

漾台中

Taichung

| Aug. / Sep. 2023 | No. 26

就是愛鍋烤

越熱越愛吃



Golden Horse
Classic Film Festival

金馬經典
影展

導演全集
奇士勞斯基



Krzysztof
Kieślowski

台中 Taichung
8.02-8.13

指導
單位



主辦
單位



臺中市政府新聞局
Information Bureau of Taichung City Government



購票請至
金馬經典影展
線上售票系統



廣告



火熱人氣拚經濟

鍋烤雙饗 台中獨享

你對台中美食的印象是什麼？是以太陽餅聞名的「糕餅之鄉」，還是珍珠奶茶的發源地？這幾年，台中「美食之都」的形象越來越鮮明，台中飲食文化既蘊含歷史，同時又展現多元創新。

台中擁有許多在地美食，火鍋和燒烤更是許多人來台中遊玩時指名必吃，許多知名品牌都發跡台中，台中的燒肉店家數量更是全台最多，成了另類的「台中之光」。

今年夏天市府以火鍋和燒烤兩大美食霸主動出擊，首度舉辦「台中鍋烤節」，串聯店家共同行銷，邀請民眾選出十大人氣店家，透過美食吸引人潮，把握疫後復甦關鍵時刻、拚經濟，而這也是「2023台中普發現金振興經濟」三部曲的第二部曲。

今年，市府從5、6月首部曲「台中消費5 go力」開始，端出全國首創的物調券大放

送；7、8月二部曲「台中鍋烤節」接力；到9至12月三部曲「台中購物節」壓軸登場，更祭出高達3億元抽獎現金，邀請民眾一起來台中同樂。

市府不只讓民眾吃好料，還要民眾「行」的方便。日前台中「公共運輸定期票TPASS」正式上路，包含「台中市境內」的都市內通勤與「中彰投苗」的城際間通勤套票，價格全國最優惠，提供民眾以優惠的價格搭乘台中捷運、公車、台鐵及公共自行車等大眾運輸新選擇。未來，市府將持續為民眾打造交通任意門，讓台中成為更加宜居的便利城市。✈

台中市長 盧秀燕

Taichung



漾台中 | Aug. / Sep. 2023 | No. **26**

C O N T E N T S

封面故事

就是愛鍋烤 越熱越愛吃

12 第一屆台中鍋烤節火熱登場

18 吃鍋烤就來台中

24 振興經濟三部曲
把錢放大了！



嘗在地

- 04 第六市場
傳統市場大變身 各類美食吃透透！

漾特輯

- 26 超有感！台中TPASS全國最優惠

樂遊趣

- 30 夏日·消暑趣

窩家園

- 36 跟著米其林來台中美食巡禮

創宜居

- 42 愛心英雄 行善台中
46 消弭月經貧窮與污名

綻文化

- 50 來去看電影！
53 《我家的兩岸故事》巡展台中

出版單位 | 台中市政府新聞局
發行人 | 鄭照新
地址 | 台中市西屯區台灣大道3段99號文心樓8樓
電話 | (04)2228-9111
企劃編製 | 今周刊出版社
發行日期 | 2023年8月
備註 | 本書資料內容以截至2023年7月底為準
GPN 2010800670
ISBN 2664-1631
中華郵政台中雜字第2127號登記證登記為雜誌交寄

版權所有 未經同意不得轉載



漾台中
臉書粉絲團



台中市政府
LINE好友



台中市政府
官方網站



環保愛地球
本印刷品採大豆油墨印刷



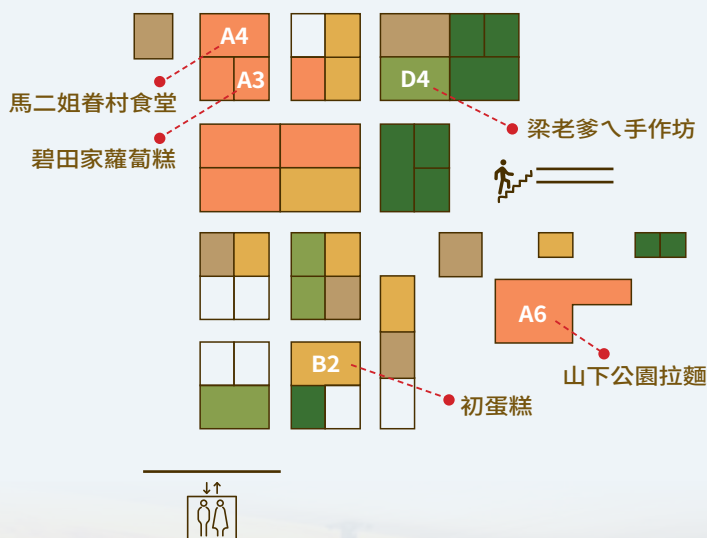
第六市場

傳統市場大變身

各類美食吃透透！

「第六市場」為全台灣第一家進駐百貨的傳統市場，在這裡可以像逛傳統市場一樣，買齊家中所需的生鮮蔬果、五穀雜糧；也能發現許多著名美味小吃的指標店面，和各種特色雜貨小舖；甚至也有不同類型的人氣美食餐廳，環境明亮乾淨，刷新對於逛市場的印象。

在這炎炎夏日，可以吹著冷氣逛的「第六市場」，既有傳統特色也有新穎舒適的環境，值得走上一遭。





梁老娘手作的青梅飲，酸甜回甘。

梁老爹ㄟ手作坊

來到夫妻倆一起經營的梁老爹ㄟ手作坊，第一眼就被擺滿的瓶瓶罐罐所吸引，這都是「梁老娘」的手作戰績。從老菜脯到梅干菜、茶梅、鹹檸檬、鳳梨等，只要能手作發酵醃製的，都可能在貨架上等待你去尋寶發現。

主要負責顧攤位的梁老娘希望透過食物，分享「保存食」的創作理念：祛除大家對醃漬食品不健康的刻板印象，以「發酵」的方法保存食品，讓歲月沉澱食品之後留下的是風味和營

養，越陳越香。

除了直接販售食品，梁老娘目前也在商場裡開課教授手作體驗，有興趣可以上店舖的FB預約詢問喔！

梁老爹ㄟ手作坊

- 📍 地址：台中市西區健行路1049號3樓D4攤位
- ☎ 電話：0961-504-519
- 🕒 營業時間：10:00~20:30（週一休息）



梁老爹ㄟ手作坊，希望透過各種醃製食材，分享「保存食」的理念。



碧田家蘿蔔糕

「吃蘿蔔糕就兩家，你家或碧田家」，當老闆分享這句琅琅上口的台詞時，臉上滿是成就感的笑容。

純在來米製造，不添加任何色素、香精和防腐

劑；在口味上，又求新求變的加入了花椰菜、南瓜、黑芝麻、芋頭、香菇等真材實料不同的口味。老闆打趣的說，基本上來店裡消費的都是老客人，甚至有小孩子從國小吃到國中。這麼能留住人心的蘿蔔糕，來到第六市場一定不能錯過喔！

碧田家蘿蔔糕

📍 地址：台中市西區健行路1049號3樓 A3攤位

☎ 電話：0982-767-760

🕒 營業時間：10:30~20:00（週一休息）



真材實料的蘿蔔糕煎得「恰恰」，就是留住客人最單純的好滋味。

山下公園拉麵

山下公園拉麵，是曾獲台灣拉麵愛好會年度十大金賞殊榮的排隊名店。每到接近營業時間，就陸續有慕名而來的客人等待開業。

當初潘老闆遠赴日本，尋訪各地拉麵店，就為了找到心目中最適合台灣人口味的拉麵，終於在橫濱「山下公園」這個地方，找到了特殊風味的加細拉麵，也成了店名的由來。來到山下，你可以透過選擇麵的粗細、湯頭濃淡等，量身打造個人化的風味拉麵。而且，除了直接吃拉麵，把剩下的湯頭加入白飯之中再食用，更是老饕推薦的進階版吃法！有機會不妨試試。

山下公園拉麵

📍 地址：台中市西區健行路1049號3樓
A6攤位

☎ 電話：無

🕒 營業時間：11:30~14:00；16:30~20:30
(週一休息)



配料滿滿的拉麵，吃完以後把白飯加入湯頭再食用，完全大滿足！





馬二姐眷村食堂



馬二姐眷村食堂的獅子頭濕潤又有彈性，清爽不膩口。

吃到「馬二姐」家的招牌獅子頭，你才會知道這道菜可以那麼好吃！從豬肉的比例就嚴格要求，調入特製的配方，經歷摔、砸、炸、燉等複雜的工序，一顆看起來簡單的獅子頭，需要5、6個小時的烹製，才得以上桌。咬下一口，獅子頭內的肉質肥瘦均勻、濕潤又有彈性，口味鹹淡適中，清爽不膩口，令人一口接一口。

除此之外，淋上眷村風味的炸醬麵、喜愛吃辣的則不能錯過紹子麵、葷素齊全口味眾多的水餃，小小食堂端出的每道佳餚都值得一嘗。

馬二姐眷村食堂

📍 地址：台中市西區健行路1049號3樓
A4攤位

☎ 電話：0909-834-827

🕒 營業時間：10:00~20:30（週一休息）

初蛋糕

主打「豆漿蛋糕第一品牌」的初蛋糕，遵循古早味配方製作，用植物性蛋白取代了牛奶的動物性蛋白，兼具低糖的特性，符合現代人對養生的需求，2023年遠赴比利時拿下Monde Selection的產品金、銀獎。

其中，拿到金獎的原味蛋糕，吃得到濃郁的蛋香，鬆軟綿密的口感，微甜讓人越吃「涮嘴」，蔡老闆說，有的客人甚至逛完商場一圈，就把剛買的蛋糕吃完，又來回購；而融入鹹甜兩種層次的起司蛋糕，以及五六月限定、甘苦口味的黑巧克力蛋糕，也都很適合搭配飲品，作為下午茶的愜意甜點。🍩

