Taipei Pictorial

臺北畫刊 97/12 No.491

臺北歡樂慶年終

補冬補嘴洞 健康過冬至

耶誕佳節 Let's go ! Love

送鼠迎牛 Happy Together

TAIPEI

臺北畫刊

知性、感性、自然、人文，
是一本適合全家閱讀的刊物。

臺北畫刊

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

臺北畫刊

最大的心願是：成為每一位市民的好朋友，
和大家一起見證臺北的成長。

榮譽榜

★77年金鼎獎優良出版品獎
★78年金鼎獎優良出版品獎
★90年度行政院優良政府出版品獎
★91年金鼎獎優良雜誌獎
★92年度行政院優良政府出版品獎
★94年度臺北市政府優良出版品
★95年度行政院優良政府出版品獎
★96年度臺北市政府優良出版品

隨時隨地　享受臺北畫刊！

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

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

臺北畫刊郵政劃撥訂閱辦法：1年（12期）
劃撥帳號：16630048
劃撥戶名：臺北市政府觀光傳播局
◎國內——新臺幣300元（平寄）
◎香港／澳門——新臺幣600元（航空平寄）
◎亞洲——新臺幣780元（航空平寄）
◎歐、美、非洲——新臺幣888元（航空平寄）

臺北畫刊讀者服務電話：
編輯：1999（外縣市 02-2720-8889）轉 7563【付費電話】
發行：1999（外縣市 02-2720-8889）轉 7564【付費電話】
e-mail：taipeipictorial@mail.taipei.gov.tw

免費索取地點

臺北市政府市民服務組
臺北市各區公所
財政部北市國稅局
稅捐處總處及各分處
臺北市立圖書館總館及各分館
臺北市文獻委員會圖書室
臺北富邦銀行各分行（限原臺北市
臺北銀行各分行）
臺北市立動物園
臺北市立美術館
臺北市立社教館
臺北市立天文教育館
臺北市青少年育樂中心
勞工育樂中心
兒童育樂中心
中山運動中心閱覽室
自來水博物館（售票口）
臺北故事館
北投溫泉博物館
國父紀念館
陽明山中山樓
臺灣藝術教育館
袖珍博物館
誠品書店（臺北市各分店）
新學友書店（敦化店）
聯經出版公司（書店）
臺北當代藝術館
二二八紀念館
牯嶺街小劇場
西門紅樓
臺北之家
官邸藝文沙龍
臺北國際藝術村
公園處士林官邸販售處
公園處逸仙公園
華山文化園區
市立聯合醫院各院區、各區健康服務中心
國泰醫院
榮民總醫院
臺北捷運各站
東區便民服務中心旅遊櫃台
臺北火車站服務台
松山機場服務台
臺灣桃園機場一、二航廈轉機休息室
交通事件裁決所
臺北旅遊服務中心
南港軟體工業園區服務中心
臺北集郵服務中心
行政院經建會服務台．經濟部國營會
洪建全教育文化基金會
三重市立圖書館
新光三越信義店A8、A11（服務台）
關渡自然公園（關渡路55號）
義美公司各分店
臺北市內湖科技園區服務中心
東南亞戲院
臺北偶戲館
北投運動中心
客家文化會館
臺北國軍英雄館
國賓戲院
樂聲大戲院
王牌日新大戲院
豪華大戲院
今日、金馬、鳳凰
新光影城
絕色電影城
滇山大戲院
國賓影城－微風廣場
全球影城
長春大戲院
龍祥百老匯影城
中正文化中心（藝文旅遊資訊中心）
林堉琪先生紀念基金會（老人社會大學分校）
泰安醫院（民權東路2段92巷2之1號）
欣欣晶華戲院
大千電影院
臺灣大車隊（限車內閱讀）
賓樂交通（限車內閱讀）
捷運劍潭站旅遊服務中心櫃台
捷運西門站旅遊服務中心櫃台
松山機場旅遊服務中心櫃台
捷運北投站旅遊服務中心櫃台
國語日報語文中心
臺灣博物館
國立臺灣圖書館（原國立中央圖書館臺灣分館）
三民書局
臺北市教師研習中心
士林劍潭青年活動中心
師大校友文化基金會
臺北市中山堂
臺北市藝文工會
臺北市議會
捷運公司捷運商品店
郭元益糕餅博物館
貓空纜車遊客中心
南港運動中心
青輔會青年交流中心
中正運動中心
美麗華遊客中心
陽明公園遊客中心
臺北市兒童托育資源中心
士林運動中心
萬華運動中心
內湖運動中心
國家書店

›› 市 長 的 話

未來正發光　明年是好年

氣溫持續降低，2008年也即將在冷冽多雨的氣候中邁入尾聲。在這歲末之際，華人世界及西方國家裡，各有一個溫馨且別具意義的特殊節日——冬至與耶誕節。

冬至在華人傳統節慶當中，不論是吃湯圓、餃子或是進補養身，都具有闔家團圓同歡的意義，甚至有「冬節大如年」的說法，重要性可見一斑。而西方傳統節日之一的耶誕節，原是為慶祝耶穌基督降生，後來逐漸演變為全家團聚共享佳餚的特殊日子。人們習慣在年度的終了，以美食或節慶的方式犒賞自己一年的辛勞，並以欣喜的心情期盼來年更美好，同時也在此一時期寄張賀卡給親朋好友，表達關懷與祝福，具有愛與分享的深層意義。

臺北市政府一如以往，在耶誕節至跨年夜，舉辦溫馨熱鬧的活動，每年的活動內容，都吸引不少市民及外縣市民眾共同參與。今年耶誕節的主要活動，是以募集二手玩具、二手書籍方式，傳達愛與分享的精神。本期《臺北畫刊》特別向市民朋友們介紹歲末節慶相關活動訊息，並邀請大家共襄盛舉，一同歡度慶賀。

今年全球景氣低迷，彷若處於嚴冬的低氣溫中，此時更需要彼此關懷、相互激勵，以積極樂觀的態度，迎接新的一年。我願以歌曲「冬至圓」中的歌詞祝福、鼓勵市民朋友們：「……過去毋免問，未來咧發光……冬至圓仔逐粒圓，明年定著是好年。」

郝龍斌

目次

97/12/10 No. 491

中華民國57年1月創刊
97年12月10日出刊
發行人——羊曉東
總編輯——陳譽馨
主編——洪怡君
責任編輯——王宜燕・邱凰華・黃郁惠
陳品見・葉景豪・張知萱
美術設計——董谷音
行銷行政——謝佩君・李炎欣・鄭雅萍
發行所——臺北市政府觀光傳播局
地址：臺北市市府路1號4樓
電話：1999（外縣市02-2720-8889）
轉7563【付費電話】
傳真：02-2720-5909
網址：www.tpedoit.taipei.gov.tw
e-mail：taipeipictorial@mail.taipei.gov.tw
印刷——秋雨印刷股份有限公司
臺北市東興路45號5樓
02-8768-2088

本刊全部圖文均有著作權，
未經本刊同意不得使用或取材

統一編號 2005700037
ISSN 00399051

中華郵政台北雜字
第1164號執照登記為雜誌交寄
每本工本費25元

封面攝影／楊志雄

名人悄悄話

從歷史和生活散發出的城市活力 4
口述／王小棣　採訪撰文／朱皓如

臺北多元的美，不只一頁 5
口述／陳駿霖　採訪撰文／朱皓如

臺北短波

2009臺北花卉展
精彩花卉饗宴千萬別錯過 6
文／王宜燕　圖／臺北市公園路燈工程管理處提供

北市規劃免費停車區 自行車停放更安全 7
文／張知萱　圖／臺北市停車管理工程處提供

「天開一筆・華山藏鋒」
第五屆漢字文化節開鑼 8
文／張知萱　圖／臺北市文化局提供

愛戀・購物・西門聖誕
——2008西門冬季戀歌 9
文字整理／黃郁惠　圖／臺北市西門徒步區街區發展促進會提供

臺北照過來

臺北歡樂慶年終

補冬補嘴洞　健康過冬至 11
文／馮霽嵐　攝影／楊志雄

耶誕佳節　Let's go！Love 16
文／何儀琳

送鼠迎牛　Happy Together 19
文／馮霽嵐

臺北好好玩

讓品牌發聲　讓故事說話 23
文／Amelie

老屋・新味　以歷史鋪陳的新鮮味 26
文／何儀琳　攝影／吳金石

水都溫泉會館　慢賞北投溫情山水 32
文／宋祖慈　攝影／許斌

心靈的喧囂與寧靜同場上演
——誠品書店敦南店 36
文／簡愛立　攝影／許斌

社區聯誼之舞——排舞 40
文／鍾文萍　攝影／楊智仁

臺北生活圈

12區走透透 認識活力新臺北
文／宋祖慈　攝影／王能佑　繪圖／林佩君

松山區　水陸空交會 直達幸福社區 43
信義區　臺北曼哈頓 46

優良公寓大廈評選
好社區兼具「內涵」與「外在」 50
文／張知萱　攝影／王能佑

第八屆外勞詩文創作比賽　字字真情流露
詩文組第一名：那麼久 53
作者／Brenda Magbanua（菲律賓）　繪圖／陳佳蕙

響應節能減碳
產業局補助太陽光電系統 54
文／張知萱　攝影／王能佑

「2008 臺北旅館節」徵文比賽得獎作品
頭巾 56
文／葉晴辰　繪圖／陳佳蕙

嘉賓閣再見 58
文／裴學儒　繪圖／陳佳蕙

飛魚·雲豹·臺北盆地 60
文／歐陽嘉　繪圖／陳佳蕙

配合捷運內湖線試車
木柵線「週休二日」需市民支持 62
文／張知萱　圖／臺北市捷運工程局提供

上樓發現大公園　內湖運動公園 63
文／葉景豪　攝影／王能佑

法國藝術家歐笠嵬
頑皮手畫出活靈活現小精靈 66
文／王宜燕　攝影／王能佑

臺北明信片

偶刻 69
文／周純慧　攝影／許斌

雙城記

倫敦 VS. 臺北 70
文／攝影　韓良露

蔬果密碼

冬令養生聖品——山藥 74
文／馮霽嵐　攝影／楊志雄

97/12/15～98/1/14市府活動行事曆 78

臺北電台12月節目表 80

為提升話務品質，持續推動「1999市民熱線優化專案」，自97年7月3日起，臺北市政府15個單位共16線0800免付費電話及環保局2線非0800為民服務專線，陸續併入1999臺北市民當家熱線系統。（詳情請撥1999或上臺北市政府研考會網站查詢，網址：www.redc.taipei.gov.tw。）臺北市政府觀光傳播局於97年4月出版之《97年便民手冊》所列相關訊息因此與現況不一致，造成不便，特此致歉。

上網填問卷　好禮送到家

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

（圖／王小棣提供）

王小棣

名 人 悄 悄 話

從歷史和生活散發出的城市活力

口述／王小棣（導演）　採訪撰文／朱皓如

說到臺北，十幾年前的一些生活畫面突然零星地閃過腦海：大白天，夫妻倆踩著腳踏車去市集，市場裡肉販、菜販叫賣聲不斷，每個角落都充滿生氣；到了晚上，光復南路附近的小麵攤，姊妹們下了課輪流到店裡幫父親看顧生意，店裡顧客來自各行各業，和店家彼此噓寒問暖，一個小空間在夜裡亮著燈，盡是溫暖。那種彼此像家人一樣，毋須刻意，直接從心底表達出的情感，散發出臺北市旺盛生命力的一面。

每當我從國外回來，就帶著不同的體悟來看臺北。像是日本京都，他們的市民文化，從寺廟建築、手工藝等古文化的保存開始，到觀光客常去的菜市場，可看出一貫保持的都市特色；另外巴黎香榭麗舍大道上，有古典建築，有精緻甜點，街道兩旁矗立著雕塑，讓巴黎人感到驕傲，更吸引著觀光客聚集。我相信只要懂得吸收過往的養分，保存舊有歷史文化，善用市民創意，便可以為臺北的活力創造出特別的發聲管道和空間。舉例來說，早期的臺北進出口都靠河運，如果可以將河道疏通，好好地規劃，就會有小朋友在河道邊跑著，大人手牽著手微笑在後，讓觀光客感受到快樂的城市氛圍。

我曾經為公視拍攝紀錄片百工圖，我認為這個都市今日進步的樣貌，多是由社會中下層民眾不斷努力所致，他們身上處處充滿著智慧與力氣，還帶點幽默感，因此我喜歡聽他們說話、觀察他們、拍攝他們，我們今天不用去水道取水就有水可以喝，三餐有飯吃、有電使用，都是他們的付出才有如此愜意的生活。因此我希望透過導演這個工作，藉由影視媒介，讓民眾去瞭解平日習以為常的生活秩序和物質供給是多少人的付出。畢竟如果我們不去認識他們、珍惜他們的努力，又怎麼會愛這個社會、這個城市？

我覺得，拍攝電視劇就是在從事社會運動，透過「溝通」，促進人與人之間互相體恤的情感交流，讓社會變得更好；相對的，臺北也要提供民眾一個好的環境，保存過去、發展現在、不斷尋求未來的定位，臺北人與臺北城才能持續的進步。

王小棣認為，乾淨的河道為臺北形塑了快樂城市氛圍。（王能佑攝）

陳駿霖

（圖／陳駿霖提供）

名 人 悄 悄 話

臺北多元的美，不只一頁

口述／陳駿霖（導演）　採訪撰文／朱皓如

我從小在美國東部出生、長大，8年前第一次來到臺北長住，與楊德昌導演一起工作，觀察電影的創作過程；第二次來臺北，則有感於自己從國外回來，身邊朋友卻想離開這個城市，到國外留學，矛盾的心情交織出我拍攝短片「美」的動力，這部以臺北夜市為背景的愛情短片在2007年獲得柏林影展短片競賽銀熊獎，並改編成由文溫德斯（Wim Wenders）監製的劇情長片「一頁臺北」。

小的時候，我來臺北就像是一名觀光客，跟父母一起來，吃住都在飯店解決；現在的我則像是旅行中的混血兒，一半的我開始對臺北熟悉，另一半的我覺得自己不是在臺北長大，像是外地人，卻又比一般觀光客要了解臺北，這種過渡期讓我得以對臺北保持高度新鮮感，不斷發掘生活中的樂趣。

臺北有很多有趣的地方，像是夜市裡大街小巷人群穿梭，攤販們一字排開，陳列著各式商品，讓人看得目不暇給；小吃攤打著熾亮的招牌，餐車裡冒出裊裊白煙，和著老闆的叫賣聲，無形中讓整個夜市更加溫暖、熱鬧；年輕的情侶在街上手牽著手散步，品嘗小吃、相互依偎，空氣中瀰漫著浪漫的氣息。而眼前繁榮的商景，走進轉角就是夜市後頭的老巷子、老建築，彷彿來到另一個地方，現代與古代時空交錯，夜市的每個角落都有它的精彩度。一個城市從白天的熙攘到夜晚的喧鬧，連便利商店和書店都是24小時經營，生活是如此豐富、吸引人！

我平時愛去逛師大夜市，那裡就像是紐約的大學城，學校附近盡是咖啡廳和二手書店，消費族群有藝術、電影、廣告學系學生，也有作家等藝文工作者，他們在那裡交換意見、品味生活、激發創意和靈感，形成年輕又深具藝文氣息的文化圈。正如同中山北路上的光點臺北，原本是古蹟，現在卻是一個專門提供電影、藝術交流的空間，這種特色文化的興起在其他城市不顯著，在臺北卻越來越有規模和意義，例如每年的臺北電影節就讓許多年輕人可以藉由活動，了解各國影片帶來的文化衝擊，這對臺北的民眾來說是好事。

臺北從歷史角度來看，存在許多不同背景的人，加上後天對文化的開放，如此多種文化兼容並蓄，影響民眾生活，正是屬於臺北自身的文化特色。期待臺北未來人才朝多元化發展，都市更需兼具多元文化涵養、發展出融合文化優勢的利基，才能成為國際間最耀眼的一顆星。

光點臺北是古蹟活化的成功案例，在臺北更顯特殊意義。（王能佑攝）

2009臺北花卉展
精彩花卉饗宴千萬別錯過

文／王宜燕　圖／臺北市公園路燈工程管理處提供

百花競豔，一年一度的臺北花卉展又將在大安森林公園及全市12個鄰里公園同步綻放！配合牛年的到來，今年展出的主題為「ㄋㄧㄡˊ轉吧！大地」，活動期間自97年12月21日至98年1月18日，為期30天，趁著花展期間百花齊放，不妨闔家出外踏青、賞春色。

這項花卉展結合公園之美及具特色的巧思佈置，再加上例假日的活動規劃，非常有看頭。一進入展區，可看見帶著夢想與愛轉向新年度的「天旋地轉」展區，民眾可跟著花朵的步伐，體驗天旋地轉的三度空間；緊接著為七星農業發展基金會呼應主題所設計的「雨過添情」展區，本區以太陽為中心，並以帶狀層次花壇的彩虹串連，期盼大家共同為牛年努力，「牛」轉乾坤，共渡金融海嘯難關；「Rock'n Roll」展區以圓形「捲軸」及方形「方塊」為主要設計元素，以鮮明的花帶激發無限的想像力；「大地曼波」運用多層次的地形變化，並結合色彩鮮豔的植栽，創造出活潑、韻律與多樣的空間，讓遊客可體驗大地變化之美；「DNA看世界」以DNA雙螺旋構造為展區主題，搭配季節花卉，結合成一生態豐富的地球，喚起民眾愛惜地球的意識；其他如「轉」、「Corner Garden」、「春暖開，群芳競豔，樂享天倫」、「色藝舞人生」、「大專院校展區」、「七彩五福魔法牛」等展區，都將呈現扭轉意象，與民眾一同迎接新的一年到來。

12月21日開幕當天，除將邀請郝市長揭開花展序幕，並規劃敦煌七彩舞、爵士花間奏，讓民眾享受視覺與聽覺的花卉饗宴；此外，延續去年叫好叫座的「創意童玩市集」，包括畫糖人、益智童玩、龍鬚糖、彩繪陶笛等各式攤位，於上午10點至下午7點開放，讓民眾親身體驗DIY的樂趣。

為期一個月的臺北花卉展每逢例假日，結合展區主題，精心安排許多親子同樂的趣味活動，今年特別於園區內設計「大地尋寶遊戲」，民眾按照尋寶要點說明，在園區內找尋園丁的蹤跡，集滿貼紙後可獲得精美紀念品；另外並安排精彩的音樂舞蹈表演，讓民眾在悠遊花海之際，還能欣賞別出心裁的演出，歡迎闔家前來享受這場豐盛的花卉饗宴！

2009臺北花卉展
時間：97/12/21～98/1/18
地點：
大安森林公園、12個鄰里公園
系列活動查詢：
2009taipeiflowershow.com.tw

臺北花卉展佈置別出心裁，值得闔家前往觀賞。

北市規劃免費停車區 自行車停放更安全

文／張知萱　圖／臺北市停車管理工程處提供

騎單車暢遊臺北，節能減碳又環保。（王能佑攝）

騎自行車在臺灣幾乎已經成為全民運動，不過除了騎車逍遙自在，如何「停」得安全也成為自行車一族最關心的課題。臺北市目前已經在河濱自行車道、捷運站、學校及公園周邊等多處人行道上設置自行車停放架，為了減少對行人的干擾、並降低單車失竊率，臺北市停車管理工程處更在多個停車場設置免費的「自行車停車區」，讓民眾不用為了停單車而傷腦筋。

停管處表示，目前已開放包括府前廣場、龍門國中、建成國中，以及大安森林公園等7處路外停車場劃設自行車免費停車區，其中府前廣場及大安森林公園的單車停放率幾乎高達8成！停管處正規劃增設更多自行車停車區，包括青年公園、艋舺公園、石牌國小、洛陽立體停車場、民生立體停車場及興中立體停車場，預計在年底前開放供民眾使用。

至於何種單車停放架最安全，其實也有大學問。停管處過去設置的大多為「1/4圓型凹槽固定式車架」，由於只鎖住前輪，因此常發生輪子留在車架上、車體被偷走的窘境。停管處目前規劃增設的車架大多為「倒U型車架」，可以將整個車身和車架鎖在一起，增加停放安全。

如果民眾還是對免費的停車架不放心，未來或許可以考慮「付費」的自行車寄放櫃。停管處預計年底前在信義區的忠信公園地下停車場試辦設置「自行車寄放櫃」及「圍籬式自行車停放區」。其中自行車寄放櫃就像大型的寄物櫃一般，可付費上鎖；而圍籬式的自行車停放區則採封閉式，民眾必須先登記、並通過身分認證才能憑證取車。停管處表示，試辦期間將免費提供停車服務，未來將就人力、物力等成本考量，朝付費方式來規劃，希望鼓勵民眾騎乘單車的同時，更能保障你的愛車安全。

臺北市免費自行車停車區位置：

現況	未來規劃
府前廣場地下停車場 龍門國中地下停車場 大安森林公園地下停車場 建成國中地下停車場 北平西路機車平面停車場 遼寧街、龍江路口平面停車場 松河街116號機車平面停車場	**雙層自行車停放架：** 青年公園地下停車場 艋舺公園地下停車場 石牌國小地下停車場 **單層自行車停放架：** 洛陽立體停車場 民生立體停車場 興中立體停車場

停管處最新設置的倒U型車架，更能防止自行車遭竊。

「天開一筆・華山藏鋒」第五屆漢字文化節開鑼

文／張知萱　圖／臺北市文化局提供

一筆一劃都充滿力與美，每一字更蘊含無限意義！有三千多年歷史的漢字，與蘇美楔形文字、埃及聖書文字並列世界三大古老文字，但卻是唯一沿用至今的文字。近年來，漢字更成為全球最「夯」的語言，亞洲、歐美等國紛紛成立孔子學校等機構教授學生說中文、寫漢字。為了發揚漢字之美，由臺北市文化局主辦的「漢字文化節」已經邁入第五年，並於12月1日起在臺北市華山文化創意園區熱鬧登場。

文化局表示，漢字的特點是形音義三位一體，因此今年的漢字文化節也分為「形」、「音」、「義」、「創意」及「教育」等主題來進行。漢字文化節的「形」系列，包括跳脫傳統的「文字域」漢字創意藝術展，以及用年輕觀點開發漢字文化商品的「東拼西湊」創意市集；「音」系列則包括「漢字戲曲」大觀園、「漢字笑語」說相聲與「線性與意境——深秋的茶、樂與書法」，以多齣現場表演展現漢字聲音之美；「義」系列包括98年元旦舉行的「2009年新春開筆暨萬人揮毫」大型活動，將向金氏世界紀錄挑戰；另外，「煮茶烹字——漢字文化論壇」將邀請知名作曲家方文山、作家南方朔等人共同探討漢字意境之美。

