

由來遊去

2
2014.08

Ilan 宜蘭

蘭陽星空下

宜蘭童玩節



季節限定 × 2014宜蘭童玩節 童心未泯消暑趣

好山好水好空氣 × 幾米廣場 迷走森林

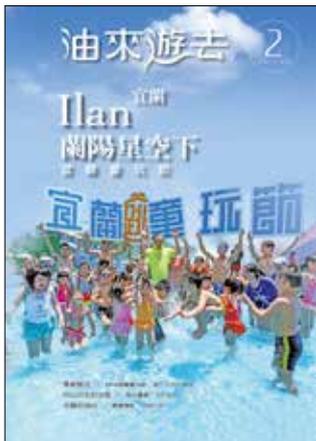
北關加油站 × 兩棲補給 溫暖社區

CONTENTS

油來游去



■ 2014年7月創刊 ■ 第2期



發行所：台灣中油股份有限公司
地址：11010台北市信義區松仁路3號
電話：02-8789-8989
傳真：02-8789-9000
服務專線：1912
網址：www.cpc.com.tw
出刊日期：2014年8月5日

編輯製作：日創社文化事業有限公司
地址：11560台北市南港區重陽路459號12樓
電話：02-77306656
傳真：02-27887229

※本刊保留所有著作權利。
欲利用本書全部或部分內容者，需徵求著作財產權人台灣中油股份有限公司同意或書面授權。



本刊響應環保，使用環保大豆油墨印刷

油蹤·歡樂寶島

- 蘭陽星空下 1
暑氣全消 2014宜蘭童玩節 2
依山傍海·兩棲補給站 6
週休二日悠遊宜蘭 10

來賞·人文台灣

- 幾米廣場—找回迷失的心 12

遊藝·文學天地

- 穀東俱樂部20 18

去嚐·美食特搜

- 食「隨」滋味 22

幸福·油情而生

- 「淑」立典範 「薇」風八面
台灣網球一姐—謝淑薇 24

福氣·客享優惠

- 集字活動 26
折扣優惠Coupon券 27



蘭陽 星空下

Cover Story

隨著雪山隧道通車，宜蘭已經不再是那個只存在腦海中而望之卻步的地名，童玩節、烏石港、傳藝中心、羅東夜市、蘭陽博物館等各大景點的興起，宜蘭轉生為樂活慢遊的代名詞，伴隨著人文藝術的薰陶，今夜就讓幾米的陪伴，我們漫步星空下。

暑氣全消 2014宜蘭童玩節

撰文 / 梅林



夏天要到宜蘭，就不能錯過宜蘭一年一度的年度盛會——童玩節，這個有許多水上設施的消暑嘉年華！

2014童玩節依然在宜蘭冬山河親水公園登場！今年以「跳」為主題，交錯串聯於「遊戲」、「展覽」、「演出」及「交流」四大主題。請來國際級設計大師蕭青陽和童玩節攜手合作，為童玩節的主視覺「跳」出新意，以彈跳球與笑臉表情符號為設計元素，呈現節慶的創意與活力。在童玩節園區內都可看到他們到處蹦蹦跳的身影！蕭青陽指出，在童玩節，遊客才是真正的主角，每個人都可在童玩節中盡情的展現笑容，盡情的發揮創意、散發熱力，讓自己成為童玩節的最佳代言人。





冬山河親水公園園區有青蛙滑水、白浪滔滔、展翼水滑道、跳棋水舞台、倒轉水迷宮等五個大型戲水設施：青蛙滑水是最簡易版的水上設施，以水灑結合網繩，難度最低，而能掀起巨浪的設施「白浪滔滔」，是今年新亮點，能享受大量水花瞬間從天而降的清涼快感，而一波波巨浪迎面來襲，讓人真有股被滔滔白浪追趕的刺激感，就算渾身濕透也感到痛快；展翼水滑道，是園區裡的人氣設施，從兩層樓高的有水溜滑梯直馳而下，刺激卻又安全，大人小孩都能玩；跳棋水舞台，讓人站在大大小小、高高低低的噴泉裡，享受噴泉在身邊噴發的涼爽，是宜蘭童玩節每年必備的水上樂趣；倒轉水迷宮，像在大水床上淋浴一樣，考驗著平衡感，是另一種花灑的洗滌。



2014年童玩節還有一個新亮點就是網羅國內外頂尖繪本藝術家共同建造的「跳跳村創作繪本館」，這裡除了展出好幾位藝術家的精彩繪本外，還利用電腦科技製作動畫。由小朋友自行為劇中角色上色，不一會兒由小朋友創作出的角色就會出現在一旁弧型動畫牆上，進入設定好的故事當中，做些簡單動作開始動起來，成為故事中活生生的角色，這一刻，大小朋友們進入奇幻的童話王國，成為書中主角，這裡成了揮灑創意的最佳空間。





此外，今年還邀請國際知名公共藝術家林舜龍，將重量級作品《種子船的魔幻漂航紀事》返航宜蘭冬山河。林舜龍於2013年受邀至日本瀨戶內國際藝術祭參展，以海洋漂流植物棋盤腳為創作雛型，使用台東88風災所收集的漂流木，打造高9米、寬9米、重達30噸的種子船。2014年種子船跨越國境，從日本瀨戶內海回到冬山河畔，以童玩節為舞台，展開另一段的魔幻新旅程。種子船落腳宜蘭後，結合互動設施，包括大型溜滑梯與彈跳床體驗等，與當地社區居民共同創作，激盪出更具意涵的在地生命。在藝術廣場大草地上，共分成三大區塊，在「魔幻種子船」中，每日安排兒童劇團或街頭藝人表演；在「毛怪蹦蹦樂」區，有魔幻彩虹、魔幻彈跳床、魔幻小小毛怪區及魔幻滑道；在艇庫2樓則規劃了「玩藝玩互動工坊」，邀請國內外藝術家、工藝師、在地社區進駐。



