



農業部農村發展及水土保持署
Agency of Rural Development and Soil and Water Conservation, MOA

農村有一套！食農教育共學

目錄

使用說明	1
壹、奠定基石：認識食農教育與農村的關係	2
貳、找出特色：食農教育資源盤點	5
一、食農教育資源盤點	5
二、檢視發展條件與基礎	6
三、現況分析與升級建議	14
參、發展方案：食農教育方案設計引導	23
一、食農教育方案設計引導	23
二、STEP BY STEP 學習方案設計	25
三、完成農村食農教育方案表	33
四、方案設計示意	37

表目錄

表 1 食農教育資源盤點面向	5
表 2 食農教育評估面向升級建議	16
表 3 食農教育活動發展參考資源	19
表 4 設計理念、活動目標示意	27
表 5 活動設計簡表	30
表 6 農村食農教育方案表	33

圖目錄

圖 1 《農村有一套！食農教育共學》使用說明	1
圖 2 食農教育三面六項架構與學習內容	3
圖 3 聯合國 17 項永續發展目標	4
圖 4 食農教育方案設計提問引導	24
圖 5 食農教育方案設計步驟	25
圖 6 活動設計結構	28

使用說明

您跟上食農教育的腳步了嗎？

《食農教育法》於 2022 年 5 月 4 日公布並施行，以「支持認同在地農業、培養均衡飲食觀念、珍惜食物減少浪費、傳承與創新飲食文化、深化飲食連結農業、地產地消永續農業」為六大推動方針；農村¹涵納豐富的物產、傳統飲食文化及環境生態，是實踐全民食農教育的最佳場域。

農村中多元的組織與團體—社區、農企業、農漁民團體，農場及休閒農業區均是食農教育的重要推手，從在地的農漁物產出發，結合文化、環境、景觀及人力資源，發展出各具特色的食農教育活動²，藉此吸引民眾前往農山漁村體驗及學習，不但具有促進城鄉交流與產消連結的意義，也能成為帶動農村經濟轉型與永續發展的觸媒。

《農村有一套！食農教育共學》操作手冊提供資源盤點、方案發展的方法及步驟，陪伴有意投入食農教育的夥伴，發展具知識內涵與記憶點的食農教育方案。

奠定基石：認識食農教育與農村的關係

認識何謂食農教育、食農教育與農村的關係。

找出特色：農村食農教育資源盤點

農村食農教育立基於地方產業、人力資源、文化活動、自然環境及特色景觀等條件，透過資源盤點檢視現地條件與發展潛力。

發展方案：食農教育方案設計引導

跟著食農教育方案的發展步驟與方法，逐步完成方案設計。

圖 1 《農村有一套！食農教育共學》使用說明

1. 農村為農山漁村的統稱。

2. 《食農教育法》第 14 條第二項：主管機關與目的事業主管機關應協助社區依地區農業特色、景觀資源、農漁村發展特色、生態及文化資產，辦理食農教育課程及體驗活動。

壹. 奠定基石

認識食農教育與農村的關係

邁開食農教育方案發展的腳步之前，先來認識什麼是「食農教育」，食農教育跟農村的關係，以及如何回應永續發展目標！

一 什麼是食農教育？

食農教育³是以全民為對象的生活教育，希望讓民眾對於農業與食物有感：知道自己吃的東西從哪裡來、不同種植畜養方式的差別、如何選擇新鮮安全的農產與食物、具備基本的備餐及料理能力、瞭解碳足跡及在地消費的價值、有意識的減少食物浪費，進而願意優先選擇國產農產品，支持農漁村、農業與環境的永續發展。

二 農村推動食農教育的意義

全球貿易與食品工業的蓬勃發展，便宜與方便至上的消費模式讓各地的餐桌面貌日趨單調與同質化，地方飲食特色與文化滋味消失的同時，也造成農業生產、生態環境與文化傳承的斷裂，讓城鄉關係日益疏離、農村活力弱化。

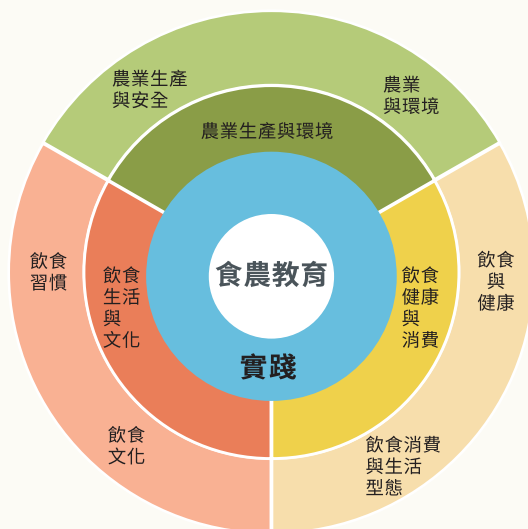
以農村為場域、以地方的農業與生活特色為內涵，透過食農教育搭建飲食與農業的橋樑，讓大眾親自參與食物從產地到餐桌的過程，可增進人們對於土地與農業勞動價值的重視，亦能讓農村居民重新認識自己，提高對地方農業與在地生活經驗的認同，達到城鄉互惠及維護農村的「三生」機能的理想。

3. 《食農教育法》對於食農教育的定義為：運用教育的方法，培育國民瞭解基本農業生產、農產加工、友善環境、友善生產育養及畜牧、動物福利、食物選擇、餐飲製備知能及實踐、剩食處理，增加飲食、環境與農業連結，促使國民重視自身健康與農漁村、農業及環境之永續發展，並採取行動之教育過程。



食農教育的學習內涵

食農教育 概念架構及學習內容



農村夥伴在推動食農教育之初，想要更瞭解食農教育的學習內涵，可參考由國立臺灣師範大學幼兒與家庭科學學系 - 林如萍教授發展的「食農教育 ABC 模式」所提出的三面六項⁴的概念架構，再進一步思考所經營的產業主題與地方的資源條件，可傳遞哪些內涵價值給參加者，賦予活動更多的食農教育意義。

「食農教育 ABC 模式」以「實踐」為核心，強調「體驗學習」的重要性，其概念架構包括：「農業生產與環境 (Agriculture)」、「飲食健康與消費 (Behavior)」、「飲食生活與文化 (Culture)」三個面向，向下分為六個主題及二十五個學習內容，透過體驗學習搭配不同的主題，設計合適的學習活動，以期透過推動食農教育，達到培養「食農素養」的目標。

三面

農業生產與環境

飲食健康與消費

飲食生活與文化

六項

學習 內容

農業生產與安全	農業與環境	飲食與健康	飲食消費與生活型態	飲食習慣	飲食文化
<ul style="list-style-type: none"> 在地農業生產與特色 農業生產方法 農業相關生涯 科技於農業生產的應用與影響 農業與全球經濟 	<ul style="list-style-type: none"> 農業生產與環境 農業與資源永續 社會責任與倫理 全球糧食議題 	<ul style="list-style-type: none"> 認識食物 飲食的均衡與健康 生命發展階段與營養 飲食與疾病 	<ul style="list-style-type: none"> 飲食消費行為 食品衛生與食品安全 加工食品的製作與選購 地產地消 綠色消費 	<ul style="list-style-type: none"> 飲食的重要性 愉悅的進食 分享與感恩 進餐禮儀 	<ul style="list-style-type: none"> 在地飲食特色 飲食與文化的傳承 全球與多元飲食文化

實踐

體驗學習

- 烹調實作
- 農業生產/消費相關體驗
- 飲食設計
- 學校午餐體驗

圖 2 食農教育三面六項架構與學習內容

完整認識「食農教育 ABC 模式」的三面六項概念架構，可以下載《食農教育知能手冊》。



四

食農教育與永續發展目標的關係

氣候變遷、資源耗竭、社會平權等全球性議題深深影響著人類社會的永續發展，聯合國在 2015 年提出「2030 永續發展議程」，包含 17 項永續發展目標（Sustainable Development Goals, SDGs）及 169 個細項指標，指引 2016-2030 年全球邁向永續的共同語言與方向。17 個 SDGs 涵蓋經濟成長、社會融合與環境保護三個面向的關鍵議題，糧食與農業是 2030 年永續發展議程的核心，從消除貧窮與飢餓，乃至因應氣候變遷、維護自然資源，都與農糧議題脫離不了關係⁵。

近年來各國積極推動飲食及農業教育，將提升國民的飲食素養、農業素養等目標，作為回應農業發展、糧食安全、民眾健康及環境永續等議題的解方，顯見食農教育與多數的永續發展目標息息相關；推動食農教育可視為實踐永續發展目標的行動策略。

農村不僅是推動全民食農教育的場域，農村社區以永續發展目標的觀點來推動食農教育，亦有助於從經濟 - 社會 - 環境的面向，更整體性的思考在地農業與地方發展的課題。

想一想：您所從事的農產業或經營的主題，跟哪些永續發展目標相關？



圖 3 聯合國 17 項永續發展目標

4. 資料來源：林如萍 (2017)。食農教育之推展策略 (一)：學校教育實施之概念架構分析。

國立臺灣師範大學產學合作研究報告。臺北市：中國生產力中心。

5. 資料來源：FAO (2016) .Food and agriculture - Key to achieving the 2030 Agenda for Sustainable Development. Retrieved from <https://openknowledge.fao.org/items/b326cbf0-52b1-4c19-bbfb-31e59992ef6b>

