

瑠公

農業產銷會訊 93 季刊

Liu-kung Agriculture Foundation

會址：100 台北市中正區忠孝東路一段10號
網址：www.liukung.org.tw 電子信箱：liukung@ms9.hinet.net

中華民國107年9月10日 發行
中華民國89年9月1日 創刊

※本刊圖文，未經同意不得轉載！

飲食文化

臺灣自古物產富饒，少有飢荒，但「不可浪費食物」卻是不分族群的傳統美德。根據一份與糧食浪費相關的問卷調查顯示，受訪的430位臺灣民眾中，高達95%認同「不應浪費食物」，也願意身體力行來降低糧食浪費^(註2)。但實際的情況又是如何呢？

臺大農經系徐世勳教授團隊的研究顯示^(註3)，臺灣糧食損耗與浪費，每年每人平均為118公斤，相當每天丟棄一個國民便當(323克)，其中52%來自消費者端的浪費。對比行政院農業委員會估算臺灣每年每人獲得567公斤的糧食供應，可說約有21%的糧食被損耗與浪費掉了。認為「不應浪費食物」的臺灣人，實際上卻丟棄了超過五分之一的食物，這是「知行不一」的矛盾嗎？

同一份問卷調查顯示，認為「為了讓顧客隨時都買得到，即使可能發生庫存報廢，也該備足貨品。」的受訪者僅有16%；認為「為了健康，吃不完的食物不妨丟棄」的受訪者也僅只15%，而外食時會把沒吃完的食物打包帶回的受訪者則高達82%。顯示臺灣民眾願意犧牲購物便利，及打包剩食的不便，來減少糧食浪費。但在另一方面，約有三分之二受訪者會因為「超過有效期限」而丟棄食物，即使商店針對接近效期的即期食品進行促銷活動，願意購買的消費者也不到一半。顯見「食安疑慮」的考量，會比降低糧食浪費更受關注。

嘍嘍彩！ 臺灣人的糧食浪費

文 | 陳怡欽 · 臺灣產業關聯學會

「嘍嘍彩！」^(註1)您還記得餐桌上長輩叮嚀「把飯菜吃完」的熟悉語句嗎？「莫打損」、「討債會被雷公損」、「沒吃完以後會娶貓某、嫁貓娃」還會出現在您的日常生活中嗎？您現在會教小朋友們要「珍惜食物」嗎？

近年來，降低糧食浪費已是國際社會關注的議題。聯合國的「2030年永續目標」揭櫫了「至2030年全球糧食浪費減半」的明確目標，世界各國早已著手進行各項研究與解決方案，諸如「食物銀行」、「次佳規格食品」、「吃剩打包」等活動已在各國家紛紛展開。其中，食品產銷型態與臺灣類似的日本，推動降低糧食損耗與浪費的經驗，值得我們借鏡。

日本政府在「環境基本法」與「食育基本法」的架構下，成立涵蓋消費者廳、農林水產省、經濟產業省、環境省、文部科學省等跨部會聯席會議，結合民間企業與公益團體，針對各項相關議題逐年推動、追蹤。其中「商習慣檢討」工作小組集結民間大型企業，在「有效期限」相關的議題上，除了推動將效期標示概念從「有效期限」(expired by, 強



糧食損耗與浪費因為消費者的需求，從田間就會發生。
上圖為棚架上彎曲的小黃瓜及農產商挑選「合乎規格」小黃瓜。

制性質)變更為「賞味期限」(best before, 建議性質)外，也鼓勵「長效期食品只標年月」，商店在前月底或當月初盤庫存時一起挑出即期品後，可保有約一個月的時間來轉處理，對促銷或轉贈食物銀行的作業很有幫助。這些結合業界，針對顧客習慣與產業運作慣例的解決方案，可供臺灣參考。

