

109年 食農教育推廣計畫

創新型

又禎有限公司

計畫簡介及亮點

跨域共好 幸福豆製所

以田野勤學「黃豆」為主題，整合食農教育活動與課程，由大學及社區課程參與，認識在地黃豆作物友善種植與生產特色，了解友善生產方法，並體認黃豆作物與全球經濟的關聯，以此作為未來帶動社區推廣的引起動機。



一顆黃豆讓教育扎根
社群跨域模式的食農設計行動

計畫聯絡人/職稱：陳光鏡

109年 食農教育推廣計畫

又禎有限公司

創新型

-- 跨域共好 幸福豆製所 --

計畫願景與圖像

社區共同參與
節氣飲食與文化
產地到餐桌實踐
節氣與飲食
親子實作體驗
餐桌共食

共煮廚房

紙偶劇場

食農種子培力
繪本故事教材
服務學習
青年實作工作坊
社區參與

食農與藝術
青年參與
合作體驗
立體繪本創作
社區服務
社會影響力

假期營隊

光之豆製所

黃豆飲食加工
青年返鄉
職涯探索
創新教育
青年實作工作坊
社區參與

光之豆製所
跨域共好 幸福豆製所

提出設計行動如下：

- ① 城市家庭於週間得以參與的餐桌行動
- ② 青年食農夥伴的興趣培力到工作發展
- ③ 校園食農營隊模組的建構(孩童/國小/國中)

跨域計畫實踐，並且在計畫執行期間，增益團隊在跨域合作的經驗與行動對話。

在地知識
與民眾參與

- 結合美學與食農的豐富教育
- 從食物切入構建不同能力的參與平台
- 使社區民眾相互信任與幫助
- 以「黃豆飲食」結合「季節餐桌」為行動

多元議題
與創意展現

- 以議題反思快食尚飲食的議題
- 以環境美感融入食農教育體驗
- 美是創造力與生命的開端

社會影響的擴散

- 為友善土地的料理找到舞台，給予團隊能量，吸引更多社區民眾認同和參與
- 從家庭影響農村社區的看法，也能回溯自身社區的價值
- 跨域社區的交流與服務是相互連結學習

109年 食農教育推廣計畫

創新型

又禎有限公司

-- 跨域共好 幸福豆製所 --

計畫創新性與實驗性

黃豆主題的系列活動
從農食育的操作體驗分享裡
感受、探索、學習
亞洲飲食的生活記憶



109年 食農教育推廣計畫

又禎有限公司

創新型

共煮廚房—灶腳共煮，豆陣來料理

主題農產品

黃豆、大豆製品
(豆皮、豆腐、豆
干等)

學習者

青年、親子家庭
及社區群體

概念面項

飲食健康與消費

學習內容

認識食物
飲食的均衡與健康
飲食消費行為
加工食品的製作與選購
產地消

教學理念

透過餐桌共食的實作體驗，認識從料理飲食端反思友善作物的脈絡，並且討論飲食健康與均衡的機制，推廣綠色消費的行動。

教學目標

創造城市家庭於週間得以參與的餐桌行動，與社區合作建立社群參與食農的模組，實踐從產地到餐桌。

共煮廚房—灶腳共煮，豆陣來料理

教學主題	教學內容
了解國產大豆以及飲食健康、綠色採購	以「黃豆多元飲食」為主題，結合「季節餐桌食物」，介紹台灣國產黃豆友善耕作以及大豆與土地的連結。
黃豆飲食結合節氣慶典開出菜單	將友善自然農法順應自然的理念，導入「食物」與「土地」能量，並以節氣料理飲食為基礎，搭配黃豆主題食材品味覺察，開出豐富的大豆菜單。
參與者進行料理教學及實作交流	跨年齡層的參加者透過料理的教學與實作互動交流，能形塑為聚落灶腳社群中心，也提供社區展現對食物的需求舞台，更強化土地學習型組織價值。



計畫聯絡人/職稱：陳光鏡

109年 食農教育推廣計畫

又禎有限公司

創新型

蔬果劇場—傑克我的媽呀

主題農產品

黃豆、青豆
等等大豆雜糧

學習者

來自不同學校的
大學生青年

概念面項

農業與環境

學習內容

農業生產方法
農業生產與環境

教學理念

以黃豆為主題，以「友善食農」、「環境藝術」為核心作為喚起農村創生的引喻線索，思考社區凝聚的感動力量，延伸試圖提供食農築夢契機的可能性。

教學目標

透過教案及教具的構思、設計、研發過程，培養青年將食農教育理念轉化為具體行動的能力。

蔬果劇場—傑克我的媽呀

教學主題	教學內容
了解大豆栽種、生長環境、作物特性	由田野勤學分享多年的大豆種植經驗讓參加者理解作物本身的特質，以及了解作物的成長環境、與環境的關係
討論製作方向、角色設定及劇場腳本	透過第一階段對於作物本身的了解及消化，開始討論構思角色設定，賦予作物不同的個性以及形象，並設計短劇本。
開始製作紙偶道具	完成角色及劇本設定，開始進行紙偶道具的繪畫及製作。
進行成品展演	最後由大學生青年們完成自己所做的小劇場，並配合活動展演，歸廣石農教育。



