

臺北

畫刊

TAIPEI PICTORIAL

102/2

No. 541

每月10日出刊

萬象更新 再生新生

- 花博再生+萬象生新
- 創意市集+鄰里深根
- 舊物再生+生生不息

- **臺北新十大建設 創造財富與希望的新願景**
- 2013臺北燈節X陽明山花季 驚豔登場
- 臺北市職能發展學院課程 助你闖出一片天
- 中小企業有福了 低利貸款讓你放心逐夢


TAIPEI
填問卷
送好禮
辦法詳見第2頁

免費索取地點

● 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.tpedoit.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

行政院青輔會青年交流中心

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

美麗華遊客中心

陽明公園遊客中心

梅庭遊客中心

公館遊客中心

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）

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

in89豪華數位影院

今日秀泰影城

新光影城

絕色影城

南山大戲院

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）

凱擘系統台

賓樂交通（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

師大校友文化基金會

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）



迎新除舊歲，臺北開心過好年！

剛迎接完2013國曆新年，緊接著2月份又要歡度農曆新春假期了。今年是蛇年，也是小龍年，先祝大家「好運接龍來，歡喜迎蛇年！」

這期《臺北畫刊》的主題篇章是「萬象更新 再生新生」，大家不妨在新年走訪一些「舊地」或老地方再生點，玩出新的趣味。例如遊賞花博公園或花博物資再利用的景點，重溫花博盛會的美麗風華；到創意市集尋寶挖寶，吸收手作、創意和環保的能量；逛二手物店實踐小資哲學，用舊物搭出儉約時尚。無論是花博、創意市集、舊物的再生或新生，換個新觀念及新走法，就能欣賞出許多生活趣味。

新春假期不可錯過的還有臺北燈節，今年的臺北燈節除了首度移往花博公園圓山、美術園區舉辦外，還以結合高科技和藝術化的「虛擬劇場」主燈設計驚豔全場，並首次以城市歷史與在地文化為主題規劃，將中山、大同區等歷史記憶融匯成「故事臺北」燈區，相當具有可看性！

臺北是一座可愛的城市，我真心希望，能跟市民朋友一同努力，繼續創造新的願景，因此，我決定用我最後兩年任期，全力推動「臺北新十大建設」，包括：臺北雙子星、松山機場開發、捷運信義線及松山線、光纖到府、雲端園區、臺北資訊園區BOT案（臺北秋葉原）、臺北藝術中心、北部流行音樂中心、臺北影視音產業園區，以及臺北城市綠丘（世貿二館開發）等，這十項建設，是市府未來五到十年的重大投資，遍及臺北市各行政區，完成後，臺北將成為一個更富裕繁榮而且多元的城市，讓我們拭目以待。

郝龍斌

中華民國57年1月創刊
102年2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.tpedoit.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份優質出版品，每月獎額10位，得獎名單將在次月問卷網站上公布，機會難得，請立即上網，告訴我們您的寶貴意見喔！

名人悄悄話

4

臺北，設計感就在巷弄之間

口述／李惠貞 採訪撰文／許凱森

5

臺北，一個城市對土地友善的實踐

口述／程昀儀 採訪撰文／許凱森

臺北短波

6

臺北眷村文化節 新舊混搭新風貌

文／林瑋庭 圖／臺北市政府文化局提供

7

無處不書香 公車圖書館上路中

文／連美智 圖／臺北市公共運輸處提供

8

台北探索館360度發現劇場
乍見《台北好時光》

文字整理／連美智 圖／臺北市政府觀光傳播局提供

9

拍下「台北24分之1」 捕捉城市樣貌

文／潘逸凡 圖／臺北市都市更新處提供



臺北照過來

10

萬象更新 再生新生

文／許麗芬

12

花博再生+萬象生新
遊園區、玩科技，重溫花博盛況！

文／許麗芬 攝影／許斌

18

創意市集+鄰里深根
玩點子、買創意，再現青春活力！

文／李寬心 攝影／楊志雄

24

舊物再生+生生不息
二手物、尋寶記，重燃舊物魅力！

文／鍾文萍 攝影／楊智仁

臺北生活圈

30

臺北新十大建設 創造財富與希望的新願景

文／郝龍斌 圖／臺北市政府提供

32

臺北新十大建設小檔案

文字整理／潘逸凡、廖雅琴、司徒懿 圖／臺北市政府提供



38

2013臺北燈節X陽明山花季 驚豔登場

文／廖雅琴、潘逸凡 圖／臺北市政府民政局提供 攝影／王能佑

42

臺北市職能發展學院課程 助你闖出一片天

文／廖雅琴 攝影／王能佑

44

中小企業有福了 低利貸款讓你放心逐夢

文／廖雅琴 攝影／王能佑

46

內湖商圈微整形 邂逅設計角落

文／林璋庭 圖／臺北市政府產業發展局提供

48

臺北捷運處處有溫情

文／司徒懿 圖／臺北捷運公司提供

50

台北探索館10週年慶 姚瑞中領你探索臺北好時光

文／司徒懿 攝影／王能佑

臺北好好玩

54

電影陪你過好年 趕赴視覺的藝術盛宴

文／鍾文萍 攝影／楊智仁



60

情人禁地變聖地 指南遊憩甜蜜蜜

文／徐安里 攝影／楊智仁

62

巴西戰舞卡波耶拉 玩出攻防之趣

文／君君 攝影／約瑟

65

假扮大冒險家 發掘帝國寶藏

文／觀止 攝影／許斌

臺北百工圖

68

野台歌仔戲的草根生命力—— 飛鳳儀歌劇團

文／李寬心 攝影／楊志雄



64號夢想城市

72

臺北的一道藍色極光—— 溫。羅。汀

文、攝影／JackRabbit

幸福手作館

75

打著鐵罐燈籠 歡慶元宵

文·圖／葛晶瑩

78

2/15~3/14市府活動行事曆

80

臺北廣播電臺2月節目表



一座容納各式各樣

風格咖啡館的城市。

李惠貞

李惠貞

(圖/李惠貞提供)

臺北，設計感就在巷弄之間

口述/李惠貞 (《Shopping Design》總編輯) 採訪撰文/許凱森

我是在宜蘭出生的眷村孩子，小時候村子裡每戶人家的大門都是敞開的，隔壁的媽媽嬸嬸到處串門子，就像自家人一樣，之後從宜蘭搬到臺北，平房變成了公寓，感情熱絡成了門戶深鎖，疏離是我對臺北的第一印象，潛意識也許就照著這個模式生活，直到念中山女高，我都還是一放學就回家，是名符其實的「宅女」。

出社會後，臺北的街道、人文、設計、店家等深深地吸引著我，而這些都要踏出家門才能領略欣賞，到處穿街走巷反倒構成我現在生活的大部分。由於畢業後的工作地點幾乎都坐落在敦化南北路上，這條林蔭大道對我來說是最有感情的一條路，除了筆直、乾淨，加上饒富趣味的裝置藝術，行道樹一年四季的變化很美。

當然美感是主觀的，對於同樣一件事，每個人會有不同的描述與詮釋，但如果你的眼光受限，標準自然會降低。現代人工作忙碌，常常為了爭取時間講求效

率，以外食為例，原只為填飽肚子，直到一位美食作家領著我去大街小巷遍嘗美食，所推薦的食物料多味美且價格平實，我才訝異同樣的食物竟可以有不一樣的選擇，一般人的味蕾也可享受帝王級的待遇。

除了美食，臺北的巷弄文化也越來越豐富多元，位於永康街、民生社區、東區、中山北路等巷弄的獨立風格小店，是讓臺北更有活力、提升特色與設計感的重要地方，像是永康街的品墨良行，有許多生活運用與創作的紙製品設計；中山北路的地球樹，主要販售來自第三世界國家或民族利用當地天然素材，以公平貿易的形式製成的手工藝品；或是到四維路巷弄裡的窩著咖啡讀一本書，到美食家葉怡蘭所經營的實體店鋪PEKOE嘗一份甜點，都

能令我心情放鬆。

臺北很多店開得很晚，無論白天或黑夜需要什麼都很便利；臺北很可愛，好吃好玩好逛的去處俯拾皆是，整個城市的設計感一直在提升，我也很喜歡迪化街，設計團隊進駐打造小藝埕、民藝埕，讓老舊社區有了新的氣象，卻仍保有歷史感。

不管是已在臺北生活的人，或是想來暫時享受臺北生活的人，無須預設立場，只要用多元的角度觀察欣賞，在巷弄間放慢腳步，就能細細品味這個大城市的進步和歷史的記憶。



臺北巷弄裡的獨立風格小店，是李惠貞的充電基地。(王能佑攝)

程昀儀

每天走在台北的紅磚道上，
讓我有一個貪心的幻想，
想自己可不可以成為台北街頭的風景？
這讓我走起路來，特別有精神。

我的台北生活，我是程昀儀。



臺北，一個城市對土地友善的實踐

口述/程昀儀（掌生穀粒糧商號執行長） 採訪撰文/許凱森

猶記2005年的臺北街頭，時值縣市長、縣市議員暨鄉鎮市長三合一選舉，數萬人走上街頭，不是為了歡慶，而是為表達信念與決心而聚集。這讓我與先生有感，我們這一代何其幸運沒有經歷過亂世，不曾體會在滾滾紅塵中搶搭渡輪的兵荒馬亂，應該要滿懷感激並珍惜一切，為臺灣依舊美好的事物掌聲鼓勵，於是，我們創立了「掌生穀粒糧商號」，希望透過再平凡不過的白米，傳達真正的價值，尤其是臺灣人對待土地的友善態度。

我是沒有鄉愁的人，出生在臺北，也從沒離開臺北生活，對享有臺北的資源與便利一向很自豪。進步的城市有一定的速度，日本的速度叫效率，香港的速度叫焦慮，上海的速度叫逃難，而臺北的速度叫安穩，讓我能放心去遠方尋找鄉愁，但也讓我知道隨時可以回來，熟悉的安全感依舊在。而在追求速度的城市中，少不了的交通工具就是計程車，我喜歡臺北的計程車，車況好、司機素質也高，這是許多國際城

市所付之闕如的。

年輕時的臺北街道及建築景象仍深深烙印在腦海。每天早上六點半從中和搭兩段票公車到總統府旁的師專附小趕早自習，公車窗外的風景是看不膩的電影。秋天中正橋下河堤旁盛開的蘆葦花，在陽光下映出金黃色的光澤，還有建國中學旁的美國大使館和公賣局等歷史建築，更有如穿越時光隧道般吸引我的目光，直到就讀金華女中，每年寒暑假的大事就是去中正紀念堂、國父紀念館、新公園寫生，畫完了就和朋友偷閒說心事，當時總統府介壽路旁的介壽公園及臺大農學院的花房，是我們年少時的祕密基地。

在我出社會工作後，

親眼目睹一片稻田蛻變為繁華時尚的信義計畫區，這代表我們成熟了，臺北也長大了。臺北一直奮力與世界接軌，想營造出一種自有的生活風格，輕鬆自然地表達「想要」的方式和態度，「捨得」而不「奢華」，追求真誠真實的內容，而非華麗燦爛的包裝，臺北在進步的前端，卻仍看見食物生產者所付出的誠懇，飲水思源且懂得珍惜，這就是臺北人可愛的地方。



曾去過許多國際都會城市，無論車況、司機素質，程昀儀最愛的仍是臺北的計程車。（王能佑攝）

臺北眷村文化節

新舊混搭新風貌

文／林瑋庭 圖／臺北市政府文化局提供

饅頭、燒餅油條、餃子、牛肉麵等，都是臺灣常見的飲食，這些好滋味都是來自眷村。今年臺北眷村文化節不只要讓你吃一口道地的眷村味，也要讓你成為眷村文化達人，活動於2月22日至3月3日在四四南村舉行，透過展覽、導覽、遊戲、美食饗宴、戲劇和音樂表演，重現眷村文化之美。眷村子弟要來重溫過往回憶，非眷村子弟則更要來一探美食背後所蘊含的珍貴文化。



去年臺北眷村文化節廣邀各路棋手爭奪象棋王寶座，重溫眷村童年回憶。

眷村故事說不完

民國39年，中華民國政府播遷來臺，逾40萬名國軍及其眷屬帶著簡單行囊來到臺灣，本以為這裡只是個中繼站，沒想到卻在此落地生根，一待就是五、六十年。這些國軍宿舍，一戶捱著一戶，加上軍眷間有著相同的生命體驗、職業及理念，也讓眷村自成特殊的文化。信步走在低矮平房的巷弄內，各省口音鑽入耳中，一到用餐時間，各省菜餚的香氣悄悄竄入鼻裡，走過眷村，彷彿一訪中國大陸各省。

臺北市是全臺眷村最多的地方，吸納眷村文化，形成獨具豐富內涵的城市。然而，隨著眷村改建，一棟棟的國宅蓋起，第一代眷民凋零，加上社會型態改變，眷村數量銳減，舉辦眷村文化節，是為了喚起在特殊時空下所生成的移民文化，勾起眷村子弟對該文化的記憶，同時也展現臺灣多元族群與文化意象。

眷戀臺北 回味眷村文化

臺北眷村文化節至今已邁入第七屆，多年來透過影像、美



跟著眷村文化節走入時光隧道，重溫眷村的回憶及歷史。

食、展覽及活動等元素，來進行眷村文化的保存與推廣，而今年以「眷戀臺北」為發想，將臺北市眷村的發展作為主軸，用各項具有歷史意涵的文物、照片、門牌等，帶領參展民眾走入時光隧道，回到記憶中的四四南村，重溫眷村的回憶與歷史影像。

配合農曆春節，眷村文化節推出以四四南村為故事背景的賀歲眷村歌舞劇「如意·如憶」，在元宵節當天則提供甜酒釀湯圓品嘗以及手工燈籠製作活動。本屆活動最特別的是，只要於展區內

集滿紀念戳章，即可於服務台兌換限量明信片，現場並提供免費代寄服務，讓民眾可以把當下的感動，化做訊息寄給思念的人。

臺北眷村節即將開跑，不妨和親朋好友一起走入時光隧道，回味臺北眷村故事與滿滿的感動。

▶ 臺北眷村文化節

時間：2/22～3/3

地點：臺北市信義區公民會館（松勤街50號）

電話：2929-2962

無處不書香

公車圖書館上路中

文／連美智 圖／臺北市公共運輸處提供

在科技日新月異的現代社會，獲得知識的管道多元豐富，紙本書或許不再專美於前，即便如此，翻閱扉頁的手感與窸窣聲以及熟悉的書紙味，依舊是許多閱書人的最愛。為了將臺北市打造成一座書香城市，臺北市公共運輸處特別結合市民、公車業者與市立圖書館，推出國內外首創的「臺北·公車·悅讀趣——公車圖書館」，只要是想一睹為快的書，乘客無須任何借還書手續，即可於下車時把書帶回家慢慢閱讀。

免辦證借還書 三線公車開放服務

目前參與公車圖書館的路線包括首都客運公司紅32路（南港至臺北橋）、臺北客運公司205路（中華科技大學至東園）及欣欣客運公司1路（華江至松仁路）等三條路線，共計有62部低地板公車提供服務。此外，公車圖書館的借還書作業採取榮譽制，不用借書證或辦理任何手續，乘客就可在車上的書架自由取書，並可在其他公車圖書館上還書，不僅便利，還能培養良好的公德心。

該活動主要是由民眾捐出自己的書，再經臺北市立圖書館的館員及志工費心地整理書籍、黏貼識別貼紙、蓋上封口章及安排配送，然後由熱心的公車業者出資設置書架並將圖書排列上架，透過這三者攜手合作，大家才能享受這項創新的服務。

公共運輸處表示，由於資源有限，為讓其他人也有機會享受閱讀的樂趣，每人限取一本書，還書時放回公車前車門右側貼有



公車圖書館無須借還書手續，即可於下車時帶書回家閱讀，並可在其他公車圖書館還書。

「臺北·公車·悅讀趣」標示的書架即可；另外，於車內取放書籍時，記得握緊扶手、注意安全及其他乘客通行空間，也不要再在車上閱讀，以免傷害視力，同時珍惜使用書籍，勿塗鴉或評註，更不要當作資源回收物。

「臺北·公車·悅讀趣——公車圖書館」開辦以來，借出的冊數已達一萬冊以上，由於乘客熱烈迴響，相關單位已著手研擬擴大推廣計畫，未來於捷運站及更多公共地點提供借書服務，期待將閱讀的種子散布在臺北的每個角落，讓知識在人群中自由地流動與分享。另外，也歡迎市民朋友踴躍捐贈圖書，讓公車圖



臺北市長郝龍斌鼓勵市民善用公車圖書館的資源，體驗閱讀樂趣。

書館可以提供豐富多元的書籍，以饗更多愛書人。

► 相關資訊

有意捐書的民眾請洽詢臺北市立圖書館，電話：2755-2823

台北探索館360度發現劇場

乍見《台北好時光》

文字整理／連美智 圖／臺北市政府觀光傳播局提供

「你知道嗎？照片會老？人都會變
你知道的事 會漸漸比記住的多
你知道嗎？故事會老？城市會變
能記住的事 要好好藏在心中
……」

伴隨著一幕幕跨越時代的影像，由音樂創作才女陳珊妮為《台北好時光》填詞、譜曲、演唱的主題曲悠然響起，坐在台北探索館發現劇場內的觀眾彷彿墜入時光隧道，隨著故事中的人物，經歷日治時期、光復後臺灣經濟起飛，一直到現今多元繽紛的臺北發展軌跡，就如同片中人物般，每個人都有屬於自己值得珍藏的回憶。

今年2月1日，台北探索館發現劇場推出了最新影片《台北好時光》，從一家位於臺北城的老店「光榮照相館」作為起始，橫跨了四代人近百年的浮光掠影，深諳人情世故的老師傅，用一輩子的快門，留下一張張屬於臺北的故事。



泛黃的婚紗照依稀訴說著往日的浪漫情懷。



台北探索館最新影片《台北好時光》以「光榮照相館」為背景，一張張照片訴說著一段段屬於臺北的故事。

由侯季然執導的《台北好時光》以微電影的方式全新詮釋，有別於前幾部影片的拍攝手法，製作團隊配合發現劇場360度環繞的銀幕設計，運用1臺4K電影攝影機與10部攝影機分鏡拍攝完成，片長18分鐘，使用高達四百多段剪輯與兩百多幅特效動畫，呈現出臺北的故事顯影。

故事由牆上一張老照片說起，照相館的老師傅見證了日治時期第一戲院魔術師的奇蹟，大稻埕的茶庄少爺愛上了魔術變出的扶桑女孩，進而共結連理，那是屬於日治時期的浪漫時光。老師傅也用一幀幀絢麗繽紛的沙龍照，記錄著臺式流行文化與明星的光彩，歌廳舞臺、廣播歌唱、黑白電視以及歌星明星，為那嚴肅的年代增添不少活力與色彩。

七〇年代是驕傲的年代，許多人共同歷經徹夜收看棒球比賽轉播的激情榮耀，走過經濟起飛萬丈高樓平地起的雄心壯志。時序進入九〇年代，臺北在富裕進步的環境中，發展出多元豐富的內涵，有堅持原汁原味與開創世代

融合的牛肉麵文化，也可鑽入大街小巷裡喝杯咖啡、酗潮流，或者逛夜市，泡泡人情味。每個人來到臺北，總是能找到屬於自己創意玩臺北的方法，拍下屬於自己的故事。

即日起，台北探索館邀你共同探索城市的照相館、市民的記憶館，歡迎蒞臨「發現劇場」，盡享臺北好時光，發現城市新感動。另外，台北探索館2樓特展廳「台北好時光」特展也同步開展，現場運用情境布置，重現新影片《台北好時光》老照相館場景，讓民眾可以重溫懷舊照相館的氛圍及快門拍照情景，喚起曾經共同擁有的城市好時光，歡迎民眾踴躍參觀。

▶台北探索館

地址：臺北市市府路1號（市政大樓面對仁愛路西大門）

電話：1999（外縣市請撥02-2720-8889）轉8630

網址：www.discovery.taipei.gov.tw

拍下「台北24分之1」

捕捉城市樣貌

文／潘逸凡 圖／臺北市都市更新處提供

一天24小時，臺北城在不同時分擁有千萬風貌，早晨的輕風、午間的熱鬧市集、黃昏暖心的熱可可……，你，捕捉到哪些畫面？城市裡的人們，看到些什麼？

城市文化的底蘊，來自市民日常生活的風格與方式，臺北市的各個角落，在一日之中究竟交疊成多少面向？臺北市都市更新處於臺北村落之聲網路平台推出「台北24分之1」計畫，將一日分成24個時段，即日起民眾可利用iPhone手機下載「Taipei24」APP軟體，透過手機拍下眼中的臺北，用文字註解臺北生活，並上傳至「台北24分之1」計畫網站，分享24小時在臺北市12個行政區的精彩片段。

