

2版

國中圖變身
當代藝術添趣味
秋紅谷 清翠園
做未來公園典範



3版

挑戰大坑
賞景賞鳥練腳力
安全修剪樹木
臺中愛樹 首訂辦法

4版



九天陣頭 震撼紐約林肯中心
逛大學校園 美景大驚奇

〈貼心提醒您〉

慶祝祖父母節 愛在8.26

臺灣社會原本密切的「祖孫」社會結構因為工商發展逐漸疏離，教育部要喚起大家重視「祖孫世代」的接觸，將每年8月第4個星期日訂為「祖父母節」，鼓勵祖孫相互表達關愛。今年邁入第3屆，日期是8月26日。而今年8月30日是國中、小開學日，教育部鼓勵除父、母親陪同外，阿公、阿嬤也一起帶孫子女上學。另外，民衆也可以到<http://826.tworg.net>網站，下載敬老購物優惠券。

〈好康報你知〉

藍光一號 預約發車

搭公車不必等！臺中市公車首創「客製化」、「網路預約」的「藍光一號」，行駛臺中工業區，初期營運班次為週一至週五的上下班時段，發車點在統聯中港轉運站，目前沿途停靠裕國冷凍、宏全國際、美律實業、環隆科技與上銀科技，採事先上網預約制，就像「大型計程車」，公車會直接送到門口，無人預約就不發車。詳洽市民專線：1999。

8.25 市府就業博覽會

由臺中市就業服務處舉辦的徵鮮卓越就業博覽會，8月25日在中港市政大樓惠中樓4樓集會堂登場。這次有70家廠商設攤，釋出5,000個以上就業機會。博覽會從上午9點開始至下午2點，歡迎求職民衆踴躍參加。洽詢電話：(04) 22289111轉36100、36300。

臺中財務體質佳 五都之中負債最低

財政部國庫署公布的公共債務白皮書中，臺中市是五都之中負債最少；升格直轄市後，負債從628億元降為534億元。市長胡志強說，水滴經貿園區與臺灣塔開發後，預計將可還清負債。

不過，臺中市升格直轄市後，預算支出逐年增加，中央統籌分配稅款增加卻有限，舉債空間仍維持省轄市規模，等於「大人穿小孩衣服」，如果中央不儘速配合修法，將嚴重影響市政建設。

財政部資料顯示，至今年六月底止，一年以上公共債務與短期債務未償還餘額中，五都負債最多的是高雄市2,129.41億元，其次為臺北市1,642億元、臺南市642億元、新北市562億元，最少的是臺中市534億元。

在全臺灣22個縣市政府中，臺中市人口266萬人、負債534億元，每人平均負擔債務2萬元，全國排名第15；而高雄市每人平均背債7.67萬元，苗栗縣為7.1萬元，臺北市6.2萬元與宜蘭縣5.2萬元，臺中市的表現相對亮眼。

臺中市負債主要因為縣市合併後，概括承受原臺中縣過去的債務；合併前原臺中縣債務為510億元，原臺中市107億元，加上其他債務，總計為628億元。

縣市合併一年後，整體債務方面，臺中

市減少債務20億元。

副市長蕭家淇說，政府財務困難，債務要減少很不容易，能減債20億元算是不錯的成績。

臺中市政府財政局局長李錦娥說，中央補助增幅有限，舉債空間也受限，省錢之外，還得想辦法賺錢。

預算雖難編 建設不能停

臺中市債務五都最低，財務體質最好，但市府籌編明年預算，卻面臨編不出來的窘境。市長胡志強坦承，明年預算確實難編，中央補助款縮水，當市長以來從沒這麼傷腦筋，只能想辦法到處找錢。

臺中市今年度總預算為1,069億元，其中85億元靠借貸因應，明年要維持1,069億元規模，已出現百億元以上缺口，但舉債額度只剩52億元，副市長蕭家淇說，確實很苦惱。

蕭家淇說，明年度總預算不會成長，已要求各單位經常門支出重新檢討，甚至不排除從首長特支費樽節支出，預算編得困難，除了中央遲不完成公債法、財劃法修法，去年實施的不動產奢侈稅，不動產交易急凍，讓臺中市契稅、土地增值稅收入減少，也害慘了臺中市。

