

No. 19

2008年1月出刊

# 綠精神

環境守護 / 文化深耕 / 關懷弱勢 / 社區培力

封面故事

【消失與存在】中華商場的故事

特別企劃

大臺北豆芽菜哪裡來？

學習花園、社區關懷、環境守護、生活巧藝……  
精采內容，more and more！

攝影 / 黃子明、劉易庭

《本雜誌採用環保再生紙及環保大豆油墨》



# 目錄 Contents

- 1 【編輯室手記】  
艋舺的生命書寫
- 2 【社大放送頭】  
豔艋舺
- 4 【封面故事】  
**消失與存在**  
**誰能忘記 中華商場**  
穿過昔日的歌聲  
一代人的點心世界  
翩翩樂舞心中來  
中華商場小檔案
- 15 【社區關懷】  
探照艋舺角落的光
- 17 【特別企劃】  
**大台北豆芽菜哪裡來？**  
萬華的豆芽寶寶們  
透視小豆芽  
DIY樂趣多  
豆芽菜食譜  
採訪後記
- 21 【美味萬華】  
香傳千里老滋味  
排骨與蘿蔔之舞  
艋舺美食點陣圖
- 28 【深度報導】  
萬華挖寶人  
一位資源回收者的告白  
採訪側記
- 32 【社區巡禮】  
何處傳來青草香  
青草巷小檔案
- 35 【生活巧藝】  
溫暖冬季的手指圍巾
- 36 【健康隨身包】  
在生命轉彎處
- 37 【學習花園】  
接軌 e 世代  
我們這一班  
我的手說出完美

# 艋舺的生命書寫

廖鴻宇 / 萬華社區大學主任

入秋的微風清拂總讓人有些思古幽情，沿著長長的廣州街走來，剝皮寮的清代亭仔腳與康定路上日據時期巴洛克式的建築風貌交互輝映著，構築成獨特而戲劇性的街廓故事，曾經風華絢爛的牌樓，獨留寧靜的姿態等待異鄉人的探索。城市中許多流轉的故事，往往經歷時間的推移後，會逐漸變的讓人遺忘陌生，然而，透過紀實文學書寫所呈現的生命力，將會讓你驚覺，歷史其實是真實可觸及的，絕非飄渺如雲煙。且讓我們進入交錯的時空中，找尋生命最初的悸動。

這次報導內容中，志偉、文潔、巧玲的封面故事要談的是「消失與存在：中華商場」：裡頭分為幾個小單元1.誰能忘記 - 中華商場2.翩翩樂舞心中來3.穿過昔日的歌聲4.一代人的點心世界5.中華商場小檔案。而特別企劃由玉婷、依善、美娟、錫爵組成的特搜隊要告訴您「大台北豆芽菜哪裡來」。

眾多饕客期待的單元「美味萬華」，這次美娟、克能、錫爵、淑寬與志偉要介紹給您奇妙的一排骨與蘿蔔之舞（祖師廟原汁排骨大王）、香傳千里老滋味（老天祿），還有「艋舺美食點陣圖」，相信會讓各位聞香下馬、流連忘返。

針對「環境守護」、「社區關懷」單元系列，由力欣、子潔、錫爵、克能、淑寬為您報導：資源回收在萬華、萬華國際同濟會等單元；以及巧玲、文潔介紹：「社區巡禮 - 何處傳來青草香」，讓您認識社區溫馨知性的一面。當然頗受歡迎的「生活巧藝」又來了，這次曹夏蓮老師要示範怎麼做「溫暖冬季的手指圍巾」；高原主講「健康隨身包-自殺防治對策初探」為你我的健康加分；「學習花園」則要見證幾位學員的生命學習。

筆末，順利出刊除要感謝刊物製作所有工作夥伴的辛勞外，特別值得一提的，是這次萬華社大編輯採訪社代表參加96年度臺北市政府教育局優良課程評選，最後經過專家學者嚴選，自眾多課程中脫穎而出獲獎，可謂「辛勤播種、歡呼收割」，美好成果值得令人賀采！這份殊榮謹獻予鄭老師、楊老師與曾經參與、現在參與的所有夥伴共同分享！這次獲獎，相信也正因為本刊展現了在地生命力的可貴與感人的一面，謹此期待與各位夥伴攜手，為創造《艋舺傳奇》的生命書寫繼續邁向下一個新頁。🌱

發行所：臺北市萬華社區大學

發行人：李端端

社長：袁保新

社大工作團隊：廖鴻宇、吳台琪、陳巧倫、徐佳君、吳宜芳、石家斌、梁慧雯、游象雲

指導老師：楊 索

總編輯：廖鴻宇

執行編輯：吳台琪

美術編輯：王雅瑩 / forever1978amy@gmail.com

採訪：萬華社大編輯採訪社（林淑寬、林錫爵、廖克能、李美娟、錢志偉、鄒子潔、鄭文潔、何巧玲、梁力欣、王玉婷、王依善）

感謝協助：

黃子明先生、汪芸小姐、陳文芬小姐

出版：臺北市萬華社區大學

地址：10849臺北市萬華區南寧路46號

電話：02-23064267

傳真：02-23064268

網址：<http://www.whcc.org.tw>

E-mail：[wan.hua@msa.hinet.net](mailto:wan.hua@msa.hinet.net)

印刷：昶昇印刷股份有限公司

出版日期：2008年1月初版

【版權所有，如須引用或轉載，請聯繫萬華社大並註明出處】

#### 呼籲使用再生紙：

1. 保護地球資源 - 每1公噸文化用紙若以再生紙取代，相當於少砍20棵樹齡在20至40年的樹木。
2. 降低環境污染 - 再生紙漿相對減少75%的空氣污染，35%的水污染。
3. 節省能源與資源 - 省去重新製漿所需之動力，節省製漿所需之用水，與原生漿比較，動力只需使用1/3，清水只需使用1/6。

大豆油之所以導入油墨成分中，乃傳統的石油系油墨本身所含的多環芳香族類及揮發性有機化合物，對地球暖化及大氣污染日益嚴重，對人體亦會造成毒害。後來發現大豆油可取代石油溶劑，是開發環保油墨的最佳原料。本刊物採用大豆油墨印刷，共同擔負起改善地球生態環境的責任。

# 艷情神

廖鴻宇 / 萬華社區大學主任

**近因** 臺北市政府有意在「一區一特色」的概念下，希望每個行政區都能研擬提出一個最具代表性的特色，未來能讓12個行政區在每年十二個月份當中，輪流推動辦理各區自有特色活動，俾利加速地方發展。因這樣的機緣，本校受邀參與討論萬華區未來發展軸線，與會代表中有文史工作者、社區青年規劃師、城鄉發展專業學者與NPO團體代表，眾人齊聚一堂尋求共識，並對未來提出新願景。會中主要提到的建議有幾點：

一、萬華富含人文歷史且廟宇林立，可將寺廟做為主軸，仿倣日本京都每年舉辦之「祇園祭」，串聯所有廟會舉辦大型活動。

二、以西門町為主，連結現有行人徒步區，比照國外規劃人行道路或腳踏車道，接送遊客則以黃包車或shuttle bus（豪華轎車）方式。除利用農曆新年（國曆二月），龍山寺香客旺盛人潮（可謂「艷艸文化祭」）進行外，亦可於平時實施，分別依特定年節與平日規劃多種不同路線，以帶動周邊攤商之經濟效益。

三、萬華屬舊都市，共有五十六條專業街，每條專業街都至少有八家以上的店家，可以將小巷小弄裡的專業街串聯在一起，形成「萬街風情」。

四、中華路沿線目前正有八間飯店在蓋，這對未來的觀光有不小的影響，可以將上





述的寺廟、專業街仿造外國設置旅遊資訊中心。

五、克服現有法令，結合各廟宇、旅館、專業街等團體成立「萬華多元文化基金會」，俾利推動各項活動與傳承定位的工作。

六、與各景點合作如：服飾文化會館常態走秀展演，戲院提供優惠與播放我們的影片，鼓勵設計自有品牌服飾增加紀念價值等。

七、以「慢活」的生活意涵，結合華江雁鴨季賞鳥活動（每年約十一月至隔年四月間），推動本地生態旅遊，吸引不同的社群。

上述有幾項已獲得初步共識，也接續進入實質討論，惟這裡我們特別要提到的是第七點，雖然與會者有部分認為環境教育活動之客群不明顯，且雁鴨季無法顯現商機，然而本校認為應該堅持推動生態旅遊，必須創新思維，藉由保護珍貴的在地自然資源-美麗雁鴨

（雁鴨已被『亞熱帶生態學學會』列為保育動物），我們應該群策群力向中央主管機關爭取建設經費，重新規劃經營華江雁鴨自然公園，解決該區現有困境，以吸引賞鳥人潮回流。畢竟透過生態保育行動，傳遞環境永續經營的觀念，才能重新發掘與發覺對這片土地獨特自然資源、文化資產的珍視情感。

我們相信，當華江雁鴨自然公園能獲得完善規劃與經營，同時我們也可進行妥善的旅遊資源評估與規劃，對遊客施以保育觀念與生態價值的解說導引，在定期的自然資源與遊程品質監控下，推行兼具自然保育與遊憩發展的生態旅遊，將能形塑充實具有人文、美學、自然哲學內涵的在地生態之旅，進而達到保育、觀光、產業、社區共榮的永續發展理想。相信未來構築在生態保育與人文產業發展並進的基礎下，萬華將以嶄新的綠色觀光，風華再現於國際舞台上綻放光彩。





# 消失與存在

中華商場  
是消失的庶民空間  
是存在的歷史記憶  
是五十年代的重要地標





# 誰能忘記 中華商場

1961年起造、1992年拆除的中華商場，見證了台灣經濟起飛與社會變遷的年代，建造原因是政府為安置戰後來台居民得以謀生，落成的八座建築日漸匯集人潮，成為集各省飲食和新潮電子產品之處，並於70、80年代獨領風騷，消費人潮猶勝今日東區。

然而，在80年代末期，商場建築物因年久失修，西區商圈沒落，終於面臨存廢挑戰。1992年市府拆除前夕，居民激烈抗爭保留，但爭取無效，商場在摧枯拉朽下化為煙塵，成了一整個世代的歷史記憶。

記者 / 錢志偉、鄭文潔、何巧玲

**中華**商場，1961年四月二十二日完工啟用，三層樓鋼筋混凝土建築分成「忠、孝、仁、愛、信、義、和、平」八棟，從北門沿著鐵道一直延伸到小南門，共有1644店面單位。從六〇年代起近三十年的時光裡，這裡是台北市民最重要的消費娛樂之處。

## 絢爛霓虹燈繁華不夜城

市政府文史工作者的葉倫會談到，「在物資貧困一片矮房的年代，八棟三層鋼筋水泥建築、有電器設備和公共廁所，當時的中華商場可是一等一的消費場所」。葉倫會拿出當年的地圖和照片指出，當時的中華商場入夜以後燈火輝煌，隔著中華路另一頭「中國時報」及「國際牌」的巨型霓虹燈隔著中華路相互輝映，多樣的商業活動是當時台北主要的都市生活縮影。

## 電器商場帶給年輕人聲光夢想

中華商場的忠、孝兩棟，是電子零件及音響的專賣場所，在聽音響會被誤認為通匪的年代，想要組合電子零件就得到中華商場。

5年7班的Tommy，目前在竹科擔任電子產品經理，從國一開始就常搭火車到台北車站，

再走路到中華商場「摸」音響。Tommy說那時候年紀還小，只知道中華商場有音響店，週日就帶著一個禮拜省吃儉用的零用錢到中華商場耗上一天，尤其忠棟一樓靠鐵路那一側「雅瑟音響」與「德昌」，孝棟2樓專賣飛利浦系統的「浙平」更是必到之處，翻翻販賣店家的商品堆，一切總是新奇好玩。

在忠、孝兩棟大樓另一面還有幾十家電子零件專賣店。台北工專畢業，目前在資策會工作的王博允回憶臺北工專的學生時代，每禮拜總會去報到幾次。「當時還是電腦286與386交接的時代，五又四分之一吋磁片是主流，聲霸卡2.0剛出來」，配合著遊戲的語音效果，商場總招來一堆學生反覆觀看遊戲DEMO。

王博允說，對於著迷電子的工專學生來說，每次來都對櫥窗內林林總總的電腦零件感到好奇與興奮；唸著「黑棕紅橙黃綠藍紫灰白」顏色代碼去找電阻，盡情挑選美得發亮的鱷魚夾、二極體、電晶體、繼電器、銅線、可變電容、線路板，回去研究室組裝屬於自己的電腦。

孝棟也有幾間樂器行，黃文哲聊起來也顯得眉飛色舞，在這位玩了近30年音樂，目前在開班授課的吉他高手印象中，中華商場裡最



▲ 為了打響「國際牌」的名氣，台灣松下1964年在西門町的中華商場，豎立了當時台灣最大的霓虹燈，閃爍的霓虹燈提供了城市繁華的意象，也在民眾心中留下鮮明的記憶。（圖片提供：台灣松下電器）

