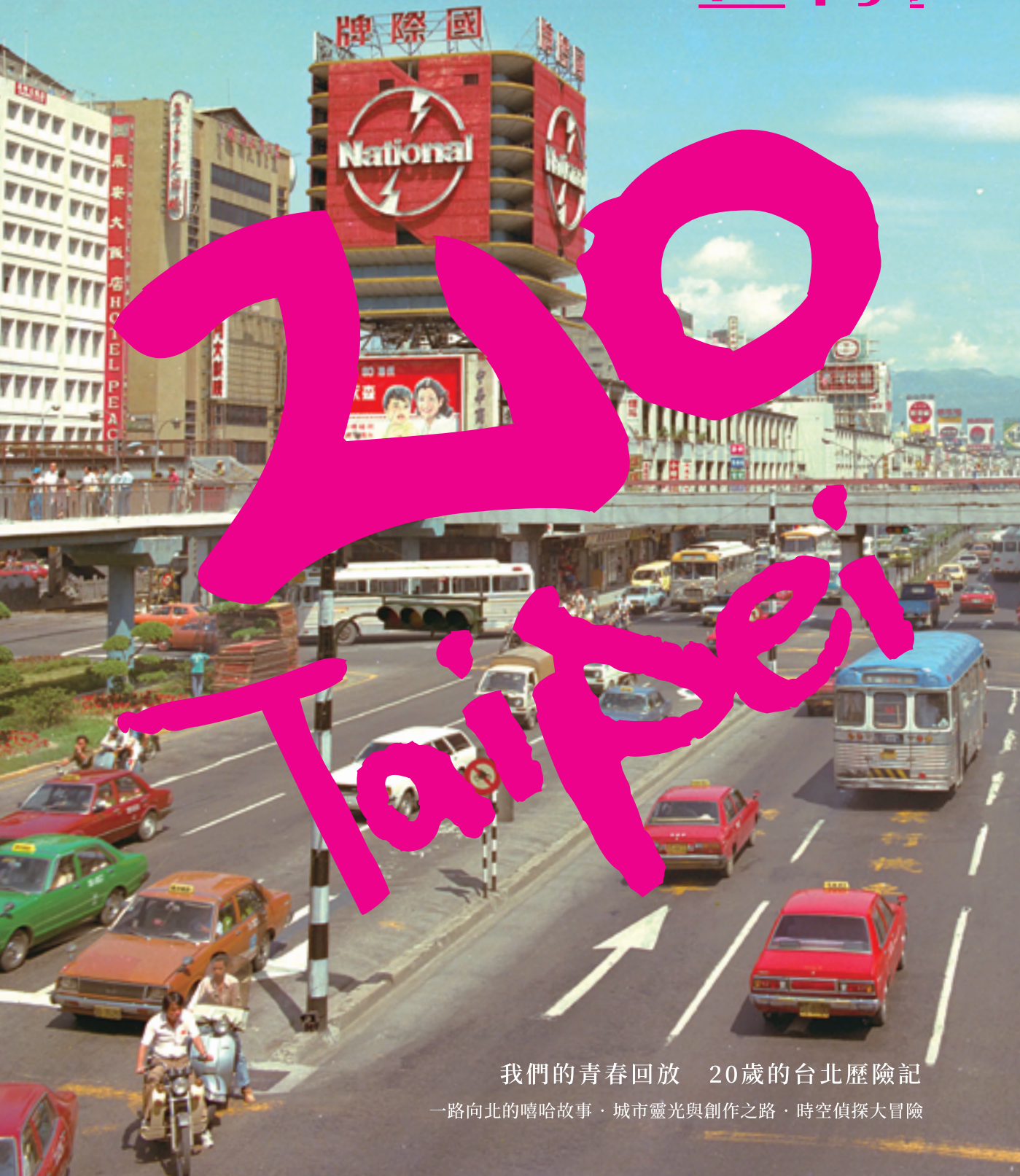


No.
619

08 / 2019

台北 畫刊

Taipei Pictorial



我們的青春回放 20歲的台北歷險記

一路向北的嘻哈故事 · 城市靈光與創作之路 · 時空偵探大冒險

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

台北畫刊郵政劃撥寄送辦法:1年(12期)

劃撥帳號:16630048

劃撥戶名:台北市政府觀光傳播局

◎國內———新台幣300元(平寄)

◎香港/澳門———新台幣600元(航空平寄)

◎亞洲———新台幣780元(航空平寄)

◎歐、美、非洲———新台幣888元(航空平寄)

上網填問卷 好禮送到家

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



免費索取地點

旅服中心

交通部觀光局輔導各地旅遊服務中心
各國家風景區遊客中心
台北車站旅遊服務中心
台北松山機場旅遊服務中心
捷運新北投站旅遊服務中心
捷運劍潭站旅遊服務中心
捷運西門站旅遊服務中心
捷運台北101/世貿站旅遊服務中心
捷運龍山寺站旅遊服務中心
機場捷運A1台北車站旅遊服務中心
西門紅樓遊客中心
URS44大稻埕遊客中心
纜車貓空站遊客中心
樟山寺旅遊資訊站
指南宮旅遊資訊站
台北地下街行政服務中心

機場、捷運

台北捷運各站
台北火車站服務台
台鐵松山火車站
台鐵南港火車站
台北轉運站
松山機場服務台
昇恒昌台北松山機場免稅店
桃園機場一、二航廈轉機休息室

展演場所

自來水博物館(售票口)
北投溫泉博物館
北投文物館
客家文化會館
客家文化主題公園
林安泰古厝民俗文物館
台北偶戲館
小藝埕
台北市藝文推廣處
大稻埕戲苑
國父紀念館

陽明山中山樓
臺灣藝術教育館
台北當代藝術館
台北二二八紀念館
紀州庵文學森林
梅庭
台北之家
市長官邸藝文沙龍
台北國際藝術村
士林官邸
逸仙公園
華山1914文化創意產業園區
松山文創園區
台北市孔廟遊客中心
關渡自然公園
芝山文化生態綠園
寶藏巖國際藝術村
撫臺街洋樓
郭子儀紀念館
水源劇場
三井倉庫
臺灣新文化運動紀念館
台北小巨蛋服務台
台北探索館服務台
台北市立美術館
台北市中山堂
台北市立動物園
台北市立天文科學教育館
台北市青少年發展處
台北市立兒童新樂園
台北市萬華故事館
台北故事館
中山親子旗艦館
北投親子館
新富町文化市場
國家表演藝術中心國家兩廳院(表演藝術圖書館)
中正紀念堂
臺灣博物館
臺灣公路博物館
台北國軍英雄館
國軍歷史文物館
袖珍博物館
郭元益糕餅博物館
二二八國家紀念館
孫運璿科技人文紀念館
錢穆故居

國家文創禮品館

書局、戲院

國家書店
三民書局
誠品書店(台北市各分店)
聯經書房、上海書店
金石堂書店(台北市各分店)
國語日報門市
紀伊國屋書店(台北市各分店)
東南亞秀泰影城
國賓大戲院
樂聲影城
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
滴山大戲院
國賓影城(微風廣場)
欣欣秀泰影城

百貨、店內閱讀等

路易莎咖啡(部分門市,限店內閱讀)
摩斯漢堡(部分門市,限店內閱讀)
伯朗咖啡(台北市、新北市各門市,限店內閱讀)
丹堤咖啡(部分門市,限店內閱讀)
麥味登(台北市各門市,限店內閱讀)
IS Coffee(台北市、新北市各分店)
咖啡弄(台北市各分店)
明星咖啡
曼都髮型(台北市、新北市各分店,限店內閱讀)
小林髮廊(台北市、新北市各分店,限店內閱讀)
全真瑜珈(雙北8家門市)
賓樂交通(限車內閱讀)
台北衛星車隊(限車內閱讀)
台北101觀景台(5樓)
新光三越信義店A8、A11(服務台)

Q square 京站時尚廣場

遠東百貨寶慶店
義美公司(台北市、新北市各分店)

機關

台北市政府大樓1樓市民服務組
台北市各區公所
台北市各戶政事務所
台北市各運動中心
台北市立聯合醫院各院區、各區健康服務中心
台北市立圖書館總館及各分館
台北市立文獻館服務台
台北市議會
台北市教師研習中心
台北市兒童托育資源中心
台北市交通事件裁決所
台北NGO會館
台北市信義公民會館
台北市中山公民會館
台北市稅捐處總處及各分處
台北市動產質借處
台北市社區營造中心
國家發展委員會服務台·經濟部國營會
健保署台北業務組
國立臺灣圖書館(原國立中央圖書館臺灣分館)
勞保局台北市辦事處
內政部移民署台北市服務台
救國團中國青年服務社
台北富邦銀行各分行(限原台北市台北銀行各分行)
國泰醫院
榮民總醫院
泰安醫院
台北集郵服務中心
洪建全教育文化基金會
台北市藝文工會
林瑋琪先生紀念基金會(老人社會大學分校)
老人社會大學(台北市三民路)

年輕的時候，幾乎是浸泡在夢想裡過活，急急忙忙早起趕公車的路口、第一次租下的木柵小套房、放假時手牽手遊蕩的萬年大樓，20歲的台北看起來自帶濾鏡，走到哪裡都像YA電影。本期的台北故事，讓我們倒帶人生、回放青春。首先，透過30世代饒舌歌手呂士軒的眼睛，看他從新竹到台北、快速而新鮮的城市脈動；接著跟著40世代的米力，一探作家／插畫家年輕時的台北靈感所在和藝文生活變化；最後，請50世代的資深「都市偵探」李清志現身解析，循著舊時痕跡窺見80年代城市地景的線索，走一回他新鮮、奇幻的20歲城中之旅。

穿梭時空的路徑有很多種，有時是與舊人相見、有時是一個路口特別強烈的熟悉感，更多的時候，是回想起記憶中難忘的細膩美味。四年級生的20歲，是魚夫筆下的中華商場，來不及趕上的那段美食旅程，在飲食文學家筆下重新活現。至於青春的大學生涯是什麼滋味？讓筆鋒閃亮的作家張鐵志帶路，沿著台大的校園軸線輕快走跳，首播他從未曝光的青澀味覺地圖。

抱有期望也難免徬徨，關於年少時期的困惑和傻勁，就由別冊「嚮往×台北」一揭當代社會新鮮人、大學生與高中生的職場密技、冒險壯遊與無限創意。在台北的不同角落，過去、現在和未來的青春模樣輪番熱烈上演，屬於妳／你的20歲歷險是什麼模樣呢？

我還年輕 寫一篇城市的青春物語

攝影 | 林冠良



PART

1

台北
+



台北故事 Taipei Story

06 我們的青春回放 20 歲的台北歷險記

08 20 vs. 30 呂士軒一路向北的嘻哈故事

12 20 vs. 40 米力的城市靈光與創作之路

16 20 vs. 50 李清志的時空偵探大冒險

台北食 Taipei Food

20 走尋 20 歲的四年級滋味／魚夫

22 放課之後、成年之間——愛與和平的青春套餐／張鐵志

台北人 Taipei People

26 家族百年傳承，老茶行的新使命——
林茂森茶行

台北事 Taipei Matters

30 打造台北育兒好日子

32 三面向升級 台北托育政策做好做滿

PART

2



+

台北

聊台北 Talk About Taipei

38 從藝穗節啟程，與城市的表演藝術共舞 貧窮男 × 李秀芬

42 開闢文字工作者的新戰場／翁子騏

44 難得的書店風景，在台北／黃威融

46 台北的中華文物祕境：中央研究院歷史語言研究所文物
陳列館／胡川安

拍台北 Capture Taipei

48 從混搭的城市風景，看見自我生命細節／楊雅淳

畫台北 Draw Taipei

52 台北人群百態／奧斯卡 Oscar Tsai

PART

3

好台北 Good Taipei

- 54 從理解到尊重
發展多元化的美麗社會

公共台北 Public Taipei

- 58 2019 台北爵士音樂節
60 「台北造起來」店家再造計畫
62 台北市松山市交流贈禮活動

好玩台北 Fun Taipei

- 63 活動短訊

Adj

十
台
北

PART

4

台北生活 Taipei Lifestyle

- 65 新舊拚場 激盪城市的草根活力
萬華艋舺人文生活場域

台北畫刊

Taipei Pictorial

中華民國57年1月創刊
108年8月10日出刊

發行人 劉奕靈
總編輯 謝佩君
副總編輯 鄒佳穎
主編 鄭雅萍·涂敏
責任編輯 潘逸凡·劉子立·王彥云·林彥男
行銷企畫 陳其睿·李炎欣·李宗岳·林均霏·李孟庭

發行所

台北市政府觀光傳播局
地址 11008台北市市府路1號4樓
電話 1999 (外縣市02-2720-8889) 轉7563、7564
傳真 02-2720-5909
網址 www.tpedit.gov.taipei
Email taieipictorial@mail.taipei.gov.tw

企畫製作	黑潮文化股份有限公司	封面設計	李珮雯
社長	鍾昕翰	封面圖片來源	外交部國際傳播司視聽資料科
總編	陳頤華	設計	李珮雯·謝喬仔·謝捲子
主編	許慈恩·黃映嘉	電話	02-2362-9039
美術顧問	方序中	製版印刷	秋雨創新股份有限公司

ISSN 00399051
統一編號 2005700037

本刊全部圖文均有著作權，未經本刊同意不得使用或取材

中華郵政台北雜字
第1164號執照登記為雜誌交寄
每本定價25元

台北畫刊



台北故事 Taipei Story

我們的青春回放 20 歲的台北歷險記

20 vs. 30 呂士軒一路向北的嘻哈故事

20 vs. 40 米力的城市靈光與創作之路

20 vs. 50 李清志的時空偵探大冒險

台北食 Taipei Food

走尋 20 歲的四年級滋味

放課之後、成年之間——愛與和平的青春套餐

台北人 Taipei People

家族百年傳承，老茶行的新使命——林茂森茶行

台北事 Taipei Matters

打造台北育兒好日子

三面向升級 台北托育政策做好做滿





台北
+



我|們|的|青|春|回|放

20 歲的台北歷險記





攝影／林冠良

20 歲的你／妳是什麼模樣？是風風火火的校園偶像，還是仍然在尋覓未來的方向？

青春時期的城市，日日如新，因為青澀，所以總要面對許多考驗。或許因為自編刊物或畢業製作，意外記錄下某個時代的市井面容；也可能追尋著一個當時看來虛無縹緲的饒舌夢，終於下定決心北上闖蕩。當然更多的 20 歲，是初出茅廬，心有寄盼地踏入第一份工作，然後慢慢變得成熟、學會安身立命。

30、40、50，無論現在身處哪個人生階段，每當回放 20 歲的青春歲月，總有一個台北的角落、一段時代的記憶輝映著那段美好時光。那是生命最紊亂慌張卻真誠可愛的時候，也是默默伴你同行的台北，所寫下最溫柔的祕密日記。

20 vs. 30

呂士軒一路向北的嘻哈故事

文一周頤

攝影—蔡耀徵、林冠良

從一位沒沒無聞的新竹少年仔，到現在走在台北街頭會被年輕人要求合照的「忠孝復興漢」，幾個月前才剛滿 30 歲的呂士軒帶著直爽的語調說，「台北確實改變了我不少，跟我小時候想像的不一樣。」一邊聊起他的 20 世代台北嘻哈故事。



剛滿 30 歲的呂士軒，有著鮮明的創作風格。



西門町對呂士軒來說是夢想成真的舞台。(攝影／林冠良)

二十之初 氣味相投的聚集地

一趟趟由新竹往台北的火車旅途，可以說是青澀的「新鮮鱒魚 Trout Fresh」呂士軒逆流北上的旅程。

從 14 歲開始接觸嘻哈音樂後，呂士軒會把每個禮拜 500 元的零用錢存下來，只為了坐火車上台北，到嘻哈青年們必訪的祕密基地——西門町。「那時候最快的車是自強號，票價 180 元我都還記得！」他認真地說。

當時吶喊著「No music, no life」的西門町淘兒唱片被稱為「西淘」，矗立在西門圓環的 3 層樓建築內，每一層樓都是樂迷的尋寶祕境。每一排陳列架間總藏匿著幾個緊抓著試聽機的識貨人。美國街上，則四處林立著販賣嘻哈服飾的招牌，千禧年

時恰好迎上一陣嘻哈風潮在台灣蔓延高漲，潮牌服飾店 Doobiest 杜比斯在 2001 年舉辦「街頭文化祭」，打造了集結嘻哈四元素的舞台，美國街從此成為了嘻哈人聚集的重要地點。

對呂士軒來說，西門町更是一個讓他夢想成真的地方，在這裡他能跟其他愛嘻哈的人們一起站上舞台唱饒舌。描繪起當時的場景，他顯得興奮起來，「小時候我第一個表演的場合，就是街頭文化祭，兩天之內會有 DJ、塗鴉、街舞、饒舌比賽。」他邊用手勢比畫，邊生動地說，「就是現在賣木瓜牛奶的旁邊、有一間便利超商的那個位置！」

二十的起初，是一個渴望自己聲音被聽到、被理解的時期，呂士軒也不例外。西門町開拓了他的眼界，讓他能夠站上舞台被聽見，也因此結識了許多饒舌圈的朋友，串起了和台北嘻哈文化的連結。