「創」系列更是整個漢字文化節的重頭戲：「2008年度漢字票選」將邀民眾共同票選今年度最熱門的代表字，不論是政黨輪替的「變」、股市大跌的「跌」、還是毒奶事件的「毒」，你可以用一個字來總結劇烈變動的2008年。另外，「字在東方——漢字時尚服裝秀」則將古老的漢字與流行時尚相融合，由知名設計師林國基和實踐大學服裝設計系學生共同以漢字為元素，進行一場精彩的時尚演繹。

至於漢字文化節的「育」系列包括「漢字小神通」網路學堂、漢字文化講堂，以及漢字練功房等活動，適合闔家一起參與。有興趣的民眾，不妨一起前來漢字文化節，感受老祖宗所留下珍貴文化寶藏的無限魅力。

漢字文化節

時間：97/12/1～98/1/11

地點：華山文化創意園區

詳細活動及報名辦法請參考官網：

chinesecharacter.taipeiartplus.org

漢字時尚服裝秀邀請名模走秀。

「文字域」漢字創意藝術展展現漢字的力與美。

愛戀・購物・西門聖誕

2008西門冬季戀歌

文字整理／黃郁惠　圖／臺北市西門徒步區街區發展促進會提供

西門町一向是年輕族群的消費勝地，不少創意產業、流行產業及電影產業都在西門町孕育形成，也是國際觀光客旅遊臺北市必到之處。為了營造西門商圈聖誕節歡樂氛圍，臺北市政府商業管理處與臺北市西門徒步區街區發展促進會於12月10日至明年1月13日，共同舉辦「2008西門冬季戀歌」聖誕系列活動。

主辦單位表示，為了扭轉每年聖誕節到跨年期間只有東區才是聖誕購物商圈的既定意象，希望透過此項活動，強化臺北市西區的聖誕節慶氣氛，藉此創造消費者購物動機、活絡街區商機。而發展促進會更主動認養西門徒步區內的街道家具，期能提供優質的購物環境與服務品質給前來西門町的旅客。

這項長達1個月的活動，以戀愛為主題，並以裝置藝術在西門町營造出愛戀的情境，內容包括「手機傳情大聲說　有愛就敢秀」、「萬元大禮等你抽」、「浪漫情人第一桶金」、「西門聖誕點燈傳情音樂會」、免費入場的「戀戀影院」等活動，讓愛戀的氛圍在西門町譜出一段段動人的旋律。

此外，主辦單位還發行了「2008西門冬季戀歌——購物手冊」，內容集結200多家店家的優惠訊息，凡活動期間至20家精選主題店消費，即可享有折扣價，並可參加抽獎活動，獎項計有華碩Eee PC、摺疊自行車、旅遊優惠券等。

「冬天是一個需要溫暖與悸動、感動與熱情、戀愛與追求的季節；也是一個互傳情意、勇敢表白、大膽示愛的時節……。」在此時，不妨與家人、情人或好友到西門町參與此項活動，以實際行動表達你的愛。

「2008西門冬季戀歌」以戀愛為主題，舉辦系列聖誕活動。

●相關資訊

西門町流行資訊網站：
www.shimen-walker.com

西門520—手機傳情大聲說
有愛就敢秀
時間：97/12/10～98/1/13
對象：一般消費者
活動方式：手機傳愛、網站、LED電視牆公開示愛，詳細內容請上網站查詢。

西門888—西門聖誕
萬元大禮等你抽！
時間：97/12/10～98/1/13
對象：一般消費者、20家Match主題店的消費者
活動方式及中獎名單（98/1/17公佈）請上網站查詢。

浪漫情人第一桶金
時間：12/13，15:00～18:00
地點：峨眉／漢中廣場
活動內容：情人數錢大賽、情人搶答拿獎金（現場報名參加）

西門聖誕點燈傳情音樂會
時間：12/13，18:00～20:00
地點：峨眉／漢中廣場
活動內容：聖誕點燈、小型音樂會（街頭藝人、爵士樂團等）

戀戀影院
時間：97/12/20～98/1/10期間，每週六19:00～20:30
地點：臺北電影主題公園
活動內容：免費入場觀賞愛情浪漫影片

臺北歡樂慶年終

2008年終歲末之際，應景活動真熱鬧！

「冬至」習俗，大家一起品湯圓、啖水餃，添歲賀團圓。

由市政府舉辦的耶誕節活動，今年則以別具意義的二手書及二手玩具交換活動，讓大小朋友感受珍惜資源的另類耶誕熱情！

最終的壓軸重頭戲當然是集煙火、派對、迎曙光於一身的跨年活動，不管是101煙火秀，還是難得一見的花車遊行，都讓人充滿期待！

這麼精彩的歲末時節，你還在等什麼？趕快備好保暖衣物、背著相機，準備出門湊熱鬧吧！（文／馮霽嵐）

補冬補嘴洞 健康過冬至

文／馮霽嵐　攝影／楊志雄

冬至是年終最末的節氣轉折，過了這天，白晝漸長、黑夜變短，新的一年即將到來。大家在冬至吃湯圓、吃餃子，進補保健康，更重要是闔家團圓，祈願來年一切順利。

冬至習俗多　南北大不同

從古至今，冬至一直是中國農民曆上的重要節氣。早在二千五百多年前的春秋時代，就在觀測太陽時被測定出來，是二十四節氣中最早制訂的一個，時間約在每年的陽曆12月下旬，今年冬至則是12月21日。

冬至這天，太陽剛好直射南回歸線上，對生活在北半球的我們而言，是白天最短、黑夜最長的一日，但過了冬至，白晝就會日漸增長了。《漢書》中說「冬至陽氣起，君道長，故賀」，當時的人們認為，過了冬至，白晝一天比一天長，陽氣回升，是個吉

冬至當天不論吃湯圓或水餃，象徵著圓滿過冬之意。

日，應該慶賀。到了漢代，冬至更成了國定假日，文武百官皆可放假一天。《後漢書》禮儀志中記載：「冬至前後，加子安身靜體，百官絕事，不聽政，則吉辰而後省事。」說明古人把冬至視如過年一樣重要。

到了現代，雖然冬至早已不再是國定假日，但是不少地方還把冬至當成是小過年似的節慶來過，闔家團圓，祭天祭祖。在廣東人的傳統習俗裡，冬至正像過年一樣重要，得一家人聚在家裡或酒樓，吃雞、鴨、鵝、海鮮、燒肉等食品，度過豐盛的一天；上海人則視冬至為祭拜祖先及掃墓之日。

經過不同朝代的發展，更形成獨特的冬至飲食文化，在臺灣和中國大陸南方福建、江浙一帶的習俗，此時得闔家吃湯圓，象徵著又添一歲，北方人則是吃餃子或餛飩，但相同的是都有著歲末慶賀團圓之意。

南方冬至圓　祈願來年好

臺語詩人路寒袖寫過這麼一首歌「冬至圓」，歌詞是「小雪過了是大雪，大雪擱行到冬至，暗暝上介長，思念遠遠遠，今年操煩夢中放，醒來日頭曝眠床，圓仔思念來煮湯，一碗親情燒閣軟，冬至寒霜來叫門，叫咱明年早打算，過去毋免問，未來咧發光，同心早慢會相見，打開彩霞半邊天，冬至圓仔逐粒圓，明年定著是好年。」

歌詞裡不僅說明了冬至在農民曆上的時令關係，更道出冬至這個團圓日子裡吃湯圓表親情，勉勵家人要放眼未來，明年打拼過好年。冬至吃湯圓，是臺灣的傳統習俗，代表一家團圓，圓滿過冬，還意味著吃了湯圓就增添一歲。高拱乾在《臺灣府志》(1696年)卷七記載：「冬至，人家做米丸祀眾神及祖先，舉家團圓而食之，謂之『添歲』……。」

其實不僅臺灣在冬至吃湯圓，在大陸南方也很盛行，冬至當日以湯圓祭祖、祭灶，古人曾作詩云：「家家搗米做湯圓，知是明朝冬至天」。而在臺灣，常吃的湯圓有兩種，一種包有內餡，如：芝麻、花生、紅豆，或者鮮肉；另一種則是顆粒較小，無餡，外表是白色或粉紅色，通常拿來拜神祭祖用。

臺北市有不少好吃的湯圓店家，其中仁愛路上的九如商號，曾在臺北人氣湯圓票選活動中深獲好評。九如的湯圓外皮以糯米磨漿，脫水後加粿粹與冷水揉拌而成。客人點餐、外帶率頗高的芝麻湯圓，顆粒圓又大，薄薄外皮中透出淡淡的黑，是芝麻內餡的顏色。外皮Q中帶軟，輕輕一咬，香氣充滿口中，滑嫩不甜膩，搭配店家巧思加入湯內的桂花釀，十分清爽。無餡的白色小湯圓，搭配的是有濃郁酒香的酒釀，同樣香Q好吃。

九如商號的湯圓曾在臺北人氣湯圓票選活動中深獲好評。

無餡的小湯圓配上濃郁的酒釀，特別香Q好吃。

過冬至，吃完湯圓即長一歲，小孩吃得特別開心！

北方吃餃子　永保健康賀團圓

相較於南方吃湯圓的習俗，中國大陸北方則時興吃餃子過冬，此習俗的起源，相傳與漢朝醫聖張仲景有關。張仲景原本在湖南長沙當官，告老還鄉後回到河南老家行醫。

他回鄉時正是酷寒的嚴冬，河面都結了冰，鄉民們在寒冬中工作非常辛苦，有些人耳朵都凍傷了，他看了於心不忍。到了冬至那天，他在南陽搭起醫棚，用羊肉、辣椒和一些驅寒藥材放置鍋裡煮熟後，撈出來剁碎，用麵皮包成像耳朵的樣子，再放下鍋煮熟，做成「祛寒嬌耳湯」，服食後，鄉親們的耳朵都治好了。

嬌耳也就是現在的餃子，後來每逢冬至，人們便模仿做著吃。現在的北方，冬天天氣寒冷，冬至那天全家聚在一起吃水餃團圓，講究習俗的還得吃雙數數量的水餃，意味著團圓。

臺北市永康街附近的東門餃子館，是家五十多年歷史的老店，老闆是道地的北方人。第三代傳人趙先生說，東門餃子館與別家餃子館最大不同就是餡料中以白蘿蔔搭配肉餡。他說北方冬季天寒，僅有大白菜和蘿蔔是一年四季都吃得到的蔬菜。將白蘿蔔去皮、刨絲、蒸煮再脫水，留下的纖維攪拌入餡料後，就像吸水海綿般，可將製作餡料時加入的高湯吸入纖維內。手工擀製的餃子皮，入口Q彈，豬肉水餃中的蘿蔔絲發揮作用，緩衝了肉餡的油膩感，吃來鮮嫩多汁不油膩；另一道鮮肉韭菜水餃也相當夠味，韭菜清脆，肉餡香。

龍涎居的何首烏雞清甜順口，是冬令進補的好選擇。

臺灣興補冬　調整體質巧思多

臺灣俚語中說「補冬補嘴洞」，指的是冬至這天，除了吃湯圓，還得燉補品填補人們的嘴，就是俗稱的冬至「補冬」的習俗。

中國人普遍認為，在寒冷天氣中為了抵禦寒冬，身體會消耗比平常更多的熱量，因此冬天是身體進補的大好時節。而依農民曆記載，冬至起就進入三九寒天，是一年中人體陰氣極盛而陽氣始生的轉捩點，當節氣運行到這一天，人體內陽氣蓬勃生髮，最容易吸收外來的營養，發揮滋補功效，更說明了冬至前後確實是補冬的好時機。

在中國大陸北方有不少地方，在冬至這一天有燉煮羊肉補身的習俗，因為冬至過後，天氣進入最冷的時期，當地人認為羊肉對補體有功效。臺灣人一般而言，是以雞、鴨等肉類食物為主，再加上各種滋補的藥材燉煮，還有人以桂圓肉和糯米煮成甜米糕，也有滋補身體的功效。

師大商圈的龍涎居雞膳食坊，賣的是個人藥膳鍋，以雞肉為主要食材，搭配各種進補藥材，可說是很方便的補冬選擇。其中麻油雞麻油香濃，酒的比例不高，雞肉入口甜軟不澀，可以促進血液循環、去寒保暖，另一道何首烏雞，則是清甜順口，都是冬令進補好選擇。

店家資訊

九如商號 2751-7666
東門餃子館 2341-1685
龍涎居 2368-4899

東門餃子館餡料中以白蘿蔔搭配肉餡，別具特色。

耶誕佳節
Let's go ! Love

文／何儀琳　採訪協助／廊香餐廳

隨著冬風漸起，年底的腳步越來越接近，耶誕節的鈴聲也由遠而近地響起。在全球化的趨勢下，向國際化、世界化邁進的臺北市，在耶誕節期間也舉辦不少相關活動，街頭洋溢佳節的歡樂氣氛。

今年的耶誕節，臺北市政府與社團法人臺灣愛鄰社區服務協會規劃一系列的耶誕慶祝活動，於12月12日至24日，在臺北市府前廣場東南角街舞區溫馨登場。此次活動主題為「北鼻，Let's go ！Love」，強調「寶貝兒童、珍愛地球」的環保精神，希望在這充滿愛的節日中，將愛散播給眾多小朋友，更進一步倡導愛護下一代、愛護地球的環保觀念。

惜物愛物　珍惜資源

對於許多人來說，耶誕節是一個「給予」的節日，家人間互贈禮物以示關心，充滿感謝與感動，對於小孩而言，更是堅定相信耶誕老公公會犒賞乖小孩，送來自己心中想要禮物的節日，但在物資如此充裕的現代社會來說，小朋友經常得到太多玩具與書籍。

今年市政府主辦的耶誕節活動，特別舉辦二手玩具募集交換以及二手書募集活動，希望利用回收與交換的方式，讓耶誕節更有意義。二手玩具的募集與交換，不但可讓玩具物盡其用，更讓小朋友學會愛物惜物；而為關懷更多兒童，部分二手玩具也將捐贈給臺北市5個平宅的兒童。二手書籍則由誠品書店負責募集，將各界響應募集而來的二手書捐贈給臺北市育幼院、中途之家及原住民部落、偏鄉學校、監獄；系列活動中也將在廣場豎立起高達8公尺的耶誕樹，並設置心願走廊供小朋友書寫心願卡許願。整

個活動從愛兒童、關懷地球的主軸出發，將是一場充滿溫馨氣氛的盛會。

望彌撒報佳音　齊慶耶誕

全世界的每個教堂，在耶誕夜這晚，都會舉辦許多慶祝活動，臺北市各地教堂，也將舉行耶誕聯歡晚會或音樂會。在英文裡，耶誕節（Christmas），其實是「基督彌撒」之意，也就是基督教徒為了慶祝耶穌基督誕生所舉行的慶祝日，是個很富有宗教意味的節日，因此在耶誕節期間，到教堂望彌撒、聆聽報佳音等，最能感受到耶誕節的神聖氛圍。

位於新生南路2段的天主教臺北聖家堂，已有50餘年歷史，也是臺北相當知名的教堂。聖家堂的外觀建築以嵌入的十字架為主要設計，每逢耶誕節期間便充滿望彌撒的信徒，氣氛寧靜祥和，與車水馬龍的新生南路形成強烈對比。

而位於和平東路2段的臺北靈糧堂，也是臺北市相當知名的教堂之一，每年於12月24日當晚，都會舉行平安夜活動，以歌唱、音樂表演等方式，帶領教友一同歡慶耶誕節。此外，諸如真理堂、懷恩堂等各大教堂也將舉辦活動，詳細活動時間及內容可逕洽各教堂。

★天主教臺北聖家堂
地址：新生南路2段50號
電話：2392-0701

★臺北靈糧堂
地址：和平東路2段24號
電話：2362-3022

★士林靈糧堂
地址：承德路4段170-1號
電話：2880-3408

★臺北真理堂
地址：新生南路3段86號
電話：2363-2096

★基督教浸信會懷恩堂
地址：新生南路3段90號
電話：2362-5321

每到耶誕節期間，臺北街頭總是妝點得光燦熱鬧。（王能佑攝）

尋找異國耶誕風味

想要在臺北街頭尋找耶誕味道，一定得到天母逛逛，由於早年這裡是許多美軍、外國使節人員的居住地，因此從萬聖節直到耶誕節期間，通常家家戶戶都會準備過節裝飾，耶誕節的氣氛特別濃厚。

此外，位於石牌吉慶社區的耶誕巷也已經是眾所周知的特色耶誕節巷弄。以石牌路1段71巷15弄為中心，並擴及9弄、61巷及實踐街口等，每年耶誕節前，當地居民便會不約而同地擺出各種裝飾，燈海、耶誕樹、花圈等，不只1樓的民宅會精心布置，連樓上的住戶也共襄盛舉，已經成為社區促進彼此情誼的傳統活動，在耶誕節期間來到此處也能感受佳節歡樂氣氛。

想要體會耶誕氣氛最佳的方式，莫過於跟親朋好友一起享受耶誕大餐。在西方國家中，耶誕節晚餐通常是全家人團圓的時刻，美國人的耶誕晚餐一定要有一隻焗烤大火雞；英國人除了烤雞之外，家家必備的還有烤歐洲防風草根、搭配肉汁品嘗的球芽甘藍以及耶誕布丁等；法國人則以煙燻鮭魚、鵝肝、樹幹蛋糕（

耶誕夜不妨到教堂望彌撒或聆聽佳音，感受寧靜祥和的氛圍。（王能佑攝）

Bûche de Noël）及香檳來慶祝耶誕節；義大利的耶誕節則少不了水果蛋糕（Panettone）與黃金蛋糕（Pandoro）；德國人則以沾滿奶油、糖粉、蜜餞的史多倫（Stollen）、薑餅（Lebkuchen）以及熱紅酒（Gluehwein）來慶祝耶誕，並抵擋寒冷的冬日。

幸運的是，即使沒有大雪紛飛的景色，在臺北也一樣品嘗得到這些耶誕佳餚，只要帶著一顆關懷與愛的心，就能與親朋好友一同體驗溫馨耶誕節氣氛。

若想感受過節的氣氛，可以在自家擺設一些耶誕飾品。（吳金石攝）

在西方國家中，耶誕夜是全家團聚的日子，耶誕大餐自是需要精心安排。（吳金石攝）

相關資訊

二手書募集：

時間：

97/12/10～98/2/1

地點：全省誠品書店門市、商場

耶誕樹點燈儀式：

時間：12/12，19時

地點：市政大樓東南角街舞區

二手玩具募集交換、哈哈熊表演：

時間：12/13、14、20、21日（連續兩週之週末假日）14:00～17:00

地點：市政大樓東南角街舞區

心願卡祈福：

時間：12/13～12/24

地點：市政大樓東南角街舞區

送鼠迎牛
Happy Together

文 馮霽嵐

年末將近，紐約、巴黎、東京、雪梨等全球各大城市進入跨年倒數的熱鬧氣氛中，身為亞洲重要國際都市的臺北市也不例外。今年的最後一天，臺北市政府除了為市民們安排眾星雲集的跨年晚會外，還精心策劃大型花車參與的遊行嘉年華，最後更要以臺北101的煙火秀，與大家迎接新年的到來。

12月31日，歡迎你到臺北市政府前廣場，與我們一起高喊「5、4、3、2、1，新年快樂！」

參加市府前廣場跨年晚會

「你要怎麼過跨年夜？」儘管12月31日距離現在還有半個月之久，但早已有許多人積極規劃自己的跨年活動，把臺北市府前廣場倒數跨年晚會及101大樓煙火秀列為首選的人，更得早早做好計畫，選定進場時間，找個好地點，便能盡興享受萬人一起倒數迎新年的歡欣氣氛。

今年跨年系列活動很熱鬧，「遊行嘉年華」將於12月27日在信義商圈率先登場，別出心裁安排了2010臺北國際花卉博覽會、有線電視數位化等大型花車加入遊行行列，藉此讓大家了解未來

璀璨耀眼的101大樓煙火秀。（呂展源攝）

臺北市即將舉辦的國際性大型活動，遊行當天也有許多卡通明星一同參與，營造歡樂氣氛，讓現場小朋友High翻天。

12月31日晚間7點倒數跨年晚會登場，安排許多受歡迎的偶像藝人現場演出，讓大家一次看個過癮。因此要參加活動的你，下班或放學後可先回家休息一下，吃過晚餐後，整裝出發，搭捷運前往臺北市府前廣場，找好自己最喜歡的觀賞角度，準備欣賞一年一度的精彩表演，保證讓你不虛此行。

欣賞臺北101大樓煙火秀

101大樓的煙火秀精彩可期，目前已推出89樓觀景台的煙火震撼票。若不想人擠人，其實在臺北市地勢較高或無高樓遮蔽的地方，一樣可以欣賞到101煙火的美景。例如：象山山頂的三巨石、國父紀念館、眷村文化公園、內湖碧山巖、彩虹河濱公園、美麗華摩天輪等地，都是絕佳觀賞地點。

行家推薦觀賞煙火的最佳景點是象山，從臺北療養院旁依指標行走登山步道，順著石階登上三巨石，101大樓近在眼前，是欣賞101煙火的最佳角度。不過這裡腹地不大，可容納遊客數量不多，來此可要趁早。

此外，距離101大樓不遠，步行就可到推薦觀賞景點——國父紀念館，從光復南路的入口進入後，館內中山公園西南側的翠湖，湖面積有8,000平方公尺，最特別的是入夜可欣賞湖面上101的水中倒影，到此可拍到與眾不同的101大樓煙火美景。只是在此欣賞煙火秀得事先了解一下風向，以免風大煙大，看不清楚。

另一處101大樓步行可到的是位在莊敬路與松勤街口的眷村文化公園，有青翠草地與斜坡設計，每逢煙火秀都會聚集不少攝影同好到此，估計在此欣賞煙火秀的人也不少。

至於推薦最浪漫的觀賞地點，則是與心愛的人搭上大直美麗華摩天輪，觀賞遙遙相對的101大樓煙火，雖然比起前面幾個推薦景點，觀賞距離的確有點遠，但端坐摩天輪上，與情人並肩欣賞璀璨煙火，心裡、眼前都會是美麗絕倫的浪漫景象。