蕭家淇說，臺中市靠著土地重劃，從七期、十二期等抵費地標售，為市庫帶來不錯收益，在公債、財劃法尚未鬆綁前，市府開發水滴經貿園區，未來標售開發後市府取得的土地，估計進帳上看千億元，扣除開發成本，可為市庫賺進500至600億元，屆時負債可全部解決。

明年預算難產，勢必排擠到市政建設。蕭家淇說，重大交通建設BRT快捷巴士，原本明年要編列90億經費，要在臺中六線齊發，目前只能先顧中港藍線，其餘先編列規劃費。

社會福利部分，明年打算開辦的多項措施，可能受到排擠。臺中市政府社會局說，2歲以前每月2,000元的育兒津貼，全年支出1億元，65歲以上老人免繳健保費，一年需支出11億元，還有65歲以上老人免費裝假牙等措施，目前都在檢討預算，如果錢不夠用，只能延後實施日期。

蕭家淇說，濕毛巾擰過後，要再擰出水來，得費很大力氣，明年度預算困難，但「建設不能等待，難編還是得編」，市府會持續努力，爭取中央計劃型補助，同時想辦法再賺錢，推動市政建設。



地方財政困難，臺中市透過土地重劃帶動繁榮，標售抵費地創造市庫財源。

〈絕不胡塗〉

公債法 應儘快修正通過



胡志強

我要談的不是新觀念。舉債是企業經營中，可以接受的觀念，如果舉債是為了周轉，讓未來更好，舉債並不是罪惡，經營一個城市，也是相同的道理。

從我當選原臺中市長，到現在「經營」大臺中市，我用「經營」這兩個字，代表我把自己當成CEO，畢竟市政推動需要錢，替臺中市與臺中市民賺錢，是我的任務，也是我的使命。

但我要提的也不是新問題，「舉債」，在企業經營上很常見，到了市政經營為何就行不通呢？不少人說，政府財政困難，就少花一點，為何要債留子孫呢？

借錢來開選舉支票，不是我的風格。借錢是為了建設臺中，投資的錢要能再賺回來，才能靠自己永續發展。

就像開發中的水滴經貿生態園區，市府預計投資六百億元，建造臺灣塔、城市願

景館、中央生態公園、中臺灣電影推廣園區、國際會展中心、購物中心、轉運中心及金融中心等國際級公共建設。建設帶動繁榮，同時把錢帶進來。

臺中市升格迄今已一年半，公債法卻仍未修正，臺中市就像大人還在穿小孩衣服，臺北市舉債上限近五千億元，高雄市近二千五百億元，但臺中市卻只有六百億元舉債空間，早已逼近「天花板」，而且補助越少，負擔越增，明年預算面臨窘境，不僅影響市政，也會排擠社會救助、福利支出。

坦白說，我會繼續想辦法，但我的呼籲不是新的，建請中央重視地方財政，儘速修正通過公債法及財劃法。

〈精彩活動速報〉

當代藝術作品進駐 國中圖大變身

■圖書館變身現代美術館？國立臺中圖書館8月11日起至9月29日推出「讀·樂—公共藝術節」，由國內外藝術家、藝術團隊，將當代藝術作品設置在圖書館內外。

位於臺中圖書館中庭廣場的永久性作品《讀樂·無限·大未來》，呈現知識無限的造型，開啟觀眾閱讀的多元想像。懸吊在館內1樓大廳挑空的作品《觸·Contact》，則以充滿隱喻的視覺意象，象徵著數位圖書館扮演的「知識傳遞者」的重要角色。



當代藝術作品為國立臺中圖書館帶來新趣味。

9月1日有一場由紐約知名藝術團體Improv Everywhere帶來《MP3實驗計畫—交換閱讀》活動，以詼諧幽默的方式，將「民衆的參與行動」變成一件移動式公共藝術作品。
「讀·樂—公共藝術節」臉書粉絲專頁 <http://www.facebook.com/joyreading>。

高空獵影 換個角度欣賞大臺中之美

■臺中市政府新聞局今年精心規劃，透過高空攝影捕捉大臺中自然景觀與人文風情，並嚴選其中52幅精彩作品，在今年8月至12月間，分別在中港市政大樓惠中樓一樓中庭、港區藝術中心、大墩文化中心等地舉辦「高空獵影—瞰見大臺中」空中攝影作品展，展出的攝影作品由攝影家陳敏明掌鏡，以豐富高空攝影經驗，捕捉天空下的珍貴鏡頭。歡迎市民參加這場空中影像盛宴，從不一樣的角度一睹大臺中之美。