大的樂器行是「新麗聲」，但是價錢有時候卻不是窮學生負擔得起，自己反而比較喜歡去逛「金聲」，看些平價吉他。

「我的啟蒙吉他就是在孝棟的金聲樂器行買的，那是一把台幣450元的木吉他，記得很清楚是在1977的農曆新年用壓歲錢買的，選好久才選到這把「卡」貨。」黃文哲回想起當時「金聲」樂器小小的店面擺了許多便宜琴，大部份都高高掛在天花板上，「要用帶勾子的長竹竿取琴，若要多試幾把，一定整得店員小姐手軟，」這般回味逗得黃文哲自己哈哈大笑。

## 服裝店縫裁出年輕人的流行款式

再往下走，仁棟多的是制服訂做店。

現在走在台北街上已經很少看見穿著卡其制服的學生，過去小平頭加上一身卡其服，頭頂帶著卡其大盤帽，背著深綠色帆布書包和黑色布鞋，這些造型不知陪過多少人走過求學日子和青澀年代。

這種「土包」造型或許現在年輕人無法接受，不過現在已有二個小孩的酷爸錢文吉得意地說，二、三十年前的年輕人也是愛水要漂亮、想跟人不一樣的心跟現在Z世代沒什麼不同，不論高中或大學，就是要一套「ㄉㄚˊ一點」的制服。「沒人會穿學校發的那一套」，「我們那時代很流行相偕到中華商場訂做制服」，叛逆的結果就是「AB褲」、「小喇叭

褲」、「打折褲」人人有一件，「學生愛漂亮又想省錢，猛跟老闆砍價，穿著訂做制服褲和逃教官，高中生活好像就是這樣」。

「蓬萊服裝裁縫」的五十歲老闆鄭永燦提到過去中華商場學生制服訂做的盛行也隨之意氣風發起來，「那時候中華商場制服店要那種布料、顏色應有盡有，像我們店光是卡其制服顏色就有十幾種，布料種類多達三十多種，還有若無法通過教官檢查，幫學生免費修改的服務」，而這些讓四、五年級生無法忘懷的「學生制服訂作」，如今卻只能在西門町武昌街一帶找到。

## 有好聽音樂賣便宜卡帶

接續下來的愛、信棟剛好地處中華商場中間位置，最是熱鬧，想找吃的穿的玩的這裡都有，但若要歸結出這裡的特色「音樂」當仁不讓，年輕人想買最好聽的音樂、最便宜的卡帶來這裡就對了。

當時的佳佳唱片僅是一間三、四坪大的店鋪。接受採訪的古典部林柔華小姐談到，商場時代的「佳佳唱片行」是樂迷天堂，來店客人可以享受在亂中有序的唱片堆挖寶的樂趣。林柔華驕傲地說，佳佳的工作人員總是能轉眼間把客人要的曲目從架上抽出，「別忘了當時翻版唱片封套薄之又薄，多數根本沒有側標，全靠記住位置，直到現在佳佳唱片都還保有這項真工夫」。

愛逛佳佳的五年級生王秋裕記得，很多人還會自己挑歌手與曲目，湊滿一捲卡帶的長度，請信棟二樓的佳佳唱片行，「量身製作」屬於自己的唱片帶。王秋裕說，「訂製的一卷要一百多元，比原版的錄音帶還貴，但是卻都是精華」。隨著現在音樂網路下載與燒錄光碟的盛行，當年請老闆錄製卡帶的景象已不復見，當時情景早已成為和王秋裕同時經歷中華商場年代民眾腦海裡的回憶。

還有別忘了信棟更是新潮音樂的熱點。著名音樂製作人姚大鈞提到，當時有家「神鷹唱片」出版了相當受歡迎的「學生之音」選輯唱片，「每月出一張，標著號，寫著第幾集，」全收在台灣本地自製的一張十二吋 LP 黑膠唱片裡，當月最新的美國告示牌（Billboard）前一百名專輯照單全刻，讓人訝異台灣盜版唱片早已其來有自。

### 老鄉聚集一解愁滋味

誰也沒料到當年隨政府遷台的外省人，意外地為西門町與中華路提供了許多活動發生的可能性，「鄉愁」使得中華商場的飲食與消費文化呈現多樣化。商場裡各種外省家鄉美味當然是重點，巧的是這些店家幾乎都分佈在義棟，橫跨成都路跟長沙街。

點心世界的老闆趙永利驕傲地說，當年點心世界可是全國皆知的名店，以「鍋貼」揚名西門町，「油豆腐細粉」、「豆腐腦」是店裡招牌菜色，最近在台北車站微風美食廣場重新設攤，再度喚醒老饕對當年方窗方廳方桌方凳的回憶。

想吃「牛肉蒸餃」、「羊雜」，葉倫會推薦「清真館」，這家當年和點心世界齊名在的麵食館，去店客人一定對跑堂伙計的端菜和算帳功夫難忘。葉倫會印象深刻地說，「每逢假

▼1971年西門町～照片中的高樓「第一百貨公司」是臺北最早的新式百貨。它前方有棟三層樓房是中國時報廣告部，照片右方的是中山堂。照片也可看出當時的公路局客車、臺北市公車，以及英國式的電話亭。（圖片提供：文建會國家文化資料庫）



日，店裡總是人擠人，餃子一出就是十幾盤，由伙計一手端著好似黏手似的飛快放到客人桌上。算帳時那更是一絕，像在數來寶似的，竟然都不會算錯」。

當年有人結婚在真北平請客那是挺有面子的事，名聞遐邇的「真北平」是中華商場一家高級北方館吧，裝璜古色古香，以北方菜為主，「北平烤鴨」和致美樓齊名。「徐州啥鍋」是明星葛香亭、葛小寶父子開設，位置是義棟一樓、靠近長沙街處。專賣類似台式肉粥的什錦「啥」湯、「單餅」、「繖子」、「千子湯」跟徐州風味小菜，這家店目前則遷至延平南路。

### 從禮品郵幣店復興中華文化

最後二棟位於中華商場尾巴，靠近小南門，沒什麼人氣，長廊沒有熙來攘往，也沒有車水馬龍，幾乎都是住家，卻仍有些特色店家。

位於貴陽街後段的和、平棟是各式紀念品、錦旗、禮品專賣店的集中地。平棟「良益藝品店」的王家二代老闆說，由於台北是全國的政治經濟中心，無論是榮退、升官、感謝，舉辦活動需要紀念，中國人的「送禮文化」在這裡被發揮地淋漓盡致，「各個軍種行業都有特定的紀念品，價格材料任君挑選，專門接受客人手工訂製，這類店家如今在中華路旁、貴陽街、長沙街依然可見。



▲ 當年的中華商場聚集了各式各樣的店家，「樂舞」就在義棟二樓。

喜好集郵、中國古錢玉器、書畫的人，在這裡也可以找得同好。「大眾集郵社」的葉老闆提到，早期台灣的集郵社並不普遍，多數聚集在中華商場和棟的二樓，博愛路北門的郵政總局雖是集郵迷去處，但價格高沒議價空間。相反的中華商場的集郵社，店面雖小，但老闆就較為親切，「有些店的客廳就是店面，一腳跨入便是老闆的住所，」價格通常來得彈性，交易次數多了，老闆與客人就是郵友關係，「但是現在沒有啦，集郵人口越來越少，現在到哪裡找集郵社？」葉老闆嘆息地說道。

## 庶民文化館長駐記憶

1992年，都市規劃重整，中華商場瘡痍斑斑外牆、雜亂無章招牌在捷運的驅逐下崩塌，商家另覓新所，同時也切多許多人的青春記憶。屏風表演搬藝術總監李國修從小在商場長大，他的父親在商場做平劇戲靴，李國修耳濡目染走上表演之路，並把兩代在戲靴店生活的記憶化為一齣叫座的女兒紅舞台劇。

究竟商場價值該如何衡量？是商業活動的興盛，商店一家接著一家開？是建物招牌美輪美奐，抑或有不停的人潮湧入？

即使101大樓高度名列世界第一，許多老台北人仍懷念起這八棟三層的「中華庶民文化館」。

這個一直被認為是外省移民思鄉的空間，在拆除後，許多人才發現原來自己也把它當作生活的一部分。隨著外省族群的逐漸凋零，再加上蕃薯芋仔通婚的融合，除非臺灣再有另一次這樣的外來移民潮，否則中華商場的氛圍幾乎是無法再現。如今只能靠張張黑白或泛黃照片填補逐漸被淡忘的過去，銜接了生長在台北市的每個世代心中對這城市的印象與寄望。🍌

## 中華商場小檔案

1960年市政府為了整頓市容，同年7月1日起開始進行違建的拆除，以居民分期負擔20年租金籌措改建經費的方式進行商場興建，興建經費總計為新台幣47,335,845元，動用175,000位工人。

1961年4月22日，原址位於中華路一段中央，北起忠孝西路口，南至愛國西路口的中華商場，以連棟方式的八座三層樓建築正式落成，商場全長1,171公尺，戶數共1,644間，每戶僅約二、三坪大。

1960~70年代的全盛時期結束後，隨著1980年代台北商業中心逐漸東移，商場轉趨沒落。

1992年因應市區重新規劃與捷運的施工進程等需求而拆除，原址則配合中華路改造計劃而成為林蔭大道的一部分。（錢志偉 / 整理）



# 穿過昔日的歌聲

記者 / 錢志偉 · 攝影 / 錢志偉

**提起**「佳佳唱片」，不知勾起多少台北樂迷學生時代的回憶，早在中華商場時代，佳佳就是學生買唱片的天堂。成立於1977年的佳佳唱片，是老闆娘林錦鳳的創業作。她年輕時在信棟的「新新唱片」有過十幾年工作經驗，林錦鳳因為太喜愛唱片這行業，在同棟二樓租起小店面，以每個月8000元的租金，開設這家「佳佳」唱片。

林錦鳳笑說，時間過得真快，佳佳唱片一晃眼已經三十年。她回憶說，「當時信棟是最熱鬧的地方，由西門圓環或中華路來此的遊客，會先到二樓再往一樓，因此，二樓廊道成為主要的往來空間」。林錦鳳看準這點商機，把佳佳開在信棟二樓，和老公一起打拼。

## 唱片業輝煌年代

她記得，七〇、八〇年代是西洋音樂的黃金期，那時剛好是台灣經濟起飛，「雖然

買唱片的人很多，賣唱片的業者可是競爭得很。」和佳佳同棟的除了一樓的「新新」外，還有「環球」、「哥倫比亞」、「米高梅」這些當時響噹噹的唱片行。

為了穩定客源，林錦鳳夫妻倆幾乎24小時，都窩在3坪大的店賣唱片，「同棟一、二樓有許多賣吃的，三餐就在這些鄰居開的餐館解決」。店門關了，他們全家就睡在這家小店閣樓。但是，林錦鳳回想起來絲毫不覺辛苦，反而對當時狹小、略顯黝暗的店裡，卻時時人聲鼎沸的畫面充滿懷念。

「台灣唱片業最輝煌是中華商場年代，當時出了許多經典歌手，一捲卡帶十首歌，差不多有八首都好聽，」小老闆忠哥描述過去的唱片水平與市場。當時佳佳也賣一片18元的黑膠片，台語、國語、西洋唱片都有其顧客群。因為佳佳販賣的音樂種類豐富，口碑逐漸傳開，常可以看到白髮的歐吉桑和時髦的西區少年們一起逛唱片行，顧客一次捧個數十張來結帳。

## 服務贏得認同

林錦鳳笑容洋溢說，「這麼多年來，我們和顧客培養相當的感情，當年的小毛頭，現在都帶著自己的小孩來買SMAP」。她說，「用音樂類型區分不夠看，用世界語言分類，才知道過去佳佳販售產品有多豐富，其中包括：國台語、粵語、英日文是最普遍的，俄羅斯、德文、法文、西班牙、葡萄牙語…可以說，你想聽的都有，」她歷數俄羅斯的《伏特加藍調》、匈牙利的《地鐵迷宮》、德國電影《最後一次心動》等，都是影迷們遍尋不著，不懂德、俄文也不知道從何找起的片子，這些都是由佳佳最先引進。以唱片業不景氣的狀況來看，要進這些CD是需要些勇氣的，佳佳主事者對音樂的執著與前瞻，讓人頗為敬佩。

問起佳佳能成功經營三十年的原因，林錦鳳說除了唱片便宜、種類多外，最重要的是「服務」。的確，記者採訪時，一到佳佳的結帳櫃台，就聽見「東方神起」、「濱崎步」等日韓偶像從一位50多歲的老闆娘口中而出，讓人佩服老闆娘投入的心力。除了服務人員音樂素養高外，代購一直是佳佳唱片主力的服務項目之一，「從1990年左右就開始了，國家包括了日本、德國與美國等地的音樂商品，中南部的朋友可以利用電話或傳真來訂購自己想買的CD」。委託佳佳唱片幫忙代訂雖然價格差不多，但不用自己承擔交易風險，有瑕疵可以更換，有時候遍尋不著的唱片，透過佳佳就可以輕鬆買到。

## 嘆商場灰飛煙滅

對於拆除商場，林錦鳳仍覺可惜，「外面的人說商場很髒亂，其實那只是商場外觀，姑且不論較少整理的和、平二棟，前面幾棟其實很乾淨，你想，每戶都要做生意，怎可能放任店髒亂下去」。

「那是政府懶得整理，一味怪到商場的髒亂，」林錦鳳認為，八座連棟樓房非常實用，僅是缺乏保養，會拆掉只是政府急於向市民展現向前走的意圖。林錦鳳回想，當時外界對於拆除的反對聲音非常小，「大部分都是我們這些店家在抗議，根本沒人理睬，」諷刺的是，最近這幾年惋惜聲音卻又大了。

林錦鳳認為，中華商場可說是台灣經濟繁榮的指標，有歷史意義，應該保存下來。「我常想，當年沒有人站出來聲援，呼籲保存中華商場建築，一棟就好，然後讓這棟建築裡的一戶戶，變成個個活生生的文化展示館。」

她感嘆，「台北沒有歷史，每往前走一步，也立刻將自己原有的足跡抹掉一步」。



1.



