



臺北

TAIPEI PICTORIAL

98/6

NO.

497

臺北電影夢 現正熱映中

35釐米的無限精彩 2009臺北電影節
漫步西門町 穿梭實幻交界
電影·臺北——另一種觀看這個城市的方法

臺北旅館整裝迎聽奧
「臺北開運之旅」向日客招手
捷運內湖線即將通車



填問卷
送好禮

辦法詳見第3頁

►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，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。

►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！

自即日起，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

臺北市政府大樓1樓市民服務組
臺北各區公所
臺北各戶政事務所
臺北市立聯合醫院各院區、各區健康服務中心
臺北市立圖書館總館及各分館
臺北市文獻委員會圖書室
臺北市議會
臺北探索館服務臺
臺北市中山堂
臺北市立動物園
臺北市立美術館
臺北市立社教館
臺北市立天文科學教育館
臺北市青少年育樂中心
臺北市教師研習中心
臺北市兒童托育資源中心
臺北市勞工教育中心
臺北市交通事件裁決所
臺北NGO會館
臺北市新移民會館
臺北市信義公民會館
臺北市稅捐處總處及各分處
臺北市就業服務中心中心站
財政部北市國稅局
行政院經建會服務台、經濟部國營會
行政院青輔會青年交流中心
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
臺北市中山運動中心閱覽室
臺北市北投運動中心
臺北市中正運動中心
臺北市南港運動中心
臺北市士林運動中心
臺北市萬華運動中心
臺北市內湖運動中心
臺北車站旅遊服務中心
松山機場旅遊服務中心
東區地下街旅遊服務中心
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
美麗華遊客中心
陽明公園遊客中心
東區便民服務中心櫃台
臺北捷運各站
臺北捷運公司捷運商品館
臺北火車站服務台
松山機場服務台
昇恒昌臺灣桃園國際機場第一、二航廈免稅店
昇恒昌臺北市區、臺北松山機場、高雄國際機場免稅店
臺灣桃園機場一、二航廈轉機休息室
臺北富邦銀行各分行（限原臺北市臺北銀行各分行）
臺北市內湖科技園區服務中心
南港軟體工業區服務中心
自來水博物館（售票口）
臺北故事館
北投溫泉博物館
北投文物館
客家文化會館
臺北偶戲館
國父紀念館
陽明山中山樓
臺灣藝術教育館

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
市長官邸藝文沙龍
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
臺北孔廟遊客中心
關渡自然公園
芝山文化生態綠園
撫臺街洋樓
臺北小巨蛋服務台
中正紀念堂
中正文化中心（藝文旅遊資訊中心）
臺北世貿展覽大樓附設「精品、伴手禮展售中心（taiwanlook）」
集思會議商務中心（臺大第二活動中心）
臺灣博物館
臺北國軍英雄館
袖珍博物館
郭元益糕餅博物館
國立臺灣圖書館（原國立中央圖書館臺灣分館）
三重市立圖書館
五南文化廣場銅山店
國家書店
三民書局
誠品書店（臺北市各分店）
聯經出版公司（書店）
金石堂書店（臺北市各分店）
國語日報門市
紀伊國屋書店（臺北市各分店）
東南亞電影廣場
國賓戲院
樂聲戲院
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
南山大戲院
國賓影城（微風廣場）
長春戲院
百老匯數位影城
欣欣秀泰影城
大千電影院
摩斯漢堡（限店內閱讀）
Is Coffee（臺北市、縣各分店）
凱擘系統台
臺灣大車隊（限車內閱讀）
賓樂交通（限車內閱讀）
臺北衛星車隊（限車內閱讀）
國泰醫院
榮民總醫院
泰安醫院
臺北集郵服務中心
洪建全教育文化基金會
士林劍潭青年活動中心
師大校友文化基金會
臺北市藝文工會
林瑄琪先生紀念基金會（老人社會大學分校）
新光三越信義店A8、A11（服務台）
義美公司（臺北市、縣各分店）



臺北開麥拉

臺北不是坎城、柏林、威尼斯，更不是好萊塢，但在這些因為電影而被世界看見的城市裡，卻經常可以看見臺北的身影，不論是參展影片裡的城市風光、還是幕後的製作團隊，臺北總以嶄新卻又熟悉的面貌讓人印象深刻。

近年來，電影成為行銷城市最有影響力的管道之一，鏡頭下的臺北魅力也受到更多注目，像是由新銳導演陳駿霖執導的電影《一頁臺北》，就選在臺北取景拍攝；去年的活動記者會上，我更代表臺北市民，贈送印了「Taipei Memories」的盒子給監製該片的德國名導文·溫斯德，希望他們能把臺北的美麗記憶放進盒子裡，在電影裡娓娓道來。此外，觀光傳播局也將在今年邀請侯孝賢監製、蕭雅全導演，製作電影《第36個故事》，希望把臺北的動人故事分享給更多人。

今年4月，我有幸參與電影幕後製作，為法國名導盧貝松的環保紀錄片《盧貝松之搶救地球》擔任中文配音，深深體會到完成一部影片的辛苦，也更加相信，電影有種不可思議的吸引力，可以讓許多電影工作者不畏辛苦地投入，也可以讓不同時代的觀眾著迷。

本期臺北畫刊的專題以「臺北電影夢 現正熱映中」為題，介紹即將開幕的2009臺北電影節、西門町戲院周邊景點和電影進修交流空間，同時也特別整理出臺北數十年來入鏡的場景，讓市民朋友及遊客可以藉著重溫經典電影，看見臺北的改變與進步。

臺北不必是坎城、柏林、威尼斯，更不必是好萊塢，因為，臺北就是臺北，透過電影，深厚的文化與獨特的風情將持續被世界看見。

郝龍斌

臺北畫刊 98/6/10 NO.

497



中華民國57年1月創刊

98年6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·黃郁惠·陳品兒

葉景豪·林虹伶

美術設計——董谷音

行銷行政——謝佩君·李炎欣·鄭雅萍·喬冠英

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.tpedit.taipei.gov.tw

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

印刷——中華彩色印刷股份有限公司

臺北縣新店市寶橋路229號

02-2915-0123

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／許斌 ▶ 名人悄悄話

04 樂活臺北 舞出平衡

口述／平珩 採訪撰文／蔡宜玟

05 音樂大師的臺北打拼記

口述／朱宗慶 採訪撰文／蔡宜玟

▶ 臺北短波

06 因應H1N1新型流感 北市啟動防疫網

文／王宜燕 攝影／劉佳雯

07 好市就在你身邊

2009臺北市傳統市場節登場

文·圖／臺北市政府

08 動感新臺北

2010世博會臺北館創意競賽得獎作品公布

文／葉景豪 圖／臺北市政府提供

09 節能省電拿好康 獎金就在電費單

「獎金百萬家戶節能大作戰」抽獎活動

文字整理／黃郁惠 攝影／王能佑

▶ 臺北照過來

10 | 臺北電影夢 現正熱映中

11 35釐米的無限精彩

2009臺北電影節

文／葉景豪 圖／臺北市文化基金會提供

15 漫步西門町 穿梭實幻交界

文／呂增娣 攝影／楊志雄

20 電影·臺北——

另一種觀看這個城市的方法

文／賴素鈴 攝影／許斌

27 我的電影夢，在戲院外上映

文／賴素鈴 攝影／許斌





▶ 臺北好好玩

- 30 6月輕舞的白色嫁衣
在臺北最美婚紗景點遇見幸福
文／白心儀 攝影／許斌

- 36 莘莘學子心 漫步臺大情
文／何儀琳 攝影／吳金石

- 40 森林・玻璃屋・浪漫書香
臺北夢幻K書勝地大蒐祕
文／白心儀 攝影／許斌

- 44 滑板輕鬆玩
文／鍾文萍 攝影／楊智仁

▶ 臺北生活圈

- 48 聽奧系列報導
臺北旅館整裝迎聽奧
無障礙環境賓至如歸
文／王宜燕 攝影／王能佑

- 51 和平與愛的化身
聽奧蛙兒命名票選活動揭曉
文／黃郁惠 圖／臺北聽奧基金會提供

- 53 臺北市也可以這樣玩！
「臺北開運之旅」向日客招手
文／林虹伶 攝影／王能佑

- 56 捷運內湖線將通車
北市交通新紀元
文／王宜燕 圖／臺北市政府捷運工程局提供

- 58 政府與民間 聯手打造西門町新貌
文／林虹伶 攝影／王能佑

- 60 臺北水噹噹 樂活新景觀
臺北好好看系列計畫
文字整理／黃郁惠 攝影／王能佑

- 62 臺灣好、臺灣妙
法國玩家傑邁帶你玩臺灣
文／王宜燕 攝影／王能佑

- 64 享受都會的風 臺北市市民廣場
文／林虹伶 攝影／王能佑

▶ 臺北明信片

- 67 來年有約
文／周純慧 攝影／許斌

▶ 雙城記

- 68 山水交界的迷你國際都會——日內瓦
文・攝影／李俊明

▶ 蔬果密碼

- 73 葡萄——果物中的紫色琉璃
文／呂增娣 攝影／楊志雄

▶ 78 6/15～7/14市府活動行事曆

▶ 80 臺北電台6月節目表

▶ 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份優質出版品，每月獎額10位，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！



(圖／平玗提供)

樂活臺北 舞出平衡

口述／平玗（舞蹈家） 採訪撰文／蔡宜玟

我出生在敦化北路後面的小巷，以前的南京東路303巷110弄1號，也就是現在的「皇冠出版社」。小時候從我們家走出去，整片都是田，還有三合院，40年代的臺北可以玩到像焢番薯等農村遊戲，沿著敦化北路走到遼寧街還有座獨木橋，我們常去探險。我6歲開始學舞時，還得到松江路及南京東路口去學，那一帶才有比較接近都市感覺的樓房。

記得一直要到80年代，我家附近才開始繁榮起來。後來皇冠也改建了，從兩層樓的樓房改建為大樓。現在的臺北很擁擠，也比較缺少自然素材，又有太多人工的建物；但比起香港還是可愛得多，臺北的樓還沒有很高，還看得到天。

20年前劇場很少，要看表演只有幾個大劇場，現在表演場地多了很多。臺北的藝文生態在亞洲算是蠻特別的，全臺有四分之三的藝術團隊在臺北，種類非常多。像我住的地方，光是木柵地區，就有優劇場、屏風、國光劇團等表演團體。

不光是室內的演出，現在還有華山文化園區這樣的地方，既

是戶外表演場地又像公園。但現在臺北每個週末的演出活動這麼多，要如何將表演推廣給適當的觀眾，對表演團隊是很大的挑戰。

先前中正文化中心做過一項藝文消費人口調查，在臺北地區，我們所謂的重度看表演者，平均1年看3場表演、中度的平均1年看1.5場，所以還有很大的開發空間。其實我覺得將藝文融入教育是很好的方式，像文化局的「育藝深遠計畫」，將藝文活動推廣到學校，讓小學六年級學生聽國樂、五年級學打擊樂，以此類

推，學校在這方面可以扮演重要角色。

近期我和我先生共同的臺北休閒活動是騎單車。我本來不會騎自行車，48歲後才開始學。騎車可以真正感覺到道路的坡度和路況，這是平時走路或開車缺乏的體驗。我家在木柵，我們常會從木柵騎到淡水，有時候騎到石碇，也喜歡騎去大稻埕，到老社區品嚐古早味。對我而言，臺北最好玩的，就是除了現代化事物外，還可以感受到傳統的氛圍。



時下臺北有很多表演場地，如華山文化園區既是戶外表演場地又像公園。（王能佑攝）

朱宗慶



音樂大師的臺北打拼記

口述／朱宗慶（音樂家） 採訪撰文／蔡宜玟

我是臺中大雅人，第一次到臺北是在民國59年初中畢業旅行，對臺北的第一印象就是繁華、擁擠，公車多、房子也多。當時我們住的旅館在後車站附近，一旁就是有名的「黑美人」酒家，我到現在一直記得，因為對小孩子來說，那樣的景象就代表繁華。為了這趟臺北之旅，我特別穿了黑色喇叭褲，胸前還掛著一條大項鍊，因為來臺北一定要打扮得很「先進」。

後來為了考國立藝專，我再度來到臺北，一個人在板橋租了一個小房間準備考試。因為第一次離家會害怕，連去外面買東西吃都不太敢，於是一口氣買了好幾箱泡麵，就這樣吃半年，當時看到泡麵就怕。我覺得臺北人很有自信、很活潑，而我在心態上相對地把自己縮得很緊，不太敢表現。

我對臺北「人」印象最深，因為崇拜的音樂家都在臺北，像豎笛前輩薛耀武老師、作曲家賴德和老師，木笛演奏家王尚仁老師當時還是學校（國立藝專）的助教。我讀藝專的時候還遇到很多日後有名的藝術家，如溫隆信、

許博允、李泰祥等人，他們那時候都很年輕，大概只比我大一點。

臺北有條路我特別有記憶，叫虎林街，因為當時的女朋友住在那裡。我從板橋去虎林街都會經過臺北車站，那時所有的公車、火車、金馬號都在臺北車站會車。要去虎林街有很多路公車可到，站牌又多，我常弄不清楚公車號碼及搭車方向。而且我印象中的虎林街總是陰暗的，路燈很少，不如現在繁華。

後來我從藝專畢業，去了維也納，又再度回到臺北，作為我發展打擊樂的基地。民國71年底，我要舉辦第一場打擊樂演奏會時，根本沒有人願意出借場地。因為大家覺得打擊樂有個「打」字應該很吵，可能還有點暴力。但在推廣過程中，我認為臺北人對於打擊樂的態度是開放的。當演出受到好評，聽眾漸漸會開始想學，因此在推廣藝文活動上，我一直認為演奏、教學和研究應成為一體。

現在我看見的臺北，是個多元、活力、進步、兼具傳統和現代、中西合璧的地方。尤其

在藝文方面，臺北蘊含很深的文化素養，她有條件在全世界發光發亮。從事藝文推廣以來，我發現有能力、想做事的人很多，但英雄無用武之地的人也不少，我認為政府的支持還可以更多，有時能力是一個要點，但在「時機點」上能夠配合更重要。我建議「母雞帶小雞」會是很好的方式：政府帶大團體，大團體帶小團體，循序發展下來，臺北絕對可以成為具代表性的「文化城市」。



臺北蘊含深刻的文化素養，有條件在世界舞台上發光發亮。（王能佑攝）

因應H1N1新型流感

北市啟動防疫網

文／王宜燕 攝影／劉佳雯

新型流感來勢洶洶，世界衛生組織（WHO）已確認此一新型流感病毒具備人傳人的能力。隨著我國出現H1N1病例，為有效防範疫情，政府與民間都應加強防疫措施。臺北市府衛生局呼籲，醫療機構及人員在執行勤務時，如發現疑似病例應立即通報；若民眾自疫區或自國外旅遊返國後，出現發燒或類似流感症狀時，應儘速就醫並主動告知醫護人員旅遊史、接觸史及周遭親友

是否亦有同樣症狀的群聚史，以利醫師診治並追蹤感染源。

衛生局指出，臺北市府已做好防疫準備，包括開設緊急應變中心，並規劃市立聯合醫院和平院區為防疫專責院區，若松山機場入境旅客出現疑似症狀，一律送至和平院區，和平院區有77間病房、119床負壓隔離病床，一旦收治個案超過35例，將全院淨空，最多收納400床，目前全院區已隨時待命。

H1N1新型流感傳染途徑主要是透過飛沫傳染與接觸傳染，在症狀出現前1天到發病後7天均有傳染性。衛生局提醒民眾，「勤洗手」是最重要的預防方法，同時也要維持良好個人衛生，減少出入公共場所或戴口罩，方可減少感染風險。民眾如發生發燒、咳嗽、喉嚨痛、全身痠痛、頭痛、寒顫與疲勞或腹瀉、嘔吐、眼睛發紅和流鼻涕等症狀，請戴上口罩儘速就醫，並儘量在家休息不要外出；咳嗽時請用衛生紙遮住口鼻，之後並丟入垃圾桶；手部接觸到呼吸道分泌物之後，須立即洗手，儘可能與別人保持1公尺以上的距離。

衛生局表示，市民只要做好自我保護措施，皆無需恐慌，如果對H1N1新型流感有任何疑義，可撥打市民當家熱線1999、臺北市府衛生局防疫專線2375-3782或行政院衛生署疾病管制局專線1922，將有專人提供解答或服務。

►H1N1防疫小常識

1. 勤洗手。注意個人禮儀，咳嗽、打噴嚏時，以手帕或口罩掩蓋口鼻。
2. 避免前往疫區國家旅遊。
3. 有流感症狀時，應戴口罩。就醫時，勿搭乘大眾交通工具，並主動告知醫師旅遊史、接觸史及群聚史。
4. 進出醫院或因疫情而管制出入公共場所時，建議戴口罩。
5. 儘量減少非必要的集會。
6. 建議各公司行號於重要出入口設置酒精洗手液，供民眾消毒手部。



為宣導預防流感勤洗手，臺北市長郝龍斌與臺北市信義國小小朋友示範正確洗手的方式。

好市就在你身邊

2009臺北市傳統市場節登場

文・圖／臺北市府

「菜市仔」不只是婆婆媽媽買菜的場所，也是居民情感交流的據點，更是許多人成長過程中的重要記憶。臺北市市場處去年首次舉辦「2008臺北市傳統市場節」，引起熱烈迴響，今年以「好市在身邊」為主題，主打傳統市場平易近人、充滿人情味的意象，拉近與民眾的距離，傳達臺北市最濃厚的在地生命力。

為了讓不同年齡層的民眾都能親近傳統市場，今年的活動不僅針對臺北市的小學生舉辦第2屆「兒也愛市集」繪畫比賽，請小朋友畫出和父母一同上市場的甜蜜回憶（徵件期間即日起至7月10日），同時也舉辦「愛上微笑菜市场」攝影比賽，廣邀所有愛好攝影、對市場充滿濃厚情感的民眾，用相機記錄攤商最親切的微笑（徵件期間6月10日至7月10日）；而戰況激烈、引起網友熱烈討論的「天下第一攤」網路票選，除了延續去年「小吃」、「熟食」、「生鮮」與「百貨」4大項，今年更加入「水餃」這項特色美食，6月10日至7月10日請大家上網投票，支持自己喜愛的店家，還有機會獲得獎品！



傳統市場內商品琳瑯滿目，是民眾挖寶的好地方。

為了回饋傳統市場的消費者，臺北市市場處自6月13日起陸續在環南、新富、北投、直興、西寧等臺北市公有零售市場，舉辦市場特色主題行銷活動，各市場也將配合舉辦「喜迎好市2重送」活動，消費者購物滿100元，除可憑摸彩券參加第1重摸彩活動，抽得民生必需品、市場採購禮品或價值20元的市場消費券1張之外，還可參加第2重摸彩活動，有機會獲

得精美贈品或價值1千元的市場消費券！（詳細活動內容依各市場略有調整）

此外，臺北市市場處於8月2日將在市民廣場舉辦以平民美食「水餃」為主題的「2009臺北市傳統市場美食嘉年華」，相關活動詳情請至市場處網站www.tcm.gov.tw或活動網站www.2009market.com.tw查詢。



《魅力菜市场》一書由臺北市府觀光傳播局規劃、發行，主要介紹22個臺北市公有傳統市場，從五星級的士東市場到百年歷史的南門市場、永樂市場，呈現出臺北飲食文化的重要風貌。

本書也因地制宜介紹每個市場的空間規劃特色與吸引人之處、市場內最具人氣與特色的攤商，以及位在市場周邊、步行即可達的特色小吃、美食餐廳、個性商

店，增強市場本身的遊逛魅力；另還特別推薦每個市場及周邊不可錯過的5項人氣買物，提供民眾多元的選擇。

全書共152頁，定價200元，有興趣的民眾可至市府出版品暨紀念品展售中心、三民、金石堂、誠品等各大書店，以及五南圖書文化廣場、國家書店等政府出版品展售門市購買。

動感新臺北

2010世博會臺北館創意競賽活動 得獎作品公布

文／葉景豪 圖／臺北市政府提供



郭盈君的作品「幸福就是這麼簡單」，以新生兒的笑容呈現臺北帶給人的溫暖、安全感和快樂。



劉佳語創作的「遊樂園」，捕捉到臺北絢麗和迷人的片段。

你的臺北印象是什麼？當別人請你介紹臺北時，你又會怎麼形容？影像藝術家郭英聲難忘西門町、演員桂綸鎂情繫天母，設計師蔣友柏更認為「臺北就是我的家」。為了展現臺北參加2010上海世博會的熱情與創意，臺北市政府和鴻海教育基金會在2月11日至4月11日舉辦了「2010世博會臺北館創意競賽活動」，邀請民眾透過創作展現對臺北的情感，競賽期間共徵得近3,500件的參賽作品，得獎名單並於5月1日公布。

本次活動共分為「設計出最亮眼的Taipei Logo」、「給一張最迷人的Smiling Face」、「寫一封最感人的Love Letter」和「拍一張最動人的Shining Picture」4種競賽項目，開放民眾上網投票、瀏覽，再由臺北市長郝龍斌、蔣友柏、郭英聲和作家劉克襄進行評審。

首先，「設計出最亮眼的Taipei Logo」是由商業設計系學生吳聲伯的「2010年設計世博揮灑我們的寄託」奪冠，以運用傳統的水墨概念、融合各地的熱情與期

許，呈現出「大家都懷著不同的夢想到臺北」的概念，深獲網友及評審青睞。此外，「給一張最迷人的Smiling Face」的金獎作品「幸福就是這麼簡單」，在網路上更是獲得近3千人次投票、超過450萬人次點閱的高人氣，作者郭盈君的創作靈感來自「臺北就像媽咪的懷抱總是那麼溫暖、那麼有安全感，而『快樂』在臺北更是隨手可得」，並以新生兒真摯的笑容呈現這個概念。

建築系學生劉佳語創作的「遊樂園」則獲得「最動人的Shining Picture」項目金獎，她認為，臺北市兒童中心是記憶中臺北最絢麗、迷人的片段，雖然目前園區暫時關閉，但「兒時的回憶還依舊那樣新鮮」。而擔任日商公司企劃的李喬智以唯美的筆觸寫下「戀·臺北」，獲選為「最感人的Love Letter」，文中勾勒出臺北市的美好與身為臺北人的驕傲：「凱達格蘭大道上有你的寬容；拔尖的101度高音是你努力的證明，巷弄間錯落的廟宇是你仍眷

