

## 107年度正會員區外觀摩研習活動～活動報導

會務部/陳燕如



正會員觀摩活動於4/19-20及4/23-24分兩梯次辦理完成，參加人數共365人。本次活動除了凝聚了會員的向心力外，也再次見到台灣這座寶島的美和奇景。

第一天至八卦山天空步道，以輕型鋼架為結構，路線更是從空中穿越過山路，不僅有高空的視野更能漫遊森林，體驗生態之美；也至西螺鎮參訪最有名的醬油觀光工廠，會員更為了解醬油製作過程，以祖傳醬油釀造技術“甕”釀製作，經曝曬120天以上的完全發酵，傳統天然的釀造法更安心，一路走來的歷史痕跡，完整呈現了醬油製程的生產線；及位於雲林虎尾的澄霖沉香味道森林館，也是為國內第一座最大的沉香味道森林館園，會員們體驗穿梭在一片沈香樹林裡，吸收芬多精。

此外最讓大家驚奇的是第二天的羊灣茶山之旅，被美麗茶園的風光包圍外，茶農們為了茶園及山林的水土保持陸續在茶園間種植銀杏樹，一大片銀杏點綴高低起伏的茶園，形成特殊的景觀；接著來到讓人懷念的鹿港老街之旅，回想起小時候的回憶和特色古早味的零食；最後一站—台中梧棲漁港，農漁產品的小吃店，各式的魚肉鬆小吃料理，每每都吸引大批的遊客，也讓會員們買的不亦樂乎。

快樂的時光總是過得特別快，轉眼兩天就在餐聚後結束了此次旅遊，農會期待下次與你們一起的旅遊。

## 新北市土城區農會107年度四健會員 暑期作業組研習班招生簡章

### 一、招生對象及報名應備文件：

- 1.本會四健會員及義務指導員，請攜研習費用。
- 2.本會客戶之9至24歲子女，請攜本會存摺（存款餘額壹萬元以上）、戶口名簿、研習費用。

### 二、報名日期及地點：即日起至6月22（五）前於本會推廣部（中正路5號2樓）辦理。

### 三、注意事項：

- 1.為求資源公平分配，每位學員得報名三項，第四項以上則暫列候補，俟報名結束視名額依序通知遞補。
- 2.報名人數未達各班開課標準，則該班不予開課。
- 3.請會員慎選課程開課前1週起不退費。
- 4.凡報名參加本研習課程，需配合繳交作業紀錄並參加成果發表等活動，不得藉故推諉，違者取消下年度課程報名資格。

### 四、研習項目：

課程名稱	預定名額	開課日期	研習堂數	研習時間	研習地點	研習費用	備註
植物手染作業組	15名	7/7	6堂	7/7-7/12 (每天) 9:00~12:00	劉老師自然教室 (彈藥庫裡)	200元	
知竹常樂作業組	10名	7/7	6堂	7/7-7/12 (每天) 14:00~17:00	彈藥庫裡竹園	200元	
園藝動手做作業組	20名	7/16	5堂	7/16~7/20 (每天) 14:00~16:30	本會6樓教室	200元	
編織達人作業組	20名	7/19	6堂	週四9:00~11:30	本會6樓教室	300元	
自己畫漫畫作業組	20名	7/23	8堂	7/23~8/03 (每天，除週四外) 10:00~12:00	本會6樓教室	300元	自備畫具
簡易防身術作業組	15名	7/23	8堂	7/23~8/03 (每天，除週四外) 13:00~15:00	本會3樓禮堂	300元	

推廣部四健指導員：徐詩婷 聯絡電話：(02)8261-5214



理事長/林生喜

常務監事/李榮達

總幹事/張國城

發行者/新北市土城區農會

發行人/張國城

會址/新北市土城區中正路五號

電話/8261-5200

網址/http://www.twtcfa.org/

編印者/造極彩色印刷製版股份有限公司

電話/2240-0333

- ★清水辦事處 8261-5245~51
- ★頂埔辦事處 2268-7801
- ★貨饒辦事處 8261-5258~61
- ★峰廷辦事處 8261-5255~57
- ★廣福辦事處 8966-2586
- ★永豐辦事處 2263-9388~89
- ★供銷部 2267-7484

