



國內
郵資已付

宜蘭郵局許可證
宜蘭字第108號
宜蘭雜字第024號

TAIWAN R.O.C
POSTAGE PAID
無法投遞請退回

10 月號
2014.October

幸福 宜蘭

YILAN.TOWN OF HAPPINESS

【封面故事】
冬山河新視野系列報導

【幸福新政】
2014《天下雜誌》縣市長施政滿意度
宜蘭縣長榮獲第一

【專題報導】
運動休閒產業在宜蘭





發行人 林聰賢
出版者 宜蘭縣政府
地址 宜蘭縣宜蘭市縣政北路1號
電話 03-9251000
編輯製作 縣政專刊編輯小組
美術編輯 群英堂。馬龍
印刷 湯承科技印刷股份有限公司
出版日期 103年10月

目錄

01 縣長限時批

02 封面故事—冬山河新視野系列報導

從狂野到溫馴 冬山河美麗蛻變
琢磨四分之一世紀的綠寶石 冬山河森林公園 生境天堂
幕後小故事 鈴……游錫堃的催生電話
體驗營播種 友善生態萌芽
冬山河流域趴趴走 享受優質好食光

14 特別企畫

二通四縱六橫 升級宜蘭大眾運輸系統 林聰賢縣長談未來交通藍圖

18 幸福新政

2014年《天下雜誌》縣市長施政調查出爐 讚！林聰賢滿意度 全台第一名
培植新血 薪傳價值 關懷鄉土 青年學院 活力開學
後核四時代！太陽能發電大步邁進 機關學校辦公廳變身發電廠
親近土地 黃建興校園規畫力作 內城國中小 軟硬皆新

26 熱門話題

歡喜健康呷百二 2014宜蘭不老節 圓夢萬歲

30 專題報導—運動產業在宜蘭系列報導

水陸並進 搶灘運動休閒產業大縣
運動風正夯 帶動休閒新風潮
冬山河划船賽 拚觀光外交
安農溪颯輕艇 三星添魅力

40 精采宜蘭人

築愛在蘭陽 秘克琳神父傳奇

44 百工圖

嘗試 不畏失敗 創新 一枝獨秀 部落勇農蘇腓立「花」現新亮點

48 活動櫥窗

移動音樂廳 鄉野傳天籟 2014水田音樂會10月登場

秋收的喜悅

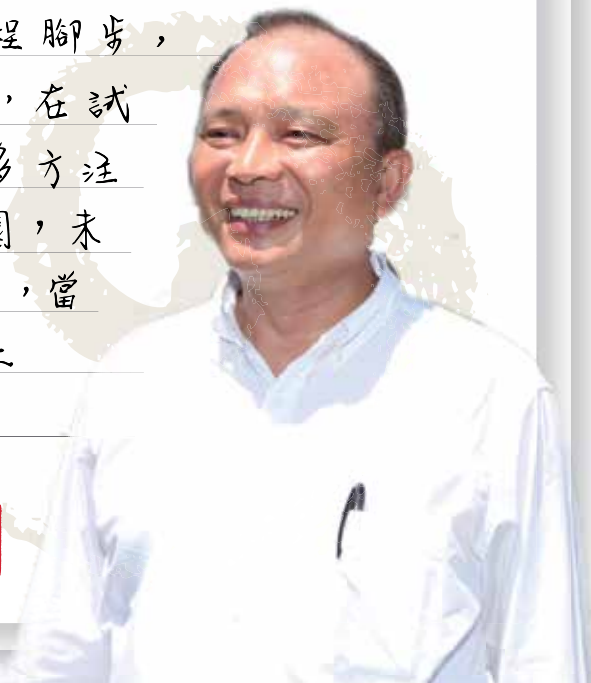
古人說，春耕、夏耘、秋收、冬藏，一句話道盡了四時運作亙古不變的法則。蒙老天爺眷顧，今年風調雨順，一期作黃澄澄的稻穀，早已收成入倉，對農民來說，的確是豐收的一年，就縣政而言，聰賢也要和縣民頭家分享秋收的喜悅。

童玩節才落幕，9月初冬山河上再度水花飛濺、歡聲雷動，第20屆亞洲青年划船錦標賽、來自19國的200位高手齊集競技，這是2006年宜蘭國際名校划船賽停辦後，再次的國際盛會，而最令人驕傲的莫過於台灣選手共獲6面金牌，成績歷年最佳，當中有多位是宜蘭子弟。

緊接著9月底，〈2014宜蘭不老節圓夢萬歲〉在宜蘭運動公園登場，不老節旨在搭建舞台，鼓勵更多長輩，走出家門重建人際網絡，勇敢追尋未竟之夢，隱含著預防醫學概念，盼大家都能健康到老。

同時，籌建二十多年的冬山河森林公園，這幾年重新調整經營策略，加緊工程腳步，並賦予環境教育場域的新使命，在試營運的此刻，已引起環教界的多方注目；森林公園預計明年春天開園，未來會是冬山河上的「生態綠舟」，當然也是「宜蘭價值」在公共建設上的再次實踐。

林聰賢 



從狂野到溫馴



美麗冬山河徜徉在蘭陽平原上。

天然的起伏蜿蜒與後天的規畫整治，讓一條河川更為美麗，更吸引人親近與喜愛，冬山河就是這樣的一條河川。她從新寮山奔流而下，歷經氾濫、整治，從狂野到溫馴。自古至今，在冬山、五結孕育出豐饒流域文明，在台灣治水與觀光史上寫下精采篇章。

談起這條河，在地人總有說不完的故事！年近七旬的張老先生說，當時冬山河上游支流多，中游河道彎，下游水道窄，一下大雨就氾濫成災，水漫稻埕是常有的事，颱風一來，更是洪患入屋，全家一夜不敢闔眼，大水一來，十餘口從床上躲到閣樓。

冬山河美麗蛻變

圖／編輯小組 文／王明達



老先生說，當時爸爸隨身攜帶柴刀、鐵鍬、鋸子，隨時準備打破屋頂，帶著全家登頂避難！正因為生長在這種環境，他4歲就會游泳！家裡養的鴨子由他負責看管，水災一來，群鴨游竄，任他再使勁游都追不上，只好改用潛艇戰術，潛水到鴨子的下方，突然伸手，一一抓回家。

時空推移，這條河有了全新樣貌，水流平穩的新河道和舊水路，繼續鋪陳著一段水岸故事。悠閒的農村景致、水上行舟、自行車道，加上明年就要開園的森林公園、即將推動的好食光計畫，有環境教育的學習成長，也有遊賞田園的欣喜！她真的帶給人們全新的視野呢！



冬山河森林公園。(圖／盧滿成攝)

琢磨四分之一世紀的綠寶石

冬山河森林公園 生境天堂

圖、文／王秋霖

掐指算來，預計明年啟用的冬山河森林公園，從提出構想、完成基本規劃，至今即將完成，早已超過四分之一世紀。整個過程充滿轉折、軼事與趣談，但都是帶著前瞻的理念，不斷推進。

負責規畫的日本高野台灣分公司負責人石村敏哉透露，如果森林公園在規畫後的5、6年間就完成，它將成為台灣的領頭羊，是一個以「生境」(Biotope)理念規畫的公園；不過即使是現在，仍是這一理念的先行者之一。

生境領頭羊 明年迎賓

所謂「生境」即是以獨立的環境條件，包含區域內所有的生物群，構成特殊的環境生態場域。

早期參與規畫的高野規畫師陳震光、李永鼎都打趣說，森林公園的推動進度，可以畫一幅座標圖來表現，先期線條呈現陡升現象，中間段則像股市的盤整線，在林聰賢縣長執政後的這幾年，又出現急升的線形。



冬山河森林公園保留濕地生態，即是生境理念的實踐。(圖／盧滿成攝)

近5年來，林聰賢縣長以快馬加鞭的積極作為，推動停車場的闢建，並進行園區步道的合理建構；值得注意的是完成興建環境教育中心與有機環保生活區建築群，還串連區內遊憩河道，廣植各類喬木，使整座森林公園綠意盎然。在軟體方面，決定以傳統的鴨母船及駁仔船作為園區河道航行休憩的船具，更重要的，為了落實「生境」理念，委託人禾基金會團隊，進行環境教育課程規劃與試營運。

森林公園其實是冬山河流域整體規畫的一環，已故的陳定南縣長執政時期委請規畫，主軸是依冬山河流域的走向，規畫為一條龍的形態，以表現「戶外水態博物園」的架構，龍身上有3個聚點，由上游至下游，分別是「森林公園」、「親水公園」及「海濱公園」；親水公園在八十一年完工，森林公園卡在各級政府預算不足，僅能緩緩前行。

游錫堃縣長任內，為了落實森林公園計畫，全力推動土地徵收作業，因為他是冬山鄉人，公園預定地的地主很多都是自家親友，因而他承受很大的壓力，最後費盡口舌，勸說鄉親應以地方發展為重，才勉強達成徵收，他也曾在多次演講會上，公開向鄉親致謝。



森林公園給人一種特殊的悠閒氣氛。



有機農業的場景，也出現在森林公園中。

循親水設計 堤防後移

有一件有趣的事，如果您仔細觀察冬山河在森林公園的河道與一般河川有什麼差別？或許可以發現，為什麼這段河道臨水處竟然沒有堤防？

石村敏哉說，冬山河親水公園黃龍岸與青龍岸為了讓民眾親水，象集團只好在臨水處設計成破堤的平坦狀，然後將堤防往後移。有一次一群日本國土交通省的水利專家來參觀時，對此先進的設計驚訝不已。既然有此先例，高野公司與當時的營建小組負責人賴錫祿（現任民政處長）與承辦人員王建源（現任參議）研究，森林公園也可以將需要5公尺高度的堤防拉到後方，並用坡度漸升的假山做為「堤防」。

