

# Taipei Pictorial

臺北畫刊

97/5 No.484



春夏賞蝶總動員  
尋找媽媽的味道  
端午文化新體驗  
2009聽障奧運在臺北

### 臺北畫刊

知性、感性、自然、人文，  
是一本適合全家閱讀的刊物。

### 臺北畫刊

豐富、多元，是認識臺北風貌的園地，  
這裡有：

臺北城市的發展紀錄，重大的民生議題探討；  
溫馨的文化藝術報導，最新的休閒活動資訊；  
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

### 隨時隨地 享受臺北畫刊！

自即日起，讀者可至臺北市政府網站（<http://www.taipei.gov.tw/>）點選「閱讀臺北」，即可進入臺北畫刊網路版。也可訂閱《閱讀臺北電子報》，隨時掌握最新出版訊息；或加入網路市民，上網分享閱讀心得。

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

臺北畫刊郵政劃撥訂閱辦法：1年（12期）

劃撥帳號：16630048

劃撥戶名：臺北市政府觀光傳播局

◎國內 新臺幣300元（平寄）

◎香港／澳門 新臺幣600元（航空平寄）

◎亞洲 新臺幣780元（航空平寄）

◎歐、美、非洲 新臺幣888元（航空平寄）

臺北畫刊讀者服務電話：

(02) 2728-7563（編輯）

(02) 2728-7564（發行）

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

### 免費索取地點

- 臺北市政府市民服務組
- 區公所及戶政事務所
- 財政部北市國稅局
- 稅捐處總處及各分處
- 臺北市立圖書館總館及各分館
- 臺北市文獻委員會圖書室
- 臺北富邦銀行各分行（限原臺北市）
- 臺北銀行各分行
- 臺北市立動物園
- 臺北市立美術館
- 臺北市立社教館
- 臺北市立天文教育館
- 臺北市青少年育樂中心
- 勞工育樂中心
- 兒童育樂中心
- 中山運動中心閱覽室
- 自來水博物館（售票口）
- 臺北故事館
- 北投溫泉博物館
- 國父紀念館
- 陽明山中山樓
- 臺灣藝術教育館
- 袖珍博物館
- 誠品書店（臺北市各分店）
- 新學友書店（敦化店）
- 金石堂書店（臺北市各分店）
- 亞典藝術專賣書店
- 聯經出版公司（書店）
- 臺北當代藝術館
- 二二八紀念館
- 特偵街小劇場
- 紅樓劇場
- 臺北之家
- 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
- 華山文化園區
- 市立聯合醫院各院區、各區健康服務中心
- 國泰醫院
- 榮民總醫院
- 臺北捷運各站
- 東區便民服務中心旅遊櫃台
- 臺北火車站服務台
- 松山機場服務台
- 臺灣桃園機場一、二航廈轉機休息室
- 高雄小港國際機場服務台
- 交通事件裁決所
- 臺北旅遊服務中心
- 南港軟體工業園區服務中心
- 臺北集郵服務中心
- 義美公司各分店
- 臺糖蜜鄰超商（臺北市各分店）
- IS Coffee（臺北縣、市各分店）
- 摩斯漢堡（店內閱覽）
- 行政院經建會服務台、經濟部國營會
- 洪建全教育文化基金會
- 臺北城鄉會館
- 臺北NGO會館（青島東路8號）
- 動物之家（潭美街352號）
- 三重市立圖書館
- 新光三越信義店A8、A11（服務台）
- 關渡自然公園（關渡路55號）
- 臺北市內湖科技園區服務中心
- 臺北偶戲館
- 北投運動中心
- 客家文化會館
- 臺北國軍英雄館
- 國賓戲院
- 樂聲大戲院
- 王牌日新大戲院
- 豪華大戲院
- 今日、金馬、鳳凰
- 新光影城
- 絕色電影城
- 滄山大戲院
- 國賓影城—微風廣場
- 全球影城
- 長春大戲院
- 龍祥百老匯影城
- 遠企購物中心
- 中正文化中心（藝文旅遊資訊中心）
- 臺北市退休人員活動中心
- 林瑋琪先生紀念基金會（老人社會大學分校）
- 泰安醫院（民權東路2段92巷2之1號）
- 欣欣品華戲院
- 大千電影院
- 臺灣大車隊（限車內閱讀）
- 賓樂交通（限車內閱讀）
- 臺北市新移民會館（八德路4段768之1號及長沙街2段171號）
- 捷運劍潭站旅遊服務中心櫃台
- 捷運西門站旅遊服務中心櫃台
- 松山機場旅遊服務中心櫃台
- 捷運北投站旅遊服務中心櫃台
- 國語日報語文中心
- 臺灣博物館
- 國立台灣圖書館（原國立中央圖書館台灣分館）
- 三民書局
- 五南文化廣場（臺大法學店）
- 臺灣麥克兒童原文書店
- 臺北市教師研習中心
- 士林劍潭青年活動中心
- 師大校友文化基金會
- 臺北市中山堂
- 臺北市藝文工會
- 臺北市議會
- 捷運公司捷運商品店
- 郭元益糕餅博物館
- 貓空纜車旅遊服務中心
- 東森系統台
- 南港運動中心
- 青輔會青年交流中心
- 中正運動中心
- 美麗華旅遊服務中心
- 陽明山旅遊服務中心
- 臺北市兒童托育資源中心



## 從味蕾激發感恩之心

當時序進入春暖花開的5月，也象徵著感恩的季節——母親節的來臨。母親節的由來，源自美國人安娜為紀念其母親，所倡導且訂定母親節為公定假日的活動，如今這項節日已遍及世界許多國家。

儘管今日女性角色多元，已使母親的責任不再侷限於柴米油鹽，但對大多數身為子女的人來說，能嚐到母親親手烹調的食物，是最幸福的事。我與父母比鄰而居，每天的晚餐都是我們三代同聚的溫馨時刻，即使因公務無法準時返家，我也會請母親預留飯菜，不僅因為喜愛家常菜的隨意又入味，更是體念母親預備餐飯的辛勞。

由於追求快速便利的現代生活，逐漸改變了人們的飲食習慣，今日許多人無法經常吃到母親親自預備的餐飯了，於是尋找「媽媽的味道」似乎成為獲得慰藉的方式之一。

在臺北，想要品嚐各類佳餚甚至異國美食並非難事，部分街巷或社區更因同類餐館聚集，而被冠上「東南亞街」、「異國美食巷」等雅號。不過，若想嚐到道地家鄉味，甚至帶有母親家常菜的親切口感，可得花點心思探詢。因此本期《臺北畫刊》特別蒐羅了不同族群、不同國家的「媽媽味」餐廳，包括大陸南北菜、臺式與客家味、新移民的東南亞風味，以及歐美料理，可謂名副其實的母親節大餐。不論是異鄉遊子想一解思親之情，或子女想邀請母親嚐鮮試新，不妨就從味蕾激發你的感恩之心。

佳餚已上桌，敬請享用！

郝龍斌

# 目次

## 484

97/5/10 No.

中華民國57年1月創刊  
 97年5月10日出刊  
 發行人——羊曉東  
 總編輯——江春慧  
 主編——洪怡君  
 責任編輯——王宜燕·邱鳳華·魯開平·黃郁惠  
 美術設計——董谷音  
 行銷行政——謝佩君·李炎欣  
 發行所——臺北市政府觀光傳播局  
 地址：臺北市市府路1號4樓  
 電話：02-2728-7563  
 傳真：02-2720-5909  
 網址：www.tpedit.taipei.gov.tw  
 e-mail：taipeipictorial@mail.taipei.gov.tw  
 印刷——秋雨印刷股份有限公司  
 臺北市東興路45號5樓  
 02-8768-2088

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

臺灣郵政台北雜字  
 第1164號執照登記為雜誌交寄  
 每本工本費25元

封面攝影／楊智仁

### 名人悄悄話

- 以鏡頭為眼 臺北走進生命.....4  
 口述／何經泰（攝影家） 採訪整理／君君
- 鏡頭與生命之旅.....5  
 口述、圖／柯錫杰（攝影家） 採訪整理／君君

### 臺北短波

- 犬貓三合一 寵物防疫登記要費心.....6  
 文／魯開平 攝影／王能佑
- 青少年保健門診 讓少年維特不再煩惱.....7  
 文／王宜燕 攝影／王能佑
- 臺北市長期照顧中心成立  
 提供「量身訂做」服務.....8  
 文／林虹伶
- 臺北探索館歡迎您的加入  
 6月起招募小志工.....9  
 文／臺北探索館

### 臺北照過來

## 尋找媽媽的味道

- Part 1 本地篇  
 南北菜·古早味·客庄香.....11  
 文／呂增娣 攝影／楊志雄
- Part 2 新移民篇  
 吃香喝辣的南洋料理.....16  
 文／何儀琳 攝影／許斌
- Part 3 歐美篇  
 阿斗仔的西式美食.....21  
 文／林瑞珠 攝影／劉威震

### 臺北好好玩

- 春夏賞蝶總動員.....26  
 文／鍾文萍 攝影／楊智仁
- 喧囂都市叢林中的清新選擇  
 ——微風商務旅館.....30  
 文／黃克來 攝影／許斌
- 飛行城堡，夢想放送中——松山機場.....36  
 文／簡愛立 攝影／王能佑
- 刺青街 斑斕人生的印記.....38  
 文／林瑞珠 攝影／劉威震
- 臺北，咖啡館玩創意.....41  
 文／呂增娣 攝影／楊志雄



## 臺北生活圈

- 端午文化新體驗.....46  
文字整理／黃郁惠 攝影／王能佑
- 2010臺北國際花博 讓全世界都看見.....48  
文／魯開平 攝影／王能佑
- 看見無聲的力量  
——2009聽障奧運在臺北.....50  
文／林志達、邱鳳華 圖／臺北聽障奧林匹克運動會籌備委員會基金會提供
- 假日帶鐵馬搭捷運 暢遊臺北好輕鬆.....54  
文／魯開平 圖／臺北捷運公司提供
- 不怕騎樓路不平 里長與店家相挺.....56  
文／邱鳳華 攝影／王能佑
- 向舊教具敬禮  
——西園國小科技博物館尋寶趣.....59  
文／邱鳳華 攝影／王能佑
- 身障生感官學習夢工廠——  
文山特教學校新設黑白屋多感官教室.....62  
文／黃郁惠 攝影／許斌
- 來美崙公園 玩科學 知天文.....65  
文／王宜燕 攝影／王能佑
- 大師開講，為臺北節慶觀光提出建言.....67  
文／李偉農 圖／臺北市政府觀光傳播局提供

## 雙城記

- 發現巴黎街道家具.....69  
文、圖／楊子葆

## 臺北明信片

- 繡城.....74  
文／周純慧 攝影／許斌

## 蔬果密碼

- 茄子——浪漫性感的紫色女神.....75  
文／呂增娣 攝影／楊志雄

- 臺北電台5月節目表.....80

### 上網填問卷 好禮送到家

親愛的讀者，《臺北畫刊》每月舉辦「上網填問卷 好禮送到家」活動，只要您到市府網站首頁www.taipei.gov.tw點選「臺北畫刊問卷」，填寫完畢就有機會獲得1份精美的鳥視界環保袋，以及臺北明信片，每月獎額5位，得獎名單將在次月問卷網站上公佈，機會難得，請立即上網，告訴我們您的寶貴意見喔！

**更正啟事：**第483期臺北畫刊第56頁，有關公共藝術「站在圓球上與爪子上的野兔」之設置地點應為「中油大樓入口戶外廣場」，造成不便，敬請見諒。



(圖/何經泰提供)

# 何經泰

▶▶名人悄悄話

## 以鏡頭為眼 臺北走進生命

口述/何經泰(攝影家) 採訪整理/君君

身為韓國華僑的我，出生在南韓釜山。從小學到高中，都就讀華語學校，對臺灣懷抱著一份嚮往。高中畢業後，帶著興奮與緊張的心情，第一次踏上祖國的土地，到臺北讀大學。當年的生活圈除了學校和宿舍外，就屬西門町了，每逢星期假日，我常前往玩樂、看電影，多年前，西門町曾一度沒落，幸好近年又開始變繁榮，只是電影院凋零，小戲院取代大戲院，看電影少了令人震撼的感受。

與攝影結緣，是在大學時代攀登太平山，被高山美景震撼，用別人的相機，按下我人生中的第一次快門。後來，為了爬山和捕捉山景，在南陽街和西門町打工，存下一筆錢，如願以償地擁有了自己的相機。當時西門町有一家老字號的相機器材行，經常聚集許多老攝影師，我就跟著他們爬山拍照，學習拍照技巧，如今，相機器材行和老攝影師已不復在，但仍難以忘懷。

我就讀的是政治大學哲學系，在延畢的那一年，特地修習新聞

系的課程，希望畢業後朝新聞攝影發展，因此，利用1年的時間，完成以臺北在地人生活為題的作品，從拍攝小兒麻痺學童的生活日記，到捕捉小兒麻痺同學學騎腳踏車的歷程，讓我接觸到小市民的真實生活。

學生生活範圍小，畢業後從事媒體工作，生活視野變大，才見識到臺北光鮮亮麗的另外一面。有一次，採訪北市大同區豬屠口的吸毒問題，走進公寓的暗巷，體驗臺北陰暗的角落，令我感觸很深，促使我背起相機，騎著機車，穿梭不為人知的小巷弄，尋找都市底層的人們，從流浪街頭的流浪漢，到與墓地為鄰的老榮民，都成為我鏡頭下的主角。

以臺北為家已經30年了，雖然臺北住商混合的社區型態引人詬病，這卻是臺北好玩的地方，從我走訪過的先進國家中，像是美國的工業城市底特律，經過規劃，白天景象繁華，上班族下班後，整個城市宛如空城，不像臺北生活便捷。

但是臺北隨著時代發展，有些

老社區重建後，卻失去原有的味道，十分可惜，就如同我過去常到訪的澳門，懷舊的街道，令我流連忘返，致力發展賭業後，反而鮮少去了。另外，木柵地區設置貓空纜車，雖然人潮多，但是當地現有遊憩資源有限，不如陽明山可以泡湯、賞花、登山，因此，有待規畫多元的遊憩環境。

原以為投入祖國的懷抱，就是道道地地的在地人，但後來陸續接觸到閩南人、客家人，一度又覺得自己是異鄉人，不論生活習慣或飲食，都深受南韓的影響，覺得自己漂泊在兩地，直到成家立業，在臺北生活30年後，才越來越有落地生根的歸屬感。



西門町曾見證許多臺北人的年輕歲月。(王能佑攝)

# 柯錫杰



》》名人悄悄話

## 鏡頭與生命之旅

口述、圖／柯錫杰（攝影家） 採訪整理／君君

在19歲獲得生平第一台相機後，我就和攝影結下不解之緣，30歲赴日，就讀東京綜合寫真專門學校。學成歸國後，將所學投入在臺北的藝術圈，其後5年，臺北成為我邁向攝影專業之路的搖籃，民國52年到56年期間，藝術家郭美貞、楊英風，以及留美舞蹈家黃忠良等藝文知名人士，都是我拍攝的對象，雖然只在臺北短暫的3、4年，卻為我日後的攝影生涯建立了基礎。

我熱愛具開創性的攝影題材，當年，我大膽嘗試拍攝裸女，將裸女帶入商業月曆中，算是開社會風氣之先。但是在戶外開拍時，卻有民眾報警，我被警察局帶到警察局詢問，幸好廣告公司的工作人員及時趕到警局解圍。後來，我參加在新生報舉辦的攝影作品聯展時，展出以裸女為主角的作品，當時也造成不小的轟動！

我從民國56年旅居紐約，以在臺北累積的豐富攝影經歷，在美國從事時尚、廣告的攝影工作。雖然接觸的是流行事物，但是做

了10多年，覺得厭倦了，因此，民國68年，我結束工作室，單獨到歐洲和非洲流浪了8個月，捕捉到的鏡頭似乎都不經意地流露出我對臺灣和臺北的思念，有一張在葡萄牙拍攝的房舍，朋友都說有南臺灣古厝的味道。後來，好友痲弦看到我流浪時期的作品，都說我是帶著故鄉在世界流浪。

對於紐約來說，我是個過客，臺灣才是我的家鄉。民國83年我終於落葉歸根，定居臺北，為這片土地留下傲人的影像。屬於國家二級古蹟的臺北市大龍峒保安宮，近年來積極轉型為宗教、藝術、戲劇等多元文化寺廟。保安宮修復期間，我記錄保安宮的建築藝術、神像藝術、尤其是正殿內的36官將、吳真人（保生大帝）的原始肖像、人文和節慶活動，完整地呈現保安宮之美，從中感受到古蹟的生命力。近年來許多古蹟或老舊建築都在重建，但是在修復的同

時，必須保留傳統，不可以失去原味。

臺北近年致力成為藝文都市，鼓勵民眾多接觸藝術文化活動，但是表演場地不足，以我住在紐約布倫克林區來說，我家附近就有音樂、戲劇、舞蹈等不同表演類別的場地，臺北除了要發展經濟外，也要顧及藝文發展，普設表演場所，提升民眾多元的文化視野和人文素養。期待臺北未來發展為精緻的文化之都，號召更多國外團體來臺演出，體驗臺北都市的溫馨，感染臺北人的熱情。



柯錫杰作品透露對臺北的濃濃情懷，圖為其作品《101玄》。

# 犬貓三合一 寵物防疫登記要費心

文／魯開平 攝影／王能佑

看到夜市裡楚楚可憐又活潑可愛的小狗、小貓，好想抱回家飼養嗎？當狗爸爸、貓媽媽可沒這麼簡單，除了三餐提供溫飽，寵物登記、預防注射、絕育手術，或是生病了讓醫生檢查，處處都要留神費心。

臺北市政府產業發展局動物衛生檢驗所從97年起，擬定「推動寵物登記、狂犬病預防注射及犬貓絕育三合一提昇計畫」，簡稱犬貓三合一計畫，6月起將會針對未在限期內依規定為愛犬辦理寵物登記或施打狂犬病預防注射的飼主開罰。

4月起為第一階段勸導期，聯合稽查小組將鎖定遛狗最多的公共場所、公園加強勸導，6月起展開取締，動檢員臨檢時以掃描器確認犬隻是否植入晶片，完成寵物登記，同時也會檢查97年度完成狂犬病疫苗注射的狗牌。若未依

規定為愛犬辦理寵物登記，或今年尚未注射疫苗，動檢員會開立限期改善通知單，兩週後予以追蹤。仍未改善者，未完成寵物登記者將處以3千元以上，1萬5千元以下罰鍰，未注射疫苗的飼主將會處以1萬元以上5萬元以下罰鍰。

在犬貓絕育方面，則是採取補助措施，只要是設籍臺北市，並且已經完成寵物登記及狂犬病預防注射仍在有效期限內的飼主，為其犬貓辦理絕育手術後，可以向動檢所申請補助，雄犬貓每頭800元，雌犬貓每頭1,500元，本年度預計補助2,850隻。

動檢所所長嚴一峰強調，開罰只是為了強力呼籲飼主務必為家裡的寵物辦理登記，並且施打狂犬病疫苗。辦理寵物登記，將來寵物走失時才有找尋的依據，不但是保護動物，更是保障飼主；

而狂犬病為人畜共通疾病，不僅對貓狗有影響，若發生疫情對人體更有莫大的傷害，目前亞洲只有日本、臺灣為非疫區，但因兩岸三通交往頻繁，臺灣更應該加強防疫。辦理寵物登記相關資訊可上動檢所網站「便民服務」項下查詢；犬貓每年則應至合格動物醫院，注射狂犬病疫苗。

產業發展局日前也首度公布全市合格動物醫療執業人員以及合格開業醫院名單，總計205家獸醫院所，超過400位獸醫，以公開化、透明化資訊供民眾查詢。民眾可上產業發展局網站「檔案下載」區查詢；若發現不合格獸醫師，也可提出檢舉，電話：2725-6587。

**動檢所網址：**

[www.tmiah.tcg.gov.tw/](http://www.tmiah.tcg.gov.tw/)

**產業發展局網址：**

[www.ed.taipei.gov.tw](http://www.ed.taipei.gov.tw)



為了愛護家裡的寵物，一定要記得帶牠們做晶片登記以及注射狂犬病疫苗。

# 青少年保健門診 讓少年維持不再煩惱

文／王宜燕 攝影／王能佑

正值「轉大人」的青少年往往經歷身心急劇變化，對於身體出現的「異狀」常感不知所措或求助無門，有鑑於此，臺北市衛生局即日起委託市立聯合醫院和平院區、關渡醫院與萬芳醫院分別開設青春痘、性教育與運動傷害防制的「青少年保健門診」，協助少年維持們順利走過青春歲月。

衛生局表示，青春痘、性教育與運動傷害是青少年最常見也最感困擾的健康問題，由於青少年主要的活動時間及地點以學校為主，因而青少年保健門診特別由醫院門診改成主動走入校園服務，希望藉由舉辦校園青少年健康宣導講座及提供諮詢服務，及早發掘問題。若需要治療或是長期追蹤的青少年，則會進一步轉介至醫院門診，另外還提供專線

諮詢電話及電子信箱，提供青少年即時服務。

衛生局指出，青春痘是青少年常見的皮膚問題，臺灣約有8成以上的青少年有青春痘的困擾，滿臉青春痘的青少年常伴隨心理創傷，或有情緒困擾與社會障礙，如果沒有適時提供協助與指導正確的就醫途徑，對患者的身心將造成不良影響。

另外根據內政部89到95年統計資料顯示，臺灣青少女生育率7年來平均值是千分之10.9，遠高於日本的千分之4與南韓的千分之2.8。傳統的性教育是「只禁不談」，造成青少年主要的性知識來源是色情網站或影片，形成錯誤的觀念，因而增進青少年正確的性觀念與態度，並建立青少年自我保護和安全性行為的能力刻不容緩。

此外，由於青少年常從事各種體能活動，但因場地設施、器材設計和管理維護疏失、急救常識和技術不足等因素，造成運動傷害發生率也隨之提高，因此青少年運動傷害防制工作也有其需要。

