

三花誌

SF
2025
June
VOL. 17

Sun Flower · 豐原



創新
·
認真
·
應變
·
感恩

台灣棉製業領導品牌三花棉業，自1969年創立以來，長期深耕在地、行銷國際，歷經扎根、變革、創新、轉型等階段，累積深厚的企業底蘊，並陸續跨足加油站、汽車代理、實體通路及餐飲等民生消費相關產業，以全方位的企業集團發展為目標。同時藉由三花基金會之公益平台，積極推動公益事務，扎根教育、體育、為在地發聲，使人文與環境得以永續、互益、共榮。



擁抱自然的人文之都

豐原是北台中山線地區的經貿、文化、交通等重要區域中心。早年因位在台鐵台中線與東勢線交會點上，成為山線地區農林業的集散地，並因中小企業興起而帶動工廠發展，經濟繁榮，至今仍是台中北部重要發展區域。「葫蘆墩」

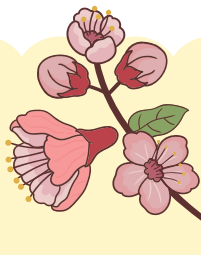


是豐原的舊稱，因早年當地有三個形似葫蘆的小土墩而得名。許多公共建設以此命名，譬如葫蘆墩文化中心，市區內的街道設施或裝置藝術也經常可見以「葫蘆」為發想的景觀設計。

本期三花誌即以台中市豐原區中正路上的三花棉業專門店為中心，向四周圍延伸，介紹當地知名景點、自然環境及特有的人文景觀。「豐原漫遊」和「古蹟探秘」邀您一同踏查昔為老街、今是繁華地段之一的中正路，從頂街派出所、慈濟宮、廟東夜市到葫蘆墩墩腳遺跡…，葫蘆墩的前世今生躍然紙上。「水岸花都」介紹葫蘆墩公園這座廣達18公頃的大型親水公園，風光明媚、鳥語花香，是豐原的一大亮點和驕傲。

「美食紀行」由500盤評審、美食部落客Tracy，帶領讀者逛遊豐原、大快朵頤，不論是傳統美食或風味獨具的特色咖啡，各式美味，應有盡有。「三花日料」嚴選頂級食材，融入在地風味，呈現季節限定的極致饗宴。「校園巡禮」介紹屏東歸來國小空手道社團用11年的堅持，造就了今日的優良口碑。「心靈視窗」則仍由香林國小攝影社同學掌鏡，透過相機鏡頭，在按下快門之際，阿里山上的一花一樹、一草一木，在孩子們的心中，瞬間化為永恆。

■ 封面刺繡作品 作者 / 劉千韶 名稱 / 富貴福至



台中市花 山櫻花

山櫻花是台灣分布最廣的櫻花樹種，花色深紅艷麗，在春寒料峭之時，山櫻花繁花綻放，花團錦簇，是台灣著名的觀賞花木。

- 
- 02 | 董事長的話
技職育才，永續社會責任
- 04 | 豐原漫遊
北台中的經貿教育重鎮
- 08 | 水岸花都
與萬物共生的水岸空間
- 12 | 古蹟探秘
見證歷史風華
- 14 | 藝文特區
刺繡文化保存者劉千韶
- 22 | 三花日料
期間限定之春日盛典
- 24 | **美食地圖**
- 26 | 美食紀行
豐原尋味之旅
- 36 | 文化導覽
創辦人的生命歷程與文化傳承
- 40 | 校園巡禮
汗水的澆灌，榮譽的搖籃
一歸來國小
- 44 | 行動學堂
在國境之南，散播三鐵運動種子
- 46 | 心靈視窗
呈現阿里山花季獨特之美

2025
06

CONTENTS

技職育才 永續社會責任

1969年父親施純鑑創辦人從日本以整廠技術移入台灣織造出第一雙三花棉襪起家，56年來一針一線織起的不只是品質，更是消費者對品牌的信任和支持。我們走過台灣產業的起伏，也親眼見證許多技職人才如何成就企業、支撐家庭，並默默為這塊台灣土地貢獻心力。正因為這份深刻的感動，三花決定把支持教育、培育人才，作為企業社會責任（CSR）的重要核心。為了更長遠、更有系統地推動教育和公益事務，2007年成立了「財團法人三花棉業公益教育基金會」。這不僅是創辦人個人願望的達成，更是三花對社會公益與基礎教育永續承諾的具體實踐。基金會從國小學童社團活動的養成教育到高中職階段提供青少年多元的舞台與機會，我們始終相信，培養青少年自信成長發揮天賦，是三花基金會多年耕耘教育的最終極核心使命。

幾個月前，我們舉辦了第一屆「高中職校際導覽競賽」，邀請全國各地的高中職學生來到三花棉業文化館進行導覽實作。文化館的展示不僅訴說著企業的歷程，更記錄著父親創辦人施純鑑先生白手起家的奮鬥故事——從貧困出



身、努力不懈，到創立品牌、立足國際。讓參賽學子這段生命歷程與創辦人年少期時空交集，希望能夠使他們明白並且得到啟發和激勵：即使出身平凡，只要不懼困難，依然能有機會走出不平凡的人生。許多參與競賽的學生，在準備導覽過程中，從內容撰寫、勇於表達，展現出超乎評審想像的潛力。他們從創辦人成長故事中找到啟發，也從沉穩的台風中累積信心。這不僅是一場比賽，更是一個翻轉傳統學習經驗、激發青年夢想的起點。

身為一個深耕台灣近一甲子的企業，我們始終相信，企業的價值，不僅體現在產品與營收的成果，更在於對社會的責任與回饋。我們將持續以實際行動支持教育發展，透過基金會推動更多有意義的公益與教育計畫。三花深信，當企業願意回應社會的需求，當資源得以落實於下一代的成長歷程，那麼我們所追求的整體社會共好與向上成長的期待，即將夢想成真了。

董事長 施養謙



三花棉業

— Sun Flower 1969 —



你的動能 我來應援



三花專利 五片式平口褲

專利剪裁，動態零死角
每一次的跳躍、衝刺都完美



三花官網

LINE@

交通便利，商業繁榮

北台中的經貿教育重鎮



▲高架化的豐原車站巍峨高聳、視野開闊，是豐原的地標之一。

豐原區位在台中市北部，東與東勢、石岡及新社區相接，西鄰神岡區，南鄰潭子區，北隔大甲溪與后里區相望，因曾為縣市首府所在地，境內擁有國家教育研究院台中院區及台中市葫蘆墩文化中心等多座大型公共建設，是台中市山線地區經貿、教育、交通的重要發展中心。豐原還有個十分接地氣的舊名「葫蘆墩」，據

聞早年當地有三個形似葫蘆的小土墩，因土壤肥沃，生產的「葫蘆墩米」品質極佳，而有了葫蘆墩這個地名。由於葫蘆墩米媲美瑞穗佳稻，該產地名為「豐葦原」，於是，在1920年，舊地名「葫蘆墩」改為「豐原」。而不論「葫蘆墩」或「豐原」，都與當地人有著最深刻的情感連結。



自由自在逛老街

想要快速認識豐原，不妨就從豐原車站周邊開始。巍峨高聳的站體建築，代表著豐原車站每日的高度人車流量。車站旁的中正路即往昔的老街，雖然保留至今的老建築不多，但走逛其中，仍然深有所獲，古蹟派出所、歷史建築慈濟宮、人氣爆棚的廟東夜市、葫蘆墩墩腳遺址、葫蘆墩圳水岸花都…，都是腳程可達之處。

自然與人文風光

位於豐原軟埤仔溪沿線，橫跨東涌、西涌、北涌、豐圳等六里，面積約18公頃的葫蘆墩公園，是豐原地區



🍈🍈 豐原舊稱「葫蘆墩」，境內多處裝置藝術與公共設施皆以葫蘆為發想做設計，造型新穎，十分吸睛



🍈 葫蘆墩公園沿著軟埤仔溪建造，生態環境豐富



● 葫蘆墩文化中心至今仍保存多幅編織作品
● 文化中心各廳室的布置都很溫馨舒適，讓人捨不得離開

最大的親水公園。竹跡館、自然的生態環境及多座特色橋梁，都是知名景點與打卡勝地。園區裡的水岸景致風光明媚、草木扶疏，景色不亞於歐洲多瑙河或塞納河畔。漫步園中，頓覺心平氣和、心曠神怡。

早期豐原盛產苧麻，因而以編織工藝聞名，原本位在葫蘆墩文化中心

的編織工藝館雖已遷移至大里的台中市纖維工藝博物館，但仍有部分編織作品保留於文化中心內，並定期展出。一踏進葫蘆墩文化中心，挑高天花板的設計，陽光透過屋頂的玻璃格窗灑入大廳，明亮、寬敞、舒適，一掃文化機構給人的沉悶拘謹印象。閱覽室的設計風格也十分新穎現代，以藍、綠、白三色為主色調的裝潢風



