

我 們 的 海 洋 我 們 的 寶 藏

# 漁業推廣

FISHERIES EXTENSION

Vol. **454**  
2024  
JUL

## 鎖管資源管理 與飲食文化



農業部漁業署

漁民與指導員適用

# 平凡的美味 小卷米粉

文 X 圖 曾珮瑩

不像魚蝦貝類等必須去除殼或魚刺，小卷鮮甜、彈牙、易料理的特性，濃郁鮮美的湯頭搭配芹菜珠及白胡椒粉，就是一道人人喜歡的海味料理，即使不喜歡海鮮的人都能接受。

南部的小卷米粉多為透抽切段，北部的小卷米粉則是貨真價實的「小卷」；南部的米粉湯一般為粗短的大籐米粉，北部則常使用細米粉，

不管是哪種小卷米粉都有各自的擁護者。



## 編者的話

# 鎖管產業與文化

在夏夜的涼風中，夜釣鎖管和燈火漁業的鎖管棒受網，構成了一幅美麗的海上畫卷。鎖管，不僅是臺灣沿近海漁業的重要經濟資源，也是許多休閒海釣愛好者的常見漁獲。在本期的專題「月光下的鎖管圓舞曲」中，我們將帶您認識鎖管的種類、生態習性及其漁業利用概況。

隨著漁業管理觀念的轉變，從純粹的捕撈轉向資源保育，鎖管漁業也逐漸朝向永續發展。我國近年來積極輔導漁業轉型，從破壞性漁業退場到發展在地特色產業，並鼓勵青年回鄉發展文創產業。這些努力不僅為傳統漁業注入新的活力，也讓更多人有機會了解並珍惜我們的海洋資源。

讓我們一起在這個夏天，感受鎖管文化的獨特魅力，並共同守護這片美麗的海洋。



發行人 Publisher 張致盛

總編輯 Editor-in-Chief 繆自昌

編輯委員 Editorial Board 王正芳、林頂榮、周淑幸、陳汾蘭

陳建佑、陳文深、焦正清、薛博元

劉福昇、鄭又慈(依姓氏筆畫順序排列)

編輯顧問 Reviewer 沈士新、李明安

主編 Managing Editor 黃繼興

執行編輯 Executive Editor 王一新、蔡旻宏

發行所 Publication 農業部漁業署

Fisheries Agency, Ministry of Agriculture

地址 Address 80672 高雄市前鎮區漁港北一路1號

No.1, Yugang N. 1st Rd., Qianzhen Dist.,

Kaohsiung City 80672, Taiwan

10070 臺北市中正區和平西路二段100號6F

6F., No.100, Sec. 2, Heping W. Rd.,

Zhongzheng Dist., Taipei City 10070, Taiwan

電話 Telephone (02)2383-5678#5727 · 3393-8008#24

美術設計 Designed/Production 大山影像工作室

製版印刷 Printing Press 鴻嘉彩藝印刷股份有限公司

電話 Telephone (02)2200-3303

月刊電子檔網址: <http://www.fa.gov.tw>

路徑: 首頁 / 便民服務 / 下載服務 / 統計與出版品 /

出版品 / 漁業推廣月刊

■ 漁業署政風室電子信箱: [ethic@ms1.fa.gov.tw](mailto:ethic@ms1.fa.gov.tw)

■ 漁業署廉政服務電話: (02)2383-5650

■ 海洋委員會海巡署緊急救難服務專線: 118



PUBU 電子書平台



本刊物採用有機大豆油墨印刷  
與 FSC 永續林業認證紙張。



版權所有 圖文未經同意不得轉載 All Rights Reserved.



漁業推廣月刊



漁業署官網



漁業署官方粉絲團



問卷回饋

## 月光下的鎖管圓舞曲

為了捕撈鎖管為主的趨光性魚類，

漁民往往在下午或傍晚出港，

漁船上方掛著集魚燈、兩側伸出長長的張網竹竿，

是棒受漁網的特殊外觀，

也是北海岸特有的美景；

結合夏日鎖管季，

民眾可登娛樂漁業漁船體驗夜釣鎖管。

# CONTENTS

01 | 編者的話 | 鎖管產業與文化

專題 04 鎖管資源管理與飲食文化

10 夏日限定 sió-kńg-á – 鎖管季的轉型與重生

16 頭足類大家族 – 墨魚、烏賊、魷魚、鎖管、軟絲、章魚辨分明

18 五感體驗探索知識 – 鎖管食魚教育

20 鎖管 低脂高蛋白的健康食材

知識 22 探索臺灣西南海域之鎖管漁業

推廣 28 回家吃魚 澎湖漁青行銷鎖管

30 以柔克剛的女力哲學 – 「Fun 心鮮蝦」張書寧

活動 32 2024 鱸旅奇緣 親子食魚嘉年華 – 跟動物明星一起好好吃魚

36 海洋保育貢獻楷模獎 – 漁業資源保育推動成果獲肯定

38 最讚滋味「鮪」隨而來 – 多元料理把握季節限定推廣

39 響應 2024 世界海洋日 – 喚醒國人海洋新認知

40 外籍船員宰牲節慶祝大會

41 2024 台北國際夏季旅展 – 漁業署邀您漁樂輕旅 Trip 臺灣

專欄 42 正向發展的休閒漁業

46 請稱呼我小娟

50 好吃趁當季 小卷

52 漁人料理搶鮮嚐 – 船釣鎖管脆甜滋味

54 家政班廚房 – 炎夏輕料理

56 | 廣告 | 鎖管永續 應有所管

封面裡 | 海味試吃員 | 平凡的美味 – 小卷米粉

封底裡 | 旬魚 | 小暑 零嘴、佐餐 老少咸宜 – 鯪科 沙丁魚

封底 | 漁業小學堂 | 鎖管 – 小卷、中卷還有砲管

# 鎖管資源管理與飲食文化

文 | 賴品瑀 圖 | 游忠霖 (大山影像工作室)



鎖管一夜干。

漁船上方掛著集魚燈、左右兩側伸出長長的張網竹竿，是棒受漁網的特殊外觀，為了捕撈鎖管為主的趨光性魚類，漁民往往下午或傍晚出港，選定漁場後在海中拋下狀似風帆的「傘錨」，並把集魚燈放入水深1到1.5公尺處開燈集魚，再放網捕魚，這不但是北海岸特有的美景，更是美味所在。

網路上不時有圖文企圖解說頭足類家族如何分類，但眼花撩亂後，往往有人賭氣說「反正就都很好吃啦！」臺灣魚市場常見的「咪ㄟ」、「小卷」、「中卷」、「透抽」到「砲管」，體型從「咪ㄟ」的2到7公分到「砲管」長達40公分以上，一字排開其實都是「鎖管」，只是魚販為區分而取了暱稱，這些鎖管合力在臺灣沿近海漁業前十大重要經濟物種排行榜創下了第五名的高位，不過近年卻發生產量減少的警訊，年產量由1997年的28,402公噸衰退至2018年的2,517公噸，2018年生產量為1997年的8.86%。漁業署劃設禁漁期的措施已得到初步止血效果，但如何因應與調整臺灣沿近海鎖管漁業得以永續發展還有待探究。

包括產量最大的瑞芳漁港，以及基隆八斗子、澎湖等幾個鎖管重鎮都有感於近年鎖管產量下降。其中目前產量最高的瑞芳漁港，瑞芳區漁會總幹事黃志明指出，該港漁船近年產量從過往的每年3,000噸下修到1,000噸出頭，尤其今年到6月只捕得485公噸，且北海岸更發現有漁場逐步北移的現象，必須航行約3小時到北方三島周邊，連帶的娛樂漁業漁船也不太能推出帶遊客就近體驗夜釣鎖管、觀賞棒受網漁船捕撈作業等遊程。

## 鎖管資源調查與作業現況

長期調查北海岸鎖管生態狀況的臺灣海洋大學海洋科學與資源學院院長廖正信解說，鎖管的捕獲量下降可能是過往長期過度捕撈，整個大環境改變，造成海水溫度升高，就連性喜溫水的鎖管都覺得太熱而往北移動也是原因，且近年中國沿海棒受

網漁業興起也是因素，漁場重疊的福建棒受網漁船目前約有5、600艘，創下漁獲量約是北海岸漁船的5倍，另外還有浙江也有捕鎖管的棒受網漁船。

「一起守護鎖管媽媽產卵、鎖管實實長大！」北海岸各漁會在春秋季大力宣導，為維護鎖管資源永續，漁業署於2019年發布實施「鎖管棒受網漁業管理辦法」，規定鎖管棒受網漁船每年農曆2月及農曆10月禁止於北緯24度30分至26度之間海域捕撈鎖管。能航行較遠距離的20噸級以上鎖管棒受網漁船，則必須裝設並運作船舶自動識別系統(AIS)，將赴北緯46度以北海域作業者更要安裝船位回報器(VMS)，以供管理作業狀況。

此禁漁規範當時就是根據廖正信的調查成果展開規劃。回顧過往數十年統計，鎖管捕獲量的起伏約每十年為一週期，但近年卻是在1997年之後，



臺灣海洋大學海洋科學與資源學院院長廖正信率領團隊進行調查拖網漁船為主的西南部。

就沒有再出現過高峰，不過在 2019 年展開禁漁措施後，目前產量持平，暫無崩盤的趨勢。

而漁業署之所以從北海岸的棒受網開始管制起，原因是主要捕捉鎖管的三種漁法棒受網、拖網漁船與延繩釣中，以棒受網為最大宗，約有七成，且作業漁場以臺灣北部海域為主，其中八成集中在北海岸。因此從產量大、且從業漁船較固定的北海岸棒受網漁船開始，可行性最高，也最能收到效果，而下一步則會是拖網漁船為主的西南部，目前廖正信也正在率領團隊進行調查，希望能提供有效的科學證據，協助訂定有效的管理方式。



基隆區漁會總幹事陳文欽認為統計漁獲，漁會應該運用各地特性加強。

### 基隆區漁會總幹事陳文欽認為除了卸魚申報、觀察員記錄與過磅數據應該交叉比對，漁會還應該運用各地特性做更多。

廖正信指出，要調查西南部的鎖管生態狀況將比北海岸更具挑戰性，相較於北海岸的鎖管主要就是「劍尖槍鎖管」一種，西南沿岸則還有「中國槍鎖管」與「杜式鎖管」，三種鎖管都為數不少，要從其臂腕、觸腕吸盤的內角質環一一辨識種類，然後統計其頭體長、年齡等資訊。

而西南部的鎖管捕撈方式不只棒受網還有拖網及延繩釣，眾多多樣的漁船如何做好統計也是難題，例如澎湖雖然統計到漁獲量少了三成，但澎湖區漁會總幹事蔡月嬌也指出，由於澎湖很多的鎖管船都直接載到臺灣本島賣，再加上澎湖漁港多，很多漁船都進港後直接由魚販載走，其實產量很難估算。

#### 鎖管的特性與保育

而對於統計漁獲量，基隆區漁會總幹事陳文欽提出更積極的想法與作為，他認為除了卸魚申報、觀察員記錄與過磅數據應該交叉比對以提升正確度外，漁

會還應該運用各地特性加強，例如他就請漁會推廣科同仁主動找船、並請八斗子的加油站加入。「管理就是找辦法！」他認為透過正確的申報把實質的數字算出來，政府跟漁民說清楚實際狀況，然後一起面對困境一起找辦法才有意義。



棒受網漁船。



海上作業的棒受網漁船。



澎湖區漁會總幹事蔡月嬌表示，中國抽砂船過來澎湖海域抽砂，對於鎖管產卵的棲息地與資源可能產生潛在影響。

廖正信表示，除了調查較為困難外，未來西南部的管理策略也必然更考驗決策者的智慧。例如前述福建有五倍的棒受網漁船跟北海岸的漁船共用同一漁場，但目前兩地的禁漁期間不一致，必然發生「你禁我捕」讓保育效果打折扣的狀況，有待雙方打破僵局展開合作。而據蔡月嬌的觀察，澎湖漁船還更面臨近來兩岸關係緊張，過往在海峽中線公海地方捕撈，但近期中國海警船常在公海驅趕澎湖漁船的困境。

另外蔡月嬌也指出，中國抽砂船過來澎湖海域抽砂，對於鎖管產卵的棲息地與資源可能產生潛在影響。廖正信則指出，目前臺灣沿海的鎖管夏秋的產卵地區在澎湖海域，冬春則在西南淺灘約高雄外海附近，他更坦言雖然都說保護鎖管棲地很重要，但卻是難以進行人工復育。過往學界也曾嘗試是否可能比照更近海的軟絲幫牠們以人工架棚營造產房，但卻發現兩個困難，一是鎖管的習性白天下沉、晚上才上來，且隨時隨地都可



基隆區漁會啟動「食魚環島列車」上山下海到全臺各地推廣鎖管等在地水產。

能交配產卵，並不可能待在固定地點，但若將牠們養殖在人工空間，又會因頭足類大吃小同類相殘的天性而不可行，廖正信笑稱，這也是俗語以「目賊仔」稱無血無目屎、冷酷無情的人的原因。

雖然看來困境不少，但由於鎖管的分布、生殖成長等生物特性，很容易受海洋環境變動等因子影響，且在食物鏈中同時有被掠食者及掠食者雙重角色，族群消長在生態系中重要影響，也是沿近海域生態系中的重要樞紐角色，因此保育鎖管的意義不僅是漁獲問題而已。不過廖正信也指出，由於鎖管的生命週期短、世代交替快、資源量恢復及補充能力強，只要做出努力便能得到回應。生命週期短這個特性顯示未來的保育對策應該是設定禁漁期與保護棲地，而做總量管制的意義反而並不大。

**鎖管在沿近海域生態系中扮演重要樞紐角色，因此保育鎖管的意義不僅是漁獲問題而已。**

### 鎖管的多元飲食文化

鎖管年捕獲量不過數千公噸，卻衝進漁業前十大重要經濟物種排行榜，可見其經濟價值之高，其無骨方便食用且有鮮甜口感的特色讓其大受歡迎，更衍生出多元飲食文化又持續帶動其高經濟價值。

面對產量下降的困境，各地區漁會各顯神通幫鎖管增值，要讓漁民整體收入不受影響的同時，也讓消費者吃到更好的品質。例如基隆區漁會跑遍旅展、希望廣場市集等活動，更有啟動「食魚環島列車」上山下海到全臺各地推廣鎖管等在地水產，雖然這些出擊並非會馬上回本，但對陳文欽來說都是很重要的推廣機會。為了推廣鎖管，基隆區漁會甚至設計了一個頭足類家族譜系，以擬人化的故事說明也加深民眾對鎖管的認識，更與長期研究鎖管的國立臺灣海洋大學教授廖



新鮮的鎖管漁獲。



具有海洋之心生態標章認證的急速冷凍鎖管水產品。

正信合作出版《燈光下的小卷舞曲》介紹鎖管並記錄當地棒受網漁業。陳文欽更表示，後續還有其他漁業例如鯖鱈、一支釣、籠貝等專書會陸續完成。

市面上的鎖管主要有水煮保鮮與生鮮凍藏兩種，水煮保鮮是在漁船上就以大鍋爐以海水汆燙煮熟後，經漁民反覆翻動吹涼後再冷凍保鮮，相當方便消費者料理與食用，例如澎湖有名的「冰卷」又叫「水晶小管」即是經水煮保鮮，消費者買回家直接解凍就可以切來沾醬享用。生鮮凍藏則是在船上按照體型分類後即「包便當」似的分裝在透明盒中，直接進入 -40 度冷凍庫進行急速冷凍，保持最新鮮的口感。

陳文欽最推薦將生鮮凍藏的鎖管直接汆燙，再酌量沾一點喜歡的調味料即可，冷凍鎖管不用退冰，直接放入滾水煮到水滾即可，他強調這是最能直接感受鎖管美味的作法。黃志明則表示，當地餐廳大多都有提供鎖管米粉，各有特色也各有擁護者，最近餐廳搭配鹹蛋黃的金沙料理也很受歡迎，

他認為汆燙原味最能展現鮮甜，但

清蒸、水煮、炸、煎、烤都很好，就看個人口味，他自己是最喜歡碳烤。



急速冷凍鎖管解凍後製成的鎖管生魚片。(圖/食譜料理：友信海鮮餐廳)

澎湖的小管跟基隆的透抽是同物種，

但是口感差距卻很大，澎湖的小管肉質特別厚，因此吃起來特別的 Q 彈有嚼勁。澎湖還有一種非常有名的「小管一夜干」，經過日曬之後，成為包粽或客家小炒的重要食材，蔡月嬌表示，烤箱烤 10 分鐘左右或小火乾煎，是方便簡單的休閒食品。而體型 2 到 7 公分的「咪ㄟ」主要是拿來製成醬料，例如澎湖著名的「小管醬」與北海岸的「鎖管醬」，用蔥、蒜、辣椒等香料調味而成，各有特色。由於小管是澎湖夏天最重要的漁獲，最小隻的比拇指還要小、到長度有 6-70 公分大的都有，因此澎湖由不同大小的小管衍生出多元的「飲食文化」，並帶動小管的高經濟價值。

利用急速冷凍鎖管料理的五彩炒鎖管。(圖/食譜料理：友信海鮮餐廳)



