



多彩台北，繽紛行遊
大地農遊・暖色夕景・藍色騎旅・彩虹紀行



訂閱《台北畫刊》 精彩好禮送給你

即日起至2023年12月31日，
新訂或續訂畫刊一年（12期），
可獲贈好禮1份，送完為止。



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

交通部觀光署輔導各地旅遊服務
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
大稻埕遊客中心
西門町遊客中心
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

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（國際線）
桃園機場一、二航廈旅客服務中心

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
林安泰古厝民俗文物館
台北偶戲館
小藝埕
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

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
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
臺北記憶倉庫
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
台北市中山堂管理所（服務台）
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
中山親子館
北投親子館
新富町文化市場
龍山文創基地
剝皮寮歷史街區
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
臺灣博物館本館
臺灣公路博物館
台北國軍英雄館
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
李國鼎故居
糖廊文化園區
文房公益圖書館
榕錦時光生活園區

錢穆故居
瓶蓋工廠台北製造所
埤樂通
林語堂故居
郵政博物館

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（台北微風店）
天龍圖書
國賓大戲院
in89豪華影城
絕色影城
真善美劇院
百老匯數位影城

百貨、店內閱讀等

CAFE ACME北美館
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）
麥味登（台北市各門市，限店內
閱讀）
咖啡弄（台北市部分門市）
彼得好咖啡（台北市，限店內
閱讀）
Q Burger（台北市各門市，限店內
閱讀）
高三孝（台北市各門市，限店內
閱讀）
明星咖啡館
雜誌瘋
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）

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
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
台北市內湖公民會館
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
台北NPO聚落
台北地下街行政服務中心
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
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）
中國信託商業銀行（台北市各分行）
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）

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（限臨櫃劃撥）
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）



圖 臺灣彩虹公民行動協會

秋意漸濃的10月正是外出行遊的好時節，本期《台北畫刊》從色彩出發，串聯台北淺山、河岸及都會景點，規畫四大旅遊主題，讓讀者透過不同色彩，感受台北的多彩面貌。

登山健行是民眾體驗里山精神的最佳途徑，「大地系」農遊推薦民眾在踏訪山林時，可順遊竹子湖及貓空等景點，感受四季分明的里山風貌。讀者也可走進離家最近的郊山，來場療癒人心的「暖色系」輕旅，在山林之間欣賞橙紅夕暉下，溫暖的台北城市風景。

在台北這座親水城市，不妨前往河岸來場「青藍系」單車之旅，迎風欣賞藍色水岸及有如繪本故事般的畫堤創作。10月也是「彩虹系」旅遊主題月，民眾不僅可參與臺灣同志遊行，走上彩虹旗飄揚的台北街頭，也可搭上期間限定的彩虹觀光巴士探訪彩虹地景，深入台北同志文化。

本期也推薦民眾來場內湖區小旅行，除了可至碧山巖參拜祈福、在碧湖公園舒展身心，也可參與白石湖休閒農業區的食農體驗活動，透過四季旬物感受大自然恩惠。從大地系、暖色系、青藍系再到象徵性別平權的彩虹系旅行，繽紛的色調體現了台北的多元風情。

多元台北 繽紛遊 精彩耀眼 每一刻

台北畫刊

Taipei Pictorial

中華民國57年1月創刊

112年10月5日出版

發行人 王秋冬

總編輯 張詩珮

副總編輯 陳其睿

主編 鄭雅萍・陳韻婷

責任編輯 劉琇吟・蔡耀文・李靜雯

行銷企畫 葉冠廷・林欣儒・郭上瑩

發行所 台北市政府觀光傳播局

地址 110204台北市信義區市府路1號4樓

電話 1999外縣市02-2720-8889

轉7563(編輯)、7564(發行)

傳真 02-2720-5909

網址 www.tpeidot.gov.taipei

E-mail taipeipictorial@gov.taipei

企畫製作 精鏡傳媒股份有限公司

社長 裴偉

總監 林家如

主編 黃淑卿、游如伶、林芳儀、鄧心勝、陳利真

美術總監 吳勝偉

美術設計 賴志芳、UN-TONED

攝影總監 鍾國偉

封面攝影 台北市工務局水利工程處、台北指南宮、

Alan Wang、簡志羽

電話 02-6636-6800轉3768

製版印刷 秋雨創新股份有限公司

I S S N 00399051

G P N 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



YAY

尋味

24 湖光市場嘗鮮

食刻

28 樂活新食尚

樂活

30 親子同樂內湖郊遊趣



WOW!!!

城市ING

多彩台北， 繽紛行遊

- 06 大地系農遊 漫步里山風景
- 10 暖色系輕旅 穿越魔幻時刻
- 14 青藍系騎遊 探索畫堤故事
- 18 彩虹系紀行 擁抱多元城市

攝影／林煒凱

aww

自成一格

- 36 #探索 走讀南港
- 40 #風格 跟著米其林玩味台北
- 44 #人物 我就漂亮
- 48 #寫真 袒露美的潛意識

T-A-D-A

美好拼圖

- 54 #台北大小事
打造高齡友善城市
- 58 #城市快訊
日本松山市大神轎跨海來台
台北客家義民嘉年華
2023天母搞什麼鬼
Open House Taipei
- 63 #精彩活動



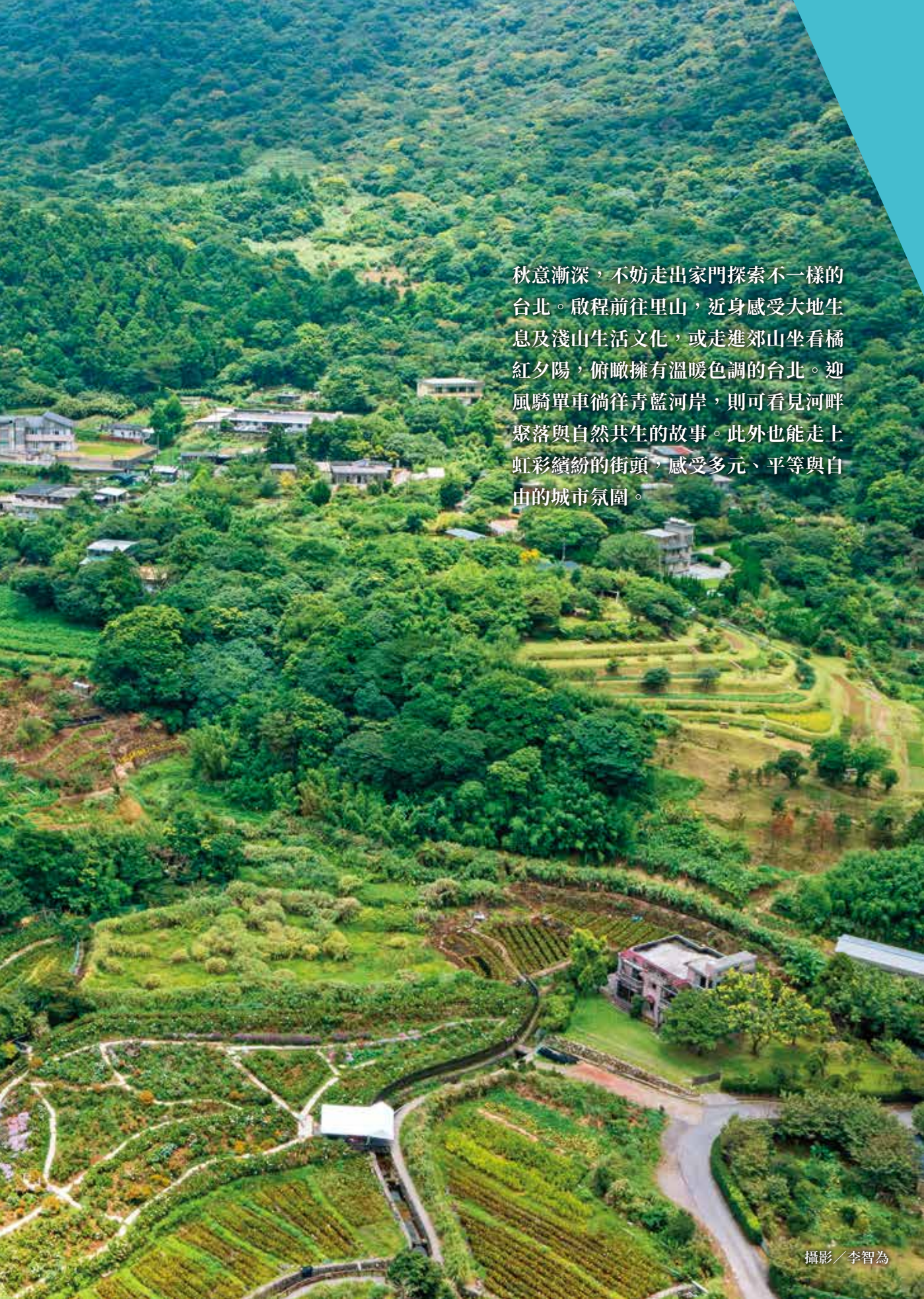
攝影／李智為

wow

城市ING

多彩台北， 繽紛行遊

- | | | |
|----|-------|--------|
| 06 | 大地系農遊 | 漫步里山風景 |
| 10 | 暖色系輕旅 | 穿越魔幻時刻 |
| 14 | 青藍系騎遊 | 探索畫堤故事 |
| 18 | 彩虹系紀行 | 擁抱多元城市 |

An aerial photograph of a mountainous region. The top half of the image shows a dense, green forest covering a steep slope. Below the forest, there are several small clusters of buildings, likely houses or small farms, nestled among the trees. In the lower half of the image, there are terraced fields, possibly for agriculture, with some paths or roads winding through them. The overall scene is a mix of natural greenery and human habitation.

秋意漸深，不妨走出家門探索不一樣的台北。啟程前往里山，近身感受大地生息及淺山生活文化，或走進郊山坐看橘紅夕陽，俯瞰擁有溫暖色調的台北。迎風騎單車徜徉青藍河岸，則可看見河畔聚落與自然共生的故事。此外也能走上虹彩繽紛的街頭，感受多元、平等與自由的城市氛圍。

大地系農遊 漫步里山風景

漫步鳥語山林田野，
在翠綠山色與棕褐大地間，
走進與自然交會的里山景色。

文 Edith・攝影 李智為、賴智揚

「里山」一詞最早由日本提出，意指山與平原交界處，涵蓋森林、聚落、梯田、農園和果園等地帶。人類在此利用自然資源經營農業，同時保存動植物棲地，體現人與自然共好的生活型態。「台北市出去玩戶外生活分享協會」秘書長吳雲天不但熱衷於探訪古道，更籌組里山義工隊協助傳承淺山生活文化，他也以自身漫遊淺山村落的經驗，分享台北市的里山特色。

散落群峰間的田園地景

「台灣與日本自然環境相似，自古以來人們就在淺山地帶務農，而台北市四周淺

山環繞，至今仍有許多務農的里山聚落。」吳雲天表示陽明山國家公園南側北投、士林一帶的淺山，都屬於里山區域。以舊名「坪頂」的士林平等里為例，早期居民在



鵝尾山水梯田是台北市極具代表性的里山農村地景。



此開闢梯田及水圳，至今聚落仍引用百年水圳灌溉農地。走進鵝尾山水梯田一帶，放眼望去盡是褐黃土壤與青綠田野交織的大地風景，來此除可看見依山開墾的農村

景貌，也可遇見在田間躬耕勞作的居民。此外平等里四季景觀分明，不但田園作物隨季節輪種，還可欣賞春櫻、秋楓等四季美景。

「位於平等里北側的擎天崗，早年為農家放牧牛隻之地，周邊步道四通八達，可連結各個里山聚落。」吳雲天推薦民眾可沿著台北大縱走第三段的風櫃嘴、頂山、石梯嶺步道抵達擎天崗草原，一路欣賞開闊山稜上的雪白秋芒。此外他也推薦從聖人瀑布附近進入平等里聚落，或依循荷蘭古道通往擎天崗，途中可見農園、石砌駁坎等人文景色，以及森林、溪谷及草原等自然地貌。