▲ 木質地板和溫暖的色調，氣氛和諧，讓閱讀成為一大享受



▲ 葫蘆墩公園占地18公頃，園區草木扶疏，規劃完善



豐原自古以來即是著名的糕餅之鄉，許多老字號糕餅店皆發跡自豐原

格，搭配木質地板與皮製座椅，充滿活力與創意，讓人樂於接近。如此漂亮廣闊的公共空間，是提供市民閱讀、進修、觀展、學習的好地方。

遠近馳名的糕餅之鄉

自日本時代開始，豐原便以糕餅製作聞名全台，享有「糕餅之鄉」美譽。在融入和式洋菓子與西式糕餅技術後，更發展出獨特的台式糕餅，舉凡鹹蛋糕、鳳梨酥、綠豆椪和蛋黃酥等，都是聞名海內外的台式著名糕點。百年老店雪花齋、主打美式派餅的薔薇餅、出產日式和菓子與小月餅的寶泉餅行、招牌鹹蛋糕的義華餅行、目前豐原最具規模的聯翔餅店…，都是由豐原發跡且聲名大噪的知名糕餅店家。

三花棉業豐原專門店

在熙來攘往的中正路上，一走出人頭鑽動的廟東夜市，馬路斜對面，「三花棉業」藍底白字的醒目招牌映入眼簾。走進店裡，潔淨的空間、流暢的動線、陳列有序的貨架…，舒適整齊的環境，即使只是路過，也會不知不覺停下腳步，走進店裡看看、逛逛。



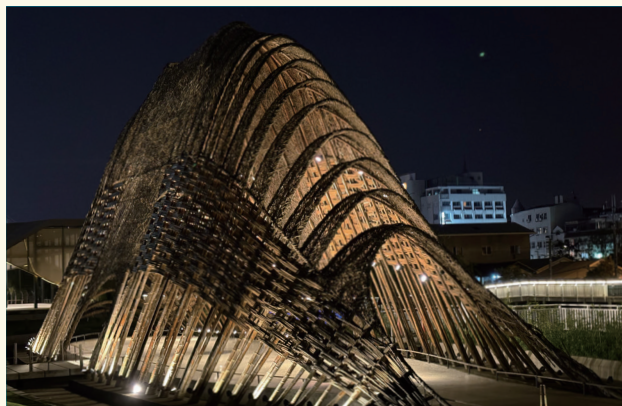
三花棉業豐原專門店貨品齊全、窗明几淨

擁抱自然，生態永續

與萬物共生的水岸空間

葫蘆墩公園風光無限

豐園區的葫蘆墩公園是一座占地18公頃的大型親水公園，也是2018年台中世界花卉博覽會的豐原園區主要場地。展期結束後，部分設施予以保留，河岸花木依舊搖曳生姿、美不勝收。公園循著軟埤仔溪沿線建造，全區以「水生、島嶼、蛻變、共棲、節氣」5大概念串聯，由軟埤仔溪貫流其中，並以生態復育、親水活動、藝術文化等生活理念規劃為五大區域。園內生態環境豐富，巨木參天、綠草如茵，遼闊的視野及完善的設施，不論白天黑夜都是民眾休憩的最佳去處。



▲夜晚的「竹跡館」在燈光烘托下，風情別具

「竹跡館」是一座由竹子建造而成的綠建築，也是2018年台中花博結束後少數完整保留的場館之一。歷經

七年歲月的洗禮，建物本體雖略顯風霜，但雄偉的樣貌依舊，尤其加入燈光設計，每當夜幕低垂，懸吊的燈具搭配繽紛閃亮的光線紛呈，為靜謐的夜晚更添一絲暖意。



▲夢幻的「剪影教堂」在燈光照射下，更加凸顯婚姻的神聖純潔

「剪影教堂」也是打卡熱點之一。在白色橋梁上，由白色建材以簡單的線條勾勒教堂的外形，意象式的白色教堂在燈光和夜色掩映下，浪漫的氛圍，迷人的感受，散發出一股獨特的美感。



▲ 葫蘆墩公園內多處巨木參天，非常壯觀

「花轎橋」是在橋柱上建造像花轎般的圖案與設計，既復古又時尚，遠看整座橋就像一頂花轎，人們一走上橋，就像坐上花轎，有種頑皮的諧趣感，相當有意思。

「螺旋橋」是葫蘆墩公園裡數量最多的橋，似乎也是銜接各區之間的

聯通橋梁。外觀狀似螺旋，不同的拍攝角度，也會產生不同的效果，頗能滿足攝影愛好著的喜好。

「藤蔓隧道」覆蓋著滿滿的藤蔓植物，一走進這蜿蜒的通道，外頭炙熱的陽光立刻阻隔開來，散步其間，暑氣全消。



▲ 一走上「花轎橋」，遠看好似上了花轎一樣



▲ 「螺旋橋」近觀、遠望，景色各有不同



▲ 漫步在「藤蔓隧道」裡，暑氣全消

輕舟水岸如詩如畫

來到第五區，這裡規劃為「輕舟水岸」，想必與親水活動有關。一眼見到那波光粼粼、綠色深邃的大片河面，震驚之餘，忍不住在心中驚呼：「哇，天啊，太漂亮了，真不可思議，原來台灣也有這麼美的河岸公園。」再往裡走，發現水中有兩架類似籃球架的裝置，應該就是用來進行水上球類競賽，據說之前也曾舉辦過

划龍舟競賽，想像當時的畫面，一定盛況空前。

河岸兩旁綠樹成蔭，風光旖旎，美景如夢似幻，河岸一側成排的住宅別墅，更添歐式風情，彷彿徜徉於歐洲的水岸綠道。

葫蘆墩圳水岸花都

葫蘆墩圳包含上埤、下埤及下溪洲三個水圳，是中台灣最古老的灌溉

⑦ 葫蘆墩公園第五區「輕舟水岸」，綠波粼粼、如夢似幻，有如置身歐洲水岸綠道





🕒🕒 「掀蓋工程」後的部分河道，經由綠化作業，煥然一新



水圳之一，自清代以來即為台中地區的農業生產命脈，同時也是台中盆地河川的主要源頭。

然而，隨著都市化的進程與發展，葫蘆墩圳被蓋上鐵蓋，做成停車場，近年台中市政府實施「掀蓋工程」，以低衝擊的生態工法，營造親水環境，讓部分路段的葫蘆墩圳重見天日，重新打造為「葫蘆墩圳水岸花都」，讓民眾知道，原來水泥覆蓋之下的街道，竟是如此美麗的河道。沿途行經的停車場，底下即河道，部分

「掀蓋」露出河道，形成奇特的城市景觀。

夜晚的葫蘆墩圳水岸花都更別有一番風味，明亮閃耀的燈光，照明了夜色，也照亮了人們回家的路。

豐原國小旁的路段，也是實施掀蓋工程後的河道，煥然一新的面貌，別出心裁的綠化工程，不僅為豐原增添姿添彩、換上新裝，更為學童上了一堂寶貴的環境生態課程。

老街巡禮，尋幽訪勝

見證歷史風華



▲「頂街派出所」是豐原知名的歷史建築

古蹟，是歷史的見證、文化的延續，承載著人類文明的發展歷程，更是在地民眾的共同記憶。豐原區的中正路及其周邊路段，就隱藏了幾處重要古蹟。

頂街派出所

緊鄰豐原車站的「頂街派出所」就位於中正路的起點。建於西元1906年，1931年因木質建材腐朽而改建，並遷移至中正路現址。民國91年（2002年），台中縣政府以頂街派出所為少見之二層樓派出所，建築具時代特色及歷史保存意義，公告登錄為歷史建築。

矗立在繁華的街道上，米黃色洗石子外牆，搭配褐色木質大門，典雅而莊重。入口處

左右各有一扇菱形窗戶，二樓兩邊側立面則各有三扇牛眼窗裝置，均勻對稱，兼具傳統氛圍與現代設計，引人駐足、流連。

慈濟宮

坐落在廟東夜市旁的豐原慈濟宮，俗稱豐原媽祖廟，最早興建於清朝乾隆年間，悠久的歷史與絕佳的地理位置，終年香火鼎盛，人潮絡繹不絕。門口的一對銅獅子來頭不小，原來是在民國63年，由國立故宮博物院監製，新萬仁製藥出資，共打造出三對銅獅，分別置放於豐原慈濟宮、台北故宮博物院及新萬仁製藥園區內。廟後方的香客大樓旁，發現有座日本時代留下來的「鳥居」，雖頗有歲月的痕跡，還是覺得新鮮、有趣。

