

畫刊

# 臺北

TAIPEI PICTORIAL  
101/12  
No. 539  
每月10日出刊

## 臺北·我可能會愛上你

## 喜歡臺北的12大理由



TAIPEI  
填問卷  
送好禮  
辦法詳見第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.tpedoit.taipei.gov.tw](http://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](http://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](mailto:taipeipictorial@mail.taipei.gov.tw)

## 免費索取地點

臺北市政府大樓1樓市民服務組  
臺北市各區公所  
臺北市各戶政事務所  
臺北市立聯合醫院各院區、各區健康服務中心  
臺北市立圖書館總館及各分館  
臺北市文獻委員會圖書館  
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  
交通部觀光局轉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文化创意園區  
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  
客家文化主題公園  
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）  
臺北世貿展覽大樓附設  
「精品、伴手禮展售中心（taiwanlook）」  
集思會議商務中心（臺大第二活動中心）  
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）  
凱學系統台  
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  
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）  
NGVA資訊廣場全國各分店



(圖／聯合知識庫)

## 你喜歡臺北嗎？

民國七十三年，我在美國完成學業，父親特地寫信勸我，留在美國工作幾年，累積經驗再回國服務；我沒有聽父親的話，博士學位一拿到，立刻飛回臺北。這些年來，常有人問我：當年為什麼回臺北？我總是答不上來，因為對我來說，回臺北是這麼理所當然，好像不需要理由。

前一陣子，我們做了一份民調，問問臺北人：喜不喜歡臺北？為什麼喜歡？最後歸納出臺北人喜歡臺北的十二個理由；這十二個理由，我全部認同，而且我還有更多的理由。

例如，前幾個禮拜的一個週末，我和太太帶著兩個小姪兒，沿著雙溪堤外自行車道騎車；一邊慢慢騎，一邊想起四十多年前，父親帶著我們一家，從新店搬到士林，就住在雙溪邊上，可是過去我從來沒有踏進堤防到雙溪河邊，因為河邊荒煙蔓草，不宜駐足。可是今天河濱公園是臺北人週末的好去處，騎車、打球、跑步、甚至隨興在草地上躺躺，大人小孩狗狗都可以找到自己的樂趣。我們全家最喜歡的事，就是從雙溪河濱公園騎完車，彎到士林夜市吃吃喝喝，度過愉快的週末。

當然，臺北絕不只是一個吃喝玩樂的好地方，在我心目中，臺北最美好的，它是一個夢想城市，充滿各種可能，陳柏霖回到臺北，拿到了金鐘獎；雲林的紀凱倫來到臺北，從黑手變成國手；我自己也曾經在臺北跌倒再重新站起；只要你有夢想，願意努力，臺北有最多的機會，讓你實現夢想。

看完這一期《臺北畫刊》，或許你會自問：我喜歡臺北嗎？為什麼喜歡呢？說不定你跟我一樣，心頭浮現許多理由，才發現，原來臺北如此美好。

郝龍斌

中華民國57年1月創刊  
 101年12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·林虹伶·司徒懿  
 黃慈萱·陳盈帆·林瑋庭·柯秀雯  
 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右下方「旅遊休閒」單元點選「臺北畫刊問卷」，填寫完畢就有機會獲得1份優質出版品，每月獎額10位，得獎名單將在次月問卷網站上公布，機會難得，請立即上網，告訴我們您的寶貴意見喔！



臺北無可取代……4

希望跟著捷運走……12

幸福運轉手……18

我的全能照護網……22

臺北健康24H不打烊……26

上山下海 不讓你宅……30

孩子們的大教室……36

吃喝玩樂，一遊未盡……42

在臺北，啥米攏無驚……48

臺北大舞台，秀給你看……52

雲端臺北任意門……58

漫步街頭遇見美……62

臺北職涯沒有天花板……68

禮貌，最舒服的距離……74

年輕的夢想 從臺北起飛……78



# 臺北無可取代

在媒體流傳各種負面報導的氛圍中，  
連臺北人都以為，自己可能不會愛上臺北。  
然而，一份民調悄悄揭露臺北人喜歡臺北的真相。  
有人愛上美味的早餐、有人迷上夜市；  
有人上山下海就是愛動、有人在公園中享受寧靜；  
有人覺得臺北讓他安心、有人覺得臺北給他機會；  
民調找出喜歡臺北的十二個理由，  
其實，每個臺北人心裡還有千百個理由，  
讓他愛上臺北，無怨無悔。  
在臺北人心裡，臺北永遠無可取代。

文／任孝琦 攝影／王能佑

(許斌攝)



在臺北出生長大的陳柏霖，認為臺北無可取代，未來想要拍一部關於臺北人的電影。（許斌攝）

這是臺北人和臺北的故事。

高中時代的陳柏霖，是學校熱舞社的成員。週末總喜歡跟同學到中正紀念堂跳街舞。空曠的廣場，任由他們旋轉、跳躍；結束後，大夥到西門町閒逛，吃東西、看電影。陳柏霖最愛看Woody Allan的電影，「他把紐約拍得這麼棒，對紐約人刻畫得這麼深刻，我非常崇拜他！」逛著逛著，他遇見了易智言導演，他拍了《藍色大門》這部電影。這是陳柏霖的第一部戲，他從此愛上演戲，「我知道，這是我一生的事業。」

《藍色大門》之後，他決定到香港、東京發展，嘗試新的挑戰；幾年後，他又回到臺北，問他：為什麼回來？他說：「因為

臺北無可取代。」

陳柏霖回到臺北，拍了連續劇《我可能不會愛你》，一舉拿下今年金鐘獎戲劇節目男主角獎。

### 臺北聚寶盆 不怕你來挑戰

臺北市政府最近做了一份民調，詢問市民「喜歡臺北的理由」，發現20至24歲的年輕人喜歡臺北的比例高達98%，高過其他年齡層；其中88%的年輕人喜歡臺北是因為「吃喝玩樂選擇多」，遠高於平均值（75%）；但喜歡臺北「學習資源多」的年輕人是87%，比例一樣高得驚人。

紀凱倫，在雲林大成工商學汽車板金，參加全國技能競賽南分區賽獲得第一名，在總決賽卻不敵北區的選手，不服輸的他，離

鄉背井到臺北，白天在汽車廠實習，晚上到北市職訓中心上課，天賦加上努力，果然讓他在今年的全國技能競賽奪金，明年將代表臺灣前往德國萊比錫，參加被譽為技職界奧林匹克的國際技能競賽。

臺北就像一個聚寶盆，三山五嶽的好漢都要到這裡來逐夢、來挑戰。就像陳柏霖所說：「不怕沒有舞臺，就怕你不是人才！」

正因臺北孕育多項學習資源與工作機會，依據行政院主計總處99年調查顯示，臺北市99年底常住人口約266萬人，但加計在北市及外縣市間流動的通勤通學淨人口後，活動人口就高達300多萬人，顯見民眾依賴臺北市的程度。

### 交通方便 喜歡臺北理由No.1

就跟全世界所有大都會一樣，交通是城市管理者的一大挑戰，也往往是最大的民怨源頭。但是，在這份民調中，出人意料的有高達95%的民眾，因為「外出交通方便」而喜歡臺北，高居「喜歡臺北十二大理由」的第一名！

本刊深入查訪，喜歡臺北交通的理由是什麼？受訪者異口同聲：捷運！

靠輪椅行動的廣告人范可欽去過許多城市，見多識廣，他說：「北京、上海不用提，輪椅根本上不了車；就連日本，捷運車廂跟月臺還有這麼高的落差，」他兩手比著十多公分的距離；「在臺北，捷運跟月臺是無縫的，我的輪椅咻的，就進去了。」

除了捷運以一年一條線的速度穩定擴充之外，市府在過去十多年間投入無數人力、物力，對影響交通的相關配套做了徹底的「整型」，包括公車轉乘配套、低地板公車、騎樓和人行道整平及自行車道鋪設等，讓民眾外出交通便利度大幅提升，才是讓九成五民眾感覺可喜的原因。

范可欽過去出門總要一位助理陪伴，幫他排除路上各種障礙，包括騎樓有臺階、人行道斜坡等；現在他可以不用助理，自己趴趴走，「愛搭捷運就搭捷運，愛搭公車就搭公車，多輕鬆啊！」他開心地說。

省去塞車、等車、搶座位等煩惱，臺北人少了焦躁，多了輕鬆。

### 優良醫療品質 生病也安心

一般人生活中的大煩惱——生病，在臺北好像也不是問題。在民調中，「醫院多醫療品質高」是83%民眾喜歡臺北的原因，名列喜歡臺北十二大理由的第二名。

范可欽形容：「臺北就像一座大醫院！」從第一級的教學醫



紀凱倫在臺北職訓中心學習有成，將代表臺灣前往德國參加國際技能競賽。



陳柏霖高中時期時常遊逛的西門町，也是年輕學子假日休閒的首選。

院，市立聯合醫院、中型區域醫院、社區醫院，到巷弄裡的大小診所，應有盡有。經常需要復健的他，最常去的是過去住家附近的仁愛醫院，不用等，隨時可去，「方便，又可靠」。

像仁愛醫院這樣中等規模的醫院，其他縣市可能只有一家，在臺北市每個行政區都有，小至復

健，大到胸腔開刀，就在你家方圓一公里內。更不用說，走出家門外林立的牙科、耳鼻喉科、小兒科，當然，還有近年流行的健檢診所。

醫院多，但更重要的是醫療品質。

住在新竹的退休工程師張先生，因為咳嗽不停，先後在新竹



臺北市活潑的教學環境，培養學童更多元的發展。（顏涵正攝）



醫院多、醫療品質高，讓臺北人生病時獲得充分保障。（許斌攝）

馬偕分院、桃園長庚分院檢查近半年，醫師依然無法確診；轉到臺大醫院，三天就查明為肺癌三期，立即開刀切除病灶。臺灣肺癌權威、臺大醫學院院長楊泮池說：「衛生主管機關關心的是醫院家數、病床數，而真正重要的是醫療品質。」臺北不但有密集的醫院、醫生、護理人員，更享有全臺灣最高品質的醫療照護。

沒病去健檢，小病去診所，大病往教學醫院跑，臺北人連生病都有一份從容。

### 臺北大教室 處處皆可學

民調中，喜歡臺北十二大理由的第三名是「學習資源多」。這個理由似乎顯而易見，因為全國知名的明星學校都集中在臺北，但是臺北人的眼光格局遠遠跨出校園。

本刊查訪多位學生家長，沒人提到成績、升學，讓他們開心的是學校教學的活潑、學生閱讀的興趣，走出校園隨處可得的表演、展覽、自然生態；他們相信，樣樣平衡學習的孩子，才是真正的好。

一位臺大教授分析，臺北市的學校多，學校跟學校彼此觀摩競爭，教學就會越來越好；好學生多，彼此競爭，表現當然也越來越好。這是正向的競爭。

就像紀凱倫，一個原本可能在雲林當「黑手」的孩子，來到臺北，在一流的學習環境中磨練後，他從黑手變身為「國手」！無怪乎許多家長寧願辛苦一點，也要效法孟母三遷，搬到臺北居住。

### 吃喝玩樂樣樣通 臺北一遊未盡

喜歡臺北十二大理由的第四、五名分別是「吃喝玩樂選擇多（75%）」和「休閒活動選擇多（70%）」，這結果並不令人意外。

談到臺北的吃，陳柏霖立刻眼睛發亮，「早餐最好吃！」他細



臺北街頭早餐店林立，不論中西式都可給予民眾不同的美味驚喜。

數四處可見的中式和西式早餐，樣樣他都覺得美味無比。他興奮地說：「我每天都期待早餐，因為每天都可能有意外的驚喜！」

吃遍世界各國美食的范可欽覺

得，臺北的吃「最輕鬆」。「歐洲國家晚間7點以後就沒東西吃，美國不開車吃不到東西。」他說：「只有臺北，住家樓下就有得吃；要吃精緻美食，搭個捷運也能吃到。」

長期觀察臺北的資深媒體人董智森說，臺北有全臺灣最多第一棒的美食。他舉例說，網路公認的臺灣第一好吃的水餃，就在光復市場裡，「不說不知道，全臺灣第一好吃耶！」

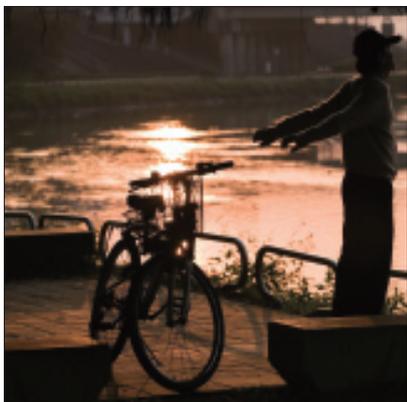
他對臺北美食前景大為看好；他認為，有了捷運，加上網路的加持，原本沒沒無聞的小吃店快速走紅，尤其捷運沿線，小吃店一家接著一家開。「搭捷運，吃

小吃，絕對是臺北的獨家特色，別的地方學不來的啦！」他鐵口直斷地說。

#### 得天獨厚 臺北休閒樂無窮

說到休閒，臺北更是得天獨厚，出門一小時內，有山、有海；愛運動的陳柏霖最喜歡到海邊，「現在比較困難」，他有些遺憾地說，「不過到河濱公園夜騎，也很棒！」他推薦深夜從大佳河濱公園往圓山方向騎，「真的很美！」

「休閒可以很簡單」，董智森認為臺北最好的是有許多「社區空間」。喜歡逛公園的他，對臺北的社區公園如數家珍。他



不同時段到河濱公園騎自行車都可欣賞美景，放鬆身心。（楊志雄攝）



眾多的社區公園彷彿綠洲般為繁忙的都市提供休憩的角落，圖為艋舺大道的「兩棵樹公園」。

說，艋舺大道有個公園名叫「兩棵樹公園」，小小的公園不到十坪大，「樹底下照樣有蟬鳴、鳥叫，很舒服。」

有一天他去師大附近一個社區公園隨便走走看看，發現一棵大樹下有塊說明牌：「全臺灣最古老油杉」，他一看大喜，「不得了，全臺灣最古老耶！」心中油然而生起一股光榮感。

### 輕鬆 舒服 臺北居住好放心

另一項讓市民稱讚多多的是「治安好 生活安全」（58%）。警察大學葉毓蘭教授認為，臺北當然有竊案，也有兇殺，可是極少發生讓一般民眾覺得生命受到威脅的重大刑案，加上密集的監視器，是讓民眾安心的重要因素。

范可欽則舉美國經常發生槍手濫射無辜，東京也有隨機殺人的事件，相較之下，他覺得，從陳進興之後，臺北很少發生重案，即使發生，警方也都在一、兩週內破案，民眾的恐懼感還沒有升起，事情就已經平息。

生活輕鬆、舒服、安心，臺北人自有一種從容自在，形之於外

的是，對陌生人友善、有禮，卻又不失分寸。這種臺北人特有的人文素質，近年逐漸受到重視。大陸朋友往往好奇，臺北人特別有禮貌，動不動就說謝謝、不客氣；又特愛排隊、讓座；在臺北走路很輕鬆，即使路上人再多，彼此一個眼神交會，就能互相側身謙讓。

這樣的禮讓文化，經年累月成為臺北的潛規則，大部分人都能自然遵循。范可欽認為，臺北人的有禮，是一種尊重他人的分寸；用作家溫士凱的話來形容，「是一種舒服的距離」。

臺北人自己也喜歡這樣的溫和和禮，44%的民眾因為「市民友善熱情素質高」而喜歡臺北。

### 打開眼耳 用心體會臺北之美

喜歡臺北，是一種感覺。經常幫客戶做調查的范可欽認為，「喜歡臺北」這份民調找出了臺北人內心的潛意識。83%的臺北人喜歡臺北，這是臺北人內心隱藏的真實感覺，雖然與一般人的印象很有落差。

從媒體上認識的臺北，負面較多，生活中的臺北人也確實有

不少怨言；但是范可欽認為，就像老夫老妻，雖然經常爭吵，但是內心知道對方的好，「他們不會分手的啦！就像臺北人，即使有點怨氣，但是絕對不會搬離臺北。」

董智森說，臺北人像左眼龍、左耳龍；在媒體的喧囂中、在生活的壓力下，有時會睜一眼閉一眼，看不到臺北的美好。他鼓勵臺北人睜開眼睛、打開耳朵，從自己家的周遭開始，用心去感受，「臺北的美，都在細微處，要用心，才能體會。」

陳柏霖看臺北人罵來罵去，但是遇到事情又會團結，好像很矛盾。他說，有一天他「一定」要拍臺北人，像Woody Allan拍出紐約人一樣，「我要拍出臺北人的自討苦吃、享受矛盾。」然後他笑笑說：「現在還沒有看盡人生百態，等我老一點吧！」

臺北人嘴裡不說，心裡其實喜歡臺北，不想輕易離去。有一天，當臺北人老去，回想自己的一生，或許會慶幸，這一生過得輕鬆、舒服、安心，幸好住在臺北。

# 喜歡臺北的12大理由



## ● 問卷調查基本資料

本次調查採電話調查，調查對象為戶籍設於臺北市、年滿20歲以上之臺北市民，調查日期為101/10/15～101/10/17晚間6:30～10:00；有效問卷1,380份，拒訪847份，在95%的信心水準下，本調查全體樣本之抽樣誤差不超過正負2.64個百分點。

市民喜歡臺北市的理由，題目採複選題設計，選項隨機出現並由訪問員逐一提示，不限定回答項數。

# 希望跟著捷運走

文／方旭 攝影／王能佑





台北：  
一遊未盡

Taipei, Always More Delights!

(許斌攝)

2012跨年夜，80萬人簇擁在台北101與市府大樓旁方寸之地，等待跨年煙火的瞬間絢爛。當夜空燃盡最後一絲火花，剎那間，整個城市動了起來；包括Amelia和她的室友也都在摩肩擦踵的人潮中穿梭，打算從國父紀念館上捷運，趕回板橋站附近租屋處休息。

雖然瞬間湧入80萬人，捷運站周邊幾乎寸步難行，但Amelia說，她還是很放心，「因為有捷運啊」。隨著緩步移動的人潮，穿過入口旁又唱又跳、賣力指揮動線的捷運員工，只看到月台邊工作人員如臨大敵，不斷用哨聲與指揮棒指引乘客移動，Amelia很快搭上了捷運，「這時候捷運絕對最快、最可靠，不塞車、不繞路，一下就到家了！」

Amelia並不知道，為使命必達，捷運員工從上午6時開始繃緊神經。Amelia也不知道，在她安全返家後，臺北捷運沒有收班，為不錯過任何一位深夜歸家的旅客，高鐵、臺鐵、高捷，臺灣所有軌道運輸都休息了，唯獨臺北捷運依舊精準到站、出站，直到2012年1月1日晚間12時，整整42小時不打烊，默默守護著這座城市。

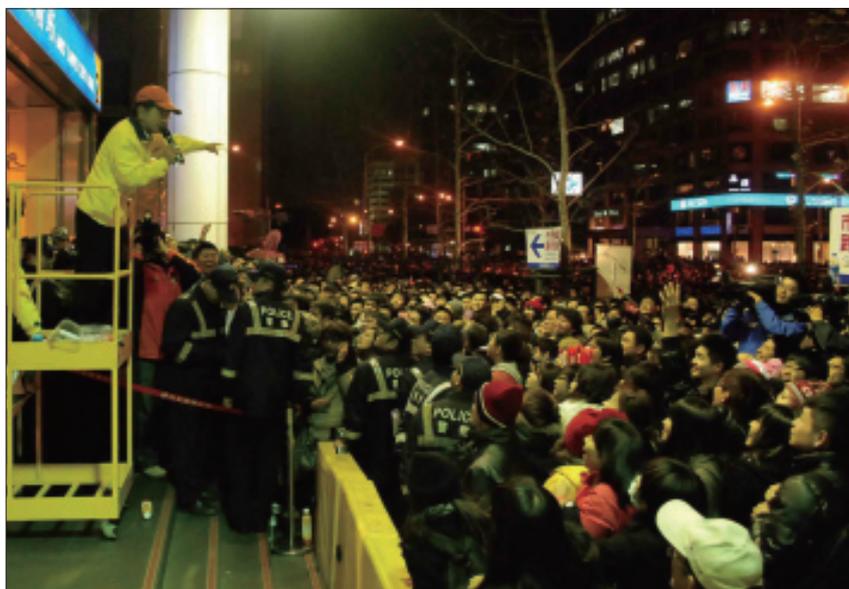
### 快捷便利省荷包

在這次「喜歡臺北的理由」民調中，出門交通便利以95%民眾的喜歡度拔得頭籌。而不可否認的，交通便利的關鍵，就是捷運。

2012年2月17日，臺北捷運運量累計突破50億人次，每日運量更



國外旅客有捷運代步舒適又方便。



跨年夜湧入大量人潮，捷運員工在捷運站入口賣力指揮動線，指引乘客向前移動。（圖／林榮輝提供）

將近170萬人次，顯示臺北大眾運輸服務已成為這座城市的主流生活態度。

過去曾以機車代步的陳小姐，自到南陽街工作後已是標準「捷運一族」。她說，由於愈來愈多區域實施機車退出騎樓，嚴加拖吊，現在「搭捷運真的比較方便」；速度快，不塞車，也不必為機車拖吊傷腦筋；「尤其碰到下雨天，起碼不會變成落湯雞。」

