Taipei Pictorial
台北畫刊
569
6/2015

台北大河戀

獨木舟＋帆船＋輕艇
親水體驗歡迎大家來

從錫口（松山舊名）出發
理解台北的百年歷史

世大運聖火從韓國光州來台
二〇一七台北市精彩接棒

築夢三步曲：
勇氣、熱情、尋找資源

特別收錄

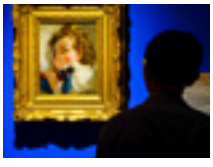
大稻埕．民生社區．忠孝東路四段
台北愛情故事之旅

列支敦士登秘藏藝術精品
今夏在外雙溪故宮看得到

街頭饒舌．碰撞塗鴉．假日演出
西門町後街文化祭很有看頭

版畫作品迷人．歐洲鄉村風咖啡店
捷運中山巷弄內的驚奇小店

第一銀行陳寶川董事長回憶往事
日本時代的商品券



●台北畫刊
知性、感性、自然、人文，
是一本適合全家閱讀的刊物。

●台北畫刊
豐富、多元，是認識台北風貌的園地，
這裡有：
台北城市的發展紀錄，最新的休閒活動資訊，重大的民生議題探討，溫馨的文化藝術報導；實用的生活常識，21 世紀的時代新知。

●台北畫刊
最大的心願是：成為每一位市民的好朋友，和大家一起見證台北的成長。

●榮譽榜
★ 77 年金鼎獎優良出版品獎
★ 78 年金鼎獎優良出版品獎
★ 90 年度行政院優良政府出版品獎
★ 91 年金鼎獎優良雜誌獎
★ 92 年度行政院優良政府出版品獎
★ 94 年度台北市政府優良出版品
★ 95 年度行政院優良政府出版品獎
★ 96 年度台北市政府優良出版品
★ 97 年度台北市政府優良出版品
★ 98 年度台北市政府優良出版品
★ 99 年度台北市政府優良出版品
★ 100 年度台北市政府優良出版品

●隨時隨地　享受台北畫刊！
自即日起，讀者可至台北市政府觀光傳播局網站（www.tpedoit.gov.taipei）首頁點選「閱讀台北」，即可進入台北畫刊網路版。也可至台北市政府網站（www.gov.taipei）註冊成為網路市民後，免費訂閱《閱讀台北電子報》，隨時掌握最新出版訊息，或上網分享閱讀心得。

您是否有為了獲得台北畫刊而必須每月奔波各索閱點之苦？您是否有興沖沖地到了台北畫刊的索閱點，但卻失望而返的經驗？為了服務民眾，本刊特別以酌收工本費的方式，提供郵政劃撥訂閱服務，歡迎大家利用本刊後附劃撥單加入台北畫刊讀者行列！

台北畫刊郵政劃撥訂閱辦法：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——新臺幣 300 元（平寄）
◎香港／澳門——新臺幣 600 元（航空平寄）
◎亞洲——新臺幣 780 元（航空平寄）
◎歐、美、非洲——新臺幣 888 元（航空平寄）

台北畫刊讀者服務電話：
編輯：1999（外縣市 02-2720-8889）轉 7563
發行：1999（外縣市 02-2720-8889）轉 7564
e-mail：taipeipictorial@mail.taipei.gov.tw

●免費索取地點

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
台北市文獻委員會圖書室
台北市議會
台北市教師研習中心
台北市兒童托育資源中心
台北市交通事件裁決所
台北 NGO 會館
台北市中正公民會館
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
台北市就業服務中心承德站
台北市社區營造中心
產業發展局科技產業服務中心
財政部北市國稅局
行政院經建會服務台．經濟部國營會
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
士林劍潭青年活動中心
台北市藝文工會
林堉琪先生紀念基金會（老人社會大學分校）

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
東區地下街旅遊服務中心
運劍潭站旅遊服務中心
捷運西門站旅遊服務中心
捷運北投站旅遊服務中心
捷運圓山站旅遊服務中心
市府轉運站旅遊服務中心
捷運台北 101 ／世貿站旅遊服務中心
美麗華遊客中心
陽明公園遊客中心
梅庭遊客中心
纜車動物園站遊客中心
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
台北晴光商圈促進會

運動中心
台北市中山運動中心
台北市北投運動中心
台北市中正運動中心
台北市南港運動中心
台北市士林運動中心
台北市萬華運動中心
台北市內湖運動中心
台北市信義運動中心
台北市松山運動中心
台北市大同運動中心
台北市大安運動中心
台北市文山運動中心

機場、捷運
台北捷運各站
台北捷運公司捷運商品館
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
市府轉運站
松山機場服務台
昇恒昌台北松山機場免稅店
臺灣桃園機場一、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
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
牯嶺街小劇場
紀州庵文學森林
西門紅樓
台北之家
市長官邸藝文沙龍
台北國際藝術村
公園處士林官邸販售處
公園處逸仙公園
華山 1914 文化創意園區
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
郭子儀紀念館
水源劇場
台北小巨蛋服務台
台北探索館服務台
台北市中山堂
台北市立動物園
台北市立美術館
台北市立社教館
台北市立天文科學教育館
台北市立兒童新樂園
台北市萬華故事館
中山親子旗艦館
北投親子館
中正紀念堂
中正文化中心（表演藝術圖書館）
臺灣博物館
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

書局、戲院
五南文化廣場臺大店
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）
東南亞電影廣場
國賓戲院
樂聲戲院
日新威秀影城
in89 豪華數位影院
今日秀泰影城
新光影城
絕色影城
滴山大戲院
國賓影城（微風廣場）
百老匯數位影城
欣欣秀泰影城
大千電影院

其他
摩斯漢堡（限店內閱讀）
丹堤咖啡（限店內閱讀）
Is Coffee（台北市、新北市各分店）
凱擘系統台
賓樂交通（限車內閱讀）
台北衛星車隊（限車內閱讀）
新光三越信義店 A8、A11（服務台）
遠東百貨寶慶店
義美公司（台北市、新北市各分店）
老人社會大學（台北市三民路）

夏天的台北，有美好的夢想

最近一次沿著河濱跑步、騎單車、觀察生態……是什麼時候？台北人與河的關係幾度聚散，近年來隨著河川整治工程有成，我們與河重修舊好，這期《台北畫刊》特別製作「台北大河戀」專題，介紹親水的多樣玩法，還有提供錫口碼頭一日遊程，帶領讀者重回河的懷抱。

風雨生信心，五月二十三日光州世大運聖火來台北，雖然天公不作美，但澆不熄火炬手和民眾的熱情。韓國光州是二〇一五世界大學運動會的主辦城市，當聖火的母火在台北市點燃，無異正式宣告台北傳承了二〇一七世大運的主辦權。

六月是畢業季，「台北現場」單元製作了「築夢三步曲」系列，從勇氣、熱情到尋求資源三個面向介紹築夢踏實的方法。其中，爭取澳洲「世界最棒工作」的謝昕璇勇氣可嘉、首次摘金的中華競技啦啦隊熱情過人、創立「Hahow好學校」課程平台的江前緯，在台北市政府產業發展局創業服務辦公室的協助下，如虎添翼，都值得懷抱夢想的社會新鮮人仿效。

炎炎夏日，快來看看韓良憶端出的涼麵、焦志方介紹的家傳炸醬麵，以及台北電影節與台北兒藝節推出的文化饗宴，讓你胃口大開，身心靈都飽足不已。

中華民國 **57** 年 **1** 月創刊
104 年 **6** 月 **10** 日出刊
發行人———簡余晏
總編輯———鍾齡玲
主編———王宜燕
責任編輯——廖雅琴．林瑋庭．劉子立．鄭雅萍
美術設計——一格台灣股份有限公司
行銷企劃——朱瑞鈴．李炎欣．呂宛芝．熊彥
發行所———台北市政府觀光傳播局
地址：**11008** 台北市市府路 **1** 號 **4** 樓
電話：**1999**（外縣市 **02-2720-8889**）轉 **7564**
傳真：**02-2720-5909**
網址： **www.tpedoit.gov.taipei**
e-mail：**taipeipictorial@mail.taipei.gov.tw**
印刷———中華彩色印刷股份有限公司
新北市新店區寶橋路 **229** 號
02-2915-0123

本刊全部圖文均有著作權，
未經本刊同意不得使用或取材

統一編號 **2005700037**
ISSN 00399051

中華郵政台北雜字
第 **1164** 號執照登記為雜誌交寄
每本定價 **25** 元

台北畫刊 **APP QR code**

Android **iOS** **LINE** 市府服務
e 網打盡

● 上網填問卷 好禮送到家

親愛的讀者，《台北畫刊》每月舉辦「填問卷 抽好禮」活動，只要您到閱讀台北主題網 **reading.gov.taipei** 填寫網路問卷，就有機會獲得 **1** 份優質出版品，得獎名單將在次月問卷網站上公布，機會難得，請立即上網，告訴我們您的寶貴意見喔！

001
編者的話

002
目次

004
台北焦點 Taipei Focus
新成立道路管線暨資訊中心／
快速解決問題
文／秀敏　攝影／王能佑

006
城市行動者訪談

Innovator Interview
專訪副市長周麗芳／
放棄舒適圈　勇於接受挑戰
文／蔡依蒨　攝影／劉佳雯

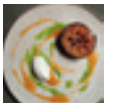
008

專訪工務局局長彭振聲／
減少重複開挖　建構生態城市
文／秀敏　攝影／劉佳雯

010
城市美食探索 All About Cuisine
韓良憶私房觀察／
荷蘭愛吃多汁白蘆筍　台灣愛爽脆綠蘆筍
文／韓良憶　攝影／ Job Honig 侯約柏

012

美食節目主持人焦志方上菜／
從小最愛家傳炸醬麵
文 · 圖／焦志方

015

餐盤中的田園詩／
今井義浩的料理與風景
文／ Beher 生活廚房

018
封面故事
Cover Story
台北大河戀

020

從錫口（松山舊名）出發／
理解台北的百年歷史
文／金康嵐　攝影／楊智仁

026
獨木舟＋帆船＋輕艇／
親水體驗歡迎大家來
文／李盈　攝影／許斌

033
台北現場 What's New

034
世大運聖火從韓國光州來台／
二〇一七台北市精彩接棒
文／蔡依蒨　攝影／郭鳳孝

038

築夢三步曲／勇氣篇
進入世界最棒工作決選
謝昕璇勇闖世界
文／李盈　圖／謝昕璇提供

041

築夢三步曲／熱情篇
終止美國七連霸美夢
中華競技啦啦隊艱苦鍍金
文／林相美　圖／中華競技啦啦隊
協會提供

044
築夢三步曲／尋求資源篇
七年級生創業夢
線上影音課程專賣學校沒教的課
文／許麗芩　攝影／吳金石

048

期待六月底的台北電影節／
百萬獎金吸引眾多台灣電影參與
文／ Peggy Yu 圖／台北電影節提供

050
台北兒童藝術節七月起跑／
七檔大型戶外演出歡迎大家來看
文／ Peggy Yu　圖／台北兒童藝術節提供

052
水岸台北 2015 端午嘉年華很創新／
新增青少年組更有活力
文／蔡依蒨　圖／台北市政府體育局提供

054
專訪宏都拉斯首都市長伉儷／
阿斯夫拉：台北——一座令人難忘的城市
文／許麗芩　攝影／高讚賢

056
清山淨灘．公廁美化．跨年晚會迅速清潔／
新加坡專門來台北拍攝
文／秀敏　圖／台北市政府環境保護局提供

058

專訪指揮家黃東漢／
上台前認真排練　上台後放鬆享受
文／趙欣　攝影／劉佳雯

060

專訪世界設計之都執行長吳漢中／
努力與市民溝通設計觀念
文／趙欣　攝影／高讚賢

062
市府活動行事曆 Events for Citizen

064
台北廣播電台節目表 Broadcast Program
電台 DJ 路易　透過廣播推廣閱讀

新成立道路管線暨資訊中心／

快速解決問題

文／秀敏　**攝影**／王能佑

陳先生家門前的馬路，因為挖埋電線，施工不慎將自來水管也挖破了。過去他打 1999 反映後，要等市府人員分別通知電力公司與自來水處，兩個單位再各自派人到場勘查，光是通報就耗掉不少時間。但未來若發生類似狀況，派駐在道管資訊中心的管線單位人員就可馬上派工處理，快速解決問題。

（朱瑞鈴攝）

為解決經常挖掘道路，影響道路品質的問題，台北市政府工務局將於七月一日成立「台北市道路管線暨資訊中心」（簡稱「道管資訊中心」），首創統合政府機關與管線機構資源，同時建立 3D 管線圖、納入天空纜線地下化等計畫，建構道路管線管理「一條鞭」的智慧城市。

二十四小時運作　掌握即時狀況

未來道管資訊中心將二十四小時全天候運作，隨時監管道路巡查維護、道路施工及緊急事件應變處理，由工務局核派高階官員擔任主任及副主任，各管線機構選派專職人員進駐，工務局自今年五月起也已安排進駐人員進行密集專業與實務訓練，受訓合格人員才可進駐中心作業。

道管資訊中心成立後，可即時掌握道路巡查軌跡及道路缺失情形，並進行追蹤處理。另外，道路施工單位需即時拍攝施工影像傳送至中心統一監管，對於有施工品質疑慮案件將派員進行現場稽查，民眾也可透過智慧型手機隨時查詢施工動態。

「一條鞭」管理　改善馬路重複施工

未來，道路施工過程遇有管線障礙，可立即通報中心人員，並將影像回傳中心協同處理，有效改善重複施工情形。工務局預計，透過科技與智慧管理，能將目前每年道路挖掘量減量百分之二十，降至一萬件以下，並逐年遞減。

配合管線施工進度，道管中心也會派員實地測定管線座標，將新設管路及早期埋設舊管資訊不全部分逐步補足，以發展 3D 管線圖，有助於預為規劃施工路徑、避免挖損管線，提供都市防救災決策參考。

工務局局長彭振聲表示，道管資訊中心正式運作後，將優先針對道路維護更新、管線汰換、天空纜線清整，整合台北市政府推動各項建設及新建房屋民生管線等計畫與需求。將來道路施工可預做排程管理，避免各管線機構疏於橫向聯繫，造成施工衝突而影響交通，也將嚴格限制夜間施工，避免影響住家安寧。

專訪 副市長**周麗芳**／

放棄舒適圈　勇於接受挑戰

文／蔡依蒨　**攝影**／劉佳雯

傍晚五點多，台北市副市長周麗芳辦公室仍忙碌，來往準備報告業務的市政府官員穿梭著，隱約可聽見的討論聲中，周麗芳溫緩的聲音間雜流出，猶如其人，襯著合宜端莊的黑白基色套裝，散發著濃厚大學教授的溫和與知性氣息，從大學教職到接下台北市政府副市長職務，周麗芳說，信念就是「勇於接受挑戰」。

學以致用回饋國家

以現代人愛用的術語來說，求學之路從北一女中、台大經濟系、陽明醫學院公共衛生學碩士，到公費留學至德國基爾大學獲得財政學暨社會政策研究所博士，周麗芳正是人人稱羨的「人生勝利組」。後續包括進入國立政治大學從事教職，擔任過財政學系系主任、研究發展處研發長，甚至到衛生署中央

周麗芳督導包括 2017 台北世界大學運動會等備受考驗的活動。（潘立銘攝）

健保局擔任副總經理，讀書、求職順遂，也似乎沒有什麼事可難倒她。但在人生應該趨於安定之時，周麗芳毅然放棄舒適圈，挑戰台北市副市長一職。

「為這塊土地奉獻」，周麗芳其實更期許自己是學以致用，她的所讀所學，都和社會服務有關，因此她積極參與，曾任全民健保架構研議的委員，以及協助規劃退休撫卹制度、活化政府基金管理等；在政大任教期間，因為對研發創新的熱忱，也長時間擔任該校研究發展處的研發長。

從相對單純的校園環境，轉到台北市政府擔任副市長這個要職，周麗芳說確實是「薪水少了，工作增加了，責任也更重了」，但她說這是一個使命感，周麗芳認為自己受國家栽培，當國家需要我服務時，這就是她的使命。

打造有愛的文化城市

周麗芳督導的業務局處包括教育局、文化局、社會局、觀傳局等，以及世界設計之都、世大運等備受考驗的活動。她說自己督導的局處都是肩負提升台北市「軟實力」相當重要的推手，希望透過整合市政業務，型塑台北的城市精神，打造一個有豐富文化底蘊、有永續生態、有共同信念，讓人感覺有愛的文化城市。

成為副市長，成為市政的推手，拘謹又帶著滿身工作能量的周麗芳期許自己更謙卑、傾聽，也願意給市府同仁有更多表現的機會，充分授權、充分信任、同時激發公務員無限潛能。擔任副市長每天行程滿滿，問她累不累，周麗芳笑說絕對不會，因為是「把工作當作快樂的事！」

專訪 工務局局長**彭振聲**／

減少重複開挖　建構生態城市

文／秀敏　**攝影**／劉佳雯

工務局局長彭振聲於去年底被市長柯文哲從高雄市延攬北上，上任五個多月讓他有工作兩年的感覺，雖然工作繁重卻相當充實。他表示，工務局主管的範圍包山包海，從管理山區的大地工程處，到負責道路橋梁的新建工程處、公園市容綠美化的公園路燈工程管理處、河川管理的水利工程處，一直到地下排水的衛生下水道工程處。

在市長柯文哲的指示下，工務局肩負將台北市打造成擁有保水、透水、防洪、生態四大特色的城市。為了達成目標，工務局也快馬加鞭擬訂計畫，制定標準作業程序。

建構保水、透水、防洪、生態城市

在保水部分，由於山坡地面積占了台北市百分之五十五，如果要讓山坡地安全，須致力於坡地保水及治山防洪，彭振聲認為應做好土石流整治及順向坡巡勘觀測等工作，以降低致災風險。明年起，山區道路也全部回歸工務局管理。

