

101年度農村高齡者生活改善計畫 ~銀髮樂活學習班上課花絮 (1)

推廣股 陳筱婷

本年度銀髮族課程於7/27(五)順利開課了，此次課程也相當的多元化，除了一般的健康講座課程之外，還安排了幾堂DIY課程，讓這些老人家有機會多動手動動腳，激發許久未出現的創意思法。7/27安排高瑞協老師的養生運動一笑笑功，在幾個月以前因緣際會上了高老師的課程後，就決定要排高老師的課了，果然這些老人家們上了這堂笑笑功之後，笑得更開心了。

高老師提到其實大家並不應該常常窩在家，久了反而身體不好，應該要常常出去走走，並笑口常開，相信心情一放鬆，身體就會舒爽許多。另外在8/3當天，在簡易健康的料理示範這堂課，特別安排由慈濟師姐-許素卿老師教大家製作「雪媚娘」，什麼是「雪媚娘」呢？其實是一種麻糬，對我們來說可能很普通，但是對這些老人家來說，製作麻糬可是既新鮮又有趣呢！雖然製作過程並不繁雜，尤其是大家的成品也不是很完美，不過大家在完成後，拿著自己的成品的臉上都出現滿滿笑容，這就算是整堂課最值得的地方了。此外，在8/10的課程中安排了一堂由新北市消防局來為大家宣導家中大大小小的意外事件要怎麼預防和處理，而這天的另一堂課則是由泰山區農會的義務指導員教大家做一個獨一無二的馬賽泡泡相框，每個人都非常用心的做出一個只屬於自己的相框，雖然過程中免不了遇到一些小困難，大家依然帶著微笑地做著，做好後再放進一張美美的獨照就完成囉！



張總幹事國城於課程開訓時致詞



雪媚娘製作~對自己的作品都很滿意喔



笑笑功課程~大家果然笑到合不攏嘴



新北市消防局熱心地教大家如何預防家中意外事件



雪媚娘製作~大家都認真的製作



馬賽泡泡相框製作情形~大家用心的製作自己的相框

健康米食料理食譜

日式紅豆飯

家政班埤林(二)班

材料：白米500g(量米杯3杯)、紅豆150g(量米杯1杯)
調味料：蒜頭10g、沙拉油15g、鹽少許
步驟：

- 1、先將紅豆洗淨浸泡水約4小時，以高出紅豆之水量用電鍋先煮一次。
- 2、白米洗乾淨、炒菜鍋放少許油將蒜頭爆香後撈出，再將米、鹽略炒過、再將已煮好之紅豆放入，並倒入3量杯之水，最後再用電鍋將所有食材煮過一次，就是好吃又營養的紅豆飯。



備註：以上材料為8人份，
1人份熱量約175大卡

(1)近年來常接獲民眾陳情反應，部份農友將稻草、枯枝等農業廢棄物以露天燃燒方式處理，致產生濃煙造成週遭空氣品質惡化，甚至引起火災或造成財產損失。露天燃燒可處5千元以上10萬元以下罰鍰，因此呼籲農民勿進行露天燃燒以免違反法令遭受處罰。

(2)農委會農糧署來文，輔導農田休耕種植綠肥作物其目的係於綠肥生長適期翻耕於土中增加土壤有機質含量及土壤通透性，因此請農友確實辦理農田翻耕不得以除草劑處理代替翻耕。



