

No.
640
05 / 2021

台北 畫刊

Taipei Pictorial

新時代植人

森林窗台 · 創意植物 · 自然奧妙

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)

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
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
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
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
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
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
瓶蓋工廠台北製造所

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)
國賓大戲院
in89豪華數位影院
絕色影城
滿山戲院
國賓影城 (微風廣場)
真善美劇院
百老匯數位影城

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)
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
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 (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)
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)

引領人們走向富饒綠洲 扎根於城市的綠意

攝影 | 張晉瑞

在即將迎來夏季的時刻，萬物生機勃勃，在城市中踏上一場充滿綠意的旅程，不僅能感受植栽為水泥叢林注入的多樣性格，植物的能量也足以帶我們重返心靈深處的富饒綠洲。

景觀建築師吳書原、花藝家陳諶如與台灣大學生態學與演化生物學研究所所長胡哲明，三位新時代「植人」同樣懷抱著對植物的熱愛，以各自擅長的角度，在城市中詮釋風格各異的植物物語。無論是嘗試打造居家的綠色景觀、運用地特色物種妝點公共空間，或是透過科學繪圖細細品味植物蘊藏的豐富玄機，都為都市人展示了讓植栽扎根於日常生活的可能性。欣賞綠意之餘，看續食餐廳「書屋花甲」致力於讓醜蔬果、即期品再生為美味料理，用惜食食譜翻轉一般大眾對剩食的印象。

文化多元交織的台北也即將迎來多項年度宗教盛事——在地的霞海城隍爺聖誕與穆斯林的開齋節。我們除了一探台北霞海城隍廟外語導覽員吳孟寰如何轉譯在地的宗教文化，用淺顯易懂又不失趣味的比喻，讓外國旅客也能輕易感受台北的民俗之美，在印尼語新聞主播譚雲福的領路下，我們也將攜手台北的穆斯林移工與新住民一同歡慶開齋節，而漫步於台北清真寺、東南亞食品百貨、穆斯林聯誼場所，更是深度認識穆斯林文化的好去處，以理解持續增進跨文化的包容力量。

不論自然或文化特性，台北都擁有多樣的美，在這春夏交替的和煦時節，值得我們用心去領會。



PART

1

台北 +



台北故事 Taipei Story

06 新時代植人 用植栽打造理想生活

08 日常 × 植物 在城市實現森林窗台

12 創意 × 植物 從大自然汲取想像力

16 科學 × 植物 細細拆解自然的奧妙

台北食 Taipei Food

20 家常菜統一大江南北／魚夫

22 惜食減廢 看見食物的第二人生

台北人 Taipei People

26 一字一句轉譯城市之美

——廟宇外語導覽員

PART

2



+

台北

聊台北 Talk About Taipei

32 聆聽真實的台北

創意總監方序中 × 聲景採集者蕭芸安

36 深度旅行成為地方創生的開始／游智維

共好台北 Better Taipei

38 激發工藝美學生命力

拍台北 Capture Taipei

42 你是否也常仰望台北的天空？／陳淑貞

畫台北 Draw Taipei

46 漫步綠蔭中的青田街／蔡豫寧 yunintsai

PART

3

Adj

十
台
北

愜意台北 Chill Taipei

- 48 譚雲福：
伊斯蘭儀式背後也充滿動人的故事
- 50 我們其實都很穆斯林

公共台北 Public Taipei

- 54 我家後巷乾淨又美麗
- 56 雙管齊下後巷美化
- 58 2021 台北開齋節歡慶活動
- 60 2021 台北霞海城隍文化節
- 61 多面向的住宅設施改善補助
- 62 台北百大必看景點

好玩台北 Fun Taipei

- 63 活動短訊

台北畫刊

Taipei Pictorial

中華民國57年1月創刊
110年5月5日出刊

發行人 劉奕靈
總編輯 謝佩君
副總編輯 鄧佳穎
主編 鄭雅萍・涂敏
責任編輯 劉子立・林彥男・劉琇吟
行銷企畫 陳其睿・李宗岳・林均霽・陳俐雯

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.tpeidoit.gov.taipei
Email taipeipictorial@mail.taipei.gov.tw

企畫製作 黑潮文化股份有限公司
社長 鍾昕翰
總編 陳頤華
主編 黃映嘉・林佳蕙・張詩偉
封面攝影／場地 留榮鋒／國立臺灣大學植物標本館
封面設計 李珮雯
設計 李珮雯・王曉雅
電話 02-2362-9039
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



目次
contents





台北 +



台北故事 Taipei Story

新時代植人 用植栽打造理想生活

日常 × 植物 在城市實現森林窗台
創意 × 植物 從大自然汲取想像力
科學 × 植物 細細拆解自然的奧妙

台北食 Taipei Food

家常菜統一大江南北
惜食減廢 看見食物的第二人生

台北人 Taipei People

一字一句轉譯城市之美——廟宇外語導覽員



新|時|代|植|人

用植栽打造理想生活





人類擁有與生俱來對自然的渴望，縱使居住於水泥叢林，依舊需要綠意點綴生活，用以緩和日常的疲累、誘發創造力、拉近與生態奧祕的距離。

一群「新時代植人」取用植物的盎然生機，打造都市景觀的生命力，彰顯城市永續、富饒的綠色生活。景觀建築師吳書原結廬在人境，結合自身景觀設計專長與對植物的喜愛，於自家住宅打造出一片靜謐的森林窗景；花藝家陳諶如自小與自然田野為伍，引領她投入花藝工作，為公共空間注入植栽的力量；台灣大學生態學與演化生物學研究所所長胡哲明，對於植物擁有無限探索之心，透過一幅幅細緻的科學繪圖，抵達自然的奧妙核心。

為自己的生活增添綠意吧！透過植栽與人類心靈的共鳴，推開理想生活大門，啟動富有生機又療癒的日常循環。

日常 × 植物 在城市實現森林窗台

文－林郁嫻

攝影－林冠良、張晉瑞

夜 鷺、白頭翁、綠繡眼……這群嬌客相繼造訪景觀建築師吳書原家中的陽台，停在樹梢，啄著鳥類最愛的果實，滿布陽台的綠意活潑了灰白的水泥叢林，而不定期造訪的小生物，也帶來一片充滿生命力的蟲鳴鳥叫，令人在都會中也能享受森林的滋養。



吳書原自家陽台有多達 150 種植物，他認為人處在山林的自然狀態裡才能得到最好的休憩效果。



吳書原建議以「盆」栽種居家植物，較能根據植物需要的日照量移動位置，也方便更換土壤。

找回生活中的綠意

「人是從自然裡走出來的，那裡是生命的根源，因此人們的 DNA 裡總有種回歸自然的嚮往。現在我們住在水泥盒子，使用昂貴家具，這些都是後來才編織出來的奢華幻想。」去年疫情席捲全球，讓吳書原發覺，人類比過去更加速思考地球遭逢巨變後的下一步，並且反思過去奢華浪費的生活，因此有關回歸自然的討論越來越熱烈，而第一步不妨可以從營造生活綠意開始。

吳書原認為，從 2010 台北國際花卉博覽會開始，接續到 2018 台中花博，一般大眾對植物物種的認識與想像逐漸被打開。吳書原觀察到，當民眾開始有意識地去認識植物後，花市販售物種的多元性明顯增多，雙方呈現正向互動關係成長。「我習慣每個禮拜到台

北花卉村走走，那裡植物種類繁多，且都標有名字跟售價，對入門者來說十分親民、容易選擇。」吳書原只要看到沒見過的植物，就會買回家試著種植，自身參與策展後留下的植物，多數也會帶回照顧，目前自家陽台的植物物種已高達 150 種，說是一座小森林也不為過。

認識植物從栽種開始

當初吳書原在設計自家陽台時，只規畫了 6 盆植物，結果看起來相當稀疏，這才體會現實環境不像平面圖一般，設計了盆栽就能享受綠蔭，隨著對植物特性的了解加深，慢慢調整後才向模仿山林的狀態拓展。「崇尚自然、不裝模作樣、不追求特別的植物種類，是我理想中的植物氛圍。」吳書原以有蔓延



左：具有蔓延特性的植物能營造大面積的綠意，但還是需要適時修剪，才不會顯得雜亂。右：在空間有限的室內，可栽種葉片繁茂的常綠灌木。

特性的蕨類打底，延伸出大面積的綠，搭配迷迭香、左手香、檸檬馬鞭草等香草植物，能防蚊蟲，還能隨時摘下葉片佐茶或佐酒。

若想達到在綠蔭下休憩的愜意，則可選擇2至3公尺高、低開枝的單幹喬木，才有開展的樹冠，像是台灣原生種田代氏石斑木，每到春天會盛放中心帶點粉紅的雪白小花，花期長達兩個月，且耐強風、抗旱的特性，也適合種植於高樓層的陽台。吳書原提醒，不管是哪種植物，種植方式皆以單盆為原則，如此才能根據日照移動位置，找出植物受光的最佳居所，而且也較方便觀察盆內的土壤根系，以便及時遏止病蟲害。

室內的綠意也從一開始就在吳書原的規畫之內，「當初找房子時很重視前後景觀，希望盡可能融入山跟溪，像我家後面是陽明山，前面是外雙溪，加上室內幾盆綠色植物，有種綠意流動通透的一致感受。」在空間有限的室內，吳書原建議選擇一般常綠灌木，

如孔雀木、龜背竹，一株就能長出二、三十枝葉片，形成繁盛蓊鬱的景色。

植物選擇如此廣泛，但吳書原不想以專家身分建議種植特定植物，他引用素有「野草之神」稱號的荷蘭自然園藝大師 Piet Oudolf 的一席話，「『植物設計沒有絕對的規則及公式，一切都是實驗及探索』，我自己認為所有植物設計的知識都是從把植物種死之後才開始。」如果受某種植物吸引，那就不要害怕去接觸照顧，把握陽光、空氣、水等三大植物生存守則，而這其中最重要的是日照。「生死交替本來就是植物的常態，如果種死了那就做研究啊，翻書、查資料，總能找到解答，從錯誤中學習。」

展望花園中的城市

放眼台北，融合植物於生活已成為一門顯學，其中各類選物店、咖啡店的植栽叢林氛

圍最為明顯，牆上、角落、窗台都以大量盆栽、蕨類來做點綴，吳書原笑說，現在連房地產廣告詞都改成「住在一片森林裡」了。吳書原指出，台灣的植物物種高達上萬種，原生種與外來種各占半數，相當適合用植物建立城市形象，「其實台灣是冰河時期後，世界上最重要的物種資料庫，因為地形多樣而有繁複的氣候，涵蓋溫帶到熱帶，是培育植物最好的方舟，被《華盛頓公約》列為二級保育物種的筆筒樹，在台灣卻四處可見，且台灣的蕨類高達 700 多種，也是世界最多。」

台北有成為世界一級綠色城市的絕佳潛力，吳書原舉了一個有力的例子，「仁愛路的林蔭大道路寬達 90 公尺，而法國巴黎著名的香榭麗舍大道也不過 70 公尺寬。」因此他期望，或許能透過擴張仁愛路的植栽面積，讓城市景觀的綠地面積更加開闊，打造「花園中的城市」。

在植物造景的選擇上，吳書原認為過去城市景觀的建構，多採用一年生的花卉，雖然開得很奔放，但也很快凋謝，需定期更換，相當耗費地球資源，「反觀野地自然長出的花卉最漂亮，還有鳥、蝴蝶、蜜蜂來採蜜，形成城市裡不斷循環的生態美感。」回到家中的植栽挑選，也是同樣的道理，若希望家中常駐綠意，吳書原建議盡量避免購買花朵正在盛放的植物，開花通常也就意味著植物生命即將到達盡頭，能妝點居家空間的時間相當有限。

「結廬在人境，而無車馬喧。」吳書原用綠色植栽闢一方淨土，從自家陽台實驗起，打造城市裡的桃花源，也進一步期待透過景觀設計的工作落實台北綠色城市的形象。



吳書原期望能擴張仁愛路的林蔭大道，將台北打造成世界級的綠意城市。(攝影／張晉瑞)

創意 × 植物 從大自然汲取想像力

文－賴韋廷

攝影－蔡耀徵、張晉瑞

除了繽紛鮮豔的花卉外，可以從植栽中汲取的創意，比想像中更寬廣。花藝家陳諱如認為，在炎熱潮溼又高樓林立的台北，用蕨類創造公共空間綠意，才是順應天時地利的最佳選擇，靈活運用在地常見且多元的植物物種，能為城市帶來獨樹一格、豐沛的生命力。



陳諱如運用花藝的專長，以蕨類、花卉為空間增添活力。



不一定要以花卉來做裝飾，綠葉植物也是活化空間的好選擇。(攝影／張晉瑞)

常赴陽明山放鬆紓壓

「像我們這樣在台東鄉下長大的小孩，大自然、花花草草本來就是生活的一部分。」陳謨如侃侃而談成長歷程。她創辦的「丹尼爾花藝」與「瞬設計」近年為 BELLAVITA 寶麗廣場與台北 101 購物中心打造許多大型的植栽裝置藝術，藉由豐沛的綠意轉化空間表情，使遊客走在室內也能感受到盎然生機。