坐落在七星山及大屯山群峰之間的竹子湖農家聚落，也是吳雲天推薦一遊的里山



鄰近平等里的大崎頭步道可俯瞰水光粼粼的梯田美景。(攝影／賴智揚)

區域。竹子湖在日本時代設有蓬萊米原種田，其生產的稻米隨後推廣至全台各地，如今當地轉型成休閒農業，原本的水田改種海芋及繡球花等季節花卉，每年春夏皆可見繽紛花田鑲嵌在蒼翠群峰間。若在秋日造訪竹子湖，吳雲天則推薦可連走面天山步道、中正山步道，途中穿越里山農園，還可順道欣賞滿山遍野的銀白芒花。

敬仰自然的茶山文化

吳雲天指出，木柵貓空也是標準的里山區域，此地生產的正欖鐵觀音茶和文山包種茶聞名全國，此外文山區老泉里也是綠竹筍的重要產地。吳雲天推薦民眾來此可走訪木柵茶葉古道，步循早年農民運茶下山之路，或沿著台北大縱走第七段而行，一路可見翠綠茶園、土角厝，還可順道體驗農家採茶、製茶、賣茶的傳統文化。

貓空地區四季各有不同風情，民眾可依季節安排品茗、賞花、踏青、大啖美食等里山農遊。11月民眾還可參加台北「里山川」系列活動，體驗在地茶產業文化、宮廟信仰及自然生態，屆時也可至現場觀賞優人神鼓的「祭天」演出。

與萬物共好的自然美學

吳雲天認為，台北里山特色在於朝向友善環境的精緻農業發展。例如內湖白石湖地區的農場除了採有機耕作，也推出採收時令蔬果的食農體驗活動，而友善土地的生產方式，也反映在生態環境的變化上。吳雲天表示，台北市多年來努力恢復螢火蟲及樹蛙棲地，「這類具有生態指標性的物種能存活下來，即與里山友善環境的農業經營方式有關。」例如在竹子湖陽明溪畔、貓空草湳橋下的指南溪及木柵公園萃湖等地，春夏之交都有大量螢火蟲飛舞，而在平等里、擎天崗、竹子湖和貓空一帶未施用農藥的溪溝及土地，則可看見樹蛙蹤影。

台北里山的另一特色是森林覆蓋率高，且交通便捷容易親近。吳雲天指出，台北大縱走步道串聯淺山森林，沿途林相優美且溪流遍布，綠色植物交錯，生長各種蕨類，民眾健行之際便能穿梭里山聚落，種種都是台北里山的迷人之處。吳雲天表示，「生活在繁忙的城市中，人們更需要接觸自然，而里山正是讓人獲得身心平衡的地方。」



漫遊貓空不時可見農人採茶的里山生活樣貌。

里山不僅擁有豐富的生態，也銘刻著先民與土地長久互動的歷史。走進里山，不但能透過輪種的旬物及森林的生息重新感受四季，也能看見人類與萬物和諧共處的美學，而這正是里山無可取代的價值。❗

more



台北市農業主題網



台北「里山川」
系列活動

① 登山前可先下載離線地圖，確保自己走在正確的路徑。

暖色系輕旅 穿越魔幻時刻

觀賞夕照都會美景，
在橘紅夕陽與柔粉光輝的天色轉換中，
感受台北療癒的溫暖氛圍。

文 Edith・攝影 簡志羽、葉琳喬、杭大鵬

日夜交替之際，隨著陽光傾斜角度變化，天空變得絢爛多彩，景物也籠罩在暖色光暈中。此時不妨跟著FB粉絲專頁「城市山人」經營者董威言的輕旅軌跡，穿越山林、河岸及碼頭，來場追夕之旅，欣賞台北一日之中格外耀眼的時刻。

透過步行認識城市

瀏覽城市山人粉絲專頁，常可見董威言分享自身登山經驗及對台灣山岳文化的觀察，近年他更寫下背著兒子行走「台北大縱走」92公里山徑的紀錄，將台北郊山

的人文自然景觀帶到讀者眼前。董威言透露，自己結婚生子前熱衷於高山百岳，較少關注住家附近的淺山，但透過台北大縱走健行，讓他發現過去不熟悉的郊山風景，也重新認識自己居住的城市。





從劍潭山步道可眺覽台北市景、河流和遠山。

董威言認為台北這座城市的一大特色在於位置離郊山很近，搭乘捷運、公車或騎 YouBike 即可抵達登山口，交通十分便捷。此外台北從海拔 100 公尺到 1,000 公尺的山林，都有視野極佳的地點可眺覽夕

陽與城市燈火，這項特色在其他地方實屬少見。董威言建議民眾可依自身體力與喜好，選擇適合的觀夕景點，但上山務必攜帶頭燈，並事先下載離線地圖，留意自身安全。



大屯山上橙紅夕暉映照芒花的美景令人心馳神往。(攝影／葉琳喬)

走入郊山眺望夕景

談及欣賞夕陽的淺山地點，董威言推薦位於士林的劍潭山步道，這座海拔 153 公尺的小山鄰近鬧區，且步徑平緩易行，即使在夜幕低垂時下山也相對安全。步道上的「微風觀景平台」及「老地方觀景平台」，不僅是當地居民晨運及交誼的場所，也是眺望夕陽的絕佳位置。由近而遠可見台北表演藝術中心、基隆河、台北 101 大樓、淡水河及觀音山，也不時可見松山機場起降的飛機穿過高空。傍晚時分橘紅霞彩遍染層層疊疊的市景、河域與遠山，構成令人心馳神往的夕陽美景。

若想欣賞 360 度的台北盆地風光，董威言推薦前往北投軍艦岩，雖然海拔僅約 190 公尺，卻擁有極佳視野。晴日傍晚爬上矗立山間、宛如船艦的巨大岩石，便可俯瞰綿延起伏的大屯山系、五指山系及觀音山。隨著夕色由金橘、橙紅漸漸轉為柔粉，讓整座城市美不勝收。

位於台北盆地東南方的南港山系，海拔高度約在 200 至 400 公尺間，雖然鄰近市區卻保有豐富生態，傍晚時分金色光線穿透葉隙，將林路照耀得如夢似幻，穿行其中還可能幸運地遇見覓食的藍腹鵲及白鼻心。董威言分享只要在南港山系步道上開闊之處，都可欣賞夕陽及百萬夜景，其中象山步道觀景台視野最佳，在日夜交替的魔幻時刻，台北 101 大樓及燈火輝煌的信義區籠罩在金黃餘暉下，堪稱台北市夕照名景。

登上高處賞看秋芒

董威言表示相較於熱鬧的郊山步道，登上海拔 1,000 公尺以上的山頂需要體力，因此人潮較少，若自身體力不錯又享受孤寂感，他推薦可前往陽明山國家公園的七星山，傍晚登頂時可眺望台北市的金色燈海及北海岸風景，「登上高處不只可欣賞美麗的夕陽，等城市燈火漸次亮起，還可逐一辨識自己熟悉的地標，看見與白日不同的城市面貌。」

入秋後陽明山國家公園處處可見芒草花海，董威言特別推薦大屯火山群的向天山、面天山步道及大屯山助航站一帶，每年10至11月到此健行，傍晚時都可見到橙紅夕色中隨風搖曳的芒花。

悠遊河岸欣賞落日

想欣賞夕陽除了登高一途，董威言也推薦民眾騎單車遊賞河岸夕照。行遍台北市河濱自行車道的他，最推薦內湖區至南港區河濱路段，董威言表示這一帶人潮較少，傍晚時一邊騎單車吹風、一邊欣賞橘紅夕陽映照寬闊的河岸，十分舒服愜意，行經松山一帶時，還可轉進饒河街觀光夜市品嚐小吃。

另一條董威言推薦的賞夕陽單車路線，則是從大稻埕碼頭沿著淡水河往北騎行，沿途可見浮光躍金的河景，轉進社子島時則有觀音山及大屯山系相伴，紅彤雲霞與山光水色相映，同樣療癒身心。他也推薦用步行方式探索傍晚時分的大稻埕，民眾可先在碼頭欣賞遍染金燦夕彩的淡水河岸，之後再到迪化街尋找美食、遊逛古色古香的街屋建築，在日夜交替的時刻，漫步在大稻埕新舊交融的風景之間。



傍晚在社子島沿岸可欣賞落日餘暉與山光水色交映的景致。(攝影／杭大鵬)

瑰麗霞光為台北秋日傍晚增添浪漫氛圍，此時不妨暫時放下煩惱，上山眺覽城市燈火、欣賞橙紅暮色映襯秋芒，或漫遊於金黃燦爛的水岸，感受秋日的溫暖與療癒。❏



台北大縱走



台北市河濱自行車道

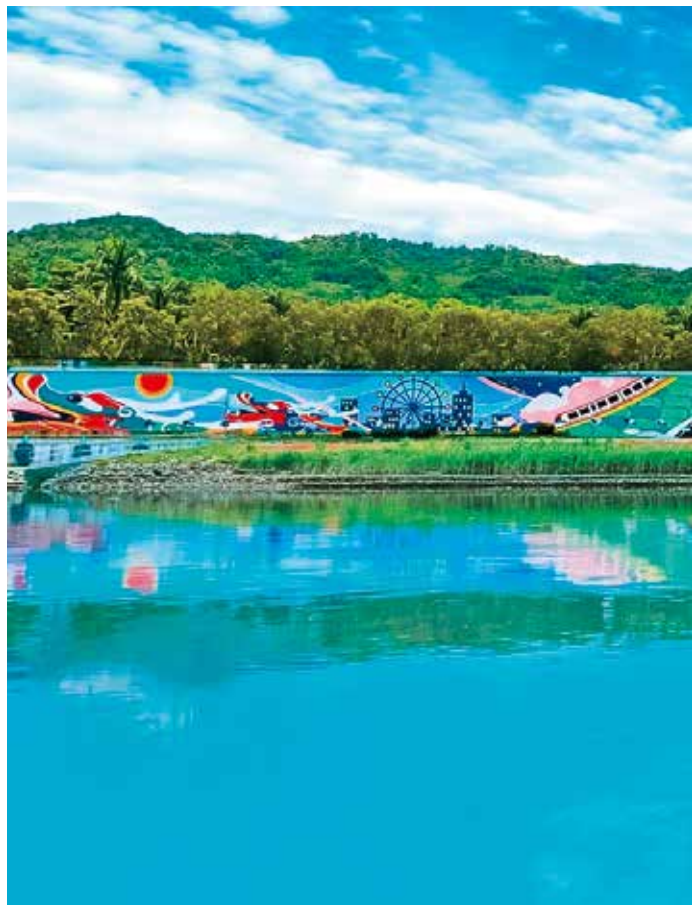
① 傍晚上山請攜帶頭燈、事先下載離線地圖，留意自身安全。

青藍系騎遊 探索畫堤故事

乘風漫遊台北畫堤，
在青翠山景與藍色水岸間，
一探在地人文與環境特色。

文 Edith・圖 台北市工務局水利工程處

沿著河岸騎單車及跑步，或是在河濱草地席地野餐、聽演唱會，已是台北人生活的一部分，近年民眾在河濱運動或遊憩時，都能看見宛如巨大繪本的「台北新畫堤」。這些河堤壁畫呈現在地歷史、人文及環境特色，有如社區的入口意象，而豐富的畫堤故事也引人進一步探詢。喜愛單車旅行的台北市工務局水利工程處處長陳郭正分享自己的台北水岸私房景點，邀請民眾以象徵水域的「藍帶」作為旅遊主題，以騎單車的方式串聯畫堤、河流和溼地，來場飽覽自然風光的青藍色騎旅。



