



行政院農業委員會

COUNCIL OF AGRICULTURE, EXECUTIVE YUAN

# 新食農文化運動



行政院農業委員會  
主任委員陳吉仲

簡報日期：108年07月18日

# 臺灣為何要推動食農教育？



# 臺灣農業的重要性

維護生態景觀

國土保安

傳承農村文化

進口農產品僅能供應糧食，  
無法提供農業的多功能價值。

提供糧食

維持生態多樣性

水土涵養

增加經濟綜深





# 農業生活知識

## Q 大蒜發芽有毒嗎？

**A** 大蒜在發芽過程中並沒有毒唷！  
大蒜在發芽過程中，僅會消耗掉營養物質，導致蒜瓣萎縮、乾癟，營養價值\*大大降低！

事實上，將發芽之蒜頭種植於介質或土中，剪取綠色幼苗，即為「蒜苗」，是烹飪料理上的美味佳餚呢！



## 芒果表皮黑點及食用安全性

造成芒果黑點主因，是受黑斑病或炭疽病感染，僅對芒果有礙，不會感染人體。

果皮如果是輕微受損，切除受害部位仍可食用，沒有安全疑慮。

已經明顯腐敗、變色、變味，就丟棄，不宜再吃下肚。

凱特芒果感病  
黑斑病 又稱臭頭病

愛文芒果感病  
炭疽病

行政院農業委員會農糧署 108/07/14



## 番石榴 營養甜脆 現在吃正是時候

國產番石榴之營養價值

維他命C含量	1顆	=	50顆	或	4顆
抗氧化力	1顆	=	7顆	或	2顆
清除亞硝酸鹽能力	新鮮番石榴原汁經稀釋100倍後，對亞硝酸鹽的清除率仍可達91%。				



## 香蕉皮妙用

- 1 擦拭皮鞋  
用香蕉皮內側擦拭皮鞋能有效保持皮面的光澤，延長使用壽命。
- 2 去除墨漬  
用香蕉皮內側在墨漬處摩擦，香蕉皮中的天然油脂與油墨結合後能有效去除污漬。



