

- 1.卓越永續 共榮共好 蘆洲區農會榮獲第20屆農金獎3項大獎（詳閱第一版）
- 2.鷺洲農村文化暨食農教育紮根活動正式啟動（詳閱第二版）
- 3.蘆洲四健暑期競賽捷報連連，會員表現卓越，精益求精！（詳閱第三版）
- 4.蘆農樂活館中秋精選好禮（詳閱第四版）



蘆農簡訊

中華民國七十三年十月十日創刊（雙月刊） 免費贈閱 行政院新聞局出版事業登記證局版臺誌字第四三六一號

發行所：蘆洲區農會
理事長：李有奎
常務監事：李煒寅
總幹事：李皓楨
發行人：李皓楨
主編：李宜融
總會：新北市蘆洲區中山一路129號
電話：(02) 8282-0777
網址：www.luzhoufa.org.tw

VOLUME

238



蘆洲農會官網
歡迎加入蘆農
F B 粉絲團

卓越永續 共榮共好 蘆洲區農會榮獲 第20屆農金獎3項大獎



▲農業金融署李聰勇署長(中)、施妮婷副署長(左二)、本會李皓楨總幹事(右二)、陳俊宏秘書(左一)及李振賢主任(右一)一同合影。

由農業部指導，全國農業金庫主辦的第20屆農金獎於9月4日舉行頒獎典禮；農金獎為農業金融體系的最高榮譽，本屆競爭尤為激烈，全國311家設有信用部之農漁會均踴躍報名參賽，報名件數達679件，創歷屆新高。本會在眾多參賽農漁會中脫穎而出，榮獲「人才培育及永續發展獎」優等獎、「農業金庫策略合作獎」優等獎及「數位金融推廣獎」甲等獎等三項大獎。

蘆洲區農會秉持「共榮共好」之企業願景，在三首長帶領及所有選、聘任人員一同努力下，建構完善的教育訓練體系與內部學習制度，落實ESG理念，不斷精進同仁專業職能，致力打造「城裡的農業」新典範；在金融服務方面，配合政府政策，提供數位、多元客製化金融服務，創造友善、優質之金融環境，並配合農業金庫推動聯貸、合作推廣保險、農金卡、HCE金融卡雲支付及TWQR等業務，除藉以擴大經營視野、強化授信結構、增加業務收益、滿足客戶需求、

維繫客戶忠誠度與友會分享利益外，達成分散系統風險，健全財務及提升資產品質。

未來，本會將確保各項業務與時俱進，持續精進專業職能、厚植人力資源並實踐社會責任，積極推廣各項電子支付等各項業務，以顧客需求為導向，朝向以客戶為尊與盈餘成長雙向之目標邁進。同時，將永續內化為營運DNA，善用數位金融有效整合農漁會優質農特產品、農業金融體系的各項服務，創造更大利基，打造更具韌性與溫度的地方農業金融體系。



▲農業部陳駿季部長(左)頒發「人才培育及永續發展獎」優等獎獎座，本會李皓楨總幹事(右)受獎。



▲李皓楨總幹事(中)、陳俊宏秘書(右)及李振賢主任(左)一同出席頒獎典禮。

安得烈慈善協會執行長羅紹和(中)致贈感謝狀予李俊慶農友(右一)及本會總幹事李皓楨(右二)，感謝共同投入公益。

李俊慶農友愛心捐贈 安得烈食物銀行

本會蔬菜產銷班員李俊慶農友，平日辛勤耕作、用心栽培各式新鮮蔬菜，除了將優質農產品帶給消費者，更長期將自己辛苦栽種的蔬菜，於蘆農樂活館進行公益義賣，將農業生產的成果轉化為幫助弱勢的力量。