眺望關渡碧藍水岸

「台北秋天最美的風景在關渡，除了農田風光令人嚮往，入秋至翌年春天更有候鳥在此棲息。」陳郭正推薦民眾可在秋日騎單車沿著河濱自行車道前往關渡，經過

北投河雙21休息站時便會看見藝術家吳騏的堤壁作品《八仙》。這件作品回應堤壁所在的八仙里，並重新詮釋「八仙過海」的傳說。陳郭正建議民眾來到此地可順遊八仙里的祕境花海，或至關渡自然公園欣賞野鳥與湛藍天空相映的美景，傍晚時分



《白日·夢台北》運用電影分鏡技巧描繪台北特色景點。



《福安漫遊組曲》描繪內容呼應社子島在地生態環境。

到達關渡碼頭，還能眺望霞光籠罩觀音山的「暮染觀音」景象。

除了沿著河濱騎單車，陳郭正也推薦民眾搭乘藍色水路航班，沿著承載茶葉貿易歷史的淡水河，探訪關渡與大稻埕。陳郭正透露今年底關渡碼頭預計會有市集進駐，期盼打造如大稻埕碼頭貨櫃市集般的遊憩景點，「我們希望關渡市集的出現，能帶動當地的遊憩觀光，歡迎民眾以騎單車或遊河的方式，安排一場雙碼頭小旅行。」

漫遊社子島自然風光

與關渡水岸遙遙對望的社子島，同樣是陳郭正極力推薦的藍色騎旅地點。社子島有著優美的自然景觀及豐富的溼地生態，

騎單車經過福安河濱公園堤岸時，便能看見設計師李宜軒創作的《福安漫遊組曲》，這幅堤壁作品以社子島動植物生態為主題，呼應在地自然環境特色。

陳郭正提到社子島島頭北側展望開闊，能將大屯山系稜脈一覽無遺，往年寒流來時，甚至有機會在此遠眺七星山雪景。此外他表示，提起秋、冬季賞候鳥的地點，一般民眾多半先想到關渡自然公園，實際上在社子島溼地及社子島島頭公園更能近距離觀察水鳥，退潮時還能看見大量招潮蟹及活蹦亂跳的彈塗魚。他最推薦民眾在夕陽西下時騎單車到社子島，無論是躺在島頭公園欣賞盤旋天際的鳥群，或是坐在涼亭眺望遼闊的山景與水岸，都能從大自然中獲得療癒。

看見聚落舊日時光

漫遊社子島後，民眾還可朝淡水河上游方向騎去，經過中正河濱公園便會看見藝術家 LeHo 的作品《螢橋雁》，由於此處鄰近台北市野雁保護區，LeHo 便以雁群作為畫堤主角，從飛雁視角俯瞰地景變遷，青藍色系的巨幅壁畫更與水岸環境互相呼應。

若往基隆河上游方向騎行，沿岸也有不少值得一訪的畫堤景點。陳郭正分享，台北新畫堤除了展現在地生態特色，更描繪人與河流共生的歷史，例如士林區通河東路一段堤防外，有座蓋在三腳渡擺渡口的土地公廟，早年因陋就簡以鐵皮蓋成，每逢大水襲來，當地居民就得合力扛走整座土地公廟，以防小廟被水淹沒。這段故事



《時空渡河》以三腳渡的土地公廟為主題，描繪人與河流共處的歷史。

便被藝術家包大山畫入《時空渡河》，童趣清新的畫風引人駐足欣賞，其所承載的地方記憶也值得一探。

騎至每年龍舟賽事舉行地大直橋一帶，會經過設計師楊佳璋創作的《白日·夢台北》，靛藍色調的堤壁以龍舟作為創作靈感，並運用電影分鏡技巧，在畫堤描繪出台北各地風貌。沿著藍色河帶至觀山河濱公園，則可看見藝術家成若涵創作的《回望悠悠路》，陳郭正表示這幅壁畫的特色，在於以紙雕般的線條刻畫基隆河截彎取直前的地方記憶，畫面一隅即呈現颱風天基隆河水位高漲、洪水淹沒樓房，孩子們躲在閣樓並敲破屋頂逃生的故事，是許多團體在當地導覽及進行環境教育時必訪的景點。

陳郭正建議民眾，不妨把台北新畫堤當作造訪河岸時的小小樂趣，「這些堤壁不只是一幅畫作，創作背後更連結著地方的記憶與情感，希望大家在悠遊河岸時，也能透過畫堤更認識台北、喜歡台北。」



台北新畫堤



台北市藍色水路微旅行

彩虹系紀行 擁抱多元城市

踏訪繽紛彩虹地景，
在六色彩光與蔚藍天空下，
走入自由多元的台北城市。

文 莊政霖・圖 臺灣彩虹公民行動協會、台北市觀光傳播局

10月秋氣和暢，正是大地染上繽紛色彩的時節，與此同時城市街頭也湧動著絢爛的彩虹旗海。在台北舉辦超過20年的臺灣同志遊行於10月登場，此外還有一系列彩虹觀光活動，讓10月的台北沉浸在多元、平等及自由的氛圍。除了參與彩虹遊行，民眾也可走訪「臺灣彩虹公民行動協會」秘書長蔡雅婷分享的彩虹地景，一探台北彩虹文化發展脈絡。

反映平權的彩虹地景

彩虹旗是全球性別多元群體的象徵，紅、橙、黃、綠、藍、紫六色彩虹譜成多元、平等、自由的LGBTQ+國度。蔡雅婷認為台北市各處蘊含性別平權意義的彩虹地景，恰恰反映了台灣同志社群的發展歷程。

早年多元性別意識尚未抬頭的時期，舊稱「新公園」的「二二八和平公園」成了作家白先勇筆下「孽子」們的歸屬之地，至今仍是同志運動的精神指標。蔡雅婷指出鄰近二二八和平公園的西門紅樓，過去同樣是著名的同志地標，近年來隨著同志友善店家進駐，也逐漸發展成歡迎所有消費者光臨的「台北紅樓同志商圈」。





10月的台北街頭虹彩繽紛，在同志驕傲月的歡慶氣氛中展現自由、多元、平等的城市精神。（圖／臺灣彩虹公民行動協會）

在性別平權運動萌芽階段創立的「女書店」，則提供看見女性書寫、聆聽女性聲音及交流女性經驗的自在空間，並收集中文地區最完整的女性及性別議題圖書與影音作品。蔡雅婷表示女書店很早便表態支持同志族群，同時經常與同志遊行主辦單位合作舉辦驕傲月講座，是台灣推動性別議題的重要基地。

經過多年性別平權運動努力，台灣於2019年成為亞洲第一個同志婚姻合法化國家，同年台北市政府在捷運西門站6號出口畫設「6號彩虹／Rainbow Six」，隔年進一步於台北市民廣場設置「彩虹起跑線」，這兩處彩虹地景展現台北市政府尊重人權、提倡性別平等及性別友善的態度。對此蔡雅婷表示，政府明確的表態有助於更



左：彩虹觀光活動引領民眾前往西門町「6號彩虹」地景，一探台北同志文化。 右：二二八和平公園的彩虹鐵門為同志歷史的見證。

多人勇於表達對多元性別的支持，從公民團體的角度來看自然樂見其成。

除了上述彩虹景點，蔡雅婷也推薦由晶晶書庫創辦人賴正哲經營的「河神的丸子」。河神的丸子是一個關心土地、環境、多元性別等社會議題的組織，致力於連結社區鄰里，經常舉辦各種活動與大眾交流，所倡議的內容也呼應臺灣同志遊行自2019年以來的「同志好厝邊」、「友善日常」等主題。

多元共好的彩虹遊行

2023年臺灣同志遊行將於10月28日舉行，蔡雅婷表示今年主題為「與多元同行」，在六色彩虹旗底下，有的夥伴走得快些，有的才正要被看見，但無論如何大

家都要走在一起，而這正是「與多元同行」的意涵。

蔡雅婷指出，臺灣同志遊行迄今經歷了三個不同發展階段，初期訴求在於讓同志族群被看見，藉由架構一個能讓同志族群公開現身的發聲平台，讓社會大眾看見每個人的不同。隨著反對同志的聲浪浮上檯面，2009至2018年間臺灣同志遊行改採抗爭姿態，此一階段倡議的主題帶有改革色彩，包括維護同志在政治、法律上的權益及婚姻平權等。

蔡雅婷表示，在社會各界不斷努力下，2019年台灣通過同婚專法，雖然離真正的平權仍有一段距離，也還有其他性別認同議題需要被關注，但隨著專法通過，臺灣同志遊行主題近年來逐漸走向共存、共

融、共好，期盼所有人都能用真實的面貌過自己想要的生活。

性別友善的彩虹觀光

除了臺灣同志遊行，整個10月台北都有精彩的彩虹觀光活動值得參與。台北市觀光傳播局於10月1至31日舉辦的「2023 Color Taipei」彩虹系列活動，今年共推出3條期間限定的「彩虹觀光巴士」，由變裝皇后薔薇與E.l.l.e.r.y分別擔任中、英文場次導覽人員，帶領國內外友人認識台北同

志文化。白天出發的彩虹觀巴前往西門紅樓牡丹酒吧，由老闆蕭哥分享台灣同志平權發展史；兩條夜間路線除了探訪「6號彩虹」地景，也分別停靠彩虹酒吧Locker Room及Wonder Bar，讓遊客得以在認識彩虹文化的同時，一嘗本地美味調酒及料理。此外，即日起至10月31日憑彩虹觀巴票根至台北市貼有「2023 Color Taipei」的性別友善店家，消費滿299元就能獲得限量來店禮「Color Taipei彩虹掛繩」。

除了搭乘彩虹觀巴，民眾也可參加由多家旅行社推出的「彩虹小旅行」，從歷史、藝術及在地文化等不同面向，認識台北的彩虹文化及台灣同志平權發展。

整個10月彩虹活動精彩不斷，從同志遊行、彩虹觀光到購物消費，每位遊客來到台北，都能體驗到多元友善的旅遊氛圍。||



擔任「2023 Color Taipei」宣傳大使的台灣音樂團體VERA，邀請民眾搭乘彩虹觀光巴士遊覽台北彩虹地景。



2023 Color Taipei



臺灣同志遊行

Ⓢ 飲酒過量，有害健康



YAY

尋味

24 湖光市場嘗鮮

食刻

28 樂活新食尚

樂活

30 親子同樂內湖郊遊趣



湖光市場嘗鮮 飲食作家話家常

歷史悠久、外觀傳統樸實的湖光市場，不僅是在地居民日常採買的好去處，也是到大湖公園、碧山巖、白石湖休憩後走逛的好地方。無論是選購生鮮食材、日常用品，或是享受二手商品挖寶的樂趣，都能在此獲得滿足。