「台北24分之1」以時間軸為概念，將同一個小時拍攝上傳的照片聚集在一起，這才發現，臺北城裡，他和她的故事在同時段上演，堆砌成截然不同的圖像，多樣情緒藉由照片與文字醞釀蔓延……09:00，牆上懸掛的可愛大象塗鴉寫著「美好一天的開始」，為今日揭開序幕；14:00，聚焦電腦鍵盤上的「難！」字，道出許多人共同的心聲；20:00，黑夜下的公寓透出微光，「有人等待著，是溫暖的」；22:00，萬華區的街頭，「貓咪竟乖乖的在機車上等待主人」……。這些看似尋常的點點點滴，透過民眾的上傳分享，展現日常生活中人們與環境互動的文化軌跡，引起你我回響共鳴。

而在臺北的24小時，何時是上傳照片的高峰時段？最多人拍



匯集民眾上傳的照片與文字，為臺北的24小時拼湊出有趣又動人的畫面。



點選圖片，畫面彈跳出一句話，或許正是你我的心聲。

攝照片的行政區落在何處？透過「台北24分之1」網站的APP數據調查，顯示出有趣的比例結果，最活躍的時段與最熱門的區域，隨著活動持續進行，比例數據也隨之變動。以1月下旬的數據為例，最多人在中正區拍照上傳，占了14.8%，與緊接在後占了14.6%的文山區形成拉鋸；另外，最多人選擇在下午3時拍照上傳，凌晨0時則為最少。

身在臺北的你，不妨停下腳步，暫將瑣事擱置一旁，拿起手機，拍下你的心情，從分享你我在臺北的每一刻開始，每個人都是創意城市的小小漣漪。

►「台北24分之1」計畫

活動網址：www.urstaipei.net/taipei24

臺北村落之聲：www.urstaipei.net

萬象更新 再生新生

漫漫年假何處去？
年貨大街、迎春走春外，
還有很多老地方再生點，可以玩出新年新趣味！

花博再生，萬象生新，
到圓山園區找尋幸福、健康看會展，
往美術園區遊賞文化、藝術增魅力，
逛新生園區品味文創、科技學環保，
花博物資再利用，經濟變身新樂園，
大家一起遊花博公園，美麗遊程驚喜連連！

創意市集，鄰里深根，
西門紅樓攤位開賣，青春無敵，
華山町1914樂活無限，定點微旅行，
四四南村小農當道，簡單市集不簡單，
天母市集社區凝聚，新鮮生活同分享，
大家一起ㄥㄟ、市集，尋寶挖寶趣味滿滿！

舊物再生，生生不息，
綠天使二手衣庇護商店，環保消費做公益，
再生家具展示場，變身時尚混搭風，
永春市場新舊合體，行家識貨揀便宜，
西關二手市場好貨輪迴，舊愛新歡見面會，
大家一起逛二手物店，小資哲學收穫多多！

新年新定義，萬象更新「舊」變「新」，
響應節約做環保，再生新生「心」「新」相印，
開啟癸巳年好樣新生活！

(文／許麗苓)





花博再生+萬象生新

遊園區、玩科技，
重溫花博盛況！

文／許麗苓 攝影／許斌





位於圓山園區的爭艷館，已是熱門會展場地，總吸引許多民眾參觀拍照。

「爆竹一聲除舊歲，桃符萬戶迎新春」，農曆新春假期，很多民眾可能想要暫時放下工作壓力，與家人好好聚聚，相偕出遊去「走春」。在這個喜氣洋洋的月份，到繽紛多元的「花博公園」遊逛，是新春假期相當應景又有趣味的遊程選擇。雖然「2010臺北國際花卉博覽會」已經落幕，但很多民眾對於當時盛況仍記憶猶新，在新的一年到來之際重新前往花博公園參觀，肯定讓你耳目一新、回味無窮！

「花博會後，很多民眾希望花博繼續營運，當初花博各項展館設施所費不貲，如果閒置不再利用，相當可惜，所以特別成立基金會以花博公園的名義繼續營運。」臺北市會展產業發展基金會董事長邱文祥說。轉型及重新定位後的花博公園，主要

設置圓山、美術及新生等三個園區，基金會依各園區特色辦理文創、藝術、科技、環保生態、親子、多元教育、銀髮、幸福、樂活等主題展覽及系列活動，是相當適合攜家帶伴前往一遊的休憩地點。

現在，就讓我們前往三大園區及花博物資再利用的幾個代表性景點，重溫花博盛會曾經帶給民眾的美麗風華及感動！

圓山園區

幸福、健康、會展

走進位於捷運圓山站旁的花博公園圓山園區，立即就被爭奇鬥豔的地景花海所吸引，很多民眾趁著冬日暖陽，忙著與花海合影，小朋友在父母的陪伴下在空地奔跑嬉鬧，有些情侶則是坐在長椅上邊賞花邊甜蜜私語，更有

一些民眾邊走邊聊在爭艷館看到的展覽勝景……好一幅花博公園風情畫，彷彿看見花博盛會時的風采。

圓山園區交通便利，富有文化藝術氛圍，基金會特別以「幸福、健康、會展」重新定位及規劃願景，包括成功轉型為熱門會展場地的爭艷館、經常舉辦多元展覽及街頭表演的圓山廣場等，自2013年2、3月起，原花博美食商城亦將結合民間企業力量共同打造幸福商城，提供特色主題購物及美食中心。此外，為提供親子家庭遊戲式學習及樂齡族群健康知識等服務與休閒娛樂，市府將進駐設立中山親子館及長青樂活館，至於環保時尚的流行館——遠東環生方舟FE EcoARK，已於去年底由遠東集團正式捐贈給臺北市政府，未來將變身為城



夜晚的圓山園區，閃耀著美麗，今年臺北燈節首度移師此地舉行，更是相得益彰。

市博物館。經過再生後的圓山園區，可說是市民朋友、三代同堂家庭假日出遊的好去處。

值得一提的是，「2013臺北燈節」首度移師花博公園圓山、美術園區，自2月21日開始至3月3日止，在這兩個園區將規劃九大燈區，除了花博主展場外，即日起也在中山北路1至3段點亮「幸福燈海」，相當令人期待！

若是民眾於農曆新春假期來圓山園區遊逛，絕對不能錯過圓山廣場的「花博公園戶外景觀設計大賽」，繽紛花海及綠意可以洗滌疲累心靈，也讓過年更添喜氣。景觀設計大賽自即日起至3月3日止，以「幸福臺北愛現花園」為題，共有15支專業團隊脫穎而出，運用豐富多樣的臺灣在地園藝植栽與花卉，配合精美的造園工藝創作，表現健康城市景觀的

生活化及設計感，也令人感受臺北成為「設計之都」的雄厚實力及花博再生風采。此外，主辦單位更規劃了22場結合城市綠化、居家園藝綠美化、親子DIY組合盆栽等多樣性的週末市民講座，並有結合園藝及造園景觀相關資材的展覽活動，歡迎民眾上網 www.2012tgds.tw 瀏覽相關資訊。



目前登場的花博公園戶外景觀設計大賽，可觀賞精美的園藝設計。（圖／臺北市會展產業發展基金會提供）

美術園區

文化、藝術、愛戀

逛完圓山園區，民眾可就近前往美術園區參觀。坐落於臺北市立美術館旁的美術園區，在花博會後大致維持原貌及場地運用，例如提供音樂舞蹈表演的舞蝶館，花博會後仍不時有展演活動；原花博紀念品旗艦館，為推動原民文化推廣保存與休閒育樂，改為原住民委員會設立原民風味館；其他如富含濃厚藝術及多元文化氣息的美術館、台北故事館及世界三大洲庭園造景的寰宇庭園區，讓民眾在此可悠遊於文化藝術的氛圍中。

在美術園區除了感受此處的文化藝術氛圍、原民風味及景觀庭園外，民眾也可以到美術館和台北故事館走走，除了常設展及固定的展設外，有興趣的民眾不妨



花博公園美術園區的亮點舞蝶館，常有各類展演，是喜愛藝文民眾的好去處。

多加留意美術館在新春期間有哪些特展？或是故事館會舉辦哪些文學沙龍、作家散步、茶文化等藝文活動，以豐富精神食糧，也讓新春感染藝文氣息。

新生園區

文創、科技、環保教育

跟圓山和美術園區相隔較遠的新生園區，自有一股靜謐悠閒的氣息，也是很多民眾喜愛的遊憩地點。在花博期間，新生園區的夢想館、未來館及天使生活館吸引眾多人潮，花博會後加入世博臺北館的營運，讓許多民眾得以重溫花博風華，是民眾假日休閒遊憩的好去處。由於新生展館本身即為鑽石級綠建築，加上各展館在文創、科技及環保教育上的運用，以及古意盎然的林安泰古厝民俗文物館，多元化的主題展

示，吸引許多民眾一訪再訪。

走進新生園區未來館，剛好有中國大陸旅行團在導覽人員的帶

領之下參觀館內特色，有些自行前往的遊客在一旁也聽得津津有味。目前未來館運用原有設施，



新生園區未來館的仙人掌模樣可愛有趣，深受歡迎。

繼續以臺灣特有植物結合生態手法，透過影片、植物教室、互動參與手作植栽等方式，讓民眾可以深刻體驗植栽在生活中的應用，年節期間走訪未來館，可以欣賞「花卉主題特展」，包括象徵「好運旺旺來」的鳳梨、「富貴」的銀柳及「迎春納福好運來」的虎頭蘭皆有創意展示，讓人感受春來福到的氛圍。

特別提醒的是，夢想館自今年1月1日起暫時閉館整修，未來將延續第一代夢想館呈現臺灣科技與藝術結合的美麗成果，營造出一個充滿夢想故事的臺灣科技展示館，預計今年8月1日重新開幕，屆時請民眾拭目以待。

變動較大的是原本的世博臺北館，在臺北市政府產業發展局與經濟部工業局聯手打造下，以「臺北機器人館」全新面貌於今年2月6日重新開館，以「機器人」為主題元素的臺北機器人館，添加「智慧自動化」的科技能量，包含巨型古代機器人、鋼鐵格鬥機器人及鋼彈機器人等，帶給民眾耳目一新的視覺及聽覺全新體驗，在有限的空間裡，創造出最大的想像空間，相當值得一看。

天使生活館是花博公園中唯一委外經營的場館，持續以「藝術生活化」為主軸，運用科技及影音等內容，將展示主題結合科技、互動、自然、奇幻、人文與生活，讓遊客身心靈都能沉浸在藝文饗宴中。

在天使生活館業務協理丁宏宇的導覽之下，走覽藝術門廳、智



在天使生活館向機器人揮揮手，體驗互動樂趣。



目前展出的「王者之香」國蘭展覽，喜歡蘭花芬芳的人可千萬別錯過了。（圖／天使生活館提供）



走到天使生活館2樓，可看見由館長賴麗純揮毫的大幅墨寶牆。

動館互動式的機器人智慧生活體驗區、四季花園、天使小徑、影音劇場、藝術品中心、身心靈SPA及咖啡區等，精緻高雅的空間氛圍及美學質感，宛如一個生活櫥



逛累了，不妨坐下歇歇腿，吃份健康養生餐。

窗，吸引許多民眾前來品味及觀賞。館長賴麗純深富人文內涵，寫得一手好書法，也善於開發各種健康養生餐飲，若是有緣的話，來到2樓的身心靈SPA區還可看到她在裡面練習揮毫的情景，牆上大幅墨寶即出自她的手筆。

有趣的是，近來很多民眾喜歡到松山機場附近欣賞飛機，在天使生活館2樓的透明窗，不時可近距離看見飛機從窗外的上空飛過，機腹清晰可見，也成了另一種欣賞旨趣。不只如此，從2樓窗邊還可看到生態池及鳥蹤，讓人在館內就算待上一整天也不厭

倦。

「蘭生幽谷，無人自芳」，從小就愛蘭花香、尋蘭蹤的賴麗純，特別於今年2月策劃「王者之香」國蘭展覽，策展主軸從國蘭的臺灣農業文創進入空間藝術生活美學，希望透過聞香、觀葉、意境與美食等嗅覺的記憶、健康與藝文知識交流、四季國蘭花影動畫等，品味及讓國蘭在臺灣人的生活中生根，在咖啡區也將舉辦與國蘭相關的吟詩茶會等活動，歡迎民眾踴躍報名參加。

►天使生活館

www.angellifepavilion.com.tw

花博物資再利用

環保、經濟、大變身

除了花博公園之外，民眾也可以到一些花博物資再利用的景點看看，例如花博期間民眾爭相拍照的「花博花精靈」，目前的藏身之處是在士林區的內雙溪自然中心；而花博貨櫃屋也變身為貴子坑露營場的淋浴間及風景區的公廁，相當特別。

為了節能減碳，臺北市政府工務局大地工程處於花博結束後即積極爭取可再利用的花精靈吉祥物及貨櫃並加以改裝。花博花精靈經清潔整理及安置後，大大增添內雙溪自然中心的生命力與趣味性，成為遊客攝影留念的熱門景點。

至於花博貨櫃屋，則是用於貴子坑露營場做為淋浴間及指南宮前山停車場的綠能公廁之用。前者利用貨櫃屋分別改造為男、女淋浴間，中央留設兩公尺寬通道，加裝採光屋頂，利用日光節約用電，並考量身障者方便使用，將兩間無障礙淋浴間設在廁所旁，提供貼心的服務；此外，也利用其中一個貨櫃作為志工教室，節省貴子坑露營場整建經費約300萬元。後者則是在貨櫃改造的公廁中，設計太陽能造型板，儲蓄電能作為廁所用電，並設置



在貴子坑露營場，也可看見花博物資再利用的足跡。



花博物資再利用，貴子坑露營場的淋浴間即是花博貨櫃屋改造而成。

雨水回收系統解決用水水源問題，不只環保也節省經費。

從三大園區到物資再生，花博的再利用令人耳目一新，在2013年新春年假時到花博再生點「走春」，重溫花博盛會風華，不只充滿探索美麗的驚喜，也相當具有意義！

►北投區貴子坑露營場

網址：ed.taipei.gov.tw/cgi-bin/SM_theme?page=45c026c3

春節期間開園時間：

- 2/9～10開園時間
8:30～15:00，不供露營。
- 2/11～12開園時間
8:30～16:00，不供露營。
- 2/13～17開園時間
8:30～17:00，提供露營。

創意市集+鄰里深根

玩點子、買創意， 再現青春活力！

文／李寬心 攝影／楊志雄

週末假期，逛百貨公司太老套，電影新片又還沒上檔，卻也不想費腳力爬山騎鐵馬，那麼就來逛逛市集吧！臺北市近幾年興起的週末創意市集，結合了手作、創意、環保的概念，不僅能欣賞各種素人藝術家的創作，還能滿足你的購物慾望，更棒的是商品獨特性高，不怕跟別人撞

衫、撞包、撞飾品，還能支持本土創作，結交身懷各種才華的朋友，還在等什麼？趕緊跟著我們一同ㄟㄟㄟ市集！

西門紅樓創意市集 築夢平台

週末中午，西門紅樓北廣場一大群年輕人，或是手拎皮箱、或是扛著紙箱，在攤位上拆箱擺

貨，棉織彩燈、手繪棉 T、現做銀飾……，整排的攤子、琳瑯滿目的商品，最大的共同點就是，商品結合了手工與創意，而且由本土藝術家親手創作的；下午三點市集開賣，便見人潮往來穿梭絡繹不絕，有來刻個性印章，或挑手工皮件、試創意潮T，伴隨著鄰近的街頭藝人演唱，儼然構成



西門紅樓北廣場一個個白色棚頂攤位，販賣結合手工與創意的商品。

一幅活力、青春、創意無限的畫面。

西門紅樓這棟磚造的八角形建築，其實早在日治時期就是居民購買如花卉、書刊、藥品、醬菜、土產等日常用品的市集，也被稱為新起街市場；戰後改名為西門市場，為臺北市西區的主要民生市場，1997年被內政部列為三級古蹟；歷經了時代變遷，嘗盡繁華沒落，直至於2002年由臺北市府文化局委託紙風車文教基金會接手經營，於此創設「紅樓劇場」，並邀請了許多藝文團體在此表演，才逐漸再現高潮。

2007年結束與紙風車文教基金會合作後，西門紅樓改由文化局自行接管，與臺北市文化基金會共同主辦創意市集，邀請眾多臺灣年輕的文創藝術家一起參與熱鬧擺攤，就此開啟西門町紅樓創意市集的新階段，現在的西門紅樓創意市集，不僅每月規劃有系列主題活動，以往曾舉辦過如吵年獸春節市集、運動市集、義大利市集、熱音市集等，成功提供有心創作、勇於築夢的工藝、藝術創作者，一個分享展示的平台。

當然，除了戶外的創意市集，紅樓室內空間也有極富創意與趣味的文創商店可逛可買，懷舊小書包、再生紙筆記本、還有許多國內設計師得過國外設計大獎的馬克杯、磁鐵掛飾等等生活用品，逛累了，一樓還有露天咖啡座可以休憩喝飲品，受到許多年輕人、觀光客的喜愛，也讓西門紅樓再次成為城市亮點。

►西門紅樓創意市集

時間：每週六 14:00~22:00、週日 14:00~21:30

地點：西門紅樓北廣場

電話：2311-9380轉22

華山町1914市集 微旅行好定點

華山1914文創園區很適合做為假日微旅行的定點，偌大的園



除戶外市集，西門紅樓內極富創意趣味的文創店，也等你細細走逛。



週末假日到華山町1914市集，不但可購買新奇有趣的文創商品，還可欣賞園內的藝文展演。

區除了有各種展覽，還有去年規劃完成，以上映藝術電影為主的「光點華山」，看完早場電影，不妨在園區內的主題餐廳享受早午餐Brunch，下午時分還有讓人目不暇給的創意市集可逛可買，也難怪成為市民眼中極佳的假日休閒場所。作為文創人每年最期待的大型活動「簡單生活節」的場地，更讓華山1914文創園區成為臺北文創最佳的展示平台。

現今湧現的人潮，實在很難讓人與早年的臺北酒廠聯想在一起，而這座創建於1914年，當時日本芳釀社的所在，大概也不

曾預料百年後會成為年輕人的創意樂園。自2007年起華山1914文創園區由於台灣文創股份有限公司接手經營，呈現了更多元的面向，2009年起更開始在戶外園區舉辦「華山町1914市集」，讓週末的活動更加精彩；台灣文創發展股份有限公司企劃陳思吟表示，市集比起藝文展演對於一般民眾來說似乎更容易親近，當初便是希望吸引民眾在週末假日來到華山，逛逛市集裡新奇有趣的文創商品，或是在草地上歇歇腿，進而欣賞園內各類的藝文表演與展覽。



華山町市集每月會搭配園區活動設定主題，讓民眾每次來都能感受不一樣的氣氛。

第二次參加擺攤的手工創作者雜糧麵包表示，參加創意市集不僅可以練習膽量，也能面對面和他人分享創作的理念，甚至是結交同好，收穫不少；另一頭以手工剪刀、手雕木器、鬃刷、花菜籃等為主要商品的「眉角」團隊，他們認為來到創意市集可以讓更多人知道很多老師傅的手藝，也希望多少能對這些手藝傳承有點幫助；陳思吟則強調，華山町市集歡迎不怕風吹日曬，懷抱與更多人分享自己手作商品或風格獨特的創作者，也期盼更多人加入華山町市集的行列。

為了讓市集更能融入華山園區，每月會搭配園區的活動來設定市集主題，讓民眾來華山園區時能感受不一樣的氣氛。像是去年曾配合英國文化節舉辦英國風市集，除了邀請英倫風格的手創攤位，還有英倫風服飾搭配，就像是一場異國party；又如華山樂活

節，便會邀有機小農來參與，聖誕節、新年等大型的節慶，更會擴大邀請各類創意禮品攤位，讓你買得更具創意與趣味。

▶ **華山町1914市集**
時間：不固定週末，配合園區展覽活動舉辦
部落格：blog.roodo.com/hs1914
電話：2358-1914



想仔細找手創小物，不妨到華山町市集挖寶。

四四南村簡單市集 樂活好簡單

緊鄰著時尚光鮮的台北101大樓與世貿中心旁，有一處結合樂活農業、文化創意、手工藝、藝文表演的另類市集，假日一到便熱鬧登場；想買自然小農的蔬果、想賞文創、看表演，這兒一應俱全。

這裡是由中子文化與248農學團隊共同舉辦的簡單市集（Simple Market），談起創辦初衷，中子文化行銷企劃副理陳怡如說，國內有許多農民用心地耕種出很棒的在地好食材，也有許多將創意、創作轉化成實際行動，勇於追夢的年輕人，於是想要開闢一個小小的交流平台，期待把臺灣最真最美好的人事物聚集在這裡。中子文化因此找上了原本便固定舉辦有農民市集的248農學市集，促成這樁美事；248農學市集聯絡人李建誠表示，原本248便一直想把「農民市集」變成除了農友之外，還有文創、手工藝、藝術表演的市集，和中子文化的合作提早實現了這個夢想。

陳怡如進一步解釋，簡單市集很鼓勵且支持大家自己動手做具有原創性的生活用品或設計小物，在市集裡交流分享或販售。創作類型與形式不限，可以是互動表演、現場做的畫，也可以是充滿故事的旅行背袋或明信片，帶著認識新朋友與分享的良善精神與態度，在鄰近城市商業中心擁有一個舒服自在的轉角。於是，簡單市集成為了不使用農藥、化學肥料、除草劑、生長激素等用心的小農推廣自家農產品的平台，又成為羊毛氈玩偶、手工帆布包、拼布等創作者的展示舞台，還有可以坐下來欣賞聆聽的動態表演。

簡單市集坐落於信義公民會館，本身便是一處結合懷舊文化與新創意的特殊景點。對許多老臺北人來說，信義公民會館不如原名「四四南村」來得讓人熟悉，這是臺北市最早的眷村所



緊鄰台北101的四四南村，雖少了時尚感，卻多了份質樸。



可愛的小盆栽，令人愛不釋手。



走入四四南村，很能感受當年眷村居民的生活種種及歷史刻劃的痕跡。



四四南村內的文化美食空間「好, 丘」, 可買到各式MIT伴手禮。

在, 後因都市發展的關係多已改建, 少數保留下來的區塊由臺北市政府民政局加以規劃改造, 以信義公民會館及眷村文化公園的面貌重現。

在市集起步之後, 2011年中子文化又承租下信義公民會館的C館, 更進一步營造為結合創作品牌、在地食材等元素的文化美食空間「好, 丘」, 特別是標榜著以臺灣食材製作出的貝果 (Bagel), 是到此地必吃的美食之一。目前已推出的口味就多達20多種, 像是土鳳梨、地瓜、芒果、黑糖紅豆、黑糖巧克力、胡蘿蔔……, 還不斷地推陳出新, 讓常客也百吃不膩。此外, 這裡還展售許多MIT的伴手禮, 從茶葉、調味料等食品, 到肥皂、T

恤、筆記本等生活雜貨, 兼具樂活與創意的商品琳瑯滿目; 再加上假日午後的簡單市集, 比起百貨公司裡的美食、精品, 這兒可絕不遜色!