戀的曾經」。

得獎者除了獲得豐厚的獎品，作品更會在2010上海世博會中呈現，讓全世界驚艷臺北的獨特與創意。

►活動得獎作品可上網查詢：

www.2010taipeiworld.com.tw



吳聲伯以傳統水墨概念，設計出融合各地熱情與期許的Taipei Logo。

節能省電拿好康 獎金就在電費單

「獎金百萬家戶節能大作戰」 抽獎活動

文字整理／黃郁惠 攝影／王能佑

為鼓勵臺北市家戶在今年夏日全家動員節約用電，臺北市政府環境保護局舉辦「獎金百萬家戶節能大作戰」抽獎活動，希望藉由獎勵節約用電優良家戶，促使節能減碳行動蔚為風潮，以達成臺北市綠色低碳城市的願景。

此項活動的參加資格是臺北市轄內的「表燈非營業用」用戶，8或9月電費收據（用電時間約為6至8月）上載明的省電比例較去年同期達10%（含）以上者。符合資格的家戶於10月16日前，可將電費收據正本或列印的電子帳單寫上參加者姓名、地址、聯絡電話，並於信封上註明參加「獎金百萬家戶節能大作戰」，郵寄至「11099臺北郵局第109-923號信箱」，市府將於11月11日舉辦公開抽獎。此次活動總獎金高達100萬元，獎

金依序為第1獎10萬元、第2獎5萬元、第3獎2萬元、第4獎1萬元、第5獎5千元，以及第6獎3千元，各獎項名額分別為1、3、5、10、50、100名，共計將抽出169名得獎者。

環保局表示，節約能源並非難事，民眾只要在日常生活中多用心，就可以讓省電效果反映在電費單上。例如以1個月的用電為例，冷氣溫控調高1度可省9度電、1盞60w燈泡換成省電燈泡可省7度電、7.2w小夜燈換成LED燈可省2度電、任何電器用品不用時拔掉插頭可省2度電。從這些生活小細節著手，人人都可以成為省電達人，效果也會立竿見影。

今年4月中旬，長期關注環保節能議題的諾貝爾慈善基金會主席麥克·諾貝爾博士曾拜會臺北市長郝龍斌，郝市長提到，市府致

力推動節能減碳，藉由鼓勵、教育市府員工等方式，過去2年已減少7.7%的用電量，每月更節省超過100萬度的電力，諾貝爾博士對此成效表示稱許。此外，郝市長亦於4月下旬為法國導演盧貝松與空中攝影師亞祖·貝彤合作的電影「盧貝松之搶救地球」進行配音，藉此共同宣導民眾參與保護地球的行動。

配合此項抽獎活動，環保局除了請臺電公司自4月起將抽獎活動相關資訊印製於電費單上之外，8、9月的帳單還有特別的小提醒，若是帳單上印有「恭喜！您符合臺北市政府獎金百萬抽獎活動參加資格」的字樣，就可以參加這項省電費、賺荷包又做環保的抽獎活動了。



養成隨手關燈的好習慣，可以節省不少電費。

►相關資訊

- 臺北市政府環境保護局：
www.epb.taipei.gov.tw
- 清淨家園顧厝邊綠色生活網：
ecolife.epa.gov.tw
- 綠色生產力基金會節能服務網：
www.ecct.org.tw
- 臺灣電力公司：
www.taipower.com.tw

Taipei FFF

臺北電影夢 現正熱映中

燈光暗了下來，放映機開始轉動，
從德國電影主題到拉丁美洲風情，
從鼓勵新銳的臺北電影獎到懷念名導的回顧展。

戲院之外，與電影交織的臺北更加精彩，
不論是遊賞西門町戲院周遭景點、重溫各年代電影場景，
還是散場後的進修交流，
都歡迎來這裡構築自己的電影夢。

或者，就把臺北看成一部電影吧，
體驗絕對難忘的城市蒙太奇。（文／葉景豪）



35釐米的
無限精彩

2009臺北電影節

文／葉景豪 圖／臺北市文化基金會提供



平日安靜的中山堂，因為臺北電影節頓時熱鬧起來，廣場上聚集了一群又一群喜歡看電影的朋友，有人拿著好不容易搶購到的電影套票，熱切地討論該如何分配電影場次，有人掛著一本電影護照和兩團黑眼圈，等著下部期待已久的電影開場；入場的時間到了，人群魚貫走入大廳，將6月炙熱的艷陽擋在門外，每個人都希望從電影中得到些什麼，或許是藝術創作的養分，或許是暫時逃離現實的想像，也或許，早就變成一種制約的習慣，一種身為臺北影迷的證明。

臺北電影節就是有這樣的吸引力，自1998年創辦以來，不斷地成長發展，培養出廣大的支持者，也鼓勵了無數的電影工作者，儼然成為臺灣電影最重要的年度盛事之一，每年總吸引許多國內外的影迷前來，相約參加電影節也成為臺北獨特的人文風景。



Taipei F F



今年的臺北電影獎入選名單中，有許多資深導演提攜後進的作品，頗有傳承意味。



本屆臺北電影節選定柏林為主題城市，圖為「典藏柏林」的東德浪漫歌舞片《熱舞夏日》（Hot Summer）。



「摩登德國」中的《蘿拉快跑》（Run Lola Run）展現出創新的敘事手法。



《德國 09》（Germany 09）以諷諧方式表現出導演心中的德國萬象。



《陽陽》為臺北電影獎百萬首獎得主鄭有傑最新力作。

蝴蝶與熊的美麗相遇

主題城市選定柏林

本屆臺北電影節將在6月26日至7月12日舉辦，而每年的臺北電影節都會以城市為名，推出「主題城市」單元，放映與主題城市相關的電影，讓觀眾能從中體會不同的城市風情，與他城交流對望，「主題城市」單元也早已成為臺北電影節最受矚目的內容之一，曾經介紹過的城市有巴黎／布拉格（2002）、京都／墨爾本（2003）、馬德里／巴塞隆納（2004）、莫斯科／聖彼得堡（2005）、蒙特婁／多倫多（2006）、哥本哈根（2007）、耶路撒冷／都柏林（2008）。今年因適逢柏林圍牆倒塌20週年紀念，具有濃厚的政治、歷史與文化意涵，且德國在影史上曾創造出各種電影的類型與流派，因此本屆主題城市聚焦在德國首都柏林，電影節的名稱也定為「6月臺北很柏林」，希望讓象徵臺北電影節的蝴蝶與代表柏林的熊，能在觀看與被觀看中交織出一場美麗的相遇。

以柏林為主題的單元中，共集結了默片時代到現代數十位導

演、近40部的德國電影，作品背景更縱貫前東西德到新移民和新世代，並分為「典藏柏林」（Vintage Berlin）和「摩登德國」（Modern Germany）2部分，希望能藉著電影拍攝場景和時代氛圍，讓觀眾認識柏林，也體會德國文化的風采。其中，較受矚目的有70年代掀起德國新電影運動的經典影片《德國之秋》（Germany in Autumn），由法斯賓達等11位導演拍攝，以及事隔30多年後，看著這部電影長大的13位新銳導演，以詼諧的方式拍攝出《德國09》（Germany 09），這部片同時也被選為本屆臺北電影節的開幕片，2部不同世代的作品，將同時在2009臺北電影節中上演，帶給觀眾新鮮的時空對話。

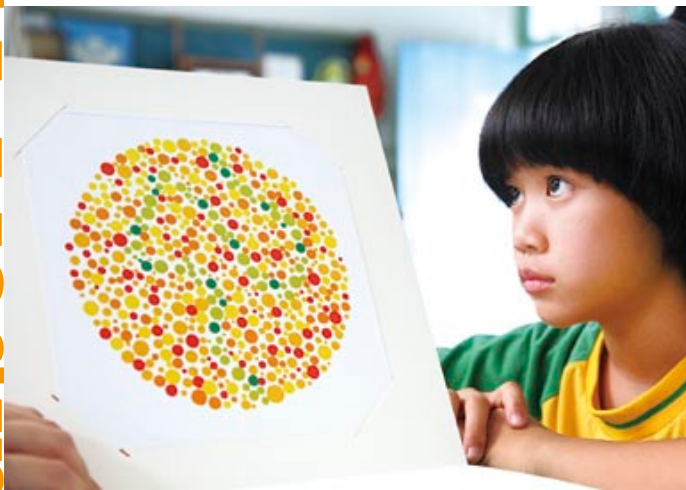
更多元的想像 更真實的世界

本屆臺北電影節也規劃出以拉丁美洲為主題的「拉美小輯」單元，精選12部來自墨西哥、智利、巴西、秘魯的影片，值得注目的影片有2008墨西哥電影節獲獎影片《好戲開鑼》（Meet the Head of Juan Pérez）、《我的寂寞花園》（Parque Via），以及2009

墨西哥金像獎得獎影片、凝視墨西哥貧童的《命運繼承人》（The Inheritors），希望讓觀眾看見熱情、魔幻之外的拉美印象，更認真思考全球化對當地生活的衝擊與改變。

除了德國和拉丁美洲的電影外，本屆臺北電影節的片單還包括焦點導演、競賽、觀摩等部分。焦點導演以哈薩克導演賽吉·德沃茲佛（Sergey Dvortsevov）和長期關注同志議題的導演勞勃·伊普斯汀（Rob Epstein）為主。競賽則分為引介國際新銳導演創作的「國際青年導演競賽」和針對臺灣專業電影人設立的「臺北電影獎」，本屆的國際青年導演競賽共有12部影片入選，而臺北電影獎入選的影片有9部劇情長片、11部劇情短片、10部紀錄片和8部動畫短片；臺北電影節主辦單位表示，這次入選臺北電影獎的作品題材多元，許多資深的導演退居幕後擔任監製，將經驗傳承給新生代的優秀導演，如吳念真監製、傅天余導演的《帶我去遠方》；李崗監製、鄭有傑導演的《陽陽》等，而最高獎金達百萬元的臺北電影獎預計

閉幕片《懼乳：傷心的奶水》以魔幻寫實的影像和優美的清唱旋律，捕捉秘魯風貌，並獲得2009柏林影展金熊獎肯定。



《帶我去遠方》的主角阿桂，想去一個分辨不出紅色和綠色的烏托邦。



在7月11日頒發。

除了電影放映外，臺北電影節還舉辦許多講座，包括影迷導讀、主題講座、影人專題等，而展覽部分則將在西門紅樓舉辦「那一年，雙重山：胡金銓的禪意高境」文物回顧展，以及電影主題公園的「西門町遇見愛——愛情文藝在臺北」電影公共藝術展，詳細內容可上活動網址查詢。

臺北電影節即將開場，城市裡的文藝氣息也開始升溫，你會選擇什麼樣的方式來迎接這個夏天呢？選部臺北電影節的影片來欣賞吧，享受35釐米膠捲放映出的無限精彩。

►2009臺北電影節

時間：6/26～7/12

地點：臺北市中山堂、臺北新光影城

開幕片：

6/26《陽陽》、《德國09》

閉幕片：7/12《爸，你好嗎？》、
《懼乳：傷心的奶水》

活動網址：www.taipeiff.tw

►售票資訊

單場預購	票價：平日日場 100 元；平日晚場及週末 180 元。 售票時間：即日起至6/25 售票地點： 1.全臺兩廳院售票系統各端點 2.網路訂票 www.artsticket.com.tw 3.全臺萊爾富門市（北縣板鐵店、北縣板站店、大里中仁店、彰化彰站店除外）、7-ELEVEN ibon購票系統
現場購票	票價：平日日場 120 元；平日晚場及週末 200 元。 售票時間：6/26～7/12影展期間 售票地點： 1.活動現場（中山堂、臺北新光影城）售票服務台 2.全臺兩廳院售票系統各端點 3.網路訂票 www.artsticket.com.tw 4.全臺萊爾富門市（北縣板鐵店、北縣板站店、大里中仁店、彰化彰站店除外）、7-ELEVEN ibon購票系統
團體購票	即日起至6/25接受團體購票，限中山堂所有場次及臺北新光影城平日日場，購票請洽詢臺北電影節辦公室2528-9580轉169。

註：平日日場為週一至週五18:00前（不含18:00）場次，本屆臺北電影節採對號入座方式入場，於萊爾富門市及7-ELEVEN ibon購票系統無法指定座位號碼。



(許斌攝)

漫步西門町 穿梭實幻交界

文／呂增娣 攝影／楊志雄

一年一度的臺北電影節又來囉！愛看電影的民眾當然不能錯過。今年電影節將在臺北電影的發源地——西門町揭開序幕；電影節期間，除了觀賞精彩的影片外，千萬別錯過其他相關的電影活動，以及西門町的多姿多彩、好吃好玩，趁著下場電影開演之前，讓我們一同暢遊西門町吧！

電影主題公園

愛情電影懷舊浪漫

康定路、武昌街、漢中街及峨眉街是現今西門町戲院最集中的一區，街弄裡有豪華數位影院、日新威秀影城、樂聲戲院等多家戲院聚集，被稱為電影街，亦是此次臺北電影節的主要舞台。不過，既然是電影節，當然不只電影院裡有感動人心的情節故事，電影院外可也是繽紛熱鬧，洋溢

著浪漫愛情的氣氛。

坐落在電影街附近的電影主題公園，便有一連串愛意滿滿的活動等著你來參與感受。電影主題公園原址為日本人經營的臺灣瓦斯株式會社，光復後由臺北市政府接管，並改組為「臺北市煤氣有限公司」，但由於長年虧損且天然氣日漸普及，在民國56年終告停工歇業，閒置三十多年後，在民國94年正式以臺灣第一座電影主題公園的面貌，在西門町重生。

2009臺北電影節期間，在公園內及周邊舉辦一連串的活動讓民眾一同感受臺灣電影的魅力。電影節主辦單位以「愛情文藝在臺北」為主題，於武昌街（昆明街至康定路）一帶，布置「愛情電影時光走廊」，以藝術裝置呈現30部膾炙人口的愛情電影海報，民眾散步其間將可懷念這些歷久彌



電影街上戲院林立，播映許多與世界同步的強檔影片。

新的愛情故事。

至於電影主題公園內的主題展館，則重現早年愛情電影必備的咖啡廳場景，並整理出文藝愛情公式，如海灘奔跑、家世背景落差等影片橋段，導覽人員則喬裝成咖啡廳服務生，並以當時的電影配樂當作背景音樂，讓人宛如置身電影劇情中。戶外區域，則設置愛情許願樹，供民眾留下愛

的訊息。

此外，電影節期間每逢週末假日，電影主題公園內則有夜光戶外電影，放映曾經紅透半邊天的愛情片，像是林青霞、谷名倫主演的《雲飄飄》，甄珍、秦祥林主演的《心有千千結》等影片，喜愛老電影或者想體驗老電影魅力的民眾可別錯過。

►電影主題公園相關活動

地點：康定路19號

1.「西門町fun電影」浪漫愛情戶外放映

時間：

6/27 19:00 《雲飄飄》
7/4 19:00 《心有千千結》
7/11 19:00 《浪花》

2.「西門町遇見愛——愛情文藝在臺北」電影公共藝術展覽

時間：6/22~7/12

- 愛情文藝電影主題館（開放時間13:00~19:00，週六延至21:00）
- 現代愛情塗鴉立體戶外裝置（24小時開放）

►若因天候不佳，將調整活動內容，屆時請上臺北電影節官網查詢。

走進西門紅樓

重溫武俠電影的風光歲月

身為電影的愛好者，位在成都路上的西門紅樓，絕對是造訪西門町重要景點之一。

每年臺北電影節期間，西門紅樓都會選出一位重要導演，做深入且詳盡的介紹，像是去年便成功舉辦過白景瑞導演回顧展，今年則特別安排臺灣電影史上最著名的武俠片導演——胡金銓的相關介紹。

曾經拍過《龍門客棧》（1967）、《俠女》（1971）等大作，胡金銓在臺灣武俠電影占有十分重要的地位，更被稱為全才導演，不論編劇、導演、武術、美術、剪接等都有涉略，而拍攝過程中更常親自參與各個細節，因此，呈現出的精緻品質備受國際讚譽，如《龍門客棧》上映時就曾打破臺灣、韓國和菲律賓的票房紀錄；《俠女》一片更在1975年的坎城影展拿下「最高技術委



配合臺北電影節活動，電影主題公園將規劃成懷舊的愛情電影場景。

員會大獎」，胡金銓也在1978年被英國「國際電影指南」票選為年度世界5大導演之一。

這次的文物回顧展，將重點放在胡金銓在1979年推出的兩部影片《空山靈雨》和《山中傳奇》，前者曾獲邀為第3屆香港電影節首映，後者則榮膺第16屆金馬獎最佳導演與最佳美術設計大獎。文物回顧展預計展出電影的分鏡表、拍片日誌、腳本等，並在影展中特別放映這兩部作品。另外，也將展出胡金銓為國外知名人士素描的畫像、未曾公開的動畫底稿、自行設計的电影海報、記者會邀請卡，還有以書法工整寫下的電影片名及工作表。

展覽將首度公開許多第一手電影資料，讓年輕朋友有機會認識這位影響武俠片至深的導演，也讓喜愛武俠片的影迷，能重溫胡金銓的才情與風範。

欣賞展覽之餘，若想要休憩品茗，展覽區旁有品茶、喝咖啡的小館「町西茶喫」，來杯拿鐵、清香烏龍，都能緩氣靜心；再往裡走，位在十字樓的中段則是

一間間充滿新奇點子、特殊設計的創意小店，像是一條迷你的創意市街；十字樓底端的河岸留言PUB，則是音樂人喜愛的聚所，可來此聆聽各類獨立樂團演唱演



胡金銓文物回顧展中，將首度公開許多第一手的電影資料。（圖為電影《空山靈雨》劇照，臺北市文化基金會提供）

奏，抒發平日的壓力。2樓則設計為戲劇空間，像是歡喜扮戲團、螢火蟲劇團、同黨劇團等不少劇團都會在此演出。

除了軟體展覽表演的豐富多元，西門紅樓本身八角體紅磚建

築，也值得細細品味，以紅磚砌造而成的建築主題，外牆立面以洗石子做為橫飾設計，增添層次與華麗感，而窗戶上還以放射狀的拱心石做為裝飾，也是不容錯過的欣賞重點。

►西門紅樓相關活動

1.「那一年，雙重山：胡金銓的禪意高境」文物回顧展
時間：6/19～7/12
地點：西門紅樓八角樓1樓

2.紅樓創意市集·夏日瘋電影
時間：6/27～7/12每週六、日（週六14:00～22:00，週日14:00～21:30）
地點：西門紅樓戶外北廣場



紅磚砌成的西門紅樓，記錄了臺北百年來的藝文風華。

五花八門的熱鬧街區

有別於西門紅樓的內斂沉穩，峨眉街、武昌街的徒步區則顯得春春洋溢、活力十足，流行服飾、鞋款飾品的商店群聚，更有各類販賣奇特商品的店家，如藝術指甲沙龍、訂製個人專屬公仔、各類動漫服裝等應有盡有！

昆明街一帶則是著名的二手街區，各式各樣的二手商品琳瑯滿目，從年輕人喜愛的各種T恤、名牌球鞋到觀光客最愛的民俗服飾、復古花襯衫等盡在其中，對於預算有限的買家來說，這裡可說是挖寶的好去處。

臺式小吃+外省點心 看電影味蕾不寂寞

西門町裡好玩的不少，好吃的更多，不論是要找燈光美、氣氛佳的餐廳坐下來慢慢品味，還是趕時間得外帶至戲院裡充飢，都能找到便宜好吃的美味。當然，更有好幾家歷史悠久的老字號，錯過可是會後悔呢！

喜歡臺式餐點的，中華路與武昌街口的鴨肉扁是不錯的選擇，招牌雖名為鴨肉，店裡其實賣的是土鵝肉，因為湯頭清爽、肉質新鮮，深獲不少民眾的喜愛。同樣是臺灣小吃，阿宗麵線則算得上是西門町裡的傳奇，店前的人



西門紅樓內的町西茶喫餐廳充滿復古風情。



西門町的滷味是看片前後果腹的好選擇。



位於武昌街上的愛情電影時光走廊，展現數十部經典愛情電影海報。

潮總是絡繹不絕，即使必須站著吃，饕客們依然甘之如飴。

除了臺灣小吃，西門町裡亦不乏懷舊的外省口味，阿宗麵線旁便有一家年過半百的「北平一條龍餃子館」，店裡賣的多是北方

味，蒸餃、水餃及酸菜白肉火鍋等，十分受到香港客人及日本觀光客的喜愛，服務生一律身著制服、戴上帽子，餐桌絕不隨便鋪塊塑膠布，而是用白色桌布外加紅色飾巾搭配，也就是這般數十年如一日的傳統風格，讓不少喜好懷舊氣氛、想一嘗家鄉口味的老顧客一再光顧。若是趕時間，店裡的芝麻燒餅夾肉、蔥油餅上餐快不用等，是看電影的饕客最愛外帶的鹹點。

西門町裡還有一味外帶的美食，亦是觀光客來此必買的伴手禮，那就是老天祿的滷味，不論是成都路上的上海老天祿，還是武昌街上的老天祿滷味，兩家的獨門滷汁各有特色，也各有愛好者，皆值得一嘗。

若說澀谷是東京青少年流行文化的代表區，那麼西門町肯定是了解臺北市多元文化的最佳入



芝麻燒餅夾肉是北平一條龍餃子館熱門的外帶餐點。

口，不管你是喜歡電影、追求流行還是貪好美食，西門町都會大方滿足你。今年，欣賞臺北電影節的動人影片之餘，也別忘了好好遊賞西門町吧！

►店家資訊

鴨肉扁 2371-3918
阿宗麵線 2388-8808
北平一條龍餃子館 2361-6166
上海老天祿 2375-7575
老天祿滷味 2361-5588



滷大腸入味、柴魚香四溢的麵線，總是門庭若市。

電影

臺北

另一種

觀看這個城市的方法

文／賴素鈴 攝影／許斌

說來不可思議，一座活在電影中的城市，往往比真實的存在更永恆。

世人記憶的羅馬，永遠是黑白片時代的《羅馬假期》。這部浪漫愛情經典名片，俏麗的出走公主奧黛麗赫本與帥哥記者葛雷哥萊畢克，在影片中結緣同遊的足跡，即使時隔半個多世紀，到西班牙廣場旁吃冰淇淋，把手伸進真理之口試膽量，還是觀光客到羅馬必遊。

名片

傳承一代代城市傳奇

電影《西雅圖夜未眠》的女主角梅格萊恩，堅持和男主角湯姆漢克斯相約在紐約帝國大廈頂樓見面，她的執著來自愛情名片《金玉盟》的經典橋段；隨著《西雅圖夜未眠》的全球熱賣，1990年代的觀眾，因此認識了他們父母那一輩，年輕時曾為之著迷的愛情。帝國大廈也因此不再只是紐約曼哈頓的地標，更化為具有獨特象徵的感情座標。

