

計畫編號：111 農再-1.1.1-1.1-保-003(7)

食農教育之植物資源盤點及使用現況評估-
以雲林縣農村再生社區為例

**Inventory of plant resources and
evaluation of current use of agri-food
education-the rural regeneration
community of Yunlin County**

執行單位：行政院農業委員會水土保持局

執行期間：111 年 01 月 18 日至 111 年 12 月 31 日

計畫主持人：何坤益 教授

行政院農業委員會水土保持局 編印

中華民國 111 年 10 月

食農教育之植物資源盤點及使用現況評估-

以雲林縣農村再生社區為例

摘要

本計畫以雲林縣近三年申請食農教育計畫之農村再生社區，進行植物資源盤點及使用現況評估，共計完成 51 處社區。調查到可作為食農教育推廣之植物資源共有 39 科 128 種。各社區食農作物使用量化分析結果，顯示 UT 值最高之前十名為草嶺社區、湖山社區、溝墘社區、興南社區、五塊社區、湳仔社區、嘉興社區、合和社區、有才社區、華南社區。訪談發掘雲林食農社區存有人口老化、社區資源不足、年輕人外流等問題。於社區食農教育推廣發展進程規劃，將已調查 51 處社區進行歸類，其中，符合資源盤點型社區計 21 處，具有食農餐廳型社區有 22 處，達到食農中心型社區計 8 處。社區料理選集部分，目前社區多以家常菜為主，比如花生滷豬腳、蘿蔔燉排骨等，尚待融入當地特色。根據食農教育三面六項分析與檢核，探究各社區於發展食農教育所面臨的挑戰，建議能改善農業生產環境與安全維護，推廣友善栽培及技術升級，掌握農產品優質來源，社區飲食消費引導與生活故事連結，優質飲食習慣之養成，及加強飲食文化地景連結。

關鍵詞：農村再生、食農教育、資源盤點

Inventory of plant resources and evaluation of current use of agri-food education: a case of a regeneration community in Yunlin County

Abstract

This project conducted an inventory and evaluation of the current use of plant resources in the rural regeneration communities in Yunlin County that applied for the agri-food education program in the last three years. In total, 51 communities were studied. The total number of plant resources that can be used for food and agriculture education is 128 species from 39 families. The quantitative analysis of the use of food and agricultural crops in each community showed that the top ten communities with the highest UT values are Caoling Community, Hushan Community, Goujing Community, Xingnan Community, Wukuai Community, Nanzai Community, Jiaxing Community, Hehe Community, Youcai Community and Huanan Community. These food and agriculture education communities in Yunlin County have some challenges such as aging, insufficient community resources, and serious exodus of young people. In terms of the development process of community food and agriculture education promotion, the 51 communities were categorized. Among them, 21, 22 and 8 communities, respectively, were classified as resource inventory type communities, food and agriculture restaurant type communities, and food and agriculture center type communities. In the communities cuisine selection section, most of the communities currently serve home-style dishes, such as stewed pork trotters with peanuts and stewed pork ribs with radish., which are yet to be integrated with local characteristics. Based on the analysis and review of the three aspects of food and agriculture education, this study explores the challenges that each community faces in developing food and agriculture education. This study suggests to improve the agricultural production environment and

safety maintenance, to promote friendly cultivation and technology upgrade, to master the source of quality agricultural products, to link community food consumption guidance with life story, to develop a high quality of eating habits, and to strengthen the linkage of the landscape of food cultures.

**Key words: rural regeneration, food and agriculture education,
resource inventory**

目次

摘要.....	I
Abstract.....	II
目次.....	IV
圖目錄.....	V
表目錄.....	VI
第一章、緒論.....	1
第一節 全程目標	2
第二節 本年度目標	3
第二章 工作執行方法與步驟	5
第一節 社區參與及深度訪談	5
第二節 社區食農資源盤點	6
第三章、研究成果	9
第一節 社區參與與深度訪談	9
第二節 各社區、族群、食農資源分析	25
第三節 社區食農教育推廣規劃	36
第四節 社區特色料理選集	43
第五節 食農教育實施方法建議	85
第四章、結論.....	101
附錄 1 訪談紀錄.....	105
附錄 2 雲林縣食農植物名錄.....	241
附錄 3 期初審查會議紀錄暨回覆辦理情形	246
附錄 4 期末審查會議紀錄暨回覆辦理情形	246

圖目錄

圖 1.社區訪談問卷.....	9
圖 2 生產各糧食類之社區數量.....	16
圖 3 生產各蔬菜類之社區數量.....	16
圖 4 生產各調味料類之社區數量.....	17
圖 5 生產各水果類之社區數量.....	17
圖 6 生產各零食類之社區數量.....	18
圖 7 生產各嗜好品類之社區數量.....	19
圖 8. 各社區族群數圓餅圖.....	29
圖 9 社區是否辦理過食農教育相關經驗.....	36
圖 10 社區發展食農中心意願圖.....	37
圖 11 社區發展食農餐廳意願圖.....	37
圖 12 開胃菜示意圖(二)主菜.....	44
圖 13 主菜示意圖.....	45
圖 14 副菜示意圖.....	46
圖 15.湯品示意圖.....	47
圖 16.蔬菜示意圖.....	47
圖 17.甜品與水果示意圖.....	48
圖 18.飲料示意圖(九)主食.....	48
圖 19.主食示意圖.....	49

表目錄

表 1.本計畫盤點之 51 處社區	10
表 2.雲林縣可作為食農教育推廣之植物資源.....	15
表 3.各鄉鎮社區食農作物之調查結果.....	19
表 4.雲林縣各社區食農植物使用之重要值(UT).....	27
表 5.各社區之族群列表	33
表 6.資源盤點社區	39
表 7.食農餐廳型社區	41
表 8.食農中心社區	42
表 9.各社區風味餐一覽表	50
表 10.各社區之食農教育三面六項	91

第一章、緒論

受到近年氣候變遷及貿易自由化的影響，全球糧食產量不如以往穩定及價格波動影響。而糧食安全、農產品安全與全民飲食息息相關，農業經營擔負提供穩定安全農產品之責任，全民亦須支持在地農業發展。行政院農業委員會為呼應提高糧食自給率、減少糧食浪費、穩定供應安全糧食等全民訴求，落實終身學習理念，形成全民運動。

「農村生活」為早期人們日常生活樣態，隨著時間推展，機械化、3C 產業的興起，就業市場逐漸向都市區推進，青年學子外移，農村意象逐漸被淡忘。而農村也不斷地受到挑戰，過去，田間常出現的泥鰍、青蛙、蜻蜓等物種隨著農業發展的轉型、機械化設備的投入、化學肥料農藥的施用，逐漸消失。

近年來，食品安全意識抬頭加上生態旅遊興起，以農村為導向的生活模式逐漸為都市區的人們所嚮往。農村再生計畫也在農委會水土保持局努力推動下，由 2112 年公布並實施至今，以促進農村永續發展及農村活化再生，積極改善基礎生產條件，維護農村生態及文化，提升農民生活品質。因此，由農村再生計畫推動中，加強對於飲食及農業關懷，培養國民基本農業生產、農產加工、友善環境、食物選擇、飲食調理知能及實踐能力，藉此認識從產地到餐桌、從生產端到消費端等相關知識，培養良好飲食習慣，進而深化國民對國產農產品、飲食及農業文化的認同、信賴與支持力量，以增進國民健康，促進農產品消費，共同維護自然及生態景觀，藉以創造農村就業機會，振興農村經濟，促進農業永續發展，並創新臺灣農業之多元價值。

透過食農教育，學習者與農業及食物的生產者互動，以認識在

地農業，建立正確食物選擇方式，並學習如何利用農業及食物形塑整體文化之過程（董時叡、蔡嫦娟，2012）。透過參與食材、農產品的生產到銷售過程，增進對料理烹調者的了解，以培育心存感激的情懷，使居民能主動探索關心生活週遭的農特產（胡忠一，2018）。

為協助國民瞭解食農教育的內涵，農委會委託林如萍教授研發「食農教育 ABC 模式」，以培養「食農素養」為目標，規劃食農教育的內涵——三面六項「農業生產與環境-與環境共好」、「飲食健康與消費-自發實行健康飲食生活」、「飲食生活與文化-人際互動與傳承」（林如萍，2017）。透過食農教育的推動達成，增進大眾對於在地農業、農產品及食品產製儲銷過程循環的理解及關心；並以終身學習及全民食農教育之理念，增進推廣對象理解均衡飲食生活之重要性，以消費行動支持國產農產品，促進地產地銷及協助地方或各族群特色飲食生活文化之紀錄、保存及傳承。

第一節 全程目標

雲林位在嘉南平原最北端，據史書記載於 1622 年起顏思齊與鄭芝龍等陸續登陸本地，為中國集體移民墾殖之始。荷蘭時期之雲林笨港為荷蘭海防要塞。臺灣納入清帝國版圖後，大陸沿海漳、泉州民眾和客家移民大舉進入雲林地方墾殖，泉州人分佈在雲林西邊沿海，漳州人則在東邊平原定居，而客家族群則也集聚沿著濁水溪北邊一帶，這些不同的文化團體，進入雲林融合而共同發展，後形成多元而豐富文化地景聚落，而民以食為天印證了多元飲食文化，其所運用食物來源，則別具豐厚底蘊，成為今日探索食農教育所偏重之研究領域。雲林縣政府目前經核定之農村再生的社區達 145 處

之多，地理分佈由淺山、平原到沿海聚落，分佈相當廣泛多元。

本計畫全程目標：

- 一、協助各社區紀錄食農作物使用現況，協助找尋屬於各社區特色的植物及即將消失之鄉土作物(透過資源盤點進行稀有食農資源的記錄及調查，期能作為未來社區發展的指標)，建立雲林縣食農植物使用資料庫。
- 二、透過資料分析，探討社區間是否因為舊時移民祖先來源及文化背景不同，而影響社區之食農植物資源的使用及飲食文化。
- 三、針對食農教育的三面六項，探究各社區於發展食農教育所面臨的挑戰，並提出後續建議及具體實施作法。

第二節 本年度目標

本計畫起因於發現農村再生計畫執行，雖帶動了社區經濟產業的發展，但許多的社區爭相模仿，食農教育變成一股社區之流行，風往哪裡吹，社區便傾向哪裡，漸漸的食農產業流於形式，每一個社區發展的食農產業雷同，也因此希望能藉由資源盤點了解社區在食農作物使用上的異同。透過尋根的方式，尋找淡忘於歷史洪流、開發建設中，逐漸被社區居民淡忘掉之植物，發展屬於本土社區之特色作物、或具有在地風俗民情植物、或植物特殊使用保存方法。

參考民族植物學(Ethnobotany)於植物量化分析方式(Harshberger, 1896)，其中民族植物學為一門研究人類如何認識及利用植物，於植物資源的永續保護也是重要的研究範疇(裴盛基、淮虎銀，2007)；因各地方的民族性及地理環境差異，對於植物的利用方式亦有所不同。近年來，民族植物學不僅於定性方面的紀載，漸漸地結合生態學(Ecology)生物歧異度(Diversity indices)的概念進行量化分析(蔡尚

惠等，2009)。因此藉由民族植物學中量化分析的方式，採用總用途(Use Total, UT)、使用價值(Use value, UV)，來作為本研究量化分析之探討，進而了解雲林縣各個社區之食農作物使用情形，進一步用來了解當地居民與植物資源間的相互關係，比較不同族群間使用植物的特性與習慣。

因此，本計畫以雲林縣近三年申請食農教育計畫之農村再生社區，進行其植物資源盤點及使用現況評估，挑選 50 處社區，預計完成本年度目標：

- 一、盤點雲林縣歷年執行農再計畫社區，近三年提及食農推廣計畫之農再社區，調查其作物使用情況及食農作物分佈狀況，將所盤點的資源進行食農教育之社區分類。
- 二、透過參與式觀察及社區深度訪談，並配合相關資料蒐集，以探討雲林縣地方食農作物之使用情況。
- 三、針對食農教育的三面六項，探究各社區於發展食農教育所面臨的挑戰，並提出後續建議及具體實施作法。

第二章 工作執行方法與步驟

第一節 社區參與及深度訪談

以雲林縣近三年申請食農教育計畫之農村再生社區，設計半結構式問卷，配合開放式訪談法(Open-ended interviews)及參與式觀察(Participant observation)進行第一手資料的收集，次級資料的收集則是參考相關論文期刊及歷史文獻、地方鄉誌等。透過開放式訪談，受訪人可以自由且隨意地講述其想法而不被限制(Martin, 1995)，並且在與受訪者的對談過程中，不斷的激盪出新的想法，而所得到的答案往往會比較深入而不被框架給限制住，經同意以錄音的方式記錄下來。

本研究所設計之半結構式問卷，內容如下：

1. 編號：記錄受訪者流水號，訪談對象以農村再生社區主要負責人或社區耆老為主，並區分性別、姓名。
2. 日期：記錄訪談日期。
3. 植物名：學名、俗名，用以比對，減少植物辨識誤差。
4. 植物使用：紀錄該植物利用方式
5. 食農作物使用之歷史沿革
6. 食農之未來性使用
7. 其他備註：

第二節 社區食農資源盤點

本計畫以雲林縣近三年申請食農教育計畫之農村再生社區，進行社區食農資源盤點：

(一)食農植物紀錄

紀錄之食農植物資源係參照臺灣維管束植物簡誌(郭城孟，1997；楊遠波等，1997；楊遠波等，1998a、1998b；楊遠波等，2003；楊遠波、劉和義，2002)的檢索比對，學名的部分主要參照 Flora of Taiwan 第二版第六卷(2003)，其所屬科名依 APGIV(The Angiosperm Phylogeny Group, 2016)的名稱排列。製作雲林縣現有食農教育植物資源名錄，作為未來食農文化之社區調查參考。

(二)社區食農作物使用分析

參考民族植物學中量化分析，採用總用途(Use Total, UT)、使用價值(Use value, UV)作為量化分析之探討，藉以分析雲林縣各個社區之食農作物使用情形，探討當地居民與植物資源間的相互關係，比較不同社區間使用植物的特性與習慣。

總用途(Use Total, UT)(式 1)分析方法由 Hoffman & Gallaher (2007)提出，依據研究者的訪談紀錄作統計，將各植物所有已知的利用加以單純合計，運用於比較各社區食用植物資源之使用狀況。

$$UT = \sum_{i=1}^n \text{Uses}^{\text{species}(i)} \quad (1)$$

式中 $\text{Uses}^{\text{species}(i)}$ = 各植物所有已知的用途

使用價值(Use value, UV)(式 2)為所調查出來之植物所有用途細目除以受訪者數量，即為利用性的總和，可以用來分析雲林縣各社區所屬不同族群間，其植物使用價值上的差異。

$$UV = \left(\sum_{i=1}^n U_i \right) / n \quad (2)$$

式中 U_i = 受訪者對於特定物種所提到之用途細目 n = 受訪者數量

(三)社區食農教育發展進程歸類

藉由社區食農資源盤點及深入訪談分析，掌握並瞭解社區特色及所擁有食農教育植物資源，歸類社區需求及特色，期以鼓勵社區逐次參與食農教育各類推廣活動，導引未來社區發展的願景。依據目前社區的需求與成熟度，進行社區食農教育發展進程歸類，預計將社區分為三型，分別為資源盤點型社區(需要再尋找或發展屬於當地特色之食農教育資源)、食農餐桌型(已有社區風味餐或特色菜等，設置社區推廣廚房、具食農資源維護與永續利用等)、及食農推廣中心(具有優良事蹟或發展成熟之食農教育活動，社區活動場域完善或食農資源豐富)社區，透過社區食農教育發展與進程規劃，協助社區逐次將食農落實於生態環境及生活中，增進及提升民眾愛惜鄉土與食農生活，以提升優質食農社區的目標。