►四四南村簡單市集

時間: 每週日 13:00~19:00

地點: 信義公民會館中央廣場

網址: tw.streetvoice.com/users/SimpleMarket



天母生活市集裡, 充滿在地人的生活況味, 來此不僅可挖二手寶, 還可以將家中多餘的物品帶來捐贈。



假日空閒時分，不妨與親友一起逛市集挖寶。

天母生活市集 找到生活況味

2012年榮獲臺北商圈最優行銷獎的天母生活市集自2007年暑假開辦，可說是前輩級的創意市集，由天母商圈發展協會發起，最初為了凝聚社區意識，以「Weekend Tianmu · WeCan 天母」為口號，希望把天母塑造成為臺灣創作者的搖籃，發展公共藝文活動在地生根的第一站！

已經5歲了的天母生活市集，並不以創意市集自稱，堅持是生活市集，不要過多的藝術包袱，一如其市集網站裡的自我期許「希望這裡是民眾可以跟著家人和朋友晚餐後散步晚風中；或者，和心愛的人牽著手逛逛新鮮事物的地方。」也的確，來到天母生活市集，可以發現沒有過分商業包裝的創意商品，講究純棉、環保的帆布包，或者以羊毛氈作成的手機套、電腦包……，帶一點樸拙或童趣，滿是手感的各類創作商品。

除了是創意、音樂、設計和年輕活力的集中地，天母生活市集的二手市集更是廣受民眾喜愛，週末午後時分，便可見闔家大小一同來這兒尋寶，市集裡不僅有



一攤攤擺在地上的各式玩意兒，種類繁多，令人目不暇給，考驗你精準的眼光。

小朋友最愛的玩具、年輕人的潮T、潮鞋、阿公的老人茶壺、阿嬤的珍珠項鍊……生活中的各種物品在這兒都找得到。市集西側服務台則是協會為各弱勢單位設立的募集櫃台，民眾可以將多餘的物資帶到這裡捐贈，由協會集結後再轉送至弱勢單位。

下次來到天母市集，不僅要看創意、挖二手寶，也別忘了把家裡多餘的物品一同帶來，送給需要的朋友！

▶天母生活市集

時間：週五 16:00~22:00、週六 09:00~22:00、週日 15:00~21:00

地點：天母西路天母停車場士林 1 號廣場

創意市集無非為西門紅樓、華山1914文創園區、四四南村、天母商圈，增添了更多的青春與活力，也成為藝術創作者與民眾互動的最佳平台；民眾如果想撿便宜、買創意、玩新奇，千萬別錯過臺北各地的週末市集。

舊物再生+生生不息

二手物、尋寶記， 重燃舊物魅力！

文／鍾文萍 攝影／楊智仁

基於「除舊布新」的傳統習俗，過年前向來是大掃除丟棄舊物、採買新貨的超級旺季——且慢！基於愛物惜物、減少浪費的原則，下手採購前先到二手市集逛逛，或許你能找到省錢又好用的超級好康。

19世紀末的法國巴黎是二手市集的起源地。全世界公認走在時尚尖端的法國人卻也崇奉「不花錢也優雅」的小資哲學：東西合適最重要，不一定要花大錢買；

選擇價位相對低廉的二手商品，不僅可以把錢省下來或用於其他更重要的支出，還可減少廢棄汙染、避免浪費。對許多重視環保與生活時尚概念的人來說，二手舊貨的魅力不亞於復古商品，這種做法更務實、更具再生概念；就城市空間品質而言，二手市集是行動綠化的指標之一，對於推動環保大有助益。

綠天使二手衣著專賣站 兼具環保與公益

二手貨不一定陳舊，只要保存得宜，其中蘊含的歲月質感是新品遠遠不及的。「臺北人眼光品味獨到，對良好二手物品的接受度出乎意料的高。」綠天使二手衣著專賣站行政主任陳玥伶這麼說。

這是一處倡導環保再生、創造弱勢就業機會的專賣店，專門收購、出售、交換二手服飾與配



創造弱勢就業機會的綠天使二手衣著專賣店，販賣的服飾雖是二手貨但品質值得信任。



兼顧精緻與歲月質感的各種二手飾品，令人心動地想買回家。

件，店內員工以身心障礙者為主，負責將收來的衣服整理熨燙，以企業經營的模式，達成環保與公益雙重目標。陳玥伶表示，雖是二手店，但為了保障消費權益，店內對於貨品來源篩選相當嚴格，除了必須是九成新以上的百貨公司專櫃品牌及國內外設計師的作品之外，同時不能有任何破損、泛黃或起毛球，雖然因此經常面臨貨源短缺，但對品質的嚴格要求卻讓綠天使獲得消費者更多的信任與喜愛。

賣二手物品，定價是門大學問。開店之前，陳玥伶花了足足半年時間跑遍各大百貨公司專櫃與特賣會，和專櫃小姐「搏感情」學著如何定價、辨別仿冒品，久而久之也摸索出一套心得來。「精品要先看五金銅扣的重量和觸感，品牌服飾要先看洗標，通常洗標越詳細甚至很多層的，真品的機率就越大。」櫃台前有一盞標準色日光燈可供判定服飾的品牌、顏色和質地，為的就是避免消費糾紛。

由於件件都是叫得出名號的品

牌服飾，買起來特別放心，也因為每一款都只有一件，流通速度快，特別給人一種「現在不買，下次就沒有了」的緊張感，加上定價都只有百貨公司的兩折甚至一折以下，在這裡血拚幾乎沒有罪惡感，買起來更過癮。

「每次下班路過這裡，都忍不住進來看看有沒有什麼便宜新鮮貨可以買。」住在民生社區的江小姐這天花了不到一千元買了H&M的毛線長版外套和23區的黑色高領衫，又用六千元買下一件原價三萬多的夏姿寶藍色絲質棉襖準備過年時送給婆婆；另一位林太太發現一雙幾乎全新的sense1991平底鞋標價才兩百五十元，不假思索立即掏錢，兩人都興奮的大呼划算。

陳玥伶笑著說：「想給身心障礙朋友最直接的鼓勵，不用捐款，不用當義工，只要來店裡shopping就可以。」這真是最令人愉悅的打氣方式了。除了購物，也能帶著自己的衣物來進行鑑價收購，有賣有買，消費起來更痛快！

▶民生店

地址：民生東路4段89號

電話：2545-0038

▶和平店

地址：和平東路3段341巷7號

電話：2378-0218

▶忠孝店

地址：忠孝東路3段231號

電話：2711-5322



每一件二手衣都經過嚴格篩選並細心整理，美麗如新。

再生家具展示場 無與倫比的舊物魅力

前陣子英國《每日郵報》報導一名婦女透過二手物品回收網站獲得的二手廚具、家具裝潢新家，竟混搭出許多名人花大錢刻意營造的「破舊時尚」(shabby chic)風格，省下至少2萬英鎊(新臺幣94萬元)。這名婦女說，很多人不願使用二手物品，然而這樣的購物方式，卻讓她得以在有限的經濟能力下過得舒適又自



臺北市的再生家具展示場，為每一件陳舊家具施了魔法，是尋寶的好地方。



用腳踏車輪子做成的桌椅組，頗富「新」意，相當討喜。



經過師傅的巧手，便可讓破損的腳踏車起死回生。



各式回收的木製家具經過拆修後煥然一新，深受民眾歡迎。



再生木製品化身成盆栽台，為居家生活質感加分。

在。如果你也想起而效法，臺北市幾處再生家具展示場絕對是尋寶的好地方。

再生家具展示場隸屬於臺北市政府環境保護局，主要貨源是民眾棄置的舊家具，清潔隊回收後送到工廠，由師傅重新整理、換裝、上漆，再以市面一至三折的低價起標，採每週現場競標的方式出售。修繕師傅均由具有木工、修理沙發、自行車專長的清潔隊員擔任，深具專業水準，平均一年修復一萬三千件，賣出率達到九成以上，相當受歡迎。

家具班班長陳世賢表示，回收家具以木製品最多，拆拆修修，往往可以改頭換面，變成與原來用途截然不同的新家具，絕大多

數都是僅此一件。例如學校回收的舊課桌椅可以改造成餐桌、邊櫃，神桌改成茶几，中間挖個洞還可以放茶盤，材質細膩優良的樟木木板釘成古色古香的儲物箱，一組上好的花梨木神桌市價至少三、四萬元，經過擦拭、整修上漆後煥然一新，只要250元起標。腳踏車也是回收品大宗，以恢復原有騎乘功能為主，每個師傅一天可修復三、四輛，每輛500元起標，前兩年全民鐵馬熱正夯的時候，這裡的二手腳踏車幾乎是一推出就被搶光。

陳世賢指出，臺北人「比較捨得丟東西」，因此臺北市回收資源的品質往往是全臺最好的。像許多沙發都是整組整套被丟棄，

收回來後重新繃皮、縫合修復，底布用的是每次選舉滿天飛的旗幟，非常耐用而且免費，常有房東或學生專程來挑貨，因此展示場會在每年八月底至九月開學前舉辦「學生週」，搶便宜好貨，動作不夠快，可是會向隅！

►內湖展示場

地址：行忠路178巷1號

電話：2796-2062

►萬華展示場

地址：環河南路2段102號

電話：2308-2600

►文山展示場

地址：興隆路4段105巷31號

電話：8661-0929



撥盤式電話有著濃濃懷舊復古風。



可愛的大同寶寶，相當討人喜歡，深具收藏價值。

永春二手市集 傳統市場新魅力

基於有效活化市場閒置空間，永春市場幾年前在臺北市府產業發展局與市場處等輔導下，在二樓開起了二手拍賣市集。寬敞明亮的空間走道，輕快流竄的音樂，百家爭鳴的攤位看板，營造

出完全不同於傳統市場魚肉青菜的賣場氛圍，讓人不由得眼睛一亮。

如果你以為二手市集只是民眾出清家中雜物的跳蚤市場，來到這裡肯定喜出望外，因為可以找到不少風格獨特的商品，例如保

存良好的精品包包、泛著歲月光澤的名家小提琴、古董真空管黑膠唱盤……吸引不少識貨行家前來掃街，只要多些耐心尋找加上一點好運氣，幾百元都有可能買到名牌或優質好貨。

家住文山區的單親媽媽徐小



永春二手市集中的二手包包非常搶手，是撿便宜找好康的好所在。

姐常從家裡扛著大包小包來這擺攤，成績不差，她的小攤以名牌包包最受歡迎。她笑說，家裡有媽媽、妹妹、姑姑、阿姨十幾個女人，什麼沒有，衣服、包包最多。對面賣古董音響、家電的蔡先生也有不少私房好貨，從大同寶寶到古董喇叭、CD唱盤、美式咖啡機、撥盤式電話，吸引不少發燒友前來尋寶。

對消費者而言，到二手市集撿便宜，具有愛物惜物、對抗不景氣，同時訓練自己挑貨眼力的積極意義；對攤商來說，這是個整頓手中珍品的買賣平台，兩相歡喜。連一樓擺菜攤多年的老闆都想讓自家兒女到二樓創業。亦舊亦新，二手貨的重生樂趣，也為永春市場打造出結合傳統與新潮的嶄新魅力。

►永春市場二手市集

地址：松山路294號2樓（永春市場樓上）

電話：2769-5123

西關二手市場 舊愛新歡見面會

30歲的沈小姐當了幾年光鮮亮麗的粉領族，以前常採購新衣新鞋充行頭，最近失業準備改行加入SOHO族，才發現只要兩套家居服就足夠，因而興起了當二手攤商的念頭。在西關二手市場中，2公尺見方的小攤上都是她珍藏多年的寶貝。「用不到的衣服包包拿來換現金，還能清出家裡不少空間，一舉兩得。」她說。

西關二手市場的構想源於歐洲戶外露天市集，有二手物品區，也能以物易物，最重要的原則是「拒絕新品和批發商品」，每月第二、四個週六下午在電影主題公園廣場開賣。或許是地處潮流聖地的緣故，西關二手市場許多攤主與商品特別有型有款！另一項特色是，會因應季節特別策劃主題，例如去年10月有攤主精心打扮、以音樂與戶外電影為主題的「萬聖小派對」，寒暑假則推



到二手市集尋寶，除了愛物惜物，更可對抗不景氣。



地處潮流聖地的西關二手市場，攤主與商品特別有型有款。

出「嬉、鬧、閱、讀」活動，以書會友，以書易書，一整個超有書卷味！

資深買家陳小姐以過來人經驗建議，有時間的話，不要太急，花點耐心慢慢逛，因為好東西不會早早賣完，有些賣家為了維持人氣，會將好貨輪流分批擺出來。因此逛累時不妨坐下來喝杯咖啡、吃份鬆餅，再繼續第二輪的「尋寶大作戰」。發現好貨、撿到便宜的魔力，保證讓你逛到腰痠腿疼也甘願。

►西關二手市場

地址：康定路19號

電話：2312-3717

網址：taipeicinemarket.blogspot.tw

潮流品味周而復始，也因人而異，別人用不到的物品可能是你眼中的寶藏，過時的服飾經過歲月更迭，也可能轉化成時下追逐的經典流行。新年打造新氣象，別急著採購新品，到各大二手市集仔細尋找，舊物也能搭出儉約新時尚！

臺北 新十大 建設

Ten Major Projects of Taipei



臺北雙子星大樓完工後，預計將帶來每年約300億元以上的營收。（此為模擬圖）

創造財富與希望的新願景

文／郝龍斌 圖／臺北市政府提供

臺北是一座可愛的城市。臺北的可愛，是幾十年、甚至上百年的臺北人共同努力的結果；我真心希望，能跟市民朋友一同努力，繼續創造新的願景，讓臺北未來能夠成為人人富裕而友善的城市。

或許有人會懷疑，面對經濟倒退、物價上漲、失業率上升的情況下，我們還會有願景嗎？但是我認為，願景是靠大家努力創造出來的。

沒錯，臺灣確實面臨很大挑戰，但回顧民國62年，除了國際金融衝擊、糧食價格上漲、第一次石油危機之外，中華民國剛剛被迫退出聯合國，臺灣民眾面臨的不僅是經濟危機，更是國家存亡的信心危機。

就是在這樣的時空背景下，當時的政府推出了今天我們仍耳熟能詳的「十大建設」。在國內外環境最惡劣時刻，這十項重大建設不但從根本改造臺灣的基礎建設和產業，更重要的是，為當



松山機場開發完工後，將提供商務人士更完善的服務。

時陷入一片恐慌的人民創造了願景，使政府和人民團結起來，只用了短短五年時間，讓臺灣脫胎換骨，成為四小龍之首。

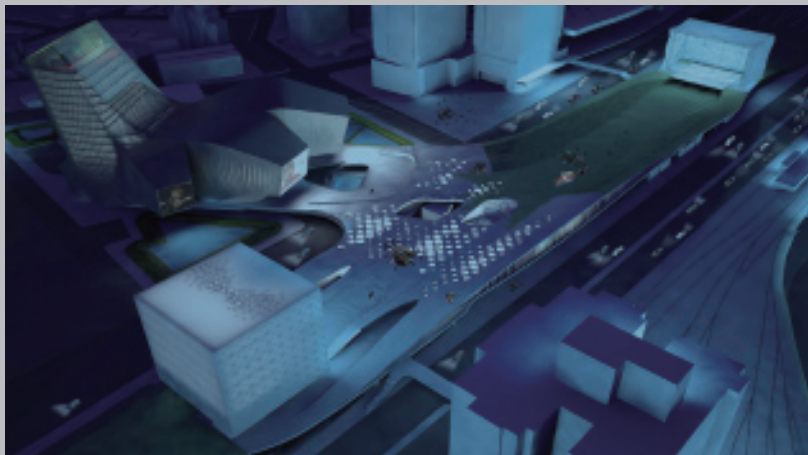
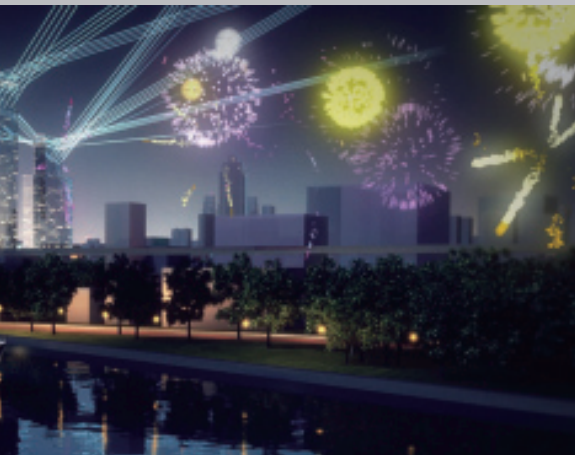
這是我們的典範。

因此，我決定用我最後兩年任期，全力推動「臺北新十大建設」，包括：臺北雙子星、松山機場開發、捷運信義線及松山線、光纖到府等四項計畫，全面提升未來臺北交通建設與服務；

雲端園區、臺北資訊園區BOT案（臺北秋葉原）、臺北藝術中心、北部流行音樂中心、臺北影視音產業園區，以及臺北城市綠丘（世貿二館開發）等六項計畫，則是完善未來產業發展環境，為企業創造競爭力。

這十項重大建設，將針對經濟發展的兩大基石：交通與產業，打造全新的願景。

例如今天全臺灣都在談雲端科



北部流行音樂中心未來將是一處充滿音樂能量的場域。(此為模擬圖)



北市府傾全力協助臺灣電影產業發展，圖為電影《南方小羊牧場》在南陽街封街拍片現場。

技，臺北早就已經展開行動，不但幾年前完成了無線寬頻建設，現在更進一步在全市雨水下水道鋪設光纖網絡，預計四年後直達所有市民家中。

有了光纖，才能真正落實雲端產業。我們積極規劃的雲端園區和影視音產業園區都已經在上個月正式啟動。

臺北新十大建設，是市府未來五到十年的重大投資，雖然市府的投資並不多，但是我們以政策帶動民間投資，預期將吸引總計超過3,700億元的投資，創造5萬7,000個以上的工作機會。這只是保守估計，事實上，當這些計畫

啟動，從設計規劃到工程興建，都需要投入資金和人才，勢必帶動周邊區域與產業飛躍成長。

就像捷運，我們很難想像，如果沒有南港線，如何開發南港軟體園區，更不會有今天繁榮的南港區。未來隨著信義線、松山線陸續通車，沿線大同區、中山區、松山區及信義區的前景也將更為看好。

