

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

|驚蟄| 3月5日 |春分| 3月20日 |特產| 珠蔥 |產地| 平溪



會員代表大會 圓滿完成



▲大會主席林讚枝理事長向各會員代表報告各項業務概況。

本會第 4 屆會員代表大會第 2 次會議於 2 月 18 日在 3 樓大禮堂召開，農糧署北區分署陳美華副分署長、台北辦事處蔡志勇主任、新北市政府農業局張祥錚股長、中華民國農會白添枝副理事長、林溪水監事、張永成總幹事及本會理監事、歷任退休首長等長官蒞臨會場，為大會增添光彩。

大會主席林讚枝理事長致詞時表示，本會去

年在疫情的影響下業績仍持續成長，各部門均圓滿達成既定進度。新北市各農會整體存放款及盈餘亦穩定增加，大家的努力有目共睹。林理事長期盼今年大家再接再厲，為新北市的農業再創新猷。

農糧署北區分署陳美華副分署長特別感謝新北市各農會共同協助推動農產品冷鏈設備、農村社區小舖、有機農業等重大政府政策，達成農業、農村及農民三贏局面，也發揮新北市在農業發展上舉足輕重的地位。

楊棟樑總幹事隨後針對目前進行中的各項重要業務向各代表報告，如供銷部辦理希望廣場 3.0 工程預計於 8 月 31 日前完工，文山農場整修工程等，另今年本會適逢創立 120 周年，將陸續舉辦各項慶典活動，歡迎大家踴躍參加共襄盛舉，最後在議事順利的過程中大會圓滿結束。（撰文／會務部 周泰平）

北農雙甲子 歡樂同慶

新北市農會 120 歲啦！一路走來，感謝各界的照顧與支持，新北市農會才能成長茁壯，一百二十年來，本會服務農民的精神莫敢或忘，對這個社會的應負責任，本會同仁始終牢記在心。為了感念先人的努力，並鼓勵後進延續本會的精神，因此，於今年辦理系列慶祝活動，首先由 3 月 11 日植樹活動拉開序幕，特邀本市各區農會三首長、本會理監事及歷任首長等於文山農場共襄盛舉，一同感念先人的努力，為下一輩種下希望。

翌日（3 月 12 日）於文山農場舉辦寫生比賽，邀請了四健會員及中小學生一起畫下文山農場之美，並培養認識環境生態的重要性，另擇日於希望廣場辦理比賽頒獎活動，鼓勵小朋友們的參與。

除了前述活動以外，本會預計舉辦其他系列活動，如路跑、特刊發表、桌球比賽等等，歡迎各位一同前來祝賀新北市農會 120 周年生日快樂！（撰文／推廣部 馬瑀婷）



111 年三峽區農民節暨新北冬茶碧螺春綠茶頒獎

新北市三峽區農會於 2 月 9 日在農會 6 樓舉辦「111 年度慶祝農民節表揚大會」，表揚三峽區的優秀農民，同時頒發「110 年度新北好茶—三峽區冬季優良碧螺春綠茶評鑑」特等獎予得獎者，各界代表也到場祝賀，農民節由農會頒獎給優秀農事小組組長、農民、家政班班員、指導員、四健會會員及特殊有功人員等，感謝優秀農友的努力及付出。（撰文／推廣部 游晟豪）



▲本會林讚枝理事長（左 3）、林文良常務監事（右 2）及楊棟樑總幹事（左 2）頒贈新北好茶—三峽碧螺春綠茶特等獎予得主范李淑治（右 4）。

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



農漁民子女助學金 申請開跑



農漁民子女助學金可以開始申請囉！申請日期為即日起至 3 月底止，詳情請洽地方政府、各基層農漁會或掃描右方 QR Code 查看相關訊息。資料來源：行政院農委會（撰文／推廣部 馬瑀婷）

農漁民子女助學金

大專院校		高中/職	
公立	私立	公立	私立
6,500 元	13,000 元	4,000 元	6,500 元

申請資格

1. 農會正會員、農保被保險人或漁會甲類會員之 25 歲以下就讀國內高中職或大專院校有正式學籍的子女或孫子女。
2. 父母之綜合所得總額未超過新臺幣 114 萬元。
3. 德行成績乙等或 70 分以上。
4. 無請領其他政府各類學雜費就學補助。



