



花博啾愛同行歡心五月

《陳玲佳·臺北報導》你有多久沒對親愛的媽咪「啾」了一下呢？為了向全天下辛苦的媽媽獻上滿滿的感謝，5月份的臺北花博農民市集特別規畫「啾愛同行歡心五月」主題月，並安排「啾愛媽咪溫馨滿額送」活動，活動當日(5月9、10日)消費滿300元即贈有機蔬菜一包(每日限量150份，數量有限送完為止)；另外，還有「母親節-悠遊卡消費贈好禮」活動，只要於5月份使用悠遊卡累積消費滿500元，即贈環保餐具一份(每日限量100份)，活動不限攤位，民眾可任意搭配採購，期盼藉由眾多超值好禮的回饋能在嚴峻的疫情中，為大家帶來一絲溫馨的暖意。

在這溫馨滿滿的5月份，市集還邀請了雲林縣、臺南市、彰化縣、桃園市、花蓮縣等農會，為大家直送專屬各縣市的特色蔬果。5月2、3日是由雲林縣農會帶來的番茄與玉米，外表金黃油亮的玉米不僅味道鮮甜，更是男女老幼都喜愛的食物，大家一定要來嚐嚐！5月9、10日是由臺南市農會帶來的情人果與鳳梨，爽脆酸甜的情人果，是由初夏時節農家摘取未成熟的土芒果所製成，其爽脆的口感與冰涼中泛著酸甜的絕妙滋味，是令許多人難以忘懷的夏季美味！5月16、17日則有彰化縣農會帶來的蔬菜雜糧，北起大肚溪、南臨濁水溪的彰化平原，是中部肥沃的沖積平原，運用肥沃的泥質破土與良好的氣候條件，其雜糧與蔬菜品質相當優良，民眾可別錯過囉！5月23、24日則有桃園市農會帶來別具特色的「五月桃」，「五月桃」又稱「媽媽桃」是復興區出產之水蜜桃早桃，亦是泰雅族部落孩子與農友們的禮物，須經過一整年的辛勤栽培才能採收，其果肉顆顆飽滿且香甜多汁，每逢產季更總是吸引大批饕客搶購，是口碑極佳的水蜜桃品牌喔！5月30、31日是花蓮縣農會的大西瓜，來自臺灣東部潔淨淨水與排水良好的砂礫土壤所養育的大西瓜，其果肉不僅鮮甜多汁，入口時那「沙沙」的獨特口感更是令人欲罷不能，炎炎夏日若想



沁涼消暑一下，花蓮大西瓜絕對是首選！

此外，為因應「嚴重特殊傳染性肺炎」疫情，並提供民眾安心逛市集的空間，花博農民市集工作人員及展售農民已全面配戴口罩、每日量體溫、自主健康管理登記、加強防疫資訊宣導，服務台亦備有酒精供民眾消毒使用，且由於人潮眾多，建議民眾佩戴口罩，並遵守中央疫情防疫指揮中心之規定，注意手部衛生、勤加洗手，同時，籲請有呼吸道症狀之民眾，落實自我管理，勿參加市集活動或集會等行程，以避免近距離接觸之風險，市集後續也將配合政府政策及疫情發展調整活動內容。

好康、好玩、好食盡在安全的花博農民市集，歡迎大朋友、小朋友帶著家人來一起同樂！更多活動內容介紹，請鎖定臺北花博農民市集活動資訊，亦歡迎至官網(<http://www.expo farmersmarket.gov.taipei>)或上Facebook搜尋「臺北花博農民市集」、「臺北饗樂趣」粉絲專頁查詢。(臺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)



國內郵政特准掛號
認爲新聞紙類
郵政特准掛號
認爲新聞紙類
郵務字號第1419號

548
《4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：鄭明川
 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

