國泰尊榮季刊
2020 WINTER

Noble CLUB

理　想　生　活　俱　樂　部

no.54



朝聖10座頂尖藝術殿堂

建築是創造城市個性最必然的存在，也是城市歷史與文化的見證者，
而遍布世界的博物館、音樂廳及藝術中心，不僅詮釋當代建築美學的奧義，
藉由摸索建築背後的文化與歷史演變脈絡，
也能從更宏觀的角度品味不同城市所蘊藏的藝術涵養。

國泰世華銀行
Cathay United Bank

國泰世華綠色金融

從大自然裡，發現綠能的曙光

第一家簽署赤道原則的銀行｜推出台灣首件光電融資｜支持台灣首件離岸風力發電

首家自願遵循「聯合國責任銀行原則」之銀行





淬鍊卓越品味
慢享藝術殿堂之旅

經典的演出需要技藝精湛的表演者，更需要能夠襯托作品的舞台。因此遍布世界的博物館、音樂廳及藝術中心；不但詮釋當代建築美學，也成為人們規劃旅行時的心動選項。旅人走入館方精心規劃的展演空間中，體會的不僅是演出本身，還有建築師用空間、視覺帶來的美感震撼。

本期〈COVER STORY〉精選十座頂尖藝術殿堂，從地標型的音樂廳、世界頂尖的劇院，再到隱藏於祕境中的美術館，給予讀者猶如身歷其境的精彩體驗，正所謂「人塑造建築，建築也塑造人」，建築是創造城市個性最必然的存在，也是城市歷史與文化的見證者，我們宏觀的從基地環境周遭的歷史、文化肌理開始，探索藝術殿堂在建築設計上的絕妙之處外，更向下挖掘這些城市蘊藏的藝術涵養。

為歡喜迎接全新的一年，〈FESTIVAL〉和〈TRAVEL〉單元，介紹了國內外結合人文風俗與藝術的節慶活動。像是由華美帳篷串聯的西班牙塞維亞春會，可與當地紳士或著傳統服飾的女士，大啖美食並跳上一段佛朗明哥舞；而愛爾蘭全城披上綠裝的聖派翠克日，亦是具有濃厚地方傳統色彩的慶祝活動；在台灣則有台南月津港燈節，是結合藝術創作與歷史街景的慶典，還有龍潭大北坑的魯冰花花季，則適合規劃花海與客家文化結合的小旅行。

在這次的〈GOURMET〉單元中，我們介紹了桃園、台中、台南三處的私廚料理，看主廚如何運用在地料理譜出令人驚豔的美味饗宴。〈LIFE〉則是從燈光設計切入，從燈具選用、室內設計原理等不同的角度，帶領讀者一窺光線與空間氛圍的緊密關係。藉由視覺與味覺的探索，我們希望能夠將美學的培養帶入日常，成為每個人不可或缺的生活提味。

〈CHARITY〉則與讀者分享國泰公益活動的成果與喜悅，我們透過「國泰優惠App」推出新型態公益行動，攜手信用卡會員，將用不到的紅利點數，一點一滴累積後，捐贈給「為台灣而教教育基金會（Teach For Taiwan，TFT）」，透過點數公益為偏鄉學童點亮希望之光。

美學大師羅丹曾說：「世界不是缺少美，而是缺少發現美的眼睛。」從建築、藝術、饗宴、到社會公益，我們希望可以和讀者一起在年假之際，感受世界的豐富與美好。讓我們持續探索世界、挖掘自我，在新的一年中共同面對挑戰、享受成長的喜悅。

發行人／國泰世華銀行總經理

李偉正

Noble CLUB

CONTENTS



ART
04 永續傳承　讓愛與希望成為有機體

CHARITY
08 國泰優惠 App 與會員一同支持偏鄉教育

FESTIVAL
26 歐陸再發現　春日盛會嘉年華

TRAVEL
30 美好春日旅行　浪漫新藝文風景

GOURMET
34 在地食材好料理　私廚迎新懷舊

LIFE
40 燈飾演繹空間層次　讓光蘊藏專屬品味

HEALTH
46 煥然一新　從「頭」開始

FINANCE
52 二〇二〇年投資觀點：
顛簸之路，留意風險、穩健前行

PEOPLE
56 經濟世界裡永遠的「學徒」

INFO
58 刷卡優惠資訊

COVER STORY

朝聖 10 座頂尖藝術殿堂

10

遍布世界的博物館、音樂廳及藝術中心，
不僅詮釋當代建築美學，也成為人們規劃旅行時的心動選項。
從世界頂尖藝術殿堂出發，探索殿堂本身的故事再往周邊延伸，
看見這些城市蘊藏的藝術涵養。

發行人／ Publisher：李偉正 Alan Lee
劉上旗 Andrew Liu
發行所：國泰世華商業銀行股份有限公司
Cathay United Bank
地址／ Address：台北市信義區松仁路 7 號 18 樓
18F., No.7, Songren Rd., Xinyi Dist., Taipei City , Taiwan (R. O. C.)
電話／ Tel：+886-2-8722-6666
網址／ Website：www.cathaybk.com.tw

發行所：國泰人壽保險股份有限公司
Cathay Life Insurance Company
地址／ Address：台北市大安區仁愛路四段 296 號
No.296, Sec. 4, Ren'ai. Rd., Da'an Dist., Taipei City, Taiwan (R. O. C.)
電話／ Tel：0800-036-599
網址／ Website：www.cathaylife.com.tw

企劃製作／商周編輯顧問股份有限公司
Business World Consulting Co., Inc.
總 經 理／李國榮 Paul Lee
執行主編／廖珮君 Mei Liao、吳芳瑜 Charis Wu
視覺統籌／江宜琮 Janet Chiang
廣告副理／范心嫘 Leilei Fan（0932-044-678）
地址／ Address：台北市民生東路二段 141 號 6 樓
6F. , No.141, Sec. 2, Minsheng E. Rd., Taipei City, Taiwan (R. O. C.)
電話：+886-2-2505-6789　傳真：+886-2-2507-6773
網址：bwc.businessweekly.com.tw

封面圖片提供：達志影像

本刊所載編輯內容之版權為本刊所有，非經同意不得作任何形式之轉載或複製。　Use of editorial content without permission is strictly prohibited. All rights Reserved



仁愛旗艦店　台北101購物中心 2F　遠企購物中心 1F　台中大遠百 北棟2F

www.jadegia.com



國泰世華藝術中心喬遷至台北信義區新址，為商業區注入藝術人文氣息。

國泰世華藝術中心攜手藝文界辦公益畫展

永續傳承 讓愛與希望成為有機體

「為他人生命帶來陽光的人，他的生命也必定充滿陽光。」國泰世華銀行基金會董事長李明賢表示，基金會未來將結合藝術中心及《大樹計畫》，整合企業及社會資源，透過聚沙成塔的力量將正面美好的愛傳出去，日後也將繼續以金融業公益領航者的角色自許。

雖然即將進入冬天的第三個節氣——大雪，但在暖陽的照耀下卻感受不到冬天的嚴寒，國泰世華銀行松勤分行地下室傳來陣陣優雅的樂音，原來是苗栗縣新開國小所組成的弦樂團，正在「愛心藝術家公益畫展開幕暨大樹計畫助學金捐贈典禮」上全神貫注的表演，期望能將感謝的音符化為悠揚樂音傳遞給在場每個觀眾，感謝國泰世華銀行基金會《大樹計畫》捐贈助學金，讓他們得以安心就學。

秉持「取之於社會，用之於社會」的理念，國泰世華銀行基金會自二〇〇四年起，發起《大樹計畫》捐助學雜費和代辦

費，二〇一九年《大樹計畫》除了援助新開國小在內的苗栗縣外，還包括雲林縣、嘉義縣、台東縣及宜蘭縣等超過三千名學童，為亟需援助卻因難以提出證明無法申請官方補助的學童們點亮求學的路。

國泰世華銀行基金會董事長李明賢表示，今年的《愛與希望—愛心藝術家公益畫展》相當難得，在中華民國油畫學會理事長蘇憲法力促下，楊永福、葉繁榮、黃進龍、朱友意、林偉民、陳香吟、紀美華、林仁山、林榮等十位台灣知名藝術家共襄盛舉，捐出個人創作。展覽所得扣除必要成本外，全數捐入大樹計畫專戶中，做為守護弱勢學童的一份力量，開啟善的循環，並為國泰世華藝術中心的喬遷做良好的示範，以期吸引更多人參與這個藝術中心平台，將收藏的畫作展出，投身公益。

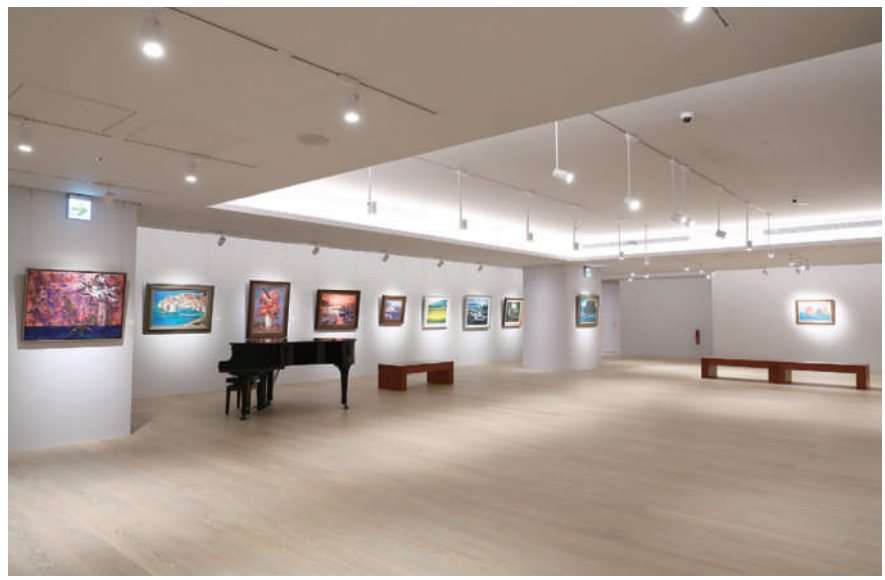
此次畫展是國泰世華藝術中心屆滿二十週年且遷入新址後的第一場畫展。李明賢在現場更化身超級業務員，立刻行銷出一幅蘇憲法老師的畫作「荷風搖曳」給藏家，為這次的公益畫展開啟漂亮的第一炮，也象徵在新地址啟航的國泰世華藝術中心，將航向未來的旅程及新篇章！

從敦北到信義世貿
為商業區注入多彩文化沙龍

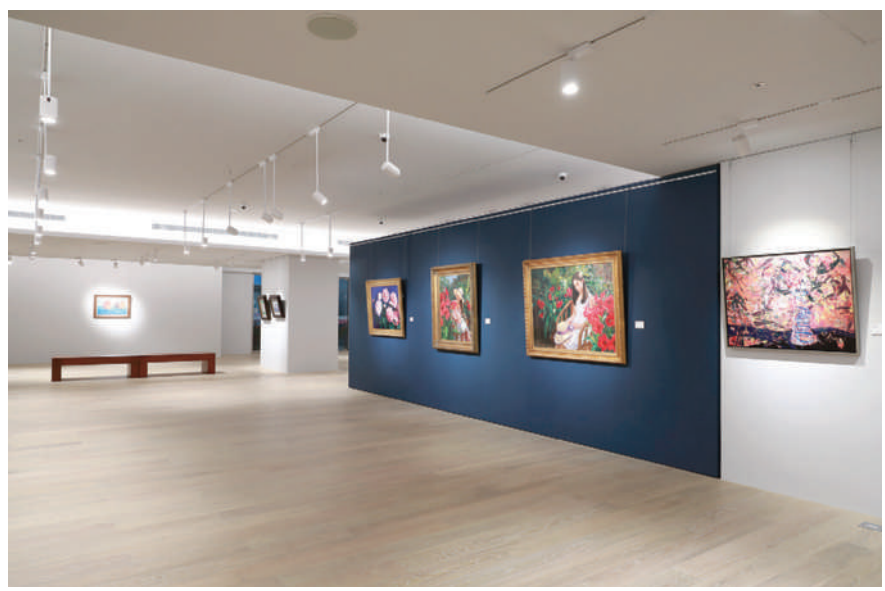
「當初位在敦北的藝術中心因面臨都更問題被迫搬遷，後來在選址的過程中，我們發現信義計畫區因鄰近一〇一大樓，交通便利，各式特色書店和文創商場林立，不僅吸引海外遊客慕名朝聖，更是年輕族群娛樂休閒首選。但獨缺藝廊，相信由我們進駐後，可為信義計畫區帶來不同的文化感受。」李明賢接著表示，再加上緊鄰著名的親子遊戲場所，期許父母能在孩子遊戲完後帶來這裡看畫、落實美學教育。

而參與藝術中心的空間籌畫及《愛與希望—愛心藝術家公益畫展》的策展人蘇憲法，早在二〇〇〇年舉辦生涯首場個展時就與國泰世華銀行基金會結緣，這二十年來見證基金會一路推動著社會共好不遺餘力，不但將藝術帶入社區，更結合公益發揚光大。蘇憲法表示，李明賢董事長接手後，除了培養本土藝術家外，更把公益活動推展得更遠更深，如今遷移至信義計畫區內，除顯示集團對藝術發展的重視，也展現企業培育台灣本土藝術家的魄力。

全新的藝術中心展場以較原址更加開闊明亮的空間，提供民眾免費且舒適地鑑賞藝術。蘇憲法更與專業室內設計師合作，走在時代最前端，導入現代摩登的概念，運用色調、燈光搭配，精心安排畫與畫的距離，讓人一走進這裡便能放鬆心情，近距離感受藝術饗宴，而藝術中心內一道經



全新的國泰世華藝術中心展場開闊明亮，提供民眾舒適的鑑賞空間。



國泰世華藝術中心內一道以經典墨藍色漆成的牆面，讓畫作更為突出。

《愛心藝術家公益畫展》開啟善的循環，讓藝術和公益有了連結。

典墨藍色的牆面，不但讓畫作更為突出，更與國際色彩權威 Pantone 日前宣布沉穩寧靜的「經典藍 Classic Blue」為二〇二〇年全新代表色的設計風格不謀而合。「一點也不輸給國外的現代美術館。」蘇憲法說。

這次受邀參與展出的藝術家皆是大師等級，為藝術界作育英才多年。蘇憲法表示，當每個人聽到這次《大樹計畫》的公益義賣活動時，都深受感動，紛紛熱情響應，期能與基金會一同為台灣基礎教育貢獻一己之力。除了蘇憲法自己提供四幅最新畫作之外，其他藝術家也端出自己最滿意的作品展出；同時，亦有多年往來的客戶大方割愛，將李遠哲父親——李澤藩的水彩畫作捐出。此次公益畫展，共計展出三十八幅畫作，期望能為孩童爭取到最好的資源。

十六年海內外援助不間斷 照見社福看不見的角落

國泰世華銀行基金會自二〇〇四年起，透過《大樹計畫》為遭遇重大事故或家境清寒的學童捐助學雜費和代辦費，並在全台各地舉辦免費公益講座，呼籲社會大眾共同重視情緒教養和親子陪伴等議題。二〇〇八年起，國泰世華銀行基金會進一步啟動《越南大樹計畫》，透過越南當地基金會及國泰世華銀行茱萊分行，讓這份溫暖的心意跨越海洋和國界，援助當地學童。十六年來捐贈金額超過新台幣一億七千萬元，協助守護海內外近十二萬名學童在逆境中茁壯成長，享有平等受教權益，成為國際社會重要公益力量。

李明賢表示，像這次《愛與希望—愛心藝術家公益畫展》就是延續二〇一八年首次嘗試舉辦《大樹計畫—慈善畫家》活動的理念而來，讓藝術與公益有了連結。

談到《大樹計畫—慈善畫家》活動，李明賢仍相當感念多名國泰世華銀行理財客戶以業餘畫家的身分大方捐出作品，作為《大樹計畫》善款捐贈人的贈品，其中不乏知名企業家和名媛參與，包括王品集團創辦人戴勝益夫人劉採卿、前台中市長張啟仲愛女張雅美以及奇美博物館建築師蔡宜璋夫人陳惠敏等，共三十七位畫者參加，並捐出一百四十一件油畫作。

李明賢說道：「當時我跟他們說，只要捐出一幅畫就至少能讓二十位清寒學生獲獎助金，參展也可為自己人生留紀念，何不把愛分享出去？可說是雙贏。」這場匯集企業和社會力量的公益畫展廣獲好評，最後共募得近三百七十多萬元，更成為藝文界津津樂道的年度話題。

> 藝術中心不只是靜態的畫廊，
> 更可以是個散播愛的有機體平台。



國泰世華銀行基金會董事長李明賢（右）與中華民國油畫學會理事長蘇憲法（左）於國泰世華藝術中心合影。

不只傳遞美的文化 還有善的力量

「在這場公益展覽後，我發現藝術中心原來不只是靜態、被動的畫廊，更可以是一個有機體的平台，提供更多信賴我們客戶，把家裡的作品提供出來散播愛，這才是基金會想要做的事情，而且我們做了，就會繼續做下去！」李明賢堅定地說，《大樹計畫—慈善畫家》活動二〇二〇年預計將擴大邀請更多素人畫者一起加入。

面對未來，李明賢表示，基金會將持續舉辦豐富多元的展覽和藝術講堂，在扶植本土藝術同時，另一方面守護更多台灣及全世界需要幫助的學童。「就像國泰世華長期實踐『大樹成長，文化深耕』的理念，將藝文推廣至全國每一個鄉鎮，二〇一九年我們榮獲文化部舉辦的第十四屆文馨肯定，表示大樹的形象深入人心。因此我更希望透過這個新的藝術中心，把這棵愛與希望的大樹變得更茁壯，帶給更多人幸福，永續傳承下去。」



THE FINEST HANDCRAFTED PORCELAIN

WWW.SIEGER-GERMANY.COM WWW.FUERSTENBERG-PORZELLAN.COM

台灣獨家總代理 楠弘廚衛 07 338 2000 www.lafon.com.tw

楠弘 02 2397 5618 品協 02 2563 2266 柏元 03 222 5668 柏加 03 657 8137

德昱 04 2376 9399 柏熹 05 216 5488 柏御 06 289 8989 柏正 07 334 4186



國泰優惠 App 連年推出點數捐贈活動，2019 年與 TFT 合作，每累積 10 萬點即可幫助一名孩童獲得一年教學資源，以實際行動關懷台灣偏鄉教育與師資培訓。

用紅利點數做公益

國泰優惠 App 與會員一同支持偏鄉教育

累積了好久的信用卡紅利點數，你會怎麼使用呢？除了換贈品、抵消費外，更能用來做公益！國泰金控藉由國泰優惠 App 點數捐贈活動，攜手信用卡會員一同幫助弱勢和社福團體、支持台灣偏鄉教育與師資培訓。藉由結合金融職能和數位科技的新型態公益行動，落實「永續國泰，與鄰常在」的核心思維。