今年度成立的青春痘防治保健門診（臺北市立聯合醫院和平院區）、健康性教育保健門診（臺北市立關渡醫院）及運動傷害防制保健門診（臺北市立萬芳醫院）即日起正式開辦，並開始接受預約掛號，歡迎10到19歲青少年多加利用。

**臺北市立聯合醫院和平院區：**

2388-9595轉2226

**臺北市立關渡醫院：**

2858-7000轉2158

**臺北市立萬芳醫院：**

2930-7930轉1600



青少年常從事各種體能活動，易發生運動傷害，因而「青少年保健門診」也包含運動傷害防制保健門診項目。

# 臺北市長期照顧中心成立 提供「量身訂做」服務

文／林虹伶

高齡化社會來臨，照顧失能長輩常是許多家庭的重擔，現在政府將幫你減輕這個「甜蜜的負荷」！臺北市政府衛生局和和社會局配合行政院的大溫暖計畫，整合長期照顧業務，於4月7日率先成立臺北市長期照顧管理中心，民眾若有居家護理、居家照護等需求時，不再需要於衛生局和社會局間奔波，只要透過單一窗口，就可以一次辦理，不僅省時方便，對失能民眾的長期照顧也更完整。

依據內政部97年第10週內政

統計通報顯示，截至96年底止我國老年人口計234萬3千人，佔總人口比例為10.2%，老化指數58.1%；臺北市老年人口至97年1月底約31萬人，佔總人口比12%，老化指數為74.8%，過去10年來，臺北市老年人口數成長約2.5%。此一人口結構之改變，使中老年族群的各項照顧政策與福利成為衛生、社會福利部門的工作重點。

臺北市長期照顧管理中心設於臺北市身心障礙福利會館3樓，另外在臺北市立聯合醫院忠孝、和



郝市長期勉中心人員提供民眾更完善體貼的服務。（臺北市政府衛生局提供）

平、仁愛、陽明、中興等5個院區內，也分設了5個服務站，民眾申請大溫暖服務項目時，臺北市長期照顧管理中心及服務站會依照民眾戶籍與居住行政區別，直接指派該行政區照顧管理專員到府專案評估，此舉將原本分散兩局的業務，如收案、評估、擬定照顧計畫、資源連結與監督、個案追蹤等作業進行整合，不僅強化社區照顧的服務能力，也提高服務品質。

臺北市長期照顧管理中心的服務內容包括派遣照顧管理專員到府專案評估個案需求及健康（身體、功能、認知）、經濟、照顧者、居家環境安全等，再依個別需求提供服務，服務項目包括居家照顧、日間照顧、暫托喘息服務、居家護理、居家復健、長期照顧機構服務等，並追蹤監控個案服務情形，就近為民眾「量身訂作」長期照顧服務，在費用方面，中低收入戶自付10%，其他對象自付最高40%的費用，申請補助低收入戶費用則全由政府負擔。

家中有需要長期照顧的相關資訊，可利用長期照顧管理中心專線電話2522-2202或直撥市民熱線1999後再按9查詢。

## 長期照顧管理中心暨5區服務站聯絡一覽表

單位名稱	服務區域	聯絡電話
臺北市 長期照顧管理中心		2522-2202或 1999按9
北區服務站（陽明院區）	內湖、北投、士林	2838-9521
南區服務站（仁愛院區）	大安、信義、松山、文山	2704-9114
西區服務站（和平院區）	中正、萬華	2375-3323
中區服務站（中興院區）	中山、大同	2552-7945
東區服務站（忠孝院區）	南港	5558-2988



照顧失能長輩常是許多家庭的重擔。（王能佑攝）

# 臺北探索館歡迎您的加入 6月起招募小志工

文／臺北探索館

身為臺北市民，你瞭解臺北的前世今生與未來發展嗎？除了看書或上網搜尋這些資訊之外，你知道還有什麼方法呢？其實，只要來到位於臺北市政府大樓內的臺北探索館，透過志工們生動且深度的導覽，就可以聽到、看到臺北精彩絕倫的故事！

隸屬於臺北市政府觀光傳播局的臺北探索館是由臺北市政資料館轉型而成，展示內容涵蓋整個城市的科技、歷史、人文、藝術等風貌；而為了增加與參觀民眾的互動，臺北探索館培訓一群由大、小志工所組成的專業導覽解說團隊，透過這群志工親切、熱情又專業的解說，快速地引領民眾了解臺北的過去、現在與未來。

「學習的本身就是一種成就」這是臺北探索館志工團隊的精神。除了一般的參觀服務諮詢、展場巡檢、秩序維持、支援館方

各項活動外，臺北探索館志工隊不斷透過各種研習、講座課程進修，融入生活經驗，拉近與參觀民眾的距離；在志工團隊辛勤的努力下，其服務品質一直受到各界的支持與肯定，並於93年榮獲臺北市政府第八屆「金鑽獎」優良志工團隊及94年度全國績優志工團隊獎。

除了大志工表現出色外，臺北探索館還有一群優秀的小志工，他們是從北市國小五、六年級的學生中甄選出來，經過密集嚴謹的培訓，通過測試後，成為正式的小志工。在假日及寒暑假來到臺北探索館，你會發現訓練有成的小志工們口齒清晰、臺風穩健及條理分明的導覽，吸引許多參觀團體指名要求由小志工導覽，小志工們優異的表現，不但博得參觀團體的讚賞，也讓小志工們獲獎無數，成為探索館廣為人知的特色之一。

今年暑假，臺北探索館即將招募培訓第2批小志工，預計6月開始報名，7至8月展開集訓，有興趣參加的小朋友請密切注意探索館網站招募資訊或來電詢問。

## 臺北探索館

**地址：**市府路1號1樓至4樓（市政大樓面向仁愛路大門「西大門」進入的右手邊）

**電話：**2757-4547

**網址：**[www.discovery.tcg.gov.tw](http://www.discovery.tcg.gov.tw)



今年暑假，臺北探索館即將招募培訓小志工，預計6月開始報名。（臺北探索館提供）



來到臺北探索館，就可以深入了解臺北的故事。（王能佑攝）

# 尋找媽媽的味道

不分國籍，  
媽媽向來是孩子的魔術師，  
即使菜櫥裡只剩麵粉、肉末、青蔥、羅勒、豆腐渣，  
大火一炒、滾火一燙，炭火一烤，三兩下工夫，  
便能變化出不同的菜色花樣，  
不論是臺灣的眷村小吃、客家小炒，越南的米線、河粉，  
印度的沙爹、千層糕，泰國的蝦餅、梅子魚，  
還是歐洲的大麥麵包、烤披薩；  
這一道道窮則變、變則通的自家料理，  
日後全成了孩子生命中最難忘的回憶……

文／呂增娣





在充滿古早味的餐廳享用具有媽媽味的美食，是最平凡也最不凡的享受。

# 南北菜。古早味。客庄香

文／呂增娣 攝影／楊志雄

很喜歡李安的《飲食男女》，尤其是片中以重拾味覺作為重獲人生的隱喻，一如美學家也是作家的蔣勳所言，當視覺的記憶逐漸褪色變成黑白，味覺的記憶卻似乎歷久彌新、色彩鮮豔、豐富而飽滿。

對多數人而言，生活中最令人難忘的味覺記憶莫過於童年時光餐桌上的媽媽味；在那個刻苦的年代，除非是有錢人家，絕大多數人不時興吃餐館，因而媽媽們各個身懷絕技，練就了一手好本領，每天不到數十塊的菜錢，照樣讓一家子吃香喝辣，如今回想起來，實在讓手無掌廚

之力的我好生佩服啊。

隨著年齡的增長，時代的變遷，這一道道家鄉味，更已成為一解鄉愁最佳的良方。你是不是也懷念著當年餐桌上的媽媽味，趁著母親節的到來，且讓我們一同來尋找，臺北城裡屬於各地方的媽媽味吧！

## 大江南北的眷村菜

眷村是臺灣特有的文化，來自大陸數十個省分的新住民攜家帶眷隨著國軍來臺，形成了一個小社群；通常一個眷村裡至少有來自十幾個以上不同省分的人，從南到北，浙江、四川、湖南、天津、北京、山東……等，不僅在語言上聽得見南腔北調，在每家餐桌上更是各地方菜餚的大匯集。

生長在眷村的孩子通常有著類似的成長背景，想出來打彈珠、跳房子絕不缺玩伴，想打架拌嘴時也不缺對手，最特別的則是吃的口味特別豐富；回想那時的情景常是自家餐桌上不時有張媽媽送的臘肉，李媽媽做的饅頭，到隔壁陳媽媽家也能吃到自家母親做的豆腐乳；過節時更是精彩，拿端午節來說吧，光是粽子的形狀就有好幾種，三角、四角錐形、枕頭形、小寶塔形、圓棒形，鹹甜都有，不是眷村子弟恐怕難以想像，還真像是粽子博覽會；過年的時候，孩子們更是從眷村頭吃到眷村尾，宛如流水席一般，一如知名節目製作人王偉忠在《偉忠姐姐的眷村菜》一書中的描述，眷村的孩子根本不是吃一家飯長大的。

的確早年的眷村生活，雖然物質不富裕，卻就是這麼相濡以沫，互相幫助的，然而隨著都市的更新發展、眷村改建、眷村子弟紛紛到外地就業就學，眷村早已融入當地文化，早年那個獨特的眷村景況當然也不復見了。

談起眷村飲食，大致上包括了以麵食為主的北方料理如燒餅、油條、蒸餃、水煎包、小籠包、牛肉麵、牛肉捲餅、韭菜盒子等等，而南方菜則較族繁，約略可分成江浙菜、湘菜、川菜、上海菜等，其實臺北市裡提供這些菜色的餐館雖然不少，不過多為了合乎現代人的口感而做了調整，倒不是口感不好或菜色不佳，只是比起當年道地的眷村菜，卻都顯得過於精緻了！幸運的是，臺北市還是有幾間保留眷村味的菜館，讓人得以用味覺來懷念往日時光。

### 濃濃北方味·南村小館

位在三張犁的南村小館是道地出自於眷村的菜館，原本就是在早年四四兵工廠的眷村「四四南村」裡頭開店營生，所以店名也就叫南村；眷村改建後遷至信義國中對面，店面雖不豪華，卻是



好記餐廳的蒸籠絲瓜充滿鮮甜的口感。



來到南村小館，炒麵是必點的主餐。



南村小館的菜色充滿北方味。



泡菜牛肉是忠南飯館的名菜之一。



忠南飯館供應江浙、湖南、四川等地的家鄉菜。

不少藝人的最愛，像是綜藝大姊大張小燕、名導演張艾嘉、藝人藍心湄都是店裡的常客。

南村小館開店至今三十多年的歷史了，店內最受歡迎的便是番茄炒高麗菜以及炒麵，作家舒國治在《臺北小吃札記》一書中曾特別提到南村的這兩道料理，他是這麼形容南村小館的番茄高麗菜：「一盤中既如醋溜般酸香，又有高麗菜的腴厚，且顏色教人興奮，蔬菜的纖維又富。」

至於小館的炒麵，自家擀的新鮮麵條，當日現做，再加上青江菜、肉絲、蛋花，炒得恰到好處不過爛，入口麵Q蔬菜脆，是老客人必點的主餐。此外，店內的滷菜、黃瓜也是一絕，精挑的鮮黃瓜，再配以芝麻醬與蒜末調味，濃濃芝麻香配上青脆的黃瓜，夏日來上一盤實在消暑。此外，老闆娘更是表現出北方人特有的大方澎湃，一如回到眷村，鄰居媽媽拉起嗓門喊大夥吃飯的景況。

### 匯集南方口味·忠南飯館

早年的餐廳時興叫做飯館，瞧見忠南飯館的店名，就知道是家老店，民國45年開門營業，至今已過了53個年頭；這間近半百的老店，就位在仁愛路空軍總部的對面，供應的是江浙、湖南、四川等家鄉菜，雖然附近沒有眷村，但靠近空軍總部，早年又有中視、中廣在附近，老一輩的軍人、藝人與旗下的員工都喜歡在忠南飯館聚餐，像是性格小生寇世勳、TVBS主持人李濤、李艷秋夫婦都是這裡的常客，也因此忠南飯館雖然已經是第二代經營，卻總是門庭若市，高朋滿座呢！

不到12點忠南飯館裡就陸續出現了人潮，店內訂位的電話更是從開店便不曾間斷，瞧一瞧上桌的菜，三桌裡便有兩桌點了豆干肉絲、泡菜牛肉或者是紅燒獅子頭，這正是飯館最受歡迎的前三名菜色；趁著中飯時間遠從南港趕來一飽口福的李先生表示，

他是忠南的老客人，因為祖籍在湖北，來到忠南吃飯就像是聞到母親的菜香，每每想一解鄉愁的時候，他就會來這裡點幾道菜解饞；同樣是老主顧的陳小姐則說，最愛吃忠南的豆干肉絲，豆干軟而不爛又炒得入味，一大盤足夠4個人吃，價格便宜實在划算。忠南飯館的黃老闆則特別推薦店裡的粉蒸排骨和梅乾扣肉，加上豆瓣醬的微辣排骨，以及油汁飽滿的扣肉，嚐過包準讓你多添兩碗飯。

### 臺灣味·吃進生活點滴

還記得出生滿月時的紅蛋，遇上衰事去霉氣的豬腳麵線，結婚時紅豔豔的紅蟳米糕，還有滷肉飯、蔭瓜子肉、菜脯蛋等，一道道務農時代讓人努力加餐飯的美味菜餚，在奇珍美饌當道的21世紀，這些最平凡也最不凡的臺灣料理仍是令人想念與渴望的味道，讓人忍不住就著Q嫩香噴的米



好記餐廳超人氣的紅蟳米糕，比起店內的招牌擔仔麵不遑多讓。

飯，一碗接著一碗，因為吃進嘴裡的不只是美味，也是一口又一口的生活點滴！

想品嚐具有懷舊氣氛的臺灣菜，位在吉林路的好記餐廳是不錯的選擇，從擔仔麵店起家，至今在吉林路已有三家店，平價的消費，使客人絡繹不絕，店內幾乎每天都是熱鬧滾滾。

每天9點一到，一輛輛來自全省各地的貨車，陸續將各地最新鮮、最豐腴、最青脆的食材送進好記廚房裡，等著大廚將其烹調成一盤盤香噴噴美味的料理。雖是以麵起家，但店內的紅蟳米糕可也是人氣強強滾，以傳統米糕製法加了干貝增鮮的香濃米糕，上頭擺滿了肥美蟹肉，吮指品蟹之餘還能享受油潤飽滿的米香，比起同為主食的招牌擔仔麵可毫不遜色！飯Q麵香若再配上幾盤清爽菜餚，自是一大享受，店內蒸籠

絲瓜，以青甜的絲瓜球覆以蝦米點綴，微蒸5分鐘，不僅保留住絲瓜的營養，更能品嚐到清脆鮮甜的口感。

許多人來好記用餐不只是品嚐美食，更是來懷舊的，店內裝潢滿是復古風情，古早味的菜櫥、陶器、碗筷、餐桌、板凳，牆面上一幅幅泛黃的海報、斑駁的老爺鐘、古董收音機，耳邊傳來的是白牡丹、懷春曲等老歌，讓人彷彿回到了童年時光，嗅聞到濃濃的鄉土氣息。

#### 油、香、鹹的客家味

傍山而居客家人，以勤儉刻苦聞名，生活困苦的年代能娶到客家媳婦就像是娶到寶，單是節儉這項美德便是幫夫持家的保障。客家媽媽們更是懂得就地取材加以變化，山野間易於取得的野菜生蔬全能成為桌上佳餚，山蘇、

艾草、竹筍、龍鬚菜與過貓，麻油大炒後便是香噴噴的美味。此外，因為早年大都從事粗重的工作，需要補充大量的體力，便衍生出既下飯又能補充體力的油、鹹、香的飲食特色，也成為多數人對客家菜印象。

曾榮獲臺北市政府第七屆客家文化節客家料理鐵人第一名的苗栗客家菜，老闆娘何秋英表示，客家食材以吃野、吃粗、吃雜為主，像是薑絲大腸、客家小炒、桂竹筍都算是客家菜的代表，但，貧苦的年代裡這些都是逢年過節才吃得到的菜餚，也因此對許多老一輩的客家人來說，則成了打牙祭時必點的佳餚了。

位於北投的苗栗客家菜，每逢假日總有不少喜歡客家菜的饕客來此，店裡最受歡迎的就是客家燻筍、薑絲大腸、以及客家小炒，當年也就是以這幾道菜榮獲金牌；客家小炒裡Q韌有勁卻不死乾的魷魚，微酸清脆的大腸，以及柔嫩鮮脆的桂竹筍香，不少顧客嚐過都稱讚，也因此吸引不少客家子弟來此大飽口福。

#### 店家資訊：

忠南飯館 2706-1256

南村小館 2720-7388

好記餐廳 2521-5999

苗栗客家菜 2894-4082



何秋英不僅煮出媽媽的味道，還曾榮獲客家文化節客家料理鐵人第一名。



非常下飯的客家小炒。

# 吃香喝辣的 南洋料理

文／何儀琳 攝影／許斌

隨著越來越多新移民來到臺灣，許多家庭的餐桌上，也開始出現這些外籍媽媽的家鄉菜，這些渡海遠來的異國料理，不但撫慰了外籍媽媽對家鄉的想念，也將成為臺灣小孩飲食記憶的一環，融合在我們的群體記憶中，豐富臺灣的飲食文化。

## 清淡精緻的越南風味

對於口味清淡的人來說，越南菜應該是最容易接受的異國料理了，大量使用米為原料，做成春捲皮、米線跟河粉等，加上新鮮的蔬菜、沙拉，淡淡的酸與辣融合其中，讓越南菜在臺灣也成為越來越多人最愛。

嫁到臺灣已有8年時間的黎氏紅絨，在越南時就經常幫忙阿公賣河粉，加上媽媽也以開餐廳為

業，從小就練就一身好功夫，各種越南家鄉菜都能輕鬆上手。其中最令她難忘的味道，就是「鮮牛肉河粉」。「別人家的河粉顏色都很淡，我阿公賣的河粉顏色就比較深，吃起來味道不同，也很清淡。」由於從小失怙，媽媽又忙於事業，黎氏紅絨等於是阿公撫養長大的，因此阿公祖傳的牛肉河粉湯，也成為她最想念的家鄉味。

除了要選擇新鮮的牛五花肉之外，以洋蔥、蘋果、甘蔗、白蘿蔔、牛骨及祖傳中藥秘方熬成的高湯，就是這道牛肉河粉湯最重要的特色，也是黎氏紅絨最得意的拿手菜，「我們完全不加味精，牛肉湯裡的甜味都是從蘋果、甘蔗、蘿蔔等蔬果來的，所以要熬很久。」每次都要花10個



黎氏紅絨的手藝承襲自阿公的祖傳料理。

小時的功夫，才能讓阿公的鮮牛肉河粉湯重現，她卻絲毫不以為辛苦，因為很希望讓親朋好友都嚐嚐，這讓她念念不忘的家鄉風味。

煮越南菜必不可少的各類醬料。





生春捲是越南人經常在家製作的簡便餐點，因此更具有媽媽的味道。

另外一道充滿媽媽味道的菜色，則是越南料理中最常見的「生春捲」。對於越南人來說，吃生春捲是最簡便的一餐，一般材料包含煮過後去殼的鮮蝦、燙過的豆芽、生菜、米線等，也可說只要是家裡有的材料，通通可以加到春捲裡，再用魚露、檸檬汁、辣椒、蒜末等調出自己喜歡的沾醬，就是很方便的一餐。包生春捲很容易，沒有什麼獨特的秘方，但讓黎氏紅絨想念的，卻是在家裡製作春捲皮的經驗，「做皮的時候，就拿一個板凳翻過來，上面蓋上一塊白布，下面放一盆爐火，一個人鋪米漿、一個人負責用竹籤把皮挑起來。」這讓黎氏紅絨想念的生春捲，其實在臺灣也可以做出來，但與母

親一起做春捲皮的經驗，卻是無法複製的滋味。

「乾拌米線」則是黎氏紅絨所推薦的另一道家鄉菜，「由於夏天很熱，吃乾拌米線既清淡又爽口」，乍見黎氏紅絨做好的乾拌米線，只見整碗都滿滿的青菜，灑了花生粉與幾塊肉片，絲毫不見米線在哪裡，「這道菜最特別的地方，就是上頭加了我姑姑獨門的烤肉片。」黎氏紅絨得意地說，吃的時候要將這碗米線拌勻，因為加了紅白蘿蔔、綠色生菜、白色豆芽跟小黃瓜，讓整碗米線顏色更繽紛，花生粉與特調的魚露醬汁讓整碗米線嚐起來有些酸酸甜甜，清爽而不油膩，而姑姑傳授的獨門秘方烤肉片，香氣十足，讓人吃了還想再吃，重



乾拌米線的清淡口味相當受到歡迎。

點是熱量低，可以說是最受小姐歡迎的菜色。

在吃過許多臺灣的越南餐廳之後，黎氏紅絨覺得也可以將自己家傳的好味道分享給大家，因此正在通安街附近找一間小店面，準備推出自己最引以為念的家鄉味越南美食，未來在臺北想吃越南菜，即將又多了一個新選擇。

### 香辣濃郁的印尼料理

要說臺北最有媽媽味道的印尼料理，應該就是「明珠印尼美食」餐廳的張盧鵬英所做的菜了。在許多印尼華僑的心目中，張媽媽的料理道道都是正統家鄉味，尤其是顏色鮮豔、色香味俱全的「巴東牛肉」，不但印尼人愛吃，連臺灣人也讚不絕口。這道以牛腱肉做成的美食，其實是先將牛腱肉煮1個小時，再放入南薑、老薑、椰漿、香茅、檸檬葉等10餘種印尼香料用



