

# 台北 畫刊



與你童在

幼兒友善場域・學齡兒童生活探索・青少年城市探險

讀者可至台北旅遊網 (www.travel.taipei)「影音刊物」 單元點選「台北畫刊」,即可進入台北畫刊網路版。

台北畫刊郵政劃撥寄送辦法:1年(12期)

劃撥帳號:16630048 (限臨櫃劃撥) 劃撥戶名:台北市政府觀光傳播局

-新台幣300元(平寄) ◎國內-

◎香港/澳門-一新台幣600元(航空平寄)

○亞洲— 一新台幣780元(航空平寄)

◎歐、美、非洲——新台幣888元 (航空平寄)

#### 上網填問卷 好禮送到家

《台北畫刊》每月舉辦「填 問卷 抽好禮」活動,只要 您到台北旅遊網填寫網路 問卷,就有機會獲得1份 優質出版品!



#### 免費索取地點



#### 旅服中心

交通部觀光局輔導各地旅遊服務中心 各國家風暑區游客中心 台北車站旅遊服務中心 台北松山機場旅游服務中心 捷運新北投站旅遊服務中心 捷運劍潭站旅遊服務中心 捷運西門站旅遊服務中心 捷運台北101/世貿站旅游服務中心 捷運龍山寺站旅遊服務中心 機場捷運A1台北車站旅遊服務中心 西門紅樓遊客中心 續車貓空站游客中心 樟山寺旅遊資訊站 指南宮旅遊資訊站



#### 機場、捷運

台北捷運各站 台北火車站服務台 台鐵松山火車站 台鐵南港火車站 台北轉運站 松山機場服務台(國際線) 桃園機場一、二航廈旅客服務中心

#### ·· 展演場所

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 林安泰古厝民俗文物館 台北偶戲館 小藝埕 台北市藝文推廣處

大稻埕戲苑

國父紀念館

陽明山中山樓

臺灣藝術教育館

台北堂代藝術館 台北二二八紀念館 紀州庵文學森林 梅庭

台北之家 市長官邸藝文沙龍

台北國際藝術村

士林官邸

逸仙公園

華山1914文化創意產業園區

松山文創園區

台北市孔廟游客中心

闊渡白然公園

芝山文化生態綠園

寶藏巖國際藝術村

撫臺街洋樓

郭子儀紀念館

水源劇場

臺北記憶倉庫

臺灣新文化運動紀念館

台北小巨蛋服務台

台北探索館服務台

台北市立美術館

台北市中山堂

台北市立動物園

台北市立天文科學教育館

台北市青少年發展處

台北市立兒童新樂園

台北市萬華故事館

中山親子館

北投親子館

新富町文化市場

國家表演藝術中心國家兩廳院

(表演藝術圖書館)

中正紀念堂

臺灣博物館

臺灣公路博物館

台北國軍英雄館

國軍歷史文物館

袖珍博物館

郭元益糕餅博物館

二二八國家紀念館

中研院史語所歷史文物陳列館

孫運璿科技人文紀念館

錢穆故居

瓶蓋工廠台北製造所

#### ≤ 書局、戲院

國家書店

三民書局

誠品書店(台北市各分店)

聯經書房、上海書店

金石堂書店(台北市各分店)

國語日報門市

紀伊國屋書店(台北市各分店)

國客大戲院

in89豪華數位影院

紹色影城

**滷山戲院** 

國賓影城(微風廣場)

真善美劇院

百老匯數位影城



#### 百貨、店內閱讀等

路易莎咖啡(部分門市,限店內 閱讀)

摩斯漢堡(部分門市,限店內閱 讀)

伯朗咖啡(台北市、新北市各門 市,限店內閱讀)

丹堤咖啡(部分門市,限店內閱 讀)

麥味登(台北市各門市,限店內 閱讀)

咖啡弄(台北市部分門市)

彼得好咖啡(台北市,限店內閱 : 1

Q Burger(台北市各門市,限店

高三孝(台北市各門市,限店內 閱讀)

明星咖啡

曼都髮型(台北市、新北市各分 店,限店內閱讀)

小林髮廊(台北市、新北市各分 店,限店內閱讀)

全真瑜珈(雙北8家門市)

賓樂交通(限車內閱讀)

台北衛星車隊(限車內閱讀)

台北101觀景台(5樓)

新光三越信義店A8、A11(服務台)

Q square 京站時尚廣場

遠東百貨寶慶店 義美公司(台北市、新北市各分店)



台北市政府大樓1樓市民服務組 台北市各區公所 台北市各戶政事務所 台北市各運動中心 台北市立聯合醫院各院區、 各區健康服務中心 台北市立圖書館總館及各分館 台北市立文獻館服務台 台北市議會 台北市教師研習中心 台北市交通事件裁決所 台北NGO會館 台北市信義公民會館 台北市內湖公民會館 台北市中山公民會館 台北市稅捐處總處及各分處 台北市動產質借處 台北市社區營造中心 台北地下街行政服務中心 國家發展委員會服務台・經濟部 國營會

健保署台北業務組

國立臺灣圖書館 (原國立中央圖 書館臺灣分館)

勞保局台北市辦事處

內政部移民署台北市服務台

救國團中國青年服務計

台北富邦銀行各分行(限原台北 市台北銀行各分行)

中國信託商業銀行(台北市各分 行)

國泰醫院

榮民總醫院

泰安醫院

台北集郵服務中心

洪建全教育文化基金會

台北市藝文工會

林埼琪先生紀念基金會(老人社 會大學分校)

老人社會大學(台北市三民路)

兒童天真無邪的眼眸,映照出他們純真爛漫的世界,父母親學著從孩子的視野出發,就能發現他們的需求與願望,將那份宛如寶石的童心細細磨亮,在城市中閃爍著無比純粹的光芒。

以聯合國《兒童權利公約》所定的 18 歲為界,走進幼兒、學齡兒童和青少年三種兒童階段的親子生活:攝影師李盈靜分享新手父母如何在城市中找回悠閒的步伐,享有與孩子同遊友善場所的餘裕;《EVERYDAY OBJECT》副總編 Miffy 不斷開發兒童生活養成的面向,不為孩子設限學習的可能性;策展人兼設計師徐景亭將自己化身為孩子最好的朋友,一同探索人生志趣,找到青春期渴望的情感歸屬。

從飲食趨勢也能窺見今昔兒童的生活變化,與飲食作家魚夫一同回味 早期籤仔店的糖果點心,同時透過兒童食育營養師李婉萍的介紹,發掘 親子一起手作下廚的益處和樂趣。兒童的設計美學近年也成為話題,透 過兒童文化設計師林宇儂的引領,我們發現城市開始給予兒童更多「選 擇」權,與大人一起共學、共玩,從小培養對藝術的感知。台北更有越 來越進化的共融式遊戲場,包容不同孩子於城市中盡情奔跑的想望,在 遊戲中學習與成長。

當孩子擁有越多歡笑和揮灑創意的空間,城市的樣貌也變得更加友善,台北因童心的能量而有源源不絕的活力。



### **PART** 台北故事 Taipei Story

北

### 06 與你童在 孩子的歡笑之城

- 08 新手爸媽的育兒之道 台北的幼兒友善場域
- 12 城市就是我的實驗場 學齡兒童的生活探索
- 16 勇敢走出自己的路 青少年的城市探險

#### 台北食 Taipei Food

- 20 大漆盤裡的簽仔店零食/魚夫
- 22 親子一同下廚 培養共食樂趣多

#### 台北人 Taipei People

- 26 還原歷史軌跡的模樣
  - ——古蹟修復建築師

#### PART

#### 聊台北 Talk About Taipei

- 32 台北信仰正新潮 國立臺灣戲曲學院陳孟亮 × 劇場服裝設計暨塑神師李育昇
- 36 兒童友善的城市生活/林宇儂



#### 共好台北 Better Taipei

38 多元包容的台灣月事進程

#### 拍台北 Capture Taipei

42 風景是一種心事/鄧博仁

#### 畫台北 Draw Taipei

46 在台北,遇見相同的顏色/劉詠心 Emily Liu

#### **PART**

# 3

#### 愜意台北 Chill Taipei

48 邱子軒:

用不到的東西,也許是別人的寶物

50 漫遊時空享受混搭趣



北

#### 公共台北 Public Taipei

- 54 整個城市是我們的遊戲場
- 56 在玩樂中學習包容與尊重
- 58 2021 富邦身心障礙才藝獎
- 60 2021 台北傳統市場節
- 61 2021 保生文化祭
- 62 2021 錫口文化節

#### 好玩台北 Fun Taipei

63 活動短訊

### 台北畫刊

中華民國57年1月創刊 110年4月5日出刊

Taipei Pictorial

發行人劉奕霆總編輯謝佩君副總編輯鄒佳穎

主編 鄭雅萍・涂敏

責任編輯 劉子立・林彥男・劉琇吟

行銷企畫
陳其睿・李宗岳・林均霈・陳俐雯

#### 發行所

台北市政府觀光傳播局

地址 110204台北市信義區市府路1號4樓

電話 1999 (外縣市02-2720-8889) 轉7563、7564

傳真 02-2720-5909

網址 www.tpedoit.gov.taipei

Email taipeipictorial@mail.taipei.gov.tw

企畫製作 黑潮文化股份有限公司

主編 黄映嘉・林佳蕙・張詩偉

封面攝影 李盈靜 封面設計 李珮雯

設計 李珮雯·王曉雅 電話 02-2362-9039 製版印刷 秋雨創新股份有限公司

※ 更正:637期 p.15智慧海漂垃圾收集機器人「湛鬥機」專案募資時間誤植,修正為「今年1月初」。

ISSN 00399051

統一編號 2005700037

本刊全部圖文均有著作權,未經本刊同意不得使用或取材

中華郵政台北雜字

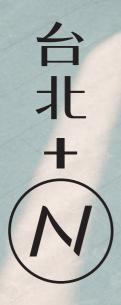
第1164號執照登記為雜誌交寄

每本定價25元



台北書刊





台北故事 Taipei Story

### 與你童在 孩子的歡笑之城

新手爸媽的育兒之道 台北的幼兒友善場域 城市就是我的實驗場 學齡兒童的生活探索 勇敢走出自己的路 青少年的城市探險

### 台北食 Taipei Food

大漆盤裡的篏仔店零食 親子一同下廚 培養共食樂趣多

#### 台北人 Taipei People

還原歷史軌跡的模樣——古蹟修復建築師







新生兒的初次啼哭,如同生命之花璀璨綻放,讓人懷抱著期盼與喜悅,引頸注目孩子成長。 而在每個成長階段,台北都能恰如其分地給予孩子充足養分,陪伴他們安心歡笑、形塑品格 性情、排解青春憂思,讓他們在人生的漫漫長河中,只要想起在台北度過的童年時光,就能 重新找到勇敢邁向未來的動力。

透過發生在台北的親子故事,我們回放那些大手牽小手、漫步公園的幼兒時光;勇敢放手,讓孩子探索新事物的展翅瞬間;並肩同行,一起展開的人生冒險旅程……種種成長中的無價光景,最終也將化作滋養城市的能量。

## 新手爸媽的育兒之道 台北的幼兒友善場域

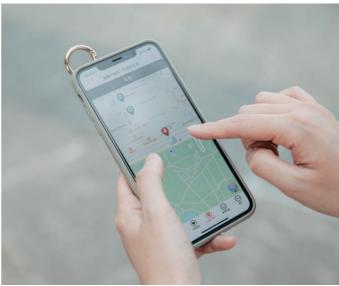
文一林郁姗 攝影-蔡耀徵、林冠良

上的攝影包換成了媽媽包,掛在胸前的相機換成了愛亂動的小娃,雖然用觀景窗看世 界的頻率減少了許多,但也開始懂得蹲低,以另一種水平線測量奇妙的世界。攝影師 李盈靜在台北的日常散步,多了一雙小腳陪伴左右,一起去探索屬於親子的新風景。



李盈靜在台北的日常散步如今多了孩子,一起在友善的城市裡持續發現美好。





左:台北捷運站的哺乳室讓新手爸媽出門在外相當安心。右:為了方便找尋哺乳室,李盈靜特別下載了搜尋 App,讓自己出門在外不會手忙腳亂。

#### 新手父母脫離按部就班

2019年底,李盈靜和同為自由工作者的 先生,一起迎來了家庭的新生命——女兒果 果,原本自由自在、四處踏尋取景的攝影師, 甘願定下腳步,在果果起床瞬間按下快門, 記錄能讓她回味久久的家庭風景。