電影是另一個觀看城市的方法；電影，也是城市行銷的利器。即使未曾親臨，我們可以從一部電影，熟悉一個城市。

《艾蜜莉的異想世界》向我們展現了巴黎蒙馬特區的獨特風情；鳳凰女與休葛蘭合演的《新娘百分百》（英文片名Notting

Hill），打響了倫敦諾丁丘（Notting Hill）的多元文化氛圍；離我們最近的例子，則是《海角七號》帶動恆春觀光熱潮的奇蹟。

我們總是艷羨他鄉的故事，卻忘了我們的城市電影，也可能在異國引起效應。2004年西班牙夢幻民謠樂團MUS首度來臺，行前他們指定，非到蔡明亮《愛情萬歲》電影場景中的大安森林公園朝聖不可！

蔡明亮拍《愛情萬歲》當時，大安森林公園尚未完工，演員楊貴媚穿高跟鞋踩著滿地泥濘來回走十幾趟，坐在公園內的露天音樂台長凳上，失聲痛哭起來。那段用長鏡頭定格，默默凝視的哭戲長達六分多鐘，為《愛情萬歲》收尾，也成為臺灣當代電影的經典片段。

《愛情萬歲》刻劃城市之中，人的壓抑、疏離，鏡頭冷眼旁觀著臺北的人與生活。而深夜中沈睡的臺北街頭泛著藍光，則讓人意外發現，電影中的臺北有獨特的美麗。

臺北市充滿個性獨具的多元場域，因緣際會出現在不同的電影類型中。

新公園（現為二二八和平公園）是白先勇小說《孽子》的重要場景，虞戡平拍攝電影《孽子》是國內首部同志電影，人物與故事也在新公園登場；西門町向來是青少年次文化匯集重地，蔡明亮《青少年哪吒》的少年小康流連在獅子林百貨，林育賢《六號出口》片中主人翁《西門飛俠》范達音，在鎮日人潮熙來攘往的捷運西門站六號出口，尋



新公園（現為二二八和平公園）是國內首部同志電影《孽子》的重要場景。



電影《飛俠阿達》中主角在植物園裡對輕功著迷。

一家肉圓攤，抬頭望見牆上貼著他和張震的合照，王家衛《春光乍洩》的殺青戲，是在遼寧街夜市完成。

□城中

難忘鏡頭下過往的風華

作為臺灣的首善之都，臺北與電影的聯結首屈一指，早年不少國片都以「臺北」命名：《臺北發的早班車》（1964，梁哲夫）、《康丁遊臺北》（1969，吳飛劍）、《家在臺北》（1970，白景瑞）、《早安臺北》（1979，李行）。

從農業社會過渡到商業社會，臺北一直都是全臺灣最繁華的所在。李行編導的電影處女作《王哥柳哥遊臺灣》，模仿好萊塢喜劇默片《勞萊與哈台》，由胖碩的李冠章和瘦小的矮仔財分飾「王哥」、「柳哥」，這部介紹臺灣各地風景的臺語喜劇，在交通不便的當時極受歡迎，而《王哥柳哥遊臺灣》片頭，便是以仰角拍出總統府，作為遊臺灣的起點。這也是早年拍攝總統府的著名電影之一，在戒嚴時代非比等閒。

□北投

孕育不同世代的電影靈感

李行曾經記述：「當時臺語片正流行，許多片子甚至從頭到尾都是在北投拍的，北投儼然成為臺灣的好萊塢。」

北投曾經是全臺灣最大的電影劇組集散地。在1950、60年代的臺語片黃金時期，北投優美的環境吸引許多電影前往拍攝，不但省去搭布景的麻煩，眾多溫泉旅館更提供拍片所需的內景，工作



新光摩天大樓在電影《超級大國民》中，讓主角重新認識這座城市。

人員還可休息、用餐或過夜；臺語片在北投最盛時的景況，是同一間旅館內，有兩、三組人馬拍攝不同的電影，「臺語片的好萊塢」名不虛傳。

時至今日，《溫泉鄉的吉他》仍是代表北投的經典歌曲，只不過人事景物全非。1966年電影《溫泉鄉的吉他》故事場景北投玉川

園飯店已拆除，改建為北投泉源路玉川溫泉大廈；曾是《王哥柳哥遊臺灣》拍攝場景的北投美華閣，也早已消失。

現在的北投，卸下昔日溫柔鄉的脂粉味，綠蔭老樹憑添沈靜氛圍。改編自插畫家幾米代表作的電影《向左走向右走》，金城武、梁詠琪分飾的男、女主角

「康」與「儀」，初相遇的場景便在北投公園內的「日式噴泉」。

在同一棟大樓生活，卻總是平行線的兩人，在圓形噴水池旁，向左走、向右走，終於有了交會：梁詠琪的手稿不小心被風吹落池中，金城武跳下水裡幫她撿起，他們一見投緣，在公園度過歡快的下午，忽然傾盆而下的暴雨，卻讓他們交換電話號碼的紙條濕透了，化成模糊難辨的數字。這段邂逅場景拍得唯美，北投公園此後也成為幾米迷追隨《向左走向右走》的朝聖之地。

建於1911年的北投公園有近百年歷史，2006年底臺北市立圖書館北投分館啟用，樹林裡的綠建築更添人文情調。



電影《向左走向右走》裡讓男女主角相遇的北投公園日式噴泉。



北投溫泉博物館讓北投公園更顯樸質，也成為電影勘景的好地方。



信義計畫區的變遷被記錄在一幕又一幕的電影裡。

□高樓

矗立電影與城市躍升的夢想

數十年間，臺北容顏變異極大，萬仁《超級大國民》片中，因白色恐怖入獄的主角許毅生，踏足34年未曾來到的臺北，當年受刑、囚禁的地方都已改建，城市記憶成為空白，他只得登上新光摩天大樓頂樓，重新認識這個陌生的城市。

許毅生站上觀景台驚惶萬分的一幕，讓人深感震撼。但不到10年，新光摩天大樓的臺北最高樓寶座，又已被臺北101取代。

最高地標常用作城市行銷法寶。吉隆坡雙子星大廈，藉史恩康納萊、凱薩琳麗塔瓊斯合演的

007炫技片《將計就計》，將超高層大樓的招牌擦得更炫亮；臺北101也即將善用電影行銷。

報載幾年前湯姆克魯斯曾有意借臺北101拍攝《不可能的任務3》，當時卻未交涉成功；不過配合臺北市鼓勵影視產業拍攝政策，最近港星吳彥祖主演的羅卓瑤電影《如夢》，就在臺北101大廳取景，並加入大樓外觀定格畫面。

臺灣、瑞典跨國合資合製的電影《霓虹心》則是第一部進入臺北101大樓89樓觀景台拍攝的電影。以《善意的背叛》獲坎城影后的普妮拉奧古斯特，為此特地於去年底來臺拍攝。

在電影的流轉中清晰

電影記錄城市的容顏，也讓我們看見變遷的快速，臺北的時尚櫥窗信義計畫區，在虞戡平1985年的《臺北神話》片中，世貿展館還在興建中。

臺北變貌最鮮明的座標軸，莫過於1961年啟用的中華商場。1962年李行《兩相好》片中，當時的臺北沒有大飯店，最繁華體面的地方就是中華商場；而蔡明亮1992年的《青少年哪吒》，則留下中

華商場拆前最後一幕。

楊德昌、蔡明亮，是最常專注凝視臺北城市的電影人。

蔡明亮《你那邊幾點》，李康生在臺北車站前天橋上擺攤，曾經賣手錶給陳湘琪；天橋拆除後，蔡明亮又拍《天橋不見了》。後來，《天邊一朵雲》設定身分是故宮解說員的陳湘琪，全片中和李康生唯一一句對白，只開口問：「你還在賣錶嗎？」

楊德昌從《青梅竹馬》、《恐怖份子》、《牯嶺街少年殺人事件》、《獨立時代》一路來錯

綜複雜的城市觀察，在最後遺作《一一》可謂集大成，注視熟悉的臺北，拍出尋常家庭的平淡瑣碎、人生的轉折風波。

城市於是成為生命風景的縮影。《一一》已決定在今年11月楊德昌冥誕時在臺上映，楊德昌在片中拍攝臺北市的許多角落，被視為「楊德昌寫給臺北的情書」；他曾經說：「我是越拍越靠近臺北。」我們則從一個導演的眼睛，重新觀看這個城市。

電影·臺北

	場景	電影	導演	描述
經典畫面	大安森林公園	愛情萬歲 (1994)	蔡明亮	楊貴媚坐在公園內的露天音樂台，哭泣長達6分鐘。
	新光摩天大樓	超級大國民 (1995)	萬仁	白色恐怖入獄的男主角，出獄後登上頂樓觀景台，重新認識這個城市。
	北投公園日式噴泉	向左走向右走 (2003)	杜琪峰 韋家輝	金城武、梁詠琪在這座圓形噴水池初相遇。
獨特的場域 及時代氛圍	龍山寺	龍山寺之戀 (1962)	白克	廈語片皇后莊雪芳演出龍山寺前賣藥攤的女兒，歌喉甜美。
	臺北車站月台	臺北發的早班車 (1964)	梁哲夫	秀蘭到都市賺錢償還父債，第一次站上臺北的地方。
	迪化街	青梅竹馬 (1985)	楊德昌	侯孝賢飾演的男主角，家族世代是迪化街布商，代表本土的一代。
	新公園	孽子 (1986)	虞戡平	國內首部同志電影，新公園（現為二二八和平公園）是孽子小說與電影的重要場景。
	大臺北瓦斯的圓球	恐怖份子 (1986)	楊德昌	冷眼旁觀城市的疏離與冷漠，每個人都是恐怖份子。
	西門町獅子林	青少年哪吒 (1992)	蔡明亮	少年小康經常流連忘返的地方。
	敦化北路 Friday's餐廳	獨立時代 (1994)	楊德昌	90年代年輕人的約會熱門地。
	植物園	飛俠阿達 (1994)	賴聲川	一群老人在荷花池畔講國共內戰時一群紅蓮會輕功好手的故事，阿達為之神往。
	遼寧街夜市	春光乍洩 (1997)	王家衛	殺青戲在此拍攝。梁朝偉吃肉圓，抬頭看見牆上有他和張震的合照。
	民生社區	藍色大門 (2002)	易智言	女主角桂綸鎂住在民生東路5段69巷，綠樹成蔭。
	波麗露西餐廳	跳舞時代 (2003)	簡偉斯 郭珍第	愛愛阿嬤和5位古倫美亞唱片公司同事，齊聚在此暢談往事。
	捷運西門站 6號出口	六號出口 (2006)	林育賢	捷運西門站6號出口，一個什麼事都可能發生的地方。

	場景	電影	導演	描述
地標性建築	總統府	王哥柳哥遊臺灣(1958)	李行	第一部拍攝總統府的電影，片頭以仰角拍出總統府，作為遊臺灣的起點。
	圓山飯店	一一 (2000)	楊德昌	片中的喜宴在此舉行；主角吳念真則是在圓山飯店的電梯前，與初戀情人重逢。
	故宮博物院	天邊一朵雲 (2004)	蔡明亮	女主角陳湘琪的身分是故宮解說員。
		經過(2005)	鄭文堂	故宮首度參與製作的電影，桂綸鎂飾演故宮助理研究員。
	臺北101	如夢 (尚未上映)	羅卓瑤	臺北101大廳場景，並有大樓外觀的定格畫面。
		霓虹心 (尚未上映)	劉漢威	臺灣、瑞典跨國合資電影，第一部進入臺北101大樓89樓觀景台拍攝的電影。
變遷中的臺北城市樣貌	中華商場 (已拆除)	兩相好 (1962)	李行	3對情侶結伴逛街約會，當時的臺北沒有大飯店，最繁華體面的地方就是中華商場。
		青少年哪吒 (1992)	蔡明亮	留下中華商場拆除前最後一幕。
	北投	溫泉鄉的吉他 (1966)	周信一	故事場景北投玉川園飯店已拆除，改建為北投泉源路玉川溫泉大廈。
	林森北路14、15號公園違建 (已拆除)	超級市民 (1985)	萬仁	李志奇寄居在違建區，與林森北路燈紅酒綠的強烈對比。違建區目前都已拆除。
	信義計畫區	臺北神話 (1985)	虞戡平	片中出現的信義計畫區，當時世貿展館還正在興建中。
	夜巴黎大舞廳 (已停業)	金大班的最後一夜(1986)	白景瑞	故事背景與拍攝場景，武昌街2段89號豪華大戲院樓上的夜巴黎大舞廳已停業。
	天馬茶房	天馬茶房 (1999)	林正盛	228事變導火線的起點，已在南京西路185巷口立紀念碑。
	臺北車站前天橋 (已拆除)	你那邊幾點 (2001)	蔡明亮	李康生在天橋上擺攤，賣手錶給陳湘琪；天橋拆除後，蔡明亮又拍「天橋不見了」(2003)。

整理・製表／賴素鈴



充滿懷舊氛圍的迪化街是臺北市的經典場景之一。



我的電影夢 在戲院外上映

文／賴素鈴 攝影／許斌

影癡代有才人出，相同點都是滿腹電影經。

電影本就是夢工廠，影癡深信，沒有熱情、沒有夢幻，就沒有好電影！他們的腦子儲存有超大容量的電影資料庫，不時旁徵博引，信手拈來全是經典橋

段、情節、對白與導演手法。

影癡養成班，只靠戲院還無法練成蓋世神功。不同世代的影癡各有他們的葵花寶典，化成一代代熱愛電影的文藝青年，念念不忘的共同記憶。

□那時的

試片間文化

後中年期的族群，對已歇業的「台映試片場」懷念特別多。作家舒國治在楊澤主編的《70年代懺情錄》書中，書寫「臺北游藝」一文，記述1970年代初期，余為彥得知美國學校某晚要放映布紐爾電影，消息在小圈圈中不徑而走，當晚黑暗中站了一票人，張毅、邱銘誠、王大鵬、王俠軍等，來了一缸子。

也是這樣的「臺北一小撮電影分子」，帶動往後幾年的「試片間文化」。他們找出林賽·安德森、維斯康堤、柏格曼、安東尼奧尼的經典舊片分享，常在試片間出沒的有劉森堯、黃建業、李幼新、王墨林、馮光遠、鄭在東、金士傑、韓良露等人，如今盡是「A咖」大老。

1970年代的看電影時光，正是臺灣影評人的養成年代，水到渠成帶動起1980年代的臺灣新浪潮電影運動。

1979年新聞局與民間集資設置電影圖書館、同一年金馬獎增加國際影片觀摩，電影愛好者有了更多增強電影功力的去處。五、六年級這一代文藝青年的青春，便常消磨在趕場看金馬獎國際影展，以及當時鼎盛的「影廬」、「太陽系」MTV，即使悶得昏睡過去也要抱著柏格曼、楚浮不放手。

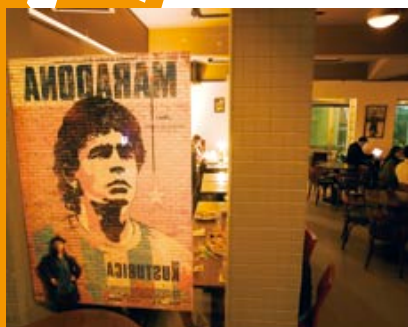
□這刻的

多元交流空間

當DVD取代錄影帶、LD影碟，當網路世界無遠弗屆，取得電影資訊的便捷，遠非昔日的閉塞時代可相比擬，在戲院外上映的電影夢，更是無限寬廣。

廿多年來，電影圖書館成長為「國家電影資料館」，到「電圖」辦張會員證，鑽進龐雜浩瀚

Taipei F F



「海邊的卡夫卡」咖啡館每週皆有各式電影活動在此舉辦。



「學校咖啡館」已成臺北著名的藝文空間。

的影海，幾乎是每個有志成為影癡者，練功修行的必要道場。

數位化時代，不論想了解更多電影資訊，都可以一網打盡。「國家電影資料館」、「臺灣電影筆記」、「臺北市電影委員會」、「臺灣電影文化協會」、「臺灣電影網」等網站，都有非常豐富的電影訊息，電影人、電影事盡在其中，可以廣泛且深入認識臺灣電影的過去、現在與未來。

自從荒煙漫草的前美國使官邸，脫胎換骨成為「臺北之家」，電影在臺北便有了一處安身立命的家園，透過影展、講座、工作坊等各種活動，更加拓展電影愛好者的文化視野。

散布在臺北巷弄的人文咖啡館，也化為尋訪電影夢的光點。臺大附近的「海邊的卡夫卡」咖啡館，每週一晚上8點固定為「公館影癡俱樂部」時間，每2個月為期策劃一個大師導演主題；每週三晚上7點半，則是「CNEX 2.0放映式」，這一季推出「癡人說夢主題紀錄片影展」。

人文咖啡館的後起之秀「學校咖啡館」（Ecole Cafe），流洩著實驗性非主流音樂的空間，常在地下室舉辦讀書會、展覽或裝置藝術，也固定於每週五晚間播放藝文電影。

堅持獨立書店路線的「有河BOOK」，以文學、電影、生態、旅遊、咖啡構成生命線，扎根在淡水河岸。雖然遠在淡水，「有河BOOK」的「影癡俱樂部」播映好片，還是常吸聚臺北市的電影愛好者。

此外，文化大學推廣部設有放映室，經常舉辦影展；中正社區大學等社區大學也會不定期開設電影欣賞等課程，可經常注意相關資訊前往充電。

以臺灣電影文化發源地自豪的西門町，幾年前成立「社團法人臺北市西門地區文化發展協會」，進而在「電影街」武昌街設置「臺灣影藝學苑」，匯聚朱延平、張作驥、聞天祥、雷驤等眾多堅強師資陣容，電影與表演藝術的專業課程與講座就有6大學程，從電影DIY到電影技術實務、發展與行銷，甚至影評、影視翻譯，最是落實電影夢的社會大學。

心有電影夢，就可以在戲院外找到上映的地方。不論是多看電影、多聽講座、多接觸電影幕前幕後的操作實務，可以瞭解一部電影的誕生不易，也更敢大聲說：「只要有熱情，有夢幻，就能夠成就一部好電影。」



位於西門町的臺灣影藝學苑，師資陣容堅強。（楊志雄攝）



部分大學推廣部與社區大學開設電影課程，提供民眾進修管道。

►電影訊息好站

財團法人國家電影資料館
2392-4243 / www.ctfa.org.tw
臺灣電影筆記 movie.cca.gov.tw
臺北市電影委員會 2528-9580
/ www.taipeifilmcommission.org
臺灣電影文化協會 2785-7991
/ www.twfilm.org
臺灣電影網 2357-8485
/ www.taiwancinema.com

►電影觀賞好去處

臺北之家 2511-7786
/ www.spot.org.tw
海邊的卡夫卡 2364-1996
學校咖啡館 2322-2725
有河BOOK 2625-2459
文化大學推廣部 2700-5858

►電影上課好去處

臺北市社區大學 2759-3385
/ www.ccwt.tp.edu.tw
臺灣影藝學苑 2370-9474
/ www.filmarts.org.tw



燈光打下，電影夢也開始發光。

輕舞的白色嫁衣

在臺北最美婚紗景點遇見幸福

月文／白心儀 攝影／許斌

6月June，源自羅馬女神Juno。美豔的Juno是天神的妻子，掌管婚姻、愛情和生育，西方人認為，6月新娘最受天后守護和祝福，陽光溫柔的6月，也最適合舉行婚禮。臺灣的6月，同樣是結婚的季節，而步入紅毯之前，許多新人都希望透過鏡頭，留住最美的愛情影像。很幸運地，臺北有許多美景，拍起婚紗照，超有偶像劇的唯美感覺！

婚紗景點一日遊

自來水博物館欣賞巴洛克建築→人文永康街享用午餐→天堂之路參觀聖家堂→走訪歐風富錦街→南歐小館共進晚餐



擁有華麗巴洛克式建築的水博館，是臺北婚紗勝地之一。

09:00~11:40

巴洛克式神殿水博館 臺北婚紗勝地

乍聽之下不太浪漫的「自來水博物館」，卻是全臺北最熱門的婚紗拍攝景點之一。華麗的巴洛克式建築，讓思緒飛向路易十四的凡爾賽宮，弧形的圓柱迴廊，又有希臘女神廟的優雅姿態，牆面一扇扇推開的方形木窗，交錯古樸的綠色窗櫺，巧笑倩兮的新嫁娘輕倚，有種墜入古老時空的戀戀風情。

這處國家三級古蹟，已經有101年的歷史，由日治時期臺灣總督府技師野村一郎設計，作為安置抽水機組的「水源地唧筒室」。建物布局講究對稱，左右各有7根「愛歐尼克」柱，柱頭有羊角漩渦裝飾，柱身如纖纖少女，形成一排仿雅典衛城的神殿列柱。這種西元前6世紀盛行於古希臘島

嶼的柱式，捎來愛琴海的神話氣息；而兩端側室的圓形穹頂，卻洋溢拜占廷的藝術風情。抽水機房蓋得如此風華絕代，真得感謝仰慕西洋古典主義的野村先生。1977年，唧筒室功成身退、逕自沉默，直到1998年，臺北自來水事業處斥資修護，並且成立博物館，才重視她的曼妙旖旎。

水博館外觀柔情萬千，館內則陳列著日治時代的抽水機組設備。可別小看這些黑色、老舊的機械，它們都是歷史超過百年的「國寶」呢！

除了主體建築，占地7,800多坪的自來水園區，還有各種豐富有趣的主題設施，能讓遊客玩上大半天。夏季開放的親水體驗區，有戲水池、池畔沙灘、急速旋轉滑水道等，是深受小朋友喜愛的歡樂水世界，而利用廢棄水管打造的兒童樂園，結合遊戲和藝術，也很有吸引力。水岸廣場的



水博館弧形的圓柱迴廊，拍起婚紗照，超有偶像劇的唯美感覺！

河濱車道可以騎自行車，枕木棧道鋪成的觀景平台，適合遠眺新店溪，如果還有體力，後方觀音山生態步道的原生風貌也值得尋幽探訪。

8年前，水博館開始對外開放婚紗攝影，根據館方統計，拍照的

新人，平均每年超過800對！旺季的時候，經常一天湧進十幾對搶拍，每個角落都是衣香鬢影。夏日來此拍婚紗只需一張60元的優待票，還提供新娘更衣室，超值的待遇，其他地方很難找到！

