

GLAT

GOOD LIVING @ TAICHUNG

臺中

好生活

創意城市 · 生活首都

ISSN 2410-5368



9 772410 536004

10

月號

NO.30 OCT.2018



幸福城市進化論

花博特輯
六館齊奏花的交響曲

達人帶路
台中爵士樂這樣聽

築夢台中
用跑酷跳出新天地



敬老愛心卡擴大服務 看診、搭車好好用

- 公車、簽約國道客運車資
- 全市衛生所、合作診所折抵部分負擔及掛號費
- 合作計程車折抵車資

叫車流程：

1. 撥打55688預約
2. 按9
3. 按3「叫車服務」或按5「客服」
4. 說明上車地點及用敬老愛心卡



卡片相關查詢



合作診所名單

【辦卡】

請洽台中市各區公所

諮詢：市府社會局04-22289111分機37400

【合作診所查詢】市府衛生局 林小姐04-25274546

【乘車預約諮詢】市府交通局 武小姐04-22289111分機60319

我們的幸福城市

一座幸福城市會是什麼樣貌？就是能讓幼兒快樂成長、父母安心就業、長輩安享晚年。我們將「托育一條龍」到「托老一條龍」視為一項社會投資，為市民打造更友善的城市生活環境，共創台中美好生活。

從幼兒開始，為了提供更友善的生育環境，解決年輕爸媽擔憂生兒育女的負擔過重，我們從供給與需求面雙管齊下，推出「托育一條龍」，藉由托育補助與平價化，結合中央的「準公共化托育政策」發揮綜效，讓零至六歲的幼兒都能受惠，共享台中完善的育兒環境。

托育負擔減輕後，爸媽送托意願提高，也能安心打拚事業，同時也增加保母工作需求，帶動托育產業發展，提升整體市民勞動參與率。另一方面，台中躍升台灣第二大城市，人口持續增加中，也證明了我們擁有成為「生活首都」的實力，除了致力邁向友善托育城市，面對高齡化的社會，我們也積極為長者們創造宜居的樂活城市。

呼應中央的長照計畫，我們推動「托老一條龍——721政策」，透過各地區廣設的關懷據點、長青學苑等提供相關照護服務，藉此讓七成的長輩都能健康快樂生活，預防成為被照護者，二成亞健康長輩都能提升復原力、重新學習生活自理能力，一成失能的長者也能因此獲得更完善的照顧，並希望在四年後達到「8155」目標，即80%健康老人、15%亞健康老人、5%失能老人。

不僅如此，目前已累計發行31萬2,017張的敬老愛心卡，每個月提供持卡者一千元的等值點數，除了可以提供長輩做為扣抵部分就醫看診費，全台中市也有逾一千五百輛的計程車能以卡片折抵乘車費，減輕居住較偏遠的長者們長途就醫的困擾。

從「幼有所長」到「老有所終」，市府團隊極力推出相關福利政策，要與民眾一起推動台中幸福城市再進化。

台中市長

林佳龍

目錄 contents

封面故事

14 幸福城市進化論

台中打造宜居城市，
從「幼有所長」到「老有所終」；
從「托育一條龍」到「托老一條龍」；
幸福城市進化論就從此刻開始。

20 打造友善育兒城市
托育一條龍爸媽放心拚

22 重拾晚年新生活
長輩歡喜上學活力抗老

24 六十歲還是小弟、小妹
銀髮志工活躍助老新舞台



花博特輯

04 美好的事情正在發生 台中六館 齊奏花的交響曲

名家專欄

文化台中

12 我的青春城市系列三
台中百貨公司興衰地圖

名家專欄

美學台中

40 現代郵務從此時起
站在臺中郵便局前說老實話

市民廣場

26 打造百花齊放文化城
台中文學獎迸發在地創造力

28 藝術創作走入住民生活
安康社宅採集物件
構築家的想像

30 逾 2,800 家商店讓利
花博卡吃喝玩樂遊台中

32 喚起心中的火車時光
鐵道故事館滿載台中回憶



台中好生活
臉書粉絲團



台中市政府
加入Line好友



台中市政府
官方網站

發行人 / 林佳龍 **總編輯** / 卓冠廷
副總編輯 / 呂美莉、陳文信、陳瑜
編輯委員 / 林碧芬、何世煌、吳蕙芬、林旻信
企劃發行 / 台中市政府新聞局 · 台中市西屯區台灣大道三段99號文心樓8樓
(04)2228-9111 分機15211 · <http://www.taichung.gov.tw>

企畫製作 / 精鏡傳媒股份有限公司
總監 / 陳素秋 **主編** / 范晏萍、沙儷伶
編務總監 / 曾淑芬 **攝影總監** / 鍾國偉
美術總監 / 吳勝偉 **美術主任** / 張達偉 · 許承祐 · 米承鶴
電話 / (02) 6636-6800
製版印刷 / 秋雨創新股份有限公司

發行日期 / 2018年10月
工本費 / 每本40元 **GPN** / 2010400082 **ISSN** / 2410-5368

版權所有未經同意不得轉載
廣告由台中市政府製作

- 08 **築夢台中**
不只是年輕人的運動
挑戰自我跑酷老少咸宜
- 36 十六歲從雜工做起
呂昱辰描出餐飲王國藍圖
- 44 **達人帶路**
挖掘城市音樂性格
台中爵士音樂節樂來樂 high
- 48 **玩味台中**
歲月裡的甜美記憶
劉麵包廠的「蘋」凡傳奇



- 52 **悠遊台中**
市民首選健康新去處
活力之都讓你動得安心
- 56 Top Taichung sports venues
for staying in shape
The city of life offers safe,
healthy exercise facilities
- 活動快遞**
60 10月活動行事曆
- 市民 Q&A**
62 台中有哪些育兒友善親子館？

更正啟事

本刊於八月號發行的《臺中好生活》封面文字，誤植花博竹跡館主設計建築師為「李」羿冲，應為「陳」羿冲建築師，特此說明更正，並向陳建築師及讀者致歉。

美好的事情正在發生 台中六館齊奏花的交響曲



科博館將透過台灣原植物的深度解說與規劃多檔花卉相關特展，讓民眾更了解植物。(取自交通部觀光局官網)

台中花博結合台中六大場館推出舞蹈、音樂與藝術等藝文展演活動，讓觀光客不只是走「馬」看「花」，更能進行一場深度的城市文化旅程。

讓花博成為人與自然、社會和諧的永續發展，台中市政府以「六館夯花博」為主題，邀集國立台灣美術館、國立自然科學博物館、國立公共資訊圖書館、國立台灣交響樂團、國家表演藝術中心台中國家歌劇院及亞洲大學現代美術館，以各自特色發展、相互對話，讓花博的文化花朵開滿台中。

六館齊發 花博大展身手

近年來積極舉辦國際性大型展覽及國外機構交流展的國立台灣美術館，策劃於花博期間舉辦結合國內外四大美術館藏品的「花之禮讚——四大美術館聯合大展」，展出台灣本土藝術代表的國美館、彰顯華夏美學的故宮博物院、代表西洋文化的奇美博物館及蘊含東洋之美的日本富士美術館珍貴典藏，藉以呈現四大文化光譜。

國美館代理館長陳昭榮說，「花」是美術中最重要的創作主題，各館拿出的都是精品中的精品，不同藝術風格不同文化源頭，一起歌頌花朵的美好。

不讓國美館專美於前，在台中市繁華精華區中擁有14公頃綠色寶地的自然科學博物館，也將推出「都市裡的森林寶庫」，透過走覽台灣原生植物，在深度的解說與花卉特展下，結合期間舉辦的研討會與創意活動，例如雨林與沙漠的相遇特展、蕨類押花特展、耶誕節暨新年花藝展等，讓民眾認識植物的各種面貌。

科博館館長孫維新說，植物園本身就是根據台灣低海拔生態呈現，內藏有豐富植物，能與花博主題完美結合，盼雙方結合能呈現更多新意，提供民眾更美麗的花博景觀。

透過真實觸摸感受植物之美外，徜徉在



←科博館植物園收藏許多台灣原生植物，將與花博活動相輝映。



↑國美館將結合國內外四大美術館藏品推出「花之禮讚——四大美術館聯合大展」。

大樹旁、花叢間的玻璃屋中看書，聆聽花香與書香舞出新樂章，也是體驗花博的另一種方式。國立公共資訊圖書館推出結合花博精神的「花現GNP主題書展」系列活動與工作坊，除了攜手台中市各圖書館舉辦以綠色、生態、環保為主題的書展，並將於后里花博主題場館打造一間以樹為中心的透明圖書館，內部書架全採用書本造型，館方並將提供五百冊與花有關的主題書籍，讓現場宛如一座森林小學，賞花時也能同時感受書與花的力量。

國資圖館長劉仲成說，國資圖旁也將打造一座十大花海中的小花海，而圖書館緊鄰復興園道旁的三、四、五樓更是最佳賞花景點，配合花博，決定將靠近花海的玻璃櫥窗規劃為閱讀角落，閒暇時「低頭看書、抬頭賞花」，能充分感受花香與書香的韻味。另也針對花博舉辦故事志工擂台賽、花香書香照片徵選等活動。

漫步導覽 一探劇場奧祕

「花，森什麼事」是國立台灣交響樂團以花博精神為構想，結合交響樂演奏與新興機械手臂技術、高空表演等元素打造的親子劇場，預計將於花卉博覽會開幕當天正式亮



←亞大美術館將策劃「花語花博」，邀國內外知名藝術家詮釋花語。(亞大美術館提供)



相，精采可期。

「可以想像花仙子騰空而降有多美嗎？」國立台灣交響樂團團長劉玄詠說，樂團配合花都藝術季活動，將於10月27日在戶外圓形劇場暖身表演，緊接著，11月3日開幕式當天起，更將以定目劇方式，以融合科技、機械人與舞蹈、音樂演奏等元素的多元表演模式，每天在后里園區演出兩場《花，森什麼事》親子劇，週休假日另有加場演出，會持續至明年1月3日，邀大家觀賞花仙子與音符共舞，也了解更多音樂的可能性。

除了有音樂表演，配合花博來一探劇場的奧祕，台中國家歌劇院特別策劃「花博限定版劇場導覽」，將於12月29日公開呈現，內容包括月光森林、星空下的鞦韆與多種花的元素，邀觀眾換個角度、站上舞台，探索劇院劇場的黑盒子祕辛。

台中國家歌劇院經理吳麗珠說，歌劇院四面八方有超過五百株綠色植物，其中許多是台灣原生種，將於明年3月規劃戶外導覽的漫步行程，讓民眾從表演到環境、自然，認識歌劇院，另邀請有「火焰的指揮師」美名的

小林研一郎領銜，與讀賣日本交響樂團於12月11日演出，盼以藝術的芬芳、像花朵般歡迎所有旅客來台中。

「喜慶的荷花、出淤泥而不染的荷花、與水月觀音結合的荷花…」有「花園大學」美譽的亞洲大學現代美術館嘗試從當代藝術家的角度詮釋花博，將邀請藝術家展出荷花創作，館長李梅齡說，台灣膠彩畫家林之助、當代知名藝術家張大千及喜愛創作自然的黃銘昌等人分別以各種面向呈現荷花，從花苞到盛開、到凋落，展現台灣花之美、台灣的生命力。

除了荷花，還有百合、向日葵等各種花卉，李梅齡說，現代美術館共邀請四十位藝術家呈現花的藝術，其中更與設計結合，也是台灣首次以鈦金屬製作詮釋花語、延伸出來的珠寶設計，讓空氣中都能聽到花的聲音。

打開五官 聆聽花開聲音

台中市長林佳龍強調，世界花卉博覽會與文化結合，要讓城市美學、美感教育深植人心，除了有形的展場發揮功能，無形的效

為了配合花博慶典，台中國家歌劇院將推出由表演延伸到認識環境的戶外導覽漫步行程。



國台交配合花博，將結合科技與機器人演出《花，森什麼事》親子劇。(國台交提供)

益更將帶來人們內在的改變，現在花博不只是市政府辦的花博、更是市民辦的花博，有兩萬名志工參與、企業界貢獻展館及文化界連結，就是花博帶來的改變。

「花開是什麼聲音？」林佳龍說，很忙碌的人整天講話，就聽不見花開的聲音，也聽不見大自然要傳達的聲音、自己內心呼喚的聲音，呼籲大家趁著花博自我沉澱，聽聽花開的聲音、看看花開帶來的改變，更透過藝文界鏈結出舞蹈、音樂與畫作等的相互對話，讓花博幫大家打開五官、全心全意感受。✿

不只是年輕人的運動 挑戰自我跑酷老少咸宜



關宇辰秉持「獨樂樂，不若與眾樂樂」的觀念，成為台中跑酷運動推廣者。

熱愛跑酷運動的關宇辰已經跳了七年，他笑說「跑酷不是只會跳大樓」，而是老少咸宜的運動，為了讓大家都能更深刻的認識跑酷，他也全心投入推廣運動。

有二十三年歷史的台中市南屯區豐樂公園，除了擁有許多大型的雕塑裝置藝術作品外，近來經過大改造，今年中啟用的「跑酷」(parkour)練習場，更將運動與環境結合，提供安全活動場域，讓充滿活力的年輕朋友在此跳上跳下，盡情享受挑戰自我，體驗「跑酷」運動樂趣。

戶外專門場地 吸引玩家朝聖

豐樂雕塑公園是台中市的大型主題公園之一，同時也是全台唯一的戶外跑酷場，許多台灣的極限運動愛好者，都專程跑來台中「朝聖」，讓假日的豐樂公園顯得更熱鬧。

「跑酷不是只會跳大樓，其實是老少咸宜的運動。」跑酷教練關宇辰介紹，跑酷是一種城市運動，玩家將矮牆、欄杆等城市建築設施，當作障礙訓練場地，運用肢體能力來跨越障礙物。他說：「練習跑酷不僅可以提升身心能力、克服心中的恐懼，將跑酷運動的精神帶入日常生活中，還能健全身心發展。」

關宇辰強調，跑酷影片中好手在大樓間，穿過來跳過去，這只是跑酷長期下來，累積出的一種成果，但並不是每個跑酷玩家都要跳大樓，「我從事跑酷七年，都還沒跳過耶！」他說，扎實的跑酷訓練，光是平地跳躍大概就需要二年時間訓練。