問起 20 歲那時對自己有什麼期許，他非常坦率地回答，「我覺得假久了就會變成真的，所以我 20 歲時每天對自己說：『我是饒舌歌手、我是饒舌歌手……』結果就真的變成饒舌歌手了！」

二十之中 快步調的城市節奏

從作詞、作曲到影像創作，過去急性子、總是衝勁十足的他，學習範圍廣泛，總覺得「年輕時有時間，雖然沒有人家聰明，但只要比別人多做一點，雖然也可能遭遇多一些失敗，但成功的機會也會比別人多一點」。不難想像，呂士軒 25、26 歲決定上台北工作時，很快便習慣了台北快速的



打手足球是呂士軒一直以來都很喜歡的休閒活動。

生活步調，節奏快的大城市與他的個性不謀而合，「快」便是他決定在台北做音樂的一大原因。除了快，台北也串聯起做音樂所需的不同網絡，有硬體、軟體，和最重要的「人」。「我的錄音室在台北，如果想要做很多事情、碰很多人，我就要跟著過來。」

剛上來台北，他最常做的事便是把一群做音樂的朋友都找來錄音室，大家聊天瞎鬧，玩到半夜。「上台北之後，覺得好像隨時都有人會找你去哪裡，也才發現在這裡其實有不少生活方式跟你一樣的人。」當時的漫天說地，不僅帶來音樂上的啟發，也從中吸收到不一樣的養分，「那時我還沒有出過國，也沒有搭飛機去過哪裡，所以可以藉由別人的嘴巴去認識世界，對我

來說是很新鮮的事。」

自稱是「忠孝復興漢」的他，在 20 世代中半，開始在台北找到讓自己舒服的節奏。或許是在公司附近散步閒晃，熟門熟路的去吃水果攤旁的生炒鴨肉羹；或是像老饕尋寶一樣，挖掘到自己在台北最喜歡吃的拉麵。「這邊我很熟啊！看你想要吃什麼、要一個人還是很多人吃的，我都可以推薦給你！」呂士軒說著說著，讓人感覺散發無限的正能量，他口中的台北好像也因此變得明快又渲染力十足。

三十之後 正負能量並行沉澱

恰屆滿 30 歲的此時，他下了個有趣的小結。「我覺得沒有絕對樂觀的人，有多少

正能量就會有多少負能量。」如何正負平衡，是邁入三字頭的體悟，而呂士軒私心喜歡「記錄」下這些過程。可能是某個人講過的話、電影裡的台詞，或是自己寫過的歌。他說，「確實，把以前的東西拿出來看，會在你快要迷失的時候告訴你一些事情。」

除了紀錄的回顧，另一個方法便是要懂得適時的放鬆。手足球是呂士軒一直持續投入的運動，而這也和他閒不下來的個性相符合。眼手協調之餘，還要同時掌控多支球桿，若是沒有專注力和敏捷的反應，難以多工的人很容易手忙腳亂，但他卻相當沉浸其中。

他說自己偶爾會跟球友去行者打球，或者獨自前往。點上一杯咖啡、自己一個人練練運球，也能自在地玩上好一陣子。「我最近在學著放鬆，30歲好像有個滿大的轉折正在發生，但我還在感受是好是壞。」他伸了伸懶腰，或許30歲的他便是正在學習如何讓自己收放自如，一如球台上可以控球得當的戰術。

30 世代 台北嘻哈故事的後話

回顧呂士軒一路從20世代走到了30世代，問他最在意的是什麼？

「我希望講出來的話像我自己的，而不是去嚮往成為某一個人，就像我唱了，你就會知道我的風格是什麼。」現今饒舌音樂相似的風格已經四處可見，呂士軒更在意的是，創作出能打動人心、不一樣的音樂。

屬於台北的嘻哈故事還在不斷傳唱，而屬於呂士軒這個世代的饒舌10年，從聚集西門町的時期，到生活落定、跟著台北的脈動前進。或許聽完這段青春故事，再回頭聽他的歌，腦中就能串聯起那一波湧起的台北嘻哈浪潮。



從20幾歲北上到現在，呂士軒對台北已感到無比熟悉。

（ 饒舌之外，呂士軒懂吃懂玩的台北口袋名單！ ）

（）藝文沙龍 | 行者

打手足球的好去處！

📍 大安區安東街40巷3號

☎ 02-2775-1467

橫濱家系ラーメン大和家

台北最喜歡的拉麵店！

📍 大安區市民大道四段12號

☎ 02-2771-8810

御味鴨肉羹

忠孝復興漢掛保證的生炒鴨肉羹！

📍 大安區安東街23號

☎ 02-2781-5491

20 vs. 40

米力的城市靈光與創作之路

文—江峰
攝影—林冠良

從 20 世代走到四十幾，始終喜歡雜貨和手作風格的作家／插畫家米力，二十幾年來共寫了 12 本書。在她的工作室中，滿臺的綠意與精巧的食具，在在顯示著她對於生活的品味。跟隨著台北的 90 年代一起成長、前進，走至此刻，一切都是如此簡單而恬淡。

二十之初 設計與雜貨之夢

米力寫作生涯的起始點是任職的公司推出的雜誌，那時 20 來歲的她在知音文創擔任設計師，早期的台北手作和雜貨的生活風格還不盛行，米力因為常前往日本，接觸許多 DIY 手作品，成為創刊號的創作靈感。90 年代數位科技還在起飛階段，當時插畫只能先畫在紙上，再以掃描印出。後來，米力因為刊物上的創作被《中國時報》相中成了專欄作家，一路到了 35 歲。

稱得上是最早以手作與 DIY 當作內容的創作者，米力笑著說自己 20 幾歲時偏愛法式可愛風、小碎花與古董，正好呼應了當時重新吹起的復古風。那時在當紅港星與日本

偶像的推波助瀾下，台灣興起了一波 50 年代碎花樣式的風格復興，從時尚精品到生活物件都吹起可愛田園風，在這樣喧騰熱鬧的氛圍中，米力度過了她的雙十年華。



作家米力 40 歲後的城市生活，自在而優雅。



充滿活力的萬年大樓是米力年輕時重要的靈感場所。

那記憶中的 90 年代放到留白當道的現在，簡直是完全不同的光景，而流行的走向正如同人的成長，總會慢慢變化出不同的模樣。比起繽紛的花樣，如今米力更喜歡花道、茶道、職人文化與簡潔的風格，連帶著自己的畫風也變得簡潔，她剖析自己創作後期的文字作品，內容仍與雜貨相關，但更著重於生活中講究的器物鑑賞。

二十之中 滋養創作的城市場景

從開始創作到現在，無論是生活還是作品，米力都經歷許多轉折。關於「改變」，她說自己不訂遙遠的目標，反倒是一邊實踐、一邊跟著台北的大環境一起變化。「我

覺得人是直接住在夢想裡就可以了。你想要成為怎樣的人、過怎樣的生活，你的今天、明天、後天就會這樣連接起來。」而作為創作養分、默默推移著她的台北，也在米力的青春年歲之中不停往前。

20 歲時的光華商場、軍用品店、眷村以及老店，早已佚失。而當時開始動工的台北捷運，如今則已支線繁茂；30 歲時的東區，是當時年輕人約會的據點，此刻卻面臨著轉型。而 40 歲當下的台北，交通便利。小，卻聚焦。

此外，那些曾經存在卻已被淡淡抹去的城市場景，也深深印刻在米力的往昔裡。二十幾歲的西門町，與現時大相逕庭，當初滿目的禮品、舶來品小店，如今早已為食品、美

妝與鞋店取代。早年防火巷與騎樓中充斥攤販，也隨著後來的整頓煥然一新。

而坐落於西門町的萬年大樓，亦是米力年輕時很重要的地標。當年，初出茅廬的她為了應徵設計工作，和萬年大樓有過一段緣分。那時找工作與現在線上投履歷、看作品集很不同，都是筆觸真實的紙本對決。公司特別要求面試者不准提供在學校的作品，因為他們想知道應試者們自己都在畫些什麼，但「也沒在畫什麼啊」，米力笑著憶起當時的內心獨白。那時的萬年大樓有文具商場，米力便一股腦地跑去添購材料，到處亂逛找尋靈感，最後竟然成功模擬出一本作品集，成為他進入設計工作的敲門磚，從此打開了創作之路。

還有當年的約會勝地來來百貨、德州炸雞、小騎士、濱江花市等，都是在米力年

輕時曾經紅極一時的台北地物。「任何東西，在極度的豐盛後必然會衰敗。」米力的話語襯著背景的城市聲響，熙熙攘攘，潮流會過時，但過去的靈光一閃她都記得清清楚楚。

四十之後 台北生活的留白哲學

如今開起個人工作室的米力，外出多半是為了逛花市或者喝咖啡。大稻埕的「COFE bar 喫咖啡吧」與捷運松江南京站附近的「Fika Fika Cafe」都是讓她一試成主顧的愛店，不僅可以時常在大稻埕捕捉到野生的米力，她甚至因此與 Fika Fika Cafe 團隊結緣，聯手推出咖啡掛耳包組合。

米力始終鍾情於咖啡文化，她笑著解釋最早流行的即溶咖啡，一定要加上令人趨



米力很常出沒於大稻埕，在老屋中悠閒地品嘗咖啡。



40 歲之後，米力的城市生活平靜而飽滿。

之若鶩的維生方糖才是絕配。而對於「吃貨文化」盛行的台灣，飲食本是映照時代的一面明鏡。以咖啡史來說，在即溶沖泡之後的 90 年代末期，星巴克進駐台灣，「新鮮烘焙」的概念取而代之，成為當時耀眼的新星；而後雖然連鎖咖啡店更加普及，卻也隨著單品咖啡與手沖技法的流行，逐漸區隔出獨立咖啡店的市場，也才有了像是 COFE bar 喫咖啡吧和 Fika Fika Cafe 這些美好的小店。

問及對未來的自己及台北有什麼期許，米力回想 20 歲時的台北車站，那時還是平面，如今總覺得那裡還有更多的潛能尚未驅動，她說，「一個城市最重要的地方應

該是車站。」所以期待看到台北車站的新發展。

曾寫過《我愛大溪地粉紅》，米力說道：「每個國家都有一個直覺的顏色，大溪地感覺像是粉紅色。它是理智的粉紅色，帶一點灰，那個灰是自己可以控制的部分。」

問起如何形容現在的台北生活，「空、白和滿吧。」米力說。而此刻所言的白，看似是空蕩，卻十足滿盈。這個白，似是米力直覺裡的台北色彩，她筆下的城市生活。台北走在她的過去，駐足過她的筆尖，也盎然於她的畫線。而此刻，更已然空靜地留白在她的生活裡，無言自滿。



除了寫作與畫畫，
一杯好的咖啡是靈感生活的必需！

Fika Fika Cafe 伊通店

中山區伊通街 33 號

02-2507-0633

COFE bar 喫咖啡吧

大同區迪化街一段 248 號

02-2552-8386

20 vs. 50

李清志的時空偵探大冒險

文—顧庭歡 (Tiffany Ku)

攝影—楊雅淳

圖—李清志

1 980年代的台北，對於當時身處20世代的「都市偵探」李清志而言，是一座醞釀著發展力量的城市，也是一個進行都市觀察的絕佳時間點。從建築與城市面貌出發，讓我們跟著李清志一起漫步時空、走進新舊城中。



回想起80年代，李清志認為那是一段生氣蓬勃的時光。

左：公園號楊桃冰如今仍維持舊時的模樣。右：原本公園號對面優雅的三葉莊旅社如今已不復存在。（圖／李清志）



二十之初 躁動而優雅的八〇年代

回想當年，李清志大多數時間都在淡江大學度過，大五那年因為畢業設計選了與台北城中區有關的題目，才展開一段騎著機車考察城中區的歲月。然而，他可能當下也沒料到，因著這段經歷，自己似乎成了記錄台北城市變遷的見證者。

李清志說：「那段時間我拍攝很多老建築的照片，與現在相比，80年代的台北街頭能看見很多古典建築的立面，非常漂亮！我很喜歡這種有著異國風情的街道，尤其是衡陽路與重慶南路那一帶。後來很多歷史建築都被拆除，每當我看見這樣的消息時，總不免感到有些唏噓。」李清志印象中最美的一座歷史建築，就是「公園號」酸梅湯正對面、位於懷寧街與衡陽路口的「三葉莊旅社」。根據李清志的描述，「三葉莊旅社」建築立面雕飾繁複精巧，紅磚

與洗石子的搭配，優雅中帶著一種復古的美感，其中最吸引李清志的是旅社的角樓設計，他曾經為了想要更近距離地觀察「公園號」與「三葉莊」的屋頂構造而爬到對街大樓的水塔頂端！

對李清志而言，80年代是一個躁動的時代，許多60年代歐美國家興起的文化運動，要到80年代才在台灣產生影響與效應，同時因為解嚴，年輕人接觸到更多彩多姿的電影與音樂形式，進而對生活型態與想像有了更多想法。台北街頭開始出現可以看電影的MTV、熱鬧的Disco舞廳等新型態娛樂空間，多年後甚至成為那個世代共同的深刻回憶。當時與吳光庭、丁榮生以及林芳怡一起編輯《雅砌》雜誌的李清志也深刻感受到這樣的氛圍。

因為接觸雜誌編輯與採訪工作，養成李清志寫文章的習慣。「以前年輕的時候可以毫無顧忌地寫作，而且寫得很快，甚至



從 1980 年代到現在，城中區對李清志來說始終充滿魅力。（圖／李清志）

隔天就交稿。現在回頭看，卻覺得是當時年輕不懂事，不夠深思熟慮地亂寫。」李清志笑著說。也因為從事雜誌編輯工作，他有了更多時間在都市叢林中穿梭，發現、記錄下更多都市紋理中的驚喜，這樣的習慣，一直延續至幾十年後的今天。

五十之後 那些記憶中的失落綠洲

如果真的要說，80 年代的生活與城市和今天相比最大的不同在哪兒，應該就是當時的台北擁有很多實體書店以及唱片行，尤其在城中區，可以在這樣的環境裡用緩慢的步調散步一下午。「那時我們沒有智慧型手機，不會時時刻刻被找到，好像就沒有那麼忙……」李清志說。

還有許多「消失的美好」，在今天看來都是不可思議的存在！在便利商店出現之前，書報攤與公車售票亭就是城市中的補給站。李清志提起這兩種「臨時性建築」時強調：「那是一個雜誌的年代、閱讀的年代、報紙的年代，晚報因為充滿即時性，因此賣得很好！當時我們可以在書報攤找到好多不同的刊物，在公車售票亭買車票、茶葉蛋、雜貨以及各式各樣的便當與冷飲。」

對於當時沒有網路、沒有快餐車，也沒有宅配服務的社會而言，這些小小的攤子就是城市綠洲，也是工作機會的來源。細想，當這些攤子與售票亭消失，不僅象徵著時代的變遷，賣雜貨的銷售員、售票小姐等職缺也走入歷史記憶中。

穿越時代 建築偵探的城市報告

儘管時間改變了城市的面貌，今天的台北對李清志而言還是充滿魅力！他認為有魅力的城市熱點，並不是摩天大樓林立的信義區，或是印象中熱鬧的東區。相對來說，大稻埕、後車站等地方還是比較吸引人，舊城區始終是李清志的首選。

他認為，台北是一座有意思的城市，不同地區的人們總喜歡羨慕彼此，經歷過東區的光鮮亮麗，會想到西區找尋歷史的軌跡；反之，西區的人則覺得自己住著舊房子，對東區百變的生活型態欽羨不已。

對於都市的戀舊與更新，李清志也有感而發，「都市更新也許只是城市發展與變化的一部分，我也不贊成全部保留。但一座城市應該要有設計良好的新建築，也要有廢墟、有歷史建築。能夠讓一些空間承

繼歷史軌跡與人的記憶其實非常重要，尤其是古老的公共建築，像是戲院與車站，那是集體記憶的場所。」

城市的興衰像是人的一生，有起有落；但是不能忽視「靈魂」的重量。古典建築與現代建築若能夠在一座城市和諧共存，那將是一座城市對人文擁有成熟認知的見證。就像是人要到某個年紀才會懂得欣賞歷史與有記憶的物件，才會緬懷過去的美好，才會感嘆某些消逝的吉光片羽。

從五十幾歲的年紀，回望熱烈萌芽的青春發生地，「都市偵探」李清志眼中的台北城中區從滿是新鮮，到溫柔地把握細節，像是收藏著古典建築語彙的實體博物館，值得細細品味、觀察，也值得投入時間，擁抱屬於這些街道、建築和生命中的過往故事與歷史。



「都市偵探」李清志的城市觀察，總能喚起生活在台北的共鳴。

（ 跟著李清志，
一邊穿梭時空、一邊城中散步！ ）

公園號酸梅湯

躲躲太陽，來杯酸甜消暑的酸梅湯！

📍 中正區衡陽路 2 號

☎ 02-2311-3009

京町 8 号

撫台街洋樓對面，欣賞歷史建築的絕佳視角！

📍 中正區博愛路 8 號

☎ 02-2381-2388



走尋 20 歲的四年級滋味

文·圖一魚夫

1 980年，當年我20歲剛考上大學，台北城初來乍到，沒見過像中華商場八連棟這麼龐大的熱鬧商街，那裡有來自全中國最多的外省食物，不但大開眼界，也像劉姥姥進大觀園，但見美味，乃排闥而入，久而久之，逐漸變得很挑食。

