

台灣

vol. 564
2018/03-04
www.tva.org.tw

觀光

漫遊春日北橫

粉櫻・綠林・木藝馨香

旅人手帳
臺灣樂遊趣・TAICHUNG
探索臺中的人文況味

特別企劃
感受在地農家樂
宜蘭壯圍一日遊

主題推薦
臺東中央市場人情美味大口吃
星光下的味蕾饗宴

感受。金門美好時刻



在這裡，您能感受那藍天視野、波光粼粼，徜徉於自然的懷抱，隱身於世俗塵囂；轉身，又能散步在古意的大街小巷，感受歷史知性的心跳。

在這裡，無論是家族旅遊、朋友結伴探訪、姊妹們的購物時光，甚至是菁英商務規劃，每個時刻，我們都會提供最貼心的服務。在這裡，我們誠摯的笑容，是您旅途的風景，那是濃濃的臺灣情意，這樣的美好，值得您一次體會。



everrich 

昇恆昌金湖大飯店

GOLDEN LAKE HOTEL

891金門縣金湖鎮太湖路2段218號

聯絡電話：+886-82-338-688

官方網站：www.everrichgoldenlake.com



3-4

月

臺灣觀光節慶活動表



2018鷹揚八卦-bike訪春天

活動時間 107/03/24-107/03/25

活動地點 彰化縣八卦山脈生態遊客中心

主辦單位 參山國家風景區管理處

洽詢電話 04-2331-2678

活動網址 www.eagle.org.tw/zh/news/1.html



高雄內門宋江陣

活動時間 107/03/24-107/04/08

活動地點 高雄市內門紫竹寺

主辦單位 高雄市政府觀光局

洽詢電話 07-799-5678

活動網址 www.facebook.com/kaohsiungwhoha



竹子湖海芋季

活動時間 107/03/30-107/04/29

活動地點 臺北市北投區竹子湖路1之20號

主辦單位 臺北市政府產業發展局

洽詢電話 02-2725-6592

活動網址 www.facebook.com/callalily.com.tw/



宜蘭綠色博覽會

活動時間 107/03/31-107/05/13

活動地點 宜蘭縣冬山鄉

主辦單位 宜蘭縣政府

洽詢電話 03-9251000

活動網址 www.greenexpo.e-land.gov.tw/



大甲媽祖國際觀光文化節

活動時間 107/04/13-107/04/22

活動地點 臺中市大甲鎮瀾宮

主辦單位 財團法人大甲鎮瀾宮

洽詢電話 04-2228-9111#25420

活動網址 www.mazuevent.com/



大鵬灣遊艇帆船系列活動

活動時間 107/04/14-107/04/29

活動地點 大鵬灣←→小琉球海域、大鵬灣潟湖水域

主辦單位 交通部觀光局大鵬灣國家風景區管理處

洽詢電話 08-8338100

活動網址 www.dbnsa.gov.tw/Festival-Content.aspx?Lang=1&SNo=03003752

更多觀光活動請上「臺灣觀光年曆」官方網站：eventaiwan.tw/tw/index.jsp

Contents

Spotlight

- 04 臺北米其林指南揭曉
- 05 「2018台灣燈會」嘉義璀璨閉幕
明年屏東見

Special Report

- 06 感受在地農家樂
宜蘭壯圍一日遊

My Journey

- 14 臺灣樂遊趣·TAICHUNG
探索臺中的人文況味



Cover Story

- 26 漫遊春日北橫

Topic

- 42 臺東中央市場
人情美味大口吃

Enjoy

- 46 日常美好的派對時光
星光下的味蕾饗宴



台灣觀光

會長 葉菊蘭

榮譽會長 嚴長壽、張學勞、賴瑟珍

副會長 朱鍾宏、蘇成田、戴啟珩

發行人 葉菊蘭

編輯顧問 吳朝彥、羅瓊雅、鐘逸寧、黃竟嘉、張家瑀

發行所 財團法人台灣觀光協會

地址 臺北市忠孝東路四段285號8樓之1

電話 02-2752-2898 傳真 02-2752-7680

網址 www.tva.org.tw E-Mail hanna@tva.org.tw

交通部觀光局海外辦事處

日本東京事務所

日本國東京都港區西新橋1丁目5-8川手ビル3F

Tel/81-3-3501-3591 Fax/81-3-3501-3586

E-mail/tyo@go-taiwan.net

日本大阪事務所

日本國大阪府大阪市北區西天滿4丁目14番3號6階

Tel/81-6-6316-7491 Fax/81-6-6316-7398

E-mail/osa@go-taiwan.net

韓國首爾辦事處

Rm. 902, 9F, Kyungki Building, 115 Samgak-Dong,

Chung-Ku, Seoul, Korea

Tel/82-2-732-2357~8 Fax/82-2-732-2359

E-mail/taiwan@tourtaiwan.or.kr

新加坡辦事處

30 Raffles Place, Chevron House, #10-01, Singapore 048622

Tel/65-6223-6546~7 Fax/65-6225-4616

E-mail/tbrocsin@singnet.com.sg

馬來西亞吉隆坡辦事處

Suite 25-01, Level 25, Wisma Goldhill, 67

Jalan Raja Chulan, 50200 Kuala Lumpur Malaysia

Tel/60-3-2070-6789 Fax/60-3-2072-3559

E-mail/tbrockl@taiwan.net.my

駐泰國台北經濟文化辦事處觀光組

20th Fl, Empire Tower, 195 South Sathorn Rd., Yannawa Bangkok

10120, Thailand

Tel/66-6-4545-1582

駐紐約台北經濟文化辦事處觀光組

1 East 42nd St., 9th Fl., New York, NY 10017, USA

Tel/1-212-867-1632~4 Fax/1-212-867-1635

E-mail/tbrocnyc@gmail.com

駐舊金山台北經濟文化辦事處觀光組

555 Montgomery Street, #505, San Francisco, CA 94111, U.S.A.

Tel/1-415-989-8677 Fax/1-415-989-7242

E-mail/info.visittaiwansf@gmail.com

駐洛杉磯台北經濟文化辦事處觀光組

3731 Wilshire Boulevard, Suite 780, Los Angeles, CA 90010, U.S.A.

Tel/1-213-389-1158 Fax/1-213-389-1094

E-mail/taiwantourismla@gmail.com

駐德國台北觀光辦事處

Friedrichstr.2-6, 60323 Frankfurt am Main, Germany

Tel/49-69-610-743 Fax/49-69-624-518

E-mail/info@taiwantourismus.de

香港辦事處

香港九龍尖沙咀廣東道30號新港中心第一座512室

Tel/852-2581-0933 Fax/852-2581-0262

E-mail/info@ttbkhk

台旅會北京辦事處

北京市建國門外大街乙12號雙子座西塔29層

Tel/86-10-6566-4100 Fax/86-10-6566-1921

E-mail/tsta5@tsta-bj.org

台旅會上海辦事處

上海市黃埔區西藏中路168號都市總部大樓1002室

Tel/86-21-6351-0909 FAX/86-21-6351-0696

Email/taiwan@tlhsh.org

台旅會上海辦事處福州辦公室

福州市鼓樓區五四路82號融都國際大廈18層06單元

Tel/86-591-6333-5018 FAX/86-591-6333-5017

Email/tsta8@tsta-bj.org

承製單位/墨刻出版股份有限公司

執行編輯/林資香、侯懿芳

美術設計/洪玉玲

地址/104台北市民生東路二段141號9樓

廣告專線/02-2500-7008分機2188 呂小姐

E-mail/mook_service@cph.com.tw

本刊為財團法人台灣觀光協會會刊

本期發行日期：2018年3月

新聞局登記證局版臺誌第1090號

中華郵政北臺字第1692號執照登記為雜誌交寄

郵政劃撥0004968-7號

訂價：每本140元



©恩愛農場

Promotional Events

54 推廣活動

New Members

55 新進會員單位介紹

Current Event

56 近期活動

臺北米其林指南揭曉

text & photo 編輯部、臺灣米其林

萬眾矚目的米其林名單終於隆重揭曉，總計有110家餐廳上榜，囊括33種不同的料理風格，而110家餐廳中，總共20家餐廳摘星。米其林指南國際總監米高·艾利斯（Michael ELLIS）說：「臺北是一個美食文化多元融合的城市，擁有數不盡的美食種類，進而孕育出活潑又創新的精彩佳餚，讓本地的食客都驚喜連連，總是能體驗層出不窮、新穎別緻的口味。」

多國美味珍饈齊聚臺北

在臺北米其林指南首次發行的精選名單中，粵式料理餐廳頤宮榮獲米其林三星的非凡榮耀。頤宮以道地正統的烹飪功夫呈現精巧細膩的廣式和其他中式料理，國際總監艾利斯說：「他們的火焰片皮鴨三吃和龍蝦、豆腐料理的滋味絕妙，原味蛋塔也教人再三回味，所有的餐點都獲得米其林評審員的一致推崇。」摘下米其林二星的餐廳

則有兩家，祥雲龍吟是日式時尚料理餐廳，採用臺灣當地最優質的食材入饌，並將臺灣美食的精妙元素引入烹調，進而成就出極富創意的現代日本料理。而請客樓所供應的湘川料理經過廚師的精心巧手，全都幻化成一盤盤雅緻悅目、口感質感俱佳的美味珍饈。

本次獲選為米其林一星的餐廳一共有17家。歐式時尚餐館MUME和Longtail，還有法式時尚餐廳侯布雄和La Cocotte by Fabien Vergé，分別都摘下米其林一星的榮耀。臺式料理金蓬萊遵古臺菜和明福臺菜海產也獲得了米其林一星的肯定。而臺灣名廚江振誠所開設的餐廳RAW，另一家創新料理餐廳Tairroir，還有兩家粵菜餐廳雅閣、大三元，以及三家壽司餐廳吉兆割烹壽司、鮪野村、鮪隆，也都榮登米其林一星榜單。

完整精選名單可上2018年臺北米其林指南的官網查詢（guide.michelin.com/tw/en/taipei）

米其林指南國際總監Michael Ellis（中）及交通部觀光局主任秘書林坤源（左）共同迎接首屆臺北米其林指南登臺



「2018台灣燈會」嘉義璀璨閉幕 明年屏東見

text & photo 編輯部、交通部觀光局

2018台灣燈會共吸引逾千萬人次參觀，首創展期最長、面積最大、F-16戰機衝場、水陸空燈區、雙主題主燈、熱氣球嘉義升空、義賣畫作籌募燈會經費等特色，尤其結合科技，導入Pepper機器人導覽、行動支付「暉經濟」，與Pokemon GO合作抓寶樂趣，以及故宮南院舉辦電競比賽，確實吸引了許多年輕世代關注燈會動向；另本次燈會亦結合電信大數據統計賞燈人數，都是傳統燈會結合科技的完美融合，顯見「2018台灣燈會」擘劃之初各項創舉及創新，為台灣燈會再添亮眼新頁。

以燈會結合在地風情 強力曝光臺灣特色

「越在地、越國際」無疑是「台灣燈會」揚名國內外的重要關鍵，藉由燈會作為媒介，讓民眾能看見嘉義在地文化、藝術、歷史及人文之美，諸如朴子配天宮御賜燈花、故宮南院的嘉義發展史、阿里山鄒族原住民文化、宗教民俗慶典，以及在地特色美食等，也讓世界看見嘉義，體現燈會於各縣市政府輪辦，提振在地觀光產業的發展。

第30屆「2019台灣燈會」將由屏東縣主辦，配合交通部觀光局推動「Tourism2020臺灣永續觀光發展策略」，未來將以更環保、在地與藝術化方式，強化在地特色、資源永續與創新等概念辦理，同時文化部協助導入國際級文化藝術策展團隊參與籌辦，讓「台灣燈會」品牌永續閃耀於國際舞臺，大家可拭目以待「台灣燈會」的蛻變，明年元宵佳節屏東再見！



