

No.
636

01 / 2021

台北 畫刊

Taipei Pictorial



年節儀式感 打開感官迎接新年喜氣

朵朵繁花 · 緊握筆桿 · 創意年菜

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

劃撥戶名:台北市政府觀光傳播局

◎國內———新台幣300元(平寄)

◎香港/澳門———新台幣600元(航空平寄)

◎亞洲———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
各國家風景區遊客中心
台北車站旅遊服務中心
台北松山機場旅遊服務中心
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/世貿站旅遊服務中心
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
纜車貓空站遊客中心
樟山寺旅遊資訊站
指南宮旅遊資訊站
台北地下街行政服務中心

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)
昇恒昌台北松山機場免稅店
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
台北當代藝術館
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
台北市孔廟遊客中心
關渡自然公園
芝山文生生態綠園
寶藏巖國際藝術村
撫臺街洋樓
郭子儀紀念館
水源劇場
三井倉庫
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
國軍歷史博物館
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

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)
東南亞秀泰影城
國賓大戲院
樂聲影城
in89豪華數位影院
今日秀泰影城
新光影城
絕色影城
涌山戲院
國賓影城(微風廣場)
欣欣秀泰影城

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(台北市各分店)
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)
寶樂交通(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)

機關

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
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社
台北富邦銀行各分行(限原台北市台北銀行各分行)
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
林瑋琪先生紀念基金會(老人社會大學分校)
老人社會大學(台北市三民路)

新的一年到來，台北逐漸妝點上年節的歡喜氣息，而身處創意飽滿的城市，我們更能從中發現巧思，帶來有別於以往的年節準備。

讓我們擦亮雙眼，跟著花藝師嶺貴子走入台北花市，尋找新年的色彩，以一盆喜氣又有質感的花藝設計，為居家布置出最應景的自然芬芳；開啟雙手的感知，藝術家吳季禎執起筆桿，在紙上自在揮灑出迎春祝福，以一幅幅具有個人風格的春聯，打造年節儀式感；喚醒嘗鮮的味蕾，我們進入主廚Sophie的廚房，以迪化街中藥材入料，佐以法式氣質，為新的一年端上飽足又暖心的料理，品味中西交融的年節滋味。

迎接一元復始，台北有許多新鮮事將激發你的滿檔活力。料理人詹姆士為我們挖掘台北的辣味新層次，刺激舌尖上的感官世界，也點燃全身暖意；小說文本的影視改編正夯，影視版權經紀人林珊珊要帶我們認識這項新興行業的眉眉角角，一窺動人內容的幕後推手；睽違已久的台北國際書展即將登場，韓國受邀為今年度主題國，顯示韓國翻譯文學在當今台灣書市的風靡程度早已不容小覷，就讓政治大學韓文系教授郭秋雯與麥田出版副總編輯巫維珍帶我們一探這股出版新勢力。親友團聚的時節，走春也不能少，木柵貓空的日夜風情、貓空纜車的居高臨下和大貓熊「圓寶」的療癒萌樣，讓你年節假期到此一遊，絕對不虛此行。

年節即將來臨，台北的豐富多彩，將成就每個人專屬的年節儀式。

迎接台北年節 用儀式感溫暖你的新年風景

攝影 | 張普瑞



PART

1

台北 + N

台北故事 Taipei Story

06 年節儀式感 打開感官迎接新年喜氣

08 朵朵繁花 增添年節氣息

12 緊握筆桿 揮灑新年展望

16 傳統食材 變出創意年菜

台北食 Taipei Food

20 人家吃米粉，咱們來喊燒／魚夫

22 以辣味點燃全身暖意

台北人 Taipei People

26 全方位的內容推手

——影視版權經紀人

PART

2

✓ + 台北

聊台北 Talk About Taipei

32 閱讀韓國正夯當

韓國語文學系教授郭秋雯 × 麥田出版副總編輯巫維珍

36 大齡時尚：轉變和探索，都需要經過操練／連美恩

共好台北 Better Taipei

38 美感教育進駐校園

拍台北 Capture Taipei

42 通勤路上，聽見台北向你呢喃愛語／廖文瑄 Sha

畫台北 Draw Taipei

46 凝視台北行道樹／王盈穎 YingWang

PART

3

Adj

十 台北

愜意台北 Chill Taipei

- 48 大淵：
木柵的人情味讓我有回家的感覺
- 50 來訪頑童們稱為家的所在

公共台北 Public Taipei

- 54 台北大縱走尋路指南
- 56 台北大縱走讓世界看見台灣
- 58 從增能到表達的性平教育宣導月
- 60 台北茶花展與樂活夜櫻季
- 62 西門 PLAY 樂購町

好玩台北 Fun Taipei

- 63 活動短訊

台北畫刊

Taipei Pictorial

中華民國57年1月創刊
110年1月5日出刊

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·林均霏·李紹綺

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.tpedit.gov.taipei
Email taipeipictorial@mail.taipei.gov.tw

企畫製作 黑潮文化股份有限公司
社長 鍾昕翰
總編 陳頌華
主編 黃映嘉·林佳蕙
美術顧問 方序中
封面攝影 張國耀
封面協力 Salon Flowers
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

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

台北畫刊



目次
Contents



台北 +



台北故事 Taipei Story

年節儀式感 打開感官迎接新年喜氣

朵朵繁花 增添年節氣息

緊握筆桿 揮灑新年展望

傳統食材 變出創意年菜

台北食 Taipei Food

人家吃米粉，咱們來喊燒

以辣味點燃全身暖意

台北人 Taipei People

全方位的內容推手——影視版權經紀人



A still life composition on a wooden table. In the upper left, a glass of red wine is partially filled. To its right, a dark wine bottle is partially visible. In the foreground, a blue plate holds a variety of dried ingredients: two slices of citrus (one with pulp, one without), a piece of bread, cinnamon sticks, nutmeg, a date, and star anise. The lighting is warm and directional, creating soft shadows and highlights on the wood and glass.

年 | 節 | 儀 | 式 | 感

打開感官迎接新年喜氣



攝影—黃政達

告別多事波折的 2020 年，迎接新春之際，不妨開啟年節準備儀式，宣告來日將盈滿各種喜氣。

在花藝師嶺貴子的帶領下，走逛爭豔鬥麗的台北花市，挑選色彩豔麗、姿態繁茂的花卉，為居家空間增添視覺光彩；新年的盼望不妨由自己來創作，藝術家吳季禎帶我們執起筆桿，用個人特色揮灑祝福的春聯；主廚 Sophie 端出一席兼具台灣與西式風味的創意年菜，融合大稻埕的中藥材與南北貨，透過味覺傳達傳統年貨與法式料理交織出的底蘊。

讓我們循著感官出發，體會生活中的各種細節，發掘台北獨有的年節喜氣。

朵朵繁花 增添年節氣息

文—黃映嘉
攝影—張晉瑞

妊 紫嫣紅的繁花樣貌，是萬象更新之際最應景的風光，彷彿在預祝來年一帆風順，透過花藝師嶺貴子的引領，一起前往台北花市，找尋這個季節獨有的花材，為居家布置妝點新風采。



將紅、黃兩色花卉交疊使用，搭配古典花器，彰顯年節喜氣感。



嶺貴子認為，台灣的花藝潮流正朝向姿態自然的風格前進。

走逛台北花市感受活力

早上 7 點鐘，嶺貴子準時來到台北花市，神采奕奕地挑選課程所需的花材，而花市裡的店家看到嶺貴子，更是熱情招呼「今天進了特別品種的蘭花」、「你上次找的花材我們有進貨囉」，各種有關花卉的消息不斷湧現，讓採購過程無比熱鬧，更加彰顯人與人之間的互動活力。

來自日本的嶺貴子旅居台北已 8 年，這段期間，台北的花市總是不斷帶給她驚喜，「台灣的花市很有活力，而且是所有民眾都可以來逛，跟東京需要有花藝師執照才能進入的情況完全不同。」也因此，她認為台北對喜歡花藝的人來說，相對更加友善，花市甚至能就近提供台灣花農所培育的原生種，使任何人都可以輕鬆創作出心目中的繁花盛景。

而這 8 年的台北居住體驗，也讓嶺貴子發現台灣人對花藝審美觀念的轉變。或許是受傳統祭祀文化影響，盆花呈現的樣式多為熱鬧、豔麗，常用於開店祝賀或是廟宇活動。但近年來，強調個人風格的咖啡店、工作室逐漸興起，為了增添空間的柔美感，姿態自然、色系協調的盆花樣式開始成為主流，她笑說，「剛來台灣的時候，一直抓不準過年時要使用的花材色系，現在終於可以在華麗與簡約之間取得平衡。」

將日常融入花藝環境

在嶺貴子的花藝作品中，可以感受到花草依舊像是在原生地一般，姿態自然、充滿生機，她提到，「觀察植物的生長狀態非常重要。」因此，嶺貴子不使用框架住花朵姿態



位於內湖的台北花市，花卉品種眾多，不僅能購買到台灣花農培育的原生種，還有生命力十足的藤蔓野草。

的劍山，只選定花材、花器，以及一把剪刀，再憑著對植物姿態的細膩觀察，以枝桠互相交錯的技法，創造出固定花朵的空間，「雖然用枝桠間的空隙固定花朵，但還是留有一定程度的空間，讓植物能夠隨風擺動，很有生命力。」

會開始朝向自然流派的花藝之路，主要來自嶺貴子對台灣山林的觀察，由於經常漫步陽明山、北投、天母一帶，她發現因為所處緯度與氣候溼潤的關係，植物的生長狀態相當旺盛，「例如蕨類，雖然都是綠色，卻有飽和度的差別，而且植株又大、又有活力，光是欣賞就十分療癒。」而台北市鄰近自然資源豐沛的陽明山，這也讓嶺貴子特別欣喜，「當天就能來回的距離，還能看到那

麼多原生植物，對我的創作有很大啟發，更能與自然連結。」對於能輕易接近的山林，嶺貴子大力推薦喜歡花藝的人，前去感受自然的澎湃能量。

像是位於陽明山上的「野蔓園」，便是嶺貴子挖到的寶藏之一。講求讓作物自然生長、維持物競天擇的關係，於是能夠在此順利生長的植物都富含生命力，像是粗大垂吊的藤蔓、枝桠不斷向上延伸的野草……讓她特別喜歡使用這裡的素材，為創作注入生猛活力。

年節限定的喜氣盆花創作

以年節儀式感為主題，嶺貴子為我們創作一盆花藝，從花器至花材的選用，呈現出嶺

貴子喜愛自然與崇尚美學的生活態度。她提到自己曾經相當熱衷於蒐集古瓷器，因此本次所選用瓶身寫著大大「囍」字的花器，便是來自舊時代的嫁妝。

創作自然流派盆花的第一步，便是先以植物的枝幹做架構，嶺貴子選用大量帶果的尤加利葉，運用它結實強壯的枝樑來打底，為花朵創造更多可塑空間。接著進入年節儀式感的正題，嶺貴子以各種層次的紅色花朵堆疊，包括深紅色的洛神花、橘紅色的袋鼠花、赭紅色的太陽花，以及果實為紅色的巴西胡椒果，主視覺擔當則選用冬天盛開的大理花，讓整體視覺紅得濃淡得宜，彷彿沾染上了無盡喜氣。

嶺貴子也觀察到，金黃色的花材在台灣年節期間相當受歡迎，因此挑選了名為「黃金午後」的文心蘭，與具有祝賀意義的金合歡交疊呈現，讓視覺更加跳躍，以色彩賦予居家空間豐沛能量。

年節將近，不妨前往花市尋找素材，從居家布置著手，透過花藝創作活絡室內氣氛、增添空間喜氣。或是走入台北山林，透過觀察植物的生長脈絡，開啟更多靈感，讓自己在新的一年，藉由花藝激發無限可能。