李俊慶農友將今年上半年度義賣所得全數轉換為蘆農樂活米280包共計560公斤，捐贈予安得烈食物銀行，希望透過實實在在的白米，為弱勢家庭送上一份安心與溫飽。

安得烈食物銀行：
讓需要的人，不因貧困而挨餓

「安得烈食物銀行」由社團法人中華安得烈慈善協會推動。成立於2011年8月，長期投入弱勢扶助、急難救助、災害援助及教育推廣等工作。其中，「食物銀行計畫」是安得烈長期推動的重要服務之一，主要針對15歲以下、65歲以上弱勢家庭兒少及長者提供協助，並依照需求提供不同類型的食物箱。

**從一畝農田開始，
讓農產品成為愛的力量**

李俊慶農友長期投入蔬菜生產，深知「食物」對每個家庭的重要性。因此他選擇將自己辛苦栽種的農產品透過公益義賣，讓消費者在購買新鮮

蔬菜的同時，也能參與公益。

這也形成了一條特別而溫暖的公益鏈：

農友辛勤耕作 → 新鮮蔬菜公益義賣 → 義賣所得轉換成米糧 → 捐贈安得烈食物銀行 → 協助弱勢家庭在地農業，

與社會公益產生最美的連結

蘆洲區農會長期扎根地方，不僅肩負服務農民、推廣農業的角色，也希望透過各項行動回饋地方、關懷社會。公益不一定需要轟轟烈烈的大型活動，這些看似微小的善意，經過一次次累積，就能成為支持一個家庭度過困境的重要力量。

未來，蘆洲區農會也期盼能持續與農友、消費者及公益團體攜手，讓每一份來自土地的收穫，都有機會轉化成溫暖社會的力量。(供銷部/許翊)



▲中華安得烈慈善協會致贈感謝狀予李俊慶農友及本會。

新北市各級農會 第42屆桌球友誼賽 蘆農桌球代表隊再傳捷報

「新北市各級農會第42屆桌球友誼賽」於8月15日假板橋體育館盛大舉行。本會桌球代表隊全力以赴，憑藉平日扎實訓練及良好團隊默契，於多項賽事獲得佳績。賽事提供各農會同仁切磋球技，也有助於凝聚團隊向心力，增進彼此情誼。恭喜所有獲獎選手，也感謝每位選手投入練習、全力應賽，為本會再添榮耀！

友誼賽榮譽榜：

- 總幹事及選任人員組：李皓楨總幹事 季軍
- 男子甲組團體賽：殿軍
- 女子甲組團體賽：季軍
- 男子乙二組團體賽：殿軍
- 女子乙二組團體賽：殿軍
- 男子組個人賽：李虹亮主任 優勝

獎助學金申請辦法

敬請參閱本會官網最新消息

1. 農業部農漁民子女助學金
2. 公共服務在學獎學金
3. 會員及員工子女在學獎學金
4. 農業學校在學獎學金
5. 蘆采飛揚在學獎學金



一畦土地開始 播下食農教育的種子

115年度「城裡的農業」蘆采飛揚

蘆洲農村文化暨食農教育紮根活動正式啟動

為讓生活在都市孩子也能親近土地、認識農業，並從中體會食物得來不易，本會持續推動「城裡的農業」系列活動，今年特別攜手新北市蘆江非營利幼兒園，共同辦理「蘆采飛揚—蘆洲農村文化暨食農教育紮根活動」，透過農事體驗、農村文化與食農教育課程，帶領幼兒從認識農具、親手種植開始，逐步建立對農業、土地及食物的認識，讓食農教育在城市中扎根。

本系列活動首場課程由新北市青年農民陳琬婷、盧苡甄擔任活動領航人，從孩子陌生又充滿好奇的農具開始，帶領認識農村常見的鋤頭、移植鏟及中耕耙等工具。透過實際操作與體驗，讓孩子能親手感受農事工作內容，理解農民耕作中所運用的經驗與智慧。

認識農具後，孩子們進一步化身「小小農夫」，實際進行作物種植。課程選擇新北特色作物「珠蔥」及桃園特色作物「韭菜」，帶領孩子從整地、栽植、覆土等步驟逐一完成。對許多生活在都市的孩子而言，從一株小小的蔥苗開始認識農業，是十分珍貴的生活體驗。當孩子親手將作物種入土壤，也開始理解餐桌上的蔬菜並非憑空出現，而是經過農民辛勤耕作、照顧與等待，才能成為日常飲食的一部分。

