油來遊去

28
2016.10

名人專訪

柯文哲
實踐精采夢想
臺北世大運

主題旅遊

整個臺北市 都是我的運動場

來尋寶．買好物

世大運必推水果之王—香蕉
秋季鮮旬食材—大牡蠣

油來遊去

■ 2014年7月創刊　■第28期

發 行 所：台灣中油股份有限公司
地　　址：11010臺北市信義區松仁路3號
電　　話：02-8789-8989
傳　　眞：02-8789-9000
服務專線：1912
網　　址：www.cpc.com.tw
出刊日期：2016年10月5日

編輯製作：日創社文化事業有限公司
地　　址：11560臺北市南港區重陽路459號12樓
電　　話：02-77306656
傳　　眞：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臺灣中油股份有限公司同意或書面授權。

PRINTED WITH SOY INK
本刊響應環保，使用環保大豆油墨印刷

● 柯市長始終面帶笑容，說著世大運的種種。

CONTENTS

油樂趣．愛台玩

02 **跟著名人去旅行** 柯文哲×超行動派臺北市長
2017 世大運 讓世界看見臺灣

07 **主題旅遊** 整個臺北市 都是我的運動場
14 **為心靈加滿油** 為蘭嶼加油、為離島加油！

來尋寶．買好物

16 **特色產業** 全球第一的水果之王—香蕉
含水量稱霸各種瓜果—西瓜
18 **必吃美食** 世界之冠的肥美秋刀魚／秋季鮮旬食材大牡蠣

遊故事．講古情

20 **尋幽訪古** 消失的體育場館：中華體育館

去加油 ． 聊聊天

22 **不可不知的馬路守則** 喝酒不「牽」車
24 **挖掘感動** 橫越千山萬水的愛　讓希望星芒永遠閃亮
26 **數字占卜** 本月告白成功率到底有多高
28 **真心分享** 午夜的明燈

油遊有．小確幸

30 **《油來遊去》感動召集令**
31 **i 加油號前進偏鄉做公益**

柯文哲 × 決心與實踐
A Mover and Shaker

2014年高票當選臺北市長的柯文哲，是當時競選的一匹黑馬。
身為外科手術及器官移植醫生，他的參選震驚了政壇。
一時之間，大家都在討論，柯文哲是誰？臺北市會有怎樣的新風貌？
作為2017世大運的主辦人，超級行動派的他又有什麼期許？

2017世大運 讓世界看見臺灣

柯文哲×超行動派臺北市長

文 / 董昱
圖 / 蔡嘉瑋、世大運執行委員會提供

2017年，來自世界各地的運動好手將齊聚臺北，熱鬧展開為期12天的世界大學運動會賽程。在全球化的時代裡，舉辦大型運動賽事已經成為許多大城市彼此競爭標的之一；主辦國家透過這些大型賽事，展現各國的特色、文化、傳統與科技。

身為世大運的主辦人，臺北市市長柯文哲也期許自己，能夠讓世界看到一個不一樣的臺灣。「世大運不只是臺北的世大運，更是臺灣的世大運。」柯市長自信地說，2017是臺灣被看見的機會，身為市長的首要責任，就是讓所有人都能對臺灣留下深刻而美好的印象。

柯文哲
Wen-Zhe Ke

1993年～1994年	美國明尼蘇達大學外科研究院
1994年～2002年	臺大醫學院臨床醫學研究所博士
2008年～2014年	臺大醫院創傷醫學部主任
2013年～2014年	臺大醫學院專任教授
2014年～迄今	臺北市市長

● 柯市長挑戰自行車「一日雙城」完勝的帥氣模樣。

Game 1 臺北是一座運動的城市

對於工作忙碌的市長來說，運動當然不見得只能在運動場裡頭。身為單車的愛好者，曾經挑戰過「一日雙塔」的柯市長，會在辦公室中利用晚上的空檔，在辦公室穿上車裝，然後把腳踏車墊高來練習。除了長途的腳踏車行程之外，日常的單車運動也是不可少的。「騎Youbike上班也是蠻好的運動機會。」柯市長說他自己也是騎信義路自行車道從家裡到市府上班，因此能夠設身處地地替單車族思考，發現自行車道實際使用時會遇到的問題，並且提出改善。

● 爬樓梯是柯市長保持身體健康的日常運動。

「臺北市是一座不斷有人在運動的城市。」柯市長說到，過去擔任醫生的他，對於運動的重要性有著深刻的認識。運動不只強身健體，同時還能達到放鬆的效果，是維繫人體健康的要素。擔任市長之後，會議與活動出席填滿了柯市長整天的行程，比較少有機會運動；因此，他總是把握時間，以爬樓梯作為運動，無論上班或出外辦公回市府，不搭電梯，而是從B1停車場一路爬到11樓的辦公室，一口氣爬12層樓、262階，鍛鍊身體。

● 除了爬樓梯，騎Youbike也是柯市長的愛好之一。

Game 2

推廣臺灣品牌 傳遞在地優勢

由於自身的運動經驗，柯市長對於臺灣的特色與優勢，也有著深厚的信心。「臺灣品牌必須優先。」這是柯市長對於世大運的堅持。「臺灣是一些國際運動品牌的重要合作夥伴。」柯市長分享他在之前其它幾屆奧運或是一些大型國際賽事中，常常看到很多國家的選手使用臺灣品牌的紡織品、球鞋、球具等；可惜的是，國際上不見得知道這些高機能的運動用品，是MIT產品。

為了讓世界可以看到臺灣，身為市長的柯市長，在籌辦世大運的過程中，他首先和贊助廠商洽談的不是金錢，而是實際的產品。「從競賽器材、工作人員及志工工作服甚至到貴賓的伴手禮等，都將以臺灣品牌或臺灣生產為主。」柯市長說，別人辦運動會缺的或許是金錢，但臺灣需要的是更多的自信。透過世大運，柯市長要向世界展現臺灣堅強的MIT好品質，推廣臺灣產品之創新價值。

除了改變與贊助商合作的形式，柯市長也試圖在具體的活動中加入臺灣特色。例如，根據多年以來的傳統，傳遞聖火可以說是國際賽事中最為神聖的儀式之一。而在今年九月初，臺北世大運執行長蘇麗瓊親自率隊登上玉山山頂，評估世大運聖火傳遞能否攻上臺灣最高峰。經過團隊的確認之後，世大運的聖火將在玉山燃起，象徵著世界運動精神與臺灣自然美景的完美結合。

● 柯市長談著各項MIT產品的好處與優勢，認為臺灣產品的品質不輸給其他各國。

● 對於世大運的來臨，柯市長準備充分，GO、GO、GO！

Game 3

臺北市最大優勢 便捷交通與中油加油站

由於世大運賽事將於臺北各場館中舉辦，便捷的交通也必須加以考量。「便捷的捷運與公車可以說是臺北市爭取到世大運舉辦的重要因素。」柯市長表示，為了讓世界各國的人可以體驗臺灣的科技與便捷，賽會期間將會提供每位選手已儲值70歐元的悠遊卡手環，不只讓選手可以往返於場館之間，也能利用休閒時間體驗臺北風光。

另外，對於臺北市的有車族，柯市長也特別分享了他的經驗，「不管風吹、日曬、雨淋，每次我去中油加油站借洗手間，都可以感受到中油員工的熱忱服務。」他說每次看到熱情的加油站員工，就對中油的服務品質感到相當有信心，認為世界各國的人們來臺灣，就能透過加油站的服務感受到臺灣人的親切與好客。