初蛋糕

📍 地址：台中市西區健行路1049號3樓 B2攤位

☎ 電話：0983-992-393

🕒 營業時間：10:00~18:30（週一休息）



主打循古法以豆漿製成的蛋糕，鬆軟綿密又有蛋香。



就是愛鍋烤

越熱越愛吃



說到台中美食，會想到哪些畫面？

豐富配料在鍋內翻滾、蒸氣騰騰；
特色的湯頭散發出不同香味，令人垂涎欲滴；
一盤盤油花分布均勻的肉片在烤網上滋滋作響……

光想像就令人食指大動，
在台中，一年四季都是吃火鍋和燒烤的好時機！

本期封面故事就帶大家
走進台中這座豐富又多樣的鍋烤美食之都，
一探其熱騰騰的魅力！



鍋烤雙饗、台中獨享

第一屆台中鍋烤節 火熱登場

撰文 | 陳怡如 攝影 | 莊震烽

圖片提供 | shutterstock、昭日堂鍋煮、台中市政府經發局

台中愛吃火鍋、燒烤出了名，不僅店家數破千、口味任君選擇，更是許多遊客來台中的必訪清單，一年吃出100億元商機。瞄準火鍋、燒烤的火熱商機，市府舉辦第一屆「鍋烤節」活動，邀請民眾票選出十大人氣店家，更要秀出對鍋烤的熱愛！

現切肉片下鍋輕涮，立即綻放粉嫩色澤；
場景一換，肉片在烤網上滋滋作響，瞬間迸發迷人焦香。無論是火鍋還是燒烤，總能挑動無數饕客的味蕾。

天氣越熱 越愛吃鍋烤

對台中人來說，一年四季都是吃鍋和燒烤的好時機，即使邁入盛夏，業績仍然強強滾，爆棚人氣比料理溫度還要高。

台中的火鍋和燒烤有多熱門？根據台中市政府經濟發展局統計，台中市的餐飲業約有2.2萬家，其中餐館和餐廳接近4,000家，火鍋和燒烤店就有1,200家，占比達30%，總商機約100億元，火熱商機不容小覷。







第一屆台中鍋烤節登場！盧市長強調，希望把台中的特色飲食文化介紹給全世界。

這幾年，台中「美食之都」的形象越來越鮮明。今年3月，《DailyView網路溫度計》進行台灣「美食之都」的網路聲量調查，台中躋身前三名之列，市府經發局表示「台中是美食之都已經成為大家的共識」。

來到台中美食一級戰區公益路和崇德路上，平均每30公尺就有一家火鍋店或燒烤店，品牌之多，口味琳瑯滿目，台中燒肉店的數量更是全台最多，成了另類的「台中之光」。

不少知名的燒烤和火鍋店家都發跡台中，燒肉如名氣響亮的屋馬、茶六、燒肉風間、森森燒肉，還有米其林一星加持的俺達の肉屋；火鍋如耳熟能詳的鼎王、無老鍋、這一鍋、萬客什鍋和輕井澤鍋物等，鍋烤兩大霸主成了台中的代表美食之一，不少人專程來台中，就是為了朝聖知名的燒肉店和火鍋店。

拚人氣，十大人氣店家票選開跑

今年夏天，台中的火鍋和燒烤要再次擄獲饕客的心！繼去年首創「台中好甜」主題競賽，展現台中甜點魅力，今年市府首次舉辦「鍋烤節」活動，以「鍋烤雙饗、台中獨享」為口號，在炎熱盛夏逆勢操作，邀請民眾選出十大人氣店家。

市府經發局表示，「在很熱的時候推很熱的東西，一定會引起話題，大家就會更想去了解，提升整體產業商機。」另一方面，看準火鍋和燒烤多人共享的型態，消費者常呼朋引伴，一起享受美食，期望透過活動，用美食把人潮引來台中，帶動旅遊商機和周邊經濟效益。

「鍋烤節」分為兩大部分，首先是「十大火鍋燒烤店家」票選活動，只要



鍋烤是台中的代表美食之一，許多遊客甚至會專程到台中朝聖知名的燒烤和火鍋店。

在台中有實體營業位置，並具有公司登記、商業登記或稅籍（三擇一）的火鍋或燒烤業者，皆可報名參加。火鍋和燒烤類分為「品牌店家」及「巷弄美食」兩大類別，個別選出十大名單，店家可自行決定參賽分類，不論是大型連鎖餐廳或是中小型店家都能一同共襄盛舉，已吸引將近500家業者響應。

重頭戲的票選活動，在7月17日至8月17日登場，消費者只要下載「台中通暨購物節APP」，就能投下心中一票，不僅支持喜愛店家，市府還祭出抽獎優惠，提供300份「萬元鍋烤抵用券」，民眾只要參加票選就有抽獎資格，每位獲獎者共有萬元額度吃遍台中人氣鍋烤店家，在8月21日十大店家公佈記者會上，還會抽出壓軸大獎百萬汽車。

第二部分則是「就是愛鍋烤徵件競賽」，邀請民眾發揮創意，表達對鍋烤的熱愛，不限內容形式，想要拍影片、表演或唱歌都可以，目前收到的投稿中，就有人以日本知名節目《超級變變變》的變裝方式呈現。最終評選將以愛的火熱炙



只要下載台中通暨購物節APP，就可以參與「台中鍋烤節」票選和抽獎活動。



由於人口多、民眾對於新口味的接受度也高，使台中吸引各大鍋烤品牌插旗展店。

燒度（熱愛感）、豐盛澎湃度（內容）及幾分熟成度（呈現技術性）等面向來評分，首獎可獲得10萬元獎金，總獎金高達30萬元。

五大因素，吸引餐飲品牌插旗台中

台中對火鍋和燒烤的熱愛，不僅撐起一片商機，更因為處於中部的地利之便，成為南北火鍋和燒烤品牌往外拓點的第一選擇。去年，馬辣集團旗下頂級麻辣鍋「新馬辣Plus+」、新竹知名的「岩漿火鍋」紛紛插旗台中，王品最新的燒肉品牌「最肉」也以台中為首發起點，究竟台中有什麼吸引餐飲品牌的魅力？

市府經發局分析，第一，台中店面以「大」出名，由於台中腹地廣闊，店租成本相對負擔較小，同樣成本，台中店面可以開得很大，裝潢設計比氣派、比創意，更能營造特色吸客，消

費者不只享用美食，就連五感體驗也是一大饗宴。

第二，雖然台中火鍋、燒烤商機驚人，但市場還未達飽和，比如以口味來說，還能往下細分韓式、日式等不同料理風格，在市場成熟的基礎下，多元口味紛紛開展，吸引不同業者插旗進駐。

第三，像公益路這種一級戰區，會產生「聚客效應」，消費者已經習慣，想吃美食就來這裡，對餐飲品牌來說，只要開在這裡，就能吸引消費者青睞，也是另一種廣告曝光。

第四，台中人愛嘗鮮，對新口味的接受度高，「只要有新品牌開幕，一定會先排隊，大家都想吃吃看新



台中的火鍋和燒烤店面以大器出名，不同品牌的裝潢設計氣派又有各有特色。

品牌表現如何。」如果有餐飲品牌想要試水溫，台中是很好的首選之地，在市場沒有飽和的情況下，就會吸引業者不斷開店。

第五，台中擁有280萬人口，是台灣人口第二多的城市，有廣大的消費市場。過去幾年，各大重劃區也有許多外來人口移入，其中多半是年輕族群，年輕人對新口味的接受度高，也間接推升台中美食市場蓬勃發展。

在創意、口味加持下，台中的美食文化正在質變，從傳統的「糕餅之鄉」，蛻變為兼容並蓄「美食之都」，多元豐富的火鍋和燒烤，就是台中美食最鮮明的特色之一。今年夏天，就來台中一嘗鍋烤的美食魅力！

更多台中鍋烤節活動
請參考



看準火鍋和燒烤多人共享的型態，台中鍋烤節期望透過美食吸引人潮，帶動周邊經濟效益。



多元類型應有盡有

吃鍋烤就來台中

撰文 | 陳怡如 攝影 | 莊震烽

圖片提供 | shutterstock、屋馬燒肉、涮屋馬、激旨焼き鳥、
昭日堂鍋煮、老舅家鄉味、築間幸福鍋物

台中的火鍋、燒烤真的無極限！不僅類型多元，口味多變，價位也是豐儉由人，琳瑯滿目的豐富選擇，只恨自己不能多一個胃。本次介紹五大鍋烤種類，滿足不同饕客的喜好需求。

台 中的火鍋、燒烤發展至今，已開枝散葉，長出多元樣貌。以火鍋來說，有多人共鍋，也有單人獨享，口味以麻辣為界，劃出辣與不辣，還有特殊風味的沙茶鍋、酸菜白肉鍋，以及異國風情的日式、泰式、韓式火鍋，就連廣義的羊肉爐、燒酒雞或薑母鴨，也能算在火鍋家族中。

以燒烤來說，從平價到頂級、從單點到吃到飽，任君挑選。有的強調食材等級，有的強調菜色豐富度，不僅有氣派的燒肉店，也有愜意

的串燒攤，簡單來說，在台中你可以吃遍所有類型，想吃火鍋和燒烤，來台中就對了！

高品質燒肉，刷新燒肉店定義

說起台中的燒肉代表，不少人腦中浮現「屋馬」二字。早在15年前，台中流行燒肉吃到飽時，屋馬以高品質單點切入市場，從2008年開出第一家門店至今，大份量套餐制、用英式下





1
2

1-2：用英式下午茶擺放肉盤的屋馬燒肉，主打高品質單點，也跨足火鍋「涮屋馬」，主打個人套餐鍋物。

午茶層架擺放肉盤、無限暢飲的乳白雞湯、客製化的甜點畫盤，還有豪華大器的裝潢，在台中颯起一陣旋風，其中不少創意更是首見，刷新燒肉店定義。

已有7家分店的屋馬，嚴格把關食材品質，匯集日本A5和牛、美國安格斯黑牛和西班牙伊比利豬等夢幻肉品，而店裡所有蔬菜都和台灣小農契作，高CP值的套餐，讓不少人直呼過癮。