2014宜蘭國際童玩藝術節（冬山河親水公園）



地址：宜蘭縣五結鄉親河路二段2號

電話：(03) 960-0322

日期：7/5~8/24

時間：09：00~19：00

門票：假日成人350元、兒童250元；

平日成人250元、兒童150元

官網：<http://www.yicff.tw/2014/tw>

依山傍海·兩棲補給站

宜蘭北關加油站

文·圖 / 徐永先

宜蘭，現在最讓人津津樂道的非童玩節莫屬了，但其實早在雪山隧道開通前，宜蘭的自然美景更是令人稱羨，讓許多人不惜舟車勞頓也要一睹蘭陽八景的美麗壯闊。其中，台灣中油的北關加油站就地處蘭陽八景中的一龜山朝日、北關海潮、石港春帆三景交界，更為所有旅客到宜蘭必訪的景點。

北關，是當初鎮守蘭陽平原最北邊的隘口，北關加油站亦以此為出發，成為宜蘭全縣唯一的海陸兩用站，守護往來濱海公路的用路人，以及當地辛勤出海的漁民，為在地的鄉親加油。





北關限定 海陸兩用

北關站位於頭城鎮濱海路三段，沿途依山傍海的景色，更有獨特單面山造型的蘭陽博物館及烏石港，值得細細品味一番。進入北關站後第一眼的印象即是充滿在地風情的彩繪牆，北關站站長張桂崇表示：「北關站於76年落成，並在100年更新改建，特地設置一面彩繪牆，和當地的梗枋國小合作，請學校同學在牆上作畫，蔚藍的色調及生動活潑的彩繪樣貌，完全表現出了北關加油站與社區結合的最佳典範。」

北關站之所以能完全融入在地生活，身為宜蘭全縣唯一的海陸兩棲加油站是相當重要的一環，也是它的在地特色。從彩繪牆旁的小石階下去，即為梗枋漁港；映入眼簾的是漁船整齊排列的港口景觀，以及乾淨整潔的漁用加油站，一改對港口加油站髒亂的刻板印象，北關站實在難能可貴。





張站長對此說道：「我在北關站服務已經有八年的時間，和當地居民都成為好朋友、好鄰居，除了站內同仁努力做好站容整潔之外，當地的漁民見到我們的努力與認真，也會主動幫忙維持環境。」由此可見張站長在這社區已經不單單只是加油站站長了，更是鄉親的大家長。

討海人情 活動親民

俚語「出海人看天吃飯」，自然有其道理，張站長就能深刻感受到討海人的辛勞並感同身受。北關加油站的營業時間為早上8:00到晚上5:00，但並不是每次都能如時休息。某天張站長在晚上11點時接到漁民的電話，希望他可以幫忙加油，因為臨時決定要出海，沒有油是賺不了錢的，張站長接到電話後二話不說，立即動身前去幫忙，讓漁民感動萬分。張站長說：「幫助在地居民是我應該做





的，聽到他們有困難我當然第一個站出來啦！」除了這次的事件之外，還有許多漁民由於無法趕上打烊時間，希望張站長等等他們的情況更是不勝枚舉。

張站長表示，除了幫助漁民外，北關加油站更舉辦了許多與在地拉近情感的活動。例如98年檢修公司汰換電腦建置電腦教室及員工合資購書百冊贈送二城國小；100年舉辦「單車逍遙遊 樂活在中油」活動，號召400位單車騎士前來北關站，共同享用自助美食，推廣北關單車運動，種種活動琳琅滿目。張站長最後說道：「中油在梗枋地區已經是一個象徵，穿上這身藍色制服便代表了公信力、親切、友善的形象，而我也以身穿這件制服為榮！」



週休二日



悠遊宜蘭

撰文 / 梅林

拍攝 / 李志偉 台東海濱公園



二日遊
行程建議

◎ 住宿宜蘭市、五結地區

DAY 1 宜蘭市火車站前租車→逛車站前的魔法噹森林、幾米彩繪廣場、黃春明的百果樹紅磚屋喝咖啡、看表演→午餐：宜蘭市區吃小吃→到民宿或飯店CHECK IN→逛逛金城武中華電信4G廣告中的宜蘭文學館、合盛太平咖啡館→晚餐：宜蘭市吃小吃

DAY 2 早起到冬山河親水公園參加童玩節玩水→宜蘭傳藝中心參觀電影《大稻埕》拍片場景、吃午餐，下午兩點還有《廖添丁傳奇3—俠道》街頭表演→到親水公園對面租腳踏車，沿冬山河畔騎車兜風→宜蘭火車站或客運站賦歸



◎ 住宿羅東、冬山地區

DAY 1 羅東火車站或客運站→租車→羅東林業文化園區看貯木池、運材蒸汽火車頭展示區、森林鐵路、臨水木棧道與日式老木屋群→午餐：羅東林業文化園區對面林場肉羹或羅東小吃→到民宿或飯店CHECK IN→逛羅東文化工場欣賞夕陽美景→逛羅東夜市，順便吃晚餐

DAY 2 享用完早餐→羅東運動公園散步、欣賞水舞、看落羽松林群→午餐：羅東小吃或冬山鄉小吃→前往冬山鄉中山休閒茶區做茶燻蛋、綠茶粉圓、綠茶冰淇淋等茶事DIY（最好事先預約，一種DIY約一小時）→新寮瀑布消暑、吸收芬多精→賦歸