在減洪部分，不論是人行道或自行車道都要具有透水性。彭振聲說，台北市局部地區有淹水問題，像是興隆路二、三段一帶，因早期排水設計的排水量不足以容納都市開發後之雨水逕流及全球暖化的集中降雨量，每下大雨就容易淹水。工務局決定採用總合治水計畫，導入流域管理的觀念，軟體、硬體齊行，工程、非工程手段併用，多元方式解決。建置口徑兩米四的潛盾隧道分洪，另在辛亥路憲兵營區及文山運動中心旁，各建約四萬六千噸及約六千噸的滯洪池，預計兩年後可完工，以澈底解決淹水問題。

滯洪池在颱風豪雨期間可蓄留雨水，降低水災風險，平時則是民眾散步、遊憩的好地方。（圖／水利工程處提供）

為了提升防洪決策系統，台北市六個抽水系統將陸續啟用自動化監控系統，由位於建國新生抽水站區的抽水站總管理中心統一監視指揮。全自動抽水在水位到起抽水位即自動抽水，可補人力不足問題，將是全台唯一且最進步的自動化抽水控制中心。

成立「道管資訊中心」　減少馬路重複挖掘

彭振聲說，上述總合治水計畫，只是新政的一半。由於市民最詬病的就是馬路經常挖挖補補，工務局決定自今年七月一日起成立「道路管線暨資訊中心」，結合市府與管線單位資源，二十四小時皆有管線單位人員駐守，全程監控管線挖掘過程及品質，一有狀況可立即處理。

目前工務局已著手建置四百餘支攝影機，屆時可即時拍攝施工影像回傳「道管資訊中心」進行監管，一旦發現施工品質有疑慮，中心將即刻派員至現場稽查。

另外，「道管資訊中心」將透過「透地雷達」，探測及建置全台北市 3D 地下圖資，新闢道路及都更區域一年半會有具體成果，其他道路三年時間將有具體成果展現。彭振聲信心十足，認為未來可大幅減少「重複挖掘」，首年預計降低兩成道路挖掘量，未來還會建置 App，讓民眾可透過手機，隨時掌握施工動態，相信一定能提高效率，改善弊病。

韓良憶私房觀察／

荷蘭愛吃多汁白蘆筍 台灣愛爽脆綠蘆筍

文／韓良憶　攝影／Job Honig 侯約柏

利用本土農產品，也能輕鬆做出道地荷蘭美味。

夏日將至，台北城綠意葱籠，風光正好，然而我人在台北，心卻好似有一半飛到了遠方，只因再過幾天，就要重返睽違多時的鹿特丹，這一回除了探親訪友，也想回到往日熟悉的角落，好比說，市中心的露天大市集。

從前一星期至少見一兩次面的魚販、賣香料藥草的女孩和乳酪攤老闆，兩年沒見了，不知他們可還安好。我要上市集，和他們打個招呼，寒喧兩句，順便光顧一下人家的生意，採買新鮮的農產，重新體會在荷蘭廚房燒菜的滋味。這會兒，想來菜攤上已擺滿一束束或綠或白蘆筍了吧。

白蘆筍、綠蘆筍　台荷兩樣情

荷蘭四季分明，生鮮農漁產隨著季節的變遷，輪番上場，從四月底至六月底這整整三個月，正是吃蘆筍的好時節。時令一過，市面上賣的蘆筍往往是飄洋過海而來的進口貨，即便悉心烹調，也沒有本土就近採收的當令蘆筍那麼甘甜又多汁。

於是一到暮春，荷蘭簡直是舉國上下痛快吃蘆筍。荷蘭人一般偏愛種植時不給見陽光的白蘆筍，水煮前需切除底部，尚需捨得削皮，削時一手倒拿蘆筍，另一手持著鋒利的削刀，自底部一口氣往下削，削至離筍尖八、九公分處，把纖維較粗的外皮通通削掉，食來才不會一口渣。

荷蘭人愛吃軟而多汁的白蘆筍，台灣人卻更喜脆爽的綠蘆筍。殊不知台灣在六、七〇年代，蘆筍出口量占世界第一，以白蘆筍為主，多半製成罐頭外銷。我的荷蘭好友安就說過，她兒時正是從白蘆筍罐上的 Made in Taiwan 三個字，認識「台灣」這個地名。

台灣人比荷蘭人幸運，從三月下旬到十一月，自春徂秋，都有本地蘆筍可吃，其中以七、八月蘆筍產量較少，春天產量最多，不分哪一季，品項都以綠蘆筍居多。不過這幾年來，由於飲食習慣逐漸西化，白蘆筍也重返傳統市場。前一陣子，我就發覺常去的菜攤上，綠蘆筍也好，白蘆筍也罷，數量都變多，價錢也平穩，索性卯起勁來烹調蘆筍。

清炒、拌麵　清新的蘆筍滋味

若是中式吃法，我常直接清炒，起油鍋，加一瓣拍扁的蒜頭，待蒜傳出香味就撈出，以免蒜味掩過蘆筍清新的滋味。有時則拿來炒蝦仁、肉絲或牛柳，這時往往會加一點去籽的紅辣椒絲或彩椒片，讓整盤菜色更繽紛鮮明。

偶爾還會學小酒館的作法，做培根蘆筍捲下酒。這道小菜作法容易到簡直不需要廚藝：蘆筍用加了鹽的滾水汆燙，冰水沖涼、瀝乾，切長段，捲裹以半片培根，收口朝下，下平底鍋煎熟。家中有烤箱更省事，把培根蘆筍捲置於墊了鋁箔紙的烤盤中，撒些芳香藥草和黑胡椒，進烤箱焗烤至培根出油且略焦就可以了，夠簡單吧？

遇到工作忙，沒有太多時間下廚時，就拿綠蘆筍做義大利麵。蘆筍切斜段加鮭魚、洋火腿、莎拉米香腸或培根，再加點彩椒絲增色，炒熟後和煮至彈牙的義大利麵一拌便可。如此一盤有葷有素，還有澱粉質主食，算得上營養豐富。配上週末煮好的番茄蔬菜湯或胡蘿蔔湯，就這樣一碗湯、一盤麵，搞定簡便卻不隨便的週間晚餐。

至於白蘆筍，仍按荷式作法烹之：炒鍋中加蘆筍皮和水，撒一點鹽，煮開後撈出皮丟棄。削了皮的蘆筍整根下鍋，讓筍尖露出水面，中火煮滾後改文火燜煮十幾、二十分鐘，把蘆筍煮得軟且嫩，夾出鍋，和水煮馬鈴薯、水煮蛋和洋火腿或燻鮭魚同置盤上。接著，在小鍋中融化牛油，混合檸檬汁、肉豆蔻粉和鹽，做成醬汁，往盤上一澆，撒些胡椒、碎歐芹或細香蔥；這一頓利用本土農產做出的道地荷蘭餐，可以端上桌了。

菜攤上一束束的蘆筍，正是當令好滋味。

美食節目主持人焦志方上菜／

從小最愛家傳炸醬麵

文・圖／焦志方

因為籍貫的關係，自小就養成了吃麵食的習慣，家裡的冰箱一年四季也都儲備著各種不同搭配麵條的醬料，茄子滷、白菜滷、金針滷、炸醬、紹子、芝麻醬……，而其中的「炸醬」則是我的最愛，做起來簡單，儲存時方便，吃起來那濃濃的醬香……，經常讓我止不住口腹之慾地狠狠大吃一碗！

從以前爺爺的學生來家裡聚餐，品嘗奶奶的好手藝，到現在太太做好之後讓女兒帶回宿舍和同學們分享，歷經了家中四代人身邊的親朋好友們，只要吃過我們家炸醬麵的人，沒有一個不回味無窮，念念不忘的。

炸醬之所以為「炸」

說起了這個「炸醬」，為什麼會用「炸」來當做這個醬的烹調方式，為什麼不是「炒」、「煮」、「熬」？ 我還真的認真去研究了一番，經過一位前輩的解惑，那是因鍋中「油」

的量而定義的烹調用字，一般烹煮東西的時候，鍋子裡的油少於食材稱之為「炒」，當油和食材一樣多的時候就叫做「煎」，而食材沉在油裡的時候就是「炸」了！在製作炸醬的最後階段，因為比重的關係，醬和料都會沉在鍋底，上頭浮起了一層的油，看上去就像是把醬丟在油裡炸一樣，所以才會用「炸」做為動詞，稱之為「炸醬」了！

炸醬真是個最方便的醬料了，可以隨著不同的季節在醬裡頭添加食材，例如：加些洋蔥增加甜味、加些豆干增加口感、加些菌菇增加營養……；也可以隨著不同價格調整配料，最陽春的長相可以只有醬配麵，而且那個醬還是八分的醬搭配少得可憐的肉末末，可是醬的鹹香風味依舊讓人吃得非常開心，而最豪華的長相那就因人而異嘍！你有多少的「本錢」盡可大方地表現在麵條上的「麵碼」，從色彩學出發、依季節來選配、按五行做要求……總之怎麼配都行。

焦志方最愛的炸醬麵，總讓他止不住口腹之慾地狠狠大吃一碗！

準備炸醬麵的「麵碼」

至於我家的「炸醬麵」是這麼做的，事先把麵和「麵碼」準備好：

「微粗的手工拉麵」──我嫌機器做的麵條太過平滑，沾不上醬，吃起來味道不夠，而太粗的拉麵咬起來又太韌，和配料的口感落差太大，所以喜歡用微粗的拉麵。

「頂花帶刺的小黃瓜」──「頂花帶刺」這可是個極有學問的形容詞喔！如果小黃瓜的頂端還連著沒有凋謝的黃花，外表綠皮摸起來還有微微突起的小刺，那麼它絕對新鮮、絕對嫩。

「不掐根的豆芽」──我不喜歡買那些已經掐頭去尾，被藥水泡的白白肥肥的「銀芽」，雖然賣相好看，但是彷彿就是個經過「醫美」的美人一樣，如果還有根存在，那至少證明它才被拔起來沒多久。

從小黃瓜、胡蘿蔔到豆芽等食材，挑選都有學問。

「橘頭的胡蘿蔔」——好吃的胡蘿蔔要從頭看起，連接葉子的頂端要呈現漂亮的橘色，倘若呈現其他綠色時，這根胡蘿蔔吃起來絕對不甜。

「鴨蛋」——蛋香也是成就一碗好吃炸醬麵的重要功臣，油脂豐富的鴨蛋一定會比雞蛋來的好，經過油攤出赤赤的虎斑，咬在嘴裡香氣十足。

把小黃瓜和胡蘿蔔洗淨切成細絲，豆芽用少許鹽略抓殺青，鴨蛋打散後煎成蛋皮切絲備用。

當拉麵煮熟盛入碗中，先淋上炸醬，依序放上小黃瓜絲、胡蘿蔔絲、蛋皮絲、豆芽和少許蔥白，在吃之前依個人喜好加上少許醋和辣渣，拌勻了麵條，一口炸醬麵、一口蒜頭…，就可以慢慢享用這個「豐儉由人」的炸醬麵了。

炸醬的食譜

材料／五花肉 10 兩、洋蔥 1 個、豆干 6 片、豆瓣醬 6 兩、甜麵醬 6 兩、薑末 3 大匙、蒜末 3 大匙、蔥花 1 杯、沙拉油 1 杯、糖適量、酒適量、味霖適量。

做法／

1. 五花肉切小丁塊，豆瓣醬及甜麵醬分別以水調至稀糊狀。
2. 起鍋熱油放入薑末爆香，加入五花肉丁和酒炒香盛出（肉丁一定要炒香，但不能跟著醬繼續煮，否則愈煮就會愈老）。
3. 鍋中再加油（油量可以多一些，一來因為油多，醬好保存，再來因為油多，麵才好拌得開），爆香蒜末和洋蔥丁，接著將豆干丁用小火煸得微微焦香，先加入豆瓣醬，以小火炒至香味飄出，再加入甜麵醬，續以小火翻炒至醬汁發亮。
4. 最後將剛才盛出的肉丁加入拌勻，再加適量的水調整醬汁的濃度，最後用適量的糖和味霖調味，等到醬汁再次煮沸，臨熄火前加入蔥花拌勻，就完成了炸醬。

餐盤中的田園詩／

今井義浩的料理和風景

文／ Beher 生活廚房 www.beher.com.tw

成長於東京近郊，遷居京都，年僅三十三歲的自學廚師—今井義浩，自費出版了結合自然、詩、食物的攝影食譜書：《Circle》。記錄了節氣風景和當季食材所作的料理，深入廚房，更踩進農地，將農地的色彩與味道端上餐盤。

專欄簡介：

世界廚房：從食物看天下

世界就像一座大廚房，交錯的人和事，烹調出百般複雜的生命滋味。

我們每日三餐所食雖然細碎，卻真實地記錄著過去與未來的歷史、文化與社會樣貌。因此我們經由食物，以採訪走入世界，引介不同食物工作者們深耕食物的精彩故事；除了希望反映出食物更多面向的樣貌和感動之外，也讓世界與台北對話。

成為廚師是你從小的夢想嗎？

小時候曾夢想成為科學家，大學時嘗試以天然酵母作麵包，一次又一次的用雙手揉製，麵團在微生物一呼一吸之間漸漸膨脹的過程，發掘了對食物的興趣。二〇〇六年至二〇一四年，加入 enboca 餐廳，採用當季食材分享季節的緩步推移。受到 Noma 餐廳（註 1）的食譜書啓發，也曾到哥本哈根短期修業。我目前正籌備中的餐廳，期待能持續支持農夫，也表達對自然與食材的關注。

這個在比叡山腳下的村落，位於京都大原，與記憶中爺爺的農園很相似。在這裡，我不僅購買新鮮的食材，更採集野花與樹枝搭配料理。（Yuka Yanazume 授權）

窯烤柿子這道菜，在哥本哈根我使用梨子，但在京都的秋天則使用當季的柿子，連顏色都不自覺地轉為京都秋日的色彩。（Yuka Yanazume 授權）

現居京都，對於你的食物創作有什麼影響呢？

生活在一座古城使人謙卑，至今仍時常為這個城市所驚豔，彷彿是初次到訪。「上一次京都有什麼新鮮事，或許是二戰以前了吧！」在地老人家這麼說著。居於傍山的東山區，感覺自己和所作的料理，都被京都的環境所潛移默化。窯烤柿子這道菜，在哥本哈根的時候使用梨子，但在京都的秋天則使用當季的柿子，連顏色都不自覺地轉為京都秋日的色彩。在京都，傳統歷史文化與現代共存所帶來的衝擊，以及在農夫市集裡緊密的社群關係，加上與料理界前輩亦師亦友的情誼，使我在京都感覺到著地，終於向下扎根。

參與農事又如何影響你的料理呢？

食物，是都市生活貼近土地最親切的媒介。從小跟著爺爺在水戶市的農園裡熟悉田間草木，目前也參與位於京都大原的青年農夫社群，一同投入農事。在料理的合唱裡，我只是指揮家，料理的顏色、香氣、質感皆來自大自然所孕育的真實食材；三餐所食的米飯，也是岳父家所自耕的，我會以鑄鐵鍋烹煮保留在地米的好滋味。最好的料理不在於炫技，而是透過吃反映食物與人的原味。

想要透過《Circle》這本食譜書帶給大家什麼呢？

在不同的時間與空間裡佐以當季的食材，同一道料理便有了多元的姿態，唯有透過攝影才能記錄料理的每一瞬間，於是自費出版了《Circle》這本書。出乎意料的，有來自台北、紐約等世界各地的關注。此外，在日本當地我也到屋頂菜園、藝廊、魚市場、博物館等地點作快閃餐廳（註2）的料理分享活動，想傳達對自然和食物的觀察，以及我們在短暫的一生，透過吃與漫漫歷史有所連結。

你曾經到訪台北嗎？最想去台北哪個地方？和品嘗什麼食物？

我認為台灣很有生命力，雖然還沒有去過，但非常期待有一天能造訪。在台北，希望能到菜市場、地方上的小吃店走走，和拜訪一些與詩歌、手工藝品相關的藝文場所。此外，我對醃漬和發酵的食物特別感興趣。每個地方，都有自己獨特的食材以及食物保存方式，每當造訪不同國家時總會對此感到好奇。

結合自然、詩、食物的攝影食譜書：《Circle》。（Yuka Yanazume 授權）

註：
1.Noma：位於丹麥哥本哈根的米其林二星餐廳，於 2010、2011、2012、2014 均於全球最佳餐廳之列獲評選為第一名。
2.Pop-Up Restaurant：又稱游擊餐廳，一種非正式的餐廳形態，壽命、地點不受限，旨在提供「僅此一次」的飲食體驗。

關於 Beher 生活廚房

Beher 生活廚房誕生於二〇〇八年，希望藉由一個空間，與大家一起醞釀關於食物與生活的想法。開辦料理課程與食物產地旅行等活動，分享關於食物的特色、創意、經驗以及飲食體驗。希望呈現飲食文化的完整構面，並將美學教育融入生活中。

台北大河戀

台北人與河幾度分合：曾經，我們讚頌淡水河是孕育台北文明的母親河；又曾經，我們輕喟著：嗚咽的淡水河……不知從什麼時候開始，我們深深戀慕的河，垃圾、浮油飄散、死魚橫陳，成了令人掩鼻、走避的污染源，高築的堤防更阻隔了我們與河的關係而漸行漸遠。

近年來隨著河川整治工程有成，河岸大大地改觀，拉近我們跟河的距離。大稻埕碼頭、關渡碼頭、錫口碼頭成了觀光勝地；在藍色水路上划獨木舟、玩風帆、駕輕艇已成時髦拉風的玩意兒；一座座璀璨炫麗的光雕橋梁令人目不暇給；到河濱公園打曲棍球、拍婚紗照、露營野炊是行事曆上的重要記事，不知不覺我們與河重修舊好，重回她的懷抱。