擁有近兩百萬名會員人數的「國泰優惠 App」（MyRewards），自二〇一六年起改版上線，提供信用卡卡友登錄優惠、紅利點數兌換等服務，二〇一八年點數兌換總價值突破新台幣億元。在享受兌換優惠的同時，國泰世華銀行也鼓勵會員一起做公益，以群眾募資的概念，將用不到的零星點數透過數位平台積少成多，轉換為幫助弱勢族群的資源。國泰優惠 App 二〇一九年首度以教育資源作為紅利點數捐贈項目，卡友可指定捐贈給花蓮、屏東、彰投和雲嘉南地區的小朋友，透過點數公益拉近偏鄉與城市教育資源落差，讓數位金融更增添人性溫度。



除了點數捐贈活動外，國泰青年志工也與社企夥伴一同陪伴弘道老人福利基金會的長輩共度快樂時光。

讓數位金融發揮社會價值

國泰優惠 App 自二〇一八年全新推出紅利點數捐贈功能，以每二十點為基本捐贈單位，上線不到一週就募集超過六千名卡友共襄盛舉，僅二〇一八年累計的捐贈點數就超過兩千六百萬點；在眾多的捐贈會員中，有不少長達半年都未曾兌換過贈品的卡友，更不乏一次性捐出所有點數的會員，甚至有人一次捐出十五萬點，依點數等值金額購買身障者愛心手工水餃、小農菱炭米及食物箱等，捐助給弱勢與社福團體。二〇一九年年末，國泰優惠 App 再與「為台灣而教教育基金會（Teach For Taiwan，TFT）」合作，每累積捐贈十萬點即可幫助一名孩童獲得一年教學資源，以實際行動關懷台灣偏鄉教育與師資培訓。

國泰金控為縮短偏鄉教育資源落差，與 TFT 合作已有相當長的一段時間，致力於將具有影響力的教師帶入教育現場，扎根台灣競爭力，目前已協助培訓一百六十四位老師，共四千九百二十位學童受惠。

長期關注教育和公益議題 為社會點亮希望之光

身為台灣最具品牌影響力的金控集團，國泰多年來以金融業公益領航者的角色自許，盼能透過聚沙成塔的力量為社會帶來正向轉變。

教育，更是國泰長期投入的項目之一。國泰世華銀行基金會連續十六年來透過《大樹計畫》扶持偏鄉學童享有平等受教權益。由國泰人壽慈善基金會、國泰世華銀行基金會和國泰建設文教基金會共同主辦的「國泰卓越獎助計畫」，則是專為青年打造的圓夢平台，二〇一九年開放報名僅月餘即收到逾三百件報名資料，包含社區再造、偏鄉醫療服務以及生態關懷等公益行動方案，最終選出七十九組得獎者，頒發獎學金共計六百六十萬元！獲獎學子們各個整裝待發，準備深入台灣各角落幫助更多需要族群。

在數位時代下，國泰勇於想像，結合點數捐贈與教育公益行動，為數位金融開創更多可能性，並使科技成為促進社會公益善循環的重要利器。未來，國泰也將持續投入公益行動，為社會點亮希望之光。



國泰世華銀行卡友可藉由國泰優惠 App 捐點數做公益，幫助花蓮、屏東、彰投和雲嘉南地區的小朋友。



朝聖10座頂尖藝術殿堂

「人塑造建築，建築也塑造人」，建築是創造城市個性最必然的存在，也是城市歷史與文化的見證者，而遍布世界的博物館、音樂廳及藝術中心，不僅詮釋當代建築美學的奧義，藉由摸索建築背後的文化與歷史演變脈絡，也能從更宏觀的角度品味不同城市所蘊藏的藝術涵養。



一窺自然、人文淬鍊而成的建築魅力

建築不僅承載了一方水土的美學內涵和共同記憶，同時投射了人們對未來的美好想像。每個世代、每個民族、每座城市，都有其代表性建築物，或壯闊宏大，或精緻絕美，各有精妙。

近年來，主題式的旅程取代了過往走馬看花式的漫遊，而建築具象化了世人對理想生活的冀望，亦成為了深入了解當地文化的最佳管道之一，這樣的方式也備受追求深度旅行的民眾喜愛。

日本一代建築大師安藤忠雄就曾在著作《在建築中發現夢想》中提及，正是因為年少時期遍訪全球建築和都市，每每訝異於不同地區人們生活的多樣面貌，深深為透過建築描繪出的人們的夢想所感動，才會走上建築家這條路。

而藝術與人類生活息息相關，尤其建築設計因為經過數個時代的更迭，更將人類歷史與美學的精髓融入其中。像是法國聖母院，歷經百餘年修建，始終處在未完工的狀態，卻也因此可以觀察到各代建築家的不同設計巧思，吸引千萬遊客慕名而來，細細品味各有特色的建築工法所傳遞下來的雋永故事。

十九世紀初期，開始誕生了專為收藏或展演藝術而興起的美術館建築，如一八一七年由英國建築師兼收藏家約翰·索恩（John Soane）所設計的杜爾維治美術館（Dulwich Picture Gallery），



墨西哥 SFER IK Museion 為結合自然與歷史文明的藝術聚落。





1. 西班牙瓦倫西亞的索菲亞王后藝術歌劇院。2. 英國皇家阿爾伯特音樂廳以古羅馬競技場為靈感，打造出一座環形劇場，為倫敦的重要文化遺產。

是英國最早對外開放的公眾博物館，他所規劃的建築，其連續性展覽室與使用自然光的設計理念，對於日後的美術館建築產生深遠的影響。

當世界各地的美術館、博物館或各式各樣的展覽、建築相繼而出，也讓許多旅人開始著迷遊走於不同風格的頂級建築之間，有人偏愛美術館、歌劇院；有人單純追尋建築工法之美，為工匠的精湛技藝深深折服；也有人偏愛坐落於自然景觀的祕境建築，見證人文與大自然的相互交融與共生共榮。

本期介紹全球十座頂尖藝術殿堂，從地標型的音樂廳、世界頂尖的劇院，再到隱藏於祕境中的美術館，給予讀者猶如身歷其境的豐富精彩體驗。

藉由欣賞不同建築間之細節、浩瀚的設計風格，以及蘊藏於建築物背後的歷代背景與故事，多方感受其蘊含深厚文化與歷史交融的藝術氣息，帶領讀者探尋頂尖藝術殿堂的氣勢，以及經過百年變遷仍保留著人類文明與生活軌跡的感動。

包括以百年歷史建築之姿與多重現代藝術共榮，並成為跨世代指標性文化地標的皇家阿爾伯特廳；賦予了空間無窮想像和可能性的英國皇家歌劇院，以及東京銀座歌舞伎座；一度瀕臨破產危機的冰島，以哈帕音樂廳的絢麗水晶建築再度驚豔全球，掀起人們紛湧冰島旅遊的風潮；歷經數次改建工程，透過現代建築設計為歷史遺產重啟新生，堪稱古典與新式建築完美鑲嵌之作的德國易北愛樂廳；以及打破傳統美術館有如封閉盒子的概念，將美術館隱身於自然、森林與鄉村間的挪威美術館，坐落世界一隅成為讓人心生嚮往的獨特存在，這些經典建築皆是你我一生值得造訪的文化地標。

踏上這趟由自然和人文交相輝映的旅程吧！除了探索藝術殿堂在建築設計上的不凡之處外，藉由不同視角的觀看，感受人們從建築上遺留下來的生活足跡與文化脈絡，更能進一步向下挖掘這些城市令人為之怦然的藝術涵養與歷史文化。



挪威 Kistefos 雕塑公園不僅是一座美術館，亦是連結兩岸河流的橋梁。

Concert Hall

以藝術與文化翻轉城市印象

冰島哈帕音樂廳

位於冰島雷克雅維克（Reykjavík）市中心的哈帕音樂廳暨會議中心（Harpa Concert Hall and Conference Centre），由丹麥建築事務所 Henning Larsen Architects 偕同冰島當地建築設計公司 Batteríið Architects，以及冰島裔藝術家 ÓlafurElíasson 共同設計。二〇一一年正式落成，如同一座巨大且光彩奪目的冰晶珠寶矗立於海岸邊，其獨特的建築形式受到世人的矚目，開幕以來一直是人們造訪冰島必訪的景點之一。

絢麗水晶建築 見證冰島人對藝術的堅持

哈帕音樂廳始建於二〇〇八年金融風暴時，隨即面臨國家破產危機，建造計畫原將終止，直到冰島政府決定完全資助建設，才得以順利完工，讓世人見證冰島人對藝術與文化的堅持。哈帕音樂廳於二〇一一年入選 WAF 世界建築節之最佳文化建築類別獎項，更在二〇一三年獲得密斯凡德羅建築獎（Mies Van Der Rohe Architecture Award）的肯定。

占地兩萬八千平方公尺，如水晶般雕刻狀的外型，概念來自於冰島的自然環境與水土風景，建築師取用當地玄武岩的地貌意象延伸至建築，以鋼構與玻璃帷幕創造出十二面體的幾何結構，立面使用不同色彩的柱狀玻璃創造千變萬化的效果，可映照出城市、海洋和自然光線，產生令人震撼的視覺感，在不同季節、不同時刻，營造出截然不同的氣氛。日暮時分，金黃斑斕；清晨薄暮時，晶瑩剔透；夜晚則如星空燦爛。也因此《紐約時報》於二〇一一年將哈帕音樂廳評選為「全球最值得旅遊的四十一個地方」之一。

來到冰島，不妨可在 Harpa 逗留一日，除了可購票欣賞冰島交響樂團、冰島劇團或樂隊的表演外，也可在館內的咖啡廳、餐廳或酒吧享受美食，一邊眺望港口、一邊感受著變幻莫測的空間之美。此外，音樂廳內還有設計禮品專賣店，引進許多北歐或歐洲設計師的作品，相當值得一訪。



建築師取用冰島當地玄武岩的地貌意象延伸至建築結構，以鋼構與玻璃打造 12 面體的幾何結構，並以不同色彩的柱狀玻璃創造可映照城市與海洋的震撼效果。

Info

冰島哈帕音樂廳

時間｜夏 季 9:00 ～ 22:00（6 月 1 日至 9 月 30 日）；冬季 10:00 ～ 22:00（10 月 1 日至 5 月 31 日）

地址｜ Austurbakki 2, 101 Reykjavík, Iceland

交通｜雷克雅維克市中心的交通以搭乘公車或計程車為主，亦可選擇散步的方式，從著名的地標哈爾格林姆教堂（Hallgrímskirkja）走到 Harpa 音樂廳約 40 分鐘左右。

網址｜ harpa.is



皇家阿爾伯特音樂廳為舉辦知名夏季逍遙音樂會的表演場地。

Concert Hall

當代與古典薈萃的藝術聖殿

英國皇家阿爾伯特音樂廳

皇家阿爾伯特音樂廳（Royal Albert Hall）位於倫敦市區西南方，鄰近著名的肯辛頓花園（Kensington Gardens），這座建於一八七一年的音樂廳，是當地居民與旅人最喜愛的藝文空間之一，多年來辦過眾多知名的文化與音樂活動，最負盛名的是夏季（多為七月到九月）的逍遙音樂會（BBC Proms），更是許多古典樂演奏家和樂迷心中的最高殿堂。

這棟建築的誕生，源自一八五一年倫敦海德公園舉辦萬國工業博覽會獲得空前的成功，在阿爾伯特親王提議下興建一座「結合藝術、科學和工業，成為全世界的文化殿堂」。由於施工延宕，阿爾伯特親王在一八六一年去世，無緣見到建築完工，維多利亞女王為紀念丈夫則將原稱為中央藝術科學廳（The Central Hall of Arts and Sciences）的展館改名為皇家阿爾伯特藝術科學廳（Royal Albert Hall of Arts and Sciences），自此成為倫敦的重要文化中心，每年舉辦近四百場藝文活動與展演，如古典樂、流行音樂、搖滾樂、芭蕾、歌劇、球賽和慈善活動等等。

以古羅馬競技場為靈感

建築物仿照古羅馬競技場概念打造出一座環形劇場，建築師法蘭西斯・福克（Francis Fowke）運用超過六百個紅磚與八萬塊的赤土磚建造主結構，建築物外牆則以長達八百公尺長，象徵「藝術與文字的勝利」的馬賽克飾條與裝飾性陶土環繞建築；未使用任何樑柱支撐、挑高一百三十五呎的圓弧透明屋頂，更是建築技術的一項突破成就。

內部舞台共有一萬根音管的巨大管風琴，規模名列全英國第二大。為改善回聲效果，在屋頂懸吊數十盞玻璃纖維製成的擴聲器，極為壯觀。此外，從英國皇室包廂的禁止飲食規定，到古典藝術和當代流行文化的流變，處處都值得探究，品味阿爾伯特廳所展現的多樣面貌。

Info

英國皇家阿爾伯特音樂廳

時間｜每日 9:00 ～ 21:00，若遇特殊假日將於網站另行公告。

地址｜Kensington Gore London SW7 2AP

交通｜鄰近地鐵南肯辛頓站，步行約 10 至 15 分鐘即可到達。

網址｜www.royalalberthall.com

注意事項｜如果未購買主大廳活動門票，依然可以進入阿爾伯特廳參觀與用餐。此外，歷史悠久的阿爾伯特廳，目前正進行一項耗資數百萬英鎊的修復計畫，購買主大廳活動時將額外酌收 1.5 英鎊的恢復費。

Concert Hall

鑲嵌於易北河上的玻璃皇冠

德國易北愛樂廳

歷經十年建造、耗資八億六千五百萬歐元，正式於二〇一七年開幕的德國漢堡易北愛樂廳（Elbphilharmonie Hamburg），自建造到完工以來一直是外界關注的焦點之一。這項建築計畫為漢堡港增建計畫的一部分，開工之後並不順遂，由於造價成本遠高於計畫估算，技術層面上的困難、德國市政府與承包商之間不斷產生的溝通問題，導致工程期多次延宕；在歷經十年後，這座世界上造價最昂貴的音樂廳才終於落成，以其獨特的建築設計，與高規格的音樂廳空間，展現於世人面前。

有機的新舊融合

易北愛樂廳的前身為建於一九六三年至一九六六年間的倉庫，過往曾作為卸貨使





易北愛樂廳建築內有 3 個音樂廳，採用世界上最為先進的聲樂技術，消彌演出者與觀眾間的距離。



易北愛樂廳如入港的船，從不同角度欣賞，各有妙趣。

用的倉庫，用於儲存茶葉、菸草與可可等物品。

隨著時代的變遷，倉庫逐漸荒廢，於是在市政府希望保留舊有建築結構與融合當代設計的前提之下，重新改建為音樂廳使用，並由向來以運用材料聞名，擅長新舊融合建築手法，並設計過倫敦泰德現代美術館（Tate Modern）的瑞士建築事務所 Herzog & de Meuron 擔綱重任，為愛樂廳操刀，搖身成為今日德國漢堡最具指標性的地標建築。

易北愛樂廳被稱為世界最美的音樂廳之一，這棟建築不僅擁有三個世界級水準的音樂廳和威斯汀酒店，還有四十五間私人公寓和公共觀景區，享有三百六十度城市全景，工程的挑戰性在於從原結構上增設新建築，並在大相逕庭的新舊風格中，將有機的新建築材料融合其中。

建築師以一千七百多個鋼筋混凝土椿支撐置於工業感十足的紅磚倉庫之上，最後組合一千一百塊經過單獨成型、一片片模擬水波紋高溫壓製印花的玻璃面板，形成新舊混合的強烈對比；而波浪狀起伏的屋頂自東側最低點向另一側延伸，讓愛樂廳成為漢堡城市最高的建築，鮮明的建築造型在遠處即可清楚辨識。

易北愛樂廳在聲學設計上亦極為考究，建築團隊與曾經為洛杉磯華特迪士尼音樂廳和東京三得利音樂廳設計音樂廳音響的日本聲學大師豐田泰久攜手合作，打造出一萬個獨一無二、不盡相同猶如「白皮膚」般的石膏纖維板，並運用演算法創造出音樂廳獨特的聲學結構，提供絕佳的藝術品質。來到漢堡旅行，不妨可保留充足的時間停駐於此，搭乘遊船欣賞整棟建築物的全貌；從音樂廳映入眼前，到涉足其中，無處不令旅人驚嘆連連。

Info

德國易北愛樂廳

地址｜Platz der Deutschen Einheit 20457 Hamburg Germany

交通｜搭乘地鐵 U3 線至 Baumwall 站，距離愛樂廳約 450 公尺；搭乘地鐵 U4 線至 Überseequartier 站，距離愛樂廳約 950 公尺；搭乘 6 號巴士至 Auf dem Sande，距離約 550 公尺；從 Landungsbrücken 碼頭搭乘 72 號渡輪，距離愛樂廳約 80 公尺。

網址｜www.elbphilharmonie.de

注意事項｜360 度觀景平台全天對外開放，可在參觀當日在音樂廳入口購取門票；如需特定時間前往可在官網上預訂，價格為 2 歐元。單買參觀券無法進入音樂廳參觀。

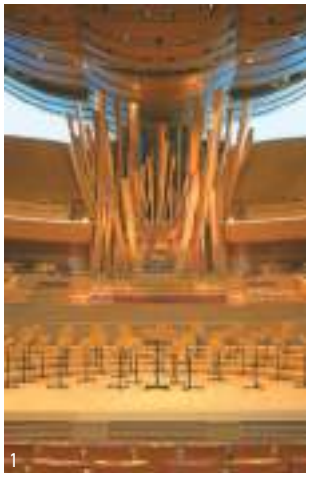


除了表演場地，亦作為酒店、住宅和餐廳使用，打造寬敞多元的設計。

Concert Hall

流動的建築藝術

美國華特迪士尼音樂廳



一九八九年榮獲普立茲克建築獎的美國建築師法蘭克．蓋瑞（Frank Gehry），是當代最重要的建築師，其作品皆成為當地重要景點，包含西班牙畢爾包古根漢美術館、巴黎路易威登藝術中心（Louis Vuitton Foundation）、捷克共和國跳舞的房子、以及位在美國洛杉磯的華特迪士尼音樂廳（Walt Disney Concert Hall）。其中，施工期長達十六年的華特迪士尼音樂廳耗資達兩億七千多萬美元，為洛杉磯有史以來造價最昂貴的建築，前衛而極具實驗性的風格，甚至成為電影《鋼鐵人（Iron Man）》取鏡的場景之一。二〇一八年，為紀念洛杉磯愛樂樂團一百週年，土耳其媒體藝術家 Refik Anadol 與 Google Arts and Culture 合作，以 AI 與數位投影在不銹鋼曲面打造一場空前光影秀，如夢似幻的表演讓眾人對華特迪士尼音樂廳印象深刻。