左：巴西胡椒果可為盆花營造豐盛蓬鬆感，顏色更是符合年節氣息。右：黃色的金合歡(右)在義大利具有祝賀之意，因此嶺貴子特別選來與文心蘭(左)搭配，增添視覺活力。

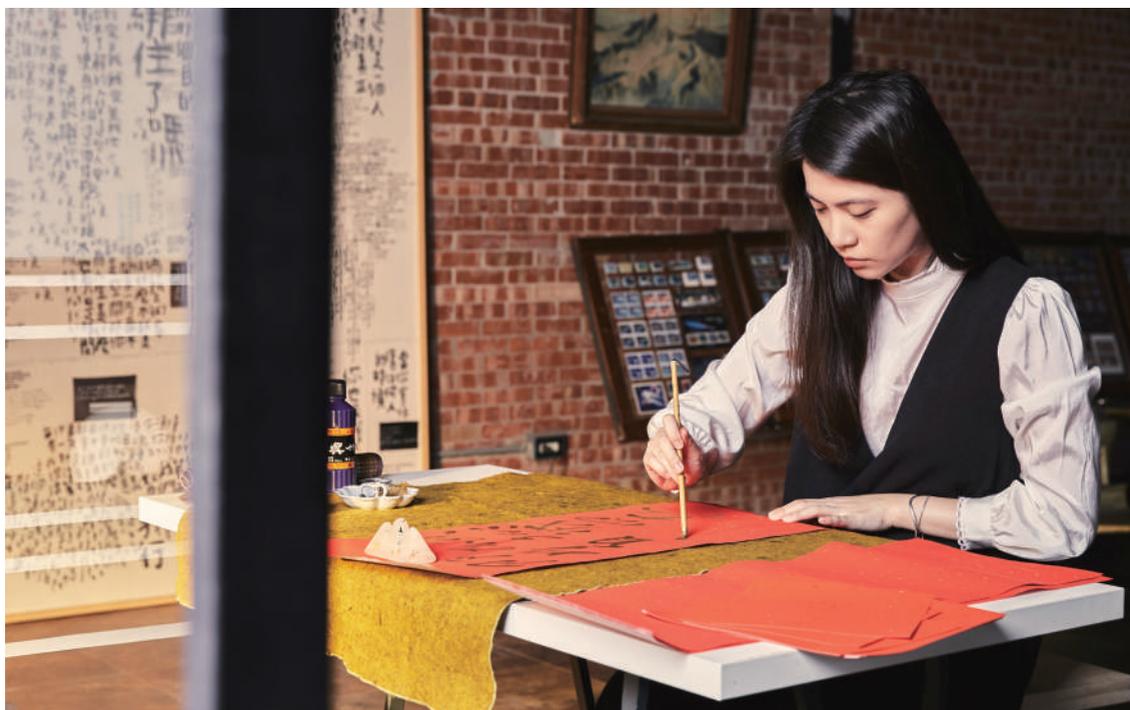
緊握筆桿 揮灑新年展望

文—張雅琳

攝影—黃政達、余梓勤

圖—台北市立美術館

雖然人們常將「年味淡了」掛在嘴邊，不過每到過年，仍不免俗地在門楣、楹柱上，張貼帶有喜氣祝福意味的春聯，縱使時代變遷，春聯依舊是年節前相當具有儀式感的事物。然而有別於傳統的對聯吉祥話，新世代藝術家在春聯內容上展現創作意志，提供別出心裁的新選擇。



吳季禎以獨特的字體風格書寫春聯，從傳統中迸發出新意。



從香蕉到透明塑膠球體，吳季禎樂於挑戰各種書寫載體。

透過書寫反映當下心境

創立品牌「今晚我是手」的藝術家吳季禎，用手寫、刺繡等不同方式傳遞生活裡的感觸和情緒，將之提煉為一段段觸動人心的文字。作品當中最為人熟悉的風格，就是被她暱稱為「亂寫吧體」的毛筆字，被問到為何會如此定義自己的字體，她表示，因為世界上寫字漂亮的人太多了，「我比較想告訴大眾的是，文字內容本身才是我想傳達的重點。」

除了字體不走正規的書法流派、全憑自我心性揮灑，所選用的載體也十分創新，不僅在宣紙上寫書法，吳季禎也嘗試過蔬果、木頭、浪板、玻璃，甚至是人體。她笑說創作的人會一直不斷尋找新的媒材，「能寫的我都盡力去嘗試。」

有意思的是，儘管取材面向多元，但最能和書法產生直接聯想的春聯，她卻直到 2019 年才初次嘗試相關創作。吳季禎回憶當時應風格選品店之邀，參加過年前舉辦的寫春聯活動，駐店一個下午現場揮毫。除了接受民眾「點菜」想要的祝福語，她也從自己的文字創作中，挑選了「美日美夜」、「願在新年與你團聚，飲一口酒談一夜小心事，只為暖和彼此的身心」等應景字句來書寫。

2020 年她再度提筆寫下「如夢似幻，真切踏實」，以及「願你我同在那片自由之地」兩幅春聯。如同看見近年國際情勢有感而發，她手指著第二幅春聯說：「只要世界上還有一個地方的人權或自由受到迫害，這句話就會一直存在。」此外，「誠實尊重，無所畏懼」則是吳季禎為迎接即將到來的牛年所



傳統祝賀詞之外，新型態的春聯詞彙也能反映社會現況。

寫，她誠摯地說：「誠實面對自己，尊重所有生命，自然就能夠無所畏懼。」力求活在每一個當下的她，認為創作其實是反映自己當時的心境，也因此農曆年末時分，看著全球依舊對疫情束手無策，便想透過書寫的方式來鼓舞社會大眾，同時激發大家透過張貼春聯來表現自己的思想，甚至親自提筆創作，體驗不同於以往的新年儀式感。

時間暫停般的台北限定年味

從小在台北出生長大的吳季禎，過年就是一家簡單吃頓年夜飯，沒有大肆慶祝的氣氛，反而是自己搬出來住之後，觀察到室友或朋友多會返鄉過節，從他們身上更真切感受到所謂「過年」這件事。「大家不是常說

過年期間台北就像一座空城嗎？雖然我看街道上還是滿多人的，但可能是平時在身邊的人這時都不在台北，所以覺得整座城市彷彿散發著一種孤獨感。」

對她來說，年節期間的台北印象，不是充滿喜慶喧鬧的大紅色調，而是像陰天風景那般濃淡有致的水墨暈染，「在台北過年特別有這種很遠、很抽離的感覺。」一年匆匆的時光，彷彿在此時停下了腳步，時間暫停的寂靜，是吳季禎眼中台北獨有的年味。

由於一直以來都在同個城市生活，如果真要形容台北對創作過程有哪些啟發，吳季禎反倒認為身處其中的自己很難具體描繪。「形形色色的人都聚集在台北這座大城市，產生各種碰撞，在此可以接收到來自四面八方的訊息。」有如繁花盛開的城市滋養了藝術家

的生命，即使無法解釋台北帶給她什麼，但吳季禎強調自己無形中一定是受到這個環境深遠的影響，才會成為如今的模樣。

手寫許下新年願望

在數位浪潮下，近年反倒興起了一波手寫字風潮。長期以來以書寫創作的吳季禎對此也是樂觀看待，「其實語言和文字就是每個人最原始的自我表達方式，大家只是把這件事『找回來』而已。」永遠都會有更新的流行興起，比起一味接收外界資訊，對她而言，創作更需要從探索生命經驗、挖掘自己的內在開始。也因此，她漸漸發現大眾在書寫的詞彙選用上，已跳脫傳統制式的架構，改為更貼近生活的語言。字體風格也更偏好個人辨識度的展現，不論是狂野、娟秀、潦草……只要能呈現所思所想，便有它的存在價值。



吳季禎曾與台北市立美術館合辦工作坊，吸引許多民眾參與自由書寫體驗。(圖／台北市立美術館)

除舊布新之際，書寫正是新年內化過去成長啟發、重新梳理嶄新目標的途徑，因此何妨提起筆來，揮灑極具個人風格的字體，寫下心中的新年祈願，如此跳脫傳統、充滿自由奔放的春聯風格，想必能帶來一整年的好運氣。



近年手寫風潮興起，台北也因而匯聚了多元形式的書寫創作。(攝影／余梓勤)

傳統食材 變出創意年菜

文－林郁嫻
攝影－林冠良

穿過以販售中藥材、南北貨聞名的迪化街，來到鬧中取靜的貴德街，品味一場從氛圍到料理都很法式的饗宴。以刀叉就口，那滑過唇舌的味道有些熟悉，與迪化街的乾貨、中藥材香氣有些相似，與女主人細聊，原來法式料理落地生根後汲取了地方之味，為傳統食材增添更多想像力。年節時分，不妨跟著「Le Coin de Sophie 在她家」主廚 Sophie 學習，用大稻埕中藥材佐以法式精神，端出一桌另類年菜。



煮一桌結合中西元素的年菜，用創意滋味迎接新年。



運用烏魚子製成西式鹹派，展現在地食材遇上西式料理手法多變的風味。

香料芬芳盈滿迪化街

旅居法國十餘年的 Sophie，回台後愛做菜靈魂始終蠢動著，於是她落腳家鄉大稻埕，經營餐館「Le Coin de Sophie 在她家」，將自身的法式料理專長結合迪化街上豐富的中藥材、香料等元素，演繹出具有在地氣息的西式風味。

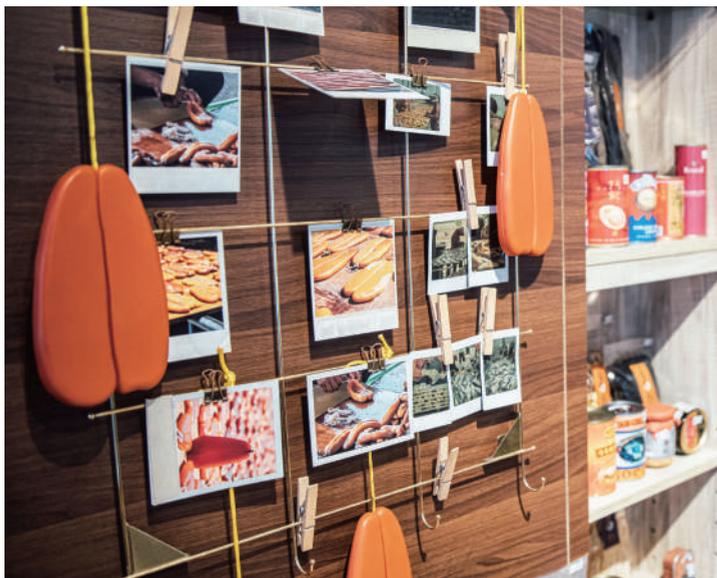
Sophie 對於香料應用如數家珍，「月桂葉和百里香常出現在南法燉菜，像是紅酒燉牛肉；巴西里適合搭配白醬；而木質味的肉豆蔻與巧克力最合拍，有解膩效果。」 Sophie 也提到，肉桂、花椒、大小茴香等，皆是不分東西方料理的常客，但在運用方式上卻有很大的不同，東方用在滷肉，一如黃裕生藥行的滷包醇香甘美；西方則偏好將肉桂加在

咖啡或甜點裡。「香料始終存在於人類的生活裡，其風味變化相當有趣。」

想一嘗中藥材與香料的芬芳，入手熱紅酒香料包最是平易近人，Sophie 推薦一位居住在大稻埕 20 年的法國人所調製的香料包，內含桂皮、八角、肉豆蔻、丁香、橙片，最特別的是還有紅棗，打破東方與西方使用香料的壁壘。煮入紅棗的熱紅酒味道甘甜，也煮去了酒精的刺鼻，全家大小皆能飲用，適合年節時分，一人一杯，在舉杯歡慶間共享暖心暖胃的團圓時光。

傳統食材也能很法式

年節也讓迪化街比平常更為喧騰熱鬧，象徵多子多孫多福氣的烏魚子成了搶手貨，



Sophie 結合自己滋養於大稻埕的背景及旅居法國多年的靈魂，創造出令人驚豔的味覺饗宴。

Sophie 選用迪化街上李日勝的野生烏魚子，因為從自家製作廠的源頭控管品質，以日頭曝曬的古法製作，恰恰與倡導有機農業、關注生產端的 Sophie 不謀而合。烏魚子一般多切片後搭配蘋果、白蘿蔔、大蒜做冷盤，Sophie 則別有想法，將烏魚子磨碎，結合季節性蔬菜做成法式鹹派，鹹香的顆粒感帶來新的味覺感受。

年節餐桌上當然少不了全雞，傳統水煮再抹鹽的白斬雞，雖保有食材原始的鮮甜，卻也不免有些單調，Sophie 從百恆藥材購買芒果乾、柳丁片，再拌入小農有機米一同炒香後塞進雞腹，「那溼潤且酸甜分明的果乾，在料理中更能發揮滋味。」最後與烏來福山的栗子、蜜蘋果等具有大吉大利喜慶涵意的配菜一起盛盤上桌，讓雞料理更加有滋有味、色澤鮮美。你挖一口飯、我撕一片肉，在眾