文 衛國平・攝影 翁睿坤



買得有信心 吃得更安心

家住湖光市場附近的飲食生活作家番紅花表示，這幾年來湖光市場最大的改變是魚攤，出現了好幾家由年輕人經營的攤位。她說年輕老闆對攤台潔淨、商品陳列等相當重視，為湖光市場帶來嶄新面貌。

番紅花說著，便走近市場B出口的魚攤。從事魚販工作四年的盧老闆相貌年輕，從身上的工作服到攤子，都呈現整潔、清爽的氛圍，聞不到一絲魚腥味。只見他手起刀落，不一會兒的工夫就將魚肉、魚骨完美分離，手法乾淨俐落。



番紅花表示，在傳統市場能直接向攤商請教食材來源等資訊，讓她採買更放心。

番紅花拉起石鱸的魚鰭，依循盧老闆的指引，從檢視魚鰭是否完整、光亮，或有無黑變，來判斷其新鮮度。盧老闆笑著表示，從業四年來，對漁貨的知識及處理技術都靠自學。

嘗鮮尋門道 市場話家常

接著番紅花走向第29攤，這裡可買到來自嘉義東石的蚵仔。在湖光市場擺攤四十多年的詹老闆，始終堅持貨真價實、誠信待客，老闆精挑細選新鮮又大顆的東石蚵仔，每日限量販售，往往不到中午就被搶購一空。另外像是蜆仔、魷魚等海

鮮，也都是熱門商品。對時常替家人烹飪，自己也愛吃、愛煮的番紅花而言，湖光市場能面對面與攤商話家常，並向他們諮詢食材產地及風味，是讓她放心採買的好去處。番紅花表示，「海鮮的新鮮度很重要，向熟識的攤商購買，較能掌握產地來源及品質，讓人很放心。」

除了生鮮食材，湖光市場也有不少每日現做現賣的熟食小吃。番紅花常購買市場內門牌9號的鹽水閩雞，她大讚此處的閩雞肉質鮮美、皮滑油香。攤商黃老闆表示自家的雞肉都是現做現賣，假日至少需備貨40隻雞。民眾購買時可請老闆不要切



左：盧老闆表示，魚鰭的完整度，是檢視魚貨是否新鮮的評斷標準之一。右：除了嘉義東石的蚵仔，詹老闆販售的蜆仔、魷魚等海鮮，也很受歡迎。



左：每日現做的鹽水開雞金黃油亮，令人食指大動。 右：番紅花不僅常來二手商店挖寶，也會將用不著的物品捐贈至此。



塊，買回家後放入冰箱冷藏數小時，再用手撕開吃，口感更有嚼勁。湖光市場內還有香酥美味的「鼎鼎燒餅」、皮Q餡扎實的「成功肉圓」等，都是在地人津津樂道的人氣小吃。

生活惜物有情 人間溫暖無價

番紅花接著走向一家她常「挖寶」的二手店。不到兩坪的店面，陳列的商品琳琅滿目，最貴的不超過千元。番紅花分享，來此除了尋寶，自己也常把家中用不到的物品交給老闆小李代售。小李會一一記錄這些獲贈的二手商品，待營收累積到一定金額，再捐餐給華山基金會，店門口已張

貼好幾張謝卡，為湖光市場增添一道善美風光。

湖光市場過去大都以攤販形式營業，如今店面型態經營的攤商漸多、販售的品項也更多元，購物環境品質更大幅提升。兼具便利性及人情味的湖光市場，已漸漸走出過往人們對傳統市場的印象，持續為顧客帶來更美好的採買體驗。❧



湖光市場

📍 台北市內湖區成功路四段20巷及康寧路一段33巷

☎ 02-2790-0492

🕒 07:00-12:00

樂活新食尚 來點健康好滋味

「食」髦得剛剛好
享受美食更輕快

文 林芳儀・攝影 翁睿坤

MiaCucina

義式蔬食料理餐廳「MiaCucina」店名源自義大利文「我的廚房」，期望成為貼近人們日常生活的所在。餐廳如同為家人料理般嚴選食材，並以「無味精、無添加物」為原則精心烹飪，搭餐的麵包、調味醬汁皆為自製，要讓顧客每一口都吃得安心。也因為餐點創意與美味兼備，過去還曾獲選台北市商業處「台北潮食尚」活動推薦餐廳。

MiaCucina 菜單以套餐為架構，前菜、主菜等項目皆有多款餐點可供選擇。像前菜「Mia 最愛的草莓胡桃貝比沙拉」選用貝比生菜嫩葉，搭配多汁的草莓、藍莓、橙橘瓣、爽脆的焦糖胡桃、自家烘的乾燥蘋果片，再淋上主廚調製橙香油醋醬，入口酸甜清爽富層次，還能一次攝取多種新鮮蔬果。而新品前菜「孢子甘藍肉桂蘋果」，作法是將富含多種維他命的孢子甘藍炒至散發些微焦糖香氣，再和肉桂蘋果丁及帕瑪森起司一起入口，鹹甜中散發獨有的迷人滋味，一試成鐵粉。主食項目的「三種起司烤番茄芝麻葉薄餅」，則是在香脆的薄餅上鋪滿切達起司、莫札瑞拉起司、帕瑪森起司作為風味底蘊，搭配烘烤後酸甜多汁的牛番茄，每口都是視覺及美味兼具的享受。



左：MiaCucina 內湖店以白色與木質暖色系作為空間主色調，簡約溫馨。 右：選用多種蔬果的「Mia 最愛的草莓胡桃貝比沙拉」，色彩繽紛又美味。





MiaCucina

📍 台北市內湖區瑞光路601號（內湖店）

☎ 02-2659-3918

🕒 11:00-21:30（週五、週六 11:00-22:00）

The Antipodean Specialty Coffee

📍 台北市內湖區港墘路26巷4號（內湖本店）

☎ 02-8751-0027

🕒 08:00-18:00（週六、週日 07:00-18:00）

The Antipodean Specialty Coffee

「The Antipodean Specialty Coffee」店內設計發想自澳洲蔚藍海洋、天空及白沙灘，以藍、白色為主調，呈現自在從容的悠閒氛圍，過去更曾獲選台北市商業處「台北潮食尚」活動推薦餐廳。店內供應的各式咖啡中，特別推薦風靡澳洲當地的「平白咖啡」（Flat White）。作法是在牛奶與義式濃縮咖啡上，覆蓋一層輕薄、口感絲滑的細奶泡，突顯咖啡在口中縈繞的香氣，十分適合不喜歡奶味過重的消費者。若是喜愛細品咖啡，也可選擇低溫萃取、數天冰鎮的冰滴咖啡，搭配溶解速度較慢的冰球飲用，能使咖啡的入口風味更加純粹。

若想來份豐盛的早午餐，可選擇含挪威燻鮭魚、香煎哈魯米起司、茄汁烘豆、香煎亞麻籽麵包及木斯理果麥等12種品項的「皇后大早餐」，多樣化的原型食物搭配起司、麵包等食材，簡單調理便呈現出天然好滋味。若感到天氣悶熱，不妨來碗酸甜冰涼的「T.A巴西莓碗」。T.A巴西莓碗以巴西莓雪酪、草莓、藍莓及香蕉等多種鮮果為基底，搭配格蘭諾拉麥片、杏仁片、奇亞籽等營養食材，將風靡全球的「超級食物」及堅果穀類一「碗」打盡，提供你一整天滿滿的元氣！❗



左：豐盛的「皇后大早餐」含多種原型食物，讓人元氣滿滿。右：冰滴咖啡搭配溶解速度較慢的冰球飲用，更能細細品味其風味。

親子同樂 內湖郊遊趣

內湖區因有山丘、湖泊、河流等天然美景，常被人以「離塵不離城」讚譽。不妨找個假日與家人至碧湖公園享受湖光山色，也可選擇到白石湖休閒農業區賞花、漫步山林，近距離感受自然之美。

文 韋森・攝影 鄒保祥





絕佳觀景平台 碧山巖開漳聖王廟

位於內湖碧山路的「碧山寺」，即「碧山巖」，又稱「尖頂開漳聖王廟」，是全台最大的聖王公廟，廟內奉祀唐代開閩民族英雄陳元光及其部屬李伯瑤、馬仁兩位將軍。若是親子出遊，可選擇從碧山巖牌樓旁的階梯拾級而上，沿途坡度平緩，還可觀察植物生態，寓教於樂。抵達開漳聖王廟後，除了入內參拜，也可至視野遼闊的觀景台俯瞰台北盆地景觀，白天此處可眺望台北市區，將台北101大樓、圓山大飯店、松山機場等地標盡收眼底，入夜後這裡也是觀賞台北夜景的絕佳地點。

民眾若時間較為寬裕，還可到廟內B1的藝文休閒中心參觀，此地不定期展出書法、畫作供遊客欣賞，遊客也可隨喜捐款換取現磨咖啡，再從容地挑個靠窗座位坐下，邊品味咖啡、邊鳥瞰台北市美景，靜靜享受難得的浮生閒情。

「碧山巖開漳聖王廟」的觀景台視野遼闊，是遊客來此必訪的景點。

山野輕食之旅 白石湖休閒農業區

走訪完聖王廟，白石湖吊橋就位在碧山巖停車場旁，吊橋周圍則是四季景觀豐富、玩法多元的白石湖休閒農業區。遊客在此可品嚐現採蔬果製作的各式料理，12月至5月可體驗採草莓，春季則可欣賞到心型同心池畔的純白鐵炮百合花海。另外像是生長姿態對稱互補的「夫妻樹」、建置於百年樟樹林內、七里香沿途飄香的「春秋步道」等，也都很適合親子戶外踏青。

如果想體驗更完整的遊程，也可至碧山露營場住宿，領略夜間漫步山林、聆聽蟲鳴鳥叫的感知療癒。由於山區光害少，若天氣晴朗，夜晚抬頭便能看見滿天星空。

串聯人與生態的日常 碧湖公園

內湖區常獲「湖光水色」的盛讚，碧湖公園即是最具代表性景觀之一。園內的大陂湖有2座生態浮島，上面有穗花棋盤腳、大安水蓼衣等數種水生植物，吸引如小白鷺、夜鷺與紅冠水雞、台灣斑龜等動物在此棲息，很適合全家大小一同造訪，體驗生態之美。湖畔上還有中國式涼亭、九曲橋等造景，與大陂湖相互輝映，意境風雅。

景致宜人的碧湖公園，也是伸展筋骨的好地方。園內除了設有網球場、游泳池及共融式遊戲場等多樣設施，民眾也可於湖邊垂釣，或至石階構成的環山步道健行，享受戶外活動的樂趣。也因為碧湖公



上：白石湖吊橋以「龍骨」為意象建造。下：碧湖公園環境清幽，適合全家一同健行、觀景。

園具備多樣機能，常常可見親子遊客全家大小一同在此慢跑、散步，享受悠閒時光的畫面。

盛名遠播美食巷 內湖737商圈

結束整天戶外行程後，位於碧湖公園旁，藏有不少特色小吃及美食餐廳的內湖737商圈，正等待遊客前去一飽口福。白天附近居民常來此添購食材及日用品，到了晚上這裡則成為販售東山鴨頭、鹽水雞、豬血糕等國民小吃的美食街，是不少人下班後覓食的好去處。