坐在盒子裡的奇特帆船

華特迪士尼音樂廳外型如同一九九七年完工的畢爾包古根漢美術館，以金屬不鏽鋼薄板組成高低不一、造型各異的曲面結構，藉由充滿流動、有機的弧線，由內而外展現出更深層的創造性。音樂廳設計則包含可容納兩千兩百六十五席的主廳、羅伊迪士尼劇院以及小劇場。聲學設計仿造柏林愛樂廳，觀眾席圍繞舞台，創造出如水晶般的聲學效果；此外，交錯突出的管風琴則和諧地融入天花板與建築之中，成為獨特的視覺元素之一。

來到這裡，除了欣賞音樂，還可參觀位於二樓的國會圖書館與 Ira Gershwin 畫廊，每兩年會規劃不同的展覽。頂樓的藍絲帶花園宛若城市綠洲，可眺望中央圖書館、聖蓋博山脈（San Gabriel Mountains）、著名的好萊塢標誌等洛杉磯景點。若初次造訪音樂廳，不妨使用由曾獲艾美獎與東尼獎的演員 John Lithgow 所錄製的語音導覽，藉此更加了解音樂廳的相關歷史與設計概念。



1. 交錯突出的管風琴和諧地融入天花板與建築之中，成為獨特的視覺元素之一。2. 耗時 10 年以上打造的華特迪士尼音樂廳為目前洛杉磯有史以來最昂貴的建築。

Info

美國華特迪士尼音樂廳

地址｜111 South Grand Ave, Los Angeles, CA 90012

交通｜可搭乘地鐵紅線或紫線到達文娛中心站，出站後步行約 6 分鐘即可到達。

網址｜www.laphil.com

注意事項｜每天都有音樂會演出，然而開放時間不盡相同，實際開放時間以官網為主。音樂廳演出門票價格約 70 至 220 元美金不等。14 人以下可免費申請導覽，從音樂廳大廳開始，可參觀大部分的空間與戶外花園，導覽時間約 1 小時。15 人以上的團體導覽，則需收取 15 美元費用。

Opera House

以藝術鏈接城市

英國皇家歌劇院

歷史悠久、被稱為世界三大歌劇院之一的皇家歌劇院（Royal Opera House），位於英國倫敦著名的柯芬園（Covent Garden）內，是英國皇家歌劇團、英國皇家芭蕾舞團、皇家歌劇院管弦樂團主要表演場地，一直以來都是許多藝術家或舞蹈家夢想中的殿堂。這座歷史悠久的建築，可追溯自一七三四年，歷經一八五八、一九九〇年兩次大改建後，二〇一三年再度啟動第四代改建計畫，並由英國建築事務所 Stanton Williams 獲選後操刀設計，二〇一八年正式完工，展現新舊融合的樣貌。

以現代化手法詮釋歷史遺跡

對許多人而言，未改建前的皇家歌劇院外形也許較為務實，然而內部空間與座位的安排也屢受批評，因此第四代的改建工程相當繁雜，尤其對一個依然在使用中的歷史遺跡而言，其重大挑戰在於如何讓建築向周邊打開，使視覺更為開敞，吸引更多新客群也妥善運用新空間。最終，建築師開闢了一樓的公共區域做為咖啡廳、商店以及非正式活動或短期展覽的空間，並連接現有的主劇場與下方的林伯里劇院（Linbury Theatre）。另外將地下室挑高兩層樓空間，在原有拱型玻璃建築 Paul Hamlyn Hall 下方擴建玻璃量體，參照原有拱型傳統工藝的比例材質，完美融合新舊建築。

在劇院的改造中，則重新規劃林伯里劇院，以美國黑胡桃木，加上舒適的軟墊座椅，同時提升了聲學技術；而上方的圓形劇場則規劃了新酒吧與餐廳區域，讓空間在保有四百個座位的隱密性中，兼具舒適與個性。

主廳則依然保有原本精緻、古典的歷史氛圍，當遊客初次前往皇家歌劇院時，一定會對為閃耀著金色與紅色的布幕以及磅礴大氣的天花板設計大感驚豔。除了購買票券的觀眾可以進入劇院外，一般民眾只需花費僅十五英鎊的費用，就能參加劇院的特別導覽，聆聽劇院的歷史與建築故事。



「渴望之橋」利用 23 個輕量的鋁合金方框作為骨架，連結了皇家芭蕾舞學院與皇家歌劇院。

Info

英國皇家歌劇院

時間｜週一至週六 10:00 ～ 20:00

地址｜ Bow Street, London, WC2E 9DD

交通｜可搭乘地鐵至柯芬園站，步行約 4 分鐘即可到達。

網址｜ www.roh.org.uk

注意事項｜各個空間的開放時間有可能不同。在 2020 年 2 月之前有推出參觀舞台的導覽行程，時間約 1 小時 15 分鐘，票價為 15 英鎊。亦可參加圓形劇場的導覽行程，將聚焦於劇場建築歷史與故事，票價為 15 英鎊。皇家歌劇院表演節目包含歌劇以及芭蕾舞，不過整年演出多以芭蕾劇目為主，甚至籌辦著名的芭蕾舞團以及開設許多相關工作坊。在觀賞表演之前可能會有安檢程序，避免攜帶超過 A3 大小的行李，建議不要將任何大包、帆布背包或背包帶入劇院。開演之前英國人習慣喝點香檳與品嚐小點。





東京的歌舞伎座，一整年皆能觀賞歌舞伎，是銀座著名的地標之一。

Opera House

再造日本華麗娛樂之境

日本東京銀座歌舞伎座

來到東京銀座，除了朝聖各大精品旗艦店外，有一座承襲著日本悠久歷史與文化的「歌舞伎座」，目前已成為銀座著名的地標之一，是許多旅人來到東京時絕對不會錯過的朝聖之地。建於一八八九年的歌舞伎座，成立至今已有一百三十年的歷史，雖然在日本其他城市也能欣賞傳統歌舞伎的演出，但最頂尖的演出則非銀座歌舞伎座莫屬，如果是對於百老匯戲劇有興趣的人們，那帶有鮮明日本文化色彩的歌舞伎絕對不容錯過，極具觀賞價值。

從細節處體現傳統

談到「歌舞伎（かぶき）」這項表演藝術，源自於日本江戶時代，已有四百年以上的歷史，是一種帶著拘謹、嚴肅的演出，役者的衣料、紋樣、鬘（假髮）和臉部妝法皆有考究，形成獨具民族特色的「藝

道」。而東京歌舞伎座做為「歌舞伎」的大本營，曾歷經火災、戰火後的多次改建，直到二〇一三年由日本建築大師限研吾重新修建時已是第五代。

乍見第五期的修建，與前三、四期的形式並未有太大的不同，然而在沿襲舊有形式中，反而需要以更細膩的思維重新修繕這座歷史建築。在「忠實傳承第四代精神」的概念下，新歌舞伎座保留第三期就開始採用的日本桃山時代樣式，充滿華麗、靈動的弓形唐破風屋簷以及左右對稱的破風大屋簷，加上特別考究的材質、色彩與工藝，例如：在屋簷設計上，改變第四期原有混凝土結構，在鋼結構中加上塗抹了氟樹脂粉狀體塗料的鋁，大幅減輕屋簷承重；抑或是唐破風下方的金屬紋飾，在承襲原有形象上，展現出細膩的質感。而在劇場內部，則放大座位寬度以改善觀賞的視角，並新增許多現代化的功能，以因應國際化旅客的需求；大堂則以西陣織的高級織品展現華貴氛圍。





1. 東京歌舞伎座晚間點燈由國寶級燈光大師石井幹子操刀，其代表作品包含白川合掌村照明、東京讀賣樂園冬季彩燈等。2. 演出結束後可到五樓展覽館參觀實際使用的小道具及精緻華美的服裝。

日本歌舞伎源於江戶時代，
承襲日本悠久的歷史與文化。

除了本體外，另外建於歌舞伎座後方的「歌舞伎座大樓」，則是一座二十九層樓高的新建築，兩者一同組合成複合設施「GINZA KABUKIZA」，涵蓋了公共、藝文、體育設施與辦公大樓等功能。劇場下側新增直通地鐵東銀座站的廣場和商業設施，而劇場上方則規劃為交流設施與屋頂庭園，當演出結束後，可到五樓展覽館參觀實際使用的小道具及服裝。這些新項目的增設，讓歌舞伎座持續再造藝術能量，讓不曾欣賞過歌舞伎的人們，也能感受到歌舞伎的魅力。

歌舞伎是由戲劇、舞蹈、音樂三個元素構成的日本傳統藝術之一，華麗的服飾、誇張的舞動、獨特的動作姿勢和靈活的舞台機關，時至今日，仍深受許多日本民眾歡迎。歌舞伎公演大多是二到四幕，一幕大約一至二小時不等，若想觀賞完一整齣歌舞伎表演，大約會花上四至五小時。因此，若從未看過歌舞伎表演，建議可先從「一幕見席（ひとまくみせき）」開始體驗，選擇自己喜歡的單幕表演觀賞。有機會造訪日本，不妨可安排一下時間，進入歌舞伎的世界吧！

Info

日本東京銀座歌舞伎座

地址｜東京都中央區銀座 4-12-15

交通｜可搭乘都營淺草線或東京地下鐵日比谷線到達東銀座車站，3 號出口即可到達。

網址｜www.kabuki-za.co.jp

注意事項｜歌舞伎座的公演大多分為晝部和夜部。晝部從 11:00 ～ 15:00 左右，夜部為 16:30 ～ 20:30 左右（根據公演而不同）。需事前預約購票，價格依座席位置而有所不同。「一幕見席」票價約 1,000 ～ 2,000 日元，但僅在當天販售，且須注意有人數限制，有可能提前完售，一幕見席總共有 90 個座位席和 60 個站立席。如果想理解舞台上的演出內容，觀賞之前建議可以先稍微了解一下故事情節內容，也可租借字幕機，有英、日文兩種版本，演出過程嚴禁拍攝、交談。



位於西班牙瓦倫西亞的科學藝術城是許多建築設計迷的必訪之地，結合城市和海洋意象，成為歐陸重要文化地標。

Opera House

科學與藝術的極上複合體

西班牙索菲亞王后藝術歌劇院

瓦倫西亞（Valencia）是西班牙第三大城，在這座城市中，有著「建築詩人」Santiago Calatrava 留下的經典之作——科學藝術城，其中包括科學博物館、海洋世界、歌劇院、公園等項目，讓許多建築設計迷將瓦倫西亞列為必訪之地。

這項龐大工程位處城市邊緣，而索菲亞王后藝術歌劇院（Palacio de las Artes Reina Sofía）則是這項工程計畫中最後完工的項目，也是藝術活動的主要場地，以獨特的設計與多元的藝術活動成為該地區的文化地標。工程的建築基地位於西班牙巴倫西亞突利亞河（Turia）的河床上，整個工程試圖連接老城區與地中海海岸，與周遭建築作品相互串聯的歌劇院，則可視為連接藝術與科學的多樣態複合體。整體高七十五米、長兩百三十米，為地上十四層、地下三層的建築設計，充滿曲線、動態結構的外型設計看似由一組隨意的量體所組成，並藉由兩側對稱的混凝土外殼將量體串為一體，這些量體外層覆蓋著鋼板，從入口處向軸線處延伸匯合，使外觀有如巨大貝殼，這樣的手法不僅增加了景觀性與動態的效果，也將不同的表演廳、花園露台、餐廳組織為一體，亦可為下方露台提供遮蔽功能。

在建築內，包括可做為歌劇、音樂會與芭蕾舞表演的主廳；配有先進的影視播放系統的表演廳；可因應不同形式運用的室內音樂廳與展演廳。由於只有在進入主廳時才需要門票，因此民眾可以在空間內自由移動，讓這座以藝術為名的建築成為人們生活、聚會的場所。



索菲亞王后藝術歌劇院表演廳，配有先進的影視播放系統，可滿足多元形式的展演需求。

Info

西班牙索菲亞王后藝術歌劇院

地址｜Av. del Professor López Piñero, 1, 46013 Valencia, Spain

交通｜從瓦倫西亞火車站下車後，可搭乘 35 號公車；地鐵可搭乘 3 號線、5 號線到 Alameda 站，下車後步行 15 分鐘可到。

網址｜www.lesarts.com

注意事項｜藝術歌劇院將事前公布未來演出場次，目前已在官網上公布 2020 年表演節目，進入主廳時才需要購買門票，門票價格隨著舞台區而有所不同，第一區最高為 138 歐元，第六區最低為 6 歐元，但請留意第六區看不見舞台。

Art Gallery

柔軟的無邊界空間

日本那須 Art Biotop

二〇一八年，位於日本栃木縣那須郡的藝術生態環境飯店「Art Biotop 那須」，公布了最新完成的項目「水庭」（Water Garden），人間仙境的景色令許多人爭相一探究竟，也是近年來最值得探尋的祕境之一。而這項設計也甫於二〇一九年，獲得「優良設計獎（Good Design Awards）」Best 100 之殊榮。

人與自然相融合的空間

「水庭」這項計畫是由日本建築師石上純也操刀，由於該基地過去曾做為稻田與牧場，正面則被灌木叢圍繞，作為向來以「自然」語彙主導思考的建築師，其認為自然與人工的界線已日趨模糊，因此他試圖打破建築的侷限性，期待盡可能激發這片環境的可能性，讓人造建築與自然界相互交融。具體而言，石上純也將規劃為新酒店建築基地內的樹木移至「水庭」一來保留下來即將因應開發而遭移植的樹木，更創造出一處自然界與世人連結、對話的空間。

石上純也花費四年的時間進行研究、記錄與設計，調查了造成樹叢擁擠的類型和形狀，以便將自然的元素重新組合。他認為，人與自然融合的環境對身心療癒深具助益，於是，他運用樹木、水、苔蘚三種元素創造出全新的自然風景。經過縝密的規劃，在樹木與樹木之間的空隙中納入多達一百六十個小池塘，並且鋪設了茂密猶如地毯般的苔癬，讓這些被創造出來的人工森林，如同原生生物群落般持續有機成長。在看似有機而無秩序的排列中，人們可以站在不同的角度環視整座空間。當你前進水庭時，可靜靜的在小徑間遊走，看著折射於水塘與樹木間的陽光，聽著流水潺潺的聲響，感受這遠離塵囂的靈性時刻，絕對是人生一大享受。

在水庭旁則是藝術複合空間 Art Biotop（アートビオトープ那須）、咖啡廳和藝術工作室等不同設施，未來也將有另一位建築大師坂茂所設計的飯店在此誕生。





1. 建築師石上純也運用樹木、水、苔蘚創造出全新的自然風景。2. 在不同季節到訪水庭，可遠離塵囂感受自然的靈性時刻。

Info

日本那須 Art Biotop

地址｜日本栃木県那須郡那須町高久乙道上 2294-3

交通｜如果搭乘火車，可從官網預約接駁巴士，從那須塩原車站西口發車，一天 3 班車（10:00、12:30、14:30），車程約 25 分鐘；回程則為 11:10、13:10、15:10。

網址｜www.artbiotop.jp

注意事項｜參觀水庭須事先申請，採取 E-mail 預約制，參觀遊程分為含午餐、含紀念品、含晚餐三種類型遊程，詳細時間規劃與費用請詳見官網。

Art Gallery

自然叢林間的藝術聚落

墨西哥 SFER IK Museion



隸屬熱帶氣候的墨西哥，坐擁豐富的歷史文化遺產，擁有聯合國教科文組織世界遺產的數量排名世界第六，更蘊藏龐大生物多樣性，充滿自然原野的氣息絕對值得一生造訪一次。若想感受最原始的自然與歷史文化，相當推薦墨西哥圖盧姆市（Tulum），不僅是瑪雅文明最後建造和居住的城市之一，也是保存最完好的瑪雅遺址之一。這裡有座頂級生態度假飯店「Azulik Resort」，每晚要價逾新台幣二十萬元，不提供電力及網路，帶領旅人重回原始生活狀態，感受被森林、海洋包圍的寧靜。創辦人成立了一座新型態的實驗藝廊「SFER IK Museion」，被《時代》雜誌評選為二〇一九年最棒的一百個景點之一，是生態與藝術連結的最佳示範。

「SFER IK Museion」在二〇一八年開幕，為「Azulik Resort」創始人兼建築師Jorge Eduardo Neira Sterkel，以及著名藝術收藏家 Peggy Guggenheim 的曾孫 Santiago Rumney Guggenheim 共同合作的實驗性藝廊，原本稱為 IK LAB，二〇一九年正式改名為 SFER IK Museion，期許將瑪雅文化與相關知識以創造與體驗藝術的方式結合，這裡不定期舉辦前衛的視覺藝術家展覽、實驗性質工作坊，並邀請專注於跨學科項目的藝術家進駐，讓體驗與藝術創新成為 SFER IK Museion 的重要精神。

整座藝廊呼應 Azulik 這座頂級生態酒店，並延續其傳統而自然的建築設計風格，沒有制式可見的現代化結構，反而以曲線來表現出與自然融合、充滿有機性的樣貌，無論是牆壁、屋頂、地面皆運用大量的木頭、藤與玻璃纖維組成，再以拋光混凝土作為連接形成側牆、地面或室內裝置，參訪民眾需脫下鞋子，從四公尺高的入口處進入，通過蜿蜒的隧道，讓雙腳真實體驗踩踏於地上的感受，顛覆傳統參觀藝術的體驗模式，強調與環境間的親善互動，以及極具啟發性的旅遊模式。



1. 整座藝廊呼應 Azulik 這座頂級生態酒店，運用大量的木頭、藤與玻璃纖維組成。2.SFER IK Museion 整座藝廊沒有制式的現代化結構，以曲線表現出與自然融合、充滿有機性的樣貌。

Info

墨西哥 SFER IK Museion

時間｜每日 12:00 ～ 20:00

地址｜Carretera Tulum Ruinas Km 5, Zona Hotelera, 77780 Tulum, Quintana Roo, Mexico

網址｜www.sferik.art

注意事項｜考量安全因素，需年滿 18 歲方能進入博物館參觀，並且需要脫下鞋子，以充分感受空間氛圍。此外，禁止攜帶超過 40x40 公分以上的行李或手提箱，以及禁用三角架與自拍棒。



The Twist gallery 兼具橋樑功能與美術館空間，彷彿大型雕塑與周遭環境融為一體。

Art Gallery

串起藝術與自然循環的扭體建築

挪威 The Twist gallery

距離挪威奧斯陸（Oslo）約一個多小時的 Jevnaker 自治市有座極具名氣的雕塑公園 Kistefos，在這座北歐最大的雕塑公園，可以觀賞到許多國際級藝術家的作品，是喜愛藝術與自然的旅人絕不可錯過的北歐祕境之一。二〇一九年，這裡更迎來了一座全新美術館「The Twist Gallery」，獨特的設計備受世人關注。

