

# 台北市農會與花蓮市農會跨域結合推廣東部文旦柚

《李諭善·台北報導》農糧署東區分署為推廣東部地區優質農產品，提供北部消費者來自宜花東當季之優質農產品，輔導台北市農會與花蓮市農會跨域結合，於台北市農會農特產品展售中心萬隆店設置「東部嚴選好物」農

產品專櫃。並於9月3日擴大舉辦「花好月圓柚在一起」東部文旦行銷記者會記者會，推廣東部文旦柚，記者會由農糧署陳啟榮主任秘書與東區分署徐輝妃分署長主持，台北市農會翁清楠理事長、鄭明圳常務監事，台北市政府產業局王三中副局長等多位貴賓皆應邀出席盛會支持台灣優質農產品。



農糧署東區分署表示：每年白露前後，是文旦柚採收時節，而且營養豐富、汁多味美，是秋天最具代表性的水果，送禮自用兩相宜。全文旦柚十大產區中，有4處位於東

部，分別為宜蘭縣冬山鄉、花蓮縣瑞穗鄉及玉里鎮、台東縣東河鄉。文旦柚買後放在通風陰涼處，經過7-10日後使之辭水，表皮色澤轉黃綠色、柚皮外觀略為乾皺時，即可食用，經過辭水的文旦柚果肉柔軟，且甜度提高，更是美味。

歡迎來台北市農會農特產品展售中心萬隆店，造訪「東部嚴選好物」農產品專櫃，保證讓您滿

- 台北市農會農特產品展售中心·台北市文山區萬隆街47-12號1樓  
電話:(02)2932-6806分機332或333 營業時間:每日AM10:00~PM6:30
- 蔬果舖子·台北市大安區復興南路一段340巷旁空地  
電話:(02)2701-7267 營業時間:每日AM10:00~PM7:00



國內郵資已付  
板橋郵局許可證  
板橋字第1419號

577 9月號 台北市農會

# 北農簡訊

TAIPEI FARMERS' MONTHLY

台北市農會會刊 中華民國57年12月25日創刊  
理事長：翁清楠  
常務監事：鄭明圳  
總幹事/發行人：蘇光正  
發行所：台北市農會 (TEL: 2707-0612#275)  
http://www.tfa.org.tw  
地址：台北市106復興南路一段390號14樓  
中華郵政臺北雜字第1641號執照登記為雜誌交寄

## 花博秋之饗宴 金風颯爽趣市集

《黃琦婷·台北報導》天氣逐漸轉涼，不再炎熱的天氣，正是出遊的好時機。在10月份濃濃的秋意中，花博農民市集將每周為您獻上來自台灣各地最新鮮的秋令蔬果。

10月份盛產蔬果眾多，花博農民市集特別嚴選四家縣市農會，為大家帶來期間限定之蔬果！10月8-9日由宜蘭縣農會帶來甜心芭樂，果皮金黃略帶胭脂紅，且富含豐富維他命C，深受國人喜愛；10月15-16日有花蓮縣農會帶來的有機好米及蔬菜，花蓮好山好水總令人心嚮往之，如今來

自百里之外的純淨有機好米即將於市集展售，無須舟車勞頓即可購買；10月22-23日則由台東縣成功鄉農會帶來木鼈果，木鼈果早期為原住民部落的日常食材，富含茄紅素，經台東區農改技轉育苗，推廣台灣原生種木鼈果，並輔導在地農民種植，被稱為「天堂來的果實」；10月29-30日有台南市農會帶來的青皮椪柑，青皮椪柑是柑橘中較早盛產的品種之一，由於氣候差異使得果皮葉綠素分解慢，故成熟果實呈青皮狀，然其味道與甜度可一點也不輸橙色的柑橘。