本展覽共展出約52幅作品，大多以全開輸出，充分呈現震撼的視覺影像，難得的高空角度，壯麗的山海花都，快來重新認識大臺中！

酸甜艷紅火龍果 盛夏享用最對味

■盛夏到，酸甜又帶有顆粒口感的艷紅火龍果最對時！火龍果於臺中市外埔、太平、新社與后里區產量最爲大宗，數十公頃的果園，綠色藤蔓攀爬滿藤架，渾圓飽滿的紅色果實，彷彿上千顆閃耀的紅色鑽石。

農業局表示，中美洲熱帶地區是火龍果的原產地，經過台灣專家引進、技術改良，果型更大、更飽滿，甜度高、口感更爽朗，是適合夏季食用的當季水果。

臺中市以外埔區產量最高，外埔區農會總幹事李錦東說，果農長期改良技術，種出比手掌大的火龍果，每顆重約1公斤，甜度、口感佳，市場一般火龍果平均批發價每公斤約40元，但外埔生產的紅龍果每公斤上價至少200元、中價至少100元。

外埔區農會9月將辦理「火龍果文化活動暨農特產品展售活動」，現場展售臺中市各區農產品，歡迎民眾到場參觀、選購。詳情可洽外埔區農會，電話：(04) 2683-2311。



火龍果酸甜的口感清爽消暑。

體育嘉年華會 精采絕倫錯過可惜

■已舉辦11年的臺中市體育嘉年華會，將於9月15日在梧棲區臺中港區綜合體育館及周邊道路舉行，臺中市體育總會秘書長楊永昌指出，屆時大會將有空中飛行、舞龍舞獅、扯鈴等40多個單位表演，預計將有兩萬多人參加，錯過可惜。

今年的嘉年會表演活動分爲體育館館內、廣場及廣場前道路等場地，項目精彩豐富，分別有啦啦隊熱火秀、跆拳道、上空空中飛行、舞龍舞獅、戰鼓、扯鈴、陀螺、流星球、撥拉棒、砌磚、跳繩、踢毽、獨輪車等民俗表演。另有花式溜冰、排舞、太極拳、土風舞、八卦掌，老少咸宜，傳統與熱門時尚兼具。現場將開放多項活動讓民眾體驗，最夯的漆彈、消防局射水與濃煙體驗、飛行模擬器，還有運動項目槌球、木球、射箭等，有動有靜，呈現嘉年華會的歡樂氣氛。臺中市警察局另提供武器裝備展示、霹靂小組戰技表演、吉普車落差表演。

楊永昌表示，嘉年華會現場將設14個闖關遊戲，完成闖關後可兌換紀念環保袋。大會將提供12台電視機、50輛捷安特自行車，現場摸彩，到場享受熱情有勁的嘉年華會，他說，保證好玩好看。

秋紅谷 清翠園 讓市民享有更多綠地 做未來公園典範

臺中市綠意盎然，擁有豐富的山林資源，全體市民擁有的公園綠地面積，平均每人4.09平方公尺，五都中排名第3，今年起到103年，市府將打造115座公園，散布全市各地。即將完工的有秋紅谷生態廣場，還有國際矚目的中央生態公園「清翠園」，打造綠色台中。

臺中市改制升格前，原臺中市公園綠地面積，每人平均爲4.95平方公尺，全國排名第2，而原臺中縣綠色資源豐富，森林覆蓋率超過面積一半，縣市合併後，每人綠地面積略降，次於高雄市4.78平方公尺與臺南市4.22平方公尺，但整體綠色資源豐富。

