



50+1

系列

私家台北



50个当地人带路

游私家路线 尝秘制美食

逛特色小店！

新星出版社 NEW STAR PRESS

图书在版编目 (C I P) 数据

50+1之私家台北 / 何颖著. —北京: 新星出版社, 2010. 1

ISBN 978-7-80225-819-8

I. ①5… II. ①何… III. ①旅游指南—台北市 IV. ①K928.958.1

中国版本图书馆CIP数据核字 (2009) 第206770号

50+1之私家台北

作者/摄影/插画 何颖

责任编辑: 黄 鸥

责任印制: 韦 舰

设计总监: Connie Tam@Popcorn Production

装帧设计: Popcorn Production

出版发行: 新星出版社

出 版 人: 谢 刚

社 址: 北京市东城区金宝街67号隆基大厦 100005

网 址: www.newstarpress.com

电 话: 010-65270477

传 真: 010-65270449

法律顾问: 北京市大成律师事务所

读者服务: 010-65267400 service@newstarpress.com

邮购地址: 北京市东城区金宝街67号隆基大厦 100005

印 刷: 北京尚唐印刷包装有限公司

开 本: 1/32

印 张: 6

字 数: 50千字

版 次: 2010年1月第一版 2010年1月第一次印刷

书 号: ISBN 978-7-80225-819-8

定 价: 29.00元

版权专有, 侵权必究; 如有质量问题, 请与印刷公司联系更换。

50+1系列——私家台北

作者/摄影/插画 何颖

50位台北人带路
超过100个台北景点
+1 rebec hohoho

新星出版社 NEW STAR PRESS



关于50+1系列

热爱旅游到一个无可救药的地步，算是对这个系列作品诞生的一个总结。

每次出游到外地时，要做一大堆的资料“消化”，看一本又一本不同的旅游指南攻略，对于“时间”很有限的城市人来说，实在是一种负担。能够去到图文相符的地方当然高兴，但很多时候满怀希望去找一家小店或餐厅或民宿，要不发现已经关门大吉，要不发现名过于实；特别是食店，有些地方我还可以接受吃的是“环境、气氛”，但很多地方，我还是希冀能吃到美味的食物，最好是地道的；外来菜式的话，最理想也要是当地餐饮业中做得相当出色的代表。

于是，我开始了“不耻下问”的旅游生涯。每去到一个地方，我很喜欢跟当地人聊天。既可以听到很多动人故事，又可以知道当地人最常出没、最常去玩的地方在哪里。想想看，即便是你筹备多月的精华，又怎么拼得过当地人日积月累的生活心得？他们一定知道，哪里的茶最好喝、哪里的饼最好吃，甚至哪个季节最应该玩些什么。观光客去的地方，他们不一定会去过，但从哪条街道尽头远远飘来一阵阵美食的香气，他们熟悉得闭上眼睛都能找到这个街角档贩。有当地人做引路明灯，旅游从此变得更加真实，不再存在一种包装过的距离感。一个城市的日常步伐、生活习惯、建筑设计、文化气息等等，都从当地人口中确切地勾画出一幅不一样的风景面貌。有他们喜欢的东西，有他们讨厌的东西，你就像聆听着他们对一位日夜相对的情人又爱又恨的独白。

“50+1”，就在这种想法下开始。每到一个城市里，我都会找来50位当地人推介他们喜欢的餐厅、游玩景点和购物地点（或他们觉得一定要入手的单

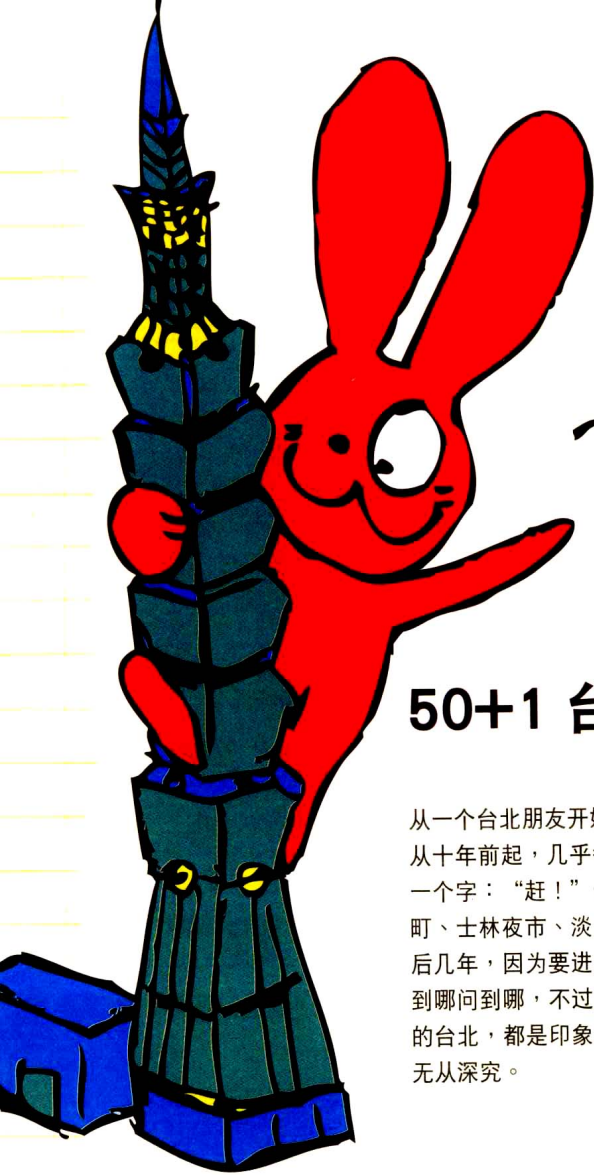
品)。除了土生土长的当地人，还有从外移居当地，但对该城市有独特生活见解的朋友，他们或许在这个地方刚刚住上一年半载，不过他们每天的生活体验，却是有趣而充满新鲜感的。这50个当地人都是从不同领域找来，当中包括名人、公共机构代表、品牌代表、专业人士、上班族等等。50位受访嘉宾，超过100个选择，全部根据他们个人的喜好和工作背景而定案推介。读者可以从跟自己差不多背景的当地人身上，找到最贴近自己视觉触感的当地人推荐。能够选择自由行的读者旅客自然好，可以在最短的时间内试尽不同角度的地道玩法。跟团的朋友也可以在一天或半天的自由活动里，目标明确地找到应该要去的地方。至于没有被采访的当地人，阅读这书时，应该也可说是重新认识一个城市吧！:)

“+1”的部分为本人以旅客身份的推介，可能是一家被人遗忘了的街角小店或餐厅、个人住宿经历、一次难忘的节日活动等等。同时也会综合当地人的意见，规划一些建议旅游路线出来，好为读者提供感受一个城市的基本概念。当然，如果你可以组合出一条自己的路线来会更好，从来没有任何人比你更清楚想走一条什么样的路吧。

谨在此感谢每一位热心帮忙带路的当地人，没有你们，“50+1”可能只会剩下“+1”的部分；也是你们，让我深深感受到久违了的城市人情味，大为感动！希望在途中很快能够再次与你们相遇。

何颖 rebec hohoho

写于2009年8月



~ ho ho ho

50+1 台北



从一个台北朋友开始。

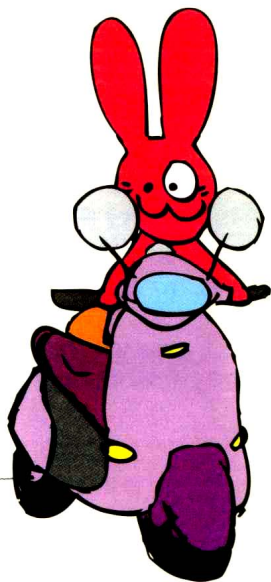
从十年前起，几乎每年都会到台北一次，三日两夜的行程，一个字：“赶！”最早的时候集中游走在中正纪念堂、西门町、士林夜市、淡水……几乎都是观光客“必到”景点；之后几年，因为要进行采访的工作，每次游台北，虽然都会去到哪问到哪，不过也是匆匆忙忙的。所以，基本上以往认知的台北，都是印象模糊。可以大概讲出几个地方的名字，但无从深究。

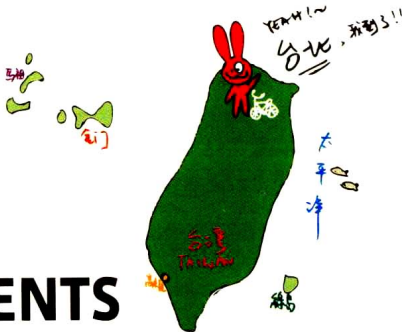
这一次，从一个台北朋友开始“层压式”介绍，不停跟朋友的朋友见面，有点像亲身经历电影“my date with DREW”一样，应用六层分隔理论（six degrees of separation），这理论是指两个互不相识的人就算分隔在南、北半球，中间只要通过不超过4个中介点，就会令他们连上关系！然后，不可思议地，我真的在有限的采访时间内找到50个不同领域的台北人为我带路！结伴同游后，很多都成为了真正的朋友。从1到50，简单的数字却存在不简单过程经历，除了感恩和谢谢外，我实在想不到有什么更好的形容词。

50位台北朋友告诉我，太匆忙的旅行，根本没法融入真正台北人的生活。这里的电梯很慢（台北朋友跟我笑说是香港的电梯太快！）；这里公共交通工具里有很多博爱座而很多人真的很守规矩宁愿在旁边站着，也不会先坐下来，等有需要的人出现才让座；这里戴假睫毛大眼隐形眼镜的辣妹正妹很多；到处都是排排的摩托车（是一排排，不是三几辆喔！），交通灯一转，站在十字路口的感觉是蛮震撼的；这里的日本料理有可能跟东京一样多；24小时全天候的小吃店；每个人都有一家自己喜欢的牛肉面店；对于轻微地震大家都习以为常；还有大大小小的庙宇、按摩店、温泉旅馆……很多点滴都需要你放缓脚步以慢镜头去亲身领会，才够传神。希望你和我一样，看罢，喜欢上这个地方。

何颖 rebec hohoho

写于2009年8月





CONTENTS

关于50+1系列 / P2

50+1 TAIPEI 台北 / P4

目录 / P6



名人 艺人.....P8

01 黄子佼 / 知名主持人 / P9

02 蓝钧天 / 演员 / P12

03 ELMO / 艺人、生活艺术家 / P16

04 胡世恩 / 演员、名媛 / P20

05 林子良 / 音乐人 / P24

06 立奥美 / 模特、艺人 / P27

07 简志澄 / 剧团总监 / P31



设计师.....P34

08 不二良 / 插画师、设计师 / P35

09 ALING LAI / 设计师 / P40

10 陈建衡 / 珠宝设计总监 / P43

11 张晓茜 / 平面设计师 / P46

12 城兆纬 / 饰品设计师 / P53

13 EVE / 影像工作者 / P55

14 阎卓尧 / 设计师 / P58

15 陈泓宇 / 室内设计师 / P62



16 黄月芬 / 交通部观光局课长 / P65

17 刘得泰 / 台北市政府公务员 / P68

18 廖咏蕙 / 前台大研究所企划助理 / P70



19 简玟如 / 诚品书店活动企划 / P73

20 WINA / 西华饭店公关经理 / P76

21 李汤盘 / 意识形态广告副总 / P79

22 NADIA / 101商场行销经理 / P82

23 JOYCE / PEDDER GROUP行销经理 / P85

24 SABRINA / ARMANI BEAUTY 公关 / P88

25 OLIVIA CHIEN / 九井广告客户总监 / P90

26 ANITA LEE / 钜洲鞋业董事长特助 / P93

MUST GO & VISIT!

*必到必看之地



MUST EAT!

*必吃之美食



MUST SHOP!

*必买之小店



主要图解

每位受访者都会分别推荐他们心目中最地道的玩乐点、餐厅和购物小店。读者可以根据相同背景的受访者推介，选择旅游路线，以及必游、必吃、必买的选择。

ICONS

- 地址
- 电话
- 营业时间
- 注意
- 收费
- 网址
- 交通
- 卖点



专业人士……P96

- 27 齐云 / 知名花艺设计师 / P97
- 28 吴东龙 / 作家、日本美学讲师 / P99
- 29 陈陆宽 / 厨师 / P104
- 30 古雅仁 / 飞普数位动画美术导演 / P107
- 31 DEBBIE / 牧师 / P110
- 32 郭人荣 / 美食旅游节目主持人 / P114
- 33 JULIE CHANG / 制作人 / P116
- 34 张肇瑄 / MV & TVC摄影师 / P119
- 35 CHLOE—SAMMI / 视觉营销 / P122
- 36 LETTER / 专案经理 / P125
- 37 赵佳美 / 资深娱乐记者 / P128
- 38 SEBASTIAN OLA / 旅游频道制作经理 / P130
- 39 邱美音 / 钢琴老师 / P134
- 40 YOYO / 舞蹈演员 / P137
- 41 REMI / 传翼数位影像总监 / P139



上班族……P142

- 42 NANCY / 市场部主管 / P143
- 43 苏小菲 / 活动企划 / P145
- 44 娃娃 / 文书 / P148
- 45 谢小白 / 餐饮管理 / P151
- 46 MAY / 银行销售人员 / P155
- 47 戴莨芸 / 行销企划副理 / P158
- 48 YIMIN / 客户经理 / P161
- 49 罗国旭 / 银行业务经理 / P164
- 50 KATHY / 销售人员 / P166



+1 作者推荐……P168

- 建议行程 / P186—P187
- 附录 / P188
- 台北旅游基本资料 / P190
- 后记 / P191

CELEBRITIES

名人·艺人



黄子佼
知名主持人



蓝钧天 GABY
演员 歌手



ELMO
艺人
生活艺术家



胡世慧 LESLEY
演员 名媛



林子良
音乐人



立奥美 NAOMI
模特 艺人



简志澄 TEDDY
大小点·白雲事
业群总监

你在台北住了多少年？

37年。没有住过其他地方。

还想住在这里吗？有什么东西令你想留在台北？

想。方便性，还有朋友。

用一句话来形容台北。

乱中有序。

你最近正在忙什么？

电台主持、电视节目主持、活动主持、专栏写稿、出书（2009年9月）等……

 <http://www.wretch.cc/blog/HUANGMICKEY>

Questions Time!

1. 你最喜欢和最不喜欢台北什么？

最喜欢：便利性。

最不喜欢：时尚选择性太少。

2. 你最常去台北哪一区？为什么？你通常和朋友约在哪一带或哪些地方？空闲时，玩什么样的活动居多？

台北信义区，因为停车便利，最常去看电影和逛街。

3. 你会花大量的钱在——
购物和美食。

4. 台北令你联想到——
10年前的东京。

5. 1—100%你有多喜欢这个城市？
90%。



双寿司 NTS 250/件

北海道马粪海胆配上鲑鱼卵，北海道海胆比较甜美，在米饭下涂上一层薄薄的、黑黑的海苔酱，增强海鲜的鲜味。整支连生菜一起吃，爽脆好吃！不能不提旁边的伴碟小菜，腌过的小番茄以梅酒浸泡过，很香甜！另有较便宜的加拿大海胆以供选择。



鹅肝握寿司 NTS400/份

上桌时远远已飘来鹅肝的香气，由法国运来的鹅肝，肥美且油而不腻。



巴西卷 NTS420/份

内有鱼卵、炸粉和基隆港的甜虾肉，入口酥脆。同样，伴碟小菜为紫鱼味噌香蒜，特别炮制过后没有蒜头浓烈难以直接入口的味道，反而充满着紫鱼香气，以作清消开胃之效，可区别寿司与寿司间的味道，细心的安排。



MUST EAT!



同寿司 观“星”日本料理

在neo 19里的同寿司，一向都深受很多明星艺人的欢迎。佼佼说：“已经在这里吃三四年了，几乎每星期都来吃。其实吃过很多日本料理，但说到同样价位，物有所值的，就是同寿司，这里的料理食材新鲜，每次我带不同的朋友去，大家都会给我好吃到崩溃的反应。我最喜欢吃的是双寿司、巴西卷和鹅肝握寿司。”在同寿司服务了8年的主厨林师傅也力证不少名人均是座上客：王力宏、蔡康永、F4、张柏芝、吴宗宪等等。试过他们的鹅肝寿司后，我觉得只要自己稍微幻想自己身处其境，仿佛已经嗅到阵阵鹅肝香气，鹅肝够大块，美味极了！店长其他推介包括：鲑鳕鱼肝豆腐、菲力牛肉奶油烧。



同寿司

台北市信义区松寿路 22号 1楼 (NEO19)

☎ (886) 02-23456879



MUST SHOP!



在市中心的NIKE 6453

佼佼觉得一定要到6453, 因为感觉很时尚。在北京的798也有NIKE的概念店, 但却偏离市中心很远。在台北, NIKE概念店 6453就坐落在东区巷子内, 非常便利。除了之前的NIKE ID活动可以购物之外, 其实大部分这里的活动都是参与居多。有party或展览, 时尚界不容错过。



NIKE 6453

📍 台北市敦化南路一段 187巷 36号

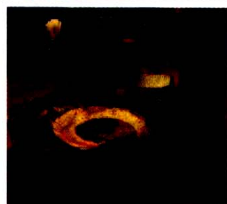
☎ (886) 02-2779 6453

MUST GO & VISIT!



一站式文化百货 信义诚品

佼佼觉得一定要去的是信义诚品。因其多样性的文化类型百货, 在国外较为少见。他自己几乎一星期会去一至两次, 佼佼也很同意潮流icon黄伟文所言——全世界实在找不到第二家这样的百货。它已经不光只是一家开24小时的书店, 信义诚品还有street fashion的服饰店, 也有各种各样最新最齐全的设计精品及玩具, 还有一系列的活动: 讲座、音乐会及展览等等, 非常mix & match的一个地方, 非去不可!



其他must eat!

橘色涮涮屋

至于橘色涮涮屋, 属于高档次的火锅屋, 服务跟食材都很好。当中的牛肉跟海鲜盘都很棒! 手工虾丸好像真的吃到虾子一样, 最后还会用汤底煮成一锅粥, 这种混入了不同食材鲜味的粥, 在外面买也买不到!

橘色涮涮屋

📍 台北市大安路一段 135号 B1

☎ (886) 02-27761658

其他must go!

内湖的旧宗路一带

内湖的旧宗路一带好像日本的台场, 很多大卖场都会在这里找到, NIKE、PUMA、izzue.com、灿坤电器城、家乐福、大润发等等, 空间很大, 走在里面都会觉得很舒服, 同时也没有高楼挡住视野, 很值得逛的一个地方。

佼佼说: “去通化街夜市吧, 可以吃一份辣炒螃蟹脚和台湾夜市很流行、价格很便宜的铁板烧, 别有风味。”





你在台北住了多少年？如果你从其他地方搬过来，你来自哪个国家／城市？

在台北出生，高中后去了加拿大念书，住了10年；2000年回来台湾工作两年，再去旧金山念硕士，于2005年再回来。

还想住在这里吗？有什么东西令你想留在台北？会，因为是家嘛！台北是包容性很强的一个城市，任何人都可以在这里找到一片天地。

用一句话来形容台北。

台北是一个让你迷失，然后再找到自己的地方。

你最近正在忙什么？

正在忙于拍一套八大偶像剧叫《桃花小妹》，女主角是王心凌，故事里她有五位哥哥，大哥是朱孝天，我是二哥。我们五位哥哥希望尽力保护她不让任何的男生靠近她，还有男主角汪东城和饰演学长辰亦儒。将于2009年10月份在台湾播出。

Questions Time!

1. 你最喜欢和最不喜欢台北什么？

喜欢它的方便；同时不喜欢它太方便。

2. 你最常去台北哪一区？为什么？你通常和朋友约在哪一带或哪些地方？空闲时，玩什么样的活动居多？

最常去东区、信义区。可以在东区这个发达繁华的市中心，看到人生百态。主要都是因为吃东西，火锅之类的，很有团圆的感觉。一起分享同样的事情，可以一起聊天，人多好玩。

3. 你会花大量的钱在——

花在小事情上面，如买小饰品摊的东西、连续吃一堆小吃、搭TAXI。

4. 台北令你联想到——

温差大、闷、过敏，但就是想回来。

5. 1—100%你有多喜欢这个城市？

87.9%

► <http://dramastar.pixnet.net/blog>



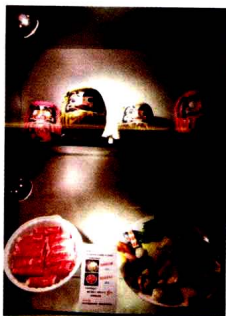


锅爸涮涮锅 NT\$399吃到饱！

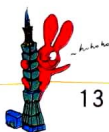
蓝钧天最常去的是锅爸的南京店，他推荐的原因很简单：因为很便宜而且很好吃。很适合聚会，他的球队常常打完球就会在那边订一张大桌一起吃。锅爸提供了各式锅底，包括一般锅底、麻辣锅底和素食锅底，选择完锅底后，就开始食材的选择。像吃一般自助餐一样，有一张大型的吧桌，包括有各类型的蔬菜、丸类食品、沙拉、卤肉饭、甜点、酱汁佐料、冷热饮品等可以让你挑选。肉类跟海鲜类的食材，锅爸则会坚持依照您的选单再从厨房现切现做，新鲜上桌（羊肉、梅花猪肉都很好吃啊！）如果你是很喜欢不同的酱料，可以一试这里的和风醋酱汁，除了可配沙拉之外，配海鲜来吃是另一个惊喜，也是外边一般火锅店没有的选择。

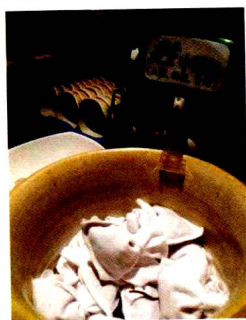
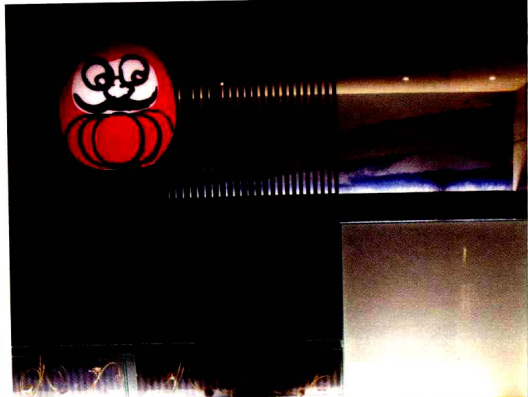
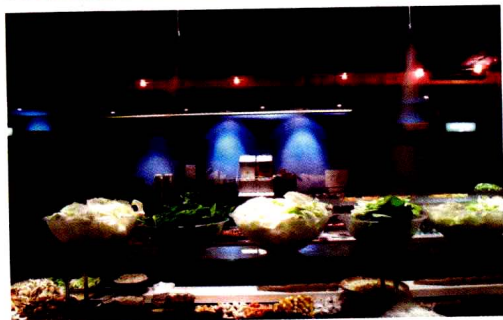


CELEBRITY / 锅爸涮涮锅



卤肉饭肥滋滋的油分，入口甘香，加上一只卤蛋，这次自助餐吃得满足。







夜店PRIMO

蓝钧天觉得一定要去PRIMO，因为是会员制，照顾周到，环境安全。

对一个艺人来讲，隐私度很重要。会员制令这里不会有闲杂人可以随便进去，可让他们放心玩乐，一个感觉很舒服，可以轻松聊天的地方。星期五晚上去最好。

PRIMO

📍 台北市忠孝东路 5 段 297 号 2 楼

☎ (886) 0958 78 38 38

其他must go!

低调 敦南诚品门前的小摊子

由蓝钧天的好朋友陈绍诚（另一位时尚F4成员）和艺人范逸臣一起开的“低调”，也是lounge，可以喝东西。蓝钧天最喜欢喝其招牌饮料“含笑半步颠”！店内一星期有几天可以算塔罗牌。

去夜店前后，蓝钧天都会经过敦南诚品门前的小摊，看看当中的创意小摊贩。这里每天黄昏到晚上有人摆摊，有些人会设计一些饰品，有些人会拿帽子画一些画、做一些手工，有些人进些不一样的货啦，都是很有特色的东西，不一定很贵或很有牌子，但就是这种小东西一下子就将钱用完了，可以看到很多新奇有创意的东西。

低调detail

📍 台北市大安区敦化南路一段 161 巷 71 号 1 楼

☎ (886) 02-2775 2277

🕒 20:00-02:00 (星期一至六)



锅爸

📍 台北市南京东路四段 50 号 B1

☎ (886) 02-2577 4000

🍽 午餐：NT\$349 元、晚餐及例假日：NT\$399 元及儿童（100—140cm）：NT\$180 元；另加收 10% 服务费

👉 <http://gobar.com.tw/ind/index.htm>

其他must eat!

高级涮涮锅自然风 清真黄牛肉

自然风是单价比较高的日式火锅料理，也有烧烤可以吃。一人份可以自选鸡肉、食材，很干净，环境也很好，很舒服。我喜欢吃他们家的鸡肉，不是一块块，是切成一片片的，很好吃。

至于清真黄牛肉面馆，蓝钧天热情推荐这里的清炖牛肉面（NT \$120），由于牛肉在宰杀时念过经又放过血，吃起来既纯净又甘醇，面条是难得一见的手工家常面，超香超滑，吸饱甘冽的汤头，愈吃愈满足。吃着河南老伯伯亲手切、亲手煮的牛肉面，心中泛起一片温暖。

自然风

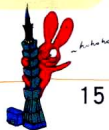
📍 台北市大安区市民大道四段 126 号

☎ (886) 02-2741 8696

清真黄牛肉面馆

📍 台北市忠孝东路 4 段 223 巷 41 号

☎ (886) 02-2731 8550





你在台北住了多少年？如果你从其他地方搬过来，你来自哪个国家 / 城市？

26年。台北县出生，很小时候也住过一阵子花莲，一个好山好水的地方，但没有住过国外。

还想住在这里吗？有什么东西让你想留在台北？

想，非常多元化，台湾最新的东西都可以在这里找到。这里的人都充满活力和创意。

用一句话来形容台北。

不得不让你认真生活的地方。

你最近正在忙什么？

在练习跳舞，应付不同的跳舞比赛（ELMO是街舞中的locking高手啊！）。同时正在拍摄旅游节目外景——“在中国的故事”；还有将会开设自家设计的帽子品牌——“80's hat co.”，可以在西门町美国街里的“FLOW”找得到。

► <http://www.wretch.cc/blog/emosoul>

Questions Time!

1. 你最喜欢和最不喜欢台北什么？

最喜欢：繁华的24小时生活，几点起床都可以找到早餐吃，多晚睡也可以吃宵夜，这边女生很漂亮，男生待在这里都会很开心～

最不喜欢：没有啊！！

2. 你最常去台北哪一区？为什么？你通常和朋友约在哪一带或哪些地方？空闲时，玩什么样的活动居多？

东区。这里的舞蹈教室很多，我经常在那边教课跟练习，主要在HRC dance studio (<http://www.hrc.idv.tw/>)；约朋友的话，就会一起骑脚踏车，从东区骑到西门町的中山堂，或者民生公园。

3. 你会花大量的钱在——

脚踏车。

4. 台北令你联想到——

任意门。

5. 1—100%你有多喜欢这个城市？

200%！！





MUST EAT!



肥前屋 超美味的鳗鱼饭

“喔！喔！喔！——”这是ELMO一谈起肥前屋鳗鱼饭时，充满赞叹的怪叫声音。还有一句“太赞了！”充分表达出他觉得这里是全台北鳗鱼饭做得最好吃的料理店。其实肥前屋一直都备受台湾媒体和台北居民的爱戴，几乎天天都大排长龙（你是没法理解，为什么有时下午茶的时间都要排队！高峰期还要并桌），是一家超人气日式料理店。大家都为了那份现烤鳗鱼而来，酱汁渗入香米里，每一口都有幸福的感觉（一份小的鳗鱼饭为NT\$140）。ELMO其他推介的还有蛋皮卷和炸虾。不过要注意的是，这里不接受预约，只能乖乖地排队了！



其他must eat!

通化夜市里的“通化肉圆”

在通化夜市的屈臣市巷子进去，有一家叫“通化肉圆”，属彰化的特产。个人首推芋粿，其实就是芋头糕，里面是碎肉跟竹笋，外面是透明的，像水晶饺的感觉，有炸的也有蒸的。我喜欢吃炸的，肉圆、寿司都有得吃。



肥前屋

台北市中山北路一段 121 巷 13-2
(在七条通内)

☎(886) 02-2561 7859
02-2562 8701



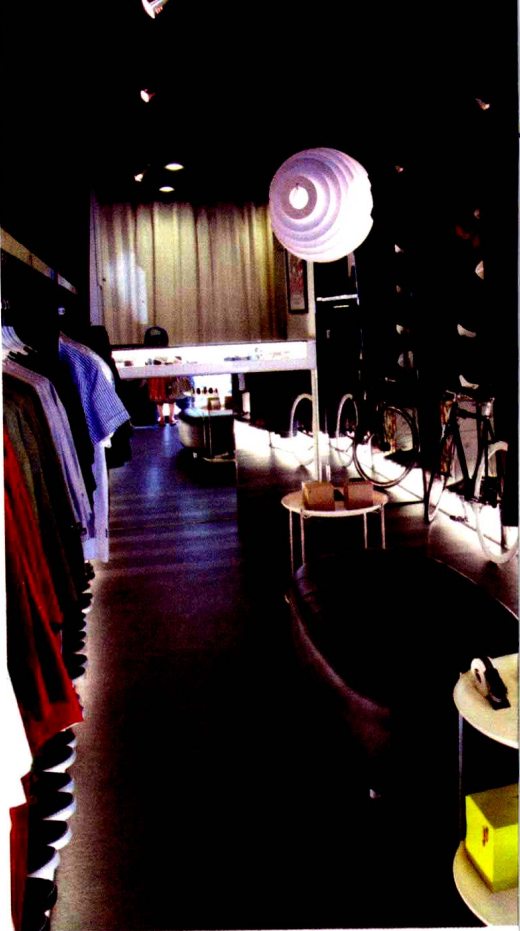


MUST SHOP!



OVK街头摇滚风井重 杀很大

OVERKILL于2003年开业，坐落在东区人来人往的小巷子里。刚开始时，ELMO喜欢OVERKILL的服饰拥有街舞的感觉；后来慢慢演出摇滚风格来。他们有两位设计师，每一季度都会有一个主题。09秋冬系列就是黑魔法，所以设计上都会有一些火焰、骷髅头等图案；新尝试还有创出独有的melange混纺布料，令TEE的纹理更特别。ELMO的衣服、裤子、帽子、鞋子都会在这边入手。这阵子他最常在这边买的是VANS，他说VANS就是有种吸引力，只要买了第一双，它就会让你一直买下去。OVERKILL今年也跟罗慧夫颜基金会设计公益TEE，为慈善出一分力。





MUST GO & VISIT !



秘密入手地 台北后火车站的批发小店

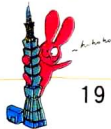
ELMO秘密的小店，就是在台北火车站附近一带的批发店。那个地区范围很广，从重庆北路、市民大道路口开始走，整个区都是一家家的批发小店，有项链、饰品、配件、玩具，几乎都是小东西。ELMO最常在这里买帽子，沿着重庆北路往北走，二三条街左右，就有很多玩具跟道具店。虽说批发，但也做零售。



OVERKILL

台北市敦化南路一段 161 巷 15 号

☎ (886) 02-2776 5456





你在台北住了多少年？如果你从其他地方搬过来，你来自哪个国家/城市？

一直都是住在台北。大学去了美国读书，然后一直都在台北生活，不过每年都会回到美国看外婆。

还想住在这里吗？有什么东西令你想留在台北？

当然想。除了因为是家的原因之外，台北确实是一个很方便的地方。

用一句话来形容台北。

这里是一个充满希望的城市。

你最近正在忙什么？

目前是在跟经纪人谈合约的事情。除了是演员以外，还是一个设计师，我有做一些服装设计。

 <http://www.lesleyhu.com/>

Questions Time!

1. 你最喜欢和最不喜欢台北什么？

我喜欢台北亲切的人，多元化的美食，多姿多彩的文化 and 它的节奏。

没有不喜欢的点……也许是……蟑螂？可是每个城市都有啊！哈哈！

2. 你最常去台北哪一区？为什么？你通常和朋友约在哪一带或哪些地方？空闲时，玩什么样的活动居多？

东区、信义区也是我跟朋友常约的地方。我喜欢跟朋友一起去体验一些新的东西；有一段时间我很喜欢攀岩、骑马、骑脚踏车；高铁通行后，我也喜欢去南部玩，可以吸收平常生活不会遇到的状况和情调。

3. 你会花大量的钱在——

朋友身上和家人身上（一起看表演和电影，shopping，寻找新鲜好吃的料理）。

4. 台北令你联想到——

芒果冰！

5. 1—100%你有多喜欢这个城市？

80%。



*图片由可可府提供

MUST EAT!

