

TR News

靚道

台鐵有勁 · 生活好近

穿梭都會人文的秋之旅 縱貫線(北段)



舊道今生——台鐵老倉庫蛻變新生／新竹市鐵道藝術村
職人日常——蛋殼上淬鍊頂尖功夫／蛋雕工藝師關椿邁
癮味食光——山珍海味上餐桌／八斗邀友善餐廳
再造鐵窗花古意／鐵工師邱宏鎰

攝於板橋站



Vol.
018
2018.秋

CONTENTS

1

坐火車·呷便當

For銀髮族的健康美味 南瓜松子蔬食便當

2

台鐵最靚報

Pepper入駐 智慧心服務

林榮新光站 亮麗新生

4

台日尚青

一期一會 2018第四屆鐵路便當節

6

職人日常

蛋殼上淬鍊頂尖功夫／蛋雕工藝師關椿邁

再造鐵窗花古意／鐵工師邱宏鎰

8

中途下車

穿梭都會人文的秋之旅 縱貫線（北段）

13

舊道今生

台鐵老倉庫蛻變新生／新竹市鐵道藝術村

14

花東行腳

東海岸的白色珍珠／棉麻屋

在宜蘭，踩沙、聽海

16

聽味食光

山珍海味上餐桌／八斗邀友善餐廳



For銀髮族的健康美味

南瓜松子蔬食便當

文 李湘婉 圖 劉德媛



調原則，歷經兩個月研發，推出南瓜松子蔬食便當。主食南瓜飯，使用在地新鮮南瓜與白米一同蒸煮，散發淡淡南瓜香的金黃米飯，佐以有「長壽果」之稱的松子粒，並以烘烤取代油炸，咀嚼中即可嚐到南瓜及松子的甘甜味，吃完口中還留有淡淡堅果香。

主菜為紅燒烤麩，烤麩是加工最少的豆類製品，鬆軟易入口，咬起來不費力，又可代替肉類補充蛋白質，其他配菜還包括塔香茄子、清炒馬鈴薯絲及兩款季節時蔬。各色蔬菜的亮麗色彩，讓人食慾大開；入口時的爽脆鮮甜，也大大刺激了因悶熱天氣而降低的胃口。

此外，相較於普通便當平均每份熱量900到1000卡，此款便當熱量僅約800卡左右。一份100元的南瓜松子蔬食便當，自今年6月推出以來，每天都銷售一空，除了追求養生飲食的銀髮族，也是外食族非常好的用餐選擇。

在養生風潮蔚為流行的台灣，料理除了美味，民眾對於食材的來源、新鮮度、營養成分是否均衡都極為重視，希望在享受料理的同時，也能吃得健康。對此，台鐵局以養生為主軸，並因應台灣進入高齡社會，精選軟嫩、好咀嚼的蔬菜，推出「南瓜松子蔬食便當」。

台鐵局以少油少鹽、簡單料理為烹



販售資訊

台北車站台鐵便當本舖 1~5 號店

午餐及晚餐時段各限量供應50份

便當專線 (02) 2361-9309

服務時間 09:00-17:00

※ 時令蔬菜隨季節變化而調整



中華民國 107 年 9 月
發行人／鹿潔身 顧問／何獻霖、徐仁財、杜微、朱來順 總編輯／黃士弦 副總編輯／李永生
編輯小組／謝武昌、翁惠平、施萬隆、陳世雄、陳淑貞、葉瓊瑋、趙勻靖、蔡豐任、吳佩樺、余慧珊、江貴瑜、林妍蓁、陳建成、林妘婕
發行機關／台灣鐵路管理局 地址／台北市北平西路3號 電話／02 2381-5226#2296
編輯企劃／財藝文化創意股份有限公司 主編／李幸紋 文編／張以潔、陳采萱、鄭成宏 美術設計／王美琪
電話／02 2551-2561#318、338
封面攝影／劉德媛

台鐵活力新啟動

Pepper入駐 智慧心服務

老字號的台鐵結合了智慧科技，透過機器人站員的進駐車站提升了服務品質和營運效能，也為旅客互動留下難忘的體驗。

文 林司辰

圖 劉德媛



今年台鐵滿131周年，搭上智慧科技的新潮流。6月23日起，有四位「生力軍」——Pepper智慧機器人，加入鐵路局站務員的行列，為民眾提供活力新服務。

走進花蓮站，一群好奇的民眾圍繞在服務台前方，原來是小朋友跟著可愛的Pepper站務員一起跳健康操，身高僅121公分的Pepper不僅身手靈活，轉圈扭腰、載歌載舞地吸引乘客目光，還有旅客請Pepper猜猜自己的年齡、詢問附近的景點或推薦哪一款台鐵便當，讓鐵路候車及諮詢等服務更多元活潑。

