

國泰尊榮季刊
2019 AUTUMN

Noble

C L U B
理 想 生 活 俱 樂 部

no.53



優遊10條 全球私人訂製行旅

走遍全球，帶回的不只是旅行記憶；
量身打造，催生最符合自己想要的一切，
前往的旅途中，又會看見什麼樣的風景呢？



陽明山中國麗緻大飯店



遠眺淡水河之波光粼粼
近觀紗帽七星山之秀麗
融入硫礦泉之愜意舒暢



備有各類型場地，專業策劃與服務
遠離喧囂，在山中享受寧靜的時光



泡湯 游泳 住宿 用餐 會議 婚宴

www.landisresort.com.tw 111台北市士林區格致路237號 (02)-2861-6661

「禮儀，成就非凡的人（Manners Maketh Man）。」這段出自電影《金牌特務》的經典對白，不僅展露了英國歷史悠久的紳士精神，也說明著品味與生活風格的重要性。即使大眾消費時愈來愈仰賴工廠所生產的商品，社會中仍有一批傳承古老技藝的職人，以自己的雙手和智慧，持續為追求美感與個人特色的品味家，提供量身打造的專屬服務。這些服務可以是一種少量、客製的特殊服務，更重要的，他們也是串起時尚與文化等領域的獨門技藝，為這些不願在快時尚洪流中輕易妥協的堅持，提供獨一無二的選項。

本期的〈COVER STORY〉從衣著、配件、居家裝飾及音樂藝品方面，精選出十條以「訂製」為主題的旅遊路線。從英國的西裝與皮鞋產業到中國江蘇地區的手繡旗袍，透過訂製衣著樣式的流變，體現文化之間的競合與交融；越南的手工燈籠、北海道小樽的音樂盒，則是為生活增添逸趣的品味象徵；義大利的皮件、法國的香水、德國的眼鏡，更是紳士與淑女不可或缺的經典配件。藉由這些訂製行旅，我們希望能夠引領讀者覺察更多關於自我生活的靈感，照見生命無限精彩。

「訂製」不僅是工藝，更是一脈文化的濃縮；也因此，在這次的〈FESTIVAL〉單元中，我們介紹了歐亞各具代表性的人文景點，像是瑞士的伯恩洋蔥市集、東京蚤之市，都是享譽國際的特色市集，人們在其中挖掘特色風物的同時，也能從這些物件感受地方文化的無盡魅力。

時序入秋，〈TRAVEL〉帶領讀者前往武陵來趟森林浴，飽覽高山生態美景。〈GOURMET〉單元則介紹當季的海鮮美味，像是活蟹六吃的「月夜岩蟹懷石」、從鄂霍次克海進口鱈場蟹的「田庄私廚」、完美演繹紅蟳米糕的「錦霞樓」，還有主打壽司套餐與和牛涮涮鍋套餐的「利休日本料理」，滿足食慾之秋。

在〈LIFE〉和〈HEALTH〉單元中，我們則是介紹了香道文化與運動傷害防護，為生活帶來不同提案與提醒。〈CHARITY〉分享國泰世華銀行基金會攜手瑞士銀行舉辦的中秋義賣活動，助身心障礙天使站穩脚步，共度暖心佳節。

從旅行、市集、餐飲到生活，我們希望能讓讀者廣泛且深入的了解訂製工藝的特色，一起在強調規格統一的時代中，找到屬於自己的氣味、色澤與記憶。

發行人／國泰世華銀行總經理

李子偉
正



訂專屬品味 享獨家精湛之藝

Noble

C L U B

CONTENTS



COVER STORY

優遊 10 條 全球私人訂製行旅

10

走遍全球，除了帶回旅行記憶，還可以訂製專屬的手作技藝。
量身打造時尚精品，或是修身又優雅的西裝、旗袍，
跨越時間和距離，成就最特別的主題私旅，一切都值得！

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／江宜璇 Janet Chiang
廣告副理／范心嫻 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：Shutterstock

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



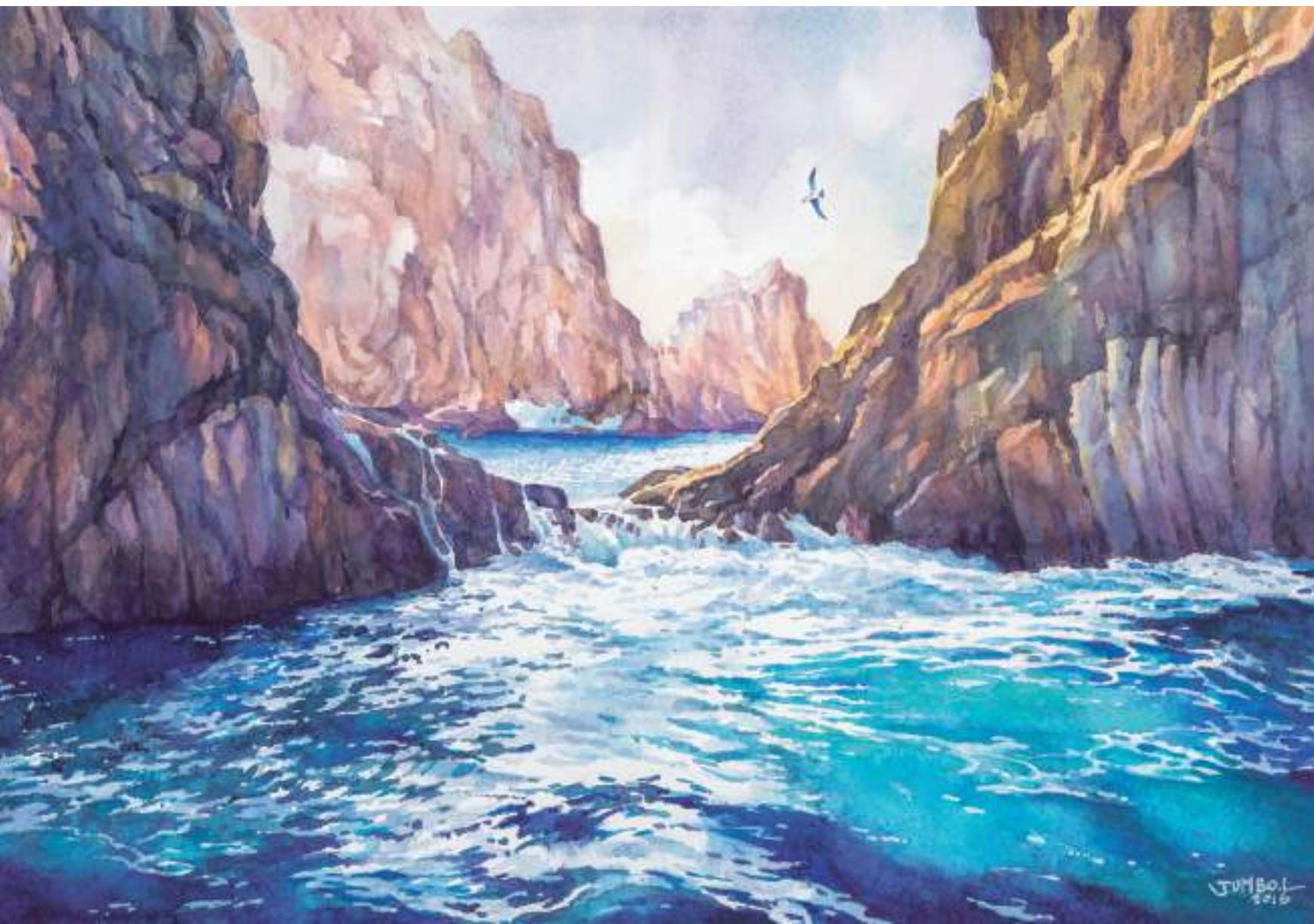
理想大地

旅行+

理想旅行讓人生旅程+分
旅行中不同的體驗更讓經驗+分



www.plcresort.com.tw | Tel+886-3-865-6789 | Fax+886-3-865-6555
97445 台灣花蓮縣壽豐鄉理想路一號 | Email services@promisedland.com.tw



《孤航》，水彩，4開，2016年。

大學主修建築系的林政伯，一九七一年考進華視，擔任電視台的美術指導，這份工作一做就是二十多年，他曾經多次獲得金鐘獎最佳美術指導，也連續多年擔任金

從小展現繪畫天分
為尊父命放棄美術

林政伯曾經於二〇一五年在國泰世華藝術中心舉辦七十歲個展，以「自然之美」為主題，展出他對生活與自然生態的細膩描述。明年三月，他將以「凡間」為主題，再次回到國泰世華藝術中心舉辦個展，預計展出六十幅左右的作品，以往偏好寫實題材的他，今年開始嘗試抽象畫風，全新創作也將出現在展覽中。

理性與感性兼具

林政伯用彩筆 畫出全新藝術人生

曾任電視台美術指導的林政伯，多次獲得電視金鐘獎的肯定。從電視台退休之後靠著自學方式學習油畫。從小就喜歡繪畫的他，在知天命之年重拾畫筆，開啟全新藝術人生。

馬獎、金鐘獎、金曲獎等大型頒獎典禮的舞台設計，其建築與美術設計專長獲得業界肯定。

事實上，繪畫才是他的最愛，從小就喜歡畫畫的林政伯，大學最想要念的是美術系，時任小學校長的父親強烈反對。「為了要考美術系，和父親發生過多次爭吵，後來是姊姊居中協調，父子各退一步，最後選擇念建築系。」

在林政伯的記憶中，小學一年級的時候，他就拿著色筆塗塗抹抹，喜歡繪畫又有天分的他，國小時期經常代表學校參加繪畫比賽，屢屢拿下第一。「升上初中和高中以後，必須面對升學考試就再也沒畫了。」他原本打算進入美術系之後，能夠重拾畫筆，卻因為父親反對而放棄了最愛的繪畫夢想。林政伯念了建築系之後，才發現有素描和繪畫課，系上有一門建築繪畫課，必須要畫石膏像，對他來說，簡直是如魚得水，每一次的作品都是全班最高分。林政伯從建築系畢業之後，就到電視台上班，忙碌的工作讓他無暇拿起畫筆，這一停筆又過了二十幾年。

年過半百自學油畫 首度個展建立自信

林政伯準備從電視台退休的前幾年，他開始到輔仁大學擔任室內設計課程老師，有一次，學校要舉辦繪畫展，系主任得知林政伯熱愛畫畫，便請他提供一幅水彩作品參展，之後，還推薦他加入

台灣國際水彩畫協會，就這樣，林政伯又一頭栽進繪畫的世界裡。

「我太太的朋友在經營畫廊，聽說我在畫畫，便向我邀展。」林政伯五十二歲的時候從電臺退休，因為畫廊的邀約便開始嘗試以油畫創作，「油畫要怎麼畫？需要哪些顏料？」一向以水彩作畫的林政伯，對於油畫完全不熟悉，於是他購買了上百本的相關書籍，靠著自學的方式畫油畫。

「當畫作被陳列在藝廊的時候，自己看了覺得很不好意思。」林政伯對自己的油畫初體驗不甚滿意，但是他的作品卻很受歡迎，在藝廊展出後，作品幾乎被收購一空。生平第一次個展就有好成績，讓林政伯信心大增，開始認真地從事油畫創作。從巴比松畫派到印象畫派，林政伯從書中學習到各種繪畫技巧，莫內和梵谷的色彩美學對他也有很大的啟發。林政伯謙稱自己並不是藝術家，畫畫只是興趣和生活的調劑。

林政伯說：「我是一個平凡人，我畫凡間。」他近期的油畫作品多以平凡人間為主題，例如其中一幅作品描繪站在花樹下的長髮女子，正在滑著手機，身後是一棟充滿希臘風格的白色建築物。寫實的場景和人物，讓畫面充滿故事性，也讓觀賞者各自解讀畫作的故事。另一幅作品描述的是下過雨的清晨，札幌街道旁的咖啡廳開始營業了，一位年輕女子坐在露天咖啡座，眼神望向遠方，她在等待誰呢？這幅畫是林政伯在日本旅



《炎陽下》，油畫，15 號，2018 年。



《盼》，油畫，25 號，2018 年。

行的時候，某天早晨外出吃早餐時，所看見的咖啡廳風景，他用建築繪畫專業立體呈現咖啡廳的門面、戶外的咖啡桌椅和遮陽傘，喝咖啡的女郎則是為了讓畫面更豐富所虛擬的人物。

林政伯說，建築講究精準，因此需要理性思考。主修建築的他，把建築設計的精準和建築美學呈現在繪畫作品中。有別於藝術科班出身的藝術家，林政伯的創作有著自己的獨特風格，無論是構圖、光影效果和色彩的層次等，也有其獨有的表現方式，但是被理性束縛久了，內心總想要跳脫框架，繪畫就是最好的出口。

林政伯的繪畫作品經常取材於日常生活場景，畫中的人物和主題，都是你我在生活中常見的景物。《那天晚上》是林政伯近期的作品，選用灰色和黑色顏料打底，率性地將顏料擠在畫布上，跳脫傳統的繪畫技法和思考模式，盡情享受作畫樂趣。「那天晚上，和朋友吃飯喝酒，盡情聊天、開懷大笑。」當天帶著酒氣回家，老婆擔心他的身體多念了幾句，半夜醒來之後，林政伯便把當下的心情化為一幅畫。「我的繪畫風格，就是沒有風格。」林政伯這麼說。

今年七十四歲的林政伯，青少年時期因為學業暫時割捨最愛的繪畫，大學時



林政伯跳脫理性的框架，把內想法化為非具象的圖案，背後為最近作品《那天晚上》。



《設計》，油畫，50F，2019年。

走出低潮重拾畫筆
跳脫框架挑戰抽象

期短暫重拾畫筆，進入職場後因為忙碌的工作，再次放下畫筆。退休後的林政伯，終於一圓繪畫夢想，用彩筆開啟全新的藝術人生，先後舉辦過五次個展。

「辦完七十歲個展之後，就不想再辦畫展了。」林政伯二〇一五年舉辦完個展之

後，不想畫畫、也不想教書。他決定辭去學校的教職，也暫時擱置畫筆。「或許是陷入創作低潮吧！」林政伯說，那一段時間到處旅遊、爬山，長達七個月都沒有再拿起筆來作畫。有一天去爬山的時候，他走到溪谷旁想要拍下眼前的美景，一不小心摔一跤，身上的相機摔壞了，腰也扭傷了。

**畫中的人物和主題，
都是你我在生活中常見的景物。**

「我愈想愈不甘心。」於是林政伯從摔壞的相機裡取出底片，將那一張照片沖洗出來，他的身上揹著護腰，坐在畫板之前，把害他摔跤的那一張照片畫成水彩畫，那一幅畫完成之後，內心再度重新燃起畫畫的慾望，於是陸續完成一系列的水彩作品。

走出創作低潮，林政伯再度重新拾起畫筆，不再拘泥於技法和風格，跳脫理性的框架，回歸到兒時熱愛繪畫的初心，把內想法化為非具象的圖案，單純以色彩和筆觸去呈現，全然享受於這種偶爾放肆的快感，創作風格多元且大膽，相當值得一賞！

壞的相機裡取出底片，將那一張照片沖洗出來，他的身上揹著護腰，坐在畫板之前，把害他摔跤的那一張照片畫成水彩畫，那一幅畫完成之後，內心再度重新燃起畫畫的慾望，於是陸續完成一系列的水彩作品。

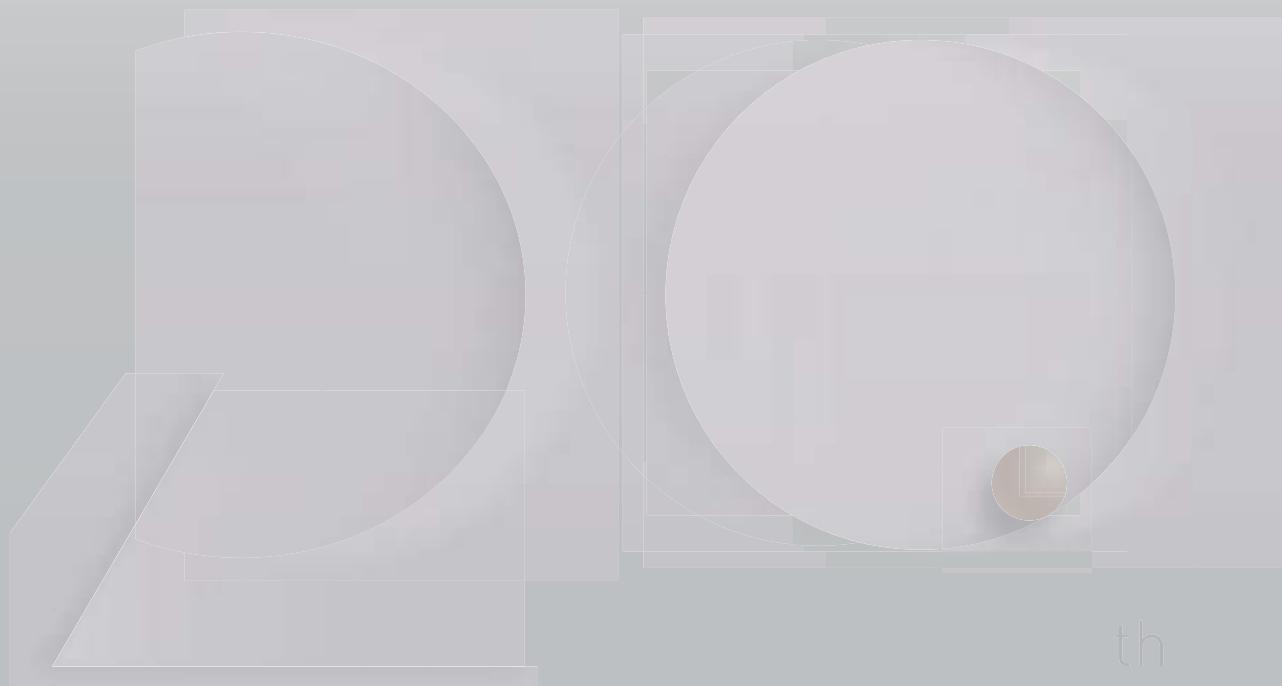
走出創作低潮，林政伯再度重新拾起畫筆，不再拘泥於技法和風格，跳脫理性的框架，回歸到兒時熱愛繪畫的初心，把內想法化為非具象的圖案，單純以色彩和筆觸去呈現，全然享受於這種偶爾放肆的快感，創作風格多元且大膽，相當值得一賞！

1999年，弘第以德國進口廚具為起點
逐步擴展至傢俱、影音視聽、衛浴等居家領域
荏苒至今，對頂級品味的堅持不曾改變

SPIRIT

TECH

GREEN



th

 弘第 HOME DELUXE
KITCHEN . FURNISHING

台北市松山區長春路451號1樓 02-2546-3000 www.home-d.com.tw

20週年活動相關資訊請上
[HomeDeluxe弘第 粉絲專頁](#)



中秋前夕九月十一日，國泰金融中心大廳熱鬧滾滾，變身社福機構一日市集。整棟大樓的上班族，包括國泰世華銀行及瑞士銀行（UBS）的員工，都趁午休紛紛下樓，駐足攤位前，大包小包地買進，雙手不夠拿，還呼朋引伴幫忙。

中秋義賣已成國泰世華銀行基金會與瑞銀的年度重要活動之一，自二〇一六年一起，累計已有逾新台幣百萬元的愛心捐款和義賣所得，以實際行動力挺身心障礙朋友自力更生的就業夢想。

今年「月見幸福 愛圓圓」中秋送愛，由曾獲全國心智障礙者才藝比賽舞蹈冠軍的唐寶寶熱力開場，整齊劃一的動作，讓

台下的銀行高階主管們，包括國泰世華銀行基金會董事長李明賢、國泰世華銀行總經理李偉正、資深副總周衛華等，不禁跟着節奏一起打拍子同樂。遠從新北市八里區到來的樂山教養院院生，也演出精彩舞蹈，以自信舞姿與笑容感染眾人。

中秋前夕九月十一日，國泰金融中心大廳熱鬧滾滾，變身社福機構一日市集。整棟大樓的上班族，包括國泰世華銀行及瑞士銀行（UBS）的員工，都趁午休紛紛下樓，駐足攤位前，大包小包地買進，雙手不夠拿，還呼朋引伴幫忙。

中秋義賣已成國泰世華銀行基金會與瑞銀的年度重要活動之一，自二〇一六年一起，累計已有逾新台幣百萬元的愛心捐款和義賣所得，以實際行動力挺身心障礙朋友自力更生的就業夢想。