呼朋引伴參加餐廳倒數派對

不想在寒風中人擠人欣賞跨年晚會，或擔心找不到好角度欣賞

搭上美麗華摩天輪欣賞周邊夜景及煙火，另有一番情趣。（許斌攝）

選擇一處適宜的地點，才能欣賞到臺北101煙火秀的美景。（王維新攝）

101倒數煙火，不妨和三五好友或家人一起找家餐廳參加倒數派對，迎接2009年！

每逢年底，臺北市多家五星級飯店都會在自家挑高中庭或宴會廳裡，設計跨年倒數計時派對，廣邀民眾參加。飯店精心設計的派對，所費不貲，但有音樂表演、勁歌熱舞和美食佳餚。尤其在午夜12點的那一刻，大家齊聲歡呼Happy New Year，High到最高點，最適合呼朋引伴一起去。

整夜不睡
迎接2009年第一道曙光

不知何時開始，迎接新年的第一道曙光成了大家追逐的目標，彷若比鑽出被窩起個大早參加元旦升旗典禮，更叫人興奮。

儘管全臺第一道曙光不是落在臺北市，但是別灰心，只要找對時間，在沒有高樓或任何遮蔽物的地方，往東一瞧，在臺北市仍有機會看到日出，迎接屬於自己的2009年第一道曙光。

計劃好前一夜在市府前廣場，或臺北市的某一個角落歡樂倒數送走鼠年後，記得起個大早，找個地方欣賞曙光去。例如：臺北市和永和市交接的中正橋河濱公園、圓山中山便橋下，就是觀賞日出陽光灑落水面漂亮景觀的好地方。為了迎接明年的第一道曙光，臺北101也推出曙光票，讓遊客在清晨5點進場，體驗在世界最高樓頂端，聽著振奮人心的鼓聲，迎接第一道曙光的難得感受。

★晚會觀賞教戰守則

叮嚀1：搭乘公共運輸工具提前抵達及離開臺北市府前廣場，避免飽受找不到停車位及塞車之苦。

叮嚀2：穿著輕便保暖衣物，以免長時間欣賞晚會受涼感冒。

叮嚀3：今年12月31日是星期三，下班或放學後，可先吃飽再到現場，以免周遭擁擠找不到地方吃東西。

叮嚀4：不管跟家人還是朋友一起到現場，人聲鼎沸容易掩蓋手機鈴聲，因此進場前先約好散場或萬一走散時的集合時間與地點。

叮嚀5：在家上網或查報紙，瞭解市府前廣場的配置圖，以及晚會現場各項設施相對位置，更重要的是，要確認洗手間的位置。

叮嚀6：注意隨身攜帶物品，儘量不要把貴重物品帶上身，以免宵小趁機偷竊。

叮嚀7：保持好體力，散場時不妨走到距離最近的捷運站或公車轉運站，能較快搭上車。

★保暖裝備不可少

12月31日已是冬天，雖然人

跨年晚會當夜別忘了攜帶螢光棒，為自己的偶像搖旗吶喊一番。（高讚賢攝）

擠人的晚會現場，溫度難免高了些，但輕便、可穿脫式的保暖禦寒衣物，如外套、手套、帽子、圍巾等，還是備妥為佳；另外想要為自己留下難忘回憶，不妨攜帶數位相機，拍攝倒數計時的那一刻或是101的漂亮煙火都很棒；想要為自己的偶像搖旗吶喊一番的話，螢光棒是不可少的裝備，還有簽名簿和簽名筆則是偶遇偶像時，請他簽名留念的必要工具。

還有還有，擔心擠不到好位子，看不到舞台上的精彩表演，那麼盡可能地準備個望遠鏡吧！透過鏡筒就可隨時欣賞到熱情的演出。

★跨年活動相關訊息：

可上臺北市政府觀光傳播局網站www.tpedoit.taipei.gov.tw查詢。

彩虹河濱公園亦是觀賞臺北101煙火秀的最佳地點之一。（楊志雄攝）

鼎泰豐的師傅們忙碌地穿梭於疊疊堆起的蒸籠間。（馬景平攝）

讓品牌發聲
讓故事說話

文／Amelie

黑松沙士的獨特口味充滿臺灣味。（黑松公司提供）

多年前到奧地利薩爾斯堡時，家鄉的友人要我別忘了帶當地的莫札特巧克力回來當伴手禮，雖然莫札特巧克力到處都有，臺灣一些專營進口商品的超級市場也不缺，不過購自原產地又特別坐著飛機回來，更令人感到珍貴！

莫札特巧克力與薩爾斯堡在遊客的心中幾乎畫上了等號，那麼有哪些品牌是可以讓人聯想到臺北市呢？在重視城市行銷的今天，藉由與產品的互相連結做好彼此的品牌形象，已成為讓外來訪客甚至在地人更加熟悉並認同城市的方式。

為了讓所有讀者瞭解臺北市到底有哪些默默耕耘的品牌，臺北市政府觀光傳播局特別策劃《Made in Taipei——臺北品牌故事》一書，希望藉由此書的出版，讓大家知道這些品牌的奮鬥故事，同時也帶領讀者一起重新認識你所不知道的臺北市。

從中領略不同的品牌況味

為使讀者能充分領會各個不同品牌的故事和精神，《Made in Taipei——臺北品牌故事》特分為兩大篇：

在第一篇的「老故事，在臺北」中，筆者們實際走訪了19家從臺北市起家、並已超過一甲子的老店，其中有些店家更已超過百年歷史，並曾獲臺北市政府頒發百年老店的殊榮。

呼應著第一篇19家超過60年

即便夜已深，仍有不少饕客特地開車至金春發牛肉店解饞。（許斌攝）

以上的傳統老店，書中的第二篇「探未來，在臺北」則介紹以向外發展為標的，逐步在國際舞台上發光、發熱的8個品牌。令人驚歎的是，其中幾家不但擁有向外發展或集團經營的規模，更可說是伴隨著臺北市一同成長壯大。

除了民間的品牌經營外，事實上，臺北市政府在城市的品牌形象塑造上不僅不遺餘力也頗有成效，因此書中亦增添了「附錄：城市創意的領航員」篇章，介紹臺北市政府近年來在公共建設上的發展和成效，其中包括一度引起大家廣泛討論的小綠人交通號誌、受邀參與2010年上海世界博覽會的「WIFLY無線寬頻」、創造城市品牌與記憶的臺北城市紀念品、世界第一座釣竿式斜張橋的大直橋、創造便利生活的臺北捷運，以及垃圾費隨袋徵收等，都大幅提升臺北市在國際舞台上的知名度。

小花園繡花鞋是臺灣第一家繡花鞋店。（Shaeikei攝）

新舊夾雜的動人篇章

在第一篇的19家傳統老店中，大部分店家都分布於昔日臺北市最繁華的大稻埕地區，例如從懸壺濟世開始的苦茶之家、滿溢傳統糕餅香的龍月堂糕餅舖、走過輝煌年代的建興洋傘，以及洪春梅西點器具店、乾元行、林三益筆墨專家、林華泰茶行、有記名茶、波麗路西餐廳、信成油廠、林合發油飯店等，少部分則疏落散布於萬華、重慶南路、西門町、中山北路、內湖、士林，以及饒河街夜市內，像是德安青草

從傳統到現代，郭元益讓百年糕餅滋味代代傳續。（Shaeikei攝）

法藍瓷以深厚的東方文化底蘊在國際舞台上亮麗演出，圖為北京奧運授權商品。（Shaeikei攝）

掬水軒情人糖是四、五年級生難忘的甜蜜回憶。（小袁攝）

夜間的大直橋像一條銀河閃閃發亮。（王能佑攝）

店、峰圃茶莊、小花園繡花鞋、林田桶店、芳茂藥行、郭合記士林名刀，以及山東小磨麻油等。

在走訪老店的過程中，我們發現一個有趣卻又令人深思的問題，那就是，不少老店在國外的名氣似乎比在臺灣，或說是臺北市，還響亮。有不少店家表示，常是外國的旅客按圖索驥找到地方後，再轉告在地的友人。有的店家甚至指出，店內生意的大宗來自外國的觀光客。

為了讓讀者在閱讀時能較有系統，我們又從中細分為「工藝篇」、「賞味篇」，以及「商行篇」3大部分，如此一來，除店家的個別資訊外，讀者可從中挑選自己最有興趣的部分先行閱讀。同時我們也於當篇文章中附上各店家的基本資訊，讀者若有空的話，可實地造訪店家，從中領略不同於書中的樂趣。

第二篇中，由於是以一些已在國際上逐漸嶄露頭角的公司為主角，例如屢獲國際大獎的法藍瓷、從一根扁擔起家的郭元益，以及阿瘦皮鞋、欣葉台菜、鬍鬚張魯肉飯、黑松汽水、鼎泰豐等，因此除了精彩的品牌故事外，大家也可從中體會到企業轉型過程中，經營者的管理智慧，對於企業經營有相當企圖心與興趣的讀者，想必將可從中獲得不少啟發。至於附錄中所提及的市府建設與規劃，則可使讀者更加瞭解各項相關設施與源起。

觀光傳播局希望透過這本多達208頁圖文並茂的全彩書，引發讀者對臺北市品牌的認同與興趣，在越趨講究「名牌」的今天，大家也能發現從臺北市出發的品牌價值！

最後要強調的是，因資料收集與篇幅的考量，不免有遺珠之憾，對於此次未及刊載的店家，我們希望之後能有機會為臺北市的品牌做更為詳盡的介紹。

《Made in Taipei——臺北品牌故事》小檔案

規格：全彩25開

頁數：208頁

定價：230元

出版年月：2008年12月下旬

購書地點：臺北市政府出版品紀念品展售中心、三民、金石堂、誠品等各大書店及五南圖書文化廣場、國家書店等政府出版品展售門市。

老屋·新味

以歷史鋪陳的新鮮味

文／何儀琳　攝影／吳金石

頹圮的老房子，經歷了滄海桑田變遷，當人去樓空時，除了任屋簷逐漸毀壞、庭院慢慢被大樹掩沒之外，有沒有其他方式，可以保留住這一屋子的故事，讓老建築再展新顏？臺北人的步調越來越快，但這些老建築，由內而外所呈現出的從容與慵懶氣氛，更顯珍貴，倚著窗櫺喝咖啡，或在華美的屋簷下享用美食，老屋裡的新味，更是叫人著迷。

光影裡的悠閒浪漫

整修前曾經被形容成很像鬼屋的「臺北之家」，其實是一幢相當典雅的洋房。外觀為白色的2層樓西式建築，風格很類似美國南方的殖民式樣，在1926年興建完成，1953至1978年期間為美國駐臺大使館，美國前副總統尼克森來臺訪問時也曾在此下榻，直到1979年中美斷交，此館才封閉。

在塵封了將近20年後，被公告為三級古蹟的臺北之家終獲重生，由台積電文教基金會贊助6千萬元協助修復，於2002年11月10日正式開館，並委由侯孝賢導演擔任理事長的「臺灣電影文化協會」來經營，打造成為提供電影創意產業文化交流與作品展示之處，除了光點電影院、迴廊展覽館之外，還有一座享盡美麗花園風景的「光點珈琲時光」。

1樓的落地白格子窗前，是度過下午茶時光的最佳場所，當邊喝著迷人的卡布其諾，邊享受著陽光、綠意之時，幾乎忘了一牆之外便是車水馬龍的中山北路。來到這座以侯導的電影《珈琲時光》命名的咖啡廳裡，點杯用洋甘菊、薰衣草等調製出浪漫築夢精神的「巴黎不打烊（Orchestra Seats）」，搭上一盤香濃可口的手工甘納許（Homemade Ganache，生巧克力），周圍悠悠蕩蕩傳來《美好的時光》主題曲的樂聲，總是滴答作響的時光，彷彿也跟著緩慢了下來。

●光點珈琲時光

電話：2562-5612
地址：中山北路2段18號
推薦：巴黎不打烊（茶飲）、手工甘納許、熱拿鐵

來杯卡布其諾，享受悠閒下午茶時光。

臺北之家是由前美國大使館修建而成。

三坂橋會館以江浙菜著稱，總是吸引饕客來訪。

時髦復古江浙味

三坂橋會館

尋常的白日裡，若匆匆走過這條小巷，沒有因「三坂橋會館」的招牌而往黑鍛鐵門裡瞧上一眼，任誰都很容易忽略了這幢老房子。

這幢老屋的歷史或許流傳不廣，但「三坂橋會館」名稱的由來，卻別具歷史意義。原來在日治時代，中山北路2段附近有水圳（古時灌溉渠道）穿越，當地人為了跨越圳溝，於是以三塊大木板互搭成便橋，久而久之此區便被稱為「三坂橋」，在創業之初落腳此處的「三坂橋會館」，便援以為名。

這幢曾被棄置、又經過重新裝修的老屋，坐落在中山北路2段的巷子裡。門口兩株高聳的大榕樹，年紀大到讓人一眼就看出應該與老屋相處了一輩子；兩層樓的洋樓建築，依舊展現著典雅而氣派的模樣；半圓的露台、入口處的石柱，更讓人依稀想見當年它曾為日本名醫豪宅的風華。

原本藏身鄰近飯店裡的三坂橋會館，因緣際會進駐這幢老房子，道地的美食與現代而復古的氛圍，與老屋相輔相成。1樓前方的吧台適合談天，後方有著明亮天窗的餐廳區適合用餐，而到夜晚則有駐唱歌手的表演，流洩著動人的音樂；2樓的榻榻米包廂區則呈現純然日式風格，適合團體宴會同樂。三坂橋會館最拿手的是江浙菜，不管是費工費時、不油不膩的獅子頭，還是簡單卻少見的酒釀魚片，這裡的餐點相當多樣化，供應單人、雙人套餐及合菜，無論一、兩人或團體聚餐，從個人商業套餐到12人合菜菜單，都能滿足需求。

●三坂橋會館

電話：2581-9900

地址：中山北路2段11巷16號

推薦：酒釀魚片、紅燒獅子頭

三坂橋會館的兩層樓洋房建築，典雅而氣派。

位在徐州路的市長官邸，建於日治時代，為和洋混合式住宅。

市長官邸咖啡

沈浸文藝氣氛

能夠完整保留至今的老建築，大多都有一段過去的風光故事，位於徐州路46號的「市長官邸」，便是一幢大有來頭的老房子。在民國83年以前，除了吳伯雄之外，包括林洋港、李登輝、許水德、黃大洲等歷任臺北市長，任內都曾入住此處。市長官邸建於1940年（日本昭和15年），為和洋混合式的住宅，根據學者李乾朗的研究，此種佔地規模屬於第一級的官舍，與臺東知事廳同為保存最完整的日治時代官邸。

自1994年底起、時任臺北市長的黃大洲搬離市長官邸後，就再也沒有市長進駐，經過一段時間的規劃、設計、重整，市長官邸終於在1999年定位為藝文中心，重新對外開放，以文史哲沙龍為主軸的走向，讓這個擁有廣大庭院的老建築，出現了新氣象。

目前的市長官邸裡，有咖啡廳提供餐飲服務，面對著約100坪的前庭、後院，整個建築四周綠樹環繞，並有錦鯉魚池，環境十分清幽，不論是享用早餐、午餐、午茶或晚餐，都別有一番風味。天氣好的時候，開放式的廊下座位格外受歡迎，由於鄰近學區，不少學生或老師會點杯咖啡或沏壺茶，就著陽光綠意悠閒閱讀；中午則有上班族前來偷閒，點份養生何首烏燉雞湯套餐，或是道地的德國豬腳餐，每週變換菜色的商業午餐，隨時前來品嘗都有新意。

●市長官邸咖啡

電話：2392-9510

地址：徐州路46號

推薦：何首烏燉雞湯套餐、德國豬腳套餐、水果茶

何首烏燉雞湯套餐是市長官邸咖啡的招牌菜。

純白色洋房建築展現GALERIE Bistro當年的豪宅風華。

私宅低調奢華

儘管老建築的風華會隨歲月逝去，但其中發生的故事仍會在人心裡留下難以割捨的情感，尤其對於曾居住其中的屋主來說，更難以捨棄。位於南京西路後巷裡的「GALERIE Bistro」，就是一幢重新開始說故事的老房子。

這幢保存良好的老建築，經過整修之後，有著全然純白的外表，高聳的廊柱、門扉、廣大的庭院，隱約透露出當年的豪宅風華。儘管曾因屋主一家移民海外而空置20餘年，但在第三代的用心裝修後，這幢豪宅又展現全新生命，轉變成為低調而時尚的歐風餐廳。

在木框百葉窗裡，放眼盡是白色大理石、白牆、白櫃、白吧台、白地磚，加上白桌與白沙發，在這一片白裡，人與美食才是主角。開放式的廚房提供呈現食材原味、簡單烹調的歐式美食，灑滿陽光綠意的庭院，也讓用餐氣氛變得更輕鬆、更享受。無論是輕巧的法式薄餅（Crepe）、義大利麵（pasta），亦或全套豐盛的牛、豬、羊類套餐，都能讓人宛如身處地中海畔，充滿優雅舒適感受。

●GALERIE Bistro

電話：2558-0096

地址：南京西路25巷2號

推薦：水牛番茄乳酪（前菜）、法式薄餅（Crepe）

焦糖香蕉蘭姆巧克力薄餅是店內的招牌。

西門紅樓內的町西茶喫充滿濃濃懷舊風情。

走進時光走廊

町西茶喫

在老建築裡，尤其能讓人體會復古創新的意義，「町西茶喫」便是一處讓人重新體會歷史之美的角落。位在西門町最具代表意義的「紅樓」裡，町西茶喫所營造出的，不僅僅是沉重的歷史感，更有結合創意後的新鮮感，讓人發覺傳統的價值不僅在老房子裡，還有其所代表的年代及文化。

走進西門紅樓，從1908到2008，今年適逢百年紀念，在八角樓正中間展出的是「百年祝福紅樓物語」特展，展現紅樓歷經賣店、商場、劇院等種種歲月的歷史及相關文物。而位於右側的「町西茶喫」，則以1930年代的臺灣喫茶店風情迎接著來客，斗大的上海姑娘海報、富有歷史感的復古沙發及古老閱讀燈等，營造當年最流行的喫茶店模樣。

此外，店中所提供的茶飲也相當有特色，以臺灣茶文化為主軸的設計概念，創造出許多少量烘焙的新鮮茶口味，以臺灣紅茶跟香蕉、巧克力等風味結合，充滿創新口感。除了茶之外，還有各種精心製作的中西式餐點，以及令人回味無窮的甜點，可以在此享受一場充滿老臺北風情的下午茶。

●町西茶喫

電話：2314-3566

地址：成都路10號

推薦：望春風（茉莉香片熱茶）、桂花釀有機綠茶（冰茶）、荔枝蜂蜜豆腐蛋糕、千層豬排套餐

町西茶喫提供各式新鮮烘焙的臺灣茶。

中山堂內的堡壘咖啡由先總統蔣中正先生的貴賓接待室改裝而成。

沈穩大器典雅風

堡壘咖啡

在車潮、人潮川流不息的中華路旁，有座自1936年矗立迄今的二級古蹟——中山堂，它曾經是清朝布政使司衙門、日治時代臺灣總督府及公民集會所，現在則作為各類藝文音樂活動的舉辦場所。從充滿政治意味的建築轉變為藝文中心，中山堂的外觀沒有太多改變，但是廣場上的面貌卻大相逕庭，而在這充滿藝文氣氛的館廳裡，還有處可以供人體會典雅氣氛的「堡壘咖啡」。

現位於2樓的咖啡館所在地，其實曾是先總統蔣中正先生夫婦所喜愛的貴賓接待室——堡壘廳，挑高的天花板上有繁複的裝飾，加上厚重的木門與餐桌、餐椅，充份展現其沈穩大器的風格。當年達官貴人才得進入的貴賓接待室，變成人人皆能登堂入室的優雅廳堂，堡壘廳依舊不減其典雅華美的風範，除了可以倚窗俯瞰中山堂廣場之外，天氣晴朗時，也可以走上露台座位，在陽傘下享受戶外慵懶情調。

來到堡壘咖啡，除了喝咖啡、享受下午茶之外，各種主廚特製美食也相當值得品嘗。餐點以地中海式風格為主，口味相當出色，如搭配橄欖、番茄等食材的地中海式蒸烤魴魚伴明蝦，便是一道能充份體現地中海式口味的招牌菜；此外，諸如馬賽海鮮湯、西班牙海鮮飯等傳統地中海美食，風味也都相當道地。

●堡壘咖啡

電話：2381-9551

地址：延平南路98號

推薦：地中海番茄橄欖蒸烤魴魚伴明蝦、碳烤無骨牛小排

馬賽海鮮湯充滿道地地中海風味。

水都溫泉會館

慢賞北投溫情山水

文／宋祖慈　攝影／許斌

水都溫泉會館位於北投地熱谷旁，以坐落位置來說約在北投溫泉區的中心，作為深度遊覽北投的住宿點，可以安步當車地走訪溫泉鄉各景點。

1樓大廳擺放造型圓潤的籐製家具。

北投地區的溫泉旅館是個競爭激烈的環境，7層樓的水都溫泉會館屬於中型規模，不是最新的、但是剛完成了全館裝修——增加了房間數，並將2樓原來的SPA水療區都改成了客房。

由於北投溫泉旅館區沒有足夠的停車空間，水都提供代客停車的服務，並於每個整點有免費接駁車在捷運北投站與捷運新北投站迎客。如果由捷運新北投站步行到旅館也不會太辛苦，因為沿途會經過北投最受歡迎的景點，例如：已有90多年歷史的北投公園、北投圖書館、溫泉博物館及地熱谷等。

複合式服務　兼具休閒與便利

水都溫泉會館的1樓大廳散放著中式貴妃榻和造型圓潤的籐製家具，風格雖不統一，倒透露出一點遊戲感。2樓以上是客房、5樓是餐廳和包廂，露天風呂則設在7樓，是提供餐飲、溫泉及住宿等複合式服務的飯店；每到年底經

卡非石榴包是道頗具特色的宴席菜。

1樓大廳設計風格透露出一點遊戲感。

常有公司聚餐或尾牙選在水都舉辦，一群群的同事們吃過晚餐還可以繼續泡湯同樂，氣氛十分溫馨。

5樓的餐廳「滬悅樓」今年才開幕，滬悅樓主廚廖寶源是前君悅飯店的主廚，從17歲就開始做上海菜，是很資深的大師傅。廖寶源說，他們的菜單以上海菜為主，但現在的美食趨勢都走融合路線，所以客人想吃什麼菜，只要他會做，都能依照客人的需求來服務。所以你可以在這裡吃到道地的蒜燒黃魚、雪菜百葉和本幫炒鱔糊，但想吃佛跳牆也照樣可以。

廖寶源認為，餐廳開在北投就得跟臺北的上海餐廳有所區隔，一方面價格比較便宜，一方面走健康取向，少油少鹽，把上海菜的重口味改良了。針對客源的多樣化，有為國際觀光客及泡湯遊客設計的個人套餐，也有為當地居民宴客準備的桌菜、單點菜色，連席開二、三十桌的喜慶宴會都沒有問題。例如「干燒明蝦球」就是稍微改良過的上海名菜、「卡非石榴包」則是道宴席菜，把蝦仁以咖哩、芥末調味，再用石榴形小包盛裝起來，是造型手路菜。