如
何
到
宜
蘭

◎ 從西部出發

開車：國道一號或國道二號，接國道五號，可選擇宜蘭、羅東、五結下交流道，可達宜蘭市、羅東鎮，與童玩節會場－五結鄉冬山河親水公園。

搭火車：搭火車至宜蘭站、羅東站，再到車站對面或附近租摩托車或汽車，前往各地旅遊。

搭高鐵：搭高鐵坐到台北車站，轉乘葛瑪蘭汽車客運、國光客運到宜蘭市、羅東鎮。再到車站對面或附近租摩托車或汽車，前往各地旅遊。

搭客運：台北與大台北地區可搭乘葛瑪蘭汽車客運或首都客運、國光客運到宜蘭市、羅東鎮。再到車站對面或附近租摩托車或汽車，前往各地旅遊。

◎ 從東部出發

開車：台9線或台11線到宜蘭，沿途可選擇宜蘭各大景點停靠休息。

搭火車：搭南迴鐵路至宜蘭站、羅東站，再到車站對面或附近租摩托車或汽車，前往各地旅遊。

搭高鐵：至高雄搭高鐵坐到台北車站，轉乘葛瑪蘭汽車客運、國光客運到宜蘭市、羅東鎮。再到車站對面或附近租摩托車或汽車，前往各地旅遊。

租
資
車
訊

汽車租賃

機車租賃

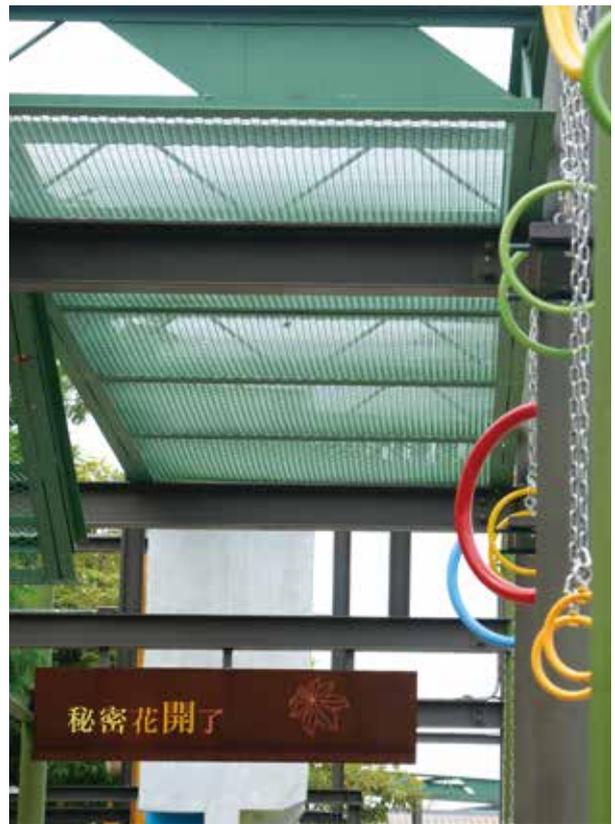
	汽車租賃	機車租賃
宜蘭車站	永定租車 (03) 937-4638 宜大租車 (03) 931-2038	永定租車 (03) 937-4638 宜大租車 (03) 931-2038 胖胖機車出租精品店宜蘭店 (03) 938-8000 (可甲地乙還)
羅東車站	達伯聯合租車 (03) 9550513 格上租車 (03) 960-2116 益興小客車租賃公司 (03) 960-6385	胖胖機車出租精品店羅東店 (03) 955-1881 (可甲地乙還) 利祥機車出租中心 (03) 955-1616







幾米廣場



找回迷失的心

撰文 / 梅林 圖 / 徐永先

為了找回宜蘭火車站的繁華與人潮，去年六月全台第一座幾米主題廣場成立，推出《星空》、《地下鐵》和《向左走向右走》等繪本場景後，2014年農曆年前這裡又增加了《微笑長頸鹿》與《星空列車》場景，讓宜蘭火車站成為一處童話與現實交融的繪本場景，喚醒心中的童真。



宜蘭火車站曾經是宜蘭的重要樞紐，隨著雪隧的開通大大縮短交通時間，加上宜蘭轉運站設置在火車站後方，於是往來宜蘭火車站的人潮少了，商圈也慢慢沒落，宜蘭車站旁的台鐵宿舍、存放米糧的倉庫成了蚊子館。

為了找回宜蘭火車站昔日風華，設計師黃聲遠花了10年，慢慢地、有計畫地改變了宜蘭的地貌，像是西堤社福館與屋橋、三星鄉公所展演棚、傳藝中心四期、楊士芳紀念林園、宜蘭車站咕咕噹城鄉新風貌計畫、羅東文化工場等負責宜蘭眾多重大公共建設。2013年，黃聲遠找來身為宜蘭人的幾米一起出力，將幾米繪本裡的人物與場景重現，將宜蘭火車站一旁的鐵路局舊宿舍，規劃成全台唯一一座的幾米主題廣場，成功地吸引國內外的幾米迷朝聖，找回了宜蘭火車站的榮景。





唯美主題 療癒加分

而繼去年6月幾米主題廣場推出以《星空》、《地下鐵》和《向左走向右走》等繪本場景之後，2014年農曆年前這裡又在宜蘭車站增加了《微笑長頸鹿》與啾啾森林的《星空列車》場景，更增加了幾米廣場的可看性！