我們已知道要珍惜河的美好，不再對她予取予求，未來世世代代都要跟她共存共榮，共譜美麗戀曲。

從錫口（松山舊名）出發／

理解台北的百年歷史

文／金康嵐　**攝影**／楊智仁

很久很久以前，大約是清朝嘉慶初年，有一個叫做「錫口」的地方，為基隆河河運樞紐，不分晝夜，熱鬧非凡，白天商販叫賣聲震耳欲聾，夜晚則是燈火通明，鶯聲燕語撓心，被暱稱為「小蘇州」。有一句古諺形容得特別貼切：「去基隆擔塗炭，轉來錫口當被單」，講的就是工人把到基隆辛苦挑煤炭賺來的錢，都花在錫口的風花雪月上。

而這個樞紐，雖然曾因鐵道興建而沒落，但所謂潮落潮起，隨著城市發展變遷，這兒又再度成為台北的交通重鎮之一，不但捷運、鐵路在此交會，錫口碼頭也蓄勢待發，企圖恢復過往河運繁盛時期的絕代風華。

說了這麼多，還在猜錫口在哪兒嗎？其實，錫口就是松山的舊名，主要指的是彩虹橋、松山慈祐宮和饒河街觀光夜市一帶。到這兒走一遭，就能深刻感受到此地古今疊影交錯下的重重精彩。

（圖／劉淑儀繪）

10:00~11:00

看〈河流彎曲之處，域見繁花光穹〉賞工藝之美—道後兒童神轎

這場由五萬多根不鏽鋼管、水晶玻璃及 LED 燈垂直錯落出高低起伏造型的華麗視覺饗宴，即便是在匆促的都市叢林裡，還是能讓旅客停下急促的步伐，仰首靜靜欣賞頭上流動彩光排列出的各種幾何圖案與圖騰。

而這個大型公共藝術的創作理念與松山歷史息息相關：「以有如河灣水波的迴流意象，在挑高空間中流轉、擴散出多重層次與角度的視覺體驗，藉以演繹松山豐沛璀璨的歷史起源；以富麗壯觀的巨型光雕形式，營造如同繁花百景的『繁花 & 光穹』，透過充滿生命力的生機力量，舞動出豐富的感官經驗，歌頌松山古今文明遞衍過程裡的百花齊放與未來希望。」

從捷運松山站一路走到新台鐵松山車站的話，可以看到造價不斐的道後兒童神轎，靜靜地被安置在新台鐵松山車站的一隅，等著知音為它流連徘徊，對其工藝之精美給予讚嘆。

道後兒童神轎來自於與台北市松山區同名的日本愛媛縣松山市，代表著兩地頻繁交流中所建立的友誼，據說整個製作過程出動超過二十名工匠，以實木手工打造、上漆，金屬裝飾部分以銅鍍金，轎頂刻有象徵道後溫泉及當地神社的代表紋飾，頂上為鳳凰，歷時四個月才完成。

捷運松山站大型公共藝術〈河流彎曲之處，域見繁花光穹〉。

象徵與日本愛媛縣松山市友好的道後兒童神轎。

以「潮」為主要註解的五分埔。

松山國小旁的刺桐奶奶。

12:00~14:00

到五分埔添新裝

從松山車站依著指標往五分埔走，趁著精力充沛的時候，好好地為衣櫃添些新裝。擁有著數百家流行服飾批發店的五分埔，可說是年輕族群、小資男女的血拚天堂，每次採買結束，最大的遺憾不是買不到想買的東西，而是沒有腳力逛完全部店面。

今日的五分埔以「潮」為主要註解，台港日韓及東南亞服飾品牌搶著進駐，但當年此地僅是中南部民眾北上謀生的群聚之地，他們將外銷成衣餘下的零碎或滯銷布料，簡單加工接綴成內衣褲、童裝或粗製的工作服，供路邊攤及零售店販賣，逐漸發展打響五分埔的名號。

對了，五分埔也在「錫口」的範疇，清光緒年間形成的「錫口十三庄街」就包含了五分埔庄。

頭戴「千歲帽」的土地公。

14:00~15:00

拜見戴著「千歲帽」的土地公 喜會百年老樹「不老仙」、「萬壽翁」和「刺桐奶奶」

逛完五分埔，沿著中坡北路向八德路前進，這邊有個「錫口廊道」，原為三張犁截水圳，如今被加了蓋，變成一處綠意盎然的社區休憩空間。

順著「錫口廊道」漫步到中坡北路尾端，有一座看似不起眼的土地公廟，但來頭不小，相傳錫口為一鯉魚吉穴，清朝時，時人將一塊石頭雕成三尊土地公，並依風水供奉在鯉魚穴的三個部位，分別是魚嘴、魚腹和魚尾巴，而這座慈福宮就建在鯉魚嘴上。廟前碑文對此也有記載：「草店尾是在鯉魚穴之頂，奪龍蹯虎踞之地，享鯉魚穴之氣，佑眾人之福也。」

另外，這兒的土地公可是頭戴「千歲帽」，而非一般常見的「員外帽」，緣由是其保祐的子弟中有人考中科舉做官，所以土地公也跟著沾光。

繞回位於八德路和中坡北路交界處的松山國小，外觀看似新穎的松山國小，卻是一所百年老校，前身為日據時期的錫口國語傳習所，雖然歲月就如一把利刃，一刀刀削去在地人的種種回憶，但幸運地，還是有些東西仍被保留下來，例如正對校門的兩棵百年榕樹，長長的鬚根，就像是擄著鬍鬚沉思對弈的兩名老爺爺，因此被一旁松山國小的學生尊稱為「不老仙」及「萬壽翁」。

松山國小後門則站著一位「刺桐奶奶」，走上天橋，找個最佳位置，好好欣賞一下這棵台北市最大的凱達格蘭族族樹，早年當刺桐開紅花時，就是凱達格蘭族開心跳豐年舞的時候，可惜這棵百年老樹似乎已不再開花。

松山道後溫泉祈福機械鐘。

松山慈祐宮的黑面媽祖。

15:00~17:00

有著媽祖和台灣舞獅的祈福機械鐘向慈祐宮黑面媽祖祈福

往松山慈祐宮方向走去，在參訪這座富麗堂皇的寺廟前，先到慈祐宮前廣場倒數整點的來臨。「喀拉，喀拉」，終於齒輪開始轉動，祈福鐘裡的各種人偶，配合著古調樂曲，展開約三分鐘的動態表演，其中最吸睛的，非正面的台灣舞獅與日本舞獅以及乘著船的Q版日本七福神莫屬，而後，媽祖在左右護法「千里眼」及「順風耳」的陪伴下緩慢升起，平添些許莊嚴氛圍。

這座祈福機械鐘也是來自日本愛媛縣松山市，飽含著當地在三一一震災後對台灣民眾慷慨解囊的感謝，特地以當地道後溫泉知名的「少爺機械鐘」為原型打造，為「錫口」之旅增添一處亮點。

位於鯉魚穴頭福地的慈祐宮，香火鼎盛，清乾隆十八年 (西元一七五三年) 興建以來皆為地方信仰中心。現今正門門楣上，還留有舊名「錫口慈祐宮」字樣的宮牌。

傳說媽祖得道成仙之後，就時常在海上救助遇難的船隻，因此媽祖廟大多是面海或面河，但松山慈祐宮卻是背河面山，其實在初建時，正值基隆河水運繁榮，慈祐宮的確是面向河港，但在乾隆二十二年竣工時，因錫口街興起，加上勘天輿地之說而作一百八十度轉向。

歷經多次擴建的慈祐宮，建築本身藝術價值相當高，像是絢麗奪目的藻井、雕刻精緻的龍柱、廟脊上的仙女馭彩鳳、神將騎青龍、天兵跨猛虎等，都值得香客好好駐足觀賞一番。另外，雖然遭受過祝融之災，但慈祐宮內仍保有不少古物，仿如一座歷史文化博物館。像是門口的一對鎮門石獅，於嘉慶年間塑立，除了造型樸拙可愛外，「左雄獅張嘴戲球、右母獅閉嘴育子」，也顯示出當時傳統觀念與現今的差異。

17:00~19:00

大啖饒河街觀光夜市小吃

位於慈祐宮旁的饒河街觀光夜市，無論是平日或假日，人潮洶湧，觀光客是一攤一攤駐足，體驗台灣道地夜生活，在地人則是熟門熟路，不論是要吃的、要玩的、要買的，在很短的時間內就可以迅速地找到目標、完成心願。

饒河街觀光夜市有許多非吃不可的美食：百年老店東發號招牌的蚵仔麵線，滷大腸爽口夠脆、相當入味；香噴噴的陳董藥燉排骨，加入中藥祕方，沒有腥羶味，滋補養身；另外當然不能不提這兒的福州世祖胡椒餅，窯烤過後酥脆的餅皮，配上帶有濃濃胡椒香味的肉餡和肉汁，令人一口接一口，欲罷不能。

饒河街觀光夜市中香噴噴的藥燉排骨。

道地小吃蚵仔麵線。

夜幕低垂，彩虹橋燈影投射，為台北夜景增添奪目光彩。

19:00~20:00

浪漫彩虹橋看夜景

從饒河街二二一巷 (原渡船巷) 拐個彎，便進入一片深藍的寧靜河畔。

據在地人說，基隆河在還沒有截彎取直時，為名符其實的「蛇美人」，河水氾濫時能淹到快二樓這麼高，然而清澈的河川，成為製作米粉的最佳據點，天氣晴朗時，商家紛紛曬起米粉，撐起一片米白色的河岸風情。

民國八十年起，基隆河段截彎取直工程正式啟動，如今錫口基隆河段兩岸建置完善的河濱自行車道，可以乘風騎往關渡、社子島或是公館，而彩虹橋附近的河岸也設置許多與情人搭配的公共藝術，吸引不少情侶來此拍照定情。

夜幕低垂，彩虹橋上燈影投射，為台北夜景增添不少奪目光彩，趴在欄杆上，享受著拂面的涼爽夜風，喝上一口方才從夜市買來的冰涼飲品，暑氣全消煩憂退散。

一個城市的發展，往往從河岸開始，要了解台北這座古城，不妨就從「錫口」這個地方開始，這趟敘古戲今之旅，可以在短短一日內，一窺古城百年風貌，何不立刻出發！

獨木舟＋帆船＋輕艇／

親水體驗歡迎大家來

文／李盈　**攝影**／許斌

河川、溪流一直是滋養土地和居民的命脈，但被人們無情地污染、並築起高聳堤防阻擋後，人跟水的距離一度被拉得很遠。還好親水概念漸普及，人們正嘗試著重回河與溪的懷抱。時而柔情、時而強勁的水流，似與沿岸聚落的興衰變遷相呼應。只要靠近水域，你將會發現更多歷史、典故、生態等的奇妙故事。

由大稻埕碼頭踏上開往淡水的船，街道的喧囂聲即漸漸遠去，取而代之的是河岸風光與徐徐涼風。回頭看看岸邊，就讓辜宅、陳天來故居、李春生教會等古蹟繼續訴說、傳承當地的發展史，也讓熱鬧的迪化商圈持續活絡下去吧，這不就是先人選擇水陸銜接處，作為發展基地的原意嗎？

過去高高的堤防已不再灰暗單調，取而代之的是煙火節景象、運動百態及各種鳥類飛舞的美姿，都以彩繪方式躍然牆面，另有兩個閃著 Bling Bling 亮光的大型 TAIPEI 字樣，相當醒目。沿淡水河闢建的自行車道則有不少騎士迎風踩著踏板，享受馳騁大自然的快感。船上的遊客也目不暇給，一座座橋梁、一段段河岸風光，都成了急於捕捉的畫面。

藍色水路微旅行正夯，遊河親水樂趣多。

不只訴說歷史 橋梁搖身變新景點

以淡水河上最早的台北大橋來說，一百多年前初建時還是個木橋，它曾在颱風中斷掉、洪患中毀過，經不斷修建才有今天的樣貌。再往下行，可以看到被公認為淡水河上最漂亮的光雕橋——重陽橋，夜晚在燈光投射下，拉著橋面的斜張鋼索璀璨美麗，橋墩下五顏六色，襯托出迷人的繽紛夜景。

社子島一帶又是另一風貌，白色的社子大橋和北投焚化爐煙囪是兩個明顯地標。社子島上的島頭公園更有二百七十度的遼闊視野，大屯山系、關渡宮和觀音山都盡收眼底，觀景平台更是觀賞基隆河與淡水河交會及入海的絕佳地點，另有十七公里的環島自行車道，是觀山親水的好選擇。

順著河水再往下，沿山而建的關渡宮顯得更壯觀，關渡碼頭附近水域偶爾也會出現風帆蹤跡；最讓都市人雀躍的是，站在船的甲板上還能看到在水面跳躍的銀亮小魚——金錢仔，牠雖不具經濟價值，但反映出淡水河的生機盎然；入冬後，捕撈鰻魚苗的小船更遍布出海口；河岸的關渡自然公園溼地與紅樹林溼地，也蘊藏更多生機。橫臥淡水河上的紅色拱型關渡橋重達六千公噸，採用台灣自製鋼材施工完成，是國人的驕傲。

校外教學．微旅行　藍色水路近年夯

搭「藍色水路」航班校外教學的景文高中學生，在關渡碼頭上船前，看到溼地的彈塗魚和招潮蟹就興奮不已，驚呼連連。該校自然科學研究社的學生王莉云說，第一次搭船參加校外教學，不但看到河濱溼地、泥灘及生命力蓬勃的各類生物，還有鳥兒飛翔的美姿，感覺收穫豐富。

同團另一名學生呂妍希說，船上的生態導覽老師還從河濱公園步道旁撿了兩支水筆仔胎生苗讓學生傳閱，大家都覺很新鮮奇妙。導覽員李清木說，淡水河污染嚴重時，民國七十一年在下游只剩十四種魚類，經整治後一〇一年已回復到有一百零九種魚類。

台北市政府交通局公共運輸處表示，台北市藍色水路發展隨著河川整治及水岸景觀的改善，已有越來越多人實際搭船體驗。藍色水路載客量統計至一〇三年底，已超過一百萬人次搭船體驗遊河親水樂趣。此外，一〇二及一〇三年共吸引台北市近百所學校逾一萬兩千位師生將藍色水路作為校外教學行程，獲得好評。

民國一〇二年也首次推出「藍色水路微旅行」計畫，於遊程中加入專業導覽解說，並結合碼頭周邊水陸景色設計成套裝遊程，成為市民假日觀光遊憩的新選擇。民眾可盡享水、陸景點結合的各式行程，如「半日遊微旅行」生態行腳或文史巡禮等套裝導覽遊程，了解碼頭周邊古蹟、生態及河川歷史、人文等文化特色。

景美溪老照片，訴說著往昔台北的種種。

反映日據時代水岸生活的紀州庵。

歷史沿水域長流　騎單車追本溯源

除了搭船，騎著單車沿河濱悠遊也很愜意，沿岸不僅有豐富的自然生態，也有濃厚的人文歷史，每一項都與這座城市息息相關。以單車達人李立忠推薦的景美溪、新店溪而言，就有很多鮮為人知的故事。

像溪口國小圍牆上就鑲嵌了一系列景美舊照片，除了昔日廟會賽豬公等熱鬧畫面，還有居民在景美溪洗衣服、孩童在溪裡玩水的歷史鏡頭；另外，很少人知道景美當年還有個火車站，李立忠說，早年景美還沒有通往新店、木柵的公路，與火車水陸交會的景美溪畔就成了船隻、物資集散地。這一點，由景美國小後門的「開道碑」即可證實。

這座立於景美溪旁與景文街交叉口的開道碑，因年份久遠、石頭風化，上面的字跡已看不清。不過只要稍微深究，即可得知早年曾由景美地方人士、商家集資開闢一條通往木柵的路，日據時代又拓寬，為紀念闢路建設才豎立開道碑。不過它一度消失，地方人士到處尋覓，後來才在 228 公園的一個角落，發現橫躺地面的石碑，才又重新將石碑立於此地。

依山而建的寶藏巖歷史聚落。

馬場町河濱公園的紀念土丘。

露營烤肉，愜意無比。

河濱露營，分享美好時光。

旭日夕陽．野花小草　河濱景色令人驚豔

這些人文歷史都與河域緊密連結，從開道碑對面的自行車道口即可順著景美溪，深度體驗河與生活的關係。這片開闊的河濱公園綠草如茵，連松鼠都敢大方地穿越自行車道，溪畔的野花野草隨風搖曳，狗尾草、長柄菊、咸豐草、南美蟛蜞菊等也生氣蓬勃。

騎到寶藏巖下方，即可仰望依山而建的歷史聚落，這裡經常有藝術展覽、也有藝術家進駐，因此常會遇見拿著簡介資料問路的外國觀光客。再往前騎，紅色永福橋即映入眼簾，李立忠說，他很喜歡從這個角度拍日落畫面，因沒有障礙物，視野特別遼闊美麗。他強調，河濱自行車道有很多地方都適合看日出、日落，尤其清晨時分，水面上還有一層薄霧，拍起日出甚至比阿里山還有味道。

順著新店溪自行車道來到古亭河濱公園，又能迎接另一片大花圃及綠地，岸邊的客家文化園區除有豐富的客家文化展覽，也有水車、種稻、種菜等田園景象。再往前就是反映日據時代水岸生活的紀州庵，李立忠說，這裡曾是日本高級料理店

的分店，曾遭祝融一度頹圮破敗，後經市府文化局整修，才又重新啟用，常有文學展覽、研究等。由於環境典雅幽靜，常讓人流連忘返，傍晚時分常有很多人，面對著滿園綠意，坐在日式長廊上享受寧靜的水岸氣氛。