优雅软滑的巧克力滋味 可可府

LESLEY最早发现这家店时候，跟店主是不认识的。后来发现店主原来只是一位二十来岁、从英国留学归国的女生，拥有着梦想，希望开一家高级台湾品牌的巧克力咖啡店，二人很投缘地聊起来，也慢慢地成为了好朋友。LESLEY很喜欢这里的手巧巧克力，做得很细致幼滑，不时也会有创新的款式，给人一种无限惊喜的感觉。的确，可可府做手工巧克力，尤其是玫瑰花巧克力，朵朵玫瑰皆用手工费时挤成，入口即化的美丽滋味，别处难求。店中巧克力原料皆由知名的巧克力生产国瑞士、法国和比利时而来，并聘请专业的巧克力师傅在恒温、恒湿的工作室中以手工制作而成。整个环境都是以白色、粉与浅蓝色为主的布置，不正是女生最喜欢的TIFFANY粉粉的、优雅的蓝色嘛！有高要求，才有高水准的品质，可可府的每一场下午茶，都是一场华丽的宴会。



可可府

台北市大安区忠孝东路 4 段 170 巷 5 弄 8 号

☎ (886) 02-2731 2609

🌐 <http://www.casadelcacao.com/>

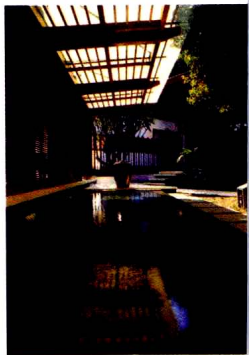




MUST GO & VISIT !

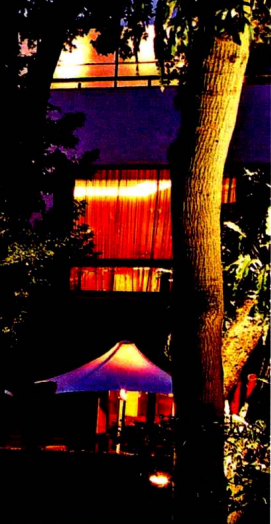
安谧贵气六星级SPA 三二行馆

先细说三二行馆的威水史①：于2004年开幕的三二行馆（Villa 32）在2006年时被国际知名杂志《Conde Nast Traveler》评选为全球最热门的十七家新饭店之一，除了受城中名人爱戴外，听说李连杰先生来台北都要住在这里。在创办人邱明宏先生的坚持下，三二行馆专走精致路线，坚持“只有最好，没有次好”的理念，从设计、建造到完成，花了四年多才完成。于是在2005年11月才开始开放给大众。行馆里仅有5间客房（欧式套房共三间：碧、玉、晶和日式套房两间：松、樱）的规划，即是说，如果要留过夜的话，就只有这5间房间。每个房子都豪气地使用丹麦B&O顶级音响、Hermes的餐具、Armani床组、意大利设计师品牌Boffi的卫浴设备等，当然少不了每个房间都有独立的温泉汤，极尽奢华。当然，对于平凡如你我者，这里也有大众汤区、独立汤屋和SPA服务，可以用短短几个小时体验一下。



①威水史：粤语口头禅，不平凡的经历。

*部份图片由三二行馆提供



其他must eat!

淡水的榕堤

早年在碧潭，后来于2003年，水湾应台北县政府的委托，加上许多老朋友的期待：“有水的地方就要有水湾”，他们在淡水渔人码头开设了“渔人码头水湾”。2007年，进驻淡水老街，接手经营“榕堤水湾”。这是一个拥有户外露天座位的餐厅，一个个包厢并列，一间约有6个座位，晚上有现场歌手表演，气氛很好、很开豁的感觉，食物又很好吃。LESLEY最喜欢吃其Margarita pizza，肥大肉厚的番茄跟大量的紫苏香草，非常新鲜。

榕堤

📍 台北县淡水镇中正路 229—9号
(淡水分局正后方河堤边)

☎ (886) 02-2629 6464

🌐 <http://www.waterfronttw.com/>

永康街的青蛙包二奶

平常喝的青蛙下蛋其实就是很有口感的珍珠粉圆，这家以冲绳黑糖煮过的珍珠，甜甜的味道散发在一杯鲜奶中，而所谓的二奶就是指鲜奶加炼乳，店家使用的是瑞穗鲜乳，很讲究品质，因此一杯要NT\$30，比一般青蛙下蛋或是珍珠奶茶都贵，不过LESLEY说是物有所值，非常美味（只是怕胖不能常喝啊！）

青蛙包二奶

📍 台北市大安区永康街 6—4号

☎ (886) 02-2397 0974

🕒 周一休息



三二行馆 Villa 32

📍 台北市北投区中山路32号

☎ (886) 02-6611 8888

🍴 平日于大众汤浸泡兼享用午餐（汤之飨宴）NT\$2,000、晚餐NT\$3,000；假日则各再加NT\$500；（上述全部服务均再另加10%服务费）；独立汤屋NT \$2000起/90分钟、主题客房泡汤 NT\$6,000起/3小时、客房住宿NT\$16,000起/晚

🌐 www.villa32.com

⚠ 三二行馆为预约消费制，暂不开放参观。馆内仅接待16岁以上之贵宾。每月第一及第三个周一为保养日，大众汤区不开放。



你在台北住了多少年？如果你从其他地方搬过来，你来自哪个国家／城市？

住在台北第9年了，之前住在纽约、迈阿密、得州、旧金山，还有温哥华。

还想住在这里吗？有什么东西让你想留在台北？

想呀！对我来说台北是一个拥有动力的华人都市。在这里生活不会慢下来。我也是靠这种灵感来做音乐。

用一句话来形容台北。

华人的东京／华人的不夜城。

你最近正在忙什么？

正在忙我创作的第3张专辑，预计会在2009年的9月发行。还有一些制作的工作、写歌，平常忙就是健身、吃东西，充实自己找灵感。

<http://blog.sina.com.cn/jhanaymusic>

Questions Time!

1. 你最喜欢和最不喜欢台北什么？

最喜欢台北的活力，没有停的感觉，在等过马路的人都是动着的，是一个动力很强的地方。我是一个处女座，很爱干净，所以如果空气再好一点会好一些，现在太多废气了！

2. 你最常去台北哪一区？为什么？你通常和朋友约在哪一带或哪些地方？空闲时，玩什么样的活动居多？

最近比较常去中山区，逛夜市，我也很爱逛超市、买菜。通常约朋友去微风广场和101附近的环境；也很喜欢通化夜市，吃小吃，走小摊子。

3. 你会花大量的钱在——

食物，因为喜欢煮菜。

4. 台北令你联想到——

时尚、华人带领的地区。

5. 1—100%你有多喜欢这个城市？

86%。





红麴烧肉的肉香满满的，咬下去口感松化。NT 280



MUST EAT!



真材实料元锅 明星必到涮涮锅

元锅是台湾演员杨佑宁家里开的店，不少艺人都在这里出没，子良告诉我：“来到这边的客人，都会叫老板和老板娘daddy和mummy。”老板跟老板娘都会很主动跟客人干杯，令气氛很好。食材方面，这里也有很多选择：生鱼片、火锅、红麴、卤味、热炒等等。喜欢吃牛肉的朋友，应该会满心欢喜，因为餐厅一开始时就不惜成本选用高档的美国牛肉，招牌美国无骨牛小排锅油花漂亮，肉味香甜且嚼劲恰当。同时推介客家小炒类：苦瓜咸蛋、姜丝炒大肠。星期三和五、六，很多明星和日本人都会过来，热闹得很！

其他must eat!

肥滋滋才是王道 金峰卤肉饭

子良早在2004年已在报纸上推荐过。“这家店的卤肉汁一直没换过，所以酱汁非常浓厚。跟米饭一起上桌时，看起来好像上面都铺着一层肥油，很油很香！很多人吃一碗都不会满足，两三碗是很常见的。”

金峰卤肉饭

📍 台北市罗斯福路一段10号之一

☎ (886) 02-2396 0808



元锅

📍 台北市信义区庄敬路178巷6号

☎ (886) 02-2723 2111





MUST GO & VISIT !



时尚单车风潮 微笑单车游YOUBIKE

YOUBIKE 微笑单车使用电子无人自动化管理系统，提供自行车甲租乙还的租赁服务，用悠游卡或信用卡一分钟內完成注册，即可使用！子良：“我会绕中正纪念堂，走信义路，再绕回去南京东路，再走回去中山北路，就等于说绕一圈的路程。夏天晚上绕会很舒服；而且这种市中心游玩很省钱。”

🌿 一日费NT \$40、五日费 NT \$150

👉 <http://www.youbike.com.tw/default.aspx>



全台第一的户外Kiosk资讯服务站，以不锈钢加上五层工业级烤漆打造，弧角设计搭配最先进的工业电脑与全套模组化技术，不仅完全防水抗压，更能提供消费者更完善的服务品质。贴心直觉的操作介面，只要使用您的悠游卡与信用卡，就能在一分钟內完成所有的注册动作，展开您的Youbike都市探险生活！

*图片由GIANT TW提供



你在台北住了多少年？如果你从其他地方搬过来，你来自哪个国家／城市？

住在台北已经一年半了，之前从香港过来。
还想住在这里吗？有什么东西令你想留在台北？
想，因为喜欢台北的城市步调，生活便利多样。
用一句话来形容台北。

令人乐而忘返。

你最近正在忙什么？

担任服饰品牌代言人，忙于赶演艺活动通告。

Questions Time!

1. 你最喜欢和最不喜欢台北什么？

最喜欢这里的人情味。

最不喜欢台北：厕所的马桶不能丢卫生纸。

2. 你最常去台北哪一区？为什么？你通常和朋友约在哪一带或哪些地方？空闲时，玩什么样的活动居多？

最常去的是东区，可以发现及买到比较有style的东西。通常和朋友约在东区茶街。空闲时，都是去夜店、KTV和骑脚踏车。

3. 你会花大量的钱在——

买衣服、化妆保养品。

4. 台北令你联想到——

白天的东京、夜晚的纽约。

5. 1—100%你有多喜欢这个城市？

80%。



MUST GO & VISIT!



超值便宜寻宝乐趣 五分埔商圈

NAOMI漂洋过海过来工作，之前住在五分埔附近就发现了这是一片女生的寻宝乐园，简单来说，就是台北服饰的批发地。从北起松山火车站到永吉路、东从中坡北路到松山路，这一带都属于五分埔商圈。

“我很喜欢这里，其中一家批发鞋子店叫‘BONNIE’，有时可以一口气在这里买六七双高跟鞋回去！这里的鞋子款式很多，同一个款式的价格比起西门町或东区可以便宜一倍。还有一家叫很‘MAR JOUR’，走的是朋克风路线，有lolita、gothic、cutie等多种服饰，是众多批发店家里很有个性的一家。在五分埔内，很多演艺圈的明星有时候都会过来这边找不同的配件，前几天我就在这里碰见小S啦！”

网上也有网友建议在假日逛街时，可以由松山火车站附近进入商圈，数百家的批发店家，可以慢慢逛上数小时，晚上建议到对面饶河夜市饱餐一顿，然后再漫步回去，都是不错的半日游路线。不过整个五分埔每逢周一都不做零售，所以观光客要特别注意啊！



五分埔商圈

捷运板南线后山埤站 1号出口，再沿着中坡北路走约 5—10分钟进入商圈。



MAR JOUR

台北市信义区永吉路 443巷 5弄 20号

(886) 02-2760 8838

NT690—1,380起



BONNIE

台北市信义区永吉路 443巷 5弄 9号

(886) 02-2768 0005

NT2,000起(过季的会有打折, NT 399起)

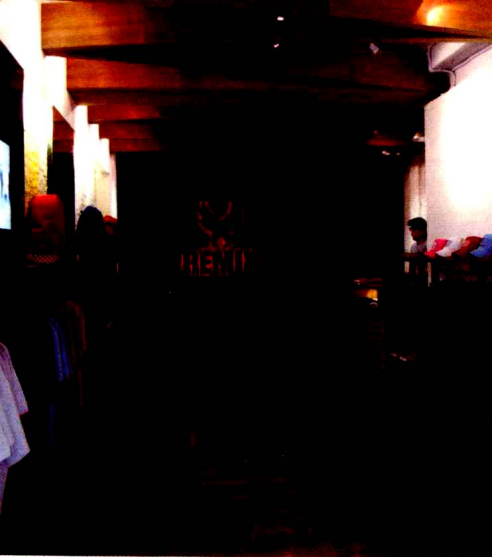
MUST EAT!



大安路上的“欲罢不能 咸水鸡”

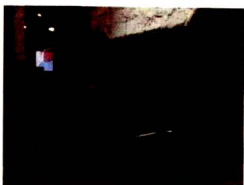
虽然是一摊着名连锁，但是住在大安路一带的人都知道，这家叫“欲罢不能”的咸水鸡就是与别不同，无论肉质还是酱料都很好吃，令人再三回味，常常都要排队等待。NAOMI特别喜欢这里因为咸水鸡的味道好、去骨仔细，可以吃个不停，当做夜宵最好。

台北市大安区师大路 49巷入口



店长FATTY示范：

rip line 帽子 NT\$1,500、
roundabout 上衣 NT\$ 2,000、海军
蓝色短裤 NT\$1,900、Vans ERA
NT\$1480。



09 S/S 灰色 SPEED UP
NT\$ 1,200



09 S/S 红色 RCT POLO SHIRT
NT\$ 1,600

09 S/S 白色 RIP LOGO TEE
NT\$ 1,200

MUST SHOP!



街头文化大结合 REMIX

REMIX诞生于2004年，两位青年人一边在CABA's滑板店工作，一边发现自己一直想穿的7分袖上衣很难找到，所以就开始做第一批自家品牌衣服。作为一个潮流圈里的人，NAOMI首推一定要过来REMIX走走。两层的店面里，可以找到REMIX当季的服饰及其他他们自己非常喜欢的品牌：VANS、G-SHOCK、NEW ERA等等。REMIX这个品牌最好玩也是他们最成功的地方，就是坚持自我并尊重包容不同的可能性，结合了很多他们自己喜欢东西的元素在里面，冲浪、party、BMX单车、B-boy、DJ等等。2009年11月是REMIX成立5周年，除了有限定商品外，每年这个月份都有活动，大家要务必留意他们的网站啊！



REMIX

台北市万华区昆明街 96巷 19号

☎ (886) 02-2375 8092

👉 <http://www.remixtaipei.com>





其他must shop !

败犬女王冲浪环 HIGHWAVE

在西门町的mister donut对面有一家小摊，每天下午开始就堆满了年轻人，小摊有两位主持人总是低着头全神贯注地编织，是的！他们不停赶制冲浪环的订单，平均5—10分钟做好一个（要全是英文啊），想不到的是这手工作业HIGHWAVE是特别去申请了专利的！自从台剧《败犬女王》剧中人物戴过后，更是日日大排长龙，好不夸张。

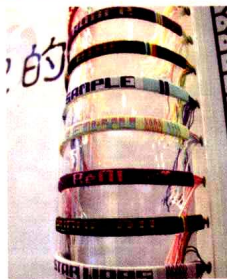
HIGHWAVE

📍 西门町汉中街 107号外面

☎ (886) 0986 286859

👉 冲浪手环 NT200、脚环 NT\$ 300

👉 <http://www.wretch.cc/mypage/hiteeyes001>





你在台北住了多少年？

37年。没有住过其他地方。

还想住在这里吗？有什么东西令你留在台北？

非常想，原因来自习惯以及真的太方便。

用一句话来形容台北。

什么都行。

你最近正在忙什么？

记者会整体规划、歌手演唱会表演安排、剧团年度公演等等。

<http://www.wretch.cc/blog/whitesnowart>

Questions Time!

1. 你最喜欢和最不喜欢台北什么？

最喜欢台北的便利性；最不喜欢的是……再想想。

2. 你最常去台北哪一区？为什么？你通常和朋友约在哪一带或哪些地方？空闲时，玩什么样的活动居多？

东区，地理位置适中方便大家相约。跟朋友都是一起去吃美食、谈天、看表演。几乎每个星期都会看，什么类型都有：戏剧、舞蹈、演唱会等等。

3. 你会花大量的钱在——

看表演、美食、购物。

4. 台北令你联想到——

24小时都有美食。

5. 1—100%你有多喜欢这个城市？

88%（我很喜欢“8”这个数字啊！）

ownwhite



MUST EAT!



暖和又顽皮的日式居酒屋 狸小路

暖和跟顽皮，平常是拉不上关系的。不过在狸小路，这确实是他们形容自我的词语。TEDDY最喜欢在彩排后或演出完时，来到安和路上的狸小路，好好吃一顿。这个L型的吧台，只有16个座位。16个肩膀摩肩膀，毗邻而坐的位置，很多时候左右邻座的人从不认识到一起大吃大喝，甚至变了主客、有的更变为情人，就是从这样的一个晚上开始。店里还有一个小小包厢，一伙人围坐在三坪大的榻榻米上，最高纪录17个人坐进去！好玩的地方，当然要有好玩的老板—4位老板—罗安得、李立豪、唐瑶玉和JEFF HSU都是各自有自己工作，建筑、广告、唱片界别的创意馋嘴人。由于太爱吃，就干脆开一家店让几个人可以每天都有个落脚点。

狸小路的菜式现在是关西口味。“现在”的意思，是因为这边的厨师之前都被挖走过，厨师换了又换，或多或少口味都有点改变，但狸小路的菜式，都会经过4位爱吃老板的嘴巴测试才会登场，老客人回来都有一种探险的心态。TEDDY每次来这儿吃饭都不用看写在黑板上的菜单，他完全信任店长或老板的推介，最喜欢吃的有招牌菜胡麻番茄、海胆鸡腿烧、明太子洋芋。很多日本料理都会标榜食材从国内空运过来，可是狸小路却很喜欢用上本土食材：从彰化来的鲜红大番茄、基隆港口过来的鱼、花莲郭菜市的火腿或土鸡肉等等，非常新鲜。



狸小路

📍 台北市安和路2段93号

☎ (886) 02-8732 8555

🕒 晚上才营业啊！



明太子洋芋是用奶酪烤马铃薯，奶酪烤过后的香气久久不散，色香味集一身，而且很有饱足感。NT\$180



胡麻番茄是店内被点最高频率的一道菜，必吃第一名！没有食欲的话，一吃就开胃。NT\$180



软丝柚子味噌是季节性菜式，柚子露跟花枝一起吃的感觉很清新，夏天必试。



朴叶牛由厨师自己捧出来，牛肉是半熟的状态，软硬适中，肉汁也很多。重要的是味噌已经入味，跟洋葱一起吃，人间美味。NT \$380

MUST GO & VISIT !



在小巨蛋看一场演唱会

TEDDY觉得台北的演唱会已经发展到一个很成熟的阶段，很多国际级的巨星或表演团体都会选择在小巨蛋做演出。很多时候都一票难求，所以观光客要预订好票才能到访啊，不然连黄牛都帮不到你喽！

小巨蛋

台北市松山区南京东路4段2号

24小时客服专线：(886) 02-2181 2345

<http://www.taipeiarena.com.tw/intro1.html>

其他must go !

看现代剧 地方戏 台北城市舞台

坐落在小巨蛋旁边，原本已显老态龙钟的社教馆，现在终于以强烈现代感的全新样貌面世，继续扮演音乐、戏剧、舞蹈等多功能综合剧场的角色。TEDDY特别推荐这里的艺文现代剧，很有实验性质。

城市舞台

台北市八德路3段25号

(886) 02-2577 5931

其他must eat !

龙都寺附近的龙都冰馆

TEDDY最喜欢龙都是因为冰有一种独特的香气，而且刨冰的颗粒刚好，用料也很新鲜，玉圆和粉圆的Q度都很好，应该都有独门秘方的吧！TEDDY热爱的冰品材料：汤圆、凤梨、芋头、绿豆或草莓。要试试喔！龙都冰馆也是另一位受访者——影像工作者EVE的推荐店呢！立即翻去P57，一起看看人人都赞的冰品店！



DESIGNER

设计师



不二典
插画师
设计师



ALING LAI
牛仔裤品牌
设计师



陈建衡
BRENDON
JEWELRY 钻石服
务中心设计总监



张瑞霞
TIFFANY CHANG
平面设计师
手工皮革品牌
Tiffany's主理人



姚克伟
Designburg饰品
创办人及设计师



EVE
影像工作者



周卓英
设计师



陈泓宇
宇芯空间设计
室内设计师



你在台北住了多少年？你来自哪个国家 / 城市？
出生在台北，中间离开，在彰化念书、实习，前后
共居住在台北28年了。

还想住在这里吗？有什么东西令你想留在台北？

是。台北拥有商业与艺术活动频繁的都市环境，可
以帮助我寻找设计上的灵感，比较刺激！

用一句话来形容台北。

自由的无限可能。

你最近正在忙什么？

自从与五月天阿信成立服饰品牌STAYREAL后，
一直都在忙设计品牌新款服饰，及规划着自有服饰
品牌的首款牛仔裤发表工作。

http://blog.sina.com.cn/no2good

Questions Time!

1. 你最喜欢和最不喜欢台北什么？

最喜欢台北的自由与活力。各式人文、商业活
动让台北每天都有不同的面貌，各种类型的创
意工作者都可以在此开创自己的一片天地。
没有不喜欢的地方。

2. 你最常去台北哪一区？为什么？你通常和朋
友约在哪一带或哪些地方？空闲时，玩什么样
的活动居多？

最常到台北的信义区，那里是近年持续开发中
的重点观光商业区，各式购物商城、101、台
北最大的诚品书店、国际商业展览馆等，都汇
集在此。空闲时最常做的活动是到电影院看场
电影、规划旅游和与好友打打篮球。

3. 你会花大量的钱在——

购买具收藏价值的设计、插画书籍及作品，只
要是能刺激灵感的创意作品都想拥有。

4. 台北令你联想到——

梦想、希望。

5. 1—100%你有多喜欢这个城市？

100%。



MUST GO & VISIT !



极具创意的展览场馆 台湾当代艺术馆

不二良首推必到之处是台湾当代艺术馆。这里提供台湾当代艺术家的创作展出，从艺术家观点来洞悉一个都市的文化精神，不失为一种体验都市灵魂的好方法。这里不同的展览都极具创意和实验性，呈现的很多都是年轻艺术家的题材，比较活泼，充满活力。采访期间参观的“无中生有”书法展，打破一般书法展览的沉闷局面，加入不同的互动元素，令书法不再是裱在画框内。其间印象最深刻的是陈瑞宪的“私塾习”。他做了一个超巨型的墨水池，任何参观者都可以随意坐下，成一行，一起练习写书法，宁静而有趣。

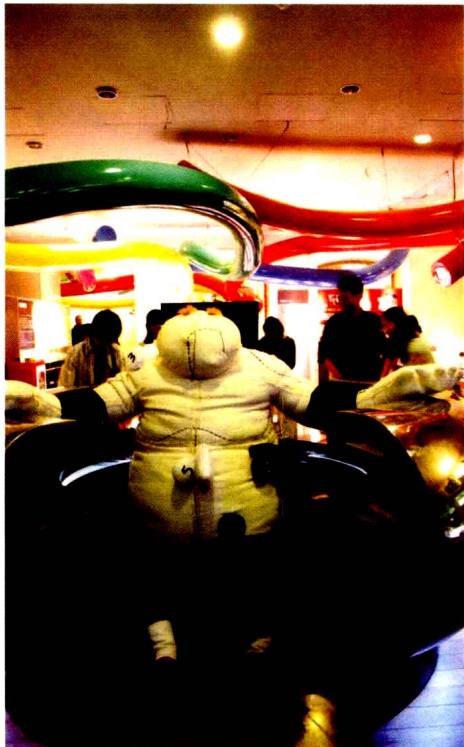


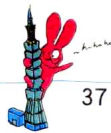
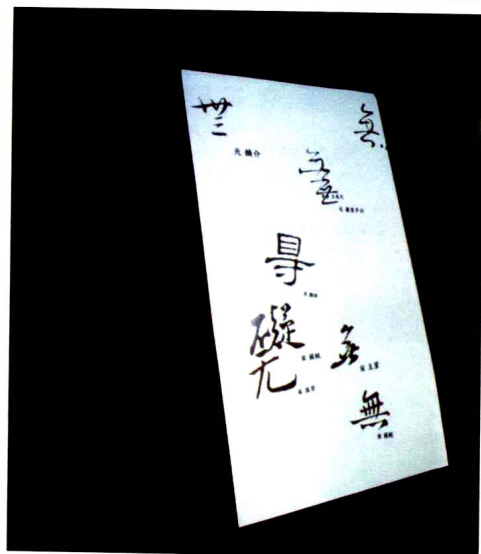
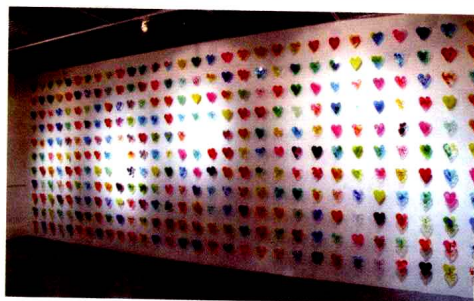
台湾当代艺术馆

📍 台北市 103 长安西路 39 号

☎ (886) 02-2552 3721

🌐 http://www.mocatapei.org.tw/_Chinese/index.asp







MUST EAT!



五月天阿信推荐 林东芳牛肉面

在台湾，几乎每个人都有一家自己喜爱的牛肉面餐厅。不二良解释得很好：台北可能是华人世界最多种牛肉面餐厅汇集的城市了，因为其特殊的历史文化背景，聚集了大中华饮食文化中的各式牛肉面风味，长久下来便形成了台北专属的美食文化。他特别推荐林东芳牛肉面，这家也是由阿信介绍给他去吃，结果一试就爱上。其最特殊之处是它汤头的香味，远远闻到就可以让人流口水，牛肉新鲜而分量十足，还有可自行搭配的辣牛油佐酱（是牙膏状的），绝对是喜欢吃辣老饕的最爱。豆皮制且以汤煮过之花干，同样香浓美味，虽是小菜，但也是店中热卖菜式啊！



林东芳牛肉面

📍 台北市八德路 2段 274号

☎ (886) 02-2752 2556

⚠ 周日休息





MUST SHOP!



不二良 阿信联手打造 创意本土品牌STAYREAL

STAYREAL正是不二良跟五月天阿信成立的服饰品牌。STAYREAL跟stereo（双声道）音韵相似，也喻为二人合作的双声道，同时也有保持真实的意思。不二良把每件衣服都当做是画布一样，因此每件T-shirt都有个作品故事，精心设计的服饰作品也呈现出极具风格的设计感。去年创出一个名为“考试万岁”系列，就创造出吉祥物一小鼠！今年7月份时更将小鼠创作成为立体公仔，而且大受同学们的欢迎。如果要感受一下属于台北的创意新鲜活力，就要去STAYREAL逛逛了。



STAYREAL

台北忠孝东路四段 205巷 39号 1楼
台北市武昌街二段 85-4号 1楼

☎ (886) 02-8771 9411
(886) 02-2371 9511

👉 <http://www.istayreal.com/>

不二良说：“住北投时就会常去天母区的义面屋用餐。这里的意大利面酱料很足，似在吃湿湿的炒面，很适合台湾人的口味。”





你在台北住了多少年？如果你从其他地方搬过来，你来自哪个国家 / 城市？

来台北三年，来自高雄。

还想住在这里吗？有什么东西令你想留在台北？还是会住在台北，因为工作的需求以及习惯这边的生活模式与环境。

用一句话来形容台北。

生活机能方便的都市。

你最近正在忙什么？

准备发表09秋冬商品以及目录的拍摄商品准备等……

Questions Time!

1. 你最喜欢和最不喜欢台北什么？

喜欢台北的交通便利。工作资讯充足，步调快。不喜欢这里的天气（夏天太闷，冬天太常下雨）。

2. 你最常去台北哪一区？为什么？你通常和朋友约在哪一带或哪些地方？空闲时，玩什么样的活动居多？

最常去淡水，通常都是出席VESPA车聚。

3. 你会花大量的钱在——

搜集特殊的配件服饰；还有，玩vepsa。

4. 台北令你联想到——

充满向往、方便、拥挤、冷漠。

5. 1—100%你有多喜欢这个城市？

80%。





MUST GO & VISIT !



淡水河畔看夕阳大稻埕码头

“大稻埕码头”位于台北市淡水河畔五号水门处，环河北路与民生西路口。大稻埕地区的发展历史，与码头有着密切的关系，以前的人因为大稻埕紧邻淡水河，而称稻埕为稻江。今天我们去，剩下的就是一个美丽的夕阳了。

跟着ALING的VESPA来到大稻埕码头，刚好是夕阳无限好的时段，虽然拍照当天是阴天，不过在这个市区的小港湾码头的岸边一早就挤满了一个个爱摄影的发烧友，三脚架都排开来，霸占着各自的有利位置，抢着拍一张最美的夕阳照片（如果你也想拍一张很理想的日落照，记得查好日出日落时刻表再出发啊）。其实这个码头最吸引台北人的，并不只是每天的夕阳，还有那条可通往淡水、基隆、台北县等地的自行车道，可以让他们一路看风景，能够欣赏到路上风格迥异的建筑。在码头的自行车道上，可以找到租单车的地方，NT\$15/1小时起（视乎不同车款），就可以漫步在这个上世纪繁华的码头。



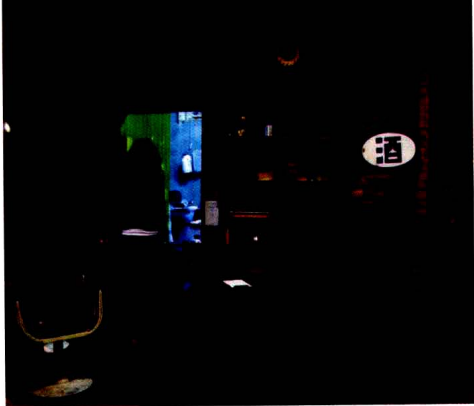
大稻埕码头

搭乘捷运至“双连站”，然后由 1 号出口出来左转或 2 号出口出来右转，沿着民生西路步行约 10—15 分钟，即可看到位于民生西路末端水门上的“大稻埕码头”几个大字，进入水门后就是码头了。

日出日落时刻表：

<http://www.cwb.gov.tw/>





MUST EAT!



VESPA车友聚点 飞月小馆

如果不是ALING带路，相信就连一般台北人也不会找到这个地方，在网络网友是这样形容小馆的位置——“鸡不生蛋鸟不拉屎乌龟不上岸”的地方。不过，如此隐秘的小店，都能引到很多食客慕名而来，当然有其出色的地方。飞月小馆做的是客家菜，店内全是台湾的本土制造。你也可以在一个角落找到一张咖啡吧桌，整套配备完完整整摆放在吧台后，不过吧桌上标示着这个吧台的名字叫“有空才煮吧”——好搞笑的老板！老板做的客家菜深受附近居民的欢迎，常常爆满！ALING就一直赞不停口，过来就是因为超级好吃！当然另一重点是，老板也是VESPA车友之一，对ALING来说分外亲切。



客家炒板条 NT\$ 120



蚵仔煎蛋 NT\$ 180



泡菜霜降猪肉 NT\$ 200



糖醋排骨 NT\$ 220



飞月小馆

📍 台北县永和市秀朗路二段 179号

☎ (886) 02-8860 7880

你在台北住了多少年？

31年。

还想住在这里吗？有什么东西让你想留在台北？

当然！台北是全球最友善且方便的都市，而且它每天都变得更美丽与更多创意惊喜。

用一句话来形容台北。

Endless surprises！惊喜不断。

你最近正在忙什么？

DSC 2010春夏季系列、BRENDON JEWELRY春季系列、我第一本关于珠宝设计的书（跟其他珠宝书很不一样的啊！），同时也在写几首新歌。

► <http://www.BrendonChen.com>

Questions Time!

1. 你最喜欢和最不喜欢台北什么？

喜欢台北越来越多对自己的工作充满热情的人；不喜欢被乱扔在地上的垃圾。

2. 你最常去台北哪一区？为什么？你通常和朋友约在哪一带或哪些地方？空闲时，玩什么样的活动居多？

东区和信义区，因为居住与工作区域的关系。空闲时偶尔看电影、看戏剧或音乐演出，也会去攀岩、骑脚踏车、绘画、看书、做音乐。

3. 你会花大量的钱在——

CD、书籍和小礼物！

4. 台北令你联想到——

101（这个很自然啦！）、友善的人和好的设计。

5. 1—100%你有多喜欢这个城市？

85%。





MUST GO & VISIT !



