

發行所：新北市農會

發行人：林讚枝 理事長：林讚枝 常務監事：林文良 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

中華郵政板橋字第 1540 號執照登記為雜誌交寄

小寒 | 1月5日 | 大寒 | 1月20日 | 特產 | 柑橘 | 產地 | 八里、三峽



選任人員視察事業單位



▲ 希望廣場假日採購人潮踴躍，早已成為臺北市民的食材採買首選。



▲ 產業部同仁向林讚枝理事長等選任人員介紹安坑土地地形。

本(4)屆次選任人員視察活動於110年12月26日上午8點，分乘兩部遊覽車出發，行程包括三峽安坑土地、三重集美街土地(20年期租賃案)、三重大樓、華山大樓及希望廣

場，最後至文山農場。沿路由相關單位解說，並由楊棟樑總幹事補充，讓參與人員均能了解每一個地方都有豐富的歷史及開發的過程。三峽安坑土地經過近年的積極管理後，避免亂建、濫墾及濫葬情形，現場地形經產業部同仁介紹後，讓選任人員更加了解實地狀況。三重集美街土地的收回與開發，

讓選任人員肯定歷屆首長維護資產的決心與用心，方能保留完整現況。華山大樓及希望廣場，佇立在臺北市的精華地段，搭配希望廣場未來遷建，將來勢必成為華山藝文特區的新亮點。文山農場經過這幾年的軟硬體建設，已成為著名的觀光休閒農場，另透過各種認證申請，讓農場更符合時代潮流，加上積極復育螢火蟲生態棲地，搭配寓教於樂的活動，未來發展無可限量。

當日雖天候不佳，大家仍精神奕奕參與視察行程，為本會未來發展歷程留下見證。(撰文/會務部 周泰平)

讓選任人員肯定歷屆首長維護資產的決心與用心，方能保留完整現況。華山大樓及希望廣場，佇立在臺北市的精華地段，搭配希望廣場未來遷建，將來勢必成為華山藝文特區的新亮點。文山農場經過這幾年的軟硬體建設，已成為著名的觀光休閒農場，另透過各種認證申請，讓農場更符合時代潮流，加上積極復育螢火蟲生態棲地，搭配寓教於樂的活動，未來發展無可限量。

三重大樓招租

搶佔熱門辦公商圈，僅餘7樓 165坪一個機會！

詳洽產業部尤主任、黃先生

※本會華山大樓(臺北市北平東路30號)、三重大樓另有地下停車位出租

電話：02-2968-5191#123



新北市政府關心農漁民

新北市政府110年度農漁民長者健康檢查已於11月起跑，市政府辦理此項健康檢查已十餘年，長期替農漁友的健康把關。

市長侯友宜於110年12月30日至新北市立聯合醫院三重院區關心長者身體狀況與健檢情形，並親自體驗手部肌力測驗，和銀髮族們一同學習毛巾操。市長表示農漁民長期從事勞力密集工作，特請院方規劃適合的健檢項目，檢查後院方會前往各農漁會發放健檢報告書，由醫師現場解說和諮詢，同時也為農漁民長者開辦特別門診，如須進一步檢查，即可於現場預約看診，節省等候時間。本會林讚枝理事長、林文良常務監事與楊棟樑總幹事亦特地到場關心農漁友，希望長期默默在農漁業耕耘的長者們都健康呷百二。

凡設籍新北市、年滿50歲以上且具有農漁會會員或農保資格者，每2年即可向戶籍所在地的農漁會報名參加免費的健康檢查；而明年起，具原住民身分且年滿40歲的農漁友，也可享每2年1次的免費健檢喔！(撰文/推廣部 陳惠珊)



▲ 侯友宜市長(左3)前往市立聯合醫院三重院區關心農漁民健檢情形，本會林讚枝理事長(右2)、林文良常務監事(右1)亦特地到場關心長者。

螢火蟲野放期許銀河再現

「小小螢火蟲，飛到西、飛到東，這邊亮、那邊亮，好像許多小燈籠。」這是大家耳熟能詳的兒歌，但是有多少人已經很久沒見到螢火蟲了呢？

文山農場十多年來堅持以有機方式栽種茶樹，這幾年多次邀請螢火蟲專家、學者蒞臨農場指導，並致力於環境維護及改善，希望能營造出適合螢火蟲生活的環境，讓「銀河」再現。

110年12月11日邀請螢火蟲專家吳加雄博士、許欽演先生、靜心中學校長、主任、各級長官及心象園幼兒園小朋友一起參加水生螢火蟲幼蟲野放。在大家的祝禱聲中，將螢火蟲幼蟲放入生態池，希望明年看到螢光點點。(撰文/文山農場 盧怡琦)



