

Taipei Pictorial

台北畫刊

—— 城光 | 人文 | 藝術 | 飲食 | 新知 ——



城市光影

顛覆你的台北印象



Westside Story, Taipei Glory
台北燈節 光影閃耀全世界

魏德聖
尋找屬於自己的台北



番紅花的愛心便當——白菜滷
冬末的鮮甜家常味

No. 588
01/2017

台北畫刊

知性、感性、自然、人文，是一本適合全家閱讀的刊物。

豐富、多元，是認識台北風貌的園地，這裡有：台北城市的發展紀錄，最新的休閒活動資訊，重大的民生議題探討，溫馨的文化藝術報導，實用的生活常識，21世紀的時代新知。

最大的心願是：成為每一位市民的好朋友，和大家一起見證台北的成長。

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 年度台北市政府優良出版品
- ★ 95 年度行政院優良政府出版品獎
- ★ 96 年度台北市政府優良出版品
- ★ 97 年度台北市政府優良出版品
- ★ 98 年度台北市政府優良出版品
- ★ 99 年度台北市政府優良出版品
- ★ 100 年度台北市政府優良出版品

隨時隨地 享受台北畫刊！

自即日起，讀者可至台北市政府觀光傳播局網站 (www.tpedoit.gov.taipei) 首頁點選「閱讀台北」，即可進入台北畫刊網路版。也可至台北市政府網站 (www.gov.taipei) 註冊成為網路市民後，免費訂閱《閱讀台北電子報》，隨時掌握最新出版訊息，或上網分享閱讀心得。

您是否有為了獲得台北畫刊而必須每月奔波各索閱點之苦？您是否有興匆匆地到了台北畫刊的索閱點，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，提供郵政劃撥寄送服務。

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）

台北畫刊讀者服務電話：

編輯：1999（外縣市 02-2720-8889）轉 7566

發行：1999（外縣市 02-2720-8889）轉 7564

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

免費索取地點



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
台北市文獻委員會圖書室
台北市議會
台北市教師研習中心
台北市兒童托育資源中心
台北市交通事件裁決所
台北 NGO 會館
台北市信義公民會館
台北市中山公民會館
台北市稅捐處總處及各分處
台北市社區營造中心
產業發展局科技產業服務中心
財政部北市國稅局
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
士林劍潭青年活動中心
台北市藝文工會
林增琪先生紀念基金會（老人社會大學分校）



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
捷運劍潭站旅遊服務中心
捷運西門站旅遊服務中心
捷運北投站旅遊服務中心
捷運台北 101/ 世貿站旅遊服務中心
捷運龍山寺站旅遊服務中心
美麗華遊客中心
梅庭遊客中心
大稻埕遊客中心
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
台北晴光商圈促進會



運動中心

台北市中山運動中心

台北市北投運動中心
台北市士林運動中心
台北市內湖運動中心
台北市信義運動中心
台北市松山運動中心
台北市大同運動中心
台北市大安運動中心
台北市文山運動中心
台北市中正運動中心
台北市南港運動中心
台北市萬華運動中心



機場、捷運

台北捷運各站
台北捷運公司捷運商品館
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
昇恒昌台北松山機場免稅店
臺灣桃園機場一、二航廈轉機休息室



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
客家文化主題公園
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
牯嶺街小劇場
紀州庵文學森林
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 文化创意產業園區
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
台北小巨蛋服務台
台北探索館服務台
台北市中山堂
台北市立動物園
台北市立美術館
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
台北故事館
原民生活美學館
中山親子旗艦館
北投親子館
中正紀念堂
國家表演藝術中心國家兩廳院（表演藝術圖書館）
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
孫運璿科技人文紀念館



書局、戲院

五南文化廣場臺大店
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
日新威秀影城
in89 豪華數位影院
今日秀泰影城
新光影城
絕色影城
浦山大戲院
國賓影城（微風廣場）
欣欣秀泰影城
大千電影院



其他

星巴咖啡（部分門市，限店內閱讀）
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）
Is Coffee（台北市、新北市各分店）
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 9 家門市）
凱擊系統台
賓樂交通（限車內閱讀）
台北衛星車隊（限車內閱讀）
新光三越信義店 A8、A11（服務台）
遠東百貨寶慶店
義美公司（台北市、新北市各分店）
老人社會大學（台北市三民路）

探索 台北光影故事



(圖／Fotolia 提供)

跨年夜的興奮狂歡尚未減退，我們又將迎接熱鬧歡欣的農曆新年，大街小巷瀰漫著濃厚而溫馨的過節氣氛，尤其夜色低垂後，在光影演繹下，台北更顯驚豔迷人。光，是城市的魔術師，建築、街道與聚落因為光有了生命力，也讓世界看見台北獨特的城市美學。

一年一度的台北燈節，是關於光的慶典，也是屬於市民的慶典。今年，我們首度將燈節移師至北門與西門町一帶，透過光影藝術讓台北西區化身為大型展演舞台，同時邀請市民一同見證西區的重生，看見台北舊城的蛻變。象徵西區門戶的北門，幻化為 3D 光雕動畫，帶領民眾走進時光隧道，重溫台北城 19 世紀至今的歷史風華；匯聚時尚潮流的西門町，變身成街頭劇場，以互動裝置與聲光科技展現西區的熱情與活力。燈節期間，整座城市將成為一座光的美術館，邀請民眾一同在充滿想像力與創意的花燈藝術下，來到西區舊城穿梭於各時代氛圍，融入於新舊台北的百年風華。

古蹟建築可以說出城市故事，電影則帶著我們看見城市靈魂。導演魏德聖用他豐富的觀察力與人生經驗，在新片中詮釋最真實的台北生活樣貌，同時娓娓道出小人物的生命故事。以台北作為創作養分的導演葉天倫，也在新片中重溫對西門町的童年回憶，並記錄下當代西區文化縮影。

歲末年終也是除舊布新之際，除了大掃除，「惜物」也可以成為創新的代名詞。佇立在台北巷弄間、滿載歲月刻痕的二手店、二手市集，因為眷戀，而讓老物品有了新溫度，正如新舊並蓄的台北，在時代的交織與歷史的豐潤中，向世人展現最美好的人、事、物。

中華民國57年1月創刊

106年1月10日出刊

發行人 簡余晏

總編輯 謝佩君

副總編輯 王宜燕

主編 洪彩鈞

責任編輯 司徒懿·鄭雅萍·潘逸凡

劉子立·王姿婷·涂敏

發行所 台北市政府觀光傳播局

地址 11008台北市市府路1號4樓

電話 1999 (外縣市02-2720-8889) 轉7564

網址 www.tpedoit.gov.taipei

Email taipeipictorial@mail.taipei.gov.tw

編輯所 商周編輯顧問股份有限公司

總經理 李國榮

總監 黃怡蓓

專案主編 吳至涵·李順瑀·涂曉蝶

視覺設計 陳光震

電話 02-2505-6789轉5520、5508

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



2017 臺北世界大學運動會
29TH SUMMER UNIVERSIADE



2017.8.19~8.30



台北畫刊APP QR Code



Android



iOS



台北旅遊網



LINE 市府服務
e 網打盡

上網填問卷 好禮送到家

親愛的讀者，《台北畫刊》每月舉辦「填問卷 抽好禮」活動，只要您到閱讀台北主題網 reading.gov.taipei 填寫網路問卷，就有機會獲得1份優質出版品，得獎名單將在次月問卷網站上公布，機會難得，請立即上網，告訴我們您的寶貴意見喔！

CONTENTS

01 編者的話 Editor's Note

02 目次 Contents

04 城市風景 City View

世大運特輯 For You · For Youth

06 熊氏宗親 熱烈歡迎熊本熊
歡樂耶誕 喜迎新年
文／熊讚

10 奧運傳奇 逝世10週年紀念
永遠的亞洲鐵人 楊傳廣

12 專注穩定 挑戰巔峰
楊俊瀚 全力衝向世大運

14 提筆參與世大運 我們準備好了
青年記者向世界發聲

大師會客 Master View

16 魏德聖
尋找屬於自己的台北





封面故事 Cover Story

20 城市光影 顛覆你的台北印象

22 光讓城市變有趣
台北光影點線面

24 新舊建築展新意
城市光點 點綴無限創意

26 舊城越夜越美麗
西區軸線 變身華麗舞台

30 Westside Story, Taipei Glory
台北燈節 光影閃耀全世界

特別企畫 Special Report

34 舊愛變新歡 年終掃除新計畫
台北二手好店特搜

市民廣場 Civic Square

42 拭去灰塵 讓醇厚與時尚齊行
減法：城市重生之道
文·攝影／莊豐嘉

44 2017 台北國際書展新春開跑
我的悅讀城市在台北

46 壯遊台灣 青少年收穫滿行囊
最棒的成年禮

48 看西門町的前世今生
用小故事道盡大時代
文／葉天倫

尋味台北 Taste City

50 番紅花的愛心便當——白菜滷
冬末的鮮甜家常味
文·攝影／番紅花

52 品味新文創與老滋味
走逛迪化街 收藏台北好味道
文／焦桐 攝影／焦桐、楊智仁

54 澳洲料理暖男 Dan Churchill
繽紛入菜 邱吉爾的衝浪廚房

探索城事 Go Taipei

56 蔣渭水也曾去的酒家
再現蓬萊閣輝煌風華
文·圖·攝影／魚夫（弘光科技大學特聘教授）

58 行天宮創辦人撞見摩托車
京町三丁目（博愛路東側）
文·圖片提供／陳柔縉

60 台北小日子
之一年輪迴
漫畫·文／61Chi



62 市府活動行事曆 Events for Citizen

64 都具一格 Taipei Style





迪化街鼎沸的人聲，為新年的爆竹聲伴起前奏。

年貨採買則猶如農曆新年的序曲，
人們為了與親人、朋友的團聚做足各種準備。

街上充滿熱鬧歡騰的氛圍，提醒著我們，
新年的腳步近了。

文／張惟默 攝影／吳志學





BRAVO

TAIPEI 2017 ★★★★★
29TH SUMMER UNIVERSIADE



完整表演影片，
請掃描 QRcode

熊讚於體育運動精英獎頒獎典禮上擔任指揮，與台北市立國樂團合作演出〈花好月圓〉。(圖／教育部體育署提供)

熊氏宗親 熱烈歡迎熊本熊 歡樂耶誕 喜迎新年

文／熊讚 攝影／吳朋玲 圖／台北市政府觀光傳播局、教育部體育署、飛躍文創股份有限公司提供

耶誕鈴聲「金勾杯兒」一唱完，緊接著就是迎接跨年煙火與農曆新年，時間「咻～」的一下溜得飛快，熊讚我必須小跑步才跟不上！掐指一算，世大運就在今年 8 月，倏忽進逼眼前！我得快快戴上鋼盔、紮好 S 腰帶、打上綁腿，切換至戰鬥模式，奮力迎接更高難度與更高密度的挑戰！

繽紛耶誕 感恩祈願

歲末的信義商圈，熱鬧極了！為期 24 天的「一起世大運 250 倒數」活動，熊讚不時出沒！這裡有熊讚我示範世大

運賽事項目的超 Q 立牌，有強調環保綠能概念的「Energy Bar」，還有充滿科技感的數位影像耶誕樹！市府更在信義威秀廣場舉辦耶誕音樂會，特邀國際級男女高音以 6 種語言演唱「平安夜」，聽得熊讚我心中充滿寧靜與感恩，也祈願中央山脈森林裡的黑熊親友一切健康平安！

說到耶誕節，2014 年年底開幕的台北市兒童新樂園，剛好滿 2 歲囉！在「歡樂聖誕慶周年」活動期間，園區精心布置了溫馨的耶誕燈飾，在夜幕中顯



歡迎大家加入
我的臉書粉絲團

www.facebook.com/bravotaipei

得格外繽紛閃耀，熊讚我一入園便興奮得不得了，又想坐摩天輪、又要玩旋轉木馬，「一秒變三歲」，保母怎麼拖都拖不走！

指揮國樂團 動感舞大刀

還記得里約奧運的歡呼與感動嗎？我國選手在許多賽事表現亮眼，奪得獎牌，因此 2016 年的體育運動精英獎，競爭相當激烈！最佳男、女運動員分別由羽球一哥周天成、奧運舉重金牌許淑淨獲得，而在里約奧運奪下銅牌的舉重女將郭婞淳和奧運女子射箭代表隊則拿下最佳運動精神和最佳運動團隊獎，至於最佳新秀運動員給了近幾年備受矚目的游泳小將卓承齊，期待在今年的臺北世大運都可以看到他們展現身手，為台灣留下金牌！

在精英獎頒獎典禮上，熊讚我首度擔綱



熊讚在信義商圈和人氣團體 GTM 一起跳拳擊有氧，為世大運加油。(圖／台北市政府觀光傳播局提供)

指揮，與台北市立國樂團合作演出〈花好月圓〉。話說這道菜在喜宴中經常出現，所以我一邊指揮也一邊吞口水……我的意思是，世大運就像是辦喜事，一定要如花兒盛開、如月兒圓滿啦！到了第二首曲目〈武術〉時，熊讚我又變身



熊讚在兒童新樂園陪伴大小朋友歡度耶誕。(圖／台北市政府觀光傳播局提供)



BRAVO

TAIPEI 2017 ★★★★★
29TH SUMMER UNIVERSIADE

成武林高手，隨著音樂舞出氣壯山河的架式！不過那刀鋒看起來很利，我自己也有點怕怕，萬一劃到臉變成「刀疤熊」就不妙囉。

歡迎熊本熊 三熊大合體

最近熊本縣營業部長兼幸福部長「酷MA萌（熊本熊）」出差到台灣來，在松山文創園區二號倉庫舉辦「棒棒熊本縣，熊好來逗陣」特展，身為「熊氏宗親會榮譽主席兼CEO」（#頭銜更厲害 #很愛比），熊讚我本人與交通部觀光局的「喔熊」竭盡地主之誼，熱忱迎接遠道而來的熊本熊。

第一次看到熊本熊本尊(好像繞口令)，仔細端詳才發現他不但有眉毛，而且還畫了腮紅，真是盛妝打扮呢！不過熊讚我胸前有一面閃亮亮、強強滾的大金牌，氣勢也很旺！三熊下山比腿粗，不，是比萌度，當眼神一對上，差點演起「熊熊相惜，情不自禁」的電影橋段。台日三熊同台，畫面難得，無論形



熊讚（左）與喔熊（右）以地主的身分現身記者會，歡迎酷MA萌（熊本熊）（中）來台灣作客。（圖／飛躍文創股份有限公司提供）



熊讚與旅美棒球好手陳偉殷在臺北馬拉松現場攤位一同較勁撞球。（吳朋玲攝）

容是桃園三結義、還是黑嚕嚕三兄弟，都是「熊」壯威武、「熊」霸天下啊！

台北馬拉松 與殷仔相見歡

「砰」的一聲，熊讚我自己也熊熊嚇一跳，差點彈到半空高！「2016臺北馬拉松」首度將路線移至台北西區，12月18日由我老闆柯P與旅美棒球好手陳偉殷共同鳴槍起跑，參賽人數高達2萬5,000位！這次男子組第一名由來自肯亞的基特瓦拉（Sammy Kitwara）以2小時9分59秒成績打破大會紀錄，跟你說個小祕密，聽過「熊的爆發力」嗎？其實「爆發力」是熊讚我借給他的，噓～不要告訴別人喔！

跑者出發之後，熊讚我除了拿出彩球當起最稱職的啦啦隊，還帶著殷仔參觀現場的世大運宣傳攤位，並且一起敲桿打撞球，瞧我三顆星帥氣進袋，唉呀，不好了那顆好像是母球！殷仔還特地指導我投球訣竅，經過高手的灌頂加持，熊讚我下回去夜市玩棒球九宮格，應該可以贏回一堆大型絨毛娃娃喲！

UNI[®] water





BRAVO

TAIPEI 2017 ★★★★★
29TH SUMMER UNIVERSIADE

奧運傳奇 逝世 10 週年紀念

永遠的亞洲鐵人 楊傳廣

文／陳婉箏 圖／中央社提供

「亞洲鐵人」楊傳廣究竟有多神？「飛躍的羚羊」紀政用一句話來形容：「在華人運動史上永垂不朽的就是這一面，楊傳廣在 1960 年羅馬奧運拿下的十項全能銀牌。」同為十項全能好手的前體委會主委陳全壽也說：「我毫無條件地尊敬 C.K.(楊傳廣英文名縮寫)。」

今年是楊傳廣逝世 10 週年，他曾寫下諸多「第一」，堪稱台灣世紀英雄。楊傳廣不但為我國贏得史上第一面奧運獎牌，也是亞運十項運動二連霸的第一人，並曾於 1963 年的聖安東尼運動會創下 9,121 分的世界紀錄，成為史上首位突破 9,000 分的選手，迫使國際田徑總會修改計分方式；他同時是第一位登上美國《運動畫刊》(Sports Illustrated) 封面的亞洲運動員，1988 年更創華人首例，入選國際田徑總會名人堂。

羅馬奧運 經典對決

談起前輩楊傳廣，同為台灣田徑傳奇的紀政彷彿回到少女時代，她記得初中參加台灣省田徑錦標賽時，聽到大會廣播「楊傳廣要跳高」，一大群觀眾就瞬間湧向該場地，當時她也要比賽，無法親眼目睹，只知道他是全民偶像。直到 1960 年羅馬奧運，16 歲的紀政成為國家隊中最年輕的選手，才得以和偶像面對面。



楊傳廣(中)曾創下諸多「第一」，堪稱世紀英雄。(圖／中央社提供)



紀政回憶，楊傳廣和美國名將強生（Rafer Johnson）在十項全能最後一項 1,500 公尺對決時，場上有半數是美國觀眾，一面倒地為強生加油，於是她鼓起勇氣，轉身教一群義大利水兵用中文喊「加油！」，激昂景象歷歷在目，只可惜楊傳廣雖然跑出了個人最佳成績，最後總分仍以些微之差落居第二。

有人稱楊傳廣為「傻將」，但紀政說，沒有一位頂尖運動員是笨的，楊傳廣一點也不傻，而是帶有原住民的樂天淳樸。1964 年東京奧運，他雖「高齡」31 歲，仍被看好奪金，可惜疑似遭人下藥，以第 5 名作收。