创意与时尚的集中地 华山艺文特区

华山艺文特区创建于1914年，前身最初期是一家名为“芳酿社”的日本清酒厂，后来辗转被国民政府接收改为生产“太白米酒”。现在，这栋历史建筑已化身为艺文特区，许多艺文与创意活动、品牌时装秀都常在此举办。每个星期六、日，华山都有创意市集，不定期也有露天音乐表演，好像其中一天的采访中，碰巧遇上张悬的音乐会，整个草地都几乎坐满了年轻观众；在她的歌声里，特区在雨中也显得特别美。听说周杰伦的新戏也是在这里进行拍摄呢！BRENDON说喜欢这里的另一个原因，他发现这块园地连打扫厕所与整理花卉的人，都带着笑容。（第一次发现时他很意外喔！）

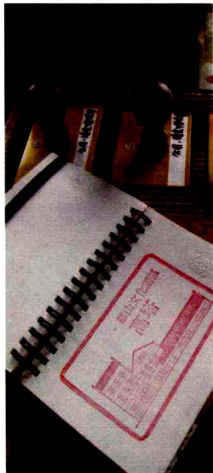


华山1914

📍 台北市中正区八德路一段1号（忠孝东路及八德路交叉口，光华商场旁）。

☎ (886)02-2358 1914

🌐 <http://web.huashan1914.com>



MUST SHOP!



华山艺文特区中的设计商品名店 CDPIAZZA旗舰

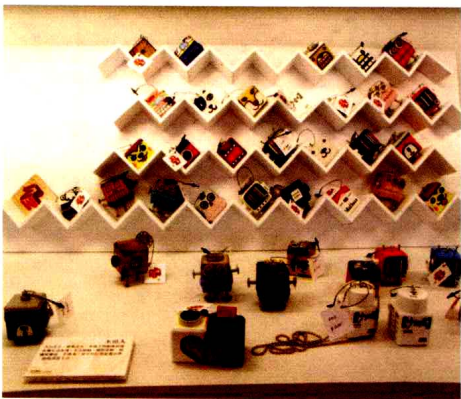
CDPIAZZA汇集了画廊与很多好的文化创意设计商品，BRENDON的商品在那里也买得到啊！

CDPIAZZA

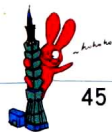
台北市八德路一段1号华山1914内

(886) 02-8732 2681

<http://www.cathaycreative.com/>



DESIGNER / 陈建衡





1150

张晓茜

TIFFANY CHANG

平面设计师 手工皮革
品牌Tiffany's主理人

你在台北住了多少年？如果你从其他地方搬过来，你来自哪个国家/城市？

住了15年了，之前住过纽约。

还想住在这里吗？有什么东西令你想留在台北？

想的，因为这里有美食、便利，台湾人大部分都很亲切热情。

用一句话来形容台北。

Touch your Heart！（触动你的心灵！）

你最近正在忙什么？

正在忙于自家品牌Tiffany's的手工皮件订制；同时也正在做一些故宫纪念商品设计和视觉商业设计。

tiffany3d@yahoo.com.tw

Questions Time!

1. 你最喜欢和最不喜欢台北什么？

最喜欢台北美食。

不喜欢台北私自占领车位，还有吐槟榔汁有碍市容。

2. 你最常去台北哪一区？为什么？你通常和朋友约在哪一带或哪些地方？空闲时，玩什么样的活动居多？

最常去台北东区因为家住东区附近，生活机能便利，与朋友还是会约在东区，空闲时嗜好就是寻找美食与逛街。

3. 你会花大量的钱在——

精品、美食与投资股票。

4. 台北令你联想到——

台北是生活便利美食无所不在的城市。

5. 1—100%你有多喜欢这个城市？

88%（我很喜欢“8”这个数字啊！）





MUST GO & VISIT !



中华文化精华的宝库 台北故宫博物院

相信很多国内朋友对台湾的其中一个印象，就是台北“故宫博物院”的翠玉白菜、肉形石；对我而言，台北“故宫博物院”的印象是人山人海的人潮。这里承袭自宋、元、明三朝宫廷，再加上清朝收集共近60万件左右的文物，作为中国人，一定要过来看看。不翻查实在不知道，有些学者曾经这样统计过：如果故宫三个月换一次展品不重样，大约可供展100年。限于展出场地限制，台北“故宫博物院”采取不定期更换方式展览，每次仅能展出各类文物1700余件。这也是为什么如TIFFANY就住在台北，也会每隔一阵子都去重游故宫的原因。当然一些特别受欢迎的展品，其实会长期展出。如此丰富的展品藏量，TIFFANY建议最好至少花半天时间慢慢欣赏，甚至定出一个主题路线游，每一个展室逐一参观，收获一定会更多。除了展品之外，还有今年故宫推出的一系列活动同样很值得留意的。其中“故宫周末夜——当young people遇上故宫”，直至2009年年底为止于每个周六晚上的6点至8点，故宫都会有不同的艺术表演活动，有摇滚乐队、有古典音乐、有布偶戏等等不同元素，实在是不容错过！



台北故宫博物院

台北市士林区至善路2段221号

☎ (886)02-2881 2021

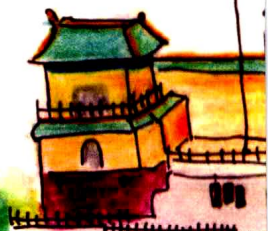
🌐 <http://www.npm.gov.tw>





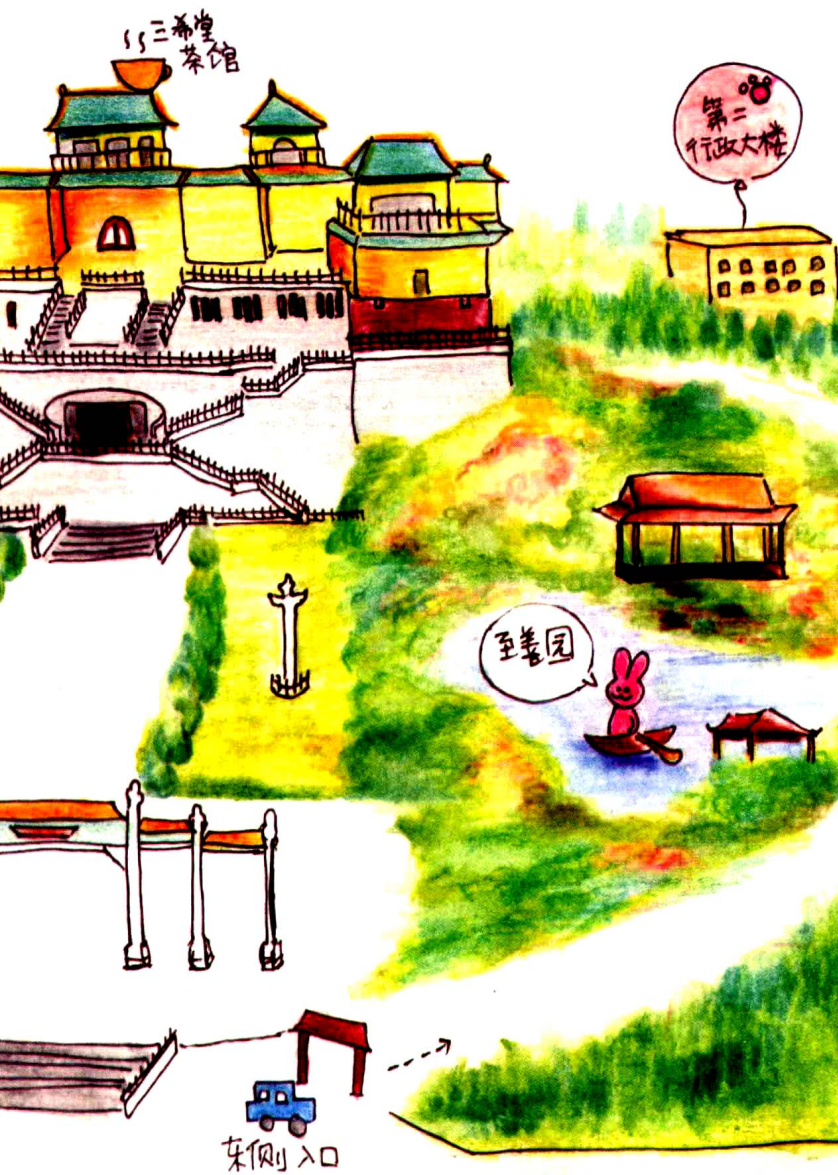
台北故宫博物院

第二展览区
← (图书文献大楼)



← 往士林

至善路段





MUST EAT!



精致地道台湾料理 青叶

受到不同省份大陆移民潮的影响，台菜料理制作方法五花八门，但是主要还是以清淡为主，后来在日治时期的日本料理及外国文化的影响下，台菜最终成为融合各地特色的料理。青叶创办人沈云英女士以做宴席的手法，料理时令菜，创立了台湾第一家专卖台菜料理的“青叶台湾料理餐厅”。陆续推出花枝丸、小鱼花生、炒四丝、鲍丝银芽、金钱虾饼、蚵煎、焗帆虫寻等200多种地道或改良台湾料理。2004年，青叶品牌创立40周年时，以青叶日文发音为名，开设了另一品牌“AOBA”，从菜色摆盘、品酒选择到店内装潢，全以时尚创新手法重现。中山店历史悠久，至于TIFFANY推介的AOBA安和店一样以精致台菜为卖点，时尚的格局、传统的味道，很值得一试。



*图片由青叶提供



AOBA / 青叶

📍 台北市安和路一段 116号
(侨福大楼 1楼)

台北市中山北路一段 105巷 10号
(六条通)

☎ (886)02-2700 0009

(886)02-2551 7957

其他must eat !

必吃金仙虾卷店 卤肉饭 炸虾卷

金仙虾卷店有好几家，不过松山路这一家最干净，装修最漂亮。现炸的虾卷跟香喷喷的卤肉饭，吃下一口，保证是你一天最幸福的时刻喔！



金仙虾卷店

📍 台北市松山路 473号

☎ (886) 02-2727 2267
(886) 02-2727 2625



其他must eat !

黑丸嫩仙草

仙草，是台北人夏天常吃的一种凉粉。在众多仙草专门店里，TIFFANY特别爱黑丸，因为这里采用顶级关西仙草干慢火熬煮出口感滑嫩的仙草，最爱加入鲜奶的大黑丸1号（内含嫩仙草、芋Q、金薯、珍珠和红豆）。到访当天，还试了仙草拿铁，但感觉一般，所以还是专心吃嫩仙草系列吧！



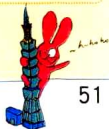
黑丸

📍 台北市民生东路五段 192-6号 1F

☎ (886)02-2749 3779

👉 <http://www.blackball.url.tw/>

⚠ 由于黑丸分店众多，观光客请自行网站查看最近的分店





MUST SHOP!



必须1个月前预订的芋泥卷 香帅蛋糕

预订也要等1个月的芋泥卷蛋糕！单是这句引子，已足够令人心驰神往了！开店将满30年的香帅蛋糕店，的确是一个传奇！老板天天都在现场亲自监督生产线，芋泥卷日卖800条，全部手工卷制，除了吃的是心思和手工外，重点是从台中大甲和台南甲仙运来的优质芋头。芋泥卷的芋泥是由又香又白且无添加任何面粉制作而成，每一口并存着实在的芋头颗粒和细滑芋泥，滋味无穷！没订一整条蛋糕的客人，可以到访前先致电还有没有蛋糕边可买，是的，每天几乎中午过后就连蛋糕边都会卖得光光的！超夸张！热卖产品还有红豆蛋糕和绿豆批。如果想要与别不同的伴手礼②，TIFFANY这个推荐绝对给你的朋友一个新惊喜啊！



香帅蛋糕

📍 台北市罗斯福路三段 100-1号
📍 台北县汐止市汐万路一段 238号

☎ (886)02-2362 1438

🌐 <http://www.scake.tw/>

其他must shop!

犁记饼店好吃的奶黄绿豆椪

TIFFANY应该是伴手礼女王吧？好吃推介一浪接一浪，还有百年喜饼店犁记。源自1894年的极品糕饼，采用特级绿豆和名贵松子以古法自制而成的绿豆椪，烘焙后更见精致口感！

犁记饼店

📍 台北市长安东路二段 73号

☎ (886) 02-2506 2255

🌐 <http://www.taipeiellechi.com.tw/>

②伴手礼：台湾用语，旅游纪念品。



你在台北住了多少年？

36年。

还想住在这里吗？有什么东西令你留在台北？
会，因为是home town吧！

用一句话来形容台北。

慢半拍的活力都市。

你最近正在忙什么？

最近工作空档，休息再出发。

<http://www.designburg.com/>

Questions Time!

1. 你最喜欢和最不喜欢台北什么？

方便，日间夜间好吃好玩好食物，很好找。到处都是稍微小了点，过淡水河就变一个世界。

2. 你最常去台北哪一区？为什么？你通常和朋友约在哪一带或哪些地方？空闲时，玩什么样的活动居多？

东区，吃的多逛的多，或是家里。比任何地方都好玩。要唱歌有卡拉OK，要喝酒有bar，连冰杯都随时准备好在冰箱……家里or逛街以外，骑单车或是附近郊外也是我爱去闲晃的。

3. 你会花大量的钱在——

把家里搞的更多功能，所有好玩的都集中，变成人气no.1的private cool点！

4. 台北令你联想到——

没什么联想。

5. 1—100%你有多喜欢这个城市？

100%。



MUST SHOP!



钛金属设计 DESIGNBURG

作为台湾本土设计师，在全世界也找不到第二家DESIGNBURG的作品。DESIGNBURG的钛金属设计作品，绝对不是那种能量系列，是简约设计的钛金属坠饰。从2000年开始设立品牌，最早开始使用钛金属是因为其质地轻盈、抗过敏，加工难度高。城兆玮擅于以现代线条去表现不同的主题。每件作品都有一个故事作为设计理念，当中包括自然系列、情人系列、教堂系列和宇宙系列等等。例如，以教堂系列为主题的坠饰，你会发现尽管作品线条简洁却完全表现出欧洲教堂美丽温柔的一面。DESIGNBURG的创意在商业与艺术之间取得了平衡，且走进大众的生活空间。



DESIGNBURG

台北市忠孝东路4段101巷39-31号

☎ (886) 02-2778 2150

MUST GO & VISIT!



中正地区看日治时期建筑物 天母区散步路线

作为设计师，城兆玮很喜欢留意城市里的古旧建筑物。台北市的中正区里，就依然保留着很多日治时期的建筑物，现在都变成了很有特色的地标。他一口气能够数出一堆遗留日治风格的地方：如总统府以及总统府附近那家台湾银行、红楼戏院、中山堂、合作金库、台湾博物馆等等，都是台北很有价值的东西。几乎都是超过50年前所盖的房子，放慢脚步来一次深度旅游，了解这个地方经历日本殖民时期的风景，也是一次有趣的时光旅程。

另一个城兆玮推荐的地方，就是位于天母的中山北路7段，因为这边清闲、舒适和它的高级感，属于台北唯一的比佛利山。平常，他会钻到小巷子里，走到东边住宅区的巷子里面，进入别墅区，小小的斜坡，有些步道甚至可以走到阳明山。其实这一带曾经是美军眷舍，兴建了大批拥有宽敞庭院的独栋木造洋房，因此令天母地区充满了浓浓的异国情调、舶来品店及美式酒馆；硕果仅存的中山北路7段181巷23号市定古迹天母白屋也在这条步道上，兼具历史时代及地方记忆的双重意义。

MUST EAT!



阿泉臭豆腐

臭豆腐，是一种很极端的食物。喜欢的会上瘾，随着气味而去寻找，仿佛是前世今生的一种牵引。城兆玮就是觉得，来台北一定要吃阿泉臭豆腐，因为他形容这里的臭豆腐为外酥内嫩，汤汁满溢，臭气迷人。这里一天可卖出1500块。除了臭豆腐外，其实面线也是这里的热卖焦点。好臭道者，必试！

阿泉臭豆腐

台北市许昌街26号之三(与南阳街交界的街口)

☎ (886) 02-2389 7687



你在台北住了多少年？

29年。

还想住在这里吗？有什么东西令你想留在台北？

如果可以到处住，会选择到处体验/留在台北因为目前没那财力走到他处。

用一句话来形容台北。

7—11永远不休息的城市。

你最近正在忙什么？

准备个人影像作品展，2010/3/22—4/18台北市中山北路2段11巷15—2号1楼展出，免费参观，欢迎光临。

Questions Time!

1. 你最喜欢和最不喜欢台北什么？

最喜欢所有的艺文都集中在此，只要搭车2小时内就可以到郊外。

最不喜欢太吵、太急无法思考的生活速度。

2. 你最常去台北哪一区？为什么？你通常和朋友约在哪一带或哪些地方？空闲时，玩什么样的活动居多？

最常去淡水、基隆、乌来，因为那边自然景观比较多，小吃也多（淡水老街、基隆庙口、乌来山产）。多是从事爬山、游泳、骑脚踏车等等的户外运动。

3. 你会花大量的钱在——

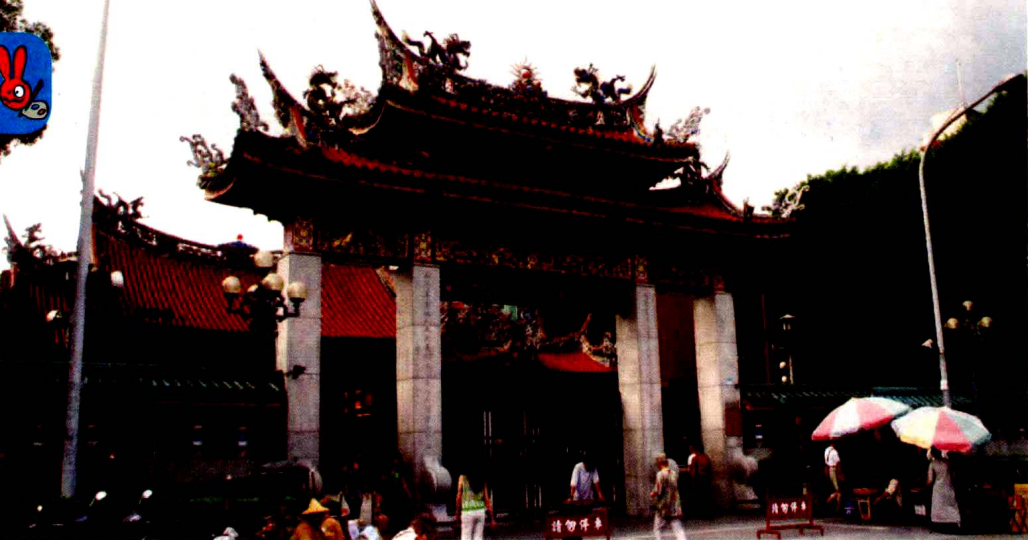
交通。

4. 台北令你联想到——

什么都有，且物美价廉的杂货商店。

5. 1—100%你有多喜欢这个城市？

70%。



MUST GO & VISIT!



求一条姻缘红线 龙山寺

台北市的发源地由西区开始，旧称“艋舺”的万华地区，即龙山寺周边一带，曾经是最繁荣的地段。EVE说一定要去龙山寺，那是很有名的古迹，这座将近三百年高龄的寺庙，在嘉庆、同治年间曾大修过几次，现今的规模是1920年当时的住持东奔西走找来不同的捐助改建而成。大殿内有一尊很特别的释迦立像，是台湾第一代雕刻家黄土水的代表作之一。寺庙内，四周挤满了在虔诚诵经的善男信女。在EVE引路下，来到寺内的月老像前面，一个个女生在掷圣杯，然后恭恭敬敬地去拿红线，EVE跟我说大家都觉得很灵验，渐渐就有很多人来求。曾有一本旅游书这样写着：“要成为一个地道的台北人，去求一支签、占卜一次，就能溶入真正的台北人生活。”可见求神算命占卜等玄学事宜，一直都深受台北人的重视。通常去完龙山寺的人，接着会到龙山寺捷运站的地下街里，找个算命师再为自己看看前程，幸福美满之旅，由此路去啊！



龙山寺

台北市万华区广州街 211 号

☎ (886)02-2302 5162

🌐 <http://www.lungshan.org.tw/>

MUST EAT!



龙都冰果店

去完龙山寺的台北人，通常都会去附近一家很有名气的冰品店——龙都冰果（EVE笑着说台湾人的旅行，吃是占一半的分量啊！）。这家店从1920年开始，由现时老板李明潭的阿公做起，养育起这个家族。这家陪台北走过20世纪的龙都冰果专业家，大卖传统的招牌八宝冰，粉圆、玉圆也都超Q，加炼奶吃更是老饕们的指定动作！吃完还可以走走以前这边非常繁荣的“红灯区”华西街观光夜市，可以看到一个城市繁荣过后的没落，是一个可以在小巷间看到历史的地区。

八宝冰份量很大，吃罢已经很饱。



龙都冰果专业家

台北市广州街 168号

(886) 02-2308 3223



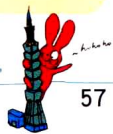
其他must eat!

深坑臭豆腐

因为是很特别的食物，喜欢这味道的就觉得很好吃。

台北县深坑乡深坑街 10号

(886) 02-2662 3116



EVE：“推介乌来是因为这里可以在山中健行后享受露天美人汤温泉，再吃山产，一次享受不用坐车到不同地方。”



你在台北住了多少年？如果你从其他地方搬过来，你来自哪个国家／城市？

26年，没住过其他地方。

还想住在这里吗？有什么东西令你想留在台北？

想。因为方便，到那里都方便，习惯了。

用一句话来形容台北。

很忙、蛮急的城市。

你最近正在忙什么？

正在忙自己品牌的東西，开专卖店。还有，每年诚品都会跟TOY2R出品公仔，2009年我也是其中一个被邀请的设计师，大概会于2009年底12月份推出。

http://tw.myblog.yahoo.com/divine_ink/

Questions Time!

1. 你最喜欢和最不喜欢台北什么？

最喜欢：方便。不喜欢：天气，不喜欢这里常下雨。

2. 你最常去台北哪一区？为什么？你通常和朋友约在哪一带或哪些地方？空闲时，玩什么样的活动居多？

东区，因为我会逛的东西比较多，比较好的品牌都会在那边，很集中。跟朋友都是约去看电影、唱歌，有活动的话就会去夜店。

3. 你会花大量的钱在——

书籍和吃东西。

4. 台北令你联想到——

我的家。

5. 1—100%你有多喜欢这个城市？

60%。





MUST GO & VISIT !



看年轻台北艺术势力 实践大学

小卓觉得一般的艺术展览场所，如台北市立美术馆或者当代艺术馆当然也值得去看，不过要了解台北年轻一辈的艺术力量，最好就是直接到这边设计系很有名的实践大学里走走。实践大学位于台北的大直，在大学的A5楼里，长期都有设计系同学们的作品展览，就算暑假均同样开放。学校附近的餐馆有一些特别有设计感，有些则为同学而设，价廉物美又好吃。

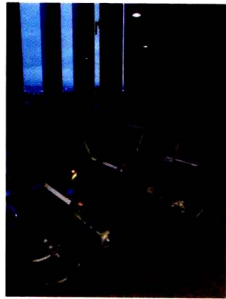


实践大学

台北市大直街 70 号

☎ (886) 02-2538 1111

🌐 <http://www.usc.edu.tw/>



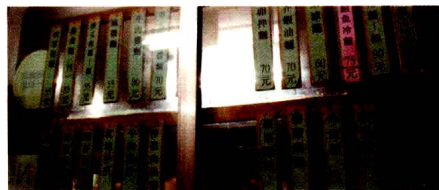


MUST EAT!



同学们热爱的兄弟面馆 首推绍兴鸡面

在实践大学附近的兄弟面馆，正如小卓向介绍时已经讲清楚的，这里的装修不怎么样，不过面食才是这里的重点！小小的店面，每天都有很多人排队。很多人毕业后还是专程回到这里吃，每张桌的玻璃下都贴满粉丝的留言，有些人专门从老远的彰化、外双溪开车回来吃，你就知道“兄弟”的魔力有多大。小卓特别喜欢吃这里的绍兴鸡面，我试过也有同感，让人垂涎的酒香从汤头里渗出来！鸡肉嫩滑，面质弹牙！除了这个热卖产品以外，很多人都会吃狮头煨面和招牌西塔冷面。要注意两点，第一，“兄弟”的菜色众多，每天都有一些变化，请以当日菜单为准；第二，在这里吃东西如果吃不完浪费的话，老板会骂人的！这个老规矩所有同学都知道，所以点小份的面就好了，已经蛮大份的了。切忌贪心啊！



绍兴鸡面的样子不怎么样，味道却超棒！



狮头煨面



西塔冷面



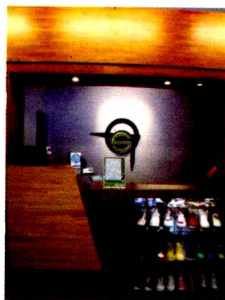
兄弟面馆

台北市大直街 46巷 29号

(886) 02-2533 7543

**MUST SHOP!****最齐全的街头潮流品牌 EST!**

小卓觉得虽然现在很多小店都会进不同的潮流品牌来卖，EST!也是其中一家。不过不同的是这里的货品很齐全。这家店由日籍老板开设，店分两边，一边专卖美货，一边专卖日货。基本上所有街头潮流品牌，如SUPREME、NEIGHBORHOOD、BAPE、ORIGINAL FAKE、VISVIM等等都有，价钱跟其他地方差不多，不过就不用到处跑了；而且这里也有小卓设计的品牌DIVINE INK，虽为台湾本土品牌，但他们常与其他海外潮牌合作，最近就联手日本SQUAD跟潮流icon洼冢洋介三方合作推出一系列限量产品。



EST! EST!
 台北市士林区中正路 235 巷 41 号 1F
 (886) 02-2883 0544
http://tw.myblog.yahoo.com/est_est_est111





你在台北住了多少年？

呱呱落地后，一直住在这儿。

还想住在这里吗？有什么东西让你想留在台北？

一种千变万化、mix的生命力溶在一起，所以想住在这里。

用一句话来形容台北。

万花筒。

你最近正在忙什么？

住宅案和商业空间案进行中。

Yui.design@msa.hinet.net

Questions Time!

1. 你最喜欢和最不喜欢台北什么？

最喜欢这里混合交融的挣扎，台北不同文化色彩比较浓烈，新旧交错的感觉很好，不喜欢这里空气污染和噪音厉害。

2. 你最常去台北哪一区？为什么？你通常和朋友约在哪一带或哪些地方？空闲时，玩什么样的活动居多？

台北大安区、信义区、大直区，因为这些区域都是融合不同元素的地方，而且停车很方便，所以最常去。约朋友通常在信义诚品，拥有时尚和人文色彩，融合很多不同东西，跟一般百货公司不一样，也常约朋友在大直区的三井日本料理，聊天吃饭。

3. 你会花大量的钱在——

建筑设计书籍和美食。

4. 台北令你联想到——

鸟巢（是意识形态上，很想争脱出自己的天地，却又很安稳于现状的城市；而且这里是一个盆地，感觉上也像鸟巢）。

5. 1—100%你有多喜欢这个城市？

99%。



MUST EAT!



三十年鸡专家 鸡家庄

鸡家庄算是台北有名的台式料理菜馆之一。开业30年，问及很多台北居民他们喜欢的台菜店，他们都会立即想起鸡家庄，陈泓宇是其中之一。目前鸡家庄有两家店，长春路上这家是总店。鸡家庄当然以吃鸡闻名，什么样的煮鸡肉方法都有！属于高级台式热炒餐厅。陈泓宇最喜欢叫这里的三色鸡（乌骨鸡、白斩鸡和烟熏鸡）和沙茶炒猪心。其他本地食客则也很喜欢放汤的招牌麻油鸡锅和烧酒鸡锅，特别是烧酒鸡锅，因为有药材（当归、枸杞等）做锅底，全是米酒（没有加水）所以比较进补。这里从傍晚6点钟开始就已经客人不断，最好还是先订位才不至于久等。店长的其他推介：盐酥虾和地道台湾口味的荫豉蚵（就是以黑豆豉跟蒜曲炒生蚝）。



鸡家庄

📍 台北市长春路 55号

☎ (886) 02-2581 5954

(886) 02-2551 4068



沙茶炒猪心



三色鸡



其他must eat!

黑武士

必吃芋头排骨锅、大肠头，明星名人常去的隐秘小店。

📍 台北市大安区东丰街 65号

☎ (886) 02-2706 9350

鼎旺麻辣锅

必吃鸡脚，用乌鸡鸡骨做的，既弹牙但到嘴里会化开的！还有推介番茄鸭血面。

📍 台北市大安区大安路一段 251号（近信义路口）

☎ (886) 02-2752 9439

史记牛肉面

肉是片状的，由于是清炖牛肉面，骨头都熬出香浓味道，乳白色的颜色，有点像拉面的感觉。

📍 台北市中山区民生东路 2段 60号

☎ (886) 02-2563 3836

MUST SHOP!



2006—2008年度凤梨酥金奖 佳德凤梨酥

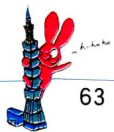
不断参加凤梨酥比赛的老饼店，开业30年，近年屡获奖。其中的原味和蔓越莓味凤梨酥、老婆饼，深得陈泓宇的喜爱。

佳德糕饼

📍 台北市南京东路五段 88号

☎ (886) 02-8787 8186

🌐 <http://www.chiate88.com/>



PUBLIC ORGANIZATION REPRESENTATIVES

公共机构



黄月芬
交通部观光局北观处
游憩课课长



刘伟博
台北市政府公务员



廖咏雪
前国立台大新闻研究所
企划助理 自由工作者

你在台北住了多少年？如果你从其他地方搬过来，你来自哪个国家／城市？

二十几年，台中住过一阵子，在国外没有住过。

还想住在这里吗？有什么东西令你想留在台北？

当然想啦！这里是我的home town啊！

用一句话来形容台北。

家在这里，我喜欢这里。

你最近正在忙什么？

刚忙完音乐节的工作，到了秋冬季，我们在忙温泉季—金山、万里的温泉活动。几乎每年9月底在风筝公园都会有国际风筝节，邀请韩国、日本、中亚国家的代表来表演。

<http://www.northguan-nsa.gov.tw>

Questions Time!

1. 你最喜欢和最不喜欢台北什么？

最喜欢台北交通很方便，虽然地方小，但是市区跟郊区都那么近，基本上一个小时都能到，想要市区或大自然的生活都可以过。不太喜欢这里的空气，灰尘比较多，夏天比较热。

2. 你最常去台北哪一区？为什么？你通常和朋友约在哪一带或哪些地方？空闲时，玩什么样的活动居多？

大概都在大安区、中正区，因为shopping、运动等都有。跟朋友都是约去健身房或做瑜伽。

3. 你会花大量的钱在——

shopping！皮包、衣服、鞋子……

4. 台北令你联想到——

人很多，很热闹。

5. 1—100%你有多喜欢这个城市？

80 %。





MUST GO & VISIT!



幸福从北海岸开始

从台北市出发，一个小时左右就能到达的北海岸（当中包括三芝、石门、金山、万里），是近年拍摄婚纱照的热门地方。这个素有“幸福海岸”之称的北海岸及观音山国家风景区，每月都有不同活动：元宵节的野柳神明净港文化祭、春天的三芝樱花季、六七月的花田、夏日的音乐节、八九月的八里柚子节、秋天有风筝节和冬天的金山万里温泉飨宴等等。好好规划的话，花最少半天的时间到北海岸玩，黄课长保证你会在这个浑然天成依山傍海的海岸线，留下对台北美好回忆。

天路线:石门—金山CHECK!

7:30am

从台北车站乘捷运出发，从红树林再转乘公车到三芝和石门之间的白沙湾。（假期车辆班次密一点的话，可以晚一点出发也行！）



11:00am

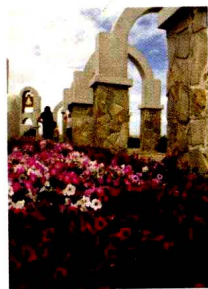
浪漫印记 石门婚纱广场、眺望富贵角灯塔

来到省道台2线24公里处，就是北观处精心打造的全台首座婚纱广场！蓝白主色和上钟楼回廊，希腊圣托里尼岛氛围立即涌现。再往前走至27公里处左右，在海岸边可以远眺当年日本人治台后所建的第一座富贵角灯塔。

9:30am

麟山鼻游憩区 不能说的秘密 自行车木栈道

找到周董骑脚踏车栽桂伦美回家那一段漂亮的步道。这里就是男主角护送小雨回家的场景。步道总长1200米，风景怡人。



11:45am

石门地标 石门洞、石门风车公园

奇特的海蚀地形，曾经让当时前来的日本人大为惊叹，并且拟定为“天然纪念物”！人们可穿过洞下，走到浅水处玩玩水哟！同样，我选择了在公路上远望风车公园，但不少单车族会爬上风车公园听海。





12:30nn
洋荳子午餐
希腊风格海边餐厅，
好舒服的下午啊

📍 台北县金山乡忠义路 29—1号

☎ (886)02—2408 2455

🕒 11:00—22:30



5:30pm
泡汤、冷泉
SPA、养生美食
一站式 旧金
山总督温泉

黄课长大力推广的历史建筑之一。旧金山总督温泉于1938年兴建，一楼大厅仍保留“总督浴池”，甚具历史意义。2000年重建后，“北海风情汤屋”、“露天風呂”、“顶楼观海男、女裸汤（分开的！哈！）”和“冷泉”都是旅客的加油站，消除整天旅程的疲劳。

📍 台北县金山乡丰渔村民生路 196号

☎ (886)02—2408 2628

🌟 北海风情汤屋 NT\$960—1200(可供两人使用 1小时)、4楼露天風呂 NT\$300

🌐 <http://www.warmspring.com.tw>



2:30pm
金山朱铭美术馆

以12年打造全台湾最大的公园美术馆，占地三万多平方米，收藏上千件艺术品，欣赏太极美量的四季之美。
 (<http://www.juning.org.tw>)



MUST EAT!



