Taipei Pictorial
# 台北畫刊
577
2/2016

旅美強投陳偉殷／
在台北的青春記憶和浪漫事件

桌遊好處多多／
協助腦力發展增強溝通能力

台北城市運動資源豐富／
自行車道和各區運動中心好方便

台北燈節　12 行政區遍地開花

國小寒假作業廢除

FM93.1 台北電台全新改版

## 台北光殷
## 有求必應

**特別收錄**

新春拜廟好運到／
台北知名廟宇巡禮

宮廟達人分享／
春節拜拜正確須知

走春一日小旅行／
電影場景好好玩

●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？您是否有興匆匆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。

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
國家發展委員會服務台．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
捷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
大稻埕故事工坊
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
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
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
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
中山親子旗艦館
北投親子館
中正紀念堂
國家表演藝術中心國家兩廳院（表演藝術圖書館）
臺灣博物館
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
孫運璿科技人文紀念館

### 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）
東南亞秀泰影城
國賓大戲院
樂聲影城
日新威秀影城
in89 豪華數位影院
今日秀泰影城
新光影城
絕色影城
滴山大戲院
國賓影城（微風廣場）
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）
凱擊系統台
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）

二月關鍵字：團聚。

喜慶洋溢的農曆新年，對於你我而言，重要性不言而喻。

遠在他鄉的遊子，即便回家的路再遙遠，也要在除夕夜這天和家人相聚，吃團圓飯，話家常，就是一種踏實的幸福。最近確定落腳邁阿密馬林魚隊的旅美強投陳偉殷，也不例外。

本期《台北畫刊》封面故事單元，特地專訪到旅美職棒好手陳偉殷，聊棒球，也談談他對家鄉的殷切思念。殷仔的鐵漢柔情，以及對台北這座城市的眷戀，我們要用有溫度的文字傳遞給你。

二月，也是一個適合充電的月份。趁著連續假期，把自己調整到最佳狀態再出發吧！拋開電腦、平板，玩玩拼圖、桌遊這些不插電的遊戲；或是選擇自己喜愛的城市角落，騎著閃亮亮的 YouBike 在市區來去自如，心情也是橘黃澄亮好美麗！

除了農曆年節，二月的各項活動也是熱鬧滾滾，包準你一點也不無聊！若你是有氣質的愛書人，就絕對不能錯過國際書展；想來一點浪漫，台北燈節這次結合 12 個行政區，要讓燈飾遍地開花，妝點整座台北城；年節少不了走春，陽明山花季有滿山遍野的繁花美景，要讓你迷醉在「台北後花園」；想知道除夕夜，柯 P 全家人的年夜飯都會出現哪幾道菜嗎？《台北畫刊》讓柯媽媽告訴你。

爆竹聲中一歲除，春風送暖入屠蘇；

一起度過一個有年味的假期吧！

中華民國 **57** 年 **1** 月創刊
**105** 年 **2** 月 **1** 日出刊
發行人————簡余晏
顧問————黃威融
總編輯————謝佩君
副總編輯————王宜燕
主編————陳盈帆
責任編輯————司徒懿・鄭雅萍・潘逸凡・洪彩鈞・林彥儒
美術設計————一格台灣股份有限公司
行銷企劃————莊淑媚・李炎欣・呂宛芝・熊彥・林彥男
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

**2017 臺北世界大學運動會**
29TH SUMMER UNIVERSIADE
2017.8.19 ～ 2017.8.30

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**
一個阿北的夢想／
一日北高　讓不可能變成可能
文／台北市政府觀光傳播局　攝影／潘俊霖

006
**城市注目風景　Spectacular Scene**
文／穆易　攝影／潘俊霖

008
**世大運特輯　For You・For Youth**
台灣新生代標槍運動員／
瞄準 2017 臺北世大運
文／台北市政府觀光傳播局　圖／黃士峰提供

010
用體育實力讓台灣被世界看見／
2017 世大運羽球選手——戴資穎
文／許麗芩　圖／ Badminton Photo 提供

012
**封面故事　Cover Story**
**台北光殷 充電再出發**

014
旅美強投陳偉殷／
在台北的青春記憶和浪漫事件
文／陳瑞浩　圖／聯合知識庫提供

018

桌遊好處多多／
協助腦力發展增強溝通能力
文／許凱森　攝影／許斌

022
台北城市運動資源豐富／
自行車道和各區運動中心好方便
文・圖／穆易

026
**城市美食探索　All About Cuisine**

柯媽媽下廚分享菜單／
柯市長愛吃的獨家桔餅素麵線
文／顧家麥　攝影／潘俊霖

028

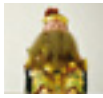
南門市場 ＋ 中正紀念堂／
台北城中美味吃透透
文／金康嵐　攝影／高讚賢

032
美食家認真考究／
各路台味火鍋有意思
文 · 圖／韓良憶

035　**台北現場　What's New**

036
雙北合作平台／
食安 ＋ 保育成果看得到
文／ Wallace Chang　圖／台北市政府衛生局提供

038



遺失物品無奇不有／
台北捷運費心協尋
文／蔡依蒨　攝影／劉佳雯

040
2016 台北國際書展／
匈牙利主題 ＋ 張愛玲特展
文／ Jeffrey Lin　圖／財團法人台北書展基金會提供

042

台北燈節不只在花博公園／
12 行政區遍地開花
文／ Kuan　圖／台北市政府民政局提供

044

花鐘廣場全新風貌／
陽明山花季精彩可期
文／趙欣　攝影／廖碩文

046
讓孩子們不必為寫而寫／
國小寒假作業廢除
文／ Peggy Liang　攝影／王能佑

048
提供外籍旅客合法住宿／
平價青年旅館新選擇
文／許麗芩　攝影／許育愷

050

讓市民聽眾更有感／
FM93.1 台北電台全新改版
文／ Jeffery Lin　圖／台北廣播電台提供

052
FM93.1 全新改版／
公民總主筆們輪流開講
文／程金蘭、張鐵志　攝影／楊智仁

056
城市麵包創意大賽／
期待國際烘焙暨設備展
文／ Peggy Yu　圖／台北市糕餅商業同業公會提供

058
**台北話建築　Taipei Architecture**

魚夫繪臺灣書店／
從當年宛如歐洲市街的
重慶南路說起
文 · 圖／魚夫

060
**台北時光機　City History**
陳柔縉說說井上通信和 YMCA ／
當年英文演講在台灣
文 · 圖／陳柔縉

062
**市府活動行事曆　Events for Citizen**

064
2016 台北 101 國際攝影大賽／
新增台灣山岳魅影主題
文／程沐真　圖／台北 101 提供

## 一個阿北的夢想／

# 一日北高　讓不可能變成可能

文／台北市政府觀光傳播局　**攝影**／潘俊霖

## 你有多久不敢夢想了？

夢想，說來簡單，只要動動嘴皮子就可以上天下海，彷彿一蹴可幾。

但夢想往往會被殘酷的現實消磨殆盡，於是，你開始有了許多藉口，往往到最後，夢想就如同燃燒殆盡的火種，不知不覺就熄滅了。

2016 年 1 月 9 日凌晨 5 時，56 歲的台北市長柯文哲，先在關渡宮上香祈福，並在水岸廣場做完暖身操後，從台北騎著自行車出發，300 多公里、歷經 19 個小時又 52 分鐘的長征，最後抵達高雄。很多人不解，問他為什麼要做出這麼瘋狂的事，他總是笑笑沒說什麼，但心裡默默希望透過這場跟意志力拚搏的活動，找回台灣人民的信心。「海洋國家的性格就是冒險犯難。成功和失敗唯一的差別，就是意志力而已。」柯文哲說道。

### 一日北高作戰計畫　全員動起來

促成這次「一日北高，雙城挑戰」計畫的起因，是某次會議討論到如何行銷世大運和自行車城市大會，柯文哲提出要挑戰從富貴角燈塔騎自行車到鵝鑾鼻燈塔的「一日雙塔」計畫，幕僚一聽都極力勸阻，認為這實在太瘋狂了，但柯文哲並不放棄，後來聽從建議，改為一日雙城，從台北騎到高雄的自行車挑戰計畫，就此展開。

幕僚們首先進行系統性的規劃及路線探勘，並由交通局介紹台北市自由車協會的教練，讓柯市長和隨扈接受定期且專業的訓練。他利用公務繁忙的空檔，在市長室旁邊的房間進行肌力訓練，每週固定上 3 堂課，一堂課約 1 至 2 小

柯文哲希望透過這場跟意志力拚搏的一日雙城計畫，找回台灣人民的信心。（潘俊霖攝）

時，教練稱讚柯文哲是最乖的學生，永遠都是最早到、最晚走的那一個。除了固定的訓練，柯文哲也要求自己每天爬樓梯上班，市長室位於市政大樓 11 樓，要爬這麼多層樓梯，可見其驚人的意志力。

**相信並尊重專業　完成不可能的任務**

380 公里的距離，要長時間坐在自行車座墊上，屁股痛是必須克服的困難，柯文哲除了換上車褲外，也聽從教練的專業意見，在哪一個路段必須變速或變換坐姿，踩踏踏板的頻率……等，他都按表操課，絲毫不敢鬆懈。從這些小地方不難看出，柯文哲其實是一個相信專業、尊重專業的人，才能夠完成這趟不可能的任務。

這趟旅程，最令柯文哲和隨行人員感動的，就是自願陪騎的民眾裡，有一位是高雄氣爆的傷者，他前一天晚上就先牽車到台北，陪著柯文哲騎完全程。復健了 1 年逐漸康復，這一路走來他的傷痛難以言喻，但終究是走過來了，之所以陪騎完全程，是因為他相信，既然柯 P 可以做到，他一定也能做到。

柯文哲希望 1 月 9 日過後，當任何一個人在追求夢想的過程中碰壁，好像怎樣都不可能完成時，可以想起曾經有一個歐吉桑，在全世界都不相信他的時候，堅持他的夢想不曾妥協。

「你問我台灣需要什麼？其實台灣需要的就是一個希望，這個希望來自敢冒險犯難的信心。」一個城市的未來，由全體市民的意志力決定。

人因夢想而偉大。趕緊出發追夢去吧！

某天午后，
信步前往龍山寺，
一位老奶奶虔誠地跪在神明面前，
臉上盡是滄桑，
手裡撥弄著一長串佛珠，
發出清脆、帶有規律的聲響。
嘴裡則喃喃念著：「祈求全家大小平安、健康」。
這個畫面，只是偌大寺廟中的一個微小縮影，
但這個縮影，卻代表著千萬人心中同等的祝禱。
願，
新的一年，在台北的我們，平安喜樂！

**文**／穆易　**攝影**／潘俊霖

## 台灣新生代標槍運動員／

# 瞄準 2017 臺北世大運

文／台北市政府觀光傳播局　圖／黃士峰提供

標槍在田徑場的上空畫出美麗的弧線，在80 公尺線外漂亮落地。就讀台北市立大學競技運動訓練研究所的好手黃士峰，在去年的光州世大運以這一擲獲得銀牌，他說，金牌的遺憾在 2 年後的臺北世大運再彌補。

保有男子標槍全國紀錄的黃士峰，青少年時期就大放異彩，曾在愛沙尼亞世界中等學校運動會、義大利世界盃青少年田徑錦標賽、杜哈卡達世界中學運動會接連拿下 3 面金牌，並曾贏得體育菁英獎的「最佳新秀運動員」頭銜。

2013 年，他在港都盃全國中等學校田徑錦標賽暨公開賽中驚天一擲，以 79 公尺 84 打破全國紀錄，接著又在年底的天津東亞運擲出 82 公尺 11，再度刷新由自己保持的全國紀錄，中間雖一度狀況欠佳，但到去年的光州世大運則又迅速回復到較佳狀態。

### 44 公分之差　黃士峰飲恨光州

黃士峰在光州世大運第 2 擲擲出 81 公尺 27，但他在比賽時左腳趾甲掀開，助跑時感到疼痛，最終以 44 公分之差飲恨，黃士峰說，「我覺得可以表現得更好，但後幾擲沒有發揮全力。」

黃士峰期待在 2017 臺北世大運一圓金牌夢。

光州世大運的男子標槍決賽在前兩擲就分出勝負，愛沙尼亞的選手是在第 1 擲就摘下金牌成績，黃士峰是第 2 擲，現場觀眾對選手的每一擲都繃緊神經，緊盯著美麗弧線的落點，是非常刺激的比賽。

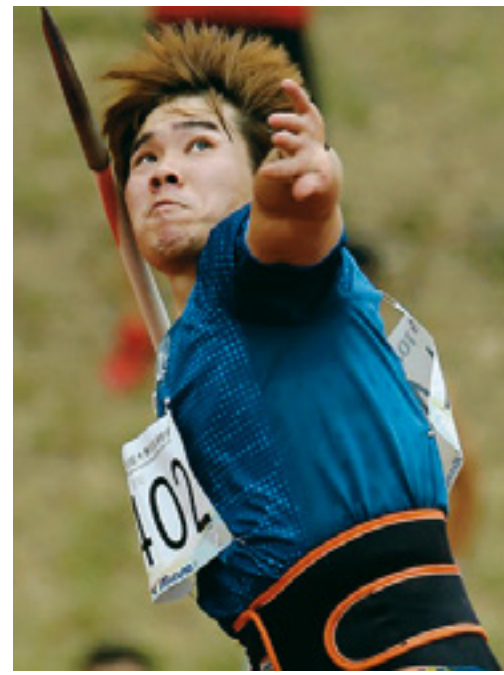
**2015 最佳男運動員　力拚里約奧運、臺北世大運**

黃士峰說，他在去年 6 月武漢亞洲田徑錦標賽的成績雖沒有世大運好，但仍以 79 公尺 74 摘金，並取得北京世界田徑錦標賽的參賽資格，有機會爭取 2016 里約奧運的參賽權。令人料想不到的是，黃士峰在去年 8 月的世錦賽中表現大失水準，3 次擲標中有 2 次犯規，唯一一擲的成績，也僅有 75 公尺 72。儘管在世錦賽失利，一整年豐收的成績仍然讓黃士峰在去年底拿到了 2015 年體育精英獎的「最佳男子運動員」獎項。

今年黃士峰繼續向奧運達標的 83 公尺努力，上半年至奧運前會有 5 場比賽拚達標，「我希望可以達到奧運的參賽標準 83 公尺，全心全力準備里約奧運，然後銜接後年的臺北世大運。」

中華隊擲部教練薛聖融表示，黃士峰一直都有 80 公尺以上的穩定表現，尤其是練習時，只是比賽與練習時狀況不同，要隨機應變，「臺北世大運因有天時地利人和，我想士峰可以有更好的發揮。」

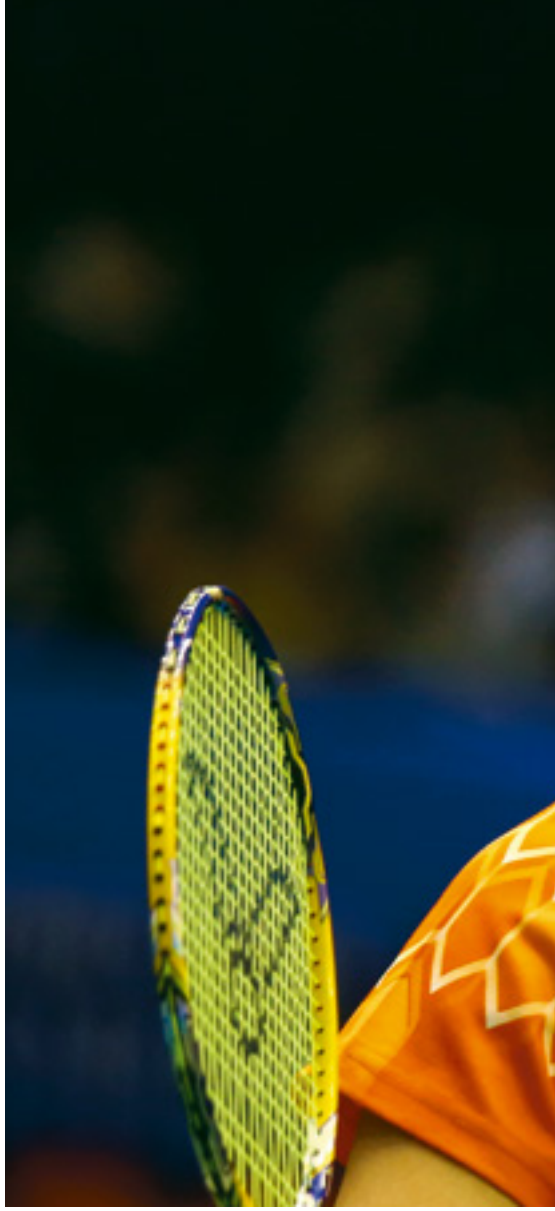
黃士峰歷經各項大賽的磨練，技術更加成熟，絕對是臺北世大運奪牌的重點選手之一，已參加兩次世大運的他，希望在家鄉父老面前能有更棒更好的成績，讓他第 3 次參加的世大運能留下最美好的回憶。