1&2.閉幕式不僅眾多長官蒞臨，富含臺灣特色的表演也十分吸睛。

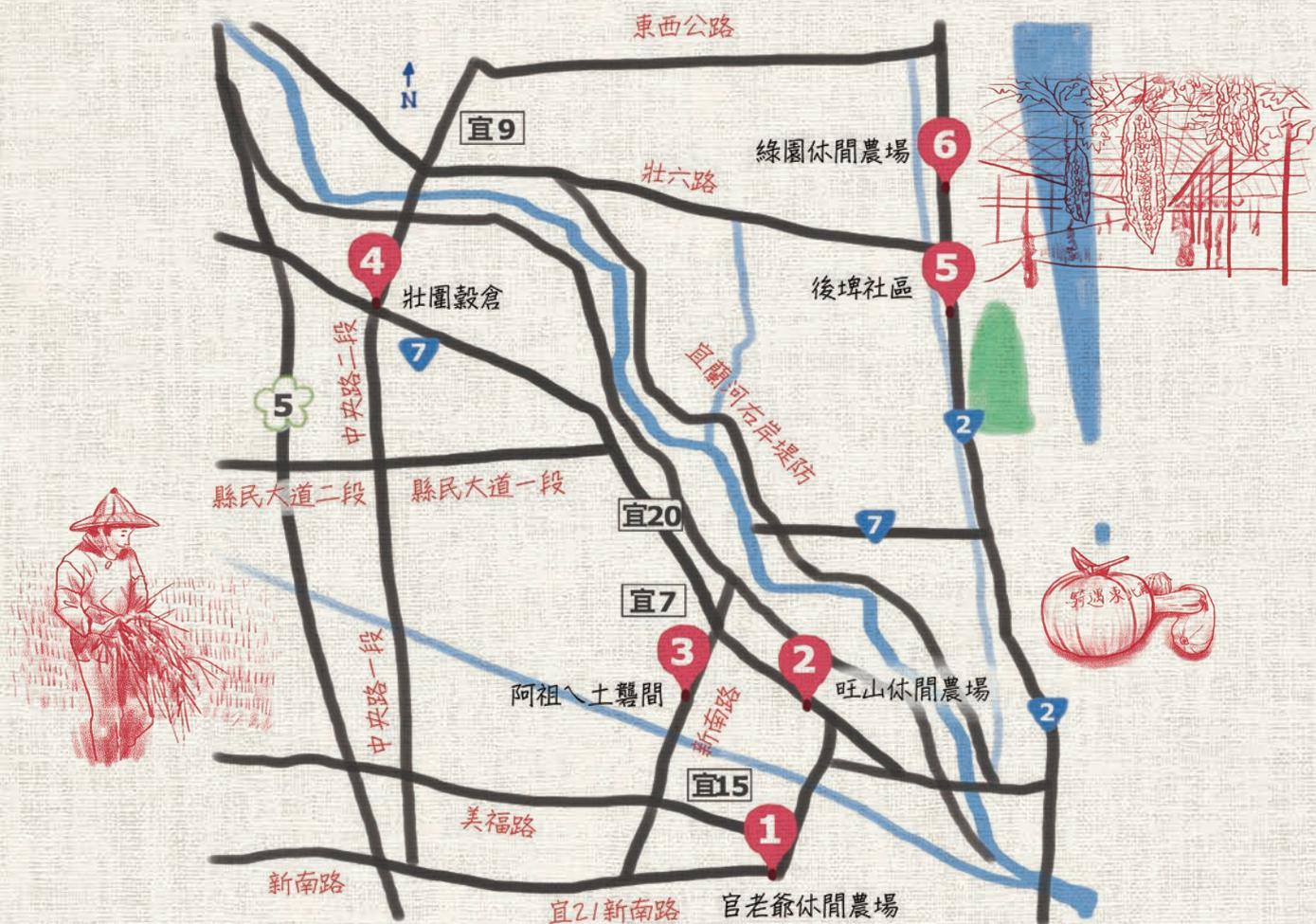
感受在地農家樂

宜蘭壯圍一日遊

text & photo 編輯部、交通部觀光局

宜蘭近來一直是旅遊首選地之一，不論是礁溪得天獨厚的溫泉資源、員山的埤塘湖潭、蘇澳南澳的漁港風光、或是名聲響亮的三星蔥，總是吸引著國外及臺灣遊客們一次又一次的造訪。從草嶺古道玩到蘭陽溪口，再從五結一路玩到羅東，豐富的地景美景令人流連忘返，而溫暖的鄉鎮人情更是讓人印象深刻。

宜蘭縣壯圍鄉依山傍水，位於蘭陽溪以北，鄰近宜蘭市區。走訪壯圍發現這裡氣氛閒適，儘管不是人聲鼎沸的熱鬧商圈，卻令人更想慢下腳步去發掘及體驗在地的特色與故事。有著許多農場與果園的壯圍鄉比其他地方多了一份質樸農味，利用空閒時間規劃輕鬆一日遊的順遊行程，與家人好友共享偷得浮生半日閒的樂趣吧！





01 | 官老爺休閒農場

壯圍擁有為數不少的農場，但若是只挑其中一個去遊玩體驗就太可惜囉，雖然同樣名為農場，卻各自擁有不同的特色，建議規劃順路走訪，徹底感受農家樂趣。

官老爺休閒農場原名為金益草莓園，是採用高架種植的草莓果園，每年的12月~4月是採草莓的最佳時節，總是吸引許多遊客前來品嚐這新鮮現採的酸甜滋味，來到這裡尤其不能錯過的是號稱為冬天裡的太陽：冷太陽！冷太陽是以完整的新鮮草莓製作而成的冷凍草莓蜜果，酸酸甜甜的滋味在嘴裡化開來，尤其冰冰涼涼的口感十分獨特，是大人小孩都會一吃愛上的食品，由於不加防腐劑，只有在草莓產期限量製作喔！

大家一同動手DIY

沒有遇上草莓產期也別擔心，農場內除了草莓還盛產哈密瓜、番茄、小黃瓜等多樣蔬果，也有針對哈密瓜的生態解說及果園導覽、水生資源介紹。而DIY及體驗都是這裡十分人氣的活動項目，DIY的選項多樣，從蔥油餅、豆腐、到炒冰等可食用的項目之外，也有彩繪或是手工皂製作等選項；喜愛戶外活動的朋友們則可選擇採果或是趣味橫生的竹筏、秧桶船體驗，竹筏、秧桶船都是在城市內絕沒有機會玩到的，笑笑鬧鬧的一起合作前進，或是與朋友來場友誼競賽都是很難忘的歡樂回憶。

add 宜蘭縣壯圍鄉新南村霧罕路3號

tel 03-9253517

Facebook 官老爺休閒農場



02 | 旺山休閒農場

宜蘭旺山休閒農場主要栽種南瓜等各式各樣的葫蘆科植物及扁蒲，品種來自世界五大洲，約有500種以上，有東洋南瓜、西洋南瓜、美國南瓜、黑子南瓜及觀賞南瓜，因瓜果季節性的關係，於不同季節還種植了眾多品種的瓜果取代，如扁蒲、冬瓜、絲瓜、蛇瓜、百香果、蕃茄等。

為了將颱風等氣候災害盡量降低，不僅購置農地也搭建溫室，如此一來儘管風雨來臨，遊客們也可以安心在溫室

園區中看瓜賞瓜，而瓜果隧道中充滿了驚奇，也總是吸引著許多遊客駐足觀賞。為了提高農產品的附加價值，農場也特別研發出瓜果的附加產品，如南瓜冰沙、南瓜牛奶、南瓜咖啡、南瓜脆餅、南瓜PIZZA以及烤南瓜（春夏季限定）等相關產品，讓遊客的這頓南瓜風味餐吃得美味又養生。

大開眼界的南瓜雪片機

農場與國立宜蘭大學、花蓮區農業改良場共同合作所研發出的全國第一臺南瓜雪片機，只要將調好的南瓜泥放入其中，就可在1分鐘內製作出香脆可口的南瓜脆餅，產值效益高，除了南瓜外，也可用其他食材如馬鈴薯、芋頭等來製成其他口味的產品。



03 | 阿祖ㄟ土礱間

土礱間指的是碾米廠的意思，這間祖傳三代的自營碾米廠成立於民國35年，營運至今已超過一甲子。光復初期的宜蘭地區，田地幾乎都是種植蓬萊米，當時宜蘭在地的農民們除了要看老天爺的臉色決定當季的收成外，在收成的時候又要面臨只有一家公營碾米廠可進行稻米碾製作業的不方便，在這樣艱困的背景下，徐慶成與其姻親李奮知先生決定在徐慶成先生家中開設自營木造碾米廠，從事將農民們送來的未脫殼稻穀脫殼成稻米的代工工作。

有趣又值得回憶的碾米過程

位於宜蘭壯圍的土礱間依舊保存著當年的建築模樣，只做過小幅度的修繕整理，這裡頭所有的樑柱木材並沒有使用釘子，而是用榫接的方式接合。一走進土礱間馬上可以聽見機器轉動的聲音，搭配著些微的稻米香氣令人忍不住想趕緊上前一探究竟。在碾米機倒入整包糙米，經過機器運轉可將米糠分離，再經過包裝後就成為一包包可食用的米囉，有趣的過程加上親切的步驟解說，不論是大人小孩都看得津津有味。

早期土礱間幫人代工碾製糙米和白米，近年來，為了讓更多的人能更深入了解傳統碾米廠的運作，研發出能運作的石磨來磨製糙米麩，提倡純天然、養身的健康食品，參觀完可別忘了選購手作玄米或是天然無農藥的養生糙米麩，絕對是百分百的營養美味。

add 宜蘭縣壯圍鄉古結路252之1號 tel 0936-272689 web www.facebook.com/atllh/

add 宜蘭縣壯圍鄉新南村新南路107之7號
tel 03-9383918



04 | 壯圍穀倉

壯圍穀倉餐廳的所在地為早期壯圍地區儲存稻穀米糧的場所，專為農民放置收成好的稻穀。2010年，主廚突發奇想，將穀倉改造為餐廳，讓遊客可以體驗古早鄉下農村生活，享受在穀倉內用餐的不同體驗與樂趣。

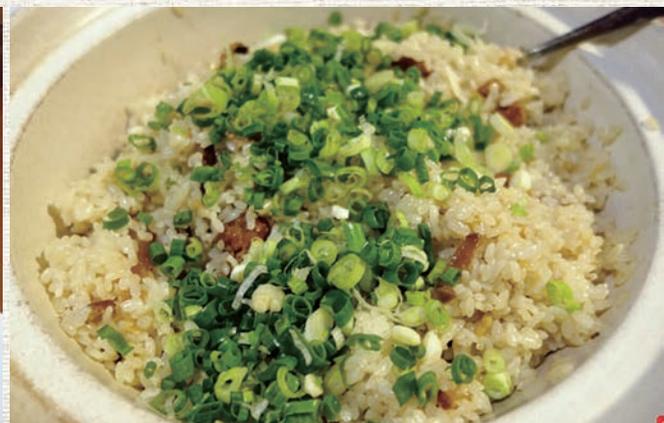
這裡的建築用料與外觀，均具備了古早穀倉的特色。而為了使來到穀倉餐廳消費用餐的客人更能體驗古早農家風情，特別找來傳統農家的用品與農具，傳統農家的紅磚牆，彷彿靜靜訴說著穀倉的文化意義，讓人重回20年代的農家樂。餐點方面由中餐與西餐廚師們一同研發無國界的創意料理，並結合壯圍鄉特產，青蔥、南瓜、哈密瓜等新鮮蔬果，精心改良後，創造出有別於一般餐廳的美食饗宴。

來吃「割稻仔飯」吧!

結合穀倉餐廳的特點，壯圍穀倉更發展出具有濃厚古早味風格的「割稻仔飯」。「割稻仔飯」是早期媽媽的拿手菜，由於早年每當農村稻子收割季，需要許多人力來幫忙採割，於是請親朋好友以「換工」或是「伴工」方式來協助，因此「割稻仔飯」的意思代表著有魚、有肉、有菜的豐盛餐點。然而，隨時代的進步，表現傳統的「割稻仔飯」可能還不足以滿足顧客的味蕾，因此壯圍穀倉也特別為「割稻仔飯」增添不一樣的餐點特色，讓來到穀倉的客人，不只吃到滿滿的回憶，更吃到豐盛的滿意。



add 宜蘭縣壯圍鄉吉祥村壯五路143號
tel 03-9383186
web barn.com.tw





十分推薦的割稻餐是穀倉餐廳特別設計的古早味風格套餐，套餐內除包含穀倉最有特色的割稻飯外，另還有白米雞湯、櫻桃赤坂鴨、三寶豆腐等傳統農家菜，點餐人數越多，菜色種類越多，而且凡享用割稻餐的朋友們都可再免費體驗麥芽糖DIY，讓大朋友小朋友們都可以重新找回童年記憶，一起開心做麥芽糖餅乾。

懷舊童玩區

除了餐點有特色之外，穀倉還設計懷舊古早的童玩區，是專為小朋友打造的遊樂天堂，趣味跳房子在地面畫出方格，讓小朋友開心跑跳，也有打彈珠台，大家可以把由玻璃做成、上面鑲有彩色紋路的小珠子，利用長板發射出去，看誰挑戰排數最多。讓小孩開心、讓大人回憶的壯圍穀倉，等待大家親自來體驗！



05 | 後埤社區

緊鄰太平洋的壯圍鄉後埤社區是近年來宜蘭社區營造的新亮點社區，積極活化社區老屋、長青食堂社區參與工作。後埤村比鄰台2線濱海公路，有點難想像在未開發前這裡也曾經雜草叢生、荒蕪一片，後埤社區發展協會總幹事張永德深知若不做點改變，家鄉將會越來越衰頹，因此決定引進外來資源積極改造，透過接二連三的計畫讓後埤社區逐漸蛻變成現在的模樣。

由於許多年輕人選擇到外地工作，後埤社區有許多廢棄的魚塢，也有許多空屋及荒地，加上居民以高齡長者居多，整

個社區缺乏生機與生氣，不過這一切經過張永德五年來的九項計畫，已經大幅改善。張總幹事自己的母親也是居住在社區中的長者，因此他總是以對待自己媽媽的愛及耐心去關懷其他的長輩們，永遠把長輩的需求放在第一順位。

一步步打造便利宜居社區

社區改造的第一步是漂流木候車亭，就地取材使用壯圍海邊可取得的漂流木來搭建候車的座椅和屋頂，讓長輩可以擁有良好的候車環境；接下來爭取農村再生計畫及低碳計畫，在魚塢上搭建瞭望臺及漂浮舞臺；後來又陸續增加了漂浮農場、土豆窯和有機農園等，最令人驚豔的是連接起公館和過嶺兩間小學的慢行廊道，小朋友們可以開心又安全的進行鄉土課程或是玩樂。長者與孩童們的笑顏為後埤社區染上最溫暖的色彩。





add 宜蘭縣壯圍鄉壯濱路二段267號
tel 0932-894520
Facebook 壯圍數位機會中心/後埤
社區發展協會



06 | 綠園休閒農場

園主黃王杰是宜蘭縣壯圍在地人，由於世代務農，從小便時常跟著父親下田農忙。自學校畢業後黃王杰原本選擇收入固定的電子產業，1994年因當時工作的工廠外遷，他放不下父母便決定回鄉從農，因從小看父親種稻，了解到宜蘭多雨的天氣令稻米只能收成一期，加上大家健康意識開始抬頭，他毅然決定捨棄稻米並改種不施加農藥化肥的有機蔬菜。

