

docriver 文川网
入驻商家 古籍书城
在文川网搜索古籍书城 获取更多电子书

臺北市志

卷四 社會志 風俗篇

臺北市文獻委員會

監修 許水德
主修 王月鏡

臺北市志

卷四
社會志

風俗篇

臺北市文獻委員會編印

臺北市志卷四社會志風俗篇 目錄

第一章 概說.....一

第二章 生活習慣.....五

第一項 服裝.....五

第一目 衣服.....五

第二目 身飾.....七

第三目 髮式.....八

第二項 飲食.....一〇

第一目 主食.....一

第二目 副食.....一

第三目 醬料.....二

第四目 零食.....二

第五目 食補.....一八

第六目 南北口味與簡易速食.....一九

docsriver 文川网
入驻商家 古籍书城

在文川网搜索古籍书城 获取更多电子书

第三項 居處……………一九

第一目 民宅式樣……………二〇

第二目 建築材料……………二一

第三目 房屋結構……………二二

第四項 娛樂……………二四

第一目 戲劇……………二四

第二目 音樂……………二六

第三目 舞蹈……………二七

第四目 遊戲……………二九

第五目 諺語……………三三

第六目 歌謠……………四〇

第七目 故事……………四二

第三章 歲時節令……………四七

第一項 正月……………四七

第二項 二月……………五五

第三項	三月	五六
第四項	四月	六〇
第五項	五月	六二
第六項	六月	六六
第七項	七月	六七
第八項	八月	七四
第九項	九月	七五
第十項	十月	七五
第十一項	十一月	七六
第十二項	十二月	七八
第十三項	國定節日	八二

第四章 生育與壽辰

第一項	出生	八五
第一目	懷孕	八五
第二目	分娩	八六

第三目	哺乳	八七
第四目	月內	八八
第五目	三日	八八
第六目	報酒	八九
第七目	算命	八九
第八目	滿月	九〇
第九目	四月日	九一
第十目	週歲	九一
第二項	命名	九二
第三項	冠笄	九四
第四項	壽辰	九四
第五章	婚嫁	九七
第一項	婚俗	九七
第一目	傳統婚俗	九七
第二目	現行婚禮	一〇九

第二項 婚姻變象……………一一四

第一目 招贅婚……………一一四

第二目 童養媳婚……………一一五

第三目 冥婚……………一一六

第四目 離婚……………一一八

第六章 喪葬……………一二一

第一項 喪葬儀式……………一二一

第一目 臨終……………一二一

第二目 始喪……………一二二

第三目 入殮……………一二五

第四目 停柩……………一二五

第五目 出殯……………一二六

第六目 居喪……………一二七

第七目 孝服……………一三〇

第二項 風水……………一三二

第三項 墳墓……………一三三

第四項 拾骨……………一三五

第七章 家庭組織……………一三七

第一項 家長……………一三七

第二項 內親外戚……………一三八

第三項 稱呼……………一三九

第四項 養子養女……………一四一

第八章 民間俗信與社會習俗……………一四五

第一項 巫覡……………一四五

第一目 鸞乩……………一四五

第二目 童乩……………一四六

第三目 紅姨……………一四七

第四目 法師……………一四八

第二項 術士……………一四八

第三項	驅邪	一五〇
第四項	招福	一五二
第五項	補運	一五三
第六項	占夢	一五四
第七項	占兆	一五六
第八項	禁忌	一五八
第九項	祭祀	一六八
第一目	祭祖	一六八
第二目	拜神	一七〇
第三目	祭品	一七二
第十項	敬惜字紙	一七六
第十一項	結拜	一七七
第十二項	託孤	一七七
第十三項	纏足	一七八
第十四項	娼妓	一七九
第十五項	乞丐	一八一

第一章 概說

古者，列國風謠，太史採而陳之，以誦君側，使知四方，唐虞三代，由來尚矣。

記云：「安上治民，莫善於禮；移風易俗，莫善於樂」。樂書云：「博採風俗，協比音律。」，詩小雅谷風疏引漢書地理志云：「凡民稟五常之性，而有剛柔緩急之不同，繫水土之風氣，故謂之風；好惡取捨，動靜無常，隨君上之情欲，謂之俗。」夫風俗者，人羣精神之表現也。其成或在十年；或在百年，或遠在千年，歷時既久，型為定式，潛移默化，中於人心，而萃為羣德，故云風俗之繫於民族進化之跡者大焉。