若是搭乘火車，一走出宜蘭火車站抬頭看，就會瞧見幾米作品《一起走向春天的下午》裡的長頸鹿正閉目微笑地迎接每位造訪宜蘭的旅人，而車站成了森林裡的花園，轉眼間車站變身為童話車站，讓人不禁停下腳步拍照；向宜蘭火車站對面望去，以高大鐵樹木架構成的哇哇噹森林，《星空》繪本的星空列車正在半空中奔馳，長30米每節車廂重約500公斤的彩色星空列車正要展開奇幻旅程，成了童趣夢幻畫面，小傑興奮地探出頭、放聲大叫伸出手來，火車另外一端，可愛的小美卻顯得一派自在與淡定，卻又像是強忍著心中的雀躍。

走出車站，左轉穿越一排日式木造屋的舊台鐵宿舍，出現眼前的是取自《地下鐵》中各式大大小小的行李箱，而《星空》裡搭公車的場景，如假包換地鑲嵌在兩面牆上，中間則是立體的飛天麋鹿與行李箱；《向左走·向右走》裡的男女主角，總是有各自的去處，男主角一手提琴盒，一手拿大提包向左走，女主角拖著行李向右走，繪本裡經典畫面正活生生走進現實生活中。

星空列車 喚起童真

馬路對面，幾米《星空》筆下的主人翁，小男孩與小女孩正站在綠色大兔子前並立等著公車，他們正要去遠方旅行或準備搭車回家呢？無限的想像空間，讓人忍不住陪在他們身邊一起等著公車，也或許說的正是當下每個旅人的心情。



逛完了幾米主題廣場，不妨到哇哇噹森林裡的百果樹紅磚屋看藝文表演、賞春明餅！用宜蘭火車站前「舊米穀檢查所宜蘭出張所」改建的百果樹紅磚屋於2012年9月開幕，是鄉土作家黃春明在宜蘭的文創基地，也是一間讓等火車的旅人休憩的所在。

「百果樹」是取自黃春明所創立的黃大魚兒童劇團的戲碼〈我不要當國王〉中的元素。平日店裡展示著黃春明老師以宜蘭為主題的撕畫、油畫等畫作外，架上更有小說、繪本等藝文作品可供翻閱或購買。

而每到週末，店裡就會有免費的戲劇表演或者是講故事活動，提供親子一處互動的空間。周五晚上則舉辦名家達人講座，請來吳念真等名家達人一同分享想法或生命經驗。沒有辦活動的晚上，則會有老電影播放。若是好運，也許還能看到黃春明老師當起服務生，親自送上一杯香醇咖啡！

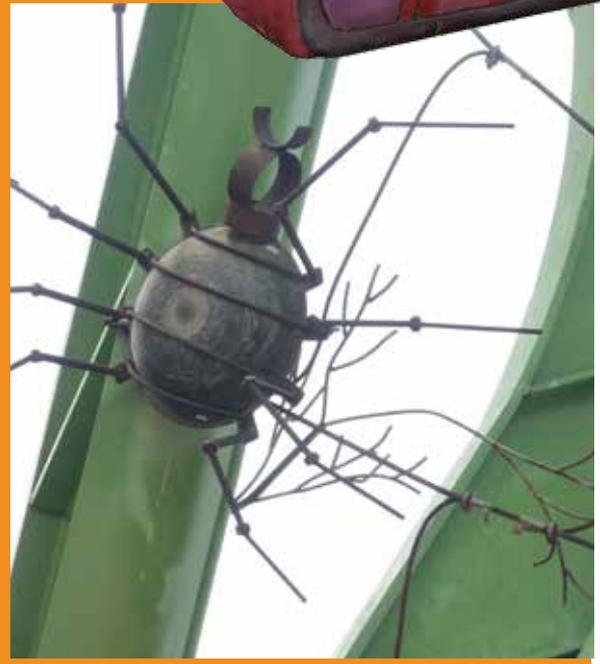


幾米主題廣場

地址：宜蘭縣宜蘭市光復路1號（宜蘭火車站）
 時間：24小時開放
 費用：免費參觀

百果樹紅磚屋

地址：宜蘭縣宜蘭市光復路13號
 電話：(03) 932-0840
 時間：10：00～20：00（假日前一天延長至21：00，週一休館）
 價格：最低消費每人100元，各項活動不另收費。





阿全造相・2012



阿全造相・2012



穀東俱樂部

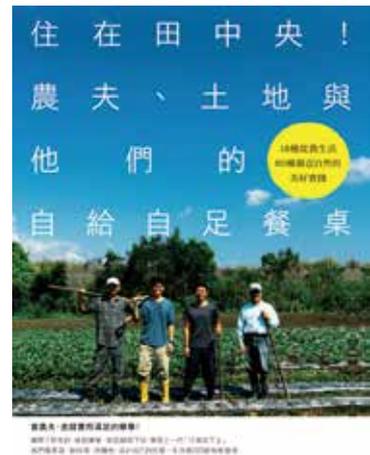
20

圖文轉載 / 麥浩斯出版社

新農夫的育成平台

這裡有書店、有張每到中午陸續會有人聚集的大木桌、有群可以吃到在地食材的孩子、幾組互相陪伴的農夫、一隻叫熊熊的狗、一張歸農10年的手繪年曆……

這裡不只是宜蘭員山，更是倆佰甲，他們用鋤頭與汗水，寫下「志願農民」的故事，從城市移居來此，嘗試新的生活、新的從農可能。



網路時代的創新實驗

賴青松說，倆佰甲是進階版的穀東俱樂部。

當穀東們想半農半X（自己本身的工作或其他），卻不知如何開始，就來倆佰甲吧！他是宜蘭員山的草根組織，也是網路時代的創新實驗場。作為新農夫的育成平台，倆佰甲試圖解決新農踏下第一步的萬事起頭難，從找地、找房、農事指導、技術支援，到陪伴農耕全都一手包辦，發起者楊文全笑著說：「其實我是來找人陪我一起種田。」

