



東山季刊

《第二期》



發行單位：臺南市東山區公所
 發行人：東山區區長 呂煌男
 總編輯：主任秘書 張政郎
 副總編輯：編委 吳素月
 編輯顧問：秘書 羅朝勝
 編輯委員：黃旭陽、吳家增、曹欽璋、湯智仁、林志宏、郭靜芳、郭耿舜、陳俊榮、許慧君
 連絡電話：臺南市東山區公所行政課 06-6802604
 電子信箱：dongshan2016@gmail.com
 出刊日期：2020年12月30日



呂煌男區長致詞

本所業務課室同仁議題講解

【臺南市東山區地方共識會議】

圖文/許慧君

本區新任區長呂煌男自9月21日上任以來，即以提高區民生活品質，發掘地方文物特色，促進農特產業升級自勉，呂區長秉持著在地人落地生根的理念，希望把東山建設成一個適合樂活安居的好所在。為瞭解地方需求，傾聽地方聲音，並宣達公所未來打造嶄新東山的基礎藍圖，本所於10月15日在本所社會課3樓會議室召開【109年度第一次地方共識會議】，與會人員包括轄內各里里長、社區理事長、賴惠員立委服務處與沈家鳳議員服務處代表、水牛建築師事務所、查畝營文史觀光發展協會、閱悅工作室以及關心東山未來發展的各地賢達等。

會議針對「公所季刊名稱發想」、「自行車道路線規劃」、「東興段185、187、195等三塊公有地後續用途討論」、「社區營造未來方向」、「社區防災士需求探討」等五大主題，在不預設立場與方向的前提下，分組進行充分討論，最後再由各組推派代表發表所屬組員的歸納綜合意見，討論過程各組互動熱烈，話聲掌聲不斷。

呂區長總結致詞時表示，東山區具有悠久的文化歷史與豐厚的產業特色，因此公所在尤連發鄉長時代即排除萬難發行了「東山鄉誌」，讓後代子孫對於己所從出能有充分的了解，並藉此凝聚地方的向心力與認同感。呂區長同時拜託在場各界賢達，協助蒐集蘊含故事與意義的各式東山老舊照片，讓公所即將發行的「東山老照片集錦」更加多元豐富，並可彌補東山鄉誌所缺漏與不及的部分。最後，呂區長也允諾必將廣納今天諸位所提供的寶貴建議，作為公所未來施政的參考，繼續為推動東山的地方創生事業打拚奮鬥。



分組討論



南溪社區李奇財理事長建言

【法律諮詢服務】

圖文/張正一

為使本區民眾及所內同仁能有更多管道獲取法律資源協助，本所特聘嚴奇均、沈聖瀚兩位律師擔任法律諮詢顧問。兩位律師法律知識超卓且實務經驗豐富，長期熱心公益於地方法律諮詢服務，為本區偏鄉居民提供許多法律問題的釋疑與解答，未來每週五上午9點30分至11點在本所社會課一樓提供法律諮詢服務，如遇有相關法律問題可前往諮詢喲！

*洽詢電話：06-6802100分機116

若遇律師出庭，會異動當月時間，可請先行電話洽詢，以免造成不便。



嚴奇均律師



沈聖瀚律師

龍眼乾滋味 像極了瘦情
東山特產 / 古法手作 / 土窯炭燒 / 煙燻

林宗勳

東山一日遊

文/林宗勳
圖/林宗勳、黃國棟、吳素月



車行進入山區，來到175號咖啡公路上的「十方源咖啡」。永遠穿著真皮皮鞋的老闆帶領大家體驗烘焙咖啡豆，邊烘焙咖啡豆，邊唱著「兩隻老虎」的兒歌，歡樂的氣氛久久不散。老闆的爸爸帶著剛割下的筍子來到咖啡店，他說這裡用餐沒有肉類，但有新鮮的農特產，保證美味。咖啡樹下傳來「阿彌陀佛」的念經聲，原來是老老闆自己聽經，咖啡樹也順便修行了。



早上6點鐘即開車從高雄出門，因為今天要參加109年度臺南市東山區社區營造成果發表－「啡龍再添：秋日淺山漫遊，東山1日小旅行」。

到東山區公所才7點半，距集合時間還有1個鐘頭，於是到東山大廟走走。碧軒寺因內、外整修及增建三寶殿與餐廳等工程，所以給十方大德結善緣、共植福田的機會。今天剛好農曆15，虔誠的信徒絡繹不絕，大殿前設置的香水荷花非常高雅脫俗，位置恰好在佛祖媽的眼前，上方的「碧雲傳香」匾額燻得黑中透亮。農曆年底，我一定要徒步護送佛祖回「火山碧雲寺」團圓，盼望佛祖能繼續庇佑東山區民及信徒健康平安。



中午在東原老街上的土地公廟前享用露天大餐，竹筒碗、細竹子筷加上當地媽媽所煮的風味餐，永遠難忘。在地的導覽員解說東原老街「曾經輝煌的歷史」，途中經過「東原老街的全聯」，什麼都有、什麼都賣、兩對結婚60週年鑽石婚的夫妻、店裡貼著各種海報的麵店、理髮店的老闆娘在店門口剝龍眼肉，笑說自己是歐巴桑理髮師，還有需要想像力的電影院等等。下次要自己來慢慢走、慢慢看。

走回東山區公所，穿著黃色團服的解說員，已經非常嗨地拍起團體照，真是充滿活力又快樂的一群工作人員。

臨上車前，區公所對面的三奇醬油老闆，正好趴在窗前。我跟老闆稱讚他的蔘油非常甘甜，因為今年製作蔘油破布子就是採用他們家的蔘油，吃過的人都非常稱讚，老闆答應可以去他的蔘油工廠攝影記錄，真棒！