淡江大學運輸管理系教授羅孝賢指出，包括捷運路網逐漸成型、轉乘配套設計、低地板公車、油電混合公車大幅引進，以及自行車道鋪設，的確讓交通便利度大幅提升，也難怪大眾運輸使用人數從2002年每日逾250萬人次成長到近330萬人次，幾乎徹底改變了臺北的生活型態。

陳小姐說，過去騎車風吹日曬，坐捷運可以好整以暇地休息、用手機上網。就算想去的地點不在捷運附近，出站後「很快就能找到直達公車，加上公車路線密集，一點都不麻煩。」尤其持普通卡在1小時內公車與捷運雙向轉乘，每趟可享有8元轉乘優

惠，「為荷包考量，比起機車停車費，省下不少支出。」

### 逐年成長 捷運路網綿密

幾乎每天都到南門市場採購的黃太太，對捷運更是讚不絕口，她說，捷運不但非常乾淨，絕不會塞車，這幾年每年都有捷運通車，「停靠站愈來愈多，無論到哪邊都可以靠捷運再轉乘其他交通工具」，而且「沒有高低差，拖菜籃或老人家通行都非常方便。」

的確，從2008年南港線東延段南港站通車開始，2009年文湖線通車；2010年蘆洲線蘆洲站至新莊線忠孝新生站通車；2011年南港線東延段南港站至南港展覽館站通車；2012年新莊線大橋頭站至輔大站、中和新蘆線東門站通車。臺北市捷運近25年來持續成長，現階段已開通102個站，目前路網建設已完成116.9公里。

不過捷運達人Hiroshi指出，路網是檢視捷運功能的重要關鍵，目前臺北捷運在市中心還未形成緊密路網，但他看好接下來信義線與松山線通車後，將發揮更強功能。



搭捷運不僅便捷，還可歇歇腳、喘口氣，從容不迫抵達目的地。

以東門站通車為例，Hiroshi強調，好的捷運設施會形成區域發展、觀光的誘因，像他好幾次發現格外注重捷運與情報蒐集的日本背包客，都已直接搭捷運到永康街旅遊，人潮更帶來商機。只

是，「過去排10分鐘隊到店，現在可能要排20、30分鐘。」

住在永和的吳先生剛利用過東門站開通第一個月免費優惠，帶全家人到當地打牙祭。他也說，過去一家大小開車到永康街、麗

水街，找車位就要花不少時間，現在搭捷運不但省時、方便，還有多餘時間到巷弄裡逛逛，喝咖啡、嘗甜點，心情輕鬆許多。

資深媒體人董智森則以「希望跟著捷運走」，形容捷運對臺北城市發展的影響。

他舉板南線後山埤站為例，「十幾年前，後山埤還是很落後老舊，現在你去看看，高樓大廈完全不輸信義計畫區。」隨著南港線與文湖線連通，加上南港軟體園區的加持，後山埤往中央研究院，沿著捷運南港線一路發展下去，可望成為臺北市新一代的金雞母。

新蘆線也有類似現象。過去總被視為臺北市發展較落後的大同區，隨著新蘆線經過，大橋頭站和民權西路站附近已開始繁榮起來，小吃店愈開愈多，「因為出了捷運先吃點東西，再去辦事或回家，實在太方便啦！」董智森這麼說。



東門站通車後，吸引更多民眾前往永康商圈品嚐美食，體驗臺北巷弄文化。



捷運站內設有Taipei Free免費無線上網及充電設施。(許斌攝)

### 免費上網充電服務周全

臺北捷運路網逐漸建構完整，固然是讓市民選擇搭捷運的主要原因，但是北捷許多貼心措施也是民眾喜愛捷運的因素。例如夜間婦女候車區，加上監視器、捷運車廂及月臺對講機，協助維護安全，至今網路上仍佳評不斷，也最受大陸與港澳觀光客肯定。

永和吳先生則對捷運站內Taipei Free免費無線上網及充電設施印象深刻。他說，有次急著將製作好

的簡報傳給客戶，卻臨時發現手機和平板電腦都快沒電；沒想到在捷運站一次解決網路、電源所有難題，簡報也驚險過關。

從1996年木柵線通車開始，臺北捷運在短短十幾年間，大幅改變城市發展軸線，並且跟臺北市的公車路網連結，更搭配市民小巴，將民眾送到家門口。

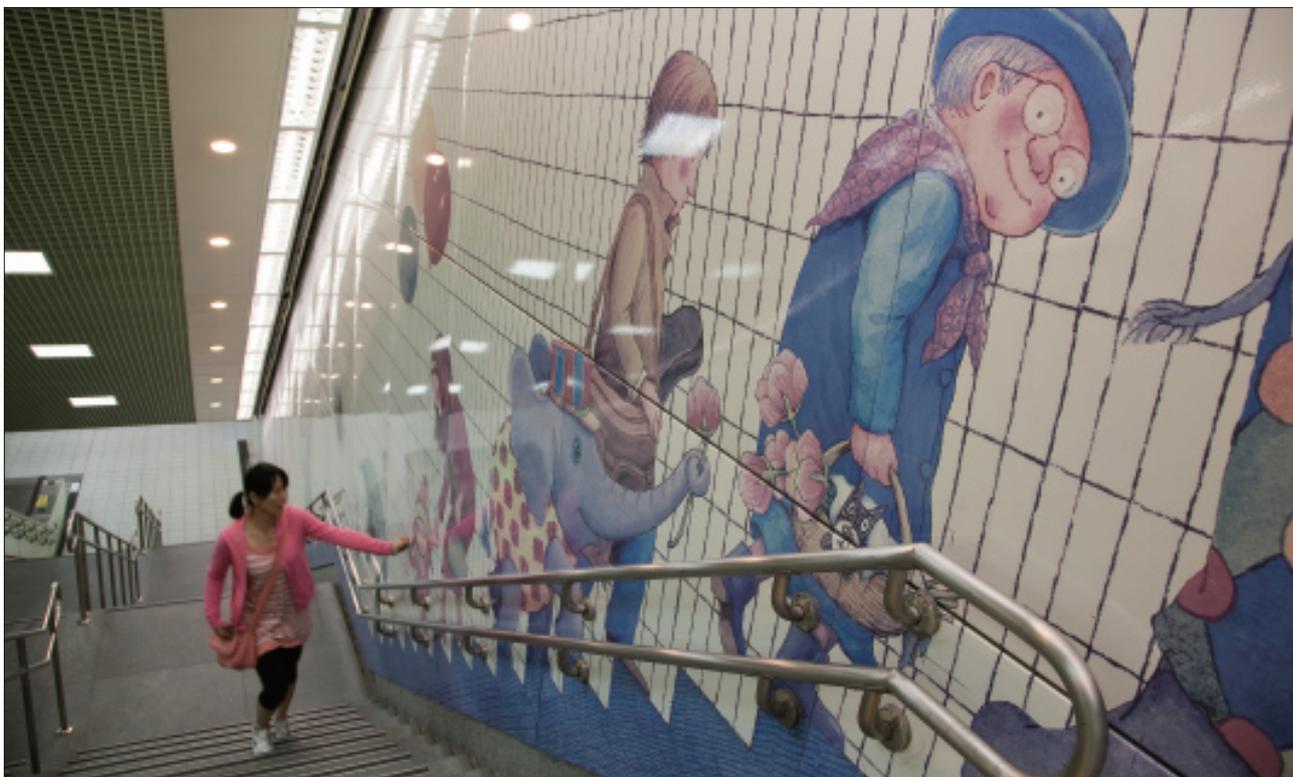
出門交通便利，是許多國際大都會夢寐以求的願景；在臺北，9成5的民眾覺得，我們做到了。

## 關鍵設計 臺北捷運升級

目前就讀臺大土木系的捷運達人Hiroshi指出，臺北捷運歷經多年努力，當然積累了足夠經驗與能量。尤其新通車的幾個站區，無論整體設計、站區規劃、公共藝術或動線，明顯優於早期各條路線。

又如仍在建設中的大安公園站，由於融入景觀、生態概念，未來站區將與公園融為一體，也非常讓人期待。

不過他也指出，目前捷運面臨種種考驗，譬如如何讓舊的捷運站透過維修來符合新標準。另一大考驗則是新北市新



作為城市門面，捷運站外觀及色彩設計格外重要，南港捷運站內的幾米畫作總吸引旅客的目光。(楊志雄攝)

開站區，如何藉由整體規劃提升生活機能、加強當地產業與商業聯結，以突破目前僅僅發揮運輸功能的侷限，吸引更多人潮進出。

此外，Hiroshi也強調，捷運是城市招牌，臺北捷運雖然管理與營運上有獨到之處，但包括整體色彩設計、logo，乃至於站區外觀，其實都較為雜亂。既然臺北要申辦世界設計之都，捷運也應盡速納入設計理念，例如採一致而鮮明的色彩，打造臺北的門面。



捷運車廂繽紛的色彩設計，為城市增添許多風采。

## 雙北公車啟動 捷運服務加值

臺北市捷運、公車品質近年來突飛猛進，為提供大臺北民眾更便捷、有效率的大眾運輸服務，臺北市政府透過黃金雙子城合作平台，陸續開闢5條行經高快速公路或高架橋的跨市快速直達公車路線。

這5條路線端點都設在臺北市內重要捷運站附近，以單程1小時及避免彎繞為原則。從今年4月2日第1條跨市快速公車935路「錦繡山莊—市政府」通車營運開始，陸續通車的有936路及937路「林口—捷運圓山站」、938路「五股—捷運臺大醫院站」、939路「三峽—市政府」。



為提供大臺北民眾更便捷的服務，雙北合作，陸續開闢5條跨市快速公車路線。

由於雙北公車搭乘非常踴躍，臺北市未來也將陸續推動其他跨市快速公車路線及兩市即時交通

資訊、公車動態資訊系統整合，以優化大眾運輸服務品質與可及性，共享樂活環境。

# 幸福運轉手

文／方旭 攝影／王能佑





臺北公車設置無障礙乘車空間，展現以人為本的特質，是城市軟實力的一環。

午後2時30分，一台263公車從仁愛路開往北市府方向。

到了國泰醫院站，司機先生停好車、打開車門，走到月台上，從低地板車廂拉出斜坡板，把一位坐著輪椅候車的老先生穩穩推上公車。幫忙固定輪椅、收回斜坡板之後，司機先生走回駕駛座，啟動公車，開往下一站。

整個過程不到一分鐘，車上沒有人喧嘩、抱怨，更有人讓出走道，方便輪椅通行，彷彿這是再自然不過的日常小事。

這就是臺北，這就是臺北的公共汽車。

#### 不讓任何人被一階樓梯打敗

今年11月底，臺北市低地板公車已超過1,500輛，將近公車總數的四成。開南大學健康產業管理系助理教授裴晉國指出，低地板公車讓路面與公車不再有高低差，代表臺北無障礙環境的突破，展現以人為本的城市特質。

他說，過去公車階梯比一些長輩還高，上車時幾乎是要四肢著

地、慢慢往上爬。但自從低地板公車全面推廣，所有人都能輕鬆上下車，無論洽公、用餐，甚至旅遊都很方便，漸漸落實「不讓任何人被一階樓梯打敗」的理念。

現職家庭主婦的黃小姐對低地板公車特別有感，她說，過去光是家裡長輩想上車就滿困難，一定要家人攙扶，現在公車司機與乘客不但很客氣，就算背著大包小包或推菜籃車上車都不會有問題，讓人覺得非常安心。

#### 星港大陸取經

的確，八、九年級的小朋友很難想像，過去公車是「臺北之虎」，橫衝直撞，動輒過站不停；部分態度不佳的司機、車掌小姐還被諷為「晚娘面孔」。但這幾年臺北公車愈來愈友善，乘客有禮貌、懂得讓座，司機也愈來愈貼心，加上車廂整潔動線佳、設有無障礙空間，愈來愈多感動在臺北的公車上發生。

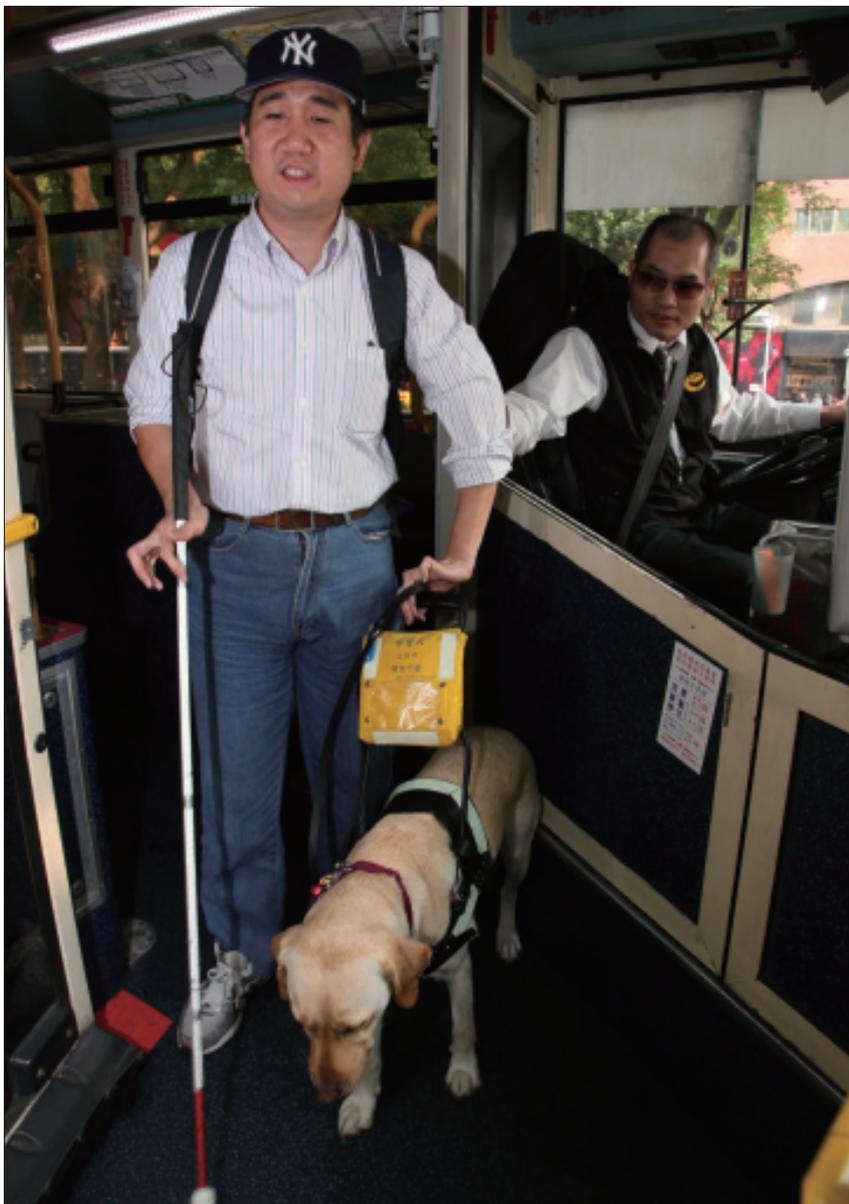
公車學臺北，這是花博期間，新加坡作家造訪臺北後大聲疾呼的主張。淡江大學運輸管理系教授羅孝賢指出，的確已有不少星港官員、學者私下取經，部分大陸城市更把臺北公車文化列入考察重點。

但他認為，臺北公車經驗很難模仿，因為臺北公車進步歷經北市府不斷改善硬體設備，加上長期推動禮貌運動、激勵乘客與司機共同成長，是許多良性循環的結果，「用錢買不到，我們創造了新的城市文化。」

如聯營公車管理委員會主委戴宏聲所說：「公車已不是單純的運輸，駕駛員站在服務最前線，與乘客互動關係一定要提升。」因此在臺北，體貼弱勢、銀髮族，已成為大部分公車的SOP，業者還安排駕駛穿戴相當於80歲長者的重裝備，體驗年長者搭車的



這幾年臺北公車愈來愈友善，司機與乘客以禮相待，幸福與感動就在你我身邊。



臺北公車司機的熱心協助，讓視障乘客藍介洲與他的導盲犬Wish深感肯定。

感覺。

對於臺北公車司機的熱心協助，視障乘客藍介洲與他的導盲犬Wish深感肯定，很多駕駛會特地停下來問他要不要搭車，有一次遭其他乘客刁難，反映狗很臭，要求他們下車，駕駛挺身而出捍衛他與Wish的權利，強調「Wish是導盲犬，有權利上車」；也碰過駕駛會用車上廣播宣導：「有導盲犬上車，請乘客不要隨意觸摸。」

由於有這麼多感動，臺北市正陸續試辦許多超前措施，包括公車站站皆停；還設置全國首見的公車動態資訊系統，不論在站牌或用手機都能立刻接收最新資訊，提供到位服務。

當然，談到公車貼心服務，絕不能漏掉市民小巴。

#### 小巴士大感動 接送孩童不打烊

習慣出入有私家車代步的人們很難想像，即使臺北市這樣的首善之都，還是有不少人的小小心願，不過是家附近有條公車路線經過。

清晨6時50分的陽明山，陽光在薄霧中露出半邊臉，卻有這麼一群孩子，在青翠山林間等待著他們的導護公車——小17。

離就讀的陽明國小只有短短幾公里，這麼多年來，這群孩子的爸爸媽媽、哥哥姊姊，不是搭家人機車，就是冒著颶風下雨、6時不到就步行上學，動輒40分鐘到1個多小時。但沒辦法，如此小規模社區養不起一條公車路線。直到北市府說服首都客運接手山區巴士，進而轉型為導護專車，漫長求學路才終於走入歷史。

首都客運董事長李博文說，住在陽明山未必就是有钱人，也有很多務農和勞動朋友，考慮到他們在山路騎摩托車或小朋友步行上學都很危險，才開辦這條專線，並要求公司為固定搭乘的學生造冊，駕駛不但每天要準時接



12條不以利潤為考量的市民小巴，提供偏遠社區直達捷運站的接駁服務。（圖／聯合知識庫）



陽明山上的導護公車，司機要為固定搭乘的學生造冊，每天準時接送他們上下課。

送，還要能背出學區裡每個孩子的名字，小朋友沒搭上車要主動關心，有如另類早點名。

類似情節也出現在市民小巴上。2007年，北市府為滿足市民轉乘、上學、購物等需求，提

供偏遠社區直達捷運站服務，陸續開辦12條市民小巴。住在中研院附近的陳太太說，在過去，由於社區離市區遠、道路小，大型公車根本繞不進去，每天要花十幾分鐘走到研究院路，才能搭公

車或計程車到昆陽站，轉搭捷運上班，「從家裡出發花在轉乘時間是捷運的3、4倍。但現在抓準市民小巴到站時間就能直達捷運站。

這12條不以利潤為考量的市民小巴，有從劍潭站開往風櫃嘴，也有從芝山站開往社子島，更有往來北投、大佳公園等路線，很多地區過去從沒有公車經過，如今卻每天上演溫馨接送情。

今天，溫馨成為新世代臺北公車文化的代名詞，公車不再只是單純的大眾運輸工具，更是一種以人為本的公共服務，是城市軟實力的一環。但是對臺北人來說，再多國際人士對臺北公車的肯定，都遠不如上車時司機一句熱情的招呼，下車時一句小心腳步的貼心提醒。

從城市之虎到溫馨接送，臺北公車終於占據臺北人內心深處溫暖的一角。

## 專訪首都客運 董事長李博文



(圖/首都客運提供)