1968 年墨西哥奧運，楊傳廣出任國家隊田徑總教練，那時陳全壽是十項選手，他記得 C.K. 耳提面命，「要我們保持適度的緊張，才能展現最佳爆發力。」賽後，楊傳廣邀陳全壽與另一名好手吳阿民至美國寓所小住幾天，陳全壽印象最深的是，C.K. 帶他們去看太平洋，並透露剛到美國受訓時，孤單一人又語言不通，常到海邊望著台灣方向放聲痛哭，可見鐵人也有脆弱的一面。

愛的鞭策 培植新血

楊傳廣退休後，大可優閒度日，但他心繫體壇，長年擔任左營訓練中心總監，提攜後進，最著名的就是古金水、李福

恩兩位十項好手。而陳全壽擔任台灣體育學院校長時，曾組十項全能集訓隊，也請楊傳廣指導，培訓出多位好手。

陳全壽說 C.K. 的培訓方式是「愛的鞭策」，雖然嚴厲但全是為了選手好，或許是因為他的地位太崇高，選手都不敢親近，C.K. 時常獨自用餐。晚年的楊傳廣將生活寄託在宗教信仰，曾興建宮廟並擔任乩童，引來爭議，陳全壽感嘆，「光是締造世界紀錄就已功德圓滿，不能要求他什麼都好，太苛刻了。」

紀政也為楊傳廣打抱不平，2000 年時她為楊傳廣舉辦奧運奪牌 40 週年紀念餐會，以「謝銀盼金」為名，呼籲國人勿忘鐵人的貢獻，也盼激勵後輩能在奧運奪金，2004 年雅典奧運終於由陳詩欣「踏」回我國首面金牌。

晚年飽受病痛之苦的楊傳廣，於 2007 年 1 月 27 日病逝美國加州，陳全壽代表政府，帶著國旗、奧運五環旗赴美參加告別式並覆棺，楊傳廣最可敬的對手強生也親自出席，展現英雄惜英雄的風範。

十項全能要能跑、會跳、善擲，考驗著運動員的體能極限，1960 年後至今仍無華人能在奧運十項奪牌，楊傳廣是第一也是唯一，地位無可撼動，典範永留人間。



BRAVO

TAIPEI 2017 ★★★★★
29TH SUMMER UNIVERSIADE

專注穩定 挑戰巔峰

楊俊瀚 全力衝向世大運

文／袁庭堯 攝影／田明威 圖／中央社提供

田徑賽道上，精英好手一字排開，100公尺的距離，短短10秒左右就要決勝負。除了爆發力和速度，「新生代飛毛腿」楊俊瀚認為，誰能穩定控制自己的身體與心智，誰就是贏家。「壓線前，其實有很多關鍵時刻。離開起跑架全力衝刺，20公尺後的手腳協調，50公尺後更考驗極速續航力，過程還要因應身旁選手的表現微調與配速，並即時做出全盤性的考量。」楊俊瀚大方分享他的百米應戰策略。

來自花蓮、今年剛滿20歲的阿美族運動健將楊俊瀚，堪稱2017臺北世大運培訓隊中最「嫩」的成員。不過，在田徑場上，他不但是短跑常勝軍，也是目前台灣男子200公尺全國最快紀錄的保持人。

壓力 帶來積極正向的力量

從小，因為崇拜練田徑的姊姊把比賽獎牌掛滿家中牆壁，讓楊俊瀚也選擇走上運動選手的路。國小開始，他就展現優異的運動天分，加入體育班，競走、跳高、跳遠樣樣來；升上國中後，楊俊瀚才正式接受短跑的正規指導，從敏捷、彈性訓練打底，奠定基礎；國三時，楊俊瀚參加港都盃全國大賽，在100公尺項目拿下個人運動生涯的第一面金牌，一戰成名。

從那時候開始，楊俊瀚幾乎戰無不克，金牌不斷入袋。「一直拿金牌真的很爽，但壓力也隨之而來。」直到高中一年級參加青年盃，楊俊瀚在男子100公尺失利，拿到了一面無比沉重的銀牌。求好心切的他害怕自己從此一蹶不振，再也無法找回巔峰時期的成就感。



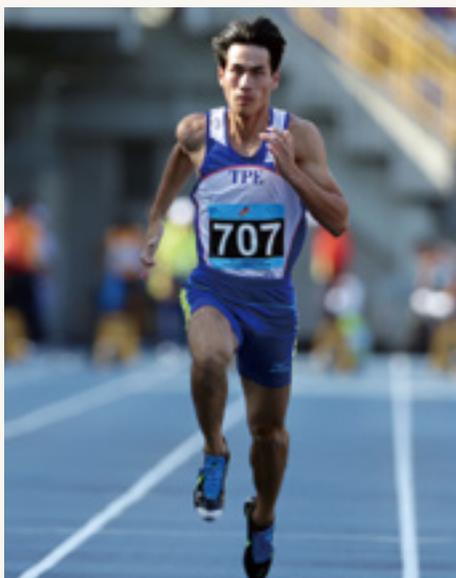
楊俊瀚以積極、正向的心態來面對每一場比賽，期待在臺北世大運再創佳績。(田明威攝)

「真正優秀的選手，要懂得控制自己。」高中教練林清光的一句話點醒了他。楊俊瀚開始改變想法，「輸」其實沒那麼可怕，學會從心態調適與比賽過程的檢討中成長。高中3年，楊俊瀚在全國、亞洲、國際賽事均戰績輝煌。在賽場上，不論壓力多大，他總是能按部就班，照著自己的節奏奔跑。

現在的楊俊瀚，總是以正向的心態面對每場比賽，「突破自我」遠比「得牌」來得重要。這對一個年僅20歲的運動選手來說，是相當難得的成熟想法。

科學化訓練 全方位提升戰力

2015年，楊俊瀚在全運會締造了100公尺10秒29、200公尺20秒53的個人最佳成績，還一舉打破了高懸14年的200公尺全國紀錄。去年7月，楊俊瀚參加世界青年田徑錦標賽，迎戰世界各地短跑好手，更在200公尺決



楊俊瀚鼓勵所有運動員，面對比賽應該無所畏懼，盡情享受一切。(圖/中央社提供)

楊俊瀚

- 2013年 亞洲青年運動會200公尺項目金牌。(21秒47)
中華民國全國運動會田徑男子組200公尺第二名。(21秒09)
- 2014年 亞洲青年田徑錦標賽4×100公尺接力與鄭博宇、李庠、黃書煒聯手奪得銅牌，並打破全國青年紀錄。(39秒91)
夏季青年奧林匹克運動會200公尺項目銅牌。(21秒31)
- 2015年 新加坡田徑公開賽200公尺決賽第一名。(20秒96)
中華民國全國中等學校運動會田徑高男組100公尺第一名。(10秒36)
中華民國全國運動會田徑男子組100公尺決賽第一名。(10秒29)
中華民國全國運動會田徑男子組200公尺決賽第一名。(20秒53)

賽獲得亞洲第一、世界排名第五的佳績；對他來說，能夠和世界各地同年齡的田徑好手一較高下，並創下台灣田徑界歷屆徑賽的最佳成績，意義非凡。

為了締造更優異的表現，去年2月，楊俊瀚加入美國「IMG Academy 訓練中心」，接受專業運動團隊的訓練。3個月的時間，除了技術上的精進，也學到更精密、全面性的身體照護技巧。

在8月的臺北世大運來臨前，楊俊瀚計畫「以戰養戰」，其中今年4月的亞洲田徑大獎賽台北站、6月的印度蘭契田徑亞錦賽等，都是世大運的重要前哨戰。未來他更寄望亞運，放眼奧運。

「賽場就是我們的舞台，運動員應該無所畏懼，享受一切。」面對世大運，楊俊瀚以一貫樂觀、專注的心態和所有選手共勉，期許大家在臺北世大運的賽場上全力以赴，看見不一樣的自己。



BRAVO

TAIPEI 2017 ★★★★★
29TH SUMMER UNIVERSIADE



青年記者做足準備，將在 2017 臺北世大運中，向世界發聲。(圖／台北市政府觀光傳播局提供)

提筆參與世大運 我們準備好了 青年記者向世界發聲

文／張煥鵬 圖／台北市政府觀光傳播局提供

由國際大學運動總會(International University Sports Federation, FISU)主辦的世大運，是全球大學運動競賽的最高殿堂；來自世界各地的優秀選手，全力以赴朝著夢想與榮耀前進。而本屆的世大運即將在台北舉辦，不僅帶動全民運動風氣，更讓台北邁向國際級都市；藉由這一場大型的國際體育盛會，全球聚焦台北，看見這個不斷蛻變的美麗城市。

為了讓國內的年輕朋友有機會參與「2017 臺北世大運」，台北市政府觀光

傳播局特別舉辦「2017 臺北世大運青年記者」甄選活動。「透過這場很難得的大型國際賽事，青年記者可以近距離和不同國家的代表交流，是非常珍貴的學習經驗。」此次獲選的 12 位青年記者代表，將和 FISU 遴選的 12 名國際青年記者合作，一起參與這項國際體育盛會。

報導世大運 優秀青年站出來

從 100 多位競爭者中脫穎而出的 12 位青年記者代表，經歷了嚴格的初選、複選、決選 3 階段甄選，以及密集的培

訓課程、賽會實習和考試。這些來自於台灣各頂尖大學的代表，除了具備流利的外語能力外，更展現了對於運動和新聞的高度熱情與企圖心。

「我要用自己最擅長的文字，讓全台灣的人關注 2017 臺北世大運。」目前在知名社企雜誌擔任執行編輯的黃銘彰，擁有豐富的寫作、撰稿、外電翻譯等經驗，他希望在世大運期間，可以深度報導自己喜歡的運動和運動員；另一位甫畢業的張芸禎，目前於電台擔任 DJ，播報、撰稿經驗豐富的她，期待用自己的專業，讓全世界看見臺北世大運。

賈孟蓉、張安德、王得翰、張湘妮，現為傳播相關科系在學生，雖然尚未進入職場工作，卻都擁有豐富的新聞實習經驗；楊芯瑜、林易澄、行大昀、龔元琪、羅少佟、張恭綸，分別是醫學、義大利文學、英語文學、化學、生物產業以及會計等系所的高材生，他們雖非新聞本科學生，但是憑藉著對於運動的愛



青年記者們將共同報導、記錄 2017 臺北世大運賽事活動。(圖／台北市政府觀光傳播局提供)

好與熱情，以及培訓時期的優異表現，一路過關斬將，成為青年記者代表。

與世界青年交流 拓展視野

「每週從花蓮上台北，雖然有些舟車勞頓，但還是很慶幸自己當初有勇氣踏出這一步。」目前就讀慈濟大學醫學系的楊芯瑜，國中就遠赴美國求學，在美國教育環境的薰陶下，她深刻了解到體育的重要性，潛移默化中也愛上了籃球、排球、網球等運動。在運動場上表現優異的她，認為參加青年記者的甄選和培訓，是非常珍貴的人生經歷，對於未來的行醫之路也會有正面幫助。

經過專業的新聞培訓課程之後，這 12 位臺北世大運青年記者代表，將會和其他國際青年記者共同參與 2017 年臺北世大運青年記者計畫及賽會活動，未來在每一場精彩的賽事比賽中，他們將以獨到的眼光，做出最翔實、生動的報導，同時也將和來自世界不同國家的青年交流，拓展更寬廣的視野，更為 2017 臺北世大運注入年輕世代的熱血與活力。



透過一系列密集的培训課程、賽會實習和考試，12 位世大運青年記者終於脫穎而出。(圖／台北市政府觀光傳播局提供)



魏德聖

尋找屬於自己的台北

文／Steve W 攝影／游家桓 圖／果子電影提供

(游家桓攝)

很多人都把台北比喻為高高在上的「天龍國」，導演魏德聖曾經也是不喜歡天龍國的一分子，電影《海角七號》說盡了所有在台北打拚，卻不斷受挫的小人物心聲。如今，放下了憤怒，魏德聖在新片《52Hz, I love you》中從絕望的一端，走到希望的另一端，看見了不一樣的台北。

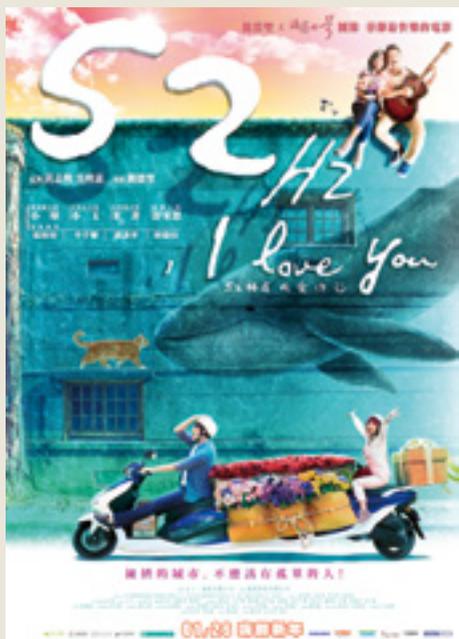
最會說故事的人

魏德聖的電影作品，向來不脫時事和歷史，《海角七號》是他看到報紙上關於「一封遲來的信」所得到的靈感，《賽德克·巴萊》則是 he 接觸台灣史料時的發現，而《Kano》又是在替《賽德克·巴萊》蒐集資料時發現的另一則動人故事。到了今年的新片《52Hz, I love you》，他不再拘泥於單一事件，轉而走向更宏觀的視野，對都會生活的觀察，也有較多的想像力。

魏德聖表示，這要歸功於在當電影導演前，拍攝了幾部紀錄片，「九二一大地震後，我到災區幫忙拍攝社區整體營造的紀錄，無論成功或失敗的社區例子，



魏德聖導演拍了很多苦的事，也想給自己一點點甜，讓自己感覺幸福一點。(圖／果子電影提供)



《52Hz, I love you》的宣傳海報，呈現出希望與夢想的輕快調性。(圖／果子電影提供)

都先進行訪談，然後再去決定哪些比較有戲劇張力，作為紀錄片題材。」透過不同的人物訪問，他也吸取了不同的生命經驗，「特別是對生命的關照，從這些人物身上得到非常多的體會。」也因此讓魏德聖之後在創作劇本時，總會在無意間把受訪者的形象套用在不同的電影人物上，讓故事更有說服力。「我覺得每個人從小就會說故事，長大後許多人都忘了如何說故事，慶幸的是，我說故事的能力沒有喪失。」

從憤怒失意到知足感恩

在魏德聖的成名作《海角七號》裡，我們可以看見他對台北的憤怒。魏德聖解釋，當年的自己就像劇中的主人翁阿嘉，從退伍到 2007 年，在台北奮鬥了 10 多年，也失意了 10 多年，「我認為不是賺大錢才叫成功，而是滿意



台北市市長柯文哲在魏德聖的指導之下，挑戰《52Hz, I love you》的演出。(圖／果子電影提供)

自己當下的生活才叫成功；在台北生活的 10 個人中，有 9 個失意，而我也就是那 9 個其中之一。」

也因此，他將滿滿的挫折，通通宣洩在這部片裡。「這也是台北奇妙的地方，往往站在希望與絕望的兩端，好險我從絕望那邊爬回希望這邊。」心態上的轉變，為自己重新貼上新的人生標籤。

8 年過去了，在創作路上魏德聖持續讓自己面對挑戰和磨練，「拍了很多關於苦的事，是時候也該給自己一點點甜，想要讓自己感覺幸福一點。」所以他便把很久以前萌芽的想法，與朋友一起合作寫成劇本，這部關於愛情、音樂、夢想與生活的《52Hz, I love you》，於焉誕生。

既緩慢又浪漫的城市

魏德聖說，當兵時從南部北上，當時還沒有深刻體會南北生活的不同，退伍後漸漸被台北的便利性所寵壞，回南部反而不習慣，「城市的步調在別人眼中是慌張，在我眼中卻是慢的、舒

服的。」魏德聖在台北學會了放慢生活，早點起床、早點進辦公室，「上班就搭公車、搭捷運，雖然人很多，但我慢慢來，客滿了就搭下一班。」下班就散步走路回家，挑自己喜歡的路，「哪裡好看，我就走哪裡。」假日的時候，他會跟家人去咖啡店吃早餐、聊天看報，消磨時間。「這是在城市裡頭享受到的簡單浪漫。」

漫步久了也有了不同的感受，像是《52Hz, I love you》中，特別到民生社區拍攝騎摩托車的鏡頭，這是因為魏德聖不希望拍到沒有樹的台北，「一個城市沒有樹，是很難看的。」在魏德聖眼中，台北不需要改變很多，但需要多種樹，「很多人說建設就要拆掉舊的，其實只要把樹種起來，就可以遮醜、可以把古老的東西變美。但是要種真正的樹，才會改變城市的氣質，人也會變得舒服。」很多影視工作者在台北出外景



《52Hz, I love you》是一部關於愛情、音樂、夢想與生活的電影。(圖／果子電影提供)



時，會抱怨市容很醜，但魏德聖在意的反而不是市容，「楊德昌的電影，不會避掉那些不好看的東西！」他比較在意的是拍出來的影像，會不會讓觀眾覺得很糟，「不用刻意美化，但要透過鏡頭讓最真實的東西變得很美。」

發現每個人心中的台北

《52Hz, I love you》在台灣上映前，特別在北美舉辦巡迴放映，獲得當地觀眾好評。「電影題材是講孤單，而對這些在異鄉生活的人，離開故鄉時，有多少人因此跟男女朋友分手，多少人過著一年只能看到對方一次的生活，很多情節都有安慰到他們。」更重要的是，觀眾心目中都保留一塊屬於自己的台北樣貌，那是他們當初離開台北時的模樣，觀眾會反覆在影片中尋找那記憶中的點點滴滴，即使是一些微不足道的小事，他們看起來也覺得很美好。「像是一場摩托車追逐的戲，他們看到都很雀躍，

『那個就是台北』、『就是家的樣子』，在美國看不到一堆摩托車在路上！」

對於沒來過台北的外國人，這部片又會給他們什麼樣的想像與期待？在波特蘭放映時，觀眾席中有位外國工程師，正準備要來台北分公司上班，看完電影後，直言：「好想快點去台北！」而魏德聖自己也會帶著第一次造訪台北的外國友人，體驗道地美食文化。「像是快炒店啊，體驗這種很台式的美食，他們吃得很開心，我也覺得很便宜（笑），花的錢不會很多。」他認為，越是庶民的特色，越能代表當地的精神。

而魏德聖在台北的生活樣貌又是如何？他直言，很簡單也很平凡，假日到公館陪小孩打球，或是到景美夜市買鹹水雞，回家配啤酒、看DVD。對他來說，城市裡頭最美好的感受，就是回到家中享受單純的自在。



