

鄉政報馬仔

■ 公有零售市場

本鄉北埔公有零售市場自治會於 108 年 12 月 23 日召開會員大會，辦理第五屆攤商代表改選，會中依組織章程選任九位攤商代表，再由代表互推選出會長。第五屆會長由范振聲會長連選連任，將持續帶領自治會與鄉公所緊密合作，共同營造優質市場消費環境，提升傳統市場展新形象，推廣市場特色及美食，共同朝優良市集目標努力。

■ 我們需要您！北埔遊客服務中心志工招募

為提升北埔觀光遊憩品質，期盼您加入北埔遊客服務中心志工行列，一同為北埔觀光發展打拼。

一、招募對象：年滿 16 歲以上，具服務熱忱與奉獻精神者。

二、服務內容：協助遊客諮詢、引導服務及支援各類活動辦理。

三、報名方式：請至鄧南光遊客服務中心索取報名表或來電洽詢 (03)580-2204。

■ 防疫措施宣導

因應嚴重特殊傳染性肺炎 (COVID-19 簡稱武漢肺炎) 請協助配合以下事項：

- ★ 咳嗽戴口罩
- ★ 肥皂勤洗手
- ★ 避免接觸野生動物、禽鳥
- ★ 少去人多場所
- ★ 返國後若有發燒及呼吸道症狀，請配戴口罩就醫。務必主動告知醫師 14 日內之旅遊史、職業史、接觸史及是否群聚 (TOCC)

北埔鄉一月至三月工程集錦

施作區域	工程名稱
北埔鄉公所	中山路柏油路面裂縫修補工程
北埔鄉	本鄉交通及觀光導覽指示牌設置
北埔鄉	公園街周邊停車場空間改善工程
北埔村	電視牆拆除工程
南興村	中興街下邊坡復舊及防撞設置
南興村	公有鄧南光停車場修繕工程
南興村	南興村公園街道路整修工程
南興村	秀巒公園涼亭座椅修復工程
南興村	垃圾車停車場圍牆修繕
埔尾村	埔心街排水溝清淤改善工程
北埔村、南興村、埔尾村	鄧南光停車場年租車位停車告示牌設置
南埔村	南埔村農路改善工程
大湖村	大湖村截水溝修復工程
大湖村	大湖村相思嶺護欄新設工程

一道祝福的滋味

文圖／山治計畫



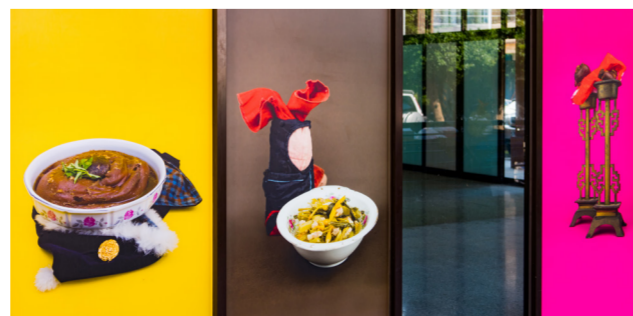
在這件作品的共創過程中，程仁珮特地邀請擅於烹飪的社區媽媽阿姨們共同參加一場屬於食物與藝術的工作坊，想要討論及探究在客家文化婚禮中，有哪些菜餚或是物件具有特別的婚禮祝福之意。

在工作坊課程這天，參與的社區媽媽們一大早就把準備好的喜宴菜餚帶到南埔的南昌宮前擺放，程仁珮一邊聽社區媽媽介紹菜餚，也帶領著大家回憶曾參加過的客家婚禮經驗，同時詢問著社區媽媽們所帶來的關於喜慶的特殊記憶物件，像是胸花飾品、首飾、喜簾、滿月衣物等，當峨妹阿姨一拿出她曾參與過大大小小喜宴所配戴一條條的珍珠項鍊、耳環、飾品時，擺放出來竟然把桌面都佔滿，如同擺攤一樣壯觀；於是只見有些只帶了單一物件的阿姨們，突然默默地淡出，再出現竟然拿了用扁担挑的古董竹編喜禮籃、鍋碗瓢盆、喜帳、古董大衫等各式大型物件，令程仁珮非常驚喜也非常苦惱要怎麼把這些精采的喜慶物件一一拍入作品之中。

