

國內
郵資已付板橋郵局許可證
板橋字第156號

印刷品

發行所：新北市農會

發行人：林溪水 理事長：林溪水 常務監事：郭進源 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21日 |特產| 樹莓 |產地| 八里、三芝



新北營養午餐 改變全臺灣



▲ 李玟局長（左）上台分享新北市推動有機營養午餐成功經驗。

新北市推動有機營養午餐政策成果豐碩，受到亞洲地方政府有機農業促進會（The Asian Local Governments for Organic Agriculture，簡稱 ALGOA）肯定並邀約參與 4 月 25 日在韓國槐山郡舉辦「第 4 屆亞洲地方政府有機農業促進會高峰會」，並與亞洲多國政府一同簽署合作備忘錄，成為臺灣第一個參加 ALGOA 大會的政府會員，宣誓共同為有機農業及環境永續而努力！

新北市政府農業局表示，本次高峰會會議主題為「家庭農業及地方政府在推動有機農業上的角色」，強調家庭農場在有機農業生產的重要性。會中農業局李玟局長以「一頓營養午餐改變全臺灣」為題，分享新北市自 102 年起成功輔導農友轉作有機蔬食，並將栽種有機農作物直接提供給全市國中小、幼稚園，作為營養午餐使用，創造學童吃得健康、農友收入增加的雙贏局面，帶動全台各縣市響應政策。這樣的方式吸引高峰會中來自菲律賓、印尼、烏克蘭、香港的代表，均表達向新北市學習有機營養午餐政策的意願，期待透過共同合作，互相交流資源的方式，串聯台灣與世界各國一起創造未來有機及友善農業推動工作，共創環境永續的有機地球村。（資料來源：新北市政府農業局網站）

從改變開始，打造臺灣“綠”食力



▲ 莊副署長（右 6）頒發友善耕作認證獎座，感謝推廣團體為環境的付出。

希望藉由友善環境耕作推廣團體以及農友的力量，共同推動對土地、環境與生態友善的綠色食物網絡。

為了讓更多朋友認識並能買到友善耕作農產品，本次獲得認證獎座的 27 家推廣團體亦邀集農友，在希望廣場展售自家生產的農產品。除此之外，舞台區更舉辦 5 場「健康好味

體驗活動」特色料理學堂活動，透過有獎徵答形式，讓現場參加的朋友格外感到興致盎然。（撰文／供銷部 許宇萱）



▲ 選擇友善耕作農產品，為保護地球盡一份心。

國際動物行為學家珍·古德（Jane Goodall）女士曾說：「一天三餐，每個人每天都有三次改善健康、改變地球的機會和力量。」這句話提醒我們，保護地球的關鍵在於選擇友善環境的食物。

由農糧署舉辦的「107 年友善環境耕作成果發表暨展售會」，於 3 月 31 日～4 月 1 日在希望廣場進行兩天的活動。頒獎典禮公開表揚友善耕作團體對於環境的貢獻。典禮中，農糧署莊老達副署長特別介紹這次「瓜藤綿延」獎座的設計者，正是藝術家劉昌宏老師的作品，其獨特的意象，象徵環境永續如瓜藤綿延不絕，

農民職災保險 預計 11 月上路試辦

行政院於 4 月 12 日討論通過「農民健康保險條例」部分條文修正草案，由農委會推動試辦農民職業災害保險。農委會表示，目前農民健康保險僅有生育給付、身心障礙給付及喪葬津貼等 3 項給付項目，並無職業災害保險的給付項目。基於增進農民職業安全，完備農民社會保險制度，本次修正農保條例，增訂職業傷害給付項目及規範相關試辦事項，其修法內容，說明如下表：

保險給付	傷害給付、身心障礙給付、喪葬津貼、醫療給付等 4 項，採現金給付		
保險人	勞保局		
投保單位	基層農會		
被保險人	農保被保險人得自願加保		
保險費率	採行單一投保費率，由農委會擬訂報行政院核定		
月投保金額	試辦期間採行單一投保金額 10,200 元/月		
保費金額	24 元/月	自負 60%	14.4 元/月
		政府 40%	9.6 元/月