(四)社區特色料理

藉由本計畫之社區參與及深度訪談之資料，及社區食農資源盤點等過程所收集，經分析及選取可持續發展之特色料理，整理社區特色料理選集，以記錄保存及後續推廣社區食農之運用基礎。

(五)食農教育實施方法建議

根據調查結果，針對食農教育的三面六項中進行探討，其中這三項分別為「農業生產與環境」、「飲食健康與消費」、「飲食生活與文化」；六項分別為「農業生產與安全」、「農業與環境」、「飲食與健康」、「飲食消費與生活型態」、「飲食習慣」、「飲食文化」來探究各社區於發展食農教育中，可能針對某一面向，社區目前所面臨的挑戰，並提供針對目前食農教育在施行上的一些建議及操作面向的參考，以符合目前現實面所呈現的樣態。

第三章、研究成果

第一節 社區參與與深度訪談

本計畫以雲林縣近三年申請食農教育計畫之農村再生社區，配合本計畫所設計之半結構式問卷進行訪談及實地參與與觀察，透過社區參與與深度訪談，藉以了解目前社區食農植物資源使用概況，及社區對於發展食農教育的做法與未來願景。完成盤點 51 處社區(如表 1)，社區分布從山地、平原，一直到海邊，含括整個雲林縣，完成本計畫目標。其中，社區參與與深度訪談表單設計(圖 1)，社區訪談名單及訪談摘要如附錄 1。

訪談社區：

姓名： ； 歲

族群：

一、本社區特有植物歷史使用沿革：

二、社區食農文化特色或亮點：

三、農作物是否已發展為社區產業，或與現有產業做連結：

四、食農產業的發展對社區之環境面、經濟面及社會面之影響？

a.發展食農產業對於生態環境之影響？(環境面)

b.針對上述所提及之食農作物現有產業或將來發展成為產業/產品，其產業產品的價值定位為？(經濟面)

c.食農產業為社區帶來的效益或貢獻為？(社會面)

五、其他補充

圖 1.社區訪談問卷

表 1.本計畫盤點之 51 處社區

鄉鎮	社區			
二崙鄉	崙東社區	湳仔社區		
口湖鄉	宜梧社區	蚵寮社區		
土庫鄉	扶朝社區	南平社區	雙人厝社區	崙內社區
大埤鄉	三結社區	嘉興社區	西鎮社區	豐田社區
元長鄉	五塊社區	西庄社區	潭東社區	鹿北社區
	合和社區	南和社區	湖內社區	
斗六市	湖山社區	溝墘社區		
斗南鎮	林子社區	埤麻社區		
水林鄉	番薯社區	瓊埔社區		
古坑鄉	大埔社區	山峰社區	荷苞社區	華山社區
	樟湖社區	草嶺社區	麻園社區	華南社區
台西鄉	溪頂社區			
四湖鄉	羊調社區			
西螺鎮	下湳社區			
東勢鄉	復興社區			
林內鄉	重興社區	烏塗社區		
虎尾鎮	北溪社區	西屯社區	堀頭社區	頂溪社區
	安溪社區	埤內社區		
麥寮鄉	後安社區	海豐社區		
莿桐鄉	孩沙里社區	榮村社區	興南社區	
褒忠鄉	有才社區			

訪談了 14 個雲林鄉鎮，符合雲林山、海、屯社區之聚落分布，主要以古坑鄉、元長鄉、虎尾鎮三處核心中心，各社區訪談名單對象為社區理事長或總幹事，少數為社區理事，以其對社區食農發展較深入了解，同時多能熟悉社區內部問題與未來發展目標，性別主要是男性，女性 30%，年齡自 40-80 均有，平均 50-60 歲。透過所設計之問卷，以了解各社區食農文化特色及亮點，食農產業發展對社區造成之影響，各社區訪談內容。

一、社區參與與深度訪談

(一)雲林社區特有植物歷史使用沿革

各社區普遍都有有菜園規劃，依季節進行種植各類菜蔬，尤其特色產品如種植刈菜然後製作成酸菜，種蘿蔔就會製作成蘿蔔乾；種菜豆就會製作成很美味的酸豆。部份社區特殊環境也會有蕨類、龍葵等野菜生產，基本上，看到就會採食，農村居家幾乎家家戶戶都有種植；山區社區栽種竹類或各種果樹，筍在本地使用甚多，除鮮食外也會有醃醬筍，值得一提雲林社區的筍子料理很多樣，會到用麻竹筍、桂竹筍、孟宗竹(冬筍)，越接近山區使用頻率更高。山區還有咖啡及柑橘類、橘子、柳丁會於年底收成，橘子收完接著再收成柳丁。

(二)社區料理與風味餐發展

各社區特色料理或社區風味餐正在發展，例如華南社區之人生七味餐，分別為酸、甜、苦、辣、鹹、鮮、澀，融入了不同鄉鎮的特色，其中包含古坑咖啡、柑橘、鳳梨、好蝦罔男的蝦、社區放牧的雞蛋、麥寮的有機麥子、西螺裕鼎興的醬油、崙背的辣椒，加上自然農法的玫瑰花及愛玉，進而發展出華南社區的風味餐，給人透過味覺去認識雲林，也會透過當地當季的食材做變化，像竹筍、咖啡、柑橘類(橘子、柳丁)等，另外，風味餐部分還會加入樹葡萄、愛玉等在地產業入菜，另外也會利用香蕉做為水果盤(七味裡的澀可以用色代替)。

二、社區食農文化特色或亮點

社區推廣社區”共好”概念，因此在南華社區人生七味餐裡就有加入雲林縣裡的”好物”，這些所挑選的”好物”選用的是友善耕種或是友善農法所栽植而來的產物，這些都會入社區的菜餚，因此沒有主推特定某一項產品做為發展，社區用的是共好的概念，支持友善農耕的作物，透過社區阿嬤們的手轉變為好吃的料理，每道料理皆有屬於它的故事，連結形成社區食農文化特色或亮點。

三、食農作物是否已發展為社區產業，或與現有產業做連結：

社區已有區域遊程規劃，如山區之雲林山五村，會為遊客制定一套流程，比如，在華南待半天、然後到樟湖半天去進行染布(藍染)，抑或是半天到草嶺等。

(一)發展食農產業對於生態環境之影響?(環境面)

社區發展食農產業多是進行生態導覽，引導 DIY 手做，以當季農產作為題材，連結推廣食在當地為理念，並介紹當地的動植物，讓大家用美學的角度將特區豐富多樣拼貼成藝術品帶回家，其中也會利用農民修枝下來的枝條作為藝術相框的邊框、DIY 等。

(二)針對上述所提及之食農作物現有產業或將來發展成為產業/產品，其產業/產品的價值定位為?(經濟面)

目前的參訪遊程已經有架設網站，並有一套客製化行程，看團體的需求來帶領，同時，也會跟社區、學校合作。

(三)食農產業為社區帶來的效益或貢獻為?(社會面)

社區食農計畫，學校跟社區是一起共好，孩子進入社區了解社區產業、社區環境及社區的長輩，有多元的合作模式，長輩就會有很多機會跟孩子互動，也會安排認識社區產業的課程，由長輩帶領孩子進行教學增加成就感。長輩也會採農產品讓學校的孩子加菜，也因為這樣的互動，長輩就會嘗試著把慣行農法調整為友善耕種，

但友善耕種後要行銷就會比較有限，因為沒有慣行農法那麼漂亮，但藉由社區幫忙賣，學生家長們就很支持而解決產銷問題。社區也會推文化或生態教育活動，因為在推廣環境教育的時候，要跟長輩溝通，逐漸建立共同信仰，如華南社區驚蟄過後萬物開始繁殖，因此允許不噴藥，社區的螢火蟲就可以順利的繁殖，也藉由辦理祭典跟老天爺宣示，社區會於這個季節不干擾、不噴藥來保護這塊土地，等到 4 月份穀雨的季節舉辦告天祭，啟動耕作祈求保佑豐收，這時候是生態旅遊的開始更接近自然而愛護土地。等到歲末立冬辦理謝天祭，祭典由華山社區和學校一起舉辦，加入產業夥伴參與，社區和學校扮演橋樑的角色、食農推廣而學習里山生活理念。

四、其他補充

有些社區走到綠色照護，社區擁有綠色場域，種植可食用香草，因應社區的長青食堂為可食用的香草園圃，而香草的種類是由上課中進行挑選。食堂採用的食材多以在地為主，大多都是香草作物比較多，也會有居民拿菜來分享。

第二節 社區食農植物資源盤點

依社區食農植物資源盤點，調查到可作為食農教育推廣之植物資源共有39 科 106 屬 128 種，包含蕨類植物 1 科 1 屬 1 種，占全部之 0.78%；雙子葉植物 31 科 67 屬 98 種，占全部之 76.57%；單子葉植物 7 科 38 屬 29 種，占全部之 22.65%(表 2、附錄 1)，由結果可以發現，食農植物當中以雙子葉植物為大宗，其次為單子葉植物。

表 2.雲林縣可作為食農教育推廣之植物資源

分類群(Taxon)	科(family)	屬(genus)	種(species)	種數比例(%)
蕨類植物(Pteridophyta)	1	1	1	0.78
種子植物(Spermatophyta)				
裸子植物(Gymnosperm)	0	0	0	0
被子植物(Angiosperm)				
雙子葉植物(Dicotyledoneae)	31	67	98	76.57
單子葉植物(Monocotyledoneae)	7	38	29	22.65
合計	39	106	128	100

各鄉鎮社區食農作物之調查結果如表 3。依食用性質不同可分為糧食、蔬菜、調味料、水果、零食、嗜好品等 6 大類，可以作為「糧食」用的植物(圖 2)，主要為提供澱粉來源的植物，大部分社區使用的植物種類有花生、番薯、稻子等；「蔬菜」用的植物為住家附近野生、自家栽培，會摘採回家料理，煮熟食用或生食的植物為主(圖 3)，多以嫩葉、嫩芽、嫩莖、種子為食用部分，其中，大部分

社區使用的植物種類有番薯、玉米、高麗菜、龍葵等。

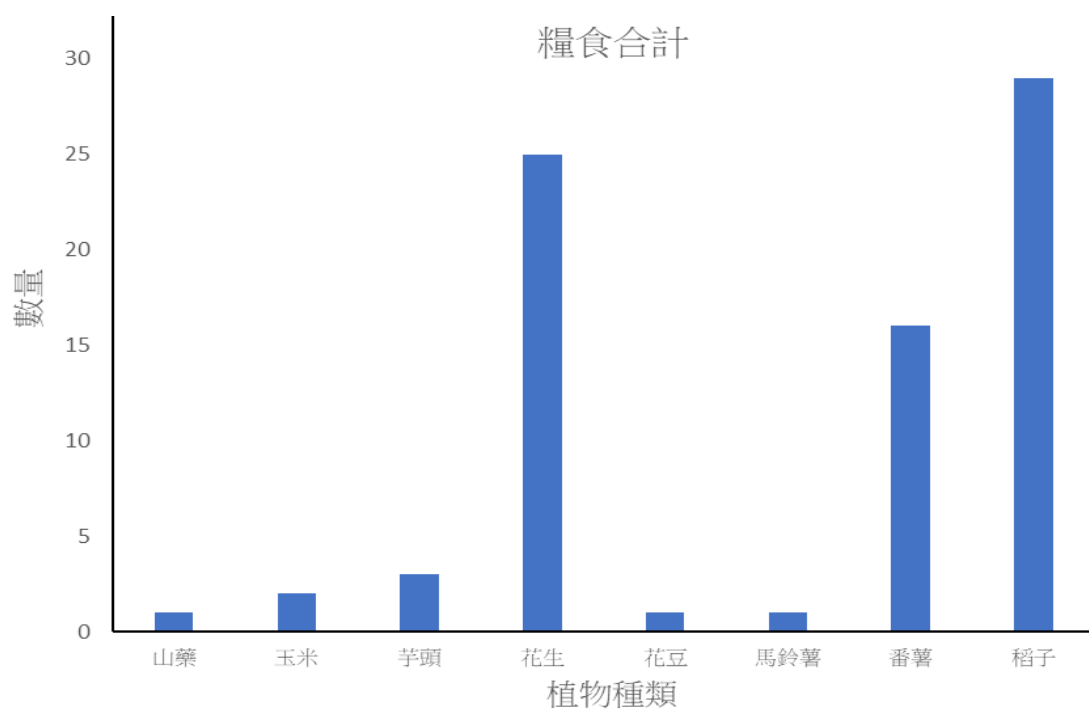


圖 2 生產各糧食類之社區數量

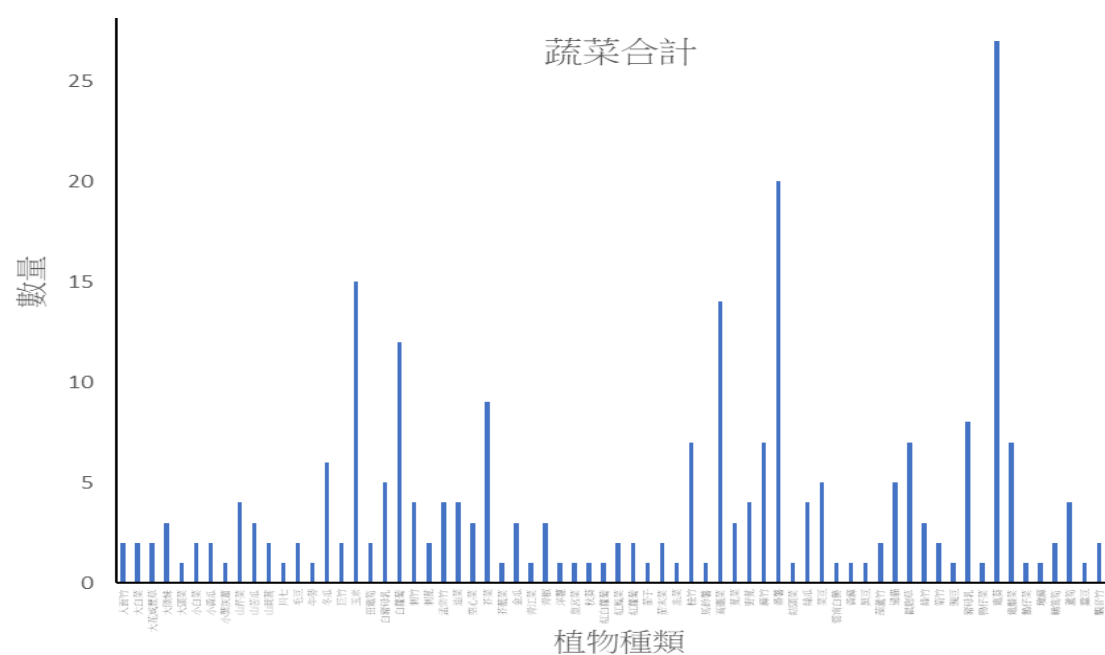


圖 3 生產各蔬菜類之社區數量

「調味品」用的植物(圖 4)，如山胡椒、土肉桂的果實及樹皮，經由研磨成粉或打碎可以與其他植物調配煮湯或是拿來作為醃製肉品、

煮湯的調味料，其中，大部分社區使用的植物種類有有蒜頭、鼠麴草、白蘿蔔等；「水果」用的植物為植物體本身富含水分(圖 5)，提拱果實作為直接食用，其中大部分社區使用的植物種類有番茄、芭