老董牛肉细粉面

创立于1950年，特别采用新鲜牛肉，经过24小时熬炖出的汤头，黄课长喜欢其不油不腻，牛肉质感特好。

老董牛肉细粉面（双连旗舰捷运店）

📍 台北市民生西路 35号

☎ (886)02— 2521 6381

🌐 <http://www.ouldon.com.tw/>





你在台北住了多少年？如果你从其他地方搬过来，你来自哪个国家／城市？

住在台北市7年，之前住在桃园。

还想住在这里吗？有什么东西令你留在台北？

当然想！因为工作和朋友。

用一句话来形容台北。

多彩多姿，现代与传统兼容并重。

你最近正在忙什么？

台北市温泉保健旅游专案活动

Questions Time!

1. 你最喜欢和最不喜欢台北什么？

喜欢这里的小吃。不喜欢常塞车。

2. 你最常去台北哪一区？为什么？你通常和朋友约在哪一带或哪些地方？空闲时，玩什么样的活动居多？

最常去信义区、东区、SOGO百货、新光三越、西门町和诚品书店。通常都是去逛街跟看电影。

3. 你会花大量的钱在——

吃。

4. 台北令你联想到——

101和中正纪念堂。

5. 1—100%你有多喜欢这个城市？

80%

MUST EAT!



麻辣界霸主 鼎王麻辣锅

大胆一点称“鼎王”为麻辣界霸主实不为过，因为我们以顾客身份提前一晚订座险些没有座位。以刘得泰的经验，“鼎王”天天爆场的情况，最少3天前订位才有保障能准时吃到。来自台中的鼎王，麻辣汤头吃起来不油腻；东北的酸白菜锅夏天吃更是一流！招牌特级雪花牛肉、大肠头、油条均是热卖食材配料！除了食物原材料好之外，服务生每次添加完汤头或配料后均作75度鞠躬敬礼，你会以为置身日本料理餐室。



鼎王

📍 台北市松山区光复北路 89 号

☎ (886) 02-2742 1166

(886) 02-2528 2819

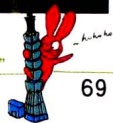
🌐 <http://www.tripodking.com.tw>



*部分图片由鼎王提供

PUBLIC ORGANIZATION REPRESENTATIVES / 刘得泰

ED: “推荐所有宅男宅女到光华商场买一部台湾出品的智慧型手机或10英寸小笔电，但记得货比三家，一定能找到便宜好货啊！”

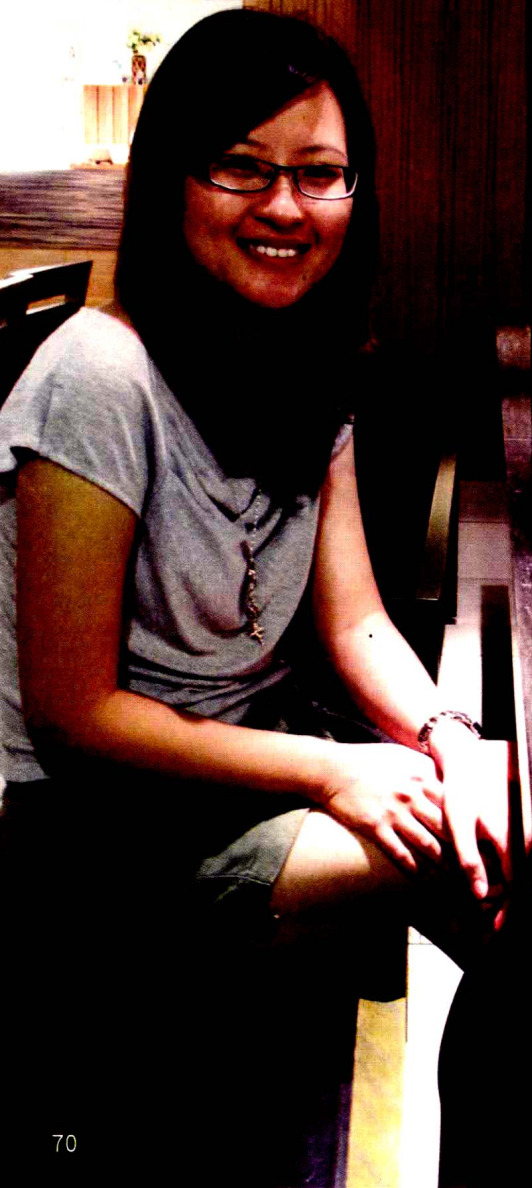




18750

廖咏蕙

前国立台大新闻研究所企划助理 自由工作者



你在台北住了多少年？

超过15年了。

还想住在这里吗？有什么东西让你想留在台北？

台北丰富便利的生活模式、各种有趣的活动、聚集许多有意思的人，当然想住在这里啦！

用一句话来形容台北。

台北 IS SO FUN

你最近正在忙什么？

翻译网站、与泰国朋友聚会、当兼职的翻译。

Questions Time!

1. 你最喜欢和最不喜欢台北什么？

最喜欢台北的食物多元化，不喜欢台北有些地区看起来不干净。

2. 你最常去台北哪一区？为什么？你通常和朋友约在哪一带或哪些地方？空闲时，玩什么样的活动居多？

常去的是东区，因为对爱好逛街的人都在那个区域里，来喝咖啡时很舒适，有时也会去东区逛街买衣服。

3. 你会花大量的钱在——

交通费和电子产品。

4. 台北令你联想到——

辣妹辣男。

5. 1—100%你有多喜欢这个城市？

85%

MUST EAT!



三代传承上海菜 九如

以湖州粽与宁波汤圆等江浙小吃起家的九如，是早期许多外省人重温家乡味的地方，也是台湾芝麻汤团的鼻祖。当初命名九如，是取“久久如意”的意思。40多年一路走来，九如商号三代传承下来，年轻一代的台北人如廖咏蕙都非常熟悉九如的名字。她特别喜欢这里的東西廉價又好吃，推荐鸡腿菜飯、馬蘭頭和湖州鮮肉粽。



📍 台北市仁愛路四段 69 号

☎ (886)02-2751 7666

🌐 <http://ju-rurestaurant.com.tw/>



MUST SHOP!



二手旧物店 寻宝跳蚤屋

廖咏蕙很喜欢怀旧家品，特别是从美国运来的古老东西：冰箱、椅子、相机等等。在这里像走进了时光隧道，重见古老优质物品的风华，体验如欧美跳蚤市场的气氛，设计师也可畅游其间，将具历史背景的老东西带进全新的设计案例里。

寻宝跳蚤屋

📍 台北市罗斯福路二段 38 号 (捷运古亭站 7 号出口)

☎ (886) 02-2391 2100

🌐 <http://www.寻宝跳蚤屋.tw/>



BRAND REPRESENTATIVE

品牌代表



王洁
品牌书籍编辑
北京·都市鱼
品牌策划人



WULIA CHEN
台北国际饭店
公关经理



张杰
重庆都市广告
品牌策划经理



NADIA FANG
台北101百货
行政经理



JOYCE CHEN
Packer Group
行政经理



SABRINA LIU
BIOHERM &
GIORGIO ARMANI
公关



OLIVIA CHEN
大陆广告
客户总监



ANITA LEE
威加路北京市场
特别 女装品牌
prada / armani
品牌总监



你在台北住了多少年？

27年。

还想住在这里吗？有什么东西让你想留在台北？

是。

用一句话来形容台北

一个甜得发腻的柠檬蛋糕

你最近正在忙什么？

正忙着与北美籍的一组合作准备在台北的桃园搞个展览，《桃园国际画廊》。还有，柳叶鱼乐团在1EP，表演巡回中。

<http://www.streetvoice.com/thecapelin>

<http://www.streetvoice.com/thecapelin>

Questions Time!

1. 你最喜欢和最不喜欢台北什么？

喜欢什么的地方，跟可住的地方都爱上了。喜欢，这特别不喜欢的地方。

2. 你最常去台北哪一区？为什么？你通常和朋友约在哪一带或哪些地方？空闲时，玩什么样的活动居多？

东区（桃园、板桥）、因为在那边工作。周末，在那边，常常的聚会。就去基隆、新竹、苗栗和桃园玩个聚会。

3. 你会花大量的钱在——

买房子那里。

4. 台北令你联想到——

是。

5. 1—100%你有多喜欢这个城市？

100%。



*此图片由Ivan Chang提供

MUST GO & VISIT !



在诚品听一场音乐会 参与一次讲座

玆如希望跟读者分享“在书与非书之间，我们阅读”的想法，因此除了书籍的贩售，在诚品总有各式各样包括展览、音乐表演、戏剧演出、艺文讲座等的活动。在此之前很多诚品活动都受到台北群众的欢迎，例如：诚品春季舞台、屋顶音乐节等。当中又以信义和敦南店办的活动最多和最大型。所以下次出发到台北之前，不妨先上网查看最新的活动，分享诚品更贴近生活、走进人群的文艺活动。



信义诚品

台北市信义区松高路 11 号

☎ (886) 02-8789 3388

🌐 <http://www.eslitecorp.com.tw/index.aspx>

MUST GO & VISIT!



听一场台北地下摇滚 地下社会

作为乐队的经纪人，奴如推荐的是目前台北最老的live house之一——地下社会！这里是独立乐团重要的表演场所，狭小的空间，却更能增进表演者与观众的亲密感，在那就像是“地下乐团的小社会”，不管何时去，总会遇到朋友。通常每周三会有新团表演，周五、六则会有其他乐团（其他时间就只有DJ放音乐）。想要知道台北有什么最新的独立乐团，买张门票吧！



地下社会

📍 台北市师大路 45号 B1

☎ (886) 02-2369 0103

🎫 周三 NT\$100(不附饮料)、周五及六 NT\$300(附一支台啤)

⚠ 周一休息

👉 <http://www.underworld-taipei.blogspot.com/>



MUST EAT!



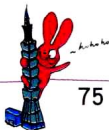
“师园”盐酥鸡

吃了二十几年，“柳叶鱼”的团名也是从这摊出来的。蒜头和九层塔香味十足，营业时间到凌晨一两点，看完表演后吃夜宵刚刚好！



📍 台北市师大路 39巷 14号

🎫 盐酥鸡 NT\$45/份、柳叶鱼 NT\$45/份





你在台北住了多少年？如果你从其他地方搬过来，你来自哪个国家 / 城市？

我在台北大概20年吧！不过从小我就住在台湾，台湾是中国台湾，通晓华语，西班牙语，英语，意大利语，不过只靠英语就能游走。

还想住在这里吗？有什么东西令你留在台北？

当然啦！台北是一个很舒服，很都会的城市，而且还有很多家人住在台北嘛！

用一句话来形容台北：

很有人情味的城市，让人怀念的城州。

你最近正在忙什么？

最近忙满了两个月，为我的屋主服务，要帮他们准备一些家具装潢的事情，大家都很喜欢这个事情。

Questions Time!

1. 你最喜欢和最不喜欢台北什么？

最喜欢这里的阳光，晚上就要去夜市逛和逛夜市，不喜欢竞争性的压力太大。

2. 你最常去台北哪一区？为什么？你通常和朋友约在哪一带或哪些地方？空闲时，玩什么样的活动居多？

东区，忠孝东路，南京大道，民生西路，西门去逛逛。找些好吃的，跟些好朋友去逛，我也蛮喜欢的。

3. 你会花大量的钱在——

买些好看的东西，买房子。

4. 台北令你联想到——

5. 1—100%你有多喜欢这个城市？

100%

MUST GO & VISIT !



MUST EAT !



花的约会 台北生活美学 齐云生活馆

齐云，在台北花艺设计圈子里，是一个名号响当当的人物。许多政商名流的婚宴都出自他之手，泰国等东南亚多个国家的皇室也都找他设计国宴派对。Wina特别推荐齐云开设的生活馆，在繁嚣的城市生活里，可以找到一个漂亮优雅的大花园。生活馆一共有四层楼，一楼与四楼是开放的空间，二楼与三楼则是办公室。四楼的空间现为私家厨房，只有一桌，到访时桌上变身清雅的荷塘，一朵朵憩静的荷花置于用餐的盘上，齐云每周都会为空间改头换面。至于桌上的佳肴，这天是齐云的私人主厨林昕志和台中日月潭云品酒店西点主厨郑蓉携手创作一道道花之食谱，把好看的，都吃下去，清新、美味、美丽。



齐云生活馆

台北市富锦街120号

☎ (886) 02-8712 2334

🌿 生活馆4楼的私房菜暂只接受团体预订（最少10人），菜单每位NT\$1,200起。

🌐 <http://www.chi-yun.com.tw>



高空鸟瞰齐云的大花园



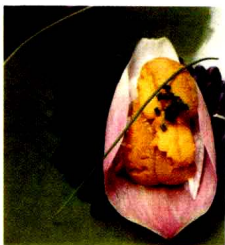
4楼是齐云的私家厨房，生活美学从这里一椅一桌渗出来。



法式焗苹果佐香草蛋奶酱



“花枝招展”：莲子、花枝鱼浆清汤，食物本身就已经是一幅画。



这道“出于污泥而不染”，连一片荷花瓣一起吃下，好有花仙子感觉。



荷叶莲子饭





MUST EAT!

如钻石般耀眼的甜点 15区法式烘焙

曾经在法国北部生活过，也曾学过法国料理的老板，回到台北后开了这家法式甜点小馆，将法国回忆带回来。曾在国外生活过的Wina，特别喜欢15区那正宗经典的法国甜品口味。放在玻璃柜里的甜点，每件都精致可人。Wina首推这里的柠檬塔和macaroon，细致的味道和淡淡的香气，再配一杯红茶或咖啡，这个下午，实在是完美。



15区法式烘焙

📍 台北市民生东路三段 113巷
6弄 11号

☎ (886) 02-2545 6760

👉 <http://blog.xuite.net/big.bow555/foodblog/10560391>



最前排的蛋糕“红色轮舞曲”由Vairhona 35% Ivorie白巧慕斯加上覆盆子的口味，视觉效果至幼滑的口感味道，我给予满分！NT\$130



白芝麻和覆盆子口味的macaroon，甜度适中；尤其前者，东方口味，一试难忘。每块NT \$45

WINA：“周末享受一个清新的早晨，闲逛一下建国北路上的建国花市和玉市。不一定要买很贵的玉，挑一个自己喜欢的就可以了。”



台北市
警察局

你在台北住了多少年？

1996年到现在，住了快15年。

还想住在这里吗？有什么东西令你想留在台北？

当然住在这里。因为这里是一个非常适合生活、工作、学习的地方。而且这里有很多好吃的东西，还有很多美丽的风景。用一句话来形容台北。

一个充满活力、充满希望的城市。

你最近正在忙什么？

最近正在忙一些工作上的事情，还有一些生活上的琐事。总体来说，生活还算忙碌，但也很充实。

Questions Time!

1. 你最喜欢和最不喜欢台北什么？

我最喜欢台北的天气和生活节奏，最不喜欢台北的交通拥堵。

2. 你最常去台北哪一区？为什么？你通常和朋友约在哪一带或哪些地方？空闲时，玩什么样的活动居多？

最常去东区，因为那边有很多好玩的地方，也有很多好吃的东西。朋友也约在那一带。空闲时，喜欢去书店看书，或者去公园散步。

3. 你会花大量的钱在——

买衣服和鞋子。

4. 台北令你联想到——

一个充满活力、充满希望的城市。

5. 1—100%你有多喜欢这个城市？

95%



MUST GO & VISIT!



大稻埕散步路线

汤盘说人在大稻埕里，一定要知道“一府二鹿三艋舺”：一府是台南府城，鹿则是鹿港，艋舺就是现今的万华，都是昔日繁华的港口。地理位置而言，大稻埕的范围指的是：民权西路以南；忠孝西路以北；西临淡水河；东至重庆北路。这几十年商业活动东移，这一带变成了一个老区。一年中最热闹的时候，就是每逢过年时台北人还是会过来这边的迪化街办年货。来这里慢步几个小时，感受不一样的台北气息。



1 波丽路



■ 台北市民生西路 314号
☎ (886) 02-2555 0521
▶ <http://www.bolero.com.tw/>



建议散步时间

3小时



最理想时段

10:30—18:00

大稻埕属于老区，商店开得都比较早，但我会选择中午先去吃过午餐，然后慢慢在老区里钻来钻去。双连捷运站民生西路出口往淡水河方向直走，就可到波丽露餐厅，从这里出发。黄昏时可考虑过去码头那边看日落或者回到宁夏夜市再吃过！

路线GO!

1

波丽路

台北第一家西餐厅，1934年开业，这里可是当年年轻男女相亲热门地！先在这里吃个午餐，汤盘点的是法国鸭子饭。

2

龙月堂

全手工包装制作的古早味^②绿豆糕和盐梅糕，入口绵松，滋味无穷。

3

第一唱片行

延平北路与保安街口一间小小的唱片行，播台语老歌、黑胶音乐。公公婆婆时的台湾红歌手：文夏、洪一峰、林英美、尤君……很多日本人、赶怀旧潮的人都常过来找旧唱片呢！

4

慈圣宫

11点前到了慈圣宫，路边摊位已经大都开始营业了，食客也慢慢地涌现。青草茶，夏天必喝！

5

呷二嘴

古早味冰品，详情请看P141由REM推介的详细介绍啊！

6

叶金涂宅

建筑约建于1933年，由靠凤梨罐头致富的叶金涂盖了这栋当时最豪华的建筑，现为历史古迹兼商业用办公室。

7

迪化街江记华隆商行

买只有0.02公分、薄如蝉翼的招牌“香脆杏仁猪肉纸”！除招牌外，限量季节性的樱花虾杏仁肉纸也很受欢迎。

8

大稻埕码头看日落

设计师ALING也有推介啊！P41

9

宁夏夜市

^②古早味：台湾用语，怀旧食品的味道。



江記華隆商行

台北市迪化街一段 311 号

☎ (886) 02-2552 8327

(886) 02-2553 5301

◆ 香脆杏仁猪肉纸
NT\$250/包

6 叶金涂宅



4 慈圣宫



2 龙月堂



台北市延平北路二段 169 号

☎ (886) 02-2557 8767

◆ 绿豆糕 NT\$15/块

3 第一唱片行



台北市保安街 88 号

☎ (886) 02-2557 9029

李汤盘说：“一定要吃牛肉面，因为其他华人世界没有的料理；一定要吃一块臭豆腐，因为其他华人世界没有台湾的好吃。”





你在台北住了多少年？如果你从其他地方搬过来，你来自哪个国家／城市？

2008年，跟我的老公（一个台湾人）一起来到台北，然后我们就住下了。

还想住在这里吗？有什么东西令你想留在台北？

台北很棒！第一，物超所值。同样的东西，在这里买会比在其他地方便宜。第二，这里的生活节奏很慢，可以让你放松心情。第三，这里的空气很好，不像其他地方那么污染。

用一句话来形容台北。

这是一个充满活力和创意的城市，也是一个可以让你放松心情的地方。

你最近正在忙什么？（任何自己的企划或工作上的project等等）

最近我在负责台北101商场的行销企划，包括一些新的活动和促销方案。

http://www.taipei-101.com.tw/MALL/

Questions Time!

1. 你最喜欢和最不喜欢台北什么？

我最喜欢的是这里的交通系统，尤其是捷运系统，非常方便。最不喜欢的是这里的空气污染，尤其是在冬天，雾霾很严重。另外，这里的房价也很高，对于年轻人来说，买房压力很大。

2. 你最常去台北哪一区？为什么？你通常和朋友约在哪一带或哪些地方？空闲时，玩什么样的活动居多？

我最常去的是台北东区，因为那里有很多时尚品牌和购物中心。通常我会和朋友约在信义区逛街，或者去大安森林公园散步。空闲时，我喜欢看电影和听音乐。

3. 你会花大量的钱在——

衣服、鞋子、化妆品和美食。

4. 台北令你联想到——

时尚、购物和美食。

5. 1—100%你有多喜欢这个城市？

95%。



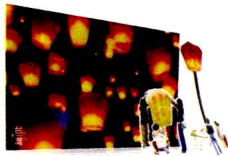


MUST SHOP!



全台湾特色设计产品 尽在OTOP

位于101第5楼的OTOP (One Town One Product) “一乡镇一特色”是市政府的经济部发掘具有历史性、文化性、独特性而值得骄傲的台湾在地产业，作品放在这里摆卖，呈现出兼具文化及时尚的设计品味！有莺歌陶瓷、原住民的手工艺、高山茗茶等，是一个让您一次购足台湾宝岛25个县市、319个乡镇风情的特色纪念品专卖店。



OTOP

台北市信义区 101购物中心 5楼

(886) 02-8101 7693





其他must shop !

101 B1 台湾伴手礼集中地

如果很赶时间，就可以考虑走之前到101购物中心B1层台湾伴手礼的区域，有五六种选择，台南、港口、中部、北部的，不同糕点、零食都可以一次性买齐。



台湾伴手礼

📍 台北市信义区 101购物中心 B1

👉 <http://www.taipei-101.com.tw/MALL/>

NADIA说：“我喜欢晚上到外双溪（在故宫附近）去钓虾。这是大学男生很喜欢的活动，有成就感又可以聊天！”

你在台北住了多少年？如果你从其他地方搬过来，你来自哪个国家／城市？

38年，原籍中国，出生于台湾。

还想住在这里吗？有什么东西让你想留在台北？

看，有美食，有美景，有文化，有艺术，有历史，有现代，有传统，有未来。

用一句话来形容台北。

这是一个有爱的城市。

你最近正在忙什么？

最近在做一些关于台北的纪录片，和一些关于台北的展览。

Questions Time!

1. 你最喜欢和最不喜欢台北什么？

喜欢：喜欢一个有大情怀的城市，喜欢周围的那个角落，你可以感觉到这座城市的气质和温度。不喜欢：不喜欢这里的交通太过于拥挤。

2. 你最常去台北哪一区？为什么？你通常和朋友约在哪一带或哪些地方？空闲时，玩什么样的活动居多？

最常去大安路与敦化南路，因为有许多小店和美食。喜欢那种安静的氛围，喜欢在安静的茶餐厅，在逛街之前可以坐下来好好检视自己的战利品。跟朋友聚会喜欢在信义区的购物商场、电影院与夜店酒吧。每个周五晚上与朋友共进晚餐，再到Barcade喝个酒。

3. 你会花大量的钱在——

买房子和食物。

4. 台北令你联想到——

下雨的台北，街道两旁咖啡香的咖啡店。

5. 1—100%你有多喜欢这个城市？

99.9%，0.1%不喜欢是因为还没有在这个城市找到Mr. Right。



BRAND REPRESENTATIVE / JOYCE CHEN

**MUST EAT!**

在POSH 吃一个慵懒的周日brunch

JOYCE最喜欢星期日的11点在POSH露天茶座位置晒着太阳，吃一份很丰富的brunch或者三明治，然后看着当月最新最快的航空版外国杂志，多么惬意的一天！POSH的老板廖哥还有好几家分店，分别是POSH I、II、III和长谷川先生的家。每家店都有不同的主题。JOYCE喜欢的这家以放松的白色为题、POSH II将欧洲旅行感觉带回来、POSH III是乡村的厨房、长谷川先生则是到一个朋友家吃饭的感觉。JOYCE笑说最棒的是不只可以吃brunch，还可以常常在这里看到化全妆穿着时髦的年轻妹妹啊！

**POSH**

📍 台北市敦化南路一段 161 巷 38 号

☎ (886)02-8773 3830



其他must eat !

牛魔王必吃 满堂红

JOYCE推介地道台北的满堂红麻辣锅，因为有很好的牛肉（5种牛肉选择，还可加王子面），一个价钱任吃，而且非常好吃！

满堂红

📍 台北市大安区仁爱路 4 段 228 号之 4

☎ (886)02-2701 6669

🍴 平日中午 NT\$399/位、晚餐 NT\$499/位、假日全天 NT\$499/位

MUST SHOP!



热卖韩货衣饰

I LOVE EVERYTHING

韩货近年无论品质、款式都做得出色，因此也成为台湾美眉主攻的入手目标。I LOVE EVERYTHING就是其中一家专卖韩货小店。除韩货外，JOYCE特别喜欢这里的皮革，有不同颜色和皮料选择；老板娘入货的品味很能抓住时尚上班族和美眉胃口啊！



I LOVE EVERYTHING

📍 台北市敦化南路一段 161 巷 15 号 1F

☎ (886) 02-2771 3086



must shop more !

韩货TEE MULLI 复古蕾丝店HAMPSTEAD

另一家韩货TEE，同样深得JOYCE的喜爱，因为用料舒服、价格合理，所以JOYCE常到此购物。还有一家也是JOYCE很欣赏的小店，叫HAMPSTEAD，专卖蕾丝裙子，当中有从法国带回来的复古款式，也有订做的，独特优雅。



HAMPSTEAD

📍 台北市敦化南路一段 161 巷 27 号 1楼

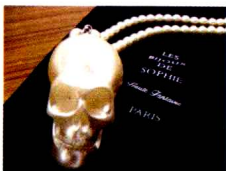
☎ (886) 02-2711 9151



MULLI

📍 台北市敦化南路一段 187 巷 33 号 (顶呱呱旁第二个巷口)

☎ (886) 02-2777 3939





你在台北住了多少年？如果你从其他地方搬过来，你来自哪个国家／城市？

我12岁，曾经到加州住过10年。

还想住在这里吗？有什么东西令你留在台北？

想。我的家啊！(I love it, where I belong.) 我很喜欢这里，家对我来说是很重要的。我很喜欢这里。

用一句话来形容台北。

美丽、干净、安全、友善、和平。

你最近正在忙什么？

最近我在为 Biotherm 和 Giorgio Armani 做 PR。最近我在为 Biotherm 和 Giorgio Armani 做 PR。最近我在为 Biotherm 和 Giorgio Armani 做 PR。最近我在为 Biotherm 和 Giorgio Armani 做 PR。最近我在为 Biotherm 和 Giorgio Armani 做 PR。

http://www.giorgioarmanibeauty.com/index.html

Questions Time!

1. 你最喜欢和最不喜欢台北什么？

我最喜欢和最不喜欢的一都是一样：人情。

2. 你最常去台北哪一区？为什么？你通常和朋友约在哪一带或哪些地方？空闲时，玩什么样的活动居多？

东区，因为上班、吃饭、party。东区 (must go place) 通常约朋友都是去东区或信义区，都是跑去 clubbing。

3. 你会花大量的钱在——
包包。

4. 台北令你联想到——
101 / my home。

5. 1—100%你有多喜欢这个城市？
100%。

MUST GO & VISIT !



为手脚画一幅图画 彩绘指甲KARI SHARE

据SABRINA所说，台北LOREAL集团的同事几乎都是在KARI SHARE做手脚护理和彩绘指甲的。最少每两个月都会来一次，而且他们有好几家分店，地点均很方便。SABRINA说手、脚指甲就如自己的配件一样，过一阵子就会变得很残缺和斑驳，不做会没有自信。她喜欢这边的服务和有很多选择（500—600个）的色版，一定能找到喜欢的颜色！

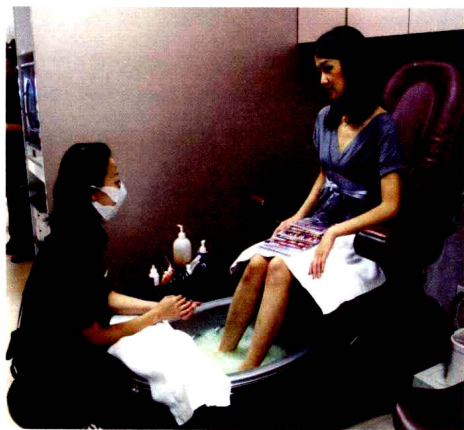


KARI SHARE

台北市松寿路11号新光三越A11馆B1

☎ (886)02-8780 0069

🌐 <http://www.karishare.com.tw>



其他must go & visit !

去JUST MAKE 做个整形美人

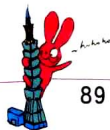
SABRINA说：“化妆品是后天补给品，但是也得要靠先天外形！为了弥补先天不足，就决定到朋友的整形店JUST MAKE打微晶瓷针隆一下鼻子，整了可以高一点，可维持两年，一针1毫升，台币1万元。我对JUST MAKE有信心，而且价钱合理，觉得可以推介给其他人。”

JUST MAKE

台北市忠孝东路四段 230号 2楼

☎ (886) 02-2731 0909

🌐 <http://www.justmake.tw/>





你在台北住了多少年？如果你从其他地方搬过来，你来自哪个国家/城市？

10年，之前在台中。

还想住在这里吗？有什么东西令你想留在台北？

因为这里很适合创作，而且，这里的人都很友善。

用一句话来形容台北。

台北是一个充满创意、活力、和热情的城市。

你最近正在忙什么？

我正在做一个关于台北的纪录片。

Questions Time!

1. 你最喜欢和最不喜欢台北什么？

我最喜欢的是台北的天气，最不喜欢的是台北的交通。

2. 你最常去台北哪一区？为什么？你通常和朋友约在哪一带或哪些地方？空闲时，玩什么样的活动居多？

我最常去的是台北的东区，因为那里有很多好玩的地方。

3. 你会花大量的钱在——

食物和饮料。

4. 台北令你联想到——

夜市。

5. 1—100%你有多喜欢这个城市？

100%。



*此图片由ESCENTS SPA提供

MUST GO & VISIT!



花精疗法能量共振疗程 ESCENTS SPA

ESCENTS SPA像是闹市里的巴厘岛，一推开门，整个环境、气味，都使人焕然一新。OLIVIA一个月最少会到这里做一至两次的肌肉式或推淋巴等基本按摩。除基本按摩服务外，“花精疗法”也是这里另一有名疗程。疗法开始时，治疗师会先让你用左手抽三支花精油，然后分析你当下的情绪状态，才会开始做半身按摩，中间会将你抽出的花精导入按摩过程里，最后有一份轻食作结尾。好好整顿身心，再开始新一趟的旅程。



ESCENTS SPA

台北市大安路一段 106巷 16号
(忠孝复兴捷运站 3号出口右转直走便到)

☎ (886)02-8773 5905

⚠ 最好先预约，尤其周末

花精疗程START!



Step 1 抽花精



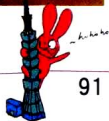
Step 2 滴在心轮对应背后位置



Step 3 高音钟共振



Step 4 调油按摩





MUST EAT!



异国美食总汇 BISTRO 98

由于跟OLIVIA工作地点很近，BISTRO 98几乎成了她的食堂。这里共6家的异国美食餐厅。有日式洋食的茄子咖喱、阳明春天的怀石料理，还有我很喜欢吃的寿喜烧mo-mo pradaise啊！采访当天吃过茄子咖喱的蓝带鸡排咖喱饭，甘甜的日式咖喱，适合一家大小去吃。不过如果酿在里面的芝士更香浓的话，会更加好。



BISTRO 98

台北市忠孝东路四段 98号



你在台北住了多少年？如果你从其他地方搬过来，你来自哪个国家 / 城市？

台湾基隆市，小时候在台南高中读高中，22岁搬到洛杉矶做研究，2004年回台。

还想住在这里吗？有什么东西令你想留在台北？

想留下来，因为这里生活节奏慢，生活成本低，生活压力小，生活比较轻松，生活比较自在。

用一句话来形容台北。

台北是一个充满活力的城市，是一个充满魅力的地方。

你最近正在忙什么？

最近在做一些关于台湾的调研，主要是关于台湾的经济发展、社会文化、教育制度等方面。

为台湾的经济发展、社会文化、教育制度等方面做一些调研，主要是关于台湾的经济发展、社会文化、教育制度等方面。

www.annalee.com.tw

Questions Time!

