

# 淡江美食廣場 平凡背後的不平凡

專題召集人／莊曼嫻 採訪／張莘慈、楊蕙綾、謝佩穎

## ●記憶中的人來人往

在寒冬中，松濤館地下1樓的美食廣場人潮卻絡繹不絕，每到用餐時段總是一位難求，13間攤位前擠滿著等待點餐客人。看著老闆們忙碌的身影、學生用餐時露出的滿足表情，交織成一幕幕溫馨的畫面。美食廣場提供乾淨、衛生又便宜的餐點，默默地陪伴著每位淡江人，多年來，這裡有許多故事、許多記憶和改變隱伏在不變的人聚人散中，希望透過這次的專題，讓大家更進一步認識美食廣場，也依著這份熟悉與認同，進一步豐富自己的淡江印象。

## ●美食廣場的時光機

民國72年，當時尚未成立美食廣場，松濤館地下室為蘇德堂餐廳。不同於現在的規模，當年蘇德堂餐廳共有3個打菜區、6個結帳臺，打菜區規模將近松濤館地下室的三分之一，菜色供應齊全、價格合理公道，因此每到用餐時間，總是吸引大批師生前來用餐。民國88年在學校的規劃及推動下，斥資1千多萬，將松濤館地下室（蘇德堂餐廳）重新打造成松濤美食廣場，除了保留原來的蘇

德堂餐廳外，又增加12間廠商，像江南、傳香飯糰以及西式早餐店等，都是美食廣場「元老級」的店家。並由本校建築系師生共同協助設計，約兩百坪的共同用餐區，設置全新的餐桌椅約有數百個座位，也添加電視音響及造景。除硬體環境的更新外，學校也特別成立膳食委員會來督導美食廣場的餐點品質，希望可以提供全校師生一個安全衛生且舒適的用餐環境。

## ●「健康五星級、荷包有省錢」 - 學校把關三步驟 -

### ◎6S環境管理稽查

「6S環境管理稽查」為總務處鄭晃二所推動，每學期檢查4次，由總務處推派稽查人員組成，不合格者皆有應有的懲戒措施，讓用餐者能吃得安心。鄭晃二認為6S環境管理稽查為美學經營，是一種「美適性」，其關鍵在人與環境，非單靠管理，需要參與者對目標情境有體會和認同，以追求美麗舒適的環境為共同的核心價值。

6S分別為：整理〔Structurice〕、整頓〔Systematise〕、清掃〔Sanitise〕、清潔〔Standardise〕、紀律〔Self-Discipline〕、安全〔Safety〕，評分內容包括：工作權及櫥櫃不得擺放非工作相關及私人物品、食材及調味品擺放於定位，地板及通道保持乾淨暢通、確實執行垃圾分類及回收等。

### ◎膳食督導義務工作團

本校膳食督導義務工作團隸屬於學務處衛生保健組，成立目的為促進本校餐廳重視食品安全以及環境衛生。督導項目包含餐廳環境、餐具、炊具、設備等之清潔。透過每日不定期抽檢校內餐廳的方式，督導餐廳之衛生，也藉由每學期初召開會議之方式，分配排班輪值表，以確定檢查方式及工作重點。此外，膳食督導小組每月皆會舉辦健康飲食講座、營養知識有獎徵答活動、早餐推廣活動等活動，以增加學生對於健康飲食的概念。

膳食督導義務工作團社長企管三姜佳瑩表示，每天都會派人前往美廣評分，以督導美廣商家對於飲食衛生及環境清潔的重視。但這份看似嚴肅的工作其實也可以感受到一些溫暖，像有些店家老闆的態度就很親切。其實，在膳食督導義務工作團中，除了可以學到一些對於健康飲食的基本概念外，還可以對學校餐廳的衛生狀況有更多了解，相較於之前的一無所知，現在對於學校的食品及環境衛生了解不少呢！

### ◎餐具桑拿室 - 高溫殺菌洗碗機



▲美食廣場的工作人員正在以機器清洗當天使用的環保餐具，既衛生又環保。(攝影／謝佩穎)

