

No.
628
05 / 2020

台北 畫刊

Taipei Pictorial

擁抱同婚日常 調整自由相愛的步伐

婚俗儀式 · 家庭凝視 · 友善職場

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

i 旅服中心

交通部觀光局轉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
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
中研院史語所歷史文物陳列館
孫運璿科技人文紀念館
錢穆故居
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
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
林境琪先生紀念基金會(老人社會大學分校)
老人社會大學(台北市三民路)

從激昂走向日常 同婚週年的溫柔祝福

攝影 | 謝佩穎

歷經多年的對話，無論性別與年齡，終於能夠在這座城市享有最自由的愛。2019年5月17日通過《司法院釋字第七四八號解釋施行法》（或稱同婚專法），台灣成為亞洲第一個同婚合法的國家。走過了遊行的激昂，同婚專法施行屆滿一週年的今日，我們從驕傲的時刻走入生活，攜手邁入下一個階段。

揮舞著彩虹旗幟，台北的多元與包容溫柔地落在家庭與職場中，而實質平等的性別友善，才是接下來的重要課題。與台灣性別平等教育協會來場約會，細數同志籌備婚禮的過程中，如何褪去傳統婚俗枷鎖，重新定位性別角色的多元價值。跟著同志夫夫小銘、小玄及同志父母愛心協會創辦人郭媽媽，暢聊孩子與家長如何走過不安的歲月，互相敞開心房，面對愛的日常。最後，一同走向社會群體，在職場中向台灣同志諮詢熱線協會與群眾募資平台 flyingV 請益，學習如何展開雙臂擁抱同志族群，打造友善職場環境。另外，不妨也與詩人羅毓嘉和散文作家謝凱特相約，細細爬梳台北城內同愛時光與文學啟蒙。

轉身走出家庭與職場，還能投入更多元的文化長流。走入深夜咖啡館，讓主理人在夜闌人靜時為你點起一盞燈，體驗夜晚台北的人文品味；行進台北的心靈照護場域，以一場談心佐一杯咖啡；抑或是在「愜意台北」中，跟著照明設計師賴雨農欣賞台北的燈光之美，點亮心中的美好城市光景。

與愛的伴侶攜手組建家庭時，生命的齒輪開始向前運轉，家的面貌有百百種，相愛的心卻都是同樣美麗。有法律的支持與生活相伴，在愛的這條路上，我們既如常相互扶持，也得以擁抱自由。



PART

1

台北 +



台北故事 Taipei Story

06 擁抱同婚日常 調整自由相愛的步伐

08 儀式中的同志學 同婚路上的習俗物語

12 家庭的同志凝視 我們的生活更加完整

16 職場的友善風景 為下一哩路柔軟發聲

台北食 Taipei Food

20 生命中的便當記憶／魚夫

22 新派便當的多元樣貌

台北人 Taipei People

26 為台北的夜貓子點一盞燈

——深夜咖啡館主理人

PART

2



+

台北

聊台北 Talk About Taipei

32 作家們的記憶群像，台北城內的同愛與文學 羅毓嘉 × 謝凱特

36 百年市場的流轉演變：南門市場／翁稷安

共好台北 Better Taipei

38 沒有孤島 為不安的心靈找尋歸所

拍台北 Capture Taipei

42 與神共在／郭定原

畫台北 Draw Taipei

46 向晚的迷幻台北／CinCin Chang

PART

3

Adj

十
台
北

愜意台北 Chill Taipei

- 48 賴雨農：
用燈光，為城市畫下一抹優雅的天際線
- 50 在台北欣賞城市光景

公共台北 Public Taipei

- 54 房市稅制面面觀
- 56 稅制合理實現房市正常化
- 58 北市就業與防疫方案
- 60 「台北造起來」店家再造計畫
- 62 佳吧餐車試辦計畫
- 63 新新公園水森活

好玩台北 Fun Taipei

- 64 活動短訊

台北畫刊

Taipei Pictorial

中華民國57年1月創刊
109年5月5日出刊

發行人	劉奕霆
總編輯	謝佩君
副總編輯	鄒佳穎
主編	鄭雅萍・涂敏
責任編輯	劉子立・林彥男
行銷企畫	陳其睿・李炎欣・李宗岳・林均霈

發行所

台北市政府觀光傳播局
地址 110204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.tpedoit.gov.taipei
Email taipeipictorial@mail.taipei.gov.tw

企畫製作

社長	黑潮文化股份有限公司
總編	鍾昕翰
主編	陳頤華
美術顧問	祖孟萱・黃映嘉
封面設計	方序中
設計	李珮雯
電話	李珮雯・王曉雅
製版印刷	02-2362-9039
	秋雨創新股份有限公司

ISSN 00399051
統一編號 2005700037

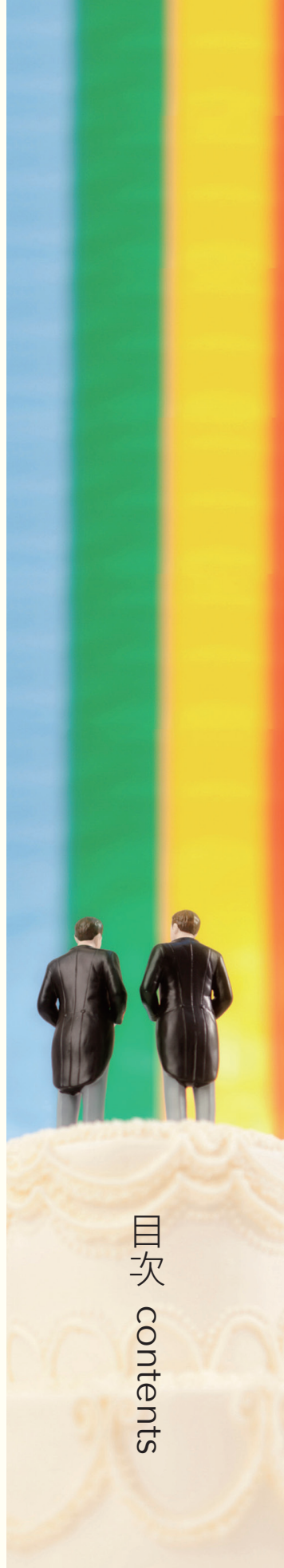
本刊全部圖文均有著作權，未經本刊同意不得使用或取材

中華郵政台北雜字
第1164號執照登記為雜誌交寄
每本定價25元

台北畫刊



目次
Contents



台北 +



台北故事 Taipei Story

擁抱同婚日常 調整自由相愛的步伐

儀式中的同志學 婚禮之前，同婚路上的習俗物語
家庭的同志凝視 打開家門，我們的生活更加完整
職場的友善風景 進入群體，為下一哩路柔軟發聲

台北食 Taipei Food

生命中的便當記憶
新派便當的多元樣貌

台北人 Taipei People

為台北的夜貓子點一盞燈——深夜咖啡館主理人



擁|抱|同|婚|日|常

調整自由相愛的步伐





台灣同婚專法於 2019 年 5 月 24 日正式上路，創下台灣性別平權的重要里程碑。一年的時間，我們的生活持續前行，其中有什麼新的意識發酵？又有什麼新的生活方式被守護著？我們又將走向何方？

婚姻不只讓我們執手相愛，更凝聚我們成長路上親愛之人的視線，讓我們循著同志權益的路標，沿途回看習俗、家庭及職場，重新凝視同志族群及其身邊人的生活切面。步入禮堂之前，坐下聊聊多元性別關係面對婚禮習俗，如何翻轉傳統、推陳出新；打開家門，進入同志家庭中，探尋孩子與父母如何安放家庭的包容與愛；最後走向職場，共創舒適的工作場域，為同志友善環境提供未來的指引。

專法不只是制度的建立，更是不同族群產生生活交集與對話的契機。彩虹溫柔而陽光明媚，時雨時晴的台北溫柔如常，畢竟，相愛有許多模樣。同婚元年後，無論性別與性向，讓我們調整步伐前行，一同自由走向相愛的方向。

文—祖孟萱 · 攝影— RichLegg、林軒朗

儀式中的同志學

婚禮之前，同婚路上的習俗物語

文－何育如
攝影－謝佩穎

同 婚專法上路的一刻，同性伴侶終能走入婚姻，將兩人的親密關係延伸至雙方家庭之中。在同性伴侶攜手步上紅毯之際，傳統禮俗也相伴前行，因應時代變化而發酵出新的思考。



台灣性別平等教育協會透過桌遊「扮家家遊」，激發人們在遊戲中重新思考多元家庭、性別平等議題。



台灣性別平等教育協會常務理事賴友梅(右)及文宣部主任高芷涵(左)，暢聊長年以來協會從性別觀點分析傳統習俗的觀察。

相愛的課題 比「結婚」的價值更重要

常有人說結婚不只是兩個人的事，從雙方經過思慮、決定結婚乃至親友互動，籌備婚禮更可說是與雙方家人開啟親密相處的起點，即便是理解並尊重多元性別的人，甚或同志本身，在籌備過程中仍不免陷入傳統性別迷思。台灣性別平等教育協會文宣部主任高芷涵感嘆地說：「同志教育其實能為傳統情感、性別認知帶來不一樣的觀點及養分。」若將傳統習俗框架不假思索地套用至同志關係，不僅不一定適用，也會反映出許多不合時宜的規範。

孩子的姓氏歸屬、父母拜別，到喪俗祖先牌位祭拜等反映傳統男尊女卑思想的習俗，仍是許多長輩在意且期盼主導的議題。反映在同志生活中，延伸出比「結婚」這項儀式更需要溝通的觀念，「照傳統婚俗邏輯去進行同志婚禮，對同志關係並不公平。」曾任職協會十多年秘書長的賴友梅提到，「無論

儀式要怎麼走，應以自己的需求為主，才不會對自己的婚禮，甚至婚姻疏離。」同婚是一個新的概念，很多事情都需要溝通、討論，反思異性婚姻，其實也是如此。

每個人一生都肩負著幾個不同角色，長輩、子女或伴侶。對同志來說，碰觸這些帶有傳統觀念的角色關係又是更敏感的課題。

「應該去思考角色的主體性，而不單是身為角色應有的互動。」作為長輩，是否能直面並擁抱孩子真實的樣貌；作為子女，是否能體諒長輩承受親友眼光時的不安；作為伴侶，是否能相信另一半的決心和努力。「當自己願意去關注這個議題的時候，相對也會有一些動能出現。」賴友梅說道。

問起同婚新人如何與長輩溝通，兩人建議，傳統婚俗多由異性戀價值發展而來，因此大都不適用於同志婚姻，但同志新人仍可把握機會仔細思索傳統婚俗所希望傳遞的核心情感意義，站在對傳統禮俗的理解基礎上，進一步思索如何創建新的互動方式，勇



左：「進擊的新人」工作坊連環小卡以情境提問的方式，引導人們思考傳統婚俗所對應的關係與情感意涵。右：諧音翻轉「笑筵」為「笑飛」，連結習俗中擲筵祈願的意義與六色彩虹，並在手冊「笑飛的小蝴蝶」中介紹傳統祈願習俗的意涵與筵杯的設計概念。

敢向長輩好好說明自己的想法。

比如誰是嫁、誰是娶、誰又該拜別，就讓人傷透腦筋。傳統價值中的男女嫁娶，就像訂下主從契約，婚姻由作為從屬一方的女方離開原生家庭，進入作為主導的男方家族。但無論同性或異性戀，婚姻關係應該是讓相愛的人成為彼此的夥伴，相互扶持共度一生。因此，與其依循傳統由單方拜別父母離開原生家庭，不如雙方都向長輩們真誠傳達感謝，「從今往後雙方不分內外，都能被平等地尊重。婚姻的本質應該是家的擴展。」賴友梅說。

同婚之前 傳統婚俗的反思與翻轉

性別刻板觀念在時代堆疊中發展深遠，自此延伸出許多傳統和習俗，包括婚喪喜慶、生老病死，大都是同性伴侶感到陌生的課題。兩人回憶起 2000 年葉永鈺事件對台灣性別教育所帶來的巨大衝擊，「我們希望以改善教

學方式去影響教育工作者，再由教育工作者向下推廣，影響更多學生。」高芷涵說道。

台灣性別平等教育協會長期致力於突破性別刻板框架與情感教育，平時即藉由性平教育的教學開發、性平相關諮詢、演講及課程邀約推動台灣性平發展，並在協會的部分教材中，列舉年節、婚育、祭祀習俗中的性別問題，並從協會成員的經驗、角度剖析，進行多元性別的思考與反動。賴友梅說，「任何習俗多與性別切面有關，同婚的合法化能促進一些改變，勢必會走出一條不同的路，讓大家澈底反思傳統婚俗制度，激盪出更多元包容的創意行動。」

傳統婚俗中，女方嫁出家門要潑水、丟扇子，那假如是同性伴侶呢？「傳統習俗中，特定儀式角色須由特定性別來擔任，同志婚姻還沒有婚俗典範，在不知道該如何做的情况下，才不得不把婚俗省略，但這只是一個過渡期，更是一個重新審視關係與禮俗的機會。」高芷涵提到，「我發現有許多求婚企