車子出發，一下子就抵達「東山窯Y窯」的「家·農場」，農場型男主人詳細地介紹東山龍眼窯的構造及功能，可惜龍眼採收及烘焙時間已過，不過明年可以趁早來體驗。在這裡體驗以木炭加溫龍眼乾，比賽剝龍眼肉之後，再享用主人以龍眼乾、枸杞、紅棗等等煮出來的湯品，以竹筒當碗、細竹子當筷的特殊風味，「貴氣逼人，圓圓滿滿」結束第一站。



車子回到東山老街，參觀日式碾米廠、街上的美食，走到「碧軒寺」感謝佛祖庇佑活動順利。最後，工作人員拿出佛祖加持過的「脫鞋博杯」分組比賽，得勝者有大獎黑熊一隻。在人人都獲得佛祖加持過的「博杯」後，結束今天的行程。



8個熱情活潑、知識豐富的工作人員，與20名遊客共同度過歡樂的一天，這真是VIP團，只可惜時間太短，期待下次再相會。



不一樣的東山導覽解說員培訓 我參加，我驕傲！

圖文/李翊宸

今年，從7月到10月這4個月的時間，我每個週末幾乎都「賣給」區公所舉辦的導覽解說員進階培訓課程了。這麼「硬斗」的課程，為什麼學員們卻趨之若鶩呢？原來這次培訓課程主題是以東山龍眼及土窯文化和東山咖啡文化為主題作規劃，包含理論與實務兼具的課程內容以及踩線團小旅行的成果考核，這麼充滿挑戰性的培訓課程，實在是市面上少見呀。

田野調查課程時，學員們漫步在東山南溪土窯巷和當地的窯主們話家常（其實是向他們挖寶），據南溪社區發展協會理事長財哥介紹，盧藤紫是東山的特產，由於甜度高，口感Q彈，因而獲得世界麵包冠軍吳寶春先生的青睞選用，東山龍眼乾隨即聲名大噪。東山窯Y窯的型男青農林紹樺先生，課堂上用心準備粉殼、紅殼、韌蒂仔、菱角種等龍眼品種讓學員們細細品嚐與觀察，學員們在學習單上一一寫下不同品種的外觀顏色、果肉口感……，藉由這麼直接的實測方式，讓大家刷新腦海中對龍眼的刻板印象。

根據來自大鋤花間郭老闆的訪談，東山目前主要種植四大阿拉比卡品種，各自有迷人的風味。採收後的咖啡生豆經過日曬、水洗或蜜處理等不同的處理方式，再進入到淺、中烘焙，過程繁複絲毫馬虎不得，拿在手中的咖啡，飄散出東山好山好水的獨特果香味，一口一口喝在嘴裡與舌尖產生的化學變化，那種香、醇、微酸的回甘，這是專屬東山「香」低海拔高品質的咖啡喔！

培訓總是需要成果驗收的，所以公所安排在10月25日和10月31日這兩天舉辦成果展，學員們帶領來自四面八方遊客親自體驗我們安排的踩線團遊程。事前的討論與規劃遊程面臨很多問題與挑戰，直到考核當日完成6小時的踩線團，遊客們意猶未盡的say good-bye，好幾家報社紛紛報導踩線團小旅行的大成功，我們才終於放下4個月來接受訓練與考核的緊繃心情，開心的給組員們互相鼓勵的掌聲。

一路上的成長，我要感謝所有課程中陪伴與指導的老師們，蔡佩如老師—她總是以人文的細膩角度，提醒我們把文化如實的保留下來。宋金山老師—最溫暖貼心給力的輔導與陪伴。還有最感謝我們既嚴謹又條理有序帶領我們前進的明娟，她的細心安排成就了我們的成長。最後感謝東山區公所的前瞻遠見，讓我們可以擔當起東山的前鋒部隊，讓更多人可以走進我們可愛的東山，認識更多面向的活力東山。

解說員只是一個小小的起點，期盼東山老老小小的居民們，都可以是自己家鄉最得力的解說員，讓越來越多的遊客都可以見識到我們東山的好山好水好人情，好吃好玩好坦坦。



傾聽在地的聲音~

圖文/林莊智

傾聽在地的聲音，你有多了解這土地。她的過去、她的故事，她的美麗與哀愁；她的現在與未來展望。這兩年有幸參加公所辦理的社造與導覽培訓課程，讓我更加了解你我的故鄉—東山，這塊我們生長的土地。了解她的過去，現在的輝煌，未來的展望。也經由培訓課程結合在地居民，彰顯襯托出原就屬於她的風華。

東山，位於台南溪北的淺山地區，有著豐富自然生態與人文景觀。東山區幅員遼闊，物產多元，平地地帶的稻花，點綴於絲瓜棚下黃色花海間，近山紅龍果喜笑著山上的咖啡、龍眼、香橙和橘子。東山其歷史上名稱的演繹述說出在不同時代背景下，鄉民在這土地生活的故事：早期洪雅族的哆囉囉社，明鄭時期隨軍屯田的西拉雅族、清初移民墾荒，不同時期中先民活動軌跡，伴由時間的堆疊，昇華孕育出屬於她的獨特內涵。隱藏在這土地上人們的生活中，特別是顯現保留於東山的國定重要民俗活動：東山吉貝要西拉雅族夜祭、東山碧軒寺迎佛祖暨遶境等祭典中。讓我們更加瞭解先民的文化與傳承。

