

107-2 學士班特別演講活動成果報告

活動名稱	【107-2 多元創新學習-合作課程演講】校園營養師推動食農教育之經驗分享		
活動日期時間	108年04月24日(三) 13:30~15:10	活動地點	正心樓 0212 教室
活動參與人數	120人	活動對象	全校學士班(USR計劃)學生

一、活動重點及目的：

本次邀請彰化縣鹿東國小施沛君營養師來演講食農教育等的工作經驗分享，演講內容分為四大部分：食農教育、「臺灣學校午餐大賽」參賽心得分享、學校午餐菜色開發與校園食材登錄，不論是工作內容或心路歷程，都讓同學對校園營養師有更深入的了解。

食農推廣教育的部分，是在學校所學中較少接觸的，施營養師分享了如何撰寫教案之外，還有許多計畫安排與執行上的分享；其實幫小朋友上課不是一件難事，但是如何讓他們將這些知識和自身連結，實際運用在生活中才是難事。施營養師舉例她如何教導讓小朋友接受最討厭吃的蔥的教育，從實際種植再將辛苦收成的蔥製作成蔥油餅，最後再將蔥油餅轉化為禮物，祝福即將畢業的學長姊的聰明餅。台灣飲食十分便利，食農教育不見得著重在動手種植農產品或再製品，不如教導正確食用的觀念，這是非常棒的教育方式，從食物本身來教導，而不是一味的禁止，反而更可能引起學童的好奇心。

而在校園營養午餐分享菜色的部分，需要從平常的生活發掘起，要對食物保持高的敏銳度，也要轉換成適合供應對象的口味跟份量。營養師分享的菜色中「麻婆咖哩」讓人印象深刻裡頭加入了小朋友不喜歡洋蔥跟茄子，但藉由學生愛的咖哩口味以及將食材切成小塊狀來提高接受度是很好的方法。因此若供應對象有不喜歡的食物，這是很好的方法與觀念。營養師的職責不是只有告訴民眾食物的營養成分，而是要讓民眾能對於健康的食材有更好的接受度，才是真正有意義。

「臺灣學校午餐大賽」分享的部分，施營養師用很輕鬆的口吻帶過他們曾經做的事，但其實準備過程中得花上很大的心力過程，包含更換菜單，後續食育介紹的舞台展現，更是令人倍感壓力。但施營養師認為只要與營養相關，或是對學校小朋友好的事，她都願意加以嘗試的精神，也讓台灣在食農及營養教育這方面有了更大的進步。

此次演講最讓大家欽佩的就是施營養師對於營養的熱情。不管是在午餐設計亦或是食農教育，都可以看到她投入相當大的心力來完成。非常慶幸能有如此優秀的學姐在社會上努力推廣營養，對於下一代而言真的是相當幸運的一件事。期許將來我們也能抱持著對於營養的愛一同打拼，正如所言施營養師所言：「莫忘初衷」。

二、活動剪影：



主持人介紹講者



演講進行中



演講進行中



同學認真聆聽演講中



問與答



致贈感謝狀