

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



|立冬| 11月7日 |小雪| 11月22日 |特產| 茭白筍 |產地| 三芝、金山

優質山藥在新北 - 105 年度山藥評鑑競賽

為推廣新北市優質山藥，本會於 10 月 13 日舉辦「新北市 105 年度山藥評鑑競賽」，以原生種（管子栽培）、原生種（非管子栽培）、大薯種為評鑑品種，邀請桃園區農業改良場龔財立博士、台北市瑤公農業產銷基金會李積錦組長及台北農產運銷公司游義安先生擔任評審。

新北市政府農業局李玟局長親臨會場致詞表示，山藥是新北市健康三寶之一，價值最高，營養好吃，深受大眾喜愛，幸好這次風災山藥災損較不嚴重，希望在市府及各級農會協助行銷之下，讓消費者能買到優質的山藥，也協助農民再創銷售佳績。

本會林溪水理事長指出山藥對身體有益，可養顏補身。本市山藥栽種品種有原生種、大薯

種等，栽種方式各有不同，相對口感各有差異，價位從 100 元到 300 元都有，消費者可多方選擇。市政府應協助各農會來推廣山藥種植面積，提高產量，希望藉由市農會的評鑑比賽，讓農友互相交流，提升種植技術，增加產量，提高農民的收益。

此次參賽單位有淡水、三芝、瑞芳、深坑、平溪等單位共 43 位農友參賽。評審委員針對山藥外觀、形狀、切口褐化、黏液質等標準評分，並判斷其外觀、口感及鮮脆度、削皮後褐化情形及蒸煮後口感。經過兩個小時評鑑後，成績揭曉：三芝區農會余金來奪得原生種（管子栽培）冠軍，平溪區農會林火潭奪得原生種（非管子栽培），淡水區農會張肇文奪得大薯種冠軍。

評審委員表示，今年山藥未受風災影響，品質維持以往水準，生食時黏液質保有一定水平，而熟食部分，吃起來 Q 度相當好。但部分參賽的山藥，雖然外觀相當不錯，但是生食及熟食兩種評鑑卻未必拿到好的分數，建議農友多注重管理，施用有機質，才能提升山藥品質。（撰文／推廣部李鈺鐘）



▲ 原生種（管子栽培）冠軍得主三芝農會余金來（右）與新北市政府農業局李玟局長（左）合影。

項目	冠軍	亞軍	季軍
原生種 (管子栽培)	三芝農會 余金來	三芝農會 余張暖 三芝農會 吳幸男 瑞芳農會 藍勞卿	瑞芳農會 魏秋林 瑞芳農會 陳清火 三芝農會 盧昇輝
原生種 (非管子栽培)	平溪農會 林火潭	平溪農會 關謝寶猜 平溪農會 蔡劉金土	瑞芳農會 魏秋林 平溪農會 關 三
大薯種	淡水農會 張肇文	淡水農會 張世陽	淡水農會 張自典



▲ 評審仔細對山藥的外觀品頭論足。



▲ 現場來賓及參賽農友經驗交流。

老年農漁民健康檢查 健康動一動



▲ 新北市朱立倫市長（右3）、本會林溪水理事長（右2）和大家一起做健康操。

新北市農漁民每 2 年享有一次的免費健康檢查，新北市朱立倫市長於 10 月 7 日特別前往新北市立聯合醫院三重院區，關懷參加老年農漁民健康檢查的長者。

新北市開辦全國唯一的老年農漁民健檢服務至今已 8 年，約有 5 萬多人受惠，今年檢查項目除了包括一般檢查、理學檢查、肺功能、血液生化檢查及 X 光骨骼密度測定等，農業局配合「新北動健康」計畫，為防長者因骨質流失、肌力衰退及老化跌倒等問題，在健檢項目增加肌耐力檢測，再依檢測結果由醫護人員提供不同提升肌耐力的復健指導，希望藉此讓長者養成運動習



▲ 農漁民抽血檢查。

慣，以維持或提升原有的肌耐力，讓跌倒不再成為老人的致命傷。

現場並由院方的專業復健師，指導幾個提升肌耐力的復健動作，帶著大家起站、踏步、握拳等，讓大家實際動一動！長者平時在家只要配合幾個正確的小動作，加強肌耐力練習，便可藉此減少發生意外跌倒的機會。