中華商場在1961年4月22日落成啟用，全長八連棟，每棟樓高三層，範圍北起忠孝西路，沿中華路南至愛國西路，以「八德」為名，分別為忠、孝、仁、愛、信、義、和、平棟，總長1,171公尺，容納1,644個租戶，是當時台灣規模最大的商場，琳瑯滿目的商品幾乎想買什麼就有什麼，也是最多外省美

食聚集的所在，最後在1992年全線拆除，但許多回憶仍深藏在4、5、6年級生的心底，當時無網路，想找回記憶中的店家，僅能靠口耳相傳，想來那個時候以信(5)、義(6)、和(7)三棟最多美食商家，著名者諸如義棟的「徐州啥鍋」，因為傳有葛香亭與葛小寶父子兩人當股東，所以名氣極為響亮，這一味其實是一種雞絲燕麥粥，用大骨、老油雞或九斤雞熬製高湯，再釀入小薏米、燕麥和漢藥祕方等炕上十幾個鐘頭，端上桌時，再淋上麻油，風味越發香醇。很遺憾，這一家本來搬到延平南路另起爐灶，後來居然永久停業，高雄一度也出現一家徐州啥鍋，啥？

也停業了？嗚呼哀哉，味道難不成要永遠封存了？

記憶中的美食地圖

許多中華商場的美食記憶只能透過網路找到交流，網路上有位署名 pohung8888 的作者描繪得最為活靈活現：

「當年在中華商場好吃的飯館有致美樓、清真館、老陸餡餅、老夏水餃、炸麻花、山西小吃店，還有後來的徐州啥鍋、上大人酒釀湯圓、水煎包，還有晚上 9 點以後在 6 棟長沙街口賣消夜『的的阿姨』的炸豬排及各式小菜。回想當年清真館的牛肉蒸餃、羊雜湯、芝麻醬餅夾醬牛肉令人回味無窮。對了，還有蘭記小吃，賣的是江浙口味炒年糕、炒豆苗、餛飩湯、上大人的粽子。以上是第 6 棟的小吃。第 7 棟有孫伯伯的小籠包、牛肉燴火燒、山東餃子館的山東燒雞、牛肉麵店、還有好幾家各式炒菜館。第 8 棟的河南煎油餅、綠豆丸子湯等等。以上是令人回味的各式小吃。」

真感謝將逐漸模糊的回憶又畫出大致的輪廓來，因為以上所述的餐館大致消失了，只有幾家尚有脈絡可尋。

真北平現在搬到寧波東街營業，原來在義棟 2 樓、點心世界的樓上，招牌是北平烤鴨。片鴨之外，亦可二吃炒鴨架、三食銀芽炒鴨絲，至今大抵沒有走味。

點心世界大概是中華商場上招牌最響亮者之一了，許多人相約去逛鬧熱滾滾的西門町，都會約在點心世界前見，或先逛或先吃，進得店裡，跑堂來回穿梭，操外省口音大小聲吆喝著，生意沖沖滾，用餐時尤其人潮洶湧，



中華商場的點心世界，現在變成台北車站微風食尚中心的小南門點心世界。

先相準那張桌子的客人用餐即將結束，搶著去站在一旁等待，這裡的桌子都用 45 度擺設，如此一來，滿座時才不會擁擠。

三大招牌是鍋貼、蒸餃和酸辣湯。鍋貼和日本弦月型煎餃不同，而是兩頭束了起來，像一葉扁舟，入口爆漿，餘韻繞梁；酸辣湯為了使滋味更為綿密，捨豆腐而採豆腐腦，再以雞血與冬粉混煮，酸酸辣辣，嘗來印象深刻，其他像合菜玳瑁，用荷葉餅包進京醬肉絲，張大嘴，咬一大口，也是不亦樂乎的啦！夏天時點來一杯冰豆漿，心涼脾肚開自不在話下。

中華商場拆除後，點心世界搬來搬去，一度出現在寶慶路遠東百貨美食街，後來又遷至信義誠品，再來又聽聞老闆全家移民了，最後是在台北車站 2 樓微風食尚中心，店號：「小南門點心世界」，感覺上是嶄新的一家店了，不過對現在 20 歲的年輕人來說，中華商場的那些滋味或許已不存在，但應該已是將基因散布到台灣每個角落而繼續存在吧？



放課之後、成年之間 ——愛與和平的青春套餐

文—張鐵志
攝影—林冠良
圖—阿才的店



—— 十幾歲時，我們還太年輕，還不懂得吃。或者說，我們的熱情並不在食物上，而是—— 在愛情，或者如何改變世界。但將近 30 年後的今日回想起來，還是有些飲食與空間勾起了發燙的青春回憶，一如少年時聽的音樂是青春的原聲帶。



人性空間至今仍是許多大學生舉辦迎新的場所。

啟蒙與躁動 18 歲的人性空間

我的大學生活起點，甚至改變我 18 歲後人生的開始，就是在一家奇特的飲料店／餐館，「人性空間」。大家或坐或臥在榻榻米上，圍著桌子吃喝。學生喜歡來此閒混，尤其是舉辦迎新茶會。

我們政治系第一次的迎新就是在這，主辦者是大二的學長姊。那天下午，我喝著紅茶用純潔的眼神問大二學長說，台大有什麼比較人文精神的社團？

畢竟，被體制壓抑了（與在政治上被矇騙了）18 年，我想要尋找真正理解台灣、認識世界的可能。他推薦了他的社團，名字有點奇怪的「大陸社」。

這個全名是「大陸問題研究社」的社團，多年前確實致力於研究大陸問題，但在

1980 年代中期，轉向以台灣研究為主，並且是台大學運的主要力量之一——我入學的前一年 3 月爆發野百合學運，擔任總指揮的台大學生會長就是社團學姊。

我走進了這個社團，在往後 4 年參與及舉辦了無數讀書會，走上街頭或者在校園對著幸福的戀人們發著抗爭傳單。我們也會一再回到人性空間，打屁聊天，或者討論運動的下一步策略。

快餐與約會 下課老地方見！

入學後沒多久，我在溫州街發現一家珍珠奶茶店——1991 年已經開始流行珍珠店，當時主要是在店內喝而非外帶手搖茶，最流行的連鎖店是「小歌」。這家店叫「七里亭」，不論奶茶、一般餐，或者早餐（厚片吐司加荷包蛋再加一片豆干）都非常好吃，後來很多朋友喜歡去，成為台大附近的地標。

但我比同學們更早和它結緣，因為高中時去建國南路的台北市立圖書館總圖 K 書，

就在瑞安街上偶遇七里亭。考上台大後，發現他們也在這一年在這開新店，頗有他鄉遇故人之感，也開始和老闆娘熟起來。在後來的許多年裡，當我和新女友（其實人數很少很少）來這裡喝茶吃飯時，總會和老闆娘交換有默契的眼神。

今日，雖然旁邊其他店都已經換過好幾輪，但七里亭和斜對面 30 年的唐山書店都還屹立不搖，讓人覺得這世上除了臉書和 IG 動態的快速流動外，還是有些事物是不變的，是老派的美好。

午餐時經常在社辦旁邊的「小小福」或校門外舟山路上的餐車買便當。特別厲害的一車是一對姐妹和媽媽的炸雞排，鮮嫩多汁且比臉大兩倍。幾年後他們被扶正，進入校園內開店叫「姐妹花雞排」，非常受歡迎。畢業後，每次回學校我都會認真地去排隊買來回味。只是，每每看到姐妹花在高溫油鍋前整天和雞排搏鬥，深深感到這是血汗錢。2016 年，他們因為健康惡化決定收店，也上了媒體新聞，算是寫入這個城市的美食史書了。



左：快餐配上泡沫茶飲是七里亭的招牌組合。右：七里亭承載著張鐵志青澀而美好的約會時光。

勝利與消夜 永不倒下的阿才滋味

我們當時沒想到，珍奶與雞排會成為後來台灣一代代人生活中不可或缺的神器，更沒想到，在 21 世紀，珍珠奶茶會風靡全球，讓日本人大排長龍，讓台灣文化真正走出去。

至於餐廳，我想起大學口的那條巷子曾是一條川菜館街，那些川菜館油膩、口味重（我現在還可以想起那個濃烈的氣味），適合我們充滿慾望的生猛。

大夥通常是在社團的讀書會前後去吃。是的，我們這個社團有特別多的讀書會，

不論是台灣社會的政治經濟分析，民主與獨裁起源的政治社會學，或老馬克思主義與新馬克思主義。每次讀書會的激烈討論結束，總是腦袋暈眩、飢腸轆轆，一定要好好吃消夜。

如果是更重要的場合，我們會去一家更知名的台菜店，「阿才的店」。那裡有著後解嚴時期開始風行的復古懷舊台味，並且有著革命基地的氣味：媒體記者、社運人士、黨外前輩都在那出沒。啤酒和夢想永不間斷地在黑夜中被傳遞著，而永遠有人不支倒下。



社團讀書會後吃上一頓消夜，是張鐵志最暢快而青春的享受。（圖／阿才的店）



無論是搬家前的舊店（左），還是如今的新店（上下），阿才的店是許多人難忘的美好滋味。（圖／阿才的店）

大三那年，我們參與學生會長選戰，是社團同學與具國民黨背景的學生競爭（歷來都如此）。那是 1994 年的 5 月，台北也正進行多年來的第一次市長民選，城市激情燃燒，街頭劍拔弩張。最終我們贏得這場小小的選舉，開票當晚去阿才的店慶功，彷彿我們已經和那些大人一樣成為革命志士，為新的時代舉起了改變的旗幟。

當然，那晚喝到爛醉。

在接下來的許多年，我和阿才產生緊密的情感連結，喝光過無數瓶啤酒，說出過無數句激情的豪語與屁話。這裡並成為這個城市中我們最強烈的鄉愁——現在阿才的店雖改了地方，但仍然是迷人的進行式。

摩登與少年 大學城的奇幻之旅

至於咖啡店，彼時城市尚未被文青咖啡館淹沒，但在我們的公館已經出現一家神聖的文化據點「挪威森林」。據說很多文化名人會去，但我直到研究所期間才敢走進去，品嚐濃郁美好的卡布奇諾，看著牆上的 Tom Waits，聽著熱愛的搖滾樂。這是一間真文青的訓練所。

感謝這些飲食空間，讓我們可以在相濡以沫交換唾液時（那時吃合菜沒在用公筷的）也交換彼此的夢想，可以用這些美好食物來下酒生嫩的青春，並且吃飽喝足，對此後人生將至的風雨無所畏懼。

家族百年傳承，老茶行的新使命 ——林茂森茶行

文—賴柔蒨
攝影—曾韋翰

林谷樺、林岳樺兄弟為「林茂森茶行」接班人，一甩傳統的繁複泡茶儀式，兩位新生代老闆不斷強調喝茶的單純，不過就是「丟茶葉、加熱水，再倒出來喝」。只要茶葉品質好，都好喝。茶行的傳承乃是師徒制，即便兩兄弟自幼在茶行長大，20多歲決定接棒後，仍舊從頭一步步學起。哥哥林谷樺曾持續6年喝同個價位的同種茶，藉此探究如何沖泡出「更好喝的味道」。接手茶行的基本功很難具體羅列，但兩人認為原則是多喝、持續喝，與茶相處久了，「有一天就通了」。

🕒 08:30-21:00

👤 解說銷售，老闆兼撞鐘

茶行一年只休農曆春節4天，每天早上8點半開門，晚上9點關店。林谷樺、林岳樺兩兄弟中、台、英、日語皆十分流利，一方面老闆兼伙計，和前台師傅合力接應來自各國的客人，介紹解說茶葉、秤斤包裝；另一方面處理結帳、接電話客服、回覆 E-mail、臉書等雜務。

「介紹解說」是茶行一大要務，茶葉的學問可深可淺，能1分鐘介紹完所有種類，但講究起來，可能幾個小時都解釋不完。隨意開講2、3個小時對林谷樺來說是家常便飯，「只要客人想了解，我都願意講。」還要善用類比，例如將製茶過程中的「走水」比作



營業時間總能看見兩兄弟在店裡忙進忙出。



林谷樺（左）、林岳樺（右）兄弟懷著改造「林茂森茶行」的使命感。

牛排的熟成，目的是透過水分的蒸散，讓茶葉的風味更集中，這讓外行客更容易聯想、理解，逐步進入茶的世界。

① 當客人想更了解茶葉時

☑ 泡茶

對坐長桌兩側，把茶言歡，這裡的主泡者必為兩位老闆，不假他人之手。最常聽到客人問：「為什麼自己在家泡跟在店裡喝的感覺不一樣？」透過泡茶宴客，除了增進顧客對茶葉的了解，也替新手設立一個口感的基準點。客人一旦觀摩並喝過專業手法泡出來的滋味，回家自己沖泡時，

便有一個依循比較的參考值。

曾經，林谷樺覺得父親泡的文山包種茶太苦，自己覺得泡淡好喝，卻被長輩認為這是「泡水」，不是泡茶；他從中體悟，不同年齡層各有其口味偏好、不同泡法，並非傳統教條那樣有對錯之分。如今，他們泡茶方式不被傳統束縛，即便綠茶公認用 70°C 熱水沖泡最佳，但假如有人喜歡 100°C 熱水沖泡出來的滋味，何嘗不可？

傳統功夫茶的泡法，包含什麼茶葉該配什麼材質的茶具，讓水漫溢出壺、淋壺繞圈等看似複雜的手法，在這兒一概省略；他們隨興使用玻璃、陶、瓷壺，一旦掌握茶葉最佳味道的水溫（台灣茶葉多為

100°C)，無需執著於淋壺來維持茶具溫度，簡單沖泡就很好喝。茶，可以是儀式的展現，但也可以只是回歸喝茶的單純初心。

④ 產茶季 自 收購茶葉

一到茶葉採收的時節，茶農便會將當季茶葉送來茶行，老闆當場喊價收購。林茂森茶行習慣以摸、聞判定茶葉品質；當年爺爺林大村的年代，茶農大排長龍，他老人家抓把茶葉一摸、一聞，就能判斷這茶採收自上午、下午、兩天或晴天，與產地的日照條件。

出價之後，林茂森茶行通常一次進貨上百、上千斤，除了應付客戶的大量需求，最主要是為了維持茶葉口味的穩定性，讓客人在回購相同茶種時，依然能嘗到同樣的風味。當然，萬一判斷失準，一出錯就是上百、上千斤，嚴格考驗茶行老闆的專業度。好的茶行如同當代選品店，老闆依據其專業挑選品質好的茶葉，替客人把關茶好喝的基礎。



茶葉是好是壞，專業的茶行職人一眼就能辨別。

④ 購入毛茶後 自 焙茶

茶農賣出的是完成萎凋、殺青、揉捻等第一階段程序的「毛茶」，接下來由茶行進行焙火等後端精製作業。每家茶行不同的烘焙方式造就其獨一無二的茶葉，就像餐廳挑選食材，接下來就各憑烹調功力。在林茂森茶行，焙茶相當倚仗店內老師傅幾十年累積下來的經驗，經過他們的巧手，毛茶就成了富有林茂森茶行獨門風味的茶葉。

林茂森茶行的「焙火室」以開放廚房的概念設計，可讓客人一覽烘焙程序，加上單次進貨量龐大，焙茶一進行往往都是一整天，若挑對時節來訪，便會看見成堆的茶葉。

關於茶行的接班，新生代的林谷樺和林岳樺承接上一代的豐厚知識，卻不固守傳統，而是因應當代生活的多樣性，開展出茶行的新型態，從具有設計感與日式風情的空間改裝到泡茶儀式的簡化，都為傳承自 1883 年的百年家族茶行注入當代新風貌。

「茶行的靈魂就是味道與價格。」面對當前行銷手法奇招百出，林谷樺、林岳樺選擇回到「味道」的正面對決，透過生動的介紹、親切試茶和更舒適的空間，讓高品質的茶葉以最自然的方式呈現在顧客眼前，也開創出老茶行的全新時代。





新生代接班後的林茂森茶行，空間變得更具年輕活力。



姓名：林谷樺（左）、林岳樺（右）

個性：理工背景的林谷樺與商業背景的林岳樺，一個踏實嚴謹、一個喜歡創新，面對事情經常有相異的想法，但大方向一致，在店裡是互為分身的存在。

差異趣事：店內空間設計上，林谷樺講究實用，林岳樺主張大膽。但在推薦茶種上，林岳樺認為口感適中、知名度高的烏龍茶適合入門；林谷樺反而覺得台灣有許多知名度不高的特茶，因此喜歡推薦烏龍以外的茶。

