獨享幸福小日子

文／鍾文萍 攝影／楊智仁



一個人在金色水岸自行車道佇足、遠眺，更能體會自在的個中滋味。

一個人，也很好。不管是自主選擇還是迫不得已，無論是未婚、不婚還是失婚，有越來越多人慢慢接受、習慣了「一個人」的狀態，不需陪伴，學著安排生活並玩味與自己相處的時光。

曾有單身者感嘆：「為什麼賣場、超市沒有一人份的罐頭或食物？」日本電視劇《熟男不結婚》裡，男主角在高朋滿座的熱鬧燒肉店裡獨占一桌，一個人「圍爐」喝啤酒、吃燒肉，則被

旁人視為人緣差的「怪咖」。因為害怕引來側目，有些人沒人陪就不敢上餐廳吃飯，尤其是燒肉、火鍋這些適合呼朋引伴共餐享用的美食；有些人則索性不去電影院看電影、KTV唱歌、飯店

泡溫泉，為單身而放棄大好的生活風景，未免太可惜。衝著單身族群的龐大商機，現在已有不少業者推出各種一個人也能怡然享受的商品與服務，當無法「眾樂樂」的時候，「獨樂樂」更能隨心所欲，盡情享受生活，無論閱讀、運動、休閒娛樂、用餐，都能安安靜靜、悠悠然地展開只有自己感受得到的美好視野，打造出專屬一個人的幸福小日子。

一個人閱讀

綠能、智慧圖書館

獨處到一個極致，最好連店員、售貨員都不必交手，連與他人眼神接觸都可以免了，這個地方，就是智慧圖書館。

智慧圖書館又稱「無人圖書館」，所謂「無人」可不是沒人去的意思，而是沒有館員服務，只要手持RFID（無線射頻晶片）就可以自由進出圖書館，找書、借書、還書一切自己來，不受拘束、不被打擾的氛圍，就像待在自己書房一樣的舒服寧靜。

目前臺北市共有六座，包括位於捷運西門站地下街的西門智慧圖書館、內湖大賣場樓上的內湖智慧圖書館、青年公園內的太陽圖書館，以及松山機場、百齡智慧圖書館、東區地下街等。西門智慧圖書館是全球首座設置於捷運線的圖書館，由於鄰近西門町，藏書內容著重青少年喜愛的動漫、偵探推理、奇幻冒險及網路文學，座椅不多，但原木地板隨時能席地而坐，放學及寒暑假期間經常爆滿，年輕孩子們人手一書的畫面真令人感動。

內湖智慧圖書館位於大賣場五樓，以外出購物順便借書的家庭讀者為主，館藏大多是親子童書、居家裝潢設計、旅遊及食譜等，由於鄰近內湖科學園區，不少上班族也會趁著午休前來借書。在電視台上班的洪小姐幾乎每週都來：「這裡的書像書店一樣很新，想來就來，借到書就走，



自由進出智慧圖書館，找書、借書、還書一切自己來，就像待在自己書房般無拘無束。



全球首座設置於捷運線的西門智慧圖書館，提供青少年喜愛的書籍，吸引不少年輕學子前來借閱。

門外還有還書機隨時可以還書，環境沒有壓力，讓人很自在。」

太陽圖書館由王貫英紀念圖書館維護管理，這幢灰白色建築是全臺首座太陽能智慧圖書館，屋頂使用太陽能板吸收光熱發電，環保建材與大片落地窗的充足採光使得館內冬暖夏涼、少少幾盞燈便很明亮，相當節能環保。館藏書籍種類豐富多元，倚著窗，就著館外灑進的陽光捧書閱讀，真愜意。

閱讀環境一級棒的還有北投圖書館，這是全臺第一座以綠能概念興建的圖書館，屋頂為輕質生態屋頂，設有太陽能光電板發電，屋外設有大片陽臺深遮陽及垂直木格柵，可減少熱輻射進入室內，降低耗能、達到節能效果。整個館區坐落於林木茂密、生態環境豐富的綠光森林中，你能隨意坐在簷廊下閱讀，讀累了便到林中晒晒太陽、散散步，一個人，可以慵懶得很幸福。

►如何申辦智慧圖書館借閱證：

攜帶身分證、駕駛執照或戶口名簿正本可申辦RFID借閱證，或持悠遊卡借閱證到總館、西湖、三民、萬華、文山、民生、葫蘆堵分館或王貫英紀念圖書館辦理即可。

►內湖智慧圖書館

地址：民善街88號（家樂福內湖店5樓）

►西門智慧圖書館

地點：近捷運西門站出口5、西門地下街出口2

►太陽圖書館

地址：青年路65號

►北投圖書館

地址：光明路251號



太陽圖書館的屋頂使用太陽能板吸收光熱發電，節能又環保。



北投圖書館一片綠意，隨意坐在簷廊下閱讀，一個人可以慵懶得很幸福。

一個人休閒

唱歌、泡湯、跑步、騎單車

不需要另一個人彼此牽絆，適合一個人進行的休閒活動其實很多。戴上耳機繞著公園跑步，騎上單車奔馳山野，背上背包隨時出門自遊，展現出率性不羈的灑脫，但如果是唱歌或是到飯店泡湯這類經常成群結隊或出雙入對的活動，一個人去孤「吭」難鳴，還得自付「場地費」或「包廂費」，算盤一打，實在不划算。

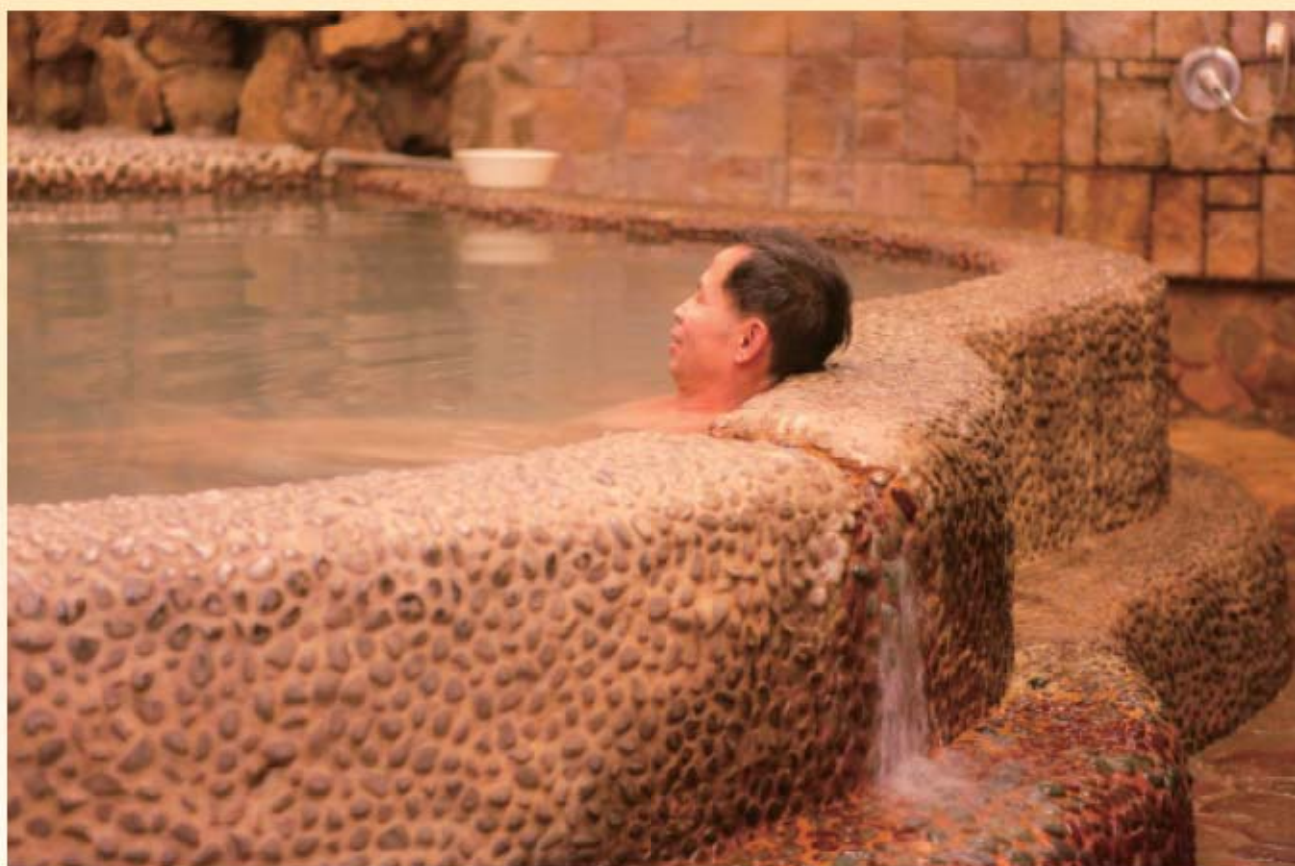
北投有一家老字號溫泉飯店因此為單身族群推出獨享專案，可

以享受不限時段的日式大眾池泡湯、卡拉OK免費唱到過癮，飲料喝到飽，再從日式深海生魚片、古早味醉元蹄、紅酒紹興醉雞、港式蔴汁子排、菩提素味雙菇5種主食中擇一主題套餐，單人價只要188元，一推出果然大受歡迎。

飯店經理吳家偉表示，北投是臺灣開發最早的溫泉區，沿著捷運新北投站前的中山路、光明路，幾乎是三步一湯屋、五步一飯店，各自隱密獨立，彷彿來到日本冒著氤氳地熱的溫泉山村，真美！因此一個人到北投，他建議可以先到飯店泡湯、用餐、唱



一個人休閒，騎乘單車奔馳，展現出率性不羈的灑脫，自在快活。



微涼三月，前往北投溫泉獨享泡湯樂趣，獨樂樂就是這麼寧靜、舒坦。



以牛奶為湯底的火鍋，濃濃乳香隨著熱氣飄散，香醇可口。



北投老字號溫泉飯店推出單身專案，一個人歡唱KTV十分過癮。

歌，意猶未盡的話，還能沿著飯店周邊的光明路漫步賞景，到溫泉博物館瀏覽百年浴場歷史，到梅庭與北投文物館欣賞時代歷史背景下的舊民宅、大師瀟灑勁揚的墨寶，走累了，不妨就地坐賞山林深深淺淺的綠意與風聲鳥鳴，自己陪著自己旅行，就是這麼寧靜、舒坦又自在。

► 熱海大飯店

地址：光明路258號

電話：2892-1366

一個人完食

燒肉、火鍋、鴛鴦麵

美食易尋，良伴難找。新生北路高架橋下的「赤宴」燒肉店老闆二哥有一回半夜想吃羊肉爐，點了一鍋，卻被要求得多付100元，店家說法是「一個人占了一桌一爐，不符坪數效益。」他火了：「這簡直是單身歧視。」於是當他有機會開了這家日式燒肉店，便特地設置了一人專用的小烤爐，一人一灶，各烤各的料，



日式燒肉店一人一灶，各烤各的料，吃得獨立又隨興。

不管來的是一個人還是一群人，都能吃得獨立又隨興。

沒有菜單，食材隨著季節而定，無論吃多吃少，都是一個價錢吃到飽。備長炭燒紅了一屋子溫暖依戀氣氛，讓人就像回到自己家吃飯那般放鬆；食材不醃不漬，以原汁原味取勝，薄嫩的肉片經由炭火的熱力激發出肉汁，沾上二哥自製的鹹甜醬汁入口，香甜度更上層樓。很多客人喜歡挑吧檯的位置，一則上菜方便，一則可以隨時和熱情好客的二哥聊上兩句，隨意吃烤肉的迷你居酒屋，是單身男女們吃喝取暖的最愛去處。

臺灣四季都是吃火鍋的好時節，一個人吃鍋，涮涮鍋無疑是最友善的場所：長長的高腳餐臺，幾十個鍋接連著一字排開，一個人、一口爐、一個鍋，有空位就能大方落坐，單身者完全不必擔心得跟別人尷尬併桌。

捷運民權西路站附近這家「鍋媽媽」用餐時間總是高朋滿座，不先預約吃不到。氣溫微涼的初

春三月天，老闆陳昶佑特別推薦牛奶鍋、藥膳鍋。

用鮮奶煮熟騰騰的火鍋，照樣很醇美對味。以牛奶為湯底的火鍋，講究的是牛奶與高湯之間的絕妙比例，選用低脂國產鮮奶，以及北海道厚岸的昆布熬煮成的高湯，以1：1的比例調製，多一分太濃的黏稠度，最適合鮮蝦、扇貝等海味，奶香與海鮮的甘甜出奇搭配，沾店家自製的味噌醬吃更是爽口。牛奶煮過的蔬菜則能引出清甜鮮爽原味，馬鈴薯、南瓜等根莖類入口清潤，全無土澀，竟有幾分奶油酥皮濃湯的滑潤口感。菜肉在白色奶汁中滾煮，濃濃乳香隨著熱氣飄散，誘惑力十足。養身藥膳鍋湯底有滿滿的枸杞、紅棗，熬燉入味的湯頭清爽味甘，涮上無骨雞腿肉，像是從媽媽手裡送來的一碗溫熱補湯，讓人從嘴裡一路暖進胃裡心底。

一個人想吃鴛鴦鍋又該怎麼辦？八德路2段有家居酒屋推出招牌鴛鴦湯麵鍋，葫蘆造型的湯碗

像數字「8」，一端是麻辣湯頭，一端是咖哩烏龍麵，不必與人共鍋，一人可獨享兩種口味，在風味與用餐心情上都不必屈就，絕對飽足。

▶赤宴燒肉

地址：新生北路1段158號

電話：2537-6307

▶鍋媽媽

地址：天祥路6號

電話：2531-4598

▶麻糍堂本舖

地址：八德路2段275號

電話：2772-3838

淡淡的三月天，不必呼朋引伴，騎乘單車繞著城市隨意遊走，閱讀、泡湯、美食……留給自己靜靜享用，在臺北，一個人真好！

兩個人

賞花玩古攜手走到老

文／許麗苓 攝影／許斌



(圖／聯合知識庫)

兩個人的幸福可以從年輕到老，在不同的人生階段遊賞不同的風景，別有一番幸福滋味。若能趁著三月春光和煦、萬物萌發之際，與伴侶攜手同行、賞花玩古，共度幸福三月天，真是人生樂事！

春天，臺大校園杜鵑花開，適合年輕情侶在此演繹校園浪漫青春劇；新婚伴侶、中年夫婦可前往陽明山賞櫻或到貓空賞魯冰花海和品茗，體會花期及茶香的各種況味；歷經大時代流轉變遷的西本願寺與陳德星堂，推薦人生

歷練豐富的年長伴侶或老夫老妻重溫美好舊時光。

花樣年華 杜鵑花城演繹浪漫

臺大從1970年代開始，不經意地種植杜鵑花，1980年代成為臺大校景特色，並逐漸有「杜鵑



時值初春，臺大校園杜鵑花盛開，年輕情侶常在此演繹校園青春劇。(圖／聯合知識庫)

花城」的稱號了。每逢春光明媚之際，臺大校園內到處可見盛開的杜鵑花，不同品種的杜鵑各有風情，爭奇鬥豔，尤其是迎著校門的大王椰子樹邊，長長的廊道穿透著一片花海，更加顯得花團錦簇，似乎正盛情迎接嬌客的蒞臨；而「臺大杜鵑花節」結合知識與藝術的系列活動，更是吸引無數愛花人前來參與盛宴，杜鵑花季期間，歡迎大家前來一賞杜鵑花美麗的身影！

住在臺大校園附近的攝影師陳敏明，長期以影像記錄臺大的萬種風情，當然不會錯過杜鵑花期，還從中觀察到年輕學子的青春浪漫。

「對於喜好攝影的我來說，

在臺大這樣交通便利的學園看到杜鵑齊放盛況，是相當新鮮的視覺饗宴，所以我喜歡徜徉在臺大校園中，欣賞繁花茂盛的愜意景象。」他提到曾在杜鵑花開季節，在臺大行政大樓水池前，邂逅杜鵑、椰影倒映水中的浪漫畫面，感動之餘，用鏡頭捕捉這幅花樹相映成趣的「花花世界」。有趣的是，他還經常看到年輕學子或情侶坐在草坪上，將掉落的杜鵑花瓣蒐集起來，隨意地排出各種文字或圖案，有些人還會排出心型圖案，而後站在當中合影，實在很可愛！

來自淡江大學的沈同學表示，自從前年注意到臺大舉辦杜鵑花節後，每年都會帶女朋友前來臺

大賞花，在書香綠意與繽紛花海中，讓彼此的感情更加甜蜜。

不過，臺大雖然被稱為「杜鵑花城」，可別以為校園內就只有杜鵑可欣賞。事實上，臺大最初就是以農立校，校園裡種植了許多的花卉和樹木，加上陽光和水分充足，造就了花卉成長的機會，隨著四季變化，臺大校園終年有花可賞，例如，流蘇花、苦楝樹、紫藤花等，只要稍加留意，即可成為臺大這個大花園中的「獵豔高手」。

►臺灣大學

地址：羅斯福路4段1號

電話：3366-3366

執子之手 走訪山林觀花品茗

結婚後，當然要依舊浪漫。對許多新婚夫妻來說，趁著三月春光到陽明山共賞花海、留下「花前月下」的甜蜜合影，是相當賞心悅目及浪漫的遊程；而到貓空茶園品茗及賞魯冰花，則是許多中年伴侶相當喜歡的「春日愛之旅」。

每年寒冬過盡、春暖花開時節，陽明山仰德大道的櫻花即甦醒綻放，吉野櫻、山櫻花、八重櫻等絢爛櫻紅染遍陽明山公園，昭告春天來臨。一對住在景美的黃姓新婚夫妻，特別喜愛趁著漫天花紅前來感受被櫻花樹海包圍的幸福滋味，沉醉於櫻飛如雪的自然饗宴中。

櫻花的秀麗讓不同年齡層的觀賞者有不同的人生體會，而貓空茶園的魯冰花海，對年輕人來說，或許欣賞的是它的嬌嫩花影，而看在中年伴侶眼中，或許更能深刻體會它花開花謝、為了滋養茶園而隕落的短暫生命。不妨趁著假日餘暇到貓空樟樹步道一帶欣賞魯冰花，體會茶園主人栽植綠肥的用心，再到附近茶坊品茗賞景，從茶香中沉澱及體會人生況味，享受幸福的三月天。

位於樟樹步道附近的六季香茶坊，採用大量竹的意象裝飾，頗具古意，其茶園即採半野放方式，栽種魯冰花作為綠肥，未施任何化學肥料，烘烤出的茶口感香甜，在三月魯冰花開時，黃花與茶樹相映成趣，令許多遊客駐足流連。

六季香茶坊又稱張迺妙茶園，成立於1988年，茶坊主人張信鐘是木柵鐵觀音始祖張迺妙茶師的第四代嫡長孫，從茶園種植到茶藝文化皆有深刻體會。張信鐘表示，由於家族以製茶起家，如今他的製茶經驗已經超過40年了，以自產自銷的方式遵循古法烘焙製茶，研發出多樣花香的六季香茶，而其招牌鐵觀音茶則為「正欉鐵觀音」紅心歪尾桃品種。



到陽明山感受被櫻花樹海包圍的幸福滋味，捕捉人生的重要片段。



貓空魯冰花開時，黃花與茶樹相映成趣，令許多遊客駐足流連。



貓空茶園仰賴茶農用心栽植，山景翠綠壯觀，攜手同遊，令人心曠神怡。

「感念勁道，迷念醇香」，張信鐘分享「品茗五要」：「茶要好、茶水好、茶壺好、環境好、心情好。」他很歡迎大家來茶園賞花、茶坊品茗，並樂於分享貓空茶故事。令人心喜的是，茶坊位於貓空的制高點，視野遼闊，大臺北景象一覽無遺，茶坊後面還有一條銀河洞步道，可在品茗前後尋幽訪勝。相信貓空這樣既可賞花、品茗及健走步道的景點，很適合熟男熟女攜手同遊。

