

台江地區人文調查及潛在性文化資源活化應用—
台江耆老飲食文化口述歷史撰寫暨史普推廣
成果報告書



台江國家公園管理處 委託辦理報告

受委託單位：財團法人臺灣大學建築與城鄉研究發展基金會

中華民國 105 年 12 月

(本報告內容及建議，純屬研究小組意見，不代表本機關意見)

台江地區人文調查及潛在性文化資源活化應用—
台江耆老飲食文化口述歷史撰寫暨史普推廣

成果報告書

受委託單位：財團法人臺灣大學建築與城鄉研究發展基金會

研究主持人：張聖琳

協同主持人：蔡福昌

研究員：吳比娜、陳琳

研究期程：中華民國 105 年 3 月至 105 年 12 月

研究經費：新臺幣 118 萬 2,560 元

台江國家公園管理處 委託辦理報告

中華民國 105 年 12 月

(本報告內容及建議，純屬研究小組意見，不代表本機關意見)

目次

目次.....	1
圖次.....	2
表次.....	4
摘要.....	5
第一章 序論.....	6
第一節 計畫緣起.....	6
第二節 計畫目標.....	7
第三節 計劃項目、架構與期程.....	8
第二章 研究方法與過程.....	10
第一節 文獻回顧.....	10
第二節 耆老口述歷史與相關人士訪談.....	14
第三節 研究面向.....	22
第三章 執行成果.....	30
第一節 耆老口述歷史專書出版計畫.....	30
第二節 「台江傳統好味道」講座規劃.....	36
第三節 「台江風土食旅」工作坊設計規劃.....	40
第四節 「台江海洋野餐」的籌備與評估.....	49
第五節 瀛海中學食農教育.....	52
第六節 傳統菜餚技藝影像拍攝.....	54
第四章 飲食文化旅遊規劃.....	64
第一節 飲食文化旅遊路線設計評估.....	64
第二節 潛在性文化資產調查.....	75
第五章 國外參考案例.....	82
第六章 結論與建議.....	87
第一節 結論.....	87
第二節 建議.....	88
附錄一、書目收集.....	90
附錄二、訪談紀錄.....	96
附錄三、期中審查意見回覆.....	183
附錄四、期末審查意見回覆.....	190

圖次

圖 1-1 操作概念	6
圖 1-2 操作架構	8
圖 3-1 專書封面	31
圖 3-2 專書目錄	32
圖 3-3 專書內頁（第一章-引用古地圖部分）	32
圖 3-4 專書內頁（章節頁）	33
圖 3-5 專書內頁（民間飲食相關器物圖片）	33
圖 3-6 專書內頁（在地人口中的飲食故事）	34
圖 3-7 專書內頁（在地人口述部分）	34
圖 3-8 專書內頁（難忘的食材與料理）	35
圖 3-9 專書內頁（虱目魚部分）	35
圖 3-10 講座現場照片	36
圖 3-11 活動海報	37
圖 3-12 活動側拍	37
圖 3-13 食旅參訪照片（六孔碼頭、洲南鹽場）	40
圖 3-14 工作坊參與者發表	42
圖 3-15 海洋野餐活動畫面	49
圖 3-16 活動場地與海報	49
圖 3-17 活動照片	50
圖 3-18 媒體報導	51
圖 3-19 野菜辨識與烹飪活動	52
圖 3-20 安南果菜市場踏查	53
圖 3-21 吳望女士訪談照片	57
圖 3-22 烏莧	59
圖 3-23 耆老與植物達人之對話	59
圖 3-24 放網筍	61
圖 3-25 網筍的漁獲	61
圖 3-26 虱目魚處理與烹飪過程	62
圖 3-27 熬月桃葉汁與凝結的月桃粿	63
圖 4-1 在地社群經營之飲食文化相關旅遊活動	64
圖 4-2 龍山社區媽媽廚房	65
圖 4-3 龍山社區導覽活動	66
圖 4-4 媽祖宮社區漁夫體驗營與餐飲活動	67
圖 4-5 台江漁樂園導覽	69

圖 4-6 臺南社大台江分校鄉土食教學.....	69
圖 4-7 台江各區域飲食文化旅遊特色.....	72
圖 4-8 淺坪式魚塭.....	75
圖 4-9 水梯田景觀.....	76
圖 4-10 東魚塭通盤檢討修訂分區區塊.....	77
圖 4-11 七股鹽場位置.....	78
圖 4-12 愛鄉護水行動.....	79

表次

表 1-1 計畫時程表.....	9
表 2-1 訪談設計表- 針對耆老受訪者.....	14
表 2-2 訪談設計表-針對文史、環境教育、社區工作受訪者.....	14
表 2-3 受訪耆老名單.....	16
表 2-4 受訪社區、文史、飲食產業工作者.....	17
表 3-1 風土食旅行程表	40
表 3-2 工作坊議程.....	42
表 3-3 「台江海洋野餐」活動評估表.....	50
表 3-4 課程表.....	52
表 3-5 拍攝內容與進度	55
表 4-1 民間社團、社區經營之遊程分類	65
表 4-2 潛在性文化資產：淺坪塭虱目魚魚塭.....	77
表 4-3 潛在性文化資產：鹽村與鹽場	78
表 4-4 潛在性文化資產：水圳與食水堀	80

摘要

透過文獻回顧、田野調查，耆老、在地人的口述訪談，勾勒台江傳統飲食文化之風貌，完成史普書籍之編輯撰寫；藉由講座、工作坊、活動之舉辦，將史地文化資源進一步活化與應用，作為社區與區域發展之永續資源。值此食安問題頻傳之際，透過體驗了解食物的產地、生產方式，重新彰顯台江傳統飲食文化的價值，並加以創新，期望以食物為媒介，讓人與自然產生連結，進而對地方環境產生關注。

主要發現為：

1. 十六世紀以來，台江內海的自然環境，造就地方發展的背景，也形成了台江地區飲食文化的肌理，產生與臺灣其他地區差異顯著的飲食傳統，與其他沿海地區、鄰近臺南府城不同。儘管近代台江居民逐漸脫離原有飲食習慣，然而談到傳統飲食，受訪者老多勾起潛藏的回憶，鄉土食的確凝聚了在地社群的認同，引發情感的共鳴。
2. 河海之交的台江地域，沙洲、瀉湖、鹽田、紅樹林、河口，多樣化地形孕育有極為豐沛的生物資源，居民生活儘管刻苦，卻得以飽足，更因地制宜、順應時序發展出捕撈、養殖、曬鹽、旱作等營生方式，其中蘊含許多環境智慧，是台江彌足珍貴的人文資產，亟需被紀錄與傳承。
3. 然台江區域的傳統飲食文化面臨人才流失、產業轉型之困境。特別是上游生產端，原有捕撈、鹽業衰退，台江曾是生態養殖技術的發源地，累積四百年的養殖經驗是先民智慧與技術淬煉有成的文化資產，期待透過地方教育、產學合作引進青年人口投入，傳承與創新、重振地方產業。
4. 簡單樸素的台江鄉土食，在今日多樣化的飲食選擇中，如何被消費者所接受，需要更進一步轉化與創新，傳統食物技藝如鹽漬物(kē)、野菜、虱目魚醃製等，老輩的烹調加工技法與年輕一輩產生斷層，須以古早味食譜的挖掘，將過去飲食內涵作為當代料理創新的靈感，賦予傳統飲食文化新的生命。
5. 值社會大眾對食安問題日益關心之時，透過生態旅遊、慢食文化、食農教育的推廣，建立台江區域食材之生產履歷，形塑友善人與環境的品牌辨識度，創造增值、創意的教育與體驗方式，提供城市安心、健康的食材，呈現獨具地方風土的料理，帶動區域發展。

第一章 序論

第一節 計畫緣起

以飲食觀點來閱讀台江，台江大地便是一片可食地景，潟湖裡蘊藏著魚苗蝦蟹，塭邊、潮溝有豐富的水生資源，居民仰賴自然環境而生，在水波與大地上討生活，改造鹽田、魚塭、田野地景，成為漁鹽之鄉，滋育城市居民，構成特色的食材料理，形塑出獨有的情感與記憶，更影響當地與週邊區域的飲食文化。

本專案團隊長期關心台江沿海環境與人文，累積地緣知識，於嘉義布袋濕地長期經營，推動洲南鹽場復曬，完成《海風下的密碼－嘉義沿海的環境故事》濕地糧倉之書籍編撰出版，以及《與海味風光－好食在嘉義》農村產業旅遊手冊，製作《濕意地棲居》海口音樂影像專輯。此次計畫亦參考結合臺大城鄉所於坪林推動「臺灣藍鵲茶」過程中，將地景結合環境體驗、茶學傳承教育，轉化為地方文化品牌之經驗，構思台江傳統飲食文化創新方向。

本次計畫透過下列元素，思考智慧與技藝、情感與記憶，如何傳承與轉化，與現代情境對話，加以創新，並朝向永續飲食方向發展。

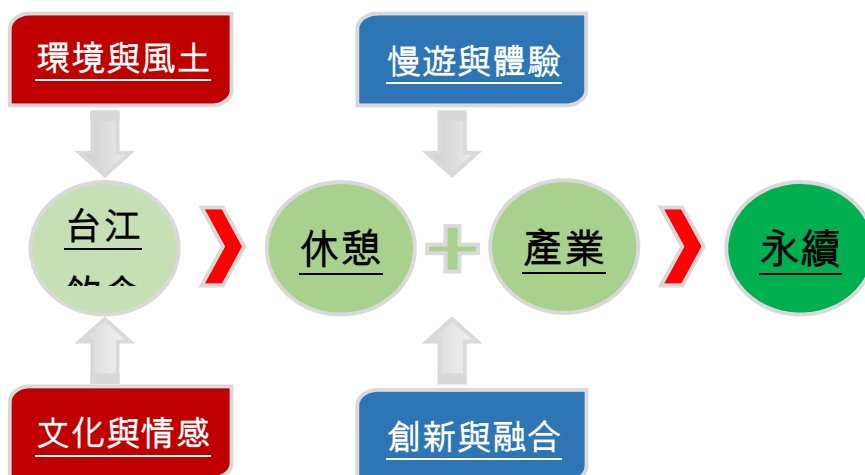


圖 1-1 操作概念

環境與風土：自然環境如地形、氣候對飲食的影響

文化情感：飲食經驗、記憶所凝聚之地域與社區的情感

產業、休憩：地方微型產業、社區產業鏈、休憩活動之重振與營造

慢遊與體驗：透過體驗與地方人與環境產生連結

創新與融合：跨文化、跨代對話，賦予新意義與內涵

永續：產業人文與自然的永續循環

第二節 計畫目標

一、將學術性研究成果轉換成大眾能親近之素材與活動進行推廣

藉由耆老的口述歷史調查，了解與風土密切相關的地方知識，理解過往居民利用環境的智慧、對土地倫理可傳承的永續面向。飲食歷史也可以讓沈默者發聲，傳統歷史記述中較少被看見的生產者（捕撈、耕作）、婦女（家務勞動、烹飪者）的話語，可以被聽到。以飲食書寫作為一種共同的庶民認同，將學術研究成果轉換為大眾能親近的語言，成為科普、史普知識推廣的素材，成為台江在地故事。

二、呈現獨屬台江在地之傳統飲食生活豐富面貌

飲食作為一種生活經驗，反映地方的風土與文化底蘊，從食材的生產、收穫、保存、烹煮到食用，都有其在地性。透過田野調查，探查飲食相關的生活記憶，辨識台江各區微環境的自然特色，指認包括家族生活場域、魚塭工寮、鹽田聚落，以及廟宇慶典等飲食場景，呈現相關地景、建築、舊文物、器具，並挖掘台江飲食文化的情感內涵，有助於社區記憶、地方認同的塑造。

三、以「非物質文化遺產」視角，思考台江傳統飲食轉化為文化旅遊之方式

參與台江目前民間社群從事的遊憩、文化與環境教育活動，認識其經營內容，理解其願景、所面臨之機會與限制。從飲食文化的架構出發，思考如何根植於地方的地景、產業、鄉土食、節慶等資源，深化旅遊內涵。調查台江地區飲食文化相關之潛在性文化資產，包括自然地景、文化景觀、產業設施、歷史建築等，期望透過政府文化政策將其保存與活化，與地方教育結合，作為對外的展示平臺及觀光資源。

四、傳承與創新

飲食文化可被視為一種文化遺產，如何向下一代接續，從源流連結到當代，是個人與社群的重要任務。除了飲食技藝的傳承、古早味食譜的挖掘，也作當代料理的創新，賦予傳統飲食文化新的生命。借鏡國內外整合農業生產、生物多樣性、民眾參與、產業之操作案例，結合當代社會對食安、從產地到餐桌、永續飲食概念的關注，與學校、民間社群組織跨界連結，發展出有創意、新型態的教育、體驗素材，分享給更多在地與外地人士。

第三節 計劃項目、架構與期程

一、工作項目

- (一) 耆老口述歷史專書出版計畫，並印製 500 本。
- (二) 影像及文字記錄台江傳統菜餚技藝表現形式(至少五道菜)。
- (三) 規劃工作坊(至少一場次)，推廣台江地區多元飲食文化及產業特色，辦理具有在地飲食文化之體驗活動。
- (四) 辦理專題講座或志工訓練講座(至少一場次)。
- (五) 蒐集與本案相關之中外文相關書目。
- (六) 規劃台江文化旅遊路線(至少一條軸線)，提出整體設計評估。

二、計畫架構

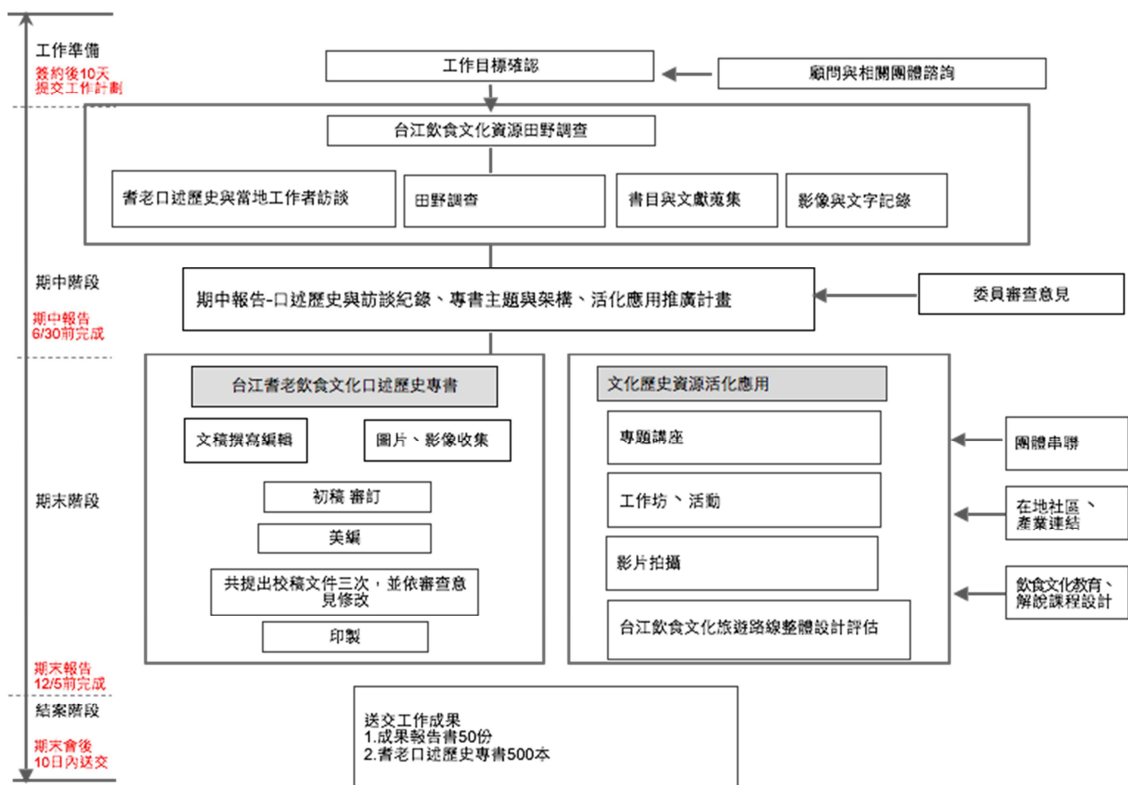


圖 1-2 操作架構

三、計畫期程

表 1-1 計畫時程表

月份		3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
工作項目											
期初階段	專家、地方耆老訪談	★	★	★	★	★	★				
	田野調查		★	★	★	★	★				
	期中報告繳交與審查					★					
專書編輯	編輯主題、企劃確認					★	★				
	初稿撰寫					★	★	★			
	影像整理					★	★	★			
	美編排版								★	★	
	審查								★	★	
	印製										★
影片拍攝						★	★	★	★	★	
活化應用	講座活動籌備					★	★				
	講座活動舉辦							★	★		
	在地飲食文化體驗活動舉辦							★	★		
	區域旅遊路線規劃與評估								★	★	
期末階段										★	

第二章 研究方法與過程

本計劃以耆老訪談、田野調查為主，文獻梳理為輔的方式，進行資料的搜集與分析。飲食相關文化與技藝往往是默識知識，僅存留在當地耆老的腦海中且逐漸消逝，透過口述歷史訪談，搜集本地風土密切相關的地方知識，及其背後鮮為人知的在地歷史智慧。

第一節 文獻回顧

一、台江飲食文化源流

台江國家公園管理處104年完成之「台江地區文史資源調查及應用規劃研究(四)－台江飲食文化源流」提供重要基礎。研究計畫從歷史、文學等相關紀錄追溯台江地域獨特風土與地方重要產業的形成歷程，在時間軸線上，由臺灣地理環境的變遷，所產生產業的變化- 包括鹽業、養殖業、旱作、瓜類種植所造成飲食內容的演變，作了梳理與陳述。也從地域文化歷史脈絡的分析，針對主食與副食、節慶與救荒之食，食用水與燃料，探討台江傳統飲食的構成，並突顯西瓜綿料理、虱目魚、鮭醬（鹽漬物）、野菜入菜等台江特色料理，以及數道宴客菜、節慶食物。

其成果報告中收集十五位長年定居於台江區域、不同地理區域與從事不同產業75歲以上長者之口述歷史，並由歷史文獻、檔案報紙、外文資料與日記、回憶錄或小說文學等資料中，蒐集台江內海飲食文化資料集成，為台江飲食文化源流研究與後續開展方向奠定重要基礎。其主要結論有：

- 台江地域飲食文化特殊性之確立：

研究提出台江海埔地的特殊地理環境與養殖漁業，產生一套與臺灣其他地區差異顯著的飲食傳統，從日常飲食、節慶飲食到飲水取得方式，不僅跟西部平原或東部山區截然不同，與許多沿海地區亦有很大差異，與鄰近較富庶的臺南府城人更有極大差別。

- 「非物質文化遺產」的視野之提出：

聯合國教科文組織在2003年通過的《保護非物質文化遺產公約》中，飲食文化也屬於非物質文化遺產的一部份，涉及知識、節慶、技術、器物等面向。目前獲得聯合國教科文組織通過列為「非物質文化遺產」（intangible cultural heritage）的項目中，與食物有關者包括「法國盛餐」、「地中海飲食」、「傳統墨西哥

菜」、「日本和食」等，應以保護、建檔、研究、弘揚、傳承。研究提出，台江地域的特殊環境所孕育出的作物、人們取得食材與烹調食物的各種技法，及諸種飲食在當地人們生活中的重要性等等，可藉由「非物質文化遺產」的視野進一步檢視與思考。

- 以「文化旅遊」作為「非物質文化遺產」的轉化：
以「世界旅遊組織」（World Tourism Organization, UNWTO）所提出的轉化策略來思考台江傳統飲食文化的保存、發展與應用，提出將傳統飲食轉化為非物質文化遺產的六大面向：
 - 地景（landscape）：由自然環境與人為因素共構的鹽田、鹽村、魚塭及食水堀等地景，相當具有台江的代表性。
 - 文本（text）：讓過去多為口傳、實作的「地方知識」（local knowledge）文本化、知識化，包括產業面的歷史與過去技術的紀錄，飲食面含括菜餚的製作過程。
 - 產業（industry）：相關產業鍊的重振
 - 鄉土食（local foodways）：地方特色飲食的保存、再現與推廣
 - 節慶（festival）：地方節慶活動的多元規劃
 - 文化旅遊（cultural tourism）：文化旅遊商品的整體設計

二、環境、生態與台江飲食文化之相關性

台江地區因泥沙淤積，造成內海浮覆，大陸棚範圍廣大，海岸地形有利於底棲生物，形成發展漁業的天然條件，漁民並在潮間帶、河海之交，捕撈，因地制宜發展出濱海地帶特殊拓墾養殖形態。

台江作為一個天然的溼地糧倉，從閱讀台江環境相關研究，當可瞭解生態變遷、地形、氣候與食物生產之關係，有助於理解先民捕撈、養殖活動背後之環境與時令脈絡，如：依時令捕撈魚苗、進行曬鹽工序等等。同時，也釐清沿海多變地形與食材取得的關係，微環境- 瀉湖、沙洲、河口、鹽田、潮溝所孕育的特殊食用魚蝦貝類。文獻來源包括台江公園管理處累積之調查研究：

- 林幸助(2011)：《台江國家公園及周緣地區重要生物類群分佈及海岸濕地河口生態系變遷》。台江國家公園管理處。
- 林俊全(2012)：《台江國家公園自然地景資源調查》。台江國家公園管理處。
- 陳義雄(2014)：《台江國家公園沿海與瀉湖魚類生態資源調查及經營管理計畫》。台江國家公園管理處。

台江的自然環境衍生出獨特的產業發展，在吳新華(2013)：《台江地區人文資產保存與推廣計畫－虱目魚為主之養殖產業調查》中，透過養殖業者老的訪談，重建傳統虱目魚苗產業的風貌，串連出整個虱目魚魚苗產業的變遷軌跡，保存虱目魚養殖相關之文物。後續將進一步蒐集相關台江養殖、曬鹽、耕作研究，梳理自然環境、生態棲地與台江風土飲食之關聯，以及其中可能涵蓋之生態智慧、土地倫理。

三、文史民俗、社區與飲食

飲食文化為一種族群的認同，承載著記憶、情感，也反映地方的文化底蘊，本計劃也藉由回顧台江地區重要文史、民俗文獻，主要以臺南市文化局出版，黃文博先生所主編「大臺南文化叢書」地景文化專輯為資料庫，從中擷取飲食與台江記憶，對於人群與認同感凝聚的重要性。

其中，黃文博先生在《南瀛歷史與風土》，從季節、風土、信仰三方面，探究民俗文化的深層內涵、地方文化的核心，吳茂成(2013)於《臺江內海及其庄社- 大洪水裡的小地方記憶》呈現台江作為邊陲地域，其庄社網絡、人民「相伴結夥」拓墾背景，產生的出特殊地方性格，在《合作耕墾台江海埔地拓墾個案研究》(2009)，具體描述養殖作為地方產業的脈絡，分析拓墾與庄頭鄰里社會結構的關聯。臺南社區大學台江分校民俗班，也有許多以社區視角為出發的人文、民俗田野調查，將於日後持續搜集、分析。

有關人文與飲食的研究，張郁侖(2015)《臺灣虱目魚飲食文化之探衍－以臺南地區為例》，指出臺南地區乃虱目魚養殖大宗，以養殖業形成的背景，勾勒出臺南人獨有的虱目魚飲食記憶，也形塑出在地獨特的飲食文化。

四、地景、產業復育與飲食文化旅遊

《從漁業文化景觀的角度來看台江國家公園》傅朝卿(2010)提出以「文化景觀」的概念來看漁業地景，聯合國教科文組織在《世界文化與自然遺產保護公約執行指導方針》開宗明義點出文化景觀是「自然與人類的結合作品，包含人類與其自然環境交互作用下的多樣性表現形式。」

文化景觀為「因人的活動而疊加在自然景觀的形式」，也包括了神話，傳說，事跡，歷史事件，社群生活或儀式行為，與土地互動所產生的空間與相關連環境。以台江國家公園地區為例，傳統漁法如牽罟，手叉網，繒網，竹圍養殖牡蠣，從沿海漁撈、淺海養殖、陸域鹹水魚溫養殖、天日曬鹽，多面向的產業活動，都是居民因應濱海區域的海岸地形、氣候、季風、潮汐等自然條件，因地制宜發展出的漁撈法。

另外在《南瀛鹽景專書》(黃文博、許獻平，2010)中，也可考察鹽村聚落、鹽民信仰、鹽灘遺跡、鹽田設施，並參照《台江國家公園及周緣地區人文歷史調查及

保存規劃研究》(劉益昌, 2011), 探討「文化景觀」如何結合「保存」與「發展」, 其保育之機制, 轉型為永續產業的可能性。

民間社群的賦權與協力, 往往是轉化為地方文化資產的關鍵。在此類型資料中, 有相當多國內外實踐型案例, 結合農業生產、生物多樣性與地方參與, 台江區域內, 如北門社大開始發展在地人文、產業課程, 以「里海」(村莊聚落與河海相交之地景)的概念, 回溯到虱目魚養殖三、四百年發展的歷史, 參考過去傳統的自然資源使用方式, 發展對環境友善的永續養殖產業。嘉義布袋人士透過復育已荒蕪的洲南鹽場, 再結合觀光, 思考沿海人究竟該如何與濕地共存共榮, 發想永續共生的創新之路。

在坪林, 茶農和臺大城鄉所師生合作, 以友善環境的方式種茶, 並以「臺灣藍鵲茶」為名行銷, 為下游居民飲用水源與上游居民生計尋求保育與發展併行之道, 貢寮「水梯田復耕計畫」, 嘗試在貢寮實踐「里山倡議」—透過環境學習與消費支持, 結合在地居民、老農, 友善的利用土地、維護生物多樣性。國外案例則有日本越後妻有大地藝術季、義大利慢食旅遊區、加州美食地方飲食圈形成之案例, 將持續探討此類實踐行案例, 發掘台江在地產業可能的活化與振興方向。

五、飲食書寫/其他相關概念

近日飲食書寫風氣興盛, 有各種不同類型, 有純粹提供飲食資訊、有對臺灣味的探討、記敘特殊時令與風土的食材、將飲食記憶結合個人生命, 並以流露人文情感而感動人。誠如作家韓良露所說, 最值得回味的美味, 往往是情感的味道。

本計畫將持續從中外飲食書寫中, 參考不同書寫策略、敘事方式, 作為專書編輯之參考, 並且引進跨文化飲食比較、永續飲食、食物正義等概念, 以豐富探討之面向。

第二節 耆老口述歷史與相關人士訪談

一、研究範圍

以台江國家公園以及周緣各社區安南、七股、安平區為主，並包含北從將軍溪，南到二仁溪，古台江內海之範圍。

二、訪談對象

透過在地人際網絡、社區大學、協會、里辦公室、農漁會、廟宇，引介當地年滿 65 歲以上之耆老，目標為涵蓋訪談者之地域多樣性（七股潟湖、曾文海埔、安南區、安平等），包括飲食鏈上中下游（養殖戶、烹飪者、飲食者），也特別選擇具有一定代表性、或是故事色彩之人物，呈現鮮活之在地人物形象（如前紅樹林保護協會理事長吳新華老師、鹿耳門詩人漁夫蔡奇蘭等）。並增加多元視角，如記敘婦女煮食的經驗、孩子們參與在食物生產的趣事等等，這些個人的經驗具有一定的普同性，透過情感引發更多的記憶共鳴。也拜訪青壯輩（養殖、餐飲業）與社區工作、文史、環境教育工作者，了解其對台江飲食文化的詮釋、未來的推動方向。

表 2-1 訪談設計表- 針對耆老受訪者

對象	背景與經驗	訪談面向
農漁牧 食材生 產者	捕撈、養殖者、 耕作者	如對小型魚類習性理解、利用環境的智慧、時令 與收穫的關係等。記錄並整理可傳承的永續面向
食材加 工、烹 飪者	家常菜	社區婦女—生命史、記憶、私房菜
	總鋪師	經驗、技藝、料理菜色之意涵
	小吃攤、餐飲店	食材取得與應用、與客人之關係
飲食者	在地居民、饕客	在地居民的日常生活飲食習慣，勾勒出台江人獨 有的虱目魚、吳郭魚等食材記憶，飲食況味的捕 捉

表 2-2 訪談設計表-針對文史、環境教育、社區工作受訪者

社會文 化	宗教民俗（廟 宇）	在地歷史、民俗、特色、故事
----------	--------------	---------------

	文史工作（社區大學）	如何透過教育來傳承飲食文化
產業	企業、社區發展協會	未來產業發展之方向
環境	自然保育	保育與飲食間的關係、永續飲食
烹飪	烹飪者 飲食評論	如何由料理加上新的元素，變成新的飲食文化

三、訪談方式

耆老訪談以半結構式（半開放）問題為主，主要是針對受訪者獨特的成長背景、營生方式、地理區位所形成飲食相關經驗的環節做訪問，口述訪談重點包括：

- 生平背景與童年經驗、家庭狀況、居住環境
- 營生方式與技能學習過程
- 對特定食材或菜餚的認識，其來源與保存方式、烹飪方式、調味方式
- 在家庭生活，或如魚塭工寮、鹽田聚落，廟宇慶典等生活場域中，飲食的經驗與記憶

訪談時再依訪談者身份、當下的情況與受訪者的回答內容調整問題範圍及深度。對談會以生活化、地方化的原則進行，協助受訪者陳述自身的生活經驗與生命史。輔以參與式觀察，在自然發生的情況下，透過密切接觸與直接體驗，對食材生產、製作、飲食情境得到具體的認識，並針對傳統菜餚烹調技藝、表現形式作文字與影像記錄。

進行方式會先向受訪者說明訪談的主題與範圍，取得受訪者的同意進行現場錄音、攝影、或錄影，以確保訪談紀錄的完整，取得書面同意，告知引用方式，符合研究倫理。

四、訪談名單

田野調查所得資料與報導人訪談轉化利用於書中，並取內容較完整作成 20 份紀錄，附錄於後。

(一) 耆老- 年紀六十五歲以上

表 2-3 受訪耆老名單

編號	姓名	出生年	性別	原生地	現居地	背景/ 代表性	紀錄頁數
1	吳○周	民國三十一年	男	海尾	北區	成長於農漁家庭，後從事建築業，過往的成長經驗，讓吳翰周對地方養殖業的變遷有深刻的體認，台江永續城鄉發展聯盟聯絡人	P103
2	蔡○蘭	民國三十三年	男	土城	東區	詩名鹿耳門漁夫，本業營造，三十餘年前即創立鹿耳門史蹟研究促進委員會、台江伴作家協會、臺灣文史營等	P106
3	吳○華	民國三十三年	男	四草	四草	退休教授，紅樹林保育協會前理事長，領導推動台江環境議題，為台江國家公園進行虱目魚養殖產業調查	P111
4	侯○生	民國二十年	男	七股區	七股區	從事漁、農、曾擔任農會代表，為糖廠種植的管理者	P125
5	杜○齊	民國二十五年	男	七股區	七股區	魚塭長年，曾掌管 60 甲魚塭、於美國塭經營，曾任合作社理事長	-
6	許○在	民國二十三年	男	七股區	七股區	龍山社區漁民，曾從事近沿海捕撈，現仍從事養殖	-
7	林○辰	民國三十七年	女	北區	中西區	家庭主婦，長於廚藝	P126

8	陳○標	民國三十二年	男	七股區	七股區	從八歲起於七股區域捕撈魚苗、牽罟、從事魚塭各類水產養殖、插蚵、釣魚	P129
9	莊○吉	民國三十八年	男	安平區	安平區	安平最後一代之討海人，之後轉做水下遺產打撈	P139
10	邱○太太(不願具名)	民國三十一年	女	安南區	安南區	從事漁農，家庭式加工生產西瓜綿有四十年時間	P141
11	黃○女士(不願具名)	民國三十五年	女	七股區	溪頂寮	從小在七股近佳里附近長大，因家中無田靠採集維生，生態資源豐沛，記憶中吃的很豐富	P175
12	黃○女士(不願具名)	民國四十年	女	中西區	北區	從小住在中西區，對虱目魚有非常深厚的記憶，對於虱目魚烹調也有非常講究的看法	P177

(二) 相關工作者之訪談

表 2-4 受訪社區、文史、飲食產業工作者

編號	地區	姓名	性別	簡介	頁數
在地社區、文史工作者					
13	龍山社區	王○華	男	龍山社區發展協會總幹事，龍山社區長年進行社區營造、農村再生，獲得國際宜居城市銅質獎，並於近年推動社區文化旅遊、社區媽媽餐	P143

1 4	安南 區	吳○成	男	推動大廟興學，長期投入台江文史研究，臺南社大台江分校執行長，台江分校並有「阿媽的手路菜」課程，傳承鄉土菜餚	
1 5	媽祖 宮社 區	林○材	男	推動鹿媽祖宮社區漁夫體驗活動，社區媽媽餐，媽祖宮社區發展協會執行長	P148
1 6	七股 頂山 村	陳○志	男	頂山人，文史工作者，現為臺師大地理所博士生，所著碩士論文「臺灣鹽業文化景觀之研究-以七股鹽場為例」獲得文化資產保存維護學位論文獎助，現回頂山從事文化保存與發展工作	P178
漁、農生產者					
1 7	七股 區大 寮	鄭○明	男	臺大海洋所藻類博士，回鄉從事貞的好蝦生態養殖，開發多樣化養殖模式，並尋求最適合台江風土之產物	
1 8	佳里	佳里農會 牛蒡產銷 班工作 人員	女	牛蒡為佳里之特色產物，並有產銷班設立加工廠	
1 9	安南 區	顏○宏	男	家中五代養殖，為新一代漁民，「台江漁人」草本蝦經營者，推動科技養殖，並針對從產地到餐桌，生產履歷水產的行銷推廣，串聯餐廳業者，以網路、kuso 的方式，喚醒公共政策的重視	P152
加工、烹飪者- 總舖師、餐廳、小吃店、中藥行					
2 0	七股 大寮	鄭○源	男	二十歲即擔任總舖師，五十年總舖師經驗，在臺灣北中南各地辦桌，並曾於二十年前承辦第一屆虱目魚大餐	
2 1	佳里	尤○松	男	佳幸宴會廳負責人，家傳四代總舖師、洋香瓜綿發明者(加工者)、崑山大學講師	

2 2	中西 區	王○慧	女	小滿食堂經營者，以兒時在佳里、青鯤鯓成長記憶的味道，推動以當今在地食材做成，傳承古早情感的家常菜	
2 3	安南 區	蔡○成	男	東香臺菜海產餐廳經營者，別號愛心總舖師，採用生產履歷食材，成為第一家三星「溯源餐廳」，並於康寧大學任教，傳承給學生臺菜	
2 4	七股 區竹 橋	竹○小吃	女	經營二十餘年，提供在地人平價日常飲食	
2 5	七股 區十 份里	阿○小吃	女	位於臺南大學七股校區預定地對面，近年漸成為網路、媒體報導之小吃店	P161
2 6	土城	郭○心	男	德和藥房，父親從事捕撈，講述當地物產入藥-土龍酒之淵源，以及當地草藥風俗	P163
飲食者 在地報導人					
2 7	七股	蘇○川	男	出生於七股城內，三十年前曾擔任七股鄉鄉長，曾於任內推動洋香瓜種植、農漁會生產條件改善事物，現居佳里，嫻熟在地人、事，關心公共政策	P164
2 8	土城	郭○昌	男	成長於漁農家庭，在地文史與公共事務推動者，長期為漁權會服務，嫻熟地方風土民情，並曾從事種植、養豬	P165
旅遊、節慶、文化活動推動者					
2 9	七股	王○田	男	台鹽生技旅遊課課長，鹽村子弟，關注鹽業文化資產保存，現規劃鹽山休閒遊憩活動	P168

30	土城	王○義 陳○福 蔡○輝	男	聖母廟主委、總幹事、副主委。聖母廟三年一科之繞境活動，點心為地方節慶的重要共食經驗，採用在地料理，並於媽祖生日舉辦虱目魚節活動	
31	安平	吳○祥	男	安平風獅爺復育計劃工作者，從事文史採集，家傳水產加工量販，現經營丸奇號，仍有季節性小量蝦米、扁魚製作，採用安平特色在地食材	
32	南寮	楊○鈺	女	曾任職皇尚企業股份有限公司文創部文創行銷總監，現為鈺川公司負責人，經營鹽田生態文化村，推動鹽產業文創。	P170

五、訪談題綱範例

【訪談題綱範例】七股 漁民 陳○標

- 哪邊人？自小在哪裡長大
- 怎麼學習討海？
- 怎麼知道哪邊有魚？什麼時候有魚？怎麼捕捉？
- 用什麼方法捕？牽罟、抓魚苗的記憶
- 有養過淺坪塹式虱目魚嗎？
- 七股、台江各地區魚蝦蟹貝是否不同？
- 生態、環境的改變？

【訪談題綱範例】四草 吳○華

- 虱目魚的養殖文化起源？
- 自己如何參與在養殖、捕撈活動中？
- 特殊的飲食經驗
- 成立紅樹林保育協會，認為鳥跟環境、魚之間，如何平衡與永續？

【訪談題綱範例】中西區 小滿廚房主廚 王○慧

- 自身的經驗，飲食與情感記憶、手藝？

- 以時令或節氣的觀點，各種在地食材，每一季該吃什麼？
- 對台江飲食的想法、推廣活動的想法？

第三節 研究面向

一、 自然環境、生態棲地與台江風土飲食之關聯:

溪流是冰箱，食材就孕育在環境中，許多耆老回憶中都有到溪邊或海埔去採食的經驗，自行捕撈與採集魚蝦貝蟹，成為重要的食物來源。

這些小魚都是魚塭進出水就帶過來，有的是海裡帶過來，有的是生態自己過來，魚啊、蝦啊都是牠自然來的，以前毛蜆一弄就是好幾羅筐。（海尾 吳○周）

溪圳、水溝，水溝就是我們的冰箱，那時也沒有冰箱，摸回來就很新鮮，五六歲的孩子就可以下去抓了，所以那個池子，如同天然的冰箱，食物都自然放在那個溪裡，摸到就是你的。（土城 蔡○蘭）

魚塭自己裡面會自己長出河蝦，天氣變了，會自己浮上來。用畚箕把蝦子撈起來，曬乾就變成蝦米。（北區 林○辰）

許多台江耆老回憶中都有到溪邊或海埔去採食的經驗，海埔地儘管物資貧脊，卻有富饒的生態資源，如成長於七股近佳里的黃女士表示，小時候家裡並沒有分到田產，沒有得收成，但記憶中總是走好久的路到七股瀉湖邊，便可以捕捉到魚、蜆、毛蜆、草蝦，吃得很豐富，「只要願意勞動，一定有東西吃。」

內海浮覆後所產生的濕地環境，是生物資源最豐碩的所在，境內四條主要河流：七股溪、曾文溪、鹿耳門溪、鹽水溪，從上游沖刷土壤帶來豐富的營養鹽，泥沙堆積，河口濕地上長著紅樹林，落葉腐爛成為有機質，密密麻麻的根系抓著土地。每年從四月到七月間，數不盡的魚、蝦、蟹遠從大洋由來，在濡濕淺灘地上產卵，幼魚在河口濕地半鹹淡水中生活，以此為庇護所，進而提供生態系中的極重要之水鳥棲息所在。

沿海泥灘地是貝類及螃蟹等底棲性動物喜愛居住的環境，細砂構成的環境保水力較強，易於掘洞，野生貝類如文蛤、牡蠣數量甚多，七股瀉湖區的卵葉鹽草提供近海魚蝦棲息絕佳環境，當地人稱為「蝦草」，有各種不同的蝦類，特別因為七股瀉湖南北各有一個開口，與外海水流得以交流，讓外界之營養鹽與魚類生物有機會補充進入瀉湖，每年夏季受到水溫與降雨量大的影響，魚類多樣性最為豐富。

這許許多多的微環境，孕育了豐沛的食源，瀉湖、沙洲、河口、鹽灘、魚塭、

水圳，溝渠縱橫深入聚落，隨處可見捕都捕不完的魚蝦，儘管鹽分地帶常予人貧脊困乏之印象，在耆老的記憶裡，卻也是一片充滿生命力的大地，生態資源富饒，濕地宛若糧倉，孕育出源源不絕的食材。

時令- 季節的韻律

傳統農漁生產跟隨著大自然的節氣走，從事捕撈、養殖的漁民必須去解讀生物迴游、生長與氣候、時令的關係，這些歷時悠久、形同慣性的地方知識，往往以俗語的方式來表現，在訪談過程中，在台江地區與節氣相關的漁業俗語便有：

「七蟳、八蠟、九毛蟹、十毛蜆」：農曆七月的青蟳、八月的市仔(花蟹)、九月的毛蟹、農曆十月的毛蜆，此時交配期到，牠們蟹膏濃郁，滋味特別肥美，沿海地帶盛產螃蟹。

「十月瘋毛蜆」：毛蜆是臺灣厚蟹，每到農曆的九到十月，是毛蜆的發情期，成群結隊爬出洞口覓偶，此時正是公毛蜆肥，母毛蜆抱卵時期，魚塭戶則會在冬季曬池底時，捕抓大量出現的毛蜆食之

「十月豆，肥甲無看（見）頭」：小雪，臺灣各地氣候漸漸變冷、變寒。在嘉義布袋到了農曆十月可以捕到豆仔魚，此時豆仔魚相當肥美，而台江人亦引用此句。惟在此區域十一、十二月豆仔魚才會更肥。

「四月二十四，泳仔出世，四月二十六，泳仔開目」：泳仔是海浪的意思，特別是指從事蚵仔(牡蠣)養殖業的漁民而言，根據年老漁民代代相傳的經驗，農曆四月二十四日時，海上開始起風，海浪開始加大，到了四月二十六日，就準備大變天了。如果養蚵人家沒有在二十六日前採收完蚵仔，就會被海浪給捲走，這個俚諺語是漁民海文氣象的智慧結晶。

這些諺語以口耳相傳，反映出順應天時的農漁作生產觀念，也呈現居民對於地域風土的掌握，生動而細緻的描繪了節氣變化與動物生息轉變。

永續利用地力的環境智慧：淺坪塭式虱目魚養殖法

虱目魚的傳統淺坪塭養殖，在訪談過程中，屢屢被指出是台江地方最具特色的一種生產方式。

虱目魚在明鄭時期已出現於文獻，日益普及，成為重要的養殖魚種，根據吳新華教授研究，淺坪塹式虱目魚養殖很有可能是台江的漁民因應地方環境與時令發展出來的，因為根據文獻記載，臺灣地區養虱目魚養得比印尼、菲律賓都慢很多，可是養殖虱目魚的技術卻遠遠超越，淺坪塹虱目魚養殖法，可說是台江地區發展出來的一種智慧，能確保土地的生產力一直永續下去。

每年秋後虱目魚收成後，漁民會去魚塹進行整地、曬坪、熬坪的工作，那時候就是讓土地休息，過程中水位降低，魚塹裡剩下的下雜魚，剛好可以作為鳥類的食源。之後以堆肥、或米糠加到魚塹池底，把它曬乾，讓它附著黏在池底的土地上，等到第二年，清明節前後，引進海水後，便會形成一層藻床，開始長藍綠藻，等到藍綠藻長成，就開始投放魚苗，魚苗就吃藍綠藻，待藻床被魚利用的差不多了，又開始放米糠，吸引魚去吃米糠，不去吃藍綠藻，藻床就開始又恢復元氣，由於不需額外添購飼料，養殖成本低廉，傳統養殖的虱目魚以吃藍綠藻為主，魚肉品質就很好，營養價值就很高，年復一年都讓土地修養好幾個月，直到春天，清明前後，才又開始新的一年的養殖，因之土地可以永續利用。

事實上，水池的消長，是一個演化系統，與土壤、鹽份、氣壓氣候、藻類、微生物的連動息息相關，傳統養殖方式，能夠百年而保持水池環境健康，乃是因為在古早養殖的工序、用料、養水、捕捉技術裡，蘊含各項環境生物交互作用間的平衡，所謂傳統生態智慧(traditional ecological wisdom)。

現在的養殖，一口魚塹，往往在三五年養某一樣東西以後，就不能養了，因為譬如說用藥、投放了某一些特定的飼料、合成飼料，這些飼料的某一些成分，讓土地酸化，所以土地就沒有辦法持續利用，今日論及適合台江風土，與鳥類共生、又能永續發展的生產模式，傳統的淺坪塹的虱目魚養殖方式，不失為一解答可能。

二、文化情感-沿海拓墾生活中醞釀的滋味:

「吃的很簡單」、「有什麼吃什麼」，是多數台江耆老回憶過去飲食的第一反應，在他們生命中，食物是維持生存之基本，而鮮少想到其他，在近兩百年來內海浮覆後的台江地域，儘管有豐沛的水產資源，但地處邊陲、水旱災頻傳，土壤鹽化，居民生活刻苦而簡約。

長期投入台江拓墾歷史研究的吳茂成便表示：移民為什麼會來到海埔新生地來拓墾，「是別人都不要，才會給我們的」的不得已處境，當時移民來到的，是非常嚴苛的環境，飲食文化與掌握政經文化資源的臺南府城截然不同，是不能被抹平

的。「人家說臺南人多懂得吃，可是台江地區，老一輩的只記得自己吃番薯籤。」吳茂成認為，拓墾社會的特性，便是務實，對於飲食並沒有太多浪漫想像，主要是維持生活所需。「所謂臺南人常吃虱目魚，可是在台江人的經驗裡，虱目魚賣都賣不夠，怎麼會吃？我們吃的是死魚。只有養的魚死掉了才能吃。」作為食材產地的台江，往往因為養殖、種植的食物是要去賣錢，造成「養魚的人吃不到自己養的魚」的狀況，中間存在著城鄉的差距和不平等。

什麼是台江之味？也許苦鹹是基底，如同《台江飲食文化源流》研究中，耆老邱○坤所說：「以前吃倉庫籤仔，有蟲和灰燼在下面，如果把番薯粉、土砂仔摻在一起搓成一粒，煮起來後，把沙子刮掉，但不敢咬到底，就稍微咬一下，吞下去。」食物中混合著沙粒的粗糙，反映出生活的本質。可是味道的記憶從來不是單一，而是揉合著酸甜苦辣，在貧脊的生活中，從耆老的記憶裡，還是醞釀著悠美甘甜的滋味。

人情最美味- 相放伴的傳統

相放伴，這三個字，用台語念起來，中年以上的台江人，聽到時都露會出熟悉的表情，臉上出現會心的微笑，像是憶起了一段古早社會的生活方式和情境。

相較於一般認知中，台江內海浮覆後是由府城地區大戶招佃農屯墾，拓墾台江的二次移民，其實許多都是同為漁農子弟，因為家貧，迫於生存壓力，帶著一身勇氣與技術，幾戶人家相伴合作所拓墾文化，地名中常見的「寮」，常常都是幾戶人家組成的聚落，規模再逐漸擴大形成村莊。

由於人手不夠，幾戶人家之間不取報酬，彼此在農忙、魚忙時互相幫忙播種、割稻、網魚，左鄰右舍會共同合作，從事刨番薯籤、打大麥、豆類等食材處理工作。

「以前社會有一個好習慣，農忙的時候，都會「放伴」，幾戶大家左右鄰居，今天割你的田，這些親戚朋友都割你的，明天割他的，後天再割燻燻的，你幫我做一做不用錢，我也幫你做一做不用錢，互相放伴這樣，現在都是雇工。」

我印象最深的是，通常那時候在割稻放伴，有一種菜是用芒果青煮飛魚，蘭嶼的飛魚，人家從蘭嶼帶來的，現在都沒有看到了，那時候很多，蛋吃的波波叫，很腥，煮芒果青，飛魚煮這個，剛好去腥，以前煮虱目魚，用刺瓜煮虱目魚，也有南

洋鯽子煮西瓜綿，放伴在插秧割稻，主人家都用最好的，我們小孩子就到園裡，去那裡，也工作、也玩耍、也去吃點心。」

(土城 蔡○蘭)

這樣的民情，也產生了特殊的飲食文化。「農忙的時候，今日幫你，明日幫我，忙完之後，主人會煮得很豐盛，給大家來吃」鹿耳門漁夫蔡奇蘭回憶起過去，仍是一副悠然神往的樣子，也許是鄰居、親戚之間的情誼，讓食物更添美味。

迎神賽會- 社群共同的記憶

水患頻傳的台江地區，民間格外倚靠信仰力量祈求平安，廟宇也往往成為地方結庄結社的社會中心，對於生活刻苦的居民，往往要動用到買菜錢才能給予廟宇捐獻，卻仍不吝支持地方信仰活動。

每年神明生、謁祖、繞境慶典活動，動員人力與物力，可說是一村經濟與文化力的展現，庄與庄之間，彼此有著交培合作又競爭的關係，可說是台江最主要的區域社會文化交流活動，村莊與村莊之間輪流派人合力扛轎，定期繞境交流，成為地方感凝聚的基礎。庄頭互請，強化了庄頭的關係，以繞境幅員串起的庄頭，往往具有重要的結盟、支援等意涵。因此，各村莊事先都會事先安排，以大陣仗款待陣頭。

在繞境中各個庄頭提供的點心，成為社群共同的飲食回憶，傳統的迎神賽會時，一直到民國六十年間，仍有一家一戶出點心擔的習俗，因為要吃完才有面子，家家戶戶都端出最好料的，即使是沒有錢的人，也會端出番薯粉黑糖水一類的飲料，看熱鬧的人、閒雜人等，都會跟著靠近去吃，而擔主也不與計較，熱情招呼，也許是因為平常日子都吃得不好，在小孩子的記憶裡，在人潮中看熱鬧、吃點心，迎神賽會的飲食情境成了記憶中鮮明的畫面。

家家戶戶挑點心擔子出來的習俗，隨著經濟情況的提升，在幾十年前，已經改為是辦桌，由村民請人來煮，之後又改為廟統籌辦理，今日廟宇準備繞境活動，「點心組」，乃是一個專責單位，要負責讓所有的香客、看熱鬧的人吃一頓「飽香」，以土城聖母廟為例，每一次刈香都要為十一個角頭準備超過十二、十三萬份，飲食內容也以地方特色點心為主，包括：煮虱目魚、虱目魚鹹粥、蝦仁、蚵仔、肉絲，鹹菜鴨、豬肚、花生豬腳、油飯等，可說是台江地區共同的社群飲食盛宴，可是一談到過去「一家一菜」的傳統習俗，卻更有鄉土人情味，讓老一輩台江人非常難忘。

女性的私房菜

女性往往是台江家常飲食的烹調者，除了負擔農漁工作，面對有限的食材，常必須自行栽種家庭所吃的蔬菜、蔥蒜等香料。而飲食烹調的技藝如何流傳？在受訪者記憶中，婦女之間常常帶自己種的東西來交換，互相說怎麼煮比較好吃，小孩子常跟在廚房前後，聽到就學起來。

小滿食堂的主廚王○慧，在佳里成長，回溯自己的飲食啓蒙，對於古早味飲食記憶與情感，便來自於兒時跟著媽媽在廚房出入的回憶，以及當時村鎮的生活情境。

「國小階段會幫忙煮飯弄東西的時間，留下的東西最多在我記憶中，我媽做衣，我爸在糖廠上班，周邊都務農，但我們家不務農，親戚朋友有務農的會交流，同學家做大鍋飯大鍋菜，我也會去爬到大鍋子旁看，他們一家回來就二三十人吃。田裡有什麼吃什麼，那時後沒有人教餐飲，亦無文字，收音機也沒有，報紙也沒有，都靠口耳相傳交流，阿姨姑姑鄰居交流教導，例如彼此說都煮什麼菜和稀飯，怎麼煮之類。」

到民國五十年代間開始有電鍋，主婦也開始以新的炊具，創造新的菜餚，以虱目魚為例，王○慧的母親便會做一道金針鹹菜薑絲虱目魚，那是「以整隻的虱目魚，那時候有電鍋的年代，把虱目魚肚子剖開，再往背鰭剖開，呈現整隻的狀態。肚子裡面清乾淨以後，放進金針鹹菜薑絲，塞爆了，在電鍋燉起來，拜拜時整隻出來很漂亮。那時候買魚要整隻提回來，也沒去鱗片，要自己去鱗片。媽媽要拜拜或客人有比較體面的時候就做這道菜，我媽媽從哪裡學來我不知道。」

最值得懷念的味道往往是情感的滋味，除了飲食內容本身以外，期待搜集更多台江人飲食故事，從情感面加以理解菜餚傳遞的心意與內涵。

孩子的經驗

在馬克吐溫的頑童流浪記裡，哈克芬有一個密西西比河沿澤的化外天地，在那裡，他可以自由自在的在樹屋裡睡覺、烤魚來吃、乘著竹筏隨波而流，在許多的台江耆老的回憶裡，也有這樣一個冒險天堂，在他們孩童時未被開發的台江，宛若一個野地世界，食物在環境中唾手可得，從小就參與在食物的採集與取得中，也因之與自然有相當貼近的互動。

從小在海尾寮長大的吳○周便回憶，放學後用竹筒放在如嘉南大圳的取水口那邊，把竹筒兩邊蓋起來，裡頭就有螃蟹鰻魚，那時候生態太好了，水也不髒可以潛水，抓了魚就拿回家煮。

那時候合院附近有防空洞，以往曾文溪還沒做好，嘉南大郡常常潰堤，水跑到海尾來，就在合院中間抓魚，潰堤使池塘養的魚都跑出來。魚也會跑到防空洞。雖然颱風天大人煩惱，淹水小孩子是最高興的，在防空洞裡自己養魚，現在想起來仍趣味無窮。

說是調皮也好，叛逆也罷，孩子們有廣大的空間可以奔跑，自己要吃就去甘蔗田吃，把頭砍起來，插在土裡面，但不要弄太短，一半插在土裡面，讓偷吃看不出來，久了以後園主才會發現甘蔗被偷吃枯死掉了。土城的郭○昌回憶，小學時有一次到曾文溪下游遠足，「因為我曾經去過，海邊我帶隊去抓魚，回來的時候，大家全身都髒兮兮的，被老師處罰，打了一頓，我流淚但不哭叫。我就是過這樣的生活，今天你帶我來，我就是這樣過生活。」

報告書末的訪談紀錄，也特別收錄出身四草的吳○華教授，童年時期採集文蛤、與大海漩渦玩的故事。

三、挑戰、轉化與機會:

《台江國家公園及周緣地區人文歷史調查及保存之先期規劃成果報告》(2010)中指出：「因為工商業發展，各地區工業區興起。民國 60 年安平工業區、新市區的規劃與設置，使得運河以南台江地區，成為新興的工業區與都市住宅區，僅僅殘留南端一小部分地區尚留有台江的餘緒，至於運河以北的臺南市境內，原本為魚塢、小型航道密布的潟湖區域，也因為都市計畫開發，設立臺南科技工業區域以及城西里垃圾掩埋場與垃圾焚化爐，而出現大型的建築物，相當程度改變原本以魚塢、潟湖殘留為主的狀態。至於曾文溪以北的七股地區，則因為反對設置大煉鋼廠成功，因而保留了台江內海最後殘留的七股潟湖，而得以作為曾文溪口野生鳥類保護區、黑面琵鷺棲息地，和曾文溪南側的景觀不同」¹。

地景、地貌的改變，引發生產環境的改變，也造成環境的污染，在訪談的過程中，許多受訪者都表示，原本環境中豐沛的魚蝦生態資源，「現在都沒有那種東西了」，數位養殖者提到水污染、土壤汙染、空氣污染造成魚蝦病變增多，有經驗的

¹ 翁佳音、劉益昌(2010)：《台江國家公園及周緣地區人文歷史調查及保存之先期規劃成果報告》。台江國家公園管理處。

老漁民不敢再養魚，特別是對於生態標準要求很高，需要脫殼的甲殼類— 蝦子，自從民國七十年代爆發蝦病以來，一直無法成功在此區養殖，台江區域在尋找有經濟價值、又符合環境風土的生產業，至今仍面臨挑戰。