1. 你最喜欢和最不喜欢台北什么？

喜欢台北的便利性和丰富的美食，最不喜欢台北的潮湿天气和拥挤的公共交通工具。

2. 你最常去台北哪一区？为什么？你通常和朋友约在哪一带或哪些地方？空闲时，玩什么样的活动居多？

最常去东区，因为东区有很多好吃的餐厅和酒吧，而且东区的环境也比较安静。

通常和朋友约在东区的一些餐厅或酒吧，空闲时喜欢去东区的一些公园或景点走走。

3. 你会花大量的钱在——

买一些好的衣服和鞋子，因为我觉得穿得好一点会让自己感觉好一点。

4. 台北令你联想到——

想到台北的一些景点，比如故宫博物院、中正纪念堂、阳明山国家公园等。

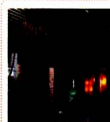
5. 1—100%你有多喜欢这个城市？

35%

**MUST EAT!**

必吃30公分烤澎湖野生草 胡同烤肉

热爱美食的ANITA，在繁忙的工作后通常会约朋友到胡同大吃一顿。胡同的客人年龄层相对这烤肉店来讲会稍高一点，但总店这边的服务生都较为活泼，很懂以细心服务逗客人欢心。ANITA说就算一个人来，坐在吧台吃的话，都不会觉得孤独。烤肉酱牛五花、奶油去骨土鸡腿肉、椒盐霜降松阪猪等，都深得ANITA的喜爱。我就非常推荐烤澎湖外海野生草虾，肉厚甜美，足有30公分长！如果说是台剧迷的话，这里就是《恶作剧2吻》的其中一个拍摄场地。够理由要过来吃一次了吧？



胡同烧肉夜食

📍 台北市敦化南路一段 161巷 17号

☎ (886)02-2776 1575

⚠ 只开晚市



烤肉酱牛五花(前)NT\$240、椒盐霜降松阪猪(右)NT\$180、奶油去骨土鸡肉(左) NT\$140



鲑鱼茶渍饭 NT\$50



烤澎湖外海野生草虾 NT\$420

MUST SHOP!



简洁服饰设计 Katy has a loft

就在胡同斜对面，ANITA喜欢到katy has a loft度身订制衣服，设计师KATY以简洁线条设计衣服，优雅中见设计感。

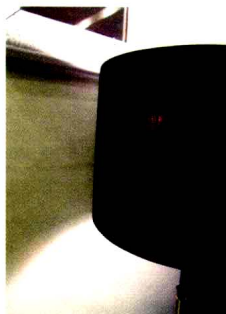


Katy has a loft

台北市敦南路一段 161巷 14号

☎ (886) 02-2752 4288

👉 <http://www.katycheng.com/>



其他must shop!

bling bling的晚宴鞋子 锟洲专柜

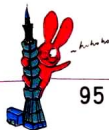
锟洲专柜在SOGO鞋子部就可以找到。这里的鞋款以bling bling的款式居多，适合晚宴搭配，而且当中很多品牌都是从意大利进口，用料名贵。如果考虑到实用性的话，annalee或anitalee就有一些每天穿的实用款供选择。

锟洲专柜

台北市忠孝 SOGO 复兴馆 B1

☎ (886) 02-8772 3901

👉 <http://www.annalee.com.tw/>



PROFESSIONAL

专业人士



齐云
知名花艺设计师
齐云生活馆主理人



吴东雄
作家 日本美学讲
师 设计师



陈陆宽
厨师



古嘉仁
飞音数位动画
美术导演



DEBBIE
牧师



韩人豪
美食旅游节目
主持人(非凡电视台)



JULIE CHANG
制作人



敬肇瑾
MV & TVC
摄影师



CHLOE-SAMMI
视觉营销



LETTER CHEN
PPAPER
专案经理 编辑



赵佳美
《非凡新闻周刊》
资深娱乐记者



SEBASTIAN OLA
VOYAGE TV
制作经理



邱晨霄
钢琴老师



YOYO
舞蹈演员



REMI
传真数位影像
有限公司总监

你在台北住了多少年？如果你从其他地方搬过来，你来自哪个国家 / 城市？

在台北住了23年，以前住在彰化。

还想住在这里吗？有什么东西令你留在台北？

我会喜欢住在台北，因为这里非常现代、有趣，还有一个很多元化的地方。

用一句话来形容台北。

非常好玩、有趣的城市，24小时随时什么都有。

你最近正在忙什么？

忙着做不同饭店的设计案子，譬如台湾云品酒店系列、丽江皇冠假日酒店、深圳观澜湖，为他们设计空间、配件搭配等等。

 <http://www.chi Yun.com.tw/>

Questions Time!

1. 你最喜欢和最不喜欢台北什么？

最喜欢台北的自由；最不喜欢也是这里太自由。

2. 你最常去台北哪一区？为什么？你通常和朋友约在哪一带或哪些地方？

空闲时，玩什么样的活动居多？

最常去台北的菜市场，因为我觉得台北的菜市场非常多元，看看蔬菜水果。如果我在台北的话，跟朋友都是约在我家，因为我家太美丽了！（编注：齐云就是住在生活馆的5楼。）

我有厨师和甜点师傅，可以做很棒的早餐、下午茶，所以很少出门啊！

3. 你会花大量的钱在——

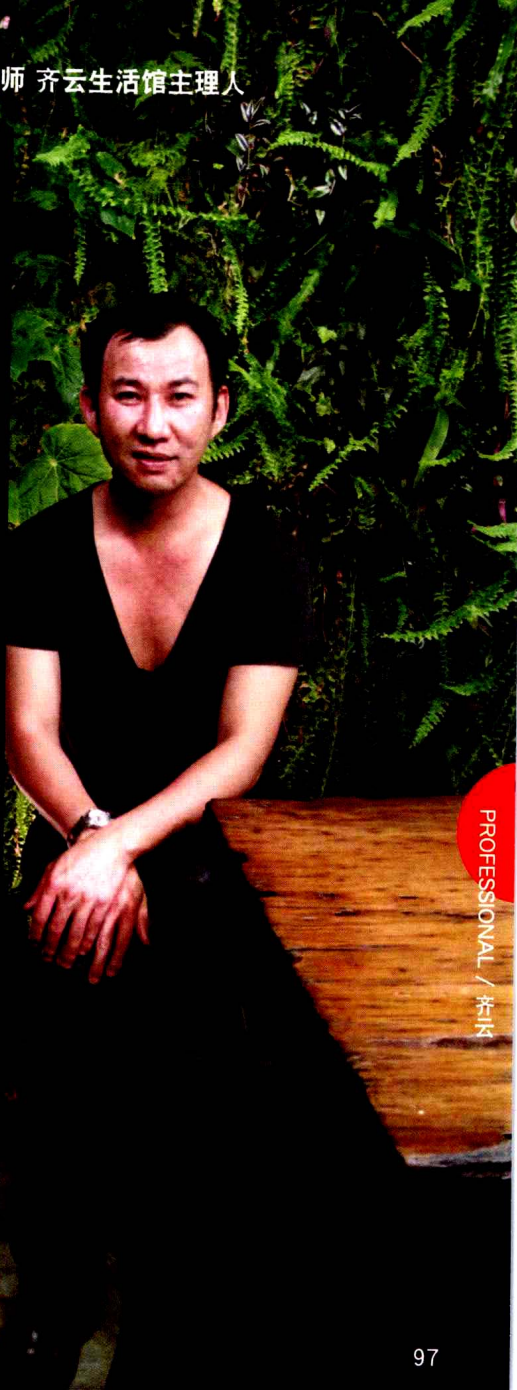
布置家里。

4. 台北令你联想到——

进步、时髦、有趣。

5. 1—100%你有多喜欢这个城市？

100%。





MUST GO & VISIT !



不花钱的生活美学 滨江果菜市场

平常齐云很喜欢到滨江果菜市场跟菜贩、鸡贩聊天，欣赏市场里菜贩“混搭”蔬菜、水果的摆位，是另类的美学层面。很多农民会亲自出来摆摊，在这里可以直接看到台北的草根地方生活，更贴近民众的旅游体验。

滨江果菜市场

📍 台北市民族东路 336 号



*图片由齐云提供



MUST EAT !



饶河夜市程班长的炸酱面

一般人来吃只懂吃招牌牛肉面，不过齐云推荐的是这里的炸酱面和花干；炸酱面的面、酱都相对容易粘附着。拌好以后，味道超棒！

程班长牛肉面

📍 台北市松山区饶河街 140 号

你在台北住了多少年？如果你从其他地方搬过来，你来自哪个国家 / 城市？

超过10年，之前住在新竹，家在新竹；也曾在东京住半年左右。

还想住在这里吗？有什么东西令你留在台北？

可能因为工作的需要和大部分的朋友都在台北嘛，所以还会留在台北。

用一句话来形容台北。

非常适合生活的一个城市。

你最近正在忙什么？

准备自己下一本书，关于生活角度去看东京，希望一般人都可以感受到好玩创意的部分。

 <http://www.tomic.idv.tw/>

Questions Time!

1. 你最喜欢和最不喜欢台北什么？

喜欢台北方便的地方，便利商店到处到有、24小时的书店、开得很晚的电影院。最不喜欢这里的空气，觉得有点吵。

2. 你最常去台北哪一区？为什么？你通常和朋友约在哪一带或哪些地方？空闲时，玩什么样的活动居多？

东区、内湖，东区比较生活一点；内湖就因为工作的关系，要在学学里教课。约朋友都是吃饭、聊天。

3. 你会花大量的钱在——

买书、旅行、家具。

4. 台北令你联想到——

让人享受到最饱满的一个空间。

5. 1—100%你有多喜欢这个城市？

85%。





MUST GO & VISIT !



文艺游园 学学文创

这两年，如果你是文艺圈的、如果你游台北，没有来过学学的话，其实等于你没有了解透彻台北的艺术文化。学学文创属私营机构，但是其多元的服务，实令文艺圈人叹为观止。当中包括不同的艺术课程（东龙也有教授其中的一些设计课）、文艺讲座（刚办完设计大师深泽直人的讲座）、展览、工作坊，甚至他们美学价值里的“一口一口学食堂”！他们推广的对象不限于年轻人，同时也会邀请外国艺术家来开一些专门为小朋友而设的工作坊。出发前或计划台北之旅，可以将学学的活动纳入其中，让旅途添上一点艺术感。





学学文创志业

📍 台北市内湖区堤顶大道二段 207号

☎ (886)02-8751 6898

🌐 <http://www.xuexue.tw/>

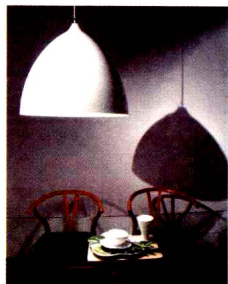


MUST GO & VISIT !



美学思维落实于生活 MOT CASA

熟悉东京的吴东龙，成名作有“设计东京”，因此在台北也分外喜欢留意日本家具设计馆，MOT CASA是其中他最喜欢的。MOT即为“Museum of Tomorrow”的缩写，3年前忠泰建筑艺术文化基金会曾有同样命名的一次展览，期望将“即将成为未来”的前卫概念或新颖事物推介给社会大众，为每个人创造一个更美好的明天，由于受到热烈的反响继而成立了MOT出来。这里的多元性，包括有咖啡厅，有设计商品展示空间，也有展览场地，对东龙来说，这里已经不只是售卖家品的地方，却切切实实地成就出一种生活方式。MOT CASA在复兴南路上分了好几个馆：概念馆有咖啡、商品展示空间；2馆是VITRA、3馆是荷兰品牌MOOOI、4馆是天童木木的作品。明天，你也一起来吧！



MOT CASA概念馆

台北市中山区复兴南路一段 22号

(886) 02-2778 3188

<http://www.motstyle.com.tw>





MUST EAT!



好样餐桌 好样餐厅 好样棒棒

在热闹东区边上的“好样”系列，位置安静。东龙从五六年前已经开始过来，通常都吃晚餐，特别是好好聊天、想吃一点特别的东西，就会来这边。“好样餐桌”的气氛比较好，东龙喜欢这里的面包、意大利面和brunch。女生观点的话，我就比较喜欢“好样棒棒”，粉红色的天地，甜甜的cup cake和鲜做的混合果汁，在这里和女友们说东说西，应该会是一个愉快的下午。

好样餐桌

📍 台北市忠孝东路四段 181巷 40弄 14号

☎ (886) 02-2775 5120



西瓜荔枝冰霜，季节限定冰品，两种水果现点现打，成为冰沙，清甜味道透心凉。
NT \$250



白松露与干贝蘑菇炖饭是好样的招牌菜，炖饭渗入了白松露和干贝的香气，味道很好！NT\$660



松露炸蛋搭配脆绿芦笋 NT\$300



好样餐厅

📍 台北市忠孝东路四段 181 巷 40 弄 20 号

☎ (886) 02-8773 3533



好样棒棒

📍 台北市敦化南路一段 161 巷 13 号

☎ (886) 02-2711 4505

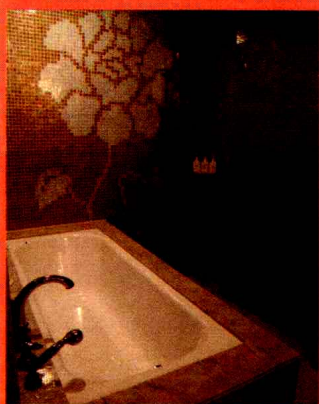
SPECIAL ! 住在好样公寓里.....

“好样”系列里，其实还有住宿的服务，虽然只有2—3套房间，但套房都有着独特的室内设计和优雅的布置，属超优质的民宿体验。

☎ (886) 02-2775 4386

💎 NT\$6,800/晚

🌐 <http://www.vvgbbb.com.tw/>





29/50

陈陆宽 厨师

你在台北住了多少年？如果你从其他地方搬过来，你来自哪个国家／城市？

住在台北是这两年的事，之前住在高雄。

还想住在这里吗？有什么东西令你想到留在台北？

肯定住在这里啊！台湾最火的地方，什么东西都有，台湾就是台北！

用一句话来形容台北：

停车位比处女还难找的地方！

你最近正在忙什么？

忙煮菜，忙应付国税局。

<http://www.wretch.cc/blog/kwansixtynin>

Questions Time!

1. 你最喜欢和最不喜欢台北什么？

最喜欢台北：妹多！

最不喜欢台北：天气烂，热的时候很热，下雨时会下很久。

2. 你最常去台北哪一区？为什么？你通常和朋友约在哪一带或哪些地方？空闲时，玩什么样的活动居多？

最常去东区，帅大和公馆。通常约朋友去有酒喝、有味道的地方。空闲时通常都是……赶稿。

3. 你会花大量的钱在——

买牛仔褲。

4. 台北令你联想到——

搞政治。

5. 1—100%你有多喜欢这个城市？

50%。



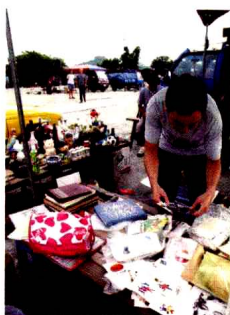


捡破烂的草根市集 福和桥市集

阿宽是星期一带我来，人和摊都少很多。这个市集，应该是周六、日的早上过来（要很早啊！只6点至中午12点营业）就可以看到一片伞海。如果找对时间来的话，人挤人，热闹很多。旧货摊、旧书摊、旧玩具、旧CD……约300多个摊位。除了新品，几乎可以找到任何产品，旁边还加插一些水果蔬菜摊和花市，混杂有趣；同时也最能看到台北平民阶层生活的一面。在这里，最好玩是寻宝，阿宽店里的很多复古摆设，都是在这里买回去的。今天收获：一块复古网球拍，NT\$100成交！

📍 台北县永和福和桥下的河堤边空地

🚗 如果由台北市过去，于“公馆”捷运站下车，再转出出租车直达。从捷运站步行，距离稍远，但可沿途欣赏新店溪的风光，在走过几乎整段福和桥后，由连接桥上人行道的阶梯走下堤防；须注意福和桥上的人行道是单边布设，只有南侧（靠师大分部、万隆这一侧）有人行道，北侧（靠台电大楼、宝藏岩这一侧）不能走。桥的右边（南侧）绿地后方一大片伞海，那就是“福和桥市集”了。



PROFESSIONAL / 陈陆宽





MUST GO & VISIT !



MUST SHOP !



宜心静 慢品尝 茶香气 冶堂

冶堂不只是一个卖茶的地方，要更深层次一点，这里的老板何健是一位茶艺的热爱者。开冶堂，大概一半是为分享这大半辈子跟茶相关的点滴知识，一半是为了跟其他爱茶人士交流。店的一角是一个小型展室，展示着老板收集回来的旧茶具。在台湾，他们有自家相熟的茶园为他们每年采摘和制作最好的茶叶。来这里，成了陶冶心性之所。

冶堂

📍 台北市永康街 31 巷 20 之 2 号 1 楼

☎ (886) 02-3393 8988



MUST EAT !



芝麻饼 酸梅汤早餐

逛完福和桥市集，阿宽带我来了这家开业至今已有四十多年历史的马叔饼铺，吃一个芝麻酱烧饼，他吃的是五香酱牛肉饼，喝了一杯桂花酸梅汤做早餐。烧饼热腾腾的，每口都是芝麻香味，冰镇的酸梅汤味香顺口。阿宽的烧饼夹牛肉则卤得香气四溢！



马叔饼铺

📍 台北市金山南路一段 119 号

☎ (886) 02-2396 2788

🌐 <http://unclema.ey.com.tw>

⚠ 只营业至下午 4 时，周五休息

你在台北住了多少年？

31年。从小住在这里。

还想住在这里吗？有什么东西让你想留在台北？

还想啊！有很多朋友、很多回忆的地方。

用一句话来形容台北。

台北是一个看起来没有秩序，但其实有一套自然秩序的地方。

你最近正在忙什么？

在忙着跟明日工作室一起合作做一套电视卡通动画长片的工作，暂名为“猫型物专卖店”，预计2010或2011年在中國大陸播放。

 <http://tw.myblog.yahoo.com/allen-123>

Questions Time!

1. 你最喜欢和最不喜欢台北什么？

喜欢台北的便利；不喜欢台北的车子，车子不要那么多，空气就不会那么热。

2. 你最常去台北哪一区？为什么？你通常和朋友约在哪一带或哪些地方？空闲时，玩什么样的活动居多？

师大这一边吧！因为上班的原因，而且这边也很安静，所以也蛮喜欢待在这边。跟朋友都是约在这边，可以看展览、去书店和pubs，最近的活动是骑脚踏车。

3. 你会花大量的钱在——

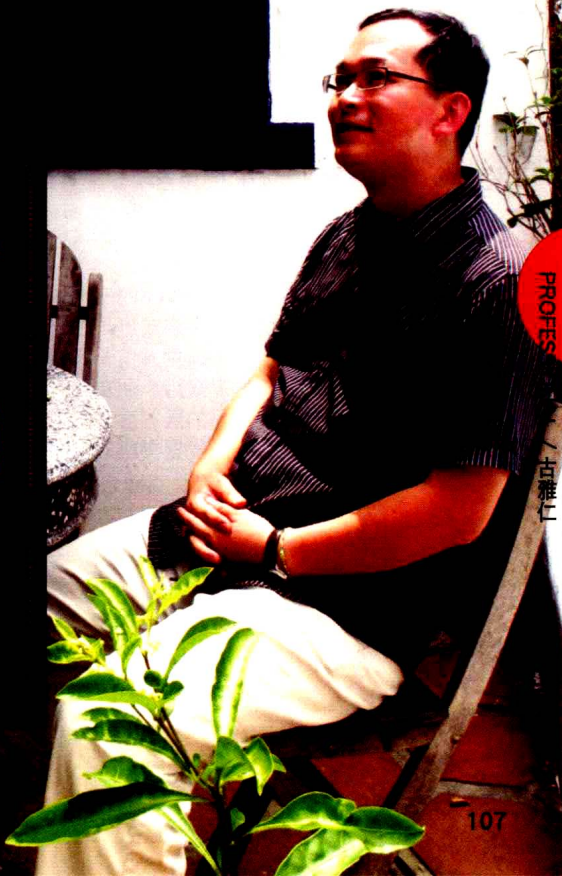
买书。

4. 台北令你联想到——

有骑楼的房子。

5. 1—100%你有多喜欢这个城市？

99%。





二楼台湾布袋戏



MUST GO & VISIT !



林柳新纪念偶戏博物馆

雅仁要介绍的，正是躲于大稻埕内的一个偶戏博物馆。这里曾经是北部布袋戏班与歌仔戏班的活动重镇，现由一个荷兰人馆长常常带着不同木偶到各个地方表演给小朋友看。

“林柳新纪念偶戏博物馆”的展览活动有很多是从他们所在的台北古城发掘灵感的，希望借由偶戏的力量，发掘古城艺术的美。

林柳新纪念偶戏博物馆

📍 台北市西宁北路 79号

☎ (886)02-2556 8909

🌐 <http://www.taipeipuppet.com/>



在英国V&A博物馆演出



外国小孩都很喜欢玩布袋戏



荷兰馆长——罗斌



喝一杯麦咖啡 双鱼坊

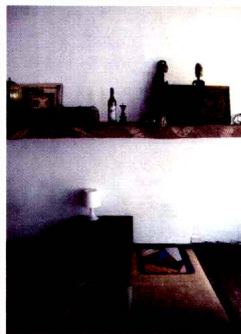
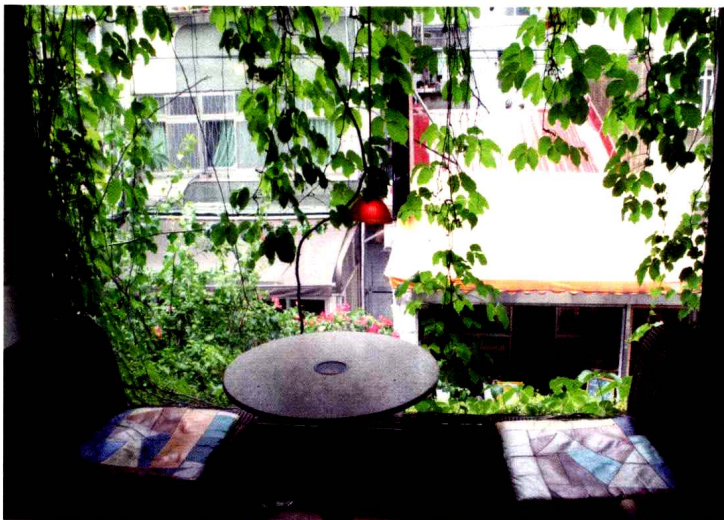
在师大闹区里的双鱼坊，蓝白双色的地中海风格，吸引很多学生驻足消费。雅仁也正是从中学就开始过来。晚上这边比较热闹，但是他却特别喜欢在下午没什么人的时候在这里喝麦咖啡，感觉最舒服。



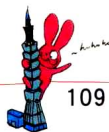
双鱼坊

📍 台北市师大路 93巷 10号

☎ (886)02-2362-3271



古雅仁说：“台湾故事馆也很好逛，时间像凝结了一样，保留这个地方的记忆！牧岭街小剧场也是一个我常去的实验性剧场，比较前卫！”





你在台北住了多少年？如果你从其他地方搬过来，你来自哪个国家 / 城市？

住在台北3年的时间，之前住在澳洲二十几年。还想住在这里吗？有什么东西令你想留在台北？

可能不会啦，因为台北太潮湿了！如果要住在台湾的话，我会想住在台中。

用一句话来形容台北。

繁忙又冷漠的城市。

你最近正在忙什么？

有自己的工作要忙，房子的事情要忙，台北跟台中都要教书。

Questions Time!

1. 你最喜欢和最不喜欢台北什么？

喜欢台北的生活机能很好，资讯很发达，到处都可以上网。不喜欢台北的气候和太忙乱。

2. 你最常去台北哪一区？为什么？你通常和朋友约在哪一带或哪些地方？空闲时，玩什么样的活动居多？

信义区，因为我住在这里。约朋友也是在这区，都是去看电影、喝咖啡，上101的35楼，有下午茶的地方喝咖啡、看风景。

3. 你会花大量的钱在——

食物。

4. 台北令你联想到——

非常活跃的城市。

5. 1—100%你有多喜欢这个城市？

70%。



与101比高 象山自然步道

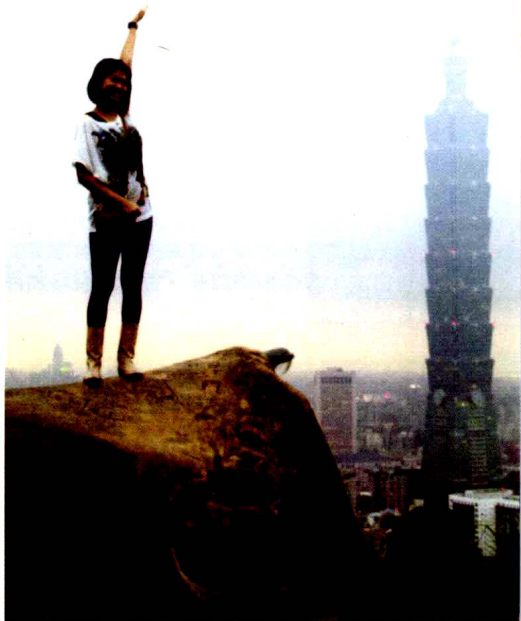
象山位于台北市信义区，因山形似象而得名，与附近的虎、豹、狮山并称四兽山。海拔183公尺，不是太高，但因为前无屏障，台北景色一览无遗。这天跟DEBBIE走这一段步道，只是花了20分钟，就已经到了老峡大石上与101比高！



象山亲山步道

🚌 到市政府捷运站 2号出口转乘蓝 5或 266路公交车至“吴兴国小”下车，往松仁路 215巷直走到底，就可见到象山步道入口。

⚠️ 夏天来的话，记得带备防蚊用品和饮料，山上没有小卖亭啊！





MUST EAT!



吃一口台湾记忆 古早面

两年后经家人介绍，DEBBIE开始来吃古早面。老板娘来自台南，餐点坚持不加味素、强调新鲜的台湾小吃料理。每桌必点店中招牌鹅肉、鹅翅和古早汤面，吃得DEBBIE和我回味无穷！令人惊喜的是凉笋沙拉和鲨鱼烟，笋子鲜甜中渗着淡淡的乳香，鲨鱼烟则是烟熏过的鲨鱼肉蘸上芥末来吃，像湿了的面包口味，很特别的口感。香港食家蔡澜都曾有介绍的啊！



古城古早面

台北市市民大道四段55号

☎ (886)02-2781 0203



鹅翅，有盐水和烟熏两种口味，佐酒必吃。至于招牌鹅肉，鹅香满嘴里，加上姜丝和九层塔来吃会更鲜味。



特制的干面酱汁香中带点辣，让人吃得起劲！古早汤面则很清淡，但有小虾米点缀；汤粿条则很滑。



老板娘以鲜冬瓜自己煮的冬瓜茶，消暑降温。



鲨鱼烟



凉笋沙拉



其他must eat !

人气冰品热点 东区粉圆

人气超旺的冰品点，二十几年一直坚持卖点为纯手工自制不添加香料、防腐剂，食材不隔夜（人那么多，又怎会有食材可以隔夜）。想在人山人海吃冰，这里首选。



东区粉圆

📍 台北市忠孝东路四段 216巷 38号

☎ (886)02-2777 2057

👉 每杯任选 1—4种配料，NT\$50。

👉 <http://www.efy.com.tw>



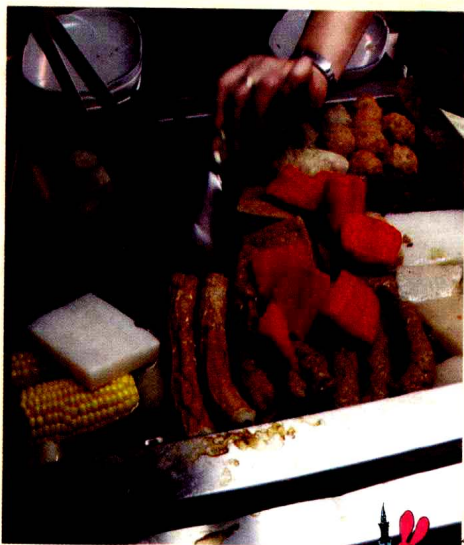
继续吃！

216巷口关东煮

忠孝东路216巷口这个路边摊正老牌关东煮，开了三十几年，几乎每天都开至凌晨4时！好喝的蔬菜汤头简直是冬天暖胃的恩物！甜不辣也是这摊的人气小吃。

正老牌关东煮

📍 台北市忠孝东路四段 216巷 19弄巷口





你在台北住了多少年？

从出生就一直住在台北。

还想住在这里吗？有什么东西令你想留在台北？

想！因为这里的美食、人情味和街道。

用一句话来形容台北

国际美食和在地小吃大会串之都。

你最近正在忙什么？

出美食书、主持节目、旅游写blog。

✦ <http://tw.myblog.yahoo.com/satoshilove1980>

<http://tw.myblog.yahoo.com/dj79109>

Questions Time!

1. 你最喜欢和最不喜欢台北什么？

最喜欢台北的美食；不喜欢台北的交通……乱和塞。

2. 你最常去台北哪一区？为什么？你通常和朋友约在哪一带或哪些地方？空闲时，玩什么样的活动居多？

最常去东区、信义区、西门町，去享受美食、看电影、逛街血拼、看展览。

3. 你会花大量的钱在——

食物和旅行。

4. 台北令你联想到——

美食天堂 / 水果天堂 / 夜市 / 101。

5. 1—100%你有多喜欢这个城市？

90 %。





大阪家庭料理 平田屋

在台湾一定要吃一餐日本料理的话，郭人荣推荐平田屋。没有浮夸的装修，没有什么几星级大厨坐镇，老板是由来自大阪的古林宏之先生跟其台湾太太魏淑真一起，简简单单做出最朴实的家庭料理。很多来台工作的日本人和职棒国手都是座上客。首推必吃咖喱乌龙面，咖喱汤酱超浓郁，里面还有牛腩、马铃薯和胡萝卜，乌冬面又滑又Q；煎饺也好吃，韭菜较多、肉较少，自家包制皮够薄，煎得很香脆。



咖喱乌龙面 NT\$200



平田屋

📍 台北市中山区林森北路 119巷 80号

☎ (886)02-2542 0552

🌐 <http://48802009.ec2000.tw/>

其他must eat !

美食清单 御厨的人气长龙店

湘鼎坊

每盘菜只要NT\$100，但是主厨李福平超厉害，是已故蒋经国先生的御厨，他曾经代表过台湾到全东南亚的君悦酒店示范做菜！

📍 台北市松江路 124巷 27号 1楼

☎ (886) 02-2563 7997

SUKHOTHAI

泰国达人郭人荣推荐喜来登酒店内 SUKHOTHAI 的绿咖喱牛肉和一英寸厚的月亮虾饼。

📍 台北市忠孝东路一段 12号 2楼

☎ (886)02-2321 1818

米朗琪

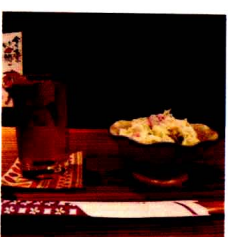
人气超旺的米朗琪，天天大排长龙。粉丝耐心等待的是一杯水滴咖啡和水果松饼。

📍 台北市中山北路 16巷 23号

☎ (886) 02-2563 6768



煎饺 NT\$100



和风马铃薯沙拉，薯味突出，不过较为清淡。NT\$ 120





你在台北住了多少年？

出生至今都是住在台北。

还想住在这里吗？有什么东西令你留在台北？

想，因为很方便；家人都在这里，特别有感情。

用一句话来形容台北。

吃喝玩乐什么都有。

你最近正在忙什么？

正在一家广告公司拍TVC。

Questions Time!

1. 你最喜欢和最不喜欢台北什么？

最喜欢台北的吃，多样化；最不喜欢台北有时候空气不太好，因为是盆地的关系，这里夏天太热。

2. 你最常去台北哪一区？为什么？你通常和朋友约在哪一带或哪些地方？空闲时，玩什么样的活动居多？

东区，因为小时候都在那边成长。几乎所有朋友都是约在那边，都是吃吃喝喝跳舞。

3. 你会花大量的钱在——

投资。

4. 台北令你联想到——

时代感。

5. 1—100%你有多喜欢这个城市？

90%。



MUST EAT! 

MUST GO & VISIT! 

上一代的SOHO 明星咖啡馆

1949年创立的明星咖啡馆是由自西伯利亚流亡到中国上海的白俄罗斯移民 George Elsner 所创设。当年文人必到的地方，白先勇、周梦蝶、林怀民、黄春明等人都曾流连于此，很多作品就是在明星的咖啡香下诞生。JULIE 推荐这里是因为这儿同样是不少台北人的儿时回忆，她第一次吃冰淇淋，就是爸爸带她在这里吃的。这里曾在1989年关张，又于2003年重开，直至今日已经成了台北人心中永远的文艺地标了。



特别推荐俄罗斯果香 招牌明星咖啡，承袭 俄罗斯软糖，核桃脆茶，饮用时加果酱进 俄罗斯传统，香醇浓 而软糖不太甜腻。冰冻后再吃有另一番清新。 郁口感。



明星咖啡馆

 台北市武昌街一段5号2楼

 (886)02-2381 5589

 <http://www.astoria.com.tw>





MUST EAT!



MUST SHOP!



明星西点面包厂

跟明星咖啡馆一起起家的，正是明星西点面包厂。热卖的俄罗斯软糖正是当年沙皇的御用点心。直至今日，明星西点还是保留老包装、老款式的糕点，怀旧感满载。



明星西点面包厂

📍 台北市武昌街一段7号

☎ (886)02-2331 7370



俄罗斯软糖，每日限量100包，NT\$280。

凤梨酥 NT\$525/盒



奶油蛋糕 NT\$40/件。



MUST GO & VISIT!



