

# 農村社區食農教育方案

農業部農村發展及水土保持署

112年農村食農教育管理計畫

方案名稱	柚子的夜空		設計者	木日光文旦驛站
學習對象	國小高年級以上		教學時間	2小時
選用之農業作物或社區特色	柚葉的特色		適合人數	30人
			活動場域	木日光體驗園區
設計理念	你曾經透過光線看過柚子的葉子嗎？那點點小光是柚葉裡的油滴。你知道柚葉有子和母嗎？透過認識柚葉的活動，了解柚子和客家地方文化的連結、運用。		聯合國永續發展目標 (SDGs)	SDG2、SDG12
			操作地點	木日光文旦驛站
食農教育法六大方針	<ul style="list-style-type: none"> <li>■支持認同在地農業 ■地產地消永續農業</li> <li>■深化飲食連結農業 □珍惜食物減少浪費</li> <li>□培養均衡飲食觀念 ■傳承與創新飲食文化</li> </ul>			
食農教育概念面向 (三面六項)	農業生產與環境	農業生產與安全	<ul style="list-style-type: none"> <li>■在地農業生產與特色 ■農業生產方法</li> <li>□農業相關生涯 □科技於農業生產的應用與影響</li> <li>□農業與全球經濟</li> </ul>	
		農業與環境	<ul style="list-style-type: none"> <li>■農業生產與環境 □農業與資源永續</li> <li>□社會責任與倫理 □全球糧食議題</li> </ul>	
	飲食健康與消費	飲食與健康	<ul style="list-style-type: none"> <li>■認識食物 □飲食的均衡與健康</li> <li>□生命發展階段與營養 □飲食與疾病</li> </ul>	
		飲食消費與生活型態	<ul style="list-style-type: none"> <li>□飲食消費行為 □食品衛生與食品安全</li> <li>□加工食品的製作與選購 □地產地消 ■綠色消費</li> </ul>	
飲食生活與文化	飲食習慣	<ul style="list-style-type: none"> <li>□飲食的重要性 ■愉悅的進食</li> <li>□分享與感恩 □進餐禮儀</li> </ul>		
	飲食文化	<ul style="list-style-type: none"> <li>■在地飲食特色 ■飲食與文化的傳承</li> <li>□全球與多元飲食文化</li> </ul>		
教學目標	<p>知識：認識柚葉的形狀、厚薄、顏色、香氣</p> <p>態度：願意親近大自然、感受大自然的給予</p> <p>技能：能透過葉子型態分辨出芸香科的樹種</p>			

教學材料		柚子葉、糯米粉、蘿蔔絲內料、湯匙、鍋子、蒸籠、瓦斯、盒子	
活動流程			
時間	學習項目	活動流程及內容	準備事項
5min	行前解說	請噴防蚊液、上廁所 領斗笠	
10min	腳程	步行至戶外園區，沿路解說北回歸線、縱谷地形、路邊的樹種...，介紹瑞穗的地形地景。	斗笠
20min	認識柚葉	步行至文旦園，來到文旦樹下，介紹文旦柚是柑橘類果樹，屬於芸香科，每年3-4月開花，產季是每年的8-9月，摘下一片柚葉，讓客人觀察柚葉的形狀，有一大一小是單生複葉，或是稱為子母葉，形狀像葫蘆，帶給大家吉祥福祿，再透光觀察柚葉內部的精油苞，保留了柚葉的精油，加熱後會散發出芸香科特殊的香氣，故在傳統米食運用上常用來做粿。 除此之外，還有變形的柚葉，讓大家仔細找找，找到心形、長形等不同形狀的葉子，另外摸摸不同軟硬度、顏色深淺不同的柚葉，分別表現新葉、老葉的，也可分辨未來可能會準備長出花和柚子的枝葉。	柚園
10min	腳程、休息	離開柚園前採摘稍後要使用的柚葉，完成即自由步行回到室內場域—集貨場。 洗手、交出葉子統一清洗、喝水、休息、吃點心。	
30min	柚葉菜包DIY	1. 讓大家分辨的白米、長糯米、圓糯米，讓大家猜今天用的是粉是哪一種米？ 2. 用糯米粉300克，水260克，水慢慢加入糯米粉中，用手去揉成糯米糰，要揉到糯米粉成糰不沾手、不沾鍋，桿成長條型，切成8等分。	1. 炒好的餡料 2. 糯米粉、水、圓鍋、蒸籠、湯匙

		<p>3. 手沾油, 取一等分揉成圓形壓扁(外薄中間厚), 中間加入事先準備好的餡料, 以虎口抓握, 大拇指輔助將餡料向內壓, 慢慢捏緊封口, 揉圓後用手指捏出一條粗線即可, 亦或是捏出一個圓形代表月亮, 亦或是自己創造造型。</p> <p>4. 柚子葉抹油, 將成品放柚子葉上墊底, 放入滾水蒸籠蒸約15分鐘即完成。</p>	
20min	休息洗手、尋寶活動	在園區內自由活動, 設計柚紙迷宮、翹翹板等大地遊戲, 等待菜包蒸好的時間, 讓學員在園區中尋寶、拍照或遊戲。	柚紙迷宮
20min	回饋或填寫學習單	<p>1. 回饋或填寫學習單</p> <p>2. 領回作品。</p>	學習單 盒子
參考資料			
<a href="#">食農教育資源整合平台-文旦柚</a>			
教學附件			