我就是相信臺北人的高素質！

2012年，臺北市公車實施一項創舉，就是乘客萬一發覺身上沒零錢，可以直接和司機打聲招呼，下次再補就好。

沒人相信，這項措施在繁忙冷漠的大都會有成功機會，但首都客運董事長李博文卻堅持，「我就是相信臺北人的高素質！」結果證明，公車營收並未

因此短少，絕大多數民眾隔天都會歸還票錢，臺北的人情味就是這麼可愛。

之所以提出這項貼心服務，李博文回憶，有次在車上看到有小朋友坐立難安，車子一到站就頭

也不回地奪門而出，接著緊張地在路上跌倒。顯然是小朋友忘了帶零錢，又不敢向司機反映。

李博文說，每個人都有困難的時候，服務業應該體貼客戶難處，所以只要打聲招呼，「下次坐任何首都客運班車，錢投進票箱就好。」

談到這幾年臺北市公車品質提升，李博文強調，他的原則就是「充分尊重員工」，唯有從尊重員工開始，把員工當作公司內部顧客，「員工才會去尊重乘客，也讓整個環境更和諧。」

李博文也說，要讓消費者滿意，必須對細節格外重視，除規定班距、整潔車廂、準點服務外，包括車廂配置、座椅舒適度，老人家或輪椅族座位，甚至體貼的逐站廣播，都很重要。

「我們是全國最早實施24小時客訴系統的陸上運輸業者！」李博文自豪地表示，顧客的任何指教或投訴，「都代表有所期待，更是最好的禮物。」尤其許多深夜電話，不是確定首班車時間，就是家長打來詢問小朋友遺失錢包、物品，能幫上一點忙，「再開心不過！」

# 我的全能照護網

文／許麗苓 攝影／許斌

「伯伯，我們上次是不是說今天要讓您喝很多牛奶？開心就眨一下眼……」雖然伯伯不能答話，但問話者卻已了解對方的想法，小心地餵食牛奶。臺北市立聯合醫院忠孝院區祈翔病房每天不時會上演醫護人員跟病人「眉目傳情」的戲碼。

2006年，忠孝院區成立祈翔病房，這是全臺灣第一所為漸凍人設置專屬病房的醫院；來到此地的病人四肢無法動彈，也無法用

言語表達自己的需要，往往只能藉由眼睛眨動來跟看護者溝通。病人家屬黃媽媽就相當感謝這裡的醫護人員，在她面臨先生發病而徬徨無措時給了她依靠及幫助，不只細心照護先生的病況及生活細節，也給了她心靈療癒及安定的力量。

## 聯醫當後盾 罕病弱勢揪感心

這只是聯醫守護市民健康的一景，作為「公立醫院」，臺北

聯醫不僅要貼心照護一般市民朋友的身心健康，更要承擔如漸凍人、小腦萎縮症、多發性硬化症等罕見疾病或弱勢族群的醫療照護責任。

一年多前，32歲的王小姐偶爾會出現頭暈、走路不穩的情況，原本以為是貧血，不以為意。誰知後來情況嚴重到頭髮全掉光、右半邊癱瘓，家人帶她到聯醫忠孝院區神經內科就診，才知道是患了多發性硬化症。經過約兩年





「一家就診，聯合服務」，聯醫的跨院區服務滿足民眾的醫療需求。

多復健，她恢復行走能力，雖然因為皮膚對熱感遲鈍，經常被燙傷，但是有家人和聯醫的照護做為後盾，她對自己的恢復情況相當有信心。

有些疾病患者，例如愛滋病患或身心障礙者，經常遭受社會異樣的眼光，甚至連牙痛看牙都有困難。薛先生兩年前被診斷出愛滋病，人生陷入谷底，牙痛了卻因懼怕異樣眼光而隱忍，還好聯醫有愛滋病牙科特別門診，讓他得以解決因牙痛造成的「難言之隱」。

#### 一家就診聯合服務

「聯醫就像連鎖店！」最近陪公公到聯醫仁愛院區就診的莊太

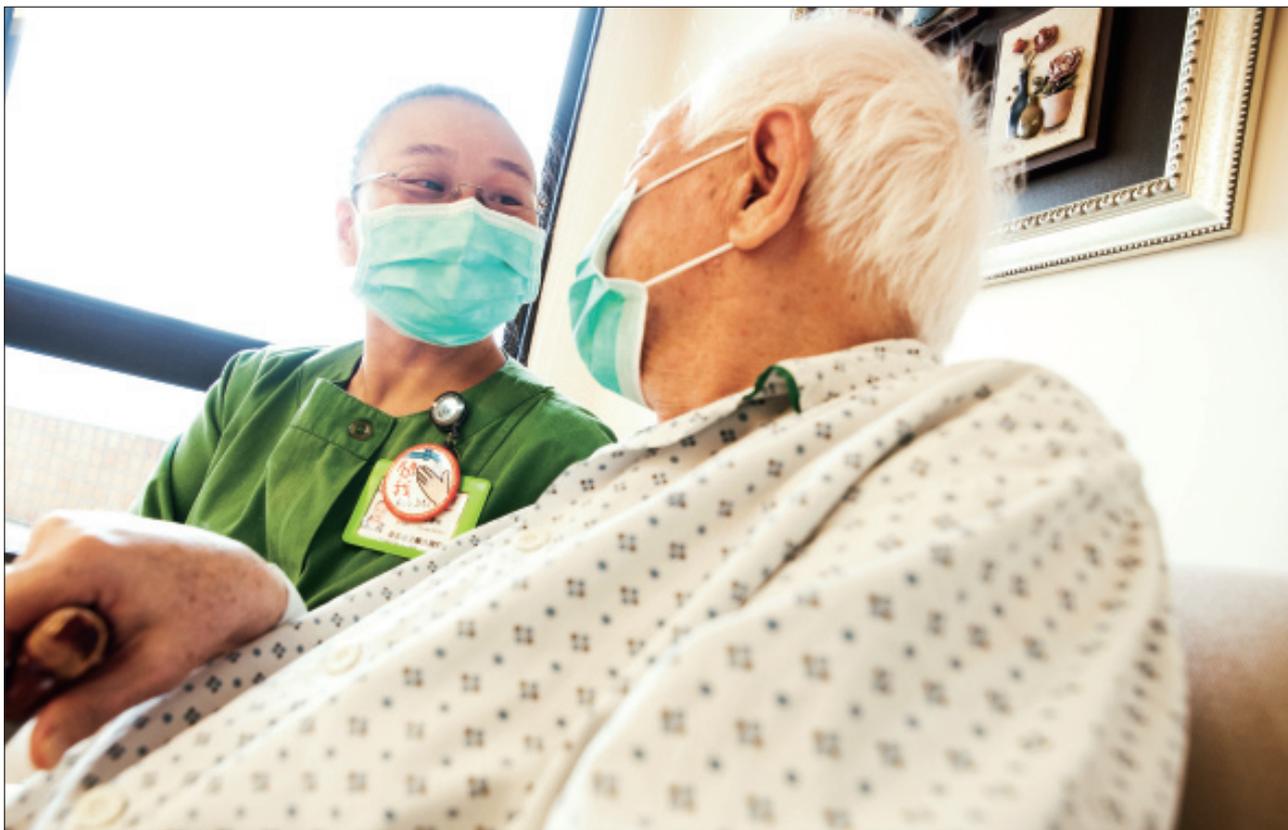
太這樣形容聯醫。

十月初，九十多歲的莊老先生因發燒到仁愛急診。當急診室醫師指著X光影像說：「老先生的肺部七月初就有一點點發炎現象」時，莊太太大吃一驚。原來，莊老先生七月初曾因其他不適到忠孝醫院住院，留下X光影像；仁愛的醫師從電腦中調出當時的檢查資料，將先後兩張影像一比對，迅速做出正確的診斷。「就像連鎖企業，資訊互通，各分店很快可以查出過去的資料，提供消費者更有效率的服務。」莊太太顯然相當滿意聯醫的跨院區服務。

在永春站附近上班的林小姐表示，以往她為了到和平婦幼院區門診及拿藥，總要請個半天假，

但現在她可以利用午休時間，就近到忠孝院區領藥，省時又便利。不只病例互通，聯醫公關主任陳家傑指出，舉凡掛號、退費、病例資料影印，甚至治療、檢查、跨院區住院等各項服務，聯醫都能跨院區服務，相當方便。

很多民眾看病時常需要到處探聽哪家醫院的「專門科」是什麼，在聯醫卻能夠透過各院區主打的醫療特色或區隔，很快找到想要就診的管道，例如：和平婦幼院區的婦女癌症防治中心、陽明院區的復健中心、忠孝院區的運動神經元疾病照護中心、松德院區的精神醫學中心、林森中醫院區的全方位中醫照護中心等；



打從心底的關懷與問候，醫護人員和病患之間就像家人般親密。

只要找到聯醫一個窗口，就能同時掌握從身到心、從婦幼到老年、從西醫到中醫等「人生健康醫療站」。

甚至，你不需要到醫院，醫護人員會來找你。

單親家庭李媽媽跟兒子住在北投郊區，由於兒子患有多重障礙，家裡經濟只能靠她打零工維持生計，一旦兒子生病，總要大費周章推輪椅、搭車到醫院看病。最近她經鄰居介紹，知道聯醫有提供「愛心醫療到宅」服務，剛好兒子因病不舒服，就試著打給聯醫尋求協助，沒想到醫生和護士親自上門來看診，之後還有社工會來關懷他們的情況，讓她覺得「揪感心」。

#### 一人倒不會全家倒

2003年的SARS風暴中，和平醫院爆發SARS院內感染，不少病人家屬及看護工遭到感染，突

顯國人「一人住院，全家住院」的風險及聘請看護陪病的文化，增加院內感染機會的問題，聯醫的「住院病人全責照顧」應運而生。

如今，全責照顧不只可以減少院內感染機會，讓繁忙的上班族在親人生病住院時有喘息的空間，透過受專業訓練的醫護人員或病房助理的協助，也能更仔細地照顧病患的健康。

忠孝院區護理之家病房助理彭麗姍原本是因為要照顧父母及公婆，學習照護相關課程，現在她學以致用，一方面在醫院上班、又能照顧家裡的老人家，也跟服務的病人之間發生許多溫馨小故事。忠孝院區護理長黃美齡說，很多病房助理是二度就業，為了家庭因素而學會照護工作，進醫院工作後更能將心比心，把病人當家人般照顧。

臺北的醫院多，醫療資源豐

富，而散布臺北各區的聯醫就介於醫學中心和診所之間，從生活健康資訊、打預防針等「小事」，到胸腔開刀之類的「大病」，提供多樣的服務，成為臺北人的健康定心丸。



親切的照護讓醫院有一種家的溫暖。



# 臺北健康24H不打烊

文／許麗苓 攝影／許斌



剛從中南部嫁來臺北的吳太太，每天會到捷運麟光站附近的傳統市場買菜，沿途經過幾家牙科、內科及中醫診所，最近她發現一家原本開通訊行的店面改為牙科診所，心裡想著：「奇怪，這附近都已經開好幾家牙科了，怎麼還要再開一家啊？」原本不以為意，但就在幾天前突然牙痛得厲害，都說牙痛要人命，趕忙跑去巷口邊一家牙科診所看牙，總算不再被牙痛折騰，並暗自慶幸，自己住的地方有這麼多牙科可以救急看診。

### 醫療診所密集 就醫好便利

在「喜歡臺北的理由」民調中，83%的市民認同臺北市「醫院多醫療品質高」，滿意度高居第二名，可見醫療資源豐沛、就醫方便，是讓市民安心的重要因素。

仔細觀察，在臺北市區內分布了許多大大小小的醫院或診所，有些密度高的，像文湖線捷運六張犁站到捷運麟光站之間，短短幾百公尺內，就有十幾家牙科、內科、皮膚科或中醫診所，甚至連復健中心和寵物診所都有，有些診所甚至只隔幾個門牌號碼而已，附近居民若是牙痛或小感冒，很快就可以找到醫療的地方。吳太太說：「以前在中南部雖然也是住在市區，但是醫院或診所都離得有點遠，不像臺北，醫療診所就像便利商店般方便。」

從一份100年度「臺北市與全國醫療資源」統計資料中顯示，全臺2萬家基層診所中，臺北市就有3,214家，占了15.58%；全臺44家新制醫院評鑑特優中，就有10家在臺北。可見臺北不只是醫院多，醫療品質也相當高。更令人羨慕的是，在「全國及五都醫療照護資源」統計中，臺北市平均每萬人能分配到的病床數、西醫師數、中醫師數、牙醫師數、藥師數



根據統計，全臺2萬家基層診所中，臺北市占3千家以上，看病拿藥如前往便利商店般方便。

及護產人員數，都遠高於其他四都。

舉家從桃園搬到臺北、在外商公司上班的黃先生表示，以前住在桃園縣新屋鄉，父母不舒服需要看病時，只有一家地區醫院桃園醫院新屋分院可以就診，想要進一步檢查的話，必須特別從新屋到桃園縣龜山鄉的林口長庚醫院，相當不便。一年多前剛好有調任臺北的機會，便決定搬到臺北居住，驚喜地發現臺北的醫療資源真的很豐富又方便，搭捷運或配合公車接駁，就能到臺大、萬芳、馬偕、新光、榮總、國泰醫院這些醫學中心，到區域型的醫院如聯合醫院各院區也很方便，更別提鄰近住家的地區醫院或診所了。

### 市民健康卡 拆除健康炸彈

曾經在新竹科學園區上班、轉往內湖科技園區工作的李先生也有切身經驗。

新竹地區的醫療資源有限，經常遇到門診爆滿、一床難求的情況，相當不便，前年他的母親身體不舒服，在新竹求診卻找不出病因，他特別安排母親到臺大醫院做高階健康檢查，發現肝臟長

了顆小腫瘤，經手術取出腫瘤切片檢查，還好是良性的，而且發現得早，手術醫療後目前健康情況良好。

他感嘆，臺北的醫療水準的確是比較高，選擇也多，還有衛生局發的「市民健康卡」可以免費健檢服務，他周遭就有同事透過健康卡的免費健檢，檢查出大腸息肉，並已順利切除，免除引發大腸癌的疑慮。為了家庭健康，未來他考慮將家人也接到臺北來居住。

一位對自己健康情況相當「鐵齒」的柯小姐表示，以前覺得自己是那種「頭好壯壯」身強體壯的人，經常取笑同事像病西施一樣，動不動就感冒、生病。同事介紹申請市民健康卡做免費健檢時，她原本還想自己根本不需要，但後來想想，既然是免費的



志工人力的運用讓醫院多了份人情味。



臺北市政府推出市民健康卡，藉由健康點數積點活動，鼓勵民眾關心自身健康。

那就姑且一試，想不到真的檢查出乳腺上皮瘤，還好及早完成切片及手術追蹤治療，她形容這是將隱藏在身體的「健康炸彈」及早拆除，才不致造成後續的災難，直說：「以後再也不要這麼輕忽自己的健康狀況了。」並一再呼籲大家重視身體健康，千萬不要大意，就算再忙也要去做定期健康檢查。

### 遠距照護 醫療不斷線

面對高齡化社會的來臨，尤其臺北市民的平均壽命逐年增加，去年女性為85.25歲，男性為80.18歲，皆居全國之冠，對於醫療健康的需求也相對更加注重，生活圈內是否有便利的醫療資源，甚至成為許多家庭買房時考慮的重點。

一位從事精密儀器製造業的

許先生表示，這兩年因為在臺灣及大陸皆設有工廠，經常往返兩岸，曾經也想要在大陸買房，但總覺得當地的醫療資源相當缺乏、醫護人員的服務品質也不佳，多方比較之後，還是覺得臺北的醫療品質及健康生活照護讓他更安心。此外，以前他想幫家人換新房時，會想買在陽明山等郊區景觀優美的地方，但又覺得住在離市區跟醫院近一點的地方比較好，最後就選擇在信義計畫區購置新房。

其實在科技網路相當發達的臺北，即使住在郊區也能享受便利的遠距照護服務，讓醫療服務不因交通偏遠而「斷線」。

住在陽明山竹子湖的黃郭老太太，十多年前因一場車禍而長期臥病在床，每次就醫都是大工

程，兒子或媳婦需要背著她爬過山間的階梯及陡坡，才能搭上救護車到醫院，來回最少需要兩個小時。後來她加入臺北市政府的遠距照護服務，透過視訊，醫護人員就能精確地掌握她的身體狀況，提供及時照護，大幅減少往返醫院奔波的辛勞。

像黃郭老太太這樣的案例並不是個案，自2009年起，臺北就試辦「臺北市民健康生活照護服務」，截至2012年10月底，市內已經設置647個遠距照護站，約有94萬多次透過此機制做生理量測服務，若是發現年長者有異常情況，照護站也會主動追蹤及提醒做進一步的檢查。類似這樣的遠距照護「連線」，若不是像臺北這樣大面積覆蓋的無線寬頻智慧城市，可能效果就會大打折扣。



健康服務中心舉辦的「阿公阿嬤健康活力SHOW」，邀請銀髮族呼朋引伴，一起動一動。（圖／聯合知識庫）

### 多元保健一起來

在臺北，醫療不僅可以「遠距」，也可以進入社區。

大同區健康服務中心某日得知，住在廟後的阿月阿嬤中風住院。這一家七口原本就生活艱難；阿公在做資源回收，阿嬤與3個未成年孫子女居住在廟後臨

時搭建的鐵皮屋；民國99年兒子因工作意外造成右手腳傷殘，只能打零工維持一家生計；現在媳婦也因阿嬤生病，辭掉工作全心照料家庭。公衛護理師密集訪視後，建議媳婦帶阿嬤就近參加大同區健康服務中心提供的服務，學習居家復健技巧。後來在眾人



失智症及其照顧者支持團體課程，讓失智症患者充分參與社區活動。（圖／聯合知識庫）

的鼓勵及支持下，阿嬤重新學會站立，努力復健，也重拾久違的笑容。

隱藏在臺北市內有許多弱勢家庭或族群，透過散布在臺北市十二區健康服務中心的關心，讓他們的身心照護有了保障。

士林區健康服務中心就有一個案例。一位越南新娘在十年前嫁來臺北，因語言不通及生活環境調適障礙，受到婆家的歧視、甚至家暴，但在臺灣她又沒有朋友及傾訴的管道，一度幾乎崩潰。後來透過健康服務中心參加新移民支持團體的心理諮商師開導，目前變得開朗自信，與婆家的相處也漸入佳境。

還有一位新手媽媽，因寶寶早產而有親餵母乳的障礙，透過信義區健康服務中心及母乳支持團體的協助，終於體會到親餵母乳的幸福哺乳時光。

在遠見雜誌的「101年健康城市大調查」中，臺北以「最不容易讓人生病的城市」、「打擊肥胖」、「生育競爭力」、「防癌力」及「全國19縣市總體競爭力——醫療衛生面向第一名」，展現公衛醫療及保健上的亮眼成績。

在臺北，不但是醫院、診所、健康服務中心提供健康服務，連各個行政區的健康服務中心都有減重課程。一位在設計公司上班的蘇小姐說，經常嚷著要減肥卻沒有決心的她，竟然在健康服務中心找到同伴，彼此鼓勵，「我已經減了兩公斤，還要繼續加油！」她開心地說。

從愈來愈多人因為臺北的醫療資源豐富及便利性，而選擇在臺北居住看來，臺北「健康城市」的美名名符其實。誠如蘇小姐所說：「住在臺北，我就像領了一張健康安心卡，要用時『刷』一下就能獲得即時的醫療服務。」

在臺北，你得到的不只是疾病時的照顧，而是全然的安心。

# 上山下海 不讓你宅

文／鍾文萍 攝影／楊智仁







到河濱公園丟飛盤可紓壓健身，享受都會生活中唾手可得的休閒時光。



沿著河濱公園自行車道，迎著風向前騎，舒暢又自在。

「在臺北，你每天忙得幾乎停不下來；但穿過人潮車潮爬到這盆地制高點的時候，你可以擁有一點點自由、一點點奢侈的空白。」騎著小摺一口氣衝上大屯山頂，49歲的李先生雖然汗流浹背，卻難掩興奮。

他任職媒體人資部門主管，是業界有名的運動狂熱者；下了班到運動中心跑步、游泳，假日早上登山或騎車，下午帶著孩子到河濱公園丟飛盤、玩直排輪。別人看他運動是為了紓壓健身，他卻認為，選擇多元的休閒運動，原就是都會生活最迷人的一部分。

李先生的車友們深有同感：「遊客要的是熱鬧新鮮；而臺北人在這裡生活，要的是生活空間和品質。更棒的是，這樣的資源就在身邊隨手可得。」

在喜歡臺北的十二大理由中，有高達7成以上的受訪者因為休閒活動選擇多元而更喜愛這座城市。可見對臺北人來說，自行車道、運動中心、親山步道、鄰里公園，這些被歸諸為soft life的公共建設，即便沒有摩天高樓那樣榮耀醒目，卻對城市生活品質有著根本的影響力。

## 自行車道四通八達

以自行車而言，騎乘自行車在全球蔚為風潮，許多成熟的國際大城市如荷蘭阿姆斯特丹、丹麥哥本哈根、英國倫敦，都擁有完善的公共自行車系統。臺北市見賢思齊，這幾年陸續建置車道已達百餘公里，吸引超過十萬臺北人加入單車一族。