經過一整年的努力，讓黃士峰得到 2015 年體育精英獎的最佳男運動員獎項。

# 用體育實力讓台灣被世界看見／2017 世大運羽球選手—戴資穎

文／許麗芩　圖／ Badminton Photo 提供



「我希望我能夠站在奧運的頒獎台上，為台灣拿一面獎牌。」台灣史上最年輕的羽球「球后」戴資穎大氣地說出自己的願望，她也希望能在 2017 臺北世界大學運動會，發揮平時的水準，將羽球冠軍獎盃留在台灣。

## 從小越齡比賽「找輸ㄟ」　躍向世界羽壇頂端

戴資穎年紀輕輕，但從小就有大將之風，在羽球領域上表現「超齡」實力，在國小六年級時，已奪得全國羽球排名賽乙組冠軍，進而成為台灣羽球史上最年輕的甲組選手，2009 年開始更屢在美國羽球黃金大獎賽、世界羽聯超級系列賽總決賽、2015 世界大學運動會……等國際賽事中奪牌，2015 年 8 月時已成為世界排名第三的女子羽球選手。

2014 年香港羽球冠軍戰戴資穎以高超的球技直落二擊敗對手封后，這也是她 20 歲生涯第 3 座羽球超級系列賽冠軍。

戴資穎為何年紀輕輕就有如此傑出的表現？答案竟然是因為她的父母從小就讓她越齡越級參賽「找輸ㄟ」。戴資穎的父母親原本只是為了興趣和健康，帶著兩位女兒打羽球，到後來在假日時就帶到各球館與叔伯阿姨或哥哥姐姐們切磋球技，戴爸爸認為，讓女兒越級參賽，就能從「輸球」中擺脫得失心的障礙。「我很小的時候就跟著爸爸媽媽去打羽毛球，常到台灣各地越級參賽，當時年紀還小，輸了就當作是磨練，累積很多經驗和技術，也學到任何一場比賽都要盡自己本分，全力以赴，享受比賽的過程比結果更重要。」戴資穎認為，與其因為對手的失誤而「勝之不武」，不如與實力相當的對手淋漓盡致地對決，讓她更有成就感。

**更多世大運訊息，請上世大運官網：**
2017.taipei
**或加入世大運臉書粉絲團：**
www.facebook.com/taipei2017

戴資穎年紀雖輕，但頗有大將之風，目前已是世界排名第 3 的女子羽球選手。

**家庭當後盾　「小資女孩」專心羽球路**

在戴資穎成功的背後，除了自己的努力外，她很幸運地有整個家庭當她的後盾，每當比賽前夕，全家總動員幫她準備各項裝備、到場加油，連阿嬤也來「參一咖」，甚至在 2013 年一場馬來西亞國際賽中，父親和母親還充當教練陪同戴資穎出國比賽。目前父親戴楠凱身兼高雄市羽球委員會總幹事，2015 年戴楠凱幫戴資穎上台領取精英獎最佳女運動員獎項，當天正好是他的 50 歲生日，可說是女兒送給父親的最佳生日禮物。「體育是目前台灣最能凝聚國人向心力、讓台灣被世界看到的方式之一，希望資穎能夠持續為國爭光。」戴楠凱說。

被球迷暱稱為「小資女孩」的戴資穎表示，曾經看同年齡的人在放學後可以去玩、不用辛苦練球，讓她一度「不想打球」，但不打球的那段時間，就覺得「生活沒有重心」，此後更加堅定自己打球的意志。由於她曾在比賽中受傷，所以目前的訓練計畫就是先養好傷、做好基礎訓練，並盡量維持及突破現有排名和既有成績，「先卡好位」，然後以平常心面對比賽，爭取在奧運及 2017 世大運中有最佳表現。對於 2017 世大運由台北市擔任主辦城市，她樂見其成，對她來說「能夠住得好、吃得好」，就能心無旁騖地專心比賽，「希望能將冠軍獎座留在台灣。」戴資穎說。

# 台北光殷　充電再出發

電視還不普及的那個年代，方框裡的黑白世界，總是讓人好奇；每逢台灣棒球隊出征，誰家有電視，就會擠滿厝邊頭尾一起看轉播，就連路過的小販也要湊一咖，徹夜不睡也要為中華隊加油！

時至今日，電視、網路提供鋪天蓋地的資訊，但大夥兒擠在電視機、大銀幕前，為某一位英雄人物加油打氣的習慣，並沒有因此改變。旅美好手陳偉殷，就扮演了這樣一個拉近彼此距離的角色。去年的最後一天，陳偉殷受邀回台北參加跨年晚會，在言談中，不僅透露出殷仔對棒球「一生懸命」的熱愛，更可感受到他心繫台灣這片土地的情感。

短暫的回家休息，是為了充電再出發。

不論是遠赴他鄉發展的殷仔，還是為生活努力打拚的我們，都要堅持夢想走下去。趁著連續假期，選擇做些平常沒時間但一直想嘗試的事吧！玩玩益智遊戲，開發一下直線思考的腦袋瓜；或是做做運動，揮汗淋漓後的痛快，你一定要試試看。

充好電，明天，又是一個新的開始！

（潘俊霖攝）

## 旅美強投陳偉殷／

# 在台北的青春記憶和浪漫事件

**文**／陳瑞浩　**圖**／聯合知識庫提供

陳偉殷（右）與台北市市長柯文哲夫婦在去年跨年晚會上同台，一起倒數迎新年。（潘俊霖攝）

「每一次來台北，都讓我覺得這座城市更不一樣了。」這句話由旅美左投陳偉殷口中說出，除了讚嘆的眼神溢於言表，對於許多早已習慣居住在這座城市的台北人而言，是另一種角度的檢視。

甫披馬林魚戰袍的陳偉殷，也是繼王建民之後，讓國人再次徹夜守在電視機前替他加油的台灣之光。

在場上總是有著自己 Game Face 的陳偉殷，談起台北，臉上泛起了微笑。「相較於日本或美國，因為是工作的地方，多少心情較難轉換。所以每次來台北都很開心，因為台北就是一個能讓我放鬆的地方。」

### 台北　勝利之地與摩登之城

如果說「一生懸命」是陳偉殷對棒球的座右銘，不難猜想，陳偉殷對台北的初次印象，仍脫離不了棒球。

「記得高二那年的高中棒球聯賽，全隊坐車北上，最後在台北拿下那年的聯賽冠軍，那一年對台北的記憶就一直留存到現在。」陳偉殷當時是隊上的主力先發投手，國中畢業後選擇了隊上強投如林、競爭激烈的高苑工商就讀，就是為了證明自己。因此高二那年的榮耀，讓台北在他心中留下深刻的印象。

「以前參加比賽的時候來台北，常會發現自己有好多事是來台北才懂的，覺得自己落後太多，畢竟台北跟其他城市很不一樣。」

隨著畢業離開校園，進入職業球場上的陳偉殷，足跡踏過日本與美國，隨著主客場征戰，也到過許多城市，常聽人說，國外的月亮比較圓，但對陳偉殷來說，他一點都不這麼覺得。

他說，每次來台北，都覺得這座城市還是很有特色，像是台北 101，或是百貨公司、文創園區這些逛街的地方都極具設計感，不管復古或現代，多元化的混搭風格，在日本跟美國都看不到。而談到台北 101，這個幾乎與跨年煙火畫上等號的大樓，陳偉殷也有自己的感動時刻。

陳偉殷曾被美國職棒大聯盟官網封為自由球員市場最強左投。（圖／聯合知識庫提供）

足跡踏過日本與美國，陳偉殷認為台北擁有自己的特色，是其他國家無可比擬的。（圖／聯合知識庫提供）

**堤頂大道上的煙火　台北浪漫回憶**

「我記得有一年為了看 101 跨年煙火，我跟家人開車在堤頂大道往市區走，但一路上塞車，眼看都在倒數了還到不了，我們就索性跟著車陣中的人群一起在堤頂大道上看煙火。」

堤頂大道位於內湖區基隆河一帶，距離信義區雖然有 6 公里，但對於有 500 公尺高的台北 101 大樓，反而顯得居高臨下。「大家都說越近越好，但是我們那次在堤頂大道上看，也覺得看得很完整、很漂亮，而且是跟家人一起跨年，感覺也很不同。」

**留戀的味道　共度親子快樂時光**

便利與繁榮一直是台北市的特色，長期旅外的陳偉殷曾待過日本名古屋與美國巴爾的摩，他認為與美、日的大都市相比，台北絲毫不遜色。「像名古屋雖然適合居住，也很清幽，但相對就沒這麼方便，不像台北有四通八達的捷運，吃喝玩樂完全不用擔心。」

「美國跟日本一樣，很多餐廳晚上很早就打烊，在家裡有時候突然想吃東西，真的會不知道怎麼辦，而在台北，無時無刻都可以找到吃的那一條路。」

吃是一種習慣，不僅能滿足口腹之欲，也讓自己心情更加愉悅。提到美食，陳偉殷也有幾個口袋名單，「我很愛吃日式料理，所以台北有幾間還滿合我胃口的餐廳，像是東區的菊川和鮨十兵衛，只要我回來台北都會往那邊跑。」

除了美食，對於小兒子剛滿兩歲的陳偉殷來說，在台北的親子時光也非常重要，而動物園正是

陳偉殷曾在堤頂大道上看到完整、璀璨的台北 101 大樓煙火。（高讚賢攝）

全家最喜歡去的地方。

「因為大兒子很喜歡動物，所以我都會帶他去市立動物園，他看到動物真的好興奮，尤其長頸鹿、大象、貓熊在台北都看得到，我的小兒子雖然有看沒有懂，但看哥哥喜歡，他也笑得很開心。」

**播好幼苗　放眼未來**

身為大聯盟的王牌球員、台灣的頂級球星，陳偉殷期許新的一年除了自己身體健康，一切順其自然之外，也希望能有更多時間陪兩個寶貝兒子。對於兒子之後會不會循著他的腳步走上棒球之路，陳偉殷給兒子很大的發揮空間，因為對他這個老爸來說，能夠看著他們健康長大才是最重要的。

談到台北運動風氣的建立，陳偉殷也非常認同美國從小培養運動風氣的教育方式。「現在大家都會覺得，運動只是為了身體健康，但如果從小就開始培養運動習慣，除了讓小孩子體質變好之外，還能讓他先看先參與，這是一種興趣的養成，也是一種習慣的建立。」

或許今年仍舊沒辦法在台灣過年，但回到太平洋另一端投入訓練與比賽的陳偉殷，最終情定邁阿密馬林魚隊，持續引領台灣下一波的瘋狂浪潮。而陳偉殷在美國所心繫的，依舊是他所想念的台灣，與那個給他難忘記憶的台北。

熱愛棒球的民眾聚在一起為陳偉殷加油。（圖／聯合知識庫提供）

## 桌遊好處多多／

# 協助腦力發展 增強溝通能力

**文**／許凱森　**攝影**／許斌

年節假期打算怎麼過？想懶懶待在家裡打線上遊戲？還是緊抓手機追劇？新年新氣象，不妨趁著好天氣到信義區商圈走逛，前往販售獨家商品的「台北 ・ 禮好城市紀念品設計中心」，喝杯咖啡，再把好禮帶回家。此外，還要回歸不插電的消遣娛樂，從一個人到全家大小都能一起玩的桌遊和拼圖，種類多到讓人嚇一跳，走出螢幕方框的世界，會有更意想不到的收穫。

### 台北 ・ 禮好　複合式新風貌

走進台北市政府大樓 1 樓，循著咖啡香來到西大門，因應假日市府活動人潮眾多，為滿足民眾多樣化需求並跟上信義商圈複合式商店的趨勢，原台北市政府出版品紀念品展售中心改頭換面，去年 12 月重新開幕，更名為「台北 ・ 禮好城市紀念品設計中心」，結合禮品、設計及咖啡，空間動線也較以往更為明亮寬敞。

台北市政府觀光傳播局特別推薦幾樣熱門商品，代表台北特色的「西門丹霞圖」拼圖共 90 塊拼片，拼圖中的人物、動作、表情都不同，細節生動，適合親子共玩，除了能培養耐心與專注力，還能一同認識西門町的建築與人文風情；「台北映像巧克力」將龍山寺、北投老街、林安泰古厝、北門、台北 101 等 11 個台北風景圖分別呈現在每塊巧克力的包

改裝後的台北．禮好城市紀念品設計中心煥然一新，快前來挖寶。（許斌攝）

台北 ・ 禮好城市紀念品設計中心獨家販售的「西門丹霞圖」拼圖細節生動，適合親子共玩。（許斌攝）

裝上，除了台北 101 是照片外，其他都是畫作，巧克力吃完，還可將外包裝收集置於相框中，成為頗具巧思的家中擺設。

配合今年北門改造計畫，也推出北門相關商品：「北門磁鐵」不僅是磁鐵，還能透過拼接，讓磁鐵站立當作擺飾；「北門古蹟文創積木」可自行組裝北門，享受 DIY 的樂趣。

觀光傳播局今年也推出以名畫家郭雪湖的知名畫作＜南街殷賑＞圖為設計的背包，展現 30 年代大稻埕的繁華景觀，色彩鮮明、林立交錯的招牌呈現了台灣文化的多元生命力，台北霞海城隍廟大拜拜的街景熱鬧紛騰，詮釋了台灣民俗節慶祭典的獨特風貌。

北門古蹟文創積木小巧精緻，可體驗自行組裝的樂趣。（許斌攝）

## 益智桌遊　挑戰大腦的無限可能

什麼是桌遊？舉例來說，大富翁就是最家喻戶曉的桌遊。桌遊在歐美國家風行許久，是一般家庭聚會常見的益智遊戲，種類選擇眾多，玩家人數與難易程度各有不同，條件就是必須按照規則進行且要有策略想法。桌遊與電子遊戲的最大差異在於動腦程度，桌遊只有一本說明書，有可能在遊戲過程中發生就連當初遊戲設計者也沒預想到的狀況，如果玩到一半有爭議，遊戲規則是可以被討論的，玩家們能互相溝通後找出共識、建立機制，瘋桌遊松山店的林翰隆說：「桌遊最迷人的地方就是可以被挑戰，就像人生會有許多意料之外的狀況，更沒有唯一的解答。」

林翰隆在開桌遊店之前，曾組讀書會，設計活動讓大家從參與過程中找出自己欠缺的部分，卻發現台灣教育早已僵化，太習慣被動地去接受別人整理過的東西，缺少主動積極的精神。他在接觸桌遊後驚為天人，認為桌遊「不能瞎玩，要合作、溝通，還要觀察別人」的特點，與組成讀書會的理念完全契合，並對腦力發展與人格特質有幫助，所以從完全不會玩桌遊到開桌遊店，僅不到 1 個月的時間。

桌遊要合作、溝通，還要觀察對手，才能成為贏家。（許斌攝）

桌遊的玩法眾多，按照規則進行且要有策略想法則是基本條件。（許斌攝）

曾有位爸爸帶孩子到店內，孩子不慎弄丟遊戲中的木製小道具，少了道具，遊戲便不完整，但若因此買下整套遊戲，林翰隆也覺得不近人情，這位爸爸於是提議，自己做木工，補做出一模一樣的道具，林翰隆覺得這種主動尋求方法、找出共識解決問題的精神，正是桌遊的特色與精髓。

