

以  為名的食農實踐者

聖母健康農莊

文/圖 吳菁菁、蕭堯瑄

聖母健康農莊順應土地自然，用心孕育作物，開設田園餐廳，並選用農莊自產的有機蔬果，提供平價的蔬食餐點，如天然手工麵包、非基改黃豆製成的手工豆腐、香草茶等，讓食材從田間直達餐桌，具體而實際推行食農概念。本場多次辦理農民學院課程時即安排至農莊實際體驗，深獲學員好評。此外，農莊亦針對參訪者與國小學童設計手作食物的體驗活動，包括手工麵包、豆腐與愛玉的製作等；以及辦理諸多環境教育課程，如水循環、土壤化育歷程、生物觀察、友善耕作，及日常飲食與加工品認識等知識，引領大眾學習認知土地生命，尊重生態，體會農作物生產的辛勞與珍惜食物，實踐環境與健康的良善循環。



農莊種植的有機蔬菜

醫院員工與部落居民共同耕作的田地

位於知本的聖母健康農莊，為臺東天主教聖母醫院於八八風災後建置。聖母醫院與農莊以「愛」與「信仰」深入在地社區與部落，結合長期照護、自然農法、食農教育等社會構面，不僅深化醫療的理想，也讓人與環境產生密切連結。

為了讓長者與孩童能吃得安心，同時降低食材運輸里程，聖母健康農莊除闢地墾田外，也邀請醫院員工、在地居民與部落長者協助田間農務。農莊裡作物生產過程堅持不施用農藥和化肥，依循耆老口傳的土地管理智慧，運行自然農法種植有機稻米、蔬果、香藥草等食材。有別於傳統病理檢驗和診斷方式，從根本的飲食環境達到預防醫學的意旨，回歸健康生活的初衷。透過供應安全的在地食材，期待能改善過量食用加工食品所導致的肥胖、糖尿病與心血管疾病。