農、漁民平時多因忙碌而忽略定期做檢查，藉由市府辦理的老年農漁民健康檢查管道，希望每位農漁民更了解自己的身體狀況，重視自我健康管理，改善身體衰退的情況，才可以活得更長壽、健康、快樂呷百二！（撰文／推廣部 陳惠珊）

活動預告

農業推廣 教育成果展 歡迎蒞臨

為讓更多人了解新北市的推廣教育成果，本會預訂於 11 月 12-13 日（六、日）在台北希望廣場辦理「新北市 105 年度農業推廣教育成果展」，安排有四健、家政成果展，內容精彩可期，另外更邀請青農、田媽媽展售農特產品，還有滿額 DIY 活動，歡迎大家蒞臨指導並選購優質農特產品。



新北好農情



颯風馳騁 新竹遊



▲ 颯風凜凜的六台重機一字排開。

本會二輪社秉持健康、運動的精神，利用二輪工具跑遍台灣。今年首發安排了「新竹山海行」，綠意盎然的台三線以及湛藍無比的海線，加上精心安排的美食，滿足了所有參與人員的身心！



▲ 湛藍的天空下，徐徐微風拂面，好不舒暢。

前一晚不停歇的綿綿細雨，讓大家擔心了整

夜，隔日那躲藏在雲後的藍天鼓舞了士氣，雖然仍有雨，地也溼漉漉的，但決定照樣成行，六台大型重型機車排成一列，咱們朝著新竹出發！老天爺真的太賞臉了，剛過土城繞上台三線，天上的雲朵被風吹散，撒落一地的陽光，翠綠的山巒被雨洗得閃閃發亮。第一站先來到大溪的排隊美食一賴媽媽祖傳豆花，沒看錯吧？還沒開門就大排長龍？大夥兒拿到手，也不忌諱連座位都沒有，就站在路邊大快朵頤，豆花軟嫩可口，薑汁濃郁，黑糖清甜，果然名不虛傳！

台三線蜿蜒在重山中，忽高忽低的山路，左左右右，滿足了大家對於重機的操控感，緊接著來到竹東的口袋美食一莊記牛肉麵，才不到11點半，長長的排隊人龍讓大家驚訝不已！在這一



▲ 出發前大家合照一張。

個純樸的小鎮，居然有這麼著名的美食？先上來的小菜就讓大家驚艷不已，綿密Q彈的牛筋、牛肚征服了所有挑嘴的饕客，更別提那碗麵條扎實、腱子肉帶著勁道、湯頭濃郁香醇，重口味的紅燒牛肉麵！吃飽喝足，陽光熱辣辣地灼著皮膚，當然要找個好地方來避避日頭。鑽進小路，七彎八折來到寶山水庫旁的沙湖壩咖啡館，緊靠著湖面，綠蔭濃密，高聳的橄欖、相思、香楠包圍著矮矮的農舍，微風掠過水面樹梢，吹得大家醺然欲醉，燠熱的空氣翩然散去，一杯香濃的咖啡，高談人生，何其暢快！

回程則選擇了台68接台61轉台64線快速道路，沿著海岸線奔馳，強勁的海風吹拂，深藍淺藍的海天一色，為這次的新竹山海行畫下完美句點。感謝所有參與人員的支持，國慶主祕的一力促成，德培、敬彬、志維、寶全不辭風雨，馮主任、杏璇、小萍及阿輝伯辛苦的用四輪趕上大家，才能完美的成行。

下次，敬請期待台灣最美的自行車道之行喔！（撰文／會務部 林擘理）



▲ Q彈有勁道的牛肉麵滿足挑嘴的饕客

登山健行 探索台灣之美



登山社在農會存在的歷史久遠，一直扮演著健康促進的角色。而今年的登山社團活動更加入「人文、探索、歡樂」的元素，讓同仁在休閒健康之外，還多了不一樣的體驗。

首先由祕境探索一後慈湖之旅活動開場，帶領大家一探後慈湖的神祕面紗。六月的豔陽天，走在樹林茂密的步道中，多了些許涼爽。由於後慈湖需要申請才能進入，自然生態及蔣故總統行館、文物都得以完整保存，沿途有各種生物陪伴及專業解說員的精彩導覽，讓大家忘卻疲憊，也學得許多知識。

