



檳榔山大王 的煩惱

文 / Aleaf
圖 / Singing

檳榔山大王 的煩惱



文 / Aleaf

圖 / Singing

種下一顆愛鄉親土的種子

從小在臺南善化的農村長大，看見農民們辛勤耕作，就暗自希望日後能對自己的故鄉與親友，或是發展中國家的農業及農民盡棉薄之力，這或許也是屬於我個人的食農教育起點。

藉由實際看到農耕施作、嚐到新鮮的蔬果、體驗採收和加工的過程，就可以更瞭解平常吃的各種食物，提升對我們這塊土地的認同感。臺灣得天獨厚的地理條件，足以生產豐富多樣又營養美味的農作物，水果的品質在國際上更是有目共睹，在全球外銷市場上占有一席之地，而市場持續的開發，讓大家對本土的農業更有信心。

這次以芒果、芭樂及檳榔三樣臺灣常見的作物為題，邀請國內知名插畫家及兒童文學家，共同協助創作的繪本，內容包含圖鑑、故事、互動等多元風格，讓小朋友們可以輕鬆自行閱讀，從中獲得樂趣外，也能深入淺出的學習相關知識。值得一提的是，世界衛生組織(WHO)設立的國際癌症研究總署宣布，檳榔是第一級致癌物，目前政府也積極推行「廢園轉作」，以其他作物取代檳榔，除保障農民收入外，更維護全體國民健康。

立法院於今(111)年三讀通過〈食農教育法〉，讓食農正式進入教學領域，令人相當高興和期待，食農教育中的飲食教育，其實就是德育、智育、體育、群育、美育的基礎。培養正確的觀念、建立好的飲食消費模式，才会有健康的身心。食育進入校園的目的，就是從小打下良好的基礎，讓飲食教育變成日常習慣。

透過繪本，在每個人心中撒下走進鄉村、認識作物、親近土地、保護地球的種子，將來一定會結出甜美的果實，抱有對食物、生產者和環境的尊重與感恩，也由內而外打造健康的身體，還有更健康美麗的地球。

行政院農業委員會
農糧署署長

胡忠一

食農素養向下扎根

立法院在2022年三讀通過〈食農教育法〉，設立食農教育推動會、國民穩定取得糧食、增進國民健康、支持在地農業、推動地產地銷，減少食物浪費、強化飲食與農業之連結等，都是重點項目。〈食農教育法〉中，包含農業永續、糧食安全、農產品價格平穩、全民生活及飲食等相關議題，農業經營擔負提供穩定安全農產品之責任，在地經濟及農業發展需全民支持，為提升國人對農業及糧食生產系統的知識和對農業重大議題的瞭解，在教育上深耕，培養正確的飲食觀念，就從校園開始，向下扎根。

順應〈食農教育法〉的通過，農村發展基金會獲得行政院農業委員會農糧署的支持與協助，提出製作水果繪本的構想，以芒果、芭樂與檳榔三種臺灣常見的農產為起點，用淺顯易懂，易於閱讀為方向，經由國內知名插畫繪師與兒童文學創作者，藉由平易近人的圖文，配合風趣故事與互動內容與圖鑑，可以用簡單易懂的方式，讓小學中高年級學生認識這些農作物的特性，從小就建立正確的農業知識與觀念。

繪本能夠順利的完成，除了要感謝行政院農業委員會農糧署的指導，還有行政院農業委員會高雄區農業改良場、國立屏東科技大學推廣教育處、國立屏東科技大學科技農業學士學位學程、以及各方農業先進的鼎力相助，讓繪本得以更加完備。