地方創生、農村再造、地方導覽……，近年來地區性營造熱鬧非凡的被討論著，也進行著。但具持續性的成功案例實在少，更多的是荒廢的公園，不能行走的步道，被破壞的古厝。透過公所社造培力課程，深蹲厚實在地的田調，走入社區發掘出你我生活中的事物，認知唯有公、私部門合作；由居民體認出改變的重要性，提出自己的需求，並與公部門合作規劃討論，凝聚居民向心力，藉由公部門帶領民眾進行持續性的經營，永續發展。社區工作也只有向下紮根，以及由下而上推動，才能事半功倍，有效落實。畢竟在地居民最了解自己的需求，環境好最受益的還是居住在這土地上的我們。

『北冥有魚，其名為鯢，鯢之大，不知幾千里也，……』。就如同我們也不能知道，東山這塊我們生長的土地，她能發展的有多大。但經由這兩年公所的社造培力訓練，我們可以確信，作對的事我們並不寂寞。雖然，沉默的是大眾，但引頸期盼改變，希望有所改變的，也是最沉默的眾人。透過公所主辦的課程，我們認識到，這土地仍有一群熱愛自己土地的人，每一個人也正盡自己的力量改變，期望有朝一日能改變東山的質性。經由一次再一次的蛻變，迎向旭日。歲寒之時亦誠切歡迎四方旅人佇立莊子逍遙農場，漫步田間追蜂賞稻花，細嚐親手收割的香稻飯，努力堆疊烘烤出的窯烤雞，看著小孩奔跑於田間，趁著風放著紙鳶，伴著夕陽品嚐東山咖啡，欣賞自然田野花海風光。

本次公所導覽解說培訓成果展~兩場踩線團小旅行大受歡迎，也有旅客報名未果，為此不久之後，我們這群通過公所導覽解說員培訓的夥伴們也將結合眾人力量，繼續努力更深度了解東山，行銷東山，讓更多人了解東山之美，了解東山物產獨特風味。



休閒農業區的想像

休閒農業區的想像

休閒農業區的想像

休閒農業區的想像

休閒農業區的想像

圖文/盧巧樺

途經175咖啡公路，沿線各具特色風味的咖啡店家林立，隨意揀選一間進入品嚐，都有驚喜之處；路旁招牌顯示已屆採果季節，前往休閒農場，在農場主人的引導下採摘青皮椪柑，與自然環境近距離接觸，享受天然芬多精圍繞；進入龍眼林中，龍眼焙焗窯參訪、傳統烘焙技藝體驗、桂圓產品DIY，每一次的訪問都有不同的收穫。休閒農業構築一道橋樑，聯繫農民與遊客，讓人群走入山林，創造親近大自然的回憶。

東山區早期以果樹種植為主，自民國八零年代引入咖啡樹苗，逐漸由傳統栽培販售轉型成休閒農業。東山咖啡植株引入取得先機，經由生產管理、採收後製、行銷推廣，咖啡產業已然打出一片名聲，轄內之「175線咖啡公路」遠近馳名，獲得美國咖啡協會認證者眾。東山龍眼種植面積為全台第一，傳統龍眼乾烘焙技術有「窯鄉」美稱，亦為臺灣青皮椪柑產地，豐富農產業資源極具休閒農業之發展潛力。

東山區公所規劃以「咖啡」作為休閒農業區發展主軸，強化一級產業技術、創造二三級產業附加價值，建立「六級產業」加成效果。日前東山區公所獲臺南市政府農業局補助辦理「臺南市東山休閒農業區委託規劃案」，遴選社團法人台灣休閒農業學會進行休閒農業區規劃設計。

東山區地方凝聚力極高，東山區休閒農業區推動籌備委員會已於109年由民間自主成立，成員包含在地咖啡業者、龍眼椪柑農友及蜂農，組成多元。期許未來休閒農業區正式成立，有中央經費挹注，將可完善更多公共建設、善用核心資源進行休閒農業活動。籌備委員會亦將轉換為管理委員會，持續推動休閒農業區營運工作。



109年11月25日東山休閒農業區籌備委員會成員北上參加「台南市耶誕跨年暨咖啡行銷記者會」，共同行銷東山咖啡。



109年8月3日於東山區農會東山咖啡文化館，宣告正式成立東山休閒農業區推動委員會籌備處。



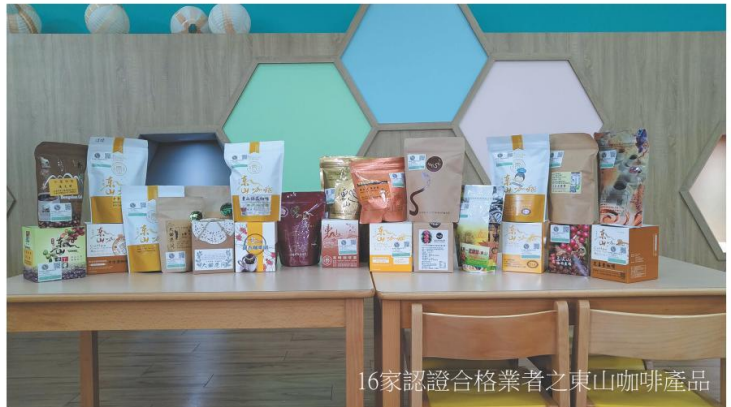
臺南市政府農業局於109年8月31日辦理「苗栗雙潭休閒農業區交流活動」，邀集光榮、梅嶺、溪南等休閒農業區以及東山休閒農業區籌備委員會成員共同前往觀摩。參與者對於雙潭休區的各式體驗活動均表示非常佩服，期許能參考對方的創意並帶回家鄉做更豐富的展現。