人分食中感受家人的親密與連結。Sophie 提醒，若當餐未完食，可以手撕雞絲保存，隔天再做成沙拉，讓年菜可以變化再利用。

別以為 Sophie 只擅長法菜，愛煮菜的人其實沒有這麼多規範，而是不斷嘗試、激發食材最多樣的美味。以最常在年貨大街採買的臘肉為例，Sophie 建議可以加入時蔬做成砂鍋飯，集合眾多食材的料理，省去三菜一湯的繁雜手續，任何人都能輕易上手。此外，也能將臘肉當作火腿使用，與俗稱長年菜的芥菜一同燉煮，相當具有年節的味道。即便過了年節，臘肉還可以做成 pizza、義大利麵等，美味餘韻無窮。

從上街採購開始，就能感受年節氣氛的喜悅，接著再運用不同以往的料理手法，將傳統食材轉化成異國風味，不僅使味蕾充滿新鮮感，更為新年的開端注入豐沛創意。

年節上迪化街採購，早已是台北人不成文的傳統，但傳統不代表沒有新意，透過 Sophie 成長於大稻埕、再經法國洗禮的料理經驗，為食材、年菜變化出富有異國情調的可能性。

☞ 烤雞 (6 人份)

材料：

1. 全雞：1 隻 (2.5 公斤左右)
2. 白飯：250 克
3. 栗子：18 顆
4. 果乾：依自身喜好選擇種類並酌量使用
5. 鹽、糖：各 100 克

步驟：

1. 將鹽、糖融入能淹蓋過雞隻的水量，並將雞隻浸泡其中一天。
2. 預先將白飯、果乾、栗子一同拌炒。
3. 第二天將雞取出、擦乾、吊掛，再將炒好的餡料放入雞腹內，以烤肉叉封起開口，再將雞置入預熱至攝氏 220 度的烤箱。
4. 依序翻面烤兩側雞翅膀、腹部、背部，每個部位皆以攝氏 200 度烤 22 至 25 分鐘。烤完後取出以鋁箔紙蓋上靜置 10 分鐘後即可享受。

☞ 熱紅酒

材料：

1. 香料包：25 克
2. 紅酒：1,500 毫升
3. 新鮮水果：橙類、蘋果或熱帶水
4. 果汁：依自身喜好酌量使用
5. 橙皮：適量
6. 糖：150 克

步驟：

1. 將糖加入紅酒中熬煮 10 分鐘。
2. 加入香料包與橙皮煮 15 分鐘。
3. 加入水果與果汁煮 5 分鐘後熄火。
4. 放涼後移至冰箱冷藏，隔天加熱飲用風味更佳。



⚠ 飲酒過量，有害健康



米粉



人家吃米粉，咱們來喊燒

文·圖—魚夫

米粉有南北之分，在北部常見者大都是粗米粉，南部則為細米粉，但這也不是鐵律，粗細之別，和飲食的習俗文化有關。

粗米粉亦稱為大籐米粉，中南部人說那是台北米粉，作粗短狀。台北著名的通化街米粉湯，因為粗米粉耐煮，便和油豆腐、豬雜等混煮。在台北，這種形式的米粉湯頗受歡迎，其實也很像福州的粉干，煮法更像撈化米粉。

據聞粉干在明帝國之前有些別名，諸如米線、線粉、米纜和米糰等，具有色白、條細、

耐煮、鬆軟等特性，和細米粉的不同就是粗細和長短的差別，細米粉亦可稱細粉干。我有回去中國福州，在聚春園餐廳裡就吃到糟菜炒粉干，一問之下，原來是道福州名菜。糟菜跟酸菜一樣，要經過醃製的過程，將芥菜晾乾後，加入鹽、酒糟等在陶甕中醃漬，和粉干炒起來，有股酸香的味道。

另一種街頭常見的是撈化米粉。這種食物用的是細長的興化米粉，全名應叫「撈興化米粉」，店家在擔頭擺出豬雜、牛肚、海鮮、河鮮、菜蔬等十數種配料，一口撈鍋，水氣

溺溺，用豬骨、牛骨或海鮮炆高湯長達 6 小時，撈時先將米粉入沸水中汆燙一會兒，再將米粉放進高湯中入味，撈出盛於碗中，最後將先前旺火炒熟的配料鋪上來，這就是一碗色香味俱全的撈化米粉了。

然而細米粉也很膾炙人口，有一味旗魚米粉常被庶民誤植為「鯨」魚米粉，聽聞早期在大稻埕頗為常見，今之延平北路從前就有許多家專賣這一味。

永樂市場旁的「民樂旗魚米粉」據說自日本時代就有了，現今老闆黃清的父親 18 歲時便挑著擔子在大稻埕的路邊開賣了，40 餘年前才有店面，後來兄弟也在一旁賣起紅糟肉、炸豆腐等，如要來賞味得趁早，大抵早上 6 點多營業，是許多大稻埕人的早餐，近年又成了觀光客必嘗的美食，經常大排長龍，但店家仍然維持過午收攤的習慣，晚來 No sut（沒得吃）。

這一味的祕訣在將旗魚切成小塊蒸熟後，摻入醬油拌炒，不煉高湯而全靠旗魚提味，食時將細米粉加入，但需以湯瓢沿鍋壁壓斷過長的米粉，再拈來少許韭菜，添入焯過的油蔥，便是一碗膾炙人口的旗魚米粉湯了。然而米粉湯會燙嘴，不夾點店家提供的炸物歇歇口不行：紅糟肉、炸蚵、炸魷魚、炸豆腐、炸甜不辣等，喝口湯，再吃一口配菜，自然會越吃越續嘴了。

咱們的布袋戲裡有文音、武音、俗音還有七千話，偶爾也會冒出無厘頭的「金光搶搶滾，烏魚炒米粉」的話來，烏魚炒米粉我沒吃過，但以烏魚、旗魚或白鯧等煮米粉湯倒是常見，至今仍是台菜餐廳裡的重頭戲；有句台灣諺語說：「人食米粉，你咧喊燒。」意思是人家米粉吃得不亦樂乎，你在一旁流口水，還怕



粗短狀的大籮米粉湯在台北頗受歡迎。

食者嘴巴燙著，所以這指的應是米粉湯。

至於「炒米粉」，台語也作「米粉炒」，炒字在前是動詞，在後是名詞，趣味橫生；萬華康定路上有家「正老牌魷魚平」，賣的是米粉配魷魚羹，孤門獨市，生意沖沖滾。我聽老一輩的說，從前中秋節拜月娘要吃炒米粉，乃有所謂「呷米粉芋，有好頭路」。金瓜炒米粉是台灣澎湖的名菜，但這米粉炒芋頭，我倒未之見也，怪不得總是找不到什麼好差事。

從前泉州人結婚後，女方要送炒米粉去夫家，一家人共食，這用泉州話來說，叫作：「吃米粉，相吞忍。」意思是夫妻吵架是常態，但記得相互寬容才是王道，不過這種習俗似乎沒有傳到台灣來，倒是台灣人有句「泉州人賣米粉」的歇後語，意指「沒你的份」，因為用泉州腔發聲「賣米粉」很像台語「沒你份」。

好吧，燒哦，米粉趁熱吃吧！要不然被人掃空了，真的就沒你的份了。



以辣味點燃全身暖意

文—黃映嘉
攝影—林冠良
圖—雲之南

對「辣味」頗著迷的料理人詹姆士，對於各種辣都來者不拒，加上經常飛往各國出外景，味蕾已累積各種辣味樣本。他提到，每一種辣結合不同料理手法，都能變化出多樣風味，並且誘出食材最真本色。因此，沿著本次詹姆士推薦的台北辣味地圖，讓讀者在冬天可以按「味」索驥，用辣味點燃食慾，也喚醒全身暖意。

喜歡吃辣、甚至以辣為主題推出了乾拌麵與蘸醬產品，將辣味當作科學實驗，拆解各個品種花椒與辣椒的香、麻、辣，對詹姆士來說，任何辣都有精彩的地方，「好比辣油依辛辣程度比例可分為油潑辣子、花椒油、港式、泰式等，可依照食材特性，讓彼此在味覺上相互協調。」

於是，廚師與嗜辣者不斷朝著熱辣的味覺深淵探索，讓五花八門的辣料理應運而生。其中最佳例子便是冬天熱門的麻辣火鍋，例如使用辣炒豆瓣醬、乾辣椒、花椒油為湯底的川味辣鍋；或是加入大量香茅、紅蔥頭、紅綠辣椒、魚露熬製而成的泰式酸辣鍋，都會因為湯頭不同，而影響涮煮的食材風味，「川辣可以提升肉質甜味，酸辣則能誘出海味鮮美。」詹姆士說道。因此在台北，主打

獨家麻辣祕方的鍋物大都相當受歡迎，縱使雙唇因辣湯而短暫麻痺，也難以阻擋饕客追求美味的熱情。

與食材相輔相成的辣味

有「明星的廚房」之稱的「黑武士餐坊」，其麻辣火鍋就位列詹姆士的辣味口袋名單之中，以牛肉、牛骨熬製湯底，再運用花椒、辣椒、鬼椒堆疊出辣的厚度，不僅可將肉質、蔬菜本身的甜味大幅提升，餘韻無窮的湯頭更是一絕，「我很喜歡循序漸進的辣味，尤其品嘗過後尾韻要能留存。」

老字號的「藍記麻辣鍋」，湯頭雖較一般麻辣鍋清淡，可直接品飲，但是所費工夫可不馬虎。店家每天以牛骨熬製湯頭，使得清



左：「黑武士餐坊」的麻辣火鍋湯頭風味深厚，輕輕涮煮便能使食材入味。(攝影／台南美食 eat.fun) 右：辣湯可直接品飲是「藍記麻辣鍋」的特色，湯頭甜味與麻香兼具，入口後令人十分滿足。(攝影／foodography_9527)

湯厚實香甜，再以辣椒、花椒、胡椒增添紅湯的麻香氣息，不僅能將食材涮得十分入味，溫潤芳香的湯汁更是順口，「藍記的特色之一包括不提供沙茶醬，而是使用店家家傳的祕製辣醬，蘸取涮煮麻辣鍋的食材，讓各種層次的辣味都能在口中澈底發揮。」

在台北品嚐異國辣味

提到異國的麻辣風味，詹姆士的味覺思緒立刻飄向了雲南與泰國。雲南的辣如火焰般炙熱，鋪滿大紅袍辣椒的菜餚，光是視覺就足以叫人冒汗，實際入口後的香麻更是令人難忘；泰國的辣味幾乎與酸味並存，再加些香料與海鮮共同烹調最為契合。

然而位於台北的雲南與泰國料理餐廳，雖

然因地制宜辣味稍有小修，但是對於嗜辣成癮的饕客來說，還是相當值得造訪。

詹姆士認為：「美好的辣味要香、麻共存，品嚐後還會捨不得喝水。」因此由雲南媳婦掌廚的「雲之南」，其招牌菜色「鮮魚湯麻辣鍋」不僅深受台灣人喜愛，用料更囊括了雲



「雲之南」的麻辣湯頭使肉質更加鮮腴彈嫩。(圖／雲之南)



涼拌麵食也是「雲之南」的人氣餐點之一，拌入主廚的特製辣醬，即使夏日也能胃口大開。(圖／雲之南)

南青辣椒、大紅袍、燈籠椒、郫縣豆瓣醬，搭配柔嫩鮮魚，達到風味加乘效果。想讓魚肉風味更上層樓，還可蘸取店家祕製的小米辣醬，以新鮮小米椒搭配薑末，再澆淋熱油完封辣味精華，搭配魚肉一同入口，完美體現肉質的鮮與嫩。

此外，詹姆士喜歡在夏天吃點微辣料理刺激口慾，因此使用自製泡椒與酸菜拌炒的「四川酸菜魚鍋」，風味清爽，頗能征服炎熱暑氣。到了冬天，除了熱辣的鍋物，粑粑絲、米線、紹子麵等雲南道地小食也相當值得品嚐，特別建議拌上主廚特製的香麻醬料或是酸菜辣湯，在熱辣口感穿越舌腔之際，更能驅走身體的寒意。

