



在傳承與轉型之間
卯澳老海女的堅毅靈魂

文 賴品瑀 · 圖 游忠霖（大山影像工作室）

「這些已經這麼大了，我明天要來採！」三月底的午後，卯澳漁村的資深海女林郭秀鳳自潮間帶回到岸上，手心裡多了幾顆笠螺；她總是那麼眼明手快，即使已年逾七十，無法再下海潛水，但這份海女的精神仍深植在靈魂裡。

十多年前日本 NHK 播出電視劇《小海女》讓世人認識海女文化，我們也因此發現不僅日韓，臺灣的卯澳與鄰近的馬崗漁村也有著這樣一群靠海吃海的堅毅女子，並正在設法保留傳統並以此振興當地。

遵循古法的石花凍
乘載著無法忘情的一生海女夢

「其實沒有賺錢，但就是要保存古法，推廣給大家知道。」卯澳社區發展協會理事長吳享蓉端上當地名產「石花凍」，這是當地資深海女在潮間帶採集而來，由協會收購後每個步驟都遵循古法製作。造訪北海岸必嚐的石花凍，是夏季盛產的天然海藻「石花菜」經「七泡七曬」去除腥味與雜質後成乾燥易保存的狀態，後續再經熬煮與冷卻凝固，搭配檸檬汁、糖水或冬瓜茶炮製而成，是口感爽滑 Q 彈的清爽點心，且富含膠質、膳食纖維與碘等礦物質，具有很好的營養價值。

「產地會有影響，但是有沒有好好清洗浸泡、太陽曝曬也造成口感的不同。」吳享蓉解釋說，例如現在有些人想要省事，直接用自來水柱沖洗攤在地面上曝曬的石花菜，細胞壁被過度破壞能留下膠質較少，不願費工的結果就是熬煮後的石花凍口感不夠濃稠有彈性。

石花菜是卯澳灣的名產之一，由於三條來自雪山山脈的溪流帶來豐富養分，當地海域的魚蝦貝類與海菜都生長繁盛，因此居民也善用這個老天賜予的大冰箱，男人駕著舢舨船出海捕撈軟絲、鬼頭刀、龍蝦等近海魚類，女人則在岸邊潛水採摘石花菜、珊瑚草，撿海膽、九孔、鮑魚。這樣的生活方式靜靜傳承著，本以為是平凡的日常，直到日韓重視起「海女」文化，眾人也才發現臺灣也有這樣特別的一群人。



不過，卯澳的資深海女們紛紛受年齡限制不能再下海，只能在退潮時段潮間帶採集，但卻遲遲不見新血加入的窘境。吳享蓉直言由於海女這個產業太辛苦了，她自身七十歲，家人不捨她出外工作，

1 | 在岸邊撿拾海菜的海女。
2 | 資深海女林郭秀鳳身手仍然矯健。
3 | 夏季盛產的天然海藻「石花菜」經「七洗七曬」去除腥味與雜質後成乾燥易保存的狀態。

同一代也有不少人做出一樣的選擇，後續更少人投入，因此現在出現了巨大的斷層。

海女林郭秀鳳回憶，早期裝備相當簡陋，並沒有潛水衣、甚至沒有手套，海女們就穿一般長袖棉質衣褲、草鞋下海，蛙鏡還是用玻璃和牛角自製的，帶著繩網和尖刀潛入 2-10 公尺深的海中，一趟一趟下潛尋找海菜與魚貝。當人們不喜歡曬太陽時，她們卻喜歡在有太陽時工作，因為海水是溫暖的。雖然在海中要與烈日與潮浪搏鬥，帶著二三十公斤的滿滿收穫游回岸邊、走過礁石也相當辛苦，但能補貼家用就讓心裡感到踏實。

永續使用大海冰箱 與現今保育概念契合

「一趟可以撿到 7、8 顆海膽，還可以順手拿點小章魚、龍蝦呢。」在林郭秀鳳的記憶中，當時海濱還沒有消波塊，各種水產更是取之不盡，但由於體力與容量有限，海女們也養成了只取需要的、生物體型太小不採、海菜不整片連根拔起的哲學與默契。