夏尚忠，商尚質，周尚文，一代之興，必有其制，然淬勵仁義則一也。是以由下所習，視上所化，習無大戾，則因其政教，不易其俗者，亦治之經也。

諺云：「千里不同風，百里不同俗。」由於各地自然環境之差異，人類為適應環境，而表現出不同之生活方式；加之各人喜好不同，故而各地皆有其特殊風俗習慣，歷時既久，型為定式，潛移默化中於人心而人常不自知也。

臺北居民多由大陸移殖而來，審其祖籍，以福建之泉州、漳州、興化等占絕大多數，故臺北之風俗習慣，亦以泉、漳諸府之傳統風俗習慣為特質。臺灣府志云：「臺灣僻在海外，曠野平原，明末，閩人即視為甌脫。自鄭氏紮內地數萬人以來，迄今閩之漳泉，粵之惠潮，相携負耒，率參錯寄

居，故風尚略同內郡。」東瀛識略云：「臺民皆徒自閩之漳州、泉州，粵之潮州、嘉應州，其起居服食，祀祭婚喪，悉本土風，與內地無甚差異。」惟臺灣係移墾地區，為因應時代背景及自然環境之所需，在社會組織、生活形態上不免稍有更張之處，而導致人文風尚之特殊發展。

自清代以降，臺灣歷經日本統治五十載，之間雖因「皇民化」政策而略易文化風尚，嗣經光復，原有習俗即迅速展現。民國三十八年，中樞遷臺，大陸各省人士薈集於此，本市居民又投入一新環境中，通行慣習，融合漸廣，變化亦多，並隨時代之變遷，以及西風之東漸，今人諸多放棄舊俗改採西方俗尚，兼有將舊俗冠以新面貌，新舊雜陳，蔚為風尚。

本篇分章記述。第一章概說，第二章生活習慣，包括服飾、飲食、居處和娛樂，由此開展臺北居民一般生活之風貌。第三章歲時節令，包括正月至十二月之節慶活動；因是得窺民衆一年之生活重心，及光復後之國定節日。第四章生育與壽辰，包括出生、命名、冠笄和壽辰。第五章婚嫁，包括婚俗和婚姻變象。第六章喪葬，包括喪葬儀式、風水、墳墓和拾骨；此等禮俗充分顯示民衆對生命關口之極度重視，及以戒慎之心來處理生命之重大問題。第七章家庭組織，包括家長、內親外戚、稱呼和養子養女；中國人之社會關係向來即以家庭為中心而往外擴展，故家庭結構為了解國人社會行為和態度之始。第八章民間俗信與社會習俗，民間俗信包括巫覡、術士、驅邪、招福、補運、占夢、占兆和禁忌，由此行為可察知民間之禍福觀，以及如何改造自己命運；另有關社會習俗，則包括祭祀、敬惜字紙、結拜、託孤、纏足、娼妓和乞丐，乃地方之特殊民間習俗，併在本章敘

述。

本篇之內容不獨記述傳統風俗習慣，尚包括今日融合中西、新舊習俗之變貌，藉以知曉古昔之風尚，及風俗習慣之變遷。

昔人有云：風俗不能有厚而無薄，自古而然，普天之下莫不然，其厚者固可嘉尚，其薄者亦不必諱言。須知人心升降，氣運興衰，風俗所關綦重。褒其厚而貶其薄，治史志者之責也。惟磨揀遷革，一趨於正，尚有待於我全體市民也。

第二章 生活習慣

第一項 服裝

第一目 衣服

本市位於臺灣北端，地處亞熱帶，立夏之後，天氣炎熱。入冬，陽明山區偶爾飄雪，平地之市區則鮮見冰霜。四季衣服以薄衣類為主。棉毛厚衣只在寒流來襲時穿著，因而衣著較為簡單。