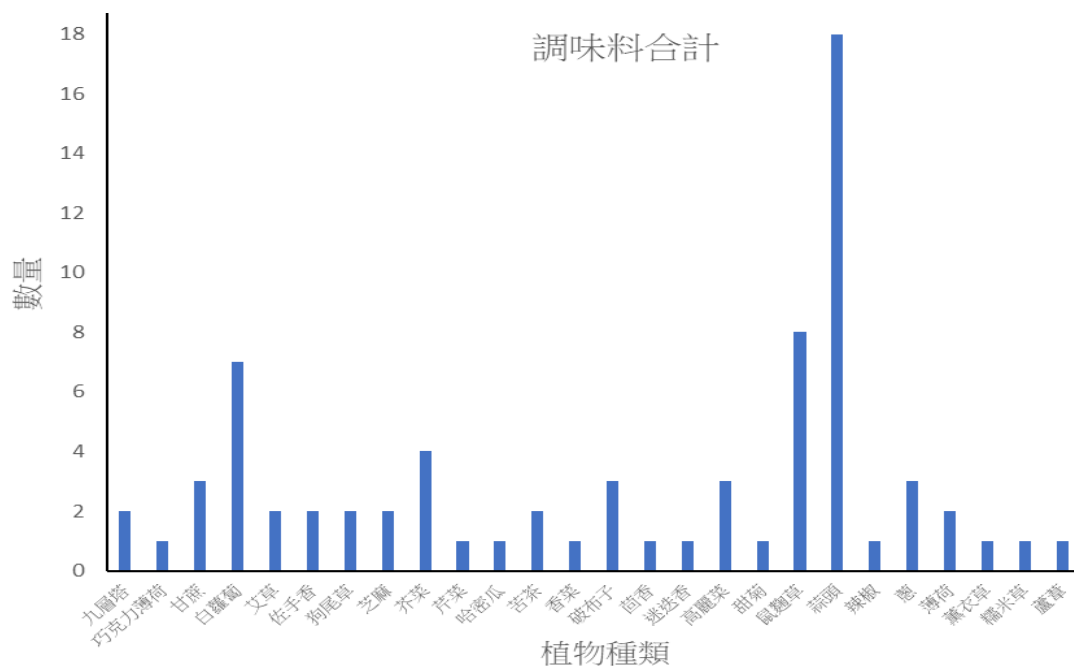


圖 4 生產各調味料類之社區數量

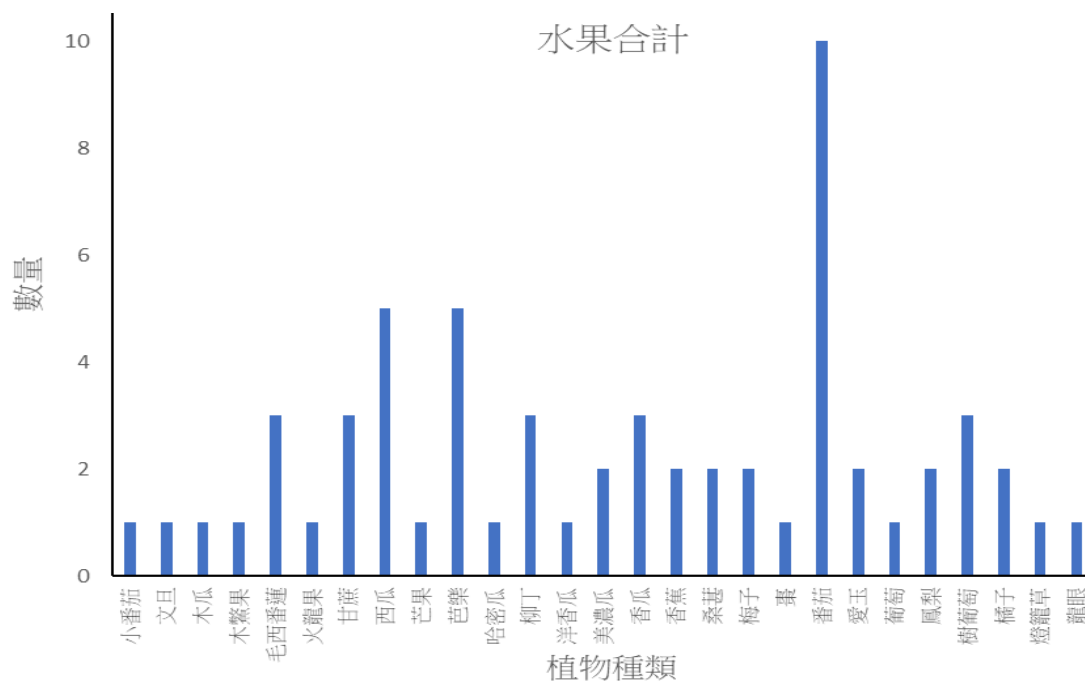


圖 5 生產各水果類之社區數量

「零食」類的食物為小時候或目前會拿來做為零嘴使用(圖 6)，其中，大部分社區所使用的植物有有燈籠草、冬瓜、茄苳。「嗜好品」植物為植物體具有特殊成份且可能會使人迷戀、沉癮者，大部分社區使用的植物種類(圖 7)有咖啡、茶、糯米草。在植物使用上，絕大部分社區採用常見之栽培作物，如花生、玉米、稻子、番薯等，亦有發現部分社區有食用野菜之紀錄，如龍葵、燈籠草、野苳、白豬母乳等，惟野菜之使用上面多淪為記憶，或是偶爾想到時採集 1 餐至 2 餐的量食用。

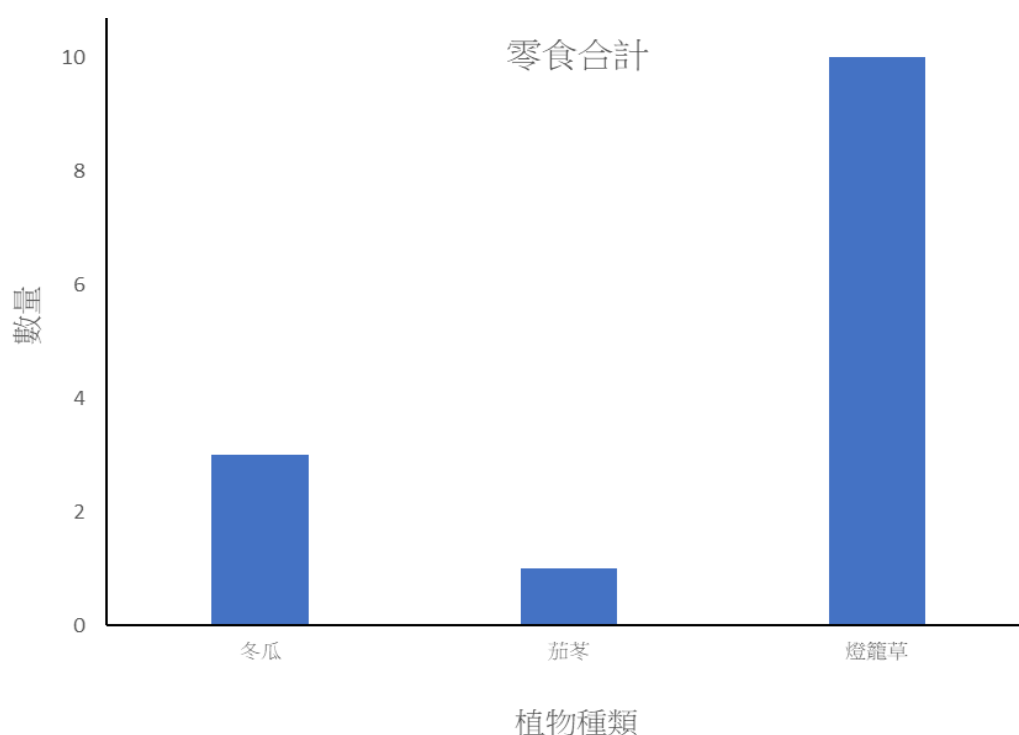


圖 6 生產各零食類之社區數量

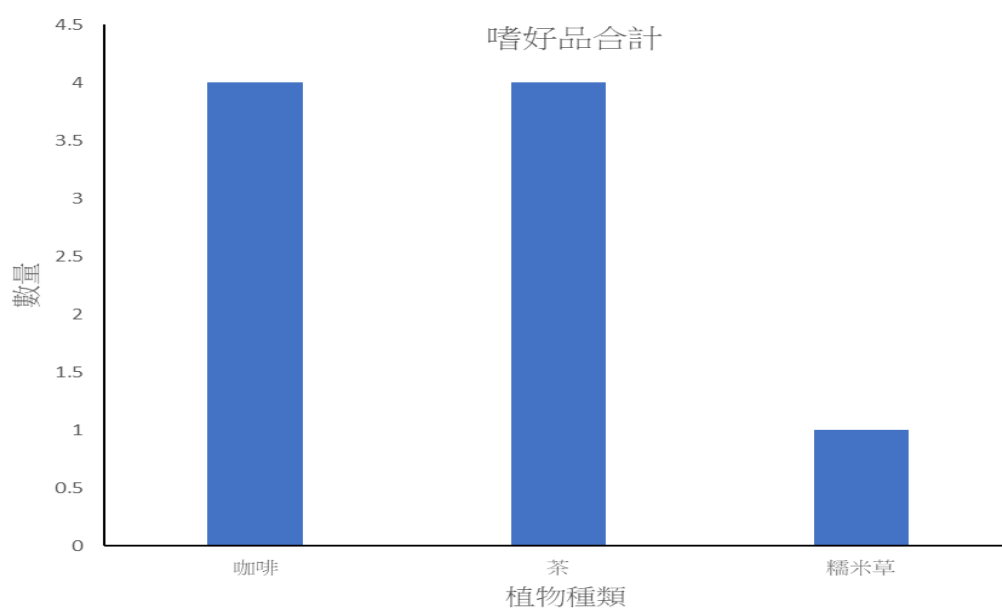


圖 7 生產各嗜好品類之社區數量

表 3.各鄉鎮社區食農作物之調查結果

鄉鎮	社區	使用植物
二崙鄉	崙東社區	蘿蔔(調味、蔬菜)、稻子(糧食)、美濃瓜(水果)、鼠麴草(調味)、芥菜(調味、蔬菜)、高麗菜(調味、蔬菜)
二崙鄉	湳仔社區	菜頭(蔬菜、調味)、辣椒(調味)、破布子(調味、蔬果)、高麗菜(蔬菜、調味)、龍葵(蔬菜)、地瓜葉(蔬菜)、豬母乳(蔬菜)、龍鬚菜(蔬菜)、大陸妹(蔬菜)、稻米(糧食)、西瓜(水果)、玉米(糧食)、番薯(糧食)、蒜頭(調味)、茄末菜(蔬菜)、菜豆(蔬菜)、哈密瓜(調味、水果)。
口湖鄉	宜梧社區	茄末菜(蔬菜)、稻米(糧食)、番薯(糧食)、花生(糧食)、豬母乳(蔬菜)、龍葵(蔬菜)、野苧(蔬菜)
口湖鄉	蚵寮社區	番茄(水果)、玉米(糧食)
土庫鄉	扶朝社區	花生(糧食)、玉米(糧食)、大白菜、高麗菜、小番茄、芭樂
土庫鄉	雙人厝社區	鼠麴草(調味料)、花生(糧食)、玉米(糧食)、水稻(糧食)、蘆筍(蔬菜)、蒜頭(調味料)

表 3.各鄉鎮社區食農作物之調查結果(續)

鄉鎮	社區	使用植物
大埤鄉	西鎮社區	稻米(糧食)、芥菜(蔬菜)、黃麻(蔬菜)、瓊麻(蔬菜)、豬母乳(蔬菜)、龍葵(蔬菜)、刺竹(蔬菜)、番薯(糧食)
大埤鄉	三結社區	芥菜(蔬菜)、白豬母乳(蔬菜)、龍葵(蔬菜)、稻米(糧食)
大埤鄉	嘉興社區	稻米(糧食)、番茄(水果)、洋香瓜(水果)、番薯(糧食)、空心菜(蔬菜)、龍葵(蔬菜)、絲瓜(蔬菜)、茄苳(零食)、燈籠草(水果)、芭樂(水果)、棗(水果)、豬母乳(蔬菜)、刺竹(蔬菜)
大埤鄉	豐田社區	稻米(糧食)、高麗菜(蔬菜)、米豆(糧食)、龍葵(蔬菜)、花豆(糧食)、芥菜(蔬菜)、芋頭(糧食)、鼠麴草(調味料)
元長鄉	五塊社區	稻米(糧食)、花生(糧食)、紅蘿蔔(蔬菜)、地瓜(糧食)、毛豆(蔬菜)、龍葵(蔬菜)、豬母乳(蔬菜)、香瓜(水果)、西瓜(水果)、芝麻(調味料)、薄荷(調味料)、蠶豆(蔬菜)、燈籠草(水果)、狗尾草(調味料)、茴香(調味料)、碗豆(蔬菜)
元長鄉	合和社區	番茄(水果)、香瓜(水果)、西瓜(水果)、龍葵(蔬菜)、白花豬母乳(蔬菜)、冬瓜(蔬菜、零嘴)、花生(糧食)、鼠麴草(蔬菜)、小黃瓜(蔬菜)、花生(糧食)、玉米(糧食)、地瓜(糧食)
元長鄉	西庄社區	玉米(糧食)、地瓜(蔬菜)、稻米(糧食)、蒜頭(調味料)、花生(糧食)、毛豆(蔬菜)、金瓜(蔬菜)
元長鄉	南和社區	芥菜(蔬菜)、野萵(蔬菜)、刺萵(蔬菜)、龍葵(蔬菜)、艾草(調味料)、稻米(糧食)、燈籠草(零嘴)、雲南白菜(蔬菜)、鼠麴草(調味料)
元長鄉	鹿北社區	玉米(糧食)、花生(糧食)、蒜頭(調味料)、番茄(水果)、龍葵(蔬菜)、鼠麴草(調味料)
土庫鎮	南平社區	花生(糧食)、稻米(糧食)、蒜頭(調味)、玉米(糧食)、番茄(水果)、蘆筍(蔬菜)、野萵(蔬菜)、菜瓜(蔬菜)、芋頭(糧食、蔬菜)
土庫鎮	崙內社區	花生(糧食)、稻米(糧食)、玉米(糧食)、番薯(糧食、蔬菜)、番茄(水果)、香瓜(水果)、山藥(糧食)、紅蘿蔔(蔬菜)、龍葵(蔬菜)