畫公司在同婚專法通過後，開始推動同志伴侶的籌畫，但許多傳統方案其實不適合直接套用。」例如婚戒的款式，幾乎仍以異性戀的設計為主。

這一年間，協會更積極檢視儀式中的性別問題，辦理許多翻轉習俗的「進擊的新人」工作坊，以情境提問的方式，讓參與者共同討論如何重新詮釋習俗中的心意，例如新娘娘家兄弟會上門拜訪起居情況的習俗，意在向伴侶傳達女方嫁後還是「有靠山」，藉由探討習俗發展的初心，便能翻轉思考為婚後原生家庭的牽繫仍在，一段平等的關係中並沒有哪一方特別需要被保護，而當伴侶互為同性時，更可以重新思考傳統異性婚俗中「娘家、夫家」的定義，不將彼此定義為特定一方，在婚後相約雙方親密的兄弟姐妹前來拜訪、互相認識，才是習俗的核心價值。此外，也透過桌遊「扮家家遊」轉化傳統習俗中的情境框架，其中，六色彩虹旗、中性氣質的

角色等特別情境卡牌的引導，都能激發人們對多元家庭、角色與關係的思考討論。

同婚之後 台北的日常相伴故事

台北作為台灣思想和交流最活躍的地區，說是近幾年同婚議題碰撞最為熱烈的城市也不為過，雖說同婚有人支持、有人反對，但這一年增加更多的是對同志議題的關注和中性觀點，「同婚前後其實並沒有特別明顯的改變，但這也許反映了台北一直就是一個這麼多元開放的城市，只是心態的變化改變了人們看待台北的方式。」高芷涵說道。

一路走來，台北都是最具性別意識和同志友善的城市。習俗是由人所建構，其實婚禮儀式沒有標準答案，重要的是本著一顆互相尊重、相親相愛的心，希望我們未來能持續從最根本的情感教育深耕，重新思考每一種性別關係的需求。



「進擊的新人」網頁透過婚俗的翻轉重新建立性別脈絡，讓人們重新思考傳統中的核心價值。

家庭的同志凝視

打開家門，我們的生活更加完整

文－吳亭諺

攝影－林軒朗

圖－同志父母愛心協會創辦人郭媽媽

同 婚過後，打開家門，我們對家的模樣有了新的註解。如何理解雙方家庭過去的生命場景？又如何參與彼此的生活現場？大方分享也能成為能量，讓更多有相同需求的人們可以感受、參考並建立屬於自己的相處樣態，生活將從此開展不一樣的樣貌。



小玄（左）與小銘（右）是首批登記結婚的同志伴侶之一，新居中貼滿兩人一路的生活照片。

夫夫日常 幸福共組家庭

小銘與小玄是台灣去年同婚專法通過後，首批登記結婚的同志夫夫。兩人在大學時期相遇相戀，至今已有 13 年，小玄開朗奔放，小銘內斂沉穩，個性不同卻非常互補，而後他們更開始經營粉絲專頁，記錄兩人婚前婚後的生活與經歷，大方分享日常相愛的模樣，傳達給其他同志伴侶及家庭，每個人都擁有迎向幸福的權利。

幸福的模樣看似一帆風順，實則經過多年的耐心陪伴與努力。兩人都生長在單親家庭，但相處方式不盡相同，小玄與家人總是無話不談，小銘則是從小隨心所欲跟著自己的想法走；在兩人遇到性別認同的人生課題時，小玄從「不能說的祕密」到被媽媽發現，也曾經歷媽媽帶著自己去看心理醫生，直到小玄開始主動將自己的朋友、男友介紹給媽媽認識，也隨著日漸成熟穩重的交友與生活進展，才讓媽媽安心。小銘則因不希望家人擔心，而遲遲不願意向媽媽表明，直到決定和愛人共度一生，小銘才向媽媽坦白，沒想到媽媽只靜靜地回道，「你跟誰在一起我會不知道嗎？」這讓小銘忍不住落淚。

聊到與親人互動、溝通的過程，小銘說，媽媽也曾經自責，擔心是家庭教育出了問題，更煩惱同志婚姻是否有未來？於是他告訴媽媽，「我愛誰，跟你教我什麼沒關係。我們跟所有相愛的伴侶一樣，也都懂得照顧自己。」他也明白家人的擔憂其實都是出自不安與關心。就像所有婚姻相處都需要兩家人一同融入、投入感情與包容，找機會和彼此的家人聊天、用心相處。

長輩對同志議題的不談論，多是源於對同



上：兩人親手將乾燥花壓入婚禮喜帖中，希望它不只是一份限時邀約，更能成為家飾，延續愛的感受。下：兩人今年出版書籍《夫夫》，分享一路走來的點滴歷程，也記錄下同婚前後的日常樣貌。

志關係的陌生，需要時間慢慢吸收、轉化，因此同志伴侶們可以試著更勇敢大方地用溫和、同理的方式與親人對話、分享生活，才是了解彼此的最佳解方。像是小銘與小玄兩人就時常分享相關影片與資訊給媽媽及親人，透過理解讓家族環境更友善。

同婚過後 在台北感受更多愛

通過了雙方母親這一關，兩人在 2019 年 5 月 24 日同婚專法正式上路當天就立刻去戶政事務所登記結婚。對於兩人的婚禮儀式，家人是否發表意見？小銘說，因為媽媽沒參加過同志的婚禮，也不知該如何參與，於是與

小玄兩人一手包辦，在準備過程中適時向媽媽報備、分享，讓家人參與每個步驟，慢慢產生互動。直到婚禮當天，家人和親友們幾乎全員到齊，即便曾經對同婚有所質疑，仍在婚禮當天被溫馨的氛圍打動。小玄說：「這是我們決定辦婚禮最重要的原因，希望家人朋友們就算不了解，也有可能因為參加我們的婚禮，在現場感受到愛是什麼，知道同志伴侶跟任何一對相愛的伴侶都是一樣的。」

兩人攜手以同志伴侶的身分，在這座城市走過好多年，「我覺得同婚專法通過後，在台北可以明顯感覺到很多的愛耶。」小玄說，這是他們從來沒想過會在台灣發生的事。而台北的多元及友善風景，在同志議題因同婚法案端上檯面後，也讓更多人有機會「看

見」，也更願意談論，路上擦身而過的人，無論何種性別認同，都成為生活中很自然的一景。

聊到婚後生活是否有什麼不同，兩人除了與雙方家庭有了公開且更緊密的關係之外，也在今年有了自己的家庭空間，家中還多了一隻白柴「小白菜」，像是多了一個孩子，生活更加充實。提起對生活下一個階段的想像，兩人有一個簡單而美好的願望：「如果說同婚是讓同志被更多人看見，我們更希望有一天不再有人注意到這件事，因為大家都是一樣的，沒有不同。」兩人希望傳達的並不只是幸福亮麗的模樣，還有走向幸福過程中的辛苦和困惑，只要好好面對每一個願意理解、溝通的對象並給予時間，回過頭看就會明白，一切都是每段親密關係的必經過程。



上：婚禮是小銘與小玄一生一次的珍貴回憶。下：同志父母愛心協會創辦人郭媽媽長年關注同志家庭議題。

同志父母 走出自己的櫃子

隨著同志議題發酵，同志人權逐漸受到重視，除了關心同志們所面臨的考驗外，同志的父母也是很重要的一環。「同志孩子常會忽略父母親這個角色，認為父母是個阻力，但其實有父母的支持，應該是更大的助力。」同志父母愛心協會創辦人郭媽媽說。這位別人眼中有著宗教信仰、傳統夫妻觀念下養成的母親，扶持著世俗價值中再「正常」不過的小家庭，直到她的孩子走出了跨性別的路，才讓郭媽媽開啟了對性別議題的認知大門。

郭媽媽的女兒從小就不愛穿裙子、玩「女生喜歡」的東西，並在15歲那年向媽媽出櫃，郭媽媽雖然震驚，卻也開啟她和先生認識同志與跨性別議題的契機；在網路尚未普及的時代，他們主動在國外網站找資訊、出

國購買相關書籍，為的就是能更了解自己的孩子。2011 年她創立了同志父母愛心協會，希望分享自己的經歷，幫助更多同志父母。

對一般人來說，同志們很神祕，但同志的父母更神祕。一直以來，他們接收的同志相關知識多半較少，在孩子出櫃或猜測孩子的性向時，自身遭受的同儕壓力也很大，因此幾乎都不願曝光。為了幫助這些躲在櫃子裡的爸媽，協會目前以個人服務為主，只要電話或網路社群聯繫就可以預約，並配合每個家庭的狀況與期望提供不同形式的協助。

與其躲藏 不如邀請父母一起走過

許多家長告訴郭媽媽，他們懷疑自己的孩子是同志，但孩子卻不願鬆口，該怎麼辦？郭媽媽說，可以不時地告訴孩子，「不管你喜歡什麼樣的人，我們都一樣愛你。」讓孩子安心，同時自己也要放寬心，無論孩子如何發展都要好好接受。

在接觸了無數個同志家庭之後，郭媽媽發現，同志小孩不敢出櫃，選擇躲躲藏藏、說謊隱瞞、甚至離開爸媽身邊，這些舉動反而會讓做父母的更為慌張。許多同志常認為「爸媽很難搞」，卻鮮少有人想到爸媽也會有受傷的一面。若孩子懂得換位思考，就會明白父母感受到被孩子拒絕、不信任的隔離心態其實是很難過的。郭媽媽建議，身為同志，不要把自己當成受害者，反而可以把自己當作「老師」，坦率地讓父母了解「我是怎麼走過來，以後又要怎麼走下去」。並且讓父母感覺參與自己的生活，平時也可以多分享相關資訊，幫助他們同步學習。就協會的經驗來看，若有正確管道可以協助父母了



郭媽媽分享，同志關係需要親子雙方共同理解、互相信任，才能走出彼此的深櫃。(圖／同志父母愛心協會創辦人郭媽媽)

解，再加上同志孩子的帶領，慢慢走過接受期，其實八成以上的父母都可以接受。

「同志可以做得更多、過得更好，不用很悲情。」郭媽媽說，每天都採取一點行動，從親近的家人開始出櫃，再到社會群體中的出櫃，就能為自己打造友善的生活環境。一直以來都在台北生活的郭媽媽說，在台北原有的多元教育基礎下，可以思考如何更進一步讓父母提前了解同志議題，例如規畫在媽媽手冊上說明，孩子出生後有 10% 的機率會有非異性戀的性傾向；或在學校課程中加入性別教育、舉辦給長輩的交流座談，讓觀念可以在生活中扎根。

同婚專法通過一年，談起協會之後是否有新的計畫，郭媽媽說，「希望未來參與這個團體的人越來越少，因為那就代表同志身分在社會上不再特殊。」無論「愛」的對象是什麼性別，期待我們都能因坦然表達，擁有更多與人相愛的可能。

職場的友善風景 進入群體，為下一哩路柔軟發聲

文－謝孟華

攝影－謝佩穎

圖－台灣同志諮詢熱線協會

同 婚專法實施至今，民眾更有意識地關注同志權益與議題，在追求平等之路上，同志友善職場也成為專法通過後，各大企業與職場關心並推進的重要面向。不論異同，當我們進入工作場域，不妨齊心協力，從小小的行動開始激起漣漪，以柔軟的方式，攜手走往同志友善環境的下一哩路。



群眾募資平台 flyingV 長期推動職場友善環境，大家各有表態自由，也都有著支持同志議題的共識。



上：許多跨國企業或大公司都有同志友善宣導的規畫，邀請台灣同志諮詢熱線協會分享同志友善職場經驗。(圖／台灣同志諮詢熱線協會) 下：觸碰女同志議題的紀錄片《日常對話》是 flyingV 致力推動的募資案例之一。

同婚過後的轉捩點 從溝通開始

作為台灣第一個立案的同志組織，「台灣同志諮詢熱線協會」最早從同志接線服務起家，後來逐漸發展出許多工作小組，致力於性別教育推廣及同志人權法律倡議。熱線協會耕耘多年的講座推廣，在 2019 年同婚專法通過後，開始受到更多公司關注，願意主動探討同志議題，「如何做到職場友善」成為專法通過後企業的重要課題之一。

透過定期與友善企業的交流，熱線掌握各類型職場中同志社群的現況，也藉由各公司分享內部同志權益推廣行動，達到資源和資

訊共享。面對專法通過後的法律背景，熱線舉辦座談讓企業主實際談論同志職場所面臨的問題，並協助企業主更有法源依據地提出具效益的友善方針，真正了解同志族群在公司體制中所面對的困境，熱線行銷企畫部主任阮美贏表示：「唯有先了解、思考後，才能知道如何做得更多。」

在職場中推廣同志友善議題，第一步就是要打破「同溫層」。透過全公司主動發信通知活動消息，讓無論是否原本就支持同志的所有員工，都有機會接收到「公司正在經營一個同志友善職場」的環境資訊，更有利於帶動職場性別意識的良性循環。「我覺得台灣的『體質』很好。」持續推動公司內部同志友善環境的群眾募資平台「flyingV」，執行長 Tim 以自身觀察為例，相較於在美國的生活經驗，台灣一直以來在多元民族的融合下，能容納各種文化與聲音。「在台北居住了二十幾年，發現在這座不設限的城市裡，每個人都可以提出想法，重要的是不帶歧視與預設立場的對話方式。」而這也成為台灣推動職場溝通的良好基礎。