這位新報到的站務員Pepper，是全球首款能辨識人

的聲音和表情，並擁有情緒辨識的人形機器人，目前進駐於台北、台中、高雄與花蓮4個特等站，每天早上9點到傍晚6點，都可以在站內看到Pepper服務的身影。不同於一般機器人的冰冷外表，Pepper著台鐵制服，外型模仿站務員，擁有靈活的關節與偵測感應器，無論是列車時刻表、購票資訊或在地景點推薦，Pepper都可用中、日、英三種語言回應乘客對答如流，且隨時可更新資料，提供旅客即時的訊息，大幅提升台鐵服務的效能。

每天都有數以萬計的乘客出入花蓮站，為了提升服務品質，3年前動工興建的花蓮新站，將於今年10月啟用，屆時除了站內候車空間、電梯等硬體設備擴增，新建的高架跨站通道，將使民眾進出站更加便捷流暢。



花東地區首座地下車站

林榮新光站 亮麗新生

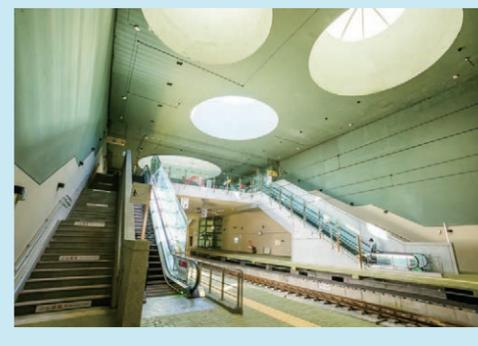
廢站36年的花蓮林榮站，在官方與民間的合作下，打造出融合時尚與在地的新風情，不僅重啟在地服務，更為花東觀光注入新活力。

文 林司辰 圖 劉德媛

林榮新光站位於花蓮縣鳳林鎮的兆豐農場前方，簡潔大方的黑色站體在四周的綠草包圍下格外顯眼，從地面延伸到地下一樓的大片玻璃及天窗，讓光與風可自然穿透，讓這座花東地區唯一的地下車站如同站名一般熠熠生輝。

林榮新光站的前身是位於林榮部落的林榮站，1982年，林榮站因台東線的拓寬改線工程而廢站，在地方多年的奔走陳情後復站，由鐵工局、台鐵局攜手在地深耕40多年的新光兆豐企業，由新光無償提供土地及復站所需各項費用，鐵工局負責興建，台鐵局負責營運。這座三方合作的車站於今年7月10日正式啟用，是台鐵第229個車站，也成為史上唯一由民間出資興建的台鐵車站。

有別於一般簡易站，林榮新光站在設計上處處充滿新意，包括設置3座東線鐵路少有的電扶梯、站頂的8座圓形天窗和南北各兩座線型天窗，以及地下月台的壁掛式等候空間，諸多便民又體貼的設計，被民眾稱為「全台最豪華的簡易站」。目前每天停靠6班區間車、兩班莒光號，今年10月台鐵局預計還會增停莒光號、普悠瑪各兩班，屆時將帶動花蓮地區產業發展，活絡觀光，讓更多民眾認識這片美麗的土地。





一期一會 2018 第四屆 鐵路便當節!

2018 第四屆 鐵路便當節

11月2日(五)~11月5日(一)

臺北車站 1樓大廳 10:00-19:00



什麼是著迷的感覺?

隨時隨地 都想即刻出發 隨時隨地 都要即刻擁有
時時刻刻 嘴角忍不住上揚 時時刻刻 都會覺得好幸福
我想,這就是我迷故我在



2018年最讓人著迷的事,就是跟著鐵路便當節的腳步,挖掘鐵道文化的多樣與獨特性,透過鐵路旅遊,感受各國風土的美好滋味。

四年來,每一年鐵路便當節都帶給民眾許多美味新作,透過多國的鐵路便當,以專屬鐵道的LIFE STYLE打造屬於鐵道的幸福感受。

因為知道許多民眾深深著迷,今年2018第四屆鐵路便當節首度回歸主場,11月2日到5日,將在臺北車站大廳隆重登場,跟所有支持與喜愛鐵路便當節的朋友見面。



今年的鐵道便當節,將有十餘家各國鐵道業者,包含臺灣、日本、瑞士,以及韓國等國參展,除帶來各具特色的美味便當,也將各國鐵道周邊商品一起呈現在國人面前。展場上精心規劃

大小朋友可同樂的體驗活動,有可轉出驚喜的鐵路扭蛋、將景點與鐵路結合的鐵道彈珠台,還能親自參與各國傳統文化的手作體驗活動。

最特別的是,今年首度將擁有大批死忠粉絲的鐵道同人誌搬來2018第四屆鐵路便當節現場,這批史上最強的鐵道主題陣容,將引爆新的鐵道熱潮,為鐵道迷們展開一場不容錯過的鐵路便當節特搜!