「以前很多人在養草蝦，但現在都沒了，因為水源不好。環境保護很重要，水源都被汙染了，以前收成，一甲地收一萬八斤，要六台車才載的走。以前是草蝦王國，現在變亡國，以前一斤可以賣到 100 多元，我們生態資源是很富裕的。政府單位應該要派人來調查，汙染的原因太多，我們也不是專家，成大、臺大的，應該要來調查一下。養殖環境改善相關的也都沒有補助，鹽水溪那邊，破壞生態很嚴重，那邊很多工廠，上游有工業區，一切汙染都農民在承擔，影響地方發展，居民都被欺負。」（土城 蔡先生）

台江飲食如果只是從下游市場端去行銷、包裝，而沒有看到整體生產環境的惡化，卻也忽略了上游生產端所面對的真正問題。自然環境實為台江能產生特色風土食材的基礎，值得被保存與修復。受訪者提到生態面改善的方向有：

- 管制捕撈：網目太小、捕撈無時，竭澤而漁使魚源越來越少。
- 蚵坪管制：蚵架影響到沿岸水路，廢棄物影響沙灘環境。
- 海岸汙染、工業、農業用藥造成河川汙染影響養殖水質。
- 高密度養殖思維下，飼料、用藥而造成地力無法持續問題。
- 水利規劃：以整體環境規劃調節曾文溪供水，淡水挹注魚塢與農地改善沿海鹽分地帶生產環境。

台江傳統飲食文化的確面臨挑戰，但已有許多台江民間組織、企業展開行動，包括有：愛鄉護水行動（台江分校）、推動社區生態旅遊（如媽祖宮社區），發展新的產業模式（如北門社大漁寮部落、黑琵牌友善環境養殖虱目魚）、建立有生產履歷的食材品牌（如台江漁人），結合溯源餐廳（如東香臺菜海產餐廳），進行飲食文化的轉化與創新。

第三章 執行成果

第一節 耆老口述歷史專書出版計畫

根據本計畫文獻回顧、口述訪談、田野調查結果，於期中報告提出書籍之主題與方向，依審查意見修正。完成八萬字以上之書稿，經過人文科學者進行審閱，送美編完稿至管理處校稿三次，配合審查意見進行修正，於十二月底前完成印製。

一、書名：

「尋訪台江古早味- 歷史、風土與人情的飲食故事」

國際標準書號 ISBN：978-986-05-1296-0

政府出版品統一編號 GPN：1010502873

二、規格與編輯程序

- (一) 文字稿：內文文字約 8 萬字。
- (二) 影像：專業圖片，得以呈現台江傳統飲食文化之風貌與技藝。
- (三) 企畫／編輯：包含正文、圖說、圖片、表格，由專業出版社協助專書企畫、編輯，及美編設計。
- (四) 校稿與定稿：美編完稿後，以全書列印輸出樣稿送交管理處校稿，配合審查意見進行修正後進行印製作業。樣稿彩色輸出 7 份，共提出 3 次校稿文件，前 2 次製作 2 份文稿，第 3 次製作 3 份正式打樣前樣稿。
- (五) 專書設計與完稿確認：封面與封底、書脊、扉頁、書名頁及版權頁等內頁版面等整體專書設計與完稿，經管理處確認後印製。
- (六) 印製：總頁數約 220 頁，全書彩色印刷。封面 250P 以上(含 250P)特銅紙(亮 P)，單面彩色印刷，上霧光及局部；內頁 120P 以上(含 120P)雪銅紙，雙面全彩印刷。蝴蝶頁採 150P 模糙紙。105 年 12 月 31 日前完成 500 冊專書印製，裝箱送達至管理處，交付原始電子檔案。

三、內容概述

四百多年前在臺灣島嶼的西南，今臺南市以西北一帶的海岸沙汕，有個上寬下銳的三角形內海，這些沙汕所包圍的內海，形成一個「大灣」，狀似鯨背、龜殼，成為航海者靠岸、避風的港灣。包括今日七股、安南區、安平等的範圍，北自將軍溪、南到二仁溪，這片廣大的水域面積，清雍正年間被稱之為「台江」。

長久以來，這片內陸與外洋之間的潟湖內海，在臺灣人文歷史發展過程中的重要地位，是平埔族西拉雅人的聚居地，十七世紀荷蘭人東亞貿易的轉運站、明鄭以來漢人來臺最早的墾殖地，多元文化交匯下，發展出曬鹽、養殖、稻米、甘蔗種植等產業，留下豐富的飲食文化遺產。

處於動盪變遷的自然環境中，十九世紀台江內海在曾文溪、鹽水溪攜帶大量泥沙不斷灌注下，逐漸淤積形成新生陸地。新生的海埔新生地，吸引了鄰近麻豆、佳里、善化、安定、學甲、西港的居民進駐開墾，移民甚至遠從北門、將軍、布袋來。移民圍築海堤，搭寮立屋，在水波與大地上討生活，改造鹽田、魚塢、田野成為漁鹽之鄉，透過勞動與土地同工，謀求生計與發展產業，其中蘊含著許多環境智慧。

儘管隨著時代與環境變遷，台江海埔居民逐漸脫離傳統的飲食型態，地區內仍蘊藏著深厚的自然資源及人文資產。透過在地人口述，聆聽沿海拓墾生活的鄉土記憶與情感，期許透過食物為媒介，讓人與地域產生連結，進而對地方環境產生關注，認識台江傳統飲食文化之風貌，轉化與創新，激盪出台江滋味的新鮮意。

四、版型

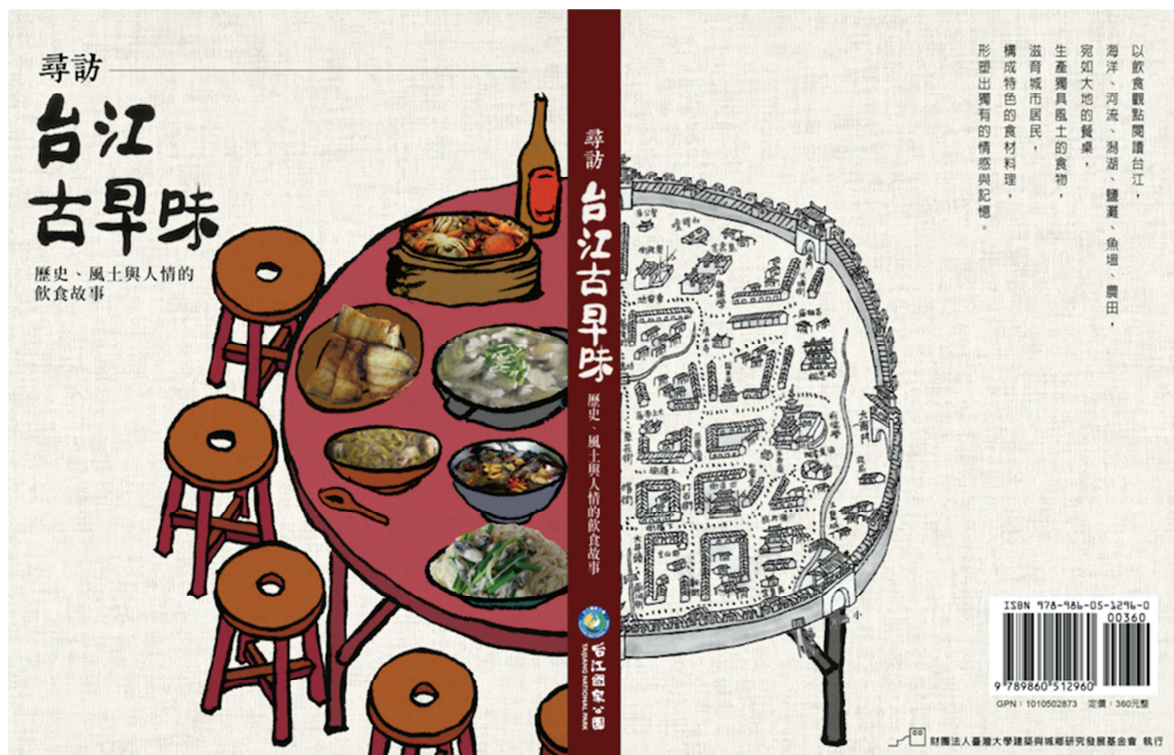


圖 3-1 專書封面

目錄		002	序
006		006	前言
PART 1		008	歷史脈絡
012		012	捕魚、運鹽、種禾——內海平原上的西拉雅人
019		019	消失的水香
020		020	十六、十七世紀的飲食交流
026		026	發現三果的滋味
028		028	鹽水漬——漢移民的遷徙
036		036	文史脈絡中的高碳風土食材
PART 2		042	在海天之交討生活——環境與產業變遷
044		044	台江內海浮覆
050		050	近海、沿岸淺水捕撈
060		060	鹽田的開闢與興建鹽村
070		070	鹽漬：改造大地農業邊境
082		082	台江菜水產
086		086	從早田到水利開發
094		094	台江特色農作物
PART 3		096	平淡精緻見滋味——沿海拓墾生活醞釀的風土之味
099		099	台江鹽土食的構成
102		102	主食：番薯類
105		105	小型水產為副食
107		107	採集類貝類增美味
108		108	青菜類少、豆類、鹹瓜為配菜
110		110	大麥、小麥入粥食
113		113	共同的飲食記憶
117		117	濕地糧食——淡流海邊是冰箱
119		119	時令：季節的韻律
121		121	以太海、風與鹽的自然力保存食物
122		122	合興、廟埕處理食材
126		126	烹調：大灶、大鼎
128		128	水與燃料大不易
130		130	濕邊、田間享用點心
132		132	一年的歲時節慶
133		133	風災、水災與饑荒
133		133	小吃店
133		133	總鋪師與辦桌
PART 4		232	在地人口中的飲食故事
139		139	陳清標七股：我是跟大自然無字的書
146		146	蔡奇蘭土城：二十四節氣各有各的滋味
154		154	林美辰北港：媽媽的私房菜
161		161	吳新華四草：頑童的海角樂園
170		170	陳吳錦七股：鹽工生活
178		178	吳翰周安南區：期待鹽苗重新回到嘉南大圳
PART 5		236	難忘的食材與料理
188		188	虱目魚
194		194	鹽漬物（ké）
199		199	蚵仔
204		204	南洋鹽仔
208		208	豆類：那風豆、米豆、桌帝豆
211		211	西瓜綿
215		215	野菜
220		220	醃菜：高麗菜、越瓜
224		224	飲料：番薯粉黑糖水、青草茶
228		228	食補：土鹼酒與花旗
232		232	結語
232		232	傳承這滋味 轉化與挑戰
236		236	註釋
242		242	食材產季節表
244		244	飲食文化之類

圖 3-2 專書目錄

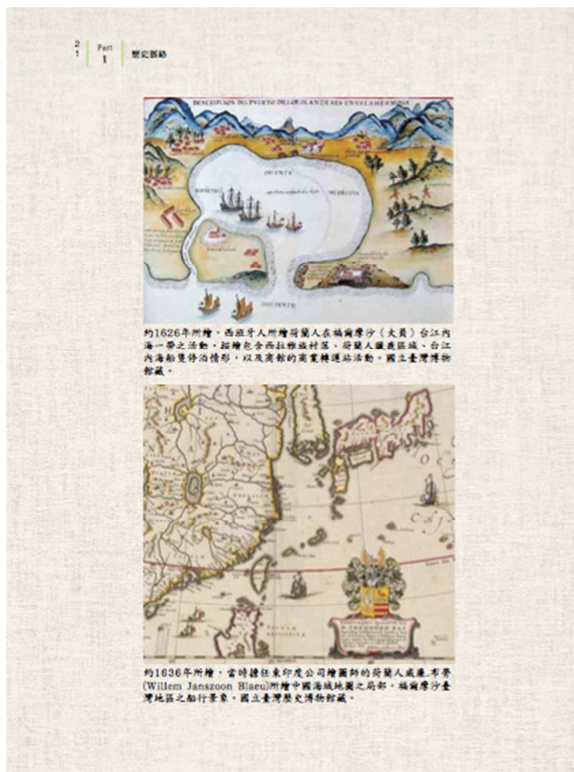


圖 3-3 專書內頁（第一章-引用古地圖部分）

十六、十七世紀的飲食交流

十六世紀的航海貿易帶動了歷史上最大食料交流，隨著航路的開拓，各大陸之間與開史無前例最大規模的栽培作物移植，台江所在的地理位置，有從菲律賓、臺灣到日本兩往北流的黑潮支流通過，自古便是各島嶼間往來的通道，中國、日本船隻往來頻繁，也是葡萄牙人、西班牙人、荷蘭人往返東南亞、中國、日本之間轉口貿易的平穩路。

當時在活絡的台江海域，中國撈捕烏魚的漁民會以此作休息站，而活躍於東南亞的福建商會也會前來，以鹽、布、磁器和銅器與原住民交換魚類和鹿皮肉。顯識以前的日本

這幅由 Frederick De Wit 所繪的東印度地圖，呈現了東印度公司的貿易區域，繪製時間約於 1662 年。國立臺灣歷史博物館藏。



圖 3-4 專書內頁（章節頁）

Part 3 早農期的民間風味——以海濱鄉生活環境與風土之變

加紅糖，我們小時候就像這樣，只是調味料是糖和糖而已。而且不管每個人搶多少，大家都分到一碗豆子一樣多，很珍惜，那是一種難得的點心。現在沒人曬穀物了，好懷念。」

烹調：大灶、大鍋

廚房稱為灶腳，「灶」是廚房的主體。古早時期的台江房舍以竹子搭建，外敷泥土為牆，屋頂上再鋪茅草，家境好一點的人家，才用紅磚、屋瓦為建材蓋完整的三合院，廚房多設於邊間角落，以求兩面開窗，生火炊煮時空氣較為流通，傳統的爐灶提供大家族的飲食，分家時，廚房歸大房，其他各房再

傳統的灶是利用磚瓦堆砌而成，有分一口灶、兩口灶，爐灶是利用木材生火，灶門以生鐵鑄造，以隔絕空氣。過去人使用灶的方式順序，開始生火後，第一鍋先煮飯，利用餘熱將煮好，火力大後就用夾炒菜和其他食物，等到火力弱就用鍋蒸燉，等到火更小以後，鍋子放水供洗滌，也有小烘爐作小份量的煮食。

古早時期以大家庭居多，叔伯幾口人家，抽煙輪流煮飯，一次煮十天、一個月，夜輪到的人就到田裡工作，要生火時，則結婚的婦女，總是手忙腳亂，尤其是七八月雨季時，若燃料淋濕，更加困難，控制柴火是相當不容易，而廚房往往又小又悶熱，以煙霧瀰漫，汗水蒸騰來形容煮一餐飯的過程，應不為過。而年紀稍大的孩子，一般也成為廚房幫手，幫忙顧柴火，窩在灶腳看大人忙進忙出，也挖鍋巴



早期沒有機械，以人力用稻槎攪脫落，稻子脫落後過於進行日光乾燥，農家將稻穀堆成一壘一壘，每隔一段時間以耙子翻轉稻穀，使陽光可以均勻曬乾稻穀的每一個位置，等到稻子的含水量降低，較硬適中，便可送去碾米廠。瓜類出產時，家族婦女與左鄰右舍，往往十幾個人坐在埕上削瓜、曬瓜、切洗洗、挖野去囊。游魚這時從遠處游起來大量的，小吳郭魚，一般會先在魚塢先煮過避免腐敗，再移到合院，加入番薯葉、鹽巴再煮一次，成為給豬吃的飼料。這個過程一般也在埕裡處理，不會拿到屋內的廚房。

食材處理、加工的空間多半就在合院、廟埕，村莊的生活場域裡，也因之充滿了食材的味道與記憶。在佳里與長大的王惠慧，回憶小時候的場景：

「小時候廟埕提供我們村裡去曬穀物，那時候潮水不不多，廟埕是鋪磚地的，每個大戶人家會去登記，農人來幫忙的就可以拿小地瓜回去吃。最有印象的是黃豆，黃豆也是拿去曬，用竹竿曬，繞一圈打下來，把豆殼打開，豆子掉下來，被曬開，粒就掉下來，農人再把豆子裝袋。黃昏曬完了我們下課了，我們就拿個雙去搶子在碾開的小豆子，拿去同學家，同學的媽媽幫我們炒到香，每個孩子就在廚房等，一人一碗當點心。這樣類似現在市面賣的整果穀物，一顆顆黃豆



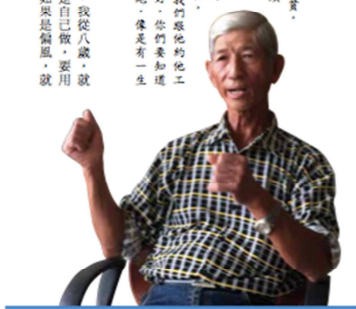
台江合院裡常見的農具，右為儲蓄薯蕷之機器。

圖 3-5 專書內頁（民間飲食相關器物圖片）

「所謂臺南人常吃虱目魚，可是在台江人的經驗裡，虱目魚其實都不夠，怎麼會吃？我常吃的是死魚，只有養殖、種的食物是去買，這是一隻魚的人吃不到自己養的魚」的狀況，中間存在著城鎮的差距和不平等。一人家說臺南人多懂得吃，可是台江地區，老一輩的只記得自己吃番薯羹。」吳茂成認為，拓墾社會的特性，便是務實、講究有用，對於飲食並沒有太多的浪漫想像，主要是維持生活所需。

從這樣社會脈絡中，我們可以進一步探究台江傳統飲食文化的各個面向，並掘出自身的特性與風貌，儘管簡單、平淡似乎構成了飲食的基調，但是從耆老的回憶中，卻仍然能夠感受到漁生求食所付出的汗水、努力與智慧，而由此形成酸甜苦辣的各種滋味，這並非美食報導中所形容的絕對美味，卻是屬於一個族群與年代的真實記憶，反映著個人與集體的生命故事。

陳清標 七股——我是讀大自然無字的書



老漁民陳清標一輩子都在海埔地討生活，因為貧窮，他自小就在台江地區裡摸魚、放網筍、養魚，所以必須非常了解每個區域的地形、時令與魚蝦的習性。

他平常穿著總是不光亮，雖然在魚塢，也不會穿著鮮艷衫，總是一件格子襯衫，身子因為勞動而顯得瘦長。膚色被曬得金黃，他現在還忙著釣幾口魚塢的毒蛙，我們他的工作作空檔間去拜訪他，他坐得端端正正的等我們，「好，你要知道什麼我跟你講」，一開口，他像等待了很久，源源不絕，像是有生活的故事要說。

「我以為我是整個水產界最可憐、最命苦的孩子，我從八歲，就在曾文溪現在麻里橋那裡討海。那個時候，連投網都是自己做，要用竹子，駕駛風帆，要看風勢，如果是順風，讓簡單，如果是逆風，就要擋，否則會翻過去，兩個人一觀，用手划出去。」

他描述，當時自製竹筏，從削去竹子，烘撈竹子作竹筏，要讓前端翹起以避風浪，隨著大人出去討海，因為家貧，念了一年級後沒有錢交註冊費，等到媽媽有錢了，學校卻已開學兩個月，他覺得不好意思

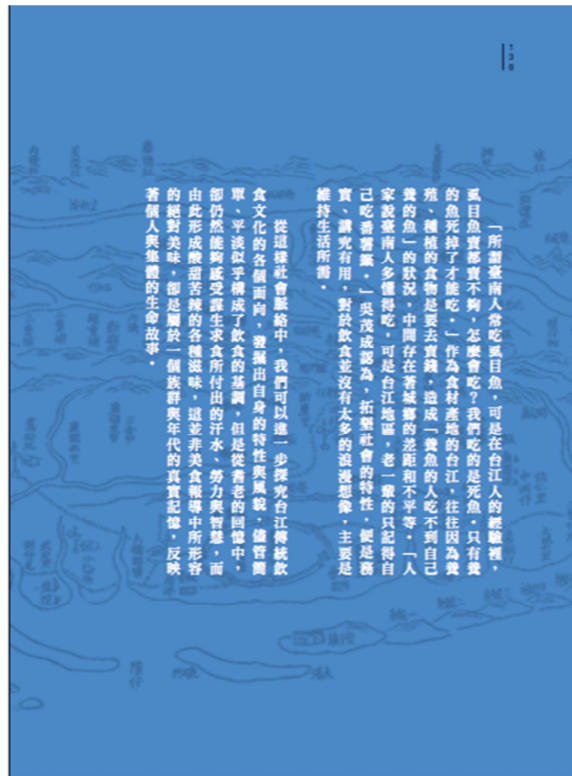


圖 3-6 專書內頁（在地人口中的飲食故事）

「我以前的都是在曾文溪，那時候水比較深，抓什麼都有，有一次四十個人去養虱，我們的老人看到海邊一塊水顏色不一樣，那塊水特別不一樣，就是魚柱，那水是變魚，在海中結成很密，而變成紅的，我們放了一個很大差不多三百公尺的網，看到紅水，就把它圍起來，那魚就被圍在裡面，起來以後，大家禁止說話，靜靜的，都不准喊聲，一個一個拉網，繩子這麼大條，一連二十人，慢慢地拉，到陸地魚柱都還在網裡，到那時候都沒有出聲，那柱魚是多兩三萬斤，可能三萬斤，拉到最後，魚突然發聲，發的意思就是開始翻騰，網子不能承受那麼重量，那一尾都二三十斤，一翻起來一尾一尾地像海豚一樣，都游走，只剩下幾十尾困在網子裡，如果沒有開始從底下翻騰起來的話，魚多的話，魚撞魚，彼此撞，慢慢的拉，魚裡面本身裡面有一個個，掙扎的話抵抗就會聲，就會死，那魚柱沒有養起來。」

從他敘述的神情，至今都還聽得出那養虱過魚柱時的興奮、悸動的情緒。

看著潮起潮落、地殼變遷，如此對環境的理解與感情，在陳清標以及地方漁民耆老身上不知有多少，等待被進一步的探究與記載，更加以傳承，這些與地方風土密切相關的知識與技術，累積數代，過去曾是先民賴以為生的重要工具，卻往往不見於教科書或學術研究，這乃是台江飲食文化上游根基，值得被理解與認知，活用於當代。

「水產的東西要養多久，是很難講，第一點是要你的環境好，水質控制好，虱目魚要養多久？日光越強虱目魚越容易大，越沒有日曬，虱目魚越不容易大，你的養殖原理如果好的話就快，有些人家水質壞也不換水的話，虱目魚就不會吃東西，水質壞的話，魚胃口也壞，水也有很多種水，平常時候，你看魚塢的水有一種是很清的一種是紅的，也有一種水有點發膠的，水本身會變化，你要特別注意，養魚如果水質在變，又碰到氣候壞、環境壞，天亮時魚要死的機會就大，入水的時候，有時候你會覺得今天入水，不要入太多，入水有時候會刺到魚，他就不會吃飼料，又碰到氣候變壞，也會死傷，入水最好是換百分之二、三十，這樣比較好的，看你的水到底是高還是低，你的深度，像我這邊地是四、五公尺深，裡面有幾萬斤魚、虱目魚、虱目魚，你入水本身，也要慎重，入太多也會刺到魚，入太少，你也要看魚本身的狀況，你自己本身要懂。」

養虱的記憶

現在七股地方，大型的養虱已經不容易見，陳清標以前也參與養虱，數十艘竹筏共同圍網，他回憶道：

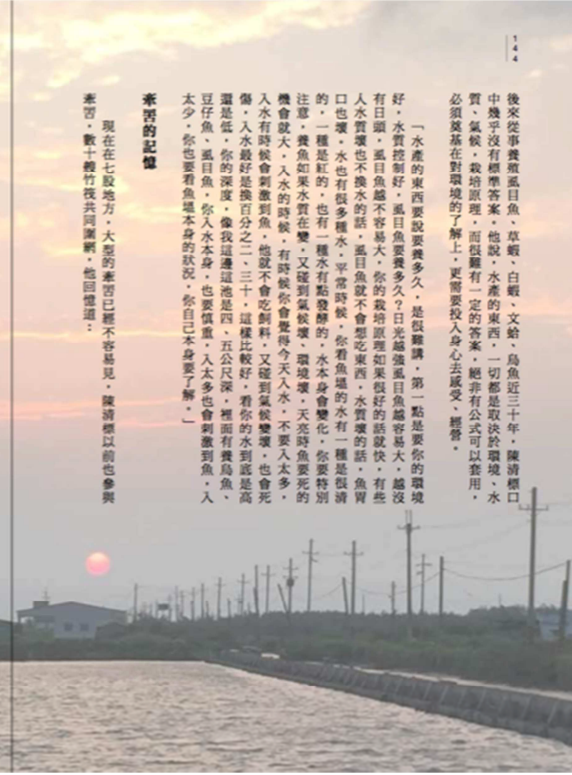


圖 3-7 專書內頁（在地人口述部分）



圖 3-8 專書內頁（難忘的食材與料理）



圖 3-9 專書內頁（虱目魚部分）

第二節 「台江傳統好味道」講座規劃

台江傳統好味道- 歷史、風土與人情的飲食故事

時間：8月12日（五）晚上 7:00- 9:00



圖 3-10 講座現場照片

地點：臺南政大書城 臺南市西門路二段 120 號 B1

主題：臺南以美食著稱，你可知道臺南沿海的台江地區，因為特殊地理環境與產業，產生與其他區域差異顯著的飲食傳統，構成特色的食材料理，形塑出獨有的情感與記憶，更影響著週邊區域的飲食文化。

活動安排：

1. 曾品滄（中央研究院臺灣史研究所副研究員/ 台江傳統飲食文化源流研究 協同主持人）以田野經驗，口述歷史調查，講述台江傳統飲食文化源流

2. 與談人：

小滿食堂 主廚王惠慧- 推行古早味家常菜色，傳遞菜餚的情感

東香臺菜海鮮料理 愛心總舖師蔡瑞成- 臺南第一家三星溯源餐廳

美臺團故事旅行社創辦人/大數溝通 簡國書- 以鄉土食旅貼近土地與生活

台江

台江風土餐桌系列

傳統好味道

歷史、風土與人情的飲食故事

2016 8/12

臺南以美食著稱，你可知道臺南沿海的台江地區，因為特殊地理環境與產業，產生與其他區域差異顯著的飲食傳統，構成特色的食材料理，形塑出獨有的情感與記憶，更影響著週邊區域的飲食文化。

時間：2016年8月12日（五）晚上 7:00- 9:20
地點：臺南政大書城 臺南市西門路二段120號B1

現場準備台江傳統飲料：黑糖水番薯粉粉圓
歡迎自備環保杯共襄盛舉！

活動議程

 台江傳統飲食文化源流	曾品滄 老師 中央研究院臺灣史研究所 副研究員/ 台江傳統飲食文化源流研究 協同主持人
 古早味家常菜-傳遞菜餚的情感	王惠慧 主廚 小漁食家
 台江辦桌菜餚的故事	蔡瑞成 總舖師 東香台菜海鮮料理
 從鄉土食旅貼近土地與生活	簡國書 老師 大數溝通有限公司負責人/ 美羅麗故事旅行社創始合夥人
 討論與交流	

主辦單位： 台江國家公園管理處、執行單位： 財團法人臺灣大學建築與城鄉研究發展基金會

圖 3-11 活動海報



圖 3-12 活動側拍

*現場備有台江傳統飲料：黑糖水番薯粉粉圓 供來賓飲用

場地說明：台江國家公園近期內與政大書城洽商出版品販賣，政大書城為臺南市中心可容納 50-100 人之藝文場地。

活動設計：讓過去的飲食內容跟當代產生對話，透過實作烹飪者跟研究界對話，擴大大眾對於此議題的興趣。

活動成果：參與人次 110 人

互動迴響：

- 事先將源流研究中的主要內容跟兩位廚師溝通，兩位廚師於受訪中表示，對台江飲食內容的源流歷史很感興趣，希望透過理解、回溯，把過去的一些特色找回來，新創入菜色，或延伸廣度，向在地老者學習，探索臺灣老味道。

- 聽眾問題 1：台江國家公園有沒有推出套裝行程？

保育課回應：期待後續有飲食文化路線的規劃。

- 聽眾問題 2：台江這個區塊，番薯一直是我們的主食，番薯粉做成的食品也非常多，外面買的粉很 Q，自己用番薯粉做粉條，就不會那麼 Q，為什麼會這樣？如果自己要做成 Q 的口感，怎麼做？以前的粉條又怎麼做，是能夠比現在更 Q 嗎？這是我想要去瞭解技藝有什麼不同。

王惠慧回應：外面買的粉會有一些化學的問題，有些加的東西我們已經不得而知了。地瓜的品種、取粉的技巧也有影響，一種是粉心、一種是平常食用的地瓜，澱粉的取得，因應你要去做什麼樣的成品，你要去調整，這是很粗淺的回應。

我們對吃的一些記憶，我們用真心來做，其實客人是可以被教育的，老人家會說，這是我小時候吃到的。中間可能有一些技巧，也許是不要太熟時，就要撒冷水，或是在粉條的粗細、熟度上做調整。這時候我們就要告訴客人，我們只能做到這樣子，我們必須在技術上、跟客人的教育上去下手。

簡國書回應：我做過肉丸，台灣由東到西、南到北都有肉丸，外面那層皮的製作，我也有遇到 Q 度的問題，如果要修飾它，最好就是加來路不明的太白粉，跟外面賣的最像。如果口感不一樣，那我試一個作法，轉變跟客人溝通，我覺得客人是可以被溝通的。商業類的飲食，我們沒有時間去溝通，所以我開了一個另類餐廳，小型的，才可以跟客人溝通，需要花一點時間。

- 簡國書發言：大家不喜歡吃台灣的东西，是因為你沒有那個動機，因為你不了

解，不知道那個地方的故事，所以有很多進口品，就會吃外來的。以前很多飲食文化的由來是因為物資缺乏，但現在物資不缺乏，所以如果沒有經過教育，只是用好吃、難吃去評價它，漸漸就會走針，對吃東西的珍惜和文化消失。

- 蔡瑞成發言：有關菜尾的記憶，我記得以前婚禮結束前，旁邊有人帶著碗的人，穿得破破爛爛，帶著孩子來，想要進去，又不敢進去，會唱一種調子，祝福主人家早生貴子，主人家高興，就把他的碗拿來，裝了一整碗，他就跟孩子帶回去。這是跟總舖師那部電影有點接軌的印象。

檢討：可設計活動問卷，詢問參加者聽後感想，以及後續期待的講座內容。

與談人：小滿食堂主廚 王惠慧

佳里人，以當地當季食材，找當地小農種的作物，以小時候吃過的菜色，研究古早的食譜，製作出「帶著記憶的味道」，有回到鄉下吃飯感覺的滋味，傳遞出飲食的情感與動人故事，曾參與「2015 臺南美食節」，以主廚料理教室+特色套餐之形式，與大億麗緻主廚交流創作出主廚套餐。

小滿食堂的料理特色在於隨著季節不同、配合當季不同的新鮮食材來做料理和變化，創造富有情感與記憶，但又符合現代人健康概念的料理。

與談人：安南區東香臺菜海鮮料理 總舖師 蔡瑞成

安南區人，別號愛心總舖師，第二代總舖師，餐廳為全臺南第一家三星「溯源餐廳」，採用有生產履歷之食材，並於康寧大學任教，傳承給學生食材。近年亦參加 2016 臺灣美食展，進行「主廚帶路」活動，帶領學員走訪魚塢，體驗灑網，再進行示範料理。下一代兒子亦投入餐飲業，回到安南區進行烘培、糕餅創業。

與談人：曾任美臺團故事旅行社創辦合夥人、大數溝通 簡國書

曾與四湖鄉沙崙文史關懷協會合辦的「青天養蚵 Fun 旅行」，透過社區導覽、享受當地風味餐與串蚵體驗，感受「社會企業」與「原味在地旅行」的加乘魅力，讓關心臺灣這塊土地的人們有串聯的機會，並建立互相認識的平臺。

曾承辦 2015 臺南美食節，讓大家能透過「吃」並且搭配說菜人風趣、精闢的解說方式由「食」帶入臺南的文化，提高美食層次，讓民眾能更深入了解臺南這座古都，知曉料理背後的故事。

第三節「台江風土食旅」工作坊設計規劃

Part 1「台江風土食旅」

時間：105 年 9 月 5 日 (星期一) 10:00-16:30

參加者：規劃團隊、管理處人員、5 位臺大食養農創老師、6 位學生
(晚上交流討論與晚餐邀請地方相關人士參加)

交通工具：20 人座中型巴士

背景：

臺灣嘉義與臺南間的濱海地帶，過往為倒風內海、台江內海所在地，洲瀉海岸地形，產生了獨特生產型態：鹽業、養殖、捕撈、種植，更衍生出特殊的飲食內容與烹飪傳統，鑲合在自然環境與人文風貌的紋理中。

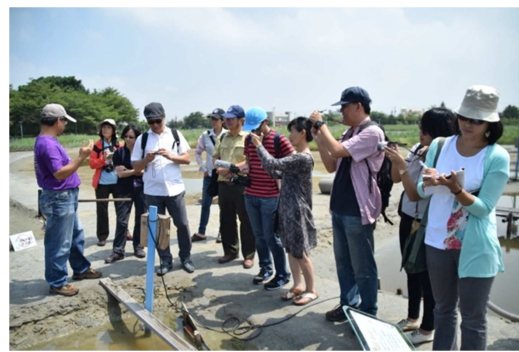


圖 3-13 食旅參訪照片 (六孔碼頭、洲南鹽場)

活動目的：

讓參加者以食物為主題，透過體驗的方式，經由感官：風景、嗅覺、觸覺等，瞭解食物背後的地方風土。

場域包含鹽業、瀉湖、魚塭生產系統，以地景、生態、產業、人文為切入-「食旅」旅遊路線之操作模擬，也作為規劃應用之過程。

藉由與外界參與者的對談，看見台江飲食生產地景的價值，展開台江飲食文化傳統傳承與創新的交流、討論。

表 3-1 風土食旅行程表

時間	地點	活動
----	----	----

10:00	嘉義高鐵站	集合上車
10:30-11:45	布袋洲南鹽場	鹽系統，認識鹽的生產，在飲食上的運用，以及如何運用在漁、農上- 鹽漬物(kê、豆醬)
12:15-13:30	北門	井仔腳瓦盤鹽田旁- 鹽鄉餐廳，舊式廚房擺設，用餐：蚵仔麵線、西瓜綿等
13:30-14:00	車程	車程講解工業化鹽場地景- 七股鹽場曾為面積最大之新式鹽田，來到潟湖邊的小漁村- 龍山村
14:00-15:30	七股潟湖	搭船經由龍山村的水道進入七股潟湖，藉此台江內海之殘存遺跡，認識台江內海之歷史，體驗潟湖系統之生產、生態與生活，潟湖水面可見蚵架、定置漁網等，品味鮮蚵
15:30- 16:20	車程	途經南寮紅樹林潮間帶地景 車程講解魚塭系統，虱目魚淺坪塭、美國塭、海埔新生地等

Part 2 「台江風土食旅」工作坊 交流與討論

台江 X 「臺大食養農創」

時間：105 年 9 月 5 日 (星期一) 16:00-18:00

地點：台江國家公園 六孔管理站

目的：

邀請臺大「食養城市 人文農創」團隊與在地人士交流對話。從食物探討背後地方風土，討論飲食文化如何轉為日常生活應用，支援在地產業或社區發展。除認識台江飲食文化源流，更希望理解現在所面對的問題，開展飲食文化活化與創新的討論。



圖 3-14 工作坊參與者發表

表 3-2 工作坊議程

時間	內容	
16:00- 16:10	歡迎	台江國家公園管理處 保育研究課
	參加者介紹	
16:10-16:40	食養農創團隊分享	張聖琳老師等

時間	內容	
16:00- 16:10	歡迎	台江國家公園管理處 保育研究課
	參加者介紹	
16:40-17:00	社區觀點	媽祖宮社區社區現況與生態旅遊發展規劃
17:00-18:00	共同交流對話	主持：臺大城鄉基金會執行長 蔡福昌
18:30-20:30	晚餐 敬邀參加	「外國安」魚塭旁風味餐廳

在地出席者：

媽祖宮社區發展協會與生態旅遊發展協會 總幹事林文材、幹部與社區主廚
 城西西瓜綿社區產業 首府大學觀光事業管理系 許秉翔、專案經理 鐘啟榮
 臺南文史工作者 鹿耳門漁夫 蔡奇蘭
 台江永續城鄉發展聯盟 吳翰周
 臺南市漁權會 總幹事 郭瑞昌
 七股鄉前鄉長、南科主秘退休 蘇德川
 台江漁人生技 生產履歷草本魚蝦 顏榮宏
 臺大海洋研究所博士 生態養殖 鄭俊明

交流團體：臺大食養農創

由臺大跨越文、社、理、工、農、管學院的師生組成，以「實作導向」的教學方法跨出圍牆到場域去體會及踐行。透過人文社會科學的角度，重探農業的價值，重省人與自然、人與食物、人與社會的緊密聯帶，進而具體追索農食過度商品化、糧食自主、糧食安全、基改風險、土地剝削、社區貧窮等連串的全球性問題，打造社會實踐或創新創業的基礎。

過去案例包括：在坪林協助茶農創立「藍鵲茶」的產銷實驗、成員投入宜蘭深溝村「小田田」稻米實種、「好食機」農產平臺等事業推動。著重於建立城鄉連結，架構起鄉村營造、產業發展、環境護育的三角議題：學生跟隨茶農走茶山、學製茶、記錄音景等，展開友善環境茶品的設計與行銷、茶農二代課輔等嘗試，在真實情境中回應研究問題，在行動中整合理論與現實的歧異。

預計臺大食養農創團隊參與工作坊，所做案例的分享，將可為台江地區飲食產業、環境、社區營造的方式提出激盪，將台江的地方飲食文化課題，與北部都會作進一步對照連結。

本次活動參與教師：

臺大建築與城鄉研究所教授兼所長 張聖琳

臺大大氣科學系專案助理教授 吳金鏞

臺大社會工作系助理教授 陳怡仔

臺大社會學系助理教授 簡好儒

臺大臺灣文學研究所副教授 蘇碩斌

會議記錄：

在地現況與議題

• 生態旅遊發展

1. 以環境規劃推動媽祖宮成為一個兩百公頃的生態園區，發展在地參與的生態旅遊模式以解決媽祖宮社區人口流失問題，促進產業轉型 (媽祖宮社區發展協會與生態旅遊發展協會總幹事—林文材)

人口流失是第一個在地嚴重的問題，現在我們社區登記戶口為 1500 人，常住有 750 人，危機就是平均一年 10 個年長過世，10 個結婚搬出去，人口負成長百分之 3，過幾年後人口將會全數流失。第二個危機為養殖魚塢的衰敗，我們村莊有 200 甲魚塢，100 甲養殖，100 甲是烏餐廳，也就是讓烏類覓食而不做養殖的廢棄魚塢，而我們村莊平均養殖年齡為 73 歲，但男生的平均壽命 78 歲，也就是過不久養

殖產業也將消失。因此我們透過推動生態旅遊，開發社區人力，讓年長者二度就業，並且帶給他們成就感，形成一種地方長照兼顧經濟生活，也幫助台江國家公園守護自然資源與傳統文化。

2. 作為中介 NGO 平臺正摸索經營機制成為有競爭力的社會企業，以協助地方 (臺南市社區觀光關懷協會理事長、專案經理—徐秉翔、鐘啟榮)

運用營建署在地的計畫，目前已經進行第 3 年的社區媽媽課程，前期做過生態導覽，但一直斷斷續續，所以提案讓多元就業進來，現在已經做了 8 個月，研發出西瓜綿的甜點，北部人接受度很高，前陣子有辦食農教育，帶民眾去西瓜田，農民也會自發性的導覽。

但其實我們也遭遇許多困難，我們是 NGO，第一個社區觀光團隊，之前有上課，也有做出示範性的指標，後來開始了接了勞動部多元就業方案，但也漸漸體認到這邊是政策的尾端，社區旅遊的部分最大的敵人居然是政府補助的農業再生計畫，他們的小旅行都很便宜，我們面臨到競爭的危機，另一部分就是覺得在地夥伴也需要開支，中間平臺沒有利潤無法永續，所以中間平臺現在想辦法拿多一點補助，開始做壯遊點。

• 養殖業面臨困境

1. 期盼政府上位政策推動生產履歷採購與食農教育，有效推動台江地區永續漁業的發展 (台江漁人生技—顏榮宏)

我們的草蝦都是有生產履歷的草蝦，蔡英文下令九月開始小學都要吃履歷的，但其實只是開始推廣宣導，還要等一年，履歷的推廣應該要包含怎麼採購，也要同時推廣食農教育，不只是營養午餐，還要進學校教小朋友如何吃魚。

2. 養殖業需有政策引導學生、青年投入，透過教育政策培訓，以公費農漁獎學金、國防役等機制，能讓人才落地，傳承與創新文化資產 (臺大海洋研究所博士 生態養殖—鄭俊明)

七股是虱目魚生態養殖(淺坪式的養殖法)的發源地，也是前輩的心血結晶，是先民智慧與技術淬煉有成的非文化資產，也是目前世界養殖技術專家們在追求的友

善生態養殖範本。而且位址也坐落於台江公園園區內，如能傳承發揚將有利於地方發展。

家父為養殖戶，傳承祖父輩，在養殖行業快五十年了，我的成長也與臺灣的養殖技術的發展同步成長，也看盡了臺灣養殖業的發展與凋零。七股的水產養殖一直以來都很先進，但隨著前輩的慢慢凋零，土地開始荒廢，生產的動能漸漸不見。

雖然是生態養殖技術發源地，但為何沒辦法與潮流進化發養光大呢？因為下一代不會接手，因為產值很低，無法提供足夠的經濟能量支持生活。沒有年輕人會回來，技術傳承出現斷層危機。幾前年去台水試，也發現在水產專科學校的學生只想拿文憑，學校、家長也以此來評價學生與學校。這是一個學用的落差的大環節問題。水產養殖的技術傳承，非兩三年就可成，師徒制的教育是可考慮的方案。

法國的鵝肝醬為什麼可以變成一個文化傳統，臺灣的不行？因為沒有文化，我們農漁民只是做生產工具，沒辦法生產利潤，我父親那時候就是一個活字典，外燴、辦桌，就是採用當地食材，如果要讓產業變成永續經營，怎麼把年輕人帶回來，我們從北到南有這麼多養殖產業，我們的水產產業，跟教育產業是脫鉤的，沒有足夠的動力，讓年輕人下來，產業支持他們，讓他們無後顧之憂。養殖若能夠變成群落，各變成分區，共有共享，面對資源枯竭、土地荒廢、沒錢、沒人才的問題，在學校提供農業、漁業獎學金，如公費就學，畢業後要落地到農漁業養殖區，讓農漁業得以提供臺灣糧食，也是國安問題。人才不見了，因為沒有資源、沒有舞台，透過國防役，學校建教合作，讓人有接觸才有興趣，每個環節需串起來，才能成事，透過人才佈局，把整個系統串起來。生產跟行銷的利潤怎麼分配，才能讓產業都能維繫。從教育部、經濟部、產業單位，這些配套該如何形成？當沒有在地生產的成品時，就沒有在地食材，都是外來的，也就沒有價值了。

3. 應從國土觀點做區域水資源、污染、海岸保護規劃，改善漁農環境，永續發展 (台江永續城鄉發展聯盟—吳翰周)

臺灣目前的不管工業農業，很像社會急救工程，今天台江國家公園會成立，真的是因為沒辦法了，這邊很複雜，人口流失嚴重，汙染嚴重，整個臺灣需要急切地關心國土安全、環境、生態，台江更要發展歷史文化，配合政府政策，藉觀光生態、美食文化共同發展。

對話交流

1. 創造外來者與地方的連結（臺大臺灣文學研究所副教授—蘇碩斌）

以前過年跟小朋友一起來看黑面琵鷺，作為觀光客是很無情的，但現在心情不一樣了，我們未來應以拜訪朋友的心情，在地的帶朋友來，朋友再帶朋友。

2. 以文化觀重新詮釋台江自然環境（臺大大氣科學系助理教授—吳金鏞）

之前研究過阿美族的野菜文化，阿美族對於都市綠帶有不同看法，把它當成食物的一部份，發現台江的水是否也是一樣的概念，是培育生命的水，水可以造鹽、養殖，水的意義在這裡就不同了。

3. 老人照護與在地社區生活的連結性（臺大社會工作系助理教授—陳怡仔）

之前在做社區評鑑時，發現每個地方生活差異太大，對於老人政策與方法不一定適用，所以要親自去看，配合他們。在臺北市萬華時發現，老人希望互相照顧，老人也希望照顧別人。未來臺江是否也能這樣推廣，結合在地產業與老人生活，讓大家有收入也開心，減少照護的負擔。

4. 社會企業的發展與創新（臺大建築與城鄉研究所教授兼所長—張聖琳）

臺大食養農創團隊讓大家實際進去社會場域，社會企業創新與實作，以解決社會議題為導向，找到新的商業模式，因為非營利組織阻礙大，我們嘗試看看社會企業的可能性。只做一級產品，產值很低，沒有科學技術的會被取代，會很辛苦。傳統社區營造的方式已經過去了，做旅遊跟農食很難競爭。所以以社區為場域，來解決經濟問題，是沒有辦法，要連結到產業面，跟市場結合，臺灣的市場太小了，我們現在的社會企業只在試驗階段，我們沒辦法找到足夠的消費者，現有的社會企業有兩個點，極高價或解決社會問題，不然就很清楚認清消費者有哪些。臺灣最優秀的人才要推到最艱困的土地，今天來到這裡，我們要創新詮釋文史，台江也需要創新模式，才會有新的產值，要有 IP，在網路經濟來要有一席之地，既有根又有未來

5. 台江的歷史脈絡及文化資產（台江國家公園管理處—黃光瀛）

鄭成功第一次來到臺南也是從鹿耳門一路小旅行到安平，命名動植物，認識平埔族人，1624 年進來改熱蘭遮城，西印度公司也在曼哈頓蓋了安平古堡，應該要好好利用這個元素，歷史文化結合產品，才能有夠有所加值。

6. 傳統產業的人力系統現況與未來(臺大海洋研究所博士 生態養殖—鄭俊明)

我們應該可以參考韓國的制度，公費生的思考，提供獎學金，讓學生分發到各個落後區域，他們知道民生生產也很重要，解決糧食不足的問題，從推動到落地，是很重要的，東南亞現在開始也很重視了。國防役應該也要進來生產端，總是要有接觸才有興趣的培養。之前有跟藍藻合作，他們生產過程有廢棄的東西，但其實很寶貴，應該要拿來利用。

所以我認為台江這邊人才利用要串起來，一個系統，農業要五到十年的發展前期，做行銷沒有生產不行，兩個都要配合，讓大家都活下來才是重要，中間有很多環節，養殖模式能不能複製也是個關鍵，應該要納入戰略考量，偏遠的農漁業，屯糧其實很重要。

7. 台江在地美食的活動應匯集在地創意（台江漁人生技—顏榮宏）

希望台江可以辦吃的相關體驗活動，像是總舖師的比賽，提供當地食材，或是尾牙季。

8. 台江生態旅遊推動的步驟和進程應進一步檢討(臺南市社區觀光關懷協會—徐秉翔)

我們應該透過旅行讓外人認識這塊土地，培養志工，讓他們有榮譽感和目標，期待國家公園對現實要有更認知，有些模式居民他們不接受，得到很多阻力，相對來講，墾丁的生態旅遊做很好，有步驟跟推動的行程，慢慢讓社區感受到好處，墾丁社頂的成功讓其他社區也想做，台江在這塊沒什麼成果的感覺，希望這個案子可以持續，把它變成政策。

未來關注之主題：

- 人文-地景- 產業：台江傳統農、漁、鹽產業具有豐富資產，如何透過社會/社區企業促進產業復育與創新？ 活化社區？
- 環境規劃：如何以環境規劃，協助台江魚塭、潟湖、農業生產環境改善？
- 從產地到餐桌：如何建構消費者對台江品牌之認知? 以政策或機制吸引年輕人力投入，作符合生態之友善養殖
- 文化：台江地區乃漁鹽原鄉，地處邊陲，在地風土文化豐富性往往被遺忘- 如何以文學、歷史、節慶或食旅活動成為媒介，建立人與此塊土地情感連結？

第四節「台江海洋野餐」的籌備與評估

地點：南灣碼頭

時間：105 年 10 月 22（六）16:00-20:00

贊助與協助在地團體舉辦「海洋野餐」，「台江漁人」顏榮宏發起，串連一位船長、一位總舖師、一位教授，帶來二十位研究生，利用自然環境與園區原有硬體設施，結合潟湖生態解說、海景、夕陽、餐飲、音樂= A New Life Style of Taijiang。

將辦桌菜轉換風格精緻化，奠基於台江地區產業特色，促成在地飲食文化體驗活動之創新與加值。



圖 3-15 海洋野餐活動畫面



圖 3-16 活動場地與海報

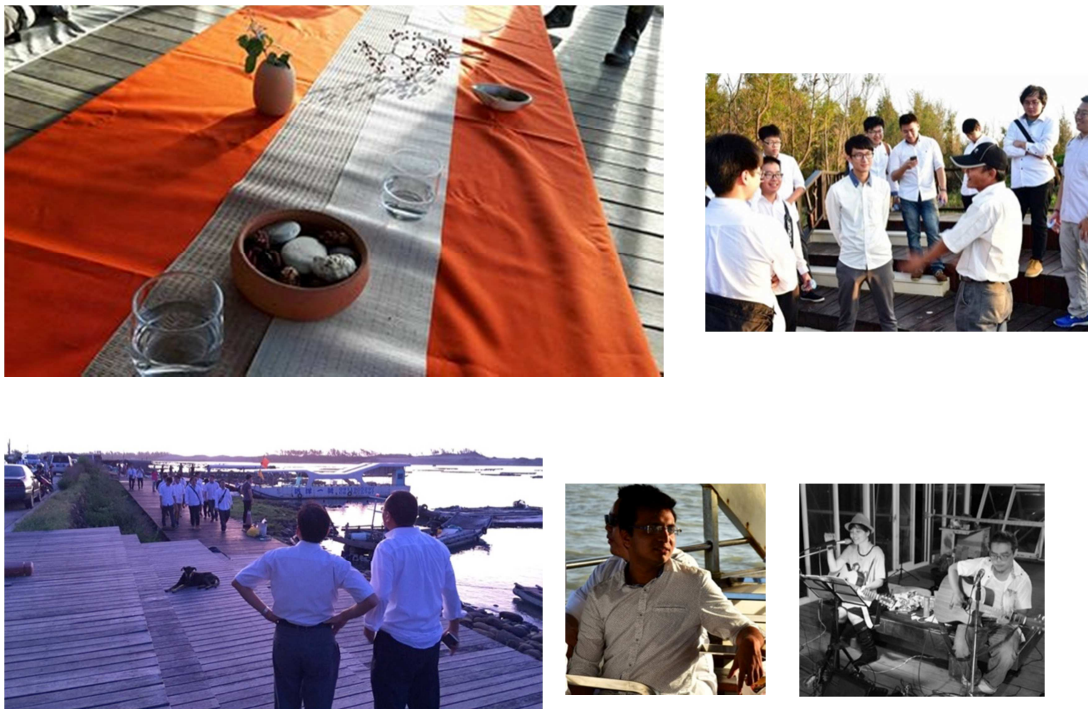


圖 3-17 活動照片

台江地區較缺乏高價位的文化旅遊，宜發展小而精緻的遊程，來取代高人次、較浮面的旅遊活動，兼具品質與知性，並與周邊地景、人文連結。「海洋野餐」引發許多關切與興趣，然而若要持續舉辦，由於南灣碼頭本身極具隱密性，生態環境敏感，至今難得在水邊即可看到透明成群小魚游過，經由本次活動操作中，評估並提出檢討如下：

表 3-3 「台江海洋野餐」活動評估表

優點	缺點
<ul style="list-style-type: none"> ▪ 環境天然美景齊備 ▪ 周邊碼頭、探更寮型船屋、廣場、洗手間等硬體設施備齊 ▪ 有多艘遊船經營者，並有特色船筏 - 如設計可裝太陽能之海洋號 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ 交通不便 ▪ 停車空間有限，腹地狹小 ▪ 地處偏遠，無法過夜，天黑後遊客無心久待，須注意回程安全 ▪ 垃圾、用火，管理不易
機會	威脅
<ul style="list-style-type: none"> ▪ 發展生態與海洋、瀉湖、沙洲相關之體驗、環境藝術活動 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ 環境生態極其敏感，為一純淨地點，恐遊客量多污染、破壞

因此建議以高價位、精緻化的小眾遊程，仍以私房景點之方式定位，凝聚原有在地業者之參與、共識，深化當地生態旅遊活動之內容。若要餐飲，則考慮以「無痕餐飲」之野餐形式進行，如以中央廚房送餐，以精緻餐籃送裝，提供當季鮮美食材，餐畢送回餐盤，在當地不留餐具垃圾、不進行炊煮。一般遊客平日參訪外，舉辦活動以申請許可之方式管理，以獎勵環境募款、企業與公益團體參與台江守護性質之聚餐為主，為南灣碼頭定調，並能永續經營。



圖 3-18 媒體報導〈養殖業自救，養殖達人端出「史上超強」台江海洋野餐〉，《自由時報》，2016 年 10 月 22 日。電子報連結：<http://news.ltn.com.tw/news/life/breakingnews/1863975>。

第五節 瀛海中學食農教育

時間：105 年 9-12 月六堂課 週五 10:00-12:00

對象：高一學生一班 46 人

課程目標：

與瀛海中學「台江學」學程老師合作，以「台江的飲食故事」為主題，認識台江食材的地景與文化，作為教育素材。

河流、海洋、潟湖、鹽灘、魚塭、農田..，你可知道隨處可見的風景，台江地區其實就是一個食材生產地，供給我們日常生活飲食，這片地景與文化已經生成四百多年。

飲食文化凝聚著在地的認同與記憶，透過課程，同學發掘台江地區的飲食特色，尋找家族連結，從生活化的角度，更深刻的參與在地方文化與環境故事中，也思考食農安全、永續飲食等問題。

表 3-4 課程表

	日期	內容	活動
1	9/10	我們在哪裡？ Pi 的奇幻漂流- 台江四百年	自我介紹賓果 有獎徵答
2	9/30	台江飲食的風土故事 難忘的食材與料理	膨風豆試吃
3	10/7	學校、社區公園野菜辨識、採集	學習 DIY 自製技能
4	11/25	安南果菜市場踏查	採訪攤販、認識在地食材
5	12/9	同學報告：果菜市場踏查	
6	12/23	番薯粉實際製作粉條	從番薯粉看到食安問題



圖 3-19 野菜辨識與烹飪活動

透過傳述台江的野菜故事，學生不僅對早期台江較為嚴苛、刻苦的生活環境有所認識，理解到先民應用周邊植物的生存技能，透過「吃」的角度，對再熟悉不過的學校、社區環境，產生新的連結，無形中更開始關注周邊的農地、草地是否有噴除草劑，學習安全採摘野菜，

蹲下來認識一株株青翠的野菜、聞它的味道、看它的形狀，分辨是否足夠柔嫩可以採下，讓孩子們細細品嚐野菜滋味，有土的滋味嗎？有氣候的感受嗎？這些都是要他們打開五感，記憶下來，是一種新鮮的環境教育。



圖 3-20 安南果菜市場踏查

安南果菜市場為臺南最大菜市場，共有八棟，是蔬果集中批發的地方，雖然與瀛海中學近在咫尺，很多學生卻不曾進來，隔絕於食物生產消費的環節之外。

菜市場宛若一所學校，學生踏查任務為：問到一項在地食材，還有找到一個自己覺得最特別的攤位。有的學生直奔虱目魚攤，有的學生從攤商處拿到特殊食譜。但一般而言，市場內台江地產的食材攤位（除虱目魚以外）並不明顯，有的學生認為蘋果是在地食材。