《產地品質的保證》

圖文/盧巧樺

「我把自己留在東山，享受屬於咖啡的這份不平凡。」這是掃描咖啡認證標章的QR CODE後，映入眼簾的第一句話。

臺南市咖啡種植面積近60公頃，其中東山為主要產區，面積約54公頃，為臺南面積之首，產量與屏東泰武、南投國姓、嘉義阿里山及雲林古坑並駕齊驅。每年臺南市辦理咖啡評鑑，東山當地咖啡生豆一向為得獎常客，更獲得美國CQI認證精品好成績。



16家認證合格業者之東山咖啡產品

THE COFFEE CERTIFICATE OF ORIGIN

東山咖啡產地認證知多少

- 限定東山生產
- 咖啡品質鑑定達80分以上
- 農藥殘留、赭麴毒素檢驗合格

購買東山咖啡歡迎選購貼有產地認證標章產品

東山咖啡認證合格業者介紹 

東山咖啡產地認證標章 

東山咖啡認證合格業者介紹連結

「東山咖啡產地認證標章」於109年由東山區公所正式登記註冊在案，公所隨即啟動認證作業，至今已有16家業者合格。標章審查過程嚴謹，咖啡業者必須經過現地勘查、品質評鑑達80分以上、赭麴毒素及藥檢合格，方能核發標章。經過認證合格的產品將張貼標章貼紙，貼紙具有防偽造設計，並可掃描QR CODE連結至認證平台，讓消費者安心購買。

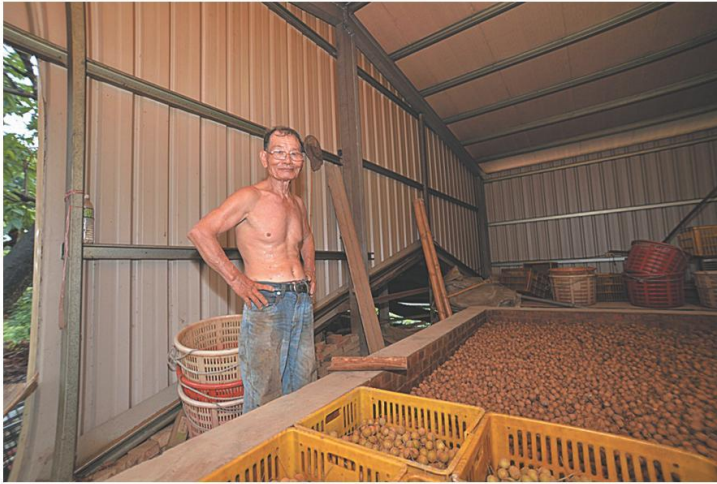
每家咖啡園由公所人員親自走訪踏勘，蒐集屬於每位咖啡農的故事，創造生產者與消費者之間的連結。如果想了解更多認證合格的咖啡業者故事，可以上臺南市東山區公所網站—咖啡產地認證專區查詢。

由公所認證，把關產地來源與品質，打出東山咖啡品牌與保證。109年11月起咖啡豆進入為期數個月的採收期，新採收之咖啡豆將辦理新年度之產地認證，力求長期維持高品質與優良風味。歡迎前往東山品嚐新鮮的咖啡產品，一同享受屬於東山咖啡的這份不平凡。

臺南市東山區公所推產地證明標章，109年11月24日於民治市政中心舉行發表會，由市長黃偉哲為合格的東山咖啡貼上產地認證標章。



讚炭。焙窠



圖文/連証琳

立秋，是一個季節的劃分，在這樣的一個秋高氣爽的時分，我喜歡遊走於東山區域內，不管是淺山地帶、或者較深山內處，機車是種遊移方便的交通工具。

當這個季節來到東山較偏向山區時，我總喜歡把安全帽、口罩拿掉，讓自己沈浸在這樣的一種氛圍之中。迎面襲來的是一股香氣，一股有著濃郁焦炭香，不時誘發、挑逗著我的味蕾，原以為總能夠順著這樣的香氣找到目標，而它卻是來自四面八方，把我團團圍繞。迷失方向在這裡習以為常，但常常柳暗花明才又更見一村。

龍眼炭火香是東山這個時節的特色香氣，只要您願意擴大鼻孔用力吸，它是無價的，更別認為只有這炭火焙出的香味纏繞著我，農村地方居民的熱情使我無法招架，只要進到這地方，我常形容便是可以從路頭一直收到路尾的現採龍眼。若再進到焙灶窠，除了有視覺享受外，嘴裡咀嚼的更是一種美味。

東山的龍眼乾早已聞名遐邇，先人的智慧利用山坡地勢築起了焙灶窠，而焙灶窠也依現代化需求不斷的進化多樣，唯獨有一群人，一群努力付出的農民，願意保有著這樣的傳統方式，我們稱之為炭火焙窠。

採收時的辛苦，入灶後的不眠不休都是為了良好的圓滿。六天五夜的辛勞，汗流晶瑩的

落入，替這圓滾滾的龍眼更是注入了所謂的手感溫度。這像極了愛情！

焙灶依經驗大致每天都要翻焙一次，「李清祥」阿公跟我說，因為翻焙很熱，除了窠口龍眼柴火要先降熄火外，他習慣把衣服脫了，這也就是我們習稱之焙窠界裡的猛男。倘若沒有如此汗珠陪同落下的翻焙，龍眼會焦，會只有單一面受熱，不平均，也因為有如此的堅持，李阿公的炭焙龍眼保有一定的品質，多半客人們也都接受如此之單價。