除了每周由不同縣市的農特產品展售活動外，市集還規劃優質農特產品推薦、每日一物、舞台活動、音樂饗宴等活動，歡迎大小朋友周末到台北花博農民市集一同度過歡樂週末。

提醒您，因花博公園長廊廣場場地使用關係，花博農民市集10月1-2日休市一週，於10月8日正常營業。

**111年台北花博農民市集休市公告**  
台北花博農民市集111年10月1日至2日，休市一週。  
10月8日起週六、日正常營業。

好吃、好玩、盡在花博農民市集，想知道更多的活動訊息，請鎖定台北花博農民市集活動資訊，或至官方網站 (https://www.exposfarmersmarket.gov.taipei/) 或上Facebook搜尋「台北花博農民市集」、「台北饗樂趣」粉絲專頁查詢。(台北花博農民市集營業時間為每週六、日早上10:00至晚上18:00)

## 木柵區農會榮獲第16屆農金獎資產品質績優獎-優等獎

《許桐源·木柵報導》第16屆農金獎於8月30日在行政院農業委員會5樓大禮堂舉行。今年全國共311家農漁會參加競逐各獎項，共計73家農漁會入圍。台北市木柵區農會今年再次榮獲資產品質績優獎-優等獎項，也是木柵區農會連續第11年蟬聯該獎項。由行政院農業委員會陳主委吉仲親自頒獎，張朝翔總幹事代表受獎。

近三年來受到新冠肺炎影響，國內民生、經濟面臨重大之衝擊，相對影響金融機構放款之品質。木柵區農會歷經10年零逾期放款後，在去年也受影響，而有8萬多元的農家綜合貸款逾期放款產生。因此今年在報名農金獎資產品質績優獎獎項時，原以為往年全國農漁會零逾期放款家數有幾十家，今年也就抱著志在參加，並未想有入圍之可能。但當



111年8月16日公布本會再次榮獲資產品質績優獎-優等獎時，真的是莫大的驚喜。

在如此艱困的金融環境下，木柵區農會遵循理事會決策，戰戰兢兢的秉持穩健經營、腳踏實地的精神，嚴守授信5P原則，堅持保有優良的資產品質。這份榮耀是屬於農會全體同仁努力的成果，相信往後大家在自己的崗位上，會更加努力，積極進取，為農會再創佳績。

## 儲備植物醫師小記(一) 草莓病害管理

《馮全·台北報導》台北市農會於7月邀請台灣大學植物醫學碩士學位學程沈原民教授，到內湖農田園訪查，幫忙了解並協助農民栽種農作物時之疑難雜症。內湖是大台北地區最具規模的草莓產區，而種苗是農產業的基石，夏季是草莓的育苗期，通常挑選健康的植株作為繁殖走莖苗的母本，以利取得較為健康且無病的種苗。

草莓病害的管理則是育苗成敗與否的關鍵因素之一，草莓炭疽病、萎凋病以及近年來猖獗的葉枯病皆是草莓產業上的重要病害，尤其炭疽病、葉枯病等病害具有潛伏感染的特性，在育苗初期看不見病癥，直到後期才逐步顯現病徵與病兆，此類病害更加難以控制。除了透過選取優良無病的母株以外，也可透過田間衛生管理，確實移除罹病植

株以減少田間感染源，搭配有機質肥料、微生物肥料提升植物對於病蟲害的抗性，病害發生時除了使用化學農藥外，也可與微生物農藥搭配使用以減輕藥物抗藥性、提升防治效果。

台北市的農民朋友如於作物栽種上有任何問題，都歡迎與市農會接洽詢問，市農會視作物類別及病況邀請大專院校教授或改良場的專家學者前往訪視診斷給予適當之建議，如有診斷需求，儲備植物醫師的連絡電話為(02)2707-0612分機218，農民朋友亦可請台北市各區農會指導員協助幫忙轉介。



草莓葉部遭受葉枯病危害

# 台北花博農民市集與台灣文旦大聯盟一起挺農民

《陳汝君·台北報導》為推廣台灣文旦，農委會農糧署輔導台灣文旦主要產地農會組成台灣文旦大聯盟，8月20日在台北花博農民市集舉辦促銷活動，農委會主委陳吉仲、農糧署長胡忠一親自出席，呼籲民眾購買文旦，力挺農民。