清代臺北居民之服裝式樣與閩南相似。根據陳培桂淡水廳志記載：「淡俗蠶桑未興，其絲羅皆取之江、浙、粵。洋布則轉販而來，餘布多購於同安。所自染者有曰『毛烏』者，色勝內地，澣之不退。女子喜著紅衣，男著短衣，每過膝不及脛。製襟多直下者，曰『蘇裾』。夏衣之領，多上圓而下尖，半露其胸，曰瓜子領，不論頸之肥瘦也。愛施兜肚，下垂方布，有花紋，以護下體。」在民國二十年前，居民多穿漢服，亦即臺灣衫。光復前後，西式服飾方始流行。近年來，因受歐美流行服飾影響，年輕人流行牛仔衫褲，露背裝、迷你裙，以及其他奇裝異服。

一、男子服飾

往昔一般男子均上著衫，下著褲。上衫可分為「大袍衫」及「對襟衫」兩種。前者鈕釦在右身邊，後者鈕釦排在中央。褲子一般為長褲，農夫、工人因工作之便而穿「短水褲」；另亦有穿著染

澀水之「澀水褲」。士紳及讀書人則穿長衫，偶或再加無袖質緞短褂。至於鞋襪，則僅士紳階級穿著，普通農人、工人則多不穿鞋，或穿草鞋。而帽子則象徵其社會地位，清代當官者戴紅頂帽，士紳則戴瓜瓣帽，俗稱為「碗帽」。至日據中期以後，漸有穿著西裝，男子亦始穿著皮鞋。近年來，流行穿著休閒服飾，其質料及款式均甚講究，尤以名牌服飾，所費不貲。

二、女子服飾

往昔婦女服式，上穿衣衫，下著裙褲，以青布或黑布為主。上衣襟邊、袖環和衣服四周，加以綉邊裝飾。婦女居家多著長褲，外出則繫長裙，有五彩裙、百褶裙等。上衫之長度及領之高低，因流行而異。每逢喜慶場合，婦女皆著紅裙，唯寡婦及側室例外。

清代及日據初期，臺北婦女仍有纏足之風，時有「小脚是娘，大脚是嫗（婢）」之語。纏足者著長約三寸之「弓鞋」，鞋面繡有花鳥，鞋前端上彎。至民國初年，先進知識份子及紳商，以纏足戕害女子身體，影響子孫健康，遂大力倡導「放足」運動，纏足之風漸衰。民國九年之後，婦女漸有穿著旗袍者。民國三十年之後，旗袍式樣趨於簡便，身長及袖長皆大為縮短，領子亦改為低式，夏季則取消袖子，成無袖或短袖。光復以後，洋裝逐漸成為婦女時裝主流。近年來，質佳款式新穎之休閒服亦極為流行。

三、孩童服飾

兒童衣服，往昔有「和尚衫」（無鈕釦）、「押胸衫」（蝦仔衫，縫有兩條布帶，可在背後打

docsriver 文川网
入驻商家 古籍书城

在文川网搜索古籍书城 获取更多电子书

結)。生後四個月才穿「兜仔褲」或稱「開腳褲」（即開襠褲）。六、七歲後，改穿密底褲。鞋則穿包仔鞋和布鞋。近年來，童裝亦以西式為主，款式花樣極具變化。

往昔不論男女老幼均普遍使用「肚兜」。小孩以紅色為主；中年則用白、青、綠等色；老年則用黑布，上綉吉祥圖案。肚兜繫於胸腹之上，前有口袋，小孩放玩物或水菓，大人則裝財物。近年來，肚兜已不復見，淪為民俗文物收藏家之收藏對象。

第二目 身飾

往昔臺北地區婦女之身飾大致如下：

一、笄簪

插在頭髮之笄簪類，多稱針。髮簪形式，一端做成針形，便於插入髮內，另一端則雕成各種形象如蝴蝶、如意等，做為裝飾。有佛手針、含笑針、珠子針等。近年短髮、燙髮流行後，已較少見，僅老年婦女尚偶有使用此種飾物。