除外，中油還提供5,000瓶旗下品牌中油生技所研發的洗可麗環保洗衣精，供選手村洗衣中心和選手使用。希望讓社會知道，中油除了石化產品之外，也投入許多心力在研製有利於環境的周邊產品。對於中油的贊助，柯市長不僅由衷地感謝，對臺灣有了更深厚的信心。「中油在全臺有超過1900座加油站，顧客端遍及百工百業、全民都是消費者，如果每一個員工都可以為世大運說一句好話，我想，世大運沒有不成功的道理。」柯市長強調，要讓臺灣可以在國際舞臺有耀眼的表現，不能只單靠市長和市政府；如果全民能夠一起動起來，一定能夠讓外國人留下深刻的印象，對行銷臺灣到全世界也會是一次充滿感動的經驗。

● 從中油的服務細節著眼大處，柯市長對臺北市接待外國貴客們，信心滿滿。

Game 4

不畏艱難 跨領域整合的貼心服務

儘管有著遠大的理想，柯市長在籌辦世大運期間還是遭遇了許多挑戰；除了和遠雄大巨蛋之間的糾紛，柯市長還要面對不同政黨的質疑，在媒體和議會間努力溝通。對此，柯市長卻顯得沈穩自信，秉持著「找回良心」、「要做就要做最好」的理念，努力回應來自各方的挑戰。

「臺北這個城市的發展從來沒有停止過，我們總是在挑戰和衝突中不斷前進。」柯市長試圖用行動來向市民喊話。回想起自己參選的動機，無非就是希望可以解決問題，讓臺北朝向更好的目標前進。由於跟過去執政者的做法有所不同，柯市長的作為難免遭受非議。「就算面對眾多的質疑，我都願意承擔責任，帶領臺北繼續走下去。」柯市長相信，世大運是臺北承先啓後的關鍵，透過籌辦世大運的過程，柯市長希望讓市民意識到臺北必須找尋新的發展路線；藉由世大運這個機會，市政府不僅可以改善運動硬體空間，也能重新整理街頭號誌與指示牌，讓臺北有煥然一新的面貌。

根據目前的場館規劃，臺北世大運競賽、練習場館和選手村分布於新竹以北的五個縣市，交通接駁可以說是主辦單位的一大挑戰。對此，除了臺北市政府提供的悠遊卡手環之外，身為全臺服務據點最多的中油，提供新竹以北共155處中油直營站，贊助86萬公升的汽、柴油給世大運賽會期間的貴賓專車、接駁車隊免費加油。在這場世大運中，臺灣不只要讓人看到優秀的硬體，還有跨域整合的貼心服務。

「雖然不免有些困難處要解決，但我們也看到臺灣社會的力量。」柯市長相信，憑著不懈的努力與誠意，一定有機會獲得正面的回饋。不管是實體的物資還是精神上的支持，臺北市政府獲得了民間各方產業的支持，並且在籌辦賽事的過程中，捲動、凝聚了臺灣社會的正面能量。「讓世界看見更好的臺北，從過程中激發人民的感動，這是世大運所有戰略布局的目標。」柯市長相信，唯有在運動賽事現場的加油聲浪中，臺灣社會長久存在的各種對立才有機會消失無痕。

「運動不只讓人健康，也能讓社會更團結。」柯市長相信，2017年臺北世大運，只要在臺灣，每個人都是城市與國家的代言人。在起跑槍聲響起的剎那，我們將會看見所有的人一起吶喊、一起昂首站立。

● 柯市長上場親自「試投」。（攝影：金牌霖）

（臺北田徑場，攝影：金牌霖）

都是我的運動場 整個臺北市

柯文哲×運動樂活

文．圖／董昱、蔡嘉瑋

歷史與現代地景交錯．大稻埕

開港之後的大稻埕留下了許多精緻的洋樓，如此獨具風格的街道地景，成為現今文創產業萌生靈感的基地。人們可以乘著假日的好天氣，走踏在文創商店之間，感受大稻埕昔日歷史場景。大稻埕可說是見證臺北發展的重要區域，不僅在歷史上是臺灣的進出口大港，也是亞洲與歐洲的文化交流中心。

如今的大稻埕搖身一變，成為了臺北河濱運動公園的一環，碼頭區更是臺北市最著名的情人節施放煙火場地。那些來大稻埕的單車騎士可以一邊看著夕陽、吹著涼風，一邊騎腳踏車，而到附近打打籃球或網球的市民們，除了能感受大稻埕的歷史風情之外，還能在美麗河濱與橋墩的景色中，享受愉悅的悠閒時光。

● 大稻埕兼具歷史風光與河濱景色。

兩河沖積出十字路口．社子島

沿著河流興建的數個河濱公園中，社子島的島頭公園是其中之一，單車環道串連起這些公園。社子島過去是容易淹水的地區，在颱風來襲時甚至有淹水三天三夜的歷史紀錄。政府為此修築了極高的堤防，如今它們已經成為熱門的環島腳踏車道，也是許多慢跑社團特來挑戰的首選。

由於位處陽明山下，無論白天或夜晚，單車騎士與跑者們都可以一邊欣賞淡水河沿岸的城市風光，一邊飽覽大屯山山系的崎嶇天際線。那別具風味的山光水色、點點的河岸燈光，加上悠悠河風、漫漫河景，再配上開闊地形特有的新鮮空氣，使得這長達10公里的路徑，成為單車騎士以及慢跑者最愛的選擇。