以小火燉煮的巴東牛肉，加上濃稠醬汁，開胃又下飯。



張媽媽是「明珠印尼美食」的支柱。



昔日進貢荷蘭皇室的糕點「千層糕」。

小火燉煮，醬汁煮成濃稠狀後，牛肉也完全入味，又香又辣的口味不但開胃且下飯，因此成為店裡最受人氣的菜色之一。

民國48年舉家從印尼泗水遷居至臺灣的張媽媽，其實原本並沒有想要開餐廳，因為自己喜歡做菜，也常在家裡做這些家鄉菜讓家人一解思鄉之愁，於是在找到店面之後，便在民國66年開始了印尼餐廳的生意，這一做就做了31年，至今張媽媽依然是店裡的支柱，也是這家餐廳的主廚。餐廳裡賣的所有菜色，從一開始到現在都出自張媽媽的構思，原先以泗水、東爪哇為主的菜色，發展至今在張媽媽的研究下，也擴及印尼各地，店裡也培養出不少死忠的老客戶，經常前

來品嚐這最有媽媽味的印尼料理。

由於大部分印尼人信仰回教，因此大部分料理都以牛肉、雞肉、羊肉與海鮮為主，張媽媽特別推薦一般印尼家中餐桌上最常見的「沙爹」，這道看似簡單的料理，其實最能展現印尼家常味，每個媽媽都會用自己的配方調製醃料，醃得入味的肉串再經過大火炭烤後，不但香氣十足，入口更是味道十足，充滿各種香料氣味。張媽媽說，沙爹用的沾醬，一定要加花生粉才會好吃，這香甜的花生粉滋味，大概也是印尼菜最異於其他國家料理的特色之一吧！

而較符合臺灣人口味的「沙鍋魚頭煲」，也是張媽媽推薦最具印尼風味的家常菜之一。以大火煎過的



最具印尼家常菜風味的沙鍋魚頭煲。

鯪魚頭，再加入椰漿、咖哩、青菜、辣椒、番茄、豆腐、花枝丸等各種材料，摻雜在一鍋用小火慢燉，不但有魚頭鮮美的滋味，鍋中的蔬菜也吸飽濃郁湯汁，酸辣滋味中帶著椰漿的柔和，有菜有肉能配白飯，一鍋香噴噴的醬汁也可以當湯喝，不但充分展現印尼海鮮料理的特色，也很符合臺灣人口味。

張媽媽拿手的印尼料理除了這些招牌菜色之外，還有一項讓人念念不忘的甜點「千層糕」。因為印尼曾是荷蘭的殖民地，因此有些料理與口味也受荷蘭飲食文化影響，而張媽媽拿手的這道甜品「千層糕」，便是荷蘭引進的技術，在印尼發揚光大，甚至

成為昔日進貢荷蘭皇室的御用糕點！

張媽媽說，千層糕的材料很簡單，只用雞蛋、高級麵粉、砂糖、香草粉等傳統蛋糕原料，但製作方式得用手工，一層一層地烘培而成，才能有一層層的色澤與香氣，張媽媽做的千層糕通常有18層，每天得花上好幾個小時來做，而這一個個手工製作的千層糕，因為有道地的印尼風味，甚至成為餐廳裡可供外賣的單品，經常供不應求。

#### 酸辣香甜的泰國口味

辣、酸、甜是泰國菜給人最直接的印象，而「泰國小館」周瑪麗所端出的家常菜，就屬於泰國



周瑪麗為客人準備的家常菜相當「澎湃」。



檸檬孔雀貝屬於泰國濱海小鎮的家鄉風味菜。

媽媽豪爽滋味的菜色，道道都是率直而不做作的好味道。

「檸檬孔雀貝」是一道充滿海濱小鎮的家鄉風味菜，「我小時候，家裡都是一次買一大布袋的孔雀貝回家，也不用水煮，悶熟後把殼剝開，淋上辣椒、蒜末、魚露等做成的醬汁就可直接吃，一大袋吃得很過癮！」可能是因為小時候的記憶太過濃烈，在「泰國小館」點這道菜的客人，都會被數量相當「澎湃」的孔雀貝嚇一跳，這代表著周瑪麗的家鄉味，也是泰國菜最重要的特色，得天獨厚的環境，讓泰國漁村小鎮的家庭餐桌上，總有新鮮

海鮮出現，或清蒸、或水煮，最簡單的作法也最能展現海鮮的鮮甜。

此外，周瑪麗最得意的家鄉菜，則是「辣炒椰汁茄子蝦」。這道菜主要用炸過的茄子、去殼蝦仁為素材，但最精華之處則在盤中濃稠的醬汁，周瑪麗說，這醬汁必須使用紅咖哩與椰奶用小火燉煮調開，她做的咖哩醬不摻一滴水，全都是用純椰奶調成，因此嚐起來格外香濃，辣椒的辛辣也變得柔和許多，讓這道菜充滿了溫柔的媽媽味道。

來自泰北的周瑪麗，除了會做中部常見的咖哩及椰漿菜色、南

部常見的酸辣口味之外，泰北清淡的風味菜，更是她拿手的家鄉味，「火上梅子魚」便是周瑪麗在家鄉餐桌上常吃的菜，最能代表泰北風味。「一般臺灣人吃泰國菜，總是點檸檬魚，其實梅子魚更好吃。」周瑪麗說，由於泰北口味較清淡，因此用梅子的酸代替檸檬，加上芹菜、豆腐、香菜等蔬菜，不但香氣十足口味也更溫和，沒有檸檬魚的辣度，但更能襯托魚的鮮甜。

**店家資訊：**

明珠印尼美食 2504-5793  
泰國小館 2367-0739

# 阿斗仔的西式美食

文／林瑞珠 攝影／劉威震

隨著全球化趨勢的腳步，臺北變得越來越國際化，長年旅居在臺北的歐美人士也逐漸聚集成為一群不容小覷的「外來」族群，而家鄉菜這項最重要的情感歸屬，也轉化為臺北城裡幾家道地的歐美餐廳。

## 義大利來的喬凡尼

走在臺北市東區最繁華的忠孝東路4段，行經整排的流行服飾店家，不乏來自義大利的名品，別理它，今天不逛街，要尋美味。往170巷裡鑽，不遠處，門口頂著一位老外廚師立牌的轉角餐廳，那就是喬凡尼Papa Giovanni餐廳，來自義大利的美味。

義大利向來是流行、品味的象徵，美食亦不例外。Papa Giovanni的老闆兼掌勺Morris，是一位年逾古稀的70歲老廚師，十餘年前來到臺灣，落腳於美食重鎮的臺北東區，帶來了他行走天涯數十年仍堅持的家鄉料理，風靡了許多臺北饕客，同時讓義大利美食在味覺上的非凡表現呈現在國人面前，至今他仍是臺北義大利料理界的教父級人物，當別家義大利餐廳紛紛向臺北人的味覺棄械投降時，他仍然堅持義大利麵就是要有點硬心、有點嚼感，充滿橄欖油的香氣，至於擺盤首要豪氣，不必添加一堆累贅的盤飾。例如披薩，他特地從歐洲進口大型傳統烤爐，現點現擀的手工餅皮烤得薄脆酥香，簡單配上辣香腸、番茄醬汁及起士，就好吃得不得了。唯一讓他改變的是鹽的用量，少一點，顧健康。

就是這點堅持，讓Morris擄獲不少忠實顧客的味蕾，也成為客居



來自義大利的Morris與太太Mimi。

臺北的義大利人每周定期聚餐、尋找媽媽廚房裡美味的不二選擇。加上這氣氛溫馨典雅的用餐環境，燈光柔和、窗明几淨、木料地板，搭配牆上掛著幾幅女主人Mimi的畫作，以及烤爐一側掛著傳統鋼製的義大利披薩鏟子，真的家庭味十足，雖然不如五星級餐廳的奢華，但即使走在窗外

小巷中，食慾都會被挑動起來。

來自南義的Antonio和Francesco經常結伴上喬凡尼，他們喜歡主廚做菜的堅持，新鮮時令的食材、依循傳統所製作的手工麵條與現烤披薩香氣和義大利麵的硬度、大餃子裡的煙燻火腿味，以及新鮮的龍蝦，都令他們大呼過癮，當他們想要一解鄉愁，尋找家鄉



喬凡尼餐廳的披薩現做現烤。

味的時候，就會結伴而來。

究竟Morris從義大利帶來什麼血統純正的料理呢？

義大利料理乃世界著名的菜系之一，因地處地中海沿岸，一直以來與希臘、阿拉伯、西班牙等地交流密切，影響所及，義大利菜餚的食材不脫橄欖油、新鮮蔬菜、穀物、海鮮、葡萄酒，雖然北義、南義的食材有若干差異，例如北部多山產、南部多海產，實則整個義大利都離不開海鮮，此點與四周環海的臺灣有異曲同工之處，這讓Morris得以輕鬆大展身手，他和一般義大利家常料理一樣，少用刺激的辛香料而首重原味，多用洋蔥、番茄、蒜、羅勒等新鮮蔬菜及辛香菜調味，最能將海鮮的鮮美滋味呈現出來。

傳統的義大利料理可分為開胃菜、前菜、主菜加甜點、咖啡，前菜通常為義大利麵、湯或燉飯。主食則多選擇肉類，同時搭配蔬菜一起食用。最後用甜點、咖啡來填滿胃部最後一塊空間。

來到喬凡尼用餐，打開菜單亦依此排序，不過一般臺灣人都不像西方人那麼大量，所以通常前菜、主菜二選一，例如選了什錦海鮮義大利麵或本店的招牌墨魚麵已經頗具飽足感，就不必再點



傳統義大利麵要有點嚼感，並且充滿橄欖油的香味。



店家自製的提拉米蘇。

海鮮鍋等主菜，不如擇一搭配菠菜或馬鈴薯沙拉，不然就挑一道清爽的蔬菜湯或磨菇濃湯。

由於喬凡尼所供應的餐點均屬大份量，來此用餐不妨點菜共享，例如點個小鯷魚沫茶瑞拉（Mozzarella）起士披薩、香煎魚排、白酒醬明蝦、碳烤牛排、生肉薄片等，搭配不同的冷、熱沙拉、湯麵、燉飯，最後來一道店家自製的義大利濃醇冰淇淋、冰沙，或甜膩的提拉米蘇，滿滿一桌，幸福無邊。

### 西班牙小酒館風情

和義大利類似，西班牙料理亦多重原味，食材包含山產、海鮮、新鮮蔬果，烹調過程也不會加入太多辛香料，習慣以番茄、甜椒、大蒜、洋蔥、番紅花來提味，有名的西班牙海鮮飯是每個家庭常備主食，往往讓孩子一掀鍋蓋便食指大動。

由於選用的配菜顏色大多鮮豔，加上色澤豔麗的番紅花，西班牙菜看起來真的五彩繽紛，十分可口。在民生東路西華飯店對面小巷裡的「西班牙小酒館」便具備這種特色。



西班牙菜的配色大多鮮豔。

說是小酒館，裡頭的料理可不少，本來嘛！吃飯兼喝酒本來就是歐洲人的習慣，這裡自不例外。一上桌，侍者便端來幾疊前菜，都是些看起來簡單，嘗起來滋味豐富的小東西，一般家庭料理中十分常見，只是每家媽媽的配方、做法稍有不同。

例如燜番茄辣香腸沙拉以微火烘烤小番茄一整天，逼出番茄的酸甘香，配上辣香腸、蒜片，滋味無窮。菠菜野菇蛋餅這道家常菜則用小鐵鍋煎得兩面蓬鬆酥脆，餡料可隨心搭配，磨菇、番茄、肉末、菠菜或其他蔬菜均

可，趁熱端著小鐵鍋上桌，香氣逼人。至於西班牙炸奶糊則有點像日式可麗餅，濃稠的白醬加入鮮嫩雞胸肉，炸得香酥可口，有點像宜蘭的糕渣。至於主廚研發的水波蛋，放點玉米、羅勒香料（Basilic）碎、醋、鹽及打發起泡的鮮奶油調味，真是無以倫比的軟嫩。

代表性的西班牙海鮮飯是不可不嘗的一道料理，黃澄澄地透出番紅花的香氣，色澤鮮艷的鮮蝦、魚、貝襯出令人垂涎的海味，每一粒米飯都吸滿魚高湯的鮮味。點菜時，可依3種硬度選



食材、色彩都豐富的海鮮飯令人食指大動。



有點像宜蘭糕渣的西班牙炸奶糊。

擇，來點硬心的道地風味，不但嚼感十足，吃起來也最富魚湯的鮮香，米粒飽吸高湯的精華，好令人吮指回味。

### 歐陸料理滿滿家鄉味

臺北有多家德國料理餐廳，但是，會令德國佬回味的卻不多。其中，已有30年歷史的香宜德國料理餐廳，最初提供來臺外商一個聊天聚會場所，逐漸成為對外開放的餐廳，所提供的餐點是以南德巴伐利亞及瑞士菜為主，店內大部分的食材都自歐洲空運進口，從裝潢到菜單都是由德國



溫德烘焙餐館除了德式佳餚之外，也兼賣歐式糕餅麵包。(許斌攝)

人所設計，菜單中的綜合香腸幾乎是每位德國佬來店必點的家鄉味，一盤滿滿的香腸口味從南到北都有，有豬肉香腸、辣腸、小牛肉香腸、乳酪燻香腸等十多種，配上德國酸菜及芥末醬，不知撫平多少遊子的思鄉情緒。其他如脆皮豬腳、蒜味羊排、白酒汁鮭魚，都是道地佳餚。

另一家位於天母的德式烘焙

餐館，來自德國的老闆兼主廚彼得，幾乎將德國媽媽廚房裡的常備菜都移植到了這裡，例如豬肉起士野菇派、德國肉腸佐酸菜、德式傳統咖哩腸等，在這裡都可品嚐得到，至於最為國人耳熟能詳的德國豬腳，除了移植至臺灣之後變得很臺味的烤豬腳之外，亦供應德國傳統滋味的紅酒燉豬膝，特別選用加拿大帶骨豬膝，香煎之後加入紅酒、蔬菜與香草、肉汁，悶煮1個小時至軟爛入味，軟嫩中帶有豐富膠質，一口下肚，滿口香草的美滋味，如能再配一道以法蘭克福肉腸加蔬菜乾扁豆，用慢火燉煮而成的德國式扁豆湯，更是德風十足。

#### 老西餐的滋味

如果想回味臺北老情調西餐廳的柔軟氣氛，除了波麗路之外，位於國父紀念館附近的「法德吉」，頗有歐洲小酒館的情調；厚重的木料窗戶、壁爐型的牆壁掛上油彩西畫，略顯昏暗的柔和燈光，仍然堅持講究的雙層桌

巾，歐式餐廳的配備一樣不少。

這家餐廳供應餐點以法式、德式為主，例如現場熱騰騰的桌邊燒「火焰大明蝦」，總是令情侶們充滿驚喜，老闆則推薦腰眼牛排、德國烤豬腳，如果想家常一點的口味，燉得入味十分的紅酒雞或法式煎雞排，都吃得出主廚40年功力的扎實滋味，配上濃郁的洋蔥湯，飯後再來點烤布丁，便令人心滿意足。

這些巷弄中的歐風料理餐廳，大多老闆兼主廚，即使不是老外，也都傳承自正宗異國風味，至於餐廳裝潢，多半有著幾分柔柔的老情調，讓旅居臺北的各國友人有個地方得以細細緬懷家鄉味，稍解思鄉的情緒。

#### 店家資訊：

- 喬凡尼義大利餐廳 2711-8720
- 西班牙小酒館 2715-3707
- 溫德德式烘焙餐館 2831-4592
- 法德吉 2758-0294
- 香宜德國料理 2531-3815



位於國父紀念館附近的法德吉，頗有歐洲小酒館的情調。



德國烤豬腳是法德吉的推薦菜色。



大白斑蝶為臺灣斑蝶科中體型最大的一種，飛行時動作優雅、速度緩慢。

## 春夏賞蝶總動員

文／鍾文萍 攝影／楊智仁 協助採訪／臺灣蝴蝶保育學會

# 貝虫蝶

今年清明節前後，南部紫斑蝶集體遷徙北上產卵，由於路徑正好與國道三號垂直相交，高公局特地封閉部份路段，蝴蝶族群受到空前禮遇，也正式揭開2008春夏賞蝶旺季繽紛的序幕。

### 訪蝶 從認識蜜源植物開始

臺灣已記錄的蝴蝶種類超過4百種，從平地到高海拔，從公園、校園、安全島、草原、森林到高山，只要有適宜的生存環境，一年四季都可以看到蝶舞翩翩的蹤跡。臺北雖已高度開發，但盆地

周邊可避風的淺山及陽明山等低中海拔山區，仍相當適合蝴蝶棲息，除了冬天之外，都是適合賞蝶的季節。不同的蝶種各有觀賞高峰期，如3、4月的紋白蝶，5、6月的斑蝶等，尤其每年從梅雨季節過後的5月開始，進入各種蝶類群聚覓食、求偶、產卵的大發生期，直到9月中旬為止，為全年最佳賞蝶季節。

賞蝶一般以成蝶為主，臺灣蝴蝶保育學會秘書長林柏昌建議，想在野地尋覓蝴蝶蹤跡，可先從認識蝴蝶的形態特徵、生態習性

著手。蝴蝶屬「完全變態」的昆蟲，一生歷經卵、幼蟲、蛹、成蟲4階段，一個完整的循環階段稱為「生活史」，生活史短則1個月，長可達1年，隨著蝶種而有所不同，例如紋白蝶、沖繩小灰蝶1個月就完成生活史，而像是斑鳳蝶、大紫蛺蝶等則屬於一年一世代的蝶種，成蟲觀賞期僅於春季可見。

準備化蛹的黃裳鳳蝶幼蟲。





蝴蝶一生歷經卵、幼蟲、蛹、成蟲4階段，圖為蝶蛹。

雖說蝴蝶四處有，但漫漫山林遼闊無邊，沒有一點經驗，要訪蝶還真有無從下手之感。林柏昌說，蝴蝶與植物關連密切，只要掌握蝴蝶經常出沒覓食、補充水分的環境，追尋蝴蝶蹤影其實不難。通常蝴蝶會聚集在蜜源植物叢生之處，會產生花蜜的植物，對蝴蝶來說有無可抗拒的吸引力，著名的蜜源植物包括馬纓丹、長穗木、冇骨消、咸豐草、繁星花、蟛蜞菊等。蝴蝶喜歡在花朵上吸食花蜜，某些花類能吸引特定蝶類，如澤蘭之於多種青斑蝶與紫斑蝶，非洲鳳仙花之於大型鳳蝶，冇骨消於春至夏季開花，花序間藏有黃或橙紅色的杯狀腺體，像糖蜜罐子似地盛裝著蜜汁，特別能吸引鳳蝶聚集。

人工果園或天然植物掉落的腐果，也是蝴蝶喜愛的天然食物，許多人工蝴蝶園便經常放置鳳梨、香蕉等香氣馥郁的熟果吸引蝴蝶駐足，有時蝴蝶為了貪戀甜食，一待就是好幾分鐘，成為最佳觀察標的。除此之外，植物表皮滲流的樹液、溪流兩岸溼地、水窪，甚至動物屍體、排遺處等都能見到成群蝴蝶出沒。陽光充足的環境常見鳳蝶、粉蝶類，山頂稜線可見到乘著氣流上升而上

的斑蝶，而陰暗的森林邊緣與林道上，常可以發現一些在花叢中難以發現的蛇目蝶、蛺蝶類。

### 一睹蝶中貴族珍奇風采

臺北最有特色的，就是大屯山區5、6月間的蝴蝶季，當大屯山、七星山、面天山峰頂的島田氏澤蘭逐漸綻放出棕紅色的頭狀花序時，吸引數以萬計的青斑蝶類群集，沿著蝴蝶花廊翻越山脊。據陽管處調查記錄，這段期間共有11種斑蝶前來訪花吸蜜，佔臺灣本島產斑蝶種類85%之多，其中又以條紋對比鮮明的青斑蝶及小青斑蝶數量為最多，超過10萬隻以上各式斑蝶聚集，蔚為世界級自然生態奇景。

陽明山國家公園面積雖不大，但植物群落分布複雜而多變，提供彩蝶棲息、覓食與繁衍的良好環境，據統計，陽明山地區至少出現過150種蝶種，其中約有100種是數量穩定，年年都可以欣賞到的低海拔種類。除了青斑蝶，淡黃蝶體型嬌小，動作也敏捷得多，成蟲除了冬季之外，大多生活在平地及低海拔山區，雄蝶喜歡在濕地水潭集體吸水，蝴蝶花廊步道沿途如見小水窪不妨稍作停留，見到牠們的機會大得多。



臺灣一年四季都可以看到蝶舞翩翩的蹤跡。

體型大、色彩斑斕的鳳蝶有「蝶中貴族」之稱，為賞蝶熱門排行榜上的常勝軍。大紅紋鳳蝶為去年陽明山蝴蝶季蝶舞草山系列活動票選的人氣蝴蝶王，而黃裳鳳蝶屬保育類，前翅呈黑絲絨般的色澤，後翅呈鮮豔的金黃色，被譽為臺灣產最美的蝶類之一。雖然黃裳鳳蝶從南部墾丁到北部汐止都有分布，但在野外族群不多，近年在市立動物園積極復育下，有機會在昆蟲館內見到牠們美麗的身影。館外的「蟲蟲小棧」販售許多蝴蝶模型可自行彩繪，賞完蝴蝶來這DIY，頗能寓教於樂。



蛺蝶類蝴蝶常棲息於數公尺高的樹冠上，望遠鏡倍數最好在10至20倍間較為適宜。圖為孔雀蛺蝶。

林柏昌特別提醒，蝴蝶活動與氣候、氣溫有著密切關連，下雨、強風、低溫、酷熱為蝴蝶活動力最低的時刻，訪蝶不易。一般來說，夏季早上8點左右，蝴蝶即開始一日活動，正午時刻大多選擇陰暗處小歇片刻，午後兩、三點又有一波活動高峰，四、五點過後，多數蝴蝶已準備夜宿，活動意願明顯減弱。不過傍晚至凌晨時分，趨光性強的蔭蝶、弄蝶、蛇目類反而常在路燈等光線集中處出現，也另有一番觀察的驚喜樂趣。

