

花生什麼事?!

推廣部/小編



土農直播到底「花生」什麼事？讓小編來告訴你到底發生什麼事～

隨著播出的集數，直播的陣容越來越強大，內容也越來越豐富了，配合新進的虎尾花生系列產品，小編也是使出渾身解數，精心開發了多道創意料理呢！有花生醬拌麵、花生醬炒飯、花生醬涼拌高麗菜，味都出奇的搭呢！特別是剛起鍋花生醬炒飯，濃郁的花生香撲鼻而來，還沒開動口水就先流了一地，香Q的米飯和花生醬完美的融為一體，吃的到花生顆粒，咖滋咖滋的奇特口感真的會讓人忍不住一口接一口，讓小編直呼實在是太好吃啦～～～

不過以為農會直播只有這樣嗎？那你就大錯特錯了！秉持著有吃又有拿的精神，也為了回饋長久以來追隨我們直播的廣大粉絲們，在每次直播時小編都精心準備了神祕好禮抽出給線上的粉絲，請各位千萬不要錯過。

各種神奇的農特產品盡在土城農會農村社區小舖，鎖定「新北市土城區農會」



粉絲專頁，各種超值限量的農特產品跟直播資訊隨時更新，土城農會實在太佛心啦～～

土城區農會農村社區小舖

地址：新北市土城區金城路三段211號

電話：02-2270-3735

營業時間：週一至週五，上午8:30～下午7:30



新北市土城區農會 土城農會農村社區小舖



掃描QR Code馬上追蹤土農好康資訊

農特專區

奧利塔橄欖油

350元/1000ml/瓶

奧利塔精製橄欖油，具溫和淡雅橄欖果香味，不苦澀，無辛辣感，單元不飽和脂肪酸(Omega-9)含量高，含豐富橄欖多酚及維生素A、D、E、K，適合熱炒、香煎等高温烹飪。



高山茶 250元/300g

出產於中部山區，屬於中高海拔之茶葉，屬於輕發酵茶，保有茶葉原來的茶香，沖泡後茶湯飲用滋味甘醇味香。



魚池香菇

700元/300g/包

遠近馳名的魚池香菇，菇身厚實、香味濃郁，營養豐富，深受消費者喜愛。

西螺醬油、油膏

100元/420ml/瓶

黑豆甕釀過後的原汁，保留住了最原始的黑豆原味，帶著甘甜味的口感、不含防腐劑、自用送禮兩相宜。



池農良質米

360元/5kg

池農出品的池上米粒大而飽滿，粒粒分明完整，具有黏彈性、口感佳、富飯香，口味及品質皆為台灣之最，讓你感受米飯原始的香甜滋味，正宗池農米絕對值得您細細品味。



雲農花生湯 25元/330g/罐

本產品採用雲林優良的花生，精心調配符合現代人的口味，不但味道香醇、營養可口，冰飲、熱食皆適宜，是夏季消暑飲品，更是冬季滋補聖品。

更多商品可在線上購物喔～ 新北市土城區農會 <http://www.twtcfa.org>

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

中華民國七十八年六月二十日創刊

張國城 謹識

NO.138

理事長／林義隆

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

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

臺灣農產 嘉年華

滿500 送50

網購農產品超優惠

即日起到 6/30 24時止

號召國內超過40家電商共同辦理

網路搜尋「臺灣農產嘉年華」
<http://farmersbuy.cas.org.tw/>

買當季具溯源的農漁畜產品
買500元以上，就送50元
買1,000元以上，就送100元
(以此類推) 無上限！買越多賺越多！

趕快來選購

推廣簡訊

1. 3/2開始辦理109年度社區課後伴讀班。
2. 3/4參加新北市109年度志願服務新進人員訓練。
3. 3/11起辦理四健我的祕密花園作業組課程。
4. 3/11、3/25、4/8、4/22辦理本會臉書粉絲專頁直播。
5. 3/13辦理109年第1期水稻共同作業計畫代耕作業。
6. 3/18參加新北市家政推廣教育幹部講習。
7. 3/20參加新北市四健推廣教育指導員經驗發表競賽，獲季軍。
8. 3/27參加新北市農事技術交換大會暨公民常識測驗，公民常識測驗獲亞軍。
9. 4/21參加新北市109年度家政推廣教育性別平等講習暨幸福農村推動計畫工作會報。
10. 4/24參加109年度新北市四健推廣教育指導員專業訓練。