今年2月，屋馬首度跨出燒肉，推出全新火鍋品牌「涮屋馬」，主打個人套餐鍋物，同樣走高品質路線，精選日本A5和牛、美國Prime等級牛肉、西班牙伊比利豬、澳洲龍蝦等食材。

不只肉品精彩，蔬菜盤更匯聚台灣小農精華，有一般火鍋店少見的奶油白菜、金滑菇、黑早冬菇、翠峰高麗菜等，吃不過癮的話，還免費提供續菜服務。扮演火鍋靈魂角色的湯頭，有三種選擇，其中「昆布云腴湯」以文山包種茶入湯，清爽茶香更能襯托食材滋味。

創意日式串燒 烤出獨特滋味

除了燒肉店以外，串燒也是不能錯過的燒烤美食。來到逢甲夜市的露天商店街中，大片燈籠海高掛，大夥一邊吃著串燒配啤酒，一邊聽著現場駐唱歌手表演，宛如封街舉辦祭典的超嗨氛圍，是人氣很高的日式串燒店「激旨燒き鳥」。

從逢甲夜市路邊攤起家的激旨燒き鳥，如今已有4家門店，逢甲總店不僅有媲美居酒屋的用餐氣氛，對料理也很講究。老闆曾開過燒肉餐廳，12年前再創業時，瞄準當時少見的日式串燒，用創意口味做出差異，甚至取得發明專利，獨樹一幟的風格特色，成功

在台中闖出名號。

餐檯上，整齊肉串以獨家的十字包法，用肉片包覆各種食材。肉包糯米腸和麻糬是招牌必點，還創意十足的包入水果、剝皮辣椒、黑糖年糕、干貝、草蝦等，總品項多達200種，每天食材都會變換，每次來都有驚喜。

老闆堅持串燒一定要用炭火，不經油炸、從生烤到熟，才能瞬間鎖住肉汁，又有迷人炭火香。過程中，肉串還需反覆浸泡5、6次特調醬汁，起爐前再撒上獨家炭烤粉，鹹香涮嘴。不只有串燒，店裡還有串炸、個人燒肉、個人火鍋可點，每天第100位客人還享有串燒免單優惠，不妨相約三五好友來這試試運氣。

火鍋結合自助吧 Semi Buffet 吃得盡興

台灣人愛吃鍋，一年就有高達300億元商機。從單純吃一個鍋開始，周邊配料也越來越豐富，連帶出現單點火鍋結合自助吧吃到飽的Semi Buffet 模式。擁有氣派日式禪風空間的「昭日堂鍋煮」，以個人套餐的鴛鴦鍋，搭配20多種蔬菜和鍋料的自助百匯，給你滿滿的澎湃餐點。

店家特別設計「重肉量海陸套餐」，肉量

- | | |
|---|------------------------------------|
| 4 | 3：昭日堂鍋煮的鴛鴦鍋，主推用心熬煮的特製湯頭，還有多種選擇。 |
| 5 | 4-5：不只是日式串燒和個人火鍋，激旨焼き鳥也有串炸、燒肉可以選擇。 |
| 3 | |





澎湃的海陸肉量，再搭配多種蔬菜和鍋料的自助百匯，讓顧客在昭日堂鍋煮都能吃得盡興。



老舅家鄉味以正宗東北酸菜白肉鍋擄獲人心。

加倍，厚切肉片更彈牙有感，海鮮則有火鍋店少見的紅條石斑。多人聚餐推薦「皇品龍蝦豪華海陸」四人套餐，以台灣高品質的極品豚嫩肩和美國安格斯霜降牛，搭配一大盆龍蝦為首的海鮮拼盤，視覺效果驚人。

特製湯頭有六種選擇，嗜辣者首推「川藏大紅袍麻辣牛奶鍋」，以獨門中藥混合多種辣椒拌炒，搭配豬大骨和濃純牛奶熬煮，湯頭濃郁不刺辣。白鍋推薦特有的「松露醬燒文蛤鍋」，在昆布鍋中加入法國黑松露醬，散發濃濃香氣。

自助吧除了常見蔬菜、鍋料、飲品和甜點無限吃之外，還供應現做熟食、炸物，菜色隨季節更換，選擇多元，無論老少都能吃得盡興。

鑽研特殊風味湯頭獨領風騷

不只有常見的紅鍋和白鍋，專精單一口味的特殊火鍋也很受歡迎。在台中開業17年，「老舅家鄉味」老闆祖籍瀋陽，以家傳醃漬手法，端出正宗東北酸菜白肉鍋，不僅許多名人都是座上賓，甚至還被選為宴請諾魯總統的國宴餐廳。

酸菜白肉鍋最關鍵的食材，就是酸白菜。老闆採用繁複的「熟漬」作法，先將嚴選的韓國大白菜洗淨剖開，浸鹽水軟化再汆燙，待冷卻後放入大陶缸中，只用純粹的鹽巴醃漬。一缸白菜得要30天才能發酵完成，老闆為此打造專用的發酵室，全年維持最佳發酵溫度19度，只為了做出純天然的酸白菜。

因為成分單純，不添加額外調味增酸，酸白菜味道溫潤不刺鼻，自然酸香更加清爽，湯頭還會越煮越甘甜。而鍋內另一主角五花肉片，採用台灣溫體豬，肉質更新鮮。

店內其他東北料理也是一絕，以招牌酸白菜為基底的酸白菜水餃和酸白菜包子，幾乎每桌必點；韭黃鍋貼外皮煎到金黃酥脆，內餡鮮甜多汁；乾烙的手工家常餅，吃得到麵粉香；手工川丸子先油炸再下鍋煮，吸飽湯汁超級對味。

火烤兩吃 兩個願望一次滿足

想一次品嚐鍋烤兩大霸主，那就試試「火烤兩吃」，既有火鍋的鮮，也有燒烤的香，兩個願望一次滿足。在全台擁有超



台中人愛吃鍋烤出名，各種選擇讓人一年四季都滿足！

過120間分店的「築間幸福鍋物」，以招牌的石頭鍋湯底聞名，近年也跨入火烤兩吃市場。

3年前，築間集團推出「有之和牛鍋物」，主打以火鍋吃到飽為主，加價再享燒烤吃到飽；隔年又推出「本格和牛燒肉放題」，反轉消費模式，以燒烤吃到飽為主，加價再享火鍋吃到飽，同時滿足鍋烤兩大客群。

兩大品牌主打頂級和牛，匯集日本A5和牛、澳洲M9+等級和牛和美國見島和牛等三大和牛。身為國內唯一擁有自有海產供應鏈的火鍋集團，嚴選天使紅蝦、磯岸鮑魚、台灣龍虎石斑、北海帆立貝等海鮮，海陸都精彩。

不只有頂級肉品、海鮮，兩大品牌都有無限享用的自助吧餐點，主食區還提供濃郁的和牛黑咖哩，很受饕客歡迎。

除了上述提到的鍋烤美食，還有許多口袋名單等著大家分享，歡迎

民眾踴躍參加「台中鍋烤節」，下載「台中通暨購物節APP」投票，選出心中十大人氣店家，還有機會抽萬元抵用券！



台中通
QR Code
Android



台中通
QR Code
iOS



築間集團的龍王鍋，海陸食材皆精彩！

力挺庶民經濟

振興經濟三部曲 把錢放大了！

疫後拚經濟！台中市政府祭出「2023台中普發現金振興經濟」三部曲，透過橫向各品牌的串連參與，和縱向各局處的加碼放送，不僅把錢「放大了」，也力挺庶民經濟，帶動一波復甦新商機。

撰文 | 陳怡如 圖片提供 | 台中市政府

今年5月，市府啟動「2023台中普發現金振興經濟」三部曲，多項優惠方案輪番登場，期盼把握疫後關鍵時刻刺激買氣，全力拚經濟。

物調券大放送！活絡買氣

三部曲從5、6月揭開序幕的首部曲「台中消費5 go力」開始，內容包含「台中加碼購」、「台中加碼喫」、「台中加碼玩」、「台中加碼趣」及「台中加碼動」等五大方案。透過餐飲、美食、住宿、文化藝術、運動場館等優惠加碼，全方位滿足民眾需求，放大手中現金。



「台中消費5 go力」打頭陣，揭開台中普發現金振興經濟三部曲。

其中「台中加碼購」首創推出「物調券大放送」，總計發放30萬份物調券，活動期間，民眾只要拿出100元現金，就能兌換200元物調券，現金放大非常有感。市府分兩階段選定台中商圈、公有市場及攤販集中區發放物調券，不僅民眾反應熱烈，店家攤商也相當支持，紛紛推出超值優惠響應政策，一同活絡買氣。

「鍋烤節」接棒「購物節」壓軸，拚商機

邁入暑假檔期，接力的二部曲「台中鍋烤節」盛大展開，展現台中獨具特色的美食魅力。台中火鍋、燒烤頗負盛名，店家數破千，一年約有100億元商機，口味琳瑯滿目，還有許多知名品牌發跡台中，不少遊客來台中，就是為了朝聖知名的火鍋店和燒烤店。

今年夏天首次舉辦的「台中鍋烤節」，攜手當地火鍋和燒烤業者，喊出「鍋烤雙饗、台中獨享」，邀請民眾票選出十大人氣店家，只要參加票選就有機會抽300份「萬元鍋烤抵用券」，吃遍台中人氣鍋烤店家，最大獎還有百萬汽車。

除此之外，年終消費旺季也將迎來第三部曲，就是每年都讓民眾引頸期盼的「台中購物節」。根據統計，2022年第四屆台中購物節消費登錄金額超過350億元，外縣市民眾消費金額更是一舉突破100億元，成長近9成，佔總消費登錄金額約3成，成果斐然！



