

### 2018花現幸福· 璀璨36 台北市建國假日花市36週年慶

## 到建國假日花市找尋仙人掌 與多肉植物打造最療癒的

# 綠意生活

《曾中煌·臺北報導》忙碌的都會生活節奏與壓力讓現代人身心俱疲，親近自然是最好的紓壓與療癒方式，如果走出戶外太難太遠，也可以自己親手在家裡或辦公室，利用容易照顧的仙人掌與多肉植物，打造一片可以就近享受的自然綠意，療癒身心。

陪伴無數人擁抱城市中的綠意，用繽紛花卉豐富你我生活的台北市建國假日花市，為迎接36週年慶，特別於11月10、11日舉辦仙人掌與多肉植物特展，由台北市農會廣為邀請全國知名業者到台北市建國假日花市來一同參展。

值得一提的還有，現場同時舉辦導覽活動，並邀請台大園藝系梁群健老師進行仙肉盆栽組合DIY講座等，讓更多民眾可以輕鬆認識、進而親手打造專屬於自己的仙人掌與多肉森林。

為了響應此活動，鼓勵民眾便利消費、輕鬆生活，台灣pay也推出滿額享好康活動，從10月27日到11月11日期間，只要當日用台灣pay消費每筆滿100元，就送全家中杯拿鐵兌換序號，限量2,000杯送完為止；在週年慶的11月10、11日間，更加碼送當日消費滿500元，再送100元現金抵用券的好康，限量500張送完為止。

週年慶活動期間，消費可享優惠，可參加「打卡抽好禮活動」，限時兩日抽好禮，豐富的禮物內容包含：

福容大飯店台北一館住宿憑證、可愛的花苗按摩器等眾多好禮，誠摯邀請民眾利用周末假期，一同參與台北市建國假日花市36週年慶活動，一起花現幸福、實現美好生活。



### 以球會友

## 第6屆全國農會盃桌球錦標賽

《陳芸·宜蘭報導》第6屆全國農會盃桌球錦標賽於9月18日至20日在宜蘭運動公園體育館舉辦。今年台北市農會蘇光正總幹事、北投區農會謝建達總幹事、士林區農會曾崇華總幹事、松山區農會王順發總幹事也報名參加總幹事組，藉此與外縣市農會總幹事切磋球技。另臺北市參賽項目還有：男子團體賽、男子個人賽、女子個人賽，參賽選手為：台北市農會楊順楷、楊文豪、黃湘玲、鄒祝惠，北投區農會王哲生、郭清霖、鄒芳城、陳全國，士林區農會胡承祖、吳耀齊、曹永德。

賽程在緊張、興奮、刺激氣氛中於20日上午11時圓滿落幕，本市戰績：男子團體賽乙組優勝、男子個人賽自強組郭清霖獲得亞軍、楊順楷獲得優勝。台北市農會蘇總幹事表示，桌球是一項優質、健康休閒活動，希望明年臺北市能有更多員工組隊參加，與來自全國各農會員工以球會友、切磋球技、聯絡感情。



### 政令轉載

## 「農民職業災害保險試辦辦法」發布 營造友善從農環境，保障遭遇職業災害農民及其家屬生活，增進農民的社會保障。

《郭純純·臺北報導》「農民職業災害保險試辦辦法」（以下簡稱本辦法），業經行政院農業委員會於中華民國107年10月9日以農輔字第1070023427號令訂定發布，本辦法自107年11月1日起施行，試辦期間採自願性加保方式辦理，農保保險人即日起可親自向戶籍所在地

## 實習植物醫師小記 6

葉泓瑜

台北市農會9月下旬邀請臺灣大學植微系孫岩章教授到內湖區訪查栽種草莓之農民，教授對於草莓栽培管理及一般常見之病蟲害均提出適合之處置建議，然而當地於培育草莓穴管苗時，發現會有葉片異常紅化之情況，從母本開始發生，其無性繁殖之子代也會跟著發生，最後導致整條草莓苗繁殖世代死亡，但隔壁草莓植株正常生長不受影響，目前尚未知確切病因，孫教授採集病株帶回實驗室鏡檢及做後續相關試驗研究。