城市光影

顛覆你的台北印象



北門化身為大型布幕，變幻出令人驚豔的光雕視覺饗宴。(圖／台北市政府文化局提供)



台北車站變裝後，加上燈光裝置與建築輝映，讓夜晚變得更有溫度。(圖／Shutterstock 提供)

光讓城市變有趣

台北光影點線面

文／陳婉箬 圖／Shutterstock、teamLab 提供

光影藝術近年在世界各地大放異彩，運用新媒體藝術活化城市，成功吸引觀光人潮，例如 2002 年創始於巴黎的「白晝之夜」(Nuit Blanche)，在 10 月第 1 個週六夜晚登場，城市化身展演場所，邀市民通宵不睡，親近當代藝術，也對生活的城市有斬新認識。

東西交會 光影魅力閃耀世界

這股風潮延燒至全球 120 個城市，台北去 (2016) 年首度加入，展現亞洲白晝的魅力，從週六黃昏持續到週日清晨，上演一系列藝文活動，博物館也免費開放，人人都能一窺堂奧，透

過藝術打破藩籬。

如果說白晝之夜是知性小夜遊，那麼雪梨「光雕藝術節」(Vivid Sydney) 就是大鳴大放的嘉年華會。每年 5 月至 6 月間，雪梨歌劇院變身巨大投影帷幕，換上斑斕華服，港灣大橋等多處知名建築也連線上演燈光秀，搭配大型演唱會、裝置藝術等，合力演出炫目幻彩，讓冬季的雪梨很有溫度。

相較於西方光影藝術的熱情奔放，日本京都下鴨神社則以「光之祭典」展現東方的含蓄美。去年 8 月間首度舉辦「糺之森的光之祭典」，藝術團隊



teamLab 結合互動科技和燈光設計，點亮神社參拜路上的沿途樹木，隨著人的行動，光影產生變化，並發出不同音調，樹梢上躍動的光點像是有生命般呼吸閃爍；神社旁則飄浮著大型發光球體，當人走近觸碰，球體隨即產生連鎖反應，逐一變色，呼應共鳴，創造出夢幻國度。

透過藝術家的創意光影，引導人們和環境互動，讓城市散發不同風情，似乎也在提醒著我們，美好就在身邊，端看能否用心體會。

點、線、面 交織台北藝術光譜

台北近幾年的夜間風景，在光影藝術營造下，也越來越有「藝」思。國際級地標台北 101，每年跨年煙火秀與世界連線迎接新年，是行銷台灣觀光的絕佳時刻，今年響應環保，減少煙火發數，首創結合電腦燈光的演出，新鮮

感十足，成為全球跨年大秀中的亮點。

陪伴無數旅客與遊子的台北車站，去年換裝亮相後，屋頂也加入光的元素，一週 7 天各有代表色，重要節慶另有專屬燈光，為這座老車站注入年輕氣息。而在台北市後花園的寶藏巖，也悄悄進行著光影改造計畫，財團法人中強光電文化藝術基金會邀請市民一起參與，提出光環境願景，凸顯「藝居共生」的特色。

從這幾處光點延伸至老台北，在市政府用心規畫下，大稻埕碼頭夜間亮起藍光，呼應著岸邊萬家燈火及過往的車燈，倒映在淡水河面，顯得波光粼粼。從北門到西門的舊城區，在「白晝之夜」化身為光雕最佳舞台，當代藝術投射在北門古城牆，新舊交融，別具時代意義。

今年台北燈節更首度移師北門、中華路一帶，主題訂為「Westside Story, Taipei Glory」，將於 2 月 4 日至 12 日登場，以街頭劇场的概念，呈現西門街廓的特色，打造一場結合城市美學與影音藝術的跨界大秀。大小朋友們還可提著市府精心設計的「舞動奇雞」小提燈，沿著中華路一段散步，欣賞兩側主題燈區，更別錯過在北門壓軸的光雕表演。

透過點、線、面的光影串聯，交織出台北之夜的藝術光譜，揮灑成迷人的夜間風情畫，而在畫裡，有你也我。



京都下鴨神社「糺之森的光之祭典」，透過互動科技，拉近光影藝術與人的距離。(圖／teamLab 提供)

新舊建築展新意 城市光點 點綴無限創意

文／陳婉箏 圖／聯合新聞網、Shutterstock 提供

在光影藝術輝映之下，寶藏巖、台北車站、台北 101 等台北知名景點與建築，有了嶄新生命，透過城市亮點的點綴，民眾得以看見、發掘不一樣的台北之夜。

光環境願景 點亮寶藏巖

見證台北市發展軌跡的寶藏巖，從一個布滿違建的小山丘，變身歷史聚落，中強光電文化藝術基金會舉辦「點亮寶藏

巖」系列活動，盼用光重新詮釋，表現藝居共生的特色，勾勒出寶藏巖入夜後的人文地景。

中強光電基金會企畫經理詹雁翔表示，基金會關注長期性的光環境改造，而非一次性展覽，2015 年邀請 30 名不同背景的市民一同參與，先以光偵探形式觀察當地環境，去年在照明設計師朱文英帶領下，提出全區光環境願景，包括

每年台北 101 的跨年煙火秀，吸引著全世界目光，呈現繽紛燦爛的台北城。(圖／Shutterstock 提供)





入口處信箱、山丘階梯、歷史斷面、錯落的房子等，運用不同層次的照明引導遊客動線，避免干擾到居民私有空間。

「點亮寶藏巖以人為本，與藝術性的光影表現不同。」詹雁翔說，透過燈光設計，凝聚居民共識，討論家園新面貌，遊客入夜後則多了安全保障，不過目前屬提案階段，要落實永久性的改造，有待後續經費挹注，仍有一段長路要走。

老建築新裝 台北車站變浪漫

啟用近 30 年的台北車站，斥資 3 億元整修拉皮後，於去年重新亮相。其屋頂加入七彩燈光照明，使得入夜後的台北變得好閃亮，成為夜台北的新地標，吸引過路民眾駐足欣賞，也讓夜歸旅客有溫暖的感受。

台鐵指出，七色燈光有不同的意涵，紅橙黃綠藍靛紫分別代表週一至週日，並設計了準點報時的功能，每晚整點亮燈約 5 分鐘，比如週五晚間 7 點會亮起藍燈，離峰時段則漸次熄燈。另在元旦、春節、端午、中秋、國慶與耶誕等六大節慶，則打造專屬的節慶燈光，像是元旦以紅藍光塑造國旗意象，春節則呈現大紅喜慶。

對於台北車站的夜間新風貌，民眾普遍反映極具特色。每週固定搭車往返北高的趙先生說，「加上燈光後，台北車站的氣勢更磅礴了。」假日常和朋友約在北車碰面的林小姐則難掩興奮，「最喜歡週日的紫光，感覺很浪漫。」

跨年大壓軸 台北 101 燈光秀

每年跨年代表台灣加入全球倒數連線的



放慢腳步、打開五感，觀察燈光對空間氛圍的影響。
(圖／聯合新聞網提供)

台北 101 煙火秀，2016 年已是第 13 屆舉辦，加入創新元素，首創結合燈光與煙火的交互展演方式，裝設多達 800 盞電腦燈，以金色為主調，代表迎接金色年代的到來。

本次主題為「點亮台灣」，完全由國人通力合作，委託台灣燈光大師莊福民操刀，音樂則邀請台北市立交響樂團協力演出，且 2/3 的煙火是台灣製造，跨年大秀台味十足，充分發揮台灣人才的創意表現。相較去年煙火有 3 萬發，台北 101 響應環保，這回減至 1.9 萬發，但結合燈光，總長並未縮水，仍是 238 秒。在古典樂襯托下，大樓迸發出五彩繽紛的煙火，搭配活潑的燈光秀共舞，在夜空中碰撞出震撼的視聽饗宴，引發圍觀民眾驚呼連連。

看似瞬間閃爍即逝的光影，賦予古蹟及建物不同風情，在人們心中烙下深刻的印象，一點一滴存放在記憶裡，匯聚成台北獨有的色彩。

舊城越夜越美麗

西區軸線 變身華麗舞台

文／蔡嘉璋 圖／台北市政府文化局、聯合新聞網、fotolia 提供

遙想著一百多年前，大稻埕的商賈指揮著船隻，載著茶葉和財富遠渡歐美，大稻埕、艋舺成為清領時期的商業中心，也成為台灣對中國的貿易中樞。開港通商以後，老台北吸引了許多洋行在此進駐，歐美的文化、建築也來到此地，與漢人聚落交會出多元風貌。

這裡曾經是台灣最富庶的地方，有別於台北東區的繁華，大稻埕、艋舺、台北舊城區，這些被稱作「台北三市街」之地，在燈光設計烘托下，串聯成迷人光帶。時至今日，復古氛圍與特色地景仍然吸引人們前來，在文創與藝術的風潮

下持續開創新風貌。

水岸燈景 烘托舊城古典之美

近幾年來，台北開始透過光線的營造，試圖讓老舊城區，呈現出不同的氛圍，大稻埕碼頭，便是令人印象深刻的景點。除了在白天享受陽光與水岸的自然美景，夜間的照明也是獨具特色。只要每逢日落時分，大稻埕碼頭岸邊，就會亮起藍色的點點之光，一路沿著碼頭邊，延續到附近的拱橋，清楚勾勒出大稻埕碼頭的輪廓，串聯為光之拱橋。在水波蕩漾之下，橋上的車燈與裝置，在水面上呈現出波瀾倒影。這些色澤與碼





頭本身的光色一氣呵成，在夜間成為台北市醉人的風景，而悠揚航行的船隻，亦化身為流動光景。

沿著大稻埕的單車道一路向南，很快就可來到萬華地區的剝皮寮歷史街區。剝皮寮歷經了清朝晚期的繁榮，也受過日本市區改正的都市政策影響，最後形成了閩南式及西洋巴洛克式建築融合的獨特地景，近年來更屢屢成為國片取景之地及最受歡迎的旅遊景點之一。兼具設計與質感的街道燈光，溫柔照亮建築牆面，讓來自香港的遊客陳小姐，第一次來到剝皮寮，便被此處懷舊氛圍深深吸引，「白天和晚上來，都有不一樣的感受，因為有燈光的烘托，更有復古電影的感覺。」

同樣也是歷史古蹟，不同於白天人聲鼎



入夜的艋舺龍山寺散發出思古幽情，燈光讓廟宇變得更加迷人。(圖／fotolia 提供)

沸的龍山寺，到了夜晚，華燈初上，廟宇建築展現優雅之美。梁柱、神龕上鬼斧神工的雕刻傑作，在燈光照映下，更顯生動軒昂；而這裡也是許多攝影玩家熱衷拍照的夜間練習場。過年期間，廟方更會懸掛起滿滿的祈福燈籠，增添年節氣氛。而西區的另一側，夜晚的西門紅樓也不遑多讓，原本醒目的紅色外



大稻埕碼頭宛如流動的光影，在水面上下輝映成趣。(圖／fotolia 提供)



西門紅樓在夜晚燈光照射下，添了一份朦朧美感。(圖／fotolia 提供)

觀，在燈光的照射下，多了一份朦朧美感，和周遭新穎奪目的大樓對比之下，更顯得古意盎然，別有一番風情。

白晝之夜 街區化作藝術展間

燈光除能讓建築、地景更具魅力，若能和藝術、展演和城市結合，又會呈現出什麼樣的面貌？去年10月，台北市政府舉辦了一場別開生面的藝術饗宴「白晝之夜」，便首度向市民展示了光藝術的無限可能。「白晝之夜」起源於法國巴黎，從傍晚6點一直到隔日清晨6點，在街道、主建築及有名的觀光景點，藝術家發揮創意與想像力，進行一

連串的藝術創作與展演，讓城市的夜晚宛如白晝一般，沒有疲累，只有無止境的驚奇和美麗。

台北的白晝之夜則邀請了台灣與世界的藝術家在總統府、台灣博物館、北門與大稻埕等台北的指標景點，以光為媒材，進行了一場跨夜、跨界的藝術演出。在這場活動中，人們自由地在街上漫遊，感受每個街角帶來的驚奇與喜悅。從北門到西門的舊城區，則化身為光雕的最佳舞台。由煙花宇宙團隊操刀、知名劇場影像設計師王奕盛指導，利用現代的光雕投影技術，北門舊城門





的牆面，呈現出千變萬化的色彩與圖樣，一幅又一幅的光雕投影，讓具有當代藝術意義的圖樣投射其中，以北門作為畫布，呈現出亞洲首次舉辦白晝之夜的歷史象徵。除了北門，二二八和平公園、重慶南路一帶與大稻埕等區域，也成為裝置藝術的自然展場；許多光影作品、街頭藝人、光雕藝術，皆以台北舊城區的街廓為背景，為懷古幽情帶來了不同的詮釋與意義。

像是「超時空南路」，以科幻電影場景為主題，重新塑造你我熟悉的馬路幹道；「背叛博物館」則是邀請國立台灣博物館、台北市立美術館等展覽場地，延長當天營運時間至午夜，藉由不同時間點，利用人們對於黑暗的想像，開啟你我對於美的感官極限。在這些瞬間片刻，舊城的地景除了吸引無數快門與驚呼聲，也讓感動與想像得以解放。



國立台灣博物館的外牆化為藝術光雕投影的大型舞台，五光十色，絢爛奪目。(圖／台北市政府文化局提供)



夜裡的北門在燈光點綴下，為台北街頭再添古意。(圖／聯合新聞網提供)

北門點燈 古蹟訴說台北故事

然而北門的輝煌閃耀，並非僅限於特定的活動或節日；在北門城樓重現後，北市府更大刀闊斧，重新規畫營造北門周邊歷史意象，同時喚起百年台北城的生活記憶。去年的耶誕夜，西區的3座古蹟——北門、鐵道部博物館與北門郵局，舉行「點亮北門、榮耀台北」的點燈儀式，透過內斂、優雅與人文兼具的燈光設計，為歷史建築訴說空間故事，也為市民營造更美好的生活環境。設計團隊表示，燈光設計並非只是投射光源而已，像是光的強弱、色溫差異以及光線角度，都必須再三調整，同時還得兼顧與周遭地景光影的配合，才能完美呈現建築的光感樣貌。

西區門戶的「夜間之光環境管制計畫」，在未來，忠孝西路一帶原本在分隔島的路燈也將移至兩側，以強化古蹟群的氛圍意象；此外，像是延平南路的人行道改造等光環境的建置，也將逐一完成，期待串起北門、撫臺街洋樓到中山堂一帶的古蹟風貌，讓民眾得以漫步欣賞西區新舊交融的歷史風采。



北門成為藝術展演的舞台，為城市地景帶來無限想像。(示意圖／台北市政府觀光傳播局提供)

Westside Story, Taipei Glory

台北燈節 光影閃耀全世界

文／游姿穎 圖／台北市政府觀光傳播局、達志影像、Shutterstock 提供

每年的元宵燈節，各地舉辦亮麗耀眼的燈會活動，總讓台灣的夜晚越夜越美麗，其中最受矚目的莫過於一年一度的台北燈節。今年的台北燈節尤其不一樣，除了是 20 年來首度移師至北門、中華路一帶舉行，更有大型光雕秀、各色主題燈區與街頭展演等活動，和民眾一同歡慶元宵新年，同時，見證西區門戶的重生與蛻變，也讓全世界看見台北的獨特魅力。

西區蛻變 變身光影嘉年華

西區是台北城的經濟發展起源地，也是

早年市民共同的生活記憶，然而過去數十年來，一直被視為落後、陳舊之地。為了重現西區風華，2 年前北市府啟動西區門戶計畫，企圖讓軸線翻轉、舊城再生。而忠孝橋引道的拆除，讓曾經是台北府城正城門的北門重現，重新成為台北的重要地標。

去年年底，透過北門周遭環境的改善，以及運用燈光設計及光環境建置，串聯起北門、台北北門郵局及鐵道部博物館，讓 3 處古蹟點亮西區夜空，而今年的台北燈節更是一次讓西區華麗蛻

變的大型展演。北市府副市長陳景峻說：「2017 台北燈節突破過往在封閉性場地舉辦的作法，改由沿著北門、中華路 1 段布置各式主題燈區，讓民眾可以邊走邊逛，同時也能欣賞北門牆面光雕秀，參加西城嘉年華大遊行。」

市府以短短一年的時間，成功重塑舊城意象，未來也將以開闊的北門腹地，作為城市迎賓的門面，吸引國內外旅客到台北來觀光。

雞年復始 重現活力與熱情

今年是金雞年，台北燈節主題定為「Westside Story, Taipei Glory」，而燈節主視覺則以一隻剛剛破蛋而出的可愛小雞，頭頂著北門城樓為主要概念，象徵新年初始以及北門、西區的重生，張開雙臂向世人訴說台北光榮的歷史故事。當然，民眾最好奇的，就是每年發放的小提燈，今年會以什麼樣的造型登場？今年的提燈命名為「舞動奇雞」，在設計師蔡行健的創意妙思下，小提燈除了造型精巧可愛，亦獨創鐘擺重心結構設計，同時巧妙地將北門意象融入手把。蔡行健表示：「傳統上，雞代表一天的開始，雞鳴之



台北燈節在主展演區設有世大運互動區，適合親子互動共遊。(示意圖／台北市政府觀光傳播局提供)



「舞動奇雞」小提燈造型精巧可愛，更巧妙融入北門意象。(圖／台北市政府觀光傳播局提供)

後城門守衛便會將城門打開；我希望燈節期間，父母可以帶著小朋友提著燈籠，來到北門，就好像城市的守護者般，迎接台北新的開始。」

除了可愛的提燈，這次燈節規畫有主展演區、光雕區、地景創作區、世大運互動區、自由創作區、學生創作區等 8 大燈區，集結超過 10 位以上藝術家參與盛會，就是要帶給民眾有別以往的全新體驗。同時，北市府也特別邀請知名潮牌設計師不二良操刀，將主展演區融入西門町的時尚潮流元素，更為燈會打造別具個性的角色，互動裝置與聲光效果亦將涵蓋整個中華路、成都路、寶慶路及漢中街等路口，讓西門町變成充滿魅力的街頭劇場，希望國內外遊客都能對西區的熱情與活力留下深刻印象。



燈節期間，位於松山燈區的慈祐宮，以五彩燈飾妝點出一道充滿喜慶氣氛的城市銀河。(圖／達志影像提供)