貳.找出特色

食農教育資源盤點



食農教育資源盤點

您是否已經著手進行食農教育活動？或者您正在規劃活動的開展？無論是社區單位還是農場、農企業，設計食農教育活動前都應該先做好資源盤點的工作，經過詳細的資源評估後，無論方案的撰寫或者實際執行都會更為踏實。食農教育與現地環境條件、產業、飲食文化與生活息息相關，規劃前如果能夠了解單位具備的資源以及相關的知識，所產出的食農教育方案將更完整並且貼合地方與物產的紋理特性。

在您開始撰寫食農教育活動方案之前，可以先將目光轉向組織單位本身。社區有幾個人可以帶領食農教育活動呢？農場是否有適合的空間讓大家坐下來參與活動？在地特色物產有什麼故事呢？知己知彼百戰百勝，做好資源評估對於活動的安排絕對有所幫助。

本指南的食農教育資源盤點面向是以社區夥伴熟悉的「人、文、地、產、景」五個面向作為基礎，並加入食農教育方案必須注意的要點，發展出六大面向的食農教育資源盤點工具。

現在就跟著指南的腳步，開始進行食農教育的資源評估！

表 1 食農教育資源盤點面向

社區營造發展面向	食農教育資源評估的六個面向	
產	農業生產活動	農業生產、加工及衍生性產業活動的狀態，及投入相關生產活動的程度。
人	組織及人力資源	可投入食農教育的人力資源狀況。
地、景	環境資源與空間場域	所在地區的自然資源、農業生產地景，及適合實施食農教育的空間場域。
文	食農文化	具備飲食、農業特色及人文歷史脈絡的節日慶典與或歲時祭儀活動。
營銷	食農教育活動的經營與行銷	運用社群媒體、出版品或數位資訊宣傳食農教育活動方案的狀況。
活動	食農教育方案	現有食農教育活動與方案的狀況。



檢視發展條件與基礎

單位名稱			
填表人姓名		職稱	
單位類型	<input type="checkbox"/> 社區 <input type="checkbox"/> 組織（農民團體、法人組織） <input type="checkbox"/> 企業（立案的農企業、工作室等） <input type="checkbox"/> 個人	所在縣市	
		所在鄉鎮	

（一）農業生產活動(含農林漁牧等生產活動)

檢視重點：貴單位所經營的農業生產、加工及衍生性產業的狀況，以及投入程度。

請填寫貴單位所經營的產業活動為何（含一級生產、二級加工、三級服務）：

_____（例如：水稻、果乾、農村小旅行）

Q1 貴單位對所經營的產業具備一定成熟度，並且能清楚解說相關知識？

選項	得分	勾選
產業仍在建置中，對相關知識的理解與表述不夠清晰。	1	
產業已趨成熟，能較有系統地解說產業特色與知識。	2	
產業運作穩健，能深入淺出、生動活潑地講解相關知識。	3	

Q2 貴單位目前提供的農林漁牧產品與相關服務的類別為何？

選項	得分	勾選
僅有經營第一級產業的生鮮食材。	1	
生鮮食材與二級加工品。	2	
以自產或在地農產及加工品，發展具食農教育內涵的服務。	3	

Q3 所生產或推廣的農產品是否具備相關驗證標章？

（驗證標章包含產銷履歷、CAS 標章、有機農產品標章、QR-Code 生產追溯、友善環境耕作推廣團體、綠色保育標章、動物福利標章、海洋之心生態標章等）

選項	得分	勾選
所生產或推廣的農產品尚未申請驗證標章。	1	
相關產品具備基礎的溯源標章，例如生產追溯 QR-Code、產銷履歷。	2	
採行環境友善的生產方式，通過有機農產品、友善環境耕作推廣團體，或是動物福利、綠色保育標章等驗證。	3	

（一）分數小計

（二）組織及人力資源

檢視重點：參與食農教育活動之人力及合作單位的評估與調查。

Q4 是否有團隊夥伴一起規劃及執行食農教育活動？

選項	得分	勾選
僅有一人負責食農教育推廣工作。	1	
有團隊夥伴能一起規劃與執行，有時候仍需外援。	2	
單位本身即具有充分的食農教育執行人力。	3	

Q5 團隊夥伴是否熟悉食農教育或具備相關資格？

選項	得分	勾選
團隊夥伴對食農教育仍感陌生。	1	
僅有少數核心工作人員瞭解食農教育的內涵，並能融入活動當中。	2	
多數夥伴熟悉食農教育活動的規劃與執行，並且持續進修提升相關能力，例如獲得食農教育人員資格。	3	

Q6 貴單位執行食農教育活動是否會主動連結外部資源？

外部資源包含：公部門、私人公司、農漁民團體、農政單位、大專院校、高中職、國中小學及其他單位。

選項	得分	勾選
目前僅以單位本身的資源來規劃食農教育活動，尚未涉及外部資源合作。	1	
已嘗試與地方政府、社區、學校等建立合作，資源整合初具雛形。	2	
廣泛連結產官學等外部資源，從地區特色出發，建立食農教育推廣及串連的夥伴網絡。	3	

(二) 分數小計

(三) 環境資源與空間場域

檢視重點：對於所在地區的自然資源與農業生產地景的掌握狀態，及是否具備適合食農教育的場域空間。（自然資源包含地理環境及動植物生態；農業生產地景則是農漁村居民與自然環境的交互作用，所形成的農林漁牧等土地利用方式。）

Q7 所在地區的地理環境：

☐平原 ☐淺山丘陵 ☐山地 ☐盆地 ☐海岸

☐其他（請說明 _____）

Q8 所在地區的農業生產地景：

☐水田（水稻、菱角、茭白筍等作物） ☐旱田（雜糧、瓜果蔬菜等作物）

☐林業（林業、林下經濟作物、蜂蜜） ☐海洋漁業

☐養殖漁業（漁塭、淺海養殖） ☐畜牧場（禽、畜）

☐其他（請說明： _____）

Q9 所在地區內是否具有保育或特色物種？

（臺灣野生動物保育名錄所列的保育類野生動物，或農業部生物多樣性研究所和林業及自然保育署共同發布之各類「臺灣紅皮書名錄」所列的受脅物種）

☐否、☐是：_____（請填寫物種名）

Q10 工作人員是否能掌握當地的自然資源、農業生產地景等環境特色，並融入食農教育活動當中？

選項	得分	勾選
執行人員對於當地環境、產業及相關條件尚未有深度認識。	1	
執行人員熟悉在地的環境及資源條件，嘗試將地理風土知識融入食農教育活動當中。	2	
執行人員熟悉在地的產業與環境，並且以此發展出具在地特色的食農教育活動。	3	

Q11 貴單位是否具有可以進行食農教育活動的空間場域？

空間場域類型包含：農場、牧場、漁港、漁塭、林下空間、潮間帶、活動中心、社區廚房、農漁市場、農漁會超市（直賣所）、其他

選項	得分	勾選
有一處可執行相關活動的生產場域或活動空間。	1	
有一處以上的生產場域及活動空間，可以滿足不同活動型態的需求。	2	
有多處可配合不同食農教育活動主題與目的的空間場域。	3	

Q12 食農教育場域內有助於活動操作的器具的準備情形？

操作器具包含：農事器具、料理設備、動手操作的材料、解說牌、教具等。

選項	得分	勾選
尚未準備妥當。	1	
目前的器具能應付大部分活動需求。	2	
器具能符合活動需求，且針對食農教育活動製作解說牌、教具等相關器材。	3	

(三) 分數小計



(四) 食農文化

檢視重點：對於所在地區的族群飲食文化及農業發展脈絡、節日慶典或歲時祭儀的瞭解及融入狀況。

Q13 所在地區不同季節是否有特殊的飲食文化或特色產業文化節？

☐ 否

☐ 有（請簡介其特色，例如清明鼠麴草粿、夏季中部麻笋湯、秋天臺南虱目魚文化節…）：

春季：_____

夏季：_____

秋季：_____

冬季：_____

Q14 是否搭配節日慶典，如傳統節慶、24 節氣、地方特色產業文化節（例如：仙草節、紅豆節、虱目魚節…等），舉辦相對應之飲食文化活動？

選項	得分	勾選
尚未有此規劃。	1	
偶爾舉辦跟節日慶典有關的食農教育活動。	2	
針對節日慶典有穩定推出相關的食農教育活動。	3	

Q15 搭配食農教育活動，是否提供具備在地文化特色之餐點？

選項	得分	勾選
尚未有供餐服務，或提供之餐點與在地文化無關。	1	
提供與地方文化及在地食材有關的餐飲。	2	
提供的餐飲高度使用在地食材，並且能反映當地的飲食文化特色。	3	

Q16 是否開始進行在地飲食、食譜相關的採集紀錄或出版品？

選項	得分	勾選
尚未有此規劃。	1	
針對在地飲食文化與菜餚進行研究，並且有相關紀錄或者出版品。	2	
對於在地飲食文化及菜餚有深入的認識，並且製作相關紀錄且融入在食農教育活動中。	3	