因此我們相信，當這十大建設完成後，將使臺北成為一個更富裕繁榮而且多元的城市，而這也正是我規劃推動臺北新十大建設的最重要目標。

危機就是轉機；面對經濟危機，現在是我們開始行動的最佳時刻！我們一起努力，創造一個有願景的臺北市，為下一代打造一個充滿希望的未來。



臺北藝術中心規劃了3座劇院，營運後預計每年可舉辦至少600場表演活動。(此為模擬圖)



捷運信義線與松山線通車後，沿線大同區、中山區、松山區及信義區的前景更為看好。

臺北 新十大 建設

Ten Major Projects of Taipei



小檔案

文字整理／潘逸凡、廖雅琴、司徒詠
圖／臺北市政府提供



1. 臺北市雙子星大樓

投資金額：630億元（民間投資）

興建期：103年5月～107年3月

預期效益：

- 估計完工後創造就業人數約23,000人
- 由國外至少引進投資資金200億元
- 每年約300億元以上營收
- 政府稅收每年增加約11億元以上
- 國民所得每年增進約65億元
- 預估帶動土木建築等營建市場至少580億元





2. 松山機場改造

投資金額：400億元（中央100億元、民間300億元）

興建期：最快103年底選出開發業者

預期效益：

- 估計完工後創造就業人數約11,000人
- 關聯產業廊帶開發面積約5公頃，預計招商吸引300億元投資
- 營運期間每年營業額約160億元
- 未來以「首都商務機場」為發展目標，預期引進會展（MICE）、購物、旅館及航空關聯產業等商務機能，提升東北亞四核心都市（臺北、上海、東京、首爾）商務人士之服務。
- 建立首都門戶核心意象，推動周邊土地都市更新，提升臺北於亞洲地區的經貿競爭力。

3. 捷運新建工程

投資金額：捷運松山線工程499.3億元（中央141.24億元、北市府358.06億元）、捷運信義線工程338.62億

元（中央104.99億元、北市府233.63億元）。

興建期：捷運松山線工程95年8月～102年12月（完工時程檢討中）、捷運信義線工程94年4月～102年2月，後續執行信義路環境暨路面更新改善工程併系統穩定性測試、初履勘作業同時進行。

預期效益：

- 提升可及性：信義線通車後，台北101／世貿站至台北車站僅需11分鐘；松山線通車後，台北小巨蛋站至西門站僅需9分鐘。
- 增加轉乘車站：信義、松山線完工後，臺北捷運再增加7個轉乘車站，並且與台鐵間再增加1個轉乘車站，其中信義線為：新店線的中正紀念堂站、新莊線的東門站及文湖線的大安站，松山線為：南港線的西門站、淡水線的中山站、新莊線的松江南京站、文湖線的南京東路及台鐵松山站。
- 分擔南港線人潮：紓解南港線人潮擁擠，每日約30萬人次受惠，利用交會站的轉乘功能，強化整體捷運路網的運輸服務及效益。



4

4 光纖到府

投資金額：386億元（民間投資）

興建期：102年～105年

預期效益：

- 提供市民低價高速的光纖服務：提供市民100M以上頻寬之優質電路服務；租用費率低於中華電信當期公告價格11%以上。
- 降低公帑支出：提供北市府相關機關、學校、機構電路租用費率低於既有契約或支付GSN公告的7%，以預算4億元估算，每年約節省公帑2,800萬元，並提升公務電路服務品質。
- 提升資訊教育品質：配合教育雲之推動，提供各級學校100M以上頻寬，連接至TANET中心或北市府規劃單位，提升資訊教育品質。
- 照顧弱勢族群、降低數位落差：對於中低收入戶、身心障礙、原住民、弱勢族群及社服團體，享有電路租用費率5折的折扣優惠，以降低數位落差。

5. 臺北市雲端產業園區

投資金額：47億元（民間投資）

興建期：103年3月～105年12月

預期效益：

- 估計完工後創造就業人數約4,000人
- 創造400億元產值
- 自土地交付後，北市府每年可收取土地租金，挹注市庫收入。
- 地上權存續期間可增加房屋稅及營利事業所得稅稅收
- 周邊規劃增設停車位，除設置法定停車空間外，另至少增設汽車200位、機車300位，改善周邊停車問題。
- 提供約2萬坪總容積樓地板面積供雲端產業使用



6. 臺北影視音產業園區

投資金額：350億元（北市府50億元、民間300億元）

興建期：103年1月～105年12月

預期效益：

- 估計完工後創造就業人數約5,994人
- 政府可收取權利金約12億元
- 政府可收取土地租金約10億元
- 創造建築、電機、景觀等營建開發業界就業機會
- 提供影視音產業優質專業場域，進行人才培育，提升城市影視音競爭力。

7. 臺北資訊園區BOT案

投資金額：約48億元（民間投資）

興建期：99年7月～102年12月

預期效益：

- 估計完工後創造就業人數約1,500人
- 政府可收取權利金10億元、營運期土地租金約2,300萬元，以及房屋稅稅收。
- 在50年之契約期間，預估中央政府可增加營業稅及營所稅達70.6億元。
- 預計提供汽車454位、機車1157位，紓緩周邊停車問題。

- 提供至少50%樓地板面積供資訊相關策略性產業使用，促進資訊相關策略性產業發展。
- 期能帶動八德電子商圈整體之發展與升級，促使臺灣3C消費市場邁入國際。
- 結合鄰近臺北科技大學的學術資源、華山文化創意園區與建國啤酒文化園區等文創業，帶動周邊商業發展。



8. 臺北藝術中心

投資金額：53.7億元（北市府）

興建期：101年2月～104年12月

預期效益：

- 估計完工後創造就業人數約2,376人
- 3座劇院每年至少600場表演活動，觀眾人數推估可達45萬人次、周邊觀光人數推估可達15萬人次，期望建構成具國際吸引力之多樣化與高密度的「文化藝術旅遊產業價值網路」，並以國外為例，預期於文化觀光中每1美元之直接消費將帶動其他1.8美元之間接效益。
- 鄰近交通、市政、金融、藝文的薈萃交集地，此地將躍升為高品質的生活圈，提升都市整體結構及生活品質。



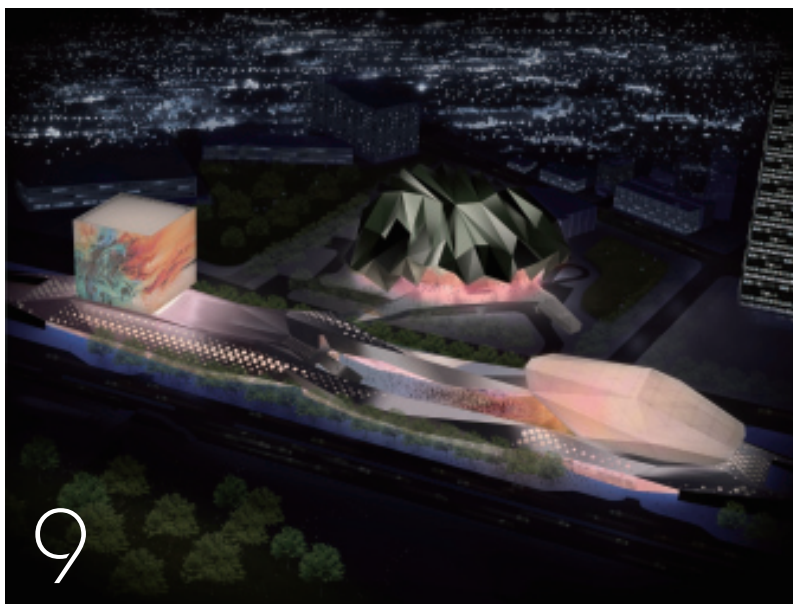
9. 北部流行音樂中心

投資金額：44.5億元（中央）

興建期：102年～105年

預期效益：

- 估計完工後創造就業人數約2,600人
- 正式營運後之第三年為計算基礎，流行音樂相關產業產值如演出場館之演出票房、場地收入以及育成中心、錄音室等區之場地收入，一年估計約17.7億元；另包括商店街及餐廳，整體北部流行音樂中心內產業供應鍊年產值可達36億元。
- 正式營運三年後可培訓出流行音樂產業相關人才每年500人，未來隨營運發展可逐步成長至每年1,000人。
- 在北部流行音樂中心多樣化的活動以及藝文氛圍的薰陶下，每年至少可以吸引|80萬以上的人流。





10. 臺北城市綠丘（世貿二館開發案）

投資金額：450億元（民間投資）

興建期：102年11月～105年12月

預期效益：

- 完工後預估就業人數約7,165人
- 北市府可收取權利金268.88億元，自土地交付後每

年可收取土地租金約2.3億元，挹注市庫收入。

- 預估地上權存續期間（50年），政府可增加房屋稅、營業稅及營所稅。
- 增設至少31席大客車停車位，改善周邊停車問題。
- 提升並活絡信義商圈觀光、會展等發展，創造首都的國際意象，成為功能性完全的一級商圈。



2013臺北燈節×陽明山花季

驚豔登場

文／廖雅琴、潘逸凡 圖／臺北市政府民政局提供 攝影／王能佑





以「莊周夢蝶」創作的花燈，令人恍如置身於故事中。

過年囉！過完充滿溫暖、團圓氣氛的農曆年節，還要提燈籠、賞花燈、過元宵，才算熱熱鬧鬧圓滿迎接新的一年！趁著好天氣，不妨前往陽明山走春、湊湊花季的熱鬧，一路玩到三月。

今年的臺北燈節特別不一樣

臺北燈節自1997年開辦以來，展出場地多以在中正紀念堂、國父紀念館、市民廣場等處為主，今年首度移師花博公園圓山、美術園區，運用公園地景特色，陪你度過最絢爛、溫馨的元宵佳節。

從2月21日至3月3日，民眾在圓山園區可看到「虛擬劇場」、「故事臺北」、「圓山地景」、「國際／企業」、「學生小型」、「環生方舟」等燈區，在美術園區則有「美術地景」、「生命之源」、「學生大型」等燈區；另外，即日起中山北路1至3段、捷運民權西路站至圓山站的「幸福燈海」燈區提前閃耀。九大燈區讓臺北市中心的夜晚繽紛

奪目，喜歡花燈的民眾不妨盡情走逛、飽覽各形各色、別具創意的城市燈海。

虛擬舞臺 視覺饗宴

今年臺北燈節最大的特色，就是耳目一新的燈區展示及主題內容。主燈「虛擬劇場」相較於以往的實體主燈，為一360度虛擬舞臺，並在原有結構上加工，以裝置藝術的設計，展現令人驚豔的全新風貌，展演內容配合生肖「蛇」為主題，推出世界各民族的神話故事，結合聲光、3D動畫、煙霧、水、雷射及多層次影像推出的高科技展演，營造震撼的舞臺效果。

美術園區搭配花博原民風味館、迎客坊及周遭水池、土坡等地形，以「生之禮讚」為主題，透過臺灣原住民代表性的神話、愛情故事、工藝、圖騰展現原住民的力與美及純樸風貌，加高加大的落地燈座拉近與觀眾的距離，造型豐富、色彩多變。

看見老臺北的故事

走到「故事臺北」燈區，透過花燈緩緩述說清代至今中山、大同這兩區早期開發過程的歷史記憶，包括大稻埕茶行布商的繁榮興盛、馬偕博士傳教行醫、基督教大稻埕教會、孔廟、保安宮、台北霞海城隍廟、文昌宮等信仰中心的故事，這也是臺北燈節首次以城市歷史與在地文化為主題所規劃的燈區，極具可看性。

在花博主展場之外，綿延中山北路1至3段的「幸福燈海」更是今年不可錯過的特色燈區。「幸福燈海」由中山北路與市民大道交叉口開始，延伸至中山橋



蛇年到來，與親友一同賞花燈，最能感受濃厚的元宵佳節氣氛。

為止，配合中山北路歷史發展及街道特色，每一路段皆有不同的設計主題，像是傳統年節喜慶花窗、歷史建築風華、時尚精品風格、幸福浪漫的愛情氛圍、異國情調等，無論漫步或乘車遊賞，都可探訪中山北路百年之美。

此外，臺北燈節每年也吸引各寺廟盛情參與、共襄盛舉，重塑傳統年節熱鬧文化。

燈節期間，臺灣省城隍廟的燈謎擂臺，是臺北燈節最具特色的傳統元宵活動之一，不妨與親朋好友共同腦力激盪尋找燈謎答案，感受濃厚年節風味；而著名的台北霞海城隍廟則有「來大同鬧元宵——拜月老求幸福」活動，安排了大同區文化展演，現場還有許多互動活動，讓民眾大顯身手，使一年一度的元宵佳節過得熱熱鬧鬧、歡笑不斷。

此外，臺北燈節還規劃了許多精彩活動，在爭艷館舞台區，每日下午有大同區各學校、團體的舞蹈、帶動唱及偶戲表演，同一時段也不定時可試吃美食，包括



燈節期間，整個城市的夜晚都亮了起來。

鬍鬚張滷肉飯、維格鳳梨酥、米粉湯、油飯等限量供應；爭艷館每日下午5時則是「夜市美食」時間，寧夏夜市、大龍夜市、延三夜市美食紛紛出籠；接著下午6時至8時還有「平安茶」時間，民眾可邊喝茶邊聽搖滾、民歌及流行音樂等表演。特別的是，2月24日元宵節當天下午2時，民眾至爭艷館可索取由紙雕師洪新富示範製作、城隍廟免費提供的蛇年小提燈，限量1,000份，喜歡的民眾可千萬不要錯過囉！

長達26天璀璨繽紛的燈節歡迎

民眾一家大小同臨燈節會場，一起在臺北，過好年！

►2013臺北燈節

時間：2/6~3/3

2/21~3/3

地點：花博公園圓山、美術園區及中山北路1段至3段周邊

電話：1999（外縣市請撥02-2720-8889）轉6237

網址：www.taipeilanternfestival.com

城南寶藏巖燈節 如畫美景

燈節期間，城南之丘寶藏巖，推出以「如畫美景」為主題的燈節展覽，一路閃爍到四月底。從2月23日至4月21日為期兩個月的元宵慶典，結合視覺、表演、設計、建築等不同領域，共11組藝術團隊、約20名藝術家參展。

在此你可欣賞到，當代藝術團隊豪華朗機工的作品〈日光域〉，該作品募集廢棄燈具，最終匯聚如同太陽般自然閃爍，在寶藏巖歷史斷面上陰晴圓缺；你也可能被知名照明設計師與燈光藝術家賴雨農的〈The Light Dam〉所吸引，該作品由數十個塑料的充氣小方盒氣球組成，每個單元體都有可吸收光能轉化為電能的裝置，只要遮住裝置將影響光的回收循環作業，隨著與人接觸產生最直接的互動，傳達光不僅可看到、還可觸摸的感動。

此外，於2月23日的開幕晚會，還有太陽劇團首位臺灣舞者、美國科羅拉多大學駐村藝術家張逸軍，在寶藏巖國際藝術村的自然環境舞蹈劇場演出。

燈節展覽期間所有活動免費參加，專屬於寶藏巖的藝術能量，等你細細品味。

►2013年寶藏巖國際藝術村燈節展覽

時間：2/23~4/21

電話：2364-5313

地址：汀州路3段230巷14弄2號

開幕晚會：2/23 19:30~21:00



想與光互動嗎？賴雨農的〈The Light Dam〉，看得到也摸得到光的感動。（圖／寶藏巖國際藝術村提供）

來陽明山花季浪漫一下

春天的腳步近了，陽明山的櫻花開了，搖曳生姿的花兒，正輕巧地對遊客們展露笑顏。今年的陽明山花季，於2月下旬至3月中旬浪漫登場，民眾可由仰德大道上山，行經林語堂故居、花卉試驗中心、中山樓、前山公園與陽明公園，一路春意綿延。

今年陽明山花季活動延續著兼顧藝文及環保主題，呈現陽明山自然風華。將透過美聲傳唱、DIY活動、民俗表演、音樂演奏等各類表演節目，讓上山賞遊的民眾，不但可以閒情漫步享受花朵簇擁的繽紛景致，也可以參加主辦單位精心規劃的各項活動，與大地一同迎接春天。此外，為了凝聚遊客心懷疼惜大地之情，特別舉辦花季「清山淨水」壓軸活動，邀請民眾參與園區內環境清潔，期盼以「珍重大地，花季再見」劃下完美句點。

春櫻正向你招手

陽明山上共栽植約2,400多株各式品種的櫻花，豔色繽紛的八重櫻與早生櫻花，搶先在山嵐中綻放，花季期間，來到主展場花鐘廣場，即使不耐爬坡也能親近觀賞八重櫻燦爛花開之姿，搭配今年布置的花牆、園藝造景，不妨在此停留拍照留念。另外，陽明公園的蔣公銅像區、水濂洞區、悟篤亭一帶，也是欣賞八重櫻婀娜多姿身影的極佳景點。

或者，漫步於蘭亭、小憩亭、王陽明銅像之間的櫻花林間，以及湖山綠地、前山公園、第二停車場，一探山櫻花、吉野櫻、大島櫻等繽紛壯麗的景象。嬌豔欲滴的昭和櫻，花開時嬌羞動人、花落時如雪飄飛，最佳的觀賞地點在噴水池區周邊，粉嫩春櫻與青山水色相互輝映，春天就該如此生氣蓬勃。而在滿山櫻紅的花海圍繞下，花色淡雅的吉野櫻格外顯得清新脫俗，民眾可在遊客服務中心、噴水池對面綠地、公



趁著假日，前往陽明山花季主展場花鐘廣場賞花，參與主辦單位舉辦的各式活動。



陽明山百花爭妍，一片春意，不妨在此駐足拍照，留下美好回憶。

車總站旁綠地等，一親芳澤。

杜鵑花開喜迎春

陽明山花季除了賞櫻，姿態親和的杜鵑花，也在此時節花開遍地。陽明山上共栽植約4萬多株杜鵑花，每年2月至5月間，是金毛、平戶、西洋等各種杜鵑交替開放的季節，想觀賞杜鵑群花爭妍之貌，屬於健腳型的民眾，不妨走上杜鵑茶花園，在涼亭稍作歇息，可遠觀依著時序陸續綻放的茶花、杜鵑花、野牡丹等，或者沉浸於杜鵑花間悠閒親山。另外，陽明公園、陽明書屋和大屯自然公園遊憩區等地，也是觀賞杜鵑的好去處，趁著花季親近杜鵑捎來的春意，讓人流連忘返。

想一賞陽明山群花爭放的景象，建議民眾可搭乘大眾運輸工具上山，免去塞車之苦，用最悠閒的步伐輕鬆賞花，感受山裡清新的空氣，享受大自然的洗禮。

由於山上天候多變，上山賞花時也別忘了隨身攜帶雨具、多添衣物，仰頭賞花時，留心呵護腳下的一草一木，尤其在步道溼滑處，更應多加小心，為此趟賞花之旅，留下滿滿的回憶。

農曆年節臺北城的熱鬧花燈，點亮臺北街頭，陽明山枝梢的新芽、初綻的花朵，染紅一片山頭，2013臺北燈節、陽明山花季邀你共襄盛舉。

►2013陽明山花季

時間：預計2月下旬～3月中旬

電話：2861-3861（陽明公園遊客中心）

網址：pkl.taipei.gov.tw

公車服務：每日行駛—260、230、紅5；假日公車—109休閒公車、111休閒公車。詳情請至我愛巴士5284（5284.taipei.gov.tw）查詢



(圖／臺北市職能發展學院提供)

臺北市職能發展學院課程 助你闖出一片天

文／廖雅琴 攝影／王能佑

找工作其實不難！只要有心，無論是毫無經驗的初生之犢，還是已出社會但考慮轉職的社會人，加入臺北市政府勞動局臺北市職能發展學院課程，你等於進入培養人才的溫床，有機會成為各行各業的明日之星！

職能發展學院的前身為職訓中心，替國家培育出很多各行各業人才，勞動局表示，因應勞動情勢及社會環境變遷轉型的職能發展學院，協助學員選擇符合興趣與能力的職業，並了解職業未來的發展方向及所需要具備的知能，進而提供學員培養職能所需的課程訓練，使學員在職能發展學院所習得的不僅是一技之長，更是個人職涯發展的藍圖。

張進安最年輕牛肉麵冠軍

去年12月臺北國際牛肉麵節「牛肉麵料理廚王大賽總決賽」，獲得「清燉組」冠軍的廚王是年僅24歲的張進安，早在民國92年、當時只有15歲時，便參加勞動局開設的課程並開始接觸餐飲業。當年由叔叔和嬸嬸帶去北市職訓中心參加中餐烹調訓練的張進安，經過三個月共480個小時的密集訓練，從開瓦斯、煎蛋都不會，到通過中餐丙級技術士檢定考試，奠基了他的料理生涯。