另一個有趣的事，是森林公園的定位問題，石村敏哉說，當時他接到委託規畫時，見到「森林公園」四個字，一直以為位置應該在冬山河上游的山上，但一到現場才知道，根本就是一片田，所以設計之初，就一直為定位問題大傷腦筋，到底是真的要做「森林公園」呢？或是「農業公

園」呢？還是「農藝公園」、「生態公園」？

石村敏哉說，因為該處本來就是農田，如果要維持農業用途，當初何必徵收？但為了配合國內不斷興起的生態教育觀念，與跟上世界先進的「生境規畫」理念，所以考慮以人與在地物種生活相關連的設計為主軸，於是定位為以生物為主角的「生境」教育場域。



多元生態的森林公園將成為環境教育的場域。



因為冬山河森林公園地形特殊，尤其因跨越冬山河南北兩側，又鐵路穿越其中，被切成4塊狀，所以規畫時依地形作調整，並整合為8個區塊，分別為：入口服務區、大地遊戲區、自然解說中心、山林體驗區、濕地體驗區、有機環保區、昆蟲觀察區及緩衝綠地區。

推深度旅遊 落實樂學

森林公園裡有舊鐵道改設的「森之脈」人行橋，另外有獨木舟遊憩站、小舟碼頭、



濕地教室的木棧道充滿自然氣息。(圖/編輯小組)

展望亭、蝴蝶步道、獨角仙復育區、水岸散步道，更有景觀橋和「漂浮」教室，嶄新的設計令人嘆為觀止。

植栽的樹種，舉凡蘭陽地區的青楓、楓香、青剛櫟、黃槿、柯仔等等，乃至果樹類的柚子、土芒果、柿子；更有農作物，包括秈稻、茄子、金針花、茭白筍，甚至還種了獨角仙鍾愛的白雞油樹林，讓人在林中體驗與昆蟲相處的氛圍。

縣府工商旅遊處長陳德星補充說，這個佔地18公頃的園地，其實也是未來深度旅遊的重要場所，與縣府正在推動的「樂學旅遊」的概念契合；所以森林公園將是環境教育的場域，也是一種友善土地的體驗場所。陳德星強調，這不是一般的觀光旅遊，而是結合友善土地、友善有機農業的深度旅遊，它甚至會變成環境師資的培力中心。



森林公園的美值得深入細細品味。(圖/編輯小組)

《幕後小故事》

鈴……游錫堃的催生電話

文／王秋霖

參與當年工程的縣政府秘書長陳鑫益回憶說，93年夏天，擔任行政院長的游錫堃突然打電話給他說：「你們準備好完整的資料和森林公園模型，一星期後，來行政院報告進度與無法決解的瓶頸。」

陳鑫益打趣說，縣府人員準備一疊厚厚的報告資料，從第一頁開始報告，才一說出：「宜蘭縣位於東北部……」時，立刻被游院長打斷，並說：「我是宜蘭人，又做過宜蘭縣長，難道不知道宜蘭在那裡嗎？翻到最後一頁，直接進行協調。」

當時游院長問鐵路局相關人員，問題到底卡在哪裡？鐵路局人員指出卡在經過森林公園的鐵路高架化計畫需要20億元，如果能獲交通部補助，就沒有問題了。

游院長隨即詢問當時的交通部長林陵三可不可以補助？原本鐵路局與交通部公文往返很多次，都無法得到明確的答案，在游院長質問下，交通部才明確報告：「可以補助。」冬山火車站高架化問題一解決，森林公園興建才獲得突破，也成為闢建冬山河森林公園關鍵性的一大進展。

冬山河森林公園大事記

年份	大事記	91年	台鐵進行新設鐵路工程
79年	完成「冬山河風景區開發建設規劃報告」	93年10月	台電進行高壓電塔移設
83~87年	冬山河森林公園用地徵收	96年12月	鐵路移軌完成，加緊園區建設
87年	完成「冬山河風景區森林公園基本規劃」	103年8月	展開試營運



冬山河森林公園與鐵路高架橋氣象萬千。(圖／盧滿成攝)



如何經營菜園前，小朋友們先分組研究分析菜園情況。

體驗營播種 友善生態萌芽

圖／工商旅遊處提供 文／王秋霖

8月下旬的一天，30名冬山鄉各國中、小的學童，眼睛盯著以冬山河森林公園為中心的地圖，比賽看誰最快找到自己的住家；人禾環境倫理發展基金會專案經理鄭雅筠正帶著這群住在公園附近的小朋友，認識自己住家與森林公園的關係。這個小活動開啟了友善生態公園運作的第一步。

開疆闢土 小農夫種菜樂

下午時分，這群參加體驗的「小農夫」們，進行「開疆闢土」的實作，他們步向「有機環保生活區」，要體驗如何營造一處菜園，他們每7至8人為一組。第三組的小組長12歲的小睿神態自若，指揮其他7名小組員，進行田地的觀察，他們發現泥

土很硬，雜草很多，小石子更多，泥土表面沒有水分，地上找不到幾隻小昆蟲，大地看起來像是「營養不良」的樣子。

小睿擬定對策，要3個人各拿起鋤頭，負責鬆土，2個人用雙端花耙負責除草，等這兩件事告一段落，全組的成員一起撿掉小石頭，之後大家都去找落葉或稻稈舖在菜畦上。他們認為必須定期澆水、除草和適當使用有機肥，才能營造一畦畦菜園。

人禾的大姐姐魏嘉儀，先被戲稱「小魏」，後又改稱「魏姐」，因與羅東夜市的魏姐包心粉圓同樣名號，索性又改稱為「粉圓姐」了，讓魏嘉儀越聽越想生氣；



「稻香首部曲」稻田活動。

小朋友在分組辨識何者是善待土地的認牌活動中，還故意大聲叫說：「粉圓姐！你看！把毛豆和番茄進行共生栽培，是友善土地的行為，對不對？」害得她又好氣又好笑。

雖然營造友善菜園的過程中，那片看似乾燥的泥土，並沒有什麼小生物，但是當小朋友們用鋤頭深深挖起一坨泥土，看到

螞蟻、蜘蛛，或是蟋蟀、馬陸，乃至會讓人皮膚糜爛疼痛的隱翅蟲時，現場就傳來一陣陣驚叫聲。

當大家一面操作，一面在泥土中找「寶」時，人禾的大哥哥、大姐姐們提著珍珠紅茶來了，氣溫仍熱得像大火爐，小朋友的汗珠紛紛滴落在泥土中，此時大家放下手中的工具，立刻圍向那桶又冰又



圖／編輯小組攝



涼，如仙露般的點心，感覺這是最快活的時光了。

童言童語 疼愛土地之心

吃點心的同時，從山丘上的一座大涼亭，眺望整座森林公園，小朋友叫道：「哇！好美啊！」有些小朋友跑到溼地體驗區仰頭望向一條繞著小山丘的神秘步道，他們嘴巴張得更大了，好像在驚嘆：「你看！步步升高的山坡，在夕照的斜光中，更美啊！」

鄭雅筠望著那群首次參與體驗的小朋友，兩天中，個個曬得皮膚變紅，但臉上漾出更多微笑，她說：「每個月都將舉辦一次體驗活動，第一次先由鄉內的學校開始，進而推向附近的社區、乃至縣民及一般民眾。」

宜蘭縣政府委託人禾環境倫理發展基金會辦理冬山河森林公園永續經營與環境教育推廣，人禾基金會以其理念——「我們賴以維生的環境，應該用更深刻有力的方式，讓更多人一起來改變。」由此理念而計畫辦理一連串的體驗活動：參與籌備工

作的人員也由在地農民的協助一起收割園區的水稻。人、土地與生物間的互動觀念正在悄悄改變。

一名參加體驗活動的小朋友在問卷調查中寫道：「這兩天當中，我把荒地變成菜園，很好玩！」另一名小朋友寫著：「最深刻的是下田，因為我是第一次下田，我體驗了農夫耕田的辛苦，雖然挖土挖得很累，但我覺得非常有成就感。」童言童語中，正透露著冬山河森林公園已使我們的心改變，改變得更友善，更用文明而慈和的心態，來與珍貴的土地相處。





在火車站設冬山河之心。(圖/王明達攝)

冬山河流域趴趴走 享受優質好食光

圖/農業處提供 文/王明達

冬山河又要有新玩法了！宜蘭縣政府即將推出「冬山河·好食光流域」計畫，以冬山火車站為中心，透過鐵路、公路、船運和自行車道等快慢系統的輻射延展，深遊5大休閒農業區、17個農村社區，有自然的魅惑，也有人文的雋永，更有美食的感動，讓人享受百分百的好食光。

跨2鄉 深遊5休閒區17村

「冬山河·好食光流域」計畫範圍跨越冬山和五結鄉，涵蓋中山、珍珠、大進、梅花湖和冬山河等休閒農業區，共有中山、大進、丸山、珍珠、補城、南興、八寶、武淵、永美、群英、得安、廣興、鹿

埔、季新、協和、孝威等農村社區參與。

這條溪南大河，歷經長期的整治後，已收斂起往昔氾濫的野性，不僅建有多處著名的遊憩設施，整個流域從上游到下游更是蘭陽平原農業生產的重地，好食光計畫就以流域新農村的合作概念出發，結合農食、農學、農旅、農活四大元素，有系統的整合流域交通和產業，形塑深富產業特色與文化內涵的小河新故鄉。