配合滬悅樓的美食服務，改裝後的水都增加了2間「經典包廂房」，讓房客多一個在房間內用餐的選擇。經典包廂房約有15坪，可用拉門隔開的空間各放置一張大圓桌與雙人床，提供客人用餐、唱卡拉OK、泡湯及住宿使用。水都企劃部陳怡婷表示，早期的北投飯店都有這樣的複合式服務，甚至還有獨特的「那卡西」文化，後來溫泉飯店逐漸轉變，這種古早味的風格就沒落了。設計經典包廂房便是希望重現早期泡湯還加上杯觥交錯、歡唱淋漓的樂趣，最多可提供6人使用。為避免干擾其他客人，包廂房設在餐廳所在的5樓。

兩種浴缸享受北投白磺泉

水都溫泉會館每間客房都設有溫泉浴池。重新裝修過的房型分為精緻標準房、風情湯坊、水都套房、豪華套房，及2間經典包廂房和1間VIP房。其中風情湯坊共9間，保留水都原有的觀音石浴池，陳怡婷指出，觀音石浴缸

豪華套房用籐製家具佈置出小客廳。

水都處處都可見特色家具。

的古早味是許多北投泡湯客最眷戀的部分，所以仍然保留了一部分。

水都其他房型搭配的都是幻彩氣泡浴池，現代感的白色浴缸增加了氣泡功能和會變換顏色的LED燈，較受年輕客層歡迎。陳怡婷介紹說，這種氣泡浴缸的設計比一般按摩浴缸的水流舒緩，不但增加趣味，也能增進泡溫泉的功效。

水都套房是最主要的房型，共有28間。8至12坪的空間有一大床或兩小床的配置，加上一張籐製躺椅，設計則走簡約風格；寬敞的浴室設有幻彩氣泡浴池，大小足夠兩人同時泡湯。豪華套房則更大一些，用籐製家具佈置出小客廳。各種房型都提供住宿或泡湯使用（泡湯使用時間平日為2小時、假日90分鐘）。

北投地區的溫泉泉質分為白磺、青磺、鐵磺3種。溫泉飯店所供應的多以白磺泉為主，水都也不例外。白磺屬酸性硫酸鹽泉（Ph值3～4），略有硫磺味，曾有資料顯示對慢性關節炎、筋肉炎、神經痛、神經炎等症狀有效，並可恢復疲勞。如果覺得只泡房間裡的浴池還不過癮，水都溫泉會館的大眾池設在頂樓，適合晚上泡湯欣賞夜景和呼吸新鮮空氣。露天風呂有兩個熱池、一個冷水池和一座鵝頸衝擊池，不分男女、需著泳衣。

水都的經典包廂房提供用餐、唱卡拉OK等多功能用途。

順遊古蹟　不可錯過

住宿北投，有些景點不可錯過。如普濟寺和北投文物館：從水都出發，由中山路左轉溫泉路不到50公尺，可見到一段通往幽靜佛寺的琪哩岸石階，山丘上便是市定古蹟普濟寺；早起散步，可以來這裡參觀目前全臺僅存的日式真言宗寺院，木造建築非常有特色。

北投文物館則會是細膩的古今對照：北投文物館的前身是「佳山旅館」——北投地區開始發展溫泉旅館之初（日治時代），旅館業者大多是半官方的日本人，如「天狗庵」、「松濤園」，而佳山旅館是其中頗高檔的一家，佔地800坪，建築式樣則是當時日本旅館建築最常採用的「書院

造」型式。當你在現代化的溫泉飯店過了一夜之後，看看80年前的溫泉旅館長什麼樣子，會讓北投之旅更加深刻。

水都溫泉會館小檔案

地址：光明路283號
電話：2897-9060
傳真：2897-9065
網址：www.spaspringresort.com.tw
交通：搭乘捷運淡水線於北投站下車，再轉搭新北投支線於新北投站下車，步行由中山路往上走，經過北投溫泉博物館，遇叉路向右走約 3 分鐘即可到達。

客房設備

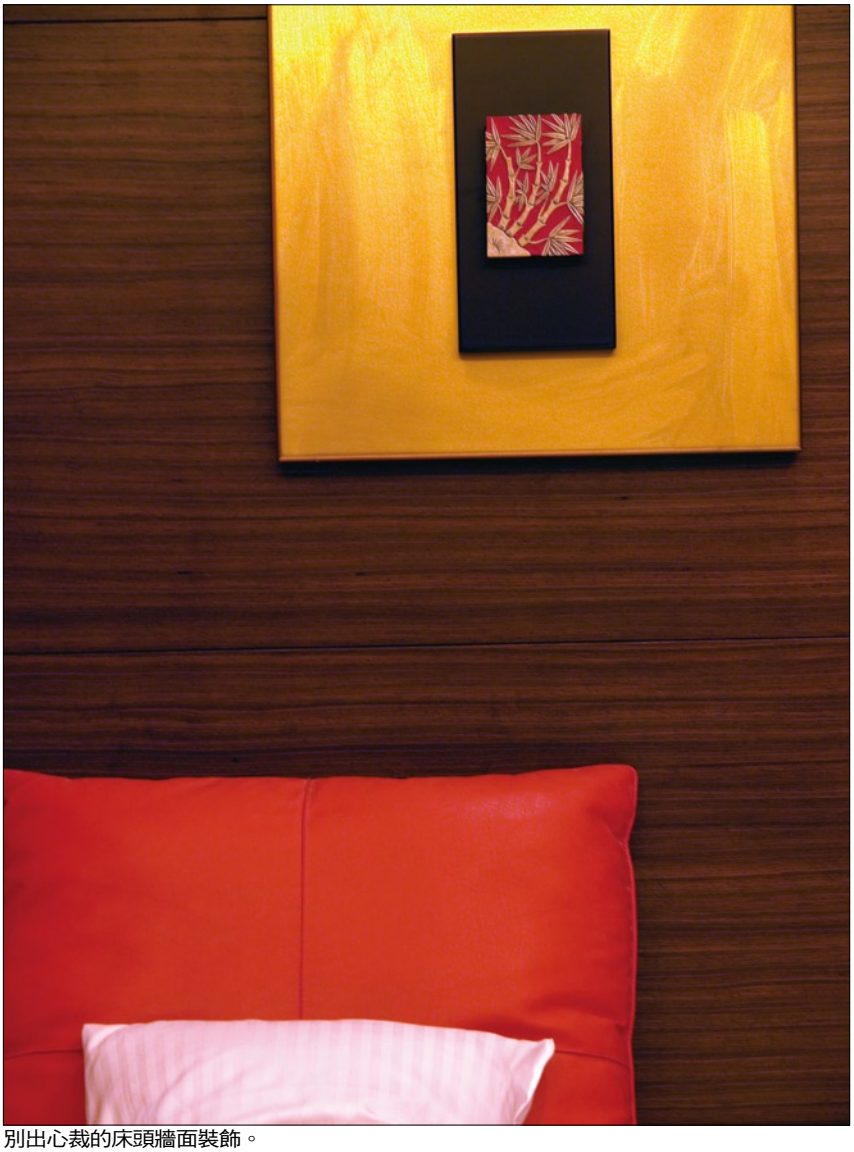
★全館免費無線、有線寬頻上網
★迷你冰箱
★自助式早餐
★免費早報

房型與房價

共有6種房型：精緻標準房、風情湯坊、水都套房、豪華套房、經典包廂房、頂級VIP房。房間定價從5,800元至15,000元不等；淡旺季及平假日皆有不同優惠，歡迎來電洽詢。

服務項目

★附屬設施：滬悅樓上海料理—套餐、單點、筵席、會議，電話2897-9060轉5180
★代客泊車、叫車服務
★免費接駁車8:00～22:00，每整點50分水都出發→每整點於捷運北投站，停靠於捷運站出口處左手邊（公園路邊）→每整點10分於捷運新北投站，停靠於捷運站前噴水池的馬路邊
★大液晶電視
★幻彩氣泡式水療溫泉池（部分為觀音石浴池）
★客房內皆有溫泉供應
★住宿房客免費使用露天風呂大眾湯（需著泳裝）
★客房礦泉水、茶包免費供應


別出心裁的床頭牆面裝飾。

水都的露天風呂可邊泡湯，邊呼吸新鮮空氣。

心靈的喧囂與寧靜同場上演

誠品書店敦南店

文／簡愛立　攝影／許斌

那夜，赴了一個老朋友的約，已經好久不見，聽其他人說「它」前陣子做了微整形。它姓「誠」，名「品」，家住敦化南路與安和路交叉口，人稱「誠品書店敦南店」（慣稱：敦南誠品）。其實，它是許多人的老朋友，交遊廣闊，不限這城市、這島嶼，這世上許多愛閱讀、愛藝文的心靈都喜歡與它交往。

老靈魂、文藝風，愈見圓熟活躍

然而，敦南誠品一點也不老，它才19歲又9個月大，芳華正茂的它只是有副承載著15萬書種、20萬書冊的知識老靈魂罷了。它之所以在今夏短暫封館、進行為期40天的內部改裝，是為了讓自己看來更有活力，讓人更耳目一新。幸好，走上前去，書店戶外廣場的一隅，細瘦的燈箱招牌熟悉依舊，映出白底黑字的書店名稱。9年多以來，它亮如永晝，堪稱24小時永不熄燈的知識便利店；在這裡，知識向來是唾手可得的文化商品，選逛查看、瀏覽咀嚼，喜好由人。

1989年創店之初，原定位自己為小型人文藝術專業書店，僅止於小而美的低調存在。2年後，決定與更多愛書人廣結善緣，擴張了

誠品書店中、外文書籍種類豐富。

營業面積、增加書種，也拓展了畫廊、藝文空間。來到7年覺癢的騷動期，已蓄積了更多藝文動能的它，於1996年遷移至現址，集結5個樓面共3,000坪；臺灣第一個涵括音樂視聽、設計精品、美食餐飲的複合文化場所誕生，當然書店面積也大器地展坪至750坪，舉凡人文、藝術、商業、史哲等中外文書籍與雜誌一應俱全，主題選書陳列從不間斷，全方位服務各式各樣閱讀胃口的人們。此後，敦南誠品愈見活躍，從藝文講堂發聲開講、各式表演藝展書展跨界舉辦，到書店24小時不打烊服務。

既寧靜、又喧囂，愈讀愈有味兒

日日歲歲，敦南誠品在情調一致的淳厚木質內裝陳設下，伸出溫厚的臂膀，環抱每個行走、駐足、坐臥、觀覽、思索、遊逛、吃食此間的人。點點滴滴，空間與人群相濡以沫，書中自有可親可疏的無盡瑰藏，你我身旁也有一心愛書的黃髮垂髫、各色異鄉客。來到今日，街市中、百貨間、醫院內、地鐵站皆有誠品書店風景，但唯有敦南誠品聚集最多愛書人，只因它是全臺灣最初的誠品、唯一24小時燈火通明的誠品。

是的，這些時光我們一直都在閱讀著，有慷慨激昂，有波瀾不興，而且全在個人方寸間開展。喧囂的閱讀，就在人與書的對話裡、人與人的邂逅裡；寧靜的閱讀，則在心靈與心靈的靜默、木頭味與咖啡香的交融，刻刻秒秒上演著。我們讀著書的同時，也在感受書店，甚至被書店逆向閱讀，凝止成瞬間即永恆的書店風景。

誠品書店24小時不打烊，是許多愛書人的心靈避風港。

誠品敦南店全方位服務各式各樣閱讀胃口的人們。

解密小檔案

創店：1989年3月12日

遷店（現址）：1996年10月12日全館開幕。

改裝：2008年9月1日封館改裝40天，10月11日重新開幕。

建築特色：

- 1996年新落成，姚仁喜先生設計，以淳厚木質內裝表達溫潤感。
- 2008年微改裝，陳瑞憲先生設計，全館以新古典主義為概念。

文化創舉：

- 24小時不打烊：1999年創店10週年慶，啟動書店不打烊服務。
- 書店沙龍：1997年10月1日第一期「誠品講堂」開講，首創國內書店「講學」風氣，開課走向為藝術、建築、文學、音樂、風格生活。
- 封街嘉年華：1996年遷店開幕，與臺北市政府合辦「音樂．文化．安和路」。2008年重新開幕，與臺北市政府觀光傳播局合辦「城市之美．風格地標——想像與未來的東區文化地圖」。
- 共譜城市：2008年10月重新開幕，邀請知名地景藝術家游文富，以「竹變」為題，在書店前的敦化南路綠帶上，插立8萬根紅色長竹籤，詮釋公共空間的多元可能性。

逛賞重點：

- 新增「誠品選品推薦書區」，每月規劃不同主題進行書籍推薦，突顯書店想傳遞的閱讀定位與品味。
- 規劃「藝術書區」，以黑檀木、長桌、皮椅打造古典優雅氣氛，舉凡建築、設計、音樂等中外文書籍，都可在此找到。
- 兒童書店改名「誠品童書舖」，更著重精選與推薦，給予大小讀者選書導引；另有風格文具館、音樂館、視聽室與畫廊，亦同位於B2樓層。

社區聯誼之舞
排舞

文／鍾文萍　攝影／楊智仁
採訪協助／大都會排舞推廣中心、臺北市國際排舞協會
示範／吳隆香、陳秋碧、趙麗玉、楊淑瑞、周明璋、蔡碧雲

進入朱崙區民活動中心內的排舞教室，一群穿著牛仔勁裝的女舞者正隨著輕俏的「失戀陣線聯盟」起舞，一邊跳還一邊說笑，相當開心。你不由驚歎，不知是運動保養得宜、還是歲月對這群女人特別厚愛，五、六十歲的一群婆婆媽媽，看起來依然身形窈窕、光彩照人。

大都會排舞推廣中心創始人吳隆香表示，這種以舞會友的家庭派對，最早是美國西部鄉村居民在慶典聚會或傳統節日裡的重要餘興節目，稱為「西部排舞」（Western Country Line Dance），不分男女，親朋好友聚在一起排排站、面對面、手拉手，無所謂跳得好不好，跳得高興最重要；沒有繁瑣的禮儀，也沒有硬性規定的舞步，只消隨著音樂輕快節奏自然搖擺的集體舞蹈，跳著跳著流傳到世界各地，遂形成現今超紅火的排舞風潮。

跳排舞，既可保持好身材，又可拓展社交圈。

排排跳的團體舞

吳隆香是將排舞帶進臺灣的第一人。80年代她移民加拿大多倫多，原本只為了拓展在異國的社交圈，參加僑界活動而首次接觸排舞，沒想到這一跳不僅跳出興趣來，原本孱弱的身體居然勇健不少，「這雙舞鞋更加不想脫下來！」2001年返臺，跳舞成癮的她顧不得還沒完全適應，每日清早就在住家旁邊、遠企附近的小公園放著音樂跳起舞來。路過的鄰居看著覺得有趣，紛紛要求學舞，人數多到小公園容納不下，便成立排舞團體免費開班教舞；7年後的今天，臺北市與其他縣市均成立了頗具規模的排舞團體協會，全省正式、非正式的會員多達數萬人。

跟著跳就對了

與一般舞蹈最大的不同在於，排舞沒有一定的舞步形式。它結合現代舞、拉丁舞，展現豪邁動感的熱情；受到華爾滋、恰恰、倫巴等國標舞的薰陶，跳出浪漫優雅的舞姿；接收曼波、迪斯可的洗禮，舞步明快活潑，後來又溶入美國黑人的打擊樂與搖滾樂、街舞，自由活潑的特質更加明顯。大多的舞蹈都有特定的音樂與舞步，唯獨排舞不同，它宜動宜靜，可以節奏強烈、火辣奔放，也能文靜優雅、經典曼妙；換言之，排舞集合了各家舞蹈精神，並將舞步節奏簡化，非常簡單易學。

學排舞，不受年齡、性別限制，不必講究舞藝，不需舞伴，不必擔心與異性肢體接觸擁抱的尷尬；一般舞蹈要學才能跳，排舞完全不必，也不需強記動作，跟著跳就好了，就算跟不上也沒關係，幾乎沒有門檻限制，是排舞最吸引人之處。

資深教練陳秋碧玩笑的說：「我們不收舞林高手的！」吳隆香則強調，排舞沒有技巧，只要運動！一開始只要像做體操似的，跟著大家一字排開，跟隨前排老師或教練的步伐，跳著同樣的舞步，踢腳提腿、扭擺旋轉、拍手進退，很快就能上手。由於動作整齊劃一，人數眾多的排舞

表演，頗有「數大便是美」的壯觀氣勢，經常成為各大運動會的開幕熱身舞蹈，可以帶動現場成千上萬的民眾舞動High翻天！

左鄰右舍超火社交舞

「每天一萬步，健康有保固」，排舞跳1小時即可達到8千步左右，可見運動量不小，但運動強度卻十分溫和，從1歲到100歲都能跳，而且單是簡單的動作就可以鍛鍊身體多部位的肌肉關節，消耗熱量脂肪，還可以刺激頭腦、減少老人癡呆，對中老年人非常具有吸引力。

只是臺灣人大多生性保守，特別是銀髮族常擔心被年輕人笑稱「老來俏」，總覺得在大庭廣眾下扭腰擺臀十分難為情。吳隆香笑著說：「排舞的好處之一，就是可以『混』在一大票人群中一起跳，人多膽子大，很多人因此發現，跳出第一步，一點也不難。」許多走出廚房的主婦、退休的公務員、筋骨僵硬的阿公阿嬤，以及忙得沒空上健身房的上班族，就在火熱的團體排舞中，重新煥發了火紅的青春活力。

排舞的魅力在哪裡？問問學員最清楚。35年次的趙麗玉從國小老師退休後便開始習舞，困擾多年的氣喘居然不藥而癒。現任健保局總局護理長的楊淑瑞親眼見到院裡的糖尿病患者自從開始跳排舞，再搭配多喝水，血糖完全恢復正常。她表示：「人老從腳開始，而跳排舞是訓練腳力相當理想的方式。」

除了著眼健康，這種「社區聯誼之舞」也有助於認識新朋友、拓展社交圈、讓心情更開朗健康。周明璋自台塑集團高級主管退休，從一開始無法自工作抽離的落寞，到如今每天清晨在榮星花園免費開課，他感性地說：「教舞是一種健康佈施。」學生時代就熱愛土風舞、後來卻因為工作暫時中斷，如今再跳排舞其實是圓夢。他說，排舞舞曲

排舞沒有地點限制，室內室外皆宜。

經常從熟悉的西洋老歌取材，而因為跳排舞很輕鬆，「一點也不喘」，大夥兒經常一邊跳著，一邊跟著哼唱「雨的旋律」（Rhythm of the Rain）、「給約翰的一封信」（A Dear John Letter），順便回味年少往事，對他來說，沒有比這更愜意的享受了。

你跳舞嗎？一人跳舞不寂寞，多人跳舞更好玩，一起來跳排舞吧！

裝備教室

A.場地

排舞場地大小不拘，室內室外也幾乎不設限，社區活動中心、公園、學校操場、廟宇廣場、公寓騎樓甚至家裡都可以，只要有音樂與一小片空地，隨時隨地都能跳。

B.服裝

練習時以材質吸汗的衣褲為宜，為了便於展現肢體動作，上衣以輕鬆但合身的款式較為理想。由於排舞源起於美國西部，因此許多舞團正式表演服裝以全套牛仔裝為主，並可依照個人喜好與舞團風格搭配牛仔帽、羽毛、領巾、腰鍊等飾品，更具整體風格。

C.鞋子

排舞鞋應該是學習排舞最基本也最重要的裝備。由於排舞有許多踢、點、甩、跳的腳步動作，鞋子以鞋底前端與鞋跟兩點加厚的球鞋較為適宜，材質方面則以柔軟舒適的防水布或小羊皮為上選。

相關資訊

中華民國大都會排舞協會：
www.metrolinedance.com
臺北市國際排舞協會：
www.taipeilinedance.twmail.net
臺北市體育處市民運動服務網：
flash.tms.gov.tw/aboutus.htm

跳排舞搭配牛仔褲及球鞋，更具整體風格。

12區走透透 認識活力新臺北

本刊自7月起擴大發行，每月分區把畫刊送到全市每家戶，希望帶動更多市民加入閱讀臺北的行列。配合發行計畫，我們陸續報導臺北市12個行政區的活力新貌，這期我們就來趟松山、信義之旅吧！

文／宋祖慈　攝影／王能佑　繪圖／林佩君

松山區

水陸空交會　直達幸福社區

松山區是臺北市唯一陸、海、空運三者齊備的區域，交通樞紐的角色也隨著運輸工具的不斷更新，讓松山區的面貌在半個世紀以來有了很大的轉變。松山區舊稱錫口，松山區區長余淑媜解釋，錫口指的是「河流彎曲之處」，而松山區的發展就是從基隆河河運開始的。早在水運發達的清朝，錫口是基隆、宜蘭到艋舺（今萬華）間的必經之地，基隆、宜蘭的貨物船行運到錫口剛好一天，暫泊之後繼續運往臺北城或經由淡水河出海運往大陸，錫口碼頭和現在的饒河街一帶，當年還有「小蘇州」的稱號。

隨著基隆河逐漸淤積、河運功能也被鐵路所取代，松山位在從臺北到基隆的縱貫鐵路路線上，許多老一輩人要到臺北或萬華，還是習慣到松山火車站搭火車。今年松山火車站完成地下化，火車最後一天行駛在地面上時，還有不少人特別等在平交道邊和這個景象道別；未來的松山新站將有臺鐵和捷運在此設站轉運，高鐵路線則會經過。至於興建中的捷運松山線，則全線皆採地下化，完成後將連接新店線、小南門線，並可轉乘南港線、淡水線、新莊線、木柵線。松山線長約8.5公里，由南港線之西門站西側經中華路、塔城街向北過鄭州路後轉天水路接南京西路，續沿南京東路偏向東南轉八德路4段繼續東行，至臺鐵松山站後站廣場止，計畫將於民國102年通車營運，屆時從松山站到西門站僅需15分鐘。

大臺北地區唯一的機場——松山機場則位在松山區的西北角，除了經營各國內與離島航線，並於民國97年7月4日起定位為兩岸直航機場，已啟航的週末包機擴增了大陸航線。松山機場讓大臺

北的運輸擁有空運的便捷，不僅有利於觀光產業的發展，也強化了「臺北科技走廊」的國際競爭力。為了擴大松山機場對大臺北地區的服務範圍，市府就市區公車的現有路線重新調整班次，並配合內科、南軟、信義商圈等地區增加更密集的路線服務；城際客運部分，市府則已報請公路總局就現有基隆、宜蘭國道客運路線延駛至松山機場。

