



### 勤 追思感念~本會鄭理事長聰達

【本刊訊】本會鄭理事長聰達不幸於9月18日於本屆次任內逝世，走過人生七十八寒暑，瀟灑走完美好的人生旅程，誠所謂「鞠躬盡瘁，死而後已」。鄭理事長出生於五甲地區，世代務農，也因此具有農家子弟質樸堅毅、刻苦耐勞、百折不撓的個性，養成爾後講求實事求是、堅持到底的工作態度，尤其多年來，在其不斷的力爭上游和努力打拼下，終於嶄露頭角，出人頭地，進而奠定了今日輝煌基業。

生於農村、長於農

村，喜歡農業、鍾情農業，因此，跟農業早有著不解之緣與濃厚的鄉土情懷。擔任本會第十二屆會員代表、第十四屆、十五屆常務監事；民國102年眾望所歸，再度更上一層樓，擔任第十七屆理事長。歷經會員代表、常務監事、理事長等要職，一生奉獻農會達十數載。以最熱忱的服務態度與最謙遜的學習精神，積極參與農會事務，為會員爭取權益謀福利，貢獻卓著，績效有目共睹。

鄭理事長個性爽朗、為人謙沖和氣，處事八面玲瓏，平日樂善好施、廣結善

緣，歷年來為鄉親爭取無數的建設與權益，曾擔任五甲龍成宮媽祖廟管理委員會委員及五甲國中家長會長等職務，服務社會、造福鄉里。今遽然逝世令人惋惜，僅致上最大之敬意與永恆之追思。



▲本會鄭理事長聰達今(106)年主持代表大會神情

### 105年度辦理休閒農業政策宣導講習計畫

◎推廣部 簡家睿

【本刊訊】本會推廣部於105年9月12日假本會大樓3樓會議室，舉辦105年度「休閒農業政策宣導」講習，本次講習計畫主要針對近年來農保政策一直不斷在修改，導致農民對此項政策捉摸不定，因此，推廣部利用此次機會邀請本會保險部潘主任建仲，擔任此次講習的講師，為農民解說相關規定，目的是要讓農民了解，申請農保須符合條件。

課程中每位農民都仔細認真聆聽潘主任的介紹及解說，學員在課程上如遇到不懂的地方立即舉手發問，而潘主任也不厭其煩的一一為農民做解答，讓農民可以更加瞭解申請加入農保的優、缺點與農地合理化使用的差異性。

潘主任除講解原有的條文外，另對新修條文也一併解說，由於大部分的農民還不是很了解這些新的條文，於是更仔細的聆聽，舉手提問的機率也更加踴躍，而潘主任也耐心的一一為大家做詳細解答，讓大家都了解加入農保後對自己生活保障上的優缺點，也讓還沒有加入農保的農民，也可以更能選擇考慮是否符合投保要件。此次課程，讓參與的農民朋友們都收穫滿滿，也更加了解休閒農業政策上與農保相互關係。



▲潘主任介紹及解說休閒農業政策宣導情形。

### 本會設立單位Line群組 即時通報重要訊息

【本刊訊】本會因各單位事業體分散在各角落，員工眾多，在即時訊息傳遞困難，雖然歐總幹事國南先知卓見先行在農會界開例購滿平板，並要求主管利用網路信箱統一發送訊息，但各單位仍需透過宣導或個別通知，才能順利轉達，在指揮體系雖然比以往快速，但仍然會有假日無法即時傳遞訊息的困擾，因此指示資訊部設立鳳農主管Line群組，並要求各單位下設單位Line群組，以上下連橫方式，快速而有效的傳遞訊息，無論在業務宣傳或法規條文的傳遞，都能在第一時間透過主管Line群組再轉傳給員工知悉，讓整體指揮系統能下達

到各員工，此創舉也在此次颶風來襲中印證訊息傳遞的重要。

中央氣象局發布颶風警報開始，Line群組使用開始頻繁起來，歐總幹事如同中央災害應變中心指揮官，一再提醒各單位應做好辦公廳舍的防災準備工作，以「防範未然、有備無患！」的態度謹慎應對，當然各單位主管接獲下達後，更是戒慎恐懼的心情做好防災工作，動員單位員工確實配合防災巡查及工作分配，下班前依分工做好防災準備工作，希望颶風侵襲中能順利安全的渡過。