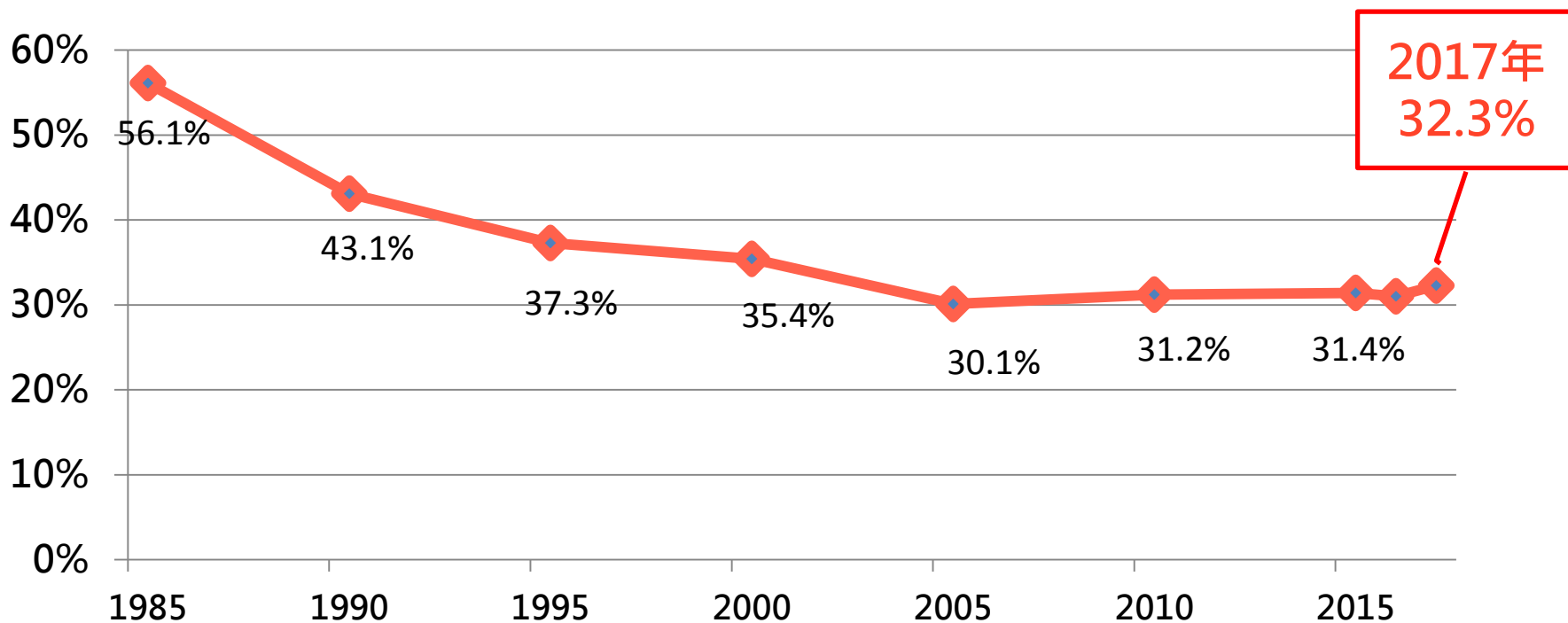
## 選用當季在地食材

產品	產 期	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	主要產地縣市
金鑽鳳梨	2月-7月													南投、雲林、嘉義、臺南、高雄 屏東
香蕉	全年													南投、高雄、屏東、嘉義
番石榴	全年													高雄、臺南、彰化、屏東
木瓜	5月-12月													臺南、高雄、屏東
芒果	5月下旬-8月													臺南、高雄、屏東
柳橙	10月-翌年2月													臺南、雲林、嘉義、南投
梨子	5月-翌年1月													臺中、苗栗、新竹、嘉義
椪柑	10月-翌年1月													嘉義、臺中、臺南、苗栗、雲林
葡萄	4月-翌年1月													苗栗、臺中、彰化、南投
柿子	9月-12月													臺中、苗栗、嘉義、新竹
蓮霧	12月-翌年5月													高雄、屏東
荔枝	5月中旬-7月中旬													新竹、臺中、彰化、南投、嘉義 高雄
文旦柚	8月-10月													花蓮、臺南、苗栗、新北、宜蘭 雲林、嘉義
桶柑	1月-4月													新竹、苗栗、臺中、宜蘭
釋迦	7-9月11月-翌年4月													高雄、臺東
鳳梨釋迦	11月-翌年4月													高雄、臺東
棗	12月-翌年2月													高雄、屏東
桃子	3月-8月													臺中、苗栗、南投、桃園、新竹 高雄
李子	3月-7月													苗栗、臺東、臺中、南投、高雄
檸檬	全年													屏東、高雄
紅龍果	6月-11月													彰化、南投、雲林、嘉義、臺南 高雄、屏東