二、花簪

用人造花或生花製成，以細銅線編成蝴蝶或花朵形狀之鐵線架，花則串在架上。

三、耳環

女子幼時即穿耳洞，以便配戴耳環。有金玉耳鈎、真珠墜耳鈎等。

四、手鐲及手指（戒指）

手鐲以銀質為多，鐲面上雕有吉祥圖案或花鳥。戒指則多以銀或銀銅合金做成，男子多戴「印仔戒指」。寶石、鑽石戒指，則晚近方始流行。

五、腳環

嬰兒滿月，外婆家例送手環腳環，因此除小孩佩用之外，僅往昔纏足婦女，以金銀製腳環作為裝飾；有粟鈴環等。

六、項鍊

頸飾可分為兩種：一為孩提所佩掛之項圈，其目的在避邪納福。另一類為婦女所喜愛佩掛之項圈或項鍊。金銀製作，形式不一，或有墜子或無。

近年來，婦女身飾隨著流行風尚，更是琳琅滿目。耳環、項鍊、手鐲款式多樣化，不限使用傳統之金、銀質地製品，而有大量色彩鮮明之壓克力質地飾品應市。此外，花簪只用於新娘髮飾及身飾上。年輕少女則以各式色彩繽紛之布帶繫髮為裝飾。復因歐風東漸，部分年輕男子追求時髦，亦紛紛佩戴各種款式之項鍊、手鐲，甚至耳環。

第三目 髮式

清代男子多結成辮髮；婦女及小孩亦有各種髮式。根據吳瀛濤「臺灣民俗」載，髮式依年齡身

分之不同，有下列幾種式樣：

一、顛髻仔

二、三歲之男女兒童留著顛門毛髮，以紅毛線縛辮，或只留頭髮蓋顛門而垂至額前剪齊。

二、角髻仔

四、五歲之男女兒童，兩鬢及頭部前後中央，均用紅毛線縛辮如角。

三、頭髻尾仔

見於六、七歲至十一、二歲女孩，男孩則留髮辮於背後。

四、麵線鈕

八、九歲至十三、四歲之女孩，頭髮似「麵線」繞曲梳縛於頭後。

五、螺髻

或稱「角螺仔」。十四、五歲之女孩習將頭髮梳成長辮後繞成螺形。

六、絞剪眉

前髮至眉頂剪齊，未出嫁之少女，以剪此型為多。

七、倒眉

一般已婚婦女，鬢髮不垂於額前，而前髮則梳於橫面，用「粘柴」（粘液）使之粘附。

八、總眉

年紀較長之婦女，前髮梳於頭後，在後面梳個髮髻。如頭髮稀少者，即使用假髮。

九、龜仔頭

為中年婦女梳之髮型，型似龜甲，呈圓拱狀。

十、大頭髻

起先流行於娼妓，後來一般家庭主婦亦梳此型，頭部下部梳結長圓髮型。

此外尚有各種髮式，如龍鳳結、觀音髻、桃仔頭等。客家婦女所梳之髮型，多為高髮燕尾式。日人據臺不久，即視男子蓄辮髮為陋習，倡導臺民斷髮，以達日人「同化政策」目標；另有許多知識份子認為去掉髮辮是順應潮流及追求新文明之舉，亦大力推動「斷髮」運動。故自宣統三年（公元一九一一年、日本明治四十二年）後，社會之上流階層及學生多已斷髮，其後日本當局以保甲制度強制推行斷髮，蓄辮髮者漸少而告絕跡。

民國十五年以後，一般婦女漸流行剪髮，燙髮則於民國二十年左右始見。現在則受西方影響，髮型更趨時髦、複雜。男子髮式亦然。

第二項 飲食

國人飲食習慣，一般家庭於農曆每月初一、十五日在家舉行祈神做福儀式，商家則於初二、十六日「做牙」。此種每月兩次定期之祭祀，祭畢之牲品，則用來加菜。茲就食物之分類，分目敘述

如下：

第一目 主食

臺灣米產豐富，以稻米為主食。米主要有粳米和糯米兩種，粳米用以炊飯，糯米做粿粽用。以精白之程度，又可分為糙米、半白、白米三種。至於食米之種類，民衆日常食用者有蓬萊米與在來米兩種。蓬萊米是日據時期由日本引入之新品種，由於單位面積產量高，以及質第細黏，甚受一般民衆歡迎，在日據中期即有取代原有在來種之勢；在來米因單位面積產量較低，質第較粗硬，居民已漸少食用。米飯可分為乾飯和稀飯，稀飯俗稱「糜」，因摻添佐料不同而有鹹、甜之別，不加佐料者，即為「清糜」。