所謂「農食」就是拓展地方農產多元化通路，提升農業生產的價值；「農學」是協助微型業者創新服務內容，整合區域特色品牌；「農旅」則是盤點及整合主題節



農村可食地景。



騎鐵馬慢遊冬山河畔樂趣多。



有機茶加花果，令人百喝不厭。

氣的食旅資源，帶動旅遊新風潮；「農活」則在傳遞宜蘭的農村價值，吸引人才在鄉就業創業。同時希望藉由計畫的推展，落實綠色博覽會主張的土地價值精神。

四元素 再造小河新故鄉

冬山河流域物產豐饒，產業有：素馨茶、文旦柚、山水梨、竹筍、甜蜜桃、金棗、山藥、李子、桑椹、蓮霧、蜜餞、稻米、洛神花、茅草精、珍珠芭樂、紅柚、冬瓜、甘藷、花生、臘肉，以及鹿、雞、鴨和魚蝦。

在自然及人文據點上，在冬山鄉有：森林公園、仁山植物園、新寮瀑布、國際有機村、丸山遺址和水圳公園、石頭彩繪、石頭屋、稻草工藝、米食文化、草編、舊河生態、皮雕工藝、八寶有機村、千里步道示範區、慈心華德福學校、武淵天然氣井、菇菇茶米館、柯林湧泉溝、梅花湖風

景區、三清宮、歌仔團、手工樂器、18座洗衣亭、冬山老街等。

在五結鄉則有：清水大閘門、國立傳統藝術中心、社尾遺址、流流社、養鴨中心、鴨母船、河道生態、親水公園、養鴨文化、越光米、五農米、有機蔬菜種植、古法燻製鴨賞、布袋戲文化、湧泉、草包、草鞋、利澤老街、媽祖文化、五十二甲濕地、鴨母船等。

縣府正委託設計，運用冬山火車站高架鐵路下方空間，建構兼具景觀、展售、休憩等功能的「冬山河之心」，設有農產直銷所、流域食堂（茶米主題輕食餐飲）、假日農夫市集、流域故事展、旅服中心、創意小舖、流域講堂、公共休憩區等。未來就以「冬山河之心」為中心點，透過火車、船運、自行車、小客車和遊覽車等交通型態的連結，為遊客提供充滿感性與知性的優質遊程，盡情地吃喝玩樂！

二通四縱六橫 升級宜蘭

林聰賢縣長談未來交通藍圖

圖、文／編輯小組

國道5號高速公路通車，帶給宜蘭快速轉變，假日人潮、車潮湧入，礁溪、羅東、南方澳、宜蘭市區塞車，衝擊了在地人悠閒的生活，大家開始正視縣內交通結構，檢討要如何才能讓車流更為順暢？同時又能維護在地人的生活空間。為了一解大家的謎團，本刊藉由礁溪轉運站即將落成啟用的時間點，特別專訪林聰賢縣長，暢談他對全縣交通問題的看法，以下就是訪談的重點摘要。



這個問題早在林聰賢縣長的腦中盤繞，他從人的角度不斷構築，思考移動的需求，並從徒步、腳踏車、綠能運具推動，鐵道、國道、省道的整合，由點至線至面，連結蘭陽平原各個城鎮運輸，結構成契合宜蘭城市發展及縣民生活實際需求，又符合低碳概念的健全體系，最終回歸人本的大眾運輸系統。

「現在正是要全面檢視縣境交通的時機點，我們要透過大眾運輸導向發展，建構符合民眾居住的都市空間與順暢交通運輸環境」，對於礁溪轉運站即將啟用，林縣長對於縣境交通系統，擘畫出「以人為本」的交通藍圖。

六橫指的是四條高速公路聯絡道(宜蘭A、B、二結連絡道、羅東傳藝路)以及礁溪宜6線、蘇澳海山西路。

大眾運輸系統



他說，礁溪是宜蘭最重要的觀光門戶，市中心熱區產生的流量其實已過度負荷，每到假日，交通便打結，人車爭道，就算動員大批警力疏導，也無法克服現狀。

人本交通 轉運站列為示範區

礁溪轉運站啟用只是開始，要同步體檢市區交通結構。首先以轉運站為中心，廣設停車空間，讓自行開車的朋友，從國道下來後可方便停放，或藉著周邊的道路系統，讓車輛提早分流，形成交通攔截節點；遊客則可轉乘勁好行市區公車與台灣好行觀光巴士到達目的地，充分發揮轉運功能。

其次，礁溪市區現有路幅與都市機能規畫不足，所以縣府將針對新開發的飯店、旅館，透過管制方式，要求其提供更充足的停車空間；同時，我們現在加速推動擴大礁溪都市計畫擬定，並輔導鄉公所與縣

府同步盤整公、私有土地，廣設停車空間，重新調整交通機能，改善道路系統。

最後，就是建構人本的交通環境，以轉運站500公尺半徑為示範區，整平既有人行道及進行人行道淨空，落實無障礙環境，將既有路權重新分配給人行道及自行車道，讓民眾得以在專屬空間內徒步或騎乘自行車。

四縱六橫 整合城鎮交通網絡

針對各城鎮市區交通體質調整後，接著就要整合城鎮間的交通網絡。林聰賢縣長表示，鐵道運輸是運能最大、最環保的運具，鐵路宜蘭線貫通蘭陽平原，北自頭城、南抵蘇澳，串連礁溪、宜蘭、五結、羅東、冬山等鄉鎮市，所以我們要與鐵路局協調，將鐵路平原段部分提升為捷運化，透過帶狀軸帶概念，推動線型的都市發展。



國道高速公路與捷運化的鐵路「宜蘭快線」是宜蘭聯外「二通」。

有了捷運化鐵路的骨幹，未來在公路系統上，配合各轉運站與四縱六橫的公路系統，形成綿密路網，縣府並引進巴西庫里奇巴BRT(Bus Rapid Transit)系統概念，讓巴士循環、來回在都會生活圈與東、西向的主要幹道上巡迴載客，如此一來才能提升鐵路的運輸條件，足以與公路運輸競爭，再輔以其他有效管理工具，有效將人流引導到符合節能減碳概念的軌道交通。

改善道路系統、建構效率運輸網絡、提

供民眾多元載具選擇，大家可輕鬆到達目的地，減少使用自用汽機車，並且在進入市中心後，步行在新闢、拓寬之人行道上，或在自行車系統上悠閒騎車，享受便捷、舒適的交通環境。

鐵路公路 齊力打通聯外交通

林聰賢縣長又說，現在國道5號每逢假日必塞，令用路人抱怨連連，但其實我們還更擔心106年台9線蘇花公路改善通車



即將啟用的礁溪轉運站。

後，流量激增，塞車情形更為嚴峻。

因此，除上述交通改善計畫外，林聰賢縣長指出，中央、地方一定要合作，齊力打通鐵路與公路聯外交通；其中，中央應升級鐵路運輸效率，成為具捷運功能的「宜蘭快線」，同時強化國道客運的運能，持續推動國道客運專用道、高乘載管制，甚至可以採新加坡單雙日車牌上路管制，鼓勵民眾使用大眾運輸工具，否則，10年內這些問題無法克服，塞車問題將雪上加霜。

暢遊宜蘭 設立平台提供服務

另外，為免遊客同時間擠上高速公路，縣府不是只有交通管理，更將在公共服務或觀光旅遊服務部分，開發具效能的交通

資訊APP系統，提供用路人參考使用，讓遊客隨時掌握路況與流量，避免塞在車陣裡。

「在宜蘭一定要深度旅遊，而不是走馬看花式的觀光」日前在日本琉球自助旅行，感受到友善交通經驗的林聰賢縣長強調，琉球有一票玩到底的遊客服務機制，宜蘭卻因為交通系統未整合，使得套裝旅遊變成無法全面推廣，因此未來縣府還要變身為平台，整合觀光、旅宿、餐飲、運輸等相關產業，透過網路機制，讓遊客一上平台就解決所有問題暢遊宜蘭。

林聰賢縣長稱，交通課題不單是做好系統規劃，提供服務準備，也希望鄉親改變習慣，善用大眾運輸工具，讓我們一起朝建構綠色、健康的人本都市目標邁進。



羅東轉運站乘客熙來攘往。

讚！林聰賢滿意度

2014年《天下雜誌》縣市長施政滿意度調查出爐，宜蘭縣長林聰賢首度勇奪榜首；天下也整理縣市長五年的施政滿意度，林縣長與台南市長賴清德、高雄市長陳菊等三人，列為「穩定型」組。

9月3日出刊的《天下雜誌》第555期報導，今年的縣市長施政滿意度是以民調滿意度佔八成，專家滿意度佔兩成。儘管民調部分，賴清德市長的滿意度仍高居所有縣市長之冠，但在專家部分，林聰賢縣長大幅領先，成為最後總分超過賴市長的關鍵。

與公民團體密切對話與合作

林縣長接受天下記者訪問時強調，包括日前受到矚目的蜜月灣開發案，各類海岸開發案正來勢洶洶，在依法行政的原則下，與公民團體密切對話與合作，更有助於解決重大的爭議。

報導點出，林聰賢與公民團體、學者專家的良性互動，應可做為其他縣市長的重要參考。

同時，《天下雜誌》進行的2014幸福城

《天下雜誌》評比說明

《天下雜誌》的縣市長施政分數計算方式，結合民意調查和專家評比，將民眾與專家對縣市長施政表現的調查結果進行加權，加權比例為民眾80%、專家20%。其中，民意調查分總體施政滿意度（30%）與五力施政面向滿意度（50%，每一面向10%）；專家評比分總體施政滿意度（10%）與分項施政滿意度（10%），共同構成縣市長施政分數。調查進行時間為2014年7月9日至8月13日，總成功樣本數為1萬6007位，

各縣市需完訪樣本數依縣市人口數從553至1187不等。

《天下雜誌》幸福城市大調查排行，以經濟、環境、施政、文教、社福等五大面向，共計71項主、客觀參考指標，對幸福城市進行排名。2013年客觀指標來自各級政府調查、統計資料，主觀指標則取自對民眾進行的意見調查，佔分比例前者為80%、後者20%。最後將各縣市五大面向得分平均後，再轉換為千分制分數獲得總