桌遊百百種，要如何選擇？林翰隆建議可以根據遊戲經驗做挑選，若是從沒接觸過桌遊，可由自己的個性、興趣，找出喜歡的遊戲類型，就可趁著年節假期，全家一起來鬥智，讓這個年假不再只是了無新意的「couch potato」養成之旅。

**比眼力磨耐性　拼圖成就無可比**

拼圖乍聽之下是一個很 old school 又單調的消遣，但不親自走一趟拼圖店，還真不知道現在的拼圖變得那麼五花八門。拼圖產國可分為日本與歐美，一般常見的卡通明星、動漫人物多為日系拼圖，做工較為精細，少有粉塵與缺片問題，而歐美拼圖則多數以插畫為主。

拼圖除了以片數分類，種類也相當多元，材質有紙類、環保塑膠、金屬，還有雷射、透明、夜光、極迷你和 3D 立體透明等。金屬拼圖拼出的立體鋼彈、直升機具氣勢與質感，3D 立體透明的旋轉木馬拼圖有著似水晶般的晶瑩靈性，還有全黑、全白、色階拼圖，甚至多達 3 萬多塊拼片的世界最多片地圖，完全是眼力大挑戰，喜歡獨一無二的你，也可提供個人照片，做出專屬的客製化拼圖。

專賣拼圖已有 10 年的拼圖王老闆娘羅淑芬說，拼圖完全就是磨一個耐心，建議入門者，可以先從 300 片開始，約耗時 3 小時，慢慢培養成就感之後，再晉級片數挑戰，雖然沒有說明書，但仍有邏輯可循，老闆娘透露一個訣竅，先將四邊的拼片找出，由外而內，就會比較容易，而將最後一塊拼片拼上後的成就感，是拼圖最令人著迷之處。

看到這裡，有沒有也想來市府 1 樓西大門喝杯咖啡，走走逛逛，再去桌遊店體驗一下鬥智動腦的樂趣，最後挑一盒拼圖回家，這樣消磨時光的方式，節奏剛剛好。

拼圖不再僅限平面，3D 立體透明的旋轉木馬拼圖有著似水晶般的晶瑩靈性。（許斌攝）

**台北 · 禮好城市紀念品設計中心**
**電話：**1999( 外縣市請撥 02-2720-8889) 轉 3391
**地址：**市府路 1 號 1 樓 ( 市府大樓西大門進入，位於左側 )
**農曆年節營業時間：**2 月 7 日 ( 日 ) ～ 2 月 12 日 ( 五 ) 不營業

**瘋桌遊 ( 松山店 )**
**電話：**2528-2765
**地址：**三民路 102 巷 20 號
**農曆年節營業時間：**2 月 7 日 ( 日 ) 不營業，2 月 8 日 ( 一 ) 恢復正常營業

**拼圖王文化企業社**
**電話：**2388-2915
**地址：**西寧南路 70 號 4 樓之 1B 室 ( 西門町萬年大樓 )
**農曆年節營業時間：**2 月 7 日 ( 日 ) 12:00 ～ 17:00，2 月 8 日 ( 一 ) 恢復正常營業

## 台北城市運動資源豐富／

# 自行車道和各區運動中心好方便

文・圖／穆易

距離 2017 臺北世界大學運動會只剩不到 600 個日子，台北市正加足馬力把自身打造成一個運動風格城市。不妨趁著 9 天春節假期，選擇一項自己喜歡的運動，活動一下筋骨，不僅為了身材，也為了自己的健康著想。今天，《台北畫刊》就帶你一同來瞧瞧，這座城市為熱愛運動的朋友們準備了哪些運動設施與環境吧！

### 便利的微笑單車－ YouBike

帶著俏皮的黃橘色外型，微笑單車 YouBike 就如同市民和旅人在台北街道上的好朋友，陪伴大家馳騁台北的街頭巷尾，若你還沒騎過 YouBike，可就不夠潮囉！但你可知道，YouBike 早在 2009 年起就已著手進行規劃，並在 2012 年 8 月開始試營運，結果短短 3 個月內，完成註冊的會員卡數就超過了 13

微笑單車 YouBike 簡約輕便，又兼具時尚感，是代步的最佳工具。（穆易攝）

萬張，一推出就成為當紅炸子雞。起初推行 YouBike 是為了節能減碳，但在市民朋友的大力支持下，YouBike 現已轉化為假日出遊的好載具，它可以讓你悠哉輕騎於陽光之下，也可以成為有氧運動的好幫手。相較高度劇烈運動的路跑，騎腳踏車更為舒適輕便，甚至可作為復健的工具之一。研究指出，每週從事走路、騎腳踏車或游泳等活動 3 次，每次 30 分鐘，可以有效提升肌力。此外，YouBike 租賃站在台北布下天羅地網，截至 1 月底，整個台北市就設置 212 個站點，對想騎單車運動的市民朋友來說，十分便利，YouBike 早已成為台北人騎單車運動的新時尚，成為在這運動城市裡來回穿梭的黃色小精靈。

河濱自行車道一路上個個都是騎乘好手，運動路上一點都不孤單。（穆易攝）

**健全完整的自行車道**

有了方便租借的 YouBike 還不夠，台北市還提供你規劃極為完善的自行車道。今年台北市獲得主辦「全球自行車城市大會」的殊榮，更是大會史上首次在亞洲舉辦的國家，騎乘路線中又以河濱自行車道更別具特色，從雙溪生活水岸自行車道、新店溪、大漢溪與淡水河沿線、基隆河、景美溪，一直到社子島環島與二重疏洪道、關渡金色水岸等，串聯起 28 座河濱公園，涵蓋了淡水河、基隆河及新店溪等三大河系，讓想運動的你可以盡情環繞這些湖光山色，當個貼近自然的 YouBiker。也因為這樣的美景和便利，台北市河濱自行車道還榮獲「全台十大自行車經典路線」。另外報給愛騎單車的你一個好消息，今年 Velo-City 全球自行車城市大會的系列活動「樂騎臺北 國際新年趴」，2 月 28 日將從台北市政府出發，沿著河濱公園，路線總長 17 公里，只有 4,000 個名額，有興趣的朋友手腳可要快！

跟三五好友一起相約到附近的運動中心揮灑汗水，十分痛快。（穆易攝）

**一區一座運動中心　滿足你的運動癮！**

隨著現代人越來越注重養生，坊間健身中心或運動房一間接著一間開設，但這些健身房往往需要繳交高額入會費，對於想要運動的朋友，實在是一筆不小的負擔。但其實在台北市 12 個行政區都各自設有運動中心，運動中心如同你的好鄰居一般，除了除夕、初一不開放，平時市民朋友都能夠就近活動筋骨，且只需要經濟實惠的價格，就能使用高級專業的運動器材。每座運動中心也各具特色，例如大同區運動中心就提供了符合國際標準的直排輪及曲棍球場地，想溜冰、敲曲棍球的朋友可以來此大顯身手。

**結合運動與觀光**
**教你怎麼在台北「動吃動吃」**

適逢年關，今天《台北畫刊》要教你如何結合便利的自行車道、方便租借的 YouBike 和各具特色的運動中心，在台北又能動又好吃！

首先，搭捷運至大橋頭站，出站租借一台 YouBike，往大稻埕碼頭方向前進，沿途欣賞兩旁充滿歷史痕跡的迪化街，在熱鬧的大街上買買年貨，享用當地小吃或特色餐廳，往前即可抵達延平河濱公園自行車道，沿著河岸，景觀包括大稻埕碼頭咖啡廣場、唐山帆船造景、碼頭拱橋、遠眺淡水河等。累了稍作休息，回程可騎到雙連站還車，再來碗圓仔湯，吃吃熱麻糬。擔心熱量太高嗎？放心，旁邊就有中山區運動中心，無論你要游泳、打籃球、羽球、桌球、重訓等等，這裡應有盡有，也讓你度過「動吃動吃」的一天。

台北市中山運動中心有多樣化課程及完善的運動設備，是休閒運動的好去處。（穆易攝）

**懶得出門？在家也可以運動甩油！**

如果你是一個平時完全沒在運動的人，但仍希望在不用出門的狀況下保有健康的體態，今天本刊特別請大同區運動中心的體適能老師周麗雯主任，教大家幾個簡單的動作，讓你不需要任何器材，也能在年節大吃大喝之餘，在家甩油。周麗雯特別叮嚀，這些動作雖然簡單，但仍建議穿上運動鞋，並依自己的體能狀況來做喔！

流程：深蹲 20 下 → 開合跳 20 下 → 登山者 30 下 → 30 秒休息 ( 重複數回合，視個人體能狀況 )

1・深蹲

有助於腿部及臀部肌肉力量的訓練，可加強下半身關節的穩定。

1. 雙腳打開與肩同寬或略寬，膝蓋與腳尖朝前同方向，挺胸收腹。

2. 想像坐到椅子上，將臀部慢慢向後推，同時兩手往前平伸保持平衡，蹲下後大腿與地面平行，上半身不過度前傾盡量挺直，再慢慢回到預備動作。

2・開合跳

除了能快速提高心跳率之外，也有助於肩膀、手臂、腿部等肌肉的鍛練。

1. 雙腳打開寬於肩，手自然垂下。

2. 輕鬆跳起，雙手手掌於頭頂上方碰觸後，再回復至第一個動作，過程中膝關節保持彈性。

3・登山者

模擬爬山的全身性動作，除了能鍛鍊核心肌群之外，同時也能提升心跳率。

1. 手掌撐地、肩關節在手腕關節的正上方，手肘不鎖死，肩、髖、腳踝成斜直線。

2. 右左腳輪流做抬膝的動作，抬膝時，維持下背不要凹陷，臀部不凸起，保持身體穩定，髖關節不搖晃。

## 柯媽媽下廚分享菜單／

# 柯市長愛吃的獨家桔餅素麵線

**文**／顧家麥　**攝影**／潘俊霖

農曆新年到來，家家戶戶忙著除舊布新、準備各式年菜果餅，享受天倫團聚之樂。台北市大家長柯文哲的母親何瑞英女士這次親自下廚，示範一道拿手年菜「柯媽媽獨家桔餅素麵線」推薦給《台北畫刊》讀者，也是柯市長本身非常喜歡的一道菜餚，取麵線「延年益壽」之意，其中加入「桔仔餅」，更添好彩頭。

柯媽媽為《台北畫刊》讀者介紹的獨家素麵線，是柯市長非常喜歡的一道菜。（潘俊霖攝）

在製作這道「獨家素麵線」之前，有幾個小撇步要注意。柯媽媽提醒，第 1 個重點就是要選對麵線，必須選久煮不爛的，可在購買時詢問店員；此外，由於麵線本身已經有一點鹹味，柯媽媽建議不要選擇有鹽味的米酒，以免過鹹。還要注意選擇新鮮的桔餅，聞起來要有桔餅的香味，才能煮出色香味俱全的佳餚。

作法部分，首先把薑去皮後切末，桔仔餅也切成小塊備用。同時可先開爐火，將麵線用滾水汆燙去鹽味，麵線不能煮太久，煮到浮起來即可取出備用。接著點火開鍋，將鍋子燒乾，先下麻油，再把薑末放入爆香，香味釋出後，放進約 2 小把枸杞和切碎的桔餅，用文火炒勻。炒到濃郁香味飄出後，再將麵線放入並加入紅糖、少許鹽以及米酒調味，拌炒均勻。

完成的麵線放入盤中，炒料均勻地鋪在上面，拌好的麵線霧氣裊裊，深色的桔餅、薑末光澤誘人，麵線油亮滑順，令人胃口大開，熱騰騰的菜餚一下肚，暖意上心頭，在寒冷的新年中，是最適合全家團聚的菜餚。

柯媽媽說，這道菜是從朋友那裡學來的，對方在拜佛或吃素的時候都會做，麵線同時有延年益壽

的意涵，也非常適合過年時全家享用。因為祖先吃素，今年已經 80 歲的柯媽媽表示，自己初一到初九，甚至農曆六月佛祖生日時都會茹素，因此柯家的團圓飯桌上會有許多素的菜餚。若是有葷菜，則多半是祭祀用的牲禮，如雞、魚等等。

在這些年菜中，柯市長又對哪道菜餚情有獨鍾呢？柯媽媽表示，以前家裡經濟環境不好，所以柯市長養成了不挑食的習慣，什麼都吃。另外，柯媽媽還推薦作法簡單的滷豆腐，也是柯家每年過年的必備菜色；而孫子們最愛的還有「滷肉飯」，過年時柯媽媽都會準備很多的滷肉，年假結束後，可以讓孫子們帶回台北慢慢享用。

每年過年柯媽媽都會準備許多豐盛的年菜，一家人圍爐，享受難得團聚的時光。（潘俊霖攝）

**柯媽媽獨家素麵線（4-5 人份）**

**材料：**

麵線：約 600 克

桔餅：約 8 顆

枸杞：2 小把

薑：約 60 克

米酒、黑麻油：各約 2 大匙

紅糖、鹽：適量

**料理步驟：**

1. 薑切末、桔餅切好備用；麵線先用滾水汆燙
2. 開火，麻油先下，將薑末爆香，加入切好的桔餅及枸杞文火拌炒
3. 香味飄出後，放入燙過的麵線
4. 加入紅糖、鹽、米酒拌炒均勻即可

年節時吃麵線，有「延年益壽」的意涵，是非常適合全家一起享用的佳餚。（潘俊霖攝）

## 南門市場＋中正紀念堂／

# 台北城中美味吃透透

**文**／金康嵐　**攝影**／高讚賢

美食，已經成為台北最美的另類風景，視網膜上的倒影，刺激著食欲，緊接著的味蕾享受，讓人深深沉浸、深深陶醉，可說是台北人小確幸的終極版本。有些美食甚至在國際上闖出名號，舉凡小籠包、芒果冰、牛肉麵等，皆是台灣觀光的行銷利器。而在中正、大安區，不乏外國觀光客趨之若鶩的名店，選一天，把肚子空下來，徹底把這區的美食好好品嘗一遍吧。

南門市場 1 樓販賣各項南北貨、年菜及臘肉火腿，每逢節日總是擠滿採買人潮。（高讚賢攝）

**南門市場—中華料理的寶藏庫**

南門市場 1 樓販賣的各項南北貨、年菜、臘肉火腿以及熟食，一家比一家有名，讓此地每逢春節、端午節、中秋節等三大節日，就被人潮擠得水泄不通，人聲喧譁加上燈光照映，讓這兒的食物彷彿鍍上一層金粉，光芒四射到讓人想全部掃回家。

一走進南門市場，就立刻被「萬有全手工金華火腿」攤位上隻隻疊起的整條後腿肉奪去目光，讚嘆之餘，也開始想買點什麼回家孝敬一下長輩，讓他們用舌尖重新回味那腦海中的美食記憶。幾番思量後，最後決定帶煲湯用的金華火腿塊，讓湯頭增添風味。目前萬有全也有真空包裝與宅配到府服務，讓不少身在遠方的饕客也能解解饞。

位在南門市場 1 樓中央的「快車肉乾」，遠看就像一間七彩繽紛的糖果屋，賣的卻是最傳統的台灣零嘴，尤其是那厚度只有 0.01 公分的薄脆肉紙，薄可透光，爽脆香酥，鹹甜滋味卻不膩人，是外國遊客見證台灣好滋味的代表之一。

名聞遐邇的「大連食品行」，是南北貨和家鄉料理的尋寶地，我們一行人一走近，就被滿坑滿谷、琳琅滿目的蜜餞絆住了腳步，熱情的老闆還不斷地掏出試吃品，像是紅心芭樂乾、無糖愛文芒果乾、炭烤鳳梨乾、大湖草莓乾、柚子乾等，讓人捨不得離開。老闆自豪地說，平時除了會隨著顧客的喜好調整口味、推陳出新外，現在食品研發時也兼顧健康養身，讓顧客能吃得開心又安心。

