



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



寒露 | 10月8日 | 霜降 | 10月24日 | 特產 | 山藥 | 產地 | 瑞芳、三芝、淡水、平溪、深坑、汐止

三首長工作研討會



108年度本市各級農會第3次理事長、常務監事、總幹事工作研討會，於9月27日假中和狀元樓晶豪宴會館召開，研討會由本會林溪水理事長主持，行政院農業委員會輔導處吳杏如簡任技正、農金局王嫻方專門委員、新北市政府農業局徐開宇副局長、中華民國農會白添枝常務監事及張永成總幹事、農訓協會陳維民副秘書長、農業金庫李慶瀾總稽核、農金資訊公司文景仁董事

長及新北市議會李政勳副秘書長等多位長官蒞臨指導。

本次三首長會議輪由中和地區農會承辦，本會林理事長於致詞時特別感謝中和地區農會提供寬敞潔淨的場所，讓大家可以在此舒適的環境中研討本市各項業務。研討會報告行政院農業委員會預告修正「農會理監事候選人實際從事農業資格認定及審查辦法」第二條、第四條及農民職災保險擴大納保對象；討論事項包括檢討農會法第十四條「每戶以一人為限」之規定、建議修改農會法第十九條有關鄉、鎮(市)、區農會監事名額；臨時動議包括農會理監事候選人實際從事農業資格認定及審查辦法、老農津貼領取資格及老年農漁民健檢等議題之討論。最後在林口區農會汪誠一理事長熱情的邀約下，12月份開會地點將移師林口。(撰文/輔導部 蔡金玲)

營養午餐新選擇 國產雜糧大步走

~ 產銷履歷國產豆奶進入北北基校園啟動儀式 ~



▲行政院農糧署胡忠一署長(右4)等人與學童營養午餐時間共飲產銷履歷國產豆奶。

為協助政府推動國產雜糧「大糧倉」計畫，提升雜糧進口替代率，本會與義美食品公司合作產製全臺第1支產銷履歷國產豆奶。經由農糧署大力推廣以及電商通路、農會超市及各展售促銷活動之宣傳，產品獲消費者認同與肯定。

本(108)年度農糧署積極鼓勵學校午餐採用臺灣在地生產之可追溯食材，確保學童吃的安全安心，並拓展國產大豆產製豆奶通路，輔導本會100%臺灣產黃豆奶、黑豆奶通過校園食品的嚴格審查獲校園食品認證，為108學年度第一學期可販售校園食品。

9月16日在基隆市武崙國小舉辦「產銷履歷國產豆奶進入北北基校園」啟動儀式，正式向消費者告知108學年度北北基地區各校，可



透過團膳業者、食材供應商等，選購此項符合教育部訂定「校園食品及點心販售規範」，校園優惠之產銷履歷國產黃豆奶及黑豆奶，做為補充營養的飲品點心。

農糧署胡署長致詞說明，產銷履歷國產豆奶含有豐富的蛋白質和多種礦物質及多種維生素，是發育期孩童良好的營養選擇。使用100%國產非基改優質黃豆或黑豆，具有新鮮、低碳足跡等好處，加上產銷履歷驗證嚴格把關，每瓶豆奶都有自己的身分證，安全有保證，請大家共同支持臺灣在地、安全、可溯源農產品。(撰文/供銷部 張鳳員)

訂購
資訊

電話：(02)2968-5191

本會供銷部或 0800-666-980

農會大樓招租

新北市農會三重大樓(三重區重新路4段12號)出租，本大樓為12樓層高，有大坪數空間可供選擇(165-269坪)，格局方正、採光良好，24小時保安全管理，安全可靠！交通便利，近捷運菜寮站，公車路線班次眾多，車輛由忠孝橋至臺北車站迅速可到達，備有地下停車場及周邊多處公共停車場可停車。詳洽產業部周主任、黃先生(電話：02-2968-5191)。