全台第一名

圖、文／編輯小組

市大調查，宜蘭縣在非五都組別總排名第6名。五力分項調查中，文教力排名第3名，環境力排名第4名，施政力排名第6名，社福力、經濟力分別排名第8名。

報導寫出學者的觀察。東吳大學政治系副教授蔡秀涓點出，宜蘭縣、花蓮縣、台東縣、屏東縣與嘉義縣，儘管資源較少、經濟力名次落在後段班，主觀指標成績卻在前段班，他說：「因為地方網絡力量強的緣故，縣市首長若善於傾聽與回應人民需求，可能比有錢的縣市更容易得民心。」



林聰賢縣長： 延續宜蘭經驗 堅持永續價值

針對榮獲2014《天下雜誌》縣市長施政滿意度排名第一，宜蘭縣林聰賢縣長感謝全體縣民、議員及縣府所有員工，強調這是大家共同努力的成果，並把榮耀歸給大家。

林縣長指出，30多年來，宜蘭縣從反六輕開始，走出一條非主流的道路，從環境保護、地景改造、文化傳承、社區營造、大型活動等宜蘭經驗，總是做為台灣頭，走在前沿；當縣府統合縣議會、民間團體、專家學者等共同成功復辦童玩節、也恢復宜

蘭人光榮感的那一刻，也建立了堅持價值、傾聽民意、公私協立，以最少資源、最佳執行力，讓縣民幸福有感的施政模式，並且延續至今。

林縣長強調，第一名不是終點，展望未來宜蘭，面臨全球化脈絡下的生活產業發展、後核四時代的乾淨能源建構、高齡化社會因應、青年世代困境待解決等諸多困局，縣府團隊仍必須延續成功的宜蘭經驗，並試著以宜蘭為實踐場域，突破困境與解決問題，期盼也能為台灣尋求解決之道。

培植新血 薪傳價值 關懷鄉土

青年學院 活力開學

圖、文／林宜明

「起立！立正！敬禮！院長好！」在興高采烈的氣氛下，全國首創由公部門主辦的「宜蘭縣青年學院」，9月6日舉行開學典禮。在響徹雲霄的鑼聲之中，正式開學！

以「參與、認同、創造力」為辦學宗旨的「宜蘭縣青年學院」，跳脫以往傳統職訓課程，彙集民間及社區力量，邀請全台各領域著名的青年實踐家擔任講師群。

青年實踐家任講師

學院的課程以青年培植與價值薪傳為核

心基礎，針對16至40歲的在地青年族群辦理宜蘭創業與就業、關懷原鄉及辦理大型文化節慶經驗等等，鼓勵青年族群認識在地文化及宜蘭經驗，形塑青年族群對宜蘭價值的認同。

6日開學典禮上，安排今年勁有力青年節海選活動的首獎團體「傳音魔法DOREMI」帶來熱情奔放的吉他組曲開場表演，帶動現場氣氛。擔任學院院長的林聰賢縣長頒發學習體驗護照給學員代表劉雅倫同學，隨後敲下響鑼，在響徹雲霄的鑼聲中，「宜蘭縣青年學院」活力開學！



參與、認同、創造力是宜蘭縣青年學院的宗旨。



林聰賢縣長期許青年參與家鄉公共事務，進而為家鄉貢獻心力。



擔任學院院長的林聰賢縣長(左)頒發學習體驗護照給學員代表劉雅倫同學。



青春洋溢、活力十足的學員。

第一堂課程於開學典禮後展開，由康輔界老師張志成講授「打造青年競爭力的第一堂課」，學員們在張老師幽默風趣、循循善誘的帶領下，團隊間的默契很快熱絡起來，老師期許大家有一天能分享實務經驗，而不再只是停留於空想階段。期待學院一班的同學們能在接下來豐富充實的學習過程中，成為在地實踐的青年生力軍。

林聰賢縣長表示，未來青年學院針對不同的年齡層做更客製化的精進與努力，讓更多青年朋友參與家鄉的公共事務，進而

為家鄉貢獻心力，青年學院也特別製作體驗學習護照，並融合社區特色元素簡介，希望這本護照成為陪伴學員認識鄉土的學習履歷，並記錄自己關懷家鄉的成長軌跡。

此外，為了照顧每位學員的學習成效與服務品質，學院特別成立「青年輔導團」，邀請青年事務委員會委員彭仁鴻及縣府跨局處人員設立專案小組，研發學院課程發展及執行事宜，希望秉持「以客為尊」的信念，提供參與學員熱情服務。

後核四時代！太陽能發電大步邁進

機關學校變身發電廠

圖、文／編輯小組



太陽能發電是後核四時代的能源新趨勢。

幸福宜蘭

Yilan, Town of Happiness

24

為了落實乾淨能源政策，宜蘭縣政府訂定了「公有房舍設置太陽光電系統標租作業要點」，彙整了稅務局、環保局、文化局及14所國民中小學，提供了4萬8000平方公尺的屋頂面積，做為太陽能發電之用。標租作業已於今年6月26日完成，縣政府無需負擔任何太陽能光電的設置費用，每年還有100多萬元的租金收入。

大家或許會覺得奇怪，宜蘭經常下雨，日照量夠嗎？根據統計，宜蘭地區每年約

有210日陰雨天，每日日照時間平均約有9小時。宜蘭每年每平方公尺的日射量為1134(kWh/m²/year)，優於德國北部、日本北部、基隆、淡水等地區。經過換算後，1瓩系統在宜蘭每年約可產生925度電。

因此，這次公有房舍設置太陽光電系統標租，可供設置約5,000瓩(KWp)發電容量，每年可以發電462萬5,000度，也就是相當於1,324戶家庭一年的用電量(根據台電資料，102年每戶家庭每月平均用電

量291度)，每年能夠減少排放二氧化碳的量約2000公噸。

台灣電力公司賣給家庭用戶的電價分為非夏月及夏月費率，平均而言，每度電約為3.02至3.76元。但是太陽能等乾淨能源發電後販售給台電公司，收購價格每度約為6元。也就是說，宜蘭縣這17處公有房舍承租廠商，未來每年約可獲得2775萬元的賣電收入，其中的5.1%必須繳給縣政府作為租金，縣政府再提撥收入的一半給予提供屋頂的中小學。

追求非核家園的到來，積極發展乾淨能源，是我們共同的目標。



太陽能發電不只減少碳排放，也是環境教育的第一步。



親近土地 黃建興校園規劃力作

內城國中小 軟硬皆新

圖、文／編輯小組

幸福宜蘭

Yilan, Town of Happiness

26

新的學年開始，員山鄉內城國民中小學師生搬入新校舍，象徵宜蘭的校園整體規畫歷經30年變革，展現新風貌；校方也從九年一貫的課程綱要中，規畫親近土地的戶外課程，嘗試於體制內推動實驗教育，使宜蘭縣的教育體系更多元化。

實驗教育 邁入新里程碑

宜蘭縣率全國之先推動「公辦民營」學校——慈心華德福實驗國民中小學及人文國中小。林聰賢縣長上任後，持續支持及擴大實驗教育，另支持清水小校的非學校型態的團體實驗教育模式，並推動內城國

中小在體制內推動實驗教育。

而在全縣的校園整體規畫，宜蘭縣於30年前開始推動，第一期提出興建斜屋頂的校舍、半戶外的空間及大跨度的圖書館等新概念；第二期於蓬萊、南屏國小等展現合院、迴廊設計；第三期把大棚架的概念融入士敏國小、凱旋國中校舍上，而第四期的校園整體規畫新觀念，展現在全新的內城國中小上。

長年致力於校園建築運動的黃建興建築師，就是內城國中小新校舍的推手，縣內三分之一的國中小校園均出自他之手，堪



稱是宜蘭縣校園整體規畫的先行者。921地震後，他把宜蘭縣的校園建築概念與工法帶往南投縣，協助重建多所震災受損的學校，近年新觀念則帶到高雄市。走過大半個台灣，再把最新的校園建築觀念落實在內城國中小的新建案上。

黃建興表示，新建校舍延續開放式校園及大棚架的校園建築外，並加入與地共生的概念，不單保留舊校園的茄苳樹，從新校門走進去，右手邊的幼兒園與廚房只建一樓高，增加與社區的親近感；原計畫設在校園內的圖書館移至距離校門口入口處的左側，未來供學校與社區共用。師生也

表示，新教室的空間寬敞，雨天也有充足的活動空間。

第三學期 單車走讀登百岳

不單是新校舍，課程規畫方面，校方從既有的九年一貫課程中，提出戶外學習與第三學期的課程規畫，計畫運用彈性及綜合課程帶孩子溯溪、泛舟，寒、暑假期間利用一至三周的時間，帶領學生攀登百岳級的高山及縣內單車走讀。另也在校園規畫有機農場、樹屋等有機體驗區，並由在地小農「小間書菜」供應幼兒園的午餐食材，帶領孩子認識土地，親近土地。

歡喜健康呷百二

圖、文／編輯小組

台灣已經是高齡化國家，宜蘭縣65歲以上的長輩人口比例更高達13%。營造高齡友善城市，已經是各級政府刻不容緩的施政目標，不論是硬體建設或軟體服務，都必須特別關照高齡者身心的需求。因為這樣的理念，於是宜蘭縣率風氣之先，於去年推出了全國第一個專為長輩打造的主題活動—「宜蘭不老節」，就是要提倡「心境不老」、「夢想不老」、「行動不老」的精神，讓長輩在歡喜幸福中，享受健康的生活！