# 我國糧食仰賴進口 總體自給率偏低

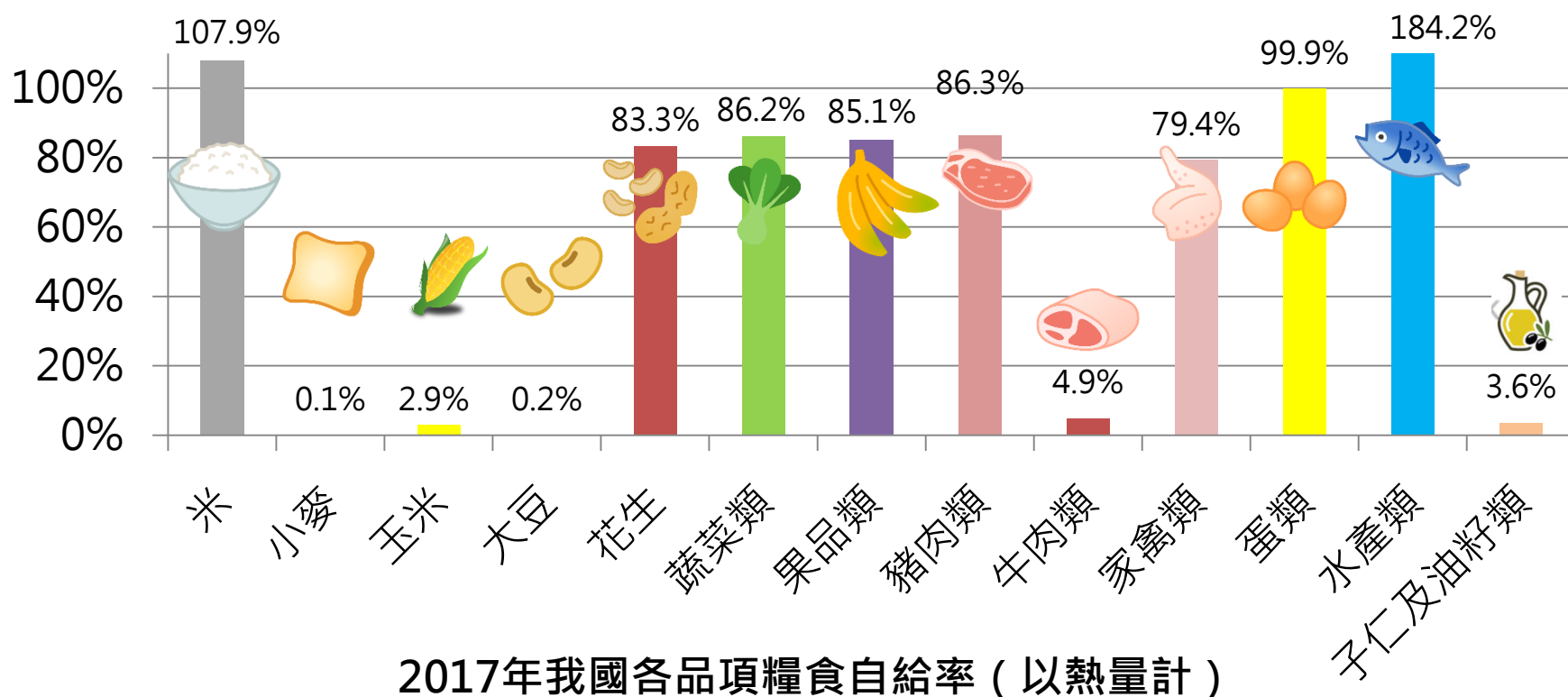
糧食自給率為糧食安全指標之一，熱量計算之綜合糧食自給率由1985年的56.1%下降為2017年的32.3%。

( 2018年日本為38%、2016年韓國為50.9% )



我國歷年總體糧食自給率 (以熱量計)

- 我國農產品各品項之自給率程度不一，如米、花生、蔬菜、果品、豬肉、家禽肉、蛋類等的自給率（以熱量計）皆達75%以上，且水產類是達100%以上。
- 而由於其它品項如小麥（飲食西化）、玉米、大豆（豆類加工品原料）、牛肉等多仰賴進口，因此影響我國總體糧食自給率的表現。