(四) 分數小計

(五) 食農教育活動的經營與行銷

檢視重點：運用社群媒體、出版品或數位資訊宣傳食農教育活動的狀況。

Q17 是否製作食農教育活動宣傳品？

宣傳品包含：海報、折頁、手冊等宣傳品，或音樂、影片、動畫等影音媒材。

選項	得分	勾選
並未製作相關宣傳品。	1	
已製作食農教育活動的宣傳品，但僅放置在少數地點或單位的影音平台，能接觸的群眾有限。	2	
所製作的食農教育活動宣傳品，傳播的管道多元，能有效接觸到目標對象，達到宣傳效果。	3	

Q18 是否建置與食農教育有關的社群媒體或官網？

社群媒體包含：臉書 FB、Instagram、X (twitter)、YouTube、Podcast、官網、Line 官方帳號。

選項	得分	勾選
並未建置社群媒體帳號。	1	
有社群媒體帳號，並且有穩定的發文與經營。	2	
利用社群媒體帳號或進一步建置官網，常態性的分享食農教育的活動資訊。	3	

Q19 食農教育活動是否具備多元的宣傳管道？

食農教育宣傳管道包含：親友宣傳、社群媒體、官方網站、農業易遊網、旅行業者等。

選項	得分	勾選
活動僅靠口耳相傳與親友支持。	1	
能在網路上找到食農教育的活動資訊。	2	
與旅行業者、農業易遊網等單位合作，有多元的宣傳管道。	3	

(五) 分數小計

(六) 食農教育方案

檢視重點：貴單位現有食農教育活動的發展及執行狀況。

Q20 現有的食農教育活動主題（例如：稻米、甘蔗採收與製糖體驗）：

_____（可填寫多項）

Q21 常態性舉辦的食農教育活動類型（可複選）：

☐農村文化導覽、☐農事體驗、☐手工DIY、☐料理體驗、

☐生態環境解說、☐社區走讀、☐工作坊、

☐其他（請說明：_____）

Q22 已經發展的食農教育活動數量

選項	得分	勾選
正在構思活動主題，或已經發展出一個食農教育活動。	1	
已發展二至四個食農教育活動。	2	
具備五個以上的食農教育活動。	3	

Q23 每年辦理食農教育活動的場次？

選項	得分	勾選
僅偶爾舉辦，每年舉辦 0-10 場。	1	
有計畫且穩定的舉辦，每年舉辦 10-30 場。	2	
食農教育活動是重要的工作主軸之一，且活動收入佔整體營收的一定比例，每年舉辦 30 場以上。	3	

Q24 所發展的食農教育活動是否具備完整的活動設計與執行內容，並已發展為書面形式？

活動方案包含：方案名稱、特色主題、基本資料（時間、地點、對象、人數）、設計理念、活動目標、活動流程與內容（引起動機、發展活動、總結活動）、活動整備（人力需求、設備與材料、活動備案、活動宣傳）等內容。

選項	得分	勾選
操作方式依賴主要執行人員的經驗，尚未有完整的活動設計與執行內容。	1	
有完整的活動設計及執行內容，操作方式有簡單書面化，執行人員能據此完成活動帶領。	2	
活動設計及執行內容能以完整的食農教育活動方案格式撰寫，活動目標、流程及所需材料均能清楚列出。	3	

(六) 分數小計

Q25 透過資源盤點及現況的瞭解，除了現有的食農教育活動外，是否有您想要發展的新主題？或貴單位正準備投入食農教育，正在構思想要發展的主題？

☐ 否

☐ 是：_____（可填寫多項）



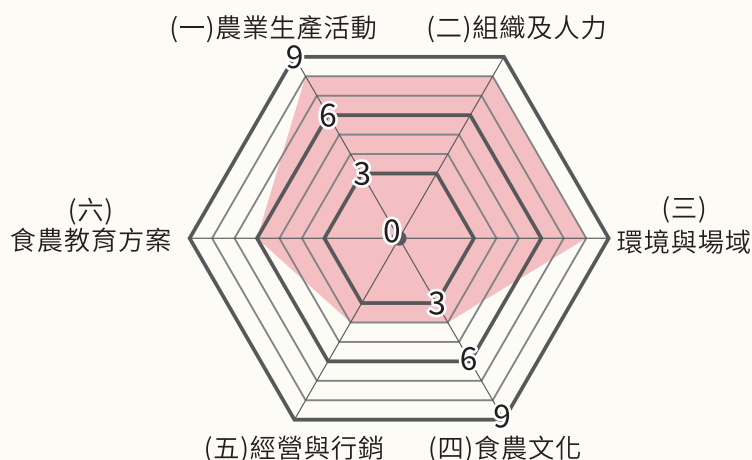
現況分析與升級建議

透過食農教育資源盤點，檢視組織及所在農漁村的資源條件後，請您將六個面向的得分填寫至下述表格，並依據得分勾選表現情況，3 分為起步階段、4-6 分為發展階段、7-9 分為成熟階段。

食農教育評估面向	得分	現況表現 (依據得分勾選)
(一) 農業生產活動		<input type="checkbox"/> 起步階段 (3 分) <input type="checkbox"/> 發展階段 (4-6 分) <input type="checkbox"/> 成熟階段 (7-9 分)
(二) 組織及人力資源		<input type="checkbox"/> 起步階段 (3 分) <input type="checkbox"/> 發展階段 (4-6 分) <input type="checkbox"/> 成熟階段 (7-9 分)
(三) 環境資源與空間場域		<input type="checkbox"/> 起步階段 (3 分) <input type="checkbox"/> 發展階段 (4-6 分) <input type="checkbox"/> 成熟階段 (7-9 分)
(四) 食農文化		<input type="checkbox"/> 起步階段 (3 分) <input type="checkbox"/> 發展階段 (4-6 分) <input type="checkbox"/> 成熟階段 (7-9 分)
(五) 食農教育活動的經營與行銷		<input type="checkbox"/> 起步階段 (3 分) <input type="checkbox"/> 發展階段 (4-6 分) <input type="checkbox"/> 成熟階段 (7-9 分)
(六) 食農教育方案		<input type="checkbox"/> 起步階段 (3 分) <input type="checkbox"/> 發展階段 (4-6 分) <input type="checkbox"/> 成熟階段 (7-9 分)

填寫完成後，可以藉由畫出六角雷達圖，了解貴單位在六個評估面向有哪些長項以及尚待提升的面向。

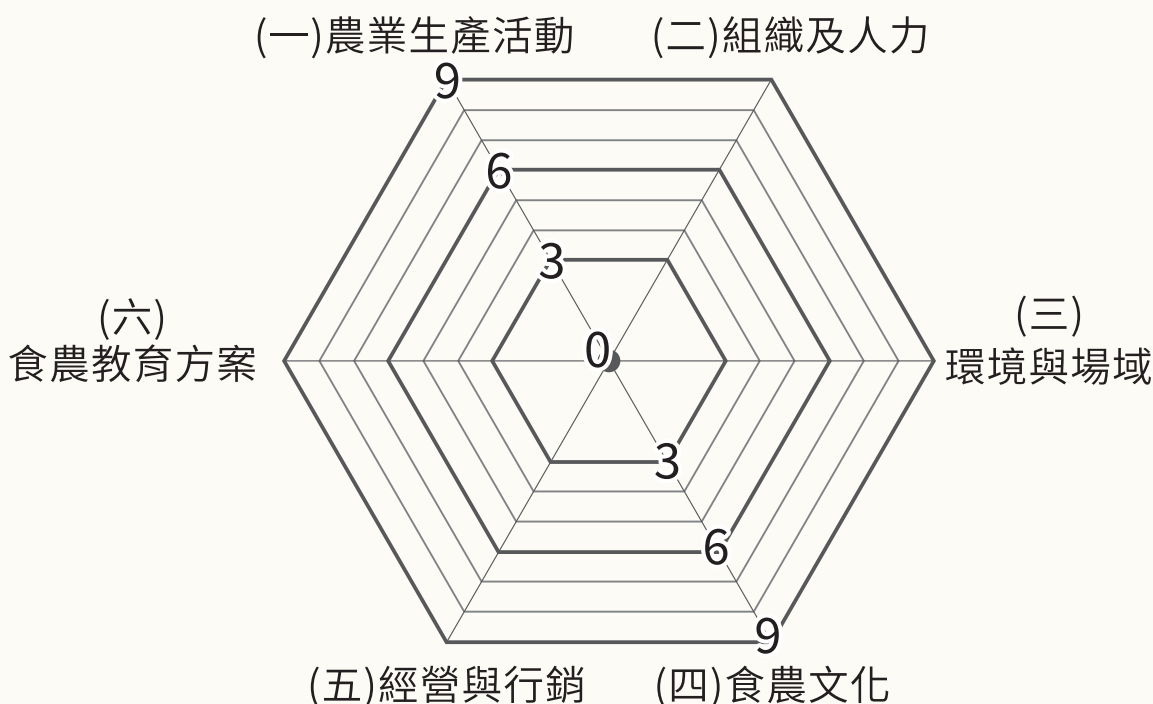
範例：



以農業生產活動 8 分、組織及人力 8 分、環境與場域 8 分、食農教育方案 6 分、經營與行銷 4 分、食農文化 4 分為例，所畫出來的雷達圖。透過雷達圖，可以看出該單位的產業活動、組織與人力、環境資源與空間場域等面向表現均趨於成熟，經營行銷及食農文化面向仍有提升空間。