但果果時常不照計畫走,在該吃飯時睡覺, 在該睡覺時玩鬧,新手爸媽備受挑戰;且果 果出生後沒多久,全世界就被迫接受疫情的 考驗,內外交迫下,身體的勞累和心理的壓 力隨時都有可能爆發。幸好李盈靜和先生兩 人的工作型態都極具彈性,可以一起面對各 種狀況,有默契地輪班,為彼此留下完整的 工作或休息時間。雖然偶爾還是有需要抱著 果果在電腦前工作的時候,但大的用手繪 版、小的亂塗鴉,倒也相安無事、自得其樂。 一同外出時,台北也提供新手爸媽能便利帶 孩子的環境,像是捷運或捷運站內的哺乳室,更甚是整體的都市道路規畫都設有無障礙坡道,使得親子友善風氣旺盛,讓父母與孩子同行時能少一點慌亂、多一點餘裕,「我甚至還下載了提供台北哺乳室位置的 App,當有需要時不會過於手忙腳亂。」李盈靜說道。

#### 捷運沿線淨是親子同樂好選擇

四通八達的台北捷運是李盈靜一家出門時主要的交通工具,而電梯和無障礙通道的普及,更讓他們能安心推著嬰兒車出門。至於目的地的選擇,考量到果果才一歲,喜歡走來走去,但還不太會玩遊樂設施,因此捷運沿線的二二八和平公園、大安森林公園、華山1914文化創意產業園區、松山文創園區這類有戶外大面積草皮或空地的地方,就成了李盈靜時常帶女兒出外放風的去處,「從果



大安森林公園、華山文創園區等場域都設有無障礙坡道,方便嬰兒推車行進。



捷運站的電梯讓父母即使推著嬰兒車也能方便進出。

果第一次出門到現在,看著她從緊張地抓著 小被子、只敢睜著眼睛看,到現在好奇地邁 著小腿四處探索,在公園賞花、觀察昆蟲、 指認松鼠,陪著她成長的同時,我才發現, 原來都市裡的公園有如此豐富的生命力。」 李盈靜從果果的視界得到了未曾想過的滿足 和快樂。

戶外踏青之餘,一家三口也很常搭捷運去 信義區的百貨公司,除了因為一歲的果果仍 與尿布、牛奶難分難捨,哺乳室相對重要, 且百貨公司內的餐飲店家通常還會提供兒童 座椅和兒童餐具,李盈靜笑說,「百貨公司 真是造福所有父母。」

李盈靜提到,除了出遊地點,生活步調也 和孩子出生前大不相同,除了出門時間必須 配合孩子的作息,行程也要盡量排得寬鬆,

時間不能過長,夜間活動幾乎是不可能,照 顧孩子這一年多來,李盈靜甚至不曾踏進過電 影院。「我不否認自己犧牲了很多,也還沒完 全找回工作的節奏,但當身上有了孩子的重 量,許多過去在意的事情也都能笑笑面對。」

#### 調適自我的生活步調

李盈靜認為,倒不是說人生中多了孩子 便綑綁住自由的腳步,只是慢下來、換種心 態面對,接受現況後開始著手改變自己的步 調。像是李盈靜之前因為工作需求、也是本 身愛好的關係,時常帶著電腦流連在富有個 性的咖啡館,但大多數不適合年紀太小的孩 子,因此只能多花點時間,搜尋親子友善的 咖啡廳。

比如提供兒童座椅、尿布台的「WOOLLOO MOOLOO」,用餐空間時髦,氣氛也不會過

於嚴肅,能讓孩子自然地開懷大笑、媽媽悠 閒地品味餐點。而先前帶著果果到台北市立 動物園遊玩的經驗,李盈靜也發現了自己和 先生習慣上的改變,「我們兩個大人變得不 再執著要逛完整個園區,只要看見果果開心 地對著入園第一個遇見的紅鶴打招呼,一切 就值得了。」

隨著照顧果果的經驗漸豐,李盈靜也慢慢 拉回了一點悠閒的步調,「那天帶著果果與 朋友相約民生社區,吃了早午餐,沿路走過 幾家店和小公園,看著果果走走跳跳,還第 一次嘗試自己溜下滑梯,太陽曬得我們暖烘 烘,很日常但很美好。」

台北為親子提供的友善設施及場域,讓許 多父母更願意帶領孩子外出,大人不僅重拾 戶外活動的步調,家庭關係也因此更加融洽。

Т



台北擁有不少寬闊的共融式遊戲場,讓孩子可以安心玩樂。(攝影/林冠良)

## 城市就是我的實驗場 學齡兒童的生活探索

文一張雅琳 攝影一鄭弘敬 圖一 Miffy

別走路跌跌撞撞、小手忙不迭揮舞的牙牙學語時期,學齡兒童無論是在生理成長或心 理狀態上,都像是塊海綿般迅速吸收發展。擁有豐富資源和多元色彩的台北,正為此 階段的孩子提供了多方探索的可能。育有一雙學齡兒女的生活風格線上媒體《EVERYDAY OBJECT》副總編 Miffy, 運用在這座城市中吸收的品味細節,帶著孩子踏上生活美學之路。



Miffy 運用自己對美學的品味認識,帶領孩子運用繪畫探索世界。(攝影/鄭弘敬)



Miffy 認為親子教育越來越不局限於傳統的才藝學習,也能透過看展等大人的活動,啟發孩子潛能。(攝影/鄭弘敬)

#### 學齡孩童的美感養成

六歲女兒 Kuei 剛進入小學就讀,五歲兒子 Happy 還在念幼兒園大班,聊起學齡期的孩 子有何特質,Miffy 立刻能侃侃而談,「這個 階段,他們開始有更多自己的想法,會明確 表達自己的意見。」相較於過去為孩子打點 好一切,現在她更開放地讓孩子做一些選擇, 並清楚告知不同的選項可能會帶來哪些結 果,讓孩子學習自己承擔。同時,這時期的 孩子變得更敏感,開始在意他人觀感,Miffy 會提醒自己小心處理孩子的心理狀態,同時 盡可能地給予孩子肯定,建立他們的自信。

Miffy 與先生 Eric 對生活用品美感的共同理念,就是設計要能讓人感受到滿足與自信。當這份對美學的堅持延伸到對孩子的教養時,她笑說自己倒是不會強迫兒女只能跟他們喜歡一樣的事物,尤其孩子上學後,喜好難免會受到同儕影響,「假若女兒喜歡公主

裝,我們就會尊重孩子的喜好,讓他們都體 驗看看。」

Miffy也強調,家庭環境畢竟對小孩的美感養成影響很大,「所以生活中給孩子使用的東西,一定都還是我們從旁挑選過的。」引導孩子選擇的過程中,同時能夠訓練他們獨立思考,「這個年紀的孩子很容易把某件事說死,比如他們會說『紫色就是很醜』,這時候我們可以進一步跟他們討論為什麼會這樣想,並且多帶他們看看紫色還有哪些不同的表現狀態,讓他們知道很多事情不是只有單一面向。」

#### 像大人一樣地學習

Miffy 觀察近年來親子教育的學習風潮, 發現越來越不限於黏土、素描等傳統才藝課程,主題開始有各種面向的開展,「過往大 人才會從事的休閒活動,現在也有設計給小





左:Miffy 曾帶孩子參與花藝師嶺貴子開設的插花課,透過花材的運用認識當代藝術和自然植物。右:藝廊的親子工作坊透過讓孩子模仿名畫作,引導孩子對美學的想像。

孩參與的課程,讓他們也可以有這些選擇, 從中挖掘更多潛能。」

Miffy 笑說:「我特別喜歡那些在『不是設計給小孩的環境』裡所開設的兒童課程。」像是她曾讓孩子在花藝師嶺貴子開設的迷人植物空間裡學插花,她回憶當時是萬聖節活動,利用苔球為基底,讓孩子挑選喜歡的花材妝點成一個小怪獸,在課堂上,孩子能認識不同花材各自的特色,也能在與植物相處的時光中,學習觀察生命狀態。

又像是藝廊「NUNU FINE ART」和藝術教育平台「ART WITH PANDA」共同開設數場親子工作坊,從孩子的視角帶他們觀看藝術作品,從點、線、面去發現抽象創作中的趣味,孩童也可以嘗試用自己的詞彙描述他們在作品中看見了什麼。Miffy 也曾幫女兒報名「白糖果藝術空間 blanc art space」為期一週的創作營,每天介紹不同藝術家、模仿其風格來創作,她強調:「我覺得這些都是接觸

#### 藝術很棒的機會。」

Miffy也從自己幫孩子選課的過程發現,「有時候找到理念相同的老師和適合的環境,比課程本身還重要。」像是姊弟倆最近開始上鋼琴課,「姊姊問老師說,她可以把音符畫成愛心形狀嗎?老師也欣然應允。」還有在畫畫工作室「阿島 A dot Studio.」的課堂上,老師讓孩子畫出自己心目中的風景,更特別準備了望遠鏡,讓大家可以真的「遠眺」美景。Miffy有感而發地說:「上這些課不是為了讓孩子成為畫家或音樂家,而是希望透過這些別出心裁的引導方式,啟發他們不同的想像。」

#### 複合式場域吸取生活養分

除了各式各樣的體驗課程,日常生活也是 最好的學習場域。台北山系眾多,Miffy舉 例自己就有個朋友非常勤快地帶孩子爬山, 也有親子一起參加馬拉松、障礙賽等,「這 類型的活動都可以讓孩子在生活中挑戰他們 的極限。」

但 Miffy 和 Eric 自稱是比較「城市派」的 父母,夫妻倆時常善用首都的藝文資源來充 實育兒養分。「朋丁 pon ding」融合咖啡館、 藝廊和書店的複合式生活美學風格,和他們 最是氣味相投,北投咖啡廳「REEDS Coffee & Bakery」集結了選物、書店和餐飲,也是 他們的心頭好,「點杯咖啡,找本想看的書 坐下來,大人與孩子都能共享閱讀的樂趣。」

Miffy 閒暇時也會帶孩子遊走台北各大博物館、美術館,台北市立美術館兒童藝術教育中心格外讓她印象深刻,像是呼應 2020 台北雙年展所展出的「第 11 號衛星——牠它星球」,充滿互動性的遊戲計畫,讓小孩透過「玩藝術」的方式有所收穫。但顧慮到孩子在觀展過程中難免覺得無聊,她笑說:「行程最後還是要去趟公園,台北有很多厲害的共融式遊戲場,『放電』一下再回家。」

除了藝文場域,Miffy也推薦一項在台北 具有冒險氣息的活動,「我們時常開車經過 圓山大飯店,孩子們都很喜歡那棟建築。」 飯店裡有兩條早年因應戰爭、為快速安排元 首離開飯店而設計的密道,自 2019 年起開 放供民眾預約導覽體驗,Miffy 提到,未來 若有機會,也想帶孩子一探其中一段長達 20 公尺、被譽為全世界最長的「密道溜滑梯」, 用遊戲一般的方式探索城市的歷史。

不論透過何種方式,對 Miffy 來說,孩子的生活養成是在自然而然的日常情境下發生,重要的是如何在親子活動中找到彼此的平衡,「必須大人覺得有趣,小孩也覺得自己在玩。」 Miffy 建議,可以從基本卻有趣的事情出發,例如在日常購物中,建構孩子選品的美學;或是從尋常的公園散步中,引領孩子觀察大自然。培養孩子的美學其實沒有想像中困難,因為城市中的藝廊、咖啡店、公園……處處都能是孩子的最佳實驗場。







城市中能接近綠意的場所,也是 Miffy 經常帶領孩子探索生活的地方。

## 勇敢走出自己的路 青少年的城市探險

文一賴韋廷 攝影一莊智淵 圖一徐景亭

為歷練豐富的策展人兼設計師,徐景亭分享的教養經驗,正有如引人入勝的展覽,但 背後的歷程卻隱含許多用心。她總會帶著上高中的女兒,一起參與自己的策展計畫, 也積極嘗試了解女兒熱愛的休閒活動,建構與青少年孩子融洽相處的親子關係,也讓自己化 身為孩子追求所愛的堅強後盾。



徐景亭身兼策展人、設計人以及母親等多重身分,因此運用理性與感性的天平,在女兒身上展現教養的智慧。



在住家附近騎著腳踏車到處繞,成為徐景亭與女兒蝴蝶在假日時的重要休閒活動。

#### 鼓勵孩子走自己的路

「我覺得教養小孩,大方向很重要,至於細節,我會適度放下,孩子不要變壞就好。」 徐景亭既是策展人,也是一位高中女孩(小 名為蝴蝶)的母親。設計工作者的極端性格, 既是吹毛求疵,也是浪漫隨興,但也許母愛 是足以平衡這天平兩端的超能力,令徐景亭 與女兒的相處之道展現了許多理性與感性兼 具的智慧。青春期的孩子,總是有些大人未 必能夠了解的興趣,但是當他們一頭栽入時, 父母越是阻止,只會將孩子推得越遠,因此 適當地站在鼓勵與支持的角度,可以讓親子 關係更為圓融。