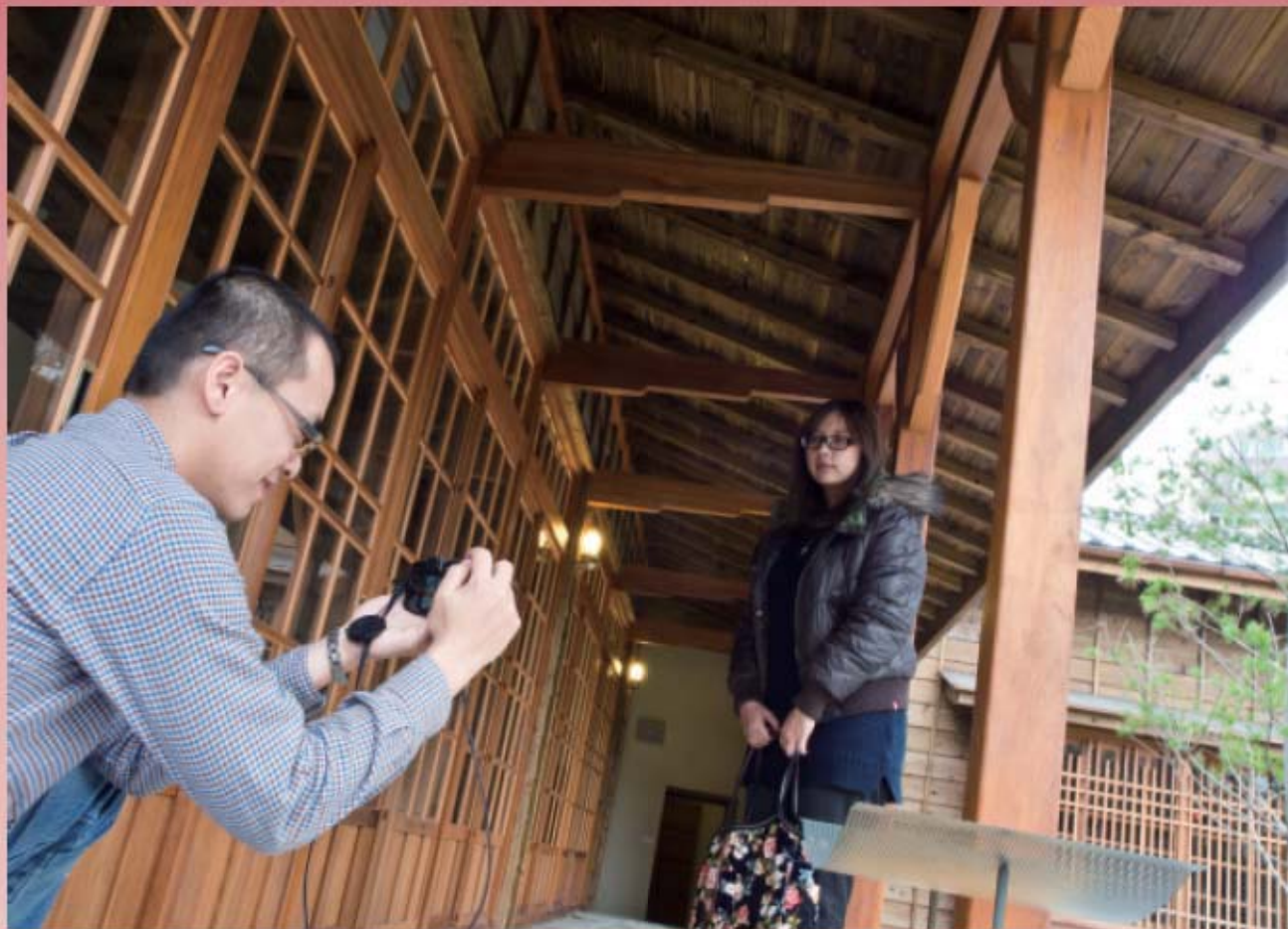
►六季香茶坊

地址：指南路3段34巷53-1號

電話：2936-4371



趁著假日餘暇，不妨前往六季香茶坊品茗，從茶香中沈澱及體會人生況味。（王能佑攝）



西本願寺採修舊如舊方式，修復時特別將可使用或具紀念價值的舊建材保留下來，來到這裡，不妨仔細觀察。

攜手到老 遊賞古蹟慢慢訪

歷經多彩多姿、風花雪月的歲月，從「看花是花」到「看花不是花」的人生體會，許多年長伴侶的遊賞景點，可能會從繽紛燦



被市府指定為古蹟的西本願寺鐘樓，其傳統木作的卡榫工法及斗拱，十分少見。

爛的「花花世界」，回歸欣賞歷經歲月洗禮的古蹟或歷史建物，西本願寺和陳德星堂就是頗適合年長伴侶或老夫老妻遊賞玩古的好地方，能從中感受心靈歸屬及平淡的幸福滋味。

隱身於西門町中華路鬧區的西本願寺，曾是臺北乃至臺灣最大的日式佛寺，總面積約8,623平方公尺，與東本願寺、臨濟護國禪寺、曹洞宗佛寺等同為日治時期重要的佛寺建築代表。戰後此地曾為軍方與警備總部使用，長久以來又有包括大陳島民、聯勤被服廠及中南部北上移民所居住，具有歷史及宗教學術之意義。可惜1975年部分建物曾被燒毀，寺內廣場也曾遭違建戶占用，為求完整維護歷史古蹟並同時提供民眾休憩、聚會之地點，臺北市政府遂於2005年辦理違建戶拆遷及進行簡易綠化工程，於2012年年底修復完

成，預計今年將正式對外開放。

西本願寺的修復規劃設計委由許育鳴建築師事務所團隊監造，設計師袁慧玲表示，西本願寺的建築群包括本堂（供奉神明處）、參道、御廟所臺基及地窖、輪番所（住持宿舍）、鐘樓及樹心會館（教育及弘法場所）等，其中樹心會館及鐘樓於2006年被北市府指定為古蹟，其餘則被列為歷史建築。由於採「修舊如舊」方式，所以在修復時特別將仍可使用的舊建材保留下來，來到這裡，不妨細細觀察，例如部分牆面紅磚塊有新舊不同的痕跡，也會看到廢棄但仍有紀念價值的舊石塊。此外，在鐘樓可欣賞傳統木作的卡榫工法及斗拱，樹心會館還可看到在總統府及中山堂等處才能見到的「比重窗」呢！

位於寧夏夜市附近的陳德星堂



陳德星堂循古老工法，屋頂、柱聯等處處皆可看到名家遺痕，盡顯木雕、彩繪及書法之美。

是北臺灣最大的陳氏宗祠，為具有百年歷史的三級古蹟，歷經6年修復，於2012年修竣，並於同年12月下旬特別舉辦修復竣工祭祀紀念大會，由臺北市市長郝龍斌

主持揭幕儀式。郝龍斌並於出席時表示，陳德星堂是臺北市兼具宗族象徵與文化資產多重意義的建築之一，祠堂經歷了大時代的流轉變遷，同時也見證臺北市的城市發展，相當具有代表性。

在財團法人陳德星堂董事兼總幹事陳宗義的導覽下，發現陳德星堂不只「小而美」，完全依循古老工法，而且處處皆寶，在三川殿、過水廊、正殿、屋頂、龍柱、柱聯等地方，皆可看到名家遺痕，盡顯木雕、彩繪及書法之美，連供桌、香爐等文物的作工都很精美！難得的是，宗祠許多古物及典故皆由陳宗義歷經多年研究及蒐集考證，若只是走馬看花的話相當可惜，值得細細品味！

由於陳德星堂內附設臺北市私立德星幼稚園，有些華僑特別將小孩送來此處就讀，希望孩子多多接受古蹟教化薰陶，也練習臺

語。陳宗義認為，古蹟是先人留下的生活智慧結晶，展現國家民族的形象，孩子在此地潛移默化可學到為人處世的道理。目前陳德星堂內也不定期舉辦一些文化導覽講座，歡迎有興趣的民眾前往共襄盛舉。

►西本願寺

地址：中華路1段與長沙街2段交叉口

►陳德星堂

地址：寧夏路27號

在臺北，兩個人的幸福可以是賞花的浪漫，或是玩古的沉潛體會，最重要的是，若能與另一半心靈相通、志趣相投，無論是登山、望海、賞花、看風景，只要攜手同遊，處處都能留下幸福的印記。



兼具宗族象徵與文化資產多重意義，陳德星堂值得前往細細品味。

三個人

親子春遊微笑看世界

文／李寬心 攝影／楊志雄



春暖花開的季節，最適合與孩子一同出遊，不僅能增進親子感情，更可幫助孩子開拓視野。特別是近年來許多機構舉辦親子互動的活動與課程，像是學學文創的xue xue kids，從美感出發，讓爸媽帶著孩子一同玩色彩、學畫畫、秀舞藝；臺北市孔廟的4D虛

擬實境劇場裡，大人小孩一起戴上立體眼鏡，欣賞孔老夫子與弟子故事，從電影裡學歷史；雲門舞集的親子律動，則讓親子在肢體接觸中更加親密，還能增加自信、勇於表達，這些活動與課程都能讓孩子在毫無壓力的環境，「玩」出美感、開闊眼界，達到

寓教於樂的效果。

手眼並用 生活遊戲啟發美感

「美感」需要從小培養。長期致力推動美學教育的學學文創志業，這次把推動美學的工作往下扎根，在2012年8月成立xue xue kids親子美感教育實驗室，有六個



「色彩學學」有一大面磁鐵牆，小朋友可恣意拿取磁鐵自由創作、拼貼圖案。

主題區，冠上了「1+1來玩」，希望讓孩子在父母陪伴下，透過遊戲互動，開啟想像力。

xue xue kids美育長James特別推薦有著五顏六色彩色磁鐵的「色彩學學」主題區，一大面磁鐵牆上和作業桌上有著各種圖案、顏色的磁鐵，孩子們可恣意地拿取，在牆上組合、拼貼自己喜歡的圖案。James更表示，從拿磁鐵、分開磁鐵、貼上磁鐵這幾個動作，就能鍛鍊孩子的手眼協調能力，也可以幫助幼兒認識形狀或顏色，讓大小孩激發創意隨意拼貼，對於孩子的色彩敏銳度很有幫助。而喜歡動態活動的，隔壁的「表演秀秀」則能讓孩子一圓明星夢，這處表演虛擬攝影棚，備有約一百首曲子的MV，挑選好曲子，就可與孩子在攝影機前隨著音樂歌聲手舞足蹈當起主角。一對父子選了時下最流行的騎馬舞，爸爸領著孩子跳得

起勁，舞得開心，還可建立自信心，增進表達能力。

另一個主題區「觸控樂樂」，宛如一座大型電玩場；裡頭有來自荷蘭的觸控互動式螢幕遊戲設施，在LED牆上利用光點投影出現各式各樣的遊戲，如「打吐司」要在吐司從烤麵包機跳出未落地前，以手觸碰螢幕攔截、打掉，考驗孩子的反應能力；另外，還規劃有DIY勞作區，特別選用紐西蘭手作教材，以環保材料打造包含工藝、編織、設計與建築等多達百種主題的啟發式手工教具包，可以購買適合的材料包，與孩子一同創作，激發彼此的創造力。

此外，館內還貼心設置「好樣小小」親子書店、玩具與美食複合式餐廳，窗外是河濱公園的綠意草坪，室內天花板上飛翔著百隻送子鳥，漂亮極了。餐廳內有為孩子提供輕食餐點，巧克力、

餅乾、蛋糕變身為星星、小花、彩虹的模樣，滿足孩子的童話幻想。

►xue xue kids親子美威教育實驗室

地址：堤頂大道2段207號3樓

電話：875 1-6898轉238

科技體驗 身歷其境樂看歷史

小朋友們都愛聽故事，臺北市孔廟推出最新奇的聽故事體驗，不僅可以聽、可以看，還可以「感覺」呢！到底是怎麼一回事，走一趟孔廟便分曉。

全臺首座孔廟4D虛擬實境劇場，以電腦搖頭燈、強大風機、搔頸噴氣、搔腳噴管、座椅震盪、泡泡機及煙機等設備，搭配環繞音效，透過3D立體眼鏡及特效設備，充分讓觀眾感受影片身歷其境的情境氛圍。每場播放《臺北孔廟》和《孔子》兩部短片，戴上眼鏡坐定，等待體驗科



臺北市孔廟的4D虛擬實境劇場，讓觀眾有如身歷其境，尤其當泡泡從四周飄散而出，大人小孩都忍不住伸出雙手玩泡泡。

技怎麼說歷史故事。

臺北孔廟的故事，從臺北知府陳星聚經歷海上風暴渡海來臺講起，一路至興建孔廟後到日治時代日軍進駐，至聖先師及先賢牌位多被損毀，建築物逐漸荒廢……。當畫面出現船隻行駛或進入時光隧道時，場內出現煙霧、冷風吹拂；戰爭場景時，座椅震動，還有繩子拍打觀眾腳部，除了在銀幕上欣賞3D立體影像外，還能感受視覺以外與劇情同步發展的感官效果，這就是4D

的特色。尤其當泡泡從四周飄散而出時，不管大人小孩都忍不住伸出雙手玩泡泡，可與畫面或劇情互動，是最受歡迎的片段。

第二部短片《孔子》，則發揮巧思以布袋戲偶為主角，以臺語發音演出孔子生平四個最重要的階段，如夾谷之會、從政失意、周遊列國以至最終對後世的影響。片中精彩特效如戰鼓雷鳴、萬馬奔騰的戰爭場面，呈現孔子所處的亂世背景，淺顯易懂，本土味十足。

臺北市孔廟管理委員會執行秘書陳彩虹說，劇場每天定時開放，每場次開演前15分鐘，工作人員打開劇場大門，在入口處發放3D立體眼鏡，且不限年齡免費開放參觀，非常適合親子共享。

►臺北市孔廟

地址：大龍街275號

電話：2592-3934

播映場次：每週二至週日（週

一公休）09:00（僅接受團體預約）、10:00、11:00、14:00、15:00、16:00（僅播映《臺北孔廟》）

親子共舞 為孩子打開世界的窗

一群小小孩跟著爸媽後頭又跑又跳，一會兒又躺在爸媽身上又滾又抱，不論大人小孩都笑得合不攏嘴，歡笑聲掌聲不斷，畫面十分熱鬧溫馨，眼下的場景正是雲門親子生活律動的課程，即日起至3月31日，親子可免費參加體驗。

已有十多年生活律動親子課程教學經驗的李欣怡老師說，這是針對3至4歲小朋友特別設計的，對這時期的孩子來說，「玩」其實是很好的學習方法，生活律動親子課程，便是想讓父母學會如何跟小孩玩，幫助孩子學習成長，給予孩子有形及無形的支持，讓這個年紀的孩子不會感到孤單無助，養成自信踏出學習的



帶著孩子走一趟孔廟，以淺顯易懂方式認識孔子的生平事蹟。



隨著老師排成一列，扭一扭、動一動，在親子律動課程一起玩出活力。

每一步。

雲門的課程是依照身心發展，設計出難易深淺度不一的內容，每堂親子課程都有主軸和固定的節奏，50分鐘的課程主要分為三個階段進行，第一個階段是暖身活動，老師會透過簡單的歌謠、口訣或輔助教具做為暖身，幫助孩子快速認識活動。譬如課堂上老師請小朋友們用腳打招呼，有人舉左腳、有人動右腳，動腳趾、也動頭腦，爸媽從親子課程中就可以進一步瞭解到小孩們的思考模式。

第二個階段著重在親子之間的身體互動，有孩子獨自練習的部分，也有親子互動，相互激發創意，增加趣味；像是想像力訓練中，隨手拿起地墊當方向盤，以跑步繞圈表現開車的情景……透過孩子熟悉的生活事物，引導認知、觀察與表現能力。最後的「親親寶貝」時間，著重在親子間最直接緊密的身體接觸，譬如

互相按摩、或躺在爸媽身上，除了增進親子間的親密感，更有助於開啟孩子的觸覺感官。

李欣怡特別強調，在親子生活律動中，千萬別以為爸媽只是陪伴小孩的角色，其實很多家長也因此放鬆肢體，玩得很盡興，不少家長分享，因為親子課程讓他們與孩子的感情更加親密，身體

互動也更加自在。

►雲門舞集舞蹈教室

電話：0800-088-633

網址：www.cgds.com.tw

暖暖的三月天，陪著孩子一同玩樂、學習，為難得的親子時光，增添一頁精彩回憶。



藉由緊密的身體接觸，增進親子間的親密感，有助於開啟孩子的觸覺感官。

臺北
新十大
建設



Ten Major Projects of Taipei

雲 來生活好自在 雲端藍圖@臺北

文／林瑋庭 攝影／王能佑



(意象圖)

「一起床看見太陽公公了，全新的開始:)大家也要加油唷！」附上一張黃澄澄陽光灑落街道的照片，小婷在上班搭捷運的途中用智慧型手機上傳Facebook，座位右邊穿著西裝的男士拿出平板電腦，登入電子信箱收信，接著到Google日曆檢視今日行程，東挪西移之後，心想，今晚有機會可以和家人吃頓飯了，左邊的男生戴著耳機，沉醉在YouTube的球賽之中，看見林書豪罰球得分，他咕噥了聲「Yes!」。這些在捷運車廂內常見的情景，就是雲端生活的寫照。臺北新十大建設中



臺北市市長郝龍斌(右三)與產業界代表，在一場雲端臺北論壇中構建北市雲端產業藍圖。(高讚賢攝)



捷運車廂內常見到乘客使用平板電腦、智慧手機，宣告隨時隨地娛樂、找資訊的雲端時代已經來臨。

的「雲端產業園區」日前開跑，計畫涵蓋基礎建設到軟體服務，讓智慧生活、產業及人才都 level up。

打造臺北雲端產業園區

李安執導的《少年Pi的奇幻漂流》中，一名叫做Pi的少年不幸遇上船難，竟然和一隻孟加拉虎理查帕克展開長達227天的海上漂流，有7成在臺灣拍攝取景，足跡遍及北中南，包括臺北市立動物園、臺中水湳機場及墾丁沙灘。到了幕後，動畫製作的引擎則是臺灣的中華電信。理查帕克咧嘴嘶吼，嘴邊鬍鬚跟著晃動，身上的皮毛也隨之波動，如此栩栩如生，讓觀眾很難想像它是3D特效，負責該片特效的3D動畫大廠 R & H 在全球各地都設有工作室，為了提升工作效率、節省成本，計劃將全球各地的動畫工作室整合到同一個平臺上，中華電

信就靠著優秀的雲端平臺爭取到 R & H 的青睞，成為該片特效的幕後推手。

臺北市政府產業發展局局長黃啟瑞表示，世界各國政府都看好雲端商機，紛紛建置雲端園區。新加坡挾著成為全球經濟及資訊樞紐的雄心，打造 Data Center Park，今年即將完工；韓國的 Digital Media City 也加緊腳步研發通信和媒體技術，預計2014年能吸引600家企業進駐。

嗅到雲端產業在產業、文創上所帶來的龐大產值，臺北市從去年開始規劃「雲端產業園區」，近日選定現為內湖花市的瑞光路、港墘路、洲子街及瑞光路393巷所圍之街廓，以BOT案向外徵選優質投資方案，方案須包含三項目標，首先需建立雲端產業中心，內含基礎設施服務（IaaS）、雲端平臺服務（PaaS）、軟體服務（SaaS）等機能。

打個比方來說，IaaS就像一棟能夠遮風避雨的房子，裡面有水有電有空調，PaaS則是一張桌子，SaaS則是在桌子上所創造出的創新服務，像是Facebook、各種的App。其次，該園區需成立創新育成及交流中心，讓產業得以互相交流、創新育成，促進產業升級與轉型。另外，還需設置雲端人才培育中心，培養所需專業人才。園區預計民國106年落成，可望創造高達400億元的年產值，帶動21萬家企業使用雲端服務，並且創造4,000個就業機會。

臺北市市長郝龍斌說，臺北網路基礎建設完善，例如，光纖到府將於民國104年達到8成覆蓋率，家家戶戶都能享受100M網網樂趣，且免費無線網路Taipei Free 涵蓋市區；此外，臺北是IT、金融、服務業的聚集中心，除了大型企業外，更有21萬家中小企業，資訊時代來臨，業者對於資



臺北市網路基礎建設完善，民國104年光纖到府將達到8成覆蓋率，家家戶戶都能享受100M龐網樂趣。(圖/臺北市政府資訊局提供)



料儲存、線上服務和網路商務的需求必定會越來越高，市府推動雲端園區，盼打造優質環境，讓所有業者共襄盛舉，而臺北也有眾多大專院校及研究機構，高素質的人才豐沛，這些都是臺北發展雲端產業的利基。