既是橋也是美術館

這座美術館是丹麥建築事務所 BIG（Bjarke Ingels Group）在挪威的首件設計作品。Kistefos 雕塑公園占地廣闊，橫跨 Jevnaker 境內 Randselva 河兩岸，並圍繞一座百年老造紙廠。過往僅有一座老舊的橋銜接河岸兩側，BIG 在規劃時，受到 Kistefos 多變、壯麗的美景所吸引，於是以兼具橋樑功能與美術館空間做為設計重點，不僅成為連接 Randselva 河的橋樑，也是一座開放式博物館，彷彿大型雕塑般與周遭環境融為一體。

建築量體以「扭轉」為手法，讓建築從公園南部低窪的林區自然過渡至北部丘陵地帶，同時創造一系列互相連通的空間。做為橋樑時，可串起遊覽公園的動線變成一個連續的循環；做為藝廊，更串起垂直與水平方向的展覽空間；而建築中段呈現九十度的扭曲外型，使建築本身也成為雕塑公園內最具盛名的藝術品之一。在這裡，可以一品曲線、黃金螺旋與馬鞍形狀的突破性應用，美術館的外觀由逐漸旋轉的四十公分寬鋁板相互排列成垂直立面，內部延續排列手法，運用刷白杉木板材質，藉由重複堆疊、創造出簡潔又充滿張力的視覺特色。而玻璃牆隨著扭轉向上延伸成為天窗，不僅可為室內引入充足光源，也可將室內劃分成不同展覽空間。

這座隱藏森林中的祕境，除了展示眾多精緻的雕塑作品，還可觀賞百年造紙廠，相當值得在六月舒適的氣候中造訪，參訪之餘還能在戶外野餐，與藝術相伴。

Info

挪威 The Twist gallery

地址｜Kistefos Samsmoveien 41 Jevnaker, Norway

網址｜www.kistefosmuseum.com/art/the-twist-gallery

注意事項｜Kistefos Museum 2020 年的開放時間為 5 月 24 日至 10 月 11 日，屆時會有新展覽、新設施與項目對外開放，目前戶外雕塑公園則全年開放。參觀費用請詳見官網。



塞維亞春會（Feria de abril）展現濃厚地方味，每年都會設計一款指標性大門，可在白天與夜晚看見不同風景。

西班牙與愛爾蘭的慶典狂想

歐陸再發現 春日盛會嘉年華

西班牙塞維亞春會是歐洲具代表性的歌舞嘉年華會，男女老幼穿上傳統服飾狂歡，洋溢繽紛氣息；每年三月十七日的聖派翠克節是愛爾蘭族裔的重要節日，所有人換上綠裝迎接國慶。想體驗走到哪、喝到哪的歐式狂歡，千萬不能錯過！

節慶是一方土地人群的生活經驗總和，反映獨特風土人文、歲時季節變化。西班牙節慶活動精彩紛呈，從一月的三王朝聖遊行到十二月聖誕、跨年，各大小城鎮熱烈參與，其中塞維亞春會（Feria de abril）展現濃厚地方味，春日祭典令人為之瘋狂，千頂帳篷供應美食和美酒，旅人舉杯齊歡。愛爾蘭的聖派翠克節（Saint Patrick's Day）舉國歡騰，街頭擠滿了遊行隊伍，豐富的表演活動把首府都柏林變身成魔幻城市。這個春天，盡情體驗西班牙和愛爾蘭的爛漫春光吧！

西班牙塞維亞春會 一年一度的狂歡慶典

塞維亞（Sevilla）是西班牙第四大城，

也是安達魯西亞（Andalusia）自治區的首府，曾被西哥德人、羅馬帝國和摩爾人占領統治，造就迷人多元色彩，並留下許多代表性的建築遺跡，孕育豐沛的藝文能量。每年春天，由復活節前的聖週揭開嘉年華序幕，塞維亞各教堂皆舉辦宗教慶典遊行。天主教兄弟延續古老傳統，身穿懺悔者裝束、手持巨型蠟燭浩蕩遊行，沿不同路線繞行至市中心大教堂後再返回原出發地，活動持續到復活節當天早上，氣氛盛大隆重。

塞維亞春會源於十九世紀的農產牲口市集，民眾以歌舞慶祝交易成功，後來載歌載舞成為市集重點，遂演變成一年一度的四月嘉年華會。春會於復活節主日後的第三個週二子夜開始，凌晨舉行點燈儀式並施放煙火，便開啟一週的各種藝術娛樂。當地人身穿塞維亞傳統服裝跳舞狂歡，男士換上紳士服、女士則是鮮豔的波浪連身魚尾裙裝，舉手投足間散發自信風采，連遊客也換裝共襄盛舉。居民搭起上千頂帳篷，供應火腿、起司、西班牙蛋餅等各式下酒菜（Tapas）、甜點、白酒及安達魯西亞傳統美食，滿足身心與味蕾。



節慶期間，所有人大跳佛朗明哥舞，樂曲節奏明快、不限舞者人數，隨時都能加入同歡。

奔放魅惑華麗舞蹈 跟著旋律舞動身體

在這場嘉年華會裡，大大小小的彩色帳篷是活動焦點。帳篷分為公眾帳篷與私人帳篷，公眾帳篷可供民眾自由進出；而隸屬公司團體或家族的私人帳篷，須有邀請函才能入內。現場有些帳篷可購買票券入內，想省荷包的話，不妨到公眾帳篷或戶外遊樂區。春會也是塞維亞人的團圓時刻，活動期間，家族成員、朋友們一起大啖美食、跳舞同歡。前往春會時建議入境隨俗換上傳統服飾、髮髻別朵大花、佩戴耳飾和項鍊，說不定能受邀參觀精心布置的私人帳篷，留下美好的回憶。

節慶期間，所有人大跳 Sevillana，這種以六個六拍為一段的民俗舞蹈是佛朗明哥舞的一種，樂曲節奏明快、不限舞者人數，隨時都能加入同歡。馬車來回進出會場，載著當地居民遊客參與盛會，到處都可遇見盛裝打扮的民眾，街頭藝人也卯足全力展現特色才藝，歡笑聲此起彼落。

2020 塞維亞春會

每年 3 至 5 月是拜訪塞維亞最佳的時間，「2020 塞維亞春會」於 4 月 26 日登場，至 5 月 2 日落幕，舉辦場地的街道皆以塞維亞知名的鬥牛士命名，復古馬車也穿梭在這些範圍，步出塞維亞車站即可看到春會交通接駁資訊。活動不需門票，但進入私人帳篷需現場購票或出示該單位發的邀請函，春會開辦前有一系列鬥牛活動，可規劃提早至西班牙體驗國粹文化，欣賞傳統競技。

交通：塞維亞的火車班次非常頻繁，包括高速火車和長程特快列車，各大城市均有火車往返。

安達魯西亞冒險趣 探世界文化遺產絕景

為期一整週的塞維亞春會，人潮在每天上午湧入，隨著音樂歡樂舞動，愈夜愈熱鬧，活動最後一天的午夜以煙火秀完美結束。從牲口市集演變成安達魯西亞色彩濃厚的大型活動，春會豐富了伊比利半島的多元文化，深深感受到西班牙人活在當下的生活哲學。有人說：「來西班牙沒造訪安達魯西亞省，等於沒到過西班牙！」塞維亞曾為摩爾王朝首都，歷代王朝留下的建築遺跡非常有看頭，趁著春會深入大街小巷，邂逅著名的大教堂、清真宮殿、鬥牛場、美術館等景點，保證不虛此行。

漫步塞維亞舊城區，摩爾人統治過的建築痕跡顯現於教堂上，揉合基督教與清真文化，宏偉氣勢非凡。塞維亞主教教堂目前是全世界第三大教堂，僅次於羅馬聖彼得大教堂和倫敦聖保羅大教堂，已於一九八七年登錄世界文化遺產。教堂旁的



名列世界遺產的阿卡乍堡以唯美的迴廊、拱門而具盛名，《冰與火之歌》曾到此拍攝，更讓此處成為熱門景點。

阿卡乍堡屬於穆德哈爾式建築，同樣被列為世界遺產，唯美的迴廊、拱門、拱狀穹頂等元素令人讚嘆不已，堪稱西班牙最具代表性的清真宮殿。教堂和宮殿坐落於塞維亞最迷人的聖十字區，交錯的石板巷弄可體驗漫步樂趣，隨興駐足停留，每個轉角都充滿驚喜。

愛爾蘭聖派翠克節 全國吹起一股綠色旋風

面積比台灣大兩倍之多的愛爾蘭，國境東邊隔著愛爾蘭海峽與英格蘭相對，這個充滿盎然生氣的綠色島國有「歐洲莊園」之稱。每年三月十七日是聖派翠克節，也是愛爾蘭的國慶日，起源於紀念愛爾蘭主保聖人聖派翠克主教，西元五世紀時，他把天主教介紹到愛爾蘭，陸續蓋了許多學校、修道院，奉獻一生傳教，被稱為「愛爾蘭的使徒」。聖派翠克主教於三月十七日逝世，為了紀念他而將這一天定為節日，追念神聖事蹟。

節慶前後來到愛爾蘭，會被各種綠色人事物淹沒，聖派翠克常以三葉酢漿草闡述「聖父、聖子、聖靈」三位一體的教義，酢漿草也因此成為節慶重要象徵，所有人都會配戴相關飾品。當地人日常生活與三葉草密不可分，愛爾蘭航空也用三葉草作為企業標誌，受重視的程度可見一斑。愛爾蘭小妖精也是聖派翠克節的象徵之一，傳說負責看守黃金，只要穿上綠衣綠帽就能吸引小妖精現身，因此民眾都會換上一身綠裝祈求好運。


聖派翠克節日當天，民眾都會換上一身綠裝祈求好運。

春日華麗遊行盛會 綠油油的節慶炫麗登場

活動當天，愛爾蘭到處發起遊行踩街，尤其是首都都柏林（Dublin）舉行的聖派翠克大遊行，超過百萬人共襄盛舉，這一天已不再是單純的宗教節日，更是重要的國際盛會，踩街繞城、壯觀的遊行花車、樂隊比賽、舞蹈演出、繽紛煙火等各式慶祝活動多姿多彩。傳統的風笛演奏享譽國際，民謠更是讓人稱頌讚美，還能聆聽動人的吉他、手風琴和打擊樂器等表演。

若想感受更不一樣的節慶氛圍，不妨前往具中世紀風格的基爾肯尼（Kilkenny），當地的聖派翠克週為期五天，小鎮人口雖不足三萬，卻充滿濃濃人情味，走樸實溫馨路線。雖然聖派翠克節源於愛爾蘭，但世界各地的愛爾蘭裔也會一同盛大慶祝，精彩程度不亞於歐陸。

傳統美食是聖派翠克節的另一重點，所有人身穿一身綠到餐廳大啖培根、包心菜、鹹牛肉、馬鈴薯和傳統的蘇打麵包，人手一杯綠啤酒大喊乾杯！全國各地熱鬧喧天，大家用各種創意方式展現綠色，或頭戴綠高帽、或身穿綠色禮服，扮演成小精靈滿街跑，成了名副其實的翡翠島國。

愛爾蘭到處綠意盎然，
擁有「翡翠之島」美名。



都柏林市中心的 Temple Bar 是體驗經典愛爾蘭酒吧文化的最佳途徑。



聖派翠克節當天，各地都會發起遊行踩街活動慶祝。

2020 聖派翠克節

聖派翠克節訂於每年 3 月 17 日，是愛爾蘭的國慶日，世界各地有愛爾蘭裔的城市也同步慶祝。啤酒、音樂、舞蹈是重要的文化元素，趁著節日融入其中，一起加入綠色派對、大啖傳統美食。都柏林的交通簡單易懂，搭乘輕軌或火車都很方便，另推薦巴士一日遊，輕鬆造訪海邊或山區，包括莫赫斷崖、巨人堤道、威克洛國家公園、基拉尼環狀路線等遊程都可以參加。

交通：目前台灣沒有航班直達愛爾蘭，可至倫敦、法蘭克福、阿姆斯特丹或卡達等地轉機。

音樂、壯景、酒吧文化 打開翡翠之島門扉漫遊

對許多人來說，愛爾蘭彷彿隔著一層神祕面紗。一九二二年，愛爾蘭和大英國協簽署條約後獨立，兩國錯綜複雜的關係告一段落，一海之隔的愛爾蘭，保有許多歷史文化與自然資源，聖派翠克節的綠色風潮讓人加深印象，島嶼到處綠油油的景觀更贏得「翡翠之島」美名。都柏林市區佇立許多古老教堂、維京遺跡，隨意穿梭大街小巷，便可從中一窺悠遠歷史。

搖滾天團 U2 成立於都柏林，愛爾蘭的音樂元素滋養了其創作表演，迄今仍活躍於全球流行樂壇。另一組知名的男子歌唱團體西城男孩（Westlife）也發跡於愛爾蘭，專輯作品曾在莫赫懸崖取景拍攝，吸引許多樂迷前來朝聖。莫赫懸崖被喻為「傳說中的世界盡頭」，海岸懸崖為全歐洲最高，可眺望浩瀚無際的大西洋，早年愛爾蘭人搭船前往美國謀生時，壯闊的懸崖絕景即是對故鄉的最後印象。若造訪愛爾蘭，可順遊安排市區遊覽、濱海小鎮、國家公園等景點，從晨光走到暮光，感動無限。

來到愛爾蘭，千萬別忘了體驗當地盛行的酒吧文化。對於愛爾蘭人而言，酒吧不僅是飲酒的地方，更是聚會交流感情的場所，在都柏林往往每隔數公尺便能遇見一間酒吧，每家酒吧都有各自的特色。若初次造訪，都柏林市中心的 Temple Bar 是體驗經典愛爾蘭酒吧文化的最佳途徑，也是遊人必訪的旅程。



「月津港燈節」結合人文與民間傳統文化為背景，老街和水岸為舞台，融入國內外當代藝術家作品，打造出獨樹一格的水岸燈節。

春季藝術燈會與賞花盛事

美好春日旅行 浪漫新藝文風景

台灣之美，處處有驚喜。農曆春節過後，黃橙橙的魯冰花繽紛登場，開滿整個龍潭山間的茶田，一串串小花搖曳生姿，黃綠相間、美不勝收。另一場與芳華相呼應的月津港燈節，近年來頗獲國際藝文界矚目，有「南台灣最美的水岸藝術饗宴」之稱，結合鹽水人文特色，為新的一年揭開唯美序幕。

告別冬季，迎來美好春日，百花陸續吐蕊爭妍，一片欣欣向榮模樣。從農曆正月初一到十五，大街小巷張燈結綵，結合古城、燈藝和河岸水波的台南月津港燈節熱鬧展開，綿延龍潭茶山的龍潭魯冰花季亦於二、三月間綻放，別錯過季節限定的盛宴，來場藝文與自然交融的春日旅行吧。

魔幻月津港燈節 驚豔小鎮河岸藝術

台南鹽水港舊稱「月津港」，因地形略微彎曲似新月而得名，昔日商港貿易興盛，俗諺：「一府、二鹿、三艋舺、四月津」說明其重要歷史地位。早在明鄭時期，

月津港即是南台灣重要港埠，亦為漢人移民屯墾聚落之一。隨著港口航道淤積而失去機能，街市繁榮景象不再，小鎮漸漸沉寂了下來。雖然少了商業氣息，藏不住的深厚底蘊讓鹽水以古樸風華再現；二〇一二年，首度舉辦「月津港燈節」，以豐富的人文與民間傳統文化為背景、老街和水岸為舞台，邀請國內外當代藝術家參展創作，營造獨樹一格的藝術水岸燈節。

如今「月津港燈節」已是南台灣最盛大的年節活動之一。沿著親水公園堤岸到王爺巷及一銀巷等街廓，道路兩旁的草地木、橋樑和充滿在地古樸氣息的樓房皆變身為地景舞台。藝術家們打破創作框架，以「光、影、水、聲」為主題，並結合時令、人文、自然等策展核心，使民眾穿梭在光影、水波之間，處處皆能感受小鎮的歷史脈動。屬於河港獨特的燈景藝術重新演繹清朝詩人筆下的「月津八景」，讓人遙想璀璨的小鎮黃金年代，體驗如夢似幻般的視覺饗宴。



＊展覽資訊依主辦單位公告為準。

活動資訊

「月之美術館」即日起展出至 2020 年 2 月 16 日，場域包括中正路、月津故事館、一銀巷、連成巷、王爺廟巷、魚鱗巷，每日 18:00-22:00 啟燈點亮藝術作品，白天、夜晚各有不同風情。「月津港燈節」於 2020 年 1 月 18 日開幕、2 月 16 日閉幕，每晚 17:30-23:00 點燈，從月津港親水公園擴散至四周街巷。建議白天可參加「鹽水月津港漫遊」免費城市導覽，跟著導覽老師的腳步邊走邊看邊聽，深入認識在地歷史與文化。

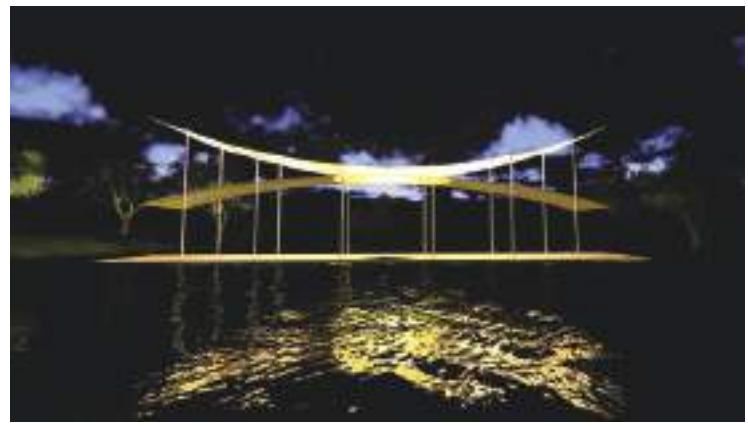
導覽：每週六 15:00～17:00、週日 09:00～11:00，於橋南老街口集合，預約報名請洽 06-635-3226。

交通：於高鐵嘉義站搭黃 9 公車至新營客運總站，轉乘棕幹線（新營－鹽水－佳里）、棕 1、棕 2、棕 3 公車至鹽水；新營客運總站位於新營火車站前。

地景藝術新視界 燈節慶典浪漫相約

有別於各地元宵燈會，「月津港燈節」由在地藝術團隊策展推動，每一屆都有不同主題，揉入地景、人文、歷史及自然風景。二〇一八年燈節活動參加德國紅點設計大獎，榮獲展場設計組紅點獎，更讓台南小鎮躍上國際；二〇一九年再創到訪人