請將您的得分依序填入雷達圖的對應主題上。

每個面向由（一）開始依序順時鐘



透過六個面向的分數，除了可以看出貴單位目前的資源與發展現況，亦可針對得分較弱的面向思考如何進階升級，以下提供六個面向的升級建議，供您參考。

表 2 食農教育評估面向升級建議

面向		進階升級建議
農業生產活動	起步階段	提升對在地產業知識的認識，及從事友善環境農業生產的能力，此為農村發展食農教育的基礎。
	發展階段	以一級產業為基礎，朝向農業六級產業化發展，不僅可提升農產品價值，同時有助於食農教育活動的豐富化，及延伸的伴手商品。
	成熟階段	食農教育是促進生產者與消費者互動的媒介，產業基礎穩定後可逐步提升解說及食農教育方案發展能力，將產業知識轉為生動且知識性正確的活動方案，強化經營食農教育的競爭力。
組織及人力資源	起步階段	辦理活動時，試著與鄰近有意願進行食農教育的夥伴合作，以「相伴工」的方式互相支援。
	發展階段	安排自己與團隊夥伴進修食農教育知能，學習後彼此交換心得、共同規劃活動，彼此成長與提升能力。
	成熟階段	<p>●主動敲門，建立與社區組織及在地中小學的合作關係，除了成為彼此的食農教育資源外，並能促進年輕世代對於地方產業及在地生活的認同感。</p> <p>●借重鄰近大學及農業試驗單位、改良場的專業能力及學習資源，持續強化團隊的食農知能。</p>

環境資源 與 空間場域	起步階段	增進對於在地的自然資源、生產特色的認識，從中發掘食農教育的潛力主題及適合解說及操作的地點。
	發展階段	著手整備活動所需的環境，例如：集合、解說點、操作活動的空間、廁所、清潔等需求，同時準備簡易的教具及活動所需的器具。
	成熟階段	確保活動動線流暢及所需的空間都已經齊備，此時可以著手規劃較為大型或複雜的活動教具，例如固定的解說牌、看板、特製化教具及互動體驗設施等，營造場域更專業的食農教育氛圍。
食農文化	起步階段	節日慶典及產業文化節常是農村啟動食農教育活動的開始，在趣味及飲食享受之外，帶入在地的環境與產業的關係，以及因地制宜的節慶材料應用等介紹，會讓參加者更容易與在地產生連結。
	發展階段	長輩及耆老的經驗是重要的靈感來源，試著打開話匣子，採集更多在地生活與飲食文化的智慧。
	成熟階段	固定舉辦節日、產季限定的食農教育活動，不僅能展現食農教育與在地生活節奏的關聯，亦能吸引遊客不同時節前來體驗與學習。
食農教育 活動的經 營與行銷	起步階段	先建立一個 FB 帳號或 IG，開始將活動訊息及活動後的照片放上，簡單幾句話及照片讓人們知道您們已經邁開步伐。
	發展階段	持續在社群媒體發文，除了活動訊息與照片，也可以將生產的狀態及環境變化的照片及文字介紹放上，讓支持者習慣關注您們的社群媒體。
	成熟階段	長期累積的照片及圖文，除可以成為製作宣傳品的素材，展現成果，亦方便提供異業合作使用。

食農教育 方案	起步階段	先從親朋好友、人數少的試辦性質開始，活動以熟悉的田間體驗、或動手做為主，嘗試之餘也可以蒐集回饋建議。
	發展階段	將更多在地的環境資源與文化特色放入活動設計中，提升活動的獨特性。每個活動都需透過執行 - 檢討 - 修正，達到優化；並將操作方式及 SOP 記錄下來，讓夥伴們均能達到相同的帶領品質。
	成熟階段	團隊所發展的食農教育活動均有完整的方案設計及對應的教具教材，同時能在社群媒體或網站上呈現清楚的活動介紹及報名資訊，食農教育活動亦成為重要的經營主軸。

想一想：

理解現階段的發展情況及可精進的方向後，您的組織未來兩年投入食農教育的努力目標，以及達成目標的行動策略。

(依據團隊的量能來規劃，不需要有太大壓力)

努力目標：_____

行動策略：_____



針對本單元的食農教育資源盤點的面向，我們整理了下列資源，提供使用者可以從中獲得相關參考資訊，依此建制更完善的食農教育活動。

表 3 食農教育活動發展參考資源

面向	相關資源	QRcode
農業生產活動	農業知識入口網 https://kmweb.moa.gov.tw/ 農業部建立的農業知識學習平台，內有各種農業主題館及農業知識庫，由各農業試驗所及改良場的研究人員提供珍貴的農業知識；亦有圖鑑知識、圖書影音專區等，由農業部所屬機關提供豐富的影音及出版品資源。	
	農民學院 https://academy.moa.gov.tw/index.php 「農民學院」提供豐富的農業新知及訓練課程，提供有意從農者及在職農民農業終身學習管道。	
	農業加工整合服務中心 https://apisc.atri.org.tw/tw/about/index.aspx 由財團法人農業科技研究院設置，協助農業生產者提升農產品價值，從諮詢服務、打樣中心專家技術輔導、包裝設計、食品代工廠媒合、食品安全檢驗等提供一站式服務	
組織及人力資源	食農教育專業人員認可申請系統 https://faep.moa.gov.tw/ 食農教育專業人員為《食農教育法》通過後開始推動的制度。網站上除提供認可申請外，也是食農教育專業課程的入口頁面，可依此參加相關培訓課程，提升食農教育推廣的知識與能力。	

<p>環境資源與 空間場域</p>	<p>特色農業旅遊場域認證 https://www.taiwanfarm.org.tw/zh-TW/Front/SAS</p> <p>為台灣休閒農業發展協會架設，透過認證制度引導，強化農業旅遊發展中的農業本質。透過網站提供的認證指標及 291 家通過「特色農遊場域認證」的場域介紹，可借鏡其主題發展、環境與場域經營的特色。</p>	
<p>食農文化</p>	<p>食農教育資訊整合平臺－臺灣農產地圖 https://fae.moa.gov.tw/map/county_agri.php</p> <p>食農教育資訊整合平臺建置的農產地圖頁面，依照各縣市地區的農特產進行介紹，除了基本的產地、作物種植的知識外，也有料理加工及飲食文化等資料。</p>	
	<p>原住民部落傳統農耕知識與飲食文化典藏網 https://harvestwisdom.openmuseum.tw/harvestwisdom</p> <p>此網站為花蓮、臺東、高雄農業改良場所執行之「原鄉傳統農耕及飲食文化推廣及數位典藏計畫」成果。網站中以「開放博物館」的概念呈現，收錄許多原住民族傳統作物的種植知識與祭儀文化、風土飲食等資訊。</p>	
	<p>客家雲 https://cloud.hakka.gov.tw/</p> <p>為客家委員會所建置，將客家相關網站整合，彙編為「文化」、「語言」、「節慶」、「活動」、「景點」、「美食」、「旅程」、「購物」等八大主題分類，建構「客家文化資源」、「客家活動資訊」及「客庄遊程資源應用服務」等三大資料庫，提供民眾認識客家文化、體驗節慶、親近客庄的資訊。</p>	

<p>食農教育活動 的經營與行銷</p>	<p>農業易遊網 https://ezgo.ardswc.gov.tw/ 農業易遊網為農村發展及水土保持署針對休閒農業所建置的網頁。農業旅遊相關經營與行銷的資訊，可以在這個網頁中獲得許多參考對照。</p>	
<p>食農教育方案</p>	<p>食農教育資訊整合平臺 https://fae.moa.gov.tw/ 為農業部針對食農教育所建立之平臺，網站的「學習資源」頁面中有豐富的資源可供參考，包含：食農知識庫、教案、教材等，可作為講解食農產業時重要的資料庫。</p>	
	<p>食農食米教育 https://www.riceeducation.com.tw/fr/index 此網站為農糧署所建置的平台，提供食米講師名單及豐富的教學資源，及農糧署補助「食米學園」計畫之教學成果及相關影片。</p>	
	<p>農業部虛擬博物館 https://video.moa.gov.tw/ 為影音典藏系統及網站，蒐集農業部暨所屬機關所擁有及拍攝之農林漁牧相關影音數位內容，食農主題影音及農業電子書可提供食農教育方案發展的正確知識內容。</p>	

筆記區



參.發展方案

食農教育方案設計引導

農村食農教育活動會因為組織的資源條件及核心關懷，包含：所在區域的環境、農林漁牧產業、飲食及文化特色，組成人員所關注的議題及連結的社群網絡等，而發展各具特色的活動方案。

