

發行所：新北市農會

發行人：林溪水 理事長：林溪水 常務監事：褚清祥 總幹事：楊棟樑

地址：新北市板橋區縣民大道一段 291 號 電話：(02)2968-5191

設計、印刷：長榮國際股份有限公司 電話：(02)2500-1172

行政院新聞局登記證局版臺省誌字第玖肆零號

|立夏| 5月5日 |小滿| 5月20日 |特產| 樹梅 |產地| 八里、三芝



## 新北各農會湧捐近 600 萬元 助美濃地震受災農會



▲ 本會林理事長（前排右三）、褚常務監事（前排右二）、楊總幹事（前排右一）率領本市各捐助農會代表將捐助款贈與美濃地震受災農會

本市各級農會於 105 年 4 月 18 日假臺南市農會走馬瀨農場蘭花會議廳，舉行「捐助美濃地震受災農會重建經費捐贈儀式」，由本會林溪水理事長率領本市各捐助農會代表一行，將捐助款捐贈予臺南市受災嚴重 16 家農會及高雄市甲仙地區農會，場面溫馨感人。

本會林理事長致詞時表示，臺南市各級農

會在 0206 美濃地震中遭受到嚴重的損害，災損金額估計超過新台幣 6 千萬元。基於農會間互助的精神，本會立即召開三首長工作研討會，匯集全市各農會之力量，籌措近 600 萬元經費，希望能協助受災農會早日完成災後重建工作。

臺南市農會陳明田理事長特別感謝本市各農會與臺南各受災農會站在同一陣線上，如同



▲ 臺南市農會陳明田理事長（左三）代表受災農會回贈琉璃藝品

一家人彼此關懷，互相扶持。該會吳正仁總幹事亦表示臺南市各農會多屬鄉村型農會，普遍經營較為困難，新北市各農會盈餘位居全國之冠，每年提撥之推廣互助經費屬臺南市各農會受惠最多；農產品盛產滯銷時，亦是新北市各農會協助推廣給大台北地區龐大的消費群，此次地震更是義不容辭協助受災農會度過難關，如此恩情，點滴在心。

在本市各農會代表捐贈經費後，臺南市農會陳明田理事長亦代表其轄內各農會回贈葫蘆造型之琉璃，感謝發揮農會互助精神，情義相挺，祝願各農會平安如意，繼續為農業打拼、為農民服務。（撰文／輔導部 蔡金玲）

## 農會會務及保險業務研習

因應「農民健康保險條例」修改，為讓各農會的承辦人員更了解差異，本會特於 4 月 11 日在 2 樓農民教室舉辦新北市各農會會務及農保業務研習，邀請農委會輔導處曹昌文技正講解「基層農會會員資格審查及認定辦法」、張錦明專員講解「農保暨老農福利津貼相關業務」。

農民健康保險條例 104 年 12 月 30 日修正發布第 5 條條文，將農會會員資格與農保資格審查脫鉤，自 105 年 1 月 1 日起農會會員及非會員申請加入農民健康保險，其資格均應符合「從事農業工作農民申請參加農民健康保險認定標準及資格審查辦法」之規定。因此，農會會員加入農保之資格審查及流程與往常截然不同，各農會實務上面臨許多的問題，也產生許多的疑惑。

研習會上曹技正及張專員除針對法令規定一一講解，提醒學員應注意事項及常發生的錯誤，也分享許多實務經驗及未來修法方向建議；

最後的研討時間，學員們把握機會踴躍發問，兩位講師亦提供相當詳盡的解釋，台上台下互動熱烈。

經過一整天研習，學員們對於法規有更深入的了解，實務上面臨的問題也得到了解答，相信回到工作崗位上，必能提供會員更多農保相關資訊，為農民服務、保障農民權益，善盡農會之責任。（撰文／輔導部 蔡金玲）