例如,蝴蝶在國中後開始接觸同人展,每年都要玩幾回 cosplay,悉心將自己裝扮成喜愛的角色,盛裝赴會。雖然她偶爾會央求父母協助接送,但是一下車,蝴蝶總會說:「好了,你們可以走了。」

「爸媽在旁邊問東問西就是會覺得很煩,

這個我懂。」徐景亭能同理女兒不想和父母分享新嗜好的心思,可是身為母親仍感擔心,因為她不夠了解同人文化,也無法預測同人文化將對女兒造成什麼影響。不過,她決定要藏起焦慮,盡量讓自己看來若無其事。為使女兒盡興,並且放下心防,某次母女一同參加於台北車站地下街舉辦的同人誌販售會,徐景亭並不緊跟著蝴蝶,而是兩人各逛各的,她也藉此好好觀察同人世界的模樣。

徐景亭和先生也時常與蝴蝶共享戶外活動的樂趣。蝴蝶在小學四年級學會騎自行車後,總想著要騎車兜風,父母因此也一起愛上騎自行車,一家人經常在週末時從北投的住家一路往淡水騎。不過,這無關鍛鍊體魄,也不是非要完成特定路線,「捷運和 YouBike很方便啊,騎累了,我們就還車,搭捷運回家。」徐景亭笑稱,家庭活動不用太嚴肅,目的僅是「大家一起出去走走」。

徐景亭更不會要求孩子表現得面面俱到, 她提到,蝴蝶從幼年時期就展現清楚的特



蝴蝶(左二)於國中時即自告奮勇參加台灣文博會的解說工作。(圖/徐景亭)

質,愛繪畫而不愛閱讀,一度擔心女兒課業 落於人後,於是親自督促她溫習功課,但一 整晚下來總是收效甚差,思及自己童年時也 曾遭逢類似困境,便轉換思維,「我小時候 曾是班上最後一名,但現在的人生並沒有過 得很差。」想通了人人都有屬於自己的一條 路,徐景亭也不再緊盯女兒的學業表現。

如今繪畫成為蝴蝶的嗜好與表達心情的方式,蝴蝶曾因母女吵架而氣得畫了一幅人猛踩皮球的畫,還做成動畫。徐景亭看了不但不生氣,甚至略帶興味地問:「你這是在踩我嗎?」還發揮設計人的專業,當場分析起畫作的特色,原本有點劍拔弩張的氣氛便在嘻嘻哈哈的談論中得到化解。

#### 在展場中自我探索的孩子

「我的父母過去從來不和我聊工作上的事, 我覺得很遺憾。」為了與女兒分享設計工作 上有趣的面向,也希望讓她看到更多父母工 作時的真實面貌,包括如何面對挫敗,徐景 亭不僅不避諱和女兒聊自己的工作,一有機 會更是帶著她參與工作場合,像是蝴蝶在幼兒園時就隨父母參加「台灣設計師週」,亦曾在新富、東三水街市場的「市場小學計畫」中擔任幫手,協助母親講解課程內容。「國中以後,我們幾次布展,她都主動擔任工讀生。有一年台灣文博會開展前一天,下課後她去到展場,和大家一起忙到三更半夜。開展後,她也幫忙維護現場、為民眾做一些講解。」

除了參與徐景亭的策展,一家人也很常去華山、松山文創園區等台北藝文展演場所,因此,一個又一個充滿創意激盪的場域,都成為住家之外,三人最熟悉的生活場景。這些藝術能量的累積也漸漸在蝴蝶身上發酵,培養出擁有獨立見解的美學觀點。例如,發現女兒愛繪畫,徐景亭和先生想教蝴蝶素描技法,卻遭到拒絕:「我不想要畫那種『看起來像真的』的畫。」夫妻倆也不堅持己見,而是換個方式要求:「你可以畫你想畫的,但還是要能進步。」蝴蝶聽進了這句話,便常買喜歡的繪本或漫畫,自行研究、練習,發展出自己的畫風。

#### 適度放手讓孩子自由成長

進入青春期的孩子,往往都渴望在同儕團體中獲得歸屬感,而同人展之於蝴蝶,便是她自我認同的出口之一。徐景亭提到,「對蝴蝶來說,接觸同人展就像是打開了一扇窗,她在裡面找到很多同好。」徐景亭看到同人世界裡不只有 cosplay,更像是一場創作展,各種原創、二創的作品,都能讓不同身分與年齡的人聚在一起,熱情交流彼此的看法,這令蝴蝶大開眼界,也得到了某種歸屬感。「學校裡的同學大都專注在課業上,她這些感想很難找到能分享的對象。」見女兒在同人世界裡不但認識了興趣相投的夥伴,還因此相互學習,激發她創作上的精進,徐景亭便漸漸放下了憂慮。

徐景亭還在日常相處時提出一些問題,像是「到底什麼是 BL 啊」?但蝴蝶不搭理,她便不再追問。過了一陣子,蝴蝶反而主動向媽媽介紹 BL 的一些典故與話題作品,這令

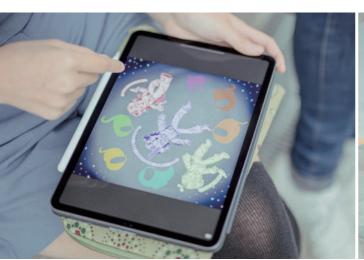
徐景亭如釋重負。「若直接要求她少看某些題材,那反倒會讓孩子更好奇這些事,而且真看了也不會向父母坦白,搞不好還更想要挑戰禁忌,所以不如保持平常心。」她為自己的教養經驗做了總結:父母不見得凡事都有能力引導孩子,孩子也不一定要走父母期望的路,只要在自己想走的人生路上就好。

其實,青春期的孩子並未如想像中難以捉摸,端看父母親是否願意暫時放下身為大人對這個世界的成見,以孩子的視野來嘗試理解,搭起連結彼此心靈的橋梁。

### 台北市青少年活動資訊平台

台北市青少年發展處提出多元的活動企畫,等著更 多青年學子來探索自我。







徐景亭鼓勵女兒朝向繪畫的道路前進,私下也經常切換成工作模式,與蝴蝶討論設計構圖。

鐵好沿人四卷



# 大漆盤裡的箃仔店零食

文・圖-魚夫

行店的台語發音作 kám-á-tiàm,其實不可用「柑」,柑的發音為 kam,和 kám 的閉口音有所差距,少了閉口音,台語講起來就會「臭奶呆」,帶有童稚音,聽攏無!

俗稱的「柑」仔店正確用字為竹字頭下一個「敢」字,電腦沒這個字,所以必須造字為「篏仔店」,《教育部臺灣閩南語常用詞辭典》就是這麼寫的,並解釋「篏仔店」為:

「雜貨店。販賣日常零星用品的店鋪。例: 阮細漢的時上愛去籤仔店買糖仔。」

沒錯,大多數台灣的三、四、五年級生細漢的時陣,就常去簽仔店買「四秀仔」(零食)吃,現在當然不敵時代潮流,關的關、倒的倒,有人調查過台灣現存17家簽仔店倖存者,台南就佔了7家,在台北,就屬「順泰玩具食品行」(阿興伯的柑仔店)最常接

受媒體訪問,到他店裡有許多寶藏可挖,最 重要的是走進店裡喚起兒時的記憶,其中的 甘甜苦澀,每人各自有難以言喻的滋味在。

有人做了一項零食調查,發現最令人難以 忘懷的經典零食,森永牛奶糖名列前茅。森 永從日本時期就在台灣扎下了基礎,當時臺 灣知名的製菓會社,即森永、明治與新菓製 菓,再加上江崎固力果株式會社,戰後這 4 家仍屹立不搖。而明治製菓的工廠就是今 日台南的麻豆糖廠,也就是總爺藝文中心。 另外,森永製菓的創辦人森永太一郎,早在 1927年(昭和 2 年)2 月 10 日就前來臺灣尋找 巧克力的生產地,他的企圖吸引了明治製菓 跟進,於 1939至 1940年(昭和 14 至 15 年) 間也試圖在臺灣種植可可,從牛奶糖到可可, 兩大製菓業都和台灣結下不解之緣,也陪伴 許多台灣小孩一起成長。

從前籤仔店裡常見的金甘糖、口笛糖、牙膏糖、奶嘴糖、戒指糖、拐杖糖、口糧棒與 黑糖棒等,據說是從日本時代大稻埕的「忠 興糖廠」開始的,至今薪傳至第二代老闆許 金城手上,其後遷徙到新莊,1999年並改名 為「十倍速食品科技行」。

許家的回憶裡,金甘糖(柑仔糖)問世時,因為國外香精尚未引進台灣,所以使用漢藥加入油蔥、五香、咖哩等來調味,味道一開始是鹹的,後來才改為甜食;1960至70年代,台灣時興美國西部電影,忠興糖廠的涼煙糖,就成了那個時代裡孩子們買來裝酷扮牛仔的食用玩具,後來因為《菸害防制法》 通過,禁止製造或販賣菸品形狀的糖果和點心,才更名為涼喉糖。

可以當口哨吹得嗶嗶叫、又可以吃的口笛糖,也是我幼時的最愛,這是1953年由大



「阿興伯的柑仔店」販賣許多懷舊的古早味零食。

阪的可利斯株式會社所開發,技術非常複雜,於1960年正式機械化生產上市。

還有一種台語叫螺仔餅,也稱錦花餅、豬耳 朶或貓耳朶的點心,英文叫 Spiral Cookies, 食來喀喀作響,2019年便利商店推出復刻版 古早味豬耳朵,令許多人驚豔,也算是暢銷 產品。

而棒棒糖應可算是最常見的了,那是西班牙人的發明;三色糖則是日本傳來,由紅白綠三種顏色構成;還有一種具有橡皮糖口感、外型如可樂瓶狀,那就是有可樂味道的可樂橡皮糖。

我所畫的這張圖,還把兒時的大同寶寶和 冰枝、彈珠汽水等也描繪出來,繪製每一樣 物品時,腦中不斷湧出童年生活,時光荏苒, 我竟也年過花甲了,所以特別畫了一個大漆 盤,把零食裝了進去,好好保存珍貴的記憶。





影片分享

### 親子一同下廚 培養共食樂趣多

文一田育志 攝影一林冠良、黃映嘉  $\blacksquare$  — Timolina/Shutterstock

f 足的營養在孩子成長過程中扮演著重要角色,兒童食育營養師李婉萍表示,具有維生素 D、鈣質、鐵質、 $\beta$ -胡蘿蔔素的食材不可或缺,可以挑選擁有深綠色、橘紅色色彩 的蔬果作為料理指標,而透過親子共同下廚,還能培養孩子肌肉發展、手眼協調的能力。



運用日常好取得的食材,製作適合孩童的簡單營養料理。(攝影/黃映嘉)



李婉萍指出,鮭魚以及深綠色蔬菜都富含營養價值,很適合時常作為日常菜色的食材。(圖/Timolina/Shutterstock)

#### 從日常飲食中 補足孩子所需營養

李婉萍觀察到坊間常見的親子餐廳,著重的是提供父母帶著孩子前來用餐時有放鬆喘息的空間,但從營養師的角度來看,部分飲食可能不是那麼適合孩子。「許多餐廳提供的仍是快速、方便的炸雞塊、炸薯條等食物,而且親子餐廳多半提供玩樂的空間與玩具,如果讓孩子習慣將歡樂與炸物連結在一起,以後他們壓力大時,就會習慣吃這些東西來紓壓。」

就學齡前孩童所需的營養素來說,李婉萍 提及,其實在一般的飲食中都能攝取得到。 例如幫助骨骼發育的鈣質,常見的奶製品如 牛奶、優格或起司,都是不錯的鈣質來源,而 鮭魚、秋刀魚、鯖魚還有蛋黃,則可以提供 維生素 D 的攝取。李婉萍表示,鮭魚炒飯或 是海鮮奶油燉飯,就是十分適合的營養料理。

#### 常備根莖類與冷凍蔬菜 快速上菜非難事

此外,李婉萍提醒,現下孩童在「葉酸」 的攝取上普遍不足,家長可以檢視平時的菜單,至少每兩天要有一份深綠色蔬菜,才能 從中攝取足夠的葉酸,即使是含有「苦味」 的苦瓜、芥蘭菜、油菜等,對孩子也是不錯 的蔬菜。

李婉萍認為,增加食材的多元性,也能降低孩子偏食的可能。「孩子會有所謂的『食物恐新症』,對於沒吃過的食物會先排斥,所以建議家長可以替換不同的菜色,除了增加食材的多樣化,以後孩子也比較不會因為不常吃某些蔬菜,像是苦瓜或茄子等,而製造過多剩菜的問題。」