探索西城 燈節展演台北故事

眾所期待的光雕大型區展演，則透過跨界藝術家陳怡潔之手，以北門《西街派對》與中山堂《西城大戲院》兩支數位3D光雕立體投影動畫，啟動台北西城的歷史記憶，帶領民眾探索台北城19世紀至今的歷史風華。而強調與環境共生共榮的地景創作區，有剪紙藝術家楊士毅以雞年延伸家的概念，採用鏤空雕花方式，在街道上蓋起一座燈火通明的家，讓民眾憶起年節全家歡樂團聚的時刻；燈藝師陳祖榮則以傳統工法製作出可愛的五德雞花燈，有愛讀書的狀元雞、愛運動的六塊雞、熱血的打火雞、愛分享的共享雞及守時守信的咕咕雞，

希望用傳統花燈喚起民眾記憶中的新年氣氛。

另外，為呼應今年舉辦的2017臺北世大運盛會，燈節亦特別設置世大運互動燈區，邀請民眾一起成為點燃聖火的火炬手，只要在世大運燈區玩遊戲、勇闖運動賽事，就能象徵替台北代表隊高舉火炬點亮世大運。在另一側的祈福燈區，則設置有祈願彩光樹和彩蛋牆，民眾可以在西門紅樓的廣場上，將對愛情的信仰繫上光樹，期待在新的一年找到愛的歸屬；或是將願望投入彩蛋中，放置在彩蛋牆上，就能用滿滿的魔力讓夢想成真。當然除了有本地藝術家的創作



外，我們也可以看見新生代的學生作品，台北燈節更網羅國外好作品，一起在主題燈區相互交流，從而提升國際能见度。

燈節期間，台北市 12 個行政區同樣也會妝點特色花燈，和西區相互輝映，一同點亮台北夜空。像是松山燈區的松山慈祐宮，繽紛的五彩星光隧道有如一道城市銀河；大同燈區除了有大龍峒保安宮燦爛的光雕燈景，一旁的六藝廣場也布置有主燈區，和民眾歡喜迎雞年。新年期間，不妨和家人朋友走訪 12 個行政區，感受濃厚的年節氣息。

周邊順遊 深度領略城市風情

為期 9 天的台北燈節，不僅是夜晚限定，白天更可遊覽西區數個知名景點路線，從早到晚探索台北西城故事，無論是美食、藝文、懷舊與文創，在這裡都可以玩得盡興。



2017 台北燈節

時間：2/4 ~ 2/12

地點：北門、中華路 1 段

2017 台北燈節形象宣傳短片，請掃描 QRcode



下載 CheckMe App，請掃描 QRcode



假日總是吸引超過 9 萬名旅客慕名而來的西門町，為迎接年度盛會，商圈店家早已做好準備，迎接更盛大的燈節人潮。主打潮流與動漫特色的西門商圈，為提升店家能见度與形象，結合商圈動漫大使與塗鴉街舞元素的燈節花車，將在西城嘉年華大遊行中亮相；而各店家也將祭出相關優惠與活動，與民眾一同共襄盛舉。

西門町徒步區街區發展促進會表示，日前與資策會合作，利用 Beacon 技術打造智慧商圈，只要下載 CheckMe App，透過紅利積點與兌換活動，民眾可以「逛到哪，點數跟到哪」。截至目前已有 205 個店家參與，下載人次逾 3 萬，創造全新的購物體驗。

2017 年台北燈節，不僅以創新突破傳統，更充滿一座城市的脈動與活力，從北門沿著中華路一路而行，走在璀璨的大道上，讓充滿想像力的花燈伴隨聲光效果，帶領我們進入街頭劇場，穿梭各時代氛圍，親睹新舊台北的百年風華。



越晚越熱鬧的西門徒步區，吃喝玩樂一次搞定。(圖/Shutterstock 提供)

舊愛變新歡 年終掃除新計畫

台北二手好店特搜

文／陳婉菁 攝影／施純泰 圖／台北市政府環境保護局提供

歲末時節，家家戶戶忙著大掃除，但現今環保意識抬頭，所謂的「除舊布新」也別有新意！傳承老一輩「惜物」的觀念，新世代透過創意能量，將舊物轉換成新樣貌，滿載歲月刻痕的二手店，一家家冒出於巷弄之間，正在向有緣人招手。

作家傅月庵說：「人有命，舊書有身世。」電子書的盛行雖加快閱讀節奏，但卻取代不了翻觸紙本的手感，而舊書裡更藏著不同時代傳下來的書香，正如茉莉二手書店總監蔡維元所言，「二手書最迷人之處是有豐富的感情面。」走進今日的二手書店，你將發現它們早已打破狹小老舊的傳統印象，以簡潔優雅之姿，待人探尋縱橫古今中外的故事。

而經過歲月洗禮的二手家具，則帶有一種溫潤平和的魔力，召喚著人們前來一探究竟，無論是台式古早味，或是西方復古風，各有擁護者。台北市環保局更率全國之先，開辦再生家具業務，每週拍賣皆吸引各方買家競標，無形中也達到資源循環利用的環保目的。

除此之外，自己不再需要的物品，卻能為別人帶來新氣象，法國收藏家柯里爾有言：「跳蚤市場是淘舊貨者和獵奇者的幸福所在。」二手市集正在台北市蓬勃發展著，老商圈、老市場因為老東西，重拾昔日風華，而對舊物的眷戀，並非食古不化，而是在科技奔騰的時代裡，保留一些溫情。迎接嶄新一年的到來，就讓我們一同在歷史中尋寶吧！



(施純泰攝)

翻開一本二手書，彷彿能隔著書頁感受前人的閱讀心情；坐上一把二手搖椅，在搖曳間銜接起優閒步調；把玩著二手玩具，童年往事慢慢浮現腦海……現在，就跟著《台北畫刊》的腳步，探訪二手好店！

二手書店 慢讀好時光

■ 茉莉二手書店

木頭書櫃、暖黃燈光、寬敞空間，從光華商場起家的茉莉二手書店，轉戰公館後，提供更舒適的環境，希望讀者一進門，就像回到自己家的書房，感到自在溫馨。

茉莉總監蔡維元是書店第二代，深知父母創業的用心良苦，秉持「敬天、愛人、惜物」的經營理念，透過「環保、公益、閱讀」三種方式實踐，絕不收有

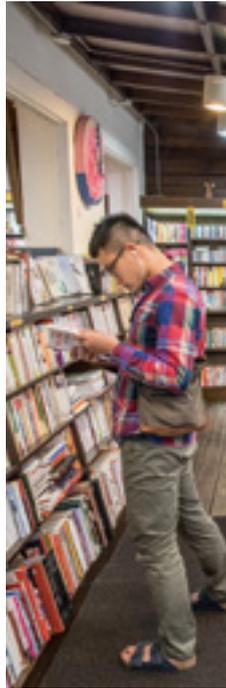
害社會風氣的書籍，期許成為書籍流轉的平台，「為書找到下一個生命的落腳之處」。

茉莉現有 5 家分店，跨足台中與高雄，除買賣書籍，也發動「公益募書」，號召民眾年終清理舊書，茉莉相對捐款，連續舉辦 12 年，廣獲回響，將二手書效益發揮到極致。

■ 雅博客

「每賣掉 166 本書，就能保住 1 棵樹。」雅博客台大店店長 Sammi 說，創辦人基於愛書之情及環保理念，開設二手書店，希望讓書永續循環。顯眼的橘色招牌，Logo 是一個人頭上頂著書，代表「頂著書在歷史裡漫步的人」。雅博客已在台大附近的新生南路巷弄裡佇立 8 年，慰藉許多愛書人，甚至吸引陸客前來挖寶。

店內藏書多元，但不賣教科書、考試用書，最受歡迎的是文史哲類。店面設計簡單大方，盼營造出「知識的便利店」氛圍。透明玻璃門、大片落地窗，盡情



茉莉二手書店台大店位於羅斯福路安靜的巷弄間。(施純泰攝)



茉莉二手書店秉持「敬天、愛人、惜物」的經營理念，期許成為書籍流轉的平台。(施純泰攝)



雅博客慰藉許多愛書人，甚至吸引陸客前來挖寶。(施純泰攝)



舊香居不僅是舊書匯聚之所，更是人文藝術交流的平台。(施純泰攝)

擁抱自然光，在以橘色為主調的室內空間裡，緩步踩著木頭地板，寂靜中只聽見翻書聲；站累了，找個倚窗位子稍歇，選本好書與自己心靈對話。

舊香居

經營古籍與字畫買賣起家的舊香居，自我定位為「古舊」書店，而非二手書店，專收文史哲及藝術類古書。累積了30多年的能量，古書文獻收藏豐富，曾陸續舉辦過「三十年代新文學風華」、「五四光影近代文學期刊展」、「名人信札手稿展」等。

在舊香居工作8年的店員吳浩宇說，店內未刻意營造風格，而是自然生成的樣貌，由於第二代老闆喜歡公仔，就與古書一同陳列，形成古典與新潮並存的

獨特氛圍。這裡不僅是舊書匯聚之所，更是人文藝術交流的平台，部分珍稀的絕版古書為非賣品，作為店內收藏，以便讓更多人有機會體會舊書的美好。

茉莉二手書店

電話：2369-2780

地址：羅斯福路4段40巷2號(台大店)

開放時間：12:00 ~ 22:00 (春節期間店休)

雅博客

電話：2362-8298

地址：新生南路3段76巷9號1樓

開放時間：12:00 ~ 22:00 (春節期間店休)

舊香居

電話：2368-0576

地址：龍泉街81號

開放時間：13:00 ~ 22:00 (週一公休)



台北市政府環境保護局從廢棄家具中挑選質優者，簡易修復後每週固定拍賣，讓家具再生、再利用。(圖/台北市政府環境保護局提供)

二手家具 品味好東西

再生家具展示拍賣場

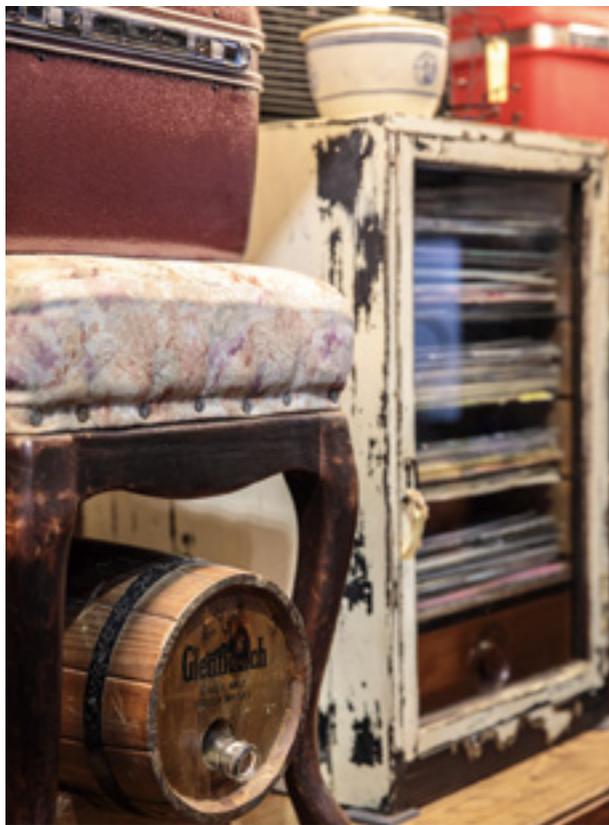
台北市政府環境保護局於 2003 年首創再生家具業務，從民眾廢棄的家具中挑選質優者，簡易修復後開放競標。環保局資源循環管理科科長崔浩志指出，目前在萬華、內湖各有一處展示場，民眾可先到場檢視品質、丈量尺寸，或上再生家具網查看，舉凡床組、沙發、桌椅、衣櫥等都有，腳踏車 500 元起跳，相當熱門。

「再生家具是源頭減量、再利用的概念，讓民眾用很少的錢買到實家具，並教育下一代知福惜福。」崔浩志說，除每週固定拍賣，每年春節前會舉辦歲末大拍賣，釋出平日沒有的古早家具，例如花梨木衣櫥、檜木桌椅等。藉由這個平台，也免費提供弱勢族群所需家具，愛地球兼做公益。

Swallow 燕子二手懷舊家具

七年級藝術家吳建興，國中起就對老東西感興趣，第一件收藏品是曾祖父留下的紅眠床，至今仍在用。他自埔里到台北求學，搬過幾次家，累積了一些家具，3 年前開設 Swallow 燕子二手懷舊家具，和更多人分享二手物之美。

燕子的老家具大部分是與搬家公司合作取得，最常收到裁縫車、轉盤電話、枱燈、書桌等，但數量與稀有品項皆有逐漸下滑的趨勢。「老東西是這個時代裡，台灣人共同擁有的記憶。」吳建興說，早期台灣的木製家具簡約樸實，大都使用本土檜木、樟木，扎實又耐潮溼



Swallow 燕子二手懷舊家具裡的老東西，是台灣人共同擁有的記憶。(施純泰攝)



摩登波麗店內多販售 1930 至 1980 年代的歐洲家具。(施純泰攝)

氣候，只要妥善修復，就能使用很久，如果家裡有這樣的寶貝，要好好珍惜。

摩登波麗

喜歡收集老家具的吳啟弘，十幾年前將家裡多餘家具網拍，意外受到好評，這成了開設摩登波麗實體店的契機，而店裡所販售的物品從早期追逐流行趨勢，逐漸以自己的喜好為主，偏好 1930 至 1980 年代的歐洲家具。

「30、40 年代鋼鐵味濃，50、60 年代興起簡約機能風，70 年代人類已登陸月球，設計師又從太空發想出塑料家具。」吳啟弘說，從家具風格可看出時代的變遷，他把店面當成自家布置，幾乎每天調整，讓老家具也能呈現新風貌。

他建議民眾，不用迷信高價品或設計師品牌，找適合自己的物件才是最重要

的，除了大型家具，還可搭配小擺飾，像古董餐具、翻頁鐘、壁燈、老電視等，都具有畫龍點睛之妙。

再生家具展示拍賣場

電話：2308-2600、2796-2062

地址：環河南路 2 段 102 號 1 樓、行忠路 178 巷 1 號

開放時間：週二至週五 9:00 ~ 17:00 開放參觀，萬華展示場週六拍賣、內湖展示場週日拍賣，均自上午 11 點至下午 5 點

Swallow 燕子二手懷舊家具

電話：2821-6125

地址：東華街 1 段 438 巷 4 號 1 樓

開放時間：13:00 ~ 20:00 (週一公休)

摩登波麗

電話：2703-9138

地址：復興南路 1 段 295 巷 16 號

開放時間：週一至週六 13:00 ~ 21:00 (週日公休)

二手市集 發現好玩意

永春生活市集

傳統市場因為二手市集而有了不同的樣貌，永春市場自治會會長黃秀玉於2007年時為活絡傳統市場，在永春市場2樓經營起二手市集，從初期的5攤，成長至今日的100多攤，過年前更是一位難求。

「我出場地，你當老闆。」黃秀玉最初喊出的響亮口號，吸引各地攤商進駐，連婆婆媽媽也嘗試做起生意，二手書、CD、衣服、化妝品、皮包、玉石、小家電、電腦等，想得到的商品應有盡有。

市集的室內空間備有空調，不易受天候影響，口耳相傳下，人氣越來越旺。「把自己不需要的東西給別人用，自己也會很快樂。」黃秀玉說，年終大掃除



永春生活市集吸引各地民眾前來挖寶，過年前人潮更是絡繹不絕。(施純泰攝)

期間，會有不少好東西被清出來，民眾不妨趁機挖寶。

Holiday ya 二手市集

全台第一個以社會企業模式打造的二手市集 Holiday ya，將攤商活動所得的10%捐助台灣流浪兔保護協會，並和昌盛教育基金會合作，提供街友或中高齡失業者工作機會，另外也提供免費攤位給公益團體。

市集主辦人 U la 表示，市集以非專業賣家為主，將手邊多餘物品拍賣，甚至有在台的外籍留學生，回國前整理出個人用品到市集拍賣。U la 說，依往年經驗，過年前民眾喜歡添購鍋碗茶壺杯組、圍爐用的砂鍋、電磁爐等。目前市



永春生活市集所販售的物品應有盡有。(施純泰攝)

集平均每月辦 1 至 2 場，除了室內場，也與賣場合作戶外特別場，另有占卜、動物溝通、甜點、小農稻米等攤位，增加市集的豐富性與趣味性。

天母市集

每到週五傍晚，天母廣場人氣強強滾，只要銅板價，就能買到二手好物。自 2007 年開辦至今的天母市集，目的是希望透過市集聚攏人潮，帶動商圈共榮，經營多年以來，已形成當地的特殊風景。

「天母市集最大特色就是『嚴』！」天母商圈發展協會理事長唐笛說，為保護周邊店家，禁賣仿冒品、庫存品等，每攤二手衣限售 30 件，且禁止叫賣，避免妨害安寧。



第一個以社會企業模式打造的 Holiday ya 二手市集，捐助 10% 的活動所得支持台灣流浪兔保護協會。(施純泰攝)

天母市集中，年輕攤主為引起注意，打扮得超有型，成為商品之外的吸睛焦點；市集以小東西居多，懷舊玩具與擺飾很受歡迎，「你不需要了，但別人當成寶。」唐笛建議，不妨趁著年前掃除，整理出多餘物品，到市集交換給他人再利用。



天母市集帶動商圈共榮，經營多年來，已形成當地特殊風景。(施純泰攝)

永春生活市集

電話：2769-5119

地址：松山路 294 號 2 樓（永春市場樓上）

開放時間：週六、日 9:00 ~ 17:00
（春節期間休市）

Holiday ya 二手市集

電話：0987-103-613

地址：紹興北街 10 號 B1

開放時間：週六、日 12:00 ~ 18:00 不定期舉辦（時間與場地依主辦單位公告為準，詳情請查詢 www.facebook.com/holidayy2013/）

天母市集

電話：2876-1189

地址：中山北路 7 段與天母東、西路交叉口
（天母廣場）

開放時間：週五 16:00 ~ 22:00、週六 9:00 ~ 15:00、16:00 ~ 22:00、週日 15:00 ~ 21:00

公民總主筆時間

拭去灰塵 讓醇厚與時尚齊行

減法：城市重生之道

文·攝影／莊豐嘉

走一趟台東池上，親眼見證伯朗大道的田疇廣闊；一無遮攔的縱谷，頂上白雲款款拂過，中央山脈靜靜躺在眼前。許多人驚嘆這是天堂所在，故又有天堂路之稱。然而能夠成就今天的池上，實則受惠於幾位社造人士當年拒絕在田中央設立電線桿的遠見，加上村民願意配合，故以致之。這就是「減法施政」。

