




棗健康有機農場

宜蘭縣三星鄉

03-9891239

有機金棗、有機米、有機根莖蔬果



Story | 宜蘭・三星 | 棗健康有機農場

從農夫到田間動植物， 合作讓農業變得更有趣

文字：王孝言

圖片：花蓮區農業改良場、棗健康有機農場

宜蘭三星鄉，緊鄰著太平山所在的大同鄉，近山的地理位置，加上沒有設立火車站，意外地保留下純樸的鄉間風景。境內的行健村在台灣有機農業中頗為人知，是有機村的範例，更是當地友善生產者的集中地，棗健康有機農場即坐落在這個好山好水的環境中。

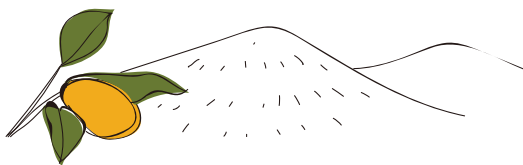


金棗園位於靠山多雨的宜蘭三星鄉，氣候濕涼相當適合金棗生長。

山坡上的金棗園， 開啟有機農園之路

第一次見到棗健康有機農場的主人林意評，其實是在台北希望廣場市集。位於「三角窗」的攤位上，從稻米、蓮花茶、根莖作物、蔬果到深褐色的自製醬油，各式各樣的農產品，除了自家農場，也有出自「青出宜蘭農業合作社」成員的產品。觀察林意評在攤位上與客人們的互動，雖然不笑的時候給人一點距離感，但只要談起農作物與農場的發展，他言談之間綻放的自信，就讓人感受到對農業的熱情。

回到宜蘭三星的棗健康農場，一開始只是一塊山坡地上的金棗園，面積約 1.1 甲，地主出租時已廢耕多年，但四周無農田與工業汙染，不需花費大量時間養地，就具有足夠的地力條件能開始有機種植。只是，因為地形與交通限制，金棗樹只能仰賴人工種植採收，為了改善這種情況，林意評決定將金棗樹移植至山下平地。2019 年 9 月遷移至新園區以後，農場除了招牌金棗，也種植不同的作物，從稻米、三星蔥蒜、根莖蔬果，到辣椒等香料作物，皆以有機農法種植。





仙草耐踩踏，相當適合鋪在田埂上，除了生物防治之用，也能在採摘後曬成仙草乾，熬製成仙草茶或點心。

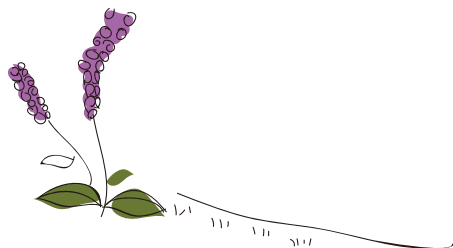
田間綠地毯， 自成一座育養生命的生態系

走進林意評的有機農場，會發現田埂上的植被不同於一般雜亂的草相，而是鋪上了仙草、馬蘭等矮草與觀賞植物，彷彿一張「綠地毯」。這些不起眼的野花野草很容易受到忽略，但這可是有機農場實行生物防治的得力助手呢！

這項田間技術被稱作「原生野花草毯」，來自於花蓮區農業改良場（簡稱花改場）的輔導，相當適合應用在實施有機農法的果園防治上。相較於草生栽培，野花草毯多了開花的過程，花粉花蜜可以將更多天敵昆蟲吸引過來，藉著天敵昆蟲數量的提升來抑制果園中的害蟲密度，達到最天然的「一物剋一物」。

林意評說，2018 年輾轉得知花改場正在推廣原生野花草毯的應用，便聯絡相關的窗口諮詢，不久後花改場就派了專人來到農場評估環境，並根據他所提出的需求，建議數種適合植生在此的原生野花草，於是他擇定一處田埂栽下野生花草苗，開始一場花草毯的實驗。

農場最後擇定了仙草與馬蘭，做為主要的綠毯植物，這是因為前者具有耐踩踏的十足韌性，且除了生物防治之用，也能採摘曬製成仙草乾，製作成仙草茶或點心，創造額外的經濟價值；後者則是菊科植物，取其紫色小花的觀賞價值，妝點農場各個角落。





野花草毯多了開花的過程，花粉花蜜可以吸引更多天敵昆蟲過來。

這場實驗從花草毯植物成長到發揮成效，約耗費了半年左右的時程，期間有任何問題，花改場的研究人員都能迅速且熱心地提供建議與支援。林意評說，開始實驗以後漸漸感受到成果，特別是在農場的草相上，原先因不用藥而生長速度飛快的雜草，在草毯作物成為相對強勢的物種之後而大幅減少。此外，選擇栽種的仙草與馬蘭皆是蜜源植物，吸引來的蜜蜂族群，更對農場內的果樹與其他授粉作物，帶來十分有效的幫助！

啟動多元開發， 擦亮有機金棗的招牌

棗健康有機農場的前身，其實是林意評的父親林永燦在公職退休後，因興趣而起的農務場域。約莫十多年前，林爸爸在種植初期，為了

環境與家人的健康，就決定採用自然農法、有機農法來經營果園，並且還成為行健有機村的創村成員之一。父親的這份良好立意也成為日後林意評成立棗健康農場時，選擇繼續耕耘有機之路的主要原因。

農場的招牌產品正如其名，是有機金棗。金棗是極具宜蘭地方特色的作物，但鮮果的市場並不大，反而以果醬、蜜餞等加工品更為人喜愛。因此，農場在金棗產季不僅供應鮮果，也加工製成金棗果醬、金棗果乾。此外，林意評也為有機金棗另闢新徑——與生技公司合作，提煉製成低食物里程的保健食品，例如金棗膠囊。除了實體的農產品，農場也致力於發展特色體驗課程，配合不同時節，推出適合全家大小的農事體驗。



林意評會帶著自家與「青出宜蘭農業合作社」成員的農產品，到台北希望廣場販售。

眾人互相合作， 是最初也是最終的答案

「就是興趣吧！」當問到辭去工作、轉而從農的原因，林意評毫不遲疑地如此回答。他說，家族在父母親之前，就是世代務農，農田中奔跑玩耍的童年回憶，是他心中喜愛農業的小小綠芽，但真正開啟他從農的契機，則是從替鄰居們行銷農產品開始。

那時林意評仍從事報關行工作，返家時觀察到社區中的生產者雖多，卻不擅長行銷販售，農作大多以低廉價格交予行口，這讓他動念想做點什麼協助左鄰右舍的農友。因此，2011年他便開始幫助附近農友行銷商品，兩年後決定辭去職位回到三星，除了專職投入農場經營，也團結起在地的生產者，成立了「青出宜蘭農業合作社」。

幫助身旁的農友，與大家共同創造更加公平穩定的收入，是林意評從農的初衷，也是始終懷抱的課題。從協助鄰居販售開始，他一路摸索著「讓農業變得更有趣」的方法，傳遞農業的趣味，吸引更多人願意接觸並深入了解農業。在此過程中，他一步一步穩健地建立連結，無論是生產者、政府機關、食品業者、網路平台、市集或是企業員工等，都是林意評的合作對象。

為了面對變化莫測的未來，林意評放下單打獨鬥，選擇與夥伴們創造共好，和大家共同編織出一張名為「合作」的未來藍圖。