位在美廣右側一長形的透明「桑拿室」，每天一到下午2點和晚上7點半時，許多商家的阿姨們都開開心心的走進桑拿室，難道是學校為體諒他們的辛勞，特別為他們設計桑拿室嗎？靠近一看，原來是「餐具桑拿室」。

「餐具桑拿室」透明化的作業流程，也清楚地印製在外玻璃上，從廚餘回「收」、「分」類堆放再浸「泡」清理，除人工初步「清」洗到機器高壓「沖」洗後，殺菌「烘」乾，再分類「放」碗盤置物區，標準化的六步驟，達到「病源感染風險管理」、「作業效能提升管理」、「用材破損 成本管理」的3大成效管理。莊聖英開心表示，雖去年才新設立，但已顯現成效，不僅內用的學生增加，外帶的數量也減少，達到環保的效果。她也快樂的說：「因為大家都是同一時間一起洗，所以都可以聚在一起聯絡感情，也會一起分享當天的生意好壞。」

## 阿蛋與阿薑 職場ONLINE



阿蛋：下午我約了兩個客戶我帶你一起跑吧，資料我也幫你印好了！  
阿薑：謝謝阿蛋！  
阿蛋：我覺得阿武他好像能幹哩！待人又客氣，他應該很資深了吧？  
阿薑：沒啊，他才比你早三個月，看穿著跟講話口氣就知道他不是資深的。  
阿蛋：穿著？講話口氣？  
阿薑：最深的那隻在休息室，自己去看看吧。  
阿蛋：哇塞！你太厲害了！連這都聽出來了！我等帶新產品去拜訪你哈！哈哈！

## 輕鬆學英文 English is easy!

郭岱宗 (英文系副教授)

一、請分析以下句子的英文結構  
1. 天上的雲和池塘裡的鴨子在賽跑。  
2. 我每天夢想巧克力和冰淇淋。  
3. 許多人喜歡吃生魚片，就是沒煮過的魚。  
4. 玉山的高度是3952公尺。  
5. 沒有信、望、愛，人生就像一場木偶劇。  
6. 如今他走了，我的人生將會不同。  
二、答案  
1. 主詞：雲、鴨 動詞：賽跑  
The clouds in the sky and the ducks in the pond are racing.  
(第一主詞-名詞片語) (第二主詞-名詞片語) (動詞)  
2. 主詞：我 動詞：夢想  
受詞：巧克力、冰淇淋  
I dream of chocolate ice cream every day.  
(主) (動詞) (受詞) (時間副詞)  
3. 主要子句：許多人喜歡吃生魚片  
主詞：許多人 動詞：喜歡吃  
受詞：生魚片  
從屬子句：也就是沒煮過的魚  
Many people like to eat sashimi, which is uncooked fish.  
(主詞) (動詞片語) (受詞) (從屬子句-形容受詞"sashimi")  
4. 主詞：高度 動詞：是  
主詞補語：3952公尺  
The height of Jade Mountain is 3952 meters.  
(主詞-名詞片語) (動詞) (主詞-名詞片語)  
5. 主詞：人生 動詞：是  
主詞補語：一場木偶劇  
介係詞片語：沒有信、望、愛  
Without faith, hope and love, life would be like a puppet show.  
(主詞補語) (介係詞片語) (主詞)  
(這裡的would, 指「假設語氣」)  
6. 第一子句：我的人生將會不同  
主詞：我的人生 動詞：將會

The height of Jade Mountain is 3952 meters.  
(主詞-名詞片語) (動詞) (主詞-名詞片語)  
5. 主詞：人生 動詞：是  
主詞補語：一場木偶劇  
介係詞片語：沒有信、望、愛  
Without faith, hope and love, life would be like a puppet show.  
(主詞補語) (介係詞片語) (主詞)  
(這裡的would, 指「假設語氣」)  
6. 第一子句：我的人生將會不同  
主詞：我的人生 動詞：將會

