



文圖 / 李慧津

■ 錦鶴將四健首蓆 logo 變成別緻的胸針。



# 「竹之鄉」的 四健指導員「真好」

## 專訪五股鄉農會四健指導員黃錦鶴

**五**股鄉農會四健指導員黃錦鶴小姐因為名字唸起來與台語「真好」的發音相同，所以大家就順勢叫她「真好小姐」，感覺上倒也十分親切。

### 首蓆胸針有創意

擔任四健指導員的工作才一年半的時間，年輕的她緊張不已，深怕因為經驗生疏工作作不好，在「新手上路」階段，她戰戰兢兢地學習每一項，在摸索過程中，她有心將四健工作作得更完美。她搬出一疊四健照片，其中，有用硬塑膠剪成的四健首蓆胸針，雖然不是什麼大工作，但是不用心者，還想不出來四健的 logo 也可以這樣的表現，別緻又有創意，其設計和構思應可以給一百分。雖然五股農會的四健會員，限於經費的運用，尚無四健的制服或小背心，但這四健首蓆小胸針，在班會或其他的會議及活動上，也發揮了其相同的功效。另外，錦鶴的四健作業本也突出一格，為便利展示，所以其除了畫面效果外，

也可以打開變成立體站立，而展現出黏貼精緻的畫面內容，所下的功夫可見一斑！

### 「竹的」作業組

五股鄉位於台北縣之西北部，隔淡水河與台北市毗鄰，面積約34平方公里，境內除東南方一部份是平地外，三分之二以上為山林，由於地理環境得天獨厚，土質優異，主要作物以綠竹筍為大宗，堪稱為五股鄉之特產；而觀音山的綠竹筍更是名聲遠播。

錦鶴表示：「五股鄉除了有一些古蹟之外，綠竹筍可說是本鄉最具特色的農產品，鮮食及製成加工品的筍絲、筍干、醬筍等，已有原本的口碑之外，更可利用綠竹筍配合古蹟景點結合成「生態之旅」，這是五

股農會積極推廣的另一項業務。」當然，錦鶴的四健作業組也以「綠竹筍」為主軸，而推出一連串「竹」的故事。她說：「我希望鄉內的四健會尤其小會員，能認清並了解自己鄉內農特產品的特色，從竹筍的栽培管理，加工品的製作、竹的藝術品的展現及竹筍的生態觀察都列入作業組中。」

在竹筍的加工製作作業組方面，引起學員們很大的迴響，尤其大家親自動手學作好吃的脆筍，學員從稱筍→切筍→切片→灑鹽巴滲透→放入布袋壓重物→水份脫乾→脫水後的竹筍倒在鋪平的鋼架上→放入烘乾機翻轉→烘乾成品包裝。每個步驟都讓會員親自動手，尤其是放入布袋壓重物脫乾水份的這一部份，令會員樂不思蜀，

每個人爭先恐後的要試試看。沒想到傳統留下來的老方法，令許多人憶起童年的往事，而沒見過這脫水法的小會員，也感染到了其樂趣所在。沒有脫水機之前，先人使用的方法其智慧真令人佩服。



■ 五股鄉的竹筍生態之旅出發囉！

文圖 / 薛慧碧

四健作業組



■ 每一支出土的竹筍，都是竹農揮汗的辛勞。



■ 竹筒插花教學。



■ 利用重物將筍絲水分壓乾。

### 竹的生活體驗

錦鶴還請了竹手工藝老師來教授會員竹的藝術，利用竹子的各部分，作成有趣的竹蟬、竹槍、竹葉蟲、存錢筒等等。原來竹子從食用的地下部，到地上部的竹葉用來包粽子，莖用來作竹筒飯、當花瓶和作存錢筒，每一部位都有用處，如果要比較植物的利用率，竹筍在排行榜上一定是數一數二。

錦鶴將竹的樂趣，作了課程的規劃，不僅讓會員動手做，製成存錢筒、花瓶等，還讓會員走出戶外，享受了竹的體驗之旅，感受竹農平日的辛勞，讓學員留下難忘的記憶。 圖



■ 推廣藝術蠟燭的薛慧碧小姐。



■ 利用布丁模型，做成的布丁蠟燭。

## 內門鄉農會 藝術蠟燭作業組

**蠟**燭」從古至今，就扮演著相當重要的角色，當停電的時候，人們第一個想到的便是點亮它，因為它具有「燃燒自己，照亮別人」的特性；蠟燭一般給人的印象，不是紅色就是白色的，形狀也大部份是長條形。近年來，隨著國人生活水準的提昇，蠟燭已不再是停電時的專利，而是成為生活之裝飾品，各種造型、樣式、五顏六色甚至帶著芳香氣息的蠟燭，擺滿了商品櫥窗，這些稱為「藝術蠟燭」。

當初會想到設計「藝術蠟燭」作業組，就是想讓會員多一點生活的美感，及認識更多種類的蠟燭，同時改變一般人對蠟燭的刻板印象。蠟本身的可塑性高，能隨著人的喜、怒、哀、樂自由揮灑，作業組不但可培養會員對藝術蠟燭創作的美感，更可激發潛能，手腦並用，塑造出各種賞心悅目的藝術作品，增添豐富的色彩，創造蠟燭更高的附加價值。

所以，在作業組的設計上，不應再延續農村社會裡養雞、養鴨的作業方式，而要隨著時代、文化的演進，充實我們的生活內涵，達到手、腦、身、心並用的境界。 圖



■ 利用冰塊的原理，造成它有空隙的效果。