► 自來水博物館

地址：思源街1號

電話：8369-5104



夏季開放的親水體驗區，是深受小朋友喜愛的歡樂水世界。



充滿刺激感的滑水道，等你來挑戰！



樂麵屋拉麵提供顧客自行選擇麵條粗細及湯頭濃淡的服務。



玫瑰緣別館的豚骨拉麵，湯頭濃郁。

12:00~14:00

「台北の美食天国」 永康街引爆拉麵戰火

參觀完臺北著名的婚紗拍攝地，時間接近中午了。由於接下來的行程，我們將前往天堂之路，在漫步「天堂」之前，先到附近的美食天國——永康街，吃碗拉麵吧！短短幾百公尺的永康街，算算有近10間日系拉麵店，各大宗師派別齊聚一堂，互別苗頭，札幌、博多、熊本、廣島……，選擇多到不知如何「開口」。

老字號的「玫瑰緣別館」，老闆森本貫也是日籍的臺灣女婿，當初進駐永康街只是單純考慮人潮，沒想到，越來越多拉麵店接連出現，演變成今日的一級戰區。為求「正宗原味」，森本先生特別回家鄉，拜日本《電視冠軍》節目的拉麵冠軍得主——大石明治為師，學習傳統拉麵的獨門絕技，並且把大師獲獎的「特製熊本豚骨拉麵」，在店裡重現。香醇不膩的高湯，彈牙的手工麵條，加上叉燒，上桌前，還會放

一片薄起司溶進熱湯，讓湯頭更濃郁。

位於「玫瑰緣別館」斜對面的「樂麵屋」，則是近2年迅速竄紅的新興拉麵店。同樣主打豚骨拉麵，「樂麵屋」聘請日本主廚坐鎮，並且力求口感變化。例如招牌「叉燒焦蔥豚骨拉麵」，就灑滿紅油蔥酥，撲鼻而來的香氣，讓人胃口大開。顧客可以選擇麵條的粗細、軟硬度和湯頭濃淡，正所謂「量身訂做個人拉麵」，還可以無限加麵，曾經有大食量的客人，連續加麵十幾次呢！

另外，在廣島頗負盛名的「廣島爆彈屋」，去年也來臺加入戰局，推出「沾汁麵」以區隔特色。之所以取名「爆彈」，是因為店裡的麵，如原子彈轟炸般的辛辣。冷麵浸漬辣味噌醬一起吃，湯汁辣度從0至20度都有，就看顧客的能耐。紅艷艷的醬汁，還添加芝麻提味，吸引喜歡挑戰味蕾的年輕人。

►永康街拉麵聚集地

地址：永康街10巷至14巷

14:10~15:50

純潔天堂之路 尋訪聖家堂真愛

「天堂之路」，光唸路名，心就飄飄然。

偶像劇《敗犬女王》，取景的浪漫教堂——聖家堂，就坐落在「天堂之路」上。新生南路之所以被冠上天堂之路的美名，是因為這段美麗道路，每走幾步就有一座教堂：屋頂像明朝書生帽的懷恩堂、具現代風格的真理堂高樓、螺旋形狀的臺北教會等。或許是環境清幽，傳道人士紛紛選在這落腳、興建會所。漫步天堂之路，一邊是聖潔超凡的宗教殿堂，一邊是鬱鬱蔥蔥的森林公園，再浮躁的靈魂，也會沉靜下來。

走過1甲子歲月的聖家堂，從空中俯瞰，建築物是呈十字架形狀，高聳的鐘塔下，擺放一尊來自比利時的聖母瑪利亞雕像。帳篷造型的聖堂，只用3根橫樑支撐，沒有任何阻礙視線的柱子，透過彩色玻璃灑入的天光，把神的殿宇，烘托得唯美典雅美麗、繽紛柔幻。祭台的正上方，有聖家三口——耶穌、瑪利亞及若瑟的精緻浮雕，以及鋼索吊起、懸空的十字架。聖殿兩側，則鑲嵌彩繪玻璃，這18面玻璃畫作，由19世紀法國著名藝術家李維克，根據聖經故事繪製而成。從耶穌誕生到最後晚餐，一幅幅色澤明艷，畫工細膩。這些珍貴的藝術作品，原本擺在比利時的教堂內，後來教堂改建，就把彩繪玻璃送給臺灣神父收藏。易碎品飄洋過海來臺，不但完好無缺，最奇妙的是，玻璃竟然完全符合聖家堂原有的窗框大小和數目！神職人員感動得直呼奇異恩典。外景、故事如此動人，難怪有許多新郎新娘指定到聖家堂，留下天長地久、此情不渝的影像。

►天主教臺北聖家堂

地址：新生南路2段50號

附註：教堂內拍婚紗照只限教友，教堂外則沒有限制。



精緻的彩繪玻璃鑲嵌於聖殿兩側，是聖家堂珍貴的藝術作品。



聖家堂裡的精緻浮雕典雅美麗。



富錦街有著如歐洲小鎮的異國街景。



富錦街沿線公園綠地分布密集，居民盡享「都市叢林」的悠閒。

16:20~18:00

向左向右都唯美 偶像最愛富錦街

若不是金城武、梁詠琪的《向左走向右走》，炒紅了民生社區的富錦街，許多人還不知道，敦化北路的金融大樓後面，藏著如歐洲小鎮的異國街景，擁有所有想像得到的浪漫元素：菩提樹織起的林蔭隧道、蒼悠古韻的老公寓、吟風弄月的深深庭院，以及「三步一公園」的綿延綠意。

說來真讓人羨慕，單是富錦街沿線，就有富錦1號、2號……



人氣偶像劇中用鵝卵石圍起的可愛沙地，充滿浪漫情意。

到6號公園，周邊還有敦北、新中、富民公園，居民盡享「都市叢林」，還引來大批影視劇組朝聖。其中，富錦1號公園用鵝卵石圍起的可愛沙池，就出現在人氣偶像劇《命中注定我愛你》；還有穿著制服的桂綸鎂和陳柏霖，也曾坐在這，共譜《藍色大門》的青澀朦朧。

不僅地特別綠，富錦街的天，也特別藍！由於鄰近松山機場，住宅有4層樓限高，少了高聳建物遮蔽，晴空份外澄淨透亮。這個60年代由美軍負責興建的軍公教社區，三、四十年來，天光雲影靜謐流轉，不想張揚。直到導演們發現這塊隱身臺北商圈的清新祕境，富錦街才開始大量曝光在鏡頭前。先是電影、偶像劇，接著，小天王周杰倫、小天后蕭亞軒等當紅歌手，也專程到這拍MV。現在又多了婚紗業者加入，濃密的綠色隧道、深幽的巷弄街角，都有白紗飄逸掠過，情絲牽絆纏綿。

除了置身愛情場景、享受鬱鬱青綠，逛富錦街還能發掘許多



坐落在富錦街上，充滿地中海風情的南歐小館。

個性化小鋪。古色古香的茶館、德國二手家具行、一天熱賣上百條吐司的麵包店、以及造景各領風騷的設計師工作室……，充滿尋寶樂趣。然而，許多店家都低調到沒有醒目的招牌和廣告，可得放慢腳步才找得到。例如，國際花藝大師齊云的花坊，門庭小徑種滿兩百多種花草，自成一座祕密花園，但是，藤蔓遮掩了門牌，稍不注意就會擦身而過。

18:00~20:00

愛情與麵包孰輕重？

南歐小館找答案

愛情與麵包哪個重要？享受浪漫的當頭問這種問題，是煞風景，還是實際？

富錦街轉角處這個大大的「愛情與麵包」招牌，一出現就引起熱烈討論。

這間可愛的南歐小館，白牆、藍窗、拱門搭起典型的地中海式庭園，室內的用餐空間，則用橘黃、湛藍為基調，調出西班牙特有的明亮。典雅桌椅、暈黃燈

光、磚紅地板、音樂輕柔流瀉，南歐的夜，就是這樣慵懶。

五星級飯店糕點師傳出身的年輕老闆，在一次旅行中瘋狂愛上西班牙，回國後，決定開餐廳賣西班牙菜。除了傳統元素，老闆還融和自己的創意，變化出新式料理。像是下酒菜「巧克力香辣蝦」，巧克力甜酒爆炒香蒜、辣椒和白蝦，再淋上巧克力醬，又甜又辣的新鮮

活蝦，口感與眾不同。「辣椒鑲肉」則是用去子的大紅辣椒，裹著豬絞肉，外層再捲上酥脆的培根片，相當開胃。再來一盤豐盛的「瓦倫西亞海鮮燉飯」，番紅花米飯鋪上扇貝、中卷、蝦子、淡菜和魚片，一整鍋香味四溢，鮮甜馥郁。飽餐後，坐在戶外區的玻璃花房，就著晚風、喝杯咖啡，別忘了品嚐手工蛋糕，好好寵愛自己。



豐盛的「瓦倫西亞海鮮燉飯」，配料十足。

►愛情與麵包

電話：8770-5503

254公車 浪漫騁馳婚紗路線

希望今天的婚紗勝地一日遊，能讓你的心情甜蜜蜜。最後，還有一則好康報報，這些地方都不需要自己開車喔！只要搭乘254號公車，不必轉乘，就能跑遍路線內所有景點。登上幸福列車，每一站，都有浪漫驚喜。

莘莘學子心 漫步臺大情

文／何儀琳 攝影／吳金石



矗立在公館的臺大校區，自1928年以來，便是培育眾多學人之所。日治時期為「臺北帝國大學」，入學的學生大多數是日本人，直到1945年臺灣光復後，與當時的臺北高等商業專科學校合併，改組更名為現今的「國立臺灣大學」。臺大周遭的道路、店家及建築歷經幾番變化，校園中的景觀也逐年更新，帶來清新學風的學子們年年來去，但是這座地標總是充滿文化氣息。

春季百花爭妍 四季觀美景

80多年來，臺大逐漸發展成為國際知名大學，也培育出眾多在各行各業表現傑出的人才。日治末期，臺北帝大僅有文政、理、農、醫、工5個學部，現在則具有13個學院、54個學系、101個研究所（其中89個所設有博士班、100個所設有碩士班），另設有人口

與性別、凝態科學、生物技術、生物多樣性等4個校級研究中心，每年全校學生人數超過3萬人。

漫步在臺大校區，許多人最先認識的景色，大多從椰林大道開始。從正門口進入，映入眼簾的這條寬廣大道，兩旁高聳的椰子樹，隨著大道一路直達總圖書館，充分顯現整座校園在當年建造之初所欲塑造的亞熱帶景觀特色。

沿著椰林大道前行，兩旁的杜鵑花叢讓人對早春的風景有了更多期待，每逢3、4月間的杜鵑花季，便有不少遊人攜家帶眷前來此處賞花，享受不必上山人擠人的悠閒情調，而錯過花季的人也無須扼腕，3月下旬到4月緊接著上演流蘇花滿樹雪白的景色，更是動人，其中位於哲學系北側的流蘇樹，是最大的一株，在花開時節也最為燦爛。



隱身於老建築的理髮店與洗衣店物超所值，讓每個學生都能負擔得起。

此外，只要稍加留心，3月裡還有火紅的木棉花、小巧紫色的苦楝花、紫藤花、野牡丹等，各色花朵在臺大校園裡爭豔；5月開始則有火紅的鳳凰花、粉紫桃白等各種花色的紫薇花及小巧可愛的仙丹花；6月期間還有阿勃勒、軟枝黃蟬等令人驚豔的滿樹黃花盛開，加上白千層、大樟樹、楓香樹等各種林木展現新綠顏色，對於平日極少接觸綠色植物的都市人來說，臺大就像是一座美麗的大公園，隨時上演著動人景色。

為了方便眾多愛花人士前來校園賞花，臺大總務處也貼心製作賞花地圖，置於官網提供下載，方便遊人按圖索驥。

城市鄉間野趣 大隱隱於市

儘管椰林大道氣勢十足，但在記憶中，每回逛臺大向來不愛走大門，總愛沿舟山路入口緩緩散

步而入，在舟山路1999年正式成為臺大校地的一部分之後，早先機車亂竄、人車爭道的景象已不復見，這條入口沒有正門的寬廣氣派與車流，反倒多了幾許緩慢的悠閒氣氛，讓人得以漫步遊賞。

沿著舟山路入口走入，沒有多久便來到鹿鳴廣場。一旁全新改建的鹿鳴堂1樓有多樣的餐飲選擇，加上鄰近共同教室的松樹平台，新式的設計讓這裡成為臺大教職員生休憩的最佳所在。

除了鹿鳴廣場之外，周圍原本閒置的警衛崗亭，也活化利用成為咖啡店，並設有農場所經營的農產品展售中心，小木屋外觀搭配上周圍的綠樹，讓人彷彿來到鄉間小鎮，全然遺忘了校園外的車水馬龍。

值得推薦的是，在農產品展售中心販售的鮮乳、紅蘿蔔土司及蛋糕等產品，都是臺大師生和遊

客的最愛。由牧場每天2次直送的新鮮牛奶，不但有臺大的品質保證，價格也很實惠，因此經常供不應求。若遇上陽光普照的好天氣，坐在附設的露天咖啡座喝咖啡、吃點心，偶爾還可看見沿著大樹爬上爬下的松鼠，相當悠閒而愜意。

農產品展售中心旁的臺大合作社第2門市，被臺大人暱稱為小小福，是臺大員生消費的祕密基地。這裡有物超所值的理髮店、



臺大校區內販賣各式餐飲，也提供校外遊客一個休憩的好所在。

洗衣店、分量十足的姊妹花雞排、各種家常麵飯等，經濟實惠的價格讓學生負擔得起，也提供校外遊客一個休憩所在。

昔日灌溉水圳 今成水源池

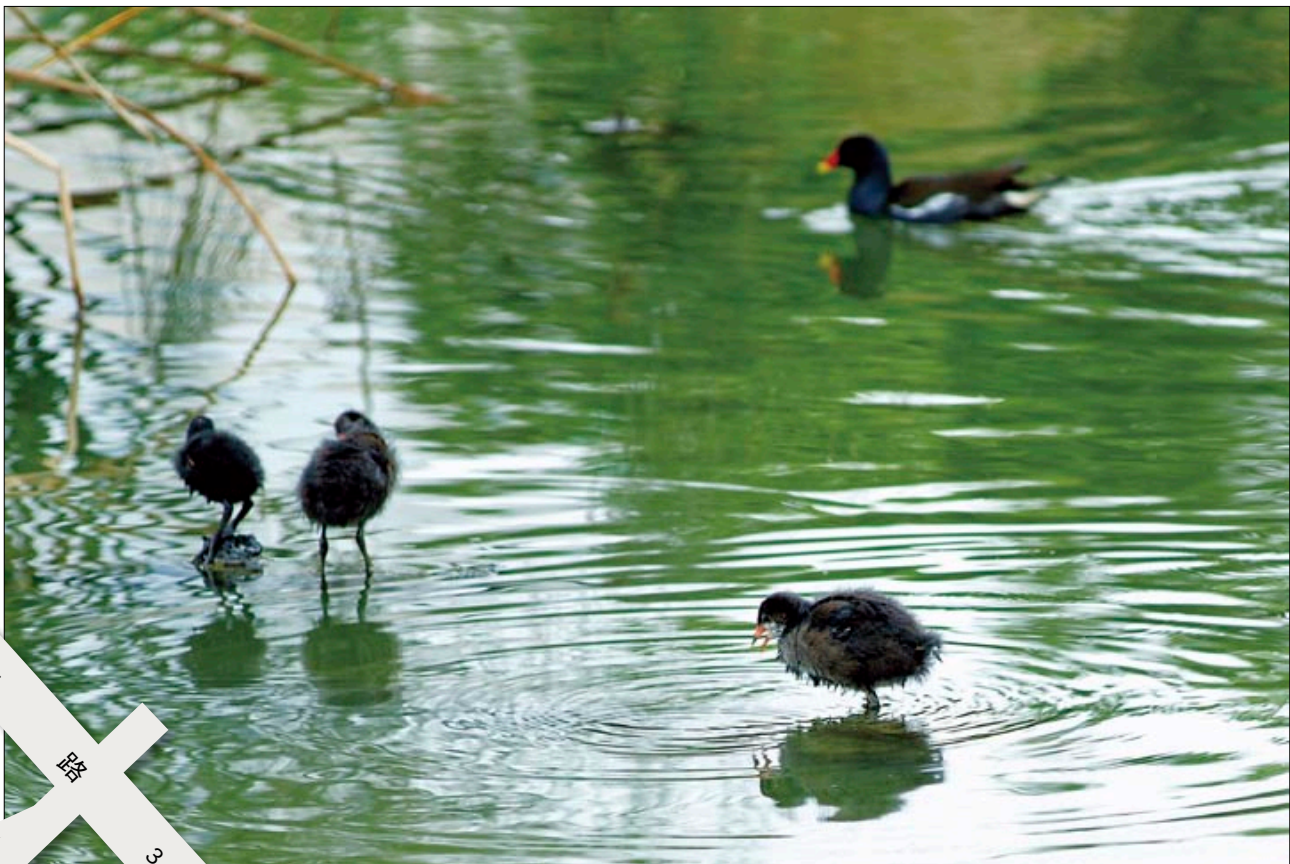
由於臺大校園占地面積廣大且歷史悠久，靠近基隆路與舟山路一側，保有當年幾乎涵蓋整個臺北盆地的瑠公圳部分遺跡。在舟山路上、生命科學館旁，有一座

由瑠公圳水源地改造而成的水源池，漫步至此，頓覺眼前一片開闊，近處的水池中有紅冠水雞、水鴨優游其間，而池中的大魚、小魚偶爾激起水面漣漪，背景襯著臺大農業試驗場的鄉間田野景



臺大校總區示意圖

註：🏛️代表古蹟及歷史建築



瑠公圳水源池改造而成的水池中，有各類飛禽優游其間。

心復育的水源池，頗似當時風景重現。這座水源池在假日時分經常成為一家大小野餐所在，不過在駐足觀賞水源池同時，千萬別忘了禁止餵食的禁令，以免破壞水源池自然法則。

往農業試驗場的道路上行去，

越覺得自己似乎行走在鄉間小徑，101大樓的身影雖在遠處，提醒著我們身處繁華臺北城，但周圍卻沒有任何喧囂，或許在這裡，年輕的臺北人可以感受到，所謂老臺北的美麗。

►臺灣大學小檔案

- 前身：臺北帝國大學
- 校齡：迄今已81年
- 建築特色：校園內有多座臺北市市定古蹟及歷史建築。
市定古蹟：正門、舊總圖書館、行政大樓、文學院。
歷史建築：農業陳列館。
- 地址：羅斯福路4段1號
- 電話：3366-3366
- 交通：捷運公館站下車，往2、3號出口方向可達。
- 開放時段：校園全日開放，農產品展售中心：週一至週五 07:30～19:00；例假日09:00～19:00
- 網址：www.ntu.edu.tw



站上景觀平台，就能輕鬆觀賞水池周邊動植物生態。

觀，田埂上還不時有鷺鷥飛起，很難相信在喧囂的基隆路旁有如此一處全然恬靜的鄉間景色。

在這水源池旁，特意種植了水蘊草、布袋蓮、紙莎草等植物，讓岸邊與水源池有所區隔，避免人類活動影響動植物生態，站上觀景平台，就能輕鬆觀賞夜鷺站在石頭上專心覓食、水鴨優游的模樣，人與自然之間的距離拉近了，這些動植物也不受遊客干擾，絲毫不怕人。

聽老臺大人說，由於臺大校園中有瑠公圳大安支線流經，因此以前的校園中經常可見處處垂柳、水渠綿延，那種田野風光在校園其他地方多已被綠樹、道路與新建築所取代，如今經專家精

往木柵

森林・玻璃屋・浪漫書香

臺北夢幻K書勝地大蒐祕

文／白心儀 攝影／許斌



北投圖書館的戶外閱讀平台。

6月過後，大考季節接著登場。想像一下在綠森林或者玻璃屋裡閱讀的情景，書香飄盪在空氣中，陽光恣意跳躍髮梢，糾結在眉心的壓力，漸漸舒緩，就連翻動課本的指尖，也跟著輕快起來。

臺北有哪些地方，能提供考生們這般美好的溫書環境？現在請跟著我們的腳步，一起尋訪「夢幻指數」百分百的K書勝地吧！

北投圖書館 最美森林綠寶石

在北投圖書館出現之前，大家都無法想像，圖書館也可以這麼美、這麼詩意。

隱身在綠林間的原木建築，閒逸恬靜彷彿渡假木屋，讓人不自覺放開心懷，深吸一口芳甜空氣。

地下1層、地上2層的挑高空間，

鋪滿深色系木質地板，天花板垂掛像明月般柔和的吊燈，大片落地窗任陽光慵懶灑下，溫暖的氛圍，顛覆以往圖書館稍嫌冷冽的刻板印象。書櫃110公分低矮的設計，減低傳統高大書架給人的壓迫感，也讓視野更寬闊、光線更明亮。一長排靠窗的書桌，則是最受歡迎的閱讀地點，依偎著無限展延的綠海，K書也變得不再枯燥乏味。每張大方桌有4個座位、4盞獨立檯燈，窗明几淨，非常舒適。

敞開的木框透氣窗，帶進來陣陣自然風，吹得滿身清爽，不會有冷氣房裡空氣不流通所產生的昏昏欲睡感。臨窗的走道上，也擺放設計師打造的扶手式單人座椅，以及專屬罩燈，讓館內的每一個角落，都能享受閱讀樂趣。

森林美不勝收，於是，圖書館



北投圖書館的每一個角落，都能讓人享受閱讀樂趣。



北投圖書館像森林樹屋，美不勝收，現在已成熱門景點，參觀人潮不斷。

3個樓層的陽台，都精心規劃戶外閱讀平台，書讀累了，就推開門，迎向遠山近樹、習習微風，綠葉伴著蟲鳴鳥語，婆娑起舞，長廊上的圓木桌、木椅，很有露天咖啡座的情調。還有什麼地方比這裡更適合品味書香？而且，不需要花半毛錢，就能盡情待上一整天。

由於坐落在北投公園內，圖書館的四周不乏美景，有潺潺溪水環繞，有池塘的蓮花盛開，有愛情電影取景的圓形噴泉，木棧道放有裝置藝術品，附近一棟仿英國都鐸王朝時期、鄉村別墅風格的溫泉博物館，則撩人思古幽情。

原本是惡名昭彰的海砂屋，經過拆除重建，霉舊的北投圖書

館，向天借光、向地借景，並且採用生態、節能、健康的綠建築元素，然後，像是被仙女魔棒一點，化身為市民心目中最完美的閱讀天堂之一。然而，聲名遠播的圖書館，目前已成熱門景點，參觀人潮不斷，考生們想覓得一處好位溫書，最好提早抵達，否則，很快就滿座囉！