1. 腳邊舊箱子還會有黑膠老唱片探出頭期待你翻翻他們。
2. 在「佳佳」找CD除了詢問專門人員外，如果時間充裕的話建議大家做一次地毯式的搜尋，不論是西洋流行或是古典一定有意想不到的收穫。



2.



# 一代人的點心世界

記者 / 鄭文潔 · 攝影 / 鄒子潔、鄭文潔

十月底的台北車站二樓，取得經營權的微風廣場，將美食街熱熱鬧鬧地搬了進來。一時間，明亮、嶄新、人潮，取代了以往黯淡老舊的二樓景色。繞過了牛肉麵，習慣了咖啡香後，這裡有一家似曾相識又不太一樣的店，這是一小南門點心世界。

約莫四十坪大的用餐、櫃檯區，擠滿了男女老少，有剛下班的上班族，有看似一家人出來用餐，也有一桌白髮蒼蒼上了年紀一口家鄉話的老太太。不過現在的點心世界很特別，櫃檯分為兩道，一道賣的是鍋貼、酸辣湯這些熟悉的食物，另一道則是豆花。

## 堅持傳統的特色點心

點心世界最有名的，就是手工揉麵做出來的鍋貼。店面有一大片玻璃隔出來的工作間，裡頭數個身穿工作服的師傅學徒，每天認真地揉麵處理材料，說明了點心世界依舊是純手工的堅持。這裡的酸辣湯除了鴨血，還以豆花代替豆腐，加了別家沒有的冬粉，更是獨一無二。



最早，點心世界是在中華商場義棟一樓的店面，當時，每家店都只有二坪大空間，點心世界足足打通了二十幾家店面，門牌號碼從1號開始，負責人趙永利先生說，他都忘了尾端是幾號。不僅是一樓，當時的二樓也是屬於點心世界的，只是二樓是拿來作為廚房、倉庫以及員工宿舍。

趙永利的父親，便是當時點心世界的廚師。祖籍山東的父親，在中華商場未出現之前，原本也就在中華路一帶當廚師，做的是北方食物，油餅、甜豆花、鹹豆花、油條、臭豆腐，元宵節時還做手搖的元宵。中華商場蓋好之後，原本經營點心世界的劉老闆便邀了趙先生的父親一同合作。

趙老闆是在這樣的背景之下，生長在中華商場的信棟三樓。在二十歲那年接了父親的位子，也成了點心世界的廚師。

他回憶說，點心世界所在的義棟其實賣軍警禮品店較多，賣吃的也沒幾家，除了一樓的點心世界、另外就是賣牛肉蒸餃、牛雜湯有名的清真館，不過清真館在中華商場拆除的前幾年就沒有經營了；二樓還有個真北平，賣的是烤鴨，也是在拆除之後就沒做了。還有一家湯圓也很有名，不過老闆搔搔頭說，「已經想不起來名字了」。其他就是一些兩坪大的小吃攤，後頭還有一家老陸餡餅粥，隔壁有家水餃店。

## 尋不回的人情味

那時候，點心世界算是平價食物，顧客有家庭，有學生，也有一些軍人。趙老闆笑著說，當時和現在最大的不同是，那時候沒有顧客至上的

觀念，而客人中也有些脾氣不太好的老兵，有時候因為上菜太慢，或是誰先來、誰的餐慢來的問題，便會吵吵鬧鬧，這時候就可以看見廚房的師父和客人吵起來的場面。

「雖然如此，可是那個年代有著尋不回的人情味。」趙老闆話中有一絲絲的感嘆。就如中華商場拆掉前的最後一夜，義棟全部的住家商家在一樓辦桌，盡興地吃吃喝喝完，互相舉杯祝福，因為大家都知道，今後一別，明日各奔東西，再相聚的機會也不是這樣天天可以辦到的事了。雖然大家來自原鄉的四方，可是在此地建立起來的感情，畢竟也是三十年的歲月。

## 告別中華商場

點心世界離開了中華商場之後，輾轉也在忠孝東路、寶慶路的遠東、台中和新竹的新光三越、南崁的台貿等處重新開張，最近，則是微風找到趙老闆。

其他店家在中華商場拆的時候就散了，有些因為經營者年紀大了，就順勢收掉，有些則搬遷到附近。現在台北車站地下街的商圈有很多是當初政府安置給店家的，不過很多都是退而當房東，把店面租給別人。

趙先生懷念中華商場的神情從言談間流露出來，最後他也說，「中華商場後來的確是髒亂沒錯，但卻是可以重新規劃整修的，因為不管是從南部或是國外來，它就是遊客對台北的第一印象。」建築也許沒有生命，不過人對它建構起來的情感和記憶，也許遠遠超過有生命的物體。🌿





# 翩翩樂舞心中來

記者 / 何巧玲 · 攝影 / 何巧玲

「樂舞」二字當年請替郵局設計郵票的朋友繪製，店面跟經營郵票錢幣的店家承租。光輝十月的表演是樂舞最忙碌的時候，當年的藝文活動多數是民族舞蹈表演，舞衣、鳳仙裝等等是大宗。

如今站在擁有200坪，包括店面、工廠、倉庫的長沙街現址，看著紅紅綠綠，幼稚園小朋友的聖誕節舞衣，很難想像當年中華商場一個小小店面如何發展到現在的情景。

莊浩然打開書櫃，成功經營的答案在這裡。他的父親，製作戲服認真考究，古今中外的書籍畫冊都是他研究的工具。年輕的莊浩然說道，曾經故宮請他們修復一件百年以上的滿清八旗「正藍旗」戎裝。當時戎裝嚴重損壞，他的父親到大陸蘇州，費盡心思尋找符合當時戎裝年代與顏色的貢緞，再帶回台灣抽出絲線，一絲一線地修補完成。

接下重擔的莊浩然回憶起父親，內心一定帶著崇拜與驕傲。採訪隔天是樂舞的女兒出閣的大喜日子，莊浩然翻出年代久遠的舊照片，莊小姐看著老照片，大家夥兒一起分享當年如同眷村的生活。在黃金桂臉上，我看到了她的中華商場。「我很喜歡以前那個感覺…」，她說這段話時的表情、眼神、聲音，都在說的是她當時生活裡的美好與心裡的富足。誰說中華商場消失，它一直存在。🍉

「可能因為沒有了，所以我很喜歡以前的那個感覺。」黃金桂女士說。

莊良先生與黃金桂女士夫婦，兩人於民國六十年二月在中華商場義棟二樓開創了樂舞戲劇舞蹈服裝社，六十四年成立樂舞戲劇舞蹈服裝有限公司。莊良開店前在憲兵康樂隊服役，喜歡畫畫，寫得一手好字。黃金桂是台北市老字號天鵝戲劇服裝社店裡的小姐。夫婦倆因為天鵝的老闆韓福安而開始樂舞的經營。

黃女士回憶，鄰居間相互照應，今天誰家的人沒來，都會親切的詢問。到了趕貨期，同行間還會互相支援。她很喜歡那裡，靠近鐵路有停車的地方，使用非常方便。雖然，剛開始，還會被經過的火車呼嘯聲嚇一跳。

樂舞的第二代莊浩然老闆，是個在中華商場長大的孩子。每天就是跟左鄰右舍、上下鄰居的小孩玩耍。肚子餓了，隔幾間就是真北平小館，非常方便。這樣的中華商場生活，直到中學出國而停止。

# 探照艋舺角落的光

## 【萬華國際同濟會關懷兒童與社區】

在這裡我們看到的是，一群展現笑容，充滿熱忱和愛心的熱心人士，他們不為名利，不為是非，定期聚在一起開會討論，只為幫助社區的貧童或孤苦無依的老人、弱勢族群，他們甚至展開跨越縣市社會服務和急難救濟的行動，他們不是政府社會福利機構的成員，他們是萬華國際同濟會的夥伴。

記者 / 林淑寬、廖克能

一個初秋的午後，萬華國際同濟會正準備召開10月份理監事會，記者有幸在會場同時採訪該會創會會長張鴻杰先生、第三屆會長張芳瑜先生及現任會長江欣怡女士。

據了解，創會會長張鴻杰先生，是位熱心公益，社區裡大家公認的大好人。當記者好奇的請教創會會長張鴻杰先生該會成立的緣由時，張會長表示，在他擔任社區管委會主任委員期間，因為時常有機會面對社區弱勢族群，協助解決急難問題，使他很希望能將地方上有愛心的人匯集起來，成為一股為地方解決困苦的力量，萌生成立公益組織的想法，因而亟思學習國際性社會福利組織經營的理念，落實社區服務。身兼國際青商會會員的他，同時深諳國際同濟會是一個那裡需要服務，就服務那裡的國際性公益社團，遂於民國90年12月12日成立萬華國際同濟會。

第三屆會長同時也是台灣同濟總會主席張芳瑜先生接著說：「目前國際同濟會在台灣總會分為16區，已有306個分會，台北市區就有18個分會，萬華國際同濟會便是其中之一。」

提到萬華國際同濟會主要服務對象和服務內容時，張芳瑜先生表示，該會主要服務對象是萬華地區的兒童，基於助人原則，也擴及協助貧病無依的成人或棄養的老人，提供義剪、義葬等服務，甚至跨越地區支援助學和急難救助。例如：支助台東和新竹的兒童營養午餐，提供助學金，

▶ 第三屆會長張芳瑜

訪視新竹縣尖鄉捐贈20萬元籌建國小，與台北市區各分會合辦同濟大愛影展，招待兒童免費欣賞電影等。創會以來，該會已認養照顧超過二千位兒童，除台北市外還認養新竹縣和台東縣的兒童。

現任會長江欣怡接著表示，自從94年7月舉辦影展廣受好評後，該會每年暑假至少在台北市舉辦60場的電影欣賞，分別在台北美術館、台北市立圖書館等場所放映，讓家長們在暑假能有機會陪著孩子免費欣賞好的影片，也嘉惠一般的民眾。

江會長同時表示，隨著社會現象的變遷，萬華國際同濟會提供的服務對象和舉辦的活動，越來越多元化，除了訪視弱勢族群，給予急難救助金及喪葬補助金，認養就學兒童營養早餐、午餐，捐贈低收入戶子女升學助學金及義剪服務，關懷訪視獨居長者外，並定期為認養兒童舉辦慶生會及義剪服務，舉辦捐血獻愛心活動，辦理“小秀才成長研習營”造福兒童，作育人才。

江會長進一步表示，萬華國際同濟會向來本著「照顧兒童第一優先，關懷兒童無遠弗屆」的宗旨，認養就學兒童營養早餐、午餐，捐贈助學金外，也針對低收入戶、單親家庭及殘障的國小學童，施與課業輔導及三節關懷，希望做到不只



照顧兒童的生活，也兼顧他們心靈的滋潤。為了豐富孩子們的生活經歷，該會每年尾牙會帶認養的兒童去吃大餐，元宵節就結合立心基金會在萬華舉辦彩繪燈籠踩街慶元宵活動，帶給社區溫馨、熱鬧的氣氛，也讓孩子們留下美好的回憶。

經營美容器材及健康食品的第三屆會長張先生說：「身為同濟人不只可以行善助人，也能在為人服務中獲得自我成長」。他表示，加入萬華同濟會後，一切都以幫助兒童為優先，近年來失業的人越來越多，使他在規劃公司的發展之餘，也以提供就業輔導為導向，因此，最近他正在積極推動一個零元創業計畫，期望透過訓練，提供失業者走出經濟困境，重建人生的機會。