# 夏日限定 sió-kńg-á 鎖管季的轉型與重生

文 | 賴品瑀 圖 | 游忠霖 (大山影像工作室)

在夏夜晚風登上娛樂漁業漁船出海體驗夜釣想起來就愜意，回想起第一次夜釣的那份興奮與悸動，許多釣客的初體驗應是在澎湖釣小管，或是在北海岸釣白帶魚，今夏各地漁港也紛紛辦理漁樂季等活動，吸引民眾前往親近漁港時夜釣仍是重頭戲，也有不少人在此「一釣入魂」從此愛上海釣。

## 澎湖的鎖管體驗

澎湖目前從事帶客釣小管的休閒漁船相當多，因為長久以來都是捕撈鎖管的重鎮，甚至有地名就叫「鎖管港」，澎湖區漁會總幹事蔡月嬌回顧歷史，表示該地清朝時稱「鎖管港社」，隸屬「嵵裡澳」管轄，相傳該社自古以討海為生，尤其擅捕小管，故稱「小管港」，後因「小」與「鎖」的閩南語音相近，而訛寫為「鎖管港」。

蔡月嬌表示，在澎湖夜釣小管，不只可以體驗親手釣起的興奮，有些漁船會在客人釣完小管後再下網捕撈小管，等於出海一趟還能同時觀賞漁民展現傳統捕撈作業的英姿，是非常棒的休閒漁業體驗。澎湖區漁會未來也考慮規劃舉辦「小管祭」，讓遊客除了出海體驗捕撈小管外，同時導入食魚文化教育，例如讓遊客能夠從認識頭足類到學會清洗小管，最後再親手料理並品嚐美味的小管風味餐，以求遊客對小管能有更具深層的認識。



澎湖夜釣鎖管體驗。

澎湖因為長久以來都是捕撈鎖管的重鎮，甚至有地名就叫「鎖管港」。



乘坐娛樂漁業漁船探索基隆嶼。

### 北海岸的鎖管體驗

回望北海岸，有海釣活動的漁港，目前大多以白帶魚為號召，例如新北市政府漁業及漁港事業管理處 8 月舉辦的「新北大咬樂 夏日嗨漁港」安排了深澳漁港出海的海釣體驗，並結合「新手天堂」草里漁港的港區內垂釣與市集活動。瑞芳區漁會總幹事黃志明表示，瑞芳主打的是搭配藍色公路沿途美景的夕陽夜釣，包括從「象鼻岩」轉生而成「水豚君」、酋長岩、軍艦岩等特色地景，亦可遠眺三貂角燈塔、十三層遺址等人文奇景。

北海岸目前較少有體驗夜釣鎖管與觀賞棒受網漁船作業的行程，主要是因為已經發生產量下降與漁場



全國娛樂漁船協會理事長項彥豪指出漁業署一直在輔導救護、導覽等課程。

北移到了北方三島周邊，不過這也讓人看到了「基隆鎖管季」的轉型腳步。

基隆鎖管季起源於每年 8、9 月間鎖管洄游於基隆市附近海域，為此棒受網漁船點起漁火的美景，滿載而歸的美味更引人一親芳澤。然而發展了 20 年後，如今已從「鎖管季主題日」擴充至「海釣學院」、「海上王爺文化祭」等系列活動，更有 10 條漁村旅行路線，引領民眾親自走讀基隆漁村，體驗特有漁業、傳統人文、民俗歷史等海洋魅力。

基隆市政府產業發展處科長蔡馥寧回顧，20 年前全國蜂擁發展「一鄉一特色」特色產業時，基隆將鎖管選為代表性物產並開始在夏天舉辦鎖管季，當時是一種「海鮮祭」的概念，甚至大開團購等促銷以打響基隆鎖管的名號，主打「有吃有玩」，以分享美味吸引遊客到基隆來吃鎖管、來玩為起頭，再期待逐步帶動在地觀光與體驗活動。

### 鎖管季面臨的困境

但漸漸地他們也反思，為何每年一次盛大活動所帶來振興與一時榮景往往最後卻又歸零了？例如由政府設計與主導的套裝行程，由於在地業者多是



基隆市政府產業發展處科長蔡馥寧指出，鎖管季邁向第 20 年，如何持續活化漁村功能，並建立相關產業網絡與平台是比短期活動的盛大更重要的事。



基隆「鎖管季主題日」的「海上王爺文化祭」等系列活動。

被動參與，因此活動後並沒有如原本設想能繼續互相連結並延續出更多異業結盟，而制式遊程訂出齊頭式的公定價，也因參與業者各自特色不同，反而給遊客對品質不穩定的失望。

且更現實的是，原本的重頭戲「夜探鎖管」出海觀賞棒受網漁船捕撈鎖管的遊程，約在 10 年前開始面臨產量下降、漁場北移，因而不一定每趟都能捕到豐盛鎖管的窘境。雖然有娛樂漁業漁船業者提出質疑與建議，認為若比照新北金山磺火季聘請漁民展演捕撈過程，仍有文化傳承的意義，也不至於讓鎖管季失去原味，且當地娛樂漁業漁船業者需要這一筆商機。

但蔡馥寧指出，即便事前有再多的海洋環境教育課程、事先備妥了美味的鎖管米粉湯作招待，都無法安慰遊客掩飾不了的失望眼神，他們評估，讓遊客一整晚在船上待了不算短的時間，卻不只沒看到抓到鎖管，也沒看到風景，甚至有些人會暈船不適，若一次不滿意經驗讓遊客自己再也不願意參加海釣甚至給出惡評，反而是傷害，這些現實迫使基隆市政府積極面對鎖管季的轉型。

雖然最本格的捕撈鎖管，不論是在海上觀賞棒受網捕撈漁火或是夜釣小管都已遭鎖管季淡化，但活動官網上仍設有「娛樂漁船資訊平台」推薦了十多個優質娛樂漁業漁船名單，提供海上觀光、海釣教學、海釣體驗、船上漁夫餐等體驗活動，供觀光客自行選擇適合的船家。

自身經營「鉅隆」船隊的全國娛樂漁船協會理事長項彥豪指出，經營海釣的娛樂漁業漁船目前面臨因為漁獲變少而客人變少的困境，相應的經營成本就會提高，且同時還有私人遊艇的競爭，大家都不敢漲價，近年的確撐得有點辛苦。娛樂漁業漁船為了生存目前持續精進，以他所在的碧砂泊區為例，業者們紛紛開發更多行程，從單純的海釣體驗結合藍色公路觀光、登島基隆嶼等，且漁業署一直有在協助進行救護、導覽等課程，共同給予前往北海岸的遊客專業、安全、乾淨、舒適的服務。

### 2024 基隆鎖管季品牌聯盟

對基隆市政府而言，鎖管季已成為一個每年夏天帶動所有漁村觀光的城市品牌。蔡馥寧透露，市府曾認真考慮更名「漁樂季」重新開始，但考慮到鎖管季已打響名號成為市民每年期待的活動，便仍保留名



外木山海蝕景觀。

稱，不過實則早已從海鮮祭走向更廣泛串連了豐富漁業文化的規模，富含海洋及漁業永續發展意義。

蔡馥寧指出，鎖管季邁向第 20 年，不只從促銷物產走向漁業文化活動，如何持續活化漁村功能，並建立相關產業網絡與平台是比短期活動的盛大更重要的事。今年成立了「2024 基隆鎖管季品牌聯盟」，邀請在地旅遊、文創、餐飲、旅宿業，吸引了數十家業者加入，不僅可以在鎖管季的官方網站與宣傳曝光商鋪資訊、商品介紹，以官方行銷資源導流、推廣給有團旅需求的對象、邀請 KOC 網紅行銷內容外，產發局更企圖協助業者間彼此合作共同開發深度基隆旅遊行程，要以在地的公私力量共同打造旅遊品牌。

此次推出「5 漁村 10 路線」的漁村旅行企劃，並非鎖管季限定，而是藉著鎖管季推薦給民眾但未來還可以持續報名參加，更是由在地社區、產業協會、青創團體等組織為主體。

帶領民眾探訪的場域從海上遊憩、獨特地景、潮間帶、漁村，橫跨到魚市、商港、戰爭遺跡等，是善用各漁村所擁有的不同資源，並展現每一個漁村的獨特樣貌。八斗子、正濱漁港、和平島、外木山與白米甕是這次參與鎖管季的漁村，聯手推出供遊客選擇的遊程，包括到八斗子跟著資深島民一同走讀探索八斗子漁村、前往潮間帶認識海洋生態、體驗親手灌飛魚卵香腸、薯榔海染、甚至穿上草鞋化身為漁民走在海蝕平台。在正濱漁港由專業魚市羅手帶領逛魚市和菜市場與繁忙的委託行商圈，尋找鎖管之外，更認識基隆每個產季盛產的海鮮。和平島則可登島一探秘境奇岩，與瞭解平寮漁村當地歷史。外木山在海蝕景觀、海上日出等無敵美景環繞中體驗 SUP、獨木舟，白米甕社區則有「一塔一村一砲台」，由基隆燈塔、白米甕砲台、太白莊山城組成最美的看海秘境與在地碼頭人文、戰爭歷史，感受時代變遷對經濟、環境、與社會的改變。

蔡馥寧解釋，這五個漁村有些是農村再生計畫的輔導對象，如八斗子、正濱，也有外木山是市政府扶持當地青創團隊，結合持續推動計畫成果在鎖管季展現，也希望藉著鎖管季給予當地更多能量。

也因此，今年的鎖管季舉辦了產業論壇，並邀請日本 NPO 農村創生機構「村おこし NPO 法人 ECOFF」，與基隆在地「星濱山共創工作室」及經營和平島地質公園的「宏越國際有限公司」與海科館、基隆區漁會等產業與在地文創團隊交流。

蔡馥寧觀察到，性質與理念相近者在此場合交流過程激出火花而互相配對、產生新點子，遠比論壇原本安排的課程與設定討論議題更為精彩且豐富。例如市府原本會擔憂，過去的鎖管季相關活動，



瑞芳主打的是搭配藍色公路沿途美景。

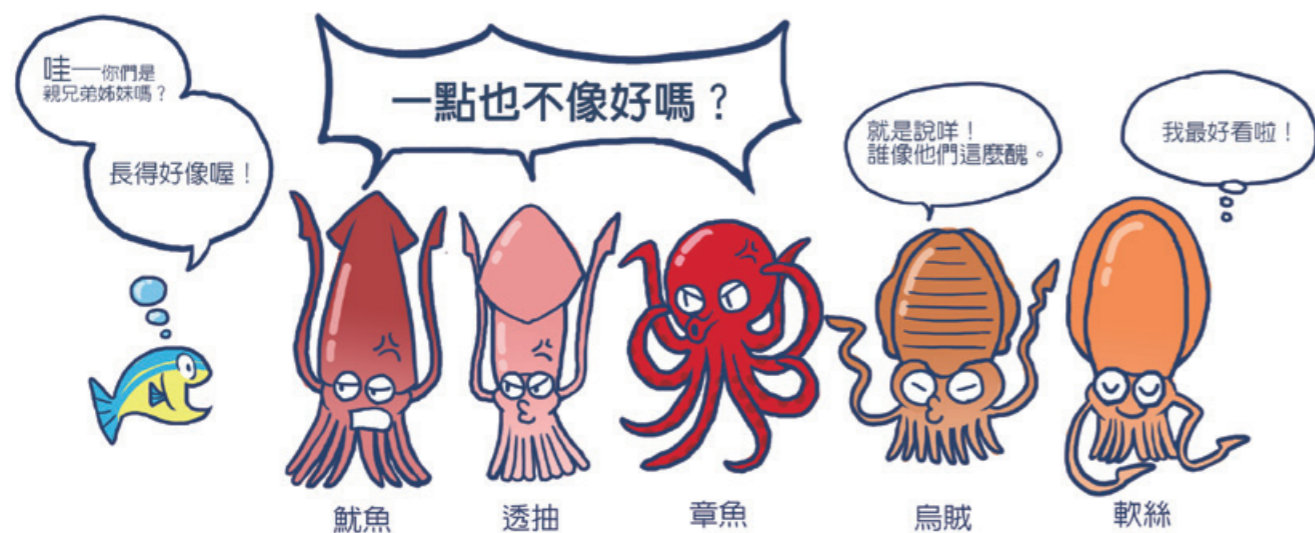
民眾是直接向市府報名遊程並统一安排交通，主導權放給各地組織後各地要如何互相串接起來，但在這次交流後，例如正濱、八斗子、外木山等地，已經紛紛想到如何串連，也自主長出了更多的異業結盟計畫，都有望看到更多豐富的漁村觀光提案。而另一端，市府也打算引導當地的臺灣海洋大學、德育護理健康學院等大專院校等在地青年合作、或是以青創團體駐村計畫，吸引更多年輕人進入漁村，不僅找到生存的機會，更要創造商機。



八斗子漁村導覽。(圖/基隆市府提供)



瑞芳區漁會總幹事黃志明表示，8月「新北大笑樂 夏日嗨漁港」，民眾可在深澳漁港參加夜釣體驗活動。



# 頭足類大家族

## 墨魚、烏賊、魷魚、鎖管、軟絲、章魚辨分明

文 | 林晏伶 (財團法人台灣養殖漁業發展基金會專員) 插畫 | 張季雅、林晏宜

身體柔軟帶有多腳觸鬚的頭足類家族，因外形長相相似且俗名眾多，往往讓人看得眼花撩亂，其實頭足類是軟體動物門中最進化的一群，具備相當發達的頭部，且連接著腕足，在分類上屬於頭足綱。在分類體系上，頭足綱之下又可分為鸚鵡螺目、十腕總目及八腕總目等，再往下分類有烏賊科、魷科、鎖管科及章魚科等，目前全世界約有700餘種，在臺灣附近海域則可發現100多種。

頭足類種類繁多且數量龐大，但仍能以市場上常見的俗名，透過腕足數目、體內的硬殼、是否有眼膜覆蓋、鰭的形狀與位置等特徵，來做簡單的分類與認識。頭足類動物在分類上可分為八腕目和十腕目兩大類群，八腕目中最具代表性的就是八爪章魚，而十腕目則包括鎖管、透抽、魷魚、軟絲和花枝等。這些頭足類動物不僅外形各異，生活習性和棲息地也有所不同。

### 淺海域的花枝

花枝，又稱烏賊或墨魚，是十腕目的一種。花枝的體內有一個大而硬的卵圓形碳酸鈣內殼，俗稱「海螵蛸」，除能幫助調整浮力，也為一味中藥材，寵物用品市場亦稱為墨魚骨，用於補充鈣質。花枝的口部周圍有十隻附肢，其中一對專門用來捕食獵物。臺灣已知有3屬24種，較常見的有金烏賊、唇瓣烏賊及虎斑烏賊，多為近岸底棲性，深度不超過100公尺。

花枝肉質較為厚實，常見的烹調方式有生炒花枝羹、煙燻花枝及花枝丸等料理，而海香菇其實為虎斑烏賊表皮製成。

### 大洋海域的魷魚

魷魚主要生長在大洋海域及深海中，是游泳高手，身體較鎖管肥大，鰭為三角形。魷魚的眼睛外沒有眼膜，直接裸露在海水中，口部周圍有十隻附肢，其中八隻為腕，另兩隻為具有伸縮性的觸腕。臺灣已知有7屬7種，目前較穩定的魷魚漁獲為阿根廷魷魚與美洲大赤魷，魷科在生態系非常活躍，從亞極區、大陸棚到大洋深度2,000公尺皆可見其身影。魷魚在料理方面非常多樣，常見的有客家小炒、魷魚羹與烤魷魚等，透過刀工的刻花魷魚獨具特色，由於捕獲量大，魷魚也常被製作成急速冷凍、乾貨及水發魷魚等商品販售。

### 近海海域的鎖管

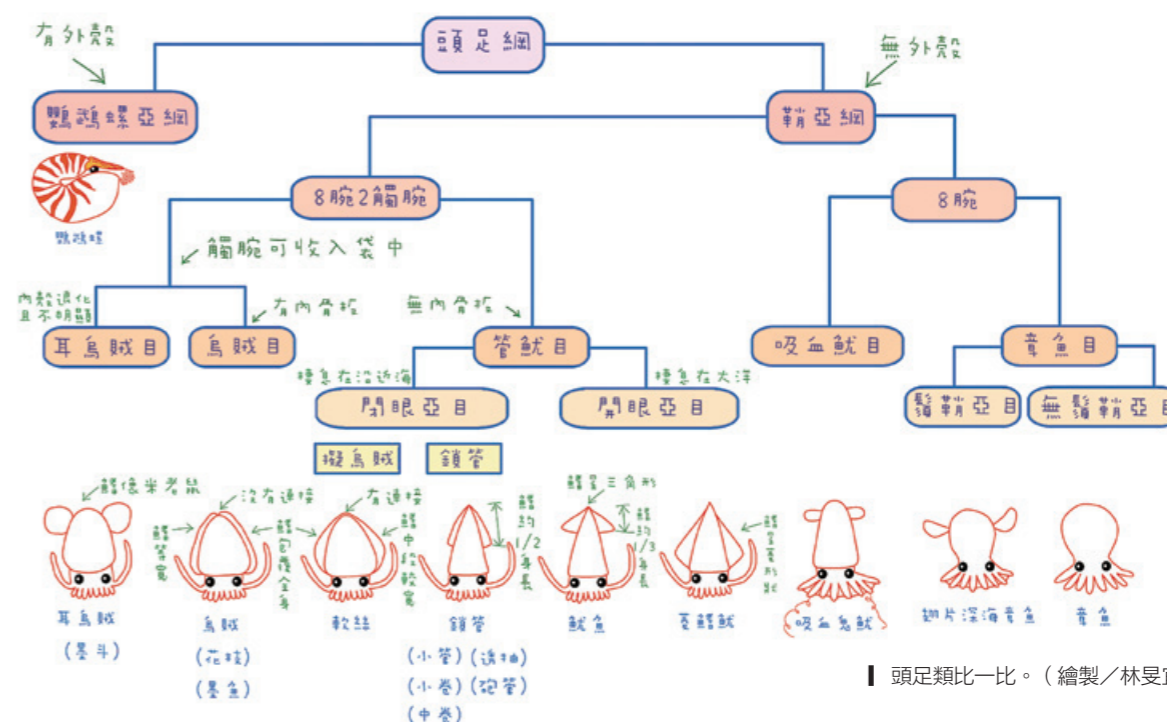
鎖管，又稱小管或小卷，屬於鎖管科，是十腕目的一種。鎖管的眼睛有透明眼膜覆蓋，體型呈圓錐形，隨著成長會變為長錐形，鎖管也具有透明且較軟的「鞘」。臺灣已知有3屬10種，鎖管是近