▲ 透過研討，大家對法規有更深的認識

活動預告

### 桌球友誼賽 即將登場

新北市各級農會第 34 屆桌球友誼賽由本會承辦，訂於 5 月 21 日（星期六）假板樹體育館舉辦，比賽項目分為男子組團體賽、女子組團體賽、男子組個人賽、女子組個人賽、自強組個人賽及男子雙打賽等，歡迎各農會蒞臨指導，共襄盛舉。（撰文／輔導部 蔡金玲）



# 特色廣場 希望閃亮

時序進入五月天，農友用心栽種的生鮮蔬果陸續登場，本月份即將登場的有清脆爽口的芭樂、搶鮮口感極佳的葡萄、甜滋滋人氣第一的鳳梨……等，準備的產品不僅種類豐富，更是一時之選。

希望廣場不但空間寬敞，注重環境清潔，展售的農產品一律採現場抽樣，即刻進行嚴謹的農藥殘留檢驗，為民眾的安全嚴格把關。希望廣場堅持給大眾最好的蔬果，縝密篩選商品品質，就是要讓大家買得安心、吃得放心。此外，廣場並設有停車場，方便民眾大量採買，輕鬆將新鮮產品帶回家。

由於對品質的堅持深獲民眾認同，希望廣場成功的經營模式，也吸引日本川崎農業協同組合特於4月16日前來現場觀摩交流。川崎農協一行人參觀廣場後，對台灣優質農業及廣場經營稱讚不已，這份榮耀是政府單位和農民們共同努力的最佳見證；廣場經常辦理品嘗試吃及各式DIY活動，透過農民與消費者的體驗互動，新穎的構思及多元的創意發想源源不絕。

希望廣場誠摯邀請大家到現場採買農產品，肯定台灣農民的用心並支持台灣農業。

希望  
廣場

地址：台北市林森北路 27-1 號  
(林森北路及北平東路交叉處，備有停車場)  
電話：(02)2393-0801  
傳真：(02)2393-0802  
網址：www.ehope.org.tw



▲人氣強強滾的當令鳳梨。



▲日本川崎農業協同組合常務理事榎稔(左四)等一行人參訪希望廣場，由鄭秘書(右四)代表接待。

希望廣場 5 月份農特產品展售活動表

日期	展售主題	主辦單位	承辦單位
5/7、8	彰化縣芭樂暨優質農產品展售會	彰化縣政府	彰化縣農會
5/14、15	臺南市鳳梨暨農特產展售促銷會	臺南市政府	臺南市農會 新竹縣農會
5/21、22	花蓮縣大西瓜暨優質農產品展售會	花蓮縣政府	花蓮縣農會
5/28、29	桃園市拉拉山五月桃暨優質農產品展售	桃園市政府	桃園市農會

## 文山農場 春茶上市

新鮮登場

文山農場位於烏來風景線上，日據時期為茶葉傳習所，歷經數十載，對於茶文化的推廣與傳承仍舊不遺餘力，並堅守「取之於自然、用之於自然」的理念，採行有機栽培管理近 20 年，在民國 102 年正式通過有機茶園認證迄今。

農場產的有機包種茶預計在 5 月初上市，由於品質優良，喝過的人都讚不絕口，可惜產量極少，往往上架不久就銷售一空。想品嚐最新鮮的甘甜嗎？請把握機會以免向隅。



## 螢況大爆發！

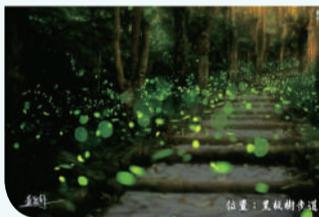
文山農場目前螢火蟲數量大爆發！本場特別推出螢火蟲生態教育、夜探火金姑，並結合在地泰雅族特色活動，讓遊客有個知性、感性兼具的美麗體驗。想漫步在螢火蟲海中嗎？梯次所剩不多，趕快來電預約哦！



