

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



|立秋| 8月8日 | |處暑| 8月23日 | |特產| 地瓜 | |產地| 金山、萬里、三芝、石門、淡水

第 37 屆 桌球友誼賽圓滿成功



本市各農會第 37 屆桌球友誼賽由汐止區農會承辦，7 月 13 日在秀峰高中體育館舉辦，共有 27 支隊伍組隊參加，參賽人數達 383 人。

大會主席楊棟樑總幹事致詞時特別感謝承辦單位汐止區農會、新北市白珮茹議員的大力幫忙及秀峰高中的全力配合。行政院農委會輔導處吳杏如簡任技正、新北市政府農業局李玟局長、全國農會白添枝常務監事、林讚枝理事、本會林溪水理事長帶領理監事們及各農會三首長等特地撥空至現場為球員們加油打氣，承辦單位汐止區農會呂山松理事長、廖旭斌常務監事、李俊伸總幹事及理監事們也以地主身分歡迎所有選手、來賓，希望在「以球會友」之餘，大家能藉此機會歡聚一堂，增進彼此情誼。

比賽開始，各隊選手為爭取最高榮耀，紛紛展現最佳球技一比高下，場內精彩過招，場外啦啦隊更是呼聲四起，比賽過程中，球員們

彼此切磋球技、聯絡感情。經過一天的激烈競賽，各組比賽成績一一揭曉，團體成績總冠軍由板橋區農會奪得，精神總錦標則由下屆承辦單位八里區農會榮獲，最後由八里區農會高金山總幹事邀約大家「明年八里見」！劃下完美的句點。（撰文／輔導部 蔡金玲）

新北市各農會第 37 屆桌球友誼賽成績表

項目別	冠軍	亞軍	季軍	殿軍	優勝
總幹事及選任人員單打賽	王怡然 板橋農會	李皓楨 蘆洲農會	楊棟樑 市農會	張永巨 三峽農會	魏水成 板橋農會 林朝忠 新店農會 謝樹金 林口農會 林建長 新店農會 周世冠 林口農會 林秀慧 板橋農會 林火松 深坑農會 高明德 新店農會 高金山 八里農會
男子單打賽	盧建霖 市農會	羅華嵩 板橋農會	李朝唐 板橋農會	曾振忠 市農會	李虹亮 蘆洲農會 林坤池 中和農會 張雅傑 淡水農會 黃俊榮 板橋農會
女子單打賽	林杏璇 市農會	謝淑貞 汐止農會	陳怡鳳 三重農會	黃淑真 板橋農會	廖小萍 市農會 王芷瑜 樹林農會 李莉慈 汐止農會 林靜蘭 泰山農會
自強組單打賽	陳球仁 中和農會	陳世煌 鶯歌農會	江聰聖 板橋農會	徐文輝 蘆洲農會	
男子雙打賽	賴冠樺 林上淳 中和農會	林宏記 張鴻銘 三重農會	邱銘義 林維聰 土城農會	呂宥宏 楊清賢 板橋農會	
機關團體組	農委會	農業金庫	金管會	農金局	
男子團體甲組	板橋農會	中和農會	蘆洲農會	市農會	
男子團體乙一組	金山農會	淡水農會	泰山農會	樹林農會	
男子團體乙二組	土城農會	深坑農會	板橋農會	林口農會	
女子團體甲組	市農會	汐止農會	蘆洲農會	樹林農會	
女子團體乙組	三重農會	農金局	板橋農會	金管會	
團體成績總冠軍			板橋農會		
精神總錦標			八里農會		

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（269坪），格局方正、採光良好，24小時保全管理，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）。



文山包種茶比賽 王純勇奪特等獎



▲本會林溪水理事長（中）、郭進源常務監事（右2）、楊棟樑總幹事（左2）共同頒發新店地區農會春季文山包種茶比賽特等獎予王純女士（右3）。

肉品市場陳文鎮主任光榮退休 交接典禮圓滿成功



▲肉品市場林溪水主任委員（右2）與新北市農會郭進源常務監事（右1）、楊棟樑總幹事（左2）、肉品市場卸任陳文鎮主任（中間）及新任陳志銘主任（左1）合影留念。

新北市肉品市場於 108 年 7 月 15 日辦理新舊任主任交接典禮，儀式在林溪水主任委員、新北市農會郭進源常務監事、楊棟樑總幹事、市場各委員及工作團隊見證下，陳文鎮主任將印信交給新任陳志銘主任。