山藥藤葉黑化縮縮

10月初時，植物醫師安排與桃園區農業改良場陳巧燕助理研究員到士林區勘查山藥及油茶之病蟲害問題。部分山藥植株藤葉會於中間部位黑化縮縮死亡，研究員觀察病況後初步判斷為炭疽病或疫病菌危害，仍須進一步採集樣本帶回實驗室鏡檢確認，以提供正確之處置建議。至於油茶的部分，研究員建議初期苗木可栽培於樹蔭下，待其根系及生長勢茁壯後，移植到日照充足的位置栽培，並可以觀察找出生長勢及結果較強勢的植株，後續可用其枝條當作嫁接來源，以期未來油茶籽產量豐碩。



草莓苗葉片異常紅化

臺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，農會將邀請大專院校教授或改良場的專家學者一同前往訪視診斷給予適當之建議。臺北市實習植物醫師的連絡電話為(02)2707-0612分機218，農民朋友亦可請臺北市各區農會指導員協助幫忙轉介。

之基層農會申請參加本職災保險。

農委會表示，目前農民健康保險(下稱農保)僅有生育給付、身心障礙給付及喪葬津貼等3項給付項目，並無職業災害保險的給付項目。基於增進農民職業安全，完備農民社會保險制度，11月上路的農民職災保險，採「先傷後病」，優先試辦因果關係較為明確的「職業傷害」類，保險給付包括傷害給付、就醫津貼、身心障礙給付、喪葬津貼等四項，保障遭遇職業災害農民及其家屬生活，以增進農民的社會保障。

530  
《10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：莊龍彥  
 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

# 松山區農會百週年慶 錫口農業風華再現

《龔麗文·松山報導》松山舊稱錫口，民國7年10月1日陳茂松等人發起申請創設了松山區農會的前身「錫口信用組合」，經過歷史演進直到民國38年才改組成為現今的「松山區農會」。隨著時間巨輪的轉動，松山區農會已經滿100歲了，特別選在107年10月1日生日當天在台北府隍城廟前廣場舉辦「錫口農業風華再現-松農百週年慶祝活動」。

松山區農會特地將百週年慶活動現場復刻成早期錫口街的場景，以喚醒大家百年來的回憶。走在錫口街上可看到令人懷念的黃包車、芋冰剉冰攤車、販賣檯攤車(上頭展示的正是該會百週年慶特製的「典藏松農紀念酒」及首度公開亮相的「松山小蜜蜜」)、十八啦香腸攤腳踏車。紅磚牆上還有令人眼睛為之一亮的電影廣告看板，絕對讓你不禁莞爾拍案叫絕，而路邊電影院正在放映著「松農百年話當年」經典鉅作，據說是由松山區農會三首長領銜主演，劇情陳述著松農歷經風雨一路走來的歷程和轉變。

錫口街上商店林立，有「家政班」、「四健會」店頭展示了松山區家政、四健的靜態成果及在地食材料理；「義賣堂」則由家政班員自己手作的傳統米食、小西點、豆腐乳、水果乾等義賣品，當日義賣所得將全數

捐助弱勢團體；「農事班」展售著農民自種的文旦柚和小品盆栽；「養蜂班」除了展示解說蜜蜂生態，還有寓教於樂的蜂蠟護唇膏DIY體驗；遠道而來的「芬園農會」、「柳營農會」、「水里農會」及「松山棧」店家，則展售各具特色的優良農特產品。逛累了不妨來到錫口街一隅-「華佗在世」，是由松山區農會民俗療法班周福寶老師現場義診，學員提供免費推拿服務，為與會者舒解筋絡，捉捉龍。

慶祝典禮儀式在該會家政班手語律動班、民族舞蹈班、祥獅普萃迎百歲及松山媽ㄟ厝適合唱團精彩演出的歡樂氣氛中熱烈展開，松山區農會會長鵬理事長邀請行政院農業委員會金融局李聰



勇副局長、臺北市政府產業發展局王三中副局長及台北市農會莊龍彥理事長、農訓協會王志文秘書長等來賓一一致辭獻上祝福；隨後臺北市政府頒予松山區農會106年度考核績優等獎狀，並接受來自台北市農會、北投區農會、木柵區農會致贈的隆情厚禮，典禮儀式就在生日歡歌唱聲及切蛋糕的亮點活動中圓滿禮成。

松山區農會為迎接這個百歲生日，早在年初王順發總幹事一聲令下，帶領員工及農事、家政、四健班會員全體總動員，集思廣義、動加練習、籌備週全，共同成就了這場讓所有與會來賓、會員驚艷又讚賞不已的百年盛會。