#### 裝備教室

- A. 服裝：**賞蝶不像賞鳥那樣須有保護色的裝備，一般健行的輕便服裝就可以，為防日曬過度，且有時進入草叢須防蚊蟲叮咬，還是著長袖衣褲、戴上帽子較為理想，並避免噴香水，以免吸引蛇類或蜜蜂攻擊。
- B. 圖鑑、筆記本：**一本圖文清晰、大小適中便於攜帶的圖鑑，為賞蝶入門者必備工具書，如有特定地域或物種，則可至賞蝶學會等相關單位洽詢進階資訊。
- C. 放大鏡、望遠鏡：**放大鏡可近距離觀察蝴蝶的卵、幼蟲及成蝶特

寫外觀，針對行動敏捷、遠距離的蝴蝶，可藉由7至10倍的望遠鏡輔助觀察，尤其蛇目蝶、蛺蝶類蝴蝶常棲息於數公尺高的樹冠上，望遠鏡倍數最好在10至20倍間較為適宜。蝴蝶學會最近即將引進一款賞蝶專用的微距雙筒望遠鏡，具有類似相機中Micro功能，為賞蝶超強利器。

#### DATA

##### 臺灣蝴蝶保育學會

[www.butterfly.org.tw/home.php](http://www.butterfly.org.tw/home.php)

##### 臺北市立動物園昆蟲館

2938-2300

## 喧囂都市叢林中的清新選擇 商務旅館

文／黃克來 攝影／許斌



微風商旅得到「英語服務標章認證」，櫃台人員能以英文應對自如。



外觀內斂低調，整潔明亮的門面讓旅客覺得安心。

漫步中山區，除了幽雅的林蔭大道、古早味濃厚的市井小吃以及別具異國風情的房舍與餐廳之外，細心的人還可以發現這裡的飯店旅館真是多，不僅大馬路上不時出現五星級飯店，就連在巷弄裡拐個彎，轉進巷子，也能看見一間又一間的各式飯店、旅館、旅社坐落其間。儘管這兒的旅館眾多，但路過的人們，依舊一眼就能注意到位於巷弄內的「微風商務旅館」。

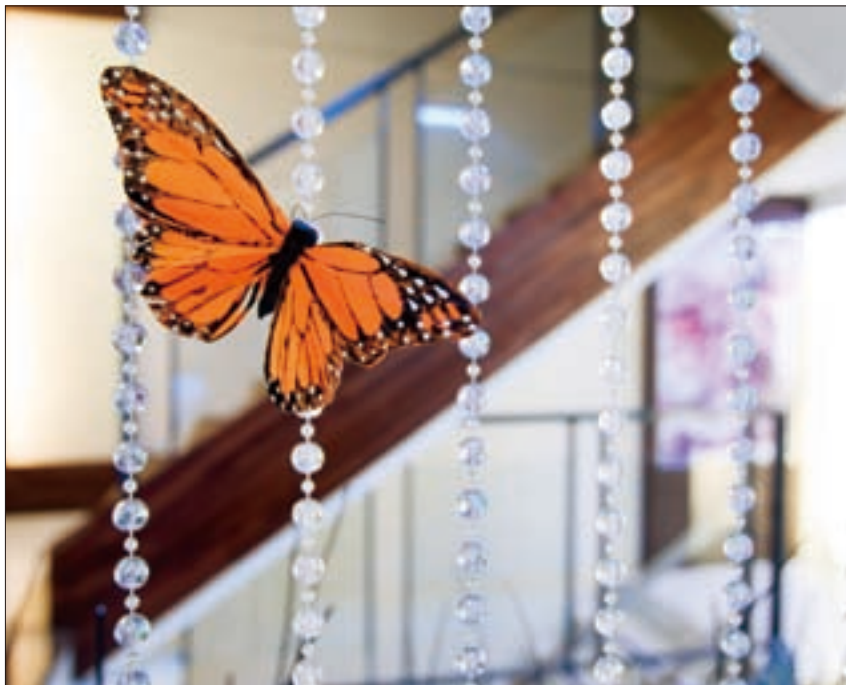
### 競爭激烈 旅館業一級戰區

微風商旅位於捷運雙連站附近，這裡自日治時代以來，由於鄰近大稻埕，一向是商業蓬勃發展之地。到了光復之後，不少大陸達官顯要與工商巨賈也紛紛在本區定居，加上民國四十年代至六十年代期間，美國派遣軍事顧問團辦公室設置以中山區為核心，造就這一帶出現許多具有異國風味的酒廊、俱樂部等消費文化。由於商圈發展甚早，金融、商業大樓四處林立；加上中山北路在日治時代屬於「敕使特街」，是三線寬敞大街，兩旁的樟、楓行道樹，青蒼翠綠，近二十年來吸引許多婚紗業者進駐，形成臺灣重要的婚紗產業區。由於往來商旅眾多，中山區堪稱臺北市飯店業的一級戰區，臺北市將近有一半的五星級國際飯店均坐落於此。由於競爭激烈，位於中山區的旅社若想在這兒脫穎而出，可必須有一番不一樣的本事才行。

雖然位於國賓飯店旁邊的小巷子，但微風商旅依舊憑著獨特的



臥房空間採取簡潔、俐落的風格。



旅館四處可見員工手工製作的水晶珠串簾子，別有一番巧思。

風格以及定位吸引旅人目光。在白天，微風商旅的外觀看來內斂而低調，整潔明亮的門面總能讓外來的旅客一進門就感到安心。到了晚上，當門口的裝飾燈全部打開，在繽紛亮麗的光線投射之下，更讓路過的旅客眼睛一亮。

#### 小旅社大翻新 改走商務路線

微風商旅的前身原本是間經營15年以上的小旅社，但隨著商圈競爭激烈，走豪華路線的有五星级酒店夾殺，中山區的小旅館更是數量眾多，因此，大約3年前，微風商旅的老闆便決定將這間小旅社來個大轉型，改走商務旅館路線，並申請到臺北市觀光傳播局「老舊旅館翻新計畫」的補助。在市政府部分經費補助下，



紅白相間的小客廳，色調明亮，讓旅客能在此輕鬆與朋友聚會聊天。

微風商旅請來設計師將整間旅館重新設計裝潢，呈現出不同以往的嶄新面貌。

藉由簡潔、俐落的空間風格，微風商旅傳達出一種令人放鬆、舒壓的柔和感。一走進旅館，櫃台的藍色燈光以及一整排水晶珠串簾子，襯托出一種幽雅舒適的氣質。走進房間，更可從整齊羅列的茶水區，以及洗手台上特地放在木框盒子裡的沐浴組等小細節，感受到微風商旅的用心。房間的浴室還有按摩浴缸以及蒸氣浴室兩種選擇，讓遠道而來的商務旅客能夠徹底洗淨疲憊。仔細一瞧，蒸氣浴室裡還有張造型獨特的木頭椅，讓人能夠坐在椅子上舒服享受蒸氣浴。「這張椅子可是我們特地到三峽那邊找到

的，高度坐起來剛剛好，很舒服喔！」微風商旅副理彭鎮江得意地說。

#### 一進房門 就能呼吸新鮮空氣

除了旅館的空間舒適之外，服務人員更是微風商旅讓人覺得「賓至如歸」的重要原因。每當客人入住之前，服務人員便會先到房間裡開空調除濕，讓客人一踏進房門就能呼吸到清新的空氣。服務人員也會仔細觀察每位客人的喜好，留意客人喜歡吃什麼、偏好什麼樣的房間等等，記錄下來，等到下次客人再來的時候，便可主動將客人安排到他喜歡的房間。此外，服務人員也可以根據紀錄，在客人入住前先提醒廚房師傅準備一些客

人愛吃的菜餚。如果旅客居住的時間較長，旅館還會免費招待水果送到房間內。房間內的所有食物，例如礦泉水、餅乾等等，也都是免費招待的。「很多國外的客人對這一點還不習慣，都會一直確認『這些東西真的是免費的嗎？』」副理彭鎮江表示。

微風商旅的工作人員不僅提供家一般的溫馨感受，他們也把微風商旅當作家一樣的照顧。在旅館的空間內四處可見的水晶珠串簾子，其實是微風商旅的員工到臺北後火車站買串珠和釣魚線自己串起來的，副理彭鎮江笑著回憶，「因為裝潢好之後，總覺得少了什麼東西，所以我們就買材料回來自己DIY囉。」



廁所裡全面加裝免治馬桶，提升住宿品質。

### 免治馬桶 可調座椅溫度

微風商旅目前主要有雅緻客房、豪華套房、貴賓套房等3種房型，5個樓層總共有20間房間。所有房間均採乾濕分離設計，其中豪華套房的浴室更有3至4坪大，深受日本客人的喜愛。由於重新裝潢過，因此微風商旅房間內的設備均十分新穎，不但有多頻道中英日收視系統、客房專屬寬頻網路、個人密碼保險箱、Spa按摩浴缸，而且，電視機還是32吋數位液晶電視，在94年旅館剛開幕時，算是開了附近旅館的先例。秉持著好還要更好的服務精神，微風商旅最近也把馬桶升級了，變成可調控座椅溫度的高級免治馬桶。

除了房間內的設備新穎齊全之

外，微風商旅也規劃了許多公共空間供客人使用。微風商旅的餐廳走Lounge Bar風格，讓客人能在浪漫輕柔的音樂中，優雅享受旅館精心烹調的中西式早餐。此外，廚房則採開放式格局，讓客人坐在吧台時，還能一面觀察廚師準備餐點的過程。餐廳的另一側是以紅白相間的明亮色調為主



客房裡備有個人密碼保險箱，讓旅客隱私、貴重財物更有保障。

的小客廳，旅客可以輕鬆地在這裡與三五好友聚會聊天，暢談旅途中的諸多趣事。此外，因應商務旅客的需求，微風商旅也特地規劃出一個小型多功能會議室，擁有完善的影音設備，適合旅客進行部門會議、小組討論等各種活動。由於許多旅客都會在微風商旅住上好多天，因此旅館內也



衛浴設有按摩浴缸，為旅客消除一整天疲勞。



旅客對微風商旅最滿意的就是出入單純、乾淨清潔。

特地設置了自助洗衣房，提供免費洗衣、烘衣、燙衣的完善設備，充分滿足出外旅客的需求。

### 通過考核 「三安旅館」受肯定

微風商旅重新開幕至今短短兩、三年，已經獲得許多獎項與認證，其中較為重要的包括「三安旅館優良評鑑」以及「英語服務標章認證書」。「三安旅館優良評鑑」是臺北市政府觀光傳播局為了提供旅客「安全、安靜、乾淨」的優質住宿環境所進行的考核與輔導，微風商旅是第一間報名參加考核的旅館。考核共分為「安全、安靜、乾淨」等三大面向，細分為50個指標，並聘請專家學者擔任評審委員，進行實地考核與輔導。考核項目從房間清潔、空氣清淨度，到是否使用防火建材等消防設計通通包含在內，甚至連水塔是否上鎖等項目都要檢查。在這樣嚴格的檢驗之下，微風商旅順利通過，得到「三安旅館」的肯定。

此外，由於微風商旅定位為商務旅館，有許多外國客源，為了證明自身具有服務外籍旅客的能力，微風商旅也參加了行政院研考會所舉辦的「英語服務標章認證」，由評鑑委員親自到旅館以

英文考核櫃台人員的語言能力。微風商旅櫃台人員以英文應對自如的表現，為旅館拿下了這份重要的認證。

### 回客率高 經濟實惠好選擇

經過轉型後，微風商旅成功在中山區站穩腳步，不但入住率大幅提升，也吸引到新族群的客人。目前微風商旅的客群以商務人士及外籍旅客為主。在居住環境多元複雜的中山區，旅客對微風商旅最滿意的一點，大多是出入單純、乾淨清潔的環境。相對的，會因為這樣的環境被吸引前來的客人，居住期間也相當自律，讓微風商旅更能維持旅館的品質。「其實我們做這樣的改變之後，就連房東也很開心，因為他會覺得自己的房子被好好照顧。」，副理彭鎮江表示。

微風商旅坐落於中山北路2段與民生東路口附近，剛好緊鄰林森北路的臺北繁華夜生活，距離捷運雙連站大約只有5分鐘車程。附近交通便利，到圓山、忠烈祠、臺北市立美術館、故宮博物院、中正紀念堂、國家劇院、士林夜市、臺北海洋館、大佳河濱公園、美麗華摩天輪購物中心等景點均十分便利。藉著地利之便

與自身的努力，難怪微風商旅不只回客率高，網路上只要有網友提起住宿微風商旅的經驗，也都會推薦這裡是個經濟實惠的好選擇！

### 微風商務旅館小檔案

地址：中山北路2段77巷17-3號

電話：2563-3369

傳真：2567-7898

網址：www.wishotel.com.tw

E-mail：wish.hotel@msa.hinet.net

交通：坐落於臺北市中山北路2段與民生東路口附近，臨近國賓飯店及華泰王子飯店，距離捷運雙連站約5分鐘車程。

### 客房設施

- ★32吋數位液晶電視
- ★多頻道中英日收視系統
- ★客房專屬寬頻網路
- ★個人密碼保險箱
- ★乾濕分離的沐浴空間
- ★Spa按摩浴缸
- ★Mini Bar客房冰箱
- ★室內防燃建材
- ★頂級羽絨寢具系列

### 服務設施

- ★自助洗衣房
- ★會議室
- ★餐廳
- ★小客廳

### 房型與房價

雅緻客房約6坪，每晚3,000元；豪華套房約8~9坪，設有蒸氣浴室或按摩浴缸等設備，每晚3,500元；貴賓套房約10~12坪，內有貴妃椅、3~4坪乾濕分離大浴室，每晚4,000元。平日6.5折，長期住宿客人還有更佳優惠。



自助洗衣房免費洗衣、烘衣、燙衣的完善設備，充分滿足出外旅客的需求。



餐廳採取Lounge Bar風格，讓旅客在浪漫氣氛中享用餐點。

飛行城堡，夢想放送中

# 松山機場

文／簡愛立 攝影／王能佑



松山機場曾是學子商人的夢想啟航站。

回想自己從何時開始意識到飛機的存在？巨響從孩提時代的住家頂上轟然而過，彼時還不知：能發出這麼大聲響的「東西」，該有多大、是何長相；年少，喜歡來到民族東路，鑽進某條濱江街小巷，望向天際，迎接黑幕中巨大鐵鳥的閃爍亮眼，呼嘯聲震耳欲聾，大風捲亂髮絲，為一趟趟完美飛行喝采。長大，漸有機會把探索世界的夢想，一次次交付給飛機的羽翼，終於知道：如果飛機是夢想的翅膀，機場便是夢想的啟航站。

臺北盆地裡，就有這麼一座孵育著古往今來各式夢想的啟航站「臺北國際航空站」，大家一般習慣稱「松山機場」，於1936年的日治時代正式啟用（當時稱「臺北飛行場」），戰後，國民政府來臺，趕緊修整飽受戰火摧殘的機場，並於1950年重新啟用，這是政府在臺設立的第一個航站，直到現在，它仍是臺灣最重要的一座軍民合用航空站。然而，這70多年來，松山機場的載運角色幾經轉換，先後擔任國內機場、軍用機場、軍民合用國際／國內機場，然後才是扮演至今約30年的國內空運角色。雖說後來專心致力於「國內」航線服



松山機場外觀以中式黃瓦紅牆呈現。

務，但松山機場的正式名稱仍是「臺北國際航空站」，這是因為它仍保有供外賓專機起降、國際線航機緊急備降的實質功能。



目前松山機場致力於「國內」航線服務。

## 旅行世界之夢，恍如隔世

在那個軍民合用的國際／國內機場年代，松山機場所在的臺北城東北隅，天際線忙碌得很。自1955年開始，美國西北與泛美、香港（即「國泰」前身）、新加坡、大韓、日亞、飛虎、盧森堡等10多家外籍航空公司，紛紛來臺經營國際航線。但其實這座臺北盆地裡的小航站，從日治時期便很具國際感，每日均有航班飛行於臺北——福岡之間，從1950年代以降的20多年光陰裡，國際航線蓬勃增闊，航點也陸續擴充至西雅圖、東京、釜山、馬尼拉、曼谷、香港等地，以及馬來西亞、孟買、中東、關島、盧森堡等國；此外，聯絡島內各地的國內航線也不遑多讓，臺中、高雄、臺東、馬公、蘭嶼、七美等島內離島重要據點，均有便民飛航服務。不過，由於松山機場腹地限制，因應國際航線需求增



松山機場悄悄變身中，將為更多人帶來全新的臺北城移動之夢。

建的跑道長度與滑行道數量已達極限，無法滿足國際客機日漸巨型化的趨勢，所以於1979年將國際航線服務，遷移至「中正國際航空站」（過去稱「中正國際機場」，現稱「臺灣桃園國際機場」），松山機場自此轉為國內空運角色，目前共有遠東、復興、華信3家航空公司提供民航服務。

在年長一輩人的記憶裡，松山機場曾是學子熱求功名赴他鄉、商人熱絡經營國際貿易的夢想啟航站。想像臺灣在那個高度發展外銷出口事業的時代，有多少聖誕節應景禮品、水晶玻璃等工藝品，滿載一架架專機，飛往美歐，點亮映照西方人的常民生活，富足反饋臺灣人的經濟生活。

### 悠遊島嶼之夢，靜靜孵育

曾幾何時，臺灣島內的天際線往來，已不再那麼繁忙。隨著島嶼內鐵路、公路、高速鐵路等陸路交通建設日益齊備完善，漸漸地，人們發現，夢想不一定得藉著輕飄飄的雲朵傳遞，旅遊臺灣各地，用最貼近地表的方式前進，或許更具踏實感、更快速、更方便。然而，有著傳統中國式黃瓦紅牆平實外觀的松山機場，並不氣餒，它知道自己承載的觀光、思鄉、商務夢想仍然重要，不可替代，就像20世紀末，人類

並未因網際網路帶來的電子化潮流，而決然摒棄傳統的紙本書閱讀一樣。

話扯遠了，但您可知道，松山機場悄悄在變身，和臺北市的地貌一起成長……傍晚華燈初上，來到候機室，便可清晰望見遠處美麗華摩天輪，正轉動著多彩之夢；2009年中，從臺北捷運木柵線「中山國中站」繼續延伸的內湖線將開始營運，與機場共構的「松山機場站」，將為更多人帶來全新的臺北城移動之夢。

#### 解密小檔案

**啟用：**1936年 **重啟：**1950年  
**位置：**臺北市松山區  
**面積：**182公頃  
**航廈：**2座  
**跑道：**1條（東西向），長2,605公尺、寬60公尺，可供B747以下之機型起降

**年容量：**993萬旅客人次  
**停機位：**固定翼52個，直昇機15個  
**旅客空橋：**8座  
**營運：**24小時作業，因有噪音管制，民航客機起降時間為06:00～23:00

# 刺青街

## 斑斕人生的印記

文／林瑞珠 攝影／劉威震



這條120公尺的短小街道，是赫赫有名的刺青街。

夜半清晨，西門町的喧囂逐漸退去，炫酷的青少年逐漸從徒步區、電影街中散場，一家家商店紛紛拉下鐵門，嘩啦嘩啦的，同聲宣告沉靜之夜即將來臨，街上閃爍的霓虹燈光也隨著鐵捲門的拉下而瞬間黯淡，這個時候，有一條街仍然十分動人。

頂著青少年次文化流行重鎮的堅實地位，西門町曾經號稱為日本流行中心新宿的臺灣版，過去很長一段時間穩坐臺北市最大的流行商圈地位，向來都是青少年群聚的主要據點，但這個地位隨著20餘年前東區崛起之後，商圈快速東移，年輕人的消費習慣也

隨之快速改變，直到近年，重新改造西門町的計畫徹底執行，人氣才逐漸回籠，漢中街50巷的刺青街便在這段改造期中崛起。

至於這條百來公尺的小巷在夜色正濃時，與其他徒步區有何不同呢？當西門町多數店家打烊之時，這條在2000年之後引領



刺青街的鐵捲門塗鴉為其另一特色。



為了表現自我，許多顧客願意忍受皮肉之苦，前來刺青。（許斌攝）

青少年紋身風潮的刺青街也同時熄燈關門，不同的是，鐵門拉下之後，小巷又出現另一番別緻風景。

### 全臺知名刺青街

這條120公尺的短小街道，打從2000年第一家刺青店進駐之後，便逐漸發展成以刺青聞名的街道，不僅在臺北市赫赫有名，同時也是臺灣最知名。此地聚集了許多同類型店家，這條街的造街運動起於第一家刺青店的老闆Kevin，小街上3家刺青店均在他名下，但他的企圖心不僅於此，他要的是「造街」。如今他租下這條街大半店家，除了拓展刺青及身體彩繪、指甲彩繪等相關營業項目之外，還當起漢中街50巷的包租公，一則可以過濾進駐的



刺青街的顧客多為18至35歲的年輕人。



對刺青顏料過敏或是疤痕體質者，刺青後易引起後續皮膚問題。



五顏六色的顏料，為前來刺青者留下不褪色的印記。

店家類型及素質，一則便於改造這條「刺青街」。

仙杜瑞拉及小狗藝術指甲是這裡比較有名的2家指甲彩繪，其中，整體裝潢以舒適寬敞為特色的仙杜瑞拉，曾經榮獲2007年日本INC國際美甲競賽第四名；小狗藝術指甲則提供基本的指甲彩繪及護理以及貝殼水晶、水晶補甲、3D花雕、卸甲等流行感強烈的指甲美化服務。

Kevin為了讓這條小街更具獨特性，除了為整條街頂裝設遮雨棚，讓遊客即使雨天也可以安心逛街之外，去年還花了數個晚上的時間，商請西門町的一位塗鴉畫家Jimmy一起籌畫整條街的美化

工程，為大多數的店家鐵門重新油漆，再以塗鴉方式作畫，很快便將短短的「刺青街」打造成塗鴉藝術街。

首先，他將原本陳舊無奇的鐵捲門當成畫布，再透過塗鴉畫家的巧思與巧手，在20扇鐵門上塗上黑底，接著噴漆作畫，以抽象、超現代的表現方式，呈現耀眼奇異的繪畫風格，圖像炫人、意象超寫實，有陰冷微笑的魔女，有刀劍與玫瑰的抽象組合，更有怒奔的多角獸，一幅幅精彩畫作連接了整條街道，在深夜打烊、所有店家同時拉下鐵門之際，展現出炫目又震撼的圖像，同時也重重打響了臺北刺青街的名號。