河港獨特的燈景藝術，重新演繹清朝詩人筆下的「月津八景」。



2020 年以「海市蜃樓」展現奇幻意境，圖為禹禹工作室之作品──「光際，之間」模擬示意。



月津港燈節歷年精彩作品，由來自台灣、日本、法國等藝術家與團隊共襄盛舉，展現自然與光之藝術共生的視覺效果。

次紀錄；二〇二〇年以「海市蜃樓」為策展發想，英文「Mirage」意為「看見的奇景」，象徵歷史與想像交疊於現實環境，在虛實表現之間，創造另類光學奇景。

燈節活動以藝術策展的方式，結合新媒體與科技藝術呈現海市蜃樓般的物理光學現象。今年首次使用擴增實境技術，透過手機濾鏡體驗虛實科技效果，只要偵測到人臉，使用者就能變裝為人魚，增加觀賞作品的樂趣，也為藝術多了另一種想像。搭配「月之美術館」的開幕，讓街道巷弄充滿視覺與聲光驚喜。除了國內藝術家游文富、王連晟、蔡潔莘、禹禹工作室以及在地學生的聯手創作，荷蘭藝術家Ralf Westerhof與日本藝術家千田泰広也共襄盛舉，將鹽水化身為奇幻海港，遊走月津港的今昔風華。除了水上燈光作品，燈區擴展至街區，包括主要街道及一銀巷、連成巷、王爺巷等特色巷弄，平日清幽的小鎮變身夜與光的夢幻世界。

連結文化與記憶
漫遊月津古樸風華

「月津港燈節」以水燈區域為核心，場域向四周擴散，跨入日常生活空間，藝術家駐地與在地居民彼此激盪出燦爛火花。來訪時建議第一站先至中正路欣賞巴洛克建築立面，串聯月津故事館、橋南老街、八角樓和月津港園區，聆聽在地人說故事。接著跟隨藝術作品遊覽巷弄祕境、造訪古意十足的老房子，鹽水街上的意麵、豬頭飯、水煎包、豆簽羹、肉燕酥等道地小吃也是另類食藝，人氣老店勾起遊子回憶也撫慰旅人的心脾。把握年節好時光，來一趟台南地景藝術之旅，從視覺、聽覺到味覺，滿足身心靈五感。

魯冰花藝術季
橙黃花海遍布茶園

經典電影《魯冰花》建構起八〇年代末台灣社會的共同記憶，其中劇情起始和結束都以魯冰花相互串聯，象徵著母愛與幸福。聯想到電影之外，也令人想起文壇大師鍾肇政的代表作——《魯冰花》，不只奠定鍾老文學地位，更是關懷社會的重要創作。桃園龍潭是全台最早種植魯冰花的地區，除眾所皆知的客庄文化，還有著名的龍泉包種茶、東方美人茶。丘陵山地茶園遍布，作為最佳氮肥的魯冰花也隨之遍地開花，尤其是大北坑、三水、三和社區一帶，又被稱為「魯冰花的故鄉」。

二〇一四年桃園龍潭舉辦首屆「魯冰花藝術季」，以「魯冰花」為主題名稱的藝術季彰顯鍾肇政的文學精神，結合文學與藝術打造山城新風貌，以茶園為舞台，引領遊人走進古老產茶地區，感受豐沛人文魅力。遊程還包含在地茶園相關活動，如擂茶DIY、茶園散步、茶席音樂會等，在漫山遍野的花海中欣賞裝置藝術。靜下心啜飲一口溫潤茶湯，清香甘甜、沁人脾胃，春日品茶、賞花、遊藝的芬芳滋味在心中漫開。


桃園龍潭為最早種植魯冰花的地區，尤其大北坑、三水與三合社區又被稱為「魯冰花的故鄉」。

濃韻茶香故事
茶田裡的金色浪漫

活動以大北坑遊客服務中心延伸至「大北坑休閒農業花區」、「三水創意花田」、「三和魯冰花秘境」展區。三和魯冰花展區共有數公頃魯冰花田，石階步道串聯一畦畦繽紛花海，加上周邊的竹林景觀，有種遠離塵囂的舒適氣氛；三水創意花田展區鄰近霄裡溪，以深化在地農村為特色，藝術團隊將各種廢材再利用，不同媒材混搭組合，融入環境展現多元風貌；而大北坑休閒農業花區則有翠綠綿延的茶山美景、龍泉古道、生態野溪公園、兩百多年歷史的眾伯公、江家百年古厝，以及在地客庄美饌，搭配客家傳統文化體驗，結合茶園地景、藝術創作，供遊人雅士恣意徜徉書中所描述的「最美三溪水」。


魯冰花藝術季結合文學與人文藝術，賞花外也可採茶、品茶，體驗在地茶鄉文化。

金色花海蔓延開來，
與茶園交錯成最美景致。


除了體驗魯冰花藝術季，還可參觀鍾肇政文學生活園區，感受鍾老舊居創作生活的風貌。

漫遊龍潭客庄
甘醇茶香人情四溢

除了體驗魯冰花藝術祭的魅力，進入龍潭，可先從鍾肇政文學生活園區開始，參觀昔日鍾老創作之龍潭國小教員宿舍改建而成的文創空間，重現過去生活及創作情景；走訪舊市場改造成的菱潭街興創基地，在地青年以社區營造方式為閒置市場注入新活水，新舊交錯的絕妙裝潢組合，值得細細挖掘老市場蛻變後的驚喜。

行經龍潭大池轉進大北坑，依序探訪三水茗園、福源茶廠、江家古厝、水土保持教室、陳家茶花園，綿延起伏的山陵呼應風景綺麗的龍潭三水。也可跟著客庄主人一起親手揉茶、磨茶粉，品嚐東方美人茶的甘香，再至鄰近客庄餐館品味鹹湯圓、燜筍、芥菜排骨等道地客家菜，邊用餐邊欣賞唯美山景和花海，堪稱人生一大享受。美好初春，到龍潭客庄祕境遊茶園、賞花趣，放慢腳步走進文學地景中，感受宛如電影場景般的金色花海蔓延開來，與層層疊疊的茶園交錯成最美景致。

活動資訊

「2020 魯冰花藝術季」於 2020 年 3 月 7 日至 3 月 15 日登場，以大北坑遊客中心延伸至三水水土保持戶外教室、江家古厝、三水茗園、茶裏王涼亭，欣賞音樂饗宴及魯冰花裝置藝術。除了澄黃魯冰花，農民也種下紫色、白色品種的花朵，互相輝映爭豔。建議先至鍾肇政文學生活園區感受當年筆耕《魯冰花》場景，再到菱潭街興創基地暢遊文創新聚落，接著上山賞花品茗，展開茶鄉巡禮。

賞花資訊

大北坑：三水水土保持戶外教室（桃園市龍潭區三水里大北坑街 1998 巷 8 號）

三和：和窯文創園區（桃園市龍潭區三和里龍新路三和段 1060 巷）

三水：三水社區活動中心（桃園市龍潭區三水里龍新路三水段 101 巷 25 號）

交通：可於龍潭運動公園搭乘活動接駁車，或於楊梅火車站乘接駁線至大北坑主會場。

為你掌勺　預約一桌回憶

在地食材好料理 私廚迎新懷舊

私廚，意即私人廚房。它可能在大樓或公寓裡，或隱身一處民宅，多是憑外觀無法辨識為餐廳的私人會所，它隱而不彰，是暗藏掌勺者全心款待的佳餚美地。本期分享三家僅接受預約客的私廚，由手藝了得的大廚掌勺，帶來感動的餘味。

丁廚房

藍帶廚師×熱情分享誘人食味

隱身大溪僻靜街巷，丁廚房落腳清水混凝土構築的溪房子（C HOUSE）。溪房子是陳美霞與黃冠霖夫妻倆主持的職人手作與展覽場域，他們在某回市集與現任丁廚房的主廚丁偉鴻相識，進而邀約丁主廚前來溪房子開闢私廚。建物以黑灰白為基調，落地窗外盡是綠意，是一處現代感又富於人文氣息的生活空間。

一次僅接受一組六人以上的預約客，供相熟親友共聚一堂，沉浸於歐式家庭分享餐的氛圍，盡情享受佳餚不受打擾，加之與在地小農合作的「正得食」，選用當季新鮮食材，是丁廚房成立三年來的堅持。

總是笑瞇瞇、臉龐像個大男孩，主廚丁偉鴻在偌大廚房從容施展身手，客人就著



鎖住鮮美肉汁，台灣在地豬肉慢工烤出南美料理風味。

開放的出餐口和他聊天、閒聊每道菜如何烹作。他的廚師魂開啟得早，少年時代就喜愛進出廚房，為家庭聚會小試身手。讀了電機專科，卻無法忘情下廚出菜的成就感，畢業後負笈加州藍帶學校，課餘就到各式餐廳無薪實習，經歷了法國、義大利、越南、墨西哥等多元料理洗禮的他，每道精心烹調的料理中，處處都能品味出文化交揉所帶來的樂趣和味覺新體驗。

一人多工　台版傑米奧利佛

看丁偉鴻做菜很有意思，有如台灣版的傑米奧利佛。「烤箱就是我的助手，一邊烘烤，同時可準備其他料理。」烤箱裡醞釀著「低溫慢烤豬肉」，火爐上鑄鐵鍋咕嚕咕嚕慢滾的是「歐式鄉村燉肉」。

他手沒停下來地細心解說：「歐美家常菜經常使用到烤箱，這道慢烤豬肉是將油脂豐潤的大塊五花豬肉塑形後以結繩法綁好，經由攝氏一百五十至一百七十度低溫慢烤二到三小時，烤愈久，肉質愈熟爛。」歐式鄉村燉肉也是源自歐洲農忙時節發展出的應時料理，又稱獵人燉肉。農夫們出門耕作前將食材放入烤盤蓋上烤箱，融合大量香料、番茄醬，以及西餐三寶（紅蘿蔔、西芹、洋蔥），再將秋末冬初收成的南瓜、洋芋、蘑菇切塊後同鍋燉烤，返家就有一頓好料安慰疲憊身心。

在藍帶學校師承來自世界各地的主廚，丁偉鴻尤其欣賞他們擅用在地食材轉換不同地域料理的手法，作法活絡、跳脫傳統思維。歐式鄉村燉肉亦是出自藍帶系統的菜式，主廚親自到傳統市場選用油脂較少的豬五花，醃入自家調製以墨西哥風味為基底的香料；特別的是，這些香料食材全都來自相熟的中藥房與長期合作的大溪在地小農。「燉煮時間長，蛋白質破壞後肉質就顯得軟嫩。」兩道肉類料理熱騰騰上桌，同時出餐的還有色彩琳瑯的燻鴨沙拉，一時間溪房子的長形餐桌熱鬧了起來，一大鍋燉肉，盛於男主人黃冠霖手作大木盤上的烤豬肉、主廚自製麵包，以分食共享的形式進行這頓餐宴，暖暖情意讓人彷彿浸浴於冬陽的照拂。

招呼大夥兒圍桌用餐，丁偉鴻笑得像個孩子，「廚房就像我的遊樂場，歡迎來找我玩！」



丁廚房

地址：桃園市大溪區員林路三段 155 巷 27 號

電話：0933-108-751

營業時間：週四～週日開放午餐及晚餐預約。

備註：單一時段僅接一組客人預約，一組客人限 6 人以上 15 人以下，請於一週前預約。預約後，主廚會提供菜單參考，並能依需求調整菜色。



1



2

1. 歐式鄉村燉肉將切塊的南瓜、洋芋、蘑菇同鍋燉煮，佐麵包、配碗白飯都適宜。2. 馬賽帝王蟹鍋，主廚以法國馬賽魚湯做為湯底，添入白酒、八角、扇貝、淡菜等新鮮當季魚貨。



落葉枯枝煙燻鴨肉，輕撒鹽巴和胡椒表現肉質原味。

杰 JIÉ
台魂料理×百分百在地食材

位居台中豐原的杰 JIÉ，主廚王聖傑將木火直燒的概念，取自身名字諧音稱之為「杰」，傳遞回歸單純料理手法的意念。整家店就是王聖傑一夫當班，從週三到週日晚間提供共整整十四道料理的套餐。他並未限制最低預約人數，「二〇一九年三月營運至今，我曾三度接受一位客人預約。」一頓飯服務一個客人，這樣的傻勁，除了需要對料理的熱情，也需要實質信念的支撐。

套餐定價八百八十元，是主廚家人希望回饋豐原鄉親的佛心價。「父母在附近開設五金行四十多年，餐廳土地也是自家的，少了店租壓力，就用最實在的價格來服務鄉里。」王聖傑中學時代就打定主意走料理這條路，花費近十年的光陰在台中市多家餐廳工作；沒選擇走飯店體系，而是在小規模的餐廳緊緊跟隨大廚，「我總



結合台灣粥品與義式燉飯的紙包粥，完整煨熬出食材本身的甘甜美味。

是餐廳裡最早上班最晚離開的員工，表現出積極態度，師傅看到你的認真，自然樂於傾囊相授。」

二十七歲那年，他在杰 JIÉ 現址開設了義式餐廳，經歷六年營運，「忙到甚至連參加姊姊婚禮都得中途離開，趕回餐廳坐鎮。」傳統的主廚兼經營者模式，幾無生活品質可言，與家人關係也非常淡漠。這讓王聖傑體悟到，如果要繼續走這條路，絕對得調整步伐。於是，豐原第一家私廚就這麼誕生了。

十四道料理　嘴開眼笑好滿足

「單純使用本土元素有關的台魂料理，努力發掘食物當中各種不同的屬性，以新手法創造屬於『杰』的新菜系；純粹結合在地食材自然風味的呈現，料理的初衷就是滿足你臉上的笑容。」這是王聖傑在餐廳粉絲專頁表明的理念，將學藝時期在高級西餐料理上吸收到的養分，轉化成百分之百使用台灣在地食材的奔放樣態。他走入夜市，從烤魷魚、滷肉飯這些我們再熟悉不過的傳統小吃找靈感。

「豐原從未出現私廚，在地人願意特地到台中市區花上千元吃高級料理，但在這兒，就得做到能吃飽，物超所值。」王聖傑擅用家常食材變化出完全創新的菜色，不但講究視覺，味覺層次亦十分細緻。簡單的一碗「骨湯」，以雞大骨、軟骨、西式香草及台灣藥材熬煮兩小時，氣味清香入口滋潤。「熱烹」是先燉後烤的魷魚腳，僅些微調味，凸顯新鮮海味的鮮甜。在IG上熱傳的「鴨箱寶」，很有戲劇效果；王聖傑以自己手工打造的木盒，盛裝煙燻鴨肉，一掀開，煙霧逸出，令人引頸期盼到底是什麼壓箱寶。「客人都說這道菜不僅美味，拍起來上傳IG也很有話題。」不同於名店強調使用珍貴木料煙燻食材，他在自家庭院蒐集落葉枯枝，只用鹽巴和胡椒表現鴨肉原味，品嚐的時候，鴨皮則散發淡淡的煙燻味。低溫慢烤的「紙包粥」一口感介於台灣粥品與燉飯之間，僅以胡椒粉與米酒煨出海鮮原味。王聖傑說，曾有位師傅告訴他：「一輩子就做好一件事就好！」他把這話銘刻在心，矢志將自己的料理天分發揮在能感動人心的地方。


3


1


2

1.「豚料」即是梅子可樂照燒松阪豬，以可樂取代醬油、糖，燒出亮色及甜味。2.「骨湯」採用西式香草與台灣藥材，加入大量雞骨、軟骨，費時兩小時熬煮而成。3.「熱烹」是從夜市烤魷魚得來的靈感，淋上金桔汁更加鮮美。



杰 JIÉ

地址：台中市豐原區社興路 51 號

營業時間：週三～週日晚餐 17:00 ～ 22:00。

備註：用餐請先以臉書粉絲專頁私訊預約，恕無法臨時接待。用餐人數上限為 16 人。

JIN ZOU Bistro
自家料理×岩手縣直送短角和牛

JIN ZOU Bistro，真是大隱於市的私廚，臉書粉絲專頁上只簡單標注台南市，私訊預約之後才會得知正確地址。溫馨的家庭擺設，櫥櫃裡擺滿記錄遊歷世界各城足跡的咖啡杯，長長的木桌旁就是廚房。堅持產地直送、新鮮現做，零距離的料理進行式，正在吃著這道，耳邊又傳來煎鍋熱得啵啵作響，十分促動食慾，完全有種來到朋友家吃頓飯的錯覺。

二〇一九年盛夏，主廚 Jason 才與太太 Lulu 從北京返回老家定居。他們長年從事設計工作，下了班經常在自家宴客。「長居北京時三不五時就邀請朋友來家裡吃飯，我本來就愛吃，上網看影片就動手做起料理。」做著做著，牛排、鵝肝、菲力、龍蝦都成為他精進手藝的練習食材，便決定在九月開設私廚。身為返鄉安頓，在人生的精華歲月二次創業的台南囝仔，他如何把熟悉的家鄉味推陳出新成為私廚待客珍饈？

台灣牛PK和牛　各擅勝場

看 Jason 做菜的俐落手法，盤飾的美感，完全不像從未受過正統廚藝訓練。漂亮的前菜「牛奶魚塔塔」，繞了幾個彎將台南味鑲在裡面，以虱目魚肉取代生牛肉做成的塔塔，最上層是美乃滋混拌明太子做成的小皇冠，底層則是西芹、洋蔥、梨



短角和牛佐松露黑胡椒，口感有嚼勁，油花漂亮，衷心推薦一嘗。



山蘋果鋪出的清爽蔬果碎，附帶的麵包灑了台式油蔥末，中西相融，點醒了味覺。「梨山蘋果酸度比甜度高，細切後有非常迷人的香氣。」Jason 邊切著蘋果說道。

沒喝碗清燙牛肉湯，別說你到過台南。這道台南人當早餐吃的傳統美食，到了 Jason 手上，成了主廚桌邊服務的西式演繹，高湯底是烤過的雞、牛骨慢熬五到八小時，再融入西餐三寶（紅蘿蔔、西芹、洋蔥）提點甜味。一上桌，台南溫體牛捲成如花般的柱體，Jason 提著壺把，為每個客人徐徐注入滾湯。這湯味道極其清爽甘甜，「我不用快鍋熬湯，那會煨出太多雜味。」若想嚐到溫體牛的鮮嫩，湯水注入後數秒就要趕快夾取入口；如不喜半生半熟，那麼稍稍靜置一兩分鐘，一樣能嚐到新鮮牛肉的柔嫩。





1. 經歷十多小時低溫慢煮牛舌，加入台式香料油封，滑嫩美味。2. 清燙牛肉湯，湯頭使用烤過的雞、牛骨慢熬，略帶焦香入喉滋潤，是結合西式手法的創新台南味。3. 虱目魚做成牛奶魚塔，喚起了在地人的小吃記憶，卻帶來更多色香味滿足。