聽了這席話，不禁令人好奇的想問：「提供這麼多服務和公益活動，哪來那麼多經費可供支出？」關於這個問題，創會會長張鴻杰先生語重心長的表示，萬華同濟人存著「積陰德、種福田」之心，社會福利體系無法顧及的領域，萬華同濟會總是儘量去做，提供急難救助服務。至於經費來源，主要是會員們的年費（一年15,000元，其中5,000元提供台灣同濟總會）和樂捐，舉辦大型活動時則結合中小企業贊助。

第三屆會長張先生接著表示，同濟人之所以熱心致力於幫助貧童，是希望造就兒童，作育人才，讓這些兒童長大成人後也有能力去照顧需要幫助的人，轉嫁愛的力量，當善的力量越多，社會就會更美好。目前該會有會員25人，希望萬華國際同濟會所作所為能拋磚引玉，引起更多社會善心人士認同，成為該會的生力軍，共同奉獻愛心、智慧，熱心投入服務兒童與社區的行列。

在工商業發達而忙碌的社會，多數人祇顧著自己的溫飽，萬華國際同濟會的會員無怨無悔的奉獻，不只為社會注入一股暖流，也為這個冷暖人間樹立了最佳典範。🌱

**歡迎加入同濟家族  
共同造福群眾**

**萬華國際同濟會**

地址：台北市萬大路342號

電話：(02) 23078010

## 同濟會創始由來

西元1915年（民國4年）1月21日第一個國際同濟會創始於美國密西根州底特律。同濟會的英文會名是「KIWANIS」，係淵源於美國印第安語，有「自我表達」之意，或有「表達自己的心願」之意，並含有「仁愛、智慧、熱心、服務、互助、同樂」的意義。中華民國則是以意譯而定名為「同濟會」。由原文名稱KIWANIS所延伸出來的意義，就是「KWANIS IS WHERE A NEED IS SERVED」即「同濟會是一個那裡需要服務，就服務那裡的國際性公益社團」。

西元1967（民國56）年，台北國際同濟會成立，以「照顧兒童 第一優先·關懷兒童 無遠弗屆」為宗旨的同濟會，在台灣迄今已走過四十個年頭，於1977（民國66）年，第三屆創辦了同濟會刊，並於1978（民國67）年，開始每月發行，回首會刊在會員樂於分享下，從一開始的黑白刊物到四開大小的報紙，再到現在編排美觀的十六開雜誌形態，紀錄了當時的人物與事蹟，在在樹立報導人間美善的清新風格，分享了會員彼此間的心得、經驗。當年周一塵將軍及數位創會員開啟了同濟會在台灣的始頁，隨著會員人數的成長、同濟體系的擴展，月刊的報導內容也愈趨豐富、多元…，有世總傳遞的訊息、年度目標和主題，有會職人員的經驗傳承，有會員的社服感想，不僅是同濟會員的交流園地，也為社會注入一股暖流，同時更為同濟歷史作見證，譜出真實動人的紀錄。

為了達到網路無國界，讓全球各個角落的人，都能共享此一刊物，同濟會於2007年10月，推出電子雜誌，讓同濟會的訊息能更迅速地傳達給每個會員，全球的讀者也可於每月出刊日，透過電腦免費下載「同濟之聲」。🌱

每期報導總會消息、活動花絮、專題報導、全國各地同濟會社會服務簡影，國際同濟會台灣總會每年榮獲內政部全國最績優社團，全世界96個國家地區榮譽傑出區總會，一直以Serving the Children of the World為宗旨，結合志願服務人士，奉獻利他，那裡有需要就服務那裡，並可拓展人際關係，建立永恆友誼，發揮國際組織力量，建立良好美善之社會。

# 大台北 豆芽菜

TAIPEI WHERE 哪裡來？



記者 / 王玉婷、王依善、李美娟 · 攝影 / 林錫爵

## 透視小豆芽

月前傳出喧騰的漂白豆芽菜事件，顯現台灣豆芽菜生產商良莠不齊的事實。從進口芽菜種子是否為基因改造物，或使用化學肥料或除草劑生產，關於芽菜種的有機認定標準為何？豆芽菜的生產流程中，還需探究澆灌的自來水有否含氯等。

豆芽菜的來源確實是大眾所關切的事，因為這是庶民最普遍食用的菜蔬，尤其是外食者，幾乎天天都可以從麵攤吃到豆芽菜。上述問題都牽涉豆芽菜品質的重要性，也亟需衛生部門嚴格把關。🥬

# 萬華的豆芽寶寶們

你知道嗎？一根根小小的、半透明色又清脆爽口的豆芽菜，也有它的成長故事。

特別企畫



運送豆芽菜。

你吃過豆芽菜嗎？很少人會回答「沒吃過」。正因為豆芽菜如此平常可見，很多人都忽略了它的重要角色，以及它調節颱風季菜蔬供應的功能，說起來，這一根根看來弱不禁風的豆芽菜，可真不簡單呢！

每天供應大台北地區的豆芽菜，大部份是打哪來的？南部還是中部？在經過在地人告知及打探下，我們才得知，大台北的豆芽菜故鄉是在一萬華。此刻，就請大家一起跟著我們的腳步，來一趟豆芽菜之旅吧！

記者 / 王玉婷、王依善

**萬華**為何是大台北地區豆芽菜的故鄉？林書賢老闆說因為早期的淡水河非常乾淨，水質很好，大家都抽地下水來孵豆芽，現在淡水河污染嚴重，大家也就不抽地下水來孵了。萬華地區的豆芽生產工廠在全盛時期約有30幾家，現在剩下20幾家，因為有些老一輩的收起來不做了。

整個大台北地區的豆芽菜，到底是怎麼孵出來的呢？

林家從事孵豆芽菜工作，是從林書賢先生的祖父開始，早期使用大水壺孵，那大水壺有7斗也有9斗，共有幾百壺。水壺還從鶯歌、水里特別訂製，壺底下有50元硬幣大小的圓孔，用來放網襯，可以讓水流出，但豆芽不會流出去。

林書賢說明，孵時壺要環繞鐵線，以預防生長時壺暴裂。他回憶童年時期，協助家人在廠內勞務，一天當中，每4小時就要澆水灌溉豆芽菜一次，澆一次得花費1小時，晚上只要聽到壺裂開的聲音，就心驚明天就要準備修補破壺，這些

成了古董的豆芽壺，目前還存放在工廠地下室。

林老闆說國小教學也有人到他的工廠拜訪，所以非常大方的公開他的廠房，讓我們的報導能更詳實。豆芽工廠的作息時間一般是由晚上11點到隔天早上9點，若不加工豆芽成銀芽（餐廳常用來放在底盤作裝飾的去根、去頭豆芽菜），則是凌晨一點開始工作。

今日的豆芽菜生產是採用機器化作業，林先生打開廠房大門，首先看見一個個連在一起的方型「床」；林老闆的製造工廠裡我們看到很多床，每一床裡都裝著不同生長期的豆芽，一天中，每隔三至五小時必須澆水一次。映入眼簾的「豆芽菜床」，第一床就代表生長期為一天的豆芽，第二床為兩天，以此類推。豆芽菜的完整生長週期為六天，也就是說今天在市場買到的豆芽，必須在六天前就開始進行孵化。

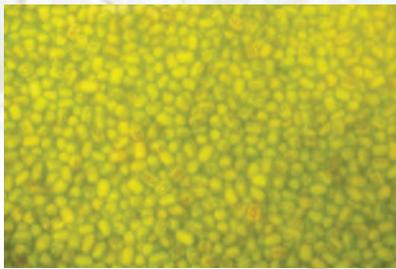
林書賢老闆就像照顧初生的嬰兒，一天天細心護養培育「芽菜寶寶」長大。林老闆並說明，孵豆芽是澆水不是泡水，一般人認是泡水的觀念



綠豆芽種是國外進口的有機種子。



洗綠豆芽的水槽。



倒入綠豆，使之泡入水中以便發芽。



「豆芽菜床」內初期的豆芽實寶。

是錯誤的，第六天長好的豆芽菜，在出貨前需經過一道水洗的過程，目的是把綠豆殼跟豆芽菜分離，因為買方不愛買豆殼。同時，他也強調，工廠所使用的黃豆芽種是國外進口的有機種子。

除了水洗，林老闆還自己發明了一台乾洗的機器，這台機器利用抽風振動的原理、就能讓殼菜自動分離，林老闆廠裡的豆芽，乾洗水洗並用，90%的比例乾洗，剩下10%的部份用水洗，乾洗較水洗簡便簡單，節省空間，林老闆表示有些人會在水洗時添加保鮮劑，所以豆芽菜有點黑黑的較健康，一般來說，綠豆芽菜六天可出貨，黃豆芽菜則是五天。

林書賢是製造商兼大盤商，他所生產的綠豆芽菜、黃豆芽菜、銀芽、韭菜、苜蓿芽，每天供應菜市場、學校等。萬華地區生產的豆芽菜，每天有8萬台斤的產量，以供應大台北需求。林先

生說，出貨時的豆芽菜不可冷凍，運輸時採冷藏方式保存。

林老闆並以精確數據說明，他的工廠產能利用率是95%，別家工廠的產能利用率大約是60/70%，其它空床乃颱風備用之需。颱風季節時，需求增加，這些平日備而不用的空床就會派上用場，增加產量以調節蔬菜的供需，而颱風季菜價狂飆時，豆芽菜價格也會上漲兩倍，他也會預作準備。

林老闆的工廠平常產能滿載，一天約可生產8百台斤，1斤綠豆可孵10斤豆芽菜。不過，他感嘆地說，如今景氣不好，原物料上漲，價值6元的豆芽菜，生產成本就需5元，以前賣豆芽菜賺的錢，可以買現在的廠房，現在很辛苦賣出，利潤卻十分微薄，即使在萬華，這一行的全盛時期也已經過去了。🥬

## 採訪後記

# 苦啊！ 孵豆芽記

在製作豆芽菜專題過程中，最困難突破的部分是，初步瞭解到萬華是大台北的豆芽菜供應產地，問題是，供應商在哪裡，如何找到他們？

我們成立採訪任務編組，成員包括美娟、錫爵、玉婷、依善，用土法煉鋼的方式，兩人一組到菜市場向菜販探路，並且採地毯式搜尋，在萬華的大街小巷搜尋，或者透過里長查詢。但是，在稍有突破的階段，媒體卻驚傳豆芽菜使用漂白水的新聞，這使我們的採訪難度更加提高，面臨生產商拒絕受訪的處境。

從事孵豆芽菜工作的人，最忙碌的出貨時間是在清晨三、四點，作息時間也跟一般人不一樣。因此，我們撲空了好幾次，每次硬著頭皮再出門採訪，總是帶著不安的心情，擔心這一回是不是又要吃閉門羹？

終於，我們在截稿前的掃街搜尋過程，遇到芽菜生產商林老闆，接受我們的訪問，還大方熱心的回答，讓我們瞭解萬華地區傳統產業—孵豆芽菜。這項突破使我們興奮到像打了一劑強心針，林老闆的親切就像秋日陽光，讓也我們感動萬分。

採訪前後，恰逢秋颱掃過，除了樹枝與落葉，還留下的是狂飆的菜價。根據老闆表示，只要在6天前增加設備，他就可以增加產量。這番話讓我們突發奇想，假如農委會能夠購置生產設備，在颱風季節預作準備，菜價大漲時，委由生產商在各縣市的「蚊子館」孵豆芽，然後再收購豆芽菜釋出於市場，這樣的話，每逢颱風季節，總令所有主婦們望「菜」興嘆的事件，就不會重覆發生了！（文/王玉婷、王依善）🥬

# DIY 樂趣多

## 動手孵豆芽真easy!



第一天



第二天



第三天



第四天



第五天



大豐收



記者 / 李美娟 · 攝影 / 李美娟

芽苗菜為植物種子發育成幼苗充當蔬菜之總稱，因其含有豐富的維他命群、氨基酸及礦物質，並含有高量之活化酵素，對人體健康非常有助益，尤其是培育芽苗菜，時間短，不需施用農藥及肥料，是真正的有機蔬菜。颱風期豪雨來襲，蔬菜減少，菜價昂貴，在家自己培育芽苗菜，一斤綠豆約可做4~5次，每次成本約5塊錢，既可以省錢又可享受培育的樂趣，更能吃到生鮮美味的菜餚，安全又衛生，實為道地之健康食品。🥬

豆芽菜食譜

### 高貴不貴豆芽菜

街頭麵攤大量使用的豆芽菜，其實是可豐可儉的食材。擁有丙級廚師執照的林書賢先生，不忘為纖細柔弱的芽菜寶寶美言，他說，小小一根豆芽菜怎麼煮都好吃，營養豐富易於消化喔！他還說，豆芽菜還有些很有意思的別名，例如黃豆芽菜因為外型似如意，所以又叫「如意菜」；綠豆芽掐去頭尾，只留下白淨的芽身，就稱為「銀芽」。

「銀芽」這個名字，不只讓豆芽菜聽起來高貴許多，吃起來更加爽脆，豆芽菜也因此一躍成為高檔菜，例如：「銀芽牛肚」、「銀芽雞絲」、「銀芽素卷」等等可都是餐廳裡的很受歡迎的菜餚呢。