今年要跟上鐵路便當節腳步的關鍵,就是成為一名鐵道迷。注意!在匆匆的旅途中,別忘了停下腳步,一起來參與盛會。注意!在熙來攘往的大廳裡,一起來尋找令人懷念的味道。注意!在旅途的轉角中,為自己尋覓一份驚喜的邂逅。

鐵道迷
迷鐵道



參展業者:



臺灣鐵路管理局 | 東日本旅客鐵路株式會社(JR東) | 東武鐵道 | 西武鐵道株式會社 | 京浜急行電鐵 | 江之島電鐵株式會社 | IGR岩手銀河鐵道株式會社 | 道南漁火鐵道 | 一畑電車株式會社 | 瑞士馬特洪峰聖哥達鐵路 | 山陽電氣鐵道株式會社 | 南海電氣鐵道 | 信濃鐵道 | 肥薩鐵道 | 銚子電氣鐵道 | 青森鐵道 |



淡路屋株式會社 | BOBBYBOX | 福井食堂 | 鬚鬚張 |

主辦單位:交通部臺灣鐵路管理局



蛋殼上淬鍊頂尖功夫 ——蛋雕工藝師關椿邁

一顆蛋如何成為一件藝術品？關椿邁用 30 年的時光，淬鍊出超凡頂尖的蛋雕功夫，也雕出越挫越勇的人生信念。

文 陳采萱 圖 劉德媛

在木、石、金、竹，實心硬物上雕刻並不稀奇，但利用蛋殼來創作，就大異其趣了！

在台鐵局彰化電務段服務近40年的關椿邁，2016年退休，至今仍每天回崗位擔任志工，同事們對於「關老師下班後戴著放大鏡、在辦公室挑燈雕蛋」的身影皆印象深刻。

關椿邁從小喜歡雕刻，開始進行蛋雕是1981年受故宮「同心象牙球雕」的啟發，他相信尋常事物也可以作為創作素材，為此即使遭朋友嘲諷也不曾放棄。為了琢磨如何在平滑易碎的蛋殼上雕刻，他打破了

900多顆蛋，與家人吃了數月的「雞蛋大餐」，深入鑽研蛋殼特性、品種與雕刻技法，從美工刀到手術刀，甚至開發出專屬雕刻工具，「雕」驚人！

「蛋雕不是成功

就是失敗。」關椿邁說，當耗費數月，最後一刻卻不慎滑刀、蛋殼上出現裂隙，整個作品便前功盡棄，因此每次下刀都如履薄冰。為作品命名也饒富趣味：用駝鳥蛋雕鑿出的「哈密瓜」，蛋中蛋、每面皆有一隻牛的「牛轉乾坤」，兩條鯉魚加上一個歪斜「樂」字的「魚水之歡」，以及使用數量受澳洲政府管制的鸚鵡蛋雕出的「愛蓮說」，更顯殊勝。諸多作品一路從故宮、中國前進美國，精細工法令觀者嘖嘖稱奇。

他曾以戳蛋技法在一顆蛋上刻了12000多個小孔，打破金氏世界紀錄（1250個小孔）；他的作品也被列入「故宮博物院—現代館」藝術珍藏精品，於國內外知名博物館展覽，例如美國舊金山太平洋博物館、加州聖地亞哥博物館、菲律賓大都會博物館、馬尼拉藝術廳、荷蘭銀行、故宮博物院等。

