漁業推廣

我們的海洋 我們的寶藏

vol. 460

2025 JAN

FISHERIES EXTENSION



蛇來運轉 2025

開運吉祥

豐收滿年

農業部漁業署

漁民與指導員適用

海味試吃員



下飯的家常味

湖南豆豉午仔

文X圖 曾珮瑩

午仔魚肉質細緻、油脂豐厚，
向來是饕客首選魚種之一，
無論清蒸、乾煎、鹽烤，
都吃得到午仔鮮美的滋味。

偶爾嘗試不同口味，
泰式的清爽開胃，
日式的佃煮甘甜，
臺式的樹子清爽，
或是湖南豆豉鹹香，
在紅艷的辣椒及青脆的蔥段妝點後，
帶有喜氣熱鬧的年味。



| 編者的話 |

新的一年 有意識地吃魚

新的一年，萬象更新，大家對於生活周遭的人事物與環境總有新的期許。民眾從有意識的消費行為做起，也能夠一點一滴地對漁業永續發展有所貢獻。

從選擇具有第三方認驗證標章或產銷履歷可追溯性水產品，可確保經由政府及生產者共同嚴格把關生產過程及產品品質；從選擇永續海鮮，如《臺灣海鮮選擇指南》是依據海洋生態永續的原則，列出消費者優先建議的食用魚種；從選擇支持在地、季節性與當地魚種，可確保減少食物里程。

在過年期間，全家享受餐桌上那條全魚的同時，也凝聚民眾對海洋環境的關懷，也能為漁業的可持續及永續發展盡一分心力。買對魚、吃對魚，讓未來漁業生生不息及年年有魚。

漁業推廣
FISHERIES EXTENSION

JAN, 2025
Vol. 460

2025年1月16日

發 行 人 Publisher 王茂城
總 編 輯 Editor-in-Chief 繆自昌
編輯委員 Editorial Board
林頂榮、周淑幸、陳汾蘭、陳建佑、陳文深、焦正清
楊文賢、薛博元、劉福昇（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
■ 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.

CONTENTS

封面故事

蛇來運轉 開運吉祥 豐收滿年

年夜飯重視營養美味、吉祥寓意，
在品嚐豐盛年味之餘，
也兼顧海洋資源永續。
春節的走春拜年也是重頭戲，
來場漁村小旅行，
品嚐鮮美海味料理，
過個豐慶有魚的新年。

特訊
04 署長新春拜年－小龍納百福，新歲展鴻圖

專題
06 基隆區漁會 X 主廚示範－創意打造自家私房年菜
10 過年走春必去－體驗臺灣漁港風情，感受自然之美與人文底蘊
20 乍暖還寒的美味開端
22 東北季風下的企盼　鰆魚家族
24 海中嬌客　貢寮鮑
26 來自大海的禮物　櫻花蝦
28 披上薄紗無麟的嬌客　金鯧
30 食魚環島列車 X 食育廚房－食魚教育前進全臺

推廣
34 漁業署 114 年漁業月曆簡介－臺灣四季漁時（Seasonal Fishes of Taiwan）

活動
38 漁業署署長關心年節魚貨供應－慰勉春節期間堅守崗位的漁業人
40 第 34 屆全國十大神農及模範農民頒獎典禮
42 漁民運動會暨外籍船員關懷活動

專欄
44 以海洋科學序列帶學生認識過漁問題
48 全球化大轉彎與漁業的未來
52 馬加鰆多滋味－烹調白腹仔的美味
54 家政班廚房－酸辣蠽料理
56 漁業推廣月刊徵稿須知

封面裡 海味試吃員－下飯的家常味　湖南豆豉午仔
封底裡 討海的人－討海 身影
封　底 港邊漁光－晨光 漁影

漁業推廣月刊　漁業署官網　漁業署官方粉絲團　問卷回饋

2025

署長新春拜年

小龍納百福，新歲展鴻圖

各位關心及愛護漁業的漁民朋友、漁業先進、鄉親父老、兄弟姊妹，茂城謹代表漁業署團隊向各位拜年，祝各位在蛇年「小龍納百福，新歲展鴻圖」。

漁業為我國重要產業，不僅為國民提供食物及蛋白質來源，亦肩負糧食安全的重大責任，近三年平均漁業總產值超過 800 億元，創造約 30 萬個就業機會，更帶動周邊相關產業發展，且漁民生活方式、傳統技藝、節慶活動等都蘊含豐富的產業文化，對臺灣經濟與文化發展有重大貢獻，是依靠著漁民們辛勤努力的成果，茂城在此誠摯地向漁民朋友們表達最誠摯的感謝。

然而面臨國際漁業管理、漁業資源、極端氣候、漁業人權議題等諸項挑戰，身處易變性、不確定性及複雜性之產業環境我國漁業需逐步突破產業困境。且漁業的經營要掌握國際趨勢，並且扣合國家的政策，逐步調整經營及管理的策略，漁業署將依循農業部以「讓臺灣農（漁）業成為永續韌性的產業，讓農（漁）民成為高專業的職業」為農業施政願景，並透過「智慧、韌性、永續、安心」四大主軸之農業政策行動策略，積極推動各項漁業政策及業務：

一、沿近海漁業方面：特定漁業應配合國際趨勢持續強化法制規範，並落實監控管制調查（MCS）的執行；研擬推動漁船（員）進出港動態智慧化管理；提升船上保鮮技術，及確保魚市場魚貨不落地；鼓勵漁船使用電動或油電混合動力引擎，導入節能型漁具；研議漁網及繩具的回收再利用；轉化離岸風場成釣場，輔導網具類轉型為釣具類或娛樂漁業；另針對波特船及休閒海釣議題，將邀集相關單位合作，共同研商訂定休閒釣魚管理規範，以推動永續漁業。

二、遠洋漁業方面：在面對各洋區配額魚種數量的緊縮，適度縮減漁業規模；積極參與國際漁業組織的配額談判，爭取更多捕撈配額及漁業活動空間；深化國際漁業合作及配合國際管理要求及趨勢，落實合法捕撈及生產模式；在不影響多邊及雙邊所建立的互信基礎下，適時調整管理作為及強化利民之輔導措施，以形塑我遠洋漁業負責任、守紀律之形象，端正國際視聽，穩健產業發展。

三、養殖漁業方面：輔導合理利用水土資源，擴大養殖保險，以及避險的機制；開發無危害土壤或環境的水產養殖用藥及推動環保設施及漁具的使用；輔導漁業廢棄資材循環再利用；確保水產品生產鏈的衛生安全工作，提升內外銷市場冷鏈效率及品質；配合國家綠能發展政策，秉持「養殖為本，綠能加值」為主軸，以創造生態環境、養殖產業、綠電能源三贏。

四、漁業人力方面：持續強化人才培育，配合勞動部推動「留用外國中階技術人力計畫」，對來臺工作 6 年以上的外籍船員完成幹部船員訓練，及輔導留臺久用；評估將超過 200 萬海釣人口納為兼業漁民，研議透過簡化申請程序及短期漁業技術訓練，讓海釣人口能兼職參與漁業活動，補充漁業勞動力不足；持續推動「漁業與人權行動計畫」、漁撈工作公約國內法化及改善外籍船員權益與勞動條件，以維繫漁業永續發展與提升人權保障的國際形象。

五、漁業建設方面：持續完善漁業基礎建設及提升漁港防災能力，同時建構韌性綠色漁港，研議善用全國 221 處漁港規劃開發波浪能等綠能設施，取得綠電提供漁船使用，期藉由跨域思考，為產業所需綠電預為規劃，並減少漁船引擎發動之碳排放，以促進漁業永續發展。



面對未來漁業的各項挑戰，漁業署是漁民最堅實的靠山，將實踐總統與卓院長所揭示推動「國家希望工程」，建構「穩定的漁業生產」、「永續的漁業生態」、「幸福的漁村生活」的漁業體系，擘劃並推展相關施政作為，促進漁業轉型升級，致力提升漁業產業智慧韌性與永續安心，引領臺灣漁業穩健前行。

在此祝福漁民朋友們，新的一年

蛇來運轉賀新歲、魚躍龍門慶豐年

農業部漁業署 署長 王茂城

創意打造自家私房年菜

基隆區漁會X主廚示範

「讓我們多嘗試、多組合，在過年時做出自己的私房菜吧！」長期在基隆區漁會的家政班與食魚教育課程教導烹飪的黃俊偉老師，帶領讀者開箱基隆區漁會的年節禮盒，一品國產漁獲的美味，並以七道年菜示範如何活用。黃俊偉說明這一套年菜的理念主要是簡單好作但又好看不單調，尤其著重於活用邊角料，讓料理過程能輕鬆也聰明地備料並減少食材浪費。



文=賴品瑀．圖=游忠霖（大山影像工作室）



基隆漁會禮盒做後盾 七道年菜玩翻創意年節

打頭陣的是「櫻花透抽捲」、「鮮蝦冬粉煲」，都是在食魚教育課堂中高中生們也能輕鬆完成的料理。

｛鮮蝦冬粉煲｝

備料相當簡單，主要是冬粉要先泡水發開、白蝦要先挑出腸泥。接著先煎蝦子、再運用蝦油爆香炒料，然後加入粉絲煮過，最後再將白蝦擺在冬粉上便是一道紅豔喜氣的年菜，而小幫手學會挑腸泥以後，這份成就感將使其未來對料理蝦與吃全蝦都更有興趣。





｛櫻花透抽捲｝

以馬鈴薯沙拉填入汆燙後的中卷，黃俊偉認為，馬鈴薯沙拉中可以加入紅蘿蔔、蘆筍等蔬菜，或自家喜歡的配料皆可，他建議不加美乃滋調味較為清爽，而是推薦拌入烤過的鹹蛋黃碎塊，這份鹹香與跟抽透的鮮甜非常對味，若想更奢華，可嘗試用烤過的烏魚子碎塊。黃俊偉笑說，這份簡單料理可以讓廚藝較無基礎的家人參與打馬鈴薯泥、剁碎鹹蛋黃等工序，一起輕鬆參與年菜的準備，也可能成為孩子愛上料理的契機。

{ 蒜香龍虎斑 }

一改一般民眾對石斑魚熟悉的清蒸、入火鍋吃法，而是以乾煎手法來處理，黃俊偉指出，石斑魚的膠質豐富、肉質鮮甜 Q 彈不油膩，簡單料理就能彰顯其口感及滋味。隔水退冰解凍龍虎斑並以紙巾將表面的水分吸乾後，先以小火慢煎薄薄的蒜片至金黃色後取出備用，再以煎蒜片的油來煎龍虎斑，最後撒上香蒜片及黑胡椒粉即能完成這道簡單原味。

{ 汆燙本港小卷 }

為此系列年菜最清爽的一道，黃俊偉表示只要選購最新鮮的小卷就已經成功了大半，直接和基隆區漁會購買就能得到最有保證的品質。



蒜香龍虎斑



汆燙本港小卷



麒麟金鯧

{ 麒麟金鯧 }

運用了酒家菜「麒麟魚」的手法，除了金鯧，也可選用鱸魚、吳郭魚等可清蒸且大小適合的魚，看似澎湃費工，但其實破解後並不困難。黃俊偉說明，先把一側的魚肉切下成魚菲力的形狀，並將魚骨等剩下的部分汆燙到半熟，先放在一層豆腐上備用。魚片上的適當距離切出割口以便塞入各種蔬菜後，蓋回魚骨。接著挑選三四種自己喜歡也配色豐富的蔬菜，包括香菇、竹筍、火腿、紅蘿蔔、山藥、玉米筍、豆薯、南瓜等適合蒸的，切成片後按順序排列一一夾入魚片切口，接著整盤魚送進蒸鍋裡蒸熟。

麒麟魚不僅美麗有趣讓人眼睛一亮，且藉著其他食材能巧妙協助去除有些民眾較在意的養殖魚「土味」，黃俊偉更指出，上方的魚片無刺、下方鋪墊的豆腐吸飽魚肉及蔬菜鮮甜都很適合兒童與長輩食用，全家都能輕鬆享受年年有餘的祝福，這道菜讓他覺得相當有成就感。而配料更可以跟上一道「櫻花透抽捲」的填料沙拉互相搭配，這樣備料更省事也減少浪費。

{ 炙燒鮑魚佐莎莎 }

經過烤箱 200 度烤 5 分鐘即可，若以噴槍烤過表面，將更增添色澤與香氣，將莎莎醬或其他自家喜歡的醬料則附在盤邊，供家人自行選用即可。



炙燒鮑魚佐莎莎



彩繪乾燒大蝦

{ 彩繪乾燒大蝦 }

令人驚呼連連的大明蝦，不僅火紅喜氣，大體型更顯豪華霸氣。這麼大的蝦子要如何妥善料理以免口感乾柴，黃俊偉表示火候掌握的確是關鍵所在，建議先煎過再進烤箱進行乾燒，就能保持其口感。