**台中新社區農會 杏鮑菇香腸**

30%的新鮮杏鮑菇以及70%合格優良豬後腿肉，嫩Q不油膩，口感飽滿而不膩，香腸風味提升營養更加分！

規格：600g

NT.250元

**滿州鄉農會 有機黑豆豉醬**

黑豆含有豐富的蛋白質、不飽和脂肪酸、維生素、大豆黃酮等，具補腎益強、健脾利濕、除熱解毒等功能。

規格：180g

NT.210元

**新品上市**

**台中新社區農會 香菇香椿醬**

全素，口味清香不油膩，香菇研磨加工製成，吃得到淡淡的香菇清香是拌飯拌麵佐菜料理的好幫手

規格：100g

NT.80元

**台中新社區農會 香菇沙茶醬**

全素，口味清香不油膩，香菇研磨加工製成，吃得到淡淡的香菇清香是拌飯拌麵佐菜料理的好幫手

規格：100g

NT.80元

歡迎上網搜尋：  
**新北市土城區農會** <http://www.twtcfa.org>  
 更多選項和商品可在線上購物唷！

## 推廣簡訊

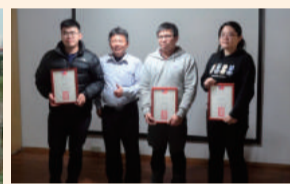
1. 3/1本會辦理107年度家政班班長、義指研習暨年度工作會報。
2. 107年1期水稻代耕共同作業已於3/16辦理完畢。
3. 3/20帶領家政義指參加市農會辦理「新北市107年度家政推廣教育幹部講習」。
4. 3/22農事班員參加新北市107年度農事推廣教育技術交換大會，獲得殿軍。
5. 3/30本會辦理107年度家政班書記工作研討會。
6. 4/3辦理107年度農事技術研究班幹部會議。
7. 4/10~6/26辦理四健咖啡作業飄香組。
8. 4/18家政義指參加新北市107年度家政推廣教育技術交換大會—公民常識測驗，獲得亞軍。
9. 4/19本會辦理107年度鳳梨及香蕉消費地教育講習。
10. 4/22辦理107年度四健會員日—田園老師的魔法科學活動。
11. 本會107年度社區東洋舞創新學習班於4/24開課。



家政班長、義指研習暨年度工作會報



水稻共同作業—代耕作業情形



參加「新北市107年度農事推廣教育技術交換大會」



家政班書記工作研討會



農事技術研究班幹部會議



四健咖啡作業飄香組



家政推廣教育技術交換大會



鳳梨及香蕉消費地教育講習



四健會員日—田園老師的魔法科學活動



**國產洋蔥 美食無負擔**

低熱量且營養成分豐富  
提高骨密度，有助於防治骨質疏鬆症

咱洋蔥就是讚！  
提振食慾、防癌抗衰老、殺菌、抵禦流感病毒

項目	國產	進口
表皮顏色	淡黃	深褐
蔥球形狀	紡錘型較長	圓球型
水份	多	少
辛辣味	清甜可生食	辛辣味強

國產 vs. 進口

## 我的伴讀心得分享

四健義指/彭敏華



踏著愉快的腳步，在春陽和煦的照耀下，走進農會開心地和指導員打聲招呼，左手拿著點名板右手拎著咖啡就閃進電梯直上6樓，走進教室等著小朋友來，共度伴讀時光。等著等著思 回到了兩年前，印象中，農會是我祖父輩的人才會有交集的金融機構。誰想的到，當家政班的指導員要成立志工隊時我毫不猶豫地報名參加；當四建會要成立伴讀班時我也迫不急待的加入當義指！