台北市政府產業發展局王三中副局長、呂丘鴻科長，台北市農會翁清楠理事長、鄭明圳常務監事、蘇光正總幹事，文旦大聯盟總召一麻豆區農會孫慈敏總幹事及文旦大聯盟十大區農會總幹事，農政局李聰勇局長、農業改良場、農糧署各分署、台南市政府農業局等各級長官以及台北市、新北市各農會的貴賓皆應邀



出席參與行銷活動，共同推廣最優質台灣文旦。

台北市農會蘇光正總幹事致詞時表示，特別歡迎長官、貴賓及辛勞的農民蒞臨花博農民市集，作為最重要消費地的農會，應發揮其存在的價值，協助行銷國產優質農特產品。轄下各門市據點都有展售中秋文旦，希望市民朋友多多選購。麻豆區農會孫慈敏總幹事也表示，

文旦表皮含有高量的類黃酮成份，具有抗氧化、抗發炎作用；柚花可提煉精油，是美白、保潔聖品，所以農會長期都有收購具加工規格的大果做成加工品，並開發如蜂蜜柚子茶、果乾、調味料及沐浴系列等多項商品，希望大家能多多採買，以實際行動支持農民。

## 參觀2022台北城市博覽會 打開台北感受城市魅力

《潘建華·台北報導》台北市農會於8月29日召開112年台北市各區農會推廣預訂工作會議，會

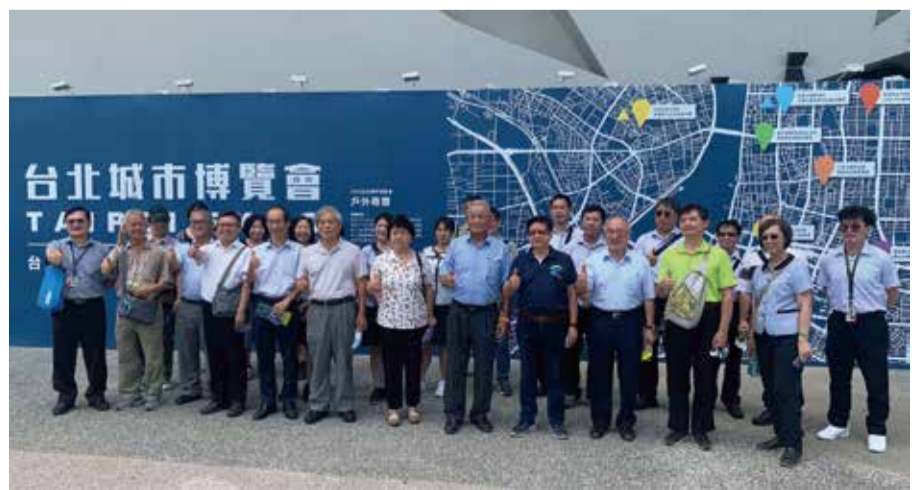
後在翁清楠理事長與鄭明圳常務監事帶領下，全體推廣同仁一起到花博爭艷館參觀2022台北城市

博覽會，各區農會多位長官也一同到場共襄盛舉。

展覽會現場由台北市政府產業發展局林崇傑局長親自接待導覽，展覽主題分為六大區域，包含永續發展、城市再生、打開台北、共融社會及創新創業與智慧城市，其中有許多面向與台北市的農業息息相關。台北市田園城市實施計畫係自104年柯市長上任開始推動，「田園城市」在不排擠原有使用機能與計畫下打造兼顧視覺景觀的「可食地景」，運用都市中的閒置空間、畸零地等成為田園基地，創造生態友善



