

# 瑠公農產銷會訊

創刊：中華民國八十九年九月一日  
 發行所：財團法人台北市瑠公農產銷基金會  
 發行人：陳瑞卿  
 編輯小組：李宗明、陳如舜、陳達、吳昭祥、孔繁慧、高素琴、曾淑娟、林志揚、吳紹欽  
 會址：100 台北市忠孝東路一段109號  
 網址：http://www.lukung.org.tw  
 本刊論文，未經同意不得轉載！

2001年3月號 雙月刊 第4期

國內郵政特准掛號  
 認爲新聞紙類  
 郵政特准掛號  
 北北字第一〇一七四號

免費贈閱



創造新農業文化

## 水陸高峯

- \* 台灣特色茶介紹 (上).....1
- \* 重量級的水果巨量——鳳梨和木瓜.....2
- \* 田園詩賞 渭川田家.....2
- \* 蔬果小百科 菠菜.....2
- \* 讀者園地.....2
- \* 蔬果與鹽造筍.....3
- \* 基因改造作物-GMO漫談(下).....3
- \* 「安心蔬果九十年度簽約座談會」現場紀實.....3
- \* 休閒農業 與海芋有約.....4
- \* 淺談農產運銷電子商務.....4
- \* 活動快訊.....4

梅子加工DIY  
 實做講座  
 即日起接受報名  
 詳見第四版

慶祝本會  
 農檢中心成立10週年  
 詳見下期會訊

名 錄 點 點 滴

# 台灣特色茶介紹

邱智威

### 壹、前言：

茶從古時的藥用，隨著時光流轉，逐漸成為貴品流傳在宮廷中，最後成為大眾化的飲料具歷經了無數朝代，有人因為茶而喪失了寶貴的生命，也有人因茶而致富，享盡榮華，茶對人類的影響實在太大了！喝茶有什麼好處？摘錄由林讓泉先生作品《飲茶歌》中敘述：

晨起一杯茶，精神、開胃。  
 飯後一杯茶，清口、助消化。  
 忙中一杯茶，止乾渴、去煩躁。  
 工餘一杯茶，舒筋骨、除疲勞。

茶樹(*Camellia sinensis* (L.) Kuntze)係多年生作物，因分枝形狀的差異，可分為喬木型、半喬木型及灌木型等三類型，目前台灣栽植的茶樹大多屬灌木型。茶樹可由頂芽、腋芽及枝條上的不定芽發育生長出新梢，俗稱芽葉，其幼嫩之心二葉或三葉為採摘加工利用的部分。由於芽葉生長易受氣溫、日照、水分及養分狀態等環境因子影響，致新芽葉之外部形態及化學成分變異頗大，而影響產量及品質。

### 貳、茶葉的保健功效：

- (一) 降低血脂、預防心血管疾病。
- (二) 預防高血壓。
- (三) 降血糖、預防糖尿病。
- (四) 預防癌變。
- (五) 殺菌、抗病毒。

### 參、茶葉中所含各成分之比例：



### 肆、台灣特色茶之品質特徵及沖泡方法：

台灣特色茶之精華所在，在製作過程中，那一曬一翻、一搖一抖、一揉一揀，每一細膩的動作，都關係著香氣之幽雅飄逸及滋味之清醇甘潤。台灣特色茶各有不同的品質，從外觀、香味、水色等幾方面加以申述：

1. 是始原味純淨無瑕的「純真種子」——綠茶(含龍井、碧螺春、煎茶...等)

由於大部份的綠茶皆是採心芽嫩葉直接殺青後製成，保留了新鮮茶菁最原始風貌，再者愈高品質之綠茶，胺基酸及維生素C含量相對皆高，前者決定綠茶鮮爽甘甜的程度，後者可做為綠茶品質好壞的間接指標。

#### 沖泡法

綠茶由於大部份是心芽嫩葉製成，嚴忌使用過高溫度之沸水沖泡，以免燙熟，產生「燙熟味」，最宜使用約80℃左右沸滾後的開水沖泡。要表現出綠茶「青澀綠葉、新鮮自然」的原始風味，沖泡後切忌蓋壺久悶，即沖泡時間一到，應立即濾出茶湯，並將壺蓋打開，以免悶熟茶葉。綠茶的成份大部份都是未氧化的化學成分，一旦沖泡後濾出之茶湯，其所含的化學成分，如兒茶素及維生素C等很快氧化變色，因此應儘速飲用茶湯。