松山區農會曾歷經輝煌、波瀾和消沈，就是因著松山區農會每一分子堅毅不撓的精神而重新掘起。誠如程理事長所說，松山區農會歡慶百週年之際，獻上感恩的心，並持續努力為臺灣農業貢獻心力，邁向下一個100年。



台北市農會莊龍彥理事長(左二)、鄭明圳常務監事(右二)暨蘇光正總幹事(左一)代表市農會致贈「百年松農」匾額。莊理事長表示松山區農會從民國7年創立至今，雖然有過風風雨雨，但是在選、聘任人員的用心、努力，以及會員們的支持下，各項業務穩定成長，使農會成為一個有充實豐富內在美的農會。莊理事長並祝福松山區農會源遠流長，再創佳績！

## 恭喜 景美區及木柵區農會第12屆農金獎脫穎而出

《葉濤·臺北報導》農金獎是農業金融體系最高榮譽獎，本屆報名件數共達509件，臺北市景美區農會與木柵區農會獲得「資產品質績優獎」優等獎，另北投區農會入圍「農業金庫策略合作獎」、景美區農會入圍「營運卓越獎」。

景美區農會由周伯賢理事長、徐明池常務監事及闕宏基總幹事共同出席領獎，木柵區農會則由許啟明理事長親自出席領獎；席間與其他得獎農會代表互相交換心得，會場氣氛相當熱絡。





# 冬令進補月 花博採買食材補好冬

《楊文豪·臺北報導》時序進入冬季，天氣轉涼，萬物收藏休養，此時最適合調養生息，補充營養，為來年的精力作好準備。立冬補冬，包括羊肉、雞肉、羊奶頭、竹筴、薑母、當歸、紅棗、麻油、苦茶油、茶籽油等眾多補冬食材，都可以在「臺北花博農民市集」一次購足，讓大家可以利用這些食材燉煮出一道道暖暖身子的美味料理。

除了補冬食材，每個週末都有來自各縣市的特色農特產品展售活動，11月3、4日有來自花蓮的香蕉，一根根方便食用又香氣十足的香蕉含有醣類、纖維素、鉀、維生素B6和維生素C等許多營養素，好吃又可以有飽足感，還能製成大人小孩都愛吃的糕點；11月10、11日有來自雲林的酸菜及榨菜，酸酸的滋味入菜或入湯，都能提升料理的美味，當週中午就有酸菜鴨的試吃喔；嘉義縣11月17、18日將帶來木瓜、香蕉及茶等當地特色農產品，木瓜含有維生素A、維生素B、維生素C、鉀、鈣、β-胡蘿蔔素、木瓜酵素等營養素，鮮吃或榨成木瓜牛奶，都是營養又好吃；11月24、25日則有來自南投的凍頂烏龍茶行銷，活動中準備有「貴妃茶席」讓大家瞭解如何好好品一口茶。除了各週主題農產品，還有許多豐富的當季蔬果在市集展售喔！

台北市農會在11月3、4日推出「食補食材九宮格」趣味活動，藉由遊戲讓大家可瞭解食補食材的模樣，活動參與者只要在5球內完成九宮格連線，即算挑戰成功，可以獲得市集準備的蔬果好禮，另

外，11月10、11日推出「花博推杯樂」，活動中只要將水杯推到推杯桌的指定位置，參與的民眾就能獲得市集準備的贈品喔！

十一月農學講堂內容多樣豐富，11月3日要教大家烘焙香蕉烤布丁吐司及香蕉舒芙蕾鬆餅；11月10日講堂有酸菜竹筴湯、榨菜肉絲的教學；11月17日有「田園在我家-環保生活」的環保綠化方法分享及手作環保盆栽教學；11月24日教大家製作桂圓紫米糕，以及手作山藥造型繡球包。農學講堂的課程豐富又實用，配合臺北市政府舉辦的「臺北銀髮動姿動」活動，本月攜伴參加農學講堂，還有機會集點抽獎，歡迎大家踴躍報名參加。關於更多詳細的活動內容介紹，請鎖定臺北花博農民市集活動資訊哦！歡迎至官網 (<http://www.expofarmersmarket.gov.taipei>)或上Facebook搜尋「臺北花博農民市集」粉絲專頁查詢。



## 油茶栽培管理研習觀摩活動

《楊淑雯·臺北報導》台北市農會莊龍彥理事長為鼓勵農民種植小果油茶，推廣成為臺北市新興特色作物，積極推動全面性補助油茶種苗，希望農民種植具有高經濟價值的小果油茶，可以增加農家所得，改善農民生活！