「億長御坊」號稱天下第一攤，不論是炸的、滷的、炒的、蒸的、涼拌的，每一道菜都是小時候爺爺奶奶家餐桌上常見的菜色，道道勾勒著回憶，道道都想品嘗。「億長御坊」的老闆表示，雖然這邊賣的都是可立即品嘗的現成熟食，但還是有不少觀光客聞香而來，將食物帶回飯店好好品味。

「億長御坊」有各式各樣的家常美味，被稱為天下第一攤。( 高讚賢攝 )

「萬有全手工金華火腿」攤位上隻隻疊起的整條後腿肉，讓人看了口水直流。（高讚賢攝）

「杭州小籠湯包」的小籠湯包、三鮮鍋貼、蝦仁燒賣，是必點菜色。（高讚賢攝）

「大連食品行」是南北貨和家鄉料理的尋寶地。（高讚賢攝）

**中正紀念堂附近　隱藏版小籠包名店**

從南門市場走出，穿過羅斯福路，就可以抵達台北知名地標—中正紀念堂。中正紀念堂位於台北市中心，造型仿北京天壇之頂、埃及金字塔之體，高聳威嚴；園區左右則分別是國家戲劇院與國家音樂廳，古色古香的中國宮殿式建築，莊嚴宏偉，是國內外旅客必訪之地。

除了特殊的建築，中正紀念堂周邊的美食也深具魅力。台灣小籠包的國際知名度不是蓋的，平日中午造訪一趟位於永康街的鼎泰豐就知道其火紅的程度，但小籠包可不只是鼎泰豐有名，中正紀念堂旁、杭州南路上的「杭州小籠湯包」，也是不少遊客指定造訪的店家，湯汁濃郁的小籠湯包、金黃酥脆的三鮮鍋貼、晶瑩飽滿的蝦仁燒賣等，都是必點菜色。

除了杭州小籠湯包外，旁邊巷弄中還有另一家名店「盛園絲瓜小籠湯包」，總是高朋滿座，同行友人大推其招牌餐點絲瓜小籠湯包，翠綠滑嫩的絲瓜搭配薄薄的外皮，一口咬下，鮮甜的湯汁溢出，令人一口接一口，是停不下來的美味。

想知道大安、中正區還有什麼令人食指大動的特色美食，請持續鎖定 3 月號《台北畫刊》。

**交通資訊：**

**南門市場：**羅斯福路 1 段 8 號（捷運中正紀念堂站 2 號出口，出站即抵達）

**杭州小籠湯包：**杭州南路 2 段 17 號（捷運東門站 3 號出口，步行約 6 分鐘）

**盛園絲瓜小籠湯包：**杭州南路 2 段 25 巷 1 號（捷運東門站 3 號出口，步行約 6 分鐘）

※「美食臺北—跟我走！一起去挖掘臺北美食寶藏庫！」宣傳影片

30 秒版本

60 秒版本

# 台北現場

# What's New

036 雙北合作　食安 + 保育成果看得到

038 台北捷運遺失物品無奇不有

040 2016 台北國際書展

042 台北燈節　12 行政區遍地開花

044 陽明山花季精彩可期

046 國小寒假作業廢除

048 平價青年旅館新選擇

050 FM93.1 台北電台全新改版

052 公民總主筆們輪流開講

056 國際烘焙暨設備展即將登場

## 雙北合作平台／

# 食安＋保育成果看得到

文／Wallace Chang　圖／台北市政府衛生局提供

台北市與新北市屬於共同生活圈，雙北市民在飲食、工作、生活及玩樂皆息息相關，為此，雙北 2 市成立了「合作交流平台」，5 年來共完成近百項合作成果，堪為區域整合的典範，去年更是成果豐碩，包括共同建立「食材登錄平台」，讓食材履歷透明化，民眾隨時掌握食材來源，吃得更安心；此外，台北市立動物園和新北市政府農業局一起復育快絕跡的二級珍貴稀有保育類動物台北赤蛙，在棲地取得蛙卵，成功復育超過 200 隻幼蛙，助「雷公蛙」重現大地。

**賦予法源依據　食材登錄平台制度化**

近年來食安事件層出不窮，導致民眾對台灣食品的信賴度嚴重降低，台北市政府衛生局為擴大食品資訊透明化的範圍，輔導更多業者自主揭露食材來源，2 市遂攜手合作，推出「雙北市食材登錄平台」。

衛生局指出，平台建立後，民眾可查詢「學校午餐」、「賣場蔬果」、「夜市美食」、「校園食品」、「飲冰專區」、「伴手禮專區」、「幼兒專區」及「機關員工餐廳」食材品牌、產地、包材來源及熱量等資訊。

衛生局表示，「台北市食品安全自治條例」賦予台北市食材登錄平台法源依據，運作能夠制度化、透明化、永續經營，並參考衛生福利部食品藥物管理署授權「台灣地區食品營養成分資料庫」，收錄食品有 18

台北市立動物園負責台北赤蛙的物種保存及繁衍，新北市農業局則負責棲地調查與環境營造。（劉佳雯攝）

在雙北聯手復育下，瀕臨絕種的台北赤蛙得以成功復育。（高讚賢攝）

種類別，涵蓋 75 項營養素，共計 1,346 項食品，在衛生局與教育局努力下，目前學校午餐專區使用食材資料庫的比例已達 85%。

食材登錄平台設置後，發揮不錯成效，衛生局表示，在茶飲事件中，由平台網頁查詢出英國藍紅茶茶葉供應商為「洲界公司」，產地來源為斯里蘭卡，除可即時查明，也能趕緊通知台北地檢署偵辦；而在工研烏醋事件中，也透過平台掌握供應學校數量，馬上確認 3 校曾供應問題產品。

**復育有成　目標提升成蛙存活**

另外，有「雷公蛙」之稱的台北赤蛙，與人類生活空間高度重疊，在 1970 年代還廣泛分布於台灣西部。隨著土地利用造成生態破碎化，現在僅剩零星族群分布，更因棲地遭破壞、農藥與殺草劑濫用而瀕臨滅絕。為挽救台北赤蛙，台北市立動物園與新北市政府農業局合作，共同復育台北赤蛙。動物園負責種源保存及族群穩定繁衍，農業局負責棲地調查及環境營造，透過雙北合作平台機制，具體展現台北赤蛙的復育成果。

動物園副研究員張明雄表示，園內同仁已成功繁殖台北赤蛙，也順利照養卵、蝌蚪、幼蛙等各階段生活史；希望能突破幼蛙成長至成蛙存活率達 6 成以上的關鍵。當赤蛙的存活率高又能持續繁殖後代，便可建立完整的域外保育種源，作為未來再移入原棲地的核心族群。

張明雄說，為讓台北赤蛙的野外族群與分布範圍增加，動物園參考國際間物種保育經驗與整合模式，以再引入原來棲地為目標，同步推動域外保育繁殖與域內棲地調查與保育教育。同時與新北市共同從了解台北赤蛙的棲地環境著手，以利後續棲地營造與復育，希望在雙北合作下，不久的將來，台北赤蛙能在大台北重現生機。

## 遺失物品無奇不有／

# 台北捷運費心協尋

**文**／蔡依蒨　**攝影**／劉佳雯

旅客在車站或列車上遺失的物品，會集中送至捷運台北車站地下 3 樓的遺失物服務中心。（劉佳雯攝）

「謝謝你們幫我找到筆記型電腦，我的碩士論文全在裡面，找不到就慘了！」「便當居然也找得回來，你們的服務太好了！」每天，類似的場景和對話都會出現在台北捷運遺失物服務中心，因為旅客的一時疏忽或趕著到站下車而遺忘的隨身物品，透過台北捷運公司的站務人員一路連線通報，讓許多遺失物很快找到「回家」的路。台北捷運公司 1 年處理約 20 萬件乘客遺失的物品，如何讓遺失物品順利物歸原主，也是遺失物中心客服人員最大的挑戰。

### 遺失物品琳瑯滿目　蔚為奇觀

在遺失物服務中心服務近 10 年的客服人員昌曉雲說，旅客遺失物真的是琳琅滿目，從數量最多的雨傘、皮夾、車票，甚至是假牙、娃娃車、輪椅、枴杖等無奇不有，最特別的是連佛尊也被遺忘在車廂內，目前遺失物中心還有土地公、三太子、關公等 3 尊佛尊仍被高高放置著等待認領。

當旅客找回遺失物時相當開心，特別是皮夾、證件、手機等重要物品，領回時總是

不斷地直呼幸運。昌曉雲笑說，也碰過不少次家長沿路叨念小朋友，急急忙忙趕來領回掉落的學校功課、便當、甚至是書包，雖然小朋友挨罵，但好在都找回來了。昌曉雲說，當旅客滿心感謝地來認領遺失物，只要一句簡單的「謝謝」，就是台北捷運客服中心人員最大的滿足。

台北捷運公司行政處客服中心主任謝欣豫表示，撿獲遺失物品要歸功於許多熱心的旅客，不嫌麻煩地將遺失物送到各站務窗口做後續處理。謝欣豫指出，隨著捷運營運路線增加，遺失物數量也逐年提升，據統計 2014 年拾獲的遺失物超過 18 萬件，去年則接近 23 萬件，至於最容易掉落的遺失物品排名前 3 名為雨傘、車票與現金，隨著天氣變冷，拾獲民眾隨身的圍巾、帽子、手套等保暖物品也不在少數。

**遺失物逾期無人認領　做愛心好溫馨**

謝欣豫表示，旅客在車站或列車上遺失的物品，隔日就會送到位於台北車站地下 3 樓的遺失物服務中心，若遺失物上有地址或電話，捷運公司人員會聯絡失主前來認領，其他無人領回且涉及個資的物品以銷毀為主，至於一般的遺失物，從公告後至保管認領共有 7 個月期限，期滿後遺失物除依法可由拾得民眾領取外，其餘所有權則歸台北捷運公司處置。

至於上萬件沒領回的衣服、帽子、書本等遺失物，台北捷運公司則做了最有意義的處理。謝欣豫說，除大部分雨傘留在捷運站作為愛心傘，其他的日常物品則捐贈給台北市有意願受理的里長。多次受贈的中正區忠勤里里長方荷生說，這些捐贈的遺失物，由里內的志工分類、清潔後，再以跳蚤市場方式變賣，所得作為獨居老人送餐、弱勢家庭兒童課後輔導班等經費，方荷生說，如此一來遺失物不會被閒置，物資循環再利用的作法也讓遺失物成為善心的最佳延伸。

旅客的遺失物無奇不有，連佛尊都有。（劉佳雯攝）

雨傘是旅客最容易遺失的物品。（劉佳雯攝）

一句簡單的「謝謝」，就是遺失物中心客服人員最大的滿足。（劉佳雯攝）

## 2016 台北國際書展／

# 匈牙利主題 + 張愛玲特展

文／Jeffrey Lin　圖／財團法人台北書展基金會提供

一年一度的閱讀盛宴，眾所期待的台北國際書展，今年堂堂邁入第 24 屆，將於 2 月 16 日至 2 月 21 日為期 6 天在世貿一館以及三館盛大登場。今年兩大亮點分別是主題國匈牙利的文化探索，以及由作家張曼娟策劃的「張愛玲特展：愛玲進行式」，將帶領民眾分別體驗東西方文化如何建構「愛」的形式。

### 匈牙利主題館
### 認識自由奔放的人文精神

匈牙利位於中歐內陸，人口雖僅 1,000 多萬，但與台灣一樣擁有高度的文化包容性。由於受過日耳曼、俄羅斯、斯拉夫等文化影響，匈牙利在文化涵養上不斷兼容並蓄歐洲各地文化，更難能可貴的是擁有高度的自主獨特性及鮮明的文化特色，在文學、音樂、繪畫等領域培養出無數名留青史的人物，在 16 世紀文藝復興時期，扮演主導歐洲文化中樞的角色。

為了讓大家深入了解匈牙利的文化特色，此次主題國館由匈牙利文學推廣機構 Balassi Institute 設計規劃，並以「Freedom Love」為精神標語，源自於匈牙利愛國詩人裴多菲・山多爾（Petőfi Sándor）傳誦百年的著名詩句「生命誠可貴，愛情價更高，若為自由故，兩者皆

台北國際書展為亞洲重量級的綜合型國際書展，每年吸引超過 50 萬人次參觀。

可拋」，凸顯匈牙利崇尚自由的人文素養及歷史文化。

展覽中除了經典著作譯本，並延伸展出匈牙利的插畫繪本以及書籍，另於世貿三館的童書繪本主題館呈現匈牙利傑出插畫家風格殊異、細膩多彩的繪畫作品。館內也將展示別具民族特色的匈牙利傳統手工刺繡，並邀請 Folk Embassy 管弦樂團搭配傳統民俗舞蹈於固定時段表演，還設置專區介紹匈牙利美食及佳釀，要讓愛書人以多重感官的方式體驗匈牙利的在地文化。

**穿越文學時空　張愛玲特展──愛玲進行式**

今年適逢華人文壇奇女子張愛玲逝世 20 週年，書展中特別規劃「張愛玲特展：愛玲進行式」，邀請作家張曼娟策展，精選張愛玲個人生活物件，從各種不同層面來解析張愛玲在文學上的創作手法與貢獻。

張愛玲的作品大多呈現大時代中的小人物情感，尤其在東方保守的傳統文化下，表達愛情的文字除了稀少，更有其獨特意義。《傾城之戀》、《金鎖記》、《沉香屑》、《紅玫瑰與白玫瑰》等作品，都蘊藏著張愛玲在現實生活中對於情感的價值觀，因此本次書展也將揭開張愛玲的生活面貌，讓讀者能體驗其創作過程中的真實感受。

除了展出張愛玲的作品和親筆手稿外，本次展覽也將以多場座談會形式，讓忠實粉絲談論心目中的張愛玲，以及她在華人文學中所創造的影響力。並邀請由名演員郎祖筠所領軍的「一心戲劇團」，首次演出張愛玲年輕時的作品《霸王別姬》的精華片段，希望以各種立體呈現的方式，讓民眾進入張愛玲既神秘又感性的個人世界。

本次書展特別規劃「張愛玲特展」，將揭開張愛玲的生活面貌。（© 宋以朗、宋元琳經皇冠文化集團授權）

**2016 台北國際書展**

**展期：**2 月 16 日～ 2 月 21 日（2 月 16 日為專業人士日，僅限專業人士、身障人士及其陪同者參觀）

**地點：**台北世貿中心展覽一館、三館

**網址：**tibe.org.tw

※18 歲以下兒童及青少年可免費入場；18 歲以上學生憑學生證半價入場。

# 台北燈節不只在花博公園／12 行政區遍地開花

文／Kuan　圖／台北市政府民政局提供

「福祿猴」主燈以象徵「福祿」的「葫蘆」為造型設計。（示意圖，台北市政府民政局提供）

農曆春節慶元宵，如今家家戶戶張燈結綵的景象已不復見，轉變為人人齊聚大型燈會的慶祝形式。2016 台北燈節將於 2 月 20 日至 29 日登場，猴年燈節將有別於以往風貌，除花博公園圓山園區主展場外，更將結合 12 行政區「遍地開花」，點亮台北城的每一個角落，讓民眾走出家門，就能重新感受濃濃年節味。

今年燈節在花博公園主展場共有 11 個燈區，主燈是葫蘆身形的猴子「福祿猴」，象徵猴年多子多孫、欣欣向榮，白天作為大型彩色藝術裝置，晚上投影絢麗光雕，立刻變身為燈節最耀眼的燈區，主燈材質強調回收再利用，以氣泡紙製作而成，底座則是由咖啡杯的隔熱底座堆砌而成的台北街景，不僅有環保理念，更搭配 2016 年世界設計之都，傳遞出台北城市意象。

「吹吹猴劇場」帶來「西遊記——吹毛成兵」的精彩故事，大顯神通的孫悟空，大口吹氣變化出 36 隻小猴兵，大家熱鬧地在水濂洞、火焰山和觔斗雲中嬉戲，準備展開一場冒險旅程。「Hold 冠軍燈區」則是以 2017 世大運為主題，棒球、射箭、舉重等花燈造型，象徵台灣運動強項即將