多數的攤商驚訝：「你們怎麼可以出來？」但不論攤商、老師或學生，都很享受有關食物故事的交流學習。

討論與分享：

以安南果菜市場為例，活動結束後次週，老師將全班分成九組製作簡報上台報告，學生透過觀察、與攤商互動後，再回去經過網路搜查，得到的觀點與故事包括：

- 安南市場雖說是傳統市場，但裡面的物品趨近現代化。
- 有的攤商不願被採訪或拍照，但有的攤商則希望同學介紹推廣。
- 特殊食品的做法，如：花枝丸的由來，起源於海產過剩，又沒有外銷成功，量太多，為了保存，混入魚漿製成丸，反而成為一種創新。鯛魚燒，是早先日本到中國學習技法，改變它的模型，作成鯛魚燒。為什麼要用鯛魚而不用其他魚做造型呢？因為當時海鮮很名貴，只要用粉加上雞蛋，用模烘烤便是一尾鯛魚，可用來變成祭品。
- 技法：用白砂炒綠豆、南瓜子，受熱均勻、又可以提味，不用鐵粉，因為鐵粉貴。
- 地產地銷：虱目魚與香瓜是台灣自產的，文蛤是前一天從七股載來，晚上再讓它吐砂。
- 攤販：老闆娘租一攤，幫左鄰右舍種菜的人一起把菜拿出來賣。

第六節 傳統菜餚技藝影像拍攝

進入尋常人家的廚房，以耆老家常呈現菜餚烹飪製作的過程為主，人類學式的記錄，由環境生活、人物特色，導入菜餚的地方特性，呈現菜餚製作的技巧，最後有成品的完成，並紀錄食譜。每道剪成 3-8 分鐘的影片（能涵蓋製作過程重點），總共五道菜。

表 3-5 拍攝內容與進度

種類/菜餚	內容方向	說明	拍攝時間
鹽漬物(kē) 文蛤 kē	傳統醃 kē 的方式的說明，示範製作文蛤 kē 的做法	城西吳○女士，因鮭醬一般於冬季製作，那時才有中小型魚，故選擇以此季節可取得之文蛤	7 月 14 日
野菜- 烏莧 粥	在魚塢邊找菜，在廚房裡把它烹飪作菜餚之說明（例如豬母乳、黑甜菜、桑葉、烏莧、山龍眼）	耆老煮食野菜，中間與鄭國山老師（野菜達人）對談，指出對野菜的科學觀點，以及兩代人不同的看法	10 月、11 月， 惟秋季颱風過後野菜多數被淹沒
沿海小型 魚、蟹類- 烹煮豆仔魚	網筍捕撈如豆仔魚、螃蟹、烏魚等，展示收捕魚類之技巧，或是煮食豆仔魚之方法。	七股 陳○標夫婦 住在潮溝邊，在不同地點放網筍，解說溝圳潮汐與周邊生態	11 月
虱目魚麵線	處理虱目魚（去鱗、清理內臟）之方法，烹煮虱目魚麵線	龍山 汗伯，七股漁民，喜愛烹飪，並常為社大、環教團體解說虱目魚干製作過程	11 月
月桃粿	將月桃葉蒸煮出香味，並加入地瓜粉做粿，為一古早味甜點	安南區 鄭國山老師，將野花草應用，重現記憶中的味道	11 月

影片拍攝者：翁英修，和春技術學院 傳播藝術系 專技助理教授，十餘年影視工作經驗，對拍攝長者、紀實主題有興趣，曾透過長期追蹤拍攝「東吉島」紀錄片。近日亦參與旗津在地美食影片專案。本身為臺南沿海地方人。

一、鹽漬物

濱海的台江，在近代是臺灣的重要產鹽之地，鹽產豐盛，地方也普遍運用鹽漬法保存食物，老一輩的台江人把以鹽醃漬的食物叫作「kê」，文字書寫上作「𩚑²」，有人用「鹹鮭」、「鮭醬³」來說明，古字據考證可能為「醢」(ㄊㄞˋ)或「醢」(ㄆㄞˋ)，意指一種帶汁的發酵肉或魚醬⁴。儘管對年輕人陌生，一聽到「kê」，老輩台江人往往親切莫名，因為這是過往飲食中的重要配菜。

台江小型魚蝦貝蟹，物產隨時令而出，如「十月瘋毛蜆」，便是指十月毛蜆繁殖期時，毛蜆成群結隊出穴的樣子，當地人把握機會，將其鹽漬，便可長久保存。

這種以鹽保存食物的方式，從以往就有，西拉雅人時期，便有文獻記載，族人捕鹿後，將「臟腑醃藏甕中，名曰膏蚌鮭」，也記載：「小魚熟食；大則醃食，不剖魚腹，就魚口納鹽，藏甕中，俟年餘，生食之⁵」。

魚、貝、蝦、蔬菜均可醃漬成「kê」，常見者如蚵 kê、珠螺 kê、鯧 kê、毛蜆仔 kê (或稱毛蜆仔膏)、白腹仔 kê、丁香 kê、蝦仔 kê、赤嘴仔 kê、甘仔 kê 等。蔬菜類則如蔥仔 kê、蒜仔 kê。由於台江地方為產鹽之地，大量使用此鹽漬法保存食物，在青菜稀少、相關生活物資缺乏的沿海地區，更成為重要的配菜。

並非所有的魚都適合鹽漬，如虱目魚肉軟不適合作 kê，反而是小型魚如鯧仔、白腹仔魚、丁香等較適合醃漬。在海邊與溪水抓到小型水產，因為環境中的水更為流動新鮮，據說醃漬起來會比在魚塭得更為美味，蝦蟹貝類，如毛蜆，要抓到時候活活的鹽漬，鹽才會吃得進去。鹽漬五鬚蝦，也是以小尾為甘甜、肉脆，大尾

² 根據教育部常用閩南語詞辭典。

³ 《苗栗縣志》有「番俗以魚蝦為鮭、鹿麂為脯，皆醃之的記載。」

⁴ 彭欽清(2010)：〈此醬非彼醬：談醃汁與番茄醬的關係〉，焦桐主編，《飯碗中的雷聲：客家飲食文學與文化國際學術研討會論文集》(頁 62-75)，臺北：二魚文化。

⁵ 黃叔瓚，《臺海使槎錄》，臺灣文獻叢刊。

則沒有那麼脆。一般都是生漬，只有製作文蛤 kē 需先將文蛤燙熟，否則文蛤不會開嘴，鹽巴無法滲入。以往作 kē 純粹放粗鹽，物資條件較寬裕後，除了鹽，也會放冰糖、醋、薑絲、米酒頭、甘草片調味（雖然純放鹽者能存放較久），而產生不同的風味。除了古早甕以外，近幾十年也使用玻璃瓶，通常是裝入長頸瓶（回收的米酒瓶或高粱瓶），用一根長棍子將小魚塞入瓶裡壓實，要吃時再勾出來。

城西里的譚太太，本名吳○，被城西里里長譽為是地方國寶，今年七十歲，在本次調查過程中，受訪者多表示以前吃 kē，現在已不吃了，但譚太太仍製 kē 自食，表示自己「不吃 kē 無法活」，家裡有各式各樣的 kē，也在城西里教社區發展協會製作西瓜綿的技術。



「如果大水淹來就什麼都沒得吃，所以那個時候，水來就要把醃 kē 的甕埋在地下，甕四周是糊好的，回來的時候，所有的作物都淹掉了，就把 kē 拿出來吃，如果被打破了，就沒得吃。」

「做法就是加鹽巴，以前如果不怕腥，三、四天就能吃了，一般放三、四個禮拜以後吃，比較好的放四、五個月，通常是在冬天做 kē，那時候有小型的幼魚，做好了剛好夏天來吃。」

「生的魚會腥，用 kē 煮湯最好，都沒有腥味。」
(吳○訪談紀錄，2016/6/24)



圖 3-21 吳望女士訪談照片

鹽漬文蛤- 文蛤 kē 食譜

材料：

文蛤一斤，不要太大顆，小顆才適合醃漬

甘草 數片

薑 一條

蒜頭 二至三顆

蔭油 100-200 毫升

醬油 100-200 毫升

香油 100-200 毫升

米酒 50-100 毫升

鹽 約 120-200 克

冰糖 100 克

玻璃罐容器，事先清潔與擦乾

步驟：

1. 徹底搓洗文蛤，將外殼徹底洗淨，約三、四回，直至水變清澈，放在鍋裡待用
2. 將薑切片、蒜頭切末
3. 燒一鍋水，加上鹽巴（約文蛤量的五分之一）、甘草、薑片、蒜末、冰糖、米酒、蔭油、醬油、香油，開大火至水滾
4. 將滾的湯液澆到文蛤上，注意湯液須蓋過文蛤，稍微翻攪後，用鍋蓋蓋上，用蒸氣將文蛤悶到開嘴，將鹽與佐料吸收，才能醃製
5. 放涼後，將文蛤撿入瓶中，倒入汁液（注意須蓋過文蛤才能進行保存）
放入冰箱冷藏，約兩個星期以後可食，若要白色霉點則為「發去」，不能食用
6. 可放一至兩個月，若有開封請儘速食用完畢，或置於冷凍庫保存

二、野菜

實用野菜盛行於台江當地，老人家都會摘，最常吃的往往是黑甜菜、野萹，一般多拿來煮粥。過往，特別是在土地含鹽份高、缺水的沿海地帶，青菜缺乏，在發生饑荒時，唯有番薯葉與野菜之生命力強盛，往往成為所謂的救荒食物。在明治三十五年(1902 年)，《臺灣日日新報》便報導，今日安南區一帶「土地薄瘠，沿海岸線耕作，每年收穫亦甚清苦，農家貧者居多，近年來為旱魃所厄，貧農既乏購買肥



料之力，番薯悉被枯死，近海岸者均採取馬點菜、豬母菜、刺杏菜、鹹苳菜、鳥杏菜、番薯葉、水芋等野草為食聊充饑腸。」

與一般菜市場常見的蔬菜不同，原生野菜能自然克服地形、土壤、氣候條件，在適合地域生長，對病蟲害抵抗力強，不用特意施肥耕種，營養豐富，當說是土地上珍貴的資產。

圖 3-22 鳥莧

台江地區一常見野菜為鳥莧，含有豐富的維生素和鐵質，性涼，具有清熱解毒、利尿、止痛、明目的功效。散佈於路旁、荒地、田埂間，野莧從花、葉到莖都可食，可以川燙、炒蛋、炒肉絲，也適宜配著煮小魚乾。

然而在現代情境下，如何安全的食用野菜，為另一技能。植物達人鄭國山，長期於安南區以及台江沿海從事野菜採集與教學，表示摘採野菜除了辨識外，最重要的就是要避免遭到農藥、化肥的污染，因此都得經過長期觀察而非隨便亂採，而且不要傍晚採，以免誤採噴過農藥的野菜。



圖 3-23 耆老與植物達人之對話

從野菜的觀點，可看到荒廢魚塢、休耕農田的另一片風景，透過耆老與鄭國山老師對談，讓傳統經驗與現代科學激盪，重省野菜在台江飲食中的意義。

在現代人追求健康的趨勢下，富含營養、獨具風味的野菜重新被端上餐桌，受到極端氣候影響，大規模單一化生產的蔬菜容易受災損，而野菜對於地方風土強大的適應力，逐漸受到重視。

野菜炒蛋食譜

材料：

烏莧葉（須注意從沒有噴農藥的田採摘）

蛋數顆

鹽

步驟：

1. 將野菜整理，將葉子由莖摘下，把葉片洗淨
2. 切碎野菜，先下鍋炒
3. 將炒過後再加上打散的蛋，再下鍋一起炒
4. 撒上鹽巴，熟後即完成

野菜粥食譜

材料：

烏莧葉（須注意從沒有噴農藥的田採摘）

蒜頭

鹽

白飯

步驟：

1. 先將整理清洗過的野菜加入大蒜炒
2. 將白飯加入冷開水，加入野菜煮至大滾
3. 熬煮成粥狀
4. 過程中可視個人口味加上肉絲或小魚乾、胡椒粉等調味

三、潮溝裡小型魚蝦蟹貝

台江水域裡常見各種小型魚蝦蟹貝，隨著潮溝渠道的進出水，漁民會放網筍，利用潮汐的漲退，一進一出，將各式魚類層層收入網袋的底部，天氣越是壞，水流洶湧，收穫越是多，隨著季節，魚類為：豆仔魚、烏魚、南洋鯽仔、草蝦、狗更仔、鱻、野生虱目魚（非放養）等，甚至還有野生石斑。

跟隨七股漁民陳○標收網筍，依據當天潮汐狀況，主要是在「流水乾」-退潮時，人進到潮溝裡水深較淺，便能收網。此時正值「十月豆」肥到無頭之時，溝渠裡撈起豆仔魚，加水、加鹽蒸煮，豆仔魚肥美好吃，滲出黃油油的湯，滋味獨特。



圖 3-24 放網筍

如此豆仔魚，一般在市面上少見，是有錢也買不到的美味，通常要在養魚人家把魚塭水放乾清魚池時，才會捕獲，或是在潮溝裡抓到。



圖 3-25 網筍的漁獲

影片中請耆老解說溝圳環境與台江地域生態，並拍攝收網、烹飪過程。

鹽沁豆仔魚食譜

材料：

豆仔魚三、四尾

（季節性魚種，一般在冬天魚塭清塭底時，或是網筍捕撈，會有新鮮豆仔魚，市場上有時也有販售。）

步驟：

1. 將魚去鱗、剖腹、掏肚
2. 在魚身上劃幾刀
3. 在鍋中置少量水，等水滾，魚放下去
4. 撒上鹽
5. 蓋上鍋蓋轉大火
6. 數分鐘後，湯汁變成黃色，撈起魚即可上桌（剩下的黃湯可燙青菜）

四、虱目魚

三百餘年的養殖背景，使台江人針對不同魚體部分有著精巧的認識，因為虱目魚從頭到尾都可以食用，每個部位有不同滋味，台江漁戶搭配著養殖流程，最懂得利用。

一般漁家喜歡吃養殖文蛤淺坪塭中混養的虱目魚，取得虱目魚後，首先要趁新鮮打魚鱗，放就好不好打。刀要利，否則剖魚就不漂亮，從中間剖開，曬虱目魚干者可留下骨頭，再拔鰓，把魚喉嚨取出（一般魚喉嚨相當美味，但往往有沙），最後再把血管取掉。

若要煮虱目魚湯，則將魚的龍骨和魚頭，加薑絲煮虱目魚湯，或加上蔥、薑、麵線，煮成虱目魚麵線。



圖 3-26 虱目魚處理與烹飪過程

五、月桃粿

記憶中市場阿嬤曾販賣粿的味道，將月桃葉剪碎蒸煮，取其香氣。將地瓜粉摻水，倒入月桃液汁中，不斷攪拌（避免燒焦）使其凝固，用冰鎮冷卻，加上糖水，即可成為有著獨特月桃芬芳的粿類點心。製法簡單，不像加了添加劑那麼 Q、稠，自然的黃色色澤也沒有色素豔麗，但卻安心而天然。



圖 3-27 熬月桃葉汁與凝結的月桃粿

月桃粿食譜

材料：

月桃葉（含莖）數支
番薯粉
糖
冰塊

步驟：

1. 取月桃葉數支清洗
2. 用木棍捶打月桃葉與莖部
3. 剪後清洗，放入鍋裡熬煮，待發出月桃香氣
注意不要過度煮沸，保持 85 度 C 為佳，以免月桃精油隨水蒸氣散失
4. 以 300cc 水加 6 匙糖，加熱融化製作糖漿
5. 約 300 克番薯粉加水攪拌
6. 將月桃汁液倒出，放在鍋中開小火，避免燒焦
7. 徐徐倒入番薯粉水，一面倒一面攪拌，成糊狀
8. 視其黏稠度再增加番薯粉水的量，注意須不間斷攪拌使其均勻，關火
9. 加入冰塊使月桃粿冷卻
10. 將水倒出，月桃粿加上糖漿，即可食用

第四章 飲食文化旅遊規劃

第一節 飲食文化旅遊路線設計評估



圖 4-1 在地社群經營之飲食文化相關旅遊活動

一、各區旅遊活動田野調查

民間社群的認同、對地方的凝聚力是促成文化資產保護的主要力量，台江飲食文化旅遊操作模式，宜與民間社群組織連結，形塑富有在地特色之環境教育、食旅遊程。

目前台江地區已有不少民間社群頗為活躍，積極發展出各種環境、文化相關旅遊活動，是有可能在「台江飲食文化旅遊」的框架下，進一步深化其內涵、連結擴大效益，與政府、相關單位共同合作。透過走訪分述如下：

表 4-1 民間社團、社區經營之遊程分類

類型	例子	人數	活動	說明
適合社區大眾參加之遊程	龍山社區文化旅遊、媽祖宮社區漁夫體驗營、四草台江漁樂園紅樹林遊筏	一般為 20-30 人以上	以社區為基地，解說、串蚵體驗、媽祖宮、龍山有社區風味餐	<ul style="list-style-type: none"> ▪ 需有一定人數才能成團，採預約制 ▪ 需一定服務設施、建置（停車、餐飲） ▪ 參加者享用在地美食
較小眾的學習型活動	臺南社大台江分校鄉土菜餚學習，北門社大漁夥部落「蚵仔煎的美味旅行」、	一般為 20 人以下	動手參與，學習傳統菜餚之製作過程，或理解其與環境關係	<ul style="list-style-type: none"> ▪ 一般一個學期開一次班，參加者為在地或週邊地區人 ▪ 從文化、生態面了解在地飲食
環境志工參與（深度參與）	北門社大護沙志工假期、漁夥部落	一般為 20 人以下	付出勞力，動手參與，甚至成為魚塭的長期股東	並不以享用美食為主，主要在了解與參與在地食物生產的過程，或是關心整體環境概況

二、說明與分析

（一）龍山社區

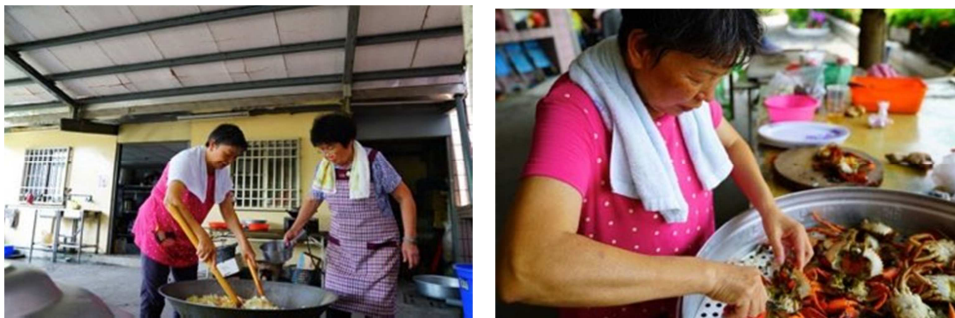


圖 4-2 龍山社區媽媽廚房

位於七股潟湖東側的龍山社區，於 180 年前，便有先民到此屯墾，在一塊「其深處可以捕魚，淺處可以養蚶」的沙洲定居。

倚靠著潟湖的漲潮和退潮，潟湖內部風平浪穩，形同天然的養殖場與漁撈場，居民生計以插蚵、飼養虱目魚及捕魚為生，近年來，蚵仔養殖已取代虱目魚成為七股潟湖區最重要的經濟活動。村落人口維持在 2、3 萬間，由於現在漁業資源減少，年輕一輩不願從事辛苦的漁業工作，龍山村也面臨典型人口流失、老化、產業凋零的問題，以生態資源為條件發展觀光旅遊，於是成為一個轉型的方向。

近年龍山社區以環境改造與社區營造著名，從民國 83 年成立社區發展協會開始，在農委會的農村再生計劃、漁業署的漁村奧斯卡獎頻頻受肯定，民國 102 年，奪得聯合國環境保護署的國際宜居城市大獎銅質獎，因而吸引了許多參訪團體參訪，進行社區文化旅遊。

從民國 100 年在農村再生計劃中，社區開始開辦風味餐，最小規模為 2 桌，最多 20 桌，在 100 年到 103 年，辦桌頻率每個月至少有 2、3 次，每個月一定有。多半針對來社區參訪的文化團體，大眾觀光團，因為沒有回饋給司機導遊小姐，比較少來此。104 年因為登革熱戶外教學人潮滑落，頻率比較低，但整年度也大約有二十多次。

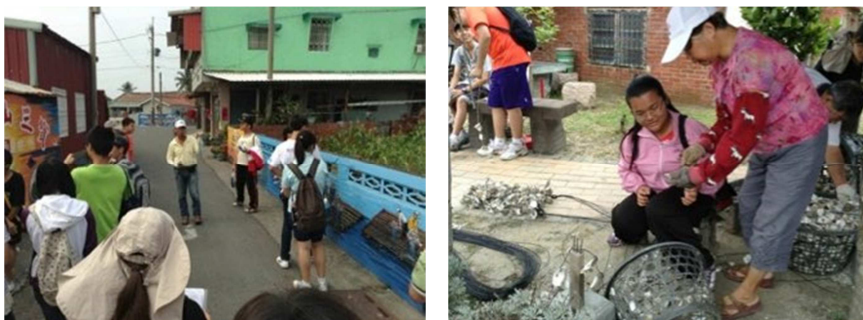


圖 4-3 龍山社區導覽活動

風味餐以當地透過人際網絡所得到的食材為主，社區總幹事王聖華表示：「如果有客源的話，天天做也可以，場地固定化，廚房也足夠。我們有過辦二十桌的經驗，應付得過來，那時大約有 8 個人準備。平常 1 桌 2500 元，較好一桌 3000。」

用餐者多半結合社區參訪與潟湖生態旅遊，走訪濱海植物園區、社區彩繪牆，體驗串蚵，再搭船遊潟湖。未來有思考結合篤加、樹林社區之聯合遊程，也希望多引入國家公園推動「永續海鮮」的概念，加入環境教育的內涵，思考潟湖生態、捕撈規範、永續環境之間的關係。

(二) 媽祖宮社區漁夫體驗營

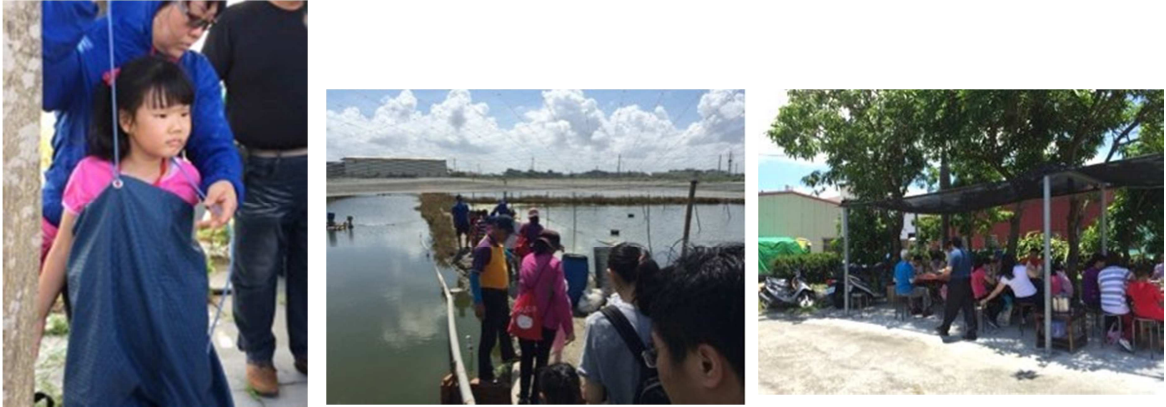


圖 4-4 媽祖宮社區漁夫體驗營與餐飲活動

媽祖宮社區位於安南區鹿耳門地區，位於鹿耳門溪東側，是鄭成功登陸臺灣的古航道，聚落內有著名的鹿耳門天后宮，歷史悠久。原本居民以捕撈、養殖、農作為主，目前在聚落範圍內的 200 公頃魚塢，有一半養虱目魚、吳郭魚、白蝦、螃蟹，有一半因為生產價值不夠經濟量，因而拋荒，也成為水鳥的樂園。社區總幹事林文材因而另類思考，希望讓有 200 公頃的媽祖宮社區，成為「生態園區」，遊客得以來參觀養殖區，包括虱目魚、石斑魚苗、紅尾白蝦、吳郭魚、螃蟹養殖，體驗漁夫養殖過程，因而從 3 年前開始推動旅遊，有發展虱目魚乾、中藥蝦等產品，並在去年與臺管處合作，進行時梯次漁夫體驗，在一梯次補助 1 萬元的情形下，成功鼓動社區投入，儘管因為天候、報名行政、工作人力，中間歷經種種挑戰，但社區仍發展出自己的模式，利潤也很少，扣掉村莊人力、食物成本，專職人員籌備一團只有 3 千元，但總幹事仍認為：「這是我們要的」，辭職專職投入。

總幹事林文材表示：推動生態旅遊的目標主要是讓社區人口增加，目前村莊養殖者平均年齡 73 歲，5 年後魚塢拋荒的面積會越大，村莊戶口登記有 1500 人，常住的 750 人，每年平均 10 個去世，10 個結婚，一結婚就會搬出去，因為居住環境的問題，新婚夫妻覺得生活機能不好就搬出去，所以人口負成長 3%。

在村莊裡，50 歲以上的幾乎沒有穩定收入，或甚至沒有收入，養殖的收入也不穩，有生態旅遊團體來，居民可以抓魚、煮菜、洗碗、打雜，利用他原本會的知識與能力，一個月賺取 3000-5000 元的收入，減輕社區長輩沒有收入、又無法依賴年輕子女的困境，未來也希望能讓年輕人在這邊生活，至少有 2.2 萬收入，現在一年流失 20 個年輕人，未來一年慢慢補 3-5 個，成為地方的命脈。

目前社區常態在幫忙的有 12-15 個，但是輪流的，煮風味餐的有 3-4 個，抓魚的有 2-3 個，解說導覽的也 2-3 個，聯繫的也 2-3 個，為了要推動生態旅遊，還成立鹿耳門生態旅遊發展協會，現在的現象是外熱內冷，村莊的人抱持懷疑，期待未來人口會回流，對生態旅遊、文史有興趣的年輕人會進駐。

目前主要問題是服務設施不足：魚池的生態承載量、用餐所在的古厝庭可容納人數都有限制，只能操作一台遊覽車，兩台遊覽車便顯得侷促，鄉下環境條件也往往不符合都會區旅客的需要。但社區也思考如何在既有硬體下，營造出不同的經營方式。

漁夫體驗營活動目前已跟各媒體、學校作串連，有宣傳影片、報導文章，並透過總幹事積極發送手機信息而推動，目前每個月有 1-3 團，不斷增加，主要吸引客群主要是親子團、也逐漸衍生學校鄉土教育、企業團等。實際參與漁夫體驗營，活動包含：虱目魚養殖者解說魚苗養殖過程、換穿青蛙裝下手體驗捕撈吳郭魚、天后宮歷史講解、古厝享用當地風味餐等等，遊客紛紛表示，欣賞此處風光，漁夫體驗經驗相當難得。

在遊程當日，市議員李文正適到訪與鹿耳門生態旅遊發展協會理事長、理事成員討論發展概況，主要問題為社區的環境營造，村民間彼此協調不易，要利用閒置空間串聯觀光旅遊場地，遇到許多產權、經費問題，在遊憩環境的擴充，若要結合竹筏港溪撐排筏活動，又牽涉到水路的整治，鹿耳門溪遊溪路線的開闢，也涉及法規問題，種種事項，需要公領域的協商與逐步規劃。

（三）台江漁樂園

原由臺南市紅樹林保護協會發起，自民國 85 年起就在台江地區積極的從事紅樹林的復育與生態保育的工作，藉著舉辦自然生態研究與觀察的活動，宣導自然生態保護的觀念，今獨立設「台江漁樂園」。其導覽活動以接受各機關團體的預約為主。膠筏遊程位於鹽水溪、嘉南大圳交會口，鄰四草野生動物保護區、週邊有竹筏港古運河、運鹽古航道、接舊安順鹽場、安平，近台江國家公園管理處，可說是位於一關鍵位置。區域內鳥況豐富，水中的魚蝦蟹貝等魚產資源非常豐沛，又因為地處河海交界的潮間帶，所以有得天獨厚的紅樹林生態，包括紅海欖、欖李、海茄苳、水筆仔等，泥灘地上並有招潮蟹，生態敏感、多樣而複雜。

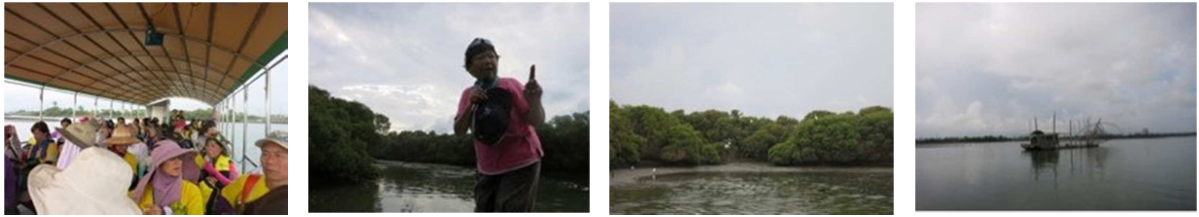


圖 4-5 台江漁樂園導覽

水域內並有蚵棚、文蛤田、吊繒等古老漁具、網筍、蜈蚣網、八卦網等網具可體驗，導覽解說人員經驗豐富，許多有生態專業知識與長期的在地生活經驗，透過體驗與導覽，遊客可在一個半小時的遊程中，概括認識台江河口的生態環境、捕撈、養殖活動，然而一般以團客為主，散客較少能參與。

(四) 臺南社大台江分校- 阿嬤的手路菜

台江民俗文化班師生從去年開始調查台江總舖師的故事，採訪海尾總舖師邱月蓮女士等，尋訪台江人三代相傳的料理滋味，並規劃實作課程，在食安風暴危機中，鼓勵「在地食在好、在家料理」觀念，開發課程包括：「阿嬤的手路菜- 年菜」，邀請講師邱月蓮、葉月珠傳授「福祿壽」等八道年節好菜，「阿嬤手路菜- 漬物醃蘿蔔」是台江常見的簡易食物保存方法，利用糖、鹽、醋等調味料來醃漬蔬菜，邀請講師現場教學分享早期與現代醃蘿蔔的方式。到無農藥菜園親手拔蘿蔔，再實際從事醃製，據課程規劃人員唐雅華表示，當初為了規劃這堂課，做了六道醃漬蔬菜，品評不同口味與配料，最後才投票選出最適合現代人口味的泡菜，以此教導學員，堪稱在教案開發的過程中，結合創新，並思考後續普及化的推廣。

為調查與推廣台江在地料理文化，中秋節時，分校也舉辦「秋風起，台江私房菜：虱目魚乾」料理學習營，十幾組家庭、老中青三代齊聚朝皇宮社區廚房，透過料理回溯安南區之歷史。安南區自古以來是虱目魚盛產地，早期拓墾者多以耕塆為業，虱目魚對海尾人可說毫不陌生，早期沒有冰箱，台江人為保存虱目魚，婆婆媽媽就把虱目魚曬成魚乾、製作魚鬆。在學習營中，學員從去魚鱗到取膽、去骨，全程不假他人之手，體驗先民如何製作傳統虱目魚乾的技巧與辛勞。鄉土食的傳承與推廣，的確形成促進在地認同的一種媒介。



圖 4-6 臺南社大台江分校鄉土食教學

（五）北門社區大學

北門社大服務區域包含沿海之北門、將軍、七股及學甲、佳里、西港，居民多為漁農，發展在地人文、產業等課程，如虱目魚、烏魚子等漁產加工課程，如設計「蚵仔煎的美味旅行」- 藉由找尋蚵仔煎食材－雞蛋、菜、蚵仔的過程中，提倡地產地銷的觀念，也實際走訪菜園、雞園、潟湖讓參加者認識七股環境與在地的特色，了解漁村現場地產、地銷的狀況，也思考社區老化的議題，以及共同探討何謂友善環境的在地產業，接著實際搭船遊潟湖、沙洲的過程中，了解漁民養殖蚵仔的情況，了解沙洲、潟湖對當地居民與環境的重要。

2013 年與七股篤加社區合作發展「漁夥協力部落」，利用一塊約兩公頃的魚塭，招募股東認股（一股兩千元），嘗試發展對環境友善的永續養殖方式，以低密度、低設施、低管理的生態養殖，實驗一種可能的未來漁村生活，希望為社區產業找到一條另類的發展模式。2014 年，北門社大延續漁夥部落的概念，與七股的頂山合作，運用荒廢的鹽田地作漁夥部落的生態養殖實驗。北門社大並積極參與社區夥伴七股海岸保護協所提出的- 七股潟湖護沙行動，透過長期一次次讀書會、護沙行動、海岸監測，思考何將人的生活、社區的生計、永續的生態相互連結，方能協助社區永續發展。

據執行秘書杜靜怡表示，此類課程受到天候影響、報名人數等因素，屬於小眾，往往以接受其他民間團體預約為主，而漁業股東計劃，要挑戰的變數很多，冬季的寒害、環境的變因，目前也以環境團體、民間組織認股為主，北門社大以較為謹慎的方式在嘗試探索中。

三、小結

將無形資產轉化為文化旅遊，關鍵為「人」的操作與創意，因此本調查以在地行動團體出發，理解其已在進行的教育、旅遊活動，其可能的發展與限制，進而思考，在「台江飲食文化旅遊」的框架上，這些遊程可以怎麼被定位、轉化、連結，進而激發出整體規劃的想像。

初步認為，區域內飲食文化相關之活動豐富，多有創新之處。然而以社區遊程來說，面臨：氣候環境變化大、宣傳行銷管道不足、休憩環境設施、連接點不足的問題，普遍沒有過夜行程，收費不高，目前尚未有高價化的遊程，在地居民需要有關解說導覽培訓，遊憩活動的內涵也可突破形式，與在地漁農生產者更深入的互動、交流。

社區大學活動企劃能力強，但由於本身非營利與教育性質，開課頻率有限（台江社大手路菜課程儘管受歡迎，一學期只開一次），此外，據了解台江國家公園也開發出許多精緻遊程，如到「東校區魚塭體驗虱目魚捕撈」、「古運鹽航道曬鹽之旅」、「說植畫草-濱海植物解說小旅行」等，然而侷限於推廣性質，活動都只辦一次，難以形成主題性風潮，或對產業造成帶動。

除了上述以社區、社大推動之遊程外，台江地區也有如七股鹽山、鹽田生態文化村、北門瓦盤鹽田等園區式景點，節慶如聖母廟虱目魚節+星光路跑，七股海鮮節，也有許多創意活動，結合飲食與環境體驗。餐廳本身，也在發展特色活動，如東香海產餐廳進行「主廚帶路」，結合魚塭尋覓食材，烹調與飲食體驗，作為2016 臺灣美食節的主打活動之一。這些地特色景點與活動，都強而有力的形塑了外界對台江的印象，也形成文化旅遊路線串聯時，可運用的資源點。

然而整體而言，地景與傳統產業正逐漸消失，如台江地區重要的漁業活動-淺坪塭虱目魚養殖，目前幾乎沒有可以體驗的活動，而飲食文化遊憩體驗環境的建構，如水路的整治、鹽村的活化、動線的連結，往往超過地方行動者所能使力，需要透過公共場域討論，擴大力量。

四、後續規劃

（一）形塑各區不同特色

台江各區依其自然環境與條件呈現的不同特色，有河流紅樹林、海洋潟湖、魚塭水產養殖、鹽田鹽村聚落、農村水圳等.. 以在地行動者願景為基礎，善用各區域潛在文化資產，結合各區地景、節慶、地方微型產業資源，深化台江區域旅遊活動內涵，形塑加值、有創意的食旅遊程，成為帶動地方發展的契機。

以下圖為例，經由田野調查與訪談行動者，各區域間隱然已浮現不同特色區塊：

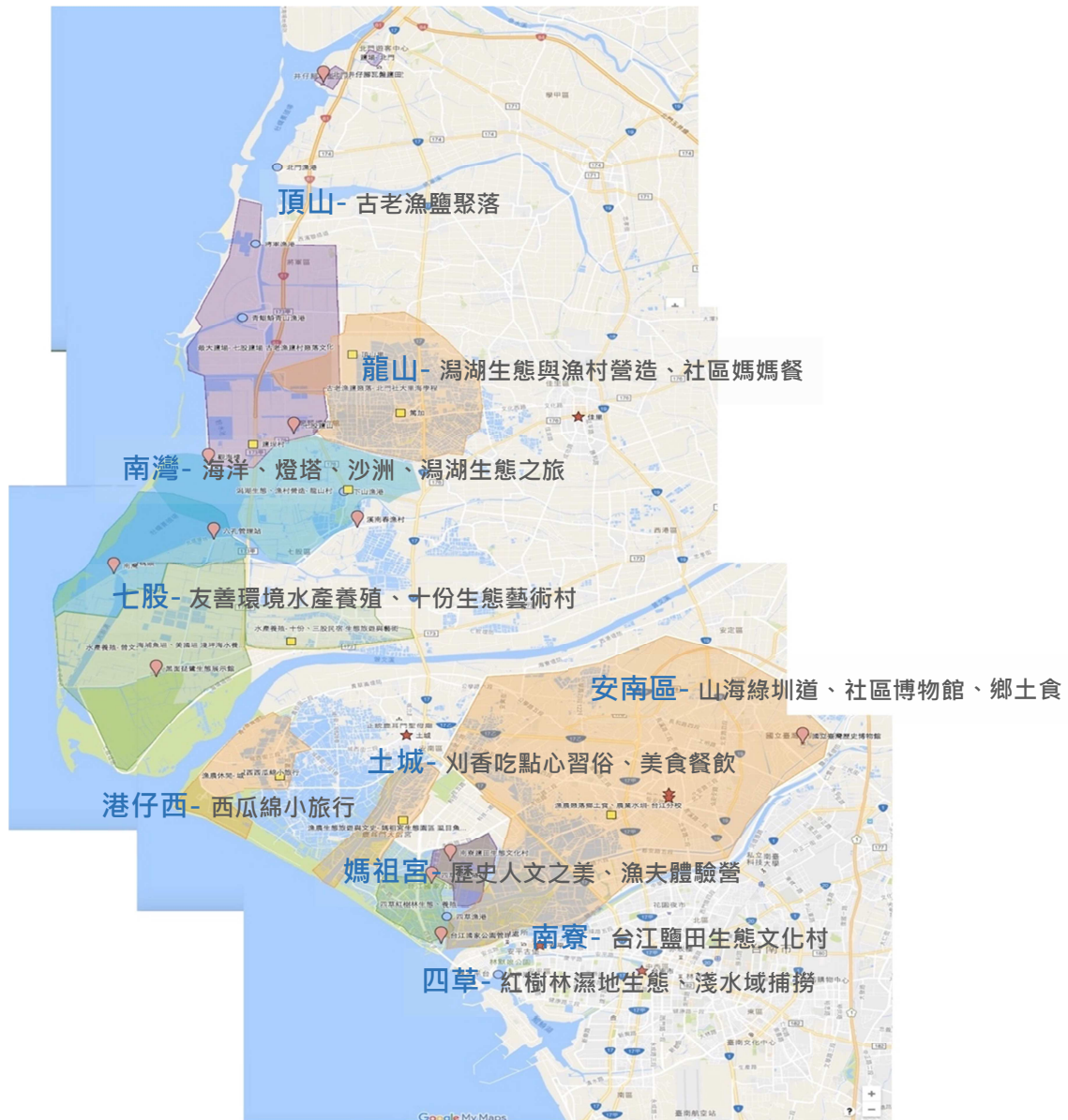


圖 4-7 台江各區域飲食文化旅遊特色

未來建議以更細緻的工作坊、座談會、活動籌辦，展開想像與對話、凝聚共識，討論：

- 各區如何呈現不同特色？
- 各區有何地景、產業、節慶資源？
- 如何促進台江的飲食文化旅遊活動？深化活動內涵？推動「慢食」風潮？

- 旅遊路線搭配飲食因時、因地、因時節之細膩區分，如觀星、夜晚、夕陽、夜行、賞鳥等

(二) 思考民間組織、社會企業作為平臺之模式

台江區域具有多樣遊程企劃，較欠缺的是常態性的將遊程與市場連結，並以足夠的動能，能夠對社區、地方微型產業產生助益。應持續導入市場面的思考，引進企業、學校資源，思考如成龍濕地有觀樹基金會協助運作，貢寮之人禾環境倫理基金會等，以健全的機制，與社區形成夥伴關係，方能整體規劃、永續發展。

(三) 豐富台江的各種屬性遊程，並引入學生、青少年

包括高價位、社區大眾、環資志工旅行(深度參與)旅遊路線之開發。文化旅游的目的，在於從食物中了解地方自然與文化，甚至透過參與食物生產、製作、烹飪的機會，讓人能夠更深刻的參與在地方文化與環境故事中，可思考以台江為基地，發展年輕人參與養殖產業、休閒遊憩、文創產業的機會，提供實習與打工換宿機會，重新建立年輕人與土地的情感與聯繫，並為文化傳承注入生命力。

五、台江文化旅遊路線操作可行性評估與優劣勢分析

承以上各區域特色，茲以單日活動、季節性體驗、二日自由行等類別，提出可行性較高之旅遊路線，並提供優劣勢分析：

(一) 單日活動：以現有各區域之活動為基礎，透過內容的微調或再包裝，深化或突顯其遊程與飲食文化主題的關係。

1. 四草台江漁樂園「紅樹林生態觀察與漁法學習」：結合生態解說、觀察，體驗網筍、吊繒，認識小型魚類，與理解水域環境與魚類生態關係。
2. 媽祖宮社區、城西社區、台南社區大學台江分校、龍山社區「阿嬤手路菜工作坊」、「野菜辨識與烹調課」、「醃菜製作」、「虱目魚干製作」：參與者先前往菜園、魚塢等食材產地體驗，然後跟著社區料理達人，一起學習食材烹調技巧。
3. 媽祖宮社區、台南社區大學台江分校「三合院深夜食堂」：在聚落三合院老宅院，用老收音機放音樂，不一定是大魚大肉等辦桌菜，而是吃傳統的家鄉土食物，介紹菜餚中故事、地方講古。可能包含：番薯粥、西瓜綿、虱目魚、野菜、黑糖青草茶等。

優勢：此類遊程在地社群參與性高、已有操作基礎，短期內可行性高。

劣勢：各地區各自辦理，有些活動並非常態性，而是久久辦一次，各點間要串成連貫路線有所困難。

機會：透過飲食文化之觀點，協助深化與微調遊程內容，可串聯行銷、形成整體台江主題。

(二) 季節性活動：隨著在地農漁食材的收成時間、或是因應地方節慶，舉辦季節性的體驗、參觀、餐飲活動。

1. 七股「烏魚收成體驗」：每年十一、十二月台江養殖的烏魚成熟，捕撈取卵，烏魚身又稱為「烏魚殼」，此時價廉，適合品嚐、購買。
2. 城西、土城「西瓜綿製作工作坊」：每年初夏，可參與西瓜綿的削皮製作，並學習西瓜綿料理。
3. 佳里的牛蒡採收(三至五月)、將軍的胡蘿蔔採收(一至二月)、土城、七股的紅蔥頭、大蒜採收(二至四月)。可企劃換工、在地社區餐宿活動。
4. 土城聖母廟刈香慶典(農曆三月)，可認識鹿耳門文史，並參與當地廟會熱鬧飲食盛況。

優勢：可增加訪客對產地、在地食材的認識，並能促銷產品。

劣勢：農漁村產地體驗的軟硬體、服務設施較為不足，原本活動多為各產地分別主辦。

機會：深化農漁體驗活動、建構社會大眾對台江食材的季節性認識。

(三) 兩日自由行：以地景、環境為背景，透過飲食文化的主題串連，引導訪客更認識台江地區。

1. 「七股瀉湖、沙洲、魚塭私廚之旅」：第一日- 台江國家管理處- 曾文溪口黑面琵鷺棲地、黑面琵鷺生態展示館- 午餐十份村小吃店- 台江國家公園六孔管理站- 南灣碼頭搭船遊瀉湖- 沙洲看夕陽- 地方魚塭私廚- 夜宿十份村。第二日- 往北至龍山社區或鹽博物館，觀賞社區營造景點，或認識台江鹽業歷史。

優勢：有充裕時間，訪客可充分感受台江七股瀉湖周邊環境地景。

劣勢：整體而言，台江地區市區以外住宿地點較少，景點分散，以飲食文化為主題安排兩天行程難度仍高，現缺乏團體經營兩日以上常態性的行程。

機會：可漸漸發掘台江飲食文化輕旅行之內涵。

第二節 潛在性文化資產調查

針對調查範圍內重要之潛在性文化資源，提出國家公園管理處經營管理可逐步納入史蹟保存區及潛在性文化資源，包括自然地景、文化景觀、產業設施、歷史建築，具有特殊意義之閒置空間、公共空間等。此類雖非屬文資法所核定之文化資產，但對於地方區域發展具文化脈絡之價值，透過此調查加以建構出出台江飲食文化的時空圖像與重要跡點，經過更深入探討後，未來能供給文化資產相關主管機關，作為列名文化資產之提報名冊之依據。

根據文獻調查與訪談內容，以「漁」、「鹽」、「水」三個方向：漁業、鹽業與農業耕作，這三項台江過往最重要的營生方式做討論。思考以其自然地景與文化景觀現況，如何建構其文化資產保存的意義與價值，如何復育，發揮其在新時代中的意義？

一、 漁業：淺坪塼虱目魚魚塼

聯合國教科文組織在《世界文化與自然遺產保護公約執行指導方針》開宗明義點出文化景觀是「自然與人類的結合作品，包含人類與其自然環境交互作用下的多樣性表現形式。」



圖 4-8 淺坪式魚塼

以台江國家公園地區為例，其中，特別是淺坪塼虱目魚養殖法在台江地區有近四百年歷史，居民因應濱海區域的海岸地形、季節、生物、潮汐等自然條件，為台江地區所發展出來的養殖法，可永續利用地力，而後擴展至嘉義、高雄地區。

以台江地區來看，北七股之養殖地景形成較早，清朝間便有「掘海埔」之圍築魚塼活動，四草一帶，乃在日治時期鼓勵開闢魚塼，而曾文溪口一帶，由於較晚沈積，到第二次世界大戰後才有海埔新生地的開發，形成大面積之魚塼地景。

傳統式虱目魚養殖因應虱目魚的魚性，並配合農曆二十四節氣及南台灣氣候特性發展出一套春天整坪、夏天養殖、秋天牽魚、冬天休漁的養殖模式。每一口魚塭由養成池、越冬池、探更寮、內外水路及塭寮等五個部份所組成，是養殖活動重要的環節，重要的工程細節包括：魚塭向海方面建有水門，漲退潮時將水門開放，調配進出水，利用潮差引入新鮮海水，塭堤坡度次第提高，挖掘潮溝，使魚塭水道如蛛網相連，並又有塭間小路串連屋舍與聚落。

淺坪魚塭底部土質須以「硬坪」為佳，若是沙地則無法曬坪，因為水洩乾後，海水會自動湧入。包括七股、土城、港仔西、更北的雙春等地，因其地理條件適合，還有許多淺坪塭的魚塭（許多已改養文蛤）。

由於深坪式的虱目魚養殖，以人工飼料為主，可觀察生態層面較少，收成時以電擊法網魚，並需要快速處理保鮮，講求效率，較不適合遊客參與。若能復育生態化的淺坪塭式虱目魚養殖，結合目前濕地保育、友善環境養殖之風潮，以深淺水的多樣棲地環境營造，有可能成為一文化景觀復育之創新案例，形成活的地景保存，更為台江飲食文化品牌之示範，訪客能參與在生態養殖過程中，並讓現代人重新吃到傳統以天然藍綠藻為食、海水養殖虱目魚的道地風味。

聯合國世界遺產文化景觀 參考案例：



亞洲 1995 菲律賓(Philippines) Philippines Rice Terraces of Philippine Cordilleras 山脈水稻梯田台地

「菲律賓科迪勒拉山的水稻梯田」，三千餘年來菲律賓原住民—伊富高人，在科迪勒拉山脈開墾總長度超過 20000 公里的梯田，養活數百代子民，並發展特色文化，大面積持續使用的水稻梯田，同時也是世界最大的人造灌溉系統，有「天國的階梯」之稱。

圖 4-9 水梯田景觀

在 1995 年被聯合國教科文組織登錄為世界文化遺產。菲律賓水稻梯田與其居民體現了世界文化遺產第 V 類保護區的定義：「該區由於長期受到人與自然的交互作用，而塑造出獨特的風格，在生態、生物、文化及景觀上具有顯著的價值；且通常具有高度的生物多樣性」。

近年來，有越來越多無視於灌溉溝渠走向的建築物出現，也有許多田荒廢、廢耕。景觀維持成為菲律賓政府的一大難題。所以，這項世界遺產在 2001 年被列入《瀕危世界遺產名錄》。而後經過民間與多方單位的協力，終於在 2012 年獲得世界遺

產委員會認可，自瀕危名錄中除名。

參考資料：UNESCO World Heritage 網站

李光中(2014)：《融入里山倡議目標的地景保護區研究計畫》，行政院農業委員會林務局林業發展計畫

傳統養殖方式是否有可能恢復？經由田野調查與訪談，發現養殖者卻步、民間組織尚未投入，表示以私人力量進行淺坪塼養殖，因成本效益不及深坪塼，仍有其困難，對於淺坪塼魚塼文化景觀應該於哪裡復育，也莫衷一是。雖然水產試驗目前有台江地區僅存的淺坪塼式養殖，但一般不對外開放，也缺乏遊憩功能。故地方期待公部門以公有地做一示範性園區，重新建構魚塼元素，並將棲地生態化，從事教育推廣，才能將此文化復育，並帶動品牌效益。

根據台江永續城鄉發展聯盟聯絡人吳○周表示，台江國家公園計畫第一次通盤檢討所列出之東魚塼特別景觀區，有四十公頃原本未劃入國家公園範圍，為臺南市政府土地。今公展提案將其劃入特別景觀區，但建議劃一般管制區，可以作產業文化發展，兼顧黑面琵鷺與保育，做一生態養殖文化的示範區。



圖 4-10 東魚塼第一次通盤檢討修訂分區之區塊（紅線範圍），建議作產業文化景觀復育區

表 4-2 潛在性文化資產：淺坪塼虱目魚魚塼

建議項目與地點
- 東魚塼，目前正在進行分區修訂，建議做產業文化景觀復育區。
經營管理計畫
公有土地可經由公開招標、發包、最有利標程序，採如臺北市府委託臺北市野鳥學會修闢關渡自然公園案例，引入民間投資、社會企業，委任農村社區企業、結合在地漁民來經營，進行傳統的淺坪塼式的養殖，以此大面積方能達到經濟規模，創造文化景觀，建立地方品牌。並建議各區域的文史地景都可建立由在地社

會團體分段認養維管的機制，公私協力，永續經營。

二、鹽業：鹽產業串連、活的鹽村保存

根據南寮鹽田文化生態村經營者楊○鈺建議，安順鹽場昔日運鹽的運河碼頭，具有文化資產價值，可能透過與鹽業水路旅遊路線的結合，進一步發揚與活化。從安平運河博物館海關出發，兩天一夜，可到四草這邊乘獨木舟，再來鹽田體驗。特別是鹽田生態文化村的鹽工宿舍為二層樓平房，為鹽田文化村不可或缺之一部分，修復後有機會成為背包住宿地點，串連安平、七股到北門的輕旅遊。

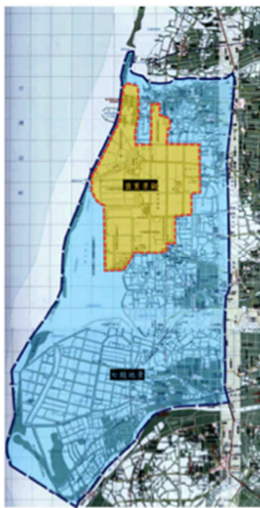


圖 4-11 七股鹽場位置

前七股鹽場範圍，幅員廣大，地點分散，具有許多尚未被指定文化資產價值的鹽業建築物。經訪談頂山文史工作者陳○志（《臺灣鹽業文化景觀之研究—以七股鹽場為例》作者），其意見為：與其關注已荒廢鹽場的單棟建築物、設施，以外力投入加以保存，不如關注有居民生活的鹽村，如頂山村，居民多有漁鹽背景，儘管社區人口流失嚴重，青壯輩外出，但聚落本身就是一個活的博物館，以大廟為中心、呈現出古厝、水井、沙崙、步道，聚落與鹽田的關係，表現出環境與文化紋理。

以聚落為中心，連結周邊鹽辦公室、鹽碉堡、鹽鐵等，倘若能先從居民力量加以啟動，才更有永續經營、維護的可能。

（資料來源：陳柏志(2008)：《臺灣鹽業文化景觀之研究—以七股鹽場為例》，中原大學文化資產研究所碩士論文。）

表 4-3 潛在性文化資產：鹽村與鹽場

建議項目與地點

- 頂山村：自然形成的漁鹽聚落，內部老厝、周邊環境紋理。
- 靠近七股鹽山的鹽埕社區，為規劃性的鹽村宿舍，由於目前仍有居民居住，相當有機會由此聚落探索台江鹽工傳統飲食面貌，思考文化旅遊轉化之可能。
- 南寮鹽田生態文化村為計畫性鹽場，現已無居民居住，只有空曠之鹽工宿舍，未來再利用設計中，仍可思考如何轉化鹽工生活文化、元素於其中。

- 根據南寮鹽田文化生態村經營者楊亭鈺建議，安順鹽場昔日運鹽的運河碼頭，具有文化資產價值，可能透過與鹽業水路旅遊路線的結合，串連安平。

經營管理計畫

經由社區營造機制、社區地圖等概念，去重新理解鹽工、生活聚落與周邊自然場域的關係，並透過文化旅遊的實際操作去觸發當地社區，逐步發掘鹽村的文化資產價值。

三、水：水圳與食水堀

河海之交的台江地區，淡水取得不易，水路圳道的構築，以及村落裡食水堀、古井的挖掘，對於地方有彌足珍貴的意義，實為社群發展命運之所繫，更是台江飲食文化中貼近日常生活的文化地景。



民間社群的賦權與協力，往往是轉化為地方文化資產的關鍵，預計與臺南社大台江分校協力，請教其對與水相關潛在性文化資產之意見。臺南社大台江分校長期從事愛鄉護水運動，沿嘉南大圳、鹽水溪等地方重要灌溉水路，監測水質、倡議綠化，提出工業污染、魚塭廢棄土污染議題，引導居民關注地區環境與食安問題。

圖 4-12 愛鄉護水行動

水圳是先民在這塊土地上的活動軌跡，為了農業生機所開發出來的，訴說先民開發的艱辛，也為後代子民，開闢安身立命之處。水圳在都市化後的台江，除了農業灌溉用途，更是休憩、觀光、滯洪等多目標的發展，值得我們深入去了解其歷史的演進。

其中流經國立臺灣歷史博物館、溪頂寮、海尾寮等十幾萬人生活圈的安順寮排水線、鹽水溪排水線，古稱「直加弄圳」，光緒元年（1875）開始興建，為台江溪頂寮、海尾寮許多人民耕作、捕撈的生命之圳，在今日安順橋的上下游，曾經水清見底，不僅可以釣魚，還可以抓螃蟹，撐竹筏網魚，在六塊寮排水線匯入大圳的會流口，更是孩童下課每天必定去報到的天然游泳池。

地方人士正呼籲市政府儘速恢復直加弄圳的歷史生態風華，讓地方居民及孩子，可以重溫台江水與聚落的親近關係。

在台江各個庄頭，食水堀為地方生活的記憶，如安南區海尾，儘管食水堀已經填平，台江分校仍從 2010 年起每年冬季舉辦「擔水節」，彰顯飲水思源傳統，一直進行六屆，可說是地方參與文化資產活化之範例。