「農村」、「創新」；「鄉下」、「網路」，兩組看似對立的概念，倆佰甲卻把他融合得很好。台大城鄉所博士班畢業的楊文全，博論做的正是Linux開放原始碼的創新城市研究，他說：「倆佰甲是我博論的實作。」

在他口中，倆佰甲就像個維基百科，由所有參與者來共同編寫條目與他可能有的樣子。如果來的是個畫家，說不定倆佰甲裡會有個一邊賣米一邊賣畫的藝廊，剛好去年有戶農夫想開書店，於是今年的倆佰甲就多了間書店－「小間書菜」，讓所有人都可以來以書換菜或以菜換書。

開放與分享的理念，使倆佰甲在短時間內迅速成長，楊文全說：「只要一年增加5個農民，每人種2甲，20年後就有2百甲，到時，整個蘭陽平原都可以友善耕種了。」



青蔥炒白蘿蔔

別以為只有三星的蔥好，員山的好水質，使青蔥吃來無論嗆味與甜度都適中。用附近小農種植的青蔥與蘿蔔，簡單拌炒即健康美味。

食材：蘿蔔適量、蔥適量、醬油少許、鹽巴少許、糖適量

作法：蘿蔔切薄片加入醬油、糖一起燉煮，起鍋前將切段好的蔥放入拌炒一下，最後加鹽調味即可。



洋蔥炒蛋

朋友給的洋蔥，不知道誰帶來，躺在農民食堂裡的雞蛋，搭上員山的好青蔥，有什麼食材就煮什麼，像極了倆佰甲的自然自在風格。

食材：洋蔥1顆、青蔥少許、蛋3顆、鹽巴適量

作法：洋蔥切絲，蛋打散，先起油鍋將洋蔥炒軟後，放入蛋液拌炒，起鍋前加入蔥段並用鹽巴調味即可。

從記錄新農夫到育成新農夫

楊文全覺得，網路時代的創新指的應該不再是矚谷、竹科那種園區式的概念，而是可以應用到農村與部落裡，當時還不知道實際可以做點什麼的他，決定先到宜蘭來做影像記錄。

在賴青松的引薦下，楊文全陸續拍了不少農夫。他曾看過一張1960年代的照片：一塊插在田埂上的木牌子，上面寫著：「因為這塊田使用農藥，所以農夫可以去工廠上班。」對比上二次大戰後農藥與化肥的大量發展，可想見當時這位農夫是如何跟得上農業潮流與時代趨勢。





他用open source的概念經營倆佰甲，強調開放、分享的態度、重視農友彼此間的交流與溝通。同時，倆佰甲也是網路時代行銷通路的集合。網路時代的經濟模式是無限延伸的人際網絡，就像臉書一直延伸分享出去。倆佰甲的夥伴們各自經營自己的品牌與人脈，如果自己種的米不夠賣，還可互相支援，1甲地的米，不一會兒就賣完，找到了網路時代的新經濟模式。

未來，農民食堂旁的空間還會成為「兒童圖書館」，讓放學的深溝國小學童多一處可以閱讀的地方。然後，還會有什麼呢？就像楊文全說的，倆佰甲就像個維基百科，等著所有參與者的編寫，就看未來還有人提出什麼樣好玩點子來。

跟著農夫吃

辛苦了一個上午，要來好好吃頓好的。有時是剛從田裡摘下來的蔬菜，有時是附近小農的採買。其實，只要大家聚在一起，就很愉悅幸福。



食「隨」滋味

宜蘭地大物博，又是台灣歷史悠久的縣市，加上臨海靠山，蘊育出許多獨特且歷史悠久的在地風味小吃。本刊特別邀請在地小吃達人—黃玉芬，帶大家品嚐這些在地人最愛的在地風味，用味道留下宜蘭的味覺記憶。

撰文 / 梅林



宜蘭美食

黃玉芬（宜蘭縣台灣中油
加盟站聯誼會會長）

❖ 八寶冬粉

在礁溪當地已經有20幾年歷史，每到用餐時間不管是餐廳裡或門口，總擠滿川流不息上門嘗鮮的客人。店裡的人氣招牌就是八寶冬粉，每天新鮮現做的蝦球、花枝、肉條、木耳、筍絲跟招牌手工肉羹，配上每天一大早老闆開始熬煮的大骨高湯，料多豐富、味道醇鮮，難怪幾乎每桌都會點上一碗。此外，以煙燻豆皮裹上榨菜的香菜豆腐皮捲，可是別處吃不到的美味小菜。

地址：宜蘭縣礁溪鄉中山路二段131號
電話：03-988-4665
時間：05：00～21：00（雙週週二休）



❖ 柯氏蔥油餅

銅板美食人人愛，來到礁溪更不能不吃柯氏蔥油餅，簡單的美味卻讓人愛不釋口。無論平日還是假日，在柯氏蔥油餅店面前總是排滿長長的人龍，即使店家分工合作，也難以縮短為了美食不畏豔陽的人潮。現擀現做的餅皮加上香氣十足滿滿的三星蔥，使用半煎炸的方式料理，最後加上店家特製的三種獨特沾醬，這就是讓大家排隊30分鐘也要吃到的在地美味。

地址：宜蘭縣礁溪路四段128號
電話：0972-158603
時間：09：00～18：00



❖ 正好鮮肉小籠包

「正好」原名正常鮮肉小籠包，因為兄弟分家，於是改了名，卻一樣人氣不減，因為賣了20多年小籠包所累積下的好口碑難以動搖。店裡主賣小籠包、酸辣湯兩種。小籠包的皮都是當天現做、現擀，皮薄可透光、甚至可以看到餡料，一口咬下後以溫體豬後腿肉加上宜蘭蔥、高粱酒與香油的內餡，不停地湧出甜美的肉湯，根本顧不得燙，讓人只想用力把湯汁的美好全部回收，吃完後滿口盡是肉的香氣與美味，這就是正好鮮肉小籠包讓吃過的人著迷的魅力。