透過前一章的資源盤點，重新檢視食農教育的現況與發展條件，接著，以您發展的特色主題，跟著以下的方案設計引導動手試試看！



食農教育方案設計引導

食農教育方案設計的提問引導，提供您思考規劃過程中的各項注意事項，後續可跟著 STEP BY STEP 食農教育方案設計步驟，完成活動設計。

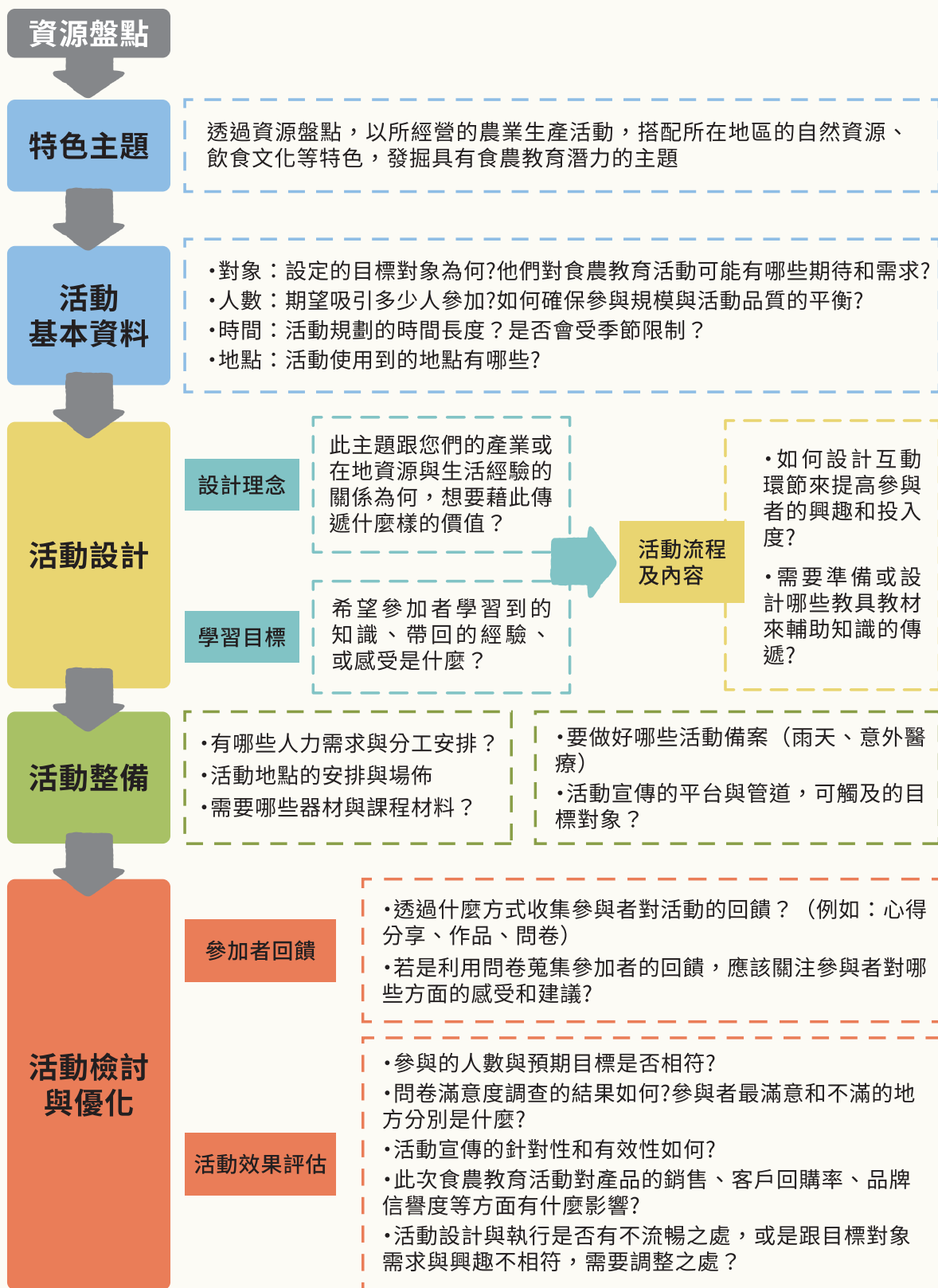


圖 4 食農教育方案設計提問引導⁶

6. 方案規劃的提問式引導，參酌靜宜大學生態人文學系任孟淵助理教授之建議發展而成。



STEP BY STEP學習方案設計

以下將食農教育方案設計拆解為五個步驟，包含：（1）特色主題及活動基本資料、（2）設計理念及活動目標、（3）活動流程及策略方法、（4）活動整備、（5）活動檢討與優化，不僅適合新手單位，對於已經很有經驗的您或團隊，也可以藉此再次審視活動的細節、配套工具及人力需求是否齊備。更棒的是帶著您的團隊夥伴一起討論及完成活動設計，提升彼此對於活動規劃的能力與熟稔度。

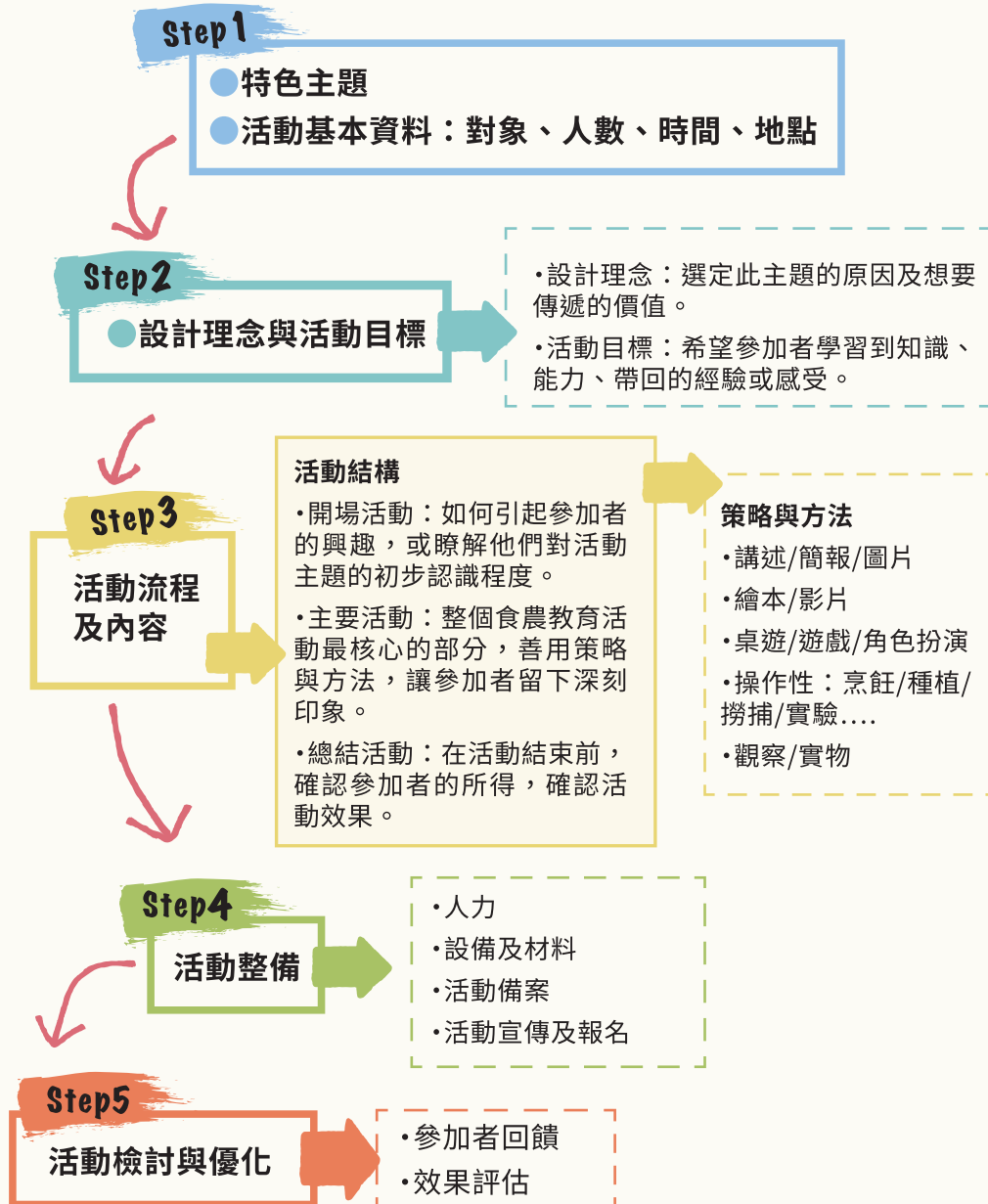


圖 5 食農教育方案設計步驟

● STEP 1 ➡ 特色主題及活動基本資料

活動方案的設計從決定主題開始，藉由前一單元的資源盤點及現況的掌握，以您及貴單位想要發展的新主題，進而決定目標對象、人數、適合辦理活動的時間及地點，開啟食農教育方案的第一步。

1. **主題：**透過資源盤點的過程，以您及貴單位所經營或所在地區的特色農產品、食農相關節慶及飲食文化特色，發掘具有潛力的主題。
2. **對象：**設定目標對象，試著去思考他們的學習特質，對食農教育活動可能有哪些期待和需求？
3. **人數：**期望吸引多少人參加？如何確保參與規模與活動品質的平衡？
4. **時間：**活動規劃的時間多長？是否會受季節限制？
5. **地點：**整個活動使用到的地點有哪些？

● STEP 2 ➡ 設計理念與活動目標

設計理念是指您或團隊為什麼會選定這個主題，跟您的產業或在地資源與生活經驗的關係為何，您們想要藉此傳遞什麼樣的價值？並據以發展出活動目標—希望參加者學習到的知識、能力、帶回的經驗或感受。以下列舉兩個主題案例予以說明：