全國製茶比賽 新北勇奪九連霸

2019全國部分發酵茶製茶技術競賽，9月17-18日於茶改場文山分場舉辦，雖然天公不作美，茶菁較為潮濕，製茶環境較為艱難，卻考驗著各縣市製茶高手的技術。本市參賽選手仍全力以赴，從各方高手中脫穎而出，奪得條型冠軍！

獎別	農會 / 姓名
冠軍	坪林區農會 翁治源
季軍	坪林區農會 王世瑜 石碇區農會 張宏軒

新北是採茶高手

2019全國茶菁採摘技術競賽9月17日由茶業改良場與新北市政府及坪林區農會假「鬚鬚茶園」舉辦，由來自全國各產茶縣市選手參與，在一小時內採摘茶菁，由專業評審根據茶菁品質、茶菁重量及採摘面乾淨度等三項進行評審。雖然天候不佳，但選手在雨霧飄渺中採茶，依然以熟練的速度橫掃茶樹。最後成績揭曉，本市坪林區農會奪得冠、亞軍，石碇區農會獲得季軍！(撰文/推廣部 李鈺鐘)



▲新北市吳明機副市長(左3)、農糧署胡忠一署長(左4)、茶改場蘇宗振場長(右4)、坪林區農會王成意理事長(左2)、坪林區公所施明慧區長(右1)與得獎選手合影。



新北好農情



108 年度產銷履歷達人 頒獎典禮



▲行政院院長蘇貞昌(左6)、農委會主委陳吉仲(中間)與108年度產銷履歷達人合影。



▲農糧署署長胡忠一(右)親自蒞臨希望廣場直播特賣，向廣大粉絲介紹產銷履歷標章的由來。

108 年度產銷履歷達人頒獎典禮，於 9 月 21 日在台北希望廣場隆重舉辦，行政院院長蘇貞昌及農委會主委陳吉仲等長官親臨現場，表揚得獎者在農業的努力與貢獻。

從近百位競爭者中脫穎而出的 15 位達人，

營業時間：週六 10:00-19:00 / 週日 10:00-18:00 地址：臺北市林森北路及北平東路交叉處 電話：(02)2393-0801 官網：www.chope.org.tw FB：台北希望廣場

來自農糧領域的有 9 位、畜禽領域 3 位，以及水產領域 3 位，且平均年齡僅約 40 歲，年齡位處中生代的他們，運用科技生產高效率、高品質的農產品，甚至將農產品推展至國際市場，農委會主委陳吉仲更

表示獲獎的達人響應農委會推動產銷履歷的政策，為消費者生產可溯源、最安心、有特色、高品質的產品，可謂為全國各地的農漁牧典範。

另一方面，農糧署署長胡忠一也蒞臨當週的希望廣場直播特賣，與阿芳老師一

起向廣大的粉絲介紹產銷履歷標章的由來；原來「TAP 產銷履歷農產品」的 TAP 是 Traceable Agriculture Product 縮寫，其中的「Traceable」就是代表可追溯，意即在建立履歷追溯體系的基礎下，同時遵守臺灣良好農業規範 (TGAP) 並驗證，保證讓消費者買得放心、吃得安心！（撰文／供銷部 高才軒）

希望廣場 10 月份農特產品展售活動表

日期	展售主題	主辦單位
10/05-06	全國青農派對	中華民國農會
10/11-13 (雙十連假)	絲瓜、苦瓜	雲林縣
10/19-20	紅心芭樂、有機茶	宜蘭縣
10/26-27	甜柿、芭樂 秋霖味美海鮮盛宴 2	桃園市、高雄市 漁業署

文山農場 北台灣大專迎新最佳場地

過完熱情、放縱的夏令暑期，各級學校陸續開學上課了，文山農場主要活動對象也由幼兒園、國小夏令營轉為大專院校新生的迎新活動。

文山農場佔地約 21 公頃，位於新店一鳥來風景線上，園區林蔭濃郁、草原遼闊、不同地形景觀匯集，呈現原始自然風貌，堪稱大臺北地區

的後花園，是提供各類型活動的最佳場域，加上雨備空間充足，尤其能滿足大專生探險、奔騰、隱蔽、夜教等性質活動。

9-10 月份共有臺大、師大、政大等 21 系所新生約 2,000 人進駐文山農場，以露、宿營方式舉辦迎新活動。

季節時序更替，進入涼爽的秋季，也是露營最佳時候，文山農場有露天、雨棚、草皮等不同營位場地，每營位皆供水、電、網路，備有飲水機、冰箱及乾濕分離淋浴設施，設施完備，更與烏來 12 家溫泉業者合作，持該家 DM 蓋農場印章，獨享優惠，歡迎露友齊聚訂位。（撰文／文山農場 楊清章）

