



南方澳鮪妮道來 花博農民市集推廣國產優質漁產

《張健語·台北報導》「南方澳鮪妮道來推廣行銷活動」於6月7日至8日在花博農民市集登場，由蘇澳區漁會主辦，臺北市政府產業發展局與台北市農會攜手協辦，精彩活動於日前圓滿落幕。活動開幕由農業部漁業署、宜蘭縣政府、臺北市政府產業發展局、全國區漁會、台北市農會及蘇澳區漁會等單位代表共同參與，展現對國產水產品推廣的支持。

南方澳為台灣重要漁業重鎮，每年黑鮪魚、黃鰭鮪及鬼頭刀等漁獲深受消費者喜愛。活動期間安排黑鮪魚分解秀、鬼頭刀魚丸DIY及食魚教育推廣，並提供鱸魚丼

飯、生魚片丼飯、香煎鮪魚排等特色料理免費品嚐，讓現場民眾品嚐新鮮海味。現場亦設置蘇澳區漁會展售攤位，販售各式生鮮漁獲與加工產品，呈現南方澳漁產從產地到餐桌的多元樣貌，並協助推廣當季漁產品銷售。

臺北市政府產業發展局與台北市農會長期以來積極推廣在地產業，致力於支持本地農民，未來將持續透過花博農民市集串聯全台優質農漁產品，讓消費者就近選購安全、健康的農漁特產，並促進產地與市場交流，共同帶動地方產業永續發展。



622
《6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：潘清森
 常務監事：翁清楠
 總幹事/發行人：郭淑敏
 發行所：台北市農會 (TEL: 2707-0612#266)
 http://www.tfa.org.tw
 地址：台北市106470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

115年台北市綠竹筍季開跑

優質綠竹筍評鑑登場 採筍體驗邀您走進筍園



台北市農會帶領花農赴宜蘭觀摩 拓展花農產業視野

《曾中煌·台北報導》由台北市農會主辦、臺北市政府產業發展局輔導的「115年度建國假日花市花卉研習觀摩活動」，於5月27日至28日順利舉行，共吸引73位花農參與，活動前往宜蘭辦理兩天一夜研習觀摩，結合產業參訪、農村體驗與交流學習。

首日前往噶瑪蘭酒廠，觀摩品牌經營模式與行銷策略；隨後於冬山鄉花間茶語體驗手作茶香足浴包，認識農村創生及「生產、生活、生態」共榮發展理念。行程中亦安排參訪南方澳豆腐岬，欣賞宜蘭海岸風光，並品嚐薑紅雞與櫻桃烤鴨等地方特色美食，讓平時忙於農務的花農夥伴們，能在輕鬆愉快的氛圍中交流情誼。



第二天則走訪羅東林業文化園區，回顧台灣林業發展歷史，並參觀大鱈魚夢工廠及龍潭湖悠活園區，觀摩農業結合觀光工廠與空間規劃的創新轉型模式，拓展花農對休閒農業與品牌經營的視野。

台北市農會表示，建國假日花市作為台北重要的都市花卉展售平台，不僅提供花農穩定的展售通路，也肩負推廣生活美學與綠色生活的重要使命。此次研習觀摩活動，除增進花農對農業創新與品牌行銷的認識，也促進彼此交流與凝聚力。未來將持續提升花市服務品質，為市民帶來更多元豐富的綠意生活體驗。

建國花市迎來富里好味道 食農體驗吸引民眾熱情參與

《曾中煌·台北報導》花蓮縣富里鄉農會於6月13日至14日在台北市農會建國假日花市農業櫥窗辦理農特產品展售活動，帶來有機米及多項在地優質農特產品，吸引許多市民前往選購，以行動支持國產農業。本次活動集結20攤在地小農共同展售，販售具產銷履歷及有機驗證的農特產品，讓消費者能安心選購