即將完工的秋紅谷廣場，位於七期重劃區內，總面積將近3萬平方公尺，地價超過200億元，在寸土寸金

的地段蓋公園，代表另類的綠色生態思維。

這處綠地將在秋天完工，園區內有市區最大的生態水池，也具有滯洪功能，可容納20萬立方公尺，月初過境

的蘇拉颱風，爲臺中降下大雨，秋紅谷就發揮滯洪功能，減少市區淹水問題。

臺中市政府經濟發展局局長黃晴曉說，生

水滴經貿園區內規劃中的清翠園，占地68公頃，等於8.5座文心森林公園，從南到北貫穿水溝園區，透過國際競圖，由法國設計師Catherine

新闢公園 市民休閒好去處

臺中市政府今年計劃開闢44座公園，其中38座集中在山海屯區，讓民眾出門就能親近綠地，其中有高美溼地體驗館、東勢客家文物館再造等，凸顯地方特色。

新闢44座公園今年陸續動工，預計103年完成，其中太平區最多，有7座，豐原區5座，清水區4座，原臺中市6座。

聞名遐邇的清水高美濕地，市府將重新規劃，設置濕地體驗館、遊客中心與風力發電景觀，希望能兼顧保護濕地和發展觀光。黎峰山公園周邊有清水八景，市府已編列經費整治坡地與水患，擦亮黎峰山招牌。

太平區坪林營區則規劃成森林公園，面積約11.4公頃，臨近大里溪、頭汴坑山區，附近還有國小與勤益科大，讓太平區民眾多了不少親近綠地的好去處。

豐原區葫蘆墩公園有軟埤溪貫穿，市府規劃改善工程，配合水岸景觀規劃成爲親水公園；大里區軟體園區旁的菸葉場空間，也將規劃爲綠帶與滯

Mosbach團隊得標，將打造全國都會區最大的鑽石級公園。

副市長蕭家淇說，這座公園獨特之處，不在於硬體建設，而是規劃過程以人爲本，將成爲未來公園規劃的模範，總經費27億元，10%用於園區微



秋紅谷位於臺中七期黃金地段，可調節都市氣候，還有滯洪功能。

愛樹 臺中首訂安全修剪辦法

臺中市是全國第一個針對樹木安全修剪訂出詳細辦法的都市，若廠商違規過度修剪造成樹木破壞，將對廠商記點並從嚴罰款。

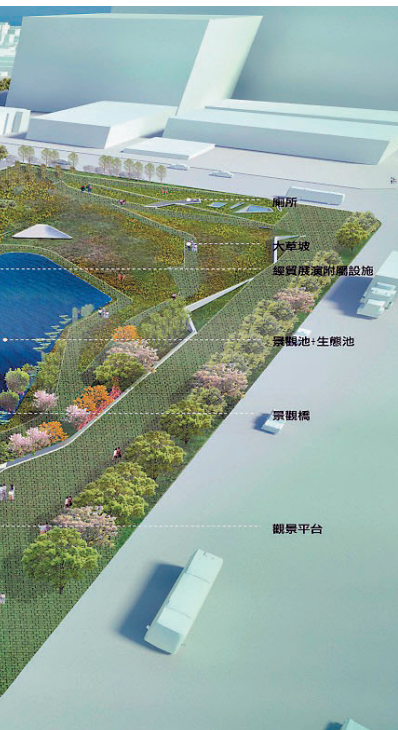
過去市府或學校、機關委託修剪行道樹木時，廠商常爲了省事省時而過度修剪，將樹木「理光頭」，一片樹葉都不剩，甚至因砍殺式手法傷及樹幹。

臺灣愛樹保護協會長期觀察政府機關委託廠商修剪樹木，認爲有些手法「不當且殘忍」；會長曾裡銳說，樹木太高、影響動線，確應修剪，但若不能「健康剪」，對樹木反而造成永久傷害。

愛樹志工向企業、政府募款，完成第一本《樹木安全修剪手冊》，向日本「樹醫師」取經，內容包括樹木修剪最佳時機是冬天的樹木休眠期，春天不可修剪；應採取三段式修剪法：修剪時切莫傷及主幹等。書中介紹一套SOP流程，教民眾、廠商正確剪樹。

這也獲得市長胡志強認同，要求農業、建設局儘速檢視「樹木修剪手冊」內容後，研議一套市府各所屬機關單位的統一參考標準，委外執行包商若爲了省錢省事而不當剪樹，要依契約規定處罰，落實臺中市愛護樹木

途，透過綠蔭、水霧、埋設地下水管與裝設氣流導引風扇，來改善與調節園區微氣候。市府強調，3年內還要開闢115座公園，總面積超過277公頃，屆時每人綠地面積將提升到5.24平方公尺。