松山區擁有現代化的陸、空交通條件，政府規劃未來將重現基隆河水運風華，預計民國98年底將會完成河岸碼頭新建及改善工程。希望屆時能讓遊客從關渡、大佳河濱公園等地搭乘遊覽船，至彩虹碼頭（即錫口渡船頭）下船，到饒河街夜市品嘗美食；或搭乘火車至松山火車站後步行參觀松山慈祐宮、逛夜市，再搭船一路玩到淡水，以人文觀光遊憩的角度再造基隆河河運功能，讓松山再現「小蘇州」的獨特魅力，而且變得更好玩。

安全社區　健康城市

松山區從民國96年開始推動健康城市並申請加入WHO世界衛生組織健康城市聯盟，致力於社區健康關懷、健康促進、環保、生態、文化等工作，已於今年通過會員認證。余淑媗說，通過認證只是個開始，松山區民藉由這個共同的信念，可以結合社會資源，打造健康、安全、生態的幸福松山，讓整個社區的生活品質更符合大家的期待。

饒河街夜市美食雲集，是臺北市的大型觀光夜市之一。

彩虹橋的S型曲線，在基隆河上綻放獨特的風采。

松山區許多關心環境的社區發展協會就是幸福松山永續發展的一大助力。目前全區共成立25個社區發展協會，各自有其關心的課題。余淑媗舉例介紹例如範圍涵蓋10個里、由300多位里鄰長於民國82年成立的「民生社區發展協會」。民生社區是民國56年申請美援基金貸款，採集體規劃、聯合開發建立的第一個美式示範社區；區內共有11座大小公園，最小巷道均超過6米，街道並採「田」字型規劃，條條馬路均有喬木、人行道及分隔島樹，呈現綠意盎然的景觀。「民生社區發展協會」開辦了許多關於健康養生及休閒等實用課程，如瑜珈、太極導引、舞蹈、繪畫及英語會話等，深獲居民喜愛。

「東榮社區發展協會」則是致力推廣社區的環境衛生，曾經榮獲第9屆環境保護模範社區。為了推廣健康飲食的概念，「東榮社區發展協會」特別邀請市立聯合醫院的營養師輔導社區內的餐廳，研發更具健康概念的菜色，並協助餐廳在菜單上以綠、黃、紅三色來標示熱量分級，目前合作推出健康低熱量套餐的餐廳有8家之多。這也是松山區推動健康城市的成績之一。

此外，會員人數只有50多人的「復建社區發展協會」可說是復建里全民參與的社區發展協會，每一條巷弄都有居民代表參加，最特別的是他們成立了「復建社區植物園」，植栽數達1,400餘株，並細心製作標示牌、導覽圖，把街道巷弄每個角落變成了花園。余淑媗指出，社區發展協會與松山社區大學都積極協助社區經營，是一群可愛的好鄰居。

分區發展　迎接2009聽障奧運

松山區持續進行的分區發展規劃包括4個次分區。三民次分區的重點有：改善基隆河沿岸景觀，重新規劃彩虹橋及兩端的景觀設施、河濱公園，構成河濱綠帶系

「復建社區植物園」把平凡的街道巷弄變成了花園。

統，並新建彩虹碼頭，結合水運觀光路線。彩虹橋是基隆河上一座很特別的景觀地標，這座連接內湖新明路與松山饒河街口的彩虹橋橋體是S型的曲線，淨寬4.5公尺、全長約167公尺，只提供行人行走及牽引自行車，不開放汽機車通行，是全臺第一座S型跨河人行橋樑。木質的欄杆、粉紅色及淡藍色的地磚，讓過橋的行人多了一派悠閒，不但銜接松山、內湖兩地，還為居民提供輕鬆跨越基隆河兩岸的休閒綠帶生活圈。未來加上彩虹碼頭的休閒航線，水岸生活的樂趣就更多了。

東社次分區中，中泰賓館改建案規劃提供1層樓的活動中心供區公所使用；本鎮次分區的重點則在捷運廣場專區、饒河街商圈更新、規劃從慈祐宮到臺北偶戲館的慈祐藝文特區，以及老舊紅磚人行道全面更新。

中崙次分區的發展重點則是預定改建中崙市場及臺北體育園區。原來臺北市民熟悉的臺北市立體育場及臺北體院籃球館拆除以後，市府於敦化北路、八德路口舊址興建了一座新的臺北體育場，預計在明年4月完工。新的臺北體育場將會是臺灣第一座取得國際田徑總會（IAAF）認證的場地，且是符合世界足球總會（FIFA）規範的標準足球場；臺北體院籃球館的原址則新建為松山區運動中心。臺北體育場預計可容納超過2萬人，它將會和敦化北路、南京東路口的臺北小巨蛋連結成臺北的體育園區，並作為2009年臺北市首次主辦聽障奧運時的主場地。

錫口文化節　形塑文化特色

區長余淑媗認為，除了交通樞紐的印象，松山區的區域特色在市民的印象中或許還不夠深刻，如果能透過基層藝文活動形塑文化特色，是讓民眾可更了解松山的機會。近年松山區以「錫口文化節」為主題，舉辦「萬人舞元宵」與「河．母親．愛」2項活動，前者結合松山慈祐宮於元宵節舉辦，有元宵晚會、花燈展、民俗文化趕集與萬家河岸提燈嘉年華等兼具文化傳承意義的內容。如果你曾感歎現在的小孩只能過西式的萬聖節，那麼明年過年時，記得帶小朋友來提燈籠踩街。

而從去年開始於母親節前夕舉辦的「錫口文化節－河．母親．愛 」，則取基隆河之於松山區就如同母親一般的含意命名，農曆3月23日（約國曆4月下旬）又逢媽祖誕辰，慈祐宮舉辦遶境、傳統戲曲與藝陣大匯演，再加上饒河街夜市的週年慶活動、河岸音樂會，組合成內容豐富的文化節；宗教民俗、商圈、水岸和新移民活動在母親節前夕展開，長達2週於慈祐宮、彩虹橋松山段河濱公園等地陸續登場。余淑媗邀請大家在明年的文化節之前，參考區公所網站規劃的「松山一日遊」路線，或參加文史導覽（分松山基隆河水岸導覽及民生社區綠廊道導覽2條路線）體驗幸福松山。

松山區公所

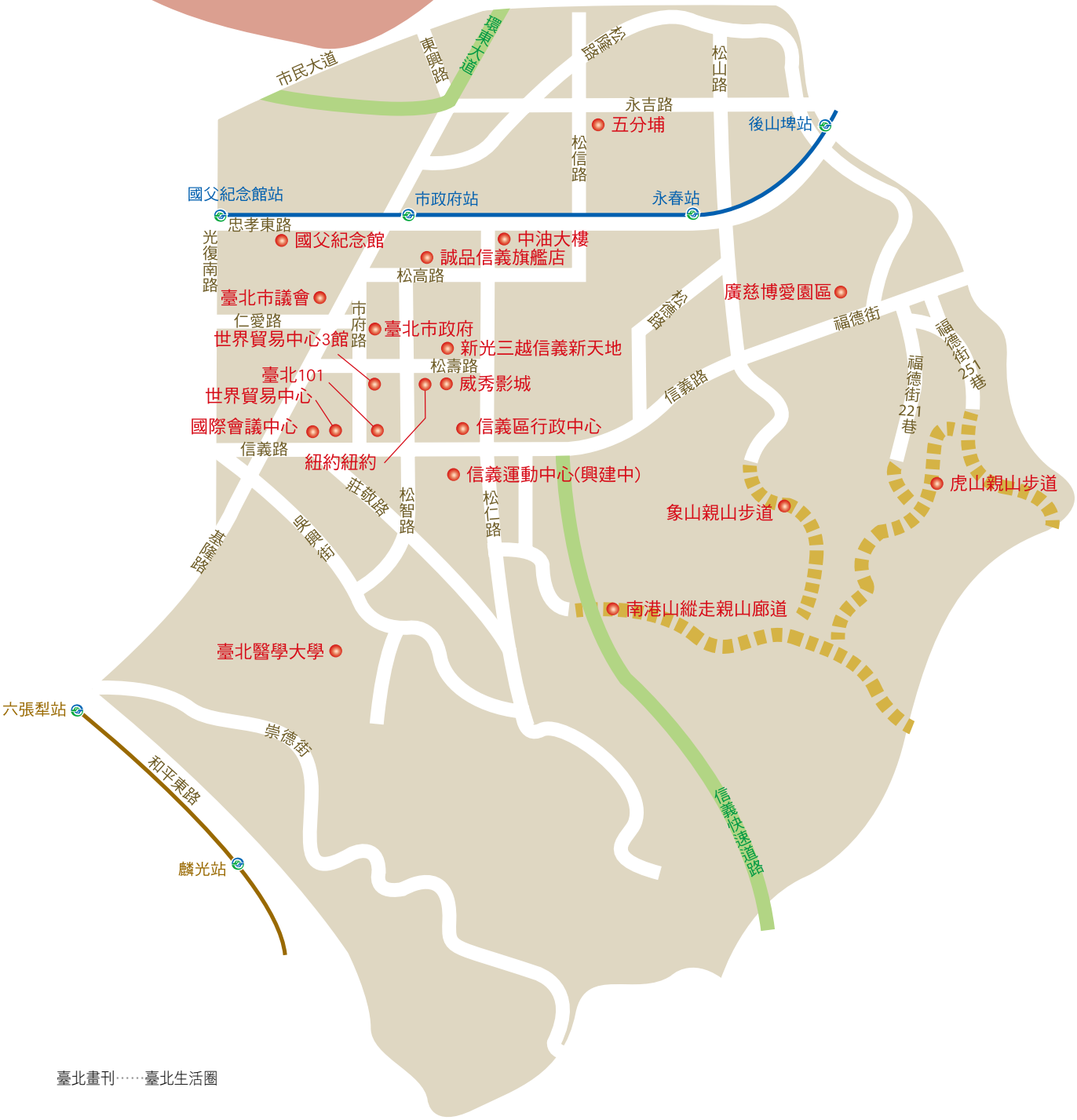
地址：八德路4段 692號
電話：8787-8787
網址：www.ssdo.taipei.gov.tw
服務時間：週一至週五8:30～12:30、13:30～17:30

信義區

臺北曼哈頓

信義區是民國79年臺北市行政區域調整時，由原松山區縱貫鐵路以南與大安區和平東路3段以北地區合併而成，由於區內的信義計畫區為重點區域，所以命名為「信義區」。從臺北市政府一帶多條「松字輩」道路如南北向的松智路、松仁路、松勇路及東西向的松高路、松壽路、松勤路等可知，信義計畫區在規劃的當時仍隸屬松山區。

臺北市政府與臺北市議會都位在信義區，使得它成為臺北市的政治中心，而信義區近年來最



櫛比鱗次的高樓，讓信義區逐漸發展成臺北新都心。

大的轉變在於它逐漸發展為臺北首要的中心商務區，全國最高樓臺北101大樓、世界貿易中心、國際會議中心、新光三越信義新天地、誠品信義旗艦店及中國信託、中油、統一、惠普等數百家企業總部，以極高的密度聚集在信義區，不但讓該區的天際線競逐出一片現代建築欣欣向榮的景象，也經營出一個機能完整的臺北新都心。

以都市發展的角度來看，新興的信義區是臺北市後來居上、快速成長的區域，不但人口聚集快速，各種工商、金融、經貿活動也非常頻繁，從農田、靶場、眷村一躍成為全臺北市百貨公司密度最高的地區，也成為臺北高價房地產的指標之一。另外，信義計畫區內許多大型建築都是直接從未開發的農地上平地建起，這些建築代表著臺北想在世界佔有一席之地的企圖，而企業總部也紛紛進駐信義區的高樓群，希望能以嶄新的建築特色標誌著對未來的決心。

信義區區長余星華指出，從市政府規劃臺北發展為亞太金融中心開始，信義區就是最有潛力可以發揮的金融商業區。信義計畫區歷經示範住宅區、副都心、中心商務區各階段不同的定位，進行連貫的計畫整合和空間塑造；近半年來D3與A1商業區土地接連以高價成交，而明年也將有7棟商業大樓陸續完工，預計未來10年會是信義計畫區的第二次成長期。

捷運信義線
將為北市發展寫下新頁

信義區的交通條件，主要幹道有忠孝東路、仁愛路、信義路、和平東路、松山路、基隆路、光復南路等；聯外道路則有市民大道、正氣橋、縱貫鐵路、信義快速道路等。信義快速道路於民國94年完工通車後，3.2公里的路線中就有兩條合計長2.4公里的隧道

信義快速道路大幅拉近臺北東區到南區的距離。

信義區有許多在地平價美食，圖為三六九素食點心總匯。

到五分埔尋寶，可以找到平價又流行的成衣樣式。

（象山、文山隧道），貫通了臺北盆地東南緣的象山與拇指山，讓信義區與木柵、臺北縣新店、深坑間的交通流量與路線大幅改變。

行經信義區的捷運系統除了木柵線、板南線，還有興建中的信義線。信義線自新店線中正紀念堂站往東穿越金華街、愛國東路、杭州南路一帶後，沿信義路至信義計畫區，止於象山站，全長約6.4公里，沿線共設7個地下車站（含中正紀念堂站），全線採地下方式建造，預計民國101年12月完工通車。除此之外，捷運信義線並規劃向東延伸，接續象山站尾軌東端以高運量地下方案向東延伸，沿信義路6段於26巷至76巷間增設R04車站、至福德街廣慈博愛院前增設R03車站及橫渡線，並自R03車站以東採潛盾隧道沿福德街、中坡南路至玉成公園止，路線總長度約1.54公里，預計9年後可完工通車。余星華認為，3到5年內將會見到信義計畫區第二批大規模的商業建築完工潮，配合捷運信義線的開通，無疑會寫下臺北市發展史上最新的一頁。

深耕健康社區　讓環境品質更好

信義區位於松勤路100號的運動中心即將完工，預計明年4月底啟用，設施包括幼兒遊戲室、閱覽室、社區教室、舞蹈教室、健身房、球類練習場、溫水游泳池、攀岩場、停車場等。

去年年底遷到關渡的廣慈博愛院原址及福德平宅土地將採「都市發展與社會福利兼顧」的方式再開發，這個「民間參與廣慈博愛園區興建及營運案」（BOT案）含社會福利設施、公園與捷運共構商業區三大部分，延續市府民國58年建立廣慈博愛院照顧老人及低收入戶的社會福利精神，透過社區更新建設更好的平價、老人住宅及身心障礙重建中心等，目前已進入招商階段。

余星華並介紹信義區正努力推動「安全社區」的各項工作，包括校園安全、賣場安全、登山安全等，結合社區內所有資源並凝聚居民共識，預定2010年申請WTO國際安全社區認證。

余星華也非常推崇社區發展協會深耕社區的積極與努力，目前信義區共有20個社區發展協會，以「三犁社區發展協會」為例，在民國92年即推動認養臺北樹蛙的工作，並在中強公園建造臺北樹蛙生態保育池及教育園地、拍攝保育紀錄片，數年來的復育工作頗有成效，讓捷運工程進行到中強公園時也配合臺北樹蛙的生態保護。

「雙和社區發展協會」成立於民國81年，並於民國94年開始參與社會局的社會互助方案，結合社區內的臺北醫學大學營養專業人員，辦理弱勢及老人送餐服務，並獲選為社福醫療社區關懷據點，持續推動至今，展現了福利社區化的精神。

信義區公所目前與錫瑠環境綠化基金會合作推動「薄層式綠屋頂」——屋頂的綠化可以為建築物隔熱降溫、保護建築、截留雨水，薄層式綠美化更是節能省工的作法。想加入減碳、減少市區溫室熱島效應的行列嗎？你家屋頂也能綠起來，歡迎向信義區公所預約參觀，學習薄層式綠美化工法。

101大樓、威秀影城及百貨公司等結合成信義區優質的休閒購物環境。

多元的國際級展覽
逛街購物一應俱全

臺北人幾乎都有假日擠展覽的經驗，今年剛落幕的「臺北國際旅展」還創下了歷屆觀展人次最多的紀錄。除了旅展，臺北世貿每年並舉辦臺北國際書展、國際車展、臺北國際電腦展、家具、婚紗甚至就業機會的求才展；臺北國際電腦展（COMPUTEX TAIPEI）更是與德國漢諾威電腦展（CeBIT）及美國拉斯維加斯秋季電腦展（COMDEX FALL）並列為全球最重要的三大指標性電腦展。

臺北世貿一館自1986年啟用以來一直是亞洲地區最活躍的展覽場之一，你可能不知道，展場大樓內設有郵局、銀行、餐廳、會議室、報關、快遞、旅遊、展覽裝潢、醫療救助、保稅倉庫、貿協貿易資料館等全方位的服務，使國內外廠商得到最佳支援。

世貿商圈與緊鄰的臺北101大樓、誠品信義旗艦店、紐約紐約、威秀影城、新光三越信義新天地等結合成信義區優質的休閒購物環境，商場之間還有人行空橋連接。而歷史悠久的五分埔則提供了另一種購物樂趣。這座臺北最大的成衣批發市場集中了上千家的店家，衣服的價位以100至1,000元為主，在這裡可以找到最平價又最流行的樣式。當地里長說，許多藝人都會趁著入夜時分來五分埔採購行頭。

信義區公所將於12月20日在進安宮前舉辦「五分埔．衣術嘉年華」的活動，將為市民提供五分埔的購物指南地圖，並以表演走秀的方式行銷五分埔。

漫遊信義區建議路線

信義區的四獸山是深受市民喜愛的郊山，余星華指出，虎山親山步道與象山親山步道是目前規劃設置最完整的兩條步道，非常適合全家前往。虎山步道可由松山慈惠堂旁進入，是一條大眾化的環形步道，建議可順道拜訪慈惠堂，或許有機會吃到結緣的素齋。象山步道海拔183公尺，山勢雖然不高，卻能將北市風光盡收眼底，不少市民選擇從這裡拍攝101的美景。

上午走步道體驗自然風情、下午逛街享受購物樂趣，從101大樓到五分埔，選擇十分多樣。余星華還特別推薦了信義區在地美食，這些平價美食大約集中在四個區塊，如永吉路30巷、五分埔商圈內的進安宮及中坡公園周邊、林口街及松山路540、541巷及吳興街北醫附近。如梁記涼麵、彭記蚵仔麵線脆皮臭豆腐、三六九素食點心總匯、松山割包、松德宮旁豬肝湯、穆記牛肉麵和南村小吃店等，都是在地人推薦一嘗的美食。

信義區公所

地址：信義路5段15號6、7樓
電話：2723-9777
網址：www.syda.taipei.gov.tw
服務時間：週一至週五
8:30～12:30、13:30～17:30

優良公寓大廈評選

好社區兼具「內涵」與「外在」

文／張知萱　攝影／王能佑

在你心目中，怎樣才稱得上是好的公寓大廈——雄偉的建築外觀，華美的庭園造景，還是社區裡濃濃的人情味？由臺北市建築管理處和崔媽媽基金會共同舉辦的「臺北市優良公寓大廈評選」結果已在10月底出爐，並選出數十個大、中、小型住宅型優質社區及商辦大樓進行表揚。臺北市長郝龍斌表示，這些得獎者可以做為社區經營的最佳典範，因為公寓大廈就像是一個小型社區，鄰里關係透過有效管理，不只凝聚社區居民感受，更讓住戶們感到安全與舒適。

臺北市優良公寓大廈評選今年已經邁入10週年，崔媽媽基金會主任郭寶珍指出，今年和往年不同之處就是多了「風華再現」這個評選項目，也就是將民國80年以前取得使用執照的公寓大廈首度列入評選，因為這些社區即使老舊，卻依然風華不減，經營良善。另外，近來最夯的環保節能及綠美化也成為重要評選標準，包括圓山福第及大直花園等社區都得到「外觀維護特色獎」。

風華再現組首獎

萬華區莒光新城當之無愧

「張伯伯您好！」「總幹事妳辛苦了。」來到位在臺北市萬華區的莒光新城，這樣的對話幾乎每天都會上演。這棟已經有30年歷史的建物，是國防部在民國66年為了安置高階軍官所興建的大廈式建築，整個社區總共有10棟大樓、483戶住家，儼然是當地的地標。隨著時光流逝，儘管外觀上無法再和新大樓媲美，莒光新城卻靠著高效率的管理，贏得今年臺北市優良公寓大廈評選「風華再現組」第一名及「和樂里鄰特色獎」。

從上校退役、在莒光新城住了近30年的管委會主委吳劍中說，他們社區得獎的秘訣就是軟硬體兼備。在「硬體」方面，除了加裝門禁刷卡保全系統及光纖網路等先進設備，整個社區更積極從事綠美化，「我們社區綠化相當成

萬華區莒光新城已有30年歷史，藉由高效率管理「風華再現」。

莒光新城積極從事綠美化。

功，外觀就像花園新城一樣！」不過吳劍中強調，最重要的還是在「軟體」方面強調守望相助。由於住戶大多是退休將領，莒光新城也將軍中效率發揮在社區管理上，民國92年底積極配合政府進行公寓大廈報備立案，並且外聘專業人才經營社區管理委員會，包括總幹事、幹事，以及一名會計人員。管委會每個月定期發行B4規格、雙面影印的「莒光通訊」更是社區自編刊物的創舉，不只定期報導社區大小事及管委會工作事項，就連財務報表也都一目了然。

曾在民營公司服務二、三十年的管委會總幹事王淑媛說，她是用經營企業的精神來經營社區，最重要的理念就是傾聽、盡力解決住戶的問題。「每當住戶氣沖沖地進來辦公室，我就讓他們笑咪咪地離開。」王淑媛還表示，她服務社區的原則就是儘量不要花錢，因為每一分錢都是住戶的血汗錢。就是這樣的理念，讓她為莒光新城住戶爭取到許多好康的福利，例如向萬華區公所申請的大樓綠美化及有線電視系統全都「免錢」。此外，莒光新城1樓數十個店面租金全都回饋住戶，使得每戶每個月不用繳管理費，每年還能分紅一萬多元。

士林區圓山福第　外觀維護有一套

在民國77年完工的圓山福第則榮獲「風華再現組」第二名及「外觀維護特色獎」。儘管大樓已經有二十多年的歷史，圓山福第的外觀卻依舊煥然一新，沒有留下歲月的痕跡，原因就是——定期維護保養。圓山福第管委會