從十多歲加入至今，這批海女的數十年生涯也見證著環境變化、海洋資源減少的改變。卯澳現在肩負起保育示範漁村的角色，不僅新北市政府在2012 年劃設「貢寮水產動植物繁殖保育區」，針對九孔、海膽、龍蝦、石花菜等水產展開保育措施，包括限制採集時段、禁止使用漁具捕撈等，2016 年更被劃設成臺灣首座栽培漁業區。在保育功能與社區人口的轉型之間，近年卯澳成為浮潛、獨木舟等海洋遊憩者的熱門據點，餐飲業者也陸續進駐，讓當地在清閒中帶有人氣的舒適氣氛，同時也在學界的協助下，發起「里海學堂計畫」，運用海女文化深化當地人文特色，更以資深海女們為主幹振興社區。

目前學校、企業、營隊與機關團體，可以聯繫卯澳社區發展協會規劃安排小旅行，包括走讀漁村、體驗採集石花菜、製作石花凍等活動，有時搭配浮潛、獨木舟等水上活動，或是進行公民科學家生態調查，並且享用道地的漁村午餐。吳享蓉指出，現在來探訪卯澳的人們不少尋求美景美食之外，也能深度體會漁村，因此不僅學校、團體如此，也曾有到福隆參加活動的年輕人，特地安排一天來認識卯澳。

原來這就是里海！ 持續穩健的社區活力

從漁村入口處祀奉著全臺唯一的「手提魚籃觀世音菩薩」的利洋宮，到見證著先民就地取石材建


4


5


6

造的「吳家洋樓」遺址石頭厝，走讀行程引導旅人細細品味小小卯澳村面向廣闊大海的點滴累積。這些導覽行程多由協會志工娓娓道來自己生命經驗，好奇問起是否需要培訓與練習，吳享蓉充滿信心地表示不需要，因為在地人對在地大小事都了然於心，誠懇分享即可。協會裡的志工以資深海女為主，她們雖然高齡但活力不輸年輕人，總是一聲號召就盡可能參與，讓活力不只從外界注入，更在社區裡穩健的生長出來。

里海計畫不僅接待外賓分享漁村，更積極爭取各種資源，例如設立海洋驛站、綠美化、彩繪等改善環境，也有共餐、服務銀髮族的陪伴活動，從軟硬體的改變，吸引人們進入也讓社區居民樂活，進而尋求地方創生、社區營造的可能。

「不能不動呀，退休了還是要工作！」一頭黑髮且身手矯健的林郭秀鳳表示，身為海女時，因為長期浸泡海水，鹽分讓她們的頭髮長期是枯黃的，但退休後頭髮卻逐漸變黑，與一般人邁入中老年後頭髮逐漸花白到銀白的趨勢逆行了。持續參與社區發展協會的大小活動，也許正是她充滿活力的重要因素之一，包括接待來訪團體、社區共餐，當然也還有她最不能忘情的海女工作：在夏季繼續到潮間帶採集石花菜。

吳享蓉表示，接待參訪、舉辦共餐等活動的所得在扣掉成本後，由志工與協會對分，對志工來說不無小補，對協會來說更是持續運作的底氣，而同時政府的計畫有適合的她們會積極參與，海洋大學的持續協助與陪伴也給她們繼續的動力與點子。例如由海女採集的石花菜，由協會持續向資深海女們收購並以古法製作出正統的品質，並由海洋大學團隊協助，設計成可愛討喜的禮盒，完備食品相關認驗證程序，以上市供民眾購買。目前不只前往參訪的人可以當場購買，企業團體也持續訂購，讓這個技藝能夠繼續傳承著。

在生活中實踐 新時代海女持續募集中

其實在每個禮盒裡，協會都附上了一張募集海女的小卡，希望不怕水、不怕累、愛海的女性加入，共同在卯澳實踐勇敢無畏、堅韌不拔也簡單純粹的海女精神。不過吳享蓉也坦言，目前還沒有人真的應徵，即便喜歡到卯澳玩水的人不少，但休閒與工作確實是兩件事，且目前若只做下海採集，海女這份工作也的確不足以維生，未來也將是以兼職、斜槓的方式去做推廣與傳承。吳享蓉表示，轉型中的海女，不僅依然要在海洋中一起強壯勇敢，更要實踐與大自然和諧共處的環保理念。

在保存地方文化、傳統與實現自我價值觀兩大任務之間，卯澳海女從過去到現在，都是卯澳社區最獨特的靈魂。

4 | 卯澳現在肩負起保育示範漁村的角色，新北市政府在2012年劃設「貢寮水產動植物繁殖保育區」。
5 | 卯澳社區發展協會理事長吳享蓉是在地優秀的女性解說員。
6 | 里海學堂。