由於兒時親近自然的成長經驗太難忘，即便北上投身花藝工作，至今寓居台北十餘年，陳謨如自嘲仍無法「像個都市人」，空閒時必定得奔赴郊外，在山上或海邊信步遊逛。「如果是市區，陽明山最方便，上次去二子坪，這次就到冷水坑，下次可以去竹子湖，整個山區可以散步踏青的路線太多了。」她興致勃勃地分享道。

為了澈底放鬆身心靈，陳謨如從不為踏青休閒訂立計畫，也不刻意前往野外尋求創作靈感，但即便如此，山林花草之美，依然在她心中留下深刻印象。「如果以台北的植物為主題來創作，除了市花杜鵑之外，我會選陽明山的海芋和繡球花，特別是繡球花，太美了。」她津津樂道，海芋盛開時高度約至成人膝蓋，但繡球花卻能生長至成人高度，走進花田，不僅能看到遍地盛開的鮮花，甚至能感覺到自己被鮮花「包覆」，「那種茂盛、很有生命力的美麗，不管看幾遍，我都不會膩。」陳謨如的眼神裡充滿了嚮往。

蕨類比鮮花更適合造景

陳謨如由衷地欣賞植物的生命力之美，遠超過花朵型態之美，她傳遞的花藝美學，也



台北有不少公共空間運用植栽營造出戶外空間般的活力。

反映了這樣的追求。陳謨如團隊曾以溫帶森林為主題，以各式蕨類為台北 101 購物中心的鐘錶珠寶展打造裝置藝術，其中使用了葉片淺綠、修長有垂墜感的窗簾蕨；葉片白綠

相間、形狀不規則的鳳尾蕨；以及葉片深綠、形狀較為硬挺的魚尾蕨等，形塑出森林祕境的氛圍，獲得許多好評。「我不認為非得要用大量的鮮花才能做植栽藝術，尤其台灣是蕨類王國，我們應該要好好發揮天生的優勢。」她肯定道。

曾赴歐洲旅遊的民眾總對當地家家戶戶以鮮花盆栽妝點陽台感到驚豔，陳謨如分析，這除了肇因於歐洲人普遍重視美感，也得益於氣候條件。歐洲緯度較高，氣溫較低，因此較少蟲害，較利於鮮花的生長與維護。「但是歐洲人也羨慕我們有各種蕨類，歐洲太乾燥，蕨類很難存活。」她強調，台灣的風土條件自成一格，擁有超過 700 種蕨類植物，種密度（種數與單位面積比）為世界之冠。蕨類種類繁多，枝條各具姿態，葉片形狀與



時下流行的植物系咖啡廳，讓人身在都市卻有置身大自然的氛圍。（攝影／張晉瑞）

顏色不一，光是綠，就有由深到淺充滿變化的差異。而且不需要強日照，在室內也能順利生長，更是適合作為室內的花藝媒材，因此，台北市近年出現不少以植栽造景為號召的「植物系咖啡廳」，使用蕨類來創造空間中的野性之美，讓客人即便置身於水泥叢林，也能感受到自然的綠意。

城市裡的盎然綠意

台北 101 地下美食街的植生牆，是目前令陳譙如印象深刻、堪稱為公共空間運用蕨類的佳例。一般植生牆看上去不外乎是一格一格地栽種植物，但那裡的植生牆在視覺上，卻是植物一叢一叢地蔓生，彷彿是懸吊在牆上的熱帶叢林，「乍看之下是不規則排列，其實是用腎蕨、銀脈鳳尾蕨、蘭花、龜背竹

等多種耐陰植物，堆疊出層次感，而且維護得極好，看起來非常鮮活。」不只是公共空間，若想在個人生活中營造綠意，她的首選也是蕨類。

於是，不論居家或是公共空間，陳譙如認為生命力強、容易照顧的蕨類或黃金葛，更能激起環境鮮活的感覺。她提到，流行已久的多肉植物也曾是許多空間布置最愛運用的植栽，但它不耐悶溼陰暗，「連我都養『扁』過一株原本圓胖可愛的多肉植物。」

要說植物到底能為人們帶來什麼？陳譙如望著手中正在整理的花材提到，「看它們生機盎然的模樣，不僅能柔軟自己的心，也能感受到輕鬆減壓。」因此，讓生命力強盛的植栽進入空間，正巧能給予都市人喘息的機會，「而且只要心情夠放鬆，就會有好靈感誕生。」她笑著說。



位在台北 101 地下美食街的植生牆，就是運用蕨類活化空間的理想範本。

科學 × 植物

細細拆解自然的奧妙

文—張雅琳
攝影—張晉瑞

平時從園藝的角度看待植物，考量的多半是外型漂不漂亮、好不好種，這一次，從台灣大學生態學與演化生物學研究所所長胡哲明的科學家視野出發，發現更多更深入的細節，在精細的科學繪圖技巧下，看見自然生態最真實的模樣。



從科學視角出發，能以更微觀、細緻的方式感知植物的細節。



左：胡哲明運用科學繪圖記錄自然物種的細節，並從中培養自己的觀察力。右：相對拍照，科學繪圖所耗費的時間更長，卻也能讓現代人慢下心來觀察周遭的步調。

科學繪圖延長對植物的細節觀察

置身國立臺灣博物館—南門館的戶外園區，胡哲明立刻相中眼前一排山黃梔，滔滔不絕地說起梔子花的有趣之處。開滿一樹的花朵，有的潔白似雪，也有的金黃如錦緞，湊近一聞，更有陣陣醉人清香，他說民眾的觀看程度，大都僅止於此，但如果多看一眼雌蕊上的花粉，還能進一步學習到梔子花的花粉在花苞階段時就已沾黏在雌蕊表面上，是有別於一般植物的特點。「所以我透過學校、策展推廣『科學繪圖』，最主要是希望大家更仔細地觀察植物。」他笑道，「看久了通常會發現問題，從問題再回頭找資料，慢慢增加對植物的了解。」

胡哲明有感而發地說，數位相機和智慧型手機的普及，讓拍照變成一個隨時可發生的

動作，「看見一朵美麗的花，頂多花五秒時間拍張照片就走了，往後也未必會再打開檔案來看。」而所謂「科學繪圖」，必須客觀且清楚地將物件特徵呈現出來，以植物來說，除了全株樣貌，也要畫出花瓣、果實等局部構造。「如果透過畫圖的方式來記錄，落筆的同時，你會去思考葉子的形狀大概是怎樣、旁邊的葉脈到底有幾根。」相對於拍照來說，繪圖要花半小時、甚至更久的時間來研究細節，正可以找回速食文化下，現代人極為缺乏的「觀察力」。

追尋植物的歷史脈絡

認識植物的第一步，必也「正名」，胡哲明提到首要就是認識植物名稱的正確性。有經過一定規畫整理的大型公園或植物園，如



科學繪圖至今依舊是科學研究的重要工具之一，能夠幫助研究人員深入理解物種。

二二八和平公園、大安森林公園和台北植物園，不僅物種豐富，解說牌大都會持續更新，很適合作為拉近市民和植物距離的學習場域。

此外，即便科學繪圖是以自然探索為出發點的踏查，也可以從時代的縱深去細細探究，富含人文思維。「有些植物為什麼當年會種在那裡，也有些歷史脈絡可以追溯。」他興致勃勃地說，比如攤開台北植物園自1921年成立的百年光譜來看，這裡之所以有許多非台灣原生的大王椰子、亞歷山大椰子等棕櫚科植物，正是因為植物園當年肩負著外來品種的試驗、培育等目的。又或是台大校園內的部分植物品種，也有一些是過去為了做本土植物研究而栽種。

溫州公園旁每年4、5月之際都有一棵開滿花的樹，原是三十多年前台電員工為祈求電力建設順利，誤把加羅林魚木當成菩提樹種

下，如今年年吸引許多人慕名而來，散步城南。走進溫羅汀街區，除了探訪名人故居，附近的錦安里民宅在日本時期曾是山林課員工宿舍，日籍技師將平地難得一見的台灣油杉從坪林山上移植於此，成為現今的「油杉社區」命名由來。

春天的台北滿城飛花，在品種繁多的杜鵑花裡頭，最常見的是由兩個日本品種雜交栽培的平戶杜鵑，但胡哲明更希望大家多去看看珍稀的烏來杜鵑，「它是台灣特有種，原本生長於北勢溪畔，翡翠水庫竣工後淹沒其生育地，而在野外滅絕。」而多生長於水岸邊坡的風箱樹，是台灣原生植物，野外數量瀕危，只見於北部及東北部，也是台北盆地的特色物種之一。上述兩者經過復育，如今在台北植物園和台大校園，都能欣賞到它們細緻優雅的花姿。

一筆一畫拉近與植物的距離

過去，胡哲明曾舉辦多場關於科學繪圖的工作坊，吸引來自不同領域、對植物繪圖有興趣的人。他策畫的「繪自然——博物畫裡的臺灣」特展，在南門館展至 5 月 30 日，展出國內外上百件珍貴的動植物圖鑑手稿，胡哲明強調，即便到近代，科學繪圖仍是科學紀錄非常重要的工具，將植物長時間的發展濃縮在一張圖裡，能提供科學家許多精細的研究細節。展場中也以 1852 年發表的台灣第一幅科學繪圖「薤草」為引，畫說台灣植物繪圖的沿革。

展覽最後一區展出近代繪圖家作品，暗藏胡哲明別具用心想傳遞的訊息，「我不希望大家想到科學繪圖，就只是一個從文藝復興流傳迄今的古老知識，聽起來就是『博物館裡面的事情』。科學繪圖是一個現在進行式，不管是研究者也好，大眾也好，都可以去接觸。」

除此之外，提及如何持續推廣大眾對植物的興趣，他認為辦理結合知識性的活動也是一種方式，「假設今天舉辦以植物為主題的海報比賽，連帶要求內容要解說你畫的物件，那你就不仅是畫畫，也會去了解這個植物的生態特性，因此完成作品的同時，你對它會有一定的認識。」

隨身攜帶著畫本和繪圖工具的胡哲明，笑說自己習慣「看到有趣的植物隨時畫下來」，他形容畫植物的好處是不用擔心它像昆蟲或鳥類容易被嚇跑，只要有支放大鏡，就可以獲取想要的畫面。當然科學繪圖還是有一定的準則和堅持，所有的細節必須一絲不苟、要具備真實性和正確性，但他也強調畫畫是種調劑，「不太會畫也沒關係，以研究者觀察生物的角度來說，能不能記錄比較重要，美感倒是其次。」現在，就從窗台上的植物開始練習吧！



胡哲明策畫的「繪自然——博物畫裡的臺灣」特展提供民眾認識科學繪圖的機會。



家常菜統一大江南北

文·圖一魚夫

從前舍弟和我合開了家「魚夫家飯」，走的是偏江浙菜路線的家常菜，諸如蒜燒豆腐黃魚、豆干炒肉絲、砂鍋獅子頭、圓籠排骨等等，現在台北麗水街有家「六品小館」和我們家有姻親關係，這家餐廳當時幾位創辦人都是眷村出身，因此所謂的家常菜，現在逐漸有個專用的名詞，呼之為「眷村菜」，融合了大江南北各省的菜色，這只有台灣才有，到了對岸中國，那就各省涇渭分明，不像咱們如此這般大雜燴。

眷村裡各方人馬來自大江南北，眷村媽媽把在家鄉習得的手藝拿出來燒給家人享用或送街坊鄰居切磋一番，便融合成了華人世界裡絕無僅有的眷村菜，台灣曾經票選出十道人氣菜色來，分別是：合菜戴帽（北京）、打滷麵（京津冀一帶）、醃篤鮮（上海）、回鍋肉（四川）、老皮嫩肉（四川）、雪菜百頁毛豆（江浙）、砂鍋魚頭（江南淡水湖周遭）、韭菜盒子（山東）、麵疙瘩（山西、河北）、菜飯（上海）。

仔細看這些菜色背後，其實都有著戰爭的歷史背景。川菜是最被廣泛接受的，主要和對日抗戰期間，中華民國政府曾撤退到四川有關，這段時間從1937年11月至1946年5月，將近9年，各省來到四川避難者眾，連不喜歡吃川菜的都得學著愛吃了，緊接著1949年又「轉進」來台，川菜在來台外省人中的接受度不減，同時又增添了本省人的消費族群，只不過兩相影響的結果，川菜早就不麻不辣，被馴化成台式川菜了。

從1945年日本戰敗離開台灣起，外省人陸續來台，粗略估計，至1949年大撤退後共約121萬人，且由於蔣介石的省籍背景，所以江、浙人是大宗，江浙菜自然也風行起來，而眷村菜裡的江浙味自然也是少不了的。

香港影星周潤發曾因電影《無雙》來台，台北的「海真私房菜」（眷村菜）是他指定要去品嘗的餐廳。當天的菜單計有五福臨門、炒五絲、海真油雞、蒜香辣腸、百花牛筋、佛跳牆、嗆鍋蛋、酸菜白肉鍋、干煎魷魷魚與吃不到臭豆腐等，大抵把店裡的招牌都點到了，從中國菜到台灣料理，好像在飯桌上完成了統一中國的「大業」。