伴讀班裡的小朋友從三年級到六年都有，剛開班時，都由我主動和孩子們親近，也從陪伴用午餐及教導完成功課這樣開始。過程中，小朋友會跟我分享在學校發生的事，有時我進教室時，發現有小臉蛋臭臭的表情，我就會對他說：「喔喔！今天心情不美麗喔！怎麼啦誰惹你？」，接著就會嘖嘖喳喳的你一言我一語地述說著在學校裡有趣的事。很多時候，孩子們會在寫功課時，在我耳朵邊說他們非常喜歡來農會的伴讀班，哪怕只有在用午餐和到補習班之間短短停留農會的幾十分鐘時間，因為待在農會很開心、自在；而家長們在剛開班時，或許是對孩子們功課的焦慮感所致，對農會開伴讀班的宗旨與志工們和老師們有所誤解，不過經過指導員詩婷耐心地溝通，慢慢地也培養出默契。現在，只要在群組上貼出訊息就能了解我們想表達的意思，對孩子們的功課與行為而言都有正面的幫助。

在伴讀的過程中，發現到有的孩子雖然愛玩，但是對於功課是非常認真的，像是雅文（四年級）字跡清秀整齊，而且善於運動項目；同班的宜庭就熱愛畫畫，也畫得非常非常得好；當然也有精力非常旺盛的，每次都玩到大汗淋漓的，要他先休息寫功課簡直比登天還難！此時，我會鼓勵他們只要先完成一樣功課，就有點心可吃（孩子們最喜歡口香糖和餅乾），還會在群組裡回報今天誰最乖。說到高年級的孩子，需要補習的人也都會在我提醒時間時，主動並且準時地回到農會完成功課。特別的是，我在教高年級數學時，都會與他們一起討論最佳的解題方法。



漸漸地，我們之間越來越熟悉彼此，孩子們會跟我說家裡的事、心裡的事、同學之間的事，這讓我察覺到每個孩子都是獨一無二的個體，是那樣的與眾不同啊！印象深刻的還有一件趣事，有天在陪伴三年級的小朋友寫國語習作時，突然想到一個問題，於是很認真地請教他：「冠璋，問你喔~我另一班的小小朋友（一年級晨間補救教學）我要用什麼方法讓她學會注音符號及拼音呢？」他歪著小腦袋瓜，非常認真地想，然後回答我說：「老師，你可以啊！譬如ㄅ爸爸ㄅㄩ；ㄆ婆婆ㄆㄛ；就是媽媽ㄇㄩ...。」哇~我如醍醐灌頂般地，知道如何幫助這位小小朋友了，更驚訝於他的聰明，當下我一直跟他說謝謝，他卻淡定地回答我：「這沒什麼啦！下次我可以再教你其他方法哦！」，在這裡不只是我在教導小朋友，同時小朋友也在教導著我。

值得一提的是，我領教了孩子們的體力是無限的，是那樣的活潑好動，我必須想方設法的讓他們安靜片刻來寫功課，盡量在四點鐘以前完成。所以，每次伴讀我都會帶點心進教室，以備在休息時間或表現良好時作為 勵用。又或者要先陪他們玩遊戲才能心甘情願地坐下來寫功課，甚至常常要搬出指導員的名號，才能暫時鎮住他們浮躁的心。過程中我也時常和小朋友們一起學習社會科和自然科，了解現代這個社會的概況描繪，而數學課則著實的讓我一次次的挑戰自己，國語課是我最喜歡也最有把握的。最近孩子們還常常找我練習英聽呢！

簡言之，伴讀班表面上是我陪伴小朋友們，實際上，也滿足了我心底的成就感與快樂感！最開心的是下課時，孩子們有時會塞給我一張小紙條，上面寫著：老師！我喜歡你我好愛你喔！或者，給我一個大大的擁抱，有時是直接塞零食給我。真心話，我也好喜歡這裡，也謝謝你們，謝謝農會及指導員，讓我有機會做這麼有意義的事！