專業技能：了解所有茶種是作為一個茶葉職人的基本條件。

核心理念：關注茶的味道品質，推廣簡單喝茶，讓喝茶年輕化。

打造台北育兒好日子

整理—曾言之·圖—有隻小魚

少子化是全球面臨的共通課題，在台灣，許多家庭因為托育資源不足或育兒負擔較重，降低生養意願。為減輕家長育兒負擔，北市「助妳好孕」專案搭配 8 月 1 日上路的中央準公共化新制，提供家長多項津貼及補助，為出生到學前的幼兒提供更完整的平價托育服務。

孕期

- 唐氏症篩檢補助

出生

- 生育獎勵金
- 新生兒危急型先天心臟篩檢補助
- 新生兒聽力篩檢補助



未滿 2 歲

- 自己照顧：衛福部育兒津貼每月 2,500 元

未滿 2 歲 托嬰補助

- 受訓之親屬保母：衛福部育兒津貼每月 2,500 元 + 北市協力照顧補助每月 2,000 元
- 私立托嬰中心或證照保母（未與政府簽約）：衛福部育兒津貼每月 2,500 元 + 北市協力照顧補助每月 3,000 元
- 準公共化托嬰中心 / 保母（與政府簽約之私托 / 保母）：中央準公共化托育補助每月 6,000 元 + 北市友善托育補助每月 4,000 元
- 社區公共托育家園：中央公共托育補助每月 3,000 元 + 北市友善托育補助每月 4,000 元
- 公辦民營托嬰中心：中央公共托育補助每月 3,000 元 + 北市友善托育補助每月 2,500 元



2-3 歲

- 自己照顧：教育部育兒津貼每月 2,500 元

2-3 歲 — 托嬰補助

- 受訓之親屬保母：教育部育兒津貼每月 2,500 元 + 北市協力照顧補助每月 2,000 元
- 私立托嬰中心 / 保母（未與政府簽約）：教育部育兒津貼每月 2,500 元 + 北市協力照顧補助每月 3,000 元
- 準公共化托嬰中心 / 保母（與政府簽約之私托 / 保母）：教育部育兒津貼每月 2,500 元 + 北市友善托育補助每月 4,000 元
- 社區公共托育家園：教育部育兒津貼每月 2,500 元 + 北市友善托育補助每月 4,000 元
- 公辦民營托嬰中心：教育部育兒津貼每月 2,500 元 + 北市友善托育補助每月 2,500 元

2-3 歲 — 幼兒園補助

- 私立幼兒園（2 歲專班）：教育部育兒津貼每月 2,500 元 + 北市一生六六大順學費補助每學期 13,660 元
- 準公共幼兒園（2 歲專班）：每月繳費不超過 4,500 元
- 非營利幼兒園（2 歲專班）：每月繳費不超過 3,500 元
- 公立幼兒園（2 歲專班）：教育部免學費補助每學期 7,000 元 或 北市育兒津貼每月 2,500 元



3-4 歲 — 幼兒園補助

- 私立幼兒園：教育部育兒津貼每月 2,500 元 + 北市一生六六大順學費補助每學期 13,660 元
- 準公共幼兒園：每月繳費不超過 4,500 元
- 非營利幼兒園：每月繳費不超過 3,500 元
- 公立幼兒園：教育部補助每學期 7,000 元 或 北市育兒津貼每月 2,500 元

5 歲 — 幼兒園補助

- 私立幼兒園：教育部補助每學期 15,000 元 + 北市補助學費每學期 2,543 元
- 準公共幼兒園：每月繳費不超過 4,500 元
- 非營利幼兒園：每月繳費不超過 3,500 元
- 公立幼兒園：教育部補助每學期 7,000 元 + 北市補助學費每學期 5,543 元

6-12 歲

- 小一：到校塗氟防齲服務
- 6-9 歲：白齒窩溝封填服務掛號費補助
- 7-12 歲：專業視力檢查補助

※ 以上補助金額適用於家庭中第 1 名子女

三面向升級 台北托育政策做好做滿

文—曾言之
攝影—劉佳雯
圖—台北市教育局



公立幼兒園配有專業的教保員陪伴孩童成長。

因 應現代人生育意願降低，造成少子化現象，除了中央擬定「少子化對策」，台北市政府也推出「助妳好孕」專案，希望提供平價的教保資源，減輕新生兒家長的負擔。但過往兒童托育，從托嬰中心（2歲以下）到幼兒園（3歲以上）之間存在著銜接的補助斷層，為了打造更完善的托育環境，最近北市府不僅針對托育空窗期推出加碼補助，並且積極提升公共化幼兒園比例，提供更多平價教保機會；同時也建構多元臨時托育服務，為家長與孩童打造全方位的托育環境。



北市府推出「助妳好孕」專案，分擔新生兒家長的養育重擔。（攝影／劉佳雯）

無縫接軌 提供多元的照顧選擇

目前我國托育政策多以孩子的年紀作為畫分，以2歲為分界點，分屬兩個不同權責機關。2歲以下的兒童多數為家內照顧，3歲以後則以幼兒園為主，而介於之間的兒童，正值成長的第一次轉換期，有相對多元的送托選擇，但政府過去的政策規畫卻未能適切因應不同的照顧管道和實際需求。

近年，為了整合學齡前幼托服務、填補2歲至3歲的轉換期需求，北市府整合校園的餘裕空間，除了積極增設2歲專班，同時也增設0到2歲的托嬰中心，希望能夠完整銜接兒童的幼托需求。但台北市社會局婦女福利及兒童托育科科長鐘雅惠坦言，由於2歲專班仍處於擴充階段，因此除了2歲專班外，若托嬰中心原本收托的兒童已滿2歲，但還沒依「幼兒教育及照顧法」規定進入幼兒園就讀，托嬰中心可以繼續收托，但不能超過1年。

加碼補助 減輕家長日常壓力

在過去的補助模式中，最大的問題是未能切合實際照顧需求，在不同的照顧管道中，同樣是滿2歲到未滿3歲的孩子，選讀2歲專班能享有適用3歲幼兒的補助福利；但若繼續待在托嬰中心，由於原本0至2歲的托育補助已屆滿，僅能領取教育部育兒津貼。鐘雅惠說，因此常有家長打電話到社會局反映，怎麼孩子一過了2歲，補助就只剩下中央的育兒津貼每月2,500元，雖然可繼續待在合法的托嬰中心或可聘請保母照顧，但是基本開銷不變，補助卻瞬間從1萬元縮水為2,500元，補助斷層造成家長的相對剝奪感。

面對孩子成長的第一次轉換期，政府尊重兒童多元的照顧選擇，因此從今年9月1日起，台北市政府率先整合2至3歲托育補助，讓台北市既有的「友善托育補助」及「協力照顧補助」向上延伸發放至3歲；



1. 台北市政府整合公私資源，打造更完善的托育環境。
2. 增設公共化和準公共幼兒園的政策，讓更多孩童能享有平價的教保服務。

而3歲以上幼兒適用的「一生六六大順學費補助」，則向下延伸發放至2歲，讓在不同模式照顧下的兒童都能得到更完善的福利照顧。如此一來，對家長來說就是「環境沒變、補助還是有」，這是對家長最為方便的模式。

此外，北市府也針對就讀幼兒園2歲專班的兒童提供加碼補助。教育局學前教育科科長吳青娟表示，現在就讀公立幼兒園2歲專班，除了原有教育部免學費補助每學期7,000元外，也可選擇領取市府的育兒津貼每月2,500元，按月補貼到幼兒園的費用

中，提供家長彈性選擇。至於私立幼兒園的2歲專班部分，除了教育部原有的育兒津貼，北市府也加碼每學期1萬3,660元的學費補助，透過量身打造補助政策，讓使用不同教育管道的孩童都能獲得完善而平價的托育照顧。

全新目標 幼兒園涵蓋率大提升

除了改善2到3歲的托育及補助缺口，北市府近年也積極推動「公共化幼兒園」，讓更多家庭享有平價的教保機會。吳青娟

說，公共化幼兒園包含公立幼兒園、非營利幼兒園和學前特殊幼兒園。公立幼兒園指的是政府自辦的幼兒園或國小附設的幼兒園，家長每月負擔約為 2,500 元；非營利幼兒園則是政府委託非營利機構辦理，家長每月負擔 3,500 元。截至 107 學年度，北市公共化幼兒園約有 186 園、涵蓋率達 44%，為六都第一；吳青娟表示，108 學年度將達到 53%，未來預計 111 學年度更將達到涵蓋率 7 成。

除了「公共化幼兒園」越趨完備，108 學年度新加入的補充方案——「準公共幼兒園」更是少子化對策中相當關鍵的一環。吳青娟解釋，準公共幼兒園就是政府向私立幼兒園買服務，與符合教育部規範的業者合作，雖然家長的每月負擔會略高於公立幼兒園，但期望能藉此減低幼兒未能進入公立幼兒園家長的支出負擔，解決公共托育不足、私立學費沉重的難題。

吳青娟強調，目前台北的準公共幼兒園共有 90 園，要加入的私立幼兒園，必須與政府簽訂契約，承諾依契約合作期間內不能漲價。在 110 年 7 月首次合約期屆滿後，才能依照物價、成本等因素，討論是否調



孩子的成長只有一次，完備的幼托選擇打造安心也開心的親子生活。（攝影／劉佳雯）

漲，並須經過政府同意，保障家長與學生的權益不會隨意被更動，確保平價教保能夠真正落實。

預約臨托 貼心的喘息服務

另外，北市府積極推動多元的臨托服務。過去許多家長為了照顧孩子，不使得犧牲自己的生活品質，臨時托育的推動便能有效地鬆綁這種緊繃感。吳青娟表示，幼兒園提供的臨時托育服務，提供育有滿 3 歲到入國小之前幼兒的家長，可以在需要臨時托育的 3 天前向幼兒園提出申請，若真的有突發性、臨時性的需求也可提出，幼兒園會視情況安排。

台北市目前提供多元臨托服務，除了定點臨托（2 處），還有保母臨托（350 名）、私立托嬰中心（25 處），及非營利幼兒園（6 家）提供臨時托育功能。只要提前預約申請，即可由專人提供臨時托育照顧，讓家長在生活中獲得更多喘息的空間。

從解決既有托幼斷層、補助缺口，到加速公共化與準公共幼兒園普及率，並進一步提供家長多元的喘息服務，台北開啟了更有效率的解決模式，對症下藥解決了家長在托育第一線所面臨的問題，讓家庭支持網絡更加完善，也打造出更令人安心的親子生活環境。



助妳好孕





MATEONE.co



+台北

聊台北 Talk About Taipei

從藝穗節啟程，與城市的表演藝術共舞
開闢文字工作者的新戰場
難得的書店風景，在台北
台北的中華文物祕境：中央研究院歷史語言研究所文物陳列館

拍台北 Capture Taipei

從混搭的城市風景，看見自我生命細節

畫台北 Draw Taipei

台北人群百態

從藝穗節啟程，與城市的表演藝術共舞 —— 藝評人 貧窮男 × 編舞家 李秀芬

文—方姿懿 · 攝影—蔡耀微 · 圖—黃宇宸、陳昱邵



暑假可說是表演藝術十分活絡的時節，從台北兒童藝術節、台北藝術節到台北藝穗節，觀眾群囊括老中青幼，演出遍及整個台北。特別是藝穗節，表演團隊型態多元，且在咖啡店、旅館、遊艇、廟宇、民宅等非制式藝文空間演出，創造出兼容並蓄的藝術奇觀。

多元而自由的藝穗舞台

自 2012 年開始加入藝穗節「看戲大隊」的貧窮男，認為藝穗節發生在暑假，又在非正式劇場空間演出，讓表演藝術顯得輕鬆和充滿實驗性，「當實驗性強的時候，就會組合出各種可能性。」貧窮男說。藝穗節像是一個自由開放的表演平台，只要表演團隊有構想，幾乎都能粉墨登場。

「我會挑奇奇怪怪的表演場地，如果這個地方是新的，就去看一看，即使得跑很遠。」貧窮男笑著說出他的看戲標準之一。而新生代編舞家李秀芬也認為，藝穗節的舞蹈類型非常多元，除了現代舞，也有佛朗明哥、踢踏舞、民俗舞蹈等，通常她會根據主題來挑選節目，有回她到位於福德街的「微遠虎山」觀賞《男事》，「我記得走了很久，才終於好好坐下來看表演，那裡風景很好，演出也不錯，就覺得自己這段路沒有白走。」

新浪潮裡的「編」與「舞」

李秀芬連續兩年得到「藝穗原創精神獎」，第一年的舞作《我們一起晚安》，她第一直覺就決定非要在「華江整建住宅」演出不可，她說，華江整宅的歷史感加上環形天橋，造就了如電影場景般的視覺效果。當時，除了買票的觀眾外，天橋周邊的住戶也走出家門觀賞，其中，有位媽媽帶著孩子連續 4 場都來看，令李秀芬印象深刻，也讓她得以透過作品和當地居民交流。

討論起近年來舞蹈作品較受大眾關注，李秀芬觀察，有越來越多舞蹈作品運用戲劇元素，而貧窮男也認同地表示舞蹈、戲劇會互相借鏡，台灣舞者本來就具備扎實的基本功，



《我們一起晚安》是李秀芬 2017 年藝穗節的作品。(圖/黃宇宸)



左：貧窮男，觀賞表演藝術、電影作品無數的資深評論人。至今仍保有滿滿的熱忱，及樂於與人分享的初心。

右：李秀芬，新銳編舞家，作品《我們一起晚安》、《沒關係，白洞只是理論上存在而已》連續兩年獲得「藝穗原創精神獎」。

「只要遇上能處理敘事結構的編舞家，就有機會成為好的演出。」

如果說跳舞講求的是身體感知，那編舞則更需要注重結構和邏輯，受過社會科學訓練的李秀芬認為，想創作好的作品，平時就要做足功課、養成搜集資料的習慣，「我在編導一支新舞作之前，會搜尋相關主題的視覺、肢體動作，接著狂看電影、電視、舞作。」她在去年藝穗節的作品《沒關係，白洞只是理論上存在而已》，選擇在台北國際藝術村頂樓演出，她形容那裡「彷彿可透過環繞式聲響感受這座城市」，而且天際線的視覺，也正巧呼應這支舞作討論平行時空的概念，而身為觀眾的貧窮男回想起，「演出時恰好由黃昏到天黑，與漆上橘色的地面和舞者身上的橘紅色元素相互映襯，如果是下過雨的黃昏，應該會更美。」

台北，表演藝術工作者的造夢之地

藝穗節不因空間限制表演形式，為台北的表演藝術帶來了無限想像，近年或許因為牯嶺街小劇場暫時閉館，與臺灣戲曲中心啟用，讓台北的藝術環境產生些微變化。貧窮男觀察到近幾年漸漸流行「沉浸式劇場」，這種表演形式需要觀眾參與，較著重於個人體驗，因此觀眾數量相對較少，李秀芬覺得藝穗節就是沉浸式劇場很好的表演平台，「因為場地本身不是劇場空間，反倒提供了很好的氛圍。」

念書、生活都在台北的貧窮男表示，無論是看演出還是展覽，台北都比其他城市來得容易，而對於來自南投的李秀芬來說，從前如果要了解表演藝術的潮流，只能透過網路（而且當時網路還沒這麼發達），初到台北



《沒關係，白洞只是理論上存在而已》演出場地選在台北國際藝術村頂樓。(圖／陳昱邵)

時，李秀芬並不太適應這裡的生活，她花很多時間參與講座、觀賞演出，慢慢探索出什麼是好的表演藝術，現在她也認為台北是創作者網絡最緊密也最多元的地方，這裡可以找到志同道合的朋友、一起創作的夥伴，和相同領域的人互相交流。

其實，不只是藝穗節，整個台北都是自由開放的表演平台。無論是藝評人還是表演者，大家共同在這裡創作，也在城市生活中獲得養分，亦步亦趨建構起屬於當代表演藝術的美好模樣。



李秀芬和貧窮男因為身處的視角不同，對談起來格外熱鬧、有趣。

新創

開闢文字工作者的新戰場

文字整理—黃映嘉·圖—方格子 VOCUS



口述—翁子騏

專注於數位內容領域的創業者，AAMA台北搖籃計畫第七期創業家，曾任金鼎獎數位出版類評委，方格子 vocus 平台曾獲 2018 經濟部數位內容產品獎「最佳商業模式獎」、La Vie 雜誌「2017 台灣創意力 100」年度最佳創意平台。

網路女王 Mary Meeker 的趨勢報告提到，全球網路用戶已達 38 億，超過世界人口半數，每人每天平均使用 6 至 8 小時，在這樣的型態下，網路已成為真正主宰知識傳遞的管道。以傳遞知識作為主要訴求的平台「方格子 vocus」，在這資訊爆炸的時代，透過訂閱收費模式，為廣大文字創作者開闢一個理想的舞台，也為資訊過於破碎的網路世代，拼湊出完善的閱讀環境。

在新創產業前仆後繼的當下，各種領域都有可能成為下一片藍海，介於媒體與出版之間，「方格子 vocus」選擇以 UGC (User-Generated Content) 的模式，讓各個文字創作者在此架構出多元內容的平台，也能藉此找到自己在市場上的定位。以閱讀者角度來看，與其在網路上搜尋過多重複的資訊，用付費方式快速取得所需知識的習慣，也正大幅成長中。