生長於戰亂或戰後民生凋敝年代的阿媽，有的成了童養媳，有的因為家庭貧困一切從簡，結婚時連喜餅、婚紗都沒有，更別提風風光光的婚禮了。為了幫阿媽圓夢，去年不老節系列活動中，特別規畫了「圓阿媽的婚紗夢」，號召百對長輩一同來穿婚紗、走紅毯，在子孫環繞見證下，完成人生最幸福浪漫的夢想。

阿媽婚紗秀 百對長輩走紅毯

曾經有一群帶著熱情與夢想的阿公，騎著摩托車完成環島的壯舉。這段動人的

過程，拍成了電影--《不老騎士-歐兜邁環台日記》，不僅在台灣及香港創下票房佳績，甚至進軍美國，入圍「奧斯卡金像獎」最佳紀錄長片。平均年齡87歲的10位阿公還去美國進行「騎蹟之旅」，從舊金山到洛杉磯，沿途宣揚不老精神。孫相春阿公說：「從來沒去過美國，也從來沒想過會變成電影明星。」他很高興「不老騎士」的故事激勵這麼多人，也希望更多人可以走出來完成夢想。

夢想，是驅使我們不斷奮力向前的動力，但是隨著年齡增長，我們漸漸放棄了夢想，也失去的築夢、追夢的勇氣，甚至忘記了自己其實還有追尋夢想的力量。

因此今年的「2014宜蘭不老節」，除了延續去年「心境不老」、「夢想不老」、「行動不老」的精神外，縣政府特別與服務長輩經驗豐富的弘道老人福利基金會合作，以「圓夢萬歲」為主題，企畫了多場活動，就是要激發長輩們積極追夢的熱情和動力。





9/27-10/5記得要來為歡樂不老族加油喝采唷!

連遠在香港的知名漫畫人物「老夫子」和「大蕃薯」也主動加入活動代言，要幫宜蘭縣政府號召東南亞老、中、青的漫畫迷，一同來參加宜蘭不老節！

走秀、棒球賽…天天都精彩

您能想像自己穿上超炫的潮T，梳起拉風的龐克頭，和孫子、女一起在伸展台上走秀嗎？「不老伸展台」走秀派對，就是要讓您「酷」一下！

您能想像自己穿上棒球衣，大棒一揮—Home Run！享受全場波浪舞的歡呼。「2014宜蘭不老節」不僅有熱血的「不老棒球」對抗賽，還有電影「KANO」明星蒞臨與長輩同歡，以及LamiGirl青春開球！

您或許擁有一副好歌喉和迷人的舞台魅力，卻少有機會公開表演，接受大家的喝彩。「不老星光大道」就是要讓您在燈光燦爛的舞台上，風風光光當一日明星。

許多長輩擁有一身的好手藝，工業化後



當季、在地、高纖、低油、低鈉、營養均衡的不老餐，既健康又美味。(圖/花泉農場提供)

來宜蘭尬歌仔



少有一展身手的機會，「不老技藝」特別邀請阿公阿媽達人，展現即將失傳的技藝，帶領大家回到舊時光，享受手作的溫潤和質樸，並向不老達人學習人生智慧！

「不老音樂瘋」則由8組搖滾樂團、爵士樂團帶來重搖滾，以及經典的爵士樂曲。還有街舞表演與熱情鋼管舞，完全顛覆您對「老人家」的刻板印象！

「不老回甘論壇」則邀請到文學大師黃春明老師等堅強的演講陣容，與大家一起分享樂齡生活九大趨勢，讓大家能夠做個快樂不老族，享受回甘人生！

去年佳評如潮的人棋表演，今年特別演出全新的劇碼「桃花女鬥周公」，千萬不要錯過！去年爆滿的「圓阿媽的婚紗夢」，因為名額有限，許多長輩來不及報名，今年特別再辦一場。國際太極氣功十八式全民運動推廣協會數千人，也將於不老節盛大聯演，將十八式氣功介紹給大家，每天都能活絡筋骨，保持健康。熱血的「不老騎士」也將風塵僕僕，騎車來到宜蘭和大家會師！

太多太多趣味活動，就在「2014宜蘭不老節」，9/27-10/5天天都精彩！



日期	時間	宜蘭運動公園夢想百老匯
9/27(六)	13:50~16:00	不老夢想畫家
9/28(日)	14:30~17:30	不老Family Walk
9/29(一)	13:30~17:30	宜蘭盃不老星光大道
9/30(二)	13:30~17:30	全國盃不老星光大道
10/1(三)	09:00~16:30	不老回甘論壇
10/2(四)	14:00~16:00	不老音樂瘋
10/3(五)	14:00~17:00	不老技藝
10/4(六)	10:00~12:00	不老騎士達陣
	14:00~17:00	不老婚紗夢
10/5(日)	14:00~17:00	不老伸展台
9/27~10/5(六-日)	09:00~18:00	嘉年華園遊會
	09:00~18:00	白髮萬歲笑容展



羅東文化工場		
9/27(六)	08:00~16:30	象棋大賽
	19:30~21:30	乾坤鬥法賽人棋-桃花女鬥周公
9/28(日)	08:00~16:30	象棋大賽
	14:30~16:30	坤鬥法賽人棋-段位高手對奕決賽
	19:30~21:30	乾坤鬥法賽人棋-桃花女鬥周公
10/4(六)	09:30~17:00	「來宜蘭·尬歌仔」2014全國歌仔戲大賽
10/5(日)	(以大會依參與組數宣告參賽時間為準)	

宜蘭運動公園田徑場		
9/27(六)	9/30(二)	10/5(日)
08:00~16:00	08:00~15:30	08:30~11:30
全國十八式氣功聯演	全國木球大賽	不老棒球賽

水陸並進 搶灘運動休閒產業大縣

圖、文／王秋霖

所謂「體育搭台，經濟唱戲。」這樣的場景與戲碼將在宜蘭陸續拉開序幕，就水上運動而言，設於冬山河下游，緊鄰親水公園的鐵人三項訓練中心是宜蘭縣第一個出場的要角。

鐵人三項運動 新居落成

耗資1900萬元的鐵人三項訓練中心於今年7月完工，主結構分別由方形的訓練室及圓形而具傾斜屋頂的研習室組成，並設置選手衛浴設備與宿舍；屋外兩條無障礙空間的斜坡道，平時亦可做為選手練習道

使用；整座建築物線條更展現運動風格。

鐵人三項訓練中心將配合近年來每年兩次在宜蘭舉行的鐵人三項錦標賽，提供賽前選手寒暑假短期集訓之用。平時則可開放配合作為親水公園的休憩用途，以及作為推廣鐵人運動教育的場所。

就推展水上運動而言，鐵人三項訓練中心只是先鋒；「水上運動艇庫」明年間將要發包，預定106年完工，配合已完成的鐵人三項訓練中心，將構成完整的「水上運動中心」。



水上運動正如停放在冬山河畔的船隻，蓄勢待發。



選手高高舉起的船隻，象徵水上運動氣風的揚升。

水上運動園區 積極爭取

20多年來宜蘭體育界有識之士，不斷呼籲利用冬山河絕佳的條件，大力發展水上運動，這些年來，除國內的重要水上賽事常在冬山河舉辦之外，更舉辦極受矚目的國際名校划船賽，以及亞洲盃、亞青盃划船錦標賽；由於在推動亞奧運項目中的划船、輕艇、帆船，以及屬於民俗運動的龍舟活動成果輝煌，因此倡議在冬山河建立「水上運動中心」。

「水上運動艇庫」規畫容納帆船、輕艇、龍舟各30艘之外，划船更佔140艘。這樣的規模足以應付各種國際重要水上運動比賽。宜蘭縣府也已著手向教育部爭取讓冬山河成為國家級北部水上運動基地，將成為兼具專業訓練、競賽、教育，以及



冬山河水域會因水上運動中心之設置而更重要。




鐵人三項訓練中心造型很特殊。

休閒觀光的水上運動園區。

國民運動中心 接棒起跑

宜蘭推動運動產業的企圖心並未因此而滿足，規畫以兩年的時間，花費2億4千萬元經費，把宜蘭運動公園游泳池現地改建為一座供全民運動的國民運動中心，即由官方興建再交由民間經營(亦即OT的模式)，目前招商成功，已找到最優申請人，簽約完成後，將依體育署的規範興建含有SPA設備的室內溫水游泳池，更將設置體適能中心、韻律教室、綜合籃球場、羽球場及桌球等運動空間。還有攀岩設備、高爾夫模擬揮杆教室，以及親子簡餐部、販賣部等。

就宜蘭努力發展運動產業的角度來看，「體育搭台、經濟唱戲」，其實可以換個說法，那就是「體育、經濟一起使力，宜蘭就有好契機。」



運動風正夯 帶動休閒新風潮

文／編輯小組

「鐵人訓練是永無止境的孤獨」，這是《醫聲論壇》鼓勵所有醫生要多運動的口號；在宜蘭，已變成「運動旅遊是永無止境的歡樂」。

在全民運動風吹起後，不時可以看到民眾在山林、鄉間小道、海濱，跑步、爬山、騎腳踏車或游泳，人人汗水淋漓，氣色紅潤，三五好友不時相約到風光旖旎的地方動一下。這種運動觀光已逐漸改變國人的旅遊習慣，更有人全台跑透透率隊出國比賽，除參與賽事外，還與家人飽覽各地私房美景，嘗遍在地傳統佳餚。

為此，宜蘭縣政府早已陸續投入、規畫，從國際名校划船賽、亞洲青年划船錦

標賽開始，到梅花湖鐵人三項錦標賽、冬山河超級馬拉松賽等，吸引許多民眾參與或觀賽；同時，協助礁溪鄉公所辦理的櫻花陵園馬拉松、員山鄉公所辦理的雙連埤超半馬馬拉松等，吸引各地選手參加，還有外籍人士不遠千里來報名。