至於彩繪鐵捲門的造街運動，又是如何產生的呢？Kevin說，所有的材料、設計、噴畫，都是他和Jimmy一起號召同好，在晚上打烊之後，從清洗鐵門開始，再刷黑色底漆、設計圖案、噴漆彩繪，連續好幾天通宵達旦才完成的，當整條街面完成彩繪之後，那種成就感真是難以言喻，原本的刺青小街巷搖身一變，成為更夯的「塗鴉藝術街」，從此，當深夜打烊時刻來臨，直到白天店家營業前，這短短的道街便呈現出不同的街景風格。

### 流行前線 多元發展

白天的「刺青街」又是怎樣一番光景呢？只要走出西門捷運站，便會發現在這裡流連的盡是「紅男綠女」，許多人在手臂、腳踝、肩胛骨處，刺著刀劍、小花等圖騰，尤其夜色正濃時，辣妹勁男們搭配豎髮勁裝、艷妝麗彩，以及低腰迷你短裙、窄褲，冶豔至極。

帶動這股風潮的又是誰呢？還是得提那位滿身青紋的Kevin，他是將刺青行業帶到漢中街的第一人，並將刺青圖案從傳統的刺龍刺鳳轉向多元化，而且每個圖案都是和顧客討論過後的重新創

作，絕對不重複。例如在他的手臂上，一邊刺上妻子及女兒的成長過程，另一邊則展現出波浪般的圖騰，都是別無分號的圖案。此外，他還提供刺青保固，讓退了色的顧客可以免費補色。

刺青街的形成，也將刺青這檔事，滾入時尚流行的風潮中。誰來刺青呢？顧客的年齡大多介於18至35歲，其中以20至25歲居多，近年來年齡層有逐漸提高的現象，至於刺青的目的嘛！Kevin說，為了表現自我囉！曾經有一支球隊隊員來找Kevin幫忙刺上球隊的logo；還有一位妻子在丈夫剛剛與世永別後，來此刺上先夫的肖像；此外，也有想要返鄉探親的老兵來尋求協助，為他刺上牡丹龍鳳以遮掩一身的「殺朱拔毛、反共抗俄」。

雖然西門町曾經一度因為臺北鬧區東移，而讓在地居民及店家擔憂這裡是否退了流行，但在近年市區重整之後，鋪上地磚的徒步區及電影街悄然成形，再度喚回了青少年對此地的熱情，也讓這條走在流行前衛線上的刺青街有發展的空間。

### 雷射去除 仍留白色痕跡

雖然刺青已蔚為風尚，不過，就皮膚科醫師的角度來說，仍需要注意之處。皮膚科醫師表示，有二種膚質不適合刺青，一是對刺青顏料過敏者，二是有疤痕體質者，容易引起後續的皮膚問題，例如紅腫、搔癢、刺過部分形成疤痕凸起等，處理起來頗為棘手，通常需要打針或冷凍治療，而且未必能夠完全治癒。

此外，如果對刺青圖案不滿意，或日久膩煩想把刺青除去，則須以雷射處理，通常藍、黑色大抵可以除去，但會留下白色的痕跡，如果是其他帶有礦物質的顏色，就未必能夠除色了，這些都是想要刺青的人得思之再三的問題。



# 臺北， 咖啡館玩創意

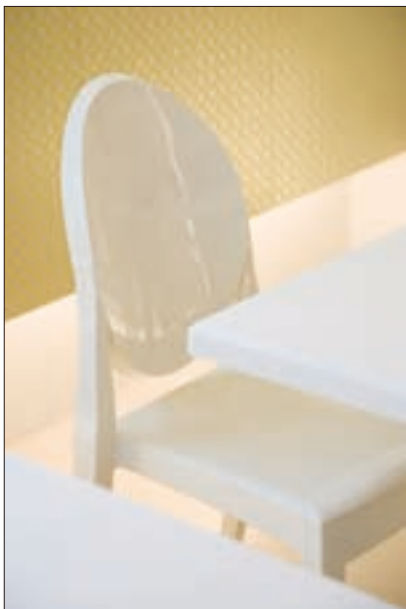
文／呂增娣 攝影／楊志雄

採訪協力／六角設計咖啡、ÈCOLE café、Coffee Mania

每個城市都有屬於自己的咖啡館，城裡的人寂寞時來咖啡館、失意時來咖啡館、找靈感時也來咖啡館，自此之後，城市的思想有了去處，咖啡館裡則收藏了城市居民的歡喜悲傷熱鬧寂寞……。

咖啡館素來是藝術與文學的搖籃，海明威最愛在巴黎的丁香園咖啡館發想寫作；托爾斯泰則在莫斯科的作家俱樂部裡愛上他的妻子；蒙馬特小丘廣場上的露天咖啡座，還曾是印象派藝術的濫觴；每座城市都有屬於自己的咖啡館性格，專屬的咖啡館故事，臺北，當然也不例外。

一如歐陸各國，咖啡館早成為臺北藝文人士創作種子的萌芽地。在時代變遷下咖啡館不斷更迭形式，咖啡館早已不再只是靜靜地啣咖啡的地方，還成為結合設計創作及藝術展覽等複合式空間；不僅是思想萌芽、作品展現，你還可以在臺北咖啡館裡欣賞電影海報、尋找可愛雜貨、找到生活的新意義。



### 咖啡館裡遇見Philippe Starck

喜歡Philippe Starck的幽默設計，鍾愛Marc Newson的異材質表現，熱愛Karim Rashid的數位時尚，現在你不用望著雜誌乾瞪眼，走一趟六角設計咖啡，讓大師陪你品咖啡。

近年來美學當道，坊間設計類的書籍層出不窮，設計學系更成為不少大學院校中的第一志願；在這一波設計浪潮中，咖啡館也自然跟著衍生出與設計結合的概念，坊間出現不少與美學設計相結合的咖啡館新力軍；位於劍潭捷運站附近的六角設計咖啡館(Comb)，便是設計系學生最愛的咖啡館之一，光是從櫥窗外窺看，就讓人忍不住想推門而入，一睹咖啡館的廬山真面目。

純白色的咖啡館，最引人注目的便是結合了商店形象的六角展示架，架上一件件都是大師名作，分別為Philippe Starck、Marc Newson以及Karim Rashid三位設計師的作品，樣式品項雖不及大型代理商來得豐富，卻各個都是經典，懂設計門道的愛好者一眼便能認出，哪樣物件出自哪位大師之手，哪樣又是停產絕版之作。

2樓飲食區除了能安靜地品嚐咖啡、點心，更是老闆大方公開私家收藏的小小設計博物館，Starck十款經典收音機，與SABA家電合作以壓縮木料及塑料結合的小電視，還有Rashid設計的西洋棋，Newson全球限量21雙的銀色星星鞋等絕版品，都能在此欣賞到實品。除了收藏品，設計出身的老闆曹智揚，為了強調設計品不只是放在櫥窗裡遠觀的藝術品，更應該是可以實際運用在生活中的

實用品的理念，店內的座椅大方地採用了Starck所設計的Bubble Club、Louis Ghost與Victoria Ghost，保證每一把都是真品，只消一杯咖啡的錢，就能實際感受大師的傑作。此外，牆面上也以Rashid所設計的壁紙為裝飾，咖啡杯則使用保冷保溫效果極佳的Bodum品牌；最讓人興奮的則是店內推出的下午茶套餐，老闆推崇Starck的環保概念，使用其設計的LUX TEA SET系列餐具，每人一套且絕不重覆使用，顧客享用完後便可以將整套大師的餐具帶回家收藏，徹底實踐設計即生活的理念。

六角設計咖啡館內的座椅採用了大師設計作品，保證每一把都是真品。

咖啡館與設計結合，宛若小小的設計博物館。

牆面上也以大師所設計的壁紙為裝飾。

六角咖啡館老闆推崇環保概念，顧客享用完後便可以將整套大師的餐具帶回家收藏。

### 踏進椅子國王

永康街、泰順街、青田街，還有師大路一帶，素來以人文薈萃著稱，雖說礙於景氣，不少早年意氣風發的咖啡館近年來已悄悄地吹起熄燈號，卻仍有有志青年，勇於加入經營咖啡館的行列，更立志讓咖啡館不只是咖啡館，更是藝廊、表演廳、學習會場。

坐落在青田街去年甫開張的ÈCOLE café學校咖啡館就是其中一員，這間以法文學校ÈCOLE來命名的咖啡館，股東簡銘甫是家具界頗有知名度的奇人，喜歡自助旅行更愛收集二

手家具，尤其是椅子，其所經營位在富錦街的魔椅mooi更是不少家居設計雜誌競相報導的對象。去年6月，他下定決心要為喜歡音樂、設計以及藝術的同好開一家特別的咖啡館，於是找到位於青田街的這間老房子，並以工業設計風格與環保趨勢並行的設計概念來規劃這間咖啡館。

環視咖啡館內，種滿花草的前庭後院，大片落地窗讓陽光流洩，室內室外連成一氣，簡單



▼ 喜愛收藏椅子的咖啡館老闆，店內每一張椅子都有自己獨特的身世。

▼ 學校咖啡館希望咖啡館是聚會和激發創意的地方，就像是學校一樣是去學習的地方。



舒適毫無壓迫感。再進一步留心則不難發現，店內的椅子都大有學問，椅背上有塗鴉、再不然就像是公共場所裡的連體座椅，滿是濃濃歐洲風味，這些全是簡銘甫從德國、義大利等國家帶回來的二手椅，有德國高中生的課桌椅，飛機場的候機椅，以及歌劇院的豪華椅，即使喝著同樣的咖啡，坐在不同的椅子就彷彿換了場景，感受也大不相同。

除了收集二手椅，店內也有其他極具環保概念的設計，一如以氣泡袋自行DIY的氣泡吊燈，又如廁所內用冰箱門做的置物架，顯示re-design的環保精神。

看書看累了，雙腳坐膩了，不妨逛逛一旁與咖啡館相通的魔椅青

田分店，店內每一張椅子都有自己獨特的身世，簡銘甫說：「把魔椅分店與咖啡館結合，主要就是希望咖啡館不只是咖啡館，更是聚會、激發創意的地方，就像是學校，一樣是去學習的地方，客人來到ÈCOLE不只是喝咖啡嘗點心，也能學到不一樣的生活概念。」

Coffee Mania  
古老萬花筒時鐘和古董電話，營造既懷舊又前衛的氣氛。

種滿花草的學校咖啡館前庭院後院，大片落地窗讓陽光流洩，簡單舒適毫無壓迫感。



為了實踐這樣的理想，簡銘甫在咖啡館內規劃了一個角落販售與環保議題相關的生活用品，更與出版社合作規劃了設計書籍的展區，而地下室空間則不定時舉辦藝文講座、小型演唱會、音樂會等，成為小型的藝文活動場所，在ÈCOLE café裡，咖啡館真的不只是咖啡館而已，更是一種生活態度。

#### ONE MAN SHOW的廢墟美學

在一排三十多年的老房子間，Coffee Mania絕對能讓人一眼認出，醒目的紫色招牌，豔黃色的屋

簷，想不引人注目都難！

拉開僅容得下一人出入的小門，Coffee Mania的空間實在迷你，一、二樓總共不到十多坪的空間，卻讓人宛如走入《春光乍現》、《2046》的電影場景般，牆面上一把年歲的萬花筒時鐘，幾幅色彩對比的油畫，反差強烈的黑白照片，還有一只大紅燈籠高高掛中央，桌椅則烙著歲月的痕跡，倚著牆的高高層板上還擺上幾雙三寸高跟鞋，一種既懷舊又前衛，既對立又協調的氣氛。

會營造出這樣的情境與氣氛，酷酷的老闆邢公權表示，這是窮

中生變的方式，當時只有不到30萬資金開店，店租、機器還得留現金週轉，空間裝潢最好的方式便是能夠廢物利用，為舊物換新裝，像是店內的咖啡桌椅都是便宜的二手貨，一把百來塊，而牆上的畫作照片等等，則是客人朋友友情贊助，至於老房子的整修、招牌設計則全靠自己一雙手，像是店門口幾張標示，如免費上網、現金交易等等，甚至是招牌上姿態優雅的老鼠都是出自老闆之手。

說邢公權酷，可不假！店裡沒有伙計店員，就是

ONE MAN SHOW，一只大紅燈籠  
高高掛中央  
煮咖啡、端咖啡、走入Coffee  
Mania，彷彿  
洗杯子全自個兒  
來，連咖啡豆也自  
己烘培，也真是愛  
咖啡成癡，想喝

杯老闆泡的香濃咖啡，得照規矩來；第一次來店裡的客人，除非點單品咖啡，想喝花式咖啡可都得先品嚐最基礎的卡布奇諾，不買這張入門的咖啡門票，想喝其他品項，一律免談！如此堅持，邢老闆說：「除了單品，這是加奶的咖啡中最喝得出豆子香味的了，不品豆香，那不是真愛喝咖啡，喝哪家的都一樣，不用非得上這來嘗。」要是不尊重老闆的咖啡，還有可能被三請出門呢！此外，獨愛高跟鞋的他，特別優惠踩著高跟鞋的女性，其不成文的理由是店小樓梯陡，踩高跟鞋來得小心翼翼，所以特別優惠。他笑說，日後想收集更多的高跟鞋，一雙雙釘在天花板上，把天當地走，果真是另類創意，讓人好生期待啊！

#### 咖啡館資訊

##### 六角設計咖啡

2885-6008

##### ÈCOLE café

2322-2725

##### Coffee Mania

3365-2027





# 端午文化新體驗

文字整理／黃郁惠 攝影／王能佑

端午節是我國民間傳統節日，與中秋、春節並列三大節慶。每到端午，包粽、立蛋、龍舟、香包，各項傳統民俗琳瑯滿目，也讓端午的氣氛熱鬧非凡。

為與民眾共同慶祝端午佳節，臺北市政府每年都會舉辦大型活動，而今年的「2008臺北端午嘉年華」，將於6月6日至8日熱鬧登場。近年來，臺北市政府將傳統的龍舟競賽活動重新規劃，結合各項周邊藝文活動，如：開閉幕典禮暨選手之夜、水岸市集嘉年華、歡樂舞台表演、水岸親子樂園、粽藝大集合包粽PK大賽及頂天立地端午立蛋比賽等，為傳統民俗活動注入新的活力，不但能讓民眾體驗到一場生動有趣、熱鬧非凡的端午文化，也更加充分展現出臺北市活力、健康的一面。

## 龍舟賽兼具文化和競技意義

國際龍舟錦標賽一向是臺北端午嘉年華的重頭戲，每年均吸引來自國內外各地一百多支的隊伍報名參賽。從競賽中不但能展現出參賽者通力合作、齊心一致、奮力向前的團隊默契，更能培養公平競爭的運動精神，因此賽龍舟不單單只是端午佳節的象徵，更兼具文化和競技的意義。

今年除了同樣邀請國外隊伍參賽（包括香港、菲律賓、舊金山、南非、鳳凰城等城市隊伍），並邀請了美國學校、日僑學校、歐洲學校等校的師生，藉此擴大與國際友人交誼的面向。5



藉著立蛋比賽，可以更加了解節慶意義。

月31日下午舉行的「龍舟點睛祭江大典」是本年度活動的暖身開場，其中的迎神、點睛、祭江、踩街等儀式，更具有再現、承續傳統文化的意義。此外，6月6日

晚間的開幕典禮暨選手之夜也有別於以往的綜藝型態，改以參賽選手的表演為主，並穿插與台下民眾間的互動，真正達到文化交流、全民共歡的目的。



國際龍舟錦標賽一向吸引國內外各地的隊伍參賽。

### 水岸活動豐富精彩又歡欣

端午嘉年華期間，水路上各路英雄划舟競技，陸地上也有不少精彩的活動，不論是「水岸市集嘉年華」，或是運用多功能充氣氣墊玩具，規劃出的親子互動遊戲「水岸親子樂園」，都是以創新而活潑的方式讓全家同歡。

承辦此項活動的臺北市體育處表示：隨著臺北市水岸河濱公園一一完成，臺北人得有更多的親水空間與活動方式。因此，今年的端午嘉年華不僅期望在國際龍

舟錦標賽中帶給與會選手們美好的回憶，同時希望透過歡樂多元的水岸活動，帶給臺北市民及每位造訪水岸的民眾一個全新的親水體驗，讓臺北的水岸風光成為每一位市民的共同記憶。

### 體驗傳統習俗 了解文化內涵

除了熱鬧有趣的水岸活動，端午節最重要的習俗之一——包粽子，當然也在此次活動當中。由於現代生活講求快速便利，往昔與家人一起包粽子的情景似已不

復見，我們對端午習俗的由來也逐漸淡忘。為使民眾更加了解傳統習俗的意義與先人的智慧，端午嘉年華於6月7日下午與6月8日上午分別舉行「粽藝大集合包粽PK大賽」與「頂天立地端午立蛋比賽」，希望透過比賽的方式，增加國人對傳統民俗的興趣，同時也藉此機會邀請國外友人共同參加，使他們得以進一步了解中華文化。

### 2008臺北端午嘉年華活動表

地點	日期	6/6 (五)	6/7 (六)	6/8 (日)
龍舟比賽區		● 08:30~18:00 龍舟賽		
				● 14:00~16:00 龍舟決賽
水岸市集嘉年華區 (司令台前)		● 10:00~17:00 民俗童玩、美食特產		
嘉年華歡樂舞台 (司令台前)		● 14:00~16:00 社區學校社團表演、幼幼天地、民俗達人秀		
			● 15:00 粽藝大集合包粽PK 大賽	● 11:30~12:00 頂天立地端午立蛋比賽 ● 16:30~17:00 閉幕典禮
水岸親子樂園區 (草皮區)		● 13:00~17:00 小丑樂園、迷宮城堡、金銀島歷險		
主舞台		● 18:30~21:00 開幕典禮暨選手之夜		
大直橋下		● 端午文化特展區		

\*活動如有變動，以主辦單位公佈為準。

2010

# 臺北國際花博 讓全世界都看見

文／魯開平 攝影／王能佑

想像一下百花盛開的美景，寬廣的空間裡，一望過去盡是迷人的花海，有的花朵小巧兒可愛，有的冶豔嬌美，顏色繽紛亮眼，還有陣陣花香撲鼻，引來蝴蝶駐足飛舞，讓人心曠神怡。這樣的場景，並不是夢，在2010年臺北國際花卉博覽會裡，就能享受得到。

## 首度舉辦世界級博覽會

國際注目的臺北國際花卉博覽會，預計將於2010年11月在臺北

揭開序幕，臺北國際花卉博覽會是臺灣第一次正式獲得國際授權舉辦世界級博覽會。國際園藝生產者協會（AIPH）授權的園藝博覽會，向來被譽為園藝在世界經濟和科學技術界的「奧林匹克」盛會。而我國是亞洲第4個舉辦國際花卉博覽會的國家，臺北市則是亞洲第7個主辦的城市。

2010年花博展期共6個月，預計可吸引650萬人次的觀光熱潮，更將帶動花卉產業、觀光旅遊業、餐飲業、生技業等相關產業的繁

榮，創造近百億元的商機，更提高臺灣花卉及園藝的國際知名度，增進國際交流。

雖然花博展期離現在還有2年之久，臺北市政府上下莫不嚴陣以待，並且於2007年6月成立臺北國際花卉博覽會指導委員會及推動小組，下設營運管理、展場營建、交通規劃、宣傳行銷、文化藝術等各分組，一同推動花博會相關工作，並且與中央相關部會如農委會、經濟部、交通部、外交部等，以及民間機構如花卉發展協會、外貿協會、會展產業協會和觀光旅遊等單位統整。另外也將確立展覽主題、進行初步場地配置及規劃等相關工作。

負責花博規劃執行的主辦單位臺北市政府產業發展局表示，花博展期自2010年11月至隔年4月，本案原本計劃預定地為關渡



博覽會場分為4大園區，包括圓山公園區、美術公園區、新生公園區及大佳河濱公園，圖為大佳河濱公園。



在圓山地區舉辦花博活動，可以展現孔廟（左）及臺北故事館（上）等人文史蹟風貌。





(許斌攝)

平原，但因為完成困難度極高，經過多次研擬各種替代方案可行性，並審慎考量，最後選擇圓山地區作為花博會場地。產業發展局認為，在圓山地區舉辦花博活動，可以結合臺北市立美術館區域的藝術展覽及意象，以及兒童育樂中心青春動感的活力，更可以展現保安宮、孔廟及臺北故事館等人文史蹟的歷史風貌，表現出臺北市多元文化內涵，以及精緻的藝術涵養。

博覽會場地分為4大園區，預計設置15座展覽館，其中8座利用現有館舍改裝，7座為新建展館。4大園區為圓山公園區、美術公園區、新生公園區及大佳河濱公園區，涵蓋範圍包括圓山公園、中山足球場、兒童育樂中心、市立美術館、美術公園、林安泰古

厝、新生公園、大佳河濱公園等共91.8公頃，預計今年8至10月完成細部規劃設計，年底完成工程招標，並陸續開工，2010年初至4月底陸續完工。

為了因應花博期間的交通問題，市府也積極規劃接駁公車服務，例如區內公車、捷運系統與展區之間、轉運站和相關交通運輸節點之間，以及城際之間的公車。尤其利用城際接駁公車，可以方便新竹以北，宜蘭、基隆、桃園和林口地區的民眾，前來臺北賞花。

#### 搭小型花船賞花更有趣

除了陸上交通之外，市府目前正與藍色公路業者洽談水路交通的可能性，希望讓參觀民眾能夠利用水路前往花博展場，規劃

在兒育中心至大佳碼頭增設花博專屬小型花船，一路抵達大佳碼頭再下船賞花。花船票價預計包含在花博門票內，票證則有可能採悠遊卡系統，讓遊客利用一張卡片暢行無阻。而為了提升遊河樂趣，基隆河沿岸也會多加美化。