同志友善環境 多元發聲的可能

除了職場內部溝通，熱線也為企業量身制定適合不同組織型態的講座方案。例如今年在科技公司「戴爾」所推動的講座中，因應公司內較多育有孩子的職員，特別從基本議題、專法談起，引導員工思考性別在職場中的多元性。

除此之外，熱線也積極培訓公部門專業人員提高性別敏感度，例如為台北市家庭暴力暨性侵害防治中心社工舉辦教育訓練，提升



熱線協會推出《同志友善職場指南》，作為同志友善職場建立的參考。

對同性伴侶的友善服務；台北市民政局則邀請協會為員工安排培訓，在同志朋友前來洽公、辦理結婚登記時，給予舒適的互動環境。熱線透過「再教育」，帶動不同職場放下偏見，以同理心照顧各種性別所擁有的權利。

除了講座溝通、專業訓練外，同婚專法通過後，熱線也隨即與婚姻平權大平台聯合推出電子手冊《同志友善職場指南》，向社會大眾廣為推動同志友善職場意識，也為職場提供有效的參考指標。為了解同婚專法上路一年後的職場變化，熱線特別和婚姻平權大平台合作，針對同志朋友進行職場調查。調查結果顯示，相較專法通過前，職場出櫃意願並無明顯增加，但職場環境的確變得更友善，語言歧視的情形也相對減少。「從調查結果可以感受到法律的改變對於同志社群的意義，同志職場話題的討論度變高，同志族群對自己的認

同感也有提升，對自我與社群的連結有更高期待。專法通過前常有的職場福利不平等問題，在專法通過後明顯改善了，圈內社交的需求也大大增加。」阮美贏笑著說道，「我們希望成為企業與同志間的橋梁，讓業主知道如何讓職場環境變得更好，讓同志更自在。」

調查結果也顯示，相較於中小企業，大公司資源較多，同志友善措施較完善，而台灣的跨國企業對同志議題的理解也相對成熟，多數皆設立性別社團，或透過人資、公關部門安排性別課程；台灣本土公司則較注重職場性騷擾、玻璃天花板等議題，同志友善的意識仍有提升空間。

此外，大企業與小公司的職場文化也有所不同，flyingV 成員不超過 20 人，Tim 笑說：「公司小，新創團隊成員較年輕且世代相近，情感相對緊密，成員對同志議題本就關注，因而價值觀相近，比較容易在同志議題中達到多元與包容的共識。就連 2014 年我要代表公司去連署『同志友善企業條款』的時候，大家也是 3 秒內就有共識，根本想都不用想。」台灣小型的新創產業能快速凝聚價值共識，但台灣本土大型企業仍相對保守。相比而言，跨國企業醫療保健公司「嬌生」在同婚專法通過後，首度以同志為主軸成立性別社團，廣邀各部門以共同參與的方式，舉辦電影放映會、講座、廣發彩虹小物等，或是鼓勵同志職員分享職場經驗，以各種方式逐步促進企業內部對同志的認識。

法律的環境實踐 開拓職場生活空間

2017 年 5 月 24 日同婚釋憲後，讓許多同志開始願意表態自己的性傾向，讓大眾逐漸

理解同婚法案通過對同志族群的意義。這一波過程也讓許多同志勇於在職場中出櫃，間接促成同婚專法上路後，同志能在公司體制中大方行使婚假等法律權益，「必須要表明自己的同志身分才有辦法享有法律權益，若職場對同志族群不夠友善，法律終將無法發揮效益。」阮美贏認為，同婚專法通過後，部分企業逐漸正視員工中同志族群的基本需求，一年來藉由有意識地使用去性別化詞語營造同志友善職場，推動婚假、育嬰假、喪

假等實質福利及權益平等，開拓更自在的工作場域，讓更多同志族群從家裡到職場，都能誠實地做自己。

職場就有如社會的縮影，同婚專法為這座城市注入了新的能量，無論是服務同志族群的熱線協會，或是因為觀點相近而聚在一起的職場夥伴，每個人都能透過同理的方式發聲，讓職場更友善，這座城市也能更加展現包容多元的力量。



【同志友善職場小補帖】

Q

我是一名異性戀，我可以主動做哪些事，去支持同志友善職場？

A

1. 從在辦公處擺設彩虹小物開始，默默表達對同志的友善。
2. 練習轉化自己的語言，開啟同志友善話題，以及在對話中使用中性用詞。
3. 向公司表達同志主題相關的進修或培訓課程的需求。



這些作法其實不論異同都可以一起做，但異性戀族群相對於同志族群壓力較小，反而能做得更多。

Q

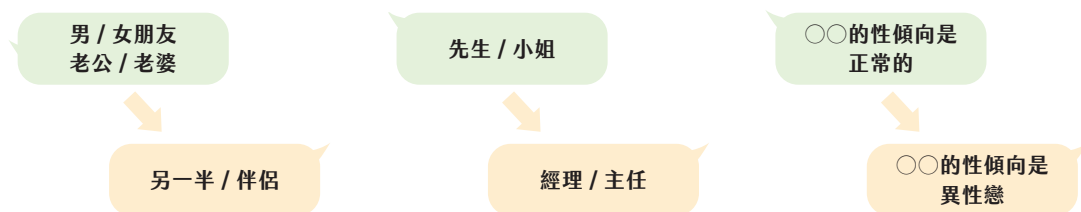
我是一名同志，我可以主動做哪些事，去促進同志友善職場？

A

可以表態自己是支持同志議題的人，或是願意出櫃向同事分享職場經驗，用自己的故事與力量發揮影響力，這是只有同志朋友才能做到的事。

對話中需要注意 ...

▲ 這樣說有點尷尬



▲ 這樣說比較適合



生命中的便當記憶

文・圖一魚夫

便當實應作日本漢字「弁当」。有則笑話，有人初學華語，而欲請人吃飯，乃造句曰：「今天晚上我請您吃個便飯。」對方一時之間未置可否，那人乃心急脫口而出：「放心，只是小便飯，不是大便飯。」聞者莫不胃口倒盡。

1934 年有位江亢虎，以加拿大中國學院及美國國會圖書館顧問身分來訪臺灣，日後並出版了《臺遊追記》一書記錄此行的各項見聞，其中「縱貫火車」一節記錄鐵路旅途上見聞時提到：「火車上的設備周到，服務人

員殷勤，列車上的飯食也不會昂貴。如需購小食（日本稱為「便當」。飯菜配置封固分裝於小木匣中，外加湯水，每人一份），則每餐半元，即可以適合口味及吃飽肚子。」

江亢虎所謂的便當，台灣在日本時代寫成「御辨當」或「御弁当」，可見那時候打開御辨當是像多寶格式的分裝飯菜，和現在去日本搭火車常見的「駅弁」（火車便當）是差不多的；日本時代在大型車站裡如臺北、臺南等，可以到車站裡的飯店用餐或者在火車的餐車上進食，便當似乎是外包給駅前的

商家去做；國民黨政府來台後，本來採放任政策，但到了 1960 年台鐵成立「小營」部，整合販售便當者，試著由鐵路局退休員工或眷屬等經營。我的年代吃到的主要是排骨菜飯便當，先是用木片盒子裝，但飯粒會黏在上面，不想浪費就得拆了另一邊の木片來刮，吃完整個便當盒就給支解了。

現在台鐵出了一款也是木盒的八角便當很受歡迎，這造型和日本大阪的很像，但台、日便當文化不同，日本是飯菜分離，台灣則在白飯上直接放上好大一塊排骨或雞腿，據說日本人來台旅行，驚見如此豪邁吃法，都大呼：すごい（厲害）喲！

從前叫賣便當的時代，小販在月台上沿著車廂大聲吆喝著：「便當、便當！」後面跟著泡茶生呼喊：「泡茶、泡茶啦！」此起彼落，饒是有趣。

台灣出現鐵盒便當，約是 1956 年引進柴油特快車（DR2500 型）後的事了，這種豪華火車，任用美麗的女服務員，供應免費茶水和報章雜誌，便當有排骨菜飯和蛋炒飯兩種，客人點好後，小姐以電話聯絡台中供應站，到站後提上車來，原座進膳，後來因鋁盒有毒，乃改成不鏽鋼，但兩者成本皆高，盒蓋上烙有「鐵路公物，請勿私用」，吃完要放在椅下，服務生算好時間就會拿支鐵鉤來鉤走。

早期茶水服務一直搭著便當走，搭乘對號平快車級以上，就有免費提供，台北高雄約 7 小時的車程，大約提供 4 至 5 次的熱茶沖泡服務，我小時候看泡茶的隨車員表演，在晃動的車廂裡，站穩重心，左手提壺，右手往前一探，抓來車邊杯架上的茶杯，手指彈杯，確定杯身完整，再輕輕一撥打開杯蓋，



搭高鐵吃台鐵便當，會不會被趕下車？

此時壺口對準杯口，兩三下就注好水，神乎其技，只可惜這服務在 1970 年戛然而止，直到後來台鐵的觀光列車上才重現江湖。

咱們台灣說便當，中國說飯盒，飯盒的日語是はんごう（hango），指的是一種夾層的容器，小時候，我讀鄉下學校離家近，母親大人每天做便當，中午親自送來讓我享用，她總是絞盡腦汁要讓我吃到最豐沛的菜色，所以常常用はんごう來裝，空間才足夠。這個詞後來內化為台語，唸成「hango 啊」，我來台北後，有回在波麗路餐廳遇見這種夾層飯盒的餐點，回想母親的愛心，心中滿滿的幸福油然而生。

便當的種類千百種，有一種飯盒裡面裝的是油飯，最是喜氣洋洋。譬如台灣首富郭台銘續弦後得子，彌月時便挑了迪化街的林合發油飯分送親友，心想接到油飯飯盒的人，應該都能感受其中新生命誕生的喜悅吧！

■



影片分享

新派便當的多元樣貌

文－陳怡如
攝影－黃政達

以雲端廚房模式經營餐盒便當，在減少了外場服務、空間裝潢的成本下，不僅能依市場需求快速調整餐點口味，更能吸引民眾不斷回購與嘗鮮。近期因為疫情影響，外送服務成為需求大宗，除了傳統便當，各種新派便當也紛紛搶食這塊市場。目標族群主打高薪上班族的頂級餐盒，選用來自世界各地的高級食材，注重健康也講求口感；也有創意水煮料理的餐盒，讓健身族群品嘗得均衡又滿足；又或是以選品店為概念的餐盒平台，讓喜歡嘗鮮的人能有多種選擇。透過台北多元的便當樣貌，感受這波話題上的美味浪潮。

嚴選頂級食材，打造便當界精品

印度洋龍蝦、美國牛小排、西班牙松阪豬、北海道干貝、紐西蘭羊小排、智利鮭魚、台灣櫻桃鴨……看似高級餐廳才會出現的食材，卻是每日便當的主角。「生活倉廚」於2016年底成立時，以台灣當時少有的「健康裸食」為概念切入，至今每月熱銷1萬5,000個便當。

攤開生活倉廚的菜單，15款主菜不只嚴選各國頂級食材，還分量十足，一整塊肉品、海鮮占據餐盒大半面積，成為上班族午間犒賞自己的好選擇。對待食材秉持高標準，肉品以手工仔細切修清理，同時採用低溫舒肥的烹調方式，入口毫不乾柴，再加上後續的煎烤、調味，光是板腱牛的處理，就多達7道手續，生活倉廚共同創辦人黃韋寧提到，「我們把顧客當老饕對待，重視健康，同時

又要富有口感。」

強調便當不只吃飽，更能吃好，生活倉廚使用初榨橄欖油料理，完全不見傳統便當的油耗味，在白飯裡還加入30克的祕魯藜麥，就連擺盤也不馬虎，「我們的餐盒是一場視覺與味覺的饗宴。」除了15款固定餐盒，也



「生活倉廚」注重餐點的營養均衡，外送都會附上生菜，也可另外加購湯品，充滿飽足感且兼顧健康。



「生活倉廚」的食材來自世界各國，將餐盒化作頂級的饗宴。

即將推出 5 款季節限定的海鮮餐盒，包含高麗馬鱈魚和台灣東部竹夾魚排，讓健康料理也有多元選擇，「健康也可以是一個娛樂，豐富你的生活。」

創意醬料入菜，顛覆水煮餐樣貌

若想吃水煮餐控制體重，卻又不想每天吃得無趣，「肌肉海灘」解決了這個兩難問題。以低油鹽調味的雞胸肉和低脂豬里肌為主食，搭配水煮蔬菜，再淋上自製的獨家醬料，從 2014 年推出以來，已累積超過 70 種菜單，靠著把水煮餐玩出創意，即使每天吃也不膩。