自稱以前是「宅男」的跑酷教練關宇辰，本身是土生土長的台中人，升上光華高工一年級後，因為進入一個新的環境，想要改變自己的生活，先學街舞，再接觸跑酷運動，從此開始愛上戶外運動。

關宇辰從事跑酷運動至今已七年，他說這項運動不但改變自己的個性，克服害羞的



↑豐樂雕塑公園不只是台中大型主題公園之一，也是全台唯一擁有跑酷練習場的公園。

性格，也慢慢靠自己的熱情召集一群跑酷同好，這一年來開始專職擔任跑酷教練，讓更多人接觸這項運動。

「我常以自己過去是『宅男』的故事來鼓勵學生。」關宇辰坦言，他的跑酷學生職業很多元，除了大學生，還有更多都是上班族，利用下班後的時間來練跑酷。當中有一位水電工學生，因為工作要爬上爬下，想來練跑酷，利用跑跳鍛鍊克服他工作爬高時的恐懼。

有助改善體態 長者也可訓練

關宇辰表示，認識自己的身體是投入跑酷運動的第一步，以男生為例，要知道自己能跳多遠？最簡單的方式是以平常走路的步伐，量測六步，這就是跳躍的最遠距離。循序漸進訓練，跑酷還可以改善姿勢體態，國外更鼓勵老人從事跑酷，不但可以維持體能，更被當作是復健的一項運動。

同樣與關宇辰熱愛跑酷運動及從事推廣的張郡庭，她的先生是荷蘭人，在國外有六年的跑酷教學經驗，在荷蘭成立非營利組織，也跟當地的舞蹈工作室合作，規劃跑酷教學計畫。因緣際會之下，她跟先生在台中成立「跑酷人創意事業有限公司」，推廣跑酷運動。

張郡庭提到，三年前台中的跑酷玩家不



← 豐樂雕塑公園的跑酷練習場可以見到不少年輕人跑跳穿梭。(台中市政府提供)

到三十人，主要是對跑酷有興趣的民眾，會相約到公園練習。去年她的跑酷推廣團隊成立，提供一系列課程，加上今年7月25日豐樂公園的跑酷練習場正式啟用，讓台中喜愛跑酷的人士增加，活躍玩家超過六十人，相關參與人士更超過二百人，目前還有國中小邀請她到學校開設講座，讓更多人認識這項活動。

氣候空間宜人 帶動旅遊經濟

談到台中市發展跑酷運動有哪些優勢？

張郡庭強調，最大優勢就是氣候，北部常下雨，南部又太炎熱，台中市氣候宜人，是美國有線電視新聞網CNN認證的「宜居城市」，不常下雨，適合從事跑酷這樣的戶外運動。

其次，台中土地大、公園也大，很適合需要有寬闊空間的跑酷玩家跳躍與奔跑。張郡庭說，台中還有另外一項優勢，就是民眾生活步調緩慢，夥伴練習跑酷時，常常看到周遭民眾投以一種欣賞的眼光，讓夥伴更努力練習。每每精采跳躍時，民眾還會鼓掌叫好，這時候團隊會把握機會，主動介紹跑酷

→關宇辰透過跑酷運動重新認識自己，並透過運動增添自我信心與鍛鍊體力。



背後扎實的訓練過程，讓台中市民近一步認識跑酷運動。

強調尊重精神 推廣成效頗佳

張郡庭強調，跑酷精神是尊重自己、尊重他人、尊重場地，練習前要確認周遭環境，練習後也要整理環境，維持整潔，讓下一個跑酷同好也可以享受良好的場地。目前她的

團隊每個月都會利用週末舉辦推廣活動，每次大約都有二十幾人參與，平常日晚上會有同好來豐樂公園練習，藉由推廣活動，讓台中的跑酷參與者，年齡層從三年前的十六歲至二十五歲，擴大為九歲至四十歲，有逐漸發展成全民運動的態勢。

台中市政府盤點全市公園，並進行老舊設施改建，其中豐樂雕塑公園汰換塑膠遊具，興建全台首座戶外跑酷練習場。市長林佳龍表示，豐樂雕塑公園是市中心很重要的公園，主要以雕塑地景及運動空間為主，但有些設施老舊毀損，經過市府改造後，新增跑酷設施，宣告台灣第一個跑酷公園在台中誕生。

市長林佳龍說，他上任後發現台中人均擁有綠地面積位居六都之末，經過裸露地綠美化，老舊公園重新改建，也逐一將全市三百七十座公園塑膠遊具汰換為磨石子感官遊具，目前台中市民人均擁有綠地在六都及全國皆躍居第二，讓市民盡享綠意。



↑張郡庭(左)與關宇辰都因熱愛跑酷運動，成為台中跑酷運動推廣者。

我的青春城市系列三 台中百貨公司興衰地圖



(取自台中廣三SOGO百貨臉書)

剛到台中的時候，正趕上市區向西發展的年代，火車站附近的舊市區，明顯開始衰落，中正路為了要不要恢復雙向車道吵成一團，自由路的太陽餅店有點失去風采，舊市區的遠東、龍心等老百貨公司都是慘澹經營，整個市區可以說是陳舊異常、欲振乏力。

那時，中港路上的廣三SOGO，和三民路的中友百貨，是最熱門的兩家百貨公司。廣三

SOGO附近還開了「大廣三」賣場，西區從科博館一直到美術館的綠園道，大受市民歡迎。

那些在舊城的周末日常

書呆子的我比較少去SOGO，週末假日，會騎很遠的車，到中友的誠品看書。那時候台中也只有這麼一家誠品，規模很大，假日下午到百貨公司吹冷氣看書，然後到一中街

吃「豐仁冰」，好像成為週末的日常。

一中街有很多補習班，再加上規模超大的中友百貨在此，那裡也算是台中假日最熱鬧的所在。只是這樣的人潮似乎沒辦法擴散出去，在這每週的日常期間，附近的遠東百貨、龍心百貨紛紛倒閉，特賣會上我也去湊了一陣熱鬧，但確實是深深感受到引進日式管理的SOGO、中友百貨，無論是裡面賣的東西、管理和服務的品質，都勝過傳統台灣百貨老店不少。

龍心百貨收掉後開了台中第二家誠品，規模比中友稍微小一點，但書種也還算一應俱全，因此也成為我週末常鬼混的地方。龍心附近是台中的電子街，我記得巷子裡面有一家木瓜牛奶，味道很好，週末假日逛完書店，去喝一杯木瓜牛奶，似乎也成為日常的習慣。

舊城今昔變化依舊精采

大四那年中港路連續開了「SOGO二館」和「大丸」兩間百貨，SOGO二館開幕當天，台中縣市所有的地方人士幾乎全員到齊，冠蓋雲集，給足了後來失意入獄，當時卻是政商當紅炸子雞的老闆面子。那陣子老闆娶了自家專櫃小姐為妻，也一時傳為美談。

只是好景不常，隨著市區快速的往西邊移動，朝馬附近開了超大規模的新光三越，和老虎城、衣蝶等大型百貨公司、購物中心，吸引了性喜新奇的民眾注意，也讓市區的百貨一時面臨生意不佳、必須收攤的經營困境。

原來舊市區的百貨更不用講，因為公路

運輸的中心在朝馬，火車站附近快速沒落。火車站旁開幕不久，造型奇特，卻因為火警而陷入難關的金沙百貨，倒閉後沉寂了很長一段時間。不遠處的第一廣場，雖充滿有活力的移工，但市民們卻不太喜歡前往。

後來高鐵通了車，火車站周邊更是雪上加霜，繁榮不再。當然，也不是沒有人發現市區西移造成舊市區掏空的嚴重性。這幾年，顧慮到中西區的衰落，「綠園道」因此改名「草悟道」重新出發，曾一時風華最後倒閉的「大廣三」賣給了勤美建設，開了另一間超大型的誠品商場，讓市民廣場的假日再一次成為人氣景點。

2014年政黨輪替後，新市府矢言要重振市區，先後整治了柳川、綠川，讓凋敝的市區有重新找回特色，振作起來的機會，偏移的都市發展軸線再一次找回平衡。綠川的遊客回來了、第一廣場的移工開始成為地方發展的新特色，連金沙百貨都將以全新面貌迎接台中新火車站的旅客，第六市場遷移到舊的大丸百貨內，也幫沒落了一陣子的西區重新上了色。偶爾回到台中，終於又有理由，再回到青春時代常駐足的地方，嗅聞到當年的青春，殘留下的氣味。



李拓梓

一直想當專欄作家的公共事務工作者，希望讓大家知道政治的日常和其他事情差不多，也有旺季淡季、也有喜怒哀樂色香味觸法。



幸福城市進化論

台中打造宜居城市，
從「幼有所長」到「老有所終」；
從「托育一條龍」到「托老一條龍」；
幸福城市進化論就從此刻開始。



「少子化是國安問題，政府應該促進更好的托育環境。」這是台中市長林佳龍多次與居家托育人員舉行座談時特別強調的；關懷據點、長青學苑及敬老愛心卡，則是鼓勵長輩們多出門，重新開啟與社會的連結，讓晚年退休後的生活更加充實快樂。

從「幼有所長」到「老有所終」，創造人口晉升全國第二大城的佳績，台中市做對了什麼？台中市政府社會局長呂建德強調，從「托育一條龍」到「托老一條龍」，台中有能力成為宜人宜居的「生活首都」。

「台中經驗已成了全國示範！」呂建德說，中央於8月推動上路的「準公共化托育政策」，就是以台中托育一條龍模式作為藍圖。不過，中央政策僅適用零至二歲，而台中市則是零至六歲幼兒都受惠，創造「家長」、「孩子」、「幼教界」三贏局面，還吸引外縣市移居台中享福利。

示範城市 台中育兒好放心

「台中是宜居城市，要讓孩子安心成長！」呂建德表示，市長林佳龍上任後發現，



↑台中市托育福利政策完善，儼然成為全國示範。

原有托育政策並不完備，托育市場價格混亂，品質良莠不齊，年輕人擔心負擔不起，甚至擔心生兒育女的負擔過重，於是市府推動「托育一條龍」，從需求面與供給面雙管齊下，提升托育市場的質與量。

以需求面來說，藉由托育補助及托育平價化，有效減輕家長負擔。呂建德說明，零至二歲幼兒送私立托嬰中心或居家保母照顧，一般家庭每人每月可獲中央與地方各補助新台幣3,000元，條件是送托的私托與保母必須簽訂協力合約，接受分區價格管制，平均收費標準約為1萬3,000元，相較於鄰近縣市的收費標準已屬平價。所以，扣抵補助的6,000元，家長自行負擔7,000元，提高爸媽們的送托意願。

「即使中央準公共化托育政策上路，台中的一條龍政策依舊『完勝』。」呂建德自信地說，因為除了零至二歲托育補助與中央同步，台中獨有的優惠還包括二至三歲幼兒送到托嬰中心，以及二至六歲幼兒居家保母照顧，市府都給予托育補助每月3,000元。

呂建德說，中央補助零至二歲的弱勢家庭，每月2,500到5,000元補助，市府增加二



↑台中市政府積極打造完善托育環境，要讓孩子們健康快樂長大。

↓台中市規劃托育政策，不只要孩子、父母受惠，連托育人員勞動條件也需一併納入計畫改善。



至六歲每月3,000元育兒津貼。另外，今年二至四歲幼童就讀私立幼兒園，中央不補助，台中市「補缺口」，每學期最高補助1萬5,000元，與中央無縫接軌，讓零至六歲都可享有一條龍補助，發揮一加一大於二的效益。

至於供給面的成績更亮麗。呂建德說，數字會說話，由於托育負擔減輕，家長都樂於把孩子送托，不用放棄工作，有助托育率提升。三年來，送托的受益幼兒數從8,407人倍增至1萬5,258人。保母工作機會也隨之增加，台中市保母平均收托人數是2.13人，居全國之冠。協力托嬰中心由七十多家成長為一百四十多家，協力居家托育保母數，則由2,909人增加到目前的3,665人，平價保母與托嬰中心涵蓋率，全國最高，成功帶動托育產業發展，也提高年輕爸媽的勞動參與率。

借鏡國際 邁向一區一親子館

呂建德說，值得一提的是，台中市托育政策成效也反映在生育率，根據全國總生育率統計，2017年，台中總生育率1.135‰，高於全國總生育率的1.125‰的平均值。

「托育一條龍」1.0版已完成階段性目標，未來也將再升級為2.0，呂建德透露，社會局已擬定計畫，將運用中央補助結餘經費，擴



↑長青學堂裡的長輩們彼此互相照應。

大公共化供給，包括廣設公托及社區公托家園等，朝向「一區一親子館」目標邁進。

市府也預定10月在東區大智國小及北區太平國小設置兩家社區公托家園，利用閒置校舍改裝，是仿效瑞典的公托新型態，小規模在地化，四名保母照顧十二名寶寶，托育比例1：3，方便民眾就近托育外，也能創造就業機會，讓幼兒獲得更好的照顧。

托育人員 勞動條件更完善

此外，降低托育比例由1：5至1：4，提供幼兒更優質照顧品質；改善托育人員勞動薪資，讓更多優秀年輕人投入教保行列，皆是社會局下個階段的努力要務。呂建德指出，針對教保員與助理教保員相關福利保障，將分階段實施，以教保費900元為例，明年起將調高至1,500元。他強調，優質師資投入幼教，受惠的是孩子，提升教育品質，家長也能減輕負擔，這是最有價值的社會投資！

至於托嬰中心托育人員的薪資結構，公私立標準不一，有些私托一名托育人員要照顧五名幼兒，忙到焦頭爛額，每月薪資22K，哪能奢求優質服務？為此，市府已編列經費，依據準公共化托嬰中心人員投保薪資標準，三年內調薪達到2萬8,800元，要打造台

中市成為友善托育城市，讓年輕夫妻能「安心生、放心養」。

另一方面，台中市人口達280萬人，躍居全台第二大都市，六十五歲以上長者約32萬人，占總人口數的12%，老化程度尚不嚴重。呂建德說，施政貴在防患未然，社會局於2015年度起推動「721托老一條龍」計畫，依台中市老年人口中，七成是健康長者，二成亞健康及輕度失能者，一成中重度失能、失智需長期照顧者的比率，分別提供關懷據點及長青學苑、多功能日間托老中心等照顧服務，維護長者身心健康，預防失能，延緩老化，進而讓失能者能維持最高獨立性功