本會於9月25日辦理油茶栽培管理研習觀摩活動，全市計有近80名的農友報名參加，藉由實地觀摩研習，以提升農民栽種技術、豐富產量，此次研習課程，特別邀請茶業改良場劉秋芳研究員擔任講師，於大溪苦茶產班園區、湖口油茶園區、茶業改良場等地，親自講授油茶栽培管理技術、成林油茶低產改善方法、修剪技術等專業知識，讓農民獲益匪淺。本年度彙整全市農民申請小果油茶種苗補助共計3,120株，預計於11月中旬完成油茶種苗補助配送作業，讓我們共同推廣油茶成為臺北市新興特色作物！

### 苦茶油 老祖先的黃金智慧

現代人怕胖、怕吃油，但油脂除了可以提供人體所需熱能、保護內臟、關節及神經，更能提供人體無法自行合成的必要脂肪酸，惟因成人每天脂肪的攝取量不宜超過總熱量的25-30%，如何在有限的額度內慎選優質油脂，成為現代人的苦惱課題。

農委會林業試驗所表示，油茶樹種子所榨取的苦茶油，其單元不飽和脂肪酸的含量為所有植物油最高，具有降低低密度膽固醇，提高高密度膽固醇之生理活性。也因含有大量的單元不飽和脂肪酸，苦茶油具有極佳的穩定性、保存性，其發煙點為所有壓榨油中最高者。

苦茶油為台灣少數能自產自製的植物油，其富含單元不飽和脂肪酸的特質，提供消費者更健康的選擇。發展油茶產業，除可提高國內油品的自給率、縮短食物里程，更能發展與自然共生的部落產業，提供山村居民穩定收入。此外，油茶樹的根系深，可以保水固土，樹幹與枝葉亦可固定大氣中之二氧化碳，可說是兼具經濟與環境價值的潛力產業。

以上摘自行政院農業委員會林業試驗所新聞稿

臺北市的油茶樹目前還在推廣種植中，若想購買國產優質茶油請洽台北市農會農特產品展售中心或上網路商城選購。電話：(02) 29326806



## 士林陽明山山藥季 開放國外旅客一同體驗台灣特色農業文化

《李窈臺·士林報導》臺北陽明山除了有大家廣為所知的海芋，還有非常健康養身的山藥喔！多年來士林區農會與臺北市政府產業發展局、行政院農業委員會，細心輔導農友提升山藥栽種技術，由資深農民協助教導青年農民如何避免山藥病蟲害，並透過獨特的「天溝」栽培方式，使士林陽明山栽種出來的山藥又大、肥美、又健康，更重要的是，所產出的士林陽明山山藥皆通過農會嚴格的農藥殘留檢測，使消費者能買得安心、買的健康！因此每到山藥盛產季節，吸引許多民眾一同與士林區農會共襄盛舉！



今年主辦單位士林區農會更特別打造簡約、都市田園風，熱邀民眾一同走到戶外「憶起趣士林」，體驗農夫種植山藥之「門陣一日遊」田園之旅、熱鬧有趣又好康之「建國花市展售會」、精采熱鬧之「山藥百桌饗宴」等一系列活動，帶領大家深入體驗台灣在地特色農業。今年更首度開放國外旅客線上報名參加，一同體驗台灣獨特之農業文化，山藥「門陣一日遊」共計兩梯次，每梯次40人，每人報名費新台幣800元，如有40人團體可另洽士林區農會推廣部客製化安排遊程(02)2882-8959轉502；「山藥百桌饗宴」，饗宴席開200桌，每桌10人，每桌報名費6,000元，力邀民眾一同以行動支持台灣在地農業！士林區農會今年「山藥一日遊、山藥饗宴」統一於10月5日起，開放網路線上報名，名額有限，額滿為止！(報名網址：<http://yam.be-yond.com.tw/>)

另外，士林陽明山山藥還有「產地直送、新鮮山藥」服務，可透過電話訂購，訂購專線(02)2882-8959轉601-602，或親至士林區農會直營「活力生活館」(台北市士林區文林路342號旁)購買新鮮限定山藥禮盒，還想知道瞭解更多的山藥特色嗎？千萬別錯過「2018士林陽明山山藥季-憶起趣士林」系列主題活動！



