

有限責任台灣主婦聯盟生活消費合作社（新竹分社）

2017 年綠食育點線面~培力連結的一年 結案報告

零、計畫名稱：「2017 年綠食育點線面~培力連結的一年」

壹、緣起：

新竹分社連續三年，連結合作社與地方社會的關連，進行食育倡議，培力社員、家長及教師社群，參與政府食安及食育會議，並持續有目標地培力及增能社內志工。

2014 年，縣市長及議員選舉，我們連結社員及在地團體（例如荒野新竹分會、清大、家長團體、）、），倡議：1、非基改禁入校園午餐；2、落實食育及環境教育；3、每週至少 1 次友善耕種餐，落實產地消。新竹縣市首長及眾多議員也簽署訴求，並有八千多位社員及地區民眾進行實體及線上的連署。

2015 年，地方選舉過後，我們進行監督當選人落實簽署訴求及家長社群培力的工作。第 5 屆常務理事姜淑禮代表合作社及基金會分別進入新竹縣市午餐食安會議。

2016 年，我們結合既有志工能量，向學校老師進行師資培訓，並繼續向學子、社區進行食育推廣。此外，新竹分社的班員多為學校老師，因此進行食育推廣時，也同時向這些班員推廣合作社的食育關懷。

2017 年，我們除了承繼過往的關懷，更希望傳承社員志工能量，模組化既有食育教案。新的一年，我們希望和青年進行更多的連結，繼續推展食育及落實合作社的在地關懷原則。

貳、目的：

- 一、 持續追蹤新竹縣市校園午餐近況、食育及環境教育推動情形。
- 二、 深厚桃竹苗地區食育及環境教育的基礎：
 - （一）提供學校教師社群、家長社群對於綠食育及校園午餐的認識與協力合作監督方式。
 - （二）提供桃竹苗學校綠食育推廣課程。
- 三、 以綠食育連結青年：提供食育推廣課程予桃竹苗地區青年，使其認識合作社，並建立對合作社的友好感及認同感。
- 四、 傳承新竹分社綠食育志工能量：模組化社內既有的食育教案，使志工社群永續運作。

參、實施日期：106 年 1 月 1 日～12 月 31 日

肆、實施對象：學校教師、家長社群、學生、桃竹苗地區青年（20～40 歲）、社員、合作團體、關心綠食育及校園午餐的桃竹苗民眾。

伍、計畫聯絡人：彭桂枝 0937-989482，電郵：sandypemg@gmail.com

陸、執行期程：

時間	1 月-3 月	1 月-4 月	5-8 月	9-12 月	12 月
工作項目	1、撰寫計畫書。 2、推廣文宣、向學校寄發公文。 3、志工培力。 3、綠食育推廣。	1、審查申請表。 2、志工培力及教案模組化。 3、綠食育推廣。 4、每月召開共識會議。 5、規劃清大 6 月座談會。 6、規劃《找尋明天的答案》讀書會及《明日進行曲》放映會。	1、6 月辦理清大工作坊。 2、規劃青年綠食育推廣課程。 3、志工綠食育推廣。 4、志工培力及共識會議。 5、期中檢討會議。	1、《明日進行曲》放映會及讀書會。 2、志工綠食育推廣。 3、青年綠食育課程。 4、志工培力及共識會議。	期末檢討會議、撰寫結案報告

柒、執行團隊及分工：

團隊名稱	分工說明	備註
新竹分社教委會 ¹	1、 審查綠食育申請表單。 2、 維持分社志工發展：培力、增能及共識凝聚。 3、 進行志工與合作社的連結：定期報告推廣情形。 4、 連結合作社與合作團體的合作關係。 5、 計畫執行掌控，核銷前端工作之審查。	
桃竹苗綠繪本小組	1、 成員：新竹（彭桂枝、劉郁芬）、北桃（謝宜芸）、南桃（歐陽惠如）及其他 2013 年底及 2015 年培力之志工。 2、 推廣對象：以小學為主。 3、 綠繪本綠食育之推廣及教案發展。	
非基改推廣小組	1、 成員：王俞舒及其他 2016 年培力之志工。 2、 推廣對象：成人及中小學。 3、 非基改推廣及教案發展。	
綠食育推廣小組	1、 成員：楊婷琪、新竹（姜淑禮）、桃園（李碧恬、盧玉芳）及其他推廣志工。2014 年初、歷年社大綠食育課程、2017 年綠食育議題培力之志工。 2、 綠食育推廣及教案發展。	
合作教育	1、 成員：李碧恬及分社解說員。 2、 合作教育推廣及教案發展。	
新竹分社組織課	1、 成員：分社組織課。 2、 以社員承擔工作為前提，必要時協力行政工作： （1）核銷表單送件。 （2）綠食育推廣時，提供社務連結。例如，苗栗地區為班型態，且集中於學校。綠食育推廣時，班專適度配合進行合作社推廣。 （3）活動需宣傳時，協助張貼於站所、刊載於週報及粉絲頁。	

捌、分項結案報告：詳如下文。

¹ 新竹分社曾於 2016 年進行志工發展之討論，決議持續推展志工工作：因社員聽過入社說明後，持續參與課程及地區營運的比例並不高。反而是在綠食育推廣時，再聽入社說明的社員，對於合作社的認同及參與較高。因此新竹分社會持續進行志工經營，培養潛在社員對合作社的認識。

一、教師及家長社群綠食育講座

(一) 作法：提供桃竹苗學校及社區申請綠食育講座。以申請單位自費為原則，必要時綠食育夥伴學校、偏鄉小校及偏鄉社區提供公益場次。

(二) 目的：

1、增能及交流綠食育實施現況。

2、新竹分社既有及潛在班員為學校教師，由於其工作型態較難到站所上課，因此綠食育課程的推廣，可以增加這類型社員對合作社的認同度。

(三) 推廣實績：共計申請 44 場，1713 人次參與。詳如：

附表 1：2017 綠食育小組推廣場次彙整表。

附表 2：2017 年綠食育推廣講座成果（含照片）列表。

附表 1：2017 綠食育小組推廣場次彙整表				
共 44 場次（桃園：6 場、新竹縣市：31 場、苗栗：7 場）			製表：彭桂枝	
場次	課程簡介	場次	人數	對象
食品添加物	內容：認識食品添加物，吃真食的重要。 活動：免揉麵包、雞蛋布丁、鮮奶酪	11	418	國中生、學校教師、社區
餐桌上的基改風險	內容：認識大豆及玉米的應用途徑，瞭解認識餐桌上的基改風險。 活動：豆腐三吃、毛玉飯捲、煎草飼牛、豆腐丸子	10	325	國中生、學校教師、社區
污染從清潔後開始	內容：認識清潔原理，減少使用清潔用品，必要時選用應注意事項。 活動：液體清潔劑示範、固體皂教作、魔法清潔刷	5	194	學校教師
剩食、惜食與全食	內容：瞭解食物的一聲、剩食的影響，分享惜食及全食的重要。 活動：全食利用（米飯、雪裡紅、魚漿煎餅）	7	238	國中生、學校教師、社區
綠色飲食	內容：綠食育概論，強調真食、少添加及友善食材的意義。 活動：隨申請單位調整	7	270	學校教師、社區
綠繪本簡介與綠食育	內容：綠食育概論、如何用繪本教綠食育 活動：繪本教案演示 1 套	1	70	幼兒園教師
校園午餐	內容：家長及學校如何協力提升校園午餐品質、台灣校園午餐概況	1	78	學校教師
我們要喝乾淨水	內容：認識頭前溪飲用水體現況	1	70	高中生
蜜蜂與除草劑	內容：除草劑對環境的影響 活動：蜂蜜漬水果	1	50	社區
備註：不含 2017 年龍山國小綠繪本《餐桌上的基改風險》11 場 291 人次。				

（四） 回饋與建議：

1. **學校教師入社意願增加：**綠食育推廣講座的目的不是為了行銷合作社，或推廣合作社的產品，但每次講座結束都會有學校教師因為認同合作社的理念，積極詢問如何加入合作社。
2. **推廣足跡由新竹縣市擴展至桃園及苗栗：**新竹分社藉由公益金計畫連續四年在桃竹苗地區進行綠食育，2014 年是喚起民眾正視校園午餐議題、食育及環境教育的重要。2015 年及 2016 年則是培力新竹縣市學校及家長。2017 年，隨著推廣員的成長，我們終於比較有動能往桃園及苗栗地區進行推廣工作，將綠食育及合作社珍愛台灣的理念更普及化，落實合作社在地關懷的力量。
3. **申辦單位多樣化：**感謝主婦聯盟環境保護基金會協助發送電子公文至桃竹苗縣市政府環保局及教育局，使得新竹分社綠食育推廣講座訊息可以傳佈到學校及社區。此舉一方面讓更多單位知道有講座可以申請運用，另一方面也讓推廣員累積更多推廣經驗。對於整體食育普及與推廣工作開展大有助益。2018 年新計劃，若有需要，建議仍可請基金會協助發送電子公文。
4. **鼓勵申請單位自付款項：**除偏鄉小校、偏鄉社區及夥伴學校優先運用公益金外，2017 年的計畫多鼓勵申請單位自付講師費及材料費。實施一年下來，發現所有的單位都能接受材料費自付的觀念；三分之二的申請單位雖不能給付交通費及全額講師費，但或多或少都願意提供部分金額。也因為大部分申請單位的配合，計畫經費才能優先運用在原先設定的族群上。2018 年計劃，建議仍需維持。
5. **專人統籌申請案件：**推廣場次較多，因此需專人於事前審閱書表，與申請單位溝通講題細節及經費安排。2018 年計劃，建議仍需維持。
6. **合作社食育推廣員的養成及優勢：**雖然食育概念在台灣已提倡多年，且推廣單位也日益增加；但主婦聯盟合作社新竹分社教委會培育出來的推廣員依然有其優勢及長項。諸如：合作社產品理念的堅持、社員教育持續地提供、推廣員認真地共學、陪伴的顧問與基金會師資無私地分享（例如：姜淑禮女士、李碧恬女士、葉雪霞女士、林玉珮女士及基金會師資群等），這些點點滴滴都會讓推廣員充滿熱情，並逐步累積專業知識及實務經驗。因此，當新竹分社的推廣員出去分享課程時，幾乎可以讓聽眾明顯感受到

兼具熱情、食育概念及生活化應用的課程，且不會流於網路流言的散佈。

7. 小結：2017 年，推廣場次雖多，推廣員也十分辛苦，但每每看到聽眾觀念的翻轉，以及他們對合作社的肯定，就會讓我們想持續推廣下去。

附表 2：2017 年綠食育推廣講座成果（含照片）列表

編號	宣導日期	課程	參加對象	人數	單位名稱	相片或摘要
1	2017/1/11	食品添加物+免揉麵包	教師	15	新竹市新竹國小	2017/01/11：推廣員楊婷琪介紹添加物，以及吃真食的概念。推廣員彭桂枝則搭配免揉麵包的教作。學校並致贈感謝狀，謝謝合作社。 
2	2017/4/5	輕食料理	教職員及家長	30	新竹市舊社國小	2017/04/05：推廣員彭桂枝帶領學員製作簡易輕食/全食料理。 
3	2017/4/5	均衡飲食	教職員及家長	30	新竹市舊社國小	2017/04/05：推廣員楊婷琪分享均衡飲食概念。 

4	2017/3/31	綠色飲食與環保	社區民眾	40	苗栗縣銅鑼鄉竹森社區發展協會	2017/04/31：竹森社區是長壽村，自辦老人日間照顧，推廣員葉雪霞和居民分享綠食育概念。 
5	2017/5/1	食品添加物知多少	部分教師與學生家長	40	苗栗縣城中國民小學	2017/05/01：推廣員姜淑禮向城中國小師生及家長分享如何解讀食品包裝上的添加物標示。 
6	2017/5/3	剩食與全食	社區民眾	70	中壢社區大學	2017/05/03：推廣員李碧恬向社區民眾宣導剩食與全食議題，並於課後進行互動討論。 
7	2017/5/5	食品添加物知多少	801	28	新竹縣富光國中	2017/05/05：推廣員姜淑禮與富光國中同學分享食品添加物為何會存在食品加工中，以及如何避免攝取過量添加物。 

8	2017/5/5	餐桌上的基改風險	802	28	新竹縣富光國中	2017/05/05：推廣員楊婷琪與富光國中同學分享餐桌上的基改風險及台灣的非基改運動。 
9	2017/5/5	剩食與全食	803	27	新竹縣富光國中	2017/05/05：推廣員黃文怡向富光國中同學分享剩食與全食議題，課中也帶領大家製作全食手捲。 
10	2017/5/26	食品添加物知多少	802	28	新竹縣富光國中	2017/05/26：推廣員姜淑禮帶領富光國中同學進行天然花青素遇酸鹼值變色實驗，說明食品添加物為何會存在食品中，課程中也提醒吃真食才能避免過量添加物。 
11	2017/5/26	餐桌上的基改風險	803	27	新竹縣富光國中	2017/05/26：推廣員楊婷琪與富光國中同學分享台灣大豆進口情況，以及餐桌上的基改風險。 