禮盒拓展新藍海 一起組合出更多好滋味

基隆區漁會今年推出三款禮盒供消費者選擇。3,600 元珍品海宴頂級禮盒內有頂級大白鯧、嚴選紅鯥、軟絲、白蝦、干貝、鮑魚、飛魚卵香腸、花枝丸與大尖蝦仁；2,600 元的春暖花開團圓禮盒則有嚴選白鯧、特選龍虎斑、軟絲、白蝦、干貝、鮑魚與手釣透抽；1,600 元的嚴選新春吉祥禮盒則有嚴選黃金鯧、特選龍虎斑、手釣透抽、本港白帶魚捲、八斗子鮮小卷、Q 彈虱目魚丸。

基隆區漁會銷售課主任莊金富表示，年節禮盒的規劃普遍較無季節性漁產，而更重視消費者年節愛用水產，也更著重於好看與喜氣，雖然今年海產普遍較貴，但為讓大家過好年選擇凍漲，使禮盒更顯實惠，且目前市面上的冷凍海鮮禮盒競爭相當激烈，各方消費者都會多比較再選擇，因此對漁會來說，年節禮盒有一大任務是讓消費者體會到自家產品真的最新鮮，不只全都是真空包裝鎖住鮮美，尤其在漁產加工廠廠房落成後處理流程更順暢且冷鏈不斷鏈，都是基隆區漁會的優勢。

莊金富指出，其實除了對外販售的三款禮盒外，不少農會、團體與私人公司也有洽談訂購客製化的禮盒，雙方就預算與喜好選擇漁獲組合成禮盒，漁會同仁也很努力開拓，若消費者自己訂了年節禮盒嚐鮮後滿意，不只可以持續前往門市購買或網路訂購，更歡迎聯繫合作大量訂貨與客製化禮盒。

基隆區漁會能提供各式各樣本港及國產漁產品，並且有一般民眾需求的加工品項及一般家庭常食用漁產可以選擇。例如本港漁產有手工墨魚香腸、飛魚卵香腸、嚴選手採海菜、八斗子鮮小卷、急速冷凍透抽、白帶魚卷、手剝海蝦仁、多種 XO 醬等，多款嚴選養殖海鮮也在漁會把關來源、物流下有安全更有好品質與實惠價格。

過年走春必去

體驗臺灣漁港風情，感受自然之美與人文底蘊

文=周培文．圖=游忠霖（大山影像工作室）

深澳漁港

臺灣的漁港在漁業署的推動下已轉型為多功能的休閒場所，融合美食、文化、娛樂與自然，是過年假期放鬆身心的最佳去處，也展現了海島國家的獨特魅力。過年走春，造訪臺灣各大漁港是個絕佳選擇。這些漁港保留了傳統漁村的風情，結合藝術創作與文化展覽，讓遊客能感受濃厚的人文底蘊與歷史氣息。同時，漁港多與自然景觀相連，是欣賞日出日落與壯麗海岸線的理想地點，也能探索濕地與生態保護區，享受平靜的旅遊時光。


高美濕地


東石漁港

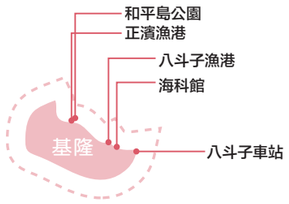

七星潭

奇岩異石與漁村魅力：北部海岸必遊景點


和平島公園阿拉寶灣


海科館常設展外觀


潮境園區



｛探索海蝕景觀與漁村風情｝

和平島公園以獨特的海蝕地形與奇岩異石聞名，如同大自然精心雕琢的畫作。春節期間，遊客可沿著海岸漫步，欣賞壯觀的海蝕平台與豆腐岩，在徐徐海風中放鬆心情，享受片刻悠然。園區內的寬廣草坪區是親子同遊的理想場所，讓大人小孩都能共享自然樂趣。

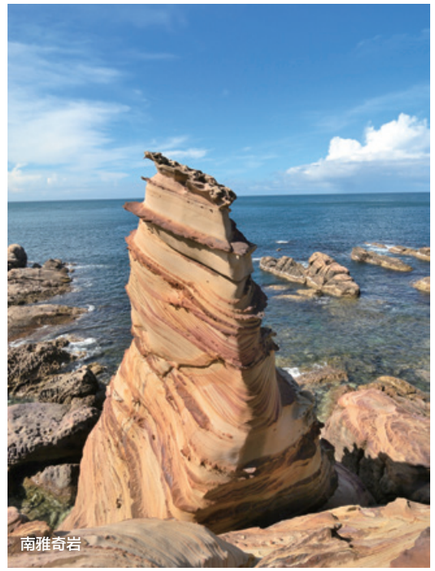
鄰近的八斗子漁港則是北臺灣最大的漁港，以新鮮漁獲和現烹美食深受喜愛。魚市場內鮮美的海產讓味蕾盡享滿足，同時體驗漁港的純樸氛圍。周邊的八斗子車站與海濱公園提供絕佳拍照視角，而望幽谷步道的遼闊景色，將海天一線的壯麗盡收眼底。以繽紛彩色屋群吸引眾人目光的正濱漁港，搭配趣味設計的「熱狗堡公車站」，成為熱門打卡熱點。漫步港邊，欣賞絢麗建築與迷人景致，還能品嚐漁港周邊的精緻美食，盡情沉浸在節慶的歡愉氣氛中。

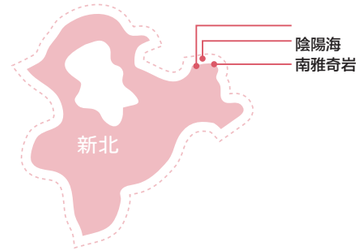



八斗子車站



「熱狗舖」公車亭，成為正濱漁港新亮點


南雅奇岩



｛海天美景與漁火夜景的完美結合｝

不遠處的新北瑞芳「深澳漁港」，漁船滿載豐饒海產歸港，透抽、小卷、白帶魚等海鮮佳餚吸引饕客駐足。一旁海天步道猶如長虹橫架，白天遠眺九份山城，夜晚光雕與漁火交織成夢幻星河，將漁村風情與自然之美完美融合。




深澳漁港海鮮美食


陰陽海

中臺灣海岸線魅力：漁港活力與濕地生態的絕佳組合





梗漁港魚貨直銷中心生鮮區

{ 鮮味直達舌尖的漁港體驗 }



梧棲漁港魚貨直銷中心如同豐饒的海洋驛站，每日清晨漁民滿載鮮活漁獲歸港，為市場注入生機。琳瑯滿目的魚貝蟹蝦宛如海的恩賜，遊客可挑選魚貨後，立即交由餐飲區烹調，享受鮮美滋味。夏有龍紋鯊、秋迎蝦蟹、冬藏烏魚，四季佳餚讓饕客流連忘返。這裡串聯起海與人的情感，以鮮味展現難忘的味覺旅程。

鄰近的高美濕地是大甲溪出海口孕育的生態寶庫，棲息著百種鳥類，是候鳥遷徙的重要驛站。泥灘間招潮蟹輕舞，魚群穿梭水中，呈現自然豐饒景象。木棧道蜿蜒於濕地深處，遊人可近距離觀察生態景觀，從雲林莞草的繁茂到無脊椎動物的多樣姿態。夕陽餘暉下，濕地景致與生命律動交融，展現大自然的純淨與生生不息的力量。





高美濕地



弧邊招潮蟹



短趾和尚蟹



王功漁港



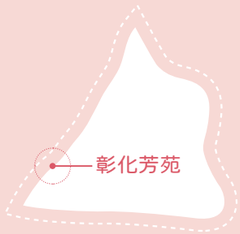
哈哈漁場



芳苑乘牛車



彰化縣自然生態教育中心



{ 食農教育與傳統魅力 }

位於彰化芳苑的海洋食研基地「哈哈漁場」和王功漁港致力於推廣食魚教育與海洋文化。哈哈漁場提供傳統捕撈體驗，如徒手抓魚、漁網編織，讓參與者感受漁民生活；基地的環境教育課程則強調永續漁業的重要性，提升對海洋生態的尊重。王功漁港以漁獲和蚵田聞名，導覽活動揭示蚵的養殖過程，遊客可親自體驗採蚵樂趣。這些活動結合教育與觀光，不僅促進漁業發展，也提升大眾的海洋永續意識。

同樣位於芳苑的牛車體驗讓大小朋友乘坐古老牛車穿越潮間帶，沿著海岸線緩行。牛車緩慢駛過濕地、沙灘，沿途潮汐變化、飛鳥翱翔，展現自然與農漁生活的和諧之美。這段旅程讓人彷彿回到純樸的過往，留下難忘的地方特色回憶。

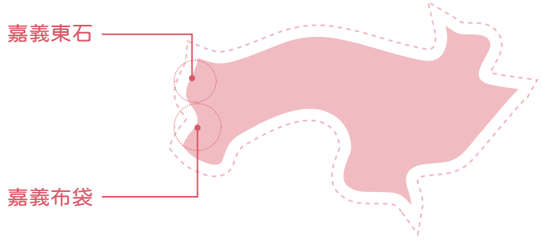
南臺灣漁港風情：體驗海洋文化與在地魅力

｛蚵仔美味與漁港風情｝

東石以迷人的海岸景色與豐富的漁業文化吸引遊客。東石漁人碼頭不僅是一個欣賞漁船與海景的好地方，也是感受海港活力的熱門景點。在這裡，遊客可以品嚐新鮮捕撈的海產，特別是東石蚵的鮮甜滋味，無論是生食、煎烤還是入湯，都令人回味無窮。向禾休閒漁場則提供了深入了解漁民生活的機會，透過參與捕魚和養殖體驗，學習當地的漁業技術，讓人更貼近南臺灣的海洋文化。


東石漁人碼頭


「向禾休閒漁場」的漁舟呈現童趣可愛「海盜風」



｛海產饗宴與創新體驗｝

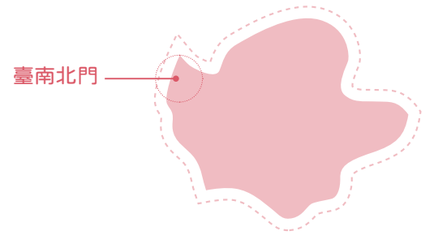
布袋擁有獨特的海港風情，布袋觀光魚市提供琳瑯滿目的新鮮海產，搭配經典小吃如蚵仔包和蚵嗲，令人食指大動。蚵仔包外酥內嫩，結合蚵仔煎與蚵嗲的精髓，而蚵嗲香氣四溢，是當地的代表性美味。附近的「好美船屋」作為漁村創生基地，不僅推廣當地優質海產品如文蛤，還透過食魚教育活動，讓遊客親身參與挖蛤仔和釣魚，體驗漁村的日常魅力。


好美船屋


東石網寮漁港蚵田


位於布袋的好美船屋


井仔腳瓦盤鹽田



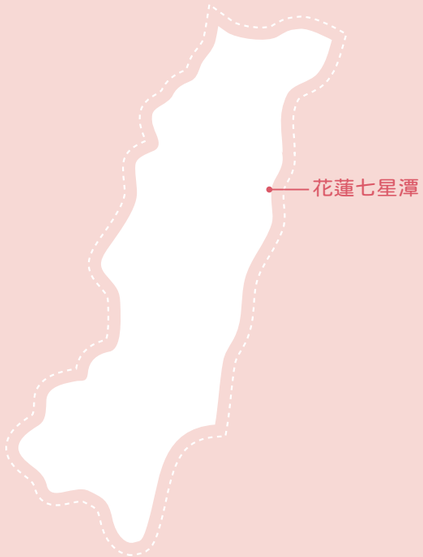
｛海洋信仰與鹽田文化｝

臺南北門的南鯤鯓代天府是漁民的重要信仰中心，供奉五位王爺，廟宇建築精美且被列為國定古蹟，是信徒與遊客的朝聖勝地。附近的井仔腳瓦盤鹽田則展示了南臺灣傳統的曬鹽技藝，遊客可親身參與曬鹽體驗，深入了解這項百年文化的魅力。透過這些景點，遊人不僅能探索當地的歷史與人文，也能感受南臺灣特有的漁村風情與自然美景。


水晶教堂


南鯤鯓代天府王爺廟

東臺灣漁港魅力：海灣景觀與在地文化之旅



｛海景與漁業文化的完美融合｝

花蓮的七星潭以其弧形海灣和斷層海峽聞名，這裡的自然景觀壯麗，遠望清水斷崖，景色迷人。夜晚，城市的燈火與海灣相互輝映，為遊客帶來美麗的夜景。七星潭的漁場資源豐富，海域內擁有多樣的海洋生物，是當地漁業的重要根基。遊客可以在此品嚐新鮮的海鮮，並深刻體會當地的漁業文化。「一兼二顧，摸蜊仔兼洗褲」 立川漁場讓遊客下水體驗古早摸蜆仔的樂趣；風味餐廳提供最新鮮飽滿的現炒黃金蜆、鮮美的鹽烤臺灣鯛等風味料理。