#### 1. 準備材料

茶壺（有蓋）一隻 / 綠豆一小杯（約200ml）（請千萬不要貪心放太多綠豆）

#### 2. 洗淨綠豆浸泡約 6~8 小時

（這時候綠豆已經吃水飽滿，有一些脫殼或發芽即可）

#### 3. 將綠豆放入茶壺中，蓋好蓋子，到採收前盡量不要再打開蓋子。

#### 4. 每隔 2~3 小時由茶壺嘴灌水，讓水淹過每粒綠豆，讓它們都充分吸到水，再將水完全倒出，其實一天只要5~6次即可，晚上可以安心睡覺。

（注意：過程中不可開蓋，盡量讓水瀝出，避免豆芽腐爛）

#### 5. 培育5~6天即可採收。

#### 6. 大豐收！怎麼樣～簡單吧！



# 《老天祿》 香傳千里 老滋味

西門町有兩家逾50年的老店，賣的是最普通的傳統滷味，它們為何能吸引源源不絕的顧客，甚至揚名國外，箇中秘訣令人好奇。

記者 / 林淑寬 · 攝影 / 林淑寬

美味萬華

## 武昌街版【老天祿的硬頸精神】

**走出** 板南線捷運的西門町站6號出口，穿過漢中街的人潮，接近武昌街口，就聞到一股特殊的香味，此時，看見負責老天祿門市的謝宜璋先生正忙著幫忙招呼客人。

### 帶動電影街人潮

由於老天祿門市後面就是生產線——廚房，謝先生只能就地站在門市角落接受記者採訪。望著甘於大排長龍的客人，記者好奇地問：「你們每天的生意都這麼忙嗎？」謝先生說：「假日客人都是這麼多，平常有少一點」。

提起這家店的歷史，謝先生表示，創業人是他的大哥謝玉泉先生，民國四十八年退伍後，他大哥在中華路新生戲院一樓的老天祿當店員，吃苦耐勞的客家精神，使他大哥三年後便頂下滷味部的生意，自己當老闆。

從採購、滷製到銷售一手包辦，其中並不斷改良製作程序與滷製方法，因為本身是客家人，也成就了武昌街老天祿獨特的廣式滷製口味，台灣小吃的滷味在他大哥的手中，發展成為最熱門的休閒食品。

謝宜璋先生接著表示，當年老天祿位於西門町人氣最旺的新聲電影院隔壁，老天祿的滷

味幾乎成為看電影的人必備零嘴。民國六十七年新聲戲院結束營業，他的大哥頂下了老天祿字號，並遷回武昌街二段現址營業，成為專賣滷味創始店。

他說，如今西門町的人潮不復往日盛況，很多店家生意都做不下去了，尤其是電影院更蕭條，倒變成是很多客人，專程來老天祿買滷味，順便在附近看場電影，帶動了西門町的人氣。

### 嚴選食材、用心滷製

是什麼魅力能讓老天祿至今仍如此廣受喜愛？謝先生表示，我們堅持每日採購生鮮食材、定時限量提供滷製食品，保持新鮮與美味是老天祿一向遵守的準則。

謝先生接著說：「為了採購生鮮食材，我們每天固定要到菜市場2趟，由於鴨肉是下午供應，而店裡需求量又大，所以有時還要宜蘭、屏東等地合格的廠商供應」。

同時謝先生也表示，老天祿是由謝家大哥擔任總監和總管理，二哥和三哥專門負責採買，嚴格控管進貨品質，長久以來，供應商都能配合嚴格供貨標準。

謝宜璋先生負責門市品管，他說，每樣滷味有獨特的中藥配方，要求適當的火後、充滿嚼勁、軟中帶Q的口感和金黃的色澤、新鮮、



衛生等，樣樣都要嚴格把關，為了要達到入味、不過鹹、不油膩這些要求，所以廚師都是用自己的親人，因為只有親人才肯完全配合。

看著櫥櫃中擺滿令人垂涎欲滴的滷味，其中包括最受顧客喜愛的鴨舌，記者請問謝先生每天大約有多少銷售量，他說：「光是鴨舌，平常每天約賣四、五十斤，假日約七、八十斤，而最熱賣的是鴨翅，客人們特別喜愛它的嚼勁。」

老天祿生意這麼好，是否有想過要開分店，謝先生說明，開分店要租房子，房東大多動不動就要調漲房租，增加成本，而且為服務大眾，目前提供的宅配和網路訂購，也可替代開分店的功能，所以，他們兄弟堅持守著這家老店，沒有開分店的打算。

## 鴨舌紅不讓

謝家兄弟期望把產品做到最好，讓獨特風味贏得老饕癡迷，在不斷地改良20多種滷味的努力下，鴨舌頭更因香港藝人，每到台灣必指名品嚐，從香港紅回台灣，更讓武昌街老天祿成為香港觀光客來台北熱門的報到地點。

老天祿為了服務觀光客，特別在門市附帶販售各地名產，如台中的太陽餅、大甲的奶油酥餅、牛肉乾、蓮子酥…等，提供遠到的觀光客一次買足台灣名產。

武昌街老天祿的金字招牌是滷味品質保證，果然名不虛傳，這一趟採訪也讓記者深切體會他們兄弟的敬業走訪謝宜璋先生，記者看到他們的堅持和務實。

## 成都路版【上海風味重現台北】

星期 一華燈初上的夜晚，西門町看不見假日擁擠的人潮和車潮，成都路上海老天祿卻依然客源不斷。

走訪座落在成都路的上海老天祿，負責人蔡清國先生已在門市等候，蔡先生說，做吃的這一行，最重要的就是口碑和衛生，為了維持一定的品質，他每天都親自監督，甚至他父親雖已年逾80高齡也會常來門市坐鎮。

## 一路堅持上海味

提起父親蔡毓根先生的創業史，身為第二代負責人的他，以滿懷敬佩的神情說，民國三十八年，他父親與同鄉好友從上海移居來台，共同經營「上海老天祿」，後來因理念不同而各自分開，他父親獨立經營，一路走來仍堅持著上海茶點的獨特風味。

蔡清國接著表示，成都路上海老天祿是從糕點、滷味醃漬起家，數十年來不斷地拿捏不同顧客的喜好，滷味製品以十二至十四種獨家配方中藥材滷味，經過滷水醃漬、烹調，讓滷香完全鎖在肉肌裡，再以急速冷卻冰鎮方式收汁，使肉質品嚐起來更有嚼勁。

## 品質衛生掛保證

他說，滷味最重要的是火候、產品的新鮮度，還有配方和藥材。採買方面，進貨都是採用有CAS認證標準的，大都來自宜蘭、桃園、中壢等地。

說到藥材，蔡清國接著特別強調，藥材一定要用高級的，同樣是藥材有廉價的，也有較貴的，他在選購時一定堅持要用最好的，否則用到廉價的中藥材，放再多不香就是不香，口感也有差。

他並說明，每樣產品的火候、時間調味料都不一樣，如鴨翅和雞腳大小不一樣，滷的時間也不一樣；有的食材容易吸滷汁、鹽分相對的調味料也會不一樣。另外，蔡先生提到，他們很希望衛生局常來抽檢，因為衛生局的「合格」證書等於是最好的保證。

## 養生素材 不加防腐

談到產品的種類，蔡清國表示，上海老天祿初成立時，糕點類較多，滷味種類較少，在經過多年研發，滷味有鴨舌、鴨翅、牛筋、豆皮、百

頁豆腐等20餘種，除此之外，店內糕餅也是經典產品。目前糕餅系列有：洋錢餅、嵌桃麻糕、椒鹽松子、桂花雪片等20餘種。其中，綠豆糕和一口酥，都是最受喜愛的甜點。

蔡先生說，老天祿的糕餅都以養生素材，採用植物油如麻油、香油製成，不添加香精和防腐劑等，所以頂多只能保存一星期，因為配合環保，包裝不花俏，多年來還是深受大家喜愛。

從小生長在製作糕點和滷味的家庭，蔡清國從18歲就跟著父親做，退伍後即全心投入，為了維護這個老字號的招牌，夫婦兩人每天7點多便開始忙碌，從採購進料到生產線，從廚房到門市，在在都有他們的堅持和辛勞，老字號的「上海老天祿」，有著父子傳承的獨家配方，也有這對夫妻敬謹的敬業精神。



## 超級比一比

### 武昌街／老天祿

**成立時間：**民國51年開店至今

**地 址：**台北市武昌街2段55號

**電 話：**(02)2361-5588 · (02)2314-6585

**營業時間：**平 日：09:00~22:00  
休 假 日：全年無休

**服 務：**網路訂購、宅配

**最受歡迎產品：**鴨舌（香港藝人來台必購）。

**產 品：**鴨舌、鴨翅、鴨腳、鴨心、鴨胗、雞翅、雞爪、雞胗、脆腸、腳筋、豆乾、海帶等數十種。

**獲 選：**2005年，武昌街老天祿以滷味第一名的人氣，贏得「愛上百分百台北十大票選活動」的「小吃餐飲類」票選第二名（第一名為牛肉麵），成為台北特色小吃的代表。

### 成都路／上海老天祿

**成立時間：**民國38年開店至今

**地 址：**台北市成都路56號

**電 話：**(02)2375-7575

**服 務：**預先訂購，免下車、網路訂購、宅配。

**滷味系列有：**鴨舌、鴨翅、鴨腳、鴨心、鴨肫、鴨腸、雞腳、雞肫、雞肝、雞脖、雞尾、雞腿、雞翅、脆腸、牛筋、牛肚、牛肉、豆皮、滷蛋、蒟蒻丸、筍豆、海帶、豆干、百頁豆腐等20餘種。

**糕餅系列有：**椒鹽桃片、椒鹽核桃、低糖核桃、椒鹽腰果、低糖腰果、洋錢餅、嵌桃麻糕、一口酥、低糖松子、椒鹽松子、黑麻餅、黑麻雪片、桂花雪片、核桃雪片、百果餅、綠豆糕、棗泥糕、核桃酥、小麻球、桂花糕、桔紅糕、巧果等20餘種。

# 排骨大王



## 排骨與蘿蔔之舞

《祖師廟原汁排骨大王》

記者 / 李美娟、廖克能 · 攝影 / 林錫爵

在貴陽街，令人飢腸轆轆。許多產業在此聚集。而在接近昔日艋舺碼頭位置，從貴陽街二段往西，走到鄰近康定路口前二十公尺右側的移民會館對街，有一家傳統美食小吃店，傳來香氣撲鼻的排骨蘿蔔湯味道，眼見饕客熙熙攘攘，這就是祖師廟口馳名的原汁排骨大王。

這家美食店開創於1947年，迄今已有60年之久，老闆鄭有進先生說到老店的歷史，這是我父親從民國36年創業，排骨湯的好味道成為招牌湯品，他在當兵後投入經營，並且堅持美好味的傳承。他回憶說：「我現在已經六十幾歲了，當初追隨家父打拼，轉眼已過了45年」。

「原汁排骨湯」絕非浪得虛名，並且保證不用味精。而這碗「名湯」要如何做得濃郁而不油膩呢？鄭老闆透露秘訣：「美味食物一定要捨得上等食材」。

鄭老闆對食材可謂精挑細選，一頭黑毛豬約有150~160公斤黑毛豬上肉，他邊挑邊切出大小15公分的精華豬肋排。鄭老闆將百公斤的小排經過7~8小時熬煮成原汁，再輔以高山蘿蔔慢火燉煮七、八個鐘頭。排骨湯除了料好實在，有無特別調味？鄭老闆誠懇地說：其實我肯挑選上等的排骨與蘿蔔當食材，只放一種調味料—【鹽巴】。

美味排骨湯的另一功臣—【白蘿蔔】，亦非等閒之輩，鄭老闆說明，蘿蔔要吃來清甜入口，不能用一般白蘿蔔，他平常嚴選梨山高冷地區的白蘿蔔。他說時，掩不住驕傲神情，「我挑選的蘿蔔切起來就像切水梨，聲音清脆」。他並補充說，蘿蔔是台灣的冬季蔬菜，其他季節，則需採購日本進口的白蘿蔔，無論是梨山的高山蘿蔔，或是日本蘿蔔，特色是味道都很甘甜，不帶苦味。

在競爭激烈的萬華小吃行業，掌攤45年的鄭老闆有無遇到競爭對手？鄭老闆篤定表示：「我敢說，在台北沒有第二家排骨蘿蔔湯比我做的讚，我肯花成本購買上等食材，又用長時間慢火燉煮，可以掛保證只有我們有獨家品質的湯頭」。

為了印證鄭老闆的「老鄭賣蘿蔔」，我們先觀察湯色，並坐下來吃一碗。當排骨湯端上時，一股清香熱氣襲來，只見長時間小火慢燉過的排骨，形美但輕輕撥弄便即骨肉分離、入口即化，沾上獨家調配的醬汁，吃起來尤其滑嫩味鮮，排骨湯碗中的蘿蔔則晶瑩剔透，嚐起來口感綿密甘甜，湯頭絲毫不油膩，不愧為萬華的經典小吃。