12	2017/5/26	剩食與全食	801	28	新竹縣富光國中	2017/05/26：推廣員黃文怡向富光國中同學分享剩食與全食議題。 
13	2017/6/2	食品添加物知多少	803	27	新竹縣富光國中	2017/06/02：推廣員姜淑禮帶領富光國中同學進行天然花青素遇酸鹼值變色實驗，說明食品添加物為何會存在食品中，課程中也提醒吃真食才能避免過量添加物。 
14	2017/6/2	餐桌上的基改風險	802	28	新竹縣富光國中	2017/06/02：推廣員楊婷琪與富光國中同學分享餐桌上的基改風險及台灣的非基改運動。 
15	2017/6/2	剩食與全食	801	28	新竹縣富光國中	2017/06/02：推廣員黃文怡向富光國中同學分享剩食與全食議題，課中也帶領大家製作全食手捲。
16	2017/5/12	綠色飲食	社區民眾	80	新竹縣竹北市大眉社區發展協會	2017/05/12：推廣員姜淑禮向竹北大眉社區居民分享綠色飲食概念，搭配布丁實作介紹添加物，呼籲多吃真食。 

17	2017/5/17	校園午餐向前行(校園午餐現況、監廚分享、如何參與)	全校教職員工	78	苗栗縣後龍國小	2017/05/17：推廣員楊婷琪向苗栗縣後龍國小教職員分享家長及學校如何協力提升校園午餐品質。 
18	2017/5/17	污染從清潔後開始(實作:打皂)	全校教職員工	30	苗栗縣公館國小	2017/05/17：推廣員黃文怡分享清潔原理及環境荷爾蒙的影響。 
19	2017/5/24	基改食品知多少,請搭配食物教作或 食品添加物知多少,請搭配免揉麵包教作	教職員及家長	20	桃園市大湖國小	2017/05/24：推廣員李碧恬及戴盛華前往桃園市大湖國小講授非基改講座，學校特頒發感謝狀。 
20	2017/5/31	基改食品知多少	教職員	25	桃園市新屋區埔頂國民小學	2017/05/31：推廣員李碧恬與埔頂國小教師分享基改食品對生活及健康的影響。 

21	2017/5/31	污染從清潔後開始	全體教師及志工	20	桃園市龍潭區龍源國小	2017/05/31：推廣員姜淑禮與龍源國小教師分享清潔原理及清潔劑環境荷爾蒙效應，搭配魔法菜瓜布手做。 
22	2017/6/22	主婦聯盟介紹+食品添加物+布丁教作	中高齡農村婦女	50	北埔農會	
23	2017/6/29	非基改+豆腐三吃+味噌教作	中高齡農村婦女	50	北埔農會	
24	2017/7/14	剩食、惜食與全食+全麥芽菜手捲	中高齡農村婦女	50	北埔農會	
25	2017/8/3	蜜蜂與除草劑+蜂蜜料理	中高齡農村婦女	50	北埔農會	
26	2017/7/3	基改食品知多少	校內教職員工	50	桃園市龜山區山頂國小	2017/07/03：推廣員李碧恬向山頂國小教師分享基改食品的風險。

27	2017/8/19	基改風險不可不知	夫妻	30	苗栗縣婦幼中心	2017/08/19：推廣員劉娟志帶領學員揭露餐桌上的基改風險。 
28	2017/9/9	認識清潔劑	親子 30 組	60	苗栗市新英國小	2017/09/09：當日為親職日，且參與者多為學前孩子，因此課程調整至簡易度。建議下次直接申請綠繪本較適合。（本次未拍照）
29	2017/9/20	食品添加物知多少	教師	40	新竹市東門國小	2017/9/20：推廣員劉娟志分享免揉麵包作法，沒有添加一樣好吃。 
30	2017/9/26	綠繪本簡介+綠食育概念	新竹市幼教教師	70	新竹市私立華德幼兒園	2017/09/26：推廣員彭桂枝與新竹市幼教老師討論幼兒園飲食習慣現況。 
31	2017/10/14	舊社國小親職教育：綠食育+DIY	親子 30 組	50	新竹市舊社國小	2017/10/14：推廣員彭桂枝分享飲食概念，並帶領親子進行芽菜捲 DIY。 

32	2017/10/18	基改食品知多少	教職員	30	桃園市富台國小	2017/10/25：推廣員戴盛華與富台國小教師分享基改議題，增加教師食育知識。 
33	2017/10/18	認識清潔劑	本校教職員	14	新竹縣尖石鄉石磊國民小學	2017/10/18：推廣員姜淑禮向石磊國小教師分享打皂及清潔原理，以及清潔劑的環境荷爾蒙效應。 
34	2017/10/25	剩食與全食	教職員及家長	25	新竹市舊社國小	2017/10/25：舊社國小教職員在推廣員葉雪霞的帶領下，製作薯泥水果派。 
35	2017/10/26	食品添加物+免揉麵包	教師	10	新竹縣竹東鎮二重國小	2017/10/26：推廣員黃文怡向二重國中領域老師分享食品添加物概念，並示範免揉麵包如何製作。（本次未拍照）

36	2017/11/23	剩食與全食	家長及教師	10	新竹市大湖國小	2017/11/23：推廣員葉雪霞分享剩食與全食議題，並帶領教師與家長進行雪裡紅製作。 
37	2017/11/29	食品添加物知多少	教職員及家長	90	新竹縣竹北市新社國小	2017/11/29：推廣員黃文怡向新社國小教職員分享食品添加物議題。 
38	2017/12/5	食品添加物	教職員	10	新竹市建功高中	2017/12/05：推廣員姜淑禮向建功高中家政童軍領域教師分享食品添加物，示範免揉麵包如何製作，強調真食的重要。 
39	2017/12/6	污染從清潔後開始	教職員	70	新竹市舊社國小	2017/12/06：推廣員姜淑禮分享清潔原理及清潔劑的環境荷爾蒙影響，現場並示範液體清潔劑製作方式。（本次推廣未拍照）
40	2017/12/6	食品添加物知多少+課程設計演示	教職員	80	苗栗線頭份鎮建國國小	2017/12/06：推廣員彭桂枝向建國國小教職員介紹食品添加物、如何減少添加物的攝取，並介紹如何透過綠繪本教案向國小學童介紹添加物及吃真食的概念。（本次推廣未拍照）

41	2017/12/21	我們要喝乾淨水	高三文組學生	70	國立新竹高中	2017/12/21：推廣員彭桂枝及荒野志工陳翠琴，一起向新竹高中同學分享新竹縣市飲用水議題，也討論如何拿回環境權。 
42	2017/4/26	餐桌上的基改風險	新港國小 4-5 年級	37	竹北農會四健會	2017/04/26：推廣員王俞舒向新港國小同學介紹基改食品如何隱藏在食品中。 
43	2017/12/15	綠色飲食-合作力量大	寶山社區	20	社區民眾	推廣員楊婷琪分享綠色飲食及食育力如何透過合作社的方式實踐。
44	2017/12/15	綠色飲食-米食力	寶山社區	20	社區民眾	推廣員葉雪霞介紹台灣米食現況，並引導學員進行米食簡易製作方式。

二、提供桃竹苗學校學生綠食育推廣課程

（一）前言：

1.桃竹苗地區沒有主婦聯盟環境保護基金會的辦公室：但這三區的綠食育需求持續蓬勃成長中。因此，新竹分社的志工群正好可以協助滿足這塊需求。

2.為何新竹分社推廣員要投入綠食育工作：（1）桃竹苗地區有許多熱心食農教育的社員、友好團體先後投入綠食育工作，進行農事體驗、飲食文化及環境教育課程。（2）而合作社連結基金會能量，所提供的飲食教育及環境永續面向課程，依然重要。（3）在拜訪新竹縣教師會及多位學校教師時，教師也表示：由於學校既有課程幾乎滿載，外加式期許教師融入食育課程，可能增加教師勞務負擔。因此，新竹分社提供的食育課程，正好可以與學校食育課程進行結合。

（二）作法：

1.傳承基金會的「綠食育夥伴學校」：

（1）負責與學校接洽的推廣員會與學校教師先進行綠食育課程說明，並約定雙方之權利義務關係。待學校提出申請後，分社教委會安排推廣員進班。進班期間，持續與教師交流。進班結束，與教師進行回饋檢討會議。期盼綠食育的推動，可以融入既有學校課程，並在綠食育夥伴學校持續扎根。

（2）2017 年上半年之夥伴學校為「新竹市龍山國小」：進行 11 班的綠繪本《阿平的菜單》推廣，以及非基改課程推廣。

2、接受學校綠食育申請：

（1）各學校採填寫書表²方式申請課程。

（2）由教委會審核申請表³。

（3）以申請單位自費為原則。綠食育夥伴學校、師資培力、偏鄉小校及社區，可運用公益金。

（三）目的：

1、持續深耕過去三年累積的食育土壤。

2、推廣員增能及永續運作：

（1）新竹分社綠食育推廣員（綠食育、綠繪本及非基改約有 50 位志工），持續推廣是維持能量作法之一。

² 參照附件一：申請表單。

³ 參照附件二：截至 2017 年 3 月 30 日提出之申請及審查情形。審查原則為夥伴學校、偏鄉小校、社區及師資培力優先，以自費為原則，必要時才提供公益場次。

(2) 推廣員精進課程及共識會議：已運用分社教委會環保教育經費及主婦聯盟環境保護基金會議題志工培力計畫進行。

(四) 推廣實績：

1. 桃竹苗縣市共 29 個單位申請（含學校 25、竹北農會 1、香山綠市集 1、荒野新竹分會 1、苗栗婦幼中心 1），辦理 64 場次，2042 人次參與
詳見

附表 5：2017 桃竹苗綠繪本小組推廣場次彙整表

附表 6：2017 綠食育點線面綠繪本推廣講座成果（含照片）

2. 各校回饋：或有頒發感謝狀，或有電子報報導等，且學校持續詢問是否可安排後續進班。

(五) 回饋與建議：

1.桃竹苗綠繪本學校推廣需求高：持續都有學校邀約進班宣講，但限於人力無法滿足既有邀約，期許 2018 年培育的推廣員可以逐步滿足推廣需求。

2.推廣教案需與時俱進：（1）既有教案需定期更新教案內容，提供正確資訊及更易理解的方案。（2）新教案開發需求：例如食育中的土地及水資源、飲食文化、糧食自給力、食廢及能源等議題，需要有繪本教案來支援，讓桃竹苗學童食育觀念更扎實。

3.延續夥伴學校制度：綠繪本課程確實能在國小課綱上銜接，推廣員需事前與學校教師進行教案分享及溝通，這樣才能讓學校教師將綠繪本課程設計在教學內涵中。龍山國小的推廣就是這樣被學校整合進食農教育主題課程中，本計畫也很榮幸及高興能被學校整合，此舉將有助於學生吸收。（2016 年的六家國小及科園國小也是一樣的模式，學童概念理解及教師應用都有整體助益。）

4.零散式進班定位在推廣綠食育：2017 年除龍山國小案外，其他學校都是零散式申請進班，結合方式是與既有的食農教育或閱讀教育課程整合。此類進班型態，長期影響力雖較難評估，但卻可達到廣泛推廣綠食育的目的。

附表 4：新竹市東園國小校園新聞報導、與苗栗婦幼中心合作、桃園市大湖國小感謝狀



2017年4月17日發布 新聞記者 新竹市東園國小 劉秀娟攝

閱讀「都是放屁惹的禍」學習節能減碳、珍愛地球
食育綠讀本

為了推廣節能減碳、環境保護概念，本校特地邀請主編聯盟（新竹分社）綠讀本小組講師桂枝、順華、錦志老師，針對四年級學生，入班進行一系列食育教育。

今天的課程主題為：「都是放屁惹的禍」，透過繪本中一群動物根據自身所面臨的問題，介紹了全球暖化現象、原因和因應之道，並對溫室氣體做了概

略說明：大氣中二氧化碳、甲烷等氣體，就像毯子一樣，包裹著地球來維持地表的溫度，如果沒有這些氣體的保護，地球便不容易保溫；然而，這些氣體的濃度若是過高，地球就有如穿了太多衣服導致無法排熱而發熱流汗；而發熱的地球造成了極地冰融、草原乾枯、棲息地和食物也隨之減少。根據調查：牛放屁是溫室效應原因之一，這些被大量排放的甲烷、二氧化碳不難加速了全球暖化現象：除了人們用電、開車使用燃料所產生大量的二氧化碳，造成全球暖化現象外，每頭牛每天放屁和打嗝也排放了大約280公升的甲烷，而甲烷所帶來的溫室效應影響竟然是二氧化碳的22倍……發現問題的動物們紛紛提出各種解決方案。