110年新北好茶冬季文山包種茶比賽會頒獎典禮

110年度「新北好茶—冬季文山包種茶比賽會頒獎典禮」於110年12月4日在坪林區公所前廣場舉辦，現場結合一系列表演活動，搭配民俗技藝闖關、茶品展售、美食街等增添活絡氣氛，坪林老街也化身茶香步道，結合點燈儀式讓頒獎典禮渲染了更豐富的文藝氣息，今年特等獎由坪林茶農蔡國祥奪得。(撰文/推廣部 游晟豪)



▲ 本會林讚枝理事長(左2)、林文良常務監事(右3)、王成意理事(右2)頒贈特等獎予坪林茶農—蔡國祥(左3)。



希望廣場週年慶，農產滿額抽好禮



▲台北希望廣場週年慶，於110年12月4日至5日舉辦各式活動。



▲台北希望廣場週年慶場內熱鬧滾滾。

定攤位享好禮優惠、椪柑買四斤送一斤、產銷履歷豬排買二送一優惠活動。此外，在嘉義縣農會展售攤位消費滿1,000元，即送優惠住宿券乙張。當日消費滿500元，即

可兌換國產花卉乙盆；滿600元憑農民收據可參加「農產滿額抽好禮」，獎品有國產葡萄酒、雞精、茶葉禮盒、有機蔬菜、產銷履歷釋迦、文蛤、雞蛋、蜂蜜……等多項優質農特產品及2022年水果月曆讓好朋友們帶回家。

台北希望廣場自104年12月6日搬遷至

現址（臺北市林森北路與北平東路交叉口）已有6年，期間承蒙各位好朋友的關愛與照顧。今年台北希望廣場將搬遷至距現址約200公尺處（臺北市北平東路北側中央藝文公園旁）的新址，預計於111年中完工。屆時希望各位好朋友們帶著全家大小一起來走走，見證台北希望廣場的全新風貌。（撰文／供銷部 周品君）

希望廣場111年1月份農特產品展售活動表		
日期	展售主題	主辦單位
1/1-2	柳丁、茂谷柑	雲林縣政府
1/8-9	番石榴、蜜棗；畜禽產品	高雄市政府 畜牧處
1/15-16	原住民農糧產品	農委會
1/22-23	茂谷柑橘、花生、高山茶； 年節用魚	嘉義縣政府 漁業署
1/29-30	金銀滿蘭陽；米糧精品	宜蘭縣政府 農糧署

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



新北尚水 後花園 ～文山農場～

疫情後大家瘋狂出遊，假日無論到何處都是塞塞塞，想要找個可以放鬆身心卻不用塞車的好去處嗎？文山農場是您最佳的選擇！

文山農場在往烏來的路上，離市區不到20分鐘車程，完全不需要浪費時間在車陣中。這裡有寬闊的草皮讓孩子們玩耍、手作課程提供親子互動、烤肉屋享受野炊樂趣，無論是校外教學或家庭旅遊都相當適合。

尤其現代人喜愛到戶外露營享受大自然的靜謐，無論是疲累工作後的瘋狂夜衝，或者假日三五好友相約戶外體驗，文山農場有安全又舒適的露營場地，還提供露營設備租賃服務，讓你能更悠閒享受戶外生活。

心動了嗎？趕快收拾簡單的行囊，為疲累的心靈來一趟慢活輕旅吧！（撰文／文山農場 盧怡琦）

f 新北市農會文山農場



真情食品館 溫暖推薦



真情食品館精挑細選為您介紹多種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官網網址：<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



年節水果

產銷履歷茂谷柑

每到農曆年前，農友朱大哥種的茂谷柑，受到消費者喜愛總是供不應求。斗六地區，氣候適宜、土壤肥沃，非常適合茂谷柑種植。朱大哥不施用除草劑，使用乳酸活菌灌溉，並通過產銷履歷驗證，茂谷柑果型圓美、果肉多汁甜美，配合過年金黃色的果皮，非常吉祥討喜，自用送禮兩相宜。