位置：健康步道



位置：露營區



位置：黑龍樹步道



位置：露營區

農場專線：02-2666-7512

## 真情食品館 真心推薦



歡迎使用手機掃描行動條碼或直接上真情食品館網路商城輸入商品號碼查詢選購。

真情食品館網路商城網址：<http://www.ubox.org.tw>

☎ 購買服務專線：0800-666-980

☎ 購買傳真電話：(02)2271-0901



### 精選好禮 1



#### 芽寶寶有機活芽菜系列

(任選滿500元免運費)

芽寶寶有機活芽菜栽種於新北市林口區，採用溫室無塵栽培，保留新鮮芽菜，營養豐富。活芽菜放置於冰箱可維持生長、保鮮，賞味期較長。無污染、無漂白、無農藥、無生長激素。

### 精選好禮 2



#### 產銷履歷香水金針(鮮蕊)免運組 (300g\*6盒)

香水金針種植於花蓮玉里二贊平，得天獨厚的環境，適合香水金針生長。金黃色的香水金針，帶著淡淡的馨香，近似香水百合，含豐富礦物質和維生素，鮮蕾清脆爽口，煮、炒、炸、燴、涼拌或煮湯皆宜。

### 精選好禮 3



#### 艾草養生防護薰香

(30卷/罐)

自古民間相傳艾草可淨化、驅蚊。艾草養生防護薰香特選艾草、蘄艾、香茅、茵陳、香附及數十種珍貴中草藥，純天然調配製成，是您居家必備的健康守護神。

# 如意草莓園 陳韻如的農業奇幻之旅

原本從事美容業的陳韻如，喜歡種植花草，卻什麼都不懂，日照、澆水、肥料亂給一通，可說是標準的植物殺手，但種死再買的不死心個性，讓她成為花市超愛的好顧客，也註定她未來成為苗場主人的命運。

陳韻如說，認識先生是她展開這段農業奇幻之旅的轉捩點。先生在三芝的老家山上有一片土地，讓她可以在此盡情施展身手。為了擺脫「植物殺手」的惡名，她開始上網查詢種植知識，本以為閒暇時的小娛樂，誰知道卻是無止境學習的開始。

她回憶道，有一回與叔叔聊天時提到，三芝老家的那塊地只是拿來種種花草非常可惜，叔叔於是建議她或許可以試著種植草莓。因為草莓最早也是從北部開始種植，只是因為環境與氣候的因素，未能達到經濟規模。叔叔因為在苗栗買了一塊地，認識了專門種植草莓的農友，「他說可以為我引介專家傳授技術，沒想到就這樣一頭栽進草莓世界。」陳韻如笑笑地說。

隨著時間、經驗的累積，以及網路資訊的發達，陳韻如愈來愈熟稔該如何種植草莓。「北

部冬天多雨，適地而種很重要，如果沒有搭建溫室，風雨一來就是爛果一堆，收入常不敷成本。」此時，她想起了先生常說務農的原則就是「人、機、料法、環境」，因此她從這三方面不斷實驗與研究，終於在無數次失敗中找到一套適合的草莓育苗模式(SOP)。

正所謂危機就是轉機，上帝關了一扇窗，勢必會為你開另一扇門。苗栗種植的草莓苗因為疫病多，種苗死亡率很高，常常造成農友很大損失，一次偶然的機會下，陳韻如將自己培育的種苗送給苗栗的農友試種，沒想到存活率竟高達99%，促使她選擇走上草莓育苗這條路。

然而，這條路並不好走，一開始許多人對她冷嘲熱諷，覺得一個女人怎麼可能成功，但是身為人母的她，希望讓孩子吃安心的食物，因此始終堅持理想，不輕言放棄。「幸好一路上有親友的陪伴與鼓勵，成為我努力不