位於東豐街的「泰美泰國原始料理」主打泰北風格料理，保留更多泰國傳統菜色。在調味上，泰美運用泰國辣椒、羅望子乾、椰子糖等食材來維持辣、酸、甜的風味平衡，例如「泰北傳統脆炸羅望魚」搭配羅望子、檸檬皮製成的醬汁，十分開胃好下飯，再佐一口提味用的乾辣椒，讓整體香氣更加分明。另有以紅咖哩與椰漿做基底的「泰國傳統椰子蒸什錦海鮮」，溫和的辣味帶有香甜口感，與蝦子、花枝等鮮甜海味巧妙呼應。

「辣味」擁有多元的表現形式，從風味多元的麻辣火鍋，再到能夠展現大廚功力的辣菜料理，那股不斷刺激口腔分泌唾液的香麻滋味，只要試過都會上癮。



「泰美泰國原始料理」主打泰北風味，菜色注重酸、甜、辣三者的平衡。上圖為帶有咖哩辛辣的泰國傳統椰子蒸什錦海鮮、下圖為酸辣開胃的泰北傳統脆炸羅望魚。

全方位的內容推手 ——影視版權經紀人

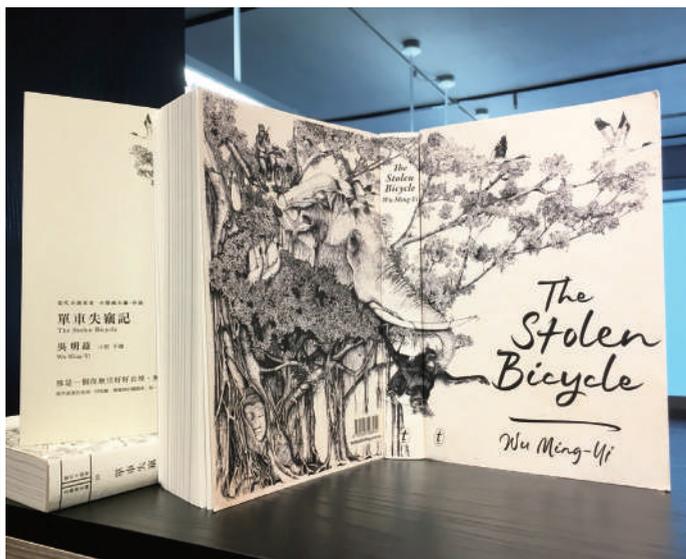
文—謝宛庭
攝影—林冠良
圖—公共電視

影 視版權經紀人所經紀的對象不是明星或藝人，而是小說與故事。整合出版業與影視業資源，為紙本的圖文內容找出以

電影、電視劇、舞台劇、音樂劇或虛擬實境等各種影音型態轉譯的可能。影視版權經紀人林珊珊從影視跨足出版，既了解出版業的



大量閱讀、觀賞影片是影視版權經紀人的日常工作之一。



優秀的台灣文學作品透過版權經紀之手推廣到全世界，提升文本影視化的機會。左圖為《天橋上的魔術師》4國譯本，右圖為澳洲出版社使用吳明益《單車失竊記》的原畫作為封面。

眉角，也熟悉影視業生態的她站在兩者的交會點上，成為雙向溝通譯者，將台灣原創內容推往更高、更寬廣的世界。

👤 業務發展

📺 開發媒合、宣傳推廣

綜觀影視版權經紀人的日常，一是閱覽各式出版品，找尋新穎的故事，並以科學數據歸納出讀者的反饋，評估市場喜好與「含金量」；二是時刻關切各國影視產業趨勢與動向，從觀察拍攝手法、蒐集紅海現況到預測藍海潛力，推敲故事文本合適的轉譯形式與銷售對象。

林珊珊以張國立的推理小說《炒飯狙擊手》為例，「一位看似平凡的廚師，卻是隱姓埋名的殺手，從台灣一路橫跨到羅馬的犯罪陰

謀，是個節奏明快、適合改編類型片的絕佳素材。在2019年2月出版後，我們立即決定全面代理並鎖定海外市場，以最快的速度準備英文書訊和全書英文譯稿，以便在10月登場的法蘭克福書展上向國際出版專業人士介紹。現已成功售出德語、法語、荷語、英語、俄語等海外翻譯版權，同時獲得好萊塢影視公司的青睞與合作邀約。」

「我時常覺得影視版權經紀人就是『Book-to-Film』中的『-』符號，在人格特質上，需要對人有好奇心、對故事有熱忱；在專業知識上，必須了解海內外影視產業需求、熟悉著作權法規，同時具備議價談判的能力，才能發揮連結出版和影視兩端的作用，雖然常自嘲是跨界的邊緣人，但我很樂在其中。」林珊珊的初衷十分純粹，她期待自己的判斷能夠貼近大眾對文本改編的想像，讓文字作



《天橋上的魔術師》文本影視化的歷程長達十年，同名電視劇改編將在 2021 年 2 月於公共電視播出。(圖／公共電視)

品轉換為影像畫面時，保留原著完整的底蘊和細節。

👤 媒合授權

📄 價格商議、合約簽訂

然而過去長久以來，台灣內容產業對影視改編領域不夠重視，普遍缺乏版權意識與專業認知，加上影視經紀此一角色的長期缺席，導致內容產業成長動能不足。林珊珊分析，「影視版權經紀所連結的兩端，說著不同的語言，各有各的專業。作家的本業是創作，出版業專注在經營、擴充出版版圖，且礙於規模偏向中小型，大都沒有聘請專人處

理影視版權，反而將其歸屬在編輯或版權的業務之下，幾乎只能做被動授權。」對此她認為，由於影視版權經紀人熟悉出版和影視產業兩種截然不同的業態，因此在洽談影視版權時更能採取主動姿態，並以中立、客觀的角度，找出製作方、版權方都能接受的價格與條件，而作者也更能專注於創作本身，持續產出更多精彩的內容。

但授權與否的要點也並非價高者得，林珊珊提到，更重要的是為作品找到最恰當的演繹者，「授權價金多寡並非決定性因素，擁有雄厚財力、資源的影視製作方不見得就是改編作品的最佳出路，我們反而更看重製作方合作的導演或編劇對於題材的喜好和掌握

度，而我們的工作就是要找出最佳的媒合路徑。」

當媒合成功之後，影視版權經紀人便是原著作者的最佳代言人，可以與影視製作方針對改編方向做溝通討論。而影視版權經紀人因為對作品內容的理解與掌握，也成為影視製作方在開發時期相當重要的顧問，「透過我們居中協調，使雙方都能在自己的崗位上好好發揮。」

👤 守門員

📁 品質控管、進度追蹤

對林珊珊而言，版權售出不等於結束，而是另一個階段的開始，「我習慣定期追蹤作品的開發狀態，也會不定期和作者或出版方報告進度。」林珊珊以吳明益的小說《天橋

上的魔術師》為例，從 2011 年書籍出版、2016 年授權影視改編，接著公共電視公開徵求製作團隊、去年拍攝殺青，到今年即將播出，前後歷經十年。各個重要階段、環節，都需集結眾人之力，發揮各自的專業，兢兢業業走穩每一步，才能克服萬難到最後。

從文本、劇本到影像化等階段，短則一、兩年、長則十多年，一部部膾炙人口的影視作品，才能出現在眾人眼前。林珊珊特別提及文本作品改編在台灣的优势，「我們擁有言論與創作的自由，因此能多元選擇創作的題材，不必避開敏感話題，也不必憂慮創作心血被扼殺。」林珊珊相當珍惜環境給予的自由動力，同時也期待挖掘、活化更多好故事，讓原創作品日漸成為台灣、甚至全世界文化內容產業的焦點。



姓名：林珊珊

職業：影視版權經紀人

人格特質：喜歡閱讀與分享、抗壓性高、有耐心、能變通。

工作任務：找尋作品轉譯的價值，結合對應的客群和市場，給予對應的人脈和資源。

核心理念：透過不同形式為故事創造新生命，讓好的作品被更多人看見。





十 台北

聊台北 Talk About Taipei

閱讀韓國正夯當
大齡時尚：轉變和探索，都需要經過操練

共好台北 Better Taipei

美感教育進駐校園

拍台北 Capture Taipei

通勤路上，聽見台北向你呢喃愛語

畫台北 Draw Taipei

凝視台北行道樹

閱讀韓國正夯當 —— 韓國語文學系教授郭秋雯 × 麥田出版副總編輯巫維珍

文·田育志 · 攝影·顏涵正 · 圖·時報出版、台北書展基金會



靈魂
也是可以
得到療癒的

咖啡味
及補充咖啡因
還是溫暖心靈
這個人情溫度的
惟介所三

有些溫度
必須親自品過
才能體會
其中的
酸甜冷愛

韓潮正夯，不僅韓劇、韓樂、韓流時尚深入大街小巷，韓國文學也日漸受到矚目。本月 26 日揭幕的台北國際書展，也特別規畫韓國擔任主題國，帶領讀者從閱讀中看見韓國。且看政治大學韓文系教授郭秋雯與麥田出版副總編輯巫維珍，分別從學界及出版界的角度出發，剖析韓國文學帶給台灣社會的文化洗禮。

韓國文學翻譯院加速文化傳播

要聊台灣的韓國翻譯文學，不得不從這十幾年間的韓流說起。曾經手韓國知名作家孔枝泳《熔爐》以及丁柚井《七年之夜》、《射向我心臟》等知名作品的巫維珍表示，最早在台灣爆紅的韓國小說，就是麥田代理出版的《大長今》，而隨著韓劇在台灣逐漸打開市場，其他出版社引進的《鬼怪》、《信號》等熱門戲劇的劇本小說，也在出版界獲得高度關注。

研究韓國文化、文創產業多年的郭秋雯認為，除了韓流的影響，韓國文學翻譯院也對韓國文學在台灣的發展，起了推波助瀾的效果。「2010 年時，韓國文學翻譯院主動與政大韓文系合作，在台灣舉辦全國性的『韓國小說讀後感大賽』，許多人因為參加比賽，才開始有機會接觸到韓國小說。」

韓國文學翻譯院一方面與政大韓文系合作，另一方面透過補助的方式，讓台灣出版業能申請經費，進行韓文小說的翻譯與出版。巫維珍補充道，韓國文學翻譯院在推廣母國文

學的積極態度，令她印象深刻。她同時也指出，近年來台灣市場上韓國翻譯小說數量的增加，其實與韓國文學翻譯院的補助關係密切。

以議題為主要的作品逐漸嶄露頭角

綜觀目前台灣出版市場的韓國翻譯作品，郭秋雯分析，大致上可分為三類：第一類為大眾關注的影視原著；第二類則是金英夏、孔枝泳等知名作家的作品；第三類則是探討社會議題的文學作品。

「其實這幾年在韓國的文學界，以純文學形式書寫的作家越來越少，反而是將社會議題或是文化內涵帶入文學作品成為趨勢。」郭秋雯指出，不論是以描寫典型韓國家庭主婦在日常生活中遭遇的大小事，帶出韓國女性社會地位的《82 年生的金智英》，或是以轉型正義為題的《謊言：韓國世越號沉船事件潛水員的告白》，都是在此背景下誕生的文學作品。

巫維珍則從出版業的角度，指出台灣每年出版的文學作品，其實高達六成都是翻譯小說，而對於翻譯文學的選書原則，出版社關



巫維珍（左）和郭秋雯（右）認為韓國作家的書寫手法，可為台灣作家帶來啟發。



左：巫維珍，麥田出版副總編輯。長期經營翻譯文學線，因深感今日韓國文學呈現的面向多元豐富，值得本地取鏡，而持續為台灣市場引進韓國翻譯書籍，為台、韓文化交流的重要推手。

右：郭秋雯，政治大學韓國語文學系教授兼學務長。畢業於韓國成均館大學，長期關注韓流與文化創意產業的發展，以及韓流對台灣文化、經濟、教育等各層面所造成的影響。

注的不外乎是作品的文學價值或暢銷程度。韓國文學的特點之一，正如郭秋雯所言，即是藉由文學手法，讓作者想藉作品討論的社會事件或現象，經巧妙的情節鋪陳，成為讀來不感枯燥的內容，讓讀者自行在閱讀過程中，有所反省和思考。而這些與讀者生活相關的內容，容易引發共鳴，進而帶動閱讀熱潮。

巫維珍也舉金惠珍的作品《關於女兒》為例：「書中不僅描寫女兒的同志身分，也刻

畫出母親面臨的年老問題，直到最後母親因年邁受到歧視，才恍然體會女兒因性向飽受的異樣眼光，作者巧妙地將兩個議題兜在一塊兒，令人耳目一新。」這本小說，也被譽為是繼《82年生的金智英》後，最受矚目的韓國女性小說。