在我們家，練手路做好菜、當個食食通，說來也是有傳統的。先祖林坤係遷台第六代，在屏東大鵬灣養鴨致富，祖厝在田家厝，家族規模驚人，當時林家從臺南請來一位總鋪師和拳頭師，總鋪師教女人做菜，拳頭師當然就是教男人功夫，保衛家園了。

祖父不但因此學會了拳腳功夫，而且還把易牙之道給學會了，後來搬出祖厝，戰後家道中落，祖父乃在市場前方的住宅旁擺攤賣起鹹粥和香腸熟肉等，母親大人是剛嫁過來的媳婦，也很認命地幫忙烹調，生意沖沖滾，



魚夫母親的鹹粥和小菜。

當然，這期間吾母也多少學會了一些祖父的功夫。

母親之外，父親和舍弟都能燒得一手好菜，逢年過節辦桌更是家常便飯，經常列鼎而食，但若論輕便的家常菜，最想一提的是師承祖父的母親鹹粥，因為是煮給家人吃，乃不惜成本，下料特別豐富，用自炒的蔥頭酥和蝦米爆香，有時更加進香菇、芹菜珠，再者花枝切片、剝皮蝦仁、竹筍、魚丸，少了其中一樣，絕不出手，每回母親大人說要煮鹹粥，全家大大小小莫不歡聲雷動，一鍋鹹粥出爐，三兩下一掃而空。

鹹粥之外，母親大人還會切來三兩份小菜，黑豬肉三層是必備，油漬漬的，望之垂涎三尺，蘸蒜蓉醬油吃下，大呼此物只應天上有，人間難得幾回見，偶爾還有家鄉林邊來的黑珍珠蓮霧當飯後水果，此情此景，真是幸福得難以言喻啊！



惜食減廢 看見食物的第二人生

文－謝宛庭
攝影－陳晉生

聯 合國環境署（UN Environment Programme, UNEP）所發布的最新「糧食浪費指數報告」（UNEP Food Waste Index Report 2021）指出，全球每年浪費近十億噸食物，其中有高達三分之一的食物在採收以後，因為外觀受損、昆蟲與動物叮咬痕跡以及生長畸形等原因，而面臨淘汰的命運，與超過 8 億 2,000 萬長期處於飢餓狀態的人口形成強烈反差，食物浪費是現今亟需正視的議題。



即期品和醜蔬果與一般食材其實並無不同，也能化身美味料理。



「書屋花甲」店長方億傑認為，食物浪費問題需要大眾的關切。

續食文化的開展

台灣因地理、氣候條件優渥，農產品富饒、價格優惠，造成人人什麼都想吃、卻不懂得惜食的心態。「有鑑於此，續食餐廳『書屋花甲』和家樂福文教基金會合作，由家樂福捐贈即期品，再讓書屋花甲將這些食材製成料理，最後化身客人眼前的美味餐點。」書屋花甲店長方億傑期許，書屋花甲不只是一間咖啡廳，而是成為建立續食文化觀念的示範點，從生產、製作到消費各個階段，以行動實踐減少食物浪費。

不難發現，台北有越來越多店家開始投入剩食和醜蔬果的再運用，像是「大樹下健康

餐飲」、「呷米蔬食」，方億傑指出，「但現行《食品安全衛生管理法》對於加工食品的風險限制，大幅降低續食餐廳的發揮空間，因此期盼未來能夠按照實際情況修訂法規，完善剩食、醜蔬果和餐廳的媒合服務，讓環境教育從日常飲食開始落實。」

從分配共享到加值重生

改善食物浪費的第一步是「分配共享」，而斟酌用量和食量是關鍵。對於一般家庭而言，在採購食材時容易因量販店的高折扣和大分量所吸引，但卻衍生吃不完或吃膩的狀況，尤其生鮮食材存放不易，不建議長期置

放，可以先分享給親朋好友認購，或是依照食量適量採購；而近來吹起的預約制風潮，對於減少食物浪費無疑是正向的影響，店家能夠按照客人的預訂數量採購食材用量，不僅可以有效控管開銷，還能免除備料剩餘。方億傑提及，「也可以根據食物的特性，採用不同的保存方式，延長食物的品味期限。麵包真空密封後冷凍，可以延長保鮮一個月；水果則是透過乾燥或糖漬，再製成果乾或果醬便能封存風味。除此之外，也能將狀態尚可的剩食轉交『南機場幸福食物銀行』或『食享冰箱』這類食物共享的平台，讓物資經過重整以後，提供給有需要的人。」

第二步則是「加值重生」，透過再加工，再創造食物的價值。書屋花甲收取的捐贈食材，部分會用於「南機場樂活園地」的長者共餐服務，讓食的善意在鄰里間擴散，部分則會成為店內的當週限定菜色。方億傑分享，「每日受贈的食材不一定，菜單必須因應食材變換，有一次收到大批的番茄和高麗菜，我們將豆腐包入高麗菜中捲起，再淋上以番茄製成的醬汁，發揮了相當的創意研發能力。」如同實驗性廚房的概念，剩食料理充滿挑戰和樂趣，於此同時，還能夠將節省的成本轉變為直接且實質的回饋，讓客人以相同的價位享受更豐富、多變的菜色，用實際行動一起走在惜食的路上。

新意十足的午茶小點

延續續食的精神，方億傑特地挑選兩道午茶餐點，讓即使零下廚經驗的人都能輕鬆上手，「過年過節從不會缺席的臘肉、香腸、焢肉等肉類，不是一連數日出現在餐桌上



一個小巧思，就能賦予剩食嶄新的生命。

『銷庫存』，就是長期冰封在冰箱的『長年菜』，而容易因為運送碰撞或貯存不便，造成外表乾癟、破損等瑕疵的蔬果，雖然品質無虞，卻不討喜。第一道『續食鹹派』便是將剩餘肉類、醃蔬果重新和吐司邊組合，用一樣的食材玩出不一樣的滋味。」

第二道「麵包布丁」則是英國經典的家常甜點，「酥脆的表皮、軟綿的內餡，一入口就能品嚐到類似蛋塔的口感。我們將普遍常見且有效期限短的麵包作為基底，顛覆麵包只能塗抹果醬或夾入餡料的想像，還能依每個人的愛好加入各式材料，簡單的製程適合大小朋友一起動手做。」

剩食手作食譜

◻ 續食鹹派（2人份）

吐司邊、剩餘肉類、醃蔬果、起司絲、紅蘿蔔絲適量、鹹派蛋液（雞蛋 2 顆、鮮奶油 100 毫升、牛奶 50 毫升、胡椒粉少許）。

✂ 步驟：

1. 將剩餘肉類與醃蔬果切丁炒熟備妥。
2. 以奶油塗抹烤盅內部，防止沾黏造成成品脫模不易。
3. 將吐司邊沿著烤盅鋪入，作為鹹派的塔皮。
4. 將炒熟的肉類與蔬果倒入烤盅。
5. 將鹹派蛋液混合均勻後倒入烤盅，靜置 5 分鐘讓吐司邊吸收蛋液，再鋪上起司絲與紅蘿蔔絲。
6. 放入烤箱，設定上下火攝氏 180 度，烘烤 30 分鐘。
7. 出爐以後，將成品與烤盅脫模，即可享用。

📦 小技巧：

1. 鮮奶油可以牛奶替代。
2. 可將青醬、紅醬等與蛋液混合變換口味。



◻ 麵包布丁（2人份）

麵包適量、布丁液（雞蛋 1 顆、鮮奶油 50 毫升、牛奶 100 毫升、砂糖 15 克、香草精 1/4 匙）、冰淇淋 1 球。



✂ 步驟：

1. 將麵包撕成片狀鋪入烤盅。
2. 將布丁液混合均勻後倒入烤盅。
3. 放入烤箱，設定上下火攝氏 180 度，烘烤 30 分鐘。
4. 出爐以後，再依個人喜好放上冰淇淋，即可享用。

📦 小技巧：

1. 鮮奶油可以牛奶替代。
2. 可依個人喜好撒上果乾、堅果或碎巧克力等裝飾。



一字一句轉譯城市之美 ——廟宇外語導覽員

文－陳怡如

攝影－李盈靜

圖－台北市觀光傳播局

大稻埕曾是全台北最豐饒繁榮之地，也是近代台灣與世界接軌的樞紐，位在其中的台北霞海城隍廟早在淡水正式開港通

商之前，就已安身此處，百餘年來見證大稻埕的興隆蛻變，保佑商賈繁榮、百姓安康，至今仍是大同區重要的信仰中心。在百年廟



吳孟寰認為，向外國人傳遞台灣文化，是身為廟宇導覽員最重要的任務。



左：吳孟寰擔起轉譯在地信仰文化的責任，廟裡所有神祇、大小陳設他都能詳盡地解說。右：吳孟寰對大稻埕一帶也相當熟悉，城隍廟還出版了周邊景點的導覽地圖。

字前，一名男子說著流利英文，向來訪的外國旅人介紹城隍信仰。他是霞海城隍廟的文宣組組長與外語導覽員吳孟寰。

自 導覽的初心 向外國人推廣台灣之美

吳孟寰與廟方的因緣說來奇妙。18年前，他還是位去YMCA學英文的21歲學生，在那裡認識也去學英文的第六代台北霞海城隍廟管理人陳文文，她的先祖正是第一代迎請城隍爺到台灣的人。期間正巧遇上大稻埕每年最熱鬧的年貨大街，因到訪城隍廟的遊客眾多，廟方急缺人手，便應陳文文之邀前去打工，吳孟寰笑說，「依稀還記得，那時光是倒平安茶，兩個禮拜就倒了22萬杯。」

退伍後，吳孟寰曾走過台灣不少地方，發現自己對台灣文化深深著迷，「有太多是課

本沒有教的東西，應該要讓更多年輕人及外國旅客知道，了解我們的生活環境到底有什麼文化。」最後他決定從廟宇出發，用不同方式推廣台灣的在地文化。

身為文宣組組長，吳孟寰負責所有推廣廟宇、甚至大稻埕的工作，自2008年任職以來，他一路看著大稻埕街區復興、老屋活化，各國旅人穿街走巷，還被米其林指南列為三星景點，光是霞海城隍廟每年就有近5萬名外國遊客造訪，涵蓋日本、香港、東南亞和歐美等國，而大稻埕正是一個最好的導覽舞台，時間橫跨清朝、日本時代和現代，空間連結東、西方，不管是產業、文化或建築，都能在此看到各種發展的痕跡，「大稻埕就是這麼難得，非常多元、融合，等於是一個小台灣。」因此從吳孟寰到廟裡任職以後，便開始有了外語導覽的服務。

城隍廟的外語導覽並非固定舉行，而是採



左：廟門關閉之後依舊能參拜的金色城隍爺，被吳孟寰幽默詮釋為如同 24 小時的便利商店。右：2017 臺北世大運期間，荷蘭水球隊選手前往台北霞海城隍廟體驗參拜流程。（圖／台北市觀光傳播局）

事先預約安排，每次導覽時間不一，依據參訪者需求，可以短至 10 分鐘，也可以長達半小時，但其實更多的導覽機會，來自吳孟寰的「隨機搭訕」，只要在廟裡看到外國人，他就會主動上前，「我是非典型學英文的人，文法可能不是這麼正確，但卻很敢講。」他笑著說。

自 導覽的特色 讓外國人秒懂台灣文化

對他來說，開口講英文不難，最大的挑戰是如何把大稻埕悠久的歷史和深厚的信仰文化，傳遞給不同文化背景的旅人明白，「我會用一個比較淺顯易懂的方式，讓他們可以直接進入這個空間裡。」

比如說起大稻埕，過去這裡是「the place of rice drying」；而城隍爺的角色和意義，吳孟寰則是運用城市守護神「City God」以及

祂另一個身分法官審判者「Judge」來詮釋。至於神桌上的配屬眾神，可看作是辦公室的幕僚，一旁站立的大尊神像，如七爺、八爺，則負責外務。

除了基本介紹，吳孟寰還會發想一些有趣的比喻。像是廟外有尊金色的城隍爺，當廟門關閉時，信徒仍可參拜，就像「便利商店」，24 小時都在；介紹廟裡供奉的義賊廖添丁時，便直接比擬他是台灣版的「羅賓漢」（Robin Hood）。談起名聲遠播的月老時，則以「Matchmaking God」來形容，順便指著桌上的「engagement cookies」說，每年有高達 6,000 對新人，會帶著他們的喜餅前來答謝，「用現代的語彙，把台灣信仰文化變得生活化，外國人聽了就會覺得津津有味。」

雖然全程以英文導覽，但吳孟寰一定會讓外國人體驗一件事，那就是在拜拜時，請他們嘗試用中文念三句口訣：「城隍爺做主，月下老人幫忙，眾神明保佑。」一時間各國

口音此起彼落，或許說得不夠標準，但對外國人來說，絕對是難以忘懷的新鮮體驗。

自導覽的本質 不只翻譯更是轉譯

每天面對形形色色的外國旅人，吳孟寰也有許多有趣回憶。曾有人比照歐美的小費文化，在導覽結束時塞小費給他，吳孟寰連忙拒絕，請對方捐到功德箱裡，並說明捐錢的用意是為了積累福報。還有一次快關廟門時，突然來了十多位荷蘭人，眾人遞上一張紙，上面只寫著大大的三個中文字「拜月老」，吳孟寰立刻明白對方來意。