28歲的簡茹芬從日本回臺一年多，依然喜歡像在京都會書時那樣，每天騎自行車上下班。這些日子她已經摸索出一條美麗的「通勤路線」：從北投出發，沿著關渡金色水岸自行車道，到了圓山接上基隆河自行車道，從6號水門出去就能直抵位於八德路的公司。迎著風，沿著河濱自行車道踩踏奔馳，她感覺非常舒服，「車道平坦通暢，騎乘舒適度不錯。」

甚至假日到東區逛街、喝下午茶，想移動時，她依然選擇YouBike。「想想看，從捷運站到百貨公司雖然不算遠，但是走路太累，公車要等，計程車又太貴，還是自行車最好。」小資女孩算盤打得很精：「在臺北市開車每月至少要一萬五以上，騎車完全不用錢，就算轉搭捷運、公車，每個月也花費不到兩千元，超省錢！」根據交通部統計，全臺北市像簡茹芬這樣的自行車通勤族已達4.2%以上。

李先生後來把老爸老媽、老婆小孩和同學、同事通通拉進來一起騎車，因為「人多有伴，還會形成一種微妙的競爭感，變得更熱鬧有趣。」他坦承從前「一放



北投運動中心擁有全國面積最大的室內攀岩場，設備完善，是初學者練習的絕佳場地。

假只想在家睡覺、看電視」，現在假日經常一起出遊騎車，全家都開心。「不要看我還是胖嘟嘟的，幾年騎下來，整個體能都變好了！」他笑著說。

## 運動中心掀起全民運動風潮

華燈初上，東區街頭擠滿了衣著光鮮、悠閒逛街、吃飯的人潮；同樣的人聲鼎沸也出現在南港運動中心。新學期剛開張，潛水池畔擠滿前來體驗潛水的新學員，私人牙科診所院長陳醫師也

是其中之一。

其實陳醫師已是潛齡20年的老手，曾加入潛水俱樂部的他，玩遍世界各大知名潛水點，包括著名的印尼藍碧海峽與西里比斯海的西巴丹島，聞者莫不好奇他到運動中心上課的理由。他唉嘆一聲：「實在太忙了！沒有時間出國，而且我60多歲又有心臟病，潛海風險越來越大，老婆推薦我下班可以就近來這裡玩潛水，收費便宜，教練風趣又有同好一起玩，這樣也可以過過癮。」



熱愛潛水的市民，不必遠行，到南港運動中心潛水池，即可享受無重力的快感。

市區另一頭，魏小姐聽說攀岩有助於兒童增強手眼平衡協調和學習專注力，專程帶著一雙剛上小學的兒女到北投運動中心學攀岩。報名之前，她認真比較過戶外與室內攀岩的差異：「戶外攀岩常受到天候影響，攀登危險度也高，而運動中心室內攀岩場兼顧安全與運動樂趣，特別適合初學者練習；當然，收費比戶外教學經濟實惠也是重點。」這晚，小小孩在教練細心指導下，沒多久已經像兩個小蜘蛛人將身體四肢趴貼在高牆上，自由自在的游移。

自從全市12個行政區運動中心開幕以來，這股全民運動風潮開始席捲臺北市。

據市府統計，去年12區運動中心單月使用人數超過120萬人次，

連藝人、政治明星都成為常客；這樣的好成績，讓行政院體委會在規劃未來全臺興建50座國民運動中心時，有部分即參考臺北市的規劃。

一名運動中心執行長分析：「每一個運動中心都會根據所在地點和人口族群打造自己的鮮明特色，藉以吸引不同的運動族群。」例如萬華運動中心有青少年很愛的漆彈專用場地，南港運動中心有臺北市唯一的深水潛水池，大同運動中心有全臺唯一符合國際級比賽標準室內溜冰場等，「運動中心之間彼此有種既學習又競爭的微妙狀態，大家都要繃緊神經才能hold住學員持續來運動的動力，要不然學員很容易懶散，到最後就不來了。」

前年曾有媒體報導「市民運動

中心打敗私人健身房」，引起坊間熱烈討論，在內湖運動中心打壁球的吳小姐認為：「這不是不可能。」她曾參加過多次私人健身俱樂部，不巧都遇上倒閉潮，她苦笑稱自己「再也不敢買會員卡」。她認為，運動中心收費相對較低，而且離公司近，交通方便，課程選擇多，她開玩笑說：「而且相對穩當，絕對不會說倒就倒。」

### 親山步道親近自然

從市區轉往郊區，臺北市有20條不同等級的親山步道，對於喜愛綠意與生態觀察的人來說，是值得放慢腳步的休閒運動。

「親山步道當初規劃的一大特點，就是交通要便利，只要出門，半小時就能抵達登山口。」



萬華運動中心的漆彈場，讓大人小孩開心對戰，體驗求生的刺激。

工務局大地工程處股長陳彥成表示，親山步道透過便捷的交通路網優勢，將市區與郊區快速連結，並因應步道長度、高低起伏及體適能條件來規劃，因此受到不同族群市民的喜愛。

市府估計，全市步道系統每年使用人數將近130萬人。一般印象中臺北人大多不愛運動，其實已有一半以上的臺北人透過親山步道，走進大自然。中華民國自然步道協會資深解說員葉淑蓮認為，親山步道結合了「登山」與「旅遊」兩大元素，地點可及性高，與社區的關係密切，很能鼓勵民眾就近親近山水，對環境生態保育也有很大助益。

事情就是這樣：在臺北市，不必走進深山荒野，只要走進中正山、南港山、虎山、象山、大

崙頭尾山……等綠野小山，或是騎上鐵馬追風遊河，就能輕鬆體會大自然美妙的鳥語花香，以及揮汗運動的暢快淋漓。不分晴雨寒暑，你都可以像李先生、陳醫師、吳小姐一樣，隨時親山、玩水、玩運動，享受休閒運動選擇多元的城居歲月。



親山步道沿途標示有步道長度、高低起伏等資訊。

這時候，你不一定會愛上臺北，但如果你變得越來越健康快樂，我會了解，你住在臺北。



走進臺北的親山步道，恣意享受大自然美妙的鳥語花香。

# 孩子們的大教室

文／邱淑宜 攝影／顏涵正



「學校好好玩！」四歲的高一心是臺北市立新生國小附設幼兒園本學年新生，度過剛入學的適應期後，每天笑咪咪上學去。她就讀龍門國中九年級的姊姊洪一淨是末代基測生，雖然面臨拼基測的壓力，但國中生活很開心，姊妹倆擁有快樂的學校生活，讓爸爸媽媽很安心。

臺北市家長高度關切教育，市政府也高度重視教育，每年教

育經費占市府預算將近三成，大量資源投入的成效反映在教育品質。

## 優質校園 兒童樂園

教育品質是好是差，使用者感受最直接，高一心的爸爸洪增陽說，老師用心，孩子的進步看得到。新生附幼採「角落教學」（也稱「學習區教學」），由老師在教室內布置出益智角、玩具

角、創作角、圖書角……，讓孩子依興趣選擇。高一心最喜歡的角落是以戲劇表演為主題的「寶貝屋」，中秋節小朋友看老師們演出后羿射日的故事後，崇拜極了，也想演演看，他們自己討論角色分配、自己畫編劇本、運用各種回收物做道具妝扮自己，演得有模有樣。

洪增陽說，學校還常帶小朋友走出校園四處探索，近的到學校



(許斌攝)

對面的大安森林公園跑跑跳跳，遠的如參觀臺北捷運公司北投逃生體驗營、到關渡臺北藝術大學欣賞裝置藝術，都是小朋友新奇的經驗。

臺北市幼教資源豐沛，除了149所公立幼兒園，還有591家型態多元的私立幼兒園供家長選擇。位在汀州路國防醫學院學人新村內的私立愛德幼兒園，園內大樹林立，有大片草地供小朋友活動，

不過對家長來說，選擇這裡不僅因為校園美麗而已，更因為教學內涵。

洪燕芳是愛德資深家長，三個孩子都就讀這裡，老大老二已上小學，老三溫睿甫正在讀大班。她說，培養孩子生活及獨立思考的能力很重要，像園方為小朋友闢了菜園，小朋友自己討論種哪種菜，每天澆水拔雜草抓菜蟲，收成後廚房阿姨會煮成佳餚，讓

小朋友享用辛勤勞動的成果，不愛吃青菜的小朋友也吃得津津有味，是很好的生活教育。浣熊班這學期種稻子，班上小朋友為兩方迷你水稻田做稻草人，成為園內趣味盎然的一景，各班小朋友常蹲擠在水田前找大肚魚。

另一名家長陳秀珍說，在幼兒園不教ABC及ㄅㄆㄇ，教的是更重要的東西，孩子會撿拾落葉端詳葉子的形狀顏色，看到地上有螞



幼兒園的小朋友自己種菜，每天澆水除草，收成後由廚房阿姨烹調成佳餚，讓小朋友享用辛勤勞動的成果。

蟻不會一腳踩下去，而是蹲下去觀察，這種觀察大自然的興趣以及尊重生命的態度，孩子一生都受用；園方也關注小朋友體能發展，每天至少要在戶外活動一小

時，並透過各種運動讓孩子達到他們年齡應有的體能水準。

#### 深耕閱讀 開卷有益

近年市府推動兒童閱讀力，小

學校園紛紛深耕閱讀，也讓家長感受深刻。在龍華科技大學教書的李文玫，大兒子去年從銘傳國小畢業，小女兒李冠儀正就讀銘傳國小二年級，她對校方長期用



幼兒園布置多種學習角落，讓孩子們依照興趣選擇主題。



戶外運動讓孩子們體能達到同齡間應有的水準。



銘傳國小致力推動兒童閱讀力，提供學生寬闊舒適的閱讀空間，讓小朋友都愛上圖書館。

心推動閱讀相當肯定。

銘傳國小挹注大量資源，培養學生閱讀習慣，學校圖書館藏書兩萬多冊；館內除了桌椅區，還有大片木頭地板供學生席地看書。六年級的俞思塵最喜歡的地方就是圖書館，因為圖書館每個月會介紹新書、舉辦主題書展，每學期借書達一定數量，學校還會大請客，帶他們到速食店吃冰淇淋及點心，這是小朋友非常期待的獎勵。

學校也向外爭取社會資源，這個學期獲得行天宮附設圖書館提供數百本繪本放在班級教室內，成為班上的小小圖書館，小朋友可以在教室看，也可以借回家看，二年級的俞奕塵連續多日都借「行天宮爺爺」的書回家看，直說「好好看」。

家長也是銘傳國小推動閱讀的重要助力——捐贈書籍給圖書

館、幫忙打掃圖書館、在圖書館當志工、擔任班級故事媽媽，像李文玫和彭秀鳳都是二年一班的故事媽媽，在週二早上「晨光時間」輪流到班上說故事給小朋友聽，陪伴孩子悠遊繪本世界，彭秀鳳的兒子林鈺翔很開心在學校也聽得到媽媽說故事。

### 孩子就學最理想

二年一班另一名家長魏禎瑱在小女兒王誼禾入小學前，原計畫讓她到外縣市就讀華德福教育的小學，但孩子意願不高，最後還是留在臺北市就學。她說，銘傳國小並不是所謂的明星小學，全校才18班，但班級數少，學生相對擁有寬闊的活動空間，學校除了閱讀，還重視運動，每天早上小朋友到校放下書包，第一件事是到操場跑步，學校的用心，讓她覺得孩子留在臺北就學是正確的。

為了孩子就學從中部搬回臺北的曾慧燕感受更深。她婚後原本在臺北租屋，七年前老三出生前，特別在中部老家購屋搬回去住。但老大上小學後，曾慧燕發現學校資源嚴重不足，她果斷決定搬回臺北，重新當起租屋族。現在老大吳允恩和妹妹吳允祈分別是幸安國小六年級及三年級學生，老三吳允裔上幼兒園。

「租房子當然沒有住自己房子舒適，回臺北先生還得重新找工作，但孩子教育這一塊令人放心。」曾慧燕說，吳允恩課業學習沒有問題，但人際互動有困難，必須輔以特教資源，之前在中部就讀的小學沒有特教老師、沒有資源教室，轉學回臺北後，這些都不是問題，因為在臺北，特教資源是每所學校「基本配備」。

幸安國小除了硬體，老師輔導



銘傳國小的操場上，舉目望去盡是奔馳的青春、洋溢的歡笑。

學生的經驗豐富，吳允恩每週有三天到潛能班由老師授予「社交技巧」之類的課程；看到學校還有一間運用各種運動器材為感覺統合失調的學童進行遊戲訓練的「知動教室」，曾慧燕更感受到縣市教育資源的差距。

### 教學均衡 快樂國中生

即使是被認為競爭激烈的明星

國中，學生一樣可以快樂上學。洪一淨就讀的龍門國中因升學率佳而成為熱門學校，洪一淨的媽媽高宜伶說，當初是因為租住教會房舍剛好在這個學區，她原本擔心孩子上國中後課業壓力會很大，結果發現學校從沒有為了升學考試而犧牲學生藝能課，「所有該上的課都上到了，學校沒有偏廢任何一門課。」

龍門新生入學後必須學會學校老師獨創的「龍拳」，已成學校傳統；各科老師教學認真紮實，連體育課都用上先進的教學設備電子白板，老師先用電子白板解說各種運動的正確姿勢，再帶學生到操場實地練習，提升學習效果；龍門國中校內有一座市定三級古蹟「黃宅濂讓居」，學校沒有把古蹟「供」在那裡當擺飾，而是拿來當鄉土教學活教材。

洪一淨八年級下學期的表演藝術課有一堂教美妝，當她回家說要帶化妝品去學校上課，高宜伶嚇一大跳。洪一淨說，讀書壓力當然還是有，但國中生活她很快樂。龍門國中家長會長金慈永說得好，每個科目都重視的學校才是明星學校。

### 校外資源豐沛 玩中學最樂

兩個兒子分別就讀建中及復興小學的蔡崇儀覺得，「臺北市很棒的一點是校外學習資源豐富」，有許多社教單位及大型展覽打開孩子視野、充實孩子課後生活。2010年初她帶兩個兒子去



龍門國中校內的市定三級古蹟「黃宅濂讓居」，是鄉土教學的活教材。



龍門國中老師獨創的「龍拳」，是每位新生入學後必須學會的重要功課。

臺北市立美術館看「蔡國強泡美術館」的展覽，開啟孩子看展覽及去美術館的興趣，從此富邦藝術基金會每年舉辦的「粉樂叮」活動，華山藝文中心看展覽，成為她和孩子們的日常活動。

蔡崇儀還大力推薦台北探索館，她說，台北探索館以臺北的歷史變遷為主題，呈現手法很吸引人，「以免費的場館來說，台北探索館真的很用心。」當初是因為老二張尚仁五年級社會課上「家鄉」單元，她帶孩子到台北探索館找資料，「沒想到探索館這麼有趣」，孩子很快就對臺北的歷史及古蹟建立全盤概念，兄弟倆開始注意臺北市的老建物，哥哥張尚文還發展出對都市規劃

的興趣。

蔡崇儀特別提到，臺北市兩年前舉辦的大型國際活動聽障奧運及花博，對她教養孩子幫助很大。聽奧進行期間，她和兒子經常在東區街頭看到來臺參賽的外籍選手，雖因聽力障礙只能用手語溝通，但表現出來的從容自信，對孩子啟發很大；花博讓孩子在行前蒐集資料規劃路線，是很好的訓練。

身為臺北市民，身為學生家長，蔡崇儀滿意臺北的學習資源多且取得便利，「當身邊處處有資源，學習就成為時時刻刻都在做的事情。」曾慧燕則慶幸搬回臺北，讓孩子擁有資源充沛的教育環境。

教育資源充沛，讓臺北市在近年來國內外多項教育評比中名列第一；如英國經濟學人資訊社2001年調查全球140個城市，臺北市在教育類獲滿分；《親子天下》雜誌2012年「縣市教育力大調查」，臺北市蟬聯第一，其中「閱讀力」與「教學力」都摘冠；《遠見》雜誌2010及2012年兩度進行縣市閱讀競爭力調查，臺北市皆是第一；《天下》雜誌2007年起每年的幸福城市大調查，臺北市教育面向連續六年第一名。

第一名，或許只是冷冰冰、無感的數字，但孩子學習的快樂，真正讓媽媽們感受到「臺北的學生真幸福」！

# 吃喝玩樂，一遊未盡

文／林虹伶 攝影／王能佑



(許斌攝)

「感謝陪我度過1/3人生的臺北，讓我的生命更加精彩。」

——洪憶如

1999年9月，來自屏東的洪憶如如願考上臺北的大學，18歲才剛搬進景美的租屋處，卻在開學前一天遇上921大地震，她與臺北的緣分，就在這麼驚天動地中展開。

有著南部人率直爽朗個性的洪憶如，一開始來臺北的「震撼教育讓她印象深刻，加上人潮多、交通複雜，還有比屏東潮濕的空氣，讓她與臺北的「邂逅」就像大多數偶像劇主角們的開場一樣，帶著些許的衝突，卻也在相處之後，發現它的可愛與友善。

身為外食族，洪憶如覺得臺北的夜市實在很方便。由於南部的夜市大部分在每週固定時間才會開張，且有些只賣吃的，對她來說臺北天天營業的夜市東西好買又好吃，饒河街夜市的藥燉排骨、景美夜市的豆花都是她的最愛。而她也發現某些小吃的料理方式跟南部很不一樣，「像是豬血糕，南部都是沾醬油或是炒麻油吃，我第一次在臺北吃到沾花



沾花生粉的豬血糕是臺北市隨處可見的小吃，鹹中帶甜的口感十分獨特。（圖／聯合知識庫）

生粉的，真的特別又好吃！」

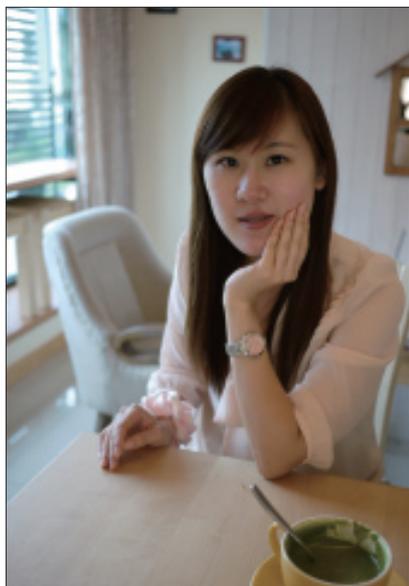
喜歡逛街的洪憶如，除了西門町和公館，最愛去五分埔挖寶，「我通常會先逛第3街和第7街，之後再到外圍吃點東西。」除了女裝，她也推薦五分埔的男裝店，部分店家的衣服質感很不錯，而且店員友善，即使女生去逛也不會覺得不自在。

現在的洪憶如除了早已習慣臺北的步調，自己的工作、家和

朋友更是在這裡生活的支柱，她感謝臺北豐富了她三分之一的人生，更相信未來在這裡會有無限精彩的可能。

「臺北像一本寫不完的、敘事略嫌繁冗但總有你喜歡的情節在其中的長篇小說。」——莊子沅

大學開始到臺北唸書的莊子沅，對這裡的印象就是人們很



洪憶如相信年輕人在臺北有無限發展的可能。（圖／洪憶如提供）



五分埔服飾店林立，無論男女裝都有多樣款式可供選擇。



喜歡臺北藝文環境的莊子沅。(圖／莊子沅提供)

忙、腳步很快。豐富的大學生活讓他更加認識臺北，「大學的初戀對象是一個學妹，第一次送她回內湖的家時經過民權大橋，看到河面旁閃耀著點點燈光，實在很浪漫。」

莊子沅畢業後從事文字工作，很喜歡到永康商圈散步，他覺得，那裡或許不是最新穎時髦的流行聖地，卻流露一種安靜的藝文感，「老中帶有新意」。他喜歡那裡的咖啡館，也推薦鴻疆石、樂朋小廚等口味特別、氣氛滿點的餐廳，至於永康街的昭和町文物市集更是大推，可以蒐集到很多有故事的東西。

即使喜歡藝文氣息濃厚的街區，莊子沅同樣愛往喧鬧的夜市跑，「寧夏夜市」就是他的首選，不僅食物好吃，整體路線規劃也深得他心，「知高飯、燒麻糬、紅燒肉羹都很美味，是個有規劃又能保存傳統美食的夜市。」

莊子沅常自備輕食到捷運中山站旁的線型公園野餐，之後徒步到雙連市場，甚至會走到美術館看展後回到寧夏夜市。他推薦大家走一趟這條可能連臺北人都未必走過的路線，在巷子裡品味臺北市獨特的前衛與傳統。



莊子沅大力推薦的昭和町文物市集，讓大人小孩都流連忘返。(楊智仁攝)