計畫聯絡人/職稱：陳光鏡

109年 食農教育推廣計畫

又禎有限公司

創新型

蔬果劇場發表演出

教材形式

互動型態
體驗實作課程

學習者

學齡孩童、親子
家庭

規格篇幅

紙偶蔬果劇場
一場演出

建議教學 時間

30-40分鐘

使用說明

透過蔬果劇場工作坊的發想與創作，製作一齣關於大豆蔬果的故事劇場，用活潑有趣的方式引發觀者的共鳴，與孩童建立連結

運用台灣在地的農食黃豆作為主題發想，導入社區的食農與團隊互助共好的精神，透過小組集體創作的方式構思創意的劇情和逗趣的對白，或改編坊間笑談和繪本故事，裝入每一寸土地的生命，讓一場表演不僅是藝術，而是大朋友到小朋友都能操作運用的教材，是人與群體、土地互動之美的展現。

計畫聯絡人/職稱：陳光鏡



109年 食農教育推廣計畫

又禎有限公司

創新型

假期營隊—食農教育駐村營

主題農產品

黃豆、黑豆

學習者

來自不同學校的大學生青年

概念面項

農業生產與環境

學習內容

農業生產方法
農業生產與環境

教學理念

辦理以環境食農為核心，大豆飲食為主題，土地文化為媒介的食農教育營隊，以期達成永續環境的實踐，培育食農教育種子助教的契機。

教學目標

經由大學培力及服務學習，以產學合作的模式，導入青年培力育成種子，建構校園食農營隊模組（孩童/國小/國中）。

假期營隊—食農教育駐村營

教學主題	教學內容
國產大豆與國際糧食困境	透過帶領學習者認識國產糧食的關鍵重要性以及傳統飲食工藝來認識國產黃豆區域產銷的議題與支持行動。
黃豆田園樣貌與產地實踐	從黃豆田間探索了解作物的生長、田園的生態和生產者盼望打造的生活，透過觀察田野中的動物與植物，了解自然農法對於環境的正面影響。
繪本的溫度：社區故事力實踐	以繪本「看得見的歌」作為引導題材進行繪本研討創作，練習用繪本創作說故事的能力。
食農營隊遊戲工作坊	工作坊透過「我想開一間這樣的豆漿店」作為貨幣遊戲的題材，共同描繪對於豆漿店的想像，並轉化為教案。



計畫聯絡人/職稱：陳光鏡

109年 食農教育推廣計畫

又禎有限公司

創新型

食農教育課程—豆豆立體繪本

教材形式

互動型態
體驗實作課程

學習者

6-12歲小學生

規格篇幅

製作一本
立體繪本

建議教學 時間

1.5-2小時

使用說明

「傑克，我的媽呀」主題課程，帶領參與的孩子們走進東勢的田野林間，感受大樹、綠草，觀察獨角仙、螃蟹或是閃閃發亮的蜘蛛網，讓孩子們實地觸摸感受大自然。

回到室內，引導孩子們動手做一幅自己喜歡的作品，讓孩子們一起在同一張畫紙上共同創作，畫上屬於自己喜歡的角色與事物、連結彼此的圖畫讓藤蔓在其中恣意生長，情節則任意奔放。

在過程中，觀察每一個創作者的線條風格、塗色方式和繪畫習慣，學習相互學習和成長。



計畫聯絡人/職稱：陳光鏡

109年 食農教育推廣計畫

又禎有限公司

創新型

光之豆製所—青年社區培力

主題農產品

黃豆、豆漿、豆腐

學習者

來自不同學校的大學生青年

概念面項

農業生產與環境
飲食健康與消費

學習內容

農業生產與環境
認識食物
加工食品的製作與選購

教學理念

將大豆田野生態、自然農法概念以及大豆加工體驗等教給青年團隊，期望透過青年培力的力量，帶動食農教育營隊的建立。

教學目標

將大豆田野生態、自然農法概念以及大豆加工體驗及用法等教給青年團隊夥伴。

光之豆製所—青年社區培力

教學時間	教學內容
介紹田野大豆及自然農法栽種	認識基改及非基改大豆、進口及國產大豆，認識大豆的生長歷程以及自然農法栽種與生態環境生態的交互作用。
田區生態探索	進入大豆田區，發現自然農法栽種田區與一般田區的不同，觀察田區豐富的生態。
大豆飲食與日常密不可分	日常中有許多大豆飲食，例如：豆腐、豆皮、大豆油、醬油、味噌等等，讓大家認識這些與我們非常緊密飲食。
豆腐手作教學	大豆黃金三部曲第二部，介紹製作豆腐的步驟流程、豆腐的原料以及相關條件跟工具，讓參加者實際製作豆腐並享用。
手沖豆花教學	大豆黃金三部曲第三部，沖製豆花，介紹沖製豆花所需的原料以及與製作豆腐有什麼樣的差異、豆花成型的小訣竅，並讓參加者實際手沖豆花享用。



計畫聯絡人/職稱：陳光鏡