再往前就是馬場町河濱公園，這裡因曾是白色恐怖受難者犧牲的地方，紀念土丘上常有一束束鮮花，訴說歷史的哀愁與無奈。騎到萬華從長順街水門通往市區，不遠處的大理街巷弄就有糖廍文化園區，區內古蹟和文物記錄著糖業發展史；西園街則有上百年歷史的台北仁濟院建物，反映了當時的精神療傷事業。

團康炊煮．靜夜談心　華中露營場鬧中取靜

在河濱，除了欣賞迷人的水景，也可駐足深度體會不一樣的都會風貌。像華中露營場雖位於繁榮的萬華區，但因緊鄰新店溪，河濱自行車道貫穿營區，且全區綠草如茵、飛鳥身影處處，是個鬧中取靜的活動場所；不管選擇搭帳棚或採露營車方式露營，都可以和親友、同學盡情談心、炊煮、玩遊戲，共同度過從黑夜到黎明的每一刻。

基督教信望愛聖教會六十位教友露營時，雖遇滂沱大雨，但愉悅感恩的心卻不減。活動主辦人游淑惠說，由於大家期待很久，即使下雨大家興致也很高，像黃靜姿和另兩人特別從關渡騎自行車到露營場。黃靜姿說，在河濱騎車涼風徐徐，感覺心曠神怡。牧師林依明認為，天候如何都是自然現象，重點是大家在一起分享美好時光，都會區能規劃出這麼一大片理想的綠地，真的要心存感激。

酷暑來親水　好玩又清涼

台北市還有更多美麗的水岸，市府體育局已規劃於暑期在基隆河濱大佳段，辦理各項親水體驗活動，包括獨木舟、帆船、輕艇等，讓全家人大手牽小手，一起體驗水水的台北。親水體驗活動日期是從 7 月 4 日到 9 月 12 日的每個週末，報名資訊預定 6 月 25 日前公告於體育局網站 (sports.gov.taipei) 開放報名。

藍色水路微旅行 小海盜啟航

文／觀止　圖／台北市政府公共運輸處提供

你嚮往在藍色水路上乘風破浪嗎？為了慶祝今年兒童節，四、五月間，公共運輸處就舉辦了六梯次的「小小海盜體驗營」，體驗活動共計兩個半小時，起點是大稻埕，終點則是淡水，參與活動的小朋友都大呼過癮。

想要扮演小海盜，服裝可不能馬虎。每個登船的小海盜都會換上可愛的海盜裝扮，有的是白衣黑褲搭配鮮豔紅背心，有的是帥氣的黑外套搭配黑白條紋的長褲。小朋友還戴上船長帽或綁著頭巾，頭巾上還有海盜的標誌骷髏頭呢！

換裝完畢，船長會先召集所有小海盜，說明活動任務。包括要如何安全有禮貌的登船，如何鳴笛、升旗，當個最佳水手。

盡責的小海盜不僅要有可愛的裝扮，還要有熱情溫暖的服務精神，因此登船後，要在船艙入口為大人剪票並引路，等全員各就各位，海盜船也即將啟程。船長會負責駕駛一段航程，接著就由小海盜分別掌舵。

進入船長室，近距離觀察船長的工作內容，對小朋友來說是特別的體驗，他們看著船長透過 GPS 導航方向，並學習如何掌舵，穩定船隻。不過，小海盜一坐上船長大位，都興奮的握著船舵左轉右轉，一下加速一下鳴笛，不少家長都笑稱要暈船了呢！

公運處副處長林麗珠表示，這個活動適合親子一同參加，不但能認識藍色水路的遊程特色，了解河域生態，小朋友還能學習服務他人，並體驗船員工作。想加入藍色水路遊程，聆聽大稻埕古蹟及關渡生態的故事嗎？快上「藍色水路微旅行」網站查詢，一起領略臺北水岸的浪漫與美麗吧！

台北現場

What's New

034 世大運聖火從韓國光州來台

038 謝昕璇勇闖世界

041 中華競技啦啦隊艱苦鍍金

044 線上影音課程專賣學校沒教的課

048 二〇一五台北電影節

050 二〇一五台北兒童藝術節

052 水岸台北端午嘉年華

054 專訪宏都拉斯首都市長伉儷

056 新加坡專門來台北拍攝環保工作

058 專訪市交指揮家黃東漢

060 專訪世界設計之都執行長吳漢中

世大運聖火從韓國光州來台／

二〇一七台北市精彩接棒

文／蔡依蒨　**攝影**／郭鳳孝

超馬好手林義傑擔任第一棒火炬手，不畏雨淋啟動聖火繞行儀式。

二〇一五世界大學運動會七月將在韓國光州登場，光州世大運的賽會聖火從起源地法國巴黎點燃母火後，於五月二十三日繞行至下一屆主辦城市臺北市，舉辦精彩的接棒儀式之後，旋即返回韓國。

巴黎世大運母火　城市傳承接棒

韓國光州聖火團團長趙炳萬遠從巴黎帶著世大運聖火的母火來到台灣，五月廿二日台北市政府由秘書長蘇麗瓊、副秘書長薛春明代表迎接母火駐火在台北市。

即使五月廿三日天公不作美，但澆不熄火炬手的熱情。聖火傳遞儀式由台北市市長柯文哲接引光州代表趙炳萬點燃的聖火火炬，並交給擔任第一棒火炬手的超馬好手林義傑，啟動聖火繞行儀式。

從林義傑開始，依序將聖火火炬交給韓國代表奧運金牌教練田仁秀、緊接著是曾獲二〇一三世大運金牌的台灣舉重國手郭婞淳、再交棒給韓國代表中華民國韓人會理事長李熙俊，最後由台灣新生代田徑國手楊俊瀚接手，最後聖火交回柯文哲市長手中，再交給光州世大運代表，象徵二〇一五光州世大運起跑，也為參加光州世大運的台灣選手們加油！

主辦世大運　打造運動風格城市

聖火傳遞台北站的活動，由獲得「二〇一五世界盃啦啦隊錦標賽」冠軍的中華競技啦啦隊開場。即便活動當天下起了滂沱大雨，市府及臺北一〇一大樓周邊仍聚集了許多民眾為火炬手加油打氣，主辦單位也貼心地準備了一千二百件雨衣及大傘，但與會貴賓均婉拒撐傘，而火炬手也在風雨中完成聖火傳遞活動，展現運動家精神。

至於兩年後的台北世大運正在緊鑼密鼓籌備中，也是增加台灣國際能見度的極佳機會，市長柯文哲期許透過世界大學運動會，「把運動的風氣帶進台北市，讓台北市成為一個以運動為風格、為文化的城市。」而在籌備賽事的過程中，要把台北打造成低碳、節能、綠能的城市。

二〇一五光州世大運即將於七月三日至十四日舉行，中華代表團預計派出二百二十名選手、參加十六項運動賽事，包括睽違廿年重返世大運的棒球賽，中華隊也不缺席。

世大運聖火來到台北市，希望激發今年參賽代表選手的高昂鬥志，也象徵台灣的運動精神一路將從二〇一五年延續至二〇一七年，在世界舞台光芒四射。

二〇一七台北世界大學運動會
網址：www.taipei2017.com.tw

短跑新秀楊俊瀚冒雨完成接棒。

舉重好手郭婷淳率領運動員傳遞聖火。

郭婞淳肯拚又自律，成為舉重界新星。

專訪世大運火炬手／

舉重好手郭婞淳克服腿傷拼金牌

文／廖雅琴　圖／郭婞淳提供

二〇一五光州世大運聖火傳遞來台，當知道自己即將擔任火炬手，舉重金牌好手郭婞淳高興不已，身為女子五十八公斤級選手，她曾在二〇一三年同時在世界舉重錦標賽、世界大學運動會與亞洲舉重錦標賽獲得金牌，在喀山世大運時，抓舉、提舉，六把都成功，是她印象最深刻的一場比賽。

現年二十一歲的郭婞淳開始接觸舉重可說是因緣際會的巧合。從小四開始接觸各類運動項目的她，碰過柔道、籃球、足球和田徑等，國一那年才練習舉重，一開始她並不喜歡這項運動，原因是「會佔用練籃球的時間」。到了國三全中運的契機來到，那次郭婞淳在田徑四百公尺賽上以掉棒收場，但在隔天的舉重比賽上卻奪得金牌，等於確定了她的舉重之路。

「舉重的訓練相較於其他運動項目更為辛苦。」教練林敬能指出，郭婞淳不能吃零食、不能喝飲料、不能熬夜，一連串的「不」字為的是讓每一分練習都不會白費。連續七年以來，郭婞淳一年三百六十五天只有除夕當天練習後回家休息一兩天，她不能跟一般人一樣，盡情揮灑青春，就連手機也被沒收，回想最近一場去電影院看電影是什麼時候，竟然是十三歲那年，甚至二十五歲前也不能談戀愛，這一切都只為了讓自己隨時保持在最佳狀態，讓每一次的比賽中都能發光發熱。

就在郭婞淳二〇一三年大放異彩之後，隔年練習過程中被一百四十公斤的槓鈴砸傷大腿，百分之八十的肌肉斷裂，期間密集從左營北上台北接受治療，有時候坐輪椅，狀況好一些就拄拐杖，養傷四個月後，竟又在仁川亞運上場並獲得第四名，被譽為奇蹟。

目前郭婞淳狀態漸入佳境，練習舉重之餘，還會參加有氧舞蹈、拳擊或是體適能訓練作為紓緩，教練林敬能透露郭婞淳彈得一手好琴，看似不相干的休閒活動，卻是她放鬆的最佳途徑。

這些外人聽起來不禁睜大雙眼的嚴格訓練，她似乎早已習慣，只是笑笑說，「還好啦！」

專訪世大運火炬手／

短跑青年楊俊瀚衝破心理壓力

文／劉子立　圖／聯合知識庫

在南京青奧奪下銅牌的經驗讓楊俊瀚印象深刻。

楊俊瀚是個靦腆的阿美族男孩，才十八歲的他對於擔任世大運聖火傳遞的重責大任覺得深感榮幸，但他坦言，「不太習慣面對鏡頭。」

從小楊俊瀚就展現發達的運動細胞，競走、跳遠、跳高都接觸過，國中因為就學的規劃，他選擇當一名短跑健將。自我要求高的他，生涯因而漸漸起飛，更在今年全中運跑出一百公尺僅十秒三六的佳績，打破大會紀錄與全國青年紀錄，可說是「全國跑最快的高中生」。

為了不斷突破自己，楊俊瀚必須接受技術、重量及心靈這三方面的訓練。技術及重量這兩種訓練不難理解，然而心靈訓練卻令人難以想像。楊俊瀚說，其實這就是訓練壓力的調適及臨場反應，像是當訓練狀況一直都很低迷時，隔天卻要上場比賽，那種自信心不足、心情上的轉換，都必須透過專業訓練才能讓自己的表現不受影響。

處在如此高壓的訓練及比賽中，遇到瓶頸在所難免，楊俊瀚會和家人或朋友聊聊天，特別是同為運動員的姐姐，「她比較能理解我的感覺。」讓人感受到他即便是名身經百戰的運動員，心底依舊是個需要家人支持的大男孩。

問起令他印象最深刻的比賽，二〇一四年在南京舉辦的夏季青年奧林匹克運動會讓他最難忘。楊俊瀚說在起跑前會先在腦海中「跑」一遍，從起跑架到終點，他都要先演練好自己跑的過程。可是青奧比賽當天跑的結果和他腦海中預想的不同，覺得自己表現不好，跑完後深感挫折，但還是很意外地拿到了銅牌，為國爭光。

目前楊俊瀚待在左營的訓練中心密集接受訓練，他說每次來台北都是為了比賽，沒機會好好遊覽，如果有空能好好遊台北，最想去的地方，不約而同地和郭婞淳都是台北一〇一大樓，教練在一旁戲稱，兩位選手應該走樓梯登高，藉機把休閒當訓練。

楊俊瀚年紀輕輕，但談到目標時眼神中充滿勇往直前的堅定。儘管現階段他已締造亮眼成績，但他知道未來的路還很長，不僅期許自己能在二〇一七世大運奪得金牌，更希望自己短跑的秒數能少於十秒大關。

築夢三步曲／

進入世界最棒工作決選
謝昕璇勇闖世界

文／李盈　圖／謝昕璇提供

謝昕璇勇於挑戰，一路闖進澳洲「世界最棒工作」決選。

從六十六萬份履歷中脫穎而出，爭奪澳洲「世界最棒工作」（The Best Jobs In The World）的謝昕璇，當過關斬將勇敢闖入「野生動物看護員」（Wildlife Caretaker）決選，瞬間知名度爆增，這位有著小麥色肌膚及閃耀微笑的女孩，把好動、開朗、勇敢的形象詮釋得淋漓盡致。其實她細膩、理性、專注的態度，也是讓正面能量持續發光的關鍵。

錯失志願初嘗挫敗

從小就跟著家人上山下海的謝昕璇，對各類動物情有獨鍾。看電視總愛鎖定動物星球頻道，甚至羨慕把大蛇纏繞身上的酷勁兒。一直夢想成為開著吉普車、在非洲大草原追逐獅子的動物學家，但命運卻在她升高中時緊急大轉彎。誰都知道要從兩次基測成績中「擇優」填志願，她卻一個閃神，擱著較高的二百四十分不用，誤用較低的一百八十分，進了當初覺得不理想的高職廣告設計科，人生首度摔了一跤。

「反正捶胸頓足也沒用！」謝昕璇走過半年低潮後忽然想通，既然選讀這一科，就乾脆好好學習；一轉念，不但設計專業和成績大幅躍進，還攬下專刊、畢業紀念冊的設計工作，年紀輕輕就初嘗「危機即轉機」的哲理，進而悟出「選擇不是重點，過程很享受才是重點。」

畫作、設計絲毫難不倒謝昕璇。（許斌攝）

不走安全的路

愛上設計後，又繼續選讀雲林科技大學工業設計系。有一次課堂作業，謝昕璇選擇畫《怪獸電力公司》電影中，有千千萬萬根毛髮的毛怪。沒日沒夜畫完千絲萬縷後不但贏得老師大讚，還為這一幅畫舉辦畫展。即使出席者僅一位，她仍毫不馬虎地盛情接待、拍照，留下圓滿紀錄。

興趣多元、執行力又強的謝昕璇，做任何事都專注又賣力。打工時曾因熱情叫賣農產品，路過歐巴桑甚至開玩笑說「當我媳婦好了！」面對新鮮刺激的挑戰，她也從不畏懼，衝浪、攀岩、騎馬、高空彈跳、潛水、玩飛行傘來者不拒。她認為，只要有機會接觸，何不試試看？即使為了出國打工把半工半讀辛苦存的錢花掉，也在所不惜，畢竟經驗遠比金錢更重要！

勇闖天涯不怕「失去」

因為勇於嘗試，曾經一口「菜英文」的她獨自背著背包到美國打工度假，兩年前更飛到澳洲角逐世界最棒工作，這不但讓她大開眼界，更從其他參賽者身上學到寶貴經驗。例如當時二十三歲的愛爾蘭旅行攝影師，赴澳參賽前毅然賣掉自創的網路資訊平台公司。這讓她了解，轉換跑道不是壞事，曾有的養分並不會消失，更證實「手握一樣東西，如果不放手就不能握下一個東西。」的道理。

她與人深談時，常發現握有資源的人總因不肯放手，以致無法追尋興趣和夢想，甚至擔心如果失敗怎麼辦？謝昕璇認為，若被太多「如果」的負面想法羈絆，就只能守在原地唉聲嘆氣。

突顯特質，伯樂就在你身邊

「不要怕東怕西！」謝昕璇建議大家不妨聽聽自己內心的聲音，仔細想想有沒有哪一（幾）件可以真正做好的事情。畢竟社會不像學校一樣比成績、排名次，因看不到實質的競爭對手，就更要喚醒沉睡的冒險靈魂、發揮創意，自己設立目標去努力，只要勇於積極表現，伯樂就在你身邊。

身為講師、部落客、作家、冒險家等多重身分，又應邀巡迴演講分享追夢人生，雖然異常忙碌，謝昕璇卻視為美好的環島旅行，也正是她夢寐以求的生活方式。短期內，她將繼續努力作畫、學縫紉，也想開個能傳遞快樂、分享喜悅的冰淇淋店。

想做的事情很多，謝昕璇最大的資產就是放手去做的勇氣，正如她深信的「夢想，用想的永遠不會到，先做了再說！」

謝昕璇
「我是 Cc 謝昕璇，世界最棒工作的台灣女孩」
Facebook： www.facebook.com/cchhhtaiwan

挑戰跳傘練膽量。

終止美國七連霸美夢

中華競技啦啦隊艱苦鍍金

文／林相美　圖／中華競技啦啦隊協會提供

當司儀喊出“the world champion: Chinese Taipei”，隨即而來的興奮尖叫聲幾乎鎮住全場，奪眶而出的眼淚更是止不住；這是中華競技啦啦隊四月奪得世界啦啦隊錦標賽混合團體組冠軍的時刻，首次摘金不僅粉碎地主國美國隊七連霸的美夢，更是長時間意志、體力磨練而來的成果，回想艱苦奪金的過程，眾人笑笑說，「就是一股熱情、堅持和傻勁吧。」

打工搬貨為籌錢

完全是靠熱情與傻勁。相較於籃球、棒球、跆拳道，啦啦隊在台灣稱不上熱門，卻有一群人默默投入，奪冠隊伍中，有一半隊員是上班族，多數人從中學開始練啦啦隊，出了社會也沒放棄，但為了比賽，每週六日得練習，老是請假不是辦法，像是副隊長吳函茵練啦啦隊十四年，今年第五度出賽世界盃，乾脆辭去健身房教練的正職，改做兼職才能方便練習；另一半隊員是學生，出國比賽需要自費約五萬元，有人向親友借錢，也有人凌晨到機場搬貨打工籌錢。