秋紅谷位於臺中七期黃金地段，可調節都市氣候，還有滯洪功能。

〈食在好滋味〉

第二市場 人氣傳統美食多

要找傳統美食，到第二市場尋寶最對味！建立於1917年的臺中第二市場，外觀仍維持傳統建築風格，地處臺中市中心位置，入口處就在三民路上，儘管市場已有近百年歷史，至今仍繁華熱鬧，假日更吸引不少老臺中人、觀光客前往朝聖，來趟傳統美食之旅，填飽肚子之外，也感受老市場的風華。

不少連鎖店家發跡於第二市場，目前在市場內的美食也幾乎間間是名店。位於入口處的「老王菜頭粿」，就是人氣小吃之一，最道地的招牌點法就是菜頭粿加荷包蛋加米腸。菜頭粿、米腸都煎得透亮，入口卻不油膩，荷包蛋呈現半熟口感，筷子輕戳，蛋汁緩緩流出，光看就讓人胃口大開，店家提供的微甜醬汁，更是美食的最佳拍檔。

位在老王菜頭粿對面的「老賴紅茶」，也是發跡於第二市場的臺中招牌店家，如今已有多家連鎖店。店家精選南投茶園茶葉，隨著季節挑選不同茶葉，煮茶也堅持用逆滲透水，製作出簡單的美味紅茶。

老店「三代福州意麵」，加蛋製作出的手工雞蛋麵，讓麵條香濃Q彈、美味加倍；傳統美食少不了的魯肉飯，第二市場內也臥虎藏龍，「山河魯肉飯」、「李海魯肉飯」都是臺中名店，各有支持者，每天生意都強強滾。

被市長胡志強譽爲全臺最好吃的肉包「顏記肉包」，店內只賣肉包、餛飩湯，好吃的秘訣就是新鮮、手工現包。儘管店面不大，但店內忙著包餛飩的店員手不停歇，在店內享用，肉包、餛飩熱騰騰上桌，外皮口感扎實，內餡肉汁飽滿，讓人回味再三。

走進第二市場不僅有傳統美味，食衣住行等生活用品也都有販售，此起彼落的叫賣聲，親切、熱鬧，更是現今新式賣場所無法取代的。



第二市場有許多美食老店。

〈休閒最好玩〉

挑戰大坑 賞景賞鳥練腳力

臺中市北屯大坑風景區，共有大坑1至10號及5-1號，共11條登山步道，及4號步道旁中正露營區螢火蟲蝴蝶生態復育區，享有「臺中的陽明山」美名。每天吸引不少人登山健行、騎單車運動，以及賞鳥、觀察昆蟲、植物與蝴蝶、螢火蟲生態，是一處親近大自然的休閒好去處。

大坑9、10號登山步道，每逢週休假期登山健行遊客多，市府整頓違規攤販後，步道綠線登高眺遠景觀、視野更開闊。10號全程陡峭階梯式木棧道，可挑戰腳力、體力，與9號步道會合點「觀音亭」，可自備茶具泡茶、乘涼、聊天。

9、10號步道間，有產業道路連接到6、7、8號登山步道，登山客大都從松竹路或潭子端入口登爬，可視個人腳力、時間彈性調整路線，著名景點爲「風動石」。

以「連坑巷」爲主軸，沿坑谷規劃1、2、3、4步道，陡坡路段以圓木架高的木棧道架設。4號步道終點「頭嵙山」起，沿著山嶺棧線闢設5號步道連接，另有5-1步道銜接通抵新社，登棧線景觀視野極佳，1到5步道坡陡、具挑戰性，大都採「單線折返」登爬。

大坑登山步道入口處設停車場，可自行開車前往，或搭乘客運往大坑圓環或新社中興嶺班車，抵經補庫停車場後，再轉搭台中客運66路公車，進抵1到4號登山口及中正露營區。

中正營區即日起到9月16日，每逢星期例假日，舉辦「彩蝶飛舞螢夏日」大坑創意生態夏令營免費活動，適合家長帶著學童一同參加賞蝶生態解說之旅，各梯次活動前一週網路預約報名，詳請上<http://www.purplebutterfly.org.tw/news.php>查詢。



