

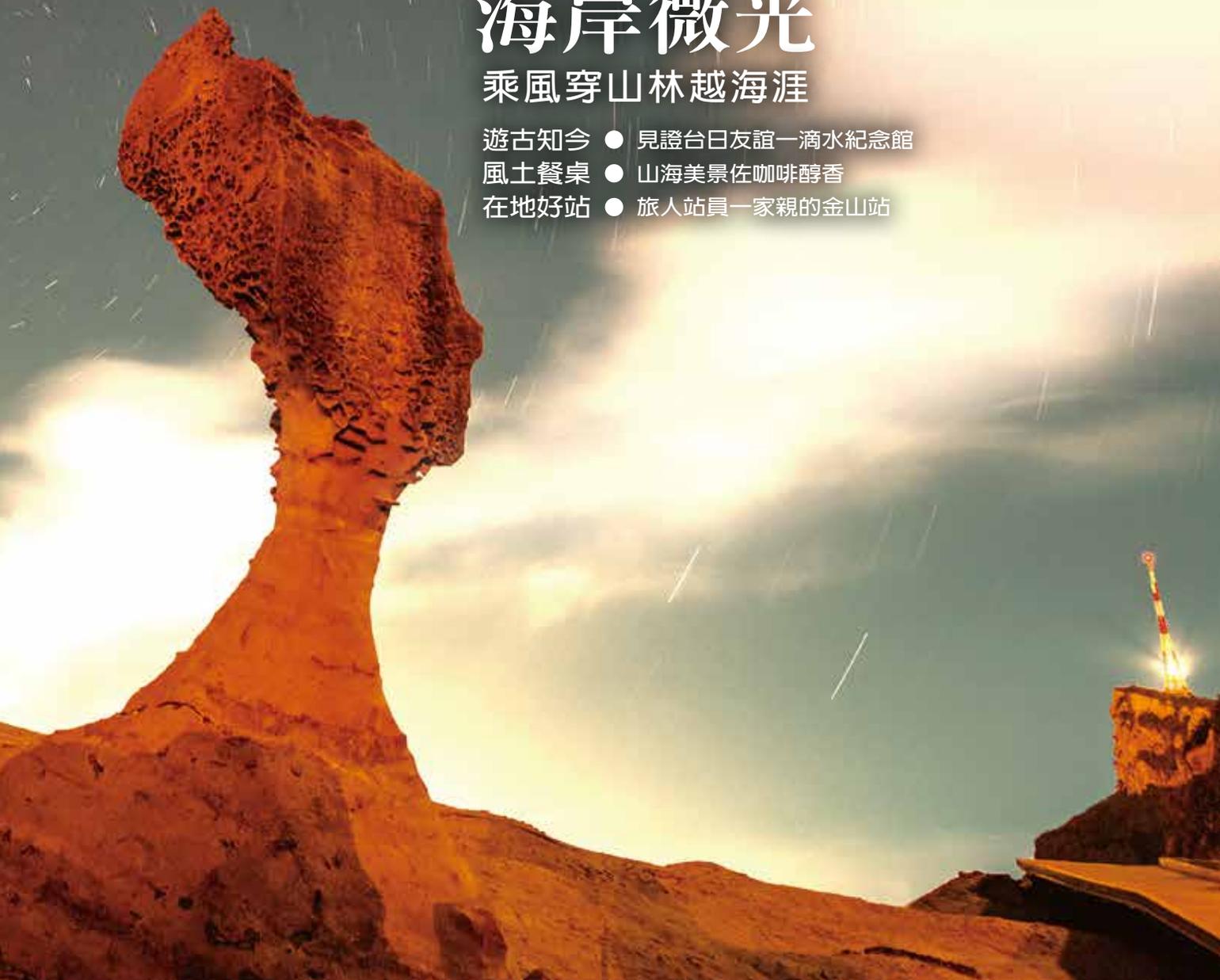
由來遊去

24
2016.06

北海岸 North Coast 海岸微光

乘風穿山林越海涯

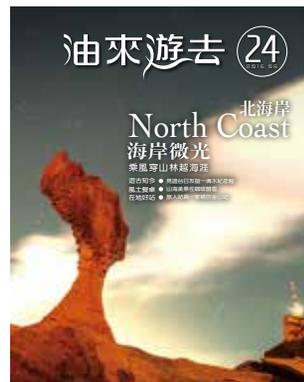
- 遊古知今 ● 見證台日友誼一滴水紀念館
- 風土餐桌 ● 山海美景佐咖啡醇香
- 在地好站 ● 旅人站員一家親的金山站





野柳地質公園的奇岩怪石是北海岸最具代表性的地形景觀。

油來遊去



■ 2014年7月創刊 ■ 第24期

攝影地點：萬里野柳地質公園

封面攝影：莊信賢

油樂台灣 | 愛玩咖

- 02 **油山玩水** 乘風穿山林越海涯
- 06 **遊樂攻略** 北海岸 漫遊小地圖
- 08 **在地好站** 員工遊客一家親 純樸人情金山站

來趣鄉土 | 瘋人文

- 10 **遊古知今** 患難中的真情 見證台日友誼的一滴水紀念館
- 12 **豐盛人文** 宇宙星空化為璀璨藝品 周宇軒的琉派美學

遊賞餐桌 | 品風土

- 16 **風土餐桌** 北海岸美食 / 「阿拜」 / 金山焢甘薯 / 咖啡館
- 20 **在地好食** 庶民人氣小吃 大排長龍也要吃

去讀生活 | 輕文學

- 22 **馬路教我的一些事** 節能減肥計畫
- 24 **輕小說連載** 「一起加油吧」12 〈完結篇〉

幸福點滴 | 在中油

- 26 **挖掘感動** 關懷大地潔淨地球 中油70週年淨山活動
- 28 **真心分享** 台北換胎、台南補胎，連鎖服務真方便！

輕鬆自在 | 享優惠

- 29 **忠實粉絲大募集！**
- 31 **7月號全新改版！**
- 31 **折扣優惠Coupon券**

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：2016年6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。

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

從這座山到那座山
設兩點的距離為X
我把微風當作Y穿越了
穿越了霧嵐
穿越了山巔
迎面撞見那片喚作東海的藍
那條逐浪的方程式
答案在金山小鶴的羽翼裡

海岸 微光

乘風穿山林越海涯

glimmer coast



石門海堤草里燈塔

乘風穿山林越海涯

文·圖 / 董昱、蔡嘉璋

串起人文與自然的道路 山與海的交響詩

在陽光的照射下，海水與天空的湛藍讓人暑意全消。沿著台2線的海岸公路，騎著機車或腳踏車，感受濱海的溫煦和輕風，可以說是北台灣最令人難忘的旅行方式之一。沿途經過的淡水、三芝、石門、金山、萬里，各自的美麗與特色，在湛藍公路的串連之下，構成北台灣最美麗的景致。

穿越北海岸的捷徑—陽金公路訪八煙

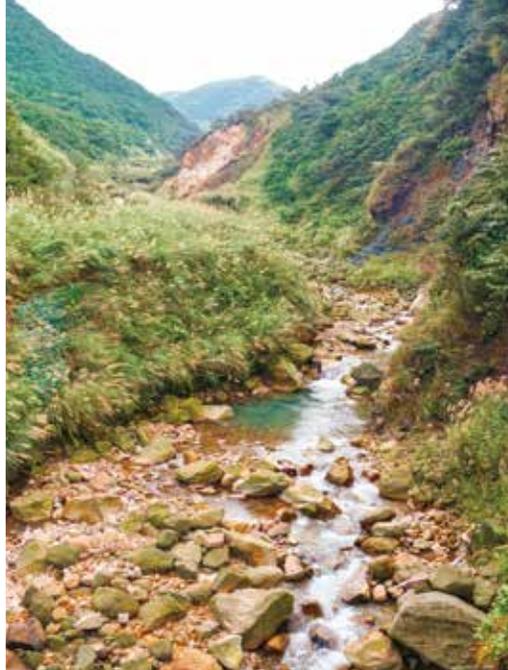
想要前往北海岸，大部分的人都會先到淡水，再沿著台2線環海公路前行。這條路線的優點是寬大、好走，不過卻也因為交通的流量，讓旅行的步調受到阻礙。事實上，前往北海岸還有另外一條值得探索的路徑，那就是直穿陽明山的陽金公路。從土林的仰德大道出發，陽金公路沿著山麓爬行。沿途經過的冷水坑、擎天崗，都是陽明山有名的旅遊景點。跟著台2甲線的路標前進，陽金公路的路線一路往東北延伸，最後在金山市區的地方與台2線匯聚。由於道路較小、山路崎