赴美出賽前，中華競技啦啦隊在大台北地區「快閃」演出，藉機訓練膽量。

中華民國台灣競技啦啦隊協會秘書長廖志華直言，很多人都不知道隊員為何願意如此付出，但對運動員而言，從小投入體育競技，為了就是站上世界舞台，畢竟當你能力足夠時，「現在不做，以後未必有機會做。」

獨家招數靠苦練

這次比賽前，中華競技啦啦隊五年來在世界啦啦隊錦標賽獲得三面銅牌、兩面銀牌，為了在幾十個參賽國家的競爭中搶進世界前三名，教練團充分了解趨勢以及情蒐，並加強中華隊的動作穩定和難度，例如六組的空拋七百二十度轉體，以及超過七組的空翻單手支撐和三組轉體三百六十度上金字塔，動作難度之高，目前全世界能完成動作的國家不超過三個。

再難的動作，隊員做不出來也沒用。歷經三度徵選、來自四面八方的二十七位隊員，年初以來每週六日集訓，每次集訓八至十個小時，動作不到位，再做一次，只要一人做不到，其他人跟著再做一次，受傷更不是新聞；磨的是技巧、脾氣，更重要的是默契，比賽短短三分鐘的演出是隊員們一練再練，也是累積了好幾年的實力爆發。

吳函茵細數，全程三分鐘的演出從頭到尾至少練習了七十次，一次次突破都是成就感，而啦啦隊是團體競技，不同搭檔互相影響，團體齊心進步，都是啦啦隊的迷人之處；隊員陳志祥從高中開始練啦啦隊，他說，原本對體操有興趣，練了啦啦隊就告訴自己「要練就要練到最好」；隊員陳昶騏一心期許能像高中教練一樣厲害，兩人也果真成為金牌隊伍的教練與隊員。

超高難度隊型背後，靠的是團隊默契和無數次練習。

只消三秒鐘，三層金字塔立即成形，帶動全場氣氛。

盼各界贊助再奪金

廖志華說，很多人不知道台灣的啦啦隊這麼厲害，事實上，二〇一〇年以來，只有美國、台灣兩支隊伍連續六年在世界啦啦隊錦標賽的男女混合最高級（Coed Premier）組別中獲得世界前三名，而美國是發明啦啦隊運動的國家，又六度拿下金牌，能夠打敗美國「太不可思議了」，連美籍裁判長都大為讚賞，還透露中華隊的比賽影片短短幾天內，在 Youtube 瀏覽量已突破一百萬人次觀看，相較之下，美國隊僅十餘萬人次。

「明年再拿一次金牌」，隊員們爭相討論美國隊的最新動態，一邊立下最新目標，一旁的廖志華心疼地說，啦啦隊不是職業運動，隊員們沒有薪水，多是從事服務業，甚至兼職才能顧及練習，來自家庭及經濟上的壓力始終是最大難關，希望有更多企業看到隊員們的努力，透過贊助或合作的機會等方式，讓台灣啦啦隊運動及選手們無後顧之憂，繼續在國際舞台上發光發熱。

中華民國台灣競技啦啦隊協會
Facebook ：www.facebook.com/ctca.tw

七年級生創業夢

線上影音課程專賣 學校沒教的課

文／許麗芩　**攝影**／吳金石

二十六歲的江前緯與三位合夥人共創線上募資課程平台－ Hahow 好學校。

創業夢人人有，不過起而行的人又有多少？今年才二十六歲的江前緯積極尋求資源，已經創立「Hahow好學校」線上影音課程平台，只要一份簡餐或一杯咖啡的價格，學員就可以在線上學才藝。

Hahow 好學校延續夢想

「Hahow 好學校，取名自台語的『學校』，是全球第一個線上募資的課程平台。」二十六歲的江前緯與夥伴們侃侃而談創業的心路歷程，發光的眼神，展露對未來充滿信心。

Hahow 好學校線上影音課程平台，結合「募資」、「線上課程」與「銷售」的概念，讓具有教學分享能力的人，透過三分鐘課程介紹影片吸引學員，並依照成本與專業

Hahow 好學校提供眾多「學校沒有教」的課程，簡餐價就能學才藝。

度定價，進而設定課程募資人數目標。「如果成功達標，確認市場需求，等於是保障老師收入，如果沒有達標，便會退費給預購的學生，老師也不需要開課。」江前緯表示，如此一來，老師可以了解學生的學習需求，募資期間學生可以給予課程內容的建議，師生充分互動。

目前 Hahow 好學校已有十四門課程、其中七門完成募資，共銷售超過四百堂「學校沒有教」的課，讓每個人可以輕鬆地學習如何混音組曲當 DJ、手繪食譜、製作專屬 Line 貼圖等，學費從一百元到三百五十元不等。從平台上也可窺見許多素人老師的潛力，甚至有實踐大學大三生開設插畫課程，短短一個月內吸引三百多人預購課程，從這點可以看到學習市場的需求，也讓學生有表現的舞台。

國立台灣大學社會學系畢業的江前緯，在校期間觀察到很多人以為自己只能做本科系相關的工作，侷限住視野，因而嗅出「跨領域學習」的可能性，所以進一步成立了「Skillhopping」才藝交換平台，讓擁有不同技能知識的人，可以「以才會友」，至今累積了三千名會員。

畢業後他曾在創見資訊擔任業務經理，因緣際會之下認識在台北市政府產業發展局創業服務辦公室任職的黃柏源，讓原本想要創業的夢想，在一年前落實成真。

靠著經營夥伴們的互助合作，加上找對資源，Hahow 好學校營運漸入佳境。左起為共同創辦人黃柏翔、行銷業務楊子葳，與其它三位共同創辦人王紹丞、黃彥傑與江前緯。

找對資源　創業路上穩穩走

隨著平台上線後，好幾堂課成功募資開課了，但緊接而來的法務與稅務問題越來越複雜，這時，江前緯尋求台北市政府產業發展局創業服務辦公室的協助，有了來自法律、稅務、企管等不同領域專家的輔導，江前緯與夥伴改善了不足之處，例如：原本設定以學生為主要客群，但在收益上較不穩定，經顧問建議而重新定位目標客群，且在技能專業上，區分出等級，果然擴大營運及營收。

此外，原本江前緯不熟悉營業稅申報、與海外人士接洽業務不知該如何開立支出證明、也不知如何與分享影音的老師建立正確的稅務報稅制度，經由顧問輔導後，順利解決問題。未來他希望能夠突破目前 Hahow 好學校難以規模化的限制和版權問題，繼續尋求創業服務辦公室的幫助，一步步實現目標。

產業發展局局長林崇傑認為，台灣不缺人才和創意，台北市努力把分散的智慧串連起來、營造有利於創業的氛圍，邁向「友善開放」創業城市之路。創業服務辦公室的黃柏源則表示，從創業顧問診斷紀錄表顯示，年輕有想法、有技術是江前緯的優勢，但團隊對市場行銷、財會稅務及企業管理等缺乏經驗，有了專家的輔導建議，創業經營方式逐漸成熟，如今已看到不錯的成果，值得甫出校門懷抱創業夢的人借鏡。

團結力量大，江前緯很高興能夠認識一群志同道合的夥伴，並能各司其職，合作無間。他建議想要創業的應屆學子，可以多結交理念相同的朋友，多打聽可幫助創業的公家資源，或是可藉由參與共同工作空間的會員平台，善用各方資源與創意能量，達到交流、分享的目標。

七年級團隊帶著全新點子，有能力卻缺少實務經驗，就好像名車缺了輪子，看完 Hahow 好學校的故事，找到對的資源，就像遇到貴人，幫助創業者在夢想路上穩穩走。你，還在埋頭努力嗎？何不主動找資源，讓美夢早日成真。

Hahow 好學校
網站：hahow.in

StartUP@Taipei 創業服務辦公室　跑一站就 ok

文／李盈　攝影／劉佳雯

創業諮詢一次搞定

市政大樓一樓的「StartUP@Taipei 創業服務辦公室」跳脫公家機關嚴肅的形象，以橘黃色作為主色，擺設舒適的沙發和咖啡機，一旁整面的商業雜誌及創業書籍隨訪客參考，提供想要創業的朋友一個發想空間。

台北市政府產業發展局整合中央單位與台北市的創業資源，創業者不必四處奔波詢問，到這個「一站式諮詢服務」點，就能得到完整便捷的創業服務。

像 Hahow 好學校所接受的服務，是由五十四位專業領域顧問籌組「創業領航團」，就智財、稅務、投資、行銷等方面提供一對一的專業輔導，最重要的是完全免費。

有了補助無後顧之憂

如何取得營運資金常是創業初期最迫切的問題，因此，台北市政府提供多項優惠獎勵補助措施創業計畫，創業補助最高可達一百萬元。另受理申請融資貸款服務，其中青年創業貸款是全國首創的免息融資貸款，最高可貸三百萬元，協助創業者籌措第一桶金。

跑一趟創業服務辦公室，就能獲得完整的創業資訊。

StartUP@Taipei 創業服務辦公室
地點：市府路 1 號北區 1 樓（市政大樓）
電話：1999（外縣市 02-27208889）轉 6498、1431

期待六月底的台北電影節／

百萬獎金吸引眾多台灣電影參與

文／ Peggy Yu　圖／台北電影節提供

台北電影節今年十七歲了！本屆電影節推出新的 Logo 主視覺，特別邀請鳳小岳擔任電影大使，與二〇一四台北電影獎最佳劇情長片導演錢翔，共同為電影節拍攝精彩的形象廣告。今夏，台北電影節歡迎觀眾欣賞來自六大洲、二十八個國家的電影，並邀請國際知名影人、評審來台交流，並將國片好口碑推向國際。

本屆電影節主席李烈指出，台北電影節受到矚目的兩大競賽項目之一「台北電影獎」，每年以全台最高「百萬獎金」吸引百部台灣電影作品報名角逐，今年入選電影競爭激烈，從二百五十九部報名作品中出線的長片、短片、紀錄片及動畫共四十部，將於七月十八日公布百萬首獎得主。

另一個著名單元則是「國際青年導演競賽」，自二〇〇五年設立以來，吸引上百位導演共襄盛舉，今年起正式更名為「國際新導演競賽」，鼓勵創作人不分年齡自由逐夢。今年已從二百多部徵件中選出十二部入圍作品，將一同角逐六十萬元首獎，於七月一日揭曉。

本屆電影節主席李烈（左）與電影大使鳳小岳（右）。

２０１５台北電影節
時間：6/26 ～ 7/18
放映地點：台北市中山堂、台北新光影城及光點華山電影館
網址：www.taipeiff.org.tw

閉幕片《百日告別》描述一場車禍奪走了男、女主角摯愛的伴侶，也因此開啟一趟新旅程。

鳳小岳：期待電影節片單盼與侯導、李安合作

電影大使鳳小岳說，二〇〇八年跟著《九降風》劇組參加台北電影節時還很青澀，就是他自己人生的影展初體驗，如今台北電影節已經十七歲，自己也成長許多，很開心看到影展保有初衷，而且更加國際化。

他說，電影節是一種大型的創作分享平台，讓創作者將想說的話透過電影呈現給觀眾，與觀眾對話交流，對台北電影節每年開出來的片單有極大的期待，身為演員的他，也很慶幸自己觀影時依然可以保有觀眾「單純享受」電影的愉悅，將來期待與侯孝賢、李安等大導演合作。

李烈也說，十七歲代表一個人的青春年華，但對電影節而言，十七年是條漫長的道路。她期盼電影節繼續秉持創新與獨立精神，引進更多各國電影佳作，滋養台灣的電影土壤。

此外，台北電影節今年也更換新的 Logo 主視覺，採用極簡線條與清爽的湖水綠色，發展出蝴蝶形狀的四片羽翼，每片翅膀都象徵與觀眾互動的「對話框」，同時傳達了「蛻變、新生」的精神，並乘載著豐富市民人文生活的期許。

策展人郭敏容說，今年除了推出全新 Logo 外，內容企劃也有新的想法。她認為，影展不應該只是觀眾買票的消費行為，不只是每年置換影片，而是這樣的精神，如何透過影片、活動設計、與觀眾和城市的記憶產生有機連結而展現和落實，希望在影片給予觀眾的影響、市民加入影展的各種嘗試中，讓台北電影節成為改變人、改變城市的契機。

二〇一五台北電影節自六月二十六日起於台北市中山堂、台北新光影城及光點華山電影館舉行，相關訊息可至台北電影節網站查詢。

台北兒童藝術節七月起跑／

七檔大型戶外演出 歡迎大家來看

文／ Peggy Yu　圖／台北兒童藝術節提供

台北兒童藝術節讓小朋友「童」在一起。（資料照）

一〇一五台北兒童藝術節，以「反轉——日常　看見看不見」為主題，邀請大小朋友一反常態，看見意想不到新視野，試著歪著頭看世界，發現日常生活中的不尋常！

第十六屆台北兒童藝術節，自七月一日至八月九日舉辦，共推出五檔國際售票演出、一檔國際共製售票節目、二檔國內售票演出以及七十四場免費社區演出、七檔免費大型戶外演出，並於剝皮寮歷史街區舉辦裝置展覽及動畫影展，跨越年齡界線，適合親子共賞同樂。

今年共有七檔大型戶外免費演出，為台北兒童藝術節拉開序幕。七月三日至五日週末晚間，由「Punch 打擊樂團」、「極至體能舞蹈團」、「奇巧劇團」於大安森林公園輪流登場。七月十七日至十九日移至青年公園，由「爵諾人聲樂團」以流行歌曲、唱擬聲器樂曲展現阿卡貝拉的魅力，還有台灣戲曲學院民俗技藝學系及 O 劇團的精彩演出。

七十四場免費社區演出，亮點則是來自比利時的《光溜溜午餐》及法國《馬術大師》，現場演出氣氛幽默逗趣。此外，國內十組優質團隊加入演出陣容，接力推出京劇、雜技、現代舞與傳統偶戲，讓藝文能量豐沛綻放、點亮社區。

今年的剝皮寮免費展區，七月七日至八月九日由台北當代藝術館策展規劃，以「你・好，奇 ・ 怪」為展覽主題，透過不同的觀看方式觀察日常生活，呈現孩子的奇趣意味及多變性。

共賞舞台劇　機會教育互動高

「無獨有偶劇團」這次以《雪王子》獲得兒藝節劇本徵選、製作徵選優等獎，七月份將在台北市親子劇場帶來七場售票演出。行政總監曾麗真表示，去年《冰雪奇緣》帶動風潮，小朋友很喜歡這類主題，劇團便乘勝追擊，引用安徒生童話《冰雪女王》改編成偶戲歌舞秀的冒險旅程，廿個全新製作、充滿奇趣的大小戲偶，營造北歐神祕黑森林的童話氛圍，精彩可期。

她說，兒藝節的票價都很親民，票價從兩百五十元到三百五十元，希望孩子在暑假到社區看免費表演之餘，也有機會到專業劇場看場正式表演。

曾麗真指出，兒藝節有上百場大、小演出，除了培養藝文人口，帶孩子來看舞台劇，最大感受是能藉故事啓蒙、教育孩子。像她自己五歲大的女兒，常看劇場演出、演員排練、製作道具等過程，耳濡目染之下，她常以故事向孩子說明難以理解的生離死別、做人道理，孩子容易理解、接受、進而校正不少行為，甚至常練習動手做玩偶，語言能力與手指肌肉發展，都比同年齡孩子有進展。

曾麗真說，發展階段的孩子比較自我中心，透過戲劇，孩子喜歡模仿主角動作或行為，有助於理解不同成長背景的人有著不同生活方式，進而尊重每一個體，甚至於環境、植物及動物。

她也指出，兒藝節的表演，不只讓孩子看得開心，陪伴孩子的家長也能從劇情中有所感受，去年在兒藝節演出的《小潔魔法時光蛋》，就有許多家長紅著眼眶出場，大、小朋友都能從中接收到不同層面的感動！

Punch 打擊樂團將在大安森林公園帶來熱鬧的演出。

來自法國的大胃王劇團將帶來精彩的《馬術大師》表演。

台北兒童藝術節
活動期間：7/1 ～ 8/9
活動官網：www.taipeicaf.org
售票資訊：詳細購票規定及限制，請至兒藝節官方網站查詢，6/13 中午 12：00 兩廳院售票系統正式啟售

水岸台北 2015 端午嘉年華很創新／

新增青少年組更有活力

文／蔡依蒨　**圖**／台北市政府體育局提供

台北的六月盛夏正炙，基隆河大佳段河道又將響起競技的鼓聲，「水岸台北 2015 端午嘉年華」活動自六月十九日至廿一日接連三天熱鬧展開，超過二百支龍舟隊伍將在基隆河上一較高下。熱鬧的系列活動除了在河上、岸邊展開，今年端午嘉年華首次結合網路社群 Facebook 設立粉絲專頁，傳統節慶將藉由網路社群拉近與年輕人的距離。

台北國際龍舟錦標賽向來是全國龍舟賽事中，參加隊伍最多、規模最盛大，今年主辦單位更擴大競賽組別規模，除了增加大型龍舟及小型龍舟報名隊數，這次特別增設十五至十八歲青少年組，組隊可以跨性別及學校，為龍舟競賽注入新血，展現更 Young 更有活力的端午嘉年華。

粉絲專頁啟用　增添互動熱度

當基隆河上震撼的鼓聲響徹河岸，龍舟競技火力全開，這樣的競賽熱度今年延伸至網路上。台北市政府體育局全民運動科科長劉怡伶表示，今年首次為龍舟競賽成立 Facebook 粉絲團專頁，網友可以在粉絲頁上與參賽的團體或個人留言互動及加油打氣。另外，今年特別開放徵選加油影片，經過初審通過的影片都會放上 Facebook 粉絲團專頁，主辦單位將以該篇 PO 文被「點讚數」、「分享篇數」、「留言討論度」等三個指標做為評選依據，粉絲及網友們可發揮天馬行空的創意，影片內容可以是熱血沸騰，也可以搞笑或創意，只要敢秀敢創新，就有機會拿獎金。