請教李阿公時，他說：「我寧願把品質顧好，客人才會穩住，也才會回流。現在的人就怕價高又拿到品質低的產品！」也是，現在人對於生活上的品質早已延續到吃的要求上。

翻焙好之後，必須再度把火引燃，隨著李阿公到底下灶口起火後，阿嬤在上頭突然叫著我快上來拍，裊裊煙升起，似霧迷濛的景色，嗆得我好不浪漫呀，怎麼拍都構不出自己想要的畫面，這時快點呼叫阿嬤您過來讓我拍一張好嗎！？

當一切就定位後，天色早已西沉，阿嬤先回家離開，我與李阿公就這麼依坐在焙灶窠邊閒聊著天南地北，焙灶窠的溫火逐漸穿透我身，而這樣的人情味，早已甜在心～



西拉雅遺珠~吉貝耍

吉貝耍

圖/文 吉貝耍部落學堂負責人 段洪坤

1790年之前，吉貝耍部落還是一片荒野，1791年清乾隆56年政府實施「番屯」政策，將台南海濱的西拉雅族各村社的族人，半鼓勵半強迫搬遷到山邊、丘陵地「屯守」，給予族人山區土地開墾，平時無戰事從事農耕漁獵，有戰亂時徵集這些「熟番」戰士，為清朝軍隊效勞。於是，吉貝耍的人群屬於「蕭壠小屯」的屯番組成，以蕭壠社民為主，再加上日加溜灣社、麻豆社、哆囉嘓社及大武壠派社，組成了現在的吉貝耍部落。當年開墾範圍從東山、柳營到六甲都有吉貝耍族人開墾的養贖埔地，直到日治時期總督府廢番大租後，剝奪了業主的地權，吉貝耍的大家族才再次衰落！

吉貝耍，西拉雅語是Kabua Sua，意為「木棉花的部落」。這裡的族群組成，最主要是上述族群的後代，日治時期戶籍調查種族註記為「熟」，高達80.2%，也因為西拉雅族群人口在此佔相對優勢，所以文化傳統也才能保留如此完整有特色。吉貝耍的祖靈信仰是全台原住民最為堅強及密度最高的地方，全部落有6座kuwa（祖靈屋、公廨，一座大公廨、五座家族公廨），兩座家族nimahatani（跳橋阿立母，營頭），全村有72.6%村民家中有拜「阿立矸」（祖靈瓶），這樣的傳統祖靈信仰的密度及虔誠，在所有原住民部落裡頭是很少見的。

近年來，吉貝耍部落積極從事文化復振，去蕪存菁的將傳統的文化做知識系統化，排除在戰後受民間信仰影響的一些不屬於部落的祭儀現象，2013年吉貝耍的祭典「夜祭」與「孝海祭」被文化部審定列為原住民文化資產的「國家重要民俗活動」，一洗吉貝耍祭典長期被歧視、已漢化的汙名。夜祭，是後來學者的「他稱」，「哮海」的書寫也是。部落的族人只會說九月初五「拜豬、牽曲」，日治時期留下的文獻這個祭典，我們自稱為「Ta-ai」（祖靈祭）；「哮海」這祭典書寫，提倡以「孝海」取代，這祭典是為了紀念傳說中渡海來台死於海難的祖先們，「孝」才有追思、緬懷的意義，而不是以早期延娛祭典中個人演繹的哭喊的行為來做為儀式祭典內涵的代表。

夜祭，是還願祭；孝海，是慰靈祭，儀式內容跟一般民間信仰大異其趣。夜祭最主要是拜豬，有跟阿立母下大願的人，要以一頭完整的黑豬來答謝祖靈讓自己的願望實現，過程包括點豬餵酒、三向稟告祖靈、點豬覆布、敬酒五回、點收向豬翻豬、煮熟豬頭、豬尾拜願尾等繁複手續，完全不同於民間信仰的「拜天公」謝豬儀式，荷蘭時期的文獻就常提到西拉雅族人在一些祭儀場合裡，相當細膩的以「豬」來達到人神之間溝通、共愉的默契。牽曲也是祭典中非常重要的元素，它的族語叫「O-roraw」，包括孝海祭裡，族人吟唱古調、踩踏舞步，來表達對阿立母感恩謝意，是所有原住民族都會有「偷神歌舞」的模式，所以有其禁忌，祭典結束就不能在吟唱。

如果大家對吉貝耍文化有興趣，可以追蹤我們的粉絲專頁「西拉雅族吉貝耍部落」，謝謝！Lalulux！



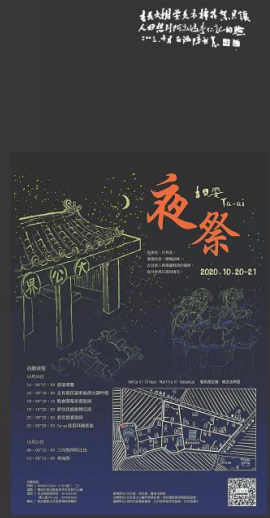
102年夜祭國定民俗頒證書
(左文化部次長洪孟啟，中賴清德市長，右公廨主委楊明雄)



孝海祭



QRcode FB-西拉雅族吉貝耍部落



地標

2021

歲次辛丑年 國家重要民俗

走過黑夜 走過山林

歲次辛丑年 民國110年 國家重要民俗
東山碧軒寺迎佛祖暨繞境

02/04 (星期四)
上午 06:11 登轎安座
上午 06:52 起駕出發
地點：東山碧軒寺

02/21 (星期日)
上午 10:43 請出神龕
上午 11:16 登轎安座
上午 11:31 起駕出發
地點：火山碧雲寺

東山碧軒寺迎佛祖暨繞境

送駕

日期：民國110年國曆2月4日農曆12月23日(星期四)