### 木柵區

#### 2018木柵好茶生活節

《張睿書·木柵報導》木柵區農會於9月15、16日舉辦「2018木柵好茶生活節-韻紅x鐵觀音」茶葉行銷活動，以充滿活潑、台灣風味之氛圍為主題，假臺北建國假日花市熱鬧登場，邀請到台灣清新、活力「阿卡貝拉」樂團帶來精彩熱鬧的開幕表演，木柵區農會亦獨家推出限量「茶來運轉」好運時尚中秋禮盒、「韻紅x鐵觀音茶香造型馬卡龍」、「頂級鐵觀音」等多樣木柵茶葉商品，邀請各方長官及吉祥物LULUYU共同推廣品質優良之台灣茶葉，希望透過行銷推廣活動提升台灣農業經濟。木柵農會許啟明理事長表示：「今年農會特別推出「茶來運轉」好運限量禮盒，內有木柵三大茶品，鐵觀音、韻紅、觀韻紅，更加碼送上隨手泡茶杯，希望民眾能夠輕鬆、簡單，喝得台灣好茶，台灣一定要有好茶，生活不能沒有好茶，好茶就在木柵！邀請大家攜手以行動支持台灣農業！」



活動現場除了農友獨家特製的茶葉副產品-茶貢糖、茶香綠豆椪、茶糰、茶凍，還有DIY活動，教導大家運用茶品做出不同變化的商品，參與民眾都大力推薦：「原來韻紅、鐵觀音茶葉，能夠有這麼創新、多樣的變化，而且吃起來是如此清甜、回甘，如此一來，買回去的茶葉就能輕鬆地做出更多不同的變化了！」。活動現場所販售的「安心鐵觀音茶」、「韻紅紅茶」更是經過農藥殘留檢驗合格的產品；另外亦有通過有機認證的有機茶葉。

### 大安區

#### 大安 農健保宣導說明會

《何維雅·大安報導》農民職業災害保險預計在11月1日正式上路，大安區農會為保障農會會員之權利，已在9月中旬開始預約申辦，也在10月4、5日先後舉辦兩場針對農民職業災害保險及部分新修正農保法規的農健保說明會，同日也一併舉辦農事小組會議。

若有申辦農職災保險需求，請攜帶農保被保險人之國民身分證親臨戶籍地所在的農會填寫申請表，將於11月1日審查通過後統一加保。經107年10月9日農委會公告，每月自付保費15元整，期間每兩年調整保險費率，農職災保費同農健保費用一併繳納。

### 木柵區

#### 木柵有愛 關懷社區高齡者

《周莉蓉·木柵報導》木柵區農會為推廣在地所產之綠竹筴，特地辦理「食竹有愛系列計畫」，期望除了推廣綠竹筴以外，更能增加農會與社區之鍵結，透過綠竹筴傳遞愛心與關懷。

華山基金會以服務年長老人為使命，並為社區老人提供優質服務，文山石頭湯則是秉持以「社區為重」的理念，服務在地長者、失能或獨居老人，兩者皆長期關懷銀髮族。木柵區農會今年度特別選擇與其合作，在華山基金會舉辦之中秋聯誼餐會中進行送餐活動，將容易加熱且便於食用之筴粽、筴包在活動中發送，用實際行動關懷長者。此外，亦將綠竹筴為食材入菜，再結合家政班員為講師，指導高齡長者們學習筴粽的包法及綠竹筴的料理方式，並透過包筴粽達到肌肉伸展及簡單運動的目標，更能與高齡長者們共享本區綠竹筴的好滋味。

木柵區農會秉持著「取之於社會，服務於社會」的精神，期望在辦理綠竹筴推廣活動的同時也能關懷社區中的高齡長者及弱勢族群，增加推廣活動更深一層的意義。

## 台北市農會休閒農業文創與經營標竿研習開課囉!

《翁紹銘·臺北報導》為提升本市農民、推廣人員具備結合休閒農業與文創產業添加創新農業體驗元素，提昇農友自體行銷實力與加強休閒農業之經營管理基本功進而增加休閒農業收入，本會將於10月25、29、30日及11月1日共四天，辦理此次標竿研習。

課程邀請到輔仁大學葉美秀教授開學員休閒農業旅遊結合文創產業的發想；輔導顧問藍明鑑老師分享這些年輔導臺北市休閒農業經營管理的見聞；Instagram行銷達人4Smantha老師帶領學員運用Instagram視覺化內容行銷與操作實務以及好農雜誌總編輯林文集老師教導大家如何為產品說故事，輔導顧問蔡其昌老師傳授休閒農園景觀規劃原則與秘訣。