海海域常見的頭足類，主要產於澎湖附近海域及北海岸近海一帶。在夏季的夜晚，海面上可見漁火點點，那是漁民利用燈光誘捕鎖管的焚寄網漁船。鎖管以簡單的白灼汆燙就很美味，小卷米粉更是知名的臺灣小吃。

此外，外形酷似花枝的軟絲，其實也同屬於鎖管科，軟絲又稱為萊氏擬烏賊，主要棲息在東北角近海的礁岩區或珊瑚礁床，圓胖的體型與花枝相似，但軟絲沒有硬白色內殼，而是擁有透明幾丁質內骨骼，且鰭比花枝大，兩片肉鰭後端相連。

### 潮間帶海域的章魚

章魚與上述頭足類不同的外形特徵就是其為八腕目，在口部周圍有八隻腕足，因此俗稱「八爪章魚」。這些腕足上佈滿吸盤，使其辨識度較高。章魚的身體柔軟，沒有內殼，遇到危險時會噴出黑色的墨汁以逃脫。章魚大多是底棲種類，以爬行為主，較少游泳。澎湖的傳統菜滷肉或煮排骨湯中就會加入當地特有的小章魚乾，增添獨特海味，而在夜市中的日式章魚燒，或是壽司中的章魚握壽司，也讓人耳熟能詳。



頭足類比一比。(繪製/林晏宜)



小卷解剖示範。

## 五感體驗探索知識 鎖管食魚教育

文 | 林晏伶 (財團法人台灣養殖漁業發展基金會專員)  
圖 | 編輯室

食魚教育在現代社會中扮演著重要角色，特別是在海洋資源日益需要保育的今天。讓孩童從小瞭解我們所食用的魚類及其生態環境，不僅能夠增強環境保護意識，還能促進可永續漁業發展。本文介紹兩個成功的鎖管食農教育案例：國立臺灣海洋大學的跨領域學生團隊「鎖管的一生」及新北市三民高中國中部的「我『管』你」課程，以鎖管為教材，透過五感體驗帶領學生一步步探索科學。

### 國立臺灣海洋大學 鎖管的一生

國立臺灣海洋大學的跨領域學生團隊「海大喔海遊」，在指導教授嚴佳代的引領下，參加了農業部農村發展及水土保持署主辦的第 11 屆大專生回游農村競賽，以和平島為據點，規劃了一系列以海洋教育為主的駐村計畫，並榮獲銅獎。團隊的六大海洋教育教案中，包含了一項名為「鎖管的一生」的課程，旨在讓參與者了解鎖管的生態與生活週期。

「食魚教育 - 鎖管的一生」課程涵蓋了鎖管的內外部結構、生活環境及其在基隆鎖管季中的角色。

學員首先通過簡易解剖課程，觀察鎖管的內外部構造，並配合簡報和影片，瞭解鎖管的生態和構造；接著利用顯微鏡觀察鎖管的胃內容物，觀察是否有海洋塑膠微粒污染的問題；最後親手烹調鎖管米粉品嚐。這些科學知識的學習，不僅增進了學生對鎖管的認識，還啟發了他們對海洋教育的興趣。

此外，團隊還研發了一系列 DIY 活動，例如利用廢棄浮標製作「漁民的禮物 - 海廢藝術創作」，不僅增強參加者的環保意識，還鼓勵了創意表達。這些活動豐富了參加者的體驗，並促進社區的觀光產業和文化發展，達成了聯合國可持續發展目標 SDGs4 優質教育和 SDGs14 健康的海洋。

通過這些活動，學生們學習鎖管的相關知識，也對海洋生態保護有更深的理解。和平島的豐富水產資源，特別是每年的鎖管季，吸引了大量國內外遊客，讓人們在享受美味的同時，也能增進對海洋資源的了解和珍惜。

### 新北市三民高中國中部 「我『管』你」

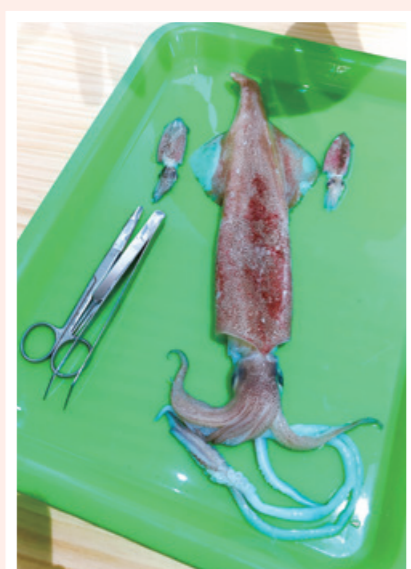
新北市三民高中國中部結合海洋永續議題，針對九年級學生開設了「我『管』你」食農教育課程。這一課程以新北市特色漁產品鎖管為題，旨在通過



料理鎖管體驗。

整合農業生產與環境、飲食健康與消費及飲食生活與文化三個面向，讓學生更好地了解海洋資源和漁業生產。

「我『管』你」課程共計 18 節，利用綜合活動領域課程實施，帶領學生了解海洋資源面臨的危機，並覺察個人飲食選擇、漁業生產方式及政府管理措施對海鮮永續的影響。課程涵蓋了鎖管的內外部結構、生態週期及其在基隆鎖管季中的重要性，通過觀察和實驗，讓學生對生物構造和科學論證有了更深入的認識。



小卷前端有兩隻白色長柄的觸腕。



新北市三民高中國中部參加食農教育PARTY FUN成果展。



三民高中國中部的鎖管教具。

在現代繁忙的生活節奏中，鎖管這種富含營養且美味的海鮮，通過多種加工方式，成為人們餐桌上的健康選擇。鎖管擁有令人垂涎的Q彈口感，富含高蛋白質、維生素B12、不飽和脂肪酸等多種營養成分，對心血管健康、免疫力提升以及肌肉生長都有顯著益處。無論是想保持健康飲食還是追求美食享受，鎖管都能滿足需求。從鎖管醬到油炸零食，再到罐頭和即食調理包，鎖管加工產品種類繁多，既保留其豐富的營養價值，又增添方便快捷的特性。

# 鎖管 低脂高蛋白的健康食材

文 | 王芳琳 (財團法人台灣養殖漁業發展基金會組長) 圖 | 編輯室

鎖管具營養豐富的優點，對於希望保持健康飲食的人們來說，是一個理想的選擇。根據「2021年國人膳食營養素參考攝取量第八版」營養資料顯示，鎖管含有高質量的蛋白質，每100公克的鎖管含有16公克的蛋白質，也能提供身體必需的胺基酸，有助於成長和調節生理機能。其次，鎖管屬於低熱量低脂肪的海鮮，每100公克的鎖管熱量約72大卡，脂肪僅約0.4克，這使得它成為美味且不容易發胖的健康食品。

除此之外，鎖管富含維生素B12，對於紅血球的製造至關重要，並且能維持神經和腸胃系統的正常運作。鎖管也含有鋅，這種礦物質參與酵素活性，是提升精力和免疫力的關鍵元素。至於較令人擔心的膽固醇則主要集中在其內臟部位，因此在食用鎖管時，只要注意避免食用這些部位就可以減少膽固醇的攝入。

由於水產品屬於極易腐敗的食材，特別是在產季時大量捕撈的水產品，如果不及時處理，會迅速變質。因此鎖管經過多種加工方式製作成不同的食品，有效保留了鎖管的營養價值，還提升了其風味和方便性。以下介紹幾種常見的鎖管加工產品。

## 冷凍鎖管

鎖管依照不同尺寸產品皆有冷凍產品，解凍後可以照自己的喜好料理，最常見的就是汆燙後食用。



## 鎖管油炸零食

小卷或鎖管圈真空低溫油炸處理及不同調味，成為脆口的零食。



## 紅燒小卷罐頭

以醬油、糖及沙茶等調味，經過罐頭高溫及高壓加熱殺菌，能長時間保存。



## 鎖管醬

以辛香料和油不斷拌炒小卷製成的醬料，可以用於拌飯、拌麵或作為調味料。



## 鎖管乾



將鎖管剖開經過日曬乾燥處理，分為稍微帶有水分的一夜干及完全乾燥的鎖管乾，食用時僅需稍微用烤箱烤過即可。

## 熟鎖管



最傳統的鎖管保存方式，即捕撈上船或上岸後，立即以海水燙熟後吹風冷卻並冷凍或低溫保存，可以直接食用或乾煎後食用。

## 鎖管米粉調理包

將鎖管與米粉搭配，製成即食調理包，簡單方便，是快速餐點的好選擇。

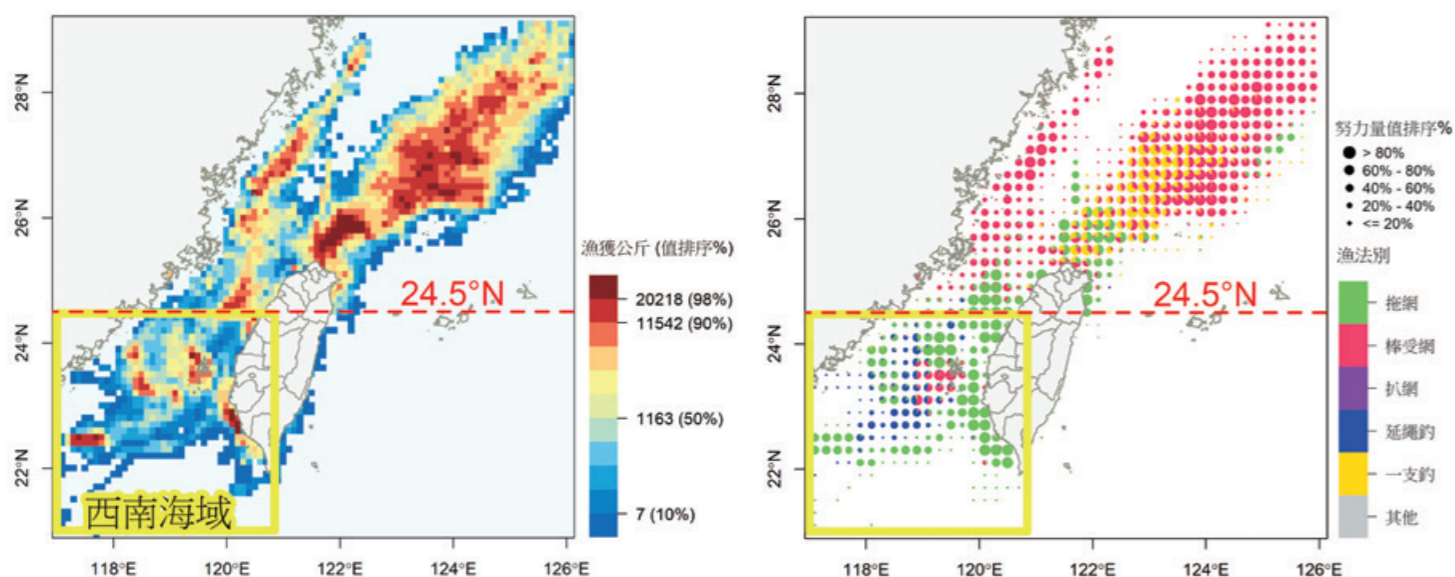


# 探索臺灣西南海域之鎖管漁業

文、圖 | 李依柔 (國立臺灣海洋大學環境生物與漁業科學系博士後研究員)  
廖正信 (國立臺灣海洋大學環境生物與漁業科學系特聘教授)

為因應我國沿近海鎖管漁業資源生產量明顯的衰退，漁業署針對我國鎖管生產量超過60%的棒受網漁業進行投入型漁業管理規範，並於2019年10月頒布《鎖管棒受網漁業管理辦法》，針對鎖管棒受網漁船禁止在農曆二月及農曆十月於24.5°N至26°N之海域捕撈鎖管。此一漁業管理政策之規劃依據，基於臺灣東北海域長年累積的鎖管資源漁業生物學、漁業活動特性、資源評估等多方面的調查與科學研究，在掌握完整的科學資訊下所擬定之政策。例如，管制漁區設限於24.5°N以北，是考量東北海域作業的棒受網漁船漁業活動分布範圍之特性，如下右圖所示。

24.5°N以南之西南海域鎖管產量不及東北海域，但其不受東北季風影響，全年皆可作業。本文以漁業署「臺灣西南海域鎖管漁業資源研究及管理適用生物參考點評估」科技計畫之部分成果，淺談臺灣西南海域鎖管生物學及漁業特性。



■ 2018-2022年間臺灣沿近海鎖管漁獲量分布圖 (左) 及各漁具漁法別漁獲努力量 (作業時數) 圓餅百分比分布圖 (右)；本文定義西南海域為21-24.5°N、117-120.85°E範圍。

## 鎖管漁獲物種組成

根據許多研究指出，臺灣東北部海域鎖管漁業捕撈之物種以劍尖槍鎖管 (*Uroteuthis edulis*) 為主，且在棒受網漁業之漁獲組成佔比高達九成以上，因其作業之漁具漁法，以及漁獲物種組成單純，易於擬訂漁業管理規範。然根據漁業署科技計畫的研究結果顯示，西南海域所捕撈之鎖管種類組成較為複雜。

根據科技計畫研究結果顯示，臺灣西南海域近年來所捕獲之鎖管物種組成，以中國槍鎖管 (*U. chinensis*) 約 51% 最高，其次則分為劍尖槍鎖管約佔 25%、杜氏鎖管 (*U. duvauceli*) 約佔 24%。若進一步分析高雄與澎湖二地採樣物種組成之差異，則顯示高雄地區的鎖管樣本物種組成中，杜氏鎖管約佔 40%、中國槍鎖管佔 33%、劍尖槍鎖管則佔 27%。澎湖地區則是以中國槍鎖管約佔 74% 最高，其次為劍尖槍鎖管約佔 22%，杜氏鎖管則僅佔 4%。此二地區鎖管採樣物種組成之不同，可能是捕撈作業漁法及物種生態分布有關。高雄地區的採樣僅來自拖網漁業，相較之下，澎湖地區的樣本來自多樣化的漁法，包括一支釣、棒受網、拖網，鎖管立延繩釣等；結果亦顯示，杜氏鎖管較頻繁出現在澎湖水道以東的臺灣西南沿海，而中國槍鎖管、劍尖槍鎖管則廣泛分布於西南海域中。

## 漁業生物學

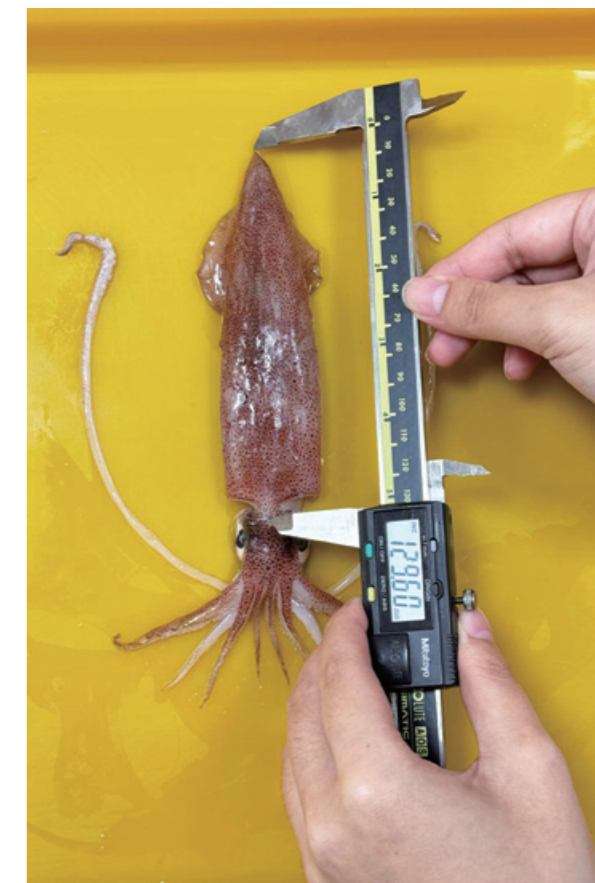
鎖管具有明顯日週迴游分布習性，且掠食能力強。牠們的生存策略屬於生命週期短、成長速率快、子代多的 r 選擇型物種，加上全年都可以產卵，資源恢復能力較強；相對地，物種分布和生殖成長特性，容易受到海洋環境變動的影響。在食物鏈中，鎖管的營養位階 (TL) 大約在 3 左右，既是掠食者也會被其他動物捕食，其族群的消長在生態系食物網扮演極重要的腳色。