期待食農教育的概念能深入全民生活，成為每個人生活的實踐，注重個人健康飲食，支持國產農產品，促進在地經濟及農業之發展。

財團法人農村發展基金會
董事長

蔡復進

「800 英尺！」

500 英尺！」

100 英尺！」

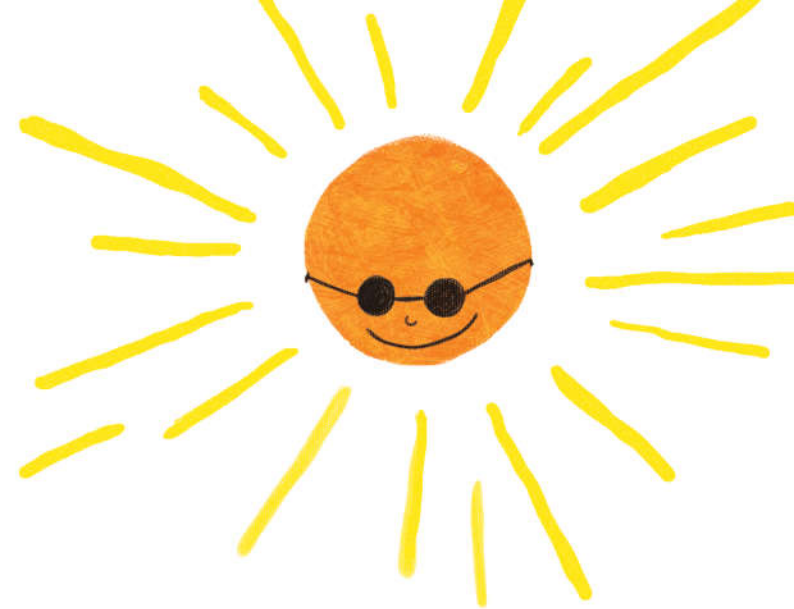
降落！」

萬里無雲的晴空，

突然從天而降一座檳榔茅草屋，

喜歡陽光的檳榔山大王，

從裡頭大搖大擺的走出來。



檳榔山大王想和這裡的村民做朋友，他走到村民面前介紹自己：

「大家好，我是去過很多國家的檳榔山大王，印尼、印度都去過，現在來到臺灣，是想讓大家一起賺大錢，而且在我的保佑之下，你們的檳榔園就會像我一樣挺拔。」

檳榔山大王沒有說的是，並不是每個國家都歡迎他，例如他就無法進入土耳其和澳洲這些國家，因為他含有檳榔鹼，會讓人亢奮，所以被列為毒品。



他還傳遞錯誤的知識給村民：

「吃檳榔最健康了！還能搭配菸跟酒，更對味！」

檳榔山大王完全沒有考慮到村民的健康。

*泡泡代表吹噓的檳榔優點，其實吃檳榔是有害健康的。

在檳榔山大王^の的鼓吹^を下^で，大家^は開始^し紛紛^と種植^し檳榔樹^を、吃^て檳榔^を。沒^く想^わ到^う，經過^を一段^の時間^間，村民^は漸漸^と發現^し吃^て檳榔^を有^る很多^の後遺^の症^症。例如^に：會^は越^え吃^て越^え依^っ賴^た、越^え吃^て牙^の齒^は越^え脆^く弱^く、越^え吃^て越^え有^る澀^さ澀^さ的^の感^{かん}覺^{かく}、越^え吃^て嘴^の巴^は越^え臭^く越^え紅^く，甚^し至^し有^る人^の得^え了^る口^の腔^の癌^{がん}，而^し且^に有^る些^ち人^の隨^ず地^で吐^き棄^す檳榔汁^を、檳榔渣^を，影^ひ響^を衛^{えい}生^{せい}也^も有^る礙^が市^の容^{よう}貌^{ぼう}。