大坑步道可挑戰體力與腳力。



文心森林公園綠野起伏，亞洲最大的戶外劇場，頂蓋好像會隨風飄。

搜尋偶像劇場景 賞建築看夜景兩相宜 逛大學校園 美景大驚奇

臺中市有17所大學，每所大學各有特色，讓民眾可以體驗具歷史傳統的校園，還能感受不一樣的人文氛圍。目前正值暑假，不妨抽空到大學校園逛逛，感受一下不一樣的大學氣氛。

歷史悠久的東海大學，路思義教堂是代表景觀，造型獨樹一格，為建築大師貝聿銘經典傑作，外觀恰似航向天堂的飛帆。教堂不僅是東海學生的精神象徵，更是許多人攝影、寫生的最佳取材。

東海大學現在又有了新景點，延續三年前「擦掉：東海湖空間再造計畫」，東海建築系老師彭康健老師帶領學生，設計出1條全長約3公里的「藝術生態步道」，路徑從校園東邊的工業住宅社區連接到西邊的東海別墅社區。

具傳統特色的靜宜大學，走進校門就是大片綠地映入眼簾，兩旁的大樹好蔭涼。靜宜大學校園吸引多齣偶像劇取景拍攝，包括「惡作劇之吻」、「桃花小妹」等，曾在日本、韓國播出。為讓觀眾一睹影片中的場景，學校也開放團體預約導覽，曾



藝術生態步道是東海大學的新景點。



朝陽科大鐘樓從校內任何地點都能清楚看見。

有一天接待三組遊客的紀錄。

異軍突起的弘光科大，最具特色的就是校內的六路旅館「平民收費，總統享受」，是校內學生實習的好機會，成立迄今已12年，總統馬英九還曾下榻過，堪稱名副其實的總統套房；且弘光位居山坡地，是賞海線夜景的絕佳去處。

市區內的祕密花園一中興大學的中興湖，是中國大陸造型的人工湖，一旁還陪襯臺灣本島和海南島，中興湖興建的目的是美化校園環境，以人工挖掘，湖旁的植物也多半是人工種植，同時中興湖不時會出現外來動物，常讓民眾驚喜。

最佳觀賞屯區夜景景點朝陽科大，雖為新興科大，但校園特色明顯，一進入校

門，就可以看見臺中市大學內唯一的鐘樓建築。校內的行政大樓為單塔尖頂造型之歐式鐘樓建築，是朝陽最具象徵性的建築。朝陽科大因地勢高，從朝陽的圖書館及後山都可以鳥瞰屯區風光。

羅馬建築的亞洲大學，整體規劃成希臘羅馬式風格，行政大樓暨圖書館採宮殿造型，體育館外觀如羅馬競技場，健康大樓有多立克柱式門入口，資訊大樓有萬神廟門廳，各宿舍前皆有希臘式廊柱，是近幾年新人拍婚紗照的熱門景點。



大中青少年國樂團應邀赴陸參加演奏會。

大中國樂團 專業素質受肯定

2002年8月在臺中市創立的「大中國樂團暨青少年國樂團」，由團長兼指揮洪佩珍老師，及一群活躍於音樂表演舞臺的年輕國樂人士組成。成員有在學學生、畢業於各大專院校的愛樂者，學術專業素質整齊，是中部地區具有專業水準的業餘國樂團。

今年「歡慶大中十周年團慶暨海外巡迴音樂會」，大中樂團接連2天在臺中市中山堂，邀請今年度全國音樂比賽中榮獲特優、優等第一名優秀團隊，及香港高雷中學聯合演出。二胡演奏家溫金龍與樂團副首席、笙演奏者洪紹桓，也用心展演不同曲目及風格的音樂。

十周年團慶演出後，大中國樂團到中國大陸北京、天津專場演出，四度受邀參加2012天津國際文化藝術節演出。今年8月19日將於澳洲墨爾本市政廳，與當地華人創立的肇風中樂團聯合演出；9月21日在上海音樂廳，參與上海民族樂團成立60周年所舉辦的國際民樂節演出，為臺灣、臺中市做好國民、城市外交與文化交流。

大中樂團團長洪佩珍表示，大中青少年國樂團在2003年8月創團在臺中市中山堂首演，觀眾空前爆滿及熱烈讚賞。隔年到

臺北市中山堂參加臺北市立國樂團舉辦的「國樂龍虎榜」，驚豔北部聽眾，榮獲「最佳團體默契」、「最佳指揮」兩項大獎。

樂團首度獲邀到大陸天津參加國際藝術節時即擔任壓軸演出，獲得多位國樂界先進的肯定。2009年中大青少年國樂團在臺中市中山堂，舉辦第一場售票音樂會「蛻變、成長」時，也座無虛席。