西南海域三種主要鎖管物種之漁業生物學特徵分述如下：

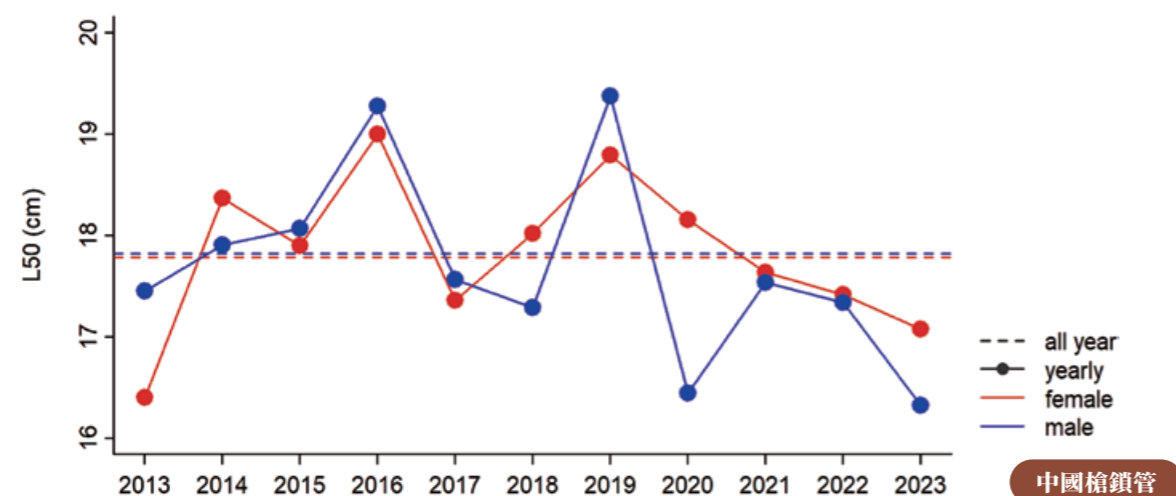
## 體長

一般量測鎖管之體長，係測量頭部以外的外套膜長。根據歷年來累積量測的資料顯示，中國槍鎖管的平均體長約 14.6 (±5.9) 公分、杜氏鎖管約為 8.1 (±1.9) 公分、劍尖槍鎖管則約為 7.2 (±2.1) 公分，目前採樣紀錄中最大體長為雄性中國槍鎖管的 51.7 公分。

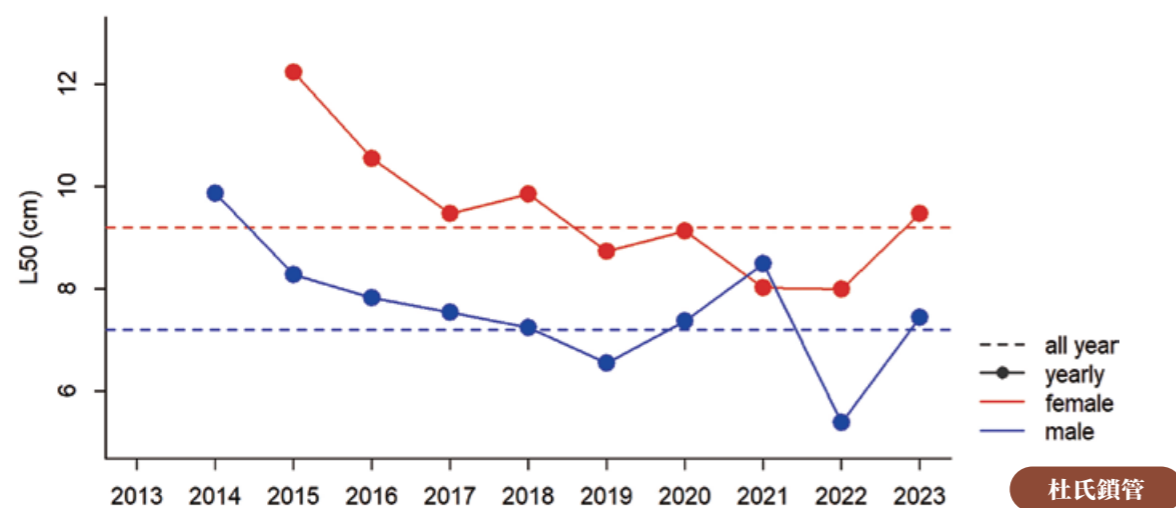
另一方面，探討族群中累積性成熟個體數量達 50% 時的體長資訊，又稱 50% 性成熟體長 (L50)。因此，三種鎖管不分性別之 L50 分別為中國槍鎖管 17.8 公分、杜氏鎖管 8.6 公分、劍尖槍鎖管 7.7 公分。進一步分析其年間變化，則顯示中國槍鎖管、杜氏鎖管的 L50 有逐年些許下降之趨勢，未來應持續關注是否是受過度捕撈造成的「族群瓶頸效應」，亦或是海洋環境變遷所致。



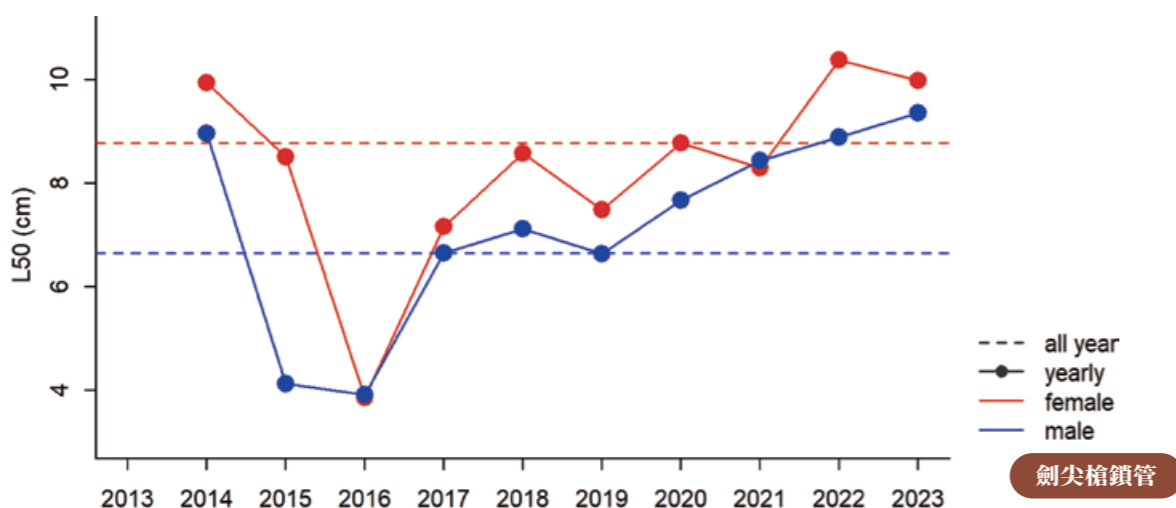
■ 鎖管體長，主要量測頭部以外的外套膜長。



中國槍鎖管



杜氏鎖管



劍尖槍鎖管

西南海域三種鎖管之50%性成熟體長的年變動趨勢圖。

生命週期

頭足類的生命週期可透過頭部內的平衡石輪數進行估算，一般頭足類平衡石內的輪紋，係一日形成1明1暗之日週輪。根據日輪判讀的結果顯示，中國槍鎖管有最大日齡數達256天，劍尖槍鎖管為209天、杜氏鎖管則為176天。而被漁獲的最小日齡顯示，中國槍鎖管及劍尖槍鎖管約為出生後2個月，而杜氏鎖管則僅約1.5個月。

成長速率

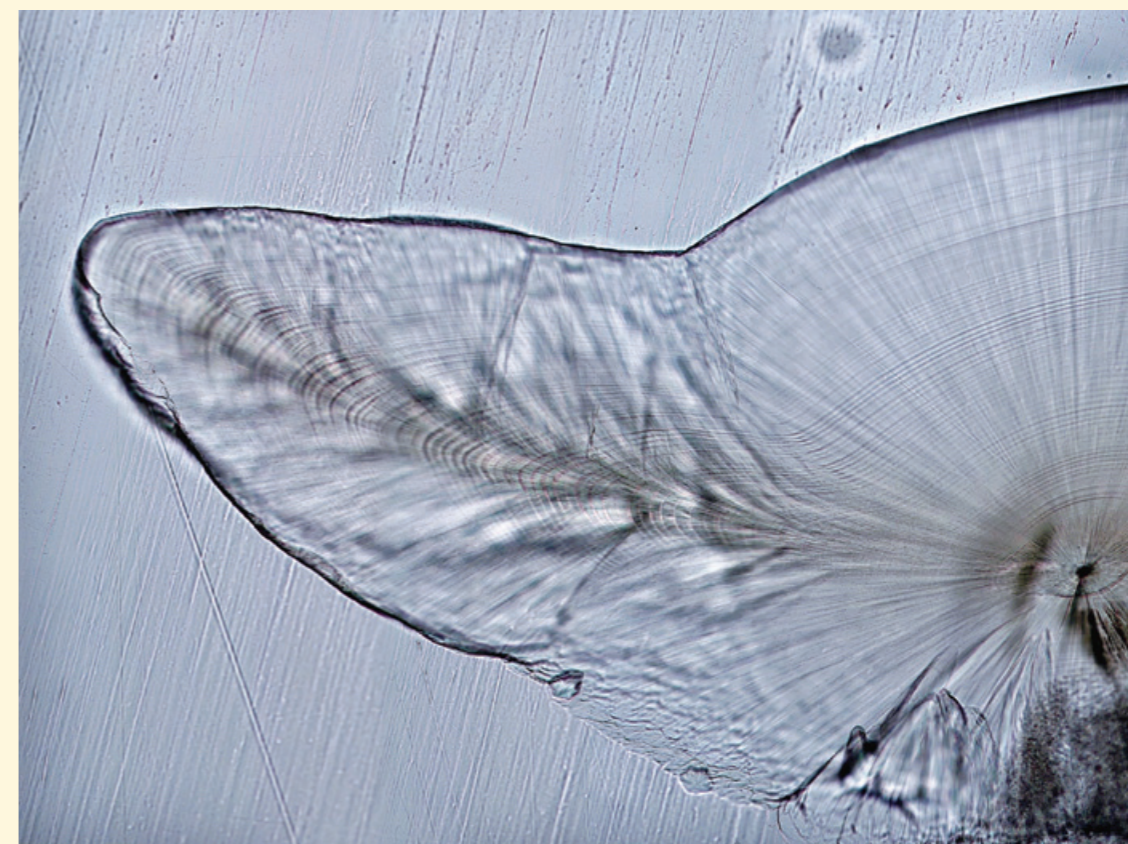
成長速率是物種生存策略中重要的一部分，反映了物種在繁殖和適應環境的能力。透過套適成長方程式，建立各個鎖管物種的日齡與體長關係，發現成長速率最快的是中國槍鎖管，其次是杜氏鎖管，最慢的是劍尖槍鎖管，代表相同日齡下，體長表現也有所差異，且此一現象於已達性成熟的鎖管

個體中更為明顯。在研究期間也發現體長最大的「砲管」幾乎都是生殖腺肥滿可進行繁殖行為的中國槍鎖管。

主要產卵期

鎖管雖然屬於全年皆可產卵的物種，但也會有繁殖高峰期。根據月別生殖腺指數、成熟階段個體數比例、日齡回推孵化月等綜合資訊，推測西南海域三種鎖管物種之主要產卵期，顯示中國槍鎖管為1-4、7-9月；杜氏鎖管1-2、5-8、12月；劍尖槍鎖管1-4、8-10月。

另一方面，觀察已達性成熟階段鎖管（具有繁殖能力）的日齡資訊，可發現杜氏鎖管出生後約3個月就可加入產卵群，劍尖槍鎖管約4個月，而中國槍鎖管最慢，出生後約5個月方可達性成熟。



鎖管平衡石中的明暗帶輪紋可記載其生命週期資訊。

2018-2022 年間西南海域鎖管資源之漁業狀態

漁具漁法	年均漁獲量 (公噸)	漁期 (月)	LPUE (公斤/航次)
單船拖網	210	6-8	39-95
棒受網	43	5-10	95-196
鎖管立延繩釣	22	5-9	198-317

### 漁業活動特性

西南海域包含陸棚、淺灘、峽谷等地形，海洋環境受季風、海流的交互作用，而有季節性變化，造就季節性湧升流，加上海峽兩岸因降雨與河流輸入陸域營養鹽，使得該海域具備優良漁場的條件，也衍生多樣化的漁撈產業。

根據在西南海域作業且有捕獲鎖管資源之漁船 VDR 航跡、港口查報資訊，並統計海域內近五年的鎖管漁獲量 1,381 公噸，可追溯主要來自高雄市佔 54.7%、澎湖縣佔 22.6%、臺中市佔 17.3% 漁民的漁撈活動。而主要利用的漁具漁法，則來自單船拖網 (74.6%)、棒受網 (14.0%)、鎖管立延繩釣 (7.9%)，漁期集中在夏、秋季。

### 單船拖網

西南海域多平坦且水深 200 公尺以淺的陸棚區，因此以單艘漁船進行拖網的從業人口數眾多，以 CT3 噸級漁船數最多，佔調查船數 58%。由於整年皆可作業，捕獲鎖管資源的產量最高，平均年別產量約 210 公噸，又以高雄蚵仔寮漁港與興達港、臺中梧棲漁港、澎湖馬公港為重要卸魚地。

鎖管對拖網而言是具有經濟價值的副漁獲物，但在鎖管漁期間則成為拖網船的目標物種之一。該漁業的整體單位努力卸魚量 (LPUE) 約 29 公斤 / 航次 (以下單位相同)，主漁期 6-8 月間則有 39-95。

### 棒受網

作為一種於夜間進行的燈火漁業，利用配置數顆 2-4kw 的燈泡誘引趨光性的鎖管群聚、上浮，最後在船艙使用網具捕獲鎖管。西南海域的棒受網漁船皆來自澎湖縣，所使用的漁船規模相當廣泛，CT0 到 CT4 噸都有被查報記錄，其中又以 CT2 噸級船數最多，佔調查船數 51%。作業熱區分布於澎湖群島周邊水域。平均年別鎖管產量約 43 公噸，整體漁業的 LPUE 約 109，漁期 5-10 月間則有 95-196。此外，棒受網的漁獲組成相對單純，單一航次鎖管漁獲量約佔其 92% 的總漁獲量，混獲率低。

### 鎖管立延繩釣

為澎湖縣漁民獨特的延繩釣作業方式。一組漁具主幹繩約 100-200 米長，扣除頭、尾的浮標旗幟，共結附 10-20 顆浮球；每顆浮球向下的支繩，結附 4-5 個木蝦鉤或雙層傘鉤，以鎖管為目標物種。作業過程，將觀測與配合潮水，以九十度垂直橫斷流水的方式投放漁具，於浸置、漂流約 10 海里後再揚起漁獲。