然而,許多家長白天忙於工作,能親自下 廚的時間相當有限,李婉萍建議,可以在 家中常備根莖類食材,如南瓜、胡蘿蔔等,





左:捏麵疙瘩的方式很自由,在備料同時也能訓練孩子手眼協調。(攝影/黃映嘉)右:李婉萍相當推薦可以快速上桌 又兼具營養價值的料理。

一來此類食材耐長時間存放,二來料理起來 也相對方便。而冷凍的毛豆、青花菜也是冰 箱中能常備的食材,不論是將青花菜退冰後 加熱,或是做猶毛豆拌飯、絞肉蒸毛豆、毛 豆炒豆腐,都能快速上菜。若時間允許,李 婉萍認為讓孩子一起幫忙料理也是不錯的選 擇,對於親子的感情維繫也有幫助。

#### 親子共享下廚時光 培養孩童協調與創意

這次李婉萍介紹了兩道親子食譜,適合家 長與孩子一起下廚嘗試。第一道料理是能作 為主食的「南瓜麵疙瘩」,李婉萍提到,「這 個時候就能讓孩子一起幫忙將麵糰捏成麵疙 磨,也能使用烘焙餅乾的模具,做出形狀各 異的麵疙瘩, 透過像是遊戲的方式, 訓練孩 子在揉捏時的手部肌肉發展與手眼協調。|

李婉萍提醒,只要注意孩子捏出的麵疙瘩不 要太厚,其餘的都能讓他們自由發揮,過程 中適時稱讚孩子、給予鼓勵,也是增加孩子 信心的好方法。

第二道料理則是能快速上菜的「胡蘿蔔炒 蛋」,李婉萍表示,這道菜擁有β-胡蘿蔔素, 也有雞蛋中的卵磷脂與維生素 D。她建議, 胡蘿蔔需要有充分的油脂才能減低草腥味, 所以在料理時可以放入多一點食用油。另 外,比起刨絲,建議用刀切絲,這是因為用 **刨刀刨出的胡蘿蔔絲形狀一致,翻炒後容易** 軟爛,刀切的胡蘿蔔絲由於形狀、角度較多, 吃起來的口感也比較豐富,至於打蛋攪拌的 步驟,不妨就交給孩子試試看。「不過事前 就要先跟孩子說明可能的危險,切忌邊做邊 說! | 李婉萍最後也不忘提醒,刀具、火源 都是廚房中的危險因素,一定要事先告誡, 才能享有安全的親子下廚時光。

Т

#### 親子手作食譜

#### ☆南瓜麵疙瘩

南瓜 60 公克、胡蘿蔔 40 公克、黑木耳 40 公克、肉絲 80 公克、中筋麵粉 100 公克、太白粉 50 公克、鹽 1/4 小匙、蔥段適量、蝦米少許、高湯 1,000c.c。

#### ♂步驟:

- 將胡蘿蔔、黑木耳洗淨切絲, 蝦米泡水 20 分鐘後瀝乾備用。
- 2. 將南瓜去皮、切成大小一致的塊狀蒸至軟透。
- 將南瓜與中筋麵粉、太白粉、鹽巴混合, 搓揉成不沾手或能成形的麵糰並靜置3至
   分鐘醒麵,再以滾水將麵疙瘩煮至浮起。
- 4. 另起油鍋放入蔥段、蝦米爆香,加入肉絲 拌炒,接著加入高湯、胡蘿蔔及黑木耳煮 滾,加入麵疙瘩即可上桌。

#### □胡蘿蔔炒蛋

胡蘿蔔半根、雞蛋4顆。

#### **★**步驟:

- 1. 將胡蘿蔔洗淨、削皮後切絲。
- 2. 起油鍋將胡蘿蔔絲炒至軟爛。
- 3. 將打好的蛋液加入,依個人口味將蛋炒至 八分熟或全熟。
- 4. 適量調味後即可上桌。





上:能夠快速上菜的「胡蘿蔔炒蛋」,不僅營養成分充足,加上口感豐富,深受孩子歡迎。下:「南瓜麵疙瘩」適合與孩子一同備料,在揉捏麵糰時,還能培養孩子手部肌肉發展。

## 還原歷史軌跡的模樣 — 古蹟修復建築師

文一張雅琳 攝影一林軒朗 圖-國家攝影文化中心、徐裕健建築師事務所

築作為一種載體,不只為人們遮風擋 雨,也承載了不同時空的記憶,記錄 每個時代所經歷的生活軌跡。長期從事古蹟 修復的建築師徐裕健,曾參與國定古蹟台北賓 館和台北公會堂(今中山堂)等諸多修復計 畫,被同業喻為「古蹟修復權威」,也讓全台 北市古蹟為數眾多的中正區,再展昔日風華, 傳遞台北的歷史文化。



徐裕健認為「做新的東西」沒意思,重現擁有靈魂的歷史空間才是他有興趣的事。





左:「國家攝影文化中心」的建築樣式反映出日本曾為殖民強權的時代背景,其中屋頂塔樓的修復最具挑戰性。(圖/國家攝影文化中心)右:徐裕健對古蹟老件情有獨鍾,工作室內還能看見運用廢棄木料做成的榫接。

當初考上建築師,徐裕健就決定不做建設公司的案子,只做古蹟保存。起因於他在成功大學就讀研究所時,有天和在學校旁建造廟宇的工匠閒聊,「師傅講的內容,我一個字都沒聽懂。」他難掩心中震驚,才發現傳統工藝裡頭的工夫那麼深,發誓要弄懂,論文甚至就以台灣傳統建築營建尺寸的規制研究為題。

「做新的沒什麼意思,不好玩,」徐裕健 擺擺手說道,「一個空間如果沒有靈魂,就 沒有感情。我們講 spirit of space,舊建築有 非常多歷史事件在那裡發生,就有無形的魅 力。」他近期的代表作,是位於忠孝西路與 懷寧街口的「國家攝影文化中心」,他傾盡 全力,重現日本時代「大阪商船株式會社台 北支店」的風貌,點亮台北城的歷史光譜。

#### 

徐裕健指出,古蹟的重要性,不能只看單棟建築,而應將視野擴展至整個台北城的街廟,「它是一個歷史證據,所以做古蹟修復的人,必須具備歷史觀點,去看它在歷史上的定位在哪裡。」

台北城自清代建城以來,在城內地區設置 許多官署衙門建築,也因政治中心的移轉, 從此改變了台灣南北的發展。爾後進入日本 時期,日本人大肆拆除城牆,改建成能夠彰 顯天皇皇權的建築,如台灣總督府廳舍(今 總統府)、台灣總督官邸(今台北賓館)等。 而大阪商船株式會社台北支店這座建築的背 後,不僅反映了日本為當時的殖民強權,其



徐裕健與團隊共同討論 修復事宜。(圖/徐裕健 建築師事務所)

位置所在的「北三線」(今忠孝西路),也是 「市區改正計畫」下的產物。

徐裕健表示,「三線路」是日本時代初期興建的四條市區三線道路,由於道路安全島上種植樹木,景觀秀麗,而使台北有「東方小巴黎」的美名。沿著「東三線」(今中山南路)散步到新公園(今二二八和平公園),曾出現在此的運動場、噴泉和露天音樂台,都是日本企圖將殖民地全力西化的證據。徐裕健這麼比喻:「所以現今中正區的古蹟建築,在當時就像一個殖民櫥窗,顯現了台灣整體政經脈絡的縮影。」

#### 自深入現場 從細節還原古蹟風貌

國家攝影文化中心這棟鋼筋混凝土造的三層樓建築,是日本知名建築師渡邊節在台唯一作品,帶有折衷主義美學裝飾,同時有著現代主義的簡潔風格。建物所有權在不同時代幾經轉手,直至1968年交通部公路總局將

屋頂西北側的塔樓拆除、增建為四層樓,又 於外牆貼上黃褐色二丁掛磁磚,外觀已和原 貌大相徑庭。

為仿照當年模樣重建,徐裕健考究許多建築史料、歷史照片和現場殘跡,也從渡邊節在日本關西的代表作品中參考更多近代化設施的概念。他發現,這棟建築採用可讓牆面更穩固的石材乾掛工法,以及裝設避雷針、空調系統、汙水化糞池等設施,這些規畫如今看來司空見慣,但在1930年代都是極為先進的設計。

最具代表性的塔樓重建則被列為此次修復的首要之務。他提到,在當時日本民族主義 抬頭的時代背景下,流行以現代建築輔以宮 殿式屋頂,尖頂造型如同戴上冠帽,又被稱 為「帝冠式」建築。在沒有任何施工圖可供 參考的情況下,施作難度大幅提高,徐裕健 在塔樓原位置找到柱位基礎和配筋,要求施 工團隊先以木頭架構出基本造型,再從數張 不同拍攝角度的舊照片比對大小、弧度,才 得以大致掌握量體全貌。 此外,他找出僅存的半座窗戶殘跡,還原 木結構的平衡錘窗,這種上下疊合的玻璃窗 利用槓桿原理,可讓窗扇停留在想要的位置, 在日本時期的仿西式建築中經常可見。其他 諸如外牆磁磚、騎樓鋪面石材等,都一一根 據最初的建造規格重新仿製。他強調:「深 入了解後,能看見當初建築師的用心和重視 的細節,我們就要想辦法盡可能地還原。」

# 尊重歷史用使命感維護文化財

徐裕健分享,從事古蹟修復所需具備的, 絕不只是認識某一個時代的構造技術、材料,而要有非常全面的跨時代了解,「有點 像古董鑑定,你要能辨認不同時代的工法、 匠師派系,才知道將來要怎麼修補。」他以 台北賓館為例,修復時他判斷內部白牆並非 台灣傳統建築常用的「白灰壁」,便取樣送 至日本化驗,最後得證是在日本被廣泛運用 的「漆喰塗」,當時還邀請了日本國寶級匠師 小松七郎來台示範製作技法,「做了這麼多, 其實最後看到的就只是一面白牆,到底意義 在哪裡?就是我們守護了無形的文化財。」

撇開技能的養成,對徐裕健來說,要成為 古蹟修復建築師的首要專業條件,就是要有 歷史的使命感,「把它當作是我可以維護古 蹟的一個機會,盡力去做到最後一刻。」台 北流長的歷史文化,將藉由古蹟修復建築師 之手,世代傳唱下去。





姓名:徐裕健

職業: 古蹟修復建築師

特質: 有使命感、善於苦中作樂。

工作任務:保留文化資產, 完整地傳到下一

代手上。

核心理念:文化保存是很經粹的,不應受外 力干擾。古蹟修復還原的不只是建築外殼,

還有可能消逝的工藝和匠師精神。



台北信仰正新潮 兒童友善的城市生活

共好台北 Better Taipei 多元包容的台灣月事進程

拍台北 Capture Taipei 風景是一種心事

畫台北 Draw Taipei 在台北,遇見相同的顏色







國立臺灣戲曲學院陳孟亮 × 劇場服裝設計暨塑神師李育昇



從百年古剎名寺,到新立的宮廟祭壇, 台北市有不下百座的信仰聖地,在鄰里 巷弄間扮演著庇護心靈的重要角色。而 傳統信仰教人為善的本質並不退潮,透 過文化創意工作者的投入與詮釋,可與 時代的思想和習慣接軌,讓宮廟活動有 了更活潑的樣貌,亦與當代生活產生更 緊密的連結。

#### 傳統宮廟中的流行痕跡

立臺灣戲曲學院副校長陳孟亮,已擔任數回大龍峒保安宮「保生文化祭」的「家姓戲」製作人,回想當初廟方尋求校方合作的原因,便是想透過年輕人的創意與演出,為傳統祭典帶入新時代的氣息。在這樣的思維下,家姓戲有了不一樣的面貌,例如2016年他們所推出的《代面將軍》,即是改編自電影《神鬼戰士》的新編歌仔戲,她說:「歌仔戲本來就不像其他傳統劇種那麼拘束,可容納多種文化元素,編創的新劇本若夠精彩,觀眾的接受度也很高。如果一直演傳統戲碼,大家會覺得歌仔戲不過如此,演出新戲碼比較能夠吸引業界、年輕人和一般民眾。」

而從事劇場服裝設計已有十多年經驗、近年也為宮廟設計神明服飾的李育昇,入行的第一個劇場服裝設計作品,即為傳統戲曲的新編戲《曹七巧》所做。當時,他為了進行設計而多方蒐集參考資料,發現傳統宮廟中神明所著的衣袍上,保留了大量的傳統戲曲服飾元素,因而讓他對神明的衣袍產生研究