在世界級競賽中發光發亮、勇奪金牌。

此外，今年燈節也強調互動裝置，「歡樂馬戲團燈區」營造出馬戲團的繽紛熱鬧氛圍，哈哈鏡、草原大樂隊、魔幻秀等，引領賞燈民眾走入天馬行空的奇幻世界；「上海燈區」則有上海首次跨海參展，連人氣王 OPEN 小將也來參一腳。

**結合 12 行政區　區區有燈賞**

除了花博主展場，今年重頭戲非 12 行政區小燈節莫屬。往年台北燈節展場多位於中正紀念堂、國父紀念館、花博公園等周邊，今年首度與宮廟、區公所、商圈合作，布置在地特色花燈，像是艋舺龍山寺、北投關渡宮、松山慈祐宮都一同參與，大安區永康商圈、南港車站也可看到燦爛燈海，讓台北燈節「遍地開花」，展現「全民參與」的精神，將節慶歡樂氣氛散播到台北市每一個角落。

無獨有偶，2016 台灣燈會也將於 2 月 22 日至 3 月 6 日在桃園高鐵站前廣場至青塘園盛大展演，主燈「齊天創鴻運」將重現人們記憶深刻的猴年神話故事，除了主燈外，還有「新桃花源燈區」等 6 大燈區，與台北燈節遙相呼應，一起照亮今年的農曆春節。

2016 台灣燈會將於桃園隆重登場，與台北燈節遙相呼應。（示意圖，桃園市政府提供）

**2016 台北燈節**

**時間：**2 月 20 日（六）～ 2 月 29 日（一）

**地點：**花博公園圓山園區

**網址：**www.2016taipeilanternfestival.com

## 花鐘廣場全新風貌／

# 陽明山花季精彩可期

文／趙欣　攝影／廖碩文

每當春天腳步接近，陽明山開始妝點滿山桃紅的曼妙花姿，花季期間總能吸引超過百萬名遊客造訪。今年陽明山花季開放時間至 3 月 20 日，長達 51 天的花期，可讓來自世界各地的訪客感受到有「台北後花園」美稱的陽明公園魅力。

### 百花齊放　拙政園為花季添色

台北市政府工務局公園路燈工程管理處表示，由於去年颱風造成部分花卉受損，加上暖冬的氣溫因素打亂花期，開花狀況不易預測，因此拉長展期，同時把活動重心放在假日的生態環保活動或課程，搭配導覽解說，讓民眾更可深度參與。

此外，陽明公園過去以傳統中式與日式風格為主，今年花季期間特別規劃「拙政園週」，邀請中國大陸四大名園之一「拙政園」，在陽明公園的辛亥光復樓 2 樓展出庭園美景圖；再加上陽明公園於去年底完成第一階段更新整建工程，遊客熟悉的花鐘廣場，將以更貼近自然的全新風貌呈現。

花季期間造訪陽明山，與櫻花來場美麗邂逅。（廖碩文攝）

陽明山花季百花齊放，可欣賞到各式櫻花。（廖碩文攝）

此外，今年將陽明公園內原本近 5,000 平方公尺用作停車空間的柏油路面刨除，恢復成綠地，除了種植 160 多棵櫻花，還有小橋流水的造景，不僅多了休憩空間，更添陽明公園的綠意。

**導覽多元化　民眾更親近陽明山**

春天的陽明山可以欣賞到茶花、早生山櫻、八重櫻、昭和櫻、吉野櫻、晚生山櫻及杜鵑等各式花種，為了讓參觀民眾能夠更深入了解陽明山，今年花季將於平日進行導覽解說，帶領民眾進入陽明公園的前世今生。

首先生態部分，利用陽明公園內多條步道區介紹原生植物；人文歷史導覽則專門介紹花季展區的各項特色。

為了還給山林清淨空間，今年陽明山花季最後一天將舉辦清山淨水活動，號召民眾從前山公園的籃球場出發，沿路步行撿拾垃圾到陽明公園花鐘廣場，不僅能環保、健身，還能換得精美小禮物，為 2016 年陽明山花季活動畫下完美句點。

**2016 陽明山花季**

**時間：**1 月 30 日（六）～ 3 月 20 日（日）

**網址：**2016.yms.taipei

**交通方式：**建議搭乘大眾運輸工具前往，可搭乘陽明山花季專車 124、125、127、130、131、131（區）、小 9（台灣好行—北投竹子湖線）。

## 讓孩子們不必為寫而寫／

# 國小寒假作業廢除

文／Peggy Liang　攝影／王能佑

寒假期間，無論孩子想從事休閒活動或享受天倫之樂，都值得鼓勵。（高讚賢攝）

開學前一天，趕著把寒假作業寫完，或找爸媽當救兵，幾乎是人人必有的回憶，台北市政府教育局去年 10 月底廢止「台北市各國民小學寒暑假作業實施要點」，要還給小朋友一個完整的寒假！

### 自行填補空白　培養獨立思考

「台北市各國民小學寒暑假作業實施要點」從 1975 年起已實行 40 年，明確規範學生作業內容須包括寫書法、飼養動物、參觀博物館、美勞創作、作業評量、閱讀優良課外讀物等，因此學校老師也會要求學生，像是要寫 5 篇書法、參觀 2 座博物館，內容制式化，卻不合時宜，為了將學習自主權還給孩子，該要點於去年正式廢除。

教育局局長湯志民表示，一般台灣學生就是在校上課、回家繼續寫功課，但學生平時上課已有既定課程進度，唯一「空白」的時間就是寒暑假，如果再塞功課給學生，只能培養出學科取向、千篇一律的孩子，沒有辦法培養他們獨立思考與判斷的能力。

取消作業要點後，學生可以自己決定要怎麼寫寒假作業，像是學鋼琴、做蛋糕、好好陪外婆、整理房間，或者「放空」什麼都不做，只要自認對學習與成長有幫助，想做什麼都可以。湯志民舉例，以前會明確規範孩子寒假要做 3 件家事，這對學生來說只是「交

平時上課已有既定課程，寒暑假成了讓孩子適性發展的好時機。（王能佑攝）

差」，不具任何意義，但不限制內容後，或許就會有學生感念爸媽辛勞，主動將作業主題訂為做家事、陪伴長輩，這些事就有了意義，不再只是「為完成而完成」。

**啟發動機　適性發展**

不過，一宣布要取消寒假作業，每個孩子反應不同，有人覺得很開心，有些人則認為無所適從。士東國小校長林玫伶說，老師扮演的角色相當重要，要適時引導孩子思考自己想做什麼事、這件事能不能在寒假內完成，對自己的影響、幫助是什麼。一旦學生「想學習」的動機被啟發後，各式各樣的答案都會浮現，有人說要做模型，有人說要研究一隻昆蟲，也有人說要騎車環島，並在每個定點拍照，貼在台灣地圖上，豐沛的想像力令人驚訝。

多數家長對於取消寒假作業樂見其成，敦化國小家長會會長林晉宏表示，現今教育體制已較以往活潑，但再怎麼設計還是不脫寫作、畫畫、算術等一貫模式，這些「習題」也未必能勾起每個孩子的興趣；寒假作業讓孩子們自己規劃，不僅讓孩子可以決定自己的童年該怎麼過，更反映出適性發展，或許有人喜歡堆積木、玩拼圖，腦力激盪一下，也很值得鼓勵。

## 提供外籍旅客合法住宿／

# 平價青年旅館新選擇

文／許麗芩　攝影／許育愷

明亮寬敞又色彩繽紛的公共大廳，讓入住旅客感到滿滿的熱情與活力。（許育愷攝）

隨著台北市觀光旅遊產業的蓬勃發展，旅客對於住宿的需求也日益增加，根據 2015 年 12 月 31 日統計資料顯示，台北市的旅館總家數共 502 家，各種價位皆有，其中更不乏房價在 1,500 元以下的平價旅館，足以供應來自國內外旅客的住宿需求，其中青年旅館就是不錯的選擇。

「我們販售的不是住宿，我們經營的是台灣人的友情。」紅米國際旅館總經理蕭宗仁提起他與妹妹共同創立紅米時的心路歷程，至今仍然慶幸自己當初投入經營青年旅館的抉擇。他說，自己原本從事的是「與錢為伍」的金融業，面對的是冷冰冰的數字，投入「與人為伍」的青年旅館事業後，每天有機會認識來自世界各地的旅客或背包客，交了很多朋友，也為台灣做了不少國民外交，相當有成就感。他高興地表示，透過紅米提供的導覽資訊及服務，甚至在此住宿時結交到的朋友，都能讓他們認識更道地的台北面貌。很多旅客回到自己國家後，還會再偕同自己的親友回到紅米，「紅米就像是他們在台北的另一個家。」蕭宗仁說。

位於台北車站附近的紅米國際旅館，擁有 150 張床位，95% 的入住者是國外背包客。「一個城市的旅遊活力，在背包客棧或青年旅館最能感受得到。」蕭宗仁一邊導覽，一邊介紹紅米的住宿環境，

包括：寬敞明亮、頗具創意的公共大廳、公用廚房、乾溼分離的共用浴室、專屬的個人晶片感應卡、用色鮮豔又賞心悅目的床櫃裝潢、每個床鋪皆設有個人閱讀燈及萬國插座、提供個人專屬上鎖置物櫃、置物櫃內配有 USB 充電插孔，甚至還設立女性專屬房間。室內都有中、英、日、韓文等標示，並提供不同語版的「旅遊小貼示」，推薦私房旅遊景點、名產、夜市美食、夜景……等旅遊資訊，讓住客自由取閱。個人儲放在冰箱的食物可用貼紙寫上名字，若有想要讓大家分享的食物，則可貼上綠色標籤，相當貼心。館內還會經常舉辦不同的主題 party 讓住客同樂，許多個性開朗、喜交朋友的背包客紛紛趨之若鶩。

「我很高興紅米可以作為許多國外背包客認識台北的窗口，也以台灣能有這麼多吸引人來觀光的景點為榮，希望紅米能夠不斷進步，甚至可成為世界前 10 名的國際青年旅館。」蕭宗仁並提醒旅客入住合法旅館的重要性，「能夠拿到合法證照，表示在建築、安全、消防、衛生、保險、逃生等方面都能通過考驗，也表示業者是真的有心經營這個產業，選擇這樣的住宿環境才能讓旅客更放心去玩！」蕭宗仁希望藉由提供安全「共享」又平價的住宿環境，讓住客將省下的錢用在旅遊、體驗台北或台灣之美。

台北市政府觀光傳播局表示，台北市有許多乾淨、交通便捷又平價的旅館，可滿足旅客的多元需求，包括「台北旅遊網」及「台灣旅宿網」都可查詢台北市合法旅館名單。民眾在訂房前應先看旅館登記證證號，不要為了貪求方便或便宜，而選擇入住違法日租套房，以保障自身生命、財產安全及維護消費權益。

窗戶玻璃上盡是貼滿來自世界各地旅客的美好回憶。（許育愷攝）

**紅米國際青年旅館**

**地址：**長安西路 180 號 7 樓
**網址：**www.homeyhostel.com

**台北旅遊網**
**網址：**www.travel.taipei

**台灣旅宿網**
**網址：**taiwanstay.net.tw

## 讓市民聽眾更有感／

# FM93.1 台北電台全新改版

文／Jeffery Lin　圖／台北廣播電台提供

于美人搭配許常德、許心玲主持的新節目「觀點靈」，以幽默而犀利的風格剖析都會人的心靈與情感。

隨著公民意識的抬頭，公開透明的全民參與理念成為台灣現今最熱門的普世價值。FM93.1 台北廣播電台為了更貼近市民的生活，2016 年進行節目全新改版，有于美人搭配許常德、許心玲主持的「觀點靈」，3 人以幽默而犀利的風格剖析都會人的心靈與情感；有資深記者組成的「公民總主筆」節目，邀請媒體人莊豐嘉、張鐵志、程金蘭、羅際夫等人對談公民議題，節目中將以「自己的電台自己主持」的精神，與公民團體一起評論市政與時事。

台北市觀光傳播局局長簡余晏表示，台北電台雖然隸屬於台北市政府，但市府除了不干預電台的內容，甚至鼓勵電台節目走向更「公共」的經營模式。此次改版希望鼓勵市民更積極參與節目，並透過「觀點靈」和「公民總主筆」兩個新節目，讓台北廣播電台這塊老招牌煥然一新。

### 3 人行不行，給你「觀點靈」

週一至週五晚間 9 點到 10 點，由于美人搭配音樂人許常德與作家許心玲主持的「觀點靈」節目，以共同溝通的方式一起為心靈難題找出口。于美人表示，「觀點靈」節目名稱的靈感來自「觀往知來、點石成金、靈機一動」這 3 句話，在節目中從身心靈角度，探究故事背後的意義。主持人更會開放現場 Call-in，和聽眾一起「把握當下，莫留遺憾」，讓「觀點靈」成為人生中的導師。許常德還特別為節目錄製「德語錄」小單元，以簡短而精闢的個人觀點分析情感與人生，透過廣播陪伴聽眾，療癒都會男女的心靈。

### 「公民總主筆」 全面啟動公民參與

週一至週五晚間 6 點至 7 點的「公民總主筆」，則著重在公民社會及民生議題，並請來「報導者」共同創辦人張鐵志、「新頭殼」總製作莊豐嘉、資深媒體人程金蘭、財經專家羅際夫、台灣公民參與協會發起人林邦文教授等堅強陣容擔任主持人，針對文化、公民參與、教育、財經等議題進行討論，節目更開放 Call-in，並邀請公益社福團體加入討論，讓公共媒體為公眾近用。

由資深記者組成的「公民總主筆」節目，邀請「新頭殼」總製作莊豐嘉（左）、台灣公民參與協會發起人林邦文（右）等人對談公民議題。

### 強調與時俱進　台北電台擦亮舊招牌

「觀點靈」與「公民總主筆」兩個節目的開播皆呼應「自己的電台自己主持」的精神，台北廣播電台台長陳慈銘表示，台北電台是台北市民的電台，也是全體人民的電台，要讓更多公民能夠參與討論市政及時事，擴大全民參與、全民監督、全民共享。今年除了有多個精彩新節目開播，近期更舉辦「FUN 學 ABC：徵選英文教學節目主持人比賽」，藉由更多的活動及節目，積極強化全民參與、近用媒體的精神。

**台北廣播電台**

FM93.1 都會資訊頻道，AM1134 原住民專屬頻道，隸屬於台北市政府觀光傳播局，為全台灣第一個由地方政府經營的公營廣播電台

**電話：**（02）2595-1233
**網址：**www.radio.gov.taipei

**「觀點靈」**
**主持人：**于美人、許常德、許心玲
**播出時間：**週一至週五晚間 9 點至 10 點（每週一現場 Live 播出）

**「公民總主筆」**
**主持人：**羅際夫＋張鐵志＋莊豐嘉、林邦文 + 程金蘭
**播出時間：**週一至週五晚間 6 點至 7 點（每天現場 Live 播出）

FM93.1 全新改版／

# 公民總主筆們輪流開講

編按：
FM93.1 台北廣播電台 2016 年全新改版，每週一至週五晚間 6 點至 7 點推出「公民總主筆」節目，以「自己的電台自己主持」的精神，邀請網路媒體「報導者」共同創辦人張鐵志、「新頭殼」總製作莊豐嘉、資深媒體人程金蘭、財經專家羅際夫、台灣公民參與協會發起人林邦文教授等人擔任主持人，與聽眾朋友對談公民議題，並邀請公民團體加入討論、開放 call-in，鼓勵市民朋友踴躍發聲。「台北畫刊」自本期起特別開設「公民總主筆」專欄，主持人們將針對財經、文化、公民社會、教育等議題進行剖析，讓你對市政時事有更深入的了解。

## 台北下雪／

文／程金蘭　攝影／楊智仁

台北僅有 3、4 度氣溫。這個預測消息在 1 月中旬從網路傳開。大多數的你，應該和我一樣嗤之以鼻吧！我清楚記得我戲謔地向坐在車內開車的先生和小孩說：「怎麼可能！瘋了嗎！」嘲諷伴隨無知卻四散成輿論。