本次活動從一畦土地出發，逐步培養孩子珍惜食物、尊重農民及

愛護環境的觀念。「蘆采飛揚」系列活動首場課程啟動後，未來將以每月一堂的方式持續辦理，規劃不同主題的農事及食農教育課程，帶領孩子認識作物生長、農村文化、在地農產與環境永續。

本會期盼透過持續性的農業推廣教育與食農體驗活動，讓農業能成為城市孩子生活中可以親近、理解與感受的一部分；「城裡的農業」以一堂堂課程，將農業的種子播進孩子心中，也將持續結合在地青年農民、學校與社區資源，深化農業推廣教育，讓更多孩子在土地中學習、在體驗中成長，共同為下一代打造更友善、更永續的農業生活環境。(推廣部/簡仕泓)



▲在青農盧苡甄帶領下學童親手種下珠蔥作物



▲青年農民陳琬婷帶領學童認識常見農具

便利，不必犧牲美味——國產截切蔬菜的餐桌新提案

對生活在都市中的家庭而言，下班後如何快速準備一頓飯，是每天都可能面對的小課題。買菜、清洗、削皮、截切，看似平常的料理程序，累積起來卻需要不少時間。如何兼顧料理的便利、美味，同時讓國產蔬菜持續出現在家庭餐桌上，也成為現代食農教育可以回應的生活議題。

本會與中華電視股份有限公司共同辦理115年臺灣農糧產業行銷計畫—國產蔬菜食農教育推廣活動，透過結合理論與料理實作的課程，帶領學員重新認識「國產截切蔬菜」。

當國產蔬菜遇見專業廚師

當天擔任講師的陳文德師傅，擁有多年餐飲業實務經驗，近年亦多次受邀擔任料理示範名廚。陳師傅分享截切蔬菜料理的四字心法—「快、狠、準、穩」。專業廚房裡講究的效率與精準，經過陳師傅深入淺出的示範，也轉化成家庭料理中容易理解、容易記住的方法。

料理示範是當天最令人期待的環節。陳師傅以冷凍截切蔬菜入菜，製作「奶油培根花菜燉飯」。原本以便利為主要特色的食材，在奶油、培根與花菜的搭配下，呈現出豐富的香氣與口感，完成後大受學員好評。隨後加碼的「蒜香花椰菜」，透過簡單的調味、不繁複的步驟，讓蔬菜本身成為主角。

食農教育，從「知道」走向「做到」

因此，本次課程沒有停留在老師示範。從冷凍截切蔬菜介紹、冷鏈與加工流程，到料理示範之後的分組實作、試吃交流，學員親自動手，將所學轉化為實際的料理經驗。對高度都市化的蘆洲而言，農業與民眾之間的連結，不一定只存在於田間。廚房與餐桌，同樣可以是認識農業的重要場域。

這也是蘆洲區農會持續推動食農教育所期待的改變—不只是告訴大家國產農產品很好，而是創造一個機會，讓大家親自料理、親自品嚐，然後真正喜歡上它。(推廣部/邱怡萍)



▲陳文德師傅分享截切蔬菜的應用及料理技巧



▲推廣國產截切蔬菜，從產地到餐桌更貼近生活



蘆洲區農會 × 台灣Pay

消費、轉帳、繳費一機完成

什麼是金融卡雲支付?