事實上，臺灣對降低糧食浪費的推動也不落人後。行政院農業委員會倡議「強化公私部門夥伴關係降低供應鏈之糧食損失」，多年期計畫於2013年成功獲APEC同意補助，今年舉辦相關會議持續推動；環保署透過「惜食臺灣」網站推動「惜食店鋪」活動^(註4)，鼓勵餐廳與業者推廣惜食觀念，包括提醒惜食、推廣全食菜單、提供打包等服務。聯合報系「願景工程」「舞春、惜食」專題報導各地珍惜食材的活動，鼓吹「格外友善」、號召「讓剩食變盛食」；主婦聯盟推動「惜食工作坊」，從門市消費中減少食物浪費；臺灣食育協會透過「食農教育」啟動「消除飢餓」計畫，推動「剩食分享」、國際扶輪社促成「惜食臺灣行動協會」、中華基督教救助協會成立「1919食物銀行」，由知名媒體前主管擔任執行長的「臺灣全民食物銀行協會」等地方興未艾的食物銀行，不約而同都透過義工，以專業的程序確認食品安全後，才進行食物分享活動。您是否也已注意到這股潮流呢？下次購物或點餐時，不妨給自己提醒一下「嘍嘍彩！」，有空時上網查詢「惜食分享」、「食物銀行」關鍵字，熱情加入減少糧食浪費、消除人間飢餓的行列，讓「誰知盤中飧，粒粒皆辛苦」的善念美德，陪伴在我們的日常生活中。

【註1】教育部「臺灣閩南語常用詞辭典」推薦使用漢字為「莫無彩」，民間慣用「嘍嘍彩」。
【註2】筆者以網路問卷方式的調查結果。
【註3】參見臺大農經系李怡芳、謝德衍、張靜貞、徐世勳2017年台灣糧食損失與浪費概況。
【註4】參見「惜食臺灣」http://cherishfoodtw.org/。



本圖由財團法人環境資源研究發展基金會提供。



惜食餐廳的大訴求：主動說、可打包、吃在地、惜食材、愛地球。



茶言
觀色



很多人都看過「茶經」這本書，沒看過也聽人說過。全書內容包含：一之源（茶的起源、名稱、品質、茶樹型態立地、…）；二之具（採茶製茶的用具）；三之造（茶葉種類和採製方法）；四之器（煮茶飲茶的器皿）；五之煮（煮茶方法）；六之飲（飲茶的方式）；七之事（有關茶的故事）；八之出（茶區產茶之優劣按品質分上、中、下、又下等四級）；九之略（器具工序之省略）；十之圖（把茶經內容轉換為掛圖）。其中「八之出」就是關於各產茶區的茶品分級。但是茶的成分非常複雜，從品種、立地（海拔、氣候、土壤），一直到採摘、方法、季節，製作工序（發酵程度、殺菁方法、揉捻、乾燥烘焙…）在在均會影響茶的品質。

茶品 / 品茶



文 | 陳 達



收樣（繳交茶樣）



評審助理正在進行官能品評的前置作業



評審專家對參賽茶樣的評分，助理進行紀錄



入等的茶葉統一包裝入罐

依據文獻記載臺灣茶葉除原生種外，大量種植似乎起於明末荷蘭占領時代，因在被占領之前先民為避戰禍，移居臺灣甚眾。而由福建、廣東移來者以從事農墾者為多，這些人墾殖蔗田、稻田為生。因為家鄉多為產茶地區，早有飲茶習慣，無形中對於製茶、植茶的介紹，帶動了臺灣茶葉的萌芽。

臺灣在清朝統治以迄日據時代，茶已形成一項重要產業。當時農林產品輸出主要為稻米、蔗糖、樟腦、茶葉。除稻米外，南糖、北茶成為大宗。而農民生產茶品以粗製紅茶、綠茶居多，需經茶商（茶行、