但是在 1 月 24、25 日之後，台北像冰箱，平地也飄霰下雪。打臉淺薄自以為地理拿過高分，對於大自然運轉有概念的一大群人。我們必須坦然地向李富城氣象專家道歉。過去有限的經驗，有限的教科書所歸納的原則是個框架，遮蔽心眼限縮學習，已經不適用現今多變的世界。

「我剛到這個單位是 35 年前，第一次聽到總統府下雪」這是馬英九總統 24 日在活動中公開這樣說。台北經歷一個前所未見的帝王級寒流。處於亞熱帶到熱帶之間，竟然下雪。平地下雪，這全新的經驗，是種挑戰。是種學習。

大自然用一種全新的方式，挑戰我們的生活經驗。

資深媒體人程金蘭也是公民總主筆的主持人之一。（圖／台北廣播電台提供）。

馬英九公開自白，坦承眼見為憑的經驗，想當然爾的既有學習知識，其實已經不足面對全新的世界。

「桃園飄雪了，雪 ( 霰 ) 飄進我們家窗，很稀奇噢！」2016 年 1 月 24 日雪花 ( 霰 ) 緩緩地飄進朋友家，她 Line 給我，在她 60 年歲月裡從來沒有這麼樣地，很夢幻的看著雪花 ( 霰 ) 飄進窗來，跌落陽台 。

雖然電視新聞播報台灣從北到南各處山區飄雪積雪，各個低海拔區域飄雪市區下霰，但是她眼睛離開電視畫面卻忽然間 — 卻看著雪花 ( 霰 ) 就這麼樣地飄進家來，她情緒複雜地雪霰難分。

這是個特別的日子，台灣 2,300 萬人有全新的經驗。據氣象局資料顯示，1963 年台北士林曾經下雪。現在起氣象資料會更新增加登錄因極區 ( 極鋒噴流 ) 現象，2016 年台北下雪。

教育是要打開心眼，不是關閉門窗。

台北下雪 — 這一課讓我們看見學校教我們的是追求安全的經驗歸納，但是真實世界卻是給我們措手不及的挑戰。

經驗法則不是萬靈丹。在 2016 新年伊始，總統立法委員選舉結束後，霸王級寒流用極急凍告訴台灣執政和在野者，準備迎接這一年新型態的挑戰變局。朝野攻守易位應該如何既競爭又合作，跳脫既有框架和思維攜手扭轉台灣。（作者為台北廣播電台每週一至週五晚間6點至7點播出的「公民總主筆」節目的主持人）

台北下雪了，中正山的雪景美不勝收。（楊智仁攝）

總主筆時間

# 如何追求新聞的真實／

文・圖／張鐵志

很難得好萊塢一年有兩部關於新聞記者的重要電影。

一部叫「真相急先鋒」（Truth），主角是兩大明星：凱特布藍琪 (Cate Blanchett) 飾演美國新聞節目「六十分鐘」製作人 Mary Mapes，和由勞柏瑞福 (Robert Redford) 飾演的該節目主持人，也是美國最知名的主播丹拉瑟（Dan Rather）。

影片是真實事件，講的是 2004 年美國總統大選前，「六十分鐘」這個節目要調查七十年代初期小布希參與國民兵是否是依照特權進入，並在其中收到特殊待遇。這個團隊的確都是新聞的理想主義者，他們拿到了線人給的資料，希望拼湊出整個故事，終於播出這個節目，造成震撼。但很快地，有人質疑原始資料是造假的，後來連提供資料的線人都表示，資料是一名神祕人士提供的——亦即不能證實真偽。憤怒的電視公司總裁請了外面律師事務所，針對製作單位是否有不恰當的行為進行內部調查，結果是製作人和團隊被開除，丹拉瑟也離開主播位置。

另外一部影片叫做 “Spotlight”，主角是美國重要的報紙《波士頓環球報》（The Boston Globe），故事是記者調查天主教牧師性侵害幼童，並竟然被教會保護。

好萊塢電影史上不乏許多改編自真實歷史的新聞電影，最有名的就是關於尼克森水門案的”All the President’s Men”（有趣的是，主角之一就是當年年輕帥氣的勞柏瑞福）；這兩年非常火紅的美劇「Newsroom」也讓大眾深深感染到新聞理想主義的迷人。不論是真實歷史的戲劇性或者是虛構的劇情，在好萊塢的處理

張鐵志（左）在主持政策討論性節目時，與來賓討論教育問題。（圖／張鐵志提供）

下，這些深度調查新聞記者都被描繪成為了真理而奮戰的英雄。這兩部片也是。

但是「真相急先鋒」所描繪的那段歷史，卻提出了一個重要而複雜的問題。劇中記者的確是為了追求真理，且在過程中也積極試圖查證，追求各種證據，但是畢竟不夠徹底。而當遇到質疑時，他們先懷疑這都是保守派的陰謀，且企業高層為了公司形象不夠保護他們。他們最重要的論證是，這個報導的核心或者真正重要的議題是，小布希當年到底是否享有特權，而不是文件的真偽（例如製作團隊受到質疑後，花了很多時間確認當年打字機是否可以打出一個特殊符號）。這些被保守派製造出來的質疑雜音，掩蓋了「真相」(truth)。

他們提出來的這個看法並沒有錯：太多時候，公共領域充斥各種瑣碎的嘈雜，無聊的八卦，因此沒有去面對真正關鍵的問題——執政者也的確希望人們如此，就不會去監督權力是如何被使用，企業是如何矇蔽消費者。

主播丹拉瑟在劇中跟一個年輕人說：「提出問題是重要的……當我們停止去質問的那一天，就是美國人民失敗的那天。我真誠地如此相信。」

的確，新聞媒體的天職是要不斷去追問、去思索這個世界最重要的議題，是要去對掌權者提出質問，但也要不斷對你看到的證據是否真實提出疑問，然後證明。這才是好新聞。（作者為台北廣播電台每週一至週五晚間 6 點至 7 點播出的「公民總主筆」節目的主持人）

## 城市麵包創意大賽／

# 期待國際烘焙暨設備展

文／Peggy Yu　圖／台北市糕餅商業同業公會提供

「2016 台北國際烘焙暨設備展」即將於 3 月 10 日至 3 月 13 日在台北世界貿易中心南港展覽館隆重登場，迄今邁入第 18 個年頭，每年都湧入超過 10 萬以上的人潮，現場除展示嶄新烘焙商品外，今年在競賽區，主辦單位還首度舉辦「台北麵包學暨加州乳酪加州葡萄乾創意烘焙競賽」、「WPC 世界盃點心大賽台灣區代表選拔賽」及「幸福點心示範賽」等 3 場宛如烘焙實境秀的國際大賽前哨賽，逼真場景更是絕不容錯過的重頭戲。

台北市糕餅商業同業公會理事長吳官德表示，今年與台北市政府觀光傳播局首度合作舉辦「台北麵包學暨加州乳酪加州葡萄乾創意烘焙競賽」，將結合亞洲城市麵包大賽來舉行，賽事分為「懷舊台式麵包組」以及「時尚歐式麵包組」兩個組別，想法主要來自盛行於目前坊間的麵包款式與台北獨特歷史文化，從已風行台灣 60 多年的菠蘿麵包，到現在被認為引領時尚的法國長棍，這幾年的轉變，宛如台北市從懷舊傳統走向現代城市的歷史縮影。

競賽各組將選出冠亞軍共 4 名得獎選手，這 4 名選手將榮獲 2018 城市麵包大賽台灣城市代表隊種子選手資格，並兩人一組、組成兩隊，各分別代表一個台灣城市與其他亞洲國家城市一同競賽。

麵包濃郁的香氣，不斷挑逗著您的味蕾。（圖／台北市糕餅商業同業公會提供）

多場具國際級水準的烘焙競賽，是不容錯過的重頭戲。（圖／台北市糕餅商業同業公會提供）

**打造國際競賽基石　「台北麵包學」重量出擊**

吳官德說，多年來台北市糕餅商業同業公會相繼舉辦多場具國際代表性的烘焙競賽，像是亞洲區域的「城市麵包大賽」，以及2014年風光舉辦的「UIBC世界盃青年西點大賽」，代表台灣整體烘焙產業在研發及製程上，都已具備國際頂尖的專業能力，今年希望能在台北建立屬於台灣自有的高規格國際型烘焙競賽，並成為各國際烘焙好手在職涯中「必戰」的比賽。

吳官德指出，台北麵包學競賽，盼能以麵包反映台北獨特的城市歷史，試圖以麵包喚起民眾心中對於台北的城市記憶，更是一種城市文化與美食的探索和學習。自去年12月開放選手報名後，已於初賽選出共16位烘焙高手晉級動態總決賽，一連4天的精彩對決，將在2016台北國際烘焙暨設備展開幕首日正式開打。

**三大特色主題區　吃喝玩樂作夥來**

吳官德說，每年的烘焙展為回饋消費者，各家業者都會推出超值優惠好康，今年主辦單位用心規劃三大主題區，除精彩絕倫的「烘焙競賽區」外，另有「特色廠商區」及「烘焙名店街」兩大主題區域，國內外300間烘焙大廠的全新技術、近百間全台知名烘焙名店的展場限定商品及限時折扣優惠，將回饋參展民眾，歡迎喜愛烘焙美食的民眾踴躍前往，更多詳情請上官網（http://www.tibs.org.tw）查詢。

**2016 台北國際烘焙暨設備展**

**展出時間：**3月10日（四）～3月13日（日）10:00～18:00（3月10日為專業參觀日，僅限持邀請函者與烘焙證照登錄者入場；3月11日～3月13日開放一般民眾購票入場）

**展出地點：**台北南港展覽館1館

## 魚夫繪臺灣書店／

# 從當年宛如歐洲市街的重慶南路說起

**文・圖**／魚夫

1990 年以前，如果從忠孝西路往南走向重慶南路，在 1 段 18 號會遇見「臺灣書店」門市部，這四間寬的紅磚建築，門樓為美麗的仿巴洛克式風格，在日治時期更是連續性地從重慶南路頭一直往總督府方向延伸，左右爭奇鬥艷，彷彿走在歐洲的街道上。

### 日治時期臺北城　改造計畫成典範

1911 年臺北城歷經一場風災大水，街屋倒塌 3,000 多間，總督府採納了臺北廳長井村大吉等人的建議，藉此機會進行大規模的市區改正計畫，責成野村一郎來統籌所有事宜。野村一郎（1868-1942）於 1904 年 1 月 18 日出任臺灣總督府營繕課長，職司全島建築事業，並擔任總督府廳舍建築設計審查委員及新建工程工事主任、市區計畫委員等，他的經典作品現在仍然看得到，包括襄陽路的「臺灣博物館」（原臺灣總督府博物館）、「台北賓館」（原臺灣總督官邸）等。

臺灣書店門樓為仿巴洛克式風格，在日治時期更是從重慶南路頭一直往總督府方向連續性延伸開來。（魚夫繪）

手機掃描看影片

1990 年拆除重建的臺灣書店在日治時期為總督府臺灣書籍株式會社，現為旅社。（魚夫攝）

1912 年起，野村著手進行家屋改建設計，當時先確立兩大方針：一為制定道路寬度，府後街（現館前路）較為寬敞，為 10.8 公尺，府前街（現重慶南路）則為 9.3 公尺；其次為規劃人車分流的「亭仔腳」（騎樓）統一為寬兩間（3.3 公尺），並率領所有技師、技士日夜繪製街屋工程圖，焚膏繼晷在半年之內完成。

所有工程為避免個別委託營造業者承包造成品質良莠不齊，乃委請「臺灣建物會社」與由 32 名「請負」（包工營造商）會員所組成的「臺北土木建築請負人組合」進行磋商，並解決向臺灣銀行低利融通貸款周轉等問題，最後總計融資 74 餘萬圓，興建家屋 233 戶，成為殖民地都市更新計畫之標竿，從此不只臺灣各地市區改正計畫紛紛仿效，1923 年日本關東大地震之後，東京的重建更是派人前來取經。

**臺灣書店　從全盛走向落幕**

80 年代初，我在台北念大學時還看得到「臺灣書店」，印象中，正面欠缺保養已呈破舊，紅磚部分塗著斑駁的水泥，後頭的房子改建成現代樓房，亭仔腳堆滿雜物，寸步難行，不知她原是情繫戰前、戰後兩代學生最大的教科書門市部。

臺灣書店的前身為日治時期的「總督府臺灣書籍株式會社」，隸屬總督府文教局，承攬教科書籍編印與發行工作，戰後由台灣省行政長官公署接收，先更名為「教科書總批發所」，再改組為「臺灣書店」，極盛時期每年印製國民小學教科書約 5,000 萬冊。從 1949 年之後，台灣教科書由教育部國立編譯館統一編寫，這當然不符合民主社會多元化的期待，1994 年起，教育部調整教科書政策，逐年將中小學教科書由國立編譯館版本改為民間審定本，許多出版社都來搶食大餅，1996 學年度，教科書出版政策全面開放，臺灣書店的日子就不好過了，2002 年實在經營不下去了，隔年遭裁併而結束營業。

整條重慶南路書店街，以臺灣書店和新高堂書店（戰後的東方出版社）故事最多，所以 1989 年被政府指定為「重要紀念性建築」之列，卻仍遭拆除，所幸拆除前已完成測繪保存工作，現製作了一副 1/50 模型與招牌，存於高雄國立科學工藝博物館供人參觀，令人不勝唏噓。

| 活動名稱 | 活動時間／地點 | 主辦單位／洽詢電話 |
|---|---|---|
| **105** 年度第 2 梯次職能培育暨職能進修課程招生中！ | 北市職能發展學院（士東路 **301** 號）<br>詳情請至 **www.tvdi.gov.taipei** 查詢 | 北市職能發展學院<br>**2872-1940** 轉 **269**、**291**、**331** |
| 五行健康操 | 週一至週五 **08:30** ～ **08:50**（年假除外）<br>仁愛院區醫療大樓 **2** 樓中庭（仁愛路四段 **10** 號 **2** 樓） | 市立聯合醫院<br>**2709-3600** 轉 **3507** |
| 隱藏的宇宙 **IMAX**<br>【電話預約訂位或現場購票】 | 每週二及週日 **10:00**、**14:00**，週六加映 **17:00**<br>**/** 宇宙劇場 | 天文科學教育館<br>**2831-4551** 轉 **523** |
| 南極皇帝企鵝 **3D**<br>【電話預約訂位或現場購票】 | 每週二及週日 **09:00**、**11:00**、**13:00**、**15:00**，<br>週六加映 **17:00**、**19:00**<br>**/** 立體劇場 | 天文科學教育館<br>**2831-4551** 轉 **523** |
| **FUN** 學 **ABC**一徵選節目主持人<br>【須事先報名】 | 只要是對製作廣播節目有興趣者都可以報名參加；活動採紙本報名方式，報名簡章可至電臺 **1** 樓索取或從電臺官網下載。報名日期自即日起至 **105** 年 **2** 月 **29** 日為止，詳情請至 **http://www.radio.gov.taipei** 查詢。 | 台北廣播電臺<br>**2595-1233** 轉 **22** |
| 樂活熊城市嘉年華 | 即日起至 **2/18**（四）<br>士林官邸公園（福林路 **60** 號） | 北市府工務局公園處<br>**2881-2512** 轉 **16** |
| 摩登台北之旅——從 **1930** 走來 | 即日起至 **2/21**（日）<br>台北市區內景點等你來集章<br>詳情請至 **www.moderntaipei.travel.taipei** 查詢 | 北市府觀傳局<br>**1999** 轉 **7545** |
| **2016** 陽明山花季 | 即日起至 **3/20**（日）<br>陽明公園（湖山路二段 **26** 號）<br>詳情請至 **http://2016.yms.taipei** 查詢 | 北市府工務局公園處<br>**2861-6361** |
| 歡樂在臺北 孔廟行春 | **2/8**（一）～ **2/12**（五）**10:00** ～ **14:00**<br>臺北市孔廟（大龍街 **275** 號）<br>活字印刷體驗、書法祈福卡，<br>詳情請至 **www.tct.gov.taipei** 查詢 | 北市孔廟管理委員會<br>**2592-3934** 轉 **22** |
| 悠活大同 **~** 健康 **Your Life** 講座<br>【須事先報名】 | **2/16**（二）**14:00** ～ **15:00**<br>大同區健康服務中心（昌吉街 **52** 號 **2** 樓）<br>主題：心血管疾病的預防與保健 | 大同區健康服務中心<br>**2585-3227** 轉 **9** |
| 遠離代謝症候群 | **2/18**（四）**09:00** ～ **10:00**<br>中興院區 **2** 樓內科門診區（鄭州路 **145** 號 **2** 樓） | 市立聯合醫院<br>**2552-3234** 轉 **3047** |
| 心肺復甦術課程（**CPR**）<br>【須先報名】 | **2/19**（五）**13:00** ～ **15:00**<br>中興院區 **6** 樓第三會議室（鄭州路 **145** 號 **6** 樓）<br><br>**2/27**（六）**10:00** ～ **12:00**<br>仁愛院區醫療大樓 **5** 樓簡報室（仁愛路四段 **10** 號 **5** 樓） | 市立聯合醫院<br>**2552-3234** 轉 **3161**、**3257**<br><br>市立聯合醫院<br>**2709-3600** 轉 **3507** |