▶慈濟宮前的銅獅子，全台灣只有三對



▶葫蘆墩墩腳是目前僅存的唯一土墩，深具歷史意義

葫蘆墩墩腳遺址

來到豐原區大街尾福德祠，這是民國52年興建的土地公廟，一旁的墩腳綠園即葫蘆墩遺址，早期因大甲溪沖積形成三個土墩，稱為「墩頭」、「墩身」、「墩腳」，三個土墩形似葫蘆，所以有了葫蘆墩這地名。此墩腳遺跡是三個土墩裡最大，也是僅存的一個。站在這大土墩前，一股懷舊的歷史感油然而生。



▶豐原「慈濟宮」歷史悠久，香火鼎盛

經緯織繡，穿針引線

刺繡文化保存者劉千韶

「『刺繡』俗稱『繡花』，用雙手將一根針穿上一條線，上下穿梭於布料上，如實把一朵小花、一片葉片…填鋪繡滿，讓平面素雅的布塊更加漂亮…。」

——劉千韶



▶劉千韶投入刺繡工藝近50年，肩負文化傳承使命，作育英才，創作不輟

刺繡，是透過針和線在布料上繡製各種圖案的總稱，是一項流傳數千年以上的傳統工藝之一。起初是由「禦寒」的角度出發，將綿線縫製於衣物上增加厚度來保暖，亦普遍運用在各類家飾用品上面，兼具實用與美觀，同時也是古代女子展現女紅工藝

的時刻。刺繡文化的發展從最初的生活所需到成為一門精緻工藝，期間不知匯聚了多少前輩的智慧、心血與思想結晶。民國109年（西元2020年），居國內刺繡領域執牛耳地位的劉千韶（原名劉翠爾）老師，獲文化部登錄為國家重要傳統工藝—刺繡文化保存者。她投入刺繡工藝近半世紀，從一個對刺繡毫無概念的新手，到創作出多幅令人驚歎、獨一無二的經典繡品，以嘔心瀝血、焚膏繼晷之詞都不足以形容其中的辛苦於萬一。若

將老師的刺繡歷程分為三個階段，第一階段她專注於針法技術的鑽研與訓練，第二階段聚焦在技法的變化、設計概念及線材多元化的運用，第三階段則著重於藝術創作與文化傳承，並持續耕耘至今。

看著老師端坐於繡台前，右手持

針、左手拉線，精準迅速的在布料上下穿梭，不多時，一朵美麗絕倫、繡工雅致的小花完成，不疾不徐、神態優雅，如行雲流水般的針法與技巧，彷彿「人針合一」般的從容自若。

無心插柳，織繡出美妙人生

千韶老師入行的經過，可說是無心插柳所致。民國60年代，台灣經濟起飛，台日交流熱絡、經貿往來綿密，彼時日本國內和



服的需求量大，但是卻面臨教師日益年邁、年輕人無意接棒的人才斷層現象，使得成本一再提高，而台灣的薪資結構相較日本低廉許多，因此，民國62年，位在台中市中區的「大屯刺繡公司」正式成立。大屯是台灣獨立的公司，主要營業項目為染織繡日本和服、和服腰帶等，所以和日本技術合作，由日方提供師資與材料，並定期赴台灣授課，年僅17歲的劉千韶是公司招募的首批「繡娘」之一，編號第31號。

當時她還是個高中生，以半工半讀方式進到大屯，心中對這份工作還有些排斥。然而，既來之則安



▲二十多歲的劉千韶，秀外慧中，繡藝超群，是公司裡的重要支柱

之，聰慧過人的她順利從工作中體會到刺繡的樂趣，加上領悟力強、學習態度認真，很快得到日本老師的信賴與肯定。大屯公司位在中山公園旁，景色優美，是當時台中市最熱鬧的地段之一，再者公司福利與工作環境俱



▲劉千韶與恩師箸尾百亭（中）合影

▲金色蠶絲線層次多元，金光閃閃，耀眼奪目



▲緞面繡針法是最基本且重要的繡法之一

佳，她生活安定，工作表現出色，不到20歲即繡製高難度的《美人圖》（望月），典雅大器的和服羽織（即罩衫），尊貴耀眼、氣勢不凡。

之後，劉千詔入選為公司首批培訓的刺繡班班長，還擔任授課老師著尾百亭的小老師，協助其他學員學習刺繡。她受恩師著尾百亭的影響很深，著尾百亭是日本極富聲望的刺繡大師，作品曾獲1937年巴黎藝術世界博覽會金賞獎等獎項。他每年來台三個月，期間密集授課，每次教三種繡法，學員必須反覆練習，直到老師下次來再教另外三種繡法。著尾百亭教學嚴謹，尤其注重基本功的訓練，

從構圖、繪稿、配色、運針...，每一步都要求穩紮穩打，譬如運針，「就像寫書法拿穩毛筆、畫畫拿穩畫筆一樣，學刺繡也要先學好運針，熟練了才能繡得又好又快」，劉千詔回憶。著尾百亭鼓勵學員從生活中汲取靈感，引導她們多觀察大自然，花瓣的色澤、葉片的紋理或小鳥身上羽毛的紋路...，處處都是寶藏。



有了老師的傾囊相授，劉千詔的刺繡功力愈發爐火純青，在配色方面也頗得著尾百亭的真傳，



著尾老師擅長將自然界的元素融入作品之中，以淺綠、鵝黃、淡紫等亮色系來呈現。所謂名師出高徒，耳濡目染之下，

劉千詔的繡品總散發出一股脫俗的清雅與貴氣。

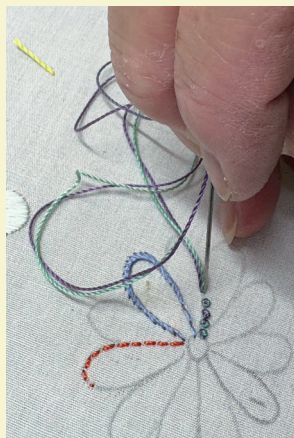
民國80年代，日本逐步踏入經



▲右幅牡丹上方的綠色葉片，材料取自相機底片的膠捲，令人詫異、佩服



▲作品《四季》包含春蘭、夏竹、秋菊、冬梅四幅，是劉千韶特別為了泰國清邁展覽之創作



▲一針一線，都是工藝、經驗與歲月的累積

濟黑暗期，網路消費與快時尚崛起，環保意識抬頭，像和服如此繁文縟節的時代產物也逐漸不再受到日本年輕人青睞，需要時也多以租借取代訂製，和服的行情大跌、市場不再，在景氣與匯率的雙重衝擊之下，走過22年榮光的大屯刺繡公司功成身退，正式畫下句點。

轉折之路，創作與授課並進

工作生涯告一段落，心中雖然不捨，但對劉千韶而言，卻是另一個人生階段的開始。她受葫蘆墩文化中心之邀開設刺繡課程，開啟教學傳承之路。同時和同事合作，專營日本生活用品的織、繡事業，包含衣服、飾品…。然而，繡品有個特性，即線材屬性不易保存、不適合洗滌，因而普

及不易。以和服為例，由於造價不菲，且常是純蠶絲打造，不能下水洗，因此日本自古以來即研發出一套極為講究的和服去汙、清潔、保養技術。劉千韶深知刺繡生活用品經營不易，遂逐漸轉向，教學之餘，她積極創作，並潛心於創新技法的研發及新線材的搭配和運用。



▲多瓣梅花設計簡約，漂亮大方



▲劉千韶是國內刺繡工藝文化的保存者

簡易的刺繡用的是繡框，千韶老師教授的則是使用繡台，不僅繡法、技巧千變萬化，多元媒材的運用更與時俱進，深富創意。刺繡工藝博大精深，常見的技法約20種

左右，輪廓繡、緞面繡、結粒繡、長短針繡、盤金繡、釘線繡…，學會並

熟練至少5、6種針

法，就能綜合運用在作品上面，展現個人的創意。千韶老師邊示範邊介紹幾種基本繡法：輪廓繡屬回針針法，平行而不重疊的一針套一針依次進行，是基本繡法中最重要的一種針法，常用於葉脈和紋樣輪廓的勾勒。緞面繡又分為直平針、斜平針、橫平針等針法，繡紋光滑立體、閃亮動人，十分討喜。

又如結粒繡，技法非常特別，也是千韶老師最喜歡的針法之一，除了

結粒要均勻、方向要一致、邊線要整齊，每一顆結粒之間的距離還要抓得精準，挑戰性很高，每一針都是硬底子、真功夫。繡好的結粒顆顆飽滿、大小一致，就像珍珠般閃耀奪目，非常可愛。盤金繡則以金、銀線，運用釘線針法在塊面花紋、圖案上不露地