貿易行…等）精製包裝後出口。之後由於國際競爭激烈，出口式微，轉向內需。由於經濟起飛國民生活水準提高，在日常生活中休憩品茗，以茶待客形成一項社會風氣。茶葉消費轉趨多樣化，促使產製的茶葉種類繁多，各種半發酵茶逐漸成為主流。每種茶類其品質各具特色及擁有消費族群。其品質之優劣如何分級逐漸為消費者重視，輔導產銷團體為確保供需雙方權益，在產季結束後，都會舉辦茶葉產品的評鑑及促銷活動。目前評鑑的方法都以官能鑑定。主辦單位活動內容包括：收樣、評審、封裝、頒獎、展售。

收樣

報名參加的農戶，每參加一單位需繳交無農藥殘留的茶乾產品5-22台斤，視茶葉種類而定。編碼封存。得獎者（特等、頭等、貳等、參等），由主辦單位分裝加封條，頒獎發還參賽者，展售促銷。

評審

場地盡量不讓吸煙、噴香水或帶有異味參觀者接近。其流程按照秤茶→沖泡→靜置→倒出→觀色→聞香→嘗味→看葉底等逐項進行。

一般茶葉評鑑分項說明如下

一) 沖泡方式

茶葉量為水量2%，亦即在參賽茶樣中先隨機取300公克再秤取3公克放入審茶杯中，沖沸水150毫升。加蓋靜置5-6分鐘（一般如茶乾為緊結球型茶用6分鐘，條型或半球型採5分鐘）後，將茶湯倒入審茶碗供做湯質之品評，茶渣仍留於杯中供做香氣之審查。

二) 評茶項目

- 大致上可分為外觀（形狀、色澤）、湯質（水色、香氣、滋味）及葉底。各項審查標準因茶類不同而異。
- 外觀的包括審視茶葉的外形、條索，色澤，芽尖白亮及副茶或夾雜等。
 - 水色乃審視茶湯的顏色及湯液是否明亮具油光或混濁晦暗。
 - 香氣包括香的種類、高低、強弱、清濁、純雜以及是否帶油臭味、焦味、煙味、菁臭味、霉味等其他異味。
 - 滋味係審查茶湯的濃稠、淡薄、甘醇、苦澀及其活性、刺激性、收斂性。
 - 葉底包括審視茶葉開湯後茶渣的色澤、葉面展開度、葉面芽尖是否完整無破碎，可做為判別茶菁原料品種、老嫩均一性及發酵程度是否適當之參考。

三) 評茶方法

茶葉開湯前先審查其外觀，茶湯倒出後先聞杯中茶渣之香氣（以鼻吸三口氣評鑑香氣之濃、淡、純、濁以及有無菁味、油臭味、焦味、煙味、悶味等其他異臭），再看茶湯水色，比較其濃淡、清濁及明亮度，俟茶湯溫度降至40°C~42°C時，取茶湯5cc~10cc含入口中，以舌尖不斷振動湯液，使茶湯連續與口腔各味覺細胞及黏膜不斷接觸，以分辨湯質的甘醇、濃稠、淡薄、苦澀及其活性、刺激性、收斂性等。

總之茶品的優劣，經從事茶葉製作推廣的專業人員，以公開、公正、公平的方式評鑑後的分級，訂出合理的價位，消費者應可安心採購。



優良比賽茶的頒獎與展售活動結合，帶動採買人氣。

相分食有俸，相捨食無份

文 | 陳如舜

早期農業社會民間物資缺乏，百姓往往吃不飽，但是只要大家互相禮讓，雖說無法飽足，尚不致於飢餓；反之，大家如互相不尊重，你搶我奪，再多的食物也不夠分配，一定有人要承受飢餓之苦。這說明了再多的意見，只要互相尊重、多加溝通，一定可以圓滿達成、共同分享；如果大家意見多，互不相讓，彼此不尊重，再多的好事也辦不成，一切以互相尊重，和為貴。

有一首好聽又令人感動的臺灣歌曲「好姊妹」，其內容是敘述兩相依為命的親姊妹，同時愛上一位帥哥，姊妹得知後，堅持讓帥哥與妹妹成親，為妹妹的未來幸福著想，犧牲自己，其情操令人感動。