由於網路產業的敵人不再是性質相近的品牌，可能是 Facebook、YouTube……等社群媒體，又或是經常使用的通訊軟體 LINE，它們分割了使用者的時間，每個平台能獲取閱讀者關注的時間就更少了。將「孤島式」的傳統部落格模式做整合，如同美國的 Medium、中國的簡書、日本的 Note，台灣也該為長篇文字工作者開闢新的戰場。

以創作者本身出發，「方格子 vocus」採用作者自行訂定訂閱收費價格，有時訂閱情況不如預期，相對也會促使創作者調整寫作方向。如此一來，讀者數量能夠穩定成長的作者，自然就能在市場脫穎而出，而願意付費追隨的消

費者，也成為平台重要的資產。

目前平台上有訂閱表現優異、1 個月訂閱金額可達到 20 萬的作者，也有費用不高，但讀者數量高達 5,000 人的作者。綜觀數位出版模式，比起傳統出版，更能即時掌握互動與需求，讀者也能享有深入的閱讀體驗，而不是付費後，卻從中找不到符合自己期待的文章。

相較一般網路媒體的專欄邀稿受限頗多，在這裡作者可以全權發揮，沒有字數限制，可以盡情論述想法，以創作者對外發聲的第一站來說，是很珍貴的寫作模式。此外，與影音平台爭奪讀者目光，也是當前的一大挑戰，但是反過來思考，一支 10 分鐘的影片，或許用文字陳述只有短短幾行，那真正有效率傳遞訊息的，到底是文字還是影像呢？

隨著以創作者出發的平台運作越趨成熟，也開始拓展更多面向的可能性，像是與作者共同創作商品，或是與行銷公司合作，成為各種活動代言、論壇講座人選的媒合仲介。另一方面，由於付費閱讀的消費者大多數都集中在雙北，為了更積極拓展市場知名度，在線上的行銷推廣之餘，也開始於雙北舉辦線下的座談、寫作者聚會，將原本只存在於網路的互動，拓展到真實生活面。

在知識經濟蓬勃發展的現在，挑選作者、成為讀者探照燈的網路閱讀模式正朝主流前進。不論是作者本身的聲量影響訂閱，或是文字內容豐富而吸引人，購買網路原生文章的趨勢已在世界各地滋長茁壯。



1

2

1. 透過線上收費閱讀平台，文字工作者與讀者能更有效率地各取所需。2. 線上作者累積一定的聲量之後，也會朝著出版、發售創作為目標。

藝文

難得的書店風景，在台北

圖—黃威融



文—黃威融
編輯人，寫作人，創意人。臉書請找黃總編，總是以編輯的角度看待熱炒、聚會、旅行、約攤和創意表現。

當大型書店越來越像生活零售業，擺放書籍的空間退讓給其他商品；堅持理想的獨立書店不時傳來關門的消息，身邊的朋友們壓倒性地在網路書店下單，然後去便利商店取貨……自從1995年傑夫貝佐斯在西雅圖的自家車庫創辦了亞馬遜網路書店，這個世界澈底改變了。

過 去幾十年，台北的書店風景經歷了好幾次典範轉移：1970年代許多書店集中在重慶南路，1980年代金石堂開創了連鎖巨型綜合書店型態，1989年誠品在仁愛路圓環地下室成立後，展開複製而不連鎖的精緻書店路線，1995年博客來網路書店成立、2000年起和統一超商合作建立便利商店取貨模式。

當越來越多人在網路上買書，偏偏我們的身邊出現了許多有個性的獨立書店，每次有外國朋友來台北，我一定帶他們去逛台北的獨立書店，因為這些書店呈現了奇特的文化風景。

宛如古蹟般存在的三民書局

如果你懷念昔日逛書店、享受各式各樣超乎預期的大量書籍迎面而來的驚喜，身在2019年的台北，大概只能去重慶南路和復興北路的三民書局，才能有類似的書店體驗。

近年來實體書店被上漲的房租壓得喘不過氣，加上網路購書的便利，精明的書店經營者不再傻乎乎地在錙銖必較的商業空間陳列大量的書種，這樣理性計算的結果，造成書種的縱深有限。偏偏對我們這些從小逛重慶南路書店長大的大叔來說，逛書店期待的就是跟不知道原來自己會喜歡的書巧遇，感謝三民書局現在依舊奢侈地陳列大量書籍，而且許多特殊的分類提醒逛書店的我們，知識類型超乎想像的多。

一定要推薦的是，三民書局固定會有港澳地區的繁體中文

出版品，例如我從小就鍾愛的香港作家蔡瀾，現在還是可以在三民書局的實體店面看到一整排著作；當簡體中文的勢力越來越龐大的此刻，繁體中文出版品特別需要我們的支持。



有些書店甚至備有長桌及 WiFi，可供讀者在店內工作。

藏身老街區的新派個性書店

獨立書店是當代台灣最重要的文化風景，因為這些書店的店長都不只是經營者，更是創作者和夢想家：他們就是承擔店家生死的經營者，他們開店的資本多半是個人前半生的積蓄；如果他們的店沒有賺錢，他們會善意地把少得可以的營收先支付給員工，自己不支薪；他們之所以開這間店，是因為他們把這間店當作自己的創作，費心規畫空間動線和書種，他們應該是瘋了吧……

以上評語，是兩年前我第一次走進位在大同區赤峰街 50 年老房子 2 樓的浮光書店的內心台詞，這間店的老闆要不是瘋了，或者是個超越現實的天才。

浮光的空間超乎想像，它挑高的閣樓採光和臨街窗戶，讓原本應該封閉感強烈的老房子有著類似巴黎奧賽美術館的印象派自然光；浮光的音響設備道地，店長主觀強烈的音樂播放偏好，有時是上個世紀的經典西洋搖滾，有時是清新另類的當代華語音樂；它的選書集中在藝術人文創作，每次去都會驚嘆怎麼有這本……

如果有人為了買書沒有折扣就不買，我們的友誼就到此為止吧。我們的城市只會有越來越多精打細算的連鎖店鋪，如果我們不以實際的消費支持特色獨立零售店家，未來我們將會無店可逛。

新型態的體驗式雜誌閱讀模式

受到網路閱讀和消費行為影響的不只是書籍出版，大受衝擊的還有紙本雜誌產業。當視頻內容大量出現，臉書比新聞更多深刻報導，還有人看雜誌嗎？

近幾年台北出現了一種雜誌閱讀的新消費體驗方式，店家將大量的雜誌陳列在特定空間，歡迎讀者以飲料消費的方式在該空間翻閱雜誌，店家更針對死忠客群推出收費課程，例如針對設計工作者規畫的「從選紙發印到看印」、「企業如何進行品牌識別更新」之類的專業課程。這樣的經營模式提供許多熱愛雜誌的讀者閱讀的機會，例如位在台北南區公館商圈的薄霧書店，採取有料圖書館的收費機制，提供大量絕版的日本設計潮流文化雜誌，是雜誌迷和設計愛好者的私房好去處。

書店是台北市重要的文化風景，少了它，真是可惜。且讓我引用作家詹宏志於 1989 年出版的《城市觀察》寫的一段寓言式觀察：「如果你不能把書店開得很大，就必須把它開得很小；如果你既不能大又不能小，一定要開得很奇怪。請為那些奮戰中的實體書店拍手加油，他們的存在，讓我們的城市更有趣。」

文史

台北的中華文物祕境： 中央研究院歷史語言研究所文物陳列館

圖—胡川安



文—胡川安

生活中的歷史學家，喜歡從細節中理解時代、從生活中觀察歷史。目前為國立中央大學中文系助理教授、「故事：寫給所有人的歷史」(gushi.tw)網站主編，著有《和食古早味：你不知道的日本料理故事》、《食光記憶：12則鄉愁的滋味》等書。

我走下階梯，彷彿走入一座巨大的墓室，那是一條通往3,000年前的時光階梯，可以穿越到商代的隧道。

台北的這條時光隧道很少人知道，也不容易親近和找到。那是位在台北市東邊，南港接近汐止，觀光客或一般台北市民很少會走到的研究院路。

研究院路二段有著中華民國最高的研究機關中央研究院，其中有幾十個研究所，歷史語言研究所藏著不少由中國大陸所帶來的珍稀寶物。學生時代我曾經在中央研究院待過，也在歷史語言研究所工作過一段時間，其中的學者啟蒙著我的知識。

如果外國遊客要來台北，很多人會推薦外雙溪的故宮博物院，可在此了解中華文物的精髓和瑰寶。然而，很少人知道歷史語言研究所也藏著相當重要的中華文物，而且故宮博物院與歷史語言研究所一開始有著很深的淵源。

歷史語言研究所隸屬於中央研究院，最初於1928年在廣州成立，後來遷到北平、上海、南京。中日戰爭時，遷到湖南長沙、雲南昆明和四川李庄。歷史語言研究所的第一任所長傅斯年，也是後來台灣大學的校長，認為歷史研究不僅要研究紙上的文獻，還要實際調查和尋找任何和歷史有關的物品與資料。

傅斯年曾說：「我們不是讀書人，我們只是上窮碧落下黃泉，動手動腳找東西。」要蒐羅所有的東西來研究歷史。1928年，傅斯年開始在河南安陽進行大規模的考古發掘，尋找到了距今約3,000年前商代晚期的都城，開挖了11座商王大墓和1,300餘座小墓，找尋到大量的文物。

當初商王大墓的文物跟著歷史語言研究所在中國大陸流浪，這批文物跨越了大江南北，最後來到台灣，本來還放在桃園楊梅，最後中央研究院遷址於台北南港，總算有了長遠的居所。

相較於故宮博物院聞名世界，中央研究院歷史文物陳列館則顯得較沒名氣。但一開始兩間博物館都有個共同的起源，故宮博物院的前身中央博物院，也是委託歷史語言研究所的研究員加以籌備。當初傅斯年的想法認為博物館就是要教育民眾，提升國民的素質與文化。

中央博物院後來在 1965 年成為現在的故宮博物院，然而中央研究院歷史語言研究所的歷史文物陳列館仍保有神祕色彩。或許因為地處台北邊緣的南港，再加上一個人很難走入中央研究院，所以完全不知道其中藏著中華文化的重要文物。

2002 年在歷史語言研究所的努力下，重新布置建築空間，並且將所內重要的文物向大眾公開。歷史文物陳列館中重要的文物，包含當初傅斯年挖掘殷墟中的家國重器，除此之外，最近清宮劇大為流行，館中還有明清皇帝的重要內閣檔案，可以真實了解以前皇帝在做什麼。

中央研究院現在每年都有開放院區的時間，歷史文物陳列館每週三、六、日也開放民眾參觀，並設有幼兒區，將館中的文物製成益智玩具，讓小朋友也可以親近文物。我家的小朋友一直對以商王大墓挖掘出來的文物所創作而成的積木愛不釋手，每到假日時便嚷著要到歷史文物陳列館玩。

台北這個城市的身世相當豐富，可以探索台灣的過去，也蘊藏著重要的中華文物，訴說著中國歷史。



歷史文物陳列館藏有許多重要文物，2002 年在館內研究員努力下，將重要的文物向大眾公開。





攝影——楊雅淳 Yo Yang



攝影師，畢業於日本多摩美術大學，現居台北。曾參與諸多寫真與平面繪畫等藝術展覽，經歷多年來的創作生活與地域轉換，至今持續專職攝影與創作。



仁愛建國路口



陽明山



植物園

從混搭的城市風景，看見自我生命細節

口述—楊雅淳·文字整理—黃映嘉

深入城市的核心，不論它現在處於什麼狀態，用照片記住那個當下，那它就是永遠存在了。這次挑選的台北日常風景，第一眼或許不會知道是位於哪裡，給人感覺只是台灣土地的某一角，但是細細觀看，那被凝結的時光、空氣、思緒，都在照片中奔騰著，於是在看到某個熟悉的角落後，恍然大悟：「原來這是我的日常、我的生活風景。」

「I am an everybody, I am a nobody, living in taipei.」是想透過拍台北傳達的意念。這

系列未公開過的照片，從 2014 年開始記錄，有些地方變化快速、有些角落依舊維持原貌，這座城市混搭著從南到北的人與記憶，將島上的氣息濃縮在這個小小盆地，形塑成獨特的樣貌。看著這樣的台北面容，就像面對一位老朋友，一起成長、一起改變，當時間越拉越遠，也能從彼此身上獲得反思。觀察著城市，也像觀察自己，從混搭的城市風景，記錄著自己的生命細節。



新生南路附近



台北人群百態

圖·文—奧斯卡 Oscar Tsai



奧斯卡 Oscar Tsai

生於1990年，專職插畫工作者，2011年愚人節因意外開始創作，從敲擊鍵盤寫程式碼改拿畫筆，這幾年，來來回回各城市，認識了有些人，知道了有些事，以畫筆記錄所生存的時代。

因 為總是在深夜的時候創作，有時候會想，在這個時間點，人們都在做些什麼呢？台北的夜晚總是熱鬧又哀愁，有些人睡了、有些人還沒，每個人的時間在這個城市交錯相遇，將白天、夜晚區分成不同風景。



十 台北

好台北 Good Taipei

從理解到尊重 發展多元化的美麗社會

公共台北 Public Taipei

2019 台北爵士音樂節
「台北造起來」店家再造計畫
台北市松山市交流贈禮活動

好玩台北 Fun Taipei

活動短訊

從理解到尊重 發展多元化的美麗社會

文—戚文芬·攝影—莊智淵



這日，台大男裙日成員林蕙竹和林知瑜參與一場以「性別平等」為主題的桌遊，他們以充滿期待的眼神盯著一張張發下的圖卡，人物卡、事件卡等鋪滿整張桌子，逗趣的人物設計、簡潔而生動的圖像，搭配多元而充滿趣味的玩法，頓時，整個屋子裡充滿了歡笑聲，也體驗到遊戲結合性平議題，是可以如此輕鬆有趣。

5 月中旬，台大圖書館前廣場聚集了熙攘攘的人潮，細看，有的是魁梧壯碩的男同學捲起褲管、套上短裙，有的則是自然地穿著裙子來往穿梭，甚至大刺刺地蹲下、做動作，看得旁邊的女同學大叫，「不行啦，你現在穿的是裙子，這樣蹲下是會曝光的！」

這天，正是台灣大學政治系學術部性別組讀書會所舉辦的「男裙日」，發起人台大政治系學生林蕙竹正色說道，「我們想透過這樣的活動，讓大家知道不是只有女性可以穿

裙子，男性也可以。最重要的是，藉此讓每個人都可以穿上自己喜愛的衣服，突破一般人對於性別的刻板印象。」

「我很喜歡打排球，可是每每在排球場上，只要有男性加入，他們總會下意識地『越位』，好像這是理所當然的事，不會顧慮這是我攻守位置。」林蕙竹認為，傳統上，大家對於男性的認定就是力氣大，一個家庭就該是男主外、女主內，可是生活中，很多現實的狀況卻並非如此。

「仔細觀察，生活周遭很多因性別產生的



1

2

1. 台大男裙日發起人林蕙竹表示，穿著打扮的改變是打破傳統思維的一種方式。
2. 突破性別的意涵，裙子不是只有女性可以穿著。

歧視，都讓人很不舒服。」林蕙竹進一步指出，若沒有意識到這件事，且正視歧視所產生的影響，諸如此類的行為，就會一直存在，反覆發生。

台灣性別平等教育協會理事長洪菊吟對此也表示，自性平會 2002 年成立後，一直透過舉辦演講、講座、出版書籍、影音作品等方式，期盼讓大家了解性別平等的內涵，進而改善其中的不平等。她強調，「性別平等教育中最重要的一件事，一是認識自己，二是注意人我之間的關係。」唯有如此，才會正視歧視及其所造成的影響，真正面對問題、解決問題。

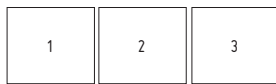
例如台大所舉辦的男裙日，「要喚起大家的注意力！」林蕙竹表示，除了男同學穿上裙子，女同學也紛紛嘗試以往不敢做的裝扮。「以前我曾被人笑是象腿，所以根本不敢穿

裙子，可是當天我不僅穿上洋裝，還穿了一身的大紅色。」林蕙竹表示，藉由突破性的裝扮，打破傳統的藩籬限制，處理性別平等的議題，其實可以用更多元、更有趣的方式。

性平教育從遊戲開始

「記得以前教學時，家庭親族表的繪製是以父、母、一兒、一女為基礎，再延伸發展。那時我遇到單親家庭的孩子，根本不知道如何呈現，因為在他的成長記憶中，有一個角色是不存在的。」洪菊吟說。

為了讓各年齡層都能理解性別平等的重要，性平會開發以多元家庭為主題的「扮家家遊」桌遊，遊戲裡的家庭可以由一對夫妻或是不同種族、不同國籍、同樣性別所組成，洪菊吟表示，「讓大家了解，只要有愛就是



- 1&2. 「扮家家遊」是全台第一個性別平等意涵的互動式遊戲。
3. 桌遊裡每個角色都不是表面上所看到的模樣，可隨玩家自行定義。



家庭，不一定是傳統既有的認定。」

林蕙竹和林知瑜在試玩桌遊時，不僅短時間之內就掌握每個人物的特性、對應出所發展的事情、解決之道等等，也因此激發他們要以更多元的方式倡導性別平等的想法。林蕙竹強調，「除了可以用穿著翻轉傳統觀念，以更充滿趣味的遊戲，便能不知不覺潛移默化，讓人更容易接受。」