社區課後伴讀班



四健我的祕密花園作業組



臉書粉絲專頁直播



新北市家政推廣教育幹部講習



109年第1期水稻共同作業計畫



參加新北市四健推廣教育指導員經驗發表競賽



新北市家政推廣教育性別平等講習



參加新北市農事技術交換大會暨公民常識測驗



新北市四健推廣教育指導員專業訓練

109年度農事技術交換大會

推廣部/小李子

新北市109年度農事技術交換大會3月27日於文山農場辦理，受新冠肺炎影響，主辦單位市農會為防範疫情特地將場地移至室外。今年共有新莊、八里等8個農會推派農友參加經驗發表競賽，內容分別有蔬菜、茶葉、山藥、草莓、竹筍等，每位發表者將其專長及經驗藉由15分鐘簡報提供給與會農民共同分享交流，大會並邀請桃改場姜金龍課長、新北市政府李佳蓉股長及全國農會巫姿瑩主任擔任評審。

下午經驗發表結束後由姜金龍課長主講「從消費者角度探討北部農業發展方向及分析女性從農角色」讓大家對於現在農業的經營及發展有更深層的認識。

課後成績公佈，經驗發表由石門農會以「新興科技結合有機生態農場」為題材榮獲冠軍，公民常識測驗由林口農會獲得冠軍，本會獲得亞軍，大會於頒獎結束後散會。



花椰菜、洋蔥上桌！ 免疫力升級

文章摘自”華人健康網”

值此新型冠狀病毒肺炎（COVID-19）防疫非常時期，口罩仍然一罩難求，勤洗手成為自保基本功！儘管靠洗手、口罩外在防護，內在更應該提升免疫力，才是硬道理。

日常生活中，薑黃、蒜、薑、洋蔥、咖哩等天然食材，都富含抑菌物質，以下分別介紹這一些食物的抑菌特性：

薑黃：薑黃有「解毒之王」、「香料皇后」之稱，薑黃含薑黃素（curcumin），具有抗菌活性，可抑制大量細菌菌株的生長，並抵禦一些致病的細菌。但是薑黃不容易溶於水，不易吸收，別以為買整條薑黃來吃，或是買一包薑黃粉泡水喝，這兩種方式是無法吸收到薑黃素的。薑黃比較易溶於有機溶劑或油脂，因此食用時，建議使用油炒，例如薑黃是咖哩中常見的香料成分之一，其他還包括：鬱金香粉、芫荽、茴香、芥末、洋蔥、小豆蔻等，建議以咖哩作為料理，就能吃到天然抗氧化劑薑黃素的健康好處，有助抗發炎與保護免疫系統。

花椰菜：花椰菜富含硫配糖體（Glucosinolate），經本身黑芥子酶（Myrosinase）的催化後會生成吲哚（indole-3-carbinol）、異硫氰酸鹽（isothiocyanates）、蘿蔔硫素（Sulporaphane）等衍生物。尤其，蘿蔔硫素是效果強大的化學物質，科學界目前研究顯示有助活化免疫系統，以及啟動身體自癒力。烹調時不宜使用滾水煮，否則黑芥子酶便會遭到破壞，無法合成蘿蔔硫素。根據美國伊利諾伊大學科學家研究發現，烹調綠花椰菜最好的方法，是將其隔水蒸5分鐘，才能保留效果。

洋蔥：洋蔥含有槲皮素（Quercetin），這是一種黃酮類化合物，根據2020年一項刊登在《國際食品科學與營養雜誌》期刊顯示，槲皮素具有抗炎症作用，而抗發炎有助抑菌、抗病毒等作用，是人體維持健康的重要防禦機制。在各種洋蔥種類中，黃洋蔥與紫洋蔥的槲皮素含量較高，特別是紫洋蔥，每公斤約含有1910毫克的槲皮素，排名第一。由於槲皮素對熱穩定且易溶於脂質，所以建議洋蔥的料理可以採用適量的食用油烹調或涼拌，以提升槲皮素的吸收率。

【均衡濃湯】

（二人份）

材料：綠花椰菜半顆、洋蔥四分之一顆、黃帝豆50克、蘑菇10克、生腰果25克、薑10克。

調味料：油適量、鹽少許、蒜末適量。

作法：

1. 洋蔥半顆切絲，加薑、蒜末以油拌炒。
2. 綠花椰菜洗淨去粗皮分小朵，先以滾水汆燙備用。
3. 生腰果以果汁機略打成泥狀，再放入花椰菜、洋蔥、薑、蒜末及600ml熱開水略打。保留蔬菜纖維口感。
4. 倒入鍋中，加入黃帝豆、蘑菇放瓦斯爐上煮滾，最後加入油、鹽、黑胡椒提味。