►臺北市立圖書館北投分館

地址：光明路251號

開放時間：週二至週六08:30～21:00；週日及週一：09:00～17:00（國定假日及每月第1個星期四休館，但7月休館日為7月23日）
交通：搭乘捷運至新北投站下車，往北投公園方向步行約5分鐘可到達。

石碑圖書館 挑高明亮玻璃屋

石碑圖書館是繼北投之後，臺灣第二座綠建築圖書館，兩棟建築物的落成時間只差1個月，造型風格卻迥然不同。北投圖書館宛若森林樹屋，石碑圖書館則充滿強烈的現代感，10層樓的玻璃帷幕大樓，是臺北市立圖書館40個分館當中，面積最大的。波浪形狀的屋頂，乍看下像是一本攤開的書，4到6樓的外牆，則設置太陽能光電板，有如3片拂動的遮陽窗簾。許多初次見到圖書館的人，還以為這是哪一棟新蓋的科技公司總部。

圖書館三面都是採光玻璃，引進大量自然光，無須開燈，室內就明朗無比。大面開窗迎來遠處吹下的山風，在這裡唸書，猶如



石牌圖書館的報紙期刊區，挑高3個樓層、有透明落地窗環繞。



來到石牌圖書館的兒童區，小朋友可沈浸於自己的繽紛天地。



石牌圖書館的藍色和紅色系沙發，色彩鮮明，增添空間的活潑感。

置身清亮的玻璃屋、視線自由貫穿裡外，壯麗風景，盡收眼底。

最令人流連忘返的，應該就屬4樓的報紙期刊區，挑高整整3個樓層、透明落地窗環繞，豪華可比五星級飯店大廳，木質地板擺放大型喬木植栽，搭配藍色和紅色系的沙發，又帶有一點Lounge Bar的調調。5樓兒童區也很特別，一座藍色半圓形的童话故事屋搭建在閱覽室，小朋友最喜歡鑽進屋裡，坐在階梯上看書，沉浸於自己的繽紛天地。

至於各樓層的閱讀區，空間更是寬敞，書桌與書桌之間的距離相當大，可以放任手腳自在伸展，窗邊也有長椅、沙發、矮凳，每個角落都有好位子坐。加上大大小小的陽台種滿花草，看書看久了想「顧眼睛」，只要抬起頭、環顧四周，不怕找不到盎然綠意。9樓還有一座造景美麗的空中花園，預計年底對外開放，花園祕境看書的寫意，光想像，就很羅曼蒂克。圖書館樓梯的規劃也很有創意，為了鼓勵大家多運動少搭電梯，1到3樓的階梯，設計成特殊的「音階」，踩上去會響起清脆的音樂，讓你的腳步隨著旋律越踏越輕鬆，多爬幾樓也

不覺得累。

雖與北投圖書館齊名為綠建築，但是很多讀者還不知道，石牌的住宅區內，藏著這樣一棟新穎的現代圖書大樓！然而，少了觀光人潮打擾，閱讀環境也相對靜謐，這對衝刺大考的學生來說，算是一大利多吧。

►臺北市立圖書館石牌分館

地址：明德路208巷5號

開放時間：週二至週六08:30～21:00；週日及週一：09:00～17:00

（國定假日及每月第1個星期四休館，但7月休館日為7月23日）

交通：公車216、223至奎山中學站下車

天母圖書館 典雅歐風創意櫥窗

坐落於陽明山麓，以及天母古道起點的天母圖書館，擁抱著蓊鬱山林，清幽的氣息，非常適合專心唸書。重新翻修過的圖書館入口，以木棧道和石板牆裝飾，洋溢著濃濃的異國風情，正好符合天母地區各國僑民聚居的國際化特性。

建築物的1、2樓是大型超市（肚子餓了，下樓就有東西吃，十分便利），從3樓開始，才算真正



洋溢濃濃異國風情的天母圖書館，正好符合天母的國際化特性。

進入圖書館內。櫃台前方的透明歐洲文化櫥窗，貼滿歐陸各國國旗，五彩亮麗，相當搶眼，很有聯合國的味道。兒童閱覽室彎曲延伸的玻璃窗，則讓空間更活潑多元，弧型的天花板，裝置不同大小的圓形照明燈，模擬星羅棋布的燦爛夜空。4樓的自修區，空間則簡潔開闊。

由於外籍人士使用圖書館的機率相當頻繁，天母館內的書籍，就以「語言學習」為館藏特色，並且規劃專區，陳列歐洲主題的圖書資料。如果想找外文參考書，或者充實英語能力，資源豐富的天母圖書館絕對是最佳選擇。

久坐缺乏運動的學生們，書本K到一個段落，不妨起身下樓，到對面的小公園舒展筋骨、做做體



天母圖書館以頗富童趣的彩色貼紙妝點透明玻璃。

適能運動設施，順便讓頭腦休息一下，相信回到座位以後，思緒會更加清晰。

臺北的考生真的很幸福喔！有這麼多優質、漂亮的圖書館可以免費使用。臺北畫刊為你加油！祝福所有考生，金榜題名。



天母圖書館內歐陸各國國旗並列，五彩亮麗。

►臺北市立圖書館天母分館

地址：中山北路7段154巷6號3、4樓

時間：週二至週六08:30～21:00；週日及週一：09:00～17:00（國定假日及每月第1個星期四休館，但7月休館日為7月23日）

交通：公車 220、224、267、601、685至天母總站下車。

滑板輕鬆玩

示範／樹庭、阿祥、大夫、咖啡

文／鍾文萍 攝影／楊智仁
採訪協助／JIMI SKATE SHOP



穿著寬鬆的T恤玩滑板，有著自由、解放的意涵。

假日到西門町行人專用道上逛逛，常有機會遇到玩滑板（SKATEBOARD）的高手。腳踩滑板，厲害的踢踏、翻板、躍起翻落，在往來雜沓的大街小巷瀟灑穿梭滑行，如入無人之境。

這實在很酷。JIMI滑板家族，也是玩家之一的樹庭笑說：「常有小朋友看著看著，當場就忍不住加入一起玩。」滑板從美國發源風行50多年，國內自2000年左右開始大流行。家族裡的樹庭與阿祥、大夫等一干資深好手均認為，滑板在臺灣或許不像其他運動那樣普及於各個年齡層，但無

論就服飾風格、玩法、技巧甚至是配屬音樂與整體流行感來看，要說什麼是超酷、超炫的街頭運動，絕對非滑板莫屬。

Teenage族群的熱門運動

滑板是衝浪在陸地上的延伸。50年代中後期，美國南加州衝浪風氣正盛，在天候欠佳、無法下海衝浪的時候，海灘社區的居民便拿了一塊長形木板，在底下加上4個輪子，模擬衝浪的姿勢就地滑溜起來，卻發現這簡單的木板能帶來不亞於衝浪的刺激快感，這就是滑板最早的起源。



滑板是由衝浪衍生而來的運動。

到了60年代，滑板改良後開始大量生產，但塑料製的輪子摩擦力過小，常使得滑板轉彎時失控，而且彈性、耐磨度也不足，直到70年代聚氨酯材質首度被利用來製作滑輪，不僅耐磨，且轉彎穩定，能輕易碾過地面上的小障礙，而大受歡迎。滑板迷累積的熱度終於被引爆，全美各地的滑板店像雨後春筍般紛紛冒頭來，揭示著一項嶄新運動時代的正式到來。

由於滑板是從衝浪衍生出來的，因而70年代的滑板運動處處帶著衝浪的印記，從道具到滑板公園地板的設計、建置，都有模擬衝浪的痕跡。後來加州一處滑板場首度摒棄模擬衝浪，改以游泳池作為垂直表面滑板的運動場地，在全美掀起「泳池滑板熱」。有些人為了延續更多玩法，在自家後院以木板蓋起簡單的跳台、U型板；找不到適當場



在內湖運動公園的場地，可玩「翻板動作」。

地的，則開始往街頭發展，利用路邊現成的障礙物，挑戰難度更高的玩法。而街頭障礙玩家的大量出現、甚至成為主流，使得滑板運動的表演性質逐漸加重，甚至超越運動本身；玩家身上的服飾、造型則成了青少年們的追隨指標。從這時開始，滑板已脫離衝浪的影子，形成自己的社群、語言、技巧、音樂與服飾造型風格，而成為一項廣受全球Teenage族群愛好的熱門運動。

滑行是最重要的技巧

滑板與直排輪、極限單車並列三大極限運動（Extreme Sports），所謂極限運動，是指人透過對工具的掌握和控制，以最大限度發揮人的運動潛能的新興體育項目，大街小巷，高山溪流，藍天大海都是極限運動的場地；其他如攀岩、雪板、街道競疾、極限滑水等難度較高、挑戰性較大的

項目也在此列。聽起來很嚇人，但中華民國極限運動協會表示，其實極限運動並不需要短跑選手般的速度、籃球員的高壯體格或是足球員的戰術默契配合，所有極限運動最重要的一項共通點就是：完美的控制所要駕馭的工具。

滑板看似簡單，一塊板子就能玩，但其中可以變化的花式與技巧，得靠不斷練習才能精進。在許多中學社團擔任教練工作的樹庭認為，單腳上板或單腳滑行，練習及熟悉滑動平衡的感覺，是玩滑板最基本也是最為重要的技巧，「努力練習加上擁有正確的基本知識，是絕對必要的。」當學會滑行後，可以學習側身上板，單腳踩在距離板頭1/3處，另一腳踩著板尾，運用身體的慣性順勢向前滑行，初級動作包括下階梯、豚跳等，要注意的是，落地時身體放輕鬆，確定雙腳是一

起著地並隨著滑板的方向，重心一定也要順勢往前。

有些滑板店與團體在週六、日在中山堂側廣場都有免費現場教學，只要事先報名，連滑板都可以無條件借給你。中山堂適合現學初級技巧，內湖運動公園內設有專為滑板運動設計的U型板、斜坡、欄杆、跳台等，則是學習更強滑板技術的好去處。以眾玩家的經驗，除了現場教學，還可以利用滑板網站、線上雜誌與專業滑板運動雜誌，這些媒介除了介紹活動、硬體資訊之外，都特別為初學者開闢了step by step的教學專欄，鉅細靡遺的圖片說明，是提升動作技巧與運動品味的重要參考。

不只是運動，更是造型品味

街頭是主要的運動場地之一，那種隨時「被觀看」的意識，使得滑板對於服飾造型這回事，比

任何運動都要來得重視。

別以為寬鬆的T恤是買錯尺寸，那就跟街舞穿的T恤一樣，有著自由、解放的特殊意涵。一般運動鞋當然也能玩，但滑板鞋前端與側面常會因跳、翻等動作造成嚴重磨損，穿一般球鞋容易損壞，滑板鞋會特別加強縫線，在腳踝與鞋舌處加強保護，避免扭到腳。各滑板鞋款公司為增加玩板時與板身接觸抓力，甚至設計不同硬度膠底，讓練習時操控感與舒適度都大大提升。這些專業配備除了提升造型品味，也是保護身體安全、避免運動傷害的利器。

享受造型、自在運動，滑板的樂趣，或許正如人氣王安迪麥克唐納說的：「你從中找到快樂，而不是任何別的什麼東西。這裡沒有各種各樣的規矩，完全自由，一切由自己創造。」無論是不是Teenager，只要你想自我挑戰，歡迎隨時來玩板！

註：玩板是滑板選手的用語，意思是「玩滑板」。

►裝備教室

A.服裝：以寬鬆、亮眼的T恤款式為主，主要呈現充滿活力的整體感覺而不過度花俏，圖案風格隨人搭配。

B.滑板鞋：有帆布、麂皮等不同材質，滑板專賣店均有售。

C.滑板：初學者可選擇基本款式；玩家級則可選擇專業板。滑板屬消耗性產品，最快1個月，最長1年就要替換，端看個人使用頻率而定。

►相關資訊

JIMI滑板家族

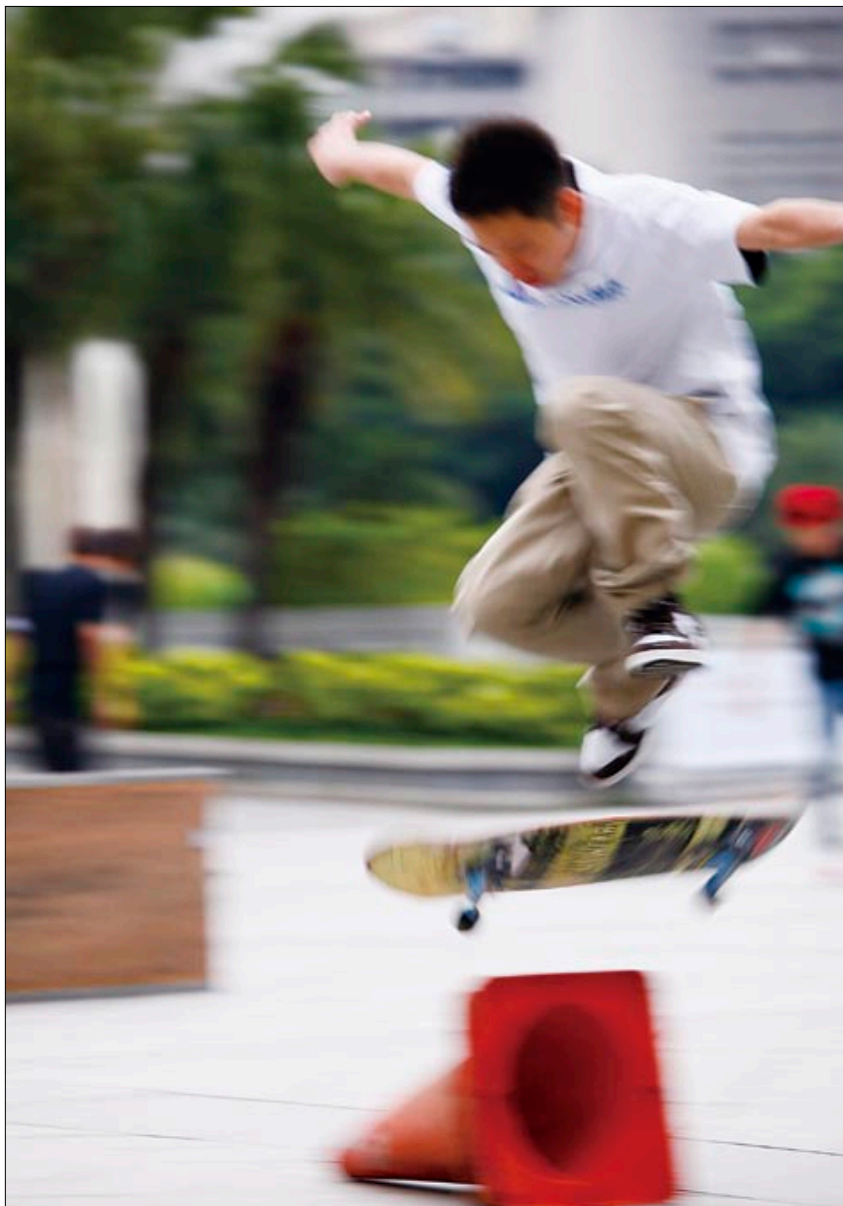
www.wretch.cc/blog/skatejimi

滑板新手入門教學網站

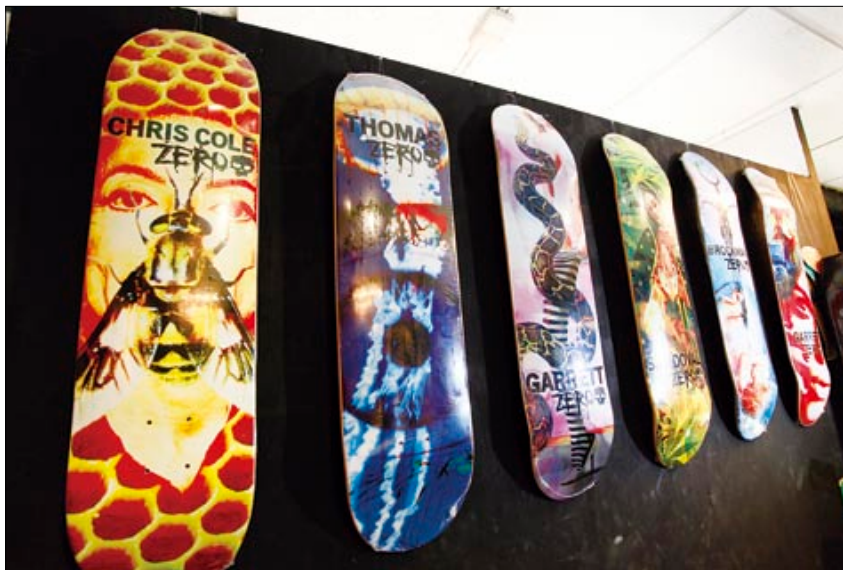
www.sk8.com.tw

中華民國極限運動協會

www.tw-xgame.org



在中山堂側廣場上，有些滑板店及團體提供免費教學。



滑板屬消耗性產品，初學者可選擇基本款式；玩家級則可選擇專業板。

行人我最大

Pedestrians have priority

汽車行經行人穿越道均應暫停、
禮讓行人先行通過





聽奧系列報導



臺北旅館整裝迎聽奧 無障礙環境賓至如歸

文／王宜燕 攝影／王能佑

臺灣體壇百年來的盛事「臺北聽障奧運」即將於今年9月在臺北舉行，屆時將有約101個參與國、4,000名選手來臺，總計會有超過2,000間客房的需求。面對各國選手、眷屬及隊職員將住進37家旅館，如何讓他們在住宿期間有賓至如歸的感受，端賴接待旅館是否用心布置好無障礙的環境，現

在就讓我們來看看幾家主要的接待旅館是否已做好準備！

以客為尊

圓山積極打造無障礙環境

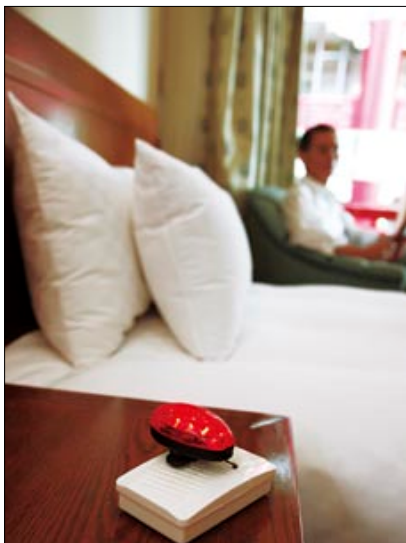
圓山大飯店這次負責接待來自瑞典、英國、愛爾蘭與德國的選手與人員，共計4國500人、276間客房，將是本次聽障奧運期間接



圓山大飯店提供聽障選手無線寬頻上網的服務。



本屆國際聽障總會會員大會選在喜來登大飯店的宴會廳舉行。



圓山大飯店斥資為聽障選手安裝行動閃燈設備。

待最多選手的旅館。由於圓山大飯店2005年就接待過伊甸基金會主辦的亞太地區無障礙旅遊年會會員，深諳身障朋友需要的不只是下榻安全、友善的飯店，更希望獲得尊重，為了讓他們安全舒適地入住，並獲得應有的尊重，圓山大飯店特別斥資，在聽障選手入住的房間安裝行動閃燈設備，



各大飯店的餐廳都供應美饌，讓聽障選手住宿期間大飽口福。

這樣當聽障選手需要客房服務或有賓客來訪，就可以及時打開房門，而無需時時敞開房門，影響隱私權。另外，圓山的無障礙設施，如電梯大門、客房大門特別加寬的設計，以及從客房到餐廳路程的無障礙規劃，都提供貼心的服務。

此外，圓山大飯店主動與聽障

奧林匹克運動會籌備委員會基金會接洽，表達願提供大型場地，讓大會為本次接待外賓的37家旅館人員舉辦4梯次的手語教學活動。為了讓聽障選手一解比賽期間的思鄉之苦，餐飲部人員也針對入住的4國代表團的國家飲食特性設計新的餐飲菜單；另為展現臺灣科技島的特色，圓山將配合中



喜來登大飯店的藝術中心，讓住房賓客體驗旅館藝術之旅。



聽奧系列報導



為了溝通無障礙，接待聽奧選手的旅館服務人員須接受手語訓練。

華電信，在選手住宿期間開放使用無線寬頻上網的服務，同時配合主辦單位，在大廳設置視訊環境，讓聽障選手與家鄉親友溝通無障礙。

提供美饌、藝術饗宴 喜來登舉辦聽奧年會

在聽障奧運舉行期間，國際聽障總會會員大會也將於9月3日至4日在臺北舉行，屆時將有97國、300位國家代表出席此盛會，而國際聽障總會（ICSD）去年即來臺勘查場地，幾經評估，最後選定在臺北喜來登大飯店舉辦。喜來登表示，此次聽奧年會將於地下2樓的宴會廳舉行，宴會廳占地760坪，挑高4.8米，可同時容納1,800人，另配備先進的會議設備，並有經驗豐富的宴會服務團隊隨時提供協助。

喜來登此次也負責招待法國、匈牙利等國的聽奧選手與人員，配合大會需求，在聽奧選手入住的客房加裝警報震動器，並於大廳設置視訊電話，以及安排服務人員參加手語訓練，希望提供聽奧選手百分百的服務。由於聽奧的安全規格比照奧運標準，喜來登大飯店也配合中正一分局加強安檢，希望維安工作做到滴水不漏的地步。另讓喜來登飯店引以自豪的是，該旅館有10家餐廳，分別提供中式、日式、義大利、泰國、法國、歐式自助餐等多國料理，能讓在旅館用餐的聽奧選手擁有多樣化選擇；而設於地下1樓的藝術中心，陳列有古董與當代藝術作品，讓住房賓客在享用旅館設施與美食之際，還能體驗無可比擬的旅館藝術之旅。

臺北馥敦貼心服務多 中華代表隊下榻華國

臺北馥敦南京館負責接待日

本、瑞士與拉脫維亞等國選手與人員，也積極布置無障礙環境，除了免費贊助兩間客房讓手譯員入住外，1樓大廳將設置大會人員服務台，以便提供參賽選手即時服務。此外，該旅館並提供多項貼心服務如派遣種子教官參加手語課程，訓練完畢後將教導客房及餐飲服務人員基本手語會話，讓入住選手溝通無障礙；為配合各國選手用餐習慣，將調整菜單內容，如主廚規劃為日本隊準備東洋壽司集錦、味噌鮮魚湯等日式風味料理，另外也備有廣式鹹魚雞粒炒飯、三杯中卷、五味淡菜等中式料理，讓選手可品嚐到中華料理的美味；還有提供每天來回小巨蛋比賽場地的免費接駁服務；由於該旅館鄰近小巨蛋、京華城、饒河街夜市、信義商圈及忠孝購物商圈，旅館並提供周邊旅遊導覽手冊，讓聽障選手按圖索驥，利用閒暇優游臺北。