經過在南門市場億長御坊食品、悅上海餐廳、福華飯店等地歷練，張進安回想當年訓練的課程，他說，當時在北市職訓中心學的雖是基本功，但在工作崗位

應具備的態度，像是負責、熱忱，以及做料理之前應先有周全準備，都是至今難忘且銘記在心的信念。因為感恩，張進安至今與當年教導他的職訓中心訓練師陳麗如仍保持聯絡。陳麗如說，從新聞中得知張進安獲得牛肉麵節冠軍，真的很感動也為他開心，他的成功不令人意外，因為當年班上年紀最小的張進安，已展現出努力、勤奮與認真的態度。

任職於台北晶華酒店的張進安，雖然廚藝經驗豐富，但牛肉麵料理並非他的專長。他說，接受主管指派參加牛肉麵節競賽，只學習兩個月就上場比賽。他以「繡菇藏珍牛」參賽，用中式熬湯創意結合西式炒菇，試圖打破



張進安（左）以「繡菇藏珍牛」獲得清燉牛肉麵組冠軍。（圖／臺北市府產業發展局提供）

人們對清燉牛肉麵的刻板印象，同時調整口感，不只是以辛香料入水煮湯搭配汆燙過的牛肉，而是先油煎牛肉以增加香氣。張進安說，他總是想著如何突破並增加料理特色，不安於現狀的個性也許是他奪冠的關鍵。

由於「繡菇藏珍牛」一公開便佳評如潮，晶華飯店也將此料理量產，喜歡牛肉麵的人，不妨前往品嚐。

潘偉良從生手變成APP達人

而如果談到現今熱門產業，APP應用程式一定名列前茅，想加入APP產業的人，職能發展學院也提供相關課程。今年32歲的潘偉良，正是在參加了三個月課程後不久即順利轉職。

潘偉良目前在城邦文化事業股份有限公司擔任行動內容編輯，念書時是讀商，大學畢業後卻在報社、電視台等媒體工作了近五年，從未接觸過APP的他，因為媒體工作步調緊湊，讓他下定決心給自己一段時間透透氣並思索轉換跑道的機會。

在日本經歷一年的打工度假期間，潘偉良觀察到時下智慧型手機蔚為風潮，電車上的乘客幾乎人手一機，他心想APP這塊領域的發展不但指日可待，更是未來



職能發展學院開設的Android應用程式設計班，幫助潘偉良順利轉職。



經過職能發展學院三個月的訓練，潘偉良現已是獨當一面的APP達人。

趨勢，於是他決定報名北市職訓中心開設的Android應用程式設計班。課程從最基礎電腦程式設計語言Java學起，加上職訓中心課程師資不錯，三個月下來，潘偉良已從生手變成APP達人！

每年要規劃製作出三至四個APP的潘偉良說，一個好的APP，企劃編輯、程式設計以至美術編輯都很重要。他主要負責企劃編輯的部分，在規劃之時，他必須考慮到使用者介面是否順暢，以及絕不忘記「內容為王」的基本原則，並擔任溝通者，協調程式設計以及美術設計部分。

潘偉良說，APP是個變化很大的產業，資訊更新快速，但他樂在

其中且願意迎接挑戰。在APP多如過江之鯽的時代，要脫穎而出的關鍵是讓更多人知道有自己設計的APP存在，「只要讓APP能留在使用者的手機上不被刪掉，偶爾被使用，基本上就算是一個好的APP。」他說。

還在考慮適合自己的工作嗎？或是猶豫是否要轉職？快上臺北市職能發展學院網站查詢有興趣的課程並立刻報名吧！

►臺北市府勞動局職能發展學院

地址：士東路301號

電話：2872-1940

網址：www.tvtc.gov.tw



國內第一家專做化療營養餐的奇力愛公司，因向臺北市政府申請低利融資貸款，讓創業之路走得更穩健。

中小企業有福了 低利貸款讓你放心逐夢

文／廖雅琴 攝影／王能佑

談到中小企業，許多人會想到在那個艱困的年代，中小企業為臺灣創造了經濟奇蹟。在經營規模上較小的中小企業，因為僱用員工人數與營業額均不大，因應景氣經濟低迷及劇烈變化的環境時更易於靈活適應，但就另一方面來說，正因為規模較小，中小企業缺乏豐厚的資產作為向銀行貸款的抵押擔保品，在籌措資金與資金週轉方面總是略顯困難。

有鑑於中小企業是經濟發展的重要一環，以及中小企業經營的難處所在，為打造友善創業環境，臺北市政府提供低利融資貸款，積極扶植中小企業。

貸放額度最高可達一千萬元

由臺北市政府與中小企業信用保證基金各出資新臺幣5,000萬元合作辦理的「臺北市中小企業策略性及創新升級融資貸款」，申請門檻並不高，只要是在臺北市辦理公司或商業登記之中小企業，而且符合經濟部訂頒之「中小企業認定標準」規定，並從事資通訊、生物科技、綠色能源、健康照護、文化創意、休閒與精緻農業、觀光旅遊或其他具有研發、設計、創意、特色等策略性產業以及其他具創新、升級的中小企業，即可獲得最高新臺幣500萬元的貸放額度。

此外，中小企業如有與國際企業進行國際分工、國際布局、技術合作、經營管理或行銷、引進國外高階技術、人才，或是投入品牌輔導或設計服務，貸放額度最高可至新臺幣1,000萬元！

至於貸款期限最長為5年，含本金寬限期最長1年；貸款利息是按照中華郵政股份有限公司二年期定期儲蓄機動利率加年息0.95%計息。如果能把前次貸款還清，經營正常且債票信用良好，還可以再次申請續貸。低利方便的貸款，讓中小企業經營者能夠不愁資金，專心於公司經營，放心逐夢。

這項融資方案自民國99年5月1日開辦以來，截至102年1月24日止已有241家中小企業提出申請，市府已核貸189家，核貸總金額達新臺幣2億890萬元，核准比率達80%，100年剛成立之奇力愛有限公司，正是此項融資貸款的受惠者之一。

化療營養餐 放心交給奇力愛

奇力愛是國內第一家為進行化療手術的癌症病人，提供客製化餐飲服務的公司，由幾位在醫療界具有豐富臨床工作經驗的醫療人員組成。

創業並不是簡單的事，奇力愛表示，執行過程中發現，為化療病人量身訂做的餐飲服務，其中耗費最高的是人力成本，考量過銀行貸款的利息可能會帶來較大的還款壓力，因此決定向臺北市政府申請低利融資貸款方案。

申請貸款 專業、資金一兼二顧

申請與審查貸款的過程中，需要提供計畫書、接受專家委員的審查以及申貸前的訪視，奇力愛執行長王品喬說，透過撰寫計畫書幫助創業者確定公司發展的藍圖，同時訂定每個階段的發展任務與財務規劃；專家諮詢的意見提供業者更寬廣的視野，提醒申請人注意風險與可能會遇到的難題，有助在激烈競爭的市場上減少很多危機與風險。在步步為營的創業初期中，奇力愛透過申請貸款，一方面得到資金援助，另一方面也獲得了專業意見，讓創業之路走得更加穩健。

歷經2年的研發時間與營運，奇力愛公司所提出的「化療餐」模式創新服務，訂定了為癌症病人客製化營養餐的標準出餐作業流程以及菜單規劃，加上提供由健康管理護理師為癌症病患外送餐食的服務，獲得許多好評，奇力愛公司成功地在餐飲界立足。

王品喬指出，由於知名度的提昇、客源不斷增加，奇力愛公司



量身訂做的化療餐，皆由專業的醫療人員設計。



送餐到家，是奇力愛的貼心服務，也因獲得好評，成功地在餐飲界立足。

需要搬到更大的廠房以容納更寬敞的廚房空間與更多人力，維持順暢的工作動線，搬遷廠房的經費不少，多虧順利申請到臺北市政府提供的融資貸款，減輕了很多營運上的壓力。

產業局表示，目前臺北市中小企業策略性及創新升級融資貸款保證額度尚有約7億9,110多萬元可供申請。而且即日起至12月31日止的獲貸案件，皆可獲臺北市政府補貼融資利息0.5%。有創新概念或是想白手起家的你，還在為

籌資感到苦惱嗎？快向臺北市政府產業發展局登記申請，讓自己的夢想早日成真！

►臺北市中小企業策略性及創新升級融資貸款

電話：2799-6898轉201

網址：www.doed.taipei.gov.tw

before 內湖商圈微整形 邂逅設計角落 after

文／林瑋庭 圖／臺北市政府產業發展局提供

一提到內湖，湖光山色、好山好水的景致便浮現腦海。臺北市政府產業發展局更於去年選定內湖商圈進行創意設計角落改造，為內湖增添了設計新風貌，在這裡隨意轉過街角，便可在城市角落中瞥見驚喜。西洋情人節時，正適合牽著另一半漫步內湖街頭，逛逛服飾、家居、家飾店，累了可以坐下來喝杯咖啡，餓了也有各式料理可供選擇，浪漫時光就在內湖展開。

創意設計角落 打造設計之都

產業發展局去年選定內湖商圈進行創意設計角落改造，評選出捷運內湖站、葫洲站及民權大橋附近具特色的20家商店，由專業設計團隊設計、美化室內、室外空間，沿線都可看見美輪美奐、饒富巧思的店家，營造出獨具設計品味的巷弄美學，值得放慢腳步，細細品味。產業局也推出中英文版的臺北市創意設計聚落旅遊地圖，以知性手繪風格引領民眾愜意遊內湖。

為了打造臺北市成為世界設計之都，產業發展局自民國99年起開辦「臺北市創意暨設計產業發展計畫」，當中的「形塑深度創意設計角落」改造活動，目標是一年至少針對一區進行改造，過去兩年已有中山商圈、永康商圈以及公館商圈共27間店家受惠，以創意元素美化、裝潢，透過商

圈店家的連結，打造臺北創意生活。

這次受輔導的商家包含了專賣家飾與家居商品的宜室生活傢具、美地居家、蒲公英，專賣女性流行服飾的貝麒精品、Sure服飾精品、Coli Shop，以及專賣童裝的努努童鋪，另外，專賣餐飲部分則涵蓋八葉咖啡館、書香園、觀茶入微、米可貝兒企業社、尚純

冷飲店、元佐壽司屋、布諾手工窯烤薄脆披薩及烘焙者咖啡。此外，尚有修補鞋子的醫鞋苑、專賣生存遊戲設備的模動工坊、販售金工手工飾品的默克禮創作工坊、專賣露營用品的陽光綠野有限公司，以及花路米專業兒童攝影公司等。



米可貝兒企業社專賣平價義大利麵，以手繪風格重新設計CIS及店招，提升整體質感。

創意商圈 效益多多

參與改造的店家努努童舖專賣韓國童裝及女裝，這次改造了櫥窗、動線及店內裝飾，其中以店前的大片櫥窗最為搶眼，以插畫、壁貼及造型衣架妝點，創造出歡樂、活潑的氛圍，呼應店內販售商品，老闆娘曹小姐表示，「改造之後氣氛好，逛起來也比較舒適」。另一間參與店家醫鞋苑位在捷運內湖站後方的巷弄內，流線型的木質招牌，以及加入巧思的字型設計，不同於傳統修鞋鋪給人凌亂、陳舊的印象，醫鞋苑木製流線型的招牌宣告著改變，謝老闆表示，「整體的風格變協調了，多了些新穎的造型」，改造後，招牌與明亮的牆色都很吸睛，客人容易被吸引而來，老闆因而肯定地說「生意一定有增加！」

距離捷運內湖站步行五分鐘路程的書香園，供應中西式簡餐、下午茶點心，特色是擁有上百本雜誌、書籍、漫畫。來到這裡可以點份餐點，一邊瀏覽店內豐富的藏書，時而發呆看著窗外人群來去，在繁忙的步調中，偷閒一個下午。店長表示：「我們和設計師一起討論出適合店裡的改造風格，門面、店招和菜單都一起翻新。」她也說，改造的效益很高，路過的客人會被吸引，進而走入店裡消費；來過的客人會感到好奇而再次前來消費。

內湖不只湖光山色，透過創意設計角落改造，街頭多了些小驚喜。西洋情人節何處去？不妨帶著創意設計聚落的旅遊地圖，牽起他／她的手，一起漫步內湖街頭，浸沐在設計巧思之中。

► 創意設計角落

地點：捷運文湖線內湖站至捷運葫洲站沿線及民權大橋周邊

網址：臺北好設計（www.taipeixdesign.org.tw）→分項活動→設計角落

改造後的努努童舖（上圖）以室內插畫及造型衣架裝飾大片櫥窗，更加呼應店內販售商品。



木質質感的外牆搭配暖色系，改造後的書香園多了一分柔和，用餐或閱讀都很愜意。



臺北捷運處處有溫情

文／司徒懿 圖／臺北捷運公司提供

你是否也曾下了捷運，列車呼嘯駛離，這才發現手邊的東西忘在車上？或曾苦惱於有孕在身，卻不好意思開口請人讓坐？或者搭乘捷運時迷失了方向，而感到焦急萬分？

每天清晨六時起，捷運列車準時在軌道上穿梭，默默地將孜孜矻矻的學生和上班族、早睡早起的爺爺奶奶，安全送達目的地。在呼嘯而過的捷運車廂裡、摩肩擦踵的車站內，持續上演著溫馨小故事，溫暖你我的心房。

失物認領揪感心 讓座文化體貼您

日前一名旅客寫信到市長信箱，表示某日早上從蘆洲站搭捷運往忠孝新生站，一時疏忽將午餐便當盒遺忘在車上，發現後急忙致電捷運公司客服中心，客服小姐有條不紊詢問相關資訊，約莫半小時後，主動回電告知便當盒在捷運蘆洲站等待認領，並詳細交代認領程序。認領便當時，最令這名旅客感到窩心的是，站務人員主動將便當盒儲放冰箱，避免食物腐壞，著實讓他感受

到：「臺北捷運服務團隊不僅訓練有素，而且充滿人性溫馨，在臺北生活真是幸福快樂！」

除了失物招領服務令人倍感貼心之外，年長者、孕婦搭乘捷運也好安心。一位60歲長者從文湖線萬芳站上車，當時已無座位，一名李姓站務員發揮推己及人的精神，主動前來詢問他是否需要為他安排座位。令他感動的小故事還不只如此，列車後來行經科技大樓站，上來一對年輕夫婦，眼尖的李姓站務員發現婦人有孕在身，特地趨前協助安排

座位。看到站務員盡忠職守，這名長者下車前，特別記下他的姓名，並當面讚美：「你是位認真工作的人！」

身體不適我關心 異地走失別擔心

一名經常到國外出差的旅客，常有機會搭乘當地的交通工具，在搭乘的體驗中，最令人稱道的仍是臺北捷運及公車。他憶起一次搭文湖線至大直站，半途忽感身體不適，眼前一片漆黑，快要暈厥，只好提前於中山國中站下車，在月臺找張椅子休息，沒想到站長及一名站務人員趨前關心，建議他打電話請家人來接，而礙於當日電梯進行重置工程，還特地取來輪椅及爬梯機，送他到捷運出口等待家人。「除了感謝還是感謝」，對於捷運站務人員無微不至的協助，他表示由衷的感激。

臺北捷運溫馨故事，也發生在香港旅客身上。這位香港旅客從西門站搭乘捷運前往淡水，不小心提前於石牌站下車，與同行的家人走散，心急如焚，所幸站務人員熱心關懷，順利聯繫到住宿旅館，還指引乘車路線，讓他得以安然返回旅館。事後，他特別寫信請臺北捷運公司好好表揚這幾位站務人員，信中寫道：「我深深感受到貴國人民的誠懇，服務人員優質的服務及對旅客熱忱的幫助！」

溫馨小故事，時時刻刻在臺北捷運上演。看了這些真人真事，是否讓你打從心底湧出一股暖流？搭乘臺北捷運時，若溫馨故事也發生在你我身邊，不妨給站務人員比一個讚，讓這股暖流源源不絕，源遠流長。

►臺北捷運公司

電話：218-12345

網址：欲瀏覽更多捷運溫馨小品，詳見臺北捷運公司官網（www.trtc.com.tw）



臺北捷運讓座文化有口皆碑，一家大小搭乘捷運安心又舒適。



捷運站務人員熱忱貼心的服務，讓行動不便的身障乘客特別感到安全又溫暖。



搭乘捷運時迷失方向別慌張，可請站務員指引乘車路線。



台北探索館10週年慶

姚瑞中領你探索臺北好時光

文／司徒懿 攝影／王能佑

編按：

台北探索館十歲生日囉！從民國91年12月開館至今已屆滿十年，為迎接十週年慶，自去年9月29日起至11月3日，館方規劃四場「探索臺北好時光」系列講座，讓參與民眾從各種角度認識臺北的今昔光景。

臺北因藝文而美麗，藝文因臺北而精彩；不同時期的藝文風格，串起臺北不同的歷史面貌。延續首場詹偉雄主講「臺北的美好想像」的爆滿人氣，第二場「臺北的藝文風格」，由藝術創作、展覽策畫經驗豐富的姚瑞中主講。

姚瑞中藉此次講座回顧50年代以來，臺北藝文活動興起的過程，引領觀眾以理性思考來探索臺北多元、豐沛的設計力及當代活絡的文藝演變，進而深度感受臺北的城市設計活力。

姚瑞中小檔案

生於臺北，畢業於國立藝術學院（今國立臺北藝術大學）美術系，曾代表臺灣參加1997年威尼斯雙年展等海內外聯展，擔任楊德昌電影美術指導，藝評文章散見各中文藝術專業期刊，目前任教於臺灣師範大學美術系。



作為藝文重鎮的臺北，展演場所及活動豐富多元，圖為在中山堂舉辦的傳統藝術季。



「臺北的藝文風格」由姚瑞中主講，聽眾正聚精會神地聆聽。（圖／臺北市政府觀光傳播局提供）



國父紀念館設有展覽場、大會堂，看完展演還可到戶外休憩漫步，是絕佳的藝文去處。



臺北蛻變×蓄勢待發

臺北能發展出當今的藝文樣貌，並非一朝一夕之功，而是歷經五十多年更迭、多人共同努力匯聚的成果。1949年國民政府遷臺後，臺北不僅是臺灣政經樞紐，也是藝文重鎮，展演活動雖多，但大體來說不脫政府操控，當時展館主要是中山堂、國父紀念館等，並無太多私人展演場所。

1950年至1970年間，反共復國、中西文化論戰方熾，提倡傳統水墨復興、現代藝術啟蒙。1966年時值中國大陸的文化大革命，劇烈風暴也吹到臺北，藝術家追崇現代主義，意圖顛覆傳

統、制式化風格。藝文受制於高壓政治的情況，一直到鄉土運動繼起，藝術家改唱自己的歌、歌頌自己的土地，極富實驗精神的展覽與表演紛紛興起。

然而，至1990年代左右，前衛劇團沒有固定展演據點，得自己掏腰包，如游擊隊般居無定所地表演。1995年後官方開始介入包裝藝文活動，文化局等地方政府藝文單位，開始舉辦藝術節等活動。只不過姚瑞中指出，政府出資舉辦的大型文化活動，為迎合大眾口味、避免惹上不必要事端，往往要鋪陳出安全和樂的氣氛，以致於較為封閉，悖離實驗精神。



前身為廢棄廠房的華山1914文化創意產業園區，現為跨界藝術創作與異業互動的場域。



寶藏巖國際藝術村為閒置空間再利用的藝文據點，既前衛又富庶民色彩，呈現自由而開放的城市光景。

巷弄文化×舊地再生

私部門推動、民間出資的藝文活動，自2000年間逐漸興盛。財團法人富邦藝術基金會從2000年起，推動「粉樂町」展覽活動，讓展覽走出美術館，走入民眾生活的空間，將遊樂場歡樂氣息帶入巷弄。繁華東區不再只是購物天堂，巷弄間同樣令人流連忘返；商店不再只單純陳列作品，而是在空間上與作品緊密結合。粉樂町巷弄文化的經營模式，甚至滲入香港商業城市概念，帶動當地老店新生。因此，對姚瑞中來說，妥善運用在地特色，結合藝術家的創意巧思，可為城市特色發展帶來利基。

除了老店新生，也有廢棄廠房的再生，譬如閒置廠房轉變為藝文中心的華山1914文化創意產業園區。1997年金枝演社進入廢棄的台北酒廠演出，被指侵占國產，歷經結社抗爭、訴願及無數公聽會，自1999年起委託「中華民國藝文環境改造協會」經營，正式更名為「華山藝文特區」，成為藝文、非營利團體的創作場域。後又歷經結合公園區等幾番更迭，才形成現在跨界創意、跨界藝術、異業互動的樣貌。