另一個故事是早期臺灣香蕉王，過世後留下大筆財產，則引起晚輩們的爭奪，互不相讓，至今近三十年，讓他屍首尚不能入土為安，多麼不幸。

「相分食有俸，相捨食無份」這句臺灣諺語最能警惕大家不要相爭，多做相親相讓的事情，幸福隨之而來，大家共勉之。

柚來了

The aroma of pomelo

文 | 施素蘭 · 天然手作專業講師

柚子是少數芳馨可翫的水果。從前人喜歡將柚皮取下當帽子戴，近年來則流行在柚皮上畫畫或雕刻成卡通造型玩創意，娛樂效果十足。柚皮青澀略帶苦味，做成料理清馨解膩，別有風味；也可直接放進冰箱當去味大師，為冰箱吸異味增清香；提煉柚皮精油製成柚皮清潔劑，清潔效果好。柚肉味酸甘甜，纖維多幫助消化，直接食用或做成沙拉、甜品、蜂蜜柚子茶，都深受歡迎。但柚肉性寒對於體質虛寒、服用藥物、腎臟病患者宜慎食。

丁香柚子頭

螞蟥最怕丁香特殊氣味，但丁香與柑橘類水果混合所散發出來的香氣則分外迷人。歐美國家常將丁香柑橘球放在櫥櫃用以驅蟲添香，而臺灣氣候潮濕，丁香柑橘球不易乾燥會發霉，只取其驅蟲功能效果也不錯。將欲去掉的柚子頭，用丁香將它插個滿頭包，置於螞蟥出沒角落，螞蟥隨即逃之夭夭。

材料

- 丁香：適量
- 柚子頭：1顆

做法

- ① 用丁香插入即可。



貼心分享

- ① 若柚子皮不易刺穿，可用牙籤先刺洞。
- ② 若柚子出現發霉，請丟棄。

糖漬柚皮

外觀像豬皮的糖漬柚皮，吃過後柚香在嘴裡化開來，濃郁清香提神醒腦。連白瓢一起熬煮的糖漬柚皮帶有口感，但怕苦澀味影響風味，鹽巴搓揉柚皮，清水沖洗數遍絕不能偷懶，小火熬煮使之慢慢入味，直接吃或搭配咖啡一起享用，就是舒服。

材料

- 柚皮：1顆
- 砂糖：與柚皮同重量
- 檸檬汁：1大匙
- 海鹽：1小匙

做法

- ① 柚皮洗淨，秤重。
- ② 先用牙籤刺穿柚皮。
- ③ 用鹽巴搓揉柚皮後，再用清水洗淨。
- ④ 柚皮切成約3公分寬。
- ⑤ 鍋中冷水放入柚皮，大火煮滾15分鐘，馬上放入冰水浸泡1小時。
- ⑥ 在清水中反覆洗去白瓢苦澀味，連續換水清洗三次，擠乾柚皮水份備用。
- ⑦ 炒菜鍋中放糖及柚皮，小火煮至柚皮全沾上糖漿。
- ⑧ 加入檸檬汁、海鹽，熬煮至糖漿收乾即可。



貼心分享

- ① 沾滿糖漿的炒菜鍋，倒入少許水煮沸，即是一杯帶有柚香甘甜好飲品。
- ② 柚皮精油具光敏性，太陽照射易有黑色素沈澱，建議戴手套處理柚皮。

賞味期與保存方法：冰箱冷藏 · 賞味期一個月

手·作·趣

香柚醋汁

水果入菜總能迸出奇妙火花，每次分享這道料理，朋友紛紛說家裡那顆放很久的柚子終於有去處了。

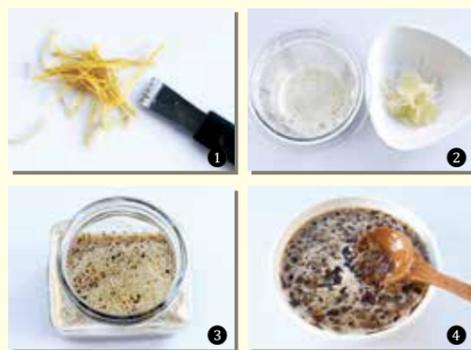
材料

- 柚子果肉：200g
- 紅麴油露：100g
- 黑芝麻油：100g
- 巴薩米克醋：50g
- 柚皮：一片（選項）



做法

- ① 柚子洗淨，刨出些許柚皮細絲備用。
- ② 柚子果肉（留1大匙果肉備用）用食物調理機打成汁。
- ③ 混合所有材料拌勻。
- ④ 享用時再灑上柚子果肉及柚皮細絲。



