

# 三花誌

Sun Flower

SF  
2022  
June  
VOL. 11



創新  
·  
認真  
·  
應變  
·  
感恩

台灣棉製業領導品牌三花棉業，自總部大樓興建完成並啓用之後，企業集團的智能科技化進程也加快了腳步。而隨著事業版圖的持續延伸，生活館展店計畫更深入全台各地，朝「地區性」的方向邁進，以能服務更多消費者為目標，同時也是企業邁向另一階段的重要里程碑。





總爺藝文中心 廠長宿舍  
攝影/Sophie

## 編者 前言

# 歷史悠久， 文化之鄉

麻豆區是台南市行政區之一，位於台南的中偏西北部地方，境內地勢平坦，西北地區一帶為古倒風內海所在，因此土壤肥沃，農牧業發達，自古即有柚城、文旦的故鄉之美名。

本期三花誌即以麻豆市區與國路上的三花棉業麻豆直營門市為中心，往四周圍延伸，「歷史踏查」在兩位老師的帶領下，讀者彷彿進入時光隧道，重返古港碼頭、水岬頭及倒風內海的舊時代景致。「美食紀行」由美食部落客Tracy化身為導遊，帶著讀者吃遍麻豆，大飽口福。「藝文特區」介紹前身為糖廠，如今轉型為總爺藝文中心的全新風貌；園區內的歷史建築、文化景觀及生態環境，都是人們休憩健身、汲取文化養分的最佳場域。

「育才成果」則是「三花技職人才培育計畫」的成果展現，報導屏東縣屏榮高中長期發展網路數位科技，成立APP開發團隊，指導學生手機APP程式設計、微電影製作及行動商務與行銷等技能，學生多次參加全國創意創新創作專題設計各項比賽，並透過大學特殊選才升學管道，順利申請大學，亮眼的表現，充分彰顯「技職人才培育計畫」設立的理念與初衷。

- 
- 02 | 創辦人的話  
付出比接受更快樂
- 04 | 育才成果  
五育均衡，多元發展
- 08 | 漫遊麻豆  
源遠流長的文化古鎮
- 11 | 歷史踏查  
歷史的軌跡與脈絡
- 16 | 藝文特區  
古蹟再造，糖廠重生
- 22 | 美食紀行  
麻豆尋味之旅
- 34 | 美食地圖
- 36 | 三花日料  
在家也能品嚐五星級料理
- 38 | 校園巡禮  
活力、自信、感恩、希望
- 42 | 高壇盛事  
2022三花TPGA錦標賽
- 44 | 心靈視窗  
畫面之外的想像與呈現

2022

6

CONTENTS



## 付出比接受更快樂

8歲開始賣冰棒，是我進入社會教育的第一堂課，當時的收入所得全交給母親貼補家用，讓我因為能幫忙家計而感到無比滿足與快樂。後來踏入零售、批發業，業務範圍越來越廣，認識的人越來越多，幾十年下來，看遍不同人生百態，也嘗盡了人間冷暖，但幸運的是，我一路走來貴人無數，總能在我遭逢困難時出面相挺，這些恩情，我永遠銘記在心，更隨時提醒自己，「知恩圖報」只是基本，應該做到的是「不求回報的付出」。

年紀漸長之後，越來越能體會「施比受更有福」、「付出比接受更快樂」的真正意義。所以在我70歲生日那年，三花棉業公益教育基金會正式

成立，高中生急難助學、技職人才培育計畫、中小學課後才藝種子學堂等專案持續推動，許多受助的學生都能持續進步，並順利考上理想學校。透過公益的平台，企業能做的事、能幫助的人也更多。

再者，我喜歡打高爾夫球，不只健身，還能藉著每天清晨早起打球養成規律的生活習慣，讓我終生獲益。這些好處，我希望能分享給更多人，特別是年輕的孩子們，所以成立了三花高爾夫獵鷹計畫，至今已培育出數十位優秀年輕選手，並逐漸於國際賽事上蘗露頭角，這些成果，讓我深感欣慰，也是孩子們送給我最珍貴的禮物。

施純鎰



三花棉業董事長

## 左腳穿絲襪 右腳穿紳士襪

他真的這麼穿了五十幾年。

他總是穿著兩隻不同顏色的襪子。

不論灰色的紳士襪、

白色的休閒襪，

甚至膚色的女用絲襪。

每一隻都要試穿半年，

記下穿襪子時的細微感受，直到滿意了，

才能讓襪子穿到消費者的腳上。

就連已經賣了好幾年的「無痕肌棉襪」，

他也還在試穿，還偷偷改良了好幾代，

只為了讓腳部的血液循環更健康。

朋友笑他「襪子多加0.1公分只有天知道吧！」

他卻堅持「消費者的腳會知道！」

無痕肌零壓力織法  
一整天也不留痕跡

三花·無痕肌健康棉襪



全品  
00000

**SF 三花棉業**

— Sun Flower 1969 —

屏東縣私立屏榮高中

# 五育均衡，多元發展

民國108年適逢台灣三花棉業創立滿50周年，創辦人施純鎰先生從14歲出社會開始幫忙家計，33歲白手起家創立三花棉業，超過半世紀的生命體驗與淬鍊，他深刻體會到技職人才在技術紮根及產業升級的重要性，為落實回饋社會之企業社會責任，施創辦人攜手台灣三花棉製業股份有限公司及財團法人三花棉業公益教育基金會，共同啟動「三花高職育才獎」技職菁英培育計畫，由基金會提撥一千萬元獎學金，鼓勵全國共20所技職院校發展多元技職教育。本期報導的重點學校為屏東縣屏榮高中，建校至今已有65年歷史的屏榮，在徐福祥校長的帶領下，活潑創新的校風，使豐富多元的技職教育發展得更為全面與蓬勃。

## 多元新創的適性發展

隨著時代演變，屏榮改革的腳步亦未曾停歇，自105年學年度起成立APP開發團隊，由王俊棋老師負責及指導，教導學生手機APP程式設計、微電影製作及行動商務與行銷等技能；以及製作簡報參加全國創意創新創作專題設計各項比賽，並透過大學



▲優美的校園及良好的就學環境，是學生修業的最佳後盾。

特殊選才升學管道申請大學。而全國性比賽多在中北部舉行，學生必須自

付外宿等旅費，這對於弱勢家庭，即便是一般的家庭，都是一筆不小的負擔，因此常有學生無法如願參賽。王俊棋老師在得知三花基金會推動「三花高職育才獎」專案計畫時，即透過申請並獲核准，這筆經費，不僅學生的旅費問題迎刃而解，校方更充分運用至手機軟體開發、微電影製作等計畫內容。兩年半來獲三花計畫補助的學生，包含普通科、電子科等超過40人，其中有超過20位參加大學特殊選才考取大學，更有14位考取國立大學，成績斐然，有目共睹。

## E世代網路數位浪潮

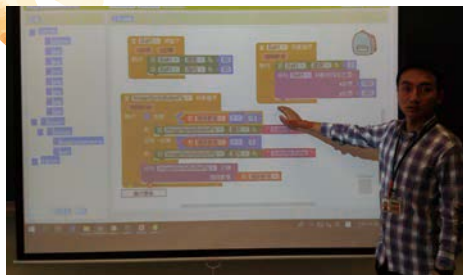
在科技時代，網路已是現代人生活中不可或缺的一部分。而屏榮課程的開關，就是希望學生能藉由感興趣

的電腦科目，利用課後社團或線上方式，學習到新創技術的專業與觀點。課程內容包含創意（題目發想）、APP程式設計、影像處理（美工編修）、音效編輯、APP測試及簡報…，依照同學不同的專長，大家分工合作，共同完成一件專題。

至於線上遊戲，師長與其禁止，不如以更開放的態度，鼓勵學生設計一款屬於自己的遊戲，內容可結合環境教育、動物保育、旅遊觀光…相關議題，讓學生除了設計遊戲，也學著找尋相關知識。例如曾有學生設計一款資源回收的APP遊戲，當把可回收垃圾放入正確的回收桶中時就加分，放入錯的回收桶時就扣分，從遊戲之中學習環境教育的相關知識；還有一款以台灣水獺為主題的APP遊戲，在



▲輝煌的得獎紀錄，展現高效率的學習成果。



了解台灣水獺之餘，同時涉獵本土保育類動物的相關資訊，也增加學生的創新創意能力，讓學習不再局限於枯燥呆板的制式教育模式，從設計遊戲APP得到靈感與啟發，並進而設計出獨一無二的軟體，這份榮耀與成就感，是其他任何事物所無法取代的。