表 3.各鄉鎮社區食農作物之調查結果(續)

鄉鎮	社區	使用植物
元長鄉	湖內社區	玉米(糧食)、花生(糧食)、蔥(調味料)、大蒜(調味料)、小葉灰藿(蔬菜)、地瓜葉(蔬菜、糧食)、白豬母乳(蔬菜)
元長鄉	潭東社區	番薯(糧食)、水稻(糧食)、花生(糧食)、龍葵(蔬菜)、燈籠果(零食)、毛西番蓮(水果)
斗六市	湖山社區	番薯(蔬菜)、皇宮菜(蔬菜)、秋葵(蔬菜)、鵝仔菜(蔬菜)、莧菜(蔬菜)、芥菜(蔬菜)、芥藍菜(蔬菜)、青江菜(蔬菜)、大陸妹(蔬菜)、高麗菜(蔬菜)、小白菜(蔬菜)、樹葡萄(水果)、蘿蔔(蔬菜)、桂竹(蔬菜)、麻竹(蔬菜)、綠竹(蔬菜)、龍眼(水果)、川七(蔬菜)、大花咸豐草(蔬菜)、蘆葦(調味料)、山苦瓜(蔬菜、解渴)、龍鬚菜(蔬菜)
斗六市	溝墘社區	大陸妹(蔬菜)、番薯(蔬菜、糧食)、青椒(蔬菜)、空心菜(蔬菜)、茄子(蔬菜)、甘蔗(調味料)、龍葵(蔬菜)、過貓(蔬菜)、龍鬚菜(蔬菜)、刺莧(蔬菜)、紅豬母乳(蔬菜)、白豬母乳(蔬菜)、菜豆(蔬菜)、芭樂(水果)、文旦(水果)、柳丁(水果)、稻米(糧食)、火龍果(水果)、絲瓜(蔬菜)、芒果(水果)、冬瓜(蔬菜)
斗南鎮	林子社區	稻米(糧食)
斗南鎮	埤麻社區	馬鈴薯(糧食)、稻米(糧食)、紅蘿蔔(蔬菜)、白蘿蔔(蔬菜)、玉米(糧食)
水林鄉	番薯社區	番薯(糧食、蔬菜)、稻米(糧食)、花生(糧食)、蒜頭(調味料)
水林鄉	瓊埔社區	番薯(糧食)、水稻(糧食)

表 3.各鄉鎮社區食農作物之調查結果(續)

鄉鎮	社區	使用植物
古坑鄉	大埔社區	麻竹(蔬菜)、柳丁(水果)、橘子(水果)、茂谷(水果)、葡萄柚(水果)、龍眼(水果)
古坑鄉	山峰社區	麻竹(蔬菜)、綠竹(蔬菜)、桂竹(蔬菜)、柑橘(水果)、咖啡(嗜好品)、艾草(調味料)、鼠麴草(調味料)、佛手瓜(蔬菜)、蠻大秋海棠(零食)
古坑鄉	草嶺社區	苦茶(調味料)、咖啡(嗜好品)、茶(嗜好品)、筍子(蔬菜)、龍葵(蔬菜)、番薯(糧食、蔬菜)、高麗菜(蔬菜)、芥菜(蔬菜)、紅鳳菜(蔬菜)、山芹菜(蔬菜)、糯米草(嗜好品)、破布子(調味料)、龍鬚菜(蔬菜)、桂竹(蔬菜)、孟宗竹(蔬菜)、箭竹(蔬菜)、轆菁筍(蔬菜)、綠竹(蔬菜)、田龍筍(蔬菜)、麻竹(蔬菜)、巨竹(蔬菜)、葫蘆竹(蔬菜)、觀音竹(蔬菜)、人面竹(蔬菜)
古坑鄉	荷苞社區	麻竹(蔬菜)、柳丁(水果)、鳳梨(水果)
古坑鄉	麻園社區	烏殼筍(蔬菜)、狗尾草(調味料)、柳丁(水果)、芭樂(水果)
古坑鄉	華山社區	桂竹(蔬菜)、甜籠筍(蔬菜)、烏殼綠(蔬菜)、咖啡(嗜好品)、茶(嗜好品)、蘋婆(零食)、龍葵(蔬菜)
古坑鄉	華南社區	咖啡(嗜好品)、鳳梨(水果)、柳丁(水果)、愛玉(水果)、橘子(水果)、白蘿蔔(蔬菜)、菜豆(蔬菜)、過貓(蔬菜)、麻竹(蔬菜)、桂竹(蔬菜)、樹葡萄(水果)
古坑鄉	樟湖社區	山芹菜(蔬菜)、山茼蒿(蔬菜)、過貓(蔬菜)、龍鬚菜(蔬菜)、高麗菜(蔬菜)、茶(嗜好品)、桂竹(蔬菜)、孟宗竹(蔬菜)、麻竹(蔬菜)、梅子(水果)

表 3.各鄉鎮社區食農作物之調查結果(續)

鄉鎮	社區	使用植物
台西鄉	溪頂社區	花生(糧食)、番薯(糧食、蔬菜)、龍葵(蔬菜)、白豬母乳(蔬菜)、菜豆(蔬菜)、西瓜(水果)、稻米(糧食)、蒜頭(調味料)、蘿蔔(蔬菜)
四湖鄉	羊調社區	蒜頭(調味料)、花生(糧食)、水稻(糧食)、番薯(糧食)、芝麻(調味料)
西螺鎮	下湳社區	小白菜(蔬菜)、空心菜(蔬菜)、刺竹(蔬菜)、龍葵(蔬菜)、豬母奶(蔬菜)、燈籠草(零食)、番薯(糧食)、稻米(糧食)、高麗菜(蔬菜)、木鱉果(水果)、葡萄(水果)、木瓜(水果)
東勢鄉	復興社區	花生(糧食)、地瓜(糧食)、蒜頭(調味料)、稻米(糧食)、洋蔥(蔬菜)、蘿蔔(蔬菜)、龍葵(蔬菜)
林內鄉	重興社區	木瓜(水果)、火龍果(水果)、無花果(水果)、香蕉(水果)、稻米(糧食)、玉米(糧食)、小黃瓜(蔬菜)
林內鄉	烏塗社區	芋頭(糧食)、木瓜(水果)、楊桃(水果)、玉米(糧食)、番茄(水果)、芭樂(水果)、龍葵(蔬菜)、燈籠草(水果)、地瓜葉(蔬菜)
虎尾鎮	北溪社區	玉米(糧食)、番茄(水果)
虎尾鎮	安溪社區	稻米(糧食)、花生(糧食)、玉米(糧食)、蒜頭(調味料)、番薯(蔬菜)、甘蔗(水果)、蔥(調味料)、芹菜(調味料)、香菜(調味料)
虎尾鎮	西屯社區	蘆筍(蔬菜)、蒜頭(調味料)、玉米(糧食)、花生(糧食)、高麗菜(蔬菜)、大白菜(蔬菜)、番薯(糧食)、小黃瓜(蔬菜)、美濃瓜(水果)、番茄(水果)

表 3.各鄉鎮社區食農作物之調查結果(續)

鄉鎮	社區	使用植物
虎尾鎮	埤內社區	佐手香(調味料)、迷迭香(調味料)、玫瑰天葵(調味料)、薰衣草(調味料)、甜菊(調味料)、巧克力薄荷(調味料)、艾草(調味料)、蒜頭(調味料)、玉米(糧食)、花生(糧食)
虎尾鎮	堀頭社區	地瓜(蔬菜、糧食)、左手香(香料)、莧菜(蔬菜)、龍葵(蔬菜)、九層塔(調味料)、燈籠草(水果)、紅豬母乳(蔬菜)、大頭菜(蔬菜)、鼠麴草(調味料)、馬鈴薯(蔬菜)、蒜頭(調味料)
虎尾鎮	頂溪社區	高麗菜(蔬菜)、蒜頭(調味料)、花生(糧食)、稻米(糧食)、九層塔(調味料)、大花咸豐草(蔬菜)、山苦瓜(蔬菜)、燈籠草(零食)、鼠麴草(調味料)、絲瓜(蔬菜)、龍葵(蔬菜)
麥寮鄉	後安社區	花生(糧食)、番薯(糧食)、稻米(糧食)、西瓜(水果)、蒜頭(調味料)、龍葵(蔬菜)、燈籠草(零食)、莧菜(蔬菜)、鴨仔菜(蔬菜)
麥寮鄉	海豐社區	冬瓜(蔬菜)、結頭菜(蔬菜)、菊花海菜(蔬菜)、龍葵(蔬菜)、狗尾草(調味料)、燈籠草(零食)、韭菜(蔬菜)、薄荷(調味料)、甘蔗(水果)
莿桐鄉	孩沙里社區	稻米(糧食)、番茄(蔬菜)、龍葵(蔬菜)、絲瓜(蔬菜)、蒲瓜(蔬菜)
莿桐鄉	榮村社區	蒜頭(調味料)、花生(糧食)、香蕉(水果)、稻米(糧食)
莿桐鄉	興南社區	香蕉(水果)、稻米(糧食)、蒜頭(辛香料)、青椒(蔬菜)、玉米(蔬菜)、花生(糧食)、番茄(水果)、南瓜(蔬菜)、油菜(蔬菜)、龍葵(蔬菜)、番薯(糧食、蔬菜)、冬瓜(蔬菜)、毛西番蓮(水果)、燈籠草(零食)、芭樂(水果)、油菜(蔬菜)、桑葚(水果)、龍葵(蔬菜)
褒忠鄉	有才社區	黑豆(蔬菜)、甘蔗(調味)、蘿蔔(蔬菜)、玉米(蔬菜)、花生(糧食)、野苋(蔬菜)、龍葵(蔬菜)、稻米(糧食)、土豆(糧食)、牛蒡(蔬菜)、蘆筍(蔬菜)、蔥(蔬菜)

第二節 各社區、族群、食農資源分析

雲林縣因著歷史的變遷，族群分布多元，明清時期有來自福建省泉州市、漳州市、晉江市、詔安縣，及廣東省惠州市的移民，這些移民前來台灣「討生活」時，也帶進來當地文化及植物利用方式，近年因交通便利，鄉村間流傳乃至於國際性人口移動頻繁，漸漸地改變了原本的生活樣態，族群間逐漸融合，致使原本的文化逐漸流失，社區還面臨了許多挑戰，諸如人口結構的改面，年輕人逐漸離開鄉村至外地求學、工作，使得年輕人出外後，社區僅剩老人及小孩，社區年齡偏長，傳統的知識沒有被記錄，因而漸漸流失。因此，藉由盤點社區植物資源，並且進一步分析目前各社區、各族群目前正在使用的植物資源，以了解食農資源在使用上目前的景況。

一、各社區食農作物使用量化分析

將所調查之各社區食農植物資源進行量化分析，其結果(表 4)顯示 UT 值最高之前十名為草嶺社區、湖山社區、溝墘社區、興南社區、五塊社區、湍仔社區、嘉興社區、合和社區、有才社區、華南社區，這幾處社區擁有相對較多的食農植物資源，對於未來在進行食農教育之發展及實務上的操作方面，能夠提供較多元、多樣的選擇。

草嶺社區 UT 值為 24，位處於山區，其植物相組成相當豐富且多元，社區居民多有自家栽培及採用野生植物的習慣，諸如山芹菜、糯米草、龍鬚菜、破布子等，又因適逢竹林生產區，竹類資源亦相當豐富，其中包含麻竹、巨竹、葫蘆竹、觀音竹、人面竹、轆篙竹等。但是社區在發展食農教育上因為居民的居住環境太過分散，以社區共餐來說，由獨居老人的住處開車前往社區只少需要 30 分鐘，因此很難動員大家一起推動，另外，這裡大部分推廣觀光遊憩，有待深化推動食農教育，尤其社區特色料理或風味餐體驗。

湖山社區 UT 值為 22，一直以來都有做生產栽培且皆採取有機栽培，在規劃上種植了相當多元的菜蔬，諸如芥菜、芥藍菜、青江菜、大陸妹、高麗菜、花菜、小白菜等，野菜方面也時常會採用龍葵、川七、莧菜、大花咸豐草等食材，收集一定的量後作為老人食堂供餐使用，其未來作為推廣食農教育之場域相當適合。

溝墘社區 UT 值為 20，目前風味餐部分是以甘蔗製成黑糖的加工品為主要發展方向，像是桂圓饅頭、黑糖饅頭跟布丁，目前社區有自己的食農教育場域，野菜部分，老一輩會以龍葵、番薯葉、過貓、龍鬚菜、刺莧，加蒜頭勾芡、豬母乳(紅色的用炒的，吃起來酸酸的；白色的吃起來脆脆的，以前沒東西吃時，吃這個配罐頭)、菜豆等作為食用，這方便使用知識豐富。食農教育基地的經營，以不

噴農藥為主軸，種植方面多半選擇茄子、青椒等蟲比較不去咬的植物，在這樣的經營之下，因為沒有噴藥對於整體生態環境都很好。

表 4.雲林縣各社區食農植物使用之重要值(UT)

鄉鎮	社區	UT	鄉鎮	社區	UT
古坑鄉	草嶺社區	24	口湖鄉	梧南社區	7
斗六市	湖山社區	22	元長鄉	西庄社區	7
斗六市	溝墘社區	20	元長鄉	湖內社區	7
莿桐鄉	興南社區	18	古坑鄉	華山社區	7
元長鄉	五塊社區	16	東勢鄉	復興社區	7
二崙鄉	湳仔社區	15	林內鄉	重興社區	7
大埤鄉	嘉興社區	13	二崙鄉	崙東社區	6
元長鄉	合和社區	12	土庫鄉	扶朝社區	6
褒忠鄉	有才社區	12	土庫鄉	雙人厝社區	6
古坑鄉	華南社區	11	土庫鎮	南平社區	6
虎尾鎮	堀頭社區	11	元長鄉	鹿北社區	6
虎尾鎮	頂溪社區	11	元長鄉	潭東社區	6
古坑鄉	樟湖社區	10	古坑鄉	大埔社區	6
虎尾鎮	西屯社區	10	斗南鎮	埤麻社區	5
虎尾鎮	埤內社區	10	四湖鄉	羊調社區	5
土庫鎮	崙內社區	9	大埤鄉	三結社區	4
元長鄉	南和社區	9	水林鄉	番薯社區	4
古坑鄉	山峰社區	9	古坑鄉	麻園社區	4
台西鄉	溪頂社區	9	莿桐鄉	榮村社區	4
西螺鎮	下湳社區	9	古坑鄉	荷苞社區	3
林內鄉	烏塗社區	9	莿桐鄉	孩沙里社區	3
虎尾鎮	安溪社區	9	口湖鄉	蚵寮社區	2
麥寮鄉	後安社區	9	水林鄉	瓊埔社區	2
麥寮鄉	海豐社區	9	虎尾鎮	北溪社區	2
大埤鄉	西鎮社區	8	斗南鎮	林子社區	1
大埤鄉	豐田社區	8			