在國際活動方面，將邀請各國及各大城市參展，對象將以AIPH會員及臺北市姊妹市為優先，目前已邀請到日本、韓國、荷蘭、西班牙、泰國等5個國家，未來將以20個國家參展為目標繼續努力。

●2010臺北國際花卉博覽會網站：[www.taipei.gov.tw/cgi-bin/SM\\_theme?page=4639822a](http://www.taipei.gov.tw/cgi-bin/SM_theme?page=4639822a)

# 看見無聲的力量 2009聽障奧運在臺北

文／林志達、邱鳳華

圖／臺北聽障奧林匹克運動會籌備委員會基金會提供

不久之前，中華棒球隊擊敗了強敵墨西哥和澳洲，搶到了北京奧運的門票，瞬間讓全國人心振奮，陷入了2008北京奧運的風潮中；而這股熱潮還要持續延燒到明年，同樣屬於奧運家族賽事的2009臺北聽障奧運會（以下簡稱臺北聽奧），即將在臺北隆重登場，這將是臺灣運動史上最崇高的體育賽事之一，也將為臺北體壇寫下歷史上一頁。



## 體壇崇高盛事 臺北看見聽奧

聽障奧林匹克運動會（Deaflympics）的前身是世界聾人運動會（Deaf World Games）。第1屆世界聾人運動會於1924年在法國巴黎舉行，為全球最早舉辦的身心障礙類運動會。當時僅有來自歐洲各地的9國145位聽障運動員參賽，隨後，參賽的國家和人數不斷增加；我國於1991年以中華臺北名義加入聽障奧會，並於2003年擊敗強敵希臘雅典，爭取到2009年第21屆聽障奧林匹克運動會的主辦權。

臺北聽奧將於明年的9月5日至15日舉行，將有來自80個國家、3,600位以上的選手抵臺較勁，18種運動項目，包括：田徑、羽球、籃球、保齡球、自由車、足球、手球、定向運動、射擊、游泳、桌球、網球、排球、水球、



馬、郝兩位前、現任市長，共同帶領臺北聽奧走過申辦、籌備階段，並一起於2008年跨年晚會上介紹吉祥物「飛天蛙」。

角力、空手道、柔道及跆拳道，均屬亞、奧運正式比賽項目。

## 臺北田徑場 風華再現

臺北聽奧的比賽場地橫跨整個大臺北地區，其中最受矚目的場地之一，便是去年初重新拆除整

建的臺北田徑場，臺北聽奧盛大的開閉幕典禮、田徑及足球決賽將於此地舉行，臺北田徑場將因臺北聽奧的登場，再現風華。

揮別了51年的悠久歷史，臺北田徑場預計將於2009年4月正式完工，目前已經完成了51%的進度，



結合臺北田徑場、小巨蛋及松山運動中心而成的臺北市立體育園區，將是臺北聽奧最重要的核心場地。



國際知名劇場藝術導演賴聲川加入聽奧籌備團隊，並號召名人加入臺北聽奧行列。（高讚賢攝）

比預訂工期超前了一些；新完工的臺北田徑場，將是可容納20,000人的綜合型體育館，未來，臺北田徑場將結合臺北小巨蛋及同腹地的松山運動中心，成為臺北市立體育園區，此處將是臺北聽奧最重要的心臟地帶，廣大園區也

將成為各國選手的交誼園地，形成一個熱鬧非凡的小型地球村。

#### 體育融合藝術 勾勒聽奧遠景

為了讓臺北聽奧舉辦的更加有聲有色，臺北市政府及臺北聽奧籌委會於今年2月，特別邀請國際

知名劇場導演賴聲川，擔任臺北聽奧藝文總監一職。

被譽為「亞洲劇場導演之翹楚」的賴聲川導演，是華文世界最著名的劇場工作者之一，他不但挺身加入臺北聽奧的行列，還號召名人共同加入這個行列，包



我國聽障空手道選手積極備戰。



國際手語課程引導學員透過遊戲增加手語的練習。

括知名電視製作人王偉忠、文化界名人徐莉玲、電視主持人張小燕及飯店業教父嚴長壽等將擔任顧問團隊，與臺北聽奧共同勾勒出新的遠景。

顧問團隊們將貢獻自己業界的專長，盡心協助臺北聽奧的相關籌備工作，也希望用自身的力量，讓更多人加入臺北聽奧的行列。

臺北市長郝龍斌在記者會上特別強調，聽障奧運特色就是屬於聽障朋友世界最高等級的體育賽事，尤其聽障朋友對視覺方面的藝術感受特別敏銳且表現出眾，有了賴聲川導演的加入，規劃融合運動賽事及劇場藝術所執導的

臺北聽奧開幕大秀及賽前的相關展覽、藝文活動等，將為臺北聽奧刻劃下歷史的永恆。

#### 聽奧動起來 為倒數暖身

臺北聽奧進入倒數一年，臺北聽奧籌委會於今年9月5日至10日，將先行舉辦「臺北國際聽障運動邀請賽」，為明年的正式賽事暖身。

這是一場5個項目（足球、桌球、跆拳道、空手道、柔道）的綜合型運動會，邀請了來自阿根廷、中國、法國、希臘、香港、伊朗、日本、馬來西亞、俄國、沙烏地阿拉伯、泰國、土耳其和烏茲別克……等國家，將近300位

以上的聽障選手、隊職員家屬，其競賽、場地、後勤等一切相關內容將比照2009臺北聽奧的國際規格舉行，希望藉由這場國際邀請賽小試身手，讓明年的臺北聽奧有更完善的呈現。

#### 臺北聽奧 招募志工

臺北聽奧除了有各界知名人士的相挺，更有來自民間資源的構思和融合，藉由行銷管道，臺北聽奧的無聲力量也將傳遍全臺，號召更多民眾加入志工服務的行列。

目前已有來自各行各業共2,206人，登記為臺北聽奧志工，完成志工訓練的人數也達到1,390人，而這些完成訓練課程的民眾，將可免費參加手語班的課程。

臺北聽奧志工組已規劃初級、中級和高級等按部就班的手語課程，完成高級班的志工將可參加國際手語班的課程。4月間臺北聽奧志工組更邀請來自澳洲的國際手語講師來臺開授2周的課程，分享國際手語專家的專長及經驗傳承，希望2009年的臺北聽奧用「手」溝通更無障礙。

#### 看見臺北聽奧的未來

為了籌辦2009年臺北聽奧，臺北市政府也整合相關資源，讓首次在亞洲地區舉行的聽障奧運散發光彩。而有了這次難得的籌辦經驗，將可為臺北市累積賽會舉辦與觀光接待的相關經驗，作為日後爭取更多國際大型賽會與展覽活動的最佳申辦籌碼。

來自全球的聽障選手們，雖然聽不到，但相信熱情的臺灣民眾，將會給他們最熱烈的掌聲及鼓勵，令他們永生難忘；而臺北市也將因聽障奧運的登場，在國際舞台上綻放亮眼的的光芒。

#### ●臺北聽奧志工組歡迎您的加入，詳情請參閱官網：

[www.2009deaflympics.org/tw/index.php](http://www.2009deaflympics.org/tw/index.php)或 電2577-2009轉229。

★ 96年度所得稅結算申報 自97年5月1日至6月2日

# 憑證 asy報

## 好禮輕鬆抱

### 96年度綜合所得稅憑證網路報稅抽獎活動

- 參加對象** 設籍臺北市之納稅義務人
- 參加資格** 採用網路憑證(自然人憑證或金融憑證)  
辦妥96年度綜合所得稅結算申報
- 活動期間** 97年5月1日起至6月2日止
- 抽獎時間** 97年6月20日 上午10時
- 抽獎地點** 財政部臺北市國稅局  
(臺北市萬華區中華路1段2號2樓)

獎 項

**頭獎**

1名，獨得百貨公司提貨券拾萬元

**貳獎**：3名各得百貨公司提貨券伍萬元

**參獎**：6名各得百貨公司提貨券叁萬元

**肆獎**：15名各得百貨公司提貨券壹萬元

**伍獎**：45名各得百貨公司提貨券伍仟元

**普獎**：100名各得百貨公司提貨券壹仟元

(一) 中獎名單掛號通知，並於本局網站 (<http://www.ntat.gov.tw>) 公布。

(二) 主辦單位對中獎者資格有查證權，資格不符者，取消中獎權利。

(三) 本活動中獎之獎品應依所得稅法相關規定扣繳所得稅(扣繳率10%，應扣繳稅額不超過2000元者免予扣繳)，中獎人負擔扣繳稅款。相關獎品及扣繳憑單由本局發給。



財政部臺北市國稅局 關心您





即便在臺北市區，也能享受騎單車樂趣。  
(王能佑攝)

# 假日帶鐵馬搭捷運 暢遊臺北好輕鬆

文／魯開平 圖／臺北捷運公司提供

還在煩惱週末沒有休閒好去處嗎？為了鼓勵民眾假日騎腳踏車悠遊臺北市縣各處美景、增進休閒活動品質，臺北捷運公司大開方便之門，從今年3月1日起，假日攜帶腳踏車搭乘臺北捷運，票價由現行的單趟新臺幣100元調降至80元，除了原有開放腳踏車進出的15個車站之外，還新增開放板橋線、南港線、土城線及小南門線共12個車站，開放站數更多、票價更低、開放時間更長，讓民眾假日帶著鐵馬，輕鬆暢遊臺北。

## 腳踏車限一般普通樣式

根據臺北捷運公司規定，旅客可以攜帶腳踏車進入特定車站的時間為週六、週日及國定假日，早上6時至下午4時，以及晚間7時以後至營運結束為止。旅客攜帶的腳踏車限一般普通樣式，尺寸長、寬、高各不得超過180、70及120公分，而且不開放油類、電力等型式的動力腳踏車、協力腳踏車或非屬常規型的特殊腳踏車；另外，如果旅客未滿14歲，則必須由成人陪同，才可以攜帶腳踏車搭乘捷運。

臺北捷運公司表示，此次頒佈的新規定，仍採「人車合併收費、單趟不限里程」的方式，票價則調降為每張新臺幣80元整，搭乘時需要先至車站詢問處，向站務人員登記並購票，每張車票僅限一人攜帶一輛腳踏車使用，出站回收。腳踏車停放車廂僅限第一節及最後一節電聯車車廂，



今年3月起，捷運公司對於攜帶腳踏車搭乘捷運實施新規定，開放站數更多、票價更低、開放時間更長。

每一車門區限停2輛腳踏車，不得佔用無障礙空間。

根據統計，自93年1月17日開放假日攜帶腳踏車搭乘捷運以來，累計運量已達5萬6千餘輛次，已獲得社會大眾普遍肯定。加上臺北捷運公司新購電聯車已經陸續上線營運，「南港—板橋—土城線」假日車廂內的擁擠狀況經改善後也稍有紓解，有餘裕運載攜帶腳踏車的旅客。因此，此次增加開放板橋線、南港線、土城線

及小南門線12個車站，便利民眾假日攜帶腳踏車搭乘捷運出遊。

除原已開放的紅樹林站、竹圍站、關渡站、北投站、唎哩岸站、明德站、士林站、圓山站、雙連站、頂溪站、南勢角站、中正紀念堂站、公館站、大坪林站及新店站等15個車站外，再增加開放永寧站、亞東醫院站、板橋站、江子翠站、龍山寺站、西門站、忠孝新生站、國父紀念館站、市政府站、後山埤站、昆陽



腳踏車停放車廂僅限第一及最後一節車廂。

站及小南門站等12個車站，總共開放27個特定車站。

### 利用中正紀念堂、西門站轉乘

不過，捷運公司建議，木柵線各站因車站及車廂空間較小、臺北車站及忠孝復興站因人潮眾多擁擠、動線複雜，皆不適合開放腳踏車進出站及轉乘。如果需要，在「淡水－新店－中和線」（南北向）及「南港－板橋－土城線」（東西向）更換搭車路線時，可以利用小南門線中正紀念堂站，以及西門站轉乘，切勿於臺北車站下車或轉乘。尤其晚間11時以後，因為營運模式變更，淡水線、新店線及中和線間換線搭乘的旅客，請改於中正紀念堂站轉車。

臺北捷運公司也特別叮嚀，假日攜帶腳踏車的旅客如果需要轉乘不同路線，僅可於上述27個特定車站轉乘，不可以於其他未開放的車站下車或轉乘。如果未依規定於上述特定車站進出或轉乘的旅客，將會依照《大眾捷運法》第50條第1項第4款處罰。民眾一定要特別留心注意，以免乘興而去，敗興而歸。

其實，目前雖然只有假日開放攜帶腳踏車，但是如果攜帶的是「包裝好之折疊式腳踏車」，則不在此限，資深攝影師許斌則戲稱，自己可能是全臺灣唯一一個騎腳踏車採訪的攝影師了，他認為，以折疊式腳踏車代步好處多多，不但省卻找車位的時間，高油價時代每個月還能省下幾千塊

的油錢，而且環保零污染，即使出門臨時遇到下雨，只要折疊進袋子裡，就可以背著搭乘大眾交通工具回家。捷運公司也表示，只要折疊腳踏車有妥善包裝，輪子不在地上跑，也不致於弄髒其他乘客的衣物，就可以比照一般行李帶進捷運，還能省去80元的人車費用，供民眾多一個選擇。

- 開放攜帶腳踏車進捷運時間：週六、週日及國定假日06:00～16:00及19:00以後至營運結束為止。（如有異動，將另行公告）
- 臺北捷運公司24小時客服專線：218-12345
- 臺北捷運公司網：[www.trtc.com.tw](http://www.trtc.com.tw)。

# 不怕騎樓路不平 里長與店家相挺

文／邱鳳華 攝影／王能佑

「蜘蛛人驚險地穿越了被機車佔滿的狹窄騎樓，好不容易緊急煞車卻被不知情的小狗所牽連，他終究逃不出不平騎樓的厄運……」，如果你有印象，這是臺北市政府一則市政宣導廣告片的旁白，片中的超人家族們，遇到崎嶇不平的騎樓，竟然也沒輒。

許多市民過去可能有這樣感同身受的經歷：推著嬰兒車的媽媽，遇到高低不平的騎樓，必須用強壯的臂膀，把嬰兒車抬上抬下；行動不便的老人家，走在騎樓上必須左閃右躲，還要注意騎樓與騎樓之間是否有高低差、有溝渠，避免不小心摔跤。

不過這樣的情景已不復見了，廣告旁白說：「到底有誰能解救這些英雄們的命運？」答案揭曉，解救英雄的英雄們，就是平日默默奉獻的里長伯與店家們。

## 騎樓整平工程 北市歡喜收割

臺北市政府從民國91年率全國之先，開始試辦騎樓順平工程，在全市各地播下騎樓整平的種子，並逐漸擴大整平街廓的範圍，實施自今，已經邁入「遍地開花、歡喜收割」的階段。

市府從96年起，透過商圈、景點及主軸的區域性改善，以兩大主軸（忠孝東西路、復興南北路）、3大景點（行天宮、龍山寺、中正紀念堂）及4大商圈（公館、捷運石碑、臺北後站、京華商圈）為主要路段，形成網狀連結。

龍山寺所在位置的萬華區青山里，轄區內有著名的佛具街和廣州街夜市，既是老舊社區，也是著名的觀光景點，要著手騎樓整

平的工程，難度極高。

青山里里長李昭成說，剛開始店家還有諸多疑慮，比如擔心施工期間影響他們的生意、對施工品質沒有信心，以及擔心完工後的保固等，但在李昭成里長一一說服，消除店家的疑慮後，完工後的施工品質，讓店家十分滿意。

李昭成表示，從去年8月初施工以來，萬華區已完成約8成的騎樓整平工程，包括貴陽街2段全線、環河南路2段以東、西園路以西，和平西路以北，以及廣州街前半部和桂林路，目前只剩廣州街後段及梧州街尚未完成。他指著地上的嶄新騎樓說，萬華區內有許多年長者，能夠讓年長者無障礙的通行，也算是功德一件。

同樣屬於老舊社區的臺北後站商圈，從長安西路、重慶北路1段、太原路和承德路1段之間的街廓，大約花了半年的時間進行工程的施做，目前除了承德路和中山北路之間的長安西路段，正要進行更新工程之外，後站商圈幾乎全數整平完成。

大同區建明里里長陳正賢表示，由於後站商圈有許多店家，營業時間也有許多逛街的民眾，為了不影響店家做生意，施工單位特別配合店家的作息，早上進行整地，下午做清除動作，隔天再打地基，約莫4、5個工作天，就可以完成一個街廓的整平工程。

陳正賢彎下腰，指著騎樓的地磚說，施工單位的細心，連磚塊和磚塊之間的菱線接縫，都處理得天衣無縫，而原本有高低差的部分，也用七里石砌成斜坡，因



萬華區青山里里長李昭成推動騎樓整平不遺餘力，完工後店家十分滿意。



京華城商圈所在位置的松山區吉祥里，陳永昌里長挨家挨戶拜訪店家，積極溝通。



後站商圈騎樓幾乎全數整平，建明里里長陳正賢功不可沒。

為施工品質好，速度又快，讓原本不想參與的店家也感興趣，主動表示願意配合施做。

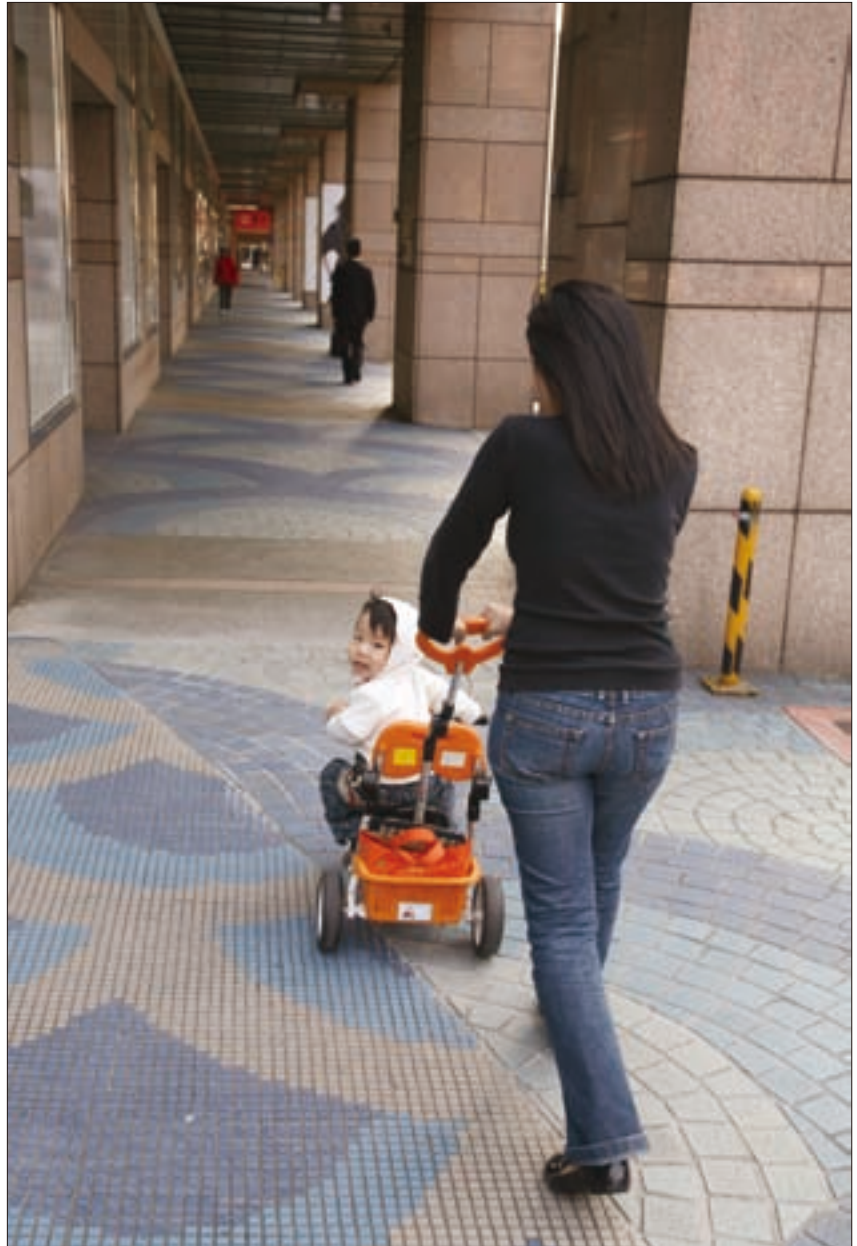
位於松山區的吉祥里，轄區內有著名的京華城商圈。從96年5月開始進行騎樓整平的作業，期間，里辦公室曾舉行2至3次的說明會，之後在里長陳永昌挨家挨戶拜訪200多家店家，積極溝通後，店家的配合度極高，短短3個月內，便將八德路4段兩側的騎樓整平工程完成。

現在的京華城商圈兩側騎樓，煥然一新，不但有無障礙設施，原本騎樓與騎樓之間的高低差，皆設置有平順的坡道，至於某些老舊建物先天無法克服的障礙（如騎樓下有瓦斯管），施工單位也貼心地以不破壞結構為前提，為店家騎樓設置二級階梯，方便民眾通行。

值得一提的是，萬華區雙園里萬大路122號與124號騎樓間原有25公分高差，其中，122號屋主江啟耀為了住家前方騎樓墊高順接兩側，答應騎樓比室內高5公分，使騎樓整平專案順利進行。

### 拓展「面」的連結 兼具地方特色

目前臺北市騎樓總長約17萬公尺，需改善長度約11萬公尺。91年至96年累計共改善約6萬3千公尺，剩餘尚待改善長度約4萬7千



八德路京華城商圈兩側騎樓煥然一新。



為不影響後站商圈店家生意，市府特別配合其營業時間施工。

公尺，預定99年執行完成。

而市府也將延續歷年成果，今年度將進行兩大軸線（和平東西路段、八德長安路段）、5大園區（西門商圈、龍山街區、師大商

圈、文山學園、士林中正商圈）及優先受理有意願整平路段的民眾申請列為年度整平路段，並配合社區自發整平申請，將北市騎樓整平成果拓展至「面」的連

結，另在規劃設計時盡量將店家及地方意見納入，讓順平後的騎樓亦兼具地方特色。

**騎樓整平洽詢電話：2725-8363**

●臺北市有許多里長都相當熱心推動騎樓整平工程，謹將96年度騎樓整平路段較長的部分及協助的里長表列於下。礙於版面篇幅限制，尚有許多對於騎樓整平貢獻良多的里長，甚至市民，無法在文章及表格中一一提及，但我們在此誠心地向所有為騎樓整平努力的朋友，致上最高的謝意！