臺南社大台江分校「擔水節」活動

透過活動讓民眾飲水思源，並體會早期先民擔水生活的辛勞，採用特別設計改製的縮小版竹扁擔與水桶，以兩人一隊的方式進行擔水速度的競賽。希望透過此活動讓民眾瞭解先民的辛勞而體認飲水思源的觀念。活動內容除了擔水比賽之外，還有開幕前的敬老奉茶儀式、創意市集等。更發表在地創新編製的「擔水舞」，模擬先民擔水的肢體動作，再轉換為現代的舞蹈動作，並創造代表台江自然歷史文化的可愛卡通吉祥物「海佃鷺」，以台江地區常現芳蹤的夜鷺(暗光鳥)做為主角，牠們經常飛往水田或養魚池等地捕食魚類、貝類、青蛙或昆蟲。

活動為臺南市社區大學台江分校「一同打造社區花園」班級師生所共同發起，指導老師陳建明指出：「學員與當地居民都期待今年舉辦的擔水節，希望能一屆一屆延續辦下去，且慢慢擴展台江海尾當地最具在地特色的民俗藝術活動，並且讓傳統可以因創新而傳承」。

資料來源：吳秉澍《飲水思源-全國首創擔水節》，Peopo 公民新聞，2014 年 1 月 25 日。
<https://www.peopo.org/news/231065>

根據翁育民(2006)《臺南市安南區食水堀之形成與變遷》研究，目前以安南區為例，原本總計 58 個食水堀，尚存者僅有 7 個，其他的吃水堀，為民宅者數量最多，成為空地者次之，成為活動中心者再次之。

表 4-4 潛在性文化資產：水圳與食水堀

建議項目與地點
水圳：嘉南大圳、直加弄圳 食水堀： 現在還留著的食水堀中，十二佃、新吉、土城仔中洲角的三個食水堀有經過整修，十三佃和公塹仔的兩個食水堀成為荒廢水塘，外塹仔及布袋嘴寮的兩個食水堀則一半建地一半留存成水塘。僅有少數聚落，如十二佃、新吉和土城仔中洲角當地住民均把食水堀視為重要資產，翻修而保存之。
經營管理計畫

對當地而言，食水堀的出現形成了一特別的「文化景觀」。其中人文地景為依傍食水堀或河川建立的聚落家屋、廟祠、農地、防風林及竹林等，自然地景則為降雨逕流、土壤上自然生長之植物及上述小生態圈中的生物等。人文地景與自然地景兩者交錯構成了食水堀的地景地貌。食水堀對於聚落住民而言，不只是一個取水的空間，在食水堀週遭產生的生活經驗、文化記憶，都會是這地方的文化之一。

建議目前僅存的食水堀除了透過與都市計畫整合加以保存外，也可透過參與式營造，發展為其他樣貌，例如成為居民日常休憩、教育、遊戲之場所，或是生態區、環保公園等，在容納洪氾的功能上，發揮生態意義。

第五章 國外參考案例

傳統飲食文化的無形資產，如何透過民間與政府的力量加以保存、記錄、傳播與發揚？以下較從市場面與社會面，探討幾個國際上將傳統飲食文化活化與應用的案例，可供台江地區作為參照。

一、聯合國教科文創意城市(Creative City)美食之都

活躍的地方網絡，傳統飲食透過經濟上的成功，而有效的保存

UNESCO 教育、科學、文化組織，在「文化」項目下，積極提倡社會保護古往今來的文化多樣性，以維持文化生態的平衡。除了目前廣為人知的世界文化遺產概念，創意城市網絡，也是行動的一環。創意城市網絡由全球文化多樣性聯盟（Global Alliance of Cultural Diversity）於 2004 年提出，特別肯定文化和創意產業對於永續發展的意義，包括七大主題：手工藝與民間藝術、設計、電影、美食、文學、媒體藝術和音樂。

從 UNESCO 創意城市之國際經驗學習到，創意城市不僅需要耀眼的創意，社會正義和弱勢發聲這部分也很重要，相較於一般創意城市多半注重產值，或是強調某個「創意階級」，UNESCO，特別注重小市民、庶民的創意，以其創意與社會文化間的永續性。另外，也強調網絡的概念很重要，注重與其他區域城市的關係，不只是一個行銷計劃，創意城市網絡是一個串聯地方行動者，進而跨界連結的群體對話。

在美食之都裡，目前列名有：哥倫比亞的波帕揚、中國成都、瑞典的厄德特松德、黎巴嫩扎赫勒、韓國全州、中國廣東順德。審核標準如下：

- 發展良好，可作為都市中心或區域特色的美食文化
- 市區內有傳統餐廳或主廚組成的活躍美食社群。
- 在當地餐廳或一般居民生活中有使用於傳統烹飪的內在因素
- 透過產業化或技術化的升級保存了本地知識、傳統菜餚與烹飪方法。
- 城市內仍有傳統食物市場與傳統食物產業，以及舉辦節慶、獎項、比賽等推廣當地美食的傳統。
- 社會具有尊重環境並推廣永續在地產品的共識，重視飲食營養。
- 在教育機構推廣營養學，在料理學校課程中包含生物多樣性保育。

以 2005 年成為全球第一個創意城市美食之都的波帕揚（Popayan）為例，當地人口約三十萬，位於哥倫比亞東南方，歷經七百年的發展史，混合有原住民、非洲

移民、以及西班牙殖民時期的食物傳統。當地烹飪呈現強烈的地區性特色，呈現在傳統食材的使用（馬鈴薯、玉米、米、牛肉、雞），湯類和麵團的製作，沙拉和醬料、蛋餅和玉米餅、還有特殊飲料像是發酵玉米汁的製作。特別在每年的復活節前的聖週，還有聖誕節，會有特別針對節慶而準備的節慶食物，包括湯品和玉米餅。

以往飲食技巧一直透過口頭傳播，在上個世紀才開始逐漸被記錄，波帕揚透過圖書館、協會、研究中心裡，搜集和保存美食相關的資料，也有專門的烹飪學校 (SENA)，專門致力於教育地方廚藝，引導學員進入業界，當地並成立波帕揚美食公司(The Gastronomic Corporation of Popayan)，在 2003 年負責推動國際美食會議，召集相關記者、歷史學家、人類學家、生態學家、環境學家參與，並聚集來自鄰近中南國家的參加者。

波帕揚的傳統飲食透過經濟上的成功，而有效的保存，銷售食材的傳統市場、受歡迎販賣傳統食物的餐廳、以及特別的預約製私廚餐廳(Puerta Cerrada)，相關產業相當活絡，波帕揚美食公司也跟當地大學合作，特別設置人類學系的研究課程，針對哥倫比亞的美食傳統做研究。

食材生產是當地居民主要的收入來源，美食之都的推動，帶動當地經濟，也培訓當地居民，透過工作坊增加當地有關飲食文化方面的知識，以及培訓餐飲訓練，降低當地失業率，同時也推動美食旅遊，地方投入飲食旅遊相關的服務設施中。

資料來源：UNESCO 網站 <http://unesdoc.unesco.org/images/0015/001592/159284e.pdf>

二、美食旅遊 (gastronomic tour)

地區性的飲食如何透過美食旅遊而被帶動與發揚

美食旅遊可說是一種創造性的旅遊，遊客與其說是尋找典型的「美食」，倒不如說他們是食物冒險家，是要尋找真正而獨一無二的食物經驗，幫助他們能更深入的參與地方文化，或者透過飲食，遊客可以參與在地方人的創造性活動中，展現創意。美食旅遊已經成為近日成長最快的旅遊類型之一⁶。

(一) Wales, The True Taste

⁶ http://www.huffingtonpost.ca/parmjit-parmar/the-rise-of-culinary-tourism_b_7596704.html

威爾斯人一向堅定地捍衛他們古老的傳統、習俗與語言，包括威爾斯飲食。十年以前，要在威爾斯城市裡找到傳統的威爾斯飲食很不容易，今日，透過「真正的威爾斯之味」- Wales, the True Taste 活動，傳統的威爾斯產物和菜餚重新在這塊土地上被認識，可以廣泛得在旅館、餐廳被吃到。

這個活動由威爾斯發展局負責，管理、鼓勵和支持觀光旅遊業使用有品質的威爾斯產物，種類非常多樣，從蜜蜂、火腿、醬料、白酒、威士忌、冰淇淋，還有優格。威爾斯的羊隻體型小，因此羊肉特別結實美味，鹽醃的羊肉有如奶油的質地，羊隻往往在海邊吃海草，也因此風味絕佳。儘管羊肉是威爾斯的代表產物，在以前，威爾斯人只有在特殊日子才吃羊，豬肉是比較普遍的日常食物。

傳統的威爾斯烹飪方式由勞動者的飲食轉化而來：漁夫、農夫、礦工以來自菜園的蔬菜、河裡與海邊的魚、家裡飼養的豬為食，這組成了傳統的威爾斯飲食。傳統的威爾斯料理鍋物，是由培根、還有蔥和捲心菜組成的，除了羊肉與牛肉以外，新鮮現抓的鮭魚、鱒、白蟹、龍蝦也是特色。威爾斯人同時也吃一種可食的海藻，在退潮時在岸邊採集而得⁷。

（二）西西里島的美食之旅

西西里島有充滿活力的美食傳統，混合了地方特產，以及從拜占庭到阿拉伯、諾曼人和西班牙，數個世紀來各異族統治的背景。

起伏的山丘和富饒的平原提供了各式各樣新鮮的水果、堅果和蔬菜，也有羊隻和牛群，生產出美味的乳酪和肉類，被豐盛的漁場所包圍，城市內又有各式各樣的市場攤販，販賣各種海鮮。西西里也生產品質很高的酒，這種種組合讓美食之旅成為一場文化與味覺的大發現。

在西西里島的美食之旅經驗，將穿插著許多難忘的地景，在東西西西里島，訪客會經過 Pantalica 丘陵上銅器時代人類文明留下的遺址（聯合國文化遺產），參觀世界知名的羅馬人莊園，裡面有精緻的馬賽克壁畫，也會在如詩如畫的美麗小鎮，啜飲著當地的冰鎮杏仁咖啡。⁸

（三）蘇格蘭的 Clyde Island of Arran- 美味步道

⁷ 資料來源：<http://www.historic-uk.com/CultureUK/Traditional-Welsh-Food/>

⁸ 資料來源：<http://www.petersommer.com/sicily/tours/gastronomic-tour-sicily/>

2000 年起，蘇格蘭小島上推動 Taste Trail- 美味步道計劃後，Island of Arran 成為美食家的造訪之處，當地有一系列的在地生產者，包括威士忌蒸餾廠、釀酒廠、奶油工廠、巧克力工廠、燻肉工廠、起司加工廠等等，也有烘培店，烘培正宗的燕麥餅乾，透過串聯在步道上，形成多樣豐富的味覺之旅⁹。

三、義大利慢食協會的品味方舟(Ark of Taste)

保存瀕臨消失的地方性食材與烹調文化

創立於 1989 年的慢食協會，是一個國際性的民間組織，為了防止在地食物的文化、傳統消逝而誕生。慢食以「好，乾淨，公平(Good, Clean and Fair)」三大原則為中心。「好」，指的是味覺加上知識，主要根據一個地方的文化、食物是否天然，以及個人的感官判斷，並藉由認識「好」的過程，尊重不同的文化與多樣性；「乾淨」則是在生產及運送過程中，是否符合天然、永續的精神，並且考慮到環境成本；最後，「公平」，代表著尊重從事農業的人、尊重熱愛土地、視土地為生命來源的人，並讓他們獲得合理公平的報酬。

目前，慢食在全球 150 個國家的分會，已有超過 10 萬個會員，目前，「品味方舟 Ark of Taste」已經登錄了 1700 多個物種。登錄的品項不單只有食物的品種，還有烹調方式、食譜等等，像是出產於義大利、經醃漬風乾的帕爾瑪火腿、香腸的腸衣、醃漬的魚乾等。

每個關心飲食生態的人，都可以上網提名瀕臨滅絕的食品、物種，一旦登錄了食物的名稱、烹調方式、食譜、產區、與在地原住民的連結後，經過基金會的審查，就有機會列入方舟的保存項目，由於所有方舟的食品都是職人少量生產，品質仰賴職人的工藝知識和傳統技術，將食物登錄於品味方舟，對社群是榮耀的一種彰顯，近年臺灣原生種紅藜、糯小米等也參與「品味方舟 (Ark of Taste)」計畫，成為登錄食材¹⁰。

四、美國南方食物路徑聯盟(Southern Foodways Alliance)

民間自發性成立的組織，推動地方性飲食文化的傳承與發揚

美國南方食物路徑聯盟(Southern Foodways Alliance)旨在記錄、研究和發現美國南方區域多樣食物文化的變遷，在互相尊敬與彼此接納的傳統下，了解過去的歷史，也思考未來。南方食物，一直是美國很獨特的區域性飲食，混合著法國、西班牙

⁹ C Michael Hall(2003), Wine, Food, and Tourism Marketing, Routledge.

¹⁰ 本篇引用來源：<https://www.newsmarket.com.tw/blog/59774/>

牙、非洲移民、加勒比海.. 到近期的越南，充滿著各種種族與地方風土文化的撞擊。

聯盟由會員所支持，並以密西西比大學南方文化研究中心為基地，採集口述歷史、製作影片、短片，出版文章，發放獎學金，也舉辦各項活動，以活化和推動區域內傳統飲食的發展，財務來源為接受個人、基金會和企業的捐贈。

在 1999 年時，由作家 John Egerton 領導召集兩天的成立大會，創始會員有 50 人，以記錄和發揚美國南方多樣的食物傳統為宗旨。

聯盟所提出自身主要的價值在於：

- 讓沈默者發聲，透過深入的田野調查，尋找前所未知、即將消失，表現人與地方文化的食物傳統
- 創造舞台，記錄維繫食物傳統者他們的傑出工作，以及創造活動，呈現對食物傳統貢獻才華的個人以及團體
- 尊重文化真實性，不抹平不包裝，面對區域內有關階級、族群、性別、宗教等產生的差異，不加以回避
- 我們不只是從受訪者身上取得口述歷史，我們讓口述歷史的受訪者成為一個大家庭，彼此與社群間建立長期的關係
- 我們鼓勵社群投資在飲食文化上，我們鼓勵地方以自身認同為傲，也鼓勵社區投資在建立自身的飲食文化的豐富性。我們連結資源
- 我們頒發獎項，以各種的獎項獎勵努力工作的一般人、區域性的領導者（包括促進環境永續者）
- 跟學術界連結，我們的研究具有學術嚴謹度，並透過大學的研究中心發聲，也鼓勵學生、研究者投入
- 我們的研究成果對大眾公開，透過網路、影片，去訴說食物傳統的故事
- 我們創造愉悅而情境化的活動，包括菜單、烹飪者、廚師，能夠帶動對話
- 我們鼓勵多元意見、甚至衝突意見的交流，和其他志同道合的組織合作
- 我們提供真正、特殊、美味的食物與飲料，我們知道食物的來源，準備食物的人，也知道這些食物如何訴說我們的故事
- 我們透過共同合作性創造事業，而不是依賴一時性的廣告¹¹

¹¹ 資料來源：<https://www.southernfoodways.org/about-us/>

第六章 結論與建議

第一節 結論

臺灣西南沿海一帶，具有洲瀉海岸特徵，山區沖刷的泥沙隨河流沈積入海，廣大浩瀚的台江內海，在短短三百多年間化為陸埔，自然環境的快速變遷，乃台江特殊的地理特徵，造就地方發展的背景，也形成了台江地區飲食文化的肌理。

移民於鹽地上拓墾，發展捕撈、曬鹽、養殖、農耕等產業，改造大地，與環境共生從而取得食材，從漁港、鹽村、魚塭、農田，利用濱海之地利興漁鹽，灌溉荒地為良田，地景裡銘刻著許多人與環境互動的故事，記敘著先民開墾的歷史，發展出根植於地方風土的食材生產技藝，一幕幕飲食生活的場景，共同存在於台江人的記憶中。

隨著生活型態的變遷與各種外來食材進入，台江居民逐漸脫離原有的飲食習慣，然而一談起記憶中的食材與料理，老一輩的台江人還是有說不完的故事，這些故事中的情感引發了更多的共鳴，凝聚了社群的認同。這也是未來推廣與活化台江傳統飲食文化的基礎，由在地認同出發，觸動地方居民的內外部交流，開啟台江飲食文化傳統傳承與創新的公共討論。

在台江地方，也逐漸開始有各種友善環境食材品牌，以及各種魚塭、農田小旅行，讓參與者可以親自接觸在地風土、品嚐台江鄉土食。儘管以各區單點為主，整體旅遊環境仍有待進一步串連，但從飲食此一生活化的主題切入，當可豐富台江國家公園周邊地區環境教育及解說活動的模式，發掘居民與環境共存的傳統知能、生態智慧，飲食文化的情感面向，透過文化旅遊的活動傳播。

在大眾重視食安議題、友善小農、食物哩程的風潮下，透過與民間社群協力、結合學校教育，可增加民眾對台江區域食材認識，建立城鄉連結。特別臺南為著名美食之都，更可引發臺南飲食與地方食材的關係。透過指定與修復潛在性文化資產，如魚塭、鹽村、鹽場設施、水圳、食水堀，進而讓民眾理解台江地景為食材生產之「大地餐桌」概念，進而認同整體自然文化保育概念。

參考國際案例，可發現各國保存、記錄、傳播與發揚飲食文化的努力，民間社群、產業的啟動至為關鍵，讓傳統飲食透過經濟上的成功，得到傳承與活化，再加以學界的投入、政府的引導與支援，透過有創意的文化行銷，跟社會大眾連結。以民間自發性認同傳承與發揚地方飲食文化的基礎，引發其釋放動能，形成活躍的地方網絡，再輔以公部門提供平台及政策性支援，方能永續發展。

第二節 建議

以下分就生態、人文、產業面，歸納研究中受訪者對台江飲食文化傳承與活化可執行之事項，作為後續研究與推廣建議：

一、生態面：

台江作為一個地域，各個微環境孕育著不同的生物資源，自然環境實為台江能產生特色風土食材的基礎，值得被保存與修復。受訪者提到生態面改善的方向有：管制捕撈¹²、蚵坪管制、海岸污染、工業、農業用藥造成河川污染影響養殖水質、高密度養殖造成生態問題、整體水利規劃之必要等。

未來可就各區域之不同自然條件，如潟湖、濱海沙洲、鹽田、紅樹林濕地、農田水圳等環境，更加細緻去釐清微環境與食材生產的關係，以及其衍生的飲食文化特性，讓台江整體的食材地圖，面貌更加浮現。

二、人文面：

飲食文化應涵蓋至食物旅程的上中下游，從捕撈、種植、收穫、烹飪到食用，特別在上游，本研究特別訪問從事捕撈、養殖工作的耆老，探尋其利用台江自然環境、時令節氣從事生產的環境智慧，此乃台江地區之所以能產生獨特風土食材的基礎，深刻連結土地、環境面之特性，是台江彌足珍貴的在地人文資產，未來應被更深入探討。

結合在地學校，將傳統生態養殖法的復育、古魚法（如牽罟、淺水域捕撈法體驗）、網器（蝦仔拖、魚苗網）的製作、鹽業生產，作為環境教育的推廣，並吸引學子、年輕人參與，並從事傳統飲食烹飪技藝的教學，將其發展為工作坊操作。舉辦徵文、故事分享，集結台江人對於飲食的情感記憶，透過各種推廣平臺的轉化與傳播，分享給更多在地與外地人士。

¹² 根據林幸助(2011)：《台江國家公園及周緣地區重要生物類群分佈及海岸濕地河口生態系變遷》研究，如四草濕地及七股潟湖，此一區域便有將近 240 種魚類。其中，一般小型鯔科魚類俗稱豆仔魚相當普遍，冬季寒流來襲時，臺灣南部海域附近的烏魚族群會大量的增加，其稚魚也會留滯在濕地裡。七股潟湖為仔稚魚繁息及覓食的庇護所，石斑魚、黑鯛、沙鯪、彈塗魚等，數量非常豐富。研究指出，七股潟湖及曾文溪口的確為許多魚類生活史中重要之產卵及孵育場所，且多集中在 4-7 月，也造就此區特殊的捕撈魚苗活動。

三、產業面：

形塑台江食材與風土飲食之特色形象，思考國外案例中建立地方品牌（如 Wales, The True Taste）之作法，形塑台江在地物產的品牌形象，文化行銷做法上，可透過「主廚帶路」等創意美食比賽引發大眾對於食材的認識。與電子媒體、報章雜誌形成專欄連結，表揚與報導台江傳統飲食之特色人物：小吃店、烹飪家、具有特殊食材生產技藝者，肯定其努力，與彰顯其理念（如美國南方食物路徑聯盟案例），促成飲食思潮的改變。

結合當代社會對在地食材、從產地到餐桌的重視，連結國際「慢食」概念的風潮。所謂「慢食」，最簡易的解釋為「永續的方式取得食材」、「以傳統手工製作菜餚」、「放慢飲食的節奏」與「享受地方獨特的風味」。近來並有「慢漁聯盟」，每兩年舉辦一次的國際「慢漁」活動，主要在探討海洋多樣性生物消失對全球魚群的影響，呼籲支持永續漁業，減少捕撈量和保護特別魚種。建議在未來台江飲食的推動，可與國際性團體接軌，引發在地觀念改變，並能深化台江產業的價值內涵。

經由文化旅遊刺激飲食文化相關的地方產業，開啟以環境及人文作為資產的台江傳統飲食文化旅遊產業，增進與地方之共存、共榮及分享夥伴關係。

附錄一、書目收集

台江自然環境

- 張瑞津、石再添、陳翰霖(1995)，〈臺灣西南部臺南海岸平原地形變遷之研究〉，《國立臺灣師範大學地理研究報告》，第 23 期。
- 林永旭(2010)：《沿海漁業資源環境與管理之探討-以臺南海岸為例》。國立中山大學海洋環境及工程學系研究所碩士論文。
- 林幸助（2011）：《台江國家公園及周緣地區重要生物類群分佈及海岸濕地河口生態系變遷》。台江國家公園管理處。
- 台江國家公園管理處(2011):《台江魚踪—台江魚類圖鑑暨垂釣生態導覽》。台江國家公園管理處。
- 林俊全 (2012)：《台江國家公園自然地景資源調查》。台江國家公園管理處。
- 吳宗澤(2012)：《潮間帶貝類資源採捕及環文蛤族群生物學-以台江國家公園的研究為例》。高雄醫學大學生物醫學暨環境生物學研究所碩士論文。
- 臺南市紅樹林保護協會(2012)：《台江秘境- 歷史、人文、自然》。臺南市紅樹林保護協會。
- 吳新華(2013)：《台江地區人文資產保存與推廣計畫-虱目魚為主之養殖產業調查》。台積國家公園管理處。
- 陳義雄(2014)：《台江國家公園沿海與潟湖魚類生態資源調查及經營管理計畫》。台江國家公園管理處。
- 王一匡(2014)：《對黑面琵鷺友善之濕地營造計畫》。台江國家公園管理處。

台江人文環境

- 曹永和(1979)：〈歐洲古地圖上之臺灣〉，《臺灣早期歷史研究續集》，臺北：聯經。
- 郭清林(1981)：《正統鹿耳門土城聖母廟沿革暨風雲滄桑錄》，鹿耳門史蹟研究促進委員會。

- 黃文博(1995)：《南瀛歷史與風土》。常民文化。
- 胡興華(2002)：《臺灣的漁業》。遠足文化事業股份有限公司。
- 《七股養殖漁業之勞動文化研究》(2003)，財團法人綠色旅行文教基金會。
- 胡興華(2004)：《臺灣的養殖漁業》。遠足文化事業股份有限公司。
- 陳立人(2005)：《荷據時期臺灣赤崁一帶土地墾佃制度之研究》。碩士論文。
- 陳素雯(2005)：《臺江內海浮覆地社會經濟變遷之研究—以臺南市安南區為例》，國立臺南大學鄉土文化研究所碩士論文。
- 曾品滄(2006)：〈從番社到漢庄—十七至十九世紀麻豆地域的拓墾與市街發展〉。《國史館學術集刊》第7期。
- 陳維鈞(2006)：〈臺灣史前考古學的漁撈研究〉，《國立臺灣大學考古人類學刊》，66卷。
- 翁育民(2006)：《臺南市安南區食水堀之形成與變遷》，國立臺南大學臺灣文化研究所教學碩士論文。
- 李淑玲(2006)：《西港鄉聚落的拓墾與開發之研究》，國立臺南大學臺灣文化研究所碩士論文。
- 黃健庭(2007)：西拉雅族宗教信仰與飲食文化的變遷。《稻江學報》12 2;2期。
- 陳柏志(2008)：《臺灣鹽業文化景觀之研究—以七股鹽場為例》，中原大學文化資產研究所碩士論文。
- 吳建昇(2009)：《道光三年以前台江內海及周圍地區歷史變遷之研究》，國立成功大學歷史系博士論文。
- 翁佳音、劉益昌(2010)：《台江國家公園及周緣地區人文歷史調查及保存之先期規劃成果報告》。台江國家公園管理處。
- 陳翰霖、張瑞津(2010)：《台江內海陸化過程與人文活動的關係，地質》。第29卷，第4期，34-38頁。

- 傅朝卿(2010)：〈從漁業文化景觀的角度來看台江國家公園〉。《成大校刊》。第 231 號，2010 年 2 月，pp.10-15。
- 王淳熙、傅朝卿(2010)：〈文化景觀保存維護的永續性實踐〉。《文化與建築研究集刊》。第 14 號，2010 年 3 月，pp.1-21。
- 李王癸(2011)：《臺灣南島民族的族群與遷徙》，臺北：前衛。
- 劉益昌等(2011)：《台江國家公園及周緣地區人文歷史調查及保存規劃研究成果報告》。台江國家公園管理處。
- 曾華璧(2011)：《釋析十七世紀荷蘭據臺時期的環境探索與自然資源利用》。頁 1-39，第十八卷，第一期。中央研究院臺灣史研究所。
- 趙文榮(2011)：《日治時期臺南州區之糖業與地方社會(1895~1945)》，國立中正大學歷史研究所博士論文。
- 曾品滄(2012)：〈塭與塘-清代臺灣養殖漁業發展的比較分析〉，《臺灣史研究》；19 卷 4 期。
- 李匡悌，(2012)：〈牡蠣：臺南西南海岸最古老的傳統美食〉，《中國飲食文化》。
- 周婉窈(2012)：〈陳第〈東番記〉——十七世紀初臺灣西南平原的實地調查報告〉。《海洋與殖民地臺灣論集》。臺北：聯經。
- 吳茂成(2013)：《臺江內海及其庄社- 大洪水裡的小地方記憶》。臺南市政府文化局。
- 劉益昌(2014)：《臺灣濕地雜誌 94 期，倒風內海的人群與土地》。臺灣濕地保護聯盟。
- 鄭方靖(2014)：《魚音樂誌-台江地區數魚歌調查分析與彙整成果》。台江國家公園管理處。
- 陳玉箴、曾品滄(2015)：《台江飲食文化源流》。台江國家公園管理處。
- 張郁侖(2015)：《臺灣虱目魚飲食文化之探衍- 以臺南地區為例》。國立高雄餐旅大學碩士論文，臺灣飲食文化研究所。

大臺南史普書籍

- 吳建昇(2012)：《大臺南的前世今生》。臺南市政府文化局。
- 楊宏裕(2012)：《大臺南的地形》。臺南市政府文化局。
- 許清保(2012)：《大臺南的港口》。臺南市政府文化局。
- 簡辰全等(2012)：《大臺南的河川》。臺南市政府文化局。
- 王奕棠(2012)：《大臺南的濕地》。臺南市政府文化局。
- 蔡炅樵(2012)：《大臺南的鹽業》。臺南市政府文化局。
- 張溪南(2012)：《明鄭王朝在臺南》。臺南市政府文化局。
- 鄭道聰(2012)：《大臺南的西城故事》。臺南市政府文化局。
- 洪瑩發等(2013)：《臺南傳統道壇研究》。臺南市政府文化局。
- 黃文博(2013)：《倒風內海及其庄社》。臺南市政府文化局。
- 吳明勳(2013)：《臺南王爺信仰研究》。臺南市政府文化局。
- 張耘書(2013)：《臺南媽祖信仰研究》。臺南市政府文化局。
- 周茂欽(2013)：《臺南大道公信仰研究》。臺南市政府文化局。
- 周宗楊(2013)：《海風牽引臺 17—從北馬仔到灣裡》。臺南市政府文化局。
- 陳桂蘭(2013)：《思慕臺 19—從鹽水到六甲頂》。臺南市政府文化局。
- 陳秀琍等(2013)：《府城百年濱海道—從青草崙到南楚橋》。臺南市政府文化局。
- 曹婷婷(2013)：《府城。老時光—從安平到舊城區》。臺南市政府文化局。

飲食史普書籍

- 簡錦玲(2004)：《臺灣四季野菜美食圖譜》。大樹文化事業股份有限公司。

- 蔡承豪、楊韻平(2004)：《臺灣番薯文化誌》，臺北：果實出版。
- 蔡珠兒(2005)：《紅燜廚娘》。臺北：聯合文學。
- 王浩一(2007)：《慢食府城：臺南小吃的古早味全紀錄》。臺北：心靈工坊。
- 紀馬丁、亨利·古果(2007)：《世界的餐桌》(蔣國英譯)。臺北：時報出版。
- 季子弘、施穎芳、莊明穎(2009)：《臺灣慢食旅行》。臺北：墨刻。
- 陳淑華(2009)：《島嶼的餐桌：36種臺灣滋味的追尋》。臺北：遠流。
- 莊祖宜(2009)：《廚房裡的人類學家》。臺北：大塊。
- 麥可·波倫(2009)：《到底要吃什麼？素食、有機和野生食物的真相》。臺北：久周文化。
- 卡羅·佩屈尼(2009)：《慢食新世界》(林欣怡、陳裕鳳譯)。商周出版。
- 焦桐(2009)：《臺灣味道》。臺北：二魚文化。
- 洪震宇(2010)：《旅人的食材曆》。臺北：遠流。
- 湯姆·斯丹迪奇(2010)：《歷史大口吃：食物如何推動世界文明發展》(楊雅婷譯)，臺北：行人。
- 彭欽清(2010)：〈此醬非彼醬：談醃汁與番茄醬的關係〉，焦桐主編，《飯碗中的雷聲：客家飲食文學與文化國際學術研討會》，臺北：二魚文化。
- 黃婉玲(2011)：《百年臺灣古早味：尋訪真實老味道》。臺北：健行。
- 陳文榮(2011)：《古早味》。臺北：二魚文化。
- 徐仲(2012)：《知味臺灣：徐仲談慢食》。食材文化。
- 辛永清(2012)：《府城的美味時光：臺南安閑園的飯桌》(劉姿君譯)。臺北：聯經。
- M.F.K. 費雪(2012)：《牡蠣之書》(韓良憶譯)。臺北：麥田。

- 宮崎正勝(2013)：《你不可不知的世界飲食史》(陳柏瑤譯)。遠足文化事業股份有限公司。
- 沈錡美(2013)：《海風下的密碼—嘉義沿海的環境故事》。嘉義縣政府。
- 洪震宇(2014)：《風土餐桌小旅行：12 個小地方的飲食人類學筆記》。臺北：遠流。
- 韓良露(2014)：《臺北回味》。有鹿文化事業有限公司。
- 余宛如(2014)：《明日的餐桌：世界正在吃什麼？面對食安危機，我們需要美味的倫理與食物的正義》。臺北：果力文化。
- 陶德·塞爾比(2014)：《尋味世界餐桌：從歐美到亞洲，走進主廚、釀酒人、烘焙師、乳酪師、採食者、咖啡師、餐廳老闆、農漁牧業者、食物實驗者的美味人生》(潘昱均譯)。臺北：奇光出版。
- 黃婉玲(2015)：《黃婉玲經典重現失傳的臺菜譜》，臺北：時報文化。
- 胡川安(2015)：《和食古早味：你不知道的日本料理故事》。臺北：時報出版。
- 心岱(2016)：《鹿港尋味：揭開「正宗古早味」蘊藏的飲食傳奇》。臺北：天下文化。

附錄二、訪談紀錄

受訪者名單

編號	姓名	出生年	性別	訪談時間	原生地	現居地	背景/代表性	訪談摘要	頁數
1	吳○周 	民國三十一年	男	2016.04.01	安南區海尾	北區	成長於農漁家庭，後從事建築業，過往的成長經驗，讓吳翰周對地方養殖業的變遷有深刻的體認，近年推動台江地區永續城鄉發展之計畫	描繪出典型漁農大家庭生活一幕幕畫面：合院生活經驗、童年飲食記憶	P103
2	蔡○蘭 	民國三十三年	男	2016.04.06	土城園寮仔	東區	詩名鹿耳門漁夫，本業營造，三十餘年前即創立鹿耳門史蹟研究促進委員會、台江伴作家協會、臺灣文史營等	從民俗與文化的角度詮釋台江飲食：相陪伴的精神、二十四節氣的韻律	P106
3	吳○華 	民國三十三年	男	2016.04.07	四草	四草	退休教授，紅樹林保育協會前理事長，領導推動台江環境議題，為台江國家公園進行虱目魚養殖產業調查	家庭與墾拓環境的淵源，四草人不怕海，兒時隨著小孩伴一起入海採文蛤的故事	P111
4	侯○生 	民國二十年	男	2016.04.08	七股區大寮	七股區大寮	從事漁、農、曾擔任農會代表，為糖廠種植的管理者	養殖與種植經驗，下一代離農、魚塭沒有生產價值而賣掉	P125

5	杜○齊 	民國二十五年	男	2016.04.13	七股區十份里	七股區十份里	魚塭長年，曾掌管 60 甲魚塭、於美國塭經營，曾任合作社理事長	魚塭長年的運作模式	-
6	許○在 	民國二十三年	男	2016.04.20	七股區龍山	七股區龍山	龍山社區漁民，曾從事近沿海捕撈，現仍從事養殖	水產養殖如今環境風險高沒把握，居民認人- 知道誰養的好向他買魚	-
7	林○辰 	民國三十七年	女	2016.04.21	北區紅目寮	中西區	家庭主婦，長於廚藝	母親即使在貧脊環境中，仍發揮愛心與巧手創意讓家人飽足，傳承其手藝。	P126
8	陳○標 	民國三十二年	男	2016.04.27	七股區三股	七股區三股	從八歲起於七股區域捕撈魚苗、牽罟、魚塭各類水產養殖、插蚵、釣魚	各種生物的特性、地形、海流，閱讀大自然這本無字的書，養殖業沒有標準答案	P129
9	莊○吉 	民國三十八年	男	2016.05.19	安平區海頭里	安平區海頭里	安平最後一代之討海人，之後轉做水下遺產打撈	安平曾為漁業重鎮，對海的懷想與感情	P139

10	邱○太太(不願具名) 	民國三十一年	女	2016.06.10	安南區土城	安南區土城	從事漁農，家庭式加工生產西瓜綿有四十年時間	製作西瓜綿之技術	P141
11	黃○女士(不願具名) 	民國三十五年	女	2016.10.1	七股區	溪頂寮	從小在七股近佳里附近長大，因家中無田靠採集維生，生態資源豐沛，記憶中吃的很豐富	童年村莊裡的生活經驗，女性的角色，刻苦中努力的精神	P175
12	黃○媽媽(不願具名) 	民國四十年	女	2016.9.21	中西區	北區	從小住在中西區，對虱目魚有非常深厚的記憶，對於虱目魚烹調也有非常講究的看法	虱目魚-小販挑進城來賣，主婦對於虱目魚的烹調，傳承給女兒	P177

編號	地區	姓名	性別	訪談日期	背景	訪談摘要	頁數
在地社區、文史工作者							
13	龍山社區	王○華 	男	2016.04.20	龍山社區發展協會總幹事，龍山社區長年進行社區營造、農村再生，獲得國際宜居城市入選，並於近年推動社區文化旅遊、社區媽媽餐	龍山社區營造與農村再生的歷程，現在發展的社區媽媽餐、旅遊遊程規劃	P143

14	安南區	吳○成 	男	2016.05.19	推動大廟興學，長期投入台江文史研究，臺南社大台江分校執行長，台江分校並有「阿媽的手路菜」課程，傳承鄉土菜餚	台江飲食有其自明性不能被抹平，要由刻苦的拓墾文化背景去理解	-
15	媽祖宮社區	林○材 	男	2016.05.25	推動鹿媽祖宮社區漁夫體驗活動，社區媽媽餐，鹿耳門生態旅遊發展協會總幹事	推動媽祖宮社區發展為生態園區，因為這可減少村莊人口流失，帶給長輩經濟收入與尊嚴	P148
16	七股頂山村	陳○志 	男	2016.10.20	頂山人，文史工作者，現為台師大地理所博士生，所著碩士論文『臺灣鹽業文化景觀之研究-以七股鹽場為例』獲得文化資產保存維護學位論文獎助，現回頂山從事文化保存與發展工作。	以生活的概念去經營文化旅遊，以大廟為中心、村莊為內容，而並非是消費式的	P178
漁、農生產者							
17	七股區大寮	鄭○明 	男	2016.04.08	臺大海洋藻類博士，回鄉從事貞的好蝦生態養殖，開發多樣化養殖模式，並尋求最適合台江風土之產物	什麼是最適合台江風土的產物？產業如何有經濟能量吸引年輕人回來傳承養殖文化？	-
18	佳里	佳里農會牛蒡產銷班 工作人員	女	2016.04.08	牛蒡為佳里之特色產物，並有產銷班設立加工廠	從日本引入種子，於佳里種植加工製成牛	-

						芳茶，並有體驗活動，但受到兩害嚴重	
19	安南區	顏○宏 	男	2016.06.10	家中五代養殖，為新一代漁民，「台江漁人」草本蝦經營者，推動科技養殖，並針對從產地到餐桌，生產履歷產品的行銷推廣，串聯餐廳業者，以網路、kuso 的方式，喚醒公共政策的重視	從產地到餐桌該如何串連？應有有創意美食比賽，來推廣和行銷台江品牌的食材	P152
加工、烹飪者- 總舖師、餐廳、小吃店、中藥行							
20	七股大寮	鄭○源 	男	2016.04.08	二十歲即擔任總舖師，五十年總舖師經驗，在臺灣北中南各地辦桌，並曾于二十年前承辦第一屆虱目魚大餐	總舖師的辦桌模式，真正的古早味什麼都要自己做	-
21	佳里	尤○松 	男	2016.04.13	佳幸宴會廳負責人，家傳四代總舖師、洋香瓜綿發明者(加工者)、崑山大學講師	台江的特色食材為海鮮，惟本地食材漸漸消失，新的團膳講究低卡、健康	-
22	中西區	王○慧 	女	2016.05.03	小滿食堂經營者，以兒時在佳里、青鯤鯓成長記憶的味道，推動以當今在地食材做成，傳承古早情感的家常菜	從小跟母親在廚房的經驗開啟了對做菜的興趣，研究那個時代的菜餚	-

23	安南區	蔡○成 	男	2016.06.10	東香台菜海產餐廳經營者，別號愛心總舖師，採用生產履歷食材，成為第一家三星「溯源餐廳」，並於康寧大學任教，傳承給學生台菜	透過創意美食比賽，可以引動學生對台江食材的關注	-	
24	七股區竹橋	竹○小吃 	女	2016.04.08	經營二十餘年，提供在地人平價日常飲食	經營一家小吃店從採買、烹煮都要自己來，自己榨豬油、作大封，都是熟人來買	-	
25	七股區十份里	阿○小吃 	女	2016.04.13	位於臺南大學七股校區預定地對面，近年漸成為網路、媒體報導之小吃店	向在地阿嬤收當季食材（如石蚵）用新鮮食材用心做給客人就是最好吃的	P161	
26	土城	郭○心 	男	2016.04.28	德和藥房，父親從事捕撈，講述當地物產入藥-土龍酒之淵源，以及當地草藥風俗	土城城西一帶以往淺灘有非常多土龍，捕抓之方式	P163	
飲食者 在地報導人								

27	七股	蘇○川 	男	2016.04.20	出生於七股城內，三十年前曾擔任七股鄉鄉長，曾於任內推動洋香瓜種植、農漁會生產條件改善事物，現居佳里，嫻熟在地人、事，關心公共政策	品嚐總舖師料理要看第二道菜，看湯頭，是否能觸動味蕾。七股一帶的農業推廣過程與現況	P164	
28	土城	郭○昌 	男	2016.06.10	成長於漁農家庭，在地文史與公共事務推動者，長期為漁權會服務，嫻熟地方風土民情，並曾從事種植、養豬	土城作為美食集中地，二十四小時都有吃的	P165	
旅遊、節慶、文化活動推動者								
29	七股	王○田 	男	2016.04.20	台鹽生技旅遊課課長，鹽村子弟，關注鹽業文化資產保存，現規劃鹽山休閒遊憩活動	鹽文化資產保存的困難	P168	
30	土城	王○義 陳○福 蔡○輝 	男	2016.04.28	聖母廟主委、總幹事、副主委。聖母廟三年一科之繞境活動，點心為地方節慶的重要共食經驗，採用在地料理，並於媽祖生日舉辦虱目魚節活動	虱目魚節所需動用的人力、物力，遶境請客的習俗	-	

31	安平	吳○祥	男	2016.05.20	安平風獅爺復育計劃工作者，從事文史採集，家傳水產加工量販，現經營丸奇號，仍有季節性小量蝦米、扁魚製作，採用安平特色在地食材	安平漁業的興盛與沒落- 魚蝦棲地的破壞，以及安平人由討海轉到陸地	-
32	南寮	楊○鈺	女	2016.7.26	曾任職皇尚企業股份有限公司文創部文創行銷總監，現為鈺川公司負責人，經營鹽田生態文化村，推動鹽產業文創。	以社會企業方式永續經營鹽文創產業的熱情與願景，讓鹽文化再生	P170



在地居民的日常生活飲食習慣，台江人獨有的飲食記憶與情境- 大鼎煮的魚最好吃

編號：1

日期：2016.04.01

受訪者姓名：吳○周

成長地方：安南區海尾



背景：臺南市安南區海尾村海尾人，1942年海尾出生，父親是從將軍來的。後從事建築業，現住北區。

我是海尾村的海尾人，爸爸是從將軍來的，我們家男人要作農，也要做漁，女人要做農，種稻子、種甘蔗、豆子、番薯。我沒有幫忙很多，小孩子通常都去魚塭吃點心，帶點心去，工作的大人肚子餓了，小孩子會帶像是菜飯、稀飯給大人吃，我們的魚塭在本淵寮和海尾的中間，從莊舍到田要走十五分鐘以上。

當時都是為了填飽肚子，平常吃的大多是自己田裡種的菜，魚塭的魚。過年和拜拜才有殺豬殺雞或真正的肉吃。我們家是男生先吃，再給女生吃，通常吃的都是自己田裡面的菜、魚塭的魚，小孩子先吃，再男人、女人吃，在合院的大廳，當時我父親是家中老大，他兄弟二叔公有讀書，有開車、碾米廠，大家一起住在合院，住在海佃路上現在幼稚園那邊，我們跟小叔公住在海尾合院，平常在合院的大廳吃。點心最多就是去田裡面煮鹹粥，弄點菜和菇類之類，粽子是節日才吃。

kê的話，有魚 kê，蝦 kê、螃蟹 kê，毛蜞 kê，貝類，有殼有螺肉在那面，很甘、很鹹，吃飯有 kê就很下飯。kê的材料，這些東西是魚塭地進出水就帶過來，有的是海裡帶過來，有的是生態自己過來，以前毛蜞一弄就是好幾籬筐，現在都沒有那種生態。有「瘋毛蜞」，要交配發情時出來一大堆，數量多的恐怖。有水在流動它就會往上爬，抓好多好多，吃不完存下來的做法就是醃製。用普通的做法去煮去滾，吃太多也不好，把生的用鹽醃，微生物就會發酵，把蛋白質變成氨基酸，就會變得又香又鹹很下飯。

還有一陣子我們的魚塭就有五鬚蝦，下雨還是什麼特殊季節，蝦子抱卵剛好配合養魚用米糠給牠們吃的時間，但結果米糠都被五鬚蝦吃了，牠就長很多。漁民抓這些等於是養殖虱目魚時的副產品。抓起來曬成蝦米，可以放很久煮菜，煮高麗菜時放一點。鄉下地方不像臺北講究，臺北吃扁魚，臺菜扁魚要爆香，以前我去山上找朋友就帶扁魚給他，煮菜有扁魚就很好。但鄉下地方就是五鬚蝦。現在東港賣的蝦子和櫻花蝦，等於代替味精，就是高蛋白。

養魚中間的副產物有蝦米五鬚蝦、小魚，養魚時就有這些東西出來，肚子大大的抱卵會生小魚。要養虱目魚，就可以給虱目魚吃，小魚長得很快。小孩子要零用錢，暑假時會用一個網具，一個一公尺見方，兩根竹子片，綁在四個角裡面，放米糠炒一炒就很香放入，小魚就會進來被抓，小孩子要零用錢就是要做這些事。弄完給大人拿去賣，賣 100 塊就給 10 塊，賺十分之一的錢。要不然在家裡曬小魚乾，用蒸的也蠻好吃，因為他高蛋白又生鮮味道很好。有五鬚蝦、小魚。

養虱目魚的時候，吳郭魚是雜魚。吳郭魚等於是家庭的「米配」，配飯最主要的來源。排水出去有個網，水進來時有吳郭魚跑進來，大了以後就是家庭的好晚餐。

那時候都是蒸吳郭魚，那時候的魚特別好吃。煮都一大鍋，台語講用「沁」的，鹽灑下去原來有很多水，一直蒸一直蒸，魚的味道都跑出來，湯都是營養的味道。那時魚的營養都很均衡，吃藻類或生物餌料，用「焗」的，就是把味道都擠出來，水分又蒸發掉，等於是萃取的結晶。吳郭魚一吃就好幾條。有吳郭魚沒有菜都沒有關係。豆瓣是黑的，有一種是大豆發酵，還有煎的、蒸炊的，還有用熬的，炖鰻魚，還有炖鱉（像烏龜一樣），還有紅蟳用燉，燉的意思就是吃補，有那種吃補東西就先給老的和小的吃。大家庭很照顧小孩子和老人才有米吃，其他人都吃番薯籤，黑黑的，以前我們吃的番薯籤都是貓在上面生小孩，因為在合院那邊晒時，番薯籤會

發燙，貓喜歡那個溫度小孩子才會溫暖，就在上面生小孩，我看了覺得好有趣，之後我們也照吃。

還有養雞養鴨，農村那時候都自己養雞、鴨、鵝、兔子跟豬，還有黑肉豬與羊，有人要結婚的時候殺羊，羊的油很香，白飯加羊油太好吃了。養兩隻牛耕田拉牛車，廚房的燃料都要草，還有田青當柴，輪到要煮飯的要找柴，小孩子要找柴，帶到廚房，一個空間很大，堆很高，因為燒得很快。

鄉村裡面用米，用石磨磨米做紅粿、甜粿跟發粿。花生也好吃，點心就是紅豆湯和湯圓。蚵仔煎那時沒有蚵仔，我們的水溝那時好像還沒有蚵，我們是在海尾，要在七股那樣的潟湖才有蚵，那時自己圍的水溝都很小。

死的虱目魚才會拿回家吃，浮起來就拿回家吃。死魚的時候才有魚吃，活的就賣人家。家庭收入是靠賣魚，到時候才撈一次。也不是常常有虱目魚吃，真正抓魚時節才拿回來。我們有兩個魚塢，一個靠海水溪邊，一個靠楓城理想大地那邊，是靠淡水，那水是用嘉南大郡，草魚、鱧魚、鯽魚跟吳郭魚，有這四種主要魚類。淡水的魚混養，海水的魚養虱目魚，還有草蝦與螃蟹。吃的魚來自鹹水魚塢、淡水魚塢都有，淡水魚塢養的種類比較多，但是鹹水魚塢養出來的魚比較好吃。那時候也有做虱目魚鬆，死的魚吃很多，臭的魚就做魚鬆。

沒有分配多少錢買菜，買米、油和鹽。美援時發奶粉，米粉袋做內褲，我們常偷吃奶粉，那時沒喝過牛奶，有彈珠汽水。那時候挑水也要走一段路，大概幾百公尺，否則就沒水。

家裡要吃點心要到廟那邊去吃，但是很少去吃，有柑仔店，那時可以記帳，去那邊買醬油、酒、味素、糖、米粉、麻油、糖果、餅乾、金紙和蠟燭。那時候廟小小的，私塾有請老師，通說是唐山來的，三合院請唐山的武術師父來，四伯父、六伯、五伯打得很好，那時我還小，所以我沒有打，台江的宋江陣，拿 12 呎的武器，四伯拿起來就很有架勢。

大家會輪流煮飯，母親和叔母和大嫂輪流煮飯，即使是二哥的太太，曾經在日本人臺南市的市長當佣人，嫁過來也要挑水。印象最深刻的菜，記得我媽媽那時候會把虱目魚或吳郭魚煮熟，加鹽放在甕裡面，埋在地下，過好幾個月拿出來，整個魚肉都化掉，放在甕裡發酵，會好香好甘甜。那時候什麼都好吃。那時候吃菜的印象，有白菜、菠菜、高麗菜，但印象不多。一直吃魚，魚煮得很大鍋，用粗鹽，湯很

多，火退掉，一直蒸，水分蒸掉，湯汁收縮又乾後會很甜，有吳郭魚、豆仔魚、也有烏魚，但很少有烏魚子。魚塭撈魚，一次煮很多魚時，在大鼎裡煮的魚特別香甜、甘。

鹹瓜，用醃的瓜來煮新鮮魚，不會死鹹，比放鹽巴好。以前都用一種長長的瓜，現在很少看到了，醃菜也有，像是泡菜那種，一般都是用高麗菜、紅蘿蔔，鹹菜、鹹瓜、西瓜綿、豆瓣、豆腐乳、酸菜，這種醃漬類的，特別的味道是微生物來的。

那時候點心就是虱目魚粥、紅豆湯還有鹹菜粥，還有紅姑粿、甜粿、鹹粿、發粿，一面也是拜拜用的。那時候拜拜普渡，不像現在用罐頭，都自己煮，有吃過封肉，以前的白斬雞也很好吃，燉雞在補的，人家結婚時候的請客的總舖師。建醮的時候，大家都在請客，請了好幾餐。例如朝皇宮會請好幾百桌，那時候一桌大概不會很多錢，有吃過苦瓜封、苦瓜肉和香菇，魚丸、肉丸、貢丸，想找出當時作醮時有什麼東西，有米糕跟魚等等。

那時在嘉南大圳游泳，抓鰻魚。季節對的話，1、2月時，池子放水出去，鰻魚就會跑進來，上游如果有淡水下來，海裡的魚苗就會跑進來，魚苗都在淡鹹水交會的地方，那時不知道鰻苗是寶，都拿給鴨子吃，那時後鰻魚不值錢，如果鰻魚苗再回到嘉南大圳，就代表我們的環境有救了，那時候做外銷鰻苗一條 20 塊。現在一條一百多塊。現在大家不養鰻魚因為沒有鰻苗，不大能人工養殖，下次再說鰻苗消失的故事。

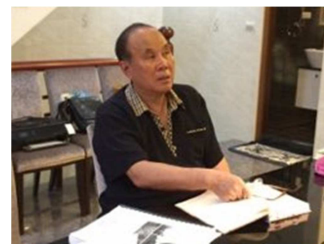
在地居民的日常生活飲食習慣：二十四節氣各有各的滋味、相放伴、迎神賽會

編號：2

日期：2016.04.06

受訪者姓名：蔡○蘭

成長地方：土城園寮仔



我是西元 1944 年出生的，日本昭和 19 年，民國 33 年，三種日期，9 月 9 號出生，我出生於臺南市的郊區，鹿耳門古港道的一間茅屋，當地人俗稱為園寮仔，因為家父從市農漁兩種職業，很苦，因為漁業到冬天曬坪，寒流來，就要做農，補網子，又要去忙農，所以這樣整年都忙碌，漁農互相交替來做，因為故鄉是靠近海邊，也可以說是一個鹽分地帶延續的地帶，鹽分地帶有分溪南和溪北，溪北是學甲、七股、將軍、北門，溪南比較多鹽分的是土城、四草，包

括媽祖宮都是，因為臺灣的河川很短，很快就沖出海，不是很長，東西向很快就流失了，也是一個鹽分很重的貧脊土地，所以在那裡，大概就是靠天吃飯，要風調雨順，才有好的年，壞的年，居民就會挨餓、受苦。

我到初中還在吃番薯籤。初中過後就有番薯摻米，日子就稍微好過一點。以前番薯曬乾，削銼成籤，那就是主食。白米只有老人、小孩可以吃，還有作祭先人，拿飯拜拜，普通時候是沒有米吃的。

所以早期的安南區是一個很地貧、風頭水尾的地方，風大，要喝水，是最末的，尤其土城，更是接近海岸線，那一些五穀稻作的成長都沒有那麼好，因此年輕人都出外求發展，園寮仔在現在聖母廟的西邊，離土城聚落大概 1 公里，只有 5 戶人家，都是我們的祖叔輩來這邊建立的。

這都是我小時候，那時候我們在鄉下，要念到高中是不簡單，因為大家都國小畢業就要去學工了，看是要學土水、剃頭或是學加工，七十多年前，我們算是有升學班，當時也是有認真唸書。我 26 歲就離開故鄉，結婚後就搬出來，在臺南市組織自己的家庭，在高中畢業，服役，就這忘記了故鄉的月、故鄉的田、故鄉的草埔、故鄉的溪圳和故鄉大灶的火薰，到 50 歲那年的初春，想找回當年記憶，我有寫一首詩：「騎水牛泅過溪，搓紅圓過冬至，水堀仔頭釣青蛙，草堆仔下，拾蛋濟濟濟，大圳溝摸魚蝦，曝牛屎起火，和水牛同浴堀仔底，黃昏抱狗仔路邊坐。」那些畫面，像電影一幕一幕的在腦海中放映。

我 50 歲時，我那時候有證券公司、建設公司，是我事業正高峰的時候，五十正好一百半，名利山頭不需攀，對這個事業，就如同我講的，賺錢、頭銜的有無，對我來說，已經不是很重要了，只是也是一堆一堆的垃圾，只有我們回想我們小時候，曬牛屎、曬乾、點火、空窯、釣青蛙，這種種的回憶，對我才有意思。

摸魚蝦，因為家裡很窮苦，要摸回去配，要回去配飯，一面是去玩，游泳，摸有就吃鮑魚的，沒有摸到就免吃，吃飯配鹹湯，會去溪圳和水溝，水溝就是我們的冰箱，那時也沒有冰箱，摸回來就很新鮮，五六歲的孩子就可以下去抓了，所以那個池子，如同天然的冰箱，食物都自然放在那個溪裡，摸到就是你的，所以接近自然，跟水牛，那時就是一起在堀裡洗澡，到黃昏，就跟狗挨著一起坐，這就是我們小時候的一個畫面，那時候，二十四節氣，春夏秋冬，我們都有各種不同、不一樣的生活，不是像現在一樣一成不變，去上班早上就從這條路去，晚上就從這條路回來，住在水泥森林裡，我們那時候不是，二十四節氣，春夏秋冬，春耕、夏耘、秋