阳明山国家公园小油坑

火山景观为台北一大地质特色，小油坑位于阳明山国家公园最高峰七星山的西面，由于长期被温泉水侵蚀而形成喷气孔和下陷峭壁，到这里可鉴赏硫磺结晶和亲身体验火山活动的风貌。

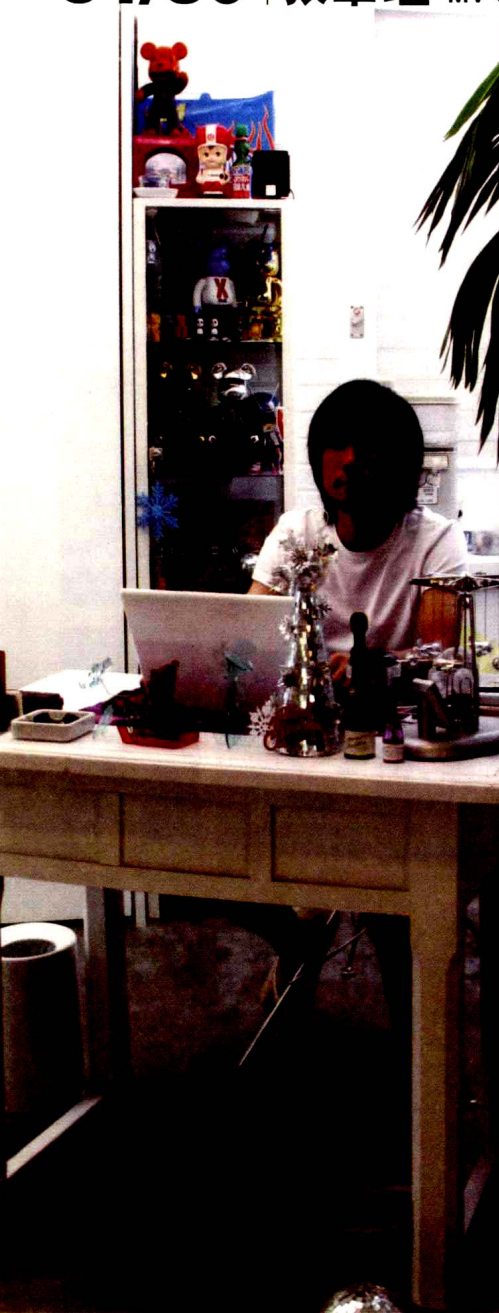
小油坑游客服务站

📍 台北市北投区竹子湖路 69号

☎ (886)02-2861 7024

🕒 周一休馆

🌐 <http://www.ymssp.gov.tw/web/travel7a.aspx>



你在台北住了多少年？

从小就住在台北。

还想住在这里吗？有什么东西让你想留在台北？

想呀！因为熟悉。

用一句话来形容台北。

人很多。

你最近正在忙什么？

正在拍棒棒堂的MV《我的传奇》。

Questions Time!

1. 你最喜欢和最不喜欢台北什么？

最喜欢台北到哪里都很方便，不会离很远；比较不喜欢台北的政治吧！

2. 你最常去台北哪一区？为什么？你通常和朋友约在哪一带或哪些地方？空闲时，玩什么样的活动居多？

不一定啊，东区、西区都有。通常约朋友都在东区，西区都是约在西门町。

3. 你会花大量的钱在——

买衣服、买流行玩具。

4. 台北令你联想到——

老的翻新、都市更新。

5. 1—100%你有多喜欢这个城市？

80%。





MUST GO & VISIT !



MUST SHOP !



玩具展览场 MONSTER GEAR

超迷BEARBRICK、FIGURE玩具的张肇瑄推介位于东区的MONSTER GEAR，集美、日、港系玩具的专门店，空间内更设有小型展览空间。在2004年开始，MONSTER TAIPEI举办一年一度国际玩具创作大展，每年展览会邀请多位国内外著名设计师，亲身讲解玩具创作心得。光看看也甚觉有趣。



MONSTER GEAR

📍 台北市忠孝东路四段 97号 3F—24C

☎ (886)02—2740 2428

🌐 <http://www.taipeimonster.com/>



其他must shop选择

街牌潮圣地 CLS

肇瑄最常入手的街头潮流品牌：
NEIGHBORHOOD、VISVIM、WTAP、
GOOD ENOUGH、SOPHNET等，都于潮
服店CLS里找到。

THE COMPLETE STUDIO

📍 北市仁爱路四段 115号 1楼

☎ (886) 02—2771 9709

MUST EAT!



24小时营业夜猫子必吃 陈家凉面

有时最简单的味道，就已经是最美味的味道。陈家凉面就是其中之一。三十多年来，陈家凉面都坚持传统，凉面只有青瓜丝和麻酱做配料（麻酱加入了中药熬制的糖水、蒜汁、醋和酱油等口味特调过）；跟一般凉面泡冷水放凉不一样，陈家做法是以电风扇吹凉，令面质弹牙且耐放，一入口就渗着浓而不腻的麻香酱汁，再加上一碗三合一贡丸蛋花味噌汤，一不小心，我已吃了两盘！好好吃啊！



陈家凉面

📍 台北市南京东路五段 123巷 29号

☎ (886)02-2766 0171



其他must eat!

咖啡弄的松饼

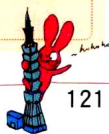
肇瑄很喜欢喝这里的冰咖啡，还有蛮有名的松饼。松饼是跟综合水果（香蕉、苹果）和蜂蜜去吃，口感很不错！周末二日都堆满学生啊！



咖啡弄

📍 台北市忠孝东路四段 101巷 45号

☎ (886)02-2711 1912





你在台北住了多少年？如果你从其他地方搬过来，你来自哪个国家/城市？

住了台北20年，之前住在墨尔本7年和香港两年。

还想住在这里吗？有什么东西让你想留在台北？退休的时候，这里应该是其中一个选择，家乡嘛！

用一句话来形容台北。

不夜城。

你最近正在忙什么？

都是忙工作的事情，为品牌设计插图，筹备新赛季的styling工作。同时也忙着好好照顾自己。

Questions Time!

1. 你最喜欢和最不喜欢台北什么？

最喜欢这里的路边摊和小吃；不喜欢这里的交通。

2. 你最常去台北哪一区？为什么？你通常和朋友约在哪一带或哪些地方？空闲时，玩什么样的活动居多？

士林区，因为很喜欢去士林夜市，花很少的钱能吃很多小吃。跟朋友都是约去唱K。

3. 你会花大量的钱在——

娱乐。

4. 台北令你联想到——

辣妹……夜店。

5. 1—100%你有多喜欢这个城市？

89%。



MUST EAT!



喝一杯优多清心绿茶 清心

从台南开始的清心福全冷饮站，全台湾已经发展到300多家加盟店。在台北，CHLOE-SAMMI说最喜欢的还是在家附近、庄敬路上那家的清心。本身清心的茶很好喝，不过在庄敬路上这一家的茶味道就更突出、更香浓，除了绿茶和乌龙茶外，CHLOE-SAMMI最爱喝加入了养乐多的优多清心绿茶，味道带点酸甜，还可以选冰的分量和甜度，非常贴心的老服务。

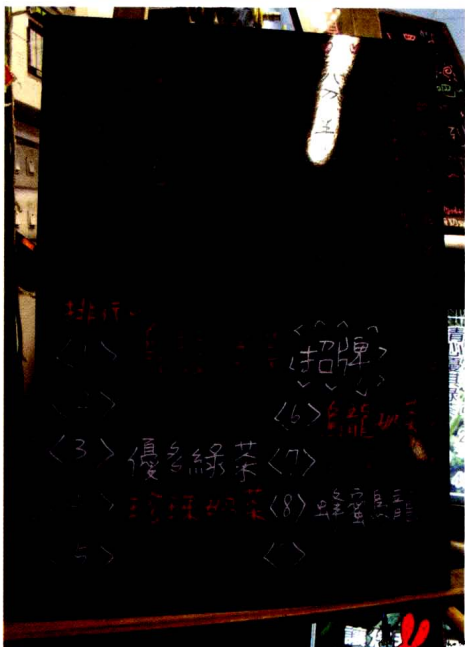


清心(庄敬店)

台北市信义区庄敬路 325 巷 28 号

☎ (886)02-2758 5123

👉 <http://www.chingshin.tw/index1.html>



PROFESSIONAL / CHLOE-SAMMI





MUST EAT!



士林夜市的豪大大鸡排

在士林夜市里，永远有一条挤满人，排成长龙围着等的摊，那一定是豪大大鸡排。CHLOE—SAMMI每次到士林，都一定要吃一块豪大大鸡排才会觉得圆满！基本上这里的鸡排是以大取胜，大小几乎有两只男生手掌那么大，炸过后酥脆香口！不过比起以前（没有那么有名之前），鸡排确实变薄了，不过作为观光客绝对值得一试。

豪大大鸡排

📍 台北市士林区基河路 60号 (士林夜市 534号摊)



其他must eat !

继光香香鸡

继光香香鸡虽为炸鸡连锁店，但其外酥内软肉多汁，再加辣的香香鸡实在令人吃得起劲！

📍 台北士林区(妈祖庙斜对面)

☎ (886) 02—8861 5700

👉 <http://www.no1ssg.com.tw/flash/index.htm>

你在台北住了多少年？如果你从其他地方搬过来，你来自哪个国家 / 城市？

30年。从南部彰化过来。

还想住在这里吗？有什么东西让你想留在台北？

是的，这里对我来说充满了回忆、惊喜与生命力。

用一句话来形容台北。

是个令人感觉酸甜苦辣的城市。

你最近正在忙什么？

正在忙编采PPAPER、AANGEL、PPAPER Business, PPAPER shop和EYE magazine。

▶ <http://www.ppaper.net/>

Questions Time!

1. 你最喜欢和最不喜欢台北什么？

最喜欢和最不喜欢台北都是太热闹。有时候会每天来的时，这个城市非常有生命力、很热闹，可是工作完后有时会觉得很烦躁、很压抑。

2. 你最常去台北哪一区？为什么？你通常和朋友约在哪一带或哪些地方？空闲时，玩什么样的活动居多？

东区，因为东区游是比较综合性的地方，有吃的、玩的、看的。约朋友也是在东区，通常都是吃饭。

3. 你会花大量的钱在——

旅游、买书。

4. 台北令你联想到——

很尴尬的地方。（介于进步与不进步之间）

5. 1—100%你有多喜欢这个城市？

80%。





MUST EAT!



贩卖感觉 猫下去

LETTER推荐的猫下去，是PPAPER负责编写美食的前同事陈陆宽（见P104）所开的店子。阿宽是高雄餐旅学院科班出身，能写能煮，以法式轻食简餐为主。LETTER喜欢吃这里的炖饭、水波蛋。猫下去店面虽小，但就是有种低调的文艺气息，阿宽本身也很能聊，几乎每桌客人都是他的朋友，这种归属感，令人常去的原因就是，感觉很棒！



猫下去

📍 台北市徐州路 38 号

☎ (886)02-2322 2364





MUST SHOP!



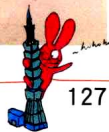
设计融入生活 PPAPER shop

PPAPER团队拥有美学眼光（LETTER作为团队的一部分，当然在此也希望介绍一下吧），他们认为拥有设计感的生活，不应该只是富裕的人的专利，相反，应该让更多人认识美好的设计。PPAPER shop就是这样引入不同地方、不同设计师的优质作品，简单如一块肥皂，都有独特的品味气质，与大家分享。

PPAPER shop

📍 台北市中山区中山北路二段 26巷 2号 B1

☎ (886)02-2568 2928





37/50

赵佳美

《非凡新闻周刊》资深娱乐记者



你在台北住了多少年？如果你从其他地方搬过来，你来自哪个国家／城市？

大概10年左右吧，从读大学开始搬过来这边，之前住在高雄，刚好一南一北。

还想住在这里吗？有什么东西令你想留在台北？

因为工作的关系必须住在台北，退休后不会住这儿啦！希望能住在花莲。

用一句话来形容台北。

时尚但嘈杂的城市。

你最近正在忙什么？

都是忙采访的工作。正在考虑10月去冲绳，很想放假啊！

Questions Time!

1. 你最喜欢和最不喜欢台北什么？

最喜欢台北的人文艺术；不喜欢台北嘈杂。

2. 你最常去台北哪一区？为什么？你通常和朋友约在哪一带或哪些地方？空闲时，玩什么样的活动居多？

我常去永康街、师大、台大、诚品。常约朋友在东区，离上班和捷运都近，很方便。遇常约朋友一起喝下午茶、吃饭。

3. 你会花大量的钱在——
旅游。

4. 台北令你联想到——
工作。

5. 1—100%你有多喜欢这个城市？
60%。



MUST EAT!



《痞子英雄》记者会餐厅 THE VILLA HERBS

由仔仔和赵又廷主演的《痞子英雄》在台湾大受欢迎，早阵子CATHY就因为记者会的原故又来到THE VILLA HERBS。其实在早几年，她已发现这家香草餐厅，特别喜欢他们的意大利面。HERBS顾名思义以香草入菜，由专业园丁在庭院中培植十多种香草以供入馔，令每一道料理和花草茶都有独特的味道，天然无污染。



THE VILLA HERBS

📍 台北市乐利路 11 巷 30,32 号 1 楼

☎ (886)02-2732 3255

🌐 <http://www.thevilla-herbs.com/index.html>

其他must eat! 名人 / 明星店逐家数.....

FIFI 茶酒沙龙

由台湾服装设计界的明星温庆珠设计的茶酒沙龙，结合老上海情调与温庆珠的服装为装潢设计主调。到访过的名人有马英九、严凯泰等，之前金曲得主张惠妹和孙燕姿也在此办过庆功宴。

📍 台北市仁爱路四段 15 号 1 楼

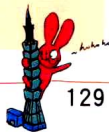
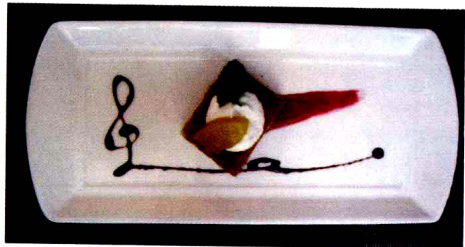
☎ 电话: (886)02-2779 1150

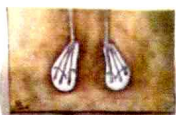
MR. J意法厨房

周董于2006年开设的意法餐厅，装潢布置都是周董喜爱的欧陆古典风格。

📍 台北市光复南路 308 巷 43 号

☎ (886)02-2731 2245





你在台北住了多少年？

36年。

还想住在这里吗？有什么东西令你想留在台北？

一半一半，因为只有便利和人情味会让我想留在台北。

用一句话来形容台北。

光怪陆离。

你最近正在忙什么？

在工作之余，我正在进行个人的画展和乐团的演出。



www.hoyihuan.com

Questions Time!

1. 你最喜欢和最不喜欢台北什么？

最喜欢的是便利性；最不喜欢的是嘈杂。

2. 你最常去台北哪一区？为什么？你通常和朋友约在哪一带或哪些地方？空闲时，玩什么样的活动居多？

东区，因为吃东西喝东西方便。空闲时，现在多是骑自行车。

3. 你会花大量的钱在——

音乐光碟、书籍和电影。

4. 台北令你联想到——

匆忙、夜生活、企图找寻自己的定位。

5. 1—100%你有多喜欢这个城市？

85%。



鲜虾抄手 NT\$70



红烧牛肉面 NT\$120

MUST EAT!

汤头甜美的何妈妈牛肉面

OLA曾在东区上班，所以之前常来品尝何妈妈的手艺。北方口味的何妈妈，招牌牛肉面的汤头以骨头熬制多个小时，分外浓郁甜美，加上手工家常面条，粗细不一却造就弹牙口感，还有鲜嫩的牛肉当主角，一碗汤面绝对可以吃光才离开。



何妈妈北方小吃

📍 台北市忠孝东路四段 216巷 8弄 8号 1楼

☎ (886)02-2772 8483





MUST GO & VISIT !



光点生活馆 JASPER+C+

本身有玩乐团、有画插画的OLA，艺术气质满泻，推介的地方当然也跟他的喜好有点关系。7月初在光点里开幕的光点生活馆，其中“JASPER+C+”，就是OLA好朋友开设的艺术工作坊空间。品牌设计师JASPER HUANG喜欢以传统客家布溶入现代设计里，店内可见多款融合东西方元素之作品及其他外国设计师的家品。空间内还特意辟出一角作为JASPER手绘工作室，不定期现身与消费者或其他艺术家互动交流。



其实“光点·台北之家”一直都是台北知名艺文地标之一，建筑物由原美国大使官邸改建。现在则变成为艺术电影复合园区，集艺术电影院、咖啡店、餐厅、艺文空间于一身。

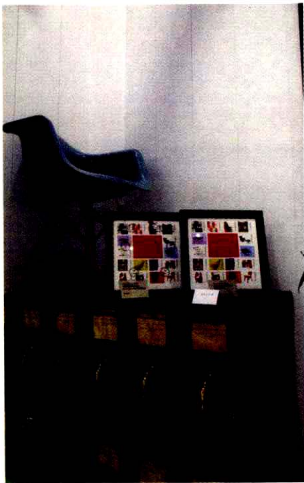


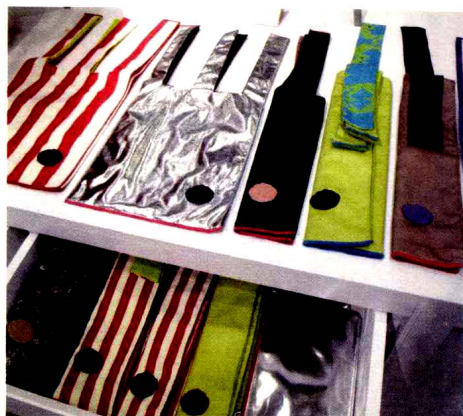
台北光点、光点生活馆“JASPER+C+”

台北市中山北路二段18号
(捷运中山站旁)

☎ (886) 02-2511 7786

👉 <http://www.spot.org.tw/>







你在台北住了多少年？如果你从其他地方搬过来，你来自哪个国家 / 城市？

10年，自己家在桃园，念书才来台北，然后有几年去了澳洲读音乐。

还想住在这里吗？有什么东西你想留在台北？

想住台北啊！因为应有尽有，动静皆宜。

用一句话来形容台北。

台北可以没有我，但是我却不能没有它。

你最近正在忙什么？

忙学生的钢琴检定考，一直忙到9月中！同时在安排自己休假的节目，去泰国玩一下！

Questions Time!

1. 你最喜欢和最不喜欢台北什么？

最喜欢台北的吃，还有大众交通工具很方便；最不喜欢的是空气，车子太多了。

2. 你最常去台北哪一区？为什么？你通常和朋友约在哪一带或哪些地方？空闲时，玩什么样的活动居多？

最常去东区，因为约会都在那边。约朋友通常都是聊天，吃东西；生日的话，会去唱歌。

3. 你会花大量的钱在——

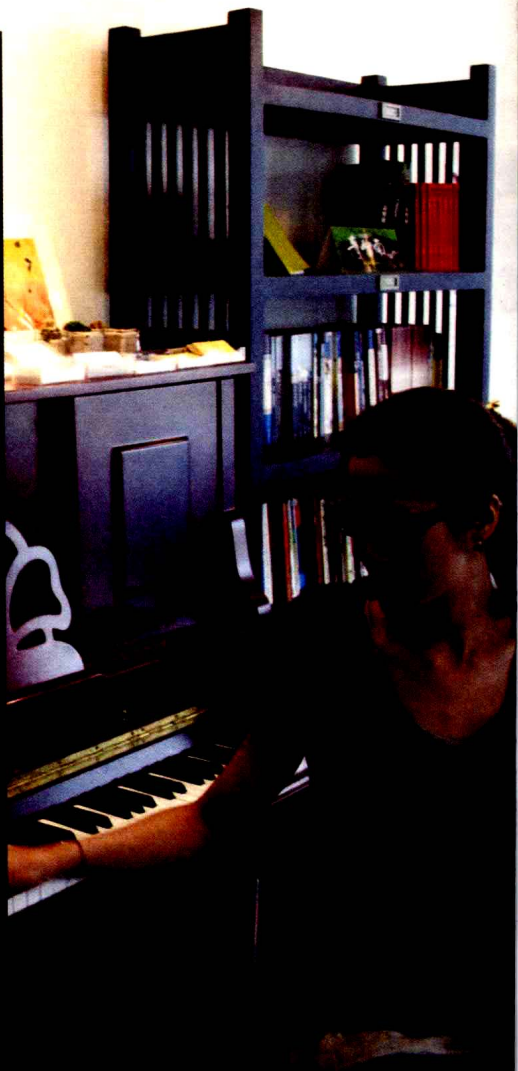
看电影。（每个礼拜都会看1-2套电影）

4. 台北令你联想到——

购物。

5. 1—100%你有多喜欢这个城市？

90%。



MUST SHOP!



全台湾最大 最意想不到的乐器行 阿通伯

当美音带我到阿通伯的门口时，我以为自己去了一个车库，当然里面却是另一番天地！阿通伯已有二十几年的历史，主卖电子乐器和乐器配件。阿通伯会自己造电子吉他和木吉他，内外素质兼高。老板MARX笑说电吉他也有happy meal，从NT\$3,900起跳！玩乐团的朋友游台时不妨到此寻宝和交流一下。



阿通伯乐器世界

台北市和平东路三段 308巷 18号

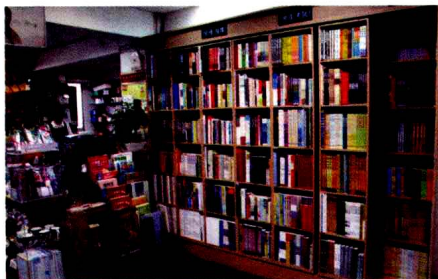
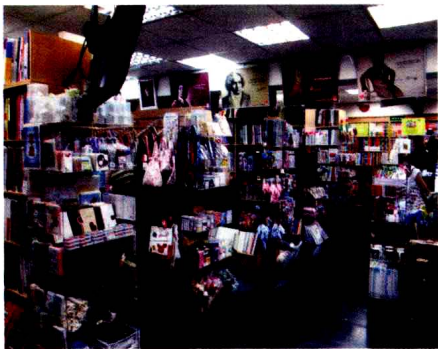
☎ (886) 02-8733 1100

🌐 <http://www.atbmusic.com/>



PROFESSIONAL / 邱美音





MUST SHOP!



到音乐家书房寻一曲古典乐章

作为钢琴老师，美音一星期都会去一次音乐人之家补购不同的音乐周边产品：书籍、原文乐谱、CD、音乐饰品和配件等等。除了钢琴外，这里还有长笛、萨克斯、长号等等西洋乐器合用的乐谱。几乎你能想象到的与西洋乐器相关的，都可以在这里找到。



台北音乐家书房

台北市中华路一段 196号 3楼

(886)02-2371 3333

<http://www.musiker.com.tw>

MUST EAT!



1004 coffee break

最初美音也是朋友介绍过来1004的，老板也是一位会弹琴的女生，所以特别投缘。这里的营业时间属于非一般时段，连名片都写明“灯亮人在就有卖”，所以最好先电话预约。美音最喜欢这里的桂圆奶茶和泰国泡面。桂圆奶茶会有橘子皮在上面，光闻已有阵阵果香，很特别的口感味道。



*此图片由1004提供



1004 coffee break

台北市大安区信义路四段 30巷 20号 1楼

(886)02-2702 7635

你在台北住了多少年？如果你从其他地方搬过来，你来自哪个国家／城市？

6年以上了。之前从台北县搬到台北市。

还想住在这里吗？有什么东西令你想留在台北？

会想继续住！离工作的地方很近，很多朋友都住在台北市。

用一句话来形容台北

缤纷都市。

你最近正在忙什么？

计划自己的舞蹈版图：舞团SuperNova，举办 dance2xs & next level present “project element TAIWAN 2009”；还有 FP2009全新创作歌舞剧—爱情里程演出排练等等。

Questions Time!

1. 你最喜欢和最不喜欢台北什么？

喜欢：想要夜晚和朋友聚聚会比较有地方；不喜欢：空气比较不好！因为机车、汽车很多。

2. 你最常去台北哪一区？为什么？你通常和朋友约在哪一带或哪些地方？空闲时，玩什么样的活动居多？

东区！因为工作的地点大部分都在东区！和朋友约东区有捷运出口的地方。空闲时会和朋友去东区的某些店家品尝好吃的东西；或是去吃东区汤圆或仙芋鲜的冰品、吃吃冰&聊聊天，或是逛逛东区附近的通化夜市街。

3. 你会花大量的钱在——

吃东西。

4. 台北令你联想到

交通方便的都市！夜生活很多的都市！

5. 1—100%你有多喜欢这个城市？

80%。





MUST EAT!



跳舞人最爱的日式涮涮锅 鲜味屋

YOYO跟其他跳舞的朋友都很喜欢练舞之后过来吃鲜味屋。她说以台北来讲，这里的价钱算便宜公道，一锅大概NT\$230起跳，而且又有免费健康饮料（决明子或红茶）无限量供应。她最爱吃招牌番茄锅（锅餐包含锅底、一种肉类和蔬菜组合、甜点）；酱料的日式酱油、萝卜泥都是其他地方比较少有的，而且这里的指天椒辣得很劲，爱辣者一定喜欢。



鲜味屋

台北市延吉街 72-8号

☎ (886) 02-8772 4558



MUST GO & VISIT!



舞下去！LUXY

YOYO说自己整天都在跳舞，已经很少去夜店再跳，不过要跳的话，通常都会去LUXY，因为LUXY场地比较大，常跟dance studio办活动，而且他们常常会找国外的DJ驻场，气氛很不错。

LUXY

台北市大安区忠孝东路 4段 201号 5楼

☎ (886) 0955 904 600

🌐 <http://www.luxy-taipei.com/>



你在台北住了多少年？如果你从其他地方搬过来，你来自哪个国家 / 城市？

土生土长，中间去纽约6年。

还想住在这里吗？有什么东西让你想留在台北？

当然会一直住在这里。它的多元、方便和乱盖的建筑，都让我想继续留下。

用一句话来形容台北。

台北真方便，几乎24小时要什么有什么。

你最近正在忙什么？

工作上忙着为不同的客户做影像和audio的后期制作。

<http://www.pxfly.com>

Questions Time!

1. 你最喜欢和最不喜欢台北什么？

最喜欢台北的什么都有；最不喜欢台北的马路路况。

2. 你最常去台北哪一区？为什么？你通常和朋友约在哪一带或哪些地方？空闲时，玩什么样的活动居多？

西区、南区都比较常去，因为喜欢的、好吃的东西大多在那个方向。跟朋友大多是约在东区，他们的习惯吧！因为他们没有车子又要去远一点的地方，去东区较顺路。空闲时，大都是吃饭喝茶，偶而KTV。

3. 你会花大量的钱在——

到处吃、厨具、衣服。

4. 台北令你联想到——

大中华地区中最有文化又不会太做作的城市。

5. 1—100%你有多喜欢这个城市？

90%。



MUST EAT!



日卖四千碗天然红豆腐 昌吉街猪血汤

老一辈的人说喝猪血汤能够清除体内的毒素，早上喝效果更好；女生喝的话则够补。昌吉街猪血汤的第二代老板接棒二十几年，猪血每天处理，冷度要把握得很好，才能做出没有腥味又好吃的“红豆腐”。昌吉街猪血汤的汤头以猪大骨熬制，不加味精，以韭菜、蒜泥、酱油膏搅拌一起吃实在别有风味！除了猪血汤，REMI还推介了这里同样从早到晚都大受欢迎的卤肉饭、卤猪皮、卤肉米粉和酸梅汤。每一样都真材实料，用心制作，当年还是市长的马英九也是捧场客啊！



昌吉街猪血汤专卖店(天然红豆腐)

台北市昌吉街 46-48号
(承德路昌吉街口附近)

☎ (886) 02-2596 1640



招牌猪血汤 NT\$40



卤肉米粉 (小) NT\$40、卤肉饭 (小) NT\$40、酸梅汤 NT\$20。



古老板的长相，大家要牢记囉！



老板强调酱料使用的韭菜，都是从宜兰天天运过来，脆度最好，加上酸菜的话，香气会随汤的热度飘出来。



小吃的小常识中第一条：牢记老板长相，以防假冒店家！





MUST EAT!



55年古早味 迷人米苔目 呷二嘴

在行人道上卖冰卖到阻塞街道那么厉害应该只有呷二嘴吧？直至今现在虽然已经有店铺，但还是天天爆满！在呷二嘴里吃米苔目冰（米苔目是以米加水做的纯天然面食），加入了古法煮过的黑糖糖水，清甜美味，难怪日卖过千碗！另外同样也是这里招牌的粉粿，又软又Q。阿公秘方已经传到第三代手上，夏天米苔目冰、冬天筒仔米糕和丸仔汤，继续天天甜美。



呷二嘴

台北市甘州街 34 号

(886)02-2557 0780

<http://www.2m2m.com.tw>



MUST SHOP!



张李玉菁 窦腾璜复合概念店 [wum]

REMI喜欢[wum]，她盛赞两位品牌设计师是台湾很棒的设计师，衣服很耐穿但又永远不老。[wum]一来自womb的发音，原意为子宫，顿取其孕育男女与无限可能之意。[wum]除了两位设计师的商品外，还会引进其他国家的限量家具、独立厂牌CD、设计书籍和具潜力的设计品牌等。



[wum]概念店

台北市中山区中山北路二段
16巷 1号

(886) 02-2581 9866

<http://www.stephanedou.com>



OFFICE EXECUTIVE

上班族



NANCY
时装品牌市
场部主管

苏小菲
活动企划

娃娃
文书

谢小白
餐饮管理

MAY CHENG
银行销售人员

戴黄蓉
行销企划副理
YIMIN CHEN
TRANSCEND OEM
客户经理

罗国旭
台北富邦商业银
行业务经理

KATHY WU
聚阳实业销
售人员

你在台北住了多少年？如果你从其他地方搬过来，你来自哪个国家 / 城市？

三十年以下……（28年）……

还想住在这里吗？有什么东西令你想留在台北？

当然想啦！这里是我的hometown啊！

用一句话来形容台北。

你愈认识这个地方，就会愈爱这里。

你最近正在忙什么？

一如以往，忙工作罗！

Questions Time!

1. 你最喜欢和最不喜欢台北什么？

我很喜欢这里超棒的公共交通！经常要穿梭台北市和台北县，巴士和捷运司机几乎都是我的好朋友了！最不喜欢这个城市的各种污染，尤其是空气。

2. 你最常去台北哪一区？为什么？你通常和朋友约在哪一带或哪些地方？空闲时，玩什么样的活动居多？

西门町吧！这里是台北年轻人必到的“时尚区域”。我和女生朋友通常都是约在这儿，到钱柜吃午餐一直待到6点，然后再随意挑一家餐厅互相八卦一下近况至深夜，女生嘛！通常都是聊天啊！

3. 你会花大量的钱在——

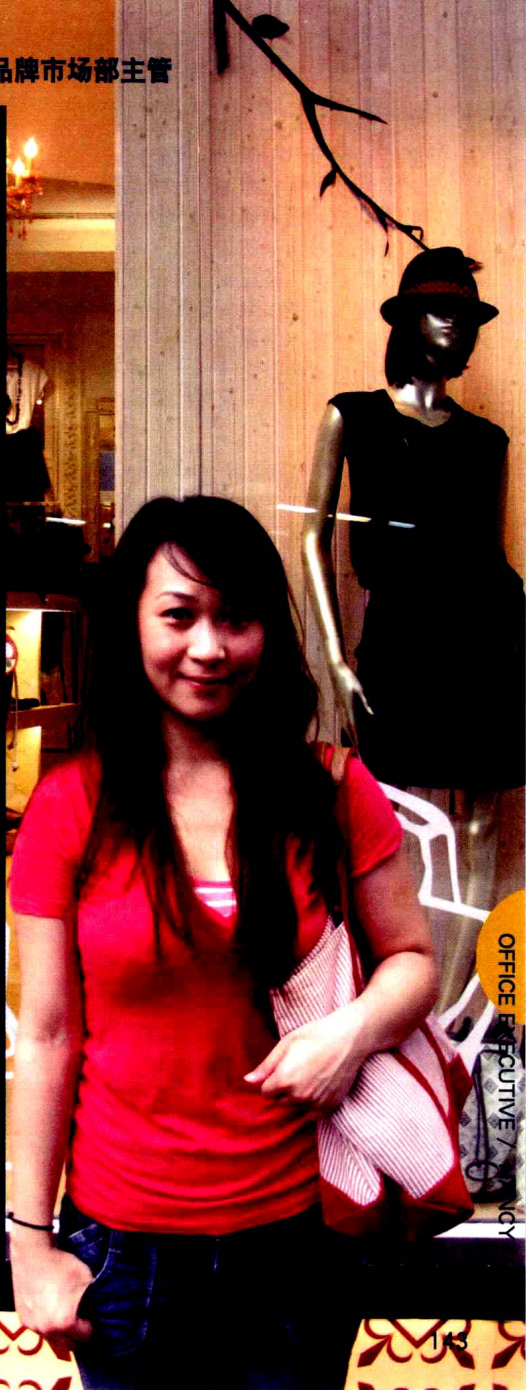
吃；长线的话花在旅游上。

4. 台北令你联想到——

101、家。

5. 1—100%你有多喜欢这个城市？

68%，分布如下：30%是因为这里是hometown、20%是工作(维持生计！)、10%是超方便的交通、5%是多元的娱乐、3%最快最新的资讯。余下欠缺的32%去了哪？污染、拥挤、太忙、太快、太紧张、太像被困进笼中，这里叫“台北”。





MUST EAT!