吃^て檳榔^を可^か以^い「顧^{かん}嘴^の齒^は」？

嘿^{へい}嘿^{へい}，
吃^て花^の生^{せい}什^し麼^の的^の
難^が不^ふ倒^た我^が！



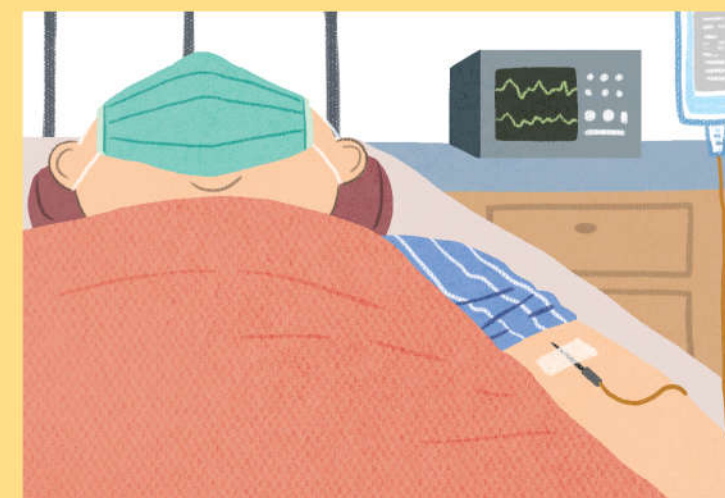
吃^て檳榔^を可^か以^い「防^{ぼう}蛀^の牙^は」？

信^{しん}不^ふ信^{しん}，
我^が都^も沒^な有^る蛀^の牙^は？



吃^て檳榔^を得^え口^の腔^の癌^{がん}
的^の人^の很^ひ少^{すく}？

哼^{へい}！
就^は跟^を你^に說^を我^の身^の體^{たい}
超^{ちやう}健^{けん}康^{かう}！



因此，大家慢慢疏遠檳榔山大王。

檳榔山大王一開始還以為是
是大家懼怕他的緣故，
還洋洋得意的說：

「嘿，嘿，
這裡的村民真聽話。」



只有村裡的男孩子，小勇士，願意站出來告訴他：

「檳榔山大王，

我討厭你！



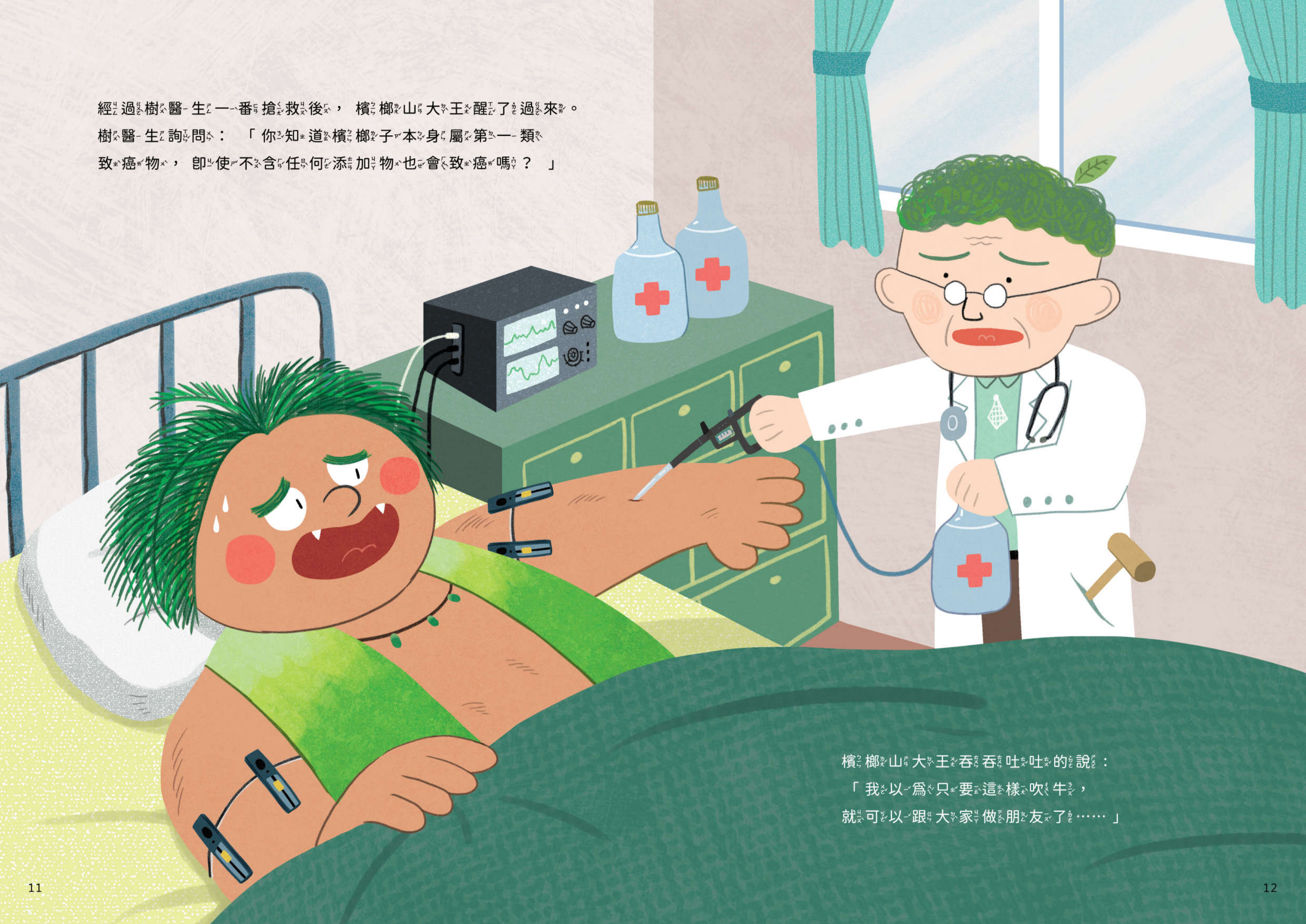
你傷害大家的身體，開始出問題，
你怎麼可以說謊？
怎麼可以傷害我們？」

聽了小男孩的指責後，
檳榔山大王竟大哭起來，
還哭到昏倒！

直到發現
沒有人跟自己玩，
檳榔山大王才開始