整平後的騎樓，讓老人家可以安心行走。



飯店門口的騎樓整平，讓旅客可以輕鬆搬運行李。

區別	里別	施工路段範圍	里長
大同區	星明里	民生西路（南側）162-194號	李秀男
	建明里	長安西路152-244號 重慶北路1段1-61號 太原路10-54-1號 承德路1段8-38號	陳正賢
中山區	中吉里	一江街21-47號、18-62號 長春路77-1-142-1號、127-1-149-3號 民生東路2段80-210號	林德勝
	埤頭里	八德路2段68-334號、210巷6-6-3號	林銘清
中正區	永春里	忠孝東路5段417-795號	許秀綢鄰長（12鄰）
松山區	吉祥里	八德路4段1-243號	陳永昌
信義區	景新里	莊敬路199-323號、198-238號、290-322號	張文智
文山區	興泰里	辛亥路4段277-168號	鍾譯樂
萬華區	福星里	開封街2段81-43號、76-78號 環河南路1段9-3-27號 昆明街30-58-5號 洛陽街1-73號 中華路1段4-22號 忠孝西路2段16巷巷口-34號 西寧南路3-33號	李黃玉根
	青山里	桂林路114-162號 廣州街245-2-168號 西園路1段218-2-114號 和平西路3段139-211號	李昭成
	和平里	雙園街42-58號、51-65號	李彬基
	雙園里	艋舺大道246-258號	許惠城



# 向舊教具敬禮 西園國小科技博物館尋寶趣

文／邱鳳華 攝影／王能佑



小型指南車藉兩輪的差速，讓指南針指向固定方向。

「小朋友，如果你是古代皇帝出巡，在霧中遭受攻擊，要怎樣才不會迷失方向呢？」西園國小校長王景坤轉動手中的小型指南車，向小朋友說明如何藉兩輪的差速，讓指南針指向固定方向，圍在一旁的小朋友，嘖嘖稱奇，直呼：「喔，原來如此！」

## 空間再活化 舊教具重獲新生

5、6年級生對於「教具室」這個名詞，一定不陌生。偌大的黃色算盤、簡易通電的大型計算機、白鐵製的潛望鏡、光碟發電機和音叉等，這些小時候常要到「教具室」借用的教具，隨著教育部統一教材走入歷史，取而代之的9年一貫教材多元化，讓舊



簡易通電的大型計算機，讓小朋友瞭解計算機功能。



蒸汽機將水變為蒸汽後產生壓力，推動活塞進而產生動能。

教具也一一功成身退，不是被擺在倉庫，便是面臨被清理掉的命運。

年屆50的萬華區西園國小，校齡不算年輕。經年累積下來，為數眾多的舊教具，原本被默默擺在圖書館4樓，退休主任陳進福提議以「空間再活化、教具再利用」的觀念，籌設「科技博物館」，讓小朋友親自體驗、操作和探索這些舊教具，這個想法獲

得王校長的傾全力支持，在10位老師協助規劃與整理教具後，這些舊教具於是重獲新生。

「科技博物館」分為體驗區和時光區，在體驗區內陳列有水壓器、風速計、光碟發電機、蒸汽機、桿秤（秤砣）、單缸四行程汽車引擎等各式教具，這些教具經過老師們重新整理、上網找資料和製作參觀學習單後，一具具比學生們還要「資深」的教具，

頓時成了活生生的教材。

王校長現場親自示範光碟發電機，只要用兩手握住兩端、拉動托盤，來回運動，上面的LED燈便會亮起來，這是利用「磁電共生」的原理發電，你一定想不到，這是西園國小的老師從故障的光碟機拆卸下來，再裝上LED燈，簡單到小朋友都可以親自動手做。



小型風速計上有測量風向的風標、杯狀扇葉和儀表面板。



傳統的打字機有一排鉛字字模，透過複寫紙將字打印到紙上。



大型算盤是5、6年級生不陌生的舊教具記憶。

### 探索老東西 如入時光隧道

此外，如打字機、油印機、碳燒熨斗，在現今日常生活裡已不復見，在這裡，小朋友還可以親自操作，體會科技的日新月異；最經典的還有8厘米和16厘米電影簡易放映機，經過修繕後，可以播放學校過去拍攝的歷史影片，眼尖的人還可以發現，當年的臺北市長楊金欉參加學校運動會的身影。

「時光區」則陳設有過去自然科學課的標本、容器和實驗器材，一整櫃子的眼鏡蛇、鯽魚的骨骼、青蛙的骨骼，以及「蛙的一生」標本，讓人彷彿置身時光隧道，回到小時候的課堂，老師在台上示範解剖青蛙，台下同學個個嚇得吱吱叫的驚悚畫面。

其他則還有常見的岩石、病菌的放大圖像、蟬的成長標本等。有趣的是，由於學校鄰近華西街夜市，還有經營蛇店的學生

家長，將蛇製成各種標本送給學校，王校長說，這可是西園國小才有的「特產」喔！

除了舊教具之外，博物館裡四處可見阿嬤級的古董家具，包括牆壁上吊有民國四、五十年代國小普遍的校鐘，也就是必須以人工敲擊的西洋銅鐘，還有見證不同年代的各式時鐘，玻璃櫃裡擺設有學校辦公室的老古董電話、數十年前的學校課表及校徽，以及充滿復古風的碗廚櫃……，都被精心保存下來。

教務主任張育成還從櫃子底下「挖出」40多年前保存試管的泛黃舊報紙，以及更早之前，沒有保麗龍的年代，校方用稻草精心保存的燒杯，過了數十年，燒杯仍完整保存，毫無損壞。

展望未來，王校長希望能夠爭取經費，將科技博物館移到更適合的展示場地，同時也希望各校將有保存價值的教具，都能提供

給西園國小，讓教具更多元化，而提供舊教具的學校芳名將被蝕刻在簡介的銅片上，在西園國小的舊教具博物館內，一起發揮無限可能的教育價值。

●西園國小電話：2303-0257



40多年前，校方用稻草和舊報紙保存燒杯。

# 身障生感。官。學。習。夢。工。廠。

## 文山特教學校 新設黑白屋多感官教室

文／黃郁惠 攝影／許斌

悶悶坐在「光振球池」內，全盲且無語言能力的她，雖然看不到池內的燈光變化，卻能感覺池

底產生的振動，進而帶動池內數百個塑膠透明球的振動，讓她覺得舒適、安全，偶爾隨意地將透

明球撥出池外，彷彿想告訴我們什麼。鈞鈞則坐在鬆軟的「螢光光纖島」軟墊上，數十條螢光光纖圍在他的脖子上，稍可看見光線且有點語言能力的鈞鈞，小聲地喊著「哎喔，哎喔」，這是他常發出的幾個聲音之一，但老師在一旁試圖鼓勵他學說「救命」這一類新的字詞……。



像在洗泡泡浴兼按摩的「光振球池」。



按下「氣味選擇機」的按鈕，散發的香氣具有舒緩功能。

### 身障生需要更多的感官學習

他們都是臺北市立文山特殊教育學校國小部的學生，正在學校新設立的「黑屋」多感官教室內進行感官刺激訓練。這間「黑屋」的設置可謂全臺首例，而與它同時於校慶當日正式啟用的，還包括了一間「白屋」。

民國69年即開始投身特殊教育的張靜玉校長談到，文山特殊教育學校招收的學生多屬重度、極重度智能障礙或多重障礙者，他們礙於本身智力、體能或心理健康的問題，從感官體驗引發的學習不若普通孩子，在日常生活中獲得感官經驗的機會也較缺乏。有感於此，文山特殊教育學校兩年前即開始籌劃、設計「黑屋」與「白屋」多感官教室，以補現有聲光教室之不足。

### 黑屋多刺激，白屋予安撫

所謂的「黑屋」，是在漆黑的教室內，以具有螢光視覺效果、聽覺活動與操作型刺激的設備，讓學生接受更多的感官刺激，以促進學習能力。現階段包括了幻象投射機、光振球池、螢光光纖島、無線控制泡泡管、聲控燈箱、甲蟲振動墊、觸覺墊、懶骨



螢光光纖島兼具視覺與觸覺的刺激功能。



無線控制泡泡管可以刺激自閉症者的好奇心。

頭、豆袋、螢光燈管及音響系統等，未來還將逐年添購新設備。

以聲控燈箱為例，學生透過麥克風輸入聲音，燈箱上即會根據其音量的大小，顯示出不同反應程度的圖案。這種視覺效果的訓練，可以增進孩子的專注力，同時對於發聲意願較小的孩子，也可藉此激發他的發聲或表達意願。又如甲蟲振動墊，則是透過墊內3個感應器的振動，讓坐在墊上的孩子感受觸覺的刺激，以及甲蟲的螢光色觸角與眼睛所引發的視覺刺激。

由於「黑屋」屬於刺激性感官教室，為避免某些身障生受到過度刺激而癲癇發作，教室內所有的設備都可以調整其敏感度，以



觸覺牆的各類玩具提供盲生辨識形狀的能力。

配合不同學生的需求。

「白屋」則是以舒緩、放鬆學生情緒，進而達到學習效果為目的。教室內鋪上白色軟墊，學生可以舒適地躺臥。天花板上的鏡球透過四色旋轉投影機的照射，反射出不斷移動的光點於地板及牆面上，可引發孩子們去觸摸或追逐光點，對於有自傷傾向者，有助於轉移他們對身體的注意力。氣味選擇機可以裝入各種味道的精油，孩子根據不同顏色的按鈕啟動機器，即會散發其所選擇的香味，不僅可舒緩情緒，並兼具主動學習色彩認知的功能。

### 資源共享為校方目標

既是全臺首創的「黑屋」多感官教室，校方也不吝於開放給一般學校的特教班或專業人士使用。

張靜玉校長表示，文山特殊教育學校比起其他學校的特教班，擁有較充裕的資源，例如加設移動系統的溫水游泳池、有升降椅的水療復健室等，其中溫水游泳池即提供給其他六所普通學校特教班的學生使用，而新設立的黑白屋多感官教室，因其設備的特殊性與專業性，申請使用的前提則是須有專業治療師在場協同教導。

張靜玉校長深切期許文山特殊教育學校能成為一所特殊教育的資源中心，以達成資源共享、學校社區化的理想。



「白屋」的舒緩柔和讓孩子似乎忘卻了身心的障礙。

# 來美崙公園 玩科學 知天文

文／王宜燕 攝影／王能佑

位於士林基河路與美崙街口的美崙公園，於民國83年闢建完成，面積約6公頃，得天獨厚的是，美崙公園鄰近臺北市立天文科學教育館，該館假美崙公園佈置了三大科學主題與一個兒童科學遊戲城，讓這座公園成為不折不扣的科學公園，到處煥發著知性光芒，來這裡一趟，還真可「上知天文、下知地理」。

入口處有著類似羅馬廣場的長廊，為美崙公園增添西方古典的知性色彩，再加上廣場上的地面特別設計日晷，只要雙腳往地上的腳印一站，再看看自己的影子落在哪個時區，一對照就可知道當下的時間，令來這裡戶外教學的小朋友，還沒踏進公園，就玩得亦樂乎。

廣場上還有一個「太陽能飛鳥」的設計，這是利用太陽能板收集來的太陽能轉動飛鳥而成的造型公共藝術。步入公園，右手邊立著「無菸示範公園」的牌子，旁邊是一個熄菸筒，標明這座公園是癮君子止步的地方。往左手邊走即進入「波主題區」，只見草坪上有音速管、笙管、通信管、聲波反射筒、連環鼓槌等

設計，讓小朋友在一個又一個設施間發出聲響，體驗聲波傳遞的樂趣。

## 兒童科學遊戲城 寓教於樂

公園裡人氣最旺的地方該是「兒童科學遊戲城」了，這個看似與一般公園遊樂設施無異的地方，其實處處暗藏科學玄機，例如隔板上貼滿科學家肖像、科學符號，還有12星座圖案；益智遊戲球盤是以紅、黑色棋子開發邏輯推理能力；充氣塑膠球做的彈力球袋則不時有小朋友抱著盪來盪去；空氣電話與悄悄話管也讓愛打電話的小朋友愛不釋手；動物拼圖、創意拼圖、音鐘、混色轉盤都寓教於樂，讓小朋友在遊戲中有不同的學習。

散布範圍遼闊的「數理主題」有多種指標與步道，試圖在潛移默化中開啟小朋友的數理能力：如距離指標分為宇宙指標、太陽系指標、全球指標與臺北指標等4類，並且由近而遠標示距離，讓小朋友感受宇宙的浩瀚；足跡步道則製作多種不同的動物腳印，讓小朋友認識動物的足跡，並由此推論動物的體積；星座步道以



顯示宇宙浩瀚的距離指標。

玻璃珠嵌入地面製作12星座的星座圖；質數步道則以2、3、5……的質數，讓小朋友從中看出質數的規則，領略數理原理。

同樣也是人聲鼎沸、人氣強強滾的「水主題」，有一整面牆的「水世界」，包括懸在空中的水龍頭不斷湧出「天上水」、應用槓桿原理的水蹺蹺板、以水柱衝擊葉片帶動渦輪旋轉的水花車、還有體驗水車原理的水流車、以及讓小朋友可大打水仗的螺旋輸水管、水唧筒、透明幫浦，都利用不同的原理，讓小朋友在「打水」的過程中，明白輸水送水的原理。

另外，散布在大草坪四周還有水主題的其他設施，如「洗衣機」是藉由轉動把手驅動葉片，



美崙公園入口處的地面特別設計有日晷，只要從自己的影子就可知道當下時間。

「波主題區」讓小朋友體驗聲波傳遞的樂趣。



人氣強強滾的水世界，讓小朋友在打水的過程中，明白輸水送水原理。

形成旋轉的水流漩渦，讓小朋友理解洗衣機作用的原理；「上昇の泡泡」在按下按鈕後，底部會產生大小不同的氣泡，由於氣泡體積不同，讓小朋友了解浮力不同會影響氣泡上浮的速度；「離心力」則是轉動把手使容器內中心軸旋轉，由此觀察容器內有色溶液因離心力作用造成的凹面。

### 大草坪上 放風箏、玩遊戲、賞藝術

可別以為美崙公園只有科學設施而已，公園的四周並非高牆或柵欄，而是由綠色植物圍成的矮綠籬，展現出該公園「親民」



美崙公園的大草坪上，可以盡興玩團體遊戲。

的一面。公園鄰接天文台的入口處，有刻上「美崙公園」四字的奇石造景、噴泉表演廣場，但是為了節水，噴泉表演已停用，原本的設計是以石頭搭配水景，藉由石頭表現山形，呈現山側立於水中的自然變化。

美崙公園最美的是有片綠草如茵的大草坪，草坪上不時可看到愛好球類運動與放風箏的人在這裡奔馳，還有戶外教學的隊伍來這兒玩團體遊戲，或是三三兩兩在這片柔和的綠毯上或坐或臥休憩。草皮上的一側有座雕塑家楊柏林創作的「光之羽翼」銅塑作品，這是臺北國際獅子會於民國87年捐贈的藝術作品。

草坪四周栽種了各式綠樹如小葉欖仁、榕樹、羅漢松、水杉、苦楝、美人樹、八重梅、矮仙丹；此時小葉欖仁冒出黃綠色的新芽，為公園增添幾分春色；榕樹群長長的榕鬚下，設有幾張長椅，正是乘涼的好地方；這兒還有條寬大的鵝卵石健康步道，

想要按摩足底、釋放雙腳壓力的人，可來這裡試試腳底功夫。

美崙公園是士林區大型公園之一，也是進出人潮最多的公園，白天總是戶外教學人潮不斷，科學設施與大草坪上滿是小朋友盡興體驗；清晨與黃昏有不少社區居民來這裡運動、休憩；來美崙公園不但在智性上有增長，也可讓人在綠樹綠地的環繞下抒解壓力，想讓理性與感性均衡一下？來美崙公園走一回，保證不虛此行。

### 美崙公園小檔案

**公園地址：**美崙街190號

**交通方式：**搭乘捷運淡水線在劍潭、士林站下車，步行約15分鐘可達，或搭接駁公車紅12、紅19（經捷運士林站）、紅3、紅30、41（經捷運劍潭站）。搭乘公車250、263、290、302、304、601至天文館站下車。

**管理單位：**陽明山公園管理所

**聯絡電話：**2861-6533

# 大師開講

## 為臺北節慶觀光提出建言

文／李偉農 圖／臺北市政府觀光傳播局



觀光傳播局局長羊曉東（左）和Dr. Mike Robinson（右）一同討論臺北節慶觀光的走向。

總統大選甫結束，全臺瀰漫著一股準備拚觀光、拚經濟的熱切氛圍，「我們準備好了」，更是成為各縣市首長與媒體最夯的新興口號，臺北市政府觀光傳播局局長羊曉東就戲稱近來對觀光議題的討論「超過過去二十年」。

但我們真的準備好了嗎？為了確立永續發展的觀光路線，臺北市政府在4月22日邀請到曾接受聯合國教科文組織專款資助進行文化觀光研究，現擔任英國里茲都會大學（Leeds Metropolitan）觀光與文化變遷研究中心（The Centre for Tourism and Cultural Change, CTCC）主任的Dr. Mike Robinson，以及英國在IMF（歐洲國際藝術節及活動聯盟）的唯一代表，也是CTCC副主

任Dr. Philip Long來臺分享打造節慶活動的相關經驗。

### 建立認同與參與 增加能見度

針對臺北市即將在2009年舉辦聽障奧運會、2010年舉辦臺北國際花卉博覽會的整體行銷，Dr. Philip Long建議市政府必須先對市民、議會與媒體進行更多的說服，惟有讓民眾對於活動有認同與參與，才能促成活動的成功。而Dr. Mike Robinson更強調成功的觀光推廣絕非靠大筆預算的廣告購買，而是靠與相關業者及媒體建立長期友好的關係，透過相關業者的體驗、口碑與主動銷售，才能讓這兩個活動成功打入國際市場。

另外Dr. Mike Robinson也建議臺灣在觀光宣傳上應該增加與國際媒體的互動與友好關係，他指出在全球著名的旅遊書lonely planet上，就完全沒有關於臺北市節慶活動的相關記載，這顯示其實臺灣在持續與各種國際媒體的關係保持上仍有進步的空間。

對於兩位學者的分析與建議，觀光傳播局局長羊曉東感謝兩位學者站在制高點提供客觀建言，他表示臺北市做為全臺政經中心，既有的現代化設施與自然條件成為觀光客來臺的首選都市，但臺北不能以既有的優勢與條件自滿，「畢竟觀光不能悶著頭在國內自己拚，必須與國際接軌學習，才能將臺北打造成為亞洲第



跨年晚會是臺北市年度重頭大戲，總是吸引數十萬民眾共襄盛舉。

一流的觀光都市。」為了讓更多辦理活動的負責人能開拓視野並吸收國際經驗，觀光傳播局特地邀請了市政府各局處節慶活動承辦人共80餘人共同參與研討。

### 開啟跨國合作的契機

除了成功邀請到兩位學者來臺分享經驗外，主辦單位觀光傳播局更爭取到與兩位學者所屬的英國里茲都會大學（Leeds Metropolitan）「觀光與文化變遷研究中心」（The Centre for Tourism and Cultural Change）的合作契機，未來市府將有機會派員到英國實地參與如愛丁堡藝術節等大型節慶的辦理過程，而CTCC也願意以工作會議的方式集合專家學者來臺，為政府及民間觀光企業提供專業諮詢。兩位學者也表示願意協助引介歐洲花卉及園藝相關專家與業者，為2010年臺北國際花卉博覽會開拓海外人脈。

此外，觀光傳播局也透露將盡力爭取CTCC明年的第八屆年度節

慶學術研討會能在臺北舉辦。由於CTCC的年度節慶學術研討會在學界頗具名聲，且每年在各國舉辦都能吸引近三十個國家的會員參與，去年在冰島舉辦更吸引了

四十多國的會員參與研討分享，若能順利在臺北舉辦，將有利於提升臺北的國際形象，也能向許多國家的與會代表介紹臺北之美。



Dr.Mike Robinson和Dr.Philip Long來臺分享節慶活動的相關經驗，與會者皆收穫良多。



擁有不同創意的臺北燈會帶給遊客滿滿的驚喜和感動。

# 發現

## 巴黎街道家具

文·圖／楊子葆

許多年前，曾經聽過一位知名法國建築師談世界城市，他認為分辨城市進步與否的重要判準，不在建築地標、美麗公園或林蔭大道這些每個人都看得到也會特別注意的景點，而在於容易被「外來客」忽略的隱匿細節，例如所謂「街道家具」的設計與設置，一盞路燈、一座噴泉、一塊告示牌，乃至於紅綠燈、公共座椅、公車候車站、公用電話亭……，這些都市生活必需設施的

品質真切地反映了市民的品味與格調。那位建築師還舉例：「如果你拜訪一座陌生的城市，使用公共垃圾桶時，並非嫌惡地伸直了手遠遠將垃圾拋向桶子，而是帶著憐愛之心走近將垃圾準確放入，臨走還會轉頭依依欣賞這具垃圾桶的設計之美，那麼你就可以告訴自己，來到了一座進步的城市。」