↑長青學堂空間明亮，提供長輩們學習的新環境。



↑台中長青學堂提供長輩們與社會重新連結與互動的機會。

能，參與社會活動，豐富生活。

「台中市要讓長輩真的幸福！」呂建德表示，要活就要動，為鼓勵老人走出家門，快樂活動，台中市廣設三二八個關懷據點，提供老人健康促進、預防及延緩失能照顧，社區共餐與社會參與服務。

例如，位於南屯區的春社關懷據點，有三十幾名長輩參加，一週三天快樂學習，還能與老朋友話家常，定期做健康管控，七十二歲的林阿嬤笑說：「感覺自己愈來愈年輕。」

鼓勵出門 敬老愛心卡功能擴充

提供長輩「活到老學到老」的長青學苑，更多達七七二班，原本的台中縣長官邸，現已成了「長青元氣學堂」，有專業師資帶領長輩們投入身心機能活化課程；梧棲善水中小學等多處閒置空間，也變身長青快樂學堂，

老少共學，常保青春心態。

除了設置關懷據點提供長輩們與社會重新連結，市府也積極推動老幼共學計畫，透過一起上課學習、共餐，增進彼此交流，相互交換生活經驗，教育局表示，透過專案補助學校推行計畫，從去年的十二所增加至今年的二十八所，希望鼓勵更多長輩走出戶外。

此外，市府也推行敬老愛心卡，呂建德表示，台中市敬老愛心卡累積發卡約31萬2,017張，持卡者每月可享1,000元等值點數，但過去使用率偏低，只有25%。為此市府將敬老愛心卡功能擴充，在全市三十間衛生所、上百間基層診所看診時可折抵部分負擔及掛號費，全市有一千五百輛以上的計程車也能以敬老愛心卡折抵乘車費，目的只有一個，「鼓勵他們多出門，快樂動，活躍老化，身體有不適時，更要及時就醫，才能健康呷百二！」



↑台中托育一條龍，讓台中新手爸媽愈來愈能安心築一個家。

打造友善育兒城市 托育一條龍 爸媽放心拚

台中打造友善育兒環境有成，
公私立托育中心愈辦愈有特色，
家長送托意願提升，
另外也有居家保母托育，
提供市民全方位的托育服務。

托育一條龍政策下，托育平價化是核心價值，以減輕家長負擔。為了照顧弱勢家庭，社會局計畫廣設公托，公設民營是方式之一；在山海屯等托育資源較少地區，已設立五家，沙鹿托嬰中心是其中一間，明年再增大雅托嬰中心，收托對象依序是弱勢、多胞胎、原住民及一般生。

沙鹿托嬰中心位於沙鹿婦幼中心一樓，方便連結二樓托育資源中心，與三樓居家托育中



↑托育中心環境安全，孩子們都能快樂健康成長。

心，能提供家長全方位托育服務。沙鹿托嬰中心主任許貞莉強調，照顧兩歲以下嬰幼兒，不只吃飽睡好、做好安全衛生而已，個別化照顧更重要。她一一介紹中心特色做法：孩子每天入托前，必須洗手、量體溫，檢查口腔，確實做好感染管控，讓家長安心。

循環式托育 培養安全感

其次，這時期的孩子，感官正在發展，最需要安全感與穩定依附關係，沙鹿托嬰中心的循環式托育制，托育員隨著孩子從小班、中班到大班一路照顧，避免升班就換托育員，衝擊孩子依附關係，得一再調適。許貞莉說，幼小孩子有安全感，就能健康快樂好照顧。

走入教室，布置溫馨親切，處處懸掛吸睛的可愛飾品。許貞莉說，教室裡每一種設備都是為孩子階段發展而設置，即所謂個別化照顧。以三個月大的小祈來說，正是視力發展期，小床上的黑白抱枕及吊飾，就可吸引他轉動眼睛，刺激視力發展。

許貞莉說，媽媽懷胎七月時，胎中孩子就聽得到聲音，所以胎教相當重要。相對地，不要小看零歲前孩子不會說話，透過與托育員互動，譬如餵食或幫孩子穿衣服時，

邊做邊說的聲音刺激與辭彙累積，就能給孩子豐富經驗值。哪一天，開口迸出話語，常讓家長驚呼「孩子會說話了！」日後印證，這種教育下的孩子，語言能力特別強。

事實上，不送中心，居家保母也是托育好選擇，家有幼兒的林佩璇表示，受惠「托育一條龍」，生養孩子有補助，還有保母幫忙帶小孩，工作無後顧之憂，「打算再拚一個，兩個恰恰好！」

除了育兒公托外，很多媽媽也會選擇居家保母托育。擔任社工的林佩璇，育有一歲十一個月大幼兒，她現身說法，肯定有證照保母值得信任。林佩璇是「托育一條龍」受惠媽媽，孩子出生兩個月大就送托，每月申領托育補助6,000元。她笑說，奶粉、尿布錢有著落，夫妻負擔減輕很多。

最讓林佩璇肯定的是，與市府簽定協定合約的保母，必須通過身家調查及專業訓練，方能領有證照。此外，居家環境必須通過四十項安全檢查。也就是公部門替家長做了層層把關，確保人員素質與環境安全，讓當媽媽的她，不必放棄工作，也能安心將孩子送托。

台中8間公設民營托嬰中心分布

資料來源：社會局提供



重拾晚年新生活 長輩歡喜上學活力抗老



在高齡社會下，
你我都需要審慎思考未來老後生活，
豐原長青學堂就提供銀髮族們重新學習自我打理，
並透過彼此的陪伴與課程學習，
享受退休後的快樂生活。

↓↑ 豐原長青元氣學堂是一座多功能日間托老中心，陪伴並提供長者多元的學習服務。



豐 原長青元氣學堂提供長者重新學習「自我打理」，進而能協助他人；學堂更增設「社區元氣屋」，規劃系列講座、新手爸媽教室，蹲點社區做到「0至99歲照顧」，落實在地好厝邊。

水水唱跳 自信最重要

豐原長青元氣學堂由彭婉如文教基金會承辦、台中市政府社會局補助，這裡的資深學員個個神采奕奕，阿公、阿嬤穿上最喜歡的服裝、戴上閃亮首飾，開心上課，知道有鏡頭捕捉，連忙走出教室「補妝」，迫不及待展現自信。

學堂的健康促進員（工作人員）笑說，學堂有同齡長者聊天、彼此分享生活經驗，讓輕中度失能、失智的長者們走出與電視相望的寂寥，「這裡能見識到九旬『老玩童』唱歌跳舞的活力！」

日本歌謠樂聲在教室中迴盪，坐在椅子上的學員跟著銀髮有氧律動老師宋淑真口令，不時甩動雙手、抬高雙腳，沒跟上的也不心急，原地休息一下，再打拍子跟著跳。

「學堂裡的課程，長者累了就可以休息，重要的是他們想跟上的心。」宋淑真望著做伸展操的學員，娓娓道來。

宋淑真的父親宋政一也是學堂學員，在



↑長青學堂裡也有提供長者基本的健康檢查服務。



↑長青學堂也會邀請老師，帶著長者運動活絡筋骨。

她眼中，輕度失智的父親原本是「脾氣不好的壞老頭」，透過與學員互動，父親學會克制脾氣，更主動徒步走到學堂上課，這樣的轉變「我們都嚇了一跳！」

學堂位於豐原區原台中縣長官邸，室外有百坪綠茵草地，室內提供肌耐力訓練、銀髮有氧律動等課程，並聘請國立台灣體育運動大學、中國醫藥大學附設醫院復健科、護理師等專業人員指導。

轉換思維 同理他人心

日前，九十歲的張雪貞阿嬤在課堂中不慎跌倒，引起一陣騷動，蔣月嬌阿嬤立即拿出隨身藥膏幫忙擦藥，另外三名阿公、阿嬤小心翼翼地攙扶著張雪貞起身並安撫：「哩丟位痛？（台語：哪裡痛）」、「哩無要緊謀？（台語：妳還好嗎）」，讓承辦的彭婉如文教基金會組長王子勻看見長者展現照顧、同理他人的心，感到欣慰也成就感十足。

八十三歲的洪勝愷阿公因口腔癌術後聲音改變，原本熱愛唱歌的他變得不敢高歌，受到學堂的鼓勵，他找回自信重拾麥克風，人生再度響起了節奏。

王子勻說，學堂鼓勵六十五歲以上獨居、輕中度失能失智長者走出戶外，營運兩年來，健康促進員帶著學員與在地國小、業者互動，長者學習脫離被照顧者思維，讓他們擁有「照顧別人的能力」。



↑長者重新學習自理生活，進而能協助他人。

六十歲還是小弟、小妹 銀髮志工 活躍助老新舞台



↑ 杜邦尾老師帶動活力操，一邊開口唱、一邊比劃動作，活動筋骨。

一座友善的城市，除了有完善的設施硬體與完備的補助政策外，奉獻無私愛心的志工們，更是促成台中成為友善之都的最大動力。

杜邦尾與吳其美是中華傳愛社區服務協會志工，投入關懷據點志工行列十餘年，是長者服務長者的典範。傳愛社工張絲雯表示，志工是社福機構重要人力資源，傳愛志工來自各行各業，他們奉獻愛心服務長輩，是傳愛維持服務品質最大後盾。

台中市人口逾280萬人，六十五歲以上老

人占12%，為了讓銀髮族樂齡樂活，活躍老化，台中市社會局在各區各里廣設社區照顧關懷據點，提供健康促進與社會參與服務。

他上校退役 教活力操

「我很快樂，因為我當志工；我當志工，所以我很快樂。」現年七十二歲，上校退役的



1. 吳其美最擅長數獨，身邊隨時帶著數獨表格幫長輩練腦力，也是健康促進方式。
2. 杜邦尾才華洋溢，一雙手既會彩繪，又擅做童玩小飾品，能文能武，十八般武藝樣樣通。

杜邦尾，是傳愛資深志工，服務時數逾八千個小時。十二年前，他從被照顧的長輩，翻轉成為助人利他的志工，以老助老，在成長付出中再創人生新舞台，人樂己樂。

走進傳愛在北區新興里承辦的關懷據點，一眼望見頭髮花白的杜邦尾，正帶領一群長輩高唱〈愛拚才會贏〉，老人中有高齡九十多歲，也有六十多歲的「小弟、小妹」，他們邊唱邊比劃手語，氣氛相當歡樂。杜邦尾笑說，當年，他就是被這種歡樂氛圍吸引，一腳踏入志工領域，人生有了大翻轉。

杜邦尾憶及往事仍歷歷在目。他說，四十八歲自軍中退役，曾經做過帳管人員，也開過麵包店、小吃店，無論再忙碌，心中總有一個角落無法充實，總是覺得這不是他想過的生活。後來，小吃店經營不善決定關店，待在家中的日子，他更失去目標。直到有一天，杜邦尾路過志工關懷據點，屋內傳出陣陣的歡笑聲像磁鐵般吸引他，「就這樣黏上了」。

初入志工領域，杜邦尾就像一般長輩，接受照顧服務。短短半年，督導陳文齡發現杜邦尾的美術專業與領導能力，引導他轉任志工。匆匆十二年過去了，杜邦尾從付出中學習成長，他懂得放下身段，褪去軍人本色，凡事不再命令式。他力求精進開發活力促進課程，諸如採用隨處可取的紙板，帶領長輩動手做紙蜻蜓與紙陀螺等童玩，鑽研彩繪石頭，設計健身操，餘暇時還會騎機車送餐給獨居長輩，全心投入，就為帶給長輩溫暖充實的生活。

杜邦尾說，志工生涯讓他體悟有能力幫助別人，是多麼幸福的事。付出多，成長大，教學相長，「志工」頭銜給了他人生新舞台，讓他盡情揮灑滿腔熱情，內心缺角補滿了，人生也有了不一樣的觀點。長輩都稱杜邦尾一聲「杜老師」，他說那是至高榮耀，鞭策他好還要更好，不能辜負長輩期盼，這成了杜邦尾人生新方向。有了奮進動力，杜邦尾說他天天過得更起勁，難怪會把「我很快樂，因為我當志工」當成座右銘。

她教師退休 帶玩數獨

現年六十七歲的吳其美是國小教師退休，在傳愛當志工十餘年，最擅長帶領長輩藉由「數獨」遊戲活化腦力。吳其美說，數獨是一種數字排列邏輯，「要觀前看後，填對了，後面就愈來愈順暢」，這何嘗不是人生道理。吳其美常會藉由與長輩互動，開導鼓勵他們。「老人家偶爾會喪氣，失去價值感，更需要鼓勵」，看到長輩將她教的數獨，編入數來寶，讓她超開心。

在長輩心目中，吳其美是人生導師，充滿智慧。吳其美卻謙虛地說，自己只是小螺絲，「哪裡鬆了，就給鎖緊」。她是行動派，總愛幫忙阿公、阿嬤們打理門面，指導生活習慣。吳其美說，每次看到長輩打扮得清清爽爽來上課，就讓她覺得付出有了代價，因為，能走出門的長輩就能常保活力健康，這是關懷據點設立的最終目標。

↓吳其美是志工老師，示範桌遊競技規則讓長輩了解。



台中文學獎 迸發在地創造力

打造百花齊放文化城



2018台中文學獎以「文學書寫，百花齊放」為主題，象徵著文學在台中生根茁壯。

→本屆文學貢獻獎得主周芬伶，在台中執教數十年，更經常在國內外演講，推廣文學教育。（台中市政府提供）



第七屆台中文學獎近日揭曉，頒發小說、散文、新詩、童話等多項文學創作獎，涵蓋國、台、客語和不同年齡的六十九位得獎者。投稿量更多達千件，有來自港澳、新加坡、馬來西亞、日本等地的作品，也有受刑人用文學的方式訴說另一種人生風貌，題材多元，展現台中文學蓬勃發展的盛況。

市長林佳龍說，這屆台中文學獎以「文學書寫，百花齊放」標語，扣合今年台中一大盛事「2018台中世界花卉博覽會」，也象徵著書寫有如百花齊放，在台中生根茁壯，要以文學軟實力，呼應「台中文化城」的盛名。