立川漁場體驗「摸蜆仔兼洗褲」


炸蜆仔丸

鹽烤臺灣鯛


七星潭


三仙台迎晨曦



｛自然與藝術的奇妙結合｝

臺東成功鎮擁有許多迷人的景點，其中三仙台以壯麗的日出景觀而著名。遊客可以在此欣賞到海天交界的美麗瞬間，並拍攝到跨越海灣的八欄大橋，留下難忘的回憶。日出後，前往位於三仙台旁的黑潮旗跡專賣店，品嚐來自黑潮海域的新鮮漁獲，並探索與海洋文化相關的商品，讓味蕾和文化得到雙重滿足。另在比西里岸部落的羊主題藝術裝置，融合了當地文化與自然景觀，成為藝術愛好者和自然探索者必訪的熱點，讓人感受臺東獨特的藝術氛圍。


黑潮旗跡專賣店


比西里岸部落

臺灣漁港的多樣特色，從自然景觀、美食品嚐、漁業體驗到歷史文化，無不展現出這片土地的豐饒與活力，是春節不容錯過的走春目的地。

乍暖還寒的美味開端

文．圖=黃之暘（國立臺灣海洋大學水產養殖系副教授）

乍暖還寒，多是對於2、3月的氣候描述；偶現春陽，提供寒冬過後令人期待的暖適愜意，然而不時隨細雨濃霧而驟降的低溫，仍讓人感到萬物復甦前的蟄伏。初春時分，延續著冬季的魚鮮，雖然季節交替，此刻仍有美味支撐每個饕餮的需索，在夏日來臨前，春季，似乎是宣告著冬令肥美魚鮮滋味，稍縱即逝的最後一刻！



正逢時令的現流漁獲，不但鮮度與價格盡皆讓人滿意，同時也可從品嚐中感受季節更迭的微妙變化。

春季延續著冬季陸續由海烏、鰆魚、竹午、海蟹與大蝦揭開的美味序幕，雖然已然度過味美鮮香的品嚐高峰，但偶有所獲的各式魚鮮，仍讓人在歷經年節後，感到無比的暢意滿足；特別是此時陸續登場的多種類鯛魚、沙岸淺水處、蚵棚或灘地的小釣漁獲，乃至隨陽光露臉而蓬勃生長的各類海藻，除了即時讓美味得以隨季節交棒銜接，同時也讓食者感受到季節更迭的巧妙變化。

春季的陽光與暖意，隨著東北季風消退與日照時間延長，而讓南臺灣與西部沿海優先感受；此時在西濱沿岸，包括以春子或帕頭仔等種類為主的小型石首魚，以及多潛藏於淺水灘地中的沙梭，乃至活躍於蚵棚中的黑鯛、黃鰭鯛與俗稱帕頭仔的黃錫鯛等，都是當令鮮美的品嚐首選。這些魚鮮素材或許體型不大，但卻因為肉質細膩清甜，加上價格平實近人，因此自然成為感受季節美味的主要取材。在西部沿海，從臺南、嘉義乃至雲林，皆可以找到別具在地風味與特色，同時選用當日撈捕現流漁獲的吃食料理；例如以大量蒜瓣加上料酒清蒸肥美沙梭、藉由風味鮮香的豆醬悶煮俗稱三角仔的高身鰯，或將斬剁成塊的黑鯛或黃錫鯛搭配酸香鮮甜的西瓜綿，及略帶辛辣味的薑絲滾碗熱騰騰的清湯，都是暖胃管飽的季節美味。

不過對於水溫仍低的北部與東部，由於東北季風的餘威仍未消退，因此除仍保有部分諸如紅鮰、嘉鱲、赤鮴、馬頭魚與石狗公等，自冬季延續迄初春的美味素材外，味蕾敏感的饕餮們，已然開始期待並搜尋，那隨陽光普照下的漸暖春日，在沿岸邊開始萌發的各式藻類。藻類的生長快速明顯，然而卻易受到潮汐、光照與溫度變化的影響，但正或許因為如此，所以大夥們無不精準把握藻類悄然現身的剎那，好好品嚐並享受那春季當令的誘人氣息。因此不論是碗碧綠清香的海菜蛋花湯、彈脆與軟綿兼具，並醞釀濃郁腥香的海菜餅，乃至伴隨海藻一併登場的各式螺類、方蟹乃至東北角一帶，分別被稱為「鐵甲」的石鱉（chiton）以及「淺戳仔」的笠螺等，都是耐人尋味的特色吃食。

隨時序進入氣溫漸高的夏季，春天彷彿是調和美味更迭的銜接季節，讓魚鮮在季節更迭之際，有著可以緩衝與轉化的階段；身處四面環海，但卻在東西沿岸地形、地貌、海況與資源迥異的寶島，我們怎能不好好把握這難得的好時光，充份感受季節變化所呈現的美味組合！



1



2



3



4



5

1｜以春季釣獲的肥美黑鯛，剁塊後加入西瓜綿滾煮薑絲清湯，酸香中別具道地的西南沿海漁家風味。
2｜以藻類為主要食物的黑毛，在海藻大量繁生的春季最是肥美，簡單清蒸便能品嚐鮮甜風味。
3｜雖然紅鮰的主要品嚐時節以冬季為主，但即使開春之後，在臺灣北部周圍海域，仍不乏肥美鮮甜的誘人質地。
4｜春季開始少量捕獲或釣獲的沙梭體型不大，但肉質卻細軟鮮香，以熱油烹炸趁熱品嚐滋味絕佳。
5｜西部灘地或蚵棚中多有釣獲的小型石首魚類，此刻多是最佳賞味與品嚐時間。



石鯛



土魠



白腹仔



馬加

東北季風下的企盼 鰆魚家族

文=編輯室．圖=游忠霖（大山影像工作室）

肥美的鰆魚，隨著強烈的東北季風南下，陸續洄游抵達臺灣海域作季節性的覓食，全臺灣的延繩釣漁船都會把握這兩、三個月在臺灣海峽作業，冒著寒風帶回滿滿的漁獲物。俗稱土魠的鰆魚正當美味，想一嚐臺灣現流捕撈的尚青土魠，可得好好把握只有3個月的嚐鮮季。

鰆魚屬於洄游性的魚類，在每年中秋節過後、東北季風颺起時，就會南向臺灣海域來覓食，由於臺灣海域擁有相當豐富的食物來源，因此當鰆魚洄游至此覓食後逐漸肥美。臺中區漁會魚市場場長林金榮表示，中部海域的土魠通常從國曆 8 月開始陸續出現，有時較晚也有從 9 月底才開始捕獲到第一波的土魠，捕獲最多的時間是 11 月，一個月甚至有 20 多噸漁獲量的紀錄，由於土魠的漁獲季大約集中在短短的兩個月期間，因此根本沒機會進行加工，捕獲的新鮮土魠魚就已經銷售一空。

石鯛假土魠

洄游性高經濟魚類的土魠魚分布於印度洋北部沿岸、紅海、東至澳大利亞、北至日本、朝鮮以及中國南海、臺灣海峽、東海南部等海域，屬於近海暖水性中上層魚類。體長可達 240 公分，棲息在沿岸水質混濁的海域，會進行洄游，屬肉食性，以魚類、頭足類、甲殼類等為食。

土魠魚是鰆魚的一種，其他長相近似的魚種還有白腹鰆（白腹仔）、馬加鰆（馬加）、棘鰆（石鯛），各地名稱莫衷一是，但價格天差地遠。由於土魠價錢好、受歡迎，有不肖業者以「石鯛假土魠」魚目混珠，真正的土魠在產地價格 1 公斤就要 550 元到 750 元，批發市場價格一公斤更可能高到約 700 至 900 元，但在市場販售時不會整條魚賣，絕大部分都是輪切賣魚片，因此有部分魚商會用體型相近、一公斤只要 200 元左右的石鯛混充。但一般消費者難以辨識其中的差異，尤其是這類型的魚大多被切片販售，就連行家都很難分辨。如果是加工後的土魠魚羹，更可能用一公斤 5、60 元的鯊魚肉替代，價差高達十倍以上。



每年冬季至翌年春季，是土魠魚迴游的盛漁季節。



新鮮的土魠魚片，結實且油脂分布均勻。

臺南人最愛料理之一

土魠只有野生沒有養殖，洄游到臺灣時油脂豐富，肉質鮮美肥嫩，魚肉富含蛋白質，脂肪中有 DHA 與 EPA 等優質不飽和酸，是人體所需的營養素，加上整尾無刺無腥的特色，讓土魠魚料理相當受到歡迎。而土魠的名稱從何而來？據說和施琅有關，施琅於 1681 年成為清朝的水師提督，因施琅很喜歡吃漁民所呈上的一種鰆魚，於是百姓便稱這種魚為「提督魚」，由於是以台語發音，口耳相傳後就傳成了「土魠魚」。

從清朝開始流傳的土魠魚美味，直到現在都還常各地看到知名土魠魚羹店家，其中以全臺開發較早的臺南市最多，也很有特色。過去臺南由於有安平港，漁產豐富，口感好、吃魚像吃肉的土魠魚羹，可算是臺南府城人最愛的料理之一，最常見的料理方式是油炸後入羹，土魠魚羹的做法分成魚塊與羹湯，魚塊部分是將魚清潔處理後去骨切塊，再以蒜頭、糖、鹽及特製配料調味醃浸，待其入味後，沾裹蕃薯粉油炸。羹湯部分，先炒香蒜頭碎丁，再加入水、糖、鹽等佐料，然後是多量大白菜勾芡即成，羹湯在菜汁清甜中散發一股蒜香味，再添上鮮香菜段和五印醋，就完成一道美味的土魠魚羹。



梧棲漁港船長捕獲的土魠。



土魠為高經濟魚種，卸貨時船員都會小心翼翼地搬運以免傷到魚體。



貢寮鮑養殖池。

海中嬌客 貢寮鮑

文=編輯室．圖=游忠霖（大山影像工作室）

得天獨厚的自然條件，讓臺灣東北角的貢寮，成為九孔與鮑魚絕佳的生長場域，肥碩甜美的滋味讓人一嚐就難忘！

黑潮＋親潮得天獨厚的自然條件

臺灣東北角的貢寮海域，因臨近黑潮與親潮交會處，帶來豐富的浮游生物，不僅讓這裡成為資源豐富的漁場，也造就了養殖九孔與鮑魚的絕佳場域。貢寮區漁會總幹事林麗美表示，目前臺灣能以純天然的海岸養殖九孔與鮑魚的地方只有貢寮區，宜蘭頭城雖然有少部分的陸上養殖場，但是僅能養殖九孔，無法養殖鮑魚。

九孔 V.S. 鮑魚傻傻分不清楚

一般人常常會搞不清楚九孔與鮑魚的差別，甚至有人說九孔長大就會變成鮑魚，其實這都是錯誤的。林麗美說，一般民眾要分辨九孔與鮑魚，最簡單的方式其實就是從外觀與體型去觀察，一般大家俗稱的九孔，跟鮑魚一樣都是屬於鮑螺科的一種，因此九孔又稱作珍珠鮑魚、臺灣鮑魚或小鮑魚，在外觀上九孔的外殼較薄，且沒



鮑魚



九孔

有紋路，體型上也比鮑魚小，肉的部分沒有明顯的花紋，摸起來也比較平滑。而鮑魚的外殼較厚，摸起來則是有明顯的凹凸紋路，整體體型較大，肉的部分看得出來有明顯的紋路。另外，不管九孔或鮑魚，外殼上都有用來排泄與繁殖的小孔，並且會隨著體型增加，但是通常九孔的小孔會比較密集、無突起，大約為 7-10 個，鮑魚殼上的孔間距較大一般約 4-7 個，且有明顯的突起。

誰知盤中鮑粒粒皆辛苦

九孔與鮑魚對天然環境的要求相當嚴苛，在水質較差或是天氣變化較大的地方是無法養殖的，新北市的貢寮因為有天然洋流的關係，造就了絕佳的養殖場域，當地的養殖方式全都是屬於天然的海岸養殖，因為九孔與鮑魚都怕陽光，喜歡待在陰暗處，所以養殖戶便在海底放上一片片的石板，讓九孔與鮑魚棲息生長。

也因為九孔與鮑魚生長在海底的石板上，採收時只能利用人工的方式潛水採收，採收人員一天大約工作 6 個小時，大約上午 8 點下水，到下午 2 點半左右才結束採收上岸。整個採收過程除了中午吃飯外，其他時間全都在海底，相當辛苦。在產季部分，一般來說，九孔從放苗到採收大約需要一年左右的時間，採收旺季大約落在每年的 10 月到隔年 2-3 月，鮑魚的話因為從放苗到採收至少要 2 年左右，所以四季都會採收，只是因為年節時期的需求量會比較大，所以採收旺季也大約落在 12 月到隔年 2 月左右。