## ●節能減碳同"食"進行

### ◎低碳飲食的第一步：餐具

從一開始蘇德堂餐廳使用鐵餐盤，因衛生考量而改成紙餐盤，近期又因環保規定內用使用重覆性餐具至今，總務處資產組推出低碳便當盒，在單位開會時，可訂購低價便當，截至採訪前統計，校內單位訂購量達4642個，超出預期績效389個。另外也在福智青年社辦「非『蔬』不可-真相蔬食展」時出借100個低價便當盒，減少一次性餐具的使用量。而總務處資產組預計打造低價便當盒便當



攝影／羅廣群

流通系統，將比照圖書館借還書方式，刷學生證、服務證即可借還，讓用餐者在外帶時使用。為使管理機制更加完備，資產組徵求「低價便當盒試用種子」，截至採訪前為止已有86人報名，報名者將有一個低價便當盒，可於美食廣場使用，再於期末了解測試成效，作為管理機制的改進參考。

### ◎米食節：縮短食物里程 挺臺灣

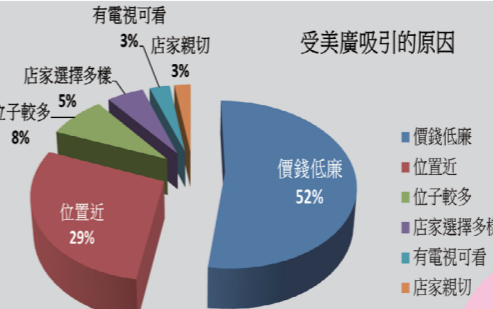
松濤美食廣場從今年11月起，舉行為期1個月的「校慶臺灣米食節」活動，一方面搭配校慶活動，另一方面，則希望藉此活動傳達「縮短食物里程，支持臺灣農業」，並推廣臺灣農產品及提倡健康飲食的環保觀念。本次聯合美食廣場10多個商家，共同推出各式各樣具特色及美味的「臺灣米食」，讓全校師生發現臺灣米食的豐富與多樣性。為了讓大能夠重新咀嚼臺灣米、了解臺灣米，感受到享受米食的幸福感，本校商家

運用臺灣米，研發出特有米種的創意美食，向各年齡推廣「臺灣米做好料理」的理念，料理包括香椿炒飯、茶油飯、紫米甜粥等10多種美食，為了讓大家在享受美食之餘，還可以吃到臺灣米的特色。

主辦單位也精心製作稻米的「產品履歷」，使消費者在了解稻米的產地、品種及生產者。透過產品履歷加上豐富的特色美食，一定可以讓亞洲米食文化更加受到大眾的了解與喜愛。

## ●問卷瞧一瞧

為了瞭解用餐學生心目中最光臨的店家，專題小組成員共同擬出一份問卷，在10月份，已在美廣現場用餐的淡江同學為受測對象，發放120份問卷，回收有效問卷為120份。根據統計資料發現，同學選擇美食廣場最主要的原因是價格低廉，其次則是位置；而有百分之51的同學每週1次到美廣用餐，百分之25的同學每週5次會到美廣用餐。另外，據問卷統計，這些學生最常光顧的店家依序有蘇德堂、宜廷小吃攤和元甫素食園等餐廳，以下便來介紹一下前三間餐廳吧！



製圖／張莘慈

### ◎蘇德堂自助餐

自民國72年起蘇德堂老闆湯崑陵的父親就開始在松濤館地下1樓經營自助餐，而原在臺北醫學大學學生餐廳服務的湯崑陵，則在2年後接手父親事業駐店淡江，當年的規模和營業額，已因時代的變遷、飲食習慣的改變，生意不比以往，即使如此，老闆依舊希望讓師生們吃得健康、安全、衛生，他採用多樣

化的食材，以薄利多銷的方式供餐，也配合學校政策使用便當餐盒因應環保。另外，湯崑陵補充表示，如果學校師生們願意提供餐點的煮法，或者有其他具體建議，皆歡迎給予指教。總務處事務整備組組員黃慶文說，自助餐的菜色多，離學校近而且很方便。