關椿邁雕蛋，蛋也雕人，一件蛋雕作品的「無中生有」，也磨勵關椿邁的心性，他一筆一刀，雕鑿出蛋殼上的大千世界，也雕出自己的細緻人生。



再造鐵窗花古意 ——鐵工師邱宏鑑

您可曾留意過巷弄中，樓房陽台前的鐵窗花？在職人邱宏鑑眼中，每件鐵窗花背後，都有著各自的故事溫度與記憶。

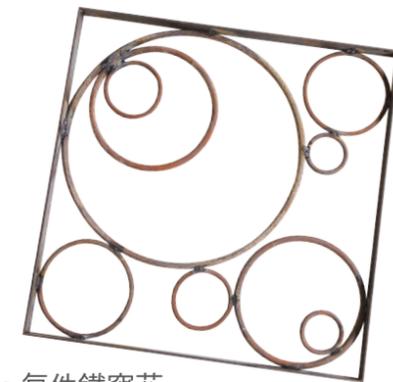
文 鄭成宏 圖 徐榕志

位於基隆市六堵科技園區一角的「請作鐵木工坊」，邱宏鑑與鐵木匠夥伴們在此鍛造出鐵與木的千萬種可能，工坊裡各角落均能發現彎曲有致的鐵條，那正是鐵窗花的各種姿態。

與鐵窗花的初次邂逅，是在邱宏鑑的學徒歲月中。那時，要製做一扇鐵窗花，邱宏鑑必須反反覆覆地折彎上百個零件，再交由師父焊接組裝，很多人覺得枯燥乏味，他卻深深著迷於鐵窗花的百變組合。現在，邱宏鑑運用各式工具製作鐵窗花，已是信手拈來，甚至，他還自製了彎折鐵窗花的專門工具。

在父親友人的介紹下來到工坊後，邱宏鑑遇到了許多同樣熟稔鐵窗花的良師益友，共同創作同時，也不斷地思考如何發揚這項技藝，「論傳承，要找到有意願的學徒不容易；論利潤，作一扇鐵窗花真的賺不多。但幾十年前，當我盯著一排排鐵窗花看時，我就感受到它們所傳達『家庭一般的溫暖』——我最想呈現的，就是那份記憶與感覺。」邱宏鑑說。

鐵窗花之外，工坊也跨足各種領域，製作各種精密鐵製、木製器物，小至十幾公分的零件，大至整間廠房的空間設計；創意如冰淇淋三輪車，精緻如各式傢俱。問他願意持續從事這行的動力為何，邱宏鑑只說：「是客人們的稱讚、感謝與回饋。」





- ▼
- 基隆
- 七堵
- 汐止
- 南港
- 松山
- 台北
- 萬華
- 板橋
- 樹林
- 山佳
- 桃園
- 中壢
- 湖口
- 新豐
- 新竹
- 香山
- 崎頂
- 竹南



踏查市井 漫遊綠意

穿梭都會人文的秋之旅

縱貫線(北段)

台鐵縱貫線北段從基隆至苗栗，途經 32 個車站，並穿越全國人口最稠密的台北都會區，一路往南至靜謐的竹南田野，其中始於清代的鐵路——基隆至台北、台北至新竹路段，更是台灣鐵道的起始之地。入秋時分，搭上台鐵，穿梭在歷史足跡與自然風光間，品味都市中的人文風情。

文 王子軒 圖 劉德媛



做為交流與休憩空間的咖啡廳，後方為曾燒毀的市場隔柵門。



西南側建築物外觀，以低調的語彙與古蹟本體融合對話。



圖 / 彭彥哲

馬蹄鐵型的日式文青風 新富町文化市場

圖 忠泰建築文化藝術基金會提供、汪德範攝影

從摩登的萬華站出站，穿越都市叢林來到巷弄間的新富町文化市場，時光緩緩倒回到日本時代。這座創立於1935年的市場，是當時第一座公有市場，馬蹄鐵型的優雅建築，磚造覆以洗石子，加上清水混凝土，刻劃了時代的溫柔底蘊。

建築裡，中央天井與大量窗戶的設計，讓日光與風輕盈穿透。雖曾一度因周圍市場的出現而沒落，但也因此保留下完整的日式古味。2006年，新富町文化市場被指定為市定古蹟，並在修復後成為老城再生的公共參與平台，除了公共展演空間、教室外，也有複合式餐飲進駐。在這時光駐足的新富町文化市場，還有相隔約150公尺的傳統老市集——東三水街市場，短短一條街，讓人親炙濃縮百年的常民生活。

如何前往 | 萬華站出站後，沿康定路步行，至三水街後右轉，即可抵達。

地址 | 台北市萬華區三水街70號

電話 | (02) 2308-1092

開放時間 | 週二至週日 10:00-18:00



鐵道地景公園。



山佳 親子探索樂遊趣 鹿角溪公園

山佳站（舊名山仔腳），是位於山腳下的小站，也是日式百年老車站，車站於2017年修復完工，是台灣少見的新舊共存的車站之一。

探訪山佳站的歷史故事，也不要遺漏鄰近的鐵道地景公園，以及鹿角溪公園，距離車站僅數百公尺，卻是市民生活的縮影。從山佳站

前往鐵道地景公園，沿途可欣賞牆面上繽紛的3D立體彩繪，現場還停放煤斗車及調動機，供民眾懷想早期山佳開採煤礦的歷史風華。鹿角溪公園則隱身在社區街坊間，是社區的迷你公園，公園內還有共融式遊具的溜滑梯、鳥巢式鞦韆、攀岩塊及沙坑等，是親子日常休閒的好去處。