精選好禮 2

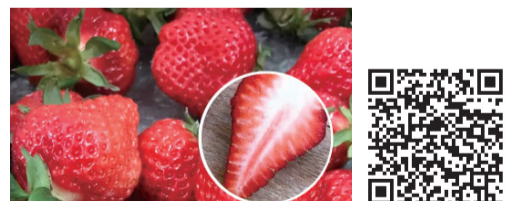


棗到幸福

產銷履歷檜木蜜棗

來自屏東高樹的蜜棗，農友張大哥將檜木屑灑在棗園，檜木釋出的香味不僅讓病媒細菌不敢靠近，也能驅走蚊蟲，木屑在腐爛後更成為天然肥料，在南臺灣充足的日照下，飽滿果實自然香甜，皮薄、肉細、清甜，口感十分清爽，剛剛好的大小，讓人吃了還想再吃！

精選好禮 3



莓好食光

大湖草莓

苗栗縣大湖鄉素有臺灣草莓王國之美譽，進入冬季總是讓草莓控愛不釋口。又要甜，又要風味佳，又要果型好，更要農藥零檢出！這就是在地農友藍大哥對草莓的高標準要求。一顆顆完熟的草莓，鮮紅欲滴，果型飽滿，吃起來甜中帶酸，讓人一吃就上癮！季節限定，賞味趁現在。



石門地瓜「銘」人

我是許允銘，大家叫我番薯明，在當農民之前，是拿抹刀的泥水師傅，因太太身體因素，因緣際會下，回鄉種植地瓜，將荒蕪 10 餘年的農地重新翻耕，並拜師學藝做地瓜酥，同時也培育出越冬地瓜苗及栗子地瓜，假日也在富基漁港販售烤地瓜，慢慢建立出自己的品牌與口碑。

我在石門區種植蕃薯區域面積約為 1 甲地，以無毒友善方式種植台農 57 號、66 號地瓜、栗子地瓜、跳石芋頭等一年約有 2 萬斤的產量，並且堅持不灑農藥，不使用除草劑，地瓜與雜草共生，讓顧客買得放心、吃得也安心。我也在 2017 年申請簡易加工室，獲新北市政府專案輔導，已在 2018 年 7 月完工取得執照，得以製作地瓜



酥、薯條、芋頭酥等加工產品，也請朋友、廠商幫忙設計品牌 LOGO 及包裝，讓地瓜酥跳脫一般印象的透明包裝，希望能成為消費者到北臺灣遊玩時的伴手禮清單之一。目前生產、製作、行銷逐漸一條龍的串聯並行，最終目標就是要讓所有人知道，石門出產的地瓜做什麼都很好吃。

不過今年因為疫情的關係，原本在富基漁港觀光區的遊客驟減，也減少很多假日擺攤賣烤地瓜的收入。加入新北青農聯誼會之後，除了接受第一手的農業資訊，也認識一些人脈，原本對電子商務、網路行銷很陌生的我，藉由與聯誼會夥伴的討論與學習，讓自己不再只是走傳統的攤

位銷售，慢慢經營網路客群及粉絲團，也由於收入管道的增加，有時也有本錢讓我提高地瓜產量，研發新的地瓜酥口味，朝產品多樣化發展，讓消費者能夠品嚐好吃又美味的石門地瓜酥，創造出更大的收益及知名度。（撰文／新北青農 石門 許允銘）



番薯明

電話：0910053737

地址：石門區富基里楓林 53 號附近農地

汐農綠色照顧站 關懷服務在地高齡長者

本會於民國 85 年將原有閒置的糧倉，創辦為銀髮族休閒中心，於 110 年申請農委會綠色照顧計畫，將場域配合專案重新規劃及改裝，使原本的千坪草地轉化為汐止消失已久的水稻田，讓都市農業活動場域的自然綠元素，融入農村高齡者及學童食農教育當中。

今年雖然遇到嚴峻的新冠肺炎疫情，讓活動一度暫緩，但最終仍開課 6 班次多元綠色療癒課程，共吸引近 150 位高齡者前來參加。綠色療癒課程趣味多元，有回味在地歷史及文物：水返腳（汐止舊名）緣由、自製竹童玩、竹編蓑、草編蝦外，並教高齡者認識營養需求，看懂健康檢查報告，學習線上會議通訊使用，也安排多種綠園藝手作課程，如種子森林、洋蔥娃娃、薑黃染布、淨化空氣的組合盆栽、葉片拓印、青草認識及運用等等，還結合農業志工、家政班、青農、四健會員等，讓老、中、青有更多的接觸機會，創造青銀共學，傳承豐富的農業經驗給學童和青少年。