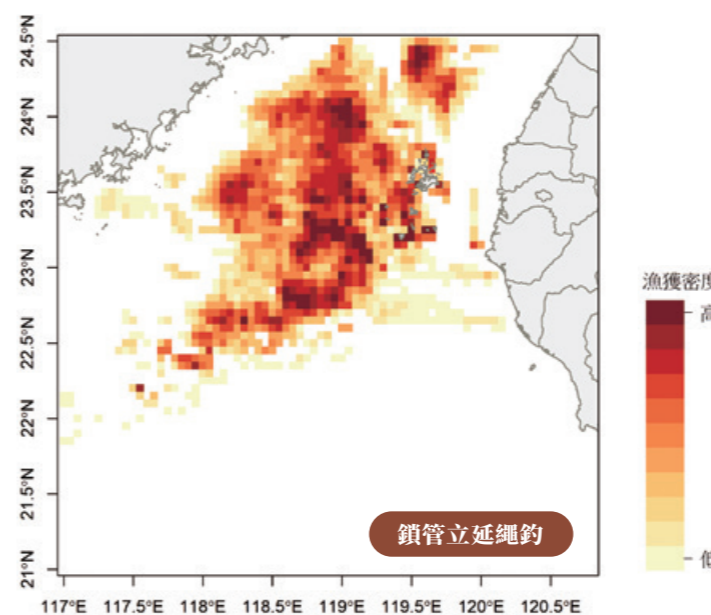
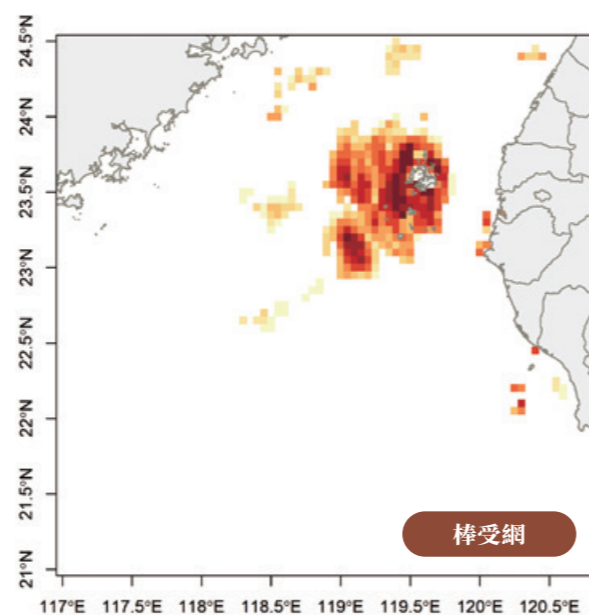
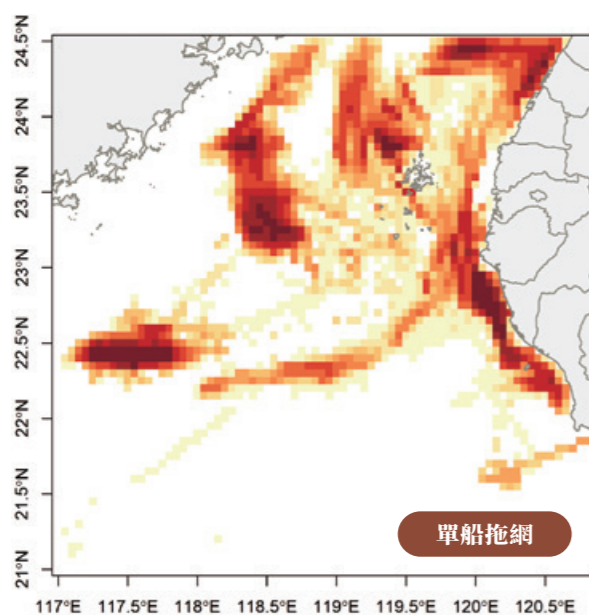
根據查報紀錄，澎湖縣進行該漁法的漁船規模以 CT2、CT3 噸級為主，佔調查船數 92%。作業熱區分布在澎湖縣北部、西北部向臺灣淺灘延伸之水域。平均年別鎖管產量約 22 公噸；整體漁業的 LPUE 約 266，漁期 5-9 月間則有 198-317。由於漁具結構有目標物種針對性，因此混獲率低，單一航次鎖管漁獲量約佔其 98% 的總漁獲量。

### 結論與未來展望

西南海域不論在物種組成及漁業結構上明顯與東北部海域不同，故無法以現有「鎖管棒受網漁業管理辦法」應用於西南海域。因此除仍需持續進行科研調查，強化漁業活動監控能力外，亦應思考針對多漁具開發利用同一資源之情境下，規劃合理可行的資源養護及管理策略，以維護西南海域鎖管漁業資源之永續利用。

目前拖網是西南海域鎖管生產量最高的漁具漁法，因其整年皆可作業，是提供市場穩定鎖管漁獲的主要來源。然拖網漁業所捕撈之鎖管因賣相較差，價格相對也較低廉，且會混獲其他魚類，建議管理應注重在漁獲努力量控制，並搭配網具裝設混獲排除裝置 (BRDs) 或改良袋網網目尺寸，減少幼雜魚的混獲比例，對整體海洋生態系包含鎖管的利用可更為友善。而棒受網、鎖管立延繩釣的目標物種針對性強，因此應加速究明西南海域鎖管產卵季節及其產卵場，以利規劃禁漁期及禁漁區，減少鎖管產卵群的漁獲壓力。

此外，面對離岸風電第三階段區塊開發的啟動，其勢必與沿近海漁業空間造成衝突。因此也應未雨綢繆，探究西南海域鎖管漁業資源面對離岸風電事業開發可能產生的潛在影響，以及其因應之道。



西南海域鎖管資源主要利用漁法之漁獲密度空間分布圖。



鎖管乾曬製。

## 回家吃魚 澎湖漁青行銷鎖管

文 | 蔡旻宏 (本刊編輯) 圖 | 李柏勳 (博助食業有限公司負責人)

澎湖藍藍的天與藍藍的海一直讓人懷念，閉上眼彷彿就能聞到鹹鹹的海風，以及揮汗搬運著新鮮漁獲的家人，在城市生活打拚多年後，李柏勳毅然決定辭去公職回到故鄉，創立了「博助食業有限公司」，並專注於推廣澎湖的特色海產——鎖管，為故鄉開創出嶄新的網路行銷模式。

李柏勳的父母從事漁業，耳濡目染下，對漁業有著深厚的感情。儘管在城市擔任公務員，但他始終認為傳統漁業需要年輕人的參與和傳承，於是在 2015 年，毅然辭去



澎湖盛產鎖管。



活鎖管上岸後顏色會呈現晶瑩透明。

穩定的公職，返鄉創立博助食業，專注於家鄉的漁業發展。

澎湖鎖管，又稱砲管或脆管，是澎湖夏季的重要經濟作物之一。李柏勳解釋道：「澎湖的鎖管根據體型大小，被稱為小卷、中卷、大卷和砲管。這些名稱不僅方便販售，也讓消費者更容易選擇合適的產品。」澎湖鎖管以其新鮮、美味和獨特的口感著稱，無論是生食、燒烤還是涼拌，都能展現其鮮嫩彈牙的特點。鎖管捕撈需要豐富的經驗和技術，澎湖漁民世代代以捕撈鎖管為生，掌握了許多獨特的捕撈技術，既保證了鎖管的品質，也保護了當地的海洋生態。

在行銷方面，澎湖鎖管面臨來自國內外低價鎖管的競爭壓力。然而，隨著資訊發達和網路電商的普及，消費者對高品質海鮮的認識和接受度提高，特別是對澎湖鎖管的品質有更深入的了解。李柏勳強調，儘管價格競爭激烈，但消費者品嚐過後，明顯感受到澎湖鎖管的優質口感和獨特風味，因此仍然有穩定的市場需求。雖然創業是條艱辛的路，但只要一想到是為家鄉打拚就不覺得苦，透過在行銷上強調品質和品牌故事，以電商平台和線下活動，積極推廣澎湖鎖管，讓更多消費者認識並喜愛澎湖的海。

李柏勳也分享了幾種自己喜愛、簡單又美味的鎖管食用方式：

**乾煎：**將鎖管表面抹上薄薄一層鹽，放入平底鍋中

### 澎湖鎖管主要的捕撈方式

**鎖管棒受網：**利用強烈的燈光吸引鎖管，再用網捕捉。

**延繩釣法：**使用漁船和釣具在海面上作業。

**拖網捕撈法：**拖網的捕獲量大，主要在夏季進行。

兩面各煎約 3 分鐘，讓表皮呈現焦脆狀態，內裡保持八九分熟，這樣能最大程度保留鎖管的鮮味和脆彈口感。

**氣炸或油炸：**鎖管裹粉後用氣炸鍋或油鍋炸，外酥內嫩，口感非常脆口且保留了鎖管的新鮮風味。

**火鍋或煮湯：**將鎖管在火鍋中或湯中汆燙 30 至 40 秒，保持脆度和甜味，最能品嚐到食材的原味。

李柏勳對未來充滿信心，他計劃繼續擴大「博助食業」的影響力，開發更多具有地方特色的產品，提升品牌競爭力。同時，他堅持可持續發展理念，保護海洋生態，確保產品品質和安全。他希望透過自己的努力，能為家鄉的漁業發展作出貢獻，與更多返鄉創業的青年共同努力。澎湖鎖管，承載著李柏勳對家鄉的熱愛和對品質的追求，將這份美味和文化傳播到更遠的地方。



澎湖青年李柏勳返鄉創立「回家吃魚」品牌。



「Fun心鮮蝦」推出多種虱目魚加工水產品。



## 以柔克剛的女力哲學

# 「Fun心鮮蝦」張書寧

文、圖 | 高遠文化

漁村女孩張書寧，進入養殖業才短短7年時間，從菜鳥到自家品牌的經理，更榮獲百大標竿漁青。透過粉絲頁分享手繪食譜、料理影片，讓客人愛上吃魚煮魚，也經由食魚教育推廣，讓小朋友認識魚。她積極挖掘在地漁業特色，為傳統漁村注入新的活力。

### 魚市場長大的女孩

張書寧年紀輕輕才 30 出頭，已展現出成熟自信的女力領導特質。她的反應靈敏、說話快速，「我是嘉義布袋人，家裡開海產店，從小在魚市場的環境長大，很習慣面對各式各樣的客人。」這樣的生長背景訓練出她擅長與人溝通的能力，更將專長發揮到先生

蔡長材的水產養殖事業，負責加工技術、銷售營運並持續開發相關加工產品。

張書寧以自家生產並取得產銷履歷驗證的虱目魚和白蝦，以鮮凍、產地直銷的經營型態，持續創新加值，改善產品包裝及拓展販售通路。她創立的「Fun

心鮮蝦」平台上品項眾多、琳瑯滿目，去刺虱目魚系列、白蝦等都是熱銷商品，「虱目魚滴魚精」、「虱目魚魷魚鬆」更獲得嘉義縣政府的「嘉義優鮮」產品認證。

### 超強溝通力 把奧客變粉絲

喜歡接觸人，還喜歡繪畫與烹飪的張書寧，透過「漁村女孩張娜娜」的粉絲專頁分享她繪製的水產畫作，也會在「Fun 心鮮蝦」臉書上拍攝料理教學影片與網友互動。她也經常到臺北希望廣場農民市集擺攤，以自身對產地的了解，詳細解說產品的特性，讓消費者買得放心、吃得安心。

她出自內心說道：「我們都是被客人教大的！」客人經常問許多問題，她會先了解消費者的需求，透過食譜或文字分享個人專業經驗，累積了許多忠實顧客群，還有人從奧客變成粉絲。她總是站在前端第一線，敏銳觀察消費模式，隨時修正銷售方向，不斷推出新產品來滿足客人需求。

### 食魚教育往下深根

雖然自家是養殖虱目魚，也開發去刺虱目魚、虱目魚肚，這些產品受到上班族和家庭主婦的喜愛，但張書寧認為，還是要讓小朋友認識虱目魚的原貌，現在的小朋友認知的虱目魚是沒有刺，但她



張書寧透過市集推廣，拉近生產者與消費者之間的距離。

向小朋友解釋，這是透過加工而成，不是虱目魚原本的樣子。

她說小時候吃虱目魚時，邊吃邊挑魚刺，需要非常專注，現在回想起來，吃魚是一件非常享受的事。「虱目魚全身都是寶，我們也是經歷被刺的過程才會長大。」也許是挑魚刺的功力很厲害，造就了她反應很快的個性。她希望透過食魚教育推廣，讓學生認識餐桌上的魚，拉近人與土地、海洋的距離。

除了食魚教育的推廣，張書寧也投入社區服務，回饋給社區鄰里的長者，捐贈食材給老人食堂、協助社區辦活動。



### 成為領頭羊 往外拓展

張書寧獲選為百大標竿漁青之後，社區的阿姨們也感到驕傲，很有榮譽感，對她的態度也有所轉變。當初她參加百大的初衷很簡單，希望幫助自家產品行銷，也渴望跳脫同溫層，有機會的話還想再學習進修，言談間充滿著積極上進的企圖心。

這幾年，張書寧積極往外拓展參與公共事務，除了擔任嘉義縣政府青年發展諮詢委員會青年委員、嘉義漁業青年聯誼會秘書長，目前還擔任產銷班班長。她透過柔軟而堅韌的漁村女力，讓養殖業產生細水長流的變化；她讓人從年輕一代身上，看見漁村未來的新希望。

節錄第六屆百大青農《新世代漁業生力軍》專書



2024 鱻旅奇緣食魚親子嘉年華在臺北市立動物園熱鬧開幕。

# 2024 鱻旅奇緣 親子食魚嘉年華

跟動物明星一起好好吃魚

文、圖 | 黃鼎詒 (財團法人台灣養殖漁業發展基金會專員)

為了讓大家吃魚更貼近生活，並將正確及永續的食魚觀念向下扎根，農業部漁業署與臺北市立動物園首度攜手合作，在6月8日於臺北市立動物園舉辦「2024 鱻旅奇緣－鱻境傳說」親子食魚嘉年華。今年特別結合「世界海洋日」與「動物園110年園慶」兩大議題，除豐富活動內涵也期望透過更多元的推廣與跨領域的整合喚醒全民，為守護海洋盡一份心力。

「2024 鱻旅奇緣－鱻境傳說」結合闖關遊戲、手作魚模型及食魚教育團隊分享等寓教於樂的體驗活動，邀請大小朋友一同探索及認識園內愛吃魚的動物明星，還有萬花筒劇團帶來具食魚教育內涵的「大魚樂家」音樂劇，搭配超人氣食魚代言人「小魚貓」、愛吃魚的動物明星代表「歐亞水獺」與親子台米苔目哥哥一同在現場唱跳，陪伴大小朋友學習吃魚的好處，分享友善地球的永續食魚選擇。

## 海洋永續從吃對魚開始 水獺也愛國產臺灣鯛

今年「世界海洋日」的主題是「Awaken New Depths 新深度喚醒」，臺北市立動物園積極響應海洋資源永續議題，將今年「生物多樣性」、「探索與發現」等命題與漁業署食魚教育理念與永續精神結合，當日特別安排園區內愛吃魚的動物明星們來個「國產魚」大餐，期待藉由這次跨領域的相互理解、關懷與合作，喚醒全民憧憬未來的新深度。



左上：戴著小魚貓帽的小朋友認真作筆記闖關。  
左下：小朋友們在活動中積極參與闖關。



漁業署署長張致盛與小朋友一同體驗現場活動。



小朋友認真釣魚、認識各種魚。

活動手冊設計上也別具巧思，介紹了園內愛吃魚的動物明星，像是歐亞水獺、亞洲黑熊、國王企鵝等，藉由認識動物明星都愛吃哪些國產魚，帶領大小朋友建立「永續海洋從吃對魚開始」的觀念，鼓勵國人多吃在地、減少碳排放，向人類賴以生存的海洋致敬。

## 勇闖「鱻境傳說」 今夏一起來食魚嘉年華

多年來漁業署輔導財團法人台灣養殖漁業發展基金會深耕食魚教育發展，宣揚民眾正確食魚觀念。為了讓食魚文化回歸家庭與餐桌，自2020年起年年舉辦戶外親子食魚文化活動，將推廣對象擴展至親子族群及一般民眾。今年更分別於臺北市立動物園及高雄



現場展示魚標本。

夢時代辦理，期盼串聯全臺各地食魚教育團隊，增加相互交流機會，也在夏日期間，邀請家長陪同孩子們一起來體驗多元的食魚文化活動，從知魚、懂魚開始，進而愛上吃魚。培養食當季、吃在地的永續精神，鼓勵全民多多食用優質國產魚類，為健康加分，也為漁業經濟加分！



### 大鯖魚夢工廠

南方澳是臺灣東部漁獲重要基地，魚群種類繁多，尤以鯖魚數量之最，被譽為「鯖魚的故鄉」。大鯖魚夢工廠是由在地創立超過 60 年的山萬海產加工廠（明堯前身）所創立的觀光工廠，以推廣蘇澳代表性鯖魚產品、加工知識、海洋永續等價值，期許「吃鯖魚」成為一種永續的飲食文化。



### 參與廠商介紹

### 社團法人臺灣有機食農遊藝教育推廣協會



一群關心有機農（產）業與有機食農教育之有機農業推廣種子志工基於「生產、生態、生活、生命」之農業體質，強調「健康飲食、有機農耕、生態旅遊、環境教育、藝術文化、體驗教育」之服務定位，建構永續農業有機生活圖像，進而推廣並連結有機農業生產、流通與消費組成之非營利組織。



### 港灣溜魚文化工作室

來自彰化鹿港的食魚團隊——港灣溜魚，彰化海線位於臺灣西部，雖然沒有大型港口，但卻有著超寬的潮間帶，裡面蘊藏著各種豐富多樣的生態，沿著彰化潮間帶設計多元的海洋教案，進行知識轉譯，透過辦理兒童探索營隊，讓青年、學員參與社區行動，認識彰化在地產業面臨議題，期待能用體驗教育拉近人與海的關係，品嚐在地美食，感受在地文化。



### 大小港邊，熱帶漁林

進駐在屏東縣林邊鄉崎峰村，以成為地方生活文化的採集家為己任，透過轉譯行動將在地特色內容做行銷推廣，打造出一個聚集各方人才互動交流的學習空間——「港邊生活集散所」。團隊以深度體驗遊程、食魚農教育、工藝美學、人才培育孵化作為主要行動核心，期許讓不論內部或外界的參與者都能更深入在地，為地方創造多元的經濟型態，朝著永續經營的方向努力邁進。



### 年年有鯖



位於澎湖的食魚教育團隊，主要以澎湖傳統海洋文化為主題，推廣相關的體驗活動及到校課程，體驗活動包含魚市場導覽、敲魚乾、魚拓及魚標本製作體驗，希望用食魚教育拉近人與海的距離。



### 洄遊吧 FISH BAR



以食魚教育及海洋永續為核心，提供永續海鮮商品，分享海洋、魚類與漁業的相關知識，規劃與帶領食魚教育體驗遊程活動。連結消費者、漁業人員和學術單位的交流與回饋，讓海洋的資源利用及環境，達到相互平衡永續發展。