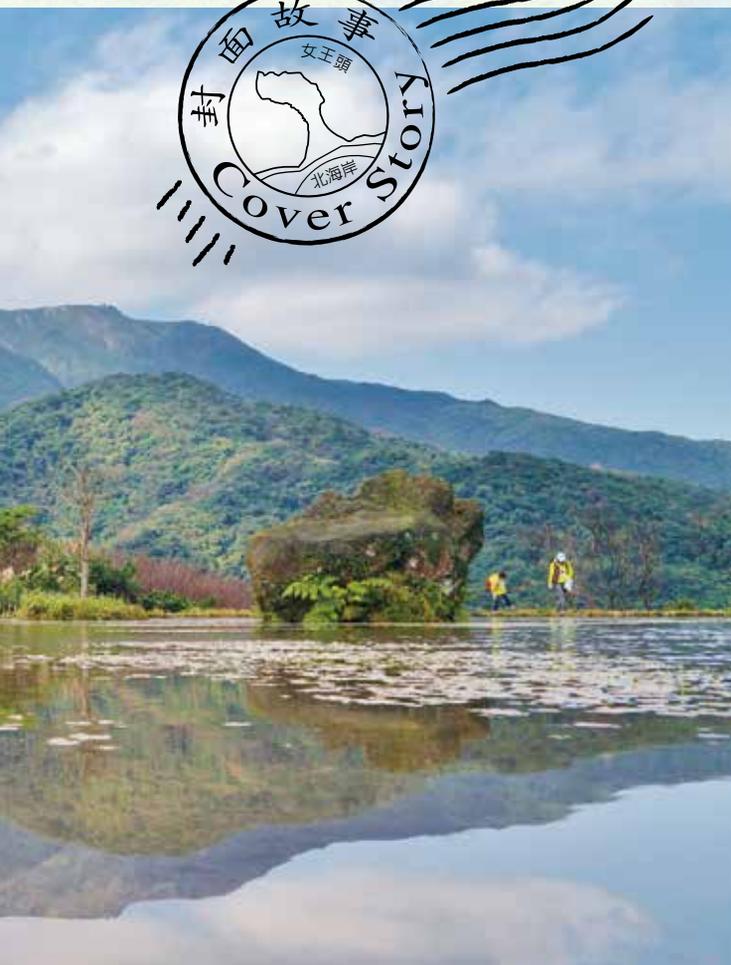
- ▲ 天氣好的時候，八煙聚落的水光山色格外美好。
- ◀ 經陽明山到北海岸，沿途會見到許多放風箏遊客，擎天崗、石門風箏公園都是極佳放風箏之處。

嶮、再加上時有起霧的狀況，陽金公路的車流量少得多，卻也為旅行增添了不少風味。

在陽金公路上，八煙聚落可以說是雙北地區的桃花源。所有金山的在地人都會推薦遊客，到八煙享受野溪溫泉的自然與舒適。八煙聚落位於金山區，海拔高度約為320公尺。由於受到東北季風影響，這裡的平均溫度終年比台北市低了3度，相當涼爽。夏季氤蘊的水氣，加上野溪溫泉的地熱，造成水煙雲霧漫漫而升的景致與意境，讓這裡獲得了「八煙」的美名。



▲ 八煙地區的野溪溫泉相當有名，循著溪谷就能看到被硫磺染紅的岩石。



由於產業沒落、謀生不易，八煙地區許多居民早已搬出家園。一直到了2008年，在政府和民間的共同努力下，才以社區總體營造的方式，推行「八煙聚落水梯田生態復舊與產業復甦研究計畫」，恢復八煙昔日的風情樣貌。直到現在，八煙地區的水田風貌重現，甚至成了新人拍攝婚紗的熱門景點。聚落裡最深處的水梯田、與周遭的層層山巒、天空白雲交織著美麗的圖畫，自然就成了熱愛深度旅遊的遊客所拜訪的景點。而對於所有要前往北海岸的人來說，八煙聚落也是中間很好的休憩站，沒有比來這泡湯更讓人感到心曠神怡的事情了。

傳統古意的水尾泛月— 金山漁村尋秘境

出了陽金公路之後，很快就來到了金山地區。說起金山的美麗，一定不能略過漁船聚集的小漁村風情。

最為有名的，莫過於是以前以磺火捕魚聞名的磺港漁港。所謂的磺火捕魚，就是利用磺土遇火產生的強光巨響來誘魚，等待魚群躍竄出水面後，隨即以叉手網撈起。這樣的技術已經成



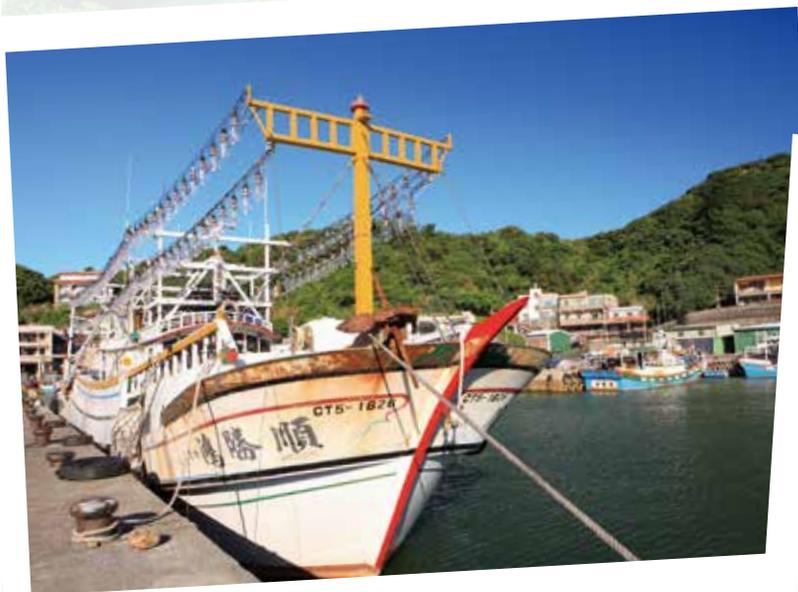
為世界性的文化資產，每年5-7月期間，金山的磺火季也成為攝影界的盛事活動。據說，目前還能夠熟練操作磺火捕魚的船隻已經屈指可數，也凸顯出這項技術的稀有與珍貴。

在磺港的另外一側則是水尾漁港。水尾漁港附近的惠靈宮，間廟後方山壁有一地道洞穴可通往上方的獅頭山公園。由於獅頭山公園過去是軍事基地，一直到解除禁令並且對外開放之後，水尾漁港才成為比較有名的觀光景點。如今，這裡是海釣客熱愛的景點。附近的景觀公園，也放置許多漂流木雕塑而成的藝術作品。政府也在水尾漁港附近興建了一座拱橋，遊客可以走上拱橋回望水尾漁村，看著平靜的水面、遠方的山脈、還有漁村人家的寧靜。這也是金山八景「水尾泛月」的意境由來，月光映滿在水尾漁港上，水光一色的景色美得令人讚嘆不已。