資料來源：行政院農業委員會農糧署
新北市政府環保局

新北市土城區農會會員子女 獎學金申請辦法

本會為獎勵會員之子女求學上進精神，培養優良人才，特制定本辦法。

- 一、凡本會會員直系子女(包括孫子女)在學就讀，當每學年成績符合下列標準而無第3條規定者，得申請發給獎學金，其獎學金之發給依據所提出之學校成績單為準(申請獎學金每戶人數限1人。)
 - ※就讀空專、空大或進修補校者恕不予獎勵。五年制專科學校學生1、2、3年級比照高級中學；4、5年級比照專科學校標準發給。
 - 1、學業成績：(各科成績均及格)
 - ◎國小：五育總平均90分以上。
 - ◎國中：一般學科總平均達85分以上。
 - ◎高中(包括高級職業學校及五專1、2、3年級)及專科、大學、研究所學生總平均分數：
 - 公立學校80分以上。
 - 私立學校85分以上。
 - 2、操行或德育成績80分以上(甲等)(國小、國中及高職除外)
 - 3、體育成績70分以上(乙等)。(殘障不限)
- 二、本會會員有下列情事之一者，不得申請發給獎學金：
 - 1、已遷離本會組織區域者。
 - 2、入會後有遷出本會組織區域者而未重新辦理入會手續。
 - 3、借款逾期而未繳息達2個月以上者。
 - 4、無下列條件之一者：
 - ◎放款金額在100萬元以上(包括100萬)。
 - ◎定期存款20萬元以上。
 - ◎存款憑證(開戶半年以上，半年內6次往來平均存款餘額在1萬元以上。)
 - ◎開新戶代繳水費、瓦斯、電話費其中之二項，存款金額1萬元以上。
- 三、獎學金之申請及發給日期依照下列規定辦理之。
 - 1、申請期限：每年9月5日起至9月25日止(逾期不予受理)。
 - 2、申請地點：本會會務股。
 - 3、發給日期：經本會審核後由本會發函通知學生領取，申請人對於本會核定發給與否不得異議。
- 四、獎學金金額每名國小500元、國中800元、高中1000元、專科1500元、大學2000元、研究所3000元。其發給名額依本會上年度盈餘撥入發放金額，依序編定，發放時公告。
 - ※申請獎學金之會員每次應填寫申請書乙份，連同下列證件送本會審查。
 - 1、成績單正本(影本無效且須有分數)若交影印本，應經校方蓋章，視同正本處理。
 - 2、在學證明書乙份或本學期已辦妥註冊證明之學生證正本或影本(學生證正本核對後退還)。
 - 3、戶口名簿影本乙份(戶口名簿影本須攜帶正本備驗)。
 - 4、會員印章(會員印章需與身分證姓名相符)。
 - 5、會員證正本。
 - 6、農會存摺正本。
- 五、審查發放以學業成績總平均分數高低依同組申請人數依次發給至第五項所定之名額為止，若額滿名額有同分數者再依操行、體育成績高分者取之。
- 六、獎學金發給後，如發現有偽造申請獎學金之證件，除追回其已領之獎學金外，以後不得再向本會申請獎學金。
- 七、本辦法經理事會通過後呈報主管機構核備後實施，修改時亦同。

戶政法令暨最新便民服務措施宣導

土城戶政「便利投貼心辦」，申辦不用受限辦公時間自101年起於大門口設置「便利投貼心辦」郵箱，讓民眾不用受限辦公時間，隨時可以預約申辦服務之時段，只要填妥申請書，留下欲辦理項目、聯絡電話及姓名，上班日後將由專人立即回覆，確認辦理業務、時間，應備妥文件，民眾屆時依預約時段到現場即可辦理，無需等待。

土城戶政提醒您-申請戶籍登記法定期限

- 一、在國內出生之12歲以下國民，未於出生後60日內辦理出生登記者，處新臺幣300元以上900元以下罰鍰。
- 二、認領、收養、終止收養、離婚或死亡、死亡宣告等戶籍登記，未於事實發生或確定後30日內辦理者，處新臺幣300元以上900元以下罰鍰。
- 三、將國民身分證交付他人，以供冒名使用，或冒用身分而使用他人交付或遺失之國民身分證，最高可處3年有期徒刑。
- 四、戶長未依戶籍法規定提供戶口名簿者，處新臺幣1000元以上3000元以下罰鍰。
- 五、不實之申請或提供不實資料辦理戶籍登記者，處新臺幣3000元以上9000元以下罰鍰。
- 六、遷入、遷出、住址變更登記，未於事實發生後3個月又30日內辦理戶籍登記者，處新臺幣300元以上900元以下罰鍰。