內湖737商圈是不少周邊上班族及居民的覓食好去處。

厭倦了成日置身水泥叢林、感到身心疲憊嗎？不妨來內湖踏青賞景、大啖美食，重拾活力再出發。📍

準備出發 | 親子同樂內湖郊遊趣

🏠 碧山巖開漳聖王廟 → 🏠 白石湖吊橋 → 🏠 白石湖同心池 → 🏠 夫妻樹
→ 🏠 白石湖休閒農業區 → 🏠 大崙頭尾山親山步道 → 🏠 碧湖公園
→ 📍 CITYLINK內湖店或內湖737商圈



碧山巖開漳聖王廟

📍 台北市內湖區碧山路24號

🕒 05:00-21:30

白石湖休閒農業區

📍 台北市內湖區碧山路58號

碧湖公園

📍 台北市內湖區內湖路二段175號

內湖737商圈

📍 台北市內湖區內湖路一段737巷一帶

🕒 16:00-23:00

aww

自成一格

36 #探索
走讀南港

40 #風格
跟著米其林玩味台北

44 #人物
我就漂亮

48 #寫真
袒露美的潛意識



#探索

走讀南港 在地茶文化與特色咖啡館

包種茶發源於南港，
早年農民多種植桂花並以花燻茶馳名，
而後發展出南港桂花節，
透過爬梳茶飲文化及特色咖啡館，
一起感受不同飲品在南港各有千秋的面貌。

文 安卓亞・攝影 鄧心勝・圖 黃怡明、楊政賢



多樣化製茶機具，都可在南港茶葉製造示範場看見。(攝影／鄧心勝)

包種茶鄉 台北最東邊的祕境

南港的畚箕湖，指的是南港舊莊路二段附近一帶的地形，此處也是南港觀光茶園的發展地區。桂花林古道穿越畚箕湖，是淡蘭古道的中繼站，在過去也是茶農送茶到外地販售的重要聯外道路。

沿著舊莊街登上南港茶山，滿山綠意間有座兩層樓建築——南港茶葉製造示範場，這裡除設有製茶機具展示區，也規畫茶葉展示區、品茗包廂區等多個區域，還有解說包種茶和各類製茶導覽的講座課程及手作體驗活動。

茶製場周邊的環山步道及保護區，有著「台北最東邊祕境」之稱，未受人為侵害的自然環境與純淨水質，造就每年初夏熱門的「夜訪火金姑」系列活動，來此不僅能觀察螢火蟲生態，還能遠眺台北 101。南港是全台第二大桂花種植地，桂花也是南港區花，每到秋天桂花盛開的時節，由南港大坑茶山在地茶農、花農和關注地方產業發展人士共同組成的「台北市大坑產業文化協會」，便會特別推出品味桂花步道、

採桂花與製作桂花釀的體驗行程，春、冬兩季，在地茶農也會開放部分茶園，讓民眾戴斗笠、背茶簍體驗採茶與製茶過程。走訪完茶山祕境再往山上行走，不遠處則設有白色恐怖時期的鹿窟事件紀念公園，附近也可看見南港早年工業發展所遺留的裸露煤炭層。

茶香花香 源自南港山中的傳統

在文山包種茶的盛名下，許多人未必知道南港才是台灣包種茶的原鄉。台北市大坑產業文化協會理事長黃怡明細說，



透過走讀讓遊客了解山上裸露的煤炭層，是南港工業發展後留下的痕跡。



左：「南港茶葉製造示範場」的手作桂花釀，是備受遊客歡迎的體驗活動。 右：屋齡90年的「噴咖啡」融合老宅空間美學，營造人文氛圍，別有一番風情。

1873年因全球景氣問題，導致茶葉滯銷，大稻埕茶商想出變通方法，將烏龍茶拿去燻花，於是有了新茶品——包種茶的出現。當時的包種茶現稱花茶，可以燻梔子花、茉莉花、桂花，1922年南港茶師王水錦與魏靜時又研發出免燻花的自然清香包種茶，是製茶技術的一大突破。

百年後的今天，桂花茶的燻製法也有了更多變化，比方有小農將東方美人茶再燻桂花，開發出更精緻的特色茶品。黃怡明表示，近年協會致力將在地製茶技術輸往

外地製作，製作出更受歡迎的茶香味道，也努力舉辦活動提高南港茶文化的知名度，每年舉辦南港桂花節更是希望透過活動，帶領人們了解桂花與茶藝產業，並認識南港至今仍保有的自然生態環境。

巷弄走讀 南港咖啡店與景點

以前南港的商店街沿著火車站和鐵路設立，後因車站搬遷，商圈跟著轉移，近年則因三鐵共構和商場建設，活化過去鐵道沿線一帶市景並帶動人潮聚集。

「南港社區大學」講師楊政賢指出，近年因社群網路興起，透過打卡互動能讓網友對景點產生嚮往而前往朝聖，他便依據咖啡館特色和商圈路線，結合飲品餐食、古蹟、步道分享走讀南港路線，規畫出一條一日遊行程：早晨第一站是捷運南港展覽館對面、海拔90公尺的小南港山步道，爬起來輕鬆不累；第二站到新光南港軟體園區大樓老爺行館一樓的「冉冉生活」享用早午餐；午後第三站可至捷運南港站的

瓶蓋工廠台北製造所，逛逛職人手作空間；第四站到南港路二段、屋齡90年的「嘖咖啡」試聞二十多種咖啡豆，找出自己偏好的咖啡風味，再交由店家沖煮，店裡還有一款用曬乾咖啡豆外皮熬煮成茶的特殊飲品，值得一試；傍晚第五站則可至捷運昆陽站附近的「靜心苑」享用養生晚餐，同時感受展現日本時期營建技術與日式文化禪意的百年老宅風韻。楊政賢解釋，不論是偏好年代感的嘖咖啡、著迷日式庭院的靜心苑，或是追求當代特色的冉冉生活，民眾來到南港，都能找到適合的空間駐足停留。



靜心苑保留百年前的日式建築風格，也見證日治時期留存的印記。

除了品味在地茶飲與咖啡文化，當地也有多家旅館業者，針對入住旅客推出結合在地景點與美食的旅遊行程。像是台北六福萬怡酒店推出結合鐵馬與鐵路的基隆河濱自行車道、北台灣旅遊行程；台北松山意舍酒店結合台北雙層觀光巴士推出入住專案；南港安樂旅社也推出「漫步南港・知性之旅」走讀路線，帶旅客造訪靜心苑、台北流行音樂中心、北流卡夫卡及台北瓶蓋工廠。不論是走逛人文景點或是體驗大自然，民眾都能在南港得到滿滿收穫。❏



#風格

跟著米其林玩味台北 饕客嚮往的飲食指南

《臺灣米其林指南2023》公布後，台北共35家餐廳摘星，再次將台北的飲食底蘊展現於國際殿堂，美食評論家韓良憶期待藉由米其林的交流，為台北多元的飲食風格開啟更多新滋味。

文 邱筠、鄧心勝・攝影 彭仁義、李明宜、何宗昇・圖 韓良憶、INITA

譜寫台味 翻轉台北美食新滋味

《米其林指南》來台評鑑邁入第六年，獲選的餐廳料理繽紛多元，也讓更多人知曉台北是個味蕾豐厚的迷人城市。美食評論家韓良憶認為，台北交通方便、料理多元，提供了民眾四處嘗鮮的機會。她表示米其林美食帶來的國際觀點，不僅能引領國際遊客前來品嚐，更能引發台灣民眾「吃吃看」的好奇心，使摘星的餐廳往往一位難求。

今年摘星的44家餐廳中，台北便獲選了35家，另外還有5家餐廳入榜米其林綠星；其中蟬聯六屆三星榮譽的「頤宮」，持續演繹粵菜料理的奢華美味，讓國際饕客對台北美食念念不忘；全球首間三星台灣料理餐廳「Taïrroir 態芮」，主廚則是將傳統台灣菜色創新製作，譜寫出最高星級的台灣味。對於台菜料理首度登上米其林三星，韓良憶表示，米其林美食評鑑源自法國，在外國人的評比標準下，台菜能晉升三星推薦，體現出台灣飲食文化已進展至更加全面多元及具有藝術性的階段。



今年六連霸的「頤宮」以粵菜料理見長。(攝影／李明宜)



首次以台灣料理拿下《米其林指南》三星的「Taïrroir 態芮」，以苦茶油酥餅搭配鳳梨脆片製作的鳳梨酥，融合傳統情懷和創新滋味。

食在台灣 在地與外地的風味交流

《米其林指南》從食材品質、廚師烹調技巧、味道協調性、主廚在料理中展現的獨特性及餐飲水準的一致性等五大面向進行評比，一致且嚴密的評鑑系統，在國際間備受推崇。米其林榜單讓台灣精緻餐飲登上國際舞台與全球競技，更吸引許多外籍主廚來台注入美食能量，淬礪本土餐飲工作者的料理實力。韓良憶指出，「美食

愛好者除了知曉米其林評鑑方法，認識菜餚背後的文化歷史、工序及選用食材的理由也同樣重要。國人大可不必視米其林評鑑結果高於本地觀點，但人們可以將外國評鑑如何看待台灣食物，當作是飲食文化交流。」

因此不論是藉由當代烹調技法向台菜致敬，或風格創新的異國料理，台北多樣的飲食文化所碰撞出的新面貌，都造就餐



左：「RAW」用新鮮食材製作的「阿彼修斯香料血鴨」，是一道向法國名廚Alain Senderens致敬，而聞名美食界的料理。（攝影／何宗昇） 右：「INITA」使用玉露鴨及合鴨米等食材，企圖重現紀錄片《看見台灣》空拍地景的美麗風光。（圖／INITA）



旅居各國的美食評論家韓良憶表示，透過採買食材可以更加理解在地飲食文化。(圖／韓良憶)

廳百家爭鳴、百花齊放。多國料理也在今年的《米其林指南》中獲二星榮譽，包括「L'ATELIER de Joël Robuchon」、「logy」、「RAW」、「渥達尼斯磨坊」及新入榜的「牡丹」等法式、西班牙、日式料理餐廳。

觀察近年《臺灣米其林指南》可以發現，在外國料理中義式餐廳較少摘星，對此韓良憶提出她的見解：「原因是法國菜和義大利菜對『好餐廳』的標準不同，米其林是法國標準，評鑑指南有五大面向，評鑑時可能要求祕密客以這些標準來評鑑和測試。」她表示今年新晉米其林一星的「INITA」，是家標榜日義合併的義大利餐廳，料理呈

現對日本、義大利和台灣飲食文化的理解與關懷，可能因此更受評審青睞。

吃多識廣 在多元文化中建立品味

韓良憶也觀察到，台灣30至40歲的族群，是潮流、精緻餐廳的消費主力，他們成長在全球化與出國旅遊興盛的時代，得以透過旅遊及品嚐各國美食的經驗，造就吃多識廣的味蕾，間接促使台灣飲食更加走向異國風味，並融合台灣風土佳餚成為時尚新味。

雖然在米其林評鑑摘星是許多餐廳經營者和年輕主廚的目標，評鑑本身也提供美食初訪者一條品賞的指引，但韓良憶提醒，「米其林只是評比美食的多樣標準之一，保存多元的飲食風格與豐沛價值，避免評比標準單一化也同等重要。」她表示每個人都能有一套自己的評斷準則，一如去一般餐廳與精緻餐廳用餐，兩者各有滋味。韓良憶形容，猶如工筆畫的是Fine Dining，而潑墨畫則是口耳相傳的國民美食，潑墨有潑墨的意境、工筆有工筆的美。對她來說，更注重的是在料理中善用新鮮、當令本土食材，並在品嚐美味的同時，關注飲食永續。■

A person with short blonde hair, wearing a vibrant red sleeveless dress and long silver gloves, strikes a dramatic pose on a grassy hill. The background features a cityscape under a cloudy sky, with the Taipei 101 skyscraper prominently visible. The person's right leg is raised, and the red fabric of their dress flows down the slope.