購來自花東縱谷的優質農產。活動期間同步辦理食農教育體驗，教導民眾製作「米飯鯛魚燒」，透過趣味互動認識國產稻米的多元應用，吸引不少親子家庭熱情參與，現場氣氛熱烈。

不少民眾表示，透過與農友面對面交流，更了解農產品生產過程及有機農業理念，也

對富里鄉優質農產留下深刻印象。活動不僅促進產地與消費地交流，也讓更多民眾認識花蓮富里的農業特色與在地風土。台北市農會表示，未來將持續透過建國假日花市平台，協助各地農漁會推廣優質農特產品，促進產地與消費地交流，共同推動農業永續發展。

木柵春茶競賽成績揭曉 特等獎由張雅涵女士脫穎而出！

《周莉蓉·木柵報導》由臺北市政府產業發展局輔導、木柵區農會辦理之「115年度春季優良鐵觀音茶比賽」於6月2日公布成績，本次邀請農業部茶及飲料作物改良場遴派專業評審，依茶湯色澤、香氣、滋味及整體品質嚴謹評比，最終由張雅涵女士榮獲特等獎，張協興茶行張欣柔女士獲頭等壹獎，展現木柵鐵觀音穩定優異的製茶實力。木柵鐵觀音以傳統工法與焙火韻味聞名，茶湯琥珀明亮、滋味醇厚甘潤，兼具熟果香與茶韻。本次特等獎得主張雅

涵女士出身茶香世家，家中經營老字號「張榮泰茶園」，父親張榮泰先生亦曾獲114年度春季特等獎，展現兩代傳承與精進的製茶精神。

今年春季前期雨量較少，幸採收前適時降雨，使茶菁生長穩定。評審指出，特等獎茶品茶湯清澈、回甘綿長，充分展現木柵鐵觀音「香、濃、醇、韻」特色。木柵區農會邀請民眾選購春季得獎茶，支持在地茶農，品味台北茶鄉獨具風味的好茶。



《吳建毅·台北報導》每年6月至9月為台北市綠竹筍盛產季節，由臺北市政府產業發展局輔導、台北市農會辦理的「115年臺北市綠竹筍季系列活動」正式開跑。將於6月24日上午在臺北市府1樓中庭舉辦「115年度臺北市優質綠竹筍品質評鑑比賽」。今年也推出「採筍趣一日農夫生態體驗筍園行程」，邀請民眾走入筍園，體驗採筍樂趣與農村魅力。

台北市山區氣候高溫多濕、土壤條件良好，孕育出品質優良的綠竹筍，口感鮮嫩爽脆、香氣清甜，深受消費者喜愛。台北市農會表示，綠竹筍講究新鮮，現採現食最能展現鮮甜風味，鼓勵民眾把握產季選購在地綠竹筍，實踐「吃當



季、食當地」理念，同時支持低碳運輸與永續農業發展。為提升綠竹筍品質與栽培技術，今年品質評鑑比賽將透過專業評審機制，鼓勵農友精進栽培管理，提供消費者更優質、安全

的農產品。此外，綠竹筍季節也與天成飯店合作推出綠竹筍季節限定料理，並結合臺北市政府產業發展局臉書粉絲專頁有獎徵答活動，提供20名天成飯店500元折價券抽獎機會，邀請民眾品嚐台北綠竹筍的多元風味。各區農會同步規劃「採筍趣」體驗活動，內容包含採筍、生態導覽及食農教育等，費用約200元至800元，適合親子及一般民眾參與。相關活動資訊及報名方式，可至台北市休閒農業資訊入口網查詢。



台北市休閒農業入口網QRcode

微光中的職人精神 台北綠竹筍產地紀實



《潘建華·台北報導》為記錄台北綠竹筍最真實的在地生命力，台北市農會於5月下旬走入產區，專訪8位在地職人筍農。在晨光微曦的竹林裡，我們傾聽了各自回鄉務農的溫馨故事：有人因深受愛綠竹筍，為推廣在地產業甚至熱心參選里長；有人熱愛自由，想不到務農竟讓自己同時賺到財富與調配時間的自由；也有人起初只是返家幫忙，卻在與泥土的經年對話中逐漸培養出興趣。