● 海沿途欣賞大屯山的起伏線條，彩繪塗鴉牆別有情趣。

● 蔚藍天空下騎上自行車環「島」，享受一下涼爽的微風。

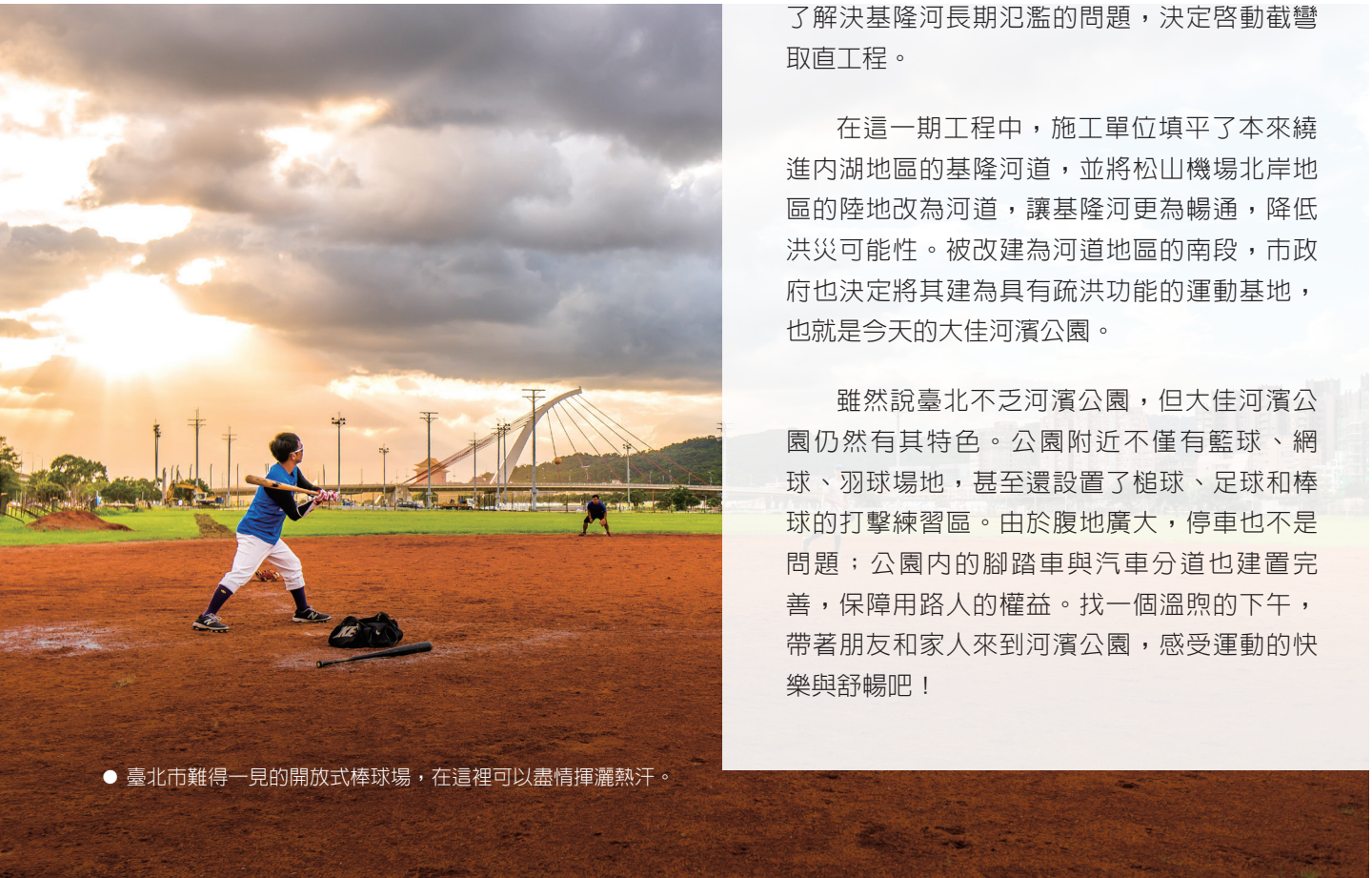
● 圓形的遊樂場每逢假日就成為孩子們的天堂。

鬥陣來打球．大佳河濱公園

如果有機會來到圓山飯店，只要朝東南方望去，就能看到奔騰的基隆河，以及其岸邊的綠色公園。這座藍綠相間的獨特地段，正好就是大佳河濱公園的位址。1990年代，臺北市為了解決基隆河長期氾濫的問題，決定啓動截彎取直工程。

在這一期工程中，施工單位填平了本來繞進內湖地區的基隆河道，並將松山機場北岸地區的陸地改為河道，讓基隆河更為暢通，降低洪災可能性。被改建為河道地區的南段，市政府也決定將其建為具有疏洪功能的運動基地，也就是今天的大佳河濱公園。

雖然說臺北不乏河濱公園，但大佳河濱公園仍然有其特色。公園附近不僅有籃球、網球、羽球場地，甚至還設置了槌球、足球和棒球的打擊練習區。由於腹地廣大，停車也不是問題；公園內的腳踏車與汽車分道也建置完善，保障用路人的權益。找一個溫煦的下午，帶著朋友和家人來到河濱公園，感受運動的快樂與舒暢吧！



● 臺北市難得一見的開放式棒球場，在這裡可以盡情揮灑熱汗。

人文薈萃．公館地區

學術薈萃的公館地區，不僅擁有濃厚的書香氣息，也提供了運動和休閒生活的場所。身為臺灣最高學府的臺灣大學，每到了假日總是成為市民運動的好去處。由於校方投入經費維護，校內的環境比起校外來說更為完善健全，是臺北都會區難得的一方綠地。因此，除了學生和老師以外，一般大衆也喜歡來這裡挑戰自我，感受揮汗如雨的快感。

除了臺大之外，興建中的和平國小也將成為重要的運動場館。2017年「臺北世大運」預計在和平國小的籃球場舉辦籃球賽事，與附近的芳和國中、辛亥路旁的籃球場，共同構成了大安區的運動基地。此外，附近的師範大學、臺灣科技大學，也都是熱門的運動場館。對某些人來說，能夠和青年學子一起較勁、揮汗，說不定也是另類的樂趣所在。

● 臺大足球場是外國學生相約踢足球的最佳場所。

■ 中油汀州路站
臺北市中正區汀州路三段1號
02-2365-5595（24小時）

● 和平國小籃球場綠樹如蔭，打起球來十分涼爽暢快。

● 夕陽的金光灑在基隆河上，閃閃發亮，襯著遠處的黃色拱橋別有風味。

全彩遼闊河濱堤道．饒河夜市

松山地區舊稱錫口，是當時的平埔族語中「河流彎曲處」的意思。自從松山區隨著基隆河的淤積而失去港口功能後，為了改善當地居民的生計，政府決定規劃饒河街觀光夜市，重新振興地方的活絡氛圍，因此，以「觀光、運動」為主的全彩河濱堤道就這麼誕生了。

腳踏車文化風行，令饒河夜市周圍的河濱成為獨樹一格的市區運動場地。只見人們騎著腳踏車，從圓山一路沿著河濱南行，或停在附近的籃球場、或來到彩虹橋上觀賞河岸風光，只要拐個彎回到堤防以內，就能享受夜市豐富的小吃和飲品。後來規劃的饒河運動場地有著特殊的空間安排，讓饒河街周圍成為自行車運動的一大亮點。夜市裡面雖然不方便停車，但鄰近的松山車站興建了最新停車場，環繞著饒河夜市周遭的中油加油站也有好幾家，讓有車族相當安心。

●巨大的LOVE成了臺北市地標之一，掛滿了無數彩色的「愛情鎖」。

■ 中油松山路站
臺北市信義區松山路480號
02-2729-7328（24小時）

● 「臺北小巨蛋」將是2017年臺北世大運的籃球項目決賽場館。（攝影：高讚賢）

● 最適合奔跑的臺北田徑場，這裡舉辦的比賽看了總是令人熱血沸騰。

2017世大運開閉幕場館．臺北田徑場

臺北田徑場是臺北市無可替代的運動場地。1956年，臺北市政府在北寧路和八德路的交叉口，興建了臺北田徑場。當時的田徑場主要用來舉辦縣市級的運動賽事，平時則是一般市民運動、慢跑的所在。2007年，為了舉辦聽障奧林匹克運動會，臺北市政府將原有的場館拆除重建，成為如今臺北田徑場的樣貌。

臺北田徑場與周圍的小巨蛋、松山運動中心，以及臺北體育館等場地合稱為「臺北運動園區」。如今，這裡已經成為專業運動賽事的舉辦地點。改建後的臺北田徑場，是一座符合國際田徑總會和國際足球總會認證的國際比賽場地；除了聽障奧運之外，2010年也曾在此舉辦城市足球聯賽。2017年，臺北田徑場將成為臺北世大運的開閉幕場館，不僅是市民運動的好去處，也將成為臺北市的觀光新亮點。

