

參訪日本MOA大仁有機農場、 園藝療育與食農教育

文／圖 ■ 黃瑞彰、陳勵勤、李郁淳、王柏蓉

前言

有機農業為世界之趨勢，政府亦將該產業列入重要施政計畫中，於民國84年起推廣有機農業，因應未來面對氣候變遷、淨零排放等環境生態重大議題，在農業調適策略上，有機農業勢將成為重要的關鍵角色，透過產銷並進輔導，促進有機農業穩定永續發展。

隨著臺灣老年人口漸增、即將邁入超高齡社會。他山之石能攻玉，借鏡日本應用園藝治療維持高齡者健康狀態，有助思考高齡社會下的臺灣，園藝或農業活動能扮演的社會性角色，達到推廣農業多功能應用轉型園藝療育，活絡社交、紓緩情緒、促進健康的效益。

臺灣於2022年食農教育法已三讀通過，如何將食農教育的意涵融入生活及課程，引導國人深化飲食連結農業，認同並支持國產農產品，透過「體驗學習」之教學策略，冀經由「實踐」來提升消費者的學習興趣，進而將食農教育落實在日常生活中。

藉參訪日本有機農場、園藝療育、食農教育場所之營運情形，瞭解有機消費趨勢與六級產業發展策略，以供日後臺灣推展有機農業策略、有機栽培新技術及有機農產

品市場行銷之參考應用，同時如何將食農教育及園藝療育融入有機經營內涵，做為輔導轄區有機農場經營業者的方向，據以推動加值與在地化策略規劃之參考。

MOA自然農法文化事業團 -大仁有機農場參訪

本次透過中華民國MOA協進會理事長月足吉伸先生協助，參訪日本MOA自然農法-大仁有機農場，創始者岡田茂吉的中心思想為尊重自然、順應自然，並以推動自然農法來做為身心靈健康的開始。農場價值主張以三位一體的「身、心、靈」健康為重點，並以自然農法為起點，應用自然能量力來自我回復，推動以人為本質的改革，加以科學來輔助探討。

大仁有機農場主要為研究（育種、連作試驗、土壤分析…等）、教育（自然農法大學、基礎及營農技術科、短期培訓…等）及推廣。在自然農法的推動方面，除了技術推廣與開發外，也有產品流通、販售、土壤診斷、有機商店經營…等，面對消費者推廣時，以身土不二、吃在地當季新鮮為概念，並編製食農教育人員培訓手冊，提供給政府機關參考。

大仁有機農場參訪



日本政府現以發展有機的食農教育為重要課題，並以有機村的概念推動，以1/4農地有機驗證為目標，目前日本有許多鄉村主動呼應推動，以防止汙染及確保生態環境保育，因此MOA自然農法大學的經營，可培訓相關技術人員，除了大學制系統性培育之外，也有培訓短期技術人員，對象無限制，重要的是能實踐在生活當中。大仁有機農場是一個「點」的體驗，回家後的實踐是「線」，推廣親朋好友則為「面」。農場的食品教育讓小朋友溯源“食材”，再結合社區媽媽料理，真正了解飲食與農業之間的連結。

MOA體系同時鏈結健康構面，鄰近大仁有機農場的奧熱海療院，推動農業、環境、健康三位一體，農醫連攜、依據人的需求，應用園藝療育五感體驗、農務操作

等自然的資源予以協助，並結合溫泉、料理、藝術、音樂等各領域自然療法，藉由MOA美術館與農場的鏈結，呼應岡田茂吉對於身心靈健康的價值主張，讓憂鬱或躁鬱症患者除使用藥物外，可接觸自然療育，另拒學者、自閉、失智、身心障礙等也以農業療育獲得改善。

應用在臺灣推廣有機農業方向上，不僅應該結合食農教育，更可以鏈結其他構面，如：園藝療育、預防醫療、生態環境與生物多樣性的探討，呼應尊重自然、順應自然，來推動回復自己的身心靈健康。有機村的執行推動，可以防止汙染及確保生態環境保育，確實是一不錯的考量，且可成為一個團隊來合作經營，台灣已有有機園區及有機村的推動，未來應可考量擴大推動能量。

晴耕雨讀舍場所、活動 (園藝療育、活動操作)



大阪府「晴耕雨讀舍」園藝療育場所參訪

位於大阪府高槻市的「晴耕雨讀舍」日間照護服務中心，是利用園藝治療來照顧患有失智症長輩的先驅者，服務高齡長者迄今已超過17年，藉由讓高齡者日常參與農耕，達成預防照護並協助參加者找到生命價值。

日本樂齡長照策略之一，社會性園藝治療讓退休長者也有日常成就感，在日本長照分類中，將服務對象分為「要支援1~2」及「要照護1~5」等級，係由地方社福主管機關轉介，晴耕雨讀舍依高齡長

者的需求安排個別化照顧機制，有些需要照護、有些輔以園藝療育，以50m花園與150m²地為主要活動場域，每位參與的長輩擁有一小塊農地或一個木製栽培槽，也配合輪椅設計花園高度，讓輪椅使用者能享受種植樂趣，讓長輩從蔬果手冊中自由選擇作物種類，晴耕雨讀舍提供種子及種植過程所需的各式資材及工具，工作人員每天早上給服務對象一份活動日程表，作為自我安排和記錄的機會，每天持續鼓勵長輩自主走出戶外，在外面活動時間約1.5~2h，可以照料自己的作物，也可以沉浸美麗的田園景物中。