簡單料理　輕鬆保存

新鮮的貢寮鮑其實不需要太繁雜的料理方式，或太複雜的調味，只需要簡單汆燙、香煎或是用烤箱烤，就能品嚐到貢寮鮑最原始的鮮甜。倘若購買的是生鮮的貢寮鮑，且沒有要馬上食用，也只需要將貢寮鮑稍微用滾水燙熟，冷卻後即可放入保鮮盒或保鮮袋中冷凍保存，等到要吃的時候再取出料理即可，同樣吃得到貢寮鮑的鮮甜好滋味。

1 | 潛水員手工採集貢寮鮑。
2 | 進行鮑魚分級。
3 | 九孔鮑料理。



1



2



3

來自大海的禮物 櫻花蝦

文=編輯室．圖=游忠霖（大山影像工作室）

櫻花蝦，多麼讓人沉醉的名字，想像著月光灑落的大海，成群的櫻花蝦在海面漫遊，像是日本櫻花般，一朵朵開在海上，為大海再添一起浪漫；其實，櫻花蝦生長在海面以下200公尺深的地方，除非是潛水攝影，否則看不到如此夢幻的畫面。





3



4

小而美的三寶之一

東港三寶指的是「黑鮪魚、櫻花蝦、油魚子」，在東港人口中，櫻花蝦（*Sergia lucens*）有著本土味的名字叫作「花殼仔」，屬群聚性浮游生物，蝦體本身佈滿紅色素及 161 個發光器，當漂浮於水面時，眺望之其色澤和型態如同日本櫻花般小巧可愛，正是牠們美麗的秘密。全世界只分布在日本靜岡縣的駿河灣海域和臺灣東港至枋寮一帶海域，近年於臺東大武及宜蘭龜山島海域亦發現其蹤跡。

日本開發櫻花蝦漁業迄今已達 120 年歷史，且視為國寶級水產品；然而臺灣在 80 年代前，早期拖網業者並未重視牠的價值，甚至把捕撈上岸的櫻花蝦與燈籠魚之類的下雜魚，混雜絞碎成魚漿，充作養殖漁業的飼料，少數業者以粗糙烘烤法烘烤販售，毫無經濟價值可言。

櫻花蝦鈣含量豐富，每 100 公克含鈣量高達 2,000 毫克，比一般蝦米多 200 毫克，適合婦女、成長中的兒童及骨質疏鬆症者食用。正港的櫻花蝦經濟價值高，在購買時容易遭到魚目混珠的風險，其主要的判別重點為頭部與背部無刺，且身上有紅色斑點。



26

1



2

小小櫻花蝦的選購大學問

每日下午約 2 點，作業船隻陸續靠岸，漁民從碼頭卸貨、櫻花蝦分成 9 箱、再以拖車送至拍賣會場上，開標員一排一排跑攤式叫賣，寫下標價、下標、開標，最高價者得標，那一排櫻花蝦隨即被得標業者搬上冷藏車，其他人接續下一排的拍賣作業。

承銷人拾起一把櫻花蝦以快、狠、準的速度看過一眼隨即放回，然後在紙條上寫下數字，「看這一把蝦的平均大小、看色澤剔透度」，體型大小約 3.7 公分為佳（身體拉直情況下），越透明越好，且背部帶有藍色塊狀更具價值。

永續經營的良心漁業

為了櫻花蝦漁業資源永續發展，無論在作業船隻數量或作業天數都有一定的限制，櫻花蝦產銷班更嚴格恪守每年的捕獲量。目前的捕撈期為每年 11 月初至隔年 5 月底止，每星期大約捕撈 4 天，

混撈蝦比較



共可捕撈約 100 天，產銷班班員於 6 月起改捕撈另一種櫻蝦科－赤尾青蝦（*Acetes erythraeus Nobili*），結束櫻花蝦捕撈期。

產銷班必須隨時隨地掌握市場脈動並針對未來發展方向，適時調整產銷對策，使現行管理制度更臻完善，方有利於邁向「永續經營」之目標。

1｜櫻花蝦拍賣場室內維持攝氏15度，提升衛生品質。
2｜承銷商買完櫻花蝦馬上進冷藏車保持鮮度。
3｜搬運一最多9箱。
4｜每天可供1,500公斤櫻花蝦進場的拍賣場。

一句「年年有餘」，成為每到年節時，價格飆高的「白鯧」因肉質鮮嫩成為國人的美食最愛；然而，近年來肉質、外觀與白鯧相似的「金鯧」漸而取代之。事實上，金鯧的學名叫做「黃臘鰺」（*Trachinotus blochii*），是道道地地屬於鰺科的魚類，由於野生的黃臘鰺被捕獲時，體表會呈現紅色的反光，故被中南部的漁民稱為紅衫，目前臺灣已成功養殖金鯧，並成為重要的海水養殖魚之一。

披上薄紗無麟的嬌客 金鯧

文=編輯室．圖=游忠霖（大山影像工作室）

長鰭、短鰭傻傻分不清楚

金鯧肉質鮮美，成長迅速，對環境適應力強，主要的養殖種類有長鰭的金鯧及短鰭的金鯧兩種。長鰭與短鰭的金鯧，其養殖時間就像讀音一樣有「長期或短期」的差別，長鰭金鯧從幼苗長至約十二兩到一台斤重的成魚，約需經過 9 至 10 個月的餵養期，相對的，短鰭金鯧在養殖池中因為耐低鹽度所以成長較快，4 個多月即可捕獲上市。

目前臺灣金鯧魚養殖鮮少有一條龍作業，一般漁民大多直接買進魚苗到魚塭分池飼養，金鯧在農曆年後就開始產卵，並在育苗池中孵化成苗，大約在 2、3 月間就能將幼苗撈起，移至魚塭中餵養，在農曆年前便能開始採收長鰭金鯧了；短鰭金鯧約莫 4 個月便能採收成魚了。

	長鰭	短鰭
外型	背鰭較長	背鰭較短
養殖	魚塭	魚塭／箱網
盛產週期	3 至 11 月	11 月至翌年 2、3 月
捕獲期	一年四季	每年 3 至 5 月
肉質口感	鮮韌	綿密

長鰭金鯧



短鰭金鯧

攝影／蔡吉祥





挑選分級。



秤重。



豐收的喜悅。

鮮嫩好滋味來自源頭的呵護

仔細撈起的金鯧，大小比手掌大，從外觀來看也蠻具特色，尤其口小、眼小，頭部幾乎沒有鱗片，金鯧的長相，在每個鰭背上都是均有黃色的光澤勾邊，且背鰭是軟條狀延長，幾乎與臀鰭呈對稱，尾柄又是短而細，尾鰭深叉，末端極為尖細，就像是兩道行行線一樣的對稱。飼養金鯧最重要的一件事，就是水質的好壞，關係到金鯧的生長養殖戶每天定時的來餵養金鯧，必須同時觀察牠們是否健康，且檢查水色是否為健康的海藻綠？如果不是，就要汰換池水讓水質保持乾淨，消弭病菌或寄生蟲孳生，魚群自然健康了，根本不需要投藥，自然成長最重要。「整池曬土」這環節，是不能偷懶跳過的。曬土是就像是在幫魚的家打地基，如果魚池的底土在放養前，能得到一兩週充分的日曬、天然消毒，則前一次養殖所留下的池底淤泥、有機物（可能是飼料殘留或魚蝦排瀉物等）經過日曬充分分解，在未來新的魚放養後，才能確保池底的乾淨，清爽，減少病菌之孳生，金鯧也才能長得快又好，這可是不容忽視的「打地基」基本工夫喔！

煎煮炒炸皆美味

肉質綿細鮮嫩的金鯧，經過輕鬆去鰓處理，就能清蒸或煮魚湯成為美味料理，或是日本燒烤、沙西米的方式嚐鮮，因此隨著不同方式的烹調都可以品嚐到甜美的魚鮮，能滿足每一張挑剔的嘴！





食魚環島列車X食育廚房

食魚教育前進全臺

文=賴品瑀．圖=游忠霖（大山影像工作室）

「當他們看到這些漁產得來不易，就會知道珍惜。」基隆區漁會推廣播主任吳常瑛如此看待他們推動的各項食魚教育活動帶來的影響，不僅帶動民眾品嚐漁產的美味，更開拓對海洋的認識進而愛護。

基隆區漁會長期致力推廣食魚教育，去年發起「食魚環島列車」前進全臺灣各地成為壯舉，近年更以漁會大樓的「食育廚房」為據點，接待來自各地的大小學員的同時，由在地力量運用在地物產烹飪出滋養的便當，帶來健康與活力。

食魚環島列車全臺趴趴走

「食魚環島列車」去年三月發車後至今已出團32 趟，等於週週出任務。他們開放各地學校團體報名，團隊載著小卷等基隆名產與說也說不完的海洋故事——如期拜訪，展現基隆的漁撈技術、鎖管分類及漁業利用等課程。

回憶這些日子上山下海的過程中，不乏反應快、能問出有深度問題的孩子，對漁產與海洋充滿好奇，也感受到城鄉差距，有些偏鄉的孩子還在等待更認識這個世界的機會。最讓吳常瑛印象深刻的是第 16 站阿里山香林國小，這些孩子在神木環繞中體驗了人生中的第一口小卷，不僅感受到鮮甜，也在親手觸摸與學習料理的體驗過程了解小卷從產地到餐桌的生產過程。更與在地有各種交流，前往彰化濱海地帶遇到了在地養殖漁青，做了許多有趣的交流，後續甚至引發跟北斗農會聯手推出蝦仁水餃、跟木柵茶農合力開發用茶葉入味的干貝雞湯等。

「其實真的很累呢，雖然有很多很棒的回饋。但是是很有意義的事情！」不過問起環島列車會繼續辦嗎？吳常瑛秒答說同仁跟她抱著一樣的心情，「當然要繼續，只是行程的安排要重新規劃。」改進第一年規劃時設想不周的部分，並且持續發揮迷人的特色，基隆區漁會的環島列車要繼續開下去。



1



2

靜態課程與港邊走讀同步學

基隆區漁會的「食育廚房」在 2019 年完成建置，在 2022 年《食農教育法》三讀通過開啟臺灣



3

1｜海大附中學生走讀八斗子漁港。
2｜學生於港邊觀看白帶魚卸貨流程。
3｜基隆區漁會啟動「食魚環島列車」到全臺各地推廣在地水產。

食魚教育具有推廣海洋文化、
帶動漁會產品銷售的效果
承先啟後生生不息



1



3


4

1 | 海大附中學生搭乘娛樂漁業漁船遊覽周邊地景。
2 | 鎖管漁獲。
3 | 食魚教育靜態課程包括認識小卷構造。
4 | 學生實際參與料理過程。

食農教育開啟全新篇章後，前來參訪人數持續增加，一年約接待 1,500 人次以上。

漁會有影音教室、廚房等設施，按照來訪團體的年紀與需求來設計課程。甚至像申請過環島列車的桃園市復興鄉羅浮高中的國小部畢業班，乾脆把來基隆區漁會納入畢業旅行的行程。

一般而言，課程會有靜態的講述或看影片、學習料理與實際上船探訪港口周邊或出海遊覽周遭地景等課程互相搭配。吳常瑛說明，靜態課程往往以小卷破題，從其獨特又點滿美麗燈火的棒受網漁法說起，先觀賞鎖管棒受網實際作業影片並搭配與海洋大學合作編製的教學手冊《燈光下的小卷舞曲》教科書等引人入勝。

再進入料理教室，藉由觸摸甚至解剖印證靜態課所學，更瞭解小卷，此外蝦、白帶魚、剝皮魚、赤鯨等當地盛產漁獲，也會順著時令登場。吳常瑛表示，料理的難度按照學員年齡安排，國小生大多簡單動手做披薩，不過近期發現其實不少師長很放心讓孩子使用菜刀，顯示一定比例的孩子都曾在家長的指導下嘗試料理。至於國高中生甚至成年人，則看規劃的時間與需求而定，例如小卷丼飯就是很受歡迎的一道，因為很簡單，且學會以後回家要再自行做變化也很方便。


2

吳常瑛表示，來到「食育廚房」學員中也有部分較無料理經驗，甚至不太熟悉海產，但也正是很好的機會讓他們接觸到基隆區漁會的產品，進而瞭解現在市面上已有各種完成「三清」處理的漁產，更有眾多加工品可選擇，只要動動剪刀打開包裝，就能輕鬆料理。

食育廚房讓孩子動手做

一月中旬一群前來參與食魚教育課程的海大附中學生，便在烹飪老師黃俊偉的帶領下，學會簡單又方便的年菜鮮蝦冬粉煲與櫻花透抽捲。本來只會煎荷包蛋、炒高麗菜的蘇子閎同學表示，現在學會怎麼挑蝦子的腸泥，過年可以幫忙做年菜了；本來在家只吃蝦仁的江宥霖則表示，經過課程覺得吃全蝦別有一番風味。陪同的陳明婕老師平常就喜歡下廚，最拿手的海產料理是番茄蝦燉飯，不過陳明婕坦言，之前嘗試過幾次中卷、小卷卻都煮太老，成了橡皮筋一般難嚼，後來也就不敢嘗試了，今天上完課瞭解小卷也知道怎麼掌握火候，回家就想再挑戰了。