■ 中油光復北路站
臺北市松山區光復北路13號
02-2767-4900（24小時）

TAIPEI 2017
29TH SUMMER UNIVERSIADE

中油為世大運加油

請大家為台灣加油

臺北世大運 唯一指定用油

廣告

爲蘭嶼加油、爲離島加油！

文．圖 / 李聰明

每當有颱風侵襲臺灣，位在臺東外海90公里遠的蘭嶼首當其衝，總是第一個感受颱風狂風暴雨威力的地方。因為位處離島，一切的生活所需用品都得依靠外界的補給，包含公司在蘭嶼加油站的油品。105年9月14日侵臺的莫蘭蒂颱風，造成臺東往返綠島、蘭嶼的富岡漁港航道淤積，使得原先行駛蘭嶼的貨船無法載送，蘭嶼加油站超過一個星期無法進油，95汽油面臨了存量不足的問題。

人們常說「山不轉，路轉」，既然原先從富岡載送2公秉油櫃送油的貨輪無法行駛，中油油品行銷事業部便積極地尋找解決之道。臺東運輸中心張健鑫經理一方面向臺東縣政府請求同意，先以漁船載送「聽裝」汽油解

● 以漁船載送聽裝汽油到蘭嶼。

● 從高雄港前鎮碼頭吊運油櫃到大型貨輪。

燃眉之急，並在獲得臺東縣黃健庭縣長首肯後，立即尋找願意配合的漁船；二方面也透過東區營業處、高雄營業處、油銷部及總公司等各單位的協助，尋找富岡以外可以停靠大型貨輪的港口，再向交通部航港局及高雄港提出申請，載送油櫃到蘭嶼。

所謂的「聽裝」，是以馬口鐵（Tin）桶作為運補偏遠鄉鎮的汽油桶，不僅方便裝油，而且油氣不逸散、拋擲也不損壞，安全性高。然而，載送聽裝汽油是一項作業繁雜的工作，從潤桶開始，由加油槍每桶加油20公升，加上鉛封，從加油站運送至富岡漁港，搬上漁船船艙，並經過7～8小時的航程，抵達蘭嶼後再由貨車載送到加油站，接著以人工提桶逐一倒入油槽，才能完成一趟運油作業。從9月21日凌晨6點起第一趟行程，連續花費57小時完成了三趟的運油工作，一共載送了500聽（每聽20公升）總計10公秉的95汽油到蘭嶼。在工作人員辛苦作業及各主管關心叮嚀下，臺東行銷中心終於在大型貨輪也無法運補之際，完成了史上第一次以漁船載送聽裝油品的任務。

以漁船載送聽裝油品畢竟不是長久之計，因此漁船載送聽裝油品的同時，臺東行銷中心也同時評估過臺東的金樽、新港，以及花蓮港、屏東東港等，積極尋找可以停靠大型貨輪的港口。最後確定由高雄港的前鎮碼頭，以大型貨輪搭載12個油櫃、每個油櫃2公秉、總計24公秉的95汽油，於9月23日上午10時由高雄港出發，歷經12個小時的航程，9月23日晚上抵達蘭嶼。然而，事情沒有這麼順利，卸油時發現部分油櫃與卸油口的尺寸不吻合，加上事先準備的轉接頭也有問題，所幸在貨船技士的協助下在9月24日凌晨2:40順利完成卸油作業。至此，終於將蘭嶼站30公秉的95油槽灌滿。

油罐車到加油站卸油，在臺灣本島是再平凡不過的景象。然而，您可能很難想像，對肩負為臺灣加油、為每一個地方的民眾加油的中油公司來說，要將油品送到離島是多麼艱困的任務。為了讓離島居民都能使用到質純量足的優質油品，不計成本、人力、物力，就是要為了「為蘭嶼加油、為離島加油」，中油著實完成了辛苦而漂亮的一役。

● 聽裝灌桶加油作業。

註：1公秉＝1,000公升

世大運必推水果之一

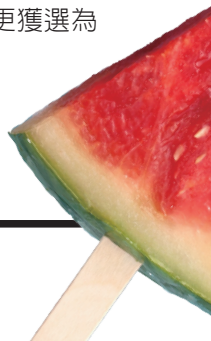
全球第一的水果之王—香蕉

臺灣號稱「香蕉王國」，無論在香氣、味道、口感、營養價值上或者是食用方法上，香蕉都無愧「水果之王」的美名。香蕉除了生吃以外還可入菜，它的天然甜度可直接做成甜點、冰淇淋、飲品或風乾成水果片，不需另外加糖便十分香甜，甚至僅僅用微波爐加熱便能再提升20%的甜度，這讓臺灣香蕉另有「甘蕉」之稱。不管凍著吃、熱著吃、冷著吃、烤著吃，還是炸著吃，真要數起來，香蕉可做的料理和甜點超過一百種。此外，對於提升免疫系統，香蕉更是極具效果，由「飯前香蕉百病消」這句話便可知其營養價值。

立法委員吳思瑤特別推薦

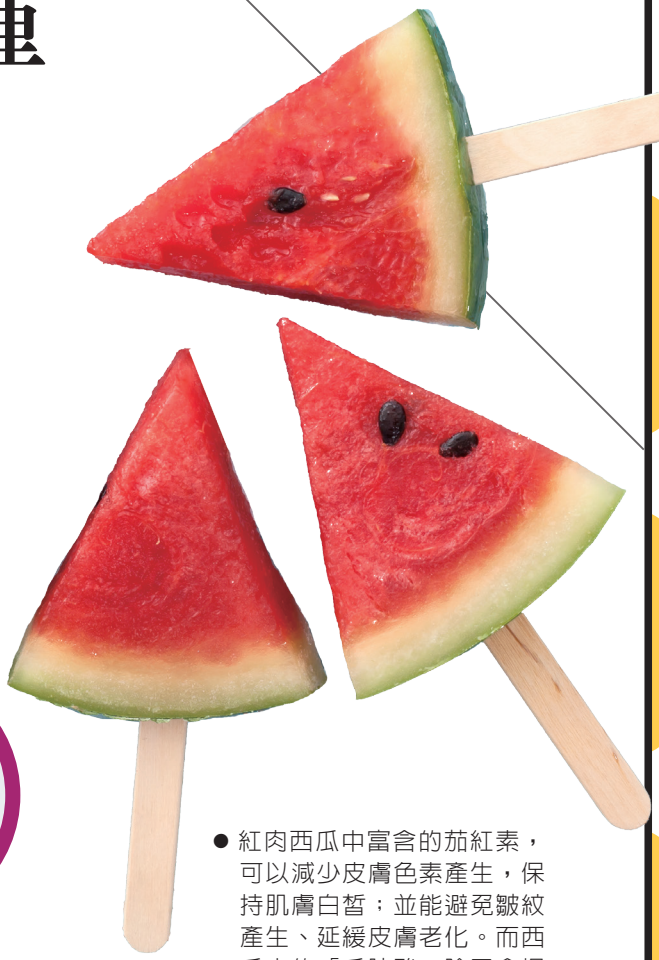
自從我在520就職典禮上，與香蕉自拍成了最佳「蕉點」後，北投水果攤老闆都搶著和我拍照代言呢！臺灣香蕉真的非常好吃，我每天早上七點到立法院報到，都是靠吃香蕉維持體力，也不擔心發胖。請大家和我一起用行動支持臺灣香蕉！