2. 香氣清揚含苞待放的「青春少女」——文山包種茶

文山包種茶屬輕發酵茶類，外觀呈條索狀，色澤墨綠。除了綠茶有一種日本茶所謂「和、敬、清、寂」幽

寂清曠的氣息，而喝了文山包種茶則應立即感覺甘醇活潑清揚的氣息。

#### 沖泡法

沖泡文山包種茶務必要把它清揚的香氣表現出來，這是該茶典型特徵。由於文山包種茶呈疏鬆之條索狀，沖泡時要注意茶葉量不要放太少，為表現文山包種茶的清揚香氣，最好用導熱快又不透氣的白瓷茶具沖泡為宜，另沖泡溫度以介於90~100℃為佳。

3. 風韻十足妖嬈嬌媚的「窈窕淑女」——凍頂烏龍茶

凍頂烏龍茶實際上應屬「半球型包種茶」，大眾普遍誤以為凍頂烏龍茶為「烏龍茶」。

它的發酵程度較文山包種茶稍重(成熟)，外觀呈緊結墨綠之半球狀，此茶的典型特徵是喉韻十足，帶明顯的焙火韻味與香氣。

#### 沖泡法

如何沖泡凍頂烏龍茶，重點就是把它顯高意長特徵表現出來，由於外觀呈緊結之半球型，遠較呈疏鬆條索狀的文山包種茶難以沖泡，所以沖泡

半球型包種茶應特別注意讓茶葉充分舒展開來，沖泡溫度要夠(沸騰)，茶量切忌放太多，茶具最好用保溫及透氣性良好的陶器，尤其是宜興式紫砂壺最佳。

4. 雍容華貴、風華絕代的「中年貴婦」——白毫烏龍茶(又名鐵觀音、東方美人茶、奇種烏龍茶)

若要說真正的烏龍茶，只有白毫烏龍茶才是真正的「烏龍茶」，它屬部份發酵茶類當中發酵程度較重的一種茶，此特色茶做一斤(600公克)需至少三~四萬個鮮嫩的心芽方能製成。

白毫烏龍茶只限產於夏季，分佈於北埔、峨眉及頭份等地，品種限用青心大有，茶青限用手採，且唯有經茶綠葉癭蟲感染者才能製成較佳品質者。

白毫烏龍茶的品質特徵，由於它是半發酵茶類當中發酵程度較重的一種茶類，所以它不會像凍頂烏龍茶帶有顯著的焙火韻味。由於全部是採幼嫩芽葉製成，亦含豐富之胺基酸，所以茶湯具有明顯的甘甜爽口之滋味，再者由於採重發酵處理，兒茶素幾乎一半以上被氧化，所以不苦不澀。

典型的白毫烏龍茶品質特徵必須是香氣帶有明顯的天然熟果香，滋味具蜂蜜般的甘甜後韻，外觀顯多采具明顯的紅、白、黃、褐、綠五色相間，形狀仍然捲縮宛如花朵，泡出來的茶湯呈鮮豔的琥珀色，它的品質特點比較趨近於紅茶，而介於凍頂烏龍茶及紅茶間。早期白毫烏龍茶外銷至英國時，英國女王伊莉莎白品嘗後，讚不絕口，而特地命名為「東方美人茶」。



● 茶師品茗神情。

《文章未完，下期待續》





# 重量級的水果巨星——鳳梨和木瓜

■ 高素琴

今天媽咪逛市場的專欄，就來談談兩種都是原產於熱帶美洲，而且是重量級的水果巨星——鳳梨和木瓜。

## 鳳梨

前一陣子在政治圈中提到“吃鳳梨”是一件讓許多人敏感頭痛時刻，不過對於多數的尋常人而言，吃鳳梨確是一件令人愉悅的事。說鳳梨是台灣水果界的巨星，一點也不為過，台灣光復之後到民國六十年之間，為本省賺進許多外匯。鳳梨本身的用途更是廣泛，鳳梨的葉子可以採取其纖維加工做為紡織品；有些鳳梨品種的葉形及花非常漂亮，可以做為觀賞盆栽；果實可以生食之外，還可以加工製造罐頭、果汁、冷凍食品、蜜餞、醃漬等。鳳梨果實成熟所散發的香氣，更可做為一般家庭中的天然室內芳香劑。