台2線的逐風追浪—遇見北岸瑰麗奇岩

除了漁村風情的浪漫與閒適，沿著台2線續行北海岸，沿途奇形怪石景觀，也是停車拍照打卡地點。除了野柳的女王頭之外，燭台雙嶼和老梅綠石槽也是最具特色的北海岸地景。

燭台雙嶼位於金山地區外海，想要觀賞必須先爬上獅頭山公園的頂部。燭台雙嶼又稱為「夫妻石」。這裡本來是金山岬的一部分，後因板塊運動形成橫直交錯節理的岩石，再加上海水及風不斷地侵蝕，才造成這樣的景觀。由於外形酷似兩座燭台，所以被稱為「燭台雙嶼」。而獅頭山公園的中正亭，可以說是觀賞燭台雙嶼與欣賞海景的最佳地點，無論遠眺或俯瞰，遼闊的視野下，金山海岸豐富的地形景觀，美不勝收。



▲ 磺港保留了世上僅存的磺火捕魚法，其捕魚過程是許多攝影師熱愛的題材。

▼ 野柳地質公園是北海岸最經典的景點。





▲▶ 石門地區的石槽地形，會隨著季節變換兩種不同的奇妙景觀。



除了燭台雙嶼以外，金山獅頭山公園本身就是個有趣的景點。獅頭山公園的所在地，過去正好是一塊凸出海岸線的海岬，這也讓獅頭山公園成為重要軍事基地之一。從前這裡是軍事管制區，一般民衆不得而入，反而保存了許多自然原始的環境生態與海岸景觀。從獅頭山頂可以同時通往水尾漁港和磺港，山頂的步道及岩石山壁之下，至今仍保有四通八達的碉堡坑道、營房、砲台。這些過去的軍事建築，至今仍無聲地訴說著當年枕戈待旦的英勇歷史。

離開金山往淡水的方向，就會來到位於石門區的老梅綠石槽。這裡也是北海岸奇岩怪石的代表之一。「綠石槽」其實就是潮水侵蝕的溝痕，排列整齊的石槽，本來是大屯火山爆發後遺留海岸邊的火山礁岩，在波浪長期的沖刷下，質地鬆軟的部分被侵蝕，留下較堅硬的部分而形成溝槽。這種特殊的「石槽」地形景觀，平時不起眼，但是到四月份東北季風漸歇，石槽表面就長滿了一大片綠色的海藻，也形成令人驚嘆不已的「綠石槽」海岸景觀。由於海藻生長時間相當有限，這段時間也吸引了大量遊客前來觀賞拍照。

漁村、岩石、公路，北海岸的風情萬種實在難以在隻字片語間說透。隨著不同的方向和步伐，北海岸的美麗也將透過不同的旅行方式，在每個人的心中留下屬於自己的湛藍風景。





北海岸 漫遊小地圖

行程建議

- 一日遊** 1. 白沙灣→老梅綠石槽→石門風箏公園
→磺港漁港→燭台雙嶼
2. 從台北仰德大道走陽金公路→磺港漁港→野柳地質公園

二日遊 **Day 1** 擎天崗、冷水坑、竹子湖、八煙聚落，夜宿陽明山上溫泉會館。

Day 2 金山老街、漁村巡禮→野柳地質公園→海邊喝咖啡→淺水灣→淡水老街美食、看夕陽。



新北市北海岸
旅遊資訊



北海岸及觀音
山國家風景區





旅遊小叮嚀

1. 北海岸夏季炎熱，需注意防曬並補充水份。
2. 北海岸天氣變化大，易有午後雷陣雨，請攜帶雨具。
3. 陽金公路中午期間易起霧，行車需開遠燈，減速慢行，注意安全。
4. 台2線車速快，過馬路務必小心。
5. 請在合法的海水浴場戲水，別靠近風大浪大的礁岩海岸。





員工遊客一家親 純樸人情金山站

文·圖 / 董昱

▼ 金山加油站小地圖



▲ 金山站的玻璃櫥窗，在李建忠站長的要求下保持得相當乾淨，是絕佳的商品展示櫃。

在一個農村與漁村的混合區，有個純樸的人，穿著淺藍色的中油員工制服，在加油站附近里鄰間往來穿梭。有時停下來聆聽他們叨念一些子女在外打拚的瑣事，有時只是幾句家常的問候關心，這些小事、時間，在旁人看起來可能沒什麼，但是對於在當地獨居的長輩們，卻是最實質溫暖的陪伴。

他是中油金山站的站長李建忠。出生基隆的他，在中油服務期間自願被派往到偏遠的農村地區。三芝、汐止寶長坑、大武崙、萬里、八堵、安樂等地，都是李建忠服務過的加油站。「我喜歡鄉村純樸民風，還有乾淨的空氣。」李建忠說，到金山站服務的十年間，他熱愛這裡的環境，也熱愛地方上純樸的人

▼ 金山加油站的廁所指示牌，像台灣又像金山甘薯的形狀，獨具風格。



們。這個特別性格也讓李建忠成為一個很不一樣的站長。

李建忠擔任金山站站長期間，金山站的發油量每年都以10%的幅度成長。談起如此高績效的表現，李建忠相當謙虛。「沒有什麼秘訣，就是把員工和客人都當成自己的家人一樣來照顧。」李建忠強調，他把站裡的年輕員工都當成自己的孩子來對待。在金山站，大夥像一家人一樣，彼此非常親密，每個月底員工都會自主舉辦慶生party替當月壽星慶生。而當員工臨時請假，李站長也時常親自幫忙代班。

而對待客人也是如此。李站長平時不輪班的時候，常到附近的鄰居家串門子。由於金山地區年輕人口外移，地方上大多剩下老人家獨自生活，使這樣的「陪伴」更顯得特別窩心。

李站長另一個體貼處，是他不求回報的熱心助人之舉。因金山站正好位於觀光區和居住區的交界處，車子的速度時常過快，很容易造成車禍傷亡。對此，站長建立了一套SOP，以協助處理加油站周遭的車禍事故。從叫救護車、指揮交通到排除事故，都以耐心細心態度來處理，對居民與駕駛都有很大幫助。久而久之，這樣敦親睦鄰的事蹟，在口耳相傳之下，讓金山站有了絕佳口碑。

低客訴、低流動率、高比例在地人、高發油量。金山站傲人的工作實績背後，是以親切和溫馨所累積的感人故事。來到金山，不妨來到金山站，感受一下溫馨無比的在地好站。

▼ 金山加油站周圍充滿綠意的植栽，是李站長與同仁用心的成果。





患難中的真情 True friendship

見證台日友誼的一滴水紀念館

文·圖 / 董昱

說到北海岸的古蹟建築，淡水老街代表著早期商業的繁榮記號，紅毛城則是西班牙人與荷蘭人的殖民遺跡。這裡是台灣最早與西方文明世界接軌的窗口，這些史跡也同時見證了歷史演變。而在這些建築當中，「一滴水紀念館」則有著不為人知的故事。

「一滴水紀念館」位於淡水紅毛城附近。是為了見證台日友好，遠從日本移築至此的建築。它的前身，是日本福井縣大飯町的一棟古民家木造建築（Tamsui Itteki Memorial House）興建於1915年。

近年，由於日本和台灣先後遭遇到了強烈的地震，兩國彼此援助而發展出深厚的友誼。在許多熱心人士的努力之下，日本決定將此建物移到台灣重建。遠從日本來到台灣，歷經了5年的時光，也跨越了3,000公里的距離。一滴水紀念館從2005年起開始拆解、一直到了2009年12月才重建完成。建築物本身除了延續台日交流平台的功能，也設置了「水上勉文庫」及「陳舜臣文庫」，以促進近代台日文學交流。

「一滴水」代表日本的禪學思想一種意涵，傳遞合作無間的信念。也為了感念移築過程中所有的志工無私奉獻，縱使小如一滴水，終能匯聚能量完成此一跨國移築艱難工程，故取名為「一滴水紀念館」。