陳文鎮主任於肉品市場開業前，即從三峽農會借調至本市場擔任會計課長，服務至今近 40 年，陳主任於退休感言中提及，一生青春有三分之二在市場渡過，在市場這個大家庭下養育了他小家庭的幸福；回想職場生涯中歷經養豬產業的興衰，也參

與過無數次市場改革；在巔峰時期市場毛豬拍賣年交易量曾高達 120 萬頭；此外，也經歷過臺灣養豬產業口蹄疫疫情大爆發的低潮時期，當時靠著市場工作團隊齊心合作，大家共同挺過難關。他並提到在市場開業初期，不論是拍賣、會計、人事、文書……等一切尚未電腦化之前，各項作業流程需耗時費事，在歷任主任擘劃下，促使市場各項業務電腦化，提升市場競爭力。

最後陳文鎮主任以「落紅不是無情物，化作春泥更護花」的詩句來做結束，期許肉品市場明天一定會更好！（撰文／新北市肉品市場黃榮彰課長）



新北筍王三峽奪雙冠 雲林農產縣長親促銷



▲雲林縣長張麗善(右3)、中華民國農會常務監事白添枝(左6)、西螺鎮農會幹事廖錦富(右1)與新北市農會總幹事楊棟樑(左4)等長官一同參與「雲林良品，安心美味好食雞」記者會。

一年一度的新北筍王爭霸賽，今年吸引來自全市超過 80 位的筍農參賽，每位農友無不拿出「壓箱筍」來一決高下，好的綠竹筍外觀必須要符合「白、彎、矮、肥」，底部矮胖肥大色白、外形略彎似牛角、筍殼光滑帶金黃色，千萬不能「出青」，才是品質最好的「上筍」；

經過激烈評比，由三峽區的筍農吳鑲庭奪得「新北筍王」及「美筍王」，成為最大贏家！

為推廣雲林縣優質土雞與好米，7月20日由雲林縣長張麗善領軍，帶領農友北上台北希望廣場舉辦「雲林良品，安心美味好食雞」活動，張縣長在記者會時示範如何用「西螺好米」DIY壽司卷，並親自端出土雞湯給希望廣場的好朋友試飲，受到熱烈的歡迎！張縣長強調：「雲林縣為全國有色肉雞的主要產區，仿土雞飼養量達 600 多萬為全國四分之一，西螺位於濁水溪旁而擁有聞名全國的濁水米；希望廣場的促銷活動，可以一次品嚐到優質雞肉及好米，機會難得，歡迎大家踴躍試吃及選購，一起為雲林農民加油讚聲。」(撰文/供銷部 高才軒)



◀筍王爭霸賽由三峽吳鑲庭(左3)奪得「美筍王」及「新北筍王」成為雙料冠軍。

希望廣場 8 月份農特產品展售活動表

日期	展售主題	主辦單位
8/03~04	茶葉、香蕉、鳳梨芭樂	南投縣、高雄市
8/10~11	紅龍果、木瓜、洋香瓜、金煌芒果	屏東縣、臺南市
8/17~18	水梨；黑蒜頭、花生	苗栗縣、雲林縣
8/24~25	鳳梨、文旦柚、美味海鮮盛宴	臺南市、漁業署
8/31~9/1	文旦柚、草蓴果、田媽媽中秋主題展	臺東縣、農科院

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：臺北希望廣場

文山農場

中秋佳節 團圓賞月 烤肉趣



中秋佳節烤肉何處去？文山農場腹地開闊、舒適，設施齊備，有寬廣的頂棚烤肉不用擔心下雨、曬太陽，是您最佳的選擇地點。

文山農場位於新北市新店區烏來風景線上，距臺北市中心僅約半個鐘頭車程，即可享受純淨天然、玉水碧綠、山巒蒼鬱的美景，農

新北市農會文山農場預約專線：活動組 (02)2666-7512

場採有機無毒栽培管理，為合法登記的優質農場，秋節期間延長營業時間，特別開放午、晚兩個烤肉時段，讓更多貴賓都能享受中秋團圓的快樂時光！(撰文/文山農場 楊清章)