郝龍斌表示，臺灣的文化、藝術、流行音樂是華人圈中首屈一指的，雲端園區將與目前進行中的影視音產業園區互相配合，培育影視人才、活絡產業，打造「臺流」。

市政雲服務有口皆碑

「出門前能好好掌控時間，如果快來不及了，跑快一點，還有機會搭上車。」目前就讀研究所的王同學，一開始是為了查詢公車到站時間而下載「愛台北」



透過「愛台北市政雲服務」，附近的YouBike據點和數量都可瞭若指掌。

App，後來發現「休閒娛樂」的選項內將臺北市的景點分類，「裡面有很多私房景點，要運動或安安靜靜逛展覽都可以，更棒的是附有交通資訊，不管是要搭大眾運輸工具或是騎車，都能得到指引。」解決他與交往多年女友約會無處去的困擾，而出外遊玩，難免有內急時刻，這時候打開這個App，還能幫你尋找距離最近的公廁。

另一位使用者是上班族林先生，對最近剛搬家的他來說，生活百科非常實用，垃圾清運點資訊中有提供清運點的地圖和時間，他笑著說：「不熟悉新環境也沒關係，而且加班也不怕追不到垃圾車。」而在信義區工作的陳先生中午會騎著YouBike到附近買午餐，或是出外開會，最常用此App查詢公司附近的YouBike數量，「你看，這裡只剩一台！可能有點危險了。」人在辦公室的陳先生，手指一滑就知道最近的YouBike據點能提供租用的單車還有多少，隨時轉移陣地租車。

這麼實用且大受好評的應用程式是「愛台北 市政雲服務」，由臺北市政府資訊局於民國100年所推出，彙整了各局處市政資訊，讓民眾可以無時無刻全方位地獲得生活相關訊息，在電視、電

腦、智慧型手機及平板電腦等行動裝置上都可使用，內容涵蓋就業、休閒、交通、醫療、學習、生活，成為24小時不打烊的市政府。愛台北App目前提供iOS、Android、Windows Phone版本，電視則可透過中華電信MOD（提供部分服務）、比特數位機上盒、5TV使用。

台北探索館、梅庭登上雲端

懶洋洋好想宅一下，又想參觀展覽怎麼辦？「台北探索館」及「北投梅庭」雲端虛擬實境導覽系統正式上線囉！臺北市政府觀光傳播局於今年首開全國行政部門虛擬導覽之例，具備3D真人實境導覽功能及中、英、日、韓、西五種語言。不用踏出家門，沒有開放時間限制，不論是清晨、晚上或是半夜，穿著睡衣、手端泡麵，或窩在被窩裡，動動手指頭連上網，就能身歷其境，發掘及體驗台北探索館及北投梅庭的精彩展覽及迷人之處。

台北探索館共有四層樓，一樓大廳大型網紗螢幕，相當吸睛，二樓為特展廳，常舉辦各式展覽，三樓帶著參觀民眾認識臺北，四樓引人跟著時光流轉，見證臺北發展歷史，有趣的是，開啟雲端導覽，進入四樓時空對話廳後，點選左邊的城外常民生活，左拖右移找到一間小廟，就能線上求籤，點進去頁面後投入虛擬硬幣，一起online抽支籤試試運氣吧！

梅庭為市定歷史建築，建於1930年代末期，曾是「一代草聖」于右任先生的避暑別館，建築為日式風格，地下室設有防空避難室，牆面為漆喰壁，有防火、防塵、防霉、抗菌、調節溼度等功效，材質講究。開啟雲端導覽，歡迎到「梅庭二三事」去找找「鼎泰豐油行」的題字。知名小籠包店鼎泰豐原本以賣油起家，後因應大環境改變加賣小籠包，大受好評，儼然成為臺灣美



中華電信MOD、比特數位機上盒、5TV，電視也能登上市政雲，人在客廳手握遙控器，便可知天下事。



「北投梅庭」雲端虛擬實境導覽系統，由孟子第73代子孫孟慶而親切解說北投梅庭的10個景點。（圖／臺北市政府觀光傳播局提供）

食的代名詞，這幅題字四十年來一直掛在鼎泰豐信義店的入口處，是鼎泰豐的鎮店之寶，值得一看。

雲端生活已成為現代生活的寫照，臺北市政府從日常生活到大願景都規劃好了，「愛台北 市政雲服務」提供最新最實用的生活資訊，「互動探索、數位梅庭雲端導覽系統」媲美便利商店，長知識不再受限時間地域，臺北雲端產業園區則畫下了雲端產業的大藍圖，讓臺北的金融業、科技業、文創及影音樂都跟著一起受惠，園區規劃不只包括硬體，也積極加入人才培育，期待創造出人性化的軟體服務，將臺北打造為臺灣矽谷。

►相關資訊

●愛台北 市政雲服務

網址：www.cloud.taipei.gov.tw

●互動探索、數位梅庭雲端導覽系統

網址：v.taipeitravel.net

畫刊小字典 雲端是什麼？

雲端泛指的是「網路」，用一簡單的定義來說，雲端是：Anytime, Anywhere With Any Devices Accessing Services（隨時隨地，用任何裝置存取各種服務）。由此可知，只要設備能夠連上網路，便可以接近資訊提供者的服務。



托育 · 玩樂 · 成長

大手牽小手 幸福齊步走

文／潘逸凡 攝影／王能佑



中山托嬰中心提供安全無毒、具啟發性的玩具。(潘逸凡攝)

臺北，是一座幸福城。2歲以下嬰幼兒由公辦民營托嬰中心照顧，家長很安心；學齡前孩子在臺北市親子館玩樂，全家皆開心。

一對臺北市的年輕夫妻，因為申請「助妳好孕」專案的育兒津貼，緩和了些許經濟壓力，這也正是臺北市市長郝龍斌所期望的：臺北市政府不僅鼓勵生育，也要減輕父母養育、教育的負擔。

而家長們殷殷期盼的第一間公辦民營中山托嬰中心，已在今年1月開幕，郝龍斌表示，接下來北投、大同、萬華、文山區托嬰中心也將成立，預計年底完成一區一托嬰中心；另外，繼131FUN心

玩、松山親子館獲得熱烈迴響之後，中山、北投、大同、文山區親子館也陸續啟用，未來也將完成一區一親子館目標。

優質安心 中山托嬰中心開幕

走入臺北市立新興國中，校園一處走廊圍著約100公分的矮柵欄，望進教室內，沒有低頭苦讀的國中生，而是一群行走搖晃或緩步爬行的嬰幼兒，他們有的哭、有的笑，或聚精會神地玩樂著，這裡是臺北市第一所公辦民營的中山托嬰中心。

1月22日的開幕典禮上，正在郝龍斌上場致詞前，一陣清亮的嬰



淺色地板搭配木質家具，營造如家般的溫馨氛圍。(高讚賢攝)

兒哭聲搶先發言，引來全場笑聲連連。由一個嬰兒的哭啼為開幕式破題，再適合不過了，對於嬰幼兒來說，哭聲是表達情緒、與外界溝通的方式之一，優質的托嬰中心除了考量環境衛生、設備安全，對於孩子的心靈照顧及教導學習生活自理，則需要合格且具耐心的托育人員從旁協助。

中山托嬰中心由北市府社會局委託臺北市教保人員協會辦理，建物工程採無毒、低甲醛、防火建材，消防設施為最高的甲類等級，在公共安全、消防、衛生等均完全通過審核，郝龍斌表示，期望這裡能樹立典範，也為家長們提供選擇優質托嬰中心的參考。

溫馨如家 自由探索學生活

在這約百坪的空間內，少見鮮豔多彩的濃烈色調，淺色地板搭配木質家具，溫暖又溫馨。臺北市教保人員協會顧問歐姿秀表示，現在的孩子多半很早就進入類似學校的環境，對於未滿2歲的嬰幼兒來說，營造如家一般的氛圍，是當初規劃的重點之一。

園區鼓勵孩子自由探索、學習生活自理，歐姿秀說：「有些父母只著重吃飯、睡覺等基本生活照顧，實在可惜，其實2歲以下的孩子已經可以學習生活自理。」中山托嬰中心溫琬琳表示，由於目前新開園，一切以安全為重，等小朋友熟悉環境後，再逐步加入新教具，例如，提供玻璃杯、磁碗給孩子觸摸、練習，透過遊戲與活動，認識生活周遭的事物。



以小石子拼貼的洗手檯，也是孩子學習洗手與生活自理的場域。



透過活動與遊戲，帶領孩子觸摸玻璃、瓷碗等一般家長束之高閣的物品，認識生活周遭的事物。

多元教具 提供感官刺激

教室分為嬰兒區、1歲以上學步兒區及多功能活動室，另設有保健室，而戶外走廊則是散步、曬太陽、探索自然的空間。

為配合1歲以下嬰兒的發展需要，嬰兒區備有各式教材與設備，例如學步梯、不易翻倒的學步推車等，溫琬琳提到，嬰兒區的環境與安全考量需要更嚴謹，因此老師配置的比例較高，睡覺、活動等動靜區域也有明顯分野。凌瑋霜老師說道：「這裡擁有正規的硬體設施，而且空間開放、透明化，家長可隨時看到教室裡的情況，環境相當優質。」

學步兒區設置體能區、積木區、陪讀區、觀察區、生活自理區、塗鴉發現區等，玩具、教材均經過無毒檢驗，經由老師的個別陪伴或分組遊戲，刺激孩子聽覺、觸覺、視覺、肢體動作等各項感官發展。

小朋友愛看鏡中的自己，塗鴉發現區的鏡子除了可以用來畫畫，一面像哈哈鏡般讓身型變胖變瘦的鏡子，逗得寶貝開心不已，另一個三角鏡，孩子看著裡頭三面鏡子映照出好幾個自己，覺得相當新奇。溫琬琳表示，2歲以下嬰幼兒專注力較難超過10分鐘，為鼓勵在陪讀區看書，老師會先唱個歌吸引小朋友靠過來，接著玩遊戲、講故事，若孩子在這個階段喜歡書本，將有助於未來閱讀習慣的養成。

心靈照顧 讓孩子開心就學

1歲11個月大的明宏，溜完滑梯後，靜靜地翻起他最愛的科學小百科，「這是什麼呢？」明宏指著書上的圖片問著，老師則在一旁耐心地互動。入學第二天的明宏，一副穩定、自得其樂的模樣，適應力應該不錯吧？「對明宏來說，這裡畢竟是新環境，難免有哭鬧的情形，但老師會適時安撫他，用遊戲轉移注意力，幫助他自然融入新環境。」鄭心儀



嬰兒區的環境與安全考量十分嚴謹，備有各式設備與教材，老師的配置比例也較高。（高讚賢攝）



多功能教室提供許多大型教材與玩具，刺激孩子感官與肢體發展。



塗鴉發現區像哈哈鏡般的鏡子，逗得寶貝開心不已。



家長可來此陪讀，讓開始認生的嬰幼兒慢慢與老師建立依附關係。(高讚賢攝)



明宏在陪讀區翻著他最喜愛的科學小百科，老師則在一旁耐心地互動。

老師說道。

對於開始認生的嬰幼兒來說，踏入陌生環境多半需要時間適應，溫琬琳建議家長可來此陪讀，讓孩子與老師慢慢建立安全依附關係。為了讓寶貝感受暖暖的愛、快樂地成長，中山托嬰中心特別降低了師生比，目前收托的40名嬰幼兒中，1歲以下有13位，由3名老師及1名護士照顧，1歲以上有27位，由6名老師負責，平均約為1名老師照顧3至4名小朋友，如此便能提供孩子更合宜的陪伴時間，也讓家長更放心。

►中山托嬰中心

地址：林森北路511號（臺北市立新興國中教學大樓1樓）

電話：2521-4118

時間：週一至週五08:30～17:30，送托時間自07:30起，可延托至18:30

收費：每月11,000元，如家長符合臺北市育兒津貼2,500元及內政部就業者家庭托育補助3,000元請領資格，抵扣補助後為5,500元

親子館 孩子的遊戲天堂

走，到親子館玩，而且要爸媽陪著孩子一起玩。

玩樂，對於孩子來說，是一種學習，對於父母來說，如何與孩子遊戲，同樣是一種學習，臺北市親子館提供親子共玩的場域，不妨帶著寶貝來此一同快樂成長。

劇團演出、巨型樹屋

中山、北投新登場

位於花博公園爭艷館旁的中山親子旗艦館，規劃為0至2歲嬰幼兒專區、3至6歲操作體驗區、親子玩圖區、文化體驗區、攀岩區、展演舞臺區等。館內空間環境規劃由國立臺北教育大學教授張世宗設計，以古玩意、新玩法為理念，展現MIT創意，期望藉由親子共玩，增進親子間共同話題。



小朋友躺在展演舞臺區的電視上，看著上方鏡中的自己，以電視畫面為背景，體驗一場「想像旅行」。

中山親子館館長王偵權表示，展演舞臺區每週六由鞋子兒童實驗劇團駐館演出，透過說故事、戲劇等演出形式，為孩子們帶來嶄新視野。舞臺同時結合數位科技，小朋友可平躺於設置在地板的電視上，透過仰望上方的鏡子，與身後播放著太空人、海洋世界等的電視畫面共同演出，體驗一場「想像旅行」。

孩子夢想的巨型樹屋，就在北投親子館裡，館內的親子廚房、水牆塗鴉、大型積木等也別具特色。此外，配合每季推出故事說書、歌謠律動、手作活動，以及親職講座、家事訓練、藝術烹飪、戲劇活動等，體驗創意表達，感受生活美學。

另外，臺北市第二間托嬰中心也設立於此，結合親子館的設施，為親子提供更完整的交流空間。

►中山親子館

地址：玉門街1號（花博公園爭艷館旁）

電話：2598-0657

►北投親子館暨托嬰中心

地址：光明路22號

電話：2898-3217（親子館）

2897-3848（托嬰中心）



中山親子館的0至2歲嬰幼兒專區，提供親子安心、安全共玩的場域。

松山親子館

3歲以下專屬玩樂天地

趁著假日，乃芸爸媽帶著1歲大的她前往知名親子遊樂園，這裡不僅少有嬰幼兒的玩樂設施，場地幾乎被活蹦亂跳的大孩子「包場」，對於還在學步中的小小朋友來說，實在危險，相信這也正是許多父母的共同經驗。

那麼，3歲以下的寶貝可以去哪裡玩？位於民生社區的松山親子館，是全臺第一間專門為3歲以下嬰幼兒設計的遊樂天地，開放式的空間，規劃為學步前區、益智區、親子共讀區、大肢體探索

區、手創區以及烹飪飲食區等，並設有哺乳空間與尿布檯，其中，全臺第一座專為0至3歲設計的溜滑梯最為熱門，階梯與坡度的安全性經過特別設計，可安心遊玩。

同儕的影響力也在親子館裡發酵。看著10個月大的百睿開心地玩著，從文山區專程前來的百睿媽媽憶起第一次到訪時，小寶貝才4個月大，百睿看著其他小朋友爬的爬、站的站，第二次造訪，或許透過模仿，肢體動作也有了明顯的進步，讓她驚喜不已。王爸爸也說，個性較為內向的妹



張世宗教授提供個人古玩收藏供孩子參觀，並設計多款MIT創意玩具。



特地從文山區前來的百睿一家人，在松山親子館開心玩樂，畫面十分溫馨。



家住附近的王爸爸常帶著妹妹來此與其他小朋友互動，孩子變得較不怕生了。



館內最熱門的溜滑梯，階梯與坡度的安全性經過特別設計。（潘逸凡攝）

妹，與其他孩子互動之後，變得較不怕生了。

兒童托育資源中心暨松山親子館副組長蕭惠瓊表示，也有民眾選在生日或紀念日前來慶祝。曾有位工作忙碌的爸爸，平時與女兒相處的時間很少，女兒週歲那天特別請了假，他說：「今天要和女兒約會。」但孩子入館不久後就睡著了，爸爸仍抱著女兒靜靜地坐著，因為，有這樣的時光，就很令人開心、滿足。

蕭惠瓊最後建議，家長若有任何育兒的疑難雜症，都可向館內親切專業的教保員詢問，而教保員會從旁觀察孩子的反應，提供孩子的發展給家長參考，有助家長更瞭解自己的寶貝。

►松山親子館

地址：民生東路5段163-1號3樓

電話：2748-6008轉2

預約方式：每場次開放25對親子，需事先以電話或網路預約。

彩虹、城堡

131FUN心玩風格多變

步入131FUN心玩親子館，一樓接待大廳以彩虹森林主題裝飾，落地窗外的陽光熱情地灑入，這一處休憩與飲食空間，格外讓人放鬆。



彩虹、森林、白雲、陽光……131FUN心玩親子館一樓的休憩與飲食空間，讓人格外放鬆。

二樓樹屋區為3歲以下嬰幼兒專區，提供鏡面、觸覺、大肢體活動等設施，其中特別訂製的溜滑梯全部以軟墊包覆，不必擔心小朋友跌撞受傷，一旁顯眼的大型斑馬帳棚球屋，也很熱門，承辦館內業務的靖娟兒童安全文教基金會處長許雅荏表示：「這裡提供一般家庭少有的大型玩具，希望給孩子們不同的玩樂空間與視野。」

順著樓梯前往三樓，梯間彩繪轉換為城堡氛圍，還有小朋友在此停留玩耍，原來，梯間牆面另有玄機，許雅荏說：「在牆上設置的玩具與模組，內容每季更換，是館內的特色之一，除了空間利用，也因為家中壁面少有玩具、教具的設備，可為孩子帶來驚喜。」

三樓城堡區是4至6歲幼童的玩樂天地，親子攜手體驗區貼心備好一盒盒材料與步驟圖方便親子DIY，展演區每到週二、六下午的說故事時間，總是笑聲不斷，扮家家酒的大型夢幻廚房，在這裡也玩得到，而有些玩具需要由家長向服務台借取配件，「除了避免細小配件造成誤食，也可藉由借還東西的互動，練習生活常規。」許雅荏說道。

幾乎天天報到的楊正韻，看著1歲10個月的亮亮在這裡從爬到學站，一路成長，感觸良多，她認為，這裡的玩具相當多元，對於孩子的成長多有助益，更重要的是，亮亮在同儕團體中學會分享、分配、輪流的概念。有著相同感觸的王逸君，看著奇奇從搶玩具到懂得溝通與分享，覺得很欣慰。每週至少到訪一次的鄭婷方，也為女兒巧巧在這裡交到好朋友、學習到社會化感到開心，這也是其他家長們都有目共睹的。

許雅荏特別提到，這裡的家長個個臥虎藏龍，有的會嬰兒按摩，有的善於講故事，為了讓全職媽媽可以發揮所長且不與社會脫節，館內的志工有不少是由媽



館內提供家中不易擁有的大型玩具，其中的斑馬帳棚球屋非常適合親子共玩。



扮家家酒的大型夢幻廚房，在三樓城堡區也玩得到。



在牆上設置玩具與模組為館內特色，軌道上的貓頭鷹利用回收物製成，展現環保精神。

媽們擔任，這也是131FUN心玩親子館值得驕傲的事。

▶ 131FUN心玩親子館

地址：三元街131號1~3樓

電話：2332-6131

孩子的成長只有一次、不會重來，優質的公辦民營托嬰中心，讓家長更能放心工作，親子相處時光彌足珍貴，不妨帶著孩子到親子館，留下珍貴的回憶。

親子共玩 樂學生活

強調親子共玩 學習生活自理

親子館雖然提供多元又有趣的玩具與遊戲，但有些家長原先只會看著寶貝玩耍，藉由親子館的教保員或志工及家長們的交流，漸漸學會如何一起遊戲、互動，為親子關係增溫不少。

親子館的玩具不僅有助成長發展，同時也寓教於樂、學習生活自理，「吃點心要到烹飪飲食區乖乖坐好，這對於用餐習慣的養成很有幫助。」每週前往松山親子館的茗茗媽媽接著說：「這裡的玩具與配件全部一籃籃裝著、放在固定位置，在玩完玩具後，帶著茗茗一起收拾、歸位，也是生活學習。」看著孩子在遊戲中學會生活常規，茗茗的媽媽嘴角揚起一抹微笑。