「臺北像老酒，愈陳愈香，待愈久愈覺得迷人。」——王宥筑

同樣是捷運中山站線型公園，有人在這裡感受一方幽靜，卻也有人曾在入夜後兀自在這一帶流淚。有著大大眼睛的髮型師王宥筑，對中山商圈有很難忘的回憶。

王宥筑的老家在金門，16歲就

到臺北半工半讀學習美容美髮，工時冗長還必須一直站著。曾經在髮型業激戰區的中山商圈工作了近12年的她，發洩工作壓力的方法就是下班後到中山線型公園附近大哭一場！回金門休息一年後，她依然回到臺北，轉往內湖繼續從事喜愛的美髮工作。

「我還是覺得臺北市最方便！」王宥筑回到金門的一年



中山線型公園曾經是王宥筑下班後發洩工作壓力的地方。(吳金石攝)



王宥筑覺得在臺北生活十分方便。(圖／王宥筑提供)

中，最想念的就是臺北的麻辣火鍋。事實上，她也是到了臺北才第一次吃到麻辣火鍋、鬆餅等食物，時髦的「下午茶」習慣也是在臺北養成的。說到「吃」，瞬間拉高音調的她，彷彿找回16歲時看到各種食物的新鮮感。「士林夜市的大腸包小腸、鼎泰豐的小籠包都是人間美味。」她提到第一次在臺北喝到肉羹湯時嚇了一跳，因為長條型的肉羹是她沒看過的，「金門的肉羹湯是放碎豬肉的，我一直以為肉羹湯都是那個樣子。」她靦腆地說。

身為髮型師需要隨時吸收國內

外最新資訊，王宥筑回到金門才發現買雜誌並不容易，雖說網路發達，但她還是喜歡逛書店，感受書本傳遞的觸感。她常去誠品信義店選書，書的種類不但多，整體空間都讓她覺得很舒服。

臺北市對王宥筑而言，也不光是工作而已，她心中最佳的約會地點首推美麗華摩天輪，從高空俯瞰，臺北美景一覽無遺。她也喜歡和同為金門人的男友在臺北市四處造訪特色主題餐廳。現在，重新出發的王宥筑在臺北找到最適合自己的地方，而幸福，就在手中。



武藤敦子（左一）和她最親愛的家人們。  
（圖／武藤敦子提供）



早上去龍山寺拜拜，之後上陽明山泡湯，既傳統又自然的一日遊在臺北毫不費力。（吳金石攝）

「音樂、美食、藝術，臺北是要什麼都找得到，能實現夢想的地方。」  
——武藤敦子

從日本富山縣到臺北工作，之後還與臺灣人結婚並定居於此，武藤敦子對臺灣的情感說也說不完，她眼中的臺北不僅是個極度方便的地方，臺北人的友善和坦率更是讓她離不開這裡。

有別於其他縣市的人對臺北步調很快的印象，武藤敦子倒覺得這裡「腳步比較慢」，尤其日本店家幾乎很早打烊，在臺北可以慢慢逛街購物到很晚，之後還能到夜市大快朵頤，即使很晚下班也不愁沒地方去。寧夏夜市、雙城夜市都是她常光顧的地方。她覺得信義區、東區的購物環境跟日本愈來愈像，但有很多如家具街、婚紗街的主題街道是日本沒有的，很是特別。此外，捷運站附近還會形成一個個小商圈，規模不大但應有盡有，「真的方便又好玩！」

對許多外國人而言，能在一天內暢遊市區和郊外簡直是不太可能的事，對此武藤敦子不斷發出讚歎：「溫泉怎麼可以離市區這

麼近？！」她有時候會在早上去龍山寺拜拜，之後再去陽明山泡湯，順道去擎天崗走走後再到信義區逛街、喝咖啡，一天內就可以完成這樣充滿傳統、自然與時尚的行程，毫不費力。

武藤敦子在2002年剛來臺北時曾到西門町的唱片行狂掃CD，開啟了她的追星之路。「有次在唱片行聽到一首很好聽的歌，一問店員才知道是張智成的歌，從此之後就很喜歡他。」因為買CD接觸臺灣音樂，她開始注意到臺北的live演出場所，主婦之店、河

岸留言都曾有她聽歌的身影，甚至連張智成都認識她這位頭號粉絲。

去年武藤敦子多了「媽媽」的新身分，能在這座城市養育女兒，她感到十分滿足；她也期待小孩可以在臺北順利長大，跟她一樣在這塊土地上再譜另一段新的故事。

從各地來臺北的人們或許為了不同的理由而來，但往往都為了同樣的理由留下來，因為臺北，如此歡樂、卻又讓人安心、讓人依賴，讓人樂在其中，不愛也難。



臺北市得天獨厚的優勢之一，就是能在一天內暢遊市區和郊外，圖為擎天崗。（許斌攝）

# 寧夏夜市 與它的千歲宴傳奇

攝影／許斌

平均2分鐘一通訂位電話、訂位要等1至3個月才吃得到、21道菜色在夜市排隊吃可能要等10小時……，它是寧夏夜市的千歲宴，一個寫下夜市新紀錄的特例，一個凝聚眾人之力達成的傳奇。

寧夏夜市位在民生西路與南京西路間，民國43年和圓環、南京西路、保安街、歸綏街等形成臺北最大的夜市——圓環商圈。寧夏夜市觀光協會總幹事林定國說：「民國50至80年代中期寧夏夜市十分熱鬧，但80年代末由於大型百貨興起，夜市也進入蕭條期。」

林定國拿起一塊民國43年政府發放的木製「攤販證」，說明寧夏夜市的悠久歷史，不忍這樣具有歷史的夜市就此走入歷史，寧夏夜市自治會決定徹底改造夜市，透過市府輔導，終於在近年完美翻身，重新成為遊客的最愛。

林定國說，寧夏夜市的特色是「以美食為主題，以環保為主流」，每一個想法都是站在客人及居民的角度思考，無論是三種語言的「本店歡迎觀光客借用洗手間」標示，還是雙語摺頁、雙語招牌，皆考量使用者需求。

為了保持環境整潔，它更是全臺灣唯一有地下污水接管的夜市。愛逛寧夏夜市的劉小姐幾乎每天都來報到，她說這裡東西好吃又乾淨整潔，「實在很吸引人。」

今年10月，由寧夏夜市負責的國宴——千歲宴再度引起話題。這桌由寧夏夜市超過50年的老字號店家所結合的21道菜，每晚6時3分開席，由林定國幽默開場後，在樓下準備就緒的店家們隨即拿著托盤依序上菜，於全場期待的心情中，千歲宴就像辦婚宴一樣熱鬧展開，每個人的臉上盡是笑容，其中還不乏金髮碧眼的外國人，睜著好奇的眼睛準備大快朵頤。

林定國笑說，曾經有靜修女中70歲的校友會來這邊吃，一入口就大叫：「就是這個味道！」蓬萊國小、日新國小、臺大的老校友更常結伴前來，大家一起在熟悉的味道中話當年，場面十分溫馨。至於外國貴賓的造訪人數更是驚人，「起碼超過40個國家，包括非洲某國的國會議長都曾是座上客。」

由高樓往下看寧夏夜市，耳邊沒有喧鬧的人聲，只有眼前一條由攤商排成的300米長金色街道，短短的街道是外地人在臺北的廚房，是剛下班的上班族消除疲勞的良方，更是全家大小一同歡聚的遊樂場；歷經興衰的寧夏夜市早已蛻變重生，要到下一個世紀，繼續引領臺北夜市的金色傳奇。



寧夏夜市300米長的金色街道，引領臺北夜市的金色傳奇。



令人充滿期待的千歲宴上菜秀。

# 在臺北，啥米攏無驚

文／游淑惠 攝影／王能佑



(圖／聯合知識庫)



監視器如同警察另一雙銳眼，更能時時刻刻看護民眾的生命財產安全。（許斌攝）



現代化的電子監視器系統，共築成綿密的安全防護網。（圖／聯合知識庫）

談到對於臺北治安的感覺，知名廣告人范可欽說，就他印象所及，自從陳進興之後，臺北就沒有發生讓人感覺威脅到民眾生命安全的刑案，就算有重大刑案發生，也很快就破案。他認為，警方快速偵破重大刑案，不但遏阻犯罪，更可以讓民眾減少恐懼，進而對治安產生信賴感。

確實，自從電子監視器系統建置完成後，兩年來，只要發生重大刑案，幾乎都能在兩週內就破案。如10月發生的新東陽董事長座車槍擊案件，警方在短短兩小時之內就掌握全盤狀況。

#### 隱形電眼 遏阻犯罪安定人心

監視器不僅在偵辦刑案時發揮功效，還能在平日協助市民尋找失物或尋人。

9月底，還有些悶熱的下午，就讀大一的周泰豐騎著機車要去西門町，途中發現皮夾掉了，讓



中央警察大學外事警察學系副教授葉毓蘭強調監視錄影器的重要性。

他心急如焚。無計可施的他只好向附近派出所求救，值班的員警非常積極幫他過濾附近街道監視器，很快發現一輛形跡可疑的計程車，曾在十字路口莫名地打開車門。

員警立即聯絡車主，車主一開始矢口否認，待員警向車主說明，監視器可是有拍到畫面，車主總算鬆口表示，待他工作告一段落，一定將皮夾原封不動送還。警察的積極主動，讓周泰豐半小時不到就找回皮夾，「只花不到3分鐘，就找到監視器關鍵畫面，實在太有效率了。」

警察積極主動協助民眾尋找失物，不只讓臺北市民稱道，更讓外國觀光客印象深刻。

趁著暑假到臺灣旅遊的3名女性大陸觀光客，搭乘計程車到台北101遊玩，下了計程車卻將行李箱遺忘在後車廂，等到她們想起，車子早已不知去向。因為是觀光客，對臺北人生地不熟，只能向警方求救，並告訴警方她們依稀記得的地標。警方依照她們模糊的記憶，拼湊她們可能行經路線的監視器畫面，抽絲剝繭後總算找到搭載她們的計程車，幫她們找回行李箱。3名女生高興地直說：「臺北的警察真的很好。」

主動積極的警察有了堅實的電子城牆配合，如同握有武功秘笈，行動如虎添翼，對生活在臺北的民眾而言，發揮極大的安定作用。

中央警察大學外事警察學系副



透過路燈的照明及監視器，讓夜歸的女性不再擔心隱藏於黑暗中的危險。

教授葉毓蘭就說，在許多先進國家，監視錄影器在重大刑案破獲上扮演舉足輕重的角色。自從臺北市新式錄影監視系統設置完成後，監視器就如同警察的另一雙銳眼般，成了保護民眾生命財產安全的重要屏障。

尤其，臺北在開始啟用新式監視錄影器後，重大刑案的偵破件數幾乎是以倍數成長。她舉例，民國99年和100年全年度臺北市因監視器輔助而破案的刑案分別為255件、923件，到了101年度，光

是1至10月破獲的全般刑案及車禍案件就高達4,357件，其中有5成3的搶奪案件都有賴監視器協助破案。

凡走過必留下痕跡，這一格一格密密麻麻的監視器畫面，通常就是破案的關鍵。先前北市發生幾起重大刑案，包括雨衣大盜王淵，警方都是調閱附近的監視器畫面，根據嫌犯留下的影像，交叉比對後縮小範圍，鎖定目標，進而破案。

「隱形電眼」讓民國101年的暴

力犯罪破獲率提升了10.07個百分點，暴力犯罪更比100年少了43件，顯示現代化的監視器不但是偵辦案件的有利武器，更有遏阻犯罪的功效。犯罪率降低了，生活在臺北也就更讓人放心。

### 街頭小衛兵 夜晚安全無死角

「不管早晚，就算一個人走在臺北街頭也不怕。」來臺北工作兩年的年輕熟女史戴西，每天凌晨4點，自己騎著機車出門，伴著漸漸露出魚肚白的天空，往東區公司路上前進。

研究所畢業後，史戴西跟時下年輕人一樣，到臺北工作，但父母總為她一個女孩子隻身在北部生活而感到憂心。但史戴西卻說，就算她再怎麼早出門，臺北街頭路燈總是明亮，還有兩、三百步就有監視器高高掛著，讓她感覺有雙「隱形的眼睛」在保護著她。

來臺教英文十幾年的美籍老師J，離鄉背井到臺灣工作，日前力邀父母來臺飽覽臺北風光。已經六十好幾的J父母，在臺北當起背包客，他們興奮地告訴J：「Taipei is a safe city.」

J的媽媽說，在美國，如果時間稍微晚一點，地鐵很容易成為犯罪的溫床，一般人都盡量走避；但在臺北，就算到了晚間11點，捷運仍然相當明亮乾淨，讓他們在臺北自由行，就算沒有兒子陪伴也不用害怕。

不管是史戴西、或到臺北自由行的J父母，都對夜晚的臺北有著極大信賴感。臺北市全市路燈數將近15萬盞。其中快速道路、主要道路及次要道路約35公尺至45公尺就設置一盞路燈，一般人行道更是約25公尺至35公尺就有一盞路燈。這些「街頭小衛兵」，提高了民眾在夜間行動的安全保障。

除了一般道路增加路燈設置外，還在公園裡增設LED燈，讓



學校設置的愛心商店猶如校外保姆，提供學童放學後暫時的安全庇護所。

公園在晚間依舊是民眾休憩的場所。而臺北市民假日休閒好去處的河濱自行車道，你也可以發現，車道沿線都裝設了投光燈，讓夜騎的民眾再也不用擔心看不到對向的腳踏車而發生意外。

### 校外保姆 學校社區共築防護網

學校更是安全的重點，因此臺北市在學校周邊特別加強路燈照明，避免成為夜間的治安死角，提供學童更安全的通行環境。

今年小學四年級的蘇小妹，因為父母都要工作，無法接送她上下學，蘇小妹每天必須自己搭大眾運輸工具上學。但蘇小妹的父母說，在臺北讓孩子自己出門，家長完全不必擔心。

臺北市的小學從民國89年就開始在學校附近推動建置愛心商店，目前已有143所國民小學設置愛心商店，共有2,068處愛心服務站。愛心商店的服務眾多，除了協助學生上下學路隊安全，更提供學生電話借用或代撥服務，甚至如有學生在上學途中被搭訕、跟蹤或是遇到偶發事件，愛心商店都可以提供暫時的安全庇護場所。

延壽街的綵香客家小館就曾有

附近學校的學生，因為沒有帶鑰匙，放學發現自己回不了家，也不知道該往哪裡去，此時走進愛心商店就是他最好的選擇。商家老闆就像鄰居叔叔阿姨般很nice，可以在商店裡做功課等父母來接，就像是一個校外的臨時安親班。

學校結合社區發揮守望相助精神，愛心商店如同「校外保姆」，親切如家人般守護學童的安全。

社區力量不只守護學童安全，現在內湖區還首創安全愛心商店防護網，當民眾遭遇家暴、性騷擾或霸凌等傷害時，區內114家安全愛心商店不但能即時提供安全庇護所，還能在遇到事故第一時間內協助民眾報案，讓不少內湖區居民大讚「生活多了一層安心保障」。

積極的警察、現代化的監視器，以及友善的社區，結合成綿密的安全網，「快快樂樂出門，平平安安回家」這老掉牙的口號，在臺北成為日常生活的一部分，不管是單身女性、老人，還是小朋友，生活在臺北可以像在「家」一般安心。

# 臺北大舞台，秀給你看

文／觀止 攝影／廖碩文





(顏涵正攝)



台北當代藝術館提供一個高互動的展覽整合平台，以鼓勵多元風貌的藝術創作與呈現。

「臺北就像一間大教室，讓我學到很多東西。」每到假日，就讀仁愛國小六年級的王淳韻，最愛和媽媽手拉著手，在歷史博物館、故宮博物院等藝文館所穿梭流連。她從小就有旺盛的求知欲，對她來說，臺北這座巨大的美學教室，滿足了她探求新知的渴望。

特別是暑假，當學校停課時，她精彩的「城市藝文課程」才要開始；今年暑假，她就看了好幾檔展覽。王淳韻細數：「立體書展有華麗的紙雕書；秦始皇展的歷史動畫很吸引人，兵馬俑也十分壯觀。」

不僅是展覽讓她著迷，王淳韻還參加了兩廳院舉辦的兒童戲劇表演營，並在社區大學上國標舞課，讓假期更繽紛精彩。

媽媽周麗玲表示，在臺北看展覽十分便利，「孩子在耳濡目染下沾染藝術氣息，學到了課本上沒有的知識，有時甚至比大人還厲害呢！」

#### 多元藝文活動 生活樂無窮

臺北豐富的藝文活動每分每秒都在發生，在不同年齡、職業的市民生活中，各自發揮了力量。退休多年的家庭主婦許徐來愛好古典音樂，平常活動不多的她，透過聽音樂，和這座城市搭建起不可分割的緊密關係。

許徐來常在週末假日和先生到國家音樂廳、社教館聽音樂會，當時而激昂，時而輕快的樂音竄入耳中，總是讓她心中湧起一股酣暢。「臺北是藝文之都，常有國外一流的音樂家及團體受邀演出，市民有許多機會接觸高水準的音樂饗宴。」

社區大學每週一次的古典音樂課，也提升了她聽音樂的層次。她娓娓道出心境的轉變：「以前聽音樂，在意旋律、節奏，經過老師講解，發現西方古典音樂其實和中國古典文學有互通之處，像是重視氣的流動、意境和力度，聆聽音樂也有了更深的體會。」

如果用心規劃，臺北各地的藝



街頭藝人黃聖峰所扮演的小丑，誇張的肢體動作，頗受小朋友喜愛。



西門紅樓創意市集聚集了眾多年輕藝術家一起揮灑創意。

展現自我的舞台。

假日的午後，西門紅樓的創意市集裡，琳瑯滿目的手創小物讓人眼花撩亂，吸引許多民眾來此尋寶。不定期在這裡擺攤的手工娃娃創作者余嘉齡，在週一到週五是個朝九晚五的上班族，卻因為熱愛創作，在創意市集找到了築夢的園地。

她在這裡遇見許多和她一樣懷抱夢想的創作者，像是做手工肥皂的家庭主婦，創作金屬飾品的夫妻檔，「這個廣場，凝聚了創作者的夢想，大家都帶著熱誠，來這裡尋找知音。」

余嘉齡笑說，擺攤不是為了賺錢，而是抱著舉辦展覽的心情，展現自己用心經營的成果。「不管是大嘴青蛙，還是長了斑點的小狗，每個娃娃都像是我的孩子，被買走時還會捨不得呢！」

在同個時間，東區信義商圈的行人徒步區，也因街頭藝人華麗奇幻的表演聚集起人潮，扮演小丑的街頭藝人黃聖峰，以誇張的肢體動作、精湛的舞藝取悅路

文館所，還可串連起好幾條知性路線，國小教師李宏泰最愛利用週六進行悠閒的藝文小旅行。

他分享心中最棒的行程：早上可到北投參觀溫泉博物館，或在綠建築圖書館裡看看書；下午前往天母創意市集挖寶，體驗國外跳蚤市場的熱絡氣氛。晚上，沿著中山北路南行，可直達北美館，享受週六星光夜的免費入場優惠。

據他觀察，週六晚上參觀美術館的民眾不多，整個美術館就像是個人的專屬空間，欣賞藝術品更自在。這些參與藝文活動的經驗活化了他的教學內容，透過分享，也開拓了學生的藝術視野。

#### 提供築夢舞台 街頭上演達人秀

對市民來說，豐富的藝文活動使生活變得繽紛，對創作者、表演者而言，這座城市則提供他們



楊雅喆導演的作品在台北電影節備受矚目與肯定。(圖/台北電影節提供)



電影《女朋友。男朋友》獲選為今年台北電影節開幕片之一，也獲得了獎項的肯定。(圖/台北電影節提供)

人，逗得大家哈哈大笑。目前還是學生的他，在學校裡安靜不多話，每到表演時，體內樂於親近人群的靈魂就會瞬間解放。「這個地方，打造了和平常截然不同的我。」黃聖峰靦腆地說。