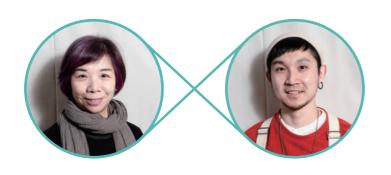
興趣,他說:「在沒有電視的年代,大家把 最好的娛樂經濟能量都給了戲曲,一般人的 生活盈餘則捐給了神明,因此最好的東西就 會出現在宮廟或戲曲舞台上。」

李育昇指出,現在看來,傳統的宮廟或戲 曲服飾,其實都反映了當年的時尚,他說:「鑼鼓喧天的『咚咚鏘』,就像當時的重金 屬搖滾,繞境活動則是一種派對,這些事物 呈現的方式很類似,只是彼此關注的事情不一樣。」以此觀之,信仰的呈現方式與生活 潮流其實密不可分,在宮廟的相關物件設計中,適時加入當代的符號或設計語彙,非但不違背原有的精神,還有助於宣揚傳統價值。

#### 為信仰加入時代新詮釋

新時代的創意,為傳統的延續和傳承帶來了活水,然而創意的行使並非漫無章法,而是必須從劇種特色的基礎上進行發想,陳孟亮強調所有的時代新詮釋,仍應以傳統為本,才不至於失了應有的形貌。她以流行樂融入歌仔戲為例,如果僅以閩南語寫詞編歌,卻忘了使用七字調、都馬調、雜念調、哭調等歌仔戲應有的曲調,只會成為與一般閩南語歌曲無異的新作,而無法稱之為歌仔戲,「我們尋找的是熟悉事物中的新鮮感,可以在配器、節奏、板式上進行調整,但一些基本元素仍應存在,而非全部放棄。」

李育昇也認為,在不牴觸宗教禁忌的大原 則下,設計師還是有極大的發揮空間。例如 去年台北青山王繞境活動時,他受託為總統 蔡英文特製贈予青山王的紅綾,便是依文公 尺所定的吉數,按比例量製而成,但在紋繡 的部分,他除了以五爪金龍作為一側的紋



左: 陳孟亮, 國立臺灣戲曲學院副校 長,曾多次參與歌仔戲新編戲曲的製 作,近年並擔任「保生文化祭家姓戲」 戲曲學院演出製作人。

右: 李育昇, 劇場服裝設計師暨塑神 師,近期成立「拚場 piànn-tiûnn」團 隊,以製作新時代的「大神尪仔」和 神明服飾,為傳統信仰注入新思維。

樣,還大膽地以藍腹鷴取代了傳統的鳳,他 說:「青山王隸屬王爺信仰系統,王爺非帝 君,照形制只能用到四爪的『蟒』,但這條 紅綾是最高民意首長贈予王爺的禮品,所以 破格用了龍紋,而我也希望這樣的物件能和 台灣接軌,與其選用一輩子沒看過的想像生 物,倒不如將台灣特有種藍腹鷴『鳳形化』,



李育昇將台灣特有種藍腹鷴「鳳形化」,融入於紅綾的 設計中,讓大家更具認同感。(圖/李育昇)

讓這樣的圖案更被大家所認同。」

此外,近年開始製作「大神尪仔」而兼具 塑神師身分的他,在近期製作七爺和八爺尪 仔時,也在細節上進行微調。除了保有兩尊 神像應配的「二郎盔」,他把傳統七爺頭上 常見的題字「一見生財」改成了「四時無災」, 「以前的好東西應該以『復舊如舊』的方式 保存,但與時代脫軌的事物也得有所調整。 以前因爲戰亂,大家窮怕了,都覺得發財很 重要,但現在時代不一樣了,神明該被賦予 的意義也自然不同。」

#### 與現代生活連結的祭儀

信仰與生活密不可分,宮廟中的祭儀和文 物即是文化的縮影,透過文創的力量,能讓 歷時累積的文化精粹,與當代社會所信仰的 價值,產生更深遠的連結。陳孟亮認為傳統 禮俗在新時代的變革中,也許無法馬上產生 翻天覆地的變化,但可以透過每一回細部的 改變,讓信仰所推動的良善價值與時代的思 想和習慣接軌。

陳孟亮樂見像保生文化祭這樣的民俗慶 典,在民間與政府的合力推廣下,已成為市 民年年期待的活動。無論是家姓戲,或是藝 陣中的「扮仙」,國立臺灣戲曲學院學生在 保生文化祭中的演出,都成為眾所期待的重 頭戲之一,她說:「年輕學生或許經驗稍嫌 不足,但年輕演員可以翻、可以打,新編的 戲曲也很精彩,大家還是給予支持。同時年 輕的表演者也會吸引年輕觀眾參與,這對文 化傳承是很重要的一環。」

李育昇認為,傳統都曾是一方的流行, 而宮廟傳統則是經時間淘洗後留下的經典, 「宗教信仰就跟語言一樣,如果不能和生活 產生連結,很快就會消失。如何讓他們回到 大眾的視野中,那才是重要的事。」為了讓 這樣的文化元素和一般市民的生活產生更多 連結,他還曾把自己製作的「電氣七爺八爺」 放在熱鬧的台北街頭展出,他說:「那是一 個開放場域,我們無法設定來訪的觀眾族群 為何,本來還擔心會不會嚇到小朋友,但經 過設計轉化過的七爺、八爺,他們的現代化 造型,小朋友的接受度都還滿高的。讓他們 在這樣的非傳統場域現身,也可以讓更多宮 廟信仰系統之外的民眾接觸到這樣的事物, 讓文化繼續傳承下去。」

時代在變,舊時代的事物也應與時俱進, 而傳統信仰與祭儀的再生,並非大幅度地改 變原有的方式,而是藉由新時代的詮釋,透 過像戲曲或神明袍服的細節,一點一滴地產 生溫和的改變,讓值得承延世代的信仰精髓 融入時代的生活脈絡中,成為持續支持眾生 的當代心靈庇護所。

Т





左:由年輕世代參與演出,也能為傳統祭典帶進新一代的觀眾。(圖/陳孟亮) 右:李育昇近年開始參與「電氣神將大神尪」的設計,賦予神明袍服新視感。(圖/李育昇)

兒童

# 兒童友善的城市生活

圖一林宇儂、空總台灣當代文化實驗場 C-LAB



文—林宇儂

「兒童文化設計(Child Culture Design)」近年來被許多國際城市視為發展的重要一環,其內容橫跨歷史學、社會學、心理及行為學、教育學等領域,除了關注兒童相關議題,更將「為兒童(或和兒童一起)設計」列為重要的命題。

北出生的我,自小浸潤於經營畫室的父母所營造的藝術環境中,大學時期選擇工藝與設計專業,在接觸北歐設計領域後,開啟對兒童文化設計的興趣,並前往兒童設計的重要國度——瑞典攻讀學位。從此,兒童文化設計的思考成了我的新感官,例如觀察到由民間發起的「還我特色公園行動聯盟」,藉由推廣特色公園與改造街道遊戲,賦予兒童的遊戲權更多可能。

#### 從民間到政府的兒權意識

除了民間參與,從政府機關出發的善意也不缺席,像台北市立 美術館的「兒童藝術教育中心」,自 2014 年起每年推出一到兩檔 的主題教育計畫,讓當代藝術不只專屬於大人,透過為兒童策畫 展覽,以想像、遊戲、思辨、體驗的方式,將藝術內容帶給小朋 友,也把藝術家的視角及思考方式介紹給孩子;像是前陣子開展 的「第 11 號衛星——牠它星球」展覽,就將生態教育、動物科 學與闖關遊戲等互動內容結合,很適合親子一起共學、共玩。

# 發現城市中的「小自然」

多數住在城市裡的兒童,「接觸大自然」的頻率往往由大人決定。2019年起,我接受「空總台灣當代文化實驗場 C-LAB」邀請,舉辦多場「Crowned by Nature 大自然的加冕」親子工作坊,帶領

友善的兒童生活 計 典 哥德堡 裝置藝 大學 衕 設 提倡 展覽 計 與 及工 (藝術 親子共同探索城 ·作坊策 學院 畢 畫 業 市 常以設計 主 內的小自 修兒童文 師 的 化 設 角 度 計 探討兒童文化與權利 , 致力於以兒童為對象進 並

行

廣 產 品





左:「Crowned by Nature 大自然的加冕」親子工作坊,由親子共同以植物完成頭冠,創造有趣的城市新發現。(圖/空總台灣當代文化實驗場 C-LAB)右:「2020 台北燈節」的「起司月球狂想」展區,將遊戲裝置帶入燈節作品中,打造孩子專屬的奇想舞台。

孩子透過好奇心與感受力,探索城市環境中的小小綠意。藉由在園內輕鬆地邊走邊認識植物,讓感官放大、身心放鬆,直接感受並且學習大自然的美妙。回到室內後,我們將採集來的植物一字排開,搭配事先蒐集的自然材料,開始發想故事,用花草構圖創作出一頂屬於自己的頭冠,為自己加冕!

我喜歡稱這小型的、常常錯過的自然樣貌 為「小自然」,不用特別上山下海,也能在 城市中與自然有連結。而親子的共同參與, 更能讓家長學會尊重孩子的創意及選擇,聆 聽孩子的故事,這也是家長必修的課題。

#### 在城市的慶典中為兒童設計

2020 年初,有幸參與「台北燈節」親子互動燈區的設計。在設計發展之初,我決定用開放的「故事」為元宵節帶來新的詮釋與互動,也期許帶來一座「能走入」且激發自由

遊戲(free play)的裝置作品。「起司月球狂想」就在這樣兼顧設計目標與節慶展覽「雅俗共賞」的條件下誕生,在老鼠、起司與月球之間,用孩子的思考方式展開奇想。主視覺以無字漫畫的形式描繪;漫畫沒有結尾,而是把故事帶到了現地,從平面轉為立體,成為了一個讓孩子有「專屬感」的舞台,開始一場自在的遊戲。

我也試著將童年與城市「小自然」的連結帶 入作品,順應現場老榕樹的自然樣貌,並運 用鏡面錯覺效果讓舞台延伸,同時提供新的 視角觀看城市風景;鏡面地板裡的榕樹反射, 讓來玩的大小朋友彷彿像是在樹梢上遊戲。

如何讓親子友善不只是一句口號?其實我們都是從童年畢業了的孩子,只需要多點同理心與共感,就能和孩子一起重拾對事物的好奇與開放視角,共同創造親子友善的城市生活。



隨著市面上女性生理用品的選擇變多,台灣女性也開始認知到可以自主選擇如何面對生理期,新觀念也伴隨著新產品,如兩後春筍般蓬勃發展。在這段演進的過程,女性生理用品有著跳躍性的變革,從早期傳統的衛生棉,到棉條、月亮杯及月亮褲等產品,不僅打破固有觀念,也讓現代女性擁有更多解決生活難題的選擇。

#### 讓月事變小事 推動生理用品革命

有「棉條達人」、「月事教主」及「月亮杯教主」等稱號的「凱娜棉條」品牌總監凡妮莎,於 2003 年前往美國當交換學生,當時她剛發現棉條新大陸,希望也能推廣到自己的家鄉,面對當時台灣坊間保守的想像與批判,她不但大膽地開始海外代購棉條,還寫起部落格推坑買氣,順帶推動女孩的腦內革命。時隔十二年,她成立的棉條品牌在女性生理用品架上已占有一席之地,2015 年更再接再厲推動「月亮杯募資計畫」,讓環保方便的月亮杯走入台灣女孩的私領域。

笑稱女生「流血七天」歸她管的凡妮莎, 其實並非想挑戰傳統,只是單純想讓這件困 擾女子數百年,甚至牽連民俗與傳統教條的 月事,變成女生可以輕鬆面對的小事。凡妮 莎笑說,「陰道跟經血真的超難溝通,一個 自己看不到、一個會被嫌髒。」攤開她與公 司自製的教材「小月飼養日記」,淺顯易懂 的文字搭配插畫,詳細解說子宮與陰道構 造、經血形成緣由,更提供各種情況適合的 產品建議。凡妮莎認為,這不是一個非黑即 白的狀況,而是在不同情境下,使用最方便 舒服的產品,讓女性在月事期間有更好的生 活品質。「更重要的是,我希望讓大家知道 陰道是妳自己的器官,要使用什麼生理用品 是妳的選擇,跟其他人一點關係都沒有。」

創業至今,凡妮莎發現客群多集中在北部, 尤以台北為大宗。早先她以為南部的炎熱氣 候有助於棉條熱銷,想不到抗拒異物放入體 內的傳統觀念才是最大的阻礙,而她也總是 告訴無助的女孩:「不需要為了生理用品跟 媽媽對抗,等妳們長大離開家,再自己做決 定。」她認為接受棉條與月亮杯的女性客層 多半有點反骨,也有自主思考能力,願意為 了更好的生活品質去學習且接受新事物。