懈的動力。」台灣以農立國，面對時代的變遷，農業的斷層，陳韻如認為除了配合政府施政積極努力，也期待有更多青年農民投入農業，為台灣的下個世代一起努力。

如意  
草莓園

地址：三芝區內橫山  
電話：0928535289



## 希望廣場料理示範



為推廣當季農產品，本會於4月16日結合希望廣場展售活動，由板橋區農會家政班員示範「梅釀小番茄」，並帶領現場民眾動手DIY！

班員先向民眾說明番茄的營養，如富含番茄紅素與多種營養，是對身體很好的蔬果。每年12～4月盛產時的品質與口感最好，選購上以果形豐圓或長圓，果色呈鮮紅者為佳，愈紅則表示番茄紅素愈多，放在水中會沉下去的番茄表示糖分較高，提供民眾分辨參考。

本次示範以玉女小番茄做為主材料，它是近年風行的品種，外形小巧可愛，口感圓潤，甜度甚高，可用來做生菜沙拉、夾吐司或拌炒肉類、海鮮，增加酸甜風味與營養。只要注入一些巧思，就可讓簡單的番茄有不同變化。

班員解說完畢，即帶領民眾依步驟操作。民眾小心翼翼地將番茄外皮剝掉，深怕一不小心讓它掉落到地上，最後再將小番茄放進瓶內並倒入梅汁，一道清爽開胃的「梅釀小番茄」就完成囉！民眾無不覺得簡單新奇又好玩，班員也把握機會向民眾推廣在展場內即可採購到小番茄、梅子、梅粉等材料。

炎炎夏日即將來臨，透過家政班員現場示範，讓民眾知道只要幾個簡單步驟便可以在家製作涼爽開胃的梅釀小番茄冰，同時呼應「食在地、享當季」的訴求，吃當季國產的蔬果最新鮮美味，歡迎民眾假日到台北希望廣場走一趟，採購最優質安全的農特產品。（撰文／推廣部 陳惠珊）

### 梅釀小番茄

- \* 材料 (5 人份)
- 小番茄 600g
  - 水 150g
  - 糯米醋 150g
  - 麥芽 60g
  - 砂糖 30g
  - 話梅 5 顆
  - 梅粉 30g



#### 貼心小叮嚀

\* 挑選番茄以果形完整，無裂口、蟲咬，成熟適度者為佳。剩下的梅汁可以用寒天粉製成果凍，也可以沖泡冷開水當成果汁飲用。

#### 步驟 1

將水、醋、麥芽、糖攪拌均勻，用小火煮滾1分鐘後熄火，再加入話梅浸泡成梅汁，放涼備用。

#### 步驟 2

洗好小番茄，並在番茄皮上用刀輕劃十字備用。

#### 步驟 3

煮滾水一鍋，將小番茄倒入便立刻熄火，約20秒後撈起，放入冰水中冰鎮。

#### 步驟 4

將番茄的皮剝掉，擺放於瓶子內，倒入冷卻的梅汁。成品放入冰箱3至5天即可品嚐。

(撰文 / 板橋農會家政班員 王美雪)



# 家政技術交換大會 泰山奪冠



105 年度家政技術交換競賽於 4 月 8 日在本會 2 樓舉行，今年計有中和、泰山、土城、樹林、三峽、汐止等 6 家農會參加，本次發表主題為「國產農特產品為主食材的簡單快速熟食料理」。本會特別邀請桃園區農業改良場溫善淳助理研究員、中華民國農會鄭燕芬課長，及本會前主任秘書王慧慎女士擔任競賽評審。

首先由中和農會示範「白玉鑲鮮蝦」，以取材容易的「白蘿蔔」為主食材，搭配紅蘿蔔、

香菇、蝦、蘆筍等食材，並將剩餘的白蘿蔔莖、葉、皮再利用，可說是將白蘿蔔從頭吃到尾！泰山農會示範的「蕃薯大桔」以「新北健康三寶」之一的「甘藷」為主食材，強調在地生產、在地消費，利用紅、紫 2 種地瓜搭配絞肉、蝦仁、甜豆、蓮藕粉製作成一道創意的地瓜球，具有多種層次口感。樹林農會的「銀芽豆皮捲」則以豆皮及豆芽菜為主食材，豆皮是豆漿蛋白質精華，含有多種營養成分，而豆芽菜除了多