重頭戲主餐上桌前，Lulu 端出季節水果來轉換味覺。以鳳梨與百香果打成泥的沁涼甜品，為主餐奏起一段輕快的序曲。主餐「短角和牛佐松露黑胡椒」是當家料理。Jason 夫妻倆熱愛到日本旅遊，某回嚐到日本岩手縣的短角和牛驚豔不已，正因其肉質非常有嚼勁，味道乾淨俐落，風味與美國及澳洲牛截然不同。「我們取短角和牛的法蘭克排部位，每頭牛只有兩條，加起來只有一公斤多，非常珍貴。」這肉質油花漂亮，沒有菲力那麼柔軟，又不像沙朗油脂豐厚，完全流露純草飼牛的質樸，一旦嚐過，便能將過去累積的牛排體驗帶往另一層次。

在這兒吃飯，就是舒服又輕鬆。Jason 喜愛跟客人聊天，能夠一邊做菜一邊交流對旅行、異鄉工作與廚藝的體悟，那就是他們夫妻經營私廚最大的樂趣。曾有一家人帶著九十多歲的阿嬤來用餐，吃到最後一道布丁，阿嬤開心得合不攏嘴，「這家人說，很久沒看到阿嬤吃下這麼多料理！」能讓客人帶著滿足的笑容離開，相信是每個廚師最大的成就感，而這樣的感動能在不受打擾，只有相熟親友共聚的私廚空間發生，那真是十足可貴的幸福。



JIN ZOU Bistro

地址：位於台南市，請事先於臉書粉絲頁完成預約後，將再告知確切地址。

營業時間：每日午晚餐皆接受預約。

備註：單一時段僅接受一組客人預約，一組客人限四人以上。

用燈光發酵璀璨質感

燈飾演繹空間層次 讓光蘊藏專屬品味

作家費茲傑羅（Francis Scott Key Fitzgerald）的「大亨小傳」（The Great Gatsby） 描述專情的男主角為了吸引舊情人的目光，每晚在豪宅裡舉辦奢華舞會，光彩奪目的爛漫光輝，透露著強烈的情感與濃厚的思念，這段場景完美呈現「燈光」如何營造與傳遞氛圍。



Tom Dixon 擅長使用延展性良好的「銅」打造金屬燈具，適合為挑高的客廳空間提升層次感，豐富空間的視覺開放性。

燈光的創造能力有無限可能，它能使空間更立體、有層次，還能展現出專屬的個性與品味。因此，除了基本的「看清楚」外，照明更是營造理想家居的關鍵因素，藉由蘊含巧思的燈飾凸顯空間設計的格局，醞釀氣氛、塑造風格，為日常生活更添品味和趣味。

依照空間用途挑選合適燈具

擁有英國女皇頒贈爵士勳章的室內設計大師 Kelly Hoppen 曾表示：「燈具非常重要，一旦搞砸，會嚴重影響空間美觀和機能。想設計出絕佳的照明，需要了解整體規劃以及各種類型的燈具。」換言之，在挑選燈具前，建議要有意識地將燈飾配置納入整體設計規劃，而不是「完工後」才挑選，才能將照明的效果與外型設計也容入空間設計中；另外，也可深入了解燈具的類型、用途，以及使用者的需求和個性，重新定義燈具在空間扮演的角色。

空間設置基礎燈具，是為了能看得清楚家中環境、通道、家具的位置；如喜歡整體空間散發明亮、清晰感，可藉由增加盒燈、嵌燈等燈具數量加強照明，也可挑選造型主燈增加光線，同時也利用主燈的外型設計幫空間增添不同氛圍與風格。

主燈就是光的第一個來源，它的目的是強調物體的外型與立體感，如吊燈、吸頂燈，會設置於天花板上變成頂光，有時也會取代基礎照明。只是，頂光通常會呈現銳利的陰影，因此，需要其他散射光相輔相成，將空間暈染成更為柔和有光澤。一般來說，挑高、面積範圍較大的空間，例如玄關大廳、客廳、餐廳、大型會客室等，會挑選吊燈來撐起整體空間的分量；局部空間如沙發邊几、辦公書桌、床頭櫃、梯間，以及較不需要直接照明的臥室也能適時裝設壁燈、桌燈、落地燈，除了加強局部照明外，也能替空間裡增添溫潤和諧的氛圍，特別是臥室可搭配光暈較暖黃的色調，來增添舒壓與放鬆的空間氣息。浴廁則可搭配簡潔的吸頂燈、重點照明的鏡前燈，且要留意燈具的安全性與防水性。倘若有背景牆、照片牆、收藏品、骨董等裝飾性擺設，也可與聚光燈、投射燈、軌道燈搭配運用，不但能凸顯裝飾品在空間的特殊性，還可成為空間中的矚目焦點。

不過，這都只是通則，真正在搭配燈飾時，還是要回歸到空間本身的條件，自己的需求喜好以及空間大小都需做為考量。例如，小坪數客廳掛上吊燈，反而呈現壓迫感，令人喘不過氣；習慣在睡前床邊看書，除了安裝壁燈，不妨多設置一盞閱讀燈，增加照明亮度。因此，挑選燈具的第一步就是深入了解居住空間與自身的生活習性，才能完善運用挑燈技巧與豐富的燈飾風格，規劃屬於自己的完美居家環境。





1. 吊燈是凸顯客廳風格的重要關鍵，合適的吊燈可撐起整體空間的分量。2. 古典風格的牆面混搭簡約金屬壁燈，可營造浪漫燭光效果。

照明是營造理想家居的關鍵因素，
藉由蘊含巧思的燈飾凸顯空間設計的格局。

多元風格玩混搭
用燈飾達到畫龍點睛

十八世紀商人階級興起，追求效仿貴族的品味，吊掛許多蠟燭燈飾，精緻彎曲的燈臂，成為新古典主義的象徵。爾後，十九世紀開始，愈來愈多人重視和購買家飾用品，在當時流行浪漫主義，強調情緒抒發與氣氛營造，使得燈具設計有了大

規模的進展，尤其富麗奢華的水晶燈，如鑽石般璀璨耀目，精湛複雜的切割工藝，吸引權貴階級的關注，也因此誕生了許多經典水晶燈飾，如歐洲百年品牌BACCARAT（巴卡拉）、PRECIOSA（寶仕奧莎）、SWAROVSKI LIGHTING（施華洛世奇），所設計的水晶燈飾一直受人愛戴，無論吊掛在玄關客廳、宴會餐廳展現華麗大器的效果；還是鑲嵌在臥室床頭壁面，都能透出晶瑩無瑕的色澤，彷彿讓人置身於夢幻情境。

隨著時代變遷，科技日益進步，材質和形式發展越趨多元豐富，從繁複細膩的華麗風格，到簡約摩登的風格，線條俐落又帶點工業風格的金屬燈具，更成為今日室內空間的新寵兒。例如英國鬼才設計師湯姆．迪克森（Tom Dixon）常以大自然千變萬化的風貌為靈感，浩瀚無垠的星空、夕暮垂垂的彩霞，模擬自然光源的燈具，讓空間瀰漫著舒服溫度。Tom Dixon擅長使用延展性良好的「銅」，一次工法電鍍覆製於燈體，結合清透的手工吹製雙層玻璃燈罩，特別適合擺放客廳與書房結合的開放空間，開燈時，讓光線漫射成柔和細膩的微風，就像在公園及暖陽照耀的空間閱讀一樣愜意；而金屬材質反映周遭環境，宛如熔岩緩緩流動的韻律，溫暖的光線襯托出空間的質樸；關起燈時，搖身一變成為光彩熠熠的現代雕塑品，也能凸顯空間的焦點與獨特性。

燈飾除了藉由照明與外型上的特質來為空間設計加分外，也能互相混搭，讓家中一成不變的空間格局，甚至是老家具再增添一股新逸趣。尤其當代設計師與消費者愈來愈著迷燈飾混搭的趣味，不須墨守成規，大膽的嘗試將水晶吊燈放入衛浴空間；或是在繁複的古典線板牆面，掛上簡約的金屬壁燈；抑或變換燈罩的材質，從絲質變成輕薄石片，幽幽的光芒像極了搖曳的燭光。只要挑選自己喜歡的燈具，注意比例尺寸與擺放在空間的位置，率性混搭都能讓空間煥然一新。

運用燈光層次感營造如電影般的氛圍

仔細瞧瞧在燈光前的臉龐，光線照亮臉部輪廓，特別精緻迷人，就像清晨的朝露以及晚霞的日落，這種散射光充滿神奇力量，讓空間宛如電影拍攝的場景一般。這樣的特性，讓燈具在空間裡有了舉足輕重的地位，不僅要看得清楚，更要有美感享受，也因此空間中的每盞燈都有其存在的意義，它賦予了空間嶄新的生命力。

當代建築師 Bobby McAlpine 強調，「光線的層次與質感，會讓空間裡上演的事，發展出戲劇化的影響與親密感。」燈光就像撒在牛排上的玫瑰色岩鹽，是營造美妙氣氛的關鍵。即使是侷限的照明，也能與環境的材質與色調搭配出美妙情境。像是桌燈、壁燈，或是高度較低的吊燈，光線會較聚焦在特定的範圍內，將它們擺放在書桌前、單椅沙發旁，或是木質調的餐桌上方，可有效校正偏冷色調的牆面或

燈光就像撒在牛排上的玫瑰色岩鹽，是營造美妙氣氛的關鍵。





1. 燈具混搭空間可讓老家具增添新氣象，例如水晶燈也可放置於古典風格的浴廁提升華麗氣息。2. 若有閱讀習慣，可在床頭加上閱讀燈增加照明。

BRIO HOTEL
比歐緻居







高雄 · 比歐緻居

在浮光掠影、流連往返的旅程中，

以隱士般的低調內斂、詩人般的細膩溫文，

予旅人一夜酣眠與一些深刻，

置身於比歐的分秒方寸、時光氛圍，

終將與美好揉進旅人記憶，

沉澱為生命的厚實與質量。

高雄市新興區中山一路14-26號

No.14-26,Zhongshan 1st Rd.,Xinxing District.,

Kaohsiung City, Taiwan

www.briohotel.com

Tel: +886 7 2817900



家中色調與光線能互相影響，如胡桃木與大理石搭配低調晶瑩的水晶吊燈，或是如皮革質地的金屬燈飾，可讓空間更具有層次與立體感。

家具，提升整體空間的和諧與暖和氣息。

顏色也會將光線帶入另一個層次氛圍。空間裡常見皎潔明亮純白色，可能銳利的令人無法放鬆，這時可適當地運用暖色調的燈光，三百六十度的亞麻或緞面燈罩來調和空間氛圍，緩和的空間色調幫助家人舒緩壓力、放鬆緊張情緒。擁有珍珠般色調的特里亞農灰，可調和吊燈或做為間接照明，猶如置身在十八世紀的古堡之中，低調奢華。深色煙燻的胡桃木或全室滿鋪的大理石，大膽用上晶瑩剔透的水晶吊燈，或是宛如皮革質地的金屬燈飾，不僅讓空間更立體分明，還能讓視覺聚焦，營造出不譁眾取寵的精緻感受。

因此，在空間裡挑盞好燈，它不僅是美麗的裝飾元素，滿足照明的實際需求，還能改變家中氛圍，運用光線打造嶄新空間，增加人與空間的互動與情感溫度。

明日家居 MOT CASA

2008 年成立於台北，結合頂級品味的居家精品、國際設計大師的經典作品，展現當代美學融入生活的意境，代理 TOM DIXON、Barovier&Toso、SANTA&COLE、moooi、VERPAN 等燈具，期待創造一處「藝術 X 設計」的有機品味理想生活。

地址：台北市大安區建國南路一段 65 巷 9 號 1 樓

電話：02-8772-5508　官網：www.motstyle.com.tw

THC 現代歐洲燈飾

致力引進歐洲兼具美學及設計感的獨特產品，為現代空間注入新的美學元素。從眾多的品牌如 NEMO、palluco、Prandina 等燈具中精挑細選出最適合與空間搭配並兼具獨特性的現代燈具。

地址：台北市堤頂大道二段 366 號 1 樓

電話：02-8502-6180　官網：www.thc-living.com



虎尾春秋 Huwei

-布袋戲文創設計旅店-



以最淳樸熱情的心，

迎接每一位到訪的旅人。

雲林．虎尾春秋

全台唯一布袋戲主題設計旅店，
承襲布袋戲大師的故居，
投入一個逐漸被年輕世代遺忘的文化，
將老建築、老文化與新想法重新組合，
帶來新視覺、心感受。





虎尾春秋 Huwei
雲林縣虎尾鎮信義路69號
Tel:+886 56 360 618
www.huweihotel.com.tw

伯捷租車
租車找伯捷 省錢又便捷
0800-011-517



擁有一頭烏黑亮澤的豐盈秀髮，是展現青春活力的重要表徵。

不可不知的頭皮養護，你做對了嗎？

煥然一新 從「頭」開始

想要維持年輕的外貌，可不能只注重肌膚的保養，擁有一頭濃密烏黑的秀髮，也是展現青春活力的重要表徵。尤其換季時，多變氣候更容易使頭皮油水失衡、敏感發癢，唯有透過正確的清潔方式和保養護理，才能強健頭皮、延緩頭皮老化，為毛髮打造出健康的生長環境。

健康的頭髮，來自於健康的頭皮。要特別提醒的是，頭皮和臉部肌膚一樣柔嫩細緻，需要用心照顧，而頭皮的老化除了會影響髮質之外，連帶也會使得臉部肌膚變得鬆弛，尤其是額頭、眼角部位最為明顯，因此想要擁有烏黑光亮、強韌滑順且充滿彈性的健康髮質和細緻肌膚，可千萬不能忽略了頭皮保養的重要性。

三大NG行為 小心頭皮未老先衰

由於年齡增長，體內循環機能逐漸下降，各種生理機能也跟著退化，尤其頭皮和臉部肌膚相連，會造成肌膚老化的各種因素，也同樣會發生在頭皮，加上頭皮的

油脂分泌量通常較多，若是清潔保養方式不當，更容易使頭皮脆弱敏感。

除了換季氣候、環境污染、生活作息不正常、過度辛辣刺激的飲食習慣、壓力，以及生產與停經婦女受到體內荷爾蒙變化影響等原因，生活中還有以下這些不經意的NG行為與習慣，也可能讓頭皮提早出現老化警訊：

NG行為1：清潔過當或是不夠完善

許多人常會問：「頭髮是否和身體一樣，應該要天天清洗？」答案取決於個人髮質及生活型態。如頭皮容易出油，或是一整天在外活動，就有洗頭的必要，但若是中性偏乾性的頭皮，又多待在乾淨的室內環境，那兩至三天洗一次頭倒也無妨。而隨著年紀增長，頭皮分泌的油脂也會愈來愈少，或是染燙過而變得乾燥的髮質，則不建議太頻繁的洗髮，以免過度清潔破壞頭皮和頭髮天然的防護力。

其次，清洗頭皮比洗頭髮更為重要。洗髮時，若僅針對頭髮反覆搓揉沖洗，不但無法徹底洗淨頭皮髒污與過多油脂，對於髮質較為乾燥的人來說，還有可能造成頭髮毛燥甚至是受損。應該先以梳子將頭皮汙垢灰塵清除、梳開，再以溫水沖洗頭皮約一分鐘，沖去表面髒汙，接著再將搓揉乳化後的洗髮精塗抹在頭皮上，使用指腹輕輕按摩、完整清潔。

NG行為2：吹整染燙及使用髮膠、髮蠟等造型品的次數過於頻繁

無論是染、燙髮的藥劑，或是各種造型髮品，大多含有化學成分，經常使用易增加頭皮負擔及傷害，還可能對其中的成分產生過敏反應，在使用前應先將藥劑塗抹在手臂內側，進行皮膚過敏反應測試，如果四十八小時內無過敏反應才可使用。在使用過程中，若感覺有癢刺、紅腫甚至呼吸不順暢等不適症狀，就應該立即用清水將藥劑沖洗乾淨並馬上就醫。

染、燙髮也應分次進行，建議先燙好頭髮後，至少間隔十天至兩週的時間，讓頭皮、頭髮有適當的修復期，再進行染髮。使用髮膠、髮蠟等造型品後，也務必要徹底清潔，否則有可能造成頭皮毛囊阻塞，或出油情況變本加厲。

NG行為3：從事戶外活動時，忽略幫頭皮做好防曬

過度曝曬在陽光下，不但會使頭皮因曬傷而紅腫發炎，也會加速頭髮中的水分、蛋白質流失而變得枯黃、脆裂，因此從事戶外活動時，別忘了利用抗UV的帽子或洋傘來保護頭髮及頭皮，以減少紫外線所造成的頭皮老化傷害。

從髮質、髮量和生長速度看出警訊端倪

想知道自己的頭皮是否已邁入老化階段，可透過以下的現象來判斷：

・頭髮乾燥缺乏光澤：與原本的頭髮相

年齡增長，體內循環機能逐漸下降，頭皮與臉部肌膚亦會隨之老化。



洗頭前應先梳理頭髮，初步將頭皮汙垢灰塵清除、梳開，再以溫水沖洗去除表面髒汙，接著才使用清潔產品徹底洗淨。



吹髮前先用毛巾以按壓、拍乾的方式減少髮絲水分，以避免讓後續的吹髮出現毛燥、斷裂的狀況。

比，現在的髮色顯得暗淡無光，而且過於乾燥、不夠滑順，輕輕一梳，頭髮就立刻斷落，或是開始出現白髮的情況。也可以透過最為科學的方式，前往專業的頭皮、頭髮護理中心利用頭皮檢測儀，進行頭皮及毛囊狀態分析與頭髮數量及密度評估，並觀察頭髮是否有落髮嚴重、缺水等頭皮健康問題。

・**掉髮速度明顯趕不上增加的速度：**正常來說，我們一天平均會因新陳代謝而自然掉落約一百根左右的頭髮，或是在季節變化時，落髮的情況通常也會比較明顯，但若非換季期間，落髮量卻持續增加，而且額頭的髮際線開始往後移、分線處因寬度增加而越來越明顯或綁馬尾時髮量不如以前那麼多時，就很有可能是頭髮單位密度開始下降的警訊。

・**頭髮生長速度比以前慢：**一般人每個月頭髮的生長速度約為一至一點二公分，如果一個月只增長不到零點五公分，或是以個人修剪頭髮的頻率來判斷，若需要修整的時間間隔越拉越長，而髮型也少有明顯變化時，就極有可能是因頭皮老化造成頭髮生長速度減緩的現象。

・**頭皮健康狀況異常：**包括頭皮變得特別容易出油，甚至產生油耗異味；有頭皮屑的困擾；頭皮發紅、發癢、長膿包或痘痘等，這些都是頭皮健康拉警報的常見情況，建議應請專業醫師進行診斷和治療，幫助頭皮先恢復健康狀態，之後再來進行保養，才能避免錯誤的養護方式讓問題雪上加霜。