城市記憶的無形價值

苗栗南庄，是一個客家人與賽夏族共同

生活的小村落。原本純樸的鄉鎮，卻因近年來觀光大興之故，使得南庄老街假日塞滿人潮，原本素樸有致的桂花巷，成了喧鬧的商販街道，令人失去一遊的興致。

從南庄往蓬萊方向的道路旁，更畫蛇添足，花幾千萬興建一條據稱有客家元素藍白紅條紋牆面的「客家巷弄」，水泥鋪成的彎道，沿路幾公尺便見一座矮房牆面，宛如一個個墓碑，既礙眼又掃興。加法之為惡，於文化摧殘尤烈。幸



今天的池上擁有廣闊視野，受惠於幾位社造人士當年拒絕在田中央設立電線桿的遠見。(莊豐嘉攝)



好，近來返鄉遊子增多，他們從文化著手，正在為南庄的文藝復興而築路。

而新竹北埔和多數客家庄最不一樣的地方，就是因為保留了不少老房宅，諸如金廣福公館、天水堂、忠恕堂，以至於姜阿新老宅洋樓，這些以空間保留記憶的建築，讓世居北埔的子子孫孫得以光榮地回想當年，也讓想要返鄉的青年找到一條回家的道路。

人為建設越多，城市面貌破壞得越快，也就越容易失去一個城市的歷史記憶。

振興之道在於減法施政

去年到浙江旅遊，當地領導若有所失地說，中共建政以來，古建築被破壞最嚴重的有3個時期：一是大躍進、大煉鋼時期，許多建物被迫拆毀；第二個時期則在文革，破四舊讓這些老屋遭到浩劫；但前兩個時期都比不過第三個時期，也就是所謂改革開放以後。

他說，前兩個時期都是被迫、不得已，開放以後，卻完全是人民自動拆除；有些地方已經翻了三番，首先是把老房子改建公寓，後來又拆掉改建別墅，再拆掉，改建成大樓，因為這樣最值錢。

中國號稱古文明，實則令人懷念的老城市已經面目全非，即使現在入眼的所謂老建築，也都是重新仿造而成，離原先古味甚遠。原因是中國人窮怕了，只想致富，不想以後。

但台灣人早就有了生活質感。質感是一種說不出、卻感覺得到的文化。台灣人已經懂得老屋和老空間的價值，知道如

莊豐嘉

從傳統媒體跨境網路媒體，創辦新頭殼新聞網，如今投入串樓口（translocal）社群新聞平台，相信推動社會往前走，是媒體人最大的責任。

為新頭殼網站創辦人之一，曾任中央社副總編輯、台灣日報總編輯、新新聞黨政記者、自由時報國會及黨政記者及台灣記者協會第十屆會長。現為台灣和平草根聯盟理事長，並擔任台北廣播電台FM93.1每週一至週五晚上6點到7點「公民總主筆」主持人之一，邀請市民朋友一起加入討論財經、文化、公民社會、教育等議題。



何讓它綻放全新的光彩。尤其台北人，每天每週都有各式各樣的文化活動，經過市民參與，古老的空間自然充滿溫暖。

台北是個大都會，但隨著歷史變遷，新舊移民在不同時間點來此定居，留下斑斑時光刻痕，除了信義區大樓林立，台北部分老社區雖然陳舊，略顯破敗，也依然暗內含光，留有醇味。其振興解決之道不在於都更成大樓，而是如何整理規畫，就如拭去灰塵，讓明珠放亮。

大稻埕文藝復興做得不錯，赤峰街從原先的汽車零件黑手工廠，漸漸轉型為特色街弄，也正大有可為。但台北不會只有這幾條街弄足堪再生，還有許許多多的蒙塵老街，亟待有心人的經營。

作為擁有資源的政府，千萬不要再以加法的思維，東拆拆西蓋蓋。台北若能有一個醇厚與時尚齊行的想像和實踐，有如老子的無為而為，相信減法施政的魔法，會變化出令人意想不到的城市之美。



讓我們一起期待 2017 台北國際書展的到來。
(圖/財團法人台北書展基金會提供)

2017 台北國際書展新春開跑 我的悅讀城市在台北

文/許慈倩 圖/財團法人台北書展基金會提供

還記得小時候的床邊故事嗎？關於美好的閱讀記憶離我們多遠了？上一次逛書店是什麼時候呢？在新的一年，讓我們拾回悅讀的美好，開啟一個嶄新的感動悅讀年吧！

悅讀盛事 浸淫讀享時光

在這個紙本閱讀式微的年代，所幸台灣在言論、出版自由的加持下，每年新書出版量僅次於英國，居全球第 2，堪稱華文世界的出版強國。

台北國際書展行之有年，已有 24 年歷史。早期為官方主辦，一直到 15 年前

「書展基金會」成立，始有機構專責籌辦一年一度的台北國際書展，也積極參與各大國際書展，如法蘭克福書展、波隆那書展等。如今，台北國際書展已經成為與資訊展、旅展並駕齊驅的世貿三大展之一。

今年台北國際書展於新春期間隆重登場，台北書展基金會董事長趙政岷邀請所有愛書人一起前往書展，用書香開啟新年扉頁。為豐富書展，2017 台北國際書展祭出展位折扣，吸引廠商共襄盛舉。特別的是，此次書展特闢迷你展攤與青年文創區，降低參展門檻，讓微型

出版社和個人工作室都有進駐機會，為書展再添新氣象。

近年來書展規畫越發精彩，從精神的餵養，進化成五感的滿足，展覽更具國際格局。「今年我們將有最佳展位設計獎，透過參觀者票選及專家評選，鼓勵業者用心設計攤位，帶動空間美感。」趙政岷說。而為體貼現代社會繁忙的人們，此次展覽時間特別延長至晚上9點或10點，讓上班族在結束一天的工作後，仍有充裕時間逛逛書展，好好充電。

串聯城市閱讀角落 樂活悅讀

身處資訊科技發達的時代，我們對於書有了更多想像。閱讀型態在3C狂潮席捲之下，更趨多元。為順應潮流，2017台北書展也規畫AR、QRCode和有聲書等體驗專區，讓參展者看見紙本書以外的多種可能。



2017 台北國際書展

展覽時間：

2/8 (三) ~ 2/13 (一) 10:30 ~ 21:00

2/10 (五) ~ 2/11 (六) 10:30 ~ 22:00

展覽地點：台北世界貿易中心 1 館、3 館



台北國際書展舉辦論壇活動，讓閱書人透過討論，相互激盪想法。(圖/財團法人台北書展基金會提供)

然而，不論載體如何改變，「內容」永遠最為重要。為強化出版專業，書展期間也舉辦編輯力論壇；另外，書展大獎亦首度增設「編輯獎」。值得一提的是，金蝶獎將恢復實質的鼓勵，提供獎金給得獎者，消息一出，讓許多設計者雀躍不已。

推廣閱讀，是舉辦書展的重要目的之一，今年的書展除了在世貿展出，書展基金會也邀請各藝文空間、連鎖及獨立書店、圖書館等共同響應「城市閱讀節」活動，盼以書展為軸心，串聯起城市不同的閱讀角落，讓悅讀之美遍布整個台北城市。

一年之計在於春，2017台北國際書展是一場以「書」為元素、精心籌畫與布局的嘉年華。屆時別忘了到書展逛逛，用全新角度看書籍，開啟悅讀新生活。



2017台北國際書展於新春登場，開啟悅讀新生活。(圖/財團法人台北書展基金會提供)



「『悖』親睦鄰，『敘』勢待發壯遊團」前往跑馬古道展開淨山活動，維護大自然，還地球一個美麗的面貌。(圖／台北市青少年發展處提供)

壯遊台灣 青少年收穫滿行囊 最棒的成年禮

文／觀止 圖／台北市青少年發展處提供

壯遊是盛行於 18 世紀的歐洲貴族青年活動，透過到各地跋涉旅行，學習語言和才藝，拓展對世界的認識，使生命繽紛豐富。這幾年，台灣也吹起壯遊風，不少青年學子脫離舒適圈，背起行囊，走踏荒野鄉間，只為了讓心靈和足跡一樣遼闊。

2016 年，北市青少年發展處舉辦壯遊體驗補助計畫，以「我的成年禮」為主題，採用補助旅費的方式，鼓勵青少年團隊壯遊台灣。期間不少台北市國高中職的學生自組壯遊團隊，撰寫壯遊計畫，凡通過審核，便可獲得上限為新台幣 2 萬

元的補助費用。去年共有 30 個團隊獲得補助，其中囊括自我成長、公益服務、偏鄉服務及鄉土體驗 4 大主題，學生們透過旅程，學習責任、感恩與分享，並從肢體勞動中，讓身心更健康。

建中學子 體驗農家生活

生活在都市中的建中男孩，自組「南海天農人」團隊，在畢業前夕，以打工換宿的方式展開一場蛻變之旅。他們到花蓮富里的紅藜田採收紅藜，到屏東推動環保綠農的基地——彩虹餐廳整理庭院、混土、建造綠色屋頂，感受農家的「慢生活」。



更多青少年壯遊
相關報導，請掃
描 QRcode

透過旅途，他們經歷了許多從未有過的難忘體驗，像是隊員李豪惟因為遭受小黑蚊的襲擊，手臂紅腫，還到當地醫院皮膚科掛病號；在紅藜田工作時，也有無數飛蟲竄出，讓害怕昆蟲的謝汶諺飽受巨大的精神折磨，「我一邊渾身顫抖，一邊咬牙苦撐，既不想讓人覺得我是草莓族、天龍人，也不想敗給那些小昆蟲。」謝汶諺說。

對這些學生來說，每天最期待的，便是工作完後，在田園風光的襯托下，品嚐五星級餐廳也吃不到的頂級蔬食大餐，在滿足之餘，重新思考現代人追求榮華富貴與山珍海味的價值觀。謝汶諺認為：「這場壯遊就是一場成年禮，比起法律上的形式，脫離家人，完成長達13天的環島旅程，那才是心靈上真正的成長。」

自學青年 探訪偏鄉長者

「無界小燭光」是來自台北芳和國中的一群自學生，他們探訪雲林的老人長照中心，期望帶給長者溫暖與祝福。但是，一開始卻不如想像的順利，讓他們



「無界小燭光」前往雲林老人長照中心進行服務旅行，這次經驗讓他們跳脫自身框架，從而理解他人。（圖／台北市青少年發展處提供）

壯遊台灣

補助費用：每一個團體補助上限2萬元

報名截止日期：至4/30止

詳情請洽：台北市青少年發展處
(02)2351-4078

倍感挫折。學生孫智柔說：「我們努力練習，帶來精彩的表演，想把最好的一面呈現給阿公阿嬤看，沒想到他們一點反應都沒有。」而後，他們開始反思，調整服務方式，透過簡單的遊戲與他們互動，總算看見期盼的笑容。

學生李薇有感而發的表示：「老人家要的不是金錢、豪宅，或是富貴的生活，而是陪伴。旅行是察覺，也是學習，不只是移動身體，而是在心靈對外開放的過程中，產生可以落實於生活的經歷和體驗。」

做有意義的事 揮灑熱血青春

惇敘工商的「『惇』親睦鄰，『敘』勢待發壯遊團」也以「服務」為目的，到宜蘭礁溪的五峰旗步道、跑馬古道、林美石磬步道及外澳沙灘撿拾垃圾，期望以一己之力，維護美麗的大自然。隊員林稟鈞說：「滿地的垃圾激發起我們的服務魂，清除完畢後，心靈好像獲得一股清新的感受，就算被曬傷也很值得，因為這是青春熱血又有意義的事。」

每一趟旅程都承載著青春的夢想，成為每個學子心中最深刻的熱血印記。台北市青少年發展處處長謝麗華表示：「希望今年可以有更多元的主題，創造更輝煌的『我的壯遊時代』，以青少年獨特的眼光重新詮釋台灣，點亮台灣，為台灣的未來奠定希望與夢想的基礎。」

看西門町的前世今生 用小故事道盡大時代

文／葉天倫 攝影／劉佳雯 圖／青睞影視提供

生活，是創作的發想來源。我高中在台北北區念中正高中，大學到台北南區念世新大學，這兩個學校附近有名的士林、景美夜市，都成了我第一部電影《雞排英雄》的創作養分。台北的城市中心——大稻埕，是我爸爸與祖父母輩出生成長的地方，也曾是台灣史上耀眼奪目的文化政治商業重鎮，於是這裡，成了我第二部電影《大稻埕》的創作動力。

那麼，我的第三部電影《西城童話》為什麼以西門町為背景？家裡姑姑跟姊姊都念城中區綠衣黑裙的北一女中，

年代雖有不同，但西門町與中華商場都曾是她們叛逆青春的代表。有著城市邊緣性格的西門町，不只承載了我小時候跟外婆手牽手去戲院看大銀幕電影的溫暖童年回憶，也是我自己戲劇創作的啟蒙地。

我大學念的是電影，畢業後跟著李國修老師的屏風表演班實習演出，屏風的《西出陽關》背景正是西門町。故事講述西門町凋零但生命力堅韌的紅包場歌廳文化，也談論國共戰後被迫來台的老兵，關於他們生命晚景的轉捩與寄託。那是一個我原本一無所知、沒有親身經

電影《西城童話》講述一個個關於大都會中小人物們的故事。(圖／青睞影視提供)



歷過的西門町，隨著國修老師的《西出陽關》，一路摸索，一直走到 2017 年的《西城童話》。

西城童話 覽盡西門樣貌

拍《西城童話》時，西門町的捷運已通車，這裡是市政府重新規畫後再度繁榮的重點商圈。但在令青少年醉心瘋狂的美、日、韓時尚都會光鮮亮麗的背後，西門町舊社區的脈搏仍實實在在跳動著。電影中不敢走進捷運地下車站的拾荒客男主角西門慶（李李仁飾），在電影大街熱鬧喧嘩背後，於相對荒涼、寂寥卻毫無違和感的陳舊巷弄中，穿梭隱身，棲居度日。

《西城童話》女主角小虎（郭書瑤飾）則是個現代都會美少女造型師，書讀得也許不多，但是腦筋靈活，非常懂得在大都會叢林求生存，活跳跳是西門町青少年次文化的典型。劇組拍片時，為了呈現西門町的都會叢林邊緣風格，在西門町街頭巷尾水泥牆上畫了許多充滿強烈現代都會風格的塗鴉壁畫，拍片後就一直保留至今，無聲無息融入西門町的一景。

國修老師的舞台劇《西出陽關》，當然也活在電影《西城童話》中。電影中把紅包場歌手當作晚年愛戀寄託的老兵角色老白（丁強飾），就是來自對國修老師的致敬與思念。飾演歌手的子媽，其實就是西門町紅包場資深歌手今子媽本人特別客串演出的。紅包場或許對於西門町的主消費群——青少年來說很陌生，但卻是西門町文化中不可或缺的一塊拼圖。



新世界大樓如今成為國際品牌旗艦店，過去花俏的樣貌走入歷史，被封存於電影《西城童話》中。（劉佳雯攝）

女主角的媽媽吳桂美（楊貴媚飾），深諳藏身西門町巷弄內的地方美食老店，這些沒有因為大街上強勢跨國連鎖速食工業而消失的地方美食，在在呈現出西門町內在、深層的文化。《西城童話》中的大反派飛毛江（江國賓飾），跟他身邊一票幫派嘍囉，也見證了西門町的城市邊緣性格，背後深藏著都會邊緣人物的哀歌。《西城童話》事實上就是大都會中的一個個小人物所集合而成的故事篇章。

電影封存住城市的歷史樣貌

《台北愛情捷運》系列影片中有淡水站、北投站、中正紀念堂站、忠孝復興站、大橋頭站，也非得有以捷運西門站為背景的《西城童話》不可。

電影上映前，六號出口的新世界大樓搖身一變成為國際品牌的旗艦店，整棟建築拉皮為白色摩登大樓，原本被手遊廣告占滿的花俏大樓已然走入歷史。還好電影中這棟大樓入鏡多次，讓我們記錄下了當代的西門町，當代的台灣縮影。

歷史總是殘酷，電影卻能稍微溫柔地做個旁觀者。後代觀眾雖不能置身年代其中，至少有機會看到歷史的某個切面。

番紅花的愛心便當——白菜滷 冬末的鮮甜家常味

文·攝影／番紅花

好友旅居東京多年，最近返台度假，一見到我就說最懷念的地方是濱江市場和土東市場，市場周圍總有熱氣氤氳的麵攤，可溫暖早起空空的腸胃，點一碗米粉湯和黑白切，豐儉由人，那一碟滷豆腐和燙豬肺蘸醬油膏，就是 20 年來客居他鄉的午夜夢迴，而住在台北勝出東京的第一個理由，就是各地方大大小小的菜市場了。

我聽了不禁莞爾，身為一個黎明即起、

為孩子們做便當的媽媽，我了解逛菜市場所帶來的小確幸，菜市場的氣息是生猛的，賣菜人吆喝的殷殷笑容有著打拚的懇摯，攤子上的蔬果永遠都因節氣的更迭而有新面貌，因此我喜歡帶外地朋友搭乘捷運去逛菜市場，除了買買蔬果、吃吃小攤熱食，散步的路徑還可延伸到周遭的小咖啡店或獨立書店，這可是老台北人的日常哪！

聊完菜市場，好友問我最近做什麼料理



更多番紅花的
愛心料理，請
掃描QRcode。



給孩子帶便當，她希望帶一點靈感回東京做菜給家人享用，我說，嗯，那我們來煮大白菜吧。

考古學家發現人類使用陶罐所收藏的大白菜種子，距今已有六千多年的歷史，傳說日本吃大白菜乃源自於日俄期間，日本士兵在中國東北嘗到其滋味，甚為喜歡，遂傳回日本種植，如今日本全國以熊本的霜降大白菜最為有名，所以我推薦好友為日本親友獻上這一道傳統台式的白菜滷，作法既簡單，口味又討喜。

大白菜一整顆厚實爽脆的白色菜幫和微皺微綠的葉片，包圍起來彷彿一朵碩大的玫瑰，我不曾聽聞有人不喜吃家裡餐桌上的大白菜，蓋因其天然甘味經高湯燜煮後，鮮鮮甜甜，從黃口幼兒到銀髮老者都能軟嫩入口，且耐蒸煮，當作便當菜不變色也不變味，滷一大鍋可享用兩三天，越滷越入味，是媽媽界的三顆星常備菜。