- 1：物調券大放送讓民眾非常有感，店家攤商也熱烈支持。
- 2：去年台中購物節消費登錄金額破紀錄，讓民眾更引頸期盼今年的活動。

2023台中普發現金振興經濟三部曲

Part 1

5-6月

台中消費
5 go力
物調券大放送

Part 2

7-8月

台中
鍋烤節

Part 3

9-12月

台中購物節
消費抽好禮



今年，邁入第五屆的台中購物節預計在9至12月壓軸登場，消費者只要在台中店家購物後登錄發票，就能享有「天天抽、週週抽、月月抽」的現金好禮。另外，也將比照前四屆，送出3億元現金，還有一棟近千萬元的精緻好宅，獎項高達95%都是現金，歡迎全國民眾走訪台中，感受台中迷人風采。



跨區移動沒煩惱

超有感！ 台中TPASS全國最優惠

6月中旬，台中「公共運輸定期票」（下簡稱TPASS）開賣，以全國最優惠市民專屬早鳥價格199元之姿，在短短半個月內累積超過1萬7,000人訂購，反應相當熱烈。7月1日，台中TPASS正式上路，包含「台中市境內」的都市內通勤與「中彰投苗」的城際間通勤優惠套票，提供民眾省錢又便利的通勤新選擇。

圖片提供—台中市政府交通局
撰文—吳宥穎

響應「中央促進公共運輸使用方案」政策，台中市政府推出「台中市定期票」，並攜手彰化縣、南投縣、苗栗縣政府聯合發行「中彰投苗定期票」，透過優惠的交通套票價格，減輕民眾通勤負擔。

早鳥價199 台中市民超幸福

使用「台中市公共運輸定期票」的民眾，於台中境內搭乘捷運、市區公車、公共自行車（含電輔車前30分鐘免費）及台鐵火車，市民每人每月只要299元，非市民每人每月599元；而「中彰投苗」公共運輸定期票則是橫跨4縣市生活圈，涵蓋了縣市間的公路客運，台中市民每人每月只要699元，非台中市民999元，皆已於7月上路。

其中，今年6月間推出市民限定的五星級早鳥優惠價，只要在台中市境內且為台中市民，於期間內預購，就可享受一個月內199元「吃到飽」。

交通局葉昭甫局長指出，定期票累積至7月15日止，有超過2.3萬人購買，反應熱烈，其中購買方案以台中市境內的方案為大宗，約佔9成，顯示優惠深受民眾喜愛及肯定，台中市民好幸福！

雙十公車+公共運輸定期票 優惠更完善

台中市於2021年起，即推出市民限定「雙十公車」優惠政策，綁卡人數年年攀升，市民乘車的優惠資料庫也日漸完善。那麼公共運輸定期票和原先享受的公車政策優惠有何不同？

台中市公共運輸及捷運工程處說明，原先的「雙十公車」，只限定在公車的載具運輸上，而「台中市」公共運輸定期票境內方案，擴大納入了捷運、火車和公共自行車，並不影響原先使用「市民限定卡」的民眾，「雙十公車」方案一樣會繼續施行，反而更擴大了使用的族群。而且方案實施後，雖然也會發行公共運輸定期票



除區公所外，台中捷運、台鐵及2處客運站皆有販售交通定期票。



公共運輸定期票串連了不同的大眾交通運輸，提供民眾通勤出行既省錢又便利的選擇。

卡，但對於原先就有使用卡片習慣的民眾，也可自行綁定舊有卡片，並不強迫購買新卡才能使用。

此外，公共運輸定期票，其中最大的焦點就是將台鐵的火車路網，也納入其中，獲得了交通部的全力支持。

台中捷運自2021年度通車以來，運量逐年上升，並在2022年12月成功實現單月通勤人

次破百萬的運量，顯示市民在出行習慣上，已漸漸將捷運納入考量。此次的「境內299方案」將捷運、公車、台鐵火車、公共自行車綁定之後，相信能進一步推升捷運的運載人次，對於後續向中央爭取其他捷運路線也更有利。

除了台中市境內的公共運輸定期票，「中彰投苗」公共運輸定期票橫跨4個縣市，台中

TPASS方案

區域方案	購買對象	售價(元)	區域內可使用運具
台中市	台中市民	299	台鐵、台中捷運 市區公車、公共自行車
	非台中市民	599	
中彰投苗	台中市民	699	台鐵、台中捷運 市區公車、公共自行車、公路客運
	非台中市民	999	



盧市長邀請民眾一起來享用定期票的吃到飽優惠，自由搭乘捷運、台鐵、公車、公共自行車。

市民699元，非台中市民999元，這全國最優惠的票價，讓中部區域的民眾十分有感。交通局長葉昭甫表示：「能順利推行，是因為縣市間各局處都有相同的目標，要持續提升公共運輸搭乘率，希望能最大化地吸引民眾使用，也因此大家都全力互相配合支持。」

葉局長也補充：「未來市府也預計將公共運輸定期票向北擴展到新竹縣市，往南延伸到雲林縣及嘉義市，已邀集了中部地區8縣市交通單位，共同研商跨區定期票合作方案，會上7縣市皆表達樂意與台中市合作，共同推出跨城際公共運輸定期票。」

7月已上路 多點購買好便利

目前，台中市境內購買定期票地點除台中市29個區公所、捷運綠線全線18個車站及台鐵23個車站，再加入總達客運干城站及南

投客運高鐵台中站，合計72處，中彰投苗區域合計則有140處。初期定期票採實體卡電子票證乘車，民眾可持任一全票電子票證，先加值足額可購買定期票的金額後，再至上述指定地點臨櫃購買。

交通局提醒，民眾購買定期票後30日內務必至市區公車、公路客運、台中捷運及台鐵等通路搭乘，完成開卡啟用，公共自行車暫時不提供啟用功能，於捷運站及台鐵車站開卡啟用時，務必走TPASS專用通道進站，以避免誤扣，籲請民眾留意。✈

更多定期票相關資訊
亦可參考Taichung
go網站查詢



親水戲水 涼一「夏」

夏日·消暑趣

夏季來臨，是時候親水、玩水去，讓清涼感貫穿全身啦！不過，戲水與安全兼顧才能玩得盡興，不妨選擇親水公園或國民運動中心，享受沁涼的夏日時光！

撰文 | 蔡蜜綺 攝影 | 莊震烽 圖片提供 | 北區國民運動中心







每到夏天，許多民眾樂於從事水中活動，然而不管是在室內或室外親水、戲水，最重要的就是安全第一。

親水觀魚好消暑

設有人工湖泊或噴水池的公園，環境優美，綠樹成蔭，北屯區的「新都生態公園」就有這樣的風景。閒坐水岸邊，享受微風拂面，可以放鬆身心、遠離煩囂，度過愉快的午後時光。

首座以生態工法開闢的新都生態公園，公園內有一片美麗的蓮花造型生態池。雖然不能直接入池戲水，但沿著延伸的親水石階走入池中央，可以近距離觀賞魚群在水中悠游，非常適合闔家大小一起散步，親近水域美景。

公園南側的生態池，採疊石護岸頗為吸睛，水中有許多魚兒自在悠游，景色如詩如畫，帶有小橋流水的美感。循著步道一樣可近距離觀賞魚群，在這片綠洲中漫步，給人森呼吸的清涼感，潺潺水聲，涼適又安逸。

毗鄰清泉崗空軍基地的「圳前仁愛公園」，以空軍主題為靈感，處處可見飛機、防空洞、停機坪和碉堡為設計元素的裝飾和設施。公園

地勢起伏有致，構思巧妙，給人一種小而美的感覺。

園區主要引入下埤幹線的水源規劃生態池，水道蜿蜒流淌，營造出曲水逶迤的景致，空氣帶著濕濕的氣息，蕩漾幾許涼意。生態池內有許多魚群，漫步水上棧道可享受觀魚樂趣。

此外，圳前仁愛公園的巨石階梯草坡還設有環形親水區，採溝渠式規劃，渠水輕淺，適合泡腳，一旁還有小朋友最愛的沙坑，玩沙後再來親水區玩水，感受清涼湧入，最是愜意不過。





1 | 2

- 1：圳前仁愛公園的親水區採溝渠式規劃，淺淺的水深很適合泡腳消暑。
- 2：新都生態公園的蓮花造型生態池，非常適合闔家大小一起散步親水。

踩水打水仗玩透透

「坪林森林公園」則有個可愛的水利小公園，以互動式親水遊具傳達水資源教育。在「水道互動合作區」，有長頸鹿汲水器、踩踏式水車，可以觀察水流，也培養對水的認識與想像力。

「流水聲音體感區」也有長頸鹿造型汲水器、水畫牆和雲朵造型噴霧等設施。水畫牆可用沾濕的刷子在牆上作畫，揮灑創意；當水從長頸鹿汲水器進入踩水池後，小朋友更可以進去踩踏玩水，樂在其中。

此外，坪林森林公園也擁有優美的景觀生態池，周邊規劃環湖步道。曲橋連接池中的親水平台，水中的魚群在湖面引起漣漪。寧靜自然，閒坐片刻，感覺身心皆放鬆。

大部分的親水公園，除了提供近距離接觸水的區域外，公園水域僅供觀賞，禁止游泳、釣魚和戲水等行為。然而，如果很渴望打水仗、享受沁涼的話，「中科公園」絕對是不二之選。

潭雅神綠園道中科公園戲水區於今年6月強勢回歸，全新設施包括水霧水幕噴水、汲水幫浦、隧道噴泉、火山噴泉和葉子噴柱，水花四濺保證過癮，感受絕對涼爽刺激。尤其新增加的兩座噴水槍，是打水仗的必備武器。另外也增建20噸的水塔，確保供水充足，在炎熱的夏天恣意潑水玩耍，清涼暢快。

整建過的中科公園戲水區，衛生與安全成了首要考量，不僅有過濾循環系統把關水質，還加強防滑，並增設欄杆避免車輛誤入，民眾可以放心玩樂。同時，設置了淋浴間，方便戲水後沖洗身體。

民眾除了在中科公園玩水外，也可到台中知名鐵馬路徑「潭雅神綠園道」騎乘自行車，沿途一段段綠色隧道坡度平緩，非常適合親子戶外休閒騎乘，無論是小孩還是大人，都能在這兒度過一個難忘的夏日時光。