茗茗媽媽十分欣慰，孩子在親子館可以學會生活常規，增進人際互動。

乾淨、安全又衛生

臺北市親子館除了嚴格控管入場前要先以酒精消毒、量體溫，中場休息工作人員會用酒精擦拭玩具，而且每天至少以紫外線消毒燈消毒兩次，到了休館日仍不馬虎，還要再來一次大消毒，這看似例行公事的清潔工作，卻是家長願意一來再來的關鍵。

「我很重視乾淨、衛生、安全，看著工作人員用酒精擦拭借還後的玩具，很讓人放心。」之前從事護理師的簡詩云格外注重衛生，對於131FUN心玩親子館的清潔衛生十分肯定。

增進人際互動的玩樂園地

現今許多家庭只有一個孩子，家長也希望寶貝在親子館能交到朋友，而對於全職媽媽來說，親子館同時是交流育兒經驗、交換購物情報的好地方。簡詩云特別說道，3歲半的加歆之前個性較為封閉，曾為此看過心理醫生，自從來到131FUN心玩親子館交到同年齡的好朋友後，現在的加歆已打開心房，對於人際互動進步不少，這正是親子館提供的功能。

助妳好孕 幸福到你家

● 每胎2萬元生育獎勵金

辦法：新生兒出生與申請時，父或母其中一方設籍並實際居住臺北市一年以上，於出生後60日內申請。

電話：1999轉6269民政局

● 5歲以下孩童、月發2,500元育兒津貼

辦法：父母雙方及兒童設籍並實際居住臺北市滿一年（1歲以下出生登記或初設戶籍登記於本市且未遷出者，不受一年限制），最近一年所得申報稅率未達20%，且未領有政府同性質補助或公費安置。

電話：1999轉1622~1625社會局

● 5歲大班免學費

辦法：提供設籍臺北市並就讀幼兒園大班（滿5足歲之學齡前一年）幼兒學費補助。

電話：1999轉6387~6389教育局

▶ 相關資訊

● 「助妳好孕」專案網址：
www.canet.taipei.gov.tw/born

● 臺北市政府托育服務：進入北市府社會局網址www.bosa.taipei.gov.tw選取「托育服務」，可查詢「公辦民營托嬰」與「親子館」等相關資訊



有了捷運信義線，前往永康商圈品嚐美食更方便輕鬆了。

等了8年 北捷信義線今年通車

中正紀念堂站——象山站 7站12分鐘 未來將連通淡水線
信義路4月拆圍籬、6月結束交通黑暗期

●文／轉載自102年1月21日聯合報 攝影／王能佑

【記者高詩琴／台北報導】九十四年開工、施工已八年的捷運信義線，將於今年通車。臺北市政府捷運局表示，二月底各車站主體就可完工，四月底可拆除信義路全線圍籬，六月就可開放全新的信義路。

台北捷運已有十二條通車路線，信義線是北捷第十三條通車路線，也是北捷繼板南線之後，第二條東西向路線，與新店線、新莊線與文湖線分別於中正紀念堂站、東門站、大安站交會。

通車後可望有效減輕目前板南線尖峰時刻「班班爆滿」情況，也提供乘客更完備的轉乘服務。信義線也是市中心到信義商圈最快速的方式，從中正紀念堂站到象山站平均只需十二分鐘。

捷運局表示，信義線未來將與淡水線相連成「淡水—象山」路線。現在與淡水線相連的新店線，將改為與預計明年底通車的松山線相連。

捷運信義線原訂九十九年完工，因潛盾機鑽到基樁、匯流井

設計等問題，兩度延期至今年通車。

目前地下潛盾隧道都已完成，各車站主體已接近完工，天花板與牆板等結構已完成，月台門也已安裝完畢；但機電系統還沒入駐車站內，公共藝術也還在進行中。

配合信義線完工，信義路將重新打造成林蔭大道。捷運局表示，目前信義路基隆路以西路段，除敦化南路至基隆路（北側）、大安路至敦化南路（南



捷運世貿站的出入口採用雙曲線與拋物線設計，彷彿蟬殼的自然曲線。

側)與通化街至基隆路(南側)路段，其餘人行道已完工。

信義路基隆路以東路段，世貿展覽館(北側)與市府路至一〇一大樓人行道(北側)還在施工中。人行道完工後，圍籬將拆除。車道也會從臨時性瀝青鋪面改為永久性瀝青鋪面，六月底可完工。

一千七百棵的光臘樹、茄苳、大花紫薇將種在信義路中央、公車專用道兩旁，把信義路打造成林蔭大道。

八年的施工期間讓信義路陷入「交通黑暗期」。配合施工，不時要更動路型，沒有人行道，行人得改走騎樓，汽機車用路人也得走在狹窄的臨時車道內，店家與居民叫苦連天，期待快點通車。

附近店家表示，捷運東門站通車後，生意越來越好，相信未來信義線全線通車後，生意會更佳。他們去年年底已租下旁邊店面，擴大店面以迎接人潮。

●打破方框 圓弧造型 貝殼？蟬殼？出入口埋進地底

【記者高詩琴／台北報導】捷運信義線各車站逐漸接近完工，部分車站出入口打破傳統，採取圓滑曲線與透明玻璃板的設計，被形容是宮崎駿動畫「風之谷」中「王蟲」大甲殼造型。

北市府捷運局表示，目前北捷共有一〇二個車站，出入口都採取方正框架造型。規劃信義線時，他們想「能夠有什麼改變？」最後決定採用圓滑的出入口設計。

雖然工程難度較高，還需要特別訂製弧形鋼架與弧形的安全玻璃，但相信可給乘客帶來煥然一新的感受。

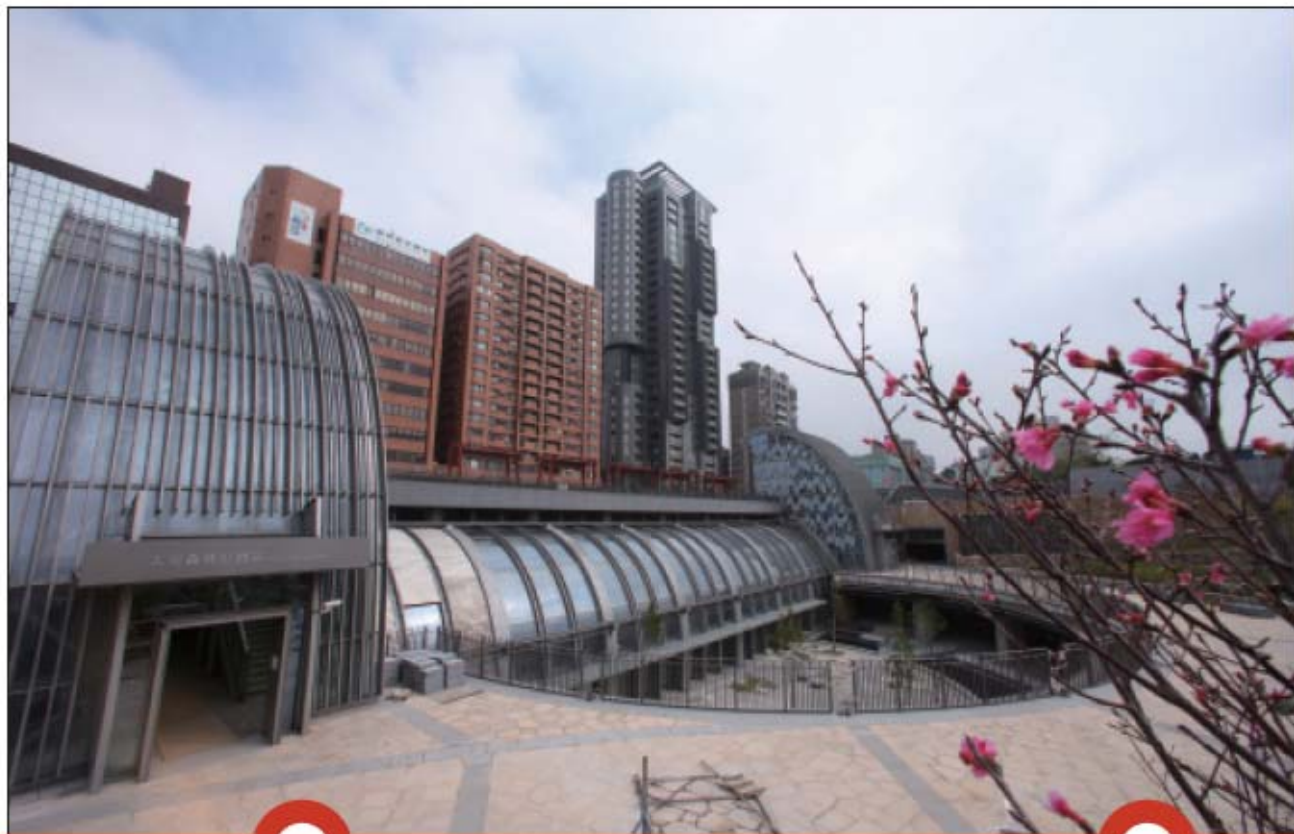
捷運信義線的信義安和站、台北101/世貿站與象山站三站都採此設計。出入口不採用斜直線的混凝土頂板，而是圓滑拋物線的玻璃。淡綠色的玻璃配上一條條銀白色的固定鋼架，出入口外型

被戲稱為宮崎駿動畫「風之谷」中的「王蟲」。

負責設計的宗邁建築事務所建築師陳德仁表示，一〇一大樓與世貿中心十分具有國際都會風情，但一旁就是象山，有大片的青綠山水，為詮釋都市與自然的融合，他採用雙曲線與拋物線的設計，彷彿蟬殼、貝殼等的自然曲線，也是向大自然致敬。

陳德仁指出，這種出入口有幾個特色，一來雙曲線的出入口是緩緩「埋」進地面下，低調不張揚，與高聳入天的一〇一大樓正成對比；採用玻璃材質，視覺上穿透性更佳、有量體縮小的效果，出站乘客會覺得空間變大，馬路上的用路人則會覺得出入口沒有那麼龐大礙眼。

「風之谷」是日本動畫家宮崎駿的作品，描寫未來世界中，大地為淨化被人類污染的環境，創造出由菌類和巨型昆蟲「王蟲」組成的新生態體系，「王蟲」是新世界的守護者。



捷運大安森林公園站的露天式下凹庭園，採半圓形廣場設計，巧妙連接捷運車站與公園。

●造景主題 圍繞自然 森林！樹蛙！地下車站有陽光

【記者高詩琴／台北報導】捷運信義線七個車站中，就有兩個車站位於公園內，綠地密度是北捷十三條捷運線中最高的，信義線的公共藝術特色主題就是「捷運、陽光與森林」。

北市府捷運局表示，大安森林公園站有「北捷綠鑽石」之稱的下凹庭園；象山站則採用大量的童趣塗鴉，打破捷運牆壁「光潔卻冷冰冰」的印象。

捷運局指出，大安森林公園站內有一座獨一無二的下凹庭園，巧妙連接捷運車站與大安森林公園。下凹庭園深度約六公尺，採半圓形廣場設計，有環形迴廊、水流瀑布、跳泉、假山等。

透過露天式的下凹庭園，陽光可直接灑進捷運車站內，讓地下車站不再「黑摸摸」。庭園也設

有無障礙步道，方便銀髮族與身障者使用。

捷運局表示，下凹庭園白天會有瀑布水流，晚上還有燈光水舞秀，二月就可完工。為與象山站呼應，車站內也有多個青蛙與荷葉造型的銅鑄。

象山站位於中強公園內，也是台北樹蛙的保育地。捷運局表示，通車後象山站將成為周末假日民眾全家出遊的勝地，車站公共藝術以童趣為主題，牆板上穿插多幅童趣彩色塗鴉，月台層也有童趣陶版畫，要讓小朋友看得開心。

信義線通車後，將與淡水線結合，成為「淡水—象山」路線，信義安和站的公共藝術採取「從淡水河延伸而來」的概念，車站內玻璃護欄繪上水流的圖案與波紋，還有音符與船點綴其中。另外，還有由木頭雕出的四季花卉圖騰安置於牆壁上。

●捷運共構

勤美璞真設免費車位、座椅

【記者何醒邦／台北報導】天價豪宅，民眾也能近距離接觸。捷運信義線大安森林公園站主體工程已近完工，與捷運共構的豪宅「勤美璞真」最近規劃出一系列設施，包括方便民眾過馬路的廿四小時地下道、免費的自行車與機車停車位、高質感休憩座椅，加上二樓將是對外開放的書店，大走親民風。

地下道、書店將於年底捷運開通時啟用，但設施有獨立出入口，非住戶不能進入豪宅本體；其他設施如座椅、停車位，目前已可使用。

位於臺北市信義路二段、大安公園正對面的勤美璞真屬捷運聯合開發大樓，享有容積獎勵，最近建物旁已掛上「大安森林公園站出口」的招牌，未來即使捷運



捷運除了帶領人們穿梭臺北，其井然有序的排隊文化與關懷禮讓更是臺北捷運文化的高素質展現。

收班，還是會開放地下道，方便民眾過馬路、直達公園。

另外，未來豪宅二樓將開設「靜思書軒」，開放大眾閱讀。

出入口旁除設有無障礙電梯及坡道，也規劃約一百個腳踏車位、卅個機車位，讓民眾免費停車；加上圍繞建物而設的休憩座椅，宛如公園的開放空間，是讓民眾能使用的豪宅景點。

捷運工程人員表示，這些都是屬於容積獎勵的公益回饋，車位、座椅已經完成幾個月，但是民眾多以為屬於私人，沒什麼人停與坐，其實可坐在休閒區域，欣賞豪宅的流水造景，以後也可騎腳踏車來搭捷運。

不過，業者說，捷運共構宅雖方便，有「到站即到家」的優勢，但頂級豪宅的住戶注重隱

私，捷運通車後人潮多，是否對房價造成影響，效果有待觀察。

大師房屋總經理陳建慶說，勤美璞真不是深宮大院式的豪宅，主要訴求生活機能、方便、面對公園，買方多清楚這點，通車後對房價影響不大，且搭捷運時間好掌控，「台積電董事長張忠謀也會搭電車啊」。

● 臺北捷運文化節

捷運志工奉獻愛 文／廖雅琴 攝影／王能佑



對臺北人來說，步出家門，搭乘捷運上班、上學或逛街、遊憩，已經是生活中尋常的習慣；但對外地的旅客來說，捷運則是帶領他們找尋新鮮景點的最佳幫手。

臺北捷運自85年3月28日木柵線通車營運開始，17年來累積搭乘捷運的旅客已接近56億

人次，不論是整齊有序地排隊候車，或旅客自發性的禮讓座位，已形成台北捷運系統的良善氛圍，這一切都是支持關懷禮讓、共創便捷幸福的捷運旅客——「捷客」，以及歷年來所有捷運志工的支持與努力，共同塑造出的捷運優質文化。

為持續營造禮讓有序的乘車環境，自102年起，將全臺首條捷運路線通車日——3月28日

訂為「捷運文化節」。今年首屆捷運文化節將以「關懷禮讓 便捷幸福」為主軸，透過舉辦博愛電梯設計大賽、捷運志工表揚、尋找壽星「捷客」等活動，持續將捷運優質文化在人與人之間傳遞，屆時歡迎所有「捷客」能與台北捷運一起將關懷禮讓付諸行動，並享受臺北捷運所提供的便捷與幸福。



簡約·莊嚴·愛地球 臺北殯葬新文化

文／司徒懿 攝影／王能佑

這天一早，幾行人陸陸續續來到，會場花東擺設典雅，禮儀師和家屬確認過典禮程序和出席名單，由司儀致詞，哀樂奏起，奠祭氣氛更添莊嚴肅穆。

人的一生活，從呱呱墜地到學會走路、長大成人到成家立業、為人父母到兒女各自成家、忙忙碌碌到白了頭……生老病死為人生必經過程。過去喪事辦理講究厚葬鋪張，隨著新社會型態來臨，生活步調忙碌快速，以環保、創新為目的新殯葬文化應運而生，以莊嚴、簡葬為原則的「厚養薄

葬」，成為臺北市殯葬管理處力推的新措施。

厚養薄葬 簡約不失莊嚴

家中不幸有親屬亡故，民眾大多逕洽殯葬業者，其實臺北市政府為簡化奠祭程序、減輕民眾喪葬禮儀費用，長期以來舉辦的「聯合奠祭」，只要憑申請人身分證正反面影本及死亡證明書正本各一份，週一至週六上午8時至下午4時至第一或第二殯儀館服務中心辦理，北市府將免費提供場地、布置、音樂等19項目服務，

其中包括為設籍臺北市者提供遺體寄存、洗身、化妝及火化等免費服務。每週二、四固定於第二殯儀館景仰廳舉辦，由臺北市市長或市府各機關首長代表市長主祭，儀式簡單隆重。

今年1月31日聯合奠祭擴大辦理，由北市府副秘書長吳國安代表市長郝龍斌主祭，特別邀請譽為「三金歌王」的殷正洋到場獻唱〈感恩的心〉、基督教聖歌〈奇異恩典〉及弘一法師作詞的〈送別〉，渾然天成的歌聲如一股暖流，撫慰著往生者家屬哀戚



今年1月擴大辦理的聯合奠祭，特別邀請殷正洋到場獻唱，演出「一場沒有掌聲，只有感恩的音樂會」。

的心，就如民政局局長黃呂錦茹所說，這是「一場沒有掌聲，只有感恩的音樂會」。殷正洋說，中國文化重視慎終追遠，「對往生者的尊重，才是最重要的」，符合先人的想法，傳承美德、家訓、風範，慎重其事，比起鋪張厚葬更有意義。希望結合鋼琴與弦樂，讓家屬在音樂中緬懷往生者。

會前與志工媽媽小聊，她說聯

合奠祭一週兩次，一早就要來現場準備，她說：「決定了就做下去，做公益，不會去想忌不忌諱的問題。」也有民眾熱心指出：「聯合奠祭辦得很不錯，可以鼓勵大家多利用。」楊姓往生者由姪女羅太太報名參加，她表示參加政府辦理的聯合奠祭，除了節約支出、環保又不失莊嚴，還能得到更多人的祝福，親友不多的她少了些孤單感。

塵歸塵土歸土 往生回歸大地

為保護地球環境，提倡土地永續再利用，各國積極推動多元環保葬法，在響應這種新殯葬理念上，北市府自然不能缺席。奠祭儀式完成後，除可選擇傳統土葬、火化入塔外，也可選擇樹葬、花葬、海葬等自然環保葬，讓往生者的骨灰回歸大地。

「以樹木代替墳墓，打造一片清明世界」，是樹、花葬的精神



聯合奠祭由臺北市市長或市府各機關首長代表市長主祭，儀式簡單隆重。



聯合奠祭會場上，透過鋼琴與弦樂的結合，讓家屬在莊嚴哀榮的樂聲中緬懷往生者。



每逢5月辦理的聯合海葬，讓家屬搭乘載客小船出海，將置放於安息盒的骨灰和花朵一同拋向海中，象徵往生者的骨灰回歸自然。（圖／聯合知識庫）



臺北市市長郝龍斌出席詠愛園樹葬區啟用儀式。（高讚賢攝）

所在。火化後再經研磨之骨灰，裝入殯葬處免費提供的容器後，在管理員陪同下埋藏於詠愛園樹葬區或陽明山花葬區。民國92年北市府於富德公墓設置國內首座樹葬試辦區，96年再於富德復育園區規劃面積1.2公頃的詠愛園樹葬區，提供先人長眠花海樹叢的優美環境，象徵往生者化為春泥、伴著大地長相眠。北投陽明山第一公墓內也設置花葬區，預定於今年完工啟用。

不同於樹、花葬的「入土為安」，海葬是一種將骨灰撒入大海的葬法，也是繼墓葬以後的重大創新措施。殯葬處於每年5月辦理聯合海葬，讓家屬搭乘載客小船出海，於眾人默禱下，將研磨處理過的骨灰置放於「安息

盒」，和花朵一併拋向海中。臺灣地區四面環海，海葬若能慢慢蔚為風氣，將是未來臺灣喪葬文化另一特色。

相較於自然環保葬，火化入塔仍是最普遍的方式，由於富德、陽明兩座納骨塔已近飽和狀態，陽明山臻愛樓歷經2年多興建，去年1月8日正式啟用，當天約吸引五、六百人申請貯骨櫃，大家共同的願望，即是將先人的骨灰，安厝在一個管理完善、品質優良的長眠居所。設計方面跳脫樓塔式建築，改採新穎明亮現代感的建築體。除設置電梯及安全通道等設施以營造無障礙環境，也設置戶外休息區供民眾休息。最特別的是，臻愛樓是首座綠建築公立納骨塔，採用太陽能設備和風