### 國立臺灣海洋大學 USR 計畫智慧樂活水產村

海大 USR 智慧樂活水產村計畫，以宜蘭沿海鄉鎮為實踐場域，透過導入新世代養殖技術協助一級養殖產業升級；食安冷鏈教育與新產品開發研究量能輔導二級加工；海洋永續與食魚教育增值三級旅遊觀光內涵，期望建立海岸地區六級產業模式的永續發展。



### 國立高雄科技大學鄰家好漁

「鄰家好漁型塑計畫」由國立高雄科技大學計畫團隊結合教育部大學社會責任實踐計畫（USR），強調負責任的生產與負責任的消費，經由養殖價值創新與漁村的人文關懷角度，輔以地方創生行動，協助屏東縣林邊、佳冬及東港等漁鄉地區特色產業發展與轉型，「鄰家好漁」產業及文化教育推廣平台由高科大海洋事務與產業管理研究所主導規劃，並結合校內共計 8 個跨領域學術單位共同執行，期盼深入漁鄉社區互動互助，共同推動強化地方文化特色教育，以及漁業產業升級發展，確實履行大學對地方之社會責任。



漁業推廣 FISHERIES EXTENSION



## 海洋保育貢獻楷模獎

漁業資源保育推動成果獲肯定

文、圖 | 謝卓融 (漁業廣播電台記者)

第二屆海洋保育貢獻楷模獎於6月15日在國家海洋日活動公開表揚，由海洋委員會主任委員管碧玲親自頒獎，得獎人獲頒以海洋生物為題材製作的《趨光微觀》獎座，象徵堅定地趨光前行，才能通往海洋保育的成功道路。海委會表示，期盼透過表揚儀式，向積極推廣永續海洋與保護海洋環境的貢獻者致敬，同時也能喚起國人對海洋保育的意識。



上：海委會主委管碧玲頒發113年第二屆海洋保育貢獻楷模獎。  
下：113年第二屆海洋保育貢獻楷模獎《趨光微觀》獎座。

### 表揚各界海洋保育推手

本屆海洋保育貢獻楷模獎分為2組團體及5名個人獎，在獲獎的團體中，國立自然科學博物館長期協助鯨豚擱淺的處理與解剖工作，累積海洋保育資源並傳遞知識，貢獻良多；法務部矯正署綠島監獄對受刑人進行環境教育，使其以開放積極的態度參與棲地復原與海洋保育相關工作。

在個人組獎項方面，社團法人台灣海洋環境教育推廣協會前秘書長郭兆偉於生前積極推廣海洋環境教育課程，更是徒步環海岸線的先行者，讓大眾理解保護海洋的重要性；臺灣澎湖地方檢察署檢察官吳巡龍對查緝非法漁撈身先士卒，在澎湖地區串連各機關建立查緝平臺，成功打擊在地非法漁撈案件，對海洋保育執法有重大貢獻；國立中興大學生命科學系教授林幸助是國內少數從事整合性生態系統研究者，對因應氣候變遷、濱海藍碳與生物多樣性減損等科研項目貢獻良多；彰化區漁會秘書洪一平推廣海洋生物棲地復育及保育經歷豐富，積極參與海洋教育課程並協助推廣教育活動；富山漁業資源保育管理委員會主任委員陳志和多年來參與富山保護區的經營管理，親力親為參與海洋保育政策，值得嘉許。

### 漁業人成護海推手

值得一提的是，獲獎者彰化區漁會秘書洪一平與富山漁業資源保育管委會主委陳志和，屬於長期推動海洋保護區工作的在地漁業夥伴。

洪一平在推廣海洋生物棲地復育及保育、海洋事務管理等經歷相當豐富，從螞蛄蝦保育區開始，協助彰化伸港鄉以有效養護及管理復育螞蛄蝦資源及棲地，再到白海豚回報巡護工作等海洋推廣教育活動，並積極地邀請漁民參與各種海洋教育課程、保育計畫，集結在地漁民一同親近愛護海洋。

陳志和推動臺東縣海域的海洋保育20餘年，其積極參與區域組織的發展並配合政府單位的海洋保育相關政策，推廣保育的熱忱有目共睹，不僅成立富山漁業資源保護區及栽培漁業區，完整保留珊瑚礁潮間帶保護魚蝦貝類生物棲息地，也讓所有到臺東富山觀光的群眾能深刻體認到海洋生態之美，深化民眾對海洋的保育意識。



海委會主委管碧玲與獲獎人洪一平先生合影。



第二屆海洋保育貢獻楷模獎獲獎人林幸助教授(左2)、陳志和主委(左3)、洪一平秘書(右2)合影。



現場展示生鮮黑鮭全魚。

漁業署於 6 月 3 日在農業部舉辦「黑鮭魚季正對時 產品多元利用」黑鮭魚行銷推廣記者會，農業部政務次長黃昭欽、漁業署署長張致盛、中華民國全國漁會總幹事林啟滄、東港區漁會總幹事鄭鈺宸、蘇澳區漁會總幹事陳春生、新港區漁會總幹事陳俊銘及琉球區漁會總幹事李叔娟等產業團體代表連袂出席，共同推廣最對時的黑鮭魚，鼓勵國人響應「食當季、吃在地」。

黑鮭魚的盛產期多在母親節前後，象徵大海母親的恩賜，為充分利用這得來不易的美味，漁業署推廣

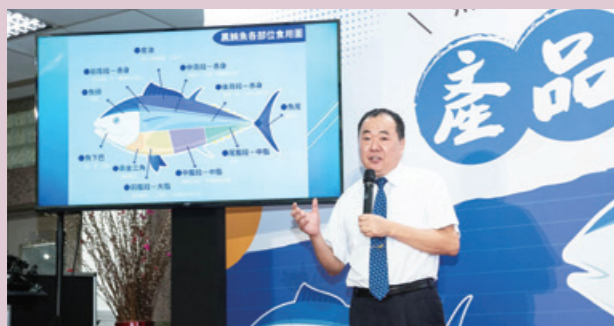
## 最讚滋味「鮭」隨而來

多元料理把握季節限定推廣

文、圖 | 編輯室



與會人員合影。



漁業署署長張致盛介紹黑鮭魚各部位食用圖。

全魚利用，不同部位的鮭魚可製作多元料理，如肚肉生魚片、背肉乾煎、下巴香烤及邊角料製成罐頭等。記者會上邀請鮭魚達人三多屋主廚李奕立，與黃昭欽次長、張致盛署長共同推薦適合夏季輕食的鮭魚沙拉、簡單香煎即可上桌的鮭魚排，以及滋補養身鮭魚麻油麵線，不同料理方式烹調的美味佳餚，令人食指大動。民眾除了可至產地品嚐鮭魚料理之外，也可至農漁會超市或網路商城購買黑鮭魚產品，享受方便的購物與取貨服務。

為珍惜這大海的恩賜，我國制定「太平洋黑鮭魚撈作業管理辦法」，要求捕撈黑鮭魚的漁船必須取得捕撈許可，並裝設船位回報器，漁獲時需立即通報，魚體需綁附標籤，並實施漁獲證明書制度，以掌握每隻黑鮭的漁獲來源及位置，確保漁業責任制及海洋環境的永續。

為響應 2024 年世界海洋日主題「喚醒新深度」(Awaken New Depths)，提升全民對永續漁業及資源保育的意識，漁業署於 6 月 7 日在新北市萬里區野柳海王星碼頭附近海域舉辦「2024 世界海洋日魚苗生態放流活動」，通過放流健康優質的種苗來增裕海洋生物資源，同時也呼籲全民共同參與保護海洋。

海洋保育與資源永續利用是聯合國第 14 項永續發展目標 - 水下生命 (Life below water) 的重要課題。此次活動由漁業署與臺灣海洋保育與漁

## 響應2024世界海洋日

喚醒國人海洋新認知

文、圖 | 編輯室

業永續基金會聯合舉辦，並邀請新北市政府、交通部觀光署、中華民國全國漁會、萬里區漁會、金山區漁會、野柳國小、中華漁業漁船協會及新北市野柳海洋巡守隊共同參與。農業部政務次長黃昭欽率領並示範放流，與當地學童一起放流黃錫鯛、布氏鯧鰻、川紋笛鯛、九孔及錦繡龍蝦等原生物種，藉此在學童心中植入海洋保育與資源永續的觀念，從小喚起守護海洋的意識。

放流應選擇與放流地點原有分布相符的物種，並在放流前調整養殖環境以適應放流海域的水溫和鹽度。此外，放流過程需在專業指導下進行，如架設魚梯或潛水方式放流，以確保放流的正確性和有效性。此次活動不僅展示了政府與社會各界共同推動海洋保育的決心，也為全民提供了一個了解和參與永續漁業的良好契機，呼籲大家共同守護海洋，珍惜這得來不易的海洋資源。



以提水桶至魚梯放流之方式，進行黃錫鯛、布氏鯧鰻、川紋笛鯛等魚苗放流。



(由左至右)由漁業署主秘繆自昌、萬里區漁會理事長林榮欽、農業部政務次長黃昭欽一同運送龍蝦及九孔，以出船方式進行潛水放流。

# 外籍船員宰牲節慶祝大會

文、圖 | 吳常瑛 (基隆區漁會推廣部主任)

飄洋過海數千里，長年為臺灣漁業永續發展付出的外籍船員，讓臺灣漁業勞動力得以正常運作。為感謝外籍船員為臺灣漁業貢獻之辛勞，抒發離鄉背井之下的勞動壓力，基隆區漁會於印尼宰牲節日攜手與漁業署共同於基隆市八斗子漁港舉辦「外籍船員宰牲節慶祝大會」，透過印尼傳統的節日舉辦同樂活動，回味家鄉傳統氛圍節日，以慰藉思鄉之情。

古爾邦節又稱宰牲節，是伊斯蘭教的重要節日，過節的方式則有點類似臺灣的過年，主要包括連日拜訪親友、旅遊、宰牲等。在經濟生活較為優渥的家庭裡，會殺羊獻祭，或是幾個家庭聯合起來殺一頭牛獻祭，屠宰牲口，肉食不僅留給自己家，而且要分

送給窮人，目的是要確保所有的穆斯林都要有一份肉食，活動現場也安排遵循傳統的回教儀式及烤全羊。

這次活動基隆區漁會提供豐富美食菜餚，設立趣味活動攤位以及抽獎活動，邀請外籍船員們一起同樂，也透過此活動協助外籍船員擴展社交活動範圍，體會到臺灣廣納的包容性，相對的，舉辦這項活動，也讓國人對於外籍船員家鄉風土民俗，有更進一步的瞭解。此外，透過本次節慶活動關懷外籍船員，也邀請相關單位進行宣導，期許外籍船員能提高對自身權利的認知，也學習環境及安全相關知能，讓外籍船員在臺灣這片自由價值崇高的土地上，能夠找到認同與歸屬感。駐台北印尼經濟貿易代表處勞工



分析組組長卡迪爾全程參與此次活動，讚許基隆區漁會長期對於辛勤的外籍船員的關懷與付出。

本次活動特別感謝漁業署、基隆市政府、中華民國全國漁會、警察局、環境保護局、基隆漁工職業工會及新事社會服務中心等各方的支持與共襄盛舉。相關單位在輕鬆愉快的互動中發放有關漁民權益的宣導品，希望參與者對於漁民作業安全及權益等重要相關資訊，能夠有更深一層的認識。

左：基隆區漁會舉辦「輔導外籍船員提升知能暨特殊節日關懷活動」，特別準備抽獎活動，邀請外籍船員一起同樂。  
右：活動現場的美食及遊戲攤位。



## 2024台北國際夏季旅展

漁業署邀您漁樂輕旅Trip臺灣

文、圖 | 編輯室

2024 台北國際夏季旅展於 7 月 12 日至 15 日在世貿一館盛大舉行，漁業署今年以「2024 來到漁玩，漁樂輕旅 Trip 臺灣！」為主題，邀請大家一起探索臺灣的漁村風情，體驗輕鬆有趣的漁村旅行。開幕當天，漁業署署長張致盛親臨現場，與國宴名廚陳麒文聯手帶來「食魚教育主廚秀」。陳麒文大廚現場示範如何用國產鬼頭刀魚排製作美味佳餚，並邀請現場觀眾品嚐，讓大家感受臺灣新鮮水產的美味。張致盛呼籲民眾抽空走訪漁村，親自品嚐道地的海鮮料理，支持臺灣的優質水產。

漁業署在旅展推出多種豐富的遊玩方案，強調「最在地、短行程、有深度」，攜手漁會、漁村社區及漁業青年共同參展，為民眾帶來包括漁村生活市集、趣味摸文蛤、傳統漁法牽罟及石滬、一日漁夫體驗、海女潮間帶導覽、魚塢風味餐及魚拓藝術等多樣化的體驗活動。今年的展區特別設置了「互動體驗區」，展示

臺灣各式漁法，並設有官方 LINE 解謎抽獎活動，讓參觀者在有趣的互動中學習漁村知識，並有機會贏取精美禮品。此外，現場還有「食魚教育手作體驗」，可以親手製作浮球、手工皂、摺紙及種子螃蟹等手作活動，適合大小朋友一同參與。

此次旅展還與國際旅遊平台「KKday」及特色活動熱門平台「ACCUPASS」合作，提供線上線下同步推廣。無法親臨現場的朋友，可以造訪 Fish Taiwan 網站，瞭解漁村遊程資訊，輕鬆選購臺灣優質的漁村旅遊產品。

左：台北國際夏季旅展，漁業署以「2024 來到漁玩，漁樂輕旅 Trip 臺灣」為主題，推廣漁村旅遊。  
右上：「食魚教育主廚秀」，由漁業署署長張致盛、國宴名廚陳麒文及營養師張斯蘭，示範運用國產鬼頭刀魚排製作美味佳餚。  
右下：攤位吸引大量人潮，推廣臺灣漁村的獨特魅力。



Fish Taiwan

■ 休閒漁業的正向發展有賴於業者的活潑創意及政府積極輔導的意願。

## 正向發展的休閒漁業

文、圖 | 鍾國南（公共事務管理博士）

四天三夜的刁曼島釣魚之旅花費項目：租船、住宿、釣餌、釣具、早晚餐、飲水及午餐便當、冰塊、保麗龍箱、暈船藥及回程伴手禮。

在臺灣的漁港釣魚花費項目：礦泉水、香菸、南極蝦或活蝦、打氣機或手電筒的電池、螢光棒、鉛錘、午餐燒肉粽、港邊小吃部晚餐、還有在附近觀光漁港買的伴手禮。

上述兩個例子凸顯了釣魚這種活動——或者說是休閒漁業——既使不包含一日三餐的費用，實際上是隱含了很高的消費與產值，此外對社會、經濟與環境也有正面和負面的效應，也不易被察覺出來。

近年來，臺灣在休閒漁業的管理上日趨完善，漁業署訂定的「娛樂漁業管理辦法」已經跨越漁業、娛樂休閒及海上活動的界線，對娛樂漁業漁船進行有效的管理。海洋保育署訂定的「友善釣魚方案」從環境與資源保育的基礎上提供釣魚活動完整的指引。另外，關於在港內釣魚的活動，漁業署、縣市政府及港務機關已有相關開放區域及管理的規範，提供漁民與釣客共享港區資源的法源依據。

也許在把休閒漁業納入正常管理之後，此時是開始進一步思考未來的休閒漁業該怎麼發展的時候了！



■ 地處偏遠的漁港可能靠休閒漁業獲得更好的發展機會。

### 定義與特性

根據 2012 年聯合國糧農組織（FAO）發表的《休閒漁業技術指南》一書，將休閒漁業（Recreational Fisheries）定義為：「不以捕撈水生動物（主要是魚類）作為構成個人營養的主要來源為目的，或者不把其所獲作為銷往國內外市場和黑市為目的的捕撈行為。」這樣的定義把潛水

射魚、抓龍蝦、手拋網、牽罟、放蝦籠和捕蟹網、撿拾螺貝、澎湖的巡漚、抱礮、潮間帶夜間的「照海」，甚至收費的釣魚場及釣蝦場，以及休閒農場提供的各種撈捕活動都納入休閒漁業的範圍內。

休閒漁業與捕撈漁業使用共同的自然資源和活動場域是早期造成兩者衝突的根源，休閒漁業經常以高價位的魚種為目標，例如國外專門以鮪魚、旗魚為目標的遊釣漁船，國內潛水客喜歡以龍蝦、紅鱸或紅甘鱸為目標，這當然或多或少會減損漁民的漁業資源。另外漁港內釣客因為沒有丟垃圾和上廁所的地方，停車的空間也可能不夠，就經常會造成港區環境髒亂不堪，也會引起社區居民的不滿。

潛水與釣魚活動也會與其他社區居民或活動項目發生衝突，最常見的像是潛水客遊進岸邊釣魚的範圍、潛水客和釣客受到水上摩托車和獨木舟的干擾、釣客為了要抵達水邊會穿越農田或果園等，都很容易引起衝突。休閒漁業對環境及資源也會造成