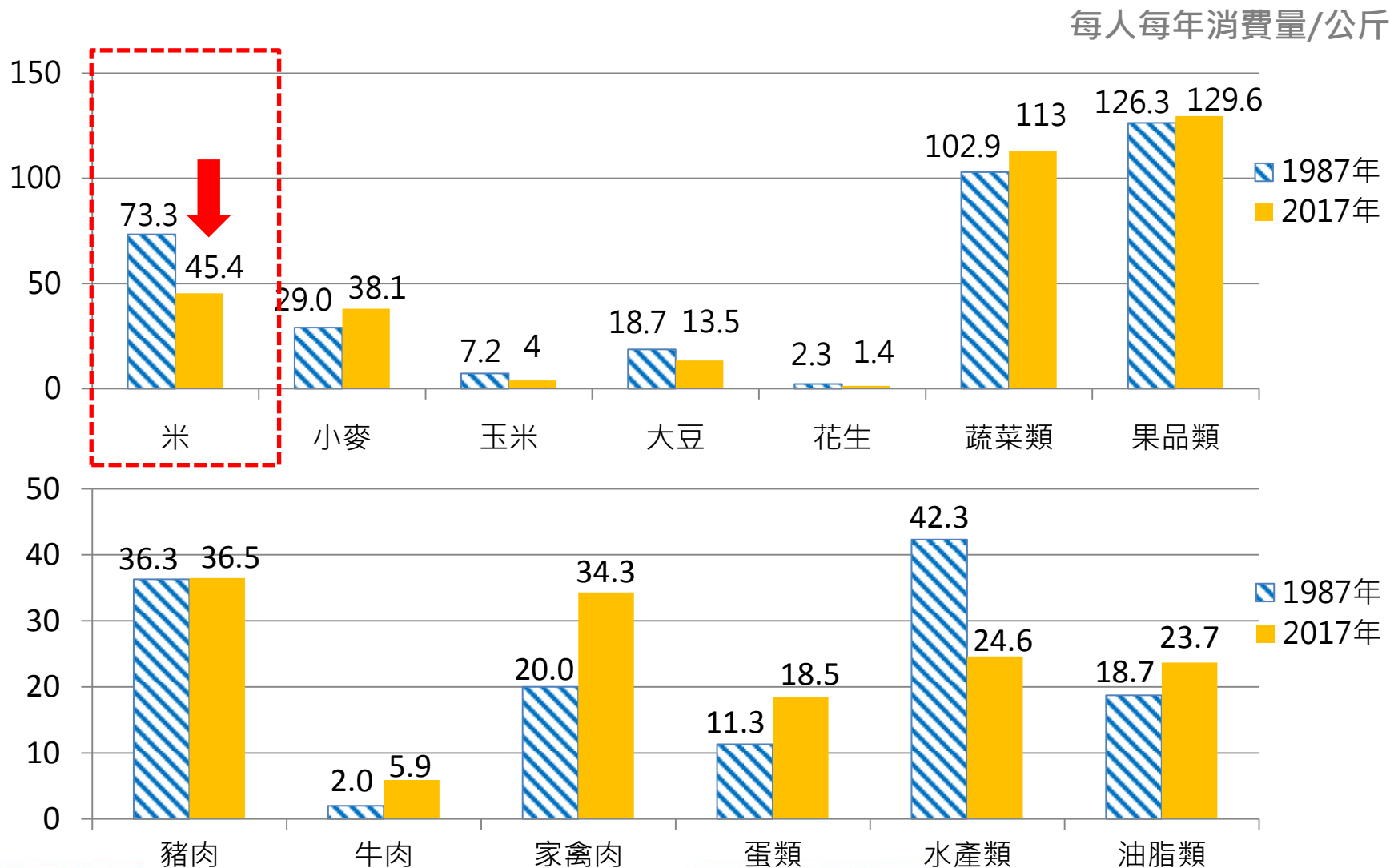


註：我國各品項糧食自給率（以熱量計）並無油脂類單項之統計資料。

資料來源：行政院農業委員會，農業統計資料查詢-糧食供需指標。

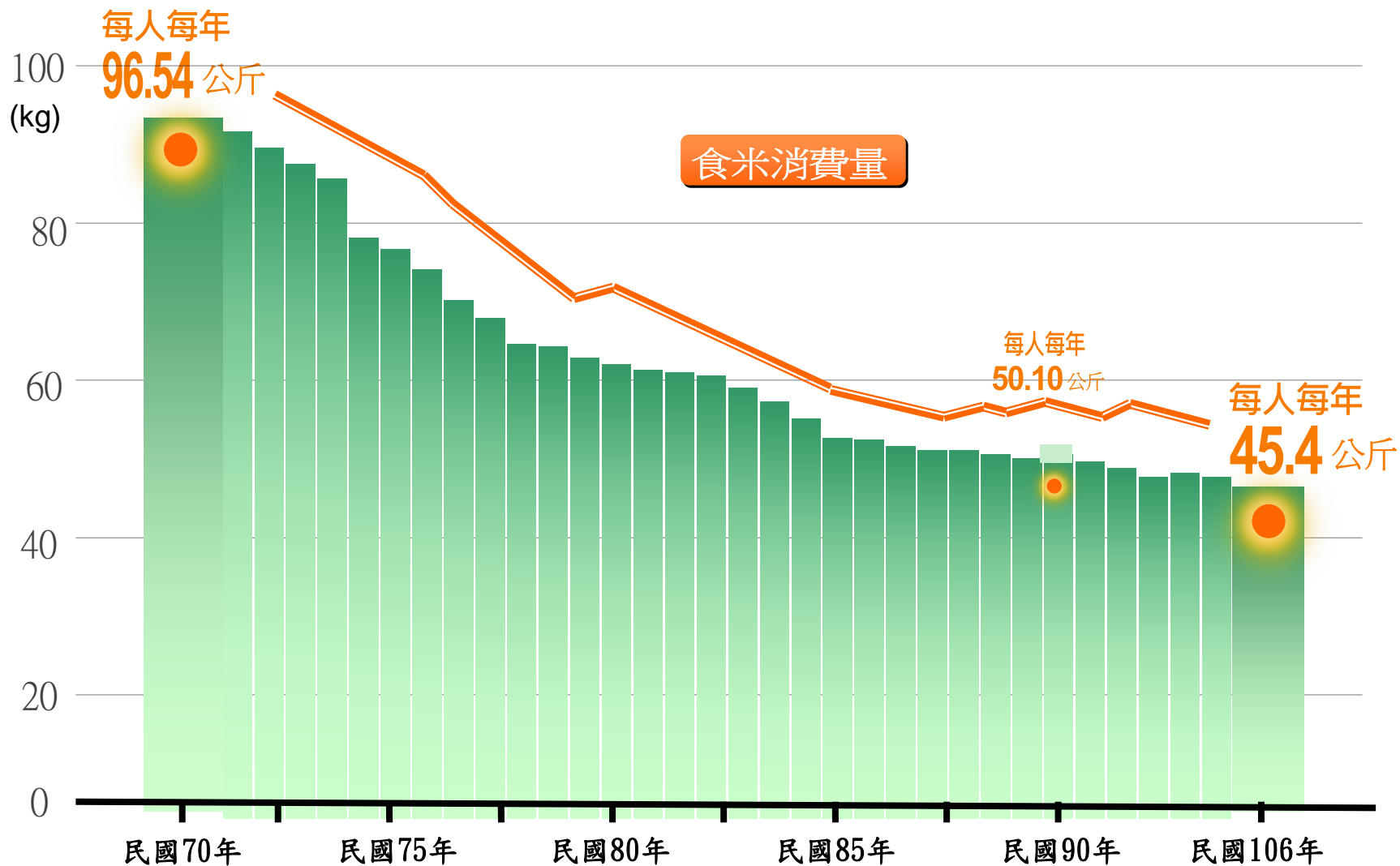
# 飲食西化，需求與在地生產脫節

國人食米量逐年減少、飲食習慣逐漸西化！





# 國人米食消費量逐年減少



# 稻田生態景觀



稻田彩繪 截圖自中華三菱影片



伯朗大道-「金城武樹」 截圖自長榮航空廣告



