

淺談

在地化飲食教育

●文/圖 吳昌祐



運用地產食材入菜，節能減碳更具特色。

隨著文明演進，人類食物來源，從最初的野外採集或少量栽培，演進到省工集約量產。飲食習慣也因生活步調緊湊，倚賴更快速且便利的飲食模式，致忽略了日常飲食的意義—「吃得健康營養安全」，祇一味的追求美味；又近年來因氣候異常糧食減

產、全球持續發生糧食分配不均及浪費等現象，更凸顯出糧食安全問題。因此如何營造一個安全生產，同時又能兼顧節能減碳、友善環境的健康飲食生活，將更顯得重要。

飲食習慣的養成並不是一天造成的，透過日常生活及課堂上的學習，將具有潛移默化的效果。有鑑於此，日本在2005年開始施行食育基本法，從中央到地方都設立推動委員會，有計畫的推動飲食教育；國內最近也開始研議透過立法訂定「飲食教育基本法」之可行性，期能藉由教導國人正確之營養知識及選擇適當食物的能力，在生活中實踐健康安全飲食觀念。從家庭、學校教育層面，拓展到整個社會，讓國人更了解健康飲食及糧食安全的重要；農委會除持續宣導安全農業及產地地銷的觀念外，本(102)年度起推動連續休耕地活化的工作，鼓勵休耕地投入糧食生產，強調生產具進口替代性、外銷潛力或地方特色的作物，進而提高臺灣糧食自給率。

國內許多學者專家及團體，也認為各級學校應扮演積極的角色，讓飲食教育從小處扎根，如國立東華及清華大學分別在校園內推動綠色實驗廚房(餐廳)或成立「共食、共學、共膳」社團等計畫，結合周邊的有機小農，引導學生參與飲食教育的學習及鼓吹縮短食物里程。在臺東地區也開始有社區結合當地小學，辦理農場體驗及多元化食育市集活動，或藉由成立食工坊，與當地小農合作生產傳統食材，供應學校自辦午餐的材料。

本場從近年來利用臺東在地食材，包括小米、樹豆、洛神葵、臺灣藜、釋迦、良質米等，結合有機樂活核心技術，辦理料理競賽或研習課程，成果相當豐碩；今年更積極輔導社區(部落)投入在地創意料理，提供農業技術，輔導社區(部落)發展特色作物產業。配合在地食材運用的經驗分享課程，導入故事行銷的模式，以串聯食材價值、文化認同及生態維護的理念，讓農業透過飲食教育與生活緊密地聯結，提升在地認同，期使農業在地傳承，建構社區(部落)發展的遠景。

飲食教育，需透過教導讓民衆認識食材及其栽培過程，體會農夫辛勞及用心，讓飲食能融入文化、生態、環保等多元層面的價值，讓「民以食為天」的普世價值能獲得重視，也能展現農業新風貌。



在地農夫市集增加生產者與消費者的互動學習機會