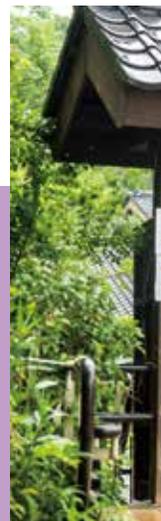


▲「一滴水」代表日本的禪學思想一種意涵，傳遞了合作無間的信念。

■ 一滴水紀念館

地址：新北市淡水區中正路一段6巷30號
（和平公園內）

電話：02-2626-3350





▲ 日式風味十足的一滴水紀念館，採用全木造設計，相當別緻。

走進建築物中，可以發現其中格局的曼妙。多樣的屋瓦圖騰，多變的門窗格式，蘊含了日本禪學的生活美學。屋中的大門柱，即由門外算起第三根，最長也是銜接最多橫樑的直柱，在日本文化中代表一家之主的父親角色。更特別的是，建物本身使用了六百多根樑柱，卻沒有使用任何一根釘子。而建築的樑頭銜接方式超過20餘種，都再再展現出傳統日本精湛的木造建築工藝。

一滴水包含無限可能。也讓人在旅行經過的過程中，學習感恩的包容胸懷；唯有如此，方能看見更多的美麗風景。



▲ 一滴水紀念館，是為了紀念台日友好的建築物。



宇宙星空化爲璀璨藝品 Glass Art

周宇軒的琉派美學

文·圖 / 蔡嘉瑋

琉璃，是光的容器，是火焰誕生的虹彩，是周宇軒晶瑩澄澈的童心，和包容衆家學問的涵養。一件件在展覽室安放的琉璃藝術品，是經過無數次繁複的製作過程，耐心與熱情的元素加在其中，光是端看作品，就能感受到周宇軒內斂又豐富的藝術溫度。

一轉念，就是人生的轉彎

「琉傳天下觀光工廠」的創辦人周宇軒，擁有英國航太工程碩士學位，曾經至美國矽谷知名的半導體企業任職，他在26歲毅然決然離開電子與相關產業，全心投入在琉璃藝術中。對周宇



▲ 琉璃雖美，但製作過程卻是必須忍受高溫炙熱的環境。

軒而言，琉璃本身的剔透高塑性材質，可以幻化成各式奇異萬變的造型，而創作過程中游走在失控臨界的邊緣上，一種難以控制的驚喜感注入預期內的幻想，這樣的創作媒材和特異的創作過程，讓周宇軒著迷不已。

談到轉換跑道的心路歷程，周宇軒說：「每個人在成長背景上都已許多興趣，我只是有比較多的勇氣和衝動去做我的興趣，去實踐工作即生活的夢想」。在求學過程中，無論是在英國、美國、還是台灣，從小喜歡大量閱讀、欣賞藝術的周宇軒，從小就培養了對藝術的高度興趣。航太背景的他從中發現到，光線透過琉璃折射後的光芒，或是渲染在其中的多層次色彩，正如寰宇星空的閃耀多變，如星如雲，斑斕絢麗。或許也是這樣的契機，讓他能夠在一次偶然的工作轉換時機，下定決心奔向琉璃藝術領域。

相較於其他藝術家名門名校出身的背景，過去以航太為專業的周宇軒，是一步一腳印自學而成，從未拜師學藝的他發揮學生時代所訓練的學習經驗，憑藉著過人的毅力翻閱大量的書籍、網路資訊、看影片教學、參考國內外相關文獻等等，一次次的試誤不知已燒壞多少個琉璃與青瓷。少了匠氣與門派的包袱，周宇軒獨樹一格的琉璃作品讓人一眼可辨別自屬「周式風格」，尤其是獨創的「彩虹石」，其奪目的光彩和隨光線可折射出彩虹的特性，吸睛魅力無法擋。



▲ 搭配其他材質作品的琉璃，更顯豐富創意。



▲ 晶瑩剔透的琉璃放在水中，呼應著透明感十足的金魚，形成一幅精緻有趣的畫面。



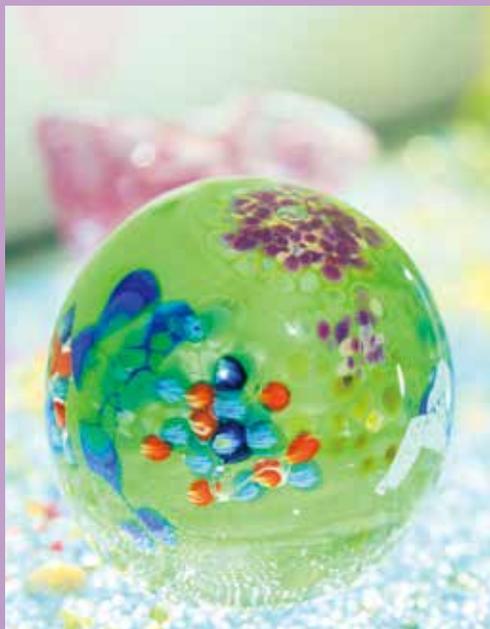
「看見彩虹，看見希望。」

雨過天晴的彩虹，是陽光撥雲見日的舒緩，是灰暗中偶見的光點，代表著希望，代表著祝福，一種正向光明的力量。「看見彩虹，看見希望」是琉傳天下的中心思想，一個遠大的願景，周宇軒說到，無論是他自學琉璃的過程，或是琉傳天下藝術館的創建歷程，都是一段艱難辛苦的時光，但努力的步伐總是會隨著時間的推移而造就出燦爛的成果，正如彩虹般，沒有前頭的刻苦的經驗兩相對照，怎能顯得其後的璀璨光輝。

琉傳天下的創建，是本著和民衆分享有如彩虹般絢麗的成果，是藝術家和庶民之間的溝通管道，一種交流空間，參訪於此，除了能欣賞周宇軒系列作品，如彩虹石系列、大地系列、星球系列，另也可以看見琉璃製品應用在生活各式器皿和壁飾應用上。周宇軒說，歐美各國對於傳統、藝術、文化的保存系統相當深厚而完整，台灣的歷史所造就出的多元特色，讓許多藝術、生活層面存在著不同文化的影子，這些多元豐富的特點，應該被塑造一個「台灣文化」，一種強烈意象的概念，這不僅能提升台灣的國際能見度，更能整合台灣內部積累多年的深厚資源，熱愛故鄉的周宇軒希冀能透過琉璃藝術的發展，展現特有的台灣文化底蘊，將之發揚光大。