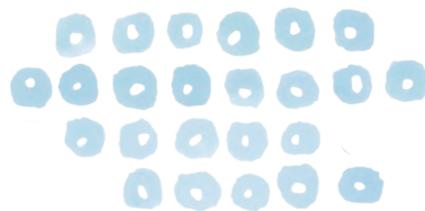
堅持有機無毒走出一片天

剛開始時，民眾對有機還不像現在那麼了解，由於缺乏客源，一開始還需沿街叫賣，讓習慣以農法務農的園主父親十分不諒解，還好後來隨著大家開始重視無農藥蔬果，再到後來使用宅配到府將客源穩固下來，一切才上了軌道，不僅在88年得到神農獎，102年也通過了有機加工的分裝流通驗證，開發自有有機加工品，有機山苦瓜茶包與宜蘭大學合作開發，既能直接沖泡也能煮湯，養顏美容又退火。園主親切的說「5月開始會有十幾種品種的山苦瓜，歡迎大家來參觀！」目前也經常到臺北的希望廣場擺攤，有到希望廣場的朋友也可以去碰碰運氣唷！

add 宜蘭縣壯圍鄉壯濱路三段71號 tel 0919-282896 facebook 綠園有機&種菜人家黃王杰

臺灣樂遊趣 · TAICHUNG

探索臺中的人文況味



臺中處處皆亮點。有熱鬧的商圈及百貨，有寓教於樂的知識展館，有大家絕不會錯過的夜市及伴手禮，還有文化底蘊深厚的新創火花。

在舊城區看見有故事的老建築華麗變身，悠哉漫步綠園道巷弄尋寶，在綠黃紅變化的落羽松森林拍下倒影一瞬間，到外埔忘憂谷追憶童年飄散的稻香。

每次造訪臺中總有新鮮事、新發現，玩都玩不膩的

臺中持續進化中，等著大家一次次來

探索精彩！





老屋再創新生命

臺中文化創意產業園區 新古交灌醉人香

原為臺灣菸酒公賣局第五酒廠，又稱為臺中舊酒廠，在國內目前五大酒廠中是保存最為完整的一個。幾歷滄桑的老酒廠，如今搖身一變成了年輕人揮灑青春創意的天地，園區內展覽精彩不設限，活動主題亦是人文激盪、火花四射。來這兒不只可傾聽建物呢喃歲月的風華，更能感受清新文創風拂面。



add 臺中市南區復興路三段362號
tel 04-2229-3079
time 10:00~17:00



新創加持人氣最夯
宮原眼科



add 臺中市中區中山路20號
tel 04-2227-1927
time 10:00~22:00

來眼科不是來給醫生看，體驗在老診所內吃冰，滿足日常不曾妄想的新鮮事。挑高又明亮的空間裡可以坐下來吃冰、吃甜點，一樓還可採買各種包裝用心又趣味的伴手禮。原趨廢墟的歷史建物結合新創意，利用原格局揉入別出心裁的創意，成就了都市裡人氣久久不墜的旅遊景點之一。





同自然共享海天一色
高美野生動物保護區

高美溼地的前身從1930年日本時代便是海水浴場，直到1970年末期左右，臺中港啟用，近岸洋流改變造成泥沙淤積，才漸漸失去了遊憩的功能而關閉，意外成了生態樂土。



add 臺中市清水區
大甲溪出海口
tel 04-2656-5810

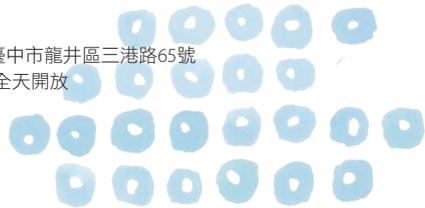
蔚藍海岸輕鬆遊



大自然永遠是最美的存在
麗水漁港

鮮少人知的百年老港口也換上新樣貌，由原海巡哨站改建成藍與白帶著希臘風情的建物吸引許多遊客前來拍照。在這二地皆可欣賞到美麗的夕陽景緻。

add 臺中市龍井區三港路65號
time 全天開放

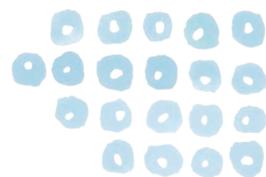




縱貫古今的甜蜜滋味 臺糖月眉觀光糖廠

1909年創立1999停止製糖的月眉觀光糖廠，是臺灣目前保留最完整的糖廠，其建築形式特色別具，碩大製糖機具和蜿蜒幽底隧道，靜靜保留臺灣舊日製糖盛況。舊有倉庫裝修作為產品展售部，販賣冰品及農特產品，多種口味如紅豆、綠豆、芋頭、牛奶、洛神花、酒、榴槤等冰品受到大人小孩們的歡迎，兩棟倉庫間規劃為廊道，提供遊客雨天遮雨、艷陽天遮日之服務。

add 臺中市后里區甲后路二段350號
tel 04-2556-1100 time 08:30~17:30



一探製鞋過去與未來 鞋寶觀光工廠

工廠裡詳細說明鞋業發展的歷史與各種製鞋工法，以貼近生活的方式細數臺灣曾為製鞋王國的輝煌，動態展示手製鞋的每一步驟，也能體驗DIY手作鞋的樂趣。鞋技中心還有承接國內外各種鞋廠的客製化定單，說是製鞋研發重鎮也不為過。DIY時可選擇剪裁自己喜愛的圖樣並拼貼在鞋子上，發揮自己的巧思，創造出獨一無二的專屬鞋款。



add 臺中市西屯區工業區八路11號
tel 04-2350-5773 time 09:30~17:00



《原味好食材，健康大口吃》



全食豆漿一杯就飽 耶濃搖滾豆漿

店主認為現代人飲食過於精緻，糟蹋掉許多食物中的膳食纖維，便嚴選無農藥的生產履歷農產品希望以「全食物」的觀念，將健康不失美味的料理分享給更多人，用料實在，一杯就滿足。



add 臺中市西區精誠路118巷3號
tel 04-2328-4489
time 05:30~11:30，雙週五休請先來電詢問

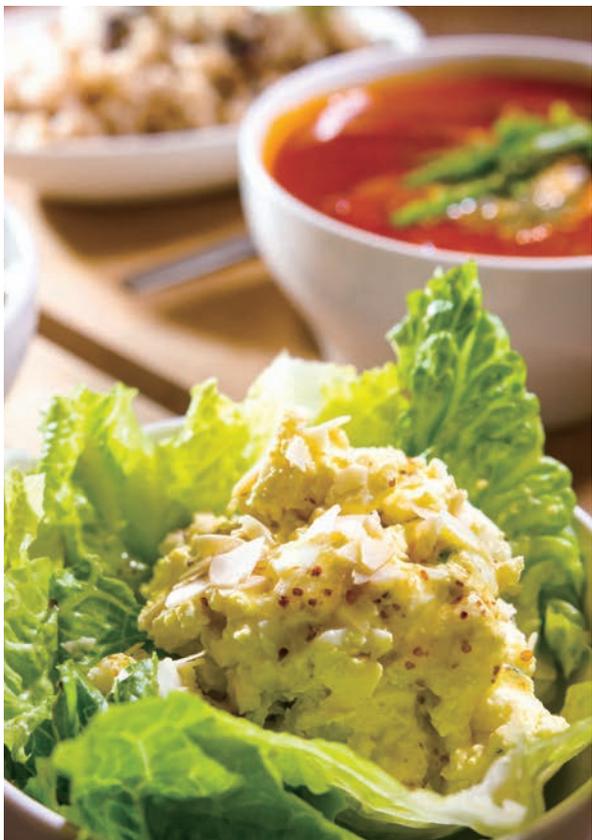
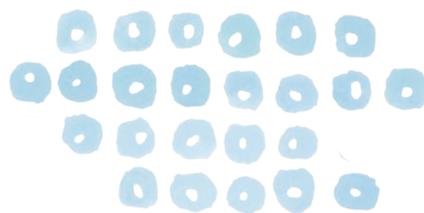


轉身遇著簡單滿足 曙光居

深藏住宅區的曙光居蔬食料理，是那種多走個一步就會錯過的低調餐館。安靜雅致的用餐環境，賣的是經典家常菜，因主人對食材的細膩處理和堅持，呈現出的撩人風味可是穠纖合度。



add 臺中市西屯區大墩十八街104號
tel 04-2329-2322
time 11:30~14:00、17:30~21:00，週日休



簡單因熟練更加美味

家·溫度 湯專賣店

店內任一種湯品內，至少含都有七八種以上蔬菜，每天至少要熬上二三次。選用食材堅持使用有產銷履歷的，讓料理回歸食材基本面，每一口食物的真切紮實和層遞交織的風味，「簡單」其實不簡單。



add 臺中市西區公正路222號

tel 04-2301-0802

time 11:30~21:00



老方法就是好方法

豐好·鳳梨冰專賣店

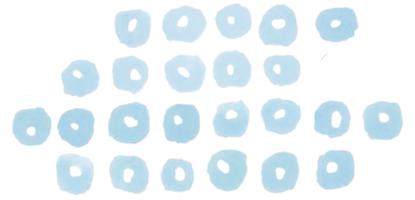
豐好·鳳梨冰專賣店的店內鳳梨醬使用臺灣在地生產的各式品種鳳梨巧妙搭配，不只芬芳甘美，還有醒舌生津的酸冽清爽，混搭豐富燦爛且全手工精製的真材實料，入口精彩、清涼過癮。



add 臺中市西區向上北路256號

tel 04-2305-0058

time 11:00~20:00，週二休



還能這樣玩！

都市裡藏綠意 樹合苑細活村

空間的前身是間荒廢五十多年
曾做為釣蝦場的舊工廠，
以不改變既有的地域為前提，
利用貨櫃做空間隔間。



add 臺中市北區中清路一段101號
tel 0930-978-485
time 五、六、日11:00~19:00，平日需
先預約
price 導覽每人200元（含150元區內消
費抵扣）

樹合苑的成立，主要是集合了全臺灣第一個小農市集「合樸農學市集」裡農友們能量，投注到這個場域。從規畫、設計、建造、到商品呈現，在農學市集裡出現的東西這裡都看得到。

空間屋頂開出天井採光良好，還裝置了農友們自製的雨水回收系統，並在下方種上許多香草及農作物，「取之自然、回歸自然」的理念在這空間處處可看到。空間裡還配置了符合臺灣Haccp食品安全管制系統的農學廚房、加工廚房及急速冷卻室，在親自體驗製作食物的同時更能安心的食用，一系列從烹煮、加工到包裝都能保有食品的營養及衛生。

樹合苑不只是店家，更像是體驗手作的場域，是一個生產者與消費者相遇的地方，藉由親自參與豆腐、味噌、手工皂、染布、食品加工、生活物品等製作過程，暫時遠離日常視為理所當然的一切便利，靜下心來好好地學習不一樣的生活，這就是樹合苑細活村的核心精神。這裡有許多有機無毒的農產品、日用品可以選購，藉由這些產品讓人了解生活中還有其他的選擇，更有許多課程可以學習，不像店家反而像是一個理念交流的平臺，歡迎更多有興趣的人一起來體驗生產者付出的辛勞與收獲的成就。

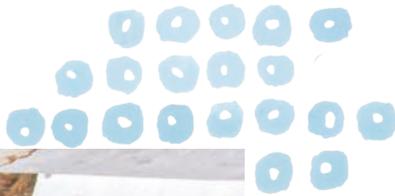




泰安鐵道文化園區

add 臺中市后里區福興路52號

tel 0932-633 353 time 09:00~17:00



鐵道迷必訪

恬靜泰安舊站

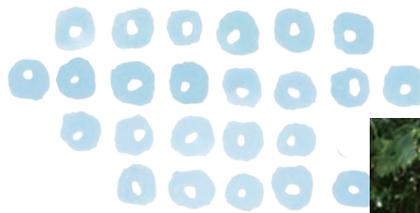
百年歷史的泰安舊車站，
如今因舊山線停駛早已不復原來人來人往的
熱鬧景像，僅留車站守望旅人。

泰安鐵道文化園區的主角，便是設立於1910的泰安舊火車站，原為木造日式建築形式，曾經歷大地震等天災多次毀損，現下模樣雖古樸，但已是多次改建的成果。隨著舊山線鐵道停用，此處早已於1998年卸下肩負交通樞紐的職責，後於2010年開始，響應觀光推廣政策，不定期復駛觀光列車，但絕大部分時候，就像是封存舊日鐵道時光的時空膠囊，默默昂立於此，靜候往來旅客發掘探索。

車站內仍是完整乾淨，站所內火車站營運所需器具一件不缺，甚至售票口也仍有專人定期維護窗明几淨，似是仍然營運，只是無人職守的站臺。但車站該會有的川流人群早已散失，斥滿空間氛圍的，是一股彷彿沉思的禪靜。

由車站步至月臺，那因應鐵道高度設置的階梯一級一級領人向上，末階迎面的，是眼睛需要再度調適的戶外天光，霎時一亮，視野大開。廢棄鐵道上或許會偶遇至此取景拍婚紗的新人們，或者，老師領著學生們細數舊時鐵道風光，人們以不同以往的方式，再度向這座車站靠攏、聚集。