今年首辦一系列綠照站課程，可以感受到長者們學習得很快樂，尤其將自己做的作品帶回家後，被孫子、家人稱讚作品「好漂亮」、「阿公（嬤）好厲害喔！」心裡獲得滿滿的成就感。學員們也會分享從當初鼓起勇氣來上課，透過在課堂間和同學、老師互動，心情變得更愉快，也讓高齡者們與孫子有更多交流，隔代間不再只是詢問功課，而是促使家庭關係更融洽。每次學員所給予的這些課後回饋分享，總是讓我們心裡有最直接的感動。

未來，汐農的休閒中心綠照場域更完善後，將不只是照顧高齡者的健康、心理及人際關係，我們會導入更多自然體驗、自然元素等活動，讓長者們徜徉於綠色自然中，促進其身心健康與生活品質，為長者的心靈帶來撫慰。我們希望最終能做到讓都市高齡者降低獨居、減少孤食風險，讓汐止人的幸福，近在咫尺。（撰文／汐止農會 李莉慈）



陳年高麗菜乾肉丸

* 材料

高麗菜乾 25 克、細絞肉 300 克、蔥花 15 克
蒜頭 25 克、雞蛋 1 顆、青江菜 1 把

* 調味料

醬油 1 大匙、鹽 1 小匙、糖 1 小匙
胡椒粉 1 小匙、太白粉 1 大匙、香油 1 匙



小叮嚀

- * 餡料加入一顆雞蛋，口感較滑嫩！
- * 餡料拌勻時，可用手將餡料甩至肉有黏性，蒸煮後的高麗菜丸子口感會更 Q 彈。

步驟 1

高麗菜乾先泡水、瀝乾後，切成高麗菜乾末，蔥花及蒜頭也切成蔥末、蒜末備用。加入絞肉、蛋、調味料拌勻，平均分成 6 顆丸子。

步驟 2

丸子放入已滾水的蒸籠內蒸 15 分鐘。將青江菜汆燙取出，在盤裡排成片狀。蒸好的丸子取出後，放在青江菜上，蒸煮丸子的湯汁留下備用。

步驟 3

鍋內倒入少許水加熱，接著倒入丸子湯汁，加上香油、太白粉勾薄芡，淋在丸子上即完成。

（示範／深坑農會 蔡麗智）



家政義指農業觀摩研習

為了解國內地方農產特色與休閒農業發展，本會特於 110 年 12 月 9、10 日辦理家政義指農業觀摩研習，前往彰化及新竹實地參訪。

首站來到彰化「茉莉花壇夢想館」，彰化縣花壇鄉過去盛產茉莉花，產量為全臺之冠，有「茉莉花故鄉」之稱。然而隨著產業結構轉型，種植面積不復以往，於民國 102 年花壇鄉農會將擁有 80 年歷史的舊穀倉改建為以茉莉花為主題的茉莉花壇夢想館，館內全年免費開放讓遊客參觀，藉此讓更多人知道彰化花壇與茉莉花的淵源由來，透過導覽員仔細介紹，讓參訪學員們有更多的認識。

中午品嘗彰化在地的田媽媽特色料理



後，繼續前往「田中鎮復興社區」。復興社區吳幸茹理事長解說當地居民以務農為主，種植水稻、蔬菜、鳳梨等農作物，由於社區生態資源豐富，當地時常舉辦社區生態及農作研習，利用社區隨處可見的資源，融入生態、農業、文化創意等概念，推廣社區特色資產，講師也利用當地生產的鳳梨，帶著大家製作鳳梨醬。接著也邀請田中在地青農陳威年，分享其養蜂路程。陳威年家中三代養蜂，曾入選第 5 屆百大青農，也是全彰化縣第一位擁有蜂蜜產銷履歷認證標章的蜂農。他向大家解說蜜蜂特性與取蜜技巧後，將蜂蠟結合農業素材，教導大家製做蜂蠟版畫，拼接出獨一無二的藝術品。

翌日我們到訪由新竹湖口鄉農會經營的「好客文創園區」，園區以在地文化與生活創意為基礎，並連結客家傳統技藝和農村特色，充滿濃厚的客家風情。秋冬進入盛產柿子的季節，最後一站來到「金漢柿餅教育



農園」，農園位於新埔鎮柿餅專業區內，面積 1.8 公頃，年產量 20 餘噸。認識完牛心柿、石柿、筆柿等不同品種柿子的特性，大家也體驗以柿果作為柿染原料的

「柿染小包 DIY」，講師告訴大家柿染是源於當地客家惜物精神的展現，是經萃取、熬煮或發酵製成的天然環保染料，以筆刷沾取柿汁刷於袋子上，再刷上染劑做顏色的搭配，刷染出屬於個人特色的創意小包。