鳳梨是鳳梨科多年生草本植物，果實是由地下塊莖的頂端抽出，以園藝的術語來說鳳梨的果實是“聚果”，也就是平常我們所購買的一棵鳳梨，並非只是一個果實，鳳梨果皮上每個凹凸的鱗片狀就是一個果實，這些小果實在發育過程中會集合起來成為一個整體的集合果，通常一粒鳳梨約是一百多個左右的小果實聚合而成，也許下次購買鳳梨時，可以數數看到底買了幾個鳳梨呢！鳳梨沒有種子，到底要怎麼傳宗接代？鳳梨果實頂端的冠芽可以切下來定植；果實下面的瘤狀小芽也可切下來繁殖，另外地下塊莖長出的小芽

也可切下來種植。

本省的農業研究試驗單位也非常重視鳳梨的研究，早期市面上的鳳梨品種不多，最常見的就是果實碩大、果皮上的果目無刺的“開英種”鳳梨，以夏天為主要產期。後來又有不用削皮，直接依著果目一個個可以剝下來吃的香水鳳梨（有台農4號或台農11號，二個品種），這個品種鳳梨的糖度較高、酸度低，香氣更為濃郁。現今鳳梨品種更是多的令人無從分辨，有些品種在春天最好吃像是台農17號，又稱春蜜鳳梨；冬天時期則以台農13號（冬蜜鳳梨）為最佳選擇。還有一種甜度在15度以上的甜蜜鳳梨（台農16號）據說非常搶手，不容易買到，但吃過的人都無法忘懷它的滋味。此外還有蘋果鳳梨（台農6號）、釋迦鳳梨、牛奶鳳梨等。

雖然鳳梨的品種眾多，但是選購的方法確是大同小異，原則上可先由外觀的顏色，春季時以果皮1/2變成黃色，夏、秋季果皮1/3變黃，冬季果皮有2/3變黃者的成熟度最佳，果皮無潮濕滲出或溢膠現象，果目展開、果粒外型不會呈塔狀（上尖下粗）較好，或用手指彈鳳梨果實，感覺它振動的聲音，要有堅實的肉質才是好吃的鳳梨，這種聲音聽起來的感覺就像用手掌拍打自己的上臂所發出的聲音是一樣的。



## 木瓜

木瓜樹有所謂開雌花的雌株，花朵是生在主幹上；有的是只開雄花的雄株，雄花開於枝的頂端；還有一種是也會開雌花，也會開雄花的二性株。品種有日陞、台農雜交1、2、3號等。雌株通常不會結果實，雌株結的果實呈圓球形，習慣稱為“母瓜”。母瓜的果肉較薄、種子較多、種子囊較大，品質較差、價格比較便宜。經過授粉結成的二性果的果形則呈長橢圓形，慣稱為“春瓜”，果肉較厚，一經選購時以春瓜品質較好。

本省木瓜全年皆可生產上市，盛產期以十月至翌年一、二月間。主要的產地在屏東、高雄及花東地區。目前產地多是當木瓜約七分熟時採收，再在包裝的紙箱中放置一

包電石土，幫助木瓜成熟，市售的木瓜外皮顏色轉黃，並不就表示木瓜已成熟可以切食，成熟的木瓜在近果梗處會先變軟，因此可用手指輕壓果梗附近的果肉，如果變軟了，就表示甜份夠了，可以食用了。選購時除了要選果形呈長橢圓形的春瓜之外，果皮要細緻光滑，拿起來有沉重之感為佳。

成熟的木瓜可以鮮食，也有許多人喜愛加入牛奶，打成木瓜牛奶汁飲用，不過打成的木瓜牛奶奶好儘快喝完，否則放久了會變成木瓜豆花呢！因為木瓜含有的一種木瓜酵素，它是一種會分解蛋白質的酵素，喜愛烹飪料理的人一定聽過“嫩精”，其實它就是木瓜酵素，加在牛肉絲中後，炒起來肉質特別軟嫩好吃。木瓜酵素在釀酒、皮革工業上還是一種很重要的添加劑。