造訪此車站無需車票，必備的，是旅人們禮貌微笑，回應在地居民分享的那眼角笑紋。



還能這樣玩！

守護初心的寶地 繽紛童趣彩虹眷村之美

原本只是位於嶺東科技大學旁的一個小眷村，
因一位愛畫畫的老爺爺而名聲大噪。

大家口中的彩虹爺爺是榮民黃永阜，黃老先生隨著國民政府播遷來臺後，定居在臺中春安路干城六村且已邁過30多年。

平日就愛畫畫，靈感來源便是生活中的點點滴滴，甚至報紙時事、左鄰右舍、當地旅客等等都是他繪畫發想的汲取來源。2008年開始在自家的牆上作畫，越畫越起勁，把短短150公尺長的巷道，從屋簷、圍牆、路面到郵筒畫上五顏六色的線條和充滿童趣的圖樣，讓整條巷子充滿年輕歡樂的氣氛。

此一初心單純的無心插柳感染了周圍，繪作範圍愈發擴大，整個原本幾乎近於舊敗的老眷村都染上了巧思無盡的七彩畫作，在區域內一時聲名大噪，不只旅人爭相到訪，也成了新人們拍攝婚紗的外景熱門地。

而原本為都市重劃範圍內、必經拆除命運的老眷村房舍，在地方政府從善如流的推動下，保存了下來，昇華為另一種超大型、堪稱有機且自明性強烈的藝術創作品。近年來更因口碑相傳、多方媒體界介紹，不只臺灣的人們注意到了這地方，還數次躍上國際旅遊資訊平臺的推薦景點。

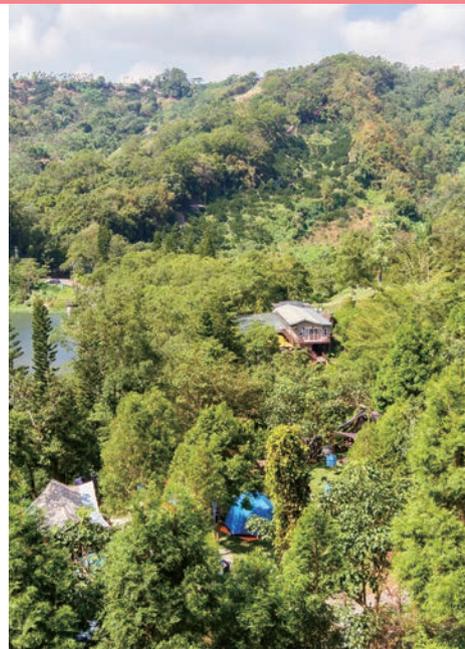


彩虹眷村

add 臺中市南屯區春安路56巷

tel 0920-162 888

time 08:30~18:30



小路露營區

add 臺中市新社區崑山里食水料6-2號

tel 0932-658 222

time 10:00~20:00

簡裝出發露營去 小路露營區開心享樂活

到山上走走，交換一下肺囊裡沉濁的空氣，行的話，山上住一晚，夜伴蟲鳴一夜安適，早起伴晨曦，愜意樂活。

延長跟大自然共處的美麗時光，最好的方式之一當然是露營。新社地區早從政府規劃中正露營區開始，便有了悠長的露營活動歷史，近來在人們日益注重戶外生活風潮催化下，此地區專營露營活動的景點也越來越多，其中，在新社區雙翠湖旁的「小路露營區」以完善的露營硬體規劃和豐富的生態導覽行程，獲得口碑讚譽豐富。

依山傍水的小路露營區，日文正是秘密基地的意思，2007年開始，主人以尊重自然景觀為宗旨，開始對外開放供人露營，近年來慢慢擴充了小路咖啡吧、生態導覽、高爾夫推桿練習和滑草等豐富遊程項目。以當地蛙群生態起名的露營區動線規畫相當完善，可在報到後將車子開到露營搭帳地方直接下裝備，輕裝露營必備的取水區豐富，且貼心的連現代生活必備wif網路也有建置。

前兩年更建置了和區域自然景觀通盤規劃的衛浴大樓，讓喜歡親近野外但卻不是露營好手的人們，也可以較低門檻享受露營樂趣。而自身相當注重親子互動的主人更貼心活用大樓新建的空間，在裡面設置了小型樂高積木樂園和迷你烘培廚房，不定期舉辦各式活動，讓全家人露營一點也不無聊。



尋覓散佚時代長河的大里風華 《大里一日散策好時光》

一日遊完美行程

古有云：「一府、二鹿、三艋舺、四竹塹、五諸羅、六大里杙」。大里杙便是大里區，絕大部分的痕跡已消失在歷史浪潮漩渦，但散策街區仍能感受回憶過往的風華時光。

10:00

插柳成蔭的社區裝置藝術 龍貓公車「善聽空間」

這個橫空乍現的龍貓，是出自本身從事空間裝潢「善聽空間」經營者創意，起心動念僅是為聚集人氣、趕避宵小而活用回收建材搭建而成各式動畫、電影人物，簡單的念頭，卻意外圓滿了多人的童心。

add 臺中市大里區喬城路133號
tel 0970-572 993
time 全天



10:30

在地推薦必吃三角肉圓 大里老街 麵攤

「大里老街麵攤」在此地已傳承三代經營了四十多年，當地人從小吃到大，這風味早是深植當地人們味蕾了，麵攤菜單相當豐富，一天來兩次把這裡當自家飯堂的大有人在。

add 臺中市大里區大新路49號 tel 04-2406-3979
time 06:00~14:00（賣完為止），週一休



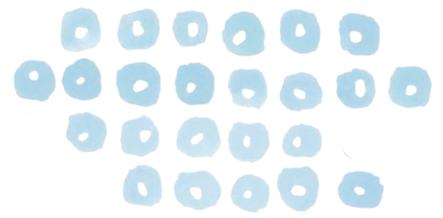
11:20

大里杙保正集會所 大里杙文化館

建物在日本時代是大里杙保正集會所，建築於1930年左右，曾用作為戶政事務所及村活動中心。石磚砌造的屋身，上鋪黑瓦四面斜屋頂，美感獨具，讓愛古蹟的旅人總是不自覺駐足。

add 臺中市大里區新興路2號
tel 04-2406-3979
time 09:00~17:00，週一休





在地都愛真材實料 華興芋仔冰城

15:30

臺灣中部宴席結束後常作為最後一道甜點的「草湖芋仔冰」正是源自大里舊稱草湖的地方，其中「華興芋仔冰城」最為當地人推薦，純天然的食材造就不做作的好風味。

add 臺中市大里區中興路一段346號
tel 0933-502 428 time 09:30~21:30



印刷產業觀光工廠 臺灣印刷探索館

13:00

原名為『臺灣省政府秘書處印刷廠』精省後更名為「財政部印刷廠」，成立有一甲子之久。如今成為觀光工廠外，仍少量印製統一發票。來此能深入了解到印刷技術的演變。

add 臺中市大里區中興路一段288號
tel 04-2495-1001
time 09:00~17:00，週一休



16:30

風光明媚的新興景點 中興大學康橋河岸公園

大里的康橋河岸公園，這裡白天綠意盎然晚上氣氛浪漫迷離，周末時還有街頭藝人進駐，經過請別錯過這裡，伴著河畔清風拂面、樂曲飄揚歇腳，為旅程下一筆美麗的註解。

add 臺中市大里區環河路與爽文路口
time 全天





*Chasing the Spring color
on A*

漫遊春日北橫

在北橫來趟公路旅行吧！臺灣含氧率最高的地方，就是在北橫的山林裡，

紅檜、扁柏等珍貴巨木佇立在路旁，向遊人噴吐芬多精。

明亮的山路，開闊的谷地，每一處轉角都等待著風景。

變幻多端的地形，比起國際級景觀道路，也絲毫未見遜色。

在這心曠神怡的季節，我們跟著春風一起將山林染綠，一同將萬物喚醒。

雖然沒有打開音響，耳邊卻彷彿聽到舒曼與韋瓦第。

我們從明池開到巴陵，又從巴陵開往大溪，途中穿越翠綠森林，也曾走訪滿山紅櫻。

春天的北橫，可以很嫵媚，也可以很清新，端看你所為何來。

text & photo MOOK

olors
Highway 7

以落櫻繽紛， 滿山紅粉妝點少女詩篇

春季來臨，大地驚蟄，枝椏上的花苞再也按捺不住，紛紛綻開淡粉緋紅的花朵。
山櫻不言，下自成蹊，拉拉山的櫻花早已聞名遐邇，只是櫻花雖美，猶有盡時，要感受滿山繽紛的美，可要把握良辰時機。



©恩愛農場
粉櫻處處，形成夢幻的絕美景致。



上巴陵的許多農場都有兼營民宿或露營地。



近年來，日本賞櫻風氣南漸，臺灣各地都出現不少賞櫻景點，不過要如同拉拉山這般規模的並不多，每到春季，滿山嬌粉嫣紅，美不勝收。何況上拉拉山賞櫻還可以兼看千年巨檜，周邊還有生態古道、原民部落、野溪溫泉等景點，自非其他賞花去處可同日而語。

接力上陣的櫻花，將巴陵的春天開好開滿

其實在北橫沿線原本就有臺灣原生的山櫻花種，因為花色緋紅，開花時又時值寒冬，因而常被稱為「緋寒櫻」。不過原生緋寒櫻的樹株並不密集，常是東一株西一棵，是以早年並沒有引起太多注意，直到二十多年前開始有業者刻意接枝栽種粉色系櫻花，經過十多年的生長，才蔚為今



北橫沿線原本就有臺灣原生的山櫻花種，因為花色緋紅，開花時又時值寒冬，因而常被稱為「緋寒櫻」。

櫻花達人 蔡文慰（桃園市政府風景區管理處主任秘書）

蔡秘書打從年少時進入林務局工作，以數十年的時間投身在山林之中，只要一談起山裡面的話題，腦袋裡的知識便如山泉般滔滔不絕地湧出，尤其植物方面更是如數家珍。每當他佇足停留在一株花草前，細訴起當年故事，言談之間，對於大自然的熱愛表露無遺。



拉拉山的櫻花聞名遐邇。



日滿山花海的盛況。

櫻花花期為15天，當葉子落盡，下枝會先開花，再漸次往上枝綻放，等到整棵櫻樹都開滿了花朵，那是櫻花最漂亮的時候。在接下來的15天內，花朵又從下枝開始謝落，到完全落盡，差不多是一個月了。

同屬緋寒櫻的山櫻花及八重櫻是山上最早綻開的櫻花，也是顏色最深的品種，通常1月就能看到她紅豔的吊鐘形花朵。接續開花的是昭和櫻，這個品種的花瓣較大，色澤粉紅，與山櫻花接枝後的品種常被暱稱為「紅粉佳人」；緊接著的，是花色較為粉淡的富士櫻與千島櫻，以及潔白如雪花般的霧社櫻，其中千島櫻由於樹枝細軟，盛開時枝條略為下垂，更是具有一種嬌羞美感。最

後壓軸上場的則是重瓣的品種如關山櫻與松月櫻等，亦有少數枝條如楊柳般下垂的枝垂櫻。等到花季結束，約莫已是4月，可以說，整個拉拉山的春天，櫻花都是當仁不讓的主角。

絕美賞櫻勝地別錯過

為了探訪拉拉山的櫻花故事，蔡秘書帶我們來到了上巴陵中興路上的櫻花農場。農場主人曾進寶夫婦三十多年前來到山上慶祝結婚週年時，看上這裡的絕美風景而買下了果園，然而果園經營並不容易。後來寶哥前往日本進修栽培技術時，認識了農業專家川中部島教授，川中教授根據拉拉山特有的環境氣候，建議寶哥廣植櫻花，教授一句：「現在不種，20年後一定後悔！」使寶



賣哥一談起櫻花，嘴巴就停不下來。

哥下定決定，引進日本品種回臺栽種。目前這裡的櫻花以富士櫻及千島櫻為主，由於農場植樹有成，其他業者也開始跟進，讓拉拉山今日成為賞櫻勝地。

另一處著名的賞櫻景點，是位於中巴陵路旁的櫻木花道，這是曾任教於巴陵國小的馮金農老師的私人產業。馮老師三十多年前退休後，最初也是打算經營果園，然而連年虧損使他不得不放棄。於是馮老師決定改種些令自己賞心悅目的東西，遂從陽明山買了7株昭和櫻的樹苗來種，靠著不斷摸索學習，終於讓這條小徑蔚為成林。目前在這一甲半的土地上，種植有兩、三百棵櫻樹，大多為昭和櫻，另外也有緋寒、千島、大島等樹種，每年西洋情人節過後，就是這裡最熱鬧的時刻，為浪漫的季節更增詩情畫意。

令人陶醉的滿山紅櫻。

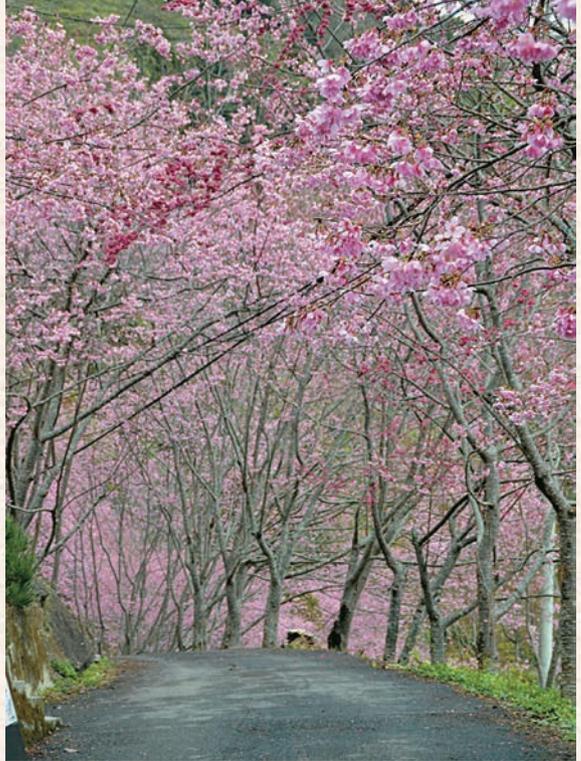


©恩愛農場

規劃一趟騎車賞櫻新體驗

其實整個巴陵地區都有不少櫻花盛開的景點，像是從下巴陵沿途以及拉拉山遊客中心周圍，就有將近200顆千島櫻，每當花季來臨，整片花海齊開，點綴在山林間，浪漫絕美。

桃園市政府風景區管理處每年舉辦為期一個月的「北橫櫻花勇士」完騎認證活動，喜愛騎乘自行車的車友們可於頭寮經國紀念館報名，並於24小時內騎經角板山行館遊客中心至拉拉山遊客中心完成集章，便可以獲得一張完騎證書，騎乘總里程數為42.9公里，既可欣賞沿途山光水色，又有繽紛多姿的櫻花相伴，終點處還有免費接駁車可前往神木路上各賞櫻景點，詳情可上桃園市政府風景區管理處官網查詢：www.scenic.tycg.gov.tw。