▲各色各式線材是劉千韶創作的源泉

的盤滿，呈現金碧輝煌的華麗感，在華人社會，金色是尊貴、財富的象徵，金色蠶絲線層次多元，美得令人目不暇給。

線材的開發同樣讓人眼睛一亮，譬如取自傳統底片的膠捲，因為很容易斷，繡起來難度很高。又如螺鈿，經過特殊處理，色澤優美，但價格高昂，令人咋舌。

工藝之最，刺繡的極致美學

近距離觀賞千韶老師的繡品，針法細膩、風格創新，整體配色清新典雅，值得一再的細細的品味。以下是老師在不同時期的代表繡品，題材多

· 天上人間 (民國89年)

材料包含金線、銀線、金箔紙、法國金屬發條及新媒材礦物染料絲線…，運用盤金繡、長短針疏密繡、網繡、菅繡等繡法，技法創新、繁複，卻不落俗套，龍身下的雲朵則是加入金箔紙以菅繡針法繡製，神龍擺尾，氣勢磅礴。此繡品是千詔老師最鍾愛的作品之一，目前典藏於台中市纖維工藝博物館。

· 蛻變 (民國75年)

跳脫傳統的佳作。運用金線、銀線、蠶絲線、緞染金線、手捻裝飾線等線材，結合釘線繡、結粒繡、不規則網繡、人字亂組繡等多種技法，葉片重疊錯落、葉脈清晰可見，自然通透的層次感，視覺效果滿點，令人耳目一新。



▲ 《天上人間》



▲ 《蛻變》

· 富貴福至 (民國108年)

這是一幅讓人捨不得移開目光的夢幻逸品。花瓣的線材非常特殊，有鑽石、發條、自己捻的裝飾用線…，以菅繡、十字亂組繡等技法織繡而



▲ 《富貴福至》

成。蝴蝶翅膀的材料則包含螺鈿等在內。不同的針法技法呈現出不同的風格與視覺感受，出塵脫俗的牡丹，雅致與貴氣並重，美得無與倫比。

▼ 《虞美人》



▼ 《鳳凰嬉春》



· 虞美人（民國97年）

運用結粒繡疏密技法完成的繡品。每一顆結粒大小一樣、間隔一致，功力不在話下。此繡品為《花絮饗宴》系列作品之一，此系列目前典藏於國立傳統藝術中心。

· 鳳凰嬉春（民國92年）

主要使用長短針疏密針法繡製而成。牡丹花的帝王紫則來自古螺提煉的染料，其漸層的色澤，令人驚艷。

耕耘刺繡領域近50年，千韶老師投注的心血、時間和金錢難以衡量。以成本為例，線材普遍都非常昂貴，她卻往往不計成本，賠本似的提供給學生使用，如此善良耿直的個性只有一個目的，「好東西誠願與有緣之學員分享，而不是以收益為目標」，她表示，傳承的腳步不會停下，「期許將刺繡發展為一項精緻工藝，繡品成為美化環境、涵養人生且無可取代的生活藝術，是我最大的期盼和心願。」

御花見懷石

期間限定之春日盛典

送走嚴冬，大地在春雨澆灌下——甦醒，飲食也從較厚重的口味，轉而清淡與爽口。本期日料單元由料理長親自設計經典菜單，結合頂級進口食材與在地精選時蔬、漁獲，精采的春夏盛宴，季節限定，美味無與倫比。



章魚櫻花柔煮

「櫻煮」是一種燉煮方式，此料理做法是加入生紅豆與章魚同煮，紅豆裡的特殊酵素能加快章魚煮軟變嫩的速度，呈現如櫻花般微紅的美麗色澤。煮好的章魚很入味，鹹度剛好、軟硬適中，還帶點海味及紅豆香，單吃很棒，沾點菠菜味噌風味更勝。白色切塊的是日本特有的春季食材「獨活」，外形像牛蒡，口感類似白蘿蔔般清甜有味，非常特別。

磯煮鮑魚

「磯煮」是日本料理中「帶殼煮」的海鮮煮法，可避免肉質太軟縮，以保持鮮度。做法是加入柴魚醬油及昆布慢火文煮，滷過的鮑魚鮮嫩彈牙，味道偏淡卻不失風味。搭配白味噌豆腐醬，層次豐富，口感升級。產自日本的油菜花帶點春天蔬菜特有的苦味，口感和味道都近似台灣的芥菜，這種苦中帶甘的苦味並不真的苦，反而有一種清爽感，很對我的味，再拌入胡麻醬，油菜花軟中帶脆，胡麻醬香氣十足，非常好吃。日本蠶豆先用糖蜜過，小小一顆，鬆鬆軟軟，咀嚼時滿口都是甜甜的香味。百合根雕成櫻花葉造型，邊緣再以梅肉醬上色，手法細膩，像藝術品般引人入勝。



海老芋京味噌

來自京都的海老芋，海老是蝦的日文，因此又稱蝦芋，起源於芋頭外皮就像蝦殼的紋路而得名。烹調方式是芋頭先油炸處理，湯則以百合根泥混入白味噌同

煮而成。炸過的芋頭多了份鹹香氣，口感綿密，湯頭濃郁，是風味迷人的一道前湯。

海膽鮭魚卵太捲

以北海道七星米做成的壽司飯，內餡有炸明蝦、烤鰻魚、煎蛋、香菇…各色



食材，來自日本有名的海苔以內外雙層包裹著壽司米和豐盛的餡料，捲成大大的太捲，上頭鋪了滿滿的海膽和鮭魚卵，再撒上金箔銀箔和紫蘇花，堪稱史詩級的超奢華壽司捲，光視覺感受就極具衝擊，品嚐之後味蕾的體驗更感震撼，鮮甜、軟嫩、鹹香、脆口…不同層次的味覺享受，搭配色彩紛呈的視覺效果，彷彿將金銀財寶吃下肚一樣，過癮又滿足。

白蘆筍明蝦黑松露

法國頂級食材白蘆筍搭配澎湖野生明蝦佐松露醬和法式白醬。白蘆筍量少價昂，非常珍貴，其天然的清甜風味確實擄獲人心。野生明蝦個頭很大，稍微煎炒到九分熟的程度，肉質飽滿又紮實，配上松露醬，黑松露釋放出的香氣混合鮮甜的蝦肉風味，好吃得讓人忍不住



拍案。白蘆筍和明蝦固然是主菜，雙醬卻是不可或缺的靈魂配角，分開沾或混搭都好吃，個人偏好白蘆筍沾白醬、明蝦沾黑松露醬，美味之至，吃得我吮指留香。

紅喉烏魚子

紅喉烤到表皮有點脆，但魚肉仍保有最完美的熟度。來自屏東東港的野生烏魚子，先烤過、刨絲再手工切碎後鋪在魚肉上，吃起來有顆粒感。紅喉不愧是魚中極品，肉質鮮美、口感細緻，搭配烏魚子鬆一起享用，撲鼻的香味，美妙不可言喻。