興南社區 UT 值為 18，有需多野菜的食用經驗，像是食用油菜花、龍葵、地瓜葉、醃冬瓜(用蔭絲仔，配粥，更早期時候阿嬤會醃製給社區吃)、毛西番蓮、燈籠草、土芭樂、油菜花、桑葚(以前會拿來養蠶寶寶)等；目前仍還會還會採集龍葵、地瓜葉、油菜花等食用。過去社區有辦理過以蒜頭為主的活動，做過蒜頭餅、蒜頭雞、蒜頭皮做成紙等。

五塊社區 UT 值為 16，早期野菜食用經驗多以龍葵為主，少部分會食用豬母乳，現今也很少採摘，怕會有農藥殘留的誤用問題。社區也會種植西瓜，通常較幼的西瓜會製作成西瓜綿。另外，其他會拿來食用的植物還有芝麻、龍葵、燈籠草(炮仔)、狗尾草、茴香等。其社區風味餐有發展地瓜簽、米粉疙(甜的)、鱷魚包、茴香丸、地瓜丸(實心的)、豆腐腦(花生)、烤花生(整個丟到火堆，窯燒)、薄荷油(薄荷製作而成)、番仔豆(放屁豆)、蠶豆(本土較小，用炒的)。

二、各族群食農作物使用量化分析

依據訪談結果及文獻參考的收集，將目前調查之社區族群進行分類，依據紀載主要分為泉州人、晉江市人、惠州人、詔安縣人、漳州人，其餘沒有辦法考證及詳細分別的列為其他福建省人與廣東省人，從中可以得出各社區族群之比例(圖 8)

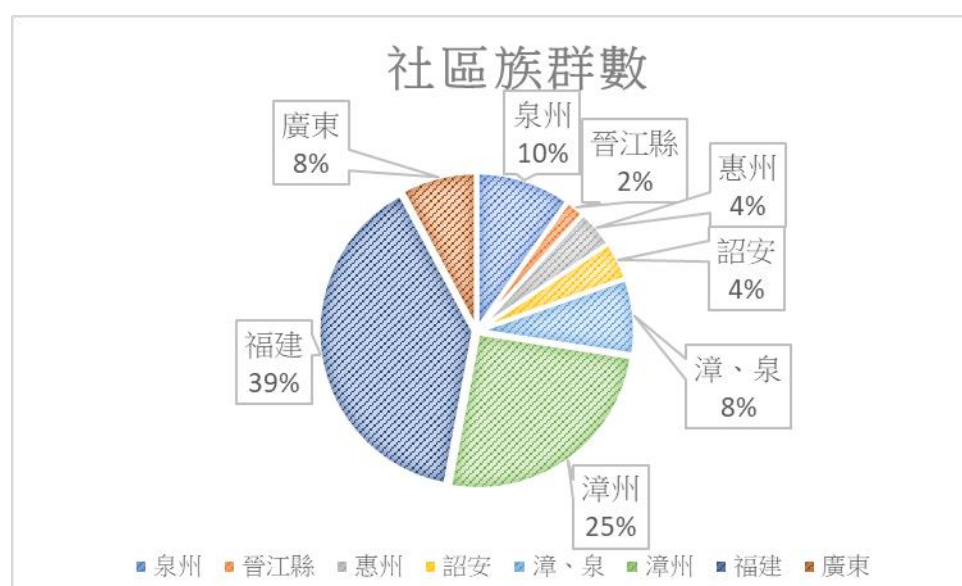


圖 8. 各社區族群數圓餅圖

其中發現所調查之社區所屬族群中(表 5)，以福建人(41%)及漳州人(25%)社區所占比例最高，與早期台灣移民史上所記載類似，以福建漳州人最多。這些早期的移民族群藉由偷渡、軍事關係等原因來到台灣，帶進了當地信仰、飲食等傳統文化，但隨著時代的變遷，此傳統文化漸漸消逝，因此，透過使用價值 UV 值的分析，探討目前各族群之相對重要的植物種類，其中，某一植物 UV 值越

高，該種植物較為人所知，其重要性越大，反之，UV 越小，該種植物重要性越小，由此分析，據以了解各族群食農作物之使用情形。

透過總價值 UV 值分析，並根據所分類之族群予以歸納整理，其中，泉州人以龍葵、山苦瓜、菜豆、龍鬚菜、番薯為主；晉江市人以花生、番薯、蒜為主；惠州人以冬瓜、甘蔗、西瓜為主；詔安縣人以高麗菜為主；漳州人以番薯為主；福建省人以芋頭、冬瓜、番薯、芥菜為主；廣東省人以芋頭、芥菜為主。可以發現目前各族群仍以作物為運用材料，諸如菜豆、龍鬚菜、番薯、芋頭、花生、蒜頭等，多數在植物資源的使用上已有同化趨勢，一方面可能因應地緣關係，有許多的植物栽培上不符合當地的氣候環境，因此不會特別種植。另外，社區需要經濟收入以維持生活所需時，經濟作物將變為主要經營標的，因此造成需多植物資源的使用隨著時代、環境的變遷逐漸流失。

針對各族群特色料理運用情形，其中，最早先人從福建、廣東一代來台，又各自帶來不同城鎮的家鄉味，隨著時間推移，往往與當地同化。以福建的飲食文化來說，因為地理位置及環境造就食材豐沛多元，料理多樣化的菜色，其中閩菜菜系為中國八大菜系之一，根據地域分為福州菜（以福建福州閩侯縣為中心）、閩西菜、閩南菜、莆田菜、閩北菜等幾種類型。福建的福州、泉州、廈門等地

長期為東洋、南洋乃至西亞與東亞海上交通的樞紐，故閩菜的食材和技術都深受這些海外地區的影響。除此之外，因可利用土面積狹小但人口數量多，使得種植茶、甘蔗、菸草、水果等經濟作物的歷史也長，主糧稻米、小麥多無法自給，也在一定程度上決定閩菜，特別是小吃的面貌，因自給自足有限造就移民勇闖黑水溝來台灣。

閩菜除了一般調味料外，還有蝦油、蝦醬、酸杏等；又較突出『糟』味，有紅糟、白糟、糟等之別，味道方面，注重清鮮、酸、甜、鹹、香，在宴席中最後一道菜一般都是時令青菜，取「青菜」之意。製湯則有『一湯十變』之譽，烹調方法上以溜、蒸、炒、煨、燉最為常見，著名的菜餚有佛跳牆、扁肉燕、福州魚丸、醉排骨、荔枝肉、紅糟雞、閩生果、淡糟香螺片、雞湯汆海蚌等。

廣東的飲食文化為：廣東菜也就是粵菜，為中國八大菜系，都會用上薑、蔥、糖、鹽、醬油、米酒、油、滷水等。烹調內臟時會使加多一點如大蒜一類的香料。廣東菜間中會使用五香粉和白胡椒粉。為了保留原味，一般做得比較為清淡，所以喜歡以清蒸的方式烹調，鮮有帶濃烈的味道為其特色，也因環境有山有海，食材豐富，料理多變。如白雲豬手、蝦餃。

惠州與詔安是屬於客家族群的發源地，客家菜口感偏重「肥、鹹、熟」，在粵菜或閩菜系中獨樹一幟，除此之外客家菜和豫菜一

樣，烹調方式以北方常見的煮、燉、熬、釀、燜等技法見長，頗有中原遺風。有梅菜扣肉、釀豆腐。傳統的客家招牌菜是鹽焗雞、客家釀豆腐、豬肚雞、釀苦瓜、梅菜扣肉、三杯鴨、白斬河田雞、兜湯、汀州泡豬腰、仙人凍、麒麟脫胎、腐卷、客家盆菜、四星望月、芋子包、芋子餃等。

粿為客家人用糯米製作的各式糕點通稱，例如早期農業社會生兒育女會製作新丁粿拜神明，祈求小孩平安；清明時節會製作艾粿祭祀祖先；發粿則有發財的象徵，至於糍粑，也是粿一種。粿食客家飲食中扮演著不可或缺的角色，因粿食製成的料理具有飽足感且持久，隨著時間的發展，粿食不再只是飯桌上拿來果腹的正餐，更發展了出許多不同的料理，從主食、粿心到儀式供品，都能看到粿食的身影。客家人在不同季節時令來製作各類粿食製品，如蘿蔔粿、紅豆粿及艾草粿等。除了婚喪喜慶、迎神賽會及年節祭祖外，有時也會製作具吉祥祝福之涵義的粿來宴請親友。

根據調查結果，位於從福建移民的社區，難以再看見社區有料理閩菜的影子，多數社區在食農教育或風味餐的發展上，是以能賴以為生的周邊環境生產之作物為主，隨著台灣地理環境的差異，即符合台灣人的飲食需求，種植需要的菜蔬，而風味餐的料理上大多根據地理所出產的來決定適合發展的菜色。另一方面，起源於廣東

省的社區，仍保有一些由廣東文化而來的元素，像是三結社區的鹹菜餐，其中包含了鹹菜雞、刈包、鹹菜豬肉等；豐田社區有芋頭粿、刈包等，這些保留了廣東客客家菜口感偏重「肥、鹹、熟」，即粿食文化的特色。

表 5.各社區之族群列表

族群	社區	UV 較高之物種
泉州	梧南社區、蚵寮社區、湖山社區、溝墘社區、溪頂社區	龍葵、山苦瓜、菜豆、龍鬚菜、番薯
晉江縣	復興社區	花生、番薯、蒜等
惠州	後安社區、海豐社區	冬瓜、甘蔗、西瓜等
詔安	下涌社區	高麗菜
漳、泉	林子社區、埤麻社區、番薯社區、瓊埔社區	番薯
漳州	大埔社區、山峰社區、草嶺社區、荷苞社區、麻園社區、華山社區、華南社區、樟湖社區、重興社區、烏塗社區、孩沙里社區、榮村社區、興南社區	番薯
福建	崙東社區、涌仔社區、扶朝社區、雙人厝社區、南平社區、崙內社區、五塊社區、合和社區、西庄社區、南和社區、鹿北社區、湖內社區、潭東社區、羊調社區、北溪社區、安溪社區、西屯社區、埤內社區、堀頭社區、頂溪社區、有才社區	芋頭、冬瓜、番薯、芥菜等
廣東	三結社區、西鎮社區、嘉興社區、豐田社區	芋頭、芥菜等

綜合以上論述，發現，目前社區普遍面臨以下幾點問題：

(一)人口老化問題

許多社區人口組成主要是以 65 歲的長輩為主，甚至是 70-80 歲的長者人口居多，對於在推動社區活動或是相關計畫常常呈現心有余力確力不足，而且對於務農的長者來說，在農忙時期就已經夠忙了，很難願意花時間再投入。

(二)食農資源的重疊性

許多社區栽種的蔬果類是很相似的，且當地採用在地食材的料理也是很相似，在對於野菜の利用上，並沒有保留下來太多，因為後續的開發，部分野菜的消失，現在雖然也會吃野菜，像是龍葵、野萵、刺萵及狗尾草等，但會有農藥的問題，且這些資源大多社區都有，所以若要做為開發對象需要一點突破性。

(三)地方創意性

因社區都是長者居多，以目前在社區經營的未來趨向，可能會少了亮點，甚至是配合時代的趨勢，因為沒有年輕人加入很難挑脫既有的思想，可能最終會使這些社區在執行食農教育的規劃同質性偏高，且很難有代表性特色，雖然是建立在這些蔬果菜，但應該要透過設計的方式，將社區的魅力與當地資源結合重新出發。

(四)執行後的經濟效益

社區會希望這個執行效益，可以帶給社區穩定的經濟收入，甚至能使年青人回來，或是有其他正面的效益，大多數社區是希望透過這樣過程可以將農作銷售出去，為當地居民獲得一些收入。

(五)發展技術的輔導

相較於資源優厚之城市的社區輔導，雲林地區社區相較為弱勢，尤其對於在農作資源，或是針對食農計畫執行期挹注資源協助都較少，需要能夠增取資源去支持配合，且是具有合作長久性，輔導社區至不受在蔬果限制上，能突破其點，重新包裝出發，或是給予當地農作一些指導，在友善與經濟上獲得雙贏的局面。

(六)多元發展與立足過程

很多社區內食農發展活動，少數長者會因為不了解年青人的作風，多有保守甚至不願意去合作，使得年輕人動力消退難以執行，因此，開發食農多元開發與持續立足過程受到限制。除此之外，在社區內會有派系問題，增加社區居民的對立，達致計畫難以推動執行而遭受阻礙，以及社區的理事長的輪替會影響社區後續的執行目標與推動效率。

第三節 社區食農教育推廣規劃

藉由盤點各社區之植物資源，可以了解並發現各個社區目前所掌握之植物資源，其中在採訪社區過程，除了了解目前社區之食農植物使用概況外，也調查了該社區過去是否進行過食農教育相關經驗、將來是否願意成為食農餐廳、或成為食農中心。

依據調查結果，目前各社區之意願調查結果(圖 9)，有 32 處社區辦理或具有執行食農教育之相關經驗，另外 19 處社區不具這方面的經驗；有 31 處社區有意願發展為食農教育中心(圖 10)，另外 20 處社區沒有意願辦理；有 25 處社區願意發展為食農餐廳(圖 11)，另外 26 處社區沒有意願辦理。