感到慌張。



經過樹醫生一番搶救後，檳榔山大王醒了過來。
樹醫生詢問：「你知道檳榔子本身屬第一類
致癌物，即使不含任何添加物也會致癌嗎？」



檳榔山大王吞吞吐吐的說：
「我以為只要這樣吹牛，
就可以跟大家做朋友了……」

檳榔山大王接著說：「我平常就有吃很多很多的農藥、石灰、老花及不明添加物，有時還會搭配酒一起食用。」
樹醫生搖了搖頭。





檳榔山大王沮喪的說：

「我覺得害了大家，好丟臉，
我怎麼能彌補呢？」

機智的可可妹妹靈機一動說：

「你能用廢園轉作的方式，

將檳榔和可可先種在一起，

等到可可收成後，

再將檳榔樹全數砍除，

不僅能減少種植

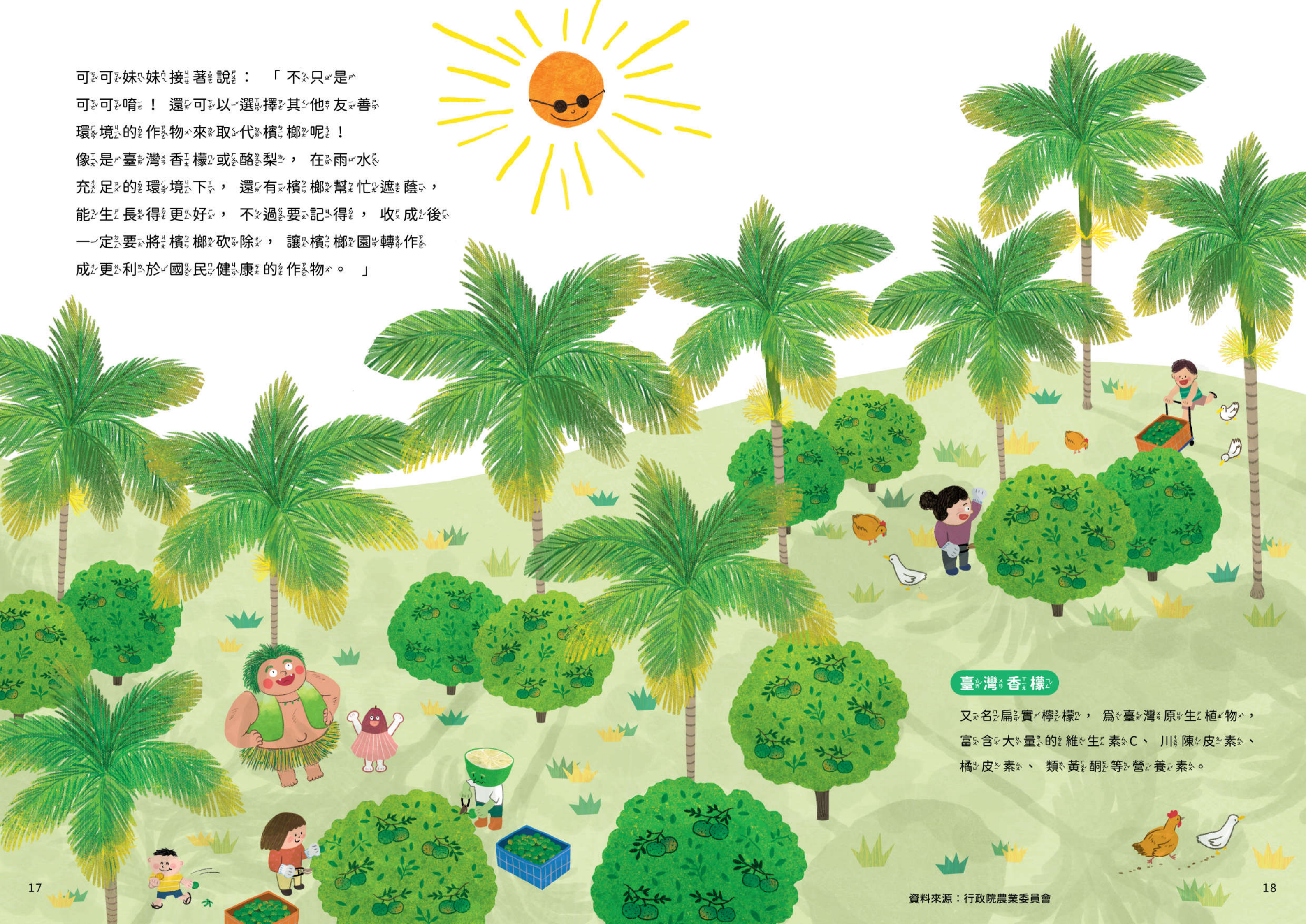
檳榔面積，還能

確保收益呢！」



可可妹妹接著說：「不只是我
可可唷！還可以選擇其他友善
環境的作物來取代檳榔呢！」

像^{ㄒㄩㄥˋ}是^{ㄕㄨˋ}臺^{ㄊㄞˊ}灣^{ㄨㄢˊ}香^{ㄒㄩㄥˋ}檬^{ㄇㄥˊ}或^{ㄉㄨˋ}酪^{ㄌㄞˊ}梨^{ㄌㄧˊ}，在^{ㄗㄞˋ}雨^{ㄩˇ}水^{ㄨㄞˊ}充^{ㄔㄩㄥˊ}足^{ㄘㄨˊ}的^{ㄉㄜˊ}環^{ㄏㄨㄢˊ}境^{ㄐㄩㄥˋ}下^{ㄘㄚˋ}，還^{ㄩㄞˊ}有^