華國飯店因鄰近聽障者體育運動協會，占地利之便，加上長久以來接待過許多體育團體，經驗豐富，成為中華代表隊選手指定下榻的旅館。為迎接盛會，華國特地斥資在客房內安裝緊急強光門鈴燈，並在櫃檯加裝網路視訊電話，同時安排服務人員參加國際手語訓練課程，藉以禮遇自己的國家代表隊。此外，旅館內有5家風格獨具的特色餐廳，包括深受政商名流喜愛的潮州菜與中式料理、充滿歡樂氣氛的自助百匯美食、道地的日本海鮮精華、特調的美酒飲品與泰國美食，以及歐陸精緻牛排；華國相信中華代表隊選手與隨行人員可在旅館內的各家餐廳享受一流的服務以及令人驚豔的佳餚美饌。

負責接待聽奧選手的旅館共有37家，皆傾盡全力、用心準備，但礙於篇幅，本刊無法一一介紹，相信這37家旅館貼心的服務，將帶給聽奧選手及其人員賓至如歸的感受！

和平與愛的化身 聽奧蛙兒命名票選活動揭曉

文／黃郁惠 圖／臺北聽奧基金會提供



你知道臺北聽奧有兩隻可愛的吉祥物嗎？你知道他們還各有一個俏皮可愛的名字嗎？臺北聽奧基金會從今年2月開始舉行「聽奧蛙兒命名票選活動」，並於3月下旬選出前3名，而獲選第1名的「皮司」與「樂芙」，已正式成為兩隻可愛蛙兒的名字了。

「聽奧蛙兒命名票選活動」分兩個期程進行，今年2月9日至3月1日於臺北聽奧官網上開放專區讓網友投稿，經初選後，產生10組入圍命名並公布於活動網頁上；3月9日至22日開放由網友進行票選，決選程序則以網友投票數占總分

40%，主辦單位評分占總分60%的方式，加總為最後得分，以選出前3名的命名。最後結果是由洪岳琦投稿的「皮司」與「樂芙」以1,502票獲得第1名，王禎慧投稿的「福兒」與「摩莎」以967票獲得第2名，洪瑋駿投稿的「小拋兒」與「小蜜亞」以627票獲得第3名。

網友投稿創意多元

這項票選活動於投稿階段即有1,200名左右的參賽者提出五花八門、新奇有趣的命名，為讓網友便於從眾多投稿中票選出最佳命名，主辦單位的評審團經過1週不

斷地討論，挑選出10組較符合聽奧特色及意義的蛙兒名字，再進行決選。因此，能從1千名以上的參賽者中脫穎而出的10件投稿都相當有創意，獲得第1名的「皮司」與「樂芙」即是以奧林匹克運動會「和平」（peace）與「愛」（love）的精神，來為兩隻樹蛙命名；第2名的「福兒」與「摩莎」取自寶島臺灣（Formosa）的英文譯音；第3名的「小拋兒」與「小蜜亞」則是此次臺北聽奧標語「Power In Me!」的英文諧音。

「皮司」與「樂芙」兩隻臺北聽奧蛙兒，被公認是歷屆聽奧中



聽奧系列報導



有「樂芙」圖案的T恤，代表著熱情歡迎的意涵。



滑鼠墊、手機吊飾、公仔等周邊商品，兼具實用與收藏價值。



「樂芙」的布娃娃。

最可愛的吉祥物。蛙兒的設計理念是以男、女蛙兒分別佩戴榕樹葉與杜鵑花（臺北市的市樹與市花），象徵臺北市清新、環保的美好願景；男蛙兒服裝上的V字型領口象徵勝利，領口兩端的中國式扣結及開襟，賦予蛙兒傳統的東方氣質；男蛙兒展開的雙臂與具有動感的雙腳，將整個身體如臺北的「北」字展示，意在傳達今年聽奧主辦城市——臺北市；女蛙兒的飛吻手勢則代表熱情歡迎來自世界各地參與此次聽奧的朋友們。

周邊商品種類繁多

目前「皮司」與「樂芙」除

了視覺圖像外，在臺北聽奧的相關活動會場上也可見到人型布偶蛙兒，並常造成民眾爭相圍觀與拍照。臺北聽奧基金會也規劃許多「皮司」與「樂芙」的周邊商品，例如T恤、帽子、海灘拖鞋、USB、滑鼠墊、手機吊飾、公仔、便利貼相框等，種類相當多元，兼具實用與收藏價值，喜愛的民眾可至臺北聽奧官網的「2009聽障奧運紀念品購物網」www.taipei2009.com.tw查詢購買。此外，還有「聽奧活力」系列、「Taipei Pa Pa Go」系列及「Power In Me」系列紀念品，皆可在購物網上挑選採購。

臺北市 也可以這樣玩！

臺北 開運 之旅

向日客招手

文／林虹伶 攝影／王能佑



臺北市府觀光傳播局繼2008年在香港、澳門推出第一波「潮玩臺北」自由行活動，受到觀光客熱烈歡迎後，於2009年年初再接再厲，設計別開生面的「TAIPEI EASY GO 樂活臺北」活動，針對新加坡、馬來西亞旅客量身設計5大主題行程，讓新、馬旅客對臺北的印象大大加分。面對即將到來的暑期旺季，觀光傳播局將於7月推出「臺北開運之旅」（開運の旅！台北へ）行程，要讓日本觀光客體會臺北的多重魅力。

多方位宣傳

話題性十足的「臺北開運之旅」

根據交通部觀光局統計，2008年

日本旅客來臺人數約108萬7千人，其中以觀光為目的來臺的旅客占了62.1%的比例，顯見日本人也熱衷於來臺旅行，且由於日人向來就對臺灣的「廟宇文化」及「算命」等庶民活動充滿濃厚興趣，因此本次的「臺北開運之旅」特別在不同路線中融入不同層面的開運話題，希望加深他們對臺北的印象。觀光傳播局也特別結合日本當地旅遊業體系，從旅遊相關商品策劃、廣告設計、媒體宣傳到市場推廣，全面規劃廣泛的宣傳通路，再搭配長榮航空所推出的超值配套優惠，使臺北行變得既有趣又方便。

你想開哪個運？

臺北全方位幸運指南

這次「臺北開運之旅」介紹的6大運勢，包含戀愛運、工作運、錢財運、健康運、勝負運和考試運。其中以增進戀愛運聞名的景點，非大稻埕霞海城隍廟莫屬，這裡不僅是日本未婚女性來臺指定參拜的地方，日本許多介紹臺北的網站、旅遊書刊中，均會詳細介紹該廟供奉的神祇、鉛錢與紅絲線的意義及參拜方法等訊息。在日本民眾撰寫的部落格（blog）中，還有不少描述在霞海城隍廟祈願後達成心願的文章，引起許多年輕網友的好奇，紛紛想親自前來一探究竟。



霞海城隍廟終年香火鼎盛，是日本未婚女性來臺指定參拜的地方。



到國父紀念館前練習太極拳，既健康又養生。

而工作運和錢財運向來密不可分，在工作運方面，臺北開運之旅以行天宮為推薦景點的首選，由於三國演義在日本是耳熟能詳的故事，因此主祀關公的行天宮也成為旅客求取仕途順遂的必訪廟宇，若覺得光拜拜還不夠，到旁邊的算命街算命也是解惑的另一種方式；除此之外，開運之旅也特別為日客介紹臺灣人「遇水則發」的觀念，帶領他們到藍色公路、公館自來水園區等地沾沾財氣，並介紹代表「旺來」的鳳梨酥、招財蟾蜍擺飾等，勢必讓日客大開眼界。

由於日本跟臺灣一樣，每到考季也是一決勝負的時刻，因此增進考試運也是日人相當有興趣的話題。「臺北開運之旅」也特別介紹臺灣人祈求考試順利的方法，譬如帶著蔥（意指聰明）、



精緻的「開運筊杯吊飾」，要讓日客對臺北留下難忘的回憶。（臺北市政府觀光傳播局提供）



到臺北戲棚可以欣賞不同種類的傳統藝術，還能觀看京劇演員演出前的裝扮情形。（許育愷攝）

蘿蔔（好彩頭）、芹菜（勤快）和准考證等祭拜文昌帝君；至於所有人都關心的健康運，除了介紹日本客最喜歡的SPA按摩外，還特別介紹「臺式洗髮」——在理髮院坐著洗髮，這項在臺灣人眼中再平常不過的日常活動，對日本人來說可是相當新鮮，「為什麼坐在位子上洗髮，但是泡泡不會掉下來？」開運之旅也將為日本遊客解開心中的疑問。

跟著6大路線 一起開運去

今年「臺北開運之旅」的宣傳活動，不但在航空方面釋出長榮機票優惠，最特別的是，長榮航空公司將於日本飛臺北航線的登機證背面，印製「2010臺北國際花

卉博覽會」與「臺北開運之旅」的形象宣傳頁，讓拿到登機證的旅客，在登機前就可熱切期待接下來的臺北之旅。

另外，參與「臺北開運之旅」的日籍旅客，將可獲贈設計精美的導覽小手冊「開運の旅！台北へ」幸福指南，裡面不但有開運6大推薦行程，還有景點、小吃、臺北特有的文化體驗簡介、店家優惠折價券、精美好禮兌換券及捷運1日票等；隨冊並附贈一個精緻可愛的「開運筊杯吊飾」，要讓日本觀光客留下最難忘的回憶。如果身在臺北的你也喜歡這樣的主題，不妨也跟著這6大路線暢遊一番，一起開運吧！

好運在這裡 臺北開運6大路線

戀愛運～愛情必勝推薦路線：

迪化街→霞海城隍廟→造型寫真→美麗華摩天輪→士林夜市或五分埔

工作運～永保安康推薦路線：

行天宮→算命街→臺北101→總統府→市長官邸藝文沙龍→永康街

錢財運～財源滾滾推薦路線：

藍色公路→關渡碼頭→長榮海事博物館→公館自來水園區→臺北戲棚 Taipei EYE

健康運～頭好壯壯推薦路線1：

保安宮→陽明山國家公園→北投風景區→溫泉→青草巷

健康運～頭好壯壯推薦路線2：

國父紀念館／太極拳→臺北市立動物園→貓空

勝負運～事事順利推薦路線：

象山登高→臺北市政府→信義商圈周邊→忠烈祠→中正紀念堂→龍山寺

考試運～滿分奪魁推薦路線：

孔廟→故宮博物院→樹火紀念紙博物館→誠品書店

註：「勝負運」指的是全面的好運，是日人排行第一的祈願目標。

捷運內湖線將通車

北市交通新紀元

文／王宜燕 圖／臺北市府捷運工程局提供



眾所期待的捷運內湖線已完成初勘、履勘作業，全力朝6月底通車的目標邁進。由於捷運內湖線採中運量系統銜接木柵線，並可銜接轉乘南港線，未來通車後，由內湖線的大湖公園站到忠孝復興站只需21分鐘，到臺北車站也只

要28分鐘，由松山機場站到臺北車站僅需14分鐘，不但可大幅縮短內湖地區與臺北市中心的乘車時間，讓內湖居民享有安全、便捷、舒適的捷運系統，並可進一步帶動地方的繁榮與發展。

車站站體美輪美奐 呈現快速運輸意象

捷運內湖線為木柵線的延伸，全長14.8公里，共設有松山機場站與大直站2座地下車站，以及劍南路站、西湖站、港墘站、文德站、內湖站、大湖公園站、葫洲站、東湖站、南港軟體園區站、南港展覽館站10座高架車站。內湖線的列車與木柵線相同，為全自動無人駕駛系統，以兩雙節車組為一列車作為營運基礎，且在列車上的每節車廂設有偵煙器及閉路電視攝影機，以提供乘客安全的搭乘環境。此外，位於電聯車外側的車門緊急開關，可由車外人員開啟，以供旅客緊急疏散。

內湖線各車站建築堪稱美輪



大湖公園站的公共藝術「風箏——悠遊天際」，設置於站內電扶梯上方。



松山機場站藉由旅行箱的公共藝術設計，凸顯該站特有的旅行意象。



劍南路站的公共藝術作品「青蛙的天空」。

美奐，其景觀、建築設計以及公共藝術採「因地制宜」，視捷運設施所穿越地區的環境特質與人文特色，區分為「住宅城鄉風貌」、「商業休閒環境」、「工業科技景觀」等3種造型設計，再利用高架橋的機能，將之串聯建構成一條「空中之河」，呈現內湖的人文、自然與生態風貌。

在車站造型方面，特別賦予各車站設計子題及色彩規劃，而且為了便於管理維護並呈現捷運快速運輸的意象，站體造型與出入口皆以簡潔的設計與幾何圖案為主。在材質方面，多使用簡潔明亮的鋼構材料，外牆為烤漆彩色金屬板、琺瑯鋼板與大片玻璃等材料，以展現建築體的輕巧以及明亮穿透感。此外，綿延約10公里

的高架橋，其車站下方的空間，因陽光照射不足及植物生長條件不佳，便利用大小不同的鵝卵石塑造景觀特色，並在站體下方增加照明設備，創造特殊效果。

公共藝術值得細賞

旅行箱、青蛙、風箏各有精彩

各車站的公共藝術也很值得乘客在不趕時間時，停下腳步，慢慢欣賞，例如松山機場站的站體設計主題為「飛翔的故事」，公共藝術分3區呈現，包括「大旅行時代」、「飛行計畫」、「夢想飛行」，藉由旅行箱所散發出來的旅行意象及3個不同造型的時光機，彰顯本站特有的旅行意義及對飛行的想像空間。

劍南路站的公共藝術作品為

「青蛙的天空」，設置於地面層廣場柱子及天花板，作品包括3個部分，從「山景編織」、「流水映象」到「給青蛙的角落」，以倒轉視點的方式表達山景、流水及池塘；在大湖公園站，配合大湖公園的湖光山色，車站造型以白色桅桿與藍色弧型金屬屋頂板來表現巡航的意象，其公共藝術作品為「風箏——悠游天際」，設置於車站內電扶梯上方，當人們乘坐電扶梯上升時，飛揚的風箏因電扶梯行進速度，讓乘客感受到自己正與風箏一同悠游天際；在南港展覽館站，其站體設計主題為光影，這是配合南港軟體園區的科技特色，以光影的透明性為設計手法，傳達自然與科技間的互動與結合。



捷運內湖線路線示意圖 Route Map of Taipei MRT Neihu Line



西門町

政府與民間 聯手打造西門町新貌

文／林虹伶 攝影／王能佑

提起西門町，腦中就會浮現各種與「青春」有關的形容詞，這裡不僅是老一輩回味青春時光的地方，也是現今年輕學子逛街遊玩的首選地帶。每逢假日，看電影的、買衣服的，或參加各種活動的人潮，總讓西門徒步區顯得熱鬧非凡，輕快、愉悅的步調令人彷彿置身東京的澀谷。然而，西門町由於開發得較早，在發展上也曾經歷瓶頸，如今能重新吸引遊客回到西門町，除了透過政府的規劃外，在地店家的努力也是功不可沒。

西門小尖兵 推動商圈大改造

民國87年，臺北市政府開始推動「臺北市西門徒步區整體環境更新改善計畫」，力求以「人」的舒適度為環境建設的目標，包括更新所有鋪面、座椅，打造具有時尚感的夜間景觀照明，同時補強軟體措施，包括建置徒步區

商圈網路、制定徒步區自治管理經營法規機制、動員街區組織參與經常性維護管理工作……，希望將西門町轉型為臺北市重要的商圈；民國91年，為統籌管理徒步區的軟硬體建設，在地店家組成「社團法人臺北市西門徒步區街區發展促進會」，期望更進一步推動西門町成為國際觀光商圈。

為更有效經營西門徒步區各項軟硬體建設、輔導店家經營與提升消費服務環境，西門徒步區街區發展促進會於民國97年向臺北市政府提出2年為一期的「臺北市西門徒步區部分街道家具經營管理合作案」，由促進會以企業廣告贊助的方式，自主創造地方發展基金，以維護管理西門徒步區的部分街道設施，如羅馬燈旗、圓形燈柱、跨街牌樓等；並且藉由更新、維護街道座椅及清潔箱、管理西門町商圈網站、發行西門購物指南及辦理商圈行銷等活

動，提升西門徒步區的消費環境品質。

政府與民間合作

鋪出西門徒步區的繁華大道

西門徒步區街區發展促進會表示，藉由企業的廣告贊助，讓他們得以自行設計、維修西門徒步區的各項設施，並且定期舉辦各項活動吸引遊客前往，如西門購物節、西門「瘋」街特賣、西門文化嘉年華……，都是他們固定舉辦且頗受歡迎的大型活動；另外，促進會在著手更新徒步區的照明設備、跨街牌樓、街道座椅和清潔箱等設備之前，都經過市府機關，如觀光傳播局、都市發展局、新建工程處、公園路燈工程管理處和萬華區公所等政府部門的檢視與監督。除此之外，促進會每個月還會提供徒步區的廣告版面，供市府放置公益廣告，達到互惠合作的效果。



電影街是西門町商圈的特色街道。（財團法人臺北市西門徒步區街區發展促進會提供）



別出心裁的西門町跨街牌樓和圓形燈柱等建設，是政府與民間共同努力的成果。（財團法人臺北市西門徒步區街區發展促進會提供）

像這樣政府與民間組織合作管理商圈環境的模式，在臺灣可說是首例。由地方商會結合店家資源自發性維護管理街道設施，提升街道景觀品質，確實可看到有別於公部門的創意，在商圈自發性的維護和整理之下，市容的整齊美觀也較能維持；政府的角色著重在維護市民權益，如審查設備的安全性和廣告內容的適當

性等；透過促進會的幫忙，政府和西門町店家的協調運作也更順利，造就出今日西門町徒步區的繁榮盛景。

臺北的「步行者天國」 需要市民一同維護

近幾年西門町除了有規劃良善的行人徒步區外，幾乎每個周末還會舉辦小型簽唱會、唱片首

賣會、電影宣傳、街頭表演等活動，再加上紋身街、美國街、電影街、西門紅樓創意市集等特色，讓西門町成為青少年的流行重鎮。下一次，當你再度踏進西門町時，也別忘了一起維護由政府與民間力量一起合作完成的各項建設成果，盡情悠遊在這專屬行人的「步行者天國」吧！



每逢假日，觀光的人潮總讓西門町顯得熱鬧非凡。



西門紅樓創意市集充分展現年輕人天馬行空的創作力。



啟聰學校外牆進行美化，創造樂活新景觀。

臺北好好看



愛國東路婚紗街招牌改善，讓都市景觀更賞心悅目。

臺北水噹噹 樂活新景觀

文字整理／黃郁惠 攝影／王能佑

走在衡陽路上，你是否發現路上懸掛的廣告招牌都統一成相同的形式？行經基隆路1段與仁愛路4段交叉口，你是否發現東華大樓的外牆已從瓷磚換成整潔光亮的玻璃帷幕？這些都是臺北市政府近來致力於都市再生計畫的具體成果。

臺北市政府為持續推動這項重大且多面向的計畫，配合「2009臺北聽障奧運」與「2010臺北國際花卉博覽會」舉行的契機，在今年推出「臺北好好看系列計畫」，以公共設施為骨架、建築開發為內容，共同形塑出臺北市的城市景觀，以嶄新面貌登上國際舞台。

8系列+3整合，公部門+私領域
「臺北好好看系列計畫」共有8

個系列行動計畫及3個公共建設整合計畫，包含「系列1臺北地標建築·增加開放空間」、「系列2北市環境更新·減少廢棄建物」、「系列3好區位新風貌·清理老舊牆面」、「系列4好店家美招牌·美化廣告招牌」、「系列5看見友善校園·亮麗校園圍籬」、「系列6都市空地利用·綠化閒置空地」、「系列7市容夜景魅力·照亮夜間景觀」、「系列8展現公共藝術·彩繪公有建築」，以及「整合計畫1新穎道路街景·整合道路景觀」、「整合計畫2風華水岸景觀·整合水岸資源」、「整合計畫3展現政府活力·整合公產領航」。

在此項計畫中，系列1是臺北市政府都市發展局於去年執行的民間開發提案，目前已停止受理申

請，共計41案通過，正進行相關行政程序，將陸續進行施作；系列2、3、4、6同為接受民間提案，市府給予獎勵、經費補助或直接由公部門進行施作；系列5、7、8及整合計畫1、2、3則由公部門主動進行施作。

市府帶頭推動， 景觀美化人人齊動手

今年4月6日市府進行拆除羅斯福路3段260號的窳陋公有建物，即是屬於市府主動出擊的整合計畫3。市長郝龍斌表示，推動「臺北好好看系列計畫」，惟有先從公部門帶頭，才能讓市民了解政府的用心，進而導入都市景觀人人有責的觀念。因此，無論公家或私人配合拆除窳陋建物，對臺北市景觀盡一份心力，市府都會保



● 臺北市政府致力於都市再生計畫，公車候車亭藝術化就是一個例子。

●●●臺北好好看系列計畫●●●

障所有權人的權益，以「建物存記」與「容積獎勵」的方式，讓市民不致因建物拆除，而損失其地上物的權利。

以現今拆除羅斯福路3段260號的窳陋公有建物為例，管理機關原打算於民國99年按現況標售，日後得標者如採都市更新處理方式，可將舊有建物處理納入更新容積計算中。如今市府配合「臺北好好看系列計畫」進行拆除，其權益仍得保留，日後倘該筆市有財產標脫，得標人出示建物存記證明，仍視同原建物存在，故可納入更新容積計算中；同時，為獎勵環境綠化，只要空地維持2年綠化，亦給予容積獎勵。

市府預期這項藉由公私單位合作的計畫，未來將可提供約30公頃廣場式或綠地式的開放空間、

3.4公頃的人行步道，並減少20萬8,500公噸的二氧化碳；在經濟層面上，則可創造6,000億元的經濟

效益，並於施工期間創造10,300個就業機會，完工後創造10,600個商場就業機會。當然，更重要的是臺北市將變得更好看、更好住、更好遊。

未來，民眾將可陸續看到完成的各項案例。若欲查詢詳情，可上「臺北好好看系列」專屬網站 www.beautiful.taipei.gov.tw，網上並提供申請表格供市民下載。