點滴故事雖各有不同，但相同的

是，這都是一份與朝露賽跑的辛勤勞作，隨著年紀漸長，不少職人逐漸感受到體力負荷，也不約而同面臨找不到傳承接班人的困境，流露對竹林未來發展的憂心。

這些真實告白，深刻呼應今年推廣綠竹筍「職人精神」的初心。我們期盼透過紀實報導，重新看見筍農的專業價值與職人風采，讓市民在品嚐清甜筍香之餘，更能理解筍農凌晨4點摸黑採收的辛勞，共同守護這份屬於台北的綠色驕傲。

115年度台北市家政、四健人員專業培訓

商用米、麵食點心製作培訓課程開放報名

《李宜榛·台北報導》為提升本市家政班員及四健會員專業技能，並培育具中式點心製作專長之人才，台北市農會辦理「商用米、麵食點心製作培訓課程」，透過系統化訓練，強化農產品加工與應用能力，培養農會推廣種子師資，並促進在地農特產品多元開發與加值利用。本課程預計招收30名學員，上課時間為115年9月3日至10月8日，每週四上午9時至下午4時，共計6次課程。

報名資格：1.本市各區農會家政班員、2.本市各區農會四健會

員（建議年滿18歲以上）、3.台北市青年農民聯誼會成員、4.本市各區農會會員或會員眷屬。以上資格符合其一者即可報名，並由各區農會進行資格審查確認。

報名方式：即日起至7月28日止，符合資格者請填具報名表，並持相關資料至轄屬區農會推廣部辦理初審。持有米、麵食加工丙級技術士證照者，請務必檢附證照影本，以利資料審核。

錄取學員須繳交參訓配合款新臺幣3,500元。為維護課程品質，缺課達2次（含）以上，未依規定配合者，將追繳全額訓練費用

新臺幣10,000元。歡迎有志投入農業推廣、食品加工及創意點心製作之農會成員報名參加，共同

提升農業多元價值與在地特色產業發展。



編輯室小啟：取消訂閱紙本或更改地址請來電27070612分機266、277。手機請掃描

展現最萌農力！台北市農會攜手青農赴台中交流

《潘建華·台北報導》為凝聚本市青年農民向心力，台北市農會於5月29日至30日輔導青農聯誼會前往台中，參與「全國青農座談暨運動會」。市農會特於5月20日規劃特訓，邀

請拔河國手古采蓉擔任教練，親自傳授核心發力與防護技巧。特訓當天大家抓起繩子雖然表情逗趣，卻始終保持著可愛的活潑隊魂，為賽事做足準備。

活動首日交流座談會由農業部部長陳駿季親自主持，本市青農把握機會與各縣市夥伴交流從農心路歷程，並榮幸與部長留下珍貴合影。隨後的運動競技則包含拔河、農產運輸、共建高塔及同心圓等趣味挑戰。賽場上，全體隊員全力以赴，雖未抱回名次，仍充分展現臺北青農積極進取與團結合作的精神。

賽後一行人前往台中「呼密農場」參訪，由農場主煌仁分享智慧種植藍莓的科技經營心得。本次台中行兼具情感聯誼與新知研討，不僅拓寬了會員們的產銷視野，更深刻證明臺北青農在專業務農之餘，更是一支熱情、趣味且凝聚力十足的優秀團隊。



優良包種茶頒獎暨展售會熱鬧登場 南港春季春季好茶揭曉！

《張玉鈴·南港報導》115年南港春季優良包種茶評鑑比賽頒獎典禮暨展售活動，於5月23日至24日在建國假日花市農業櫥窗熱鬧舉行，吸引許多愛茶民眾前來品茗選購，感受南港茶鄉魅力。