（資料來源：行政院農委會網站）



三峽四健 「一起插秧趣」

隨著農事的機械自動化發展，人與土地之間的連結與情感卻變淡了，與泥土直接接觸的機會也漸漸減少。為推廣食農教育，讓民眾接近大自然，體驗農村生態文化及樂趣，三峽區農會以稻米為主題，結合農事體驗方式，辦理四健「一起插秧趣」作業組活動，配合農作物的生長過程，讓參加的學童了解稻米的生長過程，感受農夫的辛勤，學會尊重、順應自然，

進而養成以米飯為主食的膳食習慣，以達到食農教育紮根之目的。

活動當天是個晴朗的好日子，小朋友手牽手一起插秧去，活動開始全體進行深具意義的「祭拜田頭儀式」，祈求風調雨順，稻米豐收；首先感謝蔬菜產銷班陳鍾銘班長提供農田讓小朋友們有這麼好的體驗場地，並由本地種稻達人陳傳忠先生擔任插秧師傅解說，接著由

大家紛紛捲起褲管彎著腰下田插秧，學童們小心地將秧苗依照插秧輪的格線種下，雖然插完秧後身上滿是泥巴，臉上滿是汗水，但大家都是開心的，現場歡笑聲不絕於耳。

插秧過程中，因為泥地行動不易，讓孩子們雙腳深陷其中，只好緩慢彎腰倒退行走，這時就讓他們體會到「退步原來是向前」的道理，更可以感受農夫的辛勤，了解食物得之不易，進而懂得惜食愛物，並了解糧食的來源與生產過程。插完秧苗後和同伴們一起品嚐傳統米食點心，那種在口中咀嚼的滋味特別香甜，相信在他們的心中會播下一顆種子，像親手種下的秧苗一樣慢慢地茁壯成長，變成金黃飽滿的稻穗。（撰文／三峽農會 彭淑媛）



文山農場春茶上市 品茗賞螢春遊趣

文山農場坐擁百年茶園歷史，自日治時代起便是臺灣有名的「茶業傳習所」，為茶種育苗、繁殖、技術交流與傳承的重要據點，現在則是主要推廣和傳承臺灣茶葉製造與改良技術的休閒農場，並提供露營、生態觀察、野外體驗等活動。

時逢五月，春茶也跟著春天的腳步一同上市囉！春風吹徐百花開，茶樹也隨氣溫漸暖長出新的嫩芽；文山農場採有機栽培，不灑農藥與除草劑，悉心呵護與栽培每顆茶樹，茶作組師傅們將採下的茶菁經過一道道細心的製茶程序，日以繼夜不眠不休的努力，讓農場裡的百年紅磚製茶廠滿溢濃醇茶香，最後製作成讓消費者能夠喝的安心、喝的回甘、喝的順心的文山包種茶。

春季賞螢正舒適，踏青品茗又逢時，春天來農場賞螢時，也千萬不要錯過農場自製的頂級春茶喔！（撰文／文山農場 邱彥翔）



- 文山農場官方網站：www.wsfa.com.tw
- 文山農場電子信箱：wensunfarm@gmail.com
- 文山農場聯絡專線：(02)2666-7512，傳真：(02)2666-4284

預約專線：(02)2666-7512 活動組 許先生、楊先生
地址：新北市新店區屈臣里湖子內路100號

真情食品館 溫暖推薦



真情食品館精挑細選為您介紹三樣優質農產品供你選擇，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>
臉書粉絲團網址：<https://www.facebook.com/ubox5191/>
真情食品館Line@生活圈
服務專線：0800-666-980