接著在暑期爽朗的週末來趟宗教與藝術的洗禮，日訪法鼓山的禪意，夜探朱銘美術館的太極神韻，心靈也獲得沉澱與寧靜。最後籌辦風光旖旎北海岸歡樂之旅，從海潮公園海蝕風化地形探索、波光龍潭湖之美，到陣陣醇香的午後礁溪伯朗咖啡館，親子、家人、朋友歡樂相聚一堂，其樂融融，為登山社活動寫下最圓滿的一頁。

最後仍要謝謝所有參與活動的朋友們，因有您的參與，才使得登山社的活動更具意義，引用聖嚴法師名言：四感（感謝、感恩、感動、感化），來祝福大家，更謝謝大家！（撰文／資訊室 李秀彬）



▲ 法鼓山一莊嚴寧靜的氛圍，心也跟著沉澱安詳。



▲ 東北角一美麗景致讓人流連忘返。

預決算編審研討會

新北市各農會106年度預算及105年度決算編審要點暨會員代表大會議程及議案範本研討會，於105年10月4日在本會大樓2樓農民教室舉辦，各農會會務、供銷、會計、推廣部門主管及相關人員計有114人參加。

研討會由王主祕國慶主持，新北市政府農業局李佳蓉股長蒞臨指導。會中除就預、決算及代表大會議案議程範本應注意之相關事項修正說明外，推廣部就申請農業天然災害救助做更深入的補充說明，會計部亦針對近期會計相關最新之解釋函令、行政院農業委員會主管計畫經費相關規定及全國農會委託會計師財務稽核之檢核程序及常見錯誤補充說明，協助各農會能更順利完成預決算之編審任務。（撰文／輔導部 蔡金玲）



金讚炒飯王 色香味俱全

10月份的希望廣場相當熱鬧，為平抑物價，漁業署在15日辦理台灣鯛促銷，而農糧署北區分署也在22日藉辦理高麗菜促銷之際，舉行「金讚王炒飯比賽」，將六星級的料理及服務帶到希望廣場，讓消費者high翻天。

「金讚王炒飯比賽」經由初賽選出5組入圍者，於希望廣場現場採買在地新鮮食材，進行炒飯PK競賽。這是廣場首次辦理戶外料理競賽，現場氣氛既緊張又刺激！五件炒飯成品各具創意巧思兼具色香味，除聘請蔡季芳老師、黃實元老師、許政堂主廚等三位專業評審評選，



▲所有參賽者與長官來賓共同分享得獎喜悅。

更邀請現場100位民眾參與試吃票選，最後由新店地區農會家政班員余碧玉母女組以「尚讚肉絲炒飯」獲得冠軍，榮獲金讚炒飯王殊榮，並由農糧署北區分署蘇分署長等長官來賓共同頒獎。

希望廣場除了提供新鮮、安全的在地食材外，颱風季節過後更肩負起平抑物價的功能，舞



▲余碧玉母女組

台區前每週更有不同主題的試吃品嚐及活動，讓您的週末假期過得更豐富。（撰文／供銷部 周泰平）



創意巧思兼具色香味，除聘請蔡季芳老師、黃實元老師、許政堂主廚等三位專業評審評選，

假日營業時間：週六10:00-19:00 / 週日10:00-18:00

地址：台北市北平東路27-1號（北平東路及林森北路交叉處）

電話：(02)2393-0801 官網：www.chope.org.tw FB：台北希望廣場

希望廣場 11月份農特產品展售活動表		
日期	展售主題	主辦單位
11/5-6	青皮椪柑	台南市
11/12-13	木瓜、酸菜	雲林縣
11/19-20	柿子	新竹縣
11/26-27	黃金柑	宜蘭縣



2016年11月11-13日連續三日將於文山農場舉辦一場盛大的「愛愛搖滾帳篷音樂節」，它以交友與露營（帳篷）為主題，由台灣老字號獨立音樂品牌「角頭音樂」於2008年開辦，選定11月11日舉辦，據說是因為當天是俗稱的「光棍節」，該節日起源於網路和校園文化，是為眾多單身男女脫離光棍而舉辦交友聚會的好日子。主辦單位希望藉由辦理這樣的音樂活動，使之成為亞洲地區每年最盛大的友誼聚會。