貼心分享

- ① 柚子籽要去掉乾淨，不然會有點苦味兒。
- ② 可拌麵或當肉類沾醬、醃料，都很有特色。

賞味期與保存方法：冰箱冷藏 · 賞味期一個月

※圖文摘自麥浩斯出版的《主婦的天然廚房》

產品識別

農產品 國際條碼 輔導現況

文 | 李鳳美

民國83年，經濟部商業司為推動商業自動化政策，因將農產品納入，遂透過本會輔導農產品國際條碼的使用，以協助產銷班建立商品化農產品。至今共有1,900個產銷班申請使用，共核發39,000個條碼。

然因科技的進步及電腦、網路的普遍使用，本會的發碼機制也由手寫、傳真申請，於102年9月改為網路線上申請，讓各產銷班可以在登錄帳號、密碼後，辦理條碼的申請、維護、資料查詢與變更，不僅節省了申請與審核的時間、紙本傳輸與建檔的人力與物力；更讓本會條碼的服務更具效率與便利性。

另由於多年來向本會申請使用農產品國際條碼的產銷班，因業務上及賦稅的需求，陸續成立了企業社、公司行號...等。所以本會於104年11月與中華民國商品條碼策進會(GS1)達成協議，同時具商業登記的產銷班須轉向GS1付費申請廠商編碼；但為使產銷班轉碼的方便，本會也在系統上增加部分功能，持續不斷的服務各產銷班。

尤其近幾年來農政單位持續推廣有機農產品驗證及產銷履歷驗證，資料的上傳及標籤的列印，都是以國際條碼編號為基礎，所以本會的這項服務，協助了更多參與驗證的產銷班，也讓這些產銷班的產品能快速地在現代化賣場上架。

以下僅針對農產品導入條碼的好處、申請條件及流程做一說明。

農產品導入條碼的好處

- ① 加速產銷班建立品牌化、包裝規格化的農產品。
- ② 可以從商品的製造、運輸、銷售等過程中做自動化管理，減低人工作業成本及加速資訊流通等優點。
- ③ 條碼標籤上除了印有商品條碼外，另外攜帶的資訊還包括等級、粒裝數、重量、出貨日期、保存日期、出貨農戶等，可作物流管理使用。

農產品國際條碼申請資格

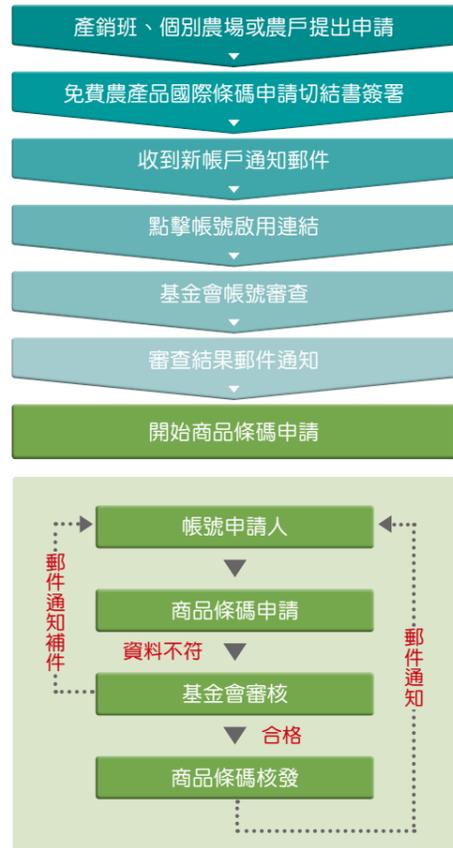
- ① 經農政單位或各級農民團體輔導的農場、產銷班或農民所生產的各項農(特)產品，且不具商業登記身分者。第一次申請者須先申請帳號，核定之後才能申請條碼，需依申請流程辦理；符合資格者，須同時簽立免費農產品國際條碼申請切結書。
- ② 取得產銷履歷驗證或有機驗證之各項農(特)產品。