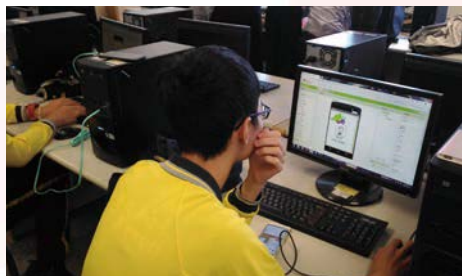
至於微電影製作，不同的主題有不同的規劃，例如參賽的劇本通常需要完整的故事結構，包含劇本撰寫、演員選擇、影片拍攝、影片編輯輸出，也就是符合三幕劇原則，包含開頭、中場、結尾和佈局。又譬如近來許多微電影主題都和觀光旅遊有關，在智慧型手機普及的現代社會，製作

門檻相對降低很多，因此老師常鼓勵學生和家人外出時，可以手機隨手拍攝美麗的景點，再透過免費軟體剪接配音製成微電影，若有適合的主題隨時可以參賽。

## 讓夢想起飛

屏榮APP開發團隊主要招收的是計劃升學的學生，因此除了實務的學習，也必須多閱讀，提升學科成績，最直接的回饋就是升學的好表現。譬如甫考取國立中正大學的吳玟潔，不僅在微電影製作、APP程式設計等方面都有優異表現外，也自學AR擴增實境設計的技能，最後更以榜首考上





第一志願國立中正大學傳播學系。她曾感性的說：「我的家是中低收入戶，在三花育才獎的補助下，我參加了多項全國性大專院校競賽，並分別得到冠軍、季軍等獎項。參賽期間，三花基金會總是贊助我比賽的車票費和餐費，也在我考上中正大學時給予獎學金，甚至收到創辦人的祝賀信，真的非常感謝創辦人及三花基金會無私的奉獻。謝謝您！」如此誠摯的告白，令人動容。

另外，普通科的劉詠潔，從小就學習不同領域的專長，手工藝、黏土製作，還考取飲料調製和烘焙兩張丙級證照，高二時加入屏榮APP專題競

賽團隊，開始學習不同領域的專題製作技能，參加多場比賽，榮獲金牌獎等獎項。在高三面臨大學特殊選才及全國性比賽的衝刺時刻，有三場比賽剛好在同一週，她克服萬難並和同學組隊參加，最後以多項不同的專長，透過大學特殊選才順利考取三所國立大學，分別是國立臺灣海洋大學海洋工程科技學系榜首，以及國立臺東大學文化休閒產業學系和同校之資訊管理學系。她表示，在施創辦人及三花基金會的關愛與贊助下，讓她能全心全意投入學習的領域，得到許多的新知識，還考取理想的大學，讓她心中滿懷感恩與謝意。

學習之路永無止境，這群年輕的孩子正要帶著自己的夢想起飛，祝福他們在師長的關懷照顧下，善用各方資源，持續自我精進，往自己的夢想前進。



🌐 網路數位科技是時代趨勢。

地靈人傑，文風鼎盛

# 源遠流長的文化古鎮



▲擁有近百年歷史的電姬戲院，是歷史古蹟，也是知名的打卡景點。

麻豆是台南市的行政區之一，位處嘉南平原的中央地帶，地勢平坦、土壤肥沃，境內有曾文溪流過，因此農牧產業十分發達，自古即有「文旦的故鄉」之美譽。麻豆區早期為蔴荳社的聚落所在，舊名為「麻豆番社」。此地名的由來，據說緣起於西拉雅語（臺灣平埔原住民西拉雅族人

所使用之語言）的mata（眼睛、目）和au（港灣）合併而成，亦即眼睛、樞紐之意。

翻開麻豆的歷史，讓人忍不住掩卷長吁，或許越是豐饒肥沃的土地，越是容易引來外族的覬覦；從荷蘭、清朝、日本到太平洋戰爭，麻豆的滄



▲柯明芳老師透過畫作，展現高超精湛的藝術天分。

桑史，幾天幾夜也訴說不盡。然而，苦難的歲月、長篇牘累的歷史事件，隨著時光流逝也逐漸消失在歷史的長河之中，留下來的就成了供人追念、引人省思的文化與古蹟。

一府、二鹿、三艋舺，台南自古以來就是全台最早發展的城市之一，也是全台灣保留最多古蹟與歷史建築的城市，麻豆自然也不例外。而美食，又是台南另一項讓人津津樂道的優勢。台南的美食多不勝數，麻豆除了盛產文旦，碗粿更是遠近馳名，濃郁的米香與紮實的口感，令人回味再三。

麻豆人文薈萃、文風鼎盛，幽靜清雅的環境，孕

育出許多畫家、作家等藝術創作者，已故的柯明芳老師就是一位令人景仰的知名畫家。柯老師服務於麻豆國中二十多年，終生致力於美學教育的推廣、傳承與創作。他不只擅長水墨畫、油畫等各種類型的繪畫，更對浮雕創作情有獨鍾。他以國畫的技巧，表現田野的風采與山巒的變化，用詩文歌頌畫中的意境；取材宏富廣闊、



▲古典巴洛克式建築，與周邊的現代化建物相互輝映。



用色清朗明麗，作品寫意瀟灑、樸實真摯。在「柯明芳老師紀念畫室」裡回顧他的創作生涯、欣賞他的作品，彷彿穿越時光隧道，親炙大師風采。

走過藝術的殿堂，來到熱鬧的興國路上，各式商店林立，衣食住行樣樣具備，三花棉業麻豆直營門市亦在此設點，外觀氣派大方、商品新穎齊

全，加上窗明几淨的環境與寬敞舒適的空間，使逛街購物成了一種享受。鄰近的中山路上有一座電姬戲院，建於1938年，目前雖已歇業，仍是熱門景點之一，也是知名的歷史建築。附近路段還有不少巴洛克式建築，漫步其間，頗有新舊交錯的異時空之感。



③ 三花棉業麻豆直營門市外觀氣派，內部空間寬敞舒適。

重返往日榮光

# 歷史的軌跡與脈絡



▲古港碼頭代表著往昔麻豆港的黃金歲月。

麻豆區文化底蘊深厚，至今仍保留多處古蹟與遺址，例如古時的「倒風內海」沿岸，如今位在麻荳古港文化園區內的「水岬頭遺址」、「古港碼頭」等，都是充滿傳奇色彩的歷史古蹟。透過王素真與陳姿螢兩位老師專業的導覽，讓我們對麻豆歷史與文化，有了更深一層的認識。

## 關於「倒風內海」

「倒風內海」位於古曾文溪三角洲，是台灣早期三大內海(倒風、台江、堯港)之一，位於現今台南市北門、新營、學甲、麻豆等區的沿海一帶。歷經數百年的不斷淤積，水道早已陸化，所以只要提及麻豆以前靠海，多數人都覺得無法置信。如果真



▲「倒風內海故事館」收藏並展示平埔族文化及漢人文物。



▲水岬頭及古橋，皆為麻荳古港園區內的重要遺址。

的難以想像，不妨親自走一趟麻荳古港碼頭及水岬頭遺址，再順道參觀「倒風內海故事館」，領略當年的古水道風情。

而麻荳港，在古時即名列倒風內海的四大港（鹽水港、鐵線橋港、茅港尾港、麻荳港），位於現今麻荳區水岬頭一帶，曾經是台灣對外貿易最重要的門戶之一，在荷蘭統治時期，也是平埔西拉雅族的聚落所在。因得海港地利之便，輸出糖、鹿皮等物，而漸形成貿易商港之勢。當時台閩通航，因此港灣亦設有碼頭，在14、15世紀時期，常有中國商人、漁民行船至此做生意，因此商貿往來頻密，港埠繁榮興盛。然而，物換星移、歷史更迭，港口在18世紀中期開始出現淤塞，19世紀初期淤積情形日益嚴重，到了同世紀晚期更成為當地居民傾倒廢棄物的場地。而探討淤塞的緣由，又是一連串的傳說與故事。

## 「龍喉」與「鳳池」

據聞於明朝末年有「李」、「池」、「吳」、「朱」、「范」五王即五府千歲，自福建隨王船東巡至麻荳水岬頭一帶停靠，民衆立地奉祀，使該地更為豐饒興盛，當時地方上亦流傳著五王神蹟顯現，而有「龍喉水，治百病」的傳聞，在風水地理上被視為「龍湖鳳穴」，此「龍喉」

指的就是「水岬頭」。而距離「龍喉」不遠處的古港碼頭即為「鳳池」，原與龍喉是相連的水道，後因淤塞停駛，才形成各自獨立的區塊。不論龍喉或鳳池，從民俗觀點而言，都有孕育帝王之相，此稱號可謂功高震主，之後巡台御史得知水岬頭具靈氣易出帝王，為杜絕後患，便假藉建造橋梁之名義，填入大量石車、石塊等物，將龍喉的地理風水予以破壞。之後果真災情頻仍，讓龍喉傳說更添神秘色彩。其實從科學的角度來看，海底堆積大量石頭或廢棄物，每逢颱風或大雨，本就容易引發海水倒灌等風災，長期的淤塞導致連航道也消失殆盡。