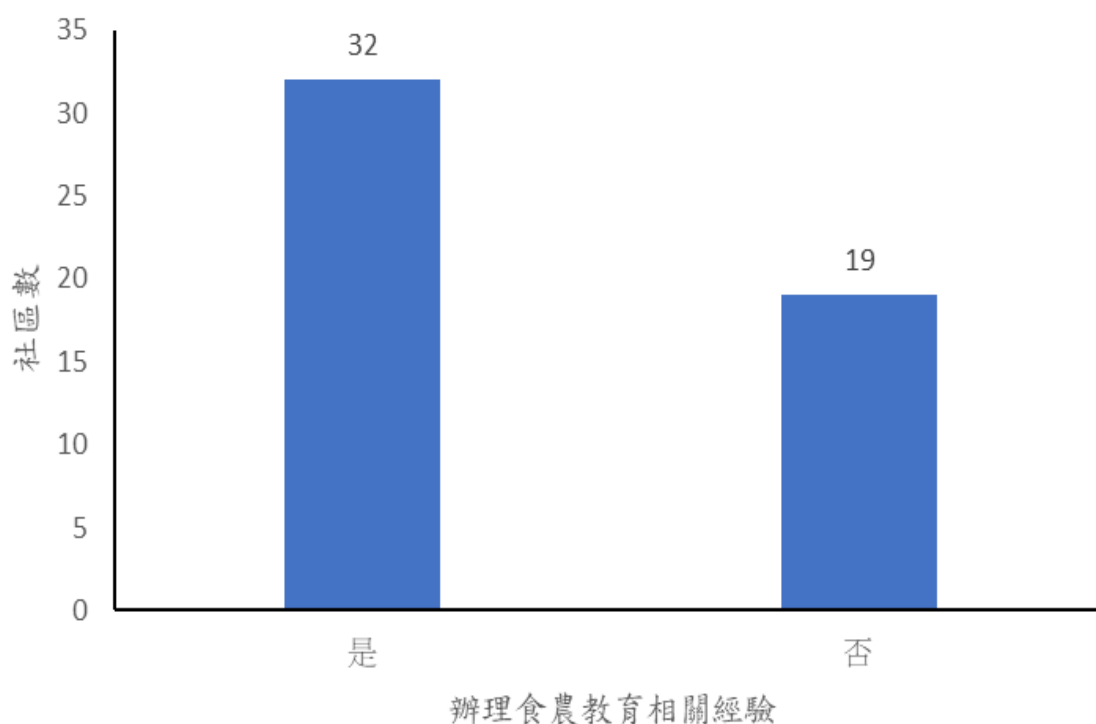


圖 9 社區是否辦理過食農教育相關經驗

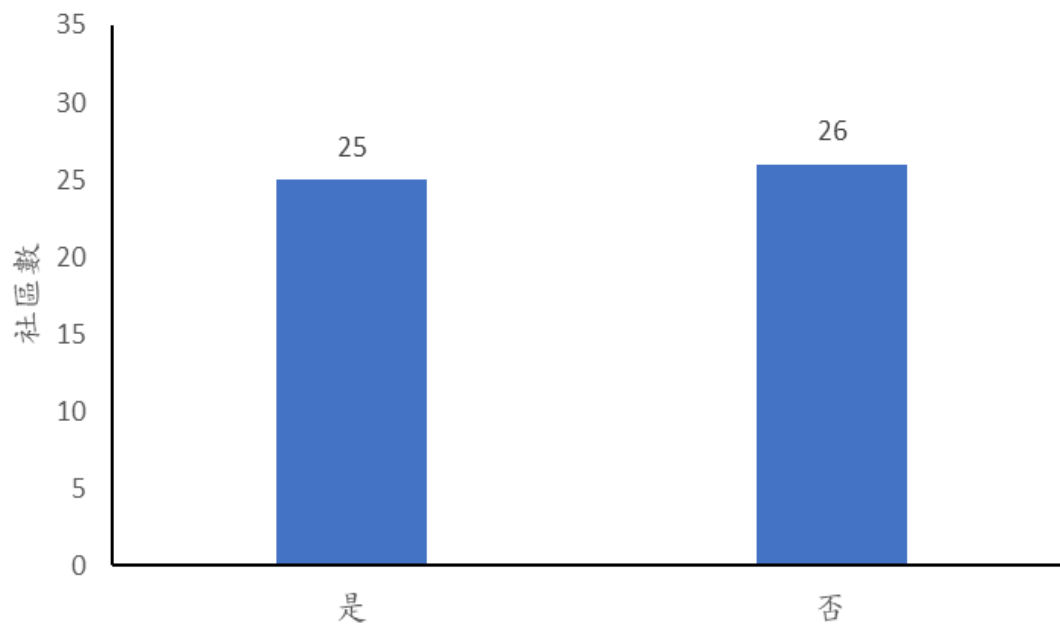


圖 10 社區發展食農中心意願圖

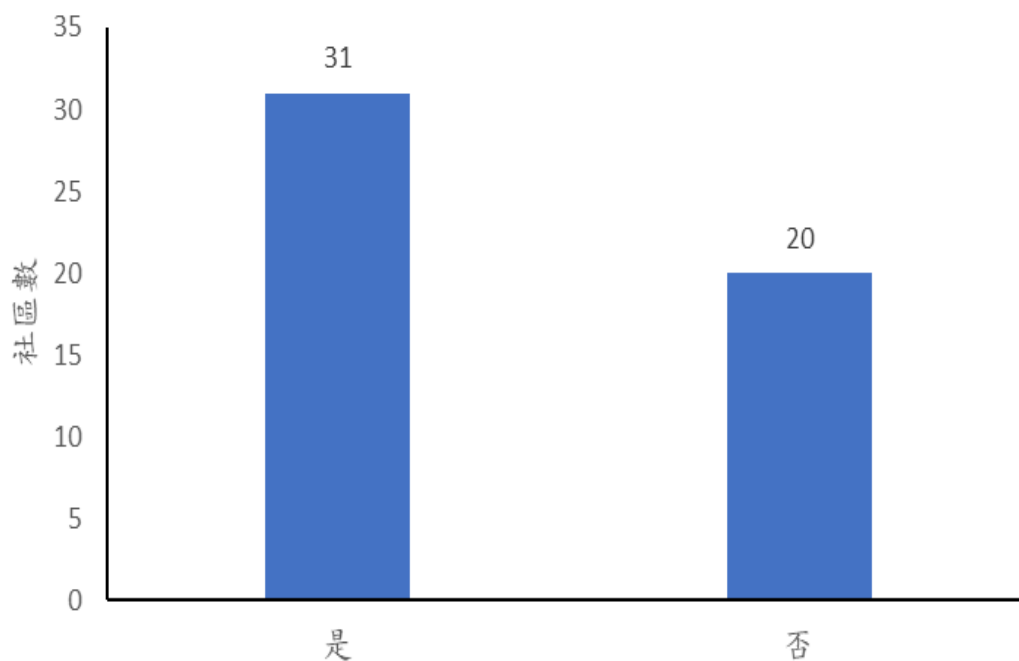


圖 11 社區發展食農餐廳意願圖

綜合各社區意願調查及現場訪談等評估，並檢視各社區 UT 值分析，了解社區特色及所擁有之植物資源，依據目前農村再生計畫社區發展架構，將各社區分類為資源盤點型社區、食農餐桌型社

區、食農中心；將本計畫調查 51 處社區進行分類說明。

(一)資源盤點型社區

經調查後，首先為社區不具風味餐，其次為 UT 值小於或等於 10，過去無食農教育經驗或不具有社區產業，以上符合其中 1 項，即符合資源盤點型社區，該社區需要再尋找或有待發展屬於當地特色之食農教育資源，其中符合資源盤典型的社區(表 6)，總共有 21 處社區，在此階段下，UT 代表著社區擁有能以開發食農教育的植物資源多寡，UT 值越大能運用的資源越多，反之 UT 值越小能運用的植物資源較少，其中，社區是否具有風味餐相對為進入下一個食農階段的重要評估指標，社區若無風味餐的開發，食農資源保留與運用之選擇亦會跟著銳減。另一方面，過去無食農教育經驗，對於未來進階發展也是一大挑戰，社區應累積相當食農教育經驗，透過豐富的食農教育即配合在地食材選擇，如此諸般豐富的經驗，更能夠傳達給民眾正確的食農觀念。而社區產業也代表著社區的活力，社區能以發展自身產業將會有足夠的經濟收入能以幫助社區經濟自立，使其不論於活動的推動、凝聚力會夠有著力點，甚至為當地居民帶來經濟上的獲益，年輕人亦會被吸引返鄉。綜合以上因素及資料分析可以看出，就目前屬於資源盤典型的社區，除了不具有社區風味餐外，其 UT 值大多偏小，能運用的植物資源少，且大多沒有

執行過食農教育的經驗或不具備有社區產業，有待積極輔導。

表 6.資源盤點社區

鄉鎮	社區	UT	過去食農教育經驗	是否有社區產業	是否具有社區風味餐
口湖鄉	蚵寮社區	2	X	X	X
口湖鄉	宜梧社區	7	X	X	X
土庫鄉	扶朝社區	6	X	X	X
大埤鄉	西鎮社區	8	O	X	X
大埤鄉	嘉興社區	13	O	X	X
元長鄉	西庄社區	7	X	X	X
元長鄉	湖內社區	7	X	X	X
元長鄉	合和社區	12	X	X	X
斗南鎮	林子社區	1	X	X	X
斗南鎮	埤麻社區	5	O	O	X
古坑鄉	樟湖社區	10	X	O	X
古坑鄉	草嶺社區	24	X	X	X
四湖鄉	羊調社區	5	X	X	X
西螺鎮	下湳社區	9	X	X	X
東勢鄉	復興社區	7	X	X	X
林內鄉	重興社區	7	O	X	X
虎尾鎮	北溪社區	2	O	X	X
麥寮鄉	後安社區	9	X	X	X
莿桐鄉	孩沙里社區	3	X	O	X
莿桐鄉	榮村社區	4	O	O	X
莿桐鄉	興南社區	18	X	X	X

(二)食農餐廳型社區

調查分析顯示社區已具有風味餐或特色菜等食農基礎，累積過去有食農教育活動經驗，或具有自身食農產業等，然而社區 UT 值仍小於 10，可歸歸類為食農餐廳型社區。可以持續精進而未來有機會設置食農教育推廣食堂、食農資源維護與永續利用課程等。

符合食農餐廳資格的社區有 22 處社區(表 7)，當中有 14 處社區表示有意願成為食農餐廳，另外 8 處社區則表示沒有意願，這幾處社區有二崙鄉崙東社區；元長鄉鹿北社區、潭東社區、南和社區；水林鄉瓊埔社區、古坑鄉荷苞社區、華山社區；虎尾鎮西屯社區、埤內社區。這幾處社區除了鹿北社區利用在地食材製作窯烤麵包、瓊埔社區有阿甘諸叔的農場，及埤內社區目前發展黑蒜頭、五穀粉、花生等，其餘社區多半沒有屬於自身的社區產業。如荷苞社區目前社區尚未發展自己的社區特色及品牌，僅透過荷包合作中心之合作社來協助推廣；或是像西屯社區，有發展農場品的開發包裝與設計，社區風味餐亦有花生糖、冰醋白蒜、脆瓜等，但由於沒有量產，皆是以提供給食堂使用為主，目前並無販售；又或者像華山社區目前社區還沒有發展產業，但是目前社區狀況私人產業多，如果社區要發展產業就會跟社區的私人攤販、餐廳搶生意，會被抗議、投訴是否在搶客人，因此不好發展自身產業。

表 7.食農餐廳型社區

鄉鎮	社區	UT	過去食農教育經驗	是否有社區產業	是否具有社區風味餐	食農餐廳意願
二崙鄉	崙東社區	6	X	X	O	X
土庫鄉	雙人厝社區	6	O	O	O	O
土庫鎮	南平社區	6	O	X	O	O
土庫鎮	崙內社區	9	X	O	O	O
大埤鄉	三結社區	4	O	O	O	O
大埤鄉	豐田社區	8	O	O	O	O
元長鄉	鹿北社區	6	O	O	O	X
元長鄉	潭東社區	6	O	X	O	X
元長鄉	南和社區	9	O	X	O	X
水林鄉	瓊埔社區	2	O	O	O	X
水林鄉	番薯社區	4	O	O	O	O
古坑鄉	荷苞社區	3	X	X	O	X
古坑鄉	麻園社區	4	O	X	O	O
古坑鄉	大埔社區	6	O	O	O	O
古坑鄉	華山社區	7	X	X	O	X
古坑鄉	山峰社區	9	O	X	O	O
台西鄉	溪頂社區	9	O	X	O	O
林內鄉	烏塗社區	9	O	O	O	O
虎尾鎮	安溪社區	9	O	X	O	O
虎尾鎮	西屯社區	10	O	X	O	X
虎尾鎮	埤內社區	10	O	O	O	X
麥寮鄉	海豐社區	9	O	X	O	O

(三)食農中心

為具有優良食農教育事蹟，或發展成熟之食農教育課程，其中具備有社區風味餐、豐富的食農教育經驗、UT 值大於 15 等，論其

場域或社區資源能作為楷模者。其中符合食農教育中心資格的社區有 8 處(表 8)，論其意願，其中有 5 處社區表示有意願成為食農教育中心，另外三處表示沒有意願，其中主要因素如有才社區因為社區面臨長輩年紀漸長、年輕人外流嚴重導致社區人數漸減，因此沒有人力得以推動；溝壩社區則是社區規模太小，沒有適合的場域提供做為食農中心使用。

食農中心的建立，除了需要有充分執行過食農教育相關的經驗及充沛的植物資源可供利用外，對於社區人力需求亦是一大負擔，許多的社區面臨的是人力短缺、人口老化等問題，使得這些即便有優良場域及經驗的社區，無法嶄露頭角。

表 8.食農中心社區

鄉鎮	社區	UT	過去食農教育經驗	是否有社區產業	是否具有社區風味餐	食農中心意願
二崙鄉	湍仔社區	15	O	O	O	X
元長鄉	五塊社區	16	O	X	O	O
斗六市	溝壩社區	20	O	O	O	O
斗六市	湖山社區	22	O	O	O	O
古坑鄉	華南社區	11	O	O	O	O
虎尾鎮	堀頭社區	11	O	X	O	O
虎尾鎮	頂溪社區	11	O	X	O	X
褒忠鄉	有才社區	12	O	X	O	X

第四節 社區特色料理選集

雲林縣物產豐饒而有農業首都美稱，也是我國稻米、蔬菜及雜糧重要生產區，許多著名的農特產皆出於此地，如黑金剛花生、濁水米、蔞桐蒜頭、古坑咖啡、水林番薯等。自古以來多元民族相聚於此，社區有泉州人、晉江市人、惠州人、詔安人、漳州人，及以混合之漳泉州人、無法考證之福建人或廣東人。近年來，亦有新住民移入，隨之而來也帶進了許多不同的風俗民情及飲食文化，也因著多元民族的發展，而發展出不同的料理特色；早期食農文化特色若不被妥善保留或記錄下來，則會漸漸流失而被淡忘掉。

一、各社區風味餐或特色料理

保存這些在地文化特色更顯重要，藉由保存在地社區傳統食農文化，就調查期間記錄到之各社區風味餐或特色料理(表 9)，統整各社區風味餐可分為幾類，分別為開胃菜、主菜、副菜、湯品、蔬菜、點心、水果、主食、飲料。各分類的定義如下：

(一)開胃菜

屬於冷盤、拼盤、涼菜，如涼拌小黃瓜、滷蛋和海帶等(如圖 12)。用以開胃、佐酒或便餐，冷盤的主料可以是生或熟的蔬菜，以及煮熟後冷卻的肉類和海鮮，或者是生的海鮮如生魚片。

能作為開胃菜的有五塊社區的地瓜簽、花生香腸、茴香丸、花生涼拌小黃瓜、烤花生；安溪社區的涼拌小黃瓜；有才社區的黑糖紅豆腐皮捲；西屯社區的冰醋白蒜、脆瓜；南平社區的芋頭丸；烏塗社區的回家團圓、山海田園蝦球、田園風情沙拉、神秘香料佐雞胸；堀頭社區的三絲捲、紫蘇梅；華山社區的脆筍蛋；華南社區的蘿蔔乾、福德澤山海；溝墘社區的醬筍；潭東社區的五香花生、鹹酥花生(帶殼)、冷凍花生。