時間：上午06：11 登轎安座

06：52 起駕出發

地點：東山碧軒寺

走過黑夜-走過山林

接駕

日期：民國110年國曆2月21日農曆正月初十(星期日)

時間：初九晚上10：43 請出神龕

初十子時01：16 登轎安座

初十子時01：31 起駕出發

地點：火山碧雲寺

長照2.0系列活動

圖文/朱巧玲

本所社會課偕同兩位於今(109)年9月新加入之替代役役男，一同規劃一連串精彩可期的長照2.0系列活動。役男們一開始藉由簡單的暖身操帶動氣氛，雖然長者們表現顯得害羞，也都配合動動手腳、暖暖身子，而接下來即進入規劃之課程--認知智能訓練以及維持手腳靈活度的球類活動。

為了讓長者們皆能參與其中，達到長照社造化的目的，役男運用巧思將活動設計為讓長者坐在椅子上圍成一圈的隊伍，同時搭配活潑的音樂進行活動，由簡單的手部傳球開始練習，再來則是略有難度的腳部傳球，讓長者運動雙腳夾球並傳遞，雖然對長輩們來說動作有點困難，但每位長者都很努力地完成任务，認真參與課程。

最後，役男教長輩們如何幫自己按摩，紓緩筋絡，讓長者自己在家裡能夠運用現有器材來自行按摩，緩解酸痛的部位。東山區長呂焯男表示，希望透過教導長者如何在家裡自行運動，達到目前政府推動的長照2.0宗旨-延緩失能。



手部傳球



腳部傳球

食經濟

延續前次活動，兩位替代役役男這次前往嶺南社區進行國民健康署推廣的「我的餐盤」活動，帶領長者藉由拼圖遊戲認識六大營養素，不僅能夠活化長者認知能力，也能讓長者了解每天所攝取的營養是否充足，過程中大家雖然都眉頭深鎖，但還是都順利完成拼圖。

除了拼圖遊戲，役男也帶動大家一起朗誦我的餐盤的六句箴言「每天早晚一杯奶，每餐水果拳頭大，菜比水果多一點，飯跟蔬菜一樣多，豆魚蛋肉一掌心，堅果種子一茶匙。」，透過平易近人的口訣，讓長者能夠輕鬆學習並落實在生活中。呂區長焯男表示，除了維持高齡者的活動力，透過推廣及宣導提升高齡者對於均衡飲食的認知，能使長照2.0更貼近生活。



六大營養素介紹



拼圖遊戲

重陽佳節 敬老百歲人瑞

圖文/陳雪茹

東山區本(109)年度有4位百歲人瑞，呂區長焯男親率社會課同仁協同里長及里辦同仁於10月22日上午前往百歲人瑞家中及養護中心探訪表達敬意，致贈重陽節敬老金、禮品，並轉贈總統府敬老狀、衛生福利部致贈的金鎖片，並與長輩寒暄話家常，長者領到紅包跟禮品都相當開心，紛紛回饋感謝之意。

東原里蘇陳盡女士目前住在養護中心，但子女得空時常前往探望；大客里王羅金鳳女士現住東原里，平日由外勞協助照顧；嶺南里郭吳止女士與子同住，身體狀況良好，說話也很流利；另東原里吳白桃女士現與子同住仁德區，則由仁德區代為致贈禮品及敬老金。

各位長者雖已年邁，大多行動不太方便、精神皆已不復當年，但仍可於神情中感覺到長者對於有人來探望她之喜悅。

臺南市政府為弘揚敬老美德，維持敬老尊賢的傳統，對於有提供帳號之民眾，已於10月19日將敬老禮金入其帳戶，對於未提供帳戶之領現金者則於10月20日起至12月11日止發放敬老禮金。



東原里蘇陳盡女士



大客里王羅金鳳女士



嶺南里郭吳止女士

109年度※鑽石婚楷模※表揚活動



圖文/葉宜萱

為表揚本區結縭一甲子的鑽石婚楷模，本所於10月31日在東原老人文康活動中心舉辦「109年度鑽石婚楷模表揚活動」，除由呂煌男區長頒授獲選的15對夫婦匾額與禮品外，同時也代表本所給予這些鑽石婚賢伉儷們致上最崇高的敬意與祝福。

市長夫人劉育菁老師、張世賢議員、沈家鳳議員、蔡育輝議員、賴惠員立委團隊、陳亭妃立委團隊、劉米山議員團隊、李宗翰議員團隊、趙昆原議員團隊及各里里長亦紛紛到場送上祝賀，與家屬們共同合影留念，整個活動莊重中帶有溫馨感。

今年受獎之15對感情歷久彌堅的鑽石婚夫妻楷模，其中羅豐裕與羅周麗織夫婦代表本區前往市府接受表揚。本日的活動由這些白頭相守的鑽石婚楷模，以走紅毯接受滿場鄉親喝采的創意進場方式揭開序幕，其中羅豐裕、羅周麗織、陳松澤、陳林秀環、葉明輝、葉胡勸、伍春雄、伍莊碧桂等四對夫婦更換上由育德工家師生們精心準備的婚紗禮服，重溫舊時新婚時刻的綺麗時光。