盛開的櫻花向遊客夾道歡迎，櫻木花道已成為賞櫻熱門景點。

拉拉山遊客中心周邊，也是相當不錯的賞櫻地點。



©桃園市政府風管處

櫻木花道
add 桃園市復興區巴陵道路59號
price 免費
note 從拉拉山旅遊服務中心再往山上開約4.5公里處。櫻花季時的週末可搭乘免費賞櫻巴士前往。

整個巴陵地區都有不少櫻花盛開的景點，每當花季來臨，整片花海齊開，點綴在山林間，浪漫絕美。



左/面對這樣的景色紮營，簡直如夢似幻。右/佔據全部視線的櫻花，猶如一幅紅粉渲染的潑墨畫。



©恩愛農場



巴陵古道的起點從跨越車道的天橋開始。

巴陵古道不只櫻花唷 在巴陵古道上一堂自然生態課

巴陵古道最初是泰雅族人沿著稜線走出的一條部落通道，隨著百多年來世事變遷，古道早已掩沒於荒煙蔓草，直到2015年才在蔡祕書的規劃下重見天日。目前已修好的步道大多以木棧道的方式呈現，下方用鋼柱施打微型樁，跟著蔡祕書走訪巴陵古道，一同來發現生態的奧秘與驚喜吧！

在蔡祕書的解說下，原本就已生動的展示更加鮮活。



蔡祕書帶著大家從拉拉山遊客中心前的巴壘廣場出發，整條步道上最具巧思的，是四座以閒置涼亭及公廁改建的小型生態展示館，分別為蝴蝶館、甲蟲館、闊葉樹林館與地質館，堪稱一座無圍牆的自然博物館。「這四個館可不是隨便決定的喔，每個館的地點都能與現場環境相互契合。」蔡祕書說。

蝴蝶館

蝴蝶館內收藏有一百多種蝴蝶標本，包括小紅蛺蝶、柑橘鳳蝶、紫斑蝶等在內，總數多達上千隻。蝴蝶館外有幾棵粗大的沙朴樹，這種榆科植物是國寶級大紫蛺蝶的繁殖關鍵，大紫蛺蝶的翅展長達十多公分，雄蝶背翅在陽光照射下會發出藍紫色的金屬光澤，十分耀眼。它們的毛毛蟲只吃沙朴葉，母蝶會挑選30年生以上的沙朴產卵，因為只有這麼大的沙朴樹才会有足夠厚度的落葉



左／山林間已換上秋裝。 右／蝴蝶館內數量驚人的蝴蝶標本，令人目不暇給。

堆讓大紫蛺蝶的幼蟲渡過冬天。蝴蝶館外的戶外生態展示區，種植諸多蝶類食草，經常可見蝴蝶在此翩翩飛舞，夏天來到這裡，便有機會看到大紫蛺蝶的閃亮身影。

甲蟲館

甲蟲館展示為數可觀的甲蟲標本，大多是本地特有種，如高砂深山鍬形蟲等，館內還設置一張世界甲蟲地圖，用以對比五大洲著名的甲蟲品種。甲蟲館的周圍則有不少光蠟樹，那是獨角仙等甲蟲最喜愛的食草，據說夏季夜晚往樹上隨手一敲，就會掉下好幾隻甲蟲。這一帶最常見的是兩點鋸鍬形蟲，這種橘褐色的亮眼昆蟲，體長可達7公分，因為前胸背板兩側各有一枚小黑點而得名，在拉拉山的夏夜裡很容易就能找到。

闊葉樹林館

闊葉樹林館以樹葉、種子等面相來解說臺灣暖溫帶闊葉林帶的生態系統。周邊是臺灣西北部典型的闊葉樹林，在抵達展示館前，會先經過兩條架設在樹上的繩橋，這一帶是血藤的蔓生之地，

血藤粗如枝幹，而且十分堅韌，像是松鼠等小動物皆會利用血藤往來穿梭在林木之間。蔡祕書於是以血藤為發想靈感，設計出最高離地13公尺的繩橋，讓遊客體驗動物們在血藤上行走的視野，並以更靠近的距離觀察樹冠層上的生態。

地質館

地質館石造的外牆模仿地層剖面，館外的曲流廣場以造景順帶解說侵蝕面、堆積面與沙洲的成因，館內陳列各種岩石，還有一面畫上地質結構的玻璃觀景窗，可用來對照窗外地形。館外的觀景臺，則擁有觀賞大漢溪河岸褶皺地形的最佳視野，原本沉積海底的岩層受到造山運動擠壓而隆起褶皺，後來又經過河川、雨水長時間的切割侵蝕而裸露在外，成為觀察地質演變的最佳教材。

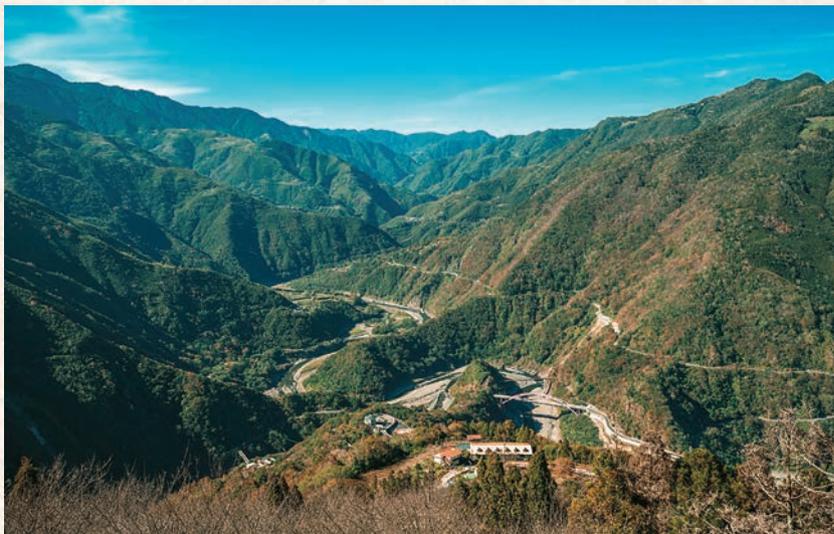
從闊葉樹林館到地質館之間的路上，還能就近看到本地「三龜戲水」的特殊景觀，玉峰溪與三光溪在此匯流成大漢溪，其河道因為岩層結構的影響形成曲流繞行，凸岸處遠看像極了三隻龜首，而龜背就是蓊鬱蒼翠的山脊，大自然難以言喻的奧秘可千萬別錯過囉！

巴陵古道生態園區
time 每日8:00~17:00
price 免費
note 從拉拉山遊客中心到巴陵大橋全長1.88公里



上／站在甲蟲館外迎客的，是造型可愛的甲蟲王子。 下／巴陵古道擁有能同時觀看巴陵雙橋的絕佳地理位置。

「三龜戲水」地形，是巴陵地區最著名的景色。



療癒森林， 以新芽嫩綠預告欣欣向榮



紅檜與扁柏以那昂然不可一世的姿態，
要我們仰望著它的高度，思索那無法忖度的年代。
也許就在不經意的當下，
一粒種子已經找到安身立命的去處，
另一段漫長歲月又從這裡開始。
大自然從未開口說話，但卻能教會我們許多真理。

北橫沿線山林是臺灣北部含氧量最高的地區，
因為這裡的環境適合紅檜、扁柏等檜木生長，
紅檜精油富含洛定酸，扁柏中則有扁柏酚，
這些活性成分都是樹木用來自我保護的機制，
具有良好的殺菌效果。其他有益健康的物質還有上百種，
當樹木釋放出芬多精，再與山澗瀑布激起的負離子相結合，
就成了謝老師口中所說的「空氣中的維他命」。
到山林裡待個兩、三天，就如同讓身體進廠保養，
同時也讓環山美景過濾腦海中的雜質，
於是身心靈都獲得了調理，這就是森林的療癒力量。

寧靜療癒的明池景致

謝老師首先帶我們前往明池，一進入明池森林

明池長300公尺，寬150公尺，景致秀麗迷人。



遊樂區大門，迎面就是那碧綠如鏡的湖泊，映照著山林的倒影，煞是清幽迷人。明池原本只是個直徑40公尺的堰塞湖，為了讓森林遊樂區有更好的景致，又將其挖大數倍，因此現在的明池其實是座半人工的天然高山湖泊。

遊樂園裡的庭園造景也非常有意思，由於明池背倚的筆斗山遠看像是筆架的形狀，因而被認為是文昌帝君的座向，當初參與庭園設計者便將文房四寶的意象融入在這片景色當中。平靜無波的明池象徵著硯臺，三座小島上的檜木借指墨條，湖心佇立著幾根紅檜枯木，有如提筆沾水的模樣，至於紙，則存在於遊客心中，將激發的靈感刻印在心裡，就猶如提筆書寫在紙上，這便是當初設計者的用意。



幽徑如斯，彷彿通往仙人隱居之處。



一進入明池森林遊樂區大門，迎面就是那碧綠如鏡的湖泊，映照著山林的倒影，煞是清幽迷人。

森林達人 謝永康（馬告生態公園環境教育專員）

退休後的謝老師徜徉在熱愛的大自然中，先是在新竹林管處當解說志工，現在則是在馬告生態公園長期駐點。謝老師在山林裡走一回，對每一株植物都能侃侃而談，彷彿一部活的森林百科，這些都是長年來一點一滴所累積下的知識。問起他當初對大自然的熱情是如何開始的，謝老師理所當然的說：「因為森林比人美啊。」



明池森林遊樂區入口對面，就是110線林道的起點，兩側檜木矗立，氣勢非凡。



大口呼吸檜木公路的新鮮空氣

而距離明池相當靠近的臺7線59至64公里路段，是臺灣最著名的「檜木公路」，在這一段道路兩旁，隨處可見枝幹碩大的扁柏與紅檜，以莊重挺拔的姿態送迎往來過客，堪稱全臺灣親近度最高的中海拔原始檜木林。過了檜木公路沒多遠的51至58公里路段，路旁矗立著樹齡52年的行道樹，是另一處賞心悅目的風景，在風管處舉辦雙鐵競賽時，曾把這一段路稱為「綠色隧道」。綠色隧道的主角是樟樹，樟樹在臺灣早期開發史上佔有舉足輕重的地位，因為從它身上所提煉出的樟腦可以製成火藥，同時也是製造賽璐珞及膠捲底片的重要原料。