種礦物質，維生素 C 含量更是豐富。汐止農會的「別開『蔘』『麵』，無肉也歡一創意蘿蔔麵」，將號稱平民人蔘的「蘿蔔」，利用刨絲器刨成麵條狀，結合豆芽、蒜泥、芝麻醬……等多種配料，一道輕食料理於焉誕生，口感清爽不黏膩。土城農會的「繽紛黑美人」則考量國人米飯食用量日益下降，於是發揮巧思與創意，利用國產黑米製作成小塊狀的黑米香，另外把冰箱常見的青花菜、黑木耳、紅蘿蔔、雞

胸肉……等放入鍋內拌炒，最後放入已煎好的黑米香，就是一道創意米食料理。三峽農會的「淡·蛋」則是改良版的菜脯蛋，運用當令蔬食及當地農場養殖的鱒龍魚搭配製作，訴求不需要過多烹調技巧即可完成小朋友最喜歡吃的創意蛋料理，其中餡料可以隨個人喜好變化，而鹹度來自於蘿蔔乾亦可自行調味！

透過一天的示範分享，家政班員們學習到許多簡單易做又有創意的國產農特產品料理方法，並從中激發出更多新巧思讓料理多變化，帶給家人餐桌上的幸福。（撰文／推廣部 陳惠珊）

競賽成績表		
獎項	方法示範	公民常識測驗
冠軍	泰山	新莊
亞軍	土城、汐止	淡水、三峽
季軍	中和、三峽	新店、石碇、蘆洲
殿軍	樹林	五股、板橋、鶯歌、深坑、三芝、三重

## 推廣人員 主題式學習活動與體驗

中華民國農會於 3 月 30-31 日在新竹縣內辦理全國推廣人員主題式學習活動，本次以「農業一級產業六級化」為主題，經由個案分享、互動討論等方式進行。

首站到峨眉鄉的「十二寮休閒農園」，目前由第三代黃明璋老閣經營，黃老閣過去從事旅遊業，前幾年返鄉務農，為推動在地農業，轉型成為生產、體驗、自產自銷的觀光果園，全年以溫室、網室栽培管理，運用自然農法、高架栽種，生產安全、無農藥的蔬果，同時將耕種的蔬果做成無菜單料理，讓遊客品嚐最新鮮的原味。

接著參訪北埔鄉農會設立的「農民直銷站」，其特色為與在地小農直接合作，販售新鮮、安全、安心、具地方特色及魅力的農產品，增加農產品銷售管道，並落實產地消、縮短食物哩程的理念。直銷站內販售的各式新鮮蔬果，在外包裝上皆用標籤紙貼上農民姓名，讓消費者可以認識第一線農民，建立信任關係，並透過在地自

產自銷的販售模式，減少農產品的碳足跡。

第二天在關西鎮農會仙草加工廠，聆聽林兆暉總幹事分享如何開創仙草價值。該農會在民國 81 年成立加工廠生產即溶仙草，經過多年產品研發，除了仙草茶、仙草麻糬、仙草麵條……等，也開發出仙草面膜。以仙草加工廠為中心點，實施產、製、儲、銷一條龍的理念，同時莊總幹事為鼓勵新一代青年農民耕作，實施第一年由農會提供農地政策，引領青農投入農業、學習技術，第二年起農民可自行承租農地，用鼓勵的方式引領青農回流。

經過 2 天的學習參訪，看到農特產品產地消理念的落實，還有多位農業管理者的分享，對傳統農業如何轉型、創新，以及如何讓青年農民回流……等現階段課題多了一分了解。藉由這次的學習活動，實地參訪，和推廣人員互相交流、學習，得到的知識與體驗更是珍貴。（撰文／推廣部 陳惠珊）