餐畢再以甜點艾草紅豆麻糬收口，微苦的艾草中中和了紅豆的甜味，為完美的春日饗宴畫下句點。

忠孝街105巷

忠孝街79巷

三民路

源豐路

仁愛街23巷

信義街1

仁愛街5巷

仁愛街

中正路212

中正路

富春街

中正路211巷

富春街73巷

豐原第一公有零售市場

素味魔麵

丸仔城

劉家油條店

府前街162巷

府前街110巷

中山路

西安街

南陽路

南陽路

中山路

市前街

中興路16286巷

府前街137巷

民生街

府前街93巷

府前街

府前街

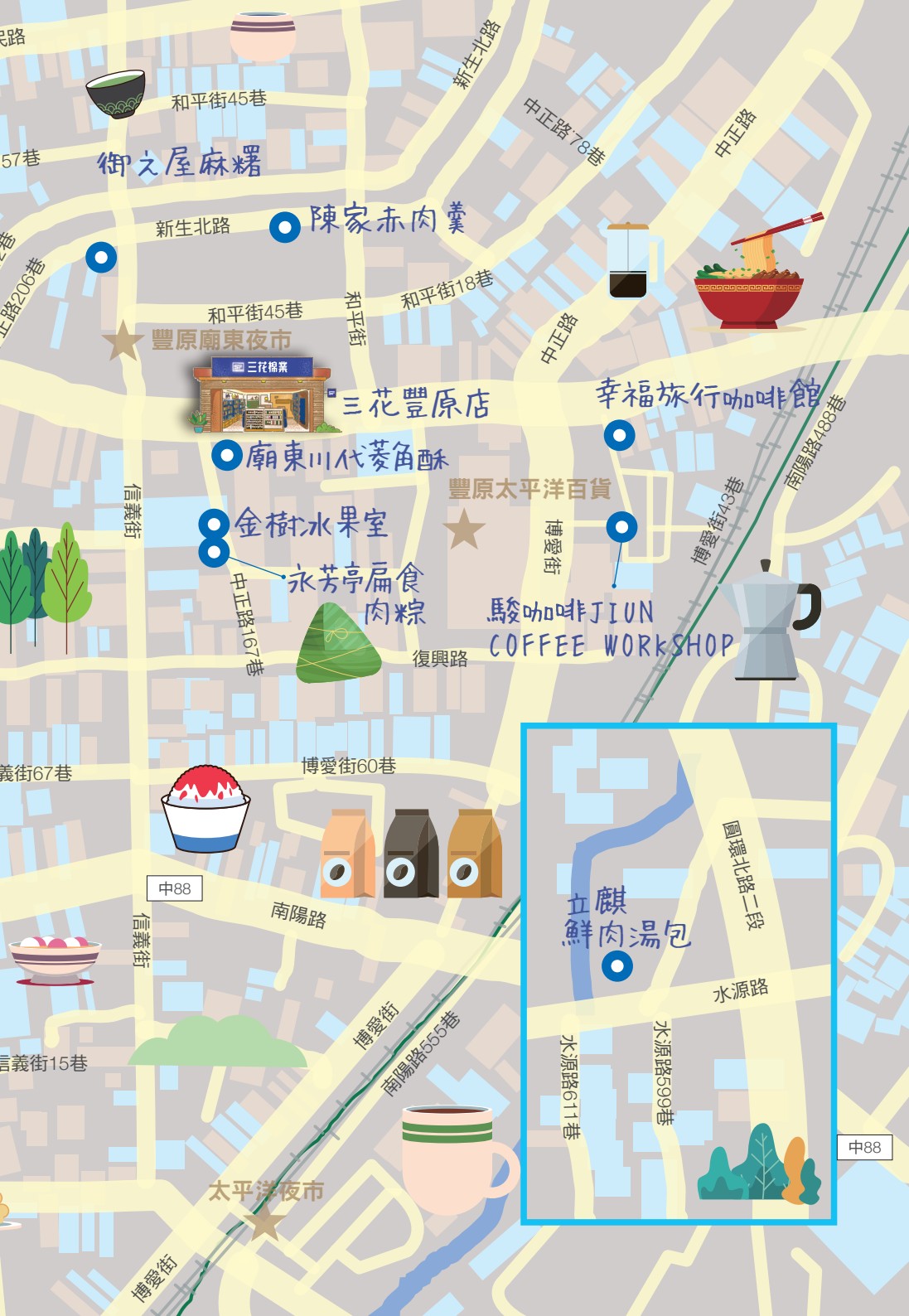
興安街

中興路

中興路



蔥油餅發財車



御文屋麻糬

和平街45巷

陳家赤肉羹

新生北路

和平街45巷

豐原廟東夜市

三花豐原店

廟東川代菱角酥

金樹水果室

永芳亭扁食
肉粽

豐原太平洋百貨

幸福旅行咖啡館

駿咖啡JIUN
COFFEE WORKSHOP



博愛街60巷

中88

南陽路



立麒
鮮肉湯包

水源路



信義街

博愛街
南陽路555巷

水源路611巷

水源路599巷



太平洋夜市



中88

Tracy帶路，美味不藏私



Tracy小檔案

美食部落客，第三屆500盤評審，熱愛美食和旅遊。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以三花生活館為中心，發掘腳程15分鐘內的袖珍美饌，好奇嗎？隨著Tracy的腳步來一一尋訪台灣各地的美食。

 TRACYLOVEFOOD



劉家油條店

地 台中市豐原區府前街162巷21號2樓255號攤

從來不知道豐原市場那麼大，而且二樓竟然有五間的油條批發店，今天要介紹的這間油條店已經第三代，營業了71年。油條是台灣人傳統的早餐，有很多的吃法，可以配豆漿、鹹粥、杏仁茶，也可以包在飯糰裡。每天手工揉製麵糰，現炸。這裡就只賣油條一個品項，除了現炸的還有老油條，一條條金黃色油亮油亮的油條，排隊躺一排，看起來好療癒，拿到手還是燙口的，忍不住咬了一口，外酥內軟，超級香，薄又脆。還可以聽到卡滋卡滋的聲音。有來豐原一定要來嚐嚐這接地氣的傳統小吃。



A 炸到金黃色的療癒油條



駿咖啡

地 台中市豐原區博愛街17巷8號

位於豐原sogo百貨旁的咖啡一條街，就在轉角，除了有自家烘培的厲害咖啡豆，還有賣各式吐司麵包，每到出爐時間就會有客人前來購買。二樓的用餐環境有點老宅工業風，又有植物系網美風，選一個自己喜歡的角落坐下來，不喝咖啡的可以選抹茶拿鐵，上面還有拉花，是一隻可愛俏皮的貓咪，也可以在一樓點喜歡的麵包，會有人送上來。吐司鬆軟有彈性，口味眾多，店家強調是嚴選日本百年製粉廠的鳥越製粉，100%無添加物，延展性好，難怪做出來的麵包彈性佳，像是搭配頂級法國藍斯可奶油製成的鹽可頌，就算買回家當第二天的早餐，回烤一下，就像剛出爐的一樣澎潤有彈性，下次還想試試他們的蛋糕呢。



A 人氣商品招牌鹽可頌

B 抹茶拿鐵可愛的貓咪拉花



A



B



金樹冰果室

地 台中市豐原區中正路167巷2-13號

這間冰果室創立至今超過80個年頭，所以來廟東一定要來嚐嚐這懷舊的好滋味。鳳梨冰加杏仁露是招牌，鳳梨冰吃得到蜜鳳梨，這蜜鳳梨選用台灣土鳳梨和紅糖熬煮8小時，加上果凍般Q彈咕溜的杏仁露，夏天來上一碗，消暑又解膩。除了各式冰品，還有賣肉圓和涼圓，涼圓又稱涼肉圓，中部特色小吃，內餡包的是扎實的後腿肉，外皮軟Q，跟一般炸肉圓不一樣，蒸過即可以享用，而且要吃涼的，配上爽口的醃黃瓜和獨門醬汁，涼圓加鳳梨杏仁冰可是豐原人的標配，值得一試。



C

- A 炸肉圓外皮Q軟
- B 中部特色小吃 涼圓
- C 招牌鳳梨冰加杏仁露



A



A 令人驚豔的肉粽
B 獨門配方四神湯



B



永芳亭扁食 肉粽

地 台中市豐原區中正路167巷2之12號

這間的肉粽，看起來白白的，看似平凡無奇，但吃起來可是不尋常的美味，內餡只有肉燥，帶點胡椒味和油蔥酥，糯米不會太軟也不會太硬，粽葉的香氣彷彿都融在肉粽裡，淋上的滷汁很加分，加了辣椒醬更有層次。它家的

四神湯，有別於一般白色，而是呈現黑色的。據說是因為孕婦不能吃薏仁，於是店家改用當歸、川芎、熟地、桂枝，變成了特有的四神湯。扁食屬於扎實彈牙口感，不管是湯的或乾的都很好吃，也是一間近80年的老店。

素味魔麵

地 台中市豐原區府前街110巷18號

這間是計程車司機推薦，我們一群葷食者，半信半疑的走進去，生意很好，還稍微等了一下。小菜選擇多樣化，最多人點的是豆干絲和黃瓜。麻醬麵很推，麵條是傳統的白扁麵，軟硬度拿捏的剛好，麻將香氣逼人，吸附在麵條上，整個口腔充滿了芝麻香氣，加上素肉燥和青菜，其實跟我們一般吃的麻醬麵也不會差太多，完

全不覺得自己在吃素，配上一碗清爽的綜合湯和餛飩湯都是很好的選擇，餛飩湯的湯頭加了冬菜和芹菜，餛飩裡的素肉扎實，不喜歡重口味的朋友，乾麵也很推薦。近年來吃素的人大為增加，其實我覺得一個月吃個幾次素食，對身體蠻健康的，重點是好吃的，不妨來試試。



A

A 麻醬均勻裹覆在麵條上





A



B



A 比福州丸大上兩倍的招牌肉丸湯

B 小封乾底部有白菜

丸仔斌

地 台中市豐原區府前街162巷21號2樓20、21號攤

一樣位在豐原市場二樓劉家油條隔壁，這間百年老店，很多人買了油條來這裡配他的祖傳肉丸湯，用魚漿包後腿的肉餡，比一般的福州丸還要大上2倍，口感彈牙。不管你點的是米粉或麵，上頭都會淋上香噴噴的古早味肉燥，小菜我推薦白切肉，將三層肉切得