透過栽培植物的澆水、整枝、施肥等

園藝工作，更能促進長輩的行動力，農用區中央設置遮陽休憩區，長輩可適度休息並群聚聊天互動，有效延長在戶外的活動時間。從事園藝使高齡者能夠明確感受時間變化，對明天產生期待感。藉由每日種植觀察及感受植物成長的生命歷程，採收後的農產品，長輩可選擇在「晴耕雨讀舍」共煮共食或帶回和家人分享，讓長輩享受採收的樂趣及成就感，同時增進與同伴或家人的共通話題。

晴耕雨讀舍創辦人石神洋一先生以協助高齡長者「探索有意義的生活」為使命，認為長者內心的動機很重要，透過植物的力量，讓高齡長者從原本「不在乎是否會隨時死去」的消極情緒漸漸轉化，動機逐漸產生「我覺得我可以做點什麼…」、「我能做到…」等生活目標。儘管人們在生命的最後階段，出現失智症和身體功能衰退等，而無法做很多事情，但任何情況下都可以「有意義的方式」度過自己的時間，除了園藝療育之外，也有手作、繪畫、書法、壓花、葉拓、小卡製作、玩牌等許多活動，發展高齡者之新社交關係。

園藝療法不僅止於種植活動，和木工互相搭配亦非常適合，晴耕雨讀舍的長輩約有一半為男性，透過木工創造，明白自己所做的作品正在使他人受益，除了享受創作過程的樂趣，看到花園中使用的木造名牌、堆肥箱、置物架等，都是由自己親手打造，提升自我認可的價值感、成就感，自覺「有用」的，就是一個強大的動機。

臺灣農村人口高齡化，農業部自109年起鼓勵農漁會及農村社區連結在地網絡資

源，辦理綠色照顧政策，鼓勵長輩走出家門，走入社區或農會，從晴耕雨讀舍的參訪經驗深刻感受到「讓長輩充分自主，決定自己想做的事」是很重要的，日托服務是生活的一部分，主角是使用者本人，工作人員從旁輔助、支持，使用者自主獨立行動，「盡量讓長輩自己做能做的事」，即使操作不流利，只支持其缺乏的部分，長輩也有能力自主完成。

融入日常的食農教育-農夫直銷市場

實踐食農教育產地地消的一環，農夫直銷市場是生產者與消費者之間的重要橋樑，提供「新鮮、安全、便宜」的食材，透過獨立的物流網，使消費者可以購買到當地以及其週邊區域的新鮮農產品，產銷履歷機制也為消費者的食品安全提供進一步的保障；而農產物直賣所為當地農協（相當於臺灣的農會）與生產者組成的農產品直賣所，亦是直接提供農產品給民眾的重要管道，主打當地時令農產品，致力提供安全、新鮮與實現農產到餐桌之理念不可或缺的市場。



牆壁上掛著生產者的相片，並寫著斗大「這是我引以為豪的作品」



農民 戴著紅帽並掛著名牌，正向消費者介紹他的產品

農場直銷市場創始人成立的「公益財團法人PLUS農業發展基金會」，是一家公益基金會，有鑑於未來面臨農業工人老化、後繼無人、廢棄農地擴大等進一步挑戰，以及糧食自給率將持續下降等問題，透過贈款和獎勵支持農業，頒發獎項給為培育農產品種植做出努力的優秀農民，並在和歌山縣、大阪府、奈良縣成立近30處農夫直銷市場，具當地生產的新鮮、安全、價格廉潔的農水產品。

一進農夫直銷市場，可以看到牆壁上掛著生產者的相片，並寫著斗大「這是我引以為豪的作品」，向入門的消費者彰顯農民對自己生產的農產品引以為傲並充滿自信，也讓消費者對其農產品感到安心與信賴，

走近陳列架，可看到各式農產品都有不同的資訊提供給消費者，例如各種作物的產地、品種、產期、如何保存、烹煮料理等方法，也會標示不同產地或不同品種的作物，在形態特徵上有哪些異同，便於消費者區別及選擇，農夫直銷市場儼然是一個融入日常的食農教育現場。

結語

總結來看，日本在推動有機農業、園藝療育以及食農教育方面均展現出積極且多元的實踐經驗。MOA自然農法關注身心靈的平衡，透過尊重自然與療癒身心，值得為我們學習的典範；大阪的晴耕雨讀舍園藝療育場所則著重讓高齡者在農耕中找到目標與快樂，進而找回生活的意義與社會連結。日本同時透過推廣在地食農教育、直銷市場，積極建立農產品的安全與信任，並結合在地資源促進多層次的農業轉型。未來，參考日本成功經驗，台灣將以尊重自然、健康促進與社會參與為核心，深化在地有機農業與園藝療育應用，營造一個融入生活、共創永續的共好社會。



架上陳列許多不同產地及不同品種的甘藷，並說明各品種甘藷的特性及料理方式



牆壁上貼著甜菜根的產期、特色、保存方式及料理作法等