## 參加新北市107年度 家政推廣教育幹部講習

安和班/張美琴

這幾年擔任家政班義指，對於政令更迭變動，需與時俱進，才能即時與姐妹們分享，當然要把握機會充實精進囉！

今日跟隨指導員來到文山農場，參加新北市農會辦理的研習課程，上午由婦女促進發展基金會－黃副執行長，來一場



《女性與農業》的研討，一看到這個議題，以為課程枯燥艱澀，聽著可能很快會度咕...，殊不知講師功力深厚，化繁為簡、白話語言，妙語如珠

地帶領大家思考，認知目前台灣婦女的權益早已不同傳統社會定位。

現代婦女既可走出家庭，還自信成長而回饋社會、參與服務，甚至創業和二度就業，儼然進化成多元樣貌的農村女性，這可是一股不容小覷的力量啊！下午課程更是難得，榮幸邀請到台大醫院胃腸科權威醫師王正一教授，為高齡社會到來，銀髮族越來越多，該如何注意腸胃保健呢？

關鍵在於退休後不是呆在家裡養生，而是注重良好飲食習慣、均衡的營養，多出去走走，保有體力、活動力，好心情來自親人朋友的關懷，要對未來充滿希望和充足的睡眠，這才是胃腸保健的秘訣，也是長壽之道！

期許國家能更注重健全的醫療，社會保有自然環境、少污染...，最後祝福大家都能健康快樂呷百二！

## 參加新北市107年 家政班長、義指研習暨年度工作會報

員福二班/曾碧玲



很榮幸能在今年度續任班長替各位服務，今年家政班將繼續帶給大家不同的課題。關於今年度中心議題：一、交通安全任我行，二、挑選食材，找到食安解方，三、我的消暑小秘方，四、生活中的塑化劑，小心「塑」造兇手。希望這年度的課程能讓家政班的各位成員們，學習到更多生活中的小知識，期望未來一年能跟大家共度愉悅的家政班。

以及在今日所做的，DIY體驗沉香製作一在講述的過程中獲得了很多有關天然沉香的知識，讓各位幹部多了一個認識沉香的機會，也能回去和班員們分享，因為時間的關係，很可惜的在課堂中少了實際製作的過程，但能透過體驗課程接觸到沉香真的十分有趣。

也很開心能參加這次會議，與大家共同討論107年度的課程內容，也特別感謝農會的指導員，細心的規劃今年度課程，讓家政班的學員們能在三個月一次的課堂中能收穫良多，雖然一年只有四次的家政班會，但短暫的時間卻能與大家共享快樂的時光，除了家政班，農會還有很多能讓大家學習更多的知識的課程，讓平凡的生活增添了不少色彩，謝謝為了農會而付出的大家，讓我們一起繼續為農會服務，再次感謝大家。

### 農賀小學堂

#### 「青年從農創業貸款」 誰能辦？

- 18-45歲，且具備下列之一者
  - 農業相關科系畢業
  - 參加農業訓練滿80小時
  - 從事農業生產並有相關證明

農委會遴選之專案輔導青年農民

資格 機構

用途 額度

#### 「青年從農創業貸款」 哪裡辦？

- 戶籍所在農漁會信用部
- 戶籍所在依法承受農漁會信用部之銀行當地分行
- 全國農業金庫

#### 「青年從農創業貸款」用在哪儿？

- 資本支出：購買農林漁牧生產設備、農地、整建魚塭等
- 週轉金：農林漁牧生產經營需循環運用的資金，像購買飼料、農藥、支付工資等

#### 「青年從農創業貸款」有多少？

- 首次辦理或辦理未滿一年者，最高為300萬元
- 滿一年最高為500萬元，其中週轉金最高為100萬元
- 情形特殊，經農委會專案同意，可不受額度限制

## 65歲以下實際耕作農民 口頭約也可申請農保喔

預計107年農曆年後即可申請！

四大申請身份

- 經農委會遴選之十大青年農民
- 通過四章1Q驗證或友善環境認證之農民
- 各地青年農民聯誼會成員
- 配合其他農業政策之農民

並且符合以下其中 1 項條件

- 本人全年農業收入超過新臺幣25萬元
- 或 全年農業生產成本超過新臺幣15萬元
- 或 農地經營規模符合本會農糧署訂定之「實際耕作者申請參加農保之經營面積認定標準」