中科公園是炎炎夏日帶孩子戲水的好去處，水花四濺絕對沁涼！

1 | 2 | 3

1-3：北區國民運動中心的水中課程豐富，從浮潛、SUP立式划槳或游泳等，皆不定期開課。



游泳戲水 安全第一

除了戶外公園，想在室內玩水也可以。台中現有的朝馬、北區、南屯國民運動中心，以及長春、大里和潭子國民暨兒童運動中心，都提供了完善的游泳池設施，無論大人還是小孩，皆可以盡情體驗水中活動。

國民運動中心的泳池邊，配置有合格證照的救生員，並隨時檢查和更新救生器材。此外，泳池內的水質，符合檢測標準，也會定期刷洗、清除雜質，確保民眾不會不小心滑倒或受傷。

除了硬體設備完善，國民運動中心也提供游泳教學或自救課程，游泳教學針對幼兒、兒童或成人開課之外，另有一對一至一對四的個別班供選擇；自救防溺課程，則教授學員如何應對溺水或緊急情況。這些課程旨在提升安全意識和自救能力，讓民眾在水中能夠更安全地活動。



泳池也能玩SUP！

台中市大多數的國民運動中心皆採用25公尺標準泳池，但北區國民運動中心特別專攻泳池領域，在這方面尤有所長，設有訓練池、競賽池、跳水池三大游泳池，不僅用途多樣，規模也是全台數一數二。

其中，訓練池長50公尺、寬20公尺，深度範圍在1.5至2公尺之間，共有8條水道，是一般民眾最常使用的泳池，不論是想輕鬆游幾圈還是參加水中課程，在這個訓練池都能滿足需求。

符合國際標準的競賽池同樣長50公尺，但寬度達到25公尺，水深固定在2公尺，共有10條水道。

競賽池主要開放給學校游泳隊、國家代表隊等專業團體使用，也有一些自由潛水者會來這裡訓練。

至於令人驚艷的跳水池，



其深度可不一般，有5公尺！除了供應跳水運動之外，它還開放給持有潛水證照的人練習或授課。有興趣的話，不妨參加中心推出的跳水課程，試試從跳台一躍而下俯衝入水，有如自由落體般的刺激體驗。

因為完善的泳池設備，北區國民運動中心的水域項目課程特別豐富，除了跳水課之外，還提供了SUP立式划槳、浮潛以及自由潛水、水肺潛水等潛水課程。此外，北區國民運動中心也經常舉辦活動，例如：人魚體驗活動可穿上華麗的人魚裝，成為水中的美人魚，優雅自在地在水中嬉戲；而即將在9月熱鬧登場的第二屆凱格盃水運會，則是人人都可以來報名參加游泳比賽或水中接力等趣味競賽，既有挑戰性又充滿樂趣。🏊



貼心叮嚀

戲水應選擇合格且有安全防護設施及配置救生員的水域從事活動，留意水域遊憩安全，遠離危險水域，確保自身安全。



在地好味登國際舞台

跟著米其林 來台中美食巡禮

「美食聖經」米其林在年度星級餐廳揭曉前，每月都會公布新入選的餐廳名單。身為全台第二座納入米其林評鑑的城市，今年1到7月台中有7家餐廳入選，包含FReNCHIE FReNCHIE、老士官擀麵、沙卡、滿堂、地坊、夜間部爌肉飯、豬肉榮小料理，本次精選其中2家，跟著米其林來趟美食巡禮。

撰文 | 陳怡如 攝影 | 莊震烽





滿堂的主廚林凱維（中）有扎實的中菜功夫，又有豐富西餐經歷，帶領團隊做出當代料理。

滿堂

中西合併 隱身老宅的新台菜料理

絲瓜加入菜脯、蛤蜊，裹上啤酒麵糊後油炸；另一旁的新鮮絲瓜和美白菇、玉米一起拌炒，再搭配蛋酥和蝦米；最後淋上用絲瓜、鮮奶油和洋蔥熬煮而成的絲瓜泡泡。一個絲瓜，三種表現，把台灣常見食材玩出新意的，是「滿堂」主廚林凱維。

隱身在國立台灣美術館附近巷弄50年老洋房裡的滿堂，簡約的灰牆木門，低調的連中文招牌都沒有，卻吸引許多饕客慕名而來，「我是佛系經營！」林凱維笑著說。

以「中菜西做」打響名號的滿堂，是米其林常客，曾連續2年榮

獲米其林餐盤推薦，今年又成了新入選餐廳，被視為摘星的熱門名單。

林凱維從小看著媽媽在家做飯的身影，好似一種潛移默化，也覺得做菜有趣，加上大學考上高餐中廚系，於是練就一身紮實的中菜底。當時中菜西吃正風行，畢業後他也在西餐打滾多年，先後待過Hotel One飯店、中山招待所、法式餐廳德朗、亞都麗緻飯店等餐廳，甚至還到法國最頂尖的博古斯廚藝學校進修，接著進入南法米其林一星的餐廳工作。但他始終沒有忘記自己的初衷，「接觸這些西餐，就是想做不一樣的中餐。」

轉了一圈，他決定回到家鄉台中創業，實現自己的夢想。2016年，他和大學同學蕭淳元一起打理驚艷四方的「英雄」餐廳；英雄歇業後，2019年他又創立了「滿堂」。

跳脫中西框架 端出當代料理

外界評價他的料理，常以「台魂法餐」、

利用不同的手法，層層堆疊出一道菜的風味，在滿堂的主廚林凱維的手下，料理已跳脫中西的框架。



「新派台菜」等字眼來形容，但他自己卻定義成「當代料理」，跳脫中西的二元框架，依照季節精選食材，再發揮過去穿梭在中西餐的紮實功底，顛覆傳統台菜印象。

「雖然是中餐，可是加入西餐的手法也並不違和。」像是中餐常見的蒸蛋，他呼應春夏的蘆筍季，加入了西餐特有的蘆筍泥；為了搭配蛋裡的烤白蝦，還在上頭點綴了台灣人吃海鮮慣用的九層塔，只不過卻是以西餐常見的泡沫形態呈現。在蒸蛋之外，還額外搭配一個白蘆筍和碳烤竹筍組成的脆皮小塔，「中餐味道比較直接，拳拳到肉，直球對決；但西餐必須要堆疊很多層次，呈現不一樣的風味。」

在滿堂用餐，以套餐形式呈現，林凱維精心設計整套的起承轉合，希望客人吃到最好的搭配。非常在意「吃當季」的他，每3、4個月更換一次菜單，但每次來都可以吃到不同驚喜。

此外，林凱維希望老宅裡新台菜的自在閒適，能去除高檔餐廳的拘謹感受，以溫暖貼心的人情味，讓客人直接感受料理溫度，「我們定義自己是入門款的Fine dining，有些餐廳可能會吃不懂，但我們的菜看得到、吃得到，甚至還有一點似曾相識的記憶。」

未來他甚至想開分店，不走精緻料理路線，而是偏向小吃店風格，更加平易近人，「手法還是會跟小吃店不一樣，但價位不會離小吃店太遙遠，想讓更多客人也可以吃到這樣的料理。」已被米其林推薦3次的他，給自己的期許是摘星，但不管摘星與否，他仍會秉持初衷，端出最接地氣又耳目一新的台菜料理。

沙卡

不加一滴水 全酒燒酒雞濃郁噴香

來到大雅區，鑽進一片民宅巷弄中，一棟古色古香的紅磚黑瓦建築赫然映入眼簾，讓人不禁訝異，這裡竟藏身一間新入選的米其林餐廳。位於巷子內的「沙卡燒酒雞」，堪稱台中的隱藏版美食，但隱蔽位置無礙老饕捧場，人潮時常絡繹不絕，尤其冬天時，更是一位難求。

其實沙卡已是傳承三代的老招牌，老闆娘林美辰說，40多年前，爸爸開始做起吃食生意，以媽媽拿手的燒酒雞為主打，客人現點現殺。那時沒有店面，就在社區



軟絲外面裹上鹹蛋黃金沙，這道黃金軟絲，也是到沙卡必點的菜色之一。

圍牆外簡單擺了一排桌子，從路邊攤起家，「沙卡」正是爸爸的外號，也是日文「酒」的意思。

33年前，林美辰接手爸爸的生意，慢慢做大，除了燒酒雞外，也賣一些簡單的炒麵和熱炒。她不捨客人常要擠在路邊的桌椅用餐，於是蓋了店面，打造了一棟中式建築，紅燈籠、木桌椅和雕花窗櫺，交織出清幽氛圍，現在女兒也在店裡幫忙，未來打算交棒給她。

沙卡招牌的燒酒雞，最大特色就是以全米酒不加水的方式，加上7、8種中藥材一起燉煮，店裡甚至有一整片用紅標米酒瓶組成的裝飾屏風。林美辰透露，沙卡採用更費力的「分開熬煮」方式，也就是客人點餐之後，才專門煮客人點的份量，而非事先煮好一大鍋再分裝，避免雞肉久煮無味。

道地吃法 額外加酒湯頭越煮越甜

「如果點全雞，會加3瓶米酒，半雞則是2瓶。」林美辰一邊說明，一邊透露另一個道地吃法，她建議客人額外加點1或2

瓶米酒，在上桌時一起倒入熬煮，這樣湯頭份量更多，三五好友品嚐更盡興，「而且當酒精揮發後，湯頭會越煮越清甜。」

「我們的雞肉特別精選放山古早雞，肉質Q彈，但雞胸肉又不乾柴。」林美辰推薦完美煮法是，加酒後先開大火煮滾，計時5分鐘，就可以先把雞胸肉撈起來食用，此時是雞胸肉最嫩最好吃的時候，也不用擔心久煮之後變柴、澀，再煮3分鐘，全部的肉都熟透能食用，接著轉小火慢燉就好。

全酒湯頭果真酒香濃郁，後韻還帶著一絲甘甜，搭配中藥熬煮，溫補不燥熱，四季都能吃，就算夏天享用也很暢快。雞肉彈牙過癮，吃完原味後，也不要錯過店裡特製的胡椒鹽，純鹽與胡椒沒有添加任何味素，伴隨入口，又多了一股風味。