但愛吃牛肉的人類其實才是真正的罪魁禍首，雖然誰也無法叫牛不放屁，但人們可以節少吃點牛肉、少喝點牛奶來減少溫室氣體的產生。

活動就在富羊蔬里九宮格、低碳飲食紅綠燈遊戲中來到了尾聲。最後，老師更引用了穆古德「每個人一天有三次機會改變世界」的觀念來引導學生們，期待他們為節能減碳採取實際行動，以確保子孫健康安全、地球永保安康。

附表 5：2017 桃竹苗綠繪本小組推廣場次彙整表

共 4 場次（北桃：4 場、南桃：14 場、新竹：46 場）

製表：彭桂枝

課程	課程簡介	場次	人數
奶茶好好喝	主題：過糖飲料的秘密 故事：凱西公主喜歡喝各式各樣的奶茶，她需要愈來愈大的茶壺，加愈來愈多的糖… 活動：抓糖小高手、糖漬小黃瓜、（自製奶酪）	22	684
阿平的菜單	主題：食品添加物及零食 故事：阿平當家作主決定自己可以吃什麼，他會發生什麼事呢？ 活動：飲食紅綠燈、汽水魔法、（雞蛋布丁）	13	435
都是放屁惹的禍	主題：氣候變遷、當季當食 故事：地球暖化似乎是不可逆轉，但你知道吃牛肉竟是升溫主因。 活動：蔬果九宮格、低碳飲食過五關、（全麥芽菜捲）	11	357
爺爺的有機麵包	主題：認識全穀、稻麥、學習均衡飲食 故事：小雪因為異為性皮膚炎搬去和爺爺奶奶同住。爺爺改變她的飲食習慣，並帶著她從種植小麥開始，學習製作麵包，小雪的過敏好了，也體會了許多事… 活動：真假麵包、飲食金字塔、全穀大考驗	11	341
環遊世界作蘋果派	主題：飲食文化、食物里程 故事：想吃蘋果派，但雜貨店卻沒開，要怎樣才能拿到所有材料呢？ 活動：東西飲食、米食大變身、（簡易水果派）	3	87
艾蒂的蕃茄	主題：糧食自給力 故事：艾蒂住在被禁運石油的古巴，她在海邊即興跳了一首舞，得到蕃茄作為獎賞。但是蕃茄卻被壓爛了，怎麼辦呢？ 活動：傳統好味、認識糧食自給力、創意米蛋糕	2	57
怕浪費的奶奶	主題：減廢、全食利用 故事：奶奶教年幼的孫子惜物愛物，她想到什麼好方法呢？ 活動：惜物腦力激盪、剩飯全利用	1	37
好一個瓜啊	主題：蔬菜營養百分百、農藥肥料真的需要嗎？ 故事：南瓜妹不愛吃青菜，只愛吃速食。全家一起去種菜後，她發生了意想不到的變化… 活動：蔬果大風吹、種子想開花、（全麥芽菜捲）	1	44
備註：不含 2017 年龍山國小綠繪本《阿平的菜單》11 場 291 人。			

附表 6：2017 綠食育點線面綠繪本推廣講座成果（含照片）

編號	宣導日期	課程	參加對象	人數	單位名稱	相片或摘要
1	2017/3/23	都是放屁惹的禍	402 班、403 班學生	45	桃園市大湖國小	2017/03/23：推廣員謝宜芸和大湖國小同學分享繪本。 
2	2017/3/27	阿平的菜單	4 年級	30	桃園市中山國小	2017/03/27：推廣員薛文娟分享阿平的菜單繪本給中山國小同學。 
3	2017/3/27	爺爺的有機麵包	410	28	新竹市東園國小	2017/03/27：推廣員鍾苑勻帶領東園國小 4 年級同學認識全穀類。 
4	2017/3/28	奶茶好好喝	二忠	22	桃園市東勢國小	2017/03/28：推廣員歐陽惠如帶領東勢國小二忠同學觀察糖漬小黃瓜的變化。 

5	2017/3/28	奶茶好好喝	二孝	22	桃園市東勢國小	2017/03/28：推廣員魏順華帶領東勢國小二孝同學觀察糖漬小黃瓜的變化。 
6	2017/3/28	奶茶好好喝	二仁	23	桃園市東勢國小	2017/03/28：推廣員彭桂枝帶領東勢國小二仁同學討論飲料含糖量。 
7	2017/4/5	奶茶好好喝	教職員及家長	30	新竹市舊社國小	2017/04/05：推廣員黃藍藍分享如何運用繪本推廣綠食育。 
8	2017/4/14	奶茶好好喝	409	28	新竹市東園國小	2017/04/14：推廣員鍾苑勻帶領東園4年級同學玩抓糖小高手。 

9	2017/4/17	都是放屁惹的禍	407	28	新竹市東園國小	2017/04/17：推廣員彭桂枝和東園 4 年級同學討論當季當食的概念。 
10	2017/4/20	阿平的菜單	107	25	桃園市大勇國小	2017/04/20：推廣員謝宜芸和同學討論阿平當家作主的心情轉換，帶領同學們思考阿平為何肚子痛？ 
11	2017/4/20	阿平的菜單	105	26	桃園市大勇國小	2017/04/20：大勇國小同學進行飲食紅綠燈遊戲，認識日常飲食的挑選原則。 
12	2017/3/30	奶茶好好喝	三年級	28	新竹縣竹北市新社區國小	2017/3/30：推廣員謝月齡和新社區國小同學分享飲料標示。 

13	2017/4/14	奶茶好好喝	二乙	16	桃園市龍潭區德龍國小	2017/04/14：推廣員歐陽惠如藉由糖水試飲，向德龍國小同學介紹含糖飲料的秘密。 
14	2017/3/28	奶茶好好喝	101+103	50	桃園市龍潭區龍潭國小	2017/03/28：推廣員歐陽惠如向龍潭國小同學分享奶茶好好喝繪本。 
15	2017/4/11	阿平的菜單	102+104	50	桃園市龍潭區龍潭國小	2017/04/11：推廣員歐陽惠如帶領龍潭國小同學進行飲食紅綠燈遊戲，認識零食中的三多。 
16	2017/4/27	爺爺的有機麵包	303+304	50	桃園市龍潭區龍潭國小	2017/04/27：推廣員鍾苑勻向龍潭國小同學介紹常食用的麵包潛藏什麼風險？ 

17	2017/4/27	爺爺的有機麵包	301+302	50	桃園市龍潭區龍潭國小	2017/04/27：推廣員歐陽惠如向龍潭國小同學分享爺爺的有機麵包教案。 
18	2017/4/20	奶茶好好喝	106	27	新竹市東門國小	2017/04/20：推廣員魏順華回饋，小朋友大都知道，喝飲料是不好的事。但有慾望時，還是會偷喝。於是順華和他們討論該如何選擇：請孩子投票，選出心中認為含糖最多的飲料，並教導如何看營養標示。帶領量出相同含糖克數至量杯。孩子們都說，太甜了，哪吃得那麼多糖！有趣的是，孩子們都認為，優酪乳及養樂多都無糖。 
19	2017/4/21	奶茶好好喝	全校學生	45	苗栗縣大湖鄉大南國小	2017/04/21：推廣員魏順華自新竹駕車 2.5 時到達苗栗大湖的大南國小分享奶茶好好喝繪本，課後教師回饋高，希望 2018 年能再申請。（當日課程未拍照） 

20	2017/4/22	都是放屁惹的禍	親子	50	桃園市龍潭區潛龍國小	2017/04/22：推廣員歐陽惠如向潛龍國小親子分享飲食與氣候變遷的關係，及當季當食的概念。 
21	2017/4/29	阿平的菜單	低年級	37	苗栗市新英國小	2017/04/29：推廣員陳錦玲及彭桂枝藉由小黃瓜實驗，引導新英國小同學思考過糖對細胞的影響。 
22	2017/4/29	爺爺的有機麵包	中年級	16	苗栗市新英國小	2017/04/29：推廣員劉娟志及黃藍藍，引導新英國小同學進行全穀分分分遊戲，認識日常食用全穀類。 
23	2017/4/29	都是放屁惹的禍	高年級	15	苗栗市新英國小	2017/04/29：推廣員魏順華引導新英國小同學進行低碳飲食過五關遊戲，討論如何藉由飲食選擇減緩氣候變遷。 

24	2017/5/5	好一個瓜 啊	304 班	27	新竹市東 門國小	2017/05/05：推廣員林雅萍向東門國小同學分享爺爺的有機麵包，帶領同學認識全穀營養的重要。 
25	2017/5/10	都是放屁 惹的禍＋ 爺爺的有 機麵包	三甲四 甲	32	桃園市育 仁國小	2017/05/10：育仁國小同學一起討論低碳飲食過五關的概念如何應用在食物選擇上。 
26	2017/5/24	奶茶好好 喝	1 甲與 2 甲學生	32	苗栗縣通 霄鎮啓明 國小	推廣員帶領小朋友認識飲料的成分及糖量。 
27	2017/6/7	爺爺的有 機麵包	二年級 21 三年級 28 人	49	桃園市新 屋區埔頂 國民小學	2017/06/07：推廣員彭秀賢向埔頂國小同學分享爺爺的有機麵包繪本。 

28	2017/6/2	奶茶好好喝	四丙學生	18	苗栗線頭屋國小	2017/06/02：苗栗地區缺乏綠繪本資訊，推廣員陳璿妃、劉郁芬課後與全班師生合照，老師回饋希望有機會再安排綠繪本課程。 
29	2017/6/2	環遊世界作蘋果派	全校學生	20	新竹縣尖石鄉嘉興國小義興分校	綠繪本課程後，手作薯泥水果土司派 
30	2017/6/6	阿平的菜單	二三年級	55	桃園市龍潭區石門國小	2017/06/06：推廣員張德玲向石門國小同學分享阿平的菜單繪本。 
31	2017/6/13	阿平的菜單	二三年級	56	桃園市龍潭區石門國小	2017/06/13：推廣員歐陽惠如向石門國小同學分享阿平的菜單，提醒零食飲料的三多和隱藏的添加物。 

32	2017/6/16	都是放屁惹得禍	全校師生(一~六年級)	50	新竹縣照東國小	2017/06/16：推廣員陳璿妃分享當季當食概念給同學們。 
33	2017/6/22	爺爺的有機麵包	三戊	23	桃園市龍潭區潛龍國小	2017/06/22：潛龍國小同學藉由全穀分分分遊戲，認識日常食用的全穀類。 
34	2017/6/23	阿平的菜單	三乙	25	桃園市龍潭區潛龍國小	主題：阿平的菜單 對象：潛龍國小三乙 2017/06/23 推廣員彭秀賢與潛龍國小同學分享阿平的菜單(未拍照)。
35	2017/6/26	都是放屁惹得禍	三丙	22	桃園市龍潭區潛龍國小	2017/06/26：推廣員歐陽惠如和同學討論氣候變遷及當季當食概念。 
36	2017/6/27	奶茶好好喝	三丁	25	桃園市龍潭區潛龍國小	2017/06/27：推廣員歐陽惠如向潛龍國小同學分享奶茶好好喝綠食育繪本(本堂未拍照)

37	2017/6/27	爺爺的有機麵包	三甲	25	桃園市龍潭區潛龍國小	2017/06/27：潛龍國小同學一起討論飲食金字塔。 
38	2017/7/4	奶茶好好喝	荒野志工及一般大眾	20	荒野保護協會新竹分會	2017/07/04：推廣員彭育妃向荒野新竹分會會友及民眾分享奶茶好好喝繪本。 
39	2017/7/9	阿平的菜單	一般大眾	20	香山綠市集	2017/07/09：綠繪本與香山綠市集聯手推廣綠食育。 
40	2017/8/5	都是放屁惹的禍	親子家庭	30	苗栗縣婦幼中心	2017/08/05：推廣員魏順華帶領親子進行全麥芽菜捲DIY。 