雖然其他熱帶與亞熱帶國家也有生產香蕉，熟成也快、體積也大，然而天然甜度與整體品質都不如臺灣香蕉。其熟成後金黃色的耀眼表皮，帶著一點一點的褐色斑點，飽滿濃郁的果香和優雅滑順的線條，以及吃起來香甜嫩滑、入口即化的口感，加上不挑生長環境、栽種容易，相較於其他水果來說，同面積的產量較高，一年四季皆有收成。就算是秋冬季節熟成期較長，秋冬香蕉口感更加Q彈而且耐放，使得臺灣香蕉聞名國際，成為最具代表性的一級臺灣水果，更獲選為「世大運最推薦水果」之一。



世大運必推水果之二

含水量稱霸各種瓜果—西瓜



要推薦給來自世界選手的水果，除了香蕉以外，西瓜是不二選擇。在所有水果若要論含水量，哪種水果也不及西瓜一顆，只要加點冰塊打成沙，就是一種最解暑的飲品，極適合推薦給在盛夏時來到臺灣參賽的世界各國世大運選手。目前臺灣的西瓜可選擇的品種眾多，大致可分為肉紅爽口的大西瓜、肉黃細嫩的小西瓜，以及兩種肉色皆有、汁水豐盛的無籽西瓜這三類，每一種都富有營養價值，對心血管疾病、肌膚美白抗皺與消脂減肥有很好的幫助。

立法委員吳思瑤特別推薦

我是臺南女兒，臺南流行在端午節中午吃西瓜，可以消暑、幫助消化。每年北投划龍舟時，我總是準備兩顆大紅西瓜分享給活動現場的朋友們。臺灣培育出的西瓜品質優良，種苗行銷全球，目前全世界每4顆西瓜就有1顆來自臺灣呢！

- 紅肉西瓜中富含的茄紅素，可以減少皮膚色素產生，保持肌膚白皙；並能避免皺紋產生、延緩皮膚老化。而西瓜中的「瓜胺酸」除了會提高身體內一氧化氮含量，擴張血管、降低血壓、預防血栓形成及降低膽固醇濃度以外，還能幫助分解脂肪、增加身體肌肉量。

- 打好的西瓜冰沙保存在保溫瓶中，不論去運動還是看比賽，隨手一瓶、暑氣全消！（圖為中油70週年保溫瓶，全臺唯一販售處只在「中油大樓1樓遊憩小站」）

混蛋老闆果汁店

地址：臺北市承德路4段10巷35號

電話： 02-2885-6378

時間：上午10點半至晚上10半，隔周一公休

世界之冠的肥美秋刀魚

入秋料理最得時

以總捕獲量來說，臺灣的秋刀魚漁獲量年達23萬噸，為世界之冠。其中以秋季捕獲到的秋刀魚體積最大、肉質鮮嫩，滋味最是肥美，正適合拿來作為入秋的料理。好品質的秋刀魚在挑選時有幾項須注意的重點：其一、魚身鱗片完整並散發銀亮光澤；其二、背部壟起，表示這尾秋刀魚油脂豐厚、滋味鮮美；其三、魚嘴泛著黃光，代表魚很新鮮，尚未經反覆解凍。秋刀魚的料理法中，除了一般最為下飯的「軟煮」註1以外，還有在各大居酒屋、日式料理店中極受歡迎的「秋刀魚一夜干」，且因經過鹽醃故能保存較久，是忙碌的主婦們非常好的料理選擇。

全臺秋刀魚漁獲量最高的要屬高雄前鎮漁港，店家賣的秋刀魚料理現撈、現殺還現烤，絕對是最新鮮的美味。在秋季時去前鎮漁港吃秋刀魚料理，吃飽了吹點帶著鹽分的海風，看進港出港忙碌的漁船，以及「餵飽」漁船的加油站，也是另一番享受。

秋刀魚一夜干

1. 煮熟秋刀魚並對半剖開，表面抹上薄薄一層鹽。
2. 放在通風處，風乾魚肉表層（約一天）。
3. 放入可控制溫度和濕度的冷藏室熟成（約一天）註2。
4. 放入超低溫冷凍庫保存，要烤時再拿出來。

註1：不去掉內臟，直接將魚切成三段，搭配醬油、砂糖、味淋和薑一起燉煮6小時，將骨頭都酥化了，便可上桌。
註2：經過熟成的秋刀魚肉組織被酵素分解，肉質吃起來會更有彈性。

秋季鮮旬食材大牡蠣

一口一個最爽快

牡蠣又稱作「蠔」、「蚵」，因此許多日式料理店中的「生蠔」，指的就是沾著醬汁搭配蔥花一起吃的帶殼生牡蠣。有著「海裡的牛奶」美稱的牡蠣，說的可不是它的口感有如牛奶般滑順而已，因為食用每年9～11月盛產期的牡蠣，可防止皮膚乾燥、促進新陳代謝、分解黑色素，還有具解毒功效的蛋白質胺基酸，是難得一見的食用級美容聖品，屬於秋季餐桌上不可少的食材之一。最簡單的料理方式就是煮粥，可別小看這一碗牡蠣粥，它可是在中藥食療裡能降低膽固醇、預防動脈硬化的最佳選擇呢！帶殼的新鮮牡蠣要怎麼看它的大小呢？只要將它轉過來看看右邊側面，是扁的還是凸的，若是凸的則代表牡蠣肉部較肥大囉！

培根牡蠣卷

1. 用培根將牡蠣捲起再以竹籤串穿，位置不要太擁擠，四個一串較為適當。
2. 放置在烤箱內，以170度烤約6分鐘，到培根表面略焦即可。
3. 取出塗上自己喜歡的醬料，例如烤肉醬或是蔥花醬油。

中油生技 CPCBio
骨質保健，天天好豆挺
根據研究，35歲以後開始進入更年期
中油生技好豆挺，榮獲『健康食品認證』
有助於骨質保健
Symbol of National Quality
健康食品
蘋果多酚
大豆異黃酮
好豆挺錠
SOYBEAN GERM
大豆異黃酮
蘋果多酚
骨質保健
健康食品
90粒入
原料採用進口非基因改造黃豆，
完整來自大豆胚芽精華!
掃一掃，抽好禮
不放過中油生技任何資訊
● 依動物實驗結果，食用本產品，對於停經之婦女有助於骨質保健
網路販售:yahoo超級商城「中油生技CPCBio」、PChome等各大商城
愛用者服務專線：0800-224171
廣告
中油生技樂活館

消失的運動場館 中華體育館

文 / 國立臺灣師範大學體育學系教授兼主任　林玫君

體育家湯銘新言：「我國歷史上最偉大的籃球場」，吳毅平《臺北人》書裡提及是「所有臺北文藝青年需要朝聖的地方」，光從這些形容，大家猜得出是哪座運動場館嗎？答案是中華體育館。

回首過往，臺北市的老運動場館其實不少，包括日據時期興建的武德殿、競馬場、自行車場、古亭庄游泳場、基督教青年會游泳池、警官練習所水泳場、東門町水泳場（戰後的東門游泳池）、新公園運動場、圓山運動場（戰後的中山足球場）、帝國大學競技場（今臺灣大學田徑場），以及戰後興建的三軍球場、臺北綜合體育場、中華體育館、菸酒公賣局球場、欣欣保齡球館、圓山育樂中心保齡球館等。無論是走入歷史或至今尚存的體育場館，都是臺灣民衆生活與記憶的一部分。其中，中華體育館可說是1960-1980年代臺灣最大的體育館，它所舉辦的國際競賽以及帶給臺灣的影響最為深遠。