圖 12 開胃菜示意圖

參考自：<https://reurl.cc/4XgjxX>

(二)主菜

主菜(如圖 13)：有魚類、蝦、蛤蜊等，肉類如雞、鴨、鵝、鵪等禽肉類，或豬、牛、羊等畜肉類害蔬菜和豆類製品為材料。

主菜的有南和社區的鹹菜鴨；五塊社區的三杯豬腩佛、香瓜綿司目魚；南和社區的鹹菜鴨；華南社區的金色時光之舒肥鴨胸、蝦鮮綠野米麥香、醬點豆卷三絲、野菜玉枳殼燻雞胸；華山社區的珍珠香菇肉丸子、鄉野乾香二節翅、橙汁茶香排骨、咖啡醉雞；烏塗社區的芋封雞；堀頭社區的蔭鼓五花肉、酸甘甜梅子土豆雞；安溪社區的青蒜炒鹹豬肉、豬肉餡餅；三結社區的刈包、鹹菜豬肉；有才社區的黑豆豬腳、甘蔗燉雞、甘蔗筍東坡肉、甘蔗燻蔗香羊筋骨、鱗片蔗蝦；溪頂社區的蒜頭雞。



圖 13 主菜示意圖

(三)副菜

主菜盤上搭配澱粉類或蔬菜類的副菜(如圖 14)，用來解膩，多以糖製作成蜜汁、拔絲、掛霜或甜湯等口味，如炸湯圓。

能作為副菜的有大埔社區的筍乾、黃金醬筍；山峰社區的有筍絲、筍乾、醬筍；安溪社區的玉米焗烤土司、醃冬瓜；有才社區的醃冬瓜、醃蘿蔔；南和社區的有菜脯；埤內社區的有黑蒜頭；海豐社區的有蔭冬瓜；堀頭社區的有蔭冬瓜；崙東社區的有醬蘿蔔；荷苞社區的有醬筍；頂溪社區的有高麗菜乾(千葉黃金菜)；鹿北社區的有大蒜醬；湖山社區的有醬筍、筍絲、龍眼乾；湳仔社區的有醃漬菜頭、醃辣椒、醃破布子、趴菜脯；華南社區的有酸菜、酸豆、醬筍；溝墘社區的有醬冬瓜。



圖 14 副菜示意圖

(四)湯品

中式餐點以清淡順口的清湯為主(如圖 15)。西式亦分為清湯與濃湯，傳統上隨湯鹹餅乾，國內餐廳常搭配麵包。

能作為湯品的有華南社區的甘苦野菜魚湯；烏塗社區的咖啡人生雞湯；堀頭社區的高麗菜排骨湯；海豐社區的狗尾草雞湯。

參考自：<https://reurl.cc/gQvGNp>



圖 15.湯品示意圖

(五)蔬菜

蔬菜(如圖 16)：以青菜做為主材料來烹煮，大部分社區皆有大宗蔬菜生產，所以蔬菜種類多，且隨四季變化而調整。調查資料顯示，能作為蔬菜的有有才社區的西瓜綿；溪頂社區的西瓜綿、白玉炒肉絲。

參考自：<https://reurl.cc/QWpROb>



圖 16.蔬菜示意圖

(六)甜點

點心(圖 17)：分為鹹點心和甜點心。如烏塗社區的甜米糕捲。

(七)水果

水果(圖 17)：時令水果，菜餚食用完後提供。湖山社區的龍眼。



圖 17.甜品與水果示意圖

(八)飲料

飲料(如圖 18)：飲品，有冷、熱飲。華南社區的凝固的花果園；烏塗社區的綠拿鐵、風味咖啡；有才社區的檸檬甘蔗牛奶。



圖 18.飲料示意圖

(九)主食

主食：以澱粉類為主，米飯、麵、米粉等。較具特色主食的有大埔社區的筍子肉圓、筍子肉包、竹葉船型甜粽、筍子麵；五塊社區的五塊番茄蔬菜肉醬麵、米粉疙；有才社區的豆菜麵、蔗香鴨肉飯、黑豆粽、牛井；南和社區的草仔粿、芋頭粿；烏塗社區的芋頭地瓜糕；鹿北社區的大蒜麵包；麻園社區的筍子飯、筍子粥；華山社區的咖啡鮮蔬三明治、嘎比涼麵 party；溝墘社區的黑糖饅頭、桂圓饅頭；豐田社區的芋頭粿巧、西施弄月、肉粽、刈包、米腸；雙人厝社區的刺殼粿(鼠麴粿)。



參考自：<https://reurl.cc/7j20GD>

參考自：<https://reurl.cc/OEbMOy>

圖 19.主食示意圖

二、社區介紹：

雲林縣 51 處社區深度訪談中，大多數的社區主要來自福建區域，廣東及客家區域較少，整體社區盤點可發現在飲食上的改變因應時代的變化，產業結構也隨之改變，各社區風味餐如表 9，

表 9.各社區風味餐一覽表

鄉鎮	社區	族群	風味餐(社區)	使用植物
古坑鄉	華南社區	漳州人	人生七味餐、酸菜、蘿蔔乾、酸豆、醬筍	咖啡、柑橘、鳳梨、愛玉、竹筍、樹葡萄、香蕉、芥菜、蘿蔔、菜豆、麻竹、桂竹
鄉鎮	社區	族群	風味餐(社區)	使用植物
古坑鄉	華山社區	漳州人	華山六寶風味餐(咖啡鮮蔬三明治、珍珠香菇肉丸子、鄉野乾香二節翅、橙汁茶香排骨、脆筍蛋、咖啡醉雞、嘎比涼麵 party)	苦茶油、咖啡、蜂蜜、茶葉、竹筍、香菇
	草嶺社區	漳州人	無	無
	山峰社區	漳州人	醬筍、筍絲、筍乾	麻竹筍、綠竹筍、桂竹筍
	荷苞社區	漳州人	醬筍	麻竹筍
	大埔社區	漳州人	黃金醬筍、筍子肉圓、筍子肉包、筍乾、筍子麵、竹葉甜粽	麻竹筍
	麻園社區	漳州人	筍子飯、筍子粥	烏殼竹
	樟湖社區	漳州人	無	無
莿桐鄉	榮村社區	漳州人	無	無
	興南社區	漳州人	無	無
	孩沙里社區	漳州人	無	無

表 9.各社區風味餐一覽表(續)

鄉鎮	社區	族群	風味餐(社區)	使用植物
西螺鎮	下湳社區	詔安客	無	無
虎尾鎮	西屯社區	福建人	花生糖、冰醋白蒜、脆瓜	花生、蒜頭、小黃瓜
虎尾鎮	北溪社區	福建人	無	無
	頂溪社區	福建人	高麗菜乾(千葉黃金菜)	高麗菜
	堀頭社區	福建人	蔭鼓五花肉、高麗菜排骨湯、酸甘甜梅子土豆雞、三絲捲、紫蘇梅、蔭冬瓜	冬瓜、梅子、竹筍、紅蘿蔔無
	埤內社區	福建人	黑蒜頭	蒜頭
	安溪社區	福建人	醃冬瓜、青蒜炒鹹豬肉、涼拌小黃瓜、豬肉餡餅、玉米焗烤土司	冬瓜、蒜、小黃瓜
林內鄉	烏塗社區	漳州人	農閒糊塗餐(田園風情沙拉、神秘香料佐雞胸、咖啡人生雞湯、山海田園蝦球、回家團圓、芋封雞、芋頭地瓜糕、古早味甜米糕捲、綠拿鐵、風味咖啡)	芋頭、茂谷柑、芒果
	重興社區	漳州人	無	無
四湖鄉	羊調社區	福建人	無	無
斗南鎮	埤麻社區	漳、泉州人	無	無
	林子社區	漳、泉州人	無	無
斗六市	溝墘社區	泉州人	黑糖饅頭、桂圓饅頭、黑糖布丁、醬筍、醬冬瓜	甘蔗、龍眼
	湖山社區	泉州人	龍眼、醬筍、筍絲、龍眼乾	龍眼、麻竹

表 9.各社區風味餐一覽表(續)

鄉鎮	社區	族群	風味餐(社區)	使用植物
元長鄉	潭東社區	福建人	五香花生、鹹酥花生(帶殼)、 冷凍花生、土豆酥	花生
	湖內社區	福建人	無	無
	鹿北社區	福建人	地瓜燒、大蒜醬、大蒜麵包、 蒜頭酥、蒜頭餅	蒜頭、番薯
	五塊社區	福建人	三杯豬腩佛、花生香腸、香瓜 綿司目魚、五塊番茄蔬菜肉醬 麵、花生涼拌小黃瓜、鱸魚 包、地瓜簽、米粉疙、茴香 丸、地瓜丸、豆腐腦、烤花生	花生、番薯、豆 腐
	西庄社區	福建人	無	無
	合和社區	福建人	無	無
	南和社區	福建人	鹹菜鴨、菜舖、草仔粿、芋頭 粿	芥菜、芋頭、鼠 麴草
大埤鄉	嘉興社區	廣東人	無	無
	三結社區	廣東人	鹹菜餐(鹹菜雞、刈包、鹹菜 豬肉)	芥菜
	豐田社區	廣東人	芋頭粿巧，西施弄月、肉粽、 刈包、水晶餃、米腸	芋頭、米豆、稻 子、芥菜
	西鎮社區	廣東人	無	無
土庫鎮	崙內社區	福建人	花生糖	花生
	扶朝社區	福建人	無	無

表 9.各社區風味餐一覽表(續)

鄉鎮	社區	族群	風味餐(社區)	使用植物
土庫鎮	雙人厝社區	福建人	鱸魚包、薊殼粿	花生、鼠麴草
	南平社區	福建人	土豆仁膏、芋頭丸	花生、芋頭
二崙鄉	湳仔社區	福建人	醃漬菜頭、醃辣椒、醃破布子、趴菜脯、火車餅	白蘿蔔、辣椒、破布子、高麗菜、哈密瓜
	崙東社區	福建人	醬蘿蔔	菜頭
口湖鄉	蚵寮社區	泉州人	無	無
	梧南社區	泉州人	無	無
褒忠鄉	有才社區	福建人	醃冬瓜、醃蘿蔔、西瓜綿、豆菜麵、蔗香鴨肉飯、黑豆豬腳、黑豆粽、牛井、甘蔗筍東坡肉、甘蔗燉雞、甘蔗燻魚、蔗香羊筋骨、鱗片蔗蝦、甘蔗布丁、黑糖紅豆腐皮捲、檸檬甘蔗奶	蘿蔔、西瓜、黑豆、甘蔗
台西鄉	溪頂社區	泉州人	西瓜綿、白玉炒肉絲、蒜頭雞	西瓜、白蘿蔔
水林鄉	番薯社區	漳、泉州人	炸地瓜、番薯粥、地瓜咖啡、蕃薯餅、冰心地瓜、地瓜球	地瓜
	瓊埔社區	漳、泉州人	地瓜拿鐵、地瓜餅、地瓜球	番薯
麥寮鄉	海豐社區	惠州人	蔭冬瓜、狗尾草雞湯	冬瓜、狗尾草
	後安社區	惠州人	無	無
東勢鄉	復興社區	晉江縣	無	無

華南社區

位於古坑鄉華南社區，位處於雲林最南端的村落故名華南。社區有阿嬤的菜園，會依季節進行種植與料理，像之前有種植刈菜，就會製作成酸菜，種蘿蔔就會製作成蘿蔔乾；種菜豆就會製作成很美味的酸豆。社區附近也會有過貓，幾乎家家戶戶都有種植；竹筍在使用上，會有醬筍，值得一題的是社區的筍子料理很厲害，各家各有不同風味的醬筍，在竹筍的使用上會到用麻竹筍、桂竹筍、孟宗竹(冬筍)。另外較大宗的作物還有咖啡、橘子、柳丁，會於年底收成，橘子收完接著再收成柳丁。

風味餐：

社區聞名人生七味餐，分別為酸、甜、苦、辣、鹹、鮮、澀，早期風味餐所發展，融入了周遭鄉鎮的特色，其中包含古坑咖啡、柑橘、鳳梨、好蝦問男的蝦、社區放牧的雞蛋、麥寮的有機麥子、西螺裕鼎興的醬油、崙背的辣椒，加上自然農法的玫瑰花及愛玉，進而發展出華南社區的風味餐，透過味覺體認雲林，也透過當地當季的食材變化感受當地，像竹筍、咖啡、柑橘等，風味餐還會加入樹葡萄、愛玉等在地產業入菜，另會利用香蕉做為水果盤。

料理：(參考里山里海華南人生七味餐 3.0)

金色時光之舒肥鴨胸-酸(如下示意圖左)

食材：雲林畜養鴨、綠花椰菜、馬鈴薯、五印醋、香桔醋、華南檸檬原汁

法式薄餅柑美雲泥-甜(如下示意圖右)

食材：華南清甜極柑、好野放牧蛋、韻味冠軍果醬、虎尾糖、鮮奶油。



甘苦野菜魚湯-苦(如下示意圖左)

食材：苦芥蘭、大花咸豐草嫩葉、艾草嫩葉、野苧嫩葉、好蝦罔男社司目魚

蝦鮮綠野米麥香-辣(如下示意圖右)

食材：梅山醃辣梅、麥寮月光下小麥、華南共生米、樟湖蜜香烏龍、好蝦罔白蝦、西螺御鼎琥珀醬油、柴魚醬油、九層塔、海苔粉、醬筍。



醬點豆卷三絲-鹹(如下示意圖 1)

食材：胡蘿蔔、番茄、紅椒、黃椒、茄子等果皮及邊角料、華南柴燻

龍眼乾、御鼎米粒醬油與濁水琥珀醬油、西螺豆皮、麻竹筍、青椒。

福德澤山海-鮮(如下示意圖 2)

食材：鮮筍、海苔醬、冷壓初榨橄欖油、無鹽奶油

1



2



凝固的花果園-澀(如下示意圖)

食材：華南余家愛玉、花囍自然農法食用玫瑰花瓣、甜柿、華山森

晴農園蜂蜜、檸檬



落英繽紛羊脂玉-色(如下示意圖)

食材：華南余家愛玉、鮮筍、食用花瓣、華南檸檬原汁、糖、君度橙酒



野菜玉枳殼燻雞胸-人情味(如下示意圖)

食材：華南樹葡萄、筍、古坑咖啡、華南放山雞、羽衣甘藍、鮮奶油、愛玉殼、華南清甜極柑、蔬菜



華山社區

社區介紹：

因政府撤退來台，反攻大陸意識形態，附近也取名叫桂林、十字關等藉此莫忘大陸河山。社區植物特色主要為竹類資源，包含桂竹筍、田籠筍、烏殼綠筍等，另外還有咖啡、茶葉等。

風味餐：

社區目前沒發展風味餐，但本地咖啡風聞全國，庭園餐廳林立。目前，當地業者有發展出華山六寶風味餐(如下示意圖)，主要結合在地6項特產，苦茶油、咖啡、蜂蜜、茶葉、竹筍、香菇為主題所研發料理，包含咖啡鮮蔬三明治、珍珠香菇肉丸子、鄉野乾香二節翅、橙汁茶香排骨、脆筍蛋、咖啡醉雞及嘎比涼麵。



節錄自蘋果新聞網

山峰社區

社區介紹：

以前是原住民部落，清朝時跟原住民買的地。目前會做風味餐的老人家多半屆 70 歲以上的高齡，希望以後能請他們來教導社區，讓社區的老人、小孩可以學習、傳承。

風味餐：

社區大宗作物以竹筍為主，主要有麻竹筍、綠竹筍、桂竹筍；另外還有柑橘、咖啡等。竹筍的產業很多，大部分拿來製作醬筍；以在地資源轉變成現代小吃，又不失社區理念的話，目前是以筍子的產品為主，像是醬筍、筍絲、筍乾等。