自己種菜自己吃 做個快樂的都市農夫



種植技巧：

- 種籽或種苗：可至種子店或園藝店來選購，台北市農會供銷部有販售嚴選優良種籽可以選購。
- 土壤：種菜以土質鬆軟的培養土較為適合開根生長。
- 播種、栽植：種植時間隔不要太密，以免妨礙生長，種籽播種後以土稍為覆蓋及澆水，有些種子的外皮較硬，或發芽的溫溼度條件要求較高，一般場所不易發芽，那就可以直接購買苗栽回來栽種。
- 澆水：視天氣及土質而定，土壤平時保持濕潤、但不淹水。可以施用化學肥或有機肥，化學肥較便宜，但使用不當容易肥傷，使用時不可過量，有機肥效較長，也較不會造成植株受傷。
- 平時注意土壤水分不夠，另外盡量以陽光充足或半日照為主，種植時間約45-60日即可陸續採收。

開始種菜啦！首先來選定種植的地方，例如能照到陽光的陽台、窗台、屋頂或是房前的院子，再依種植的地方來挑選適合大小的盆子，接著就是依專家意見挑選適合當季種植的蔬菜種類，例如例如春天到夏季以瓜果類或耐熱的蔬菜為主，如小黃瓜、冬瓜、南瓜、番茄、玉米、茄子、空心菜、芥藍、秋葵、九層塔、辣椒等，秋冬季以葉菜類為主，如小白菜、萵苣、菠菜、茼蒿、芥菜、蘿蔔等等，也有適合一年四季種的有蔥、蒜、韭菜等等。另外再準備些方便的小工具，如翻土用的鏟子，小剪刀及手套等。



台北市農會每週六、日於假日建國花市南北區服務台有販售優良種籽、肥料及培養土，歡迎大家來選購，或至供銷部購買(臺北市文山區萬隆街47-12號，電話(02)29326806分機325)，另每週六日下午2:00-4:00於假日建國花市北區服務台有農業技術諮詢服務團隊為您服務，歡迎民眾對於自己栽種有任何疑問的皆可來詢問。

種花生除雜草 種綠肥玩轉新農業—游正福



臺北花博農民市集青農，宜蘭有機茶達人-游正福，曾是年薪破百萬的程式工程師，靠著精湛製茶技術，近年來屢屢在許多製茶比賽獲獎無數，家中的匾額多到放不下，一屋子霸氣，雖然是茶農第四代，但是一開始不喜務農，遠赴臺北擔任電子工程師，10年多前金融海嘯重創全球經濟，也讓游正福的人生有了轉折，返鄉重拾農務，融入創意、行銷概念，為傳統茶產業走出一條活路。

受日本木村爺爺影響 堅持做有機

在臺北上班時，游正福經常有機會出國。他很敬佩日本的農業，「東西只要把它做好、做專精、做安全，就可以賣很高的價錢」，種出被譽為「奇蹟蘋果」的木村秋則，用自然栽培法，栽種出不會腐爛的蘋果，也帶給他很大的衝擊。他順應自然生態、友善對待土地，不使用農藥與化肥，即便與父親理念不合，引發家庭革命，仍然非常堅持，絲毫不肯妥協，經過數年的努力取得有機認證，接下來又獲得綠色保育標章，讓茶園不只專做有機，還兼顧生態保育及棲地維護。

觀摩學習同業 養雞除草

跟隨父母學習、傳承技術，參加專業課程，加入青年農民聯誼會，與同業交流學習，精益求精，不管是在種茶還是製茶時，都必須按部就班，有時還要徹夜守著茶菁，不能「偷吃步」。養雞除草，有雞蛋就自己

吃，沒想到有客戶來參觀，買回家吃過後說沒有腥味、太好吃了，每天大約六到十斤的雞蛋產量，週末拿到花博農民市集總是被搶購一空，平均一年增加超過三十萬元的產值。

自己的肥料自己種

游正福整理家中一塊約0.1公頃的茶園用於實驗，在新種植的茶樹之間種植九號花生，發現「除草」效果奇佳，且茶樹生長時間比正常狀況快約1.3倍，令他大感驚奇，原來花生屬豆科植物，根瘤菌含量多，能吸收游離氮並將其固著在土壤內，增加有機質含量，花生藤不僅讓茶樹旁的雜草失去生長機會，省去人工除草成本，花生採收後，還可販售或者自家食用，且剩下的花生殼以及採收後的藤葉，與豆粕混合後，還可當作有機肥，妙用無窮，預估可省下三成有機肥費用。