媒体推荐手工蛋糕 柯芬园

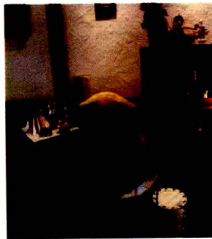
直接点：今天NANCY和我去柯芬园吃了芝麻戚风蛋糕、提拉米苏和冰水果茶，实在好好吃啊！戚风蛋糕轻轻的、软绵绵的质感，再加上手工打出来的芝麻香，每一口都像吃下厨师的温柔；提拉米苏则超软滑，蛋香跟咖啡酒香气四溢，满泻在口里，酒味越吃越浓。柯芬园的冰水果茶是我在台北喝过，觉得好好喝的水果茶之一。一瓶里有很多新鲜水果，甜酸度适中，夏天很解渴！

柯芬园

📍 台北市南京西路18巷8号

☎ (886) 02-2559 4217

👉 <http://coventgarden.myweb.hinet.net/>



MUST SHOP!



百年老店凤梨酥 李鹄饼店

本身我不太喜欢吃凤梨酥的，怕太假的甜味，怕太结实的酥皮，多谢NANCY推荐百年老店李鹄的凤梨酥，令我与凤梨酥“重拾旧好”。来自基隆的李鹄，凤梨酥的皮既软且酥，味道平实。始于清朝光绪八年，只此一家，别无分店。要吃，就要坐火车去基隆买啦！



李鹄饼店

📍 台北县基隆市仁爱区仁三路 90号

☎ (886) 02-2422 3007

👉 <http://hipage.hinet.net/lee-hu>

你在台北住了多少年？如果你从其他地方搬过来，你来自哪个国家/城市？

9年，出生在台湾嘉义。

还想住在这里吗？有什么东西让你想留在台北？

当然想啊！因为习惯出门很方便，大部分朋友都在这边。

用一句话来形容台北。

台北好精彩！

你最近正在忙什么？

在学习用facebook（脸谱）；另外，在帮客户做平台推广，正在做很多计划。

Questions Time!

1. 你最喜欢和最不喜欢台北什么？

喜欢：方便、热闹；目前好像没有不喜欢啊！

2. 你最常去台北哪一区？为什么？你通常和朋友约在哪一带或哪些地方？空闲时，玩什么样的活动居多？

东区，因为百货公司多。通常是约在东区，去KTV唱歌。

3. 你会花大量的钱在——

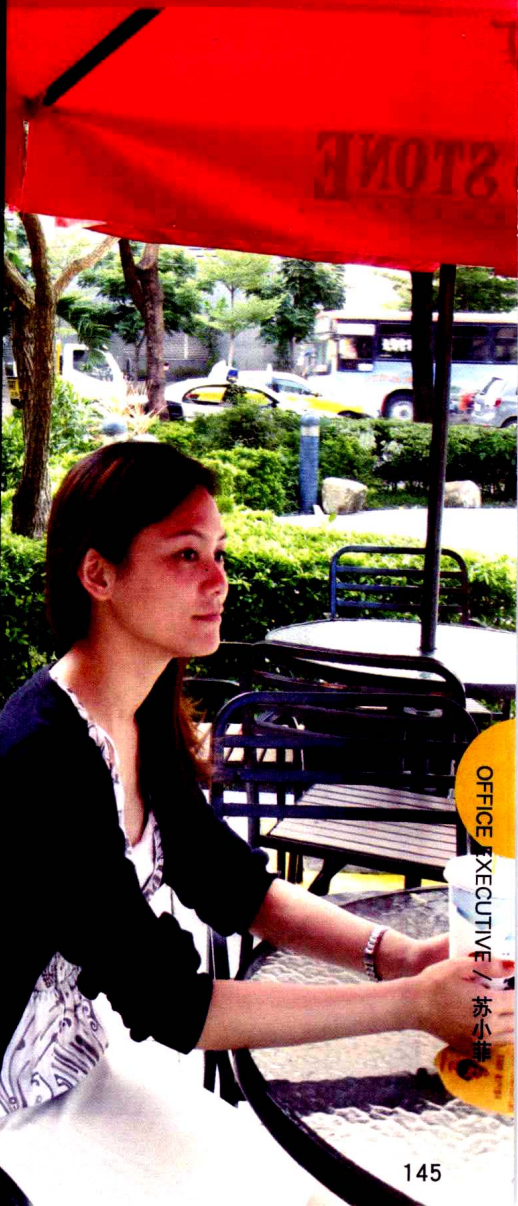
与朋友吃饭、唱歌、shopping。

4. 台北令你联想到——

101、美食、家。

5. 1—100%你有多喜欢这个城市？

79%。





MUST EAT!



台北唯一连锁卤肉饭店 胡须张

在台湾就只有在台北才能吃到胡须张。苏小菲推荐要去的是胡须张在宁夏夜市的总店。跟别的分店不同，没踏进店内已见到融入客家花布元素、“醒目时尚”的“猿人版”胡须张灯箱，这家半百老店感觉很时尚年轻！虽然店中卤肉饭卖的是甜度、咸度、香度等等都要根据企业的精确科学标准：小碗必须保持150克米饭搭配30克卤肉的黄金比例，不过实际好吃才重要！卤汁和肉丝充分地放在每颗饭粒中流转，一口饭加一口酱瓜，滋味非常。

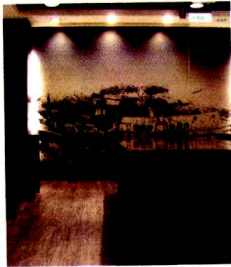


胡须张美食文化馆

■ 台北市宁夏路 62号

☎ (886) 02-2558 9489

🌐 <http://fmsc.com.tw>





其他must eat选择

当众热吻送烤肉 干杯

干杯是年轻人都很喜欢去的烤肉店。每天都有不同活动，其中最著名的肯定是二人当众热吻换取一盘烤肉或啤酒的游戏！很适合一群朋友一起去，气氛非常热闹！

干杯

📍 台北市敦化南路一段 236 巷 17 号

☎ (886)02- 8773 1150

🌐 <http://www.kanpai.com.tw/>





你在台北住了多少年？

打从出生到现在25年都住在台北。

还想住在这里吗？有什么东西令你想留在台北？

当然想留在台北喽！除了享用不尽的美食、便利的交通、多彩多姿的艺文活动还有来自各国最新的资讯交流，更主要是因为家人啊！

用一句话来形容台北。

从几百万的LV到几百块的路边摊都有人排队抢着要的城市。

你最近正在忙什么？

我正在计划买一台KeyBoard，希望有一天可以自弹自唱。

Questions Time!

1. 你最喜欢和最不喜欢台北什么？

最喜欢台北充满了各种的可能性，让人产生很多的好奇心，进而会不断地想要充实自己，学习每种事物，接触各种不同类型的的朋友。最不喜欢人太多、车太多、空间却太少。

2. 你最常去台北哪一区？为什么？你通常和朋友约在哪一带或哪些地方？空闲时，玩什么样的活动居多？

台北每个区都很常去，一来台北的交通很方便，二来是因为每区都各有特色，也都有好玩的事情吸引我。有时间会找间不错的餐厅，三五好友聚在一起聊聊八卦或者去酒吧，接受现场乐队的摇滚洗礼。

3. 你会花大量的钱在——

我喜欢花钱在跟朋友的享受上，例如：大家一起出去旅行，一起出去吃饭，去唱歌，看音乐表演等等。

4. 台北令你联想到——

吃不完的夜市。

5. 1—100%你有多喜欢这个城市？

90%！

MUST GO & VISIT !



听一首西洋老调 OLDIE GOODIE

一个电台节目曾用上“OLDIE GOODIE”作为节目名字，专门播放西洋经典乐曲，店主觉得名字不错，而且可以代表店的音乐又老又好，就干脆把名字用上。娃娃年纪虽小，但由于之前玩乐团的关系，几乎什么音乐都喜欢听，有好的现场表演场地的地方，她首推OLDIE GOODIE。由于听老歌的关系，客人年龄层会稍为成熟一些，多是西装革履的上班族居多，星期五、六最热闹。

OLDIE GOODIE

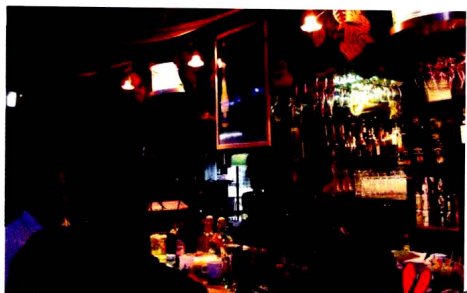
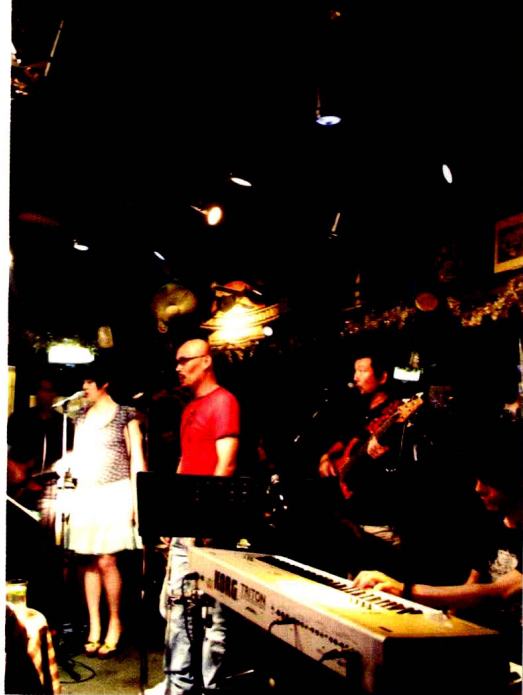
📍 台北市罗斯福路三段171号2F

☎ (886) 02-2369 3686

💎 NT\$300/位(星期日至四)；

NT\$500/位(星期五、六)；另再加收1成服务费

⚠ 晚上10时后才有表演





MUST EAT!



热情原住民餐厅 芭达桑

由台湾知名职棒选手张泰山开设的餐厅。张泰山为阿美族人，开了这间餐厅已有5年的时间。娃娃觉得无论是台北人或者观光客，都应该来感受一下原住民的美食和热情好客的个性。很多特色美食都很值得推荐，如：桶子焖土鸡、马告飞鱼品炒饭和马告柠檬鲈鱼等。每天晚上都有不同的原住民歌手和餐厅原住民服务生的歌舞表演，还会邀请食客一同参与，热闹好玩，同是原住民的张惠妹和海角七号里的民雄也曾在这里演唱啊！



芭达桑原住民主题餐厅

📍 台北县八里乡观海大道111号

☎ (886)02-2610 5300

🌐 <http://www.badasan.com.tw/>

⚠ 可在网上查看歌手表演表，星光大道里的原住民歌手常常在这里出现啊！另，地点偏离市中心，请上网查看最适合的交通方法。



马告柠檬鲈鱼 NT\$560

马告是原住民的调味料，熬汤煮菜外，也可以泡澡，增强身体抵抗力。



明月伴过猫 NT\$200

名字好有趣！其实是蛋黄加入过猫菜里一起吃，清新简单的菜式。



石板烤猪肉 NT\$230



吉拿富（小米包肉）、阿拜（糯米包肉）每块NT\$80



桶子焖土鸡 NT\$800

4斤重的土鸡，以沙拉油空桶旁边堆木材，将鸡挂桶内，再慢慢焖煮45分钟而成的！要吃就要一个小时前预订啊！

你在台北住了多少年？

26年，出生到现在。

还想住在这里吗？有什么东西令你想留在台北？

想呀！台北好呀，吃喝玩乐都有。

用一句话来形容台北。

有台北一个城市就够！

你最近正在忙什么？

忙着自己开店，会在内湖开一家复合式餐厅，希望在2009年9月份开幕。

Questions Time!

1. 你最喜欢和最不喜欢台北什么？

最喜欢台北夜生活很丰富，想吃什么都有！最不喜欢交通太堵塞了。

2. 你最常去台北哪一区？为什么？你通常和朋友约在哪一带或哪些地方？空闲时，玩什么样的活动居多？

信义区，通常在那边看电影、逛街跟吃饭。现在年轻人都是约在那边啊！

3. 你会花大量的钱在——吃饭。

4. 台北令你联想到——夜生活。

5. 1—100%你有多喜欢这个城市？120%！





MUST GO & VISIT !



100米高的夜色 美丽华摩天轮

美丽的夜色加上浪漫的气氛谁也抗拒不了。小白推荐内湖的美丽华摩天轮，就是因为摩天轮加夜景这个无敌组合。摩天轮比任何高楼大厦来得都要浪漫吧！摩天轮高100米，绕一圈只需17分钟，要加插甜言蜜语的话最好预写台词，不然又要兼顾拍照又要卿卿我我，会好忙碌！

美丽华摩天轮

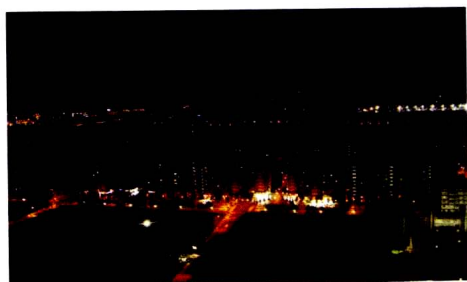
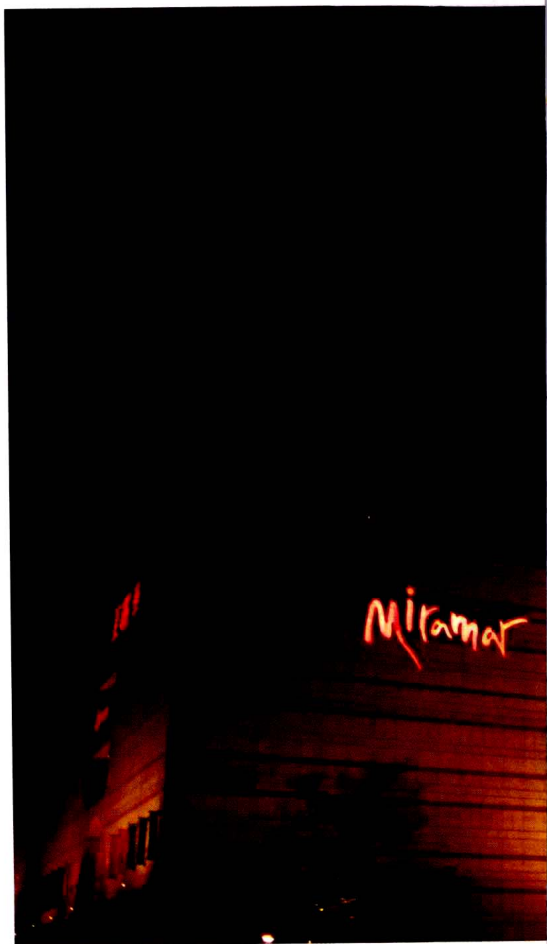
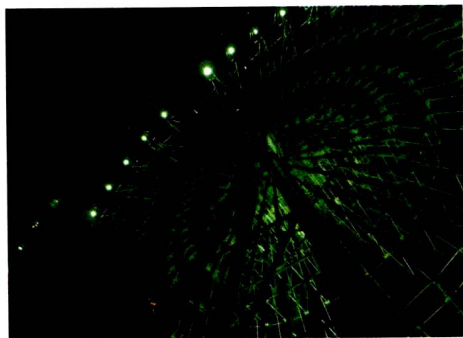
📍 台北市中山区敬业三路20号

☎ (886) 02-2175 3456

🎫 平日NT\$150/位；假日NT\$200/位

⚠ 平日只服务到晚上11点；假日至凌晨12点。
最后售票时间为营运结束前10分钟。

🌐 <http://www.miramar.com.tw/4play.php>



没有障碍物的无敌夜景，一起享受这刻的宁静吧。



浪漫到底！玩完摩天轮再玩小木马，每位盛惠NT\$50！



马谡最新通车的内湖捷运剑南站，好漂亮啊！





MUST EAT!



养生药膳火锅 乌鸡屋

日式居酒屋格局却卖中式传统药膳锅的乌鸡屋，吸引一大批年轻男女客人。小白就是其中一个。他首推的，当然也是这里的招牌乌鸡药膳锅，闻说老板娘美丽的秘密就是因为从小吃到大！乌鸡锅采用十几斤药材入陶瓮，10小时以上古法熬制中药汤，一年四季皆可饮用，少油、低脂却滋补美味依然！



乌鸡屋

台北市民大道四段 137号

☎ (886)02-2577 2288

👉 <http://soupmaster.com.tw/>

*图片由乌鸡屋提供

馬榮錫
題字
九九年九月

你在台北住了多少年？

24年，一直都在台北。

还想住在这里吗？有什么东西令你想留在台北？
想呀！因为台北很繁华，什么都有，家人都在这里。

用一句话来形容台北。

繁华的夜都市。

你最近正在忙什么？

忙内部升迁考试。

Questions Time!

1. 你最喜欢和最不喜欢台北什么？

喜欢台北什么都有，家人朋友都在这里；不喜欢台北空气不好，车子太多。

2. 你最常去台北哪一区？为什么？你通常和朋友约在哪一带或哪些地方？空闲时，玩什么样的活动居多？

信义区跟内湖区，工作和家在这两个区，看电影、逛街都方便；通常约朋友在忠孝东路，一起去KTV或者逛街。

3. 你会花大量的钱在——

买鞋子。

4. 台北令你联想到——

交通跟科技都很发达的地方。

5. 1—100%你有多喜欢这个城市？

100%。

攝影領域
影像人生



MUST GO & VISIT!



淡水老街

MAY的大学时代几乎天天都在淡水老街度过，或是约朋友吃小吃或是逛逛童趣店。由中正路10巷（俗称公馆巷）以西，至福佑宫东侧巷道（即重建街），沿中正路两旁的商家屋舍一带，都是老街的范围。这个地方曾经与西班牙、荷兰以及日本经商贸，昔日的港口，很多点滴痕迹都逐渐褪色，剩下的就是一家又一家的名产店。今天由MAY带路，一起感受这条老街的魅力。



新建成

属喜饼专家的新建成，是很多台北都推荐的伴手礼之一。MAY从小就已经吃这里的蛋黄酥，味道最地道，甜度刚好。早期是纯手工制作，现在则以手工为主、机器为辅。其他推荐：芝麻饼。

📍 台北县淡水镇公明街42号

☎ (886)02-2621 1133/2629 1189

🌐 <http://www.shjc.com.tw>



虾锦章

在老街上有很多小吃，虾锦章是MAY推荐其中的另类小吃之一。有点像大阪烧的虾锦章，以鲜虾、章鱼、蔬菜肉碎等以章鱼烧的方法制作，热乎乎的，很好吃！

虾锦章NT\$35/份



童玩反斗城

在淡水老街上有几家童趣店，不过MAY带了我来“童玩反斗城”，因为这里的怀旧童玩、零食最齐全。在店内会不停听到“哎呀！这个不是我小时候吃过的……”“哇！这里还有卖这个啊！”等等的惊叹声。

📍 台北县淡水镇中正路144号

☎ (886)02-2629 7321



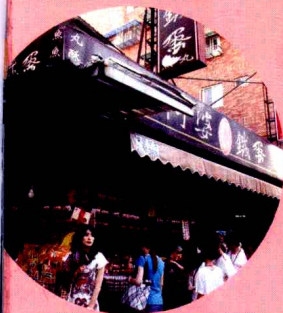


阿婆铁蛋

阿婆坚持无色素、无添加，以鸡蛋或鸟蛋来制作的铁蛋，又名“石头蛋”。因为始创人杨碧云女士卤蛋时卤得太久、错有错着的名品。

📍 台北县淡水镇中正路135—1号

☎ (886) 02—26225 1625



河边鱼贩

每日的黄昏，淡水河边就会有一些鱼贩卖当天新鲜捉到的吻仔鱼和小鱿鱼，并现场煮熟，没有任何调味，最真的鲜味。



炭烤臭豆腐

其实个人觉得台湾臭豆腐一点也不臭，淡水这家有名的炭烤臭豆腐会拌上泡菜一起吃，浓郁酱汁味道令排队人潮久久不散。



淡水红楼

今年110岁的淡水红楼，晚上景色分外迷人。曾为上世纪富商宅第，现开放为餐厅。2001年荣获文建会颁赠历史建筑百景第六名。

📍 台北县淡水镇三民街二巷六号
(淡水老街中正路288号旁边巷子楼梯直上)

☎ (886)02—8631 1168

🌐 <http://www.redcastle-taiwan>



墨鱼香肠

“安德鲁绅·香肠世家”创造了一系列属于台湾滋味的香肠，其中在淡水卖的墨鱼香肠，黑墨墨的卖相不吸引，但口感很好，比一般香肠味更浓。



MUST EAT!



白甘蔗涮涮锅

这里的番茄锅和白甘蔗锅的汤头分别以新鲜番茄和高丽菜熬制，鲜甜美味！牛小排和鸭血都是MAY大力推荐的必吃配料。

📍 台北市内湖区东湖路 135号

☎ (886)02—2631 8128





47/50

戴莨芸

行销企划副理

忠能顯義

中華民國五十六年十一月

中華民國五十六年十一月

你在台北住了多少年？

34年。

还想住在这里吗？有什么东西令你想留在台北？

是的，不但买东西方便且有太多好吃的小吃摊。

用一句话来形容台北。

麻雀虽小五脏俱全。

你最近正在忙什么？

都是忙工作，不同的行销案子。

Questions Time!

1. 你最喜欢和最不喜欢台北什么？

最喜欢：1.台北的交通方便，由于到各郊区距离近，不需要浪费太多的时间在车程上；2.品尝美食方便，不管在台北的那一处，不需自己料理即能享受美食。除了餐厅选择性多外，连路边摊的选择性也高，可以说是省时省钱又省力。

最不喜欢：交通拥塞。

2. 你最常去台北哪一区？为什么？你通常和朋友约在哪一带或哪些地方？空闲时，玩什么样的活动居多？

最常前往及与友人碰面的地点即是大安区，那儿有家湛卢咖啡厅，不但是一个与好友谈天说地的好地方，另外它们的咖啡也相当赞！

3. 你会花大量的钱在——

1.食物；2.旅游；3.本身偏爱购包及鞋。

4. 台北令你联想到——

东京。

5. 1—100%你有多喜欢这个城市？

90%。





小孩不好带（哭闹不停）、或人心神不宁，台北人都会过来行天宫找人“收惊”。



MUST GO & VISIT !



行天宮

行天宮包括：台北本宮、三峡分宮及北投分宮。戴莨芸带我去的是台北本宮。每当她遇到事业相关的疑难杂症时，她都会跑过来请示关老爷。她认真地跟我说这里真可有求必应（自己有实际应验的例子）！关帝庙行天宮香火鼎盛，很多善信专门过来收惊、参拜和抽签。观光客可为自己求支签，了解这一年的运势。



寺内有清楚说明不同的礼节和如何跪拜的图示灯箱



行天宮外的景观圆石，很多人走前都会过来摸一摸，希望能带好运气回家。



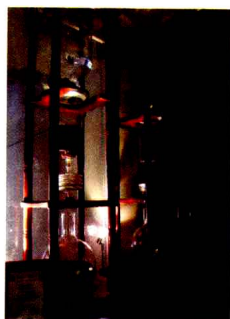
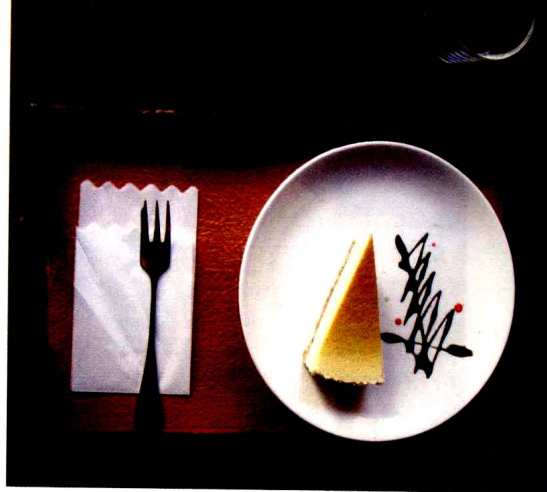
行天宮

台北市民权东路二段 109号

☎ (886)02-2502-7924

🌐 <http://www.ht.org.tw/>





MUST EAT!



湛卢咖啡

“湛卢”名字来源于越国名匠欧冶子在艰辛环境下铸造的湛卢宝剑。2003年老板怀着同样的心情为追求极致咖啡工艺，开设自家烘焙馆——湛卢咖啡。戴荻芸平均一星期会过来二三次。这里的原味冰酿咖啡以零度冰水一点一滴、经过10小时以上缓慢滴滤出来，尤其受欢迎。



湛卢

📍 台北市新生南路一段 165 巷 1 号 1 楼

☎ (886) 02-2708 9828

🌐 <http://www.jeanlook.com.tw/>

戴荻芸还跟我说：“福华饭店的巧克力蛋糕是马英九夫人最爱，吃了二十几年，必须预订，现场是没有的啊！”

你在台北住了多少年？如果你从其他地方搬过来，你来自哪个国家/城市？

快到10年了，之前住在高雄。

还想住在这里吗？有什么东西令你想留在台北？

想呀！因为这里的朋友、工作和夜生活。

用一句话来形容台北。

各式各样的日/夜生活都有！

你最近正在忙什么？

策划这个月底好朋友从英国要来看我的台湾行程！

Questions Time!

1. 你最喜欢和最不喜欢台北什么？

最喜欢：去哪里都很方便，有都市、有大自然、有文化历史、有逛街的地方。

最不喜欢：太热太多人。

2. 你最常去台北哪一区？为什么？你通常和朋友约在哪一带或哪些地方？空闲时，玩什么样的活动居多？

信义区，因为住得近。约朋友都是在信义区或东区，通常吃饭、逛街、看电影、clubbing。

3. 你会花大量的钱在——

吃。

4. 台北令你联想到——

101。

5. 1—100%你有多喜欢这个城市？

85%。



泰市场吃巴掌大的生蚝

YIMIN说台北人喜欢泰国菜，属于晶华饭店旗下、位于信义诚品内的泰市场自助餐就可以一次满足台北人吃泰菜的欲望。在这里，源源不断提供的生蚝和一双手才能捧起来的生蚝，会让泰菜迷兴奋得手舞足蹈起来。近70道酸甜火辣的冷盘、热炒、虾汤、咖喱、沙爹以及泰式奶茶、泰国进口冰淇淋和东南亚糕点，可能需要前一天禁食留空肚子过来才可以全都吃得下啊！



泰市场

台北市松高路11号(诚品信义店六楼)

☎ (886) 02-8786 0029

★ 午餐NT\$580、晚餐NT\$680；
逢周一为美女用餐日，全日
NT\$500/位。

👉 <http://www.grandformosa.com.tw/>





MUST GO & VISIT !



clubbing必去 BARCODE

晚上要感受台北的帅哥美女，YIMIN说一定要去BARCODE喝东西，这里连服务生、bartender都帅气过人！还没喝，就醉了吧。

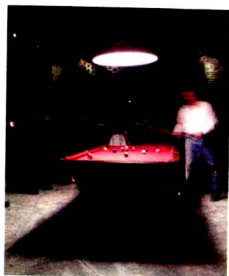
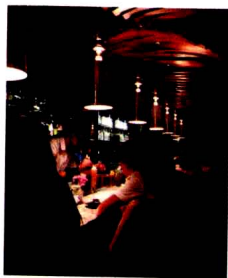


BARCODE

📍 台北市松寿路 22号 5楼

☎ (886) 02-2345 2778

🌐 <http://www.room18.com.tw/barcode/>



MORE !

一直跳到天亮 SPARK

YIMIN推介另一热点夜店SPARK，经常有不同活动主题，如盛夏草莓奶油夜，只要穿纯白上衣或小粉红进场，就可以换一杯特调草莓特饮。如在周末到访又想有座位，必须先订位！

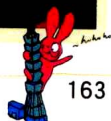


SPARK

📍 台北市市政府路 45号台北 101地下 一楼

☎ (886) 02-8101 8662

🌐 <http://www.spark101.com.tw/>





3

台北富邦銀行

Taipei Fubon Bank

富邦證券

你在台北住了多少年？

31年。

还想住在这里吗？有什么东西令你想留在台北？

想，因为1.一定要住在台北，台北是个好地方。

2.交通便利。3.吃的玩的逛的都很多又便宜，特别是晚上有超级多的夜市可以吃吃喝喝，超赞的啦！

用一句话来形容台北。

繁华方便的都市。

你最近正在忙什么？

为了公司下半年业绩目标达成努力，并且往更高的职务发展做好准备。

Questions Time!

1. 你最喜欢和最不喜欢台北什么？

最喜欢：超多美食可以品尝。 最不喜欢：没有啊！

2. 你最常去台北哪一区？为什么？你通常和朋友约在哪一带或哪些地方？空闲时，玩什么样的活动居多？

最常去东区和信义区，因为所有好吃好玩好逛的全在那边，超级集中的。约朋友的话就会去信义区，一起吃饭、喝茶、看电影。

3. 你会花大量的钱在——
吃喝玩乐。

4. 台北令你联想到——
繁华、便利。

5. 1—100%你有多喜欢这个城市？
90%。



MUST EAT!



台北上班族下班必吃热炒 吉祥村

原文刊载罗董的理由：“这家店是公司同事好友聚会吃饭的好地方，除了有美味的菜色以外，重点是东西好吃又超超超便宜，里面也有很多下酒菜喔！一群好友来这吃饭，喝喝酒，聊聊天，一个人大概花300—500元新台币就可以让大家吃得饱饱，增加同事、家人、朋友的感情喔，此店的地理位置又好旁边就是信义区及京华城，是一个方便又好吃的地方。”我超同意啊，好好吃！张老板，可否再留一个牛奶凤梨给我做甜点好吗？

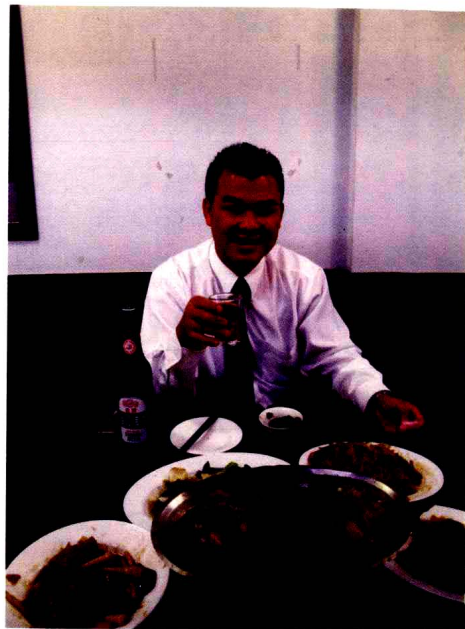


吉祥村热炒

📍 台北市松山区八德路四段182号

☎ (886) 02-2753 0077

⚠ 只开晚市至凌晨2点



清蒸红石斑，先将鱼肉切片再醃以香菇、笋片、火腿和榨菜卷好，配料跟鱼的鲜味配合得刚好！很好吃的一道手工菜！



吉列田鸡，把田鸡腿都炸得金黄漂亮，酥脆可口。

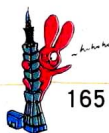


挂绿虎掌，先将猪肉炸过把油逼出来，吃下去少了油腻感；再下酱油、高汤、冰糖炖一个小时，味道甜甜辣辣的，入口即溶化！



凤凰中卷，将花枝以咖喱先腌再炸，佐酒良品。

OFFICE EXECUTIVE / 版面





你在台北住了多少年？

27年。

还想住在这里吗？有什么东西令你想留在台北？

想啊！有好吃好玩的东西，而且这边的人大部分都是蛮热情的啊！

用一句话来形容台北。

好好感受，你会爱上这里。

你最近正在忙什么？

帮TARGET A&A project找一些指定织物供应商，然后我正要帮这些供应商做训练。

Questions Time!

1. 你最喜欢和最不喜欢台北什么？

喜欢这里是因为生活久了，就没有其他目的想出去，自然想留在台北；不喜欢这里的交通。

2. 你最常去台北哪一区？为什么？你通常和朋友约在哪一带或哪些地方？空闲时，玩什么样的活动居多？

东区，因为有很多购物地方。约朋友也是在东区，常常一起玩UNO，玩到很晚，然后找家店，一边喝东西一边继续玩。

3. 你会花大量的钱在——
旅游。

4. 台北令你联想到——
夜市。

5. 1—100%你有多喜欢这个城市？
80%。



竹筴冷豆腐 NT\$180



烤鸡肉串(2串) NT\$100



鸡翅明太子 NT\$180/2只;
由牛肉和马铃薯的特制可乐饼
NT\$60/件



鲷鱼下巴盐烧(市价)

MUST EAT!