薄薄的，沾店家特製的醬，聽說有些網友也會用油條來沾這個醬。還有小封乾的也很推，有點像東坡肉但沒那麼肥，底部還有醬油滷的白菜，鹹香入味。聽說鳳梨豬肺也是招牌，敢吃內臟的人可以嘗試看看。

幸福旅行咖啡店

地 台中市豐原區向陽路6巷7號

在豐原太平洋百貨附近的巷子裡，有一條咖啡街，有非常多間具特色的文青咖啡店，這間取名幸福旅行咖啡店，想必老闆娘應該是個很熱愛旅行之人，二樓的書架上擺了很多旅遊書籍，店裡還有個可愛的小活動，你只要在任何一個地方旅行，寄張明信片到幸福旅行咖啡店，即可兌換一杯咖啡。推薦海鹽太妃布蕾拿鐵，這裡除了咖啡，我很喜歡他的鐵鍋荷蘭鬆餅，外圈烤的微酥蓬鬆，中間口感介於薄餅和舒芙蕾，濕潤輕盈，鑄鐵鍋裝盤除了很有味道之外，蓄熱佳，蛋香撲鼻而來。肚子餓的話還有鹹點，可以點雪花煎餃，如果有吃辣的人可以選韓式辣醬口味。坐在這老宅改造的Café，牆面漆成藍色，感覺徜徉在大海裡，格外的放鬆愜意。



A



B



C



D

- A 鐵鍋荷蘭鬆餅必點
- B 來自世界各地的明信片
- C 海鹽太妃布蕾拿鐵
- D 雪花煎餃

立麒鮮肉湯包

地 台中市豐原區水源路590號

號稱是豐原的鼎泰豐，吃飯時間總是人滿為患，但是太晚來小菜又剩沒幾樣，所以來的時間需要拿捏一下。小菜我最愛九層塔涼拌茄子，入味軟爛，顏色仍保持鮮豔。湯包現點現包現蒸，皮不會太厚，屬於Q彈型，裡面的青蔥和豬肉餡湯汁融為一體鮮甜多汁，

湯汁飽滿小心爆漿，湯汁有別於一般的小籠湯包，是屬於清淡不油膩型的，一共有三種口味的湯包，鮮肉、泡菜和松露。當天點了鮮肉和松露都不錯，硬要選的話，我個人更喜歡鮮肉口味的，不用沾醬就很好吃，牆上還有小英總統來訪的照片呢。



A



B

A 爆汁湯包現點現做 B 小菜琳瑯滿目



廟東川代菱角酥

地 台中市豐原區中正路167巷1號

這間菱角酥無論是平日或周末，永遠都是滿滿的排隊人潮，從我小時候有印象以來，每次來豐原，就一定會買上一包，是廟東的指標之一。炸得金黃酥脆的菱角酥一口咬下，裡面的塊狀菱角散發淡淡香氣和微甜的酥脆麵衣，簡直是黃金比例，讓人不禁一口接一口，很唸嘴，記得到廟東，第一站先來這抽號碼牌，再去吃別的小吃，就在廟東夜市的入口處，非常顯眼，但拿了號碼牌後也不要走太遠，因為過號十個，就得重新拿號碼牌。千萬不要錯過了這豐原特有的小零嘴。



A



B



A 赤肉羹吃得到紮實的肉塊

B 滷肉飯肥瘦比例剛好



A



A 豐原指標性美食，必吃

陳家赤肉羹

地 台中市豐原區新生北路74號

這間我在學生時代就吃過，他家的赤肉羹，每一口都吃得到扎實的肉塊，一整條的後腿肉裹上些許的粉漿，薄芡湯頭有滿滿的竹筍絲，赤肉份量給的誠意十足，記得可以加一點烏醋提味，還有必點的是草菇排骨湯，這個品項比其他地方較少看到，排骨酥入味軟爛，很特別的是帶了一點咖哩的香氣，湯頭有濃厚的胡椒味和白蘿蔔的甜，撒上香菜真是絕配。滷肉飯肥瘦比例拿捏的很好，不喜歡太油膩感的滷肉飯，這個很適合。

蔥油餅發財車

地 台中市豐原區豐西街165-151號

豐原在地人推薦的蔥油餅，每天下午一開張，就有排隊的人潮。現擀現炸，半煎炸到金黃色起鍋，皮脆且越嚼越香帶點Q勁，吃得到麵香蔥香和胡椒香，主要的調味胡椒粉很有畫龍點睛的效果。也可以加蛋，加蛋的中間會比較濕潤，份量十足所以可以留一些加辣椒醬，簡單的美味，當午後點心很推薦。



A 越嚼越香的蔥油餅



A



B 花生小麻糬
B 特色鹹肉口味

御之屋麻糬

地 台中市豐原區信義街141號

這家麻糬早期是用小發財車在廟東裡，賣到後來有了店面。大麻糬一共有四種口味，花生、芝麻、紅豆和鹹肉。但還有一個是限定的花生小麻糬，小麻糬有兩種，有不包餡純沾花生粉的，而迷你的花生餡小麻糬是人氣商品。麻糬Q而不黏牙，鹹肉口味是比較獨特，包的是滷肉，鹹甜鹹甜。而花生口味可以吃到一點細碎顆粒和花生粉混合。餡料給的很大方，芝麻的內餡滿滿，連外層也裹滿芝麻，而紅豆外層是裹黃豆粉，紅豆餡綿密甜度適中，如果想要吃花生小麻糬，只有平日限定喔，記得先打電話預訂。

堅持、誠信、感恩

創辦人的生命歷程與文化傳承



▲三花文化館盃導覽競賽，高中學生臨場實境導覽，展現高度自信

「富有不在於財富多寡，在於使用所有，成就他人幸福」。三花棉業創辦人施純鑑先生在70歲那年成立財團法人三花棉業公益教育基金會，積極投入教育、文化、體育、公益慈善等領域，以提倡文化教育活動、關懷社會弱勢、增進社會祥和風氣與全民福祉為目標而努力。

創辦人自幼因家貧而無緣享有完整的學校教育，「學歷」，是他最大

的遺憾之一。因此，三花基金會成立近二十年以來，「教育」始終是他著力最深的一環，從設立三花菁英種子學堂、高中生急難獎助學金、三花技職人才培育計畫、偏遠地區陪讀班贈車、高爾夫獵鷹好手培訓計畫到各類大小專案…，在在體現基金會對學生族群的充分關懷，尤其在這十多年間，施創辦人走訪多所大專院校，舉辦多場演講，與年輕學子親切互動、

分享精采的人生故事，留下許多珍貴的畫面與動人的歷史足跡。

希望和勇氣

2023年，籌備三年多的三花文化館正式開放，創辦人將蓄積五十多年的創業心法與品牌精神無私公開，期盼透過自身經驗，做為後輩自我砥礪與前進的動力。創辦人的千金，也是三花基金會執行長施貞菲於受訪時表示，「父親有個習慣，會收集從小到大每個階段具特殊意義的小物件，幾十年來，他經常與這些物品對話，讓他擁有希望與勇氣，也幫助他繼續堅持下去。因此成立三花文化館作為陳列物品的場館，同時將這些寶貴的精神傳承

下去，他想讓更多年輕人知道，在人生道路上，『希望』與『勇氣』是多麼難得的特質和寶藏。」

文化館坐落於三花總部大樓的第13-15樓，以創辦人34歲成立工廠為

分水嶺，13樓陳列的是創辦人34歲後自行創業的企業心法、經營理念，各時期的代表性產品與機具介紹，以及公司歷經起飛、轉型、蛻變…階段的過程。14樓則是創辦人34歲前的人生縮影，從7歲開始日日晨起為母親熬製湯藥、8歲賣冰棒、11歲批貨擺地攤、15歲騎腳踏車賣襪子、22歲騎摩托車送貨，將營業範圍拓展得更深也更遠。34歲成立工廠，是另一嚴峻的考驗，他面臨股東拆夥、師傅



▲台灣文創發展基金會葉益青副執行長為複賽學生演示導覽技巧

出走等危機，歷經三年以廠為家的刻苦歲月，不僅重新訂定工作制度、調整經營方針，亦大幅提升員工福利、改善工作環境，成效立竿見影，更明顯反映在營運績效上。民國70年代，引進



▲ 施純鎰創辦人早年創業時期收藏，訴說著年代紀事

▶ 施純鎰創辦人童年時期為母親熬藥的煎藥壺

日本技術與機器，生產全棉襪，在當時全為尼龍襪市場的年代，是業界的創舉，也是企業家高瞻遠矚的展現。80年代，他將營業品項擴展至衣褲類，帶領三花棉業進入輝煌的黃金時期。15樓則規劃為創辦人的貴賓接待空間，陳列與至親好友的合影、受贈單位的感謝狀及個人收藏的藝術品。