在他眼中，這條人來人往的徒

步區宛如打了聚光燈的伸展台，街頭藝人就像一個個閃耀的巨星，盡情地展現才華，他很驕傲臺北有這樣一塊角落，「能讓國內外的觀光客，見識到臺灣街頭表演的繽紛多變。」

#### 台北電影節臺灣新電影推手

臺北一年到頭都有看不完的節慶展演，像是臺北兒童藝術節、臺北藝穗節等，都是為不同族群打造的藝文活動；其中，又以台北電影節最受市民歡迎，多年來培養了大批影迷。

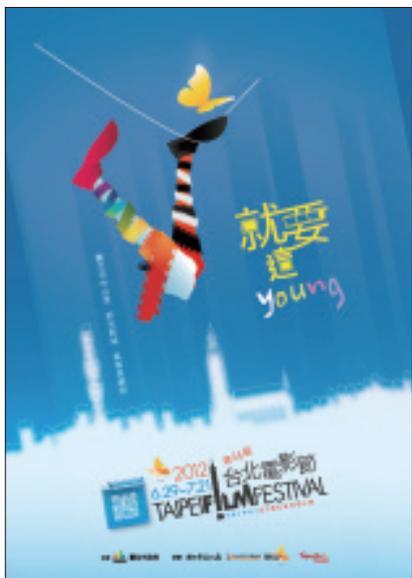
長年關注台北電影節的資深影迷盧元奇表示，台北電影節每年都有明確的主題，蒐羅各地精彩影片，並以多元的展覽、座談，引領市民從影像來窺探世界。「透過電影，能看到不同城市的歷史文化與變化，為民眾開啟了認識世界的窗。」

而以百萬獎金作為號召的「台北電影獎」，先後評選出《囧男孩》、《海角七號》、《艋

舂》、《那些年，我們一起追的女孩》等叫好又叫座的電影，激發新一波臺灣本土電影的風潮，另一方面也對國內重要電影獎項產生牽引作用，堪稱臺灣新電影的重要推手。

曾以《囧男孩》拿下2008年台北電影節最佳導演獎的楊雅喆，在睽違近四年後，今年完成第二部劇情長片，新作《女朋友。男朋友》獲選為今年電影節開幕片之一，並受到獎項肯定，抱走「媒體推薦獎」。這幾年，楊雅喆在影壇逐漸站穩腳步，台北電影節扮演了關鍵角色，可說功不可沒。

楊雅喆說，台北電影節日漸成熟，越來越國際化，是城市間重要的文化交流平台，「在給獎的部分，它逐漸形構獨特的品味和眼光。」他也強調，台北電影獎注重紀錄片，對非主流、資金少的影片，以及獨立電影工作者來說，更是莫大的鼓勵。



2012第14屆台北電影節以「就要這Young」為主題。(圖/台北電影節提供)



琉璃工房松山文創園區藝廊展現了多元的品牌創意與活力。

### 設計×生活 臺北軟實力蓬勃發展

在臺北生活，你還會發現文創與設計其實離我們這麼近。從2011年臺北世界設計大展，到近日四大設計街區的各項活動，都讓民眾更貼近流行文創的脈動。

家住捷運中山站附近的獨立策展人邱子芳說：「這幾年，臺北文創設計慢慢蓬勃發展，改變了城市的面貌。」她以日前到中山雙連設計街區「串門子」的經驗為例，「這個活動串連了爆炸毛頭與油炸朱利金工藝品店、地球樹公平貿易雜貨小舖文創商品店，以及台北光點、蔡瑞月舞蹈研究社等藝文空間，形成創意廊道，讓民眾可以按圖索驥，發現城市裡的嶄新創意。」

參與設計街區活動的許多文創商品店，隱身在小巷子裡，民眾平常不會經過，藉由這個活動，可讓民眾發現未曾留意的有趣小店，讓文創與設計更融入人們生活。邱子芳認為，「當人們觸目所及都是漂漂亮亮，有設計感的



許多民眾未曾留意的文創小店，其實就隱身在巷弄裡，等著你去發掘。

東西，無形間也培養了審美眼光，間接提升一個城市的文化素質。」

從另一個角度來看，創意聚落的形成，也扶植了店家生存，邱子芳說：「當店家有了獲利，才能繼續投入創作，開發更好的商品，形成良性循環。」

「設計的本質就是要讓生活更美好！」臺北這幾年對設計的推動，以及將競逐2016年世界設計之都的目標，都見證了這個城市的軟實力正大步前進，「只要繼續開墾，相信未來會看到不一樣的臺北！」

# 迪化街URS嬉遊記

URS27W「城市影像實驗室」→URS44「大稻埕故事工作坊」→民藝埕→URS127「設計公店」→URS155「創作分享圈」

你有多久沒有造訪迪化街了？這條過年時人聲鼎沸的大街，在人潮褪去，喧鬧落盡後流露出的風貌，才真正教人心神嚮往。這幾年，都市再生前進基地「URS」在迪化街上陸續進駐，在範圍不大的街廓裡，就有四處改裝舊建築，注入文化新活力的創意空間。邀約三五好友，一起到迪化街晃蕩吧！

## URS27W「城市影像實驗室」

延平北路在日治時期稱為「太平通」，連結四面八方的街道，形成「太平町」，是支撐大稻埕發展的經濟命脈，這裡正是民眾認識「太平町」的最佳場域。它以「影像」作為和市民互動的橋樑，老屋一樓是展覽空間，年底前推出結合地方文化的展覽，二樓為放映空間，不定期放映珍貴的紀錄片。

## URS44「大稻埕故事坊」

停下腳步，聽個關於鐵道的故事吧！透過展覽，老臺北的鐵路地圖清楚浮現，原來，現在的市民大道曾是鐵道，老臺北的發展就沿著它由西循序東行。這棟擁有希臘山形牆的精緻建築，原本是販售中藥材和南北貨的店面，現在變身為具教育功能的公共展演空間。

## 民藝埕

在URS系列空間進駐迪化街後，帶動了民間商家的發展，民藝埕即為絕佳案例。這棟建築被切割成不同功能的空間，有販售鐵器、陶器、瓷器的文創商品店、風格獨特的小酒館，也有揉合和風與臺味的茶館。可以在茶館裡歇歇腳，點一壺東方美人或凍頂烏龍，搭配傳統糕餅和蜜餞，為旅程注入更多能量。

## URS127「設計公店」

公店象徵為民眾發聲的公共場域，沒有曲高和寡的精緻藝術品，只有素人或年輕人的創作。牆面上，年輕插畫家的作品正吐露青春的色彩；後方寬闊的庭院牆面上，淡江大學建築系師生聯手打造的「視牆」空間裝置，將居民捐贈的生活古物加工為藝術品，期待喚醒居民的記憶。

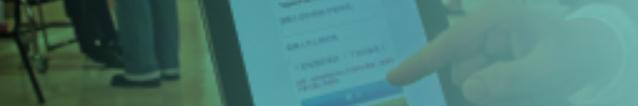
## URS155「創作分享圈」

這裡是創作者尋找靈感的祕密基地，有個像是雜貨店的門面，有個居家的小客廳，還有可烹調料理食物的公共廚房。二樓的展示空間，是國外創作者分享成果的場域，週末還會不定期舉辦講座和手作活動。

●各基地詳細資訊可至「台北村落之聲」網站 ([urstaiepei.net](http://urstaiepei.net)) 查詢。

URS= YOURS= 你的、我的、大家的





# 雲端臺北任意門

文／方旭 攝影／王能佑

「臺灣難得有這樣領先全球的公部門服務！」

在一家大型跨國公司擔任中國區資深專案經理的吳先生，如此形容Taipei Free，也就是臺北市公共無線免費上網服務。

人手一支智慧型手機、隨身一台平板電腦，似乎已是21世紀臺北街頭最普遍的景象。從捷運到公車，從咖啡廳到喧嘩商圈，行動上網瀏覽網路世界的低頭族，盡情穿梭在虛擬與現實之間。

這波又急又快的生活型態革命，除已然穩定的3G技術，Taipei Free等政府部門公共Wi-Fi也同步迅速擴增，包括捷運站、圖書館、公園、機場、醫院、商圈等公共場所，只要收得到無線網路訊號的地方，就可以用筆記型電腦、平板電腦、智慧型手機等載具免費上網，使臺北市內通訊網絡更密集、更便利。

### Taipei Free公共Wi-Fi 走在時代尖端

平均兩個星期就要搭機往返兩岸或香港的吳先生，對行動通訊的要求不光是商務，每天晚上不論在哪個城市出差，他都會透過平板電腦，和遠在臺北的妻子、三個女兒視訊，所以他家裡共有四部平板電腦、五支智慧型手機。他甚至鼓勵剛上國小的女兒多用電腦網路，就連玩電動，只要不影響學習與睡眠，也從不禁止。

吳先生認為，未來電腦與網路一定會成為個人必備能力，「父母不能再用自己成長時期的科技條件，思考下一代小朋友適性發展問題！」與其抗拒，不如讓孩子早點適應新型態人際互動環境。而相對地，他認為公部門也應該讓網路服務更加便利完備。

他對臺北市以公部門資源提供民眾免費上網的措施持高度肯定。從數據來看，行動上網已是大有勢所趨，全球手機或平板APP下載量民國101年底預估將達456億



公車的免費無線上網服務，讓乘客可以在車上瀏覽網頁，或是打卡、留言，通勤時間不再無聊。（圖／聯合知識庫）

次，尤其臺北市，根據統計，去年（100）年民眾個人行動上網率已高達76.3%，證明言論與通訊自由堪稱全球華人城市指標的臺北市，的確有實力被定位為一座智慧城市、通訊城市。

為何Wi-Fi建設如此重要？有位網友說得好，隨處可收發郵件的3G服務就像計程車，隨招隨開，價錢比較貴；Wi-Fi則像便宜的公共汽車，雖然傳輸距離大約在熱點100到150公尺內，且在高速環境下無法使用，但只要透過佈建密度提升，還是可以提供穩定收訊，讓任何人都能輕易地使用網路，與社會脈動同步。

也因此越有涉外經驗的使用者，對臺北市發展Taipei Free越深感認同。長年旅居新加坡的朱小姐在外商傳媒集團擔任採購部門經理，她幾乎24小時都必須回應客戶電話，隨時上網傳遞資料或視訊討論，對她來說，人在哪裡，辦公室就在哪裡。她強調，

公共Wi-Fi品質直接影響到商務人士與觀光客對城市友善程度的評價，更影響外商公司對城市是否有商務與金融發展潛力的評估。

談到臺北網路經驗，朱小姐也說，由於3G與Taipei Free密集交織網絡，加上Taipei Free頻寬最大可達10Mbps、又開放影音瀏覽，讓她即使回到臺北，也不會擔心錯過來自國際客戶的線上諮詢，這樣才能安心回家度假。

吳先生也指出，相較許多國際城市使用Wi-Fi要付費，同時須通過繁瑣的申請步驟，完全免費的



在外地工作的吳先生，對臺北市的上網服務也持高度肯定。（圖／吳先生提供）



民眾在捷運上上網消磨時間，享受臺北無線網路的便利。

Taipei Free熱點密度高，只要掌握Wi-Fi的特性，用起來很方便，尤其透過手機號碼就能認證，他大力推崇「Taipei Free的公共Wi-Fi服務走在國際前端」。

### 打造免費上網城市 友善你我他

同時，透過打造上網環境，臺北對任何光臨這座城市的遊客或生活在這座城市的人們，都顯得更友善。

例如強調免費才是王道的Winston，乾脆退掉手機3G服務，想上網就直接到Taipei Free熱點附近操作。Winston說他不用隨時上網，唯一需求是接收email，Taipei Free申請操作都很簡單，所以「多用免費上網，頻寬夠用就好」，公部門實質優惠「當然多多益善」。

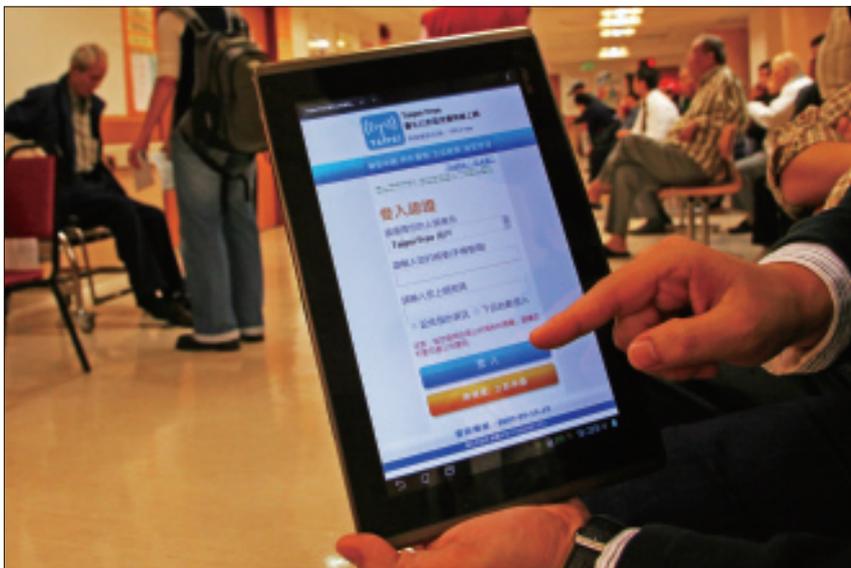
來自香港的背包客陳先生，10月上旬和友人一同造訪臺北，感受到臺北是一座網路便利之至的友善都會。正因為做好功課，輕鬆使用Taipei Free免費上網，讓陳先生全盤掌握觀光資訊，在FB上分享臺北慢活的點點滴滴。為了更有效率，他都在捷運站內先用手機地圖確定方位，出站後漫步迂迴巷弄不會迷路，「也不用整



提供有Taipei Free服務的公車上均設置有LOGO標示。



大安森林公園設有Taipei Free熱點，供民眾免費上網。



只要透過手機號碼認證，就能輕鬆享有Taipei Free服務。

天捧著大本地圖到處認路」。

當然對陳先生而言，公共Wi-Fi並不陌生，香港許多巴士、圖書館、公共場域也都已開通Wi-Fi服務；不過，讓他驚喜的是，有將近四分之一的臺北市聯營公車能在車上使用Taipei Free，這是臺北市獨有的貼心服務。

住在北投的張小姐，每天上午固定搭公車到東區上班，不管塞不塞車都要耗費不少時間。但自從她有次開手機發覺Taipei Free也能上網之後，不時在車上瀏覽網站，「搭公車因此不再無聊，不

管上網打卡、留言，還是看電子書都很方便」，也占不到3G手機上網流量。

張小姐也推薦幾款市府開發可免費下載的APP。像她剛下載最新版本「現在玩臺北」，不但清楚列出熱門景點即時活動與優惠券，甚至還自動計算最近的捷運站、警察局、公廁距離與位置，因為很符合使用者習慣，按圖索驥絕對省下不少找資料的麻煩。

省錢達人Winston則力推「臺北好行」。他說，由於每天都要接送兩個小孩上下課，透過APP就能

找到最方便且直接的乘車資訊，想到陌生地點，程式也提供建議方案。與全家開車出遊時，更能即時查詢停車位、主要道路車行速率，「連衛星導覽系統都比不上」。

### 無線寬頻生活典範 與國際接軌

只是臺北雖然在公共Wi-Fi作出一定成績，但許多人都發覺，無論上海、北京、香港或新加坡，都把公共Wi-Fi建設列為重點施政，「有企圖心的城市都很清楚，不快點建置就立刻被比下去」。

以臺北為例，2010年以全球密度最高的無線寬頻網絡獲選上海世博城市生活典範，Taipei Free服務熱點總數也超過5,000個，但現在不只北京與上海急起直追，連杭州也宣布全城Wi-Fi計畫。

未來的友善城市，資訊流通便利性將是民眾感受的重要指標，正如朱小姐所說，「21世紀國際化指標就是行動上網便利性」。臺北市藉著高密度的無線網路和免費的Taipei Free，在城市資訊競爭中搶先一步，贏得國際友人的讚譽，下一步，臺北贏的策略指向光纖到戶。友善臺北，將穿越雲端，讓虛擬落實在實境中。

## 光纖到府 即將全面啟動

電腦與網路已走入大多數人生活。越來越多人習慣上網購物、查詢資料、打怪練功；就連LED平板電視也幾乎都已具備上網功能。因此家戶網路連線品質優化已是城市升級過程中的重大考驗。

相當多人看好臺北市繼Taipei Free之後，啟動光纖到府計畫；未來建設階段自取得國家通訊傳播委員會（NCC）核發之網路建設許可證次日起3年內，完成全臺北市12個行政區之光纖網

路建設，預估佈建8,000公里光纖纜線，達到本市80%家戶覆蓋率之目標；並提供民眾低於市價一成、100Mbps以上高速上網環境；這也意味著臺北市將在4年左右成為全國首座光纖智慧城市。

當然，臺灣的光纖夢並不算早。相較新加坡投入300多億元，澳洲預算規模更高達7千億元；但是臺北市發展光纖建設的特點在政府零出資，而這是靠著家戶普及率達百分之百的下水道

建設，便利佈建光纖，吸引民間資金投入，才能讓政府不花一毛錢預算，在這麼短時間順利達陣。

畢竟，上網品質已成為網路時代衡量城市先進與否的判準，光纖到府最後一哩服務，將使固網如同自來水、電力、瓦斯維生管線般，提供市民廉價、高速優質寬頻服務，也是城市智能生活的重要起點。

# 漫步街頭遇見美

文／陳彧馨 攝影／王能佑





廣居里忠孝東路五段騎樓整平前，地面高低不平，車輛占據騎樓。(圖／臺北市建築管理工程處提供)



騎樓整平後實施淨空，讓居民方便好行。



在喜歡臺北十二大理由中，臺北的市容整齊美觀獲得近半數臺北居民的喜愛，然而臺北如何變美、變好，許多人說不上來。曾經長期主跑臺北市政新聞的董智森說得好：「臺北變美，是在細微處，要用心，才能體會。」

### 騎樓好行 貼心整平

騎樓整平，就是細微卻貼心的改變。

「臺北改變很多，慢慢有國際都會感，也真的變漂亮了。我印象最深刻的就是以前的騎樓。」負笈美國多年、目前定居臺北的科技公司經理王嘉樂這麼說。

小時候住的地方騎樓高高低低，走路非常不方便，唯一的好處是能跟鄰居小朋友比賽爬高爬低。「我記得隔壁小朋友調皮，摔了一大跤，鄰居媽媽抱著他坐在騎樓上哭。」如今記憶中的恐怖騎樓已經一片平坦，再也沒有當年的崎嶇。

張瑞華是兩個嬰幼兒的媽媽，

對騎樓整平特別有感觸。「我覺得臺北最好的一點是路上不會坑坑疤疤，推娃娃車很方便。」她經常推著嬰兒車，在臺北四處趴趴走。但是每次回到住在外縣市的婆家娘家小住，想推小孩出門閒逛都很頭痛。「不是開玩笑，只要回婆婆家就不想出門。」張瑞華滿臉苦笑，「不到三百公尺的距離在騎樓上就要搬三、四次娃娃車！」這種差距，在她當媽媽以前根本不曾注意。

臺北市規劃改善的騎樓總長17萬公尺，這幾年間，已經翻修超過14萬公尺，「如履平地」總算悄悄成為臺北居民的新習慣。

行無礙協會總幹事許朝富就表示，身為身障者，實際走過全臺檢驗無障礙設施空間，他對於臺北騎樓是比較滿意的，雖然某些騎樓整平後緩坡仍大於15度，對輪椅使用者不夠安全，但臺北確實逐步對身障朋友展現出柔軟貼心的一面。「我認為騎樓整平是基本，但是能淨空騎樓對於老人



位於羅斯福路台電大樓捷運站附近的開心農園，即是由畸零地化身的社區綠地，成為居民一處休憩空間。（楊智仁攝）



在寬敞平整的騎樓推雙人娃娃車，輕鬆又安全。

家和身障者而言更是重要，這的確是臺北做得不錯的部分。」

除了騎樓整平，人們天天都要走過的人行道也在改變。總面積達250萬平方公尺的人行道逐步「整型」，目前已完成213萬平方公尺鋪面更新，並且以每年平均更新5萬平方公尺的速度持續進行。董智森說，過去的紅磚人行道，走過會噴出水來，如今多半平整好走。愛走路的他覺得，人行道不只要漂亮，更要舒適，以「足跡」認識臺北的第一印象終於讓人有舒服的感受。

#### 臺北好好看 微小的城市美麗

另外悄悄發生的細微改變，還包括平常不受人注意的畸零地。

「以前羅斯福路上亂七八糟的小空地好醜，有些還有垃圾很不衛生」，住在羅斯福路上的陳先生居住的大樓旁有塊小空地，不但堆滿垃圾還長滿雜草，「碰到夏天我就會去空地上噴殺蟲劑，以免小孩被傳染登革熱。」

這塊空地在前年花博期間被市府翻新成為小公園，目前鋪滿了整齊的朝鮮草，清理得乾乾淨淨，陳先生偶爾還會帶小孩來這裡騎腳踏車。



位於建國北路與長春路交會處的迷你桃花源，也是由畸零地變身的美麗角落。

畸零地化身為社區綠地或小型廣場的「小」改變，在全臺北市上演。吳興街一處破敗的畸零地變成小公園，落成當天，附近居民放鞭炮慶祝，「忍受太久了！」住對面的診所醫生說，他甚至自願當志工維護這塊新生出來的綠地。