他也曾在 2017 臺北世大運時，接待當時

引起話題的荷蘭水球隊選手。廟裡工作人員紛紛綁上去永樂布市買來、代表荷蘭水球隊的橘色布條，還特別輸出白底橘字的歡迎海報，讓選手們印象深刻。吳孟寰也曾帶月老去日本交流，巡迴了好幾個城市，抵達靜岡時，還有人特別從東京開了兩小時的車前來還願。

對吳孟寰來說，外語導覽員的工作使命不只是「翻譯」，更是「轉譯」，亦即用淺顯易懂的方式，向外國人講述在地歷史和信仰文化，「更進一步說，如何把真正的台北呈現在外國友人面前，是導覽員的重要任務。」他將一直不斷地說下去，讓更多旅人都能感受台北的城市之美。



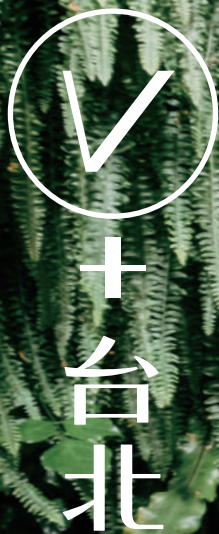
姓名：吳孟寰

職業：台北霞海城隍廟文宣組組長、外語導覽員

特質：熱愛台灣文化、樂於分享、勇於跟外國人攀談。

工作任務：澈底了解台北霞海城隍廟與大稻埕的歷史，並內化成自己的知識，再轉譯成其他語言，讓到訪的外國人輕鬆了解台灣文化。

核心理念：向國外旅客點出台北霞海城隍廟不只是旅遊景點，還是蘊藏著台北、甚至是台灣重要歷史的舞台。



聊台北 Talk About Taipei

聆聽真實的台北
深度旅行成為地方創生的開始

共好台北 Better Taipei

激發工藝美學生命力

拍台北 Capture Taipei

你是否也常仰望台北的天空？

畫台北 Draw Taipei

漫步綠蔭中的青田街



攝影—蔡耀徵

聆聽真實的台北 —— 創意總監方序中 × 聲景採集者蕭芸安

文－林佳蕙 · 攝影－顏涵正 · 圖－尖斜映畫、蕭芸安



在這個充斥萬千訊息的世界裡，你想聽見什麼聲音？聆聽的時刻，又觸發了你何種情緒與心思？過去這些年，大家逐漸對於台北的聲音有了越來越明晰的認識，透過對聲音創作有熱情的「究方社」創意總監方序中和聲景採集者蕭芸安的對談，大家對於所處環境中的聲音有了更多想像與期許。

聲音是回憶的觸媒

「個人走在路上，可以選擇不看某個方向，但聲音卻會在無法預期的狀況下來到，除非摀住耳朵，否則聲音是很難被抵抗的，這是件很特別的事。」以視覺設計起家的方序中，對於聲響的世界一直保持著高度的興趣。直至近年老家的眷村面臨拆遷，對流失的事物心有所感的他，特別策畫「查無此人——小花計畫展」，提醒大家勿忘「心裡不想失去的那件事情」。

為了讓更多平日不進展場的民眾產生興趣，這場展覽邀集了許多歌手參與，以視覺藝術結合流行音樂展出，引起觀眾熱烈的回響，也讓方序中對聆聽經驗產生更多的想法。他認為，無論是什麼樣的聲音，它不僅與記憶相連，更能創造環境氛圍與回憶，他說：「我認為聲音是很珍貴的陪伴，在這個宇宙裡，話一經說出就消逝了，不像影像可以重複拍攝，聲音很值得被善待和保存。」

基隆出生的蕭芸安，大學畢業之後便致力於音樂創作，在一趟蒐集創作靈感的旅途

中，因同行友人的建議而開始錄下周遭的聲音，作為專輯混音的素材。她發現當城市的聲音和音樂結合時，能創造出某種旅途的氛圍，可以帶領聽眾有如身歷其境般地感受她所經歷過的旅行。於是她開始嘗試將環境音融入音樂作品中，才知道有人專門記錄並研究環境中的聲音，並從而知曉「聲音地景」的概念。

在一趟趟採集聲音的旅行中，她發覺自己其實都在聲音裡追尋著接近出生地的海港記憶，她說：「只要在港邊或坐船，都讓我感到特別安心，無論是輪船的汽笛或貨櫃的裝卸聲。」她這才意識到聽覺不只是聲波的接受，而是與回憶及情感有更緊密的連結。



上：「查無此人——小花計畫展」展出的多媒體裝置作品〈台灣是好所在〉，懷舊畫面結合喃喃自語的聲境，引發觀者的念想。(圖／尖蚪映畫) 下：各式卡式錄音帶，承載著一代人的聆聽回憶。



左：方序中，設計工作室「究方社」創意總監。作品主要領域包括唱片包裝、書籍裝幀等，近期於大稻埕開設以聲音採集為主的實驗店面。

右：蕭芸安，創作領域涵蓋詞曲創作、劇場音樂設計、影像配樂及聲音藝術等跨界項目，近年致力於各地聲景的採集與推廣工作。

專屬台北的故事與聲響

方序中認為聲音如同一種線索，可以觸發聽者的想像力，「有參與才會有所感動，而聲音也有這樣的魔力，只需要一點點內容，聽者就能加入自己的想像，更容易進入講者想詮釋的畫面，聲音因此是很浪漫的。」經常參與策展的他特別珍視作品與觀眾之間產生的火花，有感於每回展覽為時短暫，因此，他和友人們一起在大稻埕開設以聲音收集為主的實驗店面「SIDOLI RADIO 小島裡」，開始錄製這座台北城裡的故事。

無論是大稻埕周邊各種從業者講述自身故事的声音，或是文化工作者對於城市生活的感想，都透過錄製保留在卡式錄音帶中，來此的訪客可以點杯飲料，運用現場提供的播放器聆聽他人故事，方序中說：「我們無法教別人怎麼生活，但故事可以引發一個人的思考，進行自我反思。」

對此深表認同的蕭芸安認為，聲音像個引子，透過靜心聆聽四周，可以發現原來周遭有這麼多平日被忽略的事物，「我希望可以

把這樣的方法帶給更多不同的人，讓更多人可以透過聲音，發現生活中的美好細節。」行走多個國家與城市，她最喜歡從當地的市場開始採集聲音，市場的群眾與散發的活力，都讓她深受吸引。她分析，雖然各地市場的氛圍接近，但從方言、叫賣方式、室內或室外聲音發散和回音的方式，都可感受到每個地點的差異。

為了更了解台北市，家住士林區的她也曾刻意不返家，利用五週的時間居住在其他行政區，進行聲音的採集，「台北的聲音很像整個台灣聲音的縮影，有很國際性、很全球性的一面，同時也有很在地感、很接地氣的那一面，有飛機起降的聲響，台北捷運專屬的到站多語言廣播和提示旋律，亦不乏在地小販的叫賣聲，多元、包容、豐富，就像台灣這座小島。」

只要用心就聽得見

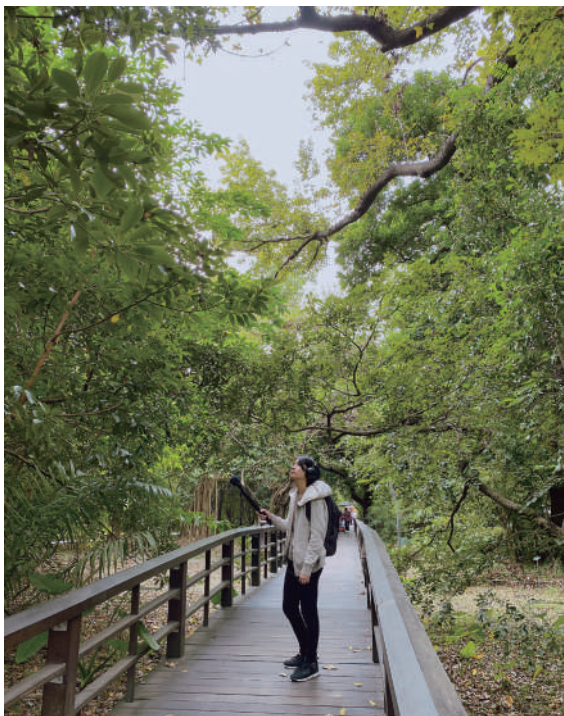
關於聆聽，方序中認為可以透過有意識的練習，讓自己對環境的聲音更具覺知力，「不

知道大家有沒有這樣的經驗，有時過馬路時不覺得很吵，但仔細聽就會覺得汽車的聲響其實很大。我們對所處環境中的聲音常過於理所當然，而對一切概括接受。」他發覺環境裡還有很多細小的聲音，只要努力去聽，微小如鐘錶齒輪的轉動聲、樹葉在風中彼此摩擦的聲音，也會變得很清晰。他建議大家可以從現在開始練習，多一點觀察跟選擇，就可能從中找到自己想聆聽的聲音，對生活產生不一樣的認知。

蕭芸安也不諱言城市中有許多不悅耳的聲音，可先從聆聽與觀察著手，有所覺察之後，知其優劣，也才能有共同討論並改善的空間，她強調：「除了透過專注的聆聽分辨

噪音來源、要求公權力介入改善，與我們文化、傳統及記憶相連的聲音，也可以被記錄下來，像萬華有爆米香的聲音，或是麻糬車齒輪運轉的聲音，這些聲音未來都可能會消失。而新住民的聲音也值得被我們聽見，他們其實也在默默融入我們的生活圈，但很少人聽見他們的聲音。」

兩人認為聲音其實是文化表現的一種面向，透過有意識的保留與創造，代表台北記憶的聲音可以更加豐富，而每一個人只要用心聆聽，都能在看似無奇的日常中，找到令自己感動的記憶之聲。



左：蕭芸安行走各處收集台北的聲音。右：台北城中的植物園有著蟲鳴鳥叫等豐富的自然界聲響。（左、右圖／蕭芸安）

旅遊

深度旅行成為地方創生的開始

圖—游智維



文—游智維

風尚旅行、蚯蚓文化總經理，近年積極與國內外商業品牌、地方縣市政府合作，整合跨領域資源共同推動城市行銷。2021年與設計師方序中合作以聲音記錄故事為主的「SIDOLI RADIO 小島裡」，以創新的「聲音採集」模式帶動地方觀光。

每座城市中總有些被低估忽略的地方，就像是巨大榕樹腳邊不被陽光照到的蔓延氣根，山路古道旁腳步不常踏經的美麗羊腸小徑。它們詳實記錄著這個地方的文史脈絡軌跡，不僅能鋪陳串聯成一個個完整的故事，讓旅行者停留更長時間，也能成為體驗生活的目的地。

探索看不見的文化路徑

我總是習慣把台灣最具優勢的文化多樣性，比喻成復興南路上的清粥小菜。餐桌上總是擺滿了琳琅滿目的各式菜餚，無論是傳承經典的古早口感，或者創新流行的美妙滋味，煎煮油炸、鹹甜苦辣、醃漬醬滷、現炒時蔬，應有盡有。文化的豐富多元，正是台灣或台北觀光最應該去突顯的重點，然而，要能端出動人的菜色來，就必須先挖掘自身的文化深度，因為越是尊重在地傳統文化，越能創造與眾不同的旅行體驗。

好比開發歷史久遠的大同區，就是值得深度了解台北「故事」與實踐台北「文化旅行」的地點。翻開荷蘭人於1654年所繪製的《淡水與其附近村社暨雞籠島略圖》古地圖，便記載此處是凱達格蘭族圭武卒社（Kimotsi）的所在地，直到首批閩南泉州人來此從事農事活動，開闢灌溉水圳、開拓大加蚋堡，後來又籌建了當地宗教信仰中心大龍峒保安宮，這些歷史事件不僅成就大稻埕與大龍峒兩大區域的開發、形塑大同區多元文化的樣貌，甚至催生了人文發展的啟蒙。

如同第一家咖啡店「維特咖啡廳」，當年曾是藝術與文化圈交流互動、策畫展覽的聚集地，後來先後成為「萬里紅公共食堂」、「All Beauty 黑美人大酒家」，促成台灣文化沙龍運動和其重要性，隨著時代變遷，如今化身為「森高砂咖啡」，持續以文創產業講述台灣在地故事。可見，故事只要說得動人，人們總會不自覺地聽下去，更能成為在地觀光最佳的養分。



地方創生不只是單次旅行的提案，「SIDOLI RADIO 小島裡」透過聲音記錄為探索地方特色開啟新的可能。

聲音作為記錄故事的載具

在後疫情時代，人們因重視安全社交距離，逐漸傾向深度文化自由行。而新一代的年輕旅行者，也藉由擅長數位工具與網際網路的特質，不斷地在旅行中創造生命的獨特經驗與價值。因此我思考著，能否將這些在時空中無法相遇的故事，透過聲音紀錄與創作，連結現在與過去，讓文化自己說話，藉由聆聽聲音穿越時空，讓旅人與看不見的歷史相遇，創造新的旅遊方式。