凡妮莎使用圖文並茂的教材,打開原本對月事保守的社 會風氣。





左:凡妮莎從推動月事革命的先驅,轉為前進校園,利用自製道具教導兒童性教育。右:「望月女子谷慕慕」積極參 與各地的實體活動,除了推廣生理用品,也透過「正名」宣導平權理念。(右圖/望月女子谷慕慕)

#### 性別意識抬頭 從女性到下一代革命

除了致力於生理用品推廣,凡妮莎也重視 建立性別觀念,因此在2019年她推出「女子 選手應援包——校園生理期教育計畫」募資 計畫,集資打造囊括所有類型生理用品與使 用說明書的應援包,贊助體育班的女孩。由 於體育班女孩的活動量較一般女孩大,為了 讓她們知道生理用品有許多不同選擇,生理 期時運動也可以很舒服。「講解完後,那些女 孩眼中燃燒的光芒,我現在想起來還是很感 動。」

從棉條到月亮杯的光陰,凡妮莎也從當年 的女孩轉變為兩個孩子的媽媽,她關注的議 題也從女性身體自主意識,進一步拓展到兒 童性教育,「坦白說,即便我已經是熟知子 宮與月事的革命者,但還是不知道怎麼教小 孩性教育,只能找專業的來。」於是凡妮莎 出錢出力,與一群媽媽們成立協會,將兒童 性教育的推廣化為下個十年的願景,從台北 開始拓展,規畫了 Podcast、教材、懶人包、

網站等各式素材,為下一代女性的身體自主 意識繼續努力。

#### 啟動募資 投入女性每個月的溫柔時刻

如雨後春筍般崛起的生理用品募資活動, 除了月亮杯外,還有台灣第一件吸血內褲「月 亮褲」。月亮褲的推手是兩位對月事極度狂 熱的七年級女孩史文妃和陳苑伊。兩人本身 就是資歷超過十年的非傳統生理用品愛好 者,在2015年共同參與月亮杯的募資專案 後,一拍即合的她們在2017年成立品牌「望 月女子谷慕慕 Good Moon Mood」,以發展 更多元的生理用品選擇,「驅使我們持續投 入的動力,就是希望大家都能在生理期時, 變得更開心、更舒適!」史文妃說。

她們從過去的推廣經驗發現,台灣女生對 於要放入體內的生理用品還是有些障礙,有 項調查更指出,台灣僅有4%的女性屬於非 衛生棉的使用者。為了降低使用者的心理門 檻,兩人決定以更易於讓人接受的「吸血內 褲 | 出發,再次掀起生理用品的革命。

由於兩人透過電話訪談,以及自身使用經驗分享,突破當時固有的生理用品市場,因此 2018 年首批預購在三天內就迅速完售,隔年還打入日本市場。陳苑伊提到,「在這波推廣過程中,我們也在廣告跟網路議題的操作上看到國情差異,台灣是以輕鬆調性溝通,而日本在代理商操作下,則是以女權和身體自主的角度切入。」另外,她們在 2019年到美國參加「世界月經大會」時,談起台灣在連鎖藥妝店就能直接買到月亮杯和月亮褲,更讓其他國家的人投以羨慕眼光,紛紛大讚台灣的多元和便利。

#### 以首都為核心 擴散正確性別教育觀念

有了月亮褲的成功經驗,她們也累積了更 多使用者數據做觀察,以台北來說,本就是 各種新資訊匯集之地,消費者對於新東西的 接受度高,加上人口基數大,再小眾的產品 都能找到一群支持者,「支持者每年都會參 加各地的美容展,相比中南部的少量詢問, 台北的消費者已經被養成像蝗蟲一樣,從門 口直接往攤位衝。」陳苑伊笑著說。

「推廣多元生理用品其實也肩負著教育成分。」史文妃說,她們並非要每人都換上月亮褲,而是想讓大家知道還有更多選擇,可以擁有更好的生活體驗。因此她們每月都會舉辦免費的實體聚會,邀請專家分享與月經有關的各種主題,像是從西醫觀點看待月經機制、營養師教導生理期該怎麼吃,或是適合經期的運動等。

這些實體活動更歡迎男生一起參與,不少 參加後的男生都笑著說,以後會對另一半更 體貼。「月經好像是女生之間的小祕密,男 生一直被排除在外,但其實月經就是正常的 生理現象,多一點了解,就能多一點體諒和 尊重,不會再把它當成玩笑話說:『大姨媽 來了喔!』」陳苑伊說。

多元的生理用品發展以及方便的購買管 道,不僅是城市高度發展的指標,更承載著 創造女性舒適生活的願景,讓性別友善走向 寬廣且包容的環境。

 $\top$ 





左:「望月女子谷慕慕」於 2019 年參加「世界月經大會」,推廣台灣女性在選購生理用品的多元與自由。右:「望月女子谷慕慕」每月舉辦「月月聚」實體活動,邀請醫生講解生理現象的正確觀念。(左、右圖/望月女子谷慕慕)



水源市場



萬華區



台灣科技大學





等攝影書。

關心著土地、人與城市。著有《再見,狐狸:鄧博仁影像小說》、《時間·酵母》及《遺失·時間》

目前從事媒體工作、攝影藝術創作和攝影教學。熱衷於時尚、紀實、編導及觀念攝影,其創作

中山區





木柵



中山區

# 風景是一種心事

文一鄧博仁

在 台北居住多年,我總記得故鄉屏東大武山的壯闊及美麗。每當心情不好時,總會登上頂樓,望著遠方的山,或到陽明山擎天崗享受一個人的獨處時光。看著遠山,或一個人靜靜地在山上享受孤獨,這都是連接著對家鄉的情感。山之於我,是時間的載體,它承載著我過去的經驗與記憶,給我一種無與倫比的依靠感。

一直以來,慶幸自己會拍照,我用相機記錄生活,攝影之於我,是一種傾聽自己內心的聲音、和自己說話的時刻,並用影像保存身邊的人事物;更慶幸我有機會在台灣科技大學設計系分享所學,在大學生身上,我看見他們個個閃耀著光,2016年我開啟了拍攝大學生的計畫,用一種跳脫紀錄的方式來拍攝。請他們填寫問卷,問卷內容有「小時候的志願是什麼?」、「最想留下什麼?」、「青

春是什麼?」等十個問題,針對回答的內容, 用攝影來形塑並留存當下年輕人的樣貌,保 存期限永久。

去年的疫情,打亂了許多人的生活秩序, 我帶著一口故障的時鐘,邀請一位舞者到硫 磺谷拍攝,像告別過去種種不愉快,告別因 疫情衝擊的 2020 年,告別好似停擺的時間。

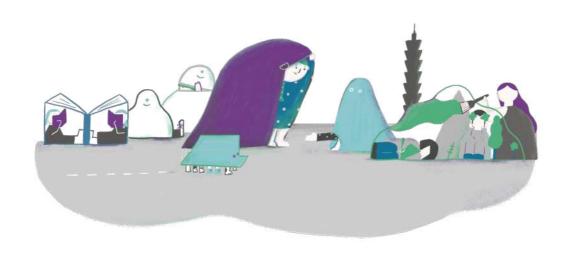
美學大師蔣勳在 2016 年台東美術館展覽時,為自己寫下一句話,「風景是一種心事。」這心事是一種觀看的結果,你觀看什麼,反映心中想著什麼。照片就是我的心事、日記,通往寫真之旅,就是探討人生之旅。在旅程中,握著相機、按著快門,是我日常生活的延伸,從台北到屏東,再到各個角落,我享受拍照時的快樂,珍惜當下,勇往直前地朝著未來目標前進。





# 在台北,遇見相同的顏色

圖·文一劉詠心 Emily Liu



# 劉詠心 Emily Liu

常來台北的新北人,畢業於英國創意藝術大學插畫研究所。 作品常以色塊及配色設計畫面 構圖,並加入小小幽默傳達故 事訊息,期望將插畫融入不同 形式的創作,透過畫筆溝通各 種議題。 憶中,台北有著許多離鄉背井前來工作的人,走路 飛快、趕著去工作的身影是台北常見的風景。小時候的我覺得住在這裡的人們不易親近,每個人都有著保護 色,似乎都戴著面具生活。長大後,台北在我眼裡卻逐漸 有了矛盾的魅力,吸引且接納懷抱各種面向的我,也牽起 許多不同卻相似的心。在這個土地上,彷彿有著許多防護 罩,每個防護罩的擁有者都是獨特的個體,擁有各自的形 狀及色彩,而卻都有機會在這裡遇見相同顏色的存在,彼 此分享心中自成一色的小小世界,碰在一起,就發展出大 大的天地。





二手貨或古物商品因有歷史或記憶情感的加值,而有全新物品所不能及的魅力,不少人 因此產生收藏的興趣;而重複利用二手物品的模式,也實踐了環保,既不退潮又浪漫。「地 瓜熟了跳蚤市集」創辦人邱子軒,欣賞時光巧手為每一件單品增添的韻致,也期待每一個 物件在不同使用者的手上,能再顯它的美好價值。

整時尚流行的邱子軒,平日喜歡嘗試不同的穿搭方式,因而堆積不少的衣飾配件。十多年前手作與二手物市集開始流行,對此相當有興趣的她,索性和朋友創辦「地瓜熟了跳蚤市集」,她說:「一開始只是想處理穿不到的衣服,剛好有朋友願意一起籌辦這個活動,市集就順勢而生。」

而台北作為時尚與影視產業工作者聚集之處,不難找到獨具風格的攤主。邱子軒從同在時尚產業工作的朋友圈開始邀集擺攤的參與者,大家手邊都有不少質感與風格品味兼具的好物件,可以拿出來交流,近年更有模特兒、網紅或藝人的物件加入。「在這裡不但可以釋出穿不到的衣物,還可以挖到寶,當我們看中了彼此的衣服,還會互相交換,大家都覺得很開心。」

也因為服裝配件的汰換率高,邱子軒意識 到時下「快時尚」的消費方式,其實造成了 環境的負擔。大家難免渴望擁有新東西,為 平淡生活製造樂趣,但這樣的需求不一定非 得透過新製物件才能達成,只要是新入手的 東西,也能達到等同的效果。她說:「這個 市集全以二手衣物為主,沒有文創產品,我 想讓它和其他種類的二手市集做出區隔,藉 此突顯二手物的獨特之處,聚焦推廣交流二 手物品的好處。」

而部分消費者會擔心二手物品的來源,她 則抱持著十分正向的觀念,「若是曾擁有這 項東西的人已不在世,但我們只是藉由二手 市集把這樣的美延續下去,我不覺得會因此 有不好的遭遇。」她也指出古著或頗具年代 的二手衣的迷人之處,在於每個時期的服裝 印花或版型都有其時代的特殊性,不容易和 別人撞衫,和現有的成衣混搭,就能創造獨 有的風格。

對於有意進入二手市集尋寶的初心者,衣物飾品因實用性高、物件體積不大,是極容易入門的品項,而在二手世界裡還有玩具、書籍、家具、電器、生活器皿等各類物品,只要有心,都能找到寶。邱子軒說:「我希望讓大家認知到,自己用不到的東西,也許是別人的寶物。」透過二手市場享受購物樂趣,還能愛護地球,何樂而不為?