桃園市政府觀光導覽網

tel 03-332-2101 web Travelycg.gov.tw

桃園市政府拉拉山遊客中心

tel 03-391-2761

add 桃園市復興區華陵里7鄰29號

note 巴陵古道生態園區，除了除夕、桃園市政府公告颶風警報外，全年無休

明池國家森林遊樂區

place 臺7線61公里處 time 每日08:00~16:30

price 成人平日NT\$95、假日NT\$120、12歲以下兒童及65歲以上長者NT\$60。

web makay/lealea/hotel.com

拉拉山自然保護區

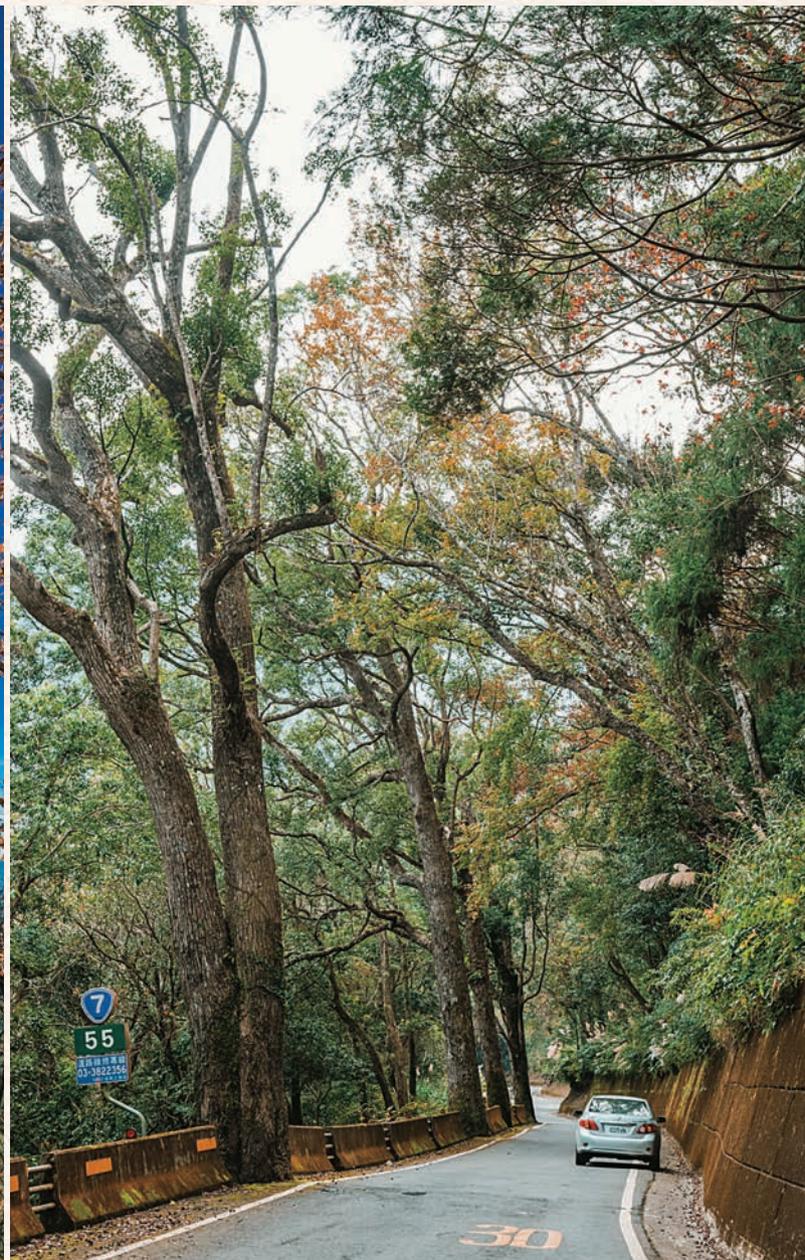
place 臺7線約71公里處，轉進桃116縣道，往山上走到底即達。

tel 03-391-2142

time 每日06:00~17:00 price 免費

note 因2015年蘇迪勒颱風影響，拉拉山步道一度封閉，目前已逐漸開放中。

左／從上巴陵的農場可眺望北橫的開闊山景。右／以樟樹作為行道樹的「綠色隧道」，遮蔭出一段郁郁青青的山路。



上／中巴陵的民宿是不用開窗也能欣賞自然美景。下
就連沐浴的同時也能觀景，實在是太夢幻。



一面悠閒地啜飲咖啡，一面與層疊山巒相看兩不厭。

室外咖啡座露臺的視野好得沒話說，
但見山巒層層疊疊，林木的顏色隨四季遞嬗，
清晨的雲瀑從山頂緩緩流瀉，
馬致遠詩云：「滿眼雲山畫圖開」，大概就是這番景色。

接近拉拉山自然保護區時，空氣又變得潮溼起來，這裡海拔已經超過1,600公尺，雲霧終年繚繞。和明池以扁柏居多不同，紅檜支配了拉拉山上的巨木群，在有編號的21棵神木中，扁柏只佔了一棵，其他全都是紅檜。紅檜也是臺灣特有樹種，喜歡生長在背風面的溪床，和扁柏相比，紅檜沒有那般挺拔，但它的木材花紋漂亮，聞起來香味撲鼻，而且精油含量高，就算過了一千年也不易朽壞，因而常被切成板材來製作家具。

在芬多精的懷抱中一夜好眠

來北橫遊玩，當天來回絕對不夠，我們請謝老師推薦幾個投宿地點，首先去到的就是位於上巴陵的農場，原因無它，因為那裡就是拉拉山上泊食文化的起點。農場創建者為現今老闆的父親陳東和先生，農場客房的建材皆是從宜蘭工廠回收的檜木，雖然設施簡單，但環境清幽，而且視野極佳。為了不讓客人來去匆匆，陳老闆每逢週末假日就會安排生態導覽行程，帶領房客前往周邊各大景點，此外也有採水果、搗麻糬等體驗活動，想方設法要讓客人慢下腳步，細細體會這裡的山林之美。

而位在中巴陵的咖啡民宿，則是符合年輕人的品味。7間客房每一間都寬敞潔淨，而且極富設計

感，住在這裡有一種高級villa的度假感覺。最棒的是，每間房面向谷地的那一側，都開有超大面積的觀景窗，早晨醒來張開眼，迎接新的一天的就是心曠神怡的山谷景致。室外咖啡座露臺的視野也是好得沒話說，但見山巒層層疊疊，林木的顏色隨四季遞嬗，清晨的雲瀑從山頂緩緩流瀉，馬致遠詩云：「滿眼雲山畫圖開」，大概就是這番景色。美麗的北橫，果然一草一木都是美妙風景，靜靜等待著大家親自來感受體驗。

拉拉山的3號巨木，為適應生長地形而形成「根張」，見證了大自然的智慧。



大溪木藝， 以馨香褐黃傳承百年文化

在大溪，許多木藝作坊的名字裡都有個「協」字，這是要成就一件好作品，木工、鑿花、髹漆三者之力缺一不可，除了有合作的意涵，更代表著生命共同體。木工在大溪並不只是個傳統產業，也不只是段歷史記憶，更是大溪人的精神所在。



大殿上方橫樑的描金畫，是難得一見的藝術品。

擁有百年歷史的齋明寺，是大溪地區最值得參訪的寺廟。



從前人們會在春天上山伐木，到了夏天就利用暴漲的大漢溪水將木材運送到大溪，航運順流而下只需4小時就能抵達大稻埕，加上本地又出產樟腦、茶葉、煤礦和木材，因而國際貿易發達，許多人經商致富。嘉慶年間，富商林平侯來到大溪定居（他的兒子後來成立了板橋林本源商號），當時他從唐山請來許多匠師，其中也包括木工師傅。這些師傅回唐山之前，將技藝傳授給本地子弟，隨著徒子徒孫開枝散葉，木工技法也越加純熟，大溪的木藝產業於是享譽全臺，成為當地特色文化。

雖說現代人一想到大溪，立刻就連結到豆干，其實大溪的神桌路與嫁妝路也是非常有名的，神桌路就是像八仙桌、太師椅這一類的作品，而嫁



要成就一件好作品，木工、鑿花、髹漆三者之力缺一不可，除了有合作的意涵，更代表著生命共同體。



大溪達人 范煥彩（大溪歷史街坊再造協會老街導覽解說員）

范老師年輕時在大溪國小當老師，由於對文史極有興趣，從而鑽研大溪本地的歷史背景與人文掌故，對於大溪的瞭解程度，甚至比許多當地人還要熟悉。退休以後，決定留在大溪擔任觀光導覽志工，當歷史街坊研議再造計劃時，范老師即投入了相當深度的參與，後來他又貢獻心力，協助成立木藝生態博物館，讓他不但對大溪產生更深厚的情感，也成了大溪當仁不讓的最佳代言人。



齋明寺的三合院格局，少了幾分寺廟威嚴，卻多了平易的親切。

妝路則包括八腳眠床、梳妝桌椅等，這次范老師就是要帶我們走訪大溪的木藝歷史。

外觀樸實的齋明寺，竟然藏著國家寶藏

范老師首先帶我們來到老街對岸的齋明寺，「可不要小看這裡，裡面有很多寶藏呢！」范老師說。他首先帶我們來看的，就是位於正殿的供桌。這張供桌由木雕大師黃龜理先生於1937年以整塊黃楊木雕刻而成，刻畫的主題為「唐明皇夜遊廣寒宮」，無論是鑿花鏤空，還是鑲嵌上漆，都無懈可擊；畫面中的人物姿態表情各異，栩栩如生，宛如一場熱鬧喧天的酬神大戲。

范老師也提醒我們抬頭看看供桌上方的橫樑，黑底描金的佛經故事看上去既典雅又特別，這種

日本寺徽保留了齋明寺曾與日本曹洞宗結合的過往痕跡。





李騰芳古宅內、外護龍之間的重重天井。

鳳梨(旺來)中有隻蝴蝶,即是「福旺雙至」的圖像化表示。



仔細觀察，可以發現這些雕飾，層次分明，線條繁複而不失流暢，透雕細膩且變化多端。



上/廳堂中的牆壁還有當年與李騰芳同期科考的友人所題下的字畫。下/從前李家長輩們喜歡坐在中庭抽煙聊天，看著各家孩子跑來跑去。

技法流行於廣東一帶，因為在繪製過程中需要將金箔過濾「搗」成細粉，因而被稱為「搗金畫」。由於搗金畫在臺灣廟宇中並不算常見，是以齋明寺的搗金橫樑也就顯得格外珍貴。而齋明寺的鎮寺之寶是全臺灣唯一的宋版《磧砂藏經》影本，這部經典是在宋元年間由三代聖尼相繼木刻完成，總共歷時91年。1931年時，上海以古版重印了這部經典，齋明寺住持立刻從大陸請回一套，為臺灣收藏古版藏經開了先例。

在李騰芳古宅，品味士大夫階級的風雅

李騰芳是大溪歷史上唯一的科考舉人，古宅外埕設有兩對旗桿座，左方青龍，右方白虎，官賜的石製旗桿座上，刻有李騰芳中舉的年別、科目與名次，這些都是當時對於功名的表徵。古宅為兩堂四護龍的規模，屋身最高的廳堂與南北兩廳結合成四合院的格局，再從前方的門廳延伸出左右兩道護龍，構成包圍外庭的三合院，外圍則是屋身最低的兩道外護龍，主次尊卑的位階明顯。

這裡最精彩的木雕裝飾集中在中軸線上，從外庭進入，首先來到門廳前的凹壽，這是個可供躲雨的凹縮空間，其左右兩側棟架的看隨上，分別刻有琴、棋、書、劍，瓜筒上方飾有如意，其他如員光、束隨等部件也都雕滿了花花草草。仔細觀察，可以發現這些雕飾層次分明，線條繁複而不失流暢，透雕細膩且變化多端。此外，古人沒有電動化的設備，也沒有現代管線設施，但追求舒適便利是不分古今的共同需求，看他們如何善用巧思來解決生活上的難題，也是參觀古厝的樂趣之一。

整個大溪老城，都是木藝生態博物館

大溪木藝生態博物館將10棟具有歷史意義的特色建築重新整修，作為展覽空間開放讓民眾參觀。壹號館位於中正公園旁，展示主題以本地歷史記憶為主，是生態博物館的概念資訊站。不遠處是建於1923年的大溪公會堂，蔣介石撤退到臺灣時，第一個晚上就是在這裡度過的。由是之故，公會堂旁的日式附屬建築便被拆掉，用來改建為他的行館。目前這兩棟建築都被用來作藝文展示。與蔣公行館毗鄰的武德殿，是日本警察練習劍道與柔道的道場，目前作為木藝展示的特展空間，定期會有不同主題的展覽陳列。

一旁的四連棟以前是大溪郡役所警察宿舍，目前這裡是木藝博物館的常設展廳，展出大溪人的生活與歷史；而一街之隔的藝師館與四連棟後方的工藝交流館，分別是日治時期大溪郡役所的單身警察宿舍與郡守官邸，前者現今以木職人為主題定期換展，後者著重在生活工藝的應用及體驗，並提供國內外生活工藝交流的場合。

除了公有館外，木藝生態博物館還有將近二十間街角館，包括黃日香故事館、蘭室、中和旅社、協盛木器、櫻桃音樂館等，這些是由民間經營的展示空間，透過各商家的私藏文物、生活經驗與家族故事，向遊客娓娓道來這段豐富多彩的歷史。



上／大溪木藝生態博物館的壹號館是棟典型的日式宿舍建築。下／新老街上的蘭室茶坊，是日治時代實業家呂鷹揚的故居，也是木藝博物館的街角館之一。

上／大溪的木工職人，以豐沛的熱忱將這門工藝傳承下去。下／要了解大溪的人文歷史與木藝文化，四連棟是個很好的起點。



齋明寺
add 桃園市大溪區齋明街133號
tel 03-380-1426#203-205
time 每日09:00-17:00
web insddm.org.tw
住 法鼓山齋明寺
李騰芳古宅
add 桃園市大溪區月眉路65號
tel 03-388-8600
time 9:30-17:00，週一休館。
price 免費
大溪木藝生態博物館
tel 03-388-8600
time 09:30-17:00，週一休館（最後入館時間16:45）。
price 免費 web wem.tycg.gov.tw
住 桃園市立大溪木藝生態博物館

呂鷹揚在清末曾經中過秀才，家中樑柱的木雕裝飾也很有看頭。



臺東在地人廚房！ 中央市場人情美味大口吃

城市還未甦醒，臺東中央市場早已人聲沸騰，
尚青的海產、在地美味老店還有濃濃人情味，等你來挖寶喔。

text & photo MOOK

臺東最熱鬧的傳統市場莫過於位於正氣路與中山路的中央市場，大約一大早六點開始，市場內外即湧入婆婆媽媽前來採購，正氣路外圍以生活百貨為主，成衣、鞋子、糕餅等，而復興路外圍則以海鮮魚類為其特色，也有不少菜攤，三把青菜50元便宜賣，而周邊因市場人潮的美食小店亦不少，如早點大王、阿桑剉冰、黃記肉粽等每一間都是經營數十年的老店。

不過，最大不同要算是靠近中山路這一側，在市場內擺攤的樹菊阿嬤了。雖然最近身體微恙偶爾沒有出來擺攤，但樹菊阿嬤簡樸而熱心公益的事蹟早已名聞全國，若有見到她擺攤一定要給她一個大大的熱情笑容唷！