莒光新城管委會主委吳劍中和總幹事王淑媛為社區盡心盡力。

士林區圓山福第外牆定期保養，數十年如一日。（圓山福第提供）

信義區冠德領袖奪下小型優良社區冠軍。（冠德領袖提供）

冠德領袖管委會主委洪迪光致力將社區住戶團結在一起。

主委郭燦煌表示，由於大樓外牆日漸剝落，市場買不到同樣的材質，於是社區就決定用原本外牆的色樣燒一窯壁磚做為庫存（約3萬到4萬個），顏色和原本的幾乎一模一樣。郭燦煌說，整棟大樓大約5至8年進行一次維修，最近一次是今年3月，「這也是為什麼圓山福第價值繼續存在，房價也保持著增值空間的原因。」

小型優質社區

信義區冠德領袖以人情味奪冠

至於新建住宅型社區，去年剛完工的信義區冠德領袖則是最佳典範之一。「臺北市大樓的住戶彼此之間都很冷漠，我們希望把每個住戶的心結合在一起！」冠德領袖管委會主委洪迪光表示，除了平時會有卡拉OK大賽外，他們每逢佳節就會辦活動來聯繫住戶之間的感情。例如端午節讓每個住戶各帶一道菜，一起舉辦Potluck聚餐；中秋節則是烤肉兼賞月。至於跨年夜，由於大樓就在臺北101旁，社區可說占盡地利之便，住戶們不用到外面人擠人，直接在樓頂或中庭就可以最棒的視野觀賞101煙火秀。除了規劃各式活動，洪迪光也說，他們對於危機處理建立了一套SOP（標準作業程序），不論是發生地震、火災、或是不明人士闖入，大樓都能在第一時間因應。例如曾有住戶在健身房昏倒，大樓監視器就立刻發揮作用，將該住戶及時送醫，免除一場悲劇發生。

不論是積極推動社區藝文、著重健康環保，還是讓居民共同參與公共事務，這次獲選為臺北市優良公寓大廈的績優社區各具特色。儘管不一定有華美的建築外觀，這些社區卻將生活環境經營得有聲有色，因為用心的管理與維護才能讓社區發展長長久久！

逢年過節舉辦聯誼活動，社區洋溢濃濃人情味。（莒光新城提供）

97年度優良公廈評選部分得獎名單

小型社區	
第一名	冠德領袖
第二名	大都市花園
第三名	大直花園
中型社區	
第一名	典藏大直
第二名	成功Double
第三名	和平賞
大型社區	
第一名	發現之旅
第二名	蝶飛鳳舞
第三名	鎮金殿
商辦大樓	
第一名	南港軟體工業園區第二期
第二名	中崙大樓
第三名	統一國際大樓
風華再現	
第一名	莒光新城
第二名	圓山福第
第三名	揚昇金融

完整得獎名單：
www.tmm.org.tw/ap/contest_list.htm

第八屆外勞詩文創作比賽
字字真情流露

由臺北市政府勞工局所舉辦的第八屆外勞詩文創作比賽已經順利落幕，今年共收到3,588件作品，創下參賽人數新高，經過3階段評選，共有18名得獎者出爐。《臺北畫刊》本期刊出詩文組第1名的得獎作品，相信讀者可以從字裡行間中，深刻感受到外勞朋友的心情點滴。（前言／林虹伶）

詩文組第一名：那麼久
作者／BRENDA MAGBANUA（菲律賓）
繪圖／陳佳蕙

那麼久

坐在輪椅上，第一次映入眼簾的您
寫在臉上，一種泫然欲泣的悲傷。
電動床邊，您的東西
環繞四週，維繫您的生命。

無法動彈，病魔纏身的您
最常說的一句話是，「那麼久」。
我思索良久，是什麼意思？
您要什麼？我該如何？

有時……言談間，
我撫摸您的頭髮，輕握您的手，
淚水，自您眼眶滑落。
「Na mo chiu!Na mo chiu!」您不斷低語。

奶奶！奶奶！您要什麼？
用言語撫慰您，
為什麼哭？不要哭……。
我內心悲憐的感覺無法用言語表達。

日復一日，季節遞換，
驚嚇到，聽聞您發出聲音，
聽到我的名字，您在呼喚。
奶奶歡喜的臉龐，我開心看到。

短暫數日，好景不再，
慢慢感覺到，奶奶逐漸虛弱。
日日夜夜，您只眷唸：「Na mo chiu！」
益顯不奈與煎熬。

夜如此沈靜，莫名的焦慮襲來，
我仍然等待能聽到，
「那麼久！那麼久！」。
我悄悄探頭，奶奶還好嗎？
她安詳闔眼，生命已遠。
流著淚，與她吻別。
我恍然大悟，她是什麼意思。
「Na mo chiu」！「那麼久」！
這平靜告別的一刻，她等了那麼久。

響應節能減碳

產業局補助太陽光電系統

文／張知萱　攝影／王能佑

富邦福安紀念館是臺北市綠建築指標。

節能減碳在全國蔚為風潮，臺北市政府也不落人後，你能想像，未來市政府各機關學校利用太陽能或光電等再生能源來發電嗎？臺北市政府產業發展局為了鼓勵各機關學校運用替代能源，從即日起受理各機關申請建造太陽光電發電系統，申請案件經遴選通過之後，產業局將先行核撥規劃設計費（以建造費的5%為上限），並由產業局協助向經濟部能源局申請補助建造費的50%，每瓩以新臺幣15萬元為補助上限。

為了打造臺北市成為「節能生態城市」，臺北市政府曾於2005年與全球50個城市在舊金山共同簽署「城市環境保護協議書」，目標是讓城市10%的尖峰用電量在7年內改採再生能源。為了落實這份協議書，臺北市在今年5月也擬定了「再生能源行動方案」，並以專案受理太陽光電發電系統申請，先從鼓勵市府所屬機關學校設置太陽光電系統做起，進而帶動臺北市民申請裝設。所謂太陽光電系統，是指利用「太陽電池」（Solar Cell）將光能轉換為電能的整體設備，其設置容量以「峰瓩」（kWp）為計算單位。儘管本身不儲存能量、並非真正的電池，太陽電池的優點還是相當多：除了發電不需要燃料，不會產生廢棄物、污染或噪音，其發電量會隨日光強度變化，就算在陰天也可以發電！此外，太陽電池壽命長久，在妥善保養的情況下將可使用20年。

產業局目前受理各機關學校申請，主要是在建築物頂樓或空地建造太陽光電發電系統。這種系統又分為兩種：一種是矗立於建築物平頂或地面架設，另一種則是將太陽光電模板與建築物結合，成為建築物外殼的一部分，像是空曠無遮蔽的大樓頂樓，或南向無遮蔽的斜屋頂等都是可以考慮的裝設地點。產業局表示，今年度選擇包括自來水事業處、士東市場，以及敦化國小等單位規劃設置太陽能板，將於民國98、99年建置完成並營運，預估每年發電量約39萬度，將可減少約248公噸的二氧化碳排放。

除了市府機關學校，一般民眾則可向經濟部能源局申請太陽光電系統設置補助，申請補助以新品為限（即還未動工前），裝置

臺北市政府頂樓也設置約5瓩的太陽能板。

容量應達1瓩以上，每瓩同樣以新臺幣15萬元為補助上限。臺北市政府和經濟部全力推動太陽光電系統，希望促進太陽光能的利用，營造永續的生態臺北城。

相關資訊

●臺北市政府產業發展局

網址：www.ed.taipei.gov.tw

市府機關學校申請設置太陽光電系統：

1999（外縣市02-2720-8889）

轉6610 許淑品小姐

●太陽光電資訊網

（經濟部能源局）

網址：solarpv.itri.org.tw

民眾申請設置

太陽光電發電系統：

（03）591-5251 李秀蘭小姐

自來水博物館為全國第一座太陽能及風力發電示範系統。

由臺北市政府觀光傳播局舉辦的「2008臺北旅館節」徵文比賽，已於10月遴選出12件得獎作品，前3名得獎者及作品分別為葉晴辰「頭巾」、裴學儒「嘉賓閣再見」，以及歐陽嘉「飛魚・雲豹・臺北盆地」；評審委員則邀請文學界知名人士擔任，包括知名作家羅智成、許悔之，美食作家韓良露，《TVBS週刊》總編輯邱一新，以及政大英語系副教授胡錦媛。

旅館可說是旅行期間暫時的家。在這次得獎的12件作品當中，大多是以和家人、親友在旅館共度的難忘經歷為題材，深刻而細膩地呈現出一篇篇動人的文章。

本期《臺北畫刊》特別刊載前3名作品，以饗讀者。其他得獎名單以及作品請上www.tpedoit.taipei.gov.tw查詢。（前言／黃郁惠）

第一名

文／葉晴辰　繪圖／陳佳蕙

頭巾

你下了飛機，仍像飄浮在雲朵的薄霧中，不安的情緒襲捲而來，六年的歲月過去了，生活蔓生無度，臺灣的原貌已失。你明白：生命如同空氣中懸浮的水氣一般脆弱，曙光乍現即蒸發怠盡。於是，你回來了，否則將憾恨至死無以消釋。

首先你將父親由臺南接到臺北，安頓在新北投的一家溫泉會館，不是為了美麗的傳說或氤氳的浪漫氣息，而是……，為了生命的奇蹟。

你買了七條時下最流行的頭巾，費心想學著不同綁紮方式，有時想要有點創意卻又毫無心情，最後整齊折疊放回衣櫃。無聊時又從衣櫃拿出，研究著能夠彰顯男性風格的戴法，你將頭巾翻過來，套在耳朵上和齊眉處，

拉直、旋轉、翻開，包在頭上，你的父親無奈苦笑著說：「挺像古時地主老爺！」你也試著街舞頭巾的樣式，抓住頭巾的一端、對拉、打結、挪動，出現一個洞，把頭髮從洞裡拉出來，你的父親搖著頭、歎口氣說：「恐怕剩沒幾根頭髮可以拉出洞外……。」

你心裡明白：不久頭巾就會派上用場。畢竟你的父親是一位愛漂亮、重時尚的男人，頭巾是妝點門面的飾物。

你及父親是溫泉會館的奇特旅人，長達二個月的訂房，每週早上外出四次，中午返回，其餘時間都待在房內，假日總有捧著鮮花的訪客。奇特的旅人，你們是從何方來？為何而來？

你的父親在病魔的展示舞台上搖搖晃晃地走著，身體宛若斷了線的木偶，不聽使喚。客服人員的機伶，沒有將他誤以為是「醉漢」或「嗑藥者」，更沒有遭到冷眼、歧視。多次的化療，藥物已傷害造血細胞，引起疲倦、無力，你的父親從醫院回到會館大門時，工作人員屢屢迎前攙扶。

沒多久，你已經替父親綁起頭巾，你希望藉由自由變化樣式，能讓他變得稍有蓬勃之氣，即使一丁點也值得。你的父親時常全身上下冒著冷汗，皮膚釋放的化學藥劑，有股濃烈難聞的氣味，瀰漫在房內。因此，你每天請床務人員送洗頭巾，經過清洗、熨燙，又是嶄新的方巾。可是……，你的父親頭髮卻一撮撮無聲地掉落，像沈寂的過往歲月。

床務人員每天欣賞著父親的頭巾花色與樣式，時間久了、熟稔了，竟也與你們討論、研究頭巾的款式。有一天，竟熱心提供了頭巾各式綁法的教學影片給你們參考，於是，頭巾成為化療伸展台的飾品，為無趣、難捱的化療添增了一絲絲的樂趣。

你把父親人生最後一線的希望寄託在一所治癌中心醫院及「青磺泉」湯治。根據資訊提供：青磺泉含有「鐳放射能」，全世界僅發現兩處，其一為臺灣北投，另一則為日本玉川溫泉，因此既珍貴又稀有。你想或許北投溫泉在父親每天化療後，可以細細滋潤他的身體髮膚，重新開發泉湧不絕的能量。

每天從醫院化療回到會館，在多次吐出黃色的嘔吐物之後，他的臉色整整白了好幾個色度。待休息片刻，你在浴室的湯池放滿溫泉水，他的無力與疲憊像是溺水的人，你用粗鹽搓揉著父親的皮膚，擦拭到露出了粉紅色，連鼻孔都清洗了，然後再浸泡於充滿了青磺氣與白磺氣的溫泉中，希望能帶給父親健康。

有時你們一句話也沒說，連呼吸都覺得沈重，心煩意亂時你會到梯廳裝置藝術中徘徊，想取悅你的眼睛、你的心靈，你大力呼吸乾淨的空氣，想卸下心中死亡的陰影。有時你久久佇足在大廳，試圖找尋一份寧靜，甚至無助到只為了會館工作人員一句溫暖的問候、一絲關愛的眼神。

房間原木地板、浴室四處散落了髮絲，偶而會有一股令人做噁的穢氣，床務人員一點嫌惡的態度也沒有，在她勤奮的巧手下，房內每天總是煥然一新，令人稱奇。

二個月化療日子，終於結束了，離開時，送洗回來的頭巾，附上一張小卡片，勻稱的筆跡：「抗癌鬥士，祝您早日康復！」於是，你的父親戴上時尚的頭巾，帶著一抹微笑步出會館。

北投地熱谷煮沸漂流散落的蛋花，是你兒時編織的夢；如今「水美溫泉會館」有著你過客旅居的心情，雖有點生命的澀味，卻有無盡的人情溫暖，值得回味。

第二名

文／裴學儒　繪圖／陳佳蕙

嘉賓閣再見

站在新北投捷運站月台上，我不想回家。秋日傍晚的風已經很涼了，仍舊比我的心要暖上一截。遊客的歡聲笑語從四面八方襲捲而來，不斷織轉，將我纏繞成一個無助的繭，困守在這疑似地面，卻並不踏實的半空中。人潮像一波波浪頭，我被稀釋在茫茫的大海裡。然後他們以同樣的速度散去，我又如同一只被打上岸的空寶特瓶，孤零零並且沒有重量。天色慢慢暗了下來，當盆地邊緣最後一絲白日的氣息也退去，一盞盞燈火已被漸次點燃。

其中，某一扇特別黯淡的窗，就是我的家。

家是永遠的避風港，或許這是作文範本裡的陳腔濫調，粉飾失真。我的家不但不是避風港，還直接是低氣壓的生成地帶。小六那年，父親經商失敗，將積蓄幾乎全賠上，鬱鬱不得志，開始沉迷於簽賭，妄圖翻身。像是數學公式定理那樣，既然都賭上了，酒鐵定不會缺席。酒醉後，回到家便對著我們出氣，狂風暴雨橫掃呼嘯，只能慌亂逃離。母親牽著妹妹，我牽著弟弟，在北投大街上漫無目的地來來回回，時常一晃便是一整夜。

有一次父親又發作，我們母子四人四處徘徊遊蕩，妹妹大概是因為累了開始哭鬧，任憑如何安撫都無法平靜下來，於是母親決定帶我們上旅館休息過夜。然而新北投的旅館和溫泉飯店何其多，卻竟然沒有一間是我們的容身之處。當時價格便宜的，看起來不正派；門面還可以的，房價卻不是母親可以負擔得起。

因此後來當我們走進嘉賓閣，被殷切地招呼，那夜終於出現第一陣微風輕拂。房價也十分合理，母親將身上僅剩的金錢幾乎全部掏出，換得一把鑰匙。開啟房門後，弟弟立刻溜進浴室東摸西看，妹妹跳上床鋪興奮地又叫又笑。我走向窗邊，拉開窗簾，抬頭望見夜空一片星光閃爍。對街的新北投公園曾經是我們一家人假日慣常的散步去處，如今那些模糊遙遠的美好，被徹底凍結在那喚不回的往日時光中。而現實生活，早已化做一根白髮，註定不可逆。

沐浴過後，我自浴室走出，看見弟弟妹妹已倒在床上呼呼大睡。母親整個人窩在沙發椅上，胡亂轉著遙控器，抬起頭瞄了我一眼，笑著問，發什麼呆啊？其實我並沒有發呆。我只是忽然意識到，眼前這幅景致，不就正是我心中對於一個家的渴望與想像嗎？不必華麗的裝潢、昂貴的家電、有品味的擺設，不需要自己的房間、滿牆的明星海報或者高級的個人電腦……。我甚至不奢求那個所謂父慈母愛的神話。我要的只是，只是一個沒有父親的家，如此簡單而已。

當這樣想的時候，我知道自己的童年已經走得很遠很遠，再也追不回來了。

那次之後，我們正式開啟了「嘉賓閣之旅」。一個月總有那麼幾回，我們母子四人會在嘉賓閣過夜，假如預算允許的話。日子一久，母親也和嘉賓閣的阿姨叔叔結為好友，因此往往可以取得非常優惠的房價。學校同學有時會討論假日出遊的趣事，有一回焦點轉到向來沉默的我身上，情急之下將夜宿嘉賓閣的事實加以渲染誇大，宣稱自己和家人常常上溫泉飯店渡假。在同學一片羨慕的驚歎聲中，我漲紅著一張臉，覺得自己像是一個被畫上詭異笑臉的小丑，正舞弄著最生疏不熟練的雜耍。

那日，父親再度酒醉發瘋，母親為了保護我們而受了傷。將我們安置在嘉賓閣後，母親要我好好照顧弟弟妹妹，逕自離開去辦「重要的事」。良久，母親仍未返回，我正準備下樓探個究竟，門卻突然被推開，母親緩緩走進來，手上多了一疊文件。才知道，那是她蒐集到的最後一張驗傷單。母親拉著我站在玄關處，小聲地說她準備和父親離婚，並將帶著我們搬離北投，展開一場全新的生活。

那的確是我們最後一次夜宿嘉賓閣。

還記得，半夜我偷偷爬起床，看見母親瘀青的睡臉泛起微微的笑意，或許是正在做一個好夢。我走到窗邊，拉開窗簾，知道自己是最後一次以這樣的角度和姿態俯視整座新北投公園。

我們輸掉了那片夜空的星光閃爍，卻終於贏得一些其他的。

再見了，嘉賓閣。

嘉賓閣，再見。

第三名

文／歐陽嘉　繪圖／陳佳蕙

飛魚·雲豹·臺北盆地

從琪哩岸捷運站出來，我肩著大背包沿柏油路一直朝前走，轉進窄巷一般的單行道，其實是條繁榮街道的尾端，自助洗衣店、水電行、古文物店、舊書舖和待拆的瀝青鐵皮屋錯落在街的兩側。

穿越雜物和南北乾貨堆出細長陰鬱的一條過道，終於找到字條上的這棟旅館。沒有北投地區

旅社那種醒目招搖的霓虹招牌和湯浴標誌，也無門衛和行李員的熱情招呼，未裝飾的日式木屋門面，藤蔓植物在掉漆嚴重的牆緣沿壁而去，門邊燙金字聯書寫的吉祥話已模糊難辨，我有點尷尬且臉紅地低頭鑽入這間看似難民棲賃的盆地旅館。

一走入，檐下細繩懸一長排開撐體腹的飛魚乾和色澤金黃的小米穗串，大廳櫃台由廢鐵和銹材混搭漂流木打造，旁邊刻意擺置一張部落耆老專用的「靠背石」，直立石板背面漆塗色彩層次不同的菱形圖飾，那是祖靈的眼睛，正以一種陌離的眼神，巡梭我的兀然現身。

旅館沒有電梯，鐵製的樓梯扶手呈轆轤把形式環繞著，得自己扛行李上去。房間天花板破舊發霉，白牆殘有斑斑蚊屍和暗沉色血清，白色被單佈滿毛球浮遊著消毒藥水的波浪氣味，而淋浴間的熱水時有時無，忽冷忽燙，竟心生一股回到住家的親切感。

桌上有一本旅客留言簿。

翻開它，或凌亂或工整的文字夾雜不成篇的詩抄和塗鴉，手工筆跡傳遞的淡淡油墨氣味裡，情緒性的文字突然出現，或者莫名離開。很顯然地，匆匆留下的訊息並不完整，每一個故事都是斷章，年輕人生澀的愛情宣言，擔心失業的中年人大吐苦水，男女的曖昧情欲以及單純天真的蘭嶼小女孩畫筆下的半穴屋和三隻小豬……。

奇妙的是，小門深巷圍起的夢想和生活難題，在小小紙本裡一旦靜靜並置，居然也能隱隱串連，發生關係。從意欲尋短到試圖振作的字字相擊，從塗鴉狀似臘腸的一節節捷運車廂到花斑誇張似豹的可愛家犬，任當下的情境隨機上妝定色，我好像成了編劇，依自己的感受去草擬腳本到完結，虛構的編排遊戲竟也玩出興致，忘了自己正在流浪，而是編導一齣實驗劇，以旅館為場景，道具有達悟族人的飛魚，魯凱耆老潰爛眼角下的乾燥雲豹皮，還有老臺北人記憶裡溫泉巷的青板路、水圳、魚路古道和消失的平埔部族的嘆哩岸和塔塔悠等佈景，全在留言簿的薄薄紙本慢慢浮突，幻化成具體的形廓，而非靜靜躺在桌面，任躲藏黑暗的衣魚慢慢吞食。

我忽忽有點懂了。待在盆地的旅館裡，在享受住宿、美食、溫泉和SPA之外，亦可走入旅客留言簿的時空界隔裡，進行一場精神性的大冒險。

太陽稍稍降低的下午，涼爽秋風由淡水河口沿順觀音山腳南下，進入臺北盆地一路蜿蜒，市中心遠燈的光剛剛亮起，車流開始回堵，飛鳥趕返舉目的遠方，雲層鬱積的那裡有山脈和海洋濱線，族人的古老獵地和曬魚場……。

我經常在這樣的氛圍下落淚，想著夕暾似蜂蜜糖漿漫步在灰濛濛海面的此刻，遠方故鄉的翠綠水稻和小米田正抽穗轉黃，然而，當夕照由船影背後的海平面消失時，預感自己的故鄉也隨之永遠沉入海底。

但今天，同樣在臺北盆地裡孤行於途，卻因為旅館房間的一本旅客留言簿，意外地慢慢起了療癒作用，猶如聖經故事裡耶穌在遠方的約旦河畔受洗，一群瘋瘋病患流離追隨到異鄉竟也痊癒了那般神奇。

啊！走出大河口，走出臺北捷運站，走過無數迂迴的迷宮死巷和路障，哪裡才是背包客的心靈旅館？

今夜，我要走進這塊盆地
去履行那久遠的諾言
今夜，我要走進這塊盆地
去探望答應相愛的人們……

霎間，胡德夫的〈飛魚．雲豹．臺北盆地〉歌聲在耳根輕輕響起，竟似雲豹孤獨的蹄聲，在盆地的旅館裡，在內心最小的城寨中走動著。我彷彿望見孩提的自己手指仙女棒朝天空描飛魚的形狀躍過銀河，飛過古老湖泊和梅花鹿奔躍凱達格蘭大草原的曾經，而耆老和族人在盆地和小旅館打拼的那些故事和身世，形同異地旅客留言的字字句句那樣依舊絡繹於途。