● 雙連國小圍牆降低，是友善校園的措施之一。

臺灣好 臺灣妙

法國玩家傑邁帶你玩臺灣

文／王宜燕 攝影／王能佑



法國戶外活動達人傑邁（Jean-Marc Compain）來臺灣已7年多，有趣的是，傑邁在這裡開設兩家公司，專門教人如何玩臺灣，有「遠離城市」的戶外玩法，也有就待在都市叢林裡的「生存遊戲」，說到臺灣的美、臺灣人的好，傑邁讚不絕口。

傑邁的爸爸是登山救難專家，他承襲父親的特點，在法國當兵時進入特別軍種，從事醫療救難，期間接受急救等一連串高難度的訓練，以及嚴格的考核，也因而獲得多張與救難相關的證照。因此，傑邁從事戶外或室內休閒活動時，對安全的重視不在話下。

推廣精緻戶外活動 旅遊臺灣兼顧3面向

傑邁雖謙稱自己的工作「辦

活動」，實則大力推廣「精緻戶外活動」的概念。他會針對個人或企業的需求與預算，設計一系列戶外活動，過程常逸趣橫生，讓客戶參加後回味無窮。

去年某跨國公司在臺灣舉辦亞太年會，該公司就邀請傑邁為前來開會的會員設計在臺北一日遊的行程。傑邁先將參加者分組，並設計競賽活動，要大家在中正紀念堂集合，他設計很多和先總統蔣中正先生有關的問題，要各組到紀念館裡尋找資料，如此展開暖身活動，讓各組組員培養默契。然後，他發給每人1張一日遊的觀光護照（Taipei Pass），憑卡在1天內可不限次數搭乘臺北的公車與捷運。接下來的參觀路線依序

是西門紅樓、龍山寺、華西街、假日玉市、臺北101、威秀影城等地，每一站都要求參加者合作完成一些任務，例如與當地人互動並拍照、買小禮物、嘗某種美食……，最後選在信義計畫區的餐廳，結算成績並頒獎，同時請大家分享心得，每個人因此都對臺北留下很深刻的印象。

傑邁認為，外國人來臺灣旅遊，如果沒有接觸到3個面向，就無法真正體驗臺灣：首先是要與



當地人互動，在他看來，這是捐棄成見，用心體會不同國家人民的生活方式、待人接物，對一個地方有較深入觀察的方式；其二是領略臺灣的傳統、文化，他覺得，臺灣有自成一格的歷史、傳統，光是欣賞此地的廟宇之美、品嘗可口美食，就令人讚歎不已；其三是接受臺灣大自然的洗禮，他認為，臺灣雖地狹人稠，卻得天獨厚擁有好山好水，來臺灣不看看這裡豐富的大自然資源，就白來一遭了。

臺灣人充滿人情味 口碑力量驚人

說起與臺灣人的互動，傑邁眼神一亮，頻頻誇讚臺灣人不但友善而且熱情，像他常在捷運上與人閒話家常，他覺得臺北人較無階級觀念，例如他說他的工作

是「帶客人出去玩」，大多數人聽了都很感興趣，不會覺得這算三百六十行的哪一行？而且往往相談甚歡，最後對方都會掏出身邊的小東西，如剛買的水果、包子送他，讓他體會到什麼叫做人情味。臺灣人的熱情還表現在很能發揮「一傳十，十傳百」的口碑力量，像他的客人就常介紹其他人來找他設計活動，讓他不用花錢做廣告，只要把活動辦好，客戶自然源源不絕。

傑邁最喜歡的臺灣美食非牛肉麵莫屬，他稱刀削麵是「會飛的麵條」，說起番茄牛肉刀削麵的美味，簡直無法用言語形容，直說連回法國都想念不已，一回來就趕著去麵館報到；另外，這裡的炒飯、水餃、蔥油餅也令他食指大動。

來臺灣將近8年，傑邁覺得臺北

進步神速，他剛來時，發覺臺北城的人都只工作不玩樂，下班就是回家補眠或看電視，不喜歡親近大自然；但現在很不一樣了，他舉辦的溯溪、登山活動，來參加的人常常裝備齊全，有備而來。

傑邁也發現臺北人很愛養狗，但遛狗時只有少數飼主會攜帶塑膠袋隨手清狗便，讓他清晨散步時，因踩到狗便而懊惱不已。他建議市府可以採取階段式宣導，先在公園內放置一些小垃圾袋，鼓勵飼主使用，一旦蔚為風氣，飼主就會養成自備垃圾袋清理狗便的公德心，臺北城也將更清爽乾淨。



臺北市市民廣場的綠蔭吸引附近的居民到此活動筋骨。

有人說，「公園是都市之肺」。當整個人身陷在太多的車、太多的建築和太多的人潮之中，任誰都會有一種快要窒息的感覺；幸好我們的城市裡還有「公園」，為忙碌的人們提供一個暫時喘息和放慢腳步的地方，只要過條小馬路，或稍稍轉個彎，來到綠樹和流水構成的都會公園中，遠離人車鼎沸的環境，也能好好用力深呼吸一下。

信義「小」天地 忙裡偷閒的都會公園

位在臺北市府正門對面的「臺北市市民廣場」，正是一個得以在信義計畫區裡暫時歇腳、飽覽周圍建築之美的都會公園。面積約3萬3千平方公尺的市民廣場，其悠閒、舒適的氛圍不僅吸引周遭的上班族在休息時間來到這裡散步，連附近的居民也愛到這裡活動筋骨。在樹蔭下看書的曾太太就說，她每天都會來這裡讀書、打太極拳，已經連續好幾年了，「我以前常常出國，後來發現這裡的環境真的不輸國外。」她眯著眼睛笑著；而在一



小型集會廣場辦過不少活動和表演，宛如風帆的白色棚架是它的特色之一。



享受都會的風 臺北市 市民廣場

文／林虹伶 攝影／王能佑

旁的陳先生也覺得，市民廣場為居民提供一個良好的休憩場地，「我剛剛從陽明山騎車下山，再到這裡舒展筋骨，感覺很不錯。」

多功能區域 帶來不同的風景

臺北市市民廣場目前分為「小型集會廣場（音樂台）」、「新仁愛路段」和「流水噴泉區」3個區域，其中「小型集會廣場」設置了白色的棚架和可容納群眾的階梯型舞台，成為不少活動集會或表演的場所；「新仁愛路段」

在週一到週五是供車輛通行的馬路，到了週六、週日則會封閉以供民眾休憩、散步或騎乘自行車，也常成為辦活動的場地，如熱鬧喧騰的跨年活動和溫馨浪漫的臺北燈節等；目前市民廣場由臺北市市政大樓公共事務管理中心負責3個場地的租借事宜，以舉辦政令宣導、公益、文化或社教活動為主。

漫步在「流水噴泉區」時，仰頭一看四周，臺北市政府、101大樓、君悅飯店等建築近在咫尺，但低頭一看，又可見到市區裡難



在市民廣場的樹蔭下讀書、沈思，是種美好的享受。



位在臺北市府對面的市民廣場，是座花木扶疏的都會公園。

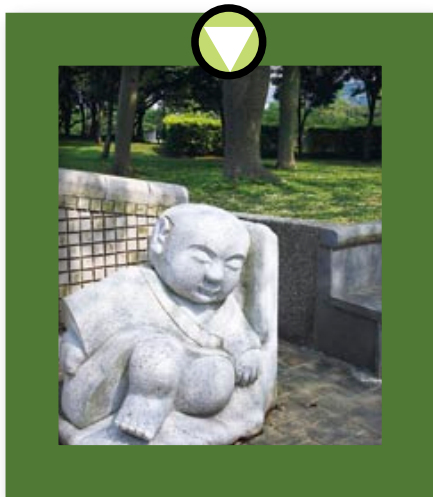
得一見的景色：不像一般公園多採用「水池」加「噴泉」的造景，這裡有一條底部鋪滿石頭的「溪流」景觀，旁邊還有一座圓滾可愛、面露笑容的石像相伴。坐在綠蔭下看著這條蜿蜒的「溪流」在身旁流淌，加上斷斷續續的鳥鳴聲，真有一種分不清自己身在何處的錯覺，得以在快節奏的市中心感受自然的味道，不免有一種忙裡偷閒的樂趣。

騎「微笑單車」 來趟信義區小旅行

若覺得光在市民廣場裡散步還不夠，位在「流水噴泉區」松壽路旁的人行道上，還有交通局設置的「接駁型公共自行車」可供民眾租借。這些名為「YouBike微笑單車」的自行車，外觀由橘、綠、黃3色組成，一整排放在人行道上，十分醒目、時髦。只要持悠遊卡及晶片信用卡在電腦多媒體導覽系統Kiosk完成註冊，就可至旁邊設置的停車柱取車，加上甲地租車、乙地還車的特色，不論是用作「接駁」，或純粹騎自行車兜兜風都很適合。據租借站

在流水噴泉區眺望臺北101大樓，別有不同風情。

樸拙的石像為市民廣場注入平靜的氣息。



鄰近臺北101 散發濃濃國際感

由於鄰近臺北101大樓，在市民廣場周遭的人行道上，常可見到外籍旅客拿起相機捕捉臺北101，不少有趣的表情和動作常令人莞爾，總讓人不禁聯想起在外地旅行的感覺；筆者在市民廣場採訪的同時，就有一位外籍旅客以害羞又掩蓋不住興奮的語調請我們幫他

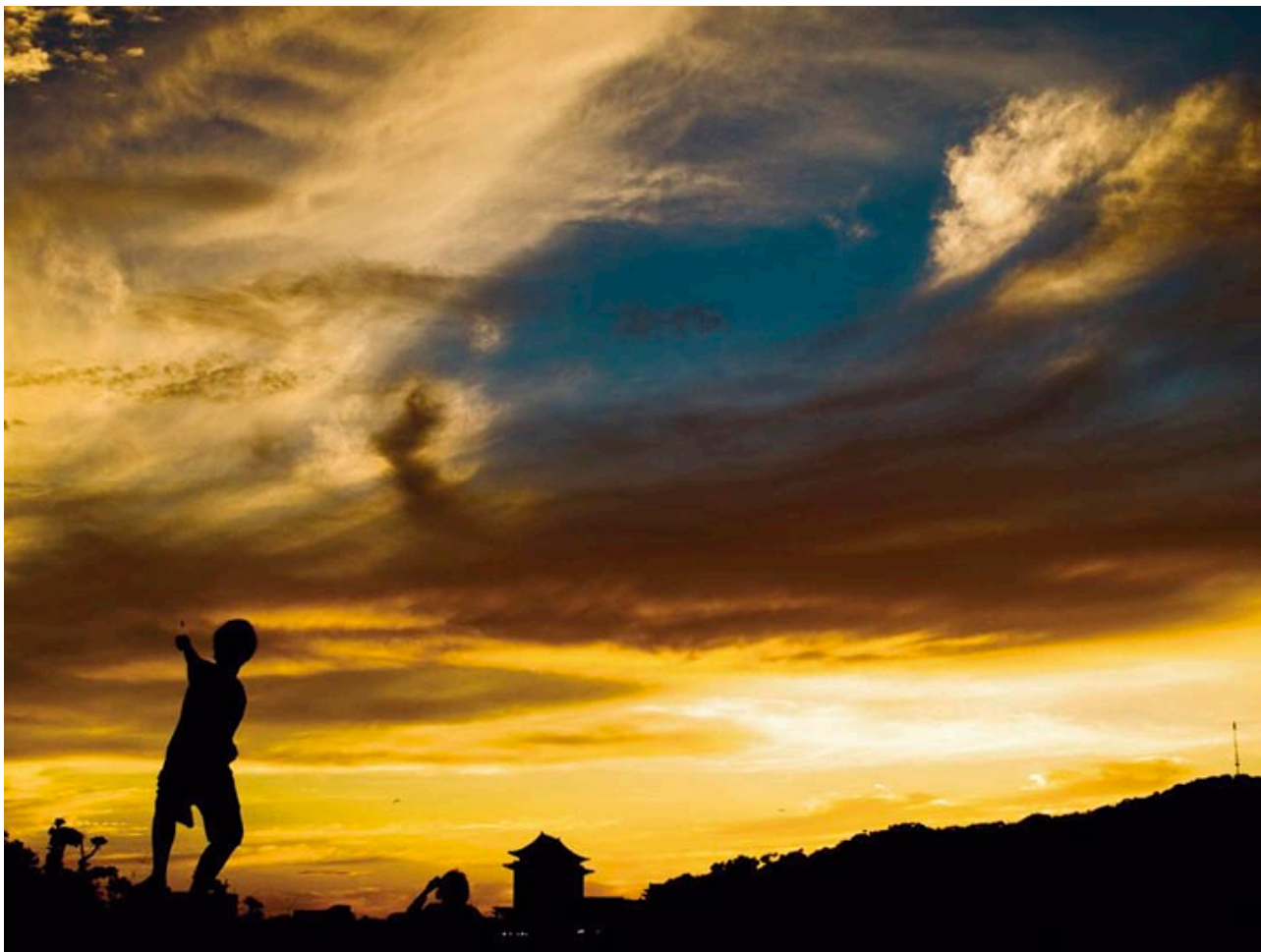
和101大樓合影，笑容可掬的模樣十分可愛。
臺北市市民廣場是臺北市中心一處迷人的綠色公園，還是得以遠離人群和101大樓合照的絕佳景點。有機會的話，不妨來到這裡細細感受市中心難得一見的靜謐，然後再選一個最好的角度，和周遭的景物來張合照，你，不也是完成了一趟小小的旅行？

►臺北市市民廣場

- 地址：臺北市府（市府路1號）西正門對面
- 交通：可搭乘捷運板南線至市政府站下車，步行約10分鐘。
- 市民廣場租借事宜，詳見：www.tpmc.taipei.gov.tw
- 「接駁型公共自行車」相關資訊，詳見：www.youbike.com.tw



騎乘「微笑單車」，來趟信義區小旅行。



來年有約

文／周純慧 攝影／許斌

雲彩瑰麗，流轉出夕陽餘暉的金色光彩。暮色中，孩子手舞足蹈地持續追逐歡樂，在滿天絢爛的晚霞映照下，跨越白天與黑夜間，那道並不十分明朗的界線。

人們也許早已習慣躺在寬闊草坪上數星星，卻可能不太習慣遮蔽住噴泉的新搭圍籬。那隨著落日迅速變換色彩的雲朵似乎正細聲碎語地，傳達著某個需要時間和耐心等候的消息。原來，這籬，也只是一道並不真切存在的界線，帶領人們跨越至熱鬧非凡的華麗未來。

臺北城即將迎接一場世界級的盛會，在原有綠意中，各式美麗花卉將蔚為花海，而那親近水域的獨有特質，更將幻化出意想不到的驚奇和綺麗。

就將來臨的夜，催促不了恣意奔跑的孩子，也無礙於沈醉河畔徐風的人們，或許他們清楚地知道：希望，總在黑暗過後來臨；而河濱的絢麗風貌，將在不遠的未來，隨著那籬的撤去，在人們眼前，緩緩開啟。

註：為迎接「2010臺北國際花卉博覽會」的到來，大佳河濱公園部分封閉施工，詳細封閉範圍可上臺北市政府水利工程處網站www.heo.taipei.gov.tw查詢；花博會相關介紹網址：www.2010taipeiexpo.tw。

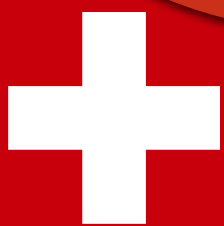


山水交界的
迷你國際都會

文·攝影／李俊明

日內瓦

Geneva





流淌市區的蕾夢湖（日內瓦湖），讓城市展現水岸波光的獨特魅力。

國際組織林立的日內瓦，不但是全球排名第6的金融中心，也是年年名列前茅的最佳生活品質城市，更是瑞士西部法語區的第一大都會。除了匯聚多元的城市居民外，城中的宗教改革歷史，以及濃厚的文藝氣息，讓它成為歐洲最富有小而美特色的國際都會。

名列「全球最佳居住城市」前茅

如果按照普普藝術家安迪·渥荷（Andy Warhol）的說法，每個人命中都有注定15秒的成名機會，那麼每座城市，也至少該有讓人刮目相看的15秒，可以驚艷

全球。每一年，日內瓦最少要讓人想起一次，因為她與瑞士第一大城蘇黎世，總會名列「全球最佳居住城市」排行榜的前3名。根據人力資源管理顧問公司（Mercer Consulting）發布的最新一次「全球最佳居住城市」年度排行，蘇黎世與日內瓦再度奪得第2、3名的佳績，讓人對瑞士留下深刻印象。

其實人口僅約18萬的日內瓦，雖然號稱是最國際化的都市，平常氣氛卻頗為寧靜悠閒；她的良好生活品質來自依山傍水的優美環境，以及完善的醫療、教育與公共設施。除了好山好水，整座

城市約有五分之一為綠地，舒緩的氣氛讓人著迷。沿著市區水岸漫步，隆河緩緩與市區的蕾夢湖（Lac Léman，亦稱日內瓦湖）相會，讓整座城市坐享著無盡的水岸波光。遠處，阿爾卑斯以及侏羅兩大山系將日內瓦團團包圍，若在晴朗的好天氣，甚至還可以望見高聳挺拔的白朗峰。這樣的山水盛景，怎能不叫人陶醉？

有好山亦有好水，風生水起之際，最是豐饒富庶的氣象。很多人以為瑞士全國皆在山境，物產必定稀少貧瘠，其實不然。瑞士西部的向陽谷地，自古就是重要的農產區，尤其日內瓦湖沿岸，



Geneva

日內瓦街道上安靜的一角。

歷史博物館莊重的氣息
令觀光客流連忘返。

輕軌電車是歐洲常見的
交通工具，看在臺
灣人眼裡十分特別。

宗教改革紀念碑矗立4
位宗教改革先驅的雕
像，彰顯日內瓦的城
市精神。



受到溫暖日照的山谷，往往產出芳醇的紅白葡萄酒，成為瑞士人餐桌上的享受；由於產量不多，非得到瑞士才容易喝到，成為瑞士人的生活享受之祕！而好的葡萄酒，除了優良氣候條件才能孕育，日內瓦湖區的清澈水質，也早就聞名全球。不信的話，瞧瞧日內瓦湖南岸靠近邊界的法國小城艾維仰（Evian），不就靠著行銷世界的瓶裝水，讓全世界都欣羨阿爾卑斯山的純淨？

世界之都 南腔北調熱鬧非凡

說起日內瓦這座城市，除了山水盛景與優良生活環境，如今最出名的，莫過於她的國際化都會風貌最引人矚目。印象最深刻的，就是這座城市人口比臺北的大安區還少，不過城中卻有媲美紐約、巴黎、倫敦等超級大城的多元居民。著名的哥倫比亞文學家馬奎斯（Gabriel García Márquez），便曾在他的短篇集《異鄉客》當中，將客居日內瓦的南美流浪者鄉愁，刻劃得絲絲入扣，讓人想望這座城市藏著多少去國懷鄉之事。

不只短篇小說名作如此多情地描寫著日內瓦的異鄉人，走在街頭，迎面而來的非洲婦女總讓人忍不住多看一眼，她們常常驕傲地穿著鮮豔至極的印花織染圖案，昂然走在日內瓦的大道或國際組織林立的街區，讓人突然有種時空混亂的錯覺，彷彿來到了熱帶非洲，也更增添日內瓦讓人意想不到的魅力。

據統計，目前日內瓦人口，約有高達4成從全球其他地方遷來，是瑞士境內外國居民比例最高的城市；除了各國外交機構、國際組織的工作人員，講求人道的瑞士也收容了不少難民，讓這裡成為最具體而微的人種「聯合國」。日內瓦的新住民大約來自180多個國家，可以想見，小小的日內瓦，街頭南腔北調有多麼熱鬧非凡。為了這些移居而來的

新成員，當地還特別設立了移民調適中心（The Geneva Welcome Center），以協助新住民進行生活安頓等事宜。

說起來，日內瓦這種對外開放、廣納多元的特性與瑞士的歷史發展有些關聯。雖然瑞士是由邦聯所組成的山間小國，卻一向擁有多元包容的美名，尊重個人的自由，也一向被視為重要傳統。加之長期民主自治帶來穩定安全的社會，因此自古就有不少落難或受到迫害者，選擇遷居可以自由生活的瑞士；而新住民帶來了他們擅長的製錶、印刷、紡織等長才，反倒為瑞士注入了意想不到的活力。

和平之都 國際組織群聚

說起瑞士，一般人大多會想到位在東部德語區的第一大城蘇黎世，她不但是瑞士的金融保險中心，也是文化經濟重鎮；不過位在西部法語區的日內瓦，重要性亦不遑多讓，它不但是全球排名第6的金融中心，在外交與國際合作上更具有重要地位，享有「和平之都」的美稱。

除了25座大型國際組織之外，200多家非政府營利組織，以及150多個聯合國周邊相關單位都設立在日內瓦。

來到日內瓦北郊，這裡坐落著聯合國歐洲總部（萬國宮Palais des Nations）、國際紅十字會（ICRC）、世界氣象組織（WMO）、世界貿易組織

（WTO）、世界童軍總會（SCOUTS）、世界野生動物基金會（WWF）、世界標準組織（ISO）、國際電信聯盟（ITU）、世界智慧財產協會（WIPO）等重要機構，全年協調著世界運行的秩序。

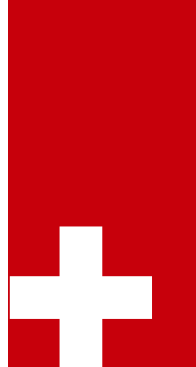
一次世界大戰後，當國聯（Leagues of Nations，聯合國前身）決定設立於日內瓦時，就使此地的國際都市特色開始凸顯出來。二次世界大戰之後，聯合國歐洲總部以及各種國際組織紛紛開始進駐日內瓦，也迅速改變了這座城市的氣氛，促進了外交、經濟、貿易與金融發展。有趣的是，雖然聯合國歐洲總部設在瑞士這麼久，但這個山中之國為了保持中立，卻遲至2002年才成為聯合國的組織一員。

近日臺灣在年年嘗試、卻屢次失敗之後，終於獲准以觀察員身分，參加世界衛生組織（WHO）之下的世界衛生大會（WHA），跨出國際交流一大步。而這臺灣睽違已久的WHO與WHA，即是位在日內瓦的國際組織林立區。

改革之城 饒富古風的老城鄉

除了國際組織林立，日內瓦也是深具歷史地位的「改革之城」。走進日內瓦湖南側的老城區，最能看見昔日發展軌跡。老城地勢最高的聖皮耶大教堂（La Cathédrale Saint Pierre）以及歷史悠遠的瑪德蓮娜教堂（Église de la Madeleine），一路見證影響後