今年共有88組茶樣參賽，經過初審與複審層層評選，由茶改場北部分場蘇彥碩場長及張正桓助理研究員擔任評審，最終選出特等獎1名、頭等壹1名、頭等獎6名、金質獎9名及銀質獎13名，競爭相當激烈。近年極端氣候頻繁，茶樹栽培管理面臨更多挑戰，從茶園管理、採茶到製茶，每一步都考驗著茶農的經驗與技



術。今年春茶仍展現優異品質，更顯珍貴，也展現南港茶農對土地與茶葉的用心與堅持。

本屆最高榮譽特等獎由茶農廖文生先生獲得。廖先生自幼學習製茶，長年深耕南港舊莊茶區，經營環山茶行，以細膩製茶技藝與對品質的堅持，展現南港包種茶的經典風味。評審表示，今年春茶品質表現亮眼，茶香清雅、茶湯甘醇，為難得的優質好茶年份，並恭喜所有得獎茶農的努力與成果。錯過展售會的民眾，可前往南港區農會「農村社區小舖」，選購優質包種茶，一起支持在地茶農與茶文化。

大安區

端午飄香 家政班手作香皂體驗樂

《何維雅·大安報導》端午時節氣候炎熱潮濕，蚊蟲也隨之增加，民眾習慣使用化學防蚊用品，但長期使用不僅刺激皮膚，也對環境造成負擔。為推廣天然健康的生活方式，大安區農會家政班舉辦手工皂體驗課程，鼓勵大家透過天然香草與手作樂趣，打造安心實用的生活用品。課程以「擬真麝香葡萄手工皂」為主題，從灌模到脫模塑形，每步都充滿療癒與創作樂趣。學員依個人喜好搭配天然香氛，製作獨一無二的香皂。沐浴時散發淡淡香草氣息，帶來舒適放鬆感受，也讓肌膚洗後清爽不乾澀。

本次家政班手作成果，將於6月27日在台中區農業改良場舉辦的「全國家政推廣70週年活動」中展示，分享家政手作結合健康生活的溫暖成果。



中山區

健康活力 高齡者肌力訓練班

《康雅媛·中山報導》肌力訓練有助改善高齡者因肌少症造成的身體機能下降，降低跌倒風險並提高生活品質。中山區農會配合朱壽社區發展協會辦理高齡者肌力訓練班，於4月7日起逢週二辦理，內容包含握力測量、運動及飲食紀錄。

課程由講師帶領長者進行以下練習：原地踏步，訓練基礎耐力、起立坐下/深蹲，強化下肢肌力與平衡；弓箭步，提升平衡感、踮腳站立，強化小腿等訓練。講師也強調持續性的重要，偷懶一週不訓練就可能影響肌肉量維持，應保持穩定運動習慣，且運動前後應搭配伸展，以維持肌肉彈性。此外，課程中也介紹，在肌力訓練後1小時內飲用豆漿是理想的營養補充，能有效攝取優質大豆蛋白以修復肌肉。課程結束後長者在家亦可持續自我訓練，優化身體結構、提升日常生活能力，並有效預防跌倒，讓長者擁有更強健、輕盈的身體。



木柵區

綠色照護暖人心 共創樂活好時光

《巫家穎·木柵報導》木柵區農會今年首次辦理「綠色照護試辦站」，自5月開課以來，每週二陪伴長輩一起學習、交流與成長，促進身心健康。

首週課程以「茶籽油認識」為主題，帶領長輩了解茶籽油的製作過程、特色與日常應用，認識在地農業與健康飲食觀念。第二週安排「水苔球DIY」，長輩們親手包覆植物、塑形綁繩，在綠意陪伴下體驗手作樂趣，親手完成的作品更是充滿成就感。第三週進行「乾燥花手作課程」，運用不同花材進行創作，在花香與歡笑聲中完成專屬花藝作品與紀念品。第四週則體驗「手工皂DIY」，從認識材料到實際製作，學習天然清潔用品的製作技巧，提升環保與健康意識。