印鑑證明可於地政事務所辦理

印鑑證明可於戶籍地戶政事務所辦理外，如為土地登記使用，可至土地所在地之地政事務所申請土地登記印鑑，敬請多加利用。

新北市土城區戶政事務所
服務電話：02-22605640
服務時間：週一至週五 08:00~18:00
加值時間：週三18:00~20:00及週六09:00~12:00

瞭解信用，讓您的生活多采多姿 <part 4>

我該怎麼辦??

- 問：身分證遺失時該如何防範被冒名開戶、貸款或開卡?**
答：身分證遺失時，您應該盡快親自向全國各地任何一個戶政事務所，或是用電話向您籍所在地的戶政事務所辦理掛失，並申請補發新的身分證。您如果擔心身分證會被有心人士冒名開戶或申請貸款、現金卡、信用卡，您可以向聯徵中心申請一份綜合信用報告書加以核對，如有可疑記錄，應該盡快向報送的金融機構接洽釐清。
- 問：怎麼樣辦理申請註記及註銷註記?**
答：如果您需要註記一些與金融機構業務有關的訊息，例如請金融機構核貸時，須確認係本人辦理、永遠或在一定日期前不再申請貸款與信用(現金)卡等，您可以向聯徵中心以郵寄或親臨的方式申請註記，聯徵中心會將當事人註記之訊息提供金融機構參考，而期限屆滿前您也可以申請註銷註記。
- 問：如果被列為警示帳戶時該如何辦理解除?**
答：如果您的存款帳戶被誤為警示帳戶，請您備妥身分證明文件，向聯徵中心申請取得載有「詐騙通報案件紀錄資訊」的「當事人綜合信用報告」，然後親赴距離您最近的警察機關，向偵查隊詐欺案件承辦人索取申請書填寫，請求協助調查及解除適宜。

蕃茄蘆筍夏日養身汁

材料：
大蕃茄3顆、蘆筍1條、柳丁汁30c.c.、
芹菜1支、冰塊適量
作法：
將蕃茄、柳丁汁、蘆筍、芹菜、
打勻後加入冰塊即可飲用。



評價：
蘆筍有降火氣、退火等功效，蕃茄富含茄紅素可以發揮抗氧化作用，炎炎烈日下，勸君來一杯蕃茄蘆筍夏日養身汁吧！

賀 本會榮獲
行政院農業委員會第6屆農金獎
營運卓越獎 (特優獎)
資產品質績優獎 (特優獎)

行政院新聞局出版事業登記證局版臺誌字第捌壹伍壹號

土農會刊

張國城 謹識

中華民國七十八年六月二十日創刊

NO.92

聯邦金聯名卡 超優上市

- 1.全國300多家農漁會享優惠折扣**
 全國300多家農漁會最新優惠請詳農業金庫網站
 (www.agribank.com.tw)。
 - 2.新卡首刷禮5%現金回饋**
 新戶核卡後1個月內新增消費金額，享5%現金回饋(每戶回饋上限300元，正附卡合併計算。*首刷禮期間：即日起至102年1月31日止)。
 - 3.消費享5%現金回饋**
 您的新增一般消費可享5%現金回饋。
 - 4.高額旅遊平安保險**
 御璽卡/鈦金卡/晶緻卡提供3,000萬元保障，白金卡提供2,000萬元保障。
 - 5.愛車服務**
 1. 松山、桃園、高雄國際機場單程免費專車送機或接機服務。
 2. 24小時免費道路救援服務。
 3. 免費機場外圍停車服務。
 (上述三項服務需消費累積達一定金額(含)以上方可享受車服務且須事先登錄)
- ※詳細申請資訊可洽本會服務台及各辦事處