配合捷運內湖線試車
木柵線「週休二日」需市民支持

文／張知萱　圖／臺北市捷運工程局提供

連接南港、內湖及大直地區的臺北捷運內湖線預定於98年6月30日正式通車營運，屆時從內湖到臺北市最熱鬧的東區大約只需要20分鐘，從松山機場到臺北車站更僅需14分鐘！由於內湖線為木柵線的延伸，為了達成內湖、木柵線「一車到底、無需轉乘」的目標，臺北市政府宣布自97年12月6日起至98年1月18日止，木柵線連續7週的週六、週日及1月2日（星期五）全面停駛（98年1月10日、17日週六為調整上班日，當日木柵線仍正常營運）。

臺北市捷運工程局表示，為確保系統穩定性，測試列車必須在木柵、內湖全線「持續、長時間」來回運行，跑一趟約需1小時40分。為了避免影響木柵線正常營運，12月6日前木柵線配合內湖線試車工作都在收班後的「深夜」進行，從凌晨1點半至凌晨4點，每週3天。而隨著通車時間逼近，試車時間必須更為密集，臺北市政府因此決定讓木柵線於週末停駛2天，以進行全線測試。捷運工程局機電工程處處長蔡天和表示：「測試的目的就是要找出問題，解決問題，確保民眾的安全。」對於停駛造成民眾交通上的不便，捷運局也請民眾多加配合與體諒。

此外，在捷運木柵線停駛日，市府特別加開2線「免費」接駁專車，以疏運乘客，包括「辛亥線」及「軍功線」，營運時間為上午6時至晚上12時。臺北市政府交通局指出，這2線接駁專車的起迄點與捷運木柵線相同，都是「中山國中站」與「動物園站」，尖峰班距1至2分鐘，離峰班距5分鐘，途中會停靠各捷運站，民眾可多加利用。

除了木柵線停駛對民眾造成不便，對於內湖、木柵線密集試車帶來的噪音影響沿線住戶生活，捷運局表示，從12月6日起，內湖線週一到週五的試車時間將儘量在晚上12點前結束（木柵線平日不試車），但週末由於木柵線停駛配合測試，兩線深夜試車恐無法避免。捷運局已要求廠商儘量降低測試所產生的音量，未來正式營運後，內湖線更將完成全線隔音牆安裝，避免影響附近居民安寧。

●木柵線停駛訊息查詢

臺北市政府交通局網址：
www.dot.taipei.gov.tw
臺北捷運公司網址：
www.trtc.com.tw
捷運24小時客服專線：
218-12345
臺北市民當家熱線：1999（付費電話）

●免費接駁專車行駛路線

辛亥線：中山國中站—復興北、南路—辛亥路—興隆路—萬芳路—木柵路—新光路—動物園站
軍功線：中山國中站—復興北、南路—和平東路—臥龍街—軍功路—木柵路—新光路—動物園站

上樓發現大公園
內湖運動公園

文／葉景豪　攝影／王能佑

環保風當道，越來越多建築開始注重屋頂綠化和污水管線等概念。但你知道嗎？就在臺北市內湖區，早已經有座建物，將屋頂打造成3.8公頃的大公園，而地下管線更可以處理每天多達24萬噸的污水。

污水處理廠頂樓做運動

其實這不是一般的建築，而是內湖污水處理廠及頂樓加蓋的內湖運動公園。內湖污水處理廠位於基隆河截彎取直的新生地上，四面分別緊臨中山高速公路、民權東路、堤頂大道和舊宗路，是國內首座半地下化的污水處理廠。

半地下化的設計，除了可以防止作業時所產生的臭氣逸散，更能充分利用廠房外部的空間。基於回饋當地居民的理由，內湖污水處理廠在民國91年5月將其廣達3.8公頃的屋頂空間規劃為公園綠地，設置兒童遊樂設施、親水池、步道、公共藝術品、灌木迷宮、小型運動設施等供民眾遊憩，94年7月再增設極限運動場、攀岩場、PU跑道，一連串的改造讓污水處理廠的屋頂搖身變為新穎完善的運動公園。為了提供更專業的維修，內湖運動公園的營運從96年8月已由衛生下水道工程處轉由公園路燈工程管理處代管。

由舊宗路的入口拾級而上，當視野穿越靛藍色的公園招牌和純白色的意象景觀後，映入眼簾的便是一片寬敞的草原植披，以及多元的運動空間。蜿蜒500公尺的PU跑道，是附近居民晨跑的好去處，沿途不但可欣賞基隆河畔和內湖地區的景致，還可以看見臺北101的身影。由於鄰近松山機場，內湖運動公園遼闊的天際也常有起降的飛機妝點，讓前來遊

蜿蜒500公尺的PU跑道是附近居民晨跑的好去處。

玩的孩童興奮不已。

提到公園最刺激的設施，非攀岩場和極限運動場莫屬了。這裡的戶外攀岩場長約20公尺、寬約9公尺、高達5.6公尺，場地分為初學者區和訓練區兩部份，個人遊客可免費使用，團體則另需申請，開放使用以來深受民眾喜愛。至於極限運動場，更是人氣居高不下的地方，佔地400平方公尺，是專為滑板、極限自行車愛好者設計的運動空間，每逢假日總是聚集許多好手在此練習切磋；而運動場外也設置了看台區，希望能將極限運動推廣給更多的民眾。

極限運動場人氣居高不下。

戶外攀岩場深受民眾喜愛。

搭上近年來風行的單車熱，內湖運動公園也設置了一座橫越堤頂大道的陸橋，與堤外的彩虹河濱公園相銜接，讓喜歡騎自行車的朋友能夠盡情追風，飽覽河濱風光。

親子親水設施超人氣

除了為年輕人設計的極限運動場之外，內湖運動公園也規劃了許多親子同遊的設施，像是兒童遊戲區、沙坑、迷宮和親水池，每天傍晚或假日期間總吸引許多家長帶著孩子來此遊玩。其中，沙坑的設計更是滿足孩子的想望，由數條粗大的水泥管作為沙

沙坑的設計滿足孩子的想像力。

坑的出入口，讓孩子委身穿越長長的管道，抵達時可以盡情揮灑創意的沙坑，並構築出專屬於自己的想像世界，這時，進出沙坑的水泥管早化身為護城河上的木橋，更是條穿梭想像和現實之間的神奇通道。

此外，親水池更是內湖運動公園最受歡迎的區域，每到夏天總是擠滿了前來消暑的民眾。親水池是公園興建之初即有的設計，擴建後的水池寬達30公尺，水深約40公分，並在池中設置木棧道、搖搖馬、噴射水槍等設施，讓孩童能盡情戲水暢遊，大人也能坐在池邊聊天休息。

緊扣水資源和環境的公共藝術

內湖運動公園不但提供民眾運動休閒的空間，更藉著環境的美化與常設的公共藝術將美感扎根到市民的日常生活中。公園利用彩色的向日葵柵欄作為造景，巧妙地遮蔽污水處理廠廠房外露的遮光罩，更添美感。公共藝術的部份，則收藏了3項民國91年臺北公共藝術節提供的公共藝術，分別是PU跑道旁的「晃動的眼睛」、大門路口左方的「水漂」，以及散落在各草地上的「飲水思源」，每件作品都緊扣著水資源、在地的環境和記憶。

其中，「飲水思源」是件有趣且發人省思的作品，在公園四處放置許多彩色飲水機模型，但民眾按住出水按鈕時，並不會有水流出，反而會聽到多種生活中有關水的聲音，揭示了喝得到和喝不到間的想像，也反映出水在日常生活中必要但常常被忽視的美好。

不論是園內陳設的公共藝術、親水池還是污水模型池，內湖運動公園都緊密地結合水資源的概念，與公園底下的內湖污水處理廠相互對應，同時也扭轉民眾對污水處理廠總是流放在城市邊緣、讓人嗤之以鼻的偏見，並藉著運動公園讓民眾正面看待污水處理空間。如今，造訪綠草如茵的內湖運動公園，感受不到地面下正在運作的廠房，取而代之的是令人心曠神怡的藍天綠地、清澈乾淨的親水池，以及跳脫都市水泥牆的好心情。

相關資訊

地點：舊宗路2段2號

交通：搭藍26、小2、552、63號公車至內湖運動公園站下車

開放時間：全年開放，服務中心8:00~22:30，戶外運動場夜間熄燈時間為22:30

法國藝術家

歐笠嵬

頑皮手畫出活靈活現小精靈

文／王宜燕　攝影／王能佑

黃色能讓心不在焉的人專心一致。（歐笠嵬繪）

法國藝術家歐笠嵬（Olivier Ferrieux）在法國時就喜歡上中國字，一直嚮往著中文世界，民國84年他終於決定到臺灣看看。在來臺的飛機上與一名臺灣人相談甚歡，下飛機後，對方邀請他住到板橋的家，就這樣來臺的第一晚，他蜷曲在一張嬰兒床上，聽著滴滴答答的梅雨聲，半夢半醒間，他彷彿聽到自己要在這裡生活一輩子的呼喚聲。

歐笠嵬拍拍自己的手說：「可能是我的手比較頑皮」，他在學寫中文的過程中，無意中就把字向上延伸畫出笑臉、或是向下伸展長出雙腳、又或向兩旁翹起成八字鬍，不知不覺從中文字生出了靈感的小精靈，讓他開始畫出一幅幅生動的小畫，而且在還沒來臺灣前，這些小精靈都沒穿衣服，等到了臺灣，受到無處不在的中文字激盪，小精靈們也開始著裝，讓他的畫從黑白變彩色，更加活靈活現。

為畫創造故事　用畫畫自療

從民國86年到92年，歐笠嵬在熙來攘往的漢口街擺攤賣畫，附近很多出入補習班的年輕人看到他的畫，不禁脫口而出：「這是什麼意思？」對歐笠嵬來說，有如當頭棒喝，他發現他的畫只是畫，沒有故事，就這樣他的靈感又有另外的出口，他開始為他的畫創造故事。他的第一本繪本《壹百的故事》，就是為1到100的數字創造出故事，並用針筆畫出對數字的想像；接下來的《漢口街小意外》，他畫出一個想像力豐富的畫家，但畫家紙上卻空白一片，因為他想像力的果實都被3隻小鳥帶走了……。目前

為止，他已創作6本插畫，畫風偏向抽象，有意思的是，他筆下人物的眼睛卻非常寫實而具象。歐笠嵬表示，幼時缺乏父母親的擁抱，讓他極度沒有安全感，所以畫畫對他而言也是一種自我療傷，借由畫中人物「關愛的眼神」，讓他感到被擁抱、撫慰的溫暖。

生性敏感的歐笠嵬對顏色也有獨特的感受，他最近出版的《十顏十色》一書，就訴說著不同顏色有不同力量的故事。由於從小有擔驚受怕的經驗，所以覺得很需要紅色，因為紅色代表勇敢，會讓人有勇氣去對抗恐懼；橘色像是希望的微笑，能將懷疑轉化為意志力，讓自我懷疑的青少年產生自信心；黃色能讓心不在焉的人專心一致；綠色則能將孤單轉化為開朗；有對翅膀的藍色，能把人心中鬱結的黑點帶走；最高層的紫色則能讓高傲的人感到謙卑……，在歐笠嵬豐沛的想像力下，不同的色彩化身為身懷絕技的武士，讓人具足轉化負面情緒的能量。

臺灣素食一級棒
喝烏龍茶靈感泉湧

來臺十餘年，歐笠嵬發現中國人真的「很愛面子」，日常生活中常可聽到「丟臉」一詞，而較為自我的法國人就很少會用到「丟臉」一詞；還有在臺灣動不動就聽到「浪漫」一詞，喝咖啡是浪漫、雨天散步也很浪漫，但法國人不會動輒把「浪漫」掛在嘴邊，因為「浪漫」這個字眼對法國人來說太落伍了。

說起臺灣美食，歐笠嵬只能搖搖頭，說他腸胃不好，吃東西愈簡單清淡愈好，但他對臺灣素食菜色之豐富不禁豎起大拇指稱讚；他還愛喝這裡盛產的烏龍茶，他說：「喝一口烏龍茶就好像進入到另一個世界」，每當他品茗時，就好像嘗到風、花粉、土地、樹皮、雲朵、快樂的味道，喝茶令他靈感泉湧。

這十多年來，歐笠嵬覺得臺北有三大進步之處：流浪狗減少了、垃圾因為做了分類也減少了、還有交通因為捷運開通而不再處處打結。只是他認為街頭上還是有不少「烏賊」摩托車，他承認摩托車真的很便利，但希望不久的將來環保摩托車能更普及；可喜的是，最近掀起騎自行車風潮，街頭出現環保的自行車一族；另外，他也衷心期盼幾年前大力推動的限塑政策能貫徹下去，讓臺灣的環境少些污染，多些自然。

台北旅遊網
TAIPEITRAVEL.NET

全新改版

邀您
體驗新視界 發現新臺北

請上網搜尋: 台北旅遊網

網址: taipeitravel.net

1999 臺北市民當家熱線

觀光傳播局 TAIPEI Department of Information and Tourism

林柳新紀念偶戲博物館　西寧北路79號

臺 北 明 信 片

偶刻

文／周純慧　攝影／許斌

仔細地轉折、頓挫，在刻削推雕之間，琢磨出最傳神的戲偶五官，期待這「尪仔頭」的五形三骨，一亮相便能吸引觀眾目光。彩樓下談情說愛的小生、小旦，雲端裡交兵廝殺的俠士、匪盜，除卻對白、襯樂，戲中人物的個性就在刀鋒運走之際，躍然浮現。

刻偶師傅說，戲偶模樣的好壞，直接影響演出者的表演情緒，間接牽動觀眾的投入熱忱，一場戲要能精彩好看，雕戲偶的功夫自然馬虎不得，無論是雕刻、裱紙、粉彩或彩繪，「膽大心細」總是最基本的功夫。

由外而內，漸次削減而去，戲偶的面目與性格逐漸在雕刻師傅手中顯現，彷若時下正夯的減法哲學，一步步卸去沈重負擔，化粗為精，於是，那內心底層最是純樸的本質得以完全展現，成為生活中，單純而美好的幸福體驗。也許，下一回，咱們一同看偶戲，也就這般單純地跟著戲偶入戲，所有熱鬧精彩的情節，都將化做簡單而滿足的純真笑容。

倫敦 VS. 臺北

文．攝影／韓良露

我曾旅行過數百個城市，在十幾個城市曾長短期居住，但都不超過1年，只有兩個城市跟我特別有緣，除了當了幾十年的臺北人外，居住了5年的倫敦，讓我在心靈的某一個角落都保留了某種倫敦人的思維。

我在32歲那年，結束了臺北10年的媒體工作赴英進修，因為年齡已不小，有點資源讓我在倫敦海德公園北邊買了個公寓居住；因為有了房子，就比較不會有現實上漂泊異鄉的感覺；而且為了打點房子，讓我可以深入比較在地人的生活模式，例如買家具要自己組裝，窗簾要自己量好尺寸訂做，在百貨公司買電器等配送要長達兩個星期，水管工人出差一趟起價是4千元臺幣，丟垃圾要分類，玻璃、塑膠等用品各有各的收貨時間等。

作者在倫敦的家。

臺北散漫便利　倫敦不成文規矩多

跟臺北的散漫便利比較起來，倫敦生活絕不輕鬆，如果你進百貨公司沒有為後面的人按住門，會有人提醒你這樣不禮貌，如果有人在公共場所大聲喧嘩，也一定會有人示意你要安靜。「文明一點！」是英國人的口頭禪，在倫敦生活有許多不成文的規矩，但這些教養都存在倫敦人的心照不宣中。

例如去公園溜狗，要帶一個鏟子及袋子裝狗糞，像巴黎或臺北那樣滿街狗大便的事絕不常見；入夜11點後會在住宅街道上鬼叫的人一定是外國學生或外國觀光客；買東西時不只要排隊，還不可主動呼叫售貨員（必須等到他有空主動服務你才行）；與人交往不可主動詢問對方的政治、宗教信仰及工作收入；到人家家作客，如果是下午茶，5點以前一定要告別，晚餐則10點以前要主動離去。

做倫敦人有這麼多規矩，人與人之間當然傾向於保持距離，以策安全。不養狗的人在街上很難跟陌生人交談；同公寓的鄰居交談多半是天氣，今天天氣真好或糟透了等；星期日大家都買一大份加張的報紙帶去公園、酒館看，混在人群中但各看各的報。

倫敦是個孤獨的城市，卻未必會容易寂寞，就像英國大文豪約翰生博士所說：「如果一個人對倫敦都厭倦了，一定是對生活厭倦了。」倫敦是個超級豐富的城市，也許不像巴黎那麼浪漫，巴賽隆納那麼感性，紐約那麼狂野，卻是我以為全世界最聰明的城市。

巨大的腦子VS.巨大的胃

我的倫敦意象是一個巨大的腦子，臺北意象則是個巨大的胃。倫敦不是沒有好吃的東西，但倫敦生活不以談吃、追求美食享受為主，倫敦的強項在文化的廣度、密度與深度，想想一個人若想看遍世界文明的收藏，必須前

倫敦 London

英國著名的泰晤士河。

往埃及、印度、希臘、中東、中國大陸等國家，但只要去大英博物館，即使看不到世界第一，卻是好多世界第二的收藏加起來的世界第一的博物館。

大英博物館，能讓馬克思天天去，幾十年下來寫完的資本論，至今對世人還有啟發性。此外，人類學博物館中的巴布新幾內亞的收藏，亦是世界知名。在倫敦生活，就像生活在巨大的文明腦子之中，有大傳統，也有時事，也有雜學。

倫敦市內種族複雜，但英國人不來種族熔爐那一套，而是各自保有自己的文化，只要互不干擾就好。倫敦市內有猶太人的聚會所、東正教教堂、回教清真寺、印度教廟宇等，都是巨大的建築，不同的族群住在不同的區域，有自己的市場，自己的餐廳，倫敦是個多元種族及文化的拼圖。印度人聚集的街上，有賣沙麗、印度甜點、寶來塢印度錄影帶租售店；阿拉伯人聚集的街上，居然有十幾種不同政黨的阿拉伯文報，還有各式各樣的果汁店、燒烤店、糕餅店；華人聚集的街上，開滿了賣燒鴨的、港式飲茶的、南北雜貨的店家；愛爾蘭人聚集的街上，三步五步都是愛爾蘭酒館。

在倫敦生活，是我的世界文明學習之旅，雖然我也曾旅行過六十多個國家，但行程匆匆，反而在倫敦，我才可以日日夜夜見

倫敦文化活動豐富，圖為西町的溫德翰劇院。

倫敦的巨大腦子——大英博物館

證肯亞人、伊朗人、葉門人、澳洲人、墨西哥人、巴西人、塞浦路斯人等民族的生活與文化。

在倫敦待了5年之後，原來有機會留在倫敦工作的我，面臨是否要留在這個豐富之國還是返回自己的家鄉；最後的選擇是結束學習的旅程，回到一個可以實習的地方。

倫敦大豐富　臺北年輕有活力

臺北不是一個很有規矩的城市，她的混亂帶來了很多不便，例如在人行道摩托車與摩托車併排，找不到一點間縫可以當出口；但臺北卻也提供了許多和人相關的便利。修水管的人隨傳隨到，1千元就可以幫你找出馬桶的問題；街上入夜後到處是小吃，不像倫敦入夜後只能回家吃自己；臺北很安全，晚上單身女士走在鬧街上幾乎不需提心吊膽；人與人之間雖然愛閒話八卦，但卻不用像倫敦人那樣冷漠相處，為了政治、宗教可以吵翻天，但看職棒時卻又變成一家親。

相對於倫敦的大豐富，臺北做為一個華人城市，有著特殊的混合，從大陸各省文化與閩南文化、原住民文化、日本殖民文化加上荷蘭、西班牙文化殘餘的影響，組成了臺北自己的豐富，因為臺北還是一個比較年輕的文化，不像2千年古城倫敦那麼富教養，卻比倫敦要有活力。

倫敦的左腦特大，倫敦人講話很曲折，議會罵人可以不帶髒字，用幽默的方式諷人入骨；臺北人則以直接出名，民意代表會在議事殿堂上吵架，如果說臺北人比較粗魯直率，卻不像倫敦人心機重。

倫敦的物價很高，除了一般消費高，連日常民生消費都高，例如坐一趟地鐵，最少要七、八十元臺幣，不像臺北還有20元的捷運可坐；一般家庭的水費都要上千元，電費更是好幾千，冬天開暖氣時，1個月電費可能就要上萬元；上餐廳吃飯更貴，唐人街的中國餐館，炒盤青菜都要四、五百元臺幣，因此在倫敦生活常常可以逼人練就一手好廚藝，但回到臺北後卻容易變懶，因為外食太方便了。

倫敦社會福利佳
臺北社會資源多建樹

倫敦雖然貴，但在社會福利卻做得比較好，很少聽到失業的人燒炭或一家自殺的新聞，失業者與沒有收入的人都有最低的生活補助，一個月兩萬多臺幣，絕對讓人可以活下去，像寫哈利波特的羅琳，當年就是靠社會救濟活下去的。

倫敦也有許多免費的事物，讓窮人也可以活得很豐富，例如大部分博物館、美術館都不用門票，倫敦市內又有海德公園、肯辛頓公園、麗晶公園、荷蘭公園、詹姆斯公園、綠園、格林威治公園、貝特西公園等大大小小超過365個公園，意味著天天去一個公園，一年都去不完。除了大

倫敦種族多元，而且各自保有自己的文化，圖為作者家對面的希臘蔬果舖。

英圖書館外，倫敦的社區圖書館也以藏書豐富、借書（以及錄影帶）方便著稱，倫敦空中大學的課程也很多元，都提供了民眾社會教育的機會。

臺北近十幾年來，在社會資源的開拓上也有很多建樹，例如一區一運動中心、圖書館、社區大學等，讓臺北的生活更充實。

今年夏天，我參與了2008年臺北文化護照的活動，辦了二十幾場的城市文化漫步，這是我當年在倫敦經常從事的活動；在倫敦5年，我學習到了許多關於城市文明美好的事物，如今我可以在臺北實習我所學的，使得在臺北的我有一種魚與熊掌兼得的好處，人當然是在自己的家鄉工作、生活最好。如果我們能把在世界各地學到的美好事物都融入自己的文化之中，讓每一個在地都有自己的獨特文化，如此世界才會更富足。