原本廢棄落魄的空間，搖身變為異質元素拼貼而成的展演空間，既前衛現代，又充滿庶民色彩，充分傳達視覺、聽覺多元化的藝文饗宴，自由隨性開放，充分象徵了新時代誕生。這樣的例子還不只華山1914文化創意產業園區，其他如西門紅樓、草山行館、台北當代藝術館、寶藏巖國際藝術村等，都是類似閒置空間再利用的藝術場域。除了這些大型藝術空間之外，藝術家在咖啡廳等微型空間展演作品，是較特別的城市光景。

在地生根×放眼國際

談到當初為何落腳臺北，戮力於藝術實驗的姚瑞中說，自己最初和朋友也沒有固定據點，後



除大型藝術空間外，不妨走訪校園、巷弄間的咖啡廳，體驗不一樣的微型展演氛圍。（許斌攝）

來決定以臺北為藝術實驗空間，是因為：「臺北對我而言，是一個可以容納多元聲音，且具有開創實驗精神的地方，全臺灣的菁英、藝文工作者匯集於此，臺北之所以豐富而精彩，是因為這是一個不斷批判、衝撞、打破禁忌、製造實驗的場域。」臺北自由開放的風氣，故能在國際藝文舞台占有一席之地。

在地生根，也要放眼國際。身為國際都會的臺北市，國際參與機會比外縣市要多，只是礙於外交處境，臺灣藝文發展不免受限，如何打進國際是臺北藝文要解決的課題。1998年起，順應國際「雙年展」風潮，臺北市立美術館首開臺灣舉辦國際藝術雙年展先例，推動國內外策展人合作，讓臺灣當代藝術成為國際藝壇矚目焦點，延續實驗性、與國際連結，結合社會議題、社會批判，姚瑞中認為這尤其難能可貴。

至於姚瑞中對臺北未來的設計師有何建議？他期許大家展現更多個人觀點、運用獨立思考，以多元開放的心胸接納各形各色的藝術靈魂，匯聚嶄新能量，隨時蓄勢待發，未來十年，臺北藝文指日可待。

►台北探索館

地址：臺北市市府路1號（市政大樓面對仁愛路西大門）

電話：1999（外縣市請撥02-2720-8889）轉8630

開放時間：週二至週日，09:00～17:00，免費參觀



臺北市立美術館首開臺灣舉辦國際藝術雙年展先例，延續實驗性、社會批判，姚瑞中認為尤其難能可貴。

電影陪你過好年 趕赴視覺的藝術盛宴

文／鍾文萍 攝影／楊智仁



新年新氣象，來臺北過好年，享受高端聲光效果的視覺藝術盛宴。

看電影有很多管道，但要享受高端聲光效果，通常還是得上電影院才過癮。農曆新年期間，由於假期夠長，看電影可以不用起早趕晚，不怕熬夜天亮，遇到熱門檔次，還能好整以暇慢慢排隊，享受街頭人擠人的過年氣氛；對於愛看電影但時間有限的人來說，真是充裕悠閒的觀影時光。

新年新氣象，如果不想老是臣服好萊塢商業片，可以試試文青風味的觀影之旅，臺北電影類型堪稱全臺最齊全，想湊什麼藝文熱鬧都很方便，也有眾多非主流藝術電影可以選擇。早上起得晚些無所謂，到光點台北悠閒看早場，中午到蘑菇吃一頓風格清新的午餐茶食，安頓一下過年吃得太油膩的胃腸，下午到台北當代藝術館看展、逛逛捷運中山站線型公園的公共藝術，晚上再到真善美劇院看影展、大啖西門町老牌小吃。不用千里迢迢出國朝聖，也能在不同戲劇素材的鋪陳下，享受看電影的多元樂趣。

視覺影像之旅

光點台北早場電影→蘑菇午餐&午茶→台北當代藝術館藝文洗禮→
捷運中山站線型公園公共藝術→真善美劇院→西門町老店小吃

11:00~13:00

光點台北電影院 人文電影新體驗

這幢外觀類似美國南方殖民風格的兩層樓白色建築，前身為美國駐臺領事館，民國91年由台灣電影文化協會接手經營，變身成「台北之家」與「光點電影院」，將經營主題定位為結合「古蹟魅力與電影藝術創意交流的場域」，透過影展、講座、工作坊各種活動的交流，將百年古蹟打造成一處充滿都會風格、結合電影藝術與咖啡香的人文新樂園；老建築、新風貌輝映出迷人的高反差效果，更是眾所矚目的臺北藝文地標。

光點電影院原為大使車庫及發電機房，現規劃為有86個座位的小型電影院，主要放映具有另類、原創、特色觀點的影片，提供形式多元的電影，讓觀眾產生全新的視覺經驗，進而發展出屬



結合古蹟魅力與電影創意的光點台北，在販售電影、藝術商品的店鋪牆面，也以臺灣、香港電影人的肖像作為妝點。

於自己的觀影品味。2月上檔的《乒乓永遠OK》充滿歡樂意味。劇情描述來自全球3,500位阿公、阿嬤齊聚世界桌球錦標賽，其中來自臺灣的沈士雄爺爺意外擊敗

世界冠軍，用一支小小乒乓球拍征服了全世界，這就是正港的臺灣之光！另一部日本電影《男生愛女身》，描述東京新宿一間同志酒吧，由一群堅強鮮豔的變裝

皇后主持，即使面對家庭、社會的排擠，仍不顧外在眼光、忠於本色，互相支持彼此的愛和夢想。

走出放映廳，沒有下一批趕



光點台北處處可見結合電影與藝術的設計，讓觀眾產生新的視覺經驗。



放映非主流電影的光點電影院，原為大使車庫及發電機房，觀影品味自成一格。

著進場的人潮提醒你匆忙行步，沒有雜亂的鬧街喧囂破壞你還沉浸在電影情節中的懷想，即便電影終了，幽靜的迴廊、展廳裡依舊群集著三三兩兩的影迷討論熱烈，也能到以電影、音樂、藝術、設計為主題的小賣店隨意逛逛或喝杯咖啡，在這古樸建築及綠蔭漫溢的花園裡，絕對有足夠的時間，讓觀影的心情慢慢甦醒……。

▶光點台北電影院

地址：中山北路2段18號

電話：2511-7786

13:30~15:00

蘑菇手作風味午餐與午茶

拜文創風潮之賜，這些年沿著中山捷運站周邊，一間間街邊老屋蔓延起藝文風，條條巷弄藏匿著各式手作與美食小鋪，種類繁多到每天吃一種，好久都不會重複。

蘑菇是這五、六年來引領臺北文創風潮的小店之一，T恤、帆布袋包、天然染服飾都講求原創精神的生活風格，在臺灣自創品牌擁有高知名度。

手作精神也延續到了咖啡館，方正大窗正對著樟樹飄動濃密樹



傳遞溫暖手作感的蘑菇，店內飄散著恬靜舒適的氣息。



在店內，可悠閒放鬆地試聽音樂CD。



香醇咖啡搭配原木托盤，品味手作風味午茶，最是愜意。



台北當代藝術館把古蹟變展場，各項展覽活動總讓人眼睛為之一亮。

稍，視野極好，餐具非黑即白，搭配原木托盤餐具，溫暖而時尚。米、麵、蛋糕講求在地食材，「一碗飯套餐」採用花東好米，以味噌烤雞腿搭配橙香綜合時蔬，以香烤豆腐豬肉丸子搭配燉煮蔬菜；「溫心組合」菜式少量多樣，如普羅旺斯蔬菜雜炊加自製麵包、蔬菜濃湯，或紅酒燉牛肉加焗烤馬鈴薯泥，甜點裡無添加防腐劑，也減少奶與糖的用量，單以水果入味，酸酸甜甜自然好吃。這週吃的是橙香布朗尼、藍莓乳酪塔，下一週可能是檸檬塔、香草米布丁……隨季節調整。看完電影品嘗一頓清爽健康的午餐茶，讓觀影的心情餘燼延續，也讓承擔過多油膩的腸胃和味蕾稍稍歇息。

► 蘑菇中山店

地址：南京西路25巷18-1號2樓

電話：2552-5552

15:30~17:00

台北當代藝術館 古蹟變展場

這棟外觀搶眼的紅磚壁構、黑瓦斜屋頂建築建於1921年，原是日治時期專供日本人子弟受教育的「建成小學校」，光復後一度作為臺北市政府辦公廳舍，1996年被指定為市定古蹟，將正面廳

舍修復整建為台北當代藝術館專用，兩翼部分建築則劃歸為建成國中教室，兩者的結合，開創了全世界美術館與學校使用共同建物的先例，也為歷史久遠的場館注入年輕活力新元素。

為落實藝術扎根，當代館自1997年起啟動館校合作，與臺北市各中小學開創師生集體創作、



當代館內提供小朋友能開心玩藝術的場地。



當代館拾級而上的樓梯牆面，也成為展現藝術創作的畫布。

相互教學觀摩的雙向教學模式。今年一開春，將由成淵高中和日新國小兩校的美術老師與駐校藝術家，結合傳統剪紙和當代創新概念，帶領學生共同建造出一座夢幻魔鏡花園，聯合展出兩校共600多位學生的剪紙造型藝術創作成果。

即日起至三月底由旅居澳洲的華裔藝術家王喆的「熱身與超越」個展接棒，展出作品主要取材自競賽用的運動器材，包括跨欄賽跑的欄杆、乒乓球拍、棒球棍等，經過加工改造後，各自有了不同的外觀造型，並藉由6組空間裝置作品，將當代館的實驗展場虛擬為不同的競賽場域，類比

了運動遊戲和現實生活中都得面臨的競爭與挑戰。

不同的展出主題帶來不同的藝術悸動，來趟當代館吧！在紅磚黑瓦映照下的百年展場，體驗各路藝術觀點的洗禮薰陶。

►台北當代藝術館

地址：長安西路39號

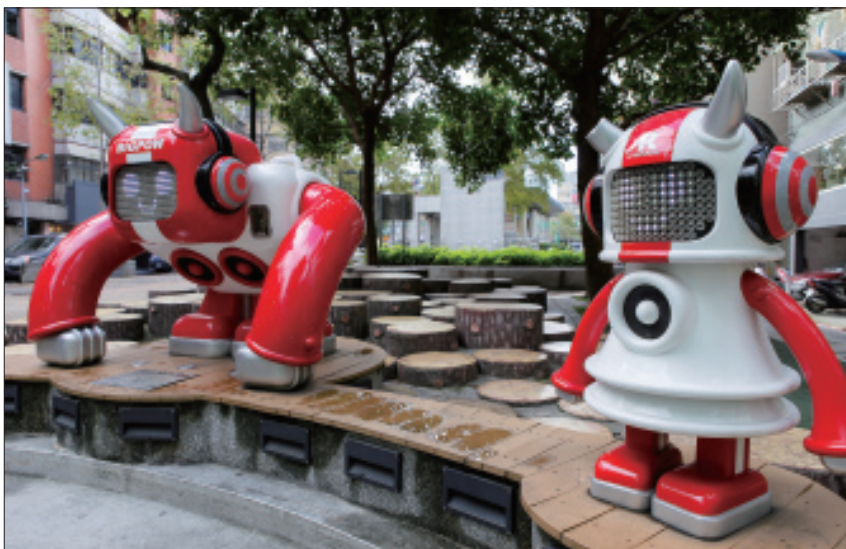
電話：2552-3721

17:30~18:00

中山站線型公園

公共藝術步道慢慢晃

沿著長安西路轉進捷運中山站線型公園，迎面而來就是17個漂



捷運中山站線型公園的紅白相間機器人，其實是一組音響設備。



「臺北傳奇」系列之一的母雞帶小鴨，畫面有趣，吸睛力十足。

浮在植栽牆上的彩色氣球——當代館在這處長達600公尺的公園裡設置了4組公共藝術作品，這正是其中之一。17個高高低低的超大氣球有如棒棒糖般色彩豐富、體積輕盈，其實是藝術家梁任宏以不鏽鋼材質打造而成的，利用流線線條，讓沈重的不鏽鋼彷彿隨風起舞，耀眼奪目。

圓形劇場旁幾尊紅白相間、圓滾可愛的機器人，是一組令人想也想不到的「音響設備」，中間是主唱Bigpow，左右兩邊分別是合音天使Twinpow-L和Twinpow-R，每天早上十時到下午一時，以及下午三時到晚上八時，只要將自己的音樂播放器如mp3、i-Pod等連接到機器人胸前的耳機接頭，就能播出音樂，機器人的臉部還會隨著音樂露出微笑，十分有趣。

「臺北傳奇」系列以馬賽克磁磚為材料規劃出6種童話主題，如母雞帶小鴨、蝸牛與兔子比賽爬高、從淡水來的招潮蟹和彈塗魚、等待靈感的泡澡小熊等，常有小朋友趴在上頭又磨又蹭，玩到不肯下來；從中山地下街轉進當代館旁R4出口，就能看到「銀河鐵道車站」，彩繪沿著狹長的捷運階梯牆面延伸到地面層入口，吸睛力十足。

►捷運中山站線型公園

地點：中山站地下街R4出口往捷運中山站方向，可沿途欣賞作品。

18:30~20:30

真善美藝術電影院 懷舊藝術人文誌

說到藝術電影，怎能遺漏真善美劇院呢？這裡是臺灣最早以放映「非主流院線片」、以藝文電影為主打的首輪戲院，營運處副理高進發表示：「臺北文化熱鬧多元，電影的選擇也應該如此。」擺脫大影廳、好萊塢電影的侷限，藝術電影院的視野天空更是無比寬廣。

片源來自全球各國，不只是歐洲，也有來自伊朗、印度、印尼、紐澳、日韓等的獨立片。很多人覺得藝術片艱澀難懂，高進發指出，其實許多現代藝術片不再像以前專為呈現導演獨特的創作夢想與觀點，而從大眾熟悉的生活題材、社會現象取景取材，爭取更多共鳴。為了吸引新觀眾，老戲院著手硬體升級，除了因應多數膠卷影片保留傳統35釐米放映機之外，也安裝了影像畫質更細膩的數位設備，並將圓形劇場拆掉前五排座位，安置了三個輪椅區，座位數量從420個銳減成220個，讓出更大更舒適的觀影空間，儘管坐在第一排也完全沒有壓迫感！

一直都維持著兩個放映廳，售票口還是老式半圓形的模樣，通道上保有一整列臺北市僅存的劇



真善美劇院仍保留傳統35釐米放映機。



今日放映什麼？真善美劇院的劇照櫥窗，維持老戲院的樣貌。

照櫥窗。來老戲院看新電影，除了感受藝術片的嶄新視野，也同時體驗傳統影廳溫馨的懷舊氣味。

►真善美劇院

地址：漢中街116號7樓

電話：2331-2270

20:30~21:30

西門町老牌美食邊逛邊吃

看完電影饑腸轆轆，還好西門町永遠有美食等你享用；這裡的老牌食店不僅臺北人愛，連老外都不遠千里捧場。早期看電影必備零嘴之一就是老天祿的鴨翅、

鴨腳，以新鮮生辣椒切片、獨家中藥滷包調製滷汁，皮嫩肉Q，鹹香有嚼勁。阿宗麵線使用久煮不爛的紅麵線，不勾芡，少了黏稠，多了清爽，加上獨家辣椒醬，香辣濃烈，吃過的很少不上癮。雖然店裡一張桌子都沒有，客人都像是練過功夫一樣，一點都不怕燙的端著碗站在路邊，旁若無人吃起來，這幅奇景，讓路過的觀光客個個嘖嘖稱奇。意猶未盡的話，還有峨眉街的金軒排骨、美觀園日本料理、中華路上的鴨肉扁……到西門町看電影順便祭五臟廟，就是這麼愜意至極！



看完電影，適合來一盤西門町老牌滷味祭五臟廟。

「看」臺北，可以很隨性、很文青，走了一日、看了一天，就像繞地球一圈般，文化的滋養，讓人目不暇給，為這趟旅程，注入滿滿的能量！



站著吃的阿宗麵線，讓路過的觀光客嘖嘖稱奇。



情人禁地變聖地 指南遊憩甜蜜蜜

文／徐安里 攝影／楊智仁

說也奇怪，市區明明無風無雨，來到臺北市立動物園旁搭上貓空纜車，原有的晴空已經遍布陰霾，待出了指南宮站，居然下起毛毛細雨。

據傳這是呂洞賓追求何仙姑不成嫉恨的男兒淚，單戀的他心懷怨懟，每見到出雙入對的情侶便設法拆散，因此傳統民俗上，情人們總把指南宮主祀的這位孚佑帝君當成戀愛剋星，能不來就不來，以免招來妒忌。指南宮主任秘書黃承國笑說這真是冤枉，坊間流傳的說法完全沒有根據，事實上，呂洞賓是渡化何仙姑的導師，兩人是師徒關係，哪來追求



走上情人聖地的木棧道，兩側設有大紅中國結扶手欄杆，相當浪漫喜氣。

之說。

無論傳說真假，有人視為禁忌，卻也有人特別欣賞呂洞賓始終如一的專情，不顧傳言阻道，也要與情人一同前來，會一會這千古奇情的痴心男子。臺北市政府工務局大地工程處近來在指南宮後山打造戀人平台、姻緣線木棧道、筵杯月娘椅、同心鎖等景點，就是要將傳說中的情人禁地變聖地，正巧趕上了二月情人節熱潮，話題性十足。

三方五地 攜手一圓美滿人生

新造的指南遊憩園整體造景以「三方五地，人生指南」為主軸，全區以指南宮為中心分為五大主題，以林間步道串連各景點，新年期間，遊客來到指南宮除了進香祈福，更能攜手漫步林間步道，感受冷天裡並肩同行的浪漫詩意。

大地工程處指出，所謂「三方」，代表整體造景融入儒、道、釋三教合一的宗教文化特色，「五地」指的是園區五大主題特色景點：「慈母園」、「指南遊憩園」、「圓真池」位於指南宮廟址內，分別代表父母宮、子女宮、兄弟宮，「情人聖地」入口位於貓纜指南宮站旁，代表夫妻宮，而銜接指南宮與纜車站的則是「延年益壽步道」，代表福德宮。五大景點一路走下來，不僅兼具親水、近山、賞花、健行樂趣，也彷彿遊歷了一趟圓滿的人生之旅，十分有趣。

情人聖地 月娘加持甜甜蜜蜜

最受矚目的，自然非新造的



迎仙亭位於貓纜指南宮站旁，由此可找到往情人聖地的石板步道起點。



延年益壽步道銜接指南宮與纜車站，兼具親水、近山、賞花、健行樂趣。



來到木棧道上的戀人平台，有造型可愛的筵杯月娘椅可賞可憩，讓戀情更甜蜜增溫。

「情人聖地」莫屬。從貓纜指南宮站旁的迎仙亭可以找到步道起點，沿著坡度不小的石板步道往山上走約十來分鐘，即可抵達「情人聖地」。這片後山海拔雖僅235公尺，但四周沒有其他山頭遮擋，視野開闊，周邊植物景觀為典型的自然殘留林，生長在邊坡旁和林蔭下的眾多蕨類，含笑、相思樹、筆筒樹等數十種原生植物層次分布，是認識低海拔自然植物的絕佳天然教室。

走上原木打造的姻緣線木棧道，兩側設有大紅喜氣的中國結扶手欄杆，雙心相印的戀人平台，平台上有數個造型可愛的筵

杯月娘椅，鮮明的浪漫意象成了戀人談情說愛的催化劑。或在雙心平台掛上許願條，或憑欄眺望雲霧裡的台北101，寒風吹起，細雨迷離，有人相伴的溫情暖意，卻是不曾稍減。西洋情人節將屆，不妨與情人前來聖地朝聖，讓戀情更甜蜜增溫。

▶指南遊憩園

位置：指南宮後山

交通方式：搭乘捷運文湖線至動物園站，步行約十分鐘搭乘貓空纜車，至指南宮站下車即可抵達。



Capoeira 巴西戰舞卡波耶拉 玩出攻防之趣

文／君君 攝影／約瑟

一群人圍成一個大圓圈，有的開心演奏樂器，有的歡唱葡萄牙歌曲，圓圈裡的兩個人，隨著熱情洋溢的樂聲，時而來段迴旋踢，時而後空翻，乍看之下，彷彿是比武過招，又像是在跳舞，武藝獨特且十分吸睛，這就是國外非常流行的巴西戰舞，特別的是，它不是個人自我表現的獨角戲，反而著重雙人的反應技巧。

一攻一防 戰舞之樂無可擋

「巴西戰舞又稱『卡波耶拉』，也就是葡萄牙文指的

Capoeira，為巴西傳統文化和藝術，從『戰舞』字面上來看，巴西戰舞似乎是一種舞蹈，其實不然。」臺北市松山社區大學巴西戰舞課程講師張惟堯Ninja說，巴西戰舞的特色是結合格鬥、技擊、健身、體操、音樂及舞蹈，不同於一般武術只包含技擊套路等項目，也不像舞蹈只有表演、特技等，而是一種獨特的武術，藉由肢體與對方對話，就像是和朋友玩遊戲，不必比勝負，玩得開心就好。