唐氏症基金會副執行長周美汝表示，唐寶寶大約三十歲就步入老年，家長們相當擔心孩子的老化問題，盼成立社區照護機構，讓他們可以安心老化、終身安置。她感謝國泰世華銀行及瑞銀長期贊助，因為有大家的支持，使得基金會能走過二十個年頭，提供唐寶寶更好的照護服務。

只要社會大眾敞開心胸，透過頻繁的交流，就能看見身心障天使們的無限潛能。唐寶寶們經過訓練後，可以成為烘焙師；樂山院生用畫筆揮灑出天馬行空的異想世界，做成文創商品；育成基金會的憨兒也展現繪畫天分，國泰世華藝術中心曾為其舉辦畫展；聖安娜之家帶來的手染圍巾，則出自院內收容的身心障礙孩子之手。作

工細膩且獨具創意的手工藝品，吸引午休的上班族紛紛停下腳步選購，成為支持身

國泰世華銀行基金會攜手瑞士銀行

中秋義賣送愛 四年不間斷

國泰世華銀行基金會攜手瑞士銀行，今年第四度共同舉辦中秋義賣活動，特別邀請樂山教養院、唐氏症基金會、育成基金會及聖安娜之家至國泰金融中心設攤義賣，並由樂山天使及唐寶寶們帶來精彩歌舞表演，吸引大量人潮駐足欣賞，共度溫馨且意義非凡的中秋佳節。

土洋聯手做公益 合作無間

國泰世華銀行基金會董事長李明賢表示，「瑞銀與國泰世華銀行雖然在業務上互有競爭，但在公益慈善合作無間。瑞銀集團台灣總部和國泰世華銀行在同一棟大樓，希望同仁一起用新台幣將愛心商品下架。」國泰世華銀行基金會更當場加碼，捐贈參與義賣的四家社福機構各兩萬元，陪伴身心障礙朋友快樂過中秋。

以實際行動力挺
身心障礙朋友
自力更生的就業夢想

秉持「取之於社會，用之於社會」的理念，國泰世華銀行推行公益不遺餘力，除中秋義賣外，二〇一八年十月起更加碼推出每一年一日有薪志工特別假，鼓勵全台一百六十五家分行、近萬名同仁參與社會公益行動。國泰世華銀行也積極和許多在地社福機構建立緊密的夥伴關係，盼以實際行動實現企業、員工、社會三贏共好，為打造美好安居家園共同努力。

心障礙天使繼續前行的動力。



活動當天，唐寶寶們與樂山院生們表演了準備已久的舞蹈演出，展現自己的信心與喜悅。



DREAM CRUISES
星夢郵輪

探索世界
還能天天回家

星夢郵輪探索夢號



不論岸上行程玩到哪裡，只要回到探索夢號，總能享受家一般的熟悉



露天甲板泳池



精彩體驗



抹茶坊



露臺房



Mark Best

馬克·貝斯特 澳洲最高美食評鑑
三頂高帽主廚

探索夢號 創意澳洲 10天9夜 台北直飛雪梨

慢遊塔斯馬尼亞.墨爾本.搖籃山 包含機票、機場稅、港務費、郵輪服務費、司機與領隊小費

2020.02.22 (週六出發)

132,800 露臺房
元起

上順旅行社 (02)2517-1157

交觀甲0813
品保北0445

<https://www.fantasy-tours.com>



優遊10條 全球私人訂製行旅

走遍全球，除了帶回旅行記憶，還可以訂製專屬的手作技藝。

量身打造時尚精品，或是修身又高雅的西裝、旗袍，

跨越時間和距離，成就最特別的主題私旅，一切都值得！



近年興起了一股「訂製私旅（Tailor-Made）」風潮，在旅途中加入不同於DIY的個人專屬手作行程，由技藝精湛的師傅量身訂做，包含西裝、旗袍、鞋子、香水、音樂盒等，每一份作品都是舉世獨有。

匠師親自為顧客服務，過程細膩講究，享受專人服務的尊榮感，等待的時光則在收到專屬禮物的那一刻，化為餘韻悠長的喜悅，值得細細品味。

值得遠赴各地的手工逸品

在西方電影《金牌特務》（Kingsman: The Secret Service）中，Kingsman的情下諜報總部隱身在西裝店後，拍攝場景即為倫敦知名的薩佛街，看到柯林佛斯（Colin Firth）身穿西裝的帥氣模樣，是不是也很想訂做一套呢？而張曼玉在《花樣年華》裡換了二十三件旗袍，舉手投足散發古典氣質，同樣引起訂製功效風潮。有愈來愈多時尚精品或傳統技藝開放民眾訂購，師傅專注記錄客人的喜好、適合款式，經過一段時間等待，完成的物件令人欣喜萬分，可說是最特別的旅遊回憶。

有別於血拼購物的快樂，師傅的匠心與巧手創作，高質感令人愛不釋手，有些人甚至慕師傅之名，遠渡數萬公里訂製，滿足個人珍藏。踏上個人品味之旅前，必先行與店家預約，才能享受無比尊榮服務，遊程順訪訂製店家周邊私房



法國格拉斯（Grasse）小鎮是香水重要產地和原料供應地。

祕境、景點，細細品味慢活情調。

奢華旅行新趨勢

英倫風設計帶有經典歐陸皇室特色，包括西裝和鞋子，彰顯高貴優雅氣質。

來到法國格拉斯小鎮，是法國香水重要產地和原料供應地，頂級香水被列為必買清單，但是由調香師依個人喜好調製的獨有香氛，更能擄獲旅人的心。

師傅的匠心與巧手創作，高質感令人愛不釋手，

獨一無二的尊寵訂製服務

眼鏡、服飾、鞋子、公事包、香水等訂製品項，從頭到腳讓人煥然一新，出國旅行時不妨帶上唯你獨有的行李箱漫步機場，在細節中盡顯個人品味！轉往亞洲，曼谷客製化繡字包正夯，在帆布

包繡上專屬的字母或名字、勵志小語，搭配皮革款式提帶手把，強烈個性化設計令許多女性愛不釋手。

鄰近的越南手工藝品綻放光芒，作工細緻精美，手工製品成為近來最受青睞的伴手禮。店家提供傳統燈籠手作DIY，裝上流蘇即大功告成，帶回家紀念、點綴居家空間布置，留存旅遊的美好回憶。北海道小樽運河旁的音樂工房，以絕美的工藝量身訂做精巧幸福樂章，運用金屬梳齒通過金屬片彈撥的原理演奏出溫潤而迷人的樂聲，曲曲令人癡迷沉醉。展現你的不凡品味，來趟私人訂製行旅吧！



近年來，興起了一股「訂製私旅（Tailor-Made）」，由技藝精湛的師傅量身訂做，每一份作品都是舉世獨有。



訂製西裝主要分為半訂製、全訂製兩種，師傅依據身形比例打造，費用取決於選用布料、配件跟裁縫細節。

《金牌特務》中有許多訂製西裝的名言，主角驕傲地表示：「A bespoke suit, always fits.（訂做西裝，永遠合身）」這句話讓人對訂做西裝充滿想像。專有名詞 Bespoke 由單字 Bespeak 演變而來，意指經過溝通的量身訂製。每個男人都該擁有一件屬於自己的客製化西服，剪裁獨一無二、版型修身立體，加上特選

嚮往電影《007》、《金牌特務》中經典的西裝型男身姿嗎？布料和剪裁帶出迷人的紳士魅力，尤其是主角穿上合身西裝所散發的氣勢，襯托不凡氣質，讓人拜倒在西裝褲下。英國服裝廣受歡迎，到英國訂製西裝更是時尚流行，極富盛名的薩佛街（Savile Row St.）早在十七世紀即為貴族指定的西服訂製發源地，滿足史上最具名氣、影響力和魅力紳士的需求。整條街上的店家都有不小來頭和歷史典故，包括訂製燕尾服的第一家裁縫店、英國王室御用西服店、榮獲英國皇室授權徽章的品牌等。

服飾類

英國紳士西服

全手工剪裁
不凡氣質

布料和襯裡，舉手投足間盡顯迷人風采。

英式西裝魅力穿起來合身舒適，看起來恰到好處而優雅，規劃薩佛街訂製巡禮前，先了解基本需求與各項服務項目預算，才能盡興而歸。訂製西裝主要分為半訂製、全訂製兩種消費，費用取決於選用布料跟裁縫細節。師傅依據身形比例，打造專屬的英倫紳士風，詢問領子、口袋、開衩、長度、配色等需求後，細心測量肩寬、胸圍、袖長、腰圍、臀圍及褲長各項數據，整個量身訂製過程需不斷溝通與選擇。

訂製西服宛如一門講究細節的藝術，不同組成帶來各種面貌。老字號裁縫店歷久不衰，如薩佛街一號的 Gieves&Hawkes，成立於十八世紀，英國威廉王子在婚禮上所著禮服即出自此處；十一號的 H. Huntsman & Sons 則是



英國倫敦薩佛街是著名的西裝勝地，匯集多家老字號裁縫店。

英式西裝魅力穿起來合身舒適，看起來恰到好處而優雅。

從輪廓到成形，訂製一套西裝需經過上百個步驟，不斷細修並裝配許多配件，穿上之後，能明顯感受手工量身縫製的價值。不論正式場合或日常生活，西裝是個人風格與特質的指標，穿上經典的英式紳裝，身形更添帥氣挺拔。在薩佛街訂製西裝，需費時二至三個月，師傅

《金牌特務》的 Kingsman 裁縫店，不時有影迷慕名朝聖。

深入巷弄看見倫敦的不同



等待試裝的同時，可安排遊覽倫敦知名景點，如攝政街、大笨鐘、國會大廈、西敏寺等等。

一針一線縫製，中間會安排三次試身，改善細微剪裁結構修飾身形，務求最為服貼又舒適的西裝。

經過至少二個月的等待，終於拿到完美的服飾逸品，服貼筆挺、穿出魅力，昂首走出薩佛街，渾身散發自信。在等待試裝和成品的過程中，可安排遊覽倫敦巷弄景點，除了大笨鐘、國會大廈、市中心每區都有不同的人文地景特色，薩佛街兩邊的巷子，滿是世界名店，媲美紐約第五大道、巴黎香榭大道。

搭乘地鐵到皮卡地里圓環站或牛津圓環站，以兩個車站間的範圍為散步路線，街道兩旁古典建築具濃濃英倫氣息。亦可搭乘紅色的雙層巴士穿梭來往，一張觀光巴士套票隨上隨下八十多個站點，依自己的步伐節奏探索，環遊倫敦熱門景點。觀光巴士套票還包含泰晤士河遊船體驗，其中西敏寺碼頭至塔橋之間的航程是精華區段，從貼近河面的視角仰望建築地標，遙想日不落國的輝煌歷史。

info

紳士西服訂製

- 地址 |** 英國倫敦梅費爾區薩佛街 (Savile Row, Mayfair, London W1S 3PS)
- 交通 |** 搭乘地鐵到皮卡地里圓環站 (Piccadilly Circus Station) 或牛津圓環站 (Oxford Circus Station)，出站即有精品林立的攝政街和西裝聖地薩佛街的指標，兩條街道平行。
- 注意事項 |** 訂製合身剪裁的西裝，要價不菲，尤其是薩佛街的老字號名店，老師傅精湛手工完全展現珍貴價值。每套西裝費時耗工打造，加上頂級布料，訂製價格最少 3,000 英鎊起跳 (約新台幣 12 萬元)。主要提供半訂製、全訂製服務，依布料、配件、細部風格而增加費用。訂製前須先聯繫商家，預約手工量身試裝，並安排製作期程。

英倫手工鞋

精湛技藝 打造經典不朽



1. 手工訂製鞋注入了職人的溫度和情感，不僅展現個人品味，更增添獨特韻味。
2.John Lobb 被譽為世界最頂級的鞋履製造商之一，家族製鞋已逾 150 年歷史。

info

手工鞋訂製

地址 | 英國倫敦聖詹姆斯街
James's Street, Westminster
交通 | 搭乘地鐵至綠色公園站（Green Park Station），越過兩個街口即達聖詹姆斯街。
注意事項 | 為一雙好鞋等待半年以上時間，絕對值得！John Lobb 全腳量身訂製的高級訂製鞋款大約 5,000 英鎊起跳（約新台幣 20 萬元），製作完畢之後，刷上鞋油擦亮，再精心包裝國際快遞送到顧客手上。高昂費用包含終身保固的損壞維修。另有以現有款式為選項的「訂製鞋」服務，可另外選擇皮革、顏色加工設計，價格少了一大半，不失為手工訂製鞋的另一種尊貴體驗。

「一雙好鞋會帶你走向美好的地方」（珍·愛德蕭 Jane Eldershaw）一天之中，有大半時間都會穿著鞋子行走或站立，承載全身重力的足底，應該好好被呵護。手工訂製鞋注入了職人的溫度和情感，不僅展現個人品味，更增添獨特韻味。英國手工鞋履業舉世聞名，鞋款設計注重舒適與時尚，並忠於英式傳統，使用高品質皮革、堅持嚴製工序。穿西裝出席重要場合，一定要搭配一雙



2

好鞋！英倫訂製鞋融合精湛的手工藝，以及悠久製鞋文化，經時間淬鍊成就經典不朽。經典鞋履品牌有許多家都把總部設在北安普頓郡（Northampton），如 Church's、John Lobb、Crockett & Jones 等，各家均有優良縫紉技術。手工鞋和訂製西裝一樣，工序繁複、製程精細，由專業量度師親自測量腳型開始，掌握客戶是否有大小腳、扁平足、拇指外翻等狀況，務求打造最適合腳型的鞋款，從皮革選擇、鞋面雕花到鞋頭楦型，無一不是學問。

工匠收到師傅的測量資料後，歷經材質切割、縫製、裝飾、定型等四大步驟，打造一雙量腳訂製鞋。手工皮鞋品牌不只是經營鞋店，而是以製鞋工匠精神出發，雖然耗時、耗力、耗材，但絕對保證舒適度和耐用性。以英倫精品 John Lobb 來說，曾獲得皇家認證，家族製鞋已逾一百五十年歷史，每雙高級訂製鞋需要花上半年時間製作，雖所費不貲，但耐用壽命長達二、三十年，受到英國皇室鍾愛，各領域風雲人物都曾光顧，打響品牌名號。

John Lobb 被譽為世界最頂級的鞋履製造商之一，位於倫敦聖詹姆斯街九號的訂製工坊提供高端服務，孟克鞋和樂福鞋、牛津鞋散發優雅復古風格，雋永款式最受歡迎。呼應經典鞋履品牌的悠久歷史，可選擇拜訪倫敦西方的古老城鎮巴斯（Bath），整座城市都被列為世界文化遺產，處處皆風景。



1



2

1. 蘇州店家提供旗袍半訂製與全訂製服務，師傅會提供專業建議，以期穿出最美的姿態。2. 蘇州以絲綢和刺繡聞名，以勻密繡功呈現細膩光影變化，繡樣立體、色彩濃烈。

細看旗袍的設計花樣，主要可分為三大派：京派、海派、蘇派，風格各有千秋。其中，蘇州以絲綢和刺繡聞名，圖案多以江南水鄉的蓮葉、荷花為元素，以勻密繡功呈現細膩光影變化，繡樣立體、色彩濃烈，多了幾分大家閨秀的氣韻。蘇派旗袍特別講究領口、衣襟、和袖口，增加了活潑滾邊形式，能修飾身形體態，各年齡層都能演繹出不同味道。蘇州的旗袍訂製主要集中於平江路、十全街、山塘街一帶，又以平江路的店家最集中，滿足各種選擇喜好。

細看旗袍的設計花樣，主要可分為三大派：京派、海派、蘇派，風格各有千秋。其中，蘇州以絲綢和刺繡聞名，圖案多以江南水鄉的蓮葉、荷花為元素，以勻密繡功呈現細膩光影變化，繡樣立體、色彩濃烈，多了幾分大家閨秀的氣韻。蘇派旗袍特別講究領口、衣襟、和袖口，增加了活潑滾邊形式，能修飾身形體態，各年齡層都能演繹出不同味道。

高雅的旗袍盡顯女性曲線之美，身影婀娜多姿，許多人選擇在大喜之日穿上傳統旗袍，復古之中帶著時尚美感。電影《花樣年華》裡，張曼玉不斷變換旗袍，穿梭於每個場景，唯一不變的是她散發的雍容氣度。電影激起了許多觀眾體驗旗袍的慾望，隨著近年來中式禮服蔚為風潮，不妨趁著結婚量身訂製，穿上手工製旗袍出席儀式宴會場合，在一片西式華服中更顯迷人古典風采。

不論在電影或現實生活中，一襲華美



蘇州平江路沿著河岸而建，保存完好的舊時水上園林建築群已規劃為蘇州古城歷史街區。

服飾類

蘇州旗袍 展現女性 迷人風采

info

旗袍訂製

地址 | 中國蘇州市平江路
交通 | 搭乘蘇州地鐵一號線到臨頓路站，2、4號出口向東約400公尺即達。

注意事項 | 訂製旗袍前，先了解基本知識，如布料、三大派別款式、細節變化。可多看多摸多討論，到蘇州做旗袍，可嘗試國內少見的布料或技法，增加獨特性。訂製期程至少一個月，若加上刺繡、珠縫、蕾絲等工藝，則需更長時間。手工旗袍訂製費用大約人民幣2,000元左右（約新台幣1萬元），高檔布料切記乾洗保存，避免尖銳物勾洞抽絲。

小樽音樂盒

訂製繽紛音樂盒



小樽音樂盒堂本館擺放各式音樂盒，讓人愛不釋手。

音樂盒製作工藝歷史悠久，早在中古世紀，教堂的信徒利用槓桿原理操作鐘錘敲擊鐘面，進行報時而後不斷演進，至十八世紀，瑞士人在金屬圓筒上嵌入突起物，轉動時機動長短不一的鋼製簧片，奠定了音樂盒構造和創作。聆聽由發條、梳齒及圓筒發出的組合聲響，被形容為「聽見幸福的聲音」，訂製音樂盒更是時下流行的尊榮 Bespoke 饗宴，升級為精緻化、客製化，成為節目贈送禮品，傳遞美麗動聽的樂章。

日本北海道小樽自開港後，西方樂器漸漸傳入日本，各商家也開始販售音樂盒，音樂盒與玻璃製品已成為小樽最主要的觀光工業，型塑獨特的城市魅力。

來到充滿浪漫情懷與古蹟建築的北國港口，一定要體驗浪漫的音樂盒製作工藝，最知名的小樽音樂盒堂集團在小樽設有六個館，坐落在十字路口的小樽音樂盒堂本館，建築仿文藝復興風格打造，門口還有一座古老的蒸氣時鐘。

各種音樂盒造型精巧可愛、裝飾繽紛細緻，細膩工藝讓人愛不釋手。輕輕轉

動的發條，聲音叮鈴清亮、旋律輕柔悠揚，熟悉樂曲彷彿讓人回到往日時光。店內最大特色是提供自行設計音樂盒，展現別出心裁的個性化禮物。館內有多達上千種音樂選擇，或是以自己喜愛的曲子供師傅訂製機械式音樂盒機芯，接著選擇飾品元素和盒子造型外觀，令人驚嘆的視覺上加上優美絕妙的聽覺，上緊發條後，叮咚咚彈出美妙的音樂，隨著音符將幸福流淌在生活中。

音樂盒是許多人童年的共同回憶，延襲傳統製作的手工音樂盒，把抽象的音樂變成具象的藝術品，也發揚工藝師的價值。客製化音樂盒搭配豐富可愛的配件，打動對方心坎深處，專屬獨一的音樂盒，為您典藏美好歲月。



北海道小樽因港口而繁榮，因港運衰退而轉為發展觀光，沿著運河漫步，河岸旁的石造倉庫群見證了北國繁榮時期的風貌。



遺產，歷史古城又開始吸引眾人目光，享受散步其中的慵懶時光。
會安古鎮保留了大量木造老宅建築，結合中、日、越式建築工法，另錯落歐式洋房，交織成獨樹一幟的街景。民宅和店家門口高掛繽紛花燈，夜晚華燈上，五顏六色的燈籠吸引遊客駐足拍照，映

位於中越的會安古鎮，曾是東南亞最重要的國際港口之一，歷史人文薈萃，旅遊特色並不輸北越下龍灣、南越胡志明市。早在十六世紀，商船往來會安時，停留定居避開季風，會安成了最早出現旅越華僑的城市。隨著連接大海的秋盤河淤積，港口北移至峴港，會安漸漸繁華落盡。直到一九九九年列入世界文化