為了讓性別平等教育向下扎根，性平會在2014至2015年間，帶著桌遊展開環島旅程，與各地的社區和學校交流，洪菊吟笑著表示，「有些孩子原先很沉靜，不願開口說明自己的狀況。玩過遊戲後，變得會主動和人交談，告訴別人他的家庭狀況。我也曾遇過阿公、阿嬤原先很不能理解氣質較為陰柔的男性，或較陽剛的女性，透過遊戲輕鬆活潑的氣氛，他們最後也能理解每個人都有自己的氣質。」





舉例來說，在互動遊戲裡，一個戴著墨鏡的男人，可能是視障者，也可能是想法前衛的時尚家，桌遊裡的角色會隨著玩家賦予不同身分而產生不同的結果，現實生活不也是這樣，每個人都是獨立的個體，不應僅以樣貌來判斷各自的價值，正如台大男裙日穿上裙子的男同學笑說，「夏天穿裙子較涼快，以後可以多加嘗試。」

透過各種管道與活動，學習接受多元的聲音與想法，不論性別與身分，平等才是社會維持和諧的珍貴資產。



搖擺屬於我們的風華爵代 2019 台北爵士音樂節

文—朱婉慈·圖—台北市文化局

-  即日起 ~ 10/27 (日)
-  各場次地點請至官網查詢
-  免費
-  1999 轉 3519



第 13 屆台北爵士音樂節「風華爵代 | 搖擺 19」，再次以爵士樂中所創造出的流動及節奏——搖擺 (Swing) 為概念，向爵士樂輝煌的 1920、30 年代致敬，透過近 3 個月的系列活動，讓爵士樂流淌在台北的大街小巷，全城一起搖擺。

親身感受爵士的多重盛宴

親臨現場感受最能領略爵士樂的精髓！「爵士搖擺新秀 Open Jam」率先於 8 月登場，由黃瑞豐、烏野薰、徐崇育及林正如等 4 位資深樂手打頭陣，在不經排練的情況下直接上台演出，即興創作第一手的原創音樂。緊接在後的是 8 組新秀爵士樂團，除了現場即

興演出外，還會搭配搖擺舞社團動感表演！

若是想感受零距離的演出，絕不能錯過 10 月上旬的「感爵夜現場」。以爵士為基底，融合拉丁、搖滾、放克等多種類型的音樂，將更多樣的爵士樂帶進民眾的日常生活。而 10 月 25 至 27 日的「搖擺 19 依舊大舞台」則以音樂節的形式在大安森林公園，連續 3 天共 12 場接力演出，匯集國內外頂尖歌手與樂團，在星空下、草地上享受這週末限定的音樂饗宴。

此次的「搖擺 19 依舊大舞台」，熱邀國內外爵士名家演出。香港鼓手恭碩良與 Bass 手張為智將合體演出；而去年引爆全場樂迷視聽震撼的日本爵士樂團 H ZETTRIO 也將再度登台，3 人深厚的實力和絕妙默契，讓招

牌的「無重力演奏」，賦予聽眾像是身在遊樂園一般的歡樂驚奇，緊緊抓住在場每個聽眾的心。

多元活動讓爵士萌芽生活

如果單純聆聽已滿足不了你對爵士樂的熱愛，台北爵士音樂節還準備了精彩講座和校園工作坊，4場講座分別以不同面向、由淺入深，帶你從聆賞入門到一探爵士樂的創作歷程。

而為期兩天的「校園感爵工作坊」，則適合有3至5年樂器演奏基礎的民眾參加，講師將傳授演奏的知能、素養，甚至即興創作，讓爵士樂以不同的形式在你的生活中萌芽，感受台北的「爵代風華」！



台北爵士
音樂節



國內外一流樂手齊聚爵士音樂節，碰撞出更多元的音樂火花。



老店的華麗變身

「台北造起來」店家再造計畫

文—朱婉慈·圖—台北市商業處



1

2

1. 「順園小館」改造後，更添輕鬆感與年輕活力。
2. 「新純香款茶舖」整體品牌形象變得明亮而清新。

新舊魅力造起來

走在川流不息的台北街頭，矗立街角的老店鋪，在經過時代的洗禮後，散發著與眾不同的懷舊魅力，但或許是因為店內裝潢樸實，讓偶遇的人們不知如何親近，錯過認識良品與好店的機會。

為了使更多人了解這些特色店家的魅力，也讓老店能以新面貌再出發，「台北造起來」店家再造計畫於焉誕生。

從裡到外老店大變身

從 2015 年開始的店家再造計畫，最初鎖定大同區及萬華區的特色店家，改造重點在於外觀上依然保留老店的歷史感，並加入能彰

顯空間或產品特色的風格，形塑出老店與街區新舊融合的獨特魅力。除了硬體方面的改造，店家再造計畫還提供了專人輔導訪視、經營課程、品牌營造等軟體方面的協助，並在改造完成後，透過一連串的行銷方式提升店家知名度。

2018 年參與再造計畫的 15 間特色店家，以寶島造物、文化造禮、美食造味及創意指形等 4 大類型主題，透過翻轉原先的商業模式，為台灣物產、傳統茶藥、在地飲食及生活美學呈現出嶄新樣貌。

老字號的人情味與新氣象

創立於 1981 年的「新純香茶業」，在第 2 代老闆娘留日回台後，結合台灣的溫暖人情

味與日式盡心的款待哲學，傳承媽媽建立起的好口碑。在這樣的前提下，改造的方向保留了店家特色，將品牌定位為「奉茶文化與款待哲學的台日混血」，並在品牌名中加入「款」字，改為「新純香款茶舖」，一改過去台灣傳統老茶行的既定印象，以日式的淺色木頭基調營造質感氛圍，讓老店的美好不只在熟客間口耳相傳，也吸引更多過路客入內一品台灣茶的純淨甘甜滋味。

同樣以茶起家的，還有自清朝創立的「福大同茶莊」，雖有著 170 年的歷史和精湛的製茶技術，卻難逃年輕客群減少的問題，因此改造計畫著重在店家的歷史感和卓越的茶葉品質，以「老艋舺的第一縷茶煙」為定位，並運用老物件打造有如文物館般的店面空間，烘托茶品價值並融入在地文化，成功打入年輕人與國際遊客的客群。

位於公館商圈的「順園小館」也是兼具人情和好味道老店，美味實在的北方料理，即使已營業 30 年仍高朋滿座。延續店家親切、家常的調性，將店內原先象徵中式飲食文化的傳統圓桌改為方桌，不只提升空間使用彈性，也讓來客聚餐時能夠更親近地對視談心。此外，也針對人氣菜單「酸菜白肉鍋」推出分量較少的雙人鍋，即使突然嘴饞，也能享受這道佳餚。

老店承載著居民的記憶與地方的故事，認識一間老店，就如同閱讀一本地方產業的發展史。隨著世代的更迭、潮流的移轉，老店反而因為凝聚了歷史與人情，成為大城小區內不可或缺的存在。



台北市
商業處




「福大同茶莊」有著 170 年歷史，古樸的茶具和明亮的空間對比呈現老店的新姿態。



飛到松山拿好禮 台北市松山市交流贈禮活動

文－朱婉慈·圖－台北市觀光傳播局

 即日起～10/31(四)
送完為止

 1999 轉 1504



台北市有松山機場，日本愛媛縣也有座松山機場，兩座機場於 2013 年首次直航，此後兩市持續維持良好的交流。今年適逢長榮航空往返桃園機場與日本松山機場的定期航班正式啟航，兩市特別為到訪的旅客準備了驚喜禮物！

活動期間日本松山市民來訪台北時，可獲得提袋及北北基好玩卡等實用好禮，而台北市民造訪日本松山時，只要於道後溫泉觀光會館填寫資料，即可領取托特包、景點優惠券、紀念資料夾、FUN PASS 等限量好禮，讓兩市滿滿的地主情誼為美好旅途增溫。

松山市的多樣魅力

日本松山市孕育了許多文人及作品，據說動畫《神隱少女》中，湯婆婆款待眾神的「油屋」，原型便是知名的「道後溫泉本館」。

而文豪夏目漱石的小說《少爺》也以松山當地為舞台，小說中提及的蒸汽火車「少爺列車」，保留了明治時代的懷舊風情，至今仍受到觀光客及文學迷的喜愛。

寫下城市的優雅俳句

因日本松山市是俳句革新運動推手正岡子規的故鄉，為了推廣這項擁有 400 多年歷史的文化，松山市於國內外 100 多處地點設置「松山俳句信箱」，今年 2 月更於台北市市政大樓 1 樓中庭設置信箱供民眾投稿作品，只要使用專用稿紙並投稿俳句作品，松山市將在每年 1 月選出優秀作品並頒贈紀念品，不妨來投稿看看吧！



好玩台北 Fun Taipei

2019 國際青年日 「舞出你的台灣魂」



8月12日為國際青年日，台北市青少年發展處為了推廣本土文化，展現傳統藝術結合新一代潮流的能量，特別邀請「鐵四帝文化藝術創意舞蹈團」

帶來家將街舞文化演講及表演、家將面師現身說法、臉譜示範及摸彩等精彩活動，帶你認識台灣文化之美及表演藝術職涯道路。

📅 8/17 (六)

🕒 14:00 - 16:00

📍 台北市青少年發展處 5 樓流行廣場

☎ 02-2351-4078 轉 1761



「同心協力防自殺 = 『公私』 協力防自殺」 記者會暨互動展示活動

人人皆可成為自殺防治守門人，本次活動以打破心理高牆、建立互助橋梁的概念，邀請大家加入心情守門員行列。活動當日設有知性海報展及簡單互動遊戲，還有精美禮品等著你喔！



人人皆可成為自殺防治守門人，本次活動以打破心理高牆、建立互助橋梁的概念，邀請大家加入心情守門員行列。活動當日設有知性海報展及簡單互動遊戲，還有精美禮品等著你喔！

📅 8/26 (一)

🕒 10:00 - 15:00

📍 市政大樓 1 樓中庭

☎ 02-2321-2730 轉 60



以米代金集中燒 心誠則靈好環保



農曆7月大事——中元普度，台北市民政局邀請大家響應香枝、紙錢減量，或採用「以米代金」的方式祭拜；如仍有焚燒紙錢的需求，可採用金銀紙錢集中焚燒的管道。此外，自8月1日起，於民政局線上祭拜網站進行線上普度，更有機會把名牌票卡夾及超市禮券等好禮帶回家！

農曆7月大事——中元普度，台北市民政局邀請大家響應香枝、紙錢減量，或採用「以米代金」的方式祭拜；如仍有焚燒紙錢的需求，可採用金銀紙錢集中焚燒的管道。此外，自8月1日起，於民政局線上祭拜網站進行線上普度，更有機會把名牌票卡夾及超市禮券等好禮帶回家！

📅 8/1 (四) ~ 8/29 (四) 抽獎活動至

17:00 止

☎ 02-2725-6237



「找到台北，城市散步」散步路線有獎徵文

一座城市的趣味來自於居民在生活中的體會、觀察、敘述與記憶。台北村落之聲邀請大家成為散步路線的策畫者，以走跳老房子、走走古道、巷弄小綠洲、街頭巷尾觀察學等主題，募集每一個你心中喜愛的城市小徑。



一座城市的趣味來自於居民在生活中的體會、觀察、敘述與記憶。台北村落之聲邀請大家成為散步路線的策畫者，以走跳老房子、走走古道、巷弄小綠洲、街頭巷尾觀察學等主題，募集每一個你心中喜愛的城市小徑。

📅 即日起 ~ 9/1 (日) 12:00 截止



2019 台北藝穗節

台北藝穗節以不審核、不設限、自由開放的態度，讓表演與生活緊密相連，今年集結台、港、中、日、英等國家，共 131 組表演團隊，於台北市各大場館、藝文空間、咖啡廳等生活場域展開 537 場演出，為大家帶來豐盛的藝術盛宴。

📅 8/24 (六) ~ 9/8 (日)

☎ 02-2599-7973



「世界的八月半」2019 台北市客家傳統文化信仰系列活動

以世界的八月半為概念，用符合永康街氛圍的方式，將音樂串聯演出，還有手作市集與二手書攤，並提供精美客家紀念小物、冷飲點心等，創造有聽、有喝又有玩的一日體驗，歡迎前來感受豐富多元的文化風采。

- 📅 9/13 (五)
- 🕒 16:00 – 18:00
- 📍 永康公園
- ☎ 02-2702-6141 轉 221

2019 台北盆景展



「盆景」是一種活的藝術品，台北市公園處與台北市盆景協會合作展出多達 60 盆造型巧奪天工的藝術盆景與珍稀奇石，並請專家在現場進行盆景賞析導覽，邀請民眾前來欣賞盆景，陶冶身心！

- 📅 9/6 (五) ~ 9/15 (日)
- 🕒 08:00 – 17:00
- 📍 士林官邸公園駐警室前廣場
- ☎ 02-2861-6361 轉 15



2019 二二八史蹟導覽

以微旅行的方式帶領民眾實地走訪二二八的史蹟地景，藉由人權景點讓你更了解二二八的史蹟脈絡，認識台灣奮力爭取人權自由的軌跡。



📅 場次詳見活動官網 (需事先報名)

- 🕒 14:00 – 17:00
- 📍 捷運台大醫院站 1 號出口集合
- ☎ 02-2389-7228 轉 30



活動官網



粉絲專頁

「毒品危害的真相——知毒+識毒+反毒」科技反毒教育特展

本次特展結合實體造景、醫學資訊、毒品氣味、藥癮者個案人生故事及 VR 危險情境體驗等素材，展出各式科技互動展具，期盼透過科技互動、心靈感受及親身體驗，將反毒意識深植觀展者的心中，建立正確觀念。



- 📅 8/31 (六) ~ 9/28 (六) 週一公休
- 🕒 09:00 – 18:00 (週二至週五)
10:00 – 19:00 (週六、日)
- 📍 四四南村 D 棟
- ☎ 02-2788-8827 轉 611

108 年兒童誠信月活動



台北市政風處邀請林老師說故事團隊帶領孩子們聆聽誠信小故事，以法務部廉政署誠信繪本《小海龜的逆襲》搭配活動主題動畫，透過親子參與、有獎徵答等方式，培育兒童誠信反貪觀念。

- 📅 9/1 (日) ~ 9/30 (一) 期間之週六
- 🕒 13:30 – 16:30
- 📍 台北市立圖書館各分館
- ☎ 1999 轉 7764

萬華艋舺人文生活場域

攝影 | 張國輝

新舊拚場 激盪城市的草根活力



若要在台北選擇一個看得見新潮與傳統碰撞的街區，萬華艋舺絕對是不容忽視的存在。在這裡，能夠感受到城市立基於傳統不斷前進的脈動，千姿百態又真性情的草根民情，在新舊比拚之間，也能找到安心滋長的位置。曾經在萬華艋舺生活的作家林立青，如今依然對此地流連忘返，他與萬華艋舺之間的故事，透露出新舊在此相互刺激又融會的自在氣息。

林立青： 「真正的文化是從在地生活中長出來的。」

文—林佳蕙·攝影—張國耀

以《做工的人》一書立下文壇名號的林立青，非常接地氣，吸引他的城市街區自然也不帶矯揉造作之氣，而匯聚多種族群生活面貌的艋舺，是讓他最感自在不拘束的所在，多年來總讓他流連忘返。

在讓人一秒滴汗的夏天，身兼工地監工和作家雙重身分的林立青，穿著人稱三五牌的 555 內衣和牛仔寬褲，晃悠著帶我們走進了位於萬華艋舺最核心地帶的華西街。一身透風清涼，他得意地說，最早是李小龍帶起 555 的風潮，這種上衣現在則是習武或蹲監的人會穿，「人家說我怎麼穿這樣，我說你懂什麼，真正的男人就要穿這個，那是李小龍在穿的。」他順手指向路邊一處服飾行，那裡，就買得到。

像這樣走在艋舺的街道之間，他非常自在。他認為古早時期因港口貿易而發展起來的艋舺，和世界上許多沒落的老城區一樣，都有包容多元文化的共通點，「它看過大風大浪，曾經繁華過，也落魄過，所以對於不同文化同理心比較高。」林立青算半個在地人，父母分別來自加蚋仔和南機場兩個傳統的萬華地區，一家人雖然在大台北地區搬遷

了幾回，但總會回來逛一逛。例如在老台北信仰中心艋舺龍山寺附近，就有間開在華西街、據他說是全台唯一一家的命相易經專業書店，專賣玉珮避邪飾品的雙親每年總會出入多次，而在網購不發達的年代，他也常回來這裡買些五金材料，艋舺對他來說，即是生活。