雲門舞集於台東池上稻田間演出「稻禾」

攝影 劉振祥



友善環境，推展稻鴨共生

# 每人每天多吃一口飯

1年可增加  
1公斤的消費量  
即增加3.3萬公噸  
稻穀消費

## • 內部效益

- 可活化約5,600公頃休耕農地。
- 增加稻穀產值6.9億及代耕、育苗、肥料等週邊產業產值約3.6億元。
- 減少休耕給付約2.5億。

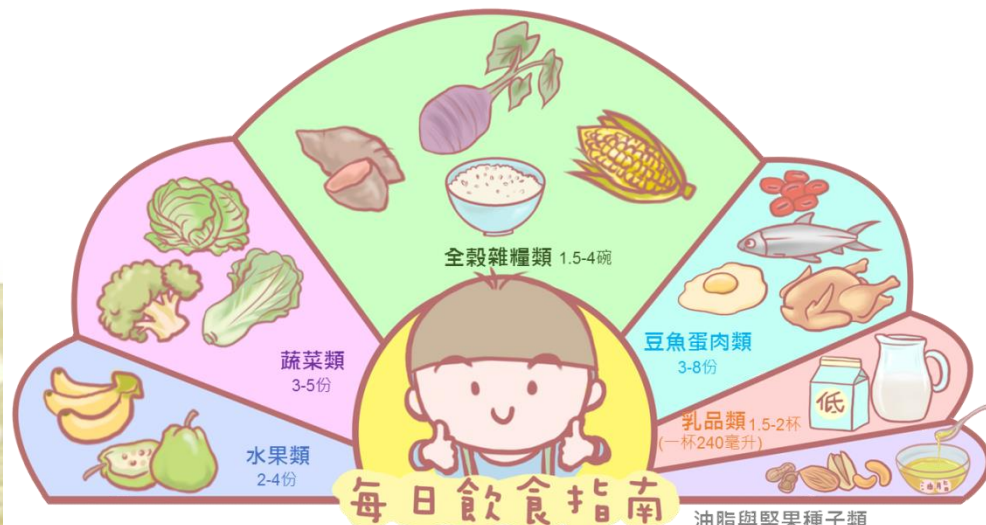
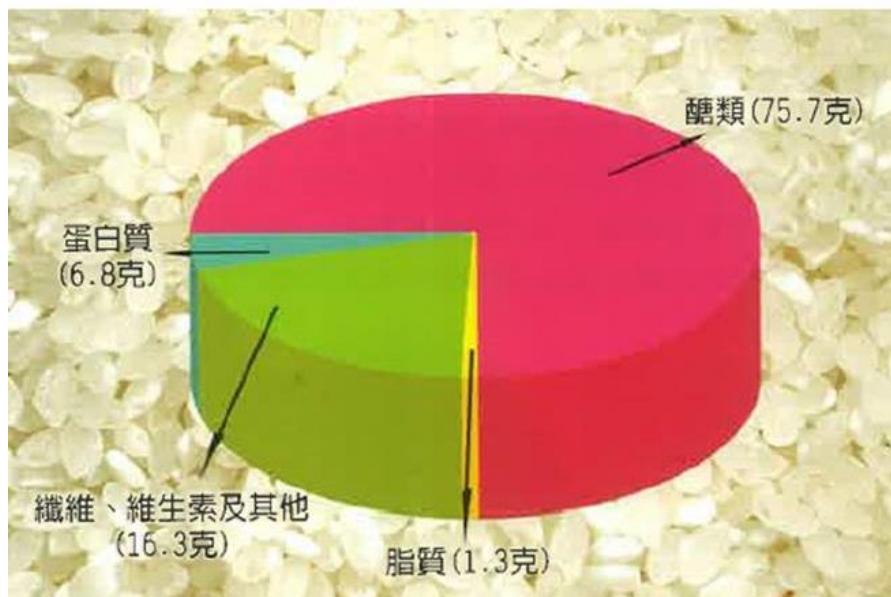
## • 外部效益