為了幫襯白菜滷的清甜，我另外設計口味較重的翠梗乾咖哩肉末，粗豬絞肉很適合以乾咖哩粉炒出香氣，再拌上青翠的茼蒿梗帶來清雅的味道，又因希望孩子能夠在發育期攝取長高高的營養，我在肉末裡偷偷混入了山藥泥。這樣的小細節，是媽媽才會有的心意。

清炒敏豆則為這款便當帶來更多蛋白質和好看的綠，新鮮的敏豆細細咀嚼起來也是回甘。三道簡單的家常菜，是台灣風土的呈現，是媽媽默默呵護子女的心願。親愛的孩子，等到大白菜的季節過了，我們就來吃春筍吧！

如何做大白菜滷？

• 食材

大白菜、薑、粉蔥、茼蒿、狗蝦米、乾香菇、雞蛋

• 調味

鹽、白胡椒、醬油

• 作法

1. 狗蝦米和乾香菇先用溫水泡軟約1小時，泡過的水可當作高湯留著。
2. 薑切絲，粉蔥切段，茼蒿洗淨細切，若喜歡辣味，可適量切一點辣椒。
3. 將2顆常溫雞蛋調一點鹽巴和醬油打勻，油鍋熱了以後，倒入蛋液煎熟，再用剪刀或炒菜鏟切成細條狀。
4. 將泡軟的香菇切成細條狀。
5. 把大白菜的葉片逐一剝下來沖洗乾淨，白色菜幫切成條狀，葉片則切成適口大小。
6. 起油鍋加熱以後，將薑絲用小火煸香，然後倒入狗蝦米慢慢煎到香氣出來，再放入香菇用小火一起煸。
7. 將切好的大白菜和粉蔥倒入油鍋內，加入泡香菇和狗蝦米的水，大火炒到葉菜軟了以後，蓋上鍋蓋燜煮到8分熟，再放入蛋絲一起燜煮。
8. 以適量的鹽和白胡椒調味，起鍋時撒上細切的茼蒿增添綠意與香氣。

附註：若遇胡蘿蔔盛產，可再加上胡蘿蔔絲以帶來漂亮的色澤。



作者簡介

番紅花，台北人，養了兩個孩子和一隻貓，老家在坪林金瓜寮，認為台北是適合散步、生活的地方，日常不是去菜市場就是在去書店的路。著有《廚房小情歌》、《教室外的視野》、《看得遠的就是好母親》等書。



李亭香餅舖選用上等花生製作而成的「平安龜」，小巧精緻。(焦桐攝)

品味新文創與老滋味 走逛迪化街

文／焦桐 攝影／焦桐、楊智仁

迪化街即清代「南街」後來隸屬於永樂町三丁目，大約是民生西路以南的迪化街路段，即台北霞海城隍廟到慈聖宮之間。這條街，可能是台灣最出名的南北貨大街，尤其每逢過年，街道歡騰像極了郭雪湖的畫作《南街殷賑》之意境。

百年餅舖 揉合傳統與創意

「李亭香餅舖」創立於清光緒 21 年，

收藏台北好味道

目前第 5 代已經接手經營。長期以來主要賣傳統漢餅，也推出創意之作，如「經典小泡芙」號稱台式馬卡龍；嗜花生如我，自然不會錯過改良紅龜粿為小體積的「平安龜」。

「平西餅」的內餡使用白鳳豆沙——白鳳豆纖維，磨成粉狀，加奶油、奶粉熬煮，口感綿密，奶味濃郁。其餅皮層次分明，我略數一下，竟有 10 層。「奶

酪平西」顧名即知平西餅添加奶酪，是該店所研發的產品，頗有人讚美，我卻不甚了了。蓋奶酪覆在白鳳豆沙外圍，一種略硬，一種柔滑，彼此並未融合，口感有點像吃平西餅配帕瑪起司。

「李亭香」製的餅奶味偏重，連綠豆椪也充滿奶味。該店的綠豆椪加了香菇，不過香菇只能算配角，香菇染上綠豆沙並不美味，它好像只是來幫助綠豆沙的，綠豆沙經過香菇加持，多了一種鬆香。

後起之秀 結合文創與在地食材

迪化街「大稻埕 259」，乃震驚台灣社會的「白米炸彈客」楊儒門所創立，店



造訪迪化街，不妨前往「大稻埕 259」喝碗暖心的窯煮紅豆湯。(楊智仁攝)

本文摘自觀光傳播局甫出版的《味道臺北舊城區》一書。深耕、研究美食十餘年的作者焦桐，循著台北城的歷史發展、傳統小吃的演變等脈絡，以溫暖優美的文字，介紹台北舊城區的道地美食。為完成此書，焦桐親自走訪艋舺、大稻埕、大龍峒等地，耗時近半年，品嚐逾百家飲食，最後嚴選167間店，帶領旅人一同探索台北老味道。

《味道臺北舊城區》

焦桐著／定價新台幣250元／請至誠品書店、金石堂、博客來及全台各大書店購買



內有我欣賞的紅豆湯，其紅豆每日窯煮，在窯中燜燒一整天，顆粒分明，綿、鬆、沙、微甜，飽滿著豆香，風味溫暖，有一種親切感。楊儒門做了我一直想做的事。這樣的雜貨小舖令人欣賞：專賣店家精選的有機產品，大稻埕 259「手工花生糖」用「來春嬾」生產的柴燒麥芽糖。「鳳梨乾牛軋糖」來自嗎哪食品，鳳梨採自然農法栽培，奶香濃郁，甜中帶酸，風味迷人。還有非基因改造的豆花、施有福冰淇淋、蜂蜜、檸檬和醋等等。

近年迪化街老房子活化變身，越來越多文創品牌、咖啡廳、餐廳進駐，洋溢著藝文氣息，諸如「東方饌·黔天下」、「豐饒薈舍（原知貳茶館）」、「稻舍」、「孔雀」、「鹹花生」……，鹹花生和孔雀同老闆，去年阿珊生日，請妹妹和我在孔雀歐亞料理餐酒館吃飯，啊，原來這家餐館搬遷來迪化街，難怪已消失於師大商圈。



TLC 旅遊生活頻道《衝浪男孩好滋味》節目主持人丹·邱吉爾(左)與海登·奎恩是一起旅行的好友。(圖/TLC 旅遊生活頻道提供)

澳洲料理暖男 Dan Churchill 繽紛入菜 邱吉爾的衝浪廚房

文/蔡舒恬 圖/TLC 旅遊生活頻道提供

馳名澳洲的料理型男丹·邱吉爾 (Dan Churchill)，19歲就出版第一本料理書，多年來透過運動、旅行、健康烹飪，吸引無數愛好者追隨。最近丹到台北野餐日秀廚藝，眼底繽紛流動，舌尖美味竄升，他主張的「以色列入菜」，果真來勁！

野餐當道 戶外開炊激發創意

身為TLC旅遊生活頻道《衝浪男孩好滋味》節目主持人的丹，發揮熱愛戶外活動的天性，與合作搭檔海登·奎恩 (Hayden Quinn) 共同探索野炊的無

限樂趣。日前他來台參加TLC台北野餐日，對於台灣人將野餐提升到全新層次感到相當驚豔，「當我在野餐日四處走動時，發現有許多人在小廚房烹調、玩遊戲，香味四溢，笑聲不斷，難怪野餐在台灣蔚為盛行！」丹說。

看到這股野炊風尚也讓丹更加確定自己的使命，「我由衷喜愛野餐在每個群組之間建立連結，即使存在著語言隔閡，還是可以透過料理溝通，這也呼應我的目標，希望透過食物讓人們感到愉悅，擔任美妙的轉譯者，站在舞



更多 TLC 旅遊生活頻道主持人專訪，請掃描 QRcode

台上獲得其他國家觀眾的支持，也是相當新鮮的感受。」

台灣好味 鬥技藝瘋狂上菜秀

丹一下飛機就直奔鼎泰豐，參加 TLC 團隊的接風午宴，他舉箸目不轉睛看著白煙蒸騰、疊高四層的竹蒸籠來往運送；又見夜市攤販大鍋大瓢地煎煮炒炸，敏捷俐落地上菜、打包。

「台式料理均衡、和諧，我特別喜歡吃合菜的溫馨氛圍，一大桌驚豔五感的美食與所有人共享，就像和家人一起吃飯，這種相聚的經驗豐富了彼此同在的記憶。」丹一一記錄他在台灣吃過的料理，對餃子、麻辣火鍋和台式快炒讚不絕口，計畫開發自己的版本，唯獨臭豆腐讓他皺起眉頭，「我真的很想嘗試每種食物，但臭豆腐真的不是我的菜，哈哈哈哈哈！我想我會效忠普通的豆腐。」

多彩多營養 快樂是健康的泉源

在雪梨海岸長大的丹，他的料理總是洋溢著海洋的澎湃與自由。而丹的專業知



丹·邱吉爾 (Dan Churchill)

出生於雪梨，喜歡分享對料理與新鮮食物的喜愛，同時也是TLC旅遊生活頻道《衝浪男孩好滋味》節目共同主持人海登·奎恩一起旅行的好友。在開始節目上的烹飪冒險之前，12歲就對料理掀起一股熱情，更在19歲時出版第一本料理書。因YouTube頻道「健康的廚師」而知名的他，有運動科學大師的稱號。

識更來自運動科學碩士學位的訓練，他的料理祕訣是——烹之以色 (cook with color)。

「我常說要吃進各種顏色，如西班牙洋蔥、檸檬、鱷梨、番茄、辣椒等，這些食材含有豐富的營養成分。此外，也不應犧牲食慾的滿足，如果吃起來不美味，對身心也不是健康的事。」丹特別推崇 TLC《雙廚星任務》主持人 Soac 與 Joël 結合燕麥片、優格和西瓜的創意甜點，「顏色繽紛、清爽開胃，且有嚼勁，真是天才！」

展現小男孩探索世界天真與熱情的丹，注意到台北人相當注重健身，建議從運動延伸至料理、旅行，深入發展生活情調，強調身心愉快才是健康根本之道。「我很幸運能在旅程中工作，介紹美食及文化傳統，希望大家可以在我的食譜中吃出幸福與熱情。」



丹 (右) 在 19 歲便出版了人生第一本料理書，他提倡「烹之以色」，各種顏色的食材具有豐富營養價值。(圖 / TLC 旅遊生活頻道提供)

蔣渭水也曾去的酒家 再現蓬萊閣輝煌風華

文 · 圖 · 攝影 / 魚夫 (弘光科技大學特聘教授)

日本時代大稻埕有四大旗亭，所謂旗亭就是歌女陪侍的風月場所，分別是「江山樓」、「東薈芳」、「春風樓」和「蓬萊閣」，這些「酒家」（其實那時候無所謂酒家之名）建築均已拆除，其中還能從舊照辨識出細節者，目前唯「蓬萊閣」而已。

宴會盛事的氣派聚所

蓬萊閣有3層樓高，屬線條簡潔的新藝術風格，兩側衛塔高聳，中間有廊道連結各大廂房，正門入口玄關雄偉氣派，其上為陽台。蔣渭水當時經常在這裡為同志們舉行洗塵與入獄餞行餐會，有張照片係1928年蔣渭水的「台灣工友聯



手機掃描看建築影片。

原蓬萊閣





「蓬萊閣」原為臺北市日新町1丁目168番地，約為今之南京西路163號。(魚夫攝)

盟」在此舉行成立大會，照片現場擠得水洩不通，還有人站到二樓陽台的女兒牆外留下紀念照，門柱上的長幅布條，上書：「同胞需團結，團結真有力」。

當時在蓬萊閣曾經舉行的重要宴會，還有諸如1927年舉辦的「孫中山臺北華僑紀念會」；1928年舉辦的「林獻堂返臺洗塵會」，當時林獻堂是去環遊世界，增廣見聞。

其實「蓬萊閣」的原址是「東薈芳」，後來因為股東內訌，最大股的吳江山憤而另起爐灶，另外開了一家「江山樓」來打對台、拚對場，東薈芳果然不敵，只好去請當時的石油大亨，人稱「五舍」的黃東茂來入股。黃東茂將原址拆除重建，蓋了一座氣勢磅礴的3層紅磚大樓，再由東薈芳承租經營，可是東薈芳股東之間的糾紛不斷，最後由黃東茂收回，再改名「蓬萊閣」，該樓原為臺北市日新町1丁目168番地，約為今之南京西路163號。

美饌與藝旦展現滿堂奢華

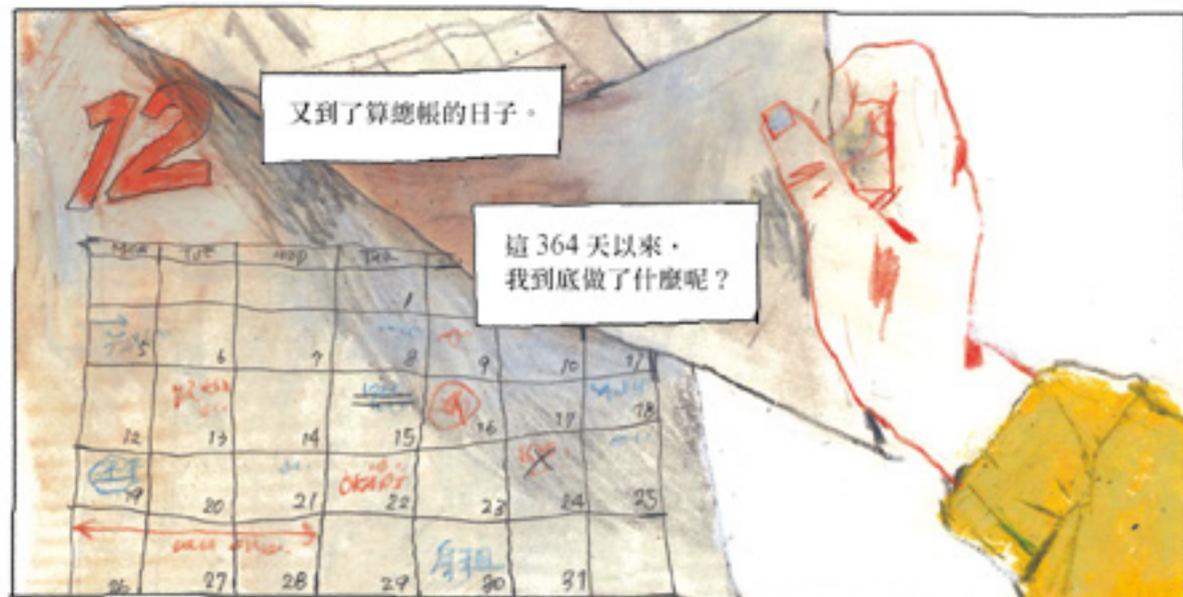
黃東茂接手後的「蓬萊閣」取代江山樓、東薈芳等，成為名流巨賈飲酒酬酢之所。初期的臺灣料理從1930年（昭和5年）的「蓬萊閣菜譜」來看，一桌酒菜從拾圓至肆拾圓不等，如上「一色」便是全席酒菜全來，其中著名的「一品鍋」有臉盆大，裡頭奇珍異材20餘種，其料理主要以福建菜為主，後又加入廣東菜、四川佳餚等，飲酒作樂之外，且有藝旦表演，可謂奢華之至。

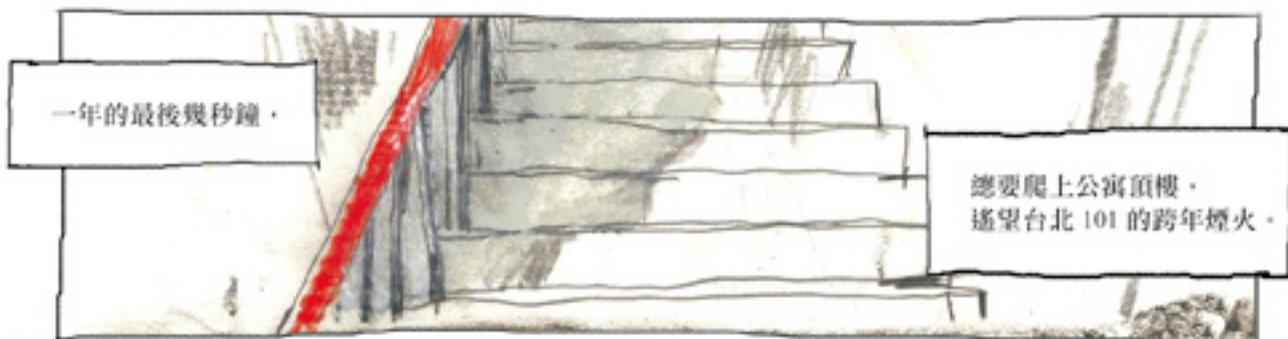
當時所謂藝旦並非如今之北投酒家「那卡西」走唱而已，必須從小受到嚴格的訓練，自6、7歲離家學習談唱、吟詩和作曲等，其戲曲又分大小曲，連樂曲也得學，至少通曉琵琶、三弦琴、洋琴等，甚至在酒席中還要能划拳助興。

所以那時候有句「登江山樓，吃臺灣菜，聽藝旦唱曲」的俗諺，就是形容這是令人豔羨的盛事，然聽曲亦不可隨便，非得續攤在「藝旦間」裡聆聽。

台北小日子 之 一年輪迴

漫畫文/Gachi





18歲以前的我，完全沒有跨年的概念。可能是青春年少，時間過得比較慢，覺得人生還好長，長到不需要用這種儀式來警醒自己，一年的最後一天，頂多看看電視特別節目而已，直到現在都沒有去過跨年晚會。

大學上台北念書、畢業、出社會，租房子的必要條件是有頂樓可以上去，為了看台北 101 的跨年煙火。就算很遙遠，小得像火柴棒，那短短幾秒的煙火與幾分鐘的煙幕，就如同 reset button，告訴自己：接下來的一年，也要用盡全力才行！