不造作的生活感

「我昨天才在這邊吃飯，無聊沒事，回來這邊東西比較好吃。這邊一百塊可以吃到吐出來，去百貨公司地下街你能吃什麼？」林立青帶我們走過著名的蛇肉攤、越南新住民服務的修甲店、老奶奶的檳榔攤，店家攤商的後方是茶室，對面則是拿下米其林一星的「台南担仔麵」，一條街上呈現著舊城區生活的豐富面貌。而不遠處就是他特別推薦的「阿義魯肉飯」，飽滿的蚵仔蓋在滿溢滷肉油香的白飯上，讓人一下就可以扒完一大碗，而另一端則是超過 50 年歷史的「華西街珍果」冰菓店，充滿懷舊風情。然而，平價又古早的美食，倒不是艋舺引人不斷回返的根本理由，他說：「最重要的還是人啦！這區有特殊的文化、秩序和規則，這裡的人有什麼說什麼，觀察力也比較好。只要認識 3 天，就可以一起去按摩、吃飯、聊天，寫作的時候，來這邊得到的刺激比較多。」

新舊交融的好滋味

這些年，林立青自己散步，也讓新朋友引路，深入大小巷弄，雖感嘆許多值得保存的老東西如涼茶攤的藥籤、舊建築工法都逐漸消逝，艋舺的地表風景慢慢在變，但這幾年，有些年輕人開始回流，把老東西帶出了新的韻味。我們走進「呆待咖啡」，年輕的女店長小時候就在剝皮寮長大，隨口就可以說上一段街區的故事，對咖啡很有熱情的她，把這一區有名的「涼粉伯」古早味涼粉店裡使

用的麵茶加到了拿鐵裡，讓上一輩的飲食品項在這新舊交融中，產生出令人印象深刻的香醇新味道。林立青有感而發地指出，真正的文創就得從在地的生活中生長出來，「現在是越在地越國際，像泰國的夜市就比他們的百貨公司有趣多了。」

啜一口麵茶拿鐵，這真性情的艋舺滋味，讓林立青暖心舒暢，在地生活的韻味，對他來說，就是如此對味。



台北就是
我的無牆
博物館



a



b



c



d

a. 華西街如同城市的縮影般，可以看盡各式各樣的人生，更能遇見專門販售命相易經書籍的專賣店。b.「華西街珍果」是 50 年來的老派浪漫、維繫感情的好去處。c. 呆待咖啡創辦人自小在剝皮寮長大，把當地著名的「涼粉伯」麵茶加入咖啡，成就新舊交融的好滋味。d. 平民美食也可以吃得很豪華，滿滿的蚵仔魯肉蓋飯，給你大滿足。



a

a. 艋舺龍山寺香火鼎盛，是艋舺的信仰中心，雙手合十，便能找到慰藉。b. 艋舺龍山寺地下街有許多命理工作室，為人生提供方向。



b

精神信仰

📍 艋舺龍山寺 · 艋舺青山宮 · 艋舺清水巖祖師廟

艋舺龍山寺、艋舺清水巖祖師廟與艋舺青山宮為「艋舺三大廟」。自清朝時期艋舺龍山寺建寺以來，命理算命業便群聚於此，直到2004年B1地下街落成後，才以明亮、整齊的攤位呈現。

萬華的宮廟數量眾多，其中不乏悠久歷史的古廟。最初大都是清代來台開墾的漢人，為了祈求平安、消除疫病等，迎來原鄉分靈而至的神祇，從此在艋舺落地生根，各據山頭，例如祖師廟即是福建泉州安溪人所建，主祀清水祖師。

創建於清乾隆3年（1738年）的國定古蹟

艋舺龍山寺，主祀觀世音菩薩，不只是清代福建泉州三邑人的信仰中心，也是當時的同鄉會館與公共議事堂，見證地方頭人在頂下郊拚（1853年）、清法戰爭（1884年）等重大事件的公議；這樣的傳統延續至今，廟前的艋舺公園，仍是長者聚集及議論時政的公共空間。另外，艋舺青山宮每年一度的靈安尊王暗訪暨繞境，俗稱「艋舺大拜拜」，繞境範圍早已不限於傳統的艋舺地域，而是北至西門町，南至加蚋仔，表現出地方信眾參與廟會活動的公共性，並被登錄為民俗類無形文化資產。

庶民百態 📍 東三水街市場 · 佛具街 · 青草巷

想認識萬華的庶民生活，菜市場是個好去處。建於 1935 年的新富市場，當初是日本時代的公設市場，強調衛生與現代化管理，同時滿足日本人與台灣人的採買需求。到了戰後，中南部移民在市場周圍落戶，搭建矮房，1 樓作為果菜肉類加工的后場，而「半樓仔」（閣樓）成為一家人生活之處。市場的人潮與商機帶來流動攤販，聚集在新富市場的正門外，1986 年，在流動攤販的奔走下，東三水街市場終於正式合法成立。隨著時代變遷，東三水街市場如今面臨超市、大賣場等通路強勢競爭，一些攤商的門面經過改造後，環

境變得整潔明亮，甚至帶點文青味，讓更多人願意走進這裡。

位於西園路的「佛具街」，以及以西昌街 224 巷為中心向外擴張的「青草巷」，皆為台語所稱的「結市」（同類店家聚集以帶動買氣），也是深具地方特色之處，同樣面對老店如何創新的課題：有的佛具店主打現代居家佛堂，強調設計感與空間美學；有的青草店推出便於沖泡的養生茶包，以及有如手搖飲料店的推車，販售各式青草茶，都是為了符合現代人的需求。



a. 東三水街市場一直是在地居民購物的中心，經過創意的改造，更能與時代接軌。b. 來一趟佛具街，找尋心中的撫慰。c. 走一趟青草巷，喝一杯清涼消暑的青草茶。

建築模樣 📍 剝皮寮歷史街區 · 糖廊文化園區 · 萬華林宅

萬華地區近 20 餘年的文化資產保存歷程，在軟硬體及公私之間的兩難抉擇，展現了與時俱進的可能性。剝皮寮歷史街區的保存，可說是個美麗的意外，北市府當初沿用日本時代的都市計畫，把剝皮寮編入北側老松國小擴增校地的預定地，長期限建管制的結果，保留了原始的清代街道紋理與日本時代的店屋面貌。然而，公民自發的剝皮寮保存運動與北市府角力的結果，是原住戶搬離僅留建

物空殼，然而，在這個私人空間公共化的過程，因為作為電影《艋舺》的拍攝場景而爆紅，至今仍是萬華的人氣景點。

糖廊文化園區原為日本時代的甘蔗製糖所，台糖公司在上世紀末原有意將這塊土地委外出租，改建為大型老人安養院，不料激起社區居民的抗爭行動，並凝聚為長期投入大理街社區營造的地方力量，因為北市府的介入，三棟糖倉被指定為市定古蹟，戶外空

間成為社區居民的遊憩公園。萬華林宅則是近年私有古蹟經營的典範之一，1、2樓由星巴克進駐經營，樓上空間由林家後人管理並

定期開放導覽，是兼顧私人產權與公共利益的嘗試。



a. 剝皮寮的建築依然保有清代和日本時代的樣貌，彷彿凍結了時間。b. 糖廊文化園區內的甘蔗，提醒著後人，這裡曾是台北城內唯一的製糖所。c. 萬華林宅獨特的立面，還有3層樓外加頂樓神明廳的設計，顯見當時林家的社經地位。

生猛飲食 📍 華西街觀光夜市 · 廣州街夜市

萬華地區擁有豐富的飲食文化，其中有兩個在地因素值得思考：首先，艋舺龍山寺等大廟吸引來自各地的參拜與觀光人潮，長年川流不息，奠定飲食消費的基本盤。其次，艋舺龍山寺的周邊商圈及夜市，具有濃厚的庶民特色，為了滿足基層民眾吃喝玩樂的需求，往往顯得生猛有力，打破大眾對飲食的既有認知。

例如，華西街觀光夜市曾經以殺蛇秀與吃蛇肉而聞名，在1980年代成為向外國觀光客宣傳的亮點，不過隨著動物保護觀念的普及，

殺蛇不再是華西街的日常風景；另一個生猛飲食的代表，是今年甫榮獲米其林一星的老店「台南担仔麵」，老闆不只將海鮮菜色頂級化，其內部裝潢金碧輝煌，有「華西街的凡爾賽宮」之稱，讓人遙想「台灣錢淹腳目」的昔日榮景。除了有這樣的豪華餐廳，對許多長輩而言，逛夜市、探訪古早味的小吃攤與店家，例如涼粉、刨冰、肉圓、炒飯、胡椒餅、魷魚羹等吃食，不只餵飽肚子，更是令人懷念的老台北記憶。



a. 華西街的阿義魯肉飯，有獨門的蚵仔魯肉蓋飯，是平民的奢華味。b. 熙來攘往的華西街，從店家的變換，可以看出時代的變遷。c. 夜晚點亮招牌的廣州街夜市，配上生猛的叫賣聲，是老台北的體驗。

文創好店 📍 新富町文化市場 · 艋舺龍山文創 B2

萬華有豐富的歷史及人文內涵，隨著舊街區的復興，正要轉身成為新時代文創的孕育地。新富市場有著多舛的歷史，當年開幕不久後，就受到附近流動攤販的生意擠壓，後來流動攤販就地合法為東三水街市場，便因動線和價錢相對競爭力低，喪失主要的市場功能。

為了讓這座少數日治時期建置的市場建築免於被拆除的命運，2006年新富市場被指定為市定古蹟，修復後由忠泰建築文化藝術基金會於2017年以「新富町文化市場」的定位再生，並提供工作室，招募相關團隊或個人進駐。有別於剝皮寮歷史街區原住戶全數遷離，新富市場一角仍保留愛嬌姨的製冰室，

讓人看見原本的市場生活，成為別具新意的巧思。

艋舺龍山文創 B2，位於艋舺公園下方，是北市府正在活化的地下街，目前定位為在地店家與藝文團體進駐的文創基地，將萬華本身豐富的內涵與文化轉化為創作者的養分，同時透過舉辦工作坊、導覽，讓民眾參與，挖掘屬於當地的創意能量，今年更啟用數位內容實驗場，以自媒體科技來探索文化，作為文化創新的平台。

萬華艋舺貼近常民生活的草根文化，以及深厚的歷史，是其最獨有的內在特質，持續掌握地方特色，深掘傳統、翻攪新意，讓萬華艋舺長出了一條文化創意的枝幹。

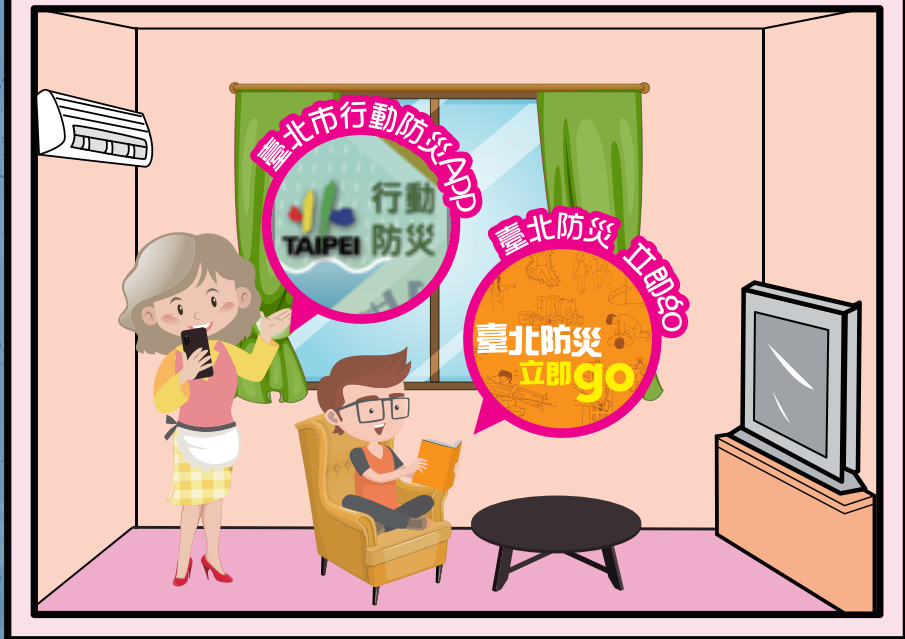


a. 昔日的新富市場華麗轉身後，成為文創展示的空間。b. 艋舺龍山文創 B2 匯聚許多獨樹一格的風格文創，最受矚目的莫過於明華園「藝棧」展覽。

艋舺拼場 Monga Crossover 📍 8/23 (五) ~ 8/25 (日) 📅 31 艋舺龍山文創 B2

將會有「新創拼經典」、「拼場之夜」、「拼場 Oh my god」與「拼場市集」四大主軸活動，包含展演、工作坊、演講、音樂會等，更有實境解謎 App，透過導覽地圖帶你在遊戲之中，深入探索地方。

「一站式」防颱資訊 居家防風



防颱資訊平臺 隨時掌握



臺北市消防局 關心您 廣告



品嚐經典台北味！
熊比登 等你來推薦！
 熊比登... 熊比登.. 熊比登....

臺北味
 熊讚
 BRAVO!

熊讚被市府任命為尋味臺北的「美食特派員」

快來幫忙熊讚找出臺北的經典口味！

依照日常的前往你喜歡的經典台北店家，拍下美食照片並且上傳任何的社群平台、Google評論，標記臺北專屬美食標記「#熊讚臺北味 #BravoTaipei」即可推薦給熊讚成為口袋名單！

#熊讚臺北味 #BravoTaipei #熊讚Bravo



美食日記



多感
台北

嚮往 × 台北

No. 619

勇敢奔向未知的明天

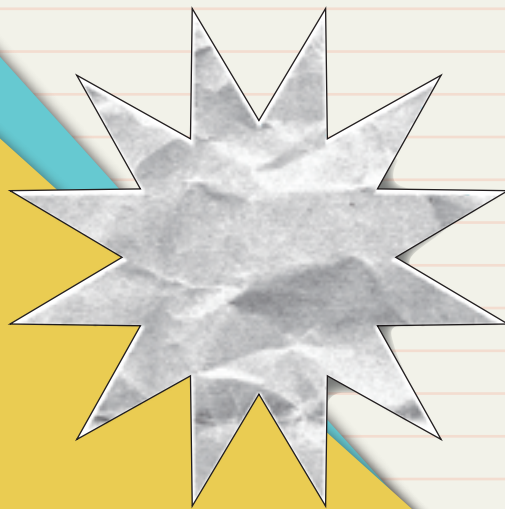
站在懵懂的起點，
望著生命歷程的下個階段，
你問著自己：「嚮往怎樣的人生呢？」
一個紀念品、一場冒險、一抹回憶……
用別具意義的青春事蹟，
寫下每一頁人生篇章，
別猶豫了，即刻出發吧！

啟程·社會新鮮人—

走出校園、初入職場，令人既期待又怕受傷害，訂作專屬配件是告別青澀的起手式，乘著個人風格自信出發！

「打造個人風格，征服職場好簡單」

聽聽創業甘苦、社會新鮮人職場生存密技。





蛻變・冒險大學生一

冒險的感覺總是令人欲罷不能，但踏出第一步也需要十足勇氣！城市裡即可成行的小小壯遊，就是學會獨當一面的最佳試煉！

「陽明山自行車騎行、北投熱血攀岩」

克服恐懼、用勇氣戰勝一切，每一場挑戰都是青春的變奏！

破繭・青春高中生一

排山倒海而來的課業壓力，在下課直奔社團後煙消雲散；深夜游移在模擬題庫間，社群媒體串聯了一方療癒的天地。不同世代的青春裡，不變的是苦澀又熱血的滋味。

「熱血與創意狂飆的青春歲月」

高中生的流行用語是什麼？熱舞社是永遠不變的人氣霸主？！



啟程

社會新鮮人課題， 面對職場第一步！

文－戚文芬

圖－Hsu&Daughter、林果良品



懷抱熱情、謹記初衷 謹慎踏出每一步

滿懷抱負的社會新鮮人總是深信自己能夠面對未來各式困難和挫折，但當事與願違時，就很容易忘了初衷，喪失熱情。

如何面對？如何因應？常為社會新鮮人訂製人生第一個皮件的「Hsu & Daughter」徐氏父女手工皮件工作室創辦人徐莞淳說，一次偶然將作品分享在 Facebook，廣受好評所獲得的成就感，讓他們能一路走來，始終堅持打造出更多讓人感動的作品。

徐莞淳建議新鮮人，「在創業或是選擇工作前，須想清楚自己做這件事的初衷，是否可以讓你保有相當的熱情，不斷前進。另一方面，更要了解自己所擁有的特質與資源，以便遇到困境時可以善用。」

＼ Hsu & Daughter 建議穿搭術 ／

面對職場，可透過個人化的小配件，讓人留下深刻印象。例如：客製化設計的名片夾、證件套，由自己親手縫製、壓印上專屬的姓名或紀念日，都能打造出鮮明的個人印記。

甫離開校園的新鮮人，在面對這個人生重要轉捩點之際，總是滿懷希望，以慎重的心情期待著下一段生涯的開始。為自己訂製第一個專屬配件，或許只是一個皮包、一雙皮鞋，充滿質感而溫潤的皮件象徵的是個人獨特的品味與堅持，藉由客製化的設計，讓你走進社會的第一步，充滿了自信與能量。