荷苞社區

社區介紹：

命名由來源自於村子內有座荷苞山，因山形類似含苞待放的荷花，而得此名。先前，日本人於此栽種近 75ha 的咖啡園，因此早期有「咖啡山」之美稱，咖啡產業一度受到大環境的影響而沒落，尋訪此地，不難看到先賢種植咖啡的足跡。

風味餐：

風味餐的部分都是住家自己在弄，如果有人來參訪，會有志工幫忙製作，因此沒有固定的菜單。社區發展以竹子為主(如右示意圖)，主要發展醬筍，醬筍取自筍子中圈的部分，接著用鹽來醃製，加糖、豆伯仔等。



拍攝者：黃明俊

大埔社區

大埔社區為小型社區，主要以種植柑橘、柳橙、鳳梨、咖啡、竹筍、茶葉等為主要經濟作物為主，也因為社區未遭過度的開發，當地擁有相當豐富的原生動植物、鳥類、兩棲類、魚類及昆蟲。

風味餐：

社區食農文化的部分會以筍子為發展特色(如下示意圖)，其延伸的產物有黃金醬筍及竹藝品。筍子部分可分為幾等分，筍丁(頭切成丁)可以做為肉圓、肉包的餡料、筍管部分拿來做為醬筍、筍片；尾巴的地方做成筍干、筍子麵。另外，柑橘、鳳梨、香蕉也可以做為特色。社區風味餐主要有發展以筍子為主的風味餐，以竹筍葉為裝飾，製作船型甜粽。



麻園社區

麻園社區位在雲林縣古坑鄉西南端，社區在地理環境具有湧泉及配合其土壤特性，社區栽種柑橘類以及竹筍為主，栽種的方式以有機農作方式，配合綠色照顧與蔬食交流，逐漸願意進行有機農作。

風味餐：

社區目前沒有自己的品牌，社區居民部分會與里仁契作，由里仁將這些農作做成食品販售，除外，社區柑橘類除中盤商收購，合作社及自行產銷也都還不錯，所以沒有特別產業發展。目前社區以蔬食為導向，也以竹筍或是柑橘類為未來發展對象，在竹料理為筍子飯、筍子粥等。

西屯社區

以前社區大沙丘堆積，後因台灣推動建設時取土，原本聚落漸漸凝聚。民國 42 年後因為人才分東、西兩里。社區大蒜、玉米、高麗菜、大白菜、地瓜、花生產量很高、玉女番茄等；簡易溫室也有栽植瓜果類、番茄、小黃瓜、美濃瓜等。

風味餐：

社區有發展農場品包裝與設計，會製作花生糖、冰醋白蒜(蒜頭、高粱醋醃製，如下示意圖)、脆瓜等，以提供給食堂使用，考慮發展為社區產業。



拍攝者：黃明俊

頂溪社區

虎尾鎮北邊且位居虎尾溪(舊虎尾溪)上游而稱之，附近有中溪、下溪，社區是頂溪。目前大宗作物有大蒜與花生(12號花生)為優質特色產品，稻米、高麗菜也是可以收成兩次，九層塔跟香蕉是屬於長期作物。

風味餐：

過去採收剩下的高麗菜，因為沒有人要，就會直接放在農地上爛，吸引很多蚊蟲，也浪費農民的辛苦，後來社區理事長開始，希望不要浪費農民的辛苦，就買回來，做成高麗菜乾(如下示意圖)，也教導志工製成，後來志工、社區都有在做、在賣。



拍攝者：黃明俊

堀頭社區

早期聽長輩講述，堀頭里住得人很少，附近都是竹管厝，以前還沒鋪柏油路時，家家戶戶養了很多牛，耕種或是運輸都會靠水牛來做，因為地勢較低，所以當牛務農回來，為了讓水牛能夠有效降溫，會開溝讓水牛泡水，以前抽水還沒很嚴重，在草地上挖一個洞，水就會跑出來，水牛就泡在裡面，當牛起來，採在地面時，整條路就都會有一個又一個洞，從遠方看過去像是一顆一顆的人頭，因此稱為堀頭。

安溪社區

由大陸安溪縣遷移過來，以前稱做安溪寮，這裡的特色是繪本，十二生肖是中華民族幾千年來，為民間流傳之辨別性格、分析功名事業成敗的羅盤，也是社會人生活趣味一部分。社區很注重小孩子的教育，因此有繪本的故事、虎科大學、各樣的資源來幫助社區的孩子成長。社區以花生、稻米及蒜頭為「安溪三寶」。

風味餐：

社區的風味餐(如下示意圖)有醃冬瓜、青蒜炒鹹豬肉、涼拌小黃瓜、豬肉餡餅、玉米焗烤土司。

醃冬瓜

材料：冬瓜、鹽、豆粕、甘草片。

青蒜炒鹹豬肉

材料：豬五花肉、蒜末、花椒、黑胡椒、八角、米酒適量。

豬肉餡餅

材料：鹽、糖、黑胡椒、香油、米酒、醬油、蔥花、薑、豬絞肉(胛心肉)、中筋麵粉。



節錄自 <https://reurl.cc/aG8vvD>

烏塗社區

烏塗社區是因河床有高有低，高的地方有人居住沒有地方耕田，後來就引水進入，而引過來的水濁濁的，因此稱為烏塗。生產芋頭、木瓜、酸楊桃，也會栽種玉米、番茄、果樹，但不會栽植太多。酸楊桃主要用來作為楊桃汁使用，當地農民主要與黑面蔡契作(整個林內鄉)。市售的芭樂汁，過去也都是由林內鄉生產的。

風味餐：

社區風味餐(如下示意圖)以芋頭為主，酸楊桃、醃冬瓜為輔，近年來將芋頭、茂谷柑、芒果等蔬菜、水果入菜，取烏塗台語同音設計「農閒糊塗餐」料理。農閒糊塗餐包含2道餐前開胃菜，田園風情沙拉、神秘香料佐雞胸、咖啡人生雞湯、山海田園蝦球、回家團圓」、芋封雞、芋頭地瓜糕、古早味甜米糕捲、綠拿鐵、風味咖啡等料理。



節錄自聯合新聞網 記者陳苡葳

溝埧社區

社區大宗作物有芭樂、文旦、柳丁、稻米，稻子、火龍果、菜瓜、芒果。社區缺乏產銷班，如果有產銷班產量就會穩定。以前筍乾有外銷，現在都被大陸承接去作了。另外，社區有一塊食農教育基地，採用不噴藥經營，多半種植大陸妹、地瓜葉、豆類、空心菜、大同仔(青椒)、茄子等一些好種植，蟲不大會吃的植物。

風味餐：

社區風味餐有饅頭，發展成桂圓饅頭、黑糖饅頭跟黑糖布丁，社區在執行農村再生時，有在做醬筍、醬冬瓜。

湖山社區

湖山社區有三個部落，梅林、咬狗、楓樹湖，傳說嘉慶君遊台灣到社區大片楓樹吸引，因此叫楓樹湖；當他到了咬狗社區被狗追被狗咬，取名叫咬狗，到了許多的梅子，叫梅林。

風味餐：醬筍、筍絲、

龍眼乾(如右示意圖)。

龍眼乾：採摘龍眼樹老欖，徒手採摘，使用龍眼木烘焙2天至3天，並於每6-8小時要翻動龍眼，使龍眼受熱均勻。



潭東社區

附近這邊有一個潭，分東、西兩邊，潭東就位於潭的東邊，另外叫作瓦瑤。社區這裡早期都在作窯，都是作窯的產業，材料來源是土，要把土底挖起來作窯，但目前產業沒落。

風味餐：

社區主要以花生為主，社區內花生工廠經營的很好，產品多樣特色(如下示意圖)，吃過的人都讚不絕口，可以製作鹹酥(帶殼)、冷凍花生、土豆酥。



鹿北社區

社區典故，以前清治末年，北港溪有野鹿出沒，後來馴化，作為經濟動物飼養，販賣鹿皮。口耳相傳就越養越多，依地勢南北畫分兩地，鹿北及鹿南。社區以前是鋪阿，是最早開始有村莊的，目前還留有石輪，為以前輾壓甘蔗的遺跡。

風味餐：

社區主要以窯烤麵包為主(如下示意圖)，想要以麵包帶來人群，地瓜可以做成地瓜燒，地瓜蒸熟，餡挖出來，留皮當模子，地瓜餡可以加入奶油、糖或起司，再裝回去，上面刷蛋黃，點黑芝麻，再進去烤。大蒜可以做成大蒜醬、大蒜麵包販賣



節錄自 鹿窯 FB <https://reurl.cc/ZbgMyV>

五塊社區

社區主要生產稻米、花生(黑金剛花生)、紅蘿蔔、地瓜及少量毛豆，最主要是早稻。早期野菜多以食用龍葵為主，少部分會食用豬母乳，現今很少採摘，因為會有農藥殘留的問題。社區也會種植西瓜，通常較幼的西瓜會製作成西瓜綿，溫室有種香瓜，亦可以製作成香瓜棉，後來漸漸衰微

風味餐：

社區風味餐(如下示意圖)有三杯豬腩佛、花生香腸、香瓜綿司目魚、五塊番茄蔬菜肉醬麵、花生涼拌小黃瓜、地瓜簽、米粉疙、鱷魚包、茴香丸、地瓜丸、豆腐腦、烤花生。



南和社區

社區這邊生產酸菜，目前有私人企業接手，每次都是好幾千噸在採，視為為酸菜的故鄉。野菜方面，過去有些人會吃野萵、蔊萵、龍葵、薯芋、雲南白藥等；艾草也會使用，但是是種來薰蚊的，這邊的作物亦有白蘿蔔及稻子。
社區這邊生產酸菜，

風味餐：

社區做過鹹菜鴨等、菜舖、草仔粿、芋頭粿等

三結社區

三結社區：由三個部落結合，有團結的意味，社區大宗作物以稻米、鹹菜為主

風味餐：

社區目前以稻米、芥菜為導向，使用於特色餐，特色餐為鹹菜餐，例如鹹菜雞、刈包、鹹菜豬肉。風味菜沒有特定菜單，現在是豆子、瓜類、蔬菜等。

豐田社區

豐田社區在光復時期，土地肥沃，因此稱之豐田社區。這裡米很好，因為社區這裡土質比較黏，以前常用來做磚塊，這裡的土壤剛好很適合種植水稻，產量又很高。。

風味餐：

推薦芋頭粿巧，西施弄月、肉粽、刈包、水晶餃(裡面有包大埤的酸菜)還有米腸，原本是社區的產業，很費時費工，現在都讓社區的一位婆婆在弄。

崙內社區

以前的人來這裡是種植稻米跟土豆。後來開始種植番薯、甜玉米直至現在開始有小農種植水菜送往西螺。

風味餐：

花生糖的推廣不錯，希望未來發展米香，米香與土豆結合，以前是米香為主，土豆一點點，社區想將土豆變為主要，比例調高一點，米香少一點，整體甜度下降，吃起來比較不會那麼甜，希望明年度能用有機米加無毒花生來推廣，未來朝向耕種有機稻米與有機花生為目標。

雙人厝社區

雙人厝社區的由來是兩姓氏融合(黃與蔡結親)合作開發，後來才有其他姓氏，如姓林、薛、王等參與，遷移至今已逾 200 年。

風味餐：

社區農產品會製作成相關產品(如下示意圖)，烹飪老師來教學，社區有位 80 歲長者會做花生糖，也有用花生做鱷魚包，又稱土豆仁包、玉米會做水煮玉米，當天現採，遊客愛吃，當地有廟宇活動時，有香客來會專門讓遊客吃)、蒜頭有做黑蒜，但費時，要花 10 天以上的時間。土豆仁包：社區農田，多以沙質地居多，種出來的花生品質優良。在小時候生活十分艱苦，沒有什麼零嘴，於是大人們用麵皮包裹碎花生跟糖，然後下去油炸，充當點心，又因外觀一摺一摺像土豆殼，後來也變成社區居民的下午茶。



南平社區

南平社區地點空間很大，很適合辦理活動，社區也常常在社區團練等。之前有國際交流營、縣府在這裡辦理活動。

風味餐：

土豆仁膏(花生奶)，將花生打一打，浸泡、脫模、煮、加韭菜、蔥酥、調味；芋頭丸(風味餐)。

湳仔社區

湳仔村位於二崙鄉的南邊，得「湳仔」或「湳底田」之名，起因於湳仔村的低窪地形與土壤特質，逢雨積水成泥濘狀，

風味餐：

社區醃漬菜頭、醃辣椒還有醃破布子、趴菜脯、火車餅、客家料理有薑絲大腸(如下示意圖)。



拍攝者：黃明俊

崙東社區

目前作物以稻子為主，一年兩期，每一公頃可收成 1,800 斤；美濃瓜，目前數量變少，剩幾家在做。1 分地大概 2,000 斤；另外還有葉菜類(水菜)。

風味餐：

醬蘿蔔主要的材料為黑豆(豆粕，接種發酵菌)+蘿蔔+鹽一起發酵，發酵就讓豆粕的蛋白質跟蘿蔔裡的組織去作用，吃起來甜、甘混合在一起，味道酸甜(如下示意圖)。



拍攝者：黃明俊

有才社區

有才村是褒忠鄉內聚落，相傳是以先前住在麥寮鄉的墾民曾目圳的兒子有才為命名，社區居民多務農為主，以雜糧花生、玉米、西瓜、蔥、蒜、牛蒡與養雞養豬為主要農業。

風味餐：

風味餐方面有推過蔗香鴨肉飯(附近都是甘蔗園，用甘蔗頭來做很美味)、黑豆豬腳、黑豆粽、醃冬瓜、醃菜頭、豆菜麵、西瓜綿、牛井、甘蔗筍東坡肉、甘蔗燉雞、甘蔗燻魚、蔗香羊筋骨、鱗片蔗蝦、甘蔗布丁、黑糖紅豆腐皮捲、檸檬甘蔗牛奶。

1.牛井(如下示意圖)

材料：牛井醬、甘蔗汁、牛五花肉、洋蔥、米酒、牛井醬、醬油、清酒、香菇精、牛井醬汁、七味粉適量。



甘蔗筍東坡肉(如下示意圖)

材料：五花肉 600g、甘蔗 1 支、甘蔗筍、蔥、蒜頭、薑、甘草片、桂皮、月桂葉、八角、胡椒粒、草果、草繩、醬油、冰糖、甘蔗汁、紹興酒



甘蔗燉雞(如下示意圖)

材料：雞腿、甘蔗、甘蔗汁、淮山、枸杞、紅、青耆、雞高湯、鹽適量、米酒



甘蔗燻魚(如下示意圖)

材料：虱目魚肚、花枝漿、甘蔗汁、蒜末、蔥花、樹子、鹽、胡、
米酒、醬油、糖、美乃滋、抹茶粉 1t。



蔗香羊筋骨(如下示意圖)

材料：羊筋骨、蔥、老薑、蒜頭、辣椒、甘蔗頭、黑胡椒、
八角、丁香、桂枝、陳皮、桂皮、沙拉油、麻油、米酒、