#人物

我就漂亮 是男？是女？我自己決定

同婚法案通過後不只改變人們對婚姻的觀念，
連帶鬆動大眾對性別刻板印象的成見，
年初首度舉辦的台北國際變裝藝術節，
持續讓敢曝美學與狂騷精神蔓延至今。

文 鄧心勝・攝影 蘇立坤・圖 堯蘭達

圖／堯蘭達

鬆動順性別 主流框架沒什麼了不起

台灣史上第一個變裝嘉年華，今年一月在台北登場，堯蘭達當時以國標舞和對嘴歌唱參與演出，他表示平常夜店的變裝秀，頂多只有七、八位皇后，但參與這場演出的人，至少比平常多出三倍，不只台灣，還有許多國外表演者蒞臨現場。

堯蘭達是西門町夜店的知名變裝皇后，他首次登台是在高中的畢業舞會。堯蘭達說當時一位和他要好的女同學是爵士舞社社長，當年爵士舞社只讓女生跳，男生都跳breaking，但畢業舞會那次她破例讓堯蘭達上台，那次表演雖然沒有扮裝，卻被他視為扮裝的前身。那天堯蘭達跟她們一起上台，他心想反正要畢業了，才不在乎別人怎麼看，表演完下了台有人對他說：「你一個男生怎麼跳得這麼好？」最多人說的則是：「你跳得很嬈(hiâu)」他回說：「這就是我要的！這就是我要呈現的感覺！」

回憶表演時的情景，他表示跳完那個感覺到現在都還存在，他說當整個人全力投入表演時，觀眾看到的不只是你原本的性別氣質和外貌。這次的經驗也讓他意識到，表演者要先愛自己，覺得自己很可愛、值得被愛，才有機會把愛渲染出去。

堯蘭達說小時候自己的樣子是不被欣賞的，不論是父母還是周遭的人們，大家都覺得他很怪，一個男生為什麼這麼陰柔？但變裝站上台表演，觀眾的掌聲讓他覺得被看到，不只是看表演的人被療癒，自己也被療癒。

喜歡跳舞的堯蘭達坦承有表演欲，喜歡與人互動和交流。畢業後他繼續跳舞，加入工作室並參加比賽，有次賽後遇到經營變裝party的老闆，邀他加入表演行列，使他一腳踏進扮裝領域。堯蘭達認為變裝皇后漂亮的地方，在於敢戴誇張的假髮、頂著一張濃妝豔抹的臉龐，再勇敢的站上舞台打破性別框架，那瞬間就是最美的時刻。

非男也非女 可以同時是男也是女

隨著多元性別意識抬頭，男、女之外的性別有了更多被看見的機會，包括跨性別、非二元性別、性別酷兒、無性別、多性別和性別流動等。堯蘭達提到，變裝皇后中有不少跨性別者，有些動過性別重置手術，有些正在荷爾蒙治療中，也有部分是同志，許多人是開始扮裝後，才有勇氣成為跨性別者，並透過變裝表演找到自己，明白漂亮的模樣能被大眾接受。

堯蘭達說自己高中以前身高才一百五十幾公分，體重就有六、七十公斤，同學都叫他小白豬，加上青春期的容貌焦慮，讓他很沒自信，但有次同學拿了雙眼皮貼給他，試完發現整個人變得不一樣。大學就讀彩妝科系後，他逐漸認為上妝不是隱藏而是優化，對他來說性別也不只再是男女二元選項，能夠定義自我的性別，跳脫限制找到自己的樣子，才是一種美感再現。

「性別對我來說沒有太大意義，每個性別都有他或她美的地方。」堯蘭達說變裝沒有一定的規則，也不是扮得很像女生就是成功，表演時他不裝假胸部而是平胸上場，就是要讓所有人知道，即使長相身材像男生，還是能展現陰柔美感。變裝的娛

樂性就在視覺衝擊和矛盾下產生，再加上誇張的妝容、服飾、精準到位的對嘴，使浮誇、虛幻的表演被放大，漂亮的變裝秀因而誕生。

亞洲最友善 讓性少數更敢做自己

堯蘭達說以前夜店變裝秀一個月只有一場，同婚法案通過後，如今每週多達三場，過去變裝秀的觀眾多是同溫層或性少數，法案通過後多了直男直女，觀眾看完表演的共同的感受是：「皇后們怎麼比女生更像女生。」2022年的跨年夜，堯蘭達成立的美蘇拉變裝皇后家族首次登上台北市跨年舞台，將台北多元文化融合、尊重LGBT+及同志文化展現在大眾眼前。堯蘭



誇張的髮飾與妝容，是變裝皇后表演的特色。

達說在台北，即使他穿著露手臂、露肚子和露腰的衣服、短褲在街上行走，路人也不覺得有什麼問題，他表示台北始終是他覺得最性別友善、自在的地方。

堯蘭達提到變裝初期，他的妝容、髮飾、眉型都極度誇張，現在卻越畫越淡、越貼近自己本來的樣貌，「因為我覺得我已經很漂亮了，好像不需要特別去強調這件事。」表演後堯蘭達都會回看紀錄影片，並不時反問自己：「有需要這麼誇張嗎？那裡需要上妝遮嗎？真的有那麼不好看嗎？」他反思表演每個環節，從選歌開始找出自己有共鳴的曲子，再來要求對嘴節奏，呼吸吐納都得毫無違和感，最後上台前的氣場則要調整到讓環境氛圍跟內心表演欲完美融合的境界。

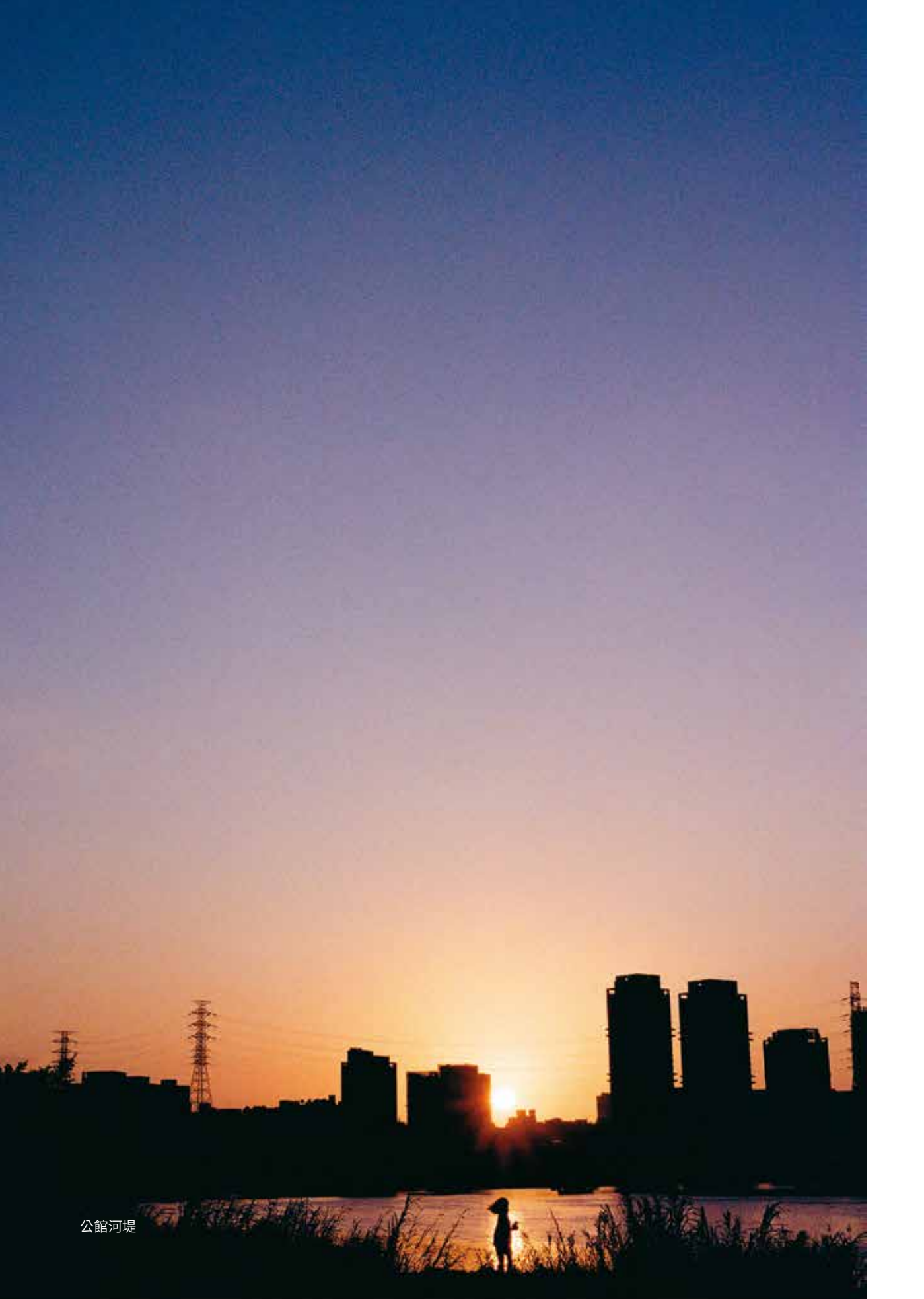


台北開放、友善的城市氛圍，讓變裝也能成為展現自我的形式。

以前變裝表演對堯蘭達來說是每月一次的抒發，在陰柔和陽剛之間、台上與台下之間，讓自我意識和表演欲各自尋求平衡的支持點；如今變裝對他來說則是不斷發現自己已經擁有及值得繼續追求的，並從中找回自在與舒服的樣子。❗

性別小辭典

順性別	性別認同和出生時指定性別相同的人。
變裝皇后	透過女裝、誇張的服飾及精準到位的對嘴來扮演女性的生理男性。
LGBT+	分別代表：L 女同志、G 男同志、B 雙性戀、T 跨性別，「+」包含在主流性別外的 Q 酷兒（或疑性戀）、I 雙性人、A 無性戀等性少數族群。
非二元性別	指超越傳統意義上男性、女性的二元畫分，不單純屬於男性或女性的自我性別認同，也被廣泛稱為性別酷兒。
直男、直女	由英文的異性戀直翻，他／她們的性傾向通常僅指向女人／男人。