辦理方式

- 農業改良場受理申報
- 派員辦理現地勘查
- 依個案事實條件審查
- 改良場核發實際耕作之證明文件
- 實際耕作農民持該證明文件，依農保資格審查辦法規定申請參加農保。

基隆市、台北市、新北市、桃園市、新竹縣市農友如有相關問題請洽：桃園區農業改良場 03-4768216轉416

### 農金聯名卡

尋根在地好生活 守護台灣農漁業

#### 注意事項：

- 新戶定義：核卡前6個月內未持有農金聯名卡者。
- 若持卡人未於30天內消費及自動加值，將喪失其首刷禮資格。
- 須於107年6月30日前申請，並於107年7月31日前核卡。
- 活動贈品限領取乙次，正附卡合併計算。寄送地點僅限台、澎、金、馬，領取贈品後若有遺失或被竊，恕無法給予任何證明或補償；如遇贈品缺貨、斷貨，本行將以其他等值贈品替代，贈品不得轉換、轉讓或折換現金，並以實物為準，不得挑選樣式與顏色；贈品一經拆封使用過後，若非產品本身瑕疵，恕無法辦理退換貨；如未收到贈品需於活動結束後2個月內反應，逾期恕無法受理。
- 臺灣農漁會嚴選精品禮盒內容物：台南市麻豆區農會-雙柚金鑽禮盒(文旦柚茶原味十楓糖口味)。
- 新增消費定義為一般刷卡消費及一般郵購項目。其餘排除如：一卡通儲值金、悠遊卡自動加值金、預借現金、專案型預借現金產品、餘額代償、各項手續費、年費、延滯息、掛失費、基金申購、各項事業費用代扣或繳款、各項稅款、學費、各類繳費平台(如我的E政府、繳費)交易、車輛選標號交易、政府規費、特定賑災捐款、中華電信資費、電子化e政府平台交易、交通罰款、退款、爭議款、其他手續費等非消費性帳款。
- 如有非可歸責於聯邦銀行之事由致活動方式變更，聯邦銀行保留活動修改、取消之權利。

立即申辦

加油刷農金享降價優惠

農金卡友享全國農漁會獨家價

全國農業金庫

回首頁

謹慎理財 信用至上

- 循環利率：5%~15% ●循環利率之基準日為104年9月1日
- 預借現金手續費：預借金額x3.5%+100元

## 戶政法令暨最新 便民服務措施宣導

### ◆ 新北市啟動快速入籍服務，遷戶口免奔波免規費

- ◆ 新北市人口即將邁入400萬大關，市府特別推出「住在新北 設籍新北」系列抽獎活動，獎額超過新臺幣1,500萬元(有套房、汽車、黃金、電動機車、公主遊輪、國外來回機票、禮券、體驗券等)，邀請居住在新北市尚未設籍的居民，遷入戶籍逗陣來作厝邊。
- ◆ 為鼓勵實際居住本市尚未設籍之民眾於社區、公司揪團5人將戶籍遷入本市，自即日起至107年11月30日止，凡滿5人申請遷入者，免徵戶政規費(換領國民身分證每張50元、領取戶口名簿30元)讓遷戶口免奔波又省錢。

### ◆ 新北市首辦護照一處收件全程服務

- ◆ 首次申請護照之民眾，得向全國任一戶政事務所辦理「人別確認」，新北市提供「首次申請護照一處收件全程服務便民措施」代收代辦護照(不含補、換護照)，請多加利用。
- ◆ 為擴大服務對象，只要至本市戶政事務所辦理更改姓名、身分證字號、出生地或出生日期等資料異動，本人即可在戶所直接申請換發護照代辦服務。