這個為食魚教育而生的廚房也供當地家政班的烹飪課程使用，他們運用巧思將漁會各項產品烹飪出各種創意料理，並以此為據點進行志工行動，例如運用農業部補助，以在地農漁產等新鮮食材製作「漁鄉暖心餐盒」，供應給獨居或是行動不便的長者營養健康又安心，利用料理傳達關懷的心意。

對基隆區漁會而言，有一個讓大家不分年齡層都能自由學習的基地跟盡可能地走出去接觸全臺灣各地不同的人們都是食魚教育的重要工作；食魚教育當然有推廣海洋文化、也順道帶動漁會產品銷售的效果，但重要的是持續引起新的生機，讓基隆在地與臺灣一起成長。

漁業署114年漁業月曆簡介

臺灣四季漁時

（Seasonal Fishes of Taiwan）

文=楊易洲（漁業署企劃科）．圖=漁業署

臺灣四面環海，地理環境得天獨厚，孕育出多樣且豐富的海洋生態資源。受惠於四季分明的氣候與豐沛的洋流條件，各種魚類與海洋生物隨季節更迭交替進入臺灣周邊海域，共同構築出豐饒多元的漁業生態，漁業是我國海洋立國的重要根基，每年的漁業月曆更是備受期待。

為推廣漁業產業，認識當季（令）水產品，推動地產地銷、食魚教育，以宣導漁業資源永續觀念及傳承漁業文化之目的，藉由製作漁業月曆，讓國人可在日常生活中更加瞭解我國漁業相關知識，並提高漁業產業的推廣。









設計理念

114年度漁業月曆以「臺灣四季漁時」為主題，整體以圖鑑形式呈現，展現水產品的真實風貌，精選臺灣一年四季常見且具代表性的魚蝦蟹貝類，封面設計融入本次企劃中的代表性魚蝦蟹貝類，搭配海洋生物插畫及富有年節氣氛的多層次紅色調，營造喜氣洋洋的氛圍。豐富的圖鑑式生物圖片，象徵豐收與好兆頭，為114年增添吉祥祝福，期盼漁民與國人都能收穫滿滿。月表同時採用西曆與國曆並列的日期設計，標題以中英對照呈現，方便使用者一目瞭然。

為充分利用封面設計，將原有的空白區域改為應景的蛇年吉祥話春聯，增添新春喜氣，讓民眾感受到濃厚的年節氛圍。採用環保裝訂方式，結合永續漁業與環保印刷的理念，充分展現政府機關推動永續漁業及守護地球環境的承諾與用心，堪稱一項創新之舉。

此外，漁業署與沈氏藝術印刷股份有限公司共同合作，特別邀請專家學者，規劃出每月盛產及常見的國產水產品，精心設計每月主題。每月展示10種魚蝦蟹貝類的生物圖，透過月曆瞭解當月主要國產漁獲，使民眾能夠進一步感受臺灣漁產的豐富與多樣性。設計中巧妙融入各月不同色調的海浪波紋，突顯我國海洋生物多樣性的蓬勃生機。針對體型較小的生物，例如櫻花蝦、丁香魚等，則特別以放大鏡的圖案象徵其細小體積，增添設計趣味與視覺層次感。

豐富的生物圖片之外，版面設計兼具實用功能，涵蓋國曆日期、例假日及國定假日等行事曆，並以紅字標註傳統農曆日期及時令節慶，方便民眾隨時查詢。月曆下方特別設置宣導小語，並搭配符合當月主題的「無國界料理」圖樣，增添趣味與實用性。同時，透過掃描QR Code，即可輕鬆取得詳細的料理方式，完美結合設計美感與實用需求。





魚躍龍門 臺灣四季魚時

為使 114 年度以「臺灣四季魚時」為主題的月曆兼具觀賞性與學習功能，漁業署特別邀請國內知名魚類、蝦蟹類及觀賞魚等各領域專家學者擔任審查委員，精心規劃各月份展示臺灣沿近海、遠洋及市場中常見的魚蝦蟹貝類，讓民眾更加認識臺灣國產水產品，並藉此推廣「吃當令、吃在地」的食魚教育理念。

月曆有 11 個月各精選 10 種當季（當令）的魚蝦蟹貝類生物，全年共計展示 120 種物種，並附上其常見中文及英文俗名，方便民眾認識與學習。









所規劃的魚蝦蟹貝類均為國產水產品，並由專家學者精心挑選，確保為非保育類且適合多加食用的種類，充分展現永續海洋漁業的理念。

另外，特別規劃 1 個月以觀賞水族為主題，收錄常見且具代表性的觀賞水族，展現臺灣觀賞水族的多樣性與重要性。精選 10 種知名觀賞魚、蝦類等，讓民眾在欣賞月曆的同時，感受臺灣觀賞水族的獨特之美。

創意無國界料理

本次月曆除了精美的圖鑑照片外，特別推出國產水產品「無國界料理」專區，透過不同於傳統台式海鮮料理的創意方式，融合西餐、日式等多元料理風格，巧妙運用各類國產水產品，為國人餐桌帶來全新風貌，品味臺灣水產品的創新滋味。同時，透過這些創意料理，不僅展現臺灣水產品的多樣性，還提供實用的烹飪指引。只需掃描 QR Code，即可連結至漁業署精心準備的電子書，內含詳細的食材介紹與食譜說明。食材易於取得，料理方式簡單易學，讓民眾在家也能輕鬆掌握創意十足的無國界料理，享受美食樂趣。

114 年度漁業月曆以「臺灣四季魚時」為主題，全面展現臺灣海洋資源的豐富多樣性，將教育性與趣味性完美結合。透過展示共 120 種當季魚蝦蟹貝類與觀賞水族，不僅讓民眾認識國產水產品，還推廣了「吃當令、吃在地」的永續食魚教育理念。同時，月曆結合「無國界料理」專區，提供創意烹飪方式，提升臺灣水產品的多元價值與國際視野。

月曆的設計兼具實用與創新，融入圖鑑照片、QR Code 食譜連結、紅字標註的農曆節氣及宣導小語等多元功能，既實用又美觀，充分展現臺灣漁業的文化內涵與產業活力。隨著月曆的推廣，我們期盼讓更多人感受臺灣漁業的魅力，從日常生活中體會海洋環境生態與永續漁業的重要性，共同為臺灣漁業盡一份心力。

漁業署署長關心年節魚貨供應

慰勉春節期間堅守崗位的漁業人

春節將至，國人水產品需求殷切，漁業署署長王茂城關心整體漁產供應情形，繼1月19日至臺北漁產公司及三重魚市場視察瞭解北臺灣魚貨供銷情形外，再於1月22日至彰化埔心魚市場、臺中梧棲漁港（含直銷中心），1月23日由副署長陳建佑代表至嘉義魚市場視察，掌握臺灣中南部春節前魚貨供應及確保全臺各批發魚市場（含臺中魚市場及岡山魚市場等）節前交易情形順暢且量足價穩，能充分滿足國人「年年有餘」消費需求。除此之外，農業部政務次長黃昭欽代表部長陳駿季赴漁業署「漁業監控中心」慰勉春節期間堅守崗位的同仁，維護漁業資源永續及漁船作業秩序及航行安全不停歇。

文．圖=編輯室



1月22日凌晨漁業署署長王茂城與立法院委員謝衣鳳、彰化區漁會總幹事陳威谷向魚市攤商拜早年。

確保年節魚貨充分供應

為滿足春節期間民眾送禮、圍爐聚餐及祭祀等用魚需求，已協調各地方政府及消費地批發魚市場加強魚貨調配及與鄰近市場間橫向聯繫，節前 5 日交易量從平日 300 公噸提升至 400 公噸，漁業署協調各地方政府及消費地批發魚市場加強魚貨調配增加 33% 魚貨供應量，及與鄰近市場間橫向聯繫、加強交易設施維護、提早與延長交易時間等工作，確保魚市場水產品庫存量充足及供應消費所需。

農曆春節是水產品的消費旺季，吃魚也象徵「年年有餘」，為讓國人年年有魚過好年，也整合萊爾富、全聯、漁會商城、電商平臺「買魚去」及「蠢魚購」等通路，可選購年節用魚與年節禮盒等，推廣在地好魚食材，鼓勵民眾可以依料理及預算需求多加採購。



1



2



3



4

漁業監控中心春節不打烊

今年農曆春節連假長達九天，但漁業署「漁業監控中心」春節連假期間不打烊，仍然每天 24 小時全時運作，隨時掌握我國漁船作業動態，以避免我國漁船涉及非法捕撈，並在漁船倘遭遇海上急難事件，及時提供必要協助。

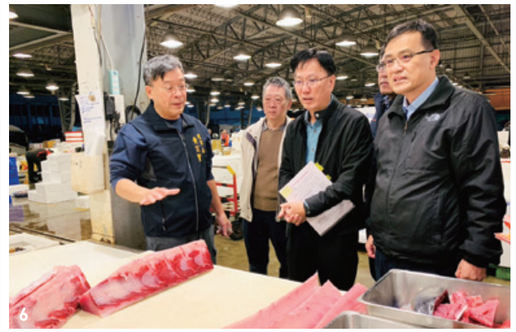
我國遠洋漁業為因應國際漁業管理趨勢，必須遵守區域性漁業管理組織相關作業規定，尤其不可未經許可擅入他國經濟水域作業。因此，為協助我國漁船遵守國際組織相關規定，漁業署「漁業監控中心」於春節連假期間不打烊，仍全時段關注我漁船作業動態，適時提醒漁船主注意作業風險避免違規。

我國遠洋漁船遍布三大洋海域，隨時皆有我國漁船在作業，倘有漁船遭遇海上急難事件，「漁業監控中心」可即時將漁船正確船位及相關資訊，提供搜救單位，爭取黃金救援時間；此外，漁船轉載及卸魚皆須向漁業署申報，漁業署已向漁船業者宣導需因應農曆春節假期，提早規劃漁船轉載及卸魚作業期程，如在春節假期有任何緊急需求，皆可向「漁業監控中心」通報。

1｜漁業署署長王茂城與臺北漁產運銷股份有限公司董事長鄭世維向魚市攤商拜早年。
2｜漁業署署長王茂城及漁業監控中心主任吳明峯向農業部次長黃昭欽說明中心任務。
3｜漁業署署長王茂城與中華民國全國漁會總幹事林啟滄一同向魚市攤商拜早年。
4｜1月23日凌晨由漁業署副署長陳建佑與嘉義市政府建設處處長田長沛、嘉義魚市場（股）公司總經理林弘奇等一同視察嘉義魚市場。
5｜農業部政務次長黃昭欽慰勉漁業署「漁業監控中心」同仁。
6｜漁業署署長王茂城率漁業署同仁前往中華民國全國漁會三重示範魚市場視察魚市場年節前魚貨交易狀況。



5



6



1

第34屆全國十大神農及模範農民頒獎典禮

農業部1月7日舉辦「第34屆全國十大神農及模範農民頒獎典禮」，總統賴清德特別蒞臨頒獎典禮致詞表達祝賀之意，肯定各得獎人對農業發展的努力與貢獻，並頒發十大神農獎當選人證書、匾額及獎金15萬元，另12位模範農民也獲頒當選證書，表揚其在農業領域上的卓越表現。

文=編輯室．圖=陳宥憲（漁業署公關科）



2

「智慧、韌性、永續、安心」，得獎者寫下新農業篇章

本屆 22 位得獎者均跳脫出以往農業框架，導入智慧農業科技與新型態管理技術，成立自有品牌，開創農業永續新商機，並以改變栽培及養殖方式，永續經營農漁畜業、取得標章認證及加工產品作為產業升級的基石，提升至企業化經營模式，將農業從一級產業發展為六級化產業，更帶領其他農民精進技術及共享成果資源，促成產業鏈良好正循環。

其中 64 歲最年長者是來自屏東縣許德全先生及臺東縣梁正賢先生；最年輕者為 36 歲分別來自彰化縣薛雍霖先生及苗栗縣邱俊魁先生，年齡層集中在青中壯年，皆憑藉豐富的經驗與創新精神，作為農業的主力軍，他們不僅掌握農業技術並勇於改變，更積極帶領新一代農民發展，成為業界的榜樣與未來的領航者。

勇於嘗試各種挑戰，創新漁業領頭羊

今年度在漁業領域成果豐碩，運用科技魚塭遠端管理魚蝦的陳泓碩，注重食安理念，逐漸獲得關心食安消費者的青睞，成立臺灣寶蝦品牌，養殖場通過產銷履歷及 BAP 國際驗證，導入智慧養殖系統，透過手機就能遠端管理，簡化養殖程序，提升水產育成率，達到養殖效益最大化。運用生物科技人工養殖小丑魚的薛雍霖，以人工養殖取代野外捕撈，致力於小丑魚的人工養殖，並且透過人工雜交的方式、技術來創造斑紋、色彩絢麗的小丑魚。這些成果都值得政府及農漁民借鏡，一同使臺灣農業進步成長。