{ㄩˇ}檳^{ㄅㄧㄣ}榔^{ㄌㄤˊ}幫^{ㄅㄤˊ}忙^{ㄇㄤˊ}遮^{ㄓㄜˊ}蔭^{ㄩㄣˊ}，能^{ㄋㄥˊ}生^{ㄕㄨㄥˊ}長^{ㄓㄤˊ}得^{ㄉㄟˊ}更^{ㄍㄥˊ}好^{ㄏㄞˇ}，不^{ㄅㄨˋ}過^{ㄉㄨㄛˋ}要^{ㄩㄞˊ}記^{ㄐㄧˋ}得^{ㄉㄟˊ}，收^{ㄕㄨㄞˊ}成^{ㄔㄥˊ}後^{ㄏㄞˋ}一^{ㄧˋ}定^{ㄉㄧㄥˋ}要^{ㄩㄞˊ}將^{ㄐㄩㄥˊ}檳^{ㄅㄧㄣ}榔^{ㄌㄤˊ}砍^{ㄎㄢˇ}除^{ㄘㄨˊ}，讓^{ㄖㄨㄥˋ}檳^{ㄅㄧㄣ}榔^{ㄌㄤˊ}園^{ㄩㄢˊ}轉^{ㄓㄨㄢˋ}作^{ㄗㄨㄛˋ}成^{ㄔㄥˊ}更^{ㄍㄥˊ}利^{ㄌㄧˊ}於^{ㄩˊ}國^{ㄍㄨㄛˋ}民^{ㄇㄧㄣˊ}健^{ㄐㄩㄥˋ}康^{ㄎㄤˊ}的^{ㄉㄟˊ}作^{ㄗㄨㄛˋ}物^{ㄨˋ}。」

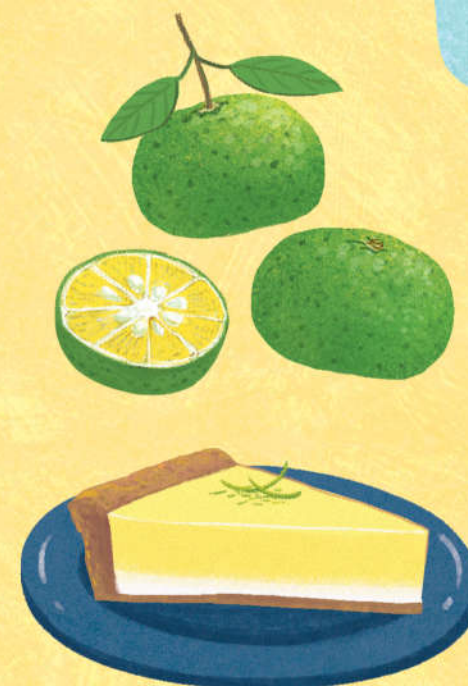


臺灣香檬

又名扁扁實、檸檬，為臺灣原生植物，富含大量的維生素C、川陳皮素、橘皮素、類黃酮等營養素。



酪梨叔叔接著說：「種出來的可可、臺灣香檬及酪梨，還能製作成好吃的巧克力、檸檬派及好喝的酪梨牛奶等等，這樣就能減少進口需求，成為取代檳榔的在地產業，這樣農民就不用擔心生計，也能達到淨零排放的目的呢！」