河濱嘉年華　包粽立蛋趣味多

「水岸台北 2015 端午嘉年華」除了龍舟競技，還有一連串適合大小市民參與的活動。大佳河濱公園草地區有學生及社團表演的「全民星舞台」，「草地遊樂園」則有大型充氣設施提供親子互動的遊樂場，現場草地區將放置一艘大型龍舟，讓沒有參賽的民眾能夠近距離觀賞龍舟造型，又能安全拍照留念。

高空立蛋挑戰賽以「不破蛋」算是挑戰成功。

「粽藝大集合」現場包粽大賽，讓婆婆媽媽有機會大展包粽子手藝，粽子如何包得快又好，有興趣的民眾也可現場跟著高手們學；另外，應景的端午節十一時至十二時一定要試的立蛋活動，延續往年空中版的「高空立蛋挑戰賽」，今年更增加難度，由八公尺增加為八·五公尺，挑戰者需站上八·五公尺高空，將蛋以自由落體向下丟至地面，只要有辦法「不破蛋」，就算挑戰成功。端午節當日的限定活動，當然還有中午時分一同齊聚「大佳來聚蛋」，人手一蛋各憑手氣，看看誰能立蛋搏好運。

嘉年華活動也體貼所有參與者的肚皮，為解決參賽選手與參觀民眾的飲食需要，造型可愛的胖卡餐車將開至現場的美食專區，提供解饞及補充能量。端午節一連三天的活動，鼓聲、掌聲、歡呼聲將環繞著基隆河及大佳河濱公園，熱鬧的「水岸台北 2015 端午嘉年華」將為仲夏的台北揭開熱情活力的序幕。

活動期間：6 ／ 19 ～ 6 ／ 21
地點：大佳河濱公園
官方網站：2015dragonboat.utaipei.edu.tw
粉絲專頁：www.facebook.com/2015taipeiyoung

專訪宏都拉斯首都市長伉儷／

阿斯夫拉：台北——一座令人難忘的城市

文／許麗芩　**攝影**／高讚賢

親切、熱情的阿斯夫拉市長伉儷，接受台北廣播電台台長陳慈銘專訪。

「台北市是一座非常美麗的國際城市，城市建設相當具有前瞻性，尤其人民非常友善、親切又勤奮，令人難忘，可以的話，我想把台北市民打包帶回家。」今年四月首度造訪台北的德古西加巴市長阿斯夫拉（Nasry Juan Asfura Zablah）如此說。

外表看來具有拉丁美洲風情、令人一見就產生「amigo」（西班牙語好朋友之意）親切感的阿斯夫拉市長，原本擔任建設公司總經理，夫人是他的特助，倆人近水樓臺、又有相同理念，因而結為連理，「速配」的外表令人稱羨。

城市大家長
社會關懷「趴趴走」

阿斯夫拉市長此次訪台，除了與台北市簽署「兩市友好合作瞭解備忘錄」外，也參訪了松山國小暨附設幼稚園、北投垃圾焚化廠、台北捷運的行控中心等，阿斯夫拉市長覺得自己這次訪華的收穫很多。「在我從政的過程中，曾經到處走動，協助民眾解決污水排水系統、飲用水及對外道路系統整建等問題，過程中留下許多回憶，也讓我覺得很有成就感。希望將這次參訪台北的心得，做為我們城市未來發展的參考。」他說。

夫唱婦隨之下，親切熱情的市長夫人戴希 德（Lissette Del Cid Fernández de Asfura）對於市政及教育等社會關懷議題相當關心。在參訪松山國小暨附設幼稚園的過程中，看到學童受到安全及人性化的照顧，還能享用營養均衡又美味的午餐，她感受到台北市對於學童教育的用心。

阿斯夫拉市長一行參訪松山國小暨附設幼稚園，感受到台北市對學童教育的用心。（圖／台北市政府教育局提供）

美味串起兩市情誼

阿斯夫拉市長伉儷此行也特別接受台北廣播電台「台北與世界對話」節目專訪。訪談過程中阿斯夫拉市長特別提到，此次訪台除了拜會行程外，也抽空參觀了兩廳院、士林夜市、花博公園，還享用台灣鼎鼎有名的湯包，讓他們感到意猶未盡。在台北享用美食之餘，也很想念他在家鄉幾乎每天都會品嘗的紅豆泥，台北電台台長陳慈銘還特別幽他一默：「德古西加巴市有紅豆泥，台灣有紅豆餅，希望下次市長再度來訪台北時也將紅豆泥帶來，我們可以將它烤成紅豆餅，與台灣的朋友一起分享。」

此次參訪，阿斯夫拉市長一行人對於台北市的城市治理、人民及美食留下深刻的印象，他希望透過此行汲取台北城市發展經驗，促進兩市的交流與友誼。他說，德古西加巴市與台北市雖然有十幾個小時的飛行時間，但目前有很多航班可以到達，德古西加巴市有美麗的海岸風光、悠久的馬雅文明、純樸和善的風土民情，歡迎台北市民前往「作客」，他們也相當期盼下次有機會再度拜訪台北，品嘗這次錯過的紅豆餅和更多台北特色景點。

姊妹市小檔案
德古西加巴（Tegucigalpa）
現任市長：阿斯夫拉（Nasry Juan Asfura Zablah）
締結時間：民國 63 年 5 月 24 日
語言：西班牙語
城市特色：德古西加巴為中美洲邦交國宏都拉斯共和國首都，是宏都拉斯的第一大城。「德古西加巴」為「銀色的山」之意，自十六世紀建立以來，即為該國的金、銀礦開採中心，並以紡織、製糖和雪茄等為主要工業。

清山淨灘・公廁美化・跨年晚會迅速清潔／

新加坡專門來台北拍攝

文／秀敏　圖／台北市政府環境保護局提供

台北市力行環保有成，新加坡公共衛生理事會於去年年底來台考察，今年三月剪輯完成《I Care to Clean》紀錄片，於新加坡及Youtube強力播放。紀錄片中拍攝台北市民自主維護周遭環境，呈現台灣環保教育從校園扎根，讓孩子自小就了解環保的重要性。

新加坡公共衛生理事會於參訪中表示，對台北市第一印象是街道看不到垃圾，民眾會自動將隨手垃圾丟入路邊的垃圾桶，而非丟棄路邊。特別讓他們印象深刻的是，台北許多公共廁所牆壁都有美麗的創作藝術，讓民眾覺得使用時更加舒適，進一步也會身體力行維護清潔。

假日時也有民眾或民間企業自發性發動清山淨灘活動，影片中更專訪中山區劍潭里里長畢無量。劍潭里積極主動投入各項節能減碳行動，像是設置屋頂花園、廢棄街角綠美化、裝置藝術造景，進而成為全國第一個達成碳中和的社區，將個人愛地球的觀念推廣至鄰里社區，新加坡當局認為這是值得仿效的城市行動。

跨年晚會清潔工作　效率令人激賞

台北市政府環境保護局表示，日前新加坡媒體報導指出台北市2015年跨年晚會，當晚參與人數高達一百一十八萬人，長達七小時，但台北市仍成功在活動結束後一小時內完成活動會場及周邊道路清潔工作，迅速還給市民乾淨的環境。新加坡五百萬人口，配置七萬名清潔人員，但台北市二百七十萬人口僅有四千五百名清潔人員，卻可在短短一小時內完成跨年晚會的清潔工作，顯示宣導民眾源頭減量及推動「全民環境教育」已有成效。

身體力行環境整潔維護，從小開始。（新加坡公共理事會所製作《I Care to Clean》影片截圖）

新加坡肯定劍潭里的屋頂花園、環境綠美化等各項節能減碳行動。

跨年晚會結束後，清潔人員、志工和民眾通力合作，迅速於一小時內完成清潔工作。（潘立銘攝）

跨年晚會吸引一百一十八萬人到市府廣場前共同狂歡倒數。

新加坡公共衛生理事會成員認為，台北市的市容除了靠環保局的努力外，還歸功於環保志工隊的守護，市民也主動維護居住環境，以活動、感動、行動三動力來守護環境整潔。為了讓民眾從小體驗環保的重要性及瞭解各項環保措施，學校並未僱用清潔人員，教育學生從小自行負責環境整潔，瞭解勞力價值及流汗所換來環境清潔的美好成果；環保局也針對學生環保義工辦理觀摩活動，使環境教育成為生活的一部分。

維護環境清潔，人人有責。台北市成功地將環保工作落實於日常生活中，讓市民不但擁有乾淨的居住環境，也讓台北市在國際交流上秀出亮眼的成果。

新加坡「I Care to Clean」紀錄片：
youtu.be/7ANVVBgJ44Y

專訪指揮家黃東漢／

上台前認真排練 上台後放鬆享受

文／趙欣　**攝影**／劉佳雯

（圖／黃東漢提供）

帶領台北市立交響樂團附設管樂團及室內樂團，在台北市政府前廣場演出市長上任百日「改變 ing 露天音樂會」的指揮家黃東漢，其實對這個場地並不陌生，因為他就讀台大政治系時，就跟著台大交響樂團在市府前的小型音樂台演出過。

「交響樂團戶外音樂會是一個溫度計，可以直接看見群眾的參與及反應。」黃東漢說，沒有任何語言可以比音樂更國際化，回想起當天台下的熱烈迴響，他意外發現音樂會可以變成市民跟市府之間的橋梁，音樂成為政府與人民良好的互動媒介。

加入市交汲取更多養分

黃東漢在國家交響樂團 (NSO) 擔任過特約助理指揮及歌劇排練指揮，也受邀擔任廣藝愛樂管弦樂團的常任指揮，近年來他在劇場及音樂劇舞台上更嘗試許多新型態演出。他說，選擇進入台北市立交響樂團 (TSO) 就是想汲取更多養分，希望自己可以從共事的音樂家身上，獲得音樂上的傳承，未來才有穩固基礎發揮音樂創意。

「因為這是一個歷史悠久、經驗豐富而且資源豐沛的職業樂團，對於一個剛起步的指揮家來說，能夠從這些身經百戰的音樂

家身上，吸收到非常豐富的經驗值」。黃東漢說，過去合作過不少樂團，台北市立交響樂團跟國家交響樂團當中的傑出音樂家，都能憑藉著專業與經驗，在樂曲中的難題出現時順利化解，完成一場又一場的精彩演出。

以平常心享受舞台

身為指揮家，黃東漢認為最大的壓力集中在演出前的一次次排練，等到最後一次排練結束，壓力就消失了，上台的那一刻基本上沒有壓力，因為等到排練結束，這個演出就已經是個成品。至於如何讓這個成品在正式表演時更好，「重點在能有多放鬆」，黃東漢說，以平常心去面對，越投入音樂，越能享受在舞台上的時間。

對於市政團隊上任一百天，黃東漢以指揮家的身分，還無法看出在文化上的改變，他認為文化需要至少一百週，甚至一百個月的時間淬鍊，才能看出政策與執行上的成效；但換成台北市民這個身分，黃東漢發現最大改變在「氣氛」，政治系畢業的他，覺得社會的市民參與度跟期望值明顯提升，因為大家感覺到自己表達的意見有機會被聽見，期待台北這個城市是朝著大家期待的方向改變。

與台北市立交響樂團中傑出的音樂家合作，讓黃東漢汲取到更多的養分，發揮音樂創意。

專訪世界設計之都執行長吳漢中／

努力與市民溝通設計觀念

文／趙欣　**攝影**／高讚賢

通過公開徵選、資格初審及遴選面試等重重關卡，2016 台北世界設計之都執行長吳漢中四月終於正式上任。面臨如何在每兩年舉辦一次的世界設計之都 (World Design Capital,WDC)，讓世界看到台北設計力的挑戰，吳漢中有滿滿的想法，但他更希望這場難得的設計創意旅程，為台北市奠定扎實的文化基礎，也成為年輕設計師嶄露頭角的最佳舞台。

世界設計之都執行長吳漢中希望設計加入參與概念，讓台北更好！

YouBike 是城市生活的絕佳設計。（王能佑攝）

在設計界與企業界有豐富工作經歷的吳漢中說，擔任世界設計之都執行長的過程就是一個創新，自己的心情不像是擔任「執行長」，更像是一名「社會企業家」，心心念念的就是要怎麼把世界設計之都辦得深遠、有意義，而不是活動結束一切就回到原點。吳漢中指出，攤開台北市的設計創意活動，從二〇一一年的世界設計大展開始，台北世界設計之都將是這個城市前後十年來最重要的設計創意活動，所以不只要看二〇一六，更應該看十年後為台北留下什麼？

設計須市民共襄盛舉

設計不應該只是時尚、美麗，市民大眾更是重要的一部分。吳漢中認為，不只要讓台北市成為一個有設計、重個性的設計品牌，更期待市民共襄盛舉後的改變。他視這項國際設計盛事為一場運動與革命！過去，設計在公部門經常被當成最後一個步驟，而現在設計已成第一個步驟，不再如同過去只是包裝和行銷，設計加入參與概念，讓市民、設計師加入最初決策，帶領城市往好的方向走。

「我最常被問到，為什麼台北市可以成為世界設計之都？」吳漢中說，以設計專業角度來看，台北市已經是個設計之都！市民生活空間裡有許多國際級的知名設計，例如 YouBike 不只是自行車，而是一套很有效率的系統；鼎泰豐將食藝變成絕佳的服務體驗；春水堂對於食物的創新，讓珍珠奶茶已經揚名國際，這些都是非常好的例子。

創新挑戰更有影響力

「台北是亞洲重要的設計之都，除了生活、城市體驗之外，其實『人』才是關鍵」。台北作為一個有人情溫度的城市，吳漢中很有自信地說：台北是設計之都，但還可以做得更好！像是找公民團體永續耕耘設計議題，進行組織內的創新挑戰，還要跟市民大眾溝通「設計」觀念並促進參與等，因此他上任不到一個月就已經瘦了兩公斤，就是希望讓設計之都發揮出更大的影響力。

過去 WDC 被當成一個設計專業議題，未來期待關注更多城市弱勢，從市民生活角度切入，討論設計如何進一步提升生活品質，引起市民的共鳴；也希望 WDC 成為年輕新銳設計師的舞台，讓年輕創意在這個多元包容的城市裡，發光發熱。

活動名稱	活動時間／地點	主辦單位／洽詢電話
新移民支持團體活動	即日起至 **6/24**（三），每週三，**14:00** ～ **16:00** 迪化街 **1** 段 **21** 號 **7** 樓 詳情請至 **www.health.gov.tw/** 新移民照護查詢	北市府衛生局 **1999** 轉 **1834**
2015 捷運盃捷客街舞大賽報名	即日起至 **7/5**（日）止，一律網路報名，詳情請至 **nv.com.tw/2015metrotaipeidance** 查詢	台北大眾捷運股份有限公司 **2536-3001** 轉 **8168**
重返里山—美濃社區自主運動回顧影像展	即日起至 **7/11**（六），週一至週六 **10:00** ～ **18:00** 撫臺街洋樓（延平南路 **26** 號），詳情請至 **www.facebook.com/futai1910**	撫台街洋樓 **2314-8080**
2015 勞動金像獎短片徵選競賽活動	短片徵件即日起至 **7/31**（五）止，詳情請至活動網站 **laboraward.bola.taipei** 查詢	北市府勞動局 **1999** 轉 **3357**
米香寶島——台灣米百年風華展	即日起至 **7/31**（五）**09:00** ～ **17:00**，週一休館 林安泰古厝民俗文物館（濱江街 **5** 號），詳情請至網站 **linantai.taipei** 查詢	林安泰古厝民俗文物館 **2599-6026**
台灣製造．製造台灣：台北市立美術館典藏展	即日起至 **9/27**（日） 市立美術館展區 **Gallery**：**2A,2B**（中山北路 **3** 段 **181** 號）	市立美術館 **2595-7656** 轉 **603**
台北電影節 **X** 台北城市散步導覽	**6/7** （日）**16:00** ～ **18:00**《西門町之老戲院特搜》 **6/12**（五）**16:00** ～ **18:00**《民生社區電影故事》 **6/13**（六）**10:00** ～ **12:00**《大稻埕之電影取景好所在》 詳情及報名方式請至台北城市散步官網 **www.taipei-walkingtour.tw** 查詢	台北城市散步 **2552-9021**
104 年小小幼童消防營【須事先報名】	報名自 **6/10**（三）**10:00** ～ **6/23**（二）**17:00** 止 防災科學教育館（成功路 **2** 段 **376** 號）	北市府消防局 **2729-7668** 轉 **8711**、**8714**
走讀老台北講座、導覽	**6/13**（六）～ **7/11**（六）每週六舉辦不同主題講座 **6/14**（日）、**6/28**（日）、**7/5**（日）舉辦不同主題導覽 詳情及報名方式請至台北城市散步官網 **www.taipei-walkingtour.tw** 查詢	台北城市散步 **2552-9021**
公益健康系列講座：紓壓好運零負擔～改善肩頸痠痛好簡單	**6/17**（三）**10:00** ～ **11:00** 南港運動中心 **1** 樓閱覽區（玉成街 **69** 號），詳情請至 **ngsc.cyc.org.tw** 查詢	南港運動中心 **2653-2279**
水岸台北 **2015** 端午嘉年華	**6/19**（五）～ **6/21**（日） 大佳河濱公園，詳情請至活動網站 **2015dragonboat.utaipei.edu.tw** 查詢	北市府體育局 **2570-2330** 轉 **6128**
水岸臺北 **2015** 端午嘉年華菸酒法令宣導活動	**6/21**（日）**09:00** ～ **17:00** 大佳河濱公園	北市府財政局 **1999** 轉 **1168**
GO SKATEBOARDING DAY 世界滑板日	**6/21**（日）**10:00** ～ **19:30** 台北市電影主題公園（康定路 **19** 號）	台北市電影主題公園 **2312-3717**
「奶爸之夜」講座【須事先報名】	**6/23**（二）**18:30** ～ **21:00** 社區心理衛生中心 **4** 樓講堂（金山南路 **1** 段 **5** 號），詳情請至 **mental.health.gov.tw** 查詢	北市衛生局 **3393-6779** 轉 **18**
心靈映像館與諮詢講座：電影欣賞與心靈對談【現場報名】	**6/24**（三）**18:30** ～ **21:00**，《梅西的世界》 社區心理衛生中心 **4** 樓講堂（金山南路 **1** 段 **5** 號） **6/26**（五）**14:00** ～ **16:30**，《巴黎窈窕熟女》 台灣國家婦女館（杭州南路 **1** 段 **15** 號 **9** 樓） 詳情請至 **mental.health.gov.tw** 查詢	北市府衛生局 **3393-6779** 轉 **11**