■ 曾淑莉

## 菠菱菜 (Spinach)

會講台灣話的人一定知道菠菱菜，也就是大家常吃的菠菜。

天氣轉涼，餐桌上就可見到菠菱菜的蹤影，由於菠菱菜偏好冷涼的天候，通常秋、冬、春季是主要產期，盛產期間，全省各地產量較多，價格平穩、品質又好，也較沒有農藥殘留過高的問題；到了夏季，就只有在高山地區栽培，成本偏高，供應量又減少，市場售價相對較為可觀。

現代人重視吃的健康，從營養

觀點來說，菠菱菜含有豐富維生素A、B、C，外鈣質以及現代人重視的葉酸，可說是相當不錯之各類新鮮果菜之冠。每100克的草酸含量卻高達0.5克（含量達750mg/100g），草酸帶有澀味，吃過菠菱菜的人應該都有此感受。過多的草酸，會產生與食物中鈣質結合的顧慮，對於有腎結石、泌尿道結石的患者，應特別小心；同時，菠菱菜並不適合生吃或炒煮過久。

（資料來源：台灣常見果菜集）



## 田園詩賞

〔註解〕

西斜的太陽，映照著整個村落，偏僻的小巷，有成群歸來的牛羊，老農夫懷念著未歸的牧童，拿著拐杖靠在柴門前，稚鳥鳴叫著，麥苗吐出穗來，螢蟲休眠了，桑葉也萎凋變少，田間的農夫扛著鋤頭，相見時高興的交談，依依不捨的景象，那種安穩悠閒的樣子真是令人羨慕，不禁讓人燃起遐思的念頭。

渭川田家  
斜陽照墟落，窮巷牛羊歸。  
野老念牧童，倚杖候前隄。  
雉鳴村郭外，鵝眠桑菜稀。  
田夫荷鋤至，相見語依依。  
即此羨閒逸，悵然吟式微。

■ 陳達 手書

## 讀者園地

本刊答覆如下：

泥土變硬的原因很多，由於經過多年的種植澆水，加上使用化學肥料的關係，使得土壤中的團粒破壞，通氣性變差變硬；或是長期缺乏有機質的補給，土壤中缺乏微生物的作用，也會使土壤變硬。建議您可購買一些天然有機肥料（牛糞堆肥或發酵完成的有機質肥料）或泥炭土，添加拌入原有土壤中，以改善土質。

台北市 林進發先生來信提到：  
家中花園的泥土常會變硬，該添雜什麼？才能使泥土變鬆軟。

## 營養保健齋 蔬果與塑造窈窕

窈窕迷人的身材、勻稱的體態，相信是許多人所期待或追求的。但是大多數的現代人不滿意自己的體態，加上由於飲食內容及習慣的偏差，讓所謂的「肥胖症」時而可見，於是想要擺脫肥胖的夢魘，擁有窈窕身材的美夢，就成了許多人的願望！

其實多數人在成年後，如果沒有太大影響體重的原因（如疾病、心情或飲食習慣等），一般在體重上不會有太大的改變，都會在一個體重設定點上下浮動著、或保持著，這是因為在每個人腦部的下視丘，都有一套控制體重的系統，而體重即是根據個人的遺傳因子及新陳代謝因素，有著不同的設定點。

一般，從公式算出或統計而設定的所謂標準體重或理想體重，都不能代表個人合宜的體重值，事實上只要覺得處於身心狀態最舒服、健康的體重，就是你個人最合宜的體重，前述由公式或統計算出的體重值只能做參考。另一種算法，更可精準的評判出體重超重的程度，即是利用身體質量指數（BMI）作為評估方式，其公式為 BMI=體重（公斤）/身高（公尺）的平方，將此公式套入自己的身高及體重值，就可以算出個人的 BMI，通常正常範圍為 BMI 小於 25，在 25 至 28 之間為體重過重，大於 28 則為肥胖，一般人可依此公式來判斷自己是是否肥胖。