### ◎宜廷小吃攤

自民國95年來到淡江美食廣場的老闆娘徐宜廷有著親切的微笑及聲音，為了讓學生吃得安心，用品質好的黑麻油及新鮮雞腿，高湯不加味精選用雞骨、香菇頭及蔬菜熬湯，當徐宜廷談到經營理念時，她篤定地說：「就是要讓同學吃得養生和健康！」在用餐的尖峰時刻，美食廣場總是人滿為患，徐宜廷總是堅持現煮餐點，因而讓同學

等待較久時間，但對待學生就如親生小孩般的她，總會幫同學加點小菜。對此已有很深的感情的徐宜廷，即使每天都要從板橋通勤來淡江，仍捨不得離開。她動情的說道，有些畢業的學生仍會寫卡片支持她，讓她有動力做更好吃的料理。國企三李嘉文表示，在寒冷的冬天就要來一碗暖人心扉的濃、醇、香的麻油雞！

### ◎元甫素食園

元甫素食園老闆潘麗雪為在地淡水人，來到淡江已第6年了，本身也食用素食的她說：「現在最夯的就是吃素，而且又環保。」也因現在全國推廣週一無肉日，在禮拜一時總是特別忙碌，不僅學生響應，教職員也常來光顧。潘麗雪用心記住學生喜愛的

菜色，包括手工春捲、河粉捲、可樂餅及炸香菇等，當然她也會少油烹煮，以吃到清爽口感為前提改變菜色，重要的是她以健康為前提製作，也歡迎學生來交流菜色。英文二李俊慶說：「便宜、方便又好吃，吃素食最健康了！」

## ●與時俱進的超級餐廳

美食廣場從單一店家到現在的13間店面，這其中經歷多少的轉變及改革，或許身在其境的我們都忽略了那小小的改變，也不會細心的探究，這次回顧美食廣場的前世今生，才發現原來不管在環境、食材亦或是餐具，學校發現了最大的努力讓用餐者吃得放心，用

得環保。現在，美食廣場不只讓更多人安心地享用美食，也締造了非凡的環保成就，這一幕幕都在美食廣場中不斷地上演著。期望這次的專題，能讓各味同學下回經過美食廣場時，能擁有不同以往的感受，去欣賞這個可愛的校園角落。

## 百年孤寂

導讀 趙衛民 中文系教授

馬奎斯獲諾貝爾文學獎，《百年孤寂》是魔幻寫實主義小說代表作。拉丁美洲的奇幻色彩，天馬行空的幻想及狂熱的感情，這些氛圍都適合魔幻寫實主義。

馬奎斯認為人物應該溶入獨自，無需標明姓名，讀者便明白誰在獨自，甚至在《百年孤寂》以後，他找到了社會的獨一個人。書中說話的人是整個社會；是社會裡的每一個人。

該書敘述哥倫比亞布恩迪亞家族六代的興衰，第一代的布恩迪亞門羅時與朋友爭執，動手刺死了朋友。朋友死後變成鬼魂，夜夜出現，要找水來洗刷咽喉的傷口。

內戰、西班牙殖民、美國財團和豪雨的災荒是歷史現實，幻想加上現實，便構成如夢似幻的，一代代的孤家寡人和死亡。

馬奎斯在事件的敘述裡充滿了詩的意象筆法，用誇張修辭、快速的描繪，融入了南美的神話與生活。敘述時間破碎又綜合，在現代的進行式中，突然回溯，也預示未來對現在的回應，避免了順序時間的呆板。

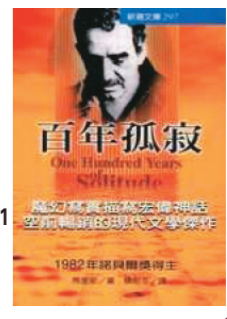
現實生活中的天翻地覆，無論是氣候、環境和迷信，構成了魔喚主義的技法及感受，或許加入了神話的魔幻，也類似佛家的無常，讓我們更能領會多樣的現實人生。