精選好禮 1



南投金鑽鳳梨

通過有機認證 無生長激素

農友莊大哥種植鳳梨40多年，堅持不施用農藥及採有機管理，莊大哥說，使用生長激素的鳳梨，酸甜度經稀釋後口感偏酸，而莊大哥的鳳梨採自然生長，個頭雖小但酸甜適中，歡迎大家來品嚐美味健康的鳳梨！

精選好禮 2



三峽碧螺春

春茶上市

三峽碧螺春凝聚春日的嫩翠芬芳和時雨的甘甜清香，趁著一年中炒製上等綠茶的最佳時機，匯集手摘條索型茶葉，造就清甜回甘，為臺灣最頂級綠茶之一。三峽區農會特別推出禮盒包裝，更是送禮的好選擇。

精選好禮 3



農好健康總匯益生菌

母親節養生好禮

由中華民國農會出品、農好健康總匯益生菌，以創新的生物科技培養技術，培育耐酸性、高活性、有孢子性的強效好菌，每日早、晚飯後搭配水或直接食用，風味極佳，幫身體養好菌，健康很簡單。



大學時期主修資訊的我，畢業後從事金融投資相關產業，那時農事只是假日時的休閒活動。記得小時候，媽媽說過不愛讀書就去種田，於是奮發向上努力讀書，但想不到人生唯一不變的就是變，經歷雙親過世的變故後，驚覺人生實在有限，於是回到臺灣投入有機蔬菜的生

產，開啟耕讀人生。

古人崇尚的是耕讀文化，除了從晴耕雨讀中找到讓自己安身立命的生活方式，也同時能回饋社會大眾健康的食物。前人說「士農工商」，士人是指國家上位領導者，位居首位，農夫則是國家社會安定根本，排在次位，而現代人說的預防醫學和食療，其實是同樣的道理，好的農業就是最好的醫生。有鑑於此，自家農場本身除了採用有機耕作，也利用在地資材做為堆肥，補充土壤豐富的有機質；曾有不少客人說，你們農場的蔬菜特別有滋味，吃了會上癮！讓我深刻的明白，善待大地的生產方式最終會回饋到作物上，而美味的作物又會回報給辛勤的農夫。

加入新北市青農聯誼會後，遇見許多擁有

相同目標的夥伴，大家一起共同努力，分享各自的資源，在彼此互助互信下，讓聯誼會更加蓬勃發展；農場在未來經營上會持續地提昇產量和品質，從自產自銷到持續拓展更多通路，期待能用有機蔬菜照顧更多人的健康。

除此之外，也期望將農場建置為體驗耕讀文化的場域，並且舉辦耕讀相關活動，唯有把農業和現代人生活更緊密的連結在一起，提升現代人對有機農業、友善耕作的認知，才能重現「士農工商」，農夫個個氣宇軒昂的時代。
(撰文/新北青農 劉翼銓)

聯絡
方式

內心有機農場
電話：02-22174564
地址：新北市新店區雙峰路 158 號



家政技術交換 鶯歌奪冠



為培育家政推廣教育義務指導員的專業技能，強化農村婦女生活經營能力，本會特於 4 月 18 日在 3 樓大禮堂辦理「家政推廣教育技術交換大會」。本次特別邀請桃園區農業改良場戴介三助理研究員、中華民國農會龔宜寧課長及本會王慧慎前主任秘書擔任競賽評審。

各單位主題富創意，作法簡單易學且成品都相當吸引人，如鶯歌農會教大家利用果汁機及簡單道具就能讓廢紙重生為再生紙，可以做成明信片或其他簡單裝飾品，賦予廢紙不同新風貌；汐止農會將杏鮑菇切成段狀，外觀及口感類似干貝，搭配自製的莎莎醬，讓素食有更多變化，而且好吃、營養又健康。新莊農會將剩餘的蔬果皮加上黑糖及水做成酵素，不僅減少廚餘又能獲得安心、環保的清潔劑，可謂一舉兩得。

經過各單位的分享，讓所有參加者學到許

多新點子及新撇步，成績也許是幾家歡樂幾家愁，但是方法的交流及知識的收穫才是競賽的最重要目的。
(撰文/推廣部 盧怡琦)