臻愛樓去年1月8日啟用當天，吸引大批民眾排隊申請登記。（圖／聯合知識庫）

力發電，可供路燈照明使用，雨水回收後，也具備消防功能，憑弔先人的同時，也能愛護地球。

新觀點推廣 殯葬新文化

隨著時代演進，許多過去有關殯葬的迷思，比如男性主奠、收受紅包、布置大量輓聯、焚燒金銀紙也逐漸式微。為杜絕紅包文化，殯葬處特別於民國101年4月30日起成立主動關懷小組，民眾治喪如有問題，皆可透過電話客服系統作業提供詢答或轉接權責單位。而為響應節能減碳及環保愛地球的政策，各納骨塔及墓地現場於清明節時皆無販售金銀紙，也實施金銀紙集中代焚，民眾可使用殯葬處提供的專用紙袋，減少露天大量焚燒對環境及空氣品質造成的影響。

喪禮中女性長期受到不平等待遇，而在推廣性別平等的當今，應尊重家族中的女性或相對的性別弱勢者，讓她們同樣享有參與捧斗、撐傘、祭祖等儀式的基本權利，並可在奠禮上擔任主奠者。此外，傳統喪禮結束後，龐大輓聯隨之焚化，往往造成資源



臻愛樓貯骨櫃以金色作為襯底，莊嚴肅穆，備極哀榮。（圖／聯合知識庫）

浪費及污染，為響應環保，殯葬處也免費提供「電子輓聯」系統使用，民眾點選的輓聯類別及圖色背景，屆時在告別式上會自動顯示在電子看板上。

近來歷經親人病逝的陳小姐指出，碰到親屬過世，由於心情沉重，選擇治喪方式很容易流於跟隨社會舊有習俗，焚燒大量紙

錢、紙厝、金童玉女等殯葬用品給往生者，那時也在想這樣似乎不是很環保，直到事後聽朋友說起，才知道政府在推行節葬、簡葬，其實與其辦理厚葬，不如心存感激謹慎辦理，譬如可選擇聯合奠祭、電子輓聯，儀式簡約莊嚴，也許是盡孝道更好的方式。

隨著簡葬、節葬的概念慢慢發



毗鄰陽明山國家公園的臻愛樓，跳脫傳統樓塔式建築，設有戶外休息區供民眾休息。（圖／聯合知識庫）

辭，業界也有一些創新措施，譬如殯葬業者國寶集團總經理蔡宏岳提到，為配合政府各項政策法規，該集團推出一系列「預立遺囑」、「生命體驗營」、「讓我看見生命的美座談會」等活動，讓社會大眾更加瞭解政府的各項政令實質意義。另外為了配合政府簡葬、節葬的觀念，推行生前契約，於契約內容中將傳統殯葬習俗中的五子哭墓、孝女白琴等陣頭活動摒除，代之以簡明、莊嚴、圓滿符合儀規的服務流程，完成家屬的孝心。

目前環保葬在臺灣雖非主流，但在政府宣導下，接受度已逐漸提高了。至於減省焚燒金紙錢、拜腳尾飯這些傳統習俗，雖非一時半刻可以辦到，但就像早期土葬盛行，後來經過政府宣導，現在採取火化的比例已達九成以

上，未來要落實新觀點仍是可能的。

談到治喪最重要的是什麼，蔡宏岳說，重點在於藉由禮儀服務人員的專業、熱忱及同理心，「把每一個客戶的事都當成自己家裡的事」，用符合家屬需求的方式，去協助他們完成應盡的孝道。「事死如事生」，尊重往生者的意願，反而才是更無價的。

嚴謹治喪，緬懷先人，對注重慎終追遠的我們，自然是再重要不過的事。其實，只要心存對先人的思念與尊敬，儀式簡單隆重，反而更顯肅穆哀榮。

►臺北市殯葬管理處

地址：辛亥路3段223號2樓

電話：8732-9686

網址：www.mso.taipei.gov.tw



為推廣金銀紙集中代焚，殯葬處提供專用紙袋供民眾使用。（圖／聯合知識庫）

民政局局長黃呂錦茹力推殯葬創新措施

北市府長期以來推廣創新殯葬文化，身為舵手的民政局局長黃呂錦茹，力推響應環保的聯合奠祭與電子輓聯，以及杜絕紅包



上任以來，民政局局長黃呂錦茹致力於推行主動關懷、環保簡約的殯葬文化。

文化的創新措施。對於辦理多年的聯合奠祭，她指出：「隨著環保概念普及，聯合奠祭已逐漸成為支持環保人士治喪的最佳選擇。」去年共舉辦81場次，參加的往生者已有832人次之多，今年原訂每週四辦理，但因參加者遞增，故於每週二再加開1場，預計全年度將辦理93場次，可為1,100餘位往生者家庭節省共約二千餘萬元的殯葬費用支出。

同樣是環保新措施的電子輓聯，黃呂錦茹指出，臺北市於去年9月起於第一殯儀館景行廳及第二殯儀館景仰廳試辦以來成效良好，至今年2月底止，總計325場告別式中，有184場申請使用電子輓聯，使用率達57%。自臺北市電子輓聯推出後，不僅吸引多家電視媒體報導，內政部民政司也於今年2月至殯葬處觀摩電子輓聯使用情形，作為建立全國電子輓

聯系統平台參考。

對於過去收受紅包的不良陋習，黃呂錦茹指出，為提供更高的品質服務，殯葬處聘用自102年1月起勞動局招聘的12名專業技工。這群平均30歲、均領有喪葬服務丙級技術士執照的青年送行者，發揮專業為往生者處理身後事、妝點遺世容顏，黃呂錦茹說：「他們的工作非常繁瑣辛苦，還要配合例假日及大小夜班輪值，對生命尊重的精神令人敬佩。」

另外自去年4月起成立的「主動關懷小組」，透過主動電話聯繫治喪家屬，表達關懷慰問、回答疑問外，也可聽取民眾的建議，黃呂錦茹說：「民眾在治喪期間若有疑問或需求，可以透過『好便利櫃台』尋求協助。」殯葬處主動關懷慰問與宣導的服務將一步步持續落實。

以這份工作為榮 告別式司儀盧秀玲

今年1月31日擴大辦理的聯合奠祭，在司儀盧秀玲宣布下啟動。溫厚細緻的嗓音，真情流露的言詞，端莊肅靜的衣著，是身為告別式司儀的她予人的印象。

私底下的她活潑外向，話多



擔任告別式司儀七年的盧秀玲，主持過無數場聯合奠祭。

愛唱歌，笑起來兩頰有酒窩，朋友叫她「芭比」，若沒有深入接觸，很難想像她從事殯葬工作已八年。大學畢業時適逢殯葬熱，原打算應徵禮儀師的她，因沒有駕照而改從事內勤工作，後來毛遂自薦擔任司儀，「我從小就愛拿麥克風，所以很能勝任這份工作。」盧秀玲說。

告別式司儀的工作，主要為控管整個告別式流程，代唸祭文或追悼文，陪往生者走完人生最後一趟旅程。盧秀玲說，要做好司儀的工作，首先要不怕生，面對眾多來賓才不會怯場，再來是要夠細心、音質好、臨場反應佳，現場若有突發狀況，要能沉著應變。她回憶起有一次主持家祭時，因家屬未與長輩事先溝通好，中途遭打斷，「我也只能說非常抱歉，會馬上重新安排。」

聯合奠祭舉辦多年，盧秀玲參

與過的場次已不計其數，由於是按照政府機關規定的流程辦理，突發狀況少，主持也會進行得較順利。也主持各種告別式的她，相當鼓勵民眾多多利用聯合奠祭。過去大家對聯合奠祭常有刻板印象，認為只有無名氏或清貧家庭才會申請，但現在接受度逐年提高，除了可減少治喪費用的壓力外，現代人生活忙碌，參與聯合奠祭可省去不少治喪時間。另外，有些家屬崇尚低調，簡約的聯合奠祭正符合他們的需要。

日前才遭逢父喪的她說，雖從事殯葬工作，仍很難接受父親過世的事實，但這個經驗讓她更能同理家屬的心境，並推己及人，更投入工作，甚至跟著家屬一同落淚。「服務家屬是幸福的，我以從事這份工作為榮，很感謝有今天的舞臺！」



為臺北許願 攜手邁向世界設計之都

文／連美智 圖／臺北市申辦2016世界設計之都專案辦公室提供

給你一顆彩色許願石，你會寫下什麼心願，讓臺北變得更美好？

為讓更多民眾瞭解臺北市申請2016世界設計之都的理念，臺北市政府文化局自去年底開始舉辦「My City, My Voice. 設計城市，由我發聲」臺北巡迴許願站的活動，邀請全體市民以文字、塗鴉寫下美化臺北的期待，希望透過這種由下而上的動員參與，一起推動改造臺北，也為臺北爭取申辦2016世界設計之都發聲！

設計就在生活中

世界設計之都（World Design Capital，簡稱WDC）是國際工業設計社團協會（International Council of Societies of Industrial Design，簡稱Icsid）所發起的全球性活動，在每兩年一次的甄選中，由Icsid組成的專業評審團選出最具典範意義的城市，授予世界設計之都的榮譽。臺北市政府努力爭取主辦2016WDC，在「以人為本的設計」理念下，啟動一系列城市改造作為，廣邀市民共同參與這項結合生活與美學的集體運動。

目前臺北申辦WDC的計畫正緊鑼密鼓地展開，繼陸續舉辦的論壇與座談會之後，「My City, My Voice. 設計城市，由我發聲」的五場臺北巡迴許願站的活動也輪番上陣。首先第一站在臺北市立動物園前廣場熱鬧登場，現場有超過五百位大、小朋友，以及來自日本、印尼、馬來西亞、西班牙及美國的朋友，冒著冷冽的風雨熱情參與。

在臺北巡迴許願站裡，闢有主題區及許願區，前者展出兩個與環保永續相關的創意案例，其



小朋友們伸長雙手擺放彩繪許願石，小小童心也期待臺北市變得更好更美。

中大愛科技的綠色奇蹟，以回收寶特瓶製成的毛毯，幫助更多需要的人；另一個則是德國的Watercone集水器，運用水蒸氣凝結水滴的原理，製造出乾淨、安全的可飲用水。主辦單位期望透過案例的呈現，讓民眾瞭解設計與生活的密切關聯。

許下祝福 看見希望

而許願區則設有「I ♥ TAIPEI」大型圖騰，藉由綠、紅、藍、橘及銀等五種顏色的許願石，代表著宜居城市、都市老化、人口老化、創意思維及產業轉型的五種不同議題，邀請民眾在彩石上寫出對臺北市的期待，堆疊出美麗的願景。談起臺北申辦WDC，有人隨即興奮地表示：「這是很好的計畫，讓我們看到臺北的希望！」

緊接著市立動物園之後，第二場至第四場的活動也分別在信義區香堤廣場、迪化街永樂市場廣

場及新北投捷運站廣場展開。不論是信義區裡充滿時尚感的都會男女，或如迪化街台北霞海城隍廟裡質樸純真的信眾，大家紛紛在「I ♥ TAIPEI」大型圖騰裡擺上各色許願石，熱烈表達對臺北的祝福與想像。完成許願的民眾並獲得心願密碼石及創意貼紙，帶走許願的感動，與更多人分享。

有位民眾說：「希望臺北可以變成充滿愛的城市。」就從現在起，用行動來表現你對這座城市的愛。「My City, My Voice. 設計城市，由我發聲」臺北巡迴許願站第五場將於3月24日在西門町紅樓廣場登場，歡迎愛臺北的你加入我們的行列，一起完成繽紛絢麗的「I ♥ TAIPEI」，為臺北發聲！

►「My City, My Voice. 設計城市，由我發聲」臺北巡迴許願站

時間：3/24，13:00 ~ 20:00

地點：西門町紅樓廣場

電話：2767-7684轉784



銀髮族寫下「活得自在，活得輕鬆」的願望。



設計之都巡迴許願站第二場在時尚的香堤廣場舉行。



揭開臺北機廠神祕面紗

看見珍貴鐵道文化

文／廖雅琴 攝影／王能佑

如果你是鐵道迷，那你一定會特別期待一探位於市民大道五段、京華城對面的「臺北機廠」！

占地約16.86公頃的臺北機廠，坐落在信義區近八十年，一直是讓火車改頭換面的維修改裝場所。因為是工作場地，不對外開放，自臺鐵將之遷廠至桃園富岡

新廠，鐵路維修作業也同步遷移之後，經臺北市政府市政會議通過，廠區內的組立工場、鍛冶工場、原動室及澡堂等四棟廠房列為市定古蹟，以保存古蹟並活化再利用資產。

創建於日治時期（1933-1935年）的臺北機廠，由當時的臺灣總督府交通局技師日人速水和彥設計監造，為日治時期具代表性的工廠建築。過去一直是臺灣鐵路局最大的車輛維修與改裝工場，占地約16.86公頃，其前身為位於北門附近的清代機器局臺北工場，1935年間因該基地不敷使用，遷移至市民大道現址，部分機具亦從臺北工場搬遷至此。廠內建築樣式多元，屬日治時期鐵

道產業代表，就工業遺產及鐵道場域價值而言，相當具保存性。

機廠四大古蹟 鐵道迷最愛

臺北機廠整體建築是以鋼構設計，由數萬顆鉚釘接起的廠房，挑高寬敞的空間，看不到一根樑柱。

五層樓高、全長12米8的組立工場，是待維修列車進廠的第一站，工作人員在此將列車拆卸分解以繼續下階段維修工作。第二次世界大戰時，組立工場的屋頂曾經被炸開一個洞過，經修復後已看不見痕跡，整體建築內部採挑高、大跨距鋼構、預鑄式屋頂、大面積開窗等特色，自然採光、通風良好，可說是當時的綠



今日臺北機廠內，可看到當年設計監造者速水和彥的雕像。

建築。

鍛冶工場則是負責鍛造設備零件的場所，廠房內有數座蒸汽錘（蒸汽機），其中，有一座為1889年、劉銘傳時代製造的蒸汽錘，相當具有歷史價值和意義，此外，鍛冶工場也展現機具設備與工場為一體的工業建築特色。鍛冶工場外，更有臺北機廠裡僅存的防空洞，上面巨大的老榕樹，盤根錯節，流露出歷史韻味。

原動室則是臺北機廠的動力供應中心，是全區的心臟地帶，燃料原料原本為煤，後因環保考量，改為燃油，冉冉飄起白煙的工廠煙囪則是臺北市少見的工業地景，更是臺北機廠的地標。

而早在民國89年即被指定為古蹟的澡堂，則是員工福利設施代表，建築形式為薄殼筒形結構屋頂，兩個大澡堂若裝滿水可達50噸，而熱水的熱源，則是來自機廠內鍋爐的蒸氣，充分利用能源。時至今日，澡堂仍是員工下班後洗去一身疲憊的好所在。

從歷史建築 一窺火車發展史

除了四廠區被指定為古蹟之外，廠區內的總辦公室、客車工場及柴電工場，因各具工業建築價值，也是臺灣火車發展史的縮影，則登錄為歷史建築。而其餘重要鐵路元素像是主要鐵軌等，也在整體鐵路地景考量下一併保存。

臺北市市長郝龍斌日前前往此地一窺廠房丰采時表示，臺北機廠是臺灣鐵路發展非常重要的一環，許多民眾非常關心這塊場地的未來運用與發展，臺北市政府將和鐵路局合作，近期內將推出鐵道文化節活動，規劃串連臺北舊鐵路的沿線文化資產，辦理論壇、導覽等系列活動，讓民眾有機會重新認識臺北的鐵道文化資產。不論你是熱愛古蹟、喜歡文化還是忠誠的鐵道迷，屆時可千萬別錯過了。



負責鍛造設備零件的鍛冶工場內，一座1889年、劉銘傳時代製造的蒸汽錘，相當具有歷史價值。



2000年即已指定為古蹟的澡堂，為員工福利設施代表，建築形式為薄殼筒形結構屋頂，老虎窗設計。

妳家！

我家！

回誰家？

過年習俗與性別

文／台灣性別平等教育協會理事莊淑靜

繪圖／劉淑儀



雖然已經三月，對於剛剛過完農曆年的一般大眾來說，一年才開始。九天的連續假期，大家如何安排？農曆年是結合了文化、習俗、宗教氣氛的重要節日，受傳統習俗的影響也最深，無形中似有一套運作模式牽動著民眾對過年這幾天的時間安排。而對已婚的女性來說，「回娘家」這個習俗，常常是過年期間必須遵循也最感困擾的日子。

傳統過年習俗有違性別平等

根據臺灣大百科全書指出：「新年回娘家，本來沒有特定日期，自初二起都可以，也有十二日才回的；後來漸漸才固定為『初二回娘家』的習俗，但除夕、初一則忌諱女兒回娘家，以免導致娘家赤貧。」這個據說從清朝開始流傳的習俗，讓已婚的女性在農曆年節感受特別強烈，尤其是甫結婚的女性，從除夕就待在夫家，與一群還不熟識的親戚吃團圓飯，初一又因為所謂的「傳統禁忌」，害怕讓娘家「賺無呷」（臺語：賺不到錢），不敢／不能踏進自己家門。也因為這樣的習俗，讓女性從結婚開始，就深刻感受到自己在婚姻關係中，與原生家庭切割的分離感。

隨著社會多元發展，以及性別平等意識的轉變，人們逐漸意識到「除夕、初一不能回娘家」這個習俗不甚合理，而法令、制度的施行，也使得習俗的轉變水到渠成。臺灣從2012年1月開始施行《消除對婦女一切形式歧視公約》（簡稱CEDAW），這個公約是聯合國於1979年通過，目的是為了消除對婦女一切形式的歧視，保障性別人權及促進性別平等。

CEDAW第五條提到：「締約各國應採取一切適當措施，改變男女的社會和文化行為模式，以消除基於性別而分尊卑觀念或基於男女任務定型所產生的偏見、習



俗和一切其他做法。」而已婚女性過年期間除夕、初一不能回娘家的禁忌，就屬於這樣的社會文化行為模式。

付諸行動扭轉習俗

如何採取適當措施，讓已婚婦女不再被視為是原生家庭的「外人」，擁有隨時可以回家的權利／力，而不被傳統禁忌給排拒在回家的門外，是CEDAW公約施行後，臺灣亟待努力的方向之一。雖然臺灣已經通過了CEDAW施行法，可是在文化習俗上的轉變，往往不是法令可以輕易撼動，例如，臺灣雖然已經在2007年修改民法，孩子的姓氏可由父母協商，但是受到傳統父權社會的影響，孩子出生大多從父姓，由此可見受文化、習俗影響深遠，要想改變習俗中的性別不平等積

習，不單只有國家、法律、制度需要調整修改，更有賴個人與家庭改變觀念且付諸行動。

有些夫妻因為住在北部，各自的家庭都在中南部，如果每年過年只回某人的家，或是為著「除夕、初二」這幾天的傳統而奔波，都很累人，索性一年在男方家過年，一年在女方家過年。也有人因為長年都與公婆住在一起，過年難得有完整的時間與父母相聚，在丈夫、公婆的支持下，年假期間回家與自己的父母、家人團聚，從除夕前就待在娘家，不用等到初二。這些做法都能讓已婚婦女覺得結了婚是多了一個家，而不是少了一個家，這樣的過年，一定更為圓滿！

一年初始，正適合好好規劃明年的農曆年「什麼時候，要回誰家？」



總動員 當我們童在一起

文／鍾文萍 攝影／楊智仁

即便很多爸爸媽媽忙得有時候很想「假裝忘記」4月4日兒童節這回事，但小朋友哪裡懂得大人的糾結心情，節日還沒到，個個都伸長了脖子殷殷期待著假期和禮物呢。

大人愛玩汽車、機車、腳踏車，其實小孩也不遑多讓；今年春假，帶著小朋友一起「玩車車」好了，臺北市有不少據點恰恰可以串成一條豐富有趣、經濟實惠的「ㄅㄇㄅㄇ一日遊」。早上先去二二八和平公園看超大