中華體育館原名「中華體育文化活動中心」，它的興建充滿傳奇。因為中華籃球協會先行爭取1963年第2屆亞洲盃主辦權，但如此大規模的運動賽事並無適合場館，經過籃協理事長易國瑞將軍協商後，遂由中泰賓館負責人、泰國華僑的林國長先生獨資興建。地址選在南京東路，1963年3月破土，日夜趕工，只花七個月時間，於同年10月完工，這座造價新臺幣3,000萬、可容納一萬多人的國際標準場館由然誕生，當然，也趕上了同月舉行的第2屆亞洲男籃錦標賽。

● 1963年10月新落成的中華體育館。（圖片來源：中央通訊社）。

這座由力霸鋼架建造的運動場館，外型屬於圓拱型蓋頂，骨架全是鋼筋水泥，其施工方式被稱為「臺灣最偉大之建築」，饒富趣味的是這座建築像極了生日蛋糕，據聞亦是獻給蔣中正總統七秩晉七的華誕壽禮。

中華體育館最重要的任務當然是舉辦大型運動賽會，包括體操、羽球、桌球或是健美等競賽，但最常見的則是籃球比賽，例如亞洲盃、自由盃、城市盃等，場上球員使出渾身解數，球迷則是盡情吶喊，激烈戰況扣人心弦，比賽情緒也升至最高點。尤其是1970年代我國籃球會籍被國際籃總排除在外，因此每年一次的瓊斯盃國際籃球賽最為熱鬧，場場爆滿，座無虛席，參與情形最是盛況空前，比起現在HBL冠軍賽還要瘋狂。此種隨著形勢起伏熱血沸騰、忘情叫囂，搥胸頓足、咬牙切齒的情境，相信許多人都經歷過，這不僅撫慰當時受挫的外交困境，也提升運動競技的水準，而這種見證歷史的參與感，往往磁吸著更多的人投入這場狂熱和嚮往的運動世界，掀起了一股籃球運動的熱潮。

除了運動賽事之外，大衛．考柏菲的魔術秀，美國白雪溜冰團，麥可傑克森、鄧麗君、梅豔芳和羅大佑的演唱會，也選擇在可容納萬餘人的中華體育館舉行，足見中華體育館也陪伴無數臺灣人，歡樂走過從前的日子。

令人遺憾的是，相隔25年後的同一天（1988年11月20日），鴻源機構承租中華體育館舉辦第4屆公司運動會，傍晚六點餘，籃球比賽中的啦啦隊表演因施放沖天炮，不慎引燃大火，延燒波及整個屋頂，掉落的火燼更把地板燒毀，一萬餘人緊急疏散，十餘人受傷，新聞接連報導好多天，還有人拍攝到中華體育館竄出火苗的可怕畫面。爾後，鴻源機構雖試圖興建新的場館，建築大師李祖原更設計出長方形的平頂式建築，上頭有著一朵蓮花圖案來象徵永生的圖騰，不過，鴻源機構於1990年因政府打擊非法吸金後突然宣告倒閉，重建承諾無法實現，其舊址在寸土寸金的臺北市裡，仍為一片荒蕪，只能憑弔。

那一把火，雖然燒掉中華體育館，也差點燒掉臺灣籃球的未來，但走過四分之一世紀的中華體育館，仍然滿載著臺灣民衆的回憶，它不是真的逝去，只是從我們的眼前消失，但仍深深烙印在我們的心裡。

● 中華體育館已夷為平地，在許多人心中往事只能回憶。（陳俐靜攝）

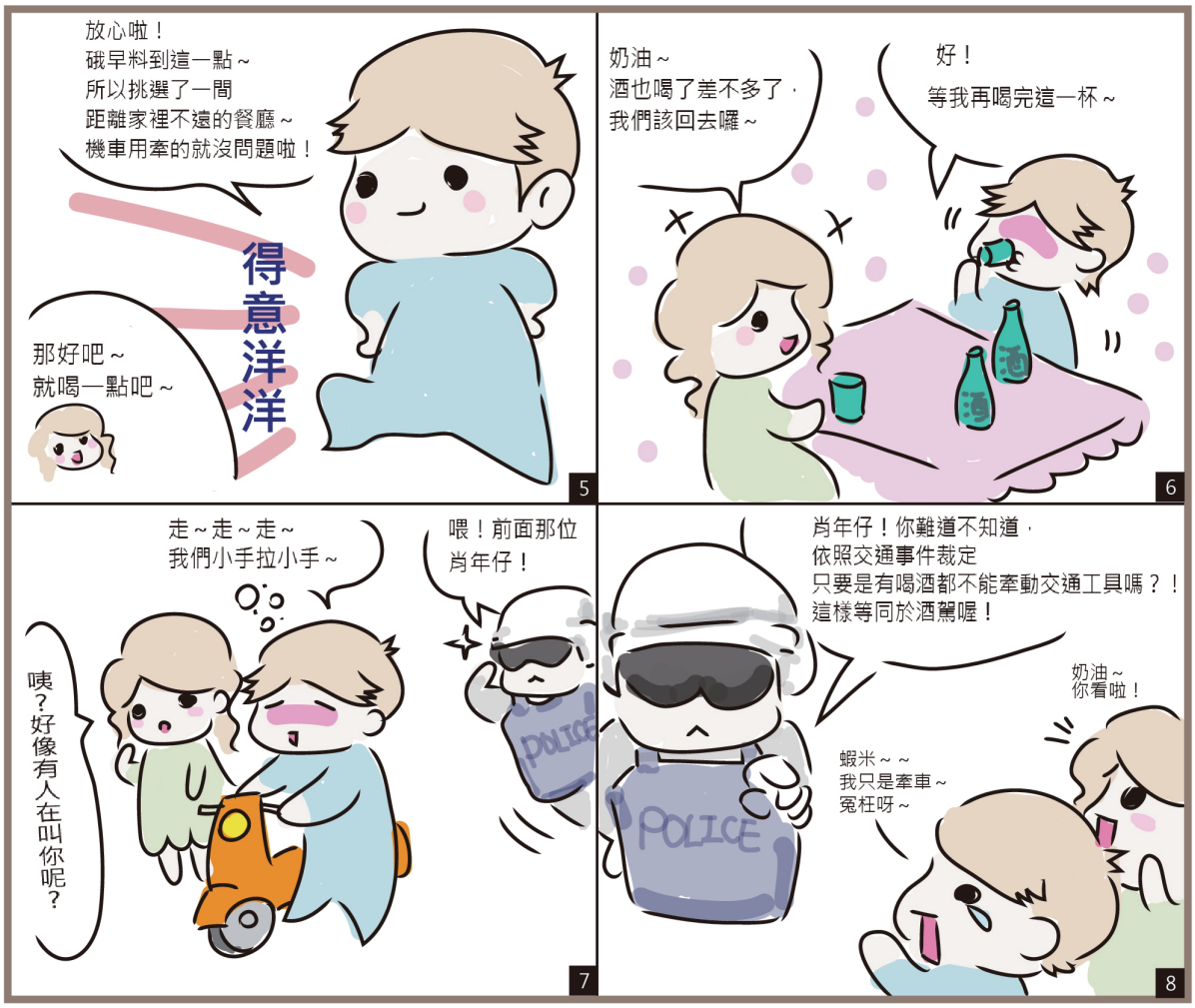
全臺加油站查詢

喝　酒　不　牽　車

角　色　介　紹

莎拉 & 奶油

引用韓文「我愛你」的發音(sa rang hae yo)，以凡事抱有好奇心熱愛學習的【莎拉】跟常常少根筋的【奶油】兩人作為主題，詳細故事以在台灣中油全球資訊網有專區露出囉～