邀請客戶參觀 客人變朋友

游正福說，有位客人起初在臺北花博農民市集只是嘗試性地買了一千多元的茶，後來



到家裡參觀後，環境說服了他，從此成了固定客戶，特別叮嚀以後有新茶出來一定要通知他。因為誠信，客戶變成朋友，有位吳小姐和藍小姐還帶國外回來的朋友找他買茶。假日時來宜蘭找他玩的客戶不在少數，暑假時還有人專程來宜蘭找他烤肉，因此結交許多志同道合的朋友。

國產茶風味輪 色香味一目了然

與茶改場合作推出TAGs宜蘭好茶風味卡，分別針對水色、香氣及滋味，建立風味索引，讓消費者找茶時，能更系統、專業地說出特色，找對茶。與父親研製製作新的產品，改變用自然農法栽培，將「品質」跟「認證」做到最好，傳承家族對茶的用心，只為了讓消費者買到更安心及健康的茶葉。



圖文 陳彥佑

嚴重特殊傳染性肺炎農產業紓困與振興

《翁紹銘·臺北報導》行政院農業委員會為了因應嚴重特殊傳染性肺炎疫情影响本國農業，針對農糧業、漁業、畜牧業及休閒農業等方面，擬定多項紓困及振興的相關措施，包括提供優惠貸款及利息補貼、加強海外市場拓銷、強化國內行銷、媒合電商平臺、加強產銷調節及扶助休閒農業等。

農委會也會持續掌握國內外銷市場狀況，適時輔導產業機動調節生產，維持產銷穩定，透過各項產業輔導措施，讓農民、農民團體及農企業，得以度

過本次疫情危機，並進一步化危機為轉機，減低以往單一市場風險、加速農產品電子商務發展，促進產業結構升級。

各項措施的申請資格、詳細說明、實施辦法與諮詢單位聯繫資料，都公佈在農委會網站：農產業紓困與振興專區中，讓我們互相扶持，共同守護這片美好的土地，安然渡過這次的考驗，同時也讓臺北市農業轉型、升級。



嚴重特殊傳染性肺炎
農產業紓困振興專區



田媽媽場域改善及服務
創新獎勵計畫申請原則



休閒農場場域改善及服務
創新獎勵計畫申請原則



臺北市符合資格(受疫情衝擊影響)之取得許可登記證休閒農場名單

- 士林區：福田園教育休閒農場、日月滿休閒農場、梅居休閒農場。
- 文山區：杏花林休閒農場、老泉養生休閒農場、慈音山莊休閒農場。
- 內湖區：鄉村休閒農場、白石森活休閒農場、清香休閒農場。
- 北投區：二崎生態休閒農場、柏泰園休閒農場。

預防新型冠狀病毒肺炎防疫用酒精解惑篇

《李諭善·臺北報導》現在市面上防疫清潔用的酒精好多種，有些上面標示的「未滅菌」是什麼意思呢？因為現在大多因應疫情需求生產的防疫清潔用酒精，是使用酒廠工廠現有設備特許生產的酒精，沒有經過藥廠的滅菌製程，所以只能標示為未滅菌。一般來說75%的酒精對微生物(如細菌、病毒等)的蛋白質外殼穿透性佳，故一般以75%酒精溶液做為清潔使用，至於是否經過滅菌過程，並不影響滅菌效果，對手部清潔、居家清潔等日常使用沒有問題，但不建議做為醫療