歡迎申請
農漁民子女助學金



金虎賀喜迎豐年 農業新力量齊聚希望廣場



▲來自彰化社頭的青年農民一蕭沁洵細心解說自家蜂蜜產品的特色。

春節假期之後，希望廣場於2月12、13日開市，由中華民國農會特別舉辦「全國青農派對—金虎賀喜迎豐年」農特產品展售會，豐富的活動內容除了讓消費者延續過年走春的歡樂氛圍，也能充分感受到來自臺灣四面八方的

青年農民們的創新與魅力。

多年來農委會及各級農會為創造更良好的農業經營環境，提升農民專業能力與產業價值，鼓勵青年返鄉務農，推廣包括新農民培育計畫、建立青農交流平台及輔導青農參與農特產品展售活動等政策，目的就是為了營造良好的交流與互助環境，引導農民發展創新合作，活絡農業產業鏈。

這次中華民國農會透過各縣市農會推薦來自全臺各地的青農到希望廣場，推廣自家的優質農特產品，包含桃園的有機丹蔘與畜產品、新竹的柑橘、臺中的好蜜、彰化的八卦山咖啡、南投與新北的好茶以及各地當令蔬果，全部的產品皆有3章1Q，消費者安心選購之餘也能再次發現國產農特產品的多樣性。

現場另外還舉辦多場次的農產品推廣及示範教學活動，青農藉此與消費者分享產地故事、農產品知識與耕作理念；舞台區則邀請五股區農會的樂齡媽媽帶來精彩演出，為展售活動增添熱鬧氣氛。（撰文／供銷部 許宇萱）

希望廣場 111 年 3 月份農特產品展售活動表		
日期	展售主題	主辦單位
3/5~6	鳳梨；木瓜、香蕉、高山茶；芭樂	屏東縣政府 嘉義縣政府 高雄市政府
3/12~13	晚崙西亞	臺東縣政府
3/19~20	枇杷；米糧俱樂部	臺中市政府 農糧署
3/26~27	芭樂、米、蜂蜜；甘藍、蒜頭；年節用魚	彰化縣政府 雲林縣政府 漁業署

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

文山農場 2022 螢火蟲季

活動時間：3/26 起

半日螢

純賞螢



採茶體驗
貓頭鷹吊飾DIY
螢火蟲燈籠



項目	半日螢	純賞螢
13-65歲	460元	200元
3-12歲、66-80歲	360元	125元

Facebook: 新北市農會文山農場
預約專線: (02)2666-7512
地址: 新北市新店區屈尺里湖子內路100號

文山農場 螢火蟲季閃亮登場

熱烈報名中

最閃亮的夜晚終於要來到！文山農場 111 年賞螢活動將於 3 月 26 日開跑，文山農場自民國 86 年轉型為有機茶園，努力維護農場自然生態環境，在發現野生的螢火蟲之後，便開始規劃螢火蟲的復育，製造一個適合螢火蟲生長的环境，每年 4 月至 5 月都能在農場的茶園、步道、露營場……等，看到漫天飛舞的熠熠螢光。文山農場孕育了多種螢火蟲，有陸生螢火蟲也有水生螢火蟲，螢火蟲們即將陸續閃亮登場，堪稱北臺灣最大的賞螢基地。

農場的賞螢行程特別配合園區自然生態，推出半日套裝行程，包含多種體驗活動，有採茶體驗、貓頭鷹吊飾DIY、螢火蟲燈籠彩繪、螢火蟲簡介及夜間賞螢……等，活動精彩豐富，非常適合企業、公司行號團體報名參加。

報名方式除了電話，還可到網站線上預約賞螢，付款方式有信用卡、LINE Pay 及街口支付，提供更便捷的服務，有興趣的朋友趕緊來報名預約賞螢喔！（撰文／文山農場 彭紹玉）