四週課程結合綠色照護理念、在地農業、手作創作與健康促進活動，讓長輩們在學習中交流、在互動中建立情感連結。感謝青年農



民、家政班員及在地職人的熱情參與與陪伴，讓課程充滿歡笑與溫暖。未來也期待持續透過綠色照護活動，陪伴長輩走出家門、豐富生活，共同創造健康樂活的幸福時光。

松山區

食農小旅行 竹子湖繡球之旅

《劉馥嫻·松山報導》松山區農會於6月5日辦理食農小旅行，帶著家政媽媽走訪北投區農會輔導的竹子湖休閒農業區，感受在地農村景觀與特色農產魅力，雖然當天細雨綿綿，卻絲毫不減大家出遊的興致。

首站大梯田花卉生態農園，漫步百年梯田間，欣賞層層綻放的繡球花。雨水滋潤下花色更加鮮豔飽滿，與山嵐霧氣交織成夢幻景致，令人忍不住拿起手機捕捉美景。中午於發現生活園藝品嚐以在地食材烹調的土雞料理，體驗竹子湖獨特的田園風味。下午來到名陽圃休閒農莊，在大片繡球花海環繞下，悠閒享用園主手作的下午茶，伴著醇厚咖啡香，一邊賞花、一邊聊天，度過愜意時光。雨中的繡球花別有一番風情，班員一路拍下許多美麗照片，留下滿滿回憶，也為這趟旅行增添了難忘的浪漫色彩。



北投區

竹子湖繡球花綻放 花海美景吸引民眾朝聖

《魏俊凱·北投報導》2026竹子湖繡球花季已於5月22日盛大開幕，滿山遍野盛開的繡球花將竹子湖妝點成繽紛花海，吸引眾多民眾前來賞花踏青，共同感受初夏最浪漫的花季盛事。

為豐富遊客賞花體驗，北投區農會於5月23日至24日辦理巴島柑廬店市集活動，結合在地農業、文創產業與社區力量，展現竹子湖多元的人文風貌。開幕當天辦理「農園IG打卡點地景花藝設計」頒獎典禮，表揚用心打造特色景觀及創意拍照空間的農園業者外，鼓勵持續提升園區特色，搭建優質賞花環境。市集活動中，湖田實驗國民小學師生也參與義賣，透過販售特色商品籌措畢業旅行經費，展現社區互助與教育結合的成果。現場另有手工藝創作攤位及音樂表演，讓遊客在欣賞花海之餘，也能感受竹子湖的人文魅力與藝術氛圍。

竹子湖繡球花季不僅展現北投花卉產業成果，更透過市集、社區參與及農業體驗等活動，串聯農業、文化與觀光資源，讓民眾在繡球花盛開的季節裡，感受花海之美，留下難忘的夏日回憶。



松山區

食農教育推廣計畫研習

《汪明華·松山報導》松山區農會配合臺北市政府農業振興方案計畫推廣食農教育到里民活動，與信義區四育里里辦公室及臺北市信義社區大學合作，於6月至8月每週五在信義區四育區民活動中心辦理「食農教育-臺北市里民有機蔬菜研習」。課程由臺北市信義社區大學白益欣老師前來授課，內容涵蓋友善耕作、自身安全注意事項、社區的綠色生活圈、讓植物不生病、剩菜種植與扦插、水苔球與居家美化及芽/苗菜的認識與種植。讓上課里民初步認識有機蔬菜友善耕作基本知識及技術，歡迎市民踴躍報名參加。

- 上課時間：6月26日到8月7日每週五 上午9點到11點共6週
- 上課地點：信義區四育區民活動中心(台北市信義區松隆路290號)
- 聯絡人及電話：松山區農會汪明華先生27531013分機162 四育里里辦公室：27682426

此外，松山區農會為推廣食農教育一日簡農，特別於7月8日、29日上午9點到11點兩梯次辦理採摘體驗小旅行，費用每位新台幣200元，本活動採事先報名，額滿即截止報名，詳情請掃描QR Code。