法令依據：
高等法院98年度交抗字第1345號
交通事件裁定，只要機車在道路上，用人力、電力、獸力等其他方式，讓機車行進，都算駕駛機車，如違規將比照酒駕罰款辦理。
機車：酒精濃度如果是0.15~0.25毫克 15000~22500元 酒測質濃度越高罰款也越高。

作　者　介　紹

Anson 安森

一個通勤的上班族，喜歡繪畫創作反應現代生活習慣的改變及結合最新時事議題。

● 挖掘感動 ●

橫越千山萬水的愛
讓希望星芒永遠閃亮

文／楊月霞　　攝影／劉曉天當代影像

兩坪大的茅草屋，擠進八個大人、小孩共同生活，是多麼艱苦的光景？飽受恐攻與饑荒折磨，終日只能進食一餐，要如何在如煉獄般的生活中尋求曙光？這裡是有「非洲死亡之心」稱號的查德共和國（Republic of Chad），全境可耕地僅10%，人民每月總收入約新臺幣兩千元，平時只能求溫飽，若不幸罹患重大疾病，幾乎等同死亡的無情宣告。

聽聞當地情形，中油立刻協同臺灣路竹會醫療團隊於查德偏鄉展開義診。超過兩千位居民裡，有兩名重症病童攫住了衆人目光，一位是罹患先天唇顎裂的10歲孩子希薇安（Sylvien），一位則是年僅5歲卻有手沾黏症狀的派翠西亞（Patricia）。病魔的分秒摧殘，與她們的稚嫩年齡形成強烈反差，此情此景不禁令人心疼而紅了眼眶……

在中油及路竹會多方奔走、趕辦護照文件後，她們終於能啓程來臺就醫，「第一次離家這麼遠，臺灣的醫生叔叔和護士阿姨都對我很好！」希薇安那雙靈動眸子，彷彿水晶盈躍其中，讓人無法想像她曾因缺乏上顎和鼻骨極為自卑，日夜以淚洗面。從小遭父親遺棄，唇顎裂外貌更被同伴視為怪物。備嘗冷落與歧視的她，常常站在鏡前用力掌摑自己，一邊失聲痛哭、反覆恨問：「為什麼這張臉要誕生於世上？」

「沒想到他們（中油與路竹會）越過撒哈拉沙漠，千里迢迢來幫助希薇安。雖需翻譯員才能溝通，但他們的真誠眼神，讓我相信這是上帝派來的天使。」獨力撫養一家八口，希薇安的母親滿懷感激，在檢查評估後，由其兒子傑喬尼亞斯（Jechonias）陪同希薇安，到長庚紀念醫院進行長達四個月的手術與觀察，希薇安擁有常人生活的心願終於實現。

● 翻譯官Leila與年僅5歲的Patricia在兒童樂園露出久違的笑靨。

● 中油陳綠蔚總經理慰問Sylvien，彼此相視而笑，氣氛溫馨。

而來自另一個家庭的派翠西亞，擁有天真爛漫、能融化任何人的純稚笑容，十指卻因燒燙傷意外，導致組織沾黏無法張開。路竹會義診醫師們見狀，立刻在現場進行麻醉手術，成功分開沾黏的左手，並從她細瘦的手臂內側切下一塊來植皮。然而她右手情況更為嚴重，急需精密器材執行重建手術，但在混亂貧瘠的查德，哪有資源可言？

所幸中油適時伸出援手，迅速整合各界力量，讓她與母親瑪麗亞（Maria）相偕抵臺；術後亦悉心照護，避免併發感染，並由財團法人羅慧夫顱顏基金會協助心理輔導。如今已穩定痊癒的希薇安與派翠西亞，於105年9月12日與中油陳綠蔚總經理相見歡，當暢談這段充滿感動的過程時，身為翻譯官的萊拉（Leila）數度哽咽：「多年來中油為查德當地提供了大量工作機會，此回義診更毫不保留地熱情奉獻，我們無以為報，真的非常感謝。」而陳總經理笑說，臺灣也曾苦過，如今生活安定，自應有能力努力付出，即便是沒有邦交情誼的非洲查德，也願能橫越時空距離，行腳傳愛。

返回查德前，中油特別招待病童及其家屬們參觀臺北101觀景臺、嬉遊兒童新樂園，盡情掃去憂傷。孩子們唇上和指節的繃帶，引起不少遊客上前關心擁抱，讓可愛的姊妹花笑逐顏開，「這是我最快樂的一天！很喜歡臺灣！」望著她們眼底折射出雨後天晴，不禁令人感嘆，身處同個地球卻有天壤之別，究竟還有多少苦難的人殷切待援？相信中油此次跨界善舉能拋磚引玉，讓苦痛淚水都幻化為指引希望的星芒。

● 在臺北101觀景臺遠眺，Sylvien（右）與Patricia（左）期待全新的人生旅程。

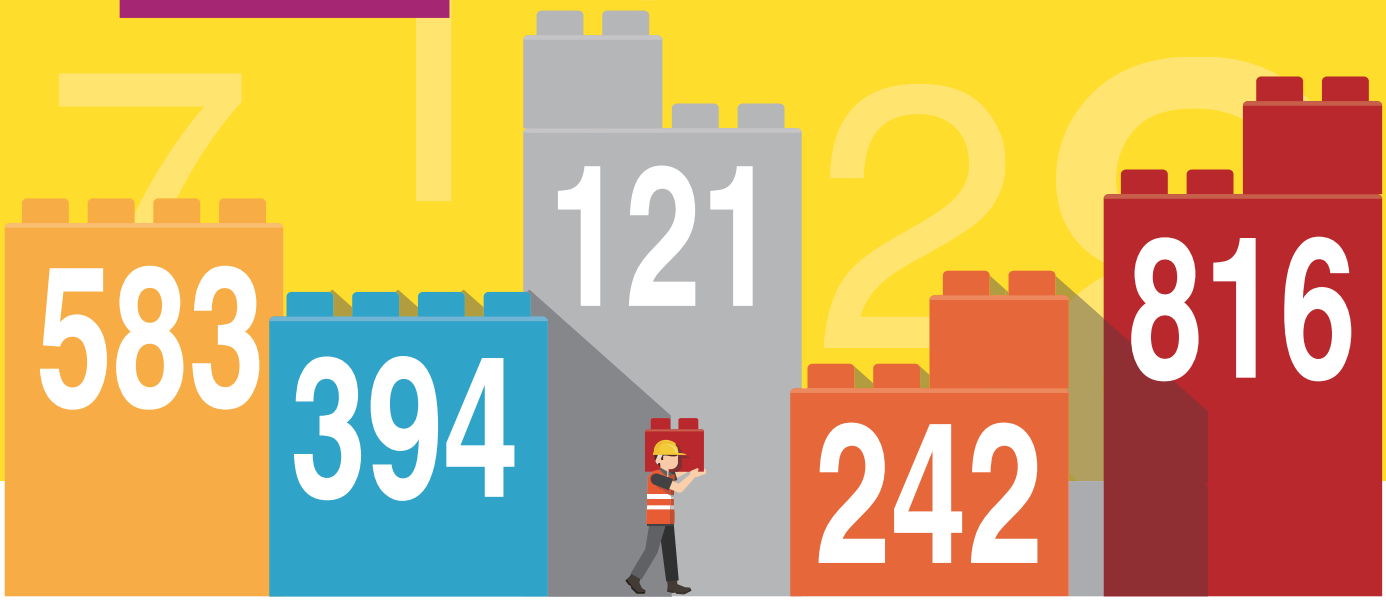
民視異言堂
查德義診紀實

數字占卜

Numbers

文 / 夏綠蒂

你有曖昧或暗戀的對象嗎？想要從友情轉為愛情嗎？在心中默唸對方的名字（也可默想樣貌），並依直覺從下列 5 組數字中選擇一組，就可以知道本月告白的成功機率有多高。趕快來測試吧！