模型般的老火車頭，再轉往兒童育樂中心玩碰碰車、音樂馬車，中午到天母金屋藏車餐廳吃一頓有古董汽車、有著條奶昔的美式快餐，下午到百貨公司BabyBoss大玩各行各業「職業體驗」，玩累了，就近到饒河街夜市選買玩具禮物，吃小朋友最愛的焗烤馬鈴薯、糖葫蘆，大人順便跟著打牙祭，一路吃麵線、水煎包、燒賣、鐵板燒……一年一度兒童節，就是要吃飽喝足玩到翻，大人小孩都滿足！

ㄅㄇㄅㄇ一日遊

二二八和平公園欣賞騰雲號及臺鐵九號火車頭→兒童育樂中心玩碰碰車、音樂馬車→金屋藏車P.S.BuBu美式餐廳午餐→BabyBoss職業體驗任意城→饒河街夜市買玩具、啖美食



小朋友看見臺灣第一部蒸汽機車「騰雲號」，興奮又好奇地走向前指指點點。

08:30~09:00

二二八和平公園 欣賞老蒸汽火車頭

無論老少，每一世代的臺灣人都聽著唱著「火車快飛，火車快飛，穿過高山越過小溪……」兒歌長大，喜歡火車，是許多大小朋友共同的回憶和情感。二二八和平公園裡就停放著兩部全臺第一與最老的國寶級蒸汽火車頭，可以讓不同世代火車迷同時眼睛為之一亮。

騰雲號是臺灣鐵路史上第一部蒸汽機車，1887年（清光緒13年）由德國Hohenzollern公司建造，當年行駛於臺北與基隆之間，主要作為修築工事之用，煙囪是一大觀賞重點。原本火車煙囪是直筒形，因行駛中噴出的煤灰大、火星多，於是將煙囪上端改成多角的鑽石形狀，獨樹一格。第九號蒸汽機車則是臺灣鐵路史上製造年代最古老的，1871

年由英國Avonside製造，19世紀末是日本東京、橫濱間的重要交通載具，19世紀初由當時的臺灣總督府鐵道部引進臺灣加入營運，行駛了25年才退役，與騰雲號一起保存在公園裡至今。許多小朋友搭過高鐵、捷運，卻未必看過如此巨大黝黑的古老火車頭，目前火車頭已經以透明玻璃屋保護，民眾只能在外欣賞，無法親近，但仍是個說老故事、懷想老回憶的好地方，去二二八和平公園散步時值得順道一遊。

►二二八和平公園

地址：懷寧街103號

電話：2381-5132轉332（上班時間）、329（全天候）

09:30~12:00

奶娃版碰碰車 大人小孩攏呷意

兒童育樂中心是臺北市中心唯一的兒童遊樂園，前身為圓山兒



兒童育樂中心有罕見的單臂式摩天輪，雖迷你卻樂趣依舊。

童樂園和動物園，從1934年經營至今，名稱雖改了，但依舊是臺北小朋友最愛的玩樂去處。園區分為整修自舊圓山動物園舊址、展示民俗童玩為主的「昨日世



大人小孩一起搭上碰碰車，碰撞間，尖叫笑聲四起，歡樂無限。

界」，兒童科學館和3D奇幻劇場的「明日世界」、「遊樂世界」三大區，以及入口處設置的溜滑梯、小迷宮、休憩區等其他免費公共設施，宜動宜靜。

名為「兒童」育樂中心，主顧客群以正在牙牙學語、蹣跚學走的尿布娃娃和活動力最旺盛的國小學齡兒童最多。為了因應這些小小遊客，育樂中心各項設施從尺寸到速度都做了適度調整，不強調民營遊樂園機械設施追求的極速快感、猛烈刺激，1980年就啟用至今的遊樂設施幾乎都是「娃娃版」規格，尺寸小了一點，高度矮了一點，速度慢了一點，驚險刺激不足，卻是懷舊可愛有餘。像是搭乘峽谷列車過山洞、看瀑布、逛森林，音樂馬車繽紛的馬車和馬匹，圍著錦鯉池悠然繞圈圈的龍鳳船，可以眺望園區全景的迷你版摩天輪，公轉自轉轉到頭昏昏的咖啡杯，都是

大人小孩必玩的經典項目。

愛玩車的人絕不會錯過碰碰車，這堪稱是全園最刺激的設施，由於車身碰撞力道不小，因此身高未滿100公分的兒童不能乘坐，100至130公分則需大人陪同，碰撞間，尖叫笑聲四起，小小的刺激帶來大大的歡樂。也有小小孩可以自己搭乘駕駛、速度更慢的超迷你碰碰車，爸爸媽媽能安心放手讓寶貝們自己動手玩，不必從頭到尾寸步不離「顧牢牢」，享受一時半刻的輕鬆悠閒，小朋友則能嘗試「御風疾駛」的獨立快感，不玩太可惜。

一個媽媽帶著三個小孩，從溜滑梯一路玩到碰碰車，個個汗流浹背、笑聲不絕。媽媽笑說，設施安全、收費低廉，是兒童育樂中心最迷人的地方，少幾百元，一家人就能開心玩上大半天。6歲以下免門票，6至12歲、持學生證之在校學生優待票15

元，每項遊樂設施不論大人小孩一律20元，真是小孩玩耍、大人省錢的好所在啊！今年兒童節，兒育中心準備了系列活動，有精彩的兒童劇、魔術表演及闖關遊戲，記得來玩唷！

►臺北市立兒童育樂中心

地址：玉門街33號、中山北路3段66號

電話：2593-2211

開放時間：9:00~17:00（每週一公休）

網址：www.tcrc.taipei.gov.tw

12:30~14:00

到P.S.BuBu餐廳 看車坐車好好玩

愛車、玩車能到什麼程度？開在路上不算稀奇，把它搬進屋子裡，變成室內裝設的一部分才真夠酷。

走進位於天母的這家主題餐



金龜車拆去車頂，加上餐桌，車內座椅就成了現成的餐椅，車身就是獨一無二的包廂。



巧克力醬畫出的汽車，可愛的模樣讓人捨不得一次吃完。

廳，「半邊」白色小金龜車做成別緻料理吧，滿屋子都是停產的Mini Austin可愛小車，拆了車頂，加上餐桌，車內座椅成了現成的舒適餐椅，車身就成了獨一無二

的包廂。四周掛滿店主從各地跳蚤市場蒐集而來的車牌、汽車、加油幫浦、停車收費器模型等，坐在粉紅、粉藍、嫩綠的Mini Austin車裡，老唱盤轉著老式情歌一首接一首，彷彿正奔馳在加州陽光下的公路，輕快舒暢。

來這除了看車、看收藏，還有道地的美式餐點值得嘗嘗。招牌PS沙拉以清脆生菜葉包裹碳烤雞肉、起士、碎培根，一口咬下喀嗤喀嗤又香又酥好有口感；香料燒烤沙朗牛排先煎再烤，肉質軟嫩，搭配的炸薯條早早被掃光。酸酸甜甜配料豐富的海鮮番茄麵、Oreo巧克力餅乾碎片與香草奶昔攪拌製成的小亨利奶昔，是小孩很愛的主餐與飲料，至於飯後甜點，主廚會在特別的大盤子上用巧克力醬畫上大大的汽車模型，可愛討喜，用手指慢慢沾舔著吃，就是捨不得一口吃完。

►金屋藏車P.S.BuBu主題餐廳

地址：中山北路7段140巷1號

電話：2876-0698

15:00~18:00

BabyBoss City職業體驗任意城

每個父母或多或少應該都想像或期盼過，兒女將來要走哪一行的問題。醫生？警察？廚師？空姐？消防員？還是工程師？新聞主播？不用等到考大學填志願，3至12歲的小朋友都可以先到BabyBoss City體驗找工作、考駕照、領薪水、存提款這些「真實社會」運作的生活甘苦，從小就發掘各職業的無限可能。

資深經理Sunny表示，BabyBoss City外觀看起來繽紛可愛像個玩具城，但其實是個寓教於樂的休閒場所。全館分為9項職業領域、50個職業館、70個職業角色，玩法很簡單：小朋友一進來



小朋友到BabyBoss City穿上消防裝備，個個有模有樣地拿起水柱模擬消防員滅火。

就是BabyBoss City市民，先領取「創業基金」20元BabyBucks，開始找喜歡的工作：可以拿著步槍當起野戰部隊隊員，可以跳上消防車參與救火，坐在運鈔車上幫忙護鈔，7歲以上就能考駕照，7歲以下則可以在加油站「打工」幫車車加油……每完成一項工作就可以領BabyBucks作為酬勞，可用來搭觀光巴士、買玩具或存入銀行。念小二的翔翔歎氣：「一邊走路一邊找工作好累喔！」他「上班」一個多小時，賺了30元，媽媽問要不要花10元租車比較輕鬆，他拚命搖頭：「才不要咧！我賺的錢要買公仔！」

據Sunny觀察，小朋友並非天生沒有金錢觀念，而是缺乏真實領會：「當每一塊錢都是自己辛苦賺來的時候，花起錢來會特別謹慎，這一點，小孩跟大人是完全一樣的。」當然，對於喜歡玩「角色扮演」的小朋友來說，做不同工作就能穿上不同的筆挺制



迷彩裝配步槍，小朋友架勢十足，開心當起一日戰士。

服、搭乘各具功能的專業交通工具、甚至品嚐到不同風味的美食，更是難得的好玩經歷。來到BabyBoss City何止玩車車呢？玩魔術、擠牛奶、烤披薩、做指甲、開飛機……只要有體力，70個職業角色任你玩，說有多樂就有多樂。

►BabyBoss City

地址：八德路4段138號7樓

電話：0800-457888

營業時間：平日10:00~18:00

假日10:00~20:00



夜市古早味點心糖葫蘆，以新鮮水果裹上薄薄糖衣，搭配水果天然香氣，口感香脆，甜而不膩。



焗烤馬鈴薯口感鬆軟，起司香濃，是小朋友的最愛。



吃飽喝足後，大人小孩一起挑玩具、選禮物，只要小小銅板，就能大大滿足。

18:30~20:00

饒河街夜市遊逛啖美食

天黑，燈亮，饒河街熱鬧的夜晚，就要開始了。饒河街夜市是臺北人與觀光客都愛逛的超級夜市，攤位濟濟、吃喝買玩一應俱全，帶著腳力和耐性有限的小朋友邊逛邊吃邊買，卻是一項大考驗。

夜市美食大致可以分為兩種：沒有座位只能外帶，以及有座位可供坐食的攤位或店面，要買逛輕鬆有眉角，可以看準幾項人氣美食外帶，例如胡椒餅、焗烤馬鈴薯、水煎包、糖葫蘆等，然後找幾家「未明令禁止外食」的攤位店面坐下來邊點餐邊吃，最後吃飽喝足，再好整以暇看是玩遊

戲或買玩具禮物去，都格外輕鬆。

景氣再差、物價再漲，孩子們的兒童節絕不能省！怎麼玩最能兼顧荷包和遊興？大手牽著小手，玩一趟振奮精神的「ㄅㄨㄅㄨ之旅」，在這個景氣低迷的時代裡，找出屬於自己的過節樂趣吧！



走讀 親水文學步道

文／鍾文萍 攝影／楊智仁

如果說步道就像文學，那麼橫斷中央山脈的八通關古道、能高越嶺古道就像一首氣勢磅礴的史詩，七星山、大屯山是難易適中、可及性高的小品散文，而精緻短小如文山區小坑溪畔的親水文學步道，就是最清淺易懂的可愛童詩了。

臺北市五大山系列管的登山步道共有129條、100公里，為落實「一步道一特色」目標，臺北市政府工務局大地工程處在小坑溪

畔打造了全國第一條結合親水溪流生態與古詩辭賦的「親水文學步道」，路徑蜿蜒，綠樹覆蔭，兩端起終點分別是政大一街210巷48號的「廟中廟」小坑福德宮及政大一街36巷口的清溪綠地公園，全長約535公尺，慢慢走，來回頂多半小時就能走完，沿線設有16塊刊載古文詩詞、生態解說牌及仿「問號」、「逗點」、「驚嘆號」等標點符號造型的臨溪座椅供登山遊客休憩，而搭建

的幾座迷你小橋橫越溪上，在綠意環繞的山水環境裡，增添了幾分文學實境體驗的擬真趣味性。

據山友李先生指出，小坑溪河道長約640公尺，由於極具親水性，常有不少阿公阿嬤利用清晨散步的空檔，「順便」在山間空地及豐沛水源周邊種植四季葉菜，被政大周邊社區居民私下暱稱為「種菜步道」，只是夏天颱風暴雨一來，溪水氾濫，沒有護岸的菜園、泥徑往往全毀，反而

造成不小的污染。

臺北市政府於民國86年利用生態工法整治小坑溪，採用自然石材被覆溪岸結構，營造出多孔隙空間，沿線設有護岸、避免水流侵蝕溪岸的固床工、跌水工（魚梯）、魚巢以及便於觀察溪流生態的親水平臺，昔日不馴的野溪如今兼具排洪與恢復水生與岸生（兩棲）生物通道、水陸域生態環境的雙重功能，遍地的馬纓丹、有骨消、長穗木、金露花等食草與蜜源植物引來蜜蜂、蝴蝶流連，夏季有螢火蟲漫舞，偶而還能見到猛禽大冠鷲嘯朝天際，令人分外驚喜。

漫步文學步道還有另一項特色：當你漫步至某一處山間溪畔，見到美麗的花草樹木、飛鳥游魚，就會出現相關的古詩辭賦文學解說牌來對應當下情境。例如落花遍地的馬纓丹花叢附近出現了晚唐詩人王駕的〈雨晴〉：「雨前初見花間蕊，雨後全無葉底花。蜂蝶紛紛過牆去，卻疑春色在鄰家。」淙淙流水旁有王維描寫春山幽靜的〈鳥鳴澗〉：「人閑桂花落，夜靜春山空，月出驚山鳥，時鳴春澗中。」對比眼前山水，一千多年前詩詞裡的風景描述，竟是歷歷如繪。

春暖花開的時節，最宜散步。雨天天晴都好，請來小坑溪畔走走，探索自然與文學的交會，領略詩人筆下豁達清幽的意境與風景吧！



一千年前詩詞裡的風景描述，在親水文學步道歷歷如繪。

►親水文學步道

位置：文山區政大一街36巷至210巷間

交通方式：從捷運萬芳社區站搭

乘東南客運小10公車，至政大一街口下車。（班距約20至40分鐘，山區隨招隨停）



沿途有仿間號等標點符號造型的臨溪座椅，供登山遊客休憩。



利用生態工法跌水工（魚梯），避免水流侵蝕溪岸，讓小坑溪變得更加安全。

東吳大飯店 大稻埕小巡禮

文／許凱森 攝影／顏涵正



一樓大廳的裝潢採西班牙風格，牆上掛上禪風家具點綴，彷彿重現了昔日大稻埕碼頭建築的萬國風采。

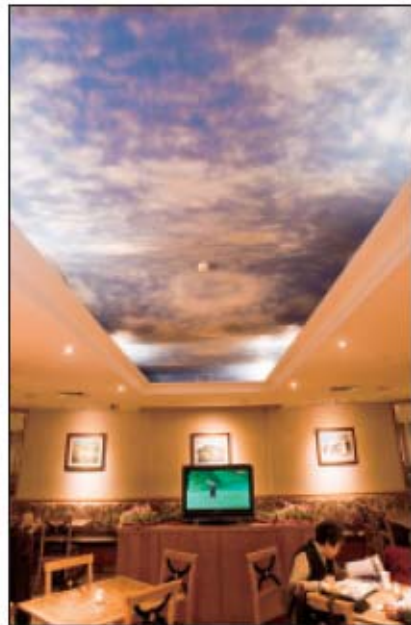
民國86年興建而成的東吳大飯店，坐落於歷史文化氣息濃厚的大同區，處處可見大小寺廟古蹟建築的大稻埕，以及茶葉、南北貨、布匹、傳統市集與各式小吃聚集的迪化街商圈，還有香火鼎盛的台北霞海城隍廟。上述景點皆吸引大批海外旅客前來一遊，而正因這項地緣特色，讓東吳大飯店的裝潢、行銷與服務都特別著力於人文歷史，也因此形塑了獨樹一格的特色。

東吳大飯店的大樓外牆與走廊採用花崗岩石材，一樓大廳的地坪採用義大利金峰石與粉蝶石的拼花樣式，裝潢設計以西班牙風格為主，一致選用明朗的淺米色調，走廊牆上掛有大稻埕古蹟建築的大幅攝影，局部佐以禪風家具點綴，整體風格凸顯出昔日大稻埕碼頭建築的萬國風采。

飯店共有60間住房，房間提供寬頻有線及無線上網，梳妝台和茶几採用越南檜木鑲上大理石面板，與床組和衣櫥為同一色系材質。值得一提的是，除了其他飯店都有提供的瓶裝礦泉水、茶包、咖啡包之外，東吳大飯店還特別放置有機茶行所生產的一心二葉凍頂烏龍茶與陶瓷茶具組，配合飯店精心印製的「大稻埕茶物語」小冊，讓住客藉此認識大稻埕輝煌的茶業歷史，也免費提供名家拍攝的古蹟建築明信片、大稻埕歷史文化DVD光碟，印製大



床組和家具為同一色系，整體空間令人感覺柔和、舒適。



商務中心全天候免費供應咖啡及熱茶，早餐、中餐都可在此享用。

稻埕中、英文旅遊地圖與臺北捷運指引圖，讓飯店簡直就像小型的大稻埕博物館。

地下一樓為商務中心及玉書軒，提供住客免費上網、列印，每部電腦都有中英日文三種作業系統，全天候免費供應咖啡及熱茶，入住皆可享用免費早餐，中午也提供點餐服務。另外，一般飯店頂多提供住客至多三種早報，而東吳大飯店卻像是間小型閱覽室，提供國內外30至50餘種當期雜誌、期刊及中英日報紙，應有盡有。

東吳大飯店的服務客層以中產階級商務客為主，以人為本是飯店的經營宗旨，因此員工的流動率低、年資深，會記下常客的喜好，讓住客特別有親切感，也因

一直以來認為口碑相傳勝過廣告推銷，所以其住客多是常客，只要房間數許可，就會替預約的住客升等房型，讓住客有物超所值的驚喜。經理彭建基特別強調，飯店應以舒適乾淨為重，他以自身經驗為例，曾因出差入住旅館，忙碌一整天想泡澡放鬆，但浴缸不甚乾淨，還得親自刷洗一遍才敢用，他說：「這種情形絕對不可能發生在我們飯店的住客身上。」

東吳大飯店的用心，不只在飯店、住客本身，更擴及地方特色觀光與環保，因此，多次榮獲臺北市政府頒發英文評鑑優良、

日文評鑑優良、優良觀光產業團體、優良旅館從業人員獎等獎項，也被TripAdvisor票選為臺灣最受歡迎旅館之一，近來更獲得交通部觀光局第7次星級評鑑旅館的三星評等，可說是實至名歸。你也想來一趟大稻埕小巡禮嗎？東吳大飯店讓你有全新的體驗。

►東吳大飯店

地址：延平北路2段258號

電話：2557-1261

網址：www.dongwu-hotel.com

交通方式：捷運大橋頭站1號出口，步行約5分鐘。

交通部觀光局最新（第8次）星級旅館評鑑結果名單

星級旅館評鑑結果	旅館名稱
一星級旅館 (計2家)	美觀園旅社、全家歡旅店
二星級旅館 (計4家)	麗雅精品旅館、萬事達旅店(西門店)、金帥商務旅店、微風商務旅店(重新評鑑由一星提升為二星)
三星級旅館 (計11家)	立德北投溫泉飯店、丹迪旅店(大安森林公園店)、柯達大飯店(敦南店)、丹迪旅店(天母店)、舞衣新宿、華麗大飯店、香都大飯店(香城長安)、喜瑞飯店、金來商旅、熱海大飯店、沐蘭精品旅館
四星級旅館 (計1家)	康華大飯店



房內不只提供礦泉水，還備有一心二葉的有機凍頂烏龍茶與陶瓷茶具組。



都市 農夫

自己種菜自己吃

文／君君 攝影／約瑟

捲起衣袖和褲管，踩踏在芬芳的土地上，拿起鋤頭翻土、除草，快樂地種起蘿蔔、白菜、番茄等各種蔬菜，不少民眾在工作繁忙之餘，當起了都市農夫，趁著假日或空閒時回歸田園生活樂趣。