活動名稱	活動時間／地點	主辦單位／洽詢電話
職場性別平等系列講座：家事同分擔、工作更簡單【須事先報名】	6/25（四）19:00 ～ 21:00 社區心理衛生中心（金山南路 1 段 5 號），詳情請至 mental.health.gov.tw 查詢	北市府衛生局 3393-6779 轉 69
2015 第十七屆台北電影節	6/26（五）～ 7/18（六） 活動詳情請至 www.taipeiff.org.tw 查詢	北市府文化局 1999 轉 3543
2015 Out of Sight×Beat Square	6/27（六）13:00 ～ 20:15 台北市電影主題公園（康定路 19 號）	台北市電影主題公園 2312-3717
勞工電影院【須先索票】	6/27（六）18:00、20:00，迴光奏鳴曲 7/4 （六）18:00、20:00，博物館驚魂夜 3 國軍文藝活動中心（中華路 1 段 69 號）	北市府勞動局 1999 轉 3314
2015 走讀大安文化節	6/28（日）13:30 ～ 16:30 大安森林公園親子舞台區	大安區公所 2351-1711 轉 8901
「美，渾然天成，無法製造」日本工業設計巨匠柳宗理回顧展	6/30（二）～ 8/30（日），09:30 ～ 17:30，週一休館 台灣設計館概念區（光復南路 133 號），詳情請至 www.tdm.org.tw 查詢	台灣設計館 2745-8199 轉 382
新移民舞獅班	7/2（四）～ 7/30（四），每週二、四，13:30 ～ 16:30 北投區公所 6 樓（新市街 30 號）	北投區公所 2891-2105 轉 275
好有伴媽媽團體【須事先報名】	7/3（五）～ 8/21（五），每週五 19:00 ～ 20:30 社區心理衛生中心團體室（金山南路 1 段 5 號），6/21（日）報名截止，詳情請至 mental.health.gov.tw 查詢	北市衛生局 3393-6779 轉 18
104 年「暑期保護青少年——青春專案」犯罪預防宣導活動	7/4（六）14:00 ～ 18:00 香堤廣場（松壽路 9 號）	北市府警察局少年警察隊 2346-7585 轉 1212
夏夜納涼會	7/4（六）17:00 ～ 21:00 林安泰古厝民俗文物館，活動資訊請至 linantai.taipei 查詢	林安泰古厝民俗文物館 2599-6026
大器今聲——台灣斲琴展	7/4（六）～ 8/2（日）11:00 ～ 18:00 紫藤廬（新生南路 3 段 16 巷 1 號）	紫藤廬 2366-0775
免費創業套裝講座：業績高手	7/8（三）、7/9（四）13:30 ～ 16:30 台北青年職涯發展中心（仁愛路 1 段 17 號 2 樓）	北市就業服務處 2594-2277 轉 760
「Young Young 順“薪”」中型就業博覽會	7/10（五）14:00 ～ 16:30 台北青年職涯發展中心（仁愛路 1 段 17 號 1 樓）	北市就業服務處 2594-2277 轉 210
ATCC 全國大專院校商業個案大賽實作成果發表展	7/10（五）～ 7/12（日）10:00 ～ 18:00 花博公園爭艷館	安通國際事業股份有限公司 2701-3518
East Hot& MM Party	7/18（六）10:30 ～ 17:30 台北市電影主題公園（康定路 19 號）	台北市電影主題公園 2312-3717
《在地勢力 後街崛起》2015 西門町後街文化祭聯展	7/14（二）～ 8/30（日）11:00 ～ 21:30，週一休館 西門紅樓八角樓一樓中央展區（成都路 10 號）	台北市電影主題公園 2312-3717

台北廣播電台 | FM93.1 都會資訊頻道

104 年 6 月節目表

時間＼星期	週一到週五	週六	週日
00-01	台北都會慢一點 / 秦浩	音樂地圖 / 采琦	音樂地圖 / 采琦
01-02	音樂不想睡 / 阿倫		台北愛唸歌 / 齊軒
02-03			
03-04	快樂二人轉 / 廖偉凡、臧傑		爵士放音樂 /Will
04-05			
05-06	都會樂齡嘉年華 / 張曉瑩	Nico 謬思客 【世新大學合作】	迪絲你 【華梵大學合作】
06-07	BBC World Service	後山音樂比爾伯 【世新大學合作】	藝饗聲活 【世新大學合作】
07-08	早安台北晨 / 小魚	幸福客家情 / 鍾惠文	台北社區好鄰居 / 張曉瑩
08-09		音樂起床號 / 節目課	古藝今身 / 欣亞
09-10	台北好幸福 / 偉華	城市農村上下游 / 國憲	常富寧運動時間 / 常富寧
10-11		古典新晴 /IC 之音合作	勞動聲活 【北市勞動局合作】
11-12	上班族放輕鬆 / 路易	台北有愛 / 廖偉凡	台北有愛 / 廖偉凡
12-13		台北愛讀書 / 施賢琴	音樂萬花筒 / 節目課
13-14	玩樂一點通 / 李若櫻	Taipei・Free・Fun/Jack	Taipei・Free・Fun/Jack
14-15		Love 音樂 931/ 小魚	台北與世界對話 / 陳慈銘
15-16	三不五時聽台北 / 欣亞	音樂 101/ 雷洛	精彩創意的藝饗世界 / 艾瑞克
16-17			好想聽音樂 / 節目課
17-18	健康台北城 / 郭念洛	時光音樂特調 / 音樂小蔡	西洋音樂雙榜 /Will
18-19	台北你當家 / 胡效華		
19-20	原來在台北 / 排灣小蔡	原民文化劇場 / 施賢琴	Ho Hi Yan 歡樂總動原 / 節目課
		少年法律特搜隊 / 珍珍、鐵雄	
20-21	來台北做客 / 羅國盛 【客家委員會合作】	心際能源會 / 丹萱	心際能源會 / 丹萱
21-22	台北・Education/ 丹萱 【北市教育局合作】	HELLO TAIPEI- 印語 【北市勞動局合作】	HELLO TAIPEI- 菲語 【北市勞動局合作】
22-23	BBC World Service	HELLO TAIPEI- 泰語 【北市勞動局合作】	HELLO TAIPEI- 越語 【北市勞動局合作】
23-24	尋夢園 / 秦夢眾	台北樂談 / 陳冠州	台北樂談 / 陳冠州

電台 DJ 路易　透過廣播推廣閱讀

路易，本名蔡國憲，在電台服務已逾十三年，始終不斷找出新的學習方向以及有價值的資訊內容。從前製作的節目多偏重於深度訪談，現在則試圖從廣播的角度推廣閱讀，希望聽眾生活中多一些知性與美感。

綜合生活類型的「上班族放輕鬆」每週一到週五上午十一時到下午一時播出，安排新書、雜誌內容介紹；而每週六上午九時播出的「城市農村上下游」，則是希望透過農友的深度訪談，帶大家找回人與土地的關係，更深入瞭解食物從土地到餐桌的過程。歡迎準時收聽 **FM93.1** ！

▼節目主持人路易

廣告

1887 2015

橫跨128年的奇幻之旅

臺北鐵枝路特展

展覽期間：即日起至8月2日＜免費入場＞

展出地點：台北探索館2樓特展廳 DISCOVERY CENTER OF TAIPEI Special Exhibitions Hall

展出時間：上午九時至下午五時
周一及國定假日休館

主辦單位 TAIPEI 觀光傳播局 Department of Information and Tourism

協辦單位 交通部台灣鐵路管理局 Taiwan Railways Administration

特別感謝 臺鐵文化志工隊
中華民國鐵道文化協會

廣告

勞動金像獎
2015
短片徵選競賽
勞動金像獎網站
即日起至
07/31止
總獎金600,000元
個別獎金最高100,000元
We Got ur Back !!
主辦單位 臺北市政府勞動局
協辦單位 TAVIS
廣告

569
6/2015

趣玩台北

Fun Taipei

特別收錄

大稻埕．民生社區．忠孝東路四段
台北愛情故事之旅

列支敦士登秘藏藝術精品
今夏在外雙溪故宮看得到

街頭饒舌．碰撞塗鴉．假日演出
西門町後街文化祭很有看頭

版畫作品迷人．歐洲鄉村風咖啡店
捷運中山巷弄內的驚奇小店

第一銀行陳寶川董事長回憶往事
日本時代的商品券

大稻埕・民生社區・忠孝東路四段

台北愛情故事之旅

文・圖／工頭堅

幾段關於愛情的故事串連，讓我把在台北市各地的朋友們，介紹給正在看的你和妳。

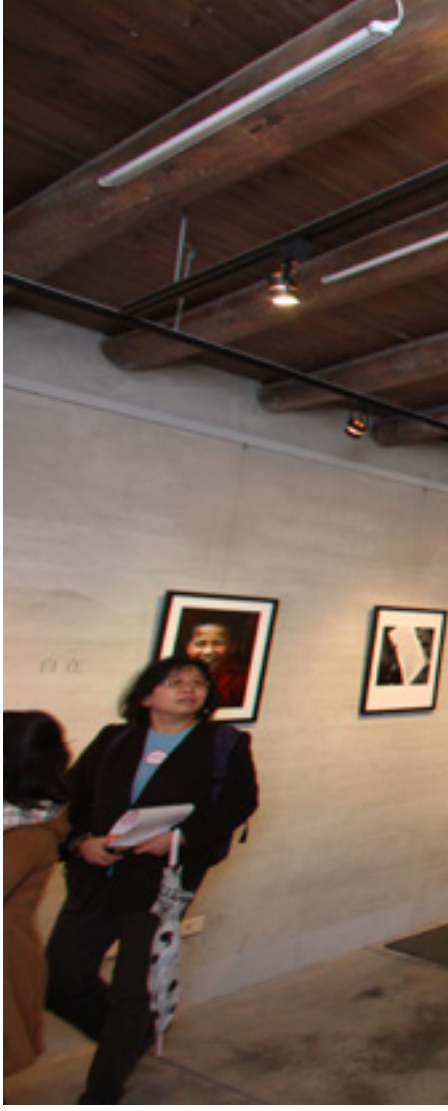
愛情開始的大稻埕

友人說，在台北，愛情的起點，就是台北霞海城隍廟。這麼說起來或許不無道理，畢竟，城隍原是城池的守護神，等於也是代表一座城市的民間信仰神格化象徵，而霞海城隍廟裡供奉的月下老人，更是被當做求良緣的神明，不僅當地人信奉，也成為許多年輕的日本女性觀光客，一定要來點香祈求良緣的所在。

大稻埕和迪化街，傳統上來說，是個長輩們辦年貨的老街，但近年來，許多懷抱著夢想的年輕人，因為 URS（URBAN REGENERATION STATION）「都市再生前進基地」的進駐，開始到這充滿了傳統老台北格的街區，來尋找並實現自己的夢想。

例如一開始我提到那「友人」，便是一位叫做小麥的勇敢女子。原本帶著團隊在世界各地創意市集擺攤的她，自述著：「回想決定搬到這一棟建於一八五〇年的紅磚老宅的前夕，原本對未來充滿困惑及未知，小麥來到城隍廟拜拜，當時神明給予他一個『成家立業』的暗示，小麥相信這就是個契機，冥冥中似乎也推動著他們要在大稻埕開創天地。」現在的她，和夫婿 Jerry 一起建立「團圓」這個品牌，發起「團圓大稻埕」活動，讓這個老舊的街區，充滿了新的熱情與活力。

而另一對友人，原本在中研院服務的（另一個）Jerry，則是為了實現太太 Febie 教小朋友畫畫和語文的夢想，帶著兩人的愛情結晶 Kaya，也在大稻埕「小藝埕」樓上成立了「JFK 繪本屋」；透過這些愛的故事，重新認識一個正在「上升」的街區，相信這裡會成為台北另一個令旅人流連忘返的所在。



URS 為大稻埕注入新活力。（王能佑攝）

旅遊達人工頭堅。

清新單戀的民生社區

回想自己的成長過程，民生社區原不屬於自己生活經驗中的任何一部分，但是隨著高中的一段單戀，從此愛上這個原是塑造台北生活風格的社區。當時跟著單戀的學妹，搭著公車來到這裡，頓時覺得唯有這樣的社區，才養得出那般氣質的女生啊！雖是數十年前的往事，而後也又曾戀上住在民生社區的對象，無論如何，這個區域成了我自己的「台北愛情地圖」重要的區塊。

不讓「康青龍」、「溫羅汀」和大稻埕等文創街區占盡光芒，民生社區的富錦街沿線一帶，不僅早期就有一些攝影工作室進駐，近年更形成另一個美食與設計結合的創意空間落腳之處。其中的「八角寓所」，如同他們的自述：「在二〇一四年夏天，我們聚集在一個樹很多、腳踏車很多、動物很多的地方，一起建構了這個小小的基地。空間是有限的，夢想卻無遠弗屆。希望在各自做什麼事之餘也一起做點什麼夢。」目前的成員有平面設計師、室內設計師、攝影師、廚師、畫家、活動企劃、導演；其中的小曼和志潭，正是一對共同作夢的情侶。

我自己年輕時代的愛情雖已遠去，可卻又在這個區域，見到了新的夢想與愛情誕生。帶著一種前輩的心情，關愛著這些夢想的長成，難道不也是人生樂事？

富錦街有許多創意產業進駐。

處處留情的忠孝東路

已故的台灣文人杜十三，曾在一九八七年發表過一篇文章，篇名就叫《親愛的忠孝東路》，將上世紀八〇年代台北東區正在蓬勃發展的都會文化，做了極好的紀錄與詮釋。對我來說，流連東區的年月，正好是高中情竇初開、出社會之後追逐風尚、在現實中受挫徬徨街頭……，前前後後加起來、跨越少年到青年近二十年的歲月；走在路上，彷彿翻過一頁又一頁的青春篇章。

從捷運忠孝復興站開始，往東一路走到市政府站，直線長度大約兩公里、跨越了三個大街區；包含了頂好商圈、統領商圈、國父紀念館等區塊，現在大家也就直接稱它為台北「東區」。它代表的就是從六〇年代到九〇年代，台灣經濟高度成長的年代，許多跟得上國際潮流都會腳步的景觀或生活趨勢，要不就在這個區域首先出現、或者在這裡被發揚光大；因此也成了都會青年追逐風尚的去處。

綠意盎然的民生社區一帶。

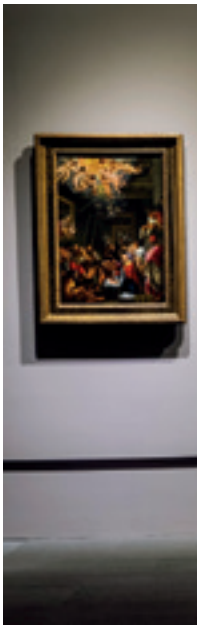
城市裡一個不經意的轉角處，都可能藏有許多人難忘的回憶。

某一個陽光的午後，我便沿著這條路線，重新細細辨識各個街區的特色：頂好商圈的兩側，俗稱「名人巷」的大安路從中貫串，分布著來自各省、各國風味、從平價到高級的美食餐廳；再往東走，過了敦化南路這條美麗的八線林蔭道路，進入忠孝敦化站的區域，位於路旁的上島咖啡店，這個位置過去是號稱台北第一家時尚 Café「IR」的舊址，是許多東區孩子的回憶。

而藏身後巷中的諸多時尚小鋪，幾乎每隔一段時間就換了一批新店面、新臉孔，卻始終生生不息、越來越熱鬧，也成為全台北市永遠具有年輕魅力的街區。往後走到靠近市民大道的忠孝東路四段 181 巷一帶，由「好樣 VVG」品牌開設的餐廳、咖啡館、書店……等，自成一格，形成了生根於東區的文藝風格小集市。

你幾乎可以說，這裡是將東區的特色，融會於一處而體現出來的精華。在這裡，我們談的不再只是兩人之間的戀情，而是對於一座城市整體的愛戀。讓我們一起，來走這一趟「台北愛情故事之旅」。

各式時尚小鋪，讓東區的後巷始終生生不息。



列支敦士登秘藏藝術精品／

今夏在外雙溪故宮看得到

文／觀止　**攝影**／許斌

位於奧地利和瑞士間的小國列支敦士登，面積僅有台北市的三分之二，人口僅有三萬七千人，是世界上排名第六的小國。列支敦士登王室家族數百年來，陸續收藏了大量的藝術精品，最近，這批珍寶跨海來台，以「阿爾卑斯皇冠之列支敦士登秘藏瑰寶展」之名，在國立故宮博物院盛大展出。想一睹王室珍品的風采，現在正是時候。