早鳥送好康

108年8月24日起至108年9月30日止

早鳥送好康對象：來場烤肉且訂購烤肉餐，即日起早鳥預約，於108年8月31日前匯入訂金完成預約手續者適用。

早鳥好康內容，訂烤肉餐者：

1. 訂購 2400 元乙組者：每組贈送可口可樂 2000cc 一瓶及碧逸溫泉會館泡湯優惠券壹本。(泡湯優惠券有效期至 2019.12.30 止，送完為止)
2. 訂購 1600 元乙組者：每組贈送黑松沙士 1250cc 一瓶及雲頂溫泉行館泡湯優惠券乙張。(泡湯優惠券有效期至 2019.12.30 止，送完為止)

地址：新北市新店區湖子內路 100 號

107 年文山農場攝影比賽得獎作品

自然組

佳作



周文章 — 文山農場之美

自然組

佳作



陳裕 — 穿大木屐競走

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>

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



有機轉型期太麻里大目釋迦

臺東冠軍級

臺灣最好吃的釋迦產地來自於臺東太麻里，模範青農A-ken的釋迦果園推動安全農法，已取得有機轉型期驗證，種出超大飽滿釋迦，口感Q軟滑嫩，吃起來甜不膩口，加上獨特果香味，每一口都是令人難以忘懷好滋味。

精選好禮 2



竹塘黃金梨

甜美清脆

竹塘鄉農友林大哥稼接國外高級水梨枝芽進行改良，草生栽培、不使用除草劑，栽種出新品種的黃金梨。梨肉果核較小口感清脆，比其他高接梨清甜多汁，多了一股淡淡的果香味，現在嘗鮮正是時候。

精選好禮 3



埔里百香果

酸甜可口

埔里吊網新鮮百香果，切下去的瞬間，百香果香氣撲鼻而來，裡頭鮮黃果粒酸甜滋味，每一口都令人好滿足。直接湯匙挖著吃或是做成果汁、果醬，都是夏季品嚐最佳選擇。

森林系女子 打造夢想中的農業

我從年輕即離開彰化到臺北打拼，曾在民國94年成立教育中心向勞委會提案規劃遊戲、多媒體與導遊領隊相關課程。96年眼見臺灣的生態環境逐漸改變，因化學肥料與農藥殘留等問題，使得國內生態破壞、水中生物逐漸消失及一波波層出不窮的食安問題等，我也開始思考著如何改變農民的耕種方式。

同年我建議勞委會將有機農業教育納入職訓體系，於102年在新北市農政局協助下，順利在樹林區承租約1公頃農地成立「康維有機農場」，並申請通過有機驗證，在105年更擴大承租農場旁2.3公頃農地，場內規畫市民農園認養區、小農市集、敬老尊賢區及香草療癒區等。

實際從農後才體會到農業靠天吃飯的意義，譬如前幾年遭遇颱風侵襲將農場網室吹垮，導致種植的農產品因災損造成歉收，還必須投入一筆維修費重新架設網室；反觀去年氣候風調雨順，高麗菜盛產卻導致價格崩盤；而近年在桃園區農業改良場的技術指導下，於農場內試種「夏南瓜」，俗稱「櫛瓜」，成果豐碩，產量非常好，因此我總是告訴自己凡事不要氣餒、樂觀面對必有好轉的一天。

加入新北青農聯誼會認識許多志同道合的朋友，大家時常交流農業知識、互相打氣。我希望未來農業不要受限在生產面，而是能朝向更富有教育、休閒及社會責任的方向進行，未來我也將朝著目標繼續前進，希望成立農業經