期待台韓文學的交流與相互刺激

論及台灣與韓國在文學界的交流，郭秋雯指出，台、韓都曾有過被殖民的歷史，在韓國的文學市場上，流通的台灣文學作品以作家陳芳明為主的台灣文學史、殖民文學等作品數量最多，其次在1990年代時，韓國社會曾刮起一股瓊瑤旋風，接連翻譯了數本小說，其餘僅有白先勇、黃春明等少數作家的著作仍在韓國讀者圈流傳。

「比較可惜的是，因受台、韓斷交影響，台灣文學在韓國市場的數量急遽減少，反倒是在台灣還更能接觸到韓國翻譯文學。」郭秋雯有些扼腕地表示。



金惠珍的作品《關於女兒》討論性別議題和年老議題。
(圖／時報出版)

但巫維珍認為，從出版業的角度來看，韓國作家的寫作技巧的確值得借鏡。巫維珍點出，「擅長說故事」是韓國文學的特色，例如在書寫嚴肅的勞工權益、移民問題等主題時，韓國作家會先描寫動人情節，再帶出背後的議題。

「其實很多社會問題同樣存在台、韓社會，韓國作家孔枝泳筆下，探討特教體系性侵事件的內容成了感人的小說《熔爐》，而台灣後來也出現了類似的報導文學作品《沉默：台灣某特教學校集體性侵事件》。」巫維珍如是說。

「2021 台北國際書展」便以韓國作為今年度主題國，並以廣納女性和男性、第三性別與人類末日等豐富意涵的英文字母「XYZ」作為展題，期待台、韓出版界能在此文學的

場域，進行深度交流、共同激盪出創意火花，而本地讀者在此文化盛會中，亦能收穫甚豐，打開更寬廣的文化視野。



2021 台北國際書展

1/26 (二) ~ 1/31 (日)

台北世界貿易中心展覽 1 館
(台北市信義區信義路五段 5 號)

10:00-20:00 (1/29、1/30 延長至 22:00)



2021	台北國際書展	Taipei International Book Exhibition
		1/26 → 1/31
		樂讀好時光 Happy Reading
		主題國：韓國 Guest of Honor: KOREA
		台北世貿一館 展覽時間 10:00-20:00 週五-週六 10:00-22:00
		首創TIBE購書抵用券 100 元
		主辦：文化部 協辦：台北國際書展基金會

今年台北國際書展邀請韓國擔任主題國。(圖/台北書展基金會)

大齡

大齡時尚：轉變和探索，都需要經過操練

圖—連美恩



作家、攝影師，時尚潮癡郝雲娟的孫女。熱衷於研究心理學與個人發展之間的關聯，期盼透過藝術的自由和心理學的客觀，鼓勵人們活出自己的風采。

文—連美恩

時尚，聽起來似乎是個難以捉摸的字眼，但其實就是做出符合內心的穿著打扮，是一種穿出自己的氣質、表達自我的方式。時尚其實並不難懂，對生命經歷豐富的大齡族群而言，時尚就像是自我認識過程中的心血結晶，一種淬鍊後的生命姿態。

關於大齡時尚，在過去4年裡，我跟我的團隊，將我92歲的外婆郝雲娟，打造成台灣最有「態度」的大齡模特兒，不但紅到倫敦、紐約和比利時，還被《Tatler 雜誌》選為亞洲區頂尖時尚潮人。作為幕後推手的我，至今持續觀察並參與其中，卻從不認為自己對時尚已有足夠的知識量與掌握度，去聊大齡時尚這個話題更是一項挑戰。

時尚的養分從何而來？

我的工作是一名時尚攝影師，我曾經在倫敦工作7年的時間，期間時常到巴黎、米蘭等時尚重鎮出差，每每被當地大齡者們在穿搭上的講究及多樣性所驚豔。在我看來，時尚的誕生，大都在文化底蘊極深的城市。這裡的大齡者們在滿足了生理與安全感等需求後，走進了馬斯洛的自我實現階段——他們可以把時尚穿得那麼精彩，除了清楚知道自己在身材與性格上的優勢與特色之外，更像是一種無聲的自我表達。從中透露出他們嚮往的生活方式，以及極力追求的人生目標。

看著時尚雜誌依樣畫葫蘆，不是一件困難的事，但若想穿出自己的風格，得先認識自己是一個怎麼樣的人，有怎麼樣的氣質和追求。這樣的思考轉變和探索，都需要經過操練，思索如何從過往深厚的生命記憶與文化觀念中與自我和解，透過嘗試新的穿搭，重新認識自己的不同風貌，以及眾多的可能性。以我的外婆

為例，打從一開始站上伸展台的不確定和不自信到現在的從容，我看見她內心視野轉換的變化過程，穿著就像 Body Language，是我們由心發出的無聲語言。

穿出時尚的關鍵

我是土生土長的台北姑娘，卻因著外婆的關係，才有機會看到台北這幾年在時尚領域的進展：第一屆台北時裝週、空軍基地的時裝新銳大賞、白晝之夜……在與外婆一同參加這些活動的過程中，我感受到台北人對時尚的嚮往，但同時也反思著，時尚究竟代表什麼？台北這座城市給予生活在這裡的人們哪些與內心連結的資源與幫助？我想，一座城市的文化底蘊有多深厚，還有人們對自我內心的認識程度，都影響著這座城市的時尚風景。

有一次外婆幫某個品牌走秀，品牌公關跟我說，他最喜歡外婆的「厭世臉」。我一直在想，為什麼外婆的厭世臉會成為人們眼中的時尚風景？是不是因為大環境太無限上綱的鼓勵正向，甚至將大齡者因閱歷豐富而生的柔軟氣質與笑容畫上等號，讓我們難有表達負面情緒的空間，而外婆的厭世臉相對成了一種做自己的榜樣？

或許也因著這番對大齡與時尚的互動及脈絡的思索，這陣子在台北街頭，我越來越常關注穿著打扮讓我眼睛為之一亮的大齡者。有的人很優雅，有的人把彩虹顏色一次都穿在身上；有的人穿緊身衣，有的人穿 Oversize。這些不一定是我喜歡的風格，卻呈現出一種賞心悅目的和諧。除了看見他們的用心打扮，也可感覺到這些大齡者——多



連美恩的外婆受邀成為第一屆台北時裝週的主視覺模特兒，用歲月淬鍊後的大齡之美，帶出這個族群的獨特與風格。

半是女性——確實把自己的心情和個性都穿出來了，那是跟自己內心和解的人才有辦法做到的事。

大齡時尚不僅限於女性，在我動筆寫這篇文章的那天，我意外撞見一位穿著打扮散發出閒適氣質的大齡男性，我凝視他的背影良久，想到了我們的文化。對華人社會的男性來說，太在乎穿著，或許會讓人覺得你沒有男子氣概、缺乏內涵，而這是件讓人多麼沒有安全感的事。這位大齡男性使我看見此種觀念的轉變，累積了一定社會歷練的大齡男性當然也可以注重打扮，穿出自我，不被社會眼光拘束。

大齡的時尚，離不開一個人看自己與看這個世界的態度，而大齡時尚的迷人之處，或許正是大齡者們藉此展現了一種走過世界、看遍滄桑，依然願意接納自己真實景況的豁達與誠懇。



美感教育 進駐校園

文一田育志、黃映嘉 · 圖一風泉設計、美感細胞協會



近年來，在許多倡議團體與設計師的帶領下，不僅校園美學意識高漲，更讓「美」的意識自小在孩子心中扎根。在這股風潮中，「風泉設計」為台北市立和平高中改造校園指標、「美感細胞協會」致力於推動教科書的美感運動，他們從學生的日常生活元素出發，種下名為美學感知的種子。

用減法重新打造校園美學

在 教育部的委託下，台灣創意設計中心推動「學美·美學——校園美感設計實踐計畫」，以 10 個月的時間，為台灣 9 間學校進行美學改造工程。其中參與和平高中指標系統改善的風泉設計總監黃維瀚表示，近幾年美感教育在校園中越來越獲重視，除了在課堂上學習外，以美學設計角度重新打造校園，也是讓美感教育在校園中落實的另一種方式。

黃維瀚觀察到，在許多建校數十年的學校，常可看見新舊建築物混搭，加上校內廢棄教室、閒置空間多半用來堆放掃具或雜物，容易讓校園空間過於繁雜，也無法一眼

看出學校特色。黃維瀚認為，善用「減法」，是校園進行美感設計改造的重點。

此次和平高中指標系統改造就是成功運用減法的案例。黃維瀚說道，在場勘過程中，發現和平高中除了建築物位置分布複雜外，各處室常各自印出指標，護貝後就張貼在牆柱上，形式各異、擺放位置也未經統一，除了不夠美觀，也容易造成理解上的混亂，導致實際的指示效用不高。

於是黃維瀚與改造團隊在了解學校情況及需求後，先將校園內的公告與指標一一清除，改以統一風格重新打造；同時將校園中隨處可見的馬賽克納入設計中，並將方向指標用色塊堆疊出不同圖樣，營造活潑又簡易可辨的視覺效果。



左：和平高中的舊有指標多由各處室自行印製、張貼，資訊混雜使指標失去該有的指引功能。右：改造後的指標系統整合了原本紊亂的資訊與形式，增強一致性，並藉由圖像化設計讓使用者更容易理解。（圖／風泉設計）

透過改造提升美學素養

改造過程中，校方以「設計思考」為主題，邀請黃維瀚透過講座和同學交流，其中最令黃維瀚印象深刻的是，有位同學因為受到校園指標改造計畫的啟發，開始自發性地觀察上學途中的各個捷運平面圖，提出校園平面圖的改造新想法。「我覺得這是校園美感改造的另一個層次，就是由內而外地引發學生興趣，開始觀察身邊的人事物，進而培養屬於自己的美感。」

此外，在指標系統完工後，為了維持整體風格的一致性，校方也召開會議，針對往後張貼海報與公告制定了相關流程與規定。黃維瀚說，他十分樂見這樣的後續效應發生，更直言「比起有沒有把指標安裝好，我們更在意學生是否因此而有所改變」。

黃維瀚也表示，校園美學改造终究要從使用者角度出發，了解校方、同學的需求，並結合每個學校獨有的特色去做設計；同時，有

別於過去多偏重實用性及功能性需求，校園美感設計實踐計畫從美學角度出發，期望能透過一個個小地方的改造，擴散成整個校園與學生的美感改造。

利用視覺語言誘發美感

除了校園環境的美學改造，學生課堂上每天都會使用、接觸的教科書，更是能作為培養美感的引路因子。以推廣教科書改造為職志的美感細胞協會秘書長何富菁表示，「美感意識需要從小培養，比起走逛美術館、欣賞藝術品，我們選擇從學生最常接觸的媒材——教科書來切入。」

美感細胞與學者、設計師合作，將設計與美感融入教科書中。何富菁以由設計師顏伯駿所設計、台北市博愛國小使用的第三季自然課本為例，「我們在課本上做打模，學生可以透過觸覺感受葉緣、葉脈的紋型。」又或是藉由設計師的玩心，將人物插畫藏於教科



左：現正於松山文創園區展出的「美感 X 未來教育展」，邀請大眾一起思考教科書的各種美學觀點。右：在自然課本上透過打模加工，用觸覺形塑學生對植物樣態的美感知覺。



透過美學設計優化教科書，讓學生能從課本獲得多元化的美學視野。

書內容中，何富菁笑說，「曾有學生為了把所有插畫找出來，很澈底地將課本看了好幾遍。」於是，教科書的美學改造不僅將美感的種子灑入學子心田，同時也提高了學生的學習興趣，達到雙管齊下的效果。

縱使美感提升的幅度無法量化，也非一朝一夕的事，但是透過多次進入校園聽取回饋，可以明顯發現學生開始對美學有所回應，何富菁表示，有些孩子會跑來跟我們說：「原來色彩可以放在那麼多地方使用！」「換了字體，整個畫面看起來都不一樣了。」

美感細胞從 2017 年開始就與台北市的 12 所藝術亮點學校合作，在部分科目使用美感教科書第二季課本。到 2020 年，台北市共有 20 所學校的 23 位老師，申請使用美感教科書第三季課本。實際使用之後，這些老師大都認為，透過課本中的美學設計能增進課堂上的師生互動，進而引起學生的學習興趣，例如將體育課本與漫畫及 AR 結合、把綜合