注意事項

- ① 產品需分級清楚、量化包裝及已建立品牌。
- ② 針對之前所核發之條碼(目前具商登及產銷班...等雙重身分者)，於向GS1登記後，由GS1協助換碼事宜。
- ③ 原4713327登記使用者，若違反規定，本會保有取消條碼使用之權利。

農產品條碼-線上申請

Agricultural barcode Online Application





— 內雙溪自然中心 —

森林藥用植物園

療癒
舒心

文 | 陳坤燦 · 台北市瑠公環境綠化基金會

在臺北市士林區東南角與內湖區交界處的綠色山林內，有一座生態豐富的內雙溪自然中心，總面積達104公頃，有登山步道、景觀臺等設施，其中森林藥用植物園，種植超過兩百種藥用植物，是一處親近自然、學習植物用途知識的好去處。

此地由臺北市政府工務局大地工程處管轄，佔地0.3公頃。目前園內規劃有三區，分別是「十二生肖藥草區」、「森林步道區」、「人體藥草區」。其中人體藥草區即將於年底重新規劃為「有毒植物區」、「新住民植物區」、「中藥植物區」、「青草茶植物區」、「保健植物區」等，使展示內容更加豐富。



獼猴桃

進入園區首先見到的是「十二生肖藥草區」，本區著重於植物名稱，以趣味的方式方便民眾學習。先人取植物名稱時，常常觀察形態，再取個容易記的名稱，所以有許多植物名稱內都有動物名字在裡面。例如鼠=鼠尾草、牛=牛舌草、虎=虎尾蘭、兔=兔尾草、龍=龍船花、蛇=蛇木、馬=馬鞭草、羊=羊蹄甲、猴=獼猴桃、雞=雞母珠、狗=狗腳蹄、豬=豬母乳。這樣記植物名字是不是好玩有效多了！

穿過「森林步道區」，這是蜿蜒於各展區間的林蔭棧道，兩旁綠樹青竹夾蔭，走起來舒適愜意，林下還種植鬱金、葛鬱金、野牡丹藤等耐陰的藥用植物，走走看看也不覺無聊。

最後抵達即將規劃更新的下方平台，在設計的數個分區中，「青草茶植物區」種植常見的青草茶原料植物。青草茶也稱百草茶、涼茶、苦茶，是傳統的保健飲料，普遍具有清涼解熱、消暑解鬱等功能，尤其適合在夏季飲用。部份材料還具有消炎解毒的功能，能有效防治夏季容易發生的胃腸疾病。仙草、薄荷、黃花蜜菜等，都是必備的材料。

「有毒植物區」則種植常見的有毒植物，提醒民眾不要誤採誤用。其實「藥毒一線間」，有毒植物經過科學方法正確使用就是良藥，例如長春花提煉抗癌藥劑，毛地黃是強心劑，銀杏果實煮熟就是好吃的白果。

「新住民植物區」是來自越南、泰國、馬來西亞等地的新住民或移工所常用的食藥用植物，例如俗稱包越南春捲的辣蓼(カ-ム)、夏季可替代芫荽的刺芫荽、蒸飯添加的香葉林投等，嗅聞起來充滿異國風味，也都具有保健的功效。

大家耳熟能詳的中藥，是否曾看過活體植物？說不定站在那植物前面還不認識呢！基於這點，也在園區內規劃「中藥植物區」，種植適合台灣氣候的中藥材，例如紅棗、枸杞、丹參、當歸、刺五加、十大功勞等，來此認識藥材可說是長知識了。