107 年文山農場攝影比賽得獎作品

自然組



陳泰福 — 茶園春色

自然組



葉曙江 — 櫻花吹雪露營樂



預約專線：(02)2666-7512 地址：新北市新店區湖子內路 100 號

真情食品館 溫暖推薦



真情食品館精挑細選為您介紹 3 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



摩天嶺甜柿

柿柿如意

一顆顆橘澄澄、圓潤飽滿的柿子是秋季水果代表！來自摩天嶺的高山，極端的日夜溫差與充足的陽光孕育出美味的甜柿，果肉咬勁清脆、爽口又甘甜，放軟來吃更有另一番風味，季節限定，想吃趁現在。

精選好禮 2



三芝原生種山藥

營養美味

山藥是新北市的健康三寶之一，農友所栽種的山藥外觀飽滿、肉色潔白且口感綿密細膩，更是新北山藥比賽常勝軍。山藥營養價值高，料理方式多元，入菜或是熬湯都好吃，是秋季最佳養生佳餚首選。

精選好禮 3



履歷達人大甲芋頭

芋兒幸福

芋頭採收期正值東北季風吹拂，臺中大甲日夜溫差大有利於芋頭生長。農友所種的檳榔心芋頭，吃起來非常綿密、芋香十足更顯獨特。除了當作烹飪食材，也可以製作成各種點心料理，是大家都會喜歡的美食。

為大都會偏鄉農業點一盞燈



▲與恩師宋細福教授(右)合影。

我很平凡，和多數人擁有相同的成長過程。曾在貿易公司、珠寶公司與食品工廠上班。

會從農是因為一次契機中去念

臺大農經所，畢業後偶

然回鄉，捨不得小時候玩耍的石碇環境變得落寞與蕭瑟，因此在農村創立石碇螢火蟲書屋，招募四面八方的志工來為城鄉環境撐起保護傘，創立社區誠實菜攤發展地方經濟，漸漸把更多喜歡鄉村的人們聚集在一起，共同協助地方環境垃圾清潔與舉辦里山講堂。

在一次偶然中於行政院農委會官網看到第

四屆百大青農的簡章，我鼓起勇氣報名，後來評比獲得進入參加百大青農的專案輔導名單，我選擇種植以前石碇特有的農作物—菇類，而農委會引介臺灣菇類教父—宋細福教授指導菇類相關種植栽培技術，我很用心學習與研究，現在已朝向智慧菇場發展，然而直到現在仍有時會於半夜驚醒，深怕工作有遺漏，殊不知從農的過程都是艱辛的石頭路，背後要付出與承擔的風險，是一般人難以想像的。

加入新北青農聯誼會之後認識許多夥伴，大家互相學習交流，有時聽到新加入的農友述說獨自奮鬥、付出與回收不成正比的過程，我就會回想起剛從農的自己，我也時常提醒自己還要再繼續努力，尤其從農是一種鮮明互助的社會學習網絡，實作經驗與知識並重，感謝有前人的經驗累積，才能使我加速步伐踏得穩健

茁壯，未來除專心於經營石碇螢火蟲書屋的環境與農業永續事務，也要好好陪伴家人及教育四個子女，期望子女們能夠成為不平凡的國家農業棟樑。(撰文/新北青農 葉家豪)