除了招牌的原汁排骨湯外，來店用餐的客人，基本必點的菜單，就是瓜子肉燥飯或拌排骨油飯、豬肉飯。其中，最值得推薦的是「排



骨油飯」，鄭老闆用100斤排骨熬成1斤的排骨油，淋在白飯上加上特製油膏而成排骨油飯，那香噴噴的好滋味，吃起來能在口齒留香。

記者請教鄭老闆「還有哪些菜比較有特色？」鄭老闆毫不猶豫說：「牛蒡天婦羅」，老闆一貫堅持料好實在，加入牛蒡的天婦羅，有豐富的鐵質更是營養健康。他說：「本店的特製牛蒡天婦羅，每天從基隆供應商送來，既新鮮且味道獨特，是許多常客的最愛。」另外，還有香酥帶魚與蔥薑爆小卷，小捲和蔥一起下去爆香，新鮮的海味馬上刺激你的味蕾。其他如，炒豆干、苦瓜、韭菜、高麗菜等，每道菜都非常道地可口。

為了讓客人吃得健康，鄭老闆選擇不易滋生、殘留細菌的餐具，就是瓷盤、瓷碗和不鏽鋼筷子，至於清洗餐具，則更加講究，本店自歐洲進口一台傑克森（Jackson）洗碗機。也因本店特別注重清潔衛生，借由本店用過餐的客人，口耳相傳，故能饕客絡繹不絕。

原汁排骨大王的響亮名聲，吸引各地老饕慕名而來，其中還包括外國觀光客。鄭老闆有許多死忠的老顧客，訪問時即有基隆、永和的饕客，正在大快朵頤，店內有一對年紀約四十多歲的夫婦，經常來用餐，已經有二十多年了。另外還有一桌家庭聚會的客人，一位模樣可愛的小弟弟更是大聲說「這次我想可以喝上2碗排骨湯」。

當記者問到，西方飲食速食化，對傳統小吃店有無威脅？個性爽朗的老闆說，他不怕競爭，只要秉持好食材，老店不會輸給西式的速食店，老店的好味道是不會孤單。

我們好奇地問鄭老闆：有無拓展分店的計劃？鄭老闆說，他擁有綠卡，也有人遊說他去國外開分店，去美國經營美食，他也向美國許多州

申請營業證照，獲得核准；後來仔細想一想，一去就離鄉背井，乃打消拓展營業的念頭，不想離開有著人情味的故鄉。

鄭老闆並且堅持「只此一家、別無分號」的經營模式，未來，他希望小孩能延續這個古早味，並堅持傳承美味。對於萬華的美食前景，鄭老闆很有信心說，艋舺是一個老社區，老店固有的歷史並不會消失，相對的只是比較沒有發展力，應該多帶進一點活動力，讓老店可以歷久彌新。

### 祖師廟原汁排骨大王

地址：臺北市貴陽街二段115-17號

營業時間：上午 9:00~晚上20:00

電話：(02)2311-1790

### 完美體貼的『二刀流』

當我問到鄭老闆為何氣色體力如此之好，他指向後方廚房一鍋約百斤的排骨湯，天天扛上扛下，一日數鍋、用力剝排骨以及喝上二碗排骨湯……就是他的養生之道。

年紀60多歲的鄭老闆每天一定親自準備食材，原汁排骨湯的靈魂……排骨，皆來自健康毛豬身上嚴選的小排骨、肋骨和豬頸肉，剝排骨一定親自上陣不假他人，除了仔細將超大排骨切成合適小塊之外，重要的是為了再次檢視肉塊，顧好每一塊排骨的品質，讓每位客人吃到好品質而願意一吃再吃。

鄭老闆帶上護目鏡、手套、護腕，他說剝排骨是有技巧的，橫一刀劃下肋骨，直一刀，快、狠、準，乾淨俐落一刀剝斷，這樣子不會有尖銳骨頭碎片，才不刺傷客人的嘴，擁有四十幾年的經驗，讓每一塊排骨的橫剖面，平整完美，近百多斤的排骨，鄭老闆氣不喘、臉不紅的，不到一小時便完工了，這刀工，我讚稱這是完美又體貼的“二刀流”，這一碗原汁排骨湯裡，有著老闆對客人體貼心意……



# 艋舺美食點陣圖

記者 / 廖克能

說起台北的傳統美食，少不了今昔俗稱艋舺的萬華，這個台北早期人文薈萃、蘊涵豐富的飲食聚寶盆。

古早台北繁華之地一萬華，飲食方面較為讓人津津樂道的，有龍山寺附近的傳統美食攤子、華西街觀光夜市、廣州街傳統小吃、中華路的鴨肉扁與外省家鄉小吃等。除了祖師廟附近的【祖師廟原汁排骨大王】以外，其周邊一公里多之內的美食店，處處可見。

以下就簡介國內外觀光客較常光顧的飲食「景點」：



## ● 台南担仔麵

店址：華西街31號（華西街觀光夜市內）

發跡於華西街觀光夜市的台南担仔麵一號店，是日本觀光客的最愛。除了招牌小吃「台南担仔麵」，還有許多道地的台灣小吃。本店格調有別於一般台南担仔麵店，其裝潢精緻，與一般高級大飯店相當，口碑甚佳。



## ● 鴨肉扁

店址：武昌街二段2號

設於中華路與武昌街口的「鴨肉扁」，起先賣了兩年的鴨肉攤，生意平平。之後老闆覺得土鵝肉味道甜美，而改賣土鵝肉，業績也跟著突飛猛進。

該店經營至今，已傳承三代，店內以賣土鵝肉、米粉、台灣麵（油麵）為主，搭配鵝肝、鵝胗，簡單三、五樣食譜搞定遠近饕客。

「鴨肉扁」只賣鵝肉，不賣鴨肉，何以不改名「鵝肉扁」？原來該店「鴨肉扁」之名，早已響遍全省，因此也就一直沿用「鴨肉扁」的名號，此事卻為社會大眾津津樂道。該店從民國39年（西元1950年）起屹立迄今，橫越半個世紀而不被競爭對手擊敗，可說是小吃業的異數。



## ● 周記肉粥店（田仔）

店址：廣州街104號

創立於民國45年（西元1956年）的「周記肉粥店（田仔）」，堂堂經營超過50年頭，也是老字號的美食店。每天從一大早營業到下午四點半，早餐時間的六點到九點，店內一直高朋滿座。該店以生米煮肉湯而成的肉粥，遠近馳名。一碗肉粥，再搭配招牌佳餚「紅燒豬肉」，邊享用美食，邊欣賞老闆舀粥的純熟美技，幸福感可不輸給西式的速食店喔！



## ● 清月日本料理

店址：成都路91號

「清月日本料理」，原址設於內江街，最早為日籍人士所經營。台灣光復初期，由本省籍老闆承接經營，於民國47年遷移至現址成都路91號。在萬華地區，想吃道地的日本料理，選擇不多，「清月日本料理」算是歷史悠久的日本料理店。該店的特色是生魚片切得比一般日本料理店來得厚，吃起來感覺較過癮。除了生魚片之外，天婦羅、烤物、花壽司等美食，都值得饕客品嚐。



## ● 資源回收做環保

# 萬華挖寶人

居住在萬華的人，都知道本地盛行資源回收，無論是公寓、國宅、老舊社居的巷弄街道，幾乎時時有人在撿取、搬運各種棄置的瓶罐、廢紙、金屬物品等。萬華的熱心老街坊，也習慣將準備回收的物資留給靠拾荒為生的人，這似乎已成了社區傳統，而這個現象是如何產生的？

記者 / 梁力欣、鄒子潔

攝影 / 梁力欣、鄒子潔、林錫爵

### 環保署鼓勵回收

在政策面，自87年7月1日起，環保署成立「資源回收管理基金管理委員會」，推動「資源回收四合一制度」，結合政府、民眾、製造輸入業者及回收處理業者共同的力量，建立共同的回收管道及開放的回收體系。

該委員會的連副組長表示：「這項資源回收基金來源是一些大型製造業廠商，例如統一、宏碁集團等，當他們每製造一個瓶子或電腦就需要繳交一定的回收清潔處理費給環保署。」環保署再將資金交付給「資源回收管理基金管理委員會」來運用，以推動「資源回收四合一制度」。他並說明，目前環保署針對回收處理業者有提供補貼金，因此回收處理業者可提高收購價格，連帶的提高了一般民眾對資源回收的意願。

### 資源回收廠近

萬華區內有社區型資源回收廠，另外鄰近的中正區西藏路上也有兩家，方便從事資源回收民眾賣出，也提高了資源回收意願。萬華區資源回收業者黃先生表示他經營此資源回收廠已有十年多的歷史，拿的是乙級執照，依法可回收瓶罐類、紙類、廢鐵類等資源。因為座落於社區內，所以常有附近的民眾或公司行號來賣廢紙或瓶罐。



資源回收價格隨行情調整。



萬華盛行回收均日夕忙碌。

近幾年，因為回收價格節節升高，因此生意很不錯。我們現場訪問到一位正在賣資源回收的潘小姐，約莫40出頭，家庭主婦打扮，人也相當和善。當我們問到他資源回收物品的來源時，她笑笑很不好意思的說：「我在附近的果菜市場辦公室當清潔工，打掃時撿獲的瓶罐或紙類就拿來這裡賣。」當問及回收價格如何？潘小姐回答：「最近很不錯，以前紙類一斤才一塊多，現在將近三塊。我有時手腳慢一點，還會被別人搶先搶走呢！」她並說，平常只有撿拾辦公室內的廢紙及瓶罐類，一個月可獲利1,000多元，也可以貼補一些生活費。

## 弱勢族群依此謀生

萬華區人口以老年人口居多，很多老人無法有適當的工作機會，因此以資源回收為業。我們訪問到萬華區銘德里里長太太，請教她對資源回收者人數，以及里民普遍對回收者的評價。她指出，「萬華區資源回收者附近幾個里加起來約有五、六十人，其中多數是獨居老人，他們大多因為子女不孝、或生病無人奉養，因此從事資源回收業」。

萬華的街坊又如何看待這群資源回收者呢？里長太太說：「大部分的資源回收者確實需要靠這份微薄收入維生，處境堪憐；但有些資源回收方式使一些里民不能接受。她舉例說，有些資源回收者會偷拿信箱中的報紙，甚至里民訂購的羊奶罐也拿去「回收」，造成里民不少困擾。「當里長向這些

資源回收的老人反應，請他們不要這麼做，還會被罵，真是有理也講不清！」她說。

萬華成了資源回收者大本營，看來似乎有利有弊，站在環保立場，這群回收第一線工作者也算為社區服務，但是，如果回收方式造成社區困擾，那就需要資源回收者多加自我提醒了。🍌





## 《資源回收在萬華》

# 一位資源回收者的告白

秀美(化名)小姐口述·記者/鄒子潔·攝影/鄒子潔

深度報導

在萬華區的資源回收族，我算是年紀較輕的一位，不過我也已經六十多歲。我的身體還算健朗，或許是一直勞動的關係，所以沒有什麼病痛。我的資歷算是新手，只有一年左右的時間。我年輕的時候就是從事清潔工作，有人介紹辦桌端盤子也會去賺賺外快。我從年輕就做勞力工作，現在，白天清潔馬路，晚上繼續做回收。

我做資源回收不是為了環保，而是為了賺錢，既然是為賺錢，就得注意多撿最值錢的鐵鋁類。我之所以加入這個行業，是因為每個月必須分攤五千元給婆婆的安養費，做回收剛好能夠來負擔多出的開銷。

天剛剛微亮時，我就得起床準備出門工作，下班回家還有許多家事等著做，除此之外還要下廚，然後匆忙的趕去晚間資源回收車巡迴的定點就定位。此刻，我已備妥手套，圍裙，鞋子，這樣才不會受傷。做資源回收，工作時間不只是在現場一兩個小時而已，回家還得花時間做分類處

理，天天都要忙碌到深夜。

我們在萬華區做資源回收，都是各做各的，自己能夠收多少就收多少，沒有搶生意競爭的狀況，頂多是誰眼光較銳利，哪位居民手上有回收資源趕忙過去收取，不然大多數都是有自己的固定收貨點，誰也不會跟誰搶好位置，我們大多知足的站守自己的崗位，攏是好厝邊，大家互相啦！

以前沒有所謂的自由戀愛，我的丈夫，是父母幫我挑選的對象，那時很傳統，女孩都沒有任何意見，就乖乖嫁了。我們努力多年，在萬華買了一間公寓，至今也住了20幾年。我們家除了先生、么子與外籍媳婦，還養一隻四歲的馬爾濟斯犬。