工作坊拍攝日這天的午餐，參與工作的所有人員都很有福氣吃到了一桌地客客家媽媽手作的喜宴菜餚，除了美味不說，這是自家人才吃得到的好食物好料理！這些用心製作的佳餚，吃在嘴裡，心裡充分的感受到來自廚娘的祝福與愛。藝術季作品仍在圓樓市場旁展示中，歡迎來看看。

(作品說明：烹調者 x 喜宴菜色 x 記憶物件)

1. 林峨妹 x 燻筍干 x 參加婚宴的首飾
2. 徐雪桃 x 白斬雞 x 婚禮胸花
3. 范鳳嬌 x 炒高麗菜 x 天鵝桌飾
4. 朱月英 x 燻蹄膀 x 兒子滿月小披風
5. 南埔社區 x 福菜湯 x 麥奶奶結婚的紅色大衫
6. 彭素娥 x 冬瓜鴨 x 米袋 (扁擔挑聘禮用的包布)
7. 林美禎 x 豬腳 x 喜喜鑊台
8. 曾馨慧 x 鳳梨炒木耳 x 壺飾
9. 陳瑞香 x 客家小炒 x 喜簾
10. 羅淑蓮 x 客家湯圓 x 結婚首飾
- 11 張淑清 x 紅露酒 x 新娘娘肚兜
- 12 南埔社區 x 花生粉麻糬 + 桶柑果露 x 廚房工具



北埔鄉情

靜文

第七十八期

一〇九年第一季 季刊



正月十五油笏火 X 農村輕旅遊程 北埔元宵好不熱鬧

文／北埔鄉公所 圖／洪仁哲、楊文洲、北埔鄉公所

說到元宵節，大部分的人都會聯想到平溪天燈、台東炸寒單、台南鹽水蜂炮，而慶祝方式不外乎吃元宵、提燈籠、射燈謎等等，但北埔的特色習俗—正月十五油笏火，與其他廣為人知的慶祝方式不同，也逐漸有更多外地的遊客知道，並好奇的想來一探究竟，這次我們也更加費心在活動廣宣上，期待讓更多人可以參與這一年一度的盛會，與以往不同的是，今年度我們規劃了兩天的活動內容，鄉內社區及商圈協會也紛紛熱情的加入這次活動，設計了好玩的農村體驗行程或手作活動，讓遊客在適逢週末的元宵節假期，可以來北埔體驗豐富的遊程內容。

油笏火活動訂於 2 月 8 日 (六) 及 2 月 9 日 (日) 舉辦，活動主軸循往年模式，白天在慈天宮廟埕進行油笏火 DIY 體驗，晚上鄉內民眾呼朋引伴從各村手持油笏火集結至慈天宮廟埕，並邀請遊客加入遊行隊伍體驗夜遊秀巒山和老街巷弄的樂趣，這次也特別在老街區安插不少知名街頭藝人演出，包括溜溜球金氏紀錄保持人—楊元慶、木箱鼓專家—Mr. One Cajon 等，讓大家在夜遊時，經過某處路口或是轉過一個街角，就會看到我們安排的驚喜，精湛的表演吸引不少遊客駐足觀賞。晚會壓軸則移師至鄧南光影像紀念館，由專業火舞及 BOLOYE 非洲實驗鼓團揭開序幕，並邀請來自台南的國際級表演藝術團隊—「十鼓擊樂團」帶來氣勢磅礴的鼓陣演出，並與遊客約定明年元宵節見。