- 生態保護
- 氣溫調節  
水田區溫度較週邊區域平均溫度低3°C，較都會區溫度低7°C；5,600公頃稻田約可省下約1億度電力。
- 有調洪蓄水及補注地下水功能  
1公頃農田每滯留10公分雨水，可蓄留1,000公噸的水；5,600公頃可續留約560萬噸的水
- 吸收二氧化碳具減碳效果  
5,600公頃稻田每日共可吸收約2,370公噸二氧化碳。



# 天天吃米飯，營養有夠讚

## 白米營養成分分析(每100克)



## 各種米的營養成份(100g可食部份)分析表：

	熱量 (大卡)	蛋白質 (g)	脂肪 (g)	糖類 (g)	纖維 (g)	鈣(mg)	磷(mg)	鐵(mg)	維生素B1(mg)	維生素B2(mg)
糙米	340	6.7	2	75.4	0.3	21	280	1.5	0.3	0.05
胚芽米-在來種	366	7.2	3.6	75.4	0.6	24	178	3.4	0.34	0.17
胚芽米-蓬萊種	369	6.8	4.8	74.2	0.8	21	152	1.6	0.31	0.11
白米	354	6.5	0.5	78.1	0.3	15	151	0.6	0.11	0.04
糯米	354	6.5	1.2	76.8	0.2	8	120	2.2	0.13	0.04

資料錄自「臺灣產常用食品之營養成份」及「食品工業發展研究所研究報告」

# 如何推動食農教育？



# 第六次全國農業會議結論(2018年)

作為農委會未來  
10年食農教育之  
推動重點！

## 食農教育立法 (目的及內涵)

培養國民基本農業生產、農產加工、友善環境、食物選擇、餐飲製備知能及實踐，增進飲食與農業連結之各種教育活動。

### 學校/推廣業務

- 結合教師及推廣人力
- 提供多元教材

### 農村社區/文化永續

- 在地飲食文化傳承
- 農村特色及農村文化

### 產消資訊交流

- 建立資訊整合平臺
- 消費通路標示國產品



### 學校午餐之 食材供應

提高學校午餐使用國產  
農漁畜產品之比率。



# 學校午餐與國軍副食使用在地食材

## 學校午餐使用三章一Q

22 縣市	3,000多 國中小學	186萬 學童	53% 覆蓋率
----------	----------------	------------	------------

## 國軍副食採購三章蔬菜

19萬 現役國軍	40% 採購量
-------------	------------



2016.5.20起，學校午餐生鮮食材由農委會負責，提高抽驗次數，生鮮蔬果抽驗合格率由104年90.8%提高至107年93.9%，(具四章一Q標章示合格率为95.2%)。