宜蘭優質環境 體育賽事增溫

「宜蘭擁有優質的環境，在國內路跑、兩鐵、三鐵賽事運動選手心目中，是數一數二的！」在宜蘭縣警察局擔任秘書的陳國章說，自98年第1次參加梅花湖鐵人三項賽完成自我挑戰後，開始讓運動成為習慣，進而影響到家人，現在他們都從加油團變成選手。又說，運動回饋給自己最明

顯的就是擁有健康身體，並有越來越多的朋友加入，共同創立宜蘭縣鐵人三項協會，自100年起開辦太平山、明池兩鐵或路跑賽，至今年已連辦6場。

櫻花馬人氣旺 淡季業績翻紅

由於賽事準備完整，補給充足，賽道景致優美，還提供選手眷屬生態導覽旅遊，深獲各地跑友肯定，讓今年6月8日舉辦的太平山馬拉松賽，一開放報名立即秒殺，千位名額馬上額滿，連國外跑友也共襄盛舉；101年與今年馬拉松賽的冠軍，分別是來自捷克的Petr Novotny與法國的Herve Seitz。

去年首度開辦的礁溪櫻花陵園馬拉松嘉

年華，獲得民眾與產業界極高的評價。整個活動結合溫泉季特色，加上飯店、餐飲業者支持，活動強調健康跑與認識宜蘭，每個補給站均安排那卡西、鼓隊等表演，讓整場活動快樂又有趣，許多選手當場還要求加碼，於是去年底溫泉季，再推出第2屆馬拉松，結果一開放報名，2200個名額馬上額滿，今年第3屆舉辦，報名人數達到3000人。

「運動觀光引發的產業效益，比每年辦理的溫泉季還更好、更直接。」礁溪鄉公所觀光產業發展所長洪文言興奮地說，自從3年前接觸路跑運動後四處征戰，觀察各地賽事，其中，台東關山鎮南橫超級馬拉松結合運動與觀光，讓寧靜的關山變成人聲鼎沸的小鎮，彰化田中鄉米倉馬拉松

2013宜蘭梅花湖全國鐵人三項錦標賽。(圖/教育處提供)





圖／礁溪鄉公所提供

讓全鄉動起來，在全國馬拉松賽事中獲得極高肯定，只要一開放報名，即刻額滿。

洪文言稱，辦理「櫻花馬」後，礁溪地區觀光旅宿等相關產業在旅遊淡季中，業績反而成長不少，旅客回流率高，有些民眾得知宜蘭有完整的自行車道、優質的休閒、運動環境，還會相約來路跑、騎腳踏車，甚至組隊來自我訓練。

以游泳、打太極拳健身的醫師王維昌說，「健康不能單靠醫生」，在跟隨《醫聲論壇》自由車隊上太平山後開始接觸三鐵運動。101年支援太平山路跑救護工作時，又完成16公里的長跑，越來越熱愛運動。現在只要休診，他就會慢跑或騎腳踏車運動，3、4年下來，身體狀況變好，連

孩子都受到影響開始參加各項賽事，今年還一同挑戰泳渡日月潭與台東之美鐵人三項賽，也因此被推選為宜蘭縣鐵人三項協會會長，成為協會的最佳代言人。

來宜蘭運動兼旅遊

王維昌笑稱，76年從新北市搬來宜蘭服務，就是愛上宜蘭的生活環境與居住空間，現在不時有朋友來宜蘭約他一起運動，例如不斷讚譽宜蘭適合發展運動休閒產業的寶來集團副總裁白文仁，及來自全國各地醫師的《醫聲論壇》車隊等。

王維昌強調，宜蘭有優質運動環境，資源豐富，距離大台北都會區又只有1個小時車程，運動休閒產業在宜蘭已經成熟，



陳國章秘書 / 提供



洪文言所長 / 提供



王維昌醫師 / 提供

但「萬事俱備，只欠東風」，政府若有明確政策方向，成立產業專區，發展運動休閒產業，將可吸引更多民眾來宜蘭；他也建議在三星長埤湖地區，開發一座如台東活水湖的水道，加上該區寬廣、安全又容易管制的公路系統，適合路跑與自行車賽，可成為三鐵基地與比賽場地。

縣府指出，運動產業已列入縣府觀光發展推動委員會的重點工作，除了每年持續舉辦一場鐵人三項競賽，也支持有興趣推動運動產業的鄉鎮持續辦理，縣府會提供各項協助；縣府相信良好的賽程路線設計，能吸引愛好運動人士帶著全家人到宜蘭比賽及旅行，更能產生不同於一般觀光活動的特殊體驗，同時在綠色博覽會、童玩節等旗艦型活動之外，一場又一場的運動賽事持續為宜蘭淡季的觀光產業加溫。



冬山河划船賽 拚觀光外交

圖、文／王秋霖

今年九月四日到七日，划船賽的工作人員正頂著夏末的驕陽，在冬山河畔忙碌著，黃龍岸上來自亞洲19個國家的划船選手正拉大嗓門，對著水道上的隊友吼叫，恨不得隊友奮力超前衝過終點。

這是2014第20屆亞洲青年划船錦標賽，在冬山河親水公園的場景，也是繼1996年到2005年的國際名校划船賽；1997年及2009年的亞洲盃；2002年與2009年的亞青盃之後，中華台北划船協會、亞洲划船聯合會與宜蘭縣政府在冬山河共同舉辦，最重要的國際划船賽事。

台灣奪6金 史上最好成績

4天40多場次的賽程中，各國選手精銳盡出，我國女子四人雙槳選手花怡安與吳

佳雲，在開賽之前就誓言：「我們要拿冠軍！」果然不負眾望，總共奪下6金1銀2銅歷年最好的佳績。來自日本的小原有賀與瀧本日向子，看來表情有點靦腆，但她們利用賽前片刻時間，也坐在測功儀上，揮汗拉動重重的飛輪，她們最希望人家對她們說：「祝你們『一番目』！」

中華台北划船協會理事長洪瑞昌高興地說：「國外的划船比賽河道，都是人工挖出來的，你看我們冬山河道最自然、最優雅，非常適合划船運動，難怪國際划船人士都讚不絕口。」

宜蘭縣林聰賢縣長在開幕式，也自信地說出冬山河過去也曾舉辦過很多國際比賽，更歡迎各國划船人士齊聚宜蘭，共襄盛舉。亞洲划船聯合會韓國籍的秘書長



選手之夜歡迎亞洲各國選手來到宜蘭。



單人雙槳賽炒熱冬山河。

Ken Lee，對宜蘭縣政府與中華台北划船協會鼎力籌辦亞青盃，給予高度肯定及感謝。

船界的交往，試想這一群年輕選手，不出幾年都將成為全球划船界的主力，無論就體育與外交層面探討，都具有正面效果。

水綠冬山河 再躍國際舞台

教育處長吳清鏞不諱言，划船與其他運動相比，對產業的助益雖然相對不夠明顯，但是透過亞青盃錦標賽，可以提升我國的國際能見度，更可推升國內選手的運動水準與競爭力。也可增加我國與國際划

4天比賽中，在冬山河道上的各國選手都使盡全力為成績拚命，整個場區熱鬧滾滾，加油之聲此起彼落；宜蘭縣政府與中華台北划船協會更付出全部的心力籌辦賽事，大家正如一艘艘比賽的船隻，向前奔馳；而冬山河的美名，也因而在國際上奔放飛躍。



安農溪將成輕艇激流標竿競技天堂。(圖／盧滿成攝)

安農溪颯輕艇 三星添魅力

圖／編輯小組 文／陳腔

秋日傍晚涼風徐徐在三星安農溪畔流動，草地上有人帶著寵物愉快地奔跑，遠處傳來陣陣樂聲，兩岸河堤則是悠閒散步或騎單車運動的人們。然而，在亞洲輕艇運動選手眼中，安農溪上游終年水量豐沛、坡度陡峭、流速強勁的河域，竟是萬中選一的國際賽道，若能妥善規畫開發，未來有機會吸引亞洲各國選手來這裡訓練及比賽。

俗稱電火溪的安農溪，承接台電蘭陽水力發電廠的發電尾水，灌溉三星千畝良田，兩岸河堤以及堤內坡地，陸續開發成張公園公園、分洪堰公園，連同長達18公里的自行車道，成為風景怡人的休閒綠

帶；多年前三星社區民眾發起泛舟促進會，在分洪橋上下游發展泛舟運動，開啟了安農溪的水上休閒活動。

激流標竿運動 絕佳場地

更令人驚喜的是，在雙賢二號橋下約500公尺的河域，經日本輕艇國家教練木場修考察，確認是輕艇(Canoe)激流標竿運動的絕佳場地。木場修任日本國家教練逾30年，一生都在推廣輕艇運動，而日本冬季天寒地凍，選手往往得遠赴澳洲移地集訓，往返食宿都非常不便，因此亟思為亞洲選手建立一個國際標準場地，踏遍了台灣各地，經慎重評估，認定安農溪上游是



首次舉辦的安農溪草地音樂季，吸引愛好音樂者聆聽。



激流標竿單人加拿大式艇。(圖／教育處提供)



日本籍的亞洲輕艇聯盟會長成田昌憲。

最佳地點。

日本象設計集團也對安農溪發展為輕艇激流標竿場地，進行基礎調查及初步規畫，象集團的坂元卯社長，日前邀請日本籍的亞洲輕艇聯盟會長成田昌憲，率同香港輕艇協會拜會林聰賢縣長，建議開發安農溪上游為國際級的輕艇激流標竿場地。