- 賞螢報名專線：(02)2666-7512
- 線上預約報名：<http://www.chope.org.tw/rwd01/default.aspx>
- 手機掃描 QR Code，可以加入官方 Line@，搜尋相關資訊
- 地址：新北市新店區屈尺里湖子內路 100 號



線上預約賞螢



文山農場 line@



文山農場 粉絲團

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



皮薄鮮美

礁溪溫泉番茄

礁溪溫泉番茄遠近馳名，溫泉土質屬深層黏質土壤，將灌溉水源中的營養成分緊繫土中，提供番茄生長時的營養補給。農友何大哥栽種溫泉番茄多年，為日本系番茄，顏色粉紅色至紅色，外型討喜如桃子。口感細緻、皮薄汁多，適合當水果鮮食，待全熟後也可拿來料理，是非常值得品嘗的季節水果。

精選好禮 2



生命之果

無花果

被稱為生命之果的無花果具有高度的營養價值，果農張大哥利用網室栽種無花果，栽培技術優良擁有好口碑。軟綿甜蜜的無花果，完熟前是Q彈的口感、成熟後果子內鋪著一層薄薄的蜜液，清甜的香氣則在入口後散發出來。吃過新鮮無花果，您必定會深深愛上它的滋味！

精選好禮 3



香甜可口

新社頭檳榔

春台令人口齒留香的水果非枇杷莫屬，是早春的果中珍品。臺中新社農友黃大哥採精耕方式，把枇杷照顧得又大又甜。金黃飽滿的枇杷，嘗起來酸甜多汁，讓人口水直流。因質地柔軟，容易入口，是老少咸宜的水果之一，季節限定水果想品嘗就趁現在。

歡迎光臨平溪「胖波秀」

平溪「胖波秀」源自 Pingxi bamboo-shoots 就是「平溪綠竹筍」的意思，我是王聖凱，求學時期因父親過去在臺北經商，所以有一段時光在臺北度過，對家鄉耕植竹筍的印象是建立在陪伴阿嬤採筍與拔葉子的暑假。15 歲那年，舉家搬回位在平溪石底的祖厝，開啟了我在平溪的歲月。世新大學新聞系畢業，曾任雜誌編輯、銀行業務等，直到 7 年前在平溪聚落發現一間保留原貌的老厝，決定規劃成在地



民宿，返鄉生活的道路逐步明朗。

原返鄉規劃以經營民宿為主，搭配推廣平溪茶飲，而綠竹筍是民宿旅客季節限定的特別體驗行程，但因為不忍心家中經營的山坡竹園日亦荒蕪，我逐步學習挖筍、採筍等農務。我們的綠竹筍園位於平溪孝子山下，面積大約 6 分地，這兩年開始結合平溪農會推廣綠竹筍食農體驗。在從農時間增加與食農教育推廣的過程中，我深感對於綠竹筍農業知識的不足，在 109 年與 110 年皆前往桃園區農業改良場報名綠竹筍研習班，學習作物特性與課堂前輩同學交流，近期將以更新綠竹園為首要目標。

目前主要作物為單一綠竹筍，產量僅能算是小量生產，年約 500 ~ 600 斤，一部分會送到平溪農會的農會小舖寄售，未來除了持續精進綠竹筍生產、針對作物周邊開發多元有趣的體驗行程，本年度也將帶領食農遊客實際體驗

竹筒飯及竹筒年輪蛋糕製作。

加入青農聯誼會後，讓我感覺在從農路上還有很多年輕夥伴投入，使我不孤單，市農會每年會安排參訪各區青農夥伴的成果與經驗分享，讓我受益良多。在這個團體中有機會獲得熱心的青農朋友協助，原本有所侷限的方向，也透過與聯誼會的討論還有農會的建議逐漸拓寬，希望各位有機會來平溪遊玩時，不僅是天燈之旅，還可以來趟平溪「胖波秀」。（撰文／新北青農 平溪 王聖凱）