從健身族群發跡的肌肉海灘，兩位創辦人都有運動習慣，「一開始瘋狂地吃雞胸肉配

胡椒，吃到自己都受不了！」共同創辦人徐廷宇笑著說。最後兩人決定跨入餐盒製作，和健身同好分享，意外闖出名聲。「即使水煮，但我們強調絕不枯燥乏味。」除了長年



「肌肉海灘」以健康低脂為號召，搭配特製淋醬，將水煮菜變有趣、變好吃。



除了水煮，「肌肉海灘」也以烘烤方式料理雞腿肉，並加入明太子增添香氣。

熱銷的青醬，兩人也常發想許多新奇醬料，例如在芋頭最鮮美的季節，就把芋頭拿來打成醬汁；還有特別的韓式辣味噌，就像上館子吃韓式料理一樣美味，「我們想讓大家吃得健康，但又不用侷限於什麼能吃、什麼不能吃。」



以選品店概念打造的「湔湔創灶」，提供日式定食、濃郁咖哩、泰式酸辣等多元飲食品牌。

肌肉海灘還為時下健身男女設計3種份量：基本入門款的「享瘦餐」、減去糙米澱粉的「仙女餐」和肉品蛋白質加量的「猛男餐」。除了外送，也提供消費者於合作健身房或餐飲店自取。此外，更在去年暑假推出全新的「極選系列」，在水煮之外，以煎烤燉煮等手法，打造更多樣的餐點，例如熱銷的波波明太子雞腿，創意靈感來自串燒店，跳脫傳統便當印象，讓明太子也能成為便當主角，不僅吃得健康，更要吃得有新意。

餐盒選品店，多元化的雲端料理服務

點開「湔湔創灶」的訂購頁面，會發現其經營模式與其他便當業者不同，它如同餐盒選品店，以雲端廚房經營多種餐飲品牌，從

泰式酸辣到濃厚黑咖哩，又或是健康清爽的定食，每種品牌都有其主打的餐點類型，目前已推出「大叔黑咖哩」、「地方煮夫」、「汰汰熱情食堂」、「漁光職人商行」4家不同品牌的餐點可供選擇。

目前也於松山區經營實體的1號店，主打上班族午餐、會議餐盒。大叔黑咖哩的餐點基底以多種香料進行拌炒，再加入具有苦味的可可粉靜置48小時，引出咖哩渾厚口感，十分下飯。如果上班心情太鬱悶，帶有南洋氛圍的餐食是紓壓的好選擇，汰汰熱情食堂以泰式酸辣口味為主打，並請來曾在泰式知名餐廳掌廚的主廚製作，端出了澎湃又夠味的雙層餐盒。

若喜歡日式定食，並且注重健康，可以選擇地方煮夫與漁光職人商行的餐盒，雖然主打家常式料理，但蔬菜的種類會定期更換，主餐也以清淡不油膩的方式處理。此外，湓湓創灶近期也推出了新品牌「ANGELIA st FIT」，透過改變烹調手法，有效控制餐點的熱量，像是原本較油膩的滷肉飯，熱量也因此減低至不到200卡，成為上班族控制飲食熱量的好幫手。

不論是以高端西餐手法呈現餐盒，或是主打健康養生的菜色組合，發展越趨多元的便當市場，將帶給消費者更多新鮮感，不妨依著當下心情，訂購想嘗試的口味吧。



雲端廚房的經營方式可以依市場趨勢發展多種品牌，推出更符合現代人喜好的餐食。

為台北的夜貓子點一盞燈 ——深夜咖啡館主理人

文－Stella Tsai

攝影－謝佩穎

夜幕低垂，華燈初上，台北的街頭換上一輪新妝，相較於白天的繁華與喧嚷，擁有個性裝潢、獨家口味的小店，才是小巷弄裡的大驚喜，在這之中，尤以咖啡館

格外酣暢迷人。也許是晚餐後的相聚聊聊，又或是下班後的心靈避難所，從下午點燈直到深夜的咖啡館，給了城市中的夜貓子一處定錨之所，得以安放心靈的另一個家。



深夜咖啡館「開燈咖啡」的兩位主理人阿潘（左）和阿咪（右）。

熱愛衝浪的阿咪和阿潘，兩人在海邊相遇。身為夜貓子的兩人，過去常泡在營業至凌晨4點的「暗角咖啡」，喜歡深夜裡人們安靜聚攏的氣氛，進而決定攜手完成阿咪的咖啡館夢，6年前找到光復市場附近的店面，就這樣開了「開燈咖啡」。「開燈」是衝浪的術語，指的是太陽出來後，早晨的第一道浪。

一間咖啡館，兩道自由的靈魂，曾經在沒日沒夜的工作裡失去平衡，為了保有生活，從起初營業至凌晨3點，改至凌晨12點，依舊是左右鄰里中最晚熄滅的一盞燈。早上偶爾衝浪、偶爾沖杯咖啡給自己，同時作為日常練習，保有一點自己的生活，晚上也才有餘力為台北夜貓族打造心靈避難所。

⌚ 13:00-15:00

☞ 暖機、咖啡口味校正

午後到開店前的時間，兩人會提前到店打理空間與行政庶務，為即將到來的客人暖機。兩人打理一間店看似浪漫，其實並不輕鬆，相當仰賴效率與分工默契。阿咪到店後便會回覆採購與客人訊息，並確認電子點單系統運作如常；而阿潘則會同步確認空間與設備是否準備完善，並在開機之後調校咖啡機與確認咖啡風味。「就算昨天跟今天使用的豆子是同一批，咖啡的風味也會因為每日的天氣變化、溼度、溫度不同而有所轉變，所以開店前都要沖幾杯喝喝看，調整一下味道。」阿潘有些害羞地笑著說。儘管開燈咖啡不走職人烘豆、沖煮的路線，但這些咖啡館開門前的日常事項卻一樣不少，是開燈咖啡6年來運作順暢、口味始終維持在兩人堅持的咖啡水準的祕訣。



上：沖一杯給自己的咖啡是生活，也是主理人的日常練習。下：開店前有許多店務須打理，無論是連線開機還是確認訂單，都是阿咪維持咖啡館順暢營運的重要工作。

高中就開始在咖啡館打工的阿咪，從顧客喜好到台北市咖啡館的特色變化都有長期觀察，從空間營運、品項開發到顧客接待，熟悉各式咖啡館的運作細節，並且熱愛品嘗咖啡、更愛煮咖啡的咖啡師身分，一身技巧也是從咖啡館這所社會大學累積學習而來。

「有理想並規畫很重要，但決定並實行的衝勁也很重要！喜歡咖啡跟經營咖啡館是不同的事，要時時保有熱情與堅持。」阿咪短暫沉思後說道。

她觀察早期的咖啡館一級戰區——公館，咖啡師多偏好苦一點的咖啡，彼時的顧客也多是上班族或自營工作者。隨著時代轉變，複合式飲品店增多、顧客年齡層下降，人們來到咖啡館的需求也不再僅止於咖啡，更多是被特色甜點或裝潢所吸引。人們開始接受清爽或偏酸的咖啡口味，菜單也越發多元，

不僅要顧及軟性飲料愛好者，更要發展輕食、熟食、點心、蛋糕，照顧那些一待就是整天的胃，而開燈咖啡的願望，就是希望能在城市裡，提供一個如臨大海般放鬆舒服的咖啡場域。

🕒 15:00-19:00

📍 備料、烘焙

下午3點，開燈咖啡準時拉開鐵門，此時的咖啡館還不是城市的主旋律，入座的客人以學生、業務和自由工作者居多，氣氛悠閒，不用忙於接待客人，兩人也有時間做點別的事。

酒吧出身的阿潘是調酒師，開燈咖啡令人驚喜的整頁調酒選項，以及結合咖啡的季節性特調，都是趁著這段空檔嘗試設計出來的；



上：調校咖啡機、確認手感與味道，是開燈咖啡保持好味道的例行作業。下：台北許多咖啡館都有自己的手作甜點，巧克力威風蛋糕是阿咪的得意之作。

阿咪則愛好甜點，店裡的蛋糕都出自她手，她會趁滿客前的時光備料、烘焙，準備多樣化的餐點與甜點。

早期的咖啡館，蛋糕多半由中央廚房製作送來，上餐時還殘留著退冰的水氣；阿咪說，現在的客人跟過去不同，不只要好咖啡，還要有特色的餐點、精緻的擺盤，拍照打卡才有看點。開燈咖啡不走網紅店路線，卻也有期間限定的餐食菜單。「最近有特別去上烹飪課，巧克力威風蛋糕是我近期的得意作品！」阿咪興奮地說。不只是蛋糕體要拿捏好烘烤火候，才能蓬鬆得恰到好處，糕體上的生奶油調有威士忌，微醺微甜，搭在一起嘗起來剛剛好。

「曾經有個熟客，每次來都會點一杯咖啡、一份餐點和蛋糕，但結帳時都面無表情，看不出情緒。」阿咪笑著說，有天卻在社群網站上意外看到這位客人的打卡，內文稱開燈咖啡為「愛店」，讓她心裡一陣感動。

🕒 19:00-00:00

📍 接待夜貓與深夜相陪

「台北充滿『弄東西的人』。」阿潘笑說，從過去泡咖啡，到現在自己開咖啡館，他眼中的台北人老是在忙，不管看書、打電動、用電腦工作，咖啡館就像是一個軟墊，托住都市人永無止境的忙碌。阿咪則認為每個台北人都要有第三窟，租屋族房子小，下班回到家，宛如進入另一個牢籠，一間熟悉舒適的咖啡館不只是心靈的避難所，更是比家還像家的藏身之窟。

在開燈咖啡的夜裡，不限時、有 WiFi，餓了有食物，寂寞也有酒，空間以木頭桌椅配



營業至午夜的咖啡館，為都市的人們提供一處夜裡的停泊之地。

上大型木作吧台，讓客人可以輕鬆落座，多來幾趟、主動開口，還能坐在吧台與咖啡師聊聊，一切就像在海邊般輕鬆自在。想安靜

地做些自己的事情也可以，更不用擔心有人趕你走。開店至今，阿咪與阿潘熟悉了這樣的生活節奏，與客人陸續成為朋友；一如既往的咖啡口味是咖啡師與熟客的默契，「陪伴」才是深夜咖啡館的主節奏。

「這是一個像家的地方。」阿咪為開燈咖啡下了註解，阿潘則笑說開咖啡館都是浪漫的人。浪漫的人在台北這座城市裡，打造一處如海邊般自由、也如家一般舒適的空間，為夜貓族點一盞燈、煮一杯熱騰騰的咖啡。天亮後，也許還能相約一道去衝浪，「開燈」迎向全新的一天。



阿潘

姓名：阿潘與阿咪

職業：深夜咖啡館主理人

人格特質：阿潘還算細心，但偶爾忘東忘西；阿咪有著不像處女座但偶爾龜毛的開朗，感受敏銳有耐心。

工作任務：阿潘做每杯咖啡與飲品，在過程中感受客人的需求，同時不斷精進手藝並開發新品項；阿咪主管廚房部門，包含鹹甜食的備料、內外場、偶爾煮個咖啡。

核心理念：希望在城市裡提供一個放鬆舒服的，如臨大海的咖啡場所。
(如果打開門是海更好！)



阿咪





台北

聊台北 Talk About Taipei

作家們的記憶群像，台北城內的同愛與文學
百年市場的流轉演變：南門市場

共好台北 Better Taipei

沒有孤島 為不安的心靈找尋歸所

拍台北 Capture Taipei

與神共在

畫台北 Draw Taipei

向晚的迷幻台北

作家們的記憶群像，台北城內的同愛與文學 —— 詩人 羅毓嘉 × 散文作家 謝凱特

文— Ani Syu · 攝影— KRIS KANG



同婚合法化屆滿一週年的前夕，回首同性相戀的漫漫歷程，文學始終走得很前面。二二八和平公園裡彼此交換的心情；男校的課堂之間，隱晦幽微的日常動心，都早在台灣的「同志文學」分類誕生前，就潛伏在小說、散文等各類文學書寫中。透過文學書寫者羅毓嘉和謝凱特的暢談，彷彿重新梳理了兩人作為寫作者的創作歷程，也看見他們落腳於台北的性別脈絡與文學啟蒙。

遠遠近近的台北關係

宜蘭人，高雄出生、台北長大，是羅毓嘉對自己的座標定位，「我從小都住在台北市很市中心的地方。國、高中階段家住古亭，當時我念建中，我姐念北一女，後來我姐考上台大，我們全家就搬到台大附近。」因為始終生活在他口中「基隆河以南到公館，淡水河以東到信義區」的「台北市蛋黃區」，羅毓嘉的台北記憶和書寫，熱切鮮明更帶點刺激。

他回憶起 1999 年升上高中時，城中的氣氛自由，兩廳院是藝術體驗的開端，穿過植物園就能到西門町約會。那時，建中的 BBS 上剛成立了 MOTSS 版（Member of the Same Sex），「有超過十屆的畢業學長，都回去註冊帳號，大家就在上面分享生活。」那算是他接觸到的第一個同志社群。而除了線上交流，那時還在校的建中生也會在中午時段，相約校園花園前或迴廊上聚會聊天。「然後下課後明明要補習，卻去了二二八和平公園

約會。」羅毓嘉坦率地大笑著說，從 90 年代的最後到 21 世紀初，整個台北都是他的約會聖地。而寫作是羅毓嘉梳理自身的方式，從隱晦的性別摸索，到大方書寫生命中幽微的種種，化為線上的文字、紙上的詩句，緩緩道來。