由於肥胖是健康的「隱形殺手」，從男性及女性的體態與健康的關係來看，也證實了醫學上所說的，肥胖是現代慢性病的導火線。根據統計，肥胖者得糖尿病的機率是正常人的 5 倍；高血壓為 3.5 倍；膽結石為 3 倍；痛風為 2.5 倍；心臟病為 2 倍；關節炎為 1.5 倍；不孕為 3 倍，此外得高血脂症、脂肪肝及氣喘、呼吸機能障礙等毛病，也較體重正常者普遍。因此，基於健康的考量，從飲食及生活的調整來達到預防慢性病的發生，才應該是現代人追求窈窕的目的。

事實上，食物的選擇與飲食習慣的配合，是保持體態及健康的重要因素，在此告訴大家一些有助塑造窈窕身材的食物特性，包括：

**營養濃度高的食物**，所謂營養濃度是以八種營養素（即蛋白質、維生素 A、B1、B2、C、菸鹼酸、鈣、鐵）的營養指數總和值，作為評估食物營養與熱量比例的指標，我們可以說營養濃度愈高的食物愈富營養，且其熱量提供比例較低，反之營養濃度低的食物則較不營養，且可能熱量供應高。一般營養濃度高的食物，包括蔬菜中的**青椒、菠菜、胡蘿蔔**等，水果中的**蕃茄、葡萄柚**，以及脫脂牛奶等，至於營養濃度低者包括花生、腰果、巧克力、牛油、可樂等等。

**油、糖含量少的食物**，去皮瘦肉、蛋白、低脂或脫脂奶，及無糖豆漿；不加奶精和糖的咖啡、茶

類飲料。

**含水分多的食物**，水分是零熱量提供，故含水量較多的食物其熱量供應相對減少，一般多為植物性食物，如蔬菜、水果，其中又以葉菜類、瓜類、柑橘類及瓜果類最為明顯。

**含纖維多的食物**，纖維質可增加飽足感，減少食物的攝取量；也可以促進腸胃蠕動，加速排除並降低對食物熱量的吸收，常見高纖維的食物為芹菜、空心菜、竹筍、奇異果、李子、楊桃等蔬果。

**不為人體消化吸收的食物**，不為人體分解，具飽足感又無熱量上的負擔，如蒟蒻、洋菜及果膠。

除了食物的選擇上有原則可循，在飲食習慣上也有一些秘訣可助於控制體重及保持苗條，包括**三餐正常吃**，以免增加吃飽的藉口，在不該進食或下一餐時進食過量；**進餐時先以熱量低的食物填飽肚子**來緩和飢餓感，以防止食量失控；**要細嚼慢嚥**，每餐進食時間最好保持二十分鐘以上，以免因吃得快造成食物攝取過多。

其實只要飲食均衡，選擇低熱量、健康的食物，尤其是多樣性的蔬菜與水果，養成良好飲食習慣，再配合適度規律的運動量，如慢跑、走路、游泳等，就是擁有美麗、窈窕身材的保健之道。

（本文諮詢顧問為臺安醫院趙思姿營養師）

## 基因改造作物—GMO 漫談 (下)

■ 高素琴

### 各國對GMOs產品的管理

基因改造的產品在國際間引起許多的爭論，其中以GMOs產品之安全性與否及未來的發展和各國貿易的問題為主。前者收購國民的健康及生態環境的污染，後者則牽涉到國家整體利益。發展GMOs，是福。是禍。目前仍難定論，贊成與反對的一方都可以列出一長串的理由來表述自己的論點，有人比喻基改的爭論就像「核能電廠安不安全」的爭論一樣，要找到共識似乎很困難。

有關GMOs產品安全性，各國都非常重視，各自訂有許多的評估辦法及管理規範，但是目前仍缺乏各界一致認同的評估方法。至於對人體健康與生態環境的影響，更需以較長久的時間來觀察，才能確認。因此各國政府對GMOs產品的立場，會隨著其商業利益、環保勢力及消費者認知而有不同。美國和加拿大政府認為以基因重組技術育種和傳統交配育種本質上是相同的，因此在作法上較為積極鼓勵。歐盟、日本及紐澳政府則認為基因重組技術本身即具有未知的潛在風險，因此在管理上較為保守嚴謹。