臺灣農產生產追溯



0101000001





# 提振米食消費量



高值化、精緻米禮盒



108年特色米糧亮點產品



非米不可創意競賽



冠軍碗粿導入便利商店上架銷售



臺灣米標章推廣記者會



全國特色米製伴手禮頒獎典禮



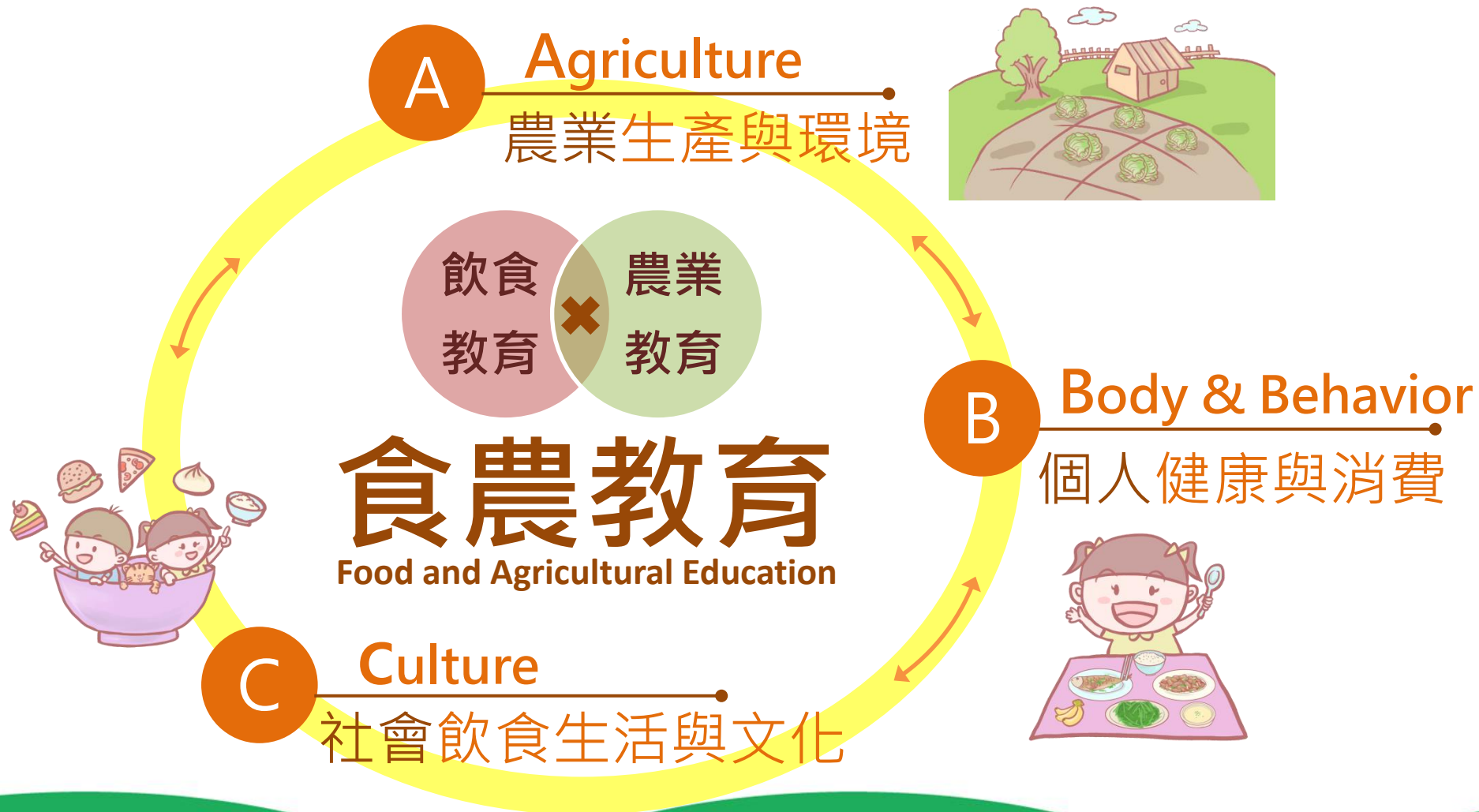
桃源國小學童種稻體驗



精饌米獎頒獎典禮

# 普及全民食農教育

以食為先，以農為本  
從產地到餐桌，也從餐桌到產地







簡報完畢  
敬請指導