歡迎本市各區農會會員、青年農民等及其眷屬與推廣人員，踴躍參加。請有興趣的農友，直接向所屬農會推廣部報名，相關活動訊息詳台北市農會官方網站。

### 士林區

#### 士林青農栽培技術及蔬菜銷售實戰訓練

《邱佩娟·士林報導》107年度的規劃的栽培技術課程，從認識土壤開始。在6月份初登場的是土壤採樣課程。教導青農如何正確的採土壤樣品，並鼓勵青農們將自家的土壤帶到農會來，由農會統一將土壤及灌溉用水，寄送到桃園區農業改良場土壤檢測室分析土壤的酸鹼度、電導度、有機質含量、磷鉀、氧化鉀、氧化鈣、氧化鎂、及重金屬銅、鋅、鎘、鎳、鉻、鉛。



接著在9月份辦理「土壤肥力分析結果探討」課程，請到桃園區農業改良場的李宗翰先生，逐一說明每件樣品的分析結果，並提出用肥建議，讓青農們可以學會如何看分析報告，了解土地的用肥需求，並藉由聽取分析結果，互相觀摩學習。

另搭配農委會9月29-30日「第3屆百大青農畢業授證典禮暨青農展售活動」，推薦士林青年農民林永隆，在攘往熙來的松山車站Citylink一樓圓頂廣場展售。除了觀摩其他縣市的青年農民如何陳列與介紹販售自家農產品之外，另外也可增加訓練如何銷售自家生產的安全蔬果實戰經驗朝從農成功的方向邁進。

### 松山區

#### 安全農業推廣講習

《汪明華·松山報導》松山區農會為推廣安全農業生產模式，特別於10月18日及11月8日上午9時分別邀請行政院農業委員會農業試驗所王如玉老師及前行政院農業委員會農業藥物毒試驗所研究員楊秀珠博士，蒞臨主講「安全農業講習」，分別針對有機蔬果及一般蔬菜進行病蟲害非農藥管理及整合管理加以說明及介紹，來達到合理化施肥及減少農藥施用之安全生產模式，歡迎松山區農會會員、農事班員及家屬報名參加；上課地點在松山區農會四樓會議室。

另外有鑒於農民在操作農業機械時會遇到一些使用及保養問題，特別於11月5日下午1點邀請擎億機械林秋貴老師前來松山第一市民農園親自示範農機具使用及保養技巧，歡迎松山區農會會員、農事班員及家屬報名參加；上課地點：松山第一市民農園(松山路666號)聯絡人：推廣部汪明華先生電話：27531013分機162

### 木柵區

#### 木農家政食竹有愛系列活動方法示範

《鍾淑玉·木柵報導》木柵區農會配合農業振興計畫辦理推廣農特產綠竹筴一系列相關活動，農事活動以推廣綠竹筴採筴技術暨品質評鑑比賽及百桌綠竹筴饗宴，四健會利用暑假辦理親子採筴體驗活動，家政班則由班員的巧手製作一道道綠竹筴美味料理推廣在地好食材。

綠竹筴特色料理活動以各家政班為單位，每班以綠竹筴為主要食材做料理方法示範，會後準備一些竹筴入菜的簡餐讓出席活動的班員一起共食，除了推廣在地食材好料理也達到班員良性互動之成效，此系列活動照片及各班食譜都有上傳至木柵區農會臉書專頁，歡迎大家能給我們按讚鼓勵喔！

食竹有愛系列三-家政班員為高齡者送餐，活動在木柵區農會三首長共同主持嘉勉下展開，當日的餐點是班員製作的筴粽和筴包，由各班幹部協助幫忙送到每位高齡者的手中，在幹部回傳的送餐照片中我們看到每位受餐班員的開心和滿足，雖然送餐的過程辛苦，但幹部都覺得做了一件極有意義的事。



[食竹有愛]十足有愛，整個活動讓我覺得家政班員實在太有才了，每班的方法示範料理真的是色香味俱全，但著實也辛苦大家了，推廣活動真的少不了您大夥兒，有您真好！

編輯小啟：若您重複收到北農簡訊，或同一地址有多位讀者，請來電取消或合併收件人以免資源浪費，為環保盡一份心。更改收件人或地址請來電2070612分機2715、277。