▲ 周宇軒認真仔細地為作品塑形。



▲ 彩虹石在燈光的投射下，絢麗繽紛的光影令人目不轉睛。



■ 琉傳天下觀光工廠

地址：新北市淡水區口湖子1-7號

電話：02-2625-6972

參觀時間：需來電預約



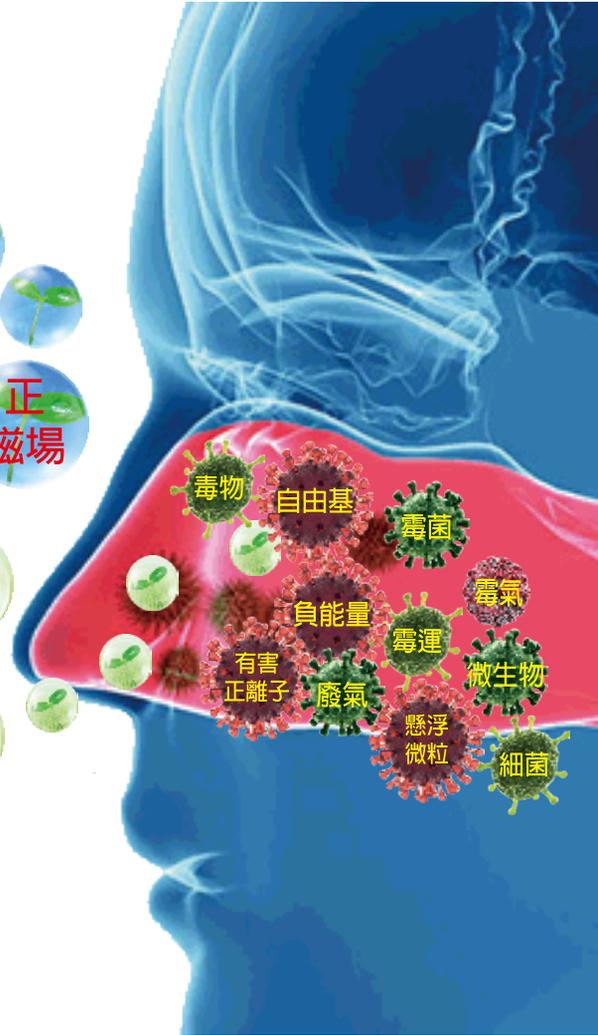
琉傳天下官網

呼吸健康保衛戰

有效快速分解空氣中有害的**微生物**，
給予大自然最安全的保護



植物醇無藥呼吸自然淨化
不含任何化學藥劑，
可分解帶有負能量的微生物



~~安全指數高~~

天天數秒 **醇呼吸**，
健康護一生

生命的能量需要呼吸來轉化，
長期呼吸困擾，是萬病之源！
減少寄生微生物，健康自然跟著來。

健康諮詢專線：0800-377877



社團法人中華天然排毒養生協會



全球呼吸排毒健康大聯盟 關心您

廣告



👍 北海岸的旅人新歡 👍

原民美食「阿拜」好吃不輸阿給

文·圖 / 蔡嘉璋

淡水、八里地區是北海岸地區美食餐廳聚集之地，由於商圈演進，這裡商家居民組成也隨之變遷，近年陸續進駐許多原住民餐廳，有許多讓人眼睛為之一亮菜色，成為當地新的特色美食。現在去淡水八里，除了吃「阿給」外，現在還有新的「阿拜」可以品嚐。

「阿拜」是原住民部落中類似粽子的食物，不同的部落流傳著不同的做法。一般來說，阿拜最外面使用了香氣盈人的月桃葉，在蒸煮的過程中，就能聞到濃郁的葉子香氣。撥開月桃葉之後，裡頭是一層可以食用的假酸漿葉，嚐起來雖然沒有什麼特別的滋味，卻能幫助人體消化較難消化的糯米。

阿拜的主體，就是由小米、糯米和瘦肉混合而成的內餡，咬下一口，可以感受到瘦肉與米粒完美混合的口感，舔舔嘴唇，才發現原來是原住民特別製作的豬油，將食材緊密的黏著在一起。充分咀嚼嚥下後，假酸漿葉的口感會把多餘的油膩感帶走，留下想趕緊再咬一口的食慾。

原住民的食譜向來與大自然緊密相連。為了讓旅人也能感受到原住民生活中的季節性，這些野味的蔬菜代表著餐廳與四時更換的活力，也展現了北海岸地區美食的多樣性。每一盤佳餚、每一道料理，其實訴說的是地方的故事，正等待旅人品嘗箇中滋味。

▼ 北海岸臨山靠水的景致，吸引許多來北部打拼的原住民，形成新興的「平地原住民」聚落，他們把文化帶來與此，同時也帶來了最道地的美食。



👍 令人懷念的古早味 👍

好吃好玩金山焯甘薯

文·圖 / 日創社

新北市萬里金山地區盛產的甘薯（薯），俗稱地瓜或番薯。早期是台灣農家最重要的雜糧食物，近年因為重視健康養生觀念，甘薯成為飲食界的新寵。

金山地區因土質屬於砂質土，面海多風，非常適合甘薯生長，種出來的甘薯香甜、品質好，來到金山老街，一眼望去各式各樣的甘薯，任君挑選，最受歡迎包括紅心的、黃心的，還有芋頭甘薯等品種。

而說到甘薯最好吃的做法，當然是要用傳統土窯焯出來的最好吃了。所謂焯甘薯，其實就是先在泥地中挖洞，用土塊在洞周邊堆疊出一個爐窯，中間以柴火燒熱，等周邊土塊都燒成紅色，就能熄火。把事先以泥土、錫箔紙包裹的各種甘薯，埋入土窯中，利用窯土的熱度將甘薯悶熟。

利用這種方法，焯出來的甘薯，特別能吃出綿蜜香Q的口感。甘薯富含膳食纖維、有益醣類、蛋白質、維生素等，營養好吃CP值高，來到金山，不妨來嚐嚐此一古早養生的好食物。

▼ 香甜軟Q的金山甘薯，好吃有營養是CP值極高的健康食物。





👍 隨著浪潮而飲 👍

整個海岸都是你的咖啡館

文 / 董昱 圖 / 蔡嘉璋

沿著台二線公路一路北行，除了海鮮和台式熱炒，喝咖啡也成為了北海岸觀光旅遊的新亮點，吸引更多年輕人前來感受北海岸的美麗風情。

星羅棋布的行動咖啡車是北海岸餐飲界最火紅的生意。只要擺上桌子和椅子、撐起大把大把的洋傘，北海岸的海岬上，就能享受180度的濱海奇景。而且今天的行動咖啡車不僅提供冷熱飲品，也提供獨家的點心和餐點。旅人們往往只要憑著直覺（或是嗅覺），在看起來最為順眼的位置停下腳步，一杯濃醇咖啡，就會出現在身邊。舒適的伸展筋骨，在海風的吹拂下啜飲咖啡，感受到滿滿的幸福，整個海岸線，就都是旅人的咖啡館。

如果擔心過強的海風吹的頭疼，濱海沿線也不乏室內的咖啡廳。適合三五好友，不用擔心海風吹亂的秀髮，也能讓心靈隨波濤徜徉於海天一色之中。各家咖啡廳也是卯足全力，在室內裝潢上展現各家特色。洋荳子咖啡位於萬里區附近，將外表漆成白藍色的希臘風格，遠遠就向從陽金公路上下山的人們招手。石門的海堤咖啡，則是以北海岸的海堤為意象，營造出有別於市區咖啡店的浪漫與精巧。此外，就靠近內陸的地區，也有不少隱藏在小山丘上的咖啡廳，讓人可以從較高的地方遠眺海勢。現在，就一起來北海岸，享受海味濃厚的咖啡之旅吧！





歡慶中油70周年



涼夏一下

紅景天運動飲料

健康元素水

同商品買 2 瓶送 1 瓶

時間：紅景天飲料 105年5月1日起至105年6月30日止

時間：健康元素水 105年6月1日起至105年6月30日止

數量有限 送完為止 詳情請洽中油各地加油站



活動地點/中油各地加油站

免付費客服專線/0800-224-171





自由作家Olive



文·圖 / 蔡嘉璋

淡江大學的Olive，是個以文字為生的自由作家。學生時代開始，北海岸臨山傍海的風景是她創作的泉源，無論陰晴雨夜，沿岸浪潮起落總能安穩一顆繁忙的心。Olive誠摯推薦大家，有如台北市後花園的北海岸，數不盡的特色咖啡店與餐館，等待著旅人來探詢。

咸風草

淺水灣也是北台灣熱門的衝浪戲水聖地，每到夏日，海岸邊人聲雜沓，咖啡店則是躲避豔陽的最佳去處。座落在三芝、石門邊界的「咸風草」，是一間以木作打造東南亞主題的咖啡廳，門口處茂密的林蔭與衝浪板做為迎賓裝置，隱密的入口沒想到卻藏了寬闊的廳堂與，陽台碩大的落地窗讓屋內每個位置都能享受藍天碧海。在這裡，無需坐飛機出國，來到咸風草點杯法式調酒，就能體驗慵懶的海洋午後風情。

地址：新北市三芝區北勢子19-1號

電話：02-26363601

營業時間：11:00-23:00



咸風草臉書



看山小望海大



位於三芝與石門的交界處，濱海的礁石已經透過磚石連成一線。在這條步道上，琳琅滿目的咖啡廳與洋傘，伴隨著孩子戲水的嬉鬧聲，譜成一幅美麗的風景。看山小望海大咖啡廳，以澎湃的冰沙和漢堡，獲得沙灘上眾人的注目。想要體會在海邊大快朵頤飽足感、或是優雅的端著清涼飲料漫步海邊。這裡絕對是最好的選擇！