三才
靈芝

電話：(02)2663-3995、0921-068357

地址：新北市石碇區中民里十八重溪 52-1 號

三芝區農會 在地伴手禮來囉！

新北市三芝區農會和三芝二號倉庫文創館共同合作開發，結合在地產業、文化創意及三芝農產，推出以地產地銷「食農教育」為概念的雜糧饅頭及鮮肉包子伴手禮。

雜糧饅頭系列有山藥、南瓜及甘藷等三種口味，其中甘藷又分別是採用高甜度、含水量少的台農黃金 57 號及含香氣、水量多的紅心 66 號製作，吃得到甘藷淡淡的清甜，此外，外層麵團紮實飽滿、奶香味十足，還添加了葡萄乾、枸杞等堅果雜糧讓口感層次更豐富！而在肉包方面則分別以黑毛豬肉及鮮甜細嫩的晚生赤殼種茭白筍製成包子內餡，兩款皆口感紮實，醬汁甘甜不油膩，清爽無負擔，滿足大朋友及小朋友的味蕾，讓民眾吃出在地好滋味！

運用地食材將其製成在地伴手禮，更能讓新北三芝的甘藷、南瓜、茭白筍、山藥及黑豬肉製品成功行銷於國人。(撰文/三芝農會 黃小倚)



購買
資訊

新北市三芝區中山路一段 6 號(三芝區農會超市)

電話：02-2636-3111#153 花小姐

家政幹部講習 |

家傳食譜分享交流

本會於 9 月 26 日在文山農場辦理家政幹部講習，上午邀請臺灣健康生產力管理學會—林才群健康管理師，講授「身心靈無毒一身輕」。講師解釋造成生病與老化有 90% 的原因來自於體內發炎，其中腸道是人體最大的免疫器官，掌管人體 70% 以上的免疫功能，而快速的生活節奏、不良的飲食習慣，容易破壞腸內菌群平衡，進而造成疾病的發生。因此講師建議飲食上以多菜少肉、少油膩、不抽菸、少喝酒，並適當補充酵素及有益菌，還要有充足睡眠及保持適量運動，做好腸道保健。



下午邀請代表本市參加中華民國農會舉辦「舌尖上的記憶—阿公阿嬤家傳食譜競賽」榮獲亞軍的新莊區農會樂齡家政班班員高蕙珠女士，分享「平凡中的不平凡—麻荳湯」。高女士分享高中畢業後到異鄉工作，因水土不服及壓力造成腸胃不適，這時因寄宿家庭魏阿母一碗溫暖的麻荳湯，改善自己當時腸胃問題，那份滋味時至今日仍留存於腦海中。而麻荳好栽種且種植期間長的特性，方便於自家陽台或頂樓播種，收成後即可運用於多元的飲食之中。

透過今日課程大家收穫豐富，也期望班員們將所學應用於生活及日後協助家政推廣工作之中。(撰文/推廣部 陳惠珊)

平凡中的不平凡 麻荳湯

* 材料

麻荳 600 克、地瓜 300 克
魷仔魚 80 克、鹽少許
調味品(依個人喜好添加)

貼心小叮嚀

* 麻荳湯口感稍帶甘苦、消暑去火、助腸胃蠕動。未使用完的麻荳葉，可洗淨放冷凍保存，於下次使用。

步驟 1

將地瓜洗淨，刨皮並切成塊狀。

步驟 2

挑選麻荳嫩葉，沿著葉脈撕去，選好的麻荳嫩葉用手搓揉洗去苦汁。

步驟 3

將地瓜放入煮沸的滾水中接著放入麻荳，煮約 25~30 分鐘後加入魷仔魚調味即可。



(示範/新莊農會 劉玉玲)



卡拉 OK 歌唱競賽

土城區農會奪冠

本會卡拉 OK 歌唱競賽於 9 月 6 日在三樓禮堂熱鬧舉辦，由轄內各區、地區農會推薦一名年齡介於 55-75 歲之間的班(會)員參加，藉由本項競賽，增加樂高齡者與人群互動、結交更多朋友並開拓寬廣的人際關係。