書名：百年孤寂

作者：馬奎斯

出版社：志文出版社

索書號：885.7357 / 8344-391



## 我家前面有小河 後面是山坡

文／諸商輔導組

「我的家庭真可愛，整潔美滿又安康…」，這首歌多數人都耳熟能詳，也是每個人對家庭的期望，但現實環境中變調的家庭，也真切的存在我們生活週遭。家庭成員間的互動，應該是「有點粘，又不粘」，在尊重彼此自主空間的基礎上，給予關懷與照顧，若一方對另一方過度保護，甚至控制其自由或自主性，而發生暴力壓制的行為時，家庭暴力的事件就由此而生。

美玲(化名)的先生在婚後疑神疑鬼，懷疑她不忠於婚姻(實際上美玲沒有此行為)，不准她獨自外出，若有需要須先生陪同，此舉就限制了她的行動、及接觸的人事物，當美玲想獨自外出逛街時，通常會換來一頓打罵，甚至會以傷害孩子來要脅恐嚇她。這樣沒自由的婚姻，讓美玲極度驚恐，幾乎與外界斷絕的壓力及孩子看到父親對母親的肢體暴力、言語恐嚇及精神虐待，讓她擔憂孩子的成長及未來的影響而罹患憂鬱症，孩子也因長期目睹人間的暴力，讓孩子喪失了安全感及信任感，而發生無法控制自己憤怒的情緒。另一個小如(化名)的案例，小如的雙親因家庭暴力而離異，自小目睹爸爸打媽媽而感覺「男人都不是好東西」，進而影響她青春時期與異性交往，對男性有恐懼感而不敢交男友，但心裡又渴望被愛，這樣衝突的感受讓她痛苦不已。

社會新聞中，我們常見這類的悲劇不斷發生，家庭暴力的受害者沒有特定族群，同樣的，施暴者也沒有特定的象徵，可能是精神狀況不穩、酗酒、賭博等不行為的人，但更多是無法從他的社經地位、身心狀況來判斷，如前幾年彰化受暴婦女案，她的先生有自己的事業及社會地位，也能表達對妻子的善意與愛，但媒體播出其妻皮開肉綻的受虐照片，讓人不解及諷刺，從以上的案例可知家庭暴力受害者行為、心理的反應及施暴者的慣有模式。也知社會現實的環境，不是每個家庭都以父慈子孝、兄友弟恭的態度互動，這是華人文化家庭的模式與期望，我們要扭轉「天下無不是的父母」的傳統價值觀，重新檢核家庭成員的互動是否祥和與平等，最重要的是「沒有任何藉口與理由對他人施暴」，若你或你身邊的朋友遭到這類的情事時，在積極的處理中，我們要如何面對這很重要，因為這也許攸關人命。

在現有的社會資源中如：求助專線113、各縣市政府的「家庭暴力暨性侵害防治中心」，受到家庭暴力傷害者可透過法律途徑聲請保護令，也可透過心理諮詢(同學若有需要，商管大樓B413室諮詢輔導組，會有專業心理諮詢老師陪伴您)，處理家庭暴力帶來的心靈創傷與壓力。我們要鼓勵遭到暴力的受害者「主動求助」，經由協助學習自我保護，讓受害者發現、培養及發揮自己遭受壓抑已久的能力，並用自己的力量阻絕家庭暴力帶來的傷害過者有希望的生活。

一個家庭發生了暴力，受傷害的是全家所有的成員，對於施暴者亦然，他們也需要被協助，幫助他們知道暴力傷害了家人也讓自己不快樂，雖然施暴者通常不會認為自己傷害了家人及需要幫助，但我們仍期待施暴的家庭成員能覺察並即早求助，學習如何處理負面情緒，避免將家人當出氣筒，如此才能早期預防而不演變成家庭暴力的憾事發生。