粥飯以外之主食，尚有麵類之大麵、麵干、米粉類。另有麵線、冬粉、豆簽等，以及芋、蕃薯、蕃薯粉、藕粉等代用食品。

第二目 副食

副食，俗稱菜配，即佐菜。有蔬菜類、豆類、肉類、魚類等。往昔農家自種蔬菜和飼養家畜家禽，平時民間多食蔬菜，歲時節慶才吃肉類，以豬肉、鷄鴨和魚類為主，少吃牛羊，尤其農民多不吃牛肉。

光復以來，由於農業生產技術、品種改良等突飛猛進，並不斷引進新品種，臺灣生產之蔬菜、豆類、水菓類等，種類繁多。其他魚類、肉類等，亦因水產、畜牧等養殖技術之改良與發展，產量日益增多。近年復因對外貿易之拓展，各式各樣副食品紛紛輸入，可供民衆選擇、享用之食品更多。

第三目 醬料

佐飯往往使用醃漬類，以代菜肴，俗稱醬料。往昔因蔬菜類不易保存，乃由家庭主婦加以醃漬，以便長久使用，因此醃漬是婦女主要家事之一。醃漬之食物多於早餐時配糜，種類有豆腐醬、菜脯、菜頭、菜芯、醃瓜仔等。豆油（醬油）、豆豉粕、醃豉則多用於調味。

第四目 零食

本市飲食攤甚多，大街小巷隨處可見，另尚有沿路叫賣之小吃販，各種零食琳琅滿目。根據吳逸生「艋舺零食譜」一文記載，今萬華地區之零食有以下各種：

一、四果湯

係用開水白糖沖泡，名曰四果，實不止四果。有糙米飯、八仙耳、綠豆、薏仁、四谷米、粉條、菜燕等。為夏天清涼解渴妙品。

二、粉圓湯

形同小豆，太白粉所製，乃屬熱飲。經營是項生意者，挑一小擔，前一紅漆盤，置糖汁、甘草粉，後一大陶甕，下置一小爐火，防止冷卻。粉圓一旦冷卻，殊難下咽。此為往昔夏天飲料，蓋古時於冷飲極具戒心，故夏天飲料多為熱飲。因其為熱飲，未及冷飲沁人心脾，但另有風味。