「城市中最美麗的角落是散步才能發現的。」一直以散步深刻認識臺北的文化人水瓶子這麼說。

他這幾年走遍大稻埕、迪化街、北投舊區、四四南村、青田街名人故居等地，最大的發現是

在臺北散步越來越愉悅。從前有些街道、防火巷，因為垃圾惡臭、或堆積如山的雜物，讓人根本不想靠近；但是這些年他清楚感受到防火巷淨空、因為下水道汗水處理做好的緣故，可怕的臭味也不見，有些後巷甚至在市府輔導下綠美化，本來不願意行走的地方慢慢變得愉悅。

臺北市新舊建物是3：97，放眼望去總是一片灰撲撲，美化臺北是複雜龐大的工程，非一蹴可幾，但是過去兩年藉著「臺北好好看」的政策推動，許多老建物開始悄悄換裝。

坐落在羅斯福路三段的水源市場，改建後外觀已經看不見斑駁的瓷磚、冷氣機殼和外露的管線，取而代之的是由國際藝術大師設計，色彩繽紛的巨型畫作〈水源之心〉，從不同角度看有不同的視覺感受，成為公館地區新地標。

地標建築、騎樓和人行道整修，或許較容易有感，而更多隱身在市區各個角落的改變，真的就像董智森所說，要用心體會，像迪化街招牌的統一更新、自強隧道的照明美化、校園圍牆拆除改為綠籬化等看似不大的改變，

在在讓人有感。

「我發現包圍建築工地的鐵皮牆，這一兩年都掛滿植栽。」住在內湖的陳小姐說，她一向羨慕日本的建築工地都用漂亮的布覆蓋，發現臺北工地使用充滿綠意的圍籬取代，本來以為只是一家建商別出心裁，後來發現各處工地都有，非常興奮。「每天都要

經過的地方變漂亮了，上班的心情都會變好了呢！」

### 花博之後 老區重生

同樣能讓在地居民打從心裡笑出來的改變，大概要數中山、大同區的景觀更新。花博，為這兩個地區帶來交通、照明、市容規劃上的全面翻新，連帶原有的北

美館、故事館也都煥然一新。

其中最大的改變就是中山足球場。當初花博營運總部規劃將啟用近20年、外觀老舊的中山足球場，變身為多功能展覽及會議場地，這個構想曾經引起居民的疑慮。居住在大龍街一帶三十年的唐裕隆夫婦回想，聽說中山足球場要改建本來並不抱期待，只



水瓶子與青田老街。(陳彧馨攝)

## 舊社區的新生命

寫下《台北小散步》、《台北咖啡時光》等以臺北為主題的文化人水瓶子在散步中認識臺北，尤其是歷史記憶的臺北。他認為，市容變美變好，卻不代表一定要變新，老社區活化往往更能留住城市居民共同的記憶。

他說，老社區的活化並不簡單，市府這幾年的確有朝這個方向慢慢努力。以大稻埕迪化街周

邊立面保存為例，迪化街1段34號屈臣氏大藥房立面修繕的不錯，目前化名為小藝埕在此經營得很有特色。大千百貨大體上也有依照原樣復原。迪化街整體的招牌美化，讓老街看起來更有精神。

水瓶子對每個有點歷史的臺北角落如數家珍，不只大稻埕一帶，走在永康、青田商圈，他也能沿路指出一棟棟老屋，介紹起每家頹圮庭園的過往風華。「老屋是重要文化財，也是一個城市



整建前庭院頹圮的青田七六。(圖/水瓶子提供)

before → after

怕弄了一個沒有太多用處的蚊子館，沒想到花博結束後，爭艷館陸續舉辦的展覽，吸引許多年輕人踏入這個原本以傳統著稱的老區。「在這裡住了三十年，從來沒想過中山大同這一帶也會來這麼多年輕人。」唐先生相當開心地說。

唐太太也說，北美館、故事館和舞蝶館連成一片，變成散步的

好地方。她帶過幾個外國朋友來這裡參觀，朋友都覺得舞蝶館蓋得漂亮獨特，整個街區充滿藝術氣息，唐太太當下覺得住在這裡彷彿也特別有氣質起來！

唐裕隆一直遺憾這裡的步調沒辦法跟臺北其他地方相比，沒有都會氣息，街道破舊，樓房矮小，沒有特色。但是這幾年保安

宮、孔廟一帶的整修，大稻埕煙火節與圓山捷運站交通的連結性加強，一直到舉辦花博，都讓他看到這塊臺北老區的重生。「現在這裡一點一點變漂亮了，有時候覺得能在這裡生活是很幸運的事。」

唐裕隆夫婦滿臉笑容，他們眼裡的臺北，是越來越美麗的家鄉。

的歷史風景，重新修復固然費時費力，卻是留住時光腳步的必要手段。」

他認為雖然受限預算，市府很難直接跳下參與，但是目前將老屋招標給有能力規劃的人是正確的方向。自己經營老屋改建的咖啡館青田七六的水瓶子指出，目前開始有人重視老屋翻新帶來的商機，只要妥善管理規劃，這些地方保存下來不只是好看，更為臺北市增添不少人文氣息。

因為重新規劃而成為臺北新景色的還有四四南村與寶藏巖，其中前身為眷村的四四南村雖然是按照眷村風貌興建的新建築，但不只建築保留眷村風味，還規劃了眷村紀念博物館保存文物。因為懷舊氣味濃厚，景觀獨特，每到假日總會吸引相當多攝影愛好者到此拍攝。位於公館的寶藏巖更因為改建成國際藝術村，榮登2006年《紐約時報》專欄推薦為臺北最值得看的旅遊景點之一。

包含寶藏巖在內的公館水岸總體發展計畫並得到被譽為建築界奧斯卡金像獎的「全球卓越建設獎銀獎」殊榮。

「寶藏巖的整建最能讓人認同的就是規劃出原居民住處。」水瓶子說，人是城市風景裡最重要的一環，在城市進步美麗時，不忘居民的笑容，才是真正良善的老社區規劃。



整建後散發濃厚人文氣息的青田七六。(圖/水瓶子提供)



寶藏巖獲國外媒體推薦為臺北最值得看的旅遊景點之一。

# 臺北職涯沒有天花板

文／廖雅琴 攝影／王能佑



28

健美 (杏友貿易有限公司)

職缺名稱/學歷需求/工作地點/名額

美編設計 1~2名

視覺圖文設計/台北市

行銷業務 3名

學歷不拘/北部、中部、南部

大專工讀生 北中南各3名

學歷不拘/北部、中部、南部

美編設計工讀生 2名

大專以上(視覺圖文設計相關)/台北市

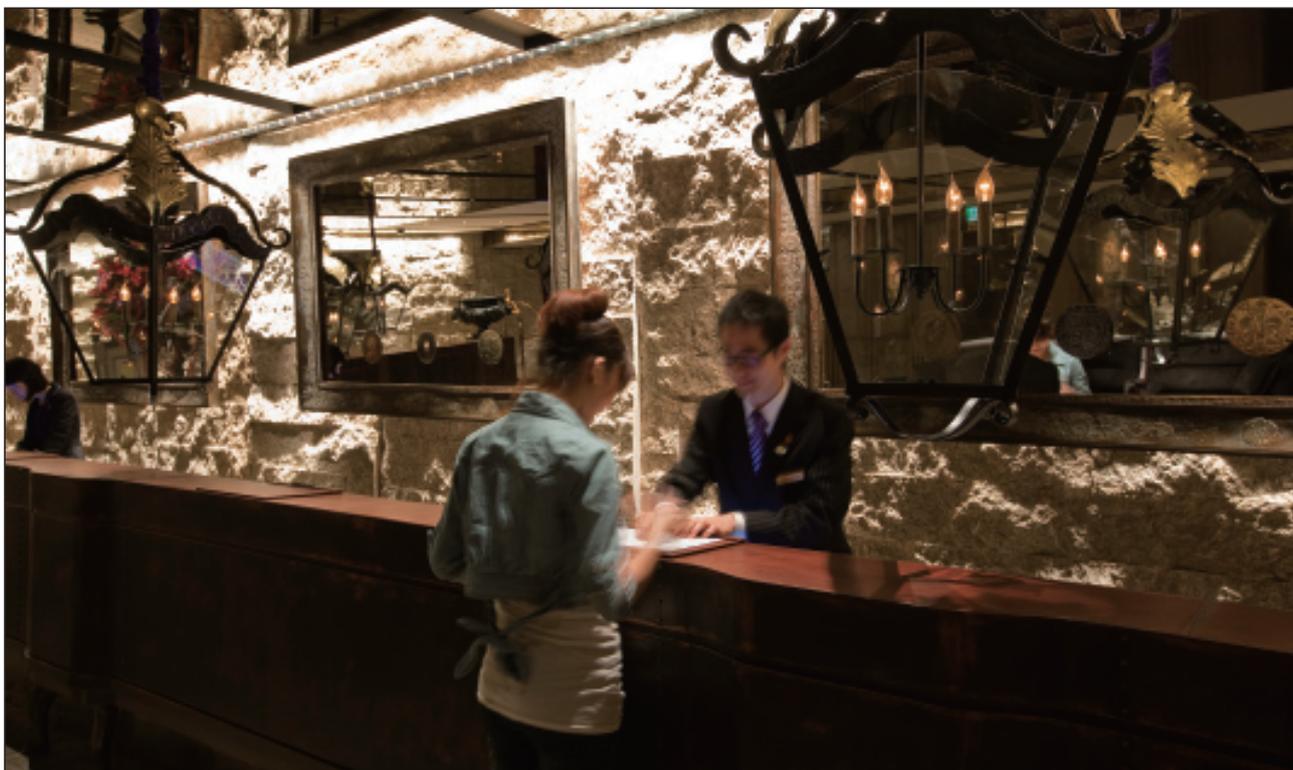
展銷人員(工讀生) 北中南各2名

學歷不拘/北部、中部、南部

臺北畫刊……喜歡臺北的12大理由

(圖／聯合知識庫)





台北轉運站開發案結合君品酒店，帶來許多就業機會，圖為君品酒店。（攝影／楊志雄）

找份頭路好生活，是每個人最簡單的心聲，但頭路哪兒找？「臺北吧！」

因為良好的環境聚集了中大型企業，成為有遠見抱負的人才嚮往之地，又因為人才濟濟，新設企業樂選臺北為總公司及營運總部，如此正向循環，臺北市成了許多人職涯成就的康莊大道。

「經歷過金融海嘯、歐債危機等風暴，以經濟發展及就業市場而言，我們的發展仍相對穩健。」臺北市副市長陳雄文自信說道。根據臺北市政府勞工局的統計，民國90年至97年的平均就業人數皆穩定成長，從111萬人成長至118萬人，雖然98年因金融海嘯略微下滑至116萬8,000人，但100年回升並成長至近121萬人。

勞工局長陳業鑫指出，臺北市這兩年持續推出公私協力的開發案，釋出大量工作機會，更為許多初出社會的年輕人以及想要轉職的社會人士提供一條出路。

### 轉運站創造大量就業

京站（台北轉運站）的開發案就是最好的例子。陳業鑫說，小時候經常跟媽媽一起到臺北西站搭乘客運到雲林外婆家，以當時的客運站規模估計，了不起2、30個工作機會。今天的臺北轉運站，連結觀光飯店、百貨商場、電影院、美食街，保守估計釋出1千個工作機會，更顛覆了人們對轉運站的想像，進而帶動了華陰街，過去後火車站一帶的商機。

同樣的，位於信義區的市府轉運站，在開幕時就透過臺北人力銀行招募300名員工，加上陸續進駐的百貨專櫃與美食街後，又增加上千個職缺。

商機就是就業機會！諸如此類的公共建設搭配民間投資案，顯示產業榮枯與就業機會的關係密不可分、環環相扣。

### 科技產業聚落 人才職缺夯

細究產業結構，臺北市產業以科技業及服務業為主。作為科技優秀人才聚集地的內湖科技園區和南港軟體工業園區，前者已

經發展成許多企業的營運總部、研發中心或是高附加價值產業的首選之地，後者則聚集了生技產業、IC設計、數位內容等知識產業。

內科、南軟園區進駐的企業從民國97年3,526家成長至100年4,543家，成長了28.84%，全年企業營收從97年2兆4,230億元成長至100年達3兆9,557億元，成長了63.26%，而在兩園區工作的員工人數則從97年約12萬6,000人，到目前約16萬5,000人，增加了3萬8,000人。

就職機會重量也要重質，陳業鑫指出，80%的中大型企業總公司設在臺北市，中高階工作機會多，對於許多有抱負的年輕人來說，在臺北市的職涯發展沒有天花板。

放眼未來，陳雄文指出，臺北市將站在良好資通訊建設基礎上，進一步推動雲端產業及影視音產業，像是透過市府提供市有土地、各種優惠措施以鼓勵尖端產業進駐的臺北雲端園區，不僅

年產值上看千億，更預計創造近萬個就業機會。而位於市民大道與金山北路口的「臺北資訊園區」，將於102年底開幕，這個被稱為臺北秋葉原的新熱點預計將釋出1,500個職缺。

## 24小時玩樂不打烊

產業固然是經濟發展的基礎，但是臺北市創造最多就業人口的卻是服務業，而提到服務業就不可不提臺北市觀光業。

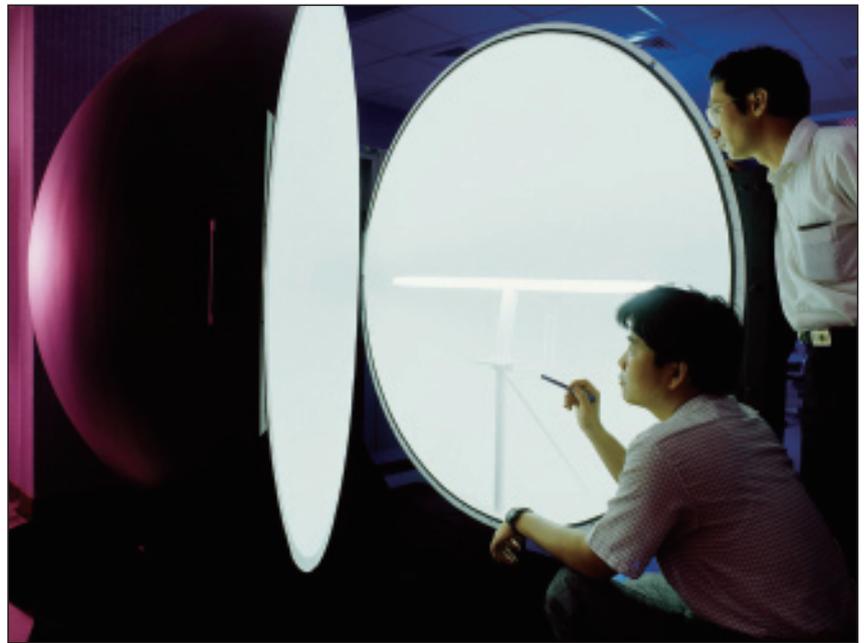
近年來，臺北市不斷被國外媒體列為觀光熱門城市，外國人來臺灣旅遊，必到的城市更非臺北市莫屬！根據交通部觀光局統計，來臺旅客每百人次就有82人次遊覽臺北景點。

臺北市旅館商業同業公會顧問黃修全說，得天獨厚的臺北市擁有許多知名景點，像是國父紀念館、中正紀念堂、台北101及士林夜市等，是許多國外遊客指定一遊的地方。

更讓人流連忘返的是，臺北市可以24小時玩樂不打烊！無論什麼時候，都有玩樂的好所在。知名廣告人范可欽比較其他城市，歐洲城市晚上沒地方去，美國城市晚上七點以後就沒東西吃，即使日本也不如臺北吃喝玩樂樣樣方便。

也難怪臺北市近年觀光人數持續增長。臺北市旅館公會理事長邱樂芬指出，鄰近國家包括新加坡、馬來西亞、香港、澳門等觀光客是主要來臺旅客，根據統計，上述四個地方的旅客從民國97年的97萬9,899人次，到民國100年成長至142萬5,441人次。若加上陸客則數字更驚人，四年來每年大陸遊客從25萬5,890人次，到民國100年增加到171萬8,349人次。

政府舉辦的一些大型活動也大力帶動觀光住宿，以花博為例，短短幾個月的展期，臺北市的旅館住房率，不論平假日，皆高達8成，「當時真希望可以延長營



科技產業發達的臺北市，是高科技人才聚集之地。（圖／董谷音提供）



臺北即將打造的影視音園區，讓影視音人得以一展長才。（圖／臺北市電影委員會提供）

運。」邱樂芬笑說。

陳雄文就指出，花博創造約430億元的效益，而從設施興建、場地維護、周圍的餐飲店家到旅館住宿通通受惠，創造了3萬多個就業機會。

另外，躋身於國際都會之列，臺北市是許多大型會議展覽的首選之地，根據2012臺灣會展年鑑，2011年平均每3天就有一場大型國際會議展覽在臺北舉行，像是國際旅展、會議展、軟體展

等，會展帶動的商務住宿，也是旅館業成長的因素之一。

年年增長的觀光旅遊人數帶動的不只是商機，更是就業人口。

根據臺北市政府觀光傳播局的統計，從民國96年至101年，臺北市的旅館家數從311間成長到347間，提供的房間總數也從1萬2,742間增加到1萬5,881間，而在旅館工作的員工人數，更從4,730人增加到6,483人。

因應觀光客不斷增加，隨之增



年年舉辦的臺北鳳梨酥文化節，總是吸引許多民眾的目光，更是讓臺北市糕餅業者快速成長的大功臣。

長的不但是旅館、餐飲店，連帶文創業，甚至烘焙業都熱到不行。

### 臺北小金磚 威力不容小覷

就以最受歡迎的臺北伴手禮——鳳梨酥來說，小小的鳳梨酥，已經是許多臺北市烘焙業者眼中的「小金磚」。

臺北市烘焙業近年來蓬勃發展，且在臺灣各地中顯得一枝獨秀。臺北市糕餅商業同業公會理事長張國榮指出，以加入公會的家數來看，5年前約有300家，目前約有360家，可說是年年穩定成長，而反觀全臺灣的糕餅業者卻從7,000家下滑至5,000家。

張國榮指出，臺北的糕餅業不只是食品業，更是時尚產業，總能吸引許多各地優秀的烘焙師傅前來打拼經營。師傅出身的張國榮本身就是一個好例子，來自花蓮的他，懷著大都會淘金夢想，原本是在民生社區開著傳統麵包店，員工只有他與太太2人，因為看到臺北人的生活模式講究食物好吃之外，也重視健康與時尚感，於是將烘焙店成功轉型為擁

有30位員工的複合式咖啡廳，上門用餐的客人從早到晚絡繹不絕。

而95年開始每年舉辦的臺北鳳梨酥文化節，更是讓臺北市糕餅業者快速成長的大功臣。臺北鳳梨酥文化節至今已邁入第7個年頭，每年短短3、4天的展期，光是今年就吸引約4萬人參觀，總營業額達到七百多萬元，而參展的123家廠商，在展期結束後，鳳梨酥的訂單平均增加了1到3成，若是比賽得獎的業者，則訂單最多可增加到10倍以上。甚至有日本旅客在來臺旅遊前，就事先了解得獎店家，成為遊玩時必買的伴手禮之一。

維格餅家董事長孫國華說，該店從95年一年7千萬的營業額到今年上看10億元，光是鳳梨酥，每天就生產約10萬顆，數字相當驚人，員工也從當年的35人成長至目前的350人。

從念大學開始就加入維格的陳秀珠，當年只是半工半讀的工讀生，12年後升任協理，負責旅行社業務拓展與海內外旅展業務。

身為高雄人的陳秀珠坦言，因為臺北是首善之都，旅行業、觀光資源豐富，在臺北的總公司工作，雖然工作挑戰比較多，但是能夠學習新事務、視野也比較寬廣，對每個有心的人才而言，臺北處處都是機會，甚至是走向世界的跳板。

陳秀珠的眼光也不只停留在臺北，她說，在臺北穩定國內市場後，她希望能隨著公司擴張至海外市場，再去海外磨練，提升自己的能力，繼續擴展有著無限可能的職涯。

正如黃修全指出，因應國外旅客、自由行、會展產業及團客的需求上，臺北旅館市場的餅已經做大了。未來，有心進入觀光旅遊業的年輕人，面對的是無限美好的藍海。

誠如陳業鑫所說，對有抱負的年輕人來說，臺北市的職涯發展沒有天花板。不論身處哪個產業，科技業、觀光業還是烘焙業等，只要你是人才，在臺北，你的天空將無限寬廣。

## 從「黑手」變「國手」



汽車噴漆國手施浚騰北上參加北市職訓中心課程後，練就一身本領。

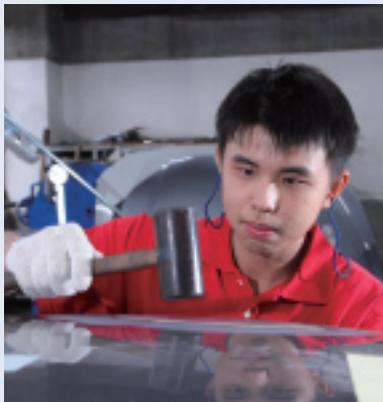
你是否或多或少有過找不到工作的徬徨？還是進入職場一些年後，猶疑於是否該轉職？無論是哪種情況，提升自己能力，才是就業的保證。