家飾類

越南會安燈籠

古城賞花燈 巡禮



2

1. 會安已成為越南最大的燈籠製造中心，各種形狀的燈籠構思巧妙。2. 會安古城內，民宅和店家門口高掛繽紛花燈，五顏六色的燈籠吸引遊客駐足拍照。

info

花燈訂製與體驗

地址 | 越南會安古城老街
交通 | 臺灣有航班直飛會安附近的的城市峴港，會安無火車站，需從峴港轉搭巴士或計程車前往。
注意事項 | 會安燈節於每月農曆 14 日舉行，行程最好安排在這段時間，感受眾多花燈的氣勢。街上有超過 30 間工作坊，除可購買訂製款式花燈外，亦可事先預約購買旅遊網站的燈籠製作課程，全套課程約 2 小時、費用約新台幣 500 元左右。農曆 14 日當天晚上，秋盤河上也飄著水燈；古城因花燈和水燈而散發活力，可搭人力扁舟遊河，體驗綺麗夜色。

越南的絲綢生產歷史悠久，使用在燈籠上，多了一股華貴氣，點亮燈火後，點綴萬種風情，居家擺放手工訂製燈籠襯托出時尚的奢華感。有機會至越南最大的燈籠製造中心，除造訪詩情畫意的會安古城老街，別錯過訂製特色燈籠，滿室溫暖燈光流瀉，讓人心情沉澱舒適。

做好燈籠骨架後，再包裹精選絲綢布或絨布，加上親自選用的流蘇，更添花色款式變化。訂製過程中聆聽師傅介紹燈籠代表的文化意義，述說當年中國與日本商人貿易往來，把燈籠帶到了會安，由此成為招來好運的象徵。

照在河面上，宛如光影與水的饗宴。每月的農曆十四日，會安燈節熱鬧展開，家家戶戶全都熄燈，一盞盞燈籠延伸到周邊街道上，有種回到十六世紀的錯覺。看遍各式花色和造型燈籠，興起訂製的念頭，把會安古城的風華元素帶回家！有別於一般花燈，會安傳統花燈不用素紙或膠片，而是採用繡花、布料做為燈罩，光線更顯柔和溫婉，作工精細的燈籠，老師傅必須精算竹與竹之間的距離，仔細處理竹子材質、彎曲結構。做好燈籠骨架後，再包裹精選絲綢布或絨布，加上親自選用的流蘇，更添花色款式變化。訂製過程中聆聽師傅介紹燈籠代表的文化意義，述說當年中國與日本商人貿易往來，把燈籠帶到了會安，由此成為招來好運的象徵。

德國客製眼鏡 一秒變型男



1

1.LOTOS 眼鏡外觀不作任何品牌標示，低調奢華深受收藏家喜愛。
2.LOTOS 已傳承到第五代，以 18K 純金眼鏡訂製聞名全世界。

info

眼鏡訂製

注意事項 | LOTOS 如同眼鏡界中的勞斯萊斯，定位為珠寶眼鏡製造商，每副鏡架製作工序繁複，製作期至少六個月，若是設計複雜的珠寶眼鏡或私人訂製款，更費時八個月以上。材質可選擇黃金、玫瑰金、白金或鉑金。LOTOS 提供終身保養服務，但不含維修費用，至於私人訂製款約新台幣數十萬、上百萬元起跳。德國總部不開放參觀，需從台灣經銷商訂製：溥儀眼鏡、尖端視光、四季眼鏡、米蘭、米藍眼鏡精品、前衛眼鏡、得恩堂眼鏡。



2

LOTOS 以不朽工藝和非凡品味享譽全球，值得一提的是，LOTOS 由經銷商引進來台，讓藏家愛好者可以不用親自跑一趟德國，就能體驗高端珠寶和極致工藝的尊榮服務。

LOTOS 以不朽工藝和非凡品味享譽全球，值得一提的是，LOTOS 由經銷商引進來台，讓藏家愛好者可以不用親自跑一趟德國，就能體驗高端珠寶和極致工藝的尊榮服務。

眼鏡不單只是矯正視力的工具，更是整體穿搭造型的重點配件！許多人認為戴眼鏡不方便活動、有礙美觀，其實只要選對鏡框，不僅無損帥度，還能修飾臉型，搭配得宜更能替外型加分。近年來手工眼鏡受到青睞，許多品牌紛紛推出訂製服務，讓鏡框工藝更上一層樓。跳脫標準化尺碼眼鏡的框架，不斷改良款式讓臉部輪廓更加立體。創造個人獨特風格，整體穿搭大加分。

以知名度來說，日本福井縣是世界眼

百年品牌的高品質始終如一，甚至還提供純金鏡架訂製服務，成為世界聞名的 18K 純金眼鏡訂製工房，每副眼鏡都是由匠師親手打造，是極為精緻的手製工藝品，定價從數十萬到百萬都有。LOTOS 眼鏡已傳承到第五代，秉持家族獨具的匠心，每個細節追求完美極致、每副眼鏡都是一件獨一無二的藝術品。

工匠運用 18K 黃金或 950 鉑金手工打造，設計款式充滿藝術精品質感，鏡框外觀不做任何品牌標示，低調奢華、底蘊深厚優雅。珍貴的實心天然水牛角亦為鏡框製作材質，需經過繁複的物理和化學工序處理，顯現獨特花紋和色澤，溫潤透亮又復古。精細手工眼鏡只要保養得宜，用上數十年完全沒問題！

鏡生產重鎮之一，九成以上日本製造的眼鏡皆出至於此，造就許多職人大師。地球另一端的德國南部，有「黃金之城」美譽的小鎮普福爾茨海姆 (Pforzheim)，以製作珍貴珠寶及首飾所聞名，純熟精湛技法搭配上乘材質，不讓日本手工眼鏡專美於前，生產全球最昂貴奢華的 LOTOS 眼鏡。迄今已走過一百多年歷史，受到企業菁英、時尚人士和收藏家的喜愛，連各國領袖、皇室成員也都是忠實顧客。

百年品牌的高品質始終如一，甚至還提供純金鏡架訂製服務，成為世界聞名的 18K 純金眼鏡訂製工房，每副眼鏡都是由匠師親手打造，是極為精緻的手製工藝品，定價從數十萬到百萬都有。LOTOS 眼鏡已傳承到第五代，秉持家族獨具的匠心，每個細節追求完美極致、每副眼鏡都是一件獨一無二的藝術品。

工匠運用 18K 黃金或 950 鉑金手工打造，設計款式充滿藝術精品質感，鏡框外觀不做任何品牌標示，低調奢華、底蘊深厚優雅。珍貴的實心天然水牛角亦為鏡框製作材質，需經過繁複的物理和化學工序處理，顯現獨特花紋和色澤，溫潤透亮又復古。精細手工眼鏡只要保養得宜，用上數十年完全沒問題！

LOTOS 以不朽工藝和非凡品味享譽全球，值得一提的是，LOTOS 由經銷商引進來台，讓藏家愛好者可以不用親自跑一趟德國，就能體驗高端珠寶和極致工藝的尊榮服務。



義大利精品旅行箱 TecknoMonster，號稱全世界最頂級的訂製行李箱。

出門旅遊，必帶好用的行李箱，移動輕巧、收納方便，同時還代表了一種對生活的態度，兼具時尚感和實用度。集藝術、人文、時尚於一身的義大利，手工皮革設計揚名國際，許多愛車族傾心的跑車品牌也出自義大利。頂級旅行箱品牌 TecknoMonster（簡稱 TKM），號稱全世界最頂級的訂製行李箱，訂製服務都可依客人需求量身打造，頂級服務超乎想像，優異品質還能世代相傳。

義大利精品旅行箱 TKM 的材質和製作與眾不同，箱身採用乾式碳纖維製作工藝，這一點與世界頂尖超跑的碳纖維車身相同。另添入石墨烯增加碳纖維的強度與可塑性，讓行李箱輕盈耐撞又超耐用。TKM 追求尊榮、獨特，同時講究細節與實用性，品牌創辦人的家族擁有義大利皇室背景，掌握航太鈦金屬關鍵製程技術，設計製作結合科技元素，讓人耳目一新，品牌堪稱流著真正貴族血統。

來自義大利的奢華行李箱品牌，總部設在米蘭時尚之都，金屬零件由專門製作裁縫用重型剪刀的冶金技師操刀，全

配件類

義大利頂級旅行箱

碳纖維 完美呈現



旅行箱設計製作結合科技元素，箱身以航太鈦金屬製作，手把則由品牌工匠選用頂級真皮，以獨特雙針馬鞍縫，一針一線縫出絕美質感。

info

頂級旅行箱訂製

地址 | Passaggio Duomo 2, Milano, Italy (義大利米蘭)

交通 | 米蘭火車站均與地鐵站銜接，地鐵系統是全義大利最發達的地方，交通相當方便。

注意事項 | TecknoMonster 採用獨特的材質和製作工序打造頂級產品，登機箱起跳價為新台幣 15 萬元，費用依材質和產品系列而不同，提升奢華旅行體驗。行李箱主要使用碳纖維、鈦金屬與頂級皮革，全手工打造，客製化服務約三個月交貨。2018 年於台北開設全球第一家旗艦店，隱身在豪宅的花園裡，低調不張揚，滿足金字塔頂端的富豪客人。



Canvas 時尚簡約，主要走帆布訂製包路線。

來到曼谷一定要大啖正宗泰式料理，從夜市、攤販到美食街、餐廳，經典菜餚酸辣開胃，深入水上市場尋寶更有一番風味。到泰國學泰國菜正夯，曼谷的五星級飯店皆有開設速成班。如果時間充足，不妨到專門的料理學校深入學習，一天的課程從泰國傳統市場開始，聆聽老師講解食材應用，跟著老師的示範步驟料理烹煮，品嚐自己的美味傑作，回家也能變身為泰式大廚。

泰國設計品牌深受多元文化薰陶，不僅保留傳統美感，更融入新意創造鮮明特色，手工包包即是最受矚目的設計新品！來到曼谷，新銳設計師以皮革與帆布元素攻占時尚市場，可依個人喜好搭配出花俏、可愛、成熟等不同風格，各種包款令人愛不釋手。尤其是客製化繡字凸顯個人風格，繡上名字縮寫、英文字單字或是簡短的勵志標語，連鍊條也能玩出新花樣，大走組合變化。

Canvas 時尚簡約，主要走帆布訂製包路線，質感細膩扎实又不會太重，平價時尚不難入手，令人大呼物超所值。

配件類

曼谷客製刺繡 獨家設計與眾不同

時尚商品推陳出新，這股客製化風潮吹到曼谷，Hattags 訂製刺繡包大受歡迎，還有另一家 Canvas Bangkok，從包款、顏色到字體都能選擇。

兩家社群媒體討論度最高的品牌都沒有實體店面，提供送貨到飯店的服務，快速便捷符合現代人網購消費習慣。出發飛往曼谷之前，先上官方臉書確認品項、包款、尺寸，再選擇絹印或刺繡方式，布料印刷或立體繡線的效果各異。

最後是字體樣式、內容及繡線顏色，全部選完之後，就等著收到成品的驚喜。

訂製包款是現在到泰國旅遊最受歡迎的時尚物件，繡上專屬的標語或記號，滿足當設計師的夢想。包款簡約帶有客製化元素，搭配極具質感的皮革、鍊帶或寬揹帶，看起來個性十足。Hattags 風格花俏多變，有帆布及皮質面料，可創造出上百種款式，完全不怕撞包。Canvas 時尚簡約，主要走帆布訂製包路線，質感細膩扎实又不會太重，平價時尚不難入手，令人大呼物超所值。

繡上專屬的標語或記號，化身为自己的設計師。

info

繡字包訂製

- 網站 | www.facebook.com/hattagsofficial、
www.facebook.com/Canvasbangkok
 交通 | 台灣有直航航班往返曼谷，亦可從香港轉機；市區的捷運和地鐵是最便捷的交通工具。
 注意事項 | 兩家品牌都沒有實體店面，須先上臉書專頁訂購，選好喜歡的款式可私訊洽詢。字體分為絹印或刺繡，內容以英文為主，字數多寡會影響排版跟字體大小。另可自行選擇帆布或皮革等面料材質，包括鍊條顏色等，增加個人風格。價格因包款而異，大約在 1,000 至 2,000 泰銖左右（新台幣 1,000 至 2,000 元），須先付款或訂金，僅接受泰國帳戶轉帳或用 Paypal 付款。訂製時間大約一週左右，店家會在旅客旅行曼谷期間送到飯店或民宿。



Hattags 風格花俏多變，有帆布及皮質面料，可創造出上百種款式。



以純手工製作的 Schedoni 皮件，極致手作讓皮革工藝昇華為藝術。



摩德納是經典名車瑪莎拉蒂、法拉利等品牌的工廠或總部，時間充足可將名車博物館列入遊程中。

打造手工特殊逸品被視為奢華體驗，對上班族來說，每天使用的公事包就好比車子和手錶一樣，能展現個人特色與品味，屬於重要的風格配件。義大利百年頂級皮件廠 Schedoni 不僅是全球頂級豪車名門的皮件供應商，也為特定車款設計製造專屬皮件精品，並提供皮革相關的特殊訂製要求，日常實用的手工公事包備受高階精英人士青睞。

一百多年來，Schedoni 從手工皮鞋製

Schedoni 位在北義的城鎮摩德納 (Modena)，摩德納亦是經典名車瑪莎拉蒂、法拉利等品牌的工廠或總部所在地，可安排逛遊名車博物館，恣意想像奔馳賽道的急速快感。

配件類

義大利摩德納公事包 百年皮革工藝 溫潤細膩

造起家、茁壯，後來與法拉利合作，提供特殊內裝設計、賽車座椅包覆皮革等。這家義大利高級皮件製造廠也與其他超跑名車合作，高端客戶對品質的要求使雙方的產品精緻度不斷提升，皮革工藝更上一層樓。因應訂製客戶的特殊需求，Schedoni 收集了許多來自世界各地的珍貴皮革，例如各種牛隻、鳥禽和爬蟲類，宛如另類皮革博物館。

以純手工製作的 Schedoni 皮件，經過

家族四代經營，受到各大車廠、企業敬重愛戴，極致手作讓皮革工藝昇華為藝術，只要是任何與皮革相關的訂製要求，團隊都能實現。訂製一個公事包吧！為您的上班行頭加分，首先挑選喜愛的皮料和款式後，資深匠師便開始作業，打版、切割皮料，然後進入一針一線縫製的工序。所有環節全都手工作業，散發溫潤細膩的觸感，氣質魅力濃厚。

頂級公事包訂製

地址 | Via Gandhi, 41122, Modena Italia (義大利摩德納)
交通 | 從義大利其他各大城市到摩德納，坐火車即可到達。
注意事項 | Schedoni 標榜只要是跟皮革相關的訂製項目，都能夠實現滿足，包括珍稀皮革的需求。百年頂級皮件廠的客製化服務要價不菲，關於費用、訂製內容需上網 (schedoni.com) 直接聯繫查詢。團隊也曾為各國皇室製作皮件，品質和水準可見一斑，想擁有跟超跑車隊一樣的皮件，可參考這家低調的頂級皮件廠，品牌珍稀度令人嚮往。

法國特調香水

全世界 最香的小鎮

在電影《香水》中，巴黎香水鋪老闆告訴男主角：「沒有在格拉斯歷練過的人，不配稱為香水製造者。」真實世界裡，法國格拉斯確實是世界香水重鎮，十六世紀初，小鎮原本以皮革手工業為主，皮匠們想將花卉提煉出的香精，加進皮革製成香味手套或其他皮件，卻成為奠定格拉斯發展香水業的契機。自法國第一家香料工廠誕生於此後，陸續有其他家工廠成立，全法國有八成的香水都來自這裡，包括名聞國際的香奈兒五號香水、打造無與倫比經典女香的迪奧。

格拉斯離坎城和尼斯非常近，為南法度假勝地，地形和氣候很適合種植玫瑰、茉莉、薰衣草、紫羅蘭等香水原料，四季花卉輪番盛開，每年五月初夏的玫瑰花節，和八月盛夏的茉莉花節，讓整個小鎮瀰漫著芬芳花香，這座被讚喻為全世界最香的小鎮，目前共有三十多間香品工廠，其中更有不少自古即專為歐洲皇室調製的香水。



「調香師」需擁有靈敏的嗅覺、記憶，能快速分辨和分析味道，熟悉各種氣味濃淡的變化。

製作香水是一門精深學問，將不同的

元素相互調配，創作出獨一無二的迷人氣息。香水設計者稱為「調香師」，需擁有靈敏的嗅覺、記憶，能快速分辨和分析味道，熟悉各種氣味濃淡的變化。

格拉斯各家香水坊都有多達數百、上千種的香精，調香師傳承數百年的古老花香調配祕方，不斷揉合新的原料，激盪

出多種迷人花果香氣，製成一瓶瓶讓人神魂顛倒的香水。工坊亦提供私人訂製服務，客戶選定基底氣味後，將由調香師親自調配完美比例，勾引出濃淡得宜的獨門香氛，前、中、後味各有風采，十分迷人。

雖然名列世界香水重鎮，格拉斯仍保有法國南部度假小鎮的純樸氣息，城鎮依山而建，山坡種滿一畦畦花田。漫步舊城區，街廊混合了普羅旺斯及義大利熱內亞的風格，建築錯落有致，穿梭巷弄不時遇見意外的驚喜。

為記憶旅遊的方式。

全法國有八成的香水來自格拉斯，整個小鎮瀰漫著芬芳花香。

info

香水訂製與體驗

地址 | Provence Grasse, France (法國普羅旺斯格拉斯)

交通 | 從坎城或尼斯維勒搭火車直達至格拉斯，於站前搭乘免費接駁巴士前往市區。

注意事項 | 可於遊客中心索取市區遊覽地圖，大部分的香水坊都開放免費參觀，並提供多國語言導覽行程。香水坊體驗課程約2個小時，費用40歐元起跳（約新台幣1,300元，各家價格不一），依香精原料珍貴度、香水瓶款式而增加費用。跟著調香師的步驟，挑選主要的基底氣味，自製成品令人驚豔！

山城小鎮還有普羅旺斯博物館、弗拉哥納別墅博物館，藝術氣息濃厚，可購買博物館護照一次逛足。走訪舊城區內的廣場周邊林立咖啡館、餐廳和藝品店，也可安排順遊坎城和尼斯，走訪電影明星必經的星光大道，滿足追星癮！

Molinard、Fragonard三大百年香水製造商都開放體驗工作坊，只要和調香師討論或參加體驗製作課程，就能擁有專屬的個人香水，連瓶身也能選擇不同款式；透過兩個小時的課程，即可完成近乎預期的香品，回家後只要噴灑些許，彷彿就回到了可愛的小鎮，芳香氣息成

迷人氣韻與專屬調香體驗



Galimard 開放體驗工作坊，和調香師討論或參加體驗製作課程，就能擁有專屬的個人香水。



格拉斯各家香水坊都有多達數百、上千種的香精。



「東京蚤之市」為東京最大規模的跳蚤市場，每年分別在五月及十一月舉辦。

東京蚤之市 文青最愛雜貨聖地

日本雜貨充滿創意與趣味性，除了個性店鋪，市集是採購生活雜貨的最佳朝聖地！日本各地都會定期舉辦主題市集，「東京蚤之市」為東京最大規模的跳蚤市場，特色店家及品牌齊聚調布多摩川河畔的會場，古道具、古書等古董商品和雜貨

被古董雜貨愛好者喻為此生必去的「東京蚤之市」，二〇一九年秋天迎來第十六回，除了古董攤販，更設有手作體驗和表演活動，吸引海內外旅客慕名朝聖。「瑞士伯恩洋蔥市集」以洋蔥為主題，充滿傳統節慶氣氛，數百個攤位讓人眼花撩亂，發現中歐古城另類美麗樣貌。

好逛好買的知性文創小旅行 市集鮮體驗 邂逅美好日常光景

逛市集，是最能融入當地風俗民情的文化體驗！主題市集聚集了特色食材和小吃，抑或是復古雜貨、創意手作等。十一月入秋，東京蚤之市以及瑞士伯恩洋蔥市集陸續登場，隨興漫遊，各式古董、二手物、新銳設計師的作品，邂逅偶遇的美好。