倫敦VS.臺北，不是選擇題，也不必是相對論，這兩個城市，都是孕育了我的城市母親。

景致如詩如畫的海德公園。

荷蘭公園附近的小酒館。

冬令養生聖品 山藥

文／馮靈嵐　攝影／楊志雄
採訪諮詢／臺北市立聯合醫院中醫院區中醫師李彩鳳
臺北市士林區農會推廣股吳德欽
食譜示範／佟姍姍

冬天到了，在藥補不如食補的養生風潮下，能夠兼具滋補養生與美味口感的食材，自是大受歡迎，而山藥正好躬逢其盛，成為冬季最受青睞的食材之一。

不過，老實說，山藥既然名稱中有一「藥」字，早年的確被當成一味可養病強身的藥用植物，但因其性平、味甘、無毒性，加上口感佳又便於入菜，便成了桌上佳餚而非入口苦藥！

營養價值高　自古即為上品藥材

山藥的別名很多，有淮山、懷山的俗名，又有薯蕷、柱薯、長薯等名稱，但不論稱其為何，自古以來皆被推崇為高營養價值的植物之一；早在《神農本草經》與《本草綱目》中便有載明，當時稱山藥為淮山，指其為上品藥材，能健脾胃、補肺腎，主治泄瀉、久痢、消渴、虛勞、咳嗽、祛痰、小便頻仍等多種症狀。近年來，國科會也研究山藥的功效，發現其能有效抗菌、抗氧化，並能抑制癌細胞、調節生殖系統、增強免疫力等，且因為澱粉含量較其他根莖類植物低，再加上沒有毒性，十分適合熱量過盛的現代人作為主食。

山藥雖原產於中國大陸，但國內種植山藥也有悠久的歷史，尤其是臺北市的士林陽明山地區，栽培甚多品種，選擇性也多，產量更是名列前茅。士林區農會推廣股吳德欽表示，全球的山藥品種雖然約六百多種，常見的品種則約略可分成陽明山原生種、白皮肖、日本寸、花蓮3號等的白皮白肉種，紅皮白肉的紅皮肖，以及紫紅皮紅色肉的紅薯山藥等。各品種皆有其特色，不論想煮湯熱炒，還是鮮食涼拌，民眾都能找到合適的品種。

吳德欽進一步指出，士林陽明山地區幾乎上述品種皆有生產，除了較少見紅薯山藥之外，其他品種的產量都很穩定，其中又以白皮肖與日本寸的產量最大，大多數的山藥農園經過輔導後都以有機無毒的栽培方式，讓民眾品嘗起來更為安心。

容易氧化　儲存選購山藥有撇步

為確保民眾購買後能品嘗到美味口感，吳德欽特別提醒民眾，若是購買後未能一次食用完畢，建議可先將已有切口的山藥，去皮切塊，再依每次用量以密封袋分裝，且立即放入冷凍庫急速冷凍，若要久放也請最好於一週內食用完畢。若是整支完好、未有切口的山藥，則不要急著放入冰箱，只要放在陰涼通風處，不要讓陽光直射，保存期限可長達3個月。

而處理山藥時，也應注意，因山藥富含鐵質，切開後容易氧化，使肉質呈褐色，建議可快速切塊後放入冰水或者鹽水，以避免氧化現象；若因氧化出現褐色並不代表山藥變質，仍可安心食用。另處理時最好帶上手套，或是處理前先以鹽水洗手，以避免山藥外皮所含的植物鹼造成皮膚刺癢不舒服。此外，在選購山藥時，應以外觀完整、外皮平滑無洞、鬚根少且沒有腐爛者為佳，若是體型相當的山藥，則選購較重的口感會比較好。

山藥養生　健脾胃益精力

山藥的營養成分極高，不僅富含豐富的維生素B1、B2、C、K和鈣、磷等多種礦物質，且因脂肪含量低，對於脂肪過多、體重多偏重的現代人而言，無疑是值得推薦的健康飲食，日本人甚至將之視為聖品。

臺北市立聯合醫院中醫院區中醫師李彩鳳表示，山藥歸入脾、肺、腎三經，歷代醫家皆盛讚它為「理虛之要藥」，本草典籍謂其性平涼潤、味甘而無毒，能健脾胃、補肺腎及益精力，可以補中益氣、長肌肉，久服聰耳明目。特別是其內具有黏液蛋白，可以維持血管彈性，幫助減少皮下脂肪的堆積，對於降低血糖也有幫助；山藥還含有具滋潤效果的皂苷，能提振食慾，補虛益氣。

儘管山藥優點如此之多，但醫師李彩鳳還是特別提醒，燥熱體質及容易脹氣者最好少吃，如身體壯實不虛或有急性炎症、便秘等狀況則不宜食用。

山藥小百科

學名：Dioscorea spp.
別名：淮山、懷山、山芋、薯蕷、柱薯、長薯
原產地：中國大陸
產期：10月下旬～隔年5月
品種：白皮肖、紅皮肖、花蓮3號、臺農2號、陽明山原生種等

山藥▶私　房　料　理

山藥白木耳甜湯

材料：白木耳2朵、新鮮蓮子半碗、紫山藥半斤、白山藥半斤、地瓜粉1碗、糖4大匙、桂圓肉1大匙、半碗冰糖。

作法：

1.紫山藥與白山藥去皮洗淨切片，放入電鍋中蒸熟。

2.將蒸熟的白山藥與紫山藥趁熱分別壓成泥狀，並分別放入2湯匙糖，以及各放入半碗地瓜粉，各自混合均勻後搓成長條的山藥泥條，待涼後分別切成小段。

3.白木耳泡水剪去蒂頭，鍋中放入半鍋水將其煮開後，倒入白木耳煮至變軟，再放入蓮子、切成小段的山藥，待山藥浮起後，放入冰糖。

4.冰糖溶化後，放入桂圓肉即可準備起鍋。

Tips：想確認山藥圓是否煮熟，於滾水中煮至浮起為原則。

山藥白木耳甜湯。

翡翠山藥。

山藥薏仁雞湯。

翡翠山藥

材料：山藥半斤、青椒1/2顆、黃彩椒1/2顆、紅蘿蔔1/4根、鹽1小匙、蔥1根。

作法：

1.山藥去皮洗淨切片置於鹽水中。

2.青、黃椒洗淨，紅蘿蔔去皮後，一同切成如山藥片大小。

3.蔥洗淨切成段備用。

4.鍋內放一大匙油，將蔥段爆香，放入山藥片略炒數下，再將紅蘿蔔片放入，放入鹽及切好的青、黃椒，再以中火炒數下，即可起鍋。

Tips：因為山藥具有黏性，若怕黏鍋可在放入紅蘿蔔的過程中加入少許水。

作法4。

山藥薏仁雞湯

材料：山藥1斤、雞腿1隻、薏仁半碗、新鮮蓮子半碗、枸杞1大匙、鹽少許、老薑4片、紅蘿蔔1/2根。

作法：

1.山藥去皮洗淨切成塊，置入鹽水中避免氧化。

2.雞腿切成塊，汆燙後撈出備用。

3.將薏仁泡入水中靜置約1小時，讓其吸收水分，有利烹煮時熟爛。

4.鍋內放入半鍋的水以大火煮滾後，轉中火並放入雞腿塊、薏

山藥酥餅。

仁、薑片，待雞肉煮至軟爛後，放入山藥、蓮子，煮至山藥軟爛後，放入少許鹽調味，起鍋前放入枸杞，即可起鍋。

Tips：除了雞腿之外，也可以排骨替代；若是吃素者，則可加入紅蘿蔔以及其他青蔬代替肉品烹煮。

山藥薏仁雞湯材料。

山藥酥餅

材料：山藥1斤、低筋麵粉1碗、雞蛋1個、食用油4碗、1小匙糖、1小匙鹽。

麵糊製作：1碗麵粉打入1個蛋，再加1小匙糖、1小匙鹽，加入半碗水，充分調成糊狀。

作法：

1.山藥去皮洗淨切細絲，泡鹽水約5分鐘，再將水瀝乾備用。

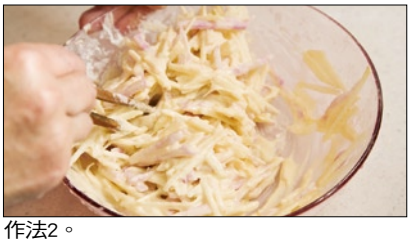
2.把步驟1的山藥絲倒入麵糊中攪拌均勻。

3.鍋內放入油，以中火加熱至油溫約150至180℃，以大湯匙舀一湯匙一湯匙的山藥糊放入鍋，炸至金黃，撈起即可。

Tips：

1.山藥切絲後，泡鹽水是為了防止氧化變色。

2.麵糊需濃稠一點，不可太稀，水量可視濃稠度再調整，以湯匙舀起，若麵糊不會立即滴下即可。



作法2。

97年12月15日～98年1月14日市府活動行事曆

2008臺北聖誕節「北鼻Let's Go！Love」系列活動

★二手書募集：**即日起至98/2/1（日）**
地點：全省誠品書店門市、商場
★二手玩具募集、交換：**12/13（六）至12/21（日）**，週六、週日14:00～17:00
地點：市政大樓東南角街舞區
★心願卡祈福：**12/13（六）至12/24（三）**
地點：市政大樓東南角街舞區
電話：1999轉7577
網址：www.2008xmas.taipei.gov.tw
主辦：北市府觀光傳播局
活動特別加入「寶貝兒童、珍愛地球」的概念，透過二手玩具募集、交換及二手書募集活動，教導兒童惜物、愛物，過一個環保的聖誕節。

第十二屆臺北文化獎推廣活動

★生態廁所概念展示
時間：**即日起至12/25（四）**
地點：信義商圈香堤大道（A11、A9館間徒步區）
★拜訪新濕地
時間：**12/13（六）至12/28（日）**，週六、週日14:00～15:30
地點：關渡自然公園人工濕地
★給我自然DIY
時間：**12/13（六）至12/28（日）**，週六、週日14:30～16:00
地點：關渡自然公園1樓眺望區

【綠．文化】
第十二屆臺北文化獎映像展

時間：**12/13（六）至12/27（六）**，週六15:00～17:00
地點：關渡自然公園1樓視聽中心
電話：1999轉3508
網址：www.culture.gov.tw
主辦：北市府文化局
第12屆臺北文化獎由建築師謝英俊、優表演藝術劇團及臺北市野鳥學會關渡自然公園管理處獲獎，特舉辦系列活動介紹得獎單位致力環保與綠色文化的理念。

臺北旅遊網「體驗新視界～發現新臺北」有獎徵答活動

時間：**即日起至12/25（四）**
電話：1999轉6902
網址：www.taipeitravel.net
主辦：北市府觀光傳播局
臺北旅遊網12月辦理「體驗新視界～發現新臺北」有獎徵答活動，藉由線上有獎徵答的網路遊戲活動，引導網友瀏覽網站尋找相關答案，獎項包括：捷安特腳踏車、臺北市政府限量公仔、故宮門票，以及美麗華摩天輪券等。

動感有氧舞蹈班

時間：**即日起至12/18（四）**，週四17:30～18:30
地點：市醫仁愛院區醫療大樓2樓中庭
電話：2709-3600轉3598
主辦：市醫仁愛院區

宋妙華油畫個展

時間：**即日起至12/31（三）**
地點：市醫陽明院區2樓門診區
電話：0925-172-622宋妙華
主辦：市醫陽明院區社會服務室

「健康一把罩、生活不留白」健康海報展覽

時間：**即日起至12/31（三）**
地點：市府大樓2樓親子劇場藝文廊
電話：1999轉1823
網址：www.health.gov.tw
主辦：北市府衛生局

2008西門冬季戀歌—愛戀．購物．西門聖誕

時間：**即日起至98/1/13（二）**
地點：西門町商圈
電話：2375-4205轉16
網址：www.shimen-walker.com
主辦：北市府商業處、臺北市西門徒步區街區發展促進會
為營造西門商圈聖誕節歡樂氛圍，特別舉辦此聖誕系列活動，包括20家Match抽獎活動、6場超High聖誕傳情活動，讓你玩透西門町。

絲路傳奇—新疆文物大展

時間：**即日起至98/3/15（日）**
地點：國立歷史博物館
電話：2381-6865或1999轉7559
主辦：北市府觀光傳播局、中時媒體集團
本展覽包括難得赴外展出的東方木乃伊——樓蘭美女，還有品種豐富、圖案精美的紡織品及各式文物。

四季閱讀冬令傳記雜文《萬曆十五年》

★書展時間：**97/12/12（五）至98/3/2（一）**
地點：市立圖書館總館及各分館
★專題講座：為什麼明朝故事充滿啟示？——從《萬曆十五年》談起
時間：**12/21（日）**14:30～16:30
地點：市立圖書館總館10樓會議廳
電話：2709-1605
網址：www.tpml.edu.tw
主辦：市立圖書館

臺北市立兒童育樂中心假日活動資訊

時間：12月下旬週六、週日
地點：市立兒童育樂中心

（許斌攝）

★1999為臺北市民當家熱線，
外縣市民眾請撥02-2720-8889再轉分機。（皆為付費電話）
★活動如有變動，以主辦單位公佈為主。

電話：2593-2211轉322、323
網址：www.tcrc.taipei.gov.tw
主辦：市立兒童育樂中心
春仔花、賀年卡教作、民俗技藝教作；竹玩藝打擊樂駐園表演、皮皮兒童劇、蘭陽武藝表演；文房清賞、棉紙藝術展覽、3D奇幻劇場播映影片（勇闖火山島、火星機器人、昆蟲世界）。

臺北捷運2008出口音樂節
時間：**12/19（五）、12/20（六）、12/26（五）、12/27（六）**
19:00～21:30
地點：捷運周邊廣場
電話：24小時客服專線218-12345
網址：www.trtc.com.tw
主辦：臺北捷運公司、國泰世華銀行
邀請多組知名團體及歌手，呈現一系列精彩演出，包含New Age、爵士百老匯、抒情輕搖滾、天籟美聲等各式曲目。

演講：「生活與詩的關係」 辛鬱
時間：**12/20（六）**
地點：市立圖書館道藩分館
電話：2733-4031
網址：www.tpml.edu.tw
主辦：市立圖書館道藩分館

思源親水通廊完工啟用典禮暨慶祝活動
時間：**12/20（六）**14:00～18:00
地點：自來水園區
電話：8733-5678
主辦：臺北自來水事業處
當天自來水園區全天開放免費入場，並舉辦音樂會，邀請知名音樂家陳冠宇及葉樹涵協同師大管弦樂團演出，同時園區亦安排街頭藝人表演及輕食攤位。

五分埔衣術嘉年華
時間：**12/20（六）**14:30～17:30
地點：五分埔服飾商圈（松山進安宮前巷道中）
電話：2723-9777轉810
網址：www.syda.taipei.gov.tw
主辦：北市府民政局、信義區公所
此次活動內容包括動感熱舞、時尚走秀、魔術表演、服飾低價促銷等活動，希望以誘人的價格，帶動時尚風潮。

2009臺北花卉展
第十屆全民總動員造景大賽
時間：**97/12/21（日）至98/1/18（日）**
地點：大安森林公園
電話：2796-1525轉22
主辦：財團法人七星農業發展基金會
大會將提供花材工具，在直徑4米的圓形區塊中讓選手們大展創意，佈置成各種美輪美奐的主題造景。

從心看電影活動「心動奇蹟：瑪莉與三隻小狗的故事」
時間：**12/24（三）**18:00～20:00
地點：市醫仁愛院區檢驗大樓6樓大禮堂
電話：2709-3600轉3598
主辦：市醫仁愛院區社區護理室

健康心電影活動—「王牌天神2」
時間：**12/26（五）**17:00～20:00
地點：市醫中興院區6樓第一會議室
電話：2552-3234轉3250
網址：www.tpech.gov.tw
主辦：市醫中興院區公衛室
名額有限，每場限定200名，於電影開場前依順序領取電影票入場；凡參加滿3場電影活動，可憑票根獲贈精美紀念品。

臺北最High新年城
—2009跨年系列活動
時間：**97/12/27（六）至98/1/1（四）1:00**
地點：
信義商圈、臺北市政府前廣場
電話：1999轉2046
網址：www.tpedoit.taipei.gov.tw
主辦：北市府觀光傳播局
今年跨年系列活動包括首度加入大型花車參與的「遊行嘉年華」，將於12月27日下午3點到5點在信義商圈舉辦；另外12月31日晚上7點市府前廣場將有倒數跨年晚會與臺北101煙火秀，以及介紹臺北吃喝玩樂的新年城地圖。

臺北市97年度公寓大廈相關法令及成功案例說明會
時間：**12/30（二）9:00～16:30**
地點：信義區市府路1號2樓（親子劇場）
電話：1999轉8344
網址：www.dba.tcg.gov.tw
主辦：北市府建築管理處
本活動歡迎對公寓大廈法令及經營有興趣之人士至建管處網站線上報名參加。

牛科動物標本展
時間：
98/1/8（四）～98/3/30（一）
地點：市立動物園教育中心
電話：2938-2300轉526
網址：www.zoo.gov.tw
主辦：市立動物園
本展將展出北非髯羊、美洲野牛、臺灣長鬃山羊和水牛等超過20件牛科動物的頭骨、毛皮、全身骨骼及全身毛皮剝製標本等。

臺北廣播電台 FM93.1都會資訊頻道　97年12月節目表

星期 / 時間	週一 到 週五	週六	週日
00~01	臺北都會慢一點／秦浩	臺北樂談／陳冠州	
01~02	音樂不打烊／節目課	音樂不打烊／節目課	
02~05			
05~06	晨光健康快樂報／李劍虹	Funk 電音樂／【華梵大學合作】	奇妙世界一把抓／【世新大學合作】
06~07	BBC World Service	青春閱讀筆記／【文化大學合作】	Ho Hi Young-HiLA ／【世新大學合作】
07~09	生活在臺北／遊俠	臺北流行地帶／雷洛	
09~10	早安、臺北／嘉沛	臺灣音樂館／雷洛	臺北人力銀行／【北市就服中心合作】
10~11			職場加油站／【北市職訓中心合作】
11~12	輕鬆、臺北／路易	臺北有愛／廖偉凡	
12~13			
13~14	午安、臺北／宗緯	議會快易通／蔣光華	
14~15		臺北人客家情／吳育全	
15~16	Give Me5-三不五時聽臺北／欣亞		
16~17		臺北社區好鄰居／張曉瑩	臺北大不同／民政局合作
17~18	臺北你當家【北市警局交通大隊合作】	臺北原聲帶／舞賽	超級臺北花路米／胡效華
18~19	臺北你當家／胡效華		
19~20	臺北 et 通／羅國盛	原來在臺北／小蔡 姞荷（原民會合作）	臺北故事劇場／彼嫽彼力
20~21		心際能源會／丹萱	
21~22	2100 社大開講／丹萱（教育局合作）	HELLO TAIPEI【勞工局外勞諮詢中心 合作】週六 印尼語節目 、週日 菲律賓語節目	
22~23	BBC World Service	HELLO TAIPEI【勞工局外勞諮詢中心 合作】週六 泰國語節目 、週日 越南語節目	
23~24	尋夢園／秦夢眾	臺北樂談／陳冠州	

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

2008 ING 臺北拉松 ING Taipei Marathon

12.21

TAIPEI 臺北

中華民國路跑協會

交通管制不可不知

路口	管制時間	路口	管制時間	路口	管制時間
仁愛路-逸仙路	06:45-12:40	林森南路-濟南路	07:00-07:54	明水路-樂群一路	07:10-08:45
光復南路-信義路	06:45-12:40	忠孝東西路(公園路-林森南路)	07:00-07:57	敬業三路(樂群二路-樂群一路)	07:10-08:46
光復南路-忠孝東路	06:45-09:10	市民大道(承德路-林森南路)	07:00-08:00	樂群一路-堤頂大道口	07:10-09:20
延吉街(忠孝東路-信義路)	06:45-09:10	長安東西路(承德路-新生北路)	07:00-08:03	堤頂大道-港乾路口	07:10-09:34
安和路(敦化南路-信義路)	06:45-08:37	南京東西路(承德路-新生北路)	07:00-08:06	堤頂大道-舊宗路(民權大橋)	07:10-09:38
敦化南路(忠孝東路-信義路)	06:45-08:35	長春路-新生北路	07:00-08:10	堤頂大道-麥帥二橋	05:00-13:00
大安路(忠孝東路-信義路)	06:45-08:34	民生東西路(承德路-新生北路)	07:00-08:14	市民高架(東往西)	05:00-13:00
復興南路(忠孝東路-信義路)	06:45-08:33	錦州街(承德路-新生北路)	07:00-08:16	環東大道(東往西)	05:00-13:00
建國南路(忠孝東路-信義路)	06:45-08:32	民權東西路(承德路-新生北路)	07:00-08:18	基隆路-松隆路北往南地下道	07:30-12:40
新生南路(忠孝東路-信義路)	06:45-08:28	農安街-新生北路	07:00-08:19	基隆路-忠孝東路北往南地下道	07:30-12:40
金山南路(忠孝東路-信義路)	06:45-08:25	德惠街-新生北路	07:00-08:19	基隆路-永吉路口	07:47-12:22
林森南路(忠孝東路-信義路)	06:45-08:23	民族東西路(承德路-新生北路)	07:00-08:20	忠孝東路-基隆路口	07:30-12:37
中山南路-愛國西路	06:45-08:20	承德路-酒泉街	07:00-08:20	松高路(市府路-松仁路)	08:10-09:10
中山南路-信義路	06:45-08:10	中山北路-中山橋	07:00-08:23	松壽路(市府路-松仁路)	08:10-09:10
林森南路 徐州路	07:00-07:50	北安路 明水路	07:10-08:35		

05:00~13:00 市民高架東向西、環東大道東向西管制

07:00~09:00 仁愛路一～四段、中山北路一～三段全線管制

詳情請洽：臺北市民當家熱線1999（付費電話）或上網 www.taipei.gov.tw

主辦單位／臺北市政府、中華民國路跑協會

2009
聽障奧運
在臺北
我會參加!!
2009
臺北最HIGH新年城
TVBS
S.H.E
五月天
張惠妹
蕭敬騰
陳綺貞
梁靜茹
張信哲
藍心湄
胡瓜
大嘴巴
飛輪海
蕭亞軒
Sorry
遊行嘉年華 時間 2008.12.27 (Sat) 15:00～17:00 地點 信義商圈
跨年晚會 時間 2008.12.31 (Wed) 19:00～2009.1.1 (Thu) 01:00 地點 臺北市政府前廣場
主辦:
TAIPEI 臺北
TVBS
TAIPEI 101
協辦:
飛碟聯播網 UFO NETWORK
臺北廣播電台
贊助:
生活 Nuelife®
2009跨年
指定飲料