的城市風景。現場展覽已於9月11日結束，若來不及親自到現場體驗，您也可以直接上雲端看展，官網雲端展覽直到9月30日。





## 士林區林秀美代表北市參加全國四健推廣工作經驗分享競賽

《陳彥佑·南投報導》中華民國農會於9月6、7日於南投縣妖怪村主題飯店辦理2022「四健推手，誰來挑戰」全國四健推廣工作經驗分享競賽，台北市由士林區指導員林秀美，代表台北市參賽。

此次競賽共有16個縣市推派轄下優秀四健指導員參與，聚集了全臺各地優秀的四健推廣人員，透過經驗分享增進工作之傳承與交流，過程中有真情流露感動人心，也有幽默風趣逗得全場哈哈大笑。

## 輕農體驗最後名額欲報從速



## 台北市農會致贈假日花市長者敬老禮券表敬意

《曾中煌·台北報導》假日花市轉眼間就要迎接40周年慶了，9月3日這天周末恰逢颱風環流干擾，在這風裡雨裡接近重陽的颱風天裡，台北市農會翁清楠理事長、鄭明川常務監事，為宏揚敬老美德，表達對花市長者之崇高敬意，讓花市長者度過一個快樂的重陽節，親自致贈80歲以上花農每人3,000元敬老禮券，藉此表達誠摯之謝意並祝賀花市前輩重陽節快樂！適逢颱風天風大雨狂，花市長者或有些不便出門，便藉著其子女之手，傳達台北市農會風雨故人來的喜悅及對長者的關懷與敬意。



## 北市桌球隊加強集訓爭取好成績

《郭純純·台北報導》為倡導農會員工正常休閒活動促進身心健康及加強各級農會間溝通聯繫，台北市各區農會於8月1日召開總幹事工作研討會議討論通過，邀集員工組隊參加第9屆全國農會盃桌球錦標賽暨路跑賽，其中桌球選手12名，路跑選手30名(含7名總幹事及3名選任人員)。

往年桌球隊集訓皆由北投區農會承辦，今年度特委託士林區農會辦理，預計將召集桌球選手辦理15次集訓，期待能為台北市爭取好成績。



### 北投區

#### 北投食農 食在有趣

《魏俊凱·北投報導》為推動全民食農教育，強化飲食、環境與農業之連結，以增進國民健康，傳承與發揚飲食及農業文化，促進農漁村、農業及環境之永續發展，健全國家食農教育體系及人才培育，北投區農會於111年度辦理一系列之食農教育體驗活動，依北投特有的農業環境與作物進行規劃設計。

8月14日辦理紅龍果單元，由講師柯麗玲指導學員認識紅龍果的種類及紅龍果圓DIY操作。8月21日辦理綠竹筍單元，由二崎生態休閒農場的詹振嘉老師進行指導，認識北投的竹筍產業及竹筍種類，並進行採筍體驗及獨特的竹筍粽DIY活動，9月4日由普羅旺斯陳心絨老師指導學員進行柚子果醬DIY製作活動。

藉由食農教育之推動，讓參與的學員能夠支持認同在地農業，珍惜食物減少浪費並深化飲食連結農業，達到地產地消永續農業之經營。



市農會這幾年來積極輔導運作四健會員總會，提昇與培養優秀四健推廣人員、幹部及強化創意發想並努力將經驗分享並傳承下去，從日常生活中，做中學、學中做，讓他們體驗農業、了解農業、進而培養對農業的憧憬與興趣。

林秀美指導員接手擔任士林區農會四健三年多，善於引導年輕人發揮潛能，期望能繼續培養出優秀的農業人才，最後不負眾望於比賽中榮獲優選。

編輯室小啟：取消訂閱紙本或更改地址請來電27070612分機275、277。手機請掃描



北農簡訊 電子版

### 景美區

#### 樂齡生活也能精彩無敵

《黃如鈴·景美報導》不同往年，景美農會特於今年暑假期間，辦理了一系列豐富又精彩的高齡研習活動，讓高齡班員身心靈都得到成長。首先熱鬧登場的是舞動銀髮人生研習，結合了拉丁、恰恰、探戈、曼波等活潑熱情舞步，並搭配輕快的音樂，舞出動感的力與美。