文一林佳蕙·攝影一林冠良、Vivienne Lin·圖一邱子軒、莽葛拾遺、台北蚤之市

邱子軒認為二手物與古著的迷人之處,便在於那份獨一無二的時代感。以獨具巧思的搭配,突顯自己與眾不同的態度與風格,同時品賞那份在光陰中蘊生的舊物之華。跟著她的腳步,台北的二手好店,正等著大家去挖寶。

## #民族風古著二手店

## ◎ 香蕉貓

赤峰街近年開設不少古著二手店,其中「香蕉貓」因有不少民族風單品,是邱子軒最喜歡的店家之一,她說:「這裡有些適合女生的可愛服飾,例如帶有墨西哥刺繡的洋裝,或是可以當成罩衫的歐洲睡袍,都可以營造輕鬆自在的感覺。」

這裡的貨源有國外買手四處尋得的風格單品,也有老牌未售出的庫存新品;皮件則來自法國、美國和日本的二手市場,經過店家悉心整理後,每一件衣物都潔淨如新,且帶著市面上找不到的獨有風格,大家可以在這裡盡情享受風格混搭的樂趣。



民族風衣物風格強烈,混搭得當就能形塑自我風格。

#### 業 香蕉貓

- (J) 12:00-21:00
- 台北市大同區赤峰街 49 巷 11 號
- 0955-213-317

#### # 推開時光大門的風格寶庫

#### Modern Mode

「Modern Mode」位於大稻埕「Modern Mode Café」的一角,面積雖不大,但每一樣小飾品都獨一無二。這裡除了有老闆自世界各地精心挑選而來的飾品,也有自製的仿舊單品,風格也不拘一式,每次前來逛逛,都能有新的驚喜,因而被邱子軒納入自己的口袋名單中。

對於不知該如何以二手衣飾進行穿搭的入門者,邱子軒認為可以從小飾品開始嘗試,「如果一開始就從古著襯衫或洋裝著手,可能不知道如何找出適合自己的物件,也不太知道如何穿搭,不妨從這樣的小飾品開始嘗試,然後再慢慢試著加入其他單品。」她認為無論是簡單的 T 恤,或是可愛的小洋裝,只要搭上一件帶著復古風情的飾品,就能散發不一樣的穿著氛圍,為自己的裝扮加分。

- **\*** Modern Mode
- 11:30-20:30、11:30-24:00(週五、週六)
- 台北市大同區迪化街一段 278 號
- 02-2557-1083

#### # 童心獨具的老家具玩物店

#### ◎ Indigo 引体向上

老件的迷人之處,便在於它所勾起的往昔 記憶,尤其是那些可以讓人瞬間回到美好童 年的玩具,更是許多童心未泯的大人愛不釋 手的收藏好物。

來到位於靜巷中的「Indigo 引体向上」, 時不時便可找到來自歐洲的老塑膠玩具,無 論是逗趣的米老鼠或是白雪公主身邊的七矮 人,都能回味往昔閱讀童話故事的純真時 光。除此之外,這裡還專自歐洲引進六、 七〇年代的古董沙發、餐桌椅、燈飾、器皿。 喜愛老件的邱子軒經常來此挖寶,逛到流連 忘返。她建議大家可運用一兩件這樣的老物 裝飾居家空間,以此打造出與回憶相連的情 景氛圍,讓生活更添趣味。

- ₩ Indigo 引体向上
- 13:00-20:00(週一、週二公休)
- ◎ 台北市中山區龍江路 55 巷 1-1 號
- 02-8773-6746





1. 小飾品是二手穿搭最容易入門的品項。2. 舊時代的玩具都各有故事,值得收藏玩味。(圖/邱子軒)

# 二手物件尋寶圖

經由時光鍍膜的舊物,總有一份新品難及的特殊氛圍,隨著二手物愛好者越來越多,店 家的種類也越發精彩,《台北畫刊》特別推薦三處二手賣場,讓大家可以前往尋覓適合的舊 物,打猎洲人生活。

#### # 文化尋味者的藏書閣

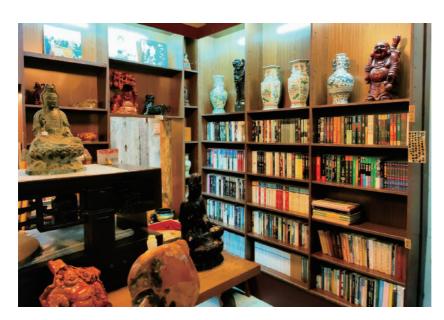
#### ② 莽葛拾遺

「莽葛拾遺」二手書店位於艋舺龍山寺前 廣場的一角, 古色古香的閩南式老宅十分有 特色,來此遊逛的人們,在進入書店之前, 就已被其建築外觀所吸引。

進到屋內, 可看見老闆精心收藏的各式 佛像古董與滿室書香交映,天花板上的古木 梁和老燈籠更添舊時風情,讓人頓生踏入時 光寶庫之感。而前人所讀過的書冊整齊地排 列在架上,種類自文學、藝術、歷史、哲 學……皆備,靜靜等待與下一位有緣人的智 性交會。不妨在櫃檯點一杯老闆用心沖泡的 咖啡,坐在書店一角,花點時間細品文字, 在離開之前找到讓自己愛不釋手的書籍,返 家慢慢閱讀,生活因此更加有味。

#### \* 莽葛拾遺

- ( ) 10:00-18:00 、11:00-19:00 ( 週五、週六 )
- 台北市萬華區廣州街 152 巷 4 號
- 02-2336-2181



「莽葛拾遺」蒐羅為數眾多 的二手書,值得花時間細品 閱覽。(圖/莽葛拾遺)



1 2

1.「藏舊尋寶屋」裡有不同時代文化的古物件,讓二手愛好者流連忘返。(攝影/ Vivienne Lin) 2. 在「台北蚤之市」,每一位攤主所帶來的物件都不一樣,大家可以在這裡找到種類多樣的二手物件。(圖/台北蚤之市)

#### # 古物愛好者的尋寶天堂

#### ② 藏舊尋寶屋

位於捷運古亭站附近,占地約 600 坪,是台北市中心難能可貴、專賣古董家具和生活器物的賣場。踏進「藏舊尋寶屋」有如遁入時光隧道,吸睛的歐風鐵甲武士,傍著牆邊的中式老櫃,不同文化風格的器物相襯,營造出特殊的氛圍。

這裡不僅受到二手物藏家青睞,也是布景師找尋道具的好地方,如果只是想妝點居家空間,不妨挑選一兩樣具有時代感的老件,可讓室內更添韻致,有助打造具有視覺重點的風格。

#### \* 藏舊尋寶屋

- (J) 11:00-21:00
- ◎ 台北市中正區羅斯福路二段 38 號
- 02-2391-2100

## # 老物迷的歡樂嘉年華

#### ○ 台北蚤之市

從 2016 年開始不定期、不定點舉辦的「台 北蚤之市」,集結種類多樣的攤商,已經成 為台北二手迷心中認定的蒐物樂園之一。在 市集中,除了有來自本地的二手物件,也可 見到攤主精心從國外各地帶回的精選物品, 從二手衣飾、玩具、生活器皿、家具,乃至 相機、書畫、郵票、明信片、礦石等各色藏 物,應有盡有,每回舉辦都吸引大批民眾來 此一探究竟。

## 🗱 台北蚤之市

② 時間、地點不定,請上臉書粉絲頁查詢



 $\top$ 

# 整個城市是我們的遊戲場

整理ー劉懿慧・圖表ーMiyabi

戲場是兒童發展的重要環境,不過一般設計較少考量到身心障礙者的特殊需求。 為了讓所有人都能享受在遊戲場遊玩的樂趣,台北市在2016年開始導入「Play for All 的精神,致力推動共融式遊戲場的設置,並藉由全民參與共同設計,打造無障礙的友 善樂園,讓每個人都擁有歡笑的權利。

#### 什麼是共融式遊戲場?



能提供一般和特殊需求的兒童與 陪伴者一起玩樂、發展能力的無 障礙遊戲空間。



實踐「Play for All」的共融理念。

# 定義

#### 共融式遊戲場需具備什麼?



#### 大家都是遊戲場規畫師



## 哪裡有共融式遊戲場?

- 2016-2020 年已完成 62 處
- 規畫中 21 處



# 在玩樂中學習包容與尊重

文一劉懿慧・攝影一林冠良・圖一台北市公園路燈工程管理處

北市政府自 2016 年起推動「Play for All」政策,設計了可包容各種需求的「共融式遊 戲場」,推行5年來已完成62處,未來也將開放更多處,讓所有人在遊戲場內都能自 在地玩樂,且在遊戲中理解彼此的需求。

#### 從遊戲中理解多元差異

「遊戲場」是兒童從遊戲中自由探索、創造 並建立人際互動的重要場域,在玩樂的過程 中相互學習模仿、發展各種感官與認知能力。

台北市社會局身心障礙者福利科股長何嵩 婷表示,「這個社會裡人本來就是多元的。」 設立共融式遊戲場的初衷,即是不分宗教、 **虐色、性別、年齡等生理、心理條件,不論** 是不是身心障礙者,都可以在此空間裡無憂 無盧地遊戲。

# 大家一起設計的遊戲場

正因為共融式遊戲場設置的目的,是為了 讓所有人都能一起遊戲,所以在規畫期間, 社會局舉辦多場說明會及工作坊,蒐集多方 意見,落實公民參與的實際行動。

在遊戲場選址前,社會局會和當地居民密 切溝通,了解交通便利性、附近醫療設施等 場地周邊條件;設計規畫時也會鼓勵民眾提 供意見跟想法,並邀集專家、學者協助確認 共融式遊戲場的空間配置、遊戲動線、遊具 的可玩性及安全性以及告示牌設置等;建設 完成時則邀請不同族群的使用者,包含兒 童、家長、身障者、照顧者、居民等, 進行 實際體驗與反饋;開放使用後也會蒐集使用 者回饋,持續推行滾動式的微調。

「與其自己關起門來想,不如集思廣益大 家來創作。」何嵩婷說。公民參與的好處,



工作坊藉由簡易的材料,建構出孩子們心目中的遊戲場 樣貌。(圖/台北市公園路燈工程管理處)





左: 舞蝶共融遊戲場以毛毛蟲意象做發想,設計了 8 種不同玩法的造型遊戲牆。右: 可供多人一起玩的鳥巢型鞦韆,讓所有人可以開心享受玩的樂趣。

是多一個人參與就能多一種想法,當大家都 關注這個議題,並提供創意思考時,等於同 時有許多人一起腦力激盪,所得到的回饋超 平預期。

## 不一樣也可以放心玩

以 2018 年啟用的「舞蝶共融遊戲場」為例,除了全程讓公民參與設計規畫,也舉辦 2 期 4 場的工作坊,讓民眾提出想法並了解共融的精神。例如身障孩子的家長依照生活經驗,提出遊戲板可做雙面設計,並預留方便輪椅進出的空間、增加扶手等,以更貼近輪椅使用者的需求,使遊戲場更加友善,達到共融的精神。

設計團隊表示,因為舞蝶共融遊戲場鄰近 花博舞蝶館,就以毛毛蟲及蝴蝶為主題發 想,在設施、鋪面、遮陽上藏了許多毛毛蟲 及蝴蝶的意象,讓進入遊戲場的大小朋友們 去發掘。

而在遊戲場的設計上,舞蝶共融遊戲場擁 有當時獨步全台的設計,例如提供輪椅使用 者遊玩的鞦韆、可多人同時使用的鳥巢型鞦 韆等;另外,考量到自閉症孩童也適時需要 隱蔽的空間,因此在毛毛蟲座椅區設立了小 木屋,讓他們可以暫時躲藏並且休息,也能 提高孩子到遊戲場遊玩的意願。

何嵩婷表示,共融式遊戲場內的遊具不需要遵循傳統,「不一樣」也可以很好玩,逐漸成為家長帶孩子出門放電的絕佳去處。未來除了滾動式優化遊戲場內的遊具及相關設備,也會持續倡導尊重多元差異的共同遊戲,並往全齡使用的遊戲場發展,讓家長與小孩都能理解「雖然我們不一樣,但可以玩得一樣開心」,邁向「Play for All, All for Fun」的理想。

# 展現生命的能量

# 2021 富邦身心障礙才藝獎

文一 Yi-Chern Liu·攝影一蔡耀徵·圖一台北富邦銀行基金會

#### 第十屆富邦身心障礙才藝獎

[31] 報名日期:即日起~5/20(四)

決賽日期: 7/10(六)

決賽地點:富邦國際會議中心 (將視疫情狀況評估是否開放觀賽)

#### 頒獎音樂會

[31] 8/27 (五)

台北市親子劇場 (將視疫情狀況評估是否開放參與)



發現不可能 數位線上展



以才藝為共通語言,身心障礙者們嘗試在 展演中讓自己發光發熱。由台北富邦銀行 基金會舉辦的「富邦身心障礙才藝獎」,自 2004年開始舉辦,至今已邁入第十屆。一路

翟小璧表示,基金會會持續將身心障礙者權利公約(CRPD) 的精神原則落實在活動中。(攝影/蔡耀徵)

從障者培訓、才藝獎頒發,到後續展演的過 程,對於所有參與者來說,皆是一場生命教 育的洗禮,讓身心障礙者及工作人員在過程 中彼此相互理解、成長。

# 以才藝獎啟動正向循環

富邦身心障礙才藝獎分為「創作類」及「表 演類 | 2 大項目,再依作品性質,創作類分 為繪畫組、工藝組;表演類分為器樂組、歌 唱組以及肢體表演組,並由各界的專業評審 **團**維行選拔。

有別於其他才藝競賽,富邦身心障礙才藝 獎並非「句點」, 而是以才藝獎作為中心,

前期為障友進行才藝培訓或是提供設備上的 資助,後期則進行選拔並提供得獎者舞台, 像是組成「愛無限樂團」至全台各地巡迴演 出,以及舉辦「發現不可能」創作聯展,藉 此吸引更多障友參與培訓及比賽,同時也使 社會大眾更加了解身心障礙者。