雖然各界對於GMOs產品有不同的論點，但有關產品的「標示」之看法是一致的，「標示」代表的是消費者

的權利，讓消費者能有自己的選擇權。即使原來像美國和加拿大對於GMOs產品採用廠商自願標示的國家，也在消費者意識高漲及各界環保團體的壓力之下，可能開始考慮要求廠商要標示，歐盟的標示要求最為嚴格，規定所有食品之各別成分若含1%以上源自基因改造生物，強制必須加以標示，韓國和日本的標準分別為3%及5%，就需標示為基改食品。台灣目前也由衛生署廣徵各界意見研擬之中，原則上採先自願再強制標示的漸進方式，標準將定於1%至5%之間。

### 結語

基因改造作物從1990年首次種植，到今日已大量上市，贊成的科學家是以樂觀的態度，就如當初發展基因改造技術所追求的目標，為了減少使用農藥、改良作物品質、提升產量及增加人體所需的營養成份等。反對者憂心GMOs產品發展歷史太短且未經充分試驗即大量推廣，可能對人類帶來不可控制的浩劫。如果將基因改造作物的發展視為第二次的綠色革命，會不會將來人類也要接受革命的代價呢？在發展科技，追求人類自身的利益之外，是不是也應該以更謙卑的態度來思考如何與地球上其它生物永續共存呢？

## 「安心蔬果九十年度簽約座談會」現場紀實

■ 林宗慶

「安心蔬果九十年度簽約座談會」已於八十九年十二月十九日在劍潭海外青年活動中心經國紀念館舉行完畢，本次座談會由基金會之執行長與副執行長共同出席主持會議，安心班學員共283位出席本次座談並完成簽署承諾書。會中學員感謝本會多年來的輔導，讓班員每年都有機會參加由基金會所舉辦的教育訓練，使生產的安心蔬果農產品品質優良與供銷能穩定，並且期望基金會能繼續帶領安心班學員向前邁進。

本會的報告中也指出八十九年於產地總共採樣625件，品質與供貨也非常穩定，這是所有安心蔬果班員共同努力的結果並期望大家能繼續努力，讓我們的「安心系列農產品」能更完美。本會也會更加努力輔導各位安心蔬果班員，並讓優良的產銷班能夠加入安心蔬果產銷班隊，如九十年度新加入的：「員林-久大農場」、「水青青梅班」、「士林安心山藥芝山

班、公館三班」及「新社金針菇」，以壯大「安心系列農產品」的陣容，而且未來希望能替「安心系列農產品」設計製作單張摺頁文宣如：「安心柳松菇」、「安心金針菇」、「安心山藥」、「安心鮮香菇」及「安心茭白筍」等等，供消費者及超市業者索取。再者本會也希望安心班員都能按時參加基金會所辦理的教育訓練或其他相關的課程。

於班員臨時動議討論議題時，士林山藥產銷班張順孝班長，建議基金會能繼續和相關單位合作研究、開發新加工產品以增加「安心系列農產品」的多樣性。如會中張班長所帶來給大家試吃的「山藥冰淇淋」，希望能多多推廣給消費者及超市業者來選購「安心系列農產品」，並希望基金會能擴大舉辦安心農產品的巡迴講座來教育消費者農產品的相關資訊。

會後並與會所有的安心班員歡敘增加彼此的交流。



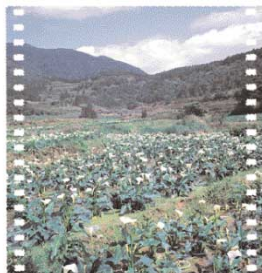
● 座談會現場，座無虛席反應熱烈

### 休閒農業

## 與海芋有約！

■ 李積錦

又到了百花齊開的春天時節，配合著週休二日的休閒生活，如何充實假日成為你我所關切的問題。對於大台北地區的市民來說，倘若您想利用周末到郊外踏青，在賞完陽明山的櫻花及杜鵑花後，建議您不妨也到竹子湖的海芋花田走一回。



