

## 有機生活研習營——吃出健康、活在健康

花宜地區擁有好山好水天然環境之優質條件，非常適合推展有機農業生產及生活，花蓮區農業改良場為力行優質、安全、環保及休閒之目標，特於94年1月7、8日兩天，在場內農業推廣訓練中心辦理「有機生活研習營～吃出健康、活在健康」的活動，推廣有機生活的概念及有機農特產品，並落實於生活應用中，以增進農業推廣人員及消費者對有機農業之認識。另外還安排實地參訪行程，讓參加人員了解及體驗有機「生產、生活、生態」三生一體之願景，並藉此培育有機農業推廣之種子人員。

本項研習活動受到熱烈迴響，報名參加的人員共有54人，成員有來自花蓮、宜蘭縣各級農會家政指導員及幹部，更有從北、中、南部各地前來之有機農業推動志工共襄盛舉，研習課程多元豐富又精彩。第一天首先由農改場侯福分場長以豐富的資訊與經驗，為參與人員介紹「有機的概念與實施」。另為



讓大家明白有機飲食的重要性，特別邀請台中榮民總醫院王雅瑜醫師講解「創造健康的有機飲食生活」。除靜態課堂學習外，亦邀請淨土有機蔬果園經營者楊曙濤先生，經驗分享「種出健康之源的有機蔬菜」，為讓學員能夠實際體驗有機素材採集及烹調。還有台灣觀光經營管理專科學校林妙娟教授，講解「認識自然食烹調要領及實作」，以實際操作的方式，讓所有參與人員獲得特別的經驗及回憶。第二天安排學員至花蓮縣富里鄉羅山有機農業村及林田山林業文化園區，實地觀摩有機農業生產、生活、生態之環境，並享受自然有機田園風光及有機養生餐。

有機農業是花蓮農改場積極推動核心技術之一，為能迅速有效推展花蓮及宜蘭兩縣有機農業，因此透過本項研習營活動及產官學的互動交換意見，歸納更具體的推動方案以推展有機農業的理念，培植種子人員以凝聚更強的力量，擴大建構美好的有機園地。🌱