清潔步驟要正確 頭皮健康沒煩惱

頭皮的清潔方式大致和洗臉的程序與力道差不多，以指腹清洗、按摩，幫頭皮去除角質與髒汙，還能促進血液循環、紓解壓力。

Step 1. 先用梳子輕輕將打結的頭髮梳開

若頭髮糾結在一起時，不但很難徹底將深層的髮根、頭皮清洗乾淨，在洗髮的過程中，頭髮也很容易因為不斷被拉扯而大量脫落，因此建議在洗髮前，先用寬板梳輕輕將頭髮梳理平順，可以讓後續的清潔更輕鬆徹底。

【梳具怎麼挑？】

寬板梳：梳齒排列間隔較鬆，且梳子面積較大，可快速梳整並有效率地按摩整個頭皮，適合洗頭前使用。

九排梳：梳齒排列緊密，適合髮量厚重、髮絲易打結者使用，也常用於吹整直髮造型。

圓梳：適合用來為髮尾或瀏海吹出自然彎度和蓬鬆感；圓梳直徑愈小，吹出的捲度愈明顯。

氣墊梳：梳子內側裝有彈性氣墊，可有效緩和梳髮力道，適合用於輕拍、按摩頭皮穴道，有助於放鬆、舒緩頭部壓力、促進血液循環。

Step 2.把頭髮和頭皮完全沖濕，再將洗髮精搓揉起泡後塗抹於頭皮

使用洗髮精之前，先用溫水將頭髮和頭皮沖洗約一分鐘以上，除了可初步將部分



日常保養可選用含胺基酸、維他命、礦物質，或天然植物萃取的養髮產品，搭配按摩梳促進頭皮血液循環，加強保健。

VESSEL

Filled With Purpose



Design in San Diego,USA

背起VESSEL，邁出與全球名人如好萊塢明星：**Mark Wahlberg**、高爾夫名將：**Tiger Woods**以及NBA球星：**Stephen Curry**同步的品味，你的美麗與帥氣，引領時尚潮流與眼光。

更多新品及活動訊息
掃描 QR Code 即可追蹤

旗艦店 | 桃園市楊梅區獅一路14號 (03) 464-4567　信義誠品專櫃 | 台北市信義區松高路11號2F (02) 2722-7436



平時可適量攝取牡蠣、生蠔與海藻等富含鋅、鐵與蛋白質的食物，補足頭皮所需養分。

每日以指腹按摩手技舒緩頭皮，
可促進血液循環，
達到養護頭皮、強健髮根的目的。

Step 4.以毛巾輕柔吸收頭髮多餘水分後，再以吹風機吹至八分乾

剛洗完後的濕髮最為脆弱，不適合用力搓揉或梳扯，最好是用乾毛巾將頭包住，用拍打的方式將多餘水分吸乾，之後再用吹風機將頭皮吹至八分乾的狀態即可，同時也要注意避免用過熱的風溫吹整頭髮，以免造成頭髮過熱或太乾燥，而使毛鱗片受損。

照顧保養做得好
濃密秀髮煥然一新

平時除了做好頭皮與頭髮的清潔，也可以定期利用具舒緩、滋養效果的保養髮品，例如輕微的頭皮癢可以使用含抗菌成分的產品，輕微性的敏感問題可以利用具舒緩效果的產品，而含有胺基酸、維他命、礦物質或天然植物萃取營養成分的養髮產品，則有助毛髮健康生長；平時可選用矽膠柔質材料製成的頭皮SPA洗頭梳、能掌控力道且不傷頭皮的氣墊木製大板梳或是具有震動與按揉功能的頭皮按摩器，再搭配的指腹按摩手技促進循環，達到養護頭皮、強健髮根的目的。

清潔與保養之餘，也可從日常飲食中，攝取適量牛肉、羊肉、牡蠣、生蠔、堅果與海藻等富含鐵、鋅、蛋白質與礦物質的食物，補足頭皮所需養分，再配合規律的生活作息和運動，有助於強化頭皮和頭髮的健康生長。若時間充裕，不妨至專業的頭皮保養SPA，體驗頭皮養護清潔以及經絡手技舒壓按摩舒壓，感受頭皮淨化，為秀髮找回清新蓬鬆感。

Step 3.避開頭皮，於髮尾潤絲養護髮絲

針對頭髮分叉受損、乾燥易斷裂等問題，在頭髮洗淨之後，除了潤絲之外，建議可多一道護髮程序，加強髮絲的滋潤與防護。要特別提醒的是，無論是潤絲精或護髮霜，都應盡量避開頭皮，直接塗抹在頭髮上，尤其是問題最為嚴重的髮尾部位，且一定要用大量清水沖洗乾淨，以免反而造成毛囊阻塞。

污垢帶走外，也能保護頭皮免於直接與洗髮精接觸時所造成的刺激。沖濕後再把洗髮精倒在掌心上搓揉乳化，深入髮根處，以指腹輕柔按摩每一寸的頭皮，再以清水沖洗乾淨。

頭皮按摩 Tips



1. 將頭髮依照約三至五公分的間距進行分線，以便把頭皮調理液直接滴在頭皮上，或是用指腹塗抹於頭皮處。



2. 用十指指腹從髮際線開始，由上往下以畫圓的方式按摩整個頭部。



3. 利用兩手的食指和中指，沿著前額髮際線、太陽穴到後腦頸部交界處的風池穴，以定點畫圓式按壓。



4. 最後用十指做梳子狀，由前額髮際線往頭部後方梳理，反覆進行約二至三分鐘，促進頭部的放鬆和血液循環。

頭皮保養 SPA 去哪做？

・肯夢 AVEDA

結合天然花植和 AVEDA 專利複合潔淨配方的頭皮淨瑕療程，可舒緩頭皮壓力，同時讓每一寸頭皮肌膚都能自在呼吸。
客服專線：02-2721-7909

・SOCIE 施舒雅美容世界

體驗獨特開發的專屬精油配方，結合岩里島式 Original 按摩技術的 Cream bath 頭皮舒放課程，喚醒體內自然治癒能力，賦予秀髮生長能量。
客服專線：02-2776-1136

國泰世華銀行
Cathay United Bank

一起幸福退休吧！

輕鬆準備第二人生

【幸福x退休】精選基金
定期定額滿2年，手續費0元



*優惠期間至2020年12月31日止，詳細專案說明以本行網站公告為準。【投資警語】本專案之基金經金管會核准或同意生效，惟不表示絕無風險。基金經理公司以往之經理績效不保證基金之最低投資收益；基金經理公司除盡善良管理人注意義務外，不負責基金之盈虧，亦不保證最低之收益，投資人申購前應詳閱基金公開說明書。本行保留隨時變更與停止本活動之權利，詳細內容請見網站公告。總行地址：台北市松仁路7號。聯絡電話：0800-818-001。www.cathaybk.com.tw/cathaybk/

立即申購

國泰金控與《經濟學人》共同解讀全球大趨勢

二〇二〇年投資觀點：顛簸之路，留意風險、穩健前行

決勝第九局走到下半場，
迎接全球政經局勢充滿戲劇性變化的二〇二〇年，
國泰金控與《經濟學人》從宏觀視野，攜手分享全球大趨勢，
引領投資人，展開十年新里程。



由左至右為研華科技執行董事何春盛、《經濟學人》EIU 亞太區總編輯郭達文（Charles Goddard）、國泰人壽資深副總經理王怡聰、天下雜誌副總編輯陳一姍。



綜觀各國政府為刺激經濟而提出的政策，包括對抗全球暖化的綠色政策、數位化創新、以及因應新興產業而投入的人才培育與 5G 等，都是值得持續關注的方向。

短期若缺乏合適標的，可適時提高現金水位；
長期來說，仍可布局與生活消費、科技創新、醫療照護有關的熱門產業。

國泰人壽資深副總經理王怡聰代表出席「The World in 2020 全球大趨勢論壇」，連續第四年與國際媒體《經濟學人》EIU 亞太區總編輯郭達文（Charles Goddard）同台解讀全球大趨勢，為各產業經理人，掌握全球經貿脈動，並對於今年的股市榮景，提出更深一層的觀察。

「二〇二〇將是顛簸的一年，現在正來到第九局下半兩人出局的精彩賽末點，離場前宜保持高度專注。」王怡聰指出，儘管標普五百指數今年漲逾二十五%，若獲利未跟上，股市多頭恐難以為繼。宏觀經濟數據揭示了全球經濟體質仍未真正好轉，金融海嘯後「新常態」的結構性矛盾依然深刻。

決勝九局下半，資本市場挑戰更趨嚴峻

國泰人壽資深副總經理王怡聰認為，美國經濟緩步前行、中國經濟持續放緩，全球成長潛能降低，加上流動性氾濫扭曲資產價格、貧富不均衍生政治民粹、貨幣政策刺激手段逐漸窮盡等結構困境，因此在做重大投資決策時應更審慎，留意風險、慎選標的，才能穩中求勝。

當然，美國「就業市場」與「企業獲利」將是未來景氣風向主要的兩大觀察指標，王怡聰更進一步表示，以目前來說，美國失業率並未上升，就業市場穩定，短時間仍然不至於太差。在當前全球長期低利趨勢下，建議資產配置可以從下而上，慎選



國泰人壽資深副總經理王怡聰，談 2020 年全球投資市場與趨勢。

符合「對於經濟週期低敏感度、寡占性事業，以及能持續創造穩定現金收益」的企業來投資。

王怡聰也提醒綜觀各國政府為刺激經濟而提出的政策，包括對抗全球暖化的綠色政策、數位化創新、以及因應新興產業而投入的人才培育與5G等，都是值得持續關注的方向。

政治火熱、經濟消風，迎接戲劇化的一年

站在新的十年開端，英國《經濟學人》EIU 亞太區總編輯郭達文（Charles Goddard）指出，「審判時代來臨！」二〇二〇將會被美國總統大選和全球經濟放緩所主導，是充滿戲劇性的一年。

當前中國正朝向全面達成小康目標而努力；東京奧運會則吸引了全球關注，而緊接下來二〇二〇歐洲盃也勢必捲起運動風潮。令人沉重的還有，全球普遍對核武的擔憂激增；環境永續也成為刻不容緩的議題，多個氣候峰會力邀各國為減少碳排放盡一份心力。

此外，杜拜舉辦世界博覽會，充分展現波斯灣歡迎世界的企圖心；而美國、歐洲、中國和阿拉伯聯合大公國也都爭相要發射火星探測器，投入對太空的探索。當然，科技業有高潮也有低潮，無人機技術、飛行計程車、電動超跑的崛起，帶來機會與挑戰；低潮則是科技巨頭將接受更多的監管。

「明年是觀察未來十年趨勢的重要時刻。」郭達文指出，包括娛樂串流大潮、女性地位提升、戰後嬰兒潮的「初老族」也將為社會帶來更多新改變與新商機。

貿易戰線拉長，看見台灣優勢與未來《天下雜誌》吳迎春社長談到，近期針對國內二千大企業領袖的調查顯示，有七成三的 CEO 看衰明年經濟；《經濟學人》觀察也主張「政治火熱、經濟消風」。即使國內外一致對未來經濟持保留態度，但台商回流與新科技與新商業模式，勢必為台灣帶來新契機。

視角拉回台灣產業現場，研華科技執行董事何春盛點出，中美之爭某種程度是信仰價值之爭，當前美國在關鍵的基礎科學依然占有優勢。在這一波貿易戰火下，全球科技公司相繼投資台灣，他也建議台商返台投資高端製造，支持企業發展品牌、布局全球。未來，在既有人才實力與創新研發的基礎上，再次踏上可以走得更長遠的路。

當前中美貿易戰因第一階段協議達成而暫歇，然而未來兩國在政治與商業的角力，將愈演愈烈。在投資與資產配置方面，王怡聰也提醒大家，短期若缺乏合適標的，可適時提高現金水位；長期來說，仍可布局與生活消費、科技創新、醫療照護有關的熱門產業。

以國際視野提出在地觀點，國泰金控面對當前全球經濟體質仍未真正好轉的情形，以審慎樂觀的態度，陪伴企業與個人從全球大趨勢掌握未來投資機會。

國泰世華銀行
Cathay United Bank

以專業精準前瞻 陪你成就富有人生

5力全開 業界最多CFP證照菁英 盡在國泰世華



國泰世華銀行首席經濟學家林啟超

經濟世界裡永遠的「學徒」

若問台灣首位獲《The Asian Banker》頒發「年輕銀行家獎」的林啟超：總經趨勢、資產配置及兩岸政經等前三大議題各是什麼？他會回答：人、人、人。這是他入行十八年來，像個學徒般，沒有一天可以鬆懈偷懶的功課。



儘管多數人是在二〇一一年才開始意識到，原來天空總是飛掠各種「黑天鵝」；隔年才開始理解，「大數據」已成一種量化人類生活的商業模式。但對具備台大經濟系、商研所扎實學養的林啟超來說，這些其實是早在經濟學第一堂課時，便已走入的世界。

八年國泰人壽投資部門、兩年國泰金控經研部門的深耕歷練，淘洗出他對經濟學家首要任務的認識：透過數據科學，把世界發生了什麼、下一步可能是什麼，像說故事一樣，讓每位投資人、理專團隊，也能伸手抓住大趨勢下的吉光片羽。

我怎麼解決問題？

「我一直在觀察台灣三十歲以下族群的消費。」林啟超認為，年輕世代的行為模式，就是未來社會、市場變化的前緣。特別是金融海嘯後，投資人情緒起了明顯改變，對於風險性商品戒慎恐懼；近十年來，每天報媒利空消息不斷，美、台股市卻爭探新高，經濟與金融脫鉤，許多投資人退場觀望。

定期關注美國著名大學動向的林啟超發現，世界次序愈來愈難駕馭，各類科學彼此界線也愈來愈模糊。

最近哈佛從史丹佛挖角過去的印度裔經濟學教授 Raj Chetty 所開的課，就跳過供需這些基礎，直接切入如何用數據詮釋和解決問題，進而看出人、制度與經濟的關聯。

台灣金融圈的人類學家

這也正是林啟超的邏輯，要了解總體經濟，比起冰冷數據，「其實會花更多時間看政治。」想洞悉美國貨幣政策，他瞄準的是 Fed 主席鮑爾在想什麼、鷹派鴿派怎麼平衡、川普又在推特上重砲轟擊了什麼……。政經不分家，很多問題就算總找不到最終答案，卻也永遠保有一個「知其所以」的想像空間。

那在面對某些無法套用現有模式、數據又不夠真實的經濟體，又該如何切入理解？這時林啟超會啟動「手工大數據」模式，地毯式整理該經濟體的「政治族譜」，從政要的名字建檔開始，年齡、經歷等一路往下挖掘；規模可大至千人以上。理由很簡單：政策是人在決定，看清楚政治地圖上人的分布、未來可能的接班，向後推演經濟的走向，便更容易按圖索驥了。

最有溫度的經濟觀點

「客戶教我的，比我能給客戶的還要多。」經常面對高資產客戶的林啟超認為，這類客戶既是產業拔尖，更是理財高手，所以每場說明會都是抱持學習的心態，哪怕只能提供一%的貢獻，他都感覺是成功的交流。

像這樣充滿人文素養的首席經濟學家，提供給客戶的服務是超越商品的思維與視野、溫度與信靠，就像國泰世華 Logo 那棵綠蔭濃密的大樹。他感性說：「身為經濟世界裡永遠的學徒，需要保持謙卑的心，持續學習。因為唯有獨立客觀的觀點，才能讓遠方的視野，更加清晰！」

> 透過數據科學，讓每位投資人、理專團隊，也能伸手抓住大趨勢下的吉光片羽。

國泰人壽
Cathay Life Insurance

國泰綜合醫院
Cathay General Hospital

伴你健康
CARING ABOUT YOU

健康是我們共同的重要大事

專業、親切的 健康領航員
提供給你最個人化的
健康照護服務

瞭解更多

活動報名



冬藏・饗味

寒冷的冬天，是滋養補身的最佳時節！
國泰世華銀行的豐富美食優惠方案，
為您呈獻一道道暖身舒心的精緻美饌。

Cozzi Café

刷卡消費享平日（週一～週五）飲品第二杯半價

Cozzi Café 想傳達對咖啡恣意隨興的渴望，以及簡單有品味的生活態度。延續同系列 HOTEL COZZI 和逸飯店「時時體貼・處處合意」的精神，嚴選專業烘焙咖啡豆、高品質茶葉豐富您的味蕾，Cozzi Café 就是您隨時補充活力的最佳後援部隊。



UCC COFFEE SHOP

刷卡消費享咖啡／茶類第二杯半價

來自日本咖啡專門店的 UCC COFFEE SHOP，秉持注重咖啡、甜點與餐點食材每個細節的信念。在悠閒氛圍中，品嘗香醇美味的招牌咖啡，配上嚴選日本進口鬆餅粉與機能蛋製作的人氣鬆餅，正是感受生活舒適美好的最佳享受。



上島珈琲店

刷卡消費享咖啡／茶類第二杯半價

將「日本咖啡美學」空間氛圍原汁原味呈現，並結合台灣美食咖啡文化的上島咖啡店，以獨創的法蘭絨濾泡式設備，沖泡出一杯杯濃醇香氣、口感滑順的美味咖啡。想盡情享受美味咖啡相伴的精彩時光，來這裡準沒錯！



伯朗咖啡館

刷卡消費享平日（週一～週五）飲品第二杯半價

擁有國內最為深厚之咖啡飲品製造經驗的伯朗咖啡館，以世界各地獨具特色的優質咖啡豆，完美呈現蘊含在每一口的咖啡風味及口感。店內還提供異國風味料理、樂活輕食及精緻甜點，一網打盡所有顧客的口味及需求。



故宮晶華 1F、2F 餐廳

刷卡消費享平日 85 折起，假日 9 折

（平日御璽卡以上 85 折、白金卡以上 88 折，週五晚間以假日計）

位於國立故宮博物院院區內的「故宮晶華」，其菜色內容與餐具器皿設計與故宮文物緊密結合，為參觀故宮博物院的國內外遊客、以及美食愛好者，提供全方位的餐飲服務。



Just Grill

刷卡消費享平日 85 折起，假日 9 折

（平日御璽卡以上 85 折、白金卡以上 88 折，週五晚間以假日計）

Just Grill 正對著 101 大樓，復古與工業感創意混搭，精巧營造出獨特高雅的用餐氛圍。頂級牛排海鮮食材，搭配獨賣紅白酒及繽紛沙拉吧，前所未有的超值奢華美味，邀您一同細細品味。



義饗食堂

刷卡消費享平日 85 折起，假日 9 折

（平日御璽卡以上 85 折、白金卡以上 88 折，週五晚間以假日計）

提供包括新鮮現拌沙拉、義式開胃冷菜、客製化的現炒義大利麵食、手工現做披薩、時尚創意甜點等豐富美饌，在挑高明亮、趣味繽紛的用餐環境中，讓您一次體驗 Pizza、Pasta、Fun ！