1. 「林記蔬果汁」的食農教育活動設計緊扣其經營特色，搭配自製繪本介紹格外品的成因、利用醃蔬果製成加工品及蔬果汁的意義，並透過實際打果汁，增進參加者對於格外品議題的認識與關注。
2. 「年年有鰭」的食魚教育方案以澎湖傳統的漁撈產業及延伸的漁獲保存及加工為課程設計核心，介紹特色的魚乾產業及「醬油糖」的料理，地方特色鮮明。

表 4 設計理念、活動目標示意

單位	特色主題	設計理念	活動目標
林記 蔬果汁	醜蔬果 (格外品)	<p>醜蔬果（格外品）是指市場規格之外，但品質無虞的農產品，其營養價值和正常蔬果相同，卻因為大小、重量、顏色、外觀等選別分級的標準，無緣進入市場販售，造成食物浪費。</p> <p>大部分被農產市場淘汰的醜蔬果較正常蔬果更便宜，對製作加工品或蔬果汁而言，是一種經濟實惠的採購選擇，也能讓格外品發揮價值。長遠來說，支持格外品有助於保護環境，減少農業資源的浪費。</p> <p>透過教案設計希望為醜蔬果正名，讓更多人認識醜蔬果的價值。</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 認識造成醜蔬果的原因—作物生長過程受到環境、氣候的影響，而造成尺寸、外觀不符合主流市場的需求。 2. 瞭解醜蔬果的營養價值與一般蔬果並無差別。 3. 認識不同的加工方法，知道哪些加工品不會受到蔬果的外觀影響而可以使用醜蔬果，例如打果汁。 4. 能認同醜蔬果的價值，願意採買格外品，減少生產端的浪費。
年年有鱈	敲魚乾	<p>在沒有冰箱的年代，澎湖人運用鹽漬、蒸煮及日曬三大祕技，保存得來不易的漁獲。完成的魚乾經過敲打，取下完整魚肉後，能賣得更好的價錢。後續的料理則延伸了敲魚乾的方法，以及「醬油糖（台語）」的食用方式，是澎湖人難以忘懷的傳統零嘴。</p> <p>透過魚乾及產業發展的活動設計，引導親子認識澎湖因漁撈而發展出來的特色產業及飲食方式。</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 認識澎湖製作魚乾的主要魚種、撈捕漁法以及漁獲保存方式的演進。 2. 瞭解魚乾產業及魚乾的製法，知道為什麼要敲魚乾。 3. 學會敲魚乾的技巧及在地的料理方式，體會飲食文化與環境的關係。 4. 學會全魚利用的方式，懂得惜食。

STEP 3 ➡ 活動流程及內容

整體活動設計的結構通常包含：開場活動、主要活動及總結活動三個部份，其安排及效果如圖 6 的折線示意：從一開始的引起注意，接著透過主要活動讓參加者沈浸其中，到結束前的經驗總結與回饋；透過有節奏的安排，讓參加者的學習興致及參與度跟著提高，最後帶著滿足的經驗離開。

1. 開場活動：目的是吸引參加者的注意，或是初步瞭解參加者對主題的認識程度，時間不需太長，可以透過提問、實物、角色扮演等策略方式來達到吸引的效果。
2. 主要活動：是整個主題活動的最核心的部份，可以透過解說、動手做、實際調查、教具操作、體驗活動等方法，讓參加者留下深刻的印象。同時，將想要傳遞給參加者的知識、技能、態度改變等目標，透過一到數個活動的進行來達成。
3. 總結活動：透過參加者所完成的作品、心得分享、或是問卷回饋等方式，確認活動的效果、參加者的所得。

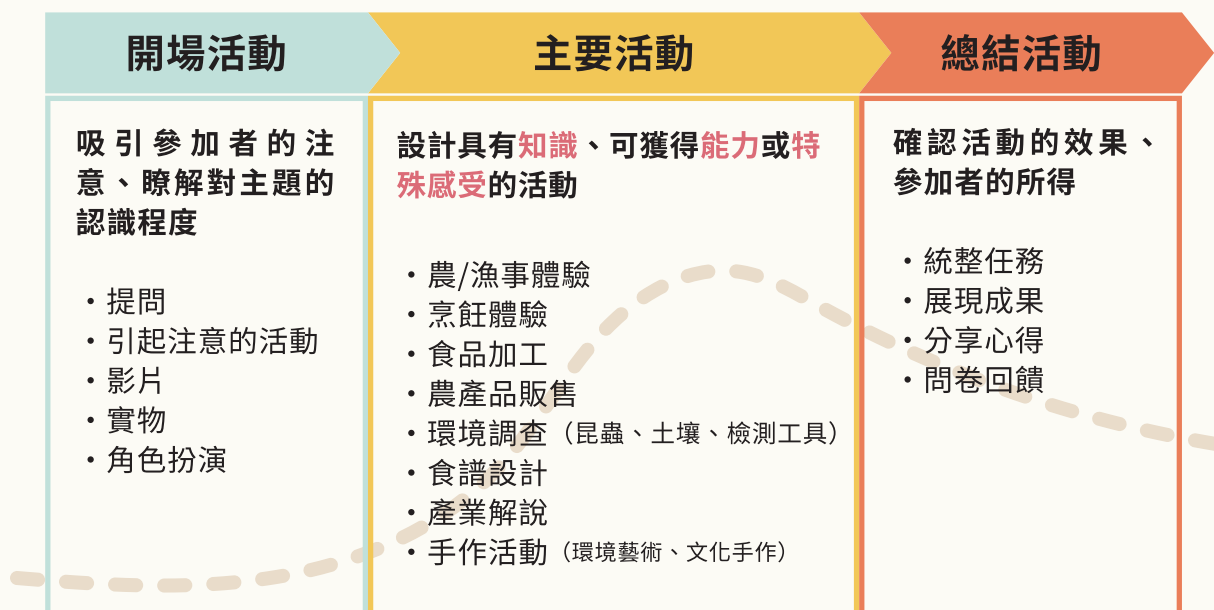


圖 6 活動設計結構⁷

7. 參考「與人環境股份有限公司」王喜青執行長，於培訓工作坊所提供的環境教育課程模式，所形成的活動設計引導。

動手試試看！



步驟一至三是活動設計的基本雛型，先試著利用表 5 的活動設計簡表，及前面三個步驟的說明，完成活動設計的構想。

1. 圖 6 的活動設計架構提供一個完整活動的節奏安排，可藉此思考如何讓活動更流暢。
2. 活動設計的過程，請一併思考需要的設備、材料及人力。
3. 除了以指南所檢附的空白活動表外，可以利用海報紙、白板等來進行，更能達到團體討論的效果。


表 5 活動設計簡表

特色主題	對象	人數	時間	地點	人力需求
			<ul style="list-style-type: none"> • 時間長度 • 季節限制 		
設計理念			活動目標		
選定這個主題的原因，想要藉此傳遞什麼樣的價值？			希望參加者獲得的知識、能力、帶回的經驗或感受		
	開場活動	主要活動		總結活動	
		活動一	視安排， 增列更多活動		
時間 / 地點					
活動流程 及內容					
設備及材 料					
人力安排					

活動設計示範一：敲魚乾

主題	對象	時間	人力
敲魚乾 開場： 引起重疊：(味道) 5min 展示魚乾、算和魚乾產業相關器具 從魚乾延伸，介紹整個產業 20min - 海魚保存 - 魚法 - 歷史演進 - 在地產業 - 辨別魚種	親子 學習魚類身體構造 體驗/學習在地產業辛苦 活動一：敲魚乾 實際體驗魚乾南區早期的家庭代工 步驟：1. 左手抓魚頭身朝上 2. 用槌由後往前敲3下 3. 取骨頭、內臟 4. 分肉4片 5. 剝除細刺	2hr, 一年四季皆可 傳統料理 在地(在地)全魚利用料理 活動二：炒魚乾 步驟：1. 熱油鍋蒜、蔥、爆香 2. 下魚乾炒 3. 醬油、糖 4. 起鍋 全魚利用 30min 魚鬆飯(團) (高雄139) 高乾的胃：邊角料磨碎 + 油菜 + 芝麻 (鈣) 多多	講師 1 位 助理 1 位 總結： 知識：知道為什麼要敲魚乾 情誼/態度：關心漁業動向 技能：將魚乾敲4片 行動：吃在地、當季的魚、惜食、吃全魚 學習單 15min 回饋分享

活動設計示範二：橄欖流星雨

主題：	對象：	時間：	人力：
橄欖流星雨 1. 採收前的小演示 (角色扮演：大人→槌打 小朋友→幼苗) 2. 安全需知、採收分工、介紹採收裝備  (槌) (小苗)	親子家庭 (35-50) 消費力 活動1：採收體驗 1. 分配採收工作 (A-B輪流) 2. 鋪布、舉竹竿、敲橄欖 3. 收布、將橄欖集中到中央 4. 全體人員圍坐在橄欖邊 5. 介紹生態種植方式、營養價值延伸使用(加工) 不同品種 6. 五感體驗：每人一顆透過觸摸、聞味道、嚼食、看核仁形狀了解其特色、可辨識的方式 台灣原生種 (果實) 果核 20% 槌 錫蘭 錫蘭	2.5 hr 產季秋天 活動2：蜜漬橄欖 DIY 1. 殺青 2. 敲打橄欖 3. 塩醃 4. 糖醃、裝罐 延伸應用： 料理、飲品等 客家文化的飲食應用 在地風味 橄欖多食	5~6人 總結與回饋： 1. 友善環境種作 2. 栽種方式 3. 了解其營養成份 4. 食材的應用、增加使用信心 5. 支持環境永續產業 6. 學習單 & 回饋分享