「建中人都很愛去二二八，沒有真的要去補習的意思欸！」一旁聽著的謝凱特冷不防地吐嘈。如果說羅毓嘉代表著某種城中心的明快感，那謝凱特相對寧靜內斂的特質，就更接近他在〈開車進不了臺北城〉一文中，對於城市疏離感的自陳。

作為土生土長的內湖人，比起五光十色的城市風華，他印象中的台北，更多是浸泡在圖書館裡、遙望著基隆河的彼岸，燈火通明。

「以前覺得，內湖是邊緣的，台北車站跟西門町才是台北。後來高中念松山高中，那算是我第一次進入台北熱鬧的地方。」謝凱特認真地描述。於是，遊走在地理與心理意義上的雙重邊緣，他似乎更習慣書寫幽微而深



二二八和平公園是羅毓嘉求學時期的約會記憶場域。



左：羅毓嘉，詩人，紅樓詩社出身。著有詩集《嬰兒宇宙》、散文集《樂園與圖》等，曾獲文學獎若干。

右：謝凱特，作家，曾任兒童刊物編輯，說故事志工。著有散文集《我的蟻人父親》、《普通的戀愛》。

邃的情感，「像我在寫《我的蟻人父親》就是很邊緣的，我爸媽是工人，在台北是很邊緣的族群；我是同志，也是某種邊緣。而這些邊緣族群，不斷地探測，試圖想理解對方的心情，那樣很美、又很迂迴的東西，是我在《我的蟻人父親》中所希望呈現的。」

文學作為性別的啟蒙途徑

看來一動一靜的兩人相差兩歲，其實座落的時代相去不遠。在性別意識不算普及的青年時光中，身分認同對於細敏的靈魂而言，是個需要費力辯證的長期抗戰。「小時候沒有人告訴我們，喜歡看男生的身體，並不是一件奇怪的事。但是當你意識到，別的男生都在看女生，但你看的都是男生，你會覺得自己很奇怪。沒有一個人來告訴我，其實你這樣也是很OK的。」羅毓嘉解釋。謝凱特也若有所思地接著補充，「那時候的學校其實滿封閉的，所以當我讀到邱妙津，先是《鱷魚手記》，再讀《蒙馬特遺書》，我覺得很

安慰，因為有一個人也一直在辯證這種『我不知道自己是怎麼回事』的狀態。」而這也正是他心中文學的任務所在——給予共感，並且給出一種不同的時代論述。

謝凱特認為，許多的觀念和價值都是被論述出來的，「你怎麼講它，那個年代就會怎麼相信它。我覺得文學就是這樣的一件事，關乎我們如何把一個觀念變得日常、普通化。我覺得拿筆或是說話的人都有某種話語權，擁有闡述以及定義的能力。」時光無法重來，但文學卻可作為一種私密對話的方式，讓人們能藉由詩、散文、電影和戲劇，方方面面地重構同志群像，反覆進行詮釋、表述與深度理解。

而聊起文學作為一種時空的再現，羅毓嘉緩緩地說起自己第一次接觸同志主題作品時的感受，「我高一就看《孽子》，那時候也喜歡去二二八，《孽子》就是在寫新公園（二二八和平公園舊稱）的故事，所以就覺得跟自己很貼近。雖然中間的時空相差了十七、十八年左右（該書出版於1983年），而且白先勇

寫的可能是 70 年代末期的故事，實際上我所處的環境可能沒有那麼壓抑，但那個空間就是大家都會分享生活中苦水的地方。」

因為這般穿越時空的共鳴，對羅毓嘉來說，與其把這些作品化約為「台北同志文學」的範疇，還不如好好享受這些歷史場景在文學和現實脈絡中交互參照的樂趣。「文學留下了時代的某個場景，當你進入場景時，能不能用自己的方式再詮釋這個空間，這是我自己覺得文學的重要意義之一。」他的話已說完，但深刻的感觸還在所有人的腦中緩慢發酵。

從自身出發的書寫體例

有人說，他們在為台北、乃至於台灣的同志書寫，但兩人不約而同淘氣地說，寫作是一種成長的自我紀錄，無關乎他者或是外界的任何標籤，「分類和標籤，或許是方便大眾辨認的指南，但是寫作者在創作的時候，沒有人在想這些啦！我覺得我寫了很多都是成長文學，從學生時代到成為上班族；從失敗的戀愛到長期穩定的關係。一直會經歷很多不同的排列，只是我的基礎身分是建立在我是同志、記者、我媽媽的兒子，所以當然會有一部分是關於『我的戀愛對象是男生』這件事。」羅毓嘉認真地分析，接著又一如往常地開起玩笑說，比起同志文學的分類，自己應該比較適合美女文學，或是人妻文學才對。

文學的議題來自於生活，生活源於人本，或許作者與讀者身處不同時空，然而當場景觸動到生活、成長歷程中相近的某一面，故事便能跨越時空，連結起邊緣的、難以觸及



生命歷程中，有多部作品影響他們至深，如《鱷魚手記》、《天河撩亂》等，是兩人以文學書寫、關注同志族群的啟蒙。

的微小議題。謝凱特補充道，「同志議題出現在文學中的時間可能比我們想像得更早，只是用很隱晦的方式呈現，在向田邦子的作品裡，可能會寫到妻子意識到丈夫和下屬有奇妙的關係；到更後來，我們這些作者，願意直接並且誠實地書寫，我會覺得，如果有需要也可以分類，但當這個社會更成熟，我會希望這個標籤越小、越不重要，越好。」因為到頭來，生活在這個城市，無論立基於怎樣的性別基礎，成長與戀愛都是如此尋常。「當然，我希望標籤完全消失的那天可以很早到來。」謝凱特笑著說，「不過，我也想跟台北說：慢慢來沒關係，不需要總是給自己考 100 分的壓力。」像是春日的暖陽一般，兩人暖心地微笑回應。



文史

百年市場的流轉演變：南門市場

圖—台北市工務局



文—翁稷安

歷史學學徒，國立暨南國際大學歷史學系助理教授。專長為中國近現代思想文化史、大眾史學、數位人文學。專欄文章散見於《Openbook 閱讀誌》、《The News Lens 關鍵評論網》。

市場大概是最貼近市井小民的生活場景，裡面有著讓人暫坐歇息的小吃、外帶回家替餐桌增色的菜餚，或滿足各種不同需求的南北雜貨，來來去去的人潮，有攤商、有顧客，經由買賣交易，在各攤位間留下生命的記憶。

市場中販售的內容，體現著不同背景或不同時期的生活習慣和需求，哪怕光是一座市場的硬體樣貌，從規畫到管理，都足以說明時代的變遷，像年輪般記錄著歲月的痕跡。市場裡，有太多的故事和歷史，等待著人們去聆聽。台北有許多市場能擔當這樣日常場景的舞台，其中擁有百年歷史、不斷改換面貌的南門市場，它的變遷或許最足以以小見大，折射出城市的演化。

南門市場成立於 1909 年，彼時由於台北城的發達和擴展，在舊城南門外一帶，居民開始逐漸增加，一、兩年間增加了數百戶。新興社區離既有的大稻埕、艋舺市場有一段距離，前去購買日常用品十分不便，於是在南門一帶開始出現了攤商的集市。為了有效管理，台北廳政府出面和建商協調，用類似今日 BOT 的方式，在 1,300 多坪的土地上，以近 4 個月的時間完成相關建設，在短時間內「變隴畝為市場」，蓋出能和稻、艋三足鼎立的市場，為時人津津樂道。新市場因為地處千歲町，故名為「千歲町市場」或「千歲市場」，因當地有不少日本官員居住，市場同時供應日、台不同住民日常所需，並舉辦如防空映畫放映等各種活動，成為台北市的重要據點。

戰後，改名為南門市場，少了日本顧客，多了和國民政府一同從中國大陸遷來的外省住民，市場裡增添了許多外省風味，特別是江浙一帶的攤商，盛況不減，也一直是台北市政府積極經營的對象。1969 年在高玉樹市長主導下，對市內市場進行改建，南門市場因具備市場產權和道路規畫完備的優勢，列為第一優先，並依舊採取與商人合資的方式改建為高樓，原本攤商則遷到南海路

的臨時攤棚營業。新市場興建時一度因廠商周轉不靈而停工，後來在市府努力下，找到新建商接手，終於在 1982 年全數完工，並為了要降低攤商遷移過程的負擔，將市場的相關樓層，提前於 1981 年 6 月開幕啟用。

完工後的南門市場，二樓設有百貨商場，三樓是花卉市場，一樓和地下室保留原本市場機能，讓攤商遷回，四至十樓則為政府機構使用，總工程經費 2 億 5,000 多萬元，是 1980 年代台北市的大工程。如同所有大型工程，在啟用初期，總是會有一段經歷搬遷和重新營業的陣痛期，在各方磨合之後，於 1986 年恢復盛況，成為李登輝市長在 1981 年開幕巡視時所言「可做其他新建市場楷模」的新穎市場。

南門市場以南北食品雜貨、熟食點心匯集地聞名，菜色齊全，物美價廉，所賣雜貨有金門、馬祖、澎湖的乾貨海產，也有進口食材，有「南區迪化街」之稱；熟食更是南門市場的特色，有著北京、南京、揚州、福州等地的道地料理，更有寧波湯圓、湖州粽、叉燒包、荷葉排骨、蜜汁蓮藕等點心小吃，1980 年代許多上班族下班後，都會來這裡採買晚餐。

到了 1990 年代，外食逐漸成為工商社會多數人的生活型態，買熟食回家為餐桌加菜更成為趨勢，南門市場也出現許多明星店家，年節排隊買年菜、元宵節排隊買湯圓、端午節排隊買外省粽，人山人海的景象，成為南門市場每年必見的風景，而後捷運的通車更改善了周邊交通，增加了市場來往的人流和商機。

然而，啟用已久的南門市場，也逐漸變得老舊，儘管歷經數次更新工程而面目一新，並獲得「四星級市場」等多項獎項肯定，但建物的舊化終究無法完全解決。再加上連鎖超市和網路的崛起，改變了人們的購物習慣，生意不若以往。

而後在 2012 年的鑑定中發現，這座使用 30 年的建築物竟是「海砂屋」，於是配合捷運萬大線的興建工程，規畫將原有大樓拆除重建，成為這座百年市場第二次重生的機會，並在北市府的協調和溝通下，於愛國東路、杭州南路口搭建了南門中繼市場，其典雅、新穎的外型，似乎預告著下一階段南門市場破繭而出的全新姿態，看來關於這百年市場的故事，還會再繼續傳誦下去。



南門中繼市場新穎的外型，讓人更加期待重生後的百年市場。

沒有孤島 為不安的心靈找尋歸所

文－林佳蕙・攝影－蔡耀徵



陪你
一起放輕鬆。

就會發現，有些天真可愛的小動物，

小城的一個角落，歇歇腳，喝杯咖啡

忘憂，不必跋山涉水，只須走進

都市生活常令人倍感孤立，但不遠處已有人持燈等待。由一群專業心理工作者成立的「心不懶喘息咖啡」和可線上聆聽的「哇賽心理學」，提供了心理學專業資源，滿足不同層面的需求，讓生活更有溫度。

點 一杯暖暖的咖啡，流過身體的飲品澆灌了渴，在放鬆的狀態中，飲者和手執沖煮壺的人娓娓道來一段人生故事。由一群心理師、職能治療師和社工於去年共同成立的「心不懶喘息咖啡」，就在這樣的氛圍中，成為北投山腳下一處寄託心靈的角落。

用輕鬆的氛圍改變思維

「咖啡店就有這個好處，大家不會覺得自己進了診所，而是來喝杯咖啡。」身兼心理師公會理事長的創辦人兼執行長方將任，為我們解釋開設這家店的原由，「其實許多來到這個空間的客人都知道這裡有心理專業人

員，而我們也會用聊天的方式，來引導客人述說內心狀態，但不進行心理治療，所以不會有防衛或壓力感。」方將任強調，心不懶喘息咖啡並非醫療等級的諮商所，而是心理師利用工作外的閒暇時間於此服務，一方面推廣心理衛教觀念，一方面也提供緊繃的都市人一個紓壓管道。他提到，「很多時候，人們總是悶著或避諱去說心理的狀態，但只要願意說出來，我們就有機會同理他們的感受、釐清問題或是引導求助。」

心不懶喘息咖啡提供的服務十分多元，從呼應長照政策的喘息服務，到身心障礙就業輔導，並與大台北的心理諮商所合作，邀請專業講師舉辦心理衛生講座，「這裡也會舉



1

2

1. 「心不懶喘息咖啡」在北投落腳，希望為當地民眾注入心靈層面的關懷。2. 面對來到「心不懶喘息咖啡」的民眾，方將任會以聊天方式，去引導對方說出心理狀態。



「心不懶喘息咖啡」定期舉辦桌遊活動以及樂齡長者的主題講座，不僅引導民眾認識心理學，也能凝聚社區關懷力量。

辦牌卡、桌遊、繪畫、插花或是咖啡紓壓等活動。在專業人員的帶領下，透過這些活動導入健康觀念。」他解釋，心理衛教活動並不是那麼嚴肅，只要透過有趣的活動就能產生寓教於樂的效果。例如由專業心理師帶領的「小柔的最後一天」桌遊，就是一套有助於民眾了解憂鬱症的遊戲套組，每張牌卡上都有不同的語句，讓大家在遊戲中了解什麼樣的話語會讓病患更感孤立，而透過心理師的從旁解釋，民眾常常訝異於一些聽來平常的話語，對憂鬱症患者來說竟有非常負面的效果。