地址：新北市三芝區北勢子45-10號

電話：02-26362633

營業時間：11:00-24:00，假日至凌晨02:00



看山小望海大臉書

邊界驛站

邊界驛站是一間有所堅持的美式餐廳。選在這個山海交界處落腳，希望給所有熱愛環島旅行的人，一個舒適的喘息之處。在邊界驛站中，旅人可以享用最上等的牛排和肋排，甚至還能來上一些墨西哥菜餚，給人置身德州小酒吧的寂寞和溫暖。邊界不只是台灣的邊界，也是世界各國的邊界。唯有美食才能打破這些框架，為旅行和飲食創造出更多的可能。

地址：新北市三芝區古庄里四棧橋24-1號

電話：02-26361548

營業時間：11:30-21:00



邊界驛站網站



登打士街



對於大部分的學生與上班族來說，和朋友相約吃早午餐已經是這個時代的顯學。因此，在學區以及商業區附近，總會有許多特色早午餐店林立。位於淡江大學宿舍樓下的登打士街就是其一。寬敞的美式風格空間，暢快的美國流行樂曲，三五好友在假日相聚，點個班尼迪克蛋或是肉汁鮮美的牛肉漢堡，充滿朝氣的一天從早午餐開始。

地址：新北市淡水區北新路182巷32號2樓

電話：02-26262721

營業時間：11:00-22:00



登打士街臉書

大吉祥香豆腐

說到淡江大學學區美食，無論是畢業生或是在校生，「大吉祥香豆腐」絕對在推薦名單首選中。大吉祥香豆腐開店十多年之久，一直以來只賣單一品項，麵條有東北麵、冬粉、米苔目可選擇，配料即是招牌臭豆腐、鴨血、金針菇、脆丸，辣度可隨客調整。濃厚的湯汁完全和在麵條與所有的配料中，加湯加麵不加價（加麵只可加一次），保證讓人意猶未盡。

地址：新北市淡水區北新路182巷3弄28號

電話：02-26210719

營業時間：11:00-20:00



第 12 篇

節能減肥計畫

最近，我又重新騎腳踏車了。弄來了一台舊舊老老的淑女車，作為短途移動的交通工具。

我要**節能減碳**！



我想，應該是想……



減肥的成份居多。

我有車可以開，為什麼突然又騎起腳踏車呢？開車多好，既防曬又避雨，太熱可以開冷氣，東西帶太多太重，全部丟進去，方便死了。我又為什麼要騎腳踏車？

還不是因為車位太難找！找到了還要1小時1小時付停車費！

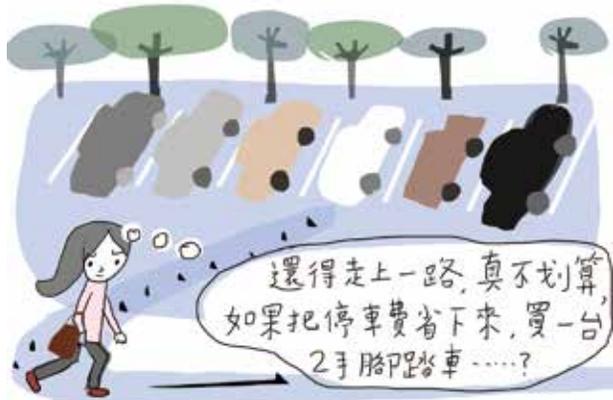
使用者不能不付費！



前一陣子意識到自己在便利商店繳了不少停車費，雖然每一筆從幾十元到幾百元都不是大數目，但仔細想想，如果將兩個月下來累積的停車費加一加，搞不好，我已經可以買一台二手腳踏車了！



金錢事小，重點是開車出門常常為了找停車位多花十分鐘，車子多繞路就多花一些汽油，停好後通常還要走一段路……



市區空間小，交通需求量大，追逐個停車位已經成為開車的人心中隱隱的憂慮。

如果我騎腳踏車出去，就不必多花十分鐘找車位，也不必從遠遠的停車處走到目的地。我幾乎可以停在想去的地方的正門口。以短途交通來說，騎腳踏車並沒有消耗我更多時間，只會消耗我身上多餘的卡路里。



更扯的原因是一偶而因為前一晚回家的時候，車子停在太好的位置，隔天要出門時，根本就捨不得移開！



就在我上週找二手腳踏車的時候，一位朋友傳來訊息，她說家裡有一台不用的腳踏車，問我要不要用？我立即聯繫取車的方式！



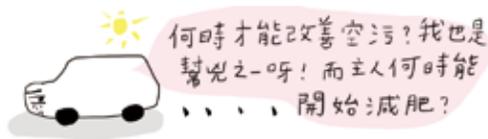
走了半小時的路到朋友家取車，跨上舊舊的、發出微微的咕噥咕噥聲的老淑女車一路騎回家時，我似乎重新拾回少女時代放學騎腳踏車回家的感覺！