❖ STEP 4 ➡ 活動整備

對應活動規劃所需的執行人力、地點安排及佈置、設備及課程材料、雨天與特殊狀況的備案、活動宣傳及報名等，都是確保活動能夠有品質進行的關鍵。藉由預先規劃及活動前的團隊會議再度確認，有助於活動的流暢進行。

1. **人力需求及分工：**此活動需要多少人力，團隊如何分工？
2. **活動地點：**整體活動會經過哪些地點，活動前分別需要怎樣的場地佈置？
3. **設備與課程材料：**列出整場活動需要的設備、課程材料及數量，以及分別在哪些環節需要。
4. **活動備案：**針對雨天、設備故障或參加人員的突發狀況，預想因應的作法，確保活動能順利進行。例如戶外導覽解說，遇到天候不佳在室內可以安排的替代方案；或如網路突然中斷，原本規劃看介紹影片的橋段無法進行有無替代作法；如遇到參加人員身體不適、受傷等突發狀況，活動如何繼續等。
5. **活動宣傳與報名：**有哪些宣傳的管道與平台，可以觸及到目標對象？活動報名需要留下哪些參加者的資料，方便後續通知匯款及行前說明？

❖ STEP 5 ➡ 活動檢討與優化

活動結束後，了解參加者的滿意度、印象深刻的學習與不好的感受等有助於持續改進活動安排。此外，農村食農教育活動除了增加參加者對於地方情感的連結外，更希望建立持續的產消關係：檢視活動對於產品銷售的促進、是否回購、再次參加其他活動等資訊，亦是活動效果可評估的面向之一。活動檢討與優化可從下列部份思考：

1. **活動評估：**可透過活動的質量效益觀察，例如活動的流暢度、參加者的主要活動完成度、總結活動的心得分享等；亦可在結束前邀請參加者填答滿意度問卷，瞭解其感受與建議。這些資訊都可作為活動優化的參考。
2. **行動連結：**可觀察參加者採買農產品的情況、後續是否回購，或是再回來參加其他的活動，屬於長期關係的建立。
3. **資本建立：**團隊成員在活動前置及執行過程中，是否展現合作默契，有無要調整之處？本次的活動是否有助於團隊與參加者（生產者 - 消費者）建立持續互動的關係？



完成農村食農教育方案表

表 6 為完整的食農教育方案表，可按著前面介紹的食農教育設計步驟，及表 5 活動設計簡表的基礎上，加以完成。

1. 您會發現大部分方案設計表的內容，已經在表 5 完成，您可以將表 5 的內容對應填入，並將文字敘述更完整化。
2. 方案表中的 SDGs，目的是讓您的活動能回應聯合國永續發展目標的關懷，僅需要填入最直接相關的指標即可，例如 SDG2 消除飢餓。
3. 食農教育六大方針及食農教育三面六項的內容勾選，是為回應《食農教育法》的精神，請勾選與您的活動內容最直接相關的項目。

表 6 農村食農教育方案表

農業部農村發展及水土保持署
112 年農村食農教育管理計畫

填表單位				
聯絡資訊	聯絡人		職稱	
	電話		E-mail	

方案名稱		設計者	
STEP 1 對象	設定您的目標對象，是一般民眾、親子，或是學童呢？ (試著去思考所設定的對象的學習特質，以及對食農教育活動可能有哪些期待和需求)	適合人數	
特色主題	以具地方特色的生鮮農產品、加工品、產業型態（如：定置漁業）、節慶或飲食文化為主題	活動時間	時間長度 有無特別的季節或時間限定
		活動地點	列出活動進行會用到的場域 例如：茶園、加工室

食農教育 六大方針	<input type="checkbox"/> 支持認同在地農業 <input type="checkbox"/> 地產地消永續農業 <input type="checkbox"/> 深化飲食連結農業 <input type="checkbox"/> 珍惜食物減少浪費 <input type="checkbox"/> 培養均衡飲食觀念 <input type="checkbox"/> 傳承與創新飲食文化		聯合國 永續發 展目標 (SDGs)	
食農教育 三面六項 及學習內 容	農業生產與環境	農業生 產與安 全	<input type="checkbox"/> 在地農業生產與特色 <input type="checkbox"/> 農業生產方法 <input type="checkbox"/> 農業相關生涯 <input type="checkbox"/> 科技於農業生產的應用與影響 <input type="checkbox"/> 農業與全球經濟	
		農業與 環境	<input type="checkbox"/> 農業生產與環境 <input type="checkbox"/> 農業與資源永續 <input type="checkbox"/> 社會責任與倫理 <input type="checkbox"/> 全球糧食議題	
	飲食健康與消費	飲食與 健康	<input type="checkbox"/> 認識食物 <input type="checkbox"/> 飲食的均衡與健康 <input type="checkbox"/> 生命發展階段與營養 <input type="checkbox"/> 飲食與疾病	
		飲食消 費與生 活型態	<input type="checkbox"/> 飲食消費行為 <input type="checkbox"/> 食品衛生與食品安全 <input type="checkbox"/> 加工食品的製作與選購 <input type="checkbox"/> 地產地消 <input type="checkbox"/> 綠色消費	
	飲食生活與文化	飲食習 慣	<input type="checkbox"/> 飲食的重要性 <input type="checkbox"/> 愉悅的進食 <input type="checkbox"/> 分享與感恩 <input type="checkbox"/> 進餐禮儀	
		飲食文 化	<input type="checkbox"/> 在地飲食特色 <input type="checkbox"/> 飲食與文化的傳承 <input type="checkbox"/> 全球與多元飲食文化	
STEP2 設計理念	選定這個主題的原因，想要藉此傳遞什麼樣的價值？			
活動目標	希望參加者學習到的知識、帶回的經驗或感受是什麼？			

請勾選與所設計的活動內容最直接相關的項目。

STEP3

將表 5 的活動
流程及內容填
入，將操作的
細節更完整撰
寫。

活動流程			
時間	主題	活動流程及內容	活動整備 列出各主題的人力、 設備、活動材料、 活動地點等。
	開場活動		
	主要活動一		
	主要活動二		
	依照主要活動數量 逐次填寫內容		
	總結活動		
參考資料			
1. 列出活動設計所參考的書籍或網站資料等。 2. 列出與所設計的活動相關的書籍或網站資料，可供延伸學習。			
活動附件			
可提供本方案的參閱者參考的簡報、解說牌或特色教具的照片等。			

STEP4

STEP4

活動整備彙整

完整列出，有助於活動前再次確認。

人力需求

列出本活動所需的人手，包含：每個主題活動的帶領人、助手、攝影、點心準備、報到……等人力規劃。

活動地點

列出整體活動需要在哪些地點進行（例如報到、導覽活動、DIY 分別在不同地點），以及預先需要做哪些佈置。

設備與材料

列出活動所需要的器材設備與材料（可包含報到、各項活動進行、休息、結束離開等）

活動備案

針對特殊情況的安排，例如：雨天備案、設備故障、意外醫療、或是產季提早結束等情況的預備方案。

活動宣傳及報名

列出針對目標對象的活動宣傳管道或方式（例如FB、IG、與旅行社合作推廣）及報名方式。

STEP5

活動檢討與優化

（於活動執行後進行，提供團隊檢視成效及活動優化參考）

透過參加者的回饋及後續執行團隊的工作檢討會議，進行活動效果評估與優化。

例如：

- 活動宣傳的針對性和有效性如何？
- 問卷滿意度調查的結果如何？參與者最滿意和不滿的地方分別是什麼？
- 活動設計與執行是否有不流暢之處、是否符合目標對象需求與興趣，需要調整的地方？
- 此次食農教育活動對產品的銷售、客戶回購率、品牌信賴度等方面有什麼影響？

四

方案設計示意

以澎湖青年團體「年年有鱈」所設計的「敲魚乾」活動方案表，提供示例。

農村食農教育方案表

農業部農村發展及水土保持署
112 年農村食農教育管理計畫

方案名稱	敲魚乾	設計者	巫佳容
對象	親子	適合人數	15 人
		活動時間	兩小時
特色主題	魚乾及加工產業	活動時間	全年適合 (夏天新曬魚乾前，若去年的魚乾已用完，活動會暫時停辦)
		活動地點	年年有鱈工作室
食農教育六大方針	<input checked="" type="checkbox"/> 支持認同在地農業 <input checked="" type="checkbox"/> 地產地消永續農業 <input type="checkbox"/> 深化飲食連結農業 <input checked="" type="checkbox"/> 珍惜食物減少浪費 <input type="checkbox"/> 培養均衡飲食觀念 <input checked="" type="checkbox"/> 傳承與創新飲食文化	聯合國永續發展目標 (SDGs)	SDG2 消除飢餓 SDG12 負責任的消費與生產 SDG14 水下生命