金融卡雲支付，是將實體金融卡綁定至手機上的「台灣Pay」App，讓您不必攜帶實體卡片或大量現金，也能透過手機完成各項支付交易。本會客戶可透過「台灣Pay」App申請金融卡雲支付，使用手機進行購物、轉帳、繳費、繳稅及提款等交易。消費時，只要掃描店家提供的QR Code，依照畫面選擇扣款帳號並輸入交易密碼，即可快速完成付款。行動支付不只是付款方式的改變，更是結合便利與效率的數位工具。本會持續推動數位金融服務，讓支付方式更多元、更便利。

金融卡雲支付申辦對象

「蘆洲區農會金融卡雲支付」限本人申請，申請人須同時符合以下條件：

- 1.持有蘆洲區農會有效的實體晶片金融卡。
- 2.該金融卡須連結本人活期(儲蓄)存款帳戶。
- 3.已於蘆洲區農會留存本人手機號碼。

怎麼開始使用? 4步驟完成「金融卡雲支付」綁定

第一步下載「台灣Pay」App

請依照您的手機系統，前往 Google Play 或 App Store，搜尋「台灣Pay」App下載並安裝。

第二步完成註冊與手機驗證

首次使用時，請依照App畫面指示進行新戶註冊。完成驗證後，即可建立台灣Pay使用帳戶。

第三步新增金融卡並完成綁定

進入App中的「卡片管理」功能，點選「+」新增金融卡，接著選擇「農金資訊」。依照畫面指示，輸入金融卡相關資料，並設定交易密碼。完成上述程序後，虛擬金融卡即可下載並綁定至台灣Pay App。

第四步掃描QR Code完成付款

完成綁定後，消費付款開啟台灣Pay App，使用掃描功能讀取店家的QR Code，接著選擇扣款帳號，輸入交易密碼並確認交易內容，即完成本次交易。

(企稽部/鄭佩怡)



使命：提供優質的商品與服務，成就共榮共好新願景。

經營理念：社會責任、專業負責、關懷體貼、穩健經營。

蘆洲四健暑期競賽捷報連連，會員表現卓越，精益求精！

推廣部/邱彥翔

榮獲115年度新北市四健作業組競賽「幼初組-亞軍」

一年一度舉辦的新北市四健作業組競賽，今年度7月29日於新北市農會希望廣場辦理，本會「城市綠寶石-燕子返家作業組」四位成員也共襄盛舉，斬獲好成績。

本次作業組延續去年度濕地生態主題，聚焦於「燕子返家」主題，帶領會員認識家燕生態與都市生活環境之間的相互關係，也走入社區，以實踐方式認識及呼籲大眾正視自然中家燕數量正在急遽減少的危機。

四位會員賽前以兩周的時間訓練，在競賽現場以短劇的形式展現作業組所學與豐碩的成果經驗，憑藉活潑可愛、朝氣十足的演出與穩健的台風，獲得評審的稱讚與青睞，最終在20家農會中脫穎而出，獲得「亞軍」殊榮！



▲本會四健會「城市綠寶石-燕子返家作業組」的四位會員們。

榮獲115年度新北市四健技術交換大會-方法示範比賽「冠軍」

「方法示範」是農業教育十分重要的推廣方式之一，由推廣人員或示範會員親自操作某項技術或工具，並著重於步驟、動作與器具使用的正確性，消除其他學員對陌生技術的恐懼，讓他們能夠輕易地「模仿與學習」。

因此，新北市農會每年舉辦的四健技術交換大會，除了讓會員們透過競賽展現平時於各區農會四健會的學習成果外，更重要的目的是讓會員們透過經驗分享及方法示範等方式交換彼此優異的技術或知識，達成教學相長的效果。

本會四健會會員以「燕麥大變身，翻轉阿公阿嬤的健康飲食」為主題，從日常早餐-燕麥片出發，探討燕麥的營養與特性，並利用台灣各地的特色農產品，製作簡單但不失健康美味的燕麥糕點心。會員們在比賽中展現絕佳的默契，以角色扮演的方式將示範流程融入短劇，也在演出中穿插各種知識與料理小撇步，穩健的台風與流利的示範動作也獲評審高度讚賞，最終獲得本次競賽「冠軍」的好成績！