收、冬藏，清明、冬至，二十四節氣跟我們息息相關的生活，多變化，不會像現在生活枯燥無味。

至於談到飲食，以前因為孩子多，大的騙小的，兄弟姐妹都五六個，生活困難，吃得都很差，所以沒有什麼像現在麥當勞這些食品，都是孩子自己去挖蟋蟀，配那個蒜頭，自己發明口味的零食，下雨天過後，空閒的時候，郊外就有蟋蟀印，有一粒一粒的，就是蟋蟀糞，就用水來給牠灌，灌了牠忍不住就爬出來，就回去配飯。還有到溪邊去摸魚蝦，那個時候，就是自己去找食物，至於一般的常民，除了吃番薯籤，附屬配飯的，都以鹽巴來醃的文仔鮭、蚵啊鮭，toma e 鮭也有，毛蜆鮭，文仔鮭最常見的，什麼時候出產，那就是用一個玻璃瓶，裝進去，再放鹽巴，這也是保鮮的一種方式，放個半個月、一個月、幾個月，勾出來配飯，都是媽媽在做，小孩幫忙，到海邊，抓蚵仔，就把它挖起來，一粒一粒的，那時候，都是天然滋味，以前吃番薯籤，現在吃薯條。

食物最懷念的，一想起來就懷念的，是吃五月粽，因為端午節，家家戶戶以前都有在綁粽子，不是現在菜市場買就有，那時候，粽子可以放好幾天，我記得我阿媽，她粽子綁了，就挑去城西里掩埋場那個地方，跑去牽罟的地方賣，我做小孩子的時候都跟我阿媽在一起，她挑一擔去賣粽子，一頭是放粽子，一頭是放膨風豆湯，應該是膨風豆，和芫荽，這也是很好吃，吃粽子配芫荽，賣五角，我的阿媽都用一個肚兜，錢放在裡面，擔那個很重！所以，我對故鄉，港西，小時候養牛、看大海、藍天白雲、青翠的草坡、潮漲潮起，千年不改，雞啼狗吠，知道客人來，很寧靜的，日頭洛杉，紅遍大海，所以我這片故鄉，現在要變成城西掩埋場、又變示範公墓，垃圾車一天是幾千台，我有感，決意發動反對，就是很自然的把我對故鄉的感覺表達出來，蔡文居說，這個地方，是土城耆老蔡奇蘭童年，七十多年前的嬉遊之地，我看自由時報這樣寫。

整個地方會一起做的事，以前有一個好習慣，農忙的時候，都會「相放伴」，幾戶人家，大家左右鄰居，今天割你的田，張三李四，這些親戚朋友都割你的，明天割他的，後天再割孀孀的，這是共同的，現在是雇工，那時候不是，你幫我做一做不用錢，我也幫你做一做不用錢，互相放伴這樣，如果放伴，收稻子，這個主人會擔東西到工作場所，就是田裡，他會煮得比較豐盛，就是讓這些別處一起來割稻子的人，大夥一起來吃飯，我印象最深的是，通常那時候在割稻在放伴，都有醃瓜，也有醃芒果，那時候有飛魚，蘭嶼的飛魚，人家從蘭嶼帶來的，現在都沒有看到了，那時候很多，蛋吃的波波叫，飛魚味道很腥，飛魚煮芒果青，剛好去腥，有種醃

瓜，如同文旦大小，比文旦較小，不用太削皮，後來被洋香瓜取代了。現在沒有看到。

以前煮虱目魚，用刺瓜仔煮虱目魚，也有南洋鯽仔，煮西瓜綿，放伴在插秧割稻，主人家都用最好的，我們小孩子就到園裡，去那裡，也工作、也玩耍、也去吃點心。

還有一種，是迎神賽會，建醮和媽祖香的陣頭在遊庄的時候，路邊都設有點心站，用擔子擔的，再反過來，點心就放在上面，那時候整條路，炒米粉、鹹粥、海產粥、鹹水鴨，要展示都是在迎神賽會時，大家可以享受到，好料的端出來，這是一戶出一樣，一戶一個點心，因為沒有桌子，把擔子反過來放在上面，陣頭和所有看熱鬧的人，不論什麼人都可以吃，這不是我們現在看到的路邊攤，是大家貢獻的，沒有買賣的，是媽祖的信徒貢獻的，平常沒有，只有在刈香的時候有，認識不認識的都可以吃，這個習俗現在沒有自己煮了，大家一起出錢請刀指師來煮，已經變質了。

這就是以前的農村，放伴的料理，還有迎神賽會，路邊擺的點心，廟就會通知，說大家十點要挑到某某地方，一戶出一擔，如果這庄是 300 戶就出 300 擔，如果五百戶就出 500 擔，看場面多浩大，陣頭從那裡過，看是金獅、宋江、白鶴、還是天子門生、八家將，隨香和扛轎，還有來的香客，不計，不分身份，都不用買賣，吃就對了，給這些參加的客人食用，又很熱忱的招待，請他們來吃，那時候還附帶一個傳說，你挑一擔點心來，如果有被吃空，你才會賺大錢，如果都沒人吃，就不好了，所以都要出最好的，把最好的拿出來，做小孩子的時候，刈香在七股的樹仔腳，我都很喜歡去那裡吃點心。

我的父親叫蔡紅蟻，這就是我的阿公，他身高 7 尺，是出海時，拿帆船的桅桿的人，有一陣子，在清朝，在竹筏港，唐山、百貨都在這裡用小型木船在這裡運送，那時候出世時，他在討海，從事捕魚，他只知道紅蟻比較好，就叫做紅蟻。土城人，用魚的名字命名的很多，你如果到戶政去搜尋，看大概會有 20 種魚名。小時候我都被人叫做紅蟻的兒子，很小隻的，看不起我。

我父親後來是臺南的模範父親，市長要頒獎給他，他在我這裡，練了大概 3 個月，學習怎麼寫蔡紅蟻 3 個字，我們把他送到會場時，他說，還不快讓我寫，大家就把紙送來，讓他寫蔡紅蟻。

我大概 30 歲，距今四十幾年，跟林衡道，以前省文獻會委員會的人，還有一個成大黃典權跟郭清林，是以前我們土城的議員，還有黃得時，以前臺大歷史系的教授，是南明史的權威，他們每到土城，就在一個魚塢塢寮，我就拿酒去給他們，文人就在那邊聚會，他們喜歡吃五柳枝、炒米粉，虱目魚麵線，從塢邊撈起現煮的，他們對虱目魚麵線讚不絕口，我們在市內沒有吃過這麼新鮮的，魚還會跳，我們土城就是因為有這間廟，現在是東南亞最大的廟，也是從郭清林在文史界交這些文人，慢慢這樣連結，才把鹿耳門的古蹟、史蹟建立起來，郭清林有出書，寫道鹿耳門的鄉野傳聞，我就跟著他們的腳步、前輩的腳步走。第二屆鹽分地帶文學營，很早期在南鯤鯓舉辦，郭清林都叫我去買香瓜、西瓜，用車載去給講師，慰勞那些學員，所以郭清林是我很懷念我們地方的一個耆老，為土城文史、鄉野付出，編鹿耳門志，包括鹿耳門風雲錄，用章回小說，模仿三國志的方式寫，也是我對文史的啟蒙老師。

我跑過歐洲、美洲、加拿大，從 92 年就移民去加拿大了，在我的臉書有寫，熱鬧的城市，我已經看多了，也到過這麼多大山大水，還是覺得故鄉的虱目魚麵線最好，虱目魚煮麵線，沒有加味素，但它自然會甜，虱目魚如同台江的國魚，像是挪威的鮭魚，土城、台江就是虱目魚最有名，我怎麼吃就是虱目魚加麵線，但現在口味不太一樣，現在的麵線可能不是手工的，以前的麵線，一撮一撮，虱目魚現在是煎魚肚、魚皮、魚頭或是魚腸，可能是要以前古早手工的麵線，加上從魚塢擋門頭活生生在跳的虱目魚，才會這麼好吃，在洩水時，魚就來了，用個網子，就有十幾隻，就可以煮麵線，比較費工的，就做五柳枝，以虱目魚為主的食品，是我們台江無可代替的食物。因為虱目魚是我們台江的國姓魚，再加上手工麵線，這道菜，讓我們覺得懷念。

特別是煮大鍋的，撒粗鹽，湯汁收了又乾，很甜，我的兄嫂在煮的，我就很喜歡，我太太在市內，她就不會這樣煮。農忙時候在相陪伴，煮點心，還有迎神賽會，用擔擔出來，這是其他地方沒有的。

那時候沒有在付工資的錢，這是古早以前很好的互助，尤其你挑點心出去，就是要讓大家吃完，大家就要煮很好吃的，我們那時候廟還沒有這樣大就是這樣，西港香如果來給我們遊庄就是這樣煮。鮭還是會吃，澎湖還有在賣，北門很多，不過不是自己做的怕衛生有問題。

在台江這麼多區域裡，算是有美食，土城在煮食上 50 年以上的店是有幾家的。我們從小的實際經驗，就是食物就是藏在環境裡的，水堀、溪圳、水溝、塢邊，水路都有魚，這是記憶之地，所以會懷念。

對虱目魚產業的文史研究、身為在地居民與自然從小互動、對保育與永續的看法

編號：3

日期：2016.04.07

受訪者姓名：吳○華

成長地方：四草



背景：退休教授，1944 年生，紅樹林保育協會前理事長，為台江國家公園進行虱目魚為主之養殖產業調查，從小於四草參與捕撈、養殖。

飲食被認為是不登大雅之堂，學術界一般忽視這一塊，事實上，這是我們人的根本，我們的生活文化傳承就是從這邊出發，所以最近有些有心人，想要去關注這一塊，這是很值得鼓勵的事情。

虱目魚產業變遷- 研究發現

所以前年，我接受台江國家公園管理處的委託，去接受虱目魚產業的研究，我就是從另外一個觀點，我搜集了很多研究文獻，我不從他們的觀點去看虱目魚產業，我是從實際面去看產業，所以我就用田野調查的方式，走訪整個虱目魚產業鏈，整條產業鏈，上、中、下游有關的人事，請他們來描述，請他們來敘述，這種研究就跟我搜集到虱目魚有關的文獻完全不一樣，他們關注到的是虱目魚比較生化、科學的分析研究，大概因為他們研究方便，找幾條虱目魚做樣本，這是比較容易的，如果是要從虱目魚整條產業，和相關文化，他們的文獻是不夠的。

因為我的生活背景，我從小就跟虱目魚在一起，我這麼小的時候，2、3 年級，3、4 年級就在溝圳、水溝、外海這邊抓虱目魚苗，我是 34 年次的，虱目魚苗幼苗是透明的，像玻璃體，以虱目魚苗來說的話，只看到兩個眼睛是兩個黑點，還有肚子也是黑點，所以我們撈起來的虱目魚苗，俗稱三點花，因為整條都是透明玻璃體狀的，所以一般沒有看過的人看不到，在水裡，玻璃在水裡你看得到嗎，我們看得到。

因為那時候都是採收天然苗，天然苗就是虱目魚的種魚在大海裡產卵，孵化、順著潮流漂來，整個虱目魚捕魚的產卵區大概是在巴士海峽與中南半島這個區塊，所以虱目魚的養殖，最大宗是菲律賓和印尼，到今天為止，他們還是全世界虱目魚產量的第一位、第二位，臺灣還是第三位，臺灣的虱目魚養殖，在我做這個調查研究時翻閱相關的研究，沒有很確定，但我們推論大概是荷蘭人引進的，因為荷蘭的東印

度公司在印尼、東印度很久，他看到在地人養殖虱目魚，在當時是高經濟價值的養殖魚類，他那時就把它引進臺灣，認為臺灣的氣候、環境很適合養殖虱目魚，就把牠引進臺灣，應該是這樣，因為大陸過去一直沒有養殖虱目魚的文獻，所以有人說是鄭成功帶進來的，應該是不對，鄭成功再到臺灣來之前應該是沒有吃過虱目魚。為什麼說虱目魚是國姓魚，許多是附會了，鄭成功是國姓，就認為是鄭成功引進的，他無從引進，因為他在反清復明是的根據地是金門，滿清政府已經掌握整個大陸，他在大陸很難存身，他就從福建退到金門，在金門更沒有養殖業，沒有虱目魚養殖，所以說鄭成功帶來，是不可能。如果是說他來，當地的老百姓獻魚給他吃，這是有可能，所以當初有一個傳說，說他來的時候，他說這是什麼魚，什麼魚，有的人就是這樣穿鑿附會，如果他吃了覺得好吃，鼓勵推廣養殖，這是有可能，可是我們在鄭成功相關的文獻也看不到這塊，因為駐軍、屯墾這是有的，如果真的有價值的虱目魚養殖，文獻上應該看得到。

因為虱目魚一直到我小時候，都還是經濟價值非常高，1斤 50塊，最高曾經到九十幾塊，到日本人統治時代，尤其是第二次世界大戰結束時候，經濟蕭條，日本人竟然把虱目魚作為一個最重要的經濟魚類，採用專賣制，虱目魚專賣，如果沒有牌照賣虱目魚，當作軍紀犯，不能亂賣，統一賣的，一定要賣給有執照的，所以當時，我知道有一個人，蔡賊，他就是有牌照，有虱目魚專賣的牌照，又做運輸，很大量是在運輸虱目魚，他有牌，那時候很多人都賣他，所以虱目魚的價錢，蔡賊一個人可以喊起落，他把臺南的虱目魚載到臺北，南北去賣，他通常都最晚到，到了時候就把裝滿虱目魚的車停在後面，他就下去走一走，看價錢，大家看到有這麼多虱目魚來了，大家就開始削價，到貨量這麼多嘛，他就不管，他賣 100斤、200斤，他就載到別處去賣，看到價錢高，才賣，他的魚都價格好，所以大家說，看到蔡賊來，就怕著等，所以那時候，他的卡車，南北在運，都是載虱目魚。他有牌照，到哪裡都可以合法的買賣，所以，他就吸引了很多、很多的漁民，把魚賣給他。

因為以前臺灣沒有養殖虱目魚，都不知道魚苗怎麼來，他們就說就到海岸撈撈看啊，就有啊，所以幾百年來，長久以來，就是海邊撈，所以為什麼，當時有魚苗都在臺南，其它縣市都沒有，所以魚苗的交易都是在臺南，這就是因為荷蘭人是以臺南作為根據地，所以他引進來，臺南不只是養殖的重鎮，也是所有魚苗的集散地，所以這樣長久以來，後來我們臺灣所有的魚苗，東海岸也有，花蓮、台東都有，到墾丁、雲林、嘉義都有虱目魚苗，但是那些虱目魚苗，還是送往、集中到臺南這些魚苗寮來，然後養魚的人再來這裡，把魚苗買回去，所以這些魚苗的集散地，只有在臺南。

金華路那時候沒有路，都是魚塢，水萍塢那時候是牛、豬的屠宰場，因為肉類那時候也是管制品，到國民政府來也是管制品，有屠宰稅，所以豬啊、牛啊都是集中宰殺，抽稅，所以我們小時候吃豬肉都有蓋印子，有抽稅的豬肉，沒有印的就是偷宰的，私宰的，那時候的經濟蕭條，戰爭時期的經濟，很多民生物資都是管制品，魚鹽都是管制品，所以當時虱目魚是高經濟價值，虱目魚一斤是 70、80 塊時，土魷魚 1 斤也是 70、80 塊，現在土魷魚 1 斤 400、500 塊，虱目魚現在也是 70、80 塊，不到 100 塊，所以虱目魚，早期為什麼經濟價值那麼高？是因為虱目魚肉非常營養，所以很多產婦坐月子，要吃虱目魚，俛四物，老人要補充元氣，當歸和正耆下去煮虱目魚，生病的人，尤其是手術、開刀後的病人，要吃虱目魚，那時候反而是虱目魚，不是鱸魚，所以虱目魚一直都維持一個很高的特殊性，營養價值很高。所以那時候，虱目魚反而不是常民小吃，吃魚肚是有錢人的專利。

虱目魚買來是整條的，沒有像現在的魚攤販，把虱目魚分解成每一個不同的部位，把刺拿掉，現在這種賣法，其實為小販創造很多價值，現在一片虱目魚肚，大概就是等於一條虱目魚的價錢，牠的魚背、魚皮、魚頭、魚腸、魚柳，那些就是他淨賺的。

當時也是有常民百姓可以吃的，魚肚另外賣，切薄片，沒有刺後，就去煮鹹粥，賣魚頭，都是用虱目魚，一般小老百姓就消費得起了，做魚丸、魚鬆，我們小時候，如果去牽魚、收魚網，魚掙脫掉，魚鱗已經脫掉了，也會死掉，等到魚浮起來，撿到，這都來不及了，倒鱗，已經翻白，那種我們就不敢抓去賣，就自己用來做魚鬆，用比較重的調味料，五香，去做魚鬆起來，這就是老人吃粥、孩子在吃，配飯的材料，我媽媽就很會做，我也很會做，一般是自己吃，也有在賣。

大口魚塢因為量多，死去的量很多，或是說反水，缺氧死掉的，那個量也很多，所以就有一些食品廠，專門在收要這種，就便宜的跟你買，買去他就全部做魚鬆，現在虱目魚鬆都是用剛牽起來很新鮮的魚去做，以前人家是用反窟後，魚死掉以後，全部用網撈起來，不敢拿去賣，因為以前要「熨魚」，死去的魚你把牠熨下去，整尾會軟掉，好像爛爛的一樣，那就沒有辦法去賣，所以他們就送到食品廠，食品廠就收買，全部去做魚鬆，食品廠的成本就很低，他不會告訴你他是用死魚去做啊，我們說「撿死魚」就是這樣，你撿到便宜的，大概都不到新鮮魚類一半的價值，所以市面很多食品廠在做魚鬆。所以以前即使是缺氧、寒害，魚大批死掉了，還是有去的地方，都有銷路。

環境變遷-來到四草的淵源

講到環境改變，我們說生態跟環境有關，產業也跟環境有關，因為台江內海在還沒有淤積以前，全部都是靠捕撈為主，因為可以捕撈大量的魚類，淤淺以後，魚量就沒有那麼多，捕撈就沒有那麼多，所以就用養殖的方式來取代，才有這個規模經濟，這個環境改變了，我們也隨之改變。

原本捕撈佔大多數，像以前台江內海那麼廣大，所以魚產業很大，淤淺了以後魚就少了，人就會利用這樣子一個環境轉變，改變我們利用土地的方式，我們就圍築魚塢。四草這個地方，像我父親，他就是在日本人統治的末期，日本人一直在推廣虱目魚養殖，他們有在獎勵，如果我們漁民要在海灘上圍魚塢，他會設定一個點，鼓勵大家去圍魚塢，圍起來以後，他會把你在地籍上登錄，設立所有權狀給你，我父親也是在昭和十六年，一九四一年左右，開墾四草海埔，我們現在看到這塊土地，就是這塊，就大概是民國 30 年時，他就來圍，那時後，我大伯父，他腦筋動得比較快，他拿草蝦、螃蟹送給日本人，日本人就說：你們相偕圈圍地，圍了我來幫你們登記，這邊就有 25 公頃左右，分做 5 份，所以這個地段這裡就做五分子，就是有五組人，一組看是有多少人去分，你圍的他承認，所以我大伯找我爸爸和兩個兄弟，就圍了差不多 5 甲地，那時候都是沙灘、泥灘地，都是用人工，一擔土一擔土，從裡面把土擔出來築堤，圍起來裡面引水就可以養魚，土的來源是先把下面挖起來，去圍旁邊，這邊都是沙地，所以全部都是要靠鋤頭畚箕，要這要擔這樣圍，所以要圍一口塢可能就要經過一年的時間，不小心大雨來又淹掉，大水來又拖磨掉，又要再挖，所以那時候就大概是這樣子的一個形態，在這邊圍魚塢。

到民國 37、38 年，那時候國民政府接收了，那時候經濟很糟，所以我們就接受美國的經濟援助，美國人除了說把他們那些不用的奶粉、麵粉，都過期了拿來給我們，他們覺得那不是辦法，一定要扶持讓我們的經濟有發展，所以那時候就幫助人民來圍塢，所以海邊有非常多叫做美國塢，用美國的經濟援助來圍塢，圍完了就讓我們這些百姓來經營、生產，這樣扶持你的經濟才扶得起來啊。我們那時都是接受美國的經濟援助，他基本上的做法，經濟援助你，除了提供糧食以外，還要扶持百姓，可以有一些生產活動，那時候就是以合作農場的方式展開，在四草組織了四草合作農場，用農復會撥下來的經費去為那個魚塢，在四草，大概只有二十幾公頃，現在在四草野生動物保護區裡面，那 25 公頃的土地就變成這個合作農場的核心區，它把所有私有地的漁民都納入合作農場，大家生產的虱目魚就由合作農場來統銷，共同運銷，當然有幫助，我就覺得在陳水扁總統任內臺灣經濟不是走下坡嗎？很多人失業，他們就弄了一個永續就業希望工程，他拿政府的預算來僱用一些失業的人，打掃馬路、清理，那個有經濟價值嗎？沒有，原則上是以工代賑，你這個工

要有生產力的工，很糟糕的一個政策，我說，幾十年前美國在經濟援助我們，我們那時候要發展經濟，是指生產事業，要扶植生產事業，才能讓經濟起來，你拿些錢來救濟，叫你去割草、整理墳墓，這個是很不好的一個政策。

四草這邊它是古時候北線尾島的南端，北端就是跨過媽祖宮和土城，我拿一張現在全世界只有我有這張圖，這就是我們把古老的地圖，套疊在現在的地圖，就能夠很清楚的看出來，這是濱外沙洲，藍色的是當時台江內海的海岸線，所以當時的台江內海這麼大一片，陸浮 1823 年淤積後，一方面魚變少，船又沒有辦法進來，就要想新的生活方式，滿清時代有一條竹筏港溪，就是內海都淤積起來，船都沒有辦法跑，所以就要清一條水溝路，船可以跑，一直到七股潟湖，鹿耳門溪本來就是北線尾島跟隙仔嶼之中間的一個水路，叫做鹿耳門港，沙洲間的空隙就叫做港，因為水很深，船可以走，我們說港，是港路是指船在走水比較深的地方，港口是船的出海口，因為這邊都是沙岸，那些港口一下深一下淺，變化很大，這張圖是我們內政部地政測量局南區第二測量大隊的高隊長，他曾經當過紅樹林保護協會的理事，他就專門做古今地圖的套疊，他就套疊了這張給我，他說理事長，這是絕無僅有的一張，古時代的外傘沙洲，以前鯤身，現在都連在一起，他套疊的是日本人在臺灣測的地圖，叫做堡圖，他把這些堡圖拼起來，拼了 7 張堡圖，這就是日本人測量繪製的臺灣地圖。所以我回到這邊，就很努力的想為這塊地留下一些什麼來，留下一些資料來，這樣大家就比較容易了解，滄海桑田，怎麼變化。

現在這邊如果土地要買賣，一定要特別注意，因為地形變化，你在地籍圖看到的跟實際是完全是不一樣的，整個往北移了 5 公尺，我們隔壁賣掉時，有人來鑑界，就說他的魚塭邊界到我的魚塭這邊，要來圍，我說你來給我圍圍看，我一定告你侵占，政府做太差了，現在如果有人要買賣土地來鑑界，老百姓一定會互相殺人，如果要的話一定要全部重新測量，應該政府部門要來做。

因為以前就是一大片內海，淤積起來，所以這一大片都是濕地，都是富有水的土地，這一大片的濕地，當然我們人進駐到這片土地，開發這片濕地，因為淤積之後，在河海交匯處，自然就會長紅樹林，魚塭是我們把紅樹林砍掉圍起來的。

兒時回憶：從幼時就累積的環境經驗與風土知識

事實上我們從小就要負擔起家庭生活的一部份，我們就很小就參與整個家庭的經濟活動，魚塭，爸爸媽媽在養魚，投放、進出水，這個就變成是小孩子的工作，水門今天是要關門還是洩水，飼料是要放米糠還是豆盤，就交代下來我們就要做，抓魚苗大人去抓，小孩子也要抓，帶出去，去外海，大人就推到比較外線，小孩就在淺

一點的地方，我們這邊四草這邊，所有來的人，第一批來的人，他的房子都面向海，四草第一角頭，第一個聚落，我們現在叫它「望西腳」，海在西邊，他們整庄一排房屋都望西，第二批再進來，土地一直少，就要用海邊來發展，最尾一批就是大海，越晚的人越靠海，「海邊腳」就是最晚來的，就要向南，因為向西的話，就很吃力，我們這邊西南氣流很厲害，你如果靠海，大門向西、西南，都很吃力，所以要面南或是面東，風雨才不會直接灌到屋裡，所以我們這邊的房屋，大門都要向內縮，裡面又有一個空間，叫做「行路」，就是在抵抗這些風雨的，縮進來以後，才是房子本身的大門，所以之後的人都是面東南，不敢向西，不敢向南，這樣就可以避免西南氣流，風雨直接灌入房屋，像這間就是面東南，如果向西南的話，下雨，裡面完全濕漉漉。

我們這邊從我從小到現在這麼大，沒有一個四草人，因為要去討賺謀生，在海裡失落生命，因為從我還沒有記憶以前，我就會游泳，我從小就是在外海，也不坐竹筏，游出去，我唸書的時候，家裡因為經濟差，我又愛讀書，父母沒錢，註冊費負擔都很重，父母就要收成魚才有錢進來，又有開支，都沒有現金，所以，我就必須去海裡討賺，自己去抓，我去抓什麼，去抓外的粉蟻，我們用腳去踏，等水流，我們就要遊過一條海溝、兩條海溝，去到外線，差不多水深，那時候小孩子也是很深，腳就這樣撥，因為牠們都在沙地，都躲在沙地，差不多一公分以下，如果有踩到，就腳指頭把牠夾起來，我們都背一個網袋，網做的袋子，踩到的粉蟻，就把牠放在網袋裡，因為網子很疏，所以不會吃水，所以就一直裝、一直裝，裝到滿了，很重背不動，要如何回來？我們就用一條繩子，很長，把網袋束起來，綁在腰上，就游，讓牠在地上，因為水有浮力，要游的時候，背一袋粉蟻不會很重，就能夠游回來，還要經過海溝。海溝是一條一條的，比較會游的人，就敢出去，因為越外線的粉蟻，越大顆，越靠海邊的粉蟻，你得到就會比較小顆。

每次都有很多人一起出去，我要抓粉蟻，我是要抓來賣，要來存我的註冊費，一般的都是抓回去自己吃，我是要抓來賣的，所以對一般什麼地方有什麼，都比別人更清楚，體力越好的人，就游得越遠，所以在以前，我們在海溝，剛剛我弟弟，小我5歲，以前我爸爸就標到大員港港嘴抓魚苗的魚權，標到了就在海邊搭寮，住在那裡，在那裡抓魚苗，我弟弟那時候才7、8歲，小學一二年級，也是拿一隻小的ㄉㄨㄤ啊，小隻一點的，也是到港嘴那邊去ㄉㄨㄤ虱目魚苗，ㄉㄨㄤㄉㄨㄤㄉㄨㄤ去被一個車流（漩渦），拖走，他的同學，孩子玩伴，就一直喊，一直喊什麼人被漩渦拖走了，就一直喊，跑回來，大人都在寮內休息，我弟弟他也不怕，他才七八歲，被漩渦拖走了也不怕，他就把ㄉㄨㄤ啊收回來，捲起，騎上去，就像兩粒浮筒，他就趴在浮筒上，隨便它讓它一直拖一直拖，差點要被拖到外海去，我們那些大人，聽到在喊，

跑出來，把他趕快拖回來，他也不會怕，等一下再看他還是在那裡ㄉㄨ，沒有那種驚恐記憶。

在這個港口，當時我念初中的時候，爸爸媽媽買一台腳踏車給我騎，我就跟我堂弟，我念市中，我堂弟念延中，我們就一起騎腳踏車去，因為是早上，撐竹筏的人還沒有來，去到港口撐竹筏的人還沒有來，那是個安平人，他都會把竹排給最後一個四草人撐過來，他就拉繩子過來，竹筏就擱在沙崙上比較高的地方，才不會被水沖走。我跟我堂弟早上到的時候，就一直推一直推，竹排下水，然後抓著網繩，一直把竹排過去，不是用竹竿撐的，通常是我在拉繩的，我的堂弟比較高比較瘦，他就說他也要拉一次看看，我說好啊，我就兩台腳踏車放在竹筏上，我就這樣做，那水流很急，冬天，風大，水流很大，他力不夠，所以他擋不住，所以他人就拉著繩子，竹筏卻讓它流走了，他就用肚子去掛在繩上，我就被流出去，流出去了，我也不會怕，因為海是很熟的，我就用兩片板子，竹排上有放木板在停車，擋住，一擋住，竹筏就轉頭，轉一次、轉兩次、轉三次，竹筏就到另外一邊的港口，因為我很會撐竹筏，所以竹筏的性我都很了解，那個安平撐船的人剛好來，拿一支竹竿一直跑一直跑，看到我被流走，就一直跑來要救我，看我回來就說：你怎麼那麼厲害，我指我堂弟說，我兄弟掛在那裡快不行了，救他吧，他趕快撐竹筏，撐到我兄弟那邊，我去把他抱下來，全身已經緊張得硬邦邦。

康橋撐篙，那個在我們來說根本是小兒科，要到水流很湍急的地方那才能看出我們的技術啊，康橋那我也去玩過，我說你們下來，我來，他眼睛睜得那麼大，你怎麼那麼厲害，我說這個是小玩意，在我們看來，我說：你可不可以一條船，站在一旁，只划一邊，你有辦法控制的船走得非常直又非常快？他說沒有辦法，他必須要這邊撐兩下，那邊撐兩下，蛇形，你們技術太差，我就示範，我站一邊，船跑得很快，溜溜去，我只要站一邊就 ok，他們要兩邊，所以這是早期的生活，跟大海是連在一起的。

我們這邊的沿海沙地海邊的地形，它是一個斜面，慢慢升，但是中間，因為海流，會造成一條一條的海溝，所以下深，一下淺，然後越來越深，這邊的地形是這樣，我們只要看浪頭，就知道海溝在哪裏，因為海水應該是平的，海浪會湧起來，有的地方會高起來，又沉下去，波浪為什麼會這樣子？海水來到高起來的地方，就高起來，到深的地方，就低下去，所以我要游到哪裡，我要看哪裡有翻白浪，浪頭一捲起來變白色的泡沫那種，那個地方最淺，假如浪是這樣，平平的都沒有捲起來，表示那個地方是很深，它一波接一波的浪，到同一個地形，就會裂開，就是指

下面的地最高，一看就知道，我們的直覺就會知道是那邊，要游到那邊，久了以後，我們看一下，就知道哪裡有漩渦，心裡自然有一張地圖。

一般人看到漩渦就怕被拉下去，我們小時候，是跳進漩渦裡面去玩，覺得好玩，第一個膽量要夠，第二個你游泳的技術要夠，不然你玩不起啊，漩渦是漩得很厲害，我們跳進去，蹲著，它就把你拉到最深的地方去，我們要出來，很簡單，我們只要把四肢伸開，他離心力一下就把你拋出來，知道嗎，你緊張，你縮著，她就把你卷進最深的地方，就拉住，就出不來，你只要把手腳伸開，四肢伸開，你受力的面積很大，它離心力它就把你拋摔出來，你一下就離開那個漩渦，大家就輪流去玩，你害怕、一收縮，它就體積小了，就被捲進來，所以我們這邊的人，我們了解大海，就可以跟它玩，不會怎麼樣。

對環境保育的看法

四草這邊的海岸地形改變的太多，現在非常糟糕，我不知道什麼時候開始，政府在許多港口都做凸堤，我們這邊最先受難的是五期重劃區，蘇南成從這邊的近海抽沙去填五期重劃區，然後整個海岸線就退縮，然後曾文水庫，一蓄水，上游沒有辦法把沙供應出來，所以這邊的沙岸就一直後退，我的估計已經超過 3 公里了，後退超過 3 公里，以前出去是很大片的沙洲，現在你站在海堤上一看，海岸就打到腳邊，以前是一大片沙灘，有很長的潮間帶，所以他現在一直在挖我們的牆角，我們那個海堤，挖海堤的牆角。

黃金海岸那邊，每一次如果颱風從臺灣海峽過來，海上的漂流木就被打上來，連整個蚵架都被打到大馬路上，到漁港、觀光魚市，很多人在那邊買魚，颱風天不要去，有可能蚵棚就會飛上來打到你，非常離譜，就是因為它已經太靠近，以前是好幾公里遠耶，現在就在你腳邊，以前像是有個天然的屏障，所以變化太大，現在外海我不敢出去，因為那些養蚵人家，以前沒有，以前蚵養在內海，現在蚵養在外海，你出去看，一望無際，都是蚵棚，蚵棚，那些蚵如果西南氣流大一點，蚵就掉下來，都落到海底，你不能踏的，全部都是蚵殼，以前都是沙，所以我們去踩粉蟻，底下都是清砂，所以你輕踩，就知道哪裡有粉蟻，現在你踩下去，沒有砂土，全部都是蚵殼，有一年，2 年前、3 年前，颱風從這邊經過，整個海岸線，沙灘上蚵殼幾尺高，整個海邊臭得不能忍受，因為蚵殼裡有些蚵都還是活的，被打到沙崙上，曬到太陽就死了，就臭了，所以現在海岸，也不知如何講，那時候民國 85 年，我回來在辦一個發現北汕尾全國文藝季，我就跟我們四草的養蚵公會，跟他們討論，你們在這裡生產，在賺錢，要回饋這個地方，你不能雞蛋拿去吃，雞屎留給全村的人，你們生產蚵完，蚵殼囤積得到處都是，隨意去堆放，你們要去處理啊，要去處理這些東西，我要幫他寫計畫，像當時的漁業局、農委會申請一些設備，申

請一些粉碎機，把蚵肉賣完後，就去粉碎後，你把它倒到海邊，現在海岸一直在後退，你粉碎後也變成一種貝殼砂，也是一種沙源，他就聽不進去，沒人要配合，問題越來越大，越囤積越進來。

這邊養蚵和捕撈業，就是一種衝突，因為他們的蚵殼掉的到處都是，他們沒有地方下網，要逼他們，因為他們有些是捕撈近海魚，他們現在要到沒有蚵棚的地方，外海的地方去下海捕魚，那邊又是航道，大船經過的航道，怎麼辦呢。他們的蚵掉的整個海底都是，因為他們的網下去抓不起來，因為都是蚵殼。這邊在捕撈的，包括曾文溪、安平那邊，那另外在鹿耳門溪口也有一些捕魚的。

永續養殖業的思考

用米糠飼養虱目魚的淺坪塥方式，這是臺灣的漁民發展出來的，因為我們養虱目魚養得比印尼、菲律賓都慢很多可是我們養殖虱目魚的技術卻超越他們很多，淺坪塥養殖就是我們臺灣人發展出來的一種智慧，所以我們對這塊土地的利用，利用地力，土地的生產力一直永續下去，我們利用季節，譬如說到秋後，我們虱目魚整個收成了，我們就會去做整地、曬坪、熬坪，那時候就是讓土地休息，然後我們增加一些東西，像堆肥或是有錢的就用米糠，沒前的就用糞便，去加到魚塥底下，然後把它曬乾，曬乾以後，讓它附著一層，黏在池底的土地上，等到第 2 年，清明節前後，我們就開始又引進海水，上面結成的那一層，我們叫做藻床，它就是在培養藍綠藻，海水引進來以後，開始長藍綠藻，等到我們看到藍綠藻長得很不錯，就開始投放魚苗，魚苗就吃這個藍綠藻，所以那時候養殖的成本幾乎沒有，等到我們發現這些藻床被魚利用的差不多了，為了讓藻床恢復生機，我們就會開始放米糠，吸引魚去吃米糠，不去吃藍綠藻，它藻床就開始又恢復元氣，這是補充的，米糠等等是補充的飼料，虱目魚，臺灣人傳統養殖的虱目魚就是以吃藍綠藻為主，魚肉品質就很好，營養價值就很高，所以這樣年復一年，每年都有讓土地修養差不多好幾個月，一個冬季，所以到春天，清明前後，我們又開始新的一年的養殖，這樣子每一年就這樣，所以這個土地可以永續利用，完全不會像現在的養殖一樣，現在的養殖，大概一塊土地，一口魚塥，養 3、5 年某一樣東西以後，就不能養了，因為我們有許多措施，去破壞了土地的生命力，譬如說用藥或投放了某一些特定的飼料、合成飼料，這些飼料的某一些成分，是讓土地酸化等等，所以土地就沒有辦法永續利用，這是我們現在養殖最大的問題，因為我們現在追求產量，縮短養殖期間，所以我們就用人為的方式去逼魚，趕快長大，你要讓它趕快長大，你要讓它單位面積產量增加，你就要做很多改變，把池水挖深了，挖深了以後，整個水質就會惡化，因為陽光照射不到，以前我們講淺坪塥養殖，大約水深都是 40 公分左右，陽光可以直射池底，陽光有很強的殺菌作用，所以養殖虱目魚幾乎沒有病蟲害，所以從來

沒有聽說人家說要用藥，因為不需要，現在池水那麼深，一米多深，將近兩米深，陽光照射不到池底，所以各種藻類、菌類就大量繁殖，變成是虱目魚很不好的生長環境，那你怎麼改變它？你怎麼控制它，就一定要投藥啊，不然魚養不起來，投藥的結果，就是讓土地酸化，所以養虱目魚的魚塭，幾年後就不能養虱目魚了，養蝦的魚塭，幾年後就不能養蝦，因為這個環境一直在惡化，所以這是現在養殖業的迷思。

在我訪談過程中，在幾百年前，人們就是用淺坪塭的方式養，淺坪魚塭，以前是從高雄彌陀、蚵寮、永安，範圍一直往北上來，一直到嘉義布袋、鰲鼓，都是淺坪，清一色都是淺坪養殖，所以虱目魚的產量事實上是高雄縣最大，臺南第二，高雄那裡虱目魚的養殖面積才大，因為那裡比較南，虱目魚可以放到秋天過後才收，因為虱目魚非常怕冷，所以水溫如果只有十幾度，虱目魚大概就不太覓食了，不吃就不會長大，如果在永安彌陀這裡，牠吃到農曆 10 月還會覓食，還會覓食的話就還會長大，所以這邊的產量就非常大，因為靠近臺南，魚苗的取得又非常方便。

在我的調查中，因為沒有確切的文獻告訴我們為什麼虱目魚的養殖從淺坪轉變為深肚式的養殖，有兩個機會點，一個機會點是這個草蝦養殖的崛起，民國 70 年，60 年代的後期到 70 年，所謂草蝦養殖的黃金 10 年，1 甲地的草蝦養殖，一年的收入就可以讓地主去買 1 甲地，賺的錢就可以買 1 甲地，那不是虱目魚養殖可以比擬的，因為草蝦養殖的崛起，很多人就爭相投入草蝦養殖，草蝦養殖是深水，水深必須超過 1 米半，所以很多人就把虱目魚塭挖深，去養草蝦，所以是轉養草蝦，草蝦在歷經黃金 10 年，78 年有一次病毒，讓全臺灣的草蝦一夕之間整個垮掉，垮掉之後，有的就改養斑節蝦，就用草蝦池改養斑節蝦，結果斑節蝦時間更短，只有五年，黃金時期只有 5 年，我弟弟也搶了一年，那一年，他 1 甲地賺三百多萬，1 甲魚塭，如果養虱目魚，1 甲地能賺 10 萬就不錯了，那養斑節蝦賺三百多萬，你看，所以就很多人瘋狂的搶進，因為虱目魚假設 1 斤 60、70 塊，蝦子就是一斤 300、400 塊，所以斑節蝦又病變，又一夕之間整個全軍覆沒，不是一兩家，而是每一家幾乎都這樣，草蝦不能養了，斑節蝦不能養了，那怎麼辦，剛好那個時間點，幾個人誤打誤撞用深水去養虱目魚，它的產量是淺坪塭的好幾倍，那就改回來啊，改養虱目魚，很自然的，所以突然間深坪塭的養殖就超越了淺坪塭的養殖，虱目魚就轉變成深肚養殖。淡水養殖又比海水養殖牠的生長期縮得更短，短一個多月，也就是說同樣是 3 月放養，淡水養殖 5 月就可以收成，海水養殖要到 6 月以後，淡水養殖、深水養殖都長不出藻，都要用人工飼料，因為養蝦的飼料是一種高科技，蝦子飼料廠一下子沒有人買，整個收起來怎麼辦，他們就轉做虱目魚飼料，所以原本淺坪式養殖，試用米糠養殖，現在深度養殖，就是投放飼料，深肚養殖用

米糠養養不起來，水會更酸，所以就改用合成的人工飼料，所以整個飼料也改變合，所以不管是淡水養殖、海水養殖、深肚養殖，通通都投放飼料、人工飼料，前面我這口魚塭，也是改成深肚。

現在只有海水繁養殖中心水試所在七股，那邊維持淺坪養殖魚塭的實驗，現在還有 30 公頃左右，黑面琵鷺中心那邊的淺坪是養文蛤，有淺坪的，但是沒有人在養虱目魚，養文蛤的魚塭，一定要養虱目魚，那些虱目魚是去做工的，去幫助文蛤池去清除藍綠藻，文蛤池不能夠有藍綠藻，所以一甲地平均投放 500 條左右的虱目魚，這樣的量大概就可以把 1 公頃左右的藍綠藻控制住，讓他們不會增生，所以虱目魚池直接改養文蛤就可以了，不用再去挖深，現在他們不養虱目魚，虱目魚是副產品，1 公頃 500 條，他們大概都養到一條 2、3 斤重，好大，完全沒有投放飼料的，讓他們去清除文蛤池裡的藍綠藻。

台江國家公園不要太本位，為了照顧幾隻黑面琵鷺，強迫那些漁民，水都調到二十公分以下，你太奇怪了，保護區裡面就可以控制水位，因為那邊不是漁民在生產的地方，野鳥保護區那邊有水位控制，是我們教他的，所以他們已經有幾個人會，就是控制水位，什麼樣的水位，才是這些鳥類族群適合的，我告訴他，你不能只有黑面琵鷺，你要讓其他所有的鳥類可以跟黑面琵鷺在這裡一起使用，這個棲地，這樣才對，因為利用的不一樣，那些短腳的，鸕鶿科的鳥類，牠來的是幾萬隻，黑面琵鷺才幾百隻、一兩千隻，適合鸕鶿科的水要更淺，所以牠的棲息地你就要弄一個斜坡，喜歡深水的到深水，喜歡淺水到淺水，各自有不同的利用，這樣子生態才經營的起來，

所以友善養殖就是說，我在虱目魚收成之後，在還沒有曬坪以前，熬坪以前，我把水位放低到適合黑面琵鷺下去的高度，那些下雜魚我就不用毒藥去毒殺，就讓黑面琵鷺去利用，這樣可以有兩個月，在熬坪之前，還要保持這樣，大概 20 公分以下的水位都可以，接下來慢慢地乾，就讓小的有機會也去。

深坪塭做不到，因為深坪塭沒有辦法曬坪，從頭到尾都沒有辦法曬坪，池底從來不見天日，文蛤池它整年都在生產，它才不讓你的鳥下去便便，那藻類會增生的很快，虱目魚又活不了，所以養文蛤冬天成本就增加，因為它要請人工去清堤，虱目魚水溫太低十度以下又死光光了，有沒有辦法開發一種滿足文蛤的工作魚，又可以耐寒？很難，像臺灣這樣因為冬天突然熱的話，牠又受不了，適合寒帶的，就不耐熱，適合熱帶的，牠就不耐寒，臺灣這邊，冷熱突然來，你不能有一種魚說又耐又耐熱。

鳥和魚的平衡，保護區和河川地就夠了，河川如果污染少一點，魚源就多，這樣子，你就不要怕黑面琵鷺沒有地方吃東西。因為現在的水溝，魚沒有辦法在那邊存活，不是沒有東西吃，是都被人抓光了，因為都用一個定置網，牠就整天沒日沒夜在那邊抓東西，網目又很小，等於是管理的問題，漁民就是一網打盡，你怎麼會有魚進來？

我們以前的漁具，都有一定的孔隙，所以我們是抓大於放小魚，用篙啊，用竹編起來，它是有一定的寬度，所以在那種寬度以下的小魚就可以自由進出，現在是四方格的網子，而且網目很小，現在漁民是為了生活，一定要這樣子，因為這樣子他大魚小魚通通抓，他不知道抓了一陣子就沒魚可抓，就根本沒有魚可抓。

釣魚現在為什麼有一個四草大橋有釣客那麼多，他們為什麼不到那邊去，不到這邊來，因為都是蚵棚，刷出去就勾住，你如果要在蚵棚上釣魚需要什麼技術，拉起來魚跑一下，碰到蚵殼整個魚線都被割斷。

飲食文化活動的體驗與地景復育- 以淺坪塭虱目魚養殖為例

透過什麼活動學習到虱目魚的飲食文化？好像漁業局跟臺南市政府每年都在七股這個地方做虱目魚美食節，但是沒有人去做，因為現在沒有傳統的虱目魚，沒有那種魚啊，第一點，已經沒有淺坪優質的虱目魚魚肉，可以讓我們一般社會大眾去體驗到，說是那種魚肉跟現在深肚養殖用人工合成飼料的養殖到底差在哪裡，無法體驗，也沒有人證明給他看，海試所養的虱目魚，它是整個發包，所以都是被七股那邊的魚會標走了，他們標走了把它拿去作虱目魚罐頭，共有 30 甲，一年產量幾萬斤，如果需要技術指導我可以隨便找好多人幫忙你指導，告訴你怎麼熬坪，整個淺坪塭養殖的行事曆一年，一整年的都給你，照表操作，現在就是沒人在養。

所以這個產業要復育有它適合的地點，像四草都是軟坪，都是沙地，沒有辦法曬坪，因為水會洩乾，海水再進來，四草這邊都是軟坪，包括四鯤鯓那邊也是軟坪，海埔地那邊就有些可以曬坪的，有一些，沒有全部，像是在臺南大西校區，西校區、台江國家公園跟我們教授在合作養殖的，那不是淺坪養殖，那是吃飼料的。

最適合淺坪塭養殖的地方，大本營是土城、港西，那邊還有維持淺坪塭，還有雙春，但是他們現在也都改成三尺的了，七股大潮溝一代，以前是淺坪的，很多文蛤池都是適合的。我表哥在那邊現在在七股經營了，在他手中經營的文蛤池差不多一百甲，我表兄那時候他養文蛤，他都用鰻粉，所以，他一定從 80 年 81 年轉養文蛤

池，他姓郭，他都跟鰻粉的飼料廠的大頭家合作，對方做 50 甲，他自己做 50 甲，如果像他們用這種方式養，養文蛤，我覺得也二十幾年了，那個土地還是一直很適合養，沒有什麼病變，那表示他們用的方式是好。我表哥現在已經交給他孩子養，他孩子做文蛤事業比老爸還要厲害，他不僅 100 甲全部接手，而且他變成一個大批發商，附近所有養文蛤的人，都把文蛤交給他賣，規模出來了，好吃，而且真的好吃。

草蝦 78 年病變以後，消失了一陣子，現在還是有人在養，只是規模小很多，只有虱目魚延續幾百年，大家的技藝、生活、風俗都有傳承，虱目魚的飲食文化，在早期，虱目魚因為是屬於高經濟價值的魚類，像我們養虱目魚的，捕撈起來的虱目魚我們都是拿去賣錢，我們自己很少會吃到虱目魚，除非就是說放在泥底，全部都賣出去了，剩下再撿回來，或是在拔魚時，頭掉下來，技術好的，拔下來整尾好好的，技術壞的，整尾會爛爛的，沒人要買啊，只好帶回來，否則我們養虱目魚的，實在很少有機會吃到虱目魚，除非只有家裡有人身體不好，比較特別的，才會留虱目魚給他吃，那時候虱目魚在買賣，都是整尾的，都是買整尾，早期，很早很早就有虱目魚的專賣店，從很早期，我們社會中就有虱目魚的專賣店，賣魚頭、魚肚、魚周，蔡家虱目魚是年輕的，比我還年輕，他是用他們家養的虱目魚去賣，建立一個品牌，蔡家虱目魚，那是我表兄的兒子，四草人，臺南蔡的虱目魚是四草人在經營。阿憨鹹魚，那攤是很多離鄉的臺南人，如果回來，要去那裡吃，如果比較更道地的，在金華路上，那家從養魚到賣都是自己做，他們的魚塭賣很多，所以他們的牌子就比較穩定，還有鴨母寮市場裡面，一間廟口，那間賣虱目魚的，好像已經搬走了，那間是如果有貴賓來，我們都會帶去那裡吃，那裡也是蠻道地的，腸子，像我就很愛吃，魚頭，很多人喜歡啃那個魚頭，我們這個文化到現在，我兒子、我孫，看到虱目魚頭都會搶，因為虱目魚的眼睛、牠的臉頰，牠魚頭的魚皮，那個膠質很棒，所以小孩子搶著吃啊，兩三歲而已，阿公，我要魚眼睛，真的都會搶著吃，我們是吃虱目魚頭裡面的魚喉嚨，真好吃，但是許多人不吃，甚至有些店就把魚喉嚨清掉，這是因為在牽魚時，有時候會卡一些土，那如果處理沒有乾淨就會吃到土，沙沙的口感就不好，那如果內行的把它清理乾淨，就很好吃。

我自己認為，因為我們臺南大學一些教授如果要吃海產，就要我帶路，去到海產店，我就去看魚，哪一種魚好吃，什麼價錢，價錢我也知道，什麼季節吃什麼魚，魚的什麼部分，十月豆，肥到無頭，在這裡，吃豆仔魚就要吃魚塭裡面養的，因為在海裡抓的，都有臭土味，因為牠是底棲，從爛泥巴裡面去篩選一些牠的有機質，所以沈澱在泥土裡面一些有的沒有的，都會沈澱在他們裡面，所以豆仔魚，要吃魚塭裡面養的，所以，現在，有人就專門在養殖，像我弟弟，這裡就是專門養豆仔魚

和烏魚，但是，我不愛吃，因為我們這口魚塭這條路弄成以後，整個水源被切斷，變成淡水的，就不好吃，我就不吃，我弟弟還是養來吃，我告訴他說，你去賣，吃不完的你去賣，我不愛吃，整個生產環境大改變，要海水的才好吃，現在變淡水的，所以豆仔魚，魚塭豆，要十月以後，一直到 2、3 月，農曆的 2 月，豆仔魚都還是很棒，也是這邊點海鮮也是會點的菜，有些人不會吃，要真正內行的人，才會吃。

在虱目魚整個文化的環節中，有沒有任何的活動可以讓人體驗？都不存在了，現在數魚苗，還是有一些老漁民，不管數什麼，他都是用數魚苗歌的方式在數，點魚像是鮓過苗、鱸魚苗，他也都算，新的網工，他們就都不會，年輕的網工都不會，在數的時候都靜靜的，其實也不知道算對或算錯，虱目魚一網上來都是三萬斤，他們都要搶時間，因為要保鮮，所以他不會耽擱，我有去拍，我也不敢去打擾他們，我只有坐在旁邊坐記錄，因為一萬斤兩萬斤，他們要搶很短的時間就要把它處理掉，所以他就用高壓電擊棒去電擊店網裡的虱目魚，否則他們跳來跳去，網子收靠近來時就電擊，讓牠們靜下去，他們才方便作業啊，用吊車吊上去，整個就倒入冰庫，他們就有冰水槽，很大的冰水槽，一個卡車有 3 個冰水槽，過磅，過磅就倒下去，因為他們都大清早，太陽一出來，氣溫就上昇，魚的腐敗就加快，尤其是大量放在網裡，魚又掙扎，牠們的熱度是很高的，所以現在在這邊處理，又可以讓你去看，機會是很少的。晚批的牽起來是送中北部，早批清早的是送南部，天要亮時牽的，都送食品加工廠，因為配合工廠的開工。

所有的養殖業都一樣，現在的經營者陷入量產的迷思，就是我要大量生產，如果能夠有人有覺醒，譬如說小農小漁，我不是以追求量產為目標，我是以生產高品質的魚類為目標的話，那可能就會改觀吧，他就會注重養殖環境，提供魚類、蝦類、蟹類，一個比較好的生產的環境，不會用人工的方式去控制水質，如果這個產業要能夠有不一樣的發展的話，那就是要喚起一些養殖業者，甚至先有人去做出一些典範，譬如說像現在許多農業從業人員，他們做小農、無毒、有機的，又可以有不錯的利潤，已不求產量，而是追求品質為目標的話，那才可能讓這個產業走入正軌，所以我做產業調查的時後，我一直說這個產業是走偏了，整個產業是走偏了，為了要追求量，追求量是為了控制產期，儘量去縮短產期，強迫這些被養殖者趕快長大，所以就吃了一些不好的東西。強調的是換肉率，要買你家的飼料，要問你的換肉率有多高。現在有人採傳統養殖，可以有機會讓一些人去體驗，或品嚐不一樣的，才有比較。沒有人要做，因為四草整庄裡面，只有一口魚塭，可以熬坪，就是在四草大眾廟那邊，只有那口，15 甲，只有那邊，因為那是從海圍起來的，所以那邊的土，有結土，是砂質壤土，所以那邊都有在曬坪。

在地居民日常生活之飲食經驗，從事農作、養殖

編號：4

日期：2016.04.08

受訪者姓名：侯○生

成長地方：七股區大寮



我是七股大寮的人，21 年次，85 歲了，我的孩子叫我不耍癡呆就好，兩個兒子都在外面，一個兒子在泰國做老闆，孫子都出外。

我們家是吃素的，長輩在菜堂，所以我結婚的時候是辦素食桌，我現在也都吃早齋，有香菇、豆腐、豆乳，現在我祖先的骨骸還在菜堂。都吃什麼，吃番薯籤啊、小時候有吃過毛蜞 kē，後來作塹有新鮮的吃就不吃 kē了，很少買菜，自己種，要吃什麼自己種，5 月的時候會綁粽子、清明會吃潤餅，連餅皮都自己做，平常都喝開水。

以前做田，後來做塹仔，中間也有打甘蔗，我那時是農會代表，是負責去看大家做的對不對，巡蔗園，監督的，所以我不用做工。我日本時代是念到六年級讀到畢業，小學就是念這邊的，現在還在。太太是樹林腳的人，那時候到哪裡都是用走的，我到府城也是用走的。會去作漁是因為作漁比較省工，我就把田賣掉，去養魚，後來魚也不做了，我有問小孩，孩子也不做，就把土地賣掉，一點給小孩，一點當老本，現在土地就在台糖旁邊。

魚塹就是養虱目魚、夫妻兩個人照顧四甲，南洋鯽仔、烏魚、鯽魚，我是一池一池分開養。煮食都是女人在煮，有時在家那邊吃，魚塹那邊也有廚房，要請人抓魚時，女人就要到那裡去煮點心，煮給大家吃，我那時候就是養深坪，飼料貴，只能收本，後來就不做了。

甘蔗那時的品種是種 148、166、83、81，這邊那時候很缺水，缺水的時候就種甘蔗、番薯、玉米，玉米是給豬吃的，人也吃一些，有水的話就種米。番薯給農會，那時候有澎湖來買，整個會買去，不會自己拿去市場賣，主要是沒時間去市場賣。

水不夠的時候，因為那時候我也是水利會代表，就會去爭取，我們這邊是靠嘉南大圳，是八田與一建的，是烏山頭水庫，有曾文水庫以後，就沒有缺水的問題了。缺水的話，就要去了解，是不是真的沒水，如果真的沒水的話，吵也沒有用，通常不會有水不給我們用，是真的沒水。

我什麼菜都喜歡吃，特別喜歡飛刀一ㄥ啊菜、高麗菜、花菜也常吃，沒有挑食，每樣都吃。我早上就來這邊，有老人伴，大家帶東西來，有時中午就在這裡煮食，下午又再來，比較快過一天。

在地居民生活中飲食記憶、烹飪者、女性、私房菜

編號：7

日期：2016.04.21

受訪者姓名：林○辰

成長地方：北區紅目寮

背景：林美辰，臺南北區人，現住中西區，家庭主婦，備一桌菜餚請客，講述古早味記憶。



我以前在北區紅目寮，我在猜老早以前是不是有住原住民還是外國人，才會叫這個名字，還沒上小學前，住大銃街，以前都是墓地，我爸去那邊開墾，去租的，我們家窮，從鹽水溪來。我媽是高雄那邊人，我爸媽是相親的，我媽是時髦受寵的女兒嫁入做漁的，進家門煮飯擔水擔糞，很省。