民國45年5月，麻豆當地曾展開大規模挖掘，挖掘面積達1,400平方公尺，深度亦達7公尺，不只龍喉水掘頭，連鳳池古港碼頭也一併挖出許多物件，包含12座大石車、巨樟、明清的古錢及陶瓷器皿等用品，甚至還有一匹完整的馬遺骸。據考古學者及專家推論，這些隱藏在海底的石車等古物，至少都有2百年以上的歷史。不只古物出土，古港碼頭與水岬頭遺址也經整修後，還原部分古航道、碼頭等舊時樣貌。民國91年，中央研究院在此進行考古試掘計畫，並於97年確認大湖文化層之存在。民國92年，台南縣政府指定「麻荳港水岬頭遺址」為縣定古蹟，成立了「麻荳古港

文化園區」，重現麻荳古港的港區水域與碼頭貨棧場、古井、鳳池、龍喉遺跡與平

埔族麻荳社場景…，讓民眾透過文化遺址，了解早期台灣人的生活形態與歷史軌跡。此外也成立了「倒風內海故事館」，陳列並展出由水岬頭與古港碼頭挖掘出來的文物。「倒風內海故事館」除了展示平埔族與漢人的文物，其建築外觀也極具可看性，紅磚是漢人建築的特色，石頭是平埔族建築建材的代表，斜線則象徵著海浪的流動，整體設計融合平埔族與漢人文化，充分呼應族群融合、四海一家的精神與意義。

## 台南林家古厝

麻豆盛極一時的繁榮盛況，曾造就出許多商賈富豪，而其居住的宅邸，就是財富與地位的表徵，其中，與板橋林家、霧峰林家並列為台灣三大林家之一的麻豆林家，是麻豆地區最具代表性的家族之一。



▲園區入口的人像展示了平埔族人的傳統服飾。

林文敏即為麻豆林家的開台祖。他在清乾隆年間（西元1778年）出生於福建泉州，年幼時父親即因經商失敗抑鬱而終，母親亦隨之罹病過世，為了生存，他選擇當苦力，以挑夫為業。他經常挑東西到石獅販賣，石獅當時與臺灣互有貿易往來，常有人在港口招人赴南洋工作。西元1799年，林文敏帶著一根扁擔、100枚銅錢與一竹筒的鹹瓜，從石獅搭船來到現今台南市安平港。初來乍到的他人仍以挑夫為業，固定往返於府城和麻豆之間，後來因覺得麻豆適合居住與發展，選擇在此定居，並獲麻豆商人郭君璋之信任，將妹妹郭罔市許

配給他。

先成家後立業，婚後的林文敏，利用之前辛苦存下的一筆積蓄開了一家雜貨店；頗有生意頭腦的他，之後陸續開設釀酒廠、經營黑砂糖貿易…，生意蒸蒸日上，不久之後「林裕發行」商號亦於府城開幕。此時林文敏的財富，以家財萬貫都不足以形容。據說麻豆林家鼎盛時期，擁有的財富包含數百萬兩資產及萬餘甲的魚塢、土地，其分布範圍不只台南，還延伸至嘉義縣與高雄市。林家後代在台灣開枝散葉，麻豆地區至今仍保留有多座林家古厝，有的已名列市定古



▲台南麻豆林家古厝，見證林家後代瓜迭綿延、代代相傳的繁榮與昌盛。



● 高達2公尺的鹹菜桶，充滿昔日先人堅忍勤奮的過往歲月與痕跡。

蹟，有的亦仍有林家後代居住，環境整潔優雅，建築物本體也維護得宜，偶爾閒逛至此駐足觀賞，古色古香的建築樣式，依舊讓人懷念、感動。

## 麻豆鹹菜桶文化

幾十年前的麻豆地區，人們多以務農為業，仁愛路一帶更以盛產芥菜聞名，形成一條著名的「鹹菜巷」，吃不完的新鮮芥菜為免於浪費，製成鹹菜乾，不只能耐久保存，也增添口感與風味。而隨著社會不停的演進，手工鹹菜產業逐漸沒落，如今仍遵循古法製作鹹菜的業者幾不可見，為保存這項稀有地方文化，麻豆培文國小於民國95年出資收購製作鹹菜的7個大木桶，並於校園內展示，讓這項特

殊的文化記憶永遠留存。

來到位於培文國小一側的「鹹菜文化園區」，幾個偌大的木製鹹菜桶讓人驚嘆不已，木桶以台灣杉木製成，高2公尺，直徑1.5公尺，巨大的外觀

讓人好奇鹹菜的製程。原來，鹹菜的原料是結球形的捲心芥菜。做法是將剛收割的芥菜先曝曬2-3天，接著將芥菜平鋪於大木桶內，鋪好一層芥菜便撒上一層鹽巴；然後再一層芥菜、一層鹽巴，如此一層一層堆疊，直到與桶齊高時，便在最上方插滿細竹枝用以支撐芥菜，並繼續堆疊至超過桶高2台尺左右，接著在最上面放置大石塊，藉其重量將芥菜壓實。待芥菜壓得更為密實，整體高度降到與桶齊平時，即可上蓋。如此醃製一周後，芥菜由綠轉為暗黃色時即可食用，但放置3-6個月的鹹菜，風味最佳。因鹽和糖都是天然的防腐劑，經如此繁複古法醃製的鹹菜，可以保持一年時間不腐敗，前人的智慧和絕佳的手工藝藝，令人衷心讚佩。如今，望著比一個成年男人還高的木桶，彷彿也能感受到先民胼手胝足的勤勞與辛苦。

麻豆總爺藝文中心

# 古蹟再造，糖廠重生

台南是美食之都，不論大菜、小食或特色料理，選擇豐富且多樣，是全台首屈一指的美食天堂。然而，台南飲食偏甜這件事，也常引起討論及熱議，各方說法不一，但應該與早期台南有多座糖廠，民衆較易取得糖有所關聯。

糖是重要的經濟作物，在台灣經濟發展的過程中扮演著重要的角色。爬梳其歷史，發現約莫在17世紀荷蘭統治時期，台灣即開始大量種植甘蔗生產蔗糖，作為主要的出口物品。到了清領階段，製糖業同時往中國的江蘇、浙江等地販售，也持續對日本出口。此時台灣糖業的外銷市場日益擴大，而糖廠則多集中於南部，尤以台南為最。1873年，澳洲墨爾本砂糖公司曾派人到高雄訂購大批砂糖。1876年，因為西印度群島的甘蔗與法國甜菜歉收，刺激了台灣糖的產量，使得1880年的出口量高達1億4千萬磅。到了日治時期，台灣製糖業持續發展，而戰後台灣糖業公司（簡稱台糖）成立，也接收了日本人留下來的製糖產業與設備。因戰爭之故，糖廠規模與廠數亦隨之減量。然而在1950至60年代，台灣糖業依舊為國

家賺進大量外匯，成為當時規模最大的企業。之後，隨著國際糖價長期低迷及成本等因素，台灣製糖產業開始沒落。1990年代，多數糖廠結束營運，僅餘少數繼續維持運作，另一部分則轉型為觀光糖廠，而麻豆糖廠就是轉型再造的成功案例。

## 活化歷史古蹟

麻豆的「總爺藝文中心」原為日本明治製糖株式會社的「總爺製糖所」及「本社」，於1912年1月開始



▲園區中央的「綠色隧道」，草木扶疏、綠樹成蔭。



▲「廠長宿舍」占地遼闊，周圍環境清幽、鳥語花香。

營運。廠區環境優美、設備完善，除了製糖工廠外，還規劃有辦公室、招待所、宿舍、郵局、醫務所…，場內更遍植榕樹、樟樹、黑板樹、龍眼、芒果等植物，在當時，能進到糖廠工作就是捧著鐵飯碗，不僅薪資、福利令人稱羨，工作環境舒適遼闊，更是其他企業無法相比的。

二次大戰結束後，糖廠由台灣行政公署接收，期間歷經多次改組，最終於1993年結束。1998年廠房即將拆除之際，麻豆在地的學者、專家、

文史工作者與當地居民，深刻理解到這個曾與麻豆人緊密相連的空間不該就此消失，於是眾人積極奔走，並向政府提出保留之訴求。1999年11月19日，台南縣政府正式公告總爺紅樓辦公室、廠長宿舍、招待所、紅磚員工餐廳、日式庭園及百年樟樹群為縣定古蹟，其他包含壓榨甘蔗的石車、取水的轆轤、載運甘蔗的老火車頭…，也一併保存下來。