走進位於士東路301號的臺北市政府勞工局職業訓練中心，看見一間間寬敞的廠房，幾個學生圍在一台汽車旁，聽著老師講解，他們在上的是汽車修護課程。

像這類技職訓練的出路是什麼？在文憑主義至上的臺灣社會，一般人很可能會說：「啊！做黑手！」事實上，這幾年來，越來越多人不再願意受制於傳統的文憑框架，選擇在技術領域練就一身好本領。

由北市職訓中心培訓的學員，在今年9月出了兩名國手，分別是汽車板金國手紀凱倫和汽車噴漆國手施浚騰，他們將在明年代表臺灣前往德國萊比錫參加有「技職界奧運」之稱的第42屆國際技能競賽！

有趣的是，這兩位國手都不是



汽車板金國手紀凱倫總是安靜而專注地處理眼前的問題。

出生自臺北市，而是來自臺灣中部。「臺北是技術教育的龍頭，所以有機會就想把學生往這邊送。」彰化縣大慶高級商工職業學校教師章文堯透過網路查詢，查到北市職訓中心的課程，於是推薦學生施浚騰北上參加職訓中心的汽機車美容噴漆班。

從今年6月開始上課的施浚騰，個子高高瘦瘦，年僅18歲的他，看起來還有點靦腆，講到職訓課程，他說因為原本學校的課程只是基礎訓練，而北市職訓中心提供了學校學不到的進階課程，像是美容打蠟、新的噴漆技術及彩繪技術等。

其實，汽車噴漆也是一門耐人尋味的藝術。北市職訓中心的訓練師王健光指出，汽車噴漆技術包括許多細項，像是調色、研磨、補土、拋光、繪圖或是防塗等等。由於汽車外觀講究美感，所以細心、耐心及掌握顏色精準度非常重要，好幾塊綠色板金擺在一起，看起來顏色都一樣，但在專業噴漆的老師及學生眼中，

哪塊綠色太深，哪塊的綠色帶了太多黃，清楚可辨。

相較於汽車噴漆講求外觀細緻，汽車板金則在乎「大碰撞的修復」，也就是車子有了強烈碰撞之後，該如何修理的問題。同樣18歲的紀凱倫，在就讀雲林縣大成商工汽修科建教班時對板金技能產生興趣後，曾在民國99年參加第41屆全國技能競賽南分區賽獲得第一名進入決賽，然而在全國技能競賽時，卻不敵北區的選手而只獲得第四名，紀凱倫說：「前三名的選手都是出自北市職訓中心。」

於是他透過學校老師的安排，白天在臺北市匯豐汽車廠實習，晚上則參加北市職訓中心的汽車板金焊接技術班，已經在北市職訓中心擔任訓練師26年的林欽賜指出，紀凱倫在學習時，安靜而專注，從不遲到，有黑馬姿態。果不其然，今年的全國技能競賽即一舉奪金，成為汽車板金國手。

報名參加職訓中心的課程，就可以保證就業嗎？以汽車板金課程來說，訓練師林欽賜指出，從生手開始學習，幾乎半年後即可外出找到工作，從一般車廠的半技工一職開始任用，只要肯學習、肯吃苦，順利就職一點也不難。另外，根據民國100年北市職訓中心參訓數據，主要來自企業職缺需求而開設的產訓合作課程，包括汽車美容、家事服務、3C電子產品維修服務等，受訓期間如果表現不錯，結訓之後大多可直接進入企業工作，平均就業率有8成以上。

還在就職路上徘徊徬徨？不妨上網看看有興趣的課程，為自己找到新的出口，也許你就是下一個國手。



# 禮貌，最舒服的距離

文／陳彧馨 攝影／許斌





搭乘手扶梯自動靠右，讓趕時間的人可由左方通行，已是臺北捷運常見景象，卻是外國人眼中驚人的素質表現。（圖／聯合知識庫）

「天龍人」是近年來網路上廣泛使用對臺北市民的諷稱，以此諷刺臺北人的高傲與自以為是。或許某些臺北居民的確有首都子民的冷漠，但絕大多數的臺北人實際撐起了自律有禮的都市生活，也讓外來的觀光客耳目一新。

### 排隊文化 展現軟實力

劉春雷是從北京來臺北出差的工程師，來之前，覺得北京是大地方，中國首都人民文化高，直到搭上臺北捷運，「才懂甚麼是人民素質的軟實力」他苦笑著說。

他說在北京不管是搭公車或地鐵，就算是招計程車都要快狠準，不然一窩蜂的人爭搶，肯定沒辦法上車。同樣是上班尖峰時間，臺北車站人雖然也多，但到處能看到工作人員指示方向，乘

客都很守規矩，連搭手扶梯都特別有秩序，「我從不知道原來搭地鐵不用擠來擠去，就算人很多，也可以舒舒服服排隊上車。」

不只是對岸，連臺灣人心目中高水準的新加坡也一樣時有出現不排隊的情形。聯發科派駐新加坡的資深工程師李家勳在新加坡七年多，發現「這裡搭捷運不流行排隊」，至今新加坡各捷運站平面廣告還是以宣導「先下車再上車」和「排隊搭地鐵」為主。

新加坡作家李承璋在訪問臺北五天後，也對臺北的排隊文化和公車司機良好的服務態度印象深刻，更對車廂博愛座總是空著感到驚奇。

### 適溫的人情 舒服的距離

「很多人以為臺北人冷漠，其實那是一種舒服的距離。」知名

旅遊作家溫士凱說。

讓人舒服的禮貌，是臺北市民在擁擠的群體生活中發展出來的潛規則，也是一種自律性，大家共同遵守一些生活規則，彼此尊重；雖然沒有東京人嚴謹，卻能在規則中仍然保有自己的個性，不至於冷漠。這些潛規則，臺北人早就習以為常，像排隊上公車、在巴士上讓座、講話輕聲細語、十字路口禮讓行人等日常小事，看在國際人士眼中，都嘖嘖稱奇。

「臺北人的包容度真的很好。」曾經擔任聽奧志工的張漢堂說。舉辦聽奧時，因為場地就在臺北市中心，開幕時交通管制很嚴格，但是市民都很願意配合，抱怨的人很少。也有很多選手反應，在聽奧期間，上街購物很容易獲得市民的協助，許多人知道他們有聽力障礙還會特別幫

忙，讓人感覺窩心。就連ISCD（國際聽障體育總會）主席安蒙絲博士也說，臺北聽奧是有史以來舉辦得最好的一次聽障奧運，不管是場地、效率、臺北市民的微笑，都令人印象深刻。

### 臺北模式 看不見垃圾的祕密

臺北市民的自律，在資源回收垃圾分類上，更達到另外一種高度。

來自奧地利的菲利浦是奧地利大學亞洲社會學系的研究生，他花大約8個月的時間在亞洲各地旅行，親身了解亞洲各地的生活習性，「臺北垃圾分類的精確令人讚嘆。」他說。

菲利浦以「沙發客」的方式在各城市居民家住宿，省錢外更可以實際感受各地方不同的生活習慣。抵達臺北以前，他已經去過泰國、印尼、新加坡等地，然而所旅遊的地方從來沒有過垃圾分類的作法。即使是高度開發的新加坡，在垃圾處理上也未做分類處理。

來到臺灣後，他本以為會跟之前的狀況一樣，沒想到剛到第一天，他吃完主人家請的臺灣小吃，順手要將油膩膩的紙盒、塑膠袋扔進垃圾筒時，立刻被寄宿的主人阻止。「那位主人笑嘻嘻的拿著紙盒去沖洗，把油漬去掉，然後才告訴我玻璃瓶要放哪裡、紙盒類、塑膠類垃圾又要放哪裡。」讓重視環保的菲利浦在那一刻很感動。

看到臺北人執行垃圾分類和資源回收如此徹底，他認為那一定需要獲得大多數居民自發性配合才會有現在這樣明顯的效果，「這可不是在任何地方都能順利推動的。」他笑著說。

臺北市因資源回收的成果，曾獲選為2010年上海世界博覽會城市典範。現在中國大陸上海市已經開始在小區示範；廣州市的城管單位也表示要以「臺北模式」



徹底落實垃圾分類與資源回收，是在臺北看不見垃圾的祕訣。



乾淨又美麗的臺北街道，讓外來的觀光客耳目一新，也讓市民感到舒服又自在。

為參考，在部分街道試行垃圾不落地及垃圾費隨袋徵收。

在南洋理工大學研究綠建築的研究員錢先生住在新加坡一年多，他說新加坡目前致力節能減碳的課題，政府的執行力和決策的魄力都無庸置疑，但觀念和政策卻無法立即落實到生活中，不

像臺北已經宣導執行公共空間冷氣控制在攝氏26度以內，節能的魄力與執行力令人佩服。

在臺灣人口中的「天龍國民」，在國際人士眼中卻是自律又友善，禮貌而溫情。或許臺北人的好，只有離家的遊子最知道。

# 年輕的夢想 從臺北起飛

文／許凱森 攝影／王能佑



旅遊達人溫士凱說：「臺北是讓很多人實現夢想的都市！」年輕人應該勇敢做夢，但夢想往往需要金錢的支持，全國首創的「青年留學免息貸款」除了申請碩、博士學位外，特別針對想攻讀專技證照的朋友保留額度。

## 進修創業的圓夢城市

個性開朗、笑容甜美的邱亞

菱，人緣超級好，除了懂得和朋友們一起體驗生活、享受人生之外，對自己的生涯規劃同樣不失色。大學一畢業就曾先後在英國諾丁漢大學就讀視覺文化碩士以及倫敦政經學院就讀性別與媒體研究碩士，然而回臺灣工作5年之後，一股渴望成為設計師的念頭逐漸萌芽，讓邱亞菱有了轉職的想法，而「青年留學免息貸款」

則是將想法化為行動的加速器，她順利申請到了義大利歷史上第一所設計學院——米蘭工業設計學院一年期的產品設計進修課。邱亞菱說：「之前一直苦於沒有機會與足夠費用去海外進修相關課程，有了『青年留學免息貸款』，終於可以去完成自己想做的事，期望明年回臺灣後能成為專業的設計師。」



很有想法的鍾欣縈，8歲時考進敦化國小音樂實驗班，主修鋼琴，在學校整天與音樂為伍，課餘時間更是被鋼琴、舞蹈、畫畫所填滿，整個童年藝術課程滿檔，無止境的比賽、考試令她身心俱疲，而學科與術科的填鴨式教育讓她喘不過氣來，她認為音樂應該是讓人身心自在、優美且愉快的魔法，不應該像是一碗難

以下嚥的苦藥，決心捍衛理想的鍾欣縈說：「越長大越覺得我的音樂、我的藝術、我的夢不應該是在這樣的框架與壓力下妥協。」所幸有了北市府的「青年留學免息貸款」，現在鍾欣縈在法國國立凡爾賽音樂院攻讀鋼琴專業演奏以及專業鋼琴伴奏，她由衷感謝臺北市政府幫她圓夢。

福利因應需求而生，以往的福利政策多以老年或幼兒等少數民眾或是弱勢族群為焦點，但沒有人發現青年也是需要協助的。最新調查顯示，30歲以下族群的年收入與15年前相同，30到34歲族群年收入更倒退至17年前的水準；臺灣年輕人面對低收入、高物價、高失業的困境，生活越來越難過。北市府看到青年的需求，決定給予實際的幫助，針對青年市民量身打造多元補助專案，營造友善青年的生活及就業環境。

除了「青年留學免息貸款」，由於就業環境改變，青年創業的意願相對提高，「青年創業融資貸款」的反應更是熱烈。對申請營運資金貸款的企業體來說，是一個轉型的契機，也更有信心走出屬於自己品牌的路。

米拉圖鳥花園西式餐坊負責人吳建興，原本經營的是三代傳承的傳統早餐店，一直思考如何轉型、提供更好的用餐環境並永續經營，在捷運看板上看到「青年創業融資貸款」訊息，立刻申請核貸100萬元，成功讓傳統早餐店有了新面貌。而供應早午餐的餐飲店Pinknic野餐吧也拜青創貸款之賜，將店裡軟硬體設備升級，往理想中的事業版圖再邁進一步。

原本只做設計代工各式耳機的「智戎科技股份有限公司」，透過青年創業融資貸款，總經理黃志榮創立了國產耳機品牌「好米亞」，從研發設計到製造都不假他人，更與唱片公司合作，設計藝人的聯名專屬耳機，找到屬於自己的市場定位。他說：「耳機，曾經被人認定是夕陽產業，我們卻把它變時尚。」目前公司年營收已超過5,000萬元。

#### 安心成家的實在依靠

臺北市長郝龍斌訪察新加坡、香港及上海等地，蒐集參考當地住屋政策及作法，決定推出專為青年開辦的公營出租住宅，第一座指標案例——大龍峒公營住宅，由於區位、營建品質均獲高度肯



Pinknic野餐吧因為有青創貸款的挹注，店裡的軟硬體設備更升級。



藝人鍾欣凌感謝有「助妳好孕」專案做後盾，讓她再生第二胎也不怕。(圖／鍾欣凌提供)

定，適合小家庭的一房一廳型超過一千人登記，證明臺北市青年的成家需求正是一個合理的居住品質與房價。

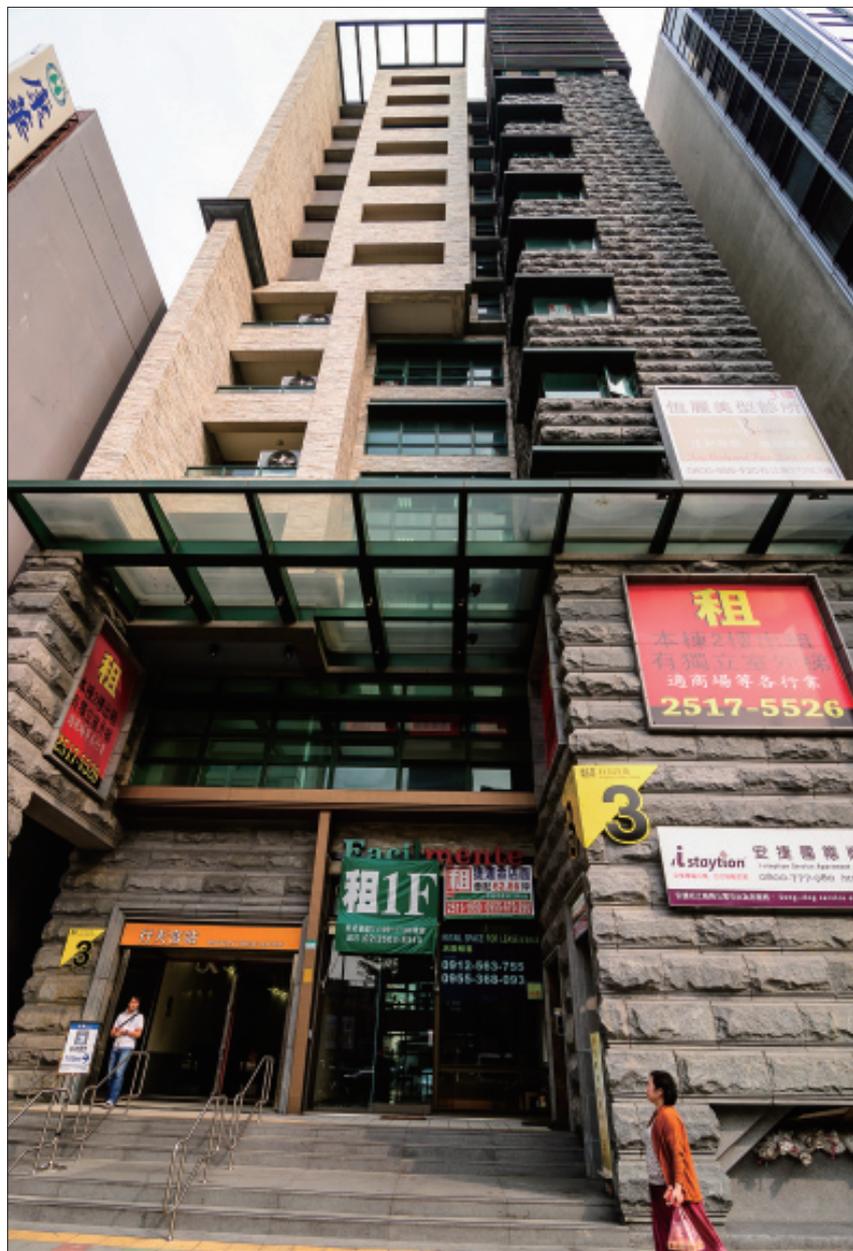
結婚十幾年，一直與公婆住在大龍峒的余小姐，因孩子逐漸長大，需要成長空間，又不希望離公婆家太遠，獲知市府推出大龍峒公營出租住宅，且對大同區居民有保留戶的回饋機制，便以大同區居民身分申請，並順利中籤入住。她說：「住在這兒，孩子不但有活動的空間，離公婆家只有幾分鐘路程，有需要時，還可請公婆幫忙帶孩子，真的很方便。」

從事股市研究的翁偉捷，是在報紙上看到行天宮站公營住宅的訊息，與未婚妻在申請截止日的前兩天備齊所有文件送至都市發展局，對於順利中籤入住，直呼自己實在太幸運了！

行天宮站公營住宅為捷運共構宅，交通便利、設備嶄新、租金實惠，並附有簡單家具，有管理委員會並委託專業物業管理，24小時保全人員及2班清潔人員，翁先生笑說：「唯一的缺點就是現在出門都以捷運代步，機車快要變廢鐵了！」

### 媽媽寶寶的強力後盾

藝人鍾欣凌從小生長在民生社區，婚後搬至內湖，去年底產下愛女「兔寶」。懷孕期間得知「助妳好孕」專案發放每胎2萬元的生育獎勵，原本認為申請手



行天宮站公營住宅為捷運共構宅，交通十分便利。(廖碩文攝)

續麻煩而作罷，直到幫兔寶報戶口時，透過志工的主動詢問與協助，當天2萬元生育獎勵與每月2,500元的育兒津貼就同時申請完成，不用跑第二趟，表格簡化、效率更高，鍾欣凌笑說：「兒童安全座椅、推車、餐椅都有著落了！」現在和老公每天都在讚嘆造物者的奇妙，給他們一個這樣可愛的天使，雖然養小孩很辛苦，但是有這麼好的福利政策，再生第二胎也不怕！

助妳好孕方案讓臺北市生育率

大幅增加，如今年度的生育率截至10月止，已較99年末開辦前（99年1至10月）增加59.45%。

從年輕人踏出學校，進入職場、走進婚姻、組織家庭，臺北市都能提供妥適的照顧方案，民調結果也顯示25~29歲的年輕人對於臺北市福利政策的好感度是最高的（55%），同時印證了北市府一直以來在正確的方向所做的努力。無怪乎足跡踏遍86個國家的節目主持人謝哲青說：「臺北讓我找到安身立命的動力！」

# 悠遊臺北 時時刻刻 一遊未盡

由臺北市政府觀光傳播局企劃出版的《台北·一遊未盡》筆記書，全書共160頁，以活潑可愛的「台北·一遊未盡」主視覺圖案貫穿其中，除了有大量空白頁供讀者記事以外，另有12頁的月曆格式、旅行雜記照片頁、趣味小遊戲設計、精美主視覺貼紙，以及臺北旅遊服務資訊等，豐富多元的內容，讓人意猶未盡、愛不釋手。

有興趣的民眾12月底起，可洽臺北市政府出版品紀念品展售中心、三民、誠品、博客來網路書店等各大書店，以及五南文化廣場、國家書店等政府出版品展售門市購買。



# 2013

## 臺北最HIGH新年城 Amazing Moment. Amazing Taipei.

### 12/31

時間

07:00PM ~ 01:00AM

地點

市府前市民廣場

2013 臺北最HIGH新年城跨年晚會 <http://taipeitavel.net/>  
活動詳情請上臺北旅遊網或洽 1999 (外縣市請撥02-27208889)查詢

TVBS 歡樂台 42 頻道 LIVE直播



主辦單位：



協辦單位：



贊助單位：

