

環報兒童版 19

2015/07

餐桌上的知識

環品故事

01-02

專題報導

03-04

勇闖綠世界

05-06

孩子眼中的地球

07-08

特別宣傳：兒童論壇

08

環境遊戲

09-10



教室，不一定在學校

這學期的這堂課，有一點不一樣，上課地點不在教室，也沒帶課本。

我們走到校園外，不遠的農田裡，與農夫、小鳥們一起上課。



放學途中，偶爾會經過這片農田，但從來沒有仔細觀察過它，原來裡面生意盎然。

一片沒有施用農藥、化學肥料的田裡，可能會發現小瓢蟲、長腳蜘蛛、田螺、蝌蚪及青蛙、泥鰍、麻雀與鴨子等各式生物。

除了老師介紹自然生態之外，農夫與作物也是我們學習的對象。



稻田裡豐富的生態，令人驚艷

農夫伯伯說「飽穗的稻仔，頭犁犁、(臺語)」，意思是希望大家都對環境、自然都能像稻子一樣謙卑。



稻米收成時刻，也要感謝大地萬物的滋養，惜福並珍惜每一事物。

稻仔謙虛的精神，值得我們學習，農夫們親力親為，認真付出的態度更值得尊重。

這一堂不一樣的課，除了體驗作物生產外，我比以前更加認識這片土地了。

有健康的環境才有健康的食物，才會擁有健康的身體。

每個食物背後都有它的故事，值得我們一起來認識。



透過課程與體驗活動，讓我們更能體會農作精神

圖片來源：雙溪國小、人間福報、林務局

食農教育正熱

食_レ品_ニ科_ヲ學_ブ快_ク速_ニ發_展出_ス，各_種加_工、精_緻食_品，讓_我們_對於_食物_本身_的樣_貌，印_象越_來越_模糊_。

「沒_吃過_豬，也_看過_豬走_路」這_句話_可能_已經_不適_用在_許多_小朋_友身_上了_。



為_了讓_大家_更認_識食_物，瞭_解食_物從_哪來_{、怎}麼_來、如_何吃_{、如}何_挑，越_來越_多的_人們_開始_重視「吃_東西_」這_一門_功課_{，提}倡_{「食}農_教育_」。

那_麼，什_麼是_食農_教育_呢？

「食_育」指_的是_透過_飲食_課程_及體_驗活_動，連_結食_物生_產與_消費_安全_議題_{，建}立_健康_飲食_生活_與環_境友_善的_觀念_。



「農_育」指_的是_農業_課程_及體_驗活_動，了_解農_業生_產、飲_食、環_境生_態之_關聯_性。

食育與農育的結合，就是食農教育。透過它，可以－更認識從土地到餐桌的各個環節，瞭解農業、環境與生活的密切關係，體會自然與土地的價值。



食農教育包含學習與身體力行兩部分，像是農委會「食米學園」、全國教師工會總聯合會「咱糧學堂」、台北市推動的「食農教育農場」等。

宜蘭縣2015年5月通過的「飲食健康權自治條例」更要求學校課程納入食農教育時數。



在農田裡，向大自然學習 圖／陳秀卿

校園午餐不只是一天中重要的營養來源，更是認識食物與健康的絕佳機會。

全台灣許多學校，已經開始推動食農教育，或許你我的下一堂課就會是在農田、廚房或市場裡呢！

圖片和資料來源：農業知識入口網。

日本食農教育，怎麼做

隨著農產品貿易自由化，90年代日本開始推廣「地產地消」，結合減少食物里程的環境保護概念，希望讓國民更重視糧食與農業的重要性。

2005年6月，日本進一步通過「食育基本法」，將每年6月定為食育月，每月19日定為食育日，以家庭、學校、地區為單位，推廣到全國。

日本食育法不只侷限在飲食教育，更強調調飲食文化傳承、身心健康、糧食生產及環境保育等議題，藉由與食物相關的環境教育，促進國民身心健康的健康。



内閣府



官方成立國產食物社群，分享創意食譜、介紹在地食材特色，串連各地農會、企業資訊，提供最新訊息

各級機關動起來，用各種方式推廣，社區婦女擔任宣傳志工的同時，也更認識食育精神



食育推進計畫及基本施行政策方面，除了飲食(營養)教育之外，還包括親子料理教室、農場實習、食品烹飪、食品廢棄物再利用、縣市政府推展當地特色、食物提升校園營養午餐中當地食材比例、培育食育志工等。