三、煨仔粿

此為夏天大眾零食之一。以粳米滲入些許碱粉（俗稱煨仔粉）及槐花作為粿狀，故有是名。每屆夏季即出而應市，較之其他粿類鬆軟可口，且能助長消化，極適合大眾胃口。

四、米篩目

用粳米做成條狀，不滲雜其他成份。有甜、鹹二種。甜者為冷飲，鹹者另配以油葱佐料等，為熱食。乃夏天老少咸宜之零食。

五、涼粉條

如米篩目狀，其製作原料為太白粉。食時配以糖湯，亦為夏天冷飲食物。

六、杏仁豆腐

以綠豆粉與杏仁配製。今人所製售者均以菜燕滲入些許杏仁油，迥異昔時之製法，故其味道不及昔時。杏仁豆腐為夏天冷飲食品，因係冷凍，於熱天時節食用，頓覺涼氣橫生。

七、綠豆湯

有冷飲及熱飲二種。冷飲者乃將煮過之綠豆放在冷凍櫃內，使其冷卻；熱飲係煮熟出售。俗稱

綠豆湯有降除火氣之效。一交夏季，通衢大道多有沿街叫賣者。

八、愛玉冰

愛玉為一種植物，產於本省南部，以其種籽放小布袋內投入水中瀝洗，至其液漿流出為止，數小時後自行凝固，切成小塊放入冰水內，食時須加糖水。洵為夏天清涼飲料。

九、仙草

乃藥用之仙草，晒乾後用烈火熬煮成汁，待其冷卻凝固，切成小塊，浸於冰水內，飲時甚覺冰涼爽口，能祛除體內熱氣。

十、冬瓜茶

冬瓜絞汁，煮成湯。亦為冷凍飲料，據稱有消暑解熱功效。

十一、酸梅湯

以酸梅子泡製加以冷卻，味道略帶酸澀。謂極富殺菌力。

十二、雞蛋冰

即冰淇淋，其材料以雞蛋為主，外加牛奶白糖，極富營養。

十三、芋冰

材料僅山芋泥及白糖。因其價廉，為老少所嗜食。芋冰之製法，頗見工夫，善製者甜軟可口，為熱天大眾消暑妙品。

十四、杏仁茶

為早點之一。販者在天未破曉，即沿街叫賣，至日出後未幾，便乏人問津。昔時製法乃以甘杏與粳米磨碎後，煮沸而成。今之杏仁茶味道則遠遜往昔。

十五、花生湯

俗稱土豆仁湯，為早點之一。拂曉時則見攤前食客擁擠不已。吃時配以油條或酥餅。花生極富營養，故俗稱早晨吃花生湯最為滋補。

十六、麵茶

麵粉炒熟後，加糖、豬油、油葱，食時沖以熱開水，極清甜可口，富營養價值。往昔乳嬰缺乏乳汁者，多以麵茶代之，老人尤嗜好之。昔時艇舫有一專售麵茶而出名之店鋪，其製法與普通麵茶有異，風味獨特，遠近馳名。

十七、紅豆仔湯

以小紅豆煮成稀爛，如糊狀，極甜。

十八、圓仔湯

即湯糰。有甜、鹹二種，甜者搓成小圓粒放於糖汁內；鹹者內裹碎肉葱粒，佐以高湯，殊可口。

十九、米糕糜

又稱甜糜。以糯米、糖、福元（龍眼）肉為主要材料。食時加些許桂花露，尤覺甜香爽口。以能止飢，在諸零食中頗受歡迎。

二十、筒仔米糕

裝於陶製小圓筒，上放糖冬瓜丁、福元肉、柑餅等。食時滴入少許五加皮酒，溢增香氣。冬令時節，將近子夜時分始出而沿街叫賣。為昔時癮君子輩不可或缺之點心。彼等於深夜煙癮過足後，須食一甜點，為適應彼輩之需，筒仔米糕即應運而生。

二十一、燒米糕

與筒仔米糕迥別。於蒸籠蒸熟後，加糖拌攪，食時仍滴入少許米酒，別有一番滋味。

二十二、管仔粿

為兒童零食。以粳米粉入於一小圓木型，上放少許糖及白麻仁，隨蒸隨賣。鬆軟可口。兒童極喜愛之。

二十三、茯苓糕

昔時專為老人與兒童充為點心。因茯苓有補脾利尿之功能，且易於消化。製法係以茯苓配合食米、白糖，搗碎、蒸熟，因其性鬆軟香甜，最適合兒童老人之胃口。今之茯苓糕已無復昔日之製法，僅用米與糖；故品質粗劣。

二十四、燒肉圓

形如橡皮球，上凸下平，外皮以蕃薯粉與米飯滲合而成，內裹瘦肉、香菇、栗子、筍絲，後有加入雞肉者。放於熱油鍋中，藉以保溫，且免有炸焦之虞。極脆軟，食時須緩緩咀嚼，方覺其味。

二十五、煨粽

又名甜粽，本為端午祭品，夏季時期亦有當零食出售者。以冰塊冷凍，食時拌蘸糖膏，頗甜冷。

二十六、肉粽

與煨粽同為端午祭品，亦為零食之一。作為角狀，製法以糯米外裹竹葉，內有肉、香菇、蝦米、蚶干、芋塊、栗子、蛋等。

二十七、潤餅

古人稱為「春盤」。四時寶鑑：「立春日唐人作春餅生菜，號曰『春盤』。」以數種或十數種蔬菜混合，捲以麵薄皮，俗稱潤餅皮。有干捲濕捲二種。干捲者其材料皆為干炒，濕捲者其材料煮成稀爛。干捲可油炸，謂之春餅。民家惟於農曆二月二日頭牙及十二月十六日尾牙有捲潤餅之舉。平時有作為零食出售，惟味道遠不及民家自製者。

二十八、錄邊趕

夏天零食。因煮時以米漿倒繞於錄內周圍，故有是名。須配合其他佐料，如肉、尤魚絲、香菇、干貝等，方見味道。此係昔時零食，現復見盛行。

二十九、燒炕薯

為最大衆化之零食。夏令期間，始出而應市。選取「紅金瓜」種蕃薯，藏置一段時間，待水分收縮後，方能作為燒炕薯，因是種蕃薯含糖量高，品質鬆軟，味道鮮美，故燒炕薯捨此莫屬。