濟共享平台，協助農場及失業者找到員工、工作，結合社區銀髮族與年輕人，將有機農業推入社區。（撰文／新北樹林青農 謝淑娟）



康維有機農場 電話：(02)2361-8669
0935-483-130



臺灣農產生產流通 0201000033

15 食物日系列活動 南瓜音樂饗宴

本會為配合行政院農委會推廣食農教育，特別規畫從6月至11月的每月15日在台北希望廣場舉辦一系列食物日活動，本次7月15日即以當令農產品南瓜為主題，設計多道南瓜料理，現場共有百位來賓一同在燈光美、氣氛佳、聆聽古典悠揚的國樂演奏下快樂的享用美食。



行政院農委會輔導處范美玲處長亦特地親臨共襄盛舉，並表示現代人飲食習慣改變，食用過多高油鹽、精緻化的加工品，其營養成分不高且容易造成體內負擔，呼籲民眾應多吃天然健康的食材，響應食物日活動，並請大家一起記住食物日「三要一不要」口訣，第一要「在地食材當季吃」、第二要「揪人共食快樂吃」、第三要「原型食物真好吃」、第四「不要浪費食物適量吃」，邀請全民共同推動。

希望透過本會定期舉辦食物日活動，讓大家對健康飲食的觀念落實生活中，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一同吃飯，讓食農教育從我們自身開始做起。（撰文／推廣部 陳惠珊）



▲行政院農委會輔導處范美玲處長特地親臨現場響應食物日活動。

家政指導員講習

國內面臨人口高齡化，為配合政府因應高齡化社會政策，本會特於7月5日在深坑區農會辦理家政指導員講習。

上午首先邀請深坑區農會蔡麗智家政指導員，分享該會已設立逾十年的「社區照顧關懷據點」從申請計畫、設置、到實務面曾遇過的問題……等，和本市各家政指導員經驗分享。社區照顧關懷據點是由村里辦公處及民間團體申請參與設置，並邀請當地民眾擔任志工，定期關懷訪視、電話問安社區老人，並透過據點提供共餐、辦理健康促進等活動，讓高齡者走出家門參與社會，透過在地社區的照顧，使高齡者在熟悉的環境中持續學習、快樂生活，發揮社區互助功能。

下午邀請行政院農委會輔導科黃仕嵩技正替大家解說今年度幸福農村推動計畫工作目標。此外，大家來到深坑當然不能錯過體驗手作豆腐。黃技正亦特別與各位指導員一起動手嘗試豆腐DIY，用100%濃郁豆漿做出天然健康的豆腐，藉此達到地方特色料理交流。

透過本次講習，各指導員對於申請設立社區照顧關懷據點，有更深層的了解，也期望大家將今日所學應用於日後協助家政推廣工作中。（撰文／推廣部 陳惠珊）



涼筍

* 材料
綠竹筍（或當季新鮮竹筍）數支



貼心小叮嚀

* 因屬涼食，請盡速食用。綠竹筍煮熟後，勿沖泡生水，並存放於冷藏，請勿冷凍。

步驟 1

綠竹筍洗淨後不用剝殼整支放入鍋中，加水至九分滿（水須淹過綠竹筍）。

步驟 2

水煮開後轉中火，續煮25~30分鐘即可熄火，燜約1小時，即可掀開鍋蓋，待冷卻後將整隻帶殼綠竹筍瀝乾放入冰箱冷藏。

步驟 3

冰涼後去殼並依個人喜好切塊食用，將可品嚐到綠竹筍最原始的鮮甜。

（示範／五股農會 王素香）



四健露營大會 熱鬧登場



新北市 108 年度四健會露營大會暨作業組比賽於 7 月 11-12 日在本會文山農場舉行，來自全市 22 個農會超過 250 名的四健會員齊聚在農場，炎熱的天氣卻不減大家的熱情，充分展現四健會員的滿滿元氣。

四健露營大會在本會楊棟樑總幹事主持及會員代表宣誓下揭開序幕。首日的午餐由大會提供食材，各農會自行烹飪。新北市吳明機副市長特地撥冗前來關心露營活動，他表示四健會過去培育許多優秀的農業青年，社會雖然不斷變遷，但是農業依舊是非常重要的產業，期勉四健會員能成為未來新農業的傳承者。隨後吳副市長利用新北特產綠竹筍及深坑農會的臭豆腐香腸煮了兩道菜，與四健會員一同體驗野炊樂趣。