▲參加本次競賽的四健會員與從旁協助的義務指導員們共同合影。

陳麗真：傑出四健工作獎章 傑出義指獎獲獎心得

回想當初，我只是陪著孩子參加四健會活動的三寶媽，從接送、陪伴，到坐在教室後方默默觀察，從來沒有想過，有一天自己也會站在義務指導員的位置，陪伴更多孩子成長。

能夠獲得傑出義指獎章，要感謝蘆洲區農會，推廣部以及四健會所有的神隊友們，因為有大家的鼓勵與合作，我才能在一次次活動、課程與服務中不斷學習、累積經驗，也更加體會四健會「從工作中學習」（Learning by Doing）的真正意義。

這些年來，我跟著農會一起投入食農教育、協助推廣在地文化、走進校園與社區，讓更多人認識農業、珍惜土地，也讓孩子在實作中培養責任感、服務心與團隊精神。每當看見孩子們燦爛的笑容，或是家長一句「謝謝你們」，都讓我更加相信，所有的付出都非常值得。

未來，我會繼續在四健會深耕，陪伴更多家庭認識四健會、參與四健會，將「身、心、手、腦」全人教育的精神持續傳承下去。

我也希望有更多家長願意加入義務指導員的行列，因為當我們願意陪伴一個孩子，就有機會影響一個家庭；當更多人一起投入，就能讓四健精神在社會中持續發光發熱。

最後，我想要特別感謝的，是我的三個寶貝孩子。沒有你們，我不會獲得這份殊榮。能和你們一起在四健會裡玩樂、一起成長，是身為媽媽最幸福、最快樂的事！（四健會義指/陳麗真）



▲陳麗真義指榮獲115年傑出義指獎章

蘆洲區農會推動數位金融 自動化交易享優惠

為提供更便利的金融服務，蘆洲區農會積極推廣數位金融，自115年6月1日起針對平均餘額達一定金額客戶，提供跨行提款及跨行轉帳手續費優惠。

網路銀行服務優點

- 24小時服務不中斷：不受營業時間限制，隨時可辦理轉帳、查詢及繳費等業務。
- 節省時間成本：免臨櫃排隊，減少等待時間與交通往返。
- 操作簡單便利：透過網路、手機即可完成多項金融服務。

自動化交易手續費優惠（自115年6月1日起）

針對平均餘額達一定金額客戶，提供跨行提款及跨行轉帳優惠：

- 平均餘額 300萬～未達500萬元：跨行提款5次、跨行轉帳5次

- 平均餘額 500萬～未達1000萬元：跨行提款10次、跨行轉帳8次
- 平均餘額 1,000萬元以上：跨行提款15次、跨行轉帳10次

服務與協助

若您對本會網路銀行（農漁行動達人APP）操作不熟悉，歡迎洽詢本會信用部本、分部服務台同仁，由同仁提供相關說明及操作協助。

- 網路銀行功能介紹
- 基本操作說明
- 使用設定協助

歡迎多加使用數位金融服務，一同體驗安全、便利又高效率的數位金融生活。（信用部/李雨芯）

願
景：
幸福
蘆農
再
造
巔
峰。
共
榮
共
好
公
益
關
懷
綠
色
企
業
卓
越
永
續

核
心
價
值：
正
直
誠
信、
主
動
積
極、
團
隊
合
作。



月圓人團圓 好禮傳心意 蘆農樂活館

『豪華』海鮮禮盒



龍虎石斑 600g / 包
香魚(公) 500g / 4入
鮭魚片 300g / 包
金目鱸魚清肉 300g / 包
白蝦 300g / 包
軟絲 500g / 包
野生午仔魚 400g / 包
加送 蒲燒鰻 200g / 包

『碳烤』海鮮禮盒



龍虎石斑 500g / 包
魷魚串 400g / 2入
秋刀魚 500g / 4入
白蝦 300g / 盒
豬梅花肉片 300g / 包
金目鱸魚清肉 300g / 包
澎湖透抽 300g / 3入