41	2017/8/7	奶茶好好喝	親子家庭	30	苗栗縣婦幼中心	2017/08/07：推廣員魏順華向苗栗婦幼中心親子分享奶茶好好喝繪本。 
42	2017/8/9	環遊世界作蘋果派	親子家庭	30	苗栗縣婦幼中心	2017/08/09：推廣員彭桂枝向苗栗婦幼中心親子分享食物里程概念。 
43	2017/9/26	幼教師培：奶茶好好喝	新竹市幼教教師	70	新竹市私立華德幼兒園	2017/09/26：推廣員黃藍藍向新竹市幼教老師分享奶茶好好喝如何應用在綠食育教學上。 
44	2017/9/29	阿平的菜單	六年級	28	桃園市草漯國小	2017/09/29：推廣員魏順華分享高年級學生對於添加物的知識較多，但困難卻是知行合一。1、課堂中汽水實驗，學生要求要喝。順華有禁止，但學生依然想偷喝。順華有預料到，所以一開始就是準備飲水。學生喝了一小口，也不想再喝，因為很難喝。2、零食包裝，學生從名詞就能判斷何為添加物。（本堂未拍照）

45	2017/9/29	爺爺的有機麵包	低年級	28	桃園市草漯國小	2017/09/29：推廣員劉郁芬分享，上到糙米與白米故事時，小朋友提出：「我都吃白米，我沒得腳氣病阿，為什麼？」 郁芬回答，「現在餐桌上飲食多樣性比從前好多了！如果你不挑食，無法從白米得到的維生素 B1 可以從其他食物獲得。」 
46	2017/10/14	舊社國小親職教育：奶茶好好喝+綠食育+DIY	親子 30 組	50	新竹市舊社國小	2017/10/14：推廣員黃藍藍帶領舊社國小同學認識飲料含糖量及測糖。 
47	2017/10/23	好一個瓜啊	202+204	44	桃園市快樂國小	2017/10/23：推廣員彭桂枝帶領快樂國小進行蔬菜一字千金遊戲，瞭解學生對蔬菜的認識。 
48	2017/10/25	奶茶好好喝	三年級	36	苗栗縣三義鄉僑成國小	2017/10/25：推廣員劉郁芬與僑成國小同學互動討論愛喝的飲料。 

49	2017/10/26	奶茶好好喝	305	27	新竹市東園國小	2017/10/26：推廣員黃藍藍向東園國小 305 同學分享如何看飲料的糖份，及無糖飲料的秘密。 
50	2017/11/7	阿平的菜單	312	27	新竹市東園國小	2017/11/07：推廣員帶領東園國小 312 同學進行添加物大露出遊戲，認識零食成分標示。 
51	2017/11/23	爺爺的有機麵包	311	25	新竹市東園國小	2017/11/23：推廣員劉郁芬向東園國小 311 同學分享全麥麵包的辨別方式。 
52	2017/12/4	都是放屁惹的禍	302	28	新竹市東園國小	2017/12/04：推廣員黃淳維帶領東園國小 302 同學進行蔬果九宮格遊戲。 

53	2017/11/22	奶茶好好喝	六年級學生	31	苗栗縣竹南鎮大山國小	2017/11/22：推廣員彭桂枝帶領同學分享飲料中的糖量，提醒同學減糖的重要。大山國小為農友洪箱阿姨的故鄉，有幸可以到此分享，是我們的榮幸。 
54	2017/4/14	都是放屁惹的禍	新港國小 4-5 年級	37	竹北農會四健會	2017/04/14：推廣員帶領新港國小同學進行「低碳飲食過五關」遊戲。 
55	2017/5/3	環遊世界作蘋果派	新港國小 4-5 年級	37	竹北農會四健會	2017/05/03：推廣員黃淳維帶領新港國小同學製作季節鹹派。 
56	2017/5/5	怕浪費的奶奶	新港國小 4-5 年級	37	竹北農會四健會	2017/05/05：推廣員陳璿妃和新港國小同學討論如何進行生活減廢。 

57	2017/5/17	艾蒂的蕃茄	新港國小 4-5 年級	37	竹北農會 四健會	2017/05/17：推廣員彭桂枝帶領新港國小同學進行「傳統好味道」遊戲。 
58	2017/10/31	阿平的菜單+雞蛋布丁	豐田國小五年級	20	竹北農會 四健會	2017/10/31：市售布丁含添加物多，推廣員劉郁芬指導豐田國小同學製作健康的雞蛋布丁。 
59	2017/11/14	奶茶好好喝+鮮奶酪	豐田國小五年級	20	竹北農會 四健會	2017/11/14：推廣員陳錦玲向豐田國小同學分享奶茶好好喝繪本。 
60	2017/11/21	艾蒂的蕃茄+飯捲 DIY	豐田國小五年級	20	竹北農會 四健會	2017/11/21：推廣員陳璿妃帶領豐田國小同學進行飯捲 DIY。 

61	2017/11/28	爺爺的有機麵包+簡易水果派	豐田國小五年級	20	竹北農會四健會	2017/11/28：推廣員魏順華分享爺爺的有機麵包給豐田國小同學。 
62	2017/12/19	都是放屁惹的禍+芽菜手捲	豐田國小五年級	20	竹北農會四健會	2017/12/19：推廣員陳璿妃向豐田國小同分享植物生長五要素，當季當食時，可減少不必要的肥料及農藥。 
63	2017/12/1	阿平的菜單	新港國小高年級	36	竹北農會四健會	2017/12/01：推廣員劉郁芬向新港國小同學分享阿平的菜單中添加物的概念。 
64	2017/12/4	奶茶好好喝	新港國小中年級	34	竹北農會四健會	2017/12/04：推廣員劉郁芬帶領新港國小同學進行飲料投票遊戲。 

三、以綠食育連結青年

(一)作法：以議題及綠食育課程連結桃竹苗地區的大專院校，規劃三類課程如下：

- 1.辦理 2017 面對人類最巨大的產物——氣候變遷與空污」座談會。
- 2.辦理《找尋明天的答案》讀書會及《明日進行曲》放映會。
- 3.針對 20-40 歲青年開辦綠食育課程。

(二)目的：

- 1.培力青年參與食育及環境議題的推廣。
- 2.增加本社在青年社群的友好感及認同度。

辦理情形，報告如下：

第一節 2017 面對人類最巨大的產物——氣候變遷與空污」座談會



(一)目的：提供一般大眾認識氣候變遷與空污議題的機會，分享公民團體行動方案與學者專家的研究成果。

- 1.透過公民團體行動方案分享、學者專家專題演與雙方交流座談，讓氣候變遷與空污議題討論方向，從學術研究延伸至公民行動的討論。
- 2.提供學者專家、公民團體與一般大眾溝通的平台，讓各方的聲音都被聽見，認識彼此所關注的事物。

(二)辦理時間：2017 年 6 月 15 日 9:00-16:00

座談會議程安排：詳如

附表 7：2017 面對人類最巨大的產物——氣候變遷與空污」座談會議程表。

附表 7：2017 面對人類最巨大的產物——氣候變遷與空污」座談會議程表

8:30 - 9:00	報到	
	開幕引言—蔡英俊教授/清大人社院院長	
9:00 - 9:30	行動方案分享： 從低碳飲食行動看生活型態對空氣品質 及氣候變遷影響	賴曉芬董事長 /主婦聯盟環境保護基金會
	專題演講主持人—吳泉源教授/清大人社院副院長	

9:30 - 10:30	專題演講 1 氣候變遷的衝擊與挑戰	汪中和教授 /中研院地科所兼任研究員
10:30 - 10:40	休息	
10:40 - 11:40	專題演講 2 空污時代的能源革命—非核無煤下的能源轉型	莊秉潔教授 /中興大學工學院副院長
11:40 - 12:20	綜合座談 主持人—李丁讚教授/清大社會學研究所 與談人—賴曉芬董事長、汪中和教授、莊秉潔教授	
12:20 - 13:10	午餐	
	專題演講主持人—李修璋理事主席/主婦聯盟生活消費合作社	
13:10 - 14:10	專題演講 3 氣候變遷及空污下的健康風險	詹長權教授 /臺灣大學公衛學院副院長
14:10 - 14:20	休息	
14:20 - 15:20	行動方案分享： 啟動空污環教，帶動公民參與	張明純會長/主婦聯盟基金會 台中分會
	行動方案分享： 青年參與反空污行動	鍾瀚樞專員/主婦聯盟基金會 台中分會
	行動方案分享： 為空氣而戰—公民喚醒 行動串聯	許欣欣研究員/台灣健康空氣 行動聯盟
15:20 - 16:00	綜合座談：面對空污與氣候變遷的公民參與力量 主持人—李修璋理事主席/主婦聯盟生活消費合作社 與談人—詹長權教授、張明純會長、鍾瀚樞專員、許欣欣研究員	
16:00	散會	

(三) 辦理地點：清華大學人文社會學院-演講廳 A202(新竹市光復路二段 101 號)

(四) 負責人：楊婷琪

(五) 協力單位：有限責任台灣主婦聯盟生活消費合作社（新竹分社）、主婦聯盟環境保護基金會、國立清華大學人文社會學院

(六) 執行情形：

- 1.參與人數：70 人。當日滂沱大雨，本來擔心報名者無法前來，但是參與者卻抱雨前來，報名者為綠食育議題志工、社員、一般大眾及清華學生（詳如附表 8：2017 面對人類最巨大的產物——氣候變遷與空污」座談會成果）。
- 2.此次座談會為新竹縣市首度針對「氣候變遷」議題辦理座談會，且辦理時即邀請清華大學人文社會學院、主婦聯盟生活消費合作社、主婦聯盟環境保護基金會等共同辦理。
- 3.座談會相關資訊及紀錄，均彙整於主婦聯盟基金會網頁。

（活動頁面：<http://www.huf.org.tw/event/content/3983>）

(七) 媒體報導：上下游新聞專題採訪 <https://www.newsmarket.com.tw/blog/96636/>

附表 8：2017 面對人類最巨大的產物 —氣候變遷與空污」座談會成果（照片）



2017/06/15:清大人文社會學院院長蔡英俊教授為座談會致開幕詞。



2017/06/15：清大人文社會學院副院長吳泉源教授主持第一場專題演講。



2017/06/15：清大社會所李丁讚教授主持上半場綜合座談。



2017/06/15：主婦聯盟合作社理事主席李修瑋主持下半場綜合座談。

柒、達成效益：

- 一、捲動更多民眾關注氣候變遷與空污議題，並願意在生活中展開環境行動。
- 二、透過學者專家、公民團體與一般大眾三方交流，激盪出更多創新的行動方案，或找到目前面臨的困境，藉此提供未來行動之參考。
- 三、藉由座談會的交流，奠定日後學者專家與公民團體更多合作的機會。
- 四、透過公民行動方案的分享，讓更多民眾認識在地的公民團體，提升民眾參與公民團體的意願。

第二節 辦理《找尋明天的答案》讀書會、《明日進行曲》放映會及青年綠食育課程

零、執行說明：

讀書會及放映會原訂在桃竹兩地大專（暫訂中原大學與清華大學）、社內辦理各三場次。因主婦聯盟環境保護基金會 2017 年已安排全省巡迴放映場次⁴，然而基金會辦理的放映會是挑選部分章節放映，並安排單次映後座談。

本計畫希望與青年有更深度的連結，因此扣合原先自煮課程的設計，調整執行方式如後：

- 一、中原大學部份：與張耀仁教授及夢田創辦人詹琪芬女士合作，結合公益金經費及中原大學經費，規劃青年自煮、《找尋明天的答案》放映會及讀書會等系列課程。
- 二、清華大學部分：由計畫負責人彭桂枝與服務學習課程郭文琪老師合作，結合清華大學課程資源，設計青年自煮及主題講座，將《找尋明天的答案》概念一一於主題講座中分享。
- 三、社會青年部分：
 - （一）規劃 8 堂青年自煮課程：與新村小商號合作，該商號為在地友善減塑商鋪，其負責人為台灣綠市集協會秘書長，連結桃竹苗在地及全台友善生產者。因此青年自煮課程選擇在此進行，運用桃竹苗在地生鮮蔬菜及主婦聯盟生活消費合作社產品，設計課程及主題講座。
 - （二）後續規劃「找尋明天的答案～民主米粉炒」、「找尋明天的答案～我們要喝乾淨水」：結合講座及自煮課程，分享書中環境翻轉的概念。
 - （三）安排《明日進行曲》放映會：與新竹市築心生命教育協會合作，其會員多為園區青年及家庭，引介環境議題予非同溫層參與者，期能開展另類合作及對話可能。

⁴主婦聯盟環境保護基金會針對桃竹民眾，分別於 2017 年 5 月於中原辦理開放場 1 場、2017 年 7 月於新竹市影像博物館辦理開放場 1 場、桃園市辦理開放場 2 場、2017 年 10 月清華大學辦理開放場 1 場。