小時候沒有很多東西可以吃，我爸是養魚的，每天有新鮮的吳郭魚，筍子切大塊，加豆醬，配稀飯，我們小時候沒有糖和餅乾可吃。因為我媽很會做菜，我大姐是做裁縫像我爸，客人做剩的布，接起來做洋裝，雖然我家境不好，但穿得很漂亮。過年時，穿漂亮衣服去中正路逛一圈。

我爸窮得半死，但是很講義氣很海派，朋友一來很多人要到家裡吃飯。我媽真的很辛苦，去日本當奶媽，家裡留大哥大姐，我爸一直寫信去叫她回來，娘家叫媽媽再嫁，後來又回到我爸身邊。我媽做家事都不行，但我爸縫釦子很厲害，手巧很伶俐，我媽眼光獨到很會理財，但我爸都不聽我媽的話。一輩子吵吵鬧鬧，年老時我爸會幫我媽梳頭髮，我真想把他們兩個人的故事拍成電影。

我媽媽很喜歡做菜，她很有創意，我也喜歡，做菜就是搞創意。這一道花豆豬尾巴湯，因為豬尾巴最便宜，媽媽買豬尾巴來滷，豬尾巴不拿上檯面請客，但很好吃，豬尾巴和肉骨滷到爛，我很愛吃，非常好吃，是私房菜。我們一般說吃肉要吃臀部的肉，誰會去知道尾巴，所以是貧窮的人在吃的。

花豆豬尾巴湯做法是：豬尾巴洗淨川燙燉爛。花豆或米豆，花生也可，新鮮的很快就爛可直接放，雜糧店的要泡兩小時，外鍋水放一杯，乾的要一杯半。花豆豬尾巴湯。新鮮的很甜很好吃。若要放薏仁都要先煮熟，豬尾巴爛的時候放入，灑白胡椒和香菜。冬天花豆比較多，現撥 1 斤 100，就很好用，我都叫這道菜三鐵皇后：用薏仁、花豆、蓮藕或菱角，鐵質都很多。

我讀立人國小，那時候附近都是魚塢，在路上有烏龜，魚塢旁邊的路也會長南瓜，有一次我撿一顆好大的南瓜回家，魚塢有芭樂，也有甘蔗園。我們小時候好快樂，喜歡吃蜜蜂的油，烘一下更香，以前小時候自己就可以找。蟋蟀把屁股拉掉，用番薯切四角，塞入，炸或烘，有的人會加大蒜。

靠山吃山，靠水吃水。靠山有筍，農民種西瓜，太多了吃不完，小的就做西瓜綿，這裡醃製的東西特別多。

這一道酸筍吳郭魚湯，醃過的筍乾，保安市場在賣筍的有做。比較嫩的拿出來賣，其他上面切一切用鹽醃，做法是水放酸筍、辣椒、水滾，滾到水有酸味，筍不可放少，再放吳郭魚下去，大滾之後再轉小火，燉爛。用筷子插入試魚熟了沒有。

以往沒有農藥，都有青蛙。我爸到黃昏的時候，小竹竿綁一條線，用個魚鉤，用個蚯蚓，插在魚塢人在走路的地方旁邊，青蛙就會跳上來咬蚯蚓，就用布袋一隻隻抓，抓個幾十隻都有。殺青蛙很殘忍，從肚子剖下去，我媽殺，裹地瓜粉，把筍絲香菇絲炒香，加水，加金針，滾一滾勾芡。現在青蛙湯還有人在賣，但已經沒有野生的青蛙，味道都沒以前那樣好吃了。

還有酸筍泥鰱湯，那時候魚塢收成，土裡都有泥鰱，泥鰱加醃筍仔，很好吃，但煮法很殘忍，放入電鍋跳來跳去，當初結婚時我還有煮過，我先生是標準臺南人吃新鮮的東西，這點我們愛好一樣。我結婚時，做過一道啤酒鴨，整隻鴨用醬油冰糖八角一直滷，滷到肉爛但不能太鹹，大受我先生那邊家人好評。

我母親很會變花樣，還有一道豬油渣地瓜大麵，也是我媽媽做的，以前的人吃肉油，用豬油渣，用紅蔥頭炒香，放點肉絲，當年也沒有香菇。米乾曬乾，拜完吃，現在沒有了。

做法是用紅蔥頭炒香，加肉絲、蝦米，如果有香菇加香菇絲，炒香，加水，水要多一點。滾了之後，地瓜切滾刀塊，放進湯裡面，煮到爛。麵先燙熟，再放進去。起

鍋時加白胡椒、香菜或芹菜絲增加香味。加地瓜是因為便宜，麵就是用以前拜拜完的麵，現在也很少見了。地瓜要選現在有的橘紅色的。以前的黃色的比較不好吃。番薯放到麵裡面。番薯是甜的，麵是鹹的，對比很好吃。

還有一道絲瓜煮麵，是蝦米，肉絲，香菇絲，湯滾以後，加上絲瓜，好的話，麵裡面打蛋。絲瓜花沾了粉，下去炸。前的人什麼都利用，後來我在電視看法國大廚也是這樣用花去做。

以前我們家後院有種花，我媽會拿去市場賣，我媽會用玉蘭花用麵粉裹一裹炸起來吃。有什麼東西就盡量利用。

小時候生病的時候沒有東西，為了胃口好。以前的人窮，做番薯籤，會有粉掉到水裡面，好一點加米，不好就全部吃地瓜，洗下來的粉曬乾就是地瓜粉，現在沒有純的地瓜粉。現在地瓜比米貴。以前地瓜是窮人吃的，現代人注重養生，地瓜高纖，現在吃米會發胖，現在有錢人吃地瓜了。我媽媽吃地瓜粉像在吃蓮藕粉，加一點糖攪一攪，胃口不好媽媽就給這樣吃。在小時候出去玩中暑，地瓜粉加黑糖治中暑，當年每個人都用土方法。

食材的來源的話，其實有魚塢的人東西都會充分利用，吳郭魚死了就曬乾，加豆瓣薑絲。魚塢自己裡面會自己長出河蝦，天氣變了，會自己浮上來，我們會用畚箕把蝦子撈起來，曬乾就變成蝦米，煮地瓜麵也會加一點進去炒。

魚塢收成完會把水抽乾，土像泥巴，有草爛爛的，用手用力撥，裡面躲鰻魚，爸媽去中藥店買帖藥，燉鰻魚給我們小孩子吃補身體。養豬如果死了，小豬的肉用粗的鹽炒。以前沒有冰箱，醃完吃起來鹹鹹的，雞蛋讓母雞下去孵，臭蛋打散了下去煎。以前也沒有像禽流感的病，拉里拉雜地吃，我們也沒有長得比較差。閹豬的時候，豬睪丸在國外是沒有人吃的，物盡其用。太監豬成長比較快。睪丸就用薑絲煮，叫豬鮮果，男生喜歡吃。雞也可以。但男男女女都可吃，臺灣人藥膳等會充分利用。

我小時候都跟哥哥一起亂跑，肚子餓小女孩就跟著大哥哥找東西，也沒補習班安親班，也不會有人跟你說危險少亂跑，我們挖地瓜，吃生的，那時候覺得好好玩。廁所都搭在魚塢旁邊，要煮飯沒有魚，我媽叫我哥大頭找魚去煮，就去大便，大便一下去，吳郭魚就來了。以至於我到很大還不敢吃吳郭魚的肚子，因為想到裡頭都是大便，但現在都吃飼料了。

海邊人跟做魚塭的人吃法一定不一樣，海魚煮法和做魚塭的人不一樣。海魚煮湯就很好吃了。養殖的吳郭魚虱目魚比較有土味，有些人就不吃。但做魚塭的人就覺得這味道好吃。魚湯現在我們兩個兒子都不吃，吳郭魚養殖土味都不吃。以前去澎湖基隆有看蝦鮭，但我們沒吃過。

最好的菜是酒家菜，一般人吃不起。臺南菜和台江菜很不一樣。酒家菜現在在臺北有，一次進去要好幾萬。我講的是平民老百姓吃的，酒家菜我們不懂。我講的是家裡自己煮的。

我有大姐，妹妹，煮起來都這樣，我媽媽的口味，用竹筍煮吳郭魚虱目魚，用醃筍仔用得很多。

捕撈與養殖者，對魚苗、蝦蟹習性之理解，利用時令與環境的智慧

編號：8

日期：2016.04.27

受訪者姓名：陳○標

地點：七股區三股



背景：陳清標，於 1943 年出生於七股區，於曾文溪河床區，從八歲從事捕撈，並有四十年養殖經驗。

我認為我是水產界整個最可憐、最命苦的孩子，我八歲就開始討海，討海那時在哪裡呢？是在國聖橋那邊，用帆船，利用風，那些排筏是用竹子，浮竹，買來要特別買大的，削皮，削後再用火去烘，烘得直，但是又要翹，翹起來外海有浪時，你如果沒有翹頭就會被打到，所以要翹頭。

那時候沒有機動的，我們要自己去划，那些排竹要曬得乾，比較輕，才會浮，曬太陽之後又會裂縫，裂開了又要補，用一種柏油下去糊起來，糊起來以後又要釘釘子，不是一般的釘子，而是 M 型的釘子，把整個釘起來釘到不會開，然後下去綁，要 12 根竹子，現在塑膠排竹有 10 個管子就很大條，那時候要 12 枝，做好後，就要做那塊帆，那塊帆就可以開三面風，機動的要南北都可以，但是，順風是很簡單，如果是偏風，前面還要再插一個木板，那個叫做巧幺片，風來了，風帆的布，如果拿不好，會翻過去，它是靠前面那片巧幺片在維持平衡，就會整個翻。如果到外海，就要把它綁好，如果翻過來，就不能翻身，如果兩個人出去，翻身以後

還有辦法再把它翻回來，一般我們出去通常是 2 個人，那時候我們都是去看外海的魚是哪裡比較有，外海如果是透風，那外海有 2 種水，那時候你要去，人說大透大靜，要風很大，突然靜下來，那魚會很多，如果都風平浪靜，都是兩、三級風，也抓不到魚，如果都是七、八級北風，也抓不到魚，要大透大靜，這樣才抓得到魚，這就是討海人說會有魚。我們討海人說風尾天，那日就出去，魚本來就因為每天都風很大，就跑來這邊避，來這邊抓就很多。

尤其說要去抓魚，我年輕時，50 年前，那時候魚的生態，非常非常多，我那時候 8 歲，在國聖大橋開帆船，我 8 歲念國小一年，開始就和人家在討海，這樣說起來，我是不是很苦命、可憐。

討海念一年，升到第二年，就沒有錢念，去交註冊費沒有教註冊費，我就不敢去念，我念土城國小，過了兩個多月，那時候我媽媽剛好有錢，說媽媽現在有錢了，那你要不要去念書，交學費，結果那時候，大家念了兩個多月，我覺得不好意思，就沒有去，只念了一年級，就沒有去念，沒有念我自己會去讀古書，才有加減認一些字，去當兵，也多少跟人學一點字，人家說 ABC，也加減念一點，今天才有這樣還看字，這樣看字，看不懂的也很少。

8 歲到這裡國姓大橋，跟大人討海，1 個人討、2 個人、5 個人討、10 個人討、20 個人討，最多還有用過 40 個人討的網具，然後又到外海討，去開帆船，這樣討一討，任何什麼網具我都用過，那時候國聖橋那時候在牽蝦子，一頂網子，都是沙蝦，那時候生態無污染，沒有空氣污染、水質污染，環境的污染也很少，那時候魚的生態，你任何要吃野生的東西，很多，到現在目前，跟我 8 歲做小孩子時候，已經是 66 年前了，現在的魚，到現在跟以前少了差不多 40% 或 30%。

國家公園生態要就回來，依我的看法，是很困難的，到這個時機，現在工廠有污染、空氣、水質，這些都造成，已經都越來越嚴重了。

現在空氣污染、水質污染、環境污染，多很多，我們現在在抓的網具，以前都是用勿一廿啊，用一種機器做出來的網子，那種網子在抓的東西，跟現在的原子網、玻璃絲網相比，以前在抓的大概少百分之四十，比較抓不到，現在的科學進步，以前用一層網去抓，比較抓不到，現在做出來的很技術性，三層網，大小尾都來，魚最怕的就是很黏的網，扭一扭魚鰭就黏著，玻璃絲網出來以前，是一層，如果以前抓到，是要合目，才能夠捉到，魚抓到的機會比較少，現在三層網在抓，人都放這樣的網在抓。

現在到我這時候，每一樣海，都在討，我什麼網具都用過，牽蝦子，抓烏魚苗，你抓烏魚苗，都是冬至，12月那時，看鋒面，北風是早來還是晚來，北風先來就先出，抓烏很辛苦，要3個人，一個人挑一個簍子，像一個筒子，兩個開始用網子，那個網子差不多是2、3米寬，兩個開始牽，然後牽烏魚很辛苦，辛苦在哪裡？是在很冷，越冷越有，冷會酸入骨髓，那時候腳感覺要出血，那時候也沒有發明整套青蛙裝的裝置，那時候我差不多14、15歲，牽一牽就起來，起來就用水池，像魚塢那樣，把它倒入，但要養的成功率要好，要1.5到1.0度的水，成功率較好，把他養成較大尾，差不多3公分或2公分長，有魚囊，身體較強，人比較要買，否則沒有囊的話身體較弱，人也不要買，要說養烏魚，實際上現在要養烏魚，以前比較多人養，尤其養烏魚通常要2、3年，2、3年間，有時候你環境、氣候變化，若環境不好，養久了，沒有清池，環境就壞就污染，要養這些魚就要很注意，如果沒有電，要死半個小時，嚴重的話就死光光，如果不是很嚴重，像水質還不錯、氣候不錯、環境不錯，如果過去有清理、有處理，那就也還好，有時候我們水產的東西要死，虱目魚、龍膽、石斑，要死的時候通常都什麼時候死呢，如果碰到環境差，氣候又差，他大概早上4點、5點這個時間會死，你若有一種12點、1點要死的時候，是代表你這池的水質很差、氣候很差，或是你在養的這池的密度很高，如果很大尾，要收成的時候，不管是虱目魚或是石斑，他吃太多，他的排泄物對水質造成污染，如果12點、1點開始魚要死，通常一死就會死80%到90%，如果你有清水，如果開始浮頭，趕快用馬達抽水把清水送入，那就會百分之百，如果還有水來救，那麼可能百分之40%、30%，看你到底排水給他救得夠不夠，最好有那個水門比較大，水打開了剛好有漲潮，水湧入，才有辦法就魚。

一般我們的沙蝦苗、草蝦、白蝦苗，現在完全是人工的，以前都沒有，都靠野生的，野生如果是草蝦的部分，我們海裡面有一種野生的草蝦苗，那就不用一種草，像是用蓋屋的茅草，這種比較不會爛，吃米用的稻草比較會爛，用茅草，以前有人在賣，我們那條海，整條海給他插下來，用這麼大一把的茅草插到土裡，插的穩，差不多3米、7、8米、十幾米都可以，插一處，插完了以後，要插很多，不是只插一處，像在頂頭額瀉湖那邊，插兩百公尺也可以，用一種網具，三腳形的，開始做起來，這樣子使用，在草裡這樣推，這些蝦苗本來都躲在草裡，推下去就到網子裡，到網子裡就放到容器，那時候沒有塑膠，我們吃的瓜瓢，切一半成為一個瓢，咬下去數一數有多少尾，幾尾、數十尾，選一選，就放在竹子做的容器裡，筒子就不透水，水也要加一點，純海水是三度，我們樣放淡水差不多到兩度，這樣就比較不會死，要準備一些淡水。

虱目魚苗是在幼小的時候，一般大概是到清明，3月初三，那個時候，或是2月26、27，清明到時北風就停，那時就開始吹南風，好天，那時候虱目魚苗要什麼時候多，要透南風，北風較少，南風三日後或西南風，所有虱目魚苗在外海生出來的，最早是卵，這時候它開始變魚苗，魚苗在外海慢慢長大，原本是如頭髮絲那樣，要看，視力不好的人也看不到，大到一尾一兩公分時，透西南風那時，一種是用一個大的ㄌㄨㄚ啊，這個大小大概一米八、兩米寬左右，就這樣推，這樣就會跑到尾端，再用瓢子，把它裝起來，或是用一個碗，要越白才越看得到，有時候會抓到十幾尾、好幾百尾，再倒到筒子，再把筒子抬回來，有的是放在一個混泥土做的池子，大約1坪大、2坪大，開始放入，魚苗都吃什麼，有人用雞蛋黃，煮熟，也有人用麵粉，麵粉魚苗就會吃，吃了以後就會比較大尾，身體變比較紅色，紅色以後就會發兩粒眼睛，魚塢這邊要養虱目魚的人，就會來買，有人在收，那時候也變成兩公分左右，抓的人很多，有人在收，收了就有好幾萬尾，就去臺南，就有魚苗寮專門收虱目魚苗，他們有時候收好幾百萬尾，這邊做塢的人就去跟它買，有時候一格是一公頃，以前1公頃都是放3000尾，但那時候在做時，10月的時候就要熬坪，熬坪就是用米糠，開始把池水放乾，用米糠遍撒一公頃，撒完以後再進水，以前水的深度，虱目魚是越淺越容易大，日光月強越容易大，5寸、7寸、8寸，這樣他的發育性最快，它的吃食，水進來，就開始十幾天、二十天，水就讓他自己乾，沒水以後，這時候米糠會發一層藻，算是藍綠藻，整個都黃黃的，虱目魚一放下，就吃那些，虱目魚本身就愛吃那種東西，吃那種，他的發育性算是很快，如果稍微吃完了，一段時間以後，吃完了，再開始餵米糠，給虱目魚吃，以前都用米糠餵，現在都用飼料，以前牽來的虱目魚，不比現在，以前牽的都牽半斤，比較小，以前整甲就抓1500斤，現在1甲就抓3萬斤，現在是養密度。

水產的東西要說要養多久，是很難講，第一點是要你的環境好，水質控制好，氣候熱，虱目魚越容易大，日光越強虱目魚越容易大，越沒有日頭虱目魚越不容易大，你的栽培原理如果很好的話就沒問題，但有些人很不好，水質壞也不換水的話，虱目魚就不會想吃東西，水質壞的話，魚胃口也壞。水也有很多種水，平常時候，你看魚塢的水，有一種是很清的，一種是紅的，也有一種水有點發酵的，水不是不會發酵，我們的水本身會變化，你要特別注意，養魚如果水質在變，又碰到氣候壞、環境壞，天亮時魚要死的機會，那日就要特別注意，就要死魚了，當水色在變過去，魚就撐不過，都會死，那要特別注意，那是配合氣候。如果變，我們的魚平常時候再養，有時候氣候在變，有時候也會有死傷。入水的時候，如果平常魚塢入水，有時候你會覺得今天入水，不要入太多，入水有時候會刺激到魚，他就不會吃飼料，又碰到氣候在變，也會死傷，入水最好是換20%、30%，這樣比較好，看你的水到底是高還是低，你的深度，向我這邊這池是4、5公尺深，裡面有養烏魚、

豆子、虱目魚，你入水本身，也要慎重，入太多也會刺激到魚，入太少，你也要看魚塭本身的狀況，你自己本身要了解。如果水比較鹹，虱目魚在吃的話肉質就比較緊密，這是水產的東西，水產的東西就是這樣，淡水的魚，當別人在問時，你也不好意思告訴別人，淡水的魚會有氣味，肉質不會像我們鹹水這邊緊密，這就像肉雞和土雞的差別。

淺坪式魚塭自很早就有人開始在養虱目魚，就是用這種方式，虱目魚的方式，現在用密度的方式養殖，我們在這裡鹹水跟淡水比，同樣是 1 甲地都養 1 萬尾，我們鹹水的，三度、四度的水，時間性跟淡水會差 1 個月，如果養一斤，在 0.5 度的跟 3.5 度的相比，成長速度差一個月，成本差 20%，所以比較不會賺錢。淡水的，如果環境好、氣候好、管理好，差不多 2 個月、3 個月就可以收成了，要抓大尾、小尾，還要看當時的魚價，如果 7、80 元，那 14 兩的魚就可以賣了，如果要等到魚更大，等到抓起來若價錢變成 50 元，那這樣反而是多吃飼料了，而且撈起來了，我還可以有機會買 6 寸、7 寸，我又可以再開春，又搶一期，如果你一年要養 2 期的虱目魚，你至少要用 8 寸的魚來養，如果魚價好，第 2 期養到 1 月，魚價又更好，養我們這個水產的東西，我們要算，我們現在全省的魚大概是多少，現在寒流大概死多少，預估魚價會到什麼程度，一年到什麼時候能夠保持什麼魚價。

鰻魚，現在我們全臺灣，都沒有辦法有人工魚苗，現在都靠野生的，等到 11 月北風起，就到海邊用網子，北風時，流水較強，鰻苗那時候開始回來，以我 15、16 歲的時候，那時候的生態，每一樣都很好，那時候不管鰻苗，現在外海像今年，有人說一天抓不到 50 尾，我 15、16 歲，那個海埔新生地，那時候 53 年土地會來開發，沒有開發以前，我就在那裡討海抓烏魚苗牽罟牽蝦，整套海都討，那時候烏魚苗，有固定網，就會自己跑進來，我們就把它抄起來，讓它大，那時候鰻魚好多，多到無法再多，我那時候抄起來想說，這真的全部都是鰻魚苗嗎，一種是白鰻，一種是虎鰻，我們這裡有兩種，抄起來整晚都是，我拿回來試驗，結果回來長大，每尾都是鰻，那時候多到沒有辦法再多，現在那時候。

黑面琵鷺那邊 800 公頃，海埔是土地會來開發的，沒有開發時，我們就是在那裡抓鰻，螃蟹也是，黑面琵鷺 800 公頃還沒開發時，我們也在那裡抓，螃蟹大概到 4、5 月、3、4 月那時候，螃蟹有夠多，那時候日光強，螃蟹都躲在土地裡，土地發燙，它就站起來，否則躲著很熱，那時候我做孩子的時候，好多，去抓，這裡有一隻，那裡也有一隻，抓到搬不回來，有夠多，搬不動，那時候想，如果我這時有一粒花生可吃，就可以恢復元氣，怎麼會這麼巧在口袋裡摸到一粒花生，吃了元氣就恢復。

那時候生態很好，真的很多，螃蟹的原理我說給你聽，學問很大，螃蟹本身也是在外海，野生的，他幼小的時候像豆子那麼小，比米粒稍大，那個時候來，他從外海進到內海，進到內海它就變成螃蟹苗，就變成一半花生的大小，他就有腳了，有腳他如果碰到環境好的地方，或是水質較好的地方，有吃東西的地方，他的發育性較好，差不多一個禮拜換一次殼，它的殼就脫起來，每脫一次，他的身量就增加，越小隻脫得越快，一脫就增加 40% 的身量，從小隻至少要脫 4 次殼，我們內海這邊，有沙蟳，有菜蟳，一種是紅管尾，沙蟳本身他的體型很大，他的發育很大，它本身肉質又甜又脆，這是沙蟳，菜蟳的肉比較不會那麼脆那麼甜，紅管尾的發育性是比較小型，比菜蟳更小，沙蟳的體型很大沒錯，但如果到一個環境差、水質差的地方，對他的發育和生長，又會不利，菜蟳雖然說小，但如果環境好、水質好又有吃時，也可以很大，但如果條件都一樣，都是野生的，沙蟳是最大，體量是別的兩倍大。沙蟳本身跟菜蟳、紅管尾來比，菜蟳一般交配 3 次以後，抵抗力就差，算是會死了，沙蟳比較不會交配，我們觀察，通常只會一次兩次，他抵抗力比菜蟳好，死的機會比較少，生命力比較強，紅管尾也會和沙蟳交配，不會跟菜蟳交配。交配過的蟳比較難吃，如果有吃過很硬，裡面沒有肉，鹹鹹的菜蟳，而沙蟳比較不容易吃到交配後的，這我們都可以看得出來。

蚵仔本身的苗是哪裡來呢，我們吃過的牡蠣殼，把它鑽孔，綁成一條一條，一條一條過後，到了冬天，過了農曆，拿到外海，內海比較沒有喔，比較沒有蚵苗卡在殼上，要放在外海的內側，它開始吹北風，大風吹起，就慢慢的有牡蠣的苗來卡在殼上，有蚵苗，卡住後你也不太容易看到，慢慢它就變成一個圓圓的，有點刺刺的，大一點以後就像一個蚵苗，圓圓的，開始看到以後，到 2、3 個月以後，就會看到不到花生大小的蚵，那就把蚵殼帶回來，帶回來內海的排水溝，你如果水源好，發育性好，也是要比淡水的地方，大概兩度水、一度七的地方，太淡水不行，如果淹水也不行，像之前曾文溪之前淹大水，我的蚵苗也是死。

開始長大以後，經過差不多半年、7 個月以後，如果密度太高，附近很多人在放，發育性也是比較不好，然後再收成把它挖起來。

我做的事情，過去討過的網具，我以前喜歡釣魚，我是臺南縣釣魚協會的會員之一，我以前參加 3 次臺南縣釣魚比賽，得冠軍，第 1 次在潟湖這邊釣到一隻鱸魚，得到冠軍，第 2 次又在這邊釣到 4 斤，得到冠軍，第 3 年在青鯤鯓釣到沙魚，也得冠軍，還有一年，全國性的，我去參加屏東枋山，我曾釣過最大的魚是 65 斤，6 尺 3 的魚，在海上釣，我很喜歡釣魚，但是沒時間釣，釣過 65 斤以後，我就野心很大，租兩隻釣竿，打算要釣百斤的，外海我有討過整套海，我知道，到外海釣到

大魚我不怕，我釣到以後，那個線，像是馬達加速一樣，一下子拖得好遠，你不可以讓他卡住，線沒有彈性卡住後，就會斷掉，等到跑到線緊繃了，就要一直捲，一開始捲 5 分鐘很精神，一直到 10 分鐘，牠累，我也累，牠倦了，我也倦了，那時候我要跟牠對上了，一定要抓到它，那麼大尾的魚，牠靠浪在走，又有潮水，很重，我就跟著這個浪抓起來，一抓到以後，我就決定要抓大魚，我後來請船上的人插下去，那個魚吃到力以後，又開始跑，勾子又刺到嘴，我後來要告訴他說我抓起來，看他能不能抓起。

我自己一個人也曾經抓過三十幾斤的，要抓那尾，用好多時間，我左手抓住，牠一直掙扎，我放棄，第 2 次又拉近，我又把牠抓，到第 2 次都抓不到以後，我就開始動腦筋了，如果抓魚抓太久以後，一個是魚竿會直，一個是魚鉤會直掉，第 3 次我就把魚抓來，雙手開始抓，我的人船上，那就是釣魚協會的會友的船。

我以前釣魚有邊一本手冊，要下海釣魚，我們討海會失事，是什麼時候是最危險的地方呢？我們平常，這種氣候，像現在沒風沒浪的氣候，有時候好幾天、十幾天會突然起一種 10 級風、11 級風，起那種風，討海，因為過去無風無浪，大家都已經出海了，一開始起浪，很大以後，你不能隨隨便便馬上開回港灣，你要在什麼地方呢？你要在港門的地方，每一個海的海線，都一定有內海就有港門，就是內陸的水很大，他的水出不去，就在港門處集結著，要在港門那邊的深度特別深，水很急，壞天氣的時候，像初三、十八流，水流很急，浪很大，你如果進來，外海的浪幾秒鐘就有一個大浪，會有一個最大的浪，如果你船要進來，到這個浪頭，大浪把你打下去，你船會偏，下一個浪就會橫的，在下來一個浪，就會把你打翻，讓你翻覆，所以你不能直接進來，你要在港門那邊等著，因為港門水深，浪打到那邊，會緩下來，你要駛開，在港門這邊等著，這樣是安全，你討海如果碰到風，要救人，以前的人說，要有一個記號，代表是求救。

有一次我和我們理事去釣魚，內海出海，剛好危險的地方，那個機動船故障，他不怕，我懂所以我很怕，他不懂都不怕，一故障我告訴他說轉過去，才不會翻船，以我了解討海的經驗，外海的浪很大很大，如果你船頭向這邊，幾秒鐘有一個大浪，三個浪就把你打翻了，那會翻船，就是因為有反折浪，翻船都是這樣。

文蛤的細節也是很多，這種東西，文蛤最好是 45 公分的水，1 尺半的水最適合，尤其若太淺，牠的發育性也不會好，如果 20、25 公分，牠的發育性不好，45 公分比較好，文蛤要放養之前，要整理環境，要先整理，尤其已經放過的話，會有污染、雜質，裡面也有貝殼，處理一下，挖除，不平的、四角整理，最好是每一年都

清理池底，這樣是比較好，如果能夠曬坪的話比較好，尤其我們的池底，有的是沙底、半沙底、或是粘土。砂土的魚塢，本身會進水，很難曬乾，土底也還好，如果是粘土就比較容易乾，比較容易乾還要分地形是高還是低，有的水還是會進來。文蛤處理一下，曬一曬之後，比較要下工夫的，在要放之前放茶粕，做苦茶油那種，有植物鹼可以殺菌，處理完以後，開始差不多十天左右，就通水，再放養。尤其茶粕，一個禮拜、十天以後，茶粕的效力就沒有了。

沙底的，要曬的機會比較少，比較沒有機會可以曬，要開溝，還要水車抽水，水就會到溝裡，曬的時間，要趕快曬的話，就曬 10 天，或曬 1、2 個月，看節氣到了沒有，有的人提早處理，有的人拖延，節氣到前再曬，再去處理土，再開始放養。我這裡比較是土底，海邊就比較是沙底。過去這裡是沙崙的沙底。

沙底比較會吸水，肥就吸收，沙底的話，文蛤看起來會比較晶亮，到市場去就比較漂亮，文蛤如果一直放養，太多年沒有處理，殼就會變得不好看，污染的關係，土質也是有變化，文蛤的色澤會有變化，比較不漂亮，土底、爛泥池也會比較不漂亮。

看節氣、鋒面早來還是晚來，11 月左右有鰻魚苗，11 月、11 月半就會有魚苗，開春以後，2、3 月、4、5 月就有白蝦苗，虱目魚苗是清明，要看鋒面，南風快來還是晚來。什麼時候出蟳，農曆 2 月到 3 月，海裡會出螃蟹苗，是沙蟳，看節氣，如果很冷，還不會跑出來，菜蟳是 6 月和 7 月，8 月 9 月 10 月，又沙蟳，大部分 80% 都是沙蟳苗。季節在變化，鋒面就是不同季節，那時候都比較沒有風，春夏秋冬。

如果看漲潮退潮，最簡單的就是看月娘，下去就是落潮，24 小時有兩個漲潮、兩個退潮，一個漲潮 6 個小時，如果漲潮開始起來，流水大跟小也要算，初三、十八，就是農曆初三和十八的潮汐最大，然後再分一個，看今日是正常天氣的初三十八流，還是壞天的，如果今日要下雨，有時候十六的流水也會大到像十八那樣，如果好天，十八也會比十六較小，這是颱風跟好天的比較。初十、二十五填不滿、ㄅㄛ不落，這是算流水。

如果要看氣候，看是要觀察風，還是觀察雨，這就要分開，你如果要看風，我是觀察天的，觀察雲，你這時候如果看風，你平常時候，日頭要落，你看日頭，冬天時候，你看到日頭有雲在走，去看雲在走是快還是慢，還有分一個走得高還是低，如果雲在走很快，明天就是風越大，如果你看日頭在落的時候，落去一半的時候，雲

這樣慢慢的走，明天就不會大風，如果都沒有雲，日頭直直落，日頭一直到水面都看得到，明天都沒有風，這是觀察隔日的氣候。

這是觀風，在觀雨，我們有子午，西北跟西南，不是東北跟東南，你這樣去觀察，日頭要下山的時候，你看子午，有看到雲，感覺到黑黑的，這就是最近幾日這邊會壞天氣，會下雨，你看子午，有在閃光的話，這幾日中間，也是會下雨，你觀察看看。

流水，漲潮是指外海，外海在經過我們排水系統再進到我們內海，差不多差一個多小時，這是我們海埔的地點。

黑面琵鷺 800 公頃那邊算保護區，那邊有很多赤嘴蛤，文蛤比較少，螃蟹和毛蚶，也有魚，好幾項：豆仔、沙腸，大潮溝這邊，釣魚的話有烏格、花鮆、豆仔、烏魚，也有鱸魚，石斑魚，也有毛蚶、螃蟹，還有蝦子，龍蝦很少，但有看過，也有白蝦，野生的紅蝦，也有草蝦。草蝦是一般魚塭的蝦苗跑出來。也有養蚵。七股潟湖內海生產的東西，跟這邊都一樣，他網格在抓的，烏格、花鮆、三角仔、蝦子、毛、有時候也會看到一兩尾鰻。

我以前都是在曾文溪，那時候沒有污染，有很多東西，那時候水比較深，抓什麼都有，牽苦也有，牽的有的時候，一網很多，現在沒有那種生態，牽到一網鮪魚，那魚在海中會結成海變成紅的，結成很密，變成魚柱，那時候我牽苦的時候，是 40 個人去牽的，我們的老人看到海底一塊水顏色不一樣，那塊水特別不一樣，那個是魚柱，魚柱就是魚結成黑水，或是紅水，看魚不同，我們那時候放了一個很大的、差不多 300 公尺的網，看到紅水，就把他圍起來，那柱魚就被圍在裡面，再往內，起來以後，大家禁止說話，靜靜的，都不准喊聲，一個一個拉網，繩子這麼大條，一邊 20 人，慢慢地拉，到陸地，魚整柱都還在網裡，到那時候都沒有出聲，那柱魚差不多 2、3 萬斤，可能 3 萬斤，拉到最後，魚突然發起，發的意思就是開始翻騰，網子不能承受，那一尾都 20、30 斤，一翻起來整尾像海豚一樣，都游走，只剩下幾十尾困在網子裡，如果沒有開始從底下翻騰起來的話，魚多的話，魚撞魚，彼此撞，慢慢的拉，魚裡面本身裡面有一個膘，掙扎的話抵抗力就會差，就會死，那魚柱沒有牽起來，但我另外有抓過另外一種魚，也是牽到魚柱，一萬多斤。

魚會結魚柱，會結得很密很密，在海裡走，跟著風走，牠就是擠得緊緊的，他如果不擠在中間，旁邊有大尾魚要把我吃掉，小尾魚都會跟著大尾魚走，牽苦的季節，

通常都在農曆 2 月到清明之前，到 4 月 26 日，農曆 4 月 26，海浪開目，浪就很大，我們討海人都說海浪開目，就是浪很大，那時候就很難牽罟了，氣候很難。

對孩子、對大人，要去海裡玩水，有一點冒險性，尤其海裡這個外海，它本身的地形，如果在變化，有時候很快，很快就壞天，或是大颱風，它在變的地形最快，走得快，有時候海溝，1 條溝、2 條溝、3 條溝、4 條溝，外海他的浪打起來，碰到溝，這頭的溝頂是很淺，再下去那就是 90 度，這個旁邊，你如果在旁邊，半個小時就會打到，浪一起你沒有處跑，外海的水漲潮向北，落潮向南，如果這個溝是走斜角的，浪打來到溝上時，就會分一個潮流出去，本身是很深，玩水的學生發生事情，就是有時在這個潮流處失事，就是從這點發生問題，在這裡要玩水的人，要了解這個外海，要知道。

每日住在這裡，學者因為沒有住在這裡，比較知道，黑面琵鷺保護地那塊地的成因，那個原理，我們海，你沒有覺得很奇怪，那是一個地理，本來都有一個沙洲，你就算有颱風來把沙洲打平，到冬天時，那個沙洲又會出來，這是一個地理，黑面琵鷺這塊地，就是這個沙洲造成的，這個地形在變很快，我覺得風有造成，一年一年來的，土慢慢來。這邊有沙崙，以前這邊整個地形，到潟湖這邊，怎麼風吹也都有一個沙洲，分出一個外海，一個內海，我小時候，就常常想很奇怪，颱風來沙洲整個打平，到了冬天又長出一輪。

防風林外，那時候是 300 公頃的土地，那時候我們在抓魚苗時，出去還要走很遠，它那時能夠長出 300 公頃的土地，是因為有防風林，但也是很多年沒有碰到大颱風，風向也沒有剛好，如果碰到大颱風又有西南風，根本控制不了，又是沙底，慢慢就流失了，那塊地形，海裡的地理我能夠看，木麻黃那塊，整塊的土，流失的，還是留在曾文溪口，移到比較西南，有的沉到外海。海本身的浪是非常有力的，那塊地如果要回來，政府可能要花 10 億、20 億，如果有消波堤塊，浪打到那邊沒力。

我討海討十幾年，做塹做四十幾年，這是環境造成的，我以前沒有錢，8 歲就討海，一年級沒有錢交註冊費，這也是環境造成的，孩子沒有錢要討海，像我這樣，從內海討到外海，從這個網具用到那個網具，又養殖 40 年，每樣都有試到，沒有一樣我沒有養到的，我現在有一個公司，那邊也都是念水產的碩士，他們也都來找我做參考，來問我，我也會告訴他們，大家都對我很好，我是有心要寫書，我也沒有時間，也希望提供些資料給有興趣的人，或是回饋社會。

我女兒會畫圖，如果能夠把網具畫出來，以前做，討什麼海用什麼網器，用教育也很好。

近沿海捕撈經驗、安平最後一代討海人

編號：9

時間：2016/5/19

受訪者姓名：莊○吉

成長地方：安平

背景：安平人，1949 年生，20-40 歲時討海，成為末代的在地討海人。



我爸爸是做土木的，我是第六個兒子，其他五個都是做土木的，我就去找其他出路，小時候就喜歡四處流浪，在鹽水溪那混水摸魚，不會被老爸綁住的，18 歲就去討海，有考遠洋的航海員。

這裡有蚵跟螃蟹，土魷魚跟鮑魚，夏天就吃鮑魚，愛吃牠的頭，只要我們出去，就會聽到鮑魚在喊，只要放下竹竿，牠就會發出聲音，很會哭，每次一哭整個村莊都聽的到，是求偶的聲音，從海裡發出來的，討海人就很高興，知道有魚可抓了，但不知道遠近，沒聲音就不會放網，有一次一流下去，抓了 42 尾，一尾 60 幾斤，不過抓沒有的時候也是很多，大好或大壞。一艘船最少 3 個，一個船長兩個水手。那時候安平漁業最發達，有 CT2-CT3，引擎的馬力。

安平以前是甲級的漁港，現在已經沒落了，大概 30 年前被比下去了，以前安平的漁會很有財力，茄萣現在是很好的港，但以前他們都來安平靠港，兩邊跑，我們這邊有好的港口，那邊沒港，牛車接駁，梨啊殼載來。青鯤鯓也都來這。我是末代討海人，之後就沒人想做了，40 歲我就不討了，之後就沒人要從事，環境條件其實不好，這邊港口不好出入，外面的港口船大又好出入，因為都是新建的，三鯤鯓到安平這有封起來過，有淤積，漁權問題，茄萣跟青鯤鯓都發展很好。淤泥只要清的通，都市就活得起來，盲段要弄起來，要循環，要活水，封起來就不活了。

看風，聽風聲，看風水是很重要的，船長會判斷，但其他人的意見會參考，但船長會做決定。豐收的話，會分紅，四六分，老闆(股東)分四，船員船長分六，但發展到最後幾乎都是船長自己出資，在船上的也都是股東，就沒有資方了，合夥就像合作社，現在都不是用請的，沒有人要出資。我自己也有很多船。討海的時候多常去一次？三日討海四日曬網，第一看天時，第二看流水，第三看有沒有魚，有一次出

去五十幾天，那個年代也沒有無線電，就是看天，自己的生命也都不知道，360 天去工作 100 天就不錯了，魚閒的時候就賭博，比較有心的會整理網子。

那時候就是全盛時期，小時候實習的時候都沒有分錢給我們，就只有分雜魚(幼魚)的分，我就跟船長反映，爸爸就罵我，其他人百分之六十裡的一部分，那時候吵了之後，才有 0.3%，那我就想說我乾脆去遠洋。在這邊 1 年多而已，16 歲之後才有可能分到半分，我爸就說我很愛計較。

安平跟臺南的風俗習慣完全不一樣，我們隔離了 200 多年，以前來安平要坐船，沒有互相連通，以前有姓莊的女祖先嫁來這，有配地，我們算是沒落的貴族，清朝最好，日治就沒那麼好，但也還算阿捨，日本戰敗後，接下來就越來越不好，日本叫我們投資，我們把資金都拿去了，拿去高雄的一個株式會社，那是一個接駁站，鐵路的株式會社，國民黨的全部接收後，就沒了。

遠洋會去東沙群島，海南島採珊瑚，現在不行了，以前都鼓勵我們去，以前還會派人來保護我們，還要小心蘇聯的船，回來之後就有自己的資金了，也有當過船長，以前當小孩子都當小弟，50 年後，說要再去就說我不要去遠洋了，錢已經夠了，自己就可以當股東了，買船了，就撒網抓蝦而已，龍蝦少，草蝦是黑色的，也比較少，鐵釘蝦比較多，一次回來 40-200 公斤，還有劍蝦，紅蝦也比較多，一日往返而已，早出晚歸，就坐這種近的作二十幾年了。

每年都要去一次澎湖，澎湖是臺灣的生命線，要有兩道防線，加上金門馬祖，一個戰略地，當時有個計畫，要做一個跨海大橋，從七股通到澎湖，那邊有一個海底山脈(龍針山)，但我們技術不夠好。化石的年代越深年代越久遠，我們這邊叫泥河灣期，比冰河期早，本來林默娘公園要做海洋跟船的博物館，還有兵器博物館，結果市長說那邊有重要的古蹟在那，那是荷蘭人受降的紀念地。

蝦子每個時候都有漁獲，是顧三餐，我那時候就沒烏魚了，安平跟烏魚已經沒什麼關係了，現在只有茄萣有，他們是大型的投資，七股那邊都是插花的，我們都只有小額投資，沒有發展商業模式。我們都賣市場，漁會，以前只有我們安平有漁會，運河這是以前安平港，安平港以前很大，漁港作主體，民國六十幾年，新港開了就開始變商港，現在還變遊艇港，在地人沒有再出港了，但都算休閒的，魚市場的幾乎都養殖的，沒有海貨了。現在還是抓的到魚嗎？現在都一網打盡，以前小漁船的話就是天天有魚抓。

「初三、十八九，天光南流吼，南吼鮑魚，北風土魷魚，南風驚鬼，北風驚露水，南風轉北，王城缺一角，小滿鮑魚，虱目魚苗期」南風驚鬼，南風到了晚上就會停，北風吹了一晚，到了早上露水出來，北風就停了，風平浪靜，我們就知道魚來到我們家了。北風來了就知道可以出海了，看到南風不能想說不出海了，有時候，我們看到氣候是這樣，就趕快到港邊去找人，說：「某某，現在要出海了」，他說：「靠夭，風這麼大怎麼出去！」，我就說，你等著，待會風就會停，因為以前訊息比較不方便，找人不容易，就叫他不要亂跑，等著出海。

最怕的就是瞬時風切變，所謂南風轉北，北風轉南，死人的一大堆。

農曆三月十四號，小滿。南吼音樂祭的南吼就是這個時間，轉風的時候就很危險，很怕來不及回頭。

食材加工者：西瓜綿

編號：10

日期：2016.06.10

受訪者姓名：邱○太太

成長地方：安南區土城



背景：1942 年生，從事漁農，家庭式加工生產西瓜綿有四十餘年時間

西瓜綿就是用鹽醃的，人會收從各處來的西瓜，西瓜來就要削皮，刷刷洗洗，把皮削乾淨，這樣看幾斤，配多少鹽，放在桶子，去醃，用石頭壓，好吃的西瓜綿是要看鹹度，石頭要壓得好，不可以吹風，否則會生霉，下午醃，明天早上再壓，才會好，如果馬上醃馬上壓石頭，不會吃鹽，會全部壞掉。

這一批我們一個月才做了兩萬多斤，做得快累死，從來沒有醃過這麼多西瓜綿，一斤買四塊，醃起來是這樣，比較白色，醃得黃黃的就漂亮，全部都放在桶子裡，我們放在外面的巷子裡，封起來，黃澄澄的很漂亮，我們這個沒有加色素，有的人會放防腐劑、色素，我們做了差不多三十年、三十五年的西瓜綿，以前我都一面哄孫子一面做西瓜綿。

西瓜綿現在因為海產店很喜歡買，所以製作量越來越多，我們賣出去是 1 斤 25 塊，到菜市場買的話又 60 塊了，我一開始自己醃，有人要買，有的人有放色素，我們這個沒有，我們什麼都沒有加，只是放鹽，有的時候把它切兩片煮虱目魚、吳郭魚，很好吃，要大小適中的幼瓜，這樣剖開來，很漂亮，大石頭壓下後，壓到反

白，就差不多時間到了，差不多 4、5 天，如果熱天的話四天就好，大概可以放個 10 天，但我們會馬上賣掉，大賣趕快來，就趕快出去，他們會來載貨，土城這邊只有我們，漚汪有，那邊有專門的，整年在做，但會用色素防腐劑，因為他們有冰庫冰起來，我們一年只做兩期，從舊曆 2、3 月到 4、5 月就完了，6 月又開始摘，到 10 月就沒了。

做這個很辛苦，我們的特色就是沒有放防腐劑，放在冰箱可以放一個月，放一年也可以，我小時沒有吃過西瓜綿，我 40 歲醃到現在 74 歲，都在醃。那個外面去整個黃黃的，那就有放色素防腐劑，所以最自然的顏色，其實是白白的，所以出去選西瓜綿不用選太黃，你們看黃的比較漂亮，但白色就是沒有加什麼的。

很脆很酸，可以炒蒜頭，那個魚，把它煮熟，西瓜綿最後面才下去，滾一下就好，放太久就會爛掉，我在做西瓜綿很少失敗，塹仔底的大師，我們都吃實在的，知道的人會來買，我們沒有需要，洋香瓜綿醃起來爛爛的，不會脆，沒有用。

老百姓就是很辛苦，做田人就是很辛苦，今年熱，蔥也是都沒有收穫，都一面揸孩子做工作，以前揸孩子去擔水，在古井那邊等水，哪有像現在這麼好過。

我們的工廠就在這條巷子裡，用大的筒子，再買塑膠袋，放在下面，要綁起來，今天放鹽，明天再綁起來，就一直出水淌下去，在用大石頭去壓，我們年紀大了沒有辦法，現在膝蓋壞了，身體也禁不起，想要收起來，一天就要做 2、3000 斤，用水果刀削，有時候會請旁邊的人，但是也不是能找到適當的人，削皮要漂亮，看起來才會漂亮，吃起來才會 Q，皮要削起來鹽才會吃進去，最早的人，會把吃掉西瓜的西瓜皮醃起來，小孩的時候，第一次吃到西瓜綿，那時候煮虱目魚，也是用長長的大瓜，那個我也常醃，大瓜不要削皮，大瓜比較沒有酸味，味不一樣，而且餐廳不要，餐廳要西瓜綿。

西瓜綿以前是私房菜，做涼拌也很好吃，事實上這個做涼拌我很愛吃，有的時候如果失敗，不會脆的，西瓜綿可以炒三層肉，加薑加鹽，一定要加一點糖，才會酸甜，什麼都可以，吳郭魚，西瓜綿比鹹菜還好，不會死鹹。

我加鹽都有固定的，是用粗鹽，精鹽不行，那整袋都是進口的，精鹽有化合過，就不行。先生是負責削皮，把西瓜綿帶來，在加鹽的是太太，西瓜在缺貨，但我們進貨價錢沒差，因為加工的人有限，並不是大家來在搶，不是大家都會加工，去年他賣我們兩萬多斤的幼瓜，賣八萬多，他自己的成瓜賣兩萬多而已。

我們如果醃得多，我們就會告訴大賣來，他們今年來兩次，他們到處載貨，有冰庫去把西瓜綿存起來，銷到各處，銷到臺北。我們這邊如果有人要去看親戚，就打電話來要，這不是整年都有，我姪子說要到大陸去做西瓜廠，我告訴他不要，這要一直收去做才可以，又不是整年都有，漚汪那邊都是整年在收，他一直收，凍著有冷庫，自己賣，送去市場賣，比如說 1 斤 20 塊，他今天就叫 5 桶。

我們這邊有一個印尼太太，來這邊幫忙削，她也是說好玩，一起熱鬧，安平那邊有一個女人，教他就會，她也是說很好玩，越南外配也有來削。港西活動中心那邊也有在做西瓜綿，西瓜綿我們土城也是有名聲的。我們早上在屋子這側削，下午在屋子的另一側削，用整排的桶子，我們是對出，桶子不用太多，收走之後再來製作。

我們塭仔底這邊都淹水，上次八八水災菸水都到桌子頂。百姓是很辛苦的。

社區營造、社區旅遊推動者

編號：11

日期：2016.04.20

受訪者姓名：王○華

地點：龍山社區活動中心



背景：龍山社區發展協會總幹事

龍山社區是 180 年前有 36 位人士從唐山到來，為何要來，因為當初唐山生活不好，先民往南比較容易謀生。這些人有些在中寮定居，有在沙崙寮定居，再來到我們下山仔寮居住。早期這邊為了生活，是海坪自己圍起來做魚塭，早期是像沙洲一樣，19 世紀，連下一個禮拜的大雨把曾文溪河道改道，地形又改變。

早期船民過來很辛苦，因為做魚塭，圍魚塭養魚等辛苦的工作，之後插蚵仔，是把竹子剖半，用蚵殼，在溪邊溝邊插，那時候叫插蚵仔。五十多年的時候，才有人用蚵條、蚵線，綁成一串，使它提高經濟利益，使產量提高。

這邊的人大部份是養魚或討海抓魚，早期這邊有種甘蔗，種稻子，種雜糧玉米，種白蘿蔔。鄉下地方鹽分很重，收成不好，政府會發給休耕補助，大家都免做就有錢拿。變成所有的田地都荒廢在那裡，大家都想拿補助，沒有人想做田了。

社區營造背景

社區在蘇鄉長時代，有社區理事會，由代表推選出來，選理事長。我們還是小孩子沒有參與，那是早期的社區營造，民國 80 年，社區有老人的長壽會，那時就有參與，有回來做工作，閒暇時有幫忙辦活動照相之類。民國 83 年，那時中央要廢社區理事會，鼓勵發展社區發展協會，人民團體法賦予保障，那時跟公部門申請經費，83 年 3 月，我們社區成立社區發展協會。

一開始鄉下地方沒有，那時有鄭木順校長，龍山國小第一任校長，退休在延平國小退休，因為他很愛龍山和地方人士相處不錯，就有心來做。他先做理事長，找 31 個人做會員，就成立，說要聘總幹事卻找不到人，鄉幹事跟我說，要不然先來掛名，就從那時掛了二十幾年的名，我做到現在已經第六屆，總幹事都沒有人要做。理事長選著選著，其實我們社區這邊說社區理事會在別的地方很競爭，龍山這邊卻沒有人要做理事長，都要去拜託人來做理事長。83 年成立發展協會，88 年成立義工隊，那時有個陳枝明在社區活躍，對環保投入，那時以身作則，清臭水溝，大中午穿得髒兮兮，以身作則來改善社區環境。

蘇煥智蘇縣長時，我們有正式加入環保局。重責大任就在我們這邊，我們大庄，叫人比較好叫，因為理事長是校長，文書什麼都內行，對外對內都擅長。94 年我們參加內政部社區工作評鑑，有獎盃，得甲等獎。96 年，報陳枝明為環保模範義工，他是全國最高分，他也討海過，也去臺北踩過三輪車，吃素，也賣過蛤蠣，人活到七八十已經不再了。校長也八十幾歲不在了。

我們參加完評鑑結束，校長已經住院了。那時後想說校長不能再做，我就想乾脆放棄。但我去探望他，校長跟我說，聖華，龍山社區營造的工作要繼續。聽到他這樣說，我說那就繼續做。我們當年有跟他出入，參加研習，聽課，比較瞭解什麼是社區營造，96 年臺南縣政府文化申請新故鄉營造，從那時起每年都會有個計畫，不是透過民意代表，都是靠自己寫計畫申請金費，97 年聯合七股 5 個社區，聯合提案。

我們出門三台遊覽車，團結就是力量，從那時起大家有成就感，我們有參與水保局培根計畫研習，誘使老人出來上課，第一次來上課完，來放臺灣最美的風景片，社

區居民說別的地方為何那麼美，為何我們這邊如此，引起他們想要改善社區的動力。

因為有去上課，有灌輸社區知識，有問題互相討論，有共識出來，大家做就沒有意見，慢慢來做。有說如何做社區的產業，我們要發展，海產攜帶不方便，經過水保局上課完，建議開發地方的風味餐。水保局當時也有幫忙，當初呆呆上課，到民國 98 年的水災，曾文溪潰堤，淹水到龍山來，三天三日沒退，後來居民就想要如何來保護社區。

99 年，馬英九總統來視察。因為我們有參加水保局研習，讓他們感受到社區的改變。當時，來時有人歡迎，有人也有政黨色彩，即便有不同政治黨派的人也跟他握手。我們帶他走巷道到活動中心來，感受漁村的熱情，維安的保護，社區的居民都有圍看，觀察到許多人也伸手跟他歡迎。

民國 100 年，農委會有農村再生計畫，幸好我們之前有上過培根、進階、核心、再生這四階段的課我們都上過，所以我們有資格提農村再生計畫，因為我們是第一批，那時候感覺委員在刁難，一定要提出問題，也挑出我們的錯別字。但是我們通過是全國濱海漁村第一個通過農村再生的社區。鄉村型、原住民的有分類型，我們屬於濱海。我們覺得很榮幸。之前通過的時候，我們通過是編號第 29 左右通過的，那時覺得很榮耀，水保局以我們為示範區。長榮有培根課程，叫我們去經驗分享，介紹社區特色。100 年到 102、103 年，三四年中，來訪的團體超過一百個。

102 年臺南市都發局有參加國際宜居社區大獎的活動，我們也報名，被推薦去報名。參與時，發覺不簡單，組織是聯合國環境保護，每一年都會辦，國際活動一開始報名的聽說有全世界有四百多個，篩選後有兩百多個，我們也很幸運被選中，參加和委員簡報，社區紀錄片，到廈門參加，足足 6 日，很榮幸。最後入圍國際宜居社區大獎社區組的銅質獎。

我跟我們歷任的理事長說，每年會去爭取一個獎讓你們去領獎。103 年漁業署辦全國奧斯卡獎，我們參加漁村營造組，有人圍。評審委員是海洋專家、環保專家。委員有基隆海洋大學教授，臺南成功大學教授，委員們後來也來參觀過我們地方。

觀光與風味餐

要做的環境改善告一段落，之後要往觀光方向可不可能發展，讓大家能參與、賺錢。現在漁業資源少了，討海的年輕人不做因為辛苦。插蚵仔，老的少的都不想做。以後挖蚵仔，會愈來愈少，所以想朝觀光的方向。

社區參與、風味餐、坐排筏，這邊的漁港不叫龍山漁港是叫下山漁港，檢查站也是叫下山漁港。做生態體驗要能夠應付遊客，以後要如何做觀光，未來要找哪一條路，需要學術單位有關部門來幫忙推動，單靠我們自己不夠，現在的時代要靠網路、行銷，社區可能不夠能力。

我們想推動風味餐，5月8號，就會有奇美王副院長帶奇美醫院一團人，來這邊義診時，為醫生護士辦桌，每次風味餐菜色都不同，有的人會要求古早味的，指定要用蝦乾炒芹菜，或是要用火燒蝦。

我們一般會用吳郭魚、虱目魚、蚵仔，所謂的龍山三寶，在龍山買比較買不會有臭土味，因為是鹹水，愈靠內陸會有臭土味，蚵仔用無污染內海潟湖的。蚵仔的營養價值很高，寄生在蚵在上面的螺，也有人在賣，採買食材，都要事先預定。