多元發展永續循環，好品牌讓國際看見臺灣

本屆所有得獎者都成立自有品牌，甚至銷往國外，不僅導入智慧農業科技創新生產技術，並以友善環境的方式經營，且樂於將成果與農民共享，帶領其他農民精進技術及協助解決問題，是同時兼顧環境、社會與永續的標竿模範。

農業部除鼓勵青年投入農業，承接農業先進們的經驗與技術作為基礎，融合新的創意與智慧科技，開創嶄新的農業世代、帶動產業發展外，亦持續推動多項輔導措施，包括遴選百大青農、建置在地青農交流平臺，輔導青農組織及創新加值經營機制，擴大團隊經營與合作；設置農民學院及農業公費專班增進農民技術與知能；提供青年農民農業經營準備金，協助新進農民降低營農風險等政策，透過多元與適切的輔導資源，從各種面向協助青年農民農業經營時在土地、技術、資金等層面之需求，以穩定農業經營並提升收入，創造農業的永續經營。





1 | 十大神農與賴總統和農業部部長陳駿季合影。
2 | 模範農民與賴總統和農業部部長陳駿季合影。
3 | 薛雍霖以人工養殖小丑魚獲獎。
4 | 陳泓碩運用科技魚塭管理魚蝦。

漁民運動會暨外籍船員關懷活動

基隆為北臺灣漁業重鎮，外籍船員的付出功不可沒。為感謝外籍船員辛勞付出，基隆區漁會與漁業署攜手舉辦「漁民運動會暨外籍船員關懷活動」，讓船員們藉以放鬆身心、同鄉聚會促進情誼。

文．圖=吳常瑛（基隆區漁會推廣主任）

今年「漁民運動會暨外籍船員關懷活動」活動特別以基隆八斗子小夜市方式呈現，攤位美食多樣化免費供應給外籍船員取用。為了這次活動基隆區漁會特別加開課程，由主廚教導家政媽媽夜市料理，活動中端出了各式夜市小吃：滷味、豆花、炸雞排、地瓜球、蚵仔煎等，媽媽們覺得是很難忘的課程，平常在家料理鮮少烹煮臺灣美食小吃，藉由這次機會未來也能為家人的餐盤中加入多樣元素。

此次活動對家政媽媽也是一大挑戰，各項小吃三至六人一組，每組要提供 300 份以上的餐食，前兩天就開始配菜、備料、討論及調整口味，當日更是早起準備攤位。每個攤位的評價都相當好，不到兩個小時，所有小吃都被食用完畢，讓所有的辛苦有了最好的回饋。基隆區漁會亦邀請印尼媽媽製作家鄉菜，在這歲末年冬之際歡聚一解思鄉情愁。

外籍船員運動會有別以往，也增加了許多趣味競賽運動項目，如：人體夾娃娃機、陸上龍舟、籃球 PK 賽。本次由外籍船員、基隆漁民、基隆市政府、台電協和電廠、基隆區漁會員工、學生等藉由團體組隊一同競賽，最後由外籍船員隊拿下冠軍。

活動中也請來大型貨櫃——人體夾娃娃機，巨大夾娃娃機中的禮品都是基隆區漁會透過各種募資管道取得，趣味又爆笑的活動讓各界愛心齊聚一堂，藉由各項競賽活動感受臺灣人的熱情，也讓本籍船員及外籍船員將社會關懷力凝聚一起。



1


5



2


6


3


7



4


8

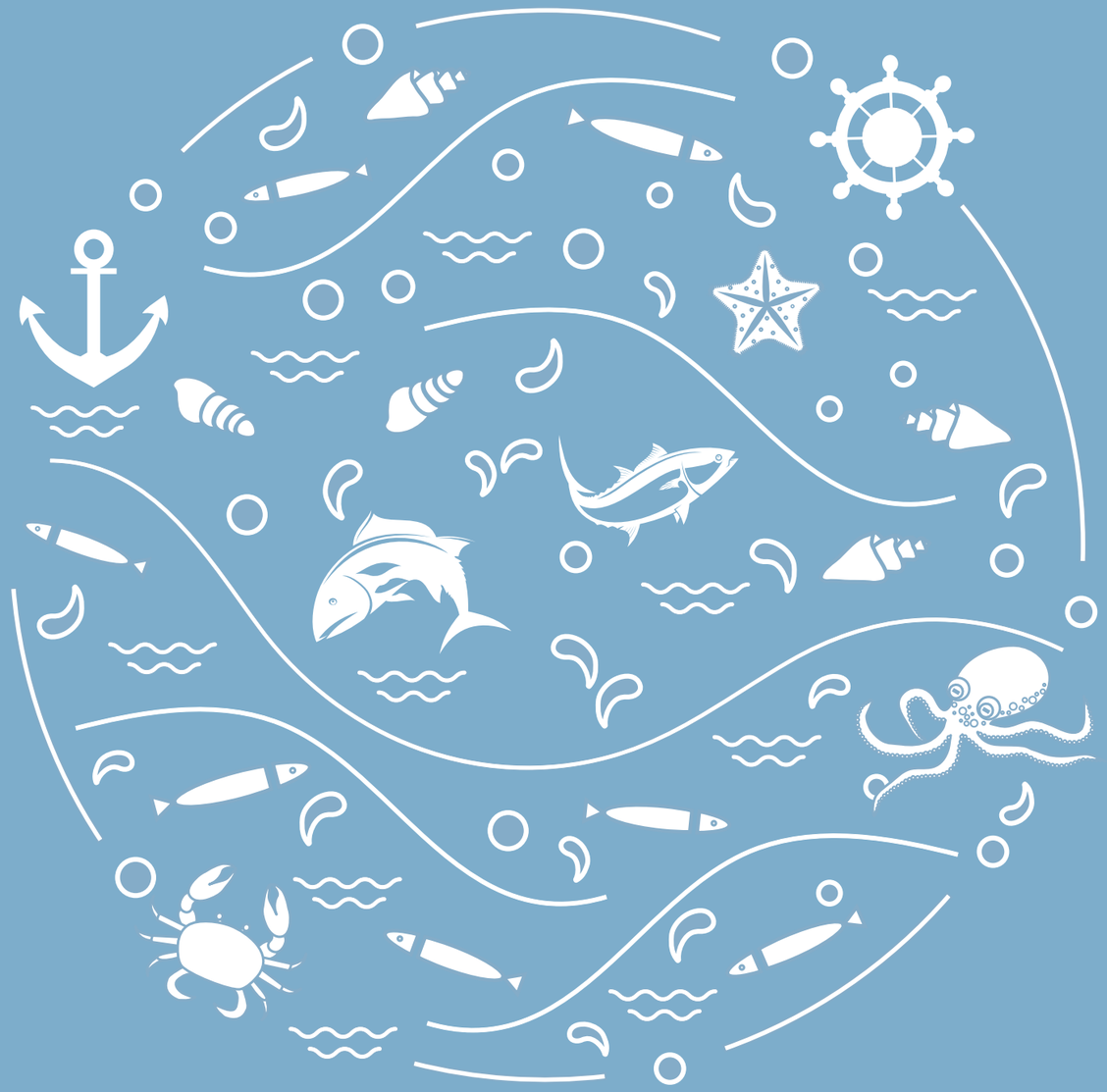

此次活動對家政媽媽也是一大挑戰。

基隆區漁會於 113 年度辦理了五次相關外籍船員關懷活動，從古爾邦傑（宰牲節），分享食材給親朋好友、臺灣的端午節，發送肉粽感受臺灣節日、印尼英雄節，印尼慶祝抗戰勝利的紀念日、中秋節烤肉串連情誼及漁民運動會活動身心，透過有趣的活動提升外籍船員於海上作業及我國生活所需知識及能力，並宣導作業安全與勞工權益，擴大慶祝家鄉節日並體驗臺灣特有節日活動，持續關注外籍船員身心靈健康。

1｜基隆區漁會與漁業署攜手舉辦「漁民運動會暨外籍船員關懷活動」。
2｜透過有趣的活動提升外籍船員於海上作業及我國生活所需知識及能力，並宣導作業安全與勞工權益。
3｜船員開心地高舉抽中的腳踏車。
4｜義剪攤位大受歡迎。
5｜外籍船員運動會增加了許多趣味競賽運動項目。
6｜藉由各項競賽活動中串連情誼。
7｜活動以八斗子小夜市方式呈現，攤位美食多樣化免費供應給外籍船員取用。
8｜船員於活動現場簽到領取抽獎券。

以海洋科學序列認識過漁問題

文．圖=嚴佳代（國家海洋研究院綜合規劃與人力培訓中心主任）、林惠珠（宜蘭縣學校環境教育中心）
林穎秀（宜蘭縣南安國小教師）、謝惠娟（宜蘭縣南安國中校長）



隨著全球人口突破80億，海洋環境和氣候變遷面臨的挑戰也越來越嚴峻。為了恢復人類與海洋之間的平衡，聯合國教科文組織在2021年啟動了「永續發展海洋科學十年」（2021-2030）計劃，其中為了強化海洋永續利用以及深化人類與海洋的共存關係，並確保海洋對人類福祉、文化及永續發展的多重價值和服務被大眾所理解，因此積極推動海洋素養的普及。

海洋永續需要從小扎根

海洋素養被定義為「了解海洋對你的影響，以及你對海洋的影響」，然而，要讓海洋素養轉化為實際行動，需要跨領域合作與系統化的海洋教育。2019 年臺灣引進了美國柏克萊加州大學開發的 OSS（Ocean Science Sequence，海洋科學序列）教材。這套系統包括小學（OSS G3-G5）和國中（OSS G6-G8）兩個學習階段課程，教學模式透過探究式活動帶領學生探索海洋現象，課程內容則涵蓋洋流、海底地形、海洋棲息地、生物多樣性、氣候變遷、海洋汙染到過漁等主題，希望從小培養國人的海洋素養以及對海洋環境意識的責任感。

海洋素養從海洋科學序列開始

海洋委員會國家海洋研究院從 2023 年取得美國授權後，著手翻譯 OSS 中文版教材並開始積極在臺灣推廣，並在 2025 年啟動「建構海洋素養典範國家計畫」，希望透過 OSS 課程的普及，落實提升全民海洋素養的目標。這套教材除了內容涵蓋從海洋特徵、生物多樣性到氣候變遷等多方面主題，更強調動手實驗和科學探究，讓學生透過模型、數據分析及視覺化工具，學習海洋科學概念並應用於現實生活。更重要的是啟發學生對海洋環境的好奇心，鼓勵他們在持續探索海洋及提出解決海洋問題的方案。

{OSS3-5（國小中高年級）}

分成三個單元，共有 25 堂課。

【單元一海洋特徵】主要是利用實驗探索海洋連通性，學習溫度及鹽度差異對洋流影響，並強調科學模型與科技在解釋海洋現象中的重要性；

【單元二海洋生物多樣性】探索多樣的海洋棲息地及生物適應，學習生物間相互依賴與生態系統運作，發展基於證據的科學解釋能力；

【單元三人類與海洋關係】探討人類如何利用與影響海洋及相關議題，學習透過模型與分析影響證據並提出保護海洋的方案。



模擬鯖魚釣魚小於20公分要放回大海。



問答互動學習。


1


2

{OSS6-8（國中階段）}

有三個單元，共有 33 堂課。

【單元一海洋與大氣互動】課程主要學習洋流、熱能傳遞與水循環，分析其對氣候的影響，探索如聖嬰現象等氣候變遷；

【單元二碳循環】主要學習研究碳循環基本過程及其對地球系統的影響，關注海洋酸化與工業活動的作用；

【單元三氣候變遷】學習探討氣候變遷對海平面、生態系統等的影響，利用數據分析解決方案，理解人類行為對海洋長期的影響。

以海洋科學基礎認識過漁議題

OSS 從探究中了解海洋科學與海洋生態的基本概念後，第三單元探討人類與海洋的關係。宜蘭縣南安國小林穎秀老師 1 月 14 日在宜蘭縣壯圍大福國小以及 1 月 17 日在萬富國小進行 OSS G3-G5 中第 3.3 單元「調查過漁」課程，學生透過實際數據與模型，學習捕撈如何影響魚類族群的變化。

這堂課程以大西洋鱈魚和鱸魚的族群研究為例，分析因過漁導致的數量減少，並探討透過限制捕魚等措施恢復族群的方法。學生首先接觸抽樣調查的概念，通過比較兩個時間點的族群數據，直觀理解過漁帶來的影響。接著，小組討論鱸魚族群變化的原因，並思考如何制定有效政策，例如捕魚限制。透過這些活動，學生學會了利用科學數據解釋現象，並發展出保護海洋資源的責任感。