阿桑剉冰

推車叫賣賣到了店面，但熟客們依然習慣擠在店門餐車旁的座位。貨卡司機搖下窗口叫外帶，大嬸機車一撒坐下解決一碗，阿桑給料是滿滿的庶民小確幸。

add 臺東縣臺東市光明路204號 tel 089-329-490
time 09:00~晚上賣完為止 price 剉冰35元



獨家湯頭搭
配肉羹滋味
香甜微甘。



黃記肉粽

開業四十幾年一直沒取店名，前些年先取門牌號碼為名字，最後正名為黃記。就憑肉粽與肉羹走闖江湖多年，層層費工煮料成就的風味，路過都不會想錯過。

add 臺東縣臺東市光明路216號
tel 089-326-189
time 07:30~15:00，週四公休
price 肉羹40元、肉粽35元

2

品項依動線
分類就像吃
飯店Buffet。



早點大王

清晨往店家接近，路上行人幾乎人手一袋買好的早點大王早餐。半夜就開始備料，各式現做香噴噴烤餅、饅頭、蛋餅、豆漿等，是排隊也要飽食的中式好味道。

add 臺東縣臺東市正氣路242號
tel 089-320-605
time 05:00~09:30，每月二四週的週二公休
price 餅油條30元、豆漿20元



4

樹菊阿嬤草
根行善獲國
際肯定。



樹菊阿嬤菜攤

總是最早到市場最晚離開的樹菊阿嬤，身體狀況不若以前硬朗，腰上綁著束帶，仍是拉著椅子堅守岡位，不時招呼客人整理蔬菜，多年來涓滴存款低調行善。

add 臺東縣臺東市中央市場，中山路373號旁入口
tel 089-326-332
time 06:00~21:00

5

每天從成功漁
港進貨，新鮮
現殺。



葉記水產

玻璃櫃裡除了最受歡迎的鮪魚、鮭魚生魚片，偶有秋冬一定要嘗鮮的旗魚。告訴老闆娘預算，不要小看百元鈔，可以換來舖滿蘿蔔絲、滿滿一大盒的沙西米。

add 臺東縣臺東市中央市場，復興路入口
tel 089-326-591
time 06:00~21:00
price 生魚片時價

樸實全美行VS.客家關山便當 臺東縱谷好米便當PK賽

臺東好山好水出好米，可說是便當美食的故鄉，因此來到臺東當然也不能忘記好好享用一頓便當大餐！池上便當聞名全臺，關山亦是著名米鄉，兩者都以木製盒盛裝，招牌配菜對上得獎特製便當，美味便當東西軍，今天你要選哪一個呢？



全美行

add 臺東縣池上鄉中正路1號
tel 089-862-270
time 6:30~21:00
price 招牌便當80元

位在池上火車站出口的全美行便當，為池上老便當店之一，原本是肉販，開始做便當後從月臺兜售便當的時代到現在開店賣便當為主流，為池上相當受歡迎的便當之一。它的招牌便當以木片盒盛裝，保留米飯香氣，主菜有叉燒、燒肉、香腸和卜肉，分別用前腿肉、後腿肉、里肌和三層肉以獨門醬料醃製而成，乾爽不油膩，開胃順口。特別值得一提，配菜有放特製的魚鬆，帶一點甜鹹滋味，一點點就可以配飯好幾口，是全美行便當的獨門配菜。



關山便當

add 臺東縣關山鎮和平路83號
tel 089-811-100
time 8:00~20:00
price 梅干扣肉便當80元

亦為臺東米鄉之一的關山，也是便當美食的故鄉。關山便當位於臺九線上，經營30年，有人覺得好吃，有人覺得不好吃，口味判定屬於主觀意見，沒有孰是孰非之理。關山便當提供的便當選擇多元，也是放在木製盒裡，選用關山良質米，特別推薦一款店家特製的梅干扣肉便當，看起來很普通，傳統的五花炆肉，吃進肚子裡才能夠體會為什麼這一款便當曾經比賽得名，滷汁入味又不過於油膩死鹹，開胃回甘。便當放冷了仍然香Q彈牙。

日常美好的派對時光 星光下的味蕾饗宴

大樓帷幕外光線漸暗，取代日光的是盞盞華燈。辛苦工作了一天，不論是呼朋引伴乾一杯也好，安靜覓一處自己的深夜食堂也罷，美食總能完美療癒那疲憊的下班時光。

text & photo MOOK



質地好的咖啡豆搭配穩健的沖煮技巧，成就出最迷人的咖啡滋味。

親手烘焙的點心沒有固定品項，一切就看店主的靈光乍現。





1&2.親手烘焙的司康，不論是單吃或是抹上果醬都是絕佳好滋味。3.店主將喜歡的事物都濃縮在這具體而微的小空間中。



二子 asleep coffee bar 深夜靈魂咖啡館

位在老公寓二樓的二子咖啡，一隻叼著咖啡櫻桃燕子的浮水印店招，在下班人潮來來往的騎樓上幽幽亮著，款款召喚著人們走上樓取暖。提供義式咖啡、手沖單品、甜食茶酒，瀟灑著隨性奔放爵士樂的空間不大，但足以將臺南慢動作般的街景、人們停泊在此的閒逸，全都服服貼貼地收攬。

在事業上合夥的兩名女子Iris和Luman，原本在臺北打拚多年，一起回到了南方家鄉，將咖啡、友善動物、音樂電影、爵士樂、文學、攝影…還有貓！這些彼此專注的小事聚合，再搭配各自所長盡心伸展，成就了像貓一樣沉靜，適合閱讀、工作的好風景。

閒逸隨興的自在空間

Luman與Iris各別操持著咖啡與甜點專業。二子店用的精品咖啡豆，皆出自極注重高品質生豆來源的烘豆師之手。豆子本身質地好，其餘的就交給穩健的沖煮技巧。身為主要咖啡吧檯手的Luman說：「就算是同一支豆子，隨著咖啡豆熟成狀態的轉化，也需變換相對適合的濾器，才能較不失真地表現豆仔當下的風味。」而所有Iris親手烘焙的甜點每一種都好吃，司康、戚風、重乳酪、磅蛋糕、塔類等，因為怕客人吃不飽，份量上超實在。Iris表示：「只有選擇自己用過、吃過、知道是好東西的食材，咖啡如此，甜點亦然。」步出二子已是午夜，然而一室的熱飲甜品、暖黃燈光、慵懶樂音，十分暖心。

二子 asleep coffee bar

add 臺南市東區勝利路83號二樓

tel 06-2007227

time 14:00~24:00，週四及隔週週五公休。

FB 二子 asleep coffee bar

Asia 49

在高空景觀餐廳 暢飲精釀啤酒

Asia 49擁有搶眼的半圓弧吧檯坐鎮在餐廳中央，猶如一艘導航船引領著四周錯落有致的桌椅，騰空端坐於49層樓高處，以360度的開闊視野，同時坐擁臺北城和新北各區的晨昏風貌。

走進戶外空中花園，坐進像湯瓢又似精靈帽造型的南洋藤椅，小小的圓桌擱茶水，有大大的落地窗可以觀景，俯瞰或遠眺，山與河一直都在，浮雲偶爾從眼前飄過。迫不及待翻開酒單，點了餐廳新推出的兩款獨家精釀啤酒「桂花椰子水」和「蜂蜜包種茶」，下班後和朋友聚會就是很適合乾上一杯！

以空中美景佐酒

從沒想過啤酒風味也可以混搭得如此有創意，曾經榮獲無數花式調酒賽冠軍的曾裕灝（Hank）正是研發的靈魂人物，鎖定「南洋 vs. 臺灣」為主題，擷取兩方的代表性食材來配對。於是，香茅和椰子水脫穎而出，分別與桂花、馬告、仙楂及情人果相濡以沫，可惜香茅個性太強烈而被判出局，椰子水和桂花卻意外合拍。愛喝茶的Hank對坪林特產的包種茶情有獨鍾，只要添加少許臺灣龍眼蜜就能提升茶香，另一對全新搭檔於焉誕生。為了完整保存鮮味，特別設計成限量瓶裝，每瓶330ml，酒精濃度約5.7%。搭配下酒菜小口小口淺酌，再怎麼不勝酒力的人，都能盡情暢飲。

Asia 49亞洲料理及酒廊

add 新北市板橋區新站路16號百揚大樓49F（板橋大遠百旁）

tel 02-7705-9717

time 週日至週四11:30~23:00、週五和週六11:30~24:00。

web www.mega50.com.tw





1. Asia 49首席調酒師Hank是吧檯的靈魂人物。2.多種酒類飲品帶來最歡樂的微醺之夜。3.「桑拿蝦」是將草蝦去殼醃漬入味，放進檜木桶的滾熱石板上做三溫暖，香味撲鼻。4.有美酒佳餚助興，好友相聚特別開心。5.順著大樓圓弧空間而設計的吧檯，是餐廳酒廊的亮眼焦點。



當南洋小吃遇見在地精釀啤酒

「桂花椰子水」呈現淡黃微醺色澤，入口清爽回甘，Hank 建議搭配視覺系的桌邊料理「桑拿蝦」，當服務人員將醃漬入味的草蝦排列在檜木桶中的熱石板上，順勢澆下泰式酸甜醬汁，擺放新鮮九層塔和香菜後，快速上蓋，不消三分鐘即掀開鍋蓋，煙霧與香氣頓時瀰漫，充滿戲劇性趣味。

口感醇厚的「蜂蜜包種茶」酒汁顏色較深，可以單獨品飲，也可以和各種肉類唱雙簧，尤其遇上「沙嗲烤雞肉串」更是天生絕配。咬一口金黃烤肉串，陣陣香料撲鼻，宛如置身在印尼或馬來西亞街頭。夜晚8點，空中的啤酒派對才正要開始。



「沙嗲烤雞肉串」充滿濃濃南洋辛香料味，是Asia 49最暢銷的下酒菜。

「桂花椰子水」和「蜂蜜包種茶」是Asia 49獨家推出的在地鮮釀啤酒，適合佐餐。



未成年請勿飲酒

Il Mercato Italian Café 歐陸市集概念的 咖啡酒吧

Il Mercato Italian Café是一家結合歐陸市集概念的咖啡館，往咖啡館的深處望去，會發現全臺灣最大的義大利酒窖就隱藏其中，酒窖的每瓶葡萄酒都由榮獲世界最佳侍酒師頭銜的Giuseppe Vaccarini 親手挑選，因為Il Mercato Café 和相鄰的同名餐廳就是進口商，讓這裡的酒價和歐洲零售價幾乎沒有差距，約莫臺幣510元至1,200元也能喝到一瓶不錯的義大利葡萄酒。



在Il Mercato Café喝葡萄酒可以單杯點購，無需擔心喝不完或不對味。

「三味巧克力蛋糕」採用黑、白、牛奶三種巧克力製成，適合搭配紅酒。



未成年請勿飲酒





1. 咖啡館和隔壁餐廳擁有全臺灣最大的葡萄酒酒窖。2. 由Manuel獨家手工打造的Gelato用料天然，不含其他人工添加物。3. 「香草口味千層蛋糕」製作方式費工，層層餅皮中包裹著奶油香草和檸檬酸甜味。



3

可以單杯點購開懷品酌

這裡的酒單鉅細靡遺，從酒莊、酒款、年份、酒精濃度到價格，不僅透明公開，更豪邁地推出單杯點購，大白天依然可以優雅淺酌，無需再擔心開了整瓶卻不合口感或喝不完。

開場先以氣泡酒搭配幾樣咖啡館招牌點心，比如麵包棒、松露起司、一口小披薩、西西里起司炸飯糰，款款充滿義式街頭小吃風味，驚豔全場。場子暖了，由Mongioia酒莊採用義大利古老熟成葡萄品種所釀製的Lamoscata Moscato d'Asti接力，酒精濃度只有5%，甜美又略帶氣泡的清爽口感適合解膩，入口後在舌瓣流轉回甘，荔枝和杏桃等花果香自鼻腔緩緩湧現。隨著天光漸暗，Bava酒莊生產的紅酒Barbera d'Asti壓軸登場，單寧度較低，口感不澀，尤其它的櫻桃水果酒香和巧克力甜點特別速配，可以褪去巧克力的苦味。

當義大利甜點遇見葡萄酒

只有風味小吃當然不夠看，由駐店西點主廚Manuel Baima Besquet 巧思手作的甜品，絕對是最閃亮的主角，「三味巧克力蛋糕」就是他的經典傑作，選用家鄉進口的Gobino 巧克力原料以杏仁粉烘烤，外層裹上榛果，再將黑、白、牛奶三種口味的巧克力圓片點綴於表面，和紅酒一拍即合。

「香草口味千層蛋糕」是義大利傳統西點的小縮影，加入奶油的大張麵皮必須歷經六次折合，才能疊出漂亮層次。奶油以新鮮牛奶製造，輕輕一咬，酥脆的餅皮中傳來內餡的豐富度，剛入口是熟悉的香草味，淡淡的檸檬酸甜尾隨在後，小小一塊糕餅蘊藏著驚人內涵，搭配微氣泡白甜酒 Lamoscata Moscato d'Asti，是最美麗的相遇。走進 Il Mercato Café，儘管夜已深，人將陸續散去，美酒和美食永遠是最完美的療癒。

Il Mercato Italian Café

add 臺北市士林區忠誠路二段162號

tel 02-2875-5229 (不接受訂位)

time 平日7:30~24:00、週六和假日8:00~24:00。

price 葡萄酒單杯NT\$125起、香草千層蛋糕每片NT\$140、三味巧克力蛋糕每片NT\$110、Gelato NT\$90起。

web www.ilmercato.com.tw



各式不同雞肉部位的串烤與雞胸一夜干，食材選用來自臺灣名為「桂丁雞」的純種土雞。



以加熱至950度的備長炭烤出最誘人的串燒料理。

鳥哲 燒物專門店 職人慢焙燒鳥

這一間坐落於天母巷弄中的「鳥哲燒物專門店」，以內斂雅致的白木吧檯，打造出融合壽司吧和串烤精神的高質感日式串燒店，讓人在下班之後，得以品嚐用木炭慢火烘烤的串燒，小酌幾杯美酒，享受在深夜最有温度的美味時光。