青年寫作 耕耘在地文學

台中文學獎的特別之處，在於除了最基本的小說、散文、新詩之外，更充滿童心的童話。為了讓在地學子從小培養閱讀與創作興趣，也專為設籍台中或在台中就讀的學生設立國、高中組散文獎，今年四十歲以下的投稿件數就占了約六成，成果顯著。

台中文學獎也為文壇資深作家設立桂冠，感謝他們為文學的付出。本屆的文學貢獻獎得主為周芬伶，在東海大學執教數十年的她，除了在學校教授文學，甚至在家開講，免費傳授喜愛文學創作的人才寫作進階技藝。周芬伶也經常在國內外演講，推廣文學教育，近年更拓展至戲劇領域，組劇團在國內外演出，促進文化交流。

題材新穎 呈現社會風貌

台中文學獎的特別項目童話類第一名《龜奔術》，取材自大家熟悉的《龜兔賽跑》，加入作者新的思維與啟示。整篇故事安排緊湊，情節曲折多變，充滿戲劇張力，因而獲得首獎殊榮。得獎者王昭偉也感謝台中文學獎一直將童話列為文學獎的比賽項目之一，為兒童文學的創作者搭建了一座屹立不搖的舞台。

在選材方面，評審宇文正觀察這次的散文作品中，有極高的比例是以父親為主題，和過往以阿嬤、母親為首的母性書寫有所不同。此外，也不乏對銀髮族、退休族深刻關懷的作品，可從中看見台灣邁向老年社會的明顯脈絡。

另外，新住民也是本屆投稿作品中重要的題材之一。青少年散文類高中職組第一名王曉珍的《還在》，以對話方式的寫作手法，從新住民第二代視角書寫一名印尼女孩如何成為台灣母親，令人印象深刻。

評審劉克襄說，這屆青少年散文類高中職組的作品水準，比起過去高出許多，不僅類型更多樣，文學技巧的運用也更成熟，希望今年這樣的豐收能夠延續下去，期待未來有更多人以文字記錄人生和土地，為在地文學深耕努力。

藝術創作走入住民生活

安康社宅採集物件 構築家的想像



「家常對話」活動中，邀請住民一起加入公共藝術創作，創造專屬社區居民的共同回憶。(好伴社計提供)

← 藝術家與住民們花費兩個月的時間，終於完成《物件之島》的木造主體。(好伴社計提供)



豐原 原安康段社會住宅是台中首棟社宅，於去年底落成。今年春天，兩百戶的居民陸續入住，還有許多藝術創作計畫悄悄走入社區。

為了美化公共建築及環境，有別於多數公共空間擺放永久性的大型裝置藝術，例如車站、校園內常見的雕塑、畫作等，位於住宅社區中的公共藝術，還能有什麼不一樣的可能？

採集記憶 連結生活想像

為豐原社宅注入公共藝術計畫的「好伴社計」團隊認為，每一個家都有不同的個性與樣貌，人們一邊安頓自己的家，一邊透過人與人之間的連結與包容，找到和群體一同生活的節奏。營運長張珮綺說，我們以「家常對話」為題，將藝術作為媒介，讓住民能在日常生活中，透過開放式的藝術創作，邀請大家一起構築對「家」的想像，同時也能促進居民彼此間交流，從原本陌生的彼此，轉而熟悉熱絡。

在「家常對話」系列活動中，除了邀請居民透過繪製理想居家的平面圖，聊起過去的搬家經驗，及對於新生活的想像，舒緩搬家的疲累感。藝術團隊與空間規劃者也走進不同的家中，一同整理布置、採集家中的記憶物件，這些物品看似平凡，背後代表的卻是每一個家裡認真守護的回憶及家人。

歷經一年的設計、半年的製作期，集結眾人之力完成的藝術作品《物件之島》，就設置在安康社區公共空間，由好伴社計、AHA台灣義築協會、大安高工、南港高工師生共

同設計雛形，邀請居民共享創作，參與年齡從十幾歲到六、七十歲都有，甚至許多社區外的市民也一同加入。

彙整創作 辦展訴說心意

仔細端倪《物件之島》作品，可以看見上頭掛滿各種農藝、廚藝、工藝等等的家庭常見生活工具，每一個工具，其實也都代表著民眾心中那一段獨特回憶。例如作品上掛著的一個打蛋器，正是一位住民思念母親的方式，也是當年母親鼓勵他踏入烘焙業的期許與禮物。

《物件之島》除了滿載各種回憶外，藝術家陳珈汝也邀請居民創作物件的手繪稿，將其生命故事轉製為玻璃珠壓克力磚，鑲嵌於作品上，使作品成為乘載生命故事的島嶼。

這次系列活動中，除了舉辦創作工作坊、邀請社宅居民、社區鄰里及更多市民，運用《物件之島》上的農藝、廚藝、手藝、工藝物件，創作出以回溯記憶、傳遞心意，或者展現生命、建構理想的作品。

此外，也將前一階段駐點創作的歷程彙整為展覽，訴說家戶中獨特的物件故事，10月20日至10月28日在安康好客廳展出。10月20日的開幕活動，有駐點創作分享會、故事劇場表演、豐原社宅公共藝術創作計畫紀錄片首映，傾聽一個個深刻的家戶故事。夜晚則是Potluck Party 派樂日，可以帶自己的晚餐，找個舒適的角落，搭配自己喜愛的點心，和朋友、鄰居一起度過歡快而深刻的時光。

↓ 住民們親筆繪出心目中對「家」的美好想像。(好伴社計提供)



掃描看更多



↑↓花博卡主視覺以外型好似花生的繽紛色塊，搭配象徵市樹五葉松和市花山櫻花的幾何圖樣，如同好事不斷在「花」生。(台中市政府提供)



逾2,800家商店讓利
花博卡
吃喝玩樂遊台中



台中花博特約商店超過2,800家，市府舉行盛大的優惠開跑記者會。(台中市政府提供)

台 中市民專屬的「花博卡」申請人數已突破130萬張，從9月3日起凡是台中市民攜帶身分證到各區公所申請，均可隨到隨辦並領卡；花博卡除了在展期期間享有免費一日參觀花博各個園區外，包括公有停車場停車費五折、搭乘公車10公里免費、兩千多家特約商店的優惠均已啟動！

一卡便利 百萬市民申辦

台中市政府交通局長王義川表示，由於

花博卡集各項優惠與便利於一卡，開放申辦以來市民熱烈回響，創下全國申辦單一記名票卡最快達成百萬張的紀錄，累計申請數已超過130萬張。

如不便親自申請者，也可事先填妥花博卡申請同意書後，連同個人身分證委託親友（受託人亦須出示身分證）至區公所臨櫃申辦。若申請人未滿二十歲，仍須經法定代理人同意，並請法定代理人於花博卡申請同意書親自簽名，且攜帶設籍台中市的身分證，才得辦理。

花博卡的優惠繁多，在今年11月3日至明年4月24日的花博展出期間，市民憑著花博卡可享受一日免費參觀花博園區，且當日不限次數的專屬優惠，就算之後再入園也有半價優待。

有吃有玩 還能集點抽獎

目前已經有超過2,800家特約商店加入提供優惠的行列，涵蓋食衣住行育樂各領域。此外，市府11月將推出集點抽大獎的活動，只要以花博門票憑證或花博卡，上花博官網連結活動網頁登入取得QR code，於花博特約商店消費時出示QR code，讓店家掃描就能集點，同一店家每天可得一點，十點就能參加抽獎，有機會抽到汽車、台灣到越南來回機票、平板電腦以及手機等豐厚獎品，每個月同時也會抽出數百名幸運民眾，提供禮券等獎品。

更多特約商店優惠詳情請上2018台中世界花卉博覽會官網查詢 (<https://goo.gl/2dfvad>)。如有花博卡申辦相關問題，可洽市府交通局運輸管理科羅小姐04-2228-9111分機60325。✈



掃描看更多
特約商店

喚起心中的火車時光 鐵道故事館滿載台中回憶



↑台灣鐵道故事館內的電動小火車，是大小朋友的最愛。

→遊客走進故事館時，店員還會吹起木製福笛，「哺哺！」聲就是音樂版的「歡迎光臨！」



走 進台灣鐵道故事館新烏日店，聽到火車鳴笛聲響，彷彿重回舊日時光，喚起許多記憶：是趕火車上學也好，或是要到遠地旅行也好，在人來人往的火車站月台邊聽到「哺哺！」兩聲，就得加快腳步，才能搭上這班車、跟得上這趟旅程。

今年夏天，中台灣的新門戶——台鐵新烏日站與高鐵共構的連通大廳，台灣鐵道故事館旗艦店就在此全新開幕。「哺哺！」的聲音重現，不是來自蒸汽火車頭，而是親切的服務員現場吹給你聽，好似在說「歡迎光臨！」也像是在提醒趕路的旅客們，不妨放慢腳步，細細品味整座城市的獨特氛圍吧！

一點文創 美食引人氣

「我們不是鐵道歷史的創造者，但我們願意虛心學習，致力於鐵道歷史的傳承；我們會盡最大的努力，成為鐵道歷史的那一支『道釘』（註：固定軌道枕木使用）。」負責人何元富說出他的經營理念，「搭乘著幸福列車，讓我們從記憶的老盒子出發，穿越新與舊的年代，裝載生活感動和兒時童趣，悠遊全世界吧！在這裡，每一個停泊都可以變成一個尋找的遊戲。」

高鐵台中站於2006年啟用，當時與之共

構的台鐵新烏日站尚未完工，僅停靠極少數的列車，乘客利用這裡轉乘高鐵，就像是走進一處大型工地，根本不會有人想要停留。直到2012年6月間，內部工程大抵完工，台灣鐵道故事館取得新烏日站文創商場的經營權。那時候平均每天進出站雖已有七千餘人，但因商場經營項目少，且沒有餐飲進駐，多數有消費需求的旅客還是選擇在高鐵大廳，兩處的人氣猶如天壤之別。

今年台鐵將此空間重整，由全家超商取得經營權，韓國鬼怪炸雞 bb.q CHICKEN 在台中市的第一家店就開在這裡，還包括知名的五花馬水餃館、周記港食、周氏蝦捲、綠綠小麥、藍象廷、意思泰等美食餐廳，都與高鐵大廳的餐飲內容有區隔，整個連通道大廳都活絡起來。

一把雨傘 添旅遊回憶

不過在此設點超過五年的台灣鐵道故事館並未撤館，反而因為有濃厚鐵道文化元素，何元富決定把這裡擴大經營成為全台旗

→台灣鐵道故事館旗艦店今夏開幕，展現全新的風貌。





← 追分成功護身符是年輕學子間最受歡迎的紀念品之一。

↓ 火車造型的手機架，是熱賣的文創商品。



↓ 富雨洋傘的親子DIY，讓新烏日站匯聚人氣。



艦店，除了更深度經營鐵道文化相關創意產品，更要加強與在地文創產業的連結，外地遊客走進來時，能夠放慢腳步，細細品味濃濃在地文化。

今年8月14日，台灣鐵道故事館旗艦店全新開幕後，台灣文創旅遊觀光協會主辦的首波異業結盟活動在站內熱鬧登場，上百名親子跟著主辦單位之一的富雨洋傘製傘師傅們學著DIY一把屬於自己的晴雨傘，當天也首度發表傘布變臉秀活動，並提供有意願投入修傘技藝的待業人士及二度就業者職訓機會。

不過，「傘」和「鐵道文化」又是如何產生連結？

台灣文創旅遊觀光協會是由剛從交通部觀光局參山國家風景管理處退休的課長劉瑞卿發起。她說，這個構想源自於台灣鐵道故事館老闆何元富，何老闆發現新北市的猴硐火車站附近雨傘賣得特別好，因為那裡全年有大半時間都在下雨，遊客買傘只為了少淋雨，很多人返程上火車前就隨手丟棄了，很可惜，因為「傘」並不是消耗品，有時反而是很好的旅遊記憶，於是有了「一座車站、一把傘、一個故事」的構想。

劉瑞卿說，正巧位在彰化縣秀水鄉的富雨洋傘公司，這幾年積極投入與在地有高度連結的文創開發，例如谷關七雄是台中知名



鐵道故事館裡面還有一個大型鐵道車站模型，歡迎民眾參觀，一起感受舊時車站時光。

的登山景點，富雨也與當地企業合作，開發出谷關七雄傘，現在還打算與合歡山松雪樓餐廳合作，推出可以兼做登山杖的傘，傘布就用合歡山景。

一個車班 多點在地味

富雨洋傘公司經理林乃瑜說，「一座車站，不只是一座車站，有機會到了某座車站，可以藉由短暫的轉車時間，或是更放慢腳步，多等一班車的時間，就可以多了解一些在地的文化，也是值得的。」

富雨洋傘的理念，與台灣鐵道故事館負責人何元富不謀而合，「我希望能進駐這裡的

商品，要以台灣製造、文化創意為定位，能融合地方文化特色者主。」所以目前在鐵道故事館內，設有文創商品展示專區，包括台灣玻璃館、魔菇部落、台灣優格餅乾學院、黑狗兄襪子工廠、元明太陽餅、東光制服、米樂米粉等，絕大多數都是中部的在地企業，現階段只有「展示」，並未販售，目的只是要外地遊客能藉由這個平台對中部在地文創產業有多一分關注。

不論您是把台中站當成起點或終點，還是要再轉乘其他交通工具到另一個城市，在這裡，您可以多留點時間給自己，多認識一下「台中」這個正在崛起的城市。✈

十六歲從雜工做起 呂昱辰描出餐飲王國藍圖



↑呂昱辰十六歲即出社會在餐飲業工作，一路走來至今終於圓夢創業。



←呂昱辰第一家開設的手作壽司店，是他餐飲王國藍圖夢想的第一步。(呂昱辰提供)