創立一年來，心不懶喘息咖啡運用心理學的知識幫助了不少家庭，改變他們對憂鬱症或自閉症等心理問題和疾病的刻板看法。開設公益咖啡館收益不多，更多的是勞心和勞力，但方將任對於開店以來深入社區的成果感到欣慰，甚至有人遠從新竹來此解惑，讓他更堅信自己的理念，有些家長原以為孩子缺乏專注力，但來此經過諮詢後，發現有過

動的可能性，這樣就可以幫他轉介治療。此外很多社區機構也因為咖啡館而認識我們，有助於我們進行更多橫向和縱向的交流，提供民眾比較快和省力的媒合服務。」

線上內容滿足理性的需求

除了實體空間，現代人也可透過線上資源尋得另一種層面的心靈滿足。由台灣應用心理學會理事長蔡宇哲創立的「哇賽心理學」粉專，一開始以文章形式深入淺出地分享專業內容，近期更透過 podcast，以聊天的方式傳播心理學相關知識，獲得廣大回響。

蔡宇哲觀察到，目前聽眾年齡層約落在 20 至 35 歲區間，大都是年輕上班族利用通勤時間聆聽，他們的共通點是還在適應生活中的情況與壓力，因此利用理論跟實證來討論心理情況，能為他們點通許多糾結在心中的事。「例如，想要改變、成長、建立好的習慣，但卻老是不順利；又或是已工作一段

時間，對於生活已沒有熱情的狀況等等。」蔡宇哲表示，他會透過 IG 或 Telegram 接收這些問題，並通常會在節目上開一個主題來談，或是在每一集的前 2、3 分鐘來回覆。蔡宇哲強調市面上已有許多感性的心理文章，但大家對科學的實證結果仍然相對陌生，而心理學則兼備兩種不同面向，他說：「我們要用邏輯和科學的方法去看待人的行為，讓大家知道心理學不是隨便講講，而是透過實驗得到結論。」

除了軟性的心理議題之外，某幾集的硬派內容也獲得不少回響。蔡宇哲特別邀請黃致豪律師開設了「法客心法聊天室」單元，從司法心理學角度，針對大眾相對陌生的精神疾病患者犯罪、修復式正義等議題提供專業解釋。「我一直覺得軟性的東西應該比較

多人想聽、想看，但其實硬派內容會更有需求，大眾也會需要這種深度的資訊或知識。」2019 年在台北首次舉辦的司法心理學講座，吸引了將近滿場的 70 人報名。蔡宇哲認為，這次經驗顯示了人們對司法心理學知識的需求，另一方面也反映了台北人有開放的心胸接受新知識。

在台北，沒有人是一座孤島，人們可以輕鬆地透過軟性溝通渠道來滿足心理需求，讓問題得到聆聽與解答。在咖啡館的一角，有思覺失調的創作者在這裡重拾畫筆，另一邊則有上班族透過 podcast 的心理學節目省思以前沒有思考過的問題，藉由實體與虛擬空間的交互作用，提供心靈喘息的片刻。



1

2

1. 蔡宇哲不僅利用 podcast 傳遞心理學資訊，更透過錄製有聲書，將心理學知識傳遞給更多民眾。
2. 「哇賽心理學」從線上走到線下，2019 年 7 月曾舉辦講座，貼近想要了解司法心理學的群眾。



古剎溯安平蹟

寺留第二即止

山谷偶然學佛

龍山寺



大龍峒保安宮



艋舺龍山寺

攝影——郭定原



郭定原，東海大學哲學系畢業，曾擔任攝影家柯錫杰助理，創作主要以風景攝影為題材，作品中呈現寧靜悠遠的精神意象；曾以一年時間擔任計程車司機，期間結合攝影與文字，描繪了計程車司機的日常觀察。

台北聖家堂



中山北路、忠孝西路口



台北清真寺



與神共在

文－郭定原

首善之都台北市，宛如一部巨大而複雜的機器，二百多萬的台北人被緊密連結在這部機器中，既推動著機器的運行，也被機器牢牢控制。這部機器以二百多萬人當作分母，置乎其上，任何個人都渺小到趨近於零。

在時代的洪流中，城市自有它該去的方向，然而它的運行軌跡卻不是渺小的個人所能掌握，甚至連想關切都無從使力。少數看似引領時勢的英雄，背後都有著無法操之在自己的因緣際會與許多眾人匯聚的涓滴功勞。大多數的個人只能隨著洪流奔向不可知的遠方，他們所關切的，是每天的日常，是此生的價值，是來生的歸屬。

要感謝的人太多，就謝天吧；要詢問的事

太難，就問神吧。問神，也跟看醫生一樣，術業各有專攻，療程各自不同。譬如到艋舺龍山寺求姻緣，信徒多半在主殿向觀世音菩薩禮貌性地打過招呼後，便迫不及待直奔後殿找月老求卦問卜；耶穌跟聖母瑪利亞或許也像保生大帝般具有祛病除厄的神力，但大龍峒保安宮的「祭解」法事跟聖家堂的彌撒儀式必定迥然有別。

在這些迥異的宗教表象之下，唯一殊途同歸的是信徒內外合一的虔誠神情，那是台北人暫時擺脫了城市機器的枷鎖，以抵抗被微分歸零的獨立完整性與神共在。人生短暫而有盡，脂窮於為薪，火傳也；高堂危坐的神明給了自何處來、往何處去的大哉問一個不可言喻的解答。



台北聖家堂



向晚的迷幻台北

圖・文 — CinCin Chang



CinCin Chang

於米蘭藝術大學取得平面設計與藝術指導學位，自此開始了邊流浪邊畫畫的接案插畫家生活。不論何時何地都會帶著畫筆及速寫本，記錄下所見的每一刻，再轉化為創作的能量及養分。

太喜歡那些街角的建築，不論是巷弄門前的盆栽，或是老屋頂上的各種植物，那都是滿滿的生命力！對我而言，台北有很多可能，在被山巒環繞的土地上，層層疊疊出許多生命與故事，只要用心找，就能夠找到你想要的。因為很喜歡台北的動物園，所以畫了長頸鹿；因為想要離山再更近一些，於是在山的後面放了自己很感興趣的可愛怪獸，畫作裡的時間是向晚，那美麗而魔幻的十分鐘。



Adj + 台北

愜意台北 Chill Taipei

賴雨農：「用燈光，為城市畫下一抹優雅的天際線。」
在台北欣賞城市光景

公共台北 Public Taipei

房市稅制面面觀
稅制合理實現房市正常化
北市就業與防疫方案
「台北造起來」店家再造計畫
佳吧餐車試辦計畫
新新公園水森活

好玩台北 Fun Taipei

活動短訊



照明設計師——賴雨農

「用燈光，為城市畫下一抹優雅的天際線。」

賴雨農

照明設計師與光雕藝術家，學生時代開始接觸劇場燈光設計，台北藝術大學畢業後，赴美國紐約攻讀帕森設計學院建築照明碩士，2005 年創立十聿照明設計 UNOLAI LIGHTING DESIGN，知名作品為台北 101 大樓建築立面燈光及部分上海外灘景觀燈光設計。

文－邱璟綾・攝影－莊智淵

走在台北街頭，白天在日光均勻照射下，整座城市的輪廓一覽無遺，直到暮色滿天，點點光影在明媚或曲折間，畫出城市的天際線、點亮建築的表情，此刻，燈光不只具有照明意義，更是美學的展現。本期的愜意台北以「城市光景」為主題，帶民眾在入夜的台北進行一場燈光漫遊。

這場採訪，從入夜的台北街頭開始，照明設計師賴雨農在暮色中緩緩走來，不時張望人來車往的街口，抬頭觀察逐一亮起的城市燈光。順著他的目光望去，是台北 101，一座讓他費時五年改變的建築。

「我過去時常看著台北 101 的燈，想著有一天，要讓它變得更好看。」在台北生活，他看著台北 101 萬丈高樓平地起，成為代表台北市的地標。當時他已在照明設計界努力近十年，帶著海內外一身歷練，決心為台北打造一抹優雅的天際線。

「希望還原建築輪廓線，讓大家好好看見台北 101 原本的樣貌。」於是他捨棄原先安裝在大樓外框色彩鮮明的眉燈，改以打在牆面的扇形照明，突顯如意釦等外牆細節，將彩色報時功能移到建築頂冠，賦予台北 101 知性、冷靜的美感。他認為，最好的燈光，應能反映城市居民的態度，也是認識城市最好的方式，「光不只是妝點城市的『表情』，入夜後看到光畫出的天際線，會使你記住城市的樣子。」

他為了燈光走遍世界各大城市，大致可以歸納出東京乾淨、現代的照明，呼應著日本人的節制性格；巴黎的昏黃、浪漫燈光，

猶如法國人的優雅從容。相較於其他國家，賴雨農眼中的台北，雖然沒有固定的光線調性，卻因為新舊並陳且充滿活力的光線，而有獨特的魅力。

例如西區的建物比較有歷史感，燈光懷舊溫暖，即使走在熱鬧的西門町，也能發現燈光多安裝在視線可及的地方，給人一種貼近、親切的感受。而商業氛圍濃厚的信義區，光線大都投射在建物頂端，色溫、亮度較高，讓整體區域更具現代感。若想靜靜地欣賞，只要沿著象山步道拾級而上，便可以從高處欣賞台北的城市光景。

台北也有許多角落尚未投入美化景致的照明設計，形成一處處有無限可能的場域。例如河濱公園的自行車道，賴雨農時常在晚上漫步其間，雖然目前只有街燈、地燈等機能性照明，卻在心底對這片綠帶湧上無限想像，「如果結合景觀照明，例如布置有主題的燈光裝置藝術，就能創造出台北獨有的夜間自行車道……」他希望透過光影，重新定義台北的輪廓，無論走在哪一區，都能愜意享受入夜的美。





Chill 大使推薦——在台北欣賞城市光景

文／邱瓊綾・圖／十車照明設計、豪華朗機工

從象山欣賞台北夜景，能沉浸在滿城燈火的璀璨魅力中。

遠望台北燈火漫漫

📍 象山、陽明山

想盡覽台北城市光景，莫過於登高賞夜景，無論是信義區的象山，或是陽明山文化大學，各有不同美感。賴雨農認為，信義區的光景是台北市最集中的區域，他笑說，「象山步道簡直是為欣賞信義區夜景而設！」由觀景台放眼望去，前景可以看見台北 101 的平視角度，一旁高樓櫛比鱗次，後方是整個台北街景，整體光線具有層次感，色調由信義區的暖白向外漸層至暖黃，這樣的景致也是許多人心中的台北印象。

陽明山夜景則多了浪漫氛圍，由於文化大學一側剛好位於台北盆地邊緣，且相較象山，地理位置更高，沒有群山的阻擋，可以一眼望盡整個台北，自山上俯瞰彷彿是從飛機上鳥瞰，滿城燈火宛如星光點點，

也讓陽明山夜景歷久不衰，始終是情侶約會的好選擇。

用燈光呼應建築與人的關係

📍 總統府

台北市轄內各級政府機關林立，總統府周邊也是欣賞夜間照明美學的好地點，賴雨農發現，不同於美國白宮，燈光打得充滿威嚴與距離感，總統府外牆燈光近期有些微調整，不僅呈現出地標性，又保有親和力。賴雨農表示，「我覺得總統府的燈光氛圍掌握得很好，有思考到建築與人的關係。」走在凱達格蘭大道或鄰近的二二八和平公園，遠遠欣賞總統府，會發現正中間塔樓有許多小窗戶點上橘光，與磚牆相互呼應，是很棒的巧思。

此外，透過光線設計，總統府建築亦和

周邊綠蔭相映成趣，除了白天能看到成排綠樹，晚上點燈後率先突顯綠意，接著帶到迴廊與主體建築，透過光線讓晚上的總統府景致更有層次與可觀性。

燈光的新舊並存

📍 台電大樓日光域

「以前我們白天追裝置藝術品感受氣氛，現在夜晚也能欣賞光的裝置藝術。」除了前面提到的幾個地點，讓賴雨農讚不絕口的，還有台電大樓牆面的「日光域」。

將 241 盞不同年代的路燈重新整理、拼組成裝置藝術，白天的「日光域」像是依附在建物外牆的雕塑體，夜晚則透過電腦控制燈光明暗變化，呈現能量運轉的姿態。由於光線會在不同的燈座之間流動，為夜晚街頭



「日光域」點亮夜晚的街頭以及對環保的反思。(圖／豪華朗機工)

帶來不同表情，變換之間常吸引民眾駐足欣賞。賴雨農表示，「日光域」本身帶點機械性，而回收的路燈與科技新舊並存，整體帶有對環保與文明的省思，「更重要的是用科技重新點亮它，這種背景意涵，讓我們做燈光設計的人覺得特別有意義。」



透過燈光照明，讓總統府不會給人過於冰冷的距離感。(攝影／黃映嘉)