此外，透過社區婦女讀書會、產地消費、建立在地食物系統及推廣傳統食文化等，也是推廣重點。

學生們在農田裡學習飲食知識，學習待人處事與合作精神，也發揮創意



圖片與資料來源：

一籃子、張瑋琦/農訓雜誌第 266 期、Food Action Nippon

種有機護地球

Protect the Earth by Planting Organic



臺中市教育大學實驗小學 三年戊班 謝宛庭

「救地球、不浪費食物」兒童繪畫比賽國小組 入選

多吃蔬_レ果_セ，少_レ吃_レ肉_セ，多_レ種_セ植_セ青_レ菜_セ和_レ水_レ果_セ，還_レ有_レ不_レ要_レ噴_セ農_レ藥_セ，改_レ作_レ有_レ機_セ，有_レ機_セ就_レ是_レ沒_レ有_レ化_レ學_セ肥_レ料_セ和_レ農_レ藥_セ，這_レ樣_セ就_レ比_レ較_セ好_レ了_セ，地_レ球_セ有_レ那_レ麼_セ多_レ人_セ，如_レ果_セ大_レ家_セ用_レ心_セ保_レ護_セ它_セ、照_レ顧_セ它_セ，我_レ們_セ的_レ地_レ球_セ就_レ會_レ變_レ得_レ美_レ麗_セ又_レ漂_レ亮_セ又_レ乾_レ淨_セ。

Eat and plant more fruits and vegetables and less meat,.It is better not to use pesticides and shift to plant organic which is free from utilizing chemical fertilizers and pesticides.

So many people live in the Earth, it will become nice, nastier and cleaner if we do protect and care about it.

「兒童與環境」論壇，熱烈報名中

「我只是一名小孩，但我知道假如花在戰爭的錢，可以用來終結貧窮，尋找解決環境問題的答案，地球將是如此美妙的地方。」

1992 年，年僅 12 歲的 Seven Suzuki 對著當年參加巴西里約地球高峰會的所有代表這樣陳述。



兒童對他們的未來和環境是如此的關心，超過你我想像。

為鼓勵更多兒童關心環境，「臺灣環境教育對話平台(TEED)」特籌劃「兒童與環境」論壇，配合演講、說故事、分享以及相聲演出等，以多重風貌呈現兒童與環境間的關係。

論壇同時規劃舉辦亞洲區「第一屆兒童環境文學家」徵選活動頒獎典禮，精彩可期，歡迎大家踴躍報名參與！

活動時間：2015 年 8 月 4 日(二)，上午 10 時至 16 時。

活動地點：西門紅樓 2 樓演藝廳（台北市萬華區成都路 10 號）

活動全程免費但須事先報名，名額有限，。

報名網址：<http://goo.gl/forms/AFL4OPfYwL>。

時蔬小柯南

小_T朋_友，你們居_H家_Y附_近有_沒有_種植_農作物_呢？你_知道_地處_亞熱_帶的_臺灣_，一_年四_季盛_產許_多美_味的_蔬果_嗎？

食_用當_季蔬_果，便_宜、營_養又_健康_，快_快成_為時_蔬小_柯南_，一_起認_識這_些美_味的_食材_吧！

遊_戲規_則與_說明_：

- 教_師依_照蔬_果名_卡所_記錄_的種_類，製_做「四_季食_物卡_」。
- 發_下「四_季蔬_果表_」，請_同學_們討_論春_、夏_、秋_、冬_會出_現什_麼食_物，並_記錄_下來_。
- 討_論完_後，教_師發_下正_確的_四季_食物_卡，讓_學生_們進_行食_物配_對遊_戲，把_正確_的四_季食_物找_出來_，計_時20分_鐘。



(附一) 四季蔬果表

項 目	春	夏	秋	冬
蔬 菜				
水 果				

(附二) 蔬果名卡

春：

枇杷、蔥、印度棗、桑葢

夏：

水蜜桃、芒果、西瓜、荔枝、紅莧、白莧、空心菜、絲瓜、龍鬚菜、地瓜葉、皇宮菜、瓠瓜、蘆筍、桑葢、龍眼、麻竹筍、山蘇、釋迦、百香果、苦瓜

秋：

火龍果、文旦、菱角、金針花、茭白筍、香瓜(美濃瓜)、哈密瓜、栗子

冬：

芋頭、高麗菜、茼蒿、茼蒿、大白菜、胡蘿蔔、椪柑、草莓、蜜蘋果、白蘿蔔

想一想：

- 一年四季裡，你比較喜歡吃哪些蔬果？
- 這些蔬果，從播種到收成要經過幾個階段？
- 從農田到餐桌，運送距離有多遠，會產生哪些廚餘或廢棄物呢？

資料來源：台北市政府產業發展局，食農教育手冊



一個個的食材背後，都充滿著值得我們探索學習的故事

發行人：謝英士

主編：鄭份展

<http://www.eqpf.org>

環境品質文教基金會發行