社區媽媽有美食的龍山三朵花，被雜誌喊出來的，黃阿滿，以前在公所對面統一海產工作，所以對烹飪有涉獵。另一位是醫生媽，他們家裡出三位醫生，叫蔡櫟，早期在這裏對早期的料理會煮，她也比較注重衛生，料理也比較講究，我們這裡不加味素。我太太陳月嬌是比較會打理，要如何調配。她們三人是主要的，還會找義工來幫忙洗碟、端盤子。

風味餐是民國100年開始，農村再生計畫那時開始。最小團體接過做兩桌而已，最多二十桌，是接臺南市教育局在歲末聯歡。風味餐辦桌頻率，在100年到103年每個月至少有兩三次，每個月一定有。來的人多半是來針對社區參訪的，遊覽車團反而就不想在這裡吃，因為沒有回饋，我們因為是最實在的，直接回饋給參訪客人，不回饋給司機導遊小姐。104年比較少，因為登革熱的問題，那時臺南外地明令戶外教學不到臺南來，整年度也大約有二十多次，今年大約已經有四五攤了。有可能把風味餐變成地方特色嗎？如果有客源的話，天天做也可以，因為場地固定化，就在活動中心，廚房也足夠。我們有過辦二十桌的經驗，應付得過來。那時大約有8個人準備。平常一桌2,500，教育局來時辦一桌3,000元。

七股幾個社區互動密不密切？有思考過聯合起有對口窗口，例如一個點去兩個小時，去樹林社區、篤加社區、龍山社區，在不同點遊覽後，來這裡遊瀉湖、吃風味餐。

對國家公園的期待

希望有些許經費幫助社區環境改造維護之類。如果國家公園只做保育，有時對推動觀光背道而馳，家園守護圈有推動，但不成功。去年有 5 萬塊經費請工人維護環境，但是不太夠。但其實台江保育工作做得不錯，推動的方針，講白一點，還是應該要照顧沿海居民，不要只有公部門在推動。

台江國家公園推動永續海鮮，有些魚的捕撈方式是不好的，很早我就反對定制魚網大小通吃，能賣的去賣，小的放在竹筏上曬死，很糟糕。我們公部門沒有公權力，沒有法令去控制漁民的捕捉。一直在思考日本有規定多大的魚才能拿起來，某個季節只能捕捉這款魚，其他不能捕捉，臺灣不一樣，臺灣沒有管理。下雨有淡水下來，有蝦類，他們把它一網打盡，大的小的可吃不能吃的通通補起來。我們應該要保育食物的來源，種苗要保護，否則以後全部都沒有了。小的捕捉起來，大的就沒有得吃，食物鏈就是這樣。

寒害時，整個七股溪都是黑 Ogama，多得不得了，但漁民大尾小尾都捕了，他們都不會分開。應該要限制置漁網，網子要用多大孔眼的應該要有規定。

下山漁港一般是早上 5 點半進港買賣，買魚的人是社區的人外面的魚販，因為它是早上定置漁網 4 點多去撈網收起來，5、6 點進來，排列拍賣，漁獲都是網筍來的，龍山這邊大約養蚵有三成，牡蠣一成。

環境教育

我們是 105 年度環保署的環保小學堂的社區，當參加國際宜居社區競賽時，國際委員用英文問到全世界海平面上升，沿海地區怎麼去做防範，我們回答不出來，市政府沒有幫我們準備這題的演練。只好回答說公部門一直思考這個問題，請專家學者來評估。

有機會要請教在地耆老對自然知識的智慧，像是怎麼在濱海種樹植栽，怎麼面對洪水，蘇煥智時代有請臺大城鄉規劃三本報告，那時的七股瀉湖跟現在不同了，有許多學生也對七股也有研究。

社區營造、社區生態旅遊推動者

時間：2016/5/25

受訪者姓名：林○材

地點：鹿耳門天后宮

背景：媽祖宮社區總幹事



北部客人或國外的客人，來臺南一定會吃小吃跟看古蹟，但這是很淺薄的認識，來一兩次就不會把臺南當成一個點。

我們這三年跟台江國家公園學習什麼是生態旅遊，慢慢了解說我們臺南人的度量是很大的，因為我們有兩個國際級濕地，各 500 多公頃，共 1000 公頃，全世界的黑面琵鷺就今年 3330 隻，來臺灣的 1600 多隻，來臺江國家公園的 1200 隻，幾乎每一隻我們就分配 1 公頃的鳥餐廳給牠吃，那個是很震撼的，以前要看黑面琵鷺要去七股或鰲鼓，現在四草保護區就看的到，所以有北部的朋友來，排行程的時候，我會建議除了美食古蹟外，我希望他們可以來了解台江的生態，生態包括歷史文化、飲食文化，整個大環境，因為我們有在辦風味餐，因為我們最近的石斑魚滯銷，想說煮石斑魚給他們吃，他們卻要吃西瓜綿吳郭魚，因為他們想要了解當地飲食，其實吳郭魚比較便宜阿，但是他們吃的會很感動，不曾吃過這個味道，特別是台江沿海這邊，幾乎都鹹水，我們的換肉率很低，不到經濟成本，很難競爭過淡水的。

所以我們推了三年多，漁夫體驗營，我們今年盤整我們村莊的魚塢，有 200 多公頃，有一半養虱目魚、吳郭魚、白蝦、螃蟹以外，剩下 100 多公頃在養鳥，為甚麼？拋荒，不夠經濟量，我們村莊平均養殖年齡 73 歲，都是男性在養，而男性的壽命平均 78 歲，5 年後我們養鳥的魚塢比例會越來越大，這是一個很嚴重的問題。

所以我們就想說不然把我們村莊，把它規劃成媽祖宮變成一個 200 公頃的生態園區，一個問題是因為養殖年齡越來越高，另一個是因為我們村莊土地少，都持分，對臺灣的土地利用是個問題，對都更、老宅很不好，就會荒廢在那邊，像我們風味餐用的地是我們家的，現在遊覽車越停越多，快沒得停了，旁邊養鳥的也會停車，我就想說我來整理我表弟那邊的地，然後我表弟就說要問他孫子，才兩個人就很困難，也沒什麼公權力。所以臺灣的土地利用的問題就很嚴重，被綁住。

我們村莊戶口有登記的 1500 個，常住的 750 個，每年平均 10 個去世，10 個結婚，結婚就會搬出去，因為我們都是小宅院，居住環境的問題，我們這邊都沒有新蓋

的，他們覺得生活機能不好就搬出去，所以我們的人口負成長 3%，你想一年平均減少 20 個，10 年就 200 個，再幾個 10 年，750 個就沒了。

所以我們委員會的委員、村莊的長輩就不懂為甚麼我們這麼積極在推生態旅遊，因為我們想要找出我們的根，長輩跟委員都想說我們一年還有 10 億，有錢但沒有人啊，你來誰給你們服務，之前我在中石化上班，去年底才沒做，他們就問我福利這麼好幹嘛不做要來做生態旅遊，我就說沒人犧牲，路就開不出來，我就說我 1 月份做一團，一團最多，扣掉我們村莊的花費，可以賺 3000 元，2 月接 2 團，3 月接 3 團，4 月接 4 團，5 月我就不敢接了，太多人了，因為他們都是像員工旅遊或戶外教學，一來就 3-5 台遊覽車，沒有設備去服務他們，因為我們宅宴可以容納 40 個就很勉強，沒有冷氣裝潢不行，負荷量的問題。

因為我們村莊是用天后宮做中心基地，現在是我叔叔當主任委員，現在有在跟他研究這個問題，住的部分我們提供 300 多個，但之前是為了香客，是通鋪，但家庭來就不適合，我們現在是跟文悅酒店搭配在安平，所以我們希望 5-10 年後我們媽祖宮的人口負成長可以平衡，這就是我們的指標。

我們有兩個方式，像是我們這種 50、60 歲的，退休回來這邊工作，第二個就是說我們要讓年輕人在這邊生活，至少 2.2 萬，現在一年流失 20 個，我們希望補回來，一年慢慢補 3-5 個，這是我們地方的命脈。但是我講這個一般人聽不下去，我們說 750 個裡 50 歲以上的幾乎沒有穩定收入，或甚至沒有收入，養殖的收入也不穩，所以生態旅遊推動後，他可以抓魚、煮菜、洗碗、打雜，一個月 3000-5000 的收入，所以我們一直跟比較有知識背景的人講這個道理。

人口的流失跟親情的問題，沒有收入的話，小孩會惶恐，然後你有微薄的收入要給老一輩的還是給小孩用，奉養的問題，如果有賺就有尊嚴，要讓留在村莊的長輩有尊嚴在，因為他們都很勤儉、很打拼，又剛好生態旅遊的工作他們都會做，叫他們讀書又坐不住，年輕的來培訓導覽。

我們常態在幫忙的有 12-15 個，但是輪流的，我們煮風味餐的有 3-4 個，抓魚的有 2-3 個，解說導覽的也 2-3 個，聯繫的也 2-3 個，我們為了要推，還成立鹿耳門生態旅遊發展協會，現在的現象是外熱內冷，村莊的人搞不清楚，但我可以看到未來的願景很棒，但老一輩的看不到，我相信有計畫性的話有人口會回流、年輕人會留住，對這種生態旅遊、對歷史有興趣的會進駐。

這邊的美是天然的，雖然 100 多公頃不能養魚，但是會變成全臺灣第一個社區的生態園區，大部分都是財團，而且我們的荒廢，但要管理，水位要調節，食物要放小魚，而且我們可以跟他們講歷史地理跟文化，息息相關，養殖面積雖然不是最大的，從育苗開始都有養殖區，我們算是臺灣最大的育苗區，因為我們成魚不夠經濟面積，所以苗區都在我們這裡。一年從我們這邊出去的有幾千萬尾。有 20-30 個人在做這個，但是這個會被魚苗販壓低價格，今年會賺是因為寒害。

還有一些法條的問題，這都反應到我們的政府的思維，最近一二十年，臺灣走向一個集中都市的發展，住都市的人消費水平太高，所以可支配的收入很少，負的生活品質，鄉村的也是，如果可以創造 5-10%的回流就可以繁榮地方經濟，紓緩都市壓力，就不會那麼壅擠，回流也有親情。

像我們以前在解說的時候，會提到小時候的食物都很簡單，現在大吃大喝都三高，以前都睡平房，現在都住豪宅，都睡不著，那是我們比較進步，還是以前的人，我們要追求的舒適反而沒有，比起父姪輩的，我們的生活品質比他們不如，以前勞動的都是歷練，現在都文民病，50 年前的平均壽命跟我比差五歲，男性有 5 年是失能的，女性有 8 年是失能的，這會壓垮臺灣的經濟。

最近聽村莊的人在講說，村莊的人糖尿病去截肢還活了 5.6 年，請外勞來顧，但工資已經沒辦法付，家庭生活很難。賺 3000 元有些還是來捧場的，但我們就是想越早做，越快解決問題，我認為是價值觀的問題，我把每天都最後一天在做，但是壓力很大，散客我都接到不敢接，30 個就 7.8 組，很難報路，時間到了要 run 行程，迷路的就還沒回來，原來我還沒做之前眼睛視力是 1.2，做了變 0.9，因為有客人在網路上問 30 幾個問題，你都得回答，以前我是 9 點睡 5 點起，現在都要 11 點到 1.2 點都睡不了，生理累，但心理開心，是有願景的，他們都問我有沒有收入，我都說大家有收入就好，我以前做中石化的錢有一半就拿給他們。

我本來是很不喜歡中石化，後來是為了關心，因為我想做我想做的事，小孩子都長大了不用我操心，生態旅遊要專職來做。百分之九十的人都從網路來的，我待在電腦公司 20 幾年，所以我對網路行銷很熟悉，我才有辦法接單子，一個月給你 3000 元有人要做嗎？

台管處幫忙很大，處長很有心，他去年來我們社區參觀，他就跟承辦的說撥一筆經費給我們，讓我們自己發展一套自己的模式，我們就想說大家都在農夫體驗，那我們就來漁夫體驗，要抓魚就要去買青蛙裝，剛開始也沒有錢啊，沒有錢就跟台管處

要，也跟解說課要了 15 套青蛙裝，也一梯補助我們一萬塊，也掛在台管處的官網讓大家報名，大家也都比較安心，但那個過程很坎坷，第一次報名的時候才 3 個，其他的報名都秒殺，而且我們 600 元還補助 200 元，因為參加的大部分都是親子團，報名系統要有電郵，小孩又沒有，那時候又不會用團報，就卡住了。爸媽都說如果小孩不來玩，我們也不會去玩啊，爸媽把他們抱起來水中，他們就很開心，當游泳池在玩。

我們就延了一個禮拜，就報了 12 個，至少要 20 個才平衡收支，那我就跟理事長討論，決定還是要辦。第二次 8 月 8 日又遇到颱風，第三次也是 20 幾個，後面就很多大雨跟颱風，9 月也辦了一梯，10 月辦了 4 梯，之後就不用我們辦了，因為有永康地震，有幼兒園的老師一直幫忙 po，老師跟家長揪團，他們很喜歡。到去年 11 月 10 日，十梯就辦完了，這是我們要的。我 11 月以後就辭掉中石化的工作，專職做這個，跳這行也要有個目標，那個協理還說，做不下去再回來。

我最近會回來基金會接執行長，我們文化季的活動民國 80 年開始辦，第一年的經費 5000 萬，我們已經辦 23 年了，每年的經費都 2000 萬，我們對辦文化的內涵是很豐富的，我們會用這個模式辦生態旅遊，再跟中石化的開發作結合，這樣也有引導臺灣的作用，其實其他比我們村莊糟的有更多，我們這邊離安平 15 分鐘而已，其他七股海邊的村莊更辛苦，我們就希望更多富二代、企業來幫忙，共榮共存，都是價值觀的問題。我覺得很有幹勁，越來越年輕的感覺，有人生的價值。

地標裡有三個碑，一個是臺灣之門鹿耳門，一個是媽祖的新故鄉，一個是府城天險，辦文化季的時候立的，鹿耳門在三百多年前就躍上國際舞台，二十年前有老師知道紅樹林的保育，現在才有綠色隧道，黃徙先生給這邊定位。這邊林家古厝，70 年做的，這間 80 幾年了，我阿祖的在後面。大鍋煮的風味比較好，吃飯會在飯廳吃，遊客來這邊用午餐，晚上比較少，活動都是 9-17，有辦兩天一夜的會來這邊用午餐，有接過過夜的不是很習慣。

生產者、科技漁人、永續飲食文化推動者

日期：2016.06.10

受訪者姓名：顏○宏

地點：安南區



背景：台江漁人中草藥養殖創辦者

從產地到餐桌：溯源餐廳

目前就小滿跟總舖師，還有幾家小的日本料理店還有餐廳合作，溯源餐廳是我們一直都在推的方向，新政府也在推，我最近也還要再拍第二部影片，跟小英說，因為我想要讓小英走一趟，因為現在推產銷履歷政府做半套而已，農民端、生產端都沒有問題，但是最後一哩路它沒有達成，就是說，你一定要有一個補助或獎勵的措施是給通路業者，或是這邊的團膳業者，因為我們做產銷履歷一定成本一定較高，是沒有很多，但你說一斤差五塊，對團膳業者大量就差很多，你一定要以一個獎勵或是補助的方式，讓通路或團膳業者想要用你這些食材，否則你以前九零年就用國宴，要讓產銷業者用你這些食材，結果講了半天，到最後一哩路斷掉了，因為通路業者不買單，你一定要有一個獎勵措施給他。

還有公務員採購也要解禁，你一個便當只能 80 塊，光我一片魚肚就 80 塊了，你要切一半，剩下 40 塊，加上買魚買菜買肉買飯，也不夠，當然這些都可以慢慢解禁，80 元的便當可以做出什麼好東西就很奇怪，所以公部門整個東西都不能採用有機或是友善環境，你如果有預算的問題沒有關係，你至少學新北市它一周一次嘛，或者是一周兩次，吃有認證的，我不要要求你全部，這個最後一哩路如果解開，大家就會去做前面產銷履歷這全部的生產。

農委會有這樣的平臺可是聲音都沒有聽到，所以我們現在只能透過臉書，kuso 拍片的方式，那他就會清楚，就講給小英聽，反正里程碑就是剩下最後一哩路就到達了，不做也不行。

光用市場的力量，用廣告效益，這樣的力量不夠，在商言商，你看現在所有踢爆用黑心商品都是上市上櫃公司，或是大餐廳，在商言商，同樣等級的東西他可以少 5 塊就是用東方人節省、勤儉的角度，就會去少 5 塊，我們可以用補助或獎賞的方式，告訴他不要省那 5 塊，那 5 塊可能就會出現食安的問題，你寧可那個就由全民買單也沒有關係。現在要講產銷履歷整個制度就只剩下最後一關，只剩下推廣的部分，這關就過了。

區域性可以改變就是我們現在在做的，透過我跟總舖師，透過外燴，其實這也有點故意，如果說我們鄉下地方也用得起這種有履歷的食材，那你告訴我說五星級的餐廳用不起，王品這種上市上櫃的用不起，那就知道了嘛，小滿它也用得起，那表示是其他人為什麼不用，當然政府又有一個獎賞的力量，你用多，我就幫你獎賞越多，甚至還幫你做廣告，說這是一個有良心的企業。

做團膳的，如果用的東西都有生產履歷，有一個叫溯源餐廳的認證，就在做這個，農委會有委託兩個單位，一個是臺灣跨領域農業發展協會，一個是私人的，有心肉舖子，他們就是專門在做這個，他就配合政府，現在國宴在推動的產銷履歷政策，產銷履歷就是農民你生產的過程都要電腦做登錄，如果有吃出問題，如果你養出來的問題有問題就可以追溯，這本來就是食安過程中最重要的，就是要登錄，臺灣一出狀況就一定有人要負責，溯源餐廳也是這樣，所以把它分清楚到底是食材的問題，或是烹飪的問題。

現在來參觀的人，大部份會想要了解，現在都很流行食農教育，食農教育的過程終究是有一些內容要去修正、調整，當然國小老師也都會帶學生來做一些了解，可是通常我們不會像觀光工廠那樣實際去做解說，我們不會去做體驗，體驗是風險，因為我們是專業養殖場，通常是讓人家看，因為大部分有防疫的問題，你可能會去過其他魚塢。

加工品上，以前老人家在曬魚乾，如果吹南風，曬出來的虱目魚會吃起來喉嚨痛痛的，或是嘴巴麻麻的，這是肉毒桿菌的問題，我們最近一批吃起來也有這個問題，烘烤虱目魚時有肉毒桿菌，可能是濕度的問題，水分排除的不夠迅速，這是一種虱目魚的肉毒桿菌，科技漁業，就是我們跟學校單位合作，用科技的手法解決漁業的問題。我們用 UVC 在曬，就是在模擬太陽日照的味道，現在味道是都沒有差。

市場、環境與通路: 在地水產養殖的挑戰與創新

上次霸王級寒流，寒害以後，海邊整個環境都變了，生物餌料都不見了，這是所謂極端氣候的災害，永安那邊只是好在大魚沒死，我們聽到的是之後魚也厭食，慢慢的死，我們這邊一刀斃命還可以準備，乾淨俐落，知道停損多少，不用再給牠吃了，現在沒有死的話，養了也不會大隻，得皮膚病，腸胃出問題，反而更有問題。魚價又沒有起，更傷心。

我們魚這個部分跟蔬菜、米都不一樣，魚這部分我如果不吃龍膽，我可以吃石斑，我不吃虱目魚可以吃其他的，今天價格如果要這麼高，沒關係我可以去找進口的，便宜的進來，於是全世界走，因為有可以冰凍冷藏的特性，替代性又更高。

目前我們蝦子，其實臺灣蝦子量都是少的，困難，我們的環境，我們的環境抗生素、農業殘留過高，這種甲殼動物是需要換殼，吃生物餌料才能長大的，根本就很難養，所以你看現在所有的台商都跑去印尼、印度、越南，前一陣子都在泰國，越南，新的地方，也不算工業污染，農藥是最大的主因，他們都盡量去找農業未開發的地方，因為他們吃生物餌料，蝦子很困難養的原因就是因為環境裡的抗生素太多，你看蝦子就等於看路上的昆蟲一樣，蝦子的飼料就是從蠶寶寶的飼料去改的，我問當時發明草蝦飼料的人，他說那時候也沒範本，就看路上的昆蟲吃什麼蝦子就等於水裡的昆蟲，跟路上的昆蟲是一樣的，要脫殼要經過完全變態，才能會有，所以他的飼料就是這樣改過來，他自己也認為，蝦養不起來是環境的問題。

其實不錯啦，我們現在陸續都有回來，產量慢慢提升，環境會回來，要有耐心是一個，另外一個是要有很靈敏的監測儀器，現在我們跟成大環工所的老師，跟陳婉如老師也有在做這些配合，我也在等，因為那個到 ppb 級的檢測，就很低很低，那儀器真的要很靈敏，一點點就會有影響，要等測試設備的研發，飼料也會加抗生素，都說沒加，但怎麼測都有。

養蝦前段就是靠生物餌料，而生物餌料要長得好就是不用抗生素，抗生素下去整個完蛋，現在是這樣，因為年輕人大概都已經返鄉了，你回來看到家裡險峻的問題，爸爸那一套也養不出東西，只是越來越糟糕，現在有慢慢發現老一輩有想讓年輕人去試生態養殖或是科技養殖這件事，最近今年開始陸續發生，積極度又提升，以前像狗吠火車沒有人來理我，現在發現年輕人漸漸來找我，我們家五代都是養殖業，全部都是，到現在都是。

我們不要妖魔化所有的老漁民，老漁民怎麼會用藥，都是飼料商給你加到過量，他幫你偷加他也不會跟你講，事實上，可是你又站在飼料商的角度來看，你如果不佳，魚生病，尤其是盛夏魚生病的時候，那個愛德華氏病毒，那個腸胃病最容易發生的時候，你魚吃我的飼料死是不是會怪我，一個人怪我、兩個人怪我，我不是就倒了，所以就寧可在盛夏的時候藥用的很重，秋天就不用藥了，因為在下來冷的時候，根本細菌不會滋生，可是他有一半的時間有用，一半的時間沒有用，冬天就不用太餵魚，冬天本來魚就不會吃了，所以弄到最後，整個環境本來抗生素量就很高，而且我們的整個方式，以前也不會想到什麼食安防治，只能說曬坪，土推進去

你還是把這些化學藥劑、農藥殘留都推進去，所以惡性循環都沒有解決，比如說我們透過微生物製劑把農業殘留分解掉，或者是把抗生素的殘留分解掉，我們當初都一直以為是為生物製劑產生的酵素去對環境病毒作抵制，結果發現不是這樣，因為沒有文獻這樣的記載，可是我們一直用生物製劑，把這些農業、抗生素不好的東西分解掉，逐年在降低，因為逐年在降低，所以你魚蝦會越來越好養，是這樣子，所以我們現在又發現，飼料這個一開始的污染源，你如果不減量，你就一直在這邊用很多菌在處理你的，沒完沒了。

政府制定標準

所以可能業界或是國家公園你要重新制定一件事情，你要定義什麼是池底老化，以前都說池底老化，可是都沒有定義清楚，只是說很久沒有曬坪，可是沒有科學的依據，其實池底老化應該是說你的藥物殘留量在底泥有多高，如果偏高，那你寧可就不要養，或者換其他物種，就是那個藥物殘留量做指標。

我們做節能水車有耗材，生物製劑也是，菌種就是要接用，但這永遠比不上我們燒錢燒在研發的部分，這是維持小姐的薪水，學生有薪水幫忙看實驗結果，再來就是一些小零嘴的開發，也讓事業維持。目前還是生鮮為主，加工陸續出來，因為我們開發的東西都會很快。

這個檢查的事情，應該是政府來，有些人很聰明，就是選已廢棄很久的魚塢，但廢棄很久，還是要檢測，因為你水都留著，沒有曬坪，也要看看重金屬、化學殘留，所以我們現在都一直在做這方面的檢測，並不是放久就沒問題

(訪談者：要做農業要知道土是活土，水是活水，活土的定義是土壤的結構，和微生物，要誰來做檢測？是水產試驗所？還是疾病試驗所，定義摸清楚，應該政府要出錢，讓農漁業改良的公司來為我們解決這部分，在美國，農業公司請到改良公司，用他的方法改良後，改進的錢大家來平分，因為那是大型的企業，但是臺灣的小農，沒有辦法這樣做。)

我們現在已經大約知道，像我已大約知道，池底的問題就是我們的農業殘留量，或是重金屬殘留量，那你現在是要抓什麼當指標，但另外一個問題是指標都是很微量的，所以你機器如果沒有開發出來，也沒有依據，幸好現在已經進步到機器很靈敏，也剛好等到了，所以我們現在是可以提供這樣的服務的，可是還要配合他把這一兩年我們實驗數據做出來的結果，發論文出去發表，還是要一步一步，數據出來後，還是要到學術上去發表。

現在跟學術單位配合是因為我們在說什麼都清楚，我也不再用花錢請人，我們會比水試所衝得快，因為業界本來就比學術單位快，我們早就在前面就已經看到先機了，不見得我們會去跟教授一樣要去寫學術論文。

臺灣水產養殖只有輸日本，可是日本還是習慣用藥，不向臺灣生態養殖一直在推，認為魚生病就是要吃藥，沒有在想環境，他們很敢用藥。也是有啦，有 EM 菌還有光合成菌也是改到沒有臭味，其實都有在交流。

生態養殖的定義

我們做溯源，走生態，讓人家知道我們是不一樣的，另外在食農教育部分，可以多去講科技漁民他們做了什麼，我一直在講的生態養殖跟他們講的都不一樣，現在其他漁民都誤以為生態養殖是看生態指標，比如說我都不用農業，水鳥昆蟲會來，那個是生態指標，生態養殖不是看生態指標，生態也不是看生物多樣性，譬如說我上層養虱目魚，中層養烏魚，下層養草蝦，或是養白蝦或鰻魚，那是生物多樣性，所以生態養殖絕對不是生物指標或生物多樣性，我現在講的生態養殖，是我們做養殖一定對陸上的環境有所破壞，我到底用什麼樣的科技手段，來減少對環境的破壞，這個才叫生態養殖。比如說，我們養殖一定會耗能、耗電，如果有節能水車的開發，就是解決耗電的問題，比如說，我們飼料一定會加抗生素，我們用中草藥取代抗生素，這就是解決抗生素的問題，我們地下水會超抽，我們現在就做循環水，用為生物製劑處理循環水，這就解決問題。然後透過我們有三個核心技術，有台江這個品牌，透過品牌的形塑，這個才叫做生態養殖，因為我做這些事情對環境有傷害，那我用什麼方式去減少，這個才是真的是生態養殖的真諦，這是解決問題的方是，所為生態養殖是要解決問題，我現在一直要給下一代年青人一個新的想法是，我不是因為愛地球或是環保才去做這件事情，我背後很重要的是因為我愛錢，我經濟力沒有起來我不可能去實踐這些事情，所以我經濟力要起來，我養的東西一定要漂亮，你極端的愛地球，你養出來的東西一定亂七八糟、很爛，那你又期待人家用三倍的價錢跟你買，那絕對撐不久。

像自然農法，我們沒有說他不對，但是你的東西一定種不好，要用兩三倍的價錢跟你買，那說不過去，反而，像我們是在原來的方式中，找到解答，改善它的方式，魚的生態經濟學的方式，去改變，不是呼口號，是真的解決問題的模式，這才是臺灣要推生態養殖的模式，這樣的模式你才能整廠輸出到其他國家去。大家面對的事情都一樣，海洋的資源一直浩劫，一定要靠陸上養殖來替補，那陸上養殖的替補，你又怎麼樣才能接近我們現在在呼的口號：環保有機愛地球。鼓勵大家愛地球又愛

錢，這才是對的，為了愛錢傷害地球不好，為了愛地球你錢也賺不到，最後你垮了也是一場夢，剛好我做的這些事情對環境有所改善，因為我們用科技手段去減少環境問題，才是真正的生態養殖。

新的飲食文化、產業推廣做法

像水車的問題，如果年輕人回來，一個人跟你買，兩個人，就起來了，對老漁民來說沒有辦法多花一萬元，現在年輕人買一隻手機就一萬塊，就願意花，世代之間觀念就不一樣，他如果覺得多花一萬塊，我得到一個標章，我得到一個認同，我覺得這是有意義的，所以我才說國家公園要跳出來做這個，黑琵牌太窄了，而且不需要與民爭利，文創的商品就讓民間來做，我放一條錢，我給你獎金，你做得好我就給你錢，行銷、創業，這附近學校那麼多，餐旅系康寧跟南台都有，你就讓它辦在地食材，就辦比賽。

我會建議辦比賽，每一年都辦比賽，一定會有東西留下來，這比留下 CD、論文好，在這裡辦比賽還有一個好處，這幾間學校，餐旅系的，為了面子問題也要拼，紅蟳以前就是進口，現在進口坐飛機進來以後，有蟹黃的就馬上到餐廳，沒蟹黃的也是放到魚塢裡，河口如果野生網筍有也是放在那裡，現在說的是比例問題，以前可能進口跟本地的是七跟三，現在可能是八跟二，或是九跟一，

並不是每個台江人都是那麼窮困，都沒有東西吃，不是這樣，不然我們土城這邊為什麼青葉、東香以前就很出名，就是海產，到七股，安格，那時也有一陣熱潮。

現在老一輩的生產者是，食材的由來都出現了很多的問題，我跟總舖師現在在做的，就是我們把虱目魚麵線、五柳居、化骨通心鰻，這些老臺菜，你要想辦法找回來，總舖師的電影演的就是這個，這個才叫做飲食文化，這個老臺菜為什麼會回來？因為食材慢慢地回來，以前沒有辦法養鰻魚，化骨通心鰻就消失了，鹽焗草蝦，就是草蝦才可以做的，那也失傳三四十年，為什麼會失傳三四十年，草蝦沒有辦法養殖剛好三四十年，那我現在能夠養了，我就叫他趕快再做出來，他爸爸還在，現在食材有了，復古的老臺菜就會回來，我現在講的是復興回來的部分，以及問題的原因，如果食材都沒有了，你就變成在追溯歷史，但現在我們已經又養回來，透過科技養殖又養回來，所以為什麼，意義就在這個地方。

所以我跟總舖師現在就在滾動這個，現在總舖師也在康寧，做大學教授，他現在也很熱心一直要把這些老臺菜教給年輕人，你這個案子到這邊就可以收斂，有人在做，不是沒有，老臺菜消失的原因是因為食材不見了，現在有人透過科技手段讓食

材回來，你當然就要付高的代價，然後回到安全性、回到溯源的問題，因為我現在草蝦一定是臺灣本土種的，在這裡養的，你一吃就知道，因為進口的第一冷凍，第二他們都會注種 CMC，因為增重，打凝膠，凝膠是澱粉，這都是臺灣人去教的，注射在蝦頭和背讓它增重，現在都有被抓到，印尼要銷美國，美國被抓到，又回銷給臺灣，臺灣人又把它吃掉。

還好現在行動裝置都很快，你有任何作弊的行為都很快被知道，開始傳，開始肉搜，為什麼我就著眼在總舖師，如果我厝邊的總舖師都用得起，代表你們這些上市公司，你還在講降低成本這件事，撐不了多久了，因為我不是有跟他們接觸，我介紹臺灣鯛給他們，我以為他們是要買整片整片的魚片，他們是說魚片切完剩下的邊緣，那邊要把它做成重組，他們從頭到尾都在想這些，廢棄物再重組，吳郭魚的下巴要烘很好吃，但如果飼料都是用地溝油，油耗味也很重。

總舖師七月餐廳要整修，現在概念就是這樣，你再吃老臺菜有一個很重要的因素，音樂要對，就是講究吃飯和環境的氣氛，像在吃虱目魚五柳枝的時候，如果月夜愁再把它放下去，氣氛就對了，老人的眼淚就掉下來，就是那個古調、場景、老味道，那如果說偶爾謝銘佑老師又來駐點，偶爾新歌發表在這邊，變成一個常駐的點，他可以去。

新一代的台江飲食文化

八、九十歲的人世代背景是這樣，五六年級生就想做一個翻轉，到了現在七八年級生，像總舖師的兒子，他的兒子就在對面做手工餅乾，所以有一些新興的活力，總舖師有兩個兒子，一個做手工餅乾，一個做蛋糕，他說他們家是蔡式餐飲集團成型了，把中西方的東西在做一些創新，像這就是七、八年級生，就跟我們五、六年級生不一樣，像我們現在五六年級在講的，對他們又是爸爸那個世代的。

我是這樣看，做這些田野調查把七、八十歲、八、九十歲人，這些過去很貧脊的環境、困苦、簡樸的歷史講出來，但是不能翻轉現在我們要的東西，不能一直在講過去我們多慘多慘，這裡現在也在改變，但你現在看到的是，房子一直在蓋，這裡一直在發展，你宜居的條件沒有出來，房子一直在蓋，但是公園、綠地沒有出來，像這邊的天馬電台的地荒在那邊，如果最省錢，做一個運動公園，是市政府的，最實際的方式，你就原來的地景就留著，如果是什麼就什麼，就綠化，是不是附近週邊新蓋的房子，宜居條件就出來了，宜居條件出來以後之後出來就是吃的條件，小店、文創店，然後有吃的活化有出來的話，食材就回來了。那我們安南區這邊現在越來越侷促，生產條件越來越不利，但是沒有關係，我們去溪北，從國聖橋去就是

三股、七股，我們這邊變蛋黃區，你生產還是在溪北，一條溪就過來了，有什麼關係。

調查到最後，除了老一輩很辛苦，新的世代可能想要做一些翻轉改變，這些想法要讓它呈現出來，從我們養殖業也在做翻轉，從我們飲食文化也在做翻轉，在做翻轉的過程，這很重要，因為我養的出來，但是我會緊張，因為沒人會煮，要找到一個會的人，在改變了。還有那個吃的環境氣氛，小滿媽媽厲害就是他們的那個老建築，她很會去營造燈光那種氣氛，我就跟總舖師說這邊不要，因為你沒有老建築，你就說我手路菜，真的是外面沒有的，有音樂，你不用靠環境靠音樂，老歌放出來，像以前留聲那種音樂，人在吃的時候就把歷史的氣氛營造出來合，它有一個小舞台，有人演講，有人說菜，在吃之前辦，可以賣餐券，比如說這次有謝明佑老師來唱歌，這次有誰來說菜，要吃這個菜，是因為一開始食材不容易取得，後來養出來了，這個做法總舖師都很樂意分享，他都有自信，就算你會做，也不會做出來像我這樣。

黃煥彰跟晁瑞光在操作土壤汙染，城西臺灣暗蟬的事情，我都很支持，你必須要有去說，大家才會知道食材生產的事情，因為我們沒有意識到，泛台江地區是一個食材生產的地區。我後來看事後直播，那天大家好像得到一個很大的共識，要垃圾減量，延緩開發垃圾掩埋場的時間，可是大家有沒有漏掉一個很大的事情，你弄了半天他還是要在那邊設，根本沒有改變什麼事情，他沒有正視核心問題，但是弄一個大框架。

政府很奇怪，我們說我要防風林，他跟你說要垃圾減量，我要的是地震後建築法規的重新修正，讓它更嚴謹，他把你土壤液化區公佈，紅色警戒區，把你問題弄得很大，結果法都沒有修，直接公佈，一公佈房價一定會跌，紅色警戒區的問題你怎麼解決。

從吃的文化，之前的吟唱，之前我審的案子是數漁歌的案子，把過去不見的東西，現在沒有收起來就不見了，現在根本就沒有在算魚苗，用跑的，用照的就知道，漁唱或數漁歌是歷史的傳承，餘音繞梁的應用是說接下來怎麼樣把這些老的歌曲古調在這邊傳承，在這邊作傳唱，用現代的流行歌曲，變成 rap 也很好，這是一個在地的歌，這就會很重要，這會跟在地的飲食形成關係，形成文化風潮。

我們台江每一年應該可以辦一個音樂季，不要每次都到墾丁、貢寮，那個音樂季，那個音樂季我們方向很清楚我們就是要唱在地的歌，讓在地的音樂歌謠可以在這邊

滾動，甚至我們可以每一年辦一個在地的食材，像是台東辦的節氣餐桌，或是小旅行，就在魚塭吃，就在國家公園吃也沒有關係，你就把總舖師請去那邊煮，就一年一次，不要多，就這樣，這樣就可以了，再來國家公園該做的事情就是每年辦比賽，讓飲食多樣化呈現，成果展就在國家公園辦，賣餐券叫大家來吃，去投那個哪一個學校，哪一道菜，哪一桌最好，每個人都有幾票，或是幾個球去投，各個學校會去排他的暗樁，網路又投票，又解說，我們覺得國家公園做這樣不是很好嗎？而且又真的有活絡。

不要小看你做這個沒有意義，因為這真的是把古早的飲食文化找出來，看我們現在五、六年級生要做什麼樣的翻轉，甚至是下一代，他可能西化進來的，手工餅乾、蛋糕，他可能都會帶動進來，說魚粉我可不可以放進蛋糕裡，不要說魚只是魚，又滾動又會出來了。

淺坪塭虱目魚的養殖方式，一開始在國家公園我就審友善養殖這個部分，我跟水試所的人都覺得不可能，復育可能是示範，但是養殖模式不可能這樣做，因為他不可能成為經濟規模，因為賠錢的生意沒有人要做，你如果國家來出錢，留下三十甲、五十甲，告訴人家以前的就是用淺坪塭的養殖方式，這有可能，但是你要鼓勵漁民去養這個是不能，因為沒有經濟力，研究單位跟你說不可能，因為寒害一直出問題，從業者來看，因為他經濟效力不夠，當然如果我們從保育的角度來看，歷史的角度來看，如果國家出錢來做這個事情，或是友善的魚就是鳥吃完，人來吃，示範性的可以。

黑面琵鷺保護區，臺南大學校地，如果三、四百公頃的土地，就給漁民，給漁民免費租金，這也是一種補助，或者是保證收購，一個就是保證收購的東西要有出路，罐頭、魚肚都可以，我不知道它量多少，淺坪塭的魚肚說要賣很高都很困難，因為淺坪塭虱目魚養起來大小就不一致。如何解決，很簡單，你把好的挑起來，這樣賣高價都沒有問題，剩下小隻的，你就把它，像我現在這樣做，把它乾燥、磨粉，把它變成虱目魚粉，磨成魚粉以後你就辦比賽，說這是國家公園的魚粉，可以做什麼做什麼，國家公園變成一個魚粉的提供商就好，魚粉這個加工品也比較好賣。在我的加工經驗中，發現魚粉這個東西就是原料、素材，所有素材就是從魚粉開始出發，你要做成魚麵、你要做成餅乾，都要這個東西，變成一個原料。

國家公園可以做的就是一個示範，不要做太多，他以前找太學術理論，對罐頭的產品，記者不知如何下筆，跟漁民的方法也是一樣，也是噴料的，其實國家公園提供資源辦比賽，這些事都不困難，你也不需要自己去開發商品，你的格局應該是你站

在上面，你辦比賽，你們去廝殺然後我決定我要用什麼東西啊，我就提供原料，你要新鮮的魚我抓給你，你要魚粉我提供給你，你要認證我台江給你，你認證就是我台江給的，我廠商為了爭取我的魚是台江的，我就一定要買你的東西，你做這些就好了，你為什麼一定要說要去做罐頭。

其實學生進來是最快的，台江分校就在這樣做，求認同，對象有可能青少年、大學餐旅系，高中高職，曾文農工、北農都有餐旅。類似你們現在在辦虱目魚節，格局再高一點，也可以委外，辦完以後讓價錢可以提高，像以前蘇嘉全在炒東港黑鮪魚一樣，價錢把它炒得高，就像是學習國外美食節或是臺灣美食節是怎麼辦的，如果真的沒有經驗，可以包給在地的社團或是行銷公司，要層次更高，你可以再拉高，甚至那種辦國際展的廠商，如果他希望更高，想要推展到更高，你可以把國外的廚師、米其林廚師都帶進來。

你如果只是幫它出版書，辦幾個活動，過一段時間又靜下來，後續的經營都沒有，我們這邊有一個很好的開端，是因為國家公園，我不知道國家公園的困難在哪裡，辦比賽一點也不困難，你可以在國家公園管理處，如果你也可以借四草大眾廟，那裡人潮多，像那種餐桌小旅行的照片弄上去，就很有那個氣氛。魚塢的三合院，像我們十二佃那邊都還有很多古早厝。其實就把三個元素結合起來，很簡單就是食材、音樂，還有廚師（主廚），這三個元素結合，會煮老味道的主廚，應該是走的三個大方向，音樂會比情境更簡單，因為音樂隨時到哪邊都可以放，如果你一定要到老建築、到那個地方，那就困難了。

烹飪者- 小吃攤

編號：22

日期：2016.04.13

受訪者姓名：阿○小吃

地點：七股區十份里



我小時候我奶奶是辦桌的，所以我都跟著她幫忙，對飲食烹調就熟悉，還是最重要的是有天份，這裡的食材都是現買現做，不會有調配上的困難，早上四點多就去採買，像這個海產粥，有新鮮的花枝、蝦仁，我都自己去挑食材，花枝挑大隻一點的，到佳里去，也會用七股在地養殖的東西，有蛤蜊、赤嘴蛤、還有蝦子(本地的沙蝦)、虱目魚、吳郭魚(野生的)，七股的東西最好，這些就不會去市場買，當地的東西最好，因為我們這邊沒有汙染，蚵也是我們這邊的，就沒有船的油污味道。

有些女人會去保護區抓石蚵來賣給我，因為有開放讓人去抓，因為鄉下的人多，比較沒辦法去別的地方工作，靠海為生，所以他們拿來賣給我我都會買，都是女人拿來賣的為多，都是婆婆啊，沒有先生了，要維持生活，像是赤嘴蛤如果拿到外面賣，賣 40 元，我都會給他們 50 元。每天都會拿來，一二十斤的蚵，好大，炸起來好脆，我都拿來做蚵酥。

那時候開這家小吃店的時候，大家都不相信我開得起來，想說會沒有人，不過我不理他們就開了，東西新鮮便宜就會有人來了。我的菜單會跟著季節改變，像石蚵就只有這兩個月才有，牠們在水溝的牆壁生存，是野生的，用鐵鎚下去敲，不是用養的。那如果沒有賣給我，她們會賣到比較遠那邊去。我不會因為量多就給她們價錢壓下來，她們都要拿鋤頭彎下來，水又很深，很辛苦。

虱目魚的話就是養殖的，比較穩定，我們這邊是海水引潮來養殖，我們這邊沒有地下水可以收抽，裡面都有文蛤、草蝦混養，魚塭的是淺水的比較好吃，游泳的時候比較用力，肉質比較結實好吃，淡水的就會比較深。妳說的淡水魚，可能比較有一個味道。我都是現宰現殺的魚骨頭去熬的湯，不用豬骨頭，土城那邊有在殺的，因為我們沒有那個時間。他們都是專門料理給我們，我是直接跟土城那邊叫貨，那邊的魚品質很好，他們會先試吃，魚有沒有土味，臺北台東也會跟他宅配過去。這個虱目魚頭一個 10 元，沒有辦法進淺坪的虱目魚，因為太小，客人要大一點的才好。

每天忙到晚上 6、7 點，我一個人啊，我會開這個店是因為我先生過世，那時候社會局好多人要來幫我，我說我不需要人家幫助，因為還有更多人比我不好過，那時候人家也鼓勵我做有興趣的事，要走出來，因為我也待過火鍋店、吃到飽，以前跟奶奶常去辦桌，就覺得有天分。我覺得最得意、最專門的菜，用新鮮、用心的材料做給大家吃就是最好的。

食材加工者- 中藥行，特殊食材- 土龍酒

編號：23

時間：105 年 4 月 28 日

受訪者姓名：郭○心

地點：土城



土龍藥酒，是臺灣人老祖先發明的，大陸那邊比較不知道。臺灣開放觀光後，那邊的海產店才會看到。土龍在清朝時會煮薑絲湯，那時候還不知道浸酒。土龍酒是供應府城那邊的人，現在一斤一萬塊，沒什麼人願意出。海產來看的話，土龍的價錢最貴，濕地抓到最貴的，因為到快要絕種了。臺灣產的最好，土城這邊的又更好，越南泰國中國也有，但酸痛效果沒那麼好，浸米酒為多。老一輩的用ㄍ一ㄗ阿抓，老的有經驗的還有在抓，這跟潮水的關係，農曆 6 月 7 月，在鹿耳門溪那邊抓，大概可以抓到十斤左右，有大有小，大的才有一萬塊。現在都用網子，八大電視以前有拍抓土龍的紀錄片，現在全臺灣剩十幾個會用ㄍ一ㄗ阿抓的了，雲林那帶比較多。越成熟越大尾效果越好，我們用甕子浸，是招牌，有人知道就會來買。筋骨的問題吃了有用，沒有醫學根據，就是古代流傳下來的，虱目魚的營養價值怎麼樣也是古代傳下來。

土龍是吃補氣跟筋骨還有長骨刺的，以前會有人用藥燉虱目魚，現在比較少了，之前還有土龍藥丸，就是酒拿起來後的東西拿去曬製成丸，可以曬很久，反正沒有急症的人，也會用土龍粉末。西藥吃多的腎不好就會吃粉。

父親那輩還會釣鯊魚，用土龍當餌，鉤子很大，叫做釣大釣，早期討海如果被魴魚尾巴刺到，有毒，就要回來吃蒲公英解毒，或大便的乾，這是以前沒有藥的時候，沒有辦法中的辦法，世界上最小的花就是蒲公英。鹹水那邊魚塢邊才有，蒲公英煮茶來喝，如果在討海時，就沒辦法煮，港仔西沒有很遠，通常是有四個人去討海，旁邊的人就會趕快回來找蒲公英。

我父親是土城西北寮人，聽我父親說，以前他們坐竹筏出去，去到很近澎湖的地方抓魚，無風無雨的話，可以聽到澎湖的雞叫聲，像以前度黑水溝航海一樣，是因為祖先傳下來的能力。

飲食者、在地報導人

編號：24

日期：2016.04.08

受訪者姓名：蘇○川

地點：七股、佳里



背景：蘇德川 前七股鄉鄉長（三十五年前） 熟知地方產業、人物，本身也是饕客，住佳里

辦桌菜，最地道的是五柳枝紅燒魚，可以擺上檯面的，還有魷魚螺肉蒜、鹹菜豬肚鱉、花跳魚，鹹菜粥。第一道菜一定是五色盤，第二道看功力，辦桌成功不成功是看第二道菜，通常是魚翅羹之類的。宴席成功失敗看第二道菜，看功力，看高湯，看能不能觸動味蕾，火候好，大家稱讚時心頭就穩，大家就說合口味，第二道菜要是出來說怪味怪味的就慘了，我太太做為女性的敏感也很會品評。談到古早味，就是虱目魚丸，自己做的比較好，還有西瓜綿，古早味還有大封，有筍絲、東坡肉等。鄉下的話嘴巴很刁，鄭旺師（大寮總舖師）雖然退休，懷念的人還是會鼓勵他出來辦，後來有改良的，但還是耆老的傳統的口味道地。

竹橋小吃也是古早味，這並非辦桌，而是家常便飯之類，有它傳統的古早味生存，能打敗現代的有它的特點，關鍵是它的高湯，觸動味蕾，跟其他不一樣的。那裡還有很好吃卻不起眼的豬血湯，炒米粉火候口味很棒，炒米粉的秘訣，不加糖提味是失敗的，這是南部口味，炒米粉用點鹽會軟，但也不能太甜會走味。竹橋小吃不是招牌很大，是內行人吃的，經濟實惠，在鄉下經得起考驗。要上檯面的話，阿扁國宴的時候有虱目魚 12 隻，是總統的意思，把地方食材拿到國宴去，以前紅蟳米糕也是一道很好的菜。

我從小就立志當鄉長，因為我們那時候升學聯考，惡性補習到 6、7 點，我是 42 年次，那時候學校有在更新，有颱風來，教室在重建，那時鄉長呼風喚雨監工。騎著摩托車，不管他是耀武揚威或者負責任，啟發我立志當鄉長。我讀軍校，檢核那時就有資格選鄉長，少校退伍就有資格，那時後鄉長要做過總經理，或做過幾年的主管，才能當鄉長。鄉長時我就有膽識，取決於我的學以致用，政戰學校上課時，思想、謀略、組織、情報、群眾、心理宣傳六大戰法，鋪排在選舉上，剛剛好。

七股這地方 115 平方公里，形狀就像一個橄欖球，號稱 25,000 人口。組織有機關學校，分別有 12 所國小、3 所國中，有廟。七股產業有稻米、有甘蔗、有養殖，有

紅蟳、草蝦。發展養殖業，我那時還帶漁民去東港取經，那時有十九甲的魚塭，以公共造產的方式經營，賺許多錢，公共造產，漁民也可以做建設。可以讓他們習得去釣魚，而不是魚給他們吃而已。

推廣草蝦，種哈密瓜，是有高經濟價值，種哈密瓜最主要是取經於澎湖，澎湖種的很好，試驗所說這邊也適合種哈密瓜。當然草蝦也很成功，但久了以後水質中有菌是一個問題，一直沒有解決，哈密瓜也是種了幾年好，之後就會染病。時尚的就是種番茄，統一可口美來收，幫助農民創造利潤。前幾年吳郭魚，一斤以內叫吳郭魚，一斤以上叫臺灣鯛，也是時尚一陣，叫尼羅魚，黑的叫臺灣鯛。

現在很可惜，老兵不死，老兵凋零，政府有休耕補助，有時是壞的政策，把老百姓養尊處優，鬥志都殺掉了。田荒廢沒有耕種，以後就種不了東西，蚯蚓沒有翻做，就變成死土，恢復就不容易。我做鄉長的時候，孫運璿問我說鹽分地帶為何可種植，感謝八田與一嘉南大圳的灌溉系統，土壤中的鹽分降低，稻子可以長出來，也有休耕也有翻耕，良性循環、生生不息。

後來不做鄉長，是因為是很沈重的擔子，建設困難，薪水、電費都發不出來，七股又幅員廣大，能做的非常的有限。我後來選擇進公務部門，後來以南科主秘退休。我是七股城內人，作為偏鄉，比較重要的是，窮人家的孩子沒有悲觀的權利，我當鄉長也影響了一些年輕人，我到學校跟他們演講，有些人有聽進去，後來有些人說，我會有今天都是因為你的緣故。

七股跟佳里的關係，橫向的，佳里是一個樞紐、貨物集散地，買蔥蒜、香菇，三股可能會有蔥蒜，但不會有香菇，因為太分散，不成市，又有大眾運輸的關係，七股這邊的人要買東西會往佳里跑。

飲食者、在地報導人

日期：2016.06.10

受訪者姓名：郭○昌

地點：土城



背景：成長於漁農家庭，在地文史與公共事務推動者，長期為漁權會服務，嫻熟地方風土民情，並曾從事種植、養豬

小學的時候，去曾文溪遠足，因為我曾經去過，海邊我帶隊去抓魚，回來的時候，大家全身都髒兮兮的，被老師處罰，打了一頓，流淚但不哭叫，我就是過這樣的生活，今天你帶我來，我就是這樣過生活。

有一句話叫 Ka yin a, 節省一點的意思，不要吃太多，口頭訓誡。那時候有種荷蘭豆，我們是一口番薯，一口米，中間有一小口可以配飯的，荷蘭豆像一粒黃豆大小，炒一炒的，一口飯可以配一粒豆，你如果工夫太好，夾成兩粒，大人就叫你 ka yin a，給你敲下去。

鮭現在有在賣，放在地板上，以前很多人都配鮭，現在的人說新鮮的都不吃了，我為什麼吃。可是那時候沒有冰箱，醃漬的東西在常溫就可以放，在我們家裡，用大的甕，醃一甕文仔鮭，是一種魚，我媽媽的錢如果被廟拿走，就叫我們去挖甕來配飯，買菜的錢，出去就沒有錢買冰魚了，就回來吃鮭，這算是一種戰備糧食，是一種海的魚叫文仔，把文仔醃漬，文仔便宜，適合做鮭，文仔是小型魚，和苦槽有點像，海裡的魚，抓到以後冰起來，就叫冰魚，河裡比較少，以前海埔，最多的就是文仔，那個時候最常打碎作飼料，牽罟是每個去牽的人都有份

麵店是我們土城的原始金尊，開的時候土城海產店都還沒有開，也開幾十年了，這麵店，你要是吃鹹鮭的時代，來麵店吃是很了不起的，當兵的時候是親戚五族，都是同庄的，同媽祖廟的也請，同村的也請，盡忠報國，很大的事情，我那時候等要當兵的時候，我的舅舅常常去牽罟，牽罟是太陽下山時要去牽，大概八、九點會回來，我那個時候，如果有抓到魚的話，就買些魚，請人來幫我煮，沒有抓到魚的話，就來這邊吃，我們的廟就在路這邊，吃完以後很有力氣，我很有興趣去扛四轎，上面有王爺，四個人扛，那是力的表現，你要有力才扛得起來，發起來的時候會有神來在轎裡的感受，那時候我扛了好幾個月，非常有趣，有那個感受，所以做兵在操時，如果做兵是初中，大學我們都念過了，扛轎都扛過了，在廟口那，大家好像較勁一樣，出力，你也出力我也出力時，會靜止，你移動是要神來，沒有的話是你推過來我推過去，那要出很大的力，我 11 庄頭照輪，通常會有 150 個人等在那邊，大概有 5 頂轎子，4 個人，一次 20 個人在扛而已，被推出去就會有人再接，那很熱鬧，扛轎是刈香的時候，三年一科，差不多農曆 3 月，媽祖生日之前。

我們在蓋廟的時候，很多神蹟，那時候美國的教授來，來看說：你們搭那些支架，用竹子，地震、颱風站得住嗎？我們說，你不懂，我們要蓋廟，都有跟天庭打過招呼，不怕風雨，結果，那時候在立樑時，賽洛瑪颱風來，高雄的電線竿飛起來，臺

南的電線竿飛起來，你說臺南會沒有嗎？結果，颱風眼剛好在這裡，無風無雨，否則如果樑倒下來，要再跟人募錢，大家就不拿來了，說我把錢留下來買魚配飯了，因為是要把買菜的錢拿去捐獻的，如果你神明都保護不了的話，問題很大。

土城這個城市的歷史蠻悠久的，本來就是一個沙崙，鹿耳門這裡進來，有一個沙洲，土城就是以前的鹿耳門村，以前都是討海，我們現在住的人算是第二批漁民，前面還有第一批，已經走了，搬進市內，像是魚倒在沙洲上，稍微恢復精神就要游走了，台江還沒有浮覆以前就有聚落，那時候台江內海跟外海之間有沙洲，那時候就有住人，我們現在住的人以兩百年來說，是第二梯次的，第一梯次的人已經搬走了，因為這裡吃風，為什麼會有沙洲，就是一直吹把很多沙吹來，風頭水尾，代表很大的風，嘉南大圳的水，大家吃剩的才會留給我們，有好處的東西，別人捷足先登，每天承受風的打擊，很痛苦，這邊東北季風，林志玲在土城的審美標準，會被土城人覺得太瘦，到魚塢會被風吹走，原本就住在我們土城的原住民，體格像我一樣，矮矮壯壯的，你看我們土城的樹也都沒有很高。

壞處都擺在前面，好處也沒有，靠山吃山，靠海吃海，臺南市內叫府城，安平叫王城，還有我們土城，比較恢復精力的就搬到市區。土城這個地區，日據時代末期，就有開始種西瓜，後來的西瓜，去被洋香瓜取代，那時候從澎湖引進，改良場來推廣，那時候有一個人在種，種兩行的洋香瓜，那年收的錢，比他收整區都好賺，他說這個瓜這麼好吃這麼好賣，不知道什麼名字，大家用種的那個人的名字，來叫這個洋香瓜。那時候洋香瓜在出名的時候，到臺北市場，鹿耳門的洋香瓜喊賣完才會賣其他的，但現在沒落了，因為他是冬天在種，這跟六輕有關，冬天透北風，那個煙囪差不多 100 公里，剛好落在鹿耳門，一個拋物線，空氣中的污染剛好都落下來，就種不好，之前有為我們土城這邊帶來很大的財富。