相傳四百多年前，當時被葡

萄牙殖民的巴西，從非洲引進黑人當奴隸，黑奴從非洲家鄉帶來了傳統武術，後來這種武術在巴西慢慢演變為今日的Capoeira。張惟堯說，巴西戰舞從四百年前至今，已發展為一項趨近於全方位提升的武術運動，包括增進肌耐力、協調性、節奏感及爆發力等，非常適合現代人學習與欣賞，因此風行於全球各地，惟目前在國內較為冷門。

「巴西戰舞重視的並非利用一身好功夫擊退對方，而是學習和對手進行一攻一防的平衡狀態，



巴西戰舞不以打倒對方為目標，而是藉由雙方一攻一防的互動，得到運動紓壓的效果。

因此著重的是閃躲的身手，而非攻擊的厲害。」張惟堯說，巴西戰舞通常是兩人一組，在你來我往中，以移動、攻擊及閃躲，盡情地「玩」巴西戰舞，現場聞不到格鬥的火藥味，反而洋溢著開心熱情的氛圍。

見招拆招 切磋舞藝又紓壓

十多年前國內有位巴西女老師把巴西戰舞帶進臺灣，但受限於語言不通，無法大力推廣，近年來，隨著學習人數漸增，已成為一種新興的小眾運動。目前臺北市除了松山、南港等社區大學有開班授課外，文山、南港等運動中心也開辦相關課程。

「第一次聽到巴西戰舞，是從打電玩得知，原以為是一種不存在的功夫，後來在網誌上發現它是一門真實存在的武術，進而產生好奇與興趣，於是上網尋找到了學習管道。」學習巴西戰舞四年的上班族王景嫻說，由於巴西戰舞不是為了要打倒對方，而是透過兩人一攻一防的互動，如同以各種動作打招呼，十分好玩，很能有運動紓壓的效果。

巴西戰舞的動作看似變化多端，其實動作並不難，主要有三

大基本要素，包括移動、攻擊及閃躲。張惟堯說，移動有側翻、側前翻、側後翻、正翻、後翻；攻擊有腳踢、手打及全身各部位的撞擊；閃躲則有正閃、側閃及地上閃躲。只要將不同的移動、攻擊及閃躲動作加以結合與變化，就可在對方出招時見招拆招，彼此切磋出各式各樣的動作。

學唱演奏 節奏可快可慢

學習巴西戰舞，不光要練習套路、技擊、特技及體感等基本體術，藉由雙方一攻一防的動作培養默契，還得涉獵巴西戰舞特有的樂器和歌謠。學習巴西戰舞半年的松山社區大學學員高誌遠說：「巴西戰舞不僅是一種單純的運動，更能接觸演奏樂器，學唱葡萄牙歌曲，並將動作結合節奏，



巴西戰舞著重的是雙人的反應技巧，乍看下彷若比武過招，又像是在跳舞。



善於運用移動、攻擊及閃躲等三大基本要素，可做出變化多端的動作。

學習十分多元，實在很有趣。」

巴西戰舞的樂器中，Berimbau稱得上是巴西戰舞的「心臟」，是一種巴西的弓形單弦打擊樂器，決定了遊戲進行中的節奏、速度與風格，其他的鈴鼓Pandeiro、手拍鼓Atarbaque、牛鈴Agogo等樂器，都必須跟隨它的節奏進行演奏。藉由演奏出輕快或緊湊的節奏，讓巴西戰舞展現不同的風格，可以是輕柔慢緩，也可以是快速有力。

搭配巴西戰舞的歌曲都是葡萄牙文，歌曲內容多元，包括情歌、緬懷巴西戰舞大師，以及頌讚戰士等。在服裝方面，主要是一身白色衣褲的道服Abada，以及腰上繫著一條道帶Cordo。張惟堯說，道帶是以不同顏色區分階級，從初階到高階，包括學生、即將畢業的學生、畢業生、助教、老師、教授、預備大師、大師及傳奇大師，各階段都有應具備的技巧和熟練度。

「巴西戰舞沒有學習門檻，男女老幼，只要有興趣，都可以加入巴西戰舞的行列。」張惟堯鼓

勵大家一起體驗「玩」巴西戰舞的樂趣。

►裝備教室

服裝：白色衣褲的道服，以及輕便的運動鞋。

注意事項：場地最好選擇具彈性的木板材質，且不要打光，避免滑倒。

►相關資訊

●松山社區大學

報名時間：即日起至額滿為止

開課時間：1/18～3/1

電話：2747-5431

網址：www.sscctpe.org.tw

●南港運動中心

報名時間：即日起至額滿為止

開課時間：1/6～3/3

電話：2653-2279

網址：www.ngsc.cyc.org.tw

●文山運動中心

報名時間：即日起至額滿為止

開課時間：1/5～3/2

電話：2230-8268



巴西戰舞的動作結合樂器節奏，讓學習多元有趣。

網址：www.wssc.cyc.org.tw

●南港社區大學

報名時間：即日起至額滿為止

開課時間：3/4～7/1

電話：2782-8272

網址：www.nangang.org.tw



假扮大冒險家 發掘帝國寶藏

文／觀止 攝影／許斌

許多人的心中，曾藏著尋寶探險的夢想。數百年來，探險家懷抱無比的勇氣，踏入無人之境，在古老的帝國遺址中挖掘出大批寶藏與珍貴文物，叫世人震懾。除了埃及，你知道哪裡也有神祕的木乃伊？除了中國秦朝，哪裡曾出現活人殉葬？除了印加帝國，哪裡埋藏著超過四千年的黃金傳奇？「大冒險家：帝國寶藏展」蒐羅近300件古文明珍寶，帶領民眾穿越時空，揭開世界上古老帝國的神祕面紗。

五大展區 集結古文明珍藏

歐洲探險家曾於1850到1950年代殖民統治時期，從美索不達米亞平原、非洲東北、南美洲亞馬遜河流域，以及埃及等人類古老文明發源地，掠奪、蒐集古文明寶藏，包括埋藏四千年的大批黃



埋藏千年的珍稀文物，乘著時光機重現光采，並揭開古老帝國的神祕面紗。

金及文物，被英國媒體讚譽的非洲貝寧青銅器，巴比倫尼亞神話裡的惡魔頭像等，藏品集結來自歐美六間知名博物館的珍藏，種

類豐富多樣，並在世界各大知名博物館巡迴展出。

展覽分為五大區域，帶領民眾穿越歷史的時光隧道，從開場

的引導，到非洲、南美洲及中東地區等按地理位置規劃的展場空間，最後回到現代新穎的實驗室裡，化身為科學家，以新型態的鑑定手法，剖析珍貴的古物。

塔爾夸號輪船 啟動時光之旅

展覽現場更還原了歷史場景，透過多樣化的表現手法，揭開冒險家發現原住民文化以及驚人文物

的戲劇化過程，在此不但能親眼目睹珍貴的古文物，瞭解探險家尋寶冒險的有趣故事，還可以親身體驗探險家如何踏上探索旅程。站在實境搭建的「塔爾夸號」蒸氣輪船甲板上，彷彿隨著船隻啟航，來到百年前的古帝國，進行一場刺激的冒險之旅。

全球知名小說家克莉絲蒂·阿嘉莎創作了無數精彩絕倫的推

理小說，她曾探訪美索不達米亞文明烏爾古城的考古現場，對烏爾寶藏的考古工作不遺餘力，更將第一手的考古經驗融入小說情節裡，寫下《美索不達米亞謀殺案》一書。展覽現場開闢的克莉絲蒂主題特區，透過她的眼睛，讓民眾細細觀賞她所挖掘出土的寶物，探索考古樂趣。



貝寧女王頭被英國媒體列為1,000件一生必看的文物。



有如照相機般，石塊上的浮雕記錄著古埃及的祕密和故事。



挖掘自祕魯的木乃伊，身上沾有防腐塗料，並非自然風化而成。

珍稀寶藏 非看不可

1. 貝寧女王頭

貝寧女王頭被英國媒體列為一生必看的1,000件文物之一，它是西非貝寧王國所產的重要文化遺產。貝寧古城建立於西元九世紀，掌管當時西非的經濟和文化長達800年，在藝術上擁有精湛的表現。

有趣的是，貝寧不產銅，卻用青銅記錄歷史。貝寧王國的歷史中未見文字出現，而是透過在青銅或象牙上雕刻圖像，記錄重大史事。貝寧的青銅雕刻造型成熟，細膩逼真，漸漸發展為宮廷藝術的代表。據傳，在宮廷大廳和迴廊的樑柱上，青銅雕像裝飾隨處可見，主要表現狩獵與戰爭的場景，並歌頌王族。

最著名的青銅作品就是〈女王頭像〉，這是國王歐巴伊塞吉為了紀念逝世的母親伊蒂雅而鑄造的。頭像表情尊貴，面帶威嚴，細節中表現了寫實的功力，堪稱是藝術的典範，甚至有人認為，這件作品足以媲美歐洲文藝復興時期的藝術作品。

2. 遠古照相機

考古學界有一個神祕的傳說，只要接觸埃及法老圖坦卡門陵墓的人，都會離奇死亡。有人說，那是因為圖坦卡門在陵墓上刻下詛咒，想要懲罰擅闖陵墓的人。

圖坦卡門在位時間短，政績也不多，卻因為他的神祕陵墓而聲名大噪。他在位期間致力於廊柱雕飾，渴望在石塊中留下他存在的證明。每個石塊浮雕上都記錄著一個故事，有的透露出他對前任帝王的尊敬，有的顯示出慶典的熱鬧景象。就像一架照相機，捕捉了古代的歷史現場，帶領後人重返遠古時代，探索古埃及的神祕面紗。

3. 謎樣木乃伊

木乃伊似乎隱藏著重重謎團，數千年來吸引著考古學家前仆後繼地探訪鑽研，堪稱是人類珍貴的歷史寶藏。提及木乃伊，常讓人直接聯想起埃及，但在祕魯古文化中，也保存了木乃伊。在當地特有的地形與氣候下，木乃伊大多是自然形成的，但是這具木乃伊卻不像自然風化而成，而是被刻意製造的。

它身上沾有不產於南美的防腐塗料，足以顯示它被慎重的保存，因而可斷定這具木乃伊在生前擁有很高的社會地位。他面露驚駭的神情，身體蜷曲，手上和頸部被皮繩纏繞，似乎曾遭受殘忍的對待。他是被殺害，還是受到詛咒？一起穿越時空，揭開歷史密碼吧！



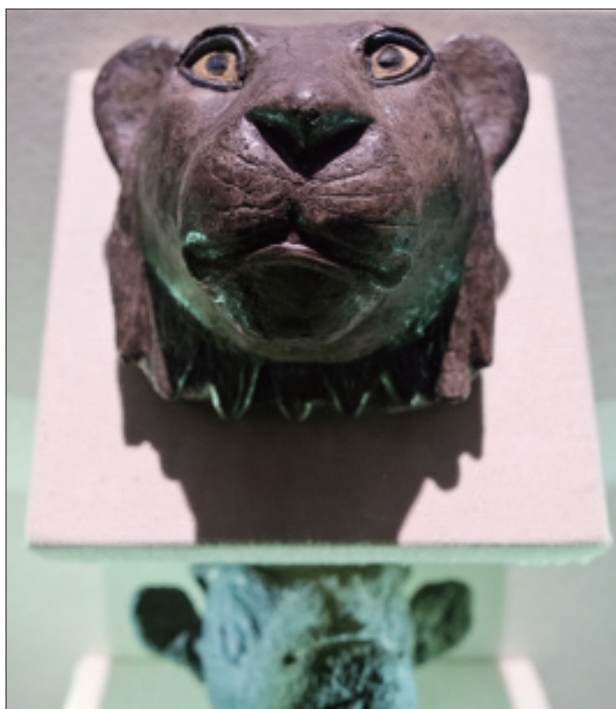
百年前的「塔爾誇號」在臺北重新啟航。(圖/國立利物浦博物館翻製提供)



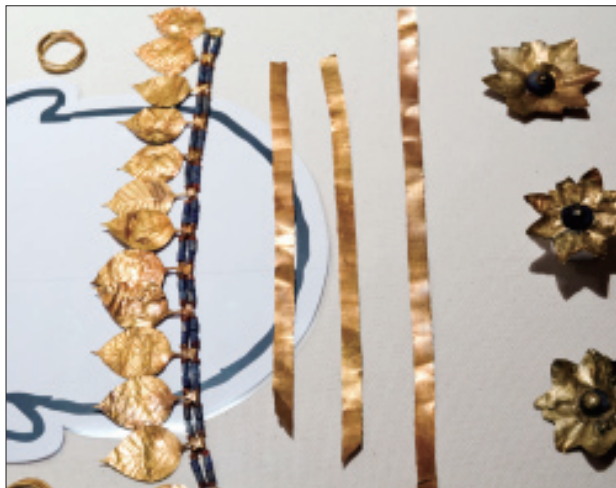
克莉絲蒂主題區展示的護照，其上有她在1950年代考古挖掘地旅遊的戳記。(圖/寬宏藝術提供)



克莉絲蒂主題區可看到早期旅行用的行李箱。(圖/寬宏藝術提供)



銀製的獅頭像，是烏爾古城的皇權象徵。



黃金地窖出土的黃金頭飾，常見於女性皇陵中。

4. 銀獅守護者

蘇美文化是美索不達米亞文明中最早的文明，在蘇美人的觀念裡，天地女王娜娜女神早期的形象與雌獅相連結，在藝術圖像中，她常站在兩隻雌獅背上，象徵著擁有強大力量，守護著烏爾民族。

當時的人們相信，在離開人世後，必須奉獻禮物給神明，才能在冥界自在居住，暢行無阻，這個銀製的獅頭像就具有獻禮的意義。牠的雙眼銳利深邃，彷彿能看透人心，忠心地守護烏爾皇陵。在以前，銀價比黃金更昂貴，銀飾品也擁有至高的權力，引領蘇美人通往冥界，是陵墓中最重要的寶藏。

5. 黃金地窖

隨著時光流轉，美索不達米亞平原上曾經繁華的烏爾古城裡，只剩下六百六十多座陰冷黑暗的陵墓，號稱史上規模最大的死亡地窖。西元1922年，英國考古學家里奧納多·沃利在裡頭發現了數量龐大的活人殉葬與黃金寶藏，揭露了它的殘酷與豪華。

這些約四千五百年前的葬墓群中，有十六座屬於王公貴族，在這些皇族死去後，朝臣與僕人必須以自殺象徵忠心，跟隨主人直到陰間。陪葬者都身著華麗服飾，男性配戴矛、劍等武器，女性身旁放置樂器，聲勢浩大的陪葬隊伍和陪葬品，可媲美埃及法老圖坦卡門的陵墓，是考古史上的重要發現。

趁著農曆過年期間，來趟帝國寶藏之旅，一睹稀世珍寶，探索古文明的祕密，一圓冒險尋寶的夢想。

►大冒險家：帝國寶藏展

時間：即日起～4/14，週一至週日09:00～18:00（週一不休館，除夕、初一休館）

地點：國立中正紀念堂中正藝廊

網址：www.cksmh.gov.tw



野台歌仔戲的草根生命力

飛鳳儀歌劇團

文／李寬心 攝影／楊志雄

傍晚五時，信義區福德國小操場上架著臨時戲臺，今晚要上演歌仔戲《伐子都》。僅隔著一塊布幔的後臺裡，十幾位男女演員專注地望著鏡子，一邊在臉上抹粉上色，一邊還得扒幾口便當飯，直到原本素淨的一張張臉，慢慢像是戴上面具一般，一抹紅一抹藍再來點綠，嘴裡也才嚼完剩下幾口菜。隨著離演出的時間愈近，演員們的手腳也跟著加快，一邊戴頭套、一邊著戲服、再看一眼劇本、再練一下手勢，這一會兒還看似混亂，下一刻前臺一聲「開演」，卻每一位都已

完裝準備出場，搬上舞臺的是動作俐落、表情生動、聲光俱佳的戲碼，而後臺上演的則是「飛鳳儀歌劇團」的真實人生！

野臺戲展現的經典魅力

早在幾十年前的農業社會，電視、電影尚不普遍，民間的文化休閒活動主要是來自廟口各類的野臺戲表演。特別是每到酬謝神明的時節，廟方多會請來歌仔戲班，就在廟埕搭起舞臺，掛上布景，演員們就在舞臺後方的臨時後臺梳妝穿戴，為演出做準備。

時間一到，臺下一張張的椅凳

上早已經坐滿老老少少，當大小鑼、鈸響起，板鼓敲下，主角粉墨登場，一場足以成為日後所有人回味無窮的表演，就此展開。即使到了今天，歌仔戲已經以傳統藝術的方式，登上國家舞臺，甚至遠赴至歐洲演出，但是，最讓人回味的草根記憶與真實的文化傳承，仍舊存在野臺歌仔戲裡。

飛鳳儀歌劇團的當家演員，也是第二代的主力簡宏璋解釋，野臺指的就是廟埕中為了演出臨時搭建的舞臺。現場演出的形式，對於舞臺上的演員來說，是



歌仔戲上演前，演員尚未完裝，就在後臺一邊吃著便當，一邊抓緊時間看劇本。

極大的考驗。除了說、唱與身段的精準之外，還得面對現場觀眾的即時反應，或是戶外演出的環境狀況，沒有幾年功夫的硬底子演員，可是無法隨機應變的，他說：「資深演員們在舞臺上，任何現場狀況都可以信手拈來，出

口成章，這種臨場反應和效果，真的很迷人。」

不只如此，在野臺歌仔戲的表演上，還有日戲、胡撇仔戲的差異。日戲顧名思義，就是白天演出的劇碼，以酬謝神明為主，忠孝節義故事較受歡迎。而胡撇仔

戲，大體上多在夜間演出，更加貼近市井小民的生活，或有插科打諢或逗趣的情節。這個稱呼源自於日治時期，當時歌仔戲演出時，一旦有日本警官來巡視，全體演員馬上得換裝，穿上和服或換拿武士刀等，之後因應時代變



一抹紅一抹藍再來點綠，筆尖之下，劇中人物彷彿穿越時空來到了戲臺。



演員精心梳妝穿戴，待上臺後完美演出。



團員幫演員穿戴華麗精緻的頭飾，飛鳳儀歌劇團的每位成員像是家人般互相照應。

化演變成了較為輕鬆、得隨時因應現場情況做變化的一種演出形式。時至今日，夜戲增加了更多的聲光效果，偶爾也加入不少流行或新聞時事，對白也更加生活化，以便和臺下觀眾互動、引起共鳴。

一個歌仔戲班，除了應具備演出傳統戲碼的深厚功力，也必須有跟得上潮流的演出創意，而飛鳳儀歌劇團，正是一個這樣的劇團。

兄妹聯手傳續家族劇團

飛鳳儀歌劇團初聞其名，看似年輕，但是和歌仔戲則有深厚的淵源。前身是於民國63年成立

的勝珠歌劇團，其後因經營者興替，最後於民國94年才正式更名為飛鳳儀歌劇團。

當年接手經營的是目前仍為當家小生的吳金葉與武場指導簡明峰夫婦，而簡宏璋三兄妹在父母親的奠基上，攜手一起為劇團打拚。身為大哥，簡宏璋有多元的表演才情，各種角色都能詮釋到位，曾在《良臣遇灶神》的演出中，同時飾演個性潑辣俗氣的大嬸，以及英挺的城隍爺。他也與許多劇團有合作經驗，以及豐富的公演經歷，還能編寫劇本，像是飛鳳儀歌劇團的《慈母情淚》便是由他改編的傳統劇碼，甚至還曾經擔任導演工作。

簡宏璋的兩個妹妹簡鳳茹與簡鳳儀，則各自負責劇團的行政事務，有時也參加演出或擔任樂師。劇團名稱便是以小妹的名字加上飛字，無非也是期許劇團能更加飛黃騰達。在排練室裡的他們，和長輩們一起走位、對戲，沒有演出前求好心切的緊繃氣氛，只有家人間彼此關照、相互搭配的溫馨。劇團中每一個成員，各有專才，常常身兼多職，剛剛還在排練的阿姨，一下了臺便在一旁縫製著表演服裝。即使暫時不需要排練的演員，也會隨時拿起劇本，就唱起聲音表情豐富的對白，幫助其他人對戲。

簡宏璋強調，目前的歌仔戲表演已經和過去大不相同，必須隨著時代的潮流做出應對，展現新意。飛鳳儀歌劇團亦是如此，而不斷注入創新元素便是他的責任。雖然自小在劇團中長大，但是簡宏璋並不是從小就愛上歌仔戲，甚至完成學業後，還先選擇到社會上工作，一開始從事電視幕後工作，也許是從小耳濡目染，也許是冥冥中的緣分，正巧就是歌仔戲節目。