器材及有傷口皮膚之消毒殺菌使用。

此外因為70-80%的酒精度較高，若為塑膠容器，建議優先使用標示有「2號HDPE」及「5號PP」的容器。若需長時間儲存則建議使用玻璃瓶。

若使用95%優質酒精稀釋使用，請保持容器緊閉避免酒精揮發，同時稀釋用水建議使用煮沸之冷水或蒸餾水，容器亦須清潔後晾乾再使用。參考資料來源：台灣菸酒公司



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27070612分機2715、277。

春之浪漫賞花去 海芋花的採摘與保存

《李諭善·臺北報導》每逢初春海芋花開時節，花白天藍，空氣清新，忍不住仰起臉、閉起眼，解放口罩貪婪的呼吸。早該來了，原來浪漫離我如此之近。

挑選原則：天氣越熱海芋保存的時間越短，為了能欣賞到花苞展開的美貌，天氣越熱就應當選擇越成熟的花朵，所以在四月選擇以



三到五分開為宜，五月份以後則選擇五分開以上。另外，苞片飽滿、苞色純白，無傷痕或褐變，花莖結實、基部無變紅或腐爛現象等也是挑選的原則。

摘採技巧：因為一般遊客習於在田邊就近採海芋，所以建議您一定要換上青蛙裝下到田裡採海芋，越往裡頭花越美、選擇更多。摘海芋時，應順著花莖向下自基部反手順勢抽起，以免從中間折斷。另外，小心衣服別沾染到葉莖上的汁液，不然，就會留下到此一遊的海芋吻痕。

保存撇步：為了使海芋能維持較長的瓶插壽命，大太陽時採下來的海芋要馬上放置於水中浸泡除去「田間熱」。帶回家瓶插後，要勤換水，且於每次換水後將花莖基部切除一小段，可用市售的切花保鮮劑，或在水中加



入幾滴漂白水。同時，花朵應置於陰涼處，勿在陽光下直曝，氣溫更高時可在水中加入一些冰塊降溫。這樣你的海芋就能比別人欣賞更久！

臺灣超美加羅林魚木不輸出國賞櫻

《吳新棋·臺北報導》每年四月，溫州公園(羅斯福路三段283巷30號)旁的加羅林魚木總是如期的綻放。清風徐來，枝頭上掛滿了淡黃乳白相間的花瓣，像極了翩翩飛舞的蝴蝶；紅紫色的花蕊，有如活靈活現的觸鬚，在寧靜中又顯現一陣陣生動活潑的氣息。

年初爆發新冠肺炎疫情迄今，人們受到禁錮的身心，歷經漫長時日，對於春天時序變化更加企首盼望，即使不能在北方體驗風吹雪的浪漫，也無法恭逢百花齊放的盛宴，但在我們的身邊，依然矗立著陪伴我們、守護這塊土地的大樹。它的綻放，撫慰我們的心靈，鼓舞了大家，堅持下去，人生仍舊充滿希望。

圖：Jessica



景美區

景美區農會年度農業生產資材申請

《高震宇·景美報導》景美區農會年度的農業相關資材申請已經開始受理轄下會員辦理登記，此次登記的農業資材有農機、栽培網、栽培支架、肥料等諸多品項，尤其是農機的部份，有別以往需要人力施作的部分，農民慢慢也都以機械取代耗費人力來的工作。所以這次申請補助的農機品項也更多元，有中耕機、吹葉機、剪枝機、割草機，另外有些農友也捨棄了傳統添加汽油農機改採用電動農機具，相對也更為環保。

景美區農會除了選擇品質優良的種苗、種籽提供給轄下會員外，也是希望藉由機械農機導入，來取代某部分的人力，讓農友在慣行農法施作上能有所改變進而達到省工的目的，進而提高農民收入。



士林區

士林青農系列之四-林逸群

《邱佩娟·士林報導》士林區的第四位青農-林逸群，他是在108年4月加入士林分會，農地位於新北市萬里區，雖然從農的時間不長，在他的努力下，已取得臺灣農產品生產追溯條碼。食品科畢業的他，運用自身所學，把家中生產的檸檬，結合蜂蜜等材料，製成口感清新酸甜的蜂蜜檸檬果醬。並且從去年底開始，嘗試在市政府辦理的一日農民市集「台北野市集」展售，訓練展售能力，瞭解客戶需求。

逸群也把所栽種的菊苣及紅蕾絲香水菜萵苣，搭配成生菜沙拉組，在天母的沃田與鄰市集與士林區農會活力生活館販售。今年2月，建立「大野狼森林農莊」的蜂蜜檸檬果醬新品牌包裝，不定期到希望廣場展售。除了在農民市集、士林區農會活力生活館等實體通路之外，他也利用臉書粉絲專頁及電商平台販售產品。歡迎加入「大野狼森林農莊」臉書專頁查看他生產的更多產品及展售活動訊息。