「三花棉業文化館」不僅見證三花棉業自創立以來的歷史進程，更是人們緬懷創辦人精彩一生的文化殿堂。自開放以來，已有多所學校及私人單位預約參訪，為了傳承創辦人的生平哲學與企業精神，2024年第一屆三花文化館盃導覽競賽正式展開。來自全國各校共27位高中職學生，經初選階段後進入決賽的選手共14位，

最終由新北市立光復高級中學、國立蘇澳高級海事水產職業學校及國立高雄餐旅大學附屬餐旅高級中學等三校學生脫穎而出，獲得特優獎項，除個人可獲8,800元獎學金，更為學校爭取到100,000元獎學



金供校方運用。

青春的視角

參賽的同學們落落大方、言之有物，青澀、靦腆的外表下，展現出來的卻是成熟的觀點與細膩的觀察力和同理心。如此出色的表現，令評審老師與觀賽者皆深受感動。來自光復高中的張詠婷表示，「越深入施純鎰先生的故事，越覺得他是一個偉大的



▲蘇澳海事劉芯妤同學認為創辦人靠著堅持和努力獲得最終成功

人。因為一路以來他不曾因吃苦、受挫而氣餒，也不會因此就不去做自己想做的事，身邊也有不離不棄的人，這樣幸運又努力的人是不多得的」。代表蘇澳海事水產職校出賽的劉芯妤則透過展場牆面的大幅老照片觀察到，在台灣早期，鞋襪屬於富裕階層的配備，一般人多半只打赤腳，這個發現為創辦人埋下做生意的種子。她說，「原來，靠著堅持與努力，不用依賴多高的學歷或家庭的財力，也能像創辦人一樣這麼成功」。振聲高中的黃翊嘉認為，她由創辦人身上學習到的就是「認真負責、堅持到底」的精神。一進入導覽，她從創辦人的煎藥壺開始介紹，「一個7歲的

小孩已經會開始照顧人了」，她說，語氣充滿疼惜。她覺得創辦人會將煎藥壺保留至今，除了對母親的思念，也是為了提醒自己，莫忘當年生活的困苦。如此深刻的觀察與表達，令人動容。值得一提的是，有多位學生不約而同皆提到「煎藥壺」，除了上述的黃翊嘉，來



▲耕莘專校盧依雯同學以創辦人為典範，總結要孝敬父母克盡孝道

自耕莘專校的盧依雯更由此連結至孝道，反思自己應更孝順父母才對。言語誠懇、發自內心，讓聽者都忍不住紅了眼眶。

此外，融入文創巧思，將導覽功能發揮最大效益的行銷手法，以及結合自身歌唱專長，將台語歌《腳踏車》改編歌詞向創辦人致敬的另類導覽方式…，都讓評審十分驚豔。誠如施貞菲執行長所言：14位同學個個發揮創意與組織能力，表現優異，讓人非常感動。施執行長更希望藉由此次導覽競賽，能幫助同學找到人生目標，立定志向，勇往直前，無所畏懼！



▲高餐大附中邱佳恩同學創意改編腳踏車歌曲，描繪創辦人的打拚人生

屏東市歸來國小

汗水的澆灌，榮譽的搖籃



▲歸來國小巍峨的校舍，是社區的文化指標

「立正！敬禮！」一位男孩喊完口令，全體空手道受訪學生很有禮貌的向我們鞠躬，說道：「謝謝來賓！」

這裡是歸來國小，位於屏東市東南部，光聽校名就帶來濃郁的情感和鄉愁的呼喚。走進校園，行經「BOOK思議共讀站」，入口布置了雞蛋花的意象，國瑜組長告訴我們，這種外白內鮮黃、散發幽香的花卉，是當地重要的景觀植物。社區的慈天宮廟前廣場，有一棵已有300多年歷史的高大雞蛋花樹，堪稱台灣少見；

而歸來國小校內也種植了雞蛋花，成為學校的象徵之一，彷彿靜靜守護著這片孕育夢想的土地。

口碑，是長期堅持鑄造出來的

在這充滿閱讀與自然氣息的校園中，歸來國小空手道社以優質的訓練環境和傑出成績聞名。空手道社成立至今已11年，每週一至週六晚上七點至八點半，除農曆過年或停班停課外，全年無休。學生放學後回家用餐，隨後來到學校投入訓練，有些家長也會陪同觀摩。這



▲學校共讀站入口，以在地特色雞蛋花布置



▲學生們於校慶運動會上表演，英姿颯爽

裡的訓練場地堪稱屏東數一數二，設備完善，目前共有18位學生參與。

「為什麼想參加空手道社呢？」
三年級的建昇咧嘴笑說：
「我喜歡啊！爸媽也覺得學空手道很好。」他接著解釋，每天放學後，他會先在學校把功課寫完，回家吃過晚餐後，爸媽覺得「反正閒著沒事做，不如去練空手道，還能讓身體更強壯！」

另一位女孩玫瑜則表示，因為六年級的哥哥是空手道金牌選手，耳濡目染下，「我自己對空手道也有濃厚興趣，」她說：「學會了還能防身！」



▶訪談結束後，小朋友列隊向來賓敬禮，超有禮貌



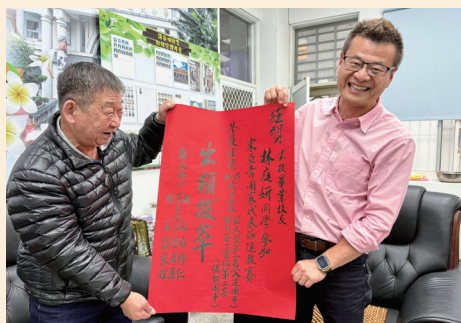
▲空手道社成軍11年，戰功彪炳



▲參加中正盃空手道比賽



▲練習場地在地下室，入口就見到冠軍獎盃一字排開



▲白校長（右）和吳教練（左）展開畢業校友捷報的紅榜

她口中的哥哥耀進也在訪問現場，曾於全國中正盃奪下金牌，而且還獲選為縣模範生，允文允武。

這些孩子大多從一年級，甚至幼兒園大班就開始學習空手道，至今已堅持數年。「教練雖然兇，但我們還是很喜歡！」他們對每天的訓練期待不已，尤其是能上場比賽、接受挑戰的時刻，更是點燃他們的熱情。談到比賽，孩子們坦言難免會緊張。「上台前心裡會怦怦跳！」耀進說：「不過只要一開始比賽，那些緊張就不見

了，一心只想著怎麼打好！」

榮譽，是無數汗水淬煉出來的

教練吳國華擁有超過50年的空手道經驗，每次課程皆由兩位教練共同指導，確保教學品質。雖然鐘點費僅支付給一位教練，但他們無私奉獻，陪伴孩子成長。教練強調，參與空手道需要毅力、體力與興趣。許多家長表示，與其讓孩子晚上沉迷於3C產品或遊戲，練空手道更有意義，既能鍛鍊身體，又能培養專注力與紀律。

經營至今，歸來空手道社培育出許多優秀人才。畢業生升上中正國中後，可繼續加入校隊，延續空手道之路，畢業的學長姐也會回校與學弟妹切磋對戰，傳承經驗。今年一位畢業校友榮獲東亞青國家代表隊選拔賽U15第一名，入選國手，白博仁校長和教練攤開紅榜，開心的以校友為榮；之前也有學長姐在全國中等學校運動會勇奪金牌與銀牌，難能可貴。這些榮譽的背後，都是孩子們日復一日的揮灑汗水得來的。

練習的場地在地下室，一走進入口，就被一字排開、閃爍金光的冠軍獎盃給震懾；再往裡走，每面牆都貼滿了獎狀、獲獎照片及各式獎盃。「還有更多，已經擺不下了。」教練說。

夢想之路，你我同行

三花基金會自105學年度起，每年贊助空手道社部分經費，由於學生免費參加空手道社，加上全年度訓練時間長，每年還有約五到六次對外比賽，運營成本不低。為此，學校積極透過各種管道爭取經費，仍感拮据，期盼能獲得更多贊助，讓優質的運動團隊持續發展。

歸來國小空手道社團用11年的堅持，鑄就了今日的優良口碑。學校、教練、家長和這些年輕選手的努力，讓這片校園成為孕育夢想與榮譽的搖籃。



▲學生平時上課情形

在國境之南， 散播三鐵運動種子

恆春除了被湛藍的海水包圍，半島更包含了美麗的山景公路，如果可以讓孩子意識到自己所在的環境如此迷人，那會是一件多麼美妙的事情！由三花基金會支持的「三花行動種子學堂」，選擇了《出發吧！小鐵人》繪本，不僅贈書給學校，還走進校園，透過生動的講座，加上動態的體驗，實際帶著孩子們感受鐵人三項的魅力。