對於人生和家庭，我沒有想太多，就像我撿破銅爛鐵，也是能做就做，該做就做，有錢賺是好事情，沒什麼事情好計較的。我的一生一直是為了家庭付出，賺回來的錢都不是放在自己的口袋，但是我還是要天天開心過日子，只要對家庭是好的，我都願意去做。🌱



## 採訪側記 小富拾荒人

在製作資源回收專題中，我們採訪的一對拾荒夫婦，顛覆了社會對拾荒者的刻板印象。一般人大多認為，拾荒者肯定有個難以回首的過去，或者過著三餐不濟的貧窮生活。

但是，拾荒群中其實也有頗具財力的小康家庭，或許這樣的個案不多，但是也確實存在。他們當中有些人其實過著一般中產階級的生活且子女成群。

長期回收資源的劉太太，看起來約四十多歲，實際年齡卻是六十二歲。當我們在街道的一棟公寓旁遇到她時，她正在整理鄰居送給她的瓶瓶罐罐，同時，她還一邊招呼隔壁太太，詢問鄰人是否有回收物品可以給她。

在閒談一番後，我們好奇地問，她所站位置的一戶公寓，是租來的還是購置的？她坦承回答：「這間房子是在民國八十三年屋價最高時，花費六百多萬購買的，加上裝潢費一共是七百一十萬哩！」我們又問：「你和誰一起住？」劉太太說：「我們夫妻跟兒子、孫子一起住啦。」

劉太太並不是我們所想像孤單無依的老人，她是三代同堂中的祖母。我們繼續問：「您為什麼不清閒過日子，要勞累辛苦撿這些瓶瓶罐罐來賣呢？」她回答說：「我是因為婆婆由小叔奉養，為了補貼小叔的生活費用，所以做資源回收加減賺啦！」

這時，她忽然有些不悅，揮揮手說：「你們這樣一直站在這裏，給我壓力很大呢！」我們厚著臉皮、鏗而不捨地追問：「那你先生呢，他有沒有賺錢養家？」「沒有啦！他存了五十萬退休金，要自己養老用，哪會給我？」劉太太一邊動手收拾，保持耐心答話。

在交談過程中，我們才知道，站在一旁的另一位拾荒人士是劉先生，而他始終注意著我們的一舉一動。同時，我們得知，劉先生跟劉太太原本都是台北市環保局的清潔隊員，劉先生退休後，幫忙劉太太做資源回收物去變賣，一個月大概可以賺五千多元。

這時，劉先生轉向我們問說：「你們問這些做什麼？有什麼目的？」我們趕緊表明身份，說明我們是萬華社大編採社的採訪編輯，在為社大刊物《艋舺傳奇》做資源回收專題，所以來訪問他們。但是，劉先生說：「我告訴你們，不要亂寫喔！你們有什麼目的，自己心裡最清楚……」

或許是臨陣經驗不足，我們掩飾著心理驚慌，很快默默的轉身離開。離去前，身後不斷傳來劉先生的咒罵聲，他咒罵聲中氣十足，絕對不是外人所以為體弱多病的拾荒老人，他是城市物質過剩的拾荒者，或許不是通例，但也說明，拾荒者並非都是弱者。在這個弱肉強食的社會，生活在社會底層的拾荒人，無論收入多寡、是否足以溫飽，但都必須強悍地和生存環境鬥爭呢！🌱



## 何處傳來青草香

記者 / 何巧玲、鄭文潔 · 攝影 / 何巧玲 · 錢志偉

如果不知道青草巷在哪裡，走近龍山寺旁，有條像臍帶一樣連接著的小巷，人未到就聞到青草茶的香味，百年歷史的青草巷就在這裡了。

對應龍山寺外商圈的人群雜沓與燈光閃亮搖曳，這裡顯得古樸實在。短短的青草巷，白色的日光燈，沒有裝潢的店面，靠的是傳承幾代的店家對青草的知識，吸引前來尋青草的客人與觀光客。

早年先民來台開墾，流行病多，就醫不易而且昂貴，青草遂成為民間普及的醫療方式。人們往往在龍山寺求到藥籤後，便去購買草藥，龍山寺附近於是聚集了愈來愈多賣草藥的攤商。

青草巷裏，四知青草藥膏店內阿嬤的黑白老照片吸引了我們的目光，照片中的老太太是四知的第一代開山始祖，掛在店裡，看得出時代的背景與傳承的意味。

老太太的孫子，楊老闆說，青草巷的店家沒有一家店會註明有青草藥膏，只有他們家有，那就是四知的祖傳藥方，藥方就是由照片中這位老夫人，他的阿嬤調配傳承到現在。

除了第一代的青草藥膏，第三代的老闆娘自己還研發了許多獨門配方，一包包科學中藥般的包裝，方便現代人熬煮服用。

有的標榜健康養生，有的是女性朋友最愛的消脂茶，老闆娘表示，這樣的草藥包飲用方便，很受現代人歡迎，只要看包裝上的製造日期就可以發現，它們的銷路還不錯。

四知經過了第二代現已高齡八十餘歲的婆婆，現任老闆娘藍秀巒女士，從小在烏來長大，跟著長輩認識了長在台灣山間野地的各種植物的名稱、長相、效用。

嫁到楊家的藍女士把她的對青草的知識，貢獻在這家三代傳承，還會世代接續的青草店，或許就像他的先生楊老闆說的，天命，藍女士與婆婆和阿嬤，他們生來就要與青草為伍。

高掛在店門口上頭新鮮豐厚的蘆薈，是女性朋友再熟悉不過的保養聖品，果肉可以拿來內服做成飲料，便是市面上常見的檸檬蘆薈、蘆薈多多。內服可以，外敷也有好效用，對於曬傷、紅腫非常有效。

長的細細長長有點像人蔘的狗尾草，是小孩子發育時的最佳補品，常會有媽媽買來為孩子燉捕。而聞起來的確有一股腥味的魚腥草，有人拿來煮水喝，也有人直接打成汁，據說對於病毒引起的感冒、咳嗽，或是中暑有幫助。我們每問一種青草，老闆娘馬上清楚的為我們介紹解說。

青草巷其實有點像傳統市場，在這裡多由女性職掌經營，同為女性，婆婆媽媽來詢問一些關於婦女疾病上的資訊，老闆娘更能體會了解，能做的服務也更為周到。而媽媽們問的也不只是自己的問題，他們會關心小孩子的發育，詢問先生的身體狀況等等。

前來詢問青草藥的顧客，真的是男女老少都有，有的買些清涼補氣的青草，有的拿著他人推薦的藥單來買，有的則諮詢店家的意見。老闆娘說，像這類自然療法，有需要的人就會來，從小症狀的不適，大到被現代醫療視為絕症的癌症。楊老闆也說，有許多知名藥廠或者研究學者來問老闆娘青草的專業知識，並帶草藥回去研究。

萬華龍山寺，這一代早已發展成別具特色的青草商圈，除了專為青草藥而來的本地人，也有不少外國遊客。四知的老闆拿出這幾年來自日本的客人寫給他的明信片及信件等，與我們分享外國人對青草的觀感。

青草療效在中國民間歷史流傳久遠，西方國家也熱愛奉行已久，青草的用途在台灣仍然沒有法律許可，走了將近一世紀的青草巷，仍然只是民間的小偏方。青草的用途就像四知的意思一樣，只能天知、地知、你知、我知。

看著阿嬤的老照片、八十幾歲仍在店內服務的婆婆、還有年輕的老闆娘，青草巷靠著幾代女人的傳承得以到現代。走出小巷，回望樸實的青草店，青草的魅力，或者在這不明的身分底下，靠著市井小民的口耳相傳，更顯神秘獨特與吸引人了。🌿



▲ 四知三代女人

# ● 走過歷史的足跡

## 青草巷小檔案

記者 / 鄭文潔



青草巷為北台灣最大新鮮草藥的集中地。

在一百多年前的清朝時期，由於西醫尚未普及，中醫師、中藥店也難尋，加上傳染病多。如果人們生了病，往往只能靠著親人朋友間口耳相傳的秘方，或是到廟裡求籤然後找來草藥熬煮為湯藥。

而當時的艋舺龍山寺便已是一個香火鼎盛的寺廟，因此，便有許多人會來此向華佗仙師求了藥籤之後再到附近向市集裡的草藥販購買這些草藥，於是，龍山寺附近便因此而聚集了不少的草藥小販。

### 龍山寺與青草巷

青草雖與龍山寺的關係如此密切，但是發展成現在的規模卻是光復後的事，當時由於都市規劃的緣故，一些青草商家開始集中到這兒來，因此形成目前所見到的西昌街224巷以及附近廣州街、西昌街上的青草店家。當時的龍山寺左側還有小門可通往西昌街224巷，只要身體上有什麼病痛，在龍山寺求了藥籤後，出了側門就可以到青草巷來找到所需的藥材。不過，「四知」這家老店的楊老闆說道，由於當初會到龍山寺求藥籤的人多是經濟狀況比較不好的人，因此青草巷也曾有「悽慘巷」之名。

雖然藥籤被傳說的如此靈驗，但是民國七十年代以後，因為醫藥法令之故，龍山寺被禁止再提供藥籤給民眾使用。不過青草巷仍然以一種民俗療法的姿態，蓬勃在龍山寺之旁。另外，青草巷也成為北台灣最大的新鮮草藥的集中地，不僅本地民眾耳聞而來，偶爾還可以瞧見外國觀光客的蹤跡。

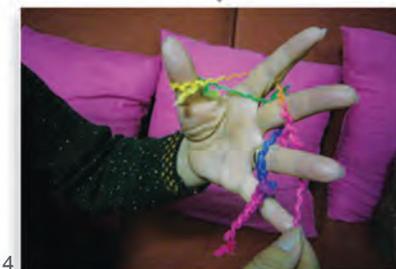
### 老店與新生

青草巷的店家有不少是歷史悠久的老店，有的經營了數十年，有的傳承了三代，家家都有自己的特色跟故事。民國90年時，台北市政府編列350萬元工程費整修青草巷，採光頂棚取代了以往的陰暗，還有經過設計過的人孔蓋、石板地板。文化局更在廣州街的通道設置解說牌，以中、英、日三種語言標示，還有艋舺老地圖以及從前店家販售草藥的老照片。如今的青草巷，不只有新鮮草藥，更多了一份歷史的見證地位。🌱

#### 資料來源：

1. 萬達網
2. 亞太中醫藥網
3. 台北畫刊，第476期

# 溫暖冬季的手指圍巾



粗線、蓬鬆毛線…，這些特殊毛線需要花錢採買粗勾針嗎？要花很久時間才能完成一條圍巾嗎？萬華社大曹夏蓮老師教您不須花大錢，還能輕鬆勾出溫暖圍巾，精緻又討喜。用手指打毛線，不僅能刺激末梢神經，讓末梢神經更敏銳，身體也能漸漸健康年輕起來，最適合爸爸媽媽爺爺奶奶一起來動手做。

整理 / 吳台琪

**材 料：**一球毛線

**工 具：**您的雙手

**延伸製作：**同樣的做法搭配多片縫合，就可做成小熊布偶。

**步 驟：**

- 1 將毛線頭先繞一圈
- 2 將毛線圈套入小指頭
- 3 將毛線繞至無名指內，接續繞至中指外，再繞至食指內，最後繞至大拇指外
- 4 依序再繞回小指
- 5 將毛線放置小指第一條毛線上，將小指勾住毛線，從第一條毛線中套出
- 6 依序從無名指至大拇指，不停接續勾套
- 7 完成一條精緻的手指圍巾

感謝曹夏蓮老師示範與協助

(實用毛線編織—進階班、手作毛編小物班) 🍋



# 在生命轉彎處

安心看病講清楚（讓醫師瞭解您）、追求健康勤發問（讓醫護關心您）、檢查治療問仔細（讓健康守護您）、正確用藥才安全（讓安全陪伴您）、知情同意說分明（讓權益保障您），強化自救增能的防制之道。



台北市萬華社區大學公衛講師 / 高原

**綜合** 相關文獻記載，造成社會上自殺悲劇叢生的原因不外乎，包括家庭價值的崩解、親人的死亡、社會秩序的混亂與人際的疏離、個人感情受挫、成就肯定的危機與失業、財務經濟的困境、法律案件的糾葛、藥物濫用的問題、嚴重的身體精神疾病等；而造成青少年自殺的原因，則多因課業、家庭、感情、同儕交友因素等；故而防範自殺，除了必須妥善管理個人的日常生活及身心健康、建立樂觀的人生、積極面對與處理生活的危機之外（初級預防），甚至主動教育陷入困境家庭子女的自救求援之道，至為必要，且須正確的擴大偵測出個案潛在憂鬱病症與曾經意圖自殺的警訊（次級預防），亦即為加強社區人際關懷，主動預防自殺的不二法門。其中常見相關研究的可控制性防制機轉，包括積極介入增加「尋求自殺方法與工具取得的困難度」及強化基層醫師對於精神疾病的檢診能力與個案轉介，由於前者涉及的法律管制層面過大，暫不討論，本文僅就強化社區民眾精神醫療照護品質觀點論述，並以可立即採取的作為提供淺見，俾集思廣義。