活動課本設計成一組防疫包……同時學生也會汲取其中的設計巧思，轉化為未來在美學應用的養分。為了推廣美感教育，由台灣設計研究院統籌、美感細胞參與策展的「美感 X 未來教育展」去年 12 月開展，將至今推動的 12 個美學教科書計畫做系統性的展示，讓更多民眾看見美感注入教育的樣態，進而思索如何延伸孩子的視野，去發掘更多生活上的美學可能。

何富菁認為，推廣美感媒材並非要鼓勵人人都成為藝術家，若從小就能培養對生活中的廣告招牌、廁所文宣等美学的反思，長久累積就定會有所影響。在漫長的學習歷程中，不論是透過校園環境來觸發學生的美學開關，又或是藉由教科書漸進提升美感涵養，長遠來看，都能預見美學動能不斷在各個領域發生。





中山地下街



松山文創園區



台北市立美術館



大稻埕情人節

攝影 — 廖文瑄 Sha



設計師、攝影愛好者，遊走於街頭，將眼前巧遇的浪漫日常，化為永恆的城市風景。經營 IG「通勤路上觀察日記」，希望透過影像，向社會傳遞正向訊息。

捷運中山站



捷運台北車站



大稻埕情人節



通勤路上，聽見台北向你呢喃愛語

文—廖文瑋 Sha

回 憶起大學剛畢業時的我，以設計為業，每天往返相同的通勤路上，在台北庸庸碌碌地生活著。

設計圖稿被客戶反覆修改，原本的構想早已面目全非，是早該習慣卻無法習慣的常態。或許是那時初出茅廬，所以還不夠成熟，難以跨過內心自我質疑的檻，我在心裡不斷地困惑著，也開始有點討厭每天所處的環境。

不想讓自己反覆困在負面情緒的黑洞裡，我想找尋一個出口，於是想起自己曾經的興趣——攝影。在攝影時，我能自己決定想拍什麼、如何構圖，而且沒人能要求我改稿。

於是我開始在每天上下班的通勤路上街拍，觀察身旁路人發生的那些小事。到現在近3年的時間，回頭一看，我已拍下無數台

北街頭的美好瞬間，從自己身處的負面漩渦中抬起頭，透過鏡頭發現許多擦肩而過的人與風景，飽含著幽微愛意的眼神、自然而然牽起的手、親友溫馨的相聚、情人浪漫的互動……這才發現，原來我想拍下的主題是「愛」。

而之所以拍下這些「愛」，其實是我的潛意識一直都在鼓勵自己，多感受周遭那些美好的人事物。攝影帶我擺脫負面情緒，也讓我發覺，只要用心體會，就能接收到這座城市向你傳達的善意，為心靈帶來養分。走在透過攝影自我療癒的路上，我漸漸愛上生活，也愛上台北。



凝視台北行道樹

圖·文—王盈穎 YingWang



王盈穎 YingWang

插畫工作者，作品以紀實插畫與拼貼創作為主。關注食物、環境永續與自然節氣等主題，以食物與植物作為發想創作的源頭與議題討論的媒介。

木 柵冬日的陰雨、路旁黑板樹的氣味，伴著潮溼空氣滲進厚重衣著，是我大學時的回憶；從事第一份工作時，我常在假日騎著單車從仁愛路到新生南路，沿路菩提樹隨著風吹光照，樹影搖擺的姿態抖去了工作的壓力；出國念書期間，返台時常與朋友相約見面的豆花攤，就在泰順街的麵包樹下；第一次在寶藏巖駐村，附近新生南路木棉花落下的滿地豔紅，著實令我驚豔。行道樹串起我記憶中的台北生活，如錨一般標記下自己不同的生命階段與事件。



Adj

十 台 北

愜意台北 Chill Taipei

大淵：木柵的人情味讓我有回家的感覺
來訪頑童們稱為家的所在

公共台北 Public Taipei

台北大縱走尋路指南
台北大縱走讓世界看見台灣
從增能到表達的性平教育宣導月
台北茶花展與樂活夜櫻季
西門 PLAY 樂購町

好玩台北 Fun Taipei

活動短訊

饒舌歌手大淵：
「木柵的人情味讓我有回家的感覺。」

大淵

本名林睦淵，與瘦子、小春組成饒舌歌手團體「頑童 MJ116」，曾獲得 2018 年第 29 屆金曲獎最佳演唱組合獎。

文－林郁嫻 攝影－陳冠凱



「SOUTHSIDE SOUTHSIDE 台北台北 KIDS。」一首〈SOUTH SIDE〉道出「頑童 MJ116」3名成員都是來自台北南邊的木柵孩子。團名中的 MJ 與 116 分別代表木柵的英文縮寫和郵遞區號，而大淵 32 年來的人生軸線更是一直在木柵發展，是過去式、現在進行式、也是未來式，聽他持續用嘻哈的態度、饒舌的直白，說他想說的故事。

大淵很享受返回木柵山上住家的路途，卸下城市喧囂、向著清幽歸屬，離家越近，心靈也逐漸平靜。「住在山上感覺真的很好！每天一睜開眼就是滿滿的綠色，我到現在都沒近視！」

對住在木柵的大淵而言，貓空就像他的後花園，小時候靠雙腳翻山越嶺，成年後改騎摩托車兜風，閒來無事便與三五朋友到貓空的餐廳吃飯，再找個茶館泡茶聊天，凌晨時分轉戰田寮橋欣賞夜景，眺望台北 101、陽明山。大淵笑說追女朋友也是依循這個路線，這裡藏著太多回憶。

他曾計畫搬到離市區近一點的地方，但很快就打消念頭，他看著捷運站進出的匆匆人潮，無法習慣，「還是木柵的慢活適合我。」他選擇繼續住在山上，迎接蟲鳴鳥叫的早晨。

「慢活是把步調放慢，感受生活中不管好的或壞的情緒。」生活中不知不覺積累的養分，帶給大淵創作的靈感，然後在獨處時全部湧現，重新整理隨手錄下的日常對話，組成一首首饒舌音樂。某個夜晚時分，大淵在台北市立動物園旁空曠的停車場，一個人待在車內，將音樂聲量開到最大，寫下了單曲〈Fly Out〉；或在木柵的河堤上、騎樓下，

與好友天南地北地聊著未來與夢想，因而催生了專輯《幹大事》。

木柵的生活步調是慢的、人情連結是濃烈的，大淵自豪地說，連在網路世界都能深刻感受到。「我們有個木柵的臉書社團，當有人吵架時，我會去留言『不要吵架』。此外，居民也會在社團交換物品，很像小時候的農業社會，鄰居間以物易物，順便問候兩句。」這是不管高樓再怎麼蓋、都市化再怎麼推進，也不會被改變、更不想被消失的部分，「這份人情味讓我有回家的感覺。」大淵說雖然自己現在已是個大塊頭，但看著他長大的便當店阿姨現在仍會笑咪咪地對他說「阿弟仔來啦」，就連對自己的女朋友都會特別親切，長輩愛屋及烏的心令他覺得特別可愛。

「純樸、慢活、歸屬感。」大淵總結了他對木柵的生活印象，雖然總愛戲稱木柵是鄉下，又說自己很常騎著摩托車巡田水，但也許那是對心中這塊淨土的暱稱，越本土、越直白的語言，說明了木柵才是讓他感到最自在、能回歸本色的地方。





Chill 大使推薦——來訪頑童們稱為家的所在

文—林郁姍、林佳蕙·攝影—陳冠凱·圖—台北市立動物園、台北市觀光傳播局

自小在木柵山上走跳的大淵，就是「行走的貓空地圖」，想知道哪條步道好走？哪裡風景優美？跟著他準沒錯。除了著名的貓空鐵觀音茶文化，木柵也有時下正夯的咖啡、酒館文化。在地人大淵掌握了最愜意的訊息，希望大家透過他的帶路，能認識木柵從傳統到新潮的美好。

保佑生民的市郊靈山

📍 指南宮

指南宮主祀呂洞賓，華美的大殿「純陽寶殿」出自早年台灣漳派木匠大師陳應彬之手，讓指南宮成為展現台灣廟宇美學的重要代表建築之一。

「2、3歲時的我其實很瘦小，家人希望我健康長大，就帶我到指南宮認呂洞賓做乾爹，現在逢年過節，我都回去拜拜。」也因為如此，大淵從小到大大在山上四處溜達，從不會感到害怕，好像被神明護持著。

撇除宗教信仰，大淵認為指南宮是個值得探訪的景點，交通方便、可搭貓纜直達，「周邊步道完善、夜景漂亮。」散步其中，可欣賞園林造景、自然林相的姿態；也能遠眺台

北盆地、淡水河和觀音山。無論日景、夜景皆有可觀之處。

輕鬆親山的綠色步道

📍 樟樹樟湖環狀步道

由樟湖步道與樟樹步道串聯而成，總長約3,200公尺。「步道只有初級難度，就算不常爬山的人都可以去走走看看！」大淵強調其中的樟樹步道老少皆宜，以石板鋪成的步道坡度和緩、易於行走，有不少家長推著推車、帶小孩親近自然。途經水牛公園、水車、菜園、茶園，感受農村生活的純樸。當時序走到3月，魯冰花盛開，澄黃美景更引人入勝。如果體力許可，不妨走完一整圈步道，享受茶樹環繞的宜人景致。

暖胃又暖心的地方飲食

📍 Ruins Coffee Roasters、米粉湯滷肉飯、
Mademan、呼嚕小酒館

人稱小廢墟的「Ruins Coffee Roasters」，在木柵一帶相當有名氣，大淵說：「我喜歡老闆對咖啡選豆的堅持，老闆推薦什麼，我就喝什麼；焦糖戚風蛋糕也很好吃，蛋糕上的核桃杏仁片跟焦糖脆片咬起來脆脆的，口感很棒。」

喜歡便宜大碗又兼具美味的美食愛好者，則可以去小廢墟附近的「米粉湯滷肉飯」小吃店。小吃店由大淵朋友的媽媽掌廚，有著滿滿的人情味，大淵每次到訪必吃碗醬汁香濃的滷肉飯，加上黑白切和肉質軟嫩的頭骨

肉湯，吃飽再出發，活力自是充沛。

完成日間遊賞木柵和貓空的旅程後，可以來大淵和瘦子經營的「Mademan」喝杯調飲。從小一起玩到大的兩人，以經營私空間的心情開了這家酒吧，一方面方便朋友相聚，另一方面也完成他們對歌迷的許諾：開設可以和所有人一起慶功同樂的空間。運氣好的話，也許可以遇見頑童成員，與大家共度美好夜晚。

而位於政大附近的「呼嚕小酒館」，位置則有些隱祕，向下的階梯、穿過樹叢後別有洞天。大淵欣賞老闆對餐廳風格、食物飲品的講究態度，平日也會來此用餐，為一日畫下美好句點。

☀ Ruins Coffee Roasters

🕒 13:00-21:00 (週一公休)

📍 台北市文山區木柵路三段 242 號

☎ 02-2234-0024

☀ 米粉湯滷肉飯

🕒 11:00-20:00 (週四公休)

📍 台北市文山區新光路一段 72 號

☎ 02-2939-1916

☀ Mademan

🕒 20:00-01:00 (週一至週四)、20:00-03:00 (週五、週六)、
20:00-01:00 (週日)、週二公休

📍 台北市文山區萬芳路 9-1 號 B1

☀ 呼嚕小酒館

🕒 11:30-22:30

📍 台北市文山區指南路二段 106 號

☎ 02-2936-9172



1

2

1. 夜間的指南宮燈火輝煌，與山下的夜景連成一氣。2. 「米粉湯滷肉飯」小吃店有大淵百吃不厭的好味道。

與自然相親的市郊樂園

地處台北市南端的木柵、貓空，遠離塵囂且充滿綠意，是許多人寄託心靈的寧靜角落。除了大淵所推薦的私房景點，這裡還有許多不同的遊賞方式，《台北畫刊》特別推薦幾處可讓心情放鬆的處所，讓平日忙碌的都會人可以重整步調再出發！

與貓熊寶寶共度的童真時光

📍 台北市立動物園、「貓起來玩台北」捷運觀光彩繪列車

自大貓熊寶寶「圓寶」於 2020 年 6 月出生之後，牠的動向便成為眾所矚目的焦點。期待和「圓寶」見面已久的大小朋友，除了每月第一個週一動物園新光特展館休館之外，可以在每天 9 點 10 分至下午 5 點至新光特展館和可愛的大貓熊寶寶相見歡。