不論是在台北霞海城隍廟前「聽見」暗訪夜巡的繞境儀式，體驗信仰文化；在重現《桃花泣血記》電影放送車的廣告播放聲中，認識昔日大稻埕「第一劇場」的風光；或是透過採訪錄音，邀請美食作家細數慈聖宮前一攤攤的精彩料理，用聽覺感受在地美食的迷人滋味。這些因地方而生的「聲音」，都是一則則動人「故事」，促使我們打造了「SIDOLI RADIO 小島裡」的嶄新平台，以大稻埕老屋改造的複合式展示場域，傳遞聲

音如何記載台灣的記憶，也讓地方創生有了新的可能，亦可結合旅遊展現城市的豐富基底與價值。

從土地裡長出的發展永續

《禮記》中的「有土斯有財」常被誤解為買賣房地產衍生的財富與價值，其實原意是提醒必須重視德行，才能擁有財富。觀光旅行產業創造的價值，都是來自於旅行者對歷史文化的學習和自然環境的感動，而觀光推動者更應該扮演這片大地的守護者，讓地方創生不只能創造新興旅遊市場價值，更是創造生命與生活的永續發展模式。

如同將種子播撒於翻掘後鬆軟的泥土，需要透過時間慢慢地等待與耕耘，但只要守護土地原來的樣子，就能維護萬物生命的存在。台北身為首善之都，大量的人口與資源集中此地，若能重新看待隱身於硬體建設下的原生環境與文化記憶，便會是地方創生最佳的示範區域。

激發工藝美學生命力

文—翁珮恒 · 攝影—蔡耀徵 · 圖—國立台灣工藝研究發展中心、盧瑞芷



攝影—蔡耀徵

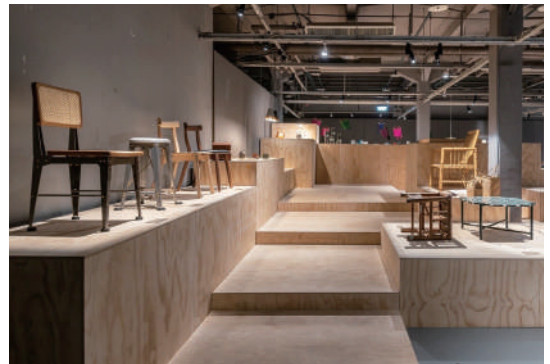
「工藝」蘊含豐沛的藝術性，糅合了材料、生產設備、技術、設計等環節，讓工藝品在質地間深藏每一位工藝師的文化底蘊及人格特性。台灣具有獨特的歷史文化，東西方工藝技術匯集於此，因此國立台灣工藝研究發展中心所扶植的「台灣工藝之家」機制，透過與深耕在地及旅外海歸的工藝師合作，激盪出傳統與新思維的火花。而這些獲得認證的工藝師，在台北這個富有多元資源與創意能量的都市，發揮他們的無限潛能，不僅提升在地創生能量，更將美好的設計力傳達到全世界。

扶植品牌拓展 接軌國內外市場

「台灣」的多元文化、族群、時代氛圍等特質，陶鑄了在地工藝師的深厚底蘊，但仍須透過品牌形塑才能突顯特質、邁向國際。」國立台灣工藝研究發展中心（簡稱工藝中心）行銷組組長蔡體智說，工藝中心從2004年起，透過「台灣工藝之家」機制，選出從事工藝行業15年以上資歷的優秀工藝師，授予「工藝之家」認證，協助拓展品牌。工藝中心不僅扮演資訊匯集的平台，並提供行銷通路與品牌曝光，協助工藝師與國內外市場接軌。

工藝之家遍布全台，台北市作為首善之都，更有多樣的活動合作機會與場地資源，完善工藝文化近用及品牌扎根。例如「2021台灣文博會」的「工藝館——微物集會 Craft Land」，就展示了2位工藝之家的作品，以及1位進駐展場選物店，藉此讓民眾了解並進而喜愛在地工藝品牌。此外，工藝之家的年度大展，已於台北當代工藝設計分館舉辦多年，讓工藝文化得以在台北施展創新的活力，也拉近與民眾的距離。

除了辦理展覽推廣工藝文化，工藝中心也鼓勵工藝之家們走入地方，與居民深入對話。因此，工藝中心藉由地方創生的方式，以163位工藝之家作為工藝文化延續的載體



上：2021台灣文博會展示台灣工藝師作品，讓民眾了解當代的工藝創作活力。下：工藝中心行銷組組長蔡體智（左）與工藝師盧瑞芷（右），共同討論工藝作品的特色與未來發展。（攝影／蔡耀徵）



「柿柿如意盤」結合傳統金工手法與當代美學，展現傳統工藝的新生命。

與據點，讓工藝藝術走進社區，讓民眾有機會了解、體驗工藝，提升在地生活品味。蔡體智借鏡日本跟泰國的工藝發展皆緊扣具有歷史的在地工藝，並給予認證或推廣，進而活絡地方觀光，「『越在地、越國際』已是目前全球推廣工藝的潮流。」



工藝中心串聯全台工藝之家舉辦工作坊，不僅活絡在地創生，也增進民眾對工藝的認識。

除了工藝發展趨勢轉向在地深耕，對於工藝美學的發展，蔡體智認為需要有「傳統與當代」並存的概念，「我認為工藝品跟人是可以用互動的，例如歐洲有些派別的工藝品牌，雖然使用的技法跟文藝復興時期差不多，但同時也會融入現代人的需求，或是現代的美學標準。」例如大稻埕有許多外籍觀光客，與國際連結較深，設計語彙就需要更彰顯時尚，「如果是珠寶工藝，就會建議工藝師在設計時能考量跟現代服飾搭配，如果是擺飾，那也必須符合現代的居家氛圍。」

深耕大稻埕的工藝師 傳統技法鑲嵌現代思維

「台北工藝藝術環境的形成，與歷史文化的發展息息相關。」選擇落腳在大稻埕的工

藝之家盧瑞芷，細數當地產業與工藝的關聯，「像是茶文化帶動陶瓷、布業與時尚發展緊密相依等，會選擇在此扎根的店家，都與大稻埕有一定的淵源，或與當地的氣質契合。」盧瑞芷在創作之餘，時常漫步在舊城老屋之間，打開五官、細細品味巷弄街角的氣氛，並化為創作靈感，打造專屬這塊土地的金工工藝。

赴歐洲攻讀珠寶金工設計與銀器製作近8年的盧瑞芷，在來到大稻埕後開始思考何謂台灣的文化意涵，如何從工藝的角度觀看在地與世界之間的脈絡。像是她的藝品「柿柿如意盤」，以老屋花磚中的柿蒂紋為基底，透過傳統的金屬物鍛敲加工技法，結合符合當代設計趨勢的洗練外型，勾勒出屬於自己的紋飾。「希望我的作品不僅承襲傳統技法，同時也能與當地對話。」她說，雖然傳統工藝技法類似，但因過程中融入現代審美的設計元素，也讓這項傳統工藝有了新生命。

「工藝之家是一個國家認證，這很有感。」盧瑞芷指著牆上「工藝之家」的認證說道，「對初次光顧的客人來說，這是一個安心的保證。」藉由政府推動認證的方式，為工藝師打造信任度，也展現了品牌化帶來的效益。此外，盧瑞芷亦藉由開辦工作坊與體驗課程，讓參與課程的學員初步了解金工工藝的工序、金屬狀態與價值特色，繼而引導他們進一步接觸更複雜的高階金工，同時也落實將工藝藝術推廣至社區的目標。

工藝中心除了扶植在地工藝師，亦希望未來能將工藝藝術與周邊學校合作，創作屬於地方的特色工藝品，讓工藝走入社區、走進生活，不再深鎖在特定階層的玻璃櫃中。盧瑞芷則從工藝師的角度，期許工藝產業能與地方更深刻結合，並藉由串聯台北各個藝廊，打造出藝術城市，讓大眾在悠遊台北的同時，也能體驗工藝的魅力。



「工藝之家」認證不僅是對工藝師的肯定，對消費者來說也是安心的保障。（左圖／盧瑞芷、右圖／蔡耀微）



溫州街



花博公園新生園區



貴德街



台北市立美術館

攝影——陳淑貞



畢業於國立台灣藝術大學美術系研究所，現為跨領域藝術工作者。除了創作影像專題，也積極運用不同類型及複合媒材，進行異質空間的思考創作。曾獲全國美展攝影類銀牌獎、國際女性攝影獎等獎項，並多次受邀於各國國際攝影節展出。

台北晨光



台北日落



台北藍天



你是否也常仰望台北的天空？

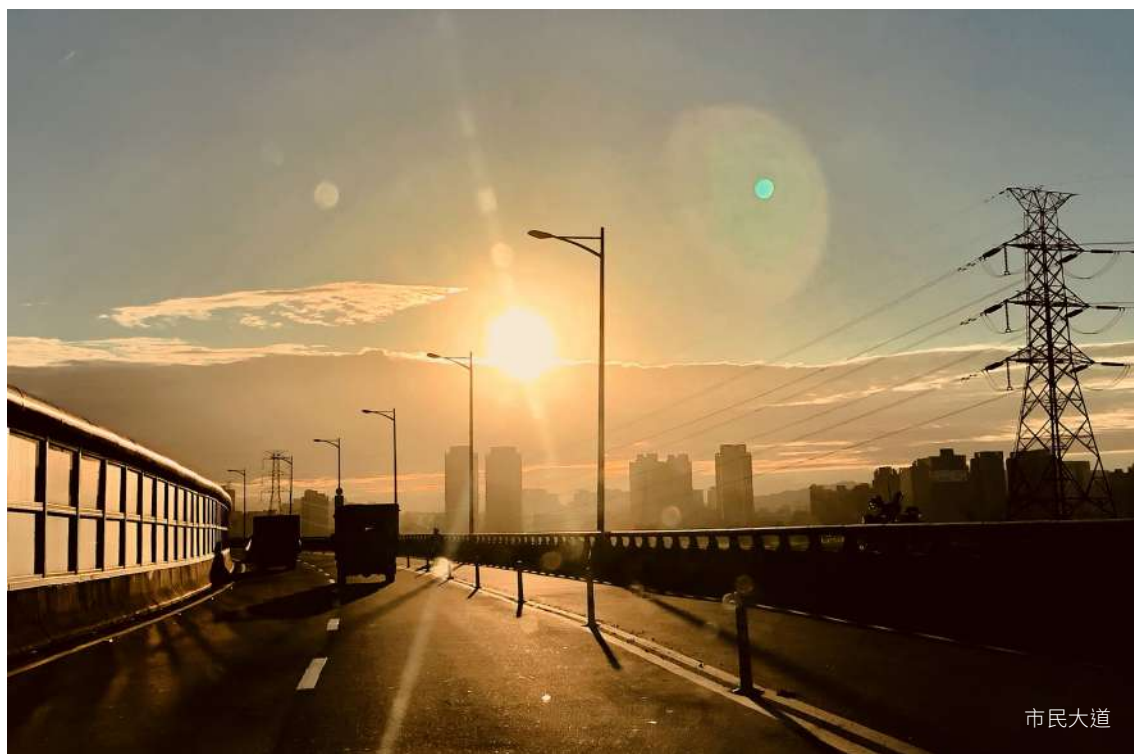
文－陳淑貞

北漂至台北已近 30 個年頭，我常開車在台北市區穿梭，也常拿著相機漫步在台北街頭，捕捉巷弄裡的光景，但我最常做的，是抬起頭仰望台北的天空。聽說寂寞的人常仰望天空，我倒覺得，當我仰望台北的天空時，似乎提醒了自己北漂的初衷，隱約地可以看見自己的夢想。

你是否也常仰望台北的天空？還是獨愛流連巷弄裡的浮光掠影？這幾年，我逐漸迷戀上自己旅行或漫步時心境變化的過程，喜歡每天簡單地只為一個目的活著的日常，喜歡自在及由衷的真實笑容，喜歡一個人在城市裡無意識地遊蕩，試著尋找、碰撞或不期而遇生命中令人觸動的時刻，哪怕只是角落裡極幽微的微光，也足以讓我欣喜若狂，這些都是我生命中的吉光片羽。

以前我總是想著：如果老天爺允許我選擇一個可以重新來過的時刻，我會想改變哪一個時間點？年輕時的我總有非常肯定而執著的答案，但是在經歷了半百的生命歷程後，我已經清楚明確地知道，沒有什麼時刻比好好地活在當下更珍貴。過去發生的種種都是自己的生命歷程，每一個點都環環相扣，成就自己現在的樣子。

雖然誰也無法預見生命將如何對我們出題，或許順風，也或許跌跤，無論有什麼遭遇，我們還是要堅定地直視前行的方向，因為身邊有那麼多關心、愛護我們的至親好友，周遭有那麼多美好的生命及奇蹟，應當珍惜每個當下的所見、所聞，以及所遇。