當年十六歲的呂昱辰沒有你我記憶中的青春歡樂校園生活，只有為了生活努力打拚工作，靠著在餐飲界的十年累積，一路走來至今，為自己畫下一個餐飲王國藍圖。



1 987年生的呂昱辰，才三十一歲已是三家餐廳的總監，今年底要再展店兩家。一般人乍聽，直覺會將他歸類為「靠爸族」，靠父母資金創業。事實上，呂昱辰十六歲失怙後，即輟學在日本料理店當小雜工，十年餐飲業的養成歷練，練就一手好廚藝。二十六歲那年，為一圓「善待員工，幸福料理」創業初衷，他放棄餐廳大廚職位，從黃昏市場擺攤做起。一步一腳印，憑著幸福美味征服客人的胃，為自己開創燦爛餐飲人生。

起早睡晚 偷看偷學撇步

呂昱辰出生霧峰區，家境清寒，父母相繼過世後，僅有高一學歷的他，頓失依靠，只能靠打工自食其力。呂昱辰回憶，當時在一家日本料理店當雜工，包辦所有備料、洗碗及打掃的工作，一天工作逾十二個小時，雖然工作辛苦，但擔心丟了工作沒飯吃的他，天天咬牙苦撐，想學藝也只能偷看偷學。

呂昱辰說，在日式料理店當半年的雜工生涯，雖然學不到扎實的手藝，卻為日後職涯指引出明確方向，之後他輾轉於飯店、餐



↑ 呂昱辰店內的壽司像藝術創作，視覺、味覺雙享受。(呂昱辰提供)

廳工作累積經驗，但卻也始終專攻和風料理。前後十年的歷練，累積出豐沛實力，但他卻不諱言一路走來「不容易」，諸如師傅藏私不帶人，餐飲業名為責任制，其實是變相壓榨勞力，工作逾十四個小時是常有的事，他吃足苦頭，在一次嚴重挫折中，一度萌生退意。

那時呂昱辰剛退伍，在一家餐廳負責日式料理蒸台工作，主廚做事嚴苛，幾乎天天挑剔他動作慢、效率低，感覺怎麼做都不如主廚心意。呂昱辰說，當年的他年輕氣盛，差點想掉頭走人，但不服輸的個性也讓他轉念，決定做出成績讓主廚刮目相看。自此，他天天起早睡晚，公司規定八點半上工，他



↑ 臭臭鍋物由老屋改建而成，店內格局溫馨，讓人有回到家的幸福感。



↑ 店內裝潢一點也不馬虎，走日式復古風格。

七點就來準備前置作業，花比別人更多時間仔細做，主廚暗自觀察半年，終於認同他的付出。後來主廚跳槽到市區大飯店，連他也一起帶走。

市場起家 捏壽司換幸福

「員工是伙伴，不是賺錢機器！」走過十年辛苦路，呂昱辰對此有深刻體悟，也立志「有朝一日創業當老闆，要善待員工。」

二十六歲那年，呂昱辰自認準備好了，就在漢口黃昏市場擺攤賣手作壽司。「怎麼會選擇賣壽司起家？」呂昱辰說，手作壽司的每一個步驟都是工夫，他用心捏就，嚴選最好食材，希望客人吃進嘴裡的每一顆壽司，都能化成幸福滋味，讓客人綻放滿足笑容。而站在壽司吧台，最能直接感受笑容代表的肯定，所以將此做為創業起步。

就這樣，名叫「御閣」的手作壽司亭在黃昏市場開賣。呂昱辰得意地說，食材新鮮又講究，十年累積的精湛手藝，端出的壽司口味變化多，顆顆賞心悅目，客人吃得眉開眼笑，「幸福美食」不脛而傳，生意做得火紅。但好景不長，半年後，隨著黃昏市場經營不善停業，呂昱辰決定將危機當轉機，就此選在梅川東路上開創第一家街邊店。

有了第一家街邊店後，「台中人很愛吃火

鍋！」呂昱辰看好火鍋市場商機，去年底選在逢甲商圈再創第二品牌「裊裊鍋物」。裊裊位於福星路小巷弄裡，老建築新裝潢，木頭為主的元素洋溢溫馨氛圍；為迎合商圈年輕客群，呂昱辰發揮創意，藉由牛、羊、豬等火鍋食材，設計一系列Q版造型圖飾，諸如萌樣的Q版牛圖飾，加註「3秒收手，休息吃我」，提醒客人牛肉不要涮太久，引得客人會心一笑。

講究食材 賣鍋也要賣萌

呂昱辰笑說，設計Q版圖飾，原意只是裝飾美化，卻意外帶來輕鬆歡樂效果，他也始料未及。尤其一些初上門客人，驚喜之餘，常會四處蒐尋牆壁、料理台貼掛的圖畫，例如標榜鮮嫩羊肉的「年輕就是嫩性」羊咩咩圖，還有貼在大門口的「擦個嘴吧，再見」等圖飾，為店裡添了文青風外，萌樣及逗趣話語，常逗樂客人，也成了等待上菜時的消遣樂子。

當然，開店講究的還是食材口味，裊裊鍋物品項多，為方便客人點選，菜單分類設計很用心，包括「千萬別錯過」、「蛤蛤鍋」、



「選個好湯頭」及「和牛老饕也嘴饞」等菜單品項一目了然，又趣味十足。

「莫忘初心，我做到了！」呂昱辰先後創立御閣手作壽司及裊裊鍋物兩個餐飲品牌，五年多來，他視員工如家人，薪水、紅利外，還有獎金及月休八天福利。他說，在這個大家庭沒有尊卑之分，他凡事親力親為帶頭做，帶人也帶心，員工樂在工作，連帶營造出溫馨舒適的用餐環境，客人很喜歡，不少成了主顧客。

呂昱辰創業有成，年底將再展店兩家。事業做再大，他堅持餐飲業是良心事業，「自己不吃的，絕對不給客人吃！」他說，為食安把關是職責，提供新鮮健康美食是心願。他選擇在自己的故鄉創業，鄉親熱情支持是衝刺的養分，創業路才能走得更長遠。有夢最美，但逐夢前要先問自己準備好了嗎？他相信，過去十年的歷練讓他踏穩腳步，才能開創今天局面。

↑店內食材皆為呂昱辰依多年餐飲經驗挑選，並堅持只用「自己也願意吃」的好食材。（呂昱辰提供）



↑呂昱辰突發奇想製作創意標語，讓年輕人到店裡吃鍋，也能藉此打卡宣傳。



現代郵務從此時起 站在臺中郵便局前說老實話



魚夫

自由作家，曾任職於各大平面媒體。現居台南，追求「慢活」生涯，醉心教學、創作與繪畫。





1896年，臺灣總督兒玉源太郎在民政長官後藤新平的力薦下，敦聘英國衛生工程的翹楚威廉巴爾頓 (William Kinninmond Burton, 1856~1899) 來臺擔任總督府衛生工程顧問技師，從事推動臺灣水道水(因自來水是用水道輸送，日文即以「水道」稱自來水)的工程事業，將調查結果製成《衛生工事調查報告書》，他的得意門生濱野彌四郎也獲聘為技師。

巴爾頓是臺灣的自來水之父，現在的臺北、臺中、臺南水道水等，都是由他一手規劃，可惜在1897年1月，巴爾頓為了臺北水源地的探勘，不慎在新店溪上游罹患瘧疾不治身亡。論者謂臺灣公共供水之始從劉銘傳起，其實劉銘傳也不過就是「於臺北北門街(今衡陽路)、石坊街(今博愛路)、西門街等處，開鑿深井供水」這供水當然不是給一般百姓喝的，而是官員專用，但巴爾頓設計的水道水，必須從勘察水源、引水淨水到建設水道等等方能竟功，豈是挖一口井水所能比擬？

日照奠定格狀市街

當初巴爾頓的工作還有一項對臺中貢獻良多，那就是關於都市街廓的設計。巴爾頓和濱野彌四郎師徒二人在1896年來到臺中進行衛生工程調查時，結論建請規劃中的臺中城應採方型格狀市街的設計，其後1900年1月6日日本政府發布第一次市區改正計畫，奠定了日後臺中全城採偏移45度的格子狀市街，街道呈東北西南向與西北東南向的垂直交錯，這使得全體街屋皆能藉由日照殺菌，創造衛生健康的環境。

劉銘傳亦被吹捧為與臺中建城有關。實則劉銘傳當年固然擇定了今南區頂橋仔頭到東大墩一帶，範圍約三分之一的東大墩街，並及整



條新莊仔街而至旱溪西側為界，約於1889年(清光緒15年)的8月起，也遠從上海募集木工與泥水匠，但到了1891年劉銘傳告老返鄉，人去政息，臺中的建城工程從此停歇。

但是劉銘傳的建城規劃可能不符時代需要，日人依市區改正計畫築城後，逐步拆除清領時期的建築，到了1914年就差不多看不到前朝的房子了，街道也完全改觀，景象一新。

一般將臺灣現代郵政之設立也連結到劉銘傳來臺開辦洋務時所建立，夸言劉銘傳也是臺灣郵政之父。實則清領時期官方文書的傳送以傳統「舖遞」為主，1874年因日本牡丹社事件來臺督辦軍務的欽差大使沈葆楨，將舖遞改為「站書館」增設正站、腰站、尖站與宿站等，劉銘傳時期在臺北府設有郵政總局，由綠營兵



←1993年改建的臺中郵局現貌。

行普通郵政。

日治時期的郵政伊始非常艱難，清領時期劉銘傳的鐵路早被破壞，還有霍亂流行、臺灣地形不適郵件遞送等因素，綜觀「野戰郵便」於臺灣施行不到一年，設局二十所，動用郵便部員與郵便吏共120名、腳夫205名，野戰郵便物的受理總數達到1,594,404件，送達數達到2,232,092件，可是其間得風土病死亡或需送回日本國內療養者共約38名，約占全體腳夫的19%，損兵折將的程度很高。

現在的臺中郵局是在日治時期初期係第十九野戰郵便，位於南臺中，1907年的8月於寶町一丁目，也就是現在臺中州廳對面的位址建立新舍，1912年改稱臺中郵便局，到了1933年又改築局舍，這回是鋼筋水泥的現代建築。

圖中我所繪的應是1933年前的模樣，為木構造但建築顏色不明，外觀為和洋混搭，屋瓦為日式燻瓦，中央有座壯麗的老虎窗，左右高低不對稱；圖的右方是臺灣銀行支行，有著華麗的魚鱗瓦，過了馬路便是臺中市役所和臺中州廳，在民權路與市府路交叉口四個角落形成通往臺中車站的入口意象，見證了臺中從傳統聚落邁向現代化都市的過程，雖然已遭拆除，我還是把她畫了出來，重現風華。

勇負責遞送等等，不過劉銘傳是以「清賦」稅收的便利為考量，並非現代郵政制度之規劃。

軍事擴及匯兌儲金

1895年乙未戰爭爆發，日本陸軍大臣大山巖發布「軍事郵便規則」，此即為「野戰郵便」之始，次年簽定馬關條約後，日本野戰郵便先行進入澎湖，於媽宮城澎湖廳總署內設立「混成第一野戰郵便局」，起初主要是以供應戰事需求的軍事文書為主，1895年的7月1日，郵政監察使伊藤重英等人來臺，負責臺灣野戰郵便事務計畫，這就是臺灣現代郵政真正展開歷史新頁的日子，初期以傳遞軍事情報為主，日後也擴及辦理匯兌、儲金等項目，後來因島內反抗勢力日漸偃旗息鼓，軍政還歸民政，實



↑為了讓城市街屋都能日曬殺菌，創造衛生健康環境，當時臺中全城採偏移45度格狀市街設計。（取自維基百科）

挖掘城市音樂性格 台中爵士音樂節樂來樂high



每年10月，台中都沉浸爵士音樂搖擺中。
(取自台中爵士音樂節臉書)



李承育

知名薩克斯風樂手，身兼演奏、指揮專業，長年投入爵士講習教學，擁有豐富教學及演奏經驗，也曾編寫多套爵士相關作品。連續七年擔任台中爵士音樂節青少年爵士大樂團指揮，並針對系列活動提供專業意見。

**台中爵士音樂節舉辦至今已有十六年，
也成為亞洲地區指標性音樂節慶活動，
今年10月再次盛大展演，
不妨相約三五好友一起來台中搖擺吧！**



1. 爵士樂手隨著樂曲節奏撥弦，台下民眾聽覺、視覺都是享受。
(取自台中爵士音樂節臉書)
2. 夜晚中飄揚著爵士聲樂，整座城市都搖擺起來。
(取自台中爵士音樂節臉書)
3. 每年音樂節現場都能吸引大批樂迷朝聖。
(取自台中爵士音樂節臉書)



知 名薩克斯風演奏家李承育，從2004年開始參與台中爵士音樂節，目前是台中爵士音樂節專業顧問。李承育說，台中爵士音樂節幫了台灣爵士音樂環境一個大忙，除了提供國內外樂手交流的舞台，也讓他們能從國際級大師的身上學習到面對音樂、表演的態度。

悠揚十六年 聆聽名家演奏

台中爵士音樂節自2003年開辦迄今已進入第十六個年頭，知名度持續攀升，已成為亞洲地區指標性的音樂節慶活動。李承育說，音樂節若辦得夠久，就能夠「累積」。累積什麼呢？累積名聲、人數及忠誠度，繼而吸引音樂家想來表演。現在看來，台中爵士音樂節已漸漸看出成效，每年都有水準極高的爵士樂手參與演出。

李承育回顧自己首次參加台中爵士音樂節是在2004年，演出地點在豐樂雕塑公園。

當時主辦單位在湖上搭了浮筒舞台，他們就在上面演出，而觀眾就在湖的另一端聆聽，這是一個很有趣的演出經驗。

2007年台中爵士音樂節脫離台中文化季獨立舉辦之後，不管在經費或可變性都增加了，加上台中的樂器產業，於是產生了樂團比賽、青少年爵士樂團培訓等內容，使得活動的規模愈來愈大。三年前，李承育開始接受委託創作，藉此為音樂節累積專屬的音樂作品。李承育說，如果每年一首，經過十年就可以發行一張台中爵士音樂節的專輯，這也是讓台中爵士音樂節的面向更寬廣的積極作為。

台中爵士音樂節隨著舉辦場地規模的擴大，提供更舒適的賞樂環境，相對也看到推廣爵士樂的成效。李承育說，台中爵士音樂節是很成功的城市外交，讓台中與音樂有了連結的文化符號，促使國外音樂家及遊客因此認識台中並愛上它，甚至期待再度造訪。