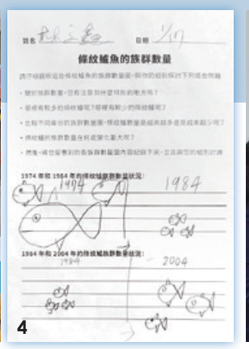
在教學過程中，穎秀老師設計了小型生態箱引導學生動機，再逐步導入圖表與數據解讀活動，不僅提升學生對科學數據的理解能力以及深入思考人類與海洋的關係。許多學生在課程中對魚類族群變化結果產生好奇，並自發提出如「少捕一些、捕大的」等解決方案，甚至提出如何透過保護小魚來促進魚類族群再生的循環觀點，展現出對永續發展概念的初步理解。

通過 OSS 課程，除了培養學生的科學探究能力外，也透過海洋科學海洋生態基礎概念，能夠更完整的思考人類與環境的關聯以及魚類生態面臨的挑戰，更能激發學生對於海洋永續意識與行動。因此即使不在海邊，學生也能理解海洋對人類生活的重要性，並逐步建立起「森川里海」的系統性思維，實現教育與聯合國永續發展目標（SDGs）的結合。這不僅是對學生未來的投資，也是對地球海洋環境的一份承諾。

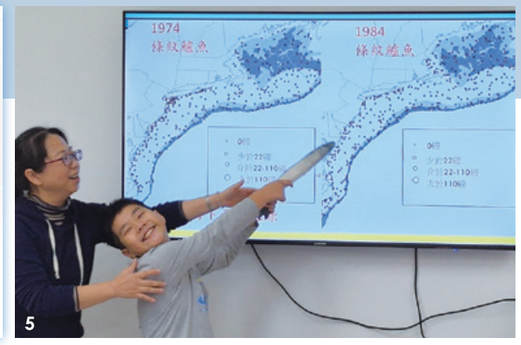
過漁與在地漁業的反思

漁業家庭出身的宜蘭縣環境教育中心林惠珠校長，1 月 17 日也在國小五年級與國中七年級進行了 3-3 單元「調查過漁」。林校長透過孔雀魚、水蘊草和浮萍的魚缸展示，生動解釋了「族群」與「抽樣」的概念。


3



4



5

課程以宜蘭南方澳的鯖魚過度捕撈案例為核心，讓學生深入了解過漁對海洋生態系統和漁民生計的影響，並進行反思。學生在課程中學習分析漁獲量變化的圖表，並透過自學、小組討論和異質合作完成學習單，確保每位學生都能參與其中。模擬釣魚活動則進一步強化了「抓大放小」的永續漁業理念，引導學生提出解決過漁問題的方案，如法律規範捕撈行為及支持永續漁業。

課程設計結合靜態學習與動態活動，小學生用 80 分鐘學習過漁現象，國中生則以 45 分鐘課程進一步探討漁業管理和政策，強調過漁對整個社會的影響。課堂還透過《台灣海鮮選擇指南》將議題延伸至日常生活，幫助學生培養永續消費的意識。觀課教師對這次教學讚譽有加，認為減少教師主導、增加學生自主學習的方式成效顯著，也期待學生將課堂所學分享給家人，推動更多永續行動。

此外，課程未來可結合更多本土與國際案例，如澎湖鮪魚過漁、臺東拖網漁業問題或國際永續捕撈政策，並分析臺灣漁業數據，進一步提升學生的行動力與全球視野。透過這樣的教學設計，學生不僅能了解過漁的問題全貌，還能落實永續漁業的理念，為保護海洋生態與維持漁業生計貢獻一份力量。

OSS 未來的發展

宜蘭縣為海洋科學序列課程推廣計畫的積極參與者，由宜蘭縣國中小學自然領域及海洋教育輔導團輔導員及有興趣的種子教師們以線上、實體及混成的不同方式共同備課，同時也擴大了師生雙方的學習廣度，讓更多學生可以接觸課程，也不僅豐富了學生的海洋素養，更激發宜蘭學子們對海洋科學的探索興趣。

因為 OSS 教材本身有足夠吸引學生們的魅力，學生們在上課能感受到課程知識給予自己的幫助，產生學習動機與興趣，所以教師們在參與及課程實施上就更有動機，為了激發學生的學習動機，老師們透過自主學習，共備的過程，提升教材及課程的厚實度。課程中透過提問、師生互動、預測、找證據、實作和歸納，帶領孩子們深入探究學習。OSS 教育的目的是探究科學，除了學生之間的互動探索，也包含了師生間的引導及學習，並建立有關科學探究的能力。結果並不是最重要的，而是在過程當中，引發的學習動機及興趣，學習成效不僅僅只限於知識而已。

未來希望藉由透過 OSS 課程，能讓國中小海洋科學教育與自然學科和人文學科整合，並透過科技融入教育以及運用 PBL 問題導向方式來學習，培養海洋素養，也讓學生具備面對全球性的氣候變遷與海洋資源浩劫等挑戰，也同時促進學生的創造力與社會責任，培育未來世界公民。

1 | 從生態箱認識族群、抽樣的意義。
2 | 1974鱈魚圖表討論。
3 | 閱讀條文鱸魚文本。
4 | 族群數量觀察記錄。
5 | 觀察報告分享。



邁入2025年，全世界的目光再次聚焦於一個引人注目的焦點：唐納德·川普（Donald Trump）第二任總統任期將如何在內政上掀起波瀾，又會如何在國際舞臺上製造衝擊？而我關切思考的是：臺灣的漁業又將會面對怎樣的挑戰？

所有對於川普上台引發疑慮似乎並不過分，他在第一個任期中曾做出許多打破慣例的舉動，不僅顛覆了既有的國際規則，也令全球政治和經濟產生重大的轉變。如今，他再度當選後就任前所推出的激進內閣名單、內部改革計畫、大力遣返移民、以及對外高調徵收關稅的政策預告，已經讓全球的政論家和學者議論紛紛，試圖預測其未來可能的行動和對各國造成的衝擊。

川普高舉「讓美國再次偉大」的旗幟，採取了一系列保守的經濟政策，如徵收高額關稅、限制移民以及退出多個國際組織。這些行動與美國長期以來推動的全球化與自由貿易路徑背道而馳，並引發了關於全球化是否會因此終結的熱議，有人甚至認為全球化已經死亡，而各國終將在關稅報復的對抗下回到以保護主義的世界。

然而，全球化真的因川普而停止了嗎？作為一個高度依賴國際貿易的海島經濟體，臺灣的漁業又該如何在這一波全球化轉折浪潮中做好準備？

全球貿易局勢的變動對臺灣的漁業的影響必須及早評估。

全球化大轉彎與漁業的未來

文．圖=鍾國南（公共事務管理博士）



水產品是民生必需的品項，但進出口貿易仍然對國內市場有巨大影響力。

全球化怎麼了？

全球化並非新鮮事，雖然有各種不同的定義，但現象十分明顯。從最廣義的角度看，人類的祖先智人走出東非大峽谷的那一刻起，全球化的過程就已然開始。比較普遍被採用的說法是美國學者羅比·羅伯森（Robbie Robertson）所提出，認為人類歷史經歷了三波全球化浪潮：第一波始於大航海時代，建立了全球性的貿易網路；第二波發生於工業革命期間，大量資本和勞動力開始在全球範圍內流動；第三波則始於二戰後，國際秩序重組加速了全球在政治、經濟、文化和科技上的合作與交流，其影響滲透到地球的每一個角落。

儘管全球化帶來了資源分享與經濟增長，其負面效應也不可忽視：經濟剝削、環境污染、貧富差距和文化同質化的現象愈發顯著，激發了諸如 1999 年西雅圖風暴和 2001 年熱那亞抗議活動等反全球化運動。然而，總體而言，自二戰後全世界仍然堅定地朝著更多交流、更多連結與合作的全球化方向前進仍是不爭的事實，而美國更大力推動自由貿易，以各種手段不斷打破各種貿易壁壘。

臺灣的漁業也在這波全球化和自由貿易的浪潮中獲益良多。通過加入國際漁業組織，臺灣成功擴大了水產



全球化也加速環境破壞及污染的速度。

品出口規模，提升了水產加工技術，並吸引外籍勞動力補充人力資源，這些舉措讓臺灣漁業在國際市場上佔有一席之地。對於資源有限的海島經濟體來說，唯有面向廣闊的國際市場，才能借助技術和人才優勢參與全球競爭。

全球化大轉彎

仔細審視川普的政策，可以發現他其實並非徹底反對全球化或自由貿易，而是通過提高關稅和推行貿易本土化，迫使其他國家進一步開放市場，以重新塑造全球化的格局，為美國資本和企業創造更有利的環境。說到底，川普對改變世界貿易沒那麼大興趣，他的首要目標就是推動所有看來對美國立即有利的經貿措施，儘管許多經濟學家都警告某些動作可能是短多長空，未必能帶來終極的好處。

然而，戰後的世界歷經 80 年的發展已經讓全球貿易格局發生巨變。美國雖然仍是經濟軍事外交強國，卻不再具備完全主導全球經濟貿易的能力。川普通過關稅和保護主義手段構建的「小院高牆」，未必能夠阻擋全球化的進程，反而可能讓美國在全球貿易中逐漸邊緣化。

事實上，全球化並未止步，而是進入了轉型期。傳統的商品和資本流動雖然在某些領域放緩，但跨境資料流程動和區域性合作卻在加強，全球化正以新的形態延續發展。無論直接還是間接，這種轉變也帶來了複雜的國際貿易格局變化，而且幾乎沒有國家能夠置身事外。

臺灣的漁業在這一波浪潮中將面臨更多外在變數的影響。例如，全球水產品供應鏈的變化可能重新形成市場規則，各國關稅政策的調整也會進一步影響臺灣漁產品的競爭優勢。此外，美國退出氣候協定可能延緩全球減碳步伐，加劇極端氣候風險，對高度依賴環境穩定的漁業產業構成長期挑戰。如何精準評估各種水產品市場的消長變動，著實考驗著政府與業者的敏感度與分析能力。

面對未來的不確定性，臺灣漁業必須在政府政策和企業策略上共同發力。政府應積極開拓多元化出口市場，支援企業進入東南亞、中東和非洲等潛力地區；積極加入 CPTPP 等區域性貿易組織，以確保臺灣漁業在國際市場中的穩固地位；推動國際認證（如 MSC 和 ASC）的普及，將為臺灣漁產品爭取更多高端市場；投入更多研發能量，開發高附加值產品以適應市場需求的多樣化，這將是提升國際競爭力的關鍵。

漁業相關企業需要通過優化供應鏈降低對單一市場的依賴，同時借助區塊鏈技術增強產品透明度，從而提升消費者信任；打造區域品牌，突顯臺灣漁業在品質和生態可持續性方面的優勢，也進一步擴大市場影響力；在營運方面，加速智慧化和節能技術的應用來降低成本，將為企業帶來更高效的競爭力和靈活性。

拉大視野看未來

拉大視野看人類社會發展的歷史，川普造成的改變終究只是歷史長河中的一個岔路，其影響與功過尚未有定論，而歷史的車輪從未停止向前邁進，全球化的轉折也不會是終結，而是以更靈活、更區域化的新面貌出現。

對於臺灣漁業來說，挑戰與改變是成長的常態，每一次危機與轉折都蘊藏著創新與突破的契機。唯有以開放的心態和務實的行動迎接這些挑戰，臺灣才能在全球化新形態下，繼續邁向更高品質、更可持續的未來。







1｜全球化過程中臺灣漁業也得以提升技術，打開市場，並引入外部勞動人力。
2｜遠洋漁業的獲利受到國際貿易影響，也與能源價格波動息息相關。
3｜依賴出口的水產品必定會因為國際貿易的變動而受到衝擊。

馬加鰆多滋味

烹調白腹仔的美味

白腹仔的外型呈現流線菱型，銀白色腹部上有著縱向排列的深色斑點，雖然體型相較於土魠魚略小，但白腹仔的肉質細嫩滑口，擁有豐富的油脂，是冬春季節不可錯過的當季美味。

文．圖=**武展丞（創意海鮮食譜作家）**



白腹仔，學名臺灣馬加鰆，是鰆魚家族中的一員，與眾所周知的土魠魚為近親。馬加魚是鰆魚的廣泛稱呼，其中包括臺灣常見的五種魚種，各具特色：

臺灣馬加鰆，俗稱「白腹仔」，體型小巧，多以整尾販售；高麗馬加鰆，俗名「闊腹仔」，體型較大，主要進口自韓國；日本馬加鰆，臺灣漁民稱為「馬加剪」，體型細長；康氏馬加鰆，又稱「土魠」，油脂豐富是冬末春初的季節佳品；中華馬加鰆，俗名「大耳仔」，特徵為胸鰭圓大。

白腹仔的油脂含量高，肉質柔嫩，適合多種料理方式，日式料理中，白腹仔常被用來製作生魚片，油脂的自然香氣令人回味無窮，如果油脂稍嫌不足，廚師們會使用醬油或昆布稍作醃製，讓風味更加醇厚，燒烤或油炸也是普遍的作法。除了生魚片，白腹仔也能用來製作多種熱食，在臺式料理中例如乾煎、紅燒、清蒸或鍋物料理十分多樣。