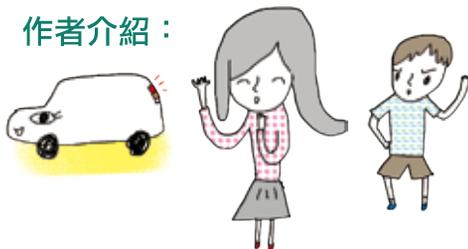
就在我下定決心，盡量以腳踏車代步的時候，隔天……



再隔天，太陽大曬到不行，並且需要買菜，很急……我覺知到事情的改變實在不容易，即便知道是正確且該做的，也不一定做得到。



作者介紹：



徐玫怡 以圖文創作描述生活中的各種體驗，目前有一個十歲的兒子是她最主要的乘客也是生活中最互相激勵成長的對象。

雖然屬於常被男性恥笑開車開得很爛的女性，但本人並不認為。正確的說，是個溫和有禮的駕駛者，按照規定開在正確的時速上，也按照規定好好將車停在規定的地方。

駕駛年齡：20年

經驗：以手動排檔車考試取得駕照，以自動排檔車開過台灣的馬路以及歐洲的馬路，目前開車最主要是接送孩子上下學以及買菜。



徐玫怡FB

一起加油吧！



「95，加滿！」

「98，加滿！」

「柴油給他加滿啦！」

活力加油站裡，每個客人都有同樣的目標，就是要在今天之前把油箱餵飽，就怕拖到明天才加油就會吃大虧。

明天汽油又要漲價了，所以打從上班開始，秦皓宇的手就沒休息過，不斷提著重重的油槍幫客人加油，讓他有全台灣機車族都來排隊的錯覺。

加上六月的天氣正熱，儘管太陽逐漸下山，但熱氣卻反而不減似的，讓他臉上不停冒汗，怎麼擦也擦不完。

自己都快吃不消了，周曉童一定也是累到不行吧？秦皓宇心疼望著汽車泵島上的周曉童，看她也是一身汗的幫客人加油，臉上笑容卻從沒停過。

「還沒滿吧！我要加到1,200元！」遠遠的，秦皓宇聽到一名女車主對著周曉童咆哮。

「油槍已經跳停了，這樣就算加滿了喔。」周曉童依然帶著微笑。

「少騙我了啦！明明還可以再加！」女車主依舊不客氣。

秦皓宇知道這樣的客人很多，總覺得油槍跳停之後還可以再加，雖然加不了多少，但等汽油一漲價，每塊錢都會讓客人覺得吃虧，因此非要計較不可。

秦皓宇很是無奈，他不喜歡客人非要加到整數不可，一來沒有意義，二來容易讓油槍的油氣因此外洩，對員工的健康來說是一大威脅。

女車主還在大聲要求，但秦皓宇看得出來周曉童心裡大不願意，趁著幫最後一台機車加好油，他趕緊跑到周曉童身邊，接過她手上的油槍。

「我來吧！」秦皓宇小聲說著，「剛好換班時間到了，妳去機車泵島休息一下。」

「謝謝。」周曉童像是解脫似的，也輕聲回應，還給了秦皓宇甜甜的酒窩。

秦皓宇朝臭臉的女車主客氣笑著，低頭幫她把油箱加滿，剛剛一個貼心的小動作，他以為不會有人發現，想不到下班時還是被虧了。

「皓宇，最近跟周曉童感情很好嘛！這麼幫她喔！」同事江文青竊笑連連，趁周曉童去洗手間，一手搭上秦皓宇的肩膀，「沒想到汽油漲價，你們感情也升溫了呢！」

「到底在一起沒啊？你們愈來愈曖昧了呢！」站長林美姿像個媽媽似的叮嚀，「她是個好媳婦，要是錯過了我就絕對不饒你！」

「沒有啦！我們只是好同事，就跟你們一樣。」秦皓宇傻傻笑著，還攬住林美姿的手臂，「站長，我跟妳的感情也很好啊！」

「呸！」江文青和林美姿同時不以為然。

好不容易結束這忙碌的一天，秦皓宇和周曉童一起走向公車站牌，兩人都沒說話，只是彼此的手臂不停碰觸。

秦皓宇很想開口逗周曉童開心，沒想到對方卻先丟了一個問題。

「你欠我的，到底什麼時候要還？」周曉童神情很正經。

「還什麼？」秦皓宇納悶。

「上次那個吻……」周曉童白了他一眼。

「我不是已經道歉了？」秦皓宇有些不安。

「我說過不是男朋友就不能吻我。」周曉童撇開頭，刻意不看秦皓宇，「所以……你到底要不要當我男朋友？」

「啊？什麼意思？」

「吼！我都這樣說了，你還在裝什麼傻？」周曉童簡直要氣壞了。

她不顧一切，墊起腳尖，抬起頭就往秦皓宇的嘴唇吻去。

「總算還我了！」周曉童低下頭，有些不好意思，「這樣我才能原諒你……我的男朋友。」

秦皓宇呆愣愣地傻笑，有點不敢相信，他竟然如願得到周曉童的愛情。

「那我們……」秦皓宇牽起周曉童的手，與她深情對望。

「一起加油吧！」

(完)



馬尼FB



中油70週年淨山活動 關懷大地 潔淨地球

文·圖 / 黃茵



▲ 中油的同仁在淨山前開心合影。

自然環境是人類珍貴的共同資源。在寶島台灣，自然環境和都市的距離並沒有想像中的遙遠，郊山和溪川在我們的周圍扮演著調節氣候的重要角色。這些地方也是人們平日踏青、放鬆的地點。維護這些環境的乾淨與美麗，舉手之勞做環保便很重要。

環境保護其實可以很簡單。5月14日早上，中油公司發起「中油70關懷大地 潔淨地球」活動，在台北、桃園、新竹、苗栗、嘉義、高雄及花蓮等八個縣市的近郊地區，舉辦了105年春季聯合淨山淨水健行活動。由中油員眷手持打掃工具，沿途撿拾垃圾，以重現山林的清潔與美麗。

◀ 超過千人響應淨山活動，劍潭山登山步道到處都是中油同仁的身影。



董事長林聖忠親臨台北淨山活動現場表示：「維護整齊且乾淨的公共環境是所有地球公民的共同責任，我們希望將環境整潔的風氣推廣至全台各地，共同為台灣生態環境努力。」

中油公司從2013年開始，每年都會選在全台各知名風景區、步道或是海灘等地，舉辦淨山、淨水活動，推動垃圾不落地的風氣。今年已經是連續第4年舉辦相關活動，參加人次也來到史上新高，號召超過上萬人響應參加。

由於適逢中油公司70週年，活動特別擴大舉辦，希望吸引更多民衆參與社區環保工作。每年活動結束後，清理後的山川海域都煥

然一新，令人相當有成就感。「很高興自己能夠盡自己微薄的力量，替地球做一些好事。」參加淨山活動的中油同仁高興的說。淨山活動讓參加的人不僅可以隨手做環保，還能達到調劑身心的效果。

在中油員眷、協力廠商與社區民衆共同參與下，淨山淨海活動也給大家相互關懷的機會，可以卸下工作的疲累，彼此交流感情。

中油公司希望可以持續舉辦，帶領全體員工為維護良好環境而努力。同時以更堅定的決心，持續深耕與內化企業社會責任，共同為台灣這塊美麗的家園而努力。

▼ 透過淨山活動不僅可落實環保，更可以達到身心放鬆的效果。



連鎖服務真方便！ 台北換胎、台南補胎， 行車安全小教室

文·圖 / 李聰明



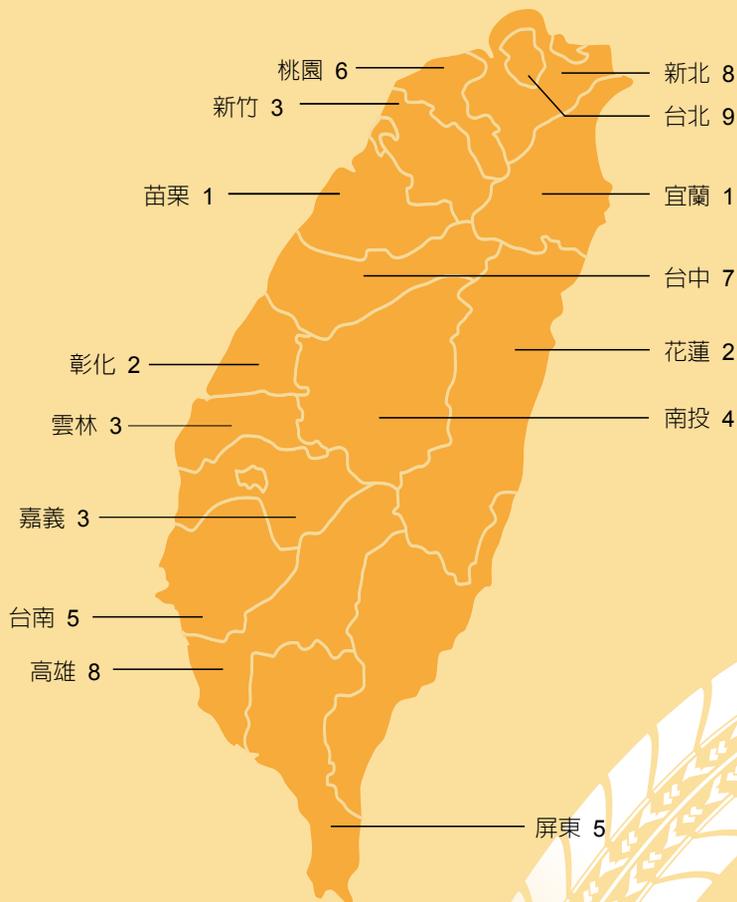
加油站銷售及
服務查詢



阿偉過年前在台北市復興北路加油站中油輪胎服務中心換了2條輪胎，勞動節連續假期回台南後，發現新裝沒幾個月的輪胎被小釘子刺破了。阿偉想到中油在台南火車站附近的成功路加油站也有快保中心，於是前往詢問。技師透過系統知道阿偉是台北的顧客，除了免費幫忙把小釘子刺破的輪胎補胎外，也把其他的輪胎做了一遍檢查，讓阿偉可以放心。

這就是車輛維修保養連鎖服務的優點。中油輪胎服務中心（快保中心）在維修保養SOP、客戶服務、價格制訂、教育訓練等都有一套完整的制度，對消費者是保障，也是便利。全省67座中油直營的中油輪胎服務中心就好像是車子的「汽車醫生」，雖然是在不同的縣市接受服務，但快保中心會把維修保養紀錄詳細記載，就好像是車子的「家庭醫師」。

105年6、7月，位於新北市土城站及樹林站、嘉義市吳鳳路及信義路站、台南市成功路站及大同路站的的中油輪胎服務中心都將陸續開幕，開幕期間到站免費檢查輪胎即贈好禮，更換輪胎還有機會獲得中油VIP會員卡點數700萬點，機會難得，詳情請上台灣中油官網查詢（<http://www.cpc.com.tw>）。





忠實粉絲大募集!