| 活動名稱 | 活動時間／地點 | 主辦單位／洽詢電話 |
|---|---|---|
| 春意傳「薪」<br>**2016** 就業博覽會 | **2/19**（五）**14:00** ～ **16:30**<br>勞工公園廣場舞台區（承德路 **3** 段 **287** 號） | 臺北市就業服務處<br>**2594-2277** 轉 **210** |
| **2016** 台北燈節 | **2/20**（六）～ **2/29**（一）<br>花博圓山園區 | 北市府民政局<br>**2725-6237** |
| 「邂逅那道光」<br>**2016** 寶藏巖環境藝術燈節 | **2/20**（六）～ **3/20**（日）**11:00** ～ **22:00**（週一休館）<br>寶藏巖國際藝術村（汀州路三段 **230** 巷 **14** 弄 **2** 號，捷運公館站一號出口）<br>詳情請至 **www.artistvillage.org** 查詢 | 寶藏巖國際藝術村<br>**33937377** 轉 **107** |
| 鼎泰豐人才招募活動 | **2/20**（六）**10:00** ～ **16:00**<br>北市府沈葆楨廳（市府路 **1** 號 **1** 樓） | 台北人力銀行<br>**2595-1808** |
| **105** 年臺北市老人健康檢查 | **2/22**（一）～ **2/26**（五）弱勢族群登記<br>**3/1**（二）～ **3/6**（日）一般市民登記<br>網路登記 **07:00** ～ **23:59 /** 電話登記 **07:00** ～ **19:00**<br>詳情請至 **http://health.gov.taipei**，「主題專區 **/** 成人及中老年保健 **/** 老人健康檢查資訊公告」專區查詢 | 北市府衛生局<br>**1999** 轉 **1805** |
| **2016** 北投桶柑節 | **2/23**（二）～ **3/13**（日）每週一休館<br>「讚嘆北投 **~** 王建傑水彩畫展」<br>北投公民會館（中山路 **5-7** 號）<br><br>**2/27**（六）～ **3/13**（日）每週六、日<br>「北投 **52** 景 **~6** 條尋寶線」免費導覽活動<br>【**2/16**（二）開放線上報名】<br>詳情請至活動專網 **http://beitou-arts.btdo.taipei/** 查詢<br><br>**3/22**（二）～ **4/24**（日）每週一休館<br>「北投 **52** 景 **~** 攝影展覽」<br>北投公民會館（中山路 **5-7** 號） | 北投區公所<br>**2891-2105** 轉 **272** |
| 新移民繪本學中文班開課典禮 | **2/23**（二）**09:30** ～ **11:30**<br>士林公民會館（大東路 **75** 號） | 士林區公所<br>**2882-6200** 轉 **6504** |
| 王品集團專案徵才活動 | **2/25**（四）**13:30** ～ **15:30**<br>青年職涯發展中心（仁愛路一段 **17** 號 **2** 樓） | 台北人力銀行<br>**2595-1808** |
| 高血脂飲食 | **2/25**（四）**10:00** ～ **11:00**<br>中興院區 **8** 樓陽光區（鄭州路 **145** 號 **8** 樓） | 市立聯合醫院<br>**2552-3234** 轉 **3047** |
| 產前夫婦教育班（媽媽教室）<br>【須先報名】 | **2/27**（六）**09:30** ～ **11:40**<br>中興院區 **6** 樓第三會議室（鄭州路 **145** 號 **6** 樓） | 市立聯合醫院<br>**2552-3234** 轉 **5601**、**5602** |
| 社區健康篩檢 | **2/27**（六）**09:00** ～ **11:30/** 東新區民活動中心<br>**2/27**（六）**09:00** ～ **11:30/** 中研區民活動中心<br>**3/5**（六）**09:00** ～ **11:30/** 市立聯合醫院忠孝院區 **2** 樓小兒科門診前走廊（同德路 **87** 號）<br>**3/6**（日）**09:00** ～ **11:30/** 九如區民活動中心 | 南港區健康服務中心<br>**2782-5220** 轉 **6936**、**6952**、**6933**、**6937** |

## 2016 台北 101 國際攝影大賽／

# 新增台灣山岳魅影主題

**文**／程沐真　**圖**／台北 101 提供

2016 台北 101 國際攝影大賽正式展開。（圖／台北 101 提供）

你知道嗎？去年獲英國廣播公司 BBC 評選為世界最美的八大超高建築之一，就在台北！為發揚台灣豐富多元的人文風情及文化創意，台北 101 自 2006 年起舉辦「國際攝影大賽」，邀請攝影同好透過鏡頭捕捉台北 101 每個感動瞬間，「2016 台北 101 國際攝影大賽」更首次增設「台灣山岳魅影」專題。

台灣素以山岳聞名，陽明山、阿里山享譽國際，是遊客心中最深刻的台灣印象；玉山、雪山等百岳山系更是登山愛好者競相挑戰的目標。此次除了以台北 101 大樓為拍攝主題外，還期待愛好攝影的國內外好手以台灣山岳的萬種風情，呈現出不同於以往的意境及視野，讓世界看見最美的台灣景致。

台北 101 國際攝影大賽優秀作品將會在台北 101 與官方網站線上藝廊展出，入選作品未來將有機會與台北 101 的宣傳設計做結合，讓國際遊客藉由造訪台北 101 感受台灣，並透過台北 101 將台灣之美散播至全世界。

**2016 台北 101 國際攝影大賽**
**收件日期：**即日起～ 2016/3/15
**收件地點：**郵遞或親送臺北市漢口街 1 段 110 號 2 樓之 12（中華攝影雜誌社）
**台北 101 官網：**www.taipei-101.com.tw

577
2/2016

# 趣玩台北

## Fun Taipei

**特別收錄**

新春拜廟好運到／
台北知名廟宇巡禮

宮廟達人分享／
春節拜拜正確須知

走春一日小旅行／
電影場景好好玩

## 新春拜廟好運到／

# 台北知名廟宇巡禮

**文**／鍾文萍　**攝影**／楊智仁

儘管過年期間多的是花稍又熱鬧的吃喝玩耍樂子，然而台灣民眾對於「春天拜廟，好運全到」的道理深信不疑，到寺廟拜拜或到教堂祈禱，祈平安、迎清吉，是必要的走春大事。台北市是個融合了多元移民特色、百宗百教兼容並蓄、和平共存的城市，既是台灣宗教文化面向世界的櫥窗，也是華語世界指標性的宗教觀光勝地。新的一年來了，到寺廟教堂為自己在新的一年尋覓定靜清和的新心境，誰說這不是忙亂世間令人感到安心又幸福的小確幸呢？

位處鬧區的行天宮，許多濟世服務深受信眾信賴。（強雅貞繪）

### 龍山寺　老城區經典建築

萬華是台北市最早開發的地區，信仰中心龍山寺素有「台北第一名剎」之稱，除了主祀的觀世音菩薩、文昌帝君、註生娘娘等個個神威遠播之外，充滿匠心藝術之美的寺廟建築更是吸睛。全寺坐北朝南，呈回字形，為中式古典三進四合院的宮殿式建築，布局尊貴。三川殿前有一對全台僅見的銅鑄蟠龍柱，正面牆堵由花崗石與青斗石混合組構，正殿屋頂採歇山重簷式，四面走馬廊由 42 根柱子構成，殿外牆堵留有多幅著名書法家石刻，殿內的螺旋藻井不費一釘一鐵，全由斗拱鑲嵌築構而成，工法精細。

龍山寺的光明燈據傳靈驗，點燈者眾，如沒排上點燈也別氣餒，新春期間，寺方會在廟埕安置平安總燈，看是要求財、求子，還是求健康、求婚姻，信眾可用「鑽燈腳」的方式許下新年新願，結束後還可順道去廣州街夜市吃魷魚羹、什錦粥、燒仙草……老萬華小吃滋味出眾，讓你在大好年裡，鹹甜鮮香一次吃個過癮！

### 行天宮　鬧市香火旺

行天宮主祀財神關聖帝君，可以想見在工商業大本營的台北市有多受景仰，在許多上班族心中，有著宛如心靈導師般的重要地位。行天宮許多濟世服務深受信眾信賴，如收驚、平安袋、平安卡等，大自家運不昌、事業不順、姻緣受阻，小至小兒哭鬧、心神不寧，都可藉由這些途徑安魂鎮魄、開運指引。

為了節能減碳，行天宮近年勇敢率先施行「拜拜不燒香、不燒金紙」，在格外清新寧靜的廟埕雙手合十祈禱或跪拜，直接向神明訴說痛苦或冀求時，彷

龍山寺香火鼎盛，匠心獨具的寺廟建築更是吸睛。（楊智仁攝）

佛特別安心而平靜。為了避免像孔老夫子「入太廟，每事問」入廟不懂如何拜的窘況，廟方十分貼心地在大殿左右兩側張貼了詳細的「敬神禮節說明」，照著行禮如儀，保證不會對神明失禮。

行天宮在北投有一處忠義廟分宮，腹地更加開闊，拜拜完可順便到忠義山步道、貴子坑步道健行踏青；或沿著大度路往北到關渡，那兒還有一座名剎可以逛逛，就是聲名遠播的關渡宮。

**北海人氣廟　大龍峒之寶**

關渡宮與鹿港天后宮、北港朝天宮並稱台灣三大媽祖宮，是台灣北部最古老、人氣最旺的聖母祖廟。或許因為地處邊郊海岸之故，關渡宮雖也是香客濟濟，卻沒有擁擠之感，也不必擔

龍山寺三川殿前的銅鑄蟠龍柱，工法精細。（楊智仁攝）

關渡宮是台灣北部人氣極旺的廟宇，更是許多討海人的信仰中心。（高讚賢攝）

心繚繞的香煙令人窒悶。一殿一殿遊走，欣賞保存良好的廟殿龍柱、壁飾雕工，殿頂的藻井、斗拱、梁椽的雕塑、彩繪層次豐富，整體空間的變化悠長深遠，沈澱出 300 多年歲月渾厚的質地，深邃迷人。

歷史悠久的大龍峒保安宮供奉「醫神」保生大帝，雖曾重建，但石柱、石牆、雕刻等舊物保存完善，古風純正。或許因為地處舊街的關係，保安宮總是兀自地恬淡閒靜，特別適合喜愛歷史文化的香客來此安靜漫遊，進行一回輕鬆自在的宗廟小旅行。

**松山慈祐宮　齋飯魅力大**

慈祐宮為松山區大廟，正殿為三層重簷，正殿左翼為鐘樓，與右翼鼓樓相望，格局工整，開基至今 200 多年，留存了不少歷史文物，包括乾隆 48 年（西元 1783 年）「利齊參天」橫匾，主殿三川殿的石獅為嘉慶 8 年（西元 1803 年）打造的鎮殿之寶以及百餘年歷史的石雕古香爐等，是進香之餘、觀察欣賞的重點文物。

為了回饋地方，廟方每逢農曆初一、十五提供免費早午齋飯，湯圓鹹粥、米粉炒麵不一而足，在冷天裡特別充滿吸引力。前殿香火鼎，後殿飯菜香氣四溢，大廟親民的風格，令人印象深刻。

農曆年畢竟是華人的節慶，道教、佛教寺廟是走春祈福的亮點；如想體驗另一種年節氛圍，台北市也有好些異國宗教聖地，如台北清真寺、天主教聖家堂、基督教懷恩堂以及濟南教會、大稻埕台灣基督長老教會等。無論哪一種宗教，都有著安詳卻撼人的力量。無論塵世如何紛擾，只要來到眾神聚集的所在，便令人格外心安。一草一木、一殿一堂，在在象徵高遠智慧與寬廣情懷。新年新生，就從和樂無爭的宗教之旅開始，啟動一整年的幸福「心」力量吧！

松山慈祐宮香火鼎盛，吸引許多信徒前來祈求媽祖的庇佑。（楊智仁攝）

歷史悠久的大龍峒保安宮，主祀「醫神」保生大帝。（楊智仁攝）

新生南路上的台北清真寺，是穆斯林的信仰中心。（楊智仁攝）

宮廟達人分享／

# 春節拜拜正確須知

**文**／觀止　**攝影**／許斌

農曆新年的腳步近了，許多民眾都習慣趁新春走入廟宇，向神明祈求來年風調雨順，家事國事一切平安。點一炷香，看著輕煙裊裊上升，願望彷彿也上達天聽。到寺廟裡參拜，是否對於參拜順序感到毫無頭緒，或是不曉得供品該如何準備才不失敬意呢？《台北畫刊》這次也專訪各大宮廟達人，告訴你正確的參拜方式和注意事項，讓新年的祈求能夠如願實現。

趁新春假期走入廟宇祈願，了解各廟宇的參拜撇步，有助於讓你的願望上達天聽。（許斌攝）

**虔敬參拜　就是獻給上天最好的禮物**

走進寺廟，應當懷抱虔敬之心。台北市關渡宮秘書鍾右業表示，整理好服裝儀容，將雙手洗淨，並把供品整理好擺放至供桌上，便是對神明展現敬意。

進入寺廟後，可依廟方指示方向，或由前方正殿往後方參拜，如果廟宇不只一層樓，則可在參拜完低樓層的神明後，再依序往高樓層參拜。像是關渡宮就屬於高樓層的寺廟，信眾通常會在 1 樓平面點 6 炷香，分別為天公爐、媽祖殿、觀音殿、文昌帝君殿、三將軍殿、財神殿上香。接著 2 到 5 樓也有不同的神明殿，各殿也都會供應香枝，擺設香爐，民眾可隨心意參拜各殿神明。

鍾右業說，信眾拿什麼供品拜神明，廟方沒有忌諱，合掌參拜或點香祭祀皆可。近幾年關渡宮響應環保，香枝和金紙的用量比往年大幅減少，信眾如果沒有準備供品、金紙或香枝，卻有需要，也可以隨喜奉獻，現場購買。

從前年 8 月開始，行天宮取消了香爐和供桌，信眾也日漸習慣不燒金紙、不點香、不備供品的拜拜方式。行天宮執事李楚華強調，帶著道德和虔誠的心來獻給神明，就是給予神明最好的禮物。

進入行天宮，要先拜天公，接著再拜恩主公和眾神明。儘管跳脫傳統的拜拜禮俗，信眾

進入台北市關渡宮後，先至低樓層各神明殿上香，再往高樓層隨心意參拜。（許斌攝）

依然可以帶著虔敬之心，向神明行最富敬意的三跪九叩禮，但如果時間較匆忙，無法行完整的大禮，也可以雙手合十擺在胸前，行鞠躬禮。

李楚華引用經書：「不要用物質祈求神明，而是用道德祈求。」他表示，在敬拜時，如果內心清明的反省和懺悔，神明就會接納。「準備『改過』這項道德，就是獻給神明最大的禮。」