此次示範的兩道菜「壽喜燒」與「烤味噌」，是白腹仔料理中極具代表性的日式做法，既經典又美味。壽喜燒，源自日本家庭的傳統鍋物，以牛油、洋蔥、柴魚湯為基底，加入適量的醬汁提味。製作時，先將材料爆香，接著放入白腹仔魚片輕煎後再燉煮。魚片煎至微焦後加入湯中煮，不僅提升湯底的香氣，也讓魚肉更加入味。另一道料理「烤味噌」則有另一番風味，這道菜以味噌作為醃料，搭配糖與少量醬油，讓魚片在烤製時呈現金黃帶焦的迷人色澤。味噌醃製時間約 3 小時，能讓魚肉完全吸收調味料的鹹香，但在烤製前需將多餘的味噌輕輕擦拭，以避免糖分焦化過度。烤製過程中，魚片的油脂慢慢釋放，與味噌的香氣相得益彰，成品外酥內嫩，散發著誘人的香氣。

對於家庭主婦或料理愛好者而言，採購白腹仔時可以選擇整尾或輪切的方式，如果覺得處理整尾魚不方便，也可以在市場直接請魚販將魚切成適合料理的厚度，分裝冷凍，隨時取用。在飲食選擇上，不妨多嘗試鰆魚家族中的其他魚種，例如土魠魚或石橋魚。將這些魚採用同樣的烹調方式，品嚐牠們的細微差異，能更深刻地感受每種魚的獨特魅力。對於消費者來說，探索不同魚種的風味，不僅是對食材的尊重，也是一種提升飲食趣味的體驗。





白腹仔壽喜燒

材　料：
白腹仔 300g、蒟蒻絲 100g、紅蘿蔔 50g、牛蒡 50g、白菜 300g、洋蔥 50g、生香菇 2 朵、蒜苗 2 支、茼蒿 200g、日本冬粉 100g、蒜頭 1 顆

調味料：
無鹽奶油 20g、醬油 50c.c.、白糖 20g、蠔油 15c.c.、水 500c.c.

作法：
1. 白腹仔三清後三枚切，魚片切片厚度約 2 公分。
2. 牛蒡去皮後切片，放入水中浸泡；日本冬粉放入水中浸泡備用。
3. 洋蔥切厚片（約 1 公分），白菜切塊狀，生香菇、紅蘿蔔刻花，蒜頭整顆去皮備用。
4. 將奶油放入鍋中化開轉中火，放入洋蔥、牛蒡、蒜苗、蒜頭爆香，炒至洋蔥軟化加入蠔油、醬油、白糖拌炒後，加入白菜、生香菇、紅蘿蔔，直到白菜出水後，放入清水煮滾，最後放入白腹仔魚片，轉小火煮 5 分鐘即可。

備註：
白腹仔可先用平底鍋煎至兩面金黃再放入煮，味道更佳。

味噌烤白腹仔

材　料：
白腹仔輪切 300g、蒜苗白 1 節、生香菇 2 朵

調味料：
醬油 10c.c.、味噌 140g、糖 60g、白芝麻 5g、米酒 30c.c

作法：
1. 白腹仔去頭三清後輪切（每片約 100g），腹部血腺清理乾淨。
2. 味噌倒入碗中加入白糖、醬油及米酒，攪拌均勻靜放 1 小時（讓糖化開，醬油為增色，增多或減少依個人喜好），將調好味噌塗抹在魚體兩面，放入冷藏 3 小時醃漬。
3. 烤箱上下火 220 度預熱 20 分鐘，放入味噌魚上下火 180 度烤 15 分鐘，再轉 220 度烤 5 分鐘。
4. 放入蒜白及香菇一起烤，取出後撒上白芝麻即可。

備註：
1. 味噌醬中糖分很多，烤時容易焦，可將多餘味噌刮除或水清洗。
2. 烤的前 15 分鐘，可用鋁箔紙蓋住魚身，使其不容易焦，後 5 分鐘鋁箔紙挪開，讓魚體表面焦黃即可。





家政班廚房

酸辣鱻料理



文．圖=黃姿樺（中華民國全國漁會約聘人員）、余桂鳳（花蓮縣養殖漁業生產區發展協會班長）

五味烏魚蓋飯

料理者：許妃

材　料：烏魚 300g、白飯一碗

調味料：五味醬（薑末 2 匙、蒜末 2 匙、蔥花 100g、烏醋 2 匙、味醂 1 匙、米酒 1 匙、番茄醬 2 匙、醬油膏 2 匙、醬油 2 匙、辣椒少許）

作　法：

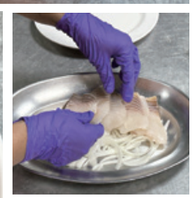
1. 烏魚切片，開水加入薑片、蔥及少許米酒煮滾，放入魚片關火泡熟後，撈起瀝乾備用。
2. 將薑末等食材拌勻製作五味醬，醬料可依個人喜好調整比例。
3. 將烏魚片鋪於白飯上，淋上五味醬即可上桌。

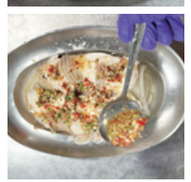












泰式鮮鯛片

指導單位：花蓮縣養殖漁業生產區發展協會 余桂鳳指導員

材　料：鯛魚片 2 片、薑 3 片、蔥 1 根、蒜 5 顆、辣椒 1 根、香菜少量、檸檬半顆、洋蔥半顆、檸檬原汁 4 大匙

調味料：魚露 4 大匙、水少許、泰式香料（南薑、香茅、檸檬葉、花椒）3 匙、米酒少許

作　法：

1. 薑切絲、蔥切段、檸檬切片、洋蔥切絲、蒜、辣椒及香菜切末備用。
2. 將調味料放入碗中拌均備用。
3. 鯛魚片斜刀片成 8 片、洋蔥絲鋪底擺上鯛魚片，放上蔥段及薑絲，淋上少許米酒。
4. 起鍋放入水，待水滾之後放入步驟❸，大火蒸 8 分鐘。
5. 蒸好後，將蔥段、薑絲取出，淋上步驟❷調味料，回蒸 1 分鐘。取出蒸好的鮮鯛，擺上檸檬片和香菜裝飾即可。



漁業推廣月刊徵稿須知

本刊自 1986 年創刊至今，讀者群涵蓋學生、漁民和漁業相關人士等對象，以推廣臺灣漁業為宗旨，誠摯邀約漁業相關研究、文化、見聞、美學、休閒等領域稿件。

稿件格式｜

1. 文稿請提供 word 文字檔及圖片檔案，文字約 1-2,000 字，圖檔請附圖說、影像大小 2MB 以上，至少 6-8 張以上，以 JPG 或 PNG 檔傳送。
2. 文字檔請提供標題、作者姓名、服務單位、完整內文。

約定事項｜

1. 本刊對投稿文字有刪改權，並視排版需要決定圖片、採用數量及大小、配置等。
2. 文稿須保證圖文版權合法，且提供內容無不法侵害他人權利或著作權之情事，如違反著作權法之規定，或涉及侵害他人智慧財產權，需自行承擔法律責任及支付相關費用。
3. 凡經審查通過並刊登者，須同意本刊電子版授權於網路平臺上架，供讀者下載及瀏覽，達增進推廣科普教育目的，以上約定不影響作者著作人格權相關權利。

稿　　酬｜

1. 文字為每千字 1,100 元計算，字數依最終刊登採用計算，圖說、註解及參考文獻不計稿酬。
2. 一般照片每張 270 元，單頁至多採計 4 張圖片費用；專業照片每張 1,500 元，單頁至多採計 1 張圖片費用。
3. 每位作者另致贈當期月刊 2 本。

投稿方式｜

1. 投稿請洽：02-23835691 蔡編輯
2. 文稿請以電子郵件方式傳送至本刊編輯部信箱 minhung@aquadf.org.tw

討海的人

討海 身影

文｜**曾珮瑩**　攝影｜**游忠霖**

屏東是目前臺灣海鱸最主要的產區之一，
和傳統養殖最大的不同，
海上箱網利用現成的海洋空間，
以網架、網及錨鐵固定系統，
組成圓柱型或立體造型的飼養空間。

漁人們在海上投餵、換網、洗魚、起網、收成，
所有的工作都在海上箱網旁執行，
恆春的艷陽、強勁的風和純淨的海水，
不僅餵養了海洋之下的魚，
也滋養了海人們的養殖志業。

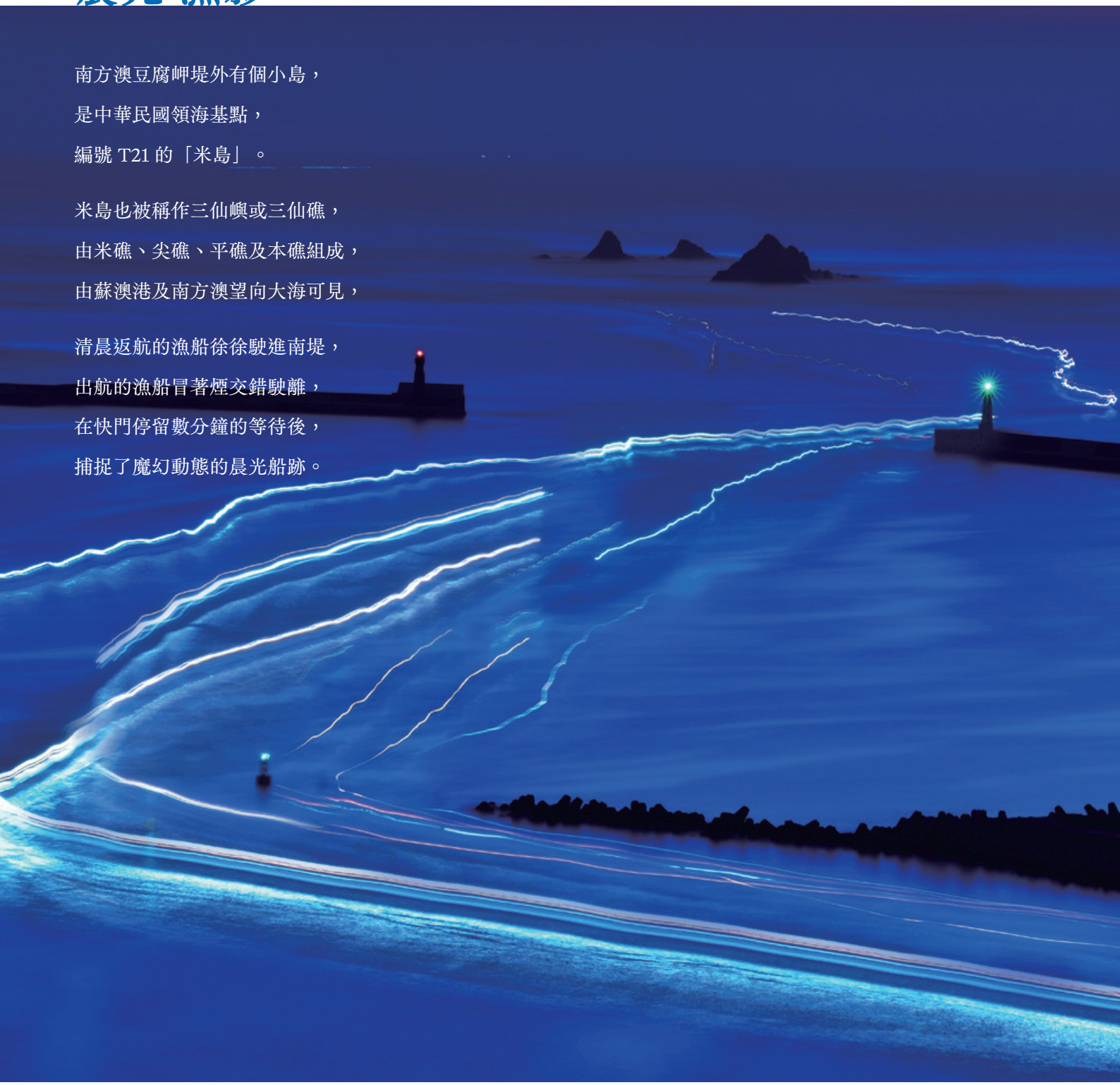


晨光 漁影

南方澳豆腐岬堤外有個小島，
是中華民國領海基點，
編號 T21 的「米島」。

米島也被稱作三仙嶼或三仙礁，
由米礁、尖礁、平礁及本礁組成，
由蘇澳港及南方澳望向大海可見，

清晨返航的漁船徐徐駛進南堤，
出航的漁船冒著煙交錯駛離，
在快門停留數分鐘的等待後，
捕捉了魔幻動態的晨光船跡。



文｜曾珮瑩　圖｜游忠霖

ISSN 1019968-3
9 771019 968001
中華郵政臺北誌第 489 號執照登記為雜誌交寄
GPN：2007500008