至於音樂節當中的青少年爵士樂團，透

→去年在台中爵士音樂節沒有聽夠的民眾，今年10月再相揪好友一起來吧。(取自台中爵士音樂節臉書)



過甄選，錄取者將參加培訓課程，接受吹奏技巧的訓練，也將安排校園巡演。李承育說，過去幾年的課程內容著重在傳統的搖擺爵士風格，今年則增加古巴爵士風格，並且委託創作一首〈恰恰恰〉，邀請台灣唯一古巴爵士樂團「Soy la ley」團長徐崇育等名師指導，10月21日將於草悟道小舞台演出。除此之外，今年培訓期間剛好有一個人聲樂團來訪，李承育也將安排雙方交流學習，讓課程變得更有意思，也為學員營造更高的學習動力，創造更多學習成就感。

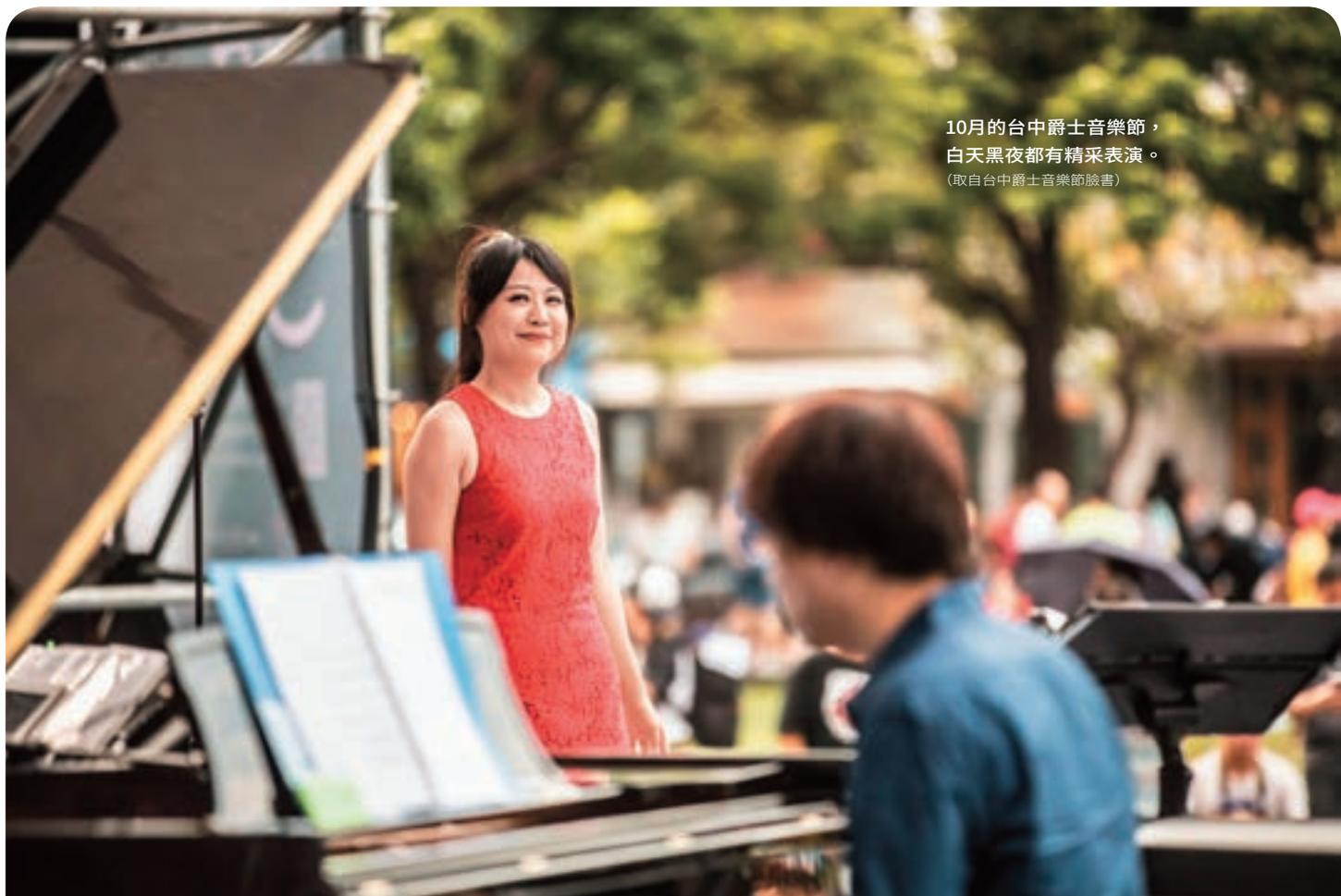
青少年樂團 爵士生根發芽

李承育樂觀看待青少年爵士樂團的發展，他說，每年半數以上的學員都是曾經參加過的，今年更有一位指導老師是過去的學

員，這不但代表青少年爵士樂團的培訓教育是有意義的，也讓推廣爵士音樂的努力得以在此生根發芽。

李承育也談到國外爵士樂發展的情形。他說，爵士樂是一種受眾面頗為廣泛的音樂類型，全世界各地都有爵士音樂節，有室內的，也有戶外的。李承育認為音樂節有個條件就是必須累積夠久，例如美國新港爵士音樂節自1954年開始舉辦，已經超過半世紀，有許多知名的樂手曾經演出過，也吸引很多年輕新秀表演，進而形成一個很好的良性循環。換句話說，歷史悠久的音樂節代表有完善的整體規劃及優良的節目品質，因此建議大家如果想出國參加爵士音樂節，不妨以「歷史悠久」作為優先選擇。

綜觀世界各地的音樂節都有不同的主軸或



10月的台中爵士音樂節，白天黑夜都有精采表演。(取自台中爵士音樂節臉書)



→舞台燈光隨著爵士樂幻化無窮，讓入夜後的台中更精采。(取自台中爵士音樂節臉書)

特性，例如李承育每年3月都會去泰國參加爵士音樂節，就是以教育為主軸，包括舉辦音樂營、音樂會，並邀請美國的爵士音樂家指導、表演。如果大家純粹從聆賞的角度出發，那麼亞洲的爵士音樂節倒是值得推薦給大家，例如爪哇爵士音樂節就是以Fusion（融合爵士）及流行爵士的音樂風格為主軸，大家只要做點功課，一定能找到適合自己的音樂節。

觀光加音樂 花博同步綻放

結合觀光則是長期經營音樂節的重要元素，例如台灣就有旅行社規劃爪哇爵士音樂節的旅遊行程，建議台中爵士音樂節可以借鏡，藉以吸引外國觀光客，不僅可以提高整個城市的國際能見度，觀眾欣賞的水平也會跟著提升。

至於音樂節由官方或民間主辦，差別可能在於收費與否。台中爵士音樂節是由台中市政府主辦，經費來自官方，民眾免費欣賞；爪哇爵士音樂節則是由民間舉辦，為了支撐活動的支出，所以民眾必須付費欣賞，其中的差異性及趣味性也是值得研究的。

再談到日本人對爵士樂狂熱的程度，連



爵士樂原產地美國都感到佩服。今年5月，李承育邀請東京藍調爵士大樂團來台演出，強烈感受到他們演出的水準凌駕許多美國的樂團，甚至他們以日式風格所展現的精準度及整齊度，已經超乎想像。

經過與日本爵士音樂家交流及觀察發現，其實爵士樂本身就是一種文化，種子一旦播下就會發芽，而日本很早就播下爵士樂的種子，甚至出現在作家村上春樹的文學裡，現在也出現在動畫、漫畫裡，可見日本真是一個很熱愛爵士樂的民族。

李承育覺得，國外眾多精彩的爵士音樂節值得推薦，他也認為台中爵士音樂節將一年比一年更好。今年台中爵士音樂節結合世界花卉博覽會，各樂團都將演出與「花」相關的樂曲，歡迎大家10月13日至10月21日攜手參加2018台中爵士音樂節。🌸



←薩克斯風表演，也是台中爵士音樂節絕不能錯過的樂曲項目。(取自台中爵士音樂節臉書)



掃描看更多
台中爵士音樂節
活動

↓ 高齡九十三歲的劉哲基，一路走來在妻子的陪伴下，為台中人製造甜美的記憶味蕾。



歲月裡的甜美記憶 劉麵包廠的「蘋」凡傳奇



↑ 劉麵包廠屹立台中街頭，總是飄來陣陣烘焙香氣。

提起劉麵包廠的「蘋果麵包」，
是伴隨台中人一起走過歲月的好滋味。
儘管是「沒有蘋果的蘋果麵包」，
卻依然火紅半世紀，
平凡中蘊藏著不凡，
如同創辦人劉哲基跌宕起伏的傳奇人生。

高 齡九十三歲的劉哲基，身體健朗，是位充滿活力的長者，至今仍時常現身電視台或電台，行銷自家產品，甚至寫信給美國總統川普，提出解決健康危機建言。他繞著地球飛不停，迫切地想要分享長壽健康之道。有顧客要他「年歲大了，該享福了」，他總笑答：「你的健康就是我的享福。」

看準商機 賣駐台美軍

「萬貫家產不如健康身體」，劉哲基曾飽受病魔纏身之苦，最能體會健康的可貴。劉哲基出生中國北方一個貧苦地方，年少從軍，半生戎馬，曾浴血沙場九死一生，又愛抽菸，不健康的生活習慣，導致患了肺結核險些喪命，在醫院療養六年，健癒歸隊後，即報請以陸軍少校退役。

劉哲基說，他從來沒想過要做生意，只希望有個糊口工作，好友加拿大籍傳教士富力農，建議批購麵包賣給外僑，賺取微薄利潤過生活。這是劉哲基初次接觸麵包生意，沒想到批購來的麵包，竟遭到美軍顧問團醫師質疑衛生不良，經檢驗通報不可食用，沒人敢買。

「塞翁失馬焉知非福！」劉哲基說，軍醫是他的貴人，雖然不准他販賣批購來的麵包，卻也告訴他，只要生產的麵包符合衛生標準，就可以賣給美軍。當時美軍駐守台灣，需要大量麵包當主食，牧師朋友看到商機，建議他何不自己設廠生產麵包？只是，對一個完全不懂麵包的老兵，光是學習技術與籌備資金都是問題。

「有困難才能進步」，這是劉哲基待人處事的信念，他一邊尋找親朋好友小額投資，籌措購買烘焙機具及建廠資金，按照美軍顧



↑方方正正的蘋果麵包，樸實的外表，滋味卻令人難以忘懷。

問團指定的國際標準設廠，一邊在美軍採購人員指導下，依照他們提供的配方，從和麵、烘焙基本功學起，就這樣劉麵包廠 LIU'S BAKERY 順利於1962年誕生，開始供應駐台美軍每日所需的麵包、蛋糕和土司。

憶及往事，劉哲基風趣的說，劉麵包廠的「蘋果麵包沒蘋果，香蕉蛋糕可確實有香蕉」。這款當時供應美軍的香蕉蛋糕，是美軍一位新聞處長的太太教他做的，她把台灣水果香蕉當食材，搗成泥狀和進麵糰烘焙成香蕉蛋糕，一時造成轟動，在黑白電視時代，還曾引來電視台採訪報導，劉麵包廠頓時門庭若市，天天排隊人潮不散。

劉麵包廠的香蕉蛋糕掀風潮，劉麵包廠的土司，更為台灣開創土司整條賣的先河。劉哲基說，在物資缺乏的年代，土司是一片一片販賣的。但美軍重視食品衛生，認為整條土司切片賣，既不衛生，待售的切片土司，水分流失也失了口感，於是要求土司整

↑劉哲基(右二)的好友加拿大籍傳教士富力農，半世紀前訪美歸來，劉哲基親赴車站迎接，獻上大麵包代替花圈舊照，劉伯伯珍藏至今。(劉麵包廠提供)



剛出爐的蘋果麵包黃黃胖胖，香氣四溢。

條販售，不只在台掀起跟風，也因為整條土司必須裝袋販售，一條條包著透明塑膠袋的土司，也為塑膠業創造意外商機。

好景不常，1978年台美斷交，美軍撤離，劉麵包廠的生意一落千丈，夫妻倆一籌莫展。那段麵包賣不出去、資金周轉不過來的日子，與劉哲基胼手胝足打拚的劉太太記憶深刻。她說，為了打開生意通路，她與先生各自開著麵包車，穿梭大街小巷沿街叫賣，「劉麵包來了！劉麵包來了！」劉哲基一口濃濃山東腔的叫賣聲，至今仍是四、五年級生共同的成長記憶。

「蘋果麵包就是那個時代開發出來的！」劉哲基說，美軍撤離，劉麵包廠要面對的是普羅大眾，為了開發更多元麵包品項，他前往日本考察，發現日本有一款脫水麵包，口感扎實，與一般烘烤的軟嫩麵包，風味迥

異。劉哲基回國後，就試著開發上架，最初是跟著日本人取名「脫水麵包」，但名字引不起民眾購買欲望，後來才改名「蘋果麵包」。

命名由來 珍貴的象徵

劉哲基說，蘋果麵包是以小麥胚芽與雞蛋長時間發酵製作，不放香料，沒有添加物，只有添加老麵及水，麵糰要經過多次擀壓，增添彈性再烘烤。剛出爐的時候最好吃，表皮蓬鬆、口感綿密，入口香氣獨特。

→ 劉麵包廠就像轉角巷弄裡那間最樸實的雜貨店，滿載你我最難忘的回憶。



→這裡時光彷彿落
了一拍，員工採
手工方式，包裝
剛出爐的麵包。



↓劉麵包廠的「能
衛康S真蘋果」，
以蘋果果肉入
餡，蘋果麵包終
於名符其實。



只是，吃不到蘋果啊！這是一般人的疑惑。

「蘋果麵包裡沒有蘋果成分啦！」劉哲基爽朗大笑說，那只是一種稀有珍貴象徵。因為，那個年代一般人吃不起蘋果，加上那時飲料「蘋果西打」廣告打很大，搭著順風車，就將那方方正正不起眼的「脫水麵包」，改名「蘋果麵包」，果然一炮而紅，引來絡繹不絕客人排隊購買。劉哲基說，沒有蘋果的蘋果手機夯遍全球，其實早在五十多年前，他就用獨特配方發明沒有蘋果的蘋果麵包。