以我國醫學專科細分化的結果而論，現行醫療環境似已形成國內「見樹而不見林」的分科就診醫療普遍現象，不利於「建立具備精神科相關訓練的基層醫療」環境，且目前各醫療機構醫

師門診並未限號的擁擠現象，亦無充裕的醫師評估與醫病溝通、互動交流時間，以致恐難有效發現具輕度憂鬱或有自殺傾向之精神疾病患者。因此，家屬陪同就醫不妨由平日生活中記錄個案異常點滴，遵照五項常見就醫指引，安心看病講清楚（讓醫師瞭解您）、追求健康勤發問（讓醫護關心您）、檢查治療問仔細（讓健康守護您）、正確用藥才安全（讓安全陪伴您）、知情同意說分明（讓權益保障您），強化自救增能的防制之道。

在自殺身亡的個案中，一般估計約有七成曾在生前發出自殺的訊息，因此，家屬及醫療體系必須主動的介入，協助個案處理生活困境與協助就醫，安排轉介接受精神科診斷與治療，以恢復穩定其正常的心智，協助個案排除生活的困境，以思考解決之道；倘為財務經濟困境使然，則通報轉介各縣市「大溫暖計畫」救援專線（1957），適時予以關懷與協助。至於自殺未遂者，由於再自殺的風險性極高，必須持續接受專業的協助，可研議建立高關懷名單，進行地區性的介入陪談及訪視機制，並視個案情形，伺機轉介醫療機構，以執行持續性的藥物及心理治療（三級預防），加強情緒及壓力管理之學習課程，輔導個案以穩定的情緒、理性的態度來面對生活的挑戰。🍌

# 接軌 e 世代



這次決心不再給自己任何的理由或藉口，毅然決然報名上課就對了，在充滿溫馨又沒有壓力的環境下上課，令人不再視「學習電腦」為畏途。

學員 / 黃美惠

「噹！噹！噹！……」，上課音樂鐘響起，萬華社大一週一次的「電腦入門 e 點通」開始上課了，其實「學習電腦」的這個念頭早在我腦海中盤旋已久，但一直以來只是心動，卻始終沒有付諸行動，為了與 e 世代社會接軌，這次決心不再給自己任何的理由或藉口，毅然決然報名上課就對了。



從電腦簡介入門，按照課程進度經過了八週的學習下來，的確豐富了許多我對電腦的知識與認識。雖然學生對課程的期待大家都有所差異，但是多方面的涉獵及學習，已足可應付日後不時之需，因此對課程安排的適當性應該給予肯定的。

在課程中要兼顧到來自不同背景的學生去授課，可想而知是一大挑戰，身為退休教師的我，絕對能夠感同身受；很幸運的遇到了這個「風趣」又有「愛心」的葉麗君老師，她把艱澀枯燥的課程內容，簡化成淺顯易懂的文字，並在學生實際操作時，不時地巡視課間，非常有耐心的做個別指導，同學之間也會互相切磋，拉近彼此的距離。

就在充滿溫馨又沒有壓力的環境下上課，令人不再視「學習電腦」為畏途，希望在往後的課程都能夠融會貫通，衷心期待在不久的將來，能夠輕鬆的悠遊於電腦的世界，讓生活更多采多姿，萬華社區大學－謝謝您！🍌



# 我們這一班 塑身爵士舞班

## 李宇柔

- ◎ 想要解除一天的工作壓力？想要讓肢體在正確的姿勢中運動？來我們這一班吧！
  - ◎ 想要在愉悅的音樂中輕鬆舞動？來我們這一班吧！老師精選的各種音樂，令人不聞樂起舞都很難。
  - ◎ 想要學得各種不同類型的舞蹈？來我們這一班吧！非洲舞、拉丁爵士、百老匯爵士、嘻哈爵士、啦啦隊舞蹈…
  - ◎ 想要在舞蹈中挑戰自我極限？來我們這一班吧！
- 老師的舞步安排，絕對讓你練習時哇哇叫，成果發表時又替自己感到驕傲，來我們這一班吧！年紀不是問題、身高體重也沒關係，只要有一顆想動的心，爵士舞肯定會讓你保持年輕。

## 徐敏

很慶幸能上凱怡老師所教的爵士舞班，每當老師舞動她那曼妙靈活的身軀，就深深地吸引我。我心裡就暗暗期許，就算不能像老師跳的那麼棒，也要學到七分。

可能是有緣吧，大家在一起就像一家人，好開心喔！大家都不願分開，才會一期一期學下去，才一轉眼我也學了四年，因為我太喜歡凱怡老師，希望沒上過的同學，也來分享我們的快樂與開心。

## 楊靜儀

爵士舞so fun so crazy！

## 孫菀筠

陳老師很用心的教導我們，每次上完課都覺得很充實，好像變成頂尖的Dancer一樣，不過，到下次上課又恢復成平凡老百姓。

總結：老師非常認真，不分高低尊卑的把大家都教得像舞林高手，所以這堂課真是太棒了！

## 王嘉瑛

青春又有活力的老師、互助又超活潑的同學，在這裡大家用愉悅的心情學習，真的是運動、紓壓的好地方。

## 王湘雪

我們上課時總是拼命的跳，下課還不斷的跟同學練習，老師的教學方法，使我上課總是快樂滿盈！



### 余以欣

老師不但根基深厚，教學更是一絕。

### 李慧君

來參與了三個學期的爵士舞，藉著上課也交了許多朋友。偶爾的流汗，讓身心更健康。

### 黃淑如

跳爵士舞可以讓我肢體語言更豐富，也知道如何有自信的走路，既能運動健身，更能增加自信。

### 蔡季綾

在這裡，跳舞是件美妙的事，總在音樂、笑聲與汗水間度過，真的很棒。

### 張育霈

我們…臥虎藏龍的一群。

### 蘇秀菊

老師真的很專業，即便是模仿同學的錯誤動作，都有另類的律動之美，且不失幽默，了不起！

### 陳方勝清

不要管你是生手還是老鳥，只要參與了我們的爵士舞課，就會自然融入整個認真、活力的氣氛中。老師帶領得太好了，她不但舞藝精湛，還能讓學生抓到竅門。這應該是大家如此有興趣，又很願意努力學習的原因，日子久了，想不進步也難。

### 王純芳

我參加凱怡老師的爵士舞班已經有5期了吧，老師很活潑、搞笑，而且舞真的跳得很好哦！重點是，我沒有想到我這個肢障也可以像今天一樣聽到音樂時，身體會自然而然、不由自主地跟著音樂律動呢！

### 蔡季娟

星期一晚上在萬華社區大學，總會有個角落，充滿悅耳動聽的音樂，伴隨著歡樂笑聲。這裡就是「健康塑身爵士舞」上課的地方，我們有最親切隨和的同學，即使是第一次踏進教室，也不會覺得寂寞，因為同學們的微笑或眼神，就能讓你覺得溫馨。當然，班上還有一位重要的靈魂人物～凱怡老師，她用深入淺出的方式，帶領我們從舞蹈中獲得樂趣、尋找自信，也常常讓我們樂得直不起腰。

### 蔡縮嫻

老師很棒，大家都很好，我學得比較慢，但很多人都幫助我，很謝謝大家！這讓我覺得跳舞是一件很開心的事，我愛跳舞！

### 蕭琇月

當初只是想要讓自己養成每週運動的習慣，現在卻是想不跳都很難。而且老師很厲害，才剛開課就能記住全班同學的名字，真的很用心！

### 李美慧

參加爵士舞課程已有幾個學期，雖然無法跳到盡善盡美，但每當輕快的音樂響起，總是會讓人神清氣爽、精神振奮。

### 王淑惠

「不要像划龍船…」

「唉呀！怎麼看你老是要往柱子上跳，小心呀…」

在陳老師詼諧及逗趣的教學過程中，讓我這把硬骨頭有信心天天去學習，達到運動的效果。在這裏，我學會了一些舞蹈動作及技巧，讓身體較柔軟，也使身體更健康，少病痛，更有精神及體力上班。收穫很大！難怪有同學一學就是好幾年。

我們這班有學過國標舞、瑜珈、戲劇、敦煌舞、氣功等，也有像我這種十幾年沒運動的，老老少少都有。

老師開玩笑說我們像阿嬤，但她的教課讓我們顯得年輕、有自信。現在我都會向我同事強調運動的重要，像這種舞蹈可以達到有氧運動的功效，而且會使身材變好哦！🍌





# 我的手說出完美



「手語歌」是振奮身心的潤滑劑，隨著音樂旋律的緩緩奏起，再加上手語的手式搭配，頓時，手語不單只是手語，歌曲也不單只是歌曲，它們一搭一唱，真是完美極了！

學員 / 鄭如珊

「小城故事多，充滿喜和樂……」：「小朋友，小城故事這首歌，手語是這樣比喔！」

第一次接觸「手語」就是在小學三年級的音樂課，從此，我便愛上了「手語」，因為當時的年紀小，能記得的真的所剩無多，所以，學「手語」一直以來就是我的心願之一。

在一次的因緣巧合下，發現「萬華社大」竟然有開「手語課」，授課講師是各項教學與實戰翻譯經驗相當豐富的王興嬌老師，於是，我懷著忐忑與興奮的心情開始了我闊別近三十年的「手語課」。

班上同學來自各行各業，形形色色，大家學「手語」的目的也都不盡相同；有的是工作上的需求，有的是自己用的上，有的也許想有機會可以服務人群當「義工」，有些也許就如同敝人在下我一般，純粹就是「興趣」囉！

上課中王老師會不斷以手語的動作穿插在言談之間，所以除了講義與課本內容中所學，也增加了許多課外的詞彙與會話。大家在經過忙碌的一天後，到了晚上雖然已身心疲憊，但依舊打起精神來社大上課，以如同海綿般的吸收學習力努力以赴，不懂就發問，王老師也是「知無不言，言無不盡」。對了，「手語歌」當然也是振奮身心的潤滑劑，隨著音樂旋律的緩緩奏起，在加上手語的手式搭配，頓時，手語不單只是手語，歌曲也不單只是歌曲，它們一搭一唱，真是完美極了！而「手語歌」也伴隨我度過下班坐公車回家漫漫的40分鐘車程時光。

轉眼，學期已過了一半，在剩下的課程中，我們當然還是抱持著最初來上課的心情，甚至更認真，因為，我們發現了「手語」不單只是一種溝通的語言，它甚至是一種「藝術」，如果能將它表達得更隨心所欲，那就真的太完美了。🍌



# 臺北市萬華社區大學宣言

- 一、以人為主的社區總體營造，啟發社區意識，進行社會內在反省。
- 二、關懷與服務弱勢族群。
- 三、重構經驗知識，提供優質的學習環境。

我們以「市民社會」(civil society)的實現為目標，以「現代公民的培養」為職志，強調「知識」的傳授必須轉換為提升生活品質的「能力」(ability-to-be)。

艋舺龍山寺宗教參拜儀式文史調查、老店傳奇、艋舺文物館綜合計畫、青草巷導覽志工訓練工作坊、老街再造工作坊、成衣小老闆EMBA班、社區培力工作坊、社區願景工作坊。

傳統產業嘉年華會、文化與創意行銷研討會、製作「數位萬華」、「萬達網」網站、出版艋舺風土志寺廟篇、艋舺風土志、傳統產業篇、萬華傳統美食折頁、全國文史志工列車、全國志工嘉年華、文化就在巷子裡工作坊、地方文獻數位典藏計畫。

獨居失能長者社區互助及支持性計畫、社區健康促進教育列車、社會關懷教育列車、南洋新移民學習成長營、新移民親職工作坊、新移民中文識字與生活適應種子師資培訓工作坊、龍山社區生活營。

華江地區雁鴨觀察與生態保育工作坊、人文生態守護志工暨種子師資培訓工作坊、社區教育人才培訓、社區綠色生活運動工作坊、國土監測通報網維護與通報案件追蹤、志工團隊培訓工作坊。

大理街成衣嘉年華、青草養生街坊、佛具街嘉年華、加蚋文化節、萬華國際文化節、清潔地球環保台灣、糖廊里甘蔗祭、華江雁鴨季。





臺北市萬華社大邀請您

# 相招來做志工

付出分享~生活更美好，邀請您一起來萬華社大做志工~



- 愛心志工隊志工
- 資訊、影片剪輯志工
- 萬華社大編輯採訪社志工
- 萬華社大綠野仙蹤社~人文生態守護志工
- 華江雁鴨公園生物多樣性調查志工
- 新移民快樂學中文生活適應識字班~褓母志工
- 環保肥皂工作坊志工

請聯繫我們~成為共同付出的朋友

電話：(02)2306-4267 (萬華社區大學)

網址：www.whcc.org.tw

懂得關懷的人，能得到最多的溫暖  
懂得付出的人，能得到最多的朋友