近年 3C 產品流行，幾乎人手一支手機，手機鈴聲也成為惱人的噪音污染。從去年 8 月開始，廟方在為民眾施行收驚求平安的服務時，也會要求信眾不要使用手機，讓民眾從心靈上做工。李楚華提醒信眾，廟宇是莊嚴神聖的地方，因此要靜心，避免高談闊論聊天，也不要吃東西或製造垃圾。

**祈求文昌月老　供品學問多**

有些供奉特定神明的廟宇則有一些特殊規矩。像是參拜掌管文運和考運的文昌帝君或掌管姻緣的月老，都有獨特的祭拜供品。文昌宮委員黃文隆建議考生：「蔥代表聰明，芹菜代表勤勞，包子或粽子有包中之意，桂花葉和橘子葉則分別象徵貴氣和吉利，都是很具代表性的供品。」

他也建議考生，來文昌宮拜拜時，可攜帶兩件考試當天要穿的衣服，蓋上文昌宮的印章，當作戰袍，或是點元辰燈祈福，請神明加持。

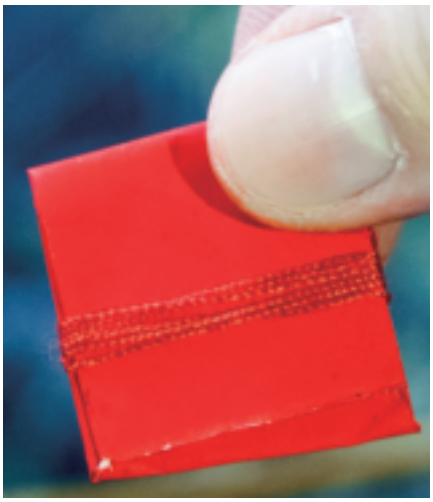
「只要準備充足，謹守誠心敬意，祭拜文昌

帝君，將祈求內容表達清楚，並在許願後還願，相信神明都會賜福，讓好運降臨。」黃文隆說。

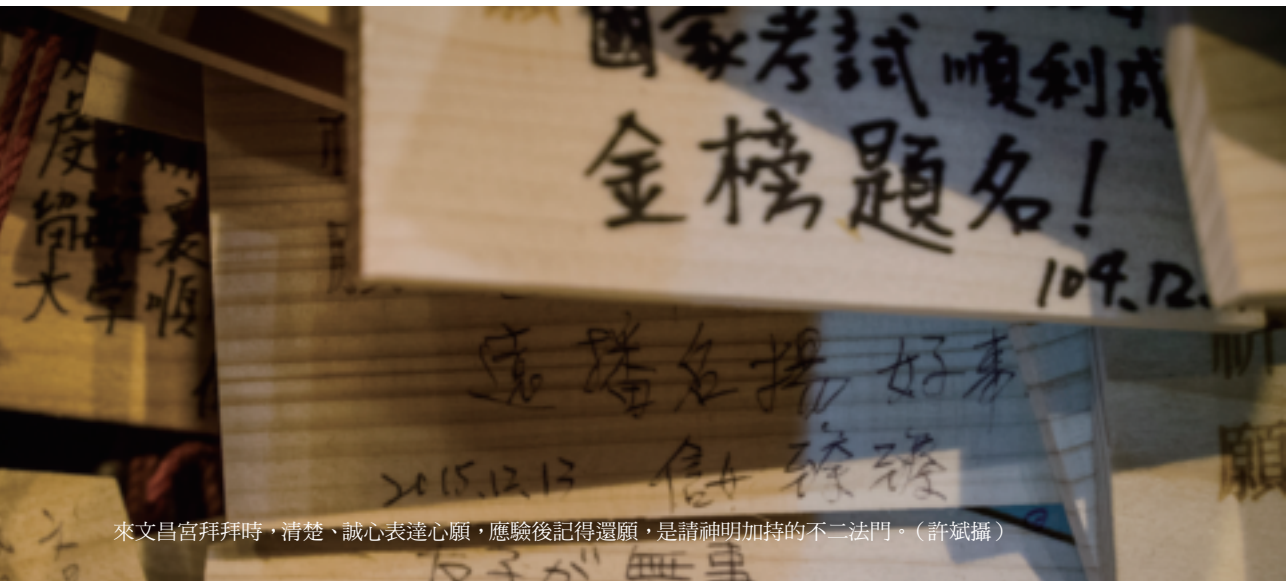
參拜月老的供品也有學問。台北霞海城隍廟發言人吳孟寰說：「單身男女可買紅棗、枸杞當供品，紅棗代表早日找到好對象，枸杞則代表顧好自己；有對象的民眾也可以帶鮮花來祭拜，象徵能和心儀對象早日開花結果。」

除此之外，廟方也會提供紅線、鉛錢和喜糖，民眾可將紅線和鉛錢繞香爐 3 圈後，放入包包隨身攜帶；紅棗、枸杞、砂糖則可帶回或留下讓廟方煮平安茶，和神明結緣。「如果姻緣有好結果，可在訂婚或結婚時，攜帶喜餅來答謝神明；有了穩定的男女朋友，也可來向月老報告，保佑感情穩定發展。」吳孟寰也提醒信眾，不要戴帽子、戴墨鏡，穿著不要過於暴露，才能展現對神明的尊重。

單身男女敬拜月老時，可買枸杞、紅棗當供品，象徵顧好自己、早日覓得良緣之意。（許斌攝）



來台北霞海城隍廟的信眾，可將取得的紅線繞香爐 3 圈後，隨身攜帶。（許斌攝）




來文昌宮拜拜時，清楚、誠心表達心願，應驗後記得還願，是請神明加持的不二法門。（許斌攝）

## 走春一日小旅行／

# 電影場景好好玩

**文**／鍾文萍　**攝影**／楊智仁

這些年國片、本土偶像劇熱潮持續發燒，除了票房強強滾，取景拍攝的地點也成了粉絲們追星圍聚、續航觀影熱情的去處。特別是浪漫愛情片，追隨男女主角走過同樣的路，在同樣的一片風景下回味片中錐心的對白、領略同樣的氛圍，想像著主角們有過的心情轉折，成為時下正夯的旅行方式。人文底蘊豐富、文化多元的台北，有不少地點成為導演們詮釋劇情的拍攝場景，今年的春節假期適逢西洋情人節，實際走訪一趟愛情電影中的場景，將大銀幕上虛構的電影劇情，轉換成真實的雙人走春一日小旅行，牽手一起追星去！

### 09：00 ～ 12：30 來去國片好萊塢 跟著電影逛北投

1960 年代前後台語片正流行的時候，景致渾然天成的溫泉鄉——北投，常被導演相中成為拍片場地，例如《溫泉鄉的吉他》、《王哥柳哥遊台灣》等，一度是全台灣最大的電影劇組集散地，人稱「台語片好萊塢」。

《阿嬤的夢中情人》敘述的便是台語電影曾風光一時的古早年代。片中男女主角奇生、美月騎上老野狼機車「英雄載美」帥氣奔馳的，正是北投名勝之一的地獄谷，只是電影中的地

來到古色古香的北投文物館，可品嘗精緻的創意懷石料理及下午茶。（楊智仁攝）

交通便利的地熱谷，終年煙霧繚繞，讓人宛如置身仙境。（楊智仁攝）

獄谷並非舊名地獄谷的地熱谷，而是離市區有一小段距離的硫磺谷，以豐富的火山碎屑岩和沉積岩地質地形著稱，整座山頭像是終年沸騰的熱水壺，爆裂口、噴氣口鎮日噴著沖天白煙，有荒煙大漠般的氣勢；想像《阿嬤的夢中情人》男主角藍正龍載著女主角安心亞在氤氳煙霧中騎車狂奔的畫面，充滿了冒險的浪漫感。

回到北投市區，百年溫泉鄉綠蔭湯泉的氛圍沉靜宜人。電影《殺手歐陽盆栽》中，師父騙神與紅粉知己談心的地方，以及偶像劇《華麗的挑戰》中韓星東海與女主角陳意涵，是從小在溫泉旅館長大的青梅竹馬，拍攝地點都選在古色古香的北投文物館。它的前身是 1921 年興建的佳山旅館，當年是北投最高級的溫泉旅館，除了門窗、木梯等裝修細節特別精工講究之外，庭園的造景廊保存非常完整，十分引人入勝，堪稱台灣日式木造建築典範。

3 月即將上映、台北愛情捷運系列電影之一的《五星級魚干女》也相中北投，療癒風格的湯鄉與導演林孝謙溫柔細膩的拍片手法十分合拍。歷史悠久卻面臨經營危機的老溫泉旅館、一個外型邋遢但決心幫助奶奶扭轉旅館頹勢的女孩，和一個遠從美國到台灣、再搭乘捷運到北投打工換宿的潮男，會因為齊心拯救旅館而譜出怎樣的精彩故事？透過導演的眼睛，北投知名的、私房的景點一一曝了光，如台北市立圖書館北投分館、地熱谷、北投公園、北投市場等，跟著電影逛北投，猶如一趟感知在地生活溫度的深刻旅行，讓人重新望見了這兒獨特的韻味與美麗。

北投公園出現在近期電影中，要以改編自插畫家幾米作品的《向左走向右走》最出名。金城武、梁詠琪分飾的男、女主角住在同一棟大樓卻從未相識，初相遇的場景便在北投公園內的噴泉水池。女生的手稿不小心被風吹落池中，男生跳下水幫忙撿起，兩人一見投緣，然而一場突如其來的大雨卻讓兩人相約再見的電話號碼紙條溼透難辨，自此展開一場唯美又惆悵的想念，是幾米迷必來的聖地。轟動一時的偶像劇《我可能不會愛你》裡，又青姐、大仁哥老拌嘴的高中校園，就在北投山坡上的復興高中……「台語片好萊塢」至今星味風情未減，依舊孕育出不同世代的電影靈感，走逛一輪，收穫滿滿。

《五星級魚干女》將北投具地方特色的場景納入電影中。（圖／晴天影像提供）

北投文物館整體建築作工精細，堪稱日式木造建築典範。（楊智仁攝）

**北投文物館（2/1 ～ 2/8 休館）**
**地址：**幽雅路 32 號
**電話：**2891-2318

**北投公園**
**地址：**中山路 2 號

**復興高中**
**地址：**復興四路 70 號
**電話：**2891-4131

**13：00 ～ 17：00 到木柵「等一個人咖啡」、回味「我的少女時代」**

2014 年短短 6 天票房破億的國片《等一個人咖啡》，在咖啡飄香的台北城再度掀起一波「酗咖啡」熱潮。電影中位於景美女中對面小巷裡的咖啡店更從大銀幕走出來，是一間真實存在的咖啡館，店裡保留電影裡的擺設，許多粉絲來到這裡瞻仰女主角思螢、任何咖啡都能調製的阿不思、神秘美麗老闆娘以及男主角曾元拓、楊澤于等在這小店裡衍生的情感故事，想像那句無與倫比的對白：「每個人都在等待一個人，等待一個，能看見你與眾不同的人。」咖啡，因此有與眾不同的滋味。

餐點延伸了電影裡的創意，粉絲總愛點喝名稱怪怪但口味獨特的「等一個人咖啡」系列，如「男子漢咖啡」、「在愛情裡不被愛的才是小三」、「華山論劍之黯然銷魂」，彷彿體驗了電影中咖啡高手阿不思的超凡手藝；再搭配名稱逗趣的「閨密紅豆」鬆餅，或是「告白需要勇氣」、「一條不鮭路軟法」、「希臘沙拉米帕里尼」等早午餐，號稱可以給告白者、暗戀者滿滿的力量唷！

喝完咖啡，可順道去木柵公園走走，公園裡的溜冰場是另一部賣座電影《我的少女時代》浪漫經典場景之一。木柵公園建於 1980 年，內有環湖步道、涼亭、兒童遊戲場、溜冰場等，是個設施完善的社區小公園，男主角徐太宇晚上帶著女主角林真心到公園練習溜冰，以及林真心聽著徐太宇留給她的錄音帶，望著星空想念彷彿就在身旁的徐太宇，都是在這裡拍攝完成。當時劇組特地裝上燈泡營造閃亮亮的浪漫氣氛，現在燈海雖已撤除，但不妨在溜冰場上走走繞繞，回味屬於自己的「少女時代」。

從大銀幕走出來的「等一個人咖啡」，飄散濃郁的咖啡香。（楊智仁攝）

**等一個人咖啡（2/7 ～ 2/9 不營業）**
**地址：**一壽街 44 巷 1 號
**電話：**2936-0596

**木柵公園**
**地址：**興隆路 4 段 50 號

「等一個人咖啡」保留電影裡的擺設，吸引許多粉絲來此回味。（楊智仁攝）

從劍南山上可遠眺緩緩轉動的七彩摩天輪與迷人月色。（潘俊霖攝）

**18：00 ～在劍南山尋找大仁哥、又青姐**

寒夜來得早，不時還飄著細雨，但大直劍南山的賞景人潮卻因為偶像劇《我可能不會愛你》在此取景而絡繹不絕。從劍南路上山到劍南蝶園，隨著海拔高度漸升，夜景視野越發開闊——這裡正是劇中「大仁哥」和「又青姐」喝啤酒賞夜景的地方。夜色迷離、燈海燦爛，緩緩轉動的七彩摩天輪與頭頂上的月色、堤頂大道上的車流燈河相互輝映，美極了！很多人都說看了電視劇，才知道台北除了陽明山、貓空之外，還有這麼美的賞夜景去處。而劍南山距離捷運劍南路站僅數十分鐘腳程，比山區夜景更加親民、更加伸手可及。

今年情人節還在煩惱要帶另一半去哪兒共度嗎？不妨跟著電影在台北逛公園、品咖啡、遊夜景，在旅行地圖與感情座標上，都留下屬於自己的幸福回憶吧！

木柵公園的溜冰場，是電影《我的少女時代》的浪漫經典場景。（楊智仁攝）

（Mika 繪）

「農曆新年的腳步近了，許多民眾都習慣趁新春走入廟宇，向神明祈求來年風調雨順，家事國事一切平安。點一炷香，看著輕煙裊裊上升，願望彷彿也上達天聽。」

~觀止

「追隨男女主角走過同樣的路，在同樣的一片風景下回味片中錐心的對白、領略同樣的氛圍，想像著主角們有過的心情轉折，成為時下正夯的旅行方式。」

~鍾文萍

# 趣玩台北

## Fun Taipei

臺北市政府消防局 關心您

# 無阻礙！不慌張！

## 陽台窗戶留開口
## 火災逃生不用愁

提醒您隨時做好防火準備
讓溫暖的家更安全！

臺北市政府消防局
www.tfd.gov.tw

臺北市防災資訊網
tdprc2.tfd.gov.tw

廣告

# 臺北地政通全國

## 省時省錢免奔波，簡政便民遍全國

臺北地政新創舉，突破機關轄區限制，104年3月25日起全國22縣市、109地政事務所攜手跨域合作，提供雙向代收登記、測量案件服務，解決民眾無法親自到管轄地政事務所臨櫃申請的困擾，104年6月1日起代收服務項目增為8項，104年11月3日起，代收服務項目已增達10項。

1. 登記、測量案件
2. 複印登記申請案
3. 檔案應用
4. 英文不動產權利登記證明
5. 人工登記簿謄本
6. 代理人送件明細表
7. 土地複丈成果圖補發
8. 實價登錄案件
9. 利害關係人之異動索引及清冊
10. 複印信託、使用管理及約定專簿

**持身分證件**
到最近地政事務所申請代收

**簡訊通知**
民眾即時掌握案件進度

**證件郵寄**
郵寄到家，省時省錢又便利

古亭所
29355369分機115
http://www.ktla.gov.taipei

士林所
28812483分機110
http://www.slla.gov.taipei

建成所
23062122分機107
http://www.ccla.gov.taipei

中山所
25022881分機146
http://www.csla.gov.taipei

松山所
27230711分機108
http://www.ssla.gov.taipei

大安所
27548900分機114
http://www.tala.gov.taipei

臺北市政府地政局
Department of Land, Taipei City Government

更多資訊請洽臺北地政局官網