公館河堤



社子島往淡水方向



上：象山步道 下：象山望向信義區



#寫真

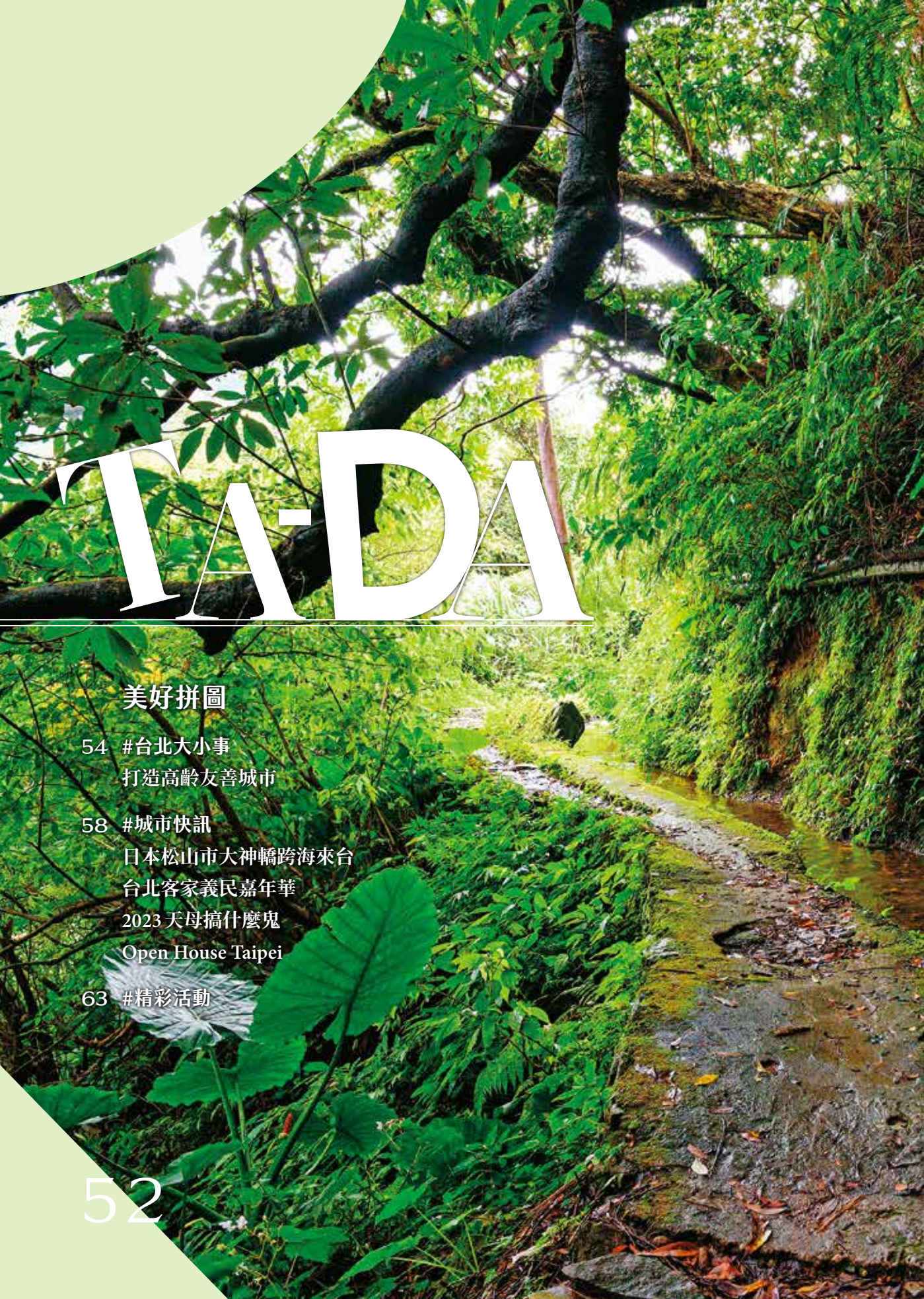
袒露美的潛意識

文字整理 鄧心勝

攝影
宋修亞

自由攝影師，擅長以鏡頭捕捉景物、事物與人物彼此間的連結，希望透過拍照將動態的瞬間，捕捉在靜態相片中呈現，認為每張攝影作品都藏有攝影者的潛意識。

我家有個櫃子，放的全是我爸爸拍的相簿，他是學藝術的，皮雕、刻印章都會，不過他從未教過我任何關於攝影的東西。那些相簿裡放的都是我們小時候的照片，畫面中有他的美學和構圖，這些東西停在我腦海的潛意識裡，等到後來看觀景窗、尋找美感時，潛移默化的它們就跑出來了，那裡有我對美的想像。就像我拍象山，那些並肩背對著我的男男和女女，他們輕鬆舒服地看著台北市景，無論是不是情侶，都呈現一種多元又自在的意象。■



TADA

美好拼圖

- 54 #台北大小事
打造高齡友善城市
- 58 #城市快訊
日本松山市大神轎跨海來台
台北客家義民嘉年華
2023 天母搞什麼鬼
Open House Taipei
- 63 #精彩活動



打造高齡友善城市

台北陪您好好慢老

文 凌小締・攝影 林煒凱・圖 台北市社會局、台北市體育局

台北市人口老化速度為六都之首，為弘揚敬老美德，展示對長者的尊重與關懷，今年除了恢復發放重陽敬老禮金，領取方式也較以往更多元便利。此外，台北市也推出對長者日常生活照顧的措施，希望提供長輩更好的生活環境，打造高齡友善的社會氛圍。

領取管道多元 敬老卡發放全台首創

為推動敬老觀念，睽違八年未普發的1,500元重陽敬老禮金今年恢復發送，另為避免長輩們舟車勞頓，能更快速、方便領取敬老金，今年除了維持原先既有的匯款、定點領取方式，台北市也首創透過敬老卡靠卡領取。長輩可以在捷運站的悠遊卡加值機、北市四大超商、美廉社及台北101購物中心B1服務台就近儲值，提供長者更便利、貼心的選擇。

台北市社會局局長姚淑文表示，關懷長輩與敬老不只是精神與口號，更要落實

在行動上。台北市除了提供多元的敬老金領取管道，對於不同身分的長者，也提供更友善的致送禮金方式。例如針對65至98歲（原住民為55至88歲）列冊本市低收、中低收入戶及領有中低收入老人生活津貼的長者，社會局早在今年8月7日就將敬老金直接匯入本人帳戶，而台北市1,890位99歲（原住民為89歲）以上的人瑞，里幹事也會在9月下旬至11月中旬到府親送禮品及禮金。

姚淑文也提到，雖然以敬老卡靠卡領取的方式極為便利，但有些長者還是喜歡手裡握著鈔票的感覺，針對這樣的需求，社



社會局局長姚淑文表示，多元的敬老金發放管道照顧長輩們不同的需求。

會局今年首次推出線上申請重陽敬老金匯款系統，只要在社會局網站填寫申請表，即可直接匯款入帳，或者依設籍所在地區公所公布的時間及地點現場領取現金。

關懷長者 打造高齡友善城市

在照顧長者的心靈方面，台北市也提供暖心的服務，於全市 507 個社區設置長者照顧關懷據點，以每年超過 315 萬人次的服務量，提供長者每天定點共餐、上課的空間，維持長者與社會的聯繫，擴大長者社交圈。設置社區關懷據點的成果，也展現在今年敬老金發放作業上，像是平時

重陽敬老禮金 多元發送方式

- 全台唯一優先使用敬老卡發送
- 首次推出線上申請匯款系統
- 定點親自領取現金
- 99 歲（原住民為 89 歲）以上長者親送到府



重陽禮金

長者都會透過社區關懷據點互動交流，因此這次聽聞敬老金重新發放的消息，長輩們便迅速口耳相傳，使得今年敬老金發送十分有效率。

姚淑文強調，「高齡政策不只是提供貧病孤老社會福利，更要讓長者活出健康自我。」為了打造讓長者安全、健康生活的環境，台北市也提供許多協助及鼓勵政策，例如幫助長輩住家加裝24小時的緊急救援鈴、提供住家簡易修繕補助及設置生

活輔具（如扶手、止滑墊）服務，希望藉此更設身處地照顧長輩。

敬老尊老 台北與長者好好慢老

今年台北市重新發放敬老金，社會局接獲多位長者致電表示，他們在意的不是敬老金的金額多寡，而是希望受到尊重，拿到重陽敬老金讓他們很高興，想把這筆錢捐出去回饋社會。對此社會局也提供



台北市社會局於社區設置長者照顧關懷據點，提供長者共餐、上課、社交的空間，維持長者與社會的聯繫。（圖／台北市社會局）



台北市舉辦「2023 台北市銀髮族運動會」，鼓勵長輩多多運動，越活越有活力。(圖／台北市體育局)

「重陽敬老禮金領據暨捐款同意書」，長者只要填妥資料，社會局將依照長者意願將敬老金用於急難救助、身心障礙福利、老人福利、婦女福利、兒童福利或少年福利上。

台北市今年也推出一系列重陽節活動，包括舉辦2023台北市銀髮族運動會、銀髮服務表揚大會、長者樂齡服務等，協助長者走出戶外，提升自我價值，讓長輩們好好慢老，活得健康、亮麗、有尊嚴。❧

日本松山市大神轎跨海來台

原汁原味展現祈福盛典

文 自由氏 · 圖 台北市觀光傳播局

台日好友誼 撞轎氣氛嗨

台北市與日本愛媛縣松山市因同有「松山」之緣而展開交流，雙方擁有深厚的情誼。在簽署友好交流協定即將邁入第十年之際，具四百多年歷史的道後溫泉傳統祭典「松山秋之祭」祈福儀式「松山市大神轎撞轎祈福活動」，睽違四年後再度跨海來台演出。

溫泉季結合撞神轎 活動更多元

新北投溫泉因水質優異，加上溫泉區內多座日式古蹟，濃厚的東瀛氛圍讓人宛如置身日本，一直是民眾小旅行的必訪之地，而松山市的道後溫泉同為當地溫泉名勝，兩市溫泉於2011年締結為姊妹溫泉，加深兩地泡湯文化的連結。

為了迎接台北溫泉季此一秋冬盛事，包括明華園年度大戲、祈福活動、音樂表演、溫泉展攤等都摩拳擦掌，準備在北投熱鬧登場。國內外旅客除了可看表演、吃美食、

體驗泡湯樂趣，今年還有令人期待的松山市大神轎撞轎祈福活動可參與。

撞轎祈福活動的重頭戲在於雙方抬著神轎的人馬會先相互叫囂，再抬大神轎互撞，每頂神轎至少要近百人才能扛起。每次的衝撞搭配一旁太鼓鼓聲，場面氣勢磅礴、熱血沸騰。今年共計五場撞轎活動，其中11月5日市府場及北投場，現場開放民眾體驗扛轎。



充滿力量及熱血的撞轎儀式，由扛轎者用力搖動神轎，襯著響亮的鼓聲，將氣氛炒熱到最高點。



在松山慈祐宮前上演日式撞神轎祈福活動，感受近百人扛起大神轎互相衝撞的壯觀場面。

松山慈祐宮建宮慶典 八大媽祖齊聚

日本松山市與松山慈祐宮長年維持友好關係，雙方共同贈予台北市政府的「松山・道後溫泉祈福機械鐘」今年落成滿十週年，盛逢松山慈祐宮建宮270週年，更顯意義非凡。松山慈祐宮也將於11月26日舉辦為國祈福、為民消災的祈福遶境活動，中、南

部八大媽祖廟主神屆時將強勢出巡、齊聚松山，為松山區宗教藝文活動增添更多話題與色彩。松山慈祐宮也邀請民眾體驗過日本「鬥神輿」之後，再來體驗媽祖宗教信仰的「稜轎腳」，感受兩者不同之處。精彩的各式盛典，歡迎民眾趁著秋高氣爽時節到場共襄盛舉，為來年求個好兆頭。❗

台北溫泉季

11/1(三)~11/6(一)

捷運新北投站周邊



台北市溫泉發展協會

松山慈祐宮建宮270週年遶境活動

11/26(日)09:30

台北市內湖區新明路333巷口
(北線集合整隊)