亞洲聯盟拜會 催生開發

成田會長表示，安農溪輕艇激流標竿場地，不僅可供各國選手使用，對台灣而言，有了國際標準場地，對進軍亞奧運非常有幫助，宜蘭更可以因地利之便，孕育金牌選手。並承諾一旦場地開發成功，一

定會安排日本及其他國家選手來集訓。

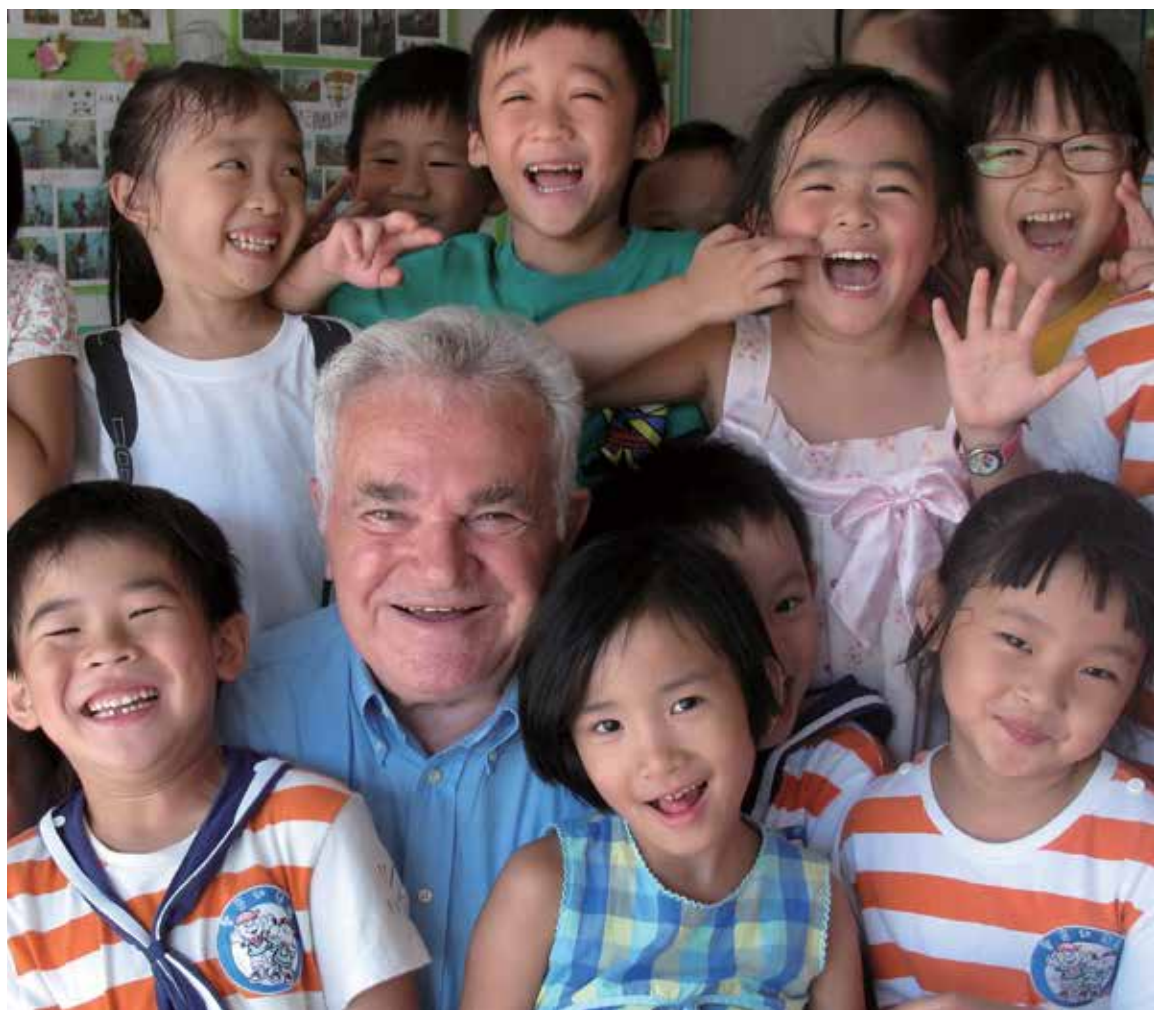
坂元卯則指出，宜蘭得天獨厚，最有條件發展水的遊憩活動，安農溪輕艇激流標竿場地，全河域構成多元發展的遊憩網絡，也可以進一步與在地的休閒農業區結合，對促進觀光產業及農特產銷售，都有莫大的助益。

林聰賢縣長認為輕艇激流標竿場地案，與縣政府正在推動的國家級水上運動中心案，以及安農溪休閒旅遊帶的發展都相扣合，例如9月7日縣府才在安農溪舉辦草地音樂會，未來輕艇激流標竿場地設置後，上游有輕艇，中游有泛舟，再導入音樂會等文化活動，將使三星鄉更有魅力。

《精采宜蘭人 光芒掩不住》

築愛在蘭陽 秘克琳神父傳奇

圖／蘭陽青年會提供 文／王秋霖



秘克琳神父最愛小朋友了。(圖／王秋霖攝)

幸福宜蘭

Yilan, Town of Happiness
42

今年父親節，羅東文化工場坐滿面帶笑容的人群，大批盛裝的蘭陽舞蹈團舞者在台上跳著曼妙的舞姿，台下出現一雙專注的眼眸，這位滿頭白髮，但臉上泛著紅光的長者，正是秘克琳神父。

這是特地為秘神父來台50週年，並慶祝他80歲生日而舉辦的「築愛在蘭陽」活

動；秘神父帶著笑容緩步上台，腦中如錄影機正在倒帶，他致辭時用著義大利腔調說：「這裡有很多人是從國外特地趕回來的，他們都是我的孩子！」

這句「他們都是我的孩子！」把時光拉回50年前，其實現場每個人的腦中正播放著，一位來自義大利精采宜蘭人的故事。



大批民眾及舞者，參加築愛在蘭陽活動。

他們都是我的孩子

秘克琳神父受訪時說：「我的義大利名字是Gian Carlo Michelini，前面兩個字是兩個聖人的名字，最後一個字是我的姓，初來台灣的時候，達神家神父用我的姓，直接翻譯成『秘克琳』；所以50年來就用我的姓，當我的中文名字。」

他的雙瞳又跳到蘭陽青年會牆上貼滿密密麻麻蘭陽舞蹈團的照片，以及半世紀來，在宜蘭及國內外奉獻的事蹟圖片；他的血液充滿藝術氣質，個性爽朗、勇敢、純真，但又帶著執著，尤其那雙深邃而有神的眼睛，好像可以看透時空，尤其是看透照片裡駐足的時空。

他說：「其實在1963年升為神父之前，早已知道台灣是個民風純樸而需要幫助的地方，我那時就愛上台灣，所以成為神父之後，立刻申請來台灣奉獻；從義大利出發遠渡重洋，經過3個月，不斷換船的辛苦航程，來到宜蘭的第一天，正是晚上，我馬上愛上這個無法讓我第一眼就可以看

清楚的新故鄉，我決心要把義大義老家波隆納的藝術氣息，融合新故鄉的傳統文化，加以傳播並予以發揚。」

他來台後的每一分每一秒都不斷在強化這個信念，所以當天主教靈醫會的神父、修士從事傳教與醫療志業之時，他卻選擇了文化藝術的領域。

天主教羅東青年育樂中心，後來更名為蘭陽青年會，更創辦了著名於世的蘭陽舞蹈團。



蘭陽舞蹈團為秘克琳神父八十歲生日獻舞。



從黑白照到彩色照，記錄了秘克琳神父對台灣、對宜蘭的愛。

舞蹈班稱霸全台

從1966年起，秘克琳神父在羅東鎮北成天主堂一間簡陋的小教室開辦舞蹈、國樂、美術乃至跆拳道等課程；為鼓勵小朋友學舞，不但學費全免，他常騎腳踏車或三輪車親自接送，所以草創不到幾年的舞蹈班，竟然代表宜蘭縣獲得台灣省舞蹈比賽總冠軍，當隊伍回到羅東火車站時，受到鄉親夾道歡迎。當年遊行羅東街頭的盛況，成為歷久不衰的地方佳話。

秘神父深耕蘭陽舞蹈團之際，心中更激盪著一種想法：「若只把好的文化留在宜蘭縣，是不對的，應該要傳播到其他地方去。」因為對理念的堅持，1974年他帶領蘭陽舞蹈團首次出國，在歐洲巡迴表演60餘場之外，更創下全球第一支藝術團體在教宗御前獻舞的紀錄。

秘克琳神父說到自己非常勇敢的事蹟，眼睛更亮了起來，他說：「那一天，教宗保祿六世在教堂接見來自全球的1萬多名教友，我們一行人被安排在靠近教宗御座

的附近，我早已讓小朋友穿上舞蹈服裝，甚至音響都準備好了，我私下向教宗的秘書請示，是否可以讓我們在教宗御前獻舞？但因史無前例，那名秘書支吾其詞，我便安排2名小舞者走到教宗面前獻花，並由2名小舞者直接向教宗請求是否能讓蘭陽舞蹈團在御前表演？開明慈祥的教宗，竟然答應了。我們就在全世界教友面前，為教宗獻上『佳賓樂』舞碼。表演後，教宗心情大喜，還親自走下御座，鼓勵小舞者，並與我們合影留念。」

有了這個先例，蘭陽舞蹈團從1983年至2006年間，竟再有6次機會，先後蒙教宗若望保祿二世及本篤十六世召見謁見。

童玩節幕後推手

蘭陽舞蹈團近半世紀來，足跡及美名早已遍佈全球，表演場次不勝枚舉，尤其1991年參加西班牙第四屆世界民族舞大賽，以「敦煌綢舞」奪下世界第三名佳績；2011年西班牙第十四屆世界民族舞大賽，又奪得最佳民族舞蹈獎及最佳民族音樂獎殊榮。甚至1992年巴塞隆納奧運藝術