著眼於政府積極推動「社區總體營造」及「古蹟活化再利用」等政策

逐漸形成風潮，麻豆糖廠遂改為「南瀛總爺藝文中心」，於2001年正式掛牌營運。結合藝文特展、在地文化、歷史建築與生態資源等元素，將原本遼闊卻閒置的空間予以活化、充分運用，原來的糖業工廠搖身一變成為追求知性的場館與陶冶身心的場域。

## 文化休閒場域

一抵達園區大門，充滿歷史感的黑色老火車頭就在入口一隅迎接著訪客。園區中央的主幹道即「綠色隧道」，兩旁遍植樟木，長長的人行道



▲ 早期運送甘蔗的老火車車頭。

綠樹成蔭，人們悠閒自在的散步，草地綠草如茵，隨時都可見到狗兒快樂地奔跑追逐，更不時有可愛的松鼠現蹤，引人注目。這裡生態資源豐富，大王椰子、人心果、欖仁樹…，隨時與你擦身而過，漫步其中，讓人神清氣爽、心曠神怡。無意間走過一大片黃澄澄的竹林，名為「金絲竹」，據說是廠長夫人因蔣夫人宋美齡喜愛此竹而特別為她種植的，因顏色近似黃金而得名。除了植物種類眾多，園區內亦保留下部分從前糖廠的設備，譬如舊時用於製糖的甘蔗壓榨機；取水用的轆轤及古井；原為消防用，如今做為生態與觀賞用的景觀池…。此外，舊時建造的防空洞、刻工細緻的洗石子「石燈籠」，亦為園區注入更多舊時代的氛圍。沿著綠色隧道往裡走，從紅樓、招待所、員工餐廳到廠長宿舍…，這些舊式建築如今都成了歷史古蹟，經過完整規劃與修繕，分別成為發展工藝美學、文化教育與觀光休閒功能的場館；逛累了還有咖啡



▲ 前身為「招待所」，現則展出台灣糖業公司從開設、改組到轉型的歷史脈絡。



▲金光閃耀的「金絲竹」。



▲迴廊的天花板以燈籠做裝飾，結構嚴謹、做工細緻。



▲取水用的古井與轆轤。

館與餐廳可供歇腳、享用在地美食，是一個提供全方位功能的生活園地。

## 藝文展示空間

距離園區入口處僅幾步之遙的「紅樓」，建於1911年，是一棟融合東方元素與巴洛克式設計所建造而成的建築，原始用途為糖廠員工辦公室。室內的木質樓板、地板及天花板裝置，風格溫馨典雅，在2008年完成古蹟修復工程後，現做為藝文展覽空間之用。當訪客漫步於如此具有歷史感的空間裡，在觀賞藝術作品之餘，也能同時感受百年前的原始風貌。「招待所」是京都式的兩層樓木構造房屋，原為俱樂部的一部分，主要提供高階社員下棋、品茗之用。此建築



▲富麗堂皇的「紅樓」。

以長木板為牆身，紙糊木門為室內隔間，迴廊的天花板還以燈籠與透明玻璃做裝飾，十分考究。有間浴室的天花板構造非常特別，一層又一層往內縮建的設計，因已經過多次修建，無法得知最原始的面貌，只能憑空想像，倒也樂趣十足。此招待所目前做為常設展場館，主要展出台灣糖業公司從創辦、改組到轉型的歷史與概況，以及台南各糖廠的提要與簡介。

而「廠長宿舍」是當年園區內最早落成的建築，拉窗、格扇、壁畫，加上全木結構的設計，細膩的工法與柔和的光線，使木質建築散發著溫潤風雅的氣息。早期廠長宿舍門禁森嚴，如今則轉型為民營咖啡館，提供訪客一個短暫休憩、品味咖啡的處所。廠長宿舍除了建築本體之外，還包含四周圍約一千多坪的庭院。選個落地窗旁的位子，一邊啜飲著咖啡，一邊欣賞窗外的日式庭園景致，彷彿見證了當年糖業發展的歷史與軌跡。



▲顏水龍博物館的內部陳設極具藝術家的個人風格與特色。▶《向日葵》是當年台中市太陽堂餅店的鎮店之寶。

## 顏水龍紀念館

成立於2006年12月，是由警務所改建而成的地方常設館，展出在地藝術家顏水龍的生平、藝術創作和生



▲位於北市劍潭的大型馬賽克公共藝術《從農業社會到工業社會》，是顏水龍的經典作品之一。



▲ 顏水龍博物館為總爺藝文中心園區內的常設館。

活器具等。

西元1903年，顏水龍出生於台南下營的紅厝村，7歲時父母相繼去世，12歲自下營公學校畢業後進入台南教員養成所，3年後回母校擔任教職。期間受同儕鼓勵，17歲赴東京以半工半讀方式修習素描。19歲考上東京美術學校西畫科，並結識同樣赴日進修的校友廖繼春、張秋梅等人。此階段他亦受教於藤島武二與岡田三郎助，前者的繪畫風格與岡田的工藝收藏品皆對顏水龍影響深遠。1927年，顏水龍自東京美術學校畢業。1929年，受霧峰林獻堂資助，留學法國，作品深受費爾南·萊熱等人之影響。1944年返台後，任教於台南工業專門學校、國立臺灣藝術專科學校等，並與畫家陳澄波、李梅樹、楊三郎等人，共同創立臺陽美展與臺陽美術協會，致力於台灣工藝美術之推動。

從顏水龍的求學過程與成長經歷，可感受到他對藝術的追求、對教

育的投入，以及對生命的熱誠。他對台灣美術及藝術領域貢獻卓著，影響力遍及繪畫、工藝、應用美術設計、馬賽克藝術及都市美術館設計…領域，特別是他終其一生，都在為台灣這片土地全心全意付出，始終以培育設計人才、厚植國家實力、增加民衆收入為努力的目標，以及長期對原住民文化的持續關注。這樣的情操，即使享有「台灣工藝之父」、「台灣馬賽克的開拓者」、「台灣文化創意產業先驅」、「台灣廣告設計第一人」等稱號，都不足以形容他對台灣文化的貢獻於萬一。除了繪畫創作，顏水龍最廣為人知的無非是在馬賽克鑲嵌藝術上的表現，作品包含台中太陽堂餅店《向日葵》、台中體育場外牆《運動》、台北劍潭公園《從農業社會到工業社會》…，作品洋溢著亞熱帶溫暖風情，風格獨具，深植人心。園區內設立此展場，不僅是對大師致敬，更希望藉此將大師推動美學的精神與理念，繼續傳揚，生生不息。

# Tracy帶路，美味不藏私



## Tracy小檔案

酷愛美食和旅遊，現在的我喜歡用當地的傳統美食和小吃來發掘這個城市的文化及特色。在這裡Tracy以三花生生活館為中心，發掘腳程15分鐘內的袖珍美饈，好奇嗎？隨著Tracy的腳步來一一尋訪。



## 麻豆第一家老店綠豆糯米腸

地 台南市麻豆區中正路53之5號

一般我們吃的糯米腸都是包花生，但在台南還有一種很特別的糯米腸包的是綠豆蒜口味，吃起來是鹹的不是甜的，口感更清爽。老闆娘說他們每天都會將新鮮大腸洗的很乾淨，再灌入糯米，因為坊間現在很多都是用人工可食性腸衣，就少了大腸的口感和風味，如果吃不慣特別的綠豆蒜口味，當然傳統的花生糯米腸這裡也有賣，買回家夾香腸和香菜，加老闆給的沾醬，就可以輕鬆在家享用大腸包小腸。

◎綠豆糯米腸 花生糯米腸(秤重計價)



很特別的綠豆糯米腸。



口感  
軟嫩清爽



B

牛肉湯  
營養滿點



A



D



F



B



C



E

A 呈現粉紅色的燙牛肉最棒。B 滑蛋可以看出真功夫。C 新鮮的清脆油菜。D 重口味的炒牛腩超級下飯。E 帶筋牛腩軟嫩多汁。F 牛豬混合的肉燥飯。

## 安仔牛肉

地 台南市麻豆區民族路9號

來台南一定要喝現燙牛肉湯，麻豆這邊也有溫體台灣牛，七八分熟的現燙牛肉，呈現粉紅色是最佳狀態，湯頭非常清甜鮮美，餘韻中會回甘。免費的肉燥飯當然要來一碗，不要以為免費的就很普通，店家用了豬肉和牛肉混合，比一般的肉燥飯多了牛肉的油脂香，加些蘿蔔乾搭配，真是人間美味！還有滑蛋牛肉也是一絕，火候控制的恰到好處，滑蛋濕潤滑順，牛肉也鮮嫩多汁。喜歡重口味的千萬別錯過炒牛腩，用豆瓣醬和高麗菜去炒牛腩，牛腩帶筋，但筋不是那種咬不動的，它Q中帶軟，很好入口，牛腩也可以做湯，一樣好吃。