#### 突破對「礙」的既定想像

「身心障礙既是劣勢,也是優勢。」基金會 總幹事翟小璧提到,許多時候社會大眾出於 既定印象,將身心障礙視為藝術展演上的限 制,然而當障友們勇敢面對難關、挑戰自我, 所激發出來的生命能量以及專業演出,卻又 往往使得社會大眾深受震撼與感動。

如「愛無限樂團」音樂劇排練過程中,視 障者禹豪透過導演所設計的桌子與桌邊記 號,記憶舞台站點與場景走位;而在肢體動 作上,也要一改平日養成縮小動作的行為習 慣,反而需要學習放大動作。表演中無法聆聽音樂的聽障者靖嵐,則是透過音響反射在地板上的微弱震動感受節拍,由此跟著音樂律動起舞。一場流暢的演出,是表演者們努力不懈、突破身心上的界限,身體力行為社會大眾帶來彌足珍貴的生命教育課。

#### 在城市步調中以才藝相會

受到疫情影響,基金會自 2020 年推出線上展覽「發現不可能」,以影音呈現才藝獎創作類得主的作品,藉由動態影像搭配作品語音解說與背景音樂,在障友們的創作中遨遊探索,從中體會生命的力量與故事。

富邦身心障礙才藝獎也期待在疫情過後, 能夠與國外相關單位建立起跨國連結,將 身心障礙者們精彩動人的表演與創作帶向國 際,碰撞出更多生命的可能性,開啟更多元 的對話理解與成長視野。



身心障礙者克服先天上的不便,經歷多次排練,完美呈現音樂劇《我們》,感動無數觀眾。

# 一起重溫市場的美好

# 2021 台北傳統市場節

文一山裡人・圖一台北市市場處

- [31] 4/10(六)~4/11(日)
- ② 花博公園長廊廣場
- ③ 活動入場採實名制,可先下載台北通 App 加速進場時間



粉絲專頁



台北運



過去一年來受到疫情的影響,人們的生活 與消費習慣產生轉變。為了喚起大家對於傳 統市場的美好回憶,台北市市場處在4月10 日至11日於花博公園長廊廣場,舉辦熱鬧滾 滾的「台北傳統市場節」,邀請民眾一起來 去「踅菜市仔」。

由於疫情期間,外帶、冷凍保存食品以及 在家料理的需求增加,因此今年傳統市場節 以水餃為主題,讓民眾能以方便、簡單的方 式享用美食。除了集結台北市各市場具代表 性的特色攤商,更推出「天下第一攤主題大 賞:市場特級水餃」、「食材知識王」、「有獎 徵答」與「趣味包水餃大賽」等一系列活動。

在「天下第一攤主題大賞」裡不僅提供了 經典的水煮水餃,更能吃到各種獨具創意的 水餃料理。此外,在4月11日上午11時特 別舉辦「銅板價享水餃」活動,前100名以 悠遊付或悠遊卡結帳的民眾,就能用 10 元銅板價將特級水餃買回家。

「食材知識王」活動將考驗民眾對各類食材的認識;「有獎徵答」則是現場搶答蔬果相關知識,答對者可以獲得限量有機農產品1份;而「趣味包水餃大賽」將邀請攤商擔任導師,現場教大家做特級水餃,人人都能成為水餃料理達人。還有更多精彩活動,歡迎上「台北好市發聲」粉絲專頁掌握最新消息。

為推廣電子支付及響應環保減塑,活動期間到攤位使用悠遊付消費滿500元,或自備環保袋,就能到服務台兌換限量市場節好禮1份。另外也歡迎大家在逛完攤位後,至「市場特展」欣賞市場在台北城市空間中的蛻變,一同回味那些美好的記憶。

# 以多元形式感受宗教的力量 2021 保生文化祭

文一翁于庭・圖一大龍峒保安宮

#### 2021 保生文化祭

[31] 4/15(四)~6/27(日)





圖為藝陣表演金龍獻瑞。(攝影/黃竣祥)

由大龍峒保安宮主辦的保生文化祭已有數十年的歷史,今年於4月開展一系列精彩的文化活動,而保安宮主祀的保生大帝正是民間信奉的醫藥之神,在此疫情未歇之時,保安宮也期盼以信仰活動撫慰大眾浮躁的心,為社會注入更多正能量。

保生文化祭系列活動豐富可期,首先登場的「民間劇場——家姓戲」匯演,由大眾熟知的薪傳歌仔戲劇團,以及永樂國小學生所組成的歌仔戲劇團等團體接力上陣,為一年一度的酬神祭典熱鬧開場。

緊接著於 4 月 25 日將正式迎請保生大帝出 巡,屆時在大龍峒及大稻埕地區,可以一睹 有「台北三大廟會」之稱的盛大繞境。繞境隊 伍由保安宮力士會、轎班會與各友宮所組成, 其中做工細膩的神轎、轎前造型各異的巨型 神獸裝置藝品,以及帶有地方民俗特色的藝 陣表演,更是繞境陣容中的亮點。保安宮此 次除了邀請極負盛名的北管軒社、獅陣出陣 表演外,也激集國內各地的陣頭共襄盛舉。

結束繞境後,保安宮會在廟埕進行「放火獅」送瘟儀式。燃起的蜂炮在火獅四周炸起,象徵著驅疫鎮煞,也讓祈願隨著竄升的火焰與白煙直達天聽。隔日並以肅穆的「三獻禮」慶祝保生大帝聖誕,而接續舉辦的「過火」儀式,由轎班扛著神像赤腳走過熱燙的木炭堆,象徵除穢驅邪,為眾人祈願保平安,替祭典圓滿收尾。

保生文化祭不僅保有傳統酬神儀式與活動,更融入了寫生比賽、宗教講座、健康義診等多樣化的文化因子,賦予民俗廟會嶄新樣貌。而為了讓民眾可以更親近廟宇建築之美,期間也會舉辦多場保安宮導覽,希望民眾可以透過一系列的活動,感受傳統藝術、信仰文化的精神和韻味。

## 做伙體驗廟埕活動

# 2021錫口文化節

文一何育如・圖一松山慈祐宮

#### 天上聖母 1062 年聖誕祝壽三獻大典

[31] 5/4 (<u></u>)

#### 天上聖母鑾駕出巡

[31] 5/6 (四) ~ 5/7 (五)

#### 媽祖賜福·錫口廟埕

- [31] 5/8 (<del>\;\</del>)
- (J) 17:00-20:30





山區公所



松山過去又稱「錫口」,是平埔族語「河 流彎曲之處 | 的意思, 直到日本時期才改名 成現在大家所熟知的松山。

邁入第 15 年的「錫口文化節」,是由松山 區公所與在地信仰中心松山慈祐宮結合周邊 景點、商圈共同舉辦,以發揚在地文化及歷 史傳承為使命,是當地極具代表性的藝文活 動。今年由於疫情,松山慈祐宮北港赴會活 動取消,因此特別齊聚台灣北中南七大天上 聖母,於松山慈祐宮舉辦護國息災除瘟大法 會, 並以「媽祖」為活動主軸, 規畫錫口文 化節一系列精彩的活動。

在5月4日(農曆3月23日)天上聖母聖 誕當日,以「三獻大典祝壽」為錫口文化節 拉開序幕。接著5月6日、7日「松山慈祐 宮十三街庄大繞境」,是台北市最具代表性的 媽祖繞境,除了祈求媽祖賜福闔家平安、身 體健康,也展現松山區世代傳承的宗教特色。

繞境結束的隔日下午,松山慈祐宮前廣場 則迎來另一重點活動「媽祖賜福・錫口廟 埕」,不僅請來電音三太子等藝陣熱鬧匯演, 並與台北偶戲館合作推廣民俗文物以及扇子 手作體驗,還激請深受親子喜愛的「如果兒 童劇團」演出精彩的民間故事。當天在松山 慈祐宮正殿也會舉辦「祈福擲筊拚好運」活 動,只要連續擲出3個聖筊,就能兌換獨一 無二的七大媽祖平安符禮盒。

除了這些活動,2021 錫口文化節首次舉 辦單身聯誼幸福串聯活動,以及「紙芝居」 共學活動,結合日本傳統的說故事技巧、圖 畫故事和閩南語做展演,讓親子一起體驗共 讀、共學的樂趣。

誠摯激請民眾做伙參加松山區的年度盛事, 感受錫口新舊文化共榮、豐富多元的樣貌!

# 好玩台北 Fun Taipei

## 由你創造的台北 100 — IG 美照大募集



於活動期間拍攝你喜愛的「台北百大必看景點」照片,上傳到個人 IG 並標註「#taipei100」公開分享,就有機會獲得五星級飯店住宿券、 北北基好玩卡等多項好禮。台北的美,等你來 發掘。



[31] 即日起~4/30(五)

## 「走讀大安・精采十年」系列導覽



2021 走讀大安文化節融合歷史古蹟、自然生態、宗教及文創,設計「文教大安」、「古蹟人文」、「天堂之路」、「自然生態」與「創意手作」5 條走讀路線,展現大安區的地方特色及城市之美。每場導覽名額 20 人,即日起陸續於大安區公所官網開放報名,額滿為止。



#### [31] 即日起~7/31(六)

#### 2021 北投樂活節



#### 「我的北投故事街」街區策展

- 31 即日起~ 5/16(日)
- ② 北投、新北投周邊街道和店家

#### 「糖果森林歷險記」兒童劇

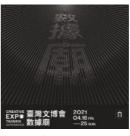
- (六)
- (J) 18:00 20:30
- 新北投七星公園





體 驗 課 紹 組 組 上

#### 2021 台灣文博會



今年以「Supermicros 數據廟——匯聚相信 的力量」為主題,策 畫「文化概念」、「設 計品牌」與「圖像授 權」三大展區,結合 數據生活、地方經驗

與群眾參與,以共識來創造行動,推動文化演 進,讓微小相信匯聚成台灣自信。

- (国) 4/16(五)~4/25(日)
- 華山 1914 文化創意產業園區、 花博公園爭艷館、松山文創園區



#### 2021 樂儀旗舞藝起來



學生樂儀旗舞表演,是台北市歷史悠久的文化活動。今年邀集 11 所學校單位參與,跨界與國家兩廳院合作,結合台灣國際藝術節擴大舉辦。學生們以優美的音樂融合精鍊的操槍技術,加上多變的隊形及旗舞,精準敏捷的隊形變換,帶給觀眾豐富的視覺與聽覺饗宴。

#### 踩街活動

#### 樂儀旗隊表演

- (六) 4/17 (六)
- ③1 4/18(日)
- (J) 14:00 16:00
- (J) 10:30 15:30
- 中正紀念堂周邊道路
- ② 兩廳院藝文廣場

#### 第 12 屆台灣國際紀錄片影展(TIDF)



以「再見·真實」為核心策展精神,選映近 140部來自世界各地的作品,展開連續10天 的紀錄片盛會。除影片放映外,更有一系列座 談、展覽、劇場演出等豐富活動,從不同面向 拓寬觀眾對於紀錄片的想像。

#### (国) 4/30(五)~5/9(日)

○ 台北新光影城、光點華山電影館、空總台灣當代文化實驗場 C-LAB



#### 2021 台北母娘文化季



由松山慈惠堂 所舉辦的 2021 台北母娘含果好 健行、保民 境嘉年華及 揚母愛元活動 等多元活動,

結合傳統與現代,發揚中華道統文化,同時傳 達感念母愛的精神。

#### 淨山健行活動

[31] 4/17 (六)

#### 安龍護國祈福大典

[31] 4/25(日)~4/29(四)

#### 保民繞境嘉年華

(五) 4/30 (五)

#### 弘揚母愛音樂會

[31] 5/2(日)

◇ 請洽詢松山慈惠堂免費索票



#### 清明期間掃墓防火須知



台北市消防局提醒民眾,掃墓時要遵守「4不 2記得」原則,共同做好火災預防工作。



農業普查來關心 農業傳承有信心

**普勒** 110年5月1日至6月30日

凡經營農作物栽培、畜牧、農事及畜牧服務、 普查對象 林業、漁撈及水產養殖等生產與休閒活動之業者



# 3不十2曾普查好放心!



- 1. 普查員不會洩漏個人資料給任何人
- 2. 普查員不會詢問與普查表無關的資料
- 3. 普查員不會要您提供帳戶或存摺
- 4. 普查員會佩戴普查員證
- 5. 普查員會遞送致受訪戶(單位)函



主辦機關:行政院主計總處 協辦機關:臺北市政府及臺北市各區公所



4月 | 茶之味 | 貓空品茗香

5月 | 祈福趣 | 貓空山林走透透

8月 童樂會 動物野餐派對