呂區長致詞時表示，能夠結縭超過一甲子，夫妻間包容尊重、相敬如賓是非常重要的，如同匾額上所提的鸞鵲情深四字，恰能代表全體鑽石婚楷模的深情與堅貞，謹以此狀對於這些社會典範致上最崇高的敬意，並祝永浴愛河，長命百歲。其他長官貴賓們亦紛紛上台給予祝福，表示能結婚達60年以上實屬不易，大家都是子孫們最好的生命典範。



南勢里-羅豐裕、羅周麗織夫婦



東原里-陳松澤、陳林秀環夫婦



東原里-葉明輝、葉胡勸夫婦



高原里-伍春雄、伍莊碧桂夫婦





敬天愛人的成功企業家 東原國小 傑出校友 – 沈振來 董事長

圖文/東原國小 郭靜芳校長

山城東原作育英才 卓犖超倫出類拔萃

東原國小位於台南市東山區，海拔近二百公尺高度，屬於山城中的小學，國內知名企業祥碩科技公司董事長沈振來先生是創校105週年以來，卓爾不凡的一位傑出校友，是東原人、東山人與台南人的驕傲！沈董事長於2020年10月8日以祥碩科技公司董事長身份在《哈佛商業評論》全球繁體中文版「2020台灣CEO 100強」，進入臺灣百大CEO排行榜，排名第26名。

2019年沈董事長創立「創捷前瞻科技股份有限公司」(i-Motion Group)，擔任董事長兼執行長。2020年新創公司i-Motion Group創業一年，首款產品「TC601強固型手持行動電腦」即榮獲「2020德國紅點設計大獎」殊榮，足見其卓越領導力與執行力，引領新公司團隊努力實現公司願景。新公司開幕音樂會，學弟妹特地到台北表演木箱鼓，並與聲樂家合唱，獻上對最愛護他們的大學長由衷誠摯的祝福！

畢業於臺灣大學電機工程碩士學位的沈董事長，創業前任職華碩電腦公司20餘年，於2008年至2018年擔任華碩電腦CEO，期間貢獻與績效卓著。他不僅對技術問題瞭若指掌，深厚的技術背景備受業界推崇，也由於擔任執行長期間表現突出，深獲華碩董事長施崇棠先生讚譽與信任，更形容他是「全世界最棒的CEO」。

在事業有成後，沈董事長基於「尊崇感戴母親恩澤」、「飲水思源 作育英才」之理念，及受「樂善好施」家庭教育風範薰陶，其素來奉行「敬天愛人」人生哲學思維，多年來持續捐款、捐設備，幫助家鄉母校學弟妹學習，更於民國2018年以慈母之名捐資成立「公益信託沈黃雪娥基金」，表達感謝慈母含辛茹苦教養之恩，並實踐力行「利他哲學」，落實在回饋鄉里造福學子，將無私的愛永續傳揚給莘莘學子，堪為學弟妹的學習典範！

沈董事長於2018年11月12日榮登國際知名的美國商業雜誌《Forbes(富比士)》2018年亞洲慈善英雄榜殊榮，表揚成立公益信託嘉惠學子事蹟。

童年刻苦淬礪毅志 敬天愛人回饋家鄉

沈董事長的老家在東山山區的南勢里後坑，數十年前臺灣農業社會，山上果農為生活及養育子女們，每天「日出而作、日落而息」，晚上尚須忙家務、農務，自小體貼的董事長放學後常主動幫忙果園工作。

沈董事長為永續協助台南及家鄉學子，2018年捐資成立「公益信託沈黃雪娥基金」，他事業繁忙中不忘特地撥空返母校參加校慶。以下是沈董事長於2018年東原國小校慶時，全程用母親及東原鄉親所熟悉的閩南語致詞內容：

臺灣俚語「食果子拜樹頭；食米飯拜田頭」、「一人開井，千人飲水」，今天我有一點點小成就，非常感謝母校對我的栽培！

另外，我很感謝一位影響我一生的貴人，她樂天知命、能吃苦、不畏艱難，有著正向思考的積極人生態度；她待人和善、樂於助人；她給予我最好的身教、言教！從小看著她靜默勤奮努力的身影，長年耳濡目染至今仍深深影響著我，每當我遇到困難時，腦海中就會浮現她的畫面，激勵我欣然迎接挑戰！她就是我最敬愛的--母親。「雙手抱孩兒，才知爸母時」，想將感謝母親養育之恩的心情，傳送給更多學子，因此用母親的名字成立「公益信託黃雪娥教育基金」，讓有心勤奮努力學習的學弟妹，有更多學習資源、得到更好的照顧。

學長想勉勵學弟妹～「做人著認真，做事著頂真」、「眠床跔，袂發粟」，一定要從小認真學習，並非空想而是要身體力行！也想提醒你們珍惜在國小的時光，童年歲月在記憶中是沒有任何包裝、矯飾，是最純粹的真、善，更是一種永恆的美！

從以上致詞內容，可以瞭解沈董事長自幼深受母親言行耳濡目染，是一位有溫度的科技人。沈董事長的慈母沈黃雪娥女士，常以柔軟心設身處地為他人著想，總是願意對社區或需幫助的人慷慨解囊，對一位節儉自持的傳統農村女性而言，始終秉持「樂善好施」的觀念且力行實踐，誠屬不易！沈董事長常說：「慈母為我們子女樹立良好典範，我深深以身為她的兒子為榮！」。

沈董事長也表示：長年在慈母的良善行為薰習之下，今日能有小小成就，應「取之於社會，用之於社會」，並從滋潤他的「活水源頭～故鄉臺南」開始，並堅信：「教育能引導一個人趨向真、善、美」、「『愛』能讓更多人懂得去『愛』，持續的散播『愛』」。因此，給孩子們愛，應是提供他們更多的教育機會，將來也能擁有愛人的能力，並讓愛永續薪傳給更多莘莘學子，未來社會、國家展現更多真、善、美！