而文山農場先天優質的自然環境非常適合舉辦音樂露營活動，園區佔地21公頃（約6萬多坪），是個自然、有機的生態農場，玉水碧綠、山巒蒼鬱、花木扶疏，景致十分優美，園內多條美麗蒼翠的綠色步道，晴天散步其間濃蔭蔽天、清風徐徐吹來，好不舒適愜意！

此外，農場距離新店捷運站僅有15分鐘車程，交通十分便利，場內設有農民烹飪教室、戶外活動中心、露營區、衛浴設備、吊橋、生態步道、寬敞的大草原……等場地與設施，並因自有一座山頭，進出管制嚴謹、地形平緩、規劃完善，安全性一等一，才會一再吸引各大音樂品牌前來舉辦音樂節活動。

心動了嗎？快快到下列網站購票，與我們一同參與這千載難逢的帳篷音樂節吧！（撰文／文山農場 黃嘉安）

更多
訊息

角頭音樂 Facebook：

<https://www.facebook.com/tcmfb>

愛愛搖滾帳篷音樂節官網：

<http://www.loveloverockfestival.com/>

真情食品館 溫暖推薦



真情食品館精挑細選為您介紹3樣優質農產品供您選擇，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名稱查詢選購。

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



梨山蘋果3斤±5% (8-11粒)

梨山蘋果營養價值豐富，除鮮食外亦可搾汁及料理上的運用，每咬一口爽脆甘甜，散發濃濃的果香味，讓人吃了還想再吃，意猶未盡。

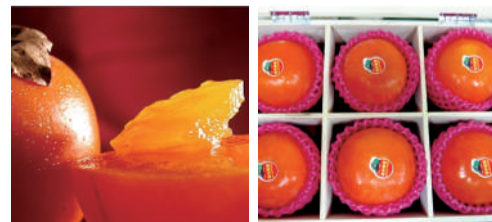
精選好禮 2



吉園圃新社巨峰葡萄 (2.5kg)

新社巨峰葡萄甜中帶酸、酸中帶甜的滋味！吉園圃驗證安全有保證！以生產安全、高品質的葡萄為管理主軸，在幼果期將葡萄套上紙袋完整保護，讓葡萄免受風吹雨淋、蟲害病菌等污染，唯有如此才能生產出安全、安心的優質葡萄。

精選好禮 3



摩天嶺甜柿一季節限定

優良樹種，加上適宜生長之環境，配合自然的營養供應並隨時播放音樂刺激樹體，使其輕鬆愉快的生長，才能孕育出果色橙紅豔麗、果肉甘甜多汁、咬勁清脆爽口的頂級「次郎甜柿」。每年的10-12月為盛產期，想要一嚐甜柿鮮美滋味，絕對不能錯過喔！

三峽大埔製茶廠 成功轉型開創一片天

約在民國三十年左右，爺爺一手創立「大埔製茶廠」，曾經風光一時，而後經歷農業社會轉型，許多茶廠紛紛歇業，我們則是辛苦撐著。直到父親接手，開發苦茶籽市場，並在多年努力下才慢慢站穩腳步。

從小我就跟著爸爸上山收購茶菁、製茶及行銷茶葉，卻未曾有過繼承家業的念頭，後來父親生病，加上面臨外來茶業競爭，使得茶廠銷售量逐年下滑，因自己



不服輸的個性，便毅然接下家裡的事業。過去家中一直以量產的模式做製茶與銷售，有感現在的消費者注重養生，飲

茶觀念和以往不同，於是將種茶改以友善種植的方式，製作出符合市場需求的產品。

還記得 19 歲第一次參加三峽農會製茶競賽便榮獲參等獎，之後亦陸續參加其他比賽屢獲佳績，更在 104 年參加新北市、台北市製茶技術競賽奪得頭等獎。雖然獲得許多殊榮，但我仍時常提醒自己要繼續學習，並於去年加入新北市青年農民聯誼會，接受新北市政府、新北市農會對青農的輔導，積極上課學習新知。