集刊物郵戳

抽超級大獎!



活動期間
**105.3.10
~6.15**

注意事項

- (一) 主辦單位保留修改本辦法之權利，但將事先公布。參加本活動者視同同意本辦法。
- (二) 隱私權聲明：參加者同意所提供的姓名、地址或連絡電話，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105年3月10日起至105年6月15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。



Apple iPhone6S



7-11商品卡
2000元



洗可麗
環保洗衣精

活動獎項

- 頭獎：**Apple iPhone6S (16GB) 1台
- 貳獎：**7-11商品卡 (2000元) 5名
- 參獎：**SeeClean洗可麗環保洗衣精 (2000ml) 150名

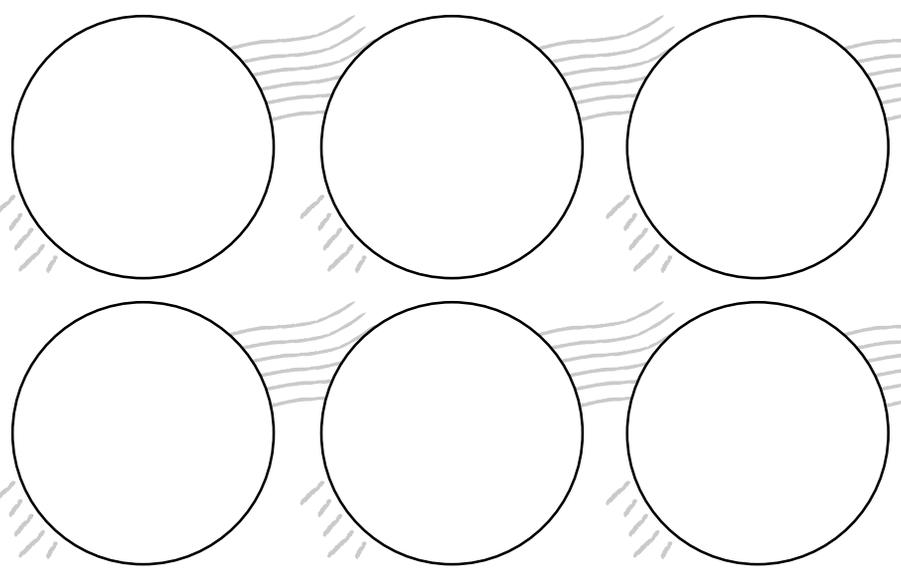
* 得獎名單將公布於105年7月《油來遊去》月刊

活動辦法

收集《油來遊去》第13期~第24期「封面故事」單元裡的郵戳圖案(電子書可)，只要剪下「任6期不同城市的郵戳圖案」貼於明信片，寄至11560台北市南港區重陽路459號12樓，即可參加抽獎!

姓名：_____ 電話：_____ 索取站名：_____

住址：_____





換輪胎 買機油 玩拉霸 好運輪到您



活動辦法

105/6/1-105/8/31至全省直營中油加油站購買油品行銷事業部統一簽約之**普利司通輪胎**、**倍力加輪胎**與**汽車用賽車級潤滑油**4瓶，且以中油VIP**會員卡點數折抵**者，即可參加網路拉霸遊戲。消費越多，玩越多，最大獎為**VIP點數700萬點**。



中油輪胎服務中心

express
快保中心



網路拉霸遊戲網址



《油來遊去》7月號全新改版!!!

感謝讀者對《油來遊去》的愛護，自創刊號起我們已經滿2年了！7月號我們將加入全新內容，與更精采的抽獎活動，帶給讀者全新感受！

接下來的一年，《油來遊去》將會由12位名人帶路，以他們的獨特視角帶領讀者領略台灣最美風景。如果您想推薦名人，也歡迎到粉絲團留言。感謝大家長期以來對我們的支持，也敬請期待2016年7月全新改版的《油來遊去》月刊。



油來
遊去
限用1次



沙灘咖啡店

憑券9折

油來
遊去
限用1次



咸風草

憑券9折

油來
遊去
限用1次



看山小望海大

憑券9折（限平日使用）

油來
遊去
限用1次



台中文史復興組合

憑券購買任一文創商品9折

油來
遊去
限用1次



SPACE caf'e
思倍思咖啡

憑券贈送手工餅乾1份

油來
遊去
限用1次



登打士街

憑券飲品9折（限平日使用）

Follow 粉絲團~好禮獎不完!!!

喜愛油來遊去的讀者們，趕緊加入粉絲團，每月都有豐富獎品等你來抽喔！

即日起，《油來遊去》粉絲團不定期舉辦抽獎活動，豐富好禮拿不完，每個月活動詳細的出刊時間，也會提前公布在粉絲團，敬請鎖定！



看山小望海大

看山小望海大咖啡廳，以澎湃的冰沙和漢堡，獲得沙灘上眾人的注目。想要體會在海邊大快朵頤飽足感、或是優雅的端著清涼飲料漫步海邊。這裡絕對是最好的選擇！

地址：新北市三芝區北勢子45-10號
電話：02-26362633
營業時間：11:00-24:00，假日至02:00

使用期限：2016年8月31日

咸風草

座落在三芝、石門邊界的「咸風草」，是一間以木作打造東南亞主題的咖啡廳，門口處茂密的林蔭與衝浪板做為迎賓裝置，隱密的入口沒想到卻藏了寬闊的廳堂與，陽台碩大的落地窗讓屋內每個位置都能享受藍天碧海。

地址：新北市三芝區北勢子19-1號
電話：02-26363601
營業時間：11:00-23:00

使用期限：2016年8月31日

沙灘咖啡店

從咖啡廳的名字就可以知道，這是一間距離沙灘相當近的咖啡廳。緊鄰海邊的建築設計，讓遊客可以輕易來到沙灘上，享受一邊踏浪、一邊啜飲咖啡的夏日樂趣。

地址：新北市三芝區北勢子後厝里45-8號
電話：02-26360459
營業時間：11:00-23:00

使用期限：2016年8月31日

登打士街

寬敞的美式風格空間，暢快的美國流行樂曲，三五好友在假日相聚，點個班尼迪克蛋或是肉汁鮮美的牛肉漢堡，充滿朝氣的一天從登打士街的早午餐開始。

地址：新北市淡水區北新路182巷32號2樓
電話：02-26262721
營業時間：11:00-22:00

使用期限：105年6月30日止

SPACE caf'e 思倍思咖啡

兩位來自同所大學的女孩Patty和Evoona，熱愛旅行的她們透過咖啡店，與大家分享對生命的態度與熱情。店內沒有華麗餐具，卻能感受年輕豐富的情感，坐落於霧峰林家宅第附近，是旅途中的最佳休憩站。

電話：0989-616-336
地址：台中市霧峰區大同路5巷28號
營業時間：09:30-21:00 (週二公休)

使用期限：2016年8月31日

台中文史復興組合

這是一個希望喚起大眾對土地和歷史記憶的在地團隊，透過各類導覽、舉辦演講活動、販賣文創商品，希望帶動市民構築城市的未來想像，找回人與土地的生活記憶連結。

電話：04-22211900
網址：<https://www.facebook.com/taichungstory>

使用期限：2016年8月31日

台灣中油歡慶

週年



火炬精神再創高峰

關懷·創新·永續

中油自1946年6月1日成立，持續為國人提供高效率、高品質的能源服務，獲得無數的肯定與榮耀。

2016年適逢中油70週年，70是一個新開始，也是再次展開生命力的起跑點，高舉象徵中油精神的火炬，持續發光發熱，共同迎接下一個輝煌70。





電子書



FB粉絲團



台灣中油股份有限公司
CPC Corporation, Taiwan