而為了迎接這一樁盛事，台北市政府推



可愛的大貓熊寶寶「圓寶」已開放與大家相見歡。(圖／台北市立動物園)

出「貓起來玩台北」捷運觀光彩繪列車，以車身彩繪講述一段由熊讚帶著動物寶寶大貓熊、馬來貘、歐亞水獺和黑腳企鵝，在台北冒險的有趣故事。如此色彩繽紛、童趣滿點的彩繪列車穿行在城市間，讓每一次候車，都成為抱持美好期待的特別時分。

台北市立動物園

🕒 09:00-17:00(平日)、08:30-17:00(假日)

📍 台北市文山區新光路二段 30 號

☎ 02-2938-2300



新光特展館
參觀方式

「貓起來玩台北」捷運觀光彩繪列車

🕒 即日起~ 3/15(一)

📍 於台北捷運文湖線每日隨機發車 10 個班次。

光燦夜景打造美好回憶

📍 貓纜觀景台、指南宮、田寮橋

貓空因地勢較高，能遠眺台北盆地，成為台北知名的賞景地點，尤其在搭乘貓空纜車緩緩上升的過程中，即能感受到視野漸次開闊的變化。

貓空除了日景引人入勝，台北市觀光傳播局更推薦貓空十大夜景，提供大家賞景去處的參考。從貓纜「貓空站」和「指南宮站」的觀景台望去，遠山秀美，山腳下的建築群盡收眼底，台北 101 時而在雲霧間隱隱現蹤，時而清晰可見，顯得風情萬種，而在萬物歸



1

2

1. 貓空山上視野開闊，能盡覽美麗的台北夜景。2. 「貓起來玩台北」捷運觀光彩繪列車，與全城共慶大貓熊寶貴的到來。(圖／台北市觀光傳播局)

寂的夜間，燈光點綴下的台北 101，又好似黑幕中發光的寶石柱，無論何時來到此處，都有可觀的風景。

指南宮和指南宮後方山上的月老廣場，則有涼亭和座椅，讓來此散心的遊客，無論日夜都能在此愜意賞景。若是從貓纜指南宮站出站，沿著走道拾階而上抵達月老廣場，遠方閃爍的燈火迷離朦朧，平添浪漫氣氛。

而同列貓空十大觀景處的田寮橋，橋道剛好面對台北盆地，無論是在日間遠眺，或是於夜間前來，都能賞望櫛比鱗次的都市景色。

大家可以依照自己的喜好探遊這些景點，而在這樣的走訪過程中，或許你也能發現專屬自己的私房觀景站！



貓空 10 大夜景

- ☀ 貓空纜車右上平台
- ☀ 田寮橋
- ☀ 春茶鄉停車場
- ☀ 指南宮(凌霄寶殿、月老廣場)
- ☀ 樟山寺
- ☀ 樟樹步道(彩雲亭、晃腳亭、穀倉)
- ☀ 雙橡園馬路邊轉彎處



貓空纜車

人生必選挑戰清單 「台北大縱走」尋路指南

整理—劉懿慧·圖表—Miyabi

台北市坐擁群山，不僅有規畫完善的登山步道，更有多元的親山活動，鼓勵民眾親近自然，守護身體健康。台北市工務局大地工程處推出結合自然健康、休閒與觀光、都市及產業發展的「台北大縱走」，除了與台灣千里步道協會合作，以現地取材、水泥零成長等理念整建步道外，也舉辦生態導覽、攝影徵件比賽、千人縱走等活動，讓民眾可以體驗台北自然生態與山林之美。

台北大縱走共包含 7 段路線，總長度為 92 公里，海拔高度差約 1,120 公尺，目標是成為《國家地理雜誌》全球 20 大最佳山徑。

沿著「台北大縱走」走一圈，會發現一直看得見台北最具代表性的台北 101 大樓。



台北大縱走 LOGO

手持尚未碰到山頂的登山杖，象徵挑戰自我、登峰卓越的精神。

適合穿著短袖的春天和秋天，正是走訪「台北大縱走」的好時節。

台北大縱走推廣成果

推廣方式

成果

生態導覽

自 2019 至 2020 年，共辦理 8 場台北大縱走步道生態導覽，每場名額 300 人皆額滿。

縱走認證與尋寶任務

收集 12 拓印柱合照及健行筆記 App 地圖路徑尋寶活動，2 項活動於 2019 年至今共計超過 5,400 人完成，總計 2 萬 3,282 人次參與。

國際行銷影片

〈透視內幕——台北大縱走〉紀錄影片 2020 年 12 月 12 日於國家地理頻道首播，並持續於其他 22 個國家播出，同時上傳至 YouTube 平台，觀看人數達 22 萬人次。

台北大縱走路線



台北大縱走讓世界看見台灣

文—劉懿慧·攝影—利勝章·圖—台北市工務局大地工程處

有別於多數都會城市，台北市不僅繁華，同時被群山環繞。為鼓勵民眾走進大自然，台北市政府串聯起 27 座山峰、推出包括 7 段路程、總長 92 公里的「台北大縱走」，期望吸引國內外遊客走出戶外，認識台北的美。

長距離步道串聯台北的美

台北市工務局大地工程處總工程司吳健羣表示，台北市坐擁多達 154 條親山步道，雖有完整步道系統，卻沒有跟美國阿帕拉契山徑或西班牙朝聖之路一樣的長距離健行路線，因此台北市政府整合現有步道資源，連結成 7 大路段，北起捷運關渡站、南至貓空政大後山，串起台北各大名山及風景勝地。

在修繕與連接步道時，北市府也盡力保護大自然、推廣無痕山林。吳健羣說，團隊在履勘時，發現部分步道的路面連結處狀況不佳，但為了不破壞生態，決定不採用水泥鋪面，而是與台灣千里步道協會合作，花費 2 年時間，以手作步道的工法，並就地取材，以當地的風倒木、崩落堆積的土石等，回填路面、堆砌階梯，改善路徑狀況。

吳健羣說，台北大縱走匯聚分散的觀光資源，包含大屯山火山地景、竹子湖海芋繡球花海、碧山露營場、白石湖休閒農業區、四獸山夜景等，達成「上山健走、下山消費」的步道路線，更特別的是，無論是走在哪一條步道，都可以在路途中看見台北 101。

7 段路程盡興體驗

這 7 段路程每段皆長達十幾公里，且均可當日來回，大地工程處提供不同路段特色與難易度建議參考，讓大家都能評估挑選適合自己的路段，安全愜意地親山。吳健羣說明，第 4 至 7 段，如樟樹步道、劍潭山步道路線指標清楚，步道鋪面完整，一般民眾可輕鬆漫步全程，適合闔家出遊；第 1、3 段，如七星東峰、主峰步道，大部分路線為上坡，距離較長，考驗腳力及肺活量，推薦平常有登山健行習慣的民眾；而第 2 段，如大屯連峰步道，路徑陡峭需攀岩且寬窄不一，人工鋪面較少，適合經常從事登山活動的民眾，或有經驗登山者陪同。



北市府與國家地理頻道合作拍攝〈透視內幕——台北大縱走〉，呈現台北山林的人文美景。



台北大縱走攝影比賽廣邀攝影愛好者用鏡頭捕捉沿途景致的美麗與壯闊。(金獎作品《夕彩》拍攝大屯主峰，攝影／利勝章)

至於有沒有推薦的必走路線？吳健羣認為，台北人一定要走過第3段，因為有海拔1,120公尺、也是台北市境內的最高峰七星山，「現在有很多國小的畢業旅行，是讓小朋友挑戰爬七星山，除了因為它是台北最高的山頭，也讓小朋友在爬山的過程中，訓練身體、認識生態及學習互助。」

走入山林認識自然

為推廣台北大縱走，北市府也陸續舉辦攝影展、七星山千人縱走等活動，吸引民眾參與登山健走，還在台北大縱走路徑上設置12個拓印台，只要與12個拓印合影，就可獲得一條台北大縱走運動毛巾作為認證，目前已有5,500位國內外遊客成功達成。

此外，2020年也與知名登山資訊網站「健行筆記」合作，利用App記錄92公里的行走軌跡，截至目前已超過1萬7,000人參與。

吳健羣說，北市府規畫台北大縱走，是希望讓民眾藉由親山健行，擁有健康的身體，

且看見不一樣的台北。許多人在完成台北大縱走後，才知道在書上看見的昆蟲、植物，例如台北樹蛙、台灣藍鵲、渡邊氏長吻白蠟蟲等，在大縱走的路徑上都可以找到牠們的蹤跡。

而台北大縱走也讓世界看見台灣。2020年北市府與國家地理頻道合作拍攝〈透視內幕——台北大縱走〉紀錄影片，呈現台北大縱走的人文歷史與自然美景，讓台北市觀光不僅在國內活躍，也能透過影片向國際放送。

除了現有的7段路程，北市府也規畫將總長130公里的河濱自行車道納入，作為台北大縱走的「最後一哩路」，組成結合綠帶（山徑）加藍帶（河濱），可盡覽台北之美的完整路線。

台北的山林資源富足且珍貴，不妨選個風光明媚的日子踏上征途，親身體驗「生態就在身旁」的台北大縱走，這趟旅程絕對讓你滿載而歸。



讓孩子認識性別與情感

從增能到表達的性平教育宣導月

文－Midori · 圖－台北市教育局

近年社會頻傳因情感糾紛而衍生出的傷害案件，引起大眾對於學生「情感教育」的關注及重視。對此，台北市教育局近3年特別以「性別與情感」為「性別平等宣導月」主軸，協助學生認識並思考情感關係對自我的意義，學習以適當的方式調適情緒，並以適切的態度表達情感。

性平教育融入教學現場

教育局分享，近3年透過台北市性別平等教育委員會所推動的「性別平等宣導月」年度策畫，針對國小、國中及高中各學層規畫適切的年度學習主題，每年3、4月安排不同領域的老師透過增能研習，將教學方案帶回學校，在各領域的教學中實行性別與情感教育。

為更加擴散性平教育的實踐，上半年針對教師進行教案徵件比賽，下半年則鼓勵學生參與成果徵件，從教師增能到學生實作，將性平教育帶入師生教學環境，培養學生的觀察與思辨能力，讓性平教育不只是教材，更能融入學生生活之中。

性別與情感教育的持續擴散

今年性別平等教育宣導月成果展以「情感漫遊」為展題，引導學生展現情感作品。國小學生以「生活小小事」為題，期待國小學童主動發掘自己生活周遭的性別與情感案例，透過心情表達，強化孩子的性別意識與表達能力，並透過圖文創作傳遞所知所感；國中學生則結合電影賞析，從電影中找到啟發性的情感議題，轉化成微電影或小小說創作；高中生搭配小論文與短講，引導學生自主研究與表達性平課題。

談起各學層推動性平教育所遇到的課題，教育局表示，國中階段升學壓力大，但也是校園性平案件較多的年齡，這個階段正是最需要讓孩子了解如何正確地抒發情感的重要時期。因此，透過撰寫小小說、拍攝微電影，讓孩子透過文字與影像找到表達情感的管道。

學生年度反思與再創作

今年學生優秀作品眾多，教育局表示，「學生作品件件精彩，不僅內容架構完整、緊扣



左：《有點不一樣男孩》是一位國小男童將自己留長髮的故事化作圖文創作，傳達自己的心意與生活感受。右：性別平等教育宣導月成果發表特展展出學生獲獎作品，由中學生創作的微電影也在現場播映，讓民眾從動態影像中感受性平教育如何融入孩子的學習過程。

主軸，情感表達也很豐富，甚至能發現大人也忽略的細膩之處；影片的成熟度在這三年從表現生澀走向生活化，轉變十分明顯。」如長安國小的一位男童繪製小書《有點不一樣男孩》，希望自己的長髮能幫助需要的人，即使過程中困難比樂趣來得多，但他願意堅持下去；實踐國中學生看了法國電影《玫瑰少年》而創作了微電影《雨後少年》，訴說被排擠的青年，因為找到一個能給他溫暖的人而走出傷痛的故事；而近年新增高中生以小論文發表與短講比賽徵選，讓學生在探討性平議題時，也能同步訓練口語表達的論述能力，如高中職學生從不同年代的《小婦人》改編電影，提出歷史賦予性別定位的故事短