家政技術交換 競賽成績

名次	方法示範	公民常識測驗
冠軍	鶯歌—詹惠芬、范秀琴	平溪—周麗惠
亞軍	汐止—廖靜芬、林紫彤	泰山—陳偉真
	新莊—蔣淑美、李秀	土城—楊文惠
季軍	坪林—高敏倫、薛雅萍	淡水—尤靜芬
	蘆洲—曹秀霞、高嫻璘	板橋—張秋美 新莊—游麗華

找「鱈」好味道

鱈龍魚是目前地球上最古老的脊椎動物，有「水中活化石」之稱，肉質極佳且全身皆可食用，可說一身是寶。過去北部民眾想品嚐鱈龍魚須往中南部尋找，其實在新北市就有鱈龍魚料理可以品嚐。由農委會及農會共同輔導的三峽田媽媽「千戶傳奇生態農場」以養殖鱈龍魚為主，積極開發各種料理及加工品。本會特於 4 月 21 日邀請他們到希望廣場教授「鱈龍魚排 DIY」，讓大家在家也能輕鬆享受美味。

一般民眾對於鱈龍魚如何料理可能有不少疑問，因此對採購生鮮鱈龍魚肉常卻步不

前。三峽田媽媽說其實不用想得太複雜，鱈龍魚肉口感很好、味道鮮美，運用簡單的處理方式就能嘗到最原始的美味。因此教大家用鹽、黑胡椒醃製鱈龍魚排，靜置幾天等魚肉入味後用平底鍋煎熟即是一道色香味的鱈龍魚排料理。而農場自行研發香草醬汁，當天特別提供民眾使

用，讓鱈龍魚排多了香草味道，別具一番風味。想嘗鱈龍魚的美味，除了到三峽品嘗田媽媽的手藝，在希望廣場也有設攤，歡迎來選購。
(撰文/推廣部 盧怡琦)



鱈龍魚排 DIY

* 材料

鱈龍魚排 1 份
鹽 1 平匙
黑胡椒 1 平匙
香草醬汁 1 平匙
夾鏈袋 1 個
錫箔紙 1 張

貼心小叮嚀

* 下鍋前將鱈龍魚排略微沖洗，可避免沾鍋。

步驟 1

將錫箔紙平鋪在桌上，取一片鱈龍魚肉片放置在錫箔紙上。將鹽、黑胡椒均勻拍打在鱈龍魚排的兩面。

步驟 2

將鱈龍魚排裝進夾鏈袋裡，並倒入香草醬汁讓魚排均勻沾到，再將夾鏈袋密封好，冷藏3天即完成。

步驟 3

平底鍋放少許油乾煎成盤，即可品嚐鱈龍魚排。



(示範/千戶傳奇 葉福花)

平溪珠蔥季開幕 特色便當搶鮮上架

平溪區農會於4月14日在平溪市民活動中心舉辦「平溪支線限定 蔥天祈福便當」上市活動，並在農會的珠蔥小舖正式上架販售，也代表平溪珠蔥季正式開跑；「蔥天祈福便當」以珠蔥及當季在地食材為主，並加入天燈造型飯

糰提升趣味性，而搭配不同品種的米飯象徵不同的祈福含意，結合文化及農產，再次把珠蔥產業推向另一個層次。

當天特別邀請新北市葉副市長惠青為整場活動揭幕，副市長感謝平溪區好山好水的地理環境，加上農友們辛勞的栽培耕種，才能種植出清香翠綠的珠蔥；而現場除了有好吃的「蔥天祈福便當」，還有珠蔥饅頭