小物應有盡有，知名餐廳和獨立美食小店也進駐設攤，說是專程出國來挖寶也不誇張！無論是新手玩家還是古董達人，一起

參加大型市集，漫步來回在特色小攤中，挖掘夢寐以求的寶物，絕對買到上癮。

「東京蚤之市」由集結雜誌編輯者、織

品纖維專家、影像製作者、紙藝專家、料理家等眾多領域專業人員的日本編輯團隊

「手紙社」所主辦，聚集眾多店家擺攤，每年不斷破店家數量、參觀人次紀錄，被

喻為「雜貨古道具迷的天堂」，所有人

滿心期待與古物的美好相遇。邁入第十六回，將首度移師到東京立川的國營昭和紀念公園，空地寬敞、逛上一整天都不成問題，尤其配合秋天的銀杏大道，園內兩大

排銀杏樹耀眼迷人。今年的春季東京蚤之市是歷屆規模最大，秋季市集也令人期待，雜貨迷一定會愛上這裡！



東京蚤之市內，各式器皿、古物、二手書、家具、雜貨小物等等應有盡有，是雜貨古道具迷的天堂。

市集挖寶趣 東京最大跳蚤市場

在「東京蚤之市」市集內，主辦單位將

眾多攤位精心分類，包括：雜貨、家具、

古董、二手書、文創小物、特色美食、手工製作課程等；而為迎接即將到來的聖誕節，市集也會陳售北歐的雜貨小物，營造濃厚的佳節氣氛。各店家用心布置展攤，

精心打造設計屬於自己的一方小天地，宛如另一種裝置藝術的展示，視覺海報與周邊商品也都想納入珍藏。時下最流行的乾燥花藝、刺繡飾品、造型盆器、復古家具等，一次滿足購物慾；木製器皿的紋路摸起來手感溫潤，光擺著就十分好看。

穿梭在特色小攤之間，店家親切寒暄問候，充滿歷史感的古物讓人欲罷不能，許多人特地來尋找打字機、單眼相機等二手物品。逛市集完全不用怕迷路，建議早

時間：11月15～17日

地點：國營昭和紀念公園（東京都立川市綠町3173）

門票：預售票800日元、當日票1,000日元（中學生以下免費）

網站：tokyononomioichi.com/2019_autumn

交通：搭JR青梅線至西立川站或JR中央線至立川站，

出站步行約3分鐘即可抵達

玩出文青味 體驗道地東京玩法

「東京蚤之市」的逛遊動線明確，每一攤店家無不使出渾身解術，親切寒暄問候，或是熱情地介紹產品設計發想，充滿街市人情味。為什麼老東西仍餘韻猶存呢？走一趟市集就能了解箇中滋味，日本堪稱最會保存物件的民族，幸運的話，還能找到完好的黑膠唱片、CD和舊雜誌，滿山滿谷的古董珍寶吸引遊人目光。千萬別錯過手工製作體驗，由職人現場教學指導，例如可選擇喜愛的顏色及圖案，自己動手做出獨特的絹印帆布提袋。此外，主辦單位還邀集歌手、樂團、街頭藝人上台表演，LIVE音樂演奏讓人沉醉其中，整個市集沐浴在秋日陽光下，聽著過往人潮輕聲笑語，處處洋溢著樂在生活的幸福感。

市集內來自日本各處，如北海道、本州、四國到九州的美食和名店齊聚一堂，有興趣的話，可再另赴本店購買，探訪更豐富的蒐藏。正值銀杏轉黃的時節，把握

點出發來尋寶，手作物品獨一無二，有時候離開展攤考慮幾分鐘，一轉回來就售罄了。現場更有許多季節限定美食，例如：麵包點心、咖啡、手工啤酒、地方名產、異國小吃、有機蔬果等，可悠閒地坐下來享用。會場同步舉行「東京北歐市」和「東京豆皿市」，展售北歐設計商品以及小碟盤，每樣作品都有故事性。

瑞士伯恩洋蔥市集 中世紀古城派對

在歐洲，以食物為主題的特色市集，除了荷蘭阿克瑪乳酪市集、法國尼斯傳統市集外，瑞士伯恩的洋蔥市集更是不可錯過！每年十一月的第四個星期一，伯恩舊城區的國會大廈廣場變身巨大市集，漫步市街，空氣中瀰漫著一股辛香氣味，數百個攤位齊聚參展，一串串洋蔥高掛在攤位

起源來自於感恩，演變成瑞士年度盛會。



每年十一月的第四個星期一，在瑞士伯恩舉辦的洋蔥市集，已演變成年度節慶盛會。

清晨天剛亮，各店家已陸續進駐完成擺攤，將各種洋蔥花束、花圈、花瓣擺放整齊，準備招呼客人；伯恩的居民各個早起前來，深怕晚了就買不到限量的商品。雖然市集以洋蔥為名，但這時節盛產的還有大蒜，大家趕著採買辛辣味十足的農特產。逛著被詩人歌德譽為「最美地方的城市」，深秋寒風颼颼，手捧著一碗濃郁

繽紛紙花大戰 掀起節慶最高潮

前，裝飾成各種造型。除了料理食用，編織成串的洋蔥兼具裝飾功能，白、黃、藍紫等不同顏色的洋蔥成堆或成串在一起，刺激食慾也豐富視覺饗宴。店家發揮巧思將洋蔥組成花圈、娃娃或動物造型，圓滾滾的洋蔥還被畫上喜怒哀樂的表情，逗人會心一笑。

洋蔥市集的起源來自於感恩。早在十五世紀初，伯恩曾發生一場嚴重火災，超過六百棟房屋被燒毀，火勢持續蔓延。鄰近的弗萊堡州農民趕來救災，終於撲滅火勢，並協助伯恩居民重建家園。當時瑞士邦州林立，法律禁止不同州的農民進到他城販售農產品，伯恩人為感謝鄰州的恩情，邀請一同在伯恩州銷售當季農作物。

由此，十一月第四個星期一銷售洋蔥的傳統延續至今，演變成瑞士年度節慶盛會，攤位數量不斷增加，亦是當地規模最大的農產品市集。接近歲末年終，洋蔥市集也洋溢著聖誕節的歡樂氣氛，販售應景飾品、手工藝品，好玩又吸睛。



「繽紛紙花大戰」是洋蔥市集節慶活動的最高潮。

最高潮，下午三、四點，各攤位店家開始出清展售品，同時販售彩色碎紙花，準備迎接所有人滿心期待「繽紛紙花大戰」！遊客和當地居民互相打起紙花戰，一把把往對方身上傾灑，連小朋友也玩得不亦樂乎。有些人使用特殊的玩具紙花手槍，或是一整包潑灑，不管認不認識，抓起紙花就往對方身上擲去，頓時整個街道綴滿了繽紛色彩，民眾、旅人的身上沾黏了幾片小紙花，彷彿帶著紀念品回家，展現伯恩洋蔥市集辛辣又鮮活的文化氣息！這場為

品送入口中，身心都暖了起來。另外還有驅寒的熱葡萄酒、香氣濃郁撲鼻的洋蔥餡餅、綜合肉類和醃製菜類的伯恩盤；到瑞士也千萬別錯過起士、馬鈴薯煎餅及巧克力，幸福感滿分。



伯恩正好坐落在阿勒河的河流彎曲處，中世紀古城市容樣貌保存完好。

2019 伯恩洋蔥市集

飛往瑞士大多由日內瓦或蘇黎世進出，境內火車網路綿密，建議先在台灣向代理瑞士國鐵票務的旅行社購買 Swiss Travel Pass 或 Swiss Travel Pass Flex，方便在歐洲各城市間移動，規劃瑞士冬日漫遊行程。伯恩的景點很集中，若沒有購買 Swiss Travel Pass，也可購買伯恩卡，在效期內可無限制搭乘大眾交通工具遊覽大部分景點，並免費參觀市區各博物館的常設展。

時間：11月25日（11月第四個星期一）

地點：舊城區市中心廣場（火車站和 Bundesplatz 之間）

網站：www.bern.com/en/news-events/detail/zibelemaeritten-onion-market

交通：出伯恩火車站直走約 5 至 10 分鐘即可達

了表達感恩之情而衍生的節慶盛會，為這座中世紀古城更添獨特魅力。

漫步世界遺產 以熊為名的首都

十一月底的浪漫市集，以洋蔥和紙花大戰為重頭戲，緊接著十二月的聖誕節慶，整個城區歡笑聲不斷。伯恩自中世紀晚期開始，便是阿爾卑斯山北面最大的城市，一八四八年設為瑞士首都，一九八三年更被列為瑞士第一批世界遺產。把握時間安排老城區散步，逛完市集後遊覽時鐘塔、大教堂、熊公園、市政廳、國會大廈等景點，古典市容幾乎看不到任何現代建築，古城完好樣貌見證聯邦往昔的榮光。市區面積不大，可用徒步或搭乘路面電車的方式遊覽；伯恩正好坐落在瑞士最長河流阿勒河彎曲處，三面為河流所包圍，潺潺流水引領遊人走進美好歲月長廊。

伯恩是一座以熊為名的城市，由德文的 Bär 命名，因建城者在阿勒河狩獵時，捕捉的第一隻動物就是熊。走在街道巷弄，所到之處都是熊的圖騰和標誌，連腳下的水溝蓋都有熊出沒。各式歷史噴泉是另一項引人注目的伯恩特色，市區共有超過兩百五十座噴泉，水質純淨可生飲，口渴就裝點噴泉水來喝吧！若想完整俯瞰伯恩市區，一定要爬上高達一百公尺的大教堂鐘塔，拾階到達塔頂，即可一覽世界文化遺產之都。登上與舊城僅一河之隔的玫瑰園，在秋冬簇簇楓紅景色中來杯濃郁香醇的熱咖啡，俯瞰街區市容，令人陶醉其中。

經典雪山山脈縱走路線

武陵四秀壯遊 美哉百岳絕景

海島台灣，五大山脈交疊橫亘，光是超過三千公尺的高山就達二百六十八座，綿延雄偉的山峰令人心生敬畏，更想親近其中領略登山魅力。位在雪霸國家公園內的武陵四秀，山形各異其趣，不妨挑戰一次串聯走完！

時序進入秋季，舒適微涼的氣候最適合登山健行，大自然地景風貌更迭，換上橙黃、豔紅的色彩。對喜愛登山的人來說，攀爬百岳是夢想與目標，不論是縱走橫斷、南北縱走，眼前壯闊美景引人一再揹起裝備走進山林。被喻為經典群峰的武陵四秀，在山岳界非常知名，可說是縱走路線的入門行程，用三天兩夜走完四座百岳，走來相當精彩。

與山同行 雪霸國家公園尋奇

沿著台七甲線宜蘭支線，在蘭陽溪畔蜿蜒深入山區，一路行經大同鄉的茂安村、四季村、南山村、思源壠口，原鄉部落一派悠閒恬靜。公路兩旁的青楓、槭樹夾道蓊鬱，每到秋冬之際，陸續換上絢麗多彩，綠、黃、橘、紅交錯，增添幾許浪漫。過了宜蘭與台中市縣界繼續前行，至公路五十三公里處，終於看到武陵農場的指標，這處全台最知名的賞楓勝地成立迄今已超過半世紀，除了四季更迭的「春花」、「夏果」、「秋楓」、「冬雪」特色，還有數條適合大眾健行的登山步道。尤其農場是攀登雪山主峰及武陵四秀的進出據點，七家灣溪蜿蜒流淌，孕育國寶級的櫻花鉤吻鮭。

一九九二年，雪霸國家公園正式成立，屬於山岳型國家公園，園區範圍內的三千公尺高山有五十一座，其中有十九座名列台灣百岳。因造山運動推擠而成的雪山山脈，地形變化豐富，山脈橫亘、紋理清楚，

境內最有名的莫過於雪山主峰到大霸尖山的稜脊，台灣山嶽會總幹事沼井鐵太郎於一九二七年首登大霸尖山時，看到這條壯麗的稜線讚嘆：「這神聖的稜線啊！」聖稜線的名稱由此而來。每位山行者對聖稜線都抱有無限憧憬，在新手挑戰嶙峋崢嶸的山峰前，不妨先從武陵四秀入門訓練，這條路線雖具挑戰性但還算親民，出發前還是要訓練體能、充分了解路線規劃，建議請有經驗的高山嚮導帶領前往。

武陵四秀，因以武陵農場作為起訖點而得名，四座連峰由西到東分別為品田山、



雪霸國家公園屬於山岳型國家公園，園區範圍內山脈橫亘，地形變化豐富。



位在雪霸國家公園內的武陵四秀，山形各異其趣。



1

1. 武陵四秀是縱走路線的入門行程。



2

2. 公路兩旁的青楓、槭樹在秋季來臨之際，已陸續轉紅，綠、黃、橘、紅交錯，增添幾許浪漫。

池有山、桃山、喀拉業山，彼此距離不遠，只要練好體能，安排三天二夜的行程就能體驗四秀縱走美景。

從武陵山莊往桃山瀑布的林道出發，一路都是高聳的二葉松，大約二點五公里左右即達登山口，坡度緩緩上升，樹木遮蔽了日光，腳下踩著二葉松的落葉，走來輕鬆愜意。漸漸地，坡度愈來愈高，也聽不到人聲和瀑布聲，算是真正進入了幽靜山谷。一路爬升一千三百公尺，抵達三叉營地，總算完成三分之一的高山縱走路程，上到稜線後視野開闊無邊，能眺望遠方各個山頭。

途經石瀑地形，整片山坡布滿了一塊塊大石頭，搭配兩側林木、遠方藍天，景致一級讚！在營地卸下重裝換上攻頂背包，沿著石瀑右側前往池有山，穿越一段大岩壁，堆疊的大石塊崎嶇難行，必須全神貫注、手腳並用攀爬，令人不禁讚嘆大自然的神奇力量。

隨著高度上升，視野變得更加開闊，望向雪山圈谷，依稀可見三六九山莊、武陵農場；終於抵達山頂後，沒有屏障的峰頂視野奇佳，大霸群峰就在眼前，奇特山形不愧為世紀奇峰，望向遠方雲霧山巔，頗有「坐看雲起時」的詩意。

池有美景 奇岩珍樹百變風貌

環顧四周全景，群山峻嶺競秀、爭相延伸天際線，尤其是聖稜線、品田山，以及向後延伸的品田大斷崖，撼人景致驚心

動魄。池有山標高三千三百零三公尺，因山頂側面至新達山屋之間的山坡上散布許多高山池塘，因而得名。儲備好體力，再從登山口換輕裝至池有山頂，約需三十分鐘，在山頂待了半小時拍攝各種登頂照後，再循著路線回到登山口，背上重裝往新達山屋挺進。沿著池有山的山腰前行，會經過著名的「池有名樹」，參天鐵杉生長在斷崖邊上，古樸優美姿態展現強韌生命力，在雪山山稜之巔歷盡歲月滄桑，依舊蒼勁挺拔。

行經此處已午後時分，乍見雲霧縹渺，奇特林相在霧中另有一番感受，盎然林木襯托山巒稜線，彷彿潑墨山水畫。通過岩石地形、進入箭竹草原山坡，望見紅色屋頂的新達山屋，快抵達山屋前，會經過新達池、亞美池、品田池。山屋前放置兩個蓄水桶，若用盡可至山屋後方乾溝處下切尋找活水源，山友熱心綁上布條指引，取水時間來回約三十分鐘。傍晚天色漸暗，夕陽落日伴著雲彩光芒，變換流光異彩。

瑰麗山景 三千公尺地貌險峻

從山屋到品田山頂約一點六公里，一路仰望由岩面構成的石壁，皺褶山脈構造增添雄偉英姿，尤其是最後三百公尺路程，須通過品田山前鋒斷崖考驗，攀爬拉繩的過程驚險刺激。終於登上峰頂，

三千五百二十四公尺高的三角點視野絕佳，百岳排名第二十二，山勢壯觀震撼，

挑戰四秀之首、百岳十峻之一的品田山，山屋旁的指標和路徑清晰好走，景觀從箭竹草坡逐漸變成冷杉森林，行走在一片盎

然綠林中。



有著紅色屋頂的新達山屋坐落於箭竹草原山坡，是山友攀登武陵四秀途中休憩點之一。

登山路線

四秀行程通常安排三天，第一天入住新達山屋，第二天攀登池有、品田山，住宿桃山山屋，第三天攻桃山、喀拉業山，下山結束行程。也可安排從桃山步道上，由東而西移動，視山屋申請狀況而定。

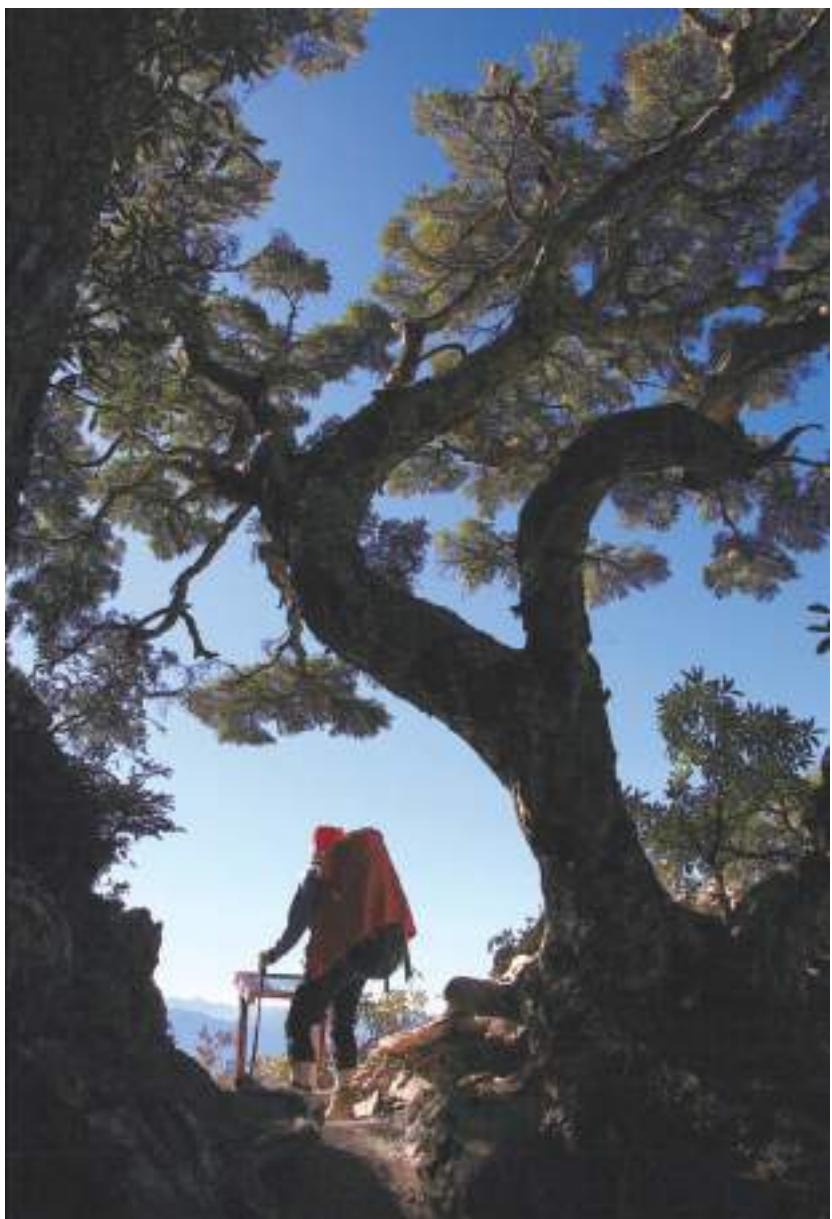
秀稜線、南湖中央尖等大山。品田山除了險峻的斷崖與峭壁，亦為塔克金溪的發源地；天氣晴朗時，甚至可南眺玉山。從山屋至品田山山頂，輕裝來回大約四小時。山上晨霧變化快，抓緊時間回到新達山屋，整好裝備準備迎接第二天的桃山行程，第二晚準備入住桃山山屋。

桃山驚奇 夢幻氤氳纏繞山巔

從三叉營地轉往桃山方向走去，沿途皆有清楚標示，約莫三、四點抵達小巧溫馨的桃山山屋。桃山，顧名思義為峰頂似桃尖形狀而得名，標高三千三百二十五公尺，山頂一樣全無阻礙、三百六十度景色一覽無遺。

桃山山頂距離山屋僅數百公尺距離，若時間得宜，可輕裝前往觀賞日落，雲霧上方泛著金黃餘光，夕陽慢慢落入疊疊山巒。想要發懶沉浸日光浴，山屋前的木製桌椅提供山友煮食、喝咖啡，在高山啜飲手沖單品，堪稱人生一大享受！沁涼秋夜，抬頭仰望絢麗的壯闊星河，置身在三千公尺高山深谷之中，登山經驗著實令人難忘。