壹、中原大學部份（詹琪芬女士撰寫）：

一、前言：

「2017 中原青年自煮」是中原大學開設大專學生自煮課程的首例。應主婦聯盟生活消費合作社教委會主委，也是綠食育點線面公益金執行者彭桂枝小姐邀請，中原大學電子系系主任張耀仁教授⁵在妻子詹琪芬協助下，向「主婦聯盟中壢站區會」與「夢田自然園」提案合作，讓中原大學碩士班的選課學生，有機會使用附設廚房的教室空間上課。

二、以下是課程執行的基本資料：

- （一）課程名稱：場域應用與服務設計（詳附表 9：中原大學場域應用與服務設計 2017）
- （二）開課老師：張耀仁教授
- （三）課程規劃執行：詹琪芬
- （四）課程地點：主婦聯盟中壢站 7 次，夢田 1 次，中原大學 2 次
- （五）課程期間與上課次數：2017.9.11 起至 2017.12.26，扣除期中期末考與前一週溫書假，共進行 15 次課程。
 - 1. 其中 7 堂「青年自煮（詳附表 10：中原大學青年自煮的七堂課 2017）」，2 堂與自煮相關的議題講座（基改與人道雞蛋），與期末回饋分享各 1 堂。其他完全與青年自煮無關的五堂課，包括期初課程說明、「棉樂悅事」社會企業講座，還有 3 次見學行程，分別參觀了中壢「木匠的家」、桃園「蜂巢社區合作社」與「本立自然良品」。
 - 2. 「中原青年自煮」設計：2 次課堂議題講座、3 次公平貿易講座與手作，4 次食農議題與料理 DIY，最後是期末分享茶會。以上，共動員議題講師 7 位，料理講師、與助理 7 位。
- （六）課程經費來源：
 - 1. 青年綠食育公益金約 10000 元，支援了 4 堂料理課的部分講師費、部分食材費、部分勞務費。
 - 2. 中原大學課程費用支援了 3 堂公平貿易茶水間與 2 堂議題課程的講師費、點心食材費與勞務費，還有 4 堂料理課的不足部分款項。
- （七）「青年自煮」課程八次（含期末分享茶會）的出席統計（詳附表 11：中原大學青年自煮出席統計）：選課學生共 21 人，學生出席率正常約七成五到九成（16-20 人），但是 12.19 與 12/19 二次濕冷天氣，不僅人數降到四至六成（9-11 人），還姍姍來遲！
- （八）學生回饋 22 筆（詳附表 12：2017「中原大學青年自煮」選課學生之課程回饋）：12/26 的期末分享，以茶席＋花藝的茶會形式進行，幾乎全數到齊。缺席的 2 位，還有一位是因開刀才請假的，出席與回饋情況皆令人欣慰。

三、小結：

（一）為何要強調出席率與使用「欣慰」這種老派用詞呢？

其實課程進行當中，琪芬自己的壓力感不小，疲累感從頭持續到現在，自我懷疑感不曾褪去，課程愈接近尾聲，我愈訴諸情緒地告訴自己：就要解脫，切勿重蹈覆轍、再跳火坑（下學期不要再開自煮課啦！吶喊！）！我會這樣的原因，歸納如下：

⁵ 張耀仁教授自 2005 年開始，持續帶領學生到社區組織或機構「服務學習」。2011 年起，透過妻子詹琪芬女士協助企劃執行，持續開設「非營利科技」、「場域應用與服務設計」等課程，邀請第一線工作者前來分享個人的生命歷程、關注的社會議題，同時介紹所屬組織。師母詹琪芬是夢田自然園共同創辦人暨召集人，目前還擔任主婦聯盟中壢站區會主委/社代/解說員。

- 1.沒有經驗。
- 2.沒有團隊或夥伴，企劃執行全靠單打獨鬥。
- 3.身為企劃者必須全程參與：從構想、規劃、聯絡、備料、主持到紀錄都得親為，甚至因為南埔媽媽米雅農園的黃淑惠，和台灣動物研究會的講師臨時無法前來，還得硬著頭皮上陣開講。
- 4.一人多角：必須從已經十分繁重的合作社幹部和照顧陪伴家人的日常角色中，一再擠壓自己來承擔這個任務，力難從心，倍感沈重。
- 5.自信心不足下，特別覺得缺乏學生的直接回饋，導致自我懷疑：帶領低頭族世代的「高等」知識份子近庖廚，顯然我的自信心沒有我的「慫膽」、「熱情」與「理想」大！

是的，忙了一整個季節，靠的就是自己的慫膽、熱情、理想，桂枝與我先生張耀仁教授的百分之兩百支持、肯定、鼓勵，還有講師/助理群的相挺成全！

（二）然後呢？要延續嗎？

若不是親聞又親睹學生的口頭/書面分享，我其實就是投降休息了！但是看看他們的回饋吧！確實有像他們老師張耀仁說的（但我一直拒絕採信）：他們低頭滑手機時還是能聽的，他們不看著你也會有感有思的，師母帶領欠缺經驗技巧，他們卻是有能力參與改善的！

至於我們開課、企劃、出錢者想知道的：學生是否透過此課程連結到「人與人、人與土地、人與社會」，是否值得持續在大專生、大學校園推廣這類課程，我覺得學生們也在回饋中表達得具體明白，同時給予一致的肯定了！

所以，回到我這個在中原大學，幫張耀仁老師成為始作俑者的「藏鏡人」吧！天就要亮了，我心也已瞭然：擱聊落去囉（再被拖下去吧！）！已經有足夠的學生為自己為別系學生、為其他沒修到的同學請命：繼續開下去！最振奮人心的部分，是當中提出了讓課程更有趣、更好玩的建議，學生的動能已自然而然的跨出「下一步」了，除非有別人也能承擔，否則我又是當仁不讓了！希望這回不是自己背連自己的「跳火坑」戲碼，而是與學生、講師、廚師共同創造有致命吸引力課程的「社會改革實驗室」～校長！我們把教室搬到廚房了！

（三）以下檢討與建議是給我們自己的～大學課程規劃：

- 1.持續連結校園鄰近與桃園在地組織及其關注的社會議題
- 2.持續社區與組織的資源整合、協力合作
- 3.持續延請有原創性、有行動力、專業利益人群、生命或環境的多元講師
- 4.持續課程進行方式的多元性，且議題仍暫由老師擬定，但是開放「舊生」參與課程規劃。例如：田野見學、紀錄片映談、自煮與課堂議題講座的堂數比例；與自煮相關的食農議題和其他社會議題，想聽想學哪些？
- 5.從源頭學習，更深入與紮實的體驗知識
- 6.提早規劃，如學期的最後一堂課，一起為下一步打造出想要的課程樣貌
- 7.學生人數上限 20，分成 4-5 組，每個月至少一次手作食堂。至多不超過 2 次/月，甚至直接參與中壢站或夢田課程，或直接由二個組織的講師來規劃與帶領。
- 8.期末分享會辦餐會，也由學生自行討論執行、自行料理。

附表 9：中原大學場域應用與服務設計 2017

授課者：張耀仁教授（電子系）X 詹琪芬（主婦聯盟中壢站主委）X 講師群
課程規劃與主持：詹琪芬（演講與自煮課程）X 張耀仁（見學課程）

序	時間	地點	講師	形式	講題	備註
1	9/11 (一) 2-5pm	中壢站	Birgit Lienhart	公平貿易 茶水間	業力咖啡(尼泊爾): 企業創新與直接貿易	青年自煮課程 1 (手沖咖啡體驗)
2	9/12 (二)	篤信 156	張耀仁	課程說明		
3	9/19 (二) 2-5pm	篤信 156	林念慈	演講	棉樂悅事&本立自然良品: 企業創新、永續經營	分享尼泊爾奶茶、 月餅與中秋新柚
4	9/21 (四) 10-13:00	蜂巢合作社 本立自然良品	戴雅君 林念慈/楊雅妃	見學 用餐	看見精障者 支持社區就業	參觀「蜂巢」,並聽創辦人 之一現身說法
5	10/3(二)2-4pm	木匠的家	劉修容	見學	木匠的家關懷協會: 回收創業、創造社區就業	參觀木匠修繕站 與文物保存
6	10/17 (二)	木匠的家	李亞俐	見學	環保時尚	參觀環保時尚工作室
7	10/24 (二) 2-5pm	中壢站	吳子鈺 朱麗容	公平貿易 茶水間	雨林咖啡(印尼): 企業創新與直接貿易	青年自煮課程 2: 手沖咖啡/手作餅乾
8	10/31 (二) 2-5pm	篤信 156 大草坪 (雨天備案:地 下室)	黃淑惠 (媽媽米雅農園) 楊雅妃 (喜喜手作飯糰)	廚房課 野餐會	認識台灣米 好好吃飯	青年自煮課程 3: 捏飯糰、捲壽司
9	11/7 (二)	篤信 156	李碧恬	演講	一起來認識基因改造食品	分享豆漿
10	11/14 (二) 2-5pm	中壢站	詹琪芬 林媽媽、朱麗容	廚房課	台灣糧食自給率低 與進口基改豆的食安危機	青年自煮課程 4: 黃豆與豆製品蔬食料理
11	11/21 (二)	大溪老街	陳來紅	見學	跟著來紅看見大溪之心	新南老街人文體驗
12	11/28 (二) 2-5pm	中壢站	呂美莉 朱麗容	公平貿易 茶水間	巧克力甜心?禍心?	青年自煮課程 5: (泡熱可可/手作餅乾)
13	12/5 (二)	篤信 156	陳玉敏	演講	善待雞,才有好蛋	分享茶葉蛋
14	12/12 (二) 2-5pm	中壢站	羅有助 詹二姐、朱麗容	廚房課	認識雞蛋與蛋雞產業	青年自煮課程 6: 蛋料理
15	12/19 (二) 2-5pm	夢田	張麗雲 徐盛恭徐阿嬤	廚房課	吃當季、吃當地: 體驗冬至客家鹹湯圓	青年自煮課程 7: 搓、包、煮鹹湯圓
16	12/26 (二)	篤信 156	張耀仁	茶席形式	期末分享:課程心得與意見	桂珠花藝 X 琪芬奉茶

附表 10：中原大學青年自煮的七堂課 2017

課程規劃與主持：詹琪芬（演講與自煮課程）X張耀仁（見學課程）

序	時間	地點	講師	形式	講題
1	9/11（一） 2-5pm	中壢站	Birgit Lienhart （業力咖啡）	公平貿易茶水間	業力咖啡（尼泊爾）：企業創新與直接貿易 （DIY 體驗手沖咖啡）
2	10/24（二） 2-5pm	中壢站	吳子鈺 （雨林咖啡）	公平貿易茶水間 （朱麗容）	雨林咖啡（印尼）：企業創新與直接貿易 （DIY 體驗手作餅乾）
3	10/31（二） 2-5pm	篤信 156 與大草坪 （雨天備案：地下室）	黃淑惠 （媽媽米雅農園）	廚房課野餐會 （楊雅妃 /喜喜手作飯糰）	認識台灣米，好好吃飯 （DIY 體驗手作飯糰）
4	11/14（二） 2-5pm	中壢站	詹琪芬 （主婦聯盟生活消費合作社）	廚房課 （林媽媽、朱麗容）	台灣糧食自給率低 與進口基改豆的食安危機 （DIY 體驗蔬食黃豆料理）
5	11/28（二） 2-5pm	中壢站	呂美莉 （馥聚貿易公司）	公平貿易茶水間 （朱麗容）	巧克力甜心？禍心？ （DIY 體驗手作餅乾）
6	12/12（二） 2-5pm	中壢站	羅有助 （有助牧場）	廚房課 （詹二姐、朱麗容）	認識雞蛋與蛋雞產業 （體驗蛋料理 DIY）
7	12/19（二） 2-5pm	夢田	張麗雲 （夢田自然園）	廚房課 （徐阿嬤、徐盛恭）	吃當季、吃當地 （DIY 體驗冬至客家鹹湯圓）

附表 11：中原大學青年自煮出席統計

姓名\日期	9/11	10/24	10/31	11/14	11/28	12/12	12/19	12/26	小計
陳○融		0	0	0	0	0	0	0	7
涂○俊	0	0		0	0		0	0	6
謝○輝		0	0	0	0	0	0		6
王○心		0	0	0	0	0	0	0	7
黃○偉		0	0	0	0		0	0	6
柯○安		0	0	0	0		0	0	6
胡○文		0	0	0	0	0		0	6
陳○謹		0	0	0	0	0		0	6
池○允		0	0	0	0	0		0	6
王○傑		0	0			0	0	0	5
陳○遠		0	0	0			0	0	5
張○瑋		0	0		0	0		0	5
張○瑋		0	0		0			0	4
王○程			0		0	0		0	4
吳○貴	0	0					0	0	4
楊○毅		0	0	0				0	4
莊○傑		0	0		0			0	4
黃○意		0	0		0			0	4