市府活動行事曆

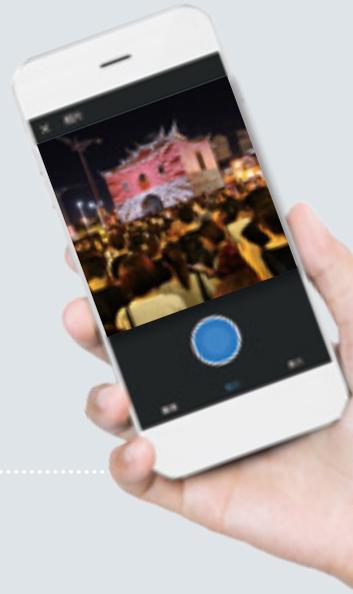
活動名稱	活動時間 / 地點	主辦單位 / 洽詢電話
橙果玩童™ 數位互動樂園	即日起至 2/28 (二) 台北市兒童新樂園 (承德路 5 段 55 號) 2 樓兒童劇場室內遊戲區旁	兒童新樂園 218-12345
2017 台北 101 國際攝影大賽	即日起至 3/15 (三) 徵件報名 詳情請至 www.taipei101.taipei 查詢	台北 101 8101-8937 中華攝影雜誌 2381-2378
「臺北美術獎」展覽	即日起至 3/19 (日), 週二至日 9:30 ~ 17:30, 週六延長開放至 20:30 台北市立美術館地下二樓 D、E、F 展覽室 (中山北路 3 段 181 號), 詳情請至 www.tfam.museum 查詢	台北市立美術館 2595-7656
台北市學童 高度近視防治計畫—— 免費專業視力檢查	即日起至 5/31 (三) 台北市眼科合約醫療院所, 限就讀台北市國小 105 學年度一、三、四、六年級學童	北市府衛生局 1999 轉 1863
集什麼? Collecting and so on	即日起至 9/17 (日), 週二至日 9:30 ~ 17:30, 週六延長開放至 20:30 台北市立美術館兒童藝術教育中心 (中山北路 3 段 181 號)	台北市立美術館兒童 藝術教育中心 2595-7656 轉 316
106 年度 複合式癌症篩檢活動	1/14 (六), 9:00 ~ 12:00 仁愛院區 2 樓癌篩櫃台 (仁愛路 4 段 10 號)	大安區健康服務中心 2733-5831 轉 219
新春揮毫迎吉利	1/14 (六), 9:00 ~ 12:00 台北市青少年發展處 1 樓大廳 (仁愛路 1 段 17 號)	北市青少年發展處 2351-4078 轉 1725
福至心靈喜迎春, 名家揮毫贈春聯	1/14 (六), 10:30 ~ 15:00 台北市孔廟儀門下 (大龍街 275 號)	北市孔廟管理委員會 2592-3934 轉 22
台北市政府 106 年 「119 防災宣導活動」	1/14 (六), 13:30 ~ 16:30 新光三越香堤大道廣場 (松壽路 9 號)	北市府消防局 2729-7668 轉 8714
城市音樂盒 戶外音樂展演	1/14 (六)、2/11 (六), 14:00 ~ 16:00 台北市青少年發展處戶外鐘樓廣場 (仁愛路 1 段 17 號)	北市青少年發展處 2351-4078 轉 1716
幸福內湖簡易篩檢活動 【有年齡條件限制】	1/17 (二)、1/24 (二)、2/7 (二)、2/14 (二), 14:00 ~ 16:30 內湖區行政中心市立聯合醫院附設內湖門診部 (民權東路 6 段 99 號 1 樓) 篩檢項目: 大腸癌篩檢、口腔黏膜篩檢、乳房攝影檢查 (須預約)、血壓、血膽固醇、血糖篩檢	內湖區健康服務中心 2791-1162 轉 9



活動名稱	活動時間 / 地點	主辦單位 / 洽詢電話
台北市傑出市民送好禮——新春揮毫活動	1/17 (二), 13:30 ~ 17:00 市政大樓 1 樓中庭 (市府路 1 號)	北市府民政局 1999 轉 6239
【一步藝腳印, 閃耀新生命】國北教大藝術與造形設計學系藝術教育組 106 級學生聯展	1/17 (二) ~ 2/11 (六), 9:00 ~ 20:00 台北市青少年發展處 5 樓青少年藝文沙龍 (仁愛路 1 段 17 號)	北市青少年發展處 2351-4078 轉 1724
團體講座—— 診斷罹癌病友講座	1/19 (四), 9:30 ~ 11:30 台北市立聯合醫院仁愛院區醫療大樓 10 樓十西病房會議室 (仁愛路 4 段 10 號 10 樓), 活動免費, 須事先報名	仁愛院區 癌症資源中心 2709-3600 轉 3517
106 年「溫馨年菜・ 愛心快遞」活動	1/25 (三), 10:00 ~ 11:00 市政大樓沈葆楨廳 (市府路 1 號 1 樓)	北市府社會局 1999 轉 6956
社區健康篩檢活動 【有年齡條件限制】	1/25 (三), 13:30 ~ 16:30 中山區行政中心中山門診部 (松江路 367 號 1 樓) 服務項目: 子宮頸抹片檢查、乳房攝影檢查、大腸癌篩檢、口腔黏膜篩檢、台北卡—健康服務申辦	中山區健康服務中心 2501-4616 轉 9
幸福內湖社區篩檢活動 【有年齡條件限制】	2/2 (四), 9:00 ~ 16:30 東湖國小 / 五分市場 (東湖路 115 號地下停車場入口旁) 篩檢項目: 子宮頸抹片檢查、乳房攝影檢查、大腸癌篩檢、口腔黏膜篩檢、血壓、血膽固醇、血糖篩檢	內湖區健康服務中心 2791-1162 轉 9
關懷婦女 子宮頸抹片檢查	2/4 (六), 9:00 ~ 12:00 內湖區紫陽里辦公處 (文德路 210 巷 30 弄 27 號)	內湖區健康服務中心 2791-1162 轉 7067
2017 臺北燈節	2/4 (六) ~ 2/12 (日) 北門、中華路 1 段	北市府觀光傳播局 1999 轉 3369
團體衛教—— 癌症日常飲食調養	2/8 (三), 14:00 ~ 15:00 台北市立聯合醫院仁愛院區醫療大樓 5 樓癌症資源中心 (仁愛路 4 段 10 號 5 樓), 詳情請來電洽詢	仁愛院區 癌症資源中心 2709-3600 轉 3517
鼎泰豐專案徵才活動	2/11 (六), 10:00 ~ 16:00 市政大樓 1 樓 (市府路 1 號), 詳情請至 www.okwork.taipei 查詢	北市就業服務處 2338-0277
大同區元宵燈節晚會	2/11 (六), 18:00 ~ 21:00 大龍峒保安宮 (哈密街 61 號)	大同區公所 2597-5323 轉 802

Instagram 台北生活提案

Show 出你的生活態度！



下期預告

《台北畫刊》589 期生活提案：台北走春小旅行

活動辦法

即日起至 2017 年 1 月 25 日 (三) 23:59 止，拍攝您的「台北走春小旅行」照片，發布於自己的 Instagram，於內文標記「# 台北畫刊」，並將隱私設定為公開。每人得不限次數上傳參加，上傳越多，得獎機會越高。活動評審將就所有上傳作品，依據「主題契合度」、「照片美感」、「內容創意」等基準評分，並擁有最終刊登決定權。588 期獲獎者請於 1 月 31 日 (二) 23:59 前，將 Instagram 帳號、真實姓名、聯絡電話、通訊地址、所選城邦媒體集團出版刊物(新台幣 1,000 元以下)等資訊，以 e-mail 方式寄到 bwreader@bwnet.com.tw，《台北畫刊》製作團隊將寄發獎品，逾期則喪失領獎資格。

注意事項

- 主辦單位保留修改活動辦法之權利，一旦參加活動，將視同接受活動事項之各項約束。
- 投稿作品內容須合乎當期主題，並不得涉及色情、暴力、政治、種族歧視等違法或違背善良風俗之內容。
- 您必須擁有此作品的智慧財產權，作品內容必須未曾被公開，無抄襲、剽竊或侵害任何第三人之智慧財產權等情事。
- 您所依照活動方式上傳分享的作品內容，即代表您同意授權，主辦單位得於中華民國境內與境外，為推廣市府活動及廣告宣傳等目的，無償使用您的作品，不須再向您或第三人取得授權或支付任何費用。
- 主辦單位將擁有該作品之著作財產權，並有使用、修改、刊印、重製、散布、改作、公開傳輸、公開播送、公開上映及公開展示等權利，不須另行通知或支付任何費用。
- 若參賽作品有侵害他人著作權、智慧財產權或其他違反法令之行為，相關法律責任皆由投稿者自行負責，若因可歸責投稿者之事由致主辦單位遭受任何索賠、訴訟、要求或損失，參賽者應給予賠償並保證主辦單位免於受到損害。

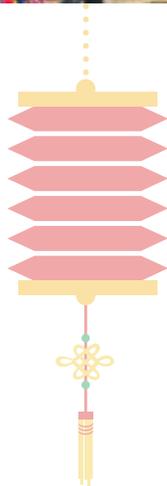
2017

丁酉年

NEW YEAR

趣玩台北

Fun Taipei



特別收錄

台北新移民 帶你一起過好年
他鄉亦故鄉 歡喜慶新春

玩翻新年的4種方法
新春新體驗

下廚來道南洋好味
不一樣的團圓飯

新移民的台北光景
日久他鄉亦成故鄉





越南與台灣擁有相近的新年傳統，街上充滿熱鬧喜氣的年味。(圖/Shutterstock 提供)



台北新移民
帶你一起過好年

他鄉亦故鄉 歡喜慶新春

文／謝瑩潔 圖／Shutterstock 提供

台灣，是一個文化多元的海島國家，從世居原住民、閩客移墾、日本統治到中國大陸各省移民，在世代通婚融合下，台灣蔚為文化大熔爐。近年來，跨國婚姻越發常見，來自不同國家、不同文化的人們，在台灣落地、生根，開枝散葉，綻放出繁花似錦的人文風景。

根據台北市政府民政局 2016 年 11 月統計，居住於台北市的東南亞新移民主要來自越南、馬來西亞、印尼及泰國。在丁酉年即將到來之際，本期別冊特別規畫新移民新年專題，透過訪問新移民朋友們，一窺越、馬、印、泰 4 國歡慶新年的各種方式。讓我們跟著他們的腳步，一起玩轉丁酉新年。



潑水節是泰國新年的重要慶典，透過潑水將過去一年不好的運氣洗去，祈求來年順利。(圖/Shutterstock 提供)

玩翻新年的 4 種方法

新春新體驗

文/謝瑩潔 圖/Shutterstock、中央社提供

大地緣關係之故，我們與東南亞國家擁有相近的新年傳統習俗、慶典活動，不過，各國之間仍有各異其趣的特色文化，值得我們一探究竟。考究新移民新年，格外有趣，讓我們在新的一年透過了解其慶典與習俗，開展出新年新玩法，豐富我們的新年假期。

《泰國》 泰式嘉年華 盡情潑灑祝福

為慶祝釋迦牟尼佛的誕生，泰國將每年4月13日佛誕日訂為新年，也就是著名的「潑水節」(又稱為宋干節)。潑水節期間連續3天，街道上有熱鬧的花車遊行，民眾以清水潑灑花車上的佛像，而花

車人員也向民眾潑水代表賜福。潑水的意義在於將過去一年不好的運氣洗去，並且祈求來年順心順利。來自烏汶的陳玉珊（Maliwan）說，「4月是泰國一年中最熱的時節，大家互相潑水非常涼快，被潑到水的人不能閃躲，也不能夠生氣！」

陳玉珊分享，泰國人在新年期間全家團聚，清早前往寺廟拜拜，也會以香水或香料向長輩行「灑水禮」代表感恩。今年過年，我們不妨也在農曆大年初一換上新衣時，為家人灑幾滴香水，過個馨香滌淨的好年！

印尼》

穆斯林慶開齋 華人團聚圍爐

印尼是回教國家，對穆斯林來說，新年意指齋戒月結束之後的「開齋節」，也就是伊斯蘭曆法的10月1日（今年約落於西曆6月25日或26日）。齋戒月的目的是為了克制慾望、體驗貧窮與洗滌心靈，所



台北清真寺

- 📍 台北市新生南路2段62號
- 🕒 週一至週四 09:00 ~ 16:00
- ☎ 2321-9445 轉 20

有穆斯林在日出之後、日落之前，都必須謹守戒律，從上午4時到晚上6時之間禁食、禁水、禁慾，也要戒除醜行穢語。

依照伊斯蘭聖訓，歷經1個月齋戒後，「見新月開齋」，開齋節當天上午，穆斯林會先到清真寺頂禮膜拜，之後再與親友一同用餐，歡慶完成齋戒。老家在泗水的廖安妮（Anik Cah Trenggalex）說，「我們在開齋節會四處拜訪親友，為過去一年得罪之處彼此道歉，並且握手和好，新年以後重新開始，不再計較！」

印尼華人則與台灣一樣過農曆新年，來自雅加達的姜玉婷說，「除夕圍爐通常有8道菜，長輩也會發紅包。」過年期間，



穆斯林於開齋節期間聚集於台北車站大廳，氣氛相當熱鬧。（圖／中央社提供）



在越南，街巷轉角便可遇見花市。(圖／Shutterstock 提供)

華人會做米粽及家常菜，與穆斯林友人分享；而穆斯林慶祝開齋時，也會準備咖哩雞或其他料理分送給華人朋友，節慶喜悅跨越了種族與宗教。

越南》

黃梅閃金光 處處有花市

越南人過年家裡少不了「花」，買花可是過年必備行程。不過南北有別，北越偏愛桃花，南越則更愛梅花（臘黃梅）。老家在安江省，目前擔任東南亞文化講師的曾女香與我們分享，「農曆年前，整條街都在賣花，梅花之外，萬壽花、蘭花、發財樹、玫瑰都很受歡迎，而且越南的花既便宜又漂亮！」

越語中「梅」(Mai) 與幸運諧音，所以即使經濟狀況不好的家庭，也會準備一剪

梅，只盼大年初一能夠看見家中花朵盛開，這可是象徵著全家好運到。「因此照顧梅花還成為專門職業，必須負責精準掌控開花日期。」曾女香說。至今每逢過年，曾女香仍會在台灣家中布置黃梅，讓家裡有家鄉新年的味道。



台北花市

- 📍 台北市新湖三路 28 號
- 🕒 週一至週六 04:00 ~ 12:00 (新春期間營業時間調整詳見官網)



建國假日花市

- 📍 台北市建國高架橋下橋段—信義路與仁愛路間
- 🕒 週六、日 09:00 ~ 18:00



台北花卉村

- 📍 台北市延平北路 7 段 18-2 號
- 🕒 09:00 ~ 21:00 (全年無休，新春期間營業時間調整詳見官網)

新春期間，台灣人也常以花卉添喜氣。在越南，街巷轉角便可遇見花市；在台北，不妨前往「台北花市」或「建國假日花市」買束花，為新年增添生機盎然的豔彩幽香。如果看到台灣罕見的臘黃梅，趕緊買盆回家擺放，感受一下黃金閃閃、幸運連綿的越式新年氣息！

馬來西亞》

元宵情人節 拋柑覓姻緣

馬來西亞由多元民族組成，不同民族與宗教的習俗文化迥異，因此華人的農曆新年、穆斯林的開齋節與印度教的大寶森節（Thaipusam），都是國定假日。來自叻思的何秀蓮笑說，「感覺馬來西亞好像經常在慶祝過年！」

馬來西亞部分華人相信「拋好柑、嫁好尪」，所以未婚女孩會在農曆正月十五元宵節當天，將寫上名字與聯絡方式的柑橘拋入池塘或海裡；未婚男性則是爭相「撈柑」，祈求好姻緣的到來。



馬來西亞在元宵節這天，拋柑尋姻緣的習俗成就許多佳偶。(圖／中央社提供)

碧湖公園

📍 台北市內湖路 2 段 175 號

🚌 搭乘捷運文湖線至文德站，轉入文德路 101 巷，前進約 200 公尺，即可抵達。

搭乘公車 21、28、247、267、278 於「內湖國小」或「達人女中（台灣戲曲學院）」站下車，步行即可到達。

大湖公園

📍 台北市成功路 5 段 31 號

🚌 搭乘捷運文湖線至大湖公園站即可到達。

搭乘公車紅 2、247、284、617、620、630 於「大湖公園」站下車。

來自吉隆坡的紀莉婷說，「身邊有男性友人因為撿柑，認識了拋柑女孩，進而交往戀愛、結婚生子，這種緣分非常奇妙！」住在都市，家附近沒有河川或池塘的紀莉婷，則有過一次烏龍經驗，「當時不懂，以為拿個柑、許個願，看到溝渠丟進去就可以了，結果當然是沒有人會去撿。更尷尬的是，被撿走也沒有用，因為我忘了寫名字……。」

同樣是元宵節，台灣的燈會總是摩肩擦踵、人潮洶湧。如果想要尋個清幽的元宵，或許可以與情人漫步台北有湖景的公園，共賞美景、互訴衷情，至於揣著的橘子呢，就剝來一起品嚐吧。

在這個與親人團圓的農曆新年裡，不妨給身在他鄉的新移民一點溫暖，試著邀請外籍朋友或異鄉遊子與我們團聚共餐、敘舊開懷，讓他們感受台灣過年的歡樂氣氛，以及家的溫度。



跟著東南亞新移民學一手南洋特色年菜，今年做一桌不一樣的年夜飯。(李庭歡攝)

下廚來道南洋好味 不一樣的團圓飯

文／謝瑩潔 攝影／李庭歡 圖／Shutterstock 提供

東南亞美饌深受許多台灣人的喜愛，想要享用南洋料理，通常必須走進餐廳才能品嚐。然而，要將這些異國風味料理融入日常餐桌，並不如想像中困難。讓我們邀請東南亞新移民與我們分享家鄉特色年菜，今年過年，不妨在家備料下

廚，為年菜添一股濃濃南洋風！

《越南》 過年包粽 天圓地方感念恩情

越南人說「吃春」(ăn tết)，正意味新年伊始豐盛澎湃。「粽子」是越南過年的

食物要角，以芭蕉葉包捆，南越粽為圓形、北越粽為方形；口味也分成甜、鹹2種，甜粽以糯米加上豆類及香蕉為內餡，鹹粽則以糯米、綠豆仁與豬肉為內餡。

來自越南的阮鈺婷解釋，「圓粽代表天，方粽代表地，象徵天圓地方，感謝父母的恩情如同天地一樣大。因此粽子有孝順的意涵，也用來祭拜祖先。」另一位新移民朋友曾女香則分享，「越南粽子個頭特別大，經常重達1、2公斤，必須蒸煮很久時間，以前全家人一起看火，有時守到半夜，還會一邊聊天、一邊打瞌睡。」

除夕圍爐時，曾女香特別喜歡烹煮「苦瓜湯」，將魚肉及豬肉鑲在苦瓜裡燉煮，「苦瓜是苦過的諧音，代表辛苦到此結束，所以初一之後的一個月都不吃囉！」而廚藝精湛的阮鈺婷還特別為我們介紹「越式滷肉」，以鴨蛋與椰子水燉煮出獨特的鍋底香氣，清透滷汁完全不同於台式濃黑醬色，魚露更帶出豬肉的鮮甜滋味，