西瓜綿算是蔬菜，在我們土城，比較少吃酸的東西，土城都吃鹹，像是檸檬派，在美國常常有機會吃到酸的東西，但是在臺灣沒有什麼機會吃到酸的東西，西瓜綿是酸的，這也是資源回收，廢物利用。以前曾文溪河床內都可以種西瓜，一個河床一千兩百公頃，大概只有兩百公頃有水，其他是旱田。以前都有溪流，會有沙去留在他的田，土質算是不錯，氾濫時會帶肥料，就算沒有帶氮磷鉀，但是土壤的理化性質比較好，種起來就比較好，生產比較有，所以河堤內的土地是比河堤外的土地更貴，那時那些土地沒有人要，收成好是最重要，西北寮和溪南寮、公塢那裡比較有溪埔地。我們要去的塢仔底的地方，是青草里，沒有做堤防時這裡是溪埔地，做了堤防以後就叫他們住在溪床上的人搬下來，政府那時候說換地，說這些地是你們

的，但是後來又變成國有財產局的地，對於這些二次移民的土地糾紛，從來沒有理解得很清楚，台江國家公園應該要做海埔新生地土地紛爭之口述歷史。

土城這邊 24 小時都有吃的東西，到半夜一、兩點都有東西吃，3、4 點就有早點，土城城中店的 7-11 營業額排全台第 5 名的。以前土城魚塭有錢人很多，就會常去便利商店，吃的來講的話，高消費的餐廳也很多，土城的料理是傳統又高級，可能拜的神保佑人來消費。以前原本是麵店-新味霞小吃，土城最早的就是這間，蘇南成是當長的時候，他也常來這裡。

觀光遊憩管理單位

編號：26

日期：2016.04.20

受訪者姓名：台鹽生技旅遊課課長 王○田

地點：七股鹽場



說到鹽，法國的雪花鹽，道理並不複雜，海水進來蒸發，表面張力結晶，很細緻，在水面上結鹽花，在法國的鹽花，說是地中海有特殊風味。以前平埔時期，是用煮鹽，海水煮鹽蒸發，變成鹽，礦物質很多。裡頭最重要的鎂、鈣、鉀，吃多變苦，吃少會甘。以前用煮鹽，後來傳統曬鹽，為了提高它品質，要求員工，蒸發海水到 25.5 度左右開始結晶，現在在通霄的製鹽是經過離子交換膜。鹽質量好不好看氯化鈉，像通霄的鹽 99% 點 96、99，氯化鈉成份很高，相對雜質少。傳統曬鹽，有 90% 就不錯。

臺灣並不適合曬鹽，當初曬鹽是因為戰爭因素

澳洲氣候穩定，臺灣氣候不穩定。以前曬鹽，10 月到 3 月旱季，是比較適合曬鹽的時節。但現在氣候不穩定，臺灣曬鹽比起人家澳洲是氣候不適合的。臺灣本來是不適合曬鹽的，當年製鹽是因為戰爭因素，明清時期，鄭成功在臺灣，沿海封鎖，沒有鹽，大陸的鹽沒辦法進來，臺灣才開始曬鹽。又像第二次世界大戰怎麼會有船讓你運鹽進來，是大時代的因素才製鹽，現在澳洲的鹽便宜，你說怎麼會合算呢。

台鹽的鹽

市面上我們吃的鹽開放進口，玫瑰鹽，為何有顏色，又貴，我們台鹽 24 年沒有漲價了，民國 70、80 年時，高級精鹽從 1 公斤 13 塊漲到 15 塊，24 年沒再漲。我們的鹽氯化鈉純質量絕對是優等鹽，不了解的人說台鹽不是曬鹽的就以為是化學的，

根本是胡說八道。不知道的人把台鹽的鹽用國外的玫瑰鹽或天然海鹽比，我們的鹽一公斤 15 塊，十多年沒變價格，因為便宜就不知道是寶。我們十多年的包裝沒變，1 公斤就是 15 塊錢。吃高級精鹽，一家四口，一個月也吃不完。

通霄的是用蒸發的。用海水，產生高濃度的比較難。三度的鹽要用到二十幾度，較慢，所以用澳洲的進口鹽結合，比較快，可以降低成本。附加價值出來，就可以降低成本，我們也生產海洋離子水，喝我們的海洋離子水一喝就上癮，口感真的是不一樣。

論觀光、地景

純生產曬鹽，絕對沒有經濟效益，要跟觀光結合，弄個小型鹽田，讓人去體驗。

生產效益是很現實的問題，海水並不是一進來就直接變成鹽，要有個流程。要請員工，要對付不穩定的天氣，進口鹽現在多少錢，實在不合算。

鹽業歷史蠻可惜，有很多資產，甚至鹽場很多檜木做的老房子，那時候廢曬，要交還土地給國有財產局時，就拆掉沒有了。論工資氣候，鹽業在臺灣會慢慢沒落，這是一個趨勢，人工改成機械化後仍是不符合經濟效益，台鹽要慢慢把它萎縮。布袋高雄鹿港都關門了，本來要保存七股。七股是後來才做的鹽場，晚一點做，有整體規劃。

當初我們的祖先曬鹽，一戶戶自己做，日本時代才被徵收變成國家的，或私人公司會社的，比較沒有整體規劃，落戶遷徙也改來改去。第二次世界大戰後七股這邊，有部分是日本會社做的，也有光復後民國六十多年，蓋一工區二工區，蓋扇形鹽田等等，在七鯤鯓也有個工區，這兩邊是國民政府來臺灣時做的。因為當初蓋鹽博物館，台鹽是國營的獨佔事業，有它的歷史背景和使命感。想把資料整理彙集，但博物館註定是賠錢的。

如果要說因為鹽衍生的特殊飲食方式，鹽因為熱的傳遞比較均勻，有一種鹽焗，就像焗藥，其實這是老祖宗的方式。粗鹽微量元素比較多，手工鹽是有不同風味的可能，但現在的水跟以前的水一樣嗎？四十年前的臺灣周邊海水和現在的水一樣嗎？

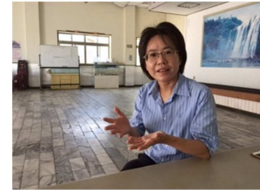
鹽文創產業經營者

編號：26

日期：2016.7.26

受訪者姓名：楊○鈺

地點：鹽田生態文化村



鹽田廢曬就是說，鹽公司發現這個東西從澳洲進口比較便宜，因此停止了七股、北門、安南，這幾個鹽田生產鹽。

現代做的方式，現在的鹽田再做區隔市場，跟利基市場的規劃，希望再重新把「鹵」這件事情，循古法再做出來，食用時就會想要知道這裡的鹽跟鹵水有甚麼差異。我們這邊是臺灣僅剩五個鹽場裡，唯一用古法去整修，保留古池的地方。

這邊是文物館，就是之前鹽工休息的地方，鹽工休息的地方比較坐落在出張所那邊，有娛樂或診所，不是安平那個，北門也有一個，這邊有，安南也有，臺南文創園區那邊也是臺南出張所，林百貨也跟鹽有關係，曾是鹽的總管理處。

夕遊出張所的價值，不只是古蹟，是產鹽的文化，講述鹽的故事。鹽生產 2002 年就廢止了，所有的歷史都在七股鹽博物館裡，所以歷史被封存在書籍之中，全球化網路時代來臨後，我開始撰寫，把文章寫出來，地方的故事被封存在很多角落，文化的故事封存在哪裡？只會在區公所的網站看到，地方文化的東西過去是歷史工作者在做，但現在有歷史斷層。

城鄉的東西需要被電子化，靠上一代來傳遞其實很辛苦。文化其實是生活的方式，我們的海鹽為甚麼要循古法，隨著時代的變遷，我們把想要的價值留下來。這邊的鹽，為甚麼臺灣人不吃？吃不起？

我那時候去雲林問 30、40 年生的長者，他們都是去擔海水回來煮，曬出鹽來，日治時期，發現臺灣的鹽品質很好，所以才工業化，大量生產。這裡過去有三四百甲，一望無際，全部都是鹽田，這邊農村聚落在光復前幾年建的，中石化那邊的工業，也是用鹵水，讓飛機的渦輪轉得更好，鹽變鹼。日本人把工業的角度帶進臺灣。

後來不再產鹽以後，食用鹽是從澳洲進口，其他工業用鹽就開放進口，所以這些產業可以自己進口鹽品，大部分也是從澳洲。所以日治時期要大量產鹽時，就開始做

了這邊的規劃，有大蒸發池，中蒸發池，到小蒸發池，直接把水用進來，煮一煮，但這是少量。開始一次把大量的海水變成高濃度的鹵水，在另外一池，在更高，用鹵缸收著，然後再進到曬鹽，鹵水用鹵缸保護起來，下大雨時就可以把比重比較高的鹵水撈起來，曝曬成鹽。

我們那時候做鹽之旅時，是從安平開始，安平來找我們，後來我們就從井仔腳做，就往北門。所以發現雲嘉南為何適合曬鹽？就因為長年來很熱，五個鹽場，一個在金門，歷史更悠久，一個在布袋嘴(洲南鹽廠)。

安順跟洲南都是非營利組織在做，七股是政府，鹽光之友是非營利組織，井仔腳是雲嘉南國家風景區，政府每年花 50 萬來請鹽工生產鹽，然後免費讓大家來觀光鹽，我們經營夕遊出張所是用民間企業來做。我在分享的時候，角度是：用民間企業的角度做社會企業，然後讓民間企業開始有文創部，商業化，未來鹽田繼續復育、生產，可以自己自主，用商業的模式營造永續文化價值延續。用社會企業責任的方式，皇尚企業原本本業也不是做這個。

我後來就當了文創行銷總監，打造一個文創品牌，用行銷的方式，在松菸文創園區，開了一個獨立品牌，就不只是在地方，採用前店後場的模式，店面後面有鹽場，生產一條龍銷售，避免中間商，培養消費者知道說，要預留通路的費用，不是只是貴，才有辦法經濟永續，讓年輕人回流。

我會先用網路的方式讓你瞭解這個地方，它是一個封存的村落，偏遠但很安全，政府的人就進駐在者裡。我有提供實習的地方，我做的是產官學研，因為我沒有資源，要養一個鹽田很辛苦，公部門上面不知道下面在做甚麼，我無法掌握水門，下雨就淹，我無法控制農業局的水，我只好靠外面賺錢來養鹽田。

我們從九月來這裡之後，發現很多事情無法掌握的。我們不是非營利組織，不是要有錢，我要勇敢出來講，不可以讓公部門這樣。跟農業局的協調是很重要的。這邊是認養，管理單位是農業局，認養兩年為單位。文創是上市產業。想要讓鹽田不只是想要吸金的公司在做，可以有良善的競爭，強大我們自己。

為甚麼大家都吃加碘的鹽，而不是海鹽，所以我們在打造鹽的產業時，讓人了解加碘的精鹽把礦物質都去掉了，所以只有鹽本身的氯化鈉，跟碘。在三、四年前時，只有在百貨公司高級的超級市場才有在賣海鹽，佳佳西市場也有在賣西西里的海鹽，因為它很珍貴，很耗人工，台鹽也是因為耗人工，才禁止曝曬。七股大量機器

化製鹽，為甚麼還是沒了？因為手工產量比機器更多，手工可以一下雨趕快收。我們的狀況不太適合用大規模的機器，因為會下雨。

所以我們想要把最適規模建立 SOP，不要讓鹽工做不下去，但是過去大家都是拿錢才會生產，所以我們找不太到鹽工來投入。

各地的鹽來源都是海水，不同來源的海水微量礦物質不一樣，它檢測出來 SGS 之間，檢測出來的重金屬含量也不一樣，但都在安全值，洲南、北門跟這裡，剛好都在不同的地方，檢測出來都不一樣，鹵水也不一樣。

鹽焗這個概念，過去沒有冰箱，會用鹽來醃製，虱目魚、一夜干，鹽焗蛋、吳郭魚、蝦、類似茄冬豬心的，用鹽把豬心包起來，這個就是早期保存食物的方式，不容易壞。

鹽的製法不一樣，我們這邊推的是過鹵海鹽，我們這邊是海平面以下，常淹水，鹽田狀況沒這麼好，鹽就沒這麼雪白，但鹽品比井仔腳高，因為井仔腳的鹽工會很快把鹽收起來，味道比較淡。這邊的鹽工說他們的比較好吃，紮實的曬好鹽，口感就是不一樣。

我們在製程這部分，為了讓大家吃的安心，我們用高濃度的鹵水，我們用人工的方式用鹵水洗，洗完以後再去炒，炒完以後鹽品就會比較雪白，這裡以前只會賣 5 公斤，比較粗俗，現在比較精緻，小量製鹽。因為我們這邊未來要做 DIY，鹵水煮成鹽，使用古法，過鹵海鹽的取名也同時讓民眾了解鹽的來由。

中研院在做的是非物質文化遺產、文化旅遊，比較學術性，我現在是在實踐這件事，非物質文化，就是一種藝法或工法。之前日治時期工業化大量產業，從北門那裡把鹽工請到這裡，以前的鹽工住草寮，後來的鹽工才有後面的房子可以住。對鹽工之家還沒有規劃，因為還沒有能力。

我們這邊的建築物都是整修完，又壞掉了，公部門展覽完有剩的東西我們就拿來改造，活化。這裡是不收門票的，自付盈虧，所有作法的都不符合商業結構，所以我現在有申請一個 SBI 的計畫，去做鹵水發電，用物理原理，我也有去申請一個農委會的科技創新，用企業創新的角度，做行銷規劃，不會是非營利組織，我覺得少了一個環節是政府，以前產官學是有連結度的，但有一個很難連結的是臺南市政府農

業局，我跟認養的單位連結度很低，所以我現在希望自己做好，去跟他們對話，讓他們認可我們的團隊。

我這邊請了三個人，還有臺南大學的學生，三月會帶他們去福州作工藝文化傳承的一個比賽。我們用人力去行銷，每天的經營都很感動，國小的社會課本有教鹽田的來由，也有媽媽開車帶小孩下來看。

我們之前串北門、七股、安平，但我們是商業考量，這個地區的輕旅遊，其實是很值得被串的，台江旁邊有輕艇體驗，我們後面有一個碼頭，運河博物館這邊就是海關，其實可以從安平串，腳踏車 A 地 B 還，從安平開始騎，第一站是台江，可以去體驗獨木舟，兩天一夜，再到四草這邊坐船，再來鹽田體驗。四草這邊可以吃中午、下午茶，鹿耳門那邊也有漁夫體驗，再找一個地方住。我們其實這邊很適合做住的，但農業局不敢再投經費在這，林清榮之前有帶人來看這邊的背包客。這邊是很適合串輕旅行的，台管處的林怡君也很想串，兩天一夜的行程，露營、住廟裡、住民宿，套裝行程在網站讓人挑，然後有優惠方案。

上一輩的做這種體驗做得很吃力，但我們其實信手捻來，我也希望可以結合遠端的力量，像我們就有拍過鹽田的影片，商業化模式。這邊廢棄的鹽田非常有趣。公車上應該要有一些旅遊資訊，QRcode，讓人家來這邊放心，班次間距也應該也要讓大家知道，招牌也要明顯一點。

安順鹽田為日治時期臺灣第一個製鹽的工業區，工業區的意義已經跟現在的定義不一樣了，工業區就是大量產的地區，竣工於 1923 年，然後西部為曬鹽用的瓦盤鹽田，早期稱為天日鹽田，大家都不知道甚麼是天日鹽，所以就會問，跟旅客有互動的機會，天日曬鹽，天就是太陽，用太陽曬的鹽。

早期春天日鹽田，共 164 甲，東部為柴鹵的鹽田，鹵水有很多用法，安平那邊有個煮鹵水的地方，把鹵水煮成鹽。我們這邊是唯一有鹵缸的鹽田，所以未來也想讓大家認識鹵水。我們想要告訴大家為何這包海鹽賣 100 塊，怎麼製來的，它有甚麼傳遞在地價值的任務？所以它一百塊，在賣的不是那包鹽，是後面的價值。

為甚麼叫瓦盤鹽田？瓦盤其實就像酒甕，可以直接使用，品質優良，鹽入口喉韻甘甜，當時臺灣人買不起，拿來外銷日本北海道，譽為上等鹽，百分之五銷到今天的韓國，因為瓦盤的含土量比較低，但我們還是會過個鹵，我們這邊是第一個修的瓦

盤鹽田。每年 10 月黑面琵鷺會來，是否能夠把水的開關跟生態結合？像布袋那樣。這個是高低鹵池，黑面琵鷺都會來靠近我們的紅磚這邊。

南寮北寮的人遷去工業區，因為這邊是保留區，只營業到晚上六點。安平出張所是安平分室，這邊是安順鹽分室，也涵蓋在安平出張所裡。為了文化保存，91 年的時候做鹽田生態文化村，保留建築跟設施，當時安順鹽分市跟運鹽馬頭，指定為市定古蹟。如何進行體驗活動？因為連續 18-20 天不下雨才能產出鹽，所以來體驗只能體驗一部分，像是收鹽、採鹵，我們現在在設計一個鹵水煮成鹽，去鹽田採鹵，再來煮成鹽。

這個賞鳥亭，黑面琵鷺真的會來這裡休息，大白鷺、小白鷺、高蹺鴿都會來，在淺一點的短腳的就會出現，像琵嘴鴨，賞鳥協會的年紀都比較大了。鯨豚館這附近，這邊只要連續假日北部人就會來這裡，臺南人都不知道，這裡宣傳過後，大家就冷掉了，但資訊就被封存。文創商品如果是拿來傳遞文化價值，它就不會被用爛。

前面是鹽警辦公室留下來的遺址，有咕啞石，又名壓艙石，壓在船艙下面，因為運鹽過去後，鹽卸下來了，重量沒了船會搖搖擺擺，所以就會拿對岸的咕啞石來壓艙。因為以前的鹽很珍貴，會有警察來顧，以前的鹽是秤重賣的。這邊的鹽村的官舍，就是一個婚紗景點。這邊就是鹽工之家活動中心，現在就是鯨豚擱淺的急救區。這邊只有六、日有開，臺南市野鳥協會，他們假日會在這裡放高倍望遠鏡，有他們裡面放的標本。

運鹽碼頭是用玄武岩，古航道賞鳥跟紅樹林是觀賞特色，往下走是古運河，風景更漂亮。這邊是鹽警隊以前的宿舍，之前還有一個鹽警的後代，來找民國初期的照片，之前辦活動辦得很好，太多人回來了，人潮太多也有人批評。

像這個房舍有些單位都可以去認養，都很希望有人可以去認養，共容這個場域，因為我們不是一定要做甚麼，不要讓外人覺得害怕。眺望那邊都是鹽田，現在變濕地。我會把文化跟體驗的東西置入遊樂園的概念，不會讓你純粹遊樂，小朋友又需要寓教於樂，那老人家的需求不一樣，所以要創造一個大家都適合的地方。

這邊的鹽田很辛苦，因為是海平面以下，安南區都會淹了，你看科工區那邊的房子都蓋很高，這邊一整個區的鹽田主管單位是農業局，雲嘉南管的是北門，七股那邊是臺南市文化局，嘉義布袋是嘉義縣政府，其他鹽文化資產，出張所是臺南市政府

文化局。辦導覽收費 1500 元，15 個人-30 個人，一團的講師費。來這邊實習是非常辛苦的，下鹽田，沒有辦公室。

家庭主婦

編號：11

日期：2016.10.1

受訪者姓名：黃○女士（不願具名）

出生地：七股

受訪地點：安南區十三佃



以往在合院院埕吃飯，收割的時候比較多，煮點心煮飯，一天要煮兩餐點心。女人家每天，要挑水、撿柴、批柴、洗衣、煮豬菜，早上十點要煮一餐，中餐，下午一次點心、晚餐，工作太多了。

一般人每天夠吃飯而已，存錢很難，吃得飽就好了。我們那個年紀很多從三合院跑出來的，搬到市區，我們可以出來，是因為我們家沒田，其他人種很多田，走不開，男生都在外面工作，很辛苦。搬出來之後我弟弟就有去讀書了。

搬出來搬去城市裡面，也是有三合院，租一間，廁所在外面。一間可以租給很多人，慢慢賺慢慢存，民國 60、70 年，才有平價住宅(起「奘厝」)，以前都沒人要賣也沒人要買。那時候開始起奘厝，十幾萬，邊蓋邊賺。

以前如果沒三合院就蓋草屋，比較沒錢的人住，草屋現在都被颱風破壞了，所以有能力蓋三合院的都是大戶，也是很多人住草屋，有一個廳，一個房間，用竹子搭牆壁。我爸爸會蓋，用磚蓋，沒這麼豪華，但現在還在，有五間房間。原本住草屋，我親戚在賣木材，我爸爸會做挑磚，房子頂部要用木材，所以就跟親戚那邊拿來蓋。

我更小的時候是住草茅，爸爸後來蓋了之後，是村莊裡住最好的，不過我們也算窮人家，因為有田的才是有錢人，但因為我爸爸會處理磚頭，大家都以為我們很有錢，但其實我們還是都要撿來吃，人家有剩的土豆就撿來吃，國小畢業就可以出去工作，做加工，沒工作前，還是要去撿別人的吃，因為我們沒田地，因為我阿公把田給人，後來就沒有分回來給我們(阿公的後代)，所以我有兩個兄去做人家的旁工，賺幾角，就有飯可以吃。

長大出來搬出來，越早搬越好，可以早買房子，做個小生意，那時候的人比較刻苦耐勞，賺多賺少都會做。後來我們 5 個妯娌就一整排，有 32 個小孩，和樂融融，會懷念兒時的伴。

合院、村莊，都有小孩在那邊遊玩，甘蔗、西瓜、土豆，平常時都吃的到，也會去溪裡面，抓螃蟹、蝦子，我們都跟大人一起出去，大概在國小一到三年級，我就跟大人出去剪，所以吃的其實很富有，燒酒螺我們都一整籃的，擔回來，那時都不知道蝦子這麼貴。自然資源很豐富，但就是要走比較遠去，大概要走一兩小時到七股龍山那，滬湖那，那邊海產很豐富，想吃甚麼，去找就有，大自然就是冰箱。

我爸爸他們住將軍的，其實只要去撿蟹仔，去釣魚，小孩子就養得起爸媽。願意打拼就會有吃的，好吃懶作的一樣沒吃的。我跟我先生的生長環境就不一樣，我先生他從小沒有爸爸，媽媽眼睛看不見，他七、八歲，就會去撿東西，用兩塊磚頭疊著當火爐，做菜養活他媽媽和他自己。

就一個搭草籠厝，用竹子、草跟土來搭的，百分之五十是草屋，一個村莊沒三間有這種高級的三合院。我現在有五間房子了，人要實在，要努力，做工作要穩定。有機會就買房子，慢慢付。

從小就常練習煮飯，我會自己去幫媽媽煮飯，都知道用柴升火怎麼用，有用甘蔗葉跟木麻黃，都要去撿，我住佳里鎮，大寮的南邊。長大後，親戚很多都搬出去其他縣市了，但感情都很好，有在聯絡。我有四個兄弟，很多半工半讀，早上去送報紙完再去上課。

過年時，我們都吃很好，有蝦子、螃蟹，也有炊糕來吃，大地就是我們的食物，小孩子去幫別人，就可以有東西吃，人家田邊檢完的東西去撿或是去幫忙，帶東西回來，我們吃新鮮的番薯，不用吃曬乾的，一個番薯加一點米就很好吃了，大家庭的就只能吃曬乾的，吃一年，我們小家庭買一條魚就很夠吃的，因為我們五個妯娌分家後，都吃得很好。

撿起來用乾淨後，拿去給米店換，就變成米，拿回來的米可以吹半斗的甜糕，很大的籠，二十四號炊到二十九號，炊到新年，可能是二十九號或三十號，總共炊五籠，炊完之後換炊發糕，發糕就是有膨起來的，發糕炊完後換鹹糕，鹹糕就像碗糕那種，鹹糕可以直接吃，甜糕拿去拜拜，很豐富的。

家庭主婦

編號：12

日期：2016.9.24

受訪者姓名：黃○媽媽（不願具名）

出生地：臺南中西區

訪談地點：海尾朝皇宮



我女兒坐月子時，雞骨、切片虱目魚肚，加四物，好吃又健康，月經完也可以。魚的骨頭是整條的，以前沒有菜市場時，人家早上來叫賣，我嬾嬾就會買一條，切半，夏天時煮薑絲，冬天煮麻油，沒有冰箱時，早餐就是吃飯配虱目魚，然後加一個涼拌的青菜。

每天早上五點就有人來叫賣，有一個婆婆，挑著一個擔子一路走來，喊：「虱目魚」、「虱目魚」，左右鄰居就會出去買，有時候晚了還會賣光，都是當天現抓現殺的，早上都這樣吃。我們家的小孩都很會挑魚骨。

以前沒有冰箱的時候，魚吃不完時，就用豆醬、米酒和糖，醃製在陰涼處，要吃再拿出來煎，生魚擦乾後再處理，這樣就不會壞，一片一片醃在鍋子加蓋，但還是不能放太久。這是我印象很深刻的，就是有人挑擔來賣，大家就出來買。我住在忠明街，媽祖樓那裏，其實我吃虱目魚都在忠明街吃，以前都是點心攤他們都很早起來抓，因為白天要做工。

我們煮都是燙一下，不會老，沾一點醬油跟薑，你現在去吃阿堂，新鮮燙起來，沾醬吃就很好吃，也是這樣。一定要用燙的，因為你整鍋去煮，會老，有骨頭小孩子也不愛，燙起來很香的，不是用滾的。煮粥的話要切片，用蒸的話就切成兩片魚肚在電鍋蒸。鹹粥煮時都要最後下，下完再放蒜頭酥跟芹菜。

骨頭最多在尾巴，但其實最嫩，我都自己吃，我在菜市場買時，我都切片完再用封口機封起來，一包一包寄過去我女兒那，然後都是還沒洗的，一夜干就是不能洗，洗了就壞了。

以前魚肚一塊才 50 元，現在要 80 元，到 100 元，我們會吃的不會只吃魚肚，會頭尾切起來，中間再切兩半就好，骨頭再抓出來，邊吃邊抽，不要切太小塊，每塊都有骨頭。

烹飪很重要，以前的人煮的好吃，就會傳承下去，現在的虱目魚都是吃飼料的老人就不想吃了，現在有人在推另一種方式養殖的。以前有鹹水跟淡水的，淡水就很難吃，有土味。現在孩子很少喜歡吃的，以前吃的時候媽媽都一片一片蒸，然後刺一抽就起來了，很簡單又好吃，現在外面再賣的都是魚肚。過年時還會煮整條的，紅燒，年年有餘，現在人都用紅鯧、白鯧較多，年年有餘就是要吃到隔天，像是五柳魚隔天煮還是很好吃，五柳就是香菇、金針、木耳、洋蔥等，五柳居是紅燒後來演變的，要炸，頭尾再放過年，有頭有尾才可以，土魷魚沒頭沒尾就很少人在用。

春天虱目魚大出，嫩薑一起煮，加點米酒。冬天就用老薑加麻油，放水下去，在煮魚，不然就是用嫩薑加麻油煎，一點點的麻油就好，煎出來那個油可以再炒飯。以前都會滴魚湯、滴雞湯，像現在在滴雞精一樣，就給年輕人吃。吳郭魚也有好處，但現在人不太吃就是因為飼料，但飼料也有越來越好，更好的虱目魚就出來了。

新加坡遠洋魚很多，但就是沒有這種魚。密封又真空，海關就覺得可以。現在到過年過節，我們也會冷凍上去給臺北的親戚，其實臺北也有了，早期比較需要，大家去買都是買一斤 30、.40 塊。現在部位都會分開賣了，以前都一整條。大家買一買就沒了，很難買。以前量不多，不會曬魚乾，現在量很多，一池有幾十萬收成。

我阿姨他們之前都會用鐵桶裝虱目魚跟冰塊，帶上去臺北。有時候也會加破布子，臺南人常吃，破布子會排毒。現在用飼料養的就沒那麼好吃，老人家都會想吃大海魚。

地方文史工作者

編號：16

日期：2016.10.20

受訪者姓名：陳○志

地點：七股頂山村



受訪者簡介：頂山人，文史工作者，現為台師大地理所博士生，所著碩士論文『臺灣鹽業文化景觀之研究-以七股鹽場為例』獲得行政院文化資產處文化資產保存維護學位論文獎助，現回頂山從事文化保存與發展工作。

聚落生活的食文化

這個聚落是一個核心，它的飲食的部分，就是產業鏈的一部分。這裡的人不以產業鏈系統運作，產業系統從日治時期之後才形成的，清代到明鄭時期時，他們不依靠這個日治時期後的系統，而清代到明鄭時期的系統到現在也還留著，這裡的人吃東西不向外買，自給自足，有剩的再賣出去。

後來轉變為以產業鏈的商業行為為主，他們會把好一點的食物賣給人家，自己吃比較不好的，我舉兩個案例，我現在跟我叔叔、叔公一起共食，你會發現會回來共食的都是男性，他們的老婆去世了或生病了，小孩子都搬走了，六七個男生一起共食。

鹽的產業只是頂山產業的其中一塊，鹽業在清代末年的時候，就有開發鹽場由人民去曬鹽巴，洲南鹽場也曾在這裡過幾年，後來往北跑，所以鹽業一直都不是主要的產業，但到日治時期被迫改變，男人一樣持續養魚，我是第十代，從陳教(在康熙末年來臺灣荊(台)魚塢)、陳文通(第二代)，陳文通創立一個商號—「合記魚塢」，過世的時候家產可以分給五大房，我們第五房就從將軍跑來這裡

魚塢才是這個聚落最開始的主要產業，遠洋漁業是後面的，以近海漁業跟養殖漁業為主，鹽業是更後面，所以鹽業開始時，以女人為主，去曬鹽巴，男人還是在魚塢。養魚在冬季沒辦法養，太冷，魚長不大，效益不好，冬天就曬坪，然後經濟就倚靠曬鹽，原來鹽業只是政治介入，後來變成季節協調的角色，所以居民都一年四季在忙。

這個東西一直留到現在，而因為鹽田消失打亂他們的飲食，鹽不是拿來吃的，只是調味料，所以飲食文化沒有斷掉。

這裡的主食是虱目魚，再來是吳郭魚，青鯤鯓那邊還有排名前十好吃的魚(排海魚)，魚好不好吃就跟價錢有關，但他們那邊有港口，這裡沒有，我現在每餐都有兩種魚，其中有一種一定是虱目魚，虱目魚的煮法，就是跟西瓜綿、小玉西瓜混和煮，跟當地特產有關。

我們吃的虱目魚都很大條，我們都吃大的，例如 60 公分大才 126 元，為甚麼我們這邊有這種魚，這個是好的魚，怎麼沒賣掉，想說這麼大的魚怎麼沒留下來生小孩，我後來發現這些想法都很外行，原來在村莊會吃到特別小條或特別大，都是因為魚販都會跟生產者(契作)定 300 尾，時間到了來收，但因為這些魚不會長的一樣

大，所以太大太小都不要，因為魚販要放進保麗龍盒子裡，太大太小會放少或放多，所以他們都收一樣尺寸的，剩下的就太多，生產者就用小發財車賣，到處跑，先往北跑到嘉義，往南跑到臺南市，但需要在一天內賣完，所以他們沒有更多的資金來強化自己的設備，就是用玻璃箱放冰塊再放魚，到處跑，然後車子後面留一塊空間來殺魚，用電鑽，速度很快，半個小時就可以賣好幾十條。

我曾經問叔公，腥味跟土味差在哪，才知道土味是腥味的一種，土味原因是飼料不好，魚吃起來有飼料的味，跟養殖技術有關係，這些東西就在生產鏈的體制之外，是學者問不到的。販賣的核心是以養殖的魚塭地為主，會先跑周邊聚落，再往外擴。

魚塭在日治初期時還是私人的，明治時期時，每個魚塭都要加入組織(漁會前身)，基本上魚塭不完全是你的，因為你的水路是政府的就會被制約，只有土地是你的，使用上是漁會的。所以養出來的魚的收入，有些就會是漁會的。

頂山與周邊環境

最早南七股比較沒有漁會的運作，北七股這邊會比較早開始，因為曾文溪在道光十三年的一個晚上，開始大改道，從現在的將軍溪改道鹿耳門溪，再往回擺動到現在的曾文溪，所以在一夜之間改變，以前的屋瓦上面都會放排仔(竹筏)，這邊淹水時，因為太低窪了，全部的水就流到這裡，漲上來，再消下去，所以把竹筏綁到紅屋瓦上。水來先躲在閣樓，真的沒辦法就把家當搬上竹筏。

水退了之後，那一夜之間台江內海沒了，這個地方就出現了，當然造成很多死亡，雖然沒有記載，但我們第三代的祖先就只有知道名字，骨灰聽說被流走了，第一、二代，因為在將軍那邊所以都還在。頂山村在雍正年間就出現了，可是在道光十三年那波受災，後來河口就不見了，被淹沒後廟宇就改建了。

這裡的魚塭在那時候就插旗圍墾，因為浮出來叫浮敷地，是不在清代官員的帳冊裡，那一夜之間浮出來那麼多地，大家就先趕快去圍地，插三角旗(廟會在用的那種)，插下去寫自己的名字，三個點就可以圍出一塊地，要多大就多大，但隔天就可能變小，因為大家會偷偷調整，之後起爭端就打死人，打架的事件就開始了。

後來就需要政府官員介入，才開始有漁會的前身，七股的來由就是七個人來開發，官商合股，這七個人去申請，日治時期就法人化，到民國就被政府的漁會合併了。

嘉南大圳做好之後，這裡的水路，是嘉南大圳水道的尾端，來到這裡就沒有水了，只好抽地下水，如果是引瀉湖的水，出去也是瀉湖，所以養蚵是可以淨化水質，是體系的環環相扣。

自然物採來就變人造物，人會打磨成自己要的東西，但是這個東西不會單純存在，東西跟它的功用是環環相扣的，是先養魚塢還是先養蚵？不養蚵七股瀉湖就會髒，引進來的水魚就養不活，所以有蚵就會淨化水質，循環利用，恢復力。

這邊的人也會養蚵(插蚵仔)，西寮那邊整個都在插蚵，我們這邊的人有空就去幫忙插，以魚交換蚵。我那天吃到很特別的東西，沒有求證，有一盤小蝦子，我問叔公那是不是蝦米，是五鬚蝦，有人養，叔公那個年代，開始混養，為求魚的健康，因為有不同魚所以要撒不同飼料，但有一種是所有的魚都吃的，就是這種小蝦子，有人專門在撈來賣的，又很便宜，所以就買來撒，就當魚的零食，以前的魚塢是要在坪底養海藻，讓它不滲漏，所以丟下去的蝦子如果沒有被吃完，就活在海藻下，等到魚被撈起來後，冬天開始曬坪，蝦子就撈起來了，就可以拿去炸來吃。

我問這個跟蝦米差在哪，叔公說蝦米不可能這樣吃，蝦米很貴，不可能這樣吃太奢侈了，可是同樣的東西，因為來源不同，價值感就不一樣。

所以我現在講了虱目魚跟副產品的這兩種故事。

五鬚蝦現在就是副產品，讓你吃沒關係，再撈就有，但如果你去市場買，蝦米是拿來當餡料的，所以這邊的飲食文化是不一樣。

但這些東西不能上供桌，虱目魚才可以，但整尾帶回來有困難，因為都是契作的，但就像之前有一次凍死，一次幾萬尾死亡，來不及賣，除了求政府補助，壞掉的魚賣給做魚鬆的，好的(凍死的)就賣給系統裡面的人(家族)，或發給大家，大家吃不完就會曬魚乾。

我 1 到 5 歲在這裡長大，一個多月才回來這裡定居，想留在這裡慢慢發展。這邊的耆老，每次在我回來都會問我的宗族系統，確認你是自己人，他們就會講得很清楚，來訪談的外面人就會比較保留。

這邊的庄頭地域性很強，凝聚力很強，最早的聚落是頂潭，是西拉雅族分社，蕭壠、佳里是更內陸的總社，篤加也是分社，青鯤鯓是在康熙 40 年時設的營(5-10 名

的目兵)，駐守在那邊，當時是一個島，後來那些兵可能就生活在那裡了，日治時期的時候，青鯤鯓還是要坐船過去，到明治末年才變成這樣，因為是漁港，旁邊還有魚塭，還有鹽田，所以是最大的聚落。青鯤鯓比較富有，讀書人也較多。

將軍漁港，臺灣已經有三百多個漁港了，將軍漁港到現在沒什麼太大的作為，從以前就不大，這地區以前有兩個港，一個是國賽港(龍山那帶，後來淤積就不見了)，一個是將軍漁港(民國 70 幾年淤積才廢掉)，青鯤鯓港是最小的，但到現在還在用，主要是因為鹽田，因為日治時期在開設時，就有留下很好的排水路，民國時期開發工一區、工二區。

現在青鯤鯓出港有困難，船的油錢比出去捕撈的貴，除非是遠洋的才有效益，近海的不怎麼樣，漁民都老了，年輕人又沒有跟上。

這邊的村莊都有血緣或姻親關係，三合院的生活方式，早上是婦女的空間，晚上是男人的空間，男人都去工作，養魚塭有魚寮，有漁港就去漁港，不像農業聚落去廟口，這裡不是。

如果你是離婚、賭博，或犯過罪的，就不太來廟口，因為會被指指點點。

我們這個村莊在昭和 16 年時，登記 3200 人，到了民國 92 年只剩下 930 人設籍，真正居住在這裡得不到 200 多人，這樣的聚落規模是被鹽田限制不能往外擴，不能大到有市集，所以買賣生意都在廟埕。

我們廟算先進的，直接放個放送頭(喇叭)，民國 50 年就有了，村長宣布事情就可以用，攤販來了也會告訴大家，但也會沒什麼隱私，是個集體生活，內外的資訊都會互相知道，之前全村莊只有一支電話，有電話來也會用廣播講，大家都會問你電話講了甚麼。現在也只有廟裡有網路，手機也收訊不好，之前有一個別莊的老人家來這邊喝酒，老婆找不到，就打電話來再用廣播找人。

這裡的居民同時具有兩種技能，養魚跟曬鹽，所以被稱為鹽村或漁村，或是鹽漁村，我們現在都只保留鹽田，但聚落不見了，這些東西還在嗎？台江公園或雲嘉南風景區只想要發展觀光，他們沒想到這些事情，一直把資金放在鹽場，但我覺得鹽場不需要這樣做，但還能發展甚麼，從洲南鹽場往這裡推，真的沒什麼東西可以發展，所以才會有高跟鞋教堂那些奇怪的東西出現，其實真正要挖掘文化，就是鹽村。

附錄三、期中審查意見回覆

壹、時間：105 年 7 月 12 日(二) 下午 2 時 30 分

貳、地點：本處 2 樓第 1 會議室

參、主持人：楊副處長金臻

紀錄：高育屏

審查意見	回覆
劉委員正元	
1. 整體而言架構清楚，且有具體成果產生，如靜態(出書)及動態(影像) 資料，未來也有具體的史普推廣計畫。	感謝委員肯定
2. 專書目次 Part 2 自然環境與 Part 3 人、聚落、生活圖像的內容呈現差別在哪裡？	Part 2 著重於環境與產業的歷史變遷，Part3 主要著重呈現傳統飲食生活的各種面貌。
3. 專書試編 Part3 放了張烏魚子圖片，但訪談的資料提到烏魚子並非台江的特色，建議抽換替補。修正若干錯字：如西瓜「棉」。	感謝委員指正，已修正。
4. 影像拍攝預定的目的及用途為何？預計拍攝的五項主題中的辦桌菜是否為台江的特色？可否增加有台江特色的飲食特色(如虱目魚製作)？	目的為推廣史普書籍時可應用之多媒體素材，呈現平常人家的飲食生活風貌。已將辦桌菜替換為虱目魚菜餚製作。

<p>5.有關田野訪談紀錄，訪談對象的年齡可否改為出生年？另外，建議考慮增加若干女性的訪談，較能平衡報導女性角色於飲食文化情感的部分</p>	<p>感謝委員建議，已修正。 耆老部分增加黃女士、黃媽媽訪談，詳見p17 訪談表。</p>
<p>6. 專書部分，若干重要的歷史圖片請註明出處，若要出版應要注意圖片清晰度。</p>	<p>感謝委員建議，已修正。</p>
<p>陳委員文松</p>	
<p>1.「鹹鮭」之用語，可能為日語「鹽漬」之誤，因文獻中「膏蚌鮭」乃專指捕鹿醃製，非泛稱，再請確認來源，或於文章中再加以闡述，因「鮭」字很容易讓人以為是鮭魚，難以連結為是小型水產品的醃漬品之意。</p>	<p>感謝委員建議，「鹹鮭」已改為鹽漬物，並在文章中說明：典籍中有用「鹹鮭」、「鮭醬¹³」來指稱，老一輩的台江人把以鹽醃漬的食物通稱「kê」。</p>
<p>2.自然環境的變化，與食材出現的時間應要有搭配，應更要加以論述，讓人能瞭解環境變遷(例如內海、沙洲、嘉南大圳等地理環境及人工設施影響了地方產業，進而改變了人們的飲食等等)與飲食文化之間所產生的相關脈絡。</p>	<p>感謝委員建議，在專書中 Part 2 環境與產業變遷中，有就台江內海浮覆後，自然環境之變化如何影響地方產業，並進而改變人們的飲食。 以「近海、沿岸淺水捕撈」、「鹽田的開闢與興建鹽村」、「養殖：改造大地圍築漁塭」、「從旱田到水利開發」分節敘述，在此脈絡中，呈現台江主要水產與特色農作物等食材的演變。</p>

¹³ 《苗栗縣志》有「番俗以魚蝦為鮭、鹿麕為脯，皆醃之的記載。」

<p>3.專書部分，對於食材方面和物產，建議能採用四季的概念來進行區分，讓讀者對台江之特有食材和物產能更易瞭解。另，有關 Part 4 提及 食材及料理方式，建議應要規劃放入食譜製作方式，會更為完整重要。</p>	<p>感謝委員建議，已於文中加強食材如烏魚、毛蜆、虱目魚等與時令間的關係，因為書籍架構問題，較難直接以季節區分食材呈現本文，希望以附表處理。已增加食譜。</p>
<p>4.專書中對文化、歷史、自然與食材的關聯性，應盡量給予明確的定位，從其時間或空間分布等著墨，才能有效突顯台江飲食文化之特色。</p>	<p>感謝委員建議，在專書中從 Part1 呈現台江作為歷史上人群與文化的入口，留下許多人地互動的痕跡，Part 2 環境與產業變遷中，針對捕撈、鹽業、養殖、農業的發生，指出港口、沙洲、鹽村、曾文溪海埔魚塭、嘉南大圳等地景與環境，讓讀者對食材分佈的空間建立更明確的認知。</p>
<p>5.專書中口訪與文獻間之論述，如何搭配更添說服力，務必多加考量。</p>	<p>感謝委員建議。</p>
<p>6.專書中 Part 5 慢食慢遊台江的標題，請再思索有無其他標題更適合台江，並與其他縣市所推出的生態旅遊有所區別。5-5 從產地到餐桌：從科技新漁民到溯源餐廳，這裡所下的標題似乎讓讀者無法從字面上理解，亦請再思考。</p>	<p>感謝委員建議，已經刪除與修改此章節。</p>
<p>7. 書目的部分，台江飲食文化只列兩本書，明顯不足，尤其若欲加深飲食文化史之縱深，應考慮蒐集運用考古研究臺灣西南沿海方面的研究成果。</p>	<p>感謝委員建議，李匡悌(2012)：〈牡蠣：臺南西南海岸最古老的傳統美食〉、陳維鈞，(2006)：〈臺灣史前考古學的漁撈研究〉、李壬癸(2011)：《臺灣南島民族的族群與遷徙》等考古、語言學方面文獻，並增加黃健庭(2007)：〈西拉雅族宗教信仰與飲食文化的變遷〉、曾品滄，(2003)：〈從番社到漢庄〉等早期西南沿海之文化研究。</p>

林委員孟欣	
1.本計畫以文化資源活化應用為主要目的，整體規劃方向以及細部內容的安排具有一定創意與巧思，相關成果應該值得大家的期待。	感謝委員肯定。
2.關於口述訪談部分，是否研究團隊曾經整理過訪問題綱，相關資料能否附於報告書內，訪談的問題與發現是否就是訪綱設定的目標；抑或是研究團隊針對受訪人的特性而收集成的口訪資料；另 28 位受訪者篩檢 15 位的標準何在，若是台管處有意完成相關台江飲食文化資料庫，這樣的篩檢可能不太必要。	感謝委員建議，相關訪談題綱範例請見 p20，然因訪問方式採半開放式，預設題綱乃根據受訪者特性而變動，呈現多樣性。針對較完整、具有特殊性之報導人口述做成紀錄（呈現出與其他報導人不同之面向）（最後共 20 份），包括耆老與社區文史工作者。其他報導人，或以參與式觀察為主、或訪談時間較短、口述不完整，素材則摘要轉化於文稿中。
3.專書內容部分，出版體例可能需統一，例如：「東番記」，是篇名嗎？部分內容引文標記”與「經常混用，宜在撰寫時就先改好與檢閱錯字，以免面臨校稿時偶有誤植缺失。	感謝委員指正。
4.關於歐洲擴張史觀所常用的大航海時代，可能不是那麼的適用，建議用荷蘭時代、荷治時期傳達時代區劃。	感謝委員建議，已改為十六、十七世紀的飲食交流

<p>5.「種禾」這項營生文化是否可以作為西拉雅的文化特色；另，米酒究竟是用米或小米或甘蔗作為原料，可能需要再斟酌。</p>	<p>感謝委員建議，根據曾品滄(2006)：〈從番社到漢庄一十七至十九世紀麻豆地域的拓墾與市街發展〉，西拉雅人所種植的稻米即清代文獻中所謂的「番稻」，屬爪哇型稻種，其粒形較中國內地米種更為修長。以稻米為主的農作生產型態，也產生了以稻米釀製米酒的文化。</p>
<p>6.采風圖也有一些蔬果類食物的圖像，建議可以採擇補充更具像的內容。</p>	<p>感謝委員建議，已補充於書中。</p>
<p>7.口訪記憶往往會有時間的侷限性，或許透過口訪設定的題目，來帶動受訪者來回想，或是以物質文化等生活物件記錄下過往的經驗，可能會更有穿透性。</p>	<p>感謝委員建議，部分受訪者乃利用文化活動時，在古厝、三合院埕受訪，與記憶中相關生活情境連結。</p>
<p>林委員文和(書面資料)</p>	
<p>1.在訪談對象部分已指出完成訪談之不足處，也證明了未來補充方向，但建議能明確列出訪談名單及背景，以為未來執行之依據。</p>	<p>感謝委員建議，已補充，請見 p16-20。</p>
<p>2.承上，本案已完成訪談對象其背景條件，請再補充詳述與本案相關事蹟資料，以了解其代表性。</p>	<p>感謝委員建議，已補充，請見 p16-20，背景與受訪摘要。</p>
<p>3.專書出版部分內容建議補強歷史、環境食材、生活習俗等文化方向的呈現。另難忘料理與食材章節除料理介紹，亦請加強文化故事之撰述。在設計部分建議多用大老照片及食材照片以呈現文化性。</p>	<p>感謝委員建議，謹遵意見增補。</p>

4.講座規劃及工作坊規劃辦理，如何行銷宣導，讓活動更多人參與，同時也達到推廣目的。	感謝委員建議，講座以網路、社群媒體、新聞稿推廣宣傳。
5.影像拍攝至少 5 道菜部分，是聚焦在 5 道菜食材介紹還是從環境生活、食材來源製作過程製成品完成等完整呈現，請再說明。	由環境生活、人物特色，導入菜餚的製作過程，並呈現菜餚製作的技巧，最後有成品的完成，並有食譜呈現。
六孔管理站	
1.有關講座推廣活動規劃於臺南政大書城，並提及要給予民眾黑糖水番薯粉粉圓，再請瞭解書店場地能否允許。	感謝委員建議，已溝通准許辦理。
2.頁 38，提及紅樹林保護協會，因目前該協會有關生態旅遊搭乘膠筏的體驗部分，已獨立設立台江漁樂園，建議寫作時加以區分為妥。	感謝委員建議，謹依意見修改。
3.頁 91，訪談紀錄第二段最後行「有 cd2-cd3 引擎的馬力」，應為 ct2-ct3，再請確認。	感謝委員指正，已修改，請見 p139。
4.有關鹽業歷史或相關資訊，建議可再訪談廠長、鹽博館的解說員，或由臺鹽退休員工組成的鹽光基金會成員等。	感謝委員建議，增加訪談南寮鹽田生態村執行長、頂山鹽村聚落文史工作者等。
5.台江的「特色」或「特有」料理，建議可否定調為出現在台江地區的即可算是，例如蚵在臺灣各地均有產，然因在七股係屬主力產品，也是當地引之為傲的水質才長得出好品質的蚵。	感謝委員建議，謹依意見辦理。蚵亦納入介紹中。
企劃經理課	

<p>1.頁 42，有關潛在性文化資產調查於期末時將提出經營管理計畫，因對居民來說關心的事情應是將如何轉換為當地的產業，對遊客來說來到台江有哪些活動是可以體驗，對於本處而言這些文化資產是可以保留下來，因此希望期末時能有更具體的建議提供本處。</p>	<p>感謝委員建議，謹依意見增補於工作項目「潛在性文化資產調查」部分，請見 p77-81。</p>
<p>保育研究課</p>	
<p>1.本案兼具研究調查及應用性，受託團隊已提及台江的料理方式、時令、食材，建議如能再進一步把食材演替或嬗遞的歷史過程，加以著墨將更加完整。</p>	<p>感謝委員建議，謹依意見增補於書中 Part 2 自然環境與產業變遷。</p>
<p>2.有關料理方法將採取人類學式記錄方式，值得期待，誠如簡報中提到現在還在做鮭(kē)醬的阿嬤，將她料理方式忠實地記錄下，未來也能提供給有心做 kē 的人做出道地又好吃的 kē。</p>	<p>感謝委員建議，將製作步驟最後以食譜方式呈現於影片、報告書中。請見如 p60。</p>
<p>3.對於未來經營管理的建議，受託團隊擬提出規劃高價位的文化旅遊，來取代高人次的這種較為粗淺式的旅遊活動，兼具品質與知性，並能順帶地保存該地文化地景、動態的生活型態等，亦值得肯定。</p>	<p>感謝委員建議，謹依意見辦理，推動較精緻之「海洋野餐」嘗試，並檢討辦理結果。</p>
<p>4.專書撰寫部分，後續請受託團隊注意時程，自期中審查會議結束至 11 月底，須提出 3 次文稿校稿審查，由本處進行內部審閱後送印，12 月底完成專書印製 500 本。</p>	<p>謹遵辦理。</p>

附錄四、期末審查意見回覆

時間：105 年 12 月 15 日(四) 下午 2 時 30 分

貳、地點：本處 2 樓第 1 會議室

參、主持人：張處長維銓

記錄：高育屏

審查意見	回覆
林委員文和	
1. 32 位台江耆老訪談為個人，如加入在地社團之訪談資料將更為完整，或許耆老中亦有擔任社團幹部，訪談內容中如有以社團角度之訪談內容建議亦放入報告書。	感謝委員建議，已補充，請見 p16。
2. 專書部分建議詳述規格大小，內容與版型設計等作為附件，於繳交成果報告時將上述檔案一併交給管理處，以供後續利用及加印書籍。	感謝委員建議，已補充，請見 p30。
3. 推廣活動中的講座規劃漏掉一位與談人簡國書，另當天現場有多少民眾參與及互動迴響回饋，亦請補上。	感謝委員建議，已補充，請見 p39。
4. 台江文化旅遊路線整體設計評估，建議提出實際操作之可行性評估與優劣勢。	感謝委員建議，已補充，請見 p73-74。
5. 結論與後續推廣建議部分，以較具體敘述作為未來推動之參考。	感謝委員建議，已補充於 p87-89。
陳委員文松	
1. 本計畫的目的，包括出版台江飲食文化史普書籍和拍攝短片，以上兩個具體目標已有部分達成計畫之目標。	感謝委員肯定。
2. 本計畫期末報告書附錄，完成不少耆老的口述紀錄，對於讓世人瞭解台江飲食文化的變遷與風貌，有具體的呈現。	感謝委員肯定。
3. 頁 3-22 為報告主要內容之一，但究竟達成何種成果，反而是要去論述。以及訪談對象的製作表格就占 8 頁，這些應可置於附錄，正文內只須呈現簡表。	感謝委員建議，已修正。請見 p16-20, p96-103。

4.頁 47 索引資料出處，應註明出版項(出版地、出版年、頁碼)。	感謝委員建議，已補充，請見 p56。
5. 頁 37 最後所提建議，其實也正是本計畫初衷，但彷彿繞了一圈回到原點，應再多加論述團隊在這段時間的觀察。	感謝委員建議，已補充於最末章建議。
6.附錄三訪談紀錄，從各位耆老的訪談中，其實提供不少可仍進一步作為探討之依據，例如蔡奇蘭訪談中所提郭清林的著作，可列入書目之中，並可豐富當地的文史蒐集和傳承。以及耆老的生活經驗中，其實提到不少當地生活中的食材和料理，如坐月子養生虱目魚、數魚苗歌等，反而更能體現飲食文化的台江特色。	感謝委員建議，耆老訪談之生活經驗多納入為書的素材。 書目已補充於 p90。
7.頁 21 最末段字體格式不一。	感謝委員建議，已修正。
林委員孟欣	
1.研究團隊確實按部就班進行活動設計、口述訪談及專書出版的研究期程，就成果而論確實相當豐碩而紮實。	感謝委員肯定。
2.專書出版時所引用圖版，建議再清楚版權來歷，如頁 25《六十七兩采風圖卷》後數位典藏與數位學習目錄而來，其實只是一目錄並非原典藏機構，另華盛頓大學圖書館是否能給予授權也請多加檢視。	感謝委員建議，已修正於書中。
3.本報中報導人的基本資訊，建議應提供給管理處日後作為聯繫用途。	感謝委員建議，將提供給管理處。
4.頁 52 台江飲食文化旅遊路線設計評估所附地圖，與所附說明連結不甚清楚，從在地案例以龍山社區、媽祖宮社區漁夫體驗營、台江漁樂園、台江分校、北門社大等地方社區營造組織的活動為主要內容，建議該段落是以地區或是活動性質來敘述說明，另具體規劃飲食文化旅遊路線。	感謝委員建議，已修正，請見 p64。

環境維護課	
1.田野訪談的表格及報告書後所附的紀錄須再加以整理，讀者翻閱該報告書時較能方便查詢。	感謝委員建議，已修正，請見 p16-20, p96-103 最末欄。
2.海洋野餐的構想及效果應是不錯，但如何永續經營，或許團隊可以試著提出一些見解。	感謝委員建議，已補充，請見 p50-51。
3.內文部分字句須加以斟酌，例如頁 63，潛在性文化資產調查提及台江淺坪魚塭養殖的大本營是土城、港西，但目前七股從事淺坪養殖的也不少。	感謝委員建議，已修正，請見 p76。
4.「有 ct2-ct3 引擎的馬力」，應寫作 CT2-CT3。	感謝委員建議，已修正，請見 p139。
保育研究課	
1.有關本案專書的校稿，本課已反覆校閱 3 次，現已完成定稿送印。	
2.回應海洋野餐的構想，建議待專書出版後可實際於本處的「埕」再操作一次作為新書發表會，讓與會者更能體會台江飲食文化的內涵。	