除了燒酒雞之外，沙卡還有提供麻油雞、鳳梨苦瓜雞、甘味蔭瓜雞和辣味蔥薑雞等4種招牌雞料理，林美辰也很推薦沙卡獨家研發的麻油雞，同樣全酒不加水，再搭配頂級麻油，入喉特別地噴香。

有了店面之後，沙卡也提供更多菜色，菜單洋洋灑灑，琳瑯滿目。熱炒招牌菜色首推黃金軟絲，



沙卡藏身於巷弄內古色古香的用餐環境。

2023年1-7月米其林台中新入選餐廳

FReNCHIE FReNCHIE	精緻法式餐酒館，菜單隨季節更替，招牌甜點法式吐司很受歡迎。
老士官擀麵	老闆每日在門前現場擀麵，麵條Q彈帶勁，搭配秘製麻醬與肉燥，滋味鹹香。
沙卡	招牌燒酒雞以全米酒、中藥材和放山古早雞燉煮而成，不加一滴水，原汁原味。
滿堂	主打中菜西做的當代料理，菜單每季更換，以當季食材呈現台菜新風貌。
地坊	時尚歐陸菜餐廳，提供無菜單套餐，招牌鴨胸料理經糖燻、稻草煙燻兩道工序，風味迷人。
夜間部爌肉飯	人氣火熱的平價宵夜美食，僅在夜間營業，以爌肉飯、魯肉飯最為出名。
豬肉滷小料理	料理融合台、日、西式手法，充滿巧思，櫻花蝦滷肉飯以手切滷肉搭配酥香櫻花蝦，滋味獨特。

在彈牙軟絲外，裹上一層厚厚的鹹蛋黃金沙，用料毫不手軟，入口鹹香夠味，香氣飽滿撲鼻。

林美辰表示，沙卡以親民的家常菜為主，希望客人來店裡就好像回到自己的家一樣，料理美味、環境舒適、服務親切，「現代人大多外食，要吃媽媽煮的菜很不容易，我們煮給客人吃，等於煮給自己的孩子吃一樣，一定是用最好的、最乾淨

的食材去呈現。」

首次入選米其林，她笑著坦言，「當下很開心，以前從沒想過，蠻意外的！」但就是這份做菜給家人吃的心意，讓沉浸40年的酒香，從大雅巷弄飄進米其林殿堂，餵養更多饕客的心。✈



一鍋甘甜的燒酒雞，加上滿桌家常料理，一年四季吃都滿足。



美好家園的守護者



愛心英雄 行善台中

天光剛亮起，導護媽媽高舉旗幟護送學童過馬路，志工協助長者登上復康巴士，醫療巡迴車正在山路上顛簸前行。尋常的每一天，城市的每個角落，都有人不求回報地默默奉獻，無論來自何方，是什麼樣的背景，他們個個都是守護家園的愛心英雄。

撰文 | 張名榕 圖片提供 | 許慧韶、台中市政府社會局

台中市政府為維護身障者醫療復健、就業、就學及參與各項社會活動的權益，積極推動無障礙交通。其中，台中市的復康巴士更是六都唯一可免費搭乘，且採取智慧化管理，效率全國第一，使用率六都最高。

而今年4月份開始，有輛寫有香港知名的海報畫師阮大勇名字復康巴士，也開始在梧棲、沙鹿一帶的海線地區服務。



1 | 2 | 3

1-3：在台中有許多默默行善的人士，以行動捐贈復康巴士、托育資源車等相關資源，是守護家園的愛心英雄。

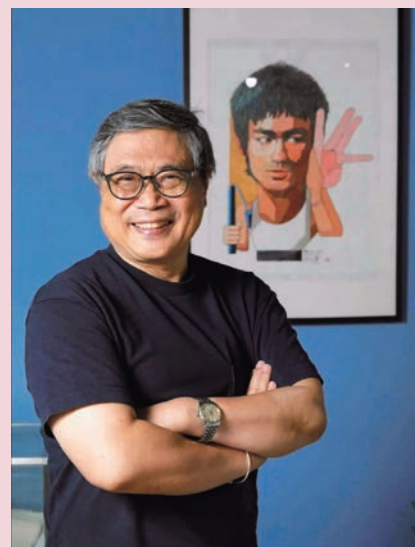
♥ 愛心故事 1 樂當台中新住民

2018年，當時居於香港的海報畫師阮大勇，與許慧韶共結連理，婚後逐漸萌生移民台灣的念頭，「因為曾在媒體看過一對想移民台灣的香港夫妻，在台環島旅遊尋找理想居住地，最後選擇落腳台中，讓我印象很深刻。」阮大勇說。

於是，抱持著好奇與憧憬，阮大勇與許慧韶親自造訪台中，而遇到的第一位計程車司機，就帶給他們滿滿的文化衝擊，「才遲到沒幾分鐘，他卻非常誠懇地頻頻道歉，香港住了幾十年從來沒遇過這種事，不要被司機罵就很好了。」許慧韶大笑著說，接下來的日子，兩人攜手走訪彩虹眷村、高美濕地等景點，浪漫美景與溫暖人情讓兩人一致同意，台中就是他們嚮往的移居城市。

擅長將大明星卡通化，創作出許多唯妙唯肖的電影海報，在香港幾乎無人不知的阮大勇，來到台灣鮮少被人認出，少了當公眾人物的壓力，偶爾接接商業合作案，生活過得悠閒自在。

就在去年9月，許慧韶突發奇想，希望給阮大勇一個獨特的生日驚喜，要以先生之名捐贈復康巴士。



阮大勇身為電影海報畫師，和他的作品李小龍畫像合影。

1 | 2

1：阮大勇和許慧韶夫婦再造訪台中後愛上這塊土地，因而移居落腳台中。

2：余幼絢女士因多年來默默行善，獲傑出人士慈光獎章。



送給在地人的愛心禮物

許慧韶透露，陪伴阮大勇去醫院做健康檢查時，時常看到復康巴士接送患者，讓她既感動又心生感觸，「我先生已經80多歲了，或許有天也會需要復康巴士的服務，況且我已經拿到台灣身分證，應該要以台中市民的身份，為這座城市做點事。」許慧韶認真地說。

許慧韶瞞著阮大勇偷偷聯絡台中市政府，不熟悉市政運作的她，連要找哪個單位都不知道，只能打去總機慢慢轉接詢問，「對方問我好多問題，很疑惑一個香港人怎麼會想捐復康巴士，聽我說是送先生的生日禮物，完全不相信，還以為我是詐騙。」許慧韶苦笑著說，最後對方還約許慧韶碰面聊天，確定她是認真要做公益，才正式轉給負責單位。

復康巴士車體可以標註捐贈人名字，許慧韶決定除了阮大勇，還要寫上他喜歡的偶像，香港知名歌手姜濤，以及姜濤對粉絲的暱稱「姜糖」，更特地選在4月，阮大勇與姜濤兩人的生日月份交車，用「聯名」的方式給阮大勇一個驚喜。

捐贈儀式當天，許慧韶半哄半騙阮大勇出門，不知情的他還帶上了心愛的寵物狗，看到復康巴士時驚訝萬分，差點說不出話，「我比較內向，雖然好開心還是嚇了一跳，市府的人來道謝，也不好意思說我現在才知道，只好強裝鎮定了。」阮大勇笑著說。

透過這份愛心，飄洋過海而來的新住民，與在地的情感連結也更緊密了，「來台中落地生根是一種緣份，我送一個禮物給我先生，也送給所有的台中市民，若有一天在台灣大道巧遇有他名字的復康巴士，我們一定會好開心的。」許慧韶笑著說。

♥愛心故事2 低調行善20年

只要是熱愛戶外活動的台中人，對「鄉野情戶外休閒中心」絕對不陌生，創辦人王世杰去年因病過世後，妻子余幼絢忍痛結束營業，老顧客紛紛表達不捨，惋惜失去一個優秀的在地店家，但許多人不知道的是，鄉野情不僅是知名品牌，更是默默行善多年的愛心企業。

王世杰與余幼絢夫妻，自鄉野情草創時期就投身公益，負債累累仍堅持捐款行善，「剛開始每個月欠幾百萬的貨款，連員工薪水都用現金卡預借才能發出來，但我們每個月就是5,000、8,000元的捐贈，用一點微薄的心意貢獻給社會。」余幼絢堅定地說，兩人咬牙苦撐了好幾年，神奇的是當捐出的善款越來越多，公司生意竟也漸入佳境，鄉野情的營運就此步上軌道。

經濟較寬裕後，夫妻倆開始捐贈復康巴士，希望讓



由許多善心人士捐贈的托育資源車，會巡迴市區和山海屯各區，將服務貼心送到社區，讓民眾可就近使用育兒資源。

長者與病患能舒服地往返醫院與住家，後續也陸續將資源投注於兒少與弱勢族群，包括捐助接送早療兒童就醫的外展服務車，以及提供偏鄉托育服務的托育資源車；捐款給沙鹿兒少之家更新設備，以及為親子館添購教具與圖書等；也曾捐款百萬，協助瑪利亞社會福利基金會興建「極重度多重障礙綜合服務大樓」，多方行善不遺餘力。

盼拋磚引玉 傳承公益理念

從前的余幼絢，相信為善不欲人知，連自家員工幾乎都不知情，直到友人勸說她這是件值得榮耀的事，余幼絢才決定在春酒時與員工、廠商、親友分享過往的善行，「大家都很訝異，畢竟零售業毛利不高，但只要有心還是能回饋社會。」余幼絢指出春酒過後，許多合作廠商自發性投入公益，讓她更深信適度的分享，拋磚引玉，可以激勵更多人加入「善的循環」。

余幼絢透露，王世杰生病治療期間，愛心不中斷，甚至聽到瑪利亞需要善款，不只捐款，還大量認購愛心襪送給員工與顧客，積極協助瑪利亞行銷，在行有餘力的範圍內盡力幫助他人，是夫妻倆的共識也是信念。