與台北燈光共舞

看完 Chill 大使賴雨農與台北的燈光故事，不妨找個時間，實際走入台北夜晚，看著入夜的城市換上亮麗衣裳，心中也會洋溢著滿滿感動。

文－黃映嘉・圖－綠美丘、台灣電力公司、何理互動設計・攝影－黃映嘉

1

2

1. 走逛市集後，可以坐著感受點燈後的浪漫氛圍。2. 心中山線形公園以柔和照明區隔出商圈的光亮與繁忙，讓人漫步其中更加愜意。（攝影／黃映嘉）



沉浸式的燈光漫遊

📍 綠美丘東區市集、心中山線形公園

結合手作攤位與街頭藝人表演的綠美丘東區市集，白天夜晚擁有不同面貌。市集中心最引人注目的木作燈光裝置，為燈光藝術家孫啟能的作品，每當夜晚到來，暖黃的燈泡亮起，象徵牽引著彼此來到市集相聚。

心中山線形公園於白天是一條橫越地景的綠色廊道，夜晚，公園內的「心中山舞台」，結合捷運中山站 4 號出口，打造成為一座觀景台，順著階梯而上，於平台欣賞繁忙車潮，感受台北迷人夜色。還有「遊人啡飲」、「月光森林」、「爵士廣場」及「星橋綠坡」也是熱門的打卡地點，溫柔的白熾燈光將設施烘托得極有情調，漫步其中，享受愜意的城市夜景。

🌟 綠美丘 Midori Art Market III 東區市集

📅 即日起 ~ 12/31（每週五、六、日）

🕒 14:00 - 21:00

📍 東區頂好廣場、瑠公公園、忠孝 Sogo 後廣場

🌟 心中山線形公園

📍 捷運中山站至捷運雙連站之間

點亮城市鮮明印象

📍 流 Stream、仙泡兒

「流 Stream」以燈光變化展現水的流動感，整點時分會搭配音樂轉變燈光投射形式，吸引不少民眾駐足停留，用拍照或錄影的方式記錄美好一刻。其中結合悠遊卡、一卡通的感應互動模式，啟動後會展現燈光的色彩與動態變化，讓裝置品與民眾更有連結。

由地景藝術家林舜龍創作的「仙泡兒」，以蒲公英的造型為概念，象徵植物行光合作用，人類從中獲得能源，近 22 公尺的高度，直徑 5.5 公尺的發光球體，內部設有溫度感測儀器，會隨環境溫度產生 7 種不同的色彩變化，為關渡平原增添亮眼地標。



☀ 流 Stream

🕒 落日時分亮燈

📍 東區龍門廣場、頂好廣場

☀ 仙泡兒 (Saint Power)

🕒 19:00 – 22:00 (亮燈時間)

📍 台電仙渡超高壓變電所

1	3
2	

1. 「流 Stream」以燈光裝置點亮東區商圈新印象。(圖／何理互動設計) 2. 「仙泡兒」以彩色球體組合，內部設有溫度感測儀器，增添與環境的互動。(圖／台灣電力公司) 3. 矗立在關渡平原的「仙泡兒」讓夜晚也富有生命力。(圖／台灣電力公司)



【居住正義 2.0 第 1 講】 房市稅制面面觀

整理—張語羚·圖表—Miyabi

從 本期開始，《台北畫刊》將展開「居住正義 2.0」系列小講堂，帶你從「社宅出租」、「民宅更新」、「房市健全」三大面向的不同構面，了解居住正義如何實踐於我們的日常生活中。5 月適逢房屋稅開徵，本期就從房屋稅制開始，帶讀者了解居住正義 2.0！

增減稅是實現居住正義的方式之一，稅負的比例、課徵對象等都是調整的關鍵，台北市政府近年持續以單一自住更輕稅、公益性出租減稅、多戶持有成本提高、空屋改課非自住稅率等措施，也推動整體稅制更趨向公平正義，讓台北市成為更宜居的城市。

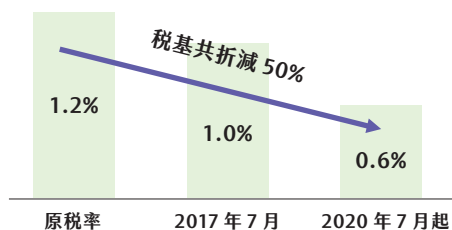
確保單一自住族群權益

單一且自住更輕稅

條件

- ✓ 納稅人、其配偶及未成年子女全國僅 1 間房
- ✓ 房子位於台北市
- ✓ 自住
- ✓ 家戶中 1 人設戶籍
- ✓ 符合都市計畫法規定可做住宅使用

房屋稅實質稅率



保障弱勢族群的居住需求

公益性出租稅基折減 50%

公益性出租



- ▲ 參與包租代管
社會住宅之房屋
- ▲ 出租予符合租金
補貼申請資格對象的房屋

出租對象



- ▲ 弱勢族群、
一定所得以下家庭

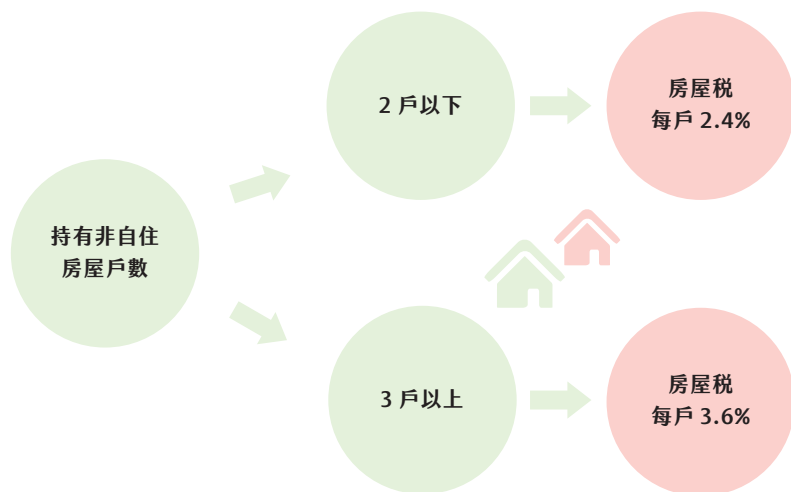
稅率



- ▲ 比照單一自住
房屋，稅基折
減 50%

抑制市場炒房

提高多戶持有成本



激勵空屋釋出

空屋改課非自住稅率

民生低度用水、用電資料



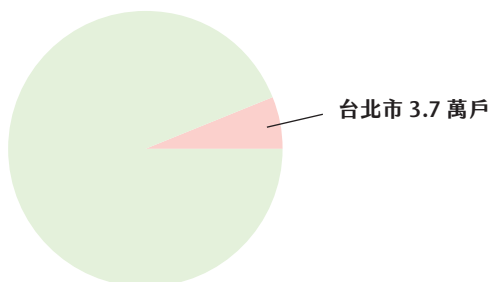
現場勘查



不符自住房屋要件之空屋，改按所應適用稅率課徵房屋稅，藉此鼓勵房屋所有人釋出空屋

連續 12 個月以上
低度用電住宅

全國 61 萬戶



台北市清查後
改課非自住稅率房屋數量

2018 年

8,900 餘戶

2019 年

400 餘戶



税制合理實現房市正常化

文一張語羚 · 圖一台北市政府居住正義 2.0 官網

高 房價時代，如何透過合理稅制實現居住正義，是政府及民眾共同關注的焦點。台北市稅捐稽徵處處長倪永祖指出，從「稅制合理」的角度切入居住正義 2.0，包含「單一且自住更輕稅」、「公益性出租亦比照單一自住輕稅」、「提高多戶持有成本」、「激勵空屋釋出」等 4 項行動方案。

單一且自住更輕稅

首先，為確保自住族群買房的權益，舉凡全國僅擁有 1 間房子，且位於台北市，又用作自住使用，家戶中有 1 人設戶籍於此，並符合都市計畫法的相關規定，即可適用單一自住房屋稅率。

現行自住用房屋在全國 3 戶以內可享有 1.2% 的房屋稅率，與家戶持有全國單 1 戶且供自住並設立戶籍者相較，稅負相同，兩者雖均符合「自住輕稅」原則，但台北市認為對於家戶全國僅持有 1 戶自住房屋而言，其房屋稅負應可更低。為保障單一房屋自住者權益，於 2017 年 7 月 1 日起透過折減稅基，使自住實質稅率自 1.2% 降至 1%，2019 年再

加碼調降，相當於實質稅率降至 0.6%，並自 2020 年 7 月起實施。倪永祖表示，換算下來，原本 1 年房屋稅 7,000 元的屋主，今年 7 月起僅需繳交約一半的房屋稅，相信市民會更有感。

公益性出租房屋稅率比照單一自住

由於並非所有台北市民或在台北市工作、就學的民眾都有能力購屋自住，為了鼓勵屋主出租閒置空屋，屋主只要與台北市政府或市府合作的業者簽約，將房子租給弱勢族群、一定所得以下家庭，則該間房屋的房屋稅即可比照適用單一自住的稅率。

提高多戶持有成本

然而房屋市場上持有超過 2 戶以上房屋的大有人在，倪永祖指出，財政部早在 2014 年即透過《房屋稅條例》修正案，拉高非自住房屋的稅率為 1.5% 至 3.6%，藉此抑制市場炒房，台北市也據此調整房屋稅，持有 2 戶以下者每戶課稅 2.4%，3 戶以上則為每戶 3.6%。目前全國僅台北市、宜蘭縣、連江縣採差別稅率，而台北市是全國持有 2 戶以上非自住房屋稅率最高的城市。

台北市政府認為，未來應取消齊頭式平等的稅制，不再區分自住或非自住，改以家戶持有戶數採累進差別稅率，且保障其中 1 戶稅率 1.2%，實現稅制合理，也藉此改善過往自用、非自用往往需要透過現場勘察才能確認的稽查流程，逐步降低稽徵成本。若中央認同此作法，期望能夠進一步修法，讓地方政府能夠跟進。

清查調整空屋稅率

閒置空屋是市場長期炒房下的負面效應，2017 年內政部營建署曾依用電量為依據進行分析、調查，並發現連續 12 個月以上低度用電的住宅全國就有 61 萬戶，其中台北市就有 3.7 萬戶。

2018 年台北市率全國之先，透過用水資料交叉比對，清查房屋使用情形，排除 8,900 餘戶不符合自住情況的房屋，改按非自住的稅率課徵房屋稅，2019 年同時運用水、電資料再清查 400 餘戶，未來也會持續清查房屋實際使用狀況，期望提高空屋的稅負成本，鼓勵閒置空屋釋出，增加房屋供給。

降低新建案低稅率年限 清查違法工業宅

除了前述措施，台北市也關注新建案銷售期間的稅率，倪永祖表示，台北市預計透過修改《台北市房屋稅徵收自治條例》，將建商於銷售期間的房屋稅率，從目前的 3 年均為 1.5%，改為僅有第 1 年 1.5%。1 年的銷售時間，對新建案來說應屬合理，藉由調整稅率促使建商盡速釋出房屋，進而抑制房產炒作。

此外，台北市也重視土地使用分區的情況，目前已針對內湖五期重劃區內的工業區房屋清查，透過輔導、改課非自用住宅稅率等方式，成功讓 455 戶違法工業宅銳減到 1 戶。未來將會持續輔導，確保房屋沒有違反土地使用分區情形，也確保工業區房屋能符合用途。

他還說，財政部、內政部及其他地方政府的房地評價及稅制研商平台也將台北市的作法納入參考，未來預計將落實在全國各縣市，確保土地使用分區情形合法。

台北市政府不僅透過房屋稅率調整落實居住正義，更進一步關注新建案房屋稅率、違法工業宅等，全方位確保房市正常化，實現房屋稅制合理，讓台北成為更宜居的城市，民眾都能住得更安心。



台北市政府
居住正義 2.0



迎擊疫情團體戰

北市就業與防疫方案

文－謝孟華，圖－台北市觀光傳播局

台北市居家隔離、居家
檢疫者補助線上申請



健康關懷服務中心專線

☎ 1999

台北市心理衛生諮詢專線

☎ 02-3393-7885

🕒 週一至週五 9:00-22:00

因「嚴重特殊傳染性肺炎」（COVID-19，簡稱武漢肺炎）的侵襲，民眾多選擇居家防疫，外出消費的機會減少，連帶影響到產業停頓、民眾就業困難。同時，接受隔離、檢疫的民眾也需要政府伸出援手，維持正常生活需求。對此，台北市政府推動就業方案提供更多求職機會，也加碼提供檢疫期間旅館住宿費用補助，並提供健康關懷專線服務，協助民眾迎擊疫情，度過艱困的防疫時期。

防疫就業方案 保障生計權利

據台北市就業服務處統計，截至 2020 年 4 月 15 日失業認定人數較去年（2019 年）4 月底成長了 22.78%。面對疫情失業潮來襲，台北市政府於 4 月推出第一波「台北市千人防疫就業方案 1.0」，提供求職者與防疫相關的短工時工作，協助民眾盡速就業。4 月 6 日受理報名當天 1,001 個職缺隨即額滿，並加