理事長/李榮達
 常務監事/廖彰常
 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.twtcf.org/
 編印者/造極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
 ★貨鏡辦事處 8261-5258~61
 ★峰廷辦事處 8261-5255~57
 ★廣福辦事處 8966-2586

- ### 推廣簡訊
- 1、新北市各農會第30屆桌球友誼賽於6/30辦理完成。
 - 2、本會主辦新北市101年度四健會員聯合教育訓練活動，業於7/4~7/6辦理完成。
 - 3、101年1期稻作代收制作業於7/12、7/14辦理完成。
 - 4、本會於7/12~7/13帶領四健會員參加新北市101年度四健會露營大會暨四健六十作業成果展活動，獲「四健六十成果佈置比賽」季軍、「泡茶比賽」季軍等獎項。
 - 5、本會101年度四健幹部訓練活動於8/12~8/13辦理完成。
 - 6、本會101年度四健會員農村體驗活動預訂於9/9辦理。
 - 7、本會101年度四健會員暑期作業組各研習班於7/9~8/23辦理完成。
 - 8、本會101年度農村高齡者生活改善計畫-銀髮樂活學習班，業於7/27辦理開課。
 - 9、本會於8/25辦理新北市土城勤篤有機推廣市民農園耕作講習。
 - 10、本會訂於8/27及9/5辦理101年度強化農村婦女生產及生活經營能力計畫家政班幹部暨班員講習會。
 - 11、本會會員子女獎學金於9/5~9/25受理申請。
 - 12、101學年度第1學期農委會農漁民子女獎助學金，預定於9/16~10/15申請。

101年度1期稻作代收制作業情形
 桌球友誼賽開始前本會李理事長榮達為參賽選手加油勉勵
 101年度四健會員聯合教育訓練活動
 101年度四健會員暑期研習班米食烘培作業組
 101年度農村高齡者生活改善計畫銀髮樂活學習班上課情形
 101年度四健會露營大會暨四健六十作業成果展活動
 101年度四健會會員聯合教育訓練活動
 101年度四健會會員暑期研習班米食烘培作業組

新品上架

榮獲十大經典神農《神農獎》
 無患子天然沐浴精華乳300元(500ml/瓶)
 無患子天然洗髮精露300元(500ml/瓶)
 無患子抗菌潔衣精300元(2000ml/瓶)
 無患子碗盤蔬果洗潔液200元(600ml/瓶)

金門十大特色伴手禮--良金畜牧場出品
 高粱黑豬肉角、
 高粱牛肉角、
 高粱牛肉乾
 售價180元
 (250公克/每包)

土城農會友情推薦

夏季飲品上市囉!!

荳林農會~番茄汁(680ml)

番茄富含維他命A、C、E，不但經醫學證實有防癌、抗衰老功能，近年也成為熱門的養生蔬果之一哩!!

單瓶售價 40 元
 整箱特價 750 元 (20 瓶)

冬山農會~有機白雪耳/黑木耳飲

有機白雪耳飲
 售價 單瓶 60 元 (245ml)
 禮盒 350 元 (6 瓶)
 整箱 1400 元 (24 瓶)

有機黑木耳飲
 售價 單瓶 40 元 (245ml)
 禮盒 230 元 (6 瓶)
 整箱 920 元 (24 瓶)

肥料諮詢服務中心

本會為服務農民，增進作物產量，目前有安排專人受理諮詢服務，歡迎多多利用。

時間
 每月第二個星期五，上午09:30~11:30

地點
 本會供銷部(土城區永和街25號)

全面優惠 農會代辦 汽機車強制險

隨到隨辦，即時領卡！
 備妥駕照及行照就可以了！
 ~為您做最貼心的服務~

請至本會各營業櫃檯辦理或電洽
8261-5211(保險部)

漲價通知

為反應成本，自101年8月13日起
 <黃金養生蛋>售價由原每箱210元調漲為每箱230元，造成不便，尚祈見諒！
 土城區農會供銷部 敬啟