多肉植物組合盆栽：邀請青農陳良旗帶領大家進入肉肉的花花世界，由各式各樣多肉植物，營造出不同氛圍的創意盆栽。線上性別平權講座：有了去年的線上上課經驗，今年班員很快就能操作，參與人數更創新高，高齡者也能線上學習不是蓋的哦。

蜂蜜檸檬酵素DIY：由內湖農會安排養蜂產銷班長講解蜜蜂的一生，並手作蜂蜜檸檬酵素。創意米食暨雜糧甜點研習：巧手創意DIY：米食甜品有糯米涼糕、水晶芋頭涼糕、紫薯紅豆雪花糕、QQ涼圓；雜糧甜品有蓮藕燕麥蒸糕、沁涼綠豆糕。歡樂的暑假咻咻一下就過了，緊接著下半年的研習課程也即將登場，期待有您的熱情參與。

### 景美區

#### 景美區農會農事、家政班綜合觀摩研習

《高震宇·景美報導》抓住暑假的尾巴，景美區農會於8月30、31兩日辦理了農事及家政班的綜合觀摩研習。今年採聯合辦理，也規劃了多樣性的行程，讓參加的班員、會員可以吸收到不一樣的新知，了解其他縣市農業發展。

第一天首站來到中社觀光花市，映入眼簾的是色彩繽紛的夏季花卉，不同主題的園區讓大家可徜徉在花海之中去細細欣賞花之美。下午我們來到台灣產菇的重鎮「新社」，參訪養菇觀光農場，直接走入菇園，透過專業的導覽解說讓大家可了解香菇從種植到加工的整個過程，同時也傳授挑選香菇的訣竅，大家也踴躍發問，透過菇農的專業回答也著實幫大家上了一課。

第二天安排了獲得優等(卓越)休閒農業區評價的桃米休閒農業區導覽，位在埔里鎮桃米里的「桃米生態村」是一處空氣清新、環境優美的生態寶地。推廣部除了安排社區導覽專業解說之外，更帶大家走入果園去認識在地特色作物「百香果」，除了透過眼睛看與耳朵聽以外，更透過嘴巴直接品嚐這酸酸甜甜的美味，好吃的滋味也讓大家驚呼連連。導覽員也介紹了將果實再加工，進而創造出更大的價值。

農業不單只是種植，如何將農產品價值發揮到最大，這也是我們辦理這次觀摩的初衷，藉由交流吸收新知，讓我們的農民可以有更多想法與創新，可以激盪出不一樣的火花，讓我們轄區農業也得以永續。

### 大安區

#### 西式烘培家政健康飲食課程

《何維雅·大安報導》每週三開辦的西式烘培教學，教導特色餐點製作，本次以法式家常烘培的「阿爾薩斯香草鮮雞乳酪鹹蛋糕」以及在台灣為之風靡的「肉桂麵包捲」為主軸。市售烘培商品由於講究色香味俱全，因而添加物過多造成身體負擔，本年度課程以手作健康飲食為概念，灌輸學員在美味同時也要兼具健康；講師推薦大家以栽種的香草取代化學香草精、減少糖的用量並以核桃及肉桂粉的原味取代。

生活的快步調導致現代習慣使用速成的化學精緻加工品，追求美食的感官刺激之外，也別忘了要享受過程中用「心」製作的快樂，帶給我們身與心靈結合的健康生活，也是課程傳遞的理念。



### 松山區

#### 四健與農同行·賭城蜂雲

《劉馥嫻·松山報導》為使會員瞭解農業與資源永續之關係以及都市型農業生產方法，以松山區農會城市養蜂產業為引，透過「學中做，做中學」的食農教育實作，由松山農中級會員設計營隊活動，帶領幼初級會員從蜜蜂基礎認識、動手製作蜂蜜餅乾、蛋糕、蜂蜜生巧克力、蜂蜜檸檬飲和蜂蠟燭等，一連串豐富的體驗活動，提供青少年深入了解在地農業的機會。