林溪水理事長及多位理、監事共襄盛舉，為歌唱好手加油打氣。林理事長特別上台致歡迎詞並勉勵各參賽者充分施展自己的歌唱才藝、展現健康與活力。

比賽當天每一位參賽選手都發揮實力，展現出對歌唱的熱情，每個人將參賽歌曲做最完美的演出，句句唱出豐富的感情，尤其在唱歌時表現出的自信與魅力，皆令台下觀眾為之驚豔！

評審表示本次參賽者都具有職業水準，建議選歌時要挑選擅長的曲風，音準必須準確且

要唱在節拍上，尤其選對适合自己音域的曲子非常重要，切勿因為緊張而影響到咬字及發聲，保持平常心更能展現實力。透過本次卡拉 OK 歌唱競賽，鼓勵許多的樂高齡者走出戶外，展現自我，期望大家藉由唱歌認識更多好友，時常保持好心情，讓身心更健康，活出自信與快樂！（撰文／推廣部 陳惠珊）

卡拉 OK 歌唱競賽績優單位	
名次	單位
冠軍	土城區農會／張肇雯
亞軍	樹林區農會／鄭金祝
	瑞芳地區農會／張雍男
	淡水區農會／曹秀美
	三峽區農會／吳昇達
季軍	八里區農會／黃騰龍
	深坑區農會／梁寶蘭
	鶯歌區農會／邱盛德
	中和地區農會／王麗雲
	板橋區農會／呂秀紅
	汐止區農會／許慎慧
	石門區農會／廖金井



▲ 林溪水理事長(左)頒發予冠軍得主—土城區農會/張肇雯(右)。

▲ 亞軍/樹林農會/鄭金祝

▲ 亞軍/瑞芳農會/張雍男

▲ 亞軍/淡水農會/曹秀美

▲ 亞軍/三峽農會/吳昇達

賀 新北優良蜜香紅茶頒獎



▲ 本會郭進源常務監事(左3)與新北市優良蜜香紅茶比賽特等獎得主周珮璋(中)及其家屬合影留念。



食物日系列活動 柚見十五·柚香饗宴

本會為配合行政院農委會推廣食農教育，特別從 6 月份開始，於每個月 15 日在台北希望廣場舉辦食物日活動，場場有百位來賓共同在燈光美、氣氛佳、耳邊縈繞著優美音樂的環境下快樂共餐。

本次 9 月 15 日以新北市八里區當令的「有機文旦柚」入菜，設計多道柚香創意料理，並使用許多有機食材烹調出食物的美味，獲得大家熱烈迴響！

行政院農委會張致盛主任秘書亦特地親臨現場，邀請大家一起多吃當令在地的食物、少吃加工品、減少剩食並時常揪親朋好友共同吃飯，讓食農教育從個人做起，從我們的生活中實踐。（撰文／推廣部 陳惠珊）



▲ 行政院農委會張致盛主任秘書邀請大家共同響應食物日活動。

有機友善耕作—肥培講習會



政府為鼓勵農民從事有機及友善工作，不遺餘力推動農民調整耕作方式，本會特於 9 月 25 日假金山農會舉辦「有機及友善栽培—肥培管理講習會」，邀請美林公司謝永照先生及大誠土壤作物診所陳興宗老師授課。

謝永照老師針對目前最具威脅性的秋行軍蟲，提供防治方法。對於農民常提到噴灑昆蟲防治藥劑，為何沒效果？謝老師點出，要了解害蟲出沒的時間，在適當時機使用，才能事半功倍。施肥部分，



經檢測一般有機質肥份多過高，表示施用有機肥有過量的情形，合理化施肥是大家務必建立的觀念。

陳興宗老師就土壤特性做深入的剖析。他建議大家每隔 2-3 年將土壤送檢驗，以了解土壤概況，也可知道土壤肥力的狀況，做為施用有機肥料數量的參考。關於土地鋪蓋塑膠布，雖然可抑制雜草，但土壤的高溫是否會對農作物生長造成影響？以及除草的高度該是多少？陳興宗老師也提出個人見解，讓大家做參考。

經過兩位老師的介紹，讓與會農友更了解與愛護土地，不使用農藥跟化學肥料，不僅可改善土質，更留給下一代一片乾淨自然的土地，孕育更多的生命！（撰文／推廣部 李鈺鐘）