公益信託學習資源 培育愛鄉優秀人才

東原國小特別感謝傑出校友沈董事長愛護與支持家鄉母校學弟妹的各項學習，捐款成立之「公益信託沈黃雪娥基金」，開辦獨輪車社團（鐘點費、採購獨輪車）、學生戶外教育遊覽車資，假日（週六、日）數學、英語、閱讀寫作、科學實驗等課程鐘點費，寒暑假各營隊開辦經費。五、六年級資訊課外聘博士指導機器人課程，及採購機器人設備，培養五、六年級學弟妹撰寫程式、邏輯思考能力、從做中學的實驗精神。補助閒置教室營造创客教室經費，鋪設地板、增設冷氣、數位電視、創課教學設備與教材…等，讓中、低年級學生有良好的學習環境上課，培養推理、邏輯思考能力。及全校學生藝術課程融入科技設備，動手創作藝術作品。

沈董事長也常表示：徜徉在家鄉大自然山谷溪流間的童年歡樂時光，是他難忘的珍貴回憶！因此他連續三

年贊助東原國小師生創作出刊兒童家鄉繪本，107年《吨龜寮的幸福味道》、108年《尋蜜》和109年《啡比尋常175》，這三本家鄉繪本傳承家鄉龍眼乾、龍眼蜜、咖啡產業。從繪本中尋找數十年前，家鄉自然風光、地形地貌、傳統人文景觀，雖然與現今景況有了一些變化，仍能挑起沈董事長記憶深處的人、事、時、地、物，呼喚著他重返家鄉。每當追逐著思念回到東原，置身山林自宅中，端起東山咖啡，是令人嚮往的一種淡然、嫺靜、優雅地慢生活。三本師生共創繪本，也成為東原國小實施108新課綱校訂課程的教材。

沈董事長曾說：「我深愛孕育滋潤我成長的家鄉，也衷心期盼學弟妹們從閱讀家鄉繪本開始，實際去探索、瞭解家鄉，進而培養愛護家鄉、守護家鄉的情懷，讓家鄉的美永續傳承！」。東原師生共創三本繪本中，除了在地產業、自然生態、歷史人文外，也融入了沈董事長的生命勵志故事，希望對生活在純樸山區的學弟妹，能有正向激勵作用！東原孩子近年因師生共創繪本，而有機會到台北參加「台北國際書展」，作新書發表展演、小作家簽書會；也到台南市東區文化中心原生劇場、南紡夢時代表演繪本行動劇，拓展了學生的學習視野與觸角。

「公益信託沈黃雪娥基金」逐年增加受益學校，109年補助台南10所偏鄉學校開辦各項課程，培養學生多元學習能力；110年預定擴大補助東山區所有國中、小，及台南其它區域，共22所學校，嘉惠更多台南偏鄉或弱勢學生學習。從107年成立以來也獎助從東原國小畢業的清寒優秀國中、高中(職)學生，希望對他們升學有所助益，與感受到社會的溫暖，日後有能力時不忘對社會弱勢族群，也能繼續傳承、散播這份愛。相信沈董事長充分展現企業家善盡社會責任的利他善行，藉由他的最高人生哲學思維「敬天愛人」精神與實踐，將引發社會更多良善的循環，讓社會呈現更多真、善、美，未來將造就與培育更多愛鄉優秀人才！





呂煌男區長與登山民眾一同合影

圖文/林家儀

東山區公所於10月24日(星期六)一早在崁頭山孚佑宮(仙公廟)舉辦「2020健康滿分健走活動」,本項活動旨在鼓勵民眾親近自然與運動養生,同時呼籲大家要愛惜周遭的生活環境,讓地球的自然生態得以永續發展。由於本次活動透過網路報名及「臺南市政府Line推播」宣傳,吸引來自全國各地的數百位民眾報名參加。

孚佑宮(仙公廟)坐落於本區南勢里,其奉祀主神為八仙之一的呂洞賓,崁頭山標高844公尺,於台灣小百岳中名列第六十四,步道登山入口位於孚佑宮大殿左側車道盡頭處,坡道徐緩,難度不高,非常適合闔家大小一同參與健行活動,沿途又有蟾蜍石、情人石等自然造景可供觀賞,來此健走可以放鬆心情,暫時遠離塵囂,並吸收大自然森林芬多精。而且,事先報名參加健走活動的民眾倘若走完全程,就可將一件專為活動印製的限量運動紀念衫帶回家作為紀念,一舉數得。

此外,在健走活動結束後,大家亦可結伴到附近的175公路咖啡店家,品嚐馳名國際的「東山咖啡」,以及當季味美多汁的青皮椪柑;意猶未盡的遊客也可驅車至山下購買當地特色小吃,如東山鴨頭、豆花、肉圓等,或是向在地小農採買火龍果、龍眼乾等伴手禮,帶回去與親朋好友分享。

最後,呂煌男區長呼籲大家,在這個秋高氣爽的季节,不妨考慮多與好友相約或闔家團聚同遊東山,無論是登山健行,登高望遠,抑是慢活紓壓,親近自然,東山在地的農特產品與美味小吃,加上純樸農村自然率真的好客民風,絕對會讓各位印象深刻,滿載而歸。



民眾沿步道登高而上



民眾於涼亭稍作歇息

2020 健康滿分 崁頭山 健走活動