如何前往 | 山佳站出站後，從中山路三段步行至地政街，沿復村圳前行，即可抵達。

地址 | 新北市樹林區中洲街51巷



板橋 親子的藝術生活樂園 板橋435藝文特區

板橋站為三鐵（台鐵、捷運、高鐵）共構車站，是新北市的交通樞紐。今年板橋站特別以小朋友為對象，在站內設置「鐵路小學堂」，透過重現平交道動態場景及導覽，宣導交通安全。

從板橋站前往板橋435藝文特區，映入眼簾的是歐式建築——中正紀念堂，建築前方躍動的噴水池、兩旁大片的白色沙灘，加上園區後方的青青草地，吸引許多家長帶著小朋友來此同樂一下午。

此處原是建於1959年的軍人轉業及師資訓練中心，曾閒置多年，後經市府規劃為「親子藝術

園區開放到晚間十點，中正紀念堂點燈後，美不勝收。



公園」及「藝術家夢想基地」，園區內另設有濕地故事館、玩具博物館與藝術教室，以及周末不定期舉辦各類的表演活動。在繁忙的都會生活中，不失為一處放鬆身心的藝術生活樂園。

如何前往 | 板橋站下車後，經106縣道，直行至中正路433巷左轉，即可抵達。

地址 | 新北市板橋區中正路435號

展館開放時間 | 週一至週五 9:00-17:00

週六及週日 9:00-18:00

（每月第一個星期一休館）



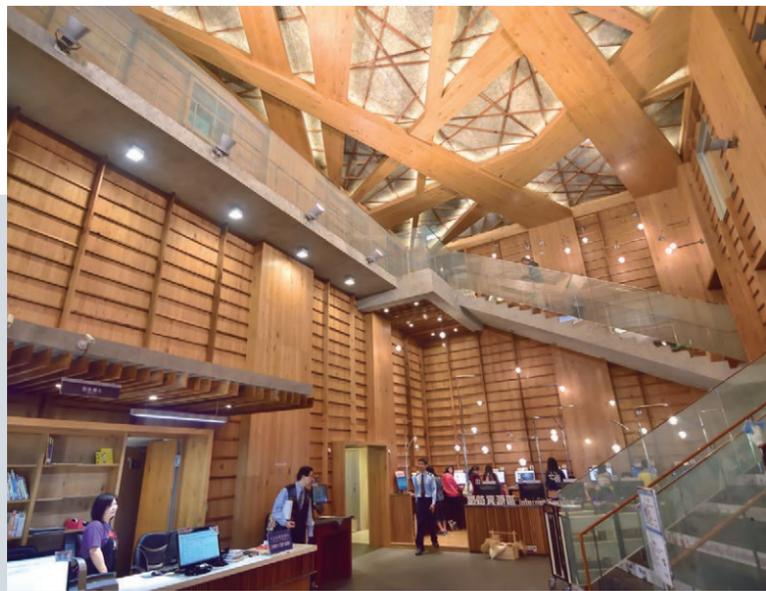


● 中壢 大樹中的詩意圖書館 桃園市立圖書館龍岡分館

圖 吳盈葵

桃園圖書館龍岡分館不只是一個供人閱覽的空間，它還是詩意的結合和溫柔的共享。圖書館外觀以45本大書形成的窗戶，自然導入光線，一本書高達一層樓，除了別緻的造型，也可阻絕日曬及噪音，可說是美觀與功能兼具。

走進大廳，宏偉的木造裝潢更讓人驚嘆不已：在這地上4層、地下2層，總面積近2千坪的空間，由知名建築師打造出彷彿身處大樹中的意象，挑高8公尺的大廳中，香杉和橡木交織出清新的木頭香氣，陪伴著每位訪客親近書香。除了豐富的藏書及舒適的閱覽環境，圖書館頂樓還裝設了太陽光電板、雨水回收系統、全熱交換系統