吳○臻		0	0		0				3
歐○琳	0						0	0	3
李○豪			0		0			0	3
社員	17 位	1 位							
上課人數	20	19	18	16	11	9	11	20	
其他：	阮○琪							0	不予統計
	邱○嘉							0	不予統計

附表 12：2017「中原大學青年自煮」選課學生之課程回饋

2017「中原大學青年自煮」選課學生之課程回饋

來源：「2017 青年自煮」臉書社團發文（2017/12/26）～助教陳聖融整合建檔、2017/12/26 期末分享會的口頭分享～師母詹琪芬紀錄（部分補充）。

<u>王○傑</u>： 這學期透過老師邀請的各位講師分享後，讓我了解到我們除了專業之外仍然有很多要補組充的知識。 舉例來說，像是蛋類的揀選，雖然現在學到的不見得馬上會有用到，但在未來一定有派上用場的時刻，故我強烈建議持續的開課。 我有個提議，其實不見得要限制在電子系，我們能利用跨領域的方式讓外系外部的人也能一同共襄盛舉。	<u>陳○謹</u>： 場域服務這門課需要到校外上課，來到主婦聯盟與來自各種不同領域的講師交流，聽他們的歷程分享，都能讓我們認識新的知識和不同的文化。另外還有青年自煮這項主題，使許多沒下過廚的青年，能有一個機會，簡單的接觸並嘗試料理這件事。儘管時不時就得冒著風雨前來上課，但課程內容十分有趣豐富，非常值得選修。
<u>黃○偉</u>： 很開心這學期可以上這堂課，收穫很多(客套結束 XD)，主要是在自己的領域很難接觸到類似的思考與相關的社會議題，我是認真覺得這樣的課程真的很棒，因為也許對於我而言，之後很難再遇到類似的課程，如果硬要說有什麼建議的話，希望可以有人將這些課程以及活動做些總整理，因為我不是個記憶很好的人，如果有人可以整理每堂課的重點以及，提出的觀點或反思的東西，作為這堂課的回饋與回憶，相信會讓這份感動與思考，延續至更遠的以後^^! 補充○偉口頭分享： 對這堂課的表層感受就是：哇～好爽！吃吃喝喝也算上課！ 但是深層的感受是，進電子系之後，向來想的都是以後要進好公司、賺錢、提升自己在公司的產能和產值，卻不曾想過自己才是自己生命的主角，環境與動物也是重要的，為何不是專注自己、專注人、環境、動物～多一點？	<u>楊○毅</u>： 上完這堂課後，覺得這堂課帶給我的意義很大，平常在電子系上課總是接觸到很多很死板很無趣的專業知識，從沒想到原來上課也可以結合到環境意識、公民意識以及許多與社會關懷做連結的時候，讓平常這麼無趣死板的內容頓時活潑了許多，也瞭解到原來社會上的各個角落有的是那麼多的故事，對於人生的啟發以及經驗，真的提升許多，未來若有碰到類似的故事，更能夠感同身受。 補充○毅口頭分享：覺得這門課很有趣，有不同主題，對料理課印象最深刻的是：自己可以煮，其實沒有那麼難！
<u>池○允</u> 覺得這門課程很有趣、值得去思考，因為有很多是平常自己不會去思考到的地方，像是公平交易、尼泊爾的布衛生棉……等等，有很多事情都是在學校很難學到的知識，若自己沒修到這門課程，自己的眼界還是停留在課本知識中，而不是更貼近生活。 青年自煮的部分就充滿樂趣，有時候老師及阿姨	<u>黃○意</u> 一開始修這堂課以為和老師開的另一堂身心障礙服務學習性質類似，以為只是一堂聽聽演講的課，但真正上了課以後發現，這堂課比起坐著聽別人分享經驗與介紹，多了很多親手做的部分，平常只是聽別人介紹，都沒有親手動手做來的印象深刻，我覺得這是一堂很有意

都有備料，我們負責煮，煮完大家一起坐下吃自己煮的感覺就是很不一樣。如何準備食材、選購食材都有更進一步的了解。 書本的知識就是要應用在生活中才有意義，所以我覺得這是一門值得選修的課程。 補充○允口頭分享： 建議 1、課堂所學應去與人分享; 2、期末分享會，可以全班分組討論，一起料理來共食，而且從採買開始。	義的課，學到很多生活中我們真的有使用到的，不管是食物、衣服，讓我們了解以前都不會注意的，以前只知道拿來用，都不會去想它是從何而來，透過這堂課讓我有更深刻的了解，也學到很多，我認為專業課程固然重要，但這些貼近我們生活的也是我們應該學習的。 補充○意口頭分享： 印象最深刻的是公平貿易巧克力與木匠的家的牛仔褲再製成品。知道食品、商品的源頭，就會尊重製造的人，像巧克力包裝紙上的生產者照片與介紹的。
<u>李○豪</u> 一開始選這堂課只是因為名字看起來很奇怪，所以抱著好奇心來上上看，但是這門課程帶給我的比我想像的還要多很多，除了東西真的都很好吃以外，也教會了我們在選購食材之餘的人道關懷，好吃又不貴，這幾乎大大的影響了我在買食物方面的習慣，以往我都是看想吃什麼就買什麼，但是漸漸的我會觀察一些食材是否有關聯公平交易或是一些可以幫助到別人的。因為對我來說食物都還是很好吃甚至是更便宜的價格，可是可能我一個小小的習慣能在無意之中幫助到一些需要幫助的人，木匠的家也改變了我東西壞掉就丟的想法，很多東西都可以煥然一新以不同的面貌再度出現在架子上給需要的人們使用，我覺得這是一堂很有意義的課程，給的影響是久遠的，我很幸運能夠選到這麼一堂好課。(^▽^)	<u>張○瑋</u> 場域應用與服務跟主婦聯盟合作的課程在自己動手做東西之餘，了解產品背後的故事或是一些社會議題。打破課堂間生硬的討論形式改用輕鬆的方式去接觸所要探討還是分享的議題。充分結合手作及該次主題。是個值得推薦的好課程。 補充張○瑋口頭分享： 希望料理課多一點！
<u>莊○傑</u> 學期初選這堂場域應用的課程，原本只是單純的以為在學校上課，然後偶爾出去參訪而已，沒想到經過了一個學期，收穫比想像的多了好多好多，透過專業的講師來分享他們的人生歷練或是創業經驗...等等，讓我能從這些分享得到許多不同的人生觀點、生活態度以及關注環境...等等議題。此外，透過幾次的青年自煮，讓我們自己動手做東西吃，不僅體會了不同以往的上課方式，也因此讓我更了解食物對我們的重要以及提升對環境議題的重視。 補充○傑口頭分享： 特別是基改課之後，發現有影響到自己實際生活的改變。只是雖然我住外面有廚房可用，但自己做自己吃沒意思，收拾善後很麻煩，也就懶了。	<u>歐○琳</u> 這學期，讓我最有印象的一堂課，就是本立自然良品的負責人來演講的那堂課，可能是因為身為男生，對女性的生理用品不這麼的了解，沒想到一位女性一年要用掉的衛生棉是如此之多，對環境造成的傷害也是如此之大。然後在比較落後的國家，女性對生理上的知識那麼的缺乏，所以對林念慈小姐的理念感到非常佩服。這堂課沒什麼需要改變的，已經非常好了，讚！ 補充○琳口頭分享： 知道女性衛生棉對環境造成那麼大的衝擊之後，有興起買布衛生棉送給媽媽和女朋友的念頭呢！自煮部分，煮東西不難，是收拾太麻煩了！ 師母回饋： 其實從產地到餐桌，從料理到收拾善後，都是一整件事！如果看見這樣的事實，分工合作、互相體貼，就不會因為單獨收拾而不想料理吧！祝福你們未來因此懂得和伴侶建立能夠「一起享受自己動手飲食」的關係。
<u>柯○安</u>	<u>張○瑋</u>

我覺得這堂課很有趣，每次上課都有不一樣的主題，從課堂中可以學習到很多生活中的知識，關心自己生活週遭環境跟飲食，我覺得最有趣的是學煮菜，我平時是不碰廚房，因為這堂課讓我學會了煮東西，這是一般課堂上學不到的東西，很感謝有這機會可以修到這一門課。	場域應用的這堂課很特別，在課程中我做了人生中第一次的餅乾還有煮菜，因為這堂課我回家也開始會和媽媽學習如何的做菜。而且我也學到了基因食品如何會對環境造成影響。很開心這學期選了這堂課，讓我可以另外學習到日常生活中的知識，希望老師之後能繼續開這門課。
<u>涂○俊</u> 在我的研究所第一個學期參與了這門課程，課程內容完全顛覆了「電子工程」所學的專業科目，一整個學期下來聽了不少講座，另外更包含了好幾次的「自煮」課程，自煮的課程讓我覺得最受用也成長最多，自從大一出門自己生活之後，在網路或新聞之外鮮少接收到有關飲食的觀念，這門課短短幾門課就學到了「基改」、「公平貿易」、「綠主張」等等概念，從以往的聽說、上課中了解、到下課後的省思，都讓我了解到原來消費者的力量才是最大的，我們都有照顧好這個地球的責任，讓下一代擁有更好的地球。 希望之後課程可以提供更多此類的概念給我們這些大學四年活在井底的理工男，看到更多可以讓地球永續發展的力量。自煮課程方面希望之後可以讓我們學到更多的烹飪技巧。 補充○俊口頭分享： 這個課程分成二部份，第一是議題講座，認識到可以從消費者自己改變，自己日後有能力，一定會努力從消費改變。第二個部分是自煮，每次上課都像在開驚喜包，讓我們自己備料炒菜那次最好玩，建議從原料製作就讓我們從頭參與，如湯圓的米板！ 師母回饋： 主婦聯盟中壢站的料理課、手作食堂，以及夢田的「節氣食堂」，歡迎同學來報名上課。	<u>天○王</u> 這個課程跟學校的課程，有很大的不同。學校的課程大部分都只教我們學科上的專業知識，有應用在未來學術上或者職場上。而這個課程教會我們許多生活上的小常識，社會議題，還有生活上的技能。實際上，不管是泡咖啡和煮飯，對我都是第一次體驗，所以這個課程對我來說，獲益良多。 課程上，例如：基因改造議題、如何挑雞蛋、做手工飯糰、手工餅乾、還有泡咖啡，都是很有趣的課程，因為過去都不會去做，標準外食族。比起學科上的課程，這個課程比較跟生活上貼近。還有基因改造議題，如何挑雞蛋，咖啡，米飯等，都是有意義的生活知識，不過最後希望能夠有其他關於社會議題的課程
<u>胡○文</u> 當初選這堂課時是覺得「場域效應與應用」這個名字蠻讓人猜不透課程內容是在做什麼的讓我很好奇，所以我就選下去了，之後我上的第一堂課是關於企業創新與永續經營，過程中我心裡想：「哇這課也太酷了吧！」，一邊聽講員分享她的經驗一邊我們也可以喝講員所準備的尼泊爾奶茶，這讓我的第一印象很深。之後我們陸續也有到木匠之家上課，在上這堂課前我都只有聽過名字，還從來沒進去看過，上課後才知道原來木匠之家它背後有很多的故事，後面我們開始到「主婦聯盟」上課了，上的是我在第一堂課聽老師說過的「青年自煮」的課程，這是我期待已久的，因為以前在大學時可從來沒上過這種課程，之後除了烹調我們還上了公平貿易與認識雞蛋.....等很有趣與令人省思的課題，這堂課中我學到與認識蠻多我從前不知道的知識，也體驗了愉快的烹飪，我很喜歡這門課，也希望這門課能再繼續開，讓更多新的同學們能	<u>王○程</u> 經過這堂課後我覺得雖然需要到學校外面去上課或是聽演講，但是透過主婦合作社讓我了解更多關於食品的知識，也透過跟講師的交流也理解到很多事情包括他們辛苦的歷程等等，我希望這門課可以繼續以這種方式開下去，在來就是青年自煮，我覺得是個很不錯的上課方式，在現在大家都是外食族下，能夠自己煮個東西是很棒的一件事，這門課是非常值得去選修的課程。