位於陽明山上陽金公路旁的竹子湖，向來以風景秀麗著稱，由於氣候適宜海芋的生長，加上近幾年來北投區農會大力的推廣及宣傳，已使觀光海芋園聞名全省。目前在竹子湖所栽種的海芋，以白花海芋為主(學名為 *Zantedeschia aethiopia*，英名為 *Calla Lily*)，面積約佔八公頃，年產量約可採收150萬支花。花色大致上可分成兩種，白花海芋主要有二個品種，一種俗稱大花海芋，一種俗稱純潔海芋 (*Innocence*)；另有綠花海芋為白色海芋的品種 (*Green Goddess*，俗稱綠女神)。以今年的氣候來說，竹子湖海芋的盛產花期大約在三至四月份底，以平均花價來說，綠花海芋一支花價約為15~20元，白花海芋一支花價約為10~15元左右，花價則視當時行情而定。

或許您會納悶週末陽明山仰德大道管制，車輛擁擠，該如何前往竹子湖呢？在此提供您另外幾種方式及其他路線前往：(一)可在市區搭公車或捷運(北投站下)前往北投國小站，再轉搭小九公車至竹子湖站下車。(二)搭台汽公車往陽金公路至竹子湖站下車。(三)開車走士林東山路經文化大學後門，可抵達陽明山的山仔頂再前往竹子湖(四)從北投思源路產業道路上山亦可。

現階段已有許多花農開放海芋花田讓市民自行採摘，當然也得先付入園費約150~200元，即可親自下田採15~20朵海芋帶回家，讓您享受置身花海的田園之樂。據北投區農會提供竹子湖開放觀光海芋園的資料如下：

農友姓名	連絡電話
高子玄	02-28615419、02-28612970
曹永茂	02-28613189
白川吾	02-28618707、02-28618706
白究悠	02-28629936
陳剛健	02-28612368
曹木林	02-28612365

竹子湖海芋田位置圖：



## 淺談 農產運銷電子商務

■ 吳曉鏡

電子商務在目前講求「知識」、「科技」的時代中已成為大家耳熟能詳的一個話題，而很多人對於電子商務的印象卻是常聽到卻又有點抽象，為了創造農產品的附加價值，行政院農委會亦大力推動農產運銷電子商務，本文將對電子商務作一個簡單的介紹，並介紹您一些相關的網站，希望您能上網逛逛。

所謂電子商務係指位於不同地點的個人或組織，透過電子工具(網際網路)為媒介，以交換交易訊息從事商品買賣或服務的行為。也就是說除了實體貨物的買賣及配送外，資訊的提供以及全方位的服務也可以增加商品的附加價值。

而推動農產品的電子商務需注意產地作業流程標準化、產品分級包裝及安全性、產期產量相關資訊的透明化，採收後保鮮的處理，物流效率的提升、產品品牌的建立以及宣傳、促銷活動的配合都是不可或缺的。而人才培育的相關法令修訂以及整體資訊化大環境的成熟也是非常重要的。

而推動農產運銷電子商務有以下優點：

1. 降低交易成本。
2. 創造無地域限制的交易機會。
3. 提供24小時的交易服務。
4. 提供完備的資訊提高決策品質。
5. 提高運銷效率創造企業新形象。
6. 獲得政策支持與民間的需求。
7. 配合台灣資訊產業的競爭力強，為了讓大家更為瞭解，我們將介紹一些網站給您參考。

### 農產運銷資訊網：

[www.amis.gov.tw](http://www.amis.gov.tw) 內有完整的農產品交易資訊，市況分析以及市場休市日。

### 真情百寶箱網站：

[www.brandfoods.org.tw](http://www.brandfoods.org.tw) 內有介紹品牌蔬果，宅配服務以及農村之旅。

### 台北農產運銷公司網站：

[www.tpcfa.org.tw](http://www.tpcfa.org.tw) 內有果菜市場的交易資訊及作業流程，農產超市的分佈圖以及果菜書籍。

### 農會超市網路營運中心：

[www.tpcfa.org.tw](http://www.tpcfa.org.tw) 將建置成為農產品供銷電子商務資料庫。

### 真情食品館：

[ubox.greener.com.tw](http://ubox.greener.com.tw) 提供具有鄉土味的地方農產品，主攻網路購物。

### 圓仔花卉行銷網站：

[www.12flower.com](http://www.12flower.com) 有相當多的花卉相關資料，喜歡花的人一定得看看。

### 農漁會聯合網路商城：

[www.efarm.org.tw](http://www.efarm.org.tw) 由桃園縣農會所主導包含有機蔬菜、御用電子廚房、相關食譜。

### 易得網：

[eat.nctu.edu.tw](http://eat.nctu.edu.tw) 內有相當豐富且專業的農產運銷資料，有教育、知識、諮詢的功能。

如果說了這麼多您還是霧煞煞的話，強烈的建議您上網瞧瞧吧！相信一定會對您有幫助的。

ps. 瑞公農業產銷基金會網址：  
[www.liukung.org.tw](http://www.liukung.org.tw)