有機蔬菜 養生潮流

由於市售蔬菜不時傳出含過量農藥，不禁讓人擔心健康問題，為了吃得安全、健康，越來越多民眾加入都市農夫的行列，栽種

起有機蔬菜，自己種菜自己吃，已成為一股休閒潮流。

文山社區大學「自己種菜自己吃」課程講師張滿堂說，過去民眾到市場或超市買菜時，總會挑選完美無缺的蔬菜，對於有機蔬菜的接受度有限，認為這些菜葉被蟲子啃咬，看起來不怎麼美觀，賣相欠佳。但近年來，隨著國人開始注重養生和健康，愈來愈多人開始接受有機蔬菜，甚至自己種起菜來。

「只要勤勞抓蟲，經常翻土整

地，耐心地澆水、施肥、除草，就可享受甜美的收穫。」參加文山社區大學課程的家庭主婦蔡慧娟開心地分享栽種經驗，她說，自己種菜樂趣多，每天早上送女兒上學後，就前往農園報到，看著一株株白菜在自己呵護下，一天天長大，覺得大自然實在很奇妙；種菜的過程中，又能接觸土地，對身體健康十分有益，尤其是收成時，把蔬菜變成餐桌上的佳餚，全家人都吃得開心又放心。

體會植物成長歷程 實踐環保生活

從職場退休的文山社大學員蔡宇光說，自己從小在都市長大，從來沒下田耕種過，也從不關心餐桌上的菜餚到底是如何栽種的，但由於太太接觸有機蔬菜，加上自己喜愛戶外活動，因此當起了都市農夫。他說，從一顆小種子，到發芽、成長、茁壯，甚至開花、結果，親身體會植物成長的歷程，領略到生命成長的喜悅，而且一邊種菜，還有蟲鳴鳥叫相伴，看見蝴蝶翩翩起舞，鳥兒展翅飛翔，令人身心都舒暢起來。

如果民眾想學習種菜，南港、內湖等社區大學，都開設相關課程，提供民眾學習管道，吸引各行各業的民眾扶老攜幼參加，除了可以採收到親手栽種的有機無農藥蔬菜，又能實踐環保生活，一舉數得。

種菜中最令人頭痛的問題莫過於蟲害了，對於防治植物病蟲害，目前市售蔬菜大都使用合成化學藥劑，因而引發殘毒、抗藥性及生態破壞等問題。有鑑於此，張滿堂採行有機農法領域所使用的非農藥防治，不僅可以栽種抗蟲的植物，也可以利用套袋保護，或培養酵素水驅蟲，同時採用自然農耕法，將樹葉、廚餘變堆肥，用來施肥，或使用市售有機肥，向化學農藥說bye bye。

陽光、水分、養分 成功三要素

民眾若想享受親手播種、歡樂收成的樂活體驗，張滿堂建議，可以選擇離家較近的農園種植當令蔬菜，要是住家頂樓有空曠的地方可運用，也可以開闢成為「空中田園」，至於家家戶戶幾乎都有的陽臺，由於蔬菜成長必須陽光充足，但陽臺往往因為鄰近大樓遮住陽光，導致日照不足，所以不適合種植蔬菜。張滿堂提醒，若民眾在頂樓設置「空中田園」，必須做好防水和排水設施，以免衍生屋頂漏水或水管



文山社區大學講師張滿堂親自示範如何運用工具，一邊鬆土，一邊將野草翻蓋當綠肥。



學習清除雜草、補充有機肥料、噴灑酵素水驅蟲等知識，讓成果更加豐碩。

排水不良等問題。

當地點選定後，就可動手種菜了！一般而言，播種可分為坑植和定植兩種方式，坑植是將種子埋入土壤內，定植則是將苗栽移植到土壤裡。張滿堂說，種子或苗栽可以到蔬菜種子店購買，不過，苗栽是在溫室內長大，一旦到了自然環境中，必須有兩週的適應期，得好好的照顧，否則很容易無法存活。

至於如何選擇種植的種類，張滿堂說，民眾除了可以選擇一年四季都適合栽種的A菜、福山高苣、空心菜等蔬菜外，也可以依季節時令，種植當季蔬菜，通常春種夏收以瓜類為主，或秋種冬收則為葉菜類。由於蔬菜種類不同，成長期也不一樣，因此收成時間長短不一，像是成長期最短的小白菜，只要20多天就可收成，成長期較長的綠花椰、高麗菜等，至少要兩個月才能收成，甚至長達7、80天。

若要蔬菜長得頭好壯壯，陽光、水分及養分是最重要的三項要素。蔬菜只要有充足的日照、適當的水分及充分的營養，就能長得又快又好，雖然自己種的菜不噴灑農藥，可能會招引來許多蟲兒，但是只要勤奮抓蟲，不讓葉子被蟲吃光，通常蔬菜長得快，本身的植物荷爾蒙會驅蟲，就會產生對付蟲兒的抵抗力。

「其實種菜很簡單，但只要多加練習，並熟悉技巧，就會擁有一塊生機盎然的菜園。」張滿堂鼓勵民眾自己動手種菜，不僅可以和家人分享，也可以贈送親朋好友，共享健康的蔬菜，他強調：「吃自己種的蔬菜，特別有滋有味！」

►貼心叮嚀

工具：翻土用的鋤頭或圓鋤，收成用的小鏟刀。

裝備：遮陽的帽子或斗笠，防泥土沾汙的鞋子。



自己種菜不噴灑農藥，要勤奮抓蟲，並使用有機農法，來對抗蟲害。



學員們最高興的時刻，就是看見自己一手栽培的蔬菜長得頭好壯壯，成就感油然而生。

►相關資訊

●南港社區大學三月開辦「有機家庭菜園」課程

報名時間：即日起至額滿為止

電話：2782-8272

網址：www.nangang.org.tw

●內湖社區大學三月開辦「有機家庭菜園」課程

報名時間：即日起至額滿為止

電話：8751-1587

網址：www.nhcc.org.tw



Capture
the Moment 瞬間的永恆
the Pulitzer Prize Photographs
普立茲新聞攝影獎
70年大展

普立茲新聞攝影展 凝結重大歷史時刻

文／觀止 攝影／許斌

在快門起落間，攝影記者捕捉了人間的悲歡離合。「普立茲新聞攝影獎70年大展」展出151幀精彩照片，它們反映了天災人禍、種族衝突、糧食危機等不同時代人類必須面對的議題，承載著歷史，記錄時代變遷，也道出不為人知的顛沛流離及感人肺腑的故事。

歷史事件 場面震撼人心

普立茲獎是根據19世紀《紐約世界報》報紙發行人約瑟夫·普立茲（Joseph Pulitzer）的遺囑所設立。他捐贈予紐約哥倫比亞大學200萬美金，作為成立新聞學院，並設立鼓勵公共服務、公共道德、美國文學和教育提升的獎項。目前每年頒發21個獎項，其中有14個為新聞獎項。

普立茲新聞攝影獎自1942年設立至今，已走過70個年頭。策展人西瑪·魯賓（Cyma Rubin）表示，得獎作品跨越語言與時空藩籬，傳達了事實真相，記錄下歷史的重要時刻，意義深遠。走進展場，一幕幕令人震懾的畫面在眼前重現。像是1997年，坦尚尼亞境內長期不合的胡圖族和圖西族，因內戰爆發難民潮，無助

的老弱婦孺扛著家當在山路上遷徙；1985年，哥倫比亞火山泥流將阿梅羅小鎮夷為平地，少女在泥漿中等待救援；2001年，遭劫持的飛機衝撞紐約世貿雙子星大廈，引發了驚心動魄的911事件。

人物肖像 塑造鮮明個性

幾幅精彩的人物肖像，可說是成功地為公眾人物塑造形象。威廉·蓋勒格(William M. Gallagher)在1953年總統候選人阿德萊·史蒂文森(Adlai Stevenson)的選前集會上，以仰角拍攝這位政黨領袖，連他皮鞋底部的破洞也入了鏡，顯示出他儉樸的個性；1996年，俄羅斯前總統葉爾辛在搖滾音樂會的舞臺上隨著節拍扭腰擺臀，展現親和的一面；2008年，美國總統歐巴馬選前發表演說，在雨滴、汗水交織下，攝影記者戴蒙·溫特(Damon Winter)為這位領導者塑造了宛如電影英雄人物般的堅毅印象。

透過媒體發表，照片也有了改變世界的力量。越戰期間，攝影記者黃幼公(Huynh Cong "Nick" Ut)記錄了戰火的無情，將女童因燒夷彈焚身，而裸身奔跑哭泣的畫面呈現在世人眼前，促使越戰提早結束；1975年，史坦利·弗爾曼(Stanley J. Forman)在拍攝波士頓大火時，捕捉到女子與孩童墜樓的驚險場景，表現出生命的脆弱，督促當地政府重視消防安全。

為了擷取這些經典鏡頭，攝影記者歷經重重困難，甚至面臨死亡威脅。有時候事發緊急，還必須在短暫的時間內構思畫面，凸顯出所要表現的重點，在考驗著攝影記者的專業素養及抓拍能力。因此，好照片的誕生絕對不僅是站對位置、抓對時間的運氣使然，得靠一輩子的功力來成就這精彩的瞬間。

來一趟華山1914文化創意產業園區，從一張張得獎照片中，回顧上個世紀的重要事件吧！

精彩作品非看不可



美軍豎立起象徵勝利的國旗，透過攝影師的鏡頭捕捉，此幕瞬間凝結，並永恆地流傳。

1. 美國國旗升起於折鉢山（1945年得獎作品）

二戰期間，硫磺島之役是太平洋戰爭中最激烈的戰役，共造成6821名美軍在此喪生。美聯社記者喬·羅森索(Joe Rosenthal)冒著生命危險登島，捕捉了一連串砲火猛烈的場面。

美軍攻克日軍後，陸戰隊士兵登上折鉢山頭，豎起代表勝利的國旗，原本已升起一面較小的旗幟，後來決定更換一面較大的旗幟，好讓全島都能看見。羅森索試圖捕捉兩面旗幟一升一降的畫面，卻始終無法搞定。就在這時候，他從眼角瞄到士兵與即將升起的大面旗幟，呈現出完美的角度，立刻按下快門。這一幕瞬間凝結，成為經典畫面，並在海報、郵票、戰爭紀念碑上代代流傳。

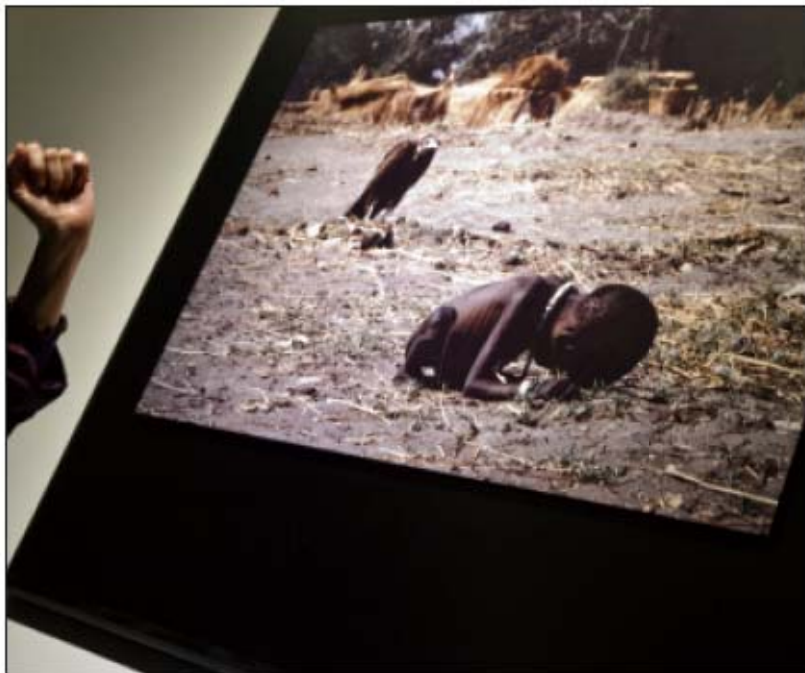


警察親切地提醒男童小心安全，與男童的溫馨互動，感動人心。

2. 全然信任（1958年得獎作品）

人民保母彎低了腰，帶著微笑，親切地和可愛的男童對話，任誰看了這一幕，心頭都會暖洋洋。

一個溫暖的午後，華盛頓《每日新聞報》的攝影記者威廉·畢爾(William Beall)，在鞭炮聲此起彼落的熱鬧大街上，準備拍攝華人工商總會大遊行的新聞。此時畢爾發現，一名男童想要走上街道近距離觀看面前的舞獅表演。維護秩序的警察走向他，放低身段，彎腰勸阻他遠離表演行列，小男孩天真無邪地仰頭聆聽，兩者的互動形構成動人的畫面，按下快門，畢爾將這純真的一刻永遠凍結。



一張震撼人心的照片，更勝千言萬語，喚起人們對於非洲饑荒的重視。



戰亂之際，受到戰爭波及的人民只能聽天由命，無奈地等待。

►普立茲新聞攝影獎70年大展

時間：即日起～4/17 每日10:00～18:00

地點：華山1914文化創意產業園區中四B館

網址：www.mediasphere.com.tw/pulizertw

3. 伺機而動（1994年得獎作品）

骨瘦如柴的小女孩虛弱地趴倒在地，後方的禿鷹正虎視眈眈，這張照片刊出後，在人們心中投下震撼彈，也成為世人對非洲饑荒最鮮明的印象。

1993年，南非攝影記者凱文·卡特（Kevin Carter）到蘇丹採訪東非饑荒。他看著人們因為飢餓使眼神空洞，腹部脹大，慢慢走向死亡。一天，他在艾約德糧食供應站附近，發現一個小女孩正四肢著地，努力地想爬往糧食供應站，突然一隻禿鷹飛來，停在女孩身邊伺機而動，卡特按下快門，並趕走禿鷹，接著坐在樹下哭泣。

照片曝光後，卡特遭受許多民眾責罵，抱怨他為什麼沒有把小女孩抱起來。卡特深受打擊，在獲頒普立茲新聞攝影獎的兩個月後，自殺身亡，結束了年僅33歲的生命。

4. 蒙羅維亞圍城（2004年得獎作品）

乍看之下，這件名為「蒙羅維亞圍城」的作品宛如一幅別具詩意的油畫，其實它裝載了人民面對戰爭的無奈與悲哀。作品由戰地記者卡洛琳·柯爾（Carolyn Cole）拍攝，她也是普立茲新聞攝影獎得主中少數的女性。2003年，賴比瑞亞首都蒙羅維亞，因政府軍與反叛軍對立而引發圍城之戰，卡洛琳·柯爾奉命前往採訪。

她看到子彈在城市上空流竄，難民在街頭尋找食物，她勇敢記錄了衝突與暴力，卻在一處難民營角落，發現了畫面中的主角蒂妮·強森（Tehneh Johnson）。蒂妮·強森已在難民營居住了一年，即將因為叛軍逼近而再次撤離。

卡洛琳·柯爾回憶當初的感受：「我不僅被美麗的光線，也被她眼中的恐懼所震懾。」這件作品沒有戰爭的血腥場面，卻利用女孩黯淡的表情、巴洛克式的劇場光影，無聲地訴說戰爭的無情。蒙羅維亞圍城持續了數週，造成數百名無辜百姓喪生。



小花園

繡花鞋

重回精巧細緻的美好年代

文／李寬心 攝影／楊志雄

繡花鞋，對於百年前的女性來說，是生活中不可或缺的用品，不只是衣飾的一部分，也代表著身分地位。民國初年的上海，大宅院裡的姥姥、太太，甚至是年輕的千金們，一身華麗的行頭中，最需要費心思的也是鞋子，特別是裹小腳的老太太與跟隨時尚潮流的小姐們，大都選擇量身訂做。

考量到舒適美觀，訂製時不只在布料上精挑細選，鞋面的繡花更是講究，貴氣的牡丹，象徵著

富貴；生動的金魚，有著金玉滿堂的美好寓意；而中國人最愛的龍鳳，更代表著祥瑞、尊貴，每一種花樣都富含不同的意義。

只是，從前社會風氣保守，小姐們訂做新鞋，不比現在可以大喇喇地在店頭露出玉腳，必須把師傅請到家裡來，且還不能走進屋中，只能安排在花園裡丈量、試鞋，每回製鞋便可見花園裡一整家的女眷，和師傅討論著花色和圖案，好不熱鬧。

開創繡花鞋的新契機

位於西門町峨眉街上的繡花鞋老店——小花園，就是從太太小姐們的花園裡起家，不僅承襲著早年大家閨秀們的故事，更訴說著流傳百年的精巧與堅持。

第三代老闆陳弘宜，談起家族事業，言語之中處處流露著珍惜。小花園的創始人陳初學是陳弘宜的祖父，最早要挨家挨戶地拜訪各宅院爭取客源，由於作工和服務都好，十分受到喜愛，口碑很快傳開，沒多久光景，便在

上海街上擁有了獨立店面。後來隨著政府播遷來到臺灣，一整班好手藝的師傅也跟著在臺灣落地生根，全盛時期甚至擁有七家分店的榮景。陳弘宜指著店裡的一座玻璃櫃，裡頭擺放幾雙漂亮的繡花鞋，他說：「這些鞋子，都是來臺灣時由上海一起帶來的，靠近細看不難發現，雙色滾邊的工法和配色，不只漂亮，還完全沒有皺褶，這等繡工，現在幾乎沒有師傅會做了。」

就是這份疼惜工藝的心，讓當時在機械工廠上班的陳弘宜，儘管父母親已無力再繼續製鞋，還得與市場上各式時尚鞋類競爭，卻因單純地想保留下小花園繡花鞋的念頭，毅然決然於民國65年接下家族事業，努力傳承這已快失傳的產業。

當時的陳弘宜，什麼都不會，如何繼承家業？他笑著說：「我從改變製程開始。」原來，小花園繡花鞋現址其實是早年製鞋的工廠，店面則在另一處，他接手後把店面遷到工廠，刪減了廠房設備，把製鞋的流程重新統整，自己則一肩挑起設計的重任，設計的概念草圖完成後，再交給繡工與製鞋工人，將一條龍的製作流程，改成上下鏈結合的概念，大大減少了開支。

堅持手工 跟上潮流

不過，陳弘宜也表示，其實當時衝擊繡花鞋產業的，除了鞋款上的競爭，還有隨著科技發達應運而生的電繡。只要設計好一個圖案，一瞬間就能生產上百雙繡花鞋，幾乎要完全取代手工繡製的方式，但只要經過比較便能輕易看出，電繡的線條疏密與圖案的立體感，遠不及手工繡製來得有質感。

談起手工繡製的過程，陳弘宜拿出工具箱，將裡頭吃飯的傢伙如剪刀、鏢子、鐵錘、鞋楦、鞋面版型等一字排開，然後穿上皮製工作圍裙，親自示範起來，只



一隻隻手工打造的繡花鞋，都是小花園傳承不息的精巧與堅持。



小花園繡花鞋除了保留復古美感，也不斷加入新元素，從鞋底皮面到滾邊的顏色搭配，款款匠心獨具。



電繡能迅速生產上百雙，但無論線條疏密或圖案的立體感，皆遠不及手工繡製的繡花鞋。

見他熟練地將繡好花樣的布料裁出鞋面，依序擺上鞋楦，鋪上鞋底，三兩下便完成鞋的雛形，以錘子敲擊固定後，取出錘子，夾拉鞋底布料，讓鞋面平整，緊接著再黏上一層鞋底、固定鞋跟，抽出鞋楦後，一隻繡花鞋就成型了，帶著手工況味的每一雙鞋，似也有著各自獨特的靈魂與個性。

對於每雙要賣出去的鞋，陳弘宜還有個小堅持，那就是要親手在鞋墊上貼上小花園貼紙。他說：「這樣才可以順便檢查一下，鞋子有沒有問題，算是最後品質的把關。」

除了保留手工縫製才能呈現的復古美感，陳弘宜也不忘帶入新的元素，總不斷替繡花鞋注入新



繡花鞋賣出前，陳弘宜堅持親手貼上小花園貼紙，做好最後的品質把關。

血，且從設計花樣之初，已考慮到鞋底皮面顏色的搭配，滾邊該用什麼顏色，甚至是鞋底的組合等等，讓每雙鞋有自個兒獨特的個性。

直到現在，他仍大量閱讀國外的時尚雜誌，從流行趨勢中尋找適合運用在繡花鞋上的元素，尤其是顏色。另外，每個月到迪化街採買布料也是固定行程，除了看看有沒有新的布疋，也看看有無新的花色與材質可運用。