活動詳情請至FB粉絲專頁查詢



松山慈祐宮

撞轎祈福盛典

11/3(五)15:30

捷運新北投站周邊

11/5(日)10:30

台北市府市民廣場

11/4(六)10:30

捷運新北投站周邊

11/5(日)15:00

捷運新北投站周邊

11/4(六)17:00

松山慈祐宮前廣場

時間如有異動

依主辦單位公布為主

台北客家義民嘉年華

全台最大客家慶典

文 自由氏 · 圖 台北市客家事務委員會

1988年舉辦迄今已邁入第36年的「台北客家義民嘉年華」將於10月21至23日在中正紀念堂兩廳院藝文廣場盛大登場。今年活動主題「省到幾時SDGs」以聯合國永續發展目標「SDGs」結合客家「勤儉傳家」的文化為發想，展現客家文化深度與雋永。

今年特別恭迎23尊義民爺及忠勇公齊聚台北一同祈福，並展開為期三天的迎神遶境、祭祀典禮、挑擔奉飯、創意踩街、客家藝文展演及客莊攤位等活動。其中挑擔奉飯是義民祭慶典特有的傳統，習俗源起於從前客家先民挑著飯菜到戰場犒軍的典故，演變至今，民眾運用創意改以各種零食或點心取代飯菜。今年活動將邀請民眾以家庭為單位共同參與，並以創意環保的概念，設計自己隊伍的造型、擔頭供品及道具。「創意踩街」則有20組隊伍，以趣味裝扮遊行相互競演。



台北客家義民嘉年華將以義民爺及忠勇公起駕遶境儀式隆重展開，場面熱鬧非凡。

為了讓民眾認識客莊原鄉風貌特色物產，10月21至22日的客莊市集還規畫客家農產、美食、手工藝、親子專區等四大主題攤區，共計80家攤位。市集中舉辦客家調飲大賽及親子劇場「哈哈糖故事屋」等活動，邀請全齡民眾參與，一同體驗客家文化。22日晚上則有優秀客家藝文團體演出的「義民之夜」，在微涼的秋夜不妨沉浸在精彩的表演之中，感受客家文化的多元及活力。❧

迎神遶境

📅 10/21(六)

⌚ 08:00開始

📍 台北市客家文化
主題公園出發

客莊市集

📅 10/21(六)~10/22(日)

⌚ 09:00-20:00

📍 中正紀念堂兩廳院
藝文廣場

義民之夜

📅 10/22(日)

⌚ 18:00-20:30

📍 中正紀念堂兩廳院
藝文廣場



台北市客家
事務委員會



「臺北客家」
粉絲專頁

#城市快訊

2023天母搞什麼鬼

一起來萬聖節夜行踩街

文 自由氏 · 圖 台北市商業處

天母商圈匯聚多國文化，展現異國風情，每年萬聖節前後，此地都會化身為充滿節慶氛圍的奇幻場域，歷年來累計吸引超過20萬民眾的嘉年華，成為台北市最具特色的節慶活動之一。

今年邁入第15屆的「天母搞什麼鬼」萬聖節嘉年華將於10月27至28日熱鬧登場。延續往年與天母商圈三大百貨公司及250間店家共同舉辦的傳統，活動範圍遍及大天母與捷運芝山站周邊。10月27日將舉辦以妖魔鬼怪為主題的「百鬼夜行踩街暖身」活動，位於活動路線上的店家將發放貼紙給極具創意、特色的變裝者，得到最多貼紙的「鬼怪」可獲贈神祕獎品。

至於深受小朋友喜愛的「我給糖、別搗蛋」活動，則於10月28日下午舉辦，身穿奇裝異服的可愛小魔兵們屆時將集結並入侵大街小巷，展開「小小魔兵大遊行」，要



「天母搞什麼鬼」萬聖節嘉年華已是天母的代表性活動，每年都會看到許多精心打扮的「妖魔鬼怪」前來同樂。

將整座天母魔法城堡鬧到天翻地覆。天母商圈250家特約店也準備上萬顆糖果「嚴陣以待」，將分送給來討糖的可愛小魔兵。

同日在天母運動公園，還會舉辦萬聖節限定市集、卡通偶像見面會、音樂會、互動遊戲等活動，要讓大、小朋友一同沉浸在風格百變的天母，為自己灌注滿滿的「萬勝」能量！

百鬼夜行踩街暖身活動

10/27(五) 18:30

新光三越台北天母店一館前集合

「小小魔兵大遊行」討糖活動

10/28(六) 13:00

新光三越台北天母店一館、
大葉高島屋、SOGO天母店前集合

萬聖節限定市集

10/28(六) 13:00-20:00

天母運動公園

Open House Taipei

開箱隱藏版的城市空間

文 自由氏 · 圖 打開台北有限公司

全球建築盛事「Open House」以限時打開城市祕境空間，並以讓民眾透過導覽，深入認識城市與建築發展而聞名。2023年「Open House Taipei | 打開台北」將於11月11至12日登場，今年活動以「永續與對話」為主題，帶領民眾探索生活居所及城市生態。

搭乘捷運可減少排碳量，但捷運平日是如何運作的？這次打開台北帶領大家深入神祕的台北捷運高運量行控中心一窺究竟。水處理技術和水資源循環再利用是未來全球永續發展的重要方向之一，提供大台北地區將近三分之二民生用水的直潭淨水場也將限時開放，和大家分享水資源永續理念。

更讓人期待的是，睽違八年由日本知名建築家藤森照信以台灣竹子手工打造的空中茶屋「望北茶亭」，以及第一次打開的鳳甲美術館藝術藏品庫房，與華人地區規模



本次活動「打開」掌控台北捷運運行的高運量行控中心。

最大的工業設計公司——浩漢產品設計公司，也都可在這次活動中探訪。

Open House Taipei 今年邁入第四年，迄今已打開兩百多個空間，今年活動也響應首屆台灣設計週，部分空間特於12月3、9日加開，邀請大家一同透過空間，參與城市與人共鳴的時刻。📍

打開台北 | Open House Taipei

📅 11/11(六)~11/12(日)

📍 各場地開放時間與活動請至官網與FB粉絲專頁查詢



官網



FB

#精彩活動

2023基隆潮藝術：海光介面

活動邀請國內外知名藝術家設置10件藝術作品，從三種視角詮釋基隆與海洋的關聯。除了藝術裝置展，還有水上遊程、講座、工坊、市集等系列活動，邀請大家一起來潮藝術感受基隆文化與藝術盛會。



📅 即日起～10/15(日)

⌚ 週一～週四 10:00-20:30
週五～週日 10:00-21:30

📍 舊正濱派出所(基隆市中正區中正路511號)



「哈囉！親子館」托育宣導活動

活動現場有精彩的舞台表演及攤位，邀請大家一起來互相Say Hello，盡情玩樂當好友。台北市社會局今年更首次舉辦親子館攝影徵件比賽及展覽活動，留下市民朋友與台北市13間親子館共享的珍貴記憶。

主場活動

📅 11/12(日)

⌚ 09:00-12:00

📍 台北市市民廣場



攝影徵件

📅 即日起～10/22(日) (線上投稿，額滿為止)

攝影展覽

📅 11/6(一)～11/17(五)

📍 台北市政府市政大樓1樓大廳

台灣好行「北投——竹子湖線」
三大遊程主題

台北市觀光傳播局與旅行社合作推出乘著台灣好行出遊去。遊程包含三大主題，「懷舊走讀」探訪當地之美、「冬季溫泉」享百年足浴及「竹子湖農遊樂」體驗自然農作樂趣，前600名參加遊程者還可獲得100元購物金，數量有限贈完為止。

📅 即日起～12月底

「無邊際彩虹——跨國同性伴侶追愛之路」
展覽

展覽以機場邊境概念呈現跨國同性伴侶的境況，透過他們的日常故事，看見愛如何跨越邊際，在台攜手相伴。

📅 10/6(五)～10/29(日)

⌚ 11:00-22:00

📍 西門紅樓中央展區



彩虹市集

📅 10/14(六)

⌚ 13:00-19:00

📍 西門紅樓北廣場



龍山動漫祭

繼去年由民眾票選出的在地小吃形象化為可愛角色「萬華美食幫」後，今年將舉辦萬華美食幫創作展及導覽活動，歡迎一起來欣賞大小朋友筆下萬華美食幫的可愛模樣，也有在地導覽老師帶著大家認識、品嚐萬華美食。

📅 10/7(六)～10/29(日) (週一休館)

🕒 11:00-19:00

📍 龍山文創基地C廣場



關渡宮媽祖文化季

台北市關渡宮為紀念媽祖飛昇得道1,035年，舉辦一連兩天的全國聖母盃舞龍舞獅錦標賽，邀集全國優秀隊伍展現超群技藝。另外，即日起至年底還有展出沈海蓉師生紙繡展、大專西畫獎、林朝儀布袋戲道具展，以及關渡人文館的學員作品展、群賢館的關渡印記活動，千萬別錯過。

📅 10/21(六)～10/22(日)

📍 台北市關渡宮



2023 生態博覽會 ECOFAIR

今年以「從倡議到行動」為主題，有生態市集、寫生比賽、生態攝影展、集章及打卡活動等，邀請大小朋友手牽手來參加，認識生態保育團體推廣的倡議及行動，一起維護地球的生態。

📅 10/28(六)

🕒 09:30-16:30

📍 大安森林公園露天音樂台及周邊區域



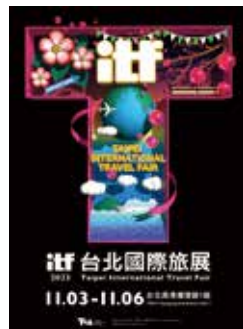
ITF 台北國際旅展

年度最大檔、台灣唯一國家級旅展強勢登場！集結日韓、歐亞、美洲等全球104個國家、城市、航空公司、旅行社、飯店及遊樂園，共1,300格攤位。最新旅遊資訊、年度最狂優惠，機票、行程、住宿券、餐券及泡湯券，環遊世界一站購足。

📅 11/3(五) 12:00-18:00

11/4(六)～11/6(一) 10:00-18:00

📍 台北南港展覽館1館



30 ART TAIPEI

YEARS

台北國際藝術博覽會 OCT 20-23, 2023



台北世貿一館 TAIPEI WORLD TRADE CENTER HALL 1

主辦單位
Organized by



FGR

社團法人中華國際藝術博覽會
Taiwan Art Biennale Association



指導單位
Advised by



教育部

執行單位
Executed by



台北國際藝術博覽會執行委員會
ART TAIPEI 2023 EXECUTIVE COMMITTEE

協辦單位
Associated with



交通部觀光局
Taiwan Tourism Bureau



贊助單位
Sponsor



觀光傳播局



art-taipei.com

廣告



2023WINNER

Taipei City

**Most Promising Muslim-friendly City Destination
of The Year (Non-OIC)**

臺北市推動穆斯林多元友善環境成果獲國際肯定

榮獲2023年新加坡國際新月評等

「最有潛力穆斯林友善旅遊目的地城市獎—非伊斯蘭合作組織」

臺北市「新加坡及馬來西亞觀光推廣專案」

2023年9月1日至12月31日，凡入境臺灣之新加坡、馬來西亞自由行旅客，
於以下兩家指定店家出示護照基本資料頁及30日內機票票根、
住宿證明或護照上入出國證明章戳供店家拍照，
即可兌換牛肉麵1碗及小菜1碟，限量1,000組，兌完為止。

清真黃牛肉麵館

地址：臺北市中正區延平南路23號

電話：02-2331-8203

張家清真黃牛肉麵館

地址：臺北市中正區延平南路21號

電話：02-2331-2791

廣告