地址：宜蘭市泰山路25號之1（光復國小對面）
電話：03-932-5641
時間：08：00～12：30、15：00～19：00（週一休）



宜蘭美食

❁ 游家麻糬米糕

這間麻糬很不一樣：第一，沒有店面的小攤子，卻有百年以上的歷史，至今已賣到第四代，不變的是每天手工現做的堅持。第二，這裡的麻糬有加米飯，是麻糬與米糕的合體，是只有宜蘭市才有的麻糬口味。第一代創始人在當時窮困的年代，讓買的人吃得更飽，於是在傳統麻糬外層再加上一層糯米飯，增加飽足感，而這一賣也成了全台獨步的口味，也是許多宜蘭人從小吃到大的味覺記憶。第四代老闆游景源在傳統外發輝創意，加入海苔肉鬆、宜蘭金棗、鴨賞、地瓜竹炭等入餡的創意麻糬。因為店裡所有餡料都是當天現煮的，賣完就不再製作，因此想吃最好別太晚到。

地址：宜蘭市新民路96號前

電話：0918-503-069

時間：07：30～14：00（賣完提早休息，天氣太熱會休息）



❁ 黑雞發担担麵

「黑雞發」乍聽怪怪的，卻是來自於第一代創始人黃石村，被叫「石發」、「黑雞」的綽號，現在已經賣到第三代。店裡有全台少見的烏骨白斬雞，選用的是宜蘭頭城當地養雞場飼養、三斤左右的母烏骨雞，因為肉質才夠鮮嫩、夠格做白斬雞！烏骨白斬雞淋上以豬油炸蔥的蔥油，肉質吃起來柔軟裡又微微帶勁，肉汁的甜美裡又有蔥油的香，只要吃過一次就會記憶深刻。另一個招牌一担担湯麵，以煮烏骨雞高湯配上大骨湯，結合雞骨的甜、大骨湯的渾厚，光這高湯滋味就很迷人！

地址：宜蘭縣冬山鄉廣興村廣興路321號

電話：0936-125-774

時間：09：00～17：30（假日提早休息）



❁ 香廚米粉羹

因為位於羅東北成國小旁邊，所以總被宜蘭在地人暱稱為「北成臭豆腐」，是宜蘭人才知道的巷仔內美食。不要看店面小小的，這可是間30幾年的老店，人氣旺到每到假日得抽號碼牌，乖乖排隊。招牌的臭豆腐，是老闆用青草汁浸泡發酵到整塊發綠，自己發酵的綠色臭豆腐，聞起來臭，炸酥以後卻香得誘人，咬開後黃豆香不斷冒出，裡頭還有滿滿的燙舌豆汁，被封為「爆漿臭豆腐」，什麼都不沾光原味就很好吃。

地址：宜蘭縣羅東鎮北成路一段122號

電話：03-951-5546

時間：08：00～19：00





「淑」立典範 「薇」風八面

台灣網球一姐—謝淑薇

女子雙打雙料冠軍—謝淑薇在台灣已經是個響亮亮的名字，從當初少女時的叛逆迷失，到一步步逆流而上成為冠軍，一部活生生的勵志電影，正在繼續上演著驚奇，且讓我們窺探謝淑薇的故事。

撰文 / 許家嘉

謝淑薇！一個讓全世界看見台灣人的名字，在全球網球的最高殿堂溫布頓公開賽，替台灣拿下史無前例的女雙冠軍，更在今年的法國網球公開賽再度摘下女雙后冠！

謝淑薇從5歲開始打網球，6歲開始參賽、9歲出國比賽、13歲進入國際青少年賽事、15歲開始打職業賽，她的運動生涯有起有落，對一個天才型的運動選手來說，堅持自己的夢想，才能攀上世界高峰！謝淑薇的父親謝子龍從謝淑薇5歲開始，就以土法煉鋼的方式訓練她，謝淑薇並沒有辜負父親的期望，展現「網球神童」的特質，在她16歲那年，她以初生之犢不畏虎之姿，在名古屋國際青少年網球賽決賽中，竟一舉打敗俄羅斯女將莎拉波娃（Maria Sharapova），網球世界的明日之星於是誕生。



年少輕狂 迷途知返

然而，謝淑薇一度不認同父親的嚴格教育，她逃到了日本，父女關係降到冰點，三年後，謝淑薇終於迷途知返，決定要走職業網球之路，她重拾網球拍，回到自己的軌道，只不過，衝上世界之頂的道路上，一路跌跌撞撞，即使在最窮困的時候，她上街撿保特瓶做資源回收換錢，早餐只吃稀飯配醬油蛋，她仍堅持不認輸，朝夢想前進。

直到25歲，隨著弟妹逐漸有能力負擔訓練費用，謝淑薇為自己聘請澳籍教練保羅麥納米（Paul McNamee），開始調整策略及比賽態度。兩人從溫布頓開始合作，開創了謝淑薇這個大躍升的「創紀錄年」。保羅替她安排賽程、找雙打搭檔，為了擠入世界排名56名，謝淑薇在兩百多天裡她連趕了21站的比賽搶積分，為台灣贏得了單、雙打的兩張奧運入場券，不到一年，世界排名最高到了54名。謝淑薇奧運初經驗難忘又感動，她說：「我非常喜歡穿著國家隊球衣出賽，那不只是為自己而戰，更是為台灣而戰，我感到很光榮。」