青菜牛肉的青菜是依季節來使用當季時令青菜，當天吃到的是油菜炒牛肉，油菜新鮮又爽脆，牛肉也很入味，還有薑絲牛肉，薑絲的部分也很嫩，真的每一道都無雷。敢吃牛內臟的朋友可以點隱藏版牛肝，因為當天太早，還沒送到，網路評價也不錯，一定要來試試呦！

◎滑蛋牛肉120元 炒牛腩120元  
牛肉湯120元 青菜牛肉120元 牛腩湯120元



## 龍泉冰店

地 台南市麻豆區平等路2-4號

這間超過一世紀的百年老店，所有的冰品配料都是老闆娘純手工自製，像是必點的黑糖粉粿，因為是純天然不加任何化學劑，所以跟阿嬤時代在家自己做的粉粿是一樣的，口感有別於一般店吃的黃色粉粿，黑糖粉粿黏稠又有彈性，再撒上老闆娘特製的豆粉，好有古早味，老闆娘說這豆粉裡面不只有黃豆粉還有其他的一些堅果粉，難怪這麼香，冬天可以來一碗熱湯圓，上面會撒上麵茶粉，是不是很特別呢？夏天當然點刨冰，配料多達15種以上，重點是現在要找這種每一樣都自己做，又天然又好吃的冰店也不容易了。這裡不僅是麻豆必吃美食，同時也是打卡景點，因為復古樸實的冰店是偶像劇「想見你」的拍攝場景，很多劇迷也會來這兒朝聖，有經過麻豆一定要來喔！

◎熱湯圓40元 粉粿冰40元 加一種料加5元



A



B



C

A 黑糖粉粿黏稠又有彈性。B 冬天就要來一碗湯圓。C 刨冰配料都是天然純手工

## ■ 小腳腿羊肉店

地 台南市麻豆區中正路59-1號

老闆說都是使用當天現宰溫體羊，其實老闆本身有三十年以上的養羊經驗，所以對羊肉應該是瞭若指掌，最後直接開起羊肉店。清蒸三層羊肉必點，豐厚的帶皮膠三層肉，膠原蛋白滿滿、油花分布均勻，肉質甜而鮮美。敢吃羊油麵線的人可以點羊油麵線，比較特別，不敢吃的朋友就叫麻油麵線，老闆特地幫我在羊皮湯加了幾個羊肉片，肉片不會有太重的羊騷味，湯頭美味，羊皮很有彈性，軟硬適中，聽說有夢幻的隱藏版羊筋，入口即化可遇不可求，人多的話可以試試羊肉爐，等你自己來品嚐喔！

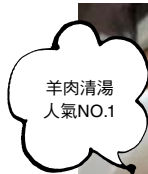
◎清蒸三層肉300元(小) 羊肉清湯100元



A



B



羊肉清湯  
人氣NO.1



A 羊油麵線有特殊的風味。  
B 清蒸三層羊肉必點。C 帶皮羊肉湯滿滿膠質。



C

## 林媽媽鍋燒意麵

地 台南市麻豆區復興街32-1號

相信這間鍋燒意麵是很多麻豆人從小吃到大的愛店，用大骨熬製的湯底，加上肉片、半熟蛋、小白菜、蛤蠣和一些配料，湯頭喝起來清爽又鮮甜，雖然有意麵、拉麵、冬粉、米粉、雞絲麵，但最搶手的還是鍋燒意麵，再來應該是每天限量的雞絲麵。大部分的人會把半熟蛋戳破，讓麵條沾附著蛋液吃，喜歡重口味的朋友可以加

些沙茶醬和辣椒更夠味。因為早上六點就開了，所以很多人當早餐吃，但不管什麼時候去都有排隊人潮，通常中午就賣完了，所以晚來可是吃不到這好滋味。

◎鍋燒意麵65元



A 麻豆人從小吃到大的鍋燒意麵。B 限量雞絲麵。



## 麻豆碗粿助

地 台南市麻豆區中正路29號

來到麻豆不介紹碗粿好像有點說不過去，但是在衆多碗粿店到底要選哪一間呢？我問了在地的朋友，他們推薦百年老店碗粿助，就位在中央市場內。老闆娘說他們粉漿是用在來米磨製而成，加了油蔥、鹹蛋黃、肉塊、香菇和肉燥，先吃一口原味就可以感受到純正的米香，再來要加蒜蓉和特製油膏還有甜辣醬，碗粿口感紮實卻又軟中帶Q，再點一碗真材實料的肉羹，湯頭介於很濃稠的那種和清湯肉羹之間，來現場吃的客人一定是碗粿和肉羹來一套，桌上還擺了滿滿外帶的盒裝碗粿，都是客人預訂還沒來拿的，據說前第一夫人吳淑珍也很愛這傳統人氣的老店，一定要來試試。

◎碗粿35元 肉羹35元



碗粿口感紮實，軟中帶Q



A 飄香百年的碗粿。



A



B

A 草魚湯頭鮮美清甜。 B 古早味鹹瓜飯。

## 崑池草魚粥

地 台南市麻豆區仁愛路17號

這間魚湯店清晨四點就營業了，但是我當天來晚了，幾乎所有的品項都賣完了，所以喜歡的滷魚腸和魚蛋也沒吃到，不過還好草魚和鹹瓜飯還有，如果早一點來草魚還可以選部位。這湯也太鮮甜，草魚完全沒有土味，老闆說魚都是當天現撈現送過來，難怪新鮮度百分百，配上一碗鹹瓜飯，這鹹瓜飯醃的不死鹹，也很少有人有賣，很特別，所以點來吃吃看，還不錯，當然台南滿街都是的肉燥飯這裡也有賣，另外還點了一碗虱目魚肚粥，魚肚的脂肪肥的恰到好處，魚肉也非常細緻，真的很美味，來麻豆千萬別錯過這在地的庶民美食。

◎草魚湯45元 虱目魚肚粥100元 鹹瓜飯15元

## Chúwa Café

地 台南市麻豆區中山路25號

在麻豆有一間很Chill的Café，它的千層蛋糕很有名，有高達十幾種的口味，但一天只會出2至3種，假日會提供到4種口味，有時候還會有當季時令的水果口味，我當天選的是生巧克力口味，店家使用的是法國進口的米歇爾巧克力，吃起來不會太甜，吃掉一整個也不會膩。另外人氣商品還有舒芙蕾鬆餅，它們各有各的擁護者，店家也有賣一整個的大千層蛋糕，但要事先預訂。假日通常需要排隊，所以平日來較輕鬆，門口還有配合的停車位，很方便呢。

◎生巧克力千層蛋糕165元 原味舒芙蕾鬆餅200元



A



A 千層蛋糕口味多達十幾種。

## 麻豆土魷魚焿

地 台南市麻豆區中正路59之3號對面

來到一個城市如果不知道要吃什麼，那麼去當地的傳統市場走一圈，一定有美食可以吃，這間就在麻豆市場旁，一到就看到大鍋裡炸到金黃色的土魷魚酥塊，趕緊點了一盤外加一碗米粉，雖然土魷魚焿米粉已經有土魷魚塊，為什麼還要再點一盤炸土魷魚酥塊？因為放在焿裡的口感跟單點一盤的口感不一樣，單吃就像鹹酥雞般，外脆內嫩，因為魚很新鮮，所以完全沒有腥味，另外米粉裡的魚塊因為吸附到焿的湯汁，多了高麗菜的甜

味，配上細米粉和烏醋，又是另一種口感，加胡椒也很對味，很多人點麵，就看個人喜好。越早越不用排隊，接近中午用餐時間可能就會大排長龍，所以還是那句老話，早起的鳥兒有蟲吃。

◎土魷魚焿麵60元 土魷魚酥塊60元



A



B



A 泡過羹的土魷魚別有一番滋味。B 酥炸土魷魚吃起來像鹹酥雞。

## 德春米糕

地 台南市麻豆區忠孝路6號

這間飄香超過一甲子的米糕店，循古法傳承下來的肉燥，肥瘦比例剛好是我愛的，肥的多一點加上豬皮的膠質，配幾片清爽的醃蘿蔔和魚酥，糯米飽滿Q彈，淋上鹹香鹹香的滷汁，樸實的美味。沒有在菜單上的隱藏版骨邊肉，可以做乾的也可以做湯的，因為大骨肉一天就是固定的量，所以可遇不可求，可以做清湯，因為聽說當歸湯也很特別，就請老闆娘幫我用當歸湯底，很濃郁的湯頭，老闆用料不手軟，重點是這一碗骨邊肉湯只賣25元，真是佛心來著，很多美食節目也都有來採訪，來麻豆別錯過這銅板美食。