這些新元素的加入，讓小花園有了珠花款的繡花鞋，有年輕人最愛的牛仔布繡花鞋，也有取自整塊花布製成的鞋款。鞋子的外觀，不單單只有斜口或雙連的款式，有的腳背上添了固定的帶子，有的則加上長長的綁帶，就連鞋跟也有變化，不再只是千篇一律的平底，還有厚底跟與高跟，甚至近期流行的內增高鞋，也開發出繡花鞋款式；此外，他也特別為新嫁娘，打造了幾雙喜氣又時髦的高跟鞋呢！

而第四代接手的女兒陳瑋，也在行銷方面下足功夫，只要發現新的點子、好的行銷點，都會和父親討論，像是為因應宜蘭傳統藝術中心據點，便開發出小朋友專用的學步鞋，讓小花園在宜蘭傳藝中心、松山機場都能被看見，也無疑為傳統繡花鞋開啟更多扇窗，且令人耳目一新。

忠實客戶數十年如一日

當年同業紛紛歇業，整個產業都盪到谷底，靠著這些與時俱進的創新設計，陳弘宜將繡花鞋業帶入另一個高峰。過程中，老客人依然給予支持，更有許多老友為增添送上光彩，每年必訪小花園。陳弘宜說：「因為早年，許多從大陸舉家遷臺的大戶人家，依舊保持著穿繡花鞋的習慣。因此，有不少將軍夫人或是家眷，仍舊來小花園訂製繡花鞋。」

像是欣葉台菜的創辦人、連戰的母親、孫運璿的夫人，腳上美



陳弘宜穿上皮製工作圍裙，將繡好花樣的布料裁好後，以錘子敲擊固定在鞋底上，疼惜工藝的心表露無遺。



明星翁倩玉只要一回臺灣，一定到小花園買鞋，是手工繡花鞋的超級粉絲。

麗的鞋子都來自小花園。而明星翁倩玉更是只要一回臺灣，一定到小花園買鞋，不光是自己穿，還贈送親朋好友，一買就是十幾雙。而在美妝、服裝界已經闖出一片天的Anna Sui，更曾在接受媒體採訪時表明，設計靈感有部分來自小花園的繡花鞋。因為Anna Sui小時候，就常跟著老奶奶來此選購，繡花鞋的精巧魅力早早烙印在腦海裡。不少客戶甚至感恩地表示，很慶幸陳弘宜當初能接下家業，否則她們的足上世界可

能就不會這麼美麗了。

指著店內招牌，陳弘宜說道，這塊招牌從以前到現在都沒變過，就跟店裡的鞋架、玻璃櫥窗的設計一樣，不管西門町怎麼改變，旁邊的商場幾番輪替，小花園則依然繼續著以手工縫製一雙雙別出心裁的繡花鞋。

▶小花園繡花鞋

地址：峨眉街70號

電話：2311-0045



充滿記憶的味道 大稻埕

文、攝影 / JackRabbit



聽著莊老師細數架上的珍藏，追尋舊時光影的興致依然未減。



一節節的竹管裝飾，有「節節高升」、「高風亮節」的涵義。

歷史漫步

大稻埕貴德街有間兩層樓的紅磚屋，牆上一節節的竹管和一片片的木板窗，流露出古早的氣息。這條古樸的巷弄曾是臺北最早的洋樓街，漫步在此就好像走進百年歷史長廊，彷彿看見當年騎樓下坐著滿滿撿茶婦女的景象。

舊日時光

紅磚屋大門開著，「莊協發」的匾額高掛其上，沿牆一個個玻璃櫥櫃裡，擺著一幅幅老照片、各式酒標、老唱片和豐富的臺灣文物史料，像是一個小型的展示廳。屋內走出一位長者，面帶微笑，他是老屋的主人莊永明先生，這棟房子是他自幼成長的老家。牆上掛著一幅技藝精湛傳神的畫，描繪著老屋的鮮活及停滯的時間，色彩鮮明又不失質樸。聽著老師細數架上的珍藏，追尋舊時光影的興致依然未減。臨走



廊柱上的雕飾、獨特的磚瓦門窗，每個空間表情訴說著各自的身世和故事。



每位單身男女誠心禮拜，都希望能在月老簿中被畫上一筆。

前我和老師有個約定，就是拍一張如畫中相同景物的照片送給他。

千里姻緣紅繩繫

告別了莊老師，沿著寧靜小巷遊逛到迪化街。街尾的台北霞海城隍廟是著名的月老廟，吸引許多信眾和國內外觀光客前來參拜，受歡迎的程度從一輛輛載著外籍遊客的小巴士可見一斑。門板上張貼拜月老的流程步驟圖，無論說的是中、英、日語，每位單身男女誠心參拜，都希望能在月老簿中畫上一筆。祈福完畢，幾位手上拿著紅線的日本女孩，還品嚐了廟方提供以紅棗、枸杞熬煮的平安茶，期待幸福的甜滋味全寫在臉上。

「自然世界」巡禮

迪化街每棟老式建築的外觀鏤刻各種象徵富貴吉祥的圖像，如鳳梨、人蔘、毛茛葉、月桂葉、蚌殼和稻穗等，如今這些獨



永樂市場「布的世界」繽紛絢爛，彷彿將大自然的顏色都蒐集在此。



百年老店老綿成的手工燈籠，見證了臺灣傳統的技藝。

特的人文韻味呈現在街巷和生活的氣味裡。老街騎樓下琳瑯滿目的南北貨堆得像一座座小山，走在長廊就像在進行「自然世界」巡禮，在這裡可看到曾吃過、喝過，卻不識真面目的奇怪東西，如一條條乾癟烏黑的海參，或是製作愛玉的原料愛玉子，更多是連名字都叫不出來，彷彿隨身需要一部本草綱目才能參透。店舖前一群大陸遊客來此採買伴手禮，許多顧客則忙著採買中藥和食材，他們挑選仔細、裡裡外外看個清楚，就像在發掘老店舖的奇珍異寶。

懷舊古早味

永樂市場是著名的布市，周邊聚集許多小吃，如古早味的麥芽餅、米粉湯、油飯、蚵嗲、碗粿、花生湯和青草茶，逛完布市再品嚐一攤攤小吃，似乎已成許多外地遊客的必訪行程，有些店家座位有限，每當人潮一多，攤位前總有三五人聚集，走了幾個另一批又補上，就是要一嘗這傳統美味。時代再怎麼演變，這些令人難忘的好味道依舊。

真摯的生活痕跡

算命攤、沒有招牌的理髮店、賣燈籠的百年老店、專門訂製內衣的小舖、懷舊竹編物品舖、傳統糕餅店，這些市井小民生活的氣味串連起臺北人對大稻埕的生活圖像，因此即便經過百年的發展，大稻埕還是保有自己的個性和樣貌。

天空漸暗，下班的車潮照亮了街道，背著相機的攝影愛好者和騎著單車的一家人，都走往大稻埕碼頭的方向。不論是昔日商賈雲集的繁榮港埠，或是現在闔家同遊的休憩河岸，大稻埕濃厚的人情味都將一直伴著臺北人創造美好的生活記憶。

夾起相片曬回憶

文·圖／葛晶瑩



從小到大，相信大家都累積了不少相片，無論是兒時的成長紀錄或者旅遊的紀念，每張都彌足珍貴。這些相片大多時候都被束之高閣，偶爾才拿出來翻看，美好的記憶也因此塵封。其實，可以利用簡單的方法，定期的把相片拿出來展示，就像是辦一場攝影個展，不但能妝點生活空間，更能曬曬美麗的回憶。

「曬相片」的方式與曬衣服異曲同工，都是利用夾子來吊掛。基本的方法有兩種，一種是拉一條繩子固定在牆上，一張張相片排排站夾好。另一種方式則是將繩子或緞帶纏繞在紙板上，參差放上相片做出一幅組合。

想吊掛在牆上時，我們可以利用兩個自黏的小掛鉤，貼在兩端，然後拉上一條繩子。在繩子的選擇上，麻繩、塑膠繩、尼龍繩都可以；夾照片的夾子可以用好看的木夾子，或家中若有金屬夾子、較小的曬衣夾，都可拿來利用。

如果沒有牆面空間可以使用，可以找一塊瓦楞紙板來做展示空間。瓦楞紙板不需特別去買，取自不用的紙箱即可，然後以家中現成的緞帶或繩子纏繞上去，或是用多條不同樣式的緞帶或繩子，繞出混搭風，最後再用長尾夾固定就完成了。完成後可以隨意放置、移動，像是活動的展示板。

這些方法很適合一般人居家利用，更適合租屋而居的人，現在就趕緊將那些收起來的照片展示出來，讓過去的回憶充實現在的生活吧！

照片展示DIY：紙板篇



1.準備紙板、緞帶、長尾夾數個（大小不拘）、尺、刀片、剪刀及相片數張。



2.首先整理紙板，裁成自己需要的大小，並順便將四周裁切整齊。

照片展示DIY：繩子篇



1.材料非常簡單，準備兩個自黏的小掛鉤、塑膠繩一條、木夾子數個，以及相片數張。



2.將牆上的灰塵先擦拭乾淨，然後在兩頭貼上掛鉤。



3.將緞帶的一頭以長尾夾固定，然後開始隨意纏繞，尾端再以長尾夾固定即可。



4.最後將照片擺放上去，以長尾夾夾住，就完成獨一無二的展示品。



plus: 還可以再裝飾一下，在照片縫隙中插上乾燥樹葉，利用長尾夾吊掛飾品，讓展示的畫面更豐富多彩！



3.接著將繩子綁在兩個掛鉤上，一邊打結一邊調整繩子，將兩端拉緊。



4.最後以夾子將照片夾在繩子上即可。



plus: 如果沒有木夾子，也可以使用金屬夾、小曬衣夾，營造繽紛熱鬧的氣氛。此外，也可以用花樣紙膠帶貼在夾子上，做出不同的裝飾效果。

102年3月15日~4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
常青苑苑——健走教室	每週二、三、五，15:00~15:30 / 忠順區民眾活動中心	文山區順興社區發展協會、文山區健康服務中心 ☎2939-5932
凱達格蘭文化館「自然、純真二重奏——第二部曲」藝文特展	即日起至3/31(日)，09:00~17:00，週一休館 / 凱達格蘭文化館，詳情請至www.ketagalan.taipei.gov.tw查詢	北市府原住民委員會 ☎1999轉2082
新移民表演工作坊(挽面保養班)	即日起至4/9(二)，每週二、三、五，14:00~17:00 / 中山公民會館	中山區公所 ☎2503-1369轉591
新移民生活成長營(外籍學員班)	即日起至4/25(四)，每週二、三、四，13:30~16:30 / 新移民會館(萬華區)	萬華區公所 ☎2306-4468轉207
林惺嶽·台灣風土的魅力	即日起至5/5(日) / 市立美術館3樓3A、3B、3C展區	市立美術館 ☎2595-7656轉220、221
隱藏的真實：典藏品修復展	即日起至5/26(日) / 市立美術館2樓2A-2B展區	市立美術館 ☎2595-7656轉220、221
2013台北文學季	即日起至6/15(六) / 詳情請至2013tlf.culture.gov.tw查詢	北市府文化局、 印刻文學生活誌 ☎2228-1626
「每天睡得好，八十不見老」 市民生活講座	3/16(六) 14:00~16:00 / 市立圖書館大直分館5樓視聽室	市立圖書館大直分館 ☎2533-6535
母乳健康講座	3/16(六) 15:30~16:30 / 市立萬芳醫院5樓第七會議室	市立萬芳醫院、 文山區健康服務中心 ☎2930-7930轉2602
2013漢字文化推廣系列活動 納春——漢字手感體驗市集	3/16(六) 14:00~17:00 / 中山堂廣場	北市府文化局 ☎1999轉3543
李柏廷個展 <具體而微>	3/16(六)至4/22(一)，10:00~18:00，週一休館，4/22(一)除外；免費展覽 / 臺北數位藝術中心	臺北數位藝術中心 ☎7736-0708轉604
「活出生命最好的可能：彭明輝談現實與理想」作家與讀者有約講座	3/17(日) 10:00~12:00 / 市立圖書館10樓會議廳	市立圖書館推廣課 ☎2755-2823轉2114
天天五蔬果	3/19(二) 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
急救技能教育訓練	3/20(三) 14:00~16:30，須先報名 / 松山區健康服務中心	松山區健康服務中心 ☎2767-1757轉104
免費「健康減重管理班」課程	3/21(四) 18:00~20:00，須先報名 / 中山區行政大樓10樓大禮堂	中山區健康服務中心 ☎2501-4616轉775
文山劇場故事劇場系列—— 「小森巴的禮物」小青蛙劇團	3/22(五) 19:30、3/23(六) 14:30、3/24(日) 14:30，請至兩廳院售票系統購票 / 市立社教館文山劇場地下2樓	市立社教館文山劇場 ☎2933-2199
「從失眠到安眠藥」 科學到民間系列講座	3/23(六) 14:00~16:00 / 市立圖書館城中分館	市立圖書館城中分館 ☎2393-8274



(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
節奏之旅：美國魔幻鄉村三重奏——凱爾·迪霖漢&馬蹄路樂團訪台音樂會	3/23 (六) 19:00~20:30、3/24 (日) 15:00~16:30 / 大安森林公園戶外音樂台	北市府文化局 ☎1999轉3519 美國在台協會美國文化中心 ☎2723-3959轉214
「漫畫生活樂趣多」市民生活講座	3/24 (日) 14:00~16:00 / 市立圖書館中崙分館	市立圖書館中崙分館 ☎8773-6858
文化就在巷子裡——藝術快遞典藏作品賞析(民俗篇)及DIY活動	3/29 (五) 10:30~12:00 / 大安區龍泉里里民中心	市立美術館 ☎2595-7656轉321
「簡文仁出招·3C痠痛症候群投降」作家與讀者有約講座	3/29 (五) 14:00~16:00 / 市立圖書館大同分館	市立圖書館大同分館 ☎2594-3236
勞工電影院：佛陀首部曲	3/30 (六) 13:00~15:00，須先索票 / 國軍文藝活動中心	北市府勞動局 ☎2559-0136轉5103
臺北市聯合婚禮	3/30 (六) 14:00~16:00 / 臺北體育館	北市府民政局 ☎1999轉6170
跨閱·展讀我城——文學生活講座系列一〈大家讀城〉	3/30 (六) 14:00~16:00演講前1小時開放入場，額滿為止 / 國泰金融中心會議廳	北市府文化局、印刻文學生活誌 ☎2228-1626
「Bookstart 閱讀起步走」嬰幼兒父母學習講座——培養小小愛書人(18~36個月)	3/31 (日) 14:00~16:00，須先報名 / 市立圖書館力行分館	市立圖書館力行分館 ☎8661-2196
跨閱·展讀我城——文學生活講座系列二〈跨界閱讀〉	3/31 (日) 14:00~16:00 / 遠流別境	北市府文化局、印刻文學生活誌 ☎2395-8839 (報名專線)
失智症長者樂齡活動	4/1 (一) 至6/17 (一)，每週一09:00~11:00，須先報名 / 南港區健康服務中心1樓會議室	南港區健康服務中心 ☎2782-5220轉104
藝文迴廊展覽——廖國楨個展	4/2 (二) 至4/14 (日) / 勞工教育館展演場	北市府勞動局 ☎2559-0136轉5104
花博公園兒童節系列活動	4/4 (四) 至4/6 (六) / 花博公園圓山園區長廊廣場，詳情請至www.taipei-expopark.tw查詢	財團法人臺北市會展產業發展基金會 ☎2182-8886轉7579
新移民閩南語研習班	4/9 (二) 至5/2 (四)，每週二、四，13:30~16:30 / 新移民會館(南港區)	松山區公所 ☎8787-8787轉736
產前教育班： 1.高危險妊娠2.成功哺餵母乳	4/12 (五) 13:30 / 市立聯合醫院仁愛院區四西會議室	市立聯合醫院仁愛院區四西婦幼中心 ☎2709-3600轉3433
「薪」福來敲門」 中型就業博覽會	4/12 (五) 14:00~16:30 / 承德勞動文化園區勞工公園廣場舞臺區(承德路3段287號，捷運圓山站2號出口)	北市就業服務處 ☎2597-2222、2594-2277轉207
102年臺北市傳統市場節——主場活動	4/13 (六)、4/14 (日) / 花博公園圓山廣場	北市市場處 ☎2341-5241轉2125
大龍峒保安宮2013保生文化祭	4/14 (日) 至6/9 (日) / 大龍峒保安宮	財團法人台北保安宮 ☎2595-1676



星期 時間	週一至週五	週六	週日
00-01	臺北都會慢一點／秦浩	古藝今身／欣亞	音樂地圖／采琦
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	都會樂齡嘉年華／張曉瑩	發現大樂章【華梵大學合作】	愛 Love Story【世新大學合作】
06-07	BBC World Service	輕鬆FUN週末【文化大學合作】	日本人真妙【世新大學合作】
07-08	早安臺北晨／小魚	幸福客家情／鍾惠文	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／路易	勞動聲活 【北市勞動局合作】
10-11		古典新晴／IC之音合作	職場加油站 【北市勞動局合作】
11-12	上班族放輕鬆／路易	臺北有愛／廖偉凡	陽光臺北城／蔣光華 議會快易通／蔣光華
12-13		悅讀好時光／張馨文	
13-14	臺北樂無限／Linda	無限大一點／Linda	精彩創意的藝饗世界／艾瑞克
14-15		Love音樂931／小魚	就愛Fun音樂／節目課
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)	西洋音樂雙榜／Will
18-19	臺北你當家／劉映蘭		
19-20	週一到週四	就愛Fun音樂／節目課	花路米圖書館／花兒姐姐
	Taipei · Free · Fun／Jeffery & Jack		
	週五	自然·環保·我的家／羅國盛	
		少年法律特搜隊／珍珍、鐵雄	
20-21	來臺北做客／羅國盛 【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 【北市勞動局合作】 週六 印尼語節目、週日 菲律賓語節目	
22-23	BBC World Service	HELLO TAIPEI 【北市勞動局合作】 週六 泰國語節目、週日 越南語節目	
23-24	尋夢園／秦夢琄	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



一切由一臺紅色收音機開始。依稀記得小時候，家裡有一臺紅色收音機，但已不記得收音機為什麼會出現在家裡，有可能是爸爸從外地出差時帶回來的。因為爸爸每次出差回來總是會帶回許多的驚喜，還有好吃的東西。懵懂的幼年時光，喜歡聽著廣播裡的聲音，說著動人的童話故事，也對於聲音為何能從小盒子裡傳出來充滿好奇，因此小小的腦袋瓜中浮現，如果我的聲音也能從神奇的小盒子裡傳出來，那該有多好！童年的憧憬加上長大後的因緣際會，讓我踏上了廣播的學習之路，至今從未改變。

我喜歡廣播像朋友般陪伴的感覺，希望自己能透過聲音的傳送，和聽眾在空中搭起友誼的橋樑。或許在不經意的時刻，某個地方的某個人能夠因為空中的陪伴，帶來生命的感動或轉變，這份期許依舊沒改變。

臺北廣播電臺FM93.1週一到週五每天上午9時至11時，由偉華在空中陪伴大家。朋友們，不管你們在哪個角落，我想謝謝你們，因為有你們，這份緣分與感動會一直延續下去。

臺北廣播電臺臉書粉絲專頁



Android



iOS

侯季然導演 陳珊妮創作演唱

台北好時光 熱烈上映
Moments in Taipei



台北探索館
DISCOVERY CENTER OF TAIPEI

360度發現劇場

免費觀賞

臺北市市府路1號 電話:1999 (外縣市02-2720-8889)轉8630

臺北市政府觀光傳播局 廣告

轉角

芋見 愛情

臺北市賞花情報

●2013竹子湖海芋季

期間：3/22~4/28

網址：www.callalily.com.tw

●2013陽明山花季

期間：即日起~3/17

網址：<http://2013yms.com.tw>

●臺北新花漾網址：<http://2013flowers.taipei.gov.tw>