講，藉由青年發自內心的論述，自我梳理對性平觀念的理解。

每一個作品都是一段情感探索的旅程，更是青少年學生用純真獨特的視角詮釋生活的情感表現。性別平等教育宣導月成果展每年12月展出，為期一週左右，教育局更期盼未來透過校園巡迴展出，讓更多學生有機會觀摩他校學生的優秀作品，透過成功的實踐經驗交流，讓學生不再覺得性平與情感議題離自己的生活很遙遠，也讓性別概念深入青少年的日常，創造更多元友善的校園環境。



綻放春日浪漫

台北茶花展與樂活夜櫻季

文－Midori · 圖－台北市公園路燈工程管理處

2021 台北茶花展

📅 1/8(五)～1/17(日)

📍 花卉試驗中心
(台北市士林區仰德大道四段 175 巷 32 號)

🌸 茶花相送

📅 1/9(六)～1/10(日)、1/16(六)～1/17(日)

🕒 09:00 開始

🔍 捐 3 張發票(載具)即贈送茶花小苗，送完為止

🌸 茶花講堂

📅 1/9(六)、1/16(六)

📍 花卉試驗中心綠化教室

報名網址



2021 樂活夜櫻季

📅 1/30(六)～2/28(日)

📍 內湖樂活公園
(台北市內湖區康樂街 61 巷 15 弄)

🌸 開幕式

📅 1/30(六)

🕒 18:00-19:00

🌸 「心心相櫻」星空電影院——
《冰雪奇緣 2》

📅 2/21(日)

🕒 18:00-20:00

🔍 需線上報名

樂活夜櫻季
粉絲專頁



花 in 台北
官網



迎接春日，最先替台北花季揭開序幕的非茶花與櫻花莫屬。台北茶花展與樂活夜櫻季邀請民眾在台北幸福賞花，共享春日浪漫。

漫步園區賞茶花

說起茶花，千萬別錯過陽明山的花卉試驗中心，陽明山由於土質微酸、終年霧氣瀰漫等風土條件，造就北台灣最大的茶花林，以此聞名的「台北茶花展」每年都吸引人潮前來觀賞，感受花季序曲的芬芳。

今年的茶花展不僅展出知名茶花達人蔡燦玉、葉國針及台北市公園處珍藏的茶花盆景，更展出特別的茶花品種「五寶」，其一樹多色且多變化的花色與花型深受民眾喜愛。此外，各品種茶花也陸續綻放，與園內的鬱金香、風信子、飛燕草等各式花草相互輝映。茶花展期間更規畫多場茶花講堂，免費分享茶花栽培管理、茶花盆景雕塑等實用技藝，讓來訪民眾收穫滿滿。

今年花卉試驗中心也邀請陽明教養美術社的院生以「春天印象」為主題展出畫作，在

絢麗大膽的色彩堆疊中繪出春天印象。其中一幅「茶花林道」更是院生們合力完成的大型創作，在花卉試驗中心一同展出，與花開美景共同迎接新年的繽紛春日。

而往年最受歡迎的「茶花相送」——捐發票換茶花苗活動持續好評加開，除了有機會獲得最受歡迎的茶花品種「十八學士」外，更加碼「格蘭馬歇爾」、「廣東粉」以及「彩虹天使」等不同茶花品種，送完為止。茶花展期間，花卉試驗中心周邊飯店更推出住宿、泡湯等優惠，期待與有緣的愛花民眾來此相會。

樂活夜櫻帶來粉嫩春日

繼茶花展後，「2021 樂活夜櫻季」在1月底登場。今年活動開幕式邀請「東湖國小弦

樂團」、「花朵朵社區媽媽舞蹈團」等在地團體共襄盛舉，以及「東方炫舞舞蹈團」和阿卡貝拉美聲演唱，讓櫻花與音樂陪伴民眾享受視覺與聽覺的雙重饗宴。

花季期間，除了率先綻放的寒櫻，八重櫻、吉野櫻及昭和櫻也將陸續盛放，不僅白天能欣賞柔美春光，櫻花樹在夜晚光影的輝映下襯托浪漫層次，更顯神祕氛圍。今年夜櫻季也特別邀請熊讚作為花季吉祥物，現場設置熊讚櫻花樹，提供賞櫻民眾與萌萌熊讚合照打卡，珍藏年初好時光！



左：2021台北茶花展展出悉心栽培的茶花，讓民眾享受愜意的賞花環境。右：2021樂活夜櫻季帶領民眾一覽盛綻櫻花，迎接台北柔美春季。

潮流遊逛挖驚喜

西門 PLAY 樂購町

文—Sharon Wang · 圖—台北市商業處

西門 PLAY 樂購町

📅 即日起～3/7(日)

📍 西門町商圈



2021 台灣年味在台北

📅 1/28(四)～2/10(三)

📍 迪化街商圈、榮濱市場、後站商圈、華陰街
商圈、台北地下街、沅陵街商圈、四平陽
光商圈、寧夏夜市、艋舺夜市



西門町不僅是台北市必逛潮流之地，也是國內外旅客重點造訪的商圈景點。西門町商圈透過「西門 PLAY 樂購町」系列活動，推出多項互動展演與店家優惠，打造商圈新體驗，邀請民眾 High 翻西門町！

活動率先由超人氣插畫家「掰掰啾啾」登場，讓旗下可愛又有趣的的原創 IP 角色「奧樂雞」，化身為 8 款大型吸睛裝置藝術現身西門町，為民眾帶來可愛驚喜！如中華路設置「奧樂雞的吃貨學」，打造讓人垂涎三尺的超大型雞排及珍奶公仔；峨眉漢中街口設置「奧樂雞的瞎拼學」，化身巨型購物紙袋等；即日起至 1 月 24 日，只要從捷運西門站 6 號出口開始，跟著 PLAY 路線走，就可以看到各個不同的奧樂雞現身西門町街頭，未來更將邀請國外神祕知名 IP 角色接力續展，歡迎大家與眾多可愛角色合影打卡，一起挖掘更多西門町商圈好吃、好玩、好逛的潮流生活。

「西門 PLAY 樂購町」活動期間，不僅能開心購物，台北市商業處與西門町「百大樂購商家」串聯合作，除了販售西門町在地特色店家商品、限量周邊產品外，更推出期間優惠方案及數位集章活動，只要加入「西門 PLAY 樂購町」官方 LINE @好友參加消費集章，就有機會獲得 10 萬點 LINE POINTS 樂購金、Gogoro VIVA、iPhone 12 等好禮抽獎機會！

此外，活動期間每週六、日更有系列展演登場，如「PLAY NOW 音樂演唱會」、粉絲互動簽唱會，接力邀請知名樂團與歌手熱鬧登台，還有 KPOP 街舞大賽、西門童樂會、魔法情人節、行動雕像藝術等精彩演出也將陸續上演。

1 月底迪化街也將延續西門町商圈購物能量，一年一度的「台灣年味在台北」年貨大街活動即將登場。場場歡樂，豐富滿滿，無論男女老幼都能暢快遊逛，一路玩到元宵節！



好玩台北 Fun Taipei

農活時節曆——小寒、大寒



傳統節氣「小寒」、「大寒」是一年當中最冷的時候，城市裡的農夫會怎麼生活？台北客家農場舉辦全年度活動「農活時節曆」，首先登場的活動「小寒、大寒」將透過野地採集、窯煮 DIY 等戶外探索內容，邀請大家一起來體驗田園城市生活的美好。

📅 1/13 (三)、1/20 (三)

📍 台北市客家文化主題公園

🔍 詳情請至 Facebook 粉絲專頁查詢



「防災有我 Team 你」119 防災宣導活動



防災觀念需時時牢記，台北市消防局透過攤位闖關、防災互動體驗、消防車繪畫磁鐵 DIY、Firefighter Challenge 體驗及舞台表演等，宣導防災正確觀念，讓全家人一起成為守護家園的防災好夥伴。

📅 1/16 (六)

🕒 13:30 - 16:30

📍 台北市信義區香堤大道廣場

台北市孔廟 2021 年日新其德・年增其祥・孔廟行春



農曆年節前夕，台北市孔廟邀請書法家揮毫贈春聯，字字句句蘊含濃厚的祝福；另外特別設計孔廟專屬年畫與紅包袋版畫圖樣，讓大家動手體驗印刷的趣味。還有生肖剪紙 DIY 活動，免費參加，數量有限，快揪親朋好友同來孔廟，圓滿吉兆一整年。

桃符翰墨香 年畫萬象新

📅 1/30 (六)

🕒 10:30 - 12:00、13:00 - 15:00

台北孔廟牛牛剪紙趣

📅 1/30 (六)

🕒 10:00 - 12:00、13:30 - 16:30

四字春聯與創意斗方

📅 1/31 (日)

🕒 10:30 - 12:00、13:00 - 15:00

📍 台北市孔廟

台北市肝心為您！及早肝篩、預防肝癌！

臺北市肝心為您！
及早肝篩、預防肝癌！

根除C肝1、2、3，缺一不可！

- 1.主動篩檢
- 2.及早就醫
- 3.定期治療

C肝不能拖
不立即治療會導致肝硬化、肝癌

慢性C型肝炎 → 25% → 肝硬化 → 3-5% → 肝癌

每4人有1人會變成肝硬化 → 每20人有1人會得肝癌

即日起B、C型肝炎擴大篩檢！

凡設籍臺北市年滿45-79歲(原住民40-79歲)
搭配成人預防保健服務，攜帶健保卡至特約院所即可接受B、C型肝炎篩檢終身一次

篩檢管道多 可洽臺北市衛生局及特約醫療院所：

臺北市特約醫療院所名單請掃描QR code
洽詢專線：1999(外縣市請撥：02-27208889) 轉1803

即日起 B、C 型肝炎擴大篩檢，凡設籍台北市年滿 45 至 79 歲（原住民 40 至 79 歲），搭配成人預防保健服務，攜帶健保卡至特約院所，即可接受終身一次的 B、C 型肝炎篩檢。



台北市補助設置企業托兒設施

為鼓勵雇主營造友善職場環境，台北市勞動局提供經費補助雇主設置托兒設施或提供托兒措施，不限事業單位規模大小，皆可申請補助；後續托育設施或幼兒教具維護更新、雇主提供的托兒津貼，及新設托兒設施專業諮詢服務費及人事費等，勞動局都有提供相關補助，希望讓上班族爸媽都能安心工作、放心托育。



以上活動時間、地點、內容如有異動，以主辦單位公告為準。
防疫期間，參加活動請佩戴口罩及維持安全社交距離，並配合主辦單位執行防疫措施。

「黃阿瑪相遇 1920 臺北市」特展延長



台北探索館「黃阿瑪相遇 1920 臺北市」特展推出後好評不斷，台北市觀光傳播局特別延長展期，延展期間並推出集章送悠遊卡貼活動，於展場中尋找 7 款印章，並於活動摺頁上蓋印完成，即可至 1 樓服務台兌換新版限定角色悠遊卡貼 1 張，每日數量有限，換完為止。

即日起～2/27(六)

09:00 - 17:00 (週一休館)

台北探索館 1、2 樓

渭水驛站「你好，渭水」常設展



「渭水驛站」緊鄰當年蔣渭水開設的大安醫院舊址，藉由常設展「你好，渭水」，展出蔣渭水生平經歷及其致力推動台灣新文化運動的過程，以紀念這位台灣自由民主思潮的重要推手，歡迎有興趣的民眾前來觀展。

09:30 - 17:30 (週一休館)

渭水驛站(台北市大同區延平北路二段 27 號)

防範一氧化碳中毒

有效防範
一氧化碳中毒，
請確實遵照

打開生命之窗

5要



1要 保持環境通風

2要 注意平時檢修

3要 使用安全的熱水器品牌



TGS
台灣瓦斯安全協會

4要 選擇正確的熱水器型式

5要 注意安全的安裝

防範一氧化碳中毒宣導影片



國語版



臺語版



English



臺北市政府消防局全球資訊網



臺北防災立即go

廣告



臺北市政府消防局 關心您
電話：(02)27297668 分機6151

undiscovered
taipei
你所未見的台北



您知道台北有這麼多精彩故事嗎？
你所未見的台北
開啓了系列性與主題性的無限可能
不再只是一個識別體系而是透過產業
創造出認識台北城市美學的第一步
更是一個可以體驗、有感受
具永續性的品牌