第二天活動除了有社區及商圈協會規劃的農村輕旅行外，在愜意的下午茶時光還能參加北埔獨有的米食小旅行，或是來到鄧南光影像紀念館草坪區參與戶外音樂會，聽著入圍第



發行人 莊明增
總編輯 曾能穎
美編 北埔數位機會中心 明基友達基金會

發行 新竹縣北埔鄉公所
地址 新竹縣北埔鄉中山路 20 號
電話 (03)580-2204

南外社區姜家大院的新生之路

文圖／南外社區發展協會



位於南坑村大南坑千段崎的姜家大院是北埔客家八音的起源地之一，也是當地唯一僅存的客家三合院建築，民國 70 年左右，姜家子孫舉家搬遷下山發展，導致多年無人居住，徒留老屋傾圮僅剩斷垣殘壁。南外社區約於 93 年時發現這幢老屋，當時已是淹沒在荒煙漫草之中，經社區資源盤點彙整，早有修復千段崎及姜家老屋之動念，但侷限於經費之取得不易而延宕。

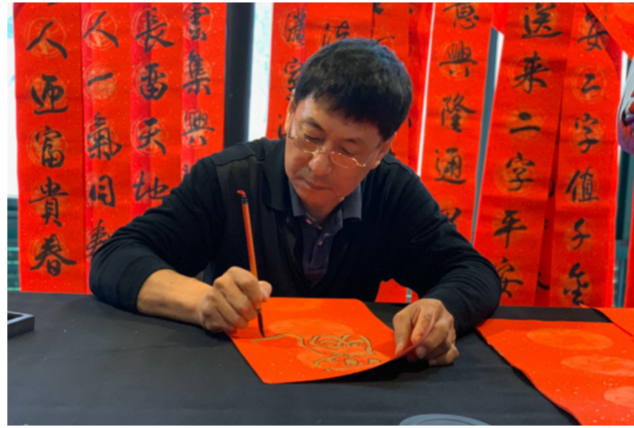
社區理事長葉貴霖自 101 年起邀同徐焜明（常務監事）、陳紹忠（總幹事），一同參與新竹縣政府交旅處主辦之「社區規畫師」培訓，而開始逐步收點社區窳陋空間，迨至 103 年首次提案「老屋新生－姜家大院環境改善計畫」，開啟了姜家大院的新生之路，而後才有 105 年農業委員會水保局台北分局核定補助的「南外社區姜家大院宅院環境改善計畫」，以及 108 年度的「南外姜家大院周邊環境改善計畫」等等，凡此種種努力的過程，才能奠定老屋新生的契機，讓新竹縣境內海拔最高的客家夥房屋再次重見天日，展現榮景。



名家揮毫 X 版畫體驗 金鼠賀歲迎新春 感受北埔年味

文圖／北埔鄉公所

為了熱鬧迎接鼠一鼠二的新年，我們規劃在鄧南光影像紀念館舉行相關的年節活動，希望透過館舍環境的佈置及活動內容的安排，可以讓北埔更有過年的氛圍，這次活動主邀彭憲正、黃綠堂、宋兆賢及余聖仁 4 位書法名家現場執筆揮毫，提供春聯墨寶給民眾索取，而今年除了春聯揮毫之外，也邀請新竹在地版畫達人鍾萬福及曾雪梅賢伉儷現場指導民眾拓印限量鼠年版畫及紅包袋，製作的成品有質感又應景，讓民眾帶回家中除舊佈新、迎春接福，藉以迎接嶄新的一年。而這次活動為了讓在地的小朋友也有參與感，由竹塹社區大學拼貼畫講師洪千儀指導鄉內幼兒園及小一、小二學童 DIY 一元復始鼠鼠書籤，藉由拼貼方式完成創作，小朋友也都樂在其中，邊學邊做還可以帶回鼠年專屬紀念品，大人小孩都玩得亦不樂乎。