選 583 的人：本月告白的成功機率是 80%

兩人獨處的時候，盡可能表現你的優點或長才。對方的個性小心謹慎，讓你覺得有距離。告白需要一點技巧，必須請教有經驗的朋友或利用親友團，在聚會中公開告白較容易成功。

選 816 的人：本月告白的成功機率是 60%

告白最重要的是爭取時間、搶先一步，兩人的關係有點像友達以上戀人未滿。營造出歡樂的氣氛，表現出誠懇的態度，讓對方覺得你的告白很認真，最好能許下承諾，應該會打動對方。

選 242 的人：本月告白的成功機率是 40%

你們都是猶豫不決想很多的人，你的告白會讓對方考慮很久。要主動出擊，打聽對方的喜好。不妨考慮一下禮物攻勢，並當面表達自己的心意，成功的機會還是有的。

選 394 的人：本月告白的成功機率是 20%

你們的心思大部分在工作或學業上，對方是個謹慎的人，對感情有自己的標準，想很多也很被動。衆多追求者中你只是其中的人選，即使你的條件再好，也難有進一步發展。

選 121 的人：本月告白的成功機率是 100%

千萬不要錯過本月告白的好時機，也許對方還在評估，競爭者不是只有你，但是只要你拿出主動積極的態度令對方感動，要有自信，告白的結果應該會讓你滿意。

● 作者特為本刊獨家撰寫本欄。

國光牌潤滑油脂

讓一切好轉

台灣中油股份有限公司 潤滑油事業部

消費者服務專線:0800-077002 網址:http://www.cpc.com.tw

廣告

午夜的明燈

文 / 陳俊尚

夜幕低垂，夕陽呈現微醺的色彩，接下來將會是滿天星斗與銀黃月光佔領夜空，相互輝映。既然傍晚來臨了，馬路上的車燈自然此起彼落地亮起，指引著駕駛人前方的道路，而每位駕駛手中掌握的方向盤，決定了他們接下來要前進的方向與要走哪一條路。這個方向盤，承載著人們在這充滿悲歡離合人生中的衆多選擇。充斥在街道兩旁滿滿的廣告看板與七彩霓虹燈則不斷迷惑著人心，分散著我們的注意力，即使幸福就在眼前，我們也許還是看不見。

每個人的心都需要一盞明燈，它是光明與希望的指引，可以是一句嘉言、父母的叮嚀、師長的教誨、朋友的提攜，甚至是一次正面的思考或一場自我的反思。而在夜晚時分開車回家的路上，我們需要的明燈是中油

加油站。縱然可能還不需要加油，但只要我們知道前方會出現它那24小時不停歇的火炬商標，心裡所產生的踏實與安定感是不可言喻的。加油站不再只是加油站，它是補給站，也是休息站，更是大家的午夜明燈。

現代人開著快車追逐功名利祿的當下，常常不知道何時該停車，只想繼續踩足油門一口氣衝向目的地，直到油錶的指針趨近紅線、進逼於零的時候，才意識到「必須停下來加油」。中油加油站這座永遠為你點亮的午夜明燈，吸引你停下腳步，駐足在這裡，看一看過往，想一想自己是否不顧安全衝動行事，靜下來找回那份自在從容而淡定的心情，思考一下要如何調整步伐繼續往下走。為自己的愛車加滿油，為自己的人生加滿油，在火炬明燈的照射下，循循前行。

油來遊去

感動召集令！

徵求「中油加油心靈小故事」

「中油加油站美圖美景」

《油來遊去》已經滿兩週年了！感謝大家多年來對《油來遊去》的支持和鼓勵，這兩年來我們走過城市、遍足鄉野，報導臺灣各地的感人故事！

現在我們要找尋屬於大家的溫暖故事！關於友善的加油站工作人員、24小時的服務、俐落的洗車、乾淨的廁所、有創意的佈置，或者琳琅滿目的商品等，中油加油站所帶給您感動的人事物有哪些呢？

《油來遊去》在此誠摯徵稿，邀請讀者來分享你／妳的中油小故事。歡迎大家將您的溫馨小故事投稿至日創社，也歡迎攝影高手將您所拍攝的中油美景和大家分享，請大家踴躍投稿喔！

徵稿資訊

- 地址：臺北市南港區重陽路459號12樓，或是mail至inno.editor@gmail.com
- 收件人：日創社《油來遊去》編輯小組收
- 信件內容：稿件、照片和聯絡電話。
- 字數：500-800字。（以刊出字數為準）
- 稿酬：一字1.5元。（含標點符號）
- 圖片：投稿圖片一經採用，每張稿酬500元。（圖片需300dpi/4MB以上）
- 註明：《油來遊去》徵稿活動。
- 錄用者個別通知，不錄用者恕不退稿。

想用最優惠的價格做到最大的曝光量嗎？！

即日起，油來遊去歡迎「刊登廣告」！

優勢：

- 每月 10 萬本的發行量
- 全省超過 400 處以上的曝光地點
- 電子書、網路、FB 持續強力行銷

趕緊來電瞭解：**02-7730-6656** 分機 27 廣告業務部

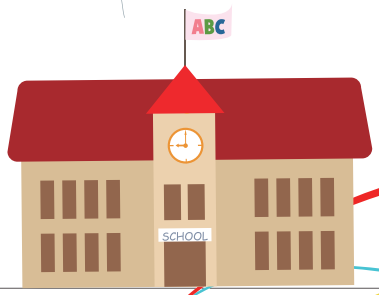
i 加油號

前進偏鄉做公益

從台北出發，讓我們用熱情與活力，將愛和關懷帶往偏鄉。

活動場次

1. 10 / 25 台中水里國小，透過有趣的遊戲來宣傳能源教育
2. 11 / 08 新竹內灣國小，用畫筆與圖書來創造歡笑時刻



足旅養生行館
頂級按摩走遍天下
「足旅養生行館」挑高寬敞、窗明几淨，
屬於日本禪風休閒空間，
為忙碌的現代人打造一個能夠放鬆的地方，
來這裡體驗身心靈與藝術相遇的感覺，
其專業的手技療法、貼心的精湛服務，
加上最舒適的整體環境，
必能讓您在此找到寧靜與滿足。

林森店
地址：臺北市中山區林森北路89號
（近捷運中山站、林森公園）
電話：（02）2568-2200

中壢店
地址：桃園市中壢區健行路6號
電話：（03）458-6072

桃園藝文園區店
地址：桃園市新埔六街57號
電話：（03）326-1520

廣告

台灣中油歡慶 70 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。

廣告

Line@

電子書

FB粉絲團

台灣中油股份有限公司
CPC Corporation, Taiwan