以及各類綠建材的應用，獲得鑽石級綠建築標章認證，更被民眾譽為「全台最美圖書館」，值得民眾一訪。

如何前往 | 中壢站出站後，沿114縣道經中山東路三段至一段，接著從台貿一街向右轉，即可抵達。

地址 | 桃園市中壢區台貿一街100號

電話 | (03) 286-8500

開放時間 | 週二至週六8:30-21:00

週日、週一8:30-17:00

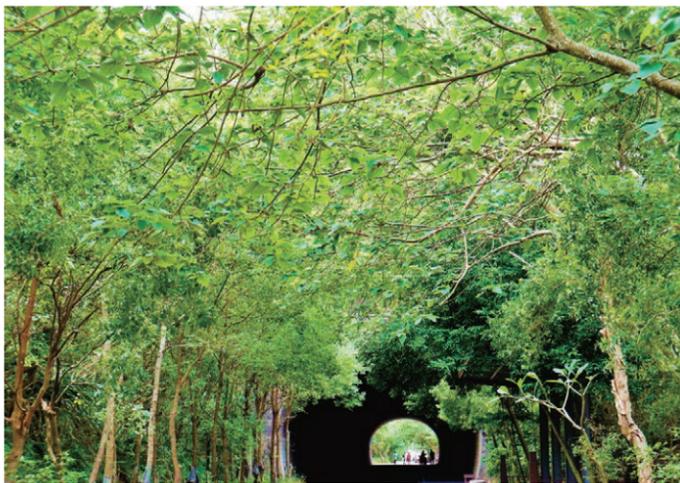
休館日：國定假日及每月最後一個星期四

牆身，加上大窗戶和木頭椅，往來火車皆可盡收眼底。

崎頂舊名為「老衢崎頂」，出站後沿著觀景台走，可看到蜿蜒海岸線上轉動的巨大風車，繼續沿著步道前進，走入一片綠意中，即是崎頂子母隧道。崎頂子母隧道是全國唯一的鐵路雙線子母舊隧道，建於1928年，因相距僅50公尺且一長一短，彷彿母親和小孩依偎在一起，因此被稱為「子母隧道」。隧道上半部為紅磚、下半部為水泥，斑駁的隧道口有許多二戰時期留下的累累彈痕。漫步其中，盡頭處的蒼翠蓊鬱，是尋幽訪勝的絕佳選擇。



如何前往 | 崎頂站下車後，步行約5至10分鐘即可抵達。



● 崎頂 連接時空的隧道 崎頂子母隧道

圖 柯淑君

從香山站往南，在抵達竹南站前，一定會經過這個鐵道迷口中的秘境車站——崎頂站。雖然崎頂站沒有車站主建築，但藍白相間的地中海風格



在新竹追火車

台鐵老倉庫蛻變新生 新竹市鐵道藝術村

隱身在新竹火車站後站、靜謐的民宅小巷中，台鐵老倉庫歷經一甲子的歲月，如今結合追火車的舊日情懷、藝術與公共展演，重現鐵道的生活風景。

文 陳采萱 ■ 劉德媛

新竹市東大路橋下，伴隨火車駛過的隆隆聲響，台鐵新竹站3~5號老倉庫化身的鐵道藝術村，靜靜佇立於此。米白色的磚牆上點綴著繽紛的彩繪，文化瓦屋頂沿著狹長的倉庫延伸，低調、不甚顯眼的外觀，直到推開樹枝造型的大門，才發現裏頭別有洞天。

這間興建於日治時期昭和年間的老倉庫，原與1、2號倉庫連為一體，二戰時遭受美軍轟炸，屋頂全毀，後雖陸續修復完成，但東大陸橋興建時將倉庫一分為二，成為現存1、2號與藝術村所在的3~5號倉庫遙望相對。

踏進大門，眼前是挑高4.1公尺、約400坪的寬敞空間，室內無梁柱，加上大片的落地窗，讓光與風暢通無阻，也是進駐藝術家舉辦各式展覽與講座的最佳舞台。一抬頭，可望見頭頂上縱橫交錯、造型優雅的杉木桁架，這是從日治時期遺留至今的文化珍寶，見證了鐵道轉運的繁盛時光，並且在2015年被登錄為歷史建築。

藝術村內除了可進行親子閱讀、逛展、參加講座，享受輕食美食，最特別的莫過於「追火車月台」，可近距離欣賞火車，是鐵道迷不可錯過的聖地。透過官方與民間的共同合作，讓台鐵老倉庫更貼近現代民眾的生活，結人文創意後，重獲新生。

歷史小語

台鐵新竹站3~5號倉庫是興建於1940年代的老倉庫，隨著運輸與倉儲業務大量減縮，在達成階段性任務後閒置一段時間，於2004年被活化為藝術村，如今以公共藝術空間，重現當代的鐵路記憶。



