
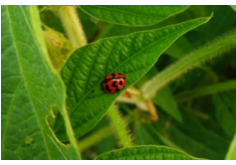



農村社區食農教育方案

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	田野豆腐好食光		設計者	田野勤學團隊
學習對象	國小低中高年級		教學時間	3小時
選用之農業作物或社區特色	國產黃豆		適合人數	20-80人
			活動場域	田野勤學基地
設計理念	團隊成員長期投入國產黃豆復興運動，建構農食育行動循環，計畫建造一個立體的國產綠色雜糧之糧食體系，致力提供自然純淨的雜糧穀物，接續提出耕作見學培訓、產品新穎開發、體驗行銷服務方案，期望找回台灣島失落的黃豆歲月，同時串聯聚落產業共榮發展。		聯合國永續發展目標 (SDGs)	SDG2 SDG12 SDG15
			操作地點	田野勤學
食農教育法六大方針	<ul style="list-style-type: none"> ■支持認同在地農業 ■地產地消永續農業 ■深化飲食連結農業 □珍惜食物減少浪費 □培養均衡飲食觀念 □傳承與創新飲食文化 			
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"> □在地農業生產與特色 ■農業生產方法 □農業相關生涯 □科技於農業生產的應用與影響 ■農業與全球經濟 	
		農業與環境	<ul style="list-style-type: none"> ■農業生產與環境 □農業與資源永續 □社會責任與倫理 ■全球糧食議題 	
	飲食健康與消費	飲食與健康	<ul style="list-style-type: none"> ■認識食物■飲食的均衡與健康 □生命發展階段與營養 □飲食與疾病 	
		飲食消費與生活型態	<ul style="list-style-type: none"> ■飲食消費行為 □食品衛生與食品安全 ■加工食品的製作與選購 ■地產地消 ■綠色消費 	

	飲食生活與文化	飲食習慣	<input type="checkbox"/> 飲食的重要性 <input type="checkbox"/> 愉悅的進食 <input checked="" type="checkbox"/> 分享與感恩 <input type="checkbox"/> 進餐禮儀	
		飲食文化	<input type="checkbox"/> 在地飲食特色 <input checked="" type="checkbox"/> 飲食與文化的傳承 <input type="checkbox"/> 全球與多元飲食文化	
教學目標	<p>知識：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 了解國產雜糧黃豆作物及供應市場所面臨的全球挑戰 2. 知道各種黃豆加工品製作過程及食用益處。 <p>態度：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 願意選擇到自然友善生態種植出的農作物 2. 感受到消費即是價值的選擇 <p>技能：能說出及辨識市場上黃豆的相關製品</p>			
教學材料	<p>團隊介紹摺頁、團隊明信片、田野裡的黃豆寶寶繪本、手機或田間探索色卡、鉛筆、豆漿、手作豆腐工具套組、合適的餐具及各式醬料、豆腐手作箱</p>			
活動流程				
時間	學習項目	活動流程及內容	準備事項	地點
30min	【認識田野勤學團隊】	<p>在北斗向田野勤學，介紹田野勤學農創團隊的創立使命與行動發展。</p> <p>田野勤學位於中台灣彰化北斗復耕栽種台灣本土黃豆；團隊推廣實踐綠色糧食、自然農業、健康大地的價值行動，建構永續食農生活圈。</p> <p>提供「黃豆商品」、「遊程體驗」、「繪本教具」、「食農手作」等服務。</p>	<p>團隊介紹摺頁</p> <p>/團隊明信片</p> <p>/田野裡的黃豆寶寶繪本/</p>	田野勤學基地
30min	【活動一田野寶可夢】	 	<p>手機或田間探索色卡</p> <p>/鉛筆</p>	黃豆田

		 <ul style="list-style-type: none"> □ 認識基地水文歷史及土壤特性、介紹永續農業實行的作法與改變影響。 □ 探索耕地裡的蟲、草、土，發現田間生態出沒的生物並記錄在手機或是田間探索色卡上。 		
<p>90min</p>	<p>【活動二軟豆腐硬功夫】</p>	  <ul style="list-style-type: none"> □ 自己動手做豆腐，使用一人豆腐模具、豆漿和凝固劑，說明豆製品多樣種類、做豆腐的三大關鍵物料、以及分享做豆腐的必勝心法，帶領學員做出自己的豆腐。 □ 等待豆腐完成的時間，說明大豆在國人生活中扮演的角色，以及認識產地生產過程，連結至學員生活中食用大豆製品的飲食記憶，並說明國產大豆的在全球化的影響下所受到的衝擊，鼓勵消費者多食用國產大豆，食用重要性以及其對於生態、生活和文化上的重要性和價值。 	<p>豆漿/ 手作豆腐工具 套組/</p>	<p>田野勤學基地</p>
<p>30min</p>	<p>【活動三手作豆腐品】</p>		<p>合適的</p>	<p>田野勤</p>

嚐】



開箱自製豆腐，邀請學員以不同的方式品嚐自製豆腐，原味和醬料，並分享自製豆腐的口味，以及和過去吃到的豆腐有何不同。

強調選擇國產大豆製品能吃到更新鮮的味道，並回顧在田間看到的豐富生命力，鼓勵消費者在生活中探索、學習、接觸新事物，豐富自己的生命歷程。

如果在家裡要自製豆腐，田野勤學推出的「豆腐making kit 手作箱」，實現「第一次手作就上手」的願望，教大家如何「作豆腐、吃豆腐」，完成豆腐只要簡單幾個步驟，讓豆腐料理更入味可口。



餐具及各式醬料

學基地

參考資料

[大豆\(含黑豆\)良好農業規範\(TGAP\)](#)

[衛生福利部國民健康署-每日飲食指南手冊](#)

[國產農漁畜產品教材-大豆](#)

教學附件

手作豆腐流程



[黃豆加工製品圖](#)

[田間探險圖卡及大豆加工品桌遊](#)