DIY、新北各地新鮮農產品及珠蔥料理饗宴，讓參與的民眾有吃又有得拿，不亦樂乎。

為了讓民眾能夠品嚐珠蔥的美味，市政府從2014年開始大力推廣珠蔥產業，也促成平溪區農會辦理第一屆新北珠蔥系列活動，自從第一年打響珠蔥名聲後，每年都推陳出新辦理不一樣的主題，今年更加碼在4月21日及5月5日辦理「珠蔥田間廚房小旅行」體驗活動，讓大朋友帶著小朋友一同走出戶外，到平溪體驗親手採蔥的趣味並享用珠蔥風味料理，不僅可以提升親子關係更可以品嚐到健康又美味的滋味喔。（撰文／平溪農會 楊迺聰）



有機達人帶路 交流友善耕作

本會於4月26日假桃園區農業改良場臺北分場、康維有機農場及桂瑩育苗場辦理新北市農業達人活動，期望藉由農業達人的經驗傳承及技術交流，讓參加活動的農友能夠在農場管理、病蟲害防治、行銷管理等方面互相學習。

首先來到桃改場臺北分場，邀請到黃錦杰助理研究員教導農友葉菜採收後處理的專業課程，針對葉菜採收後應該如何保持蔬菜的新鮮度及貯藏時的注意事項，講解得相當完整，讓農友獲益良多。

接著來到樹林區的康維有機農場，由農場主謝淑娟介紹農場中有機農產栽培及農場經營實務，並提及近年來農場透過市農會及市政府農業局的輔導讓農場經營更多樣化。另外安排有機農業耕種相關課程，讓想進入農業領域的民眾，能夠有一個學習實務的場地，堪稱「農夫補習班」，期望有更多夥伴能夠加入農耕行列，為新北市農業注入更多新血。

下午來到位於鶯歌區的桂瑩育苗場，由新北青農楊茜如與家人共同經營，在育苗場中，全



年生產各式種苗，並在新品種研發出時搶先試種，觀察新品種種苗的生長狀況，且完全了解病蟲害防治及在種植栽培等技術後，才會對外推廣種苗，在品質管控方面相當受到當地農友信賴。活動結束後各農友也紛紛向其採購種苗，場面非常熱絡。

透過農業達人活動，著實地讓許多參加的農友針對有機耕作、農場管理與行銷方面有很深刻的學習，也希望大家在本次活動後，不論是耕種技術面或行銷業務面都能夠有所增長，共同為新北市的農業及友善、有機耕作更盡一份心力。（撰文／推廣部 王浩庭）

新北好茶即將開賣

今年春季氣候宜人，春茶採收期間多數為晴天，加上製茶師精湛的技術，品質絕對勝於往年；本會文山茶推廣中心為加強服務，將於各茶區評審完後，引進比賽茶於門市上架販售，歡迎愛好品茗的民眾參觀選購。（撰文／文山茶推廣中心 賴水成）

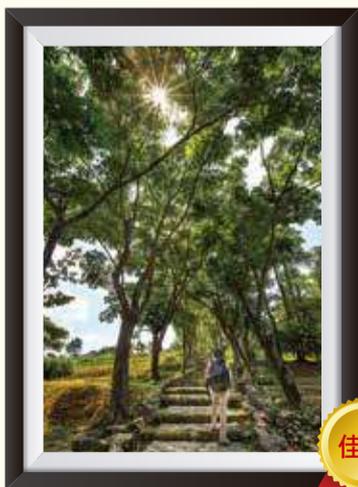
各茶區賽程時間		
區域	評審日期	領茶日期
三峽區	4/19	4/23
林口區	5/4	5/6
新店區	5/11	5/15
汐止區	5/16	5/18
石碇區	5/14-16	5/21
坪林區	5/17、18、20、21、22、23	5/24-30

新北市農會文山茶推廣中心
電話：02-29143905
地址：新北市新店區北新路三段148號
（捷運大坪林站2號出口）

106年度文山農場攝影比賽 得獎作品賞析



李鎮國 / 主題：楓香步道之美



李鎮國 / 主題：林中尋幽



李鎮國 / 主題：茶葉飄香

佳作



107年度第二屆攝影比賽報名相關訊息