新北市土城戶政事務所

服務電話：02-2260-5640

週一至週五服務時間：08:00~17:30

延長服務時間：週一至週五17:30~20:00 (每月最後1日)

如為週一至週五，配合人口統計作業，當天延時服務暫停)

週休二日服務時間：週六09:00~12:00

電子信箱：ntpc510@ntpc.gov.tw

網址：http://www.tucheng.ris.ca.ntpc.gov.tw

新北市土城戶政事務所~  
關心您~



## 四健日-田園老師的魔法科學活動

推廣部/小李子



今年度四健活動就由四健日-田園老師的魔法科學活動揭開序幕，田園老師每學期走訪上百所的偏鄉學校，為孩子們帶來一場場精彩的科學課，很榮幸4月份的四健日可以邀請到田園老師來為我們土農的孩子們上一堂不一樣的科學課。

印象最深刻其中一個實驗，田園老師向孩子們提出了挑戰！要把三根吸管立在一個盛有半杯水的杯子中間，孩子們用了各種方法嘗試但都失敗，可是田園老師竟然成功了！原來~老師杯中的液體不是清水而是酒精，雖然外表看起來像水一樣的透明清澈，沒想到這就是老師成功的小秘密。

為什麼會是這樣子呢？孩子們滿頭問號看著老師，田園老師也細心的解釋著，原因是一水的內聚力比酒精強，所以在吸管間縫隙要進行毛細現象比酒精難，酒精的內聚力比較弱，所以容易呈現毛細現象，原來生活中的科學實驗就是這麼簡單。

田園老師除了生動的教學方式，也往往在上課時會把一個主題挖得既深又廣，結合生活上所會遇到的，一邊教孩子，一邊丟問題給孩子們，盡可能讓他們在短時間內學到所有的相關知識，相信孩子們得到不僅僅只有答案而已，而是激發他們那充滿好奇的小腦袋瓜！



## 鳳梨及香蕉消費地教育講習

埤林一班/盛秋蘭



鳳梨是台灣盛產的水果，因為喜好陽光充足、空氣流通的生長環境，所以主要種植區域在台中以南，其中屏東佔了30%。鳳梨的生長期長，從種植到採收平均需要14-20個月，其中最受國人喜好的品種是台農17號，也就是我們所稱的金鑽鳳梨，金鑽鳳梨的特色是果心大、酸度低，選購時以3台斤以內為標準大小。

坊間對於鳳梨的迷思，認為因為施打賀爾蒙導致果心變大，其實金鑽鳳梨在最初選種就已經決定了果心大小，並非藥劑使果心變大；而鳳梨的甜度取決於不同品種的酸甜比，農夫透過品質改良、水分的多寡及農民本身技術來提升甜度，也並非流傳的施打甜精，大家勿以訛傳訛。

香蕉亦屬台灣大規模種植水果，其品種多達200多種，香蕉自採收就馬上進行冷藏以保持新鮮，接著透過催熟技術讓色級到達3-6級以便販售。食用香蕉的好處多多，綠蕉可以產生血清素，幫助抗憂鬱，維持情緒的穩定；到達色級七的芝麻蕉，也就是果皮帶有斑點的熟成香蕉可以提供抗癌因子、增加我們的免疫能力。香蕉富含的鉀離子也是運動員首選，可以改善因為電解質流失造成的抽筋，也及時提供人體所需能量。

鳳梨及香蕉盛產期已到，當令水果富含了健康、美味及營養，讓我們更認識寶島水果，也破除迷思，為自己的健康加分！



## 農賀小學堂

行政院農業委員會  
COUNCIL OF AGRICULTURE, EXECUTIVE YUAN

## 四章一Q有保障 學校午餐真健康

- ➡ 優質安全的午餐
- ➡ 感受在地飲食文化
- ➡ 給予生活與食農教育環境