在「莫蘭蒂」強颶的侵襲下，各單位災情也隨著颶



風到來，不斷接獲有Line群組颶風災情，總幹事也提醒同仁注意自身安全，也要求同仁部不要在颶風中巡查，應在颶風過後再行回報及處理。隔天風雨稍歇，各單位也陸續有災情傳出，並立即將損壞情形及狀況拍照通報Line群組。當災情開始通報的同時，總幹事也及時監督

### 家政推廣教育 健康飲食課程講座~社區健康廚房

◎推廣部 吳素麗

本會家政推廣教育為讓家政班員在節慶也要吃健康，並為家人的健康把關設計膳食，特與高雄市立鳳山醫院配合辦理社區健康廚房~「美味健康營養師送到家」系列講座，課程內容有食品安全齊把關、認識均衡飲食、蔬果上桌我最棒、菜色搭配原則、少油少鹽一樣美味的營養秘訣、細節藏在醬料中、低鹽醬汁製作、當生廚餘遇上中藥材~環保養生菜上桌、節慶也要吃健康、冰皮月餅製作等。

講座特別安排在中秋節慶前8/15~9/12每周一下午於本會3樓會議室，由鳳山醫院營養師群，提供健康飲食概念與烹調原則。讓家政班班員養成良好健康飲食觀念後將健康美味的餐點帶回家中。

營養師提醒班員們，有健康的烹調才有健康的飲食，營養是健康的根本，食物是營養的來源，均衡飲食是維持健康的首要原則，依個人不同的營養需求量調整每日飲食，所以健康飲食概念與烹調原則：

- 1.依不同年齡層的營養需要，選食國產新鮮，價廉物美食物。
- 2.依據「每日飲食指南之六大食物」應該要均衡攝取營養，六大食物分別為「全穀根莖類」、「豆魚肉蛋類」、「蔬菜類」、「水果類」、「低脂奶類」、「油脂與堅果(核果)種子類」。
- 3.預防或照顧不同慢性疾病的營養需要，除不偏食、均衡攝取六大類食物以外，外加「三少、三多」的原則。
- 4.注意食品之衛生安全，營養之保存。
- 5.節制高熱量(如油炸類)食物及含糖飲食。

最後一堂課，中秋節

前夕，嘉音營養師藉著佳節來臨之際，強調中秋節是國人三大節日之一，傳統上除了吃月餅、剝柚子、賞月之外，烤肉已成為現今不可或缺的活動。

在琳瑯滿目的烤肉食材中如何挑選，才能讓您在享受中秋夜的團圓，又能兼顧健康與美味，並就食材準備、烤肉技巧、份量拿捏、沾醬使用...等，提供如何掌握及運用方法(她也帶領10位營養系實習生，教導班員月餅製作(紅豆地瓜月餅、水果糯米、水果果凍)，利用低糖、多水果、少油再搭配選用台灣的食材~地瓜、台灣紅藜、番茄等，顯現地方特色之外，也能達到低碳原則，降低環境負擔，讓班員在滿足口慾及維護健康中找到平衡，過一個養生的中秋。

結束前不忘提醒，在烤肉活動除了遵守少油、少鹽、少糖、高纖「三低一高」的均衡飲食原則，還需將應景的月餅納入飲食計劃中。若在享受中秋團圓樂氣氛中無法節制口慾之滿足，建議在烤肉前後，可減少其它食物的攝取量、增加運動量，如此不會造成熱量攝取過多，才能度過一個健康歡樂又沒有負擔的中秋佳節。



LINE群組回報內容，並立即指示緊急修護指令，讓單位主管能即時授權先行處置，並請單位員工進行修護被破壞設備的工作。

本次颶風災損訊息的掌握及即時通報，發揮一加一大於二的救災能量及效益，有效管控災情及處理進度，總幹事能及時回應搶修處理

時效，讓各單位在上班日都能不受颶風災損影響順利營業，此充分展現出本會員工向心及分工合作的精神，落實總幹事平常指示~「落實執行力」，而在Line群組的運用，充分展現訊息即時傳遞的重要，更是說明本會充分利用現代科技的管理與用心。