■ 很多漁港本身就有絕佳的觀光條件，搭配休閒漁業就有很好的發展潛力。

負面影響，例如大量撒誘餌造成水域優養化、在海底岸邊留下的釣鉤釣線和鉛錘、潛水客踩踏珊瑚或大量射殺魚類、在潮間帶採捕時破壞珊瑚，以及不當引入外來種等。

從這些競合關係可以看出休閒漁業多樣性和高度重疊性的特質，不過也正是由於多樣與重疊的特性，讓休閒漁業對環境、社區，以及相關產業能夠形成的極大的正面效應。

### 休閒漁業的正面效應

休閒漁業其實是有產值的，但是這些產值經常隱藏在其他許多行業當中。除了可以直接計算產值的釣具行、遊釣船和專業釣魚釣蝦場之外，其他與釣魚和潛水相關的產業還包括魚餌供應商、租船商、造船廠、製冰廠、民宿業者、港區雜貨餐飲業者、潛水嚮導、潛水訓練、蚯蚓和沙蠶養殖業者，以及為釣魚釣蝦場供貨的養殖業者。隨著休閒漁業的興盛，也出現包團旅遊業者和不同型態的釣魚媒體、釣魚的網紅和博主，為新世代創造新的商機。

休閒漁業也促進了製造業的發展，潛水衣、氣瓶、調節器、浮力背心、捲線器、釣竿和浮標都由專門的廠商生產，但走入任何一家釣具行，會發現還有太多商品來自其他製造商，像是雨衣、冰箱、手電筒、手套、魚簍、遮陽傘、活蝦、南極蝦、五鬚蝦、冷凍蝦、米糠等，其實也是巨大的隱性商機。

對於許多偏遠的農漁村來說，休閒漁業也能促進在地社區的發展。漁民要轉型成為釣魚嚮導或娛樂漁業漁船的船長幾乎沒有太大困難，部分業者還能兩者兼顧，平時捕魚、假日帶客，提高整體收入。漁港周邊的社區可為休閒漁業提供完整的服務如住宿、餐飲、醫療、交通、停車和資訊等，對釣魚人和潛水客來說，能在偏遠的離島或山區享受到優質的住宿餐飲，就有很大的誘因掏腰包，而這樣的服務可讓社區和釣客互蒙其利。

因為動機與目的不同，從事休閒漁業的人也願意為自然教育及保育做出更多貢獻。已經有充分的證據證明，他們會積極地去保護資源，並在可能的情況下直接去提高水生生物的多樣性，例如支持放流原生魚種或其他漁業管理措施。也有證據證明，釣魚人在支持環境保護方面的立法和通過法律手段打擊對環境有害的行為這兩個方面發揮著重要的作用。

從長期趨勢來看，休閒漁業是國民生活水準提升之後必然的發展，政府和產業界都應該有長遠的企圖心和規劃能力。



專業漁民要轉型為遊釣船或潛水船幾乎沒有太大的困難。



漁港可提供釣客很多服務如餐飲和停車空間。



隨著經濟發展與所得增加，休閒漁業人口大幅成長，產值也不可小覷。



研究顯示休閒漁業的參與者更願意支持環境保育及資源管理的規範。



漁港內提供餐飲及雜貨服務也有相當的產值。

### 關鍵在創意和開放的環境

傳統政府思維通常是防弊重於興利，但防弊的大旗往往扼殺了整合發展的空間；環保團體的思維經常是生態環境絕對優先，但往往錯過了永續發展的可能性。檢視目前已經運作的許多休閒漁業活動，會發現業者的創意加上政府積極整合資源的意願，休閒漁業真的能在兼顧環保與安全的條件下，為地方社區與產業帶來巨大的商機。

到澎湖的遊客能在傍晚時分出海看夕陽用完餐、入夜後看煙火、再去夜釣小管；在東南亞海邊可以划獨木舟到離島，進入一般人難以到達的紅樹林秘境去釣魚，再到小島上享受在地美食；到馬來西亞的海上奎籠可以24小時垂釣，也提供牌桌、球檯、卡拉OK、獨木舟及冷氣套房住宿，又能欣賞海上朝暉夕暈與星空美景。

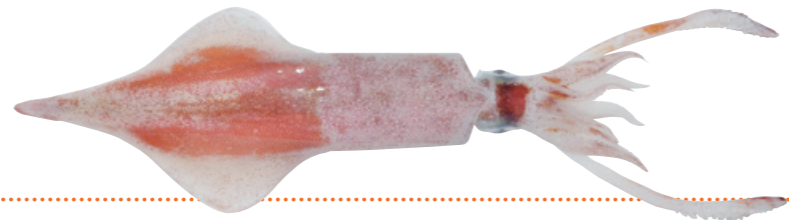
如果把管理的思維從防止資源破壞及降低衝突的管制手段，轉變為推動產業發展需要整合機制，把休閒漁業當作促進整體經濟及社區發展的產業，同時也是提升環境教育和資源保育的有效管道，休閒漁業的未來會不會不一樣呢？🐟

如果我是隻小卷仔或是鎖管，請叫我小娟！和我同班級（頭足綱）、且是鄰居家族之烏賊「科」的烏賊或墨魚，就有個藝名叫「花枝」、頗有花枝招展的意味；且該稱呼早在大明帝國萬曆年間的1620年何喬遠之《閩書》即載：「烏鰂，一名烏賊……，大者名花枝。」又，清帝國康《福清縣志》：「俗呼烏賊大者為花枝。」說明遠在4百多年前，人們可能覺得「烏黑色大賊」稱呼不好聽，而另外取名花枝。有關我的身世，也早在18世紀大清帝國之乾隆年間1763年的《泉州府志》即有提及：「……，鎖管似烏鰂而小，色紫。」當時連「小卷」之稱都還沒有，遑談秀氣味的小娟。

比較臺灣本土的《臺灣縣志》（1720）倒是先記載：「鎖管，身直而圓，狀如鎖管故名。其味甘肥。」更早提出鎖管名稱之由來。日治時期1931年的《臺日大辭典》中有「鎖管」（音só-kng）一詞；解釋鎖管的頭部有扁長針葉型的幾丁質小骨插入筒體，好像鑰匙插進鎖內開鎖，且提及其軀體和腳鬚吃起來脆而甘甜、愈嚼愈香。

至於「小卷」一詞，在2011年教育部《臺灣閩南語常用詞辭典》用的是「小管仔」（音sió-kng-á），因台語「鎖」音só和「小」音sió極為接近，而「卷」和「管」都讀成kng，所以小管就被寫成小卷（sió-kng），其後加上「仔」（音á）或許是表示親切。另外可能鎖管是頭足綱中體型最小而幼秀（音iù-siù）的，才被稱小卷或小管。

## 請稱呼我小娟



文、圖 | 莊健隆（《鱸故事、魚文化》作者）

### 鎖管外型與種類

根據邵廣昭於1996年主編的《台灣常見魚介貝類圖說（上）》，稱小卷仔是鎖管科（*Loliginidae*）、亦稱槍烏賊科；而我國在盛產期6-8月份所常捕獲的有臺灣鎖管（*Loligo chinensis*）及透抽（*L. edulis*）亦稱「真瑣管」，兩者雖最大可長達40公分，但前者之尺寸多在15公分以內，而後者可達20公分以上。透抽台語讀音 thàu thiu，意思似乎是指其身軀透徹完整而瘦抽（音 sán-thiu、意細長），不像小卷短小相對胖圓管狀。

鎖管科還有一個和上述兩者不同屬（Genus），叫軟翅仔（*Sepioteuthis lessoniana*）的成員，其台語音 nng-si-á，也可寫成軟絲仔；牠還有個別名萊氏擬烏賊，觀看此名萊氏（Lesson）乃命名者的姓而「擬」有「相似」的意思，也即表示牠外型長得像烏賊，而烏賊是屬於烏賊科（*Sepiidae*）。此「擬烏賊」胴體較寬，而鰭包圍胴部兩側全緣，更顯圓滾滾地，頗似烏賊的盾形袋狀包有石灰質（碳酸鈣）、形同小冲浪板「內骨」的胴部。軟翅仔體內也有一個幾丁質、似薄彈性而透明似塑膠的背板，雖沒烏賊碳



花枝烏賊石灰質碳酸鈣內骨。



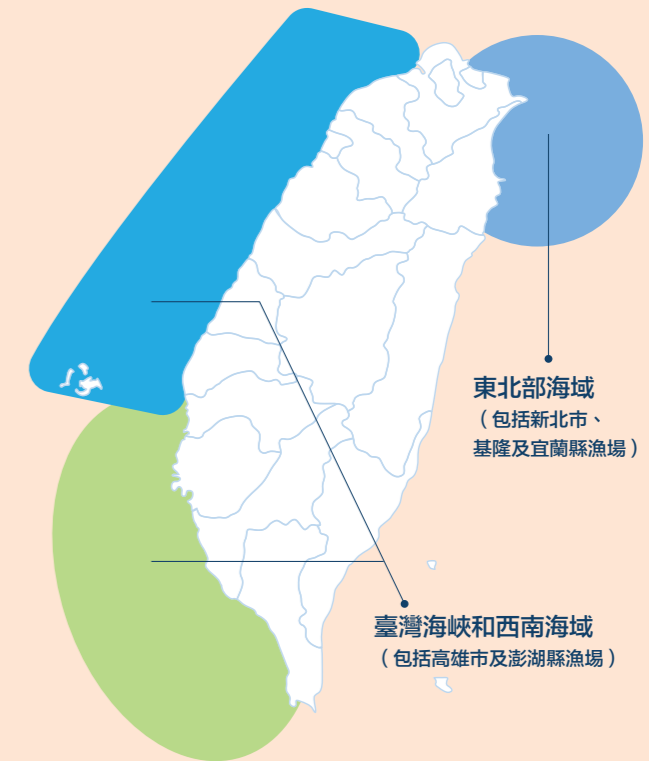
軟翅仔的幾丁質「內骨」。

酸鈣的內骨厚、卻寬度接近，撐起胴體，正面看尚有幾分像花枝烏賊。也因此擬烏賊之名，仍不致浪得虛名；然而這只是「臺灣觀點」，西方人把擬烏賊和其他鎖管科統稱為 Neritic squids，而花枝烏賊則叫 Cuttlefish 或 Calamari，尚且他們連牠體內的「墨汁」也吃得津津有味，例如烏賊墨義大利麵 Spaghetti Al Nero di sepia 就是道名菜餚，比起我們的「小卷米粉」似乎有過之而無不及（抱歉這只是我個人淺見偏好）。

### 臺灣鎖管分布與產量

臺灣的鎖管類主要分布涵蓋印度-太平洋大陸架暖水區，是淺海性熱帶種，有明顯趨光習性，但畏強光。臺灣沿近海所捕獲區域則包括臺灣東北部海域（包括新北市、基隆及宜蘭縣漁場），及臺灣海峽和西南海域（包括高雄市及澎湖縣漁場）；其漁撈作業之漁具漁法有以燈火漁業的鎖管棒受網為主，也有用中小型拖網者。

全臺鎖管產量光基隆海域區即達總數的三分之一，也因此自2005年起，當時的農委會漁業署即



臺灣沿近海捕獲區域。

與基隆市政府相關單位開始舉辦「基隆鎖管季」，以「與海共生、里海永續」理念融入「鎖管主題日」，再配合系列活動引領民眾走訪基隆漁村，體驗特有漁業、傳統文化、民俗歷史等之內涵，進而了解海洋及漁業永續發展的重要意義，使參與者能身體力行。

此「鎖管季」還年年創新，至今 20 載已打響活動知名度，今年首度入選 2024-2025 臺灣觀光雙年曆，今年之鎖管季結合旅遊、海上王爺祭和海釣學院三個項目，並以品牌聯盟平台形式邀集百家業者加入，打造在地休閒漁業及旅遊相關品牌，推出 10 條漁村旅行路線和 4 堂海釣學院體驗課程，以漁村走讀及各式體驗活動和食魚教育課程，帶民眾感受基隆漁村生活文化。基市府在今年 5 月中旬邀請在地產業，在海科館首度辦理鎖管季產業論壇，還邀請日本 NPO 農村創生機構「村おこし NPO 法人 ECOF」參加，與本地漁會等百家產業在地文創團隊參與分享心得及展望。

臺灣鎖管類的漁獲量因受到環境因素及鄰國競爭而連年縮減，到 2018 年只剩 2,515 公噸，只有 10 年前 2008 的 5,050 公噸之半數。鎖管捕獲方式大多是以燈光照射海面吸引鎖管上鉤的「棒受網」。漁業署乃於 2019 年 10 月份公告《鎖管棒受網漁業管理辦法》，相關漁船須申請捕撈許可，且不能在農曆 2 月及 10 月在北緯 24.5 度至 26 度之間作業，希望能讓鎖管能夠安心產卵、長大。管理辦法經幾年的努力，似有奏效，2022 年臺灣鎖管產量達 7,095 公噸、價值高達 12 億多臺幣。不過「擬烏賊」的軟翅仔和「真」烏賊等加起來，只有 1,200 多公噸。另外順此一提我國頭足綱的魷科 (Ommastrephidae) 的產量，在 2022 年其最大宗，由我遠洋魷釣漁船所捕獲之阿根廷魷 (Illex argentinus) 就有 64,200 公噸，價值新台幣 48 億多；而以往有 8 成以上魷魚多銷往中國，而在 2022 年突然和石斑魚、白帶及午仔魚等一起被禁進口，使價值台幣 36 億的魷魚受到衝擊。



超市的冷凍花枝。



超市的新鮮花枝、烏賊。



新鮮的魷魚。

### 本土味鎖管料理

一般魷魚體長可達 40 公分、個體重 200-600 克，牠在國際上廣受喜愛，而臺灣自 1983 年即開始遠赴阿根廷西部海域捕撈之，多年來最高的年產量曾達 26 萬多公噸，因此對其產銷經驗尚稱豐富。

相對的，鎖管類非常有本土味，更需要在地人的關愛；牠們小而美、精緻而不「蹺腳」，牠們有 10 腕（腳）、包括兩隻較長的觸腕，10 腕之上附有吸盤可靈活運用、不礙手礙腳。牠們那可作充饑的「臺南小卷米粉」（米粉湯），是使用豬大骨熬煮的高湯；碗放著即有的冬菜、米粉、熟小卷塊外，或可再加上燙過的蛤蜊幾粒，綜上所述鮮美的高湯，再撒上胡椒粉及油蔥酥。鎖管類還可以作「黑白切」的小吃料理，它是將鎖管先行切塊，再清蒸或汆燙後取出放入冰箱使肉質收縮，食用前取出稍微回溫後，再沾醬油、芥末、嫩薑絲一起食用。也有煎烤烹調法，將整隻鎖管用刀切開，去除內臟後，直接在鐵板或鐵上邊上調味料、邊煎或烤，送到客人面前猶香味濃郁撲鼻。

上述幾種烹調方式，似乎沒有「炒鎖管」或「炒小卷」，聽說早前香港老闆若是要解饞一個夥計，就會請他吃盤「炒魷魚」，意思是「你可以把自己的鋪像炒過的魷魚捲起來，準備走路了！」

頭足動物包括魷魚、花枝烏賊及鎖管類的肌肉中，其收縮性肌纖維蛋白質佔所有肉蛋白的 80-85%，而一般魚類只有 60-70%，所以經過加熱立刻收縮捲曲；然而因為鎖管類體型本來就小，若切塊炒也看不出小了多少，也因此我們從來沒有吃過「鎖管小小卷丸」，即令它咬起來會像反作用力極強、吃起彈牙的「花枝丸」及「魷魚丸」。

數落了享受鎖管料理的局限性，讀者大爺們或許對於「我」（如題名所稱）會略失所望，而不想稱呼我為小娟。那麼何不抱著像大導演李安的情懷，每次回國返鄉，一定先跑去吃碗「臺南小卷米粉」，因為故鄉是我們生根發芽乃至成長的地方，它是我們最早看到的世界。我若沒有小娟的令人憐香惜玉，那稱呼「小卷」也可以，因為我的肚子裏還是有點墨水（汁），雖然沒有花枝烏賊那麼多，但仍然有點「書卷」氣。🐙



鎖管料理從汆燙到蒸煮，各種調理滿滿本土味。（圖／編輯室）



- 左：這季節早一點上市場，多可見到全身晶瑩剔透的活肉小卷。
- 中：隨時間進入盛夏，沿岸捕獲的小卷體型會持續成長，同時名稱、料理乃至風味與品嚐樂趣也隨之轉變。
- 右：俗稱剪煙的熟卷，胴部邊緣的缺口是其特徵，風味絲毫無損，但卻能讓品嚐更顯痛快。

## 好吃趁當季 小卷

文、圖 | 黃之暘（國立臺灣海洋大學水產養殖學系副教授）

小卷是對多種鎖管或近似種類的統稱，主要指的都是那總以完整形態料理直到品嚐的頭足類食材。其中約莫指節般大小的稱為咪咪卷，市場亦有以透明塑膠盒裝，依據大小差異而俗稱一、二、三排的活凍小卷，由於每盒重量相同，因此排數越少，體型愈大。相對於捕捉後活凍，也有俗稱活肉的冰鮮現流漁獲，在捕捉後搶快供應批發與零售市場，展現絕佳鮮度與賣相。在整個夏季期間，只要天候海況不錯，除可在夜晚見到打著燈火的漁船辛勤作業，早一點到市場，還能見到那體表色素細胞縮放、質地澄透，甚至在眼睛上緣透著螢光藍綠光澤的活肉小卷。