夠認識這有趣的課程與認識台灣在地的文化和了解我們的環境目前面臨了什麼樣的問題，這些東西都是能在我們的人生中留下一筆的美好回憶!	
陳○融 我覺得這堂課是很不錯，現在的課很少像這樣可以有不一樣的體會，課程讓我們更加了解自己生活週遭環境與飲食的安全。健康的飲食，必須先了解我們食物的來源，製作的過程，像是雞蛋的議題，想吃到健康的蛋，就要善待雞。 聽完食物的介紹，再動手做料理，有更深的體會，烹飪料理的課我也是第一次體驗，每一樣料理都有它的小技巧，抓住了技巧，就覺得自己是像個「小廚師」。	邱○嘉 透過這門課讓我認識更多的健康且安全的食品，以及對環境更加友善的東西，像是非基改食物以及對雞友善對待所產出的蛋。而我最印象深刻的就是環保衛生棉，不僅顛覆我的價值觀而且是在尼泊爾生根發展，這需要多大的勇氣與熱情才能辦到？真的很佩服念慈講師，而且有幸在她回台期間與她共進午餐與參觀她在台灣的據點！真的是很好的經驗。
阮○琪 這個課程我覺得很有意義，也很有趣！可是現在在外租屋，很多時候真的沒辦法如此講究，但至少我們建立一個概念，要如何吃的健康吃的對環境友善，吃的符合食物本身的成本，尤其是人力、動保問題以及環境的成本！最有印象的是雞蛋的課題，我覺得這是一個很簡單的道理，發生在人身上我們都理解要讓肚子裡的寶寶健康就要讓母親吃的好，過的好，身心都在健康的狀態下才能生出健康的寶寶，但為什麼發生在母雞身上我們卻忘記這個道理了呢？	陳○遠口頭分享： 捨不得...(假哭)沒有啦！開心！夢田那次，進到屋子很溫暖（師母注：12/19 天氣濕冷）。離開時很生氣，因為騎機車，輪子捲起田間爛泥巴濺得滿身！（師母注：感謝你們冒著風寒、迷路「應召」而到的同學，相信同學也因此留下難忘回憶！）
謝○輝口頭分享（12/19 於夢田; 12/26 請病假去開刀。○輝是碩專班生/業界人士/中年已婚）： 這門課給我很大的震撼，因為我們學工程出身的，學的東西從來不曾和環境、社會議題或人文、弱勢連結在一起。這學期看到與學習很多，收穫就是對於社會上的議題爭辯，比較知道在說什麼了。回家也跟太太說：買雞蛋不要再挑蛋黃是紅色的了。另外就是感覺現在大學的課程比較有彈性、比較活潑，與生活相關，是一種進步啦！	吳○貴口頭分享： 這堂課有很多講師，各有堅持的東西。原本不清楚、不關心的，透過他們的關注與專業分享，得到了認識，讓我更有動力去做課堂以外的事。

貳、清華大學部份：

一、前言：

「2017 清華自煮」是合作社師資和清大合作自煮課程的第三例，在清華大學清華書院李天健教授、導師郭文琪老師和計畫負責人彭桂枝的協助下，規劃系列課程。

二、以下是課程執行的基本資料：

(一) 課程名稱：校園飲食環境改善（詳附表13：課程設計）

(二) 開課老師：李天健老師、郭文琪老師

(三) 課程規劃執行：彭桂枝、學院助教高成翰同學

(四) 課程地點：清華大學仁齋交誼廳

(五) 課程期間與上課次數：2017 年 10 月至 2017 年 12 月，共進行 6+1 次自煮課程。12/28 的期末分享，以學生自行規劃壽司教作、湯圓教作等形式進行和大陸交換學生交流服學課程成果。

(六) 課程經費來源：

1. 青年綠食育公益金，支援了 7 堂料理課的講師費、食材費、勞務費。

2. 參與課程學生酌收 60 元/人，補貼食材費用。

(七) 「青年自煮」課程出席統計：100 人次。(10/12-12/21 共有 81 人次、12/28 未簽到)

(八) 學生回饋 5 筆（詳附表 14）。



三、小結：

(一) 大學自煮課程的設計：

1. 有鑑於台灣食米力日益下降，所以課程規劃時即設定以米飯為主食，搭配本土友善食材，且動手作時間需在 60 分鐘內結束。食物背後嚴肅的環境議題，則在邊吃邊聊時導入。
2. 總計 7 堂課共吃掉 6.3 公斤米。
3. 原先認為嚴肅的課題：國際貿易與美牛、糧食自給力、除草劑議題、氣候變遷與全食、日本輻食風險、認識合作社，都在吃吃喝喝中愉快地進行。
4. 上課場地不能使用明火（使用電晶爐），所以料理需重新設計步驟及參與方式。

（二）達成效益

2017 年的計畫，修課學生透過課程連結「人與人、人與土地、人與社會」等面向。因服學課程修課人數有限，擴散效應尙待觀察。又大一新生與講師互動較少，需要講師積極炒熱氣氛。

課程中觀察學生反應，每人都非常期待動手烹調，且專心聆聽講題。從學生的回饋（詳附表 14：清華大學同學回饋），以及上課相片（詳附表 15）可略觀一二。

此類觸及年輕族群的課程，計畫效益為：

1. 培力學生動手作的意願及能力。
2. 拓廣學生視野，開啓與非營利組織的連結。另外，也讓非營利組織可以接觸非同溫層的群眾。
3. 提供理工科爲主的學生多面向的環境思考角度。

（三）檢討和是否要延續？：

2017 年之前，合作社講師就曾經到清大開過兩回自煮課程，合作社師資定位在提供課程，所以與學生在課後的連結就比較少。而清華書院主導的服學課程持續在食安及環境議題上發展，清華學院學生對環境永續議題已有相關行動在校內進行。2017 年第三回合作，也是結合課程進行，定位在自煮課程及議題連結，並沒有與學生在課後持續互動。

2018 年建議：

1. 繼續深耕服學課程。藉由課程，持續連結關心環境及土地的非營利組織到校園中分享。
2. 評估組織人力是否有動能及意願，藉由計畫更深度地陪伴學生，發展與合作社及非營利組織的連結。

附表13：「清華大學校園飲食環境改善」課程設計

一、課程基本資訊 (Course Information)			
課程名稱	校園飲食環境改善	學分 t	0
服務內容	社會關懷	人數限制	?
服務時間	Rab	服務地點	仁齋
教學分配	1.共同課程：12 小時 2.服務時數：6 小時	聯絡人	姓名：高成翰 連絡電話：0934289480 email：j5111323@yahoo.com.tw
課程性質：擴開設或曾開設			
二、課程目標 1.概述現今食物議題，並能從中學習反思及延伸學習 2.透過實際體驗，了解食物生產過程 3.正視校園飲食議題，並提出改善方案			
三、課程內容 (一)課程大綱 1.了解校園飲食概況 2.探討食物工業化演進及食物自主權相關議題淺談 3.了解農作物從生產到端上餐桌的整個產業鏈，同時了解在地人物故事 4.由自身出發去試著推動校園自煮風氣 5.舉辦成果展 (二)課程設計 透過課程帶領與影片觀賞的討論，使學員彼此討論並探討各式議題。再經由分組活動及實際動手操作，從各種角度了解相關議題與藉由自身經驗去體會我們推廣的校園自煮理念。 (三)課程與服務內容			
週次	主題	說明	
第一週 9/14	課程說明	全班四個主題共同進行	
第二週 9/21	共同課程：服務學習三個層次	全班四個主題共同進行	
第三週 9/28	主題課程一	各主題分別進行(停課)	
第四週 10/5	主題課程二	紀錄片：明日進行曲放映	
第五週 10/12	服務方案課程一	1. 彭桂枝老師+主婦聯盟環境保護基金會董事長賴曉芬授課：動手來自煮：牛肉料理~貿易關係下的食關係 2. 風雲樓二樓的共同廚房概念發想。有鑑於校宿舍幾乎都沒有瓦斯爐，不然就是借用跟使用上很麻煩，所以我們大家一起集思廣益，調查學校的同學們有沒有需要設置一個共同廚房，只要登記後就可以借用一個時段。(如果大家有其他想法，也不一定要執著於共同廚房這個想法)	
第六週 10/19	服務方案課程二	1. 彭桂枝老師+吳建良農友授課：動手來自煮：一鍋飯料理~台灣食米力+稻米農友來分享 2. 共同廚房概念的深入討論	
第七週 10/26	主題課程三	各主題分別進行	
第八週 11/2	服務實踐一	擬定共同廚房計畫的初稿	
第九週 11/9	總務長演講	邀請總務長來談「清華校園餐廳的現況與未來」，	

		約一小時。在這場演講，可以向總務長請教共同廚房的可能性，然後依據總務長的意見，修改共同廚房計畫。
第十週 11/16	服務實踐二	彭桂枝老師+荒野新竹分會許天麟副會長授課：動手來自煮：校園野菜料理~認識除草劑議題
第十一週 11/23	服務方案課程三	1. 彭桂枝老師+樸門協會陳璿妃理事授課：動手來自煮：全食料理~氣候變遷下的農業困境 2. 共同廚房概念的深入討論
第十二週 11/30	服務實踐三	共同廚房開始跟學校協商
第十三週 12/7	服務實踐四	葉雪霞老師+彭桂枝老師授課：動手來自煮：日式壽司及壽喜燒~貿易關係下的食關係(談輻食風險)
第十四週 12/14	服務實踐五	彭桂枝老師+主婦聯盟合作社楊婷琪理事授課：動手來自煮：開放料理~認識合作社及主婦聯盟
第十五週 12/21	服務實踐六	共同廚房跟學校協商出結果
第十六週 12/28	服務成果發表	全班四個主題共同進行

四、教學策略（例如採用課堂教學、體驗活動、服務活動、影片欣賞、反思討論、經驗分享等方式）			
1.相關食物議題探討，將會透過課堂教學與反思討論進行			
2.共同廚房的理念生成將會隨著課程進度，進行越來越深入的討論			
3.其學員的感受與想法將透過經驗分享會的形式呈現。			

五、合作機構說明（請簡要說明合作對象及合作模式）			
1.有限責任台灣主婦聯盟生活消費合作社：支援自煮課程講師、講師費及部分食材費。希望推廣大學生動手自煮，進而認識食材及背後的人事物，累積對周遭事物的感受力及基本生活能力。			

六、成績評量(此部份內容暫定)			
1. 30 小時出席狀況(學習與服務總合)：（30%）（TA）			
2.學習暨服務表現：(30%)（TA 及服務單位）			
3.期中個人報告：(10%)（TA）			
4.期末團體報告或期末個人報告：(20%)（TA）			
5.特殊表現加分：（10%）（TA、課指組各 5%）			

任課教師 Instructor	李天健、彭桂枝、郭文祺		
上課時間 Time	Rab	上課教室 Room	清華大學人齋交誼廳

附表 14：清華大學同學回饋

謝○慈同學 很開心能夠選擇這個服學，不僅能夠用 60 元吃到比學餐還要好上許多的食材以外，也學到許多新的料理，像是飯捲、壽司、湯圓等等，也接觸到了特別的食材像是野薑花和火龍果皮烘蛋，這些都是很美味的食物，除此之外，我還在課堂中得到了許多新知識，也解開一些自己對於核食或是美牛等等的誤解，實在讓我受益良多。	李○儀同學 在高中時我是烹飪社的幹部，過去我很熱衷料理，無論是甜點、鹹食，都是社課會接觸到的，但我從來就沒有思考過這些食物背後的生產課題。一直以來，我很愛做烘焙類的點心，因此小麥的麵粉自然用的比較多。當這學期的服學講到糧食自給率時，我也才驚覺到這件事。或許今年我們都還未滿 20 歲，而未能加入主婦聯盟，但我想我會更關注「吃」方面的問題。
林○辰同學 以前總想著上大學後要自己生活，想學一些料理，而書院的服學剛好有這門課於是就參加了。這學期的課程中不僅教我一般的料理，也	小魚的心得 參與主婦聯盟辦的共食，讓我學到很多烹飪的技巧，認識了許多之前沒吃過的野菜、沒試過的調味方式，每次共食的議題討論也讓我收穫

學到很多少見食材的用法（尤其是野菜那堂），同時聽講者講述不同的食安問題，是門收穫滿滿，很充實的課！期待以後還能再參加，也希望未來宿舍真的能有完善的廚房。	良多，聽到許多正在發生而我們平常不太會注意的事。很開心能參加這幾次的活動！未來希望自己能繼續煮給自己吃，並多關心生活周遭發生的事情。
楊○晴同學 這學期參加校園飲食的服務學習，讓平常幾乎沒有下過廚的我，開始接觸這些廚房的工具及食材，桂枝老師每次都俐落的分配工作和指導，大家就會非常有效率的合作變出一道道美味的佳餚，能參與其中也讓我非常有成就感。除此之外，這六堂課也讓我更加了解這些和飲食有關的議題，感謝主婦聯盟還有所有來的講師。	

附表 15：清大自煮課程影像紀錄

自煮課程	主題講座
	
	
	