方形的北越粽別具地方特色。(圖/Shutterstock 提供)

是越南過年餐桌上最應景的料理！

馬來西亞》

人日撈生 撈得風生水起

對馬來西亞及新加坡華人來說，稱為「人日」的正月初七，總少不了「撈生」（又稱「七彩魚生」）這道年菜。色彩繽紛、層次豐富的「撈生」，是由細細刨絲的各式蔬菜水果作為襯底，中間擺放生魚薄片，撒上花生碎末、五香粉與胡椒粉，再淋上酸甜醬汁。

蔬果絲口感清爽，內容端看個人口味自由

越式滷肉

• 食材

五花肉或梅花肉 1斤半、蒜頭末 2茶匙、魚露 120cc、糖 4匙、鹽 1匙、鴨蛋 12顆、沙拉油 2匙、椰子水 1顆、水 150cc、小黃瓜 1條

• 作法

1. 鴨蛋煮 15 分鐘後剝殼備用。
2. 將豬肉、蒜頭末、魚露 20cc、糖 2 匙及鹽攪拌均勻，醃 10 分鐘。
3. 冷鍋倒入沙拉油，加入糖 2 匙再開火，攪拌至金黃色即可加入醃好的豬肉翻炒 3 分鐘，再加入魚露、椰子水及水。
4. 煮滾後放入鴨蛋，燜煮 20 分鐘至肉熟透即可起鍋，小黃瓜切片擺盤裝飾。



搭配，梨絲、青椒絲、紅薑絲、炸芋頭絲，甚至芒果絲、哈密瓜絲都可入菜，中間是鮭魚片或其他生魚片，酸甜酥脆鹹香辣兼具。

吃「撈生」時，全家人一起舉箸拌勻、高高夾起，一邊大聲說著「撈啊！撈啊！」「發啊！發啊！」象徵風生水起與步步高升，用餐氣氛非常熱鬧。來自馬來西亞的紀莉婷表示，「魚生也是年年有餘的意思。搬來台灣之前，還以為全世界華人都具有初七撈生的習俗，結果竟然找不到這道菜。」

華裔的何秀蓮則分享一道自己很喜歡的穆斯林菜餚「仁當雞」(Rendang

Ayam)。將薑、紅蔥頭、香茅、薑黃及辣椒醬爆香之後，加上雞肉拌炒，加入椰漿與鹽燜煮至水分收乾，並且加進乾炒搗碎的椰絲，與咖哩葉或切碎的檸檬葉。聞到這厚重的香氣，無論是不是穆斯林，一定都會食指大動！

印尼》 香辣熱情 開齋饗宴香料滿溢

印尼美食的特色是鹹、香、辣，由於有9成人口為穆斯林，因此最重要的飲食禁忌是不吃豬肉、不能加酒、血必須放乾淨，肉類料理以雞肉、牛肉或海鮮為主。由於印尼盛產香料，料理特色是喜歡加上胡椒、丁香、豆蔻、咖哩、薑黃、檸檬葉，以及大量蔥、薑、蒜、辣椒調味。

七彩魚生

· 食材

鮭魚片或其他生魚片、紅蘿蔔絲、紅薑絲、白薑絲、木瓜絲、柚子肉、香菜、生蔥絲、海蜇絲、薄脆片、白芝麻、五香粉、胡椒粉

· 醬汁

酸梅汁、酸柑、花生碎粒

· 作法

1. 將蔬菜和水果洗淨切絲後擺盤，上置生魚片。
2. 撒上花生碎末、芝麻、五香粉和胡椒粉。
3. 淋上醬汁攪拌。



印尼薑黃雞湯

· 食材

雞肉 1/2 隻、冬粉 4 把（也可替換為米粉或白飯）、豆芽菜 300 克、高麗菜數片切絲、白煮蛋 2 個、馬鈴薯依喜好增減、蒜頭、香茅、檸檬葉、月桂葉、薑黃粉、油蔥、鹽、白胡椒

· 作法

1. 雞肉燙熟並撕成雞絲，馬鈴薯切片炸熟。
2. 蒜頭爆香，加入香茅、檸檬葉、月桂葉、薑黃粉及白胡椒，以 400cc 水煮滾。
3. 加入冬粉、豆芽菜及鹽調味。
4. 盛碗，擺上雞絲、生高麗菜絲、切半白煮蛋、炸馬鈴薯片及油蔥，即可享用。



在相當於新年的「開齋節」，為了慶祝通過真主阿拉的嚴格考驗，穆斯林通常會準備「薑黃雞湯」(Soto Ayam)、糯米糕、糖果餅乾等食物，與親友一起享用。廖安妮說，「每年開齋，奶奶或媽媽都會準備一大鍋薑黃雞湯，招待來訪的客人。另外，開齋第7天我們一定會吃米粽(Ketupat)。」

米粽，是開齋節不可不吃的一道菜。有別於台灣粽，米粽以椰子葉包製而成，工序也比台灣粽更為繁複，一個個包製完成的米粽，不知道的人還以為這是項絕美的編織工藝品呢！清水滾煮之後，白米香隨之撲鼻而來，讓我們一起品嚐道地的印尼新年味。



泰國潑水節正逢酷暑，來一道「涼拌青木瓜」消暑一下。(圖／Shutterstock 提供)

泰國》

涼拌美味 清爽過新年

泰國料理在台灣相當受歡迎，魚露、蝦醬及咖哩更是靈魂要角。泰國咖哩口味眾多，有黃咖哩、紅咖哩與綠咖哩，辣度與配方各有不同，豐富層次能滿足不同的味蕾需求。著名的茉莉香米，有著特殊的香氣與鬆爽口感，無論是燉飯或炒飯，都是泰國料理中的絕配。

泰國潑水節正逢酷暑，因此新年料理以涼拌菜為主，其中涼拌青木瓜，以切絲的青木瓜搭配碎花生，淋上檸檬汁、大蒜、辣椒與魚露等調味攪拌，變成夏日最清爽的「涮嘴」美食。來自泰國的陳玉珊說，過年通常還會準備紅糯米甜點，除了用來供奉神明、拜拜布施外，他們也會將自製的紅糯米甜點分送給左鄰右舍，和親朋好友們共享。有趣的是，這通常恰巧成為大家互相比較手藝的一場賽事，趣味性十足。

紅糯米甜點

· 食材

白糯米 5 碗、椰奶 3 碗、椰子糖 250 克、鹽 1/2 茶匙、熟白芝麻 1/2 碗

· 作法

1. 將糯米蒸熟。
2. 將椰子糖以大火煮至融化為焦糖色，加上椰奶及鹽混合。
3. 1+2 混合後慢慢攪拌約 15 分鐘至湯汁收乾，倒出放涼，使其凝結成塊狀。
4. 撒上白芝麻並切塊即可享用。





跟著新移民的腳步走訪印尼街吃美食，看看不一樣的台北。(施純泰攝)

新移民的台北光景

日久他鄉亦成故鄉

文／謝瑩潔 攝影／施純泰 圖／達志影像提供

與熟門熟路的老台北人比起來，新移民眼中的台北是什麼樣的光景？假日喜歡與家人孩子到哪些景點遊憩？想家的時候，哪裡可以找到道地的家鄉味，紓解思鄉情懷？讓我們跟著新移民朋友的足跡，沿著捷運一起遊逛台北吧！

印尼街 裹藏著家鄉的好滋味

台北車站東3門外，穿過斑馬線之後，沿著鐵欄杆人行道往前數十公尺，便會來到「印尼街」，更精確的地址是中山北路1段8巷12弄，也就是忠孝西路天成飯店後方。

這裡的空氣中飄散著一股濃濃的香料氣味，印尼鄉音笑聲交錯，彷彿來到一處異國空間。十多家店鋪，包括了印尼小吃、匯款貨運、生活用品及美髮店家，從遊逛人們的臉上，可以讀到一種放鬆自在。一些餐廳中所附設的卡拉 OK，則成為許多離鄉印尼人的休閒娛樂，點一首熟悉的旋律，高歌一曲唱出家鄉的心情，也撫慰了異鄉人的思鄉之情。

每逢假日，來自印尼的新移民或移工，從四面八方匯聚於此，小吃店前長桌擺放的酥脆炸物、娘惹甜點，都是最醇厚的印尼家鄉滋味。無論是想嘗嘗道地的巴東牛肉、薑黃雞湯或花生醬沙拉，來到這裡必定不會失望而返。不過，這裡的食物並不便宜，揀幾樣喜歡吃的小點，一買單就超過兩、三百塊，他們捨得這樣的花費，因



印尼街上可以採購各種生活用品，美髮店家上門的客人也不曾間斷。(施純泰攝)

印尼街

- 📍 台北市中山北路 1 段 8 巷 12 弄
- 📍 台北火車站東 3 門出口往北平西路方向

EEC 東南亞食品雜貨專賣店

- 📍 台北市中山北路 3 段 39 號
- 🕒 週一至週日 08:30 ~ 21:00
- ☎ 2596-2889

為食物裡裹藏著的，是一份家鄉的味道。如果想與他們一同嘗嘗道地的印尼美食，選一個假日，走一遭印尼街，就會嘗到箇中滋味。

東南亞食品雜貨 家的味道盡在咫尺

台北地下街靠近北 1 門 Y4 出口，有家 EEC 東南亞食品雜貨專賣店，是許多新移民及移工朋友喜愛採買家鄉食物的熱門店家。這裡專門販售印尼、越南、泰國及菲律賓等國家的民生商品，種類包括罐頭乾貨、調味品、飲料、泡麵、餅乾糖果等。

阮鈺婷說，「這裡東西很齊全，有瓜子、點心、椰子餅、法國麵包、咖啡，連粽子都有！」何秀蓮煮馬來椰漿飯時，會專程到此選購正統椰漿粉及咖哩，「台灣賣的多是日式咖哩，味道太甜了！」

來自印尼的廖安妮則是來買印尼泡麵與越南魚露，「從印尼來的泡麵，香香辣辣的，想家或嘴饞的時候，就煮一包；魚露雖然泰國、越南、印尼都有，但味道卻都不一樣，比較之後最喜歡越南魚露！」雖然在異鄉開展人生，但很多時候，惟有故

鄉的食物，才能撫慰那胃袋深處的鄉愁。

跟著新移民 遊逛台北新年城

新移民在台北落戶生活久了，終歸融為「新台北人」。日常忙於生計，星期假日或過年過節則陪著家人孩子，閒看台北山水、尋覓巷弄美食。對於這次受訪的多位新移民朋友而言，開往淡水的「捷運紅線」，無疑是一條熱門遊憩路線！

許多人不約而同推薦捷運圓山站花博公園周邊，包括圓山園區、新生園區及美術園區一帶，交通方便、腹地廣闊，一整天都玩不夠！圓山廣場經常舉辦農市民集，原

民生活美學館有原住民工藝及展演，圓山園區的「MAJIMAJI 集食行樂」，集合了英國、阿根廷、日本、印度、地中海等異國美食及原民料理，還有創意手作市集與街頭藝人音樂演出，想要陶冶藝術氣質，展覽豐富的市立美術館也是最佳去處。舒適的綠地空間、精彩多樣的活動，博得新移民朋友的青睞！

即使是同一條捷運紅線，也有許多不同玩法，搭配公車接駁，腳步可以延伸更廣。阮鈺婷會與家人一起到關渡自然公園看夕陽；愛花的曾女香則推薦士林官邸冬季賞花，以及淡水天元宮春季賞櫻。陽明山花



到大佳河濱公園迎著微風騎腳踏車，消耗一下團圓飯積累的卡路里。(圖/達志影像提供)



寒冷的春節，到新北投復興公園享受免費足湯是最溫暖的行程。(圖/達志影像提供)



陽明山百花盛放，是新年走春的最佳路線。(圖/達志影像提供)

季時，滿山櫻花、桃花與茶花爭相鬥豔，何秀蓮喜歡帶著點心食物上山賞花走春，她以「熟客」的口氣特別提醒，「千萬要提早出門，避開塞車人潮。」

紀莉婷則偏愛新北投復興公園的免費足湯，「過年那麼冷，當然要泡溫泉！在捷運站附近就有溫泉，真的很棒，泡完腳感覺全身都溫暖起來了。在吉隆坡想要泡溫泉，得到很遠的地方才有。」除了拿紅包，新年出遊便是孩子們最期待的活動之一。陳玉珊說，如果父母想要找個地方「遛小孩」，大佳河濱公園會是很好的選擇，「地方很大，小朋友可以盡情跑跳，



花博公園

- 📍 台北市玉門街 1 號
- 🚇 捷運「圓山站」出站後即可抵達。

新生公園

- 📍 台北市新生北路 3 段 105 號
- 🚇 捷運「圓山站」出站後步行約 10 分鐘即可抵達。
搭乘 285、665、市民小巴 9、紅 34（假日行駛）、紅 50 至新生公園站下車（停靠民族東路）。

大佳河濱公園

- 📍 台北市濱江街 5 號
- 🚇 捷運「圓山站」轉乘公車紅 34（假日行駛）即可抵達。

士林官邸

- 📍 台北市福林路 60 號
- 🚇 捷運「士林站」2 號出口左轉過中山北路約 500 公尺。

復興公園泡腳池園區

- 📍 台北市中和街 61 號（對面）
- 🚇 捷運「新北投站」出站向左走 250 公尺。

陽明山國家公園

- 📍 陽明山竹子湖路 1-20 號（遊客中心）
- 🚇 捷運「劍潭站」轉乘公車紅 5、捷運「石牌站」轉乘公車小 8、捷運「北投站」轉乘公車小 9 或 230。

自行車道很完善，迎著微風騎腳踏車也很舒服喔！」吃完豐盛的年夜飯，是該好好踩踏腳踏車，休閒運動一番。

隨著新移民的腳步行走，從他們的視角，重新看見台北的單純與美好。日久他鄉亦故鄉，在這塊土地上，最珍貴的就是交融揉合的熔爐文化，不斷沉澱吸納、迸裂燦爛火花。因為多元，所以精彩，有了各國新移民的陸續加入，台北城的人文風景遂更加立體鮮活了起來。



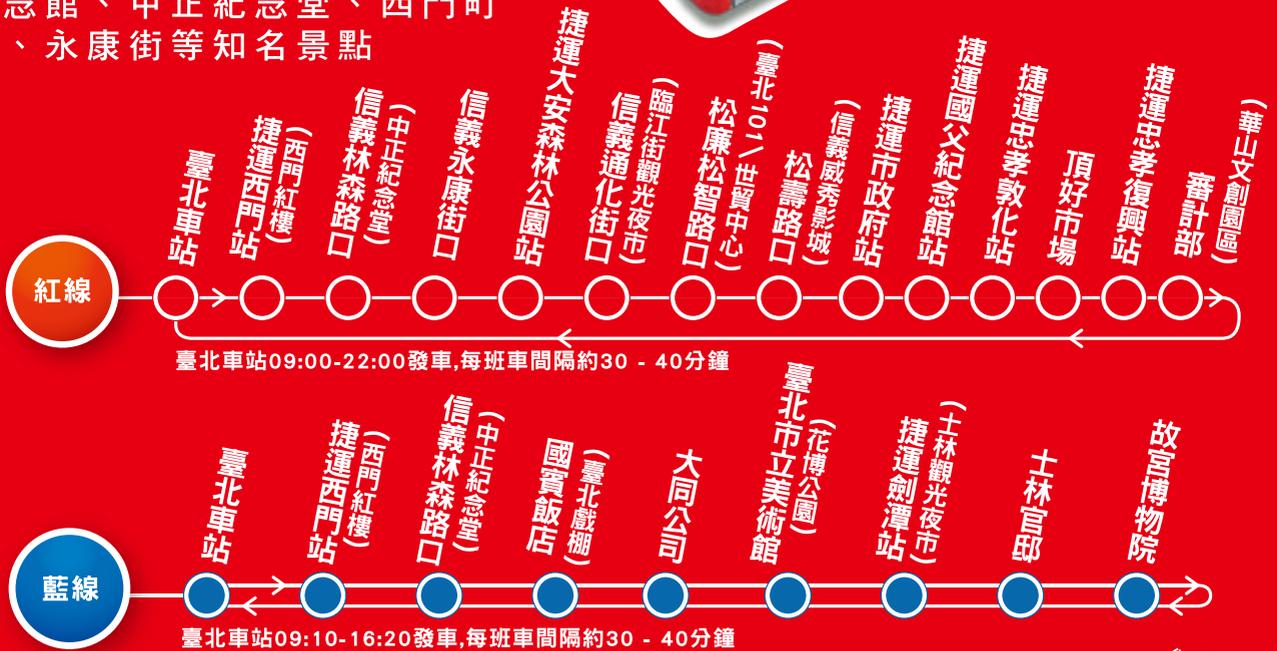
趣玩台北

Fun Taipei

Taipei Sightseeing Hop on Hop off

臺北市雙層觀光巴士

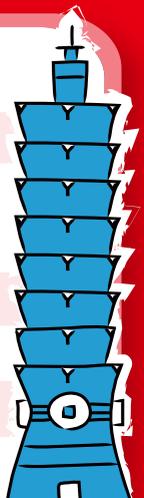
2條路線20個站點，可達臺北101、故宮博物院、國父紀念館、中正紀念堂、西門町、永康街等知名景點



臺北市雙層觀光巴士票價表

4小時票	NT 300 元	4小時內不限次數上下車(限18:00前使用)
日間票	NT 500 元	紅線：09:00~18:00 藍線：09:10~17:00 不限次數搭乘
夜間票	NT 400 元	紅線：18:00~22:00；不限次數上下車使用
單日票	NT 700 元	當日營運時間內使用有效
兩日票	NT1200 元	連續2日營運時間內使用有效

*各路線詳細發車時間請上官網查詢確認



服務內容：APP影音導覽、免費wifi、USB充電、網路購票、APP購票

服務電話：+886-2-8791-6557#6006 (服務時間：08:30-22:30)

www.taipeisightseeing.com.tw



臺北市雙層觀光巴士官方網站QRcode 廣告

金
雞
豐
羽



分享年味·心團圓。

台北年貨大街
TAIPEI LUNAR NEW YEAR FESTIVAL

2017 01/13~ (五)
2017 01/26 (四)



台北市商業處

主辦單位：台北市政府

承辦單位：臺北市產業發展局 / 臺北市商業處

2017 台北年貨大街
TAIPEI LUNAR NEW YEAR FESTIVAL
主辦單位：台北市政府 承辦單位：臺北市產業發展局