這段議論說得好極了，既有趣又有見地，因此深深印在我的腦



凱旋門星形廣場的傳統石子路面車道。

海裡，後來起而實踐，竟成為自己檢視巴黎，這座蔣夢麟筆下的「世界都市之都」的一個另類重點。

### 走路漫遊

#### 欣賞巴黎的街道家具

其實「街道家具」在西方都市發展歷程裡出現得非常之早，幾乎與城市這個概念同壽，但這個專有名詞卻要到1960年代才在歐洲流行起來，一般公認的定



美麗的巴黎香榭麗舍大道，也擁有美麗的街道家具。



巴黎拉米雷特公園裡知名設計師史塔克的鋼板公共座椅作品，是很受歡迎的街道家具。

義為：「為了提供公眾某種服務或某項功能，裝置在都市公共空間裡的私人或公共物件、設備的統稱。」也有學者夸夸其談認為「街道家具」可以說是這個時代「都市特性」的重要元素之一，是分辨城市環境與生活品質良窳的基本判準。不過這些冷冰冰的論述都沒有法國街道家具研究者、巴黎大學教授卡蒙納（Michel Carmona）說得好：「街道家具設置的目的，是在協助市民重新發現與重新認識街道。」

那麼我們要怎麼樣才能認識、進而欣賞巴黎的街道家具呢？

首先，你得喜歡走路。

走路，尤其穿著輕便、不慌不忙、敞開心胸地一個人走路，或者用更時髦的字眼：「漫遊」，是認識巴黎以及巴黎街道家具最好的方式。

走在街道上，你的腳會感覺到

不同地區鋪面的不同，然後你會驚訝地發覺原來巴黎有這麼多讓汽車蹦蹦跳跳的傳統石子路面，仔細觀察，這些石塊面積雖然大小不一，但是厚度卻令人印象深刻，顯然非常「耐用」，而為了便利排水，鋪面底下則是再一層厚厚沙土。這令我們想到1968年法國巴黎學生運動中的著名口號：「路石底下，就是海灘。」（Sous le pave la plage.）——這句耐人尋味口號的原意是：挖開石塊，砸向鎮暴警察，啟動學運，打破管制枷鎖，我們終可擁有像在廣袤海灘上的全然自由……。於是我們接著聯想到同一時期另一句流傳更廣的名言：「權力就在街頭」（Le pouvoir est dans la rue.），這句話不但撼動世界，也一針見血地提醒我們街道在現代城市生活中的重要性。

### 公共座椅、噴泉、公廁、街燈 見證進步的城市

走累了想歇歇腳，有各式各樣的公共座椅，巴黎最常見的是木製墨綠色的長板凳，但是最有名的卻是拉米雷特公園裡，知名設計師史塔克（Philippe Starck）所設計的銀白鋼板座椅：椅子以單點轉動承軸輕觸地面，以單片脊板立起，坐在上面可以有相當大幅度的前後擺動，360度的旋轉，但不虞跌倒，充滿了趣味性，而椅子獨特的摺疊曲線也軟化了石板地面的冷硬、嚴肅與一成不變。

渴了想喝水，也有好東西：19世紀英國的大慈善家瓦拉士爵士（Sir Richard Wallace）曾於1870年代邀請法國著名雕塑家勒布爾（Charles Lebourg）設計，在巴黎市區廣置墨綠鑄鐵精緻塑造、以西方神話裡「美惠三女神」為主題的噴泉，免費供水讓人潔淨洗



免費供水讓人滌盡塵勞並去暑解渴的「拉瓦士噴泉」。



巴黎街頭由知名建築師設計的伊多爾夫街燈。

# aris

塵並去暑解渴，為紀念這位異國慈善家的善心與友誼，這項家具被命名為「瓦拉士噴泉」。瓦拉士噴泉曾是19世紀與20世紀交會時巴黎景致的重要特色，1900年時估計全巴黎共設有100座，是所謂當時「巴黎意象」的重要象徵之一，但卻因為漸不具實質服務功能，在1930年代後大多數被拆除，幾不見蹤影，直到1980年末才又重現，不過這時它的都市裝飾意味就已經遠大過解渴效益了。

對行旅路人而言，飲水、休息固然重要，方便、排泄也是人生大事。早在羅馬帝國時代，為維護都市環境的潔淨衛生，公共廁所於焉出現。西元第一世紀的羅馬皇帝維斯巴齊（Vespasien），曾以自己的字號為公廁命名，在漫長歷史淘洗中，許多顯赫一時的帝王將相多被後人遺忘，但這

位羅馬皇帝的名字竟因為都市公廁這一樁功德而流傳下來，巴黎目前散佈在街道上的許多公共廁所，其中以墨綠鑄鐵打造的傳統「公共便池」，名字依然叫作vespasienne。

要是到了晚上還想散步或繼續奔波，照明就是個大問題。大約在1850年代，煤氣街燈被引進巴黎，根據統計資料，1859年全巴黎總共裝設有兩萬餘盞煤氣街燈。而從1920年代開始，花都的街燈就全面換裝升級成為電燈，這項戲劇性變化，被視為巴黎供電普及的一項重要歷史指標。

## 現代化工程 帶動巴黎街道家具發展

當代的都市在迅速發展中，往往呈現著秩序化、理性化、便於管理的價值取向，巴黎也不例外。19世紀中，第二帝國時

期巴黎省長奧斯曼男爵（Baron Haussmann）主政巴黎期間，正是街道家具普遍化與制度化的關鍵時刻。當時奧斯曼所推動的巴黎大改造計畫，其實是一連串的都市現代化工程，包括市區的擴大與重新分區，建設下水道系統與中央市場等，而他最大手筆、完全扭轉巴黎城市風貌的2項重要施政，一是模仿倫敦在市郊設置大型森林公園，在市區裡修築小公園，提供市民休閒活動的去處，並且美化綠化了原本灰撲撲的城市；另一則是在巴黎市區切割出筆直壯闊的大道，不但便利交通，更「在巴黎原有的羅馬風格裡，注入了優雅華麗的巴洛克風格」——這2項重大建設，都帶動了街道家具的發展。

在公園裡，奧斯曼引進了可供遮陽避雨的遮篷與涼亭——某些寬敞的公園涼亭還因此創造樂團在



巴黎街頭的書報攤。

此演奏公共音樂會的傳統，建設了公共廁所、公共座椅、公共照明與指標系統。

而為了適當搭配大道景致，

塞納河上亞歷山大三世橋精緻的青銅雕塑燈具。



奧斯曼指派建築師阿爾方（Jean-Charles Alphand）主導街道家具的設計，他廣邀當時知名的建築師，如達衛烏（Gabriel Davioud）、

結合張貼海報的「莫里斯柱」與現代化公共廁所的巴黎新式街道家具。



伊多爾夫（Jaques Hittorff）、巴塔爾（Victor Baltard）等人，以新古典主義的風格設計了坐落於人行道上包括書報攤、街燈、公共

塞納河畔的聖米歇爾噴泉，俗稱達衛烏之泉。



座椅、行人護柱等一系列獨特的新式街道家具，並引進由英國藝術家莫里斯（William Morris）設計、僅限於張貼劇院、歌劇院和音樂會文化海報的海報柱，這些經典家具後來往往就以設計者的名字命名，例如「莫里斯柱」（Collone Morris）、伊多爾夫街燈（Lampadaire Hittorff）、巴塔爾小樓（Pavillon Baltard）……，甚至塞納河畔著名的景點「聖米歇爾噴泉」（Fontaine Saint-Michel），也因為有深受歡迎的街道家具設計者參與，而被俗稱為「達衛烏之泉」（Fontaine de Davioud）。

精緻、獨特，而且從服務市民與訪客的良善動機發展而成的巴黎街道家具，不但與建築地標、美麗公園或林蔭大道相互呼應，

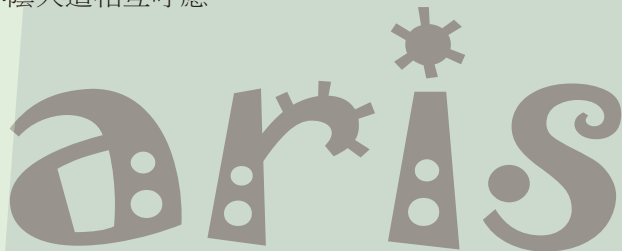
也以一種「內行人」的視野呈現巴黎的「進步」。

最後筆者想以一則自己偏愛的小故事作結：古希臘七賢之一達勒斯（Thales de Miletus）是一位學問家，有一回，他一邊走路一邊觀測星相，不小心撲通一聲跌進一口水井裡，據說聰明的女僕特瑞斯（Thrace）當下這麼打趣道：「您只顧著仰望天空，哪裡看得到腳踩著的土地？」

欣賞巴黎，或者欣賞任何一座城市，除了遠眺動人的天際線、欣賞知名的「旅遊指南風景」之外，別重蹈達勒斯覆轍，記得可以更貼心地關切與凝視腳下的街道，以及身邊的街道家具。



巴黎公園裡的垃圾桶，像是初綻放的蓮花造型。



巴黎捷運出入口與識別燈具。



巴黎街頭的制式垃圾桶。





▶▶ 臺北明信片

臺北101 信義路5段7號  
\*本照片為臺北市政府觀光傳播局  
96年叢書《臺北繽紛》封面。

## 繡城

文／周純慧 攝影／許斌

「翡翠黃金縷，繡成歌舞衣。」枝樞交會的散錯針法下，挑花似地編織出一幅美麗圖畫，無須講究經紗緯線，不分蜀湘粵蘇，就以蒼天為底，高樓相襯，秀麗著這一方光景。

那世界最高的樓，總有不停穿梭的人群，猶如聚光燈下唯一閃亮的明星，凝集著所有目光的焦點，這城因而在一夕間倏然改變，從此在世界舞台上更為亮眼。時尚、潮流，精品、美饌，俯瞰北市風光、遨遊人文想像，節節高昇的建築律動，透露人們對自然最原始的渴望。

由是那樓雖高聳卻非難以親近，融合東西觀點的追求與包容，花開富貴般地璀璨了城市的天空，有如一段久遠的傳說，穿越時空而來，契合著古人今人的同步脈動。

也許下得樓來，就在這開闢道路的行道樹下，我們一同抬首仰望——你可以看見的不僅僅是那「仰之彌高」而寓意深厚的建築物體，也許調整一下目光，你將和我一樣，驚豔於這變體繡般的美好景象。



# 茄子

## 浪漫性感的紫色女神

文／呂增娣 攝影／楊志雄

採訪協力／屏東縣農會鹽埔辦事處推廣股股長黃慶平

臺北市立聯合醫院中醫院區主治醫師林君玉

食譜示範／佟姍姍

提起茄子，便忍不住一提曹雪芹的名著紅樓夢，小說中談到了不少美食菜餚，像是建蓮紅棗湯、酸筍雞湯、碧粳粥等，卻絕少提及其作法，惟獨對茄子這一味，可是耗費篇章細膩地描述烹調過程，從主料、配料到其入口的味道，全都仔細描繪，可謂書中菜餚中介紹最詳盡的。

紅樓夢的茄子佳餚稱為茄蕪，

光看其敘述便知十分耗事費時，乃是豪門貴族才得嘗；將4、5月新上市的茄子去皮去穰子後，白淨的茄肉切成髮絲般曬乾，再以老母雞湯蒸以入味，九蒸九曬茄肉脆了之後，以瓷罐封嚴了，欲吃時再以雞爪子一拌，其好吃的味道讓劉姥姥直喊著要用十幾隻雞來配才得以滿足。

這般精緻費時的烹調方法，

不用說劉姥姥，讀者看了也是口水直流，更有不少饕客曾照方嘗試著做，不過據說大多是敗興收場，成功者無；其實，想吃美味的茄子，不用這般繁複，鮮吃、油炸、醃漬都是好方法；加上茄子可塑形強，善於吸收各種鮮味，不論以雞、豬、牛肉搭配都很合適。

### 我種歷史逾千年

茄子原產於東南亞、印度一帶，約在4至5世紀時傳入東南亞和中國大陸，北魏末期和東魏時期的農聖賈思勰，在《齊民要術》中便曾記載關於茄子的栽培方法及留種技術，由此可預估中國栽培茄子的歷史至少有1400多年。傳入歐洲則是13世紀左右，17世紀再由歐洲傳入北美洲。

臺灣栽培的茄子大約是在明朝時傳入，茄子喜好高溫多濕的氣候，位處於熱帶與亞熱帶間的臺灣非常適合茄子的生長，也因此從大陸傳至臺灣後，繁衍得非常成功。屏東縣農會鹽埔辦事處推廣股黃慶平股長表示，早年，國內種植的茄子種類較為繁複，共分成適合加工的大圓茄子類及千成茄子類，適合鮮烹煮的長茄子類，後來因為外銷受阻，加工發展受到限制，因此大圓茄子類及千成茄子類即被淘汰，只剩下現今常見的長茄子類。

### 南胭脂中麻糬 四季皆有茄可嘗

目前臺灣常見的品種，則為南投、彰化、雲林盛產的麻糬長茄，以及高雄屏東地區常見的胭脂茄；至於胭脂茄中又以高雄二號（紫娘）以及屏東長茄產量較多。黃慶平股長進一步表示，麻糬長茄的產期約在每年的3至7月左右，現在的技術甚至可以延至9月，而胭脂茄則接續著11至4月左右，所以臺灣可說是一年四季都可以享用到鮮美的茄子，黃股長並特別推薦鹽埔鄉所產的高雄二號，他說：「鹽埔出產的高雄二號，有美麗的豔紫外皮，且茄肉更為鮮嫩耐煮，品質掛保證。」

其實，目前國內種植技術不斷進步，縱使不同品種的茄子口感上略有差異，但大多數的的茄子都十分優良，且有一定的品質，不過，挑選時仍應注意，挑選亮紫紅色的外皮為佳，茄型也應完整有光澤且無碰損，茄肉飽滿有

彈性，茄尾部不應太膨大，以免茄肉過老，影響口感。

### 三高族群的健康良伴

正所謂「食茄吃到會搖，食豆吃到老老」，老一輩的人都說茄子對身體有益，吃了茄子走路都能蹦蹦跳跳、精神奕奕，老一輩的智慧其實不無道理，臺北市立聯合醫院中醫院區林君玉醫師表示，茄子乃性寒味甘，可清熱活血、消腫止痛、利尿降火、解毒等等，可解緩大便乾硬、口瘡牙痛等症狀。

此外，茄子含有植物性荷爾蒙，對於有更年期困擾的婦女而言，更是改善更年期不適最天然最健康的食物。而對於血管硬化、高血壓、高血脂患者，茄子內豐富的維生素P，可幫助增加其血管彈性，抑制膽固醇、降低毛細血管的脆性，強化血管的滲透性，預防毛細血管出血等等，對心血管疾病皆有助益。當然，一般蔬果所具有的維生素A、維生素B群以及維生素C、蛋白質、碳水化合物、胡蘿蔔素、鈣、磷、鐵、核黃素等營養成分，茄子一樣不少。

茄子所擁有的多種營養素大多是藏在紫色表皮中，因此林君玉醫師特別提醒讀者，烹調茄子時儘量不要削皮，且不要長時間的浸泡，才能吃得到茄子的營養。另外，茄子偏寒，若是經常腹瀉、四肢冰冷者，體弱胃寒者不宜多吃，如果食後皮膚癢、過敏者則不建議食用。

### 茄子小百科

**學名：**Solanum melongena L.  
**原產地：**東南亞、印度一帶  
**品種：**高雄二號、屏東長茄、麻糬長茄  
**盛產期：**高雄二號、屏東長茄11至4月，麻糬長茄3至9月，幾乎一年四季皆有。

## 茄子私房料理

### 茄子私房菜1

### 茄子鑲肉

**材料：**絞肉4兩、蝦仁2兩、茄子2條、蔥1根、薑3片、醬油1小匙、蛋白1小匙、玉米粉1小匙、酥炸粉1小匙。

#### 作法：

- 1.茄子洗淨後斜切約1公分厚度，再於每一段茄片中間用刀子劃一小道，但不切斷，茄子段變成可以填入餡的茄盒子。
- 2.蝦仁剁碎與絞肉混合攪拌，並將蔥、薑切成碎末，倒入絞肉中，再倒入醬油、蛋白、玉米粉，一同混合成肉漿。
- 3.取一個茄盒子，將中間抹上少許的玉米粉，將作法2的肉漿適量填入。
- 4.將酥炸粉倒入適量的水，調成麵糊，將填好餡的茄盒子裹上麵糊後入油鍋炸成金黃，即可起鍋了。

#### Tips：

- 1.炸好的茄盒子可依喜好沾上胡椒鹽或者番茄醬。
- 2.酥炸粉和麵糊時，水量可慢慢調整，調製出的麵糊不可太厚，薄麵糊即可。



作法3。



作法4。



茄子鑲肉。



魚香茄子。

### 茄子私房菜2

## 魚香茄子

**材料：**茄子2條、絞肉2兩約半碗、蔥1根、蒜頭2顆、薑3片、醬油1小匙、香油1小匙、豆瓣醬1小匙、太白粉1小匙、水少許。

**作法：**

1. 茄子洗淨後斜切成約0.5公分的薄片，放入蒸籠或電鍋中蒸約10分鐘。
2. 薑、蒜切成碎末，蔥切成蔥花備用。
3. 鍋熱後放一大匙油，油熱後放入絞肉拌炒一下，再放入豆瓣醬、醬油、蒜、薑後略炒一下，再放入半碗水。
4. 蒸好的茄子倒入鍋中，用小火燜煮約2分鐘至茄肉變軟，太白粉加少許水混合後倒入勾芡，最後淋上香油灑上蔥花，便可起鍋裝盤。

**Tips：**

在放入豆瓣醬、醬油後，可加少許鹽或少許水視狀況調味，但須在勾芡之前完成調味。



作法4。



五味茄子。

### 茄子私房菜3

## 五味茄子

**材料：**茄子2條、辣椒1根、蒜頭2顆、薑3片、醋1大匙、醬油1大匙、香油1小匙、糖1大匙。

**作法：**

1. 茄子連皮洗淨後切段再對半切，切口用鹽水洗過，放入蒸籠或電鍋蒸約20分鐘至茄肉變軟。
2. 醋、醬油、糖、香油倒入小碗中混合調勻，將蒜頭、辣椒、薑洗淨後切成碎末狀倒入。
3. 將調和好的醬汁淋在蒸好的茄子上即可。

**Tips：**

1. 醬汁調合後要先嘗濃淡，依個人喜好調整味道鹹淡。
2. 為避免茄肉接觸空氣後氧化，可用鹽水浸泡一下或洗一下切口。



作法3。

#### 茄子私房菜4

### 茄子甜不辣

**材料：**茄子1條、酥炸粉1碗、油3碗、水適量、胡椒鹽少許

**作法：**

**1.**茄子連皮洗淨，切成2公分小段，每一段再切成4至5薄片。

**2.**酥炸粉加水調成薄麵糊備用。

**3.**鍋熱後倒入3大碗油，待油熱後，把切好的薄片裹上麵糊後，入油鍋炸至麵糊呈金黃色即可。

**Tips：**

**1.**要知道油鍋是否過熱，可以滴上一點麵糊至油鍋中，若麵糊立刻浮起表示油已經熱了。

**2.**茄子切成薄片時每一片都要有皮有肉，紫色茄子外皮不只炸起來好看，吃起來也很可口。

**3.**剩餘的麵糊，可將自己喜歡的蔬菜如紫蘇葉、地瓜等裹上麵糊入油鍋炸，幾種不同的蔬菜一起品嚐，口感更佳。



茄子甜不辣。



# 臺北廣播電台 FM93.1 都會資訊頻道 97年5月節目表

星期 時間	週一 到 週五	週六	週日
00-01	臺北都會慢一點 / 秦浩	臺北樂談 / 陳冠州	
01-02	音樂不打烊 / 節目課	音樂不打烊 / 節目課	
02-05			
05-06	晨光健康快樂報 / 李劍虹	悠遊臺北 / 銘傳大學	飛向澳洲 / 【世新大學合作】
06-07	BBC NEWS	青春閱讀筆記 / 【文化大學合作】	健康滿點 / 【世新大學合作】
07-09	生活在臺北 / 遊俠	臺北流行地帶 / 雷洛	
09-10	早安、臺北 / 嘉沛	閩南語音樂節目	臺北人力銀行 / 【北市就服中心合作】
10-11			職場加油站 / 【北市職訓中心合作】
11-12	輕鬆臺北 / Louie	臺北有愛 / 廖偉凡	
12-13			
13-14	午安、臺北 / 宗煒	議會快易通 / 蔣光華	
14-15		臺北人客家情 / 吳育全	
15-16	Give Me5- 三不五時聽臺北 / 欣亞		
16-17		臺北社區好鄰居 / 張曉瑩	臺北大不同 / 民政局合作
17-18	臺北你當家【北市警局交通大隊合作】	臺北原聲帶 / 舞賽	超級臺北花路米 / 胡效華
18-19	臺北電台整點新聞  臺北你當家		
19-20	臺北 et 通 / 羅國盛	原來在臺北 / 小蔡 姑荷 (原民會合作)	臺北故事劇場 / 彼嫻彼利
20-21		星際能源會 / 丹萱	
21-22	2100 社大開講 / 丹萱 (教育局合作)	HELLO TAIPEI【勞工局外勞諮詢中心 合作】 週六 印尼語節目、週日 菲律賓語節目	
22-23	BBC NEWS	HELLO TAIPEI【勞工局外勞諮詢中心 合作】 週六 泰國語節目、週日 越南語節目	
23-24	尋夢園 / 秦夢眾	臺北樂談 / 陳冠州	

線上收聽：www.radio.taipei.gov.tw    地址：臺北市104中山區中山北路3段62-2號4樓  
 行政電話：2595-1233    傳真：2596-2115    現場電話：2599-2266

城市下午  Afternoon Tea in the City

# 臺北找茶趣

Tea Drinking in Taipei

為讓民眾深入了解茶與臺北的深切關係，  
以及茶文化在現代人休閒生活中所扮演的角色與地位，  
本次特展由歷史角度切入，  
探索茶引進臺北城所牽動的茶產業發展及所形成茶文化的演變過程，  
以現代觀光休閒觀點，呈現完整的茶產業、茶園及茶文化資訊。

展出日期：97年4月9日～6月15日

展出地點： 臺北探索館 臺北探索館二樓特展廳

主辦單位：臺北市政府觀光傳播局

電話：2725-8629

網址：[www.discovery.tcg.gov.tw](http://www.discovery.tcg.gov.tw)