我的餐盤

文／北埔鄉衛生所



要簡單的將均衡飲食概念落實在生活中，可以參考「我的餐盤」的圖示及口訣，圖示中可以看出每個食物類型的比例，如果每餐都能達到建議的標準，飲食上大致就有均衡囉！

- 1、每天早晚一杯奶：每天早晚各喝一杯 240 毫升的乳品，或是用起司、無糖優酪乳等方式增加乳品類食物之攝取。
- 2、每餐水果拳頭大：1 份水果約 1 個拳頭大，切塊水果約大半碗~1 碗，1 天應至少攝取 2 份水果，並選擇在地、當季、多樣化。
- 3、菜比水果多一點：青菜攝取量應足夠，體積需比水果多，並選擇當季且深色蔬菜需達 1/3 以上（包括深綠和黃橙紅色）。
- 4、飯跟蔬菜一樣多：全穀雜糧類之份量約與蔬菜量相同。
- 5、豆魚蛋肉一掌心：蛋白質食物 1 掌心約可提供豆魚蛋肉類 1.5~2 份，但應避免加工肉品。
- 6、堅果種子一茶匙：每天應攝取 1 份堅果種子類，1 份堅果種子約 1 湯匙量或三茶匙（約杏仁果 5 粒、花生 10 粒、腰果 5 粒）。

（參考資料／衛生福利部國民健康署）

客家舞獅技藝相傳不絕 北埔彭作宏榮獲「薪傳盃」肯定

文／新竹縣政府 圖／彭作宏、新竹縣政府



新竹縣北埔鄉在地人彭作宏，現年 63 歲，精熟多項武術技藝，自民國 86 起懷著承先啟後精神，指導莘莘學子學習舞獅技藝，並帶領旗下至武國術館參加「第 26 屆台灣中華藝術薪傳盃」榮獲優秀團隊獎。縣長楊文科也特別在主管會報上頒獎表揚，肯定彭作宏老師賽中展現多年豐富武術技藝，不私藏持續 20 多年教導給新一代，讓「客家舞獅」得以薪火相傳，獲獎真是實至名歸！

彭作宏老師從小就對國術有濃厚興趣，十六歲拜名師劉鐵虎之子劉滿航師傅學習太祖拳 3 年，二十六歲開始學習洪拳、成龍醉拳、佛山醒獅獅藝等長達 10 多年，十八般兵器也樣樣精通。彭老師表示，很高興受到新

傳獎的肯定，本次比賽中他所表演的是詠春拳、蔡李佛拳與洪拳，能受到評審「台上一分鐘，台下十年功」的評價十分榮幸，同時，他所指導的東泰高中醒獅隊在本次賽中也榮獲薪傳獎，為他們感到很光彩。

醒獅外型討人喜愛，有喜、怒、哀、樂、動、靜、驚、疑「八態」，舞獅者透過步法，將獅子生動型態顯現，彭老所教導的是來自廣東佛山黃飛鴻醒獅，為傳承傳統技藝，彭老師現今仍誨人不倦在新竹縣市八所學校繼續傳藝，所指導北埔、峨眉國中學校醒獅隊也多次在比賽中奪得大獎，至今北埔國中舞獅隊公開表演高達 130 場以上，取得相當輝煌的成果，也讓部分弱勢孩子透過舞獅找到自己的舞臺。

彭老師的教導原則就是所教學生絕不能說謊話，他說要讓「傳承要走正向，不能亂七八糟」，因而當地鄉親誇讚「跟著彭老師的孩子不會變壞」。彭老師說，學生能加入舞獅隊也是擴展一個興趣，帶領他們走向正向，出了外縣市比賽看見更多世面，奪獎能提升自信，對將來申請學校也有幫助，甚至減少學雜費的開銷，對弱勢家庭也不無小補，這麼多年下來，有不少學生從國小一路栽培到國中，看到他們出社會走在正途上很是欣慰，也感謝普仁基金會跟台北敦化扶輪社七年來長期支持北埔國中獅隊，對偏鄉學校的照顧。