『精選』海鮮禮盒



龍虎石斑清肉 250g / 包
金目鱸魚清肉 150g / 包
台灣鯛魚片 200g / 包
白蝦 300g / 包
生凍小卷 250g / 包

湖內區農會 蒲燒鰻禮盒3尾裝



(每尾重約333g±10%)

瑞穗鶴岡文旦 5斤/箱



鶴岡文旦產自花蓮瑞穗鶴岡地區，得天獨厚的自然環境與氣候，孕育出香氣濃郁、果肉細嫩的優質文旦。果皮薄、果肉多汁，滋味清甜中帶著淡淡微酸，入口爽脆、回甘不膩。經採收後自然「辭水」，風味更加醇厚，是中秋送禮及自用皆宜的在地好果。

瑞穗鶴岡文旦 10斤/箱



左鎮農會嚴選-麻豆老欖文旦 10斤裝(約10-14粒)

★ 左鎮輔導青農文旦柚

堅持草生栽培×自然農法×產銷履歷認證



來自麻豆產區的職人用心耕作，讓每一顆文旦柚都晶瑩剔透、果肉軟米細緻

- ✓入口多汁甘甜，清爽不膩
- ✓富含滿滿維他命C，高纖健康又安心
- ✓送禮自用兩相宜，體面又大方



八里農會日光水岸品牌文旦 10斤/箱



選用近三年區級及市級文旦柚評鑑前三名果品
熟度適中風味佳 無籽
果皮無機械損傷及病蟲害
經農藥殘留檢驗合格者

東勢總統梨 8粒裝-4公斤



* 粒粒精選，保證甜度11度

東勢甘露梨 6粒裝-4.5公斤



跟頭一樣大、口感細緻、甜而多汁又有甘蔗的香氣，這是美味的甘露梨。

育成社會福利基金會 夏威夷果乾禮盒



規格
1. 蔓越莓 150g x 1 入
2. 三色葡萄乾 160g x 1 入
3. 夏威夷豆綜合堅果 160g x 1 入

石碇文山包種茶 150g



文山包種茶是一種香氣幽雅飄逸的清茶，展現「香、濃、醇、韻、美」五大特色，滑潤滋味令人口齒留香、神清氣爽；茶湯呈蜜綠、金黃色，香氣清新讓品茗者享受。

新北優質美人茶 150g



限量比賽茶~口感類似錫蘭紅茶，同時具花香、蜜香與茶香聞名於歐美被尊為東方美人茶~

購物袋回收再利用，打造低碳永續樂活館

您家中是否也有保存良好、乾淨完整卻用不到的紙袋或環保袋呢？歡迎分享給蘆農樂活館本館及各分館，提供給有需要的民眾自由取用。蘆農樂活館落實永續發展理念，推動「袋袋相傳」計畫，至今已超過2年，成果顯著。

蘆農樂活館希望透過「袋袋相傳」活動，建立「分享、循環、再利用」的綠色文化，鼓勵更多民眾一起加入減塑、減廢的行列。共同

打造低碳、友善的購物環境，讓每個袋子都能延續使用價值，讓資源循環再利用真正落實在生活中。

「一袋傳一袋，環保不懈怠。」這不只是口號，更是實踐永續生活最簡單的方式。讓我們從生活中的每一個小細節開始，攜手打造低碳永續的樂活館，讓資源循環、環境永續，成為你我共同努力的日常。(供銷部/王煜鈞)



三重郵局
三重字第

中華郵政
第61號執
為雜誌交
雜

“無法投遞
(限向郵局

蘆農與您共創



總會【信用部】
新北市蘆洲區中
電話：02-8282-
傳真：02-2283-

成功辦事處【成
新北市蘆洲區成
電話：02-2285-
傳真：02-2282-

長安辦事處【長
新北市蘆洲區長
電話：02-2847-
傳真：02-8282-

長樂辦事處【長
新北市蘆洲區長
電話：02-8282-
傳真：02-2281-

供銷部【農特產
新北市蘆洲區中
電話：02-8282-
02-2281-
傳真：02-2281-