國際紅十字會博物館以雕塑、影像等方式介紹該會活動。





日內瓦的當代美術館
展出不同面向的各式
藝術。

街頭一角的異國元素，展現日
內瓦多元的文化內涵。



Geneva

世極深的
宗教改革（
Reformation）。

為了追求宗教信仰自由，日內瓦在1536年宣布成為新教教區，並自立為共和國。宗教改革的精神領袖喀爾文（Jean Calvin，1509-1564）一生都定居於日內瓦，不斷宣揚他揚棄外在形式、堅定內心虔誠信仰的理念，讓日內瓦成為傳布新教理想的重鎮，因而全盤改寫了西方文明的歷史。

我很喜歡走到日內瓦公園內的宗教改革紀念碑（The International Monument to the Reformation），水池邊長長一排雕像，羅列著法洛（Farel）、喀爾文（Calvin）、貝茲（Beze）、諾克斯（Knox）4位宗教改革先鋒塑像；下方一行耐人尋味的雋永文字：「經過黑暗，光明終於到來」（Post

Tenebras Lux），成為日內瓦經過宗教洗禮後的城市精神，使人撫今追昔，低迴深省；一座城市，正因為如此心靈的洗禮，從此煥發出迥然不同的精神。

新舊結合 催生文化創意場域

既然日內瓦是這樣歷史深遠又歷經變動的城市，那麼她的文化，必然也累積相當厚度與能量。我自己最欣賞的，是日內瓦既留住過往，又勇於擁抱未來的生活態度。其中最讓人注目的，就是對於閒置空間的再利用，也讓我想起了臺北華山文化園區以及松山菸廠改造案正積極邁向的目標。

1994年，Plainpalais區一座50年代啟用的工廠，變身成為日內瓦當代美術館（Museum of Modern & Contemporary Art，當地簡稱其法文縮寫為MAMCO），4千平方公尺的

開闊空間，以工廠的空間形制展出來自各國的當代藝術，形成一種奇特的對照。它的完善規劃與新舊對比，成為展示當代藝術的極佳規劃典範。

另外一處讓人驚艷的，是飄浮於隆河水上的摩提菲斯文化中心（The Bâtiment des Forces Motrices）。同樣也是工廠建築，這座表演中心由水力加壓發電廠改建而成，裡頭可供歌劇、戲劇演出，並設有1千個座位的劇場，成為日內瓦重要的表演場所。如此儘量保留城市原有的建築紋理，並讓歷史記憶停駐其中，這樣的思維，讓我們在面對城市當中逐漸衰老的區域與歷史時，有更超乎一般的想像空間，也成為我們在規劃文化建設軟硬體時一個極佳的參考。



葡萄

果物中的 紫色琉璃

文／呂增娣 攝影／楊志雄
採訪協助／臺中區農業改良場
作物改良課課長張致盛
臺北市立聯合醫院中醫院區
醫師許中嚴
食譜示範／佟姍姍

若說草莓是水果中幸福的象徵，那麼葡萄肯定是浪漫的代表；瞧那琉璃珠般透亮的紫色外衣，飽滿Q嫩的果肉有著甜蜜微酸的滋味，加上蘊含濃郁果香的紫紅色汁液，釀成酒後滿富變化的層次口感，彷彿談一場情深意濃的味覺戀愛，也難怪常讓人沉溺其中無法自拔！

歐洲栽種葡萄是目前人類得知最早的葡萄品種，原產於黑海、裡海和地中海沿岸，而中國則在

《周禮——地官司徒》中便有關於葡萄的記載，如「場人，掌國之場圃，而樹之果、珍異之物，以時斂而藏之。」其中的「珍異」，據漢學大師鄭玄解釋，指的便是蒲桃或枇杷之屬，也就是說，早於3,000年前的周朝，華人便開始栽種葡萄了。

臺灣最早栽種的葡萄乃是自大陸引進的歐洲系種，但因為臺灣處於亞熱帶至熱帶地區，並不適合歐洲品種葡萄的生長，故皆以小面積栽種；後來經過農民與農業研究人員努力研究改良後，發展出適合臺灣生長的葡萄品種，才朝向大面積栽種。

爭奇鬥豔的各式葡萄

臺中區農業改良場作物改良課課長張致盛表示，目前國內坊間最常見的品種，大略可分為鮮食與釀酒兩類不同用途的葡萄。以鮮食來說，主要有「巨峰」、「蜜紅」、「義大利」3類。其中果皮呈紫黑色的巨峰葡萄，因為果肉較Q，深受國人喜愛，是國內產量最大的品種，約占全國總產量的98%；而果皮呈粉紅色的蜜紅，雖然果肉較為鬆軟，但具有獨特香氣，還是有不少民眾喜愛；至於義大利品種的果皮呈現黃綠色，較不易剝皮，產量也較其他兩種少一點。張致盛特別提到，民國97年國內自行育成發表的春峰，果肉甜度也極佳，雖然初上市產量不大，但期望未來也能成為民眾喜愛的葡萄品種之一。

至於國內釀酒品種，則以「金香」、「黑后」最多。金香多用來釀白酒，黑后則因為花青素含量多，色澤紅稠，香味濃厚，是國內釀紅酒的主要品種；其他尚有臺中1號、2號、3號等也是屬於釀酒用的葡萄品種。

談起國內葡萄的產地與產季，張致盛說，包括濁水溪、大甲溪、大安溪，順著周邊延伸的鄉鎮大都是葡萄產區，像是濁水溪附近的彰化縣溪湖鄉、大村鄉；

南投縣信義鄉、水里鄉；大甲溪附近的臺中縣新社鄉、東勢鎮……，以及大安溪旁苗栗縣卓蘭地區等。至於產季，張致盛不免顯得有些得意，他說：「臺灣的產期調節技術可是全球第一等，以葡萄來說，比起其他國家1年1收，國內可以做到1年2收，甚至四季皆有葡萄產出。」

國內主要的葡萄產季1年共2季，分別是夏季（約6月下旬開始至8月上旬）以及冬季（約12月至元月上旬），此兩季不僅產量大，果實也十分甜美飽滿；此外，春季還有彰化縣溪湖鄉、大村鄉一帶採溫室栽培的葡萄，秋季則有南投縣信義鄉、水里鄉一帶中秋前後上市的葡萄，幾乎一年四季皆可大啖葡萄，也難怪身為農業人員的張致盛，會對臺灣農民所做的努力深感驕傲。

張致盛還建議，挑葡萄得學會當外「貌」協會，表皮、亮度、色澤和果形的完整都是要件，比如巨峰品種就要挑選外皮紫黑、果皮上的果粉均勻及整串果穗完整者；在清洗時，可先將葡萄整串靜置在清水中，然後以剪刀從莖部剪下果實，續以清水清洗數次，切忌直接用手從果蒂處摘斷果實，反倒容易污染果肉。

葡萄皮富含花青素 補氣補血抗氧化

有句俏皮話說：「吃葡萄不吐葡萄皮，不吃葡萄倒吐葡萄皮。」看在今日的醫學研究裡，可不只是俏皮話而已。臺北市立聯合醫院中醫院區醫師許中嚴表示，葡萄皮中含有大量的花青素，對於抗氧化助益良多，如果能將葡萄皮洗淨連皮帶肉一同食用，的確是能緩解疲勞、預防老化。

許中嚴進一步指出，葡萄具有滋養強壯、補血氣、壯筋骨、利小便等功效，其中紅葡萄屬性溫，故在補血氣上效果較佳，但也容易上火升熱；綠葡萄屬性平，雖沒有上火的問題，但相對

補氣虛的效果上也略遜紅葡萄一籌；就營養學而言，葡萄含有豐富的維他命A、B1、B2、B12、C、E，以及胡蘿蔔素、硫胺素、核黃素、卵磷脂、菸鹼酸、蘋果酸、檸檬酸等有機成分，最重要的是其「鐵」的成分，對養氣補血相當有效。

不過，許中嚴也特別提醒，葡萄的糖分偏高，建議成人1天不要吃超過30顆為佳，若是糖尿病患者及體質偏濕熱者，更不宜多食。此外，他也建議不要以鐵器裝盛葡萄，以免其內所含的鞣質會將器皿內的金屬融入果肉中，吃下肚後容易腹瀉。

針對年紀大較怕冷者，許中嚴建議可於睡前喝約20c.c.的紅葡萄酒，但不可過量，且特殊疾病者最好先詢問過該科的醫師，即使小酌也應注意個人的體質狀況較為安全。

飲酒過量，有害健康

► 葡萄小百科

學名：Vitis vinifera

別稱：蒲陶、蒲桃

原產地：黑海、裡海和地中海沿岸

產期：一年四季皆有，又以夏季（6月下旬開始至8月上旬）、冬季（約12月至元月上旬）為主要產季。

品種：

鮮食——巨峰、蜜紅、義大利、春峰

釀酒——金香、黑后、臺中1號、臺中2號、臺中3號



▲葡萄鮮蝦南瓜塔

材料：南瓜1/2顆、蝦仁4兩、葡萄2碗、玉米粉1大匙、糖1大匙。

作法：

1.將1碗葡萄加入2大匙水，入果汁機打成汁後放在爐上加熱至湯汁滾，再將玉米粉與1大匙水混

合後倒入滾熱的湯汁中，攪拌均勻成葡萄醬汁。

2.南瓜洗淨後切片蒸熟，蝦仁去腸泥後入滾水燙熟備用。

3.將其餘葡萄剝去外皮後備用。

4.以蒸熟的南瓜當作底，依序放

上蝦仁、葡萄，使其成塔狀疊起。

5.最後淋上做好的葡萄醬汁即可。



▲葡萄糯米小飯糰

材料：葡萄20顆、火腿2片、洋蔥1/4顆、紅蘿蔔1/4顆、紅麴1大匙、咖哩粉1大匙、乾香菇6朵、長糯米2米杯，鹽1小匙。

作法：

- 1.火腿切丁、洋蔥去皮洗淨切丁、紅蘿蔔去皮切丁、乾香菇泡軟切丁，葡萄去皮切成丁狀備用。
- 2.長糯米洗淨，分成A、B兩個米杯，兩杯各加入3/4米杯的水，A杯中加入咖哩粉，B杯中加入紅麴，各自放入電鍋煮成咖哩飯與紅麴飯。
- 3.將香菇放入油鍋中爆香，依序放

入洋蔥丁、紅蘿蔔丁、火腿丁、鹽，將食材炒熟，起鍋前放入葡萄丁，並將材料均分成2份備用。

- 4.取一份炒好的食材拌入紅麴飯中，將食材與紅麴飯拌勻，捏成小飯糰；另一份食材則與咖哩飯拌勻，同樣捏成小飯糰，即完成。

Tips：煮糯米時，水不能放太多，避免飯過軟。



▲葡萄雞排沙拉

材料：雞胸肉1塊、葡萄20顆、紅蘿蔔1/4根、小番茄10顆、西生菜（萵苣）1/4顆、堅果2大匙、帕馬森起士絲少許、地瓜粉3大匙、沙拉醬3大匙、葡萄汁2大匙、醬油1小匙。

作法：

- 1.雞胸肉切成片狀，加入醬油醃漬約10分鐘，再沾上地瓜粉入油鍋煎熟備用。
- 2.葡萄洗淨去子去皮對半切，紅蘿蔔削皮切成薄片，西生菜切成絲，小番茄洗淨對半切備用。
- 3.將葡萄汁倒入沙拉醬中拌勻做為



▲拔絲葡萄

醬汁。

- 4.將炸好的雞排切成塊平鋪當底，續將切好的紅蘿蔔、葡萄、番茄、西生菜放入容器中，淋上醬汁，灑上堅果、帕馬森起士絲即可。

Tips：

- 1.葡萄汁作法，取1飯碗左右的葡萄加入2大匙水，入果汁機打成汁，再以濾網濾掉果渣即可；或者也可買現成的濃縮葡萄汁。
- 2.醬汁濃度若想濃稠一點，沙拉醬的比例可以多一些。

材料：葡萄半斤、麵粉半杯、玉米粉半杯、蛋1個、沙拉油2碗、白砂糖半杯、冰水1碗。

作法：

- 1.葡萄洗淨去皮去子，玉米粉加蛋，並加入少許水調和成糊狀。
- 2.葡萄先沾裹一層麵粉，再放入玉米糊中平均沾裹，依序放入油鍋中炸至酥脆。
- 3.油鍋中放入1大匙油，再放入白砂糖，開小火使糖融化並成焦黃狀。
- 4.將炸好的葡萄倒入鍋中，快速翻

炒使糖汁均勻包裹住葡萄即可起鍋。

- 5.品嘗前，先將做好的拔絲葡萄放入冰水中再入口，更可凸顯外脆內嫩的口感。

Tips：

- 1.炒白砂糖時，火候非常重要，務必以文火烹調，以免糖炒得太焦。
- 2.炸好的葡萄最好能隨即放入融化的糖汁中拌炒，較易均勻裹上糖漿。

98年6月15日～98年7月14日市府活動行事曆

第5屆捷運盃街舞大賽

時間：即日起至6/28（日）
地點：捷運站周邊廣場
電話：218-12345
主辦：臺北捷運公司等
總獎金超過40萬元。

永恆是情景的回復

——潘娉玉個展

時間：即日起至6/28（日）
地點：市立美術館D展區
電話：2595-7656轉220
主辦：市立美術館
展出「識衣」、「人魚公主」、「海貝」系列作品。

飄遊·境遇：蕭嫩個展

時間：即日起至6/28（日）
地點：市立美術館F展區
電話：2595-7656轉220
主辦：市立美術館

動感有氧舞蹈班

時間：即日起至7/9（四），每週四17:30～18:30
地點：市立聯合醫院仁愛院區
電話：2709-3600轉3598
主辦：市立聯合醫院仁愛院區

「2009 臺北市傳統市場節 好市在身邊」系列活動

時間：即日起至8月中旬
電話：2958-0011轉398
主辦：北市府市場處

打開畫匣子——209親子活動

時間：6/14（日）至9/27（日）
雙週日13:30～14:30
地點：市立美術館209室
電話：2595-7656轉220
主辦：市立美術館
帶領父母瞭解如何和孩子一同觀看藝術作品。

2009第6屆創e盃

「全民瘋市政」數位內容競賽

時間：即日起至9/30（三）
地點：臺北e大數位學習網
電話：2932-0212轉2
主辦：北市府公務人員訓練處
包含2010臺北國際花卉博覽會、消防防火安全及資訊生活行動臺北等3類，總獎額46萬元。

獎金百萬家戶節能大作戰

時間：10/16（五）以前，以郵戳為憑。
地點：11/11（三）於市府公開抽獎
電話：1999轉7252
主辦：臺北市政府
本市「表燈非營業用」用戶，8或9月電費收據（用電時間約為6至8月）省電比例較去年同期10%（含）以上者，可參加抽獎。

2009全球天文年——隕石特展

時間：即日起至11/29（日）
地點：基河路363號
電話：2831-4551
主辦：市立天文館

社區心理諮商服務優免方案

時間：即日起至12/31（四）
地點：市立聯合醫院各區健康中心附設門診部
電話：各附設門診部電話

樂齡團體照護活動

時間：6/15（一）、7/6（一）
09:00～11:30
地點：中正路439號2樓
電話：2881-3039轉225 鄭小姐
主辦：士林區健康服務中心
屬失智症長者樂齡照護活動課程，活動免費。

98年度第2期計程車駕駛人英、日語會話班及檢定班報名

時間：6/15（一）至6/26（五）
08:30～17:30（額滿為止）
地點：八德路4段21號（後棟2樓）
電話：2763-0155轉214
主辦：北市監理處
凡持有臺北共同營業區計程車執業登記證的駕駛人皆可報名。

CPR訓練課程

時間：6/18（四）15:00～17:00
地點：市立聯合醫院仁愛院區
電話：2709-3600轉3598

「那一年，雙重山：

胡金銓的禪意高境」文物回顧展

時間：6/19（五）至7/12（日）
地點：西門紅樓
電話：2311-9380
主辦：北市府文化局等

臺北電影節

時間：6/26（五）至7/12（日）
地點：中山堂、臺北新光影城
電話：2528-1077
主辦：北市府文化局、北市文化基金會

經濟輪轉 臺北好康

——市民廣場特賣市集

時間：6/19（五）至6/21（日）、7/17（五）至7/19（日）、8/21（五）至8/23（日）、9/18（五）至9/20（日）
地點：北市府前市民廣場
電話：1999轉6503、6504、6507
主辦：北市府商業處

2009臺北健走嘉年華

時間：6/20（六）14:00～17:00
地點：大安森林公園



(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，以主辦單位公布為主。

電話：2733-5831

主辦：北市府衛生局

事先報名且走完全程者可參加抽獎，並提供免費健檢及闖關遊戲，名額有限。

勞動音樂講座／生命底層的聲音 ／劉森雨

時間：6/20（六）19:30

地點：誠品敦南店B2視聽室

電話：2559-0136轉5103

主辦：北市府勞工教育中心

音樂廣場：Shall We Dance

時間：6/20（六）17:30～18:30

地點：市立美術館館前廣場

電話：2595-7656轉220

主辦：市立美術館

2009我的天文年來談星

時間：6/21（日）、7/5（日）、7/19（日）14:00～15:00

地點：基河路363號

電話：2831-4551

主辦：市立天文館

6月主題：天文年來數星星；7月主題：天狗吞日。

西門町遇見愛

——愛情文藝在臺北

時間：6/22（一）至7/12（日）

地點：電影主題公園（康定路19號）

電話：2311-9380

主辦：北市府文化局、北市文化基金會

以公共藝術的方式讓你認識愛情文藝片在臺灣的發展情形。

新移民支持團體活動

「愛在他鄉～牽手情」

時間：6/23（二）13:50～16:30

地點：中正路439號2樓

電話：2881-3039轉227

主辦：士林區健康服務中心

健康心電影活動 ——雜貨店老闆的兒子

時間：6/26（五）17:00～20:00

地點：市立聯合醫院中興院區

電話：2552-3234轉3250

限定200名，於電影開場前依順序領取電影票入場。

暑期工讀暨新鮮人就業博覽會

時間：6/27（六）13:00～17:00

地點：信義新光三越A8至A11間

電話：8663-1000轉25

主辦：北市府就業服務中心

星姊姊說故事

／科學家的小故事：牛頓

時間：6/27（六）14:00～15:00

地點：基河路363號

電話：2831-4551

主辦：市立天文館

天文通俗講座／變星與變星觀測

時間：6/27（六）14:00～15:30

地點：基河路363號

電話：2831-4551

主辦：市立天文館

勞動音樂講座／麵包與玫瑰 ／張鐵志

時間：6/27（六）14:30

地點：中正紀念堂演講廳（中山南路21號）

電話：2559-0136轉5103

主辦：北市府勞工教育中心

「2009 擁抱租稅 幸福社會」 園遊會

時間：6/27（六）15:00～17:00

地點：國父紀念館西側廣場

電話：2394-9211轉184

主辦：北市稅捐處

凡持臺北市98年5至6月份二聯式

發票者，可依發票張數兌換宣導品，闖關成功可再獲精美禮品1份。

仁愛院區整合順勢醫學健康講座

時間：6/28（日）、7/11（六）

13:30～17:30

地點：市立聯合醫院仁愛院區

電話：2827-8100

主辦：市立聯合醫院仁愛院區

「找尋遺失的回憶」音樂之旅

時間：7/2（四）至8/20（四）

每週四09:30～11:30

地點：大同區健康服務中心

電話：2585-3227轉108

主辦：大同區健康服務中心

專為失智症患者及家屬設計的活動。

「2009 青春少年——暑期 FUN 輕鬆園遊會」活動

時間：7/4（六）11:00～16:00

地點：大佳河濱公園（大直橋下廣場）

電話：2346-7585轉1204

主辦：北市府警察局

2009南洋文化系列活動

——菲律賓文化節

時間：7/5（日）11:00～16:00

地點：大安森林公園

電話：2550-2151轉201

主辦：北市府勞工局

活動包括嘉年華遊行、菲律賓小姐選美比賽等。

祕密花園——走出婚姻的迷思 新移民支持團體講座

時間：7/15（三）14:00～16:00

地點：文山區健康服務中心

電話：2234-3501轉122

歡迎新移民女性及家屬參加。



臺北廣播電台 FM93.1都會資訊頻道 98年6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	臺北星空下／潘美緣		
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】
07-08 08-09	生活在臺北／遊俠	臺北悠遊樂／施賢琴	議會快易通／蔣光華
		臺北動物起床號／ 【市立動物園合作】	臺北社區好鄰居 ／張曉瑩
09-10	早安、臺北／嘉沛	彈唱臺北（現場） ／李明德	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	臺北一定強 ／ News98 聯播	臺北放送頭／民政局
12-13			臺北有愛／廖偉凡
13-14	午安、臺北／宗緯		
14-15	三不五時聽臺北／欣亞	舊單車・老情歌／遊俠	臺北黑膠世界／孫浩
15-16		欣亞的音樂盒／欣亞	
16-17		臺北放輕鬆／路易	
17-18	健康臺北城／郭念洛（現場）	臺北占星館／宗緯	TAIPEI MUSIC STATION ／ Stanley
18-19	臺北你當家／胡效華（現場）	閱讀新聲代／嘉沛	
19-20	臺北向前行／施賢琴（現場）	超級臺北花路米／胡效華	
20-21	臺北好客來／羅國盛（現場）	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

臺北好好看 臺北變漂亮了！

藉公部門與民間攜手合作，共同推動都市再生計畫，美化城市景觀，打造臺北新風貌。

系列計畫

詳情請上網 www.beautiful.taipei.gov.tw

- 系列 1 **臺** 北地標建築 增加開放空間
- 系列 2 **北** 市環保更新 減少廢棄建物
- 系列 3 **好** 區位新風貌 清理老舊牆面
- 系列 4 **好** 店家美招牌 美化廣告招牌
- 系列 5 **看** 見友善校園 亮麗學校圍籬
- 系列 6 **都** 市空地利用 綠化閒置空地
- 系列 7 **市** 容夜景魅力 照亮夜間景觀
- 系列 8 **展** 現公共藝術 彩繪公有建築
- 整合計畫 1 **新** 穎道路街景 整合道路景觀
- 整合計畫 2 **風** 華水岸景觀 整合水岸資源
- 整合計畫 3 **貌** 現政府活力 整合公產領航



2010臺北國際花卉博覽會
TAIPEI INTERNATIONAL FLORA EXPOSITION

2010
11

~

2011
04

美麗的力量 改變臺北

準備

最後階段，我們繼續努力

開花

綻放出美麗動人的花朵

扶植

讓枝葉漸漸步入正軌

照顧

每天細心灌溉呵護

開始

我們種下希望的種子