農場
資訊

平溪胖波秀
電話：0987-091-831
地址：新北市平溪區三坑 15 號

全國十大特色家政班～石農肉粽



石農肉粽特色家政班成立已 20 年，由老、中、青三代班員組合而成，從最初的 4 名成員至今已有 20 名囉！本班特色以肉粽為主產品，一年四季皆有銷售。

石農肉粽班的經營模式是農會與家政班彼此合作，農會主要負責推廣行銷、班員則負責肉粽製程，「誠實的商品、信賴的品牌」是我們的核心理念。為了提供優質的肉粽產品給消費者，產製流程均以食品衛生安全管理的規範進行，並取得 ISO22000、HACCP 認證，除了自我控管食品的衛生安

全外，我們力求提供給消費者安全、可靠、安心的優良產品。

農會亦提供中餐丙級訓練考照的輔導，使班員都能考取證照，也協助有意投入食品業的班員、農漁民學習中餐考照的專業課程及小吃製作，讓班員們學以致用，發揮專長。我們也持續研發將在地農產品加入肉粽中，使產品更具有特色，近期推出許多新口味，如山藥肉粽、地瓜粽、竹筍粽……等；並配合衛生單位研發低油粽及特定對象能食用的粽子，就是希望能提供更多人品嘗到石農肉粽。除了本會販賣之外，我們也將石農肉粽的品牌推展到新北市各農會超市及進軍到大賣場，透過媒體宣傳提升知名度，品牌市佔率也大幅提升，並接受客製化訂單推廣給更多元的消費者。

除了銷售面，我們也相當重視食農教育理念喔！我們結合在地農友規劃食農教育課程、肉粽 DIY 體驗等，將肉粽生產、農業生態、健康飲食生活與在地文化融入食農教育中，希望藉此推廣給當地或外來遊客了解石門肉粽及傳統文化的精神，讓農業產業與肉粽相互串聯，藉由肉粽推廣農業，從農業深入了解肉粽發

展。我們同時也關懷石門在地長者，提供在地高齡者送餐、共餐、訪視關懷及電話問安等服務，讓在地高齡者不孤單，增加長者的快樂感，生活有互助感並享有更多的照顧。

石農肉粽班一路走來邁向第 20 個年頭，感謝班員一路上的用心努力與付出，未來除了再精進我們的肉粽產品，更希望持續推廣在地文化及關懷長者服務，我們期望再往下一個 20 年邁進。（撰文／石門農會 劉俐俐）



珠蔥芋頭捲

* 材料 5 人份

珠蔥約 150 克、芋頭 200 克、紅蔥頭酥 50 克、豆皮 5 張、絞肉 300 克

* 調味料

鹽、冰糖、醬油、胡椒各少許

步驟 1

先將絞肉炒熟，加入紅蔥頭酥調味。

步驟 2

芋頭蒸熟後攪成泥狀備用。珠蔥洗淨切成小段。

步驟 3

將豆皮鋪平放入芋泥、絞肉、珠蔥等並捲好。

步驟 4

起油鍋，用慢火煎至外表呈現金黃色酥脆感即完成。



（示範／平溪農會 楊迺聰）

恭喜榮獲二等獎

中高組 全國四健作業組一 競賽心得



不知不覺，參與四健會也即將邁入第 10 個年頭。在這段歲月裡，我參與許多大大小小的活動，一路上結識一群好夥伴。去 (110) 年很高興能夠與三重區的四健夥伴一起參與作業組競賽，即便是面對嚴峻疫情的挑戰，也沒能阻擋我們參與的熱忱。大夥兒依然如火如荼的準備著，期許能夠以最佳狀態參賽。

隨著時代更迭，人類的發展日新月異，我們既是有史以來最具突破性的物種，卻也是造成最多破壞的生物。近年來，越來越多學者努力在生態與發展間取得平衡。聯合國於 2015 年正式提出 17 項永續發展目標，作為至 2030 年全球性的共同合作指引。這是一項時代性的運動，我們身為地球公民，應當為整個大環境做出貢獻，每個人都有能力做出時代性的改變。

透過四健作業組例行性的會議，讓我們對於永續發展目標有了初步了解，並透過小組心智圖的方式，選擇去 (110) 年度主要探討的重點項目。在分享過程中，大家因為彼此不同的專業背景，而對某些特定的目標有更深入的見