- 為方便儲運與保鮮，因此撈捕後旋即以鹽水汆燙的熟卷，鮮度與風味絲毫不輸活肉或活凍漁獲。



小卷迷人之處，一是造型靈巧可愛，光看便讓人垂涎欲滴，二來則是一口一只的剛好體型，即便胴部長度達10-12公分的小卷，只要劃上刀口一二，喜歡帶著肉鰭的尖尖、寬闊飽滿的中段，或是連頭帶著十只觸腕的部位，也都有著相同美味，但卻具有樂趣差別的奇妙體驗。部分種類隨持續成長，會在名稱、料理乃至品嚐方式產生微妙變化，例如體型由小到大，便會分別稱為鎖管、透抽、中卷乃至砲管，雖然種類間或有差異，但市場一般皆以體型大略區分。但如果仔細分辨，除了會發現供應來源除有在夏令盛產的本港漁獲外，也不乏冷凍進口商品，或是大致可以依據

胴部形狀、肉鰭分布比例與整體形態差異，區分為市場俗稱的尖仔、大頭或是脆卷等近似種類。

呼應享當令、嚐在地，同時關注食材在生產儲運間的碳足跡或食物的碳里程，當然是把握季節，就地享用本港漁獲。特別是當令盛產不但鮮度無虞，同時價格也相對合理，更何況吃多少買多少，尤其是當天料理，當餐享用，最能感受水產食材鮮美迷人之處。特別是小卷從料理到品嚐，幾乎完全不用費工費時的宰殺打理，或是市場除有冰鮮或冷凍小卷外，也有捕獲後旋即以鹽水煮熟，俗稱熟卷的各類商品。簡單復熱、調味甚至直接食用，也能享受那迷人的脆彈口感，並感受那伴隨咀嚼不斷釋放的鮮甜芬芳。

挑選時以外觀完整、飽滿硬挺，同時色素細胞鮮明的小卷，大小則全憑個人喜好，或是考量料理與品嚐方式。一般咪咪卷多用熱鍋冷油快速焗一下，或以蔥薑蒜搭配豆豉爆炒，不論搭配清粥白飯或作宵夜都分外美味。而體型稍大的小卷可汆燙、可乾煸、能清蒸，也可以滷肉；除享受那渾然天成的肉質與內臟滋味外，也能搭配如五味醬、嫩薑絲與醬油膏或芥末醬油，讓風味層次豐富。而挑選肉質稍厚的熟卷滷五花肉，則是鹹香兼具，配飯與帶便當皆相當受到歡迎的家常菜式，迷人之處還包括冷熱皆宜，特別是那氣味濃郁的滷汁，拌飯拌麵，最是痛快過癮，就更別說那海陸葷素兼備，用料豐富澎湃的小卷米粉！

西部沿海皆可見到當令小卷漁獲，但仍以基隆與澎湖產量各擅勝場，仔細觀察，兩地的鎖管不論在種類組成、外觀形態、料理風味乃至品嚐樂趣皆有不同。例如澎湖與部分西部沿海的小卷多會剪煙，除讓形色俱佳，也解決了吃的時候嘴角烏黑的困擾。但在基隆，不論活肉或熟卷，則多有著飽滿腹內，讓一口咬下，不但感受那明顯的鮮甜，同時也能藉由那濃郁滑潤的內臟與墨汁，完整感受迷人滋味。



- 上：用料豐富澎湃的小卷米粉，搭配素材可自行決定，無須額外調味，便已鮮到不行。
- 中：以蔥薑蒜煎煸或先炸後拌炒的小卷，帶著內臟與墨囊一同享用，風味最是濃郁誘人。
- 下：俗稱咪咪卷的小卷裹漿後酥炸，一口一個，最是過癮。

※備註：鎖管名稱來自外型與大小類似早期的鎖頭，因此鎖管的臺語發音，加上多指特定體型的種類，所以便多寫成小卷或鎖管。

夏季七八月正值暑假，也是臺灣夜釣鎖管的最佳時節，這項活動在基隆及瑞芳地區特別受歡迎，以其海釣樂趣和船上料理吸引了無數遊客。

## 漁人料理搶鮮嚐

# 船釣鎖管脆甜滋味

文、圖 | 武展丞 (創意海鮮食譜作家)

夜釣鎖管是一項充滿樂趣和挑戰的活動，遊客約在下午兩三點出海，準備好秋刀魚生餌及木蝦假餌，太陽尚未下山之前，較大的鎖管會躲避光線而沉入水底，這時釣魚的最佳深度通常在 140 米左右。隨著夜幕到來，鎖管開始上浮到 50 米以上的深度覓食，這時船上也會開啟集魚燈吸引鎖管，釣到時釣桿頭會突然急速的往下抖兩下，接著慢慢的將釣繩捲回靜待漁獲驚喜。夜釣的過程中，有時也可能會遇到其他魚種，如鯖魚、白帶魚或東方齒鱈（煙仔虎），船長在行程中會以釣上的新鮮漁獲，準備晚餐及消夜供釣客飽餐一頓，夜釣的整個過程一直持續到隔天早上四點左右才返港，整個過程充滿期待和驚喜。

鎖管的料理方式多種多樣，無論是日式料理還是台式料理，都能展現其獨特的風味。在日式料理中，新鮮的鎖管常被用來製作生魚



片，搭配醬油和芥末，口感細膩；炙燒也是常見的方式，配上海膽醬或蛋黃醬，風味獨特。而在臺式料理中，鎖管常見於各種熱炒和海港料理中，如三杯鎖管、鎖管炒芹菜和白灼鎖管等，以快炒及汆燙保留其鮮嫩的口感。

本次所示範五味醬鎖管與鎖管米粉兩道料理，首先五味醬鎖管汆燙後再切片，可保持外皮的完整美觀，用鹽水汆燙 1 分半到 2 分鐘，撈起後浸冰水，保持其脆口感，醬料可以搭配五味醬、芥末醬油或美乃滋享用，簡單而美味。其次鎖管米粉將新鮮的鎖管去除內臟後切片，以油蔥酥、蝦米爆香再加入雞高湯和水熬煮湯底，最後放入鎖管與米粉煮熟，再撒上芹菜珠和胡椒粉有畫龍點睛的效果。

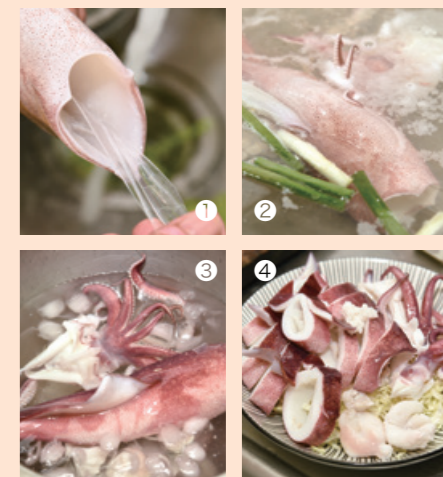
夜釣鎖管不僅是一種夏季船釣體驗，更是一項親近自然、增進家庭感情與促進漁村產業的活動。在這個夏季，帶上家人和孩子，體驗一場夜釣鎖管的美味之旅，不僅能享受到鎖管新鮮的滋味，還能增進對海洋資源的瞭解，對於鎖管有不同以往的全新感受。



## 五味透抽

- 作法：**
1. 透抽去眼、嘴及內臟，頭部分成數段，身體去軟骨備用。
  2. 鍋中水滾放入少許鹽及蔥段，再放入透抽，水滾後關火悶 1 分鐘。
  3. 將透抽取出，放入冰水冰鎮後取出輪切。
  4. 高麗菜絲放入盤中，再放入透抽淋上五味醬即可。

- 材料：**  
透抽 1 尾、高麗菜絲 150g、蔥段 15g
- 調味料：**  
五味醬 3 匙、醬油膏 2 匙、白糖 2 匙、白醋 1 匙、香油 1 匙、蒜泥 5g、薑泥 5g



## 透抽米粉

- 作法：**
1. 透抽去眼、嘴及內臟，頭部分成數段，身體去軟骨後輪切備用。
  2. 金鈎蝦先泡水備用，鍋中放入金鈎蝦、蔥段及油蔥酥爆香後，放入 1,000 c.c. 水及雞高湯，小火滾 15 分鐘。
  3. 米粉先泡水，放入米粉及透抽，煮滾後小火滾 1 分鐘。
  4. 裝入碗中再撒上胡椒粉及放入芹菜珠即可。

- 材料：**  
透抽 1 尾、金鈎蝦 5g、米粉 100g、油蔥酥 15g、蔥段 10g、芹菜珠 5g
- 調味料：**  
鹽 20g、味精 5g、胡椒粉少許、雞高湯 150c.c.



# 炎夏輕料理

文、圖 | 陳右穎 (屏東縣養殖漁業發展協會總幹事)、林怡賢 (中華民國全國漁會計畫專員)

## 龍膽石斑刈包

指導單位：屏東縣養殖漁業發展協會番仔崙家政班指導員 李坤良

### 材料：

龍膽石斑魚清肉 500g、刈包 10 個、  
榨菜 200g、辣椒少許、香菜一把

### 調味料：

花生粉 100g、糖粉 100g、胡麻醬 100ml

### 作法：

1. 刈包蒸熟備用。取下石斑魚肉片，厚度約 1.5 公分，仔細去除魚刺。
2. 起油鍋煎石斑魚片，呈現微金黃色即可起鍋。
3. 榨菜切細、泡水擠乾，加入少許辣椒拌炒。
4. 刈包放入龍膽石斑魚肉，依據喜好加入胡麻醬、花生粉、糖粉、榨菜、香菜等食材即可。



## 軟絲炒西芹

指導單位：中華民國全國漁會

### 材料：

軟絲 300g、西洋芹一把、蔥、蒜、辣椒少許

### 調味料：

鹽、米酒適量、白胡椒粉少許、高湯 100c.c.、  
芡汁、香油適量

### 作法：

1. 軟絲切段，滾水汆燙後瀝乾備用。西洋芹切段備用。
2. 蔥、薑、蒜爆香，加入西洋芹及軟絲。
3. 加入高湯與調味料，勾芡後加入香油起鍋。



鎖管永續 應有所管  
鎖管 | 棒受網漁船

您休息 我長大

農曆  
2月

農曆  
10月

不得於北緯24度30分至26度之間海域捕撈鎖管倘意外捕撈，應予丟棄

※違規處收回漁業執照、幹部執業證書或船員手冊一年以下之處分

北緯26度以北海域

該期間赴北緯26度以北海域捕撈鎖管者應裝設VMS並向漁會登記轉漁業署備查

※違規處新臺幣3萬~15萬元罰款

旬魚

小暑



零嘴、佐餐 老少咸宜  
鯵科 沙丁魚

節錄漁業署《臺灣常見經濟性水產動植物圖鑑》

身體長橢圓形或長形，側扁如刀，腹部銳利或鈍圓，沿著腹部常具有一列稜鱗。口小，不具牙齒，若有也細弱。體表有易脫落之小圓鱗，無側線。背鰭深叉，各鰭均無硬棘。

全世界目前描述有57屬188種，臺灣紀錄12屬27種。棲息環境廣泛，如淡水域、鹹淡水之河口區、沿岸內灣及海洋性珊瑚礁區均

可生活。群游性，大都成千上百出現於水域之中表層。多數魚種可一次產下數以萬計的漂浮性魚卵，稚魚亦行浮游生活。本科魚類為大型掠食魚類、鯨豚及海鳥等掠食之對象，在食物鏈上具重要地位，且種數多，大多為經濟性食用魚類。

分辨 TIPS

日本銀帶鯵

俗名丁香魚、魷仔、鯪仔。

前上頷骨三角形



腹部無稜鱗

體側有一條銀色帶

南美擬沙丁魚

俗名鯪仔、沙丁魚。



鰓蓋骨具骨質紋線

體側有二列黑斑，上列較大且明顯

黃小沙丁魚

俗名青鱗仔、扁仔。



腹鰭鰭條9，餘種小沙丁魚皆為8

花蓮小沙丁魚

俗名青鱗仔、扁仔。



背中線有兩列交互的鱗片

尾鰭上下葉末端具黑斑  
腹部尖窄，具強稜鱗

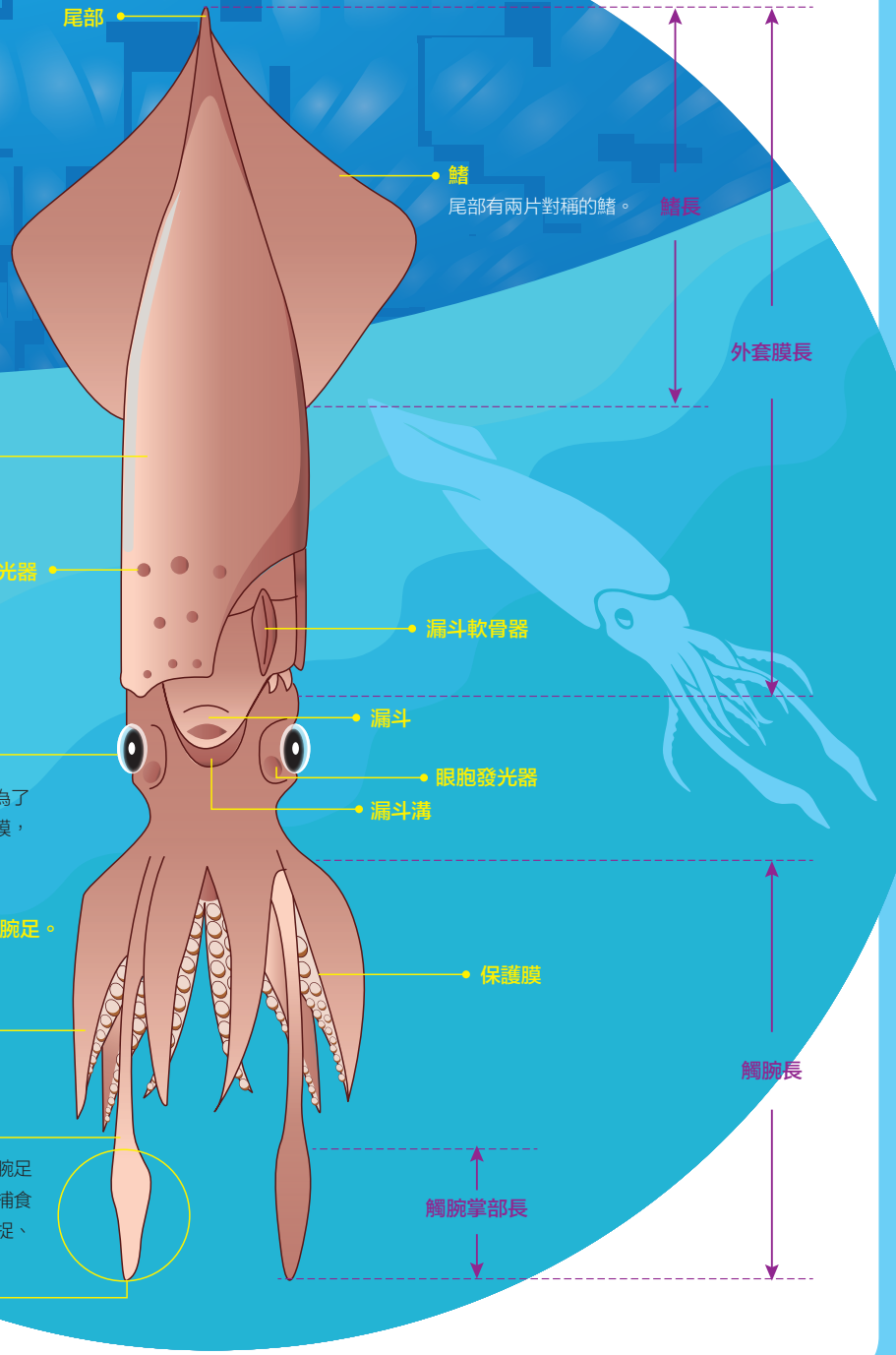
鎖管，也就是一般我們所稱的小卷、中卷、透抽及砲管，但不同名稱的鎖管，其實是同一種類，只是因大小不同，而被取了不同的名字。一般來說，外套膜15公分以下的稱做小卷、小管，15-20公分的稱作中卷，再大的就被稱作透抽。

主要分布和棲息於  
近岸淺海區

產季  
5-9月

洄游性  
軟骨動物

新北及基隆  
鎖管產量及產值佔全臺  
80%  
以上



主要食用的部位，裡面有藏器，及一片幾丁質的鞘支撐身體。表層皮膚有色素細胞，讓鎖管可依環境及情緒改變身體的顏色。

鎖管通常棲息在近海或貼近海底、較混濁水域中，為了保護眼睛，避免泥沙入侵，眼睛外有一層透明的眼膜，為最大的特色，也是區分鎖管的重要特徵之一。

十足目，連同臂腕與較長的觸腕共10隻腕足。

臂腕  
為鎖管的腳，長在頭部所以稱為頭足類。足部帶有吸盤及齒環，是捕食的重要工具。

觸腕  
一對特別長的腕足，可以伸縮，捕食的時候用在捕捉、纏住獵物。

觸腕種

觸腕吸盤

資料來源 | 大山影像工作室彙整 整理製圖 | 大山影像工作室