好喝的
臺灣香檬
原汁呵！



屏東可做的
生巧克力唷！

聽到這，檳榔大王都流出口水來了。

酪梨叔叔繼續補充：

「所謂淨零排放不是不排放，而是努力讓人為造成的溫室氣體排放極小化，再用負碳技術、森林碳匯等方法抵消。」

「舉例來說：『果園草生栽培』就是很好的有機種植方式，將檳榔樹全數砍除，留下自然雜草，改種前面提到的作物，這樣就能有利土壤通氣性及保水性，並能固定氮或使土壤吸收氮來成為養分，減少氮肥的施用，達到『增加土壤碳匯』的功能。」

小百科

果園草生栽培

一般以為雜草會和農作物搶養分，影響農作物生長，所以會使用除草劑；現在發現雜草可以留住土壤中的水分及有機質，多樣化的雜草還能吸引不同物種，讓他們相互制衡，減少病蟲害，是一種非常友善土地的方式。



聽完這些有用的建議，

檳榔山大王說：「謝謝大家這麼為我著想，但我帶

給大家的不困擾實在太多，我決定離開這裡，

讓大家都遠離這些傷害，希望大家永遠健康。」

「我都被笑長得像
木瓜。」

「我也曾被說油滋滋的！」

反送外山大王

燒喔～
上菜嘍！

「很多人還不是
很愛酸我。」

動動腦

來挑戰

某一天，檳榔山大王不小心在森林裡迷路了，林中許多猜猜看路牌，聰明的你，讀過剛剛的故事後，快來幫他指出回家的路吧！

檳榔山大王喜歡什麼樣的天氣？

- A. 大晴天
- B. 雨天

吃檳榔會有什麼副作用？

- A. 牙齒磨平變脆弱
- B. 失去味覺

檳榔廢園轉作怎麼執行呢？

- A. 先種其他作物，收成後砍檳榔
- B. 不砍檳榔不種其他作物

檳榔子是什麼樣的果實？

- A. 健康的食物
- B. 一級致癌物

檳榔山大王彌補村民的方式，哪個是正確的？

- A. 廢園轉作
- B. 繼續種檳榔

終點

親親田園食農讀本003

檳榔山大王的煩惱

指導單位 | 行政院農業委員會農糧署

出版單位 | 財團法人農村發展基金會

作者 | Aleaf

繪圖 | Singing

編輯委員 | 行政院農業委員會農糧署 | 范國慶科長、吳寶芬技正、陳柏文技正、李昌鴻技士
| 國立屏東科技大學推廣教育處 | 彭克仲處長

發行人 | 蔡復進

編輯小組 | 王宗明、吳彬睿、王韋勝、李耘慈、邱詩云、劉伯姬、林真慧

企劃執行 | 木蘭文化事業有限公司

地址 | 臺北市中正區愛國東路22號14樓

電話 | 02-2358-3626

傳真 | 02-2358-3621

網址 | <https://www.rdf.org.tw/>

服務信箱 | rdms4@hinet.net

出版日期 | 2022年12月

定價 | 350元

版次 | 初版一刷

ISBN | 978-626-95725-3-3

版權所有 翻印必究

國家圖書館出版品預行編目(CIP)資料

檳榔山大王的煩惱／Aleaf文；Singing圖。 -- 初版。
-- 臺北市：財團法人農村發展基金會，2022.12
面：公分。 -- (親親田園食農讀本：3)
注音版
ISBN 978-626-95725-3-3 (精裝)

1.CST: 健康飲食 2.CST: 繪本 3.CST: 初等教育

523.39

111020140

感謝國立屏東科技大學推廣教育處、國立屏東科技大學科技農業
學士學位學程、屏東縣萬丹鄉四維社區前理事長簡阿忠，於本書
採訪編輯過程中提供諮詢，全力協助。





適讀年齡：7歲~12歲

定價：350元