翌日清晨，不用趕著起床攻頂看日出，輕裝上路，十幾分鐘就能抵達山頂，所有人屏息等待遠方旭日東昇。雲霧氤氳繚繞，太陽終於探出山頭，接着像是被推擠了一下，猛地整個跳了出來。太陽升起之後，雲海顯影更為立體，加上晨曦的襯托更為華麗，所有人的相機快門聲不斷，不



登上山巔，倚杖遠眺，開闊的視野讓人頓時成就感無限。

登山注意事項

攀登武陵四秀須上警政署網站申請入山證，辦理雪霸國家公園的入園證，並登記山屋床位。上山有兩條路線，分別為四秀登山口上三叉營地至新達山屋，另一條為桃山步道上桃山山屋。四秀路線雖然不算困難，但第一天陡上行程仍艱辛，登山前做好體能鍛鍊，行進間一定要結伴而行，新手切記務必請高山嚮導帶路協助。另外因高山氣候千變萬化，需隨身攜帶雨衣、保暖衣物，穿上透氣排汗的機能衣，保持身體乾燥。

千變萬化的日出和夕陽、無光害的夜空，還有遼遠開闊的視野，難怪許多山友們都說：只要爬過一次百岳就會上癮！揹起行囊踏上回家的路，思索著下一趟什麼時候啟程，或許是武陵四秀繼續延伸的聖稜線，或是台灣第二高峰的雪山，靠雙腳一步步登上山巔，成就感無限。

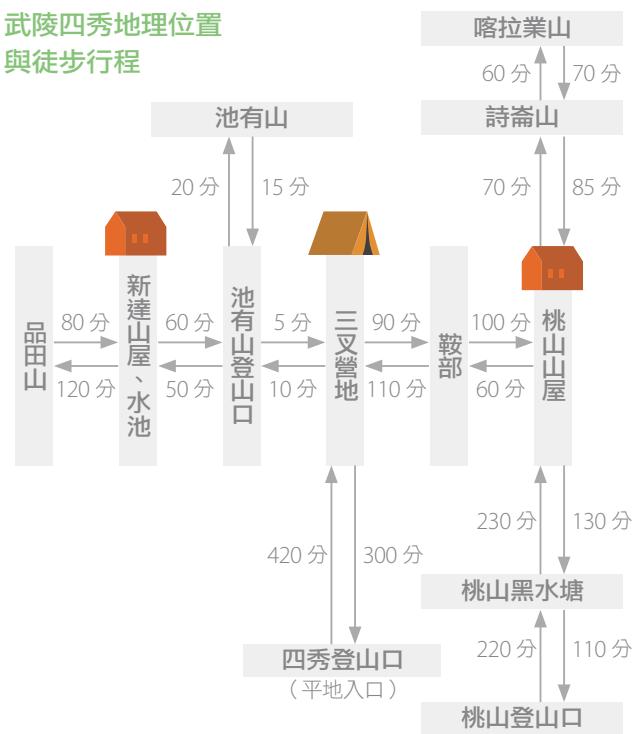
停拍下美好瞬間。

行程接近尾聲，自桃山山頂前往喀拉業山，途中偶爾鑽進不見天日的茂密箭竹林，行經詩峯山，大約再一個小時後抵達最遠的喀拉業山，一路上上下下，考驗著愛山人最後的意志力，行程完滿！

縹渺山林 身心舒爽的森林浴

沿著來時路往回走，至桃山山屋收拾重裝準備下山，輕聲告別這幾日的山頭和稜線，從山屋下切黑水塘、桃山登山口，直一千四百公尺回到武陵農場。下坡路

武陵四秀地理位置與徒步行程



段，落差大、蜿蜒崎嶇，S型陡坡挑戰腳力和耐力，陡下路程約四點六公里。最後一段進入茂密的杉木林裡，坡度趨緩，走來輕鬆許多，路徑布滿松針，漸轉為悠閒步調。隨著海拔高度降低，步道越來越平整寬闊，這段山徑又稱為「防火巷」，加寬樹木之間的距離防止森林大火蔓延，宛如康莊大道。

走到登山口，終於有回家的感覺，一方面卻也不捨山中歲月過得如此快，最後回到武陵吊橋，結束這一趟美哉山岳之旅。

建議可多安排一晚住宿武陵山莊，調整體能狀態。三千公尺的山稜上充滿驚奇，除了巍峨群山綿延環繞，也展現了從溫帶到寒帶的多元自然生態奇景，嚴酷環境更造就此處生命力強悍的美麗動植物。



食欲之秋 品嚐當令才對味

令老饕心怦然的肥美秋蟹

「蟹之鮮而肥，甘而膩，白似玉而黃似金。」有蟹仙之稱的中國明代哲學家李贄以白玉與黃金比擬蟹肉，認為世界上沒有其他食物的色香味比得上。文人愛在中秋前後品蟹、作詩、會友，正因此時蟹肉最為鮮美肥嫩。趁著秋意正濃，與好友親人團聚，啃蟹腳，啖蟹膏，食畢以蟹殼為酒器，多快活！

由職人在顧客面前料理活蟹是月夜岩別具一格的用餐體驗。

活蟹六吃 發揮食材最大價值

由職人在顧客面前料理活體螃蟹，這是月夜岩別具一格的用餐體驗，「活體鱈場蟹懷石」一蟹六吃是餐廳的招牌餐。首

「就我所了解，台灣人大多認為秋冬季節的螃蟹是最好吃的。沒錯！這時節的蟹類肉質最細嫩結實，但由於北海道靠近日本海及鄂霍次克海，四季都可以捕獲螃蟹，不同產地也會表現不同特色，經過嚴格挑選，即使在春夏，也能吃到品質最好的螃蟹。」料理長認為，月夜岩的存在，就是將秋季延展，讓食蟹成為一整年都能享受的味覺禮讚。

月夜岩蟹懷石料理餐廳隱身台北市中 心，為預約制模式，因為採用日本產地空 運直送的鱈場蟹、松葉蟹、毛蟹等三大蟹 為主食材，為精準掌握每一份食材的新鮮 度，來客數與需食用的鮮蟹份量，都需經 過事先確認。就是懷抱著這樣慎重以對的 款待，「希望傳遞正統的日本螃蟹料理文 化」，月夜岩的創辦人平岩敏和才會決定 在台灣開設這間日本螃蟹懷石料理專賣 店。坐鎮的料理長福島隆史入廚近三十 年，年少時長年在大阪與京都等割烹及料 亭名店修業，不但練就精湛的純正日本料 理手藝，更取得了至少需要三年訓練、認 證極為嚴格的河豚處理執照。

月夜岩蟹懷石料理餐廳隱身台北市中 心，為預約制模式，因為採用日本產地空 運直送的鱈場蟹、松葉蟹、毛蟹等三大蟹 為主食材，為精準掌握每一份食材的新鮮 度，來客數與需食用的鮮蟹份量，都需經 過事先確認。就是懷抱著這樣慎重以對的 款待，「希望傳遞正統的日本螃蟹料理文 化」，月夜岩的創辦人平岩敏和才會決定 在台灣開設這間日本螃蟹懷石料理專賣 店。坐鎮的料理長福島隆史入廚近三十 年，年少時長年在大阪與京都等割烹及料 亭名店修業，不但練就精湛的純正日本料 理手藝，更取得了至少需要三年訓練、認 證極為嚴格的河豚處理執照。

月夜岩

蟹懷石 四季皆美的蟹之禮讚



1. 活蟹六吃之一的蟹刺身，將去殼後的蟹腳浸入冰水中冰鎮，上桌時可見蟹腿如花瓣般盛開。

月夜岩

地址：台北市中山區雙城街
25巷9號

電話：02-2585-9221

時間：週一～週六18:00～
22:30，週日公休

網址：tsukiyoiwa.com/tw

備註：

*所有料理價格需加收10%
服務費。

*主廚親自在包廂內料理時間
約兩個半小時，時間有限之
客人需在預約時告知，會適
當調整時間。

*對螃蟹過敏或是不吃螃蟹的
來賓，請於訂位時告知，將
準備其他食材。

*因食材準備關係，每種套餐
只接受2人以上預約，並需
於3日前預定。

蟹鮮甜的口感。」汆燙手法分兩部分，蟹腳以關節分段，前半部燙半熟，意在品嚐螃蟹天然的鮮甜，後段則燙成全熟，搭配季節野菜，「很多客人喜歡這道料理手法，雖然是炸物，但以高溫將蟹腳的水分都緊緊鎖住，大口咬下既不油膩又爽口。」壓軸的甲羅燒，是將螃蟹殼作為盛器，殼內添上鱈場蟹肉與蟹味噌，也就是松葉蟹膏與海膽，慢慢以炭火烘出濃郁香氣和高雅懷石料理不但是一場視覺、嗅覺與味蕾的三重饗宴，透過這些方式好好地料理、品嚐，發揮食材最大的價值，亦是對大自然恩賜之物的敬重與禮讚。

先登場的是蟹刺身，去殼後的蟹腳浸入冰水中冰鎮，肉質纖維瞬間緊實鎖住鮮甜肉汁，拿起來蟹腿如花瓣一樣重重盛開，「這不是靠刀工，只有最新鮮的活體螃蟹才能如此自然體現紋路。」品嚐的時候直接將蟹肉拉取出來，一條先吃原味，另一條則沾取山葵或鰹魚風味的土佐醬油，更顯清甜鮮味。

以炭火燒烤時，當螃蟹肉汁落入燒紅的木炭瞬間，少許銀亮的炭灰隨之飛揚開來，「日本人認為炭飛是很浪漫的視覺美感，同時蟹殼也能吸附特有的炭香味。」進入第三種吃法——汆燙，也是福島料理長個人最喜愛的一種，「汆燙最能體現螃蟹鮮甜的口感。」汆燙手法分兩部分，蟹腳以關節分段，前半部燙半熟，意在品嚐螃蟹天然的鮮甜，後段則燙成全熟，搭配季節野菜，「很多客人喜歡這道料理手法，雖然是炸物，但以高溫將蟹腳的水分都緊緊鎖住，大口咬下既不油膩又爽口。」壓軸的甲羅燒，是將螃蟹殼作為盛器，殼內添上鱈場蟹肉與蟹味噌，也就是松葉蟹膏與海膽，慢慢以炭火烘出濃郁香氣和高雅懷石料理不但是一場視覺、嗅覺與味蕾的三重饗宴，透過這些方式好好地料理、品嚐，發揮食材最大的價值，亦是對大自然恩賜之物的敬重與禮讚。



現在流行到世界各地祕境旅行追求心靈平靜，其實，暫離塵囂無需捨近求遠，距高鐵烏日站僅二十分鐘車程，隱身稻田間的田庄私廚，就是既能享受海味料理又能夠遠離車馬喧的清淨好所在。

若您是家中春節採辦年貨的主要負責人，肯定知道干貝取之不易，價格是一年比一年昂貴，田庄私廚在去年推出鋪滿大干貝的套餐，便以豪氣滿分的「台中干貝飯」打響名號。



田庄私廚從日本直輸南極圓鰆，甜中帶鮮，僅僅灑上少許黑胡椒，擠幾滴檸檬汁，就無比美味。

田庄私廚
鱈場蟹·干貝飯·鰻魚飯
通通端上桌吧！

私廚的老闆林睿紘本業是石材貿易，「公司開設在這工業區已十二年，想想每天都叫便當、吃快炒也不是辦法，就把這棟石材show room 改建成餐廳了。」其實原本也沒想做餐廳，就是讓來看石材的客人選樣品、吃飯的私人招待所，但主廚日本料理實在做得好，主食材又是林睿紘老家貿易行進口，通過嚴格檢驗的日本直輸

海鮮，招待過的客人紛紛敲碗鼓吹對外營業，田庄私廚就這麼開張了。

五顆生食級北海道大干貝鋪在飯上，筷子夾起白飯，還能看到一條條黃澄澄的干貝絲，「這飯是用霧峰香米，拌入北海道乾干貝高湯，以釜鍋炊煮，是貨真價實的干貝飯。」林睿竑說，餐廳使用的海鮮，都是捕撈後立即以攝氏零下六十度「活凍」保鮮，「我常告訴客人，最好的餐廳就在家裡，我就是把自家人吃的好料端出來而已。」開了田庄私廚後，扣掉出國日，他幾乎每天都在這用餐。由於沒有店租壓力，干貝及鰻魚兩款套餐，定價都是CP值爆表的六百八十元，除了主餐澎湃，配菜也不馬虎。像是採用海鮮高湯為基底，融入季節時蔬的海鮮蔬菜凍，還有一上桌就籠絡人心的鮮蝦沙拉，每個環節，都能感受主人不惜重本的盛情。

二十年見真章 食材與石材都是良心事業

「石材好不好，大地震來才知道；食材有問題，吃二十年才會生大病，兩個都是良心事業，都得靠時間淬鍊。」林睿竑謙稱是餐飲業新手，但談起吃，他可不馬虎。他指指窗外的菜圃，餐廳使用的蔬菜都由長年務農的鄰居阿伯供應、現摘現用，比產地直送還要新鮮。他邊說邊請大夥兒趕緊趁熱享用鰻魚飯，「這鰻魚是雲林口湖外銷日本的台灣白鰻，肥厚又彈嫩，是東京、銀座高級餐廳的最愛！」曾有日本客



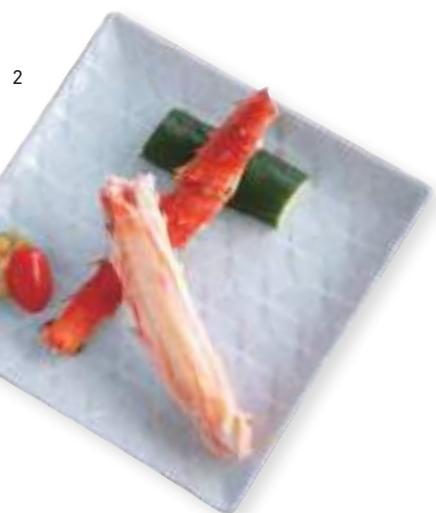
干貝飯使用霧峰香米，拌入北海道乾干貝高湯，再將五顆生食級北海道大干貝鋪在飯上。

戶來訪，一口氣吃了五片，直呼其道地的關東作法比在日本吃到的還美味。

也難怪連有悠久食用鰻魚歷史的日本人，都盛讚！田庄私廚的鰻魚，經過縝密費工的前置作業處理，是師傅親手剔出一根根細刺，再涮上密造日式古法蒲燒醬，經四道工法烤製而成，肉質軟綿香濃從三歲到九十九歲都能輕鬆入口。除了這兩組物超所值的套餐，挾帶老家做進口貿易的優勢，單點的俄羅斯鱈場蟹與南極圓鱈，更是林老闆大力推薦不能錯過的絕妙好味。



1. 鰻魚飯使用雲林口湖外銷日本的台灣白鰻，肥厚彈嫩。
2. 鮋場蟹蟹腳肉質既緊實又富有彈性。



田庄私廚

地址：台中市烏日區環中路八段1121巷15弄76號

電話：04-2335-7834

時間：11:30~14:00、18:00~21:00，週一公休

備註：用餐皆採預約制。

來自鄂霍次克海的鮀場蟹蟹腳，鮮甜得驚人，其肉質既緊實又富有彈性，只要輕輕用小叉子一勾，就能優雅地品嚐。同時間上桌的南極圓鱈，來自全世界最純淨的海域，質地完全不同於市售鱈魚，它甜中帶鮮，微微散發海水的鹽鹹味，僅僅灑上少許黑胡椒，擠幾滴檸檬汁，就無比美味。雖然這是最後一道品嚐的海味，卻讓人連掉落在盤子上的細肉末都捨不得浪費。推薦您在入夜後探訪坐擁植栽牆燈效造景、蛙叫蟲鳴的田庄，品味由東家嚴格把關的安全海鮮，體會林睿紜所說：「要讓田庄私廚成為台中最吸引人的大自然夜店」，享受安撫心靈與味蕾的真摯款待。



「烏魚子大拼盤」包含烏魚子、粉腸、炸蝦球、炸豬肝捲、蒸蠔丸、滷大腸頭。

科班出身的吳健豪，從高雄餐飲大學畢業後就北上到五星級飯店歷練，回家鄉接

婆、爺爺及叔公創設的阿霞飯店手路菜與老一輩樣樣親手完成的「骨力」，這骨力二字，是台語勤奮之意，形容吳健豪在錦霞樓的親力親為很是貼切。

錦霞樓
復刻道地傳世台菜

沒到過台南錦霞樓，別說你嚐過道地台南老台菜。什麼樣的餐廳能讓大導演李安、美食家蔡瀾及胡志強、唐飛、金美齡等聞人在不同時間都想到它，且一來再來？現今掌勺的總料理師吳健豪是阿霞飯店第四代傳人，七十五年次的他，九年前扛起父業接班，在購物中心二樓打造了這間裝潢堂皇大器但口味能讓家鄉耆老豎起大拇指讚嘆的「老店」。

班之後，每天在廚房待上十五小時，為的就是摸熟每一道老菜的經典配方與獨門傳世作法，食材、火候、炒功、刀法更是缺一不可。

「很多人講究傳統味道，但事實上若食材不對，這永遠不可能重現。料理最關鍵的因素就是食材，只要現在的食材跟以前不一樣，就不可能百分百還原老菜。」就像一掀蓋就讓人咋舌的「特製雞仔豬肚鱉」，得將處理乾淨的鱉身塞進雞肚，再將全雞塞入豬肚，後以人蔘鬚、當歸、枸杞等中藥材及紅露酒蒸上兩小時，「這是一道很厚工的福建菜，從前姑婆是特地找福建師傅來做。」即使作工這麼繁複，吳健豪還是想辦法重現，如同他為錦霞樓寫下的金句標語「專注手藝，誠以待客」，作為滋補聖品，它滋養的不只是身體，更是安慰人心的無價之寶，只要還有客人想吃，這道菜就不會消失。

紅蟳米糕

主人有面子客人笑開懷

不同於北部宴客的米糕，嚐到較多的是

櫻花蝦鮮味，錦霞樓的紅蟳米糕，那可是為東道主做足面子，客人吃得眉開眼笑的「腥臊」大菜。台語腥臊（音ㄔㄨㄤ）說得傳神，那可不是指魚腥味，而是集結

天地精華，對於主人極為用心、菜色極為

豐盛的讚譽。看那一大盤紅蟳米糕，肥美

的抱卵母蟹一個個朝天坦肚，周圍則鋪滿干貝、香菇、蛋黃、花生與豬後腿等上選

食材，食料先炒香後再鋪蓋在米糕之上蒸熟，滴滴精華浸入米心，一上桌鮮味隨著蒸氣撲面而來，那便是老菜最觸動人心的气息。

「我接手之後，這道料理是食材內容物

調整最少，但油、鹽調整最多的。」吳健

豪回憶，他從小就在阿霞飯店幫忙跑堂，

記憶裡，傳統紅蟳米糕吃完會浮出一層

油，而這樣的作法，已不符合現代人的口味。他不斷調整拿捏出一個平衡點，「有

的客人會覺得米糕略顯濕潤，但我不諱言，一桌菜不可能十個人人都說好吃，我們就是用最好的食材誠意相待，久了自然會明白我們的用心。」

不同於北部紅蟳米糕看到的是正面紅殼

「紅蟳米糕」肥美的抱卵母蟹一個個朝天坦肚，周圍則鋪滿干貝、香菇、蛋黃、花生與豬後腿等上選食材，相當豐盛。



「特製雞仔豬肚鱉」
是一道很費工的福建菜。



讓客人第一眼就看到！」是以，台南人習慣將飽滿金亮的蟹黃朝上翻，就是把這道菜寓意多子多孫的喜氣感染給賓客，真正做到賓主盡歡。

直到現在，吳健豪仍親自監督廚房運作，「我會好好延續阿霞飯店的老菜傳統。」他感性道，錦霞樓的存在很特別，是一個從出生到過身都可以來用餐的地方——從台南傳統的十六歲成年禮、結婚、壽宴到人生最後一個儀式吃圓滿桌，這兒都以最有人情味的老菜待客。他一提及老一輩的客人交代子孫要為他們在這裡辦圓滿桌，如此託付，就是鼓勵他堅持阿霞精神的最大力量。

錦霞樓

地址：臺南市東區中華東路一段366號2樓（南紡購物中心2樓D01）

電話：06-300-6789

時間：週一～週日11:00～14:00、17:00～21:00

備註：特製雞仔豬肚鱉、花菇全雞盅、魷魚螺肉蒜等菜式，需事先預約訂餐才能出菜（請參考官網「預定料理」品項）。

日本料理要吃得巧又吃得飽，價格訂定的學問甚深。利休直接幫客人跳過選擇困難症的掙扎，供應定價皆為一千五百元的壽司套餐與和牛涮涮鍋套餐，同時滿足了壽司控與和牛饕客。每週三次從日本空運直送食材，不但新鮮度沒話說，一整套當季頂級海鮮絕對經得起刁嘴客人的考驗。