在前臺中市文化局局長黃國榮推薦帶領下，大中樂團代表臺中市赴廈門參與「2009年兩岸民間藝術節」活動。大中青少年國樂第2場售票音樂會「畫會」，亦創下盛況，且參加多場海外華樂交流邀請賽，皆榮獲最高榮譽「金獎」。

「只要有機會，團員都會盡全力展現臺灣國樂發展特色與盛況。」洪佩珍說，演出是每個大中團員心裡所期盼的，「我們不只演出型態多樣化，對音樂要求嚴謹，對整個團隊的品格更是嚴格。」

「有紀律、懂禮儀、感恩心、技術高」不僅是樂團的口號，更是樂團對團員的要求與精神，希望這群熱愛音樂的年輕學子，能信心滿滿，在每一次的演出都有精采表現。



市民園地

不少人選擇在七夕情人節浪漫告白，萬一被拒絕，怎麼辦？也有人選七夕提分手，又如何自處？臺中市衛生局提供大補帖建議，淡定處理。

Q：情人節被拒絕，情人抓狂，怎麼會這樣？！

A：情人節這一天告白被拒絕或是要求分手更會刺激對方情緒，當事人常會有焦慮、憂鬱、憤怒三種情緒反應。焦慮在於急著把失去的找回來；憂鬱是因失去所愛；至於憤怒，是對失去的本能反應。

Q：碰到問題，怎麼泰然處之？

A：被告知分手有「十全大補帖」：「保持冷靜」、「評估選擇」、「接受現實」、「要承認情緒」、「要保持健康」、「冷靜反省」、「不自責或責備他人」、「不立即投入下一段情感」、「不讓回憶折磨自己」、「找尋資源協助」。

Q：傷心人可如何尋求幫助？

A：不妨和朋友分享鬱卒的心情，說出來、哭出來、唱出來，尋求讓你感到舒服的方式。也可以尋求專業的協助，撥打24小時安心專線0800-788995，專業的人員協助帶領你面對這段傷感的經驗，等到恢復愛人的能量後，再迎接下一段美麗的戀情，並找到新的生活方向。

Q：怎麼過個健康快樂的情人節？

A：用餐時，餐點應以健康為訴求，用餐後延續情人節浪漫，建議偕親密愛人漫步，多走路消耗熱量，把握「聰明吃、快樂動」原則，健康是最好的禮物。

Q：情人節享受愛意，要注意什麼？

A：別忘了正確使用保險套，「擠」、「空」、「套」，「用後收」與「丟」。保險套可到各衛生所索取，每人一天一個為限。重要的是不可重複使用，事前檢查是否有破裂。

九天陣頭 震撼紐約林肯中心

氣勢澎湃的戰鼓聲，8月3日迴盪在美國紐約林肯中心的舞台，充滿臺灣味的節奏，在九天民俗技藝團長許振榮的帶領下，一聲又一聲穿透現場觀眾的心，短短45分鐘的表演讓上千位觀眾不分國籍，全都起立鼓掌；許振榮說，「那是臺灣文化感動美國的最好例證！」

九天民俗技藝團最為人熟悉的作品就是票房破3億的國片「陣頭」，而今年8月



九天民俗技藝團在林肯中心精彩的演出讓紐約人驚豔！

間，九天再獲得美國紐約林肯中心的肯定，通過資格審核，獲邀前往紐約，擔任「夏日戶外藝術節」的表演團體，成為臺灣史上第三個踏上林肯中心表演舞台的團體（前兩個分別為雲門舞集、臺北民俗舞團）。

「林懷民老師的推薦，加上九天高度精緻化、藝術化的表演，臺灣軟實力讓紐約人驚豔！」許振榮說。

「當初沒想到九天可以來到這個高度！」許振榮說，出國表演、拍電影，都是18年前成立九天時，從未想到的，當初身為廟裡法師的他，只想著如何透過陣頭，讓窩在廟裡的青少年，有一個努力的目標。

許振榮說，九天越爬越高，想做的就越廣；現在九天不只要幫青少年解決問題，還希望接受過九天幫助的青少年，能夠以一己之力，回饋社會。