參、社會青年部份：

一、前言：

社會青年自煮在新竹是首創先例，本計畫選擇和新村小商號合作，共計開立 6 門自煮課程。明日進行曲放映會則和「新竹市築心生命教育協會」合作。

二、以下是課程執行的基本資料：

(一) 課程名稱：自煮生活、找尋明天的答案-民主米粉炒、我們要喝乾淨水

自煮生活 ~ 一鍋飯 一個風景 一群人
邀你/妳來共煮

精彩菜單：

9/13秋之味~燉飯料理/飲食與氣候
彭桂枝/吳建良(總匯燉飯含肉及蔬食、水煮蛋、湯或飲品)

9/27蛋白圓舞曲/餐桌上的非基改
彭桂枝/劉綱志(肉排雙拼、蕃茄炒蛋、時蔬1、時蔬2、湯或飲品)

10/11向自然接力-野菜料理/談飲食與土地
彭桂枝/許大麟(季節野菜料理共煮、魚排)

10/25全食全方位的營養/剩食、惜食與續食
彭桂枝/(雞肉及蔬食全食運用、雞料理、蔬食料理、夏日水果煎餅)



找尋明天的答案-民主米粉炒

《找尋明天的答案》(明日進行曲)討論全球環境的未來。第四篇談到民主翻轉。台灣也有許多團體關注全球環境。2014年綠黨周江杰進入新竹縣議會，樹黨許育瑜進入竹北市議會。環境運動從NGO變為政黨。進入議會，能與不能，是否有所限制...我們邀請兩位來分享。

今晚也會一起吃米粉，聽分享。
(聽說新竹山川米粉莊老闆要親自示範炒米粉呢~)

時間：2017/11/22(五)晚上8:30-10:30
地點：新村小商號(新竹市建中一路23巷29號)
費用：100元/人(含場地費及餐費)
報名方式：親臨新村小商號報名繳費。電話：拉拉0936036871、彭桂枝0937099482
贊助：有關責任台灣生態聯盟生活消費合作社 協辦：新村小商號



綠食育推廣講座-- **我們要喝乾淨水**

水是生命的源頭，新竹縣市的朋友至少有一半都共飲頭前溪。讓我們一起來認識這條孕育生命、農業灌溉、供應飲水、工業、航運的母親之河。

講師：陳翠琴(我們要喝乾淨水行動聯盟召集人)

時間：12/22(五)13:30-15:30
地點：新村小商號(新竹市東區建中一路23巷29號)
費用：100元/人(含場地及茶點)，講師費由主婦聯盟贊助。
報名方式：請12/21前報名，以便安排場地及茶點。
報名電話：拉拉0936036871或彭桂枝0937989482
贊助/協辦：主婦聯盟生活消費合作社公益金/新村小商號



(二) 開課老師：彭桂枝及外聘講師

(三) 課程規劃執行：彭桂枝

(四) 課程地點：新村小商號

(五) 課程期間與上課次數：2017 年 9 月至 2017 年 12 月，共進行 6 次自煮課程。

(六) 課程經費來源：

1.綠食育點線面公益金，支援 6 堂自煮課的文宣費、講師費、勞務費、食材費及雜費。

2.參與課程學員：大人酌收 120 元/人、大班以上小孩 60 元/人，補貼場地費、部分食材費。

(七) 參與情形：社會青年自煮(含「找尋明天的答案讀書會」) 6 場次為 77 人次、
「明日進行曲放映會」為 26 人次。(詳見附表 16：社區青年自煮、找尋明
天的答案讀書會及明日進行曲放映會成果相片)

(八) 媒體報導：客家新聞雜誌 2017/10/25 專題報導

<https://youtu.be/d3DpSx11tMw>



三、小結：

(一) 社會青年自煮課程的效益：

1. **人與人的連結**：在課程中不時會看到久未謀面的朋友或師生相遇，也有不認識的朋友，因為共煮課程變的常常聚在一起。這就是共煮課程最立即的成效，讓忙碌的現代社會有個停歇的時間，藉由食物，重新拉近人與人的距離。
2. **環境及食育議題的突破**：共煮之後都會搭配相應的主題講座，原本生硬的內容若是單獨呈現，聽眾不見得會想要參與。但是在吃飯聊天的過程中，卻讓生硬的議題可以進入聽眾的耳中，甚至還點發彼此的火花。
3. **動手煮不困難**：共煮菜單設計都是家常菜，每位參與者都要動手煮食，且時間設定在 1 時內完成，多次下來幾乎都能在過輕鬆上手。
4. **走出站所觸及社區**：參與者可以認同合作社是積極落實在地關懷的團體，對合作社持正面形象。

(二) 對參與族群的觀察：

1. **關於時間**：因為負責人時間的限制，因此共煮時間安排在週三晚上 6:30 至 8:30。原先擔心是否有人晚下班會無法參加，但是若有心想參加的朋友，會自己排開班，空出時間。
2. **關於對象**：參與對象為學生、單身青年、中年子女離巢的媽媽、幼兒家長，社區的參與者較多元，不會單一集中在青年身上。也因為這樣意外的看見不同族群的需要：單身的青年需要除了工作領域以外的朋友可以交際，中年媽媽需要有朋友一起共食聊天，幼兒家長關心怎麼吃比較健康，這些都會是參加的理由。

(三) 是否要延續？

1. **延續下去**：已經辦理過共煮課程的新村小商號在 2018 年將會邀集朋友繼續辦理共煮。而新竹分社推廣員的角色就是持續在各地點火，讓更多人願意煮食。

2. 組織共煮志工團：2017 年的社區青年共煮由計畫主持人桂枝規劃，2018 年建議可以有計劃地吸納有心的共煮志工一起規劃共煮及主題講座，這樣共煮的影響力就不會因為主辦人的時間狀態而變化，影響力更能持續擴大。

3. 持續投入就會看到成果：共煮行動持續進行，成果就會慢慢呈現出來，2018 年我們預計在與香山綠食集和竹蜻蜓綠是集合作，相信會有愈來愈多的民眾願意動手煮食！

附表 16：社區青年自煮、找尋明天的答案讀書會及明日進行曲放映會成果相片

9/13 秋之味～燉飯料理 	9/13 糧食自給力／吳建良 
9/27 蛋白質圓舞曲 	9/27 餐桌上的非基改／劉娟志 
10/11 向自然接力－野菜料理／陳金美 	10/11 認識除草劑議題／許天麟 

10/25 全食料理－用蘿蔔葉製作雪裡紅



《客家新生活》客家新聞部誌開967集

10/25 全食全方位的營養／彭桂枝



11/22 米粉炒：邀請山川米粉老闆莊先生現場示範米粉炒。



11/22 找尋明天的答案讀書會：邀請前新竹縣議員周江杰及現任竹北市民代表分享民主轉返的可能。



12/17 與新竹市築心生命教育協會合作放映《明日進行曲》。



12/17 映後分享。



12/22 冬至米食樂－一起搓湯圓。



12/22 找尋明天的答案讀書會-拿回環境公民權力～我們要喝乾淨的水

四、持續追蹤新竹縣市校園午餐近況、食育及環境教育推動情形：

(一) 由於縣市政府及中央政府已將校園午餐品質監控列為重點政策，因此本計畫的定位是在持續提供消息，並轉而培力更多食育尖兵。

(二) 作法：持續更新校園午餐消息，藉由臉書維護，提供最新校園午餐及食育消息。

(三) 進行社間合作，推動校園午餐、食育及環境教育普及教育：

1.各項食育推廣，除了原有綠食育推廣員、綠繪本推廣員外，更加強與其他在地團體的合作，達成起整體提升食育力及組織連結力的效益。

2.另外，新竹縣市飲用水議題也在 2017 年 10 月起開始和荒野新竹分會鄉土關懷組一起合作推動。



玖、整體計畫效益：

- 一、 落實合作社關懷地方社會的原則。
- 二、 培力本社社員發言及行動能力。
- 三、 增加本社在桃竹苗地區青年社群的曝光度及友好感。
- 四、 提升學校教師及桃竹苗民眾推動綠食育及參與校園午餐的能力，進而提升校園午餐品質。
- 五、 藉由社間合作，提升本社串連在地團體的能力。

壹拾、結論：

2017 年感謝主婦聯盟合作社公益金的挹注，讓新竹分社可以有能力在桃竹苗地區推廣綠食育，實踐和在地社區及年輕族群接觸的新計畫。

2018 年，希望會是傳承及持續推廣的一年！讓桃竹苗更多民眾可以繼續看見及感受到合作社對食育、環境及人的關愛。同時也會有更多社員願意因為看到在地的需要，一起跨步同行：不論他／她的決定是拿起鍋鏟煮菜，或是和家人朋友一起共食，或是踏進農園認識農友，或是發現在地議題，願意發聲成為推廣員、、、等，對於台灣及我們都是嶄新的一步！！

壹拾壹、經費決算表（以合作社最終決算表為準）：請見附表。

項目		單位	數量	單價	申請補助	2017/6	2017/7	2017/8	2017/9	2017/10	2017/11	2017/12	累計	未執行	執行率	執行說明
推廣講座	講師費	時	60	800	48,000	16,000	1,600	1,600	1,600	3,200	4,800	4,000	32,800	15,200	68%	1、鼓勵各申請單位自付為原則，以夥伴學校、偏鄉小校、家長及師資培力優先運用公益金經費，因此酌減金額。 2、原預算額度調整至補貼「青年綠食育」自煮課程材料費，以及「青年綠食育」外聘師資運用。
	講師交通費	筆	1	10,000	10,000	1,776	0	0	528	816	386	0	3,506	6,494	35%	實支實付。邀請桃竹苗區講師較多，因此省下交通費。
	材料費	人次	320	50	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	100%	簡易示範，學員自付材料費。
	勞務費	時	60	100	6,000	0	0	0	800	0	600	3,600	5,000	1,000	83%	宣傳、活動協助及紀錄等
青年綠食育課程	文宣費	筆	1	3,000	3,000	0	0	0	0	0	800	379	1,179	1,821	39%	青年食育課程文宣製作
	講師費（外）	時	6	1,600	9,600	0	0	0	1,600	6,400	4,800	5,600	18,400	-8,800	192%	1.《找尋明天的答案》新竹市東區讀書會 2 時；中原大學場次，賴曉芬女士導讀之讀書會，由中原大學支付。 2.其餘經費為「青年綠食育」課程時，邀請外聘師資運用。因清大自煮及新竹市社會青年自煮場次，主題講座多為外聘師資，因此費用增加。
	講師費（內）	時	24	800	19,200	0	0	0	2,400	2,400	4,800	5,600	15,200	4,000	79%	1.自煮課程辦理場次：清大 6 堂、社會青年 6 堂、中原 4 堂。
	講師交通費	筆	1	5,000	5,000	0	0	0	0	856	0	972	1,828	3,172	37%	實支實付。邀請桃竹苗區講師較多，因此省下交通費。
	勞務費	時	90	100	9,000	3,000	0	0	0	3,600	2,400	1,800	10,800	-1,800	120%	1.6 月工作坊勞務費 30 時。 2.青年綠食育課程志工紀錄、美編及資料編寫，78 時。

材料費	筆	210	100	8000	0	0	0	5350	4352	2880	6480	19,062	-11,062	238%	1.青年綠食育課程材料費，共辦理 16 場次。2.清大 6 場及中原 4 場，免場地費。清大學生酌收 60 元/人，補貼食材。3.社會青年 6 場，需收場地費，由參加者自付款項 100 元/人（50 場地+50 材料）。4.講師、工作人員食材費未收。5.共 16 場約 200 人次（未含講師及工作人員 32 人次）參與。
場地費	筆	1	18,000	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	100%	以爭取合作單位提供為優先，不足款項，才由預算支出。 1、2017 年 6 月 15 日工作坊場地，已由合作單位清大免費提供。 2、《明日進行曲》放映會：12/7 中原大學 1 場、12/17 新竹市築心生命教育協會 1 場。 3、綠食育課程場地：爭取合作單位提供為優先。
公播版權費	場	3	8,000	8,000	0	0	0	0	0	5,000	0	5,000	3,000	63%	1.《明日進行曲》放映會：青年場次，桃 1、竹 1，共 2 場。 2.片商洽談 60 人次，版權費為 5000 元。 3.社內場次：基金會已於 7-8 月、10 月在新竹及桃園辦理放映會。
主持人勞務費	月	9	1,000	9,000	3,000	1,000	1,000	1,000	1,000	1,000	1,000	9,000	0	100%	總管計畫執行及報告撰寫等
雜費	筆	1	5,200	5,200	0	0	0	220	2,043	2,260	67	4,590	610	88%	影印、郵電、雜費、、、等
合計				140,000	23,776	2,600	2,600	13,498	24,667	29,726	29,498	126,365	13,635	90%	

壹拾貳、備註：本計畫將於 2017 年 1 月 15 日新竹分社營委會提供報告。