下午的作業組競賽是這次露營活動的重頭戲，本年度仍分為農活類、農務類兩項，各農會發揮巧思、創意將作業組的成果展現出來，並且更透過生動、詳盡的解說方式，讓評審更了解作業組的內容及他們學習的成果。

晚上的烤肉及晚會則是會員們最期待的活動，老天爺相當眷顧大家，下午的雷陣雨讓悶熱的氣溫涼爽許多，晚上則給予最佳天氣，讓重頭戲能順利進行。晚會隨著熱鬧的音樂聲進入高潮，主持人帶領著大家跳舞及進行各項遊戲，大家玩得不亦樂乎，將成為大家最重要的回憶。

隔天的團體闖關活動考驗會員們的團隊默契，為了拿到好成績，大家莫不盡全力完成任



務，雖然陽光很烈，會員們的熱情卻絲毫不減，充分展現團隊精神及活力。

露營活動閉幕式由王主任秘書主持，各項比賽的獲獎單位都雀躍不已，兩天的露營很累，卻是大家一年中最期待的活動，今年圓滿劃下句點，大家也相約明年再見！（撰文／推廣部 盧怡琦）

新北市 108 年度四健會露營大會暨作業組比賽績優單位名單	
※ 作業組比賽 - 農活類	
冠軍	深坑
亞軍	三重、土城
季軍	三芝、三峽、樹林
※ 作業組比賽 - 農務類	
冠軍	八里
亞軍	淡水、中和
季軍	林口、蘆洲、五股
※ 團體闖關活動	
冠軍	八里
亞軍	深坑、金山、蘆洲、板橋
季軍	中和、林口、汐止、泰山、石碇、土城、淡水

有機、友善參訪 學習多多

現代人為追求健康，講求農產品的安全性，就須從生產做起，因此有機及友善農業耕作是近幾年政府努力推動的農業政策目標。本會 7 月 24 - 26 日邀集轄內農會推廣人員及農民，參訪各地從事有機、友善耕作的農友。

首站來到蘆竹區源鮮智慧農場，企業化經營植物工廠，以自行研製的有機營養液、奈米氣泡水及適合植物生長的 LED 燈光等栽培技術，孕育出無汙染、健康的蔬菜，每日產出 1.6 噸的蔬菜。結合客製化的宅配蔬菜箱及生菜沙拉盒，讓您在家輕鬆吃、放心吃

新鮮生菜。

好吃的酪梨冰棒、冰淇淋您吃過嗎？嘉義竹崎的酪梨達人沈世政，研發產出這特殊的酪梨冰品。原本是百萬年薪的鍋爐師傅，回家繼承家業，以草生栽培，全面施用有機質肥料，秉持安全用藥之生產責任，讓他的幸福果園常有樹蛙、鳥類等嬌客造訪，孕育出優質的酪梨。

曾入選國宴材料的旭嶺農場黑木耳，大面積黑網栽培室，讓人驚嘆！莊廠長鉅細靡遺介紹這一貫化栽培過程，從太空包材料進口、裝填封裝、植入菌種、採收及販售等一條龍，企業化經營方式讓人佩服。大家並親自體驗採黑木耳的樂趣，體會採收工的辛勞。

高雄阿蓮鄉的青農陳坤山，

原本賣北平烤鴨，因為想返鄉回歸田野生活，毅然種起溫室小番茄，他分析市場趨勢及調節產期，走網路行銷模式，讓業績一直獲得穩定成長。

有機芭樂很少聽到吧！南投竹山的陳靖賦做到了。也與太太一起返鄉從農，田地平整採草生栽培，適當的種植間距讓他能輕鬆開著乘坐式割草機除草，省下大量割草人力與時間，他並傳授種植芭樂及簡易套袋技術，讓大家受益良多。

行千里路勝讀萬卷書，在 3 天參訪中，大家體會到有機、友善耕作，不僅對消費者有益，對這片土地的保護及對農民本身健康的影響，都是正向的。而這些農業達人不藏私，把多年來的耕作撇步，傳授給大家。期望藉由這次學習之旅，讓大家對有機、友善耕作有更深入的了解，一起朝向有機農業邁進！（撰文／推廣部 李鈺鐘）