內雙溪自然中心



「保健植物區」種植歷年新引進且曾經風行的藥用植物，為避免民間過度誇大療效引發誤用、濫用的疑慮，規劃於此種植並且註記正確的知識，以保障民眾身體健康。例如減肥菜(守宮木)、南非葉(桃葉斑鳩菊)、憂遁草(沙巴蛇草)等，相信可以為參觀學習的民眾解惑。



龍船花



長春花



紅棗

活動快訊 桃園農場小旅行

秋天特別規畫兩梯次的農場小旅行，讓你同時感受兩種不同型態的農場：智慧農場及有機農場。內容含體驗科技模式種植的植物工廠、品嚐蔬食簡餐及有機農園的導覽、鮮採時蔬。除此，還安排參觀專門提供學校營養午餐、團體及通路的有機蔬菜截切加工廠。歡迎有興趣的學員，把握機會！

時間	活動內容
07:50	▶ 基金會集合
08:00~09:00	準時出發至桃園
09:10~10:40	▶ 品嘉有機農場(下車步行約7分鐘,每人贈二種有機蔬菜)以溫室種植為主,有機蔬菜園區導覽及鮮採時蔬。
11:00~12:00	▶ 參觀桃園市農會有機蔬菜截切加工廠
12:30~14:00	▶ 源鮮智慧農場享用蔬食簡餐
14:00~15:00	▶ 源鮮智慧農場導覽(每人贈二包蔬菜)以傳統農業種植為本,運用現代生物科技,發展室內環境生長的植物工廠。
15:30~	賦歸

- 活動費用：每人1,000元。
(含車資、午餐、100萬旅平險及贈品-新鮮蔬菜)
- 報名電話：02-2394-5029 ext: 23、30 吳小姐或許小姐
(洽詢時間/上午9:00-12:00或下午14:00-17:00)
- 報名方式：①活動預定二梯次，每梯次30人，未滿將取消或合併。
②參加者，請先電話確認、報名→三天內，將報名資料及劃撥收據傳真至2392-0974。(劃撥單註明參加者姓名及日期)
③報名繳費後，概不受理退費；活動通知單於活動前一週寄出。

桃園農場小旅行【活動報名表】

姓名	會員編號	性別	<input type="checkbox"/> 男 <input type="checkbox"/> 女
出生年月日	年 月 日	身分證字號	
聯絡電話	(日) _____ (手機) _____		
活動通知方式(擇一)	<input type="checkbox"/> 郵寄地址: □□□ <input type="checkbox"/> 電子信箱:		
參加梯次(擇一)	<input type="checkbox"/> 第一梯次: 107年10月18日(週四) <input type="checkbox"/> 第二梯次: 107年10月24日(週三)		
郵政劃撥	19454231		
戶名	財團法人台北市瑠公農業產銷基金會		

產品快訊 季節好禮

- 文旦柚
 - ▶ 新北市八里區農會 / 供銷部
TEL: 02-8630-2579
 - ▶ 穀興農場桃樂絲森林 / 顏經理
TEL: 02-8630-3356
 - ▶ 龍源農場 / 周雅雯
TEL: 0928-642-916
- 甘露梨 新興梨
 - ▶ 東勢水果班 / 羅智優
TEL: 0935-084-124

會員告示板

感謝所有會員朋友對基金會會訊刊物的愛護，目前已著手電子郵件發送刊物，基於環保考量，將進行收寄意願調查，請將相關資料填妥後傳真至02-2392-0974
或e-mail: liukung@ms9.hinet.net。

編輯小組 敬啟

「瑠公農業產銷會訊」收寄意願調查		
姓名	會員編號	
<input type="checkbox"/> 不需再寄發此份紙本刊物。		
<input type="checkbox"/> 紙本刊物會員資料異動： 郵寄住址：□□□		
<input type="checkbox"/> 將此份紙本刊物取消，轉寄電子郵件： 電子信箱：_____		