第五目 食補

俗語說：「藥補不如食補。」臺北地區民間對食補相當重視。食補可分為平時與季節二種。平時食補，如鷄汁湯、燉鬘等。季節性食補，如春秋之季主要在養神補腎及涼血潤肺，秋冬之季則要壯氣補腎。

食補之食物，依其特性可分為四類：

- 一、冷性食物：如魚、貝、瓜類、綠豆等。
- 二、熱性食物：如牛肉、羊肉、鷄蛋、鰻、龍眼干肉等。
- 三、燥性食物：豬油、麥粉、花生、麵茶、油炸品等。
- 四、濕性食物：冰類、蕃薯、龍眼等。

尚有定期食補，例如少年在春情發動期（十五、六歲）俗謂「轉大人」之時，即使貧窮人家，男性亦常用蚶殼仔草與酒炒豬肉，或燴雄鷄與八珍進補，女性則用雄鷄與紅麴（酒糟）併蚶仔草燴之，間有用鴨者；又如立冬之日，稱為補冬，是日家家宰鷄殺鴨及豬肉食之，旨在培養抵抗力以禦

docsriver 文川网
入驻商家 古籍书城

在文川网搜索古籍书城 获取更多电子书

寒氣。又食自釀甜酒，稱為甘酒。亦有以羊肉與黑麻油，加生薑炒食；及在糯米中添放黑棗、龍眼肉和酒作成之燻米糕；由炒糯米、肉、蝦米、香菇等混合一起炊成之油飯等食品。

第六目 南北口味與簡易速食

民國六十年代，本市由於工商繁榮，經濟發達，市民生活品質提昇，因之本國平、滬、川、粵等南北口味及世界各國餐飲業迅速興起，各種餐館林立，使本市成為國內外美食集中地。一般人民之飲食，則由於工商業社會生活緊張，時間寶貴，為爭取時效，各種簡易速食餐廳，應時而生；越洋而來之漢堡、薯條、炸雞，亦大行其道。

在本市廣州街龍山寺對面之龍山商場，及重慶北路二段之圓環，則均以小吃聞名，入夜之後，人潮不絕。所販賣者，多為海鮮、鷄捲、魚翅、潤餅、麻油鷄、肉圓等具有特殊口味之小吃。近年來，啤酒屋興起，以臺菜、海鮮為主。

第三項 居處

臺灣之傳統建築，主要緣自於閩南及粵東之傳統，至清代末期，亦曾出現一些來自其他地區風格之建築，尤其是臺北之民宅建築，呈現諸多不同風貌。

第一目 民宅式樣

臺北之民宅建築格式多從閩南，大體可分為單獨式房屋與連接式房屋兩種。前者屬普通房屋，後者屬市街之店舖。

單獨式房屋基本上是以三合院或四合院為準。屋式最簡者為三間橫排，曰三間起，中為正廳，左曰大房，右曰二房。三間不足居住者，兩旁各增築一間，曰五間起，再行增築廂房，曰護龍，與正屋構成回形，中留空地，曰埕，作為曝曬穀物等之用。室內布置，除家具精樸外，大致無甚懸殊。

廚房在大房下之護龍，俗稱廚房曰灶或灶脚，謂灶係一家之主。分家時，廚房歸長房所有。灶神為闔家所敬重，用紅紙書「司命灶君」，貼於烟筒邊之牆上祀之。

連接式房屋主要是為商家所使用，兩邊與隔壁共同壁。面間僅一開間，進深甚長，亦常有院落之設置。護龍前即為「亭仔脚」，可免行人日晒雨淋，同時與村落家屋前之埕有相同作用，可供婚喪拜宴客之用。亭仔脚後之建築物，前段之前半部為店舖，同時也是出入之孔道。其外簷裝修則與通常住宅內簷所用之裝修同。

昔日住宅屋頂形式，可分為燕尾式和馬脊式兩種。燕尾式原為官宦之家所用，但清代時北部地區稍有財富人家，皆擅自建造該型屋頂，以誇示其社會地位，是故此種形式之屋頂在臺北地區特