利休的板長阿文師傅建議，若是點壽司套餐，最好選擇板前座位，「坐在板前能品嚐到最美味的壽司，即使差幾分鐘端到你桌上，味道還是略微失真了。」秋季壽司套餐的主角分別是白鮓、秋刀魚、干貝、牡丹蝦、海膽、鮭魚卵及角鯀，整套

利休日本料理

小而美的頂級盛宴

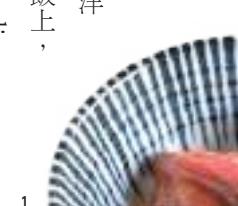
大安商圈是台北市高價美食一級戰區，在資訊透明度高又講究CP值的餐飲潮流中，利休日本料理以其對新鮮食材的準確掌握另闢蹊徑。

1. 利休壽司套餐會依季節調整供餐內容，提供最新鮮的當令美味。2. 坐在板前能品嚐到最美味的壽司。



吃完師傅會再現
做一碗打了生蛋
黃的和牛壽喜燒
丼飯，超彈嫩的
大片和牛覆蓋在洋
蔥香氣四溢的白飯上，
用暖胃的熱食做 ending。

1





1. 師傅現做、暖胃的生蛋黃和牛壽喜燒丼飯，適合做為壽司套餐的ending。2. 仙台A5級和牛油花如大理石般，只需入鍋涮三秒，就能品嚐入口即化的滋味。

利休日本料理

地址：台北市大安區敦化南路二段144號1樓

電話：02-2709-0285

時間：週一～週六11:30～14:30、17:30～21:30，週日公休

備註：鱈場蟹、毛蟹、松葉蟹等蟹類食材採預定制。



北海道伊氏毛甲蟹最適合食用的料理方式是水滾之後加鹽，保留清甜鮮味，蟹肉相當幼細滑嫩。

表性的魚類。而色澤動人的牡丹蝦，生食
人口感反而比熟食更Q彈，甜度表現更讓
人驚豔。至於和牛涮涮鍋套餐，只需涮三
秒就能入口即化的仙台A5級和牛，一
整盤足足有六片豪邁上桌，不只軟嫩得只
溶你口，也融化了饕客的心。

時值金秋，少不了嚐蟹應時，阿文師傅
為讀者特選北海道伊氏毛甲蟹。他指出，
毛甲蟹就是一般俗稱的毛蟹，屬於生長在
西北太平洋的名貴蟹類，與帝王蟹、松
葉蟹並列北海道三大蟹，也是自古以來專
供日本貴族食用的高級海鮮。出乎意料之
外，身形圓潤，顏色近似粉紅珊瑚的毛蟹，
竟是三大蟹之中身價最高者。且由於海洋
資源日漸珍稀，日本規定只能捕撈身長八
公分以上的公毛蟹，身價當然也一年比一
年高了。

他特別提醒，毛蟹最適合的料理方式是水滾之後加鹽，再將螃蟹倒著放入鍋內，「這樣的煮法最能保存蟹類的鮮甜。」為什麼不用清蒸呢？阿文師傅指出，民眾選購蟹類回家自行料理時，經常會直接放入電鍋蒸煮，「由於螃蟹的嘴部就是吸收及消化器官，如果沒有先將尿囊臟器處理乾淨，家用電鍋溫度不像專業廚房的蒸箱溫度夠高，隨著溫度慢慢上升，破壞嘴部，整鍋就容易出現腥臊味。」以鹽水燙熟後的毛蟹，保留清甜鮮味，蟹肉相當幼細滑嫩。毛蟹雖然個頭沒有鱈場蟹那樣體型驚人，但是蟹膏卻十分飽滿，一邊咀嚼還能感受到豐沛的天然海水鹹味，實在是人間至福。

揚昇

人生最完美的一程，從揚昇開始。

WELCOME TO SUNRISE GOLF & COUNTRY CLUB

- 2011-2013揚昇LPGA台灣認證高爾夫球場
- Top10 of Asia雜誌評選為亞洲最佳前十大球場
- 九度榮獲Asian Golf Monthly雜誌評選為臺灣最佳球場第一名及亞太地區十大最佳認證球場
- 2016榮獲全球貿易領袖俱樂部 (Global Trade Leaders' Club) 評選國際賢旅金質獎
- 2017臺北世界大學運動會高爾夫競賽承辦球場



揚昇高爾夫鄉村俱樂部
SUNRISE GOLF & COUNTRY CLUB

高爾夫、美食饗宴、商務會議、休閒渡假

《108年全國運動會高爾夫項目競賽承辦球場》

電話：03-4780188 傳真：03-4752074

地址：32652 桃園市楊梅區楊昇路256號

Email：sunrise@sunrise-golf.com.tw



體驗值得玩「味」的生活享受

以香為友 以香為伴

歷史悠久的香道文化，向來是文人雅士的最愛，發展至今，它以更多元、便捷的形式貼近現代人的生活。點上一爐清香，利用裊裊芬芳之氣怡情養性，彷彿身心疲勞、生活煩擾也化為縷縷輕煙消散無形。

源自於中國的香道文化，具有相當久遠的歷史。根據記載，最早起源春秋戰國，於秦漢兩朝逐漸萌芽，到了隋唐五代趨於完備成形，至宋元明清時期最為鼎盛，融入各朝代特色背景的香道文化，在不同時期亦展現出各自精彩的樣貌與意涵。

文人雅士的生活雅趣

先秦香事主要是因禮制和藥用所需。香的種類以草本植物為主，品香形式包括焚燒、佩帶，或以香料入酒；漢代之後，由異國傳入的沉香，使得傳統的「燃」香改為「薰」香方式；到了盛唐時期，香道文化更是發展蓬勃，不僅成為文人雅士、上流社會的熱門交誼活動，就連作工講究、材質精貴的薰香用具，也被視為極具收藏價值的藝術珍品；發展至顛峰期的宋元明清時代，將品香、鬥茶、插花、掛畫並稱



為文人雅士的「四般閒事」，在招待賓客時，會選用上等香料展現對客人的重視，並透過眼觀、手觸、鼻嗅等品香過程，感受以香會友的生活雅趣。

香道文化由中國傳入日本後，更加被發揚光大，不僅衍生出超過上百個流派，所使用的品香道具也更為細膩多元。由於日本香道非常重視「禪」的實踐，因此不稱為「嗅香」，而是「聞香」，彰顯不僅以鼻嗅，還需要靜心傾聽，並在焚香過程中修養細膩的心性，所以日本香道更加注重儀式感，從琳瑯滿目的香具、香席間香主與賓客的位置順序，到品香的前置準備與程序、禮儀，都非常的講究。

進入現代社會後，生活步調緊湊的現代人則將品香視為療癒身心靈的良方，用於舒緩緊繃情緒；因此，隨著品香逐漸融入一般大眾生活之中，逐步發展出愈趨生活

化的品香方式，不僅僅在亞洲地區，更已在全城蔚為風潮。

香品以天然香料為首選

天然香料又可分為動物萃取物（如麝香），以及植物類的檀香、沉香及中藥材香品；其中又可分為如沉香這類單一香料的單品香，或是調合多種香料製成的合香，例如通常乳香很少單一使用，而是與沉香、檀香搭配製作成合香，像是古香方知名的「白龍涎香」，就是用乳香與檀香、寒山石製作而成的合香。

而香品的外形則非常多元，最大的不同是在於用料和加工製作的過程。最為原始的香料，就是保有原本外觀特徵的原態香材，如沉香木塊、檀香木片、肖楠木塊、檜木……，尤其前兩項是最為廣受行家喜

愛的品香選擇，但通常價格也最為昂貴；另外還有線香、盤香、立香、香丸、香篆、香粉等種類，可以依照個人的喜好自由挑選，不過無論是哪種形態，找到自己最喜歡的香氣，才是關鍵要點。

品香前的準備與步驟

- 品香之前，一些材料和器具的準備不可缺少。香具準備包括：

1. 香材：品香時所選用的香品。

2. 香炭：品香時加熱升溫之用，應具無味、無煙、續溫力佳為宜。

3. 香灰：填滿至香爐約八分滿的香灰，用於香炭保溫、調節溫度，以不會影響香氣為宜。

4. 香爐：除了外觀設計的喜好，具有容易一手掌握、不燙手、香氣集中等特點也是選擇要點。

5. 雲母片：日本稱銀葉，用以隔開香灰與沉香之間的隔片，主要為保持銀葉面上恆溫，使香炭或香灰味不致影響品香。

6. 香箸：用來夾取香炭或香材的工具。

7. 香鑊、香匙：用來鬆灰、理灰的工具。

8. 羽帚：將香爐邊的香灰掃除清理乾淨的工具。

● 品香時，並非焚燒香材，而是用以下隔層加熱的程序，讓香材散發宜人香氣。



1. 香道文化由中國傳入日本後，更加被發揚光大，不僅衍生出超過上百個流派，品香道具也更為細膩多元。2. 沉香木塊、檀香木片，為最廣受行家喜愛的品香選擇。

2. 剖香：觀察香材的紋理和色澤變化，尋

找適合下刀的地方，切下約零點五公分長、厚零點一公分的香材。

3. 鬆灰：將香爐裡的香灰搗鬆。

4. 點炭：將香炭點燃。

5. 入炭：將燃燒通透的香炭埋入香灰中。

6. 理灰：以香炭為中心，將香灰往上堆疊成一個圓錐體。

7. 開火窗：用香箸從香灰頂部直插而下，以便將香炭熱度傳至香材。

8. 入香：將香材放於香灰上，藉由溫度的上升使香氣慢慢散發出來。

9. 調香：感受溫度與品聞香材，確定出香後，就可以開始品香。

五種品香入門法

品香時，不妨利用多元的品香方式，創造不同的身心感官體驗與品香樂趣。

1. 聞香雲：輕輕吸入隨著煙霧飄散而來的香氣，去品嚐它的香味變化，如馥郁蜜香、清新甘醇、瓜果甜蜜等豐富感受。

2. 聞香韻：不同於香雲所散發的直接味道，品香韻較貼近一種意境上的體驗，感受身邊的香氣飄散到環境中所產生的各種層次變化。

3. 品香意：聞香者可以起來走動一下，在室內的區域、角落，自由探索飄逸的香韻對身心所帶來的感悟體驗。

4. 品餘香：當香品點完時，在空間所餘留的香韻就稱之為餘香，餘香的變化也相當精采，可能更顯甘甜，又或是端莊沉實，非常值得再三玩味。

品香時，有個重要的基本禮節須注意，就是不可對著香爐說話與吐氣，以免影響香氣的呈現。首先，由香主以左手輕輕握

清心養性修為練習

品香時，可藉由多元的方式，創造不同的感官體驗與聞香逸趣。

著香爐，右手合攏呈半月狀輕覆香爐口，有助香氣集中，靠近鼻子時慢慢吸氣鑑賞香，之後將頭轉向一側再吐氣，反覆品香三次，再將香爐傳至下一人，依同樣方式輪流鑑賞。由於隨著溫度的變化，香氣也會有所改變，因此一爐香通常會傳遞三巡，以體會不同階段的香氣。品香結束後，大家可以分別寫下體驗心得，包括對品香聞香者，還能藉由香氣的差異，辨識其產區，因而也成為品香宴中有趣的活動。

另外還有一種有趣且浪漫的焚香形式，稱為「打香篆」。《百川學海》的香譜提到：「鏤木之為範，香為篆文。」意思是香篆模子是以木頭雕成，將香粉壓印成有形有款的花紋。傳統的香篆圖樣包括蓮花香篆、如意和祥雲香篆，或是福、祿、壽、喜等字樣造型的香篆，意喻為祝福、吉祥



1. 品香時，需注意禮節，左手輕握香爐，右手合攏呈半月狀輕覆爐口，慢慢吸氣鑑賞。2. 以銀葉隔開香灰與沉香，有助於品香時，品味最純粹的香材氣息。



香道也與茶道、花道並稱為三雅道，藉由品香的感官體驗來提升生活品味，亦能透過香氣雅韻清淨內在，沉澱心智、豐富身心涵養。

沉香舍

專業提供沉香、檀香各式原料及香品，新穎品香用具及配件，並且不定期舉辦香道體驗活動，歡迎有任何品香、用香、賞香問題的朋友，共同交流討論。

電話：0922-208-358

地址：新北市新莊區福壽街94巷6號

珮愷工作室

將茶、香的氣息融入於珠寶及金工藝術中，設計出細膩金工藝品，如茶道具、香道具、沉香飾品等，另不定期開辦品香課程，供學員學習沉香樹種、凝油原因、香氣區分等理論，並實際操作煎香，自製香丸、線香。

電話：02-2357-0108

地址：台北市中正區羅斯福路二段12號

之意，而香粉組合則可依照個人喜好來調配。打香篆時必須專注、細心，才能夠填壓出完美的形狀，藉由這個過程也能幫助我們平心靜氣，消除雜念，不失為清心養性的一種修為。

講究的香道文化，除了上述提到的品香禮儀外，連賓客的座位都必須按照身分地位排列有序，甚至會因應春夏秋冬不同時間節，搭配應景的香材和香具，其中諸多細節看似繁瑣，對於忙碌的現代人來說，或許會希望能以更隨興簡單的方式來體驗香道，這當然未嘗不可，但其實透過這樣的儀式感，不僅可以充分體現香道之美，同時也幫助我們跳脫出緊張、紛擾的環境氛圍，進而達到放緩生活節奏的品香目標。

另一方面，若是從身心靈療癒、舒緩情緒的角度來看，植物草本的芳香氣味，可以使人神清氣爽、頭腦清晰，並且有助沉澱心智，帶來愉悅放鬆感，幫助找回身心平衡，對生活充滿更多活力。



運動前應先了解如何有效預防運動傷害，才是健康安全的運動之道。

在運動當下最常見的傷害包括抽筋、肌

近年颳起了一股全民運動風，尤其一到假日，不少人會和三五好友相約，參加路跑、登山、騎自行車等等活動，看似健康又紓壓，但令人意想不到的是，因此產生運動傷害的人數也有日漸增長的趨勢，國泰綜合醫院復健科李宣毅物理治療師解釋，最主要的原因多半是因為平時缺乏運動訓練，肌耐力不足的人突然運動過度，就特別容易受傷；另外，因為姿勢不良等錯誤的運動方式，也是造成運動傷害的主要原因之一。

做好傷害防護 健康安全有道 **要運動，不要傷害**

現代人除了重視健康，也很在意身材曲線管理，使得運動風氣日漸盛行，但卻容易忽略錯誤的運動方式與觀念所帶來的健康傷害。在執行運動計畫前，應該先來瞭解如何有效預防運動傷害，才是健康安全的運動之道。



游泳為全身性運動，具有放鬆紓壓的效果，但也應避免運動過度，以免太頻繁的使用肌肉而造成傷害。



色彩鮮艷的「肌內效貼布」要配合身體筋肉結構等治療原理使用，才能真正發揮作用。

有的會選擇使用消炎貼布或噴劑緩解痠痛，但要避免使用過量，以免造成肝、腎負擔，嚴重時還可能導致腎功能受損，使用前最好先詢問醫師的專業建議。此外，最近也非常流行運動時在四肢或背部貼上色彩鮮艷的「肌內效貼布」，可有助於預防運動傷害，這類型貼布由於不含藥物成分，所以較沒有副作用的疑慮，但必須要依照皮下筋膜組織、肌肉組織、血液與淋巴循環、神經等結構治療技術原理使

肉拉傷或扭傷。

抽筋是指肌肉突然強烈收縮，導致僵硬疼痛，通常是因運動前沒有做好讓肌肉伸展開來的暖身準備，或是運動太過激烈、時間太長，所造成的疲勞性傷害，此外，有些人過於緊張，也會引起肌肉協調不良而導致抽筋現象。

而肌肉的拉傷或扭傷，主要是因施力方法或姿勢錯誤所造成的傷害，例如做重量訓練時速度太快、伸展幅度太大，或是負重超過負荷，就容易發生肌肉拉傷、扭傷，甚至更嚴重的肌肉斷裂。還有像是在玩球類運動時，經常會有衝撞、跳躍、閃躲等變化快速的動作，若一個重心不穩，就可

能造成韌帶或組織拉扯扭曲受傷，如腳踝扭傷，更嚴重時還有骨折的風險。
因此在運動前後，要做足暖身與伸展動作，運動時，避免過於急速、猛烈的動作，盡量保持在自己能夠接受的速度，先評估自身體能狀態後，再「漸進式」調整運動強度。

另外，在從事跑步、登山、籃球、網球等高衝擊的運動類型，除了做好正確的防護，也應視自己的體能狀態，進行適當的訓練，以免對膝蓋、腰背、脊椎或其他關節部位帶來傷害；例如在運動過程中，若是膝蓋必須不斷彎曲，就要注意將動作放緩，避免彎曲角度過大，另外也需做好暖

運動前後需做足暖身與伸展動作，再視體能漸進式調整運動強度。

疼痛是身體受傷警訊

「沒有疼痛，就沒有收穫」是運動健身時最常見的錯誤觀念。尤其是以瘦身為目的的人往往會誤以為練得愈痛苦成效愈佳，因此一定要咬牙苦撐到實在受不了為止，但其實當身體感到疼痛時，就是在發出警訊，提醒我們應該要休息了，避免運動過度進而造成肌肉受傷。

如果在運動過後，身體感到輕微的痠痛現象，可以不用太擔心，那表示身體在逐漸適應運動強度，這時可適度做些伸展，幫助肌肉放鬆舒緩，有助於痠痛的消除，但如果感到不舒服的劇烈疼痛，或是疼痛不適現象已持續三天以上，就應該立刻到醫院就診。

身預備，如此便可減緩膝蓋負擔。

一旦發生抽筋或疼痛現象時，就要立刻停止運動。抽筋時可輕輕按揉該部位，有助於痙攣的緩解，而拉傷或扭傷時，可利用冰敷緩解疼痛和腫脹。

用，才能真正發揮貼布效用，如果不懂得使用技巧，建議還是請物理治療師來貼。

全方位做好傷害預防

1. 心態準備

做任何運動都應該循序漸進，千萬不能一開始就進行強度訓練，例如有些人平常並沒有跑步的習慣，應朋友的邀約或一時興起就去參加路跑活動，不但姿勢錯誤，無法掌握運動技巧，且體力和肌耐力嚴重不足，甚至連適合的服裝、運動鞋都沒有準備，使得運動傷害在所難免。

運動的強度和時間，應該視自身狀況評估調整，剛開始可以輕鬆入門，再漸進式調整進入較強烈的訓練階段，每次的進階可依身體所能承受的疲累感做為依據，不要過度勉強，或是給自己訂下太過於嚴苛的訓練計畫，這樣不僅容易讓身體負荷過重，也會失去運動的樂趣。

2. 穿搭準備

運動服裝要符合舒適合身、透氣度佳、可助吸濕排汗三大要件，而從事戶外活動

時，最好選擇顏色鮮明，容易被清楚辨識的衣著較為安全。

鞋子在運動時有很重要的防護作用，不同類型的運動各有適合的鞋款選擇要件。
· **慢跑鞋**：需具備良好的透氣性和減震功能，尤其在大拇趾趾骨和足弓處必須相當服貼，對腳踝的支撐、包覆性也要足夠。

· **籃球鞋**：打籃球時很常出現衝刺、跳躍、急轉、急煞的靈活性動作，因此針對腳踝的防護要求更高。需挑選腳踝包覆性強的

功能性鞋款，具紋路的鞋底則可有效防滑，氣墊也能緩和衝擊力道，減輕膝蓋和腳踝負擔。

· **訓練鞋**：為配合身體的靈敏活動所設計，可做為如網球、羽球、桌球等多項運動使

用。特色是前腳掌和後跟空間充足，活動起來感覺舒適輕盈，鞋面多採用透氣度佳的網狀設計，避免運動時出汗造成雙腳悶熱潮濕。

· **戶外鞋**：適合從事登山、越野、溯溪等

野外活動的鞋款，應具有極佳的抓地防滑性，以及緩衝和推動功能設計，因此在鞋底部分通常會有凹凸顆粒或是花紋設計。



從事不同性質的運動應挑選不同機能的運動鞋，才能根據避震強度、抓地力、防滑以及緩衝能力等特性保護雙腳，以免造成運動傷害。



正確的運動應掌握運動前暖身、運動中歇息以及運動後的全身性肌肉伸展三個關鍵階段。

此外，為因應戶外多變環境，戶外運動鞋可針對具有防寒保暖或是透氣排水等性能做選擇。

總歸來說，無論是哪種運動鞋款，在選擇上可注意以下的通則：

運動鞋的鞋面不宜太軟，否則會難以固定腳趾，影響運動時的活動靈敏度；鞋跟要平正與堅硬度高，鞋子不易變形，才能加以固定包覆腳踝，降低左右晃動和扭傷風險；可與足弓貼合的鞋款設計，有較好的支撐性，可紓緩足弓壓力，減輕小腿負擔；較厚的鞋底可防震，而為方便靈活移動性則應選擇輕薄的鞋底設計。