歲月更迭，劉哲基開發的麵包糕點，品項多樣又好吃，尤其待人親切熱情，客人都稱他「劉伯伯」。劉哲基是位理論家，不斷研發新配方，並在他親自監督下，由師傅動手調麵、發酵及完成烘焙，雙方合作無間。以蘋果麵包為例，半世紀來，經劉哲基開發的新口味，前後已有五種，口味豐富，客人有更多選擇。有意思的是，第五種口味「能衛康S真蘋果」，以蘋果果肉入餡，蘋果麵包終於吃得到蘋果，名符其實了。

「劉伯伯今年高齡九十三歲…」老當益壯的劉哲基，堪稱史上最年長的廣告代言人，十餘年來，他現身說法行銷劉麵包廠產品。這句廣告開場白，台中人自他八十歲聽到現如今九十三歲，早已耳熟能詳，劉哲基只希望「好東西要與好朋友分享」，人人都能像他一樣幸福健康。☁



←劉哲基就像實驗家，不斷開發新口味。

info

劉麵包廠

地址：台中市西區向上路一段2-3號

電話：04-2301-7315

營業時間：週一至週六08：00～22：00，
週日14：00～20：00。

市民首選健康新去處 活力之都讓你動得安心



北區國民運動中心擁有國際級的游泳池，大人小孩都能開心悠游其中。(北區國民運動中心提供)

台中目前已有三座國民運動中心開幕，
另外六座正在興建或規劃中，
台中市長林佳龍日前更宣布，
第十座國民運動中心將落腳海線的清水，
期盼台中成為活力運動都市。



← 游泳池規格符合國際水準，場地相當大。
(北區國民運動中心提供)



← 中心曾舉辦過潛水營隊活動。(北區國民運動中心提供)



↑ 眾多室內課程是不少民眾的運動首選。(北區國民運動中心提供)

台中市北區國民運動中心 一館三池 國際級水泳體驗

北區國民運動中心占地達6萬8,334平方公尺，甚至榮獲建築工程「第十六屆公共工程金質獎」、「銀級綠建築候選證書」以及「合格智慧建築標章」，更因為有亮眼的水藍色水波狀牆面，成為最新的熱門IG打卡景點。

除了一般場館設備，這裡還擁有中部唯一符合國際賽事的游泳館，也是首創「一館三池」的綠建築，除了有長50公尺、寬25公尺的訓練池和長50公尺、寬25公尺及水深2公尺的競賽池外，還有一座長寬各25公尺，深度達5公尺深的跳水池，搭配1、3、5、7、10公尺的跳台，堪稱是「氣勢磅礴」。水質把關也非常重視，採用的是「銅銀離子殺菌系統」，另外也有附設烤箱、蒸氣室、水療池及回溫池等舒適的周邊設施。

此外，如果你是熱愛打籃球的民眾就有

福了，這裡的綜合球場有兩座全場的籃球場，採用的是高防滑、耐磨的PU地板，還有符合國際奧運會比賽使用標準的活動式籃球架，室內空間挑高三層樓，配備智能空調系統及自然採光。桌球室則提供六張比賽級用桌，良好的空間及光線設計，讓大人小孩都能享受桌球刺激的躍動感。

體適能中心除有最受女性朋友喜愛的有氧器材外，更有鍛鍊肌肉不可或缺的多項健身器材，幫助民眾維持體態、精進身材。健身房設有充分的自由訓練區與設備，若想要專業的指導，現場也有教練提供諮詢服務，滿足不同健身習慣的需求。

Info

地址：北區崇德路一段55號

電話：04-2235-6555

開放時間：週一至週日06：00～22：00

↓ 北區國民運動中心舉辦過游泳競賽。(北區國民運動中心提供)



朝馬國民運動中心為台中第一座開幕的運動場館，造型設計非常新穎、現代。(朝馬國民運動中心提供)



台中市朝馬國民運動中心 場地標準 揪團打羽球正夯

朝馬國民運動中心座落在朝馬路與環中路交會處，整體建築採用橘黃色調，活力感十足，但它最吸引人之處，不只是俐落流線型的建築外觀，場館內的各項運動設施也相當多元，吸引不少市民相揪作夥來飆汗運動。

為了擴大使用者的年齡層，讓不同族群的民眾都能盡情使用不同器材與場館設施，中心也特別開設不同的運動研習課程。近年，特別熱門的空中瑜伽，讓民眾透過身體間的平衡與協調訓練，強化肌耐力與雕塑身體線條，或是透過拳擊有氧、飛輪課程等，跟教練一起訓練身體，為自己打造健康體態。

此外，不只提供多元的運動設施，朝馬



↑↓ 朝馬國民運動中心的羽球場達到奧運等級，也會舉辦相關運動賽事。(朝馬國民運動中心提供)



國民運動中心還有一座符合國際賽事標準的羽球場，甚至偶爾也會舉辦運動比賽，不管是相約朋友打場羽球，或是坐在台下觀看一場熱血的比賽，都能提供愛好運動的民眾不同的享受。

運動中心舉辦多項運動賽事，邀請民眾一起熱血運動。(朝馬國民運動中心提供)



Info

地址：西屯區朝貴路199號

電話：04-2253-6789

開放時間：週一至週日06：00~22：00



1. 孩子們開心地在營隊中學習羽球，調皮可愛的個性，在場上也掩蓋不住。(南屯國民運動中心提供)
2. 運動中心也會配合學生修課時間，舉辦相關營隊活動，培養孩子們的運動習慣。(南屯國民運動中心提供)
3. 南屯國民運動中心造型特別，能夠瞬間抓住目光。(南屯國民運動中心提供)



台中市南屯國民運動中心 鄰近社區 公車來往更樂活

南屯國民運動中心緊鄰社區，提供民眾更便利的運動空間，加上附近設有iBike站及公車站點，交通非常便利，就算住在較遠的民眾也可以輕鬆抵達。

這裡除了有基本的運動場館外，籃球場的地板設計採木質地板，可以減緩球員們跑跳時對身體造成的衝擊，有效避免運動傷害，貼心的設計還不只這一個，泳池附設的烤箱和蒸氣設施，還分為男女獨立包廂，避免異性在同一個空間中相處的尷尬情況。

若想參加運動中心開設的課程，常常會發生課程已經開課一段時間而無法報名的情況，為了解決這樣的情況，南屯國民運動中心的課程並不是期別式開課，民眾隨時都可

以報名並開始上課。此外，幼兒、有氧、瑜伽及飛輪系列課程，是以購買堂數方式計算，民眾可以在體驗課程後評估，選擇喜歡的授課老師與方式，為自己打造一個專屬的運動模式。

Info

地址：南屯區黎明路一段998號

電話：04-2382-9120

開放時間：週一至週日06:00~22:00

場館開放時間備註：

週一至週日06:00~22:00（農曆除夕、初一不開放，初二至初五開放時間08:00~17:00；如遇颱風等天災，依照台中市政府公告停止上班上課，暫時不對外開放。）



Top Taichung sports venues for staying in shape

The city of life offers safe, healthy exercise facilities

Taichung currently is home to three large, public sports centers, with six more sports centers on the way. Noting that the 10th sports center will be located in the coastal area, Taichung Mayor Lin Chia-lung has expressed his hope of transforming Taichung into a healthy, energetic city.

→ North District Sports Center offers an international-standard swimming pool, which all are welcome to use. (photos provided by North District Sports Center)





← **Swimming competitions have been held at North District Sports Center.**
(photos provided by North District Sports Center)

movable basketball stands that meet the standards for international Olympic Games. The three-floor-high indoor space is equipped with an AI air conditioning system and the venue makes use of natural light and a mercury lighting system at night.

A table tennis room provides six competition-standard tables and is illuminated by natural sunlight to boost playing enjoyment. Besides aerobic equipment popular among female users, there is a variety muscle-training equipment such as squat racks, Smith grippers, rowing machines, side shoulder lift training machines, rope training machines and thigh pushers, situated in training areas with equipment segregated for different training modes. In order to provide a safe training environment, professional coaches are also available for consultations.

Location: 55, ChongDe Rd, Sec 1, North District

Telephone Number: 04-2235-6555

Hours: 6 a.m. to 10 p.m.

North District Sports Center An international-standard pool invites you to swim

Although this sports center's wave-patterned design makes it an ideal Instagram photo spot, it has also been honored with the 16th Public Construction Golden Quality Award, "Green Building Candidate Certification", and "Intelligent Building" status. The second sports center in Taichung, it cost NT\$900 million to build and occupies a 608,334-square-meter site.

The center is also Taiwan's first center boasting "three pools in one gymnasium", including a 50 x 25 x 2 meter Olympic-size swimming pool, a 25 x 5.5 (depth) diving pool, equipped with 1, 3, 5, 7 and 10 meter diving boards, plus a 50 x 20 meter training pool. Water quality is maintained with the latest copper-silver ionization technology and other facilities include a sauna, water therapy pool, and temperature adjustment pool.

The sports complex has two basketball courts and features anti-slip PU flooring and

↓ **A variety of sports practice sessions are available at North District Sports Center.**
(photos provided by North District Sports Center)



↑ **This spacious venue has international-standard swimming pools.** (photos provided by North District Sports Center)

Chaoma Sports Center is Taichung's first sports center with a lively exterior design.

(photos provided by Chaoma Sports Center)



**Chaoma Sports Center
An international standard
badminton court beckons you to
exercise**

This sports center, located at the intersection of ChaoMa and HuanZhong roads right next to two soccer fields, exudes an atmosphere of warmth and energy with its orange exterior.

In keeping with the slogan of "using the work-out card more and health insurance card less", the center offers sports-related group classes, with popular sessions including aerial yoga, muscle strength training, boxing aerobics, TRX, spinning (stationary bikes), swimming, ball sports, and professional dance.

Badminton is a favorite sport among Taichung residents and the international-standard badminton courts at the center are regularly used for competitions, seminars,



↑ **Chaoma Sports Center's badminton courts meet international Olympic standards and have hosted many competitions.** (photos provided by Chaoma Sports Center)



↑ **Many competitions are held and all are welcome to join.** (photos provided by Chaoma Sports Center)

clubs and individual practice. Since opening about 20 months ago, the courts have been used by a total of 1,238,811 individuals, accounting for 10.13% of the total number of center visitors.

Location:199, ChaoGui Rd, Xitun Dist

Telephone Number: 04-2253-6789

Hours: 6 a.m. to 10 p.m.



← Many lessons are offered at this sports center; children may also join sports camps and develop exercise habits.

(photos provided by Nantun Sports Center)

Nantun Sports Center A hub for the the community and favorite spot for enjoying life

This sports center is situated next to Nantun District's century-old landmarks, Wanhe Temple and Nantun Old Street, and can be conveniently accessed via iBike stations and nearby bus stops.

Its basketball court features wooden flooring with an impact-absorbing design that helps prevent sports injuries. There is also a 15-meter swimming pool for lessons, and sauna and steam rooms, separated into male and female sections. The equipment at the pool and fitness training center are suitable for triathlon training in order to promote this sport.

All of the classes offered here do not have

a strict routine or schedule, allowing anyone to sign up and join at any time. Residents can thereby pick their favorite classes (including children's sessions, aerobics, yoga and spinning) and teachers and pay per lesson. During winter and summer vacations, ball games, swimming and sports camps are organized. Occasionally, charity and teaching groups also offer various lessons and conduct physical fitness testing. 🌬️

Location: 998, LiMing Rd, Sec 1, Nantun Dist

Telephone Number: 04-2382-9120

Hours: 6 a.m. to 10 p.m.

Note:

Hours at all sports centers may be subject to adjustment:

Open Monday to Sunday, 6 a.m. to 10 p.m. (closed for the lunar new year eve and day; open the second to fifth days of the lunar new year 8 a.m. to 5 p.m.). All centers are closed on days off for typhoons or other natural disasters, based on official Taichung City Government work/school stoppage announcements.

Nantun Sports Center's exterior design is simple and clean. (photos provided by Nantun Sports Center)

(photos provided by Nantun Sports Center)



10月活動行事曆

活動名稱	時間/地點	洽詢電話
開卷·開運II—中市圖「借書抽大獎」	即日起至12/31(一) 於台中市立圖書館各分館，詳情請至官網 https://goo.gl/smyckk 查詢。	台中市立圖書館 04-2422-5633
「CC建築館」《真人圖書館》	即日起至12/29(六) 於台中市立圖書館溪西分館，詳情請至官網 https://goo.gl/1t59ox 查詢。	無提供
漫步太陽系特展	即日起至2019/2/17(日) 於國立自然科學博物館，詳情請至官網 https://goo.gl/hcx9Yw 查詢。	國立自然科學博物館 04-2322-6940
矽裡乾坤—水晶與琉璃特展	即日起至12/16(日) 於國立自然科學博物館，詳情請至 https://goo.gl/prXG4M 查詢。	國立自然科學博物館 04-2322-6940
玉里的法國爸爸特展	即日起至11/04(日) 於國立自然科學博物館，詳情請至 https://goo.gl/K4hT8v 查詢。	國立自然科學博物館 04-2322-6940
聯覺共振	即日起至11/18(日) 於國立台灣美術館，詳情請至 https://goo.gl/4Wy23C 查詢。	國立台灣美術館 04-2372-3552
極至體能舞蹈團《舞堂課：藝·數密碼》	10/12(五)、10/13(六) 19:30 於中山堂，詳情請至 https://goo.gl/XkhjTV 查詢。	極至體能舞蹈團 04-2202-4759
2018臺中爵士音樂節	10/14(日) 14:30 於港區藝術中心，需索票入場，詳情請至 https://goo.gl/rBK3Pe 查詢。	04-2207-0976#13 陳先生
《玉山音樂饗宴—維也納少年合唱團》	10/14(日) 19:30 於中山堂，詳情請至 https://goo.gl/BNpT69 查詢。	傳大藝術事業有限公司 02-2771-5676
2018歌劇院巨人系列—明華園戲劇總團 《龍抬頭》《龍逆鱗》王子復仇記 全本	10/20(六) 14:30，上本《龍抬頭》 10/21(日) 14:30，下本《龍逆鱗》 於台中國家歌劇院大劇院，詳情請至 https://goo.gl/TVCbir 查詢。	04-2415-5790
故事工廠《莊子兵法》極·震撼3度加演	10/20(六) 14:30 於中山堂，詳情請至 https://goo.gl/UsLJQM 查詢。	故事工廠 X 夢田文創 02-2911-5600
2018《唱出希望活出愛》 希望兒童合唱團 感恩音樂會	10/20(六) 19:30 於台中國家歌劇院中劇院，詳情請至 https://goo.gl/HbWBX5 查詢。	兩廳院售票系統 04-2208-0128
2018好有藝思表演藝術節— 故事工廠《變聲偵探》	10/20(六) 19:30 於港區藝術中心演藝廳，詳情請至 https://goo.gl/1gQTAU 查詢。	無提供
2018臺中花都藝術季 傑出演藝團隊演出《花漾》	10/20(六) 19:30 於台中國家歌劇院小劇院，詳情請至 https://goo.gl/7ad3YJ 查詢。	0953-810-403 郭小姐
《音樂的繪本 動物樂園 HIGH FIVE ! 管樂團轉!》	10/21(日) 14:30、19:30 於中山堂，詳情請至 https://goo.gl/fECfN4 查詢。	意傑藝術股份有限公司 02-8773-8532