一本繪本，開啟鐵人之旅

《出發吧！小鐵人》是一本專為孩子打造、認識鐵人三項運動的繪

本，除了了解這項運動的起源，也透過理解運動的困難，喚起大家重視「事前準備」的觀念。在這一系列的恆春巡迴分享當中，更因為恆春墾丁本身就是知名的鐵人三項賽道，孩子們特別能感受到這些挑戰就在自己身旁發生！

閱讀與運動的奇妙碰撞 由內而外的完整體驗

行動種子學堂在恆春的分析，先由鐵人作家許元耕擔任講座，搭配影像介紹這項運動的力與美，再透過實際的鐵人三項裝備摸索、了解，繼而設計趣味競賽，讓學生們實際體驗鐵人三項轉換區的歷程，學生無不興致高昂、積極投入！

大約三週的期間，「三花行動種子學堂」前進了牡丹鄉石門國小，以及車城國小靠近海口的射寮分校、四重溪的溫泉分校，



▲溫泉校區在繪本體驗外，還增加單車騎乘教學



▲ 溫泉校區學生實際挑戰 20公里騎乘

還有前往恆春墾丁必經的車城國小校本部，所有年級的學生都參與此次行動學堂的體驗。

這段時間，石門國小為孩子舉辦了單車騎乘的挑戰，從牡丹鄉一路騎往墾丁進行在地探索；車城國小溫泉分校也在分享過程的幾週時間，學習單車騎乘技巧及練習，完成了車城、墾丁來回、超過50公里的單車騎乘挑戰。藉此機會，把從繪本閱讀到的內容重點，實際身體力行，雖然只針對三項中的腳踏車騎乘挑戰，但也讓不少孩子表示，想要趕快嘗試看看「真正的鐵人三項比賽」。

散播種子，萌芽小鐵人

此次恆春半島三花行動種子學堂



▲ 溫泉校區學生於牡丹水庫（10公里折返點）留下紀錄

的後續影響深遠，在系列分享結束之後，孩子們以志工身份參與了在墾丁舉辦的鐵人三項國際賽事，甚至恆春在地的夥伴也透過接力、小鐵人的方式，帶著孩子們前往屏東大鵬灣，完成真正的鐵人三項賽。相信這些種子都將在未來發芽，期待三花行動種子學堂持續走向台灣每一處，散播更多種子！

阿里山香林國小攝影社

呈現阿里山花季獨特之美

每年的阿里山花季是年度的觀光盛事，來自各地的遊客在阿里山國家森林遊樂區內，穿梭在不同的賞花景點，感受櫻花與其他植物的盛開風采，這不只是阿里山的大事，更是香林國小結合攝影和融入在地生態環境的重要課程。

阿里山花季是每年的3月10日至4月10日，週三下午的攝影課程在整個花季期間，只會安排兩次的外拍實作，所以每次課程前的動線場勘非常重要，加上遊樂區內賞花的遊客眾多，景點之間的拍攝串聯必須要確實掌控，攝影課程不只要關注天氣變化，更要跟時間賽跑，才能充分發揮香林國小課程的主場優勢。

結合阿里山花季的攝影主題是香林國小攝影課不斷的嘗試與調整，因為每年盛開的花期無法預期，在指導學生拍攝時，都會強調每種櫻花在阿里山都有各自的特色，除了呈現櫻花



▲阿里山花季是每年阿里山最重要的活動，香林國小的攝影課程除了拍攝櫻花和融入環境，更重要的是學生會面對來自遊客的互動，攝影結合櫻花和主題環境的解說，是提升學童對在地生態環境的素養與認同。攝影 / 黃源明

之美，還要將櫻花和阿里山的環境結合，透過每位學童的攝影眼觀察力，盡力呈現「阿里山花季」的獨特之美。大部分的遊客都認為染井吉野櫻是花季的最佳主角，但是盛開的櫻花，賞花期限只有短短幾天，攝影課

●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！

程無法選擇最美的時間點外拍，透過學童的拍攝，我們努力呈現櫻花在不同的時間點在阿里山的自然之美。

此外，花季期間的櫻花火車、賞櫻步道、結合地景環境，甚至是賞花遊客的畫面，都是攝影課程的練習題材，每次的外拍實作都充滿挑戰，也是最棒的學習機會。

這是阿里山香林國小的攝影課程紀錄分享，鼓勵學生把握機會盡量的觀察與拍攝，與其錯過不再，不如盡情的享受當下，因為時間在變、環境在變，而我們也會把握每次在香林國小校園周邊的學習機會。



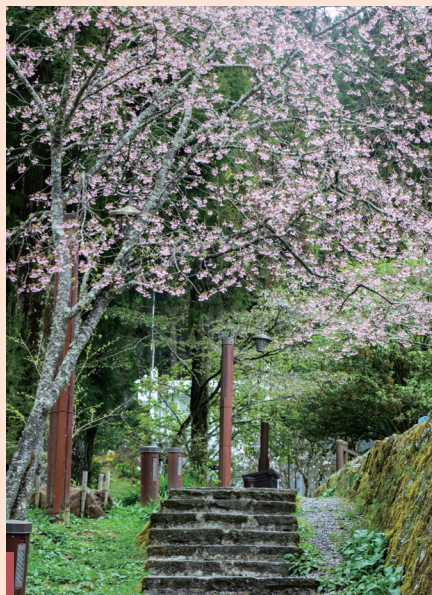
攝影 / 六甲 陳思妤

阿里山花季除了盛開的櫻花，仔細看還有各種山鳥（冠羽畫眉）穿梭在其中。



攝影 / 六甲 陳玘玥

當小火車緩緩駛過櫻花樹下，鐵道兩旁及列車上的遊客互動是最美的畫面。



攝影 / 六甲 鄭奕汎

櫻花結合阿里山的步道，不只可以賞花，還可徜徉在森林的芬多精意境。



攝影 / 五甲 吳芊霈

來到阿里山搭乘小火車賞花，應該是花季最令人期待又賞心悅目的畫面。



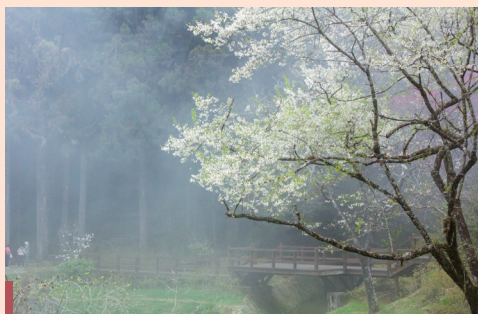
攝影 / 五甲 侯品彤

阿里山派出所的第一代染井吉野櫻，櫻花鐵塔已經變成拍照取景的地標。



攝影 / 四甲 許菀庭

粉紅色的櫻花是阿里山花季登場前的重要角色。



攝影 / 四甲 林易樂

當迷霧遇上櫻花和森林，這是阿里山花季的最佳寫照。



攝影 / 五甲 許芷翌

阿里山花季的櫻花火車呈現的不只是櫻花，更有濃濃的阿里山古老情懷。

■發行單位 台灣三花棉製業股份有限公司

■發行人 施養謙

■總編輯 施貞菲

■主編 林蔓禎

■企畫 蘇文娟

■設計 SUNZ

■特別感謝 三花日式料理

台中市劉千韶刺繡工作室

阿里山鄉香林國小攝影社

屏東市歸來國小

屏東縣石門國小

屏東縣車城國小

新北市三重區新北大道二段88號

■電話 (02) 2995-8555

■發售日期 2025年9月

三花誌

Sun Flower 2025 June/VOL.17



水岸花都

豐原是台中市山線地區經貿、文化等發展中心，境內的葫蘆墩公園更是展現該區自然資源的重要場域，擁有豐富多元的生態環境與風格獨具的景觀設計，尤其風光旖旎的水岸景致，媲美歐洲河岸美景，優遊其中，讓人心曠神怡。

三花誌



文化導覽

「三花棉業文化館」以傳承創辦人的人生哲學與企業精神為依歸，2024年舉辦第一屆三花文化館盃學生導覽競賽，學生們以成熟的觀點、活潑創新的導覽方式，言詞懇切、感人肺腑，優異的表現，令人動容。

刺繡之最

國寶級刺繡大師劉千韶投入刺繡工藝近50年，其作品出神入化、絕美超群，一針一線幻化為極致之繡品，是她孕育半世紀的藝術結晶，也是她刺繡人生的最佳見證。