大自然鉤織出的溫柔情意

東海岸的白色珍珠 棉麻屋

文 王子軒 圖 棉麻屋

白，是包容一切的純粹顏色，在台東濱海小鎮的白色小屋「棉麻屋」，如同海裡蘊藏的珍珠，串起自然界的花草、部落婦女和國際，鉤織出堅強的生命韌性。

東海岸蔚藍的太平洋和天空，以及都蘭山綿延的綠，是台東最迷人的風景，而蜿蜒其中的台11線道上，一間純白的「棉麻屋」，用一針一線鉤織出部落的生命力。

棉麻屋位於東河鄉隆昌村，是典型的阿美族聚落。店主龍惠媚從小自學鉤織帽子、包包，但與傳統原民繽紛的風格不同，她鉤織出的作品以米白、淺灰為主，樸實素雅的颜色中藏著點點草綠或粉色，以及取自於山野的種子鈕扣，都散發出旺盛的生命力。2010年，公益平台基金會董事長嚴長壽與幾位設計師行經台11線，因緣際會發現此處，驚為天人，嚴董事長的鼓勵與支持，更讓惠媚堅信自己的選擇。

店內的棉麻織品品項多元，從手提包、帽子，手染圍巾到T恤，都採用對環境友善的亞麻線或棉線為素材，手工鉤織，一體成型。惠媚表示，新手若要鉤織出一個包包，約需兩週，即使費工費時，她也堅持不用機器大量生產，保留手作的溫度。

因為細緻超群的鉤織手法，棉麻屋的作品不僅多次獲獎，也屢屢受邀至義大利、日本、加拿大等國家參展。不僅為偏鄉小鎮帶來觀光人潮，惠媚也將技藝傳授給部落婦女，讓部落中的媽媽們不用遠離家鄉，透過鉤織就能維持家計。至今棉麻屋已有39位合作夥伴，儼然發展成迷你「部落經濟」。

在棉麻屋，每一件物品，都有設計師的巧思與製作者的歲月累積，溫暖而動人。



棉麻屋

台東站下車後，從台11線往東河鄉方向前進，行至約137.5公里處即可抵達。
台東縣東河鄉隆昌村162號
0903-180-888
週二至週日10:00-18:00

流動的沙之饗宴

在宜蘭，踩沙、聽海

文 陳凡 圖 東北角暨宜蘭海岸國家風景區



在蘭陽溪口，大地沖積出一片溫潤的流沙詩意，今年更透過綿延沙丘上的「壯圍沙丘旅遊服務園區」，低調卻溫柔地帶領民眾一起踩著細沙，聆聽海的聲音。

行經壯圍鄉濱海的寧靜村落，若太專注於浪潮聲，一不留神就會錯過壯圍沙丘旅遊服務中心——這個外型如風吹沙形成的流動建築，灰白、質樸的屋頂和壁身，加上優雅又溫暖的木色梁柱及天窗，讓風、沙和光皆在此相融交會。

初次造訪的民眾或許遍尋不著大門在何處，只因為這裡顛覆了民眾對旅遊服務中心的既定印象：占地約4.5公頃的壯圍沙丘旅遊服務園區，除了擁有廣大起伏的沙丘地景，由名建築師黃聲遠團隊所打造的園區融合沙丘、海岸等原始景觀，民眾從二樓戶外的天空小徑往上走，即可眺望附近的田園風光；若想觀海，穿過防風林小徑，太平洋和龜山島即映入眼簾。走累了，園區內的漂流木椅供遊客或坐或臥，

近身感受大自然的溫度。

遊客中心內利用壯圍的沙，鋪成一座又一座的沙丘，館內通道蜿蜒宛如螃蟹挖掘的洞穴，光從天井灑落，這裡適合一人獨自赤腳漫步在沙上，一邊欣賞蔡明亮導演策劃的《行者·蔡明亮》展覽。另外結合特色餐飲和創意商品的「森林島嶼賣店」，也為園區注入一絲躍動的

足印。

宜蘭的壯圍沙岸沉寂多年，如今這座結合在地景觀、自然生態及文化藝術的旅遊服務園區，創造了人與自然對話的舞台。行經壯圍鄉，請容許自己享受片刻流動的沙之饗宴。



壯圍沙丘旅遊服務園區

宜蘭火車站或宜蘭轉運站下車後，轉乘台灣好行壯圍沙丘線（綠18）或其他客運前往。
宜蘭縣壯圍鄉壯濱路二段196巷18號
(03) 938-2420
全年開放 9:00-17:00

正港的私廚餐廳

山珍海味上餐桌 八斗邀友善餐廳

文 陳采萱 圖 劉德媛



正港的山珍海味，這句話對「八斗邀友善餐廳」來說，不只是一句形容詞，而是從料理食材、搭配餐飲到經營方式，全方位踏實的實踐。

「八斗邀友善餐廳」依山傍海，逗趣的名稱結合台語「肚子餓」諧音和地名。小巧的店面可容納24人，其中開放式廚房就占了餐廳四分之一的空間。這是一家必須提前一天預約的私廚餐廳，所有備料皆由店長戴秀真一手包辦，每天的首要任務就是採買「份量剛剛好」的食材，從船釣的新鮮漁貨到需費心處理但天然無毒的醜蔬果，以及與宜蘭小農契作、友善農法種植的「小鷓米」。