選擇適合自己的運動除了個人喜好之外，也應考量自身健康狀態，如本身就有膝蓋問題，可選擇衝擊性較低的運動，如瑜伽、健走、騎腳踏車等等。

選擇適合自己的運動除了個人喜好之外，也應考量自身健康狀態，如本身就有膝蓋問題，可選擇衝擊性較低的運動，如瑜伽、健走、騎腳踏車等等。不同種類的運動，對促進健康有著不一樣的幫助，依照體適能分類來看，可以分成心肺功能、肌力、肌耐力、平衡和柔軟度五大類，因此搭配不同的運動計畫，可帶來相輔相成的替補作用，達到全方位鍛鍊效果，相較於長時間從事單一種類的運動練習，雖然可強化局部訓練，但也可能使鍛鍊部位的負擔加重。以跑馬拉松為例，每週長時間的單一訓練，容易使膝關節負荷過大，但如果是搭配重量訓練和伸展運動，可以促進身體各部位的平衡發展，也能讓訓練部位獲得充分的休息。

運動沒有好壞之分，只有適合自己與否。李宣毅表示，在運動的選擇考量上，除了喜好之外，也要評估自身狀況，像是本來就有膝蓋疼痛問題的中高齡人士，就不建議選擇衝擊性強的運動，散步、健走、游泳、騎腳踏車、瑜伽等類型則是不錯的選項。

選擇安全的運動環境也相當重要，運動場地濕滑或坑坑洞洞不平整，很容易讓人不慎摔倒、扭傷，或是在交通繁忙的道路騎單車、跑步練習，一個不小心就可能發生交通意外，因此要選擇安全的運動場地，才能放心、安心、專心的做運動。

此外，也要避免在溫差太大的環境中運動：有些人認為清晨一早做運動最好，也有人習慣在晚上深夜工作結束後才來做運動，值得注意的是，原先就患有心血管疾病、氣喘的人，當季節溫度變化很大時，突然受到冷熱變化的刺激，特別容易引起

3. 選擇適合的運動種類與場地

不同種類的運動，對促進健康有著不一樣的幫助，依照體適能分類來看，可以分成心肺功能、肌力、肌耐力、平衡和柔軟度五大類，因此搭配不同的運動計畫，可帶來相輔相成的替補作用，達到全方位

鍛鍊效果，相較於長時間從事單一種類的運動練習，雖然可強化局部訓練，但也可能使鍛鍊部位的負擔加重。以跑馬拉松為例，每週長時間的單一訓練，容易使膝關節負荷過大，但如果是搭配重量訓練和伸展運動，可以促進身體各部位的平衡發展，也能讓訓練部位獲得充分的休息。

運動沒有好壞之分，只有適合自己與否。李宣毅表示，在運動的選擇考量上，除了喜好之外，也要評估自身狀況，像是本來就有膝蓋疼痛問題的中高齡人士，就不建議選擇衝擊性強的運動，散步、健走、游泳、騎腳踏車、瑜伽等類型則是不錯的選項。

疾病發作，因此要避免在清晨或深夜溫度特別低的時候，進行激烈的戶外運動。

4. 運動前、中、後準備

· 運動前暖身：運動前進行約十至十五分鐘的動態暖身操，可以減少運動時抽筋、肌肉拉傷的風險，

· 運動中歇息：長時間持續性的運動，未必能達到最佳效果，當身體稍有疲累時，不妨中途暫停一下，休息約五至十分鐘，讓體能稍作恢復，同時利用緩和的時間補充一點水分，反而有助於延續運動時間與效能，也可以預防運動傷害的發生。

· 運動後肌肉伸展：運動後較為靜態的全身性伸展動作，可以幫助肌肉放鬆，緩解痠痛疲勞，還能讓肌肉線條更漂亮，因此千萬不要偷懶，省略這個重要的運動修復程序。

「PRICE」急性運動傷害處理

1. Protect（保護）：手腕或膝蓋扭、拉傷時，可利用護腕、護膝等護具，或具有支撐力的器具來固定、支撐受傷部位，避免傷患處再施力或因外力使傷勢更加嚴重。
2. Rest（休息）：一般的急性傷害修復期約兩到三天，因此這段時間內應暫停所有的運動，給予身體充分的休息。
3. Ice（冰敷）：有紅腫、發炎現象時，盡快利用碎冰包在塑膠袋裡冰敷二十分鐘，減緩受傷部位的發炎與疼痛現象。
4. Compression（加壓）：以彈性繩帶包紮受傷部位，可以避免過度腫脹，同時有助緩解疼痛。如手邊沒有彈性繩帶時，也可以利用襪子、護膝等有彈性的護具施以基本加壓。
5. Elevation（抬高）：將受傷部位抬起，有助緩解出血、發炎症狀，也可以減少腫脹。



全球公債利率下滑
固定收益型商品下半年夯

中美貿易談判膠著，加上股市劇烈波動，避險需求強烈，市場對美央再度降息的高度預期，全球資金傾向往低波動且安全性資產靠攏。美國十年期公債殖利率在五月以後，自二點五%急速下墜，半年內利率驟降幅度一度超過一百個基點，速度驚人。去年多數升息的新興市場，今年第二季後也紛紛大動作降息，以刺激國內經濟發展。全球公債利率同方向往下探底（圖一），推升債券資產大漲，並以防禦性質濃厚的美國公債、投資等級債漲幅最為亮眼，具降息背景撐腰的新興市場公債

全球市場概況 Global Overview

寬鬆貨幣掀風潮 投資人瘋什麼？

中美貿易戰白熱化發展，牽動金融市場敏感神經，全球經濟衰退氛圍瀰漫，迫使美國聯準會調整過去的貨幣緊縮政策，今年已降息兩碼，貨幣政策轉調為寬鬆，以因應貿易戰火下，景氣迅速降溫的風險。在此背景下，什麼投資標的最受青睞？

亦有不錯表現。

同時，美國長天期公債利率下滑過快，十年減兩年期公債利差反轉，增添景氣衰退隱憂。根據過去資料顯示，當美長短公債利差呈現負值，美股平均會在七個月後衰退，和美股走勢高度相關的高收益債，近期因股市修正而波動加大。

體質脆弱的新興國家如阿根廷，政局不穩遭外資減持，股債匯市近期大幅崩跌，加上人民幣貶破七重要關卡，連動整體新興匯率偏貶，侵蝕新興債收益。新興資產表現分歧，相較之下，美國公債和投資級債表現較為穩健。

負利率債券規模更突破十五兆美元。標普五〇〇指數成分股中，已有三分之二的股息殖利率高於美國五年期公債。

尋息需求下，全球債券利率持續被壓縮，部分投資人開始轉向低波動，但具

有高股息性質的類債券型股票，冀求更

高收益。

低波動且高股息的股票，今年成為投資新寵。去年十月美股崩跌後，標普五〇〇指數現回到初跌位階，但美國最低波動類股組成的ETF，其報酬超漲大盤一成，防禦型的公共事業今年亦為資金避風港。

另一方面，貿易戰火不歇，重挫全球出口產業，連帶影響投資與製造業呈現萎縮，內需消費動能成為多數國家支撐經濟的要角。

低利率環境再度席捲全球，目前全球低波動兼高股息與內需消費股優於大盤

為領漲族群，同時兼具低波動、高股息又屬於民生必需題材者，如寶僑、百事可樂等，今年不景氣環境下，股價仍攀歷史高點（圖二）。

景氣衰退陰影揮之不去，避險商品趨之若鶩

美國長短債利差收窄，全球經濟成長增速轉弱，為不可扭轉之事實。面對企業獲利及營收下滑壓力，減股加債是未來投資主調。

傳統避險商品如黃金、日圓和公債，屬於股海亂流中的安全氣囊（圖三），預期未來股市波動將放大，在資產配置組合中，適度增持上述避險商品，可為抗風險、降波動又兼具報酬的錦囊。

主要國家政策利率未來一年降息預期（圖一）



資料來源: Bloomberg，為未來一年政策利率期貨預估。

低波動股和必需消費類股表現優於大盤（圖二）



資料來源: Bloomberg。

今年避險商品黃金日圓和公債表現佳（圖三）



資料來源: Bloomberg。

國泰世華投研團隊

國泰世華銀行投資研究團隊，由不同財經領域專業研究員組成，以客觀、專業角度提供金融市場研究與分析，範圍涵蓋各主要國家總體經濟、股市、債市、匯率及商品等。

美國長短債利差收窄，全球經濟成長增速轉弱，減股加債是未來投資主調。



國泰幸福退休吧傾聽每個世代的真實想法，讓退休準備一開始就做對。

擁有營養科系專業背景，加上年輕衝勁與對健身的熱愛，讓他獲得許多會員肯定，創造不斐的業績。「我們的工作性質是付出愈多時間收穫就愈多，但畢竟時間有限，還會受淡旺季衝擊，所以我一直思考該如何創造更多收入。」劉家瑜說。生活中免不了有意外支出，前陣子光牙套就花了十萬塊，加上工作忙碌，也希

「不知道退休該是什麼樣子」二十七歲時才投入健身教練行業的劉家瑜，為自己設定三十歲目標，就是希望能擁有比同齡人更高的收入。

30
世代
+
幸福是把壓力變成夢想的動力

30、40、50 幸福退休吧

國泰世華財富管理 讓責任感變成幸福感

無論是年輕的夢想，中年的理想或是壯年的心願，怎麼做才能讓責任感變成幸福感？傾聽每個世代的真實想法，讓退休準備一開始就做對！



40+ 中堅世代

- 穩定金流，保本投資照顧事業與家庭
- 諮詢專家，盤點資產負債調整最適配置



30+ 新世代

- 年輕就是本錢，愈早開始愈好
- 要有3到6個月的流動準備金

望以旅遊來犒賞自己，趁年輕增廣見聞。

教練工作一旦受傷或生病，可能幾個月都沒收入，得和學生告假，劉家瑜一想起來就覺得心疼。「好像還沒想過退休這個問題，不過從開始工作後，就跟著家人買穩定配股配息的傳產股或金融股。」謹守將

一半收入存下來的紀律投資，劉家瑜只要能維持自己的收入目標，也許工作二十年後，就能靠配股配息讓財富更自由。

適合。沒金融專業或工作太忙也沒關係，例如透過國泰智能投資，以大數據科學建立個人化投資組合，運用再平衡通知機制管控風險，趁年輕給財富核心多點壓力，同時擁有健康與財富，沒有什麼比這樣的未來更美好！

40+
世代

幸福是給自己提早退休的勇氣

**理財像健身
要有紀律才能減脂增肌**

國泰世華銀行理諮詢團隊建議：「投資和健身一樣，需要有紀律地執行，並降低現金流不足的風險」所謂的財務紀律，就如同劉家瑜固定存下一半薪水的好習慣，先累積一些本金，才有投資的本錢。

投資紀律則是透過定期定額的基金或股票等投資商品，穩健地累積財富。在進行任何投資前，建議需先存足三到六個月的流動準備金。像健身教練不確定性較高的行業，準備金則至少一年份，預先掌握風險。此外，年輕世代的投資理財，不妨先撥出10%的資金做較高報酬率的投資或定期不定額，當標的下跌時加碼買入，以時間複利讓夢想提早實現。

**空姐提早退休變身老闆娘
資深公務員轉行賣冰**

五年前，劉俐璇從空服員提早退役，跟在公務機關上班的先生游家銓，共同創業投入連鎖加盟業。好不容易才盼來一對雙胞胎，經濟壓力更勝以往，為了讓家人過更好生活，游家銓想起老一輩的玩笑話「第一賣冰，第二做醫生」決定中年轉行，開啟人生創業夢。

「上有父母、下有孩子，很怕中年失業或投資失敗，所以堅持不貸款開店，都等第一家站穩脚步後，再把賺的錢投入下一家。除了定存，每月也定期定額投資基金。這些年，將所有時間、精力

沒時間管理
投資組合也沒關係

投資跟健身一樣，沒有最好、只有最

适合。沒金融專業或工作太忙也沒關係，例如透過國泰智能投資，以大數據科學建立個人化投資組合，運用再平衡通知機制管控風險，趁年輕給財富核心多點壓力，同時擁有健康與財富，沒有什麼比這樣的未來更美好！

樣買股票，因為根本沒時間看盤。」游銓說。

如今在夫妻同心協力下，已擁有五家

加盟店，孩子們準備上小學，房貸也有能力提早償還。想換大點的房子，揹二十年的貸款會不會影響退休時程？

創業黃金期

分散風險並加速本金累積

國泰世華銀行理諮詢團隊分析，正處於創業黃金期，夫妻一起工作，退休準備首要分散風險、檢視家庭的保險額度，是否足夠在孩子成年前，如有變故可支撐家計。

其次，別同時承擔過多壓力。像是換屋毋須急於一時，特別是房貸利率低，因創業階段收入尚未穩定下來，如手邊有足夠現金，最好每月固定存筆錢，作為緊急備用金。

例如布局長天期美元債券，一來美元是國際通用貨幣，比起其他幣別相對穩定；其次，收益比相對較高，配息方式也符合保守穩健。另外，可將定期定額從每月扣款一次改成三次，扣款次數越多，風險分散、長期報酬率也相對越好。

「上千萬退休金有如夢幻數字，理財專家教我們盤點資產後才發現，理財和調飲料一樣，可客製化調配糖和冰的比例。原來只需要小小改變一下理財的方式，就可離想要的退休生活更近一點。」劉俐璇說。

**50+世
代**

幸福是讓人生永遠有選擇的機會

「我媽媽最大的夢想，是希望以後能到偏鄉去說故事給小朋友聽。」談起一個人獨力將她撫養長大的母親，Cynthia 的眼神中難掩欽佩。

「她還在我出國念書這段時間，拿到碩士學位、學跳舞。」五十歲出頭的 Tina，笑稱自己領的是固定薪水，得提早存老本。從第一份薪水就靠著「人生清單理財術」，買下第一間房，栽培女兒完成海外學業。

專款專用紀律理財 定期兌現人生目標

「我建議剛投入職場的女兒去開三個戶頭，分別做為生活、存錢與投資之用，薪水一入帳，就直接分配到各個戶頭」。Tina 總能從容地把工作、家庭和自己打理的有條不紊，媽媽的理財術，對Cynthia 很有說服力！

Tina 將理財目標對準的是人生各階段的理想生活，而非短期的投資報酬率，因此不曾為市場波動焦慮過。靠著紀律投資與分流資金，即便是短期的報稅季、中長期的換屋買房，都設定不同帳戶管理。

「我很清楚自己的人生想要什麼，不要什麼。不會都是一帆風順，暴風雨來的時候，因為我有足夠的存糧，就能選擇自己想要的路。」對 Tina 來說，能到

偏鄉服務，陪伴更多孩子，正是因為自己已經預備好，所以有能量回饋給社會上更多的人！

最好的傳承是身教

國泰世華銀行理諮詢團隊認為，Tina 的人生清單理財法，成功關鍵在於發揮時間和複利最大的力量，以及清楚目標與執行力。不過壯年後，逐步實現夢想同時，也要思考傳承規劃。尤其是留給下一代的資產，例如不動產的傳承，必須定期檢視，或請理財顧問試算遺贈稅的稅率落點。「你放心，我會陪你、照顧你，就像你對我一樣」有著同樣DNA的 Cynthia，相信自己也能像媽媽一樣好好理財，優雅做自己！



給各世代的幸福退休特調



50+ 金領世代

- 紀律投資，就不會被市場波動迷惑
- 預留稅源，特別有房地產要傳承時



國泰世華銀行
Cathay United Bank

用肯定扎根，貼心守護您的幸福
陪您一起實現美好未來



蔡瑋蔓在優渥家庭中成長，喜歡寫作的她，大學畢業後被朋友延攬至雜誌社擔任主編。「採訪工作需要四處奔波，截稿期更是通宵熬夜。」結婚、懷孕之後，她決定放棄原本的工作，轉換跑道至時間自由的保險業，同時兼顧工作與家庭。

雜誌社主編轉行
不畏外界異樣眼光

一路走來，蔡瑋蔓不斷地精進自己，交出一張張漂亮的成績單，曾經獲得美國「MDRT 百萬圓桌」會員、「IDA 國際龍獎」、「IQA 國際卓越品質獎」，三個獎項是全球保險從業人員的最高榮譽。



「比我弱的還沒放棄，比我強的還在努力，而我還有什麼資格不堅持目標。」蔡瑋蔓要做一個永遠和自己賽跑的人。

國泰人壽專招鴻億通訊處行銷總監蔡瑋蔓

凡事設身處地 贏得客戶信賴

從事保險業二十多年，蔡瑋蔓將客戶視為朋友、家人，凡事站在對方立場設想。她以真誠對待客戶，時時保持工作熱情，贏得客戶的尊敬與信賴。

剛踏入保險業的時候，蔡瑋蔓十分不適應，還必須面對親友質疑眼光。「二十多年前，大家對保險業務員還存在著刻板印象，很多親友還以為我發生了什麼事，才會跑去招攬保險。」蔡瑋蔓在南部經營飯店的朋友開出高薪，希望她辭掉工作。但是蔡瑋蔓不畏旁人眼光，決定靠實力闖出一片天；當初反對的親友，一個個成為蔡瑋蔓的 VIP 客戶。

將挫折化為正能量
我做保險我驕傲

蔡瑋蔓的另一半是台大畢業的高材生，因為這樣的緣關係，她將第一次陌生拜訪獻給羅斯福路的店家，當她走進某家店後，卻受到老闆冷淡對待，最後更以忙碌為由請她離開，隨手一扔的資料就砸在蔡

雪中送炭是我的理念，誠信、真誠是我的原則。

強化金融科技服務
滿足客戶多元需求

「國泰金控豐富的資源，是業務員最堅強的後盾。」蔡瑋蔓指出，國泰人壽多樣化的商品和服務，能夠滿足客戶多元需求。例如「Cathay Walker」活動結合外溢保單，鼓勵保戶養成健走習慣促進身心健康；與易遊網攜手推出旅遊保險一站式服務，訂購旅程同時就能投保旅平險，更是台灣監理沙盒首創保險業案例；還有業界首創「Cathay Box」行銷工具，即時掌握客戶資訊並透過大數據預測客戶需求；蔡瑋蔓認為這些都是國泰人壽善用金融科技持續創新，提供客戶更優質服務的例子。蔡瑋蔓在忙碌工作之餘，完成台大復旦 EMBA 課程，持續精進自己的實力。

瑋蔓的腳上。離開店家後，她忍不住流下了委屈的淚水。隔天，擦乾眼淚後再度前往同家店拜訪，不屈不撓的意志感動了老闆，順利成交一張保單。

「是我先進客戶家？還是風險先進客戶家？」蔡瑋蔓從事保險工作多年，有說不完的故事。她最欣慰的事情就是讓許多遭受意外和疾病的家庭，因為理賠度過難關。

「雪中送炭是我的理念，誠信、真誠是我做保險我驕傲。」



國泰人壽



寶足人生

幸 福 要 保 足

一樣住院，兩人命運卻截然不同

沒有人知道人生下一步，但可以讓保障跟上每一步



幸福保障網

秋馥・御饌

國泰世華匯集的精緻高檔餐廳，
優惠方案選擇眾多、超值划算，
是與朋友、家人共享美饌的不二選擇。

Trine&Zen 微風信義

刷卡消費享 88 折優惠

以自然清新的裝潢風格的 Trine & Zen，以西方理念為出發點，帶入了東方生活態度，完整呈現擅長融合東西方審美元素，編織出符合現代人對於生活時尚的藝術享受。



台北君悅酒店 彩日本料理

刷白金卡以上消費享第二人半價優惠

廚藝團隊精湛手藝，在開放式廚房下一覽無遺！每日直送的新鮮海產與頂級食材，呈現近百道自助和風美饌，必嚐的新鮮生魚片、季節烤魚與炙燒鮭魚，鮮活呈現日本料理精髓。



丸壽司

刷卡消費享平日 9 折優惠

由專業壽司師傅以江戶前握壽司手法，搭配上新鮮的魚材，在顧客面前現做出美味的握壽司。迴轉台上充滿著各種極品選擇，看得讓人食指大動，清爽的口感與新鮮魚材的完美結合，美味又健康。