漫步綠蔭中的青田街

圖·文－蔡豫寧 yunintsai



蔡豫寧 yunintsai

插畫工作者，作品散見於書籍雜誌、教科書和商業合作。擅長運用不同筆觸與複合材質創作，透過畫筆傳遞生活故事裡的溫度。

綠

意盎然的植栽、芒果樹，好奇地從屋間探出頭來，貓咪在牆頭上小憩，一旁木造的日式老房子，靜靜地見證著時光的淬煉與流轉。青田街是我念研究所時上課的必經之路，有別於大馬路的喧鬧，我特別喜愛這條街的恬靜，尤其早晨陽光穿過綠葉，在臉上灑落金黃色的光點，讓人心中充滿希望。悠悠的風吹過，漫步在青田街，「叮鈴…叮鈴…」你有聽見嗎？是風鈴的聲音。



+台北

愜意台北 Chill Taipei

譚雲福：伊斯蘭儀式背後也充滿動人的故事
我們其實都很穆斯林

公共台北 Public Taipei

我家後巷乾淨又美麗
雙管齊下後巷美化

2021 台北開齋節歡慶活動

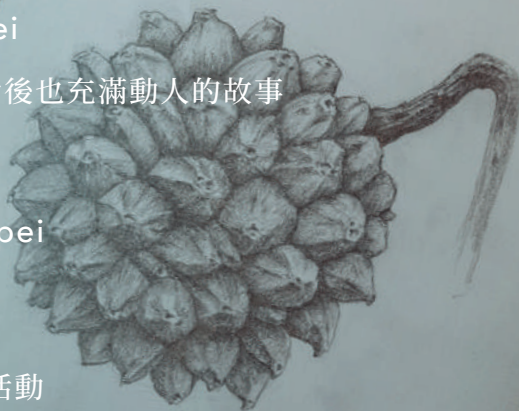
2021 台北霞海城隍文化節

多面向的住宅設施改善補助

台北百大必看景點

好玩台北 Fun Taipei

活動短訊



印尼語新聞主播譚雲福： 「伊斯蘭儀式背後也 充滿動人的故事。」

譚雲福

現為公共電視印尼語新聞主播、中央廣播電台印尼語節目主持人。自 1994 年從印尼來台求學後，便一直居住在這片土地。曾任台北市勞動局外籍勞工諮詢人員，這些年來在移工社群中極為活躍，已成為本地與穆斯林移工之間重要的溝通橋梁。

文－林佳蕙・攝影－陳志誠



近年隨著東南亞移工大量來台，穆斯林社群成為台灣另一種文化風景。大家從覺得陌生、慢慢地對異國文化萌發好奇心，到逐漸理解伊斯蘭文化的生活方式，譚雲福認為，台灣多元包容的特性，不僅讓來此居住或工作的穆斯林朋友感到安適，也豐富了自身的文化內涵。

四 月中的週末，台北車站大廳聚集了比往常更多的人潮，這是穆斯林齋戒月開始前的最後一個週末，當齋戒期開始，他們就得謹守日落前不飲食的規條，直至 30 天後的開齋節才能解禁。來自各地的穆斯林移工，把握著稍縱即逝的時光，與家人、朋友在車站相會。

「你知道為什麼移工喜歡在車站聚集嗎？」譚雲福是從小在印尼長大的華僑，對於印尼移工的處境，有深刻的觀察與體會，他說：「移工的家人或朋友不總能在同一個城市工作，他們只能利用假日從各地前往一處相會，因此一下車就能見到彼此的車站，就成了聚會的最佳場所，而齋戒月前的週末更是他們想好好把握的歡聚時刻。」

他的語調帶著對穆斯林移工社群的溫情與理解，但他並非一開始就對這個族群帶著全然的認同感。具有印尼與華人兩種血統的他，在印尼的排華運動期間，家裡也成受災戶。雖然知道這樣的事件源自於個人不可控的歷史和政治因素，卻難免心生隔閡。直到他受僱為台北市勞動局外籍勞工諮詢人員，才讓他在協助求助者的過程中，逐漸打開心結。

「當時在工作上我得保護我的印尼國人，我因此成為大家在異鄉的寄託，所以我決定屏

除成見、改為關愛。」在職期間，他除了協助調停勞資爭議或保護移工免於不良雇主的暴力對待，他最常處理的，還是源自宗教文化差異所產生的問題。例如有的本地雇主無法接受移工在家穿戴白頭巾進行禱告儀式，有時候還會要求穆斯林食用豬肉等。他期待本地民眾能更加理解伊斯蘭教的規範，「進行宗教儀式的時候，就是個人和上帝溝通的時間，只是每種信仰的方式不同而已。如果我們可以欣賞大甲媽祖繞境和耶誕節的儀式美感，那麼我們也可以試著看見伊斯蘭教儀式的背後，也充滿虔誠的動人故事。」

直至今日，大家多少對穆斯林的生活方式已有些基本認識，公共場所可見祈禱室，經清真認證的餐旅場所也多了起來，他認為台北市政府的大力宣導功不可沒。「要改變一個族群對另一個族群的想法並不容易，而台灣能在二十年間產生改變，已經算很快。」他鼓勵大家可以前往清真寺、穆斯林聚會所或是穆斯林友善場所，體驗儀式或飲食特色，透過友善交流，多體會、了解異國文化，理解並包容彼此之間的差異，其實我們的距離並不遙遠。





Chill 大使推薦—我們其實都很穆斯林

(圖／譚雲福)

文－林佳蕙・攝影－陳志誠・圖－譚雲福、杜拜皇宮 Dubai Palace

隨著越來越多的穆斯林朋友在台生活，本地文化已然增添不同面貌。透過愜意大使譚雲福的帶路，有幾處地方可以讓大家認識穆斯林文化，而當我們開始願意主動了解，會發現認同早已化解了隔閡，你我同樣都是在這片土地上努力生活的人。

穆斯林的心靈歸所

📍 台北清真寺

1960 年落成的「台北清真寺」，一直以來都是穆斯林在台北聚集的重要場所，譚雲福指出，近年因來台的穆斯林移工人數增長不少，在空間有限的情況下，大部分移工在開齋節當天會轉往台北車站活動，但清真寺仍會舉行禮拜儀式。民眾如有意在開齋節活動期間來訪，可隨信眾進行簡單的洗淨過程後，赤足進入清真寺內部參與活動。過程中，只要遵從男女分區、安靜觀禮即可。

若想來此欣賞清真寺的建築之美，可透過電話預約參觀導覽，台北清真寺不僅有伊斯蘭建築常見的圓頂設計，還有融合本土花磚樣式的拼磚，仿羅馬式的廊道也別有特色，值得細細品賞。對經文有興趣的民眾，也可參加假日經學班，增進對伊斯蘭教的認識。

☀ 台北清真寺

🕒 10:00-17:00

📍 台北市大安區新生南路二段 62 號

(近期整修中，外觀因搭設工棚而有所遮蔽，另因防疫，開放時間可能有變，建議先電洽再前往)

☎ 02-2321-9445

符合清真認證的美食天堂

📍 CLC 東南亞食品百貨

位於台北車站地下街 Y4 出口的「CLC 東南亞食品百貨」，販售的商品種類從化妝品、沐浴乳、調味料、零嘴和熟食，應有盡有。穆斯林喜歡來此購物的原因，除了可以在這裡找到自己在家鄉慣用的品牌，最重要的是這裡販售的全是經清真認證的食品，可以安心購買。

「台灣也有辣椒醬，但他們為什麼要引進自己的醬料？除了口味上的不同，從製作食物的鍋碗瓢盆、廚房到製作過程，都要經清真認證，接觸過非清真肉品的器具，是不可以用來烹調清真食品的；宰殺動物之前，也須誦讀可蘭經。」譚雲福解釋，在伊斯蘭的戒律中，所謂的清真有著更嚴格的規定，並非不含豬肉就可以稱為清真。而對非穆斯林的民眾而言，來此則可尋得許多東南亞食材，也可吃到現做的熟食，不妨藉味蕾認識不同民族的文化，體會異國風情。

☀ CLC 東南亞食品百貨

🕒 09:30-21:30、08:30-21:30 (週日)

📍 台北市中正區市民大道一段100號——台北地下街183號

☎ 02-2593-0349



如家溫暖的伊斯蘭聚會所

📍 台北市印尼服務交流協會

位於長安西路巷弄的「台北市印尼服務交流協會」，本身也是印尼伊斯蘭教教團（Nahdlatul Ulama）在台分會。經常敞開的大門，歡迎所有家鄉遊子以及對穆斯林文化有興趣的朋友來此聚會。

穆斯林一日五禱，信徒除了可以在家進行禮拜，也可來此一同行禮。週末的晚間，常見好不容易得空的移工或學生，趕在晚禱之前來此相聚，大家洗淨臉部和手腳，接著鋪上禮拜毯，跟著教長進行儀式。晚禱之後，大家聚在一起吃頓飯，在充滿溫情的空間裡，讓隻身來台的穆斯林有了近似家的感覺。對穆斯林文化有興趣的民眾，則可透過預約來此觀禮或相談釋疑，熱情的工作人員會盡力解說，透過善意的溝通與交流，穆斯林文化不再讓人覺得陌生遙遠。

☀ 台北市印尼服務交流協會

🕒 週六、週日 12:00-22:00，建議先電洽再前往

📍 台北市中山區長安西路 40 巷 10 弄 13 號

☎ 0972-416-022



1

2

1. 在 CLC 東南亞食品百貨，可以尋得豐富多樣的清真食品。2. 在台穆斯林於此同做禮拜，台北市印尼服務交流協會就像他們的第二個家。

暢遊伊斯蘭大千世界

作為世界三大宗教之一，伊斯蘭教因教義所孕生的文化燦爛豐富，值得深入探索。從飲食、衣著和器物等生活面向切入，是認識一種文化最便捷的方式，透過《台北畫刊》的介紹，希望大家對伊斯蘭教有更多認識。

品味清真的飲食之道

📍 RESTO BLAMBANGAN

品嚐傳統的清真印尼菜，是親近穆斯林生活的一種方式。印尼全國有超過 86% 人口為穆斯林，因而印尼菜也多符合伊斯蘭教的戒律。除了在餐廳中不見豬肉之外，因為不主張殺生，也有許多奶蛋素的選項。

鄰近台北車站的北平西路，是人稱「小印尼」的區域，短短數十公尺聚集了十多家印尼餐廳，讓人宛如來到東南亞街市。面對琳琅滿目的餐飲店而不知從何選擇的遊客，可從「RESTO BLAMBANGAN」自助餐店開始嘗鮮，菜色多樣的熱食區裡，可以找到印尼

傳統的炸蛋或黃豆天貝（以黃豆製成的發酵食品）料理，可以少量多樣的方式一次嘗得多種品項，滿足味蕾和好奇心。

☀ RESTO BLAMBANGAN

🕒 10:30-20:30 (週一至週五)、07:30-21:00 (週六、週日)

📍 台北市中正區北平西路 22 號

☎ 02-2389-6085

穿戴穆斯林的生活態度

📍 Butik Ria Taipei

因為信仰的規範，服飾也成了穆斯林明顯的文化特色之一。譚雲福指出，為了包覆在



1

2

1.「RESTO BLAMBANGAN」選擇多樣的自助餐，可讓大家自由取用想嘗試的餐點。2. 帶著油炸香味的炸蛋是符合清真飲食標準的印尼傳統菜。



1

2

1. 穆斯林女性的服飾也有自己崇尚的流行，選擇相當多樣化。2. 穆斯林文化的紋樣別具特色，可為生活空間帶來異國氛圍。(圖／杜拜皇宮 Dubai Palace)

信仰中認為有情慾象徵的毛髮，穆斯林女性多半得穿戴頭巾，而頭巾的包覆程度，則隨不同時期或地區而有所不同。穆斯林女性除了在進行禱告儀式時得穿上純白的服裝，在其他場合中，她們的服飾印花和配色，其實相當具有變化性，無論是素色布匹，或是繽紛的緹花織布，都各有風情，而每一個時期流行的花色也有所不同。由「Salon Ria」髮廊兼營的穆斯林服飾店「Butik Ria Taipei」，現場展示的品項不少，有意購買的民眾可在會說中文的店員協助下試穿，藉由穿著的實際體驗，更加了解穆斯林的服飾之美。

妝點花草幾何生活風

📍 杜拜皇宮 Dubai Palace

伊斯蘭教因為禁絕偶像崇拜，所以生活器物上多以花朵植物或抽象幾何紋樣進行裝飾。「杜拜皇宮 Dubai Palace」販售的商品多自土耳其、杜拜、阿拉伯聯合大公國進口，在這裡可以找到飾有精美紋樣的餐墊、茶具組、香爐和地毯。不同的波紋、半圓及各式圖樣，彼此堆疊交錯，規律的排列組合搭配繽紛色彩，組成令人驚豔不已的圖紋，不妨選購幾樣商品，讓充滿穆斯林文化美感的工藝精品美化居家空間。