相關資訊
時間／即日起至 8／31
地點／國立故宮博物院圖書文獻大樓一樓

戰時留下的瑰寶

列支敦士登王室原本榮耀輝煌，在二戰前，一直定居維也納。但經歷兩次世界大戰後，王室損失了近八成的土地物業，特別是二戰期間，維也納被德軍慘烈轟炸，王室絞盡腦汁，透過各種管道保存藝術品，才使得這批珍品能呈現世人眼前。列支敦士登博物館館長約翰．卡夫特納說：「戰爭當時，僅有王室家族的肖像畫可以合法運出，王室迫不得已，只好將眾多收藏的肖像畫偽裝成皇室肖像，並透過鹽礦場中運鹽的通道運輸藝術品，作品因而能完整保存。」

數十年來，列支敦士登在親王漢斯‧亞當二世的治理下，再度展現了經濟奇蹟，人民享有富足、快樂的生活，並不斷透過出借藝術品至他國展覽的方式行銷國家，打開國家知名度。

精美藝術訴說一章章西洋藝術史

「阿爾卑斯皇冠之列支敦士登秘藏瑰寶展」依作品類型，分為八大展區，包括王室肖像畫、肖像畫、風景畫、靜物畫、神話畫作、宗教畫作、風俗畫作、水彩與素描等八個單元。國立故宮博物院院長馮明珠表示，展覽中的每個單元都是一章西洋藝術史，從文藝復興時代延續到十九世紀初，每個單元都可見到西洋藝術的關鍵發展。

展場中，有一幅文藝復興三傑之一拉斐爾的早期作品〈男子肖像〉，是展覽中的經典藏品。一臉嚴肅的男子倚著牆面，他頭戴黑帽，穿著綠色排釦上衣外搭紅黑相間的外袍，顯見畫家成熟掌控了畫面的顏色和造型。約翰．卡夫特納表示，拉斐爾不像多數藝術家將肖像置入黑色的背景中，反而將人物安排在城堡窗邊。

透過這扇窗，可看見河流、丘陵、水鴨，畫面也隨之生動。他補充，中國畫中也有許多描繪自然的畫作，建議大家可以多加比較。

十九世紀中葉，親王阿洛伊斯二世邀請宮廷畫家佛里德里希·馮·阿莫林為家人留下影像。〈兩歲的列支敦士登公主瑪麗·法蘭琪斯卡肖像〉是這一系列畫作中最為出色的。公主在床上安靜沉睡，她褐色的頭髮因斜射進來的光線而發亮，白皙的臉龐宛如蛋殼般細緻，臉頰上的一抹紅暈也宛如自然的腮紅，畫家成功地捕捉到這溫馨寧靜的片刻，讓畫作顯得無比動人。

神話系列作品可以〈戰神與莉亞·席爾維亞〉為代表。這幅由名畫家彼德·保羅·魯本斯的作品描繪戰神馬爾斯愛上灶神維斯塔的女祭司莉亞·席爾維亞。但身為女祭司，必須守貞，畫面中表現出馬爾斯步步逼近，席爾維亞驚恐、想逃脫的情景。畫家巧妙地將兩人的雙胞胎兒子也置入畫中，這兩兄弟日後將成為羅馬城的創建者。

〈兩歲的列支敦士登公主瑪麗·法蘭琪斯卡肖像〉。

神話系列作品可以〈戰神與莉亞 • 席爾維亞〉為代表。

勾勒城市財務人員和稅吏狡獪嘴臉的風俗畫〈稅吏〉。

華麗而溫馨的〈聖母與聖子〉。

〈瓷瓶中的花與燭台及銀器〉則是靜物畫中的傑作。畫家斐迪南·喬格·華德米勒終其一生，都在表現同樣題材的畫作。花卉在瓶中爭奇鬥豔，恣意綻放；花卉的嬌嫩、瓷瓶的溫潤和銀器的金屬光澤，展現出截然不同的質感。而盛裝花卉用的瓷瓶具有仿中國的樣式，顯見當時西方世界對東方風情的迷戀。

展覽中還有多幅精彩的宗教作品，如畫面華麗、溫馨的〈聖母與聖子〉，表現基督孱弱身軀的拜占庭風格聖像畫〈悲憫的基督〉；另外，描繪壯麗大自然的風景畫〈藝術家探索奧地利阿爾卑斯山〉、勾勒城市財務人員和稅吏狡獪嘴臉的風俗畫〈稅吏〉，也都是值得細細品味的佳作。找個悠閒午後，造訪故宮博物院，來認識列支敦士登這個富有人文氣息的國家，以及王室收藏的精美藝術品吧！

靜物畫中的傑作〈瓷瓶中的花與燭台及銀器〉。

街頭饒舌・碰撞塗鴉・假日演出／

西門町後街文化祭很有看頭

文／Peggy Yu　**圖**／台北市電影主題公園提供

合法塗鴉讓創作者可以盡情揮灑創意。（資料照，王能佑攝）

西門町後街文化祭提供年輕人表現自我的舞台。

「二〇一五西門町後街文化祭」為展現年輕人熱愛的文化活動，自六月十二日起，在西門町的電影主題公園舉辦為期半年的系列活動，像是加入懷舊電影元素，舉辦懷舊電影海報展及影展、集合全台新秀在西區表演饒舌與塗鴉、文化祭聯展、滑板日等，藉由不同的展覽與活動賽事，讓民眾對後街文化有更多元了解，邀民眾來西門町體會「復古 × 新潮」的衝突美學！

西門町後街文化祭邀請民眾隨著 DJ 播放的音樂起舞。

街頭饒舌音樂祭　碰撞塗鴉　引爆西區

臺北多元藝術空間青少年發展促進會創辦人鄭子靖表示，今年希望能擴大舉辦最受矚目的「狂熱街頭饒舌音樂祭 × 墨路行者塗鴉」， 他說，八月二十三日當天，西門町後區將布滿作品，有如塗鴉轟炸，更結合饒舌派對，以兩種創作渲染力，結合視覺與聽覺，引爆西區次文化能量。

鄭子靖說，世界各國塗鴉者都聽過西門町塗鴉文化，但早期因為沒有合法空間，許多作品被冠上非法塗鴉、亂畫的惡名，本活動長期推廣合法塗鴉，將提前審核塗鴉者作品集，並訂出主題，審核通過者可在台北戲院、美國街、武昌街電影街等大、小巷弄選擇牆面，整個西門町後半段都會有精彩作品，在合法牆面上揮灑創意。

此外，活動當天在電影公園內，更會規劃木牆空間，讓想接觸塗鴉的民眾、親子體驗，更有塗鴉達人一旁指導， 讓小朋友們一同感受後街文化的魅力。

鄭子靖指出，時下年輕人有想法、有壓力，精力卻無處釋放，協會與活動主辦單位也看準這股需求，長期舉辦正式饒舌比賽，讓更多人能透過歌唱、饒舌發洩出來，八月二十三日當天將有 DJ 放歌，邀請民眾隨興起舞。

他說，後街文化祭要展現的就是「街頭次文化」，早期在西門町的電影主題公園裡，不少遊民、流浪漢聚集，但現在規劃成年輕人的戶外空間，假日有音樂可聽、定期舉辦市集、各種活動，讓萬華充斥最傳統與最流行的元素，打造成讓家長安心的遊憩空間。

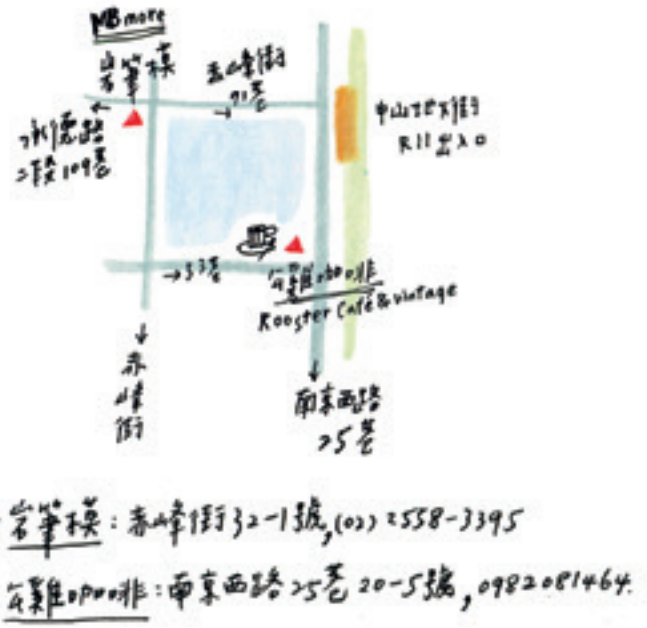
七月十四日至八月三十日在西門紅樓中央展區，也有西門町後街文化祭聯展，展出歷年文化祭的西門町在地團隊，像是二十年前，街舞團隊從萬國百貨發跡，到後來成立舞團、工作室的照片樣貌。七月十八日舉辦的「East Hot & MM Party」，結合園遊會，讓更多人親自體驗七〇、八〇年代 Funk & Disco Party 的氛圍。九月至十一月，在電影公園多功能展演廳推廣結合動、靜態的街頭文化歷史講座，讓民眾了解後街文化祭的意義及街頭文化的歷史與發展脈絡。活動詳情可至台北市電影主題公園網站（www.cinemapark.org.tw）查詢，或至臉書搜尋：台北市電影主題公園。

台北市電影主題公園定期舉辦西門二手市場，是年輕人尋寶的好去處。

版畫作品迷人・歐洲鄉村風咖啡店／

捷運中山巷弄內的驚奇小店

文・圖／Mia 林孜育



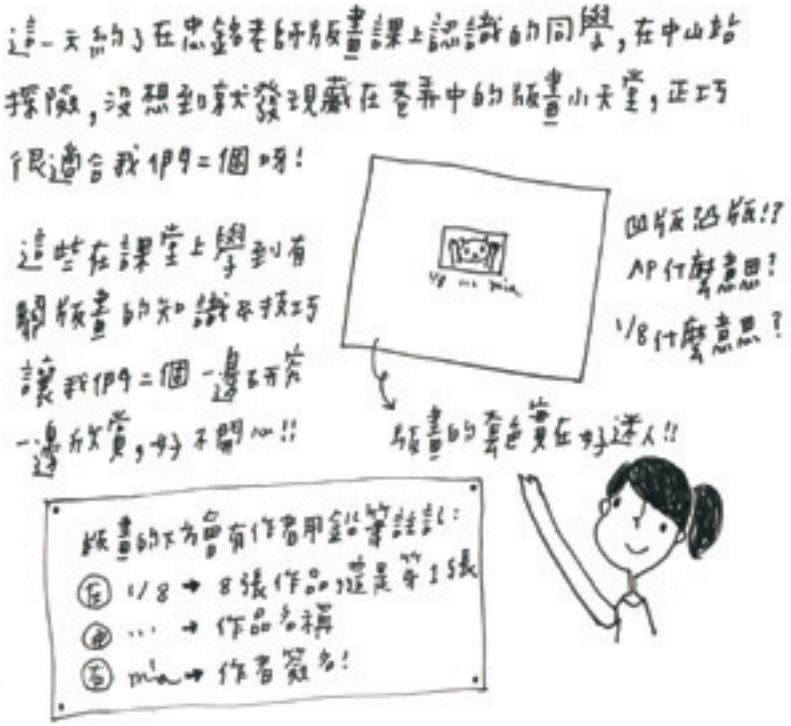
捷運中山站附近臥藏有很多令人驚奇的小店，我喜歡在這兒漫無目的地閒晃著。

版畫小天堂「岩筆模」

這天我和版畫課認識的友人先去看了版畫展覽，結束後到中山站想找間咖啡館繼續聊聊。而在遇見咖啡館之前，先被轉角的房子問了個問題「您為什麼而活？」好奇心驅使之下我們走了進去，就意外發現了這個版畫小天堂「岩筆模」！兩個人好欣喜地駐足欣賞作品——掛在牆上的精緻凹凸版畫、擺上桌前結合生活的版畫明信片，還有絹印布作品。

在印刷科技飛進的今日，取得印刷品是再平凡不過的事時，這樣的手工印刷教人分外的珍惜與愛戀。讓我想起自己愛上玩印章正是因為喜好版畫而開始的，而說來印章其實就是一種簡易凸版畫呀！在岩筆模除了可以欣賞到各式版畫作品外，偶而會舉辦版畫工作坊帶大家參與製作。

走出這間房子，又再度看見門口的提問，我沒能當下回答出來，但好像有那麼一點點，讓我在這喧嘩的世界裡被拍打了一下。



到「公雞咖啡」沉浸鄉村風

接著我們轉過街角，就遇見了今天的咖啡館：「公雞咖啡」。木門與木棧道，與門口停擺的腳踏車，營造了一種閒適宜人的氣氛；咖啡館裡，有著黑色點點陣列的白色地磚、老椅子老桌子，有股歐洲鄉村小館的氣氛，也讓我聯想到電影畫面裡，露天陽光下打開報紙享受早餐的悠閒假日晨光。抵達時間正好沒有其他客人，就由我們倆獨享了這樣的異國氛圍。在大理石桌與兩把一高一低的老椅子上，分享一盤佛卡夏拼盤與阿芙卡朵。咖啡館不大，卻擁有大面積的陽光，在半敞開的木門下被富足光線包圍，一桌美食再搭配好友為伴，就是一件很幸福的事。

第一銀行陳寶川董事長回憶往事／

日本時代的商品券

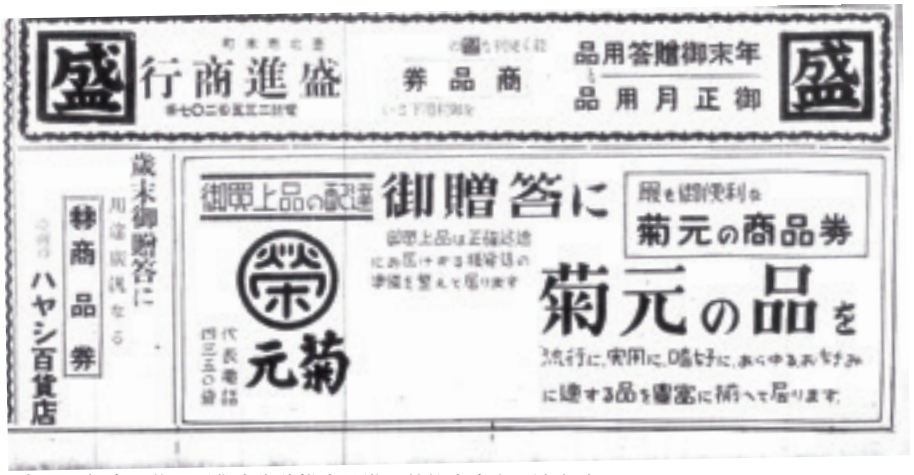
文・圖／陳柔縉

一九三二年開幕的菊元，是日本時代台北最大的百貨公司。

陳寶川曾任彰化銀行、第一銀行的董事長，他在回憶錄說道，一九三一年，在台北念小學六年級時，曾代表學校參加演講比賽。台北放送局（位於二二八公園內，中國廣播公司的前身）因此請他去錄音講故事，每次講完，就獲贈「台北最大百貨公司的禮券」。

沒錯，那時候，就有禮券，只是名稱不一樣，當時都叫「商品券」。

一般所知，日本時代台北最大百貨公司是菊元，但菊元於一九三二年十一月才開幕，因此推算陳寶川拿到的禮券，應該來自他店。事實上，一〇年代起，台北的大百貨店「盛進商行」即推出商品券這項利器大做生意了。當時，盛進商行在今天



一九三六年底，菊元百貨廣告強推商品券，其他商店也不遑多讓。

三〇年代，台北最熱鬧的商業大街就在榮町（今衡陽路）。

的重慶南路、博愛路有四、五家店面，它的廣告會說，買商品券當年末送禮「無上便利」，店內的洋酒、洋菓子、鐘錶、鞋子、茶具等等，「隨時得以商品券交換」。

二〇年代，大稻埕台灣人的布店「黃裕源商行」也推過商品券。慢慢，有禮券性質的券滿天飛，台北數一數二的大餐館江山樓有料理券；今天台北市八德路、新生南路口附近的牧場「臺灣畜產株式會社」有牛乳券；沅陵街的日式食堂「魚文」有壽司券；讀書週的活動，則有讀書獎勵券，到書店可換購圖書。

到了三〇年代，商品券已經非常發達，特別是日本人愛送禮，每到年終，百貨公司就大推商品券來當年節禮物。一九三六年的報紙指出，近年流行用商品券餽贈，到年末的十二月中旬，大家買商品券像買車票一樣。大稻埕的生意深受排擠，一些台灣商人力挽頹勢，到江山樓開會，準備發行聯合商品券。

不過，不用大稻埕的商人煩惱，沒幾年光景，炸彈就把日本大店的商品券打得粉碎了。

一九四一年底，日本偷襲珍珠港，美國宣戰，日本的戰況吃緊，前線的波濤，一紋一紋盪到後方的岸上，結果，口號如雨下，物質生活愈趨緊縮。當節儉、儲蓄變成政治正確，送禮、回禮就淪為罪惡的「虛禮」，有鼓勵奢侈消費之嫌了。

一九四二年七月初，皇民奉公會中央本部對台北十家大百貨商店發出通牒，即日起，禁止再發賣商品券。中南部也幾乎同步，七月間全面停售。商品券就這樣帶著一身的不合時宜，揮別日本時代了。

而藏身後巷中的諸多時尚小鋪，幾乎每隔一段時間就換了一批新店面、新臉孔，卻始終生生不息、越來越熱鬧，也成為全台北市永遠具有年輕魅力的街區。

~工頭堅

一般所知，日本時代台北最大百貨公司是菊元，但菊元於一九三二年十一月才開幕，因此推算陳寶川拿到的禮券，應該來自他店。事實上，一〇年代起，台北的大百貨店「盛進商行」即推出商品券這項利器大做生意了。

~陳柔縉

趣玩台北

Fun Taipei