圖／王秋霖攝

季，也成為我國內舞蹈團體，首次獲得他國官方正式邀請，參加奧運藝術季演出的團隊。

秘克琳神父為了替我國爭取更多嶄露文化藝術的機會，從1990到1994的5年間，以一個義大利人的身分，不斷奔走爭取讓我國加入聯合國教科文組織下的國際民俗節協會（CIOFF），由於我國並非聯合國會員，其中折衝的過程，與突破外交困境的努力，難度可想而知。此一突破也直接幫助1996年啟動的宜蘭國際童玩藝術節，每年都可以順利邀請全球五大洲大批的外國團隊來宜蘭表演。

每年童玩節的開幕式與閉幕式，都可以聽到大會主持人，以極為莊重而尊敬的語氣，在台上介紹：「現在我們歡迎童玩節的推手秘克琳神父……」此話一出，台下立刻響起熱烈的掌聲。

或許大家不知道在童玩節開辦的那幾年，每支外國團隊的邀請函與連絡，都是秘神父親自書寫與打電話，幾乎每天都忙到三更半夜，使他的頭髮越來越白了。

80歲的長者腳步並未停歇，位於青年會內一座國際兒童藝術村的工程即將展開，將開展更深層的藝術文化扎根工作——成立藝術村，招募全球優秀的兒童藝術工作者來宜交流。高齡80歲的秘神父，希望有更多同樣志向的朋友共同來完成，促成這個夢想早日實現。

如果有人說秘克琳神父是義大利人，他一定會反駁說：「我的外型雖然是義大利人，但是我的心是宜蘭人啊！」

蘭陽青年會轄下的聖音幼兒園，每周一和周四早上，都要舉行升旗典禮，並高唱國歌，40多年來從未間斷，他都在場與小朋友一起肅立致敬，之後和小朋友相互熱烈擁抱；園長廖草雲感動地說：「秘神父很愛孩子，更愛我們的國家。」

試想這樣一個身影，是不是真正的宜蘭人？他在台灣半世紀的奉獻，我們要用什麼來回報他？難怪「築愛在蘭陽」的晚會上，很多在場的人士不禁感動得往眼角拭淚。

嘗試 不畏失敗 創新 一枝獨秀

部落勇農蘇腓立 「花」現新亮點

圖、文／王明達

幸福宜蘭

Yilan, Town of Happiness



熱氣蒸騰的七月，天亮得早！大同鄉香本山山腰處的農田再度出現一群熟悉的身影，有的整地、種菜，有的在花田採收五顏六色的花卉。蘇腓立夫婦和放暑假的女兒，忙著採收金絲桃，或噴水洗淨，或剪枝修葉，再分色網束裝箱，一張張汗水滲流的臉龐，透著豐收的喜悅！得知縣政府要輔導農民種松露，他也想軋一角！

最大助力 妻子一路挺

廿多年前！蘇腓立（1964年生）捨棄在大都市當副廠長的優渥工作回到四季部落，從打零工、種菜到轉型種花，幾經波折磨難，卻始終有著自己的堅持與看法。尤其是轉型種花伊始，很不被看好，不但父母反對，當地菜農也等著看笑話，認為「花又不能吃，種花有什麼用？」

然而，這位泰雅子弟，不僅敢於嚐試，



原來的菜園變花田。

勇於承擔失敗，還有個始終大力相挺的賢內助。「只有我老婆支持我，願意跟著我吃苦，是我這輩子最大的精神支柱！」蘇腓立說。

他的妻子陳素馨，新北市平溪人，當年她跟著夫婿回到山上，一起種菜砍菜、打零工，粗活樣樣來！任誰都想不到一個長期在都市生活的女子，竟能熬過漫長的山居歲月！儘管有時會邊做邊哭，卻很認命地跟著他茹苦含辛地過下去。

蘇腓立從小就被送到台北、羅東寄居在親友家，一路讀書、成長、工作，直到而立之年才順著父母之意回到山上種菜。他在人聲鼎沸的繁華都市與山林圍繞的淳樸原野間徘徊擺盪，除了個人的人格特質外，或許是因為經歷別人所沒有的環境落差與磨練吧！當他驚覺到人和大自然都出現狀況時，並不會認命地隨波逐流，而是

會想辦法去改變它！

粗工傷身 決轉換跑道

蘇腓立說，那些年的粗活雖然很好賺，砍菜1天可賺7、8千元，可是沒幾年，就感覺筋骨酸痛，身體出現狀況！他暗自思忖：「難道自己要一輩子這樣過下去嗎？」那些年，他又看到連年種菜的土地因為酸化、貧瘠，菜蟲抗藥性也愈來愈強，必須花更大的成本與心血去改良與克服。

從自己的身體、菜蟲到土地，都出現了變化！種菜常會遇到菜價不穩，命運受制於菜商的操控，使得他不得不另尋他途。他在當村長那幾年，因為有機會到外縣市觀摩，認識了許多花農，給了他一些啟發；於是自2003年開始小面積的試種花卉。



結成紅果的金絲桃。

起初他把種高麗菜那套施肥用藥用在種花上，換來的是全軍覆沒！於是開始參加農改場的研習，到台北大小書店，把有關土壤、肥料、農葯的書買回家研讀，加上不斷地實作觀察，終於在2008年有了成果。但在這之前已遭受好幾次的失敗了！

曾經有一年的颱風季節，一個月就來了4次颱風，夫婦倆把種菜、打零工賺來的血汗錢，都賠在花卉上。面對天災肆虐後的血本無歸，妻子哭得淚眼盈盈，但仍堅

定地要他不能回頭去種菜；他則安慰妻子說：「明年再來吧」。幾度的挫敗，並沒有打倒他們，反而是規模愈來愈大的種花人家。

試種松露 產業更多元

蘇腓立的轉型突破，在原鄉蔚為一股風潮，如今在四季、南山、樂水各有花卉產銷班共約20戶花農，種植面積約5公頃。原本清一色的原鄉菜園，逐漸出現了繽紛燦麗的花田，種著各式各樣的花卉。農民收益比以前穩定，無須花大筆錢去施肥用葯；也因為輪作，地力比較不貧瘠。

觀察力敏銳的蘇腓立，從台灣的產業生態中，體悟出一套種花哲學。「一窩蜂」的通病，令他時時警惕自己，必須打破那種窠臼與迷思，所以當其他花農跟著種植熱銷花卉時，蘇腓立就會設法試種新品種，從技術層面去突破，搶在別人的前面種出不同的花卉，久而久之便成箇中翹楚。以康乃馨為例，能在夏季出產這類春季花卉者，放眼全台，堪稱一枝獨秀呢！



四季平台目前仍以種菜為大宗。



修剪枝葉準備網束裝箱出貨。

今年，這位勇於嘗試的種花人，也想加入試種松露的行列。遮陽帽底下那張充滿自信的臉孔，閃過一抹希望。蘇腓立希望部落產業能在花卉、蔬果、茶和松露等作物的互相搭配下，邁向多元化和休閒化，更期待原住民保留地能因應時局的變化，獲得適度的解放，讓有理想的原鄉子弟返鄉安居樂業，為部落注入新活力，開創新契機。



試種新品種。

四季南山 發展松露產業

文／王明達

經過多時籌畫，宜蘭縣政府從今年7月起到2020年推出「大同鄉四季南山地區多元產業發展計畫」，協助農民改善生產體質。調查評估認為：松露產業非常適合發展。

縣府農業處表示，松露有著高利潤的潛力，周邊產業經濟效益也很多元。初期至少選取3種以上的品種試種，包括黑孢松露、夏松露和波氏松露等；並以青剛櫟、歐洲榛、板栗、榲栗等林木做為宿主樹。



2013水田音樂會(圖/蘭陽文教基金會提供/林育德攝)

移動音樂廳 鄉野傳天籟

2014水田音樂會10月登場

圖、文/編輯小組

您曾經鬆坐在鄉間聆賞古典樂嗎？「2014水田音樂會之秋系列」10月份陸續在壯圍鄉、員山鄉及三星鄉舉辦，提供喜愛古典音樂人士有別於傳統的聆賞環境，也讓鄉村的居民能就近欣賞到古典音樂。

水田音樂會自2013年起舉辦，獲得愛樂者的好評。今年邀請出身礁溪鄉的國家

交響樂團低音提琴首席傅永和擔任音樂總監，號召享譽國內外樂壇的高手齊聚宜蘭，帶來一系列精彩又豐富的音樂饗宴。

同時，演奏家也將解說作曲家及曲目的故事，讓古典音樂不再艱澀難懂，使聆賞古典音樂變得很有趣。另外，邀集當地的農民團體提供具特色的農特產品，讓與會人士認識在地的農村特色。

日期/時間 音樂家	10/05(日) 14:30-16:30 大提琴—楊文信 鋼琴伴奏—吳怡瑾	10/18(六) 14:30-16:30 長笛—安德石 鋼琴伴奏—吳思慧	10/26(日) 16:00-18:00 無限低音號四重奏 Infinity Tuba Quartet 宮西純、川浪浩一、林裕人、柳生和大
地點	宜蘭壯圍鄉 新南休閒農業區 風箏放飛場	宜蘭員山鄉 香草菲菲對面停車場	宜蘭三星鄉 萬富社區活動中心



[冬戀宜蘭溫泉季] 相約礁溪見

12/6~/31





宜蘭縣政府
Yilan County Government

本刊物同步發行電子報

刊登於宜蘭縣政府全球資訊網(www.e-land.gov.tw)

索閱紙本歡迎電洽縣府秘書處新聞科

03-925-1000分機2531~2536