（轉載自新竹縣政府 109 年 3 月 20 日新聞）



豐收北埔 慶天穿

執行單位／見域工作室 作者／吳君薇 插畫／陳璋姿



讀音：ㄅㄢˋ
米製食品。如：紅粄、粄條。

食粄版·慶豐年

來到北埔，絕對不可錯過這裡的各式米食小吃，包含客家湯圓、粄條、菜包、九層粄……等等，這些米食加工品通稱為「粄」。粄以米為主要原料，作法為把米加水磨成漿，壓去水分後再加工為各樣甜鹹口味。客語俗諺有云：「一塊粄，當三碗飯」，客家粄多以糯米製成，不僅飽足感較高，不易飢餓，也更易塑型，創造出各種別出心裁的樣式。在客家傳統中，這些米食不但是家家戶戶會做、充滿「媽媽的味道」的家常料理，不同的儀式也需要祭祀不同顏色與內容物的粄，以適切的米粄來祭祀，更能表達敬天拜神的滿滿誠心。

吃粄的大學問

舉例來說，客家人過年時吃紅粄、發粄、甜粄來慶祝，也運用冬天收成的蘿蔔製成菜頭粄來討個好彩頭；元宵節吃粄圓；正月二十天穿日時，將多種顏色的粄組合為「五色粄」來代表女媧補天的五色石，感念她補天的恩

德；清明時節，吃綠色的艾草粄，傳說可以避邪、消災解厄；如果家裡有了新成員，則製作「新丁粄」來祭祀祖先，祈求列祖列宗保佑孩子健康成長；在過去的農業社會裡，農忙時大家互相協助，主人則會準備「糍粑」來招待幫手們。糍粑即為麻糬，作法為將糯米磨漿蒸熟後放入舂臼裡以杵大力搥擊增加黏度，當庄內的夥伴們一同搥打糍粑時，無形間也將大家的感情「黏」在一塊兒。到了現代，舉凡是廟會、中秋晚會、政見發表會等人潮較多的場合，通常都能看見主辦人貼心地準備了一盤糍粑，配上花生粉或芝麻等佐料當作點心。

禁止工作的天穿日，共下食五色粄

每年的農曆一月二十日，在客家習俗裡稱為「天穿日」，這一天是中國神話中的女媧娘娘煉石補天大功造成的日子。相傳在上

古時期，水神共工撞倒了支撐天地的不周山，天空破了個大洞，天河河水沖毀了人們的家園。於是，女媧娘娘用五彩石堵住天空裂口。為了感謝女媧娘娘補天相助，在客家習俗裡，這一天禁止出外工作，大家聚在一起唱山歌、吃米食，許多人相信在天穿日這天，男不能耕田，因鋤地會使大地漏水；女不可織衣，因穿針將刺破天空，就算天穿日賺的錢也會漏光，而有：「天穿毋寮做到死，天穿毋寮苦到死，有做嘸做，寮到天穿過」的俗諺，希望人們放下手中工作，讓大地休養生息、與親朋好友聚首，開啟新的一年。此習俗風行於台灣北部客家庄，竹東地區更有在天穿日裡進行山歌競賽的傳統。



在天穿日吃的米食也大有來頭！女媧娘娘補天時所用的「五色石」，五色來自道家世界觀裡的「五行」，即「金、木、水、火、土」五種地球形成的元素，對應顏色分別為白色、綠色、黑色、紅色、黃色。先民發揮巧思，加入各式食材，製作不同顏色的「粄」，合稱「五色粄」。白的是白湯圓或白色菜頭粄；紅的是填入紅豆餡的紅龜粄或炸紅豆年糕；綠的是艾草粄；黃的是糍粑；黑的是偏紫色的芋頭粄等。隨時間演進，各地區也依照不同物產而有相異的配方，顏色也不一定必須遵守五行，甚至因為養生概念興起，也有南瓜、芝麻、抹茶等配方。

（參考資料／財團法人金廣福文教基金會，《北埔光景》，臺北：允晨文化實業股份有限公司，1998。）