「只要有我在的地方，一定會越來越好。」回想王世杰生前常說的這句話，余幼絢感性表示，儘管鄉野情不復存在，過往對社會的回饋仍在持續發酵，公益理念也將永遠傳承，只要有心有愛，我們的家園會越來越溫暖。

復康巴士

領有身心障礙證明，並經評估有復康巴士需求者，台中市政府提供免費搭乘復康巴士服務，欲申請者可利用網站預約或撥打社會局專線，詳情可至台中市政府社會局網站查詢。



托育資源車

台中市推行友善育兒，設置有12座親子館、10處托育資源中心（小親子館），另有10輛托育資源車，針對資源較少的偏鄉地區深入巡迴，提供教具、玩具、繪本租借服務，並不定期舉辦活動，詳情可至台中市育兒資源網查詢。





回應「月經平權」呼聲

消弭月經貧窮與污名

對於生理女性而言，月經是每個月都會經歷的生理現象；然而，許多女性在一生當中，都曾因為月經遭受過生理或心理上的困擾。隨著性別平權意識的提升，台中市政府透過各項作為，回應「月經平權」的呼聲，期望將台中打造成一個更加平等友善的城市。

照片提供—台中市政府社會局
撰文—鄧明珩

你是否聽過「月經來不能進寺廟」這樣的傳統民俗？你曾以「大姨媽」、「好朋友」、「那個」等不同的說法來代稱月經，甚至在使用生理用品時小心翼翼，盡量不讓其他人察覺？

對月經的陌生與不了解，或多或少造成了以上的情境發生，為了建立更友善的環境，世界各國近年紛紛提出「月經平權」的概念。月經平權涵蓋了月經貧窮、月經不平等、月經污名化、月經教育，以及月經權益等不同議題，且每個議題也都有相互關聯性。

其中，月經貧窮與月經污名化更是亟需被解決的問題。前者指的是資源缺乏或經濟上無法負擔月經用品，導致在月經期間不得不減少使用數量，抑或是無法選擇最符合自己需求的用品，進而對女性的身體和心理帶來負面影響；後者則包含了社會上所有因為月經而產生的社會禁忌與歧視，包括對月經使用其他名詞代稱、禁止生理期女性參與特定的習俗活動，導致人們對月經感到羞恥和壓力，甚至無法公開談論月經。

為了消弭月經貧窮與污名化，在政策方面，市府根據教育部推行的

「友善提供多元生理用品計畫」準則，整合各機關提倡月經平權的倡議措施，透過分階段的推廣方式，舉辦性平教育研習活動，向大眾傳達月經議題的正確知識；同時亦結合社會福利系統，穩定提供弱勢女性所需的生理用品，減輕他們的經濟負擔，讓台中成為一個月經友善的城市。

此外，市府也分別就教育、社會兩大面向，漸進式地推動一系列的措施和計畫。



市府日前舉辦性平跨域記者會，與來賓共同打開「紅色恩典寶盒」，象徵揭示公私部門月經平權友善服務。

教育面／與校園積極合作

教育方面，市府教育局除了與各級學校合作，在保健室提供生理用品，讓有需求的學生可以主動索取外，也積極向中央政府爭取補助款項，計畫從今年8月1日開始，為國小五年級至高中三年級的弱勢家庭女學生，提供每個月200元的生理用品兌換券，可至台中各7-ELEVEN、全家、萊爾富、OK超商及台灣楓康超市等通路兌換合用的生理用品，藉此消弭月經貧窮的問題。

另一方面，將正確的性教育與月經教育知識傳遞給學生也是重要的一環，因此，教育局除了配合中央政策，將月經教育的內容納入十二年國民基本教育課程綱要，也透過跨領域的方式，協助教育現場的教師一同規劃更多元、更有趣的月

經教育教材，提升學生對於月經與生理用品的認識，像是生理用品不只有衛生棉，也有棉條、月經杯（月亮杯）等，透過正確知識的宣導，讓學生更知道如何照顧自己的身體，同時也破除月經污名化的問題。

社會面／推動協助弱勢婦女及家庭消弭月經貧窮計畫

根據統計，台灣女性平均一生要花10萬元購買生理用品，因此對於經濟弱勢的女性來說，如果無法取得足夠的生理用品，除了會對生理和心理的健康造成影響外，也容易導致婦科疾病。

為了減輕台中市內弱勢女性的經濟負擔，在社會層面上，市府社會局主責推動協助弱勢婦女及家庭消弭月經貧窮計畫，除了根據特殊境遇家庭領有子女生活津貼名冊，主動向特殊境遇家庭的子女配送衛生棉外，也同步於市內68個社會福利據點，進行衛生棉的定點放置服務，包含婦女及新住民培力中心、新住民據點，家庭福利服務中心、兒少及家庭社區支持服務方案、食物銀行等，提供有需求的民眾自由領取，讓弱勢的婦女群體逐步擺脫月經貧窮的困境。

月經平權行動是一項長期的社會實踐，期盼透過各界的努力，共同營造性別友善的環境。✍



1-3：市府社會局除了主動配送給有需求的族群衛生棉外，也推動在68處社會福利據點放置衛生棉的服務。



什麼是配餘地?

開發流程

STEP ① | 區段徵收開發土地, 市府先墊付開發費用

STEP ② | 開發完畢之土地, 配還給原地主領回並扣除公共設施用地

STEP ③ | 剩餘土地為配餘地



開發費用是先借貸而來, 所以要把配餘地換現還債

市地重劃、區段徵收是自償性土地開發事業, 開發後必須標售抵費地、配餘地, 回收先前的開發成本並減少利息負擔!

完成財務結算後若有盈餘 → **興建公共建設**

(EX: 水湳國際會展中心、台中圓滿戶外劇場)

開發成果，全民共享!



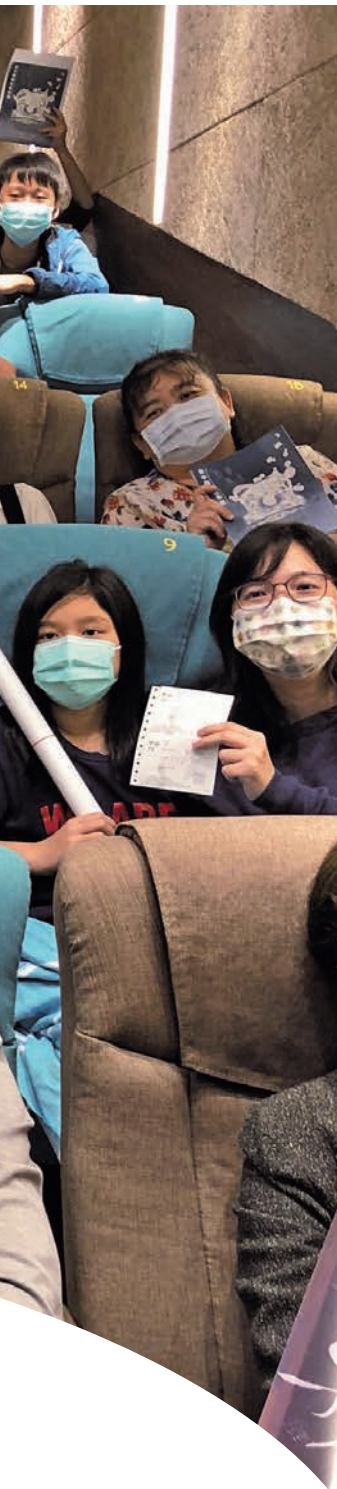
原來配餘地不是市有財產，
拍賣收入優先抵付開發成本呀!



中山73影視藝文空間 來去看電影！

撰文 | 鄒明玲 圖片提供 | 中山73影視藝文空間

坐落於台中市中區中山路73號的「中山73影視藝文空間」，是中部地區唯一一個以商業電影院規格放映非主流藝術電影的場域。自2018年11月開幕以來，不斷透過放映多樣化的影視主題，喚起民眾對非主流電影的關注，同時也活絡了在地的文化創新動能，為中部地區重要的影音作品分享平台。



中山73女性影展
《光的孩子》映後
座談由國片導演徐
麗雯出席分享，現
場座無虛席。

為了促進台中市影視產業的發展，2017年台中市影視發展基金會成立，並於2018年進一步將位於中區中山路73號的老建築，翻新為台中首座以放映非主流藝術電影的複合式場館——「中山73影視藝文空間」（簡稱中山73）。

打造非主流影音作品的分享平台

5年來，中山73陸續推出「焦點主題」、「首輪藝術電影」、「台中拍」等常態放映電影單元。

「我們的目標在於推廣影視，因此商業電影不會是我們放映的首選；同時，為了推廣並培養大眾有觀賞不同類型作品的的能力，我們盡力選映其他戲院未放映過的片子，可能是新片，也有可能是經典數位修復的作品。此外，我們也會依據不同的需求來規劃不同主題的放映單元。」台中市影視發展基金會執行長林盈志指出，「焦點主題」的部分，團隊盡量將同一位導演的作品或同一主題的單元接續放映，以便觀眾更容易聚焦；「首輪電影」則會精選放映觀眾想先睹為快的得獎作品；而「台中拍」則放映將台中作為電影場景的作品，藉此提升市民的參與感和光榮感。



呼應「台中國際動畫影展」，中山73也選映動畫大師作品《灌籃高手》讓民眾感受動畫作品魅力。



勇奪奧斯卡金像獎多項大獎的《媽的多重宇宙》即將在8月份於中山73登場。

擴大受眾 放映多樣化

今年，為了拓展觀影族群，中山73更推出了「中山73嚴選電影」與「WOW！動畫」單元，期望能夠提供更多樣化的影視作品給市民朋友。

林盈志說，相較於一般商業電影院，中山73的影廳座位較少，因此為了讓更多民眾可以觀賞「中山73嚴選電影」，除了在現有的影廳內放映外，也特別與不同的單位合作，像是今年4月底曾與台中大遠百威秀影城舉辦一場《油麻菜籽》的特映會，吸引近200位觀眾在母親節前夕走進戲院，重溫這部闡述上一代台灣女性故事的經典電影。