為防治新型冠狀病毒肺炎，搭乘公車、客運、捷運、台鐵、高鐵、淡海輕軌、計程車、復康巴士、新巴士、海空運等大眾運輸應全程戴口罩，違者處新臺幣『3,000元~1萬5,000元罰鍰』

To prevent transmission of COVID-19, please WEAR A MASK the whole time while taking public transportation including buses, MRT, trains, THSR, Danhai Light Rail, taxis, handicap service buses, and all the air and sea travel. Violators could face a fine from NT\$3,000~NT\$15,000



以下情形，也不得搭乘大眾運輸：
If you have a forehead temperature of 37.5°C or higher, or you are on home quarantine, taking public transportation is prohibited.

發燒37.5度C



居家檢疫期間



新北市政府交通局
Transportation Department, NTPC Government

預購肥料補助申請流程



戶政法令暨最新 便民服務措施宣導

- ◆ **新北市新住民愛心大平台，醫療補助減負擔～**
 - ◆ 招新北市政府民政局自109年1月1日起，為協助未加入全民健保之新住民，補助突發意外或罹病之部分醫療費用，落實新住民照顧措施。
 - ◆ 申請人為居住本市新住民(國人之配偶)本人，申辦時應檢附申請表、醫院診斷證明書、醫療費用單據、居留證或護照及申請人金融機構存簿封面影本。
 - ◆ 新住民自醫療補助原因發生後二個月內，向本市居住地戶所申請，並由戶所辦理案件審核及補助款撥付事宜。
 - ◆ 提供本市新住民最新照顧措施，歡迎多加利用。
- ◆ **內政部戶政司全球資訊網免用自然人憑證掛失或撤銷掛失國民身分證服務**
 - ◆ 內政部戶政司全球資訊網，提供24小時網路免用自然人憑證掛失、撤銷掛失國民身分證服務。
 - ◆ 使用手機掃描QRcode圖檔，即可進入網頁辦理身分證掛失、撤銷掛失及掛失查詢作業。
 - ◆ 提供您更便捷服務，有需求者，歡迎多加使用。
 - ◆ 掛失網址：<http://www.ris.gov.tw/3013>。
- ◆ **即日起戶政事務所可通報勞動部勞工保險局申請勞保/國保生育給付或家屬死亡給付**
 - ◆ 為落實政府數位化服務轉型，達成「一處收件，全程服務」目標，持續推動「戶政一站式服務」，可省去在不同機關間奔波的辛勞，歡迎民眾多加利用。
 - ◆ 民眾可於戶政事務所辦理出生登記同時通報申請勞保或國保生育給付，以及辦理死亡登記同時通報申請家屬死亡給付，戶政事務所每日將民眾申請給付資料（包括申請人提供之國內金融機構或郵局帳戶）通報勞保局，勞保局審核通過後，直接通知申請人並將相關給付匯入民眾帳戶，民眾如有相關疑義及辦理進度查詢，可以逕洽勞保局諮詢。
- ◆ **落實性別平權觀念。**
 - ◆ 民法規定繼承人之繼承權並無性別差異，無論男女均有繼承權。
 - ◆ 出生登記，父母應以書面約定子女從母姓或父姓，約定不成者，於戶政事務所抽籤決定。
 - ◆ 年滿20歲有行為能力人得依其意願選擇從母姓或父姓。
 - ◆ 落實性別平等，從母姓或父姓一樣好。



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)
 週六服務時間：09:00~12:00



新北市土城戶政事務所～關心您～

重要公告

自5月1日起

跨會通提存新增轉帳功能

每日最高限額

存款（現金或轉帳）30萬元
 提款（現金或轉帳）30萬元

分開計算



新北市土城區農會

防疫報稅5招

不必踏出門 上網就完成



已註冊健保卡



讀卡機 + 密碼 ▶ 線上報稅系統

#到健保署網站註冊

自然人憑證



讀卡機 + 密碼 ▶ 線上報稅系統

#到全國戶政事務所辦理

電子憑證



只需密碼 ▶ 線上報稅系統

#到金融機構辦理經財政部核准之電子憑證

戶號+查詢碼



1 持自然人憑證/已註冊健保卡
到四大超商多媒體資訊機取得查詢碼

2 戶號 + 查詢碼 ▶ 線上報稅系統

4/28
8:00起

行動身分識別



1 自然人憑證註冊 & 綁定手機

#到臺灣行動身分識別網站註冊

2 手機指紋/臉部辨識 ▶ 線上報稅系統

2020/04/14