臺北市交通防疫升級

4月4日起 搭乘大眾運輸工具
北捷、雙北市公共汽車
應全面全程佩戴口罩
不聽勸導可 **罰3千到1萬5**

戴口罩 多洗手 保護您

臺北市政府 Taipei City Government TAIPEI

大安區

大安區農會農業生產資材補助作業

《何維雅·大安報導》去年(108年)農委會依據小型農機具品項設有補助上限額度，以實際購買新品之價格補助三分之一。今年延續「小型農機具補助」方案，每人每年以申請1台為限，因此去年度申請過的人今年度可以繼續申請。另外大型農機補助對象則是向農糧署各轄區分署或機耕協會提出申請，以5年內申請一台為限。

其規定的機種及補助上限請參照農糧署網站>農糧業務>農機補助專區>大型農機補助專區。

大安區農會會員可至大安區農會推廣部登記農業生產資材補助，若尚未前來登記者請先聯繫(02)2732-5237陳先生，以確認詳細補助流程及補助品項，若已配送完成的會員朋友，請於指定時間內繳交自費金額，以利後續作業。



南港區

南桂坊蜂蜜上市薑黃紅茶熱銷中

《陳景岳·南港報導》源於中藥樹種鴨腳木蜜，是嶺南特有冬季花蜜，俗稱冬蜜。色澤為淺琥珀色，較容易結晶，質地優良，味甘而略帶有苦味。

近年來，在南港區農會推廣股強力輔導下養蜂事業已日見成果，蜂蜜產量也達上市銷售規模。南桂坊此次推出上市的產品有鴨腳木蜜(冬蜜)、百花蜜、龍眼蜜三種，並利用QRcode追蹤生產履歷，讓消費者了解所飲用的飲品原料產生的歷程，食用安心。

同時也積極輔導養蜂班學員使用QRcode來顯示所生產蜂蜜的生產履歷，讓南桂坊蜂蜜獲得市民大眾的信任、採購，增加蜂蜜收益。

薑黃具有極高數值的抗氧化能力。又依國際SCI醫學期刊醫學病毒雜誌刊登，嘉義長庚醫院中醫師主任吳清源研究團隊，利用電腦高速運算模式，發現臺灣本土茶葉中一種經由特殊萃取出來的結構物質Theaflavin，可能抑制新型冠狀病毒增生。

南桂坊的薑黃紅茶在此波武漢肺炎疫情延燒下，獲得市民大眾廣大迴響，成為近期熱門的防疫健康飲品。

實習植物醫師小記 18 葉溫瑜

臺北市農會於3月底邀請桃園區農業改良場羅國偉助理研究員至內湖區農民農園，勘查草莓植株生長及草莓苗栽培管理相關問題。

於農園內可發現草莓植株生長異常，經研究員觀察後判斷應為臺灣尚未發表之新病害-草莓葉枯病(暫定名稱)，其病徵有葉緣枯、內凹、輕微大小葉及過去農民於葉片上看到的蛇眼病斑等，當草莓苗感染此病原菌，根系生長將受抑制，導致後續生長不良且定植時會將病原傳播到其他區塊，造成植株葉片逐漸枯損、植株生長不良、最終死亡。目前尚未有推薦藥劑，建議土壤消毒或換新土壤，苗株培育或定植時應注意勿選到生病植株，避免於苗床或田間傳播。

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，市農會視作物類別及病況邀請大學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，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。



苗床上母本之蛇眼病斑 田間植株受害病徵

台北市農會

不出門也能買菜購物

台北市農會網路商城提供宅配服務

台北市農會網路商城 eshop.tfa.org.tw

網路商城單筆購物滿2000元免運費 限臺灣本島

使用後的廢棄口罩

！請勿隨意丟棄！

【一般民眾】
使用後的口罩
以一般廢棄物處理
請丟入垃圾桶

行政院環境保護署 Environmental Protection Administration