食農教育三面六項及學習內容	農業生產與環境	農業生產與安全	<input checked="" type="checkbox"/> 在地農業生產與特色 <input checked="" type="checkbox"/> 農業生產方法 <input type="checkbox"/> 農業相關生涯 <input type="checkbox"/> 科技於農業生產的應用與影響 <input type="checkbox"/> 農業與全球經濟
		農業與環境	<input checked="" type="checkbox"/> 農業生產與環境 <input checked="" type="checkbox"/> 農業與資源永續 <input type="checkbox"/> 社會責任與倫理 <input type="checkbox"/> 全球糧食議題

食農教育 三面六項 及學習內 容	飲食健康 與消費	飲食與健康	<input checked="" type="checkbox"/> 認識食物 <input type="checkbox"/> 飲食的均衡與健康 <input type="checkbox"/> 生命發展階段與營養 <input type="checkbox"/> 飲食與疾病
		飲食消費與生 活型態	<input checked="" type="checkbox"/> 飲食消費行為 <input type="checkbox"/> 食品衛生與食品安全 <input checked="" type="checkbox"/> 加工食品的製作與選購 <input type="checkbox"/> 地產地消 <input type="checkbox"/> 綠色消費
	飲食生活 與文化	飲食習慣	<input type="checkbox"/> 飲食的重要性 <input checked="" type="checkbox"/> 愉悅的進食 <input checked="" type="checkbox"/> 分享與感恩 <input type="checkbox"/> 進餐禮儀
		飲食文化	<input checked="" type="checkbox"/> 在地飲食特色 <input checked="" type="checkbox"/> 飲食與文化的傳承 <input type="checkbox"/> 全球與多元飲食文化
設計理念	<p>在沒有冰箱的年代，澎湖人運用鹽漬、蒸煮及日曬三大祕技，保存得來不易的漁獲。完成的魚乾經過敲打，取下完整魚肉後，能賣得更好的價錢。後續的料理則延伸了敲魚乾的方法，以及「醬油糖（台語）」的食用方式，是澎湖人難以忘懷的傳統零嘴。</p> <p>透過魚乾及產業發展的主要活動設計，引導親子認識澎湖因漁撈而發展出來的特色產業，現場還能學習在地澎湖人的魚乾料理方式，現學現吃！</p>		
活動目標	<ol style="list-style-type: none"> 1. 認識澎湖製作魚乾的主要魚種、撈捕漁法以及漁獲保存方式的演進。 2. 瞭解魚乾產業及魚乾的製法，知道為什麼要敲魚乾。 3. 學會敲魚乾的技巧及在地的料理方式，體會飲食文化與環境的關係。 4. 學會全魚利用的方式，懂得惜食。 		

活動流程			
時間	主題	活動流程及內容	活動整備
5 分鐘	開場活動	透過嗅聞環境中魚乾味道、展示相關道具，引導參加者對於魚乾加工的好奇。	魚乾簡報
25 分鐘	主要活動一： 認識魚乾及產業	<p>以簡報及互動問答方式，呈現澎湖製作魚乾的主要魚種、漁獲保存方式的演進，邀請親子一起認識魚乾的作法及加工產業。</p> <p>介紹內容包含：</p> <ul style="list-style-type: none"> • 辨識魚種：製作魚乾的魚種主要有「扁仔」、「臭肉」等洄游性小型魚種。 • 撈捕漁法：利用魚群的趨光性，在夜晚以燈光吸引魚群誘捕，澎湖本地稱為“火繒”。 • 澎湖海鮮保存的演進：早期沒有冰箱的年代，澎湖人運用鹽漬、蒸煮及日曬三大祕技，保存得來不易的漁獲。 	<p>人力： 活動帶領人 1 位、攝影 1 位（以下活動相同）</p> <p>地點： 年年有鯖工作室（以下活動相同）</p>
30 分鐘	主要活動二： 魚乾敲敲敲	<p>1. 認識魚類的身體構造： 以開發的魚偶教具介紹澎湖特色魚種，讓參加者認識魚的身體構造。</p> <p>2. 體驗在地產業—學習敲魚乾： 說明敲魚乾的作法，引導親子跟著示範，動手嘗試。</p> <ul style="list-style-type: none"> • 左手抓魚頭，魚身朝上 • 用木槌由後往前敲三下 • 取出骨頭、內臟、頭部 • 將魚肉分成四片、剝除細刺 	魚娃娃 木槌 砧板 算

50 分鐘	<p>主要活動三： 動手做「醬油糖」及全魚飯糰</p>	<p>1. 動手炒「醬油糖」(20 分鐘) 親子一起動手炒魚乾，學習澎湖的飲食文化，認識「醬油糖（炒魚乾）」的作法。</p> <ul style="list-style-type: none"> • 熱油鍋 • 蒜與蔥段入鍋爆香 • 下魚乾炒製 • 撒下些許辣椒拌炒 • 加入醬油及糖 • 拌炒後起鍋 <p>2. 動手做全魚飯糰 (30 分鐘) (1) 說明全魚利用的理念： 傳統上取下魚肉的魚骨跟小魚頭尾都會被丟棄，將這些部份蒐集後，炒成魚鬆，就可以完全的食用小魚們，惜食不浪費辛苦捕獲的魚產。 (2) 全魚飯糰製作： 首先介紹以敲魚乾剩餘的部位炒製的魚鬆，接著讓親子動手捏飯糰，將魚乾、魚鬆包覆在其中，一起享用。 飯糰的作法： <ul style="list-style-type: none"> • 介紹米品種 • 將炒好的魚乾切碎 • 將魚粉與米飯拌勻 • 學習捏製並做成飯糰 (3) 享用的同時傳遞海洋資源有限，應該盡可能的利用漁獲的每一部份，當一位惜食公民。</p>	<p>卡式爐 鍋子 鍋鏟 盤子 筷子 醬油 糖 蔥 蒜 辣椒 魚乾 魚鬆 白飯</p>
15 分鐘	<p>總結活動： 回饋與分享</p>	<p>1. 邀請參加者分享活動的心得，留下美好記憶。 2. 請參加者填答線上問卷，提供活動的滿意度與回饋。</p>	<p>線上問卷</p>

參考資料

1. 【菊島喫風土・島民觀察】秋—— 醬油、糖與臭肉魚乾
<https://www.agriharvest.tw/archives/107293>



2. 臺灣農產地圖－搜尋澎湖縣
https://fae.moa.gov.tw/map/county_agri.php



活動附件



分辨魚乾常見的魚種：
扁仔、臭肉



魚乾的製作流程



敲魚乾的方法

活動整備彙整	人力需求	2 位， 活動帶領者：1 位、攝影：1 位
	設備與材料	活動前：行前通知 開場活動：魚乾 主要活動一：簡報 主要活動二：魚娃娃、木槌、砧板、筭 主要活動三：卡式爐、鍋子、鍋鏟、盤子、筷子、醬油、糖、蔥、蒜、辣椒、魚乾、魚鬆、白飯 總結活動：線上問卷
	活動備案	1. 為室內活動較容易掌握，不需特別備案。 2. 若全年度準備的魚乾量用完，替代的活動主要是傳統漁法「牽罟」體驗。
	活動宣傳及報名	1. 宣傳管道包含：FB、IG、與在地民宿及旅行社合作。 2. 採用線上報名表單，便於傳播。

活動檢討與優化（於活動執行後進行，提供團隊檢視成效及活動優化參考）

1. 「敲魚乾」為團隊的招牌活動，操作帶領已極為熟練。本方案發展為新加入製作全魚飯糰的活動，將敲魚乾剩餘的魚骨頭和內臟炒製成魚鬆，帶領參加者捏飯糰，傳遞全魚利用、珍惜海洋資源的惜食概念。

2. 蒐集參加者回饋的方式有兩種：

(1) 針對一般客群，利用線上問卷蒐集參加者的滿意度、對活動的建議，並留下聯絡方式，可持續推廣後續舉辦的活動。



(2) 若對象是團體，例如親子共學團、學校單位，活動結束後會主動詢問主要聯絡窗口對於活動的回饋。

3. 近期與學校團體的合作經驗，發現到教師會於行程前進行前導課程，並搭配課程設計活動學習單，更能有效達成教師希望學生學習的重點。

農村有一套！食農教育共學

出版者 | 農業部農村發展及水土保持署

發行人 | 李鎮洋

策劃 | 林長立、楊欣佳、吳菁菁、王智緯、羅光傑、鄭至涵

編輯審定：陳姿伶、黃志成、陳玠廷、任孟淵、劉冠妙、戴介三

地址 | 540206 南投縣南投市中興新村光華路 6 號

電話 | 049-239-4300

執行製作：社團法人大享食育協會

企劃統籌：黃嘉琳、陳芬瑜

文字編輯：陳芬瑜、王章逸、朱曉萱

美術編輯：蔡佳佑

出版年份：2024 年

本手冊為農業部農村發展及水土保持署版權所有。

為培育農村食農教育人才，允許使用者重製、散布、傳輸著作，但不得為商業目的之使用，亦不得修改內容。



農村有一套！ 食農教育共學



農業部農村發展及水土保持署
Agency of Rural Development and Soil and Water Conservation, MOA