在「WOW！動畫」單元中，除了擴展親子觀影族群，也是為了呼應「台中國際動畫影展」，期待透過選映國

內外優秀的動畫作品，讓民眾可以更全面地了解宮崎駿、高畑勳、井上雄彥等大師的作品，並從中感受到動畫作品的魅力。

林盈志強調：「無論是故事主題或是製作方式，電影其實都是很多樣化的，包含像是動畫製作也不僅僅只有用電腦繪圖製作的才叫動畫，用黏圖、紙片拼貼等方式來達到視覺暫留的作品，也都可以是動畫。」即將邁入第5年的中山73將持續透過更多樣化的放映企劃，並串聯不同的合作對象，豐富閱聽大眾的觀影視野。

為推廣影視，中山73也推出「會員專屬集點活動」，即日起至12月31日止，到中山73看電影（限付費場次），可到1樓服務台索取集點卡，觀影一次即可獲得1點，集滿點數，就可以獲得限量好禮。



中山73集點活動

放映作品、票價資訊及活動內容，請參考網站。



中山73官網



中山73定期舉辦專業電影講座，邀請周美玲導演以「慾望與記憶的邊界」為題進行分享。

透過互動科技與歷史對話

《我家的兩岸故事》巡展台中

《我家的兩岸故事》巡展2019年自高雄啟航，第六站抵達台中，以豐富的人物影音及典藏文物為主題，連結在地記憶，藉由數位科技藝術，虛實整合再現遷台歷史，自7月5日至9月20日於文化部文化資產園區雅堂館AB棟盛大展出。

風雨飄搖的年代，無論原籍何處，被時代浪潮驅趕著的百萬軍民奔赴台灣，有不少人落腳台中撰寫傳家篇章。本省人與外省人混居的模範新村，有前台中市長胡志強至今難忘的眷村光景；200公尺外的日式建築，曾是孫立人將軍幽居之所，隨軍攝影官羅超群以照片守護一代傳奇名將被噤聲的過往。

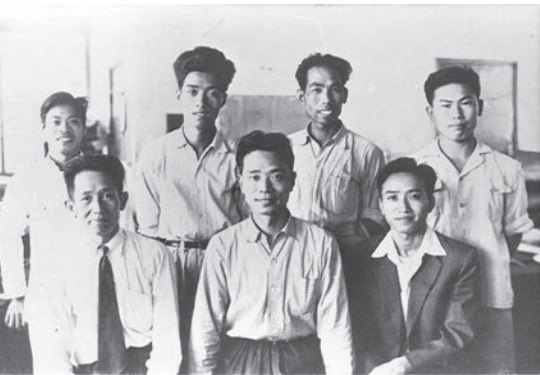
而參與搶救計畫的歷史見證者：彩虹爺爺黃永阜、銀聯三村眷村媽媽、走過大時代的百歲女性賈李樹芝、烽火中護送國寶安抵霧峰北溝的索予明等人，也紛以他們的生命故事，溯源一頁遷台史的流變脈動。

《我家的兩岸故事》展覽透過這些人物，結合互動科技與新媒體藝術，展映見證動盪年代的影片與文物，運用不同數位媒材訴說生命故事，以情境式策展手法帶領觀眾重返歷史現場。

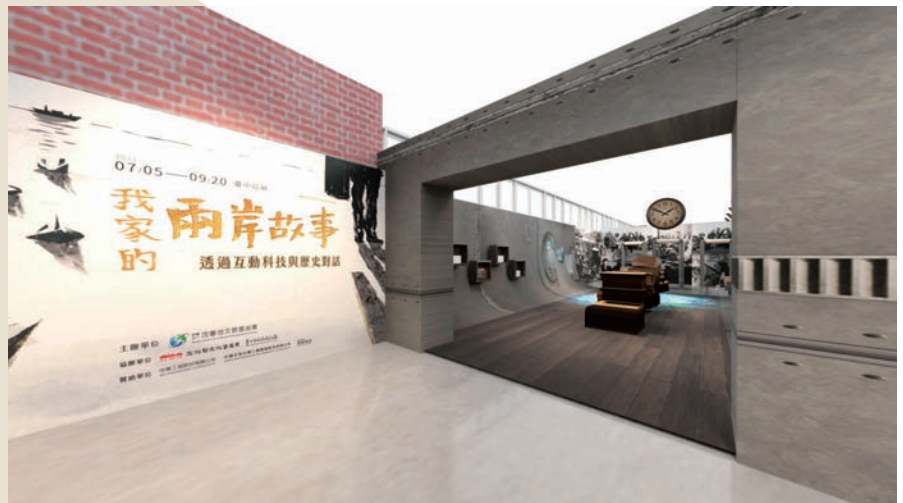
「跨越黑水溝」展區，以大型船艙造景與三面投影，營造驚滔駭浪中橫渡凶險的不安環境及心境，觀眾可沉浸式體驗戰亂中倉皇離家、迢遙渡海的顛沛氛圍；數百萬軍民經歷漫長的遷徙落腳台灣，「生命路線地圖」展區讓觀眾透過3D感應式互動劇場，與不同身份的遷台人物一同經歷命運的關鍵轉折點，從歧出的生命路徑，探尋兩岸情感的軌跡地圖。

「一卡皮箱到台灣」以眷村VR及換裝遊戲，穿越時空復刻舊日情懷；走入「八千里路」懷舊VHS出租店，一支支錄影帶成為思親懷鄉的載體，透過VR與感應式互動影像，與歷史重新對話。

《我家的兩岸故事》透過沉浸式遊戲和VR虛擬實境，引領民眾漫步遷台歷史的多重宇宙，提供不同世代近距離接觸歷史的機會，是今夏闔家大小探遊的絕佳選擇。✈



- | | |
|---|--------------------------------------|
| 1 | 1：老照片訴說著一群故宮守寶人歷經17年顛沛，寫下的文物遷移史傳奇。 |
| 2 | 2：「跨越黑水溝」以大型船艙造景與三面投影，提供民眾沉浸式體驗。 |
| 3 | 3：象徵遷台人物改變一生的「命運艙門」，引領民眾漫步遷台歷史的多重宇宙。 |



- **展覽期間**：2023年7月5日～9月20日(週一休館) 09:30-17:30
- **活動地點**：文化部文化資產園區雅堂館AB館(台中市南區復興路三段362號)
- **主辦單位**：財團法人沈春池文教基金會

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）
- 國外——因應新型冠狀病毒肺炎（COVID-19）疫情，暫停海外訂閱。
- 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。
- 單數月5號（含）後劃撥者，將收到下期刊物。
- 變更地址請來電告知，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15200 | 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>→《漾台中》



《漾台中》電子書



更多索閱點查詢

免費索閱地點

政府單位

新市政大樓服務中心（文心樓1F）
陽明市政大樓服務中心
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
國民運動中心
樂齡學習中心
親子館
台中市各衛生所
國立公共資訊圖書館
台中市各區農會
台中區漁會

交通運輸

台中捷運各站詢問處
高鐵站旅遊服務中心：
台北、板橋、桃園、新竹、
苗栗、台中、彰化、雲林、
嘉義、台南、高雄
台鐵火車站台中各站
台鐵火車站旅遊服務中心：
宜蘭、桃園、中壢、新竹、
竹南、苗栗、台中、彰化、
斗六火車站

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
台中商旅
台中公園智選假日飯店
台中港酒店
兆品酒店
台中林酒店
華登商務飯店

挪威森林（漫活館、文創館、行旅1號、行旅3號）
寶島53行館
承億文旅 台中烏日子
台中星漾商旅
台中世聯商旅
武陵賓館
文華道會館
清新溫泉飯店
小西城旅店
HOTEL 7 逢甲
MINI HOTELS 逢甲館、站前館
浮雲客棧KLOUD HOTEL
紅點文旅

書店

誠品書店：
信義旗艦店
板橋店、中友店
園道店、高雄大遠百店
諾貝爾圖書城台中各分店
墊腳石圖書廣場台中旗艦店
瑞成書局
茉莉二手書店
敦煌書局：
中興營業所、中港營業所、
靜宜營業所、朝陽營業所、
亞大營業所、東海營業所
午後書房
魚麗人文主題書店

休閒旅遊

台中國家歌劇院
自然科學博物館
台灣美術館
麗寶樂園
台中都會公園服務台
泰安鐵道文化園區
東勢客家文化園區
纖維工藝博物館
石岡土牛客家文化館

東勢林場
月眉觀光糖廠
谷關遊客中心
豐原漆藝館
文化資產園區
中山73影視藝文空間
心之谷永續教育園區
晶美術館
台灣太陽餅博物館

咖啡館、文創場所

梨子咖啡（豐原店、崇德店）
咱們小時又又
默契咖啡
無為草堂
Retro / mojocoffee
出軌咖自家烘焙咖啡館
憲實咖啡（華美店、熱河店）
艸水木堂
中興六號
粳餅商行
想想 Thinkers' corner
5春
老樹咖啡（台中店）
范特喜微創
目覺咖啡（一店、二店）
實心裡生活什物店
edia café
窩抵咖啡
丹華茶亭（雙十路）
樹兒咖啡
Smoker 煙煙咖啡
墨爾本咖啡
Roundabout Café 圓環咖啡
amazing63 coffee shop
活力文化咖啡館
Light cafe
Art Anew
Coffee Talks 頭靠咖啡
學田有藝 Xue Tian Café
格哆莉奶酪優禮
懷初尋 Startin' Coffee Roasters

2023 臺中電影 節-11季

動畫 Chill 一夏

6.30 - 9.2

臺中市29個行政區
29場次免費電影巡迴放映

台中消費590力

憑2023.5.1後臺中市電影院、中山73
影視藝文空間紙本票根，於活動現場可
兌換限量小禮物1份，還有機會抽中
「臺中國際動畫影展套票」！



活動詳情

請上活動網站查詢
www.sgf3535.tw/2023fun-in

主辦單位 |

臺中市政府新聞局

共同主辦 |

臺中市政府教育局

合辦及協辦單位 |

臺中市政府民政局、臺中市各區公所、財團法人臺中市影視發展基金會



富市台中，新好生活