謝淑薇分析說，當一個運動選手，最重要的心態就是找回打球樂趣、享受現場掌聲！「放手一搏，打就對了！」如今謝淑薇與中國選手彭帥搭檔的雙打打出絕佳默契，站上世界舞台，因為她告訴自己，「不管單打或雙打，拿的都是『大滿貫冠軍』。」

堅持到底 就是勝利

事實上，謝淑薇多年征戰的雙腳已有習慣性扭傷舊疾，一直時好時壞；最糟糕時，連走路都會扭到。再加上到異地征戰，難免感到不適應，然而這些困擾，卻沒有成為她創下紀錄的阻礙，她仍咬牙和血吞，謝淑薇樂觀地說：「哪種工作沒有低潮？面對低潮就樂觀面對。」超越輸贏，只重視是否拼盡全力，她熱愛網球，已把網球視為生活的一部分。謝淑薇對網球的堅持，令人動容，「我無愧於自己，我為自己感到驕傲，無論外在給我多少壓力，也要堅持、堅守自己。」

成功倚靠的是不懈的努力與堅持的信念，也需要眾人的支持鼓勵。在謝淑薇身後，中油就是不斷默默支持的幕後推手。在贏得法網雙打冠軍後，謝淑薇為感念這份一路相挺的心，在7月16日上午專程赴中油公司拜會董事長林聖忠，從這裡不難看出在她強悍的球風下細膩的一面。



謝淑薇小檔案

1986年生，台灣新竹人

2013年
溫布頓女子雙打冠軍
台灣網壇第一座大滿貫金盃

2014年
法國網球公開賽女雙冠軍
世界網球雙打排名第一

石破天驚!!!

中油·油來遊去集字快樂送

《油來遊去》七月起正式改版，全新的內容帶給讀者全新體驗。特別推出「油來遊去」集字快樂送活動，本刊將於各期刊物中藏發送字樣，集滿「油來遊去」四個字即可參加抽獎，獎品包括洗可麗環保洗衣精200罐、暢銷書籍《漂流台東》5本等豐富好禮，最大獎還有全新i Pad Air 1台，數量有限，心動不如趕快行動！



最大獎全新
i Pad Air
一台



暢銷書籍《漂流台東》



洗可麗環保洗衣精

「油來遊去」集字抽獎活動說明

活動期間

即日起至103年10月31日止（以郵戳為憑）。

活動辦法

「油來遊去」四個字會隨機散落在「油來遊去」7~10月號共4期刊物中，請集滿「油來遊去」四個字於集字卡，註明姓名、電話、地址及電子郵件，寄至11560台北市南港區重陽路459號12樓日創社文化事業收，即可參加抽獎。

活動獎項

1. i Pad Air 1台
2. 暢銷書籍《漂流台東》5本
3. 中油生技洗可麗環保洗衣精200罐

抽獎及兌換方法：

- (一) 預訂於103年11月中旬辦理抽獎，得獎名單公布於12月號「油來遊去」刊物中。日創社文化事業公司將以電話或郵寄方式通知中獎者領獎方式。
- (二) 除i Pad Air一台需本人親自於日創社文化事業公司領獎外，中獎者需於通知期限內前兌換完畢，逾期未領獎者，視為自動放棄，恕不兌換！其餘獎項以郵寄方式處理。
- (三) 參加本活動者請務必自行確認個人抽獎資料之正確性，若因資料不全或錯誤，致無法核對、通知活動相關訊息或送達獎項者，視同放棄中獎資格。
- (四) 一人僅限一次中獎資格，不得重複得獎。

注意事項

- (一) 主辦單位保留修改本辦法之權利，但會事先公布。

參加活動者一旦參加本活動，則表示同意接受本辦法之拘束。

- (二) 隱私權聲明：參加者同意所提供的姓名、電子郵件地址或聯絡電話，得由主辦單位及其指定之執行單位或承攬第三人，基於辦理本活動之目的予以蒐集、處理及利用。利用期間為本活動期間103年7月10日起至103年10月31日止，利用地區為台灣。您就所提供的個人資料得要求查詢、閱覽、製給複製本、補充、更正、刪除、或停止蒐集、處理或利用。您得自由選擇是否提供個人資料，但若不提供，則主辦單位無法給予有效參加資格，亦無法履行提供獎項的義務。
- (三) 本活動因故無法進行時，主辦單位有權決定取消、終止、修改或暫停本活動。
- (四) 其他未盡事宜，悉依主辦單位相關規定或解釋辦理。

油來遊去有獎徵答預告

本刊將在第12期推出「油來遊去有獎徵答」活動，請各位讀者屆時踴躍參加，題目會從各期刊物內容中隨機選出，千萬不能錯過喔！

數獨解答

7	2	6	9	3	1	5	8	4	2	6	4	9	7	5	9	3
9	5	4	6	8	3	7	1	5	8	7	6	3	4	1	8	
3	8	1	5	7	2	6	9	9	3	8	4	2	6	7		
	7	8	4	6	9	3		4	2	5	9	8	1			
6	1		5		2	7			6	8	3	7				
4		5	3	7	6	1		8	1	4	6	9	7			
8	3	2	4	5	9	6		7	2	8	5	4	1	3	6	
5	6	9	1	8	7	4	2	4	3	1	7	2	5	9		
1	4	7	6	9	2	8	3	5	6	5	9	3		7	2	4



林麻記鴛鴦自助火鍋

二人同行
憑券折價**100元**
(不得與其他優惠同時使用)



玉兔鉛筆學校

單筆購物滿**500元**以上
享**9折**優惠
再送玉兔經典原子筆**1打**
(價值：**60元**)
(不可與其他優惠併用)