積極累積專業能力 持續增進相關知識

保有初衷，不僅是 Hsu & Daughter 的堅持，亦是林果良品創辦人曾信儒的重要信念。從 13 年前創業至今，曾信儒遇上金融海嘯、經營管理等挑戰，之所以能夠堅強樂觀面對，正是因為堅持初衷。

「我一直想在鞋業上有所突破，鞋子不應只是一雙鞋，而是匯集藝術與設計，是職人精湛工藝的呈現。」所以從創業以來，曾信儒努力透過部落格傳遞各種

關於鞋子的知識，自己也繼續求學進修、參加讀書會、大量閱讀、到國外獲取新資訊。他說，對於鞋子，從不敢懈怠。「除了鞋子外，經營管理過程中有太多需要累積的專業知識，按部就班才能一步步成長。」一如初入社會的新鮮人，必須步步累積專業、成就能力，才能不畏挫折與困難，開創屬於自己的燦爛未來。

＼ 林果良品建議穿搭術 ／

鞋子是很多企業觀察新鮮人體現其氣質與風格的小細節，也可以彰顯新鮮人看待這份工作的態度。因此，在訂製自己的第一雙鞋時，除了舒適考量外，簡單、俐落的設計是最佳選擇。



圖／林果良品



圖／林果良品



圖／林果良品

12 星座 職場生存術

還在煩惱人生第一雙訂製鞋、第一個名片夾要選什麼顏色嗎？參考占星老師——澤誼的人參青紅燈分析的 12 星座主打色就對了！此外，新鮮人須知的「眉角」特別多，不妨來參透各星座個性和優缺點，讓你在職場上無往不利！

Plus
星座主打色

牡羊座

代表色：紅色

個性小總結：喜好鮮明、直接、衝動

牡羊座初入職場要特別小心人際關係，我行我素的個性容易惹惱別人，不要一味覺得自己是對的，偶爾聽聽別人的建議很重要。效率與行動力高是牡羊座的優點，但有時動作比想法快，反而容易搞砸事情，做決定或是表達意見前，請三思。

金牛座

代表色：褐色

個性小總結：有原則、不太變通、保守

職場上的乖寶寶非金牛座莫屬，優點是很守規矩，總是照著 SOP 走。但優點同時也是缺點，金牛座的新鮮人一旦被工作流程制約，就算效率不好，也依然不變通。建議適時檢視工作方式，才能走更長遠的路。

雙子座

代表色：藍色

個性小總結：點子多、愛思考、專注力不夠

以初入職場的新鮮人來說，雙子座相對很快就能適應環境，並且提出很多想法與企畫。不過定力不足是最大致命傷，會有吃碗內看碗外的情況，導致執行力不好，讓原本應該很棒的提案，淪為要大家幫忙收拾殘局。建議加強自己的定性，首先專注於手中的工作，按部就班處理公事。

巨蟹座

代表色：鵝黃色

個性小總結：忠誠、負責、情緒過於敏銳

巨蟹座也算是職場乖寶寶一枚，只要認同公司就會認真做事，並且很忠誠。不過有時候容易被情緒左右，例如當巨蟹座比較喜歡某個同事時，就會特別多幫忙。建議巨蟹座新鮮人在職場上不要帶有太多個人情緒，盡量做到公私分明。

獅子座

代表色：金黃色

個性小總結：自信、領導特質、依賴別人的評價

有自信、具領導風格，一直是獅子座給人的感覺，喜歡為大家服務的精神也帶來職場上的好人緣。但只要當他人配合度不夠，就容易點燃脾氣；又或是未受到上司肯定，委屈就會寫在臉上。建議獅子座，肯定是自己給的，不要太在乎別人對你的評價。

處女座

代表色：白色

個性小總結：要求完美、有耐心、需要實質肯定

處女座吹毛求疵的特質，到了職場上就轉化為吃苦耐勞，會將主管交付的工作做到盡善盡美，但處女座會渴望得到相應的回報，若是沒有實質上的肯定，很容易萌生離去的念頭。建議處女座新鮮人，對於職場的回報要有耐性，不要太焦急。

澤誼的人參青紅燈

網路瘋傳星座圖片「12 星座人生比例大餅圖」創作者、《姊妹淘》與《街星》網站專欄作家，喜歡用透澈實在的口吻分析星座與塔羅。

天秤座

代表色：綠色

個性小總結：和平主義、擅長斡旋

喜歡和平主義的天秤座，初入職場很快就能找到與同事共處的方式，擅長斡旋的個性，更是標準的公關人才。但天秤座其實很重視公平，覺得未受到平等對待時，就會引爆怒火。建議天秤座要找到退讓的平衡點，畢竟人生本來就是由一連串不公平所組成。

天蠍座

代表色：紫色

個性小總結：神祕、決斷力強

做事果決，也很敢賭一把，在職場上容易大起大落。雖然只是個新鮮人，卻會利用各種方式去展現自己，有時反而顯得多餘。因此當主管要求只需盡好本分時，就會挑起天蠍座不滿的情緒。建議天蠍座，成就是慢慢累積來的，無法一蹴可幾。

射手座

代表色：橘色

個性小總結：活力、朝氣、樂觀過頭

樂觀的射手座對工作擁有滿滿的正能量，有時候連自己做不到的事，也會太過正向樂觀，覺得自己處理得來；等到發現做不來，反而會選擇逃避。建議射手座，樂觀是好事，但還是要衡量自己的能力，不要好高騖遠，否則很容易吃虧。

摩羯座

代表色：黑色

個性小總結：沉穩、務實、控制慾太強

職場上的務實主義者，只要是摩羯座願意接下的任務，主管通常都能放心交付。但是，當任務是摩羯座沒有把握的範圍時，就會因為自認達不到期待而全盤擺爛。建議摩羯座認清職場現實，並不是所有事情都在掌控之中，放掉一些控制慾，踏實面對每一個困難。

水瓶座

代表色：銀色

個性小總結：有主見、理性、固執

做事很有主見，而且會用自己理想化的方式去執行，並樂於嘗試，在職場上屬於理性派。不過，有時候會太過陷入自己的理想，容易卡在行不通的思緒中。建議水瓶座可以多接納他人的意見，不要困在自己的小世界出不來。

雙魚座

代表色：粉紅色

個性小總結：擅長照顧人、分不清輕重緩急

初入職場的雙魚座請小心別成為濫好人！因為喜歡照顧人的特性，覺得被需要是很幸福的事，不知不覺攬了一堆事情，把自己搞得很累，最後連分內的事都做不好。建議雙魚座要釐清事情的輕重緩急，並且懂得適時拒絕別人，否則會落得吃力不討好的下場。

蛻變



大學生活成就解鎖， 我的台北小壯遊！

文－黃映嘉
攝影－張晉瑞
圖－ PMAx



用毅力戰勝一切 初學者的自行車登山路線

在河濱公園騎腳踏車或許已關不住想往戶外冒險的心，那麼，不妨大膽踏出舒適圈，選擇初學者也能征服的陽明山系爬坡路段，不僅練腳力，更能鍛鍊心性。

騎車經歷超過 5 年，多次參加各項鐵人賽事的杜威，目前為專業體適能與飛輪教練，他建議，如果是剛入門想挑戰山路，可以選擇從道路寬闊、平整的至善路開始。從

故宮出發沿著至善路二段往上騎，路程約 6 公里就可以抵達聖人瀑布。一路皆為緩升坡，總爬升約 240 公尺，最辛苦的路段為明德樂園前的大長坡，杜威以自身經驗分享，起初要練長距離上坡時，也會選擇這段，不僅可以測試自己的耐力極限，沿途風景也相當宜人。

至善路至聖人瀑布可以作為自行車新手登山的試水溫路段，伴隨著內雙溪的河岸風景，讓挑戰自我的旅程更加愜意。如果已經著迷於踩踏山路的快感，想要脫離初學

大學生活的序幕，就由一場壯遊冒險來揭開吧！過程中需要挑戰極限的勇氣與耐心，甚至要戰勝原本恐懼的事物，在冒險過程中，或許會因為害怕而考慮放棄，但只要成功跨越障礙，滿溢於心中的成就感就會轉化為成長的能量，也讓沿途的冒險風景，都變得與眾不同。



者階段，杜威則建議同樣以至善路為起點，在楓林橋左轉，騎上萬溪產業道路，終點是著名的風櫃嘴，沿途的坡段對於大腿缺乏肌力訓練的人，可說是相當有挑戰性。

在樹蔭遮蔽之下，沿著蜿蜒道路前行，途中雖然會消耗大量體力，但是沿途看到的各種指標，包括剩餘公里數、消耗卡路里量等，讓一個人的冒險之旅，也有了繼續堅持下去的動力。

克服懼高一路直上 熱血攀岩攻向未知

從岩壁的頂點俯瞰關渡平原，接著視線轉往大屯山山線，整片壯闊景致如同一份獎勵，犒賞著努力攀爬到終點的你。

位在北投的熱海攀岩場，由於交通方便，吸引許多遊客造訪。相較於高度約 10 層樓的北海岸龍洞攀岩場，熱海攀岩場的高度約 4 到 5 層樓，對於初次挑戰攀岩的民眾來說，顯得更平易近人。



目前任職於 PMAX 團隊、從事攀岩教學已有 8 年經驗的大山教練表示，這裡的地質為火成岩，岩壁多為火山噴發所造成的凹洞組成，因此在攀爬技巧上著重平衡感與協調性，沒有過多需要運用核心肌群的部分，非常推薦新手作為入門的體驗。

除了體能上的鍛鍊，懸掛在岩壁上時，踏出的每一步都需要面對未知的勇氣，伴隨不斷嘗試、修正自己的路線，最終成功登頂！在解鎖攀岩成就之後，對於高度的恐懼早已拋諸腦後，就像從青澀、脆弱的繭蛹中蛻變，成為成熟堅強的大人。



目標成為 高效率的大學生！

想要來場冒險之旅、期許自己的大學生活更充實嗎？那麼，事不宜遲，立馬下載以下實用、便利的 App！

行程規畫— Funliday

強大的旅遊規畫軟體，可以與朋友共享行程，並支援無網路時使用，面對各種旅途中的困境，靠它就對了。

使用小訣竅—

直覺性操作的拖拉功能，讓使用者可以隨意調動景點順序，以規畫行程的需求來說更加人性化；還有與旅伴共同編輯的功能，就算出發前沒有時間碰面討論，也能透過 App 完成規畫。



實用 App
推薦



倒數工具— Reminder 倒數日

提醒你重要行程和待辦事項，並顯示剩餘天數，還可設定個人化背景，讓每個事項都能擁有自己的主題，使「倒數」這件事充滿期待。

使用小訣竅—

可以為事項做詳細分類，例如工作、紀念日、考試、繳費等，就像個人小秘書一樣可靠。另外提供「過去計算」、「未來計算」與「天數計算」三種模式，幫助自己定期回頭檢視生活模式。



時間規畫— 時間塊青春版

運用色彩繽紛的時間方塊，幫助你清楚掌控行程，同時管理時間的分配運用。

使用小訣竅—

可以指定時段進行統計，將個人時間配置轉化成各種圖表，直觀呈現每件事的輕重緩急。其中，最小時間單位有 15 分、30 分，由幫助集中注意力的「番茄時間管理工作法」延伸而來，讓你漸漸培養高效率的時間運用模式。



筆記管理— Google Keep

簡單好上手的筆記管理 App，照片、文字、音檔都能記錄，彷彿成為你的第二個大腦，大幅提升學習效率。

使用小訣竅—

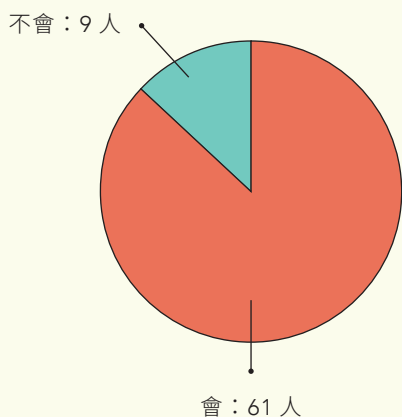
使用起來就像一片虛擬的「便利貼牆」，可依重要程度由上往下手動拖曳排序每個任務卡片，整片牆堆疊下來，完成一目了然的任務層級分類。「即時多人編輯」模式也很適合共同做報告，或與旅伴遠端為旅行做準備。

破繭

青澀時光， 高中生的精彩年華！

文—黃映嘉 · 圖表—謝捲子

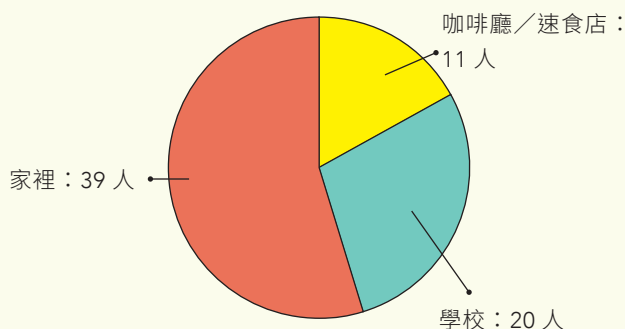
Q. 會參加學校社團嗎？



Q. 學校的熱門社團是哪些？

NO.1	熱舞社
NO.2	熱音社
NO.3	籃球社

Q. 平常都在哪裡念書？



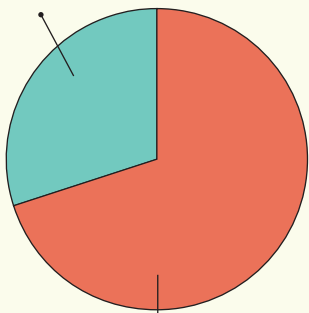
Q. 很常使用的社群媒體？

NO.1	LINE
NO.2	YouTube
NO.3	Dcard
NO.4	抖音
NO.5	Woo Talk

走進年輕人的世界，總能發掘許多意想不到的事！本次突擊 70 位台北高中生進行問卷調查，才發現 24 小時就會消失的「限時動態」已經是發文主流；想跟上高中生流行，滑 FB 已經無效，玩 IG 才是正解！各種新鮮的流行用語，讓人好想學起來應用。其實不管是什麼世代，都要活得如此青春又精彩！

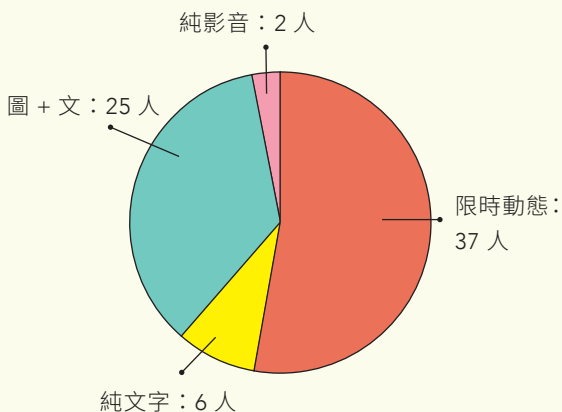
Q. FB VS. IG 偏好使用哪一個？

FACEBOOK : 21 人



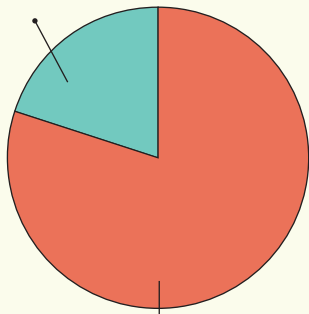
Instagram : 49 人

Q. 喜歡用什麼方式在社群媒體發文？



Q. 有在關注網紅 / YouTuber 嗎？

沒有 : 14 人



有 : 56 人

Q. 高中生討論度最高的網紅 / YouTuber ？

NO.1	阿滴英文
NO.2	愛莉莎莎
NO.3	反骨男孩 WACKYBOYS
NO.4	鍾明軒
NO.5	Joeman
NO.6	老高與小菜
NO.7	蔡阿嘎
NO.8	HowHow
NO.9	館長陳之漢
NO.10	眾量級 CROWD

高中生都在 說什麼?!

帶你解密流行語

1

可撥

可悲的代稱，因為鍵盤上ㄛ跟ㄨ的位置相鄰，不小心把悲打成撥，從此變成流行用語之一。
延伸用法：可撥仔，意思為可悲的人。

2

郭

關我屁事的簡稱，取自關（ㄍㄨㄢˊ）我（ㄨㄛˊ）的注音讀音。

3

Wait wait wait 不對欸

出自綜藝節目《中國新說唱》藝人孔令奇的發言，多用在令人傻眼的狀況。

4

咖啡話

指喝了亂加料的咖啡後所說的話，意思為亂說話、淨說些沒營養的話。

5

確認過眼神

出自林俊傑〈醉赤壁〉中的副歌，用在確定某人、某事就是心裡所想的樣子。例如：「確認過眼神，你就是老師要找的人。」又「確認過眼神，這次考試一定不及格。」

6

der

「的」的加強語氣用法，通常用在網路聊天時，例如：可愛 der、是 der。

7

卡

網路用語，想追蹤某一篇貼文的最新回文近況，就在留言處留下「+1 卡」。

8

地

出自 YouTuber 「反骨男孩 WACKYBOYS」，用來形容很酷、很厲害，例如玩遊戲時：這個王那麼難打，你還過關了，很地耶！



Taipei Senses

© 攝影 / 張晉瑞