2018花開葫蘆墩藝術節— 如果兒童劇團《你不知道的白雪公主》	10/21 (日) 14:30 於葫蘆墩文化中心演奏廳，詳情請至 https://goo.gl/oFVJAF 查詢。	無提供
《VIVA！義大利經典民謠》	10/24 (三)、10/25 (四) 19:30 於中山堂，詳情請至 https://goo.gl/WvszeK 查詢。	創價文教基金會 02-2888-1777#238
2018臺中花博擴大參與展演活動 《花young65 ³ 》	10/26 (五) 14:00、19:00 於台中國家歌劇院小劇院，詳情請至 https://goo.gl/8wCHXC 查詢。	02-2363-2911 陳小姐
蘋果劇團 《龍宮奇緣—章魚怪盜與飛天船》	10/26 (五) 17:30 於葫蘆墩文化中心演奏廳，詳情請至 https://goo.gl/ts6cft 查詢。	無提供
《悲憫次神的兒女》	10/27 (六) 14:30、19:30；10/28 (日) 14:30 於台中國家歌劇院大劇院，詳情請至 https://goo.gl/ikHvn4 查詢。	02-8772-1867 李先生
2018臺中花都藝術季傑出演藝團隊 演出計畫—台中室內合唱團《幸福·微糖》	10/27 (六) 19:30；10/28 (日) 14:30、19:30 於台中國家歌劇院小劇院，詳情請至 https://goo.gl/q9QiZW 查詢。	0978-589-019 周小姐
相聲瓦舍—我不要演癩蛤蟆	10/27 (六) 14:30、19:30；10/28 (日) 14:30 於中興堂，詳情請至 https://goo.gl/xWVAEZ 查詢。	年代售票系統 02-8665-9703
妙璇舞蹈團【舞墨 Ink】	10/27 (六) 19:30 於中山堂，詳情請至 https://goo.gl/xTp2iE 查詢。	0953-810-403 郭小姐
2018劉家伶吳佳芳四手聯彈 多媒體跨域音樂會	10/28 (日) 14:30 於港區藝術中心演藝廳，此為索票入場，詳情請至 https://goo.gl/JsVi1c	無提供
《一萬小時的蛻變》系列II 穆勒·修特 無伴奏大提琴獨奏會	10/28 (日) 14:30 於台中國家歌劇院中劇院，詳情請至 https://goo.gl/auVpN8 查詢。	04-2260-3977#14 呂先生
再現虹橋-原舞曲文化藝術團	10/28 (日) 14:30~16:00 於屯區藝文中心演藝廳，詳情請至 https://goo.gl/1k3zWA 查詢。	無提供
臺中市國樂團、台北青年國樂團 《花采四季》國樂演奏會	10/28 (日) 19:30 於中山堂，詳情請至 https://goo.gl/Xipo4J 查詢。	臺中市國樂團 0935-410880
2018臺中花都藝術季傑出演藝團隊演出 —微笑唸歌團《山伯英台遊花園》	11/3 (六) 19:30；11/4 (日) 14:00 於葫蘆墩文化中心演奏廳，詳情請至 https://goo.gl/Dn6zdD 查詢。	無提供
2018歌劇院巨人系列—林美虹x奧地利 林茲國家劇院舞團《小美人魚》	11/3 (六)、11/4 (日) 14:30 於台中國家歌劇院大劇院，詳情請至 https://goo.gl/4eoG8u 查詢。	04-2251-1777
2018歌劇院巨人系列— 陶身體劇場《5》&《9》	11/3 (六) 19:30；11/4 (日) 14:30 於台中國家歌劇院中劇院，詳情請至 https://goo.gl/sYeVCA 查詢。	04-2251-1777
2018歌劇院巨人系列— 巴黎市立劇院《圍城》	11/9 (五) 19:30；11/10 (六) 14:30；11/11 (日) 14:30 於台中國家歌劇院中劇院，詳情請至 https://goo.gl/vqXJfX 查詢。	04-2251-1777
陳亞蘭歌仔戲《牛郎織女》	11/9 (五) 19:30；11/10 (六) 15:00；11/11 (日) 15:00 於台中國家歌劇院大劇院，詳情請至 https://goo.gl/kBV8ak 查詢。	02-7721-6955#1
「2018花開葫蘆墩藝術節」—瓊瑤舞蹈團 《豐原的故事-舞動葫蘆墩開開發傳奇》	11/10 (六) 19:30 於葫蘆墩文化中心演奏廳，詳情請至 https://goo.gl/5GSVUG 查詢。	無提供

Q&A: 台中有哪些育兒友善親子館?

台中市推動「一區一親子館」計畫，第一座南屯親子館於2017年8月開幕以來大受歡迎，至今已服務逾四萬人次；2018年再開辦太平、北區、豐原、大里等四座親子館，其他區域也將逐年設置，以一區一親子館為目標，為嬰幼兒及家長營造更優質的親子空間。



↑ 台中市長林佳龍在南屯親子館開幕時，開心地與幼兒們合影。(台中市政府提供)

Q1: 進入親子館，幼兒有年齡限制嗎？

親子館設施為提供學齡前幼兒使用，入館時，提醒家長記得提供孩子的身分證明資料(如健保卡、戶籍謄本等)供工作人員確認。若已超過六歲但還未入學，視同學齡前，一樣可以入館。

Q2: 親子館使用是否需加入會員？不是會員可以入館嗎？

民眾可以到「台中市育兒資源網」首頁點選「會員中心」申請加入會員，包括外縣市或外國遊客亦可申請，目前南屯親子館可接受會員上網預約。未預約的會員可以至現場排隊(目前為二十組)，依序入館，如遇館

內額滿，須等待有名額後方能入館。非會員一樣可以到現場排隊候補入館，也可報名專為非會員舉辦的活動。

Q3: 如果忘記會員密碼怎麼辦？

若登入時發現忘記密碼，可以至網頁的「忘記密碼處」輸入您的會員帳號與原電子信箱，您將會收到系統發出的「重新設定密碼」網址。若仍無法順利登入，也可以聯繫台中市南屯親子館(04-2380-3141)，協助查詢您的帳號與密碼。

Q4: 預約活動有無場次限制？預約後可以取消嗎？

會員在全台中市所有親子館中，同日最多只能預約一個場次。如果要取消，可至該活動單元網頁自行取消預約。

Q5: 什麼情況會列入黑名單？什麼時候才會解除？

預約後達三次未到，未來九十天將無法預約全台中市所有親子館，系統會顯示鎖定到期日，須等到期日隔一天才會解除黑名單，重新累計未到次數。

資料來源：台中市政府社會局



台中育兒資源網

一通電話 全面服務

24小時全年無休，服務窗口一元化。

舉凡市政諮詢、市府活動查詢、陳情申訴、通報派工或是路燈故障、馬路不平、檢舉違規等，都可透過1999尋獲解決管道。前5分鐘免費，公共電話或外縣市撥打則須付費。1999服務專線／台中市1999／外縣市(04) 2220-3585





2018
TAICHUNG
WORLD
FLORA
EXPOSITION
臺中世界花卉博覽會
THE SOUND
OF BLOOMING

展覽
期間

2018.11.03
/
2019.04.24

全台最長水岸花廊 邂逅浪漫花嫁。

2018 臺中世界花卉博覽會 ——
豐原葫蘆墩公園園區
人文。生活。共好



購票快掃我，與我們一同聆聽
花園的聲音

2018臺中世界花卉博覽會

報導

| 展區開放時間 | 週五至週六 09:00-21:00
週日至週四 09:00-19:00

《臺中好生活》訂閱辦法：6期

劃撥帳號：22570434

劃撥戶名：台中市政府新聞局出版品專戶

- 國內—新台幣200元(平寄)
- 亞洲—新台幣485元(航空平寄)
- 香港／澳門—新台幣410元(航空平寄)
- 歐、美、非洲—新台幣550元(航空平寄)
- ◎ 請填妥劃撥單至郵局劃撥訂閱。
- ◎ 通訊欄請註明訂閱起訖期間，並填妥姓名、詳細地址、聯絡電話。
- ◎ 每月15日前(含當日)劃撥者，將收到下期發行的月刊；每月15日後劃撥者，將收到下下期發行的月刊。
- 變更地址請於出刊前10日來電告知，或將「姓名、原地址、新地址與聯絡電話」傳真至本局。
- 讀者專線：(04) 2228-9111分機15211 傳真號碼：(04) 2224-3347
- 線上電子書 ◎ 台中市政府全球資訊網 <http://www.taichung.gov.tw> → 《臺中好生活》

《臺中好生活》免費索閱地點

政府單位

台中市政府文心樓1樓
聯合服務中心
台中州廳
陽明聯合服務中心
台中市各區公所
戶政事務所
地政事務所
台中市立圖書館各分館
台中市各文化中心
台中市政府勞工局
衛生局
就業服務處各就業服務站
勞工局就業服務台

交通運輸

高鐵各站
台鐵火車站：
台中、苗栗、竹南、彰化、斗六、桃園、中壢、宜蘭、新竹火車站
旅遊服務中心：
泰安、西螺、西湖、新營、仁德、關廟服務區(北上、南下)、清水、南投、古坑、東山服務區

商旅、飯店

全國大飯店
金典酒店
長榮桂冠酒店
福華大飯店
裕元花園酒店
永豐棧麗緻酒店
HOTEL ONE
亞緻大飯店
台中公園智選假日飯店
塔木德連鎖商務旅館：
光復館、五權館、公園館、中山館、原德館、一中館
綠柳町文旅
台中商旅
清新溫泉會館

書局

台中鳥日子
P&F 過來旅
新盛橋行旅
誠品書店：
信義旗艦店、敦南總店、板橋店、中壢SOGO店、中友店、勤美園道店、高雄大遠百店、高雄夢時代店
諾貝爾圖書城台中各分店
墊腳石圖書廣場台中旗艦店
東海書苑
瑞成書局
茉莉二手書店
敦煌書局：
中港店、中興營業所
台灣本土文化書局
自己的房間性別書房
三協堂圖書文化廣場
唯讀書店
弘軒書局
榮吉文化廣場
文晁書局
豐原三民書局
新手書店
午後書房
魚麗人文主題書店
藝殿國際圖書

休閒旅遊

日新大戲院
親親戲院
豐源戲院
全球影城
Tiger City 威秀
大遠百威秀
新時代
凱擎
新光影城
華威影城

清水時代戲院
萬代福影城
台中都會公園
東勢林場
月眉觀光糖廠
梨山遊客中心
谷關遊客中心

展演空間

TADA 方舟藝文展演空間
Legacy 台中音樂傳記
Left Art 左邊藝術藝廊
(迴響藝文展演空間)
20 號倉庫
台中國家歌劇院

咖啡館、文創場所

藤竹工坊、享實做樂、想想 Thinkers' corner、5春、老樹咖啡(台中店)、范特喜微創、漢堡巴士、草悟廣場旅客服務中心、目覺咖啡(一店、二店)、默契咖啡、呼嚕咖啡、梨子咖啡台中各分店、Mapper Café 脈搏咖啡館、HOW place 好所在、內巷咖啡、樹兒咖啡、卡勒芙手感咖啡、紅磚橋、卡默咖啡、找路咖啡、無為草堂、MOJO(一店、二店 Retro)、森林旁邊(英才館)、實心裡生活什物店、edia café、窩祇咖啡、丹華茶亭(雙十路)、MonoVilla / 獨墅造啡基、樹兒咖啡、煙燻、老·樣子咖啡雜貨店、圓環咖啡、墨爾本咖啡、老麥 Laomai、出軌咖、自家烘焙咖啡館、Roundabout Café、amazing63、田呷食咖啡、MOT 明日聚落、8C 咖啡(IKEA 商圈、亞洲大學店)、福品創意鮮奶酪、後驛冊店、台中美術園道商圈

詳細免費索閱地點請至「台中市政府新聞局→《臺中好生活》→免費索閱地點」查詢；亦歡迎美髮店、旅行社、社區管委會等事業機構主動致電新聞局《臺中好生活》月刊承辦單位，告知店家名稱及通訊地址，以利月刊寄送至店內供顧客翻閱。



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



展覽
期間

臺灣農業帶給世界的禮物
看見土地情感與智慧。

2018.11.03

2019.04.24

2018 臺中世界花卉博覽會 ——

外埔園區

綠色。生產。共享



購票快掃我，與我們一同聆聽
花開的聲音

2018臺中世界花卉博覽會 搜尋

| 展區開放時間 | 圖 週一至週日 | 09:00-19:00



2018
TAICHUNG
WORLD
FLORA
EXPOSITION
2018.11.03-2019.04.24
聆聽自然的聲音
THE SOUND
OF BLOOMING

展覽
期間

2018.11.03

2019.04.24

在臺中 看見半個地球。

一覽出海口濕地到高海拔森林的生態景象

2018 臺中世界花卉博覽會 ——

后里森林。馬場園區

自然。生態。共生



購票快掃我，與我們一同聆聽
花開的聲音

2018臺中世界花卉博覽會 搜尋

| 展區開放時間 | 週五至週六 09:00-21:00
週日至週四 09:00-19:00