隐秘日式居酒屋 隆

林森北路一带一向卧虎藏龙，居酒屋所在的这个区域俗称九条通，巷子两边开了很多居酒屋和酒吧，算是日本客人集中的声色场所吧。如果不是熟人带路，一个女生怎会跑到这条小巷子里觅食？几个月前KATHY在男友爸爸热烈推荐下来了“隆”吃饭，一试爱上。很多日本人也是捧场客，菜做得很地道。必吃明太子鸡翅和冷豆腐。



隆

台北市林森北路145巷27号(九条通)

☎(886) 02-2531 3342





+1

Go!!





在台北，有些地方，可能50位台北朋友不大感兴趣，但作为喜欢钻来钻去的观光客，有几家小店、有一两家餐厅、有一两个节日盛事，就在这次采访的旅程中被我或是“巧合”、或在路上其他人的推荐下遇上了，在这里也和大家分享。希望你来台北时，也能够感受到我曾经见过的人、吃过的美味，旅途会更加完满。





LET'S ROCK & ROLL

将自己溶入摇滚的海洋里 贡寮海洋音乐际

很多人知道我在暑假时到访台北，第一个反应是，天气那么热！为什么你会选这个时候过来啊？夏天有夏天的玩法。如果你这一年也是受到《海角七号》的熏陶，相信你对海边的音乐节应该存在多多少少的幻想。尤其当我一次又一次错过了南部垦丁的春浪音乐节，这次我再不会因为路程遥远或火车没座位票或人超多等理由让自己回程时懊恼不已。就这样，踏上前往福隆贡寮海洋音乐际的火车，出发！

虽然自己都是在海岛城市长大，但是海边的音乐节就真的从没有参与过。没想到原来福隆贡寮海洋音乐际已经踏入第10届，为期3日的活动，每天从中午至晚上都会有大大小小的乐团分别在小舞台和海边的主舞台表演，历届以来表演单元全是响当当的名字：张震岳、陈绮贞、五月天、黄贯中、杨乃文、糯米团、苏打绿、蔡健雅等等。今年有25万人跟我一起挤来挤去，一边冲冲浪、一边看辣妹、一边喝啤酒、一边挥着手、重点是——一边听音乐！有什么比在蓝天白云下这样燃烧青春更为过瘾？活动最后一天的晚上，会在海边放烟火作为最灿烂的句号。下一年，如果你也是夏天到访，记得早做准备，查好演出的时间表，订好火车票，一起奔向音乐海洋吧！



贡寮海洋音乐际

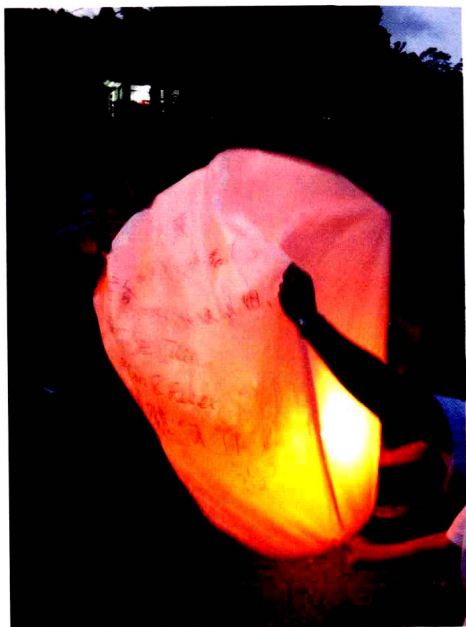
<http://www.hohaiyan.tw/>



要到平溪 放一次天灯 平溪乡魅力商圈

我到访的时候虽然并非什么特别日子，但沿着平溪支线乘搭小火车到大分、平溪、青桐（支线中这3个是主要聚落），几乎每条老街上的大小商店都会有卖天灯或天灯DIY等等的服务。每年元宵、七夕等节日，这里都会有集体放天灯的习俗。放天灯几乎成了每一个来这里的游人必做的一件事情。不同的颜色代表着不同的期许：白的是健康、黄的是事业、粉红是爱情等等。小店的老板都会很细心地教你怎样做，然后再协助你将之放上天。这天虽然下着毛毛雨和有点风，能够将两盏天灯成功地放上天时，真的令我兴奋得大叫起来！如果你也是爱小镇风光，看这里的山景、瀑布、吊桥，走这里的老街、煤矿博物馆和铁道，请预留一天的时间喔！

 <http://www.pingshi.com.tw/all.htm>





感受棒球魅力 大鲁阁棒球打击场

在台湾的电视台，几乎每天都在播不同的职业棒球队的赛事实况。遇上原住民，他们更会滔滔不绝地讨论他们支持的队伍，情况有点像在美国大家都在看NBA、在英国大家喜欢看足球一样。随着王建民在美国大联盟发光发热，台湾也掀起一股棒球打击热潮！当然，要一下子走进球场是不可能的事，但台北有大鲁阁！大鲁阁棒球垒球打击场于2002年设立，是台湾连锁规模最大的棒球垒球打击场。在这里，你可以选择从每小时80~150km 的不同球道，除了右打区外，还贴心地另设左打者专用球道，更替球友投保公共意外责任险，安全有保障。不过还是奉劝各位初学者，还是先从低难度球速试起，120km以上的球，确实有点无影球的感觉！



大鲁阁棒球垒球打击场（内湖馆）

台北市中山区植福路200号

☎ (886) 02-8501 1831

💰 NT\$35/局，每周21球

👉 <http://www.trk.com.tw/service-baseball.php>



吃一顿value for money 全台湾唯一的瑞典菜 FLAVORS RESTAURANT

在台北如果一定要吃一次西餐厅，在芸芸众多的餐室里，我会选择FLAVORS。FLAVORS属于夫妻档组合，丈夫是北欧瑞典人OLA，太太是台湾人STEPHANIE，二人的浪漫异地恋已经传遍台北的媒体界。小小的餐室里，洋溢着一片温馨小巧的家庭式温暖。从环境来说，这里没有一般西餐室的拘谨，反而来这里的客人就如到一位外借朋友家用餐一样，很自在舒服。如果是初次到访，STEPHANIE和服务生都会很细心从头介绍菜单一次。酱汁是FLAVORS的料理精神，CHEF OLA注重菜式的小细节。前菜在这里蛮有名的，很多人都专程过来多点一两道前菜，试过这里综合小菜、时尚瑞典小食佐小饮、传统瑞典鱼子酱和招牌鹿排，都令人留下深刻印象。这里不设单点，每份餐已包括餐汤、沙拉、主菜和甜品；中间还有开胃小菜和手工面包提供，如要试不同的前菜，每道前菜在餐价上再加NT\$150~300不等。吃4道菜，价钱由NT\$1,180起，算相宜合理。

我常常说，现在太多餐厅都令人失望，装修漂亮，要不食物本身已经不怎么样，要不价钱贵到死却吃不饱，要不食物和环境都对了，但服务零分，我会以为我是个穿得比较好看的乞丐过来讨吃似的！但在FLAVORS，如此的价钱享受优质的食物和服务（很多老外都大赞这里的服务比某些大酒店还要高），实在是难得的。



FLAVORS RESTAURANT

📍 台北市仁爱路四段300巷26弄13号

☎ 电话：(886) 02-2709 6525

🌐 <http://www.flavors.com.tw>

⚠️ FLAVORS只开晚市，周一休息
(午餐务必预约)





招牌鹿排佐杜松子野味肉汁搭配金马铃薯，以低温烹调方式来煮，鹿排炭香四溢、肉质鲜嫩，跟酱汁配合得很好。马铃薯炸得香脆，薯味突出。



时尚瑞典小食佐小饮，三杯不同程度的伏特加（基本都有20%~40%酒精浓度）配以橄榄培根、烟熏黄瓜三文鱼、酸豆烟熏三文鱼。酒量不够的话，浅酌轻尝比较好一点。



菜上桌前，因应不同季节，餐厅会提供开胃酒或小吃给客人。今天，给男生的是开胃一口小饮、给女生用的是酸梅酱西瓜。



香草苹果饼，传统瑞典甜点，派底铺在上面，苹果肉在下面，烤完再淋上香草酱汁一起吃，为这一餐加上甜美的回忆。



北欧烤牛肉卷



夏日综合小菜



传统瑞典鱼子酱配冰镇Aquavit烈酒



结合时尚与传统美食 TAIPEIUC NOODLE BAR

如果是时尚界的人，对UNDERCOVER绝对不会陌生。不过全世界的UNDERCOVER都不可能吃到鼎泰丰的面或者是喝到BARCODE的特饮和赤兰生态有机茶啊！知道为什么要来一次了吧。

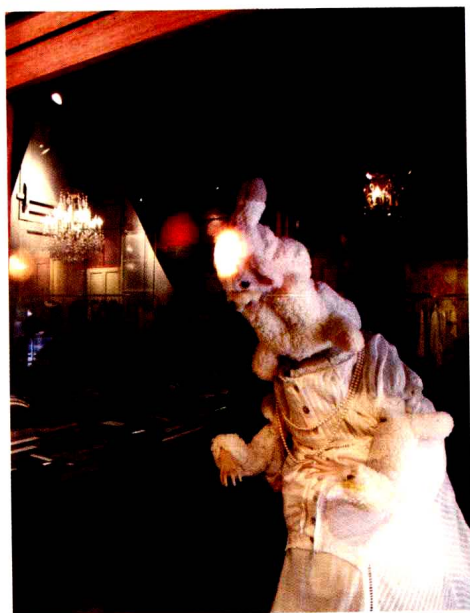
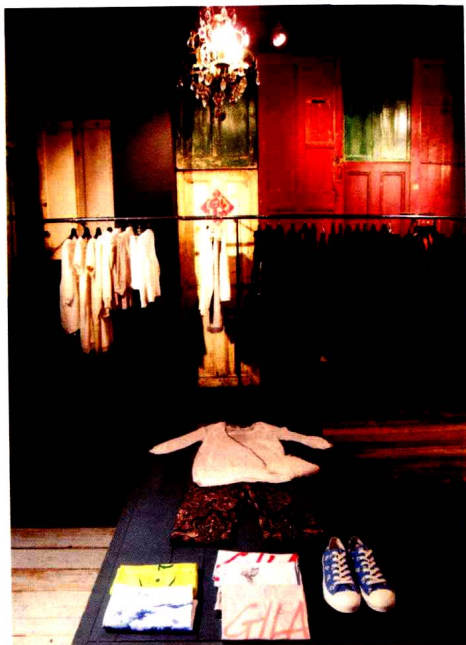


TAIPEIUC NOODLE BAR

 台北市忠孝东路四段181巷40号

 (886) 02-2775 3670

 <http://www.msyaming.com/>





咖啡师傅指定咖啡馆 RUFIOUS

RUFIOUS咖啡馆有几个卖点：拉花很棒！多款拉花几乎像艺术品一样，拉得出神入化。由于咖啡豆是使用7个国家的咖啡豆混合再自家烘焙，香气别家无法比，很多咖啡店老板、师傅都会于下班后过来喝一杯。最重要的是，RUFIOUS在2008年11月参加了肯尼斯·戴维兹所主持的咖啡评鉴，评定RUFIOUS的专用浓缩咖啡（expresso）达91的高评分！很多大型咖啡公司都是屈居其下。来这里喝一杯siphon咖啡，香气比手冲的好，味道细致，整天都弥漫着这份咖啡甘甜的味道。



RUFIOUS

📍 台北市复兴南路2段333号

☎ (886) 02-2736 6880

🌐 <http://www.rufiouscoffee.blogspot.com/>



+1 rebec hohoho





什么时候过来都好，永远都有一大堆人在等位子。

MY MUST EAT!



芒果怪兽冰品 冰馆

37度烈日下走在台北街头，除了好想吃冰外，别无其他。街头巷尾都是冰品店，为什么要到永康街的冰馆？因为芒果、芒果还是芒果。这里的芒果比别家来得更大盘，芒果切得很大粒，加上一球芒果冰淇淋，就是这儿的人气商品—超级芒果牛奶冰！每一口冰都是芒果的鲜甜香味，立即降温。

ICE MONSTER冰馆

📍 台北市大安区永康街15号

☎ (886) 02-2394 8279

🌐 <http://www.icemonster.com.tw>



超级芒果牛奶冰
NT\$160



永康街的ICE MONSTER冰馆就只此一家，别无分店啊！



拍摄当日，碰巧许志安都过来吃冰！好像他也是为其他杂志做拍摄推荐啊！





牧场吃寿喜烧 MOMO PARADISE

由于本人是不吃牛肉的，所以就算有很多台北朋友分别给我推介“这里的牛肉好好吃”的言论，都不为所动过。直至有一天晚上，一个人在信义区工作完几乎饿晕的状态下遇上MOMO，问服务员除牛以外的选择，才知道这里也有猪肉提供的。（别笑！他们一开始时只卖牛肉的）MOMO的牛肉从澳洲放牧饲养，吃得健康；至于猪肉，是吃起来比较油香味的梅花猪，还有比较瘦的低脂肪里肌肉。无论是那一种肉放在寿喜烧里，跟蔬菜一起煮，再点一下有机无腥味鸡蛋汁，肉质嫩滑鲜甜，美味非常！大概是因为寿喜烧用上四五种特别调制的酱油跟鲑鱼油、味林、清酒并经过日本师傅15年以上的测试，味道香浓；重点是付一份价钱，任吃啊！让我吃不停口，回味无穷！



被日本人称为“没有汤的火锅”，寿喜烧的汤头是基本的酱汁（酱汁大概只到盘子2.5厘米多左右的位置）。



NEO 19牧场 MOMO PARADISE

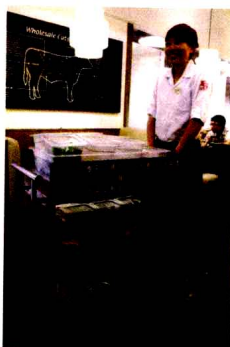
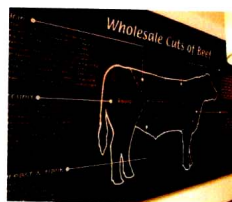
📍 台北市松寿路22号2楼（NEO 19内）

☎ (886) 02-8786 1128

💎 NT\$399/位（同桌单种锅）

⚠ 牧场共8家分店，请上网查询其他分店地址

👉 <http://www.mo-mo.com.tw/>



蔬菜车的选择超级多，当造的新鲜蔬菜、菌类、瓜果类都可以无限量提供。



服务生的态度和服务素质也相当高，不断会询问你的需要。一盘一盘牛、猪肉送到你面前。



晚餐餐后还附送甜点：青柠雪芭。





Booday蘑菇，是一个台湾设计团队，有生活态度，有自己看法，2003年开始这个品牌。从设计T恤、笔记本、袋包、工作服开始，同时，也发行独立刊物《蘑菇手帖》，说说生活上的想法。

MY MUST SHOP!



生活里找乐子 蘑菇

蘑菇每一年都有一个主题，去年是台湾好，今年是找乐子。蘑菇觉得找乐子不难，听一首让自己摇摆的歌、穿上心爱的T恤、为家人做饭，简简单单每天一点乐子，一整年都可以过开心生活。店的地面层是蘑菇自家设计的商品，简单且具设计感，同时不定期在店内有不同的艺文展览和音乐表演；楼上是咖啡室，放满书和CD，吃一口这里的招牌巧克力蛋糕配一杯香浓cappuccino，就是我来台北的乐子了。



cappuccino NT\$140



巧克力蛋糕 NT\$135



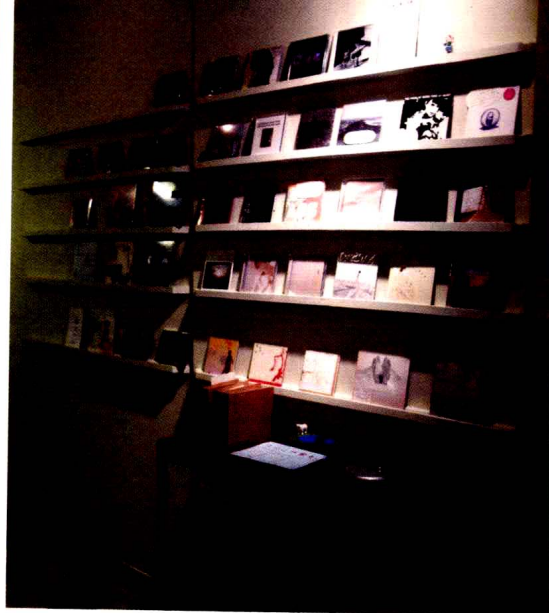
蘑菇

📍 台北市大同区南京西路25巷18-1号

☎ (886) 02-2552 5552

🌐 <http://www.mogu.com.tw/>





+ 1 rebec hohoho





MY MUST SHOP!



PPAPER CAFÉ & WAREHOUSE 杂志人的生活品味

喜欢PPAPER杂志的人，今后除了要去PPAPER SHOP之外，还多了一个更立体的地方去了解他们—PPAPER café & warehouse。刚在2009年7月开业，二楼是咖啡室；三楼是warehouse，里面都是PPAPER各同事的或是用过或是遗忘了的心头之好，有PPAPER主脑包益民和胡至宜的稀有珍藏。体会他们的生活，来一次寻宝旅程吧！

PPAPER CAFÉ & WAREHOUSE

📍 台北市中山北路二段20巷1之1号2—3楼

☎ (886) 02-2521 2608





椅子艺术空间飘来法国茶香 C+LOFT

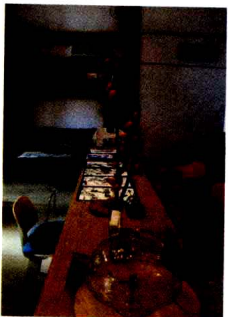
C+的主理人CICI其实就是前段曾介绍过、JASPER+C+的合作伙伴。不过面前这个空间，则是她个人运作的。如果喜欢设计椅子的朋友，不难发现这里就如一个收藏室，很多EAMES、GEROGE NELSON的作品，都可以在这里找到。CICI还找来几位刚毕业的艺术系同学，在这个空间做不同的艺术创作—装置、绘画等等，令整个地方的设计感满载。欣赏椅子跟不同的艺术创作的同时，记得喝一杯法国国宝级名茶MARIAGE FRERES，配鲜造奶油戚风蛋糕，过一个优雅的下午。

C+LOFT

📍 台北市信义区永吉路85号

☎ (886) 02-2753 3885

🌐 <http://www.CLoft85.blogspot.com>



伯爵茶 NT\$170、日式手工香蕉戚风蛋糕 NT\$150



体验名人生活 西华饭店

在这一个月的台北采访旅程中，最后三天，我是住在西华饭店的。人都是贪慕虚荣的，住在这家五星级商务饭店不期然让人有种飘飘然的感觉。自1990年成立以来，西华饭店一直获得许多国际旅游和商务杂志的肯定，下榻贵宾多不胜数：美国前总统布什伉俪、英国前首相撒切尔夫人、国际知名导演李安、吴宇森、陈可辛、日本建筑大师安藤忠雄（我偶像啊）、舒淇（她好像是我同一天check-in啊）、郭富城、杨采妮、陈冲、王力宏等等。能够吸引各界名人，西华当然有其过人之处，客房的设计都是简约的米白色调，家一样的感觉。房中的细节都是一些贴心的安排：整齐的咖啡组合架、一套由西华董事长亲自试坐挑选的浅色布质躺椅和脚踏垫，令许多认床、不易入眠的旅客都能放松休息。无论是床铺也好、躺椅也好，整个旅程中，睡得最甜最安稳的，就是在西华的这几个晚上。

繁忙和密密麻麻的采访时间表，令我整个人都绷紧起来，最后一天离开之前，我到了西华SPA做了一个芳香抗压力养生疗法。治疗师会先以电子仪器测试我的经络情况，让我了解我的身体哪里在“投诉”，然后治疗师会带我去SPA VIP室淋浴和开始按摩。在治疗师灵巧的按摩手势下不知不觉间就过了90分钟，一看窗外，台北夜景尽入眼底，身心都安静下来。

唯一的遗憾是，这3天因为太忙碌的关系，都没有时间试过西华有名的意大利餐厅TOSCANA。看上去他们做的菜都非常吃，希望再次到访时，让它有机会收服我的胃啊！



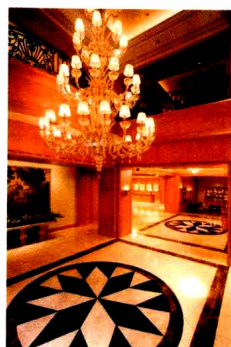
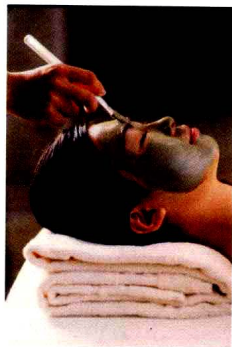
*部份图片由西华饭店提供

西华饭店

📍 台北市民生东路三段111号

☎ (886) 02-2718 1188

🌐 <http://www.sherwood.com.tw/>





GO! 老台北一天行程规划

早安！

9:30am

马叔饼铺 (P106)

吃芝麻饼，五香酱牛肉饼，酸梅汤

11:00am

大稻埕林柳新纪念偶戏博物馆 (P108)，

逛第一唱片公司 (P81)，

去慈圣宫喝一杯青草茶 (P81)

中午！午餐时段

12:30pm

昌吉街猪血汤专卖店 (天然红豆腐) (P140)

吃卤肉饭，喝猪血汤

或

波丽路 (P80)

感受第一家西餐厅鸭腿饭或扒餐

1:30pm

饭后甜点：呷二嘴冰品 (P141)

午安！

2:00pm

大稻埕老街买伴手礼，

龙月堂绿豆糕 (P81)，

迪化街江记华隆猪肉纸 (P81)

4:00pm

到龙山寺求一条红线 (吃的下的话，
可再到龙都冰菓专业家吃怀旧八宝冰)，

到龙山寺地下街算一次命 (P56)

晚安！晚餐时段

8:00pm

感受地道台北热炒小店—吉祥寺 (P165)

GO! 潮流时尚行程规划一天游

早安！

11:00am

逛信义诚品，一站式书店，设计商品，
玩具，时尚的品牌，买！(P11/74)

午安！

1:30pm

在POSH吃一个懒懒的brunch (P86)

或

UNDERCOVER noodle bar

吃鼎泰丰担担面 (P176)

3:00pm

钻进小巷子，攻陷敦化南路一段161巷和187巷，

忠孝东路四段205巷看韩货服饰

I LOVE EVERYTHING, MULLI (P87)，

潮流品牌OVERKILL (P18)，STAYREAL…… (P39)

晚安！

7:30pm

好样餐桌吃一顿轻食晚餐 (P102)

或

胡同烧烤30公分大草虾 (P94)

或

FLAVORS RESTAURANT

吃一顿瑞典菜 (P174—175)

9:00pm

先行回酒店梳洗，大变身夜会帅哥美女～

10:00pm

BARCODE喝一杯，为这个火辣晚上
先预热 (P163)

11:30pm

SPARK (P163)

或

PRIMO (P15) 跳舞至天亮！

03:00am

型人宵夜必吃！陈家凉面 (P121)

RELAX!

轻松养生美颜台北行一天规划

市外提案：

早安！

10:00am

淡水老街半天游 (P156—157)，吃小吃，
到榕堤吃香脆PIZZA当午餐！

午安！

2:00pm

北投三二行馆浸泡大众汤兼享用下午茶
(三二茶叙, P22)

晚安！

6:30pm

回到市中心到乌鸡屋吃养生乌鸡锅 (P154)

市内提案：

早安！

10:00am

信义区象山亲山步道登山看台北市风景 (P111)

午安！

12:00pm

吃古城古早面吃阿公阿嬷招牌鸭肉、
干面 (P112)

2:30pm

ESCENTS SPA体验一次
花精疗程按摩 (P91)

5:00pm

KARI SHARE彩绘美甲 (P89)

晚安！

7:30pm

到乌鸡屋吃养生乌鸡锅 (P154)

GO!

艺文行程规划一天游

早安！

9:00am

国立故宫博物院 (P47)

午安！午餐时段

1:30pm

台北光点咖啡店吃午餐，逛光点生活馆
“JASPER+C+”，看一场艺文电影 (P132)

3:30pm

台湾当代艺术馆 (P36—37)

或

如到访日子为周六、周日，
建议到华山1914 (P44)
创意市集，看展览，逛设计商品CDPiazza

晚安！

6:30pm

师大夜市吃盐酥鸡、卤味、
平价牛排 (P75)、逛小店

9:00pm

地下社会听一场摇滚乐团演出 (P75)
或OLDIE GOODIE西洋老调 (P149)

11:30pm

敦南诚品停不了
24小时夜猫子看书 (P15)



附录

MUST GO & VISIT

文艺场所

信义区	
信义诚品	11/74

松山区	
小巨蛋	33
城市舞台	33

中山区	
台湾当代艺术馆	36—37
台北光点、光点生活馆 “JASPER+C+”	132

中正区	
华山1914	44

大同区	
林柳新纪念偶戏博物馆	108

公馆区	
地下社会	75
OLDIE GOODIE	149

士林区	
国立故宫博物院	47

内湖区	
实践大学	59
学学文创志业	100

夜店

信义区	
PRIMO	15
BARCODE	163
SPARK	163

大安区	
低调detail	15
LUXY	138

悠闲

大同区	
大稻埕码头	41
大稻埕散步路线	80—81
第一唱片行	81

万华区	
龙山寺	56

中山区	
行天宫	159

信义区	
五分埔商圈	28
BONNIE	28
MAR JOUR	28
KARI SHARE	89
C+LOFT	183

大安区	
ESCENTS SPA	91

北投区	
三二行馆	22

台北县	
北海岸（石门、金山）	66—67
金山朱铭美术馆	67

闲逛

中山区	
滨江果菜市场	98
MOT CASA概念馆	101

信义区	
象山亲山步道	111

天母区	
散步路线	54

大安区	
冶堂	106

松山区	
齐云生活馆	77

内湖区	
内湖的旧宗路一带	11
美丽华摩天轮	152—153
大鲁阁棒球打击场（内湖馆）	173

北投区	
阳明山小油坑	118

台北县	
台北后火车站的批发小店	19
YOUBIKE	26
福和桥市集	105
淡水老街	156—157
淡水红楼	157
贡寮海洋音乐际	170—171
平溪	172

其他

大安区	
JUST MAKE	89

松山区	
西华饭店	184—185

MUST EAT

信义区	
同寿司	10
元锅	25
金仙虾卷店	51
清心（庄敬店）	123
泰市场	162
NEO 19牧场 MOMO PARADISE	179

大安区	
橘色涮涮屋	11
自然风	15
清真黄牛肉面馆	15
通化肉圆	17
可可府	21
青蛙包二奶	23
欲罢不能咸水鸡	28
狸小路	32
AOBA 青叶	50
黑武士	63
鼎旺麻辣锅	63
九如	71
POSH	86
满堂红	86
BISTRO 98	92
胡同烧肉夜食	94
好样餐桌	102
好样餐厅	103
好样棒棒	103
双鱼坊	109
东区粉圆	113

正老牌关东煮	113	龙月堂	81	大同区	
咖啡弄	121	江记华隆商行	81	蘑菇	180—181
THE VILLA HERBS	129	昌吉街猪血汤专卖店(天然红豆腐)	140		
FIFI 茶酒沙龙	129	呷二嘴	141	士林区	
MR. J意法厨房	129	胡须张美食文化馆	146	EST!	61
何妈妈北方小吃	131				
1004 COFFEE BREAK	136	公馆区			
鲜味屋	138	“师园”盐酥鸡	75	食品类	
干杯	147			大安區	
乌鸡屋	154	士林区		香帅蛋糕	52
湛卢	160	豪大大鸡排	124	松山区	
FLAVORS RESTAURANT	174—175	继光香香鸡	124	佳德糕饼	63
TAIPEIUC NOODLE BAR	176				
RUFIOUS	177	内湖、大直区		中山區	
ICE MONSTER冰馆	178	兄弟面馆	60	犁记饼店	52
		白甘蔗涮涮锅	157		
松山区				中正區	
锅爸	13	台北县		明星西点面包厂	118
黑丸	51	榕堤	23		
鼎王	69	飞月小馆	42	仁愛區	
15区法式烘焙	78	深坑臭豆腐	57	李鹄饼店	144
程班长牛肉面	98	芭达桑原住民主题餐厅	150		
古城古早面	112			台北县	
陈家凉面	121			新建成	156
吉祥村热炒	165			阿婆铁蛋	157
		MUST SHOP			
中山區		服饰类		其他	
肥前屋	17	大安區		中正區	
林东芳牛肉面	38	NIKE 6453	11	CDPIAZZA	45
鸡家庄	63	OVERKILL	18	寻宝跳蚤屋	71
史记牛肉面	63	STAYREAL	39	CLS	120
平田屋	115	DESIGNBURG	54	中山區	
湘鼎坊	115	I LOVE EVERYTHING	87	PPAPER SHOP	127
米朗琪	115	MULLI	87		
柯芬园	144	HAMPSTEAD	87	万华区	
隆	167	KATY HAS A LOFT	95	台北音乐家书房	136
PPAPER CAFÉ & WAREHOUSE	182	鋁洲专柜	95		
		THE COMPLETE STUDIO	116	信义區	
中正區				OTOP	83
金峰卤肉饭	25	信义區			
阿泉臭豆腐	54	101 B1	84	大安區	
龙都冰菓专业家	57			MONSTER GEAR	120
马叔饼铺	106	万华区		阿通伯乐器世界	135
SUKHOTHAI	115	REMIX	29		
明星咖啡馆	117	HIGHWAVE	30	台北县	
猫下去	126			童玩反斗城	156
大同區		中山區			
老董牛肉细粉面	67	[WUM]概念店	141		
波丽路	80				

台北旅游基本资料

基本资料

货币

1人民币=1.131港币=4.8新台币（NT）（实际汇率以银行公告为准）

电压 110V，两脚扁插头

天气

台北为盆地，夏天天气闷热潮湿，最高可达摄氏37度；冬天也常下雨，温度约为摄氏12~17度。

区域拨号 台湾886 台北02

报案 110

求救、火警 119

基本交通消费

公车NT\$15—30（服务时间由6:00am—11:00pm）

捷运NT\$20—65（服务时间由6:00am—12:00pm）

计程车都按表收费，起跳为首1.25公里NT\$70，之后每250公尺加NT\$5，11:00pm—6:00am另加NT\$20附加费。可考虑电招计程车 55688（台湾大车队，市内会有七或八折折扣）。

常用网站

观光局 <http://www.taiwan.net.tw>

台湾观光协会 <http://www.tva.org.tw>

台北大众捷运有限公司 <http://www.trtc.com.tw/c/>

台北市大众运输公车路线查询系统 <http://www.taipeibus.taipei.gov.tw/>



台北的朋友们，等我！

谢谢你们让我感受久违了的人情味！特别感谢介绍很多台北人让我认识的 Stewart，西华饭店的 WINA 和一群热心带路的受访者。非常感谢你们，我很快又会再回来的啊！！

何颖
R. hohoho



黄子佼 知名主持人

蓝钧天 GARY 演员、歌手

ELMO 艺人、生活艺术家

胡世勋 LEON 演员、名模

林子良 音乐人

立奥美 NAOMI 模特、艺人

简志遼 TEDDY 大小点、白雪事业群总监

不二良 插画师、设计师

ALING LAI 牛仔裤品牌、设计师

陈建勋 BRENDON JEWELRY 钻石服务中心设计总监

张晓茜 TIFFANY CHANG 平面设计师、市士皮革品牌(Tiffany's)主理人

城兆峰 Design 饰品创办人及设计师

EVE 影像工作者

周卓宪 设计师

陈泓宇 宇艺空间设计室内设计师

曹月芬 交通部观光局北观处游憩课课长

刘得彝 台北市政府公务员

廖咏薰 前国立台大新闻研究所企划助理、自由工作者

简姣如 诚品书店活动策划、柳叶鱼乐团经纪人

WINA CHEN 台北西华饭店公关经理

李汤盛 意识形广告公司副总经理

NADIA FANG 台北101商场行销经理

JOYCE CHEN Padder Group 行销经理

SABRINA LIU BIOTHERM & GIORGIO ARMANI 公关

OLIVIA CHEN 九井广市设计总监

ANTA LEE 锦洲鞋业董事长特助、女鞋品牌Antarise / antise 品牌总监

齐云 知名花艺设计师、齐云生活馆主理人

吴东龙 作家、日本美学讲师、设计师

陈陆宽 厨师

古雅川 飞普数位动画美术导演

DEBBIE 牧师

郭人荣 美食旅游节目主持人 非凡电视台

上架建议：旅游

ISBN 978-7-80225-819-8



9 787802 258198 >

定价：29.00元