碼於 4 月 13 日開始受理第二波「台北市千人防疫就業方案 2.0」，追加釋出近 1,400 個職缺，面試完成便能即刻安排工作。

在防疫就業方案的眾多職缺中，許多職缺是為了因應防疫措施而設，如戶政事務所為洽公民眾量體溫、消毒、引導辦理業務等，需要投入額外人力，此外亦有許多公部門短期防疫相關工作機會釋出，不僅紓緩就業市



防疫旅館人員依照標準作業程序執行消毒。



防疫旅館為居家檢疫者用心準備甜點。

場的供需，也邀請全民一起為防疫盡一份心力。

經進用的民眾，最長就業期為 6 個月，時薪 158 元，每月最高工時 80 小時，每人每月最多可領到 1 萬 2,640 元。台北市勞動局局長陳信瑜也說明，台北市會持續推出多元就業媒合方案，來登記媒合防疫職缺的民眾，若沒有合適的就業選項，仍可在就業服務處媒合其他就業方案，持續協助民眾就業。

防疫旅館擴增及住宿補助 住得安全也安心

為協助家中無獨立生活空間的居家檢疫者，因找旅館居家檢疫而面臨旅館拒收、旅館防護措施不明等問題，台北市政府截至 2020 年 4 月 27 日止已擴增防疫旅館達 21 間，以安置檢疫旅客、返國留學生及外國商務

客，同時推出線上「旅館防疫手冊」，詳述旅館相關防疫與待客措施與程序，供台北市旅館業者參考，旅館業者可以依循指引接待顧客，強化防疫體系，保障雙方健康安全。

此外，為鼓勵設籍台北市居家隔離、檢疫者落實防疫，台北市針對居家隔離、檢疫者、同住親友提供入住合法旅宿、檢疫所補助。凡居家隔離、檢疫者依通知書規定期間「住好住滿 14 天」，符合申請資格者將按日補助 500 元，最高補助 7,000 元，民眾可檢附相關證件與證明影本，以申請 1 次為限。

隔離檢疫期間居家關懷 提升防疫信心

除防疫旅館外，台北市政府同步設立「健康關懷服務中心專線」，由退休並接受相關訓練的護理人員專業答詢，若市民有防疫旅館及居家隔離、居家檢疫相關詢問需求，都能去電由專人解答；台北市衛生局則設立「台北市心理衛生諮詢專線」，照顧居家防疫民眾的心理健康，讓民眾都可以度過居家防疫的壓力與不安。

而台北市居家隔離、檢疫者所需的必要服務，包含電話關懷、送餐服務、就醫安排、通訊診療、防疫計程車等各項基本生活關照與支持，則可藉由「居家隔離及居家檢疫者關懷服務中心」獲得完善服務。

防疫期間，台北市不只超前部署，還要仔細照顧居家隔離、檢疫者日常所需，共同提升防疫信心，健康迎向生活的各個挑戰！



品牌老店再升級

「台北造起來」店家再造計畫

文－謝孟華，圖－台北市商業處

「台北造起來」
店家再造計畫



我是商 Ya 人
粉絲專頁



「小王煮瓜」藉由重塑特色料理，成為華西街打卡地標。

傳統老店如何以生活美學再造新提案？品牌行銷又如何替傳產老字號再現風華？台北市商業處持續透過「台北造起來」店家再造計畫，讓傳統產業或美食店家能「好店大翻身」，延續傳統品牌，再現新生。

打造老店新價值

推動多年的「台北造起來」店家再造計畫，從輔導業者空間更新、挖掘品牌特色、設計形象視覺等面向，美化老店店內空間並提升品牌識別度，協助店家打造出兼具台北精神與美感體驗的「老品牌、新樣貌」。

台北市合法經營滿3年以上的傳統產業或美食店家，如具再造亮點與發展潛力需要重塑品牌定位，或店面已具特色風格、想進一步提升品牌價值，資格符合其中之一，即可

報名參加甄選。

通過甄選的店家，商業處將協助釐清經營現況、調整品牌策略與定位，以及提供經營發展策略建議，並安排顧問專家訪視，補助轉型所需設計經費。期盼藉由聚焦品牌核心價值，讓民眾認識更多蘊含文化特色及故事的店家。

凝聚城市故事

許多反饋熱烈的店家再造案例成為當地亮點，如「小王清湯瓜仔肉」為華西街40年老店，以獨門的清湯瓜仔肉聞名，雖於2019年榮獲米其林必比登推薦，然而陳舊店面及動線規畫不佳，容易給客人帶來擁擠的用餐體驗。

為了強化老店的品牌形象，不僅將原本冗

長的店名修改為有記憶點的「小王煮瓜」，加上 Slogan「吃過的人都誇」顯化餐點的美味。此外，空間與商品也重新設計，拉出寬闊的空間感改善用餐舒適度，並以攤車造景融合街區故事，客流量因而增加，也帶動街區商圈生機。

而原名「海為食品行」的「海為啥」在迪化商圈立足近 70 年，以堅果雜糧為主商品，雖位置顯眼、店面寬敞，然而店面外觀陳舊，品項及陳列皆顯雜亂，缺乏鮮明記憶點。經再造後重新定位品牌，聚焦南北貨老商行，回歸天然良品選物的本質，以 Slogan「可口婆心選貨家，挑良不挑亮」，突顯老闆娘用心推廣健康飲食的精神，打造自然系健康食品雜貨鋪的新形象。

回顧過往再造案例，不但品牌價值升級，加上導入便利支付及線上通路開通等數位化能力，更有助於提高銷售競爭力。如傳統漢餅店「宜德和志」，透過老店翻新與嶄新的質感包裝，結合社群平台拓展接單新客源；

魷魚老字號「兩喜號」魷魚焿則以文化美學改造店面並結合外送服務等，翻轉傳統商業模式，讓老店家都能從容應對消費模式改變的挑戰。

讓好店被看見

台北市商業處處長高振源表示，商業處以「台北造起來」推動台北市特色店家再造，自 2015 年至 2019 年已輔導 80 家，經過輔導後，整體平均營業額及來客數皆提升了 1 成以上。

透過店家再造計畫，不僅為台北帶來新的能量，也為傳承老字號、好品牌盡一份心力，協助更多用心經營的店家融入新資源，提高能見度，接軌傳統行業的老智慧與新時代的消費習慣，也透過各種店家再造的成功案例，用新潮視野拓展民眾接觸迷人老滋味的百種可能。



「海為啥」經重新規畫，店面煥然一新，為顧客提供更舒適的選購體驗。

創業新選擇

佳吧餐車試辦計畫

文—謝孟華 · 圖—台北市就業服務處

GoodJob 餐車市集

 即日起 ~ 12/31 (四) 之週六、日
(平日視各餐車營業時間)

 大佳河濱公園 (大直橋下)



常於大型活動現身的各式行動餐車，有別於餐廳式的用餐空間，強調輕食即行的街頭餐車料理，不僅在市集或觀光區悄然形成一種新型態的飲食文化，相對低廉的創業成本，更是許多創業族的首選。

低門檻的創業新選擇

相對餐廳的高店租、水電費等成本，餐車創業門檻低，但在餐車市場中，仍有許多法律規範需要創業者做好事前的了解與準備，如合法的營業地點、落實消防安全、符合衛生考量等，都是「新手」餐車創業者所需注意的眉角。

為協助台北市中低收入戶及 20 歲以上至 45 歲的青壯年族群能夠有安心且多元的創業機會，台北市就業服務處推動「佳吧 (JOB) 餐車試辦計畫」，透過一對一顧問諮詢及輔導，協助申請者了解相關規範、釐清創業方向與品牌定位，安心創業。

城市空間友善連結

試辦計畫所推出的「GoodJob 餐車市集」，即日起於大佳河濱公園大直橋下試營運，讓餐車經營者能與民眾有效互動，提高對經營客群的了解並改善不足之處；民眾則能在基隆河畔一網打盡各式特色餐車，以悠遊卡無現金交易方式輕鬆消費，與親朋好友共度愜意時光。

佳吧餐車試辦計畫促進城市空間友善利用、活絡地方經濟及就業市場，未來也會結合台北相關大型活動，增加創業者與消費者連結的機會，讓創業者可以安心經營，民眾也可以舒心體驗，讓佳吧餐車成為台北嘗鮮好選擇。



補
帖
台
北
就
業
大



打造生態宜居城市

新新公園水森活

文－謝孟華，圖－台北市工務局公園路燈工程管理處

城市綠意再進化！台北市南港區最大綠地公園「新新公園」於今年啟用，以「溼地」為主題設計景觀規畫，打造南港生態亮點。

打造城市中的溼地綠色生活

配合地勢，新新公園從東北角的山丘開始，一路向西南多元分區，依綠地高低地形分層規畫不同特色的生態區域，囊括落羽松林祕境、水生植物休憩區、溼地花園與湖邊棧道等多元樣貌，讓民眾能在佔地 2.5 公頃的園區內一次近距離欣賞各種自然景觀。

作為生態溼地公園，新新公園更融入海綿城市的理念，如以透水鋪面取代多數水泥

新新公園

📍 南港路三段 67 巷南側

地。此外，公園中央湖區更兼具滯洪功能，可容納約 2,600 噸水量，如遇大量降雨，能減少周邊市區排水負荷及淹水風險，另外兼具調節氣候功能，降低夏季熱島效應的發生，成為都市中最天然的防護罩，打造宜居城市生態。

營建南港區新型態生活圈

新新公園除了持續優化生活機能、提供居民新的自然體驗場域外，也讓台北市逐步成為一座人與自然生態和諧共存的宜居城市，為生活增添美好想像。



好玩台北 Fun Taipei

2020 歷史復活節～中正・有意思

多元的古蹟是中正區的特色資產，透過實際走訪、動手體驗，互相交流、了解、發現與保存，讓中正區的歷史特色歷久彌新，屢屢展現不同風貌，成為大家休閒去處的首選。

智慧實境中正古蹟尋寶地圖

📅 即日起～5/31(日)

☎ 02-2341-6721 轉 316

🌟 集滿戳章可兌換宣導品，兌換日期至 6/5(五)，數量有限。

📍 詳細集章地點及兌換資訊請至中正區公所網站最新消息查詢。



競選廣告物管理自治條例修法方向 i-Voting

你認為《台北市競選廣告物管理自治條例》應朝哪個方向修正？為蒐集並了解 18 歲以上市民朋友們對管理台北市各項選舉競選廣告物的意向，並作為修法方向參考，邀請你號召親友一起上網來 i-Voting 投票！

📅 5/15(五)～5/25(一)

🕒 10:00 – 16:00



「2020 海芋・繡球・竹子湖」戶外系列活動

來到竹子湖，除了能和海芋、繡球花合影留念，還有「農園小型音樂會」讓你能在自然美景中聆賞美妙音樂，度過悠閒時光。此外，到竹子湖「快閃印卡讚」秀出在竹子湖拍的手機照片，就能幫你印出照片喔！而「花田有約」系列主題活動，讓民眾在戶外花田美景中愜意品嚐特色餐點，婚紗業者及攝影愛好者也能預約登記婚紗攝影餐桌，拍出最浪漫的畫面。



印卡讚

📅 5/23(六)

🕒 12:00 – 15:00

📍 大梯田生態花卉農場門口

📅 5/30(六)

🕒 12:00 – 15:00

📍 頂湖展望台
(靠近花谷海芋園)

花田裡的餐桌

📍 曹家花田香

☎ 0953-119-451

📍 苗榜花園

☎ 02-2861-5419

📍 財福海芋田

☎ 0928-624-802

🕒 採電話預約，費用及活動時段請電洽各農園。

農園小型音樂會

📅 5/24(日)

🕒 13:30 – 15:30

📍 華之友自然景觀農園

📅 5/30(六)

🕒 13:30 – 15:30

📍 名陽葡休閒農莊

📅 5/31(日)

🕒 13:30 – 15:30

📍 花谷海芋園

💰 以上 3 場音樂會進入農園需收入園費

婚紗攝影餐桌

📍 財福海芋田

☎ 0928-624-802

🕒 採電話預約，費用及活動時段請電洽農園。



以上活動時間、地點、內容如有異動，以主辦單位公告為準。



正確防疫一起來 環境清潔不可少

提醒您，疫情流行期間正確洗手及加強環境消毒清潔，若需戴口罩應正確戴口罩！

① 正確戴口罩

市民朋友選購醫用口罩時，要認明醫療器材許可證字號



台北市嚴重
特殊傳染性
肺炎專區

正確戴口罩4步驟



② 正確洗手病菌不來找

細菌病毒都害怕的正確洗手7式



揉搓手掌



搓揉手背



搓揉指縫



搓揉指背與指節



搓揉大拇指及虎口



搓揉指尖



清洗手腕，清水沖淨並擦乾雙手

③ 環境消毒不要忘，以漂白水清潔擦拭

平時應定期清洗及加強環境消毒，家中自行配製消毒水步驟如下：

(1)在通風良好處，以含氯漂白水：清水 = 1：100的比例，加入清水稀釋製作消毒水



(2)用乾布沾稀釋含氯漂白水，擦拭地板、桌椅、門把等處，靜待10分鐘後，再以清水擦拭

中央防疫專線請撥**1922** (或臺北市府防疫專線**02-2375-3782**)



臺北市府衛生局 關心您

廣告