料理餐點固然費心，但秀真卻花更多時間與耐心，與食客們一一細說食材的故事：滑嫩Q彈的透抽、飛魚卵香腸、墨魚香腸、甘甜的地瓜加

上馬鈴薯泥，清爽的杏鮑菇炒紅蘿蔔加上兩道時蔬，套餐附上黃金卵魚丸湯，咬下就能嚐到在口中「活跳跳」的鮮度，飯後再來一杯南投自然農法的紅玉茶或黑咖啡，不用太多調味料，就是最真實的「山珍」與「海味」。

除了餐點，執行長兼專業侍酒師的Nelson也研發了多款融合基隆在地特色的精釀美酒，以「地酒配地食」的概念搭配餐食，其中「潮境」和「雞籠」啤酒組更榮獲2015年的基隆十大伴手禮，豐富了基隆的餐飲文化。

「不只是料理，在餐桌上可以傳達的更多。」八斗邀不只是餐廳，也是在地文化與生態的連結者。



八斗邀友善餐廳

● 搭乘東部幹線至瑞芳站，轉深澳支線至海科館站下車後，沿北寧路行至八斗街，步行約10分鐘可抵達。
基隆市中正區八斗街35號
(02) 2469-0800
週一公休，需要一天前預約（預約食材，非預約座位）
招牌餐點 | 山海簡餐、對時套餐

鐵路行旅 限量珍藏



讓臺鐵小物陪伴您，搭上火車，享受一趟繽紛之旅！



臺鐵夢工場網路商店



臺鐵夢工場粉絲團



01



臺鐵限量經典鋼筆禮盒組

售價 / **2,799**元

臺鐵局與臺灣知名鋼筆品牌—三文堂合作推出「臺鐵限量經典鋼筆禮盒組」，內含F尖鋼筆一支，並附贈一瓶墨水，以雷雕蒸汽火車及臺灣鐵道路線圖的木盒包裝，更顯其精緻典雅，實用與品味兼具。



02

鐵道之旅 手繪帆布袋

售價 / **200**元



03

臺鐵圓口便當袋 售價 / **170**元



交通部臺灣鐵路管理局
Taiwan Railways Administration, MOTC

※本頁商品請依實物為準



店鋪資訊
臺鐵夢工場旗艦店 / 臺北站西3門內 / 02-23830367
臺鐵夢工場松山店 / 松山車站B1西側 / 02-27474242
臺鐵夢工場南港店 / 南港車站B2南2出口 / 02-2651-417
臺鐵夢工場高雄店 / 高雄前站 / 07-2358765

郵輪式 列車

cruisetrain

走到哪 玩到哪

深度創意玩台灣

樂遊大鵬灣



大鵬灣·水陸輕鬆選2天

9/15-9/16 北部出發

蓮池潭風景區、大鵬灣風景區、鳳儀書院

5,999元起

花東美景之旅



關山糧倉·池上花海3天

9/22 - 9/24 中部出發

關山米國學校、關山人工濕地、池上花海

(中秋連假) 11,900元起

南投火車之旅



集集支線·日月潭3天

10/6 - 10/8 北部出發

桃米生態村紙教堂、日月潭遊湖體驗、車埕火車站

11,500元起

花東秋收之旅



池上秋收音樂祭3天

10/26-10/28 中部出發

鐵花村音樂聚落、池上秋收音樂祭、東海岸小野柳

11,400元起

國際花卉盛事



台中世界花卉博覽會2天

11/3 - 11/4 南部出發

台中世界花卉博覽會(外埔園區&后里馬場森林園區)

4,999元起

秋季賞楓之旅



白米木屐·宜蘭賞楓2天

11/17-11/18 北部出發

白米木屐館、太平山國家森林遊樂區、鳩之潭溫泉

6,400元起

冬季暖湯之旅



二結巡禮·蘭陽賞楓2天

12/1 - 12/2 南部出發

二結在地文化體驗、田心橋落羽松、清水地熱

6,700元起

北台灣秘境之旅



青蛙石步道·平溪3天

12/15-12/17 南部出發

青蛙石天空步道、衛味佳柿餅、十分老街

9,850元起

迎接曙光之旅



三仙台曙光·環島4天

12/29 - 1/1 北部出發

大甲鎮瀾宮、布農部落文化園區、三仙台迎曙光

(跨年連假) 13,550元起

※實際商品內容和資訊請以網頁公告為準



主辦單位：交通部臺灣鐵路管理局



客服專線：(02)2501-4047



了解更多