解與分享，而這也正是學習來自不同專業領域的觀點，彼此切磋融合，組建出一個多元的團隊。經過團隊一番討論後，決定以「健康與福祉」、「消除飢餓」、「負責任的消費與生產」等 3 項作為此次參賽的分享內容。

近兩年受疫情影響及後疫情時代趨勢，不僅身心靈的健康備受關注，於疫情期間的產業、教育、農產供給等都是一大議題；小至日常中的交易，大至地球村的全球夥伴關係，皆與生活息息相關。從平時的學校教育，到四健會 6Cs 以及 STEAM 能力的培養，都不斷在提升四健會員各方面的軟實力。而今年的作業組競賽也是考驗我們的一道關卡，全國賽採用線上競賽的方式，與科技做結合，融入動手實作，在學習的同時，也增加許多新鮮感。

備賽期間雖然忙碌，收穫卻是甜美的，當公布我們獲得「110 年度全國四健作業組競賽—中高級組二等獎」那一瞬間的興奮感，至今回想仍覺得十分值得，這也證明三重農會四健會員的實力。很高興我們都成功走過這挑戰性的一年，從每個月的開會、線上討論、會員及幹部觀摩等，學習的步伐並未因疫情影響而停歇，過程中雖辛苦卻也充滿著歡樂。

最後很感謝三重農會給予許多支持，指導員、義指、全體會員等夥伴們的協助，沒有大家，我們也無法完成這場競賽，同時期許未來能有更多人加入永續發展目標的行列，共同愛護環境，相信有朝一日能看見因我們守護地球而改變的美好。(撰文/三重區農會 王韋文)



防疫健康料理

冬末初春必備營養燉湯 結球白菜鴨肉湯

春暖乍寒時節，天氣變化大，這時候最適合以熱呼呼的湯品來調養身體。這次要和大家分享一道食材容易取得、沒有繁複作法，就能輕鬆完成的營養燉湯，讓您和家人在冬末初春一起暖心又暖胃！

* 材料

結球白菜 1 顆、紅蘿蔔 1 條
鴨腿 1 隻、紅棗少許、枸杞少許

* 調味料

茶酒 1 杯
鹽、高湯、冰糖各少許

1

鴨腿洗淨切塊汆燙備用。白菜、紅蘿蔔汆燙備用。

2

高湯煮開後放入全部材料，再加入茶酒、冰糖、鹽等繼續燉煮。

3

煮開後再放入電鍋燉煮 90 分鐘即完成。



(示範/坪林農會 鍾秀琴)

活動預告

四健指導員 經驗發表比賽

為提供各指導員相互觀摩及學習的機會，使各指導員體會「麗澤，兌；君子以朋友講習」的樂趣，本會特於 3 月 18 日於文山農場 201 教室舉辦本年度的四健推廣教育指導員經驗發表比賽。本次主題以四健會會員招募、義務指導員培訓、會員培育、資源整合運用等為主題，比賽冠軍將代表本市參加全國四健推廣工作經驗分享競賽，和各縣市分享工作經驗，期待此次比賽各指導員間經驗交流碰撞出的火花！(撰文/推廣部 馬瑛婷)

111 年度農事 技術交換大會

本會訂於 3 月 25 日於文山農場舉辦「新北市 111 年度農事技術交換大會」，藉由此活動，讓農民互相交流，就農業行銷、經營創新等內容來探討，參賽單位為板橋、三重、樹林、鶯歌、泰山、石碇、新店、金山等農會，各遴選班員 1 人參加，冠軍將代表本市參加全國賽，讓我們拭目以待，也預祝各位農友收「益」滿滿，滿載而歸。(撰文/推廣部 游晟豪)



家政幹部講習 起跑囉！

本會 111 年度第一場家政幹部講習將於 3 月 25 日於文山農場辦理。由於後疫情時代來臨，為使家政幹部具備更好的溝通、變通及情緒管理等處理問題的能力，特規劃「疫起讓身心更健康—後疫情時代的職場溝通與情緒紓壓管理」課程，讓大家能適應工作型態的轉變，提升效率。(撰文/推廣部 陳惠珊)