在品嚐松山小蜜蜜後，馬上就有學員想自掏腰包購買農會生產的蜂蜜呢！由中級會員帶隊，也讓幼初級會員感受到哥哥姐姐的照顧，象徵四健傳承的火焰，帶著開心回憶與滿滿收穫返家，期待下回再相聚。

### 木柵區

#### 文山茶筍輕旅行 圓滿落幕

《張雅涵·木柵報導》為推廣在地特色農作物「鐵觀音茶」及「綠竹筍」，木柵區農會每年於暑假期間辦理兩場次採筍+製茶體驗活動。因受疫情影響已停辦一年，今年又接獲不少引頸期盼的民眾來電詢問，因需配合茶葉及竹筍生長期，以及不影響農友生計，並讓參加的民眾有最好的體驗空間，活動僅能安排於平日辦理。

今年度活動由筍農帶著大小朋友們走進筍園，一同探尋未冒出頭的牛角筍。透過筍農介紹，認識了竹筍生態環境、生長歷程，以及挖筍、挑選竹筍的小撇步。午間享用個人茶筍套餐，將不同型態的茶葉入菜，菜色豐富可口。下午由青農介紹各種茶葉發酵及烘焙程度之差異、鐵觀音茶與貓空的淵源，以及古法製茶各項技巧，讓大小朋友合作浪菁、炒菁、揉捻等製茶流程。在等待茶葉乾燥的過程，由家政班員詳細講解包種茶及鐵觀音茶不同的壺泡方式，以及製成後茶葉如何入菜及沖泡。

此活動搭配食農教育，藉由多元田間生態體驗方式，提高參與者之興趣。並結合農民、家政、青農，共同推廣在地農特產，讓參與民眾及四健作業組更加了解在地農業生活圈、農特產品，並創造農產多元行銷價值。

### 南港區

#### 2022南港茶語桂花香食農教育系列活動

《潘又旭·南港報導》南港區農會為推動地方製茶文化、桂花等相關產業，在台北市產業發展局以及台北市農會指導之下舉辦「2022南港茶語桂花香食農教育系列活動」，將南港茶山特有的文化、產業等結合食農教育介紹給更多的市民，也希望藉此增加地方農戶的收益，進而帶動整個南港茶山產業經濟鏈。

2022南港茶語桂花香食農教育系列活動將於10月1日假南港茶葉製造示範場，由南港區農會大家長潘清森理事長與陳坤維總幹事、陳錦隆常務監事偕同與會的貴賓舉行「2022南港茶語桂花香食農教育系列活動」活動開幕典禮，當天我們安排了許多精選的節目包括空靈鼓、家政媽媽舞蹈、音樂演奏、食農教育飲料調製DIY示範等，希望能與現場的民眾一起分享。

2022南港茶語桂花香食農教育系列活動將於十月的每個星期六、日固定在南港茶葉製造示範場舉行，報名人數每場限25名，每人限定報名3場活動，詳細內容及規定請掃描QRcode上南港區農會網站。

### 士林區

#### 士林區農會四健食農教育創意廚房作業組研習

《林秀美·士林報導》士林區四健會辦理食農教育創意廚房作業組研習活動，配合政府政策推動食農教育，帶領四健會員認識士林區特有農作物綠竹筍、山藥、蜂蜜、香菇等，透過自行照顧秀珍菇及培育綠豆芽菜，了解作物生長過程。

午餐由小朋友動手把在地食材變化成美味的佳餚，透過分組烹煮發揮孩子創意巧思，動手烹煮屬於自己獨特的風味餐，強調產地銷運在地食材，減少運銷產生廢氣污染，推動食農教育從小開始，發展永續農業。