◎米糕25元(小) 骨邊肉湯25元



A

米糕鹹香開胃



A 香噴噴的米糕



菜脯草仔粿是經典小食

A 紅龜粿內餡有芝麻和花生包在一起。



A

## 王家古早味草仔粿

地 台南市麻豆區大埤里忠孝路25-17號

三十幾年的老味道，雖然google地址在忠孝路25之17，但早上通常會在麻豆市場騎樓擺攤(中正路80之20)，聽說每到冬至時，可賣上千顆草仔粿，菜脯肉燥草仔粿裡面滿滿的蘿蔔絲，菜粿則是包高麗菜、胡蘿蔔絲還有豆皮，吃起來有自然的甜味，清爽的讓人想多咬幾口。甜的則有紅龜粿，一般紅龜粿都是芝麻或花生口味，這家直接是花生和芝麻包在一起，剛好方便了有選擇困難症的朋友。雖然品項不多，但所有的粿都是用天然的食材，粿皮只有鼠麴草粉和糯米粉用古法製作，現在這種無添加物的小吃越來越少了，有時候來當地的傳統市場逛逛，就會有意外的新發現。

◎菜包35元 菜脯肉燥粿35元



A



C



B



A 米苔目用料超豐富。B 炒飯炒麵，炒米粉應有盡有。C 炒米粉必點。

## 阿港伯米苔目

地 台南市麻豆區新生南路3號

這間是在地的朋友推薦的，我最愛他們的炒米粉，細米粉淋上特製肉燥，這肉燥可是跟一般的不一樣，聽說有加入一些虱目魚肉末，所以多了一個鮮味，超ㄥㄨㄚ嘴，米苔目配料超豐富，虱目魚漿肉、蚵仔、小卷還有肉燥，乾的或湯的都很多人點。菜單上的炒飯其實是台南傳統的紅飯，朋友說她父母每次來都必點，紅飯其實我第一次聽到，好像只有台南有，它是

用番茄醬還有一些特調醬料製成，每家都有自己的祕方，微甜，是正港的台南味，吃起來有點像蛋包飯裡面的飯，位於麻豆交流道附近，盡量早一點來，不然很多品項很早就賣完了。

◎米苔目55元(小) 炒飯35元 炒米粉35元

## 陳記水晶餃

地 台南市麻豆區市三市場忠孝路和中正路口

隱身在麻豆第三市場的銅板美食，有筍絲水晶餃或筍角水晶餃，筍角的肉比較多，筍切丁，筍絲事先醃過，裡面還有包一些豬肉末，這油亮有光澤的外表很像肉圓，吃起來ㄉㄉㄉ有彈性，卻又很好入口，懷舊風味十足，是最佳的點心首選，來麻豆一定不可錯過。

◎水晶餃(筍絲2個30元，筍角2個35元)



A

筍丁筍絲  
都好吃



A Q彈有勁的水晶餃。



A



B

A米軟Q粽葉香。

## 惠美肉粽

地 台南市麻豆區中正路50號

路過一間沒有招牌的店，門口看到有人在洗一大疊一大疊的粽葉，空氣中瀰漫著一股粽葉香，被香氣吸引過去，於是上前買了幾顆肉粽回家試試，很好吃，於是上網查才發現是頗知名的手工肉粽老店，連知名美食節目都有來採訪過，我覺得惠美肉粽最特別的是有加蝦米，因為我個人還蠻愛這一味的，糯米軟中帶Q，是標準的南部粽，裡面包瘦肉、香菇和蛋黃，該有的一樣也沒少，一顆只賣35元，真的是銅板美食。

◎肉粽35元

## ■ 新加坡冰城

地 台南市麻豆區興南路121號

懷舊的三明治冰，餅是每天早上現做，老闆娘說這樣蘇打餅乾才不會受潮，果然有脆，有牛奶和巧克力兩種口味。招牌核仁蛋黃冰，吃的到一粒粒的杏仁果和鹹蛋黃，老闆娘說依不同季節會有不一樣的水果口味冰棒，像是榴槤、芒果和酪梨就是季節性冰品，都是用新鮮水果製成。另外還有造型卡哇伊的玉米冰和花俏的三色冰棒，一次可以同時吃到三種口味（牛奶、可可、桔子）也是人氣商品。古早味的清冰紅茶，加了香蕉油味道的清冰，和紅茶融在一塊，味道不會太甜，好適合夏天。這間冰店已經開了四十幾年，應該是很多麻豆人兒時的美好記憶啊！

◎三明治20元 核仁蛋黃冰20元 清冰紅茶20元(小)



A



B

招牌  
核仁蛋黃



A 核仁蛋黃冰可以吃到杏仁果和鹹蛋黃。B 花俏可口的三色冰棒。C 每天現做三明治冰餅。



C



171

173

171

● 阿港伯  
米苔目

★ 麻豆新生郵局  
(禮南103支局)



● 電姬戲院

大同街

171

大同街

仁愛路



忠孝路

● 龍泉冰店

● 麻豆第一家老店  
綠豆糯米腸

● 惠美肉粽

● 麻豆碗粿助

南55

光復路

南55



興華街

● 三花棉業麻豆店

171



● Chawa Café

★ 台灣中油  
麻豆站



仁愛路

★ 台南市政府  
消防局第二大隊

興南路各

仁愛路

● 崑池草魚粥

★ 台南市政府警察局  
麻豆分局

新興路

中正路

博愛路

小腳腿羊肉店  
(麻豆店)

麻豆土魷魚爌

陳記水晶餃

德春米糕



台南市麻豆市三公有  
零售市場自治會  
大型購物中心

林媽媽鍋燒意麵

全家便利商店  
麻豆興民站



安仔牛肉

新加坡冰城

興南路

興南路



外帶限定，美味獨享

# 在家也能品嚐五星級料理



家也能享用最頂級的日式料理。

## 散壽司

特選來自北海道的七星米，調製出風味獨特的醋飯（シャリ），搭配鮭魚卵、山葵、海膽，以及鮪魚、鯛魚等生魚片魚材，建議先稍微拌過再享用。吃散壽司就像在挖寶，每一口都能品嚐到不同食材帶來的豐富層次感，鮪魚油脂鮮甜、香氣濃郁，鯛魚肉質鮮美有彈性，各種生鮮魚肉在口中同時綻放，生魚的鮮度與風味，完全不受

疫情期間，即使不想出門用餐，也不該虧待自己的胃，尤其在健康為重的前提下，好好吃飯，補充足夠的營養素，更是現階段不容忽視的健康課題。三花日式料理配合時令，推出期間限定的精緻餐盒，和牛、鰻魚、懷石及散壽司，讓您在



外送因素所影響，令人大飽口福，驚艷不已。

### 和牛壽喜燒便當

來自鹿兒島的A5等級和牛，油脂分布均勻，肉質滑嫩，口感帶點嚼勁，咀嚼時滿口生鮮生香。因為與白菜、洋蔥等同煮，所以不只牛肉吸滿蔬菜的甘甜味，連蔬菜也帶有牛肉的香甜，二者兩相烘托，相得益彰。此外，時令烤鮮魚、季節開胃菜、日式福袋煮及特製釜飯，外帶品質完全不亞於內用，讓人齒頰留香，欲罷不能。

### 鰻魚便當

選用台灣在地新鮮鰻魚，先蒸熟再烤，師傅表示，烤鰻魚講求火候的控制，在達到一定的溫度，不時會聽到鰻魚身上油脂因火烤的熱度而吱吱作響。持續邊烤邊塗上特製醬汁，直



到魚肉上色且入味，一入口，滿滿的膠質及鰻魚特有的鮮美肉質與口感，吃了立刻元氣十足，美味不可言喻。

### 懷石便當

燒得入味的特選牛肉，滷得軟嫩熟透的蘿蔔，加上季節烤魚、開胃菜、福袋與時蔬，主食釜飯醬香甘甜，米香撲鼻，忍不住一口接一口。

除了散壽司外，其他三款均附有味噌湯，若有個別的飲食需求，亦可事先告知，讓餐廳預做安排與調整。

📍 地址：台北市中山區建國北路二段9-2號1樓  
☎ 電話：(02) 8978-5000



高雄市甲仙區小林國小

# 活力、自信、感恩、希望



▲小林國小師生關係緊密、情感融洽。

甲仙位處山區，境內的小林國小就是一所群山圍繞的美麗小學。如此優美的學校其實曾經歷一段浴火重生的過程。民國98年，小林村遭受到莫拉克颱風的無情肆虐，小林國小亦深受其害，之後學校在五里埔復校，即以負責、活力、感恩為學校發展願景，希望培養小林囡仔能夠勇於負責、承擔，並且走出傷痛，以自信活力及開朗感恩的心面對全新的未來。目前全校班級數包含國小6班及幼兒園1班。學童家庭結構多以平埔及閩