台北君悅酒店 凱菲屋

刷白金卡以上消費享 85 折優惠

網路票選冠軍！以開放式廚房著稱的自助美食餐廳，明亮溫暖的用餐環境，十大主題餐點區塊，每日獻上超過 160 道經典菜色；爐烤肋眼牛排、現作湯包更是不可錯過的美味亮點。



In Between 之間餐廳

刷卡消費享 9 折優惠

提供老饕牛排、波士頓龍蝦、每日直送鮮魚及本土豬腹肉等精緻食材，融合義法料理精緻的飲食精髓，再加上美式的風格，每口滋味，都凝結了廚師不倦的執著，揉和各國料理手法靈活運用，讓料理猶如一道道的藝術品。



WILDWOOD

刷卡消費享平日午餐 9 折優惠 (需事先訂位)

Wildwood 打造雅致時尚氛圍，可優雅享用原木燒烤料理的粗獷質樸美味。主廚以乾式熟成肉品、在地食材、鮮活海鮮挑戰火烤料理無限可能。開放式廚房燒烤的火焰與木燒煙燻香氣，帶給客人視覺、嗅覺與味覺美好體驗。



注意事項：1. 活動期間至 2019 年 12 月 31 日。2. 本優惠折扣以原價計算，不得與其他優惠併用。原價 10% 服務費另計。3. 國定假日、特殊節日及連假不適用，以餐廳公告為準。4. 凱菲屋優惠限 12 人（含）以內使用，第 13 人以上之消費不適用。5. 彩日本料理優惠每次每桌每卡每餐期限享一次優惠，每次消費限 1 組享優惠（第二人半價為一組，即至多 1 人享半價優惠）。6. Wildwood 優惠不適用於 8 人（含）以上之團體消費。7. 活動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。

The Chapter Café

刷卡消費享 9 折優惠

餐廳空間內的人文藝術與園區綠意相互輝映，創造出靜謐溫暖的用餐環境。這裡全日預備著各式道地經典料理及特製調酒飲品，正好撫慰旅途的倦意，讓花時間用餐、消磨美好時光成為旅行回憶中最美好的一部分。



勝博殿

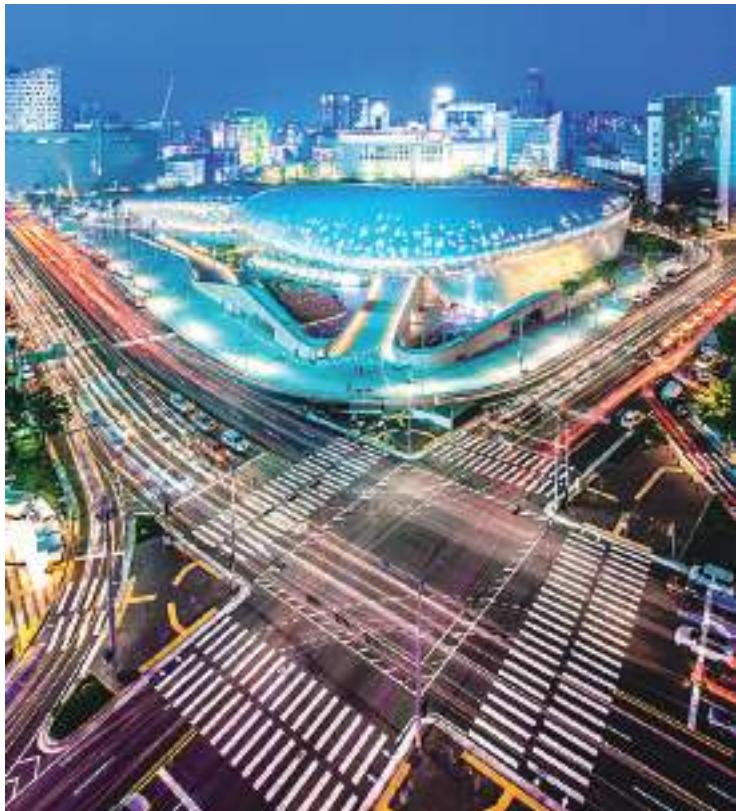
刷卡消費享週三第二套套餐 85 折優惠

1966 年始創於東京新宿，為日本最具規模的日式豬排連鎖店，以服務、嚴選素材和熟練技術聞名，來台開設第一家直營店後，掀起炸豬排店排隊用餐旋風，讓吃日式炸豬排的熱潮跨進餐飲流行新的一页，是目前市場上最正統的日式豬排專門餐廳。



秋恣・趣遊

迎新即將到來的冬季景緻，
感受廣闊世界新風貌，
國泰世華讓您輕鬆實現旅遊夢！



行程
優惠

易遊網首爾自由行+精選當地優惠 五天四夜 NT\$9,888 起/人 (未稅)

- ▶台灣／首爾 團體經濟艙來回機票。
- ▶嚴選首爾市區周邊飯店，4 晚住宿。（兩人一室，不含早餐）
- ▶卡友獨家贈禮：
 - T-Money 卡每人 1 張。（市價約 3,000 韓元）
 - AREX 機場快線單程每人 1 張。（市價約 9,000 韓元）

※ 易遊網洽詢專線：02-412-8001

▶當地遊票券優惠

Hanboknam 首爾韓服體驗	享 92 折優惠
南怡島 + 小法國村 + 鐵路自行車	折價 NT\$100
抱川 + 普羅旺斯村 + 漫遊坡州一日遊	折價 NT\$140

注意事項：【可樂滑雪】1. 本活動優惠期間為即日起至 2019 年 12 月 31 日期間內報名有效，額滿即止，行程售價以可樂旅遊網站公告為準。2. 本專案限持國泰世華卡（含 Debit 金融卡）刷付全額費用（訂金 + 尾款）方可享有優惠，且不得與其他優惠並用，每卡限刷 8 個名額。3. 詳細活動內容及注意事項請洽本行網站及可樂旅遊網站。【易遊網韓國】1. 活動優惠至 2019 年 12 月 31 日止，每卡限訂 4 人，不可與其他優惠併用。2. 以上贈品由易遊網提供。3. 售價及適用出發日以易遊網網站公告為準。4. 詳細活動內容及注意事項請洽本行網站及易遊網。更多詳細內容、注意事項及其他未盡事宜請依上述合作旅行社及本行活動網頁公告為準。使用優惠時請主動告知旅行社人員，不接受出國後再提折扣，亦不接受追溯提早下單付訂優惠。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。※ 圖文內容由合作旅行社提供。

行程
優惠

滑雪假期一刷就 GO

刷國泰世華卡最優折 NT\$4,000

歐洲滑雪每人折價 NT\$4,000

法國薩莫安斯度假村

► CLUB MED、薩莫安斯度假村、阿爾卑斯風情、巴黎遇見愛九日

韓國滑雪每人折價 NT\$2,000

洪川大明百玩地滑雪度假村

►冬戀韓國、百玩地雪場度假村 SKI 五日

日本嚴選五大滑雪場

9 ~ 10 月 享早鳥優惠每人折價 NT\$3,000，刷國泰世華卡每人再享折價 NT\$1,000

11 ~ 12 月享每人折價 NT\$2,000

北海道 新富良野王子

► 雪國童話北海道、新富良野王子度假村 SKI 五日
► 雪國童話北海道、新富良野王子度假村 SNOWBOARD 五日

東北 星野磐梯山度假村

► 冬戀雪國童話、星野磐梯山度假村 SKI 五日
► 冬戀雪國童話、星野磐梯山度假村 SNOWBOARD 五日

東北 青森 Rockwood 度假村

► 冬戀青森雪國童話、青森 ROCKWOOD 度假村 SKI 五日
► 冬戀青森雪國童話、青森 ROCKWOOD 度假村 SNOWBOARD 五日

東北 安比 Grand 度假村

► 冬戀岩手雪國童話、安比 GRAND 度假村 SKI 五日
► 冬戀岩手雪國童話、安比 GRAND 度假村 SNOWBOARD 五日

長野 白馬 GREEN PLAZA 度假村

► 長野八方尾根、姆池、白馬度假村 SKI 五日
► 長野八方尾根、姆池、白馬度假村 SNOWBOARD 五日

CLUB MED 滑雪度假村每人折價 NT\$1,500

北海道

► CLUB MED SAHORO 滑雪度假村自由行五日
► CLUB MED TOMAMU 滑雪度假村自由行五日

※ 可樂旅遊洽詢專線：02-2562-2255

中國

► CLUB MED 長春北大壺滑雪度假村自由行五日
► CLUB MED 哈爾濱亞布力滑雪度假村五日



秋寐・憩宿

趁著涼爽宜人的秋季，
造訪國內美不勝收的迷人美景，
入住國泰世華推薦飯店超值優惠最滿意！

飯店
優惠

和逸飯店 台南西門館

訂房專線：02-7706-3600

活動期間：

2019年10月1日～2019年12月30日

平日入住【卡通頻道舒適客房】

享買1晚送1晚專案優惠價 NT\$8,800

(依每房入住人數每日提供早餐1～2客)

- ▶ 每日限量3間房可**免費升等**至
【卡通頻道和逸客房(二大床)】(含4客早餐)
- ▶ AMAZZING CLUB 會員可享額外**5%** 優惠
(不可再累積會員點數)



飯店
優惠

花蓮理想大地

訂房專線：03-865-6789

活動期間：

即日起～2019年12月31日

平日兩人同行入住【豪華客房(一大床)】

刷卡享每房每晚優惠價 NT\$5,500 起

指定卡友額外再享兩大禮遇：

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

※ 以上優惠每人含一客早餐、運河遊艇導覽、
花蓮機場或車站定時定點接送乙次



注意事項：【和逸飯店 台南西門館】1. 敬請事先電話訂房並告知使用國泰世華卡友優惠，可選擇單間客房連續入住兩晚或單晚入住兩間客房，於結帳時以國泰世華卡支付全額房費始享優惠。2. 優惠不得折抵現金、退款，亦不得與其他優惠併用。【花蓮理想大地】1. 指定卡兩大禮遇僅適用世界卡、亞洲萬里通世界卡、長榮航空極致無限卡/無限卡、COSTCO 無限卡、鈦金商務卡、尊榮御璽卡、美元雙幣鈦金商務卡。2. 本優惠限平日入住，旺假日須加價。※ 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。

秋展 · 賞藝

多部不可錯過的藝術展演重磅登場，
誠摯邀請您和至親好友，
一同走入精彩萬分的藝文殿堂。

世紀當代舞團《噤聲·近身》

購票享 9 折

編舞家暨策展人雙重身分的姚淑芬再度《噤聲·近身》逼視自己赤裸的慾望於創作中，而創作的弔詭之處，在於痛苦的同時也終將帶來快樂。此為世紀當代舞團受鳳甲美術館邀請的展演計畫。



演出日期：2019 年 11 月 7 日～11 月 23 日

吳兆南相聲劇藝社《吳門 20－師出吳名》

購票享 9 折

【吳門二十】團慶驚喜：吳兆南遺作〈新滿漢全席〉首發、全球首支相聲單曲〈上台鞠躬〉大師吳兆南獻聲謝幕演出、吳兆南紀念特展、5 位女相聲演員破世界紀錄、吳門弟子全員到齊【吳兆南相聲劇藝社】薪火相傳，代代不熄！



演出日期：2019 年 11 月 23 日～12 月 28 日

1. 惠優不得併用，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. 惠優提供期間倘因不可歸責於本行之事由，本行得變更或終止惠優內容，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。

JUSTLIVE《與恐龍共舞》

指定區域購票享 95 折

英國 BBC 耗資 6 億打造的恐龍實境秀《與恐龍共舞》，與你相約台北小巨蛋歡慶聖誕節！演出極富娛樂性與教育意義，全台唯一與 18 隻 1：1 真實比例恐龍近身接觸的絕佳機會。彷彿置身恐龍世界、最適合闔家觀看的活龍活現親子秀。



演出日期：2019 年 12 月 19 日～12 月 22 日

NTT－雅克普 · 奧勒伯劇團《一主二僕》

購票享 95 折

兩位發明家同住在一間公寓的狹小空間，各式家具擁有巧妙多重功能：床可以變成鋼琴、書櫃也可以是冰箱。他們還打造一個女僕機器人，包辦所有家事，然而擁有自己意志的機器女僕，可不會讓人任意使喚，原本的舒適空間也變得擁擠，公寓裡的緊張氣氛一觸即發！



演出日期：2019 年 11 月 30 日～12 月 1 日



| 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

【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。

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 / 林政伯用彩筆畫出全新藝術人生
 CHARITY / 中秋義賣送愛四年不間斷
 COVER STORY / 優遊 10 條全球私人訂製行旅
 FESTIVAL / 市集鮮體驗 邂逅美好日常光景
 TRAVEL / 武陵四秀壯遊 美哉百岳絕景
 GOURMET / 令老饕心怦然的肥美秋蟹
 LIFE / 以香為友 以香為伴
 HEALTH / 要運動，不要傷害
 FINANCE1 / 寬鬆貨幣掀風潮 投資人瘋什麼？
 FINANCE2 / 國泰世華財富管理 讓責任感變成幸福感
 PEOPLE / 國泰人壽專招鴻億通訊處行銷總監蔡瑋蔓

凡事設身處地 贏得客戶信賴

- INFO / 刷卡優惠資訊

05. 承上題，您最喜歡的 3 個單元其原因為？

填問卷抽好禮



【ONE amadana富士山手沖快煮壺】

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。

| 賓客基本資料 |

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108年11月30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. 嘉獎項於108年12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01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，若中獎人不願意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

75折起

台北寒舍艾美酒店

探索廚房 平假日午餐、下午餐、晚餐**75折**
寒舍食譜 午晚餐**75折**



長榮桂冠酒店(台中)

咖啡廳 平日週一~週五自助式午餐、週五~週日自助式下午茶**75折**(單點不適用)
冠品鐵板燒 NT\$2,380以下套餐**75折**

高雄國賓大飯店

iRiver愛河牛排海鮮自助餐廳 週一至週四午晚餐、週五午餐**75折**, 粵菜廳 平日午晚餐**9折**

8折起

台北美福大飯店

彩匯自助餐廳、潮粵坊港潮餐廳、晴山日本料理、米香台菜餐廳、GMT義大利餐廳、Cocoon池畔酒吧**8折**



台北W飯店

the kitchen table西餐廳 自助午(含早午餐)、晚餐**8折**

85折起

台北君悅酒店

寶艾西餐廳、凱菲屋、漂亮廣式海鮮餐廳**85折**
彩日本料理第2人半價(每次每卡每餐期限一組享優惠)



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**

台糖長榮酒店(台南)

吃遍天下自助餐廳 平日**85折**、假日**9折**

台北晶華酒店

栢麗廳、三燔本家(不適用爐端燒)、azie **88折**

注意事項：上述美饌優惠如無特別標示皆至108/12/30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108/12/31，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

住房禮遇



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、語木居(一泊二食)**NT\$8,800**

桃園大溪笠復威斯汀度假酒店

豪華客房(一泊二食)**NT\$6,180**

雲品溫泉酒店

經典山景房(一泊二食)**NT\$7,700**

台南晶英酒店

海東客房(一泊一食)**NT\$3,500**

晶英國際行館

御典侶驛(一泊二食)**NT\$11,600**

花蓮遠雄悅來大飯店

精緻山景客房(一泊二食)**NT\$5,000**

礁溪晶泉丰旅

於官網預訂輸入專屬代碼「AFVIP19」
入住泉思套房享優惠：



優惠1

每房加贈「晶泉好禮」禮盒 (價值NT\$1,200)、依房型人數提供早餐

優惠2 逢週一至週四平日入住，享免費升等泉韻套房

(詳細活動內容、適用房型及不適用期間等詳見本行官網及飯店說明為準。)

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 **New**

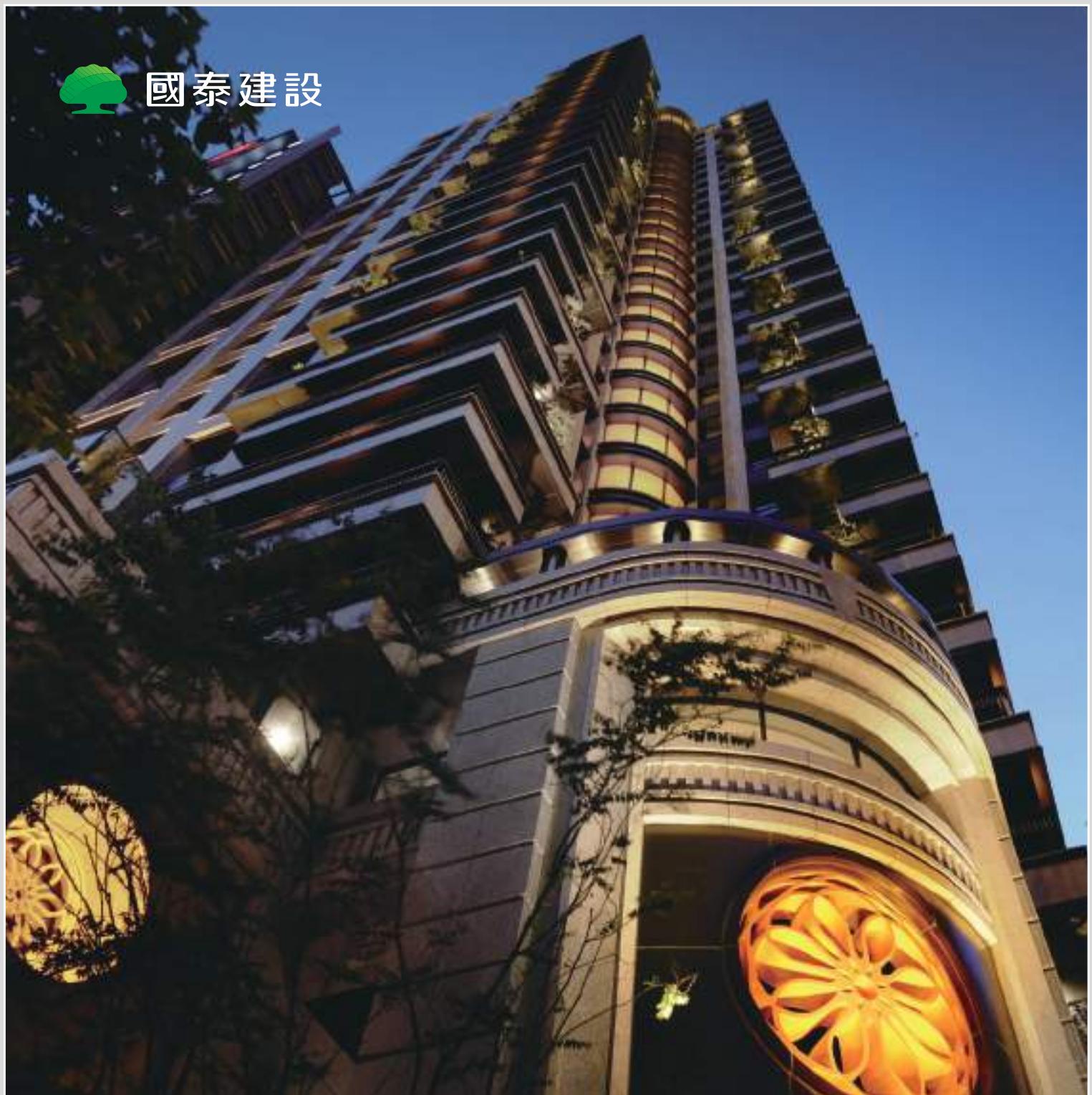
擊球享果嶺費定價**5折**起

信誼高爾夫 **New**

擊球優惠價**NT\$2,380**起



國泰建設



CHIEF
EXECUTIVE
OFFICER

國泰層峰

李祖原七期唯一巨作

55週年豪宅代表作 | 台中歌劇院市政特區 | 32F地標落成 | SRC結構 | 均質130坪 | 代代相傳資產
傳承門牌 | 台中七期 惠中路168號 專線 | 04-2255-5531

55週年代表作 落成

豪宅空間 | 實品屋大賞
僅此一戶 | 送裝潢 | 常季設計 | 張立人大師

CHIEF EXECUTIVE OFFICER