泰市場

刷卡消費享平日 85 折起，假日 9 折

（平日御璽卡以上 85 折、白金卡以上 88 折，週五晚間以假日計）

台北市唯一的泰式海鮮自助料理餐廳，提供多道酸甜火辣的冷盤、熱炒、蝦湯、咖哩、沙爹……，以及多彩多姿的東南亞糕點，搭配 100%泰式 Villa 氛圍，營造視覺與味覺的精美饗宴！



注意事項：1. 活動期間至 2020 年 12 月 31 日（伯朗咖啡館至 2020 年 6 月 30 日）。2. 本優惠折扣以原價計算，優惠不得併用，需另加原價之 10%服務費。3. 國定假日、連假及特殊節日不適用本優惠，以餐廳公告為準。4. 泰市場、故宮晶華、義饗食堂及 Just Grill 優惠限 9 人（含）以內使用，第 10 人以上之消費不適用。5. 相關條件詳本行網站，優惠提供期間倘因不可歸責於本行之事由，本行得變更或終止活動內容，並於本行網站公告。

冬行・遨遊

國泰世華為卡友們推出的專屬假期優惠活動，
最適合在冬末春初的連續假期時刻，
與心愛的人共創更多旅遊歡樂回憶。





旅遊攻略

前進日本／韓國旅遊特輯

刷國泰世華卡到日本或韓國旅遊吧，享受迷人的風景和深厚文化底蘊，還有各式卡友獨家優惠！

東京自由行 5 日

每人 NT$11,999 起（未稅）

▶酷航團體經濟艙來回機票。
▶淺草微笑 SMILE HOTEL4 晚住宿。（兩人一室，不含早餐）
▶贈送「東京迪士尼一日門票」，每人乙張。
（市值 NT$2,100 ／張）

大阪環球自由行 5 日

每人 NT$12,999 起（未稅）

▶樂桃團體經濟艙來回機票。
▶心齋橋 Comfort 飯店 4 晚住宿及 4 日早餐。（兩人一室）
▶贈送「大阪環球影城電子門票一日票」，每人乙張。
（市值 NT$2,400 ／張）

首爾自由行 5 日

每人 NT$7,777 起（未稅）

▶酷航團體經濟艙來回機票。
▶ D7 SUITE 飯店 4 晚住宿。（兩人一室，不含早餐）
▶贈送「T-MONEY 交通卡」，每人乙張。

※ 雄獅旅遊洽詢專線 02-8793-9669

韓國購物攻略

刷進韓國樂天免稅店

獨享 VIP 卡最優 8 折優惠

於樂天免稅店出示本行卡及網頁兌換券畫面，獨享卡友優惠！

- VIP Premium 卡享購物 8 折起。
- 首次迎賓禮：1 萬韓元 LDF PAY 購物金及 Dr.Phamor Honey 面膜乙套。
- 熱門旅展景點折價券：樂天集團 - 樂天世界 8 折、樂天世界塔觀景台 9 折等優惠券。
- 卡友專屬店內折價券：市內店及機場店內約等值 323 美元折價券。



日本購物攻略

Bic Camera 集團

最高享 10% + 7% 折扣
滿額再享最優 5% 刷卡金回饋

至日本地區 Bic Camera 集團實體店鋪刷國泰世華卡，享雙重優惠：

- 出示優惠券條碼享最高 10% 免稅 +7% 折扣優惠。
- 以日幣結帳單筆消費達活動門檻並登錄，即享加碼回饋：
  日幣 2.5 萬元（含）以上，享 3.5% 回饋
  日幣 5 萬元（含）以上，享 5% 回饋

※ 每月登錄限量名額 30,000 名。（每月須重新登錄）



注意事項：1. 活動效期：【旅遊日本／韓國】1. 活動至 2020 年 5 月 31 日止，售價不含機場稅及燃料附加費等，每卡限訂 4 人，須請國泰世華銀行卡友刷卡前主動告知，恕不接受出國後再提折扣。2. 詳細售價及適用出發日請依旅行社公告為準。【BicCamera】1. 活動至 2020 年 6 月 30 日止，參加活動持卡人需於每月於本行網頁或國泰優惠 App 完成登錄始符合資格（限以正卡人資料登錄），若活動登錄名額額滿，將提前關閉登錄系統。2. 合格簽帳係指活動期間至日本地區 Bic Camera 集團實體店鋪（BICCAMERA/KOJIMA/SOFMAP/Air BICCAMERA/Air BICCAMERA ODAIBA/BIC DRUG SHIDA 等分店）以日幣簽帳消費方得適用。回饋金額之計算依本行信用卡帳單列示轉換後新臺幣金額為準。3. 正附卡合併計算，回饋依每兩個月活動檔期回饋一次，每檔期每戶回饋上限 NT$5,000。【樂天免稅店】1. 活動至 2020 年 12 月 31 日止，專屬優惠須分別於韓國樂天免稅店 VIP 櫃台及禮物櫃台兌換，上述獨家優惠每卡限領乙份。2. 相關活動兌換條件及辦法，請依樂天免稅店內公告為準。※ 更多活動詳細內容、注意事項及其他未盡事宜請依上述合作廠商活動網頁、店內公告及本行活動網頁公告為準。若商店所在地為國外，交易須收取國外交易手續費，詳情請見信用卡約定條款第十六條。優惠提供期間倘因不可歸責於本行之事由，本行得變更或終止活動內容，並於本行網站公告。

冬憩・宿棧

迎接嶄新一年的到來，
國泰世華推薦給您最優質的酒店選擇，
讓您拋開煩囂，療癒紓壓與享受沉靜。

飯店優惠

礁溪寒沐酒店

訂房專線：03-905-8000

活動期間：
2020 年 1 月 1 日～ 12 月 31 日

- 住房優惠：平日入住行館「詠泉居」一泊二食優惠價 NT$8,900，贈雙人 Happy Hour 無限暢饗。
- 餐飲優惠：【MU TABLE 自助餐廳】用餐享 85 折優惠。
- 泡湯優惠：1. 雙人湯屋居 +【MU TABLE 自助餐廳】午餐，享 8 折優惠。
  2. 寒沐會館兩人同行，第二人半價優惠。



飯店優惠

台北大直英迪格酒店

訂房專線：02-3518-7777

活動期間：
2020 年 1 月 1 日～ 6 月 30 日

- 住房優惠：持國泰世華卡，訂房免費贈送兩客早餐（價值 NT$1,560+10%）。
- 餐飲優惠：平日用餐享 8 折。



注意事項：【礁溪寒沐酒店】1. 住房優惠須事先預訂，不適用日期依酒店公告為準。2. 餐飲優惠須事先訂位，適用時段為週一至週日午餐及晚餐；優惠折扣以原價計算，另加收原價 10%服務費。3. 餐飲優惠每次每桌限使用一張國泰世華卡，拆單或併桌消費不適用。4. 湯屋居優惠限平日使用，每卡當次限訂 2 間；寒沐會館優惠須於同一日、同一組客戶使用完畢。【台北大直英迪格酒店】1. 住房優惠須提前訂房，不得折抵現金、退款，亦不得與其他優惠併用。2. 餐飲優惠限週一至週四、不限人數使用，不適用於酒精飲品。3. 酒店之餐飲消費需另外加收 10% 服務費。※ 詳細優惠內容請見本行活動網頁，不適用日期、相關使用條件及其它未盡事宜依各飯店公告為準。※ 優惠提供期間倘因不可歸責於本行之事由，本行得變更或終止活動內容，並於本行網站公告。

冬藝・賞展

欣賞一場精彩的藝術表演與展覽，
能滋養心靈，為身心帶來正面能量，
也使這個冬季更顯現繽紛活力。

果陀劇場《綠島小夜曲》

購票享 9 折

一起回到情歌還是溫柔的年代！集結華人音樂大師周藍萍傳唱經典、音樂劇教父梁志民原創中文音樂劇、金曲獎最佳作曲李哲藝編曲，帶您追憶似水年華！



演出日期：2020 年 2 月 29 日～ 3 月 1 日

故事工廠《3 個諸葛亮》

購票享 95 折

三位說書人，以光影秀、新聞播報、法庭審判、默劇等，精彩解構民間四大愛情傳說「嫦娥奔月」「牛郎織女」「梁祝」「白蛇傳」。



演出日期：2020 年 2 月 8 日～ 3 月 8 日

果陀劇場《接送情》

購票享 9 折

錯過，是情感的偶然還是必然？遺憾，是人生的無常還是日常？橫跨時間，超越親情、友情、愛情的不變情感。看顧寶明、郎祖筠 攜手真愛向前行，2020 珍愛永存。



演出日期：2020 年 3 月 20 日～ 3 月 22 日

巧虎大型舞台劇《搶救星球歷險記》

購票享 9 折

夜晚的天空真美麗，一閃一閃亮晶晶，流星劃亮了黑夜，天空中的星星藏著什麼祕密，來自遠方的神祕訊息，奇妙星球有了大危機，巧虎與好朋友們好著急，快快快！來來來！一起搭著夢想飛船，展開搶救星球歷險記！



演出日期：2020 年 1 月 18 日～ 2 月 16 日

1. 優惠不得併用，部分演出最低票價不提供折扣。2. 購票請洽售票系統或主辦單位，訂票步驟及注意事項以售票系統內容為準。3. 優惠提供期間倘因不可歸責於本行之事由，本行得變更或終止優惠內容，並於本行網站公告。

謹慎理財 信用無價

信用卡暨預借現金之各級別循環信用年利率為 6.75%～ 15%（依本行信用評分制度定期評估，循環利率之基準日為 2015 年 9 月 1 日）。預借現金手續費：預借現金金額乘以 3%加上新臺幣 150 元或美元 5 元，其它相關費用係依本行網站公告。

Noble CLUB 國泰尊榮季刊 | No.54 意見調查表

【歡迎掃描 QR Code 填寫線上問卷】
※ 紙本問卷與線上問卷請擇一填寫即可。

| 閱讀習慣調查 |

01. 請問您較常使用哪一種閱讀方式？
☐ 紙本書（包含實體報紙、雜誌或書籍等刊物）
☐ 電子書（包含電子報、電子書等數位刊物）
☐ 無特別偏好

02. 請問您是否同意《NOBLE CLUB 國泰尊榮季刊》日後改以電子型式寄送？
☐ 是 ☐ 否 ☐ 沒意見

| 內容滿意度調查 |

03. 整體評價（含內容企劃與設計風格）
☐ 非常滿意 ☐ 滿意 ☐ 普通 ☐ 不滿意 ☐ 非常不滿意

04. 本期各單元中，您最喜歡哪 3 個單元？（複選）
☐ ART / 永續傳承　讓愛與希望成為有機體
☐ CHARITY / 國泰優惠 App 與會員一同支持偏鄉教育
☐ COVER STORY / 朝聖 10 座頂尖藝術殿堂
☐ FESTIVAL / 歐陸再發現　春日盛會嘉年華
☐ TRAVEL / 美好春日旅行　浪漫新藝文風景
☐ GOURMET / 在地食材好料理　私廚迎新懷舊
☐ LIFE / 燈飾演繹空間層次　讓光蘊藏專屬品味
☐ HEALTH / 煥然一新　從「頭」開始
☐ FINANCE / 二〇二〇年投資觀點：顛簸之路，留意風險、穩健前行
☐ PEOPLE / 國泰世華銀行首席經濟學家林啟超
經濟世界裡永遠的「學徒」
☐ INFO / 刷卡優惠資訊

填問卷抽好禮



【BergHOFF 粉甜心造型雙耳湯鍋，一共5名】

05. 承上題，您最喜歡的 3 個單元其原因為？

_____

06. 請問您是否會推薦親友閱讀本刊物？ ☐ 是 ☐ 否

◎ 誠摯感謝您對《NOBLE CLUB 國泰尊榮季刊》的支持，如有任何建議事項也請不吝指教。

_____

| 貴賓基本資料 |

姓名：_____　性別：☐ 男 ☐ 女
年齡：☐ 30 歲以下 ☐ 31-39 歲 ☐ 40-49 歲 ☐ 50-59 歲 ☐ 60 歲以上
家庭收入（月收入）：☐ 10 萬元以下 ☐ 10-20 萬元 ☐ 20-40 萬元 ☐ 40 萬元以上
目前主要的投資項目：☐ 1. 基金 ☐ 2. 股票 ☐ 3. 債券 ☐ 4. 保險 ☐ 5. 存款 ☐ 6. 衍生性金融商品 ☐ 7. 房地產
☐ 8. 跟會 ☐ 9. 其他 _____（可複選）
聯絡電話：_____　E-mail：_____

請於109年2月29日前，完整填寫並送出線上問卷或將紙本問卷傳真至02-2723-8660，就有機會抽中精美好禮乙份。

【中獎注意事項】1. 僅限《NOBLE CLUB國泰尊榮季刊》讀者參與，紙本問卷與線上問卷請擇一填寫，如重複填寫仍將視為單一客戶，僅具一次抽獎資格。2.獎項於109年03月中旬以公開方式電腦隨機抽出後以電話通知並寄發「中獎通知」及「領獎確認書」予中獎者，中獎者須於109年04月15日前填寫「領獎確認書」並檢附相關資料郵寄回本刊，本刊確認核對領獎資料無誤後始得進行兌獎作業，逾期回覆或未回覆者視同自願放棄中獎資格，棄權之獎項將由抽出之備取者遞補獲取。3.依中華民國稅法規定，競技競賽中獎所得金額逾特定金額時，須代扣10%所得稅；非本國籍者不限中獎金額，一律代扣20%所得稅；當您於國泰世華銀行年度累計所得之獎項金額超過NT1,000元時，本行將依相關稅法規定寄發扣繳憑單，若中獎人不願提供相關資料或未繳納應繳稅額導致兌換期限前未完成領獎手續等相關事宜者，即視為自動放棄中獎資格，事後不得再提出其他任何要求；如有其他未盡事宜悉依稅法相關規定辦理。4. 參加本活動留下個人基本資料者，即表示同意本公司於法令允許範圍內，蒐集、處理及利用其個人資料。您所填寫的資料將僅用於《NOBLE CLUB國泰尊榮季刊》問卷調查統計、申報稅務資料及獎品寄送，不另作它用。

國泰世華銀行
Cathay United Bank

國泰世華世界卡



美食饗宴

新鮮上架



漢來名人坊(連續10年榮獲香港米其林星級殊榮)

午晚餐**95折** (適用高雄店、台南店、台中店、台北大直店、台北敦化店，優惠期間109/1/1~6/30)



台北萬豪酒店

Mark's Shabu、Garden Kitchen、Lobby Lounge、Mark's Teppanyaki、宴客樓、INGE'S Bar & Grill **85折**



台北松山意舍酒店

Que原木燒烤餐廳　午餐、晚餐內用**8折**

台北中山意舍酒店

Buttermilk摩登美式餐廳　午餐、晚餐內用單點菜單**8折**

寒舍艾麗酒店

LA FARFALLA 義式餐廳 平假日午餐、晚餐**75折**
THE TERRACE大廳酒吧**85折**

7折起



台北喜來登大飯店

十二廚、比薩屋、SUKHOTHAI、辰園、桃山、安東廳　午晚餐**75折**
(*十二廚：適用午餐、晚餐，不適用早餐、下午茶)
大廳酒吧18：00後享**85折**　請客樓　午晚餐**9折**

新竹國賓大飯店

八方燴西餐廳　午晚餐**7折**　玖樓　午晚餐**9折**

台北寒舍艾美酒店

探索廚房　平假日午餐、下午餐、晚餐享**75折**
寒舍食譜　午晚餐享**75折**
北緯25酒吧、巧克光廊**75折**

8折起



台北文華東方酒店

Bencotto義大利餐廳　午餐、晚餐**85折**
文華Café　午餐、下午茶與晚餐及M.O. Bar **85折**
米其林一星雅閣中餐廳 午餐、晚餐**9折**
青隅**85折** (魚子醬下午茶不適用)
文華餅房ATT 4 Recharge大直分館**9折**

台南大億麗緻酒店

亞洲食錦鐵板燒、共同市場自助餐廳　午晚餐**8折**

尊榮旅驛

刷世界卡尊享六大飯店平日住宿優惠頂級禮遇！



(本優惠限世界卡本人預約及使用，須透過肯驛國際客服中心專線：04-2206-8030預約，預約時間：每日09：00~21：00。)

礁溪寒沐酒店	乘風居(一泊二食)**NT$7,800**
桃園大溪笠復威斯汀度假酒店	豪華客房(一泊二食)**NT$6,800**
日月潭雲品溫泉酒店	經典山景房(一泊二食)**NT$8,600**
台南晶英酒店	海東客房(一泊一食)**NT$3,700**
高雄H2O水京棧國際酒店	豪華景觀房(一泊二食)**NT$6,900**
花蓮秧悅千禧渡假酒店	薄荷豪華客房(一泊一食)**NT$7,300**

住房免費升等

花蓮理想大地



平日兩人入住豪華客房每房每晚享優惠價$7,500

世界卡卡友享兩大禮遇：

- 持卡人或同行者如有當月壽星可 享免費升等蜜月套房(一大床)
- 每房享西班牙蜂巢糕長條禮盒乙盒

訂房專線：(03) 865-6789

*每人含一客早餐、運河遊艇導覽、花蓮機場或車站定時定點接送乙次。

台東日暉國際渡假村



世界卡卡友入住侯爵VILLA
除卡友優惠價外再享免費升等至公爵VILLA

訂房專線：02-6630-0999 • 089-86-2222

擊球禮遇

龍潭高爾夫	擊球優惠價**NT$2,370**起
美麗華高爾夫	擊球優惠價**NT$3,140**起
旭陽高爾夫	擊球優惠價**NT$2,495**起
全國花園鄉村高爾夫	擊球享果嶺費定價**5折**起
信誼高爾夫	擊球優惠價**NT$2,430**起

注意事項：上述美饌優惠如無特別標示皆至109/12/30止。美饌優惠限持卡人本人使用，每卡每日限用一次，不得與其他優惠併用。優惠折扣須以原價計算，且需另加收原價一成服務費，不適用服務費、酒水飲料等費用。適用人數、日期及其他各項限制條件以本行官網及各餐廳公告為準。正附卡不可合併使用，每次每桌僅限使用乙張卡，拆單或併桌消費不適用。除美饌外之其他活動期間至109/12/31，飯店住房遇國定假日、跨年等特殊節日不適用。各活動限制及詳細說明以本行官網公告為準。優惠期間倘因不可歸責於本行之事由，本行得變更或終止活動內容，並於本行網站上公告。

謹慎理財 信用無價

信用卡暨預借現金之各級別循環年利率為6.75%～15% (依本行信用評分制度定期評估，循環利率之基準日為104年9月1日)。 預借現金手續費：預借現金金額乘以3%加上新臺幣150元或美元5元，其他相關費用係依本行網站公告。客服專線：(02)2383-0110 | www.cathaybk.com.tw



Poltrona Frau 1912

全球旗艦店

店面地址 : 台北市敦化南路一段177巷48號B1　　服務專線 : 02-87890299