南人為主，其中三分之一為隔代教養，學生家長多以務農或打工為生，屬於經濟較為弱勢之族群，由於學校方圓10公里無任何補教機構，因而學生學習多賴校方安排。

現任校長吳威志尤其重視學童在美學與人文素養的開發及培養。由於學校與社區的連結十分緊密，常透過舉辦各類課程深耕在地文化，不僅落實偏鄉學童的基本學科能力，更希望小林的孩子各個具有獨立思考、互助

合作與尊重自然的素養。吳校長以「建立友善校園環境，讓孩子樂於學習」為出發點，不僅關懷老師的身心靈及教學環境，也積極提供展演舞台，成立滾球社、陶笛社等課外藝文及體育社團，以激發孩童學習潛能、提高自信心與挑戰自我的勇氣。在各項活動中，更邀請家長與社區共同參與，日光小林文化節、小林平埔夜祭…，將校園活動融入在地文化，讓小林人更有凝聚力。

## 加入「三花菁英種子學堂」

一次偶然的機緣，小林國小加入「三花菁英種子學堂」的行列，至今已超過5個年頭，教務主任薛亦凡表示，非常感謝三花基金會長期以來對小林國小的關心及照顧，透過基金會的經費補助，順利開闢了多門課外活動，近年則以法式滾球為主要重點，讓學生能於課後學習體育專長。如今，小林國小的滾球運動已發展成有規模的校隊，人人會滾球也人人愛滾球，滾球不僅是學生的球類運動之一，也是孩子們紓解壓力及培養良好人際關係的管道。

小林滾球場是孩子的快樂天堂，透過練習和滾球營隊活動，孩子們在球場上認真刻苦練球、專注積極的表現，換來的是專業的滾球技巧及高度的團隊精神。滾球隊亦多次代表小林



▲小林是一所群山圍繞的美麗小學。

參加對外比賽，讓學生藉此增廣見聞、擴展視野，並了解到做人處事的道理。這些經驗與感動都是額外的收穫。近年的對外比賽成績亮眼，替學校爭取榮譽，每個孩子都是小林的希望，也是國家未來的明日之星。

## 認識「法式滾球」

在台灣，法式滾球(Pétanque)屬於新興的運動，但其實它已經有百年以上的歷史，起源於西元1910年前後，在法國南部發展出來的球類，之後玩法經過調整，使球手在原地雙腳不離地拋擲滾球，發明出現今所稱的「法式滾球」，並傳播到法國各地。至今，法國已逾1,500萬人樂在其中，全球超過75個國家投入滾球運動，同時也是世界運動會的正式比賽項目。台灣則於2004年正式引進，時逢承辦2009年世運會，法式滾球即列入比賽項目，目前已成為一項新興的時尚休閒運動，也是少數可進行男女混合賽事的運動。



法式滾球不受性別、年齡、身高、體型等限制，只需2-3人就能比賽，是一項老少咸宜的全民運動。練習法式滾球不僅能提升敏捷性、協調性、平衡性及訓練基本體能，同時能提升注意力、記憶力，培養策略思考的能力。小林國小學生人數不多，全校學生皆可參與，不僅學得專業的球技，還能培養互助合作、守法自律的運動家精神，學生從中得到歸屬感，出賽得獎更能提高榮譽感與自信心，可說是身心靈的整體成長。

## 法式滾球基本規則與技巧

比賽分兩隊，單人組一對一、雙人組二對二及三人組三對三。在一對一與二對二的賽制中，每人各持3顆球，三對三的賽制則每人各持2顆球。比賽進行時，由球員輪流拋擲金屬鋼球往唯一的一顆小木球(目標色球)靠近，投擲出去的鋼球最接近目標色球者得分，先達到獲勝分數者為

贏家。比賽開始，先攻方需先投擲目標球（有效距離小學生為4-8公尺），接著再投擲一顆滾球，然後換



後攻方投擲滾球，兩邊各投擲完一顆滾球後，以較接近目標色球的隊伍暫時獲勝，較遠的那隊需繼續投擲、直到比對方更靠近目標球或是沒有滾球才換邊投擲。兩邊滾球投擲完後才計算分數，若一方達到規定分數（11分或13分），則為勝方。

法式滾球雖然不太耗費體力，但要擲出好成績，還是得苦練各式技



巧，例如拋擲（Pointing）和射擊（Shooting）就是此項運動最關鍵的動作，拋擲是靠近目標球的投擲法，包含低拋、中拋、中高拋、高拋等技巧，訓練重點在於鋼球落地點的穩定度。而Shooting就是以射擊方式將敵對的球打離原地的技巧。當對方的球非常接近目標色球時，最好的策略就是射擊。射擊投擲又分為直接射擊及滾動射擊，直接射擊重點在於必須把投擲動作做完整，包含手臂的擺動在肩膀高度左右、投擲方向要固定等等。

小林滾球隊是一個大家庭，透過球隊訓練，學生們相處和睦，彼此互相激勵、提醒，出賽亦屢創佳績。教

務主任薛亦凡回憶起106學年度的一場賽事，比賽組合是二、三、六年級各一位，小林則派出低年級學生對上別校的六年級學生，一整天緊湊的賽程，二年級小朋友已經打到頻頻打瞌睡，可愛的模樣讓在場師長及裁判們的心都為之融化，也紛紛為她加油打氣，畫面溫馨，讓人印象深刻。

滾球運動除了強健體魄，重要的還包含團隊合作默契與謀劃對策等判斷能力的養成，鼓勵孩子們手腦並用之餘，更希望他們能從每一次競賽中學習勝不驕敗不餒的精神，成為真正懂得感恩、惜福，擁有活力、自信的開朗孩子。



▲法式滾球可有效訓練選手的協調性、敏捷度與平衡力，是近年流行的新興時尚運動項目。

# 2022三花TPGA錦標賽

三花棉業為落實企業社會責任、推動體育文化，長期贊助國內高爾夫球賽事，2022年三花TPGA錦標賽，即為三花棉業第七度冠名贊助台灣PGA之賽事。由於疫情依舊嚴峻，因此賽前的準備工作，包含防疫措施等事項，皆以最高規格嚴格把關。賽事於5/5-5/8在老淡水球場舉行，總計共有142位國內好手同場競技，爭取高達700萬元的總獎金，包含冠軍獎金150萬，以及一桿進洞20萬等獎項。

本屆參賽選手人才輩出：三花四冠王洪建堯、亞巡二場冠軍詹世昌、獎金王李玠柏及超級新人王蔡凱任等四大奪冠熱門人選，在賽前即引爆話題，讓人充滿期待。

經過四天四回合的鏖戰，職業好手洪建堯，同時也是三花獵鷹計畫重點培植的選手，果然不負眾望，再度蟬聯冠軍獎盃，他以四回合總桿數低於標準桿8桿的280桿佳績，拿下150



▲施純鑑創辦人與陳榮興理事長共同頒發獎金150萬支票給冠軍洪建堯。●施純鑑創辦人為冠軍洪建堯澆水慶祝。▲三花TPGA錦標賽記者會盛況。▶冠軍洪建堯從三花棉業創辦人施純鑑董事長手中領受獎盃。



▲台灣高爾夫俱樂部會長陳彥豪(左起)、三花棉業公益教育基金會執行長施貞菲、三花棉業創辦人施純鎰、TPGA理事長陳榮興。



▲三花棉業創辦人施純鎰為洪健堯加油。

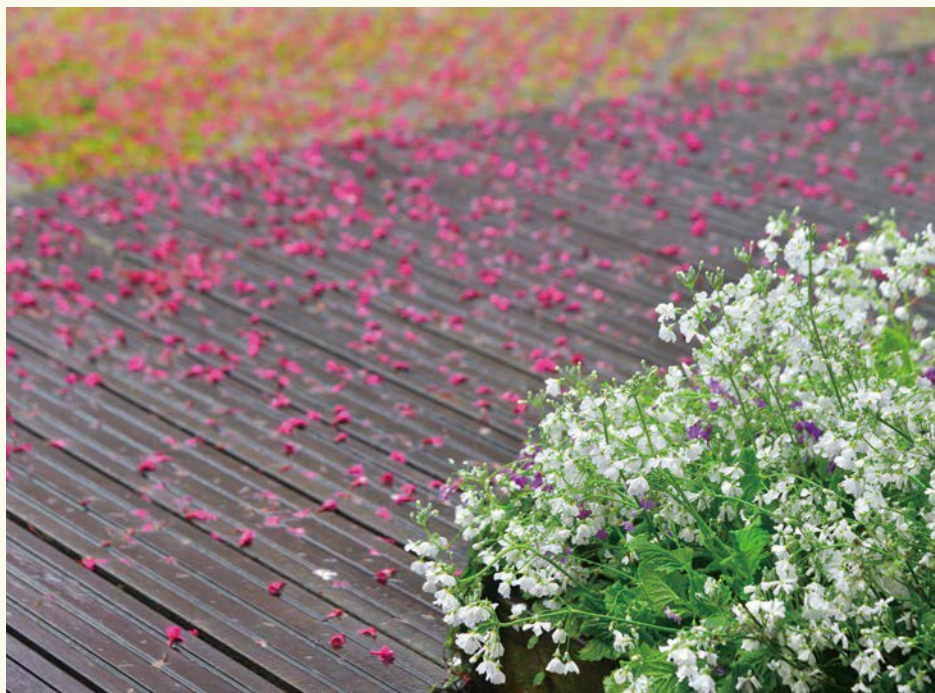
萬冠軍獎金，此外，更獲得三花棉業創辦人施純鎰董事長加碼頒發的連霸獎金50萬元，成為本屆最大贏家。此冠軍也平了TPGA賽史最多冠紀錄的第六冠，對得主洪健堯而言，更顯意義非凡。