目前家中銷售三峽特產碧螺春綠茶、蜜香紅茶、龍井茶及獨有的百年古樹茶，並製作壓榨苦茶油、茶油等系列商品，以批發零售的方式經營。雖然品項眾多，但仍持續研發新的產品、開發新市場，我想創業這條路應該勇往直前，儘管過程中會有失敗，但人生本是該努力去創造，生活才會變得更美好！（撰文／陳宣和）



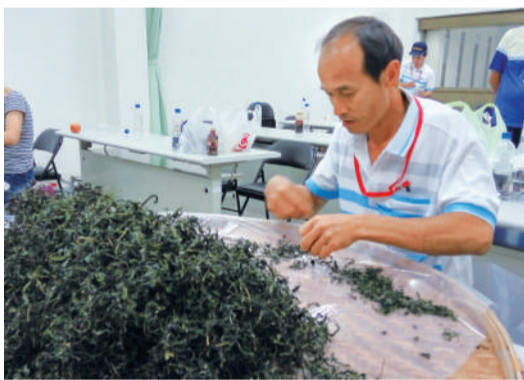
大埔製茶廠

地址：新北市三峽區白雞路 38 之 6 號
電話：(02)8671-7393

坪林區林文王 稱霸全國製茶競賽



行政院農業委員會茶業改良場 10 月 3-4 日於該場舉辦「2016 年全國部分發酵茶製茶技術競賽」活動，新北市參賽者林文王先生，從全台 13 縣市 40 位高手中脫穎而出，獲得本次條型包種組的冠軍，現年 50 歲的他，恰逢參賽年齡規範的上



限，不負眾望把握最後一年機會，也讓新北市連霸之路邁向第 6 年。

為切磋全台茶師技術並表揚製茶高手，茶改場自民國 100 年起舉辦「全國部分發酵茶製茶技術競賽」，由各縣市政府推薦轄內優秀選手，展開兩天一夜的製茶競賽。新北市坪林區不但是文山包種茶主要產區，也是全國冠軍勝者搖籃，近年不斷培育出年輕好手奪冠，本年度的製茶冠軍林文王就是坪林區土生土長的茶農子弟。

林文王說他自有記憶以來便跟著家中父執輩學做文山包種茶，製茶年資約 35 年，秉持「勤勞樸實」的精神從事相關生產工作。他表示當初是抱持精益求精的學習心態參與競賽，因為選手來自全國各地且經驗豐富，必能從他們身上學習許多。對於能拿到冠軍感到相當振奮，代表自己的製茶技術受到肯定。他說得獎除了製茶技術上有掌握到現場環境氣候與茶菁發酵最佳時機外，保持平常心及維持平時製茶的手感，才能在眾多製茶好手中脫穎而出。

林文王的製茶技術與茶園生產管理方法依循著上一輩的傳承，加上不斷學習、製作，累積相當經驗並磨練出優良的製茶技術，能獲得此殊榮可說實至名歸。（撰文／坪林農會 胡耀文）

甜筒餅乾捲

*材料 (6 人份)

低筋麵粉 80g 細砂糖 20g
米穀粉 50g 水麥芽 60g
雞蛋 3 顆 鮮奶 40g
奶油 50g 奶粉 40g

*配料

黑芝麻適量
當季水果
蔬菜、冰淇淋適量
發泡鮮奶油適量



步驟 1

將低筋麵粉、米穀粉、奶粉過篩。蛋白及蛋黃分開，將蛋白和細砂糖慢慢打發，再加入奶油用打蛋器攪拌均勻。

步驟 2

倒入低筋麵粉、米穀粉、奶粉及蛋黃，用刮刀攪拌均勻。加入鮮奶和水麥芽（可先溶合），用刮刀稍微攪拌均勻成麵糊狀，待鬆弛約 10 分鐘。

步驟 3

舀一瓢麵糊於烤盤上，用湯瓢以順時針方向，由內向外畫圓至直徑約 13cm，再撒上黑芝麻。以烤箱 180 度烤約 10-12 分鐘或用鐵板煎成金黃色。

步驟 4

將烤好的餅乾捲成甜筒狀，待成形後再將手放開。最後將配料裝入甜筒餅乾中裝飾即完成。（可隨個人喜好改變配料）

（示範 / 五股區農會 王素香）