☀ Butik Ria Taipei

🕒 週六、週日營業，建議先電洽再前往

📍 台北市中正區北平西路 6 號

☎ 0919-148-094



☀ 杜拜皇宮 Dubai Palace

📍 台北市松山區饒河街 47 號

☎ 0960-992-092



我家後巷乾淨又美麗

整理－翁珮恒・圖表－Miyabi

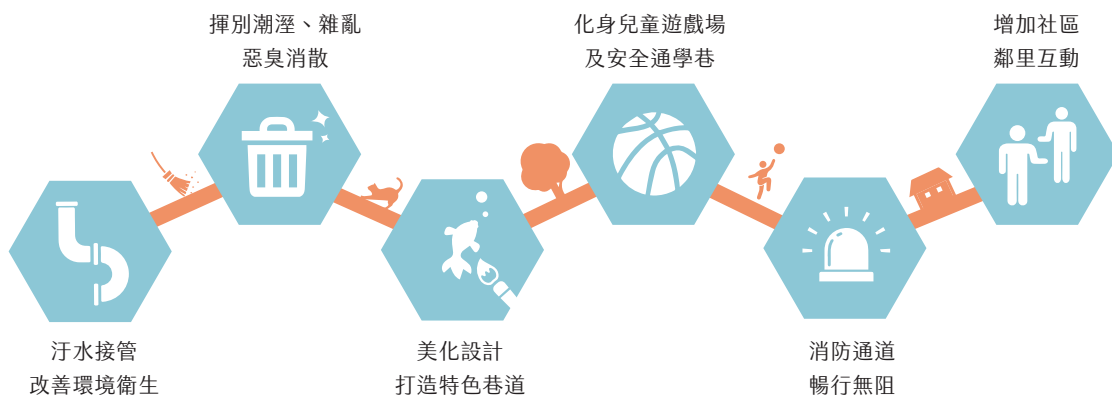
後巷總給人潮溼雜亂、臭氣沖天的嫌惡印象，但藉由台北市工務局衛生下水道工程處執行汙水接管、免費施作後巷美化，並與在地居民取得共識後，移除巷道違建物、私人用品，並於美化作業中，納入社區特色圖案裝飾。不但加速汙水接管普及，也在優化市容的基礎上，完善街區巷道的安全性，打造環境優質的宜居城市，創造城市新風貌。

什麼是後巷美化？

「後巷空間」指的是建築物後面的巷道空間，屬法定私人空地，如防火巷、防火間隔等連結的空間。



後巷美化的好處？



後巷美化施作原則



有市府設置的污水管線設施
+
施工空間單側排水達 75 公分

後巷寬度 1.5~3 公尺



以洗石子鋪面美化

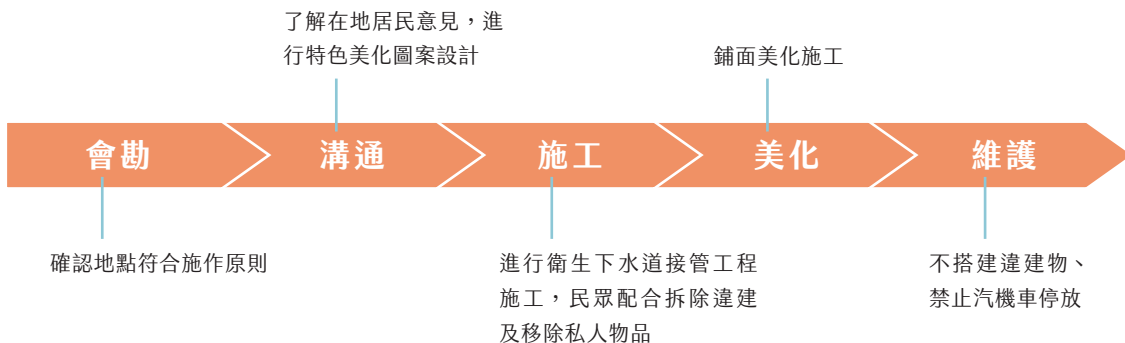


後巷寬度 3 公尺以上

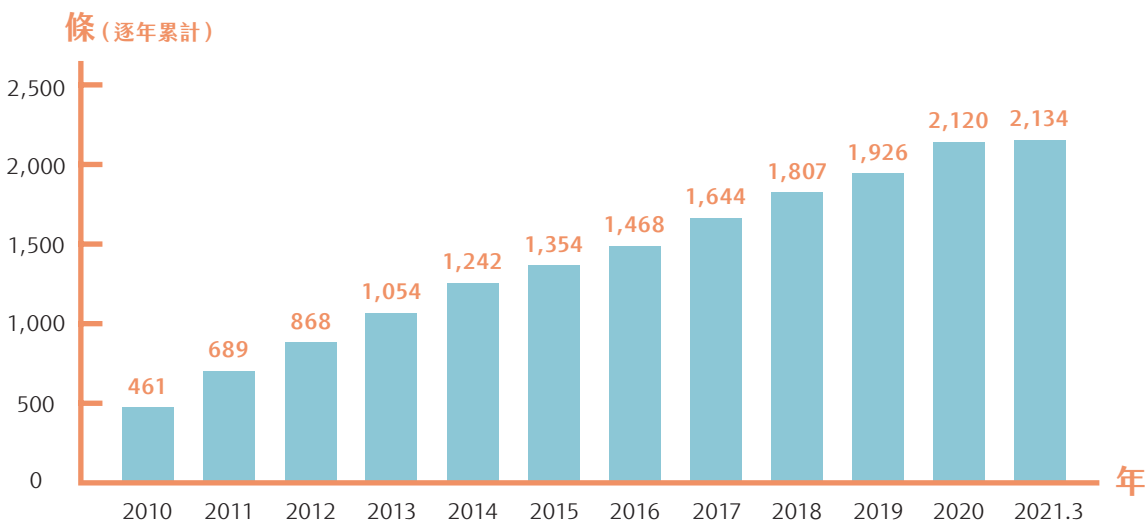


以混凝土塊磚等
方式美化

如何進行後巷美化？



2010 年迄今後巷美化完成數量



雙管齊下後巷美化

文—翁珮恒 · 圖—台北市工務局衛生下水道工程處

為提升居住環境衛生，台北市多年來積極推動污水接管工程，改善周邊水域品質，更藉由提供免費「後巷美化」，鼓勵市民朋友一同響應污水接管政策，同時將自家的後巷打造成安全整潔的「後巷新天地」。



透過污水接管、鋪面美化工程，讓原本潮溼陰暗的後巷成為乾淨美麗的通道空間。

後巷美化提升接管率

「為了讓民眾更能接受污水下水道接管，台北市工務局衛生下水道工程處構思完成接管工程後，接續進行後巷美化。」衛工處處長林昆虎表示，家庭污水如果只經過初級處理便直接排入水溝，容易產生異味、造成環

境汙染，因此須藉由污水接管，將污水先導至污水處理廠做進一步處理。然而污水接管工程最困難的一哩路，便是與居民住處緊密連結的「後巷」。

由於污水接管工程常在民宅後巷施作，居民須配合清除違建、堆放的民生雜物等，導致民眾接管意願不高。因此市府以美化後巷

作為誘因，鼓勵居民主動申請汗水接管。美化後的後巷，除了環境安全、衛生有所改善，也增加兒童遊戲及社區鄰里互動的空間。

社區營造作伙來

工程施作前，衛工處與里辦公處會辦理會勘、協調並確認地點，依據後巷美化施作原則評估適當性，同時藉由說明會等方式，與居民充分溝通，提高民眾汗水接管意願，並討論後巷美化辦法。除了以洗石子或高壓混凝土塊磚美化鋪面，也能以居民選定的主題圖案進行美化，打造社區後巷特色。之後再請居民配合拆除違建及移除現場私人物品，進行汗水接管及美化工程。

「後巷的地面經常凹凸不平，後巷美化工程不但能夠重新整理，做好鋪面、排水，也提供居民良好的用路空間。」大同區蓬萊里里長何英輝說，像是從里內第一條以洗石子美化的昌吉街，到後來承德路三段 51 巷的鯉魚造型圖案，巷道變得乾淨明亮又童趣十足，孩子們在巷弄之間嬉戲，家長也安心，廣受當地居民好評。在後巷美化的過程中，也能透過社區營造、居民參與的方式，打造符合居民需求的社區特色。

翻轉市容藝術

汗水接管與後巷美化這「裡外兼具」的工程，截至今年 3 月已完成 2,134 條。近年來，台北市有不少後巷加入美化的行列，像是今年完成的內湖區康寧路三段 189 巷間，採用鋼琴鍵盤及音符圖案，以及去年大安區復興南路一段 107 巷的跳格子設計等。多元的主



透過「鑽牆走壁」與融合環境的美化設計，讓山區的汗水管順利設置完成。

題設計，翻轉後巷過往的刻板印象，饒富趣味，展現都市活力。

在社區居民與市府的共同合作下，台北市汗水用戶接管普及率已逾 8 成，但仍有許多社區因地形崎嶇、具安全疑慮，難以實行汗水接管工程。例如內湖區大湖山莊街 85 至 95 號，因路面高於建物、緊鄰大排水溝且後巷施作空間不足，無法施作，因此年初衛工處在經過縝密規畫下，以「鑽牆走壁」的工夫，將汗水管吊管附掛在大排水溝溝壁，完成困難的接管工程，並與當地里長及住戶多次討論，配合在地植栽景觀，將原本橘色的汗水管漆成綠色，且在吊管架上加裝塑木裝飾板進行美化，形成雅致的市容藝術。

「後巷美化」是眾人合作的心血結晶，一條條明亮美麗的後巷，是政策成功落實的證明，也是市民參與的足跡。美化後的空間更需要大家同心維護，才能長久擁有優質宜居的美麗社區。

夏日伊斯蘭盛會

2021 台北開齋節歡慶活動

文—山裡人·圖—台北市觀光傳播局

台北開齋節歡慶活動

📅 5/16(日)

🕒 10:00-17:30

📍 大安森林公園



近年來隨著台灣外籍移工人數增加，伊斯蘭文化也逐漸在台灣土地上扎根發芽。為了深化異國文化的交流，由台北市觀光傳播局舉辦的「2021 台北開齋節歡慶活動」將於 5 月 16 日在大安森林公園登場。

開齋節 (Eid al-Fitr) 意思是結束禁食的節慶。穆斯林每年在長達一個月的齋戒期間，白天不能進食、飲水，並停止一切娛樂活動，

以此表達對信仰的虔誠，追求內心的平靜。而開齋節當天則代表全新的開始，就如同華人的新年，穆斯林會在這一天穿上華麗喜氣的節慶服飾，出門拜訪親友，快樂地團聚並分享美食。

市集活動體驗道地伊斯蘭文化

今年的歡慶活動主要分為三大區塊：清真市集、文化體驗及露天舞台表演。清真市集集結了 20 個不同攤位，提供民眾認識穆斯林的日常生活選品，如阿拉伯香精、化妝品和穆斯林頭巾等。另外，也有阿拉伯書法、烏德琴教學、薰香小教室等體驗活動，讓民眾更深刻地感受多樣化的伊斯蘭文化。

烏德琴有「中東樂器之王」之稱，是中東與非洲特有的傳統弦樂器，除了提供現場試彈體驗，也邀請專業的樂手演奏，讓民眾聆聽充滿伊斯蘭風情的樂音；薰香小教室除了



伊斯蘭藝術中占有一席之地的阿拉伯書法，文字中帶著阿拉伯獨特的裝飾紋，歡迎民眾參與體驗。

有老師解說從阿拉伯進口的精油與薰香，更能現場進行抹香體驗。

露天舞台表演一同歡慶

在露天舞台表演部分，將由印尼薩滿舞開場，舞者緊密排列跪坐，以唱誦結合拍擊雙手、身體與地面，在快速的節奏中展現肢體與音律的和諧之美。此外，也邀請印尼華裔歌手胡利基、印尼移工樂團 Uniband 及印尼國際歌唱團體 2R-Rizki & Ridho 與大家一起歡慶開齋節。Uniband 樂團此次特別為 2021 台北開齋節歡慶活動創作主題曲，以真摯歌聲表達他們對信仰的崇敬，並感謝活動讓他們稍解離鄉背井的感傷；而在 IG 上擁有超高人氣的印尼當紅雙胞胎 Rizki & Ridho，雖因疫情無法來台，但活動當天將透過大螢幕帶來精彩演出，與現場歌迷同歡。

草地上看電影、歡唱享受愉快氣氛

由於齋戒期間禁止所有娛樂行為，開齋節過後則是歡慶的時光，活動當天上午安排「草地電影院」，播放印尼喜劇電影，民眾能夠在草地上愜意地觀看，移工朋友也能紓解思鄉之情。到了下午，草坪將從露天電影院變身為露天 KTV，現場除了有印尼語歌曲供點播，也會協助設置直播手機架，讓穆斯林朋友化身為歌王、歌后的同時，也可以連線給遠在故鄉的親朋好友一同欣賞。

台北市政府期盼藉由舉辦開齋節歡慶活動，向來自世界各地的穆斯林表示歡迎與感謝，也希望讓身在異鄉的他們感受到故里的節慶氣氛，並藉此讓市民朋友更加認識伊斯蘭文化，感受文化交融的台北風貌。



活動內容如因疫情有所異動，以主辦單位公告為準。



舞台活動邀請國際藝人和樂團演出，與歌迷朋友一起熱鬧同歡。

傳統與創新的交會

2021台北霞海城隍文化節

文—黃小曉 · 圖—台北霞海城隍廟

台北霞海城隍文化節

📅 6/1(二)～7/24(六)

☀ 城隍暖暖壽市集

📅 6/4(五)～6/6(日)