(資料來源：農產運銷電子商務)



## 活動快訊

### 台北市茶研發推廣中心九十年上半年茶藝講座

日期	時間	主題
三月十日(週六)	10:00至12:00	白毫烏龍茶-茶樹品種、由來、特性及製茶方式、品質
三月二十四日(週六)	10:00至12:00	綠茶、紅茶、普洱茶-介紹品質
四月七日(週六)	10:00至12:00	基本泡茶法：小壺茶法與沖泡技巧
四月二十一日(週六)	10:00至12:00	基本泡茶法：蓋碗茶法與聞香杯的使用鑑賞
五月五日(週六)	10:00至12:00	茶道美學、茶具的搭配
五月十九日(週六)	10:00至12:00	茶具的攜帶、簡便泡茶法
六月九日(週六)	10:00至12:00	茶會的舉辦-茶宴會與無我茶會
六月二十三日(週六)	10:00至12:00	茶點DIY

### 【課程介紹】

台灣茗茶種類繁多，想對茶葉略具初步認識嗎？在週休的假期，和家人來趟幽靜的茶園，和我們一起探索茶的世界，中心於春季特聘請中華民國茶藝協會

甲級評茶師陳煥堂先生主講六場茶藝講座及在夏季特聘請吳興茶道講師陳惠真小姐，針對茶道美學及小壺茶沖泡法介紹。本中心已於元月七日及十三日舉辦過「各種茶之認識」、「包種茶之由來、特性、品質方式」，每場受到茶友熱烈參加，後續課程如前，每場限額九十名，名額有限敬請預約報名，中心基於推廣茶業原則，所有講座皆不收費，且參加民眾可獲得由茶推廣中心出版之「茶葉消費小百科」壹冊，敬請把握機會！

★以上茶藝講座課程，已函請台北市教育局核定為教師研習時數，亦歡迎北市教師

### 報名參加！

#### 【報名方式】

- 一、電話報名：9:00至17:00，請電(02)2234-0568
- 二、傳真報名：(02)2234-0569
- 三、網路報名：E-mail: [liukung@ms9.hinet.net](mailto:liukung@ms9.hinet.net) 許小姐
- 四、交通路線：
  1. 搭乘公車236、237、611、指1、指2、指3，至政大下車轉乘小10公車至本中心。
  2. 搭乘木柵捷運至萬芳社區站下車轉乘小10公車至本中心。
  - 小10公車每整點鐘從萬芳社區發車，約三十分鐘車至中心。

### 梅子加工DIY實做班講座即日起接受報名

廣受消費者喜愛的蔬果加工DIY巡迴講座，即將於三月底揭開序幕，首先登場的是梅子加工DIY實做班講座，每年清明前後即是梅子盛產的季節，梅子是生理鹼性食品。具有澄清血液、強肝、整腸、恢復疲勞等功能。本次講座最大的特色是學員除了聽

講外，也可現場操作，並把親手做的半成品免費帶回家與親友分享，使您不會再有會聽不會做的困擾，我們很高興邀請到台灣大學許明仁教授和戴三堡老師擔任講師，實習的地點於台灣大學園藝系園產加工館，每場次限五十名，名額有限請速報名。

講座時程表如下：

場次	日期	時間	地點
1	3/22(四)	14:00~15:30	台大園藝系園產加工館 北市基隆路四段140號
2	3/24(六)		
3	3/25(日)		
4	3/29(四)		
5	3/31(六)		
6	4/1(日)		

報名方式：註明姓名、會員編號、地址、郵遞區號、電話、及欲參加場次，以傳真或通信報名。  
(傳真) 2394-2591 2392-0974  
(通真) 瑞公農業產銷基金會 吳曉鏡收  
地址：北市忠孝東路一段十號  
完成報名作業後我們會以明信片通知您