小曼咖啡

憑券來店消費
滿**300元**
贈
手工**cheese cake**乙份



藍蜻蜓速食專賣店

憑券來店
消費滿**200元**
送
雞腿乙支或薯條乙份



祥順素食

憑券來店
消費滿**100元**
送
艾草精油香皂乙個



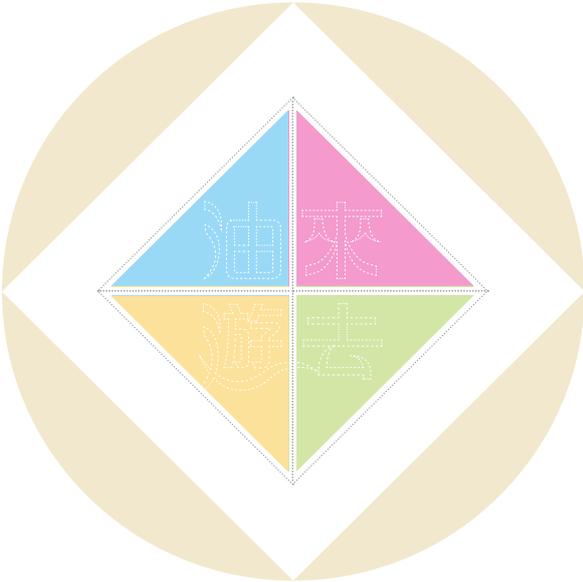
杉原陳家麻糬

憑券來店
初鹿鮮奶麻糬
買**10送1**



活動辦法：

「油來遊去」四個字會隨機散落在本期刊物中，請集滿「油來遊去」四個字於集字卡，郵寄至11560台北市南港區重陽路459號12樓日創社文化事業收，本刊物將於103年11月舉行抽獎，得獎名單公布於次月刊物中。



姓名：
地址：
電話：
e-mail：

小曼咖啡

日據時代的老房子，飄散著濃濃的咖啡香，小曼咖啡店位在台東市區的小巷中，用一種衝突的視覺帶給喜愛咖啡人士一個全新享受。

地址：台東市中華路一段376巷33號（春日部旁）

電話：089-350108

時間：週一至週日09:00-23:00
13:00-23:00

（固定週二公休）

優惠期限：103年7月1日～
103年12月31日

玉兔鉛筆學校

1947年玉兔品牌成立，並推出台灣第一支原子筆。2008年在宜蘭成立「玉兔簽筆學校」，將工廠觀光化、觀光工廠化的最新理念實際應用出來，將這隻小紅兔的精神與堅持，再次靈動地在大家面前躍動。

欲參加「導覽+DIY」活動（2小時/150元/人）請事先電話預約

地址：宜蘭縣五結鄉中興路三段330號

電話：03-9653670#88

網址：www.rabbit1.com.tw

優惠期限：104年1月31日

林麻記鴛鴦自助火鍋

新開張的林麻記鴛鴦自助火鍋店，優雅精緻的用餐環境，提供7種不同的湯底、近百種好料一應俱全，CP值破表，尤其是現點現切的各式肉品，讓民眾享受美味的同時更為健康把關。

中和店

電話：02-8226-5758

傳真：02-8226-3758

地址：中和市建一路166號（遠東科技大樓 金色F棟）

時間：固定週二公休

優惠期限：至103年9月5日

杉原陳家麻糬

老闆保留傳統麻糬的口感與創新研發技術，並結合台東在地特色食材，製成柔嫩Q彈的冰涼麻糬，保證給您前所未有的好味道。

卑南店

地址：台東市更生北路216號

電話：089-232521

三和店

地址：台東縣太麻里鄉漁場137號

電話：089-510236

優惠期限：103年7月1日～
103年12月31日

祥順素食

祥順素食座落於台北市鬧區街頭，強調健康、便利的素食餐點，為忙碌生活的台北人提供了一個安靜休閒的場所，除了好吃養生的餐點之外，更有許多艾草系列的生活產品，讓來店的顧客不僅吃的健康更用的安心。

電話：02-2395-2727

地址：台北市中正區南昌路一段51巷5號1樓

時間：週一～週六
11:00~14:30 17:00~20:00

優惠期限：103年7月1日～
103年12月31日

藍蜻蜓速食專賣店

當地台東人標榜的美味速食店！難以取代的滋味伴隨著許多當地人一起成長，美好的孩童回憶都是在這累積。

地址：台東縣台東市大同路214號

電話：089-310-869

營業時間：10:30~23:00

優惠期限：103年7月1日～
103年12月31日

動動腦 沒煩惱 玩數獨 心情好

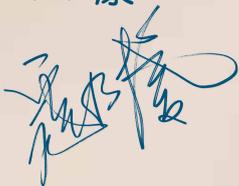
數獨的遊戲規則很簡單：在九個九宮格裡，填入1到9的數字，讓每個數字在每個行、列及九宮格裡都只出現一次就可以過關了！

					5	8		
			2			7	1	
3		1			4			
2				1			5	
		3	8		9	4		
	9			2				8
			7			1		6
5	6				3			
	4	7						

		4	1	9				
	8	7		2				
1	9				5			
3				7		6		
9	7		2		1		4	5
		5		3				2
			9				3	6
				6		8	5	
				1	8	7		

貼身好潔淨 · 身體好健康

照顧家人



洗可麗環保洗衣精

交給



溫和親膚 潔淨好健康

洗可麗

See Clean

環保洗衣精

強效洗淨

好沖洗

輕鬆去除污垢

高生物分解度



環保標章



洗可麗



CPCBio 中油生技

服務專線 1912 或撥 0800-224171

詳情請洽
中油加油站



快快回函

「油來遊去」刊物讀者回函一第2期

請至 <http://goo.gl/uVUY4T> 填寫



問卷 QR-Code