三花棉業創辦人施純鎰董事長蒞臨現場頒發冠軍獎盃外，他更勉勵所有選手，運動員的使命就是把球打好，同時把自己的身體照顧好，不論

外在環境如何變化、條件如何受限，都應一本初衷，持續練球，維持最佳的體能素質，隨時做好準備，把握每個機會，迎接每一次的挑戰。

阿里山香林國小攝影輯

# 畫面之外的想像與呈現



▲連續降雨造成櫻花花瓣飄落滿地，透過攝影的呈現，也可感受到櫻花雨的體驗。攝影/黃源明

轉眼之間，香林國小的攝影課程又來到新的一年，隨著新手不斷加入，如何吸引學生對攝影的興趣，透過實地操作拍攝，進而產生對環境重新觀察的樂趣，便是指導老師每年的挑戰。

隨著科技的進步與網路社群平台的快速發展，不管是手機或是相機，

攝影已成全民紀錄生活的重要活動。拍照人人都會，如何拍出有感情又引人入勝的作品，除了基本美學素養的培養，讓學生重新認識自己的環境，尋找新的亮點，再透過攝影的紀錄呈現，攝影不只是凍結畫面的瞬間，讓每個學生在按下快門前，更多的是畫面之外的創意思考。



◉今年的春雨特別豐沛，阿里山花季期間，步道景點遊人如織，我們的攝影課程外拍風雨無阻，做好雨中防護的萬全準備，彼此相互協助，依然順利完成任務。  
攝影/黃源明

戲法人人會變，巧妙各有不同，阿里山得天獨厚的自然環境，充滿各種對比與豐富的色彩，透過引導觀察，讓學生發現各種對比的實例，例如顏色、明暗、大小、動靜、形狀等，畫面中的各種對比可以重新組合排列，最後透過攝影技巧呈現，每一次的練習都不簡單，每一次的創作都會留下深刻的記憶。

如果說，攝影帶給學生最大的樂趣，毫無疑問的是，讓他們更加熟悉

原本就該認識的環境，攝影的觀景窗有限，但是生活中的場景充滿無限的想像，雖然香林國小已經擁有完整的數位單眼相機設備，但技術始終不是攝影課程的重心，更多的是對環境觀察的熱愛。當決定要按下快門的那一刻開始，應該就是對環境又增添了感情，照片是意念想法的呈現，也是香林國小攝影課程期盼學生帶著走的學習能力。期盼參與攝影課程學習的孩子們，能夠更了解自己生活的自然環境，也更熱愛阿里山的風光明媚。

### ●黃源明小檔案

因鍾情於阿里山，自願分發至香林國小任教，多年來透過相機捕捉阿里山風情，並以「山頂黑狗兄」身分，藉由攝影紀錄觀點，經營臉書「漫步在雲端」，分享阿里山的自然之美！



## 賞櫻

攝影 / 吳羽傑

生活中的動靜態畫面隨處可見，透過攝影的取景，如何呈現又是考驗。當小火車緩緩駛過櫻花鐵道，加上車廂取景攝影的遊客，靜態的畫面馬上充滿著許多動態元素。

## 櫻之道的小火車

攝影 / 李汶錡

動態攝影除了考驗構圖取景，還要在最佳的時機按下快門。事前的環境勘查，讓學生提早就位，預先構圖再等候動態的火車入鏡，完整的畫面就呈現了。



## 拜訪春天

攝影 / 黃惟偵

阿里山花季的主角除了櫻花以外，粉紅色系的垂絲海棠，沿著鐵道一路盛開的畫面，彷彿告訴來訪的遊客：春天來了。



## 尋櫻訪春

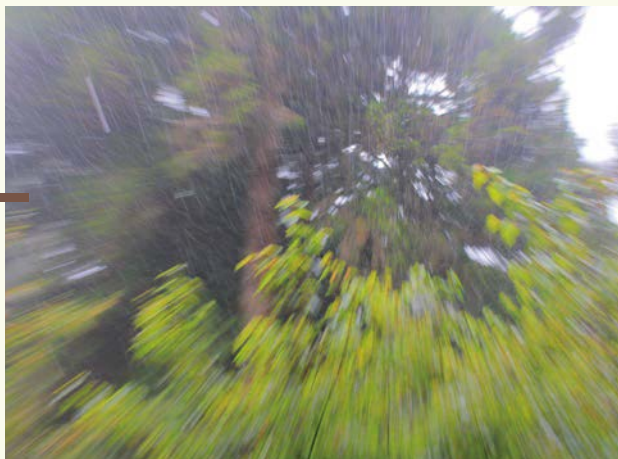
攝影 / 梁嘉育

阿里山的小火車行駛在櫻花鐵道間，只要櫻花盛開期間，都會吸引遊客和攝影者的焦點，櫻花火車便成為阿里山花季最重要的特色。

## 細雨紛飛

攝影 / 賴右禾

下雨天對攝影創作來說，需要克服很多的不便操作，最好的方式就是在校園走廊嘗試，不用擔心相機淋濕，又可激發創意，如何表現雨滴的動感，透過示範練習，大家都能迅速找到攝影的樂趣。



## 雨中的八重紅枝垂櫻

攝影 / 謝鈞崑

八重紅枝垂櫻在阿里山的數量不多，枝條下垂且重瓣是主要特徵，盛開時的陰雨天，正好可以拍出櫻花的細節，同學的互助撐傘，讓外拍實作都能順利完成。



### 春雨連綿

攝影 / 王旭初

盛開的櫻花遇到天候不佳的雨天，其實是攝影取景的考驗。如何呈現雨中的櫻花，透過實作練習，大家才能了解結果和觀察思考的落差。

### 星光大道

攝影 / 廖承恩

阿里山花季的蒸汽火車是人氣最高的主角，每當列車經過櫻花鐵道，有如走在紅地毯的巨星，所到之處都吸引沿途駐足的遊客目光。



### 雨中櫻花

攝影 / 侯硯閣

下雨天也是練習攝影的機會，特別是雨滴的動感，除了預先想像，還要激發創意思考，最後透過實地操作練習，自然會有最實際的體驗。

■發行單位 台灣三花棉製業股份有限公司

■發行人 施純鎰

■總編輯 施貞非

■主編 林蔓禎

■企畫 蘇文娟

■設計 SUN7

■特別感謝 三花日式料理

屏東縣屏東市屏東高中

高雄市甲仙區小林國小

嘉義縣阿里山鄉香林國小攝影社

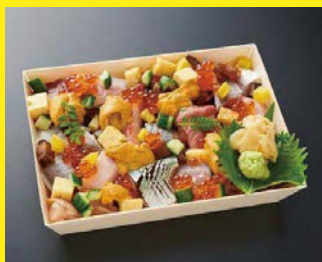
新北市三重區新北大道二段88號

■電話 (02) 2995-8555

■發行日期 2022年9月

# 三花誌

Sun Flower 2022 June/VOL. 11



## ■ 三花誌



### 校園巡禮

高雄甲仙區小林國小，以「建立友善校園，讓孩子樂於學習」為宗旨，努力提供展演舞台，如成立多年的滾球社團，不僅帶動全校運動風氣，更激發孩童學習潛能、提高自信與挑戰自我的勇氣。

### 藝文特區

台南總爺藝文中心，從早期的糖業廠區，搖身一變成為融合在地文化、歷史建築與生態資源的藝文場域，是「古蹟活化再利用」的最佳呼應。

### 麻豆美食

台南是美食之都，不僅大菜與特色料理引人垂涎，平民美食尤其擷獲人心：碗粿、土魷魚羹、牛肉湯……，偶然經過的或許就是一家歷史悠久的百年老店，隨時都能提供最療癒身心的美食饗宴。