濃厚的農村風情使人感到內心平靜，靜下心的柿染令人頓時被療癒，家政幹部也透過柿染 DIY，釋放平日推廣家政工作的壓力，同時藉由本次的農業觀摩研習，將兩日所學帶回各家政班推廣，並助於日後提升工作效率。（撰文／推廣部 陳惠珊）



2021 全國四健年會 在嘉義

四健推廣教育年度盛事 — 全國四健年會 110 年 12 月 11 日在嘉義縣太保市舉行。來自全國各縣市四健會員、義務指導員、農會四健指導員及資深會員等大家齊聚一堂，表揚優秀人員。

每年在四健崗位上，由各界推薦傑出會員、傑出義務指導員、傑出新人獎及傑出服務獎，經過遴選後，選出優秀代表在四健年會中接受表揚，本市泰山區蔡素碧小姐以 20 多年來對四健服務的熱心貢獻，榮獲傑出義務指導員獎項。

12 月 4 日舉辦全國各縣市作業組競賽，因為疫情關係首次採用線上視訊比賽，各縣市參賽作業組定點定時參加視訊，經過一整天激烈競賽，本市三重區農會 SDGs 作業組，以聯合國永續發展目標與生態、生活、食物銀行等為主題，奪得中高組二等獎。蘆洲區農會秀英花作業組榮獲幼初組三等獎，以早期在蘆洲當地的經濟作物 — 秀英花的發展歷史娓娓詳述，從耆老的口述，化成實地栽培，讓秀英花重現在蘆洲各地，並闡述當時民眾辛苦養家的艱辛歷程，讓這世代年輕會員了解阿公、阿嬤辛勤工作的奮鬥史。

大會現場並布置本年度各縣市參加作業組比賽的各項比賽海報、作品及記錄簿等，提供四健會員大家相互學習的機會，以達「精益求精」的工作精神。表揚大會下午 1 點半正式開始，農委會輔導處陳俊言處長、四健協會顏志發理事長及嘉義縣翁章梁縣長等貴賓蒞臨大會，一一為得獎人員及受獎單位頒獎。

大會進行中並播放早期各單位辦理四健活動的歷史影片，讓與會人士回味過往，大家在「阿爸牽手牛」帶動唱的歌聲舞蹈中結束。明年是四健來臺推動 70 週年，期望大家一起推動四健教育，共同推展各項活動，一同寫下光輝燦爛的一頁！（撰文／推廣部 李鈺鐘）



▲ 農委會輔導處陳俊言處長頒贈獎牌予三重農會作業組。



▲ 農委會輔導處陳俊言處長與蘆洲農會作業組合影。



▲ 嘉義縣翁章梁縣長頒贈獎牌予泰山農會蔡素碧小姐。

農業達人 — 康維有機農場

原本是專業職訓師的謝淑娟，看到臺灣環境逐漸改變，層出不窮的食安問題也讓人們的健康亮了紅燈，於是在農業局與農會的協助下，於 102 年承租了一公頃土地成立康維菩提有機農場，除了自己種，也提供給從有機農業教育中結業的農友承租。近年淑娟再規劃友善市民農園，並擴大承租農場現址旁 3 公頃田地，一來希望傳播有機農業教育理念，二來希望透過親身體驗，讓民眾了解有機農業。目前農場主要以櫛瓜、白玉絲瓜、翼豆、蘋果花椰菜為主，平均每月產量都有 100 ~ 200 斤，並以超市賣場為主要販售

通道。

本次的青農農業達人參訪，於 110 年 12 月 15 日在樹林康維有機農場舉行，上午安排餐廳主廚及遊程規劃，專家為青農們說明如何運用農場特色及核心競爭力，創造出差異化的經營模式，並藉由主廚現採作物料理的教學，讓青農們構思除了產量及品質外，如何借力讓自己不再只是以耕種為主力，且有異業結合的效果。下午則是參觀約 5 分地的有機網



室，重點式說明有機的申請流程及好處，接著更是邀請到專業的影片製作團隊，教導青農們如何運用手機拍攝影片，經營農場的雲端平台。整個參訪行程讓年末的青農們有了不同以往的體驗，不僅只是農場的經營分享，而是透過課程共同提升新北青農力。（撰文／推廣部 游景豪）