使用備長炭，炭火加熱至九五〇度，是烤出最美味串燒的溫度。鳥哲秉持著如同備長炭般的熱情溫度，用心對待每一道料理，讓人們感受到他們對產地食材的用心以及專注於料理的態度。

九五〇度的熱情態度

鳥哲是以雞肉為主的燒物專門店，為了追求完美的雞肉品質，選用來自臺灣第一優生育種名為「桂丁雞」的純種土雞，以自然熟成為理念，放牧山林之間，採取健康食材飼養，才能培育出最天然健康的土雞。精挑細選出桂丁雞的稀少部位後，廚師們再依照各部位的特性去研發出數十種的串燒料理。

招牌的雞肉串烤料理中，最令人印象深刻的「山葵里肌肉」，以七分熟的方式烹調，裡頭還是生肉的粉嫩色，配上山葵香而不辣的風味，嚐起來鮮嫩可口、多汁香甜。更別提鳥哲中還有一系列的串烤料理，像是鹽烤雞翅膀、小手羽、雞頸肉等等，皆等待著人們去發掘其中的美妙滋味。

在鳥哲，除了以專精的雞肉串烤為主以外，也提供多樣化的季節性料理，採用日本米其林一星的規格去製作，呈現高質感的料理風格。

鳥哲燒物專門店

add 臺北市士林區福華路128巷12號

tel 02-2831-0166

time 18:00~00:00

啜飲室

因為精釀，所以迷人

從歐美到日本，精釀啤酒正掀起一股原味覺醒的新潮流。啜飲室將現下熱門的精釀酒吧帶來臺灣，二十種世界嚴選生啤，加上數十款罐裝啤酒，引領顧客走入精釀的美麗新世界。

暢飲世界生啤

「好的啤酒就是要仔細品味享受，拿來乾杯就太浪費了。」老闆之一的 Duck 說道。講究天然原味的精釀啤酒，隨著時間會散發獨特的前、中、後段風味，必須如店名慢慢「啜飲」，方能體會麥芽、酵母與啤酒花交織而成的箇中滋味。

吧檯前亮晃晃的生啤拉把一字排開，英國、紐西蘭、日本、德國等地生啤鮮運來臺，喝過一輪等於環遊世界。為保持新鮮感，店裡的啤酒隨時更動，不過一定會有約三款臺灣精釀啤酒，保留本土在地風味。

拉把往下壓，清透啤酒伴隨著綿密泡沫注入杯裡，在啜飲室啤酒以白蘭地杯飲用，讓天然香氣留駐更長時間。泡沫在舌尖跳著小步舞曲，沁涼啤酒入喉，第一反應是順口，緊接著酒體個性隨之浮現，艾爾啤酒的果仁和水果香，拉格啤酒的麥芽甘甜，小麥啤酒的清新酸度，在口中留下迷人的餘韻。不同種類的啤酒製程，再加上各釀酒師的配方比例，創造出千變萬化的精釀風采。

啜飲室

add 臺北市大安區復興南路一段107巷5弄14號

tel 02-8773-9001

time 週一至週四及週日 17:00~23:00，週五、六 17:00~00:00。

未成年請勿飲酒



啤酒以白蘭地杯盛裝，可以凝聚啤酒香氣。

老闆特別找來與啤酒合搭的配酒滷味。



2018泰國春季旅展 花現臺灣強力造勢

2018泰國春季旅展於2月7到11日Queen Sirikit National Convention Center盛大展出，本次臺灣館特別邀請合併中西樂器之“隨心所欲樂團”現場演出，與觀眾直接互動，將觀眾設計的題目以即興創作方式送給參與的民眾，創造共鳴。另現場也設置了巧克力DIY活動及品嚐由臺灣知名的50嵐所提供的免費珍珠奶茶試喝。另外本次於旅展中凡購買臺灣旅遊產品均可於臺灣館換取運動三件組禮品，其中包含手

機防水袋、束口袋及運動毛巾，提前為泰國民眾的潑水節作準備，本次旅展五天展期共售出3000套行程。

此外，為了增加臺泰雙方業者合作機會，臺灣觀光局於2月5日在曼谷Intercontinental Bangkok舉辦臺灣觀光推廣會，將最新最優惠的臺灣觀光資訊提供給曼谷業者包裝旅遊產品。藉由本次推廣活動，創造更多雙方合作商機。



主打海灣之美 臺灣觀光強攻印度市場

配合交通部觀光局「2018海灣旅遊年」，本次臺灣館展攤以「海灣嘉年華、繽紛夜生活」為設計主軸，強調海灣之美，現場可以看到印度旅客喜歡的平溪夜景以及壯麗的三貂角燈塔，成功吸引許多印度業者駐足合影。

為強化觀光推廣效果，臺灣觀光代表團假1月29日與30日分別於孟買Hyatt Regency Mumbai與新德里Shangri-La Hotel New Delhi舉辦觀光推廣會及教育訓練會，透過集章抽獎以及隨堂測驗換獎品等形式，共吸引近300名當地業者前來參與，也讓更多印度人了解寶島的美景與豐富的觀光資源。本次活動邀請曾獲全國街舞大賽冠軍的典躍舞團帶來結合原住民文化的街舞表演，另外也邀請古琴演奏家曾柏豪

於活動現場彈奏優美古曲以及臺灣水墨畫大師林晉老師即興揮毫創意Q版漫畫，不僅吸引印度民眾圍觀，也讓其體驗臺灣的創意軟實力。



歡迎！台灣觀光協會新進會員

每月都有相關單位加入台灣觀光協會的行列，透過新進會員簡介可讓所有會員更進一步了解彼此，透過交流與認識有助於相互激發想法與創意，共同為推廣臺灣觀光一起努力前行。

New Members

金色三麥

LE BLE D'OR即為法語「黃金般的麥芽」，金色三麥除了冠軍鮮釀啤酒之外，更有多樣的異國特色佳餚及風味特調飲品，豐富的選擇可以滿足所有人的胃，盡情陶醉於這裡的啤酒、美食以及歐式風情。

金色三麥成立的初衷其實很單純，就是「分享」。一直希望把自然愉悅的生活型態帶入臺灣，帶入金色三麥。「分享」鮮釀啤酒及美味的

餐點給更多人，讓品飲文化能夠被深入的了解。金色三麥服務精神秉持著「主人心態」，服務人員就如同家裡的主人般，把每一位客人都當成是自己家裡的貴賓、親友，用無比的熱情招待，讓每一位貴賓來到店裡可以自在放鬆不受拘束，擁有難忘而美好的用餐經驗。

店內食材堅持提供高品質以滿足消費者的味蕾，並不惜以昂貴的天然調味料取代一般餐廳使用的味精，讓消費者能吃得美味、吃出健康。



未 成 年 請 勿 飲 酒



add 新北市三重區新北大道二段260號1樓
tel 02-7716-5888
web www.lebledor.com

雄保聯合國際旅行社

雄保聯合國際旅行社（Lion bobby travel）前身為經營50年的旅遊老字號「保保旅遊」。保保旅遊在迎接2018年宣佈和臺灣旅遊業領導品牌—雄獅旅遊集團（LION TRAVEL GROUP）聯手，成立「雄保旅遊」，創立產業營運標準。除了在雄獅旅遊集團董事長王文傑的帶領下，長期深耕市場、發展虛實並進的通路，持續以變革與創新改寫了旅遊業的生態模式，雙方共創全新品牌價值。

雄保旅遊 入境市場鎖定日本、東南亞與大陸三大客源地，並以臺日觀光友好為利基，鎖定日客打造專屬客製化行程，並結合雄獅旅遊集團國民旅遊及通運資源，規劃多元且極具深度的體驗型商品；出境市場方面，雄保的出境遊策略以日本概念館為軸心，主打日本高端系列團和客製包團，以獨家合作的頂級特色旅



宿、地區秘境、美食饗宴、祭典等深度主題，形塑日本出境產品的優勢特色，作出市場品牌區隔性。此外，為因應全球化佈局，更推出歐洲精緻旅遊行程，以特殊景點、獨家住宿及多元化旅遊方式等，讓旅客有更好的旅遊行程選擇。未來，『雄保旅遊』必將延續保保旅遊的精神，持續以最細膩的服務、最優質的體驗，為每一個旅人刻畫最美麗難忘的回憶扉頁。



add 臺北市長安東路二段88號11樓
tel 02-2505-5677
web www.bobby.com.tw

2018宜蘭綠色博覽會 一同動手「實踐綠行動」



2018宜蘭綠色博覽會訂於3月31日正式登場，今年的活動依舊在冬山河生態綠舟及冬山火車站周邊舉辦，整個活動共分為三大區十項單元，並且以綠博的核心精神「實踐·綠行動」來串聯所有的單元、設施及活動。沿著火車站體兩側設置的免費區域分別是「農業實驗學校」與「大地藝術區」，而緊鄰火車站的「生態綠舟」則是收費區域。

集實驗、實習、實踐三大功能於一身

農業實驗學校的耕作區，既是農業新品種、新技術與設施農業的實驗場地，也是新農與青

農向達人們學習請益的實習場所，更是符合宜蘭嚴選標準—友善農法的實踐場域，在田區的「魚菜水塘」，規劃綠能利用及永續循環的觀光休閒漁業，希望透過循環水養殖及浮筏式魚菜共生的方式，再加上負壓水族箱的展示，輔以浮動式太陽能板提供電力運作，來活化魚塢、提升土地附加價值，發展出屬於宜蘭特色的觀光休閒漁業，並且呼應節省水資源，使用回收水，推廣魚菜共生的綠行動。

以大地為畫布、植物為顏料

「大地藝術區」用心營造了最美的可食風

校外教學遊程推薦

「龜來的人」展區

藉由一個面臨海洋廢棄物威脅的濱海村落、一隻失去記憶的海龜及一位返鄉青年，來探討海洋垃圾日趨嚴重的議題，希望喚起大眾關懷海洋環境及生物的意識，一起打造無塑海洋，龜來村呼應了減少購買含塑料成分產品的綠行動。

龜來村工作坊及導覽團體預約 goo.gl/forms/C1PNF8ABkDKVqRGg1

野生蜂旅館

野生蜂獨來獨往不大量採集花蜜，在綠博的野生蜂營造的新棲所，希望讓這些野生蜂尋花採蜜並能在此地繁殖，讓大家可以有機會觀察牠們的習性。蜜蜂、蝙蝠等看似熟悉卻又陌生的生物，在生態系扮演重要的角色。2018宜蘭綠色博覽會環教中心準備了系列「多樣化人工棲所營造」特展、戶外教學課程以及系列闖關活動，深入淺出的呈現方式，就像是大自然中的生態教室，讓大家都用實踐去關懷萬物並和平共處。



景；由數十萬株各色花卉組成的「蓋婭 大地之母的召喚」，傳達了大地之母正召喚著地球居民，一起用身體力行守護家園的綠行動，本區還有鴨稻共棲的合鴨米示範農田、海芋田、木瓜田等景觀規劃，壓軸的單元則是大型休閒藝術裝置「大地禮讚—袋袋米香·慶豐收」，直立的麻布袋，代表稻穀已碾成稻米，下方橫躺的麻布袋，則代表稻穀堆積如山的豐收盛況。

愛護萬物、珍惜生態資源

「生態綠舟區」涵蓋各種與生態議題相關的

精彩單元：「流浪者之歌」源於宜蘭經常遭受颱風侵襲，造成沿海堆積大量漂流木，藉由提供實體展示及實做體驗，讓民眾得以瞭解漂流木的形成與再利用，也呼應使用國產木材及建材，減少運輸里程的綠行動。「大自然啟示錄」以原住民傳說為核心，闡釋原住民故事中，所蘊藏的經驗、智慧等指引，進而傳達愛護生命萬物的信息，達到最終與大自然力量和諧共存的目的。「失序的世界—生態奧客」外來物種快速侵略繁殖，使原有的生態秩序大亂，藉此呼籲民眾，不要任意引進、繁殖或棄養外來物種。

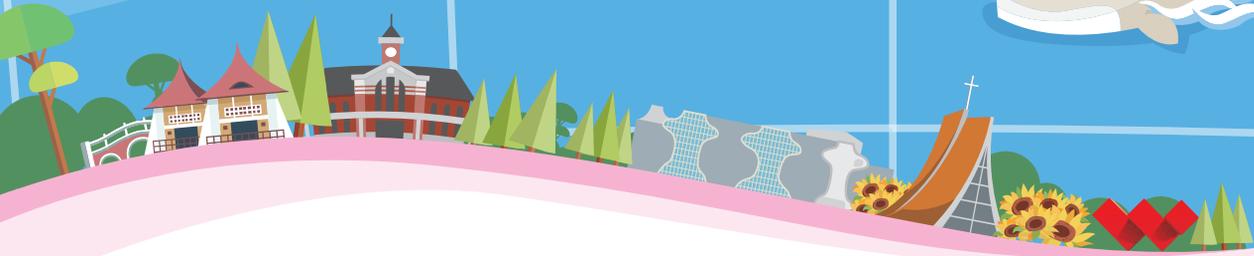


TAICHUNG

TAICHUNG
120E42'00" 24N18'00"



臺中歡迎您
Welcome to Taichung



2018
TAICHUNG WORLD FLORA EXPOSITION
臺中世界花卉博覽會
THE SOUND OF BLOOMING 聆聽花開的聲音

后里 | 豐原 | 外埔
HOULI · FENGYUANG · WAIPU
2018.11.3 - 2019.4.24