退伍後，儘管有著家族背景，仍舊沒有自信登臺，頂多就是飾演舞臺上的配角旗軍，一直到接觸了《赤桐花開》這部經典大戲，那是簡宏璋第一次見識到國家劇院舞臺的壯觀，讓他發現原來自幼熟悉的傳統戲曲可以如此登堂入室，才重燃起對歌仔戲曲的濃厚興趣。

自創作品征服年輕新戲迷

和一般歌仔戲演員的養成大不相同的是，簡宏璋是從公演正式開啟自己的歌仔戲生涯，學習的對象除了一起合作的演員之外，就是錄影帶，這和大部分的演員學習過程大異其趣，他還笑著說自己的老師是「錄老師——錄影帶老師。」但也因為如此，他能夠擺脫窠臼，帶入創新，把從小就吸收到的戲曲經驗，注入自己



飛鳳儀團長簡宏璋公演經驗豐富，還曾編寫劇本與擔任導演。



簡鳳儀（左）也在彩排行列之中，拿起劇本互相對戲，和哥哥聯手延續家族劇團。

的好奇心與創意。

簡宏璋把西樂帶回飛鳳儀，甚至把年輕人喜愛的電玩元素，加入服裝的設計上。過去歌仔戲演員的化妝方式，也慢慢地有了改變，現在的妝容更加時尚，使用的也都是大家熟悉的化妝品牌的產品，不僅在妝感的美學表現上能夠跟上潮流，而且也能藉此拉近與年輕演員的距離，並吸引年輕人前來觀看歌仔戲。

飛鳳儀歌劇團去年的作品——《千年之戀》，為他們寫下了漂

亮的一頁。精緻華麗、充滿時尚感的華麗舞臺服裝，在整體造型與對白上，都加入了現代的元素。儘管傳統與創新看似衝突，新創意在老演員的眼中，也許有那麼一點不夠經典，但是演出效果卻讓人刮目相看，而同時也將傳統戲曲傳承給更多年輕人。

戲曲，本身就是源自民間的表演藝術，歌仔戲更是深入生活的娛樂之一，不必穿戴講究，扶老攜幼，走到廟口或村口，找張板凳，坐下來就是一場好戲。沒有

室內舞臺的精緻華麗，但現場的感染力依舊，不必照本宣科，有時回應觀眾的脫稿演出，更是神來一筆，讓臺上臺下會心一笑。歌仔戲，最迷人的草根魅力，不在於有多少獎項加持，或是有多少公演機會，而就在離你我最近的舞臺上。

►飛鳳儀歌劇團

電話：0926-737-720（簡團長）



劇團成員常身兼多職，在一旁縫製戲服的阿姨，不久前還在臺上排演。



加入現代流行元素的華麗舞臺服裝，讓演出效果加乘不少，希望吸引年輕人一起前來觀看歌仔戲。

編按：

本期開始請攝影家李增國新闢「64號夢想城市」單元，由潛藏在你我心中的小王子 JackRabbit帶路，在臺北穿街走巷，以文字及圖片記下他對臺北這個64號夢想城市的驚鴻一瞥，就讓我們跟隨JackRabbit的好奇與熱情，看看他眼中、鏡頭底下的夢想城市！



木棉樹影烙在柏油路上，交織搖曳的樹影如同神秘的塔羅符號，指引我走向潘朵拉的寶藏。

64號夢想城市

臺北的一道藍色極光——溫·羅·汀

文、攝影／JackRabbit

JackRabbit是誰？

JackRabbit宛如潛藏在你我內心裡的小王子，熱愛生活、旅行、攝影和藝術，隨著星空探尋充滿夢想的城市。JackRabbit眼中的臺北充滿創意和驚奇、趣味和想像、渴望與期待，他看見臺北的夜空，一顆代表夢想的64號星星不停閃爍著璀璨的光芒，而一股不停醞釀的情緒，正在這座夢想城市中發酵、啟動！



憑一張地圖

近午時分，站在水源大樓前的天橋上居高臨下，眼前整排的木棉樹影明顯又深刻地烙在柏油路上，當春天和煦的微風吹起，木棉樹好似倏地燃燒起來，並開滿了橙紅的花，搶眼地將每個人的目光都吸引過去。大街上光影顯著，硬質光的強烈痕跡幻化了馬路一整排交織搖曳的樹影，如同神秘的塔羅符號，彷彿憑這張樹影地圖可以指引我走向潘朵拉的寶藏。

三月意象

三月是木棉花的季節，但是水源大樓的城廓卻用一堵牆的藍搶了它的風采！大樓公共藝術的新風貌，讓公館的景觀變得更為豐富和多彩，漸層的彩虹和四面繽紛的幾何色彩變化，充滿趣味與想像。一對年輕情侶在陸橋上以

〈水源之心〉為背景，記錄下那年春天愛情甜蜜的顏色。

時間之外

藝文咖啡廳、獨立書店和live house，密集標示在溫羅汀的人文地圖上，書卷味、咖啡香和音樂樂，絕對是溫羅汀巷弄裡最賞心悅目的景色，不間斷地餵養著臺北人知性又自由的靈魂。仔細端詳這些店名，挪威、帕多瓦、胡同、海邊、河岸、秋水、茉莉、杜鵑、葉子和漂流木，他們以異國情味和自然的氣氛包圍著我，散發出無限的人文和詩意。

春光、藤蔓、鳥籠

溫羅汀有多座可愛的小公園，他們就像是一顆顆會呼吸的綠色鑽石，為車水馬龍的都市，提供清新的綠地。走累了，在公園找個角落坐下，枝頭上傳來輕盈的



三月是木棉花的季節，但是水源大樓的城廓卻用一堵牆的藍搶了它的風采！

歌聲，鳥兒們得天獨厚的樂趣，便是隨時來場高空音樂會；中午外出用餐的上班族，三兩成群慵懶的享受著日光；小黃狗搖著尾巴和小主人在溜滑梯旁追逐嬉戲，他們總是擁有最單純、簡單的樂趣，或許天上的雲兒也懂這個道理，加入他們玩起躲貓貓，一會藏東、一會躲西，一不小心飄進屋裡了！

細數巷弄牆上的小風情，也有說不完的故事。高樓牆面上一道斑駁的藍、褪色的白與草地的新綠層層相疊，彷彿以一杯抹茶拿鐵的色彩，輕輕裝載著城市人的情緒地圖。另一道牆上，鳥兒在籠子裡拍著翅膀鳴唱，藤蔓在老牆上恣意向下攀爬，時間到了，它們自然就會相遇！



夕照是一種黃澄澄的幸福，映照著人世間最深厚的愛。



藍光以初春的溫度，編織出層層微醺的色彩。



鳥兒在籠子裡拍翅鳴唱，藤蔓在老牆上恣意向下攀爬，時間到了，它們自然會相遇！

微醺的溫度

傍晚沿著汀洲路往寶藏巖水岸邊看夕陽，沿路都是一車車的小吃攤，一會兒一盞盞的燈泡漸漸亮起竄流一整條街，照亮招牌和攤位，也點亮人流與活力，為街道添上幾分生動活潑的氣氛。水煎包、車輪餅、豬血糕、雞排、珍奶和章魚燒，每個攤位前都排著長人龍，無論是傳統小吃還是創新做法，只要順著人龍來吃便是美味的保證。這一道道露天美食佳餚，在熙攘、甜膩的街道

裡，流露著人間濃郁的溫暖和情調。

今天，藍光的姿色多層次而豐富，像是打蠟般，一層一層地抹上，再一塊一塊擦拭到純粹潔淨、晶瑩剔透。天空染成墨藍色，木棉樹旁的側牆是深藍色，地面的水窪回映淡藍色的美，這些藍總是不經意的出現，在你我沒注意的細節裡。這道光最終用一抹牆的淺藍，將你我帶往寧靜、美麗的藍色夜晚。

打著鐵罐燈籠 歡慶元宵

文·圖／葛晶瑩



在從前物資缺乏的年代，每到元宵節晚上，常能看見小孩子們提著奶粉罐做成的燈籠，呼朋引伴鬧元宵。隨著時代的進步，燈籠變成塑膠製，造型多樣化，甚至改以LED燈泡來照明，花樣繁多，任君挑選。雖然如此，那裝滿童心童趣的鐵罐燈籠，仍令人懷念。今年元宵節，就讓我們一起懷舊，吹吹復古風，提著閃亮亮的鐵罐燈籠，出門夜遊「趣」！

鐵罐燈籠不但耐用，而且可以資源再利用，只要準備家中不用的鐵罐，如水果罐頭、奶粉、茶葉等各種金屬製容器，甚至可樂、汽水的鋁罐，都可以拿來利用。找出鐵鎚與釘子，開始「打造」獨一無二的燈籠吧！

鐵罐燈籠照明功能主要在於開口的部分，若是有蓋子的鐵罐，直接取下蓋子即可；如果不是，則必須將鐵罐頂端用開罐器全部取下。之後需要把鐵罐倒下橫放，開口朝前，這樣才能照亮前方，最後再為鐵罐穿上鐵絲當作提把，可以直接拎著鐵絲，也可以用筷子或木棍固定在鐵絲上面，感受一下手舉提燈照夜明的古趣。

為了讓燈籠更美觀，也可花點心思在鐵罐上打出小洞，這樣燈籠就會透出點點燭光，在夜間閃耀，十分別緻。如果要更講究，不妨在鐵罐上先用簽字筆畫出自己想要的圖案，然後沿著線條打出小洞、點上燭火，就可透出別具一格的美麗燈火。

如果將鐵罐開口朝上，還可以變化成為燭臺。尤其利用小型的鐵鋁罐，用孔洞做出美麗的圖案，放置在窗臺旁或戶外的聚會場所，就如同煙火般燦爛。飲料的鋁罐打孔更省力，輕輕一敲就能出現小洞，所以很適合用於各種圖案，沒有預算買燭臺的人，不妨可以試試鋁罐，安全又美觀。

此外，如果怕打孔的金屬罐太軟，一敲就變形的話，可在打孔前裝水放入冷凍庫冷凍後，再拿出來打孔，這樣冰塊就可以撐住原本薄軟的罐身，順利打出孔洞。

今年元宵節想要提個與眾不同的燈籠嗎？快找個鐵罐來DIY吧！

DIY 鐵罐燈籠製作過程



1.準備鐵罐一個、鐵釘、鐵鎚、簽字筆、鐵絲、鉗子、筷子與蠟燭。



3.然後照著圖形線條敲打出孔洞。



2.如果希望有圖形的話，先用簽字筆在鐵罐上畫出想要的線條。



4.如圖在罐子上打洞，然後剪下一段鐵絲，將兩頭纏繞固定。



PLUS 做成燭臺，
打造地上的花火



5.接著，將筷子放在鐵絲中間部位，調整好位置，然後旋轉筷子，讓鐵絲能緊緊繫在筷子上。



7.最後將蠟燭插在鐵釘上即可。以鐵釘來固定蠟燭，不但方便，且行進間不會歪倒。



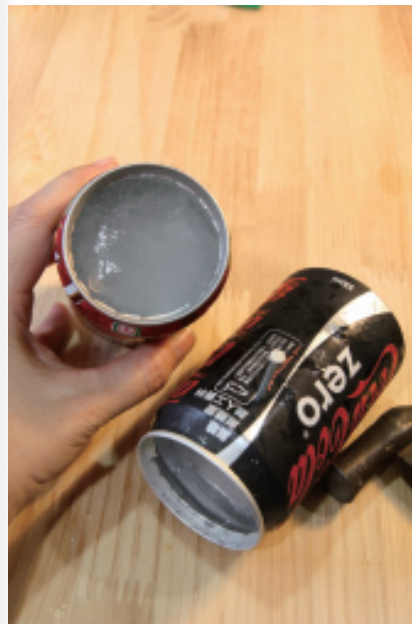
利用小鐵罐做出更細緻的圖案，在裡面放入蠟燭後點燃，罐身透出如花火般的絢麗。



6.在繫上鐵絲的中線正下方，從罐子外側釘入鐵釘。



8.在簡單的幾個步驟中，就完成了一個鐵罐燈籠。



這類罐子通常材質比較薄軟，打孔之前先裝水放入冰箱冷凍後，就會十分好操作。

102年2月15日~3月14日市府活動行事曆

活動名稱	時間 / 地點	主辦單位 / 洽詢電話
常青學苑——健走教室	每週二、三、五，15:00~15:30 / 忠順區民活動中心（忠順街2段22號2樓）	文山區順興社區發展協會 ☎2939-5932 文山區健康服務中心 ☎2234-3501轉321
文山社區健走教室	每週三、五，09:30~10:30 / 文山區行政中心10樓	文山區健康服務中心 ☎2234-3501轉321
假日探星趣	每週六15:00~16:00，須購展示場門票，現場參加 / 市立天文館展示場1樓服務台	市立天文館 ☎2831-4551轉703
科學影片欣賞	每週日10:30、15:00，共2場，須購展示場門票，現場參加 / 市立天文館展示場1樓教室	市立天文館 ☎2831-4551轉703
臺北市政府政風處 「102年元宵燈謎網」	即日起至3/3（日）24:00止 / 詳情請至w2.doge.taipei.gov.tw/lantern102/index.asp查詢	北市府政風處 ☎1999轉2208
熱身與超越——王喆	即日起至3/3（日），10:00~18:00，週一休館 / 台北當代藝術館1樓Studio展廳	台北當代藝術館 ☎2552-3721
2012臺北美術獎	即日起至3/10（日），免費參觀入場 / 市立美術館地下樓D、E、F展區	市立美術館 ☎2595-7656轉220
免費社區簡易健康篩檢：三高篩檢、子宮頸抹片檢查、乳房攝影預約、大腸癌篩檢（有年齡條件限制，請攜帶身分證、健保卡）	即日起至3/14（四），每週三14:00~16:00，春節期間暫停服務 / 市立聯合醫院內湖門診部	內湖區健康服務中心 ☎2791-1162轉7037
因腦維新族： 新媒體藝術的華麗旅程	即日起至4/14（日），10:00~18:00，週一休館 / 台北當代藝術館1樓主展廳	台北當代藝術館 ☎2552-3721
末世化石，未來考古： 格雷戈里·夏通斯基個展	即日起至4/14（日），10:00~18:00，週一休館 / 台北當代藝術館2樓主展廳	台北當代藝術館 ☎2552-3721
2013臺北燈節	2/21（四）至3/3（日），主活動 / 花博公園圓山園區及美術園區（不含兒童育樂中心及市立美術館） 即日起至3/3（日），幸福燈海活動 / 中山北路1至3段（市民大道-中山橋）、捷運民權西路站至捷運圓山站沿線人行道	北市府民政局 ☎1999轉6237
心肺復甦術（CPR）課程	2/22（五）13:00~17:00，須先報名 / 市立聯合醫院中興院區6樓第三會議室	市立聯合醫院中興院區公衛室 ☎2552-3234轉3161、3257
追"薪"之路	2/22（五）14:00~16:30 / 勞工公園廣場舞台區（承德路3段287號）	北市就業服務處 ☎2594-2277轉207
「四季與茶（二）」 Monthly 閱讀品茶趣	2/22（五）19:00~20:30 / 市立圖書館文山分館9樓	市立圖書館文山分館 ☎2931-5339
2013臺北眷村文化節	2/22（五）至3/3（日） / 信義公民會館（四四南村）	北市府文化局 ☎1999轉3566



(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
新移民廚藝班	2/22 (五) 至3/22 (五)，每週五09:30~12:30 / 新移民會館 (南港區)	松山區公所 ☎8787-8787轉736
102年元宵節動物燈謎擂臺	2/24 (日) 10:00~11:30 / 市立動物園大門廣場	市立動物園 ☎2938-2300轉531
「我家就是國際學校：波蘭媽媽X臺灣爸爸的地球村教養經驗」每月一書系列講座	2/24 (日) 14:30~17:30 / 市立圖書館總館10樓會議廳	市立圖書館推廣課 ☎2755-2823轉2117
高血壓飲食原則	2/26 (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
「Bookstart 閱讀起步走」嬰幼兒父母學習講座——開啟寶貴的閱讀之門 (6~18個月)	2/27 (三) 14:00~16:00，須先報名 / 市立圖書館總館10樓會議廳	市立圖書館推廣課 ☎2755-2823轉2412
2013櫻花情·桶柑心	2/28 (四) 10:00~20:00 / 捷運新北投站前廣場、安國寺、臺北市北投區大屯國民小學、二崎生態休閒農場、觀光柑橘園	北投區公所 ☎2891-2105轉275
102年臺北市老人健康檢查	3/1 (五) 起至預約額滿為止 / 臺北市各特約醫院	北市府衛生局 ☎1999轉1805
102年全國客家日——客情客簡 樂天穿	3/1 (五) 至3/3 (日) / 客家文化主題公園	北市府客家事務委員會 ☎2702-6141轉212
新移民大陸學員班	3/1 (五) 至4/3 (三)，每週二、三、五，13:30~16:30 / 新移民會館 (南港區)	信義區公所 ☎2723-9777轉806
「OKWORK薪酬崛起」就業博覽會	3/3 (日) 11:00~16:00 / 中油大樓	北市就業服務處台北人力銀行 ☎8663-1000
新移民外籍學員班	3/5 (二) 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
社區篩檢活動	3/8 (五) 08:30~11:30 / 市立聯合醫院北投門診部 (新市街30號5樓)	北投區健康服務中心 ☎2826-1026轉104
2013世界腎臟病日	3/10 (日) 14:00~17:00 / 市立動物園 (暫定)	北市府衛生局 ☎1999轉1804 臺灣腎臟醫學會 ☎2331-0878
新移民廚藝 (烘培) 班	3/11 (一) 至4/29 (一)，每週一19:00~22:00 / 內湖社區大學 (內湖高工烹飪教室) 5/7 (二) 至5/28 (二)，每週二09:00~12:00 / 內湖區行政中心5樓會議室	內湖區公所 ☎2792-5828轉605
2013臺北市客家文化節——伯公生慶祝活動	3/9 (六) / 客家文化主題公園 3/13 (三) / 晉江街長慶伯公廟、通化街福德宮	北市府客家事務委員會 ☎2702-6141轉226



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		
06-07	BBC World Service	發現大樂章【華梵大學合作】	愛 Love Story【世新大學合作】
07-08	早安臺北晨／小魚	輕鬆FUN週末【文化大學合作】	日本人真妙【世新大學合作】
08-09	臺北好幸福／偉華	幸福客家情／鍾惠文	臺北社區好鄰居／張曉瑩
09-10		音樂起床號／節目課	
10-11	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】
		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	週五	就愛Fun音樂／節目課 花路米圖書館／花兒姐姐
	Taipei · Free · Fun／Jeffery & Jack	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／秦夢眾	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



「上班族放輕鬆」及「城市農村上下游」的節目主持人路易，本名蔡國憲，政治大學新聞系畢業，臺灣藝術大學應用媒體藝術研究所研習中。2001年9月因緣際會踏進播音工作，在臺北廣播電臺服務已逾11年，還沒接觸廣播之前，從未料想到會進入廣播界服務。從早期的製作教育資訊節目、臺北市政及議會採訪報導，到目前生活綜合類型與農業相關節目，一再不斷嘗試找出新的方向，帶給聽眾有價值的資訊內容，拓展生活視野，紓解上班族的工作壓力，希冀在生活中散播知性與美感。

「上班族放輕鬆」屬於綜合生活類型的節目，每週一到週五上午11時到下午1時播出，帶領聽眾接觸不同領域的新知識，並安排新書、雜誌內容介紹與人物專訪。而「城市農村上下游」節目，則是希望透過個別農友的小故事與不同類別的農業現況，帶大家關懷人與土地的關係，更深入瞭解小農與有機農業的發展願景及其都市生活的聯結。歡迎大家收聽！（臺北廣播電臺臉書粉絲頁 www.facebook.com/#!/FM93.1AM1134）

臺北廣播電臺臉書粉絲專頁



Android



iOS

是甜頭？還是陷阱

遇到這些情形，請提高警覺：有人以執行公務為理由，要求核對你的個人及帳戶資料；網站客服人員主動通知並指導你操作提款機(ATM)，或被要求辦理解除分期付款；無端接到法院傳票或中獎通知……

小心！這可能是詐騙陷阱，一旦有疑慮，請打 165



行政院
Executive Yuan

165 專線自 93 年 4 月 26 日成立迄 101 年 12 月底止，已接獲 500 萬 4,608 通諮詢電話，有效防堵詐騙，並預防民衆被騙金額已達 104 億 0,908 萬餘元。

更多反詐騙資訊請搜尋

165



www.165.gov.tw



2013 臺北燈節在花博

TAIPEI LANTERN FESTIVAL

搭捷運賞花燈

2/21-3/3

花博圓山 & 美術公園

2/6-3/3

中山北路

幸福燈海