🕒 10:00-18:00

📍 永樂廣場

☀ 城家大事台潮音樂市集

📅 6/12(六)～6/13(日)

🕒 10:00-18:00

📍 永樂廣場

☀ 霞海城隍坐龍舟

📅 6/6(日)

🕒 14:00

📍 大稻埕碼頭



活動
資訊



官
網



(攝影／趙家慶)

台北霞海城隍廟是大稻埕的信仰中心，而每三年一次的「迎城隍」更是北部的宗教盛事，因此有俗諺「五月十三人看人，迎神賽會甲天下」形容其盛況。今年台北霞海城隍文化節將於6月盛大展開，持續以傳統文化為基礎，策畫不同主題活動，呈現多元樣貌。

首週登場的是以大稻埕「布市」為特色的「城隍暖暖壽市集」，除了當地店家所製作的各種布製商品，還有布料創意手工製品販售，打破永樂市場只能買布的印象。活動也結合端午節與當年奉請霞海城隍渡海來台的歷史，6月6日將迎請城隍爺搭乘龍舟巡行大稻埕碼頭及周邊，為居民和參與民眾帶來祝福。

6月第二週的週末，購物平台、各產業公會共同舉辦「城家大事台潮音樂市集」，民眾可以在市集內認識在地特色產業及信仰知識，

例如霞海城隍爺庇佑平安順利、神農氏守護中藥與南北貨產業、螺祖主掌布業、茶郊媽祖庇護茶業等。此外，「霹靂布袋戲——重返街頭」以嶄新戲碼穿越古今為城隍祝壽，以及台味十足的人氣樂團表演，將年輕的活力帶進信仰文化。

今年適逢台灣文化協會成立百年，加上大稻埕也是台灣自由民主文化思潮的發源地，秉持「傳承」的精神，第三週將在永樂廣場舉辦「戀念大稻埕」及「神樂隊 live 秀」，由子弟軒社以及傳統藝術學校社團帶來北管樂曲演出，呈現大稻埕軒社文化及鄉土教育的向下扎根。

另外還有城隍踩街送祝福、親子互動的嘉年華體驗、河岸貨櫃特色市集餐飲、藍色公路導覽等，一路熱鬧到7月，歡迎大家前來參與這個逾百年歷史的大稻埕盛事。

老屋更宜居 多面向的住宅設施改善補助

文—山裡人 · 圖—台北市建築管理工程處

都市更新處——
老舊公寓增設電梯補助專區



建築工程管理處——
建築物無障礙專區



社會局——
「台北扶老·軟硬兼施」老人居家修繕補助服務



家是每個人的避風港，但隨著時間更迭，可能面臨到缺乏無障礙設施而發生出入不便的情況，家中長者更是舉步維艱。因此台北市政府積極推動各項住宅設施補助政策，從老公寓增設電梯、無障礙設施改善，到「台北扶老·軟硬兼施」老人居家修繕補助服務等，一步步提升居住安全，打造高齡友善的居家環境。

老公寓如想增設電梯，6樓以下且屋齡達20年以上，並取得增設電梯相關建築許可，便可申請補助，最高補助220萬元，長者、行動不便者不用再為了上、下樓而煩惱。

無障礙設施改善補助則是針對集合住宅、住商混合且住宅使用比例達1/2以上的建築物，補助項目包含室內外通道、走廊、坡道寬度及坡度調整，增設扶手、防護緣以及樓

梯升降座椅設備、電梯觸覺裝置等設施，補助上限為工程經費45%，將出入動線調整得更安全且順暢。各項目補助上限可至建管處官網「建築物無障礙專區」查詢。

而「台北扶老·軟硬兼施」老人居家修繕補助服務以低收、中低收入及近貧一般戶的長者為對象，從諮詢、到宅評估、修繕施作、驗收及各項行政作業協助等，由扶老秘書提供專人一站式服務，完善長者的居家安全，免去四處奔波尋找資源的辛勞。

《禮記》禮運大同篇中說到，美好的大同世界是使「老有所終，壯有所用，幼有所長」，而安全的居家環境即是達成這項目標的一環，市府鼓勵有需求的民眾提出申請，讓居住環境變得更加舒適便利。



百年百景，百玩不倦 台北百大必看景點

文—Abby Wu · 圖—台北市觀光傳播局



台北百大
必看景點

台北市擁有多元的城市樣貌，從繁華的商業大樓，到古色古香的藝文場所；又或是與世隔絕的靜謐綠意，到最接地氣的鼎沸喧囂，看似互斥卻共存的城市特色，交織出豐富精彩的台北。

台北市設市在去年屆滿百年，為了歡慶此一紀念性的時刻，台北市觀光傳播局在今年1月舉辦了「台北百大必看景點」網路徵選活動，邀請民眾一同推薦、票選出心目中最具代表性的台北景點。活動開跑一週，便徵集到「紀州庵文學森林」、「寶藏巖國際藝術村」、「剝皮寮歷史街區」、「硫磺谷地熱景觀步道」、「台北探索館」……包含人文、藝術、歷史、自然、教育等不同類型，近150個景點。在綜合民眾網路票選及觀光旅遊業專家意見後，最終於2月8日揭曉「台北百大必看景點」名單。

深受國外遊客喜愛的二大經典景點「台北



圖為台北探索館。

101」和「國立故宮博物院」同樣是網友們心中的必看景點，「大龍峒保安宮」、「台北市孔廟」、「台北市立動物園」等也不負眾望，獲得極高人氣。而「北投文物館」、「青田七六」、「台北市兒童新樂園」、「台北流行音樂中心」、「郭元益糕餅博物館——士林館」，以及去年開放的「國立台灣博物館鐵道部園區」也廣受大家喜愛。

名單揭曉後，觀光傳播局延續活動主軸，於3至4月推出「IG美照大募集」活動，與民眾繼續探索台北的城市之美，透過一個個「#taipei100」，串聯起百大景點不同的風貌與人的連結。

「台北百大必看景點」代表著台北市多元的城市樣貌，值得停下腳步細細探索。台北的精彩絕不只在這100個景點裡，期待每個人各自挖掘出更迷人的台北景致。



好玩台北 Fun Taipei

藏寶圖——智慧導覽古蹟尋章

中正區有許多富含人文、歷史價值的古蹟，只要使用智慧裝置下載「蹦世界 App」，接近設定的中正區古蹟地標，就會自動跳出介紹並線上蒐集章戳，集滿 6 個可兌換 2021 歷史復活節紀念品，集滿所有 14 個章戳更可兌換限量電腦後背包，數量有限送完為止，快來一探究竟！

即日起～5/31 (一)

兌換時間：即日起～6/4 (五)
週一至週五 09:00-17:00

兌換地點：台北市中正區公所
1 樓服務台



2021 後生文學獎徵文活動



為了鼓勵青年以客家故事、議題與文化特性進行書寫，台北市客家事務委員會舉辦「2021 後生文學獎」，徵選短篇小說、散文、小品文及客語詩。希望藉由跨世代及跨領域的對話，詮釋客家生活經驗，開展當代客家文學的新風貌。

即日起～8/31 (二)，以郵戳為憑



2021 空中花園——鳳梨科植物展

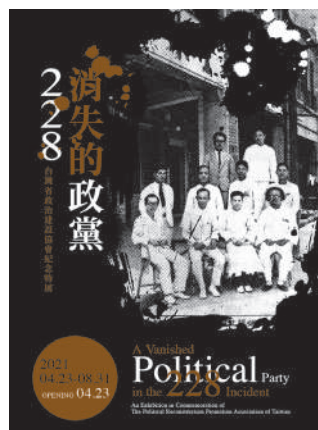


春夏交替溫差大，正是鳳梨科植物最美的觀賞時節，士林官邸展出食用與觀賞用的鳳梨科植物，有空氣鳳梨及大型的帝王鳳梨、積水鳳梨等多達 34 屬 200 種的鳳梨科植物，歡迎大家前來觀賞。

即日起～6/14 (一)

士林官邸公園新蘭亭

二二八消失的政黨——台灣省政治建設協會紀念特展



有志之士自日本時代開始追尋台灣民主自由的力量，在二戰之後更加熾熱，籌組政黨卻遭箝制，因此化身「台灣省政治建設協會」，拓展組織、喚起全民自覺。他們為了哪些議題努力？在二二八事件的角色為何？本次特展邀請您一同認識留下短暫而絢爛身影的台灣省政治建設協會。

即日起～8/31 (二)

10:00 - 17:00
(週一及國定假日次日休館)

台北二二八紀念館



戲劇中看見不一樣的媽媽 感受百分百的愛——2021年台北市母親節系列活動



「媽媽」帶給你什麼樣的想像？你心中的媽媽又是如何付出愛？整個5月，週週邀請市民帶媽媽看舞台劇、動畫、紀錄片、電影、皮影戲、歌仔戲，看媽媽是如何跨越障礙、性別、血緣、國界的藩籬，帶給孩子純粹的愛。

5/7 (五)～5/31 (一)

詳細活動內容請洽
「台北婦女館」粉絲專頁



微醺野餐 多元族群日



發酵醃漬飲食為客家飲食文化內涵，除了利用發酵延長食物保存期限，也增添豐富的風味。台北市客家文化基金會舉辦「微醺野餐」活動，當天有市集、客家、

閩南、原住民及新住民等多元文化表演，還有機會抽中客庄之旅，邀請大家帶著開放的心，一起探索發酵的可能。

5/22 (六)

13:30 – 18:00

台北市客家文化主題公園戶外草坪



台北市就業服務處徵才活動

就業泡泡來了，在疫苗施打加持下，看見台灣經濟可預期的榮景，就業市場氣勢如虹，台北市就業服務處邀請15家知名廠商，共同參與「邁向薪人生」中型現場徵才活動，提供待遇優、福利佳的職缺。另外也針對企業端舉辦「高薪人才招募媒合會」，匯集主管職、專業技術及才能等職缺，歡迎求職民眾把握良機。

「邁向薪人生」中型徵才活動

5/21 (五)

13:00 – 16:00

台北青年職涯發展中心2樓

02-2308-5231

高薪人才招募媒合會

5/28 (五)

11:00 – 15:00

中山藏藝所(台北市中山區長安西路15號)

02-2338-0277

110年度參與式預算提案投票

對於台北市的政策方向，你有什麼想法？只要年滿16歲，在台北市設籍或就學、就業、居住（非在籍可）的朋友，即可上網選擇參與式預算提案，投下神聖的一票，還能抽平板電腦、萬元禮券等大獎，歡迎民眾把握投票時間，表達自己的想法。

提案查閱：5/18 (二)起開放

投票時間：6/1 (二)～6/15 (二)

公民提案參與式
預算資訊平台



i-Voting
網路投票系統



以上活動時間、地點、內容如有異動，以主辦單位公告為準。
防疫期間，參加活動請配戴口罩及維持安全社交距離，並配合主辦單位執行防疫措施。

海芋・繡球・竹子湖

The Yangmingshan Zhuzihu Hydrangea Festival

2021 竹子湖繡球花季

5/22-6/20

性別平等，幸福平等

補助單位 | 臺北市府產業發展局

輔導單位 | 行政院農業委員會 執行單位 | 北投區農會／財團法人七星農業發展基金會／臺北市農會

協辦單位 | 陽明山國家公園管理處／臺北市府交通局・環保局・工務局／北投區公所／

臺北市警察局北投分局・士林分局／湖田里辦公處／湖田國民小學／台北市婚紗攝影商業同業公會／

奇洪創意設計有限公司



愛上臺北

即日起
↓
2021.7.25景點故事影片
徵件比賽

徵件主題

以任一臺北百大景點為主題，發想、拍攝臺北景點故事影片，運用創意、活潑的拍攝手法宣傳及行銷臺北，從而展現臺北的特色和文化，最終讓人「愛上臺北」。

報名資格

組別：學生組(中華民國大專院校在學學生)及社會組。

- 一、以個人或團隊(限五人)名義報名參加，每人/隊投稿件數不限，但同一作品不得重複投稿於其他組別。參賽者不得重複組別報名。
- 二、以團隊名義報名參賽需全員符合某一組別資格，如全隊皆符合學生組資格或全隊皆符合社會組資格，不可團隊中有學生組也有社會組成員共同參賽。
- 三、碩士班、博士班、在職專班生的報名組別皆為社會組
- 四、如作品經發現有非參賽者影片之腳本、配音、拍攝、後製等或委外製作，得取消參賽資格。

活動時間

報名及繳件時間：即日起～2021年7月25日
票選時間：2021年7月28日～8月4日
結果公佈時間：2021年8月5日～8月11日

聯絡資訊

電話：02-2720-6753 # 33洪小姐；# 26吳小姐
Email：Meettaipeistory@gmail.com

請詳細
活動辦法

獎勵辦法

- 學生組
第一名：新台幣30,000元整、獎狀
第二名：新台幣10,000元整、獎狀
第三名：新台幣5,000元整、獎狀
佳作5名：新台幣1,000元整、獎狀
人氣獎2名：新台幣1,000元整
- 社會組
第一名：新台幣30,000元整、獎狀
第二名：新台幣10,000元整、獎狀
第三名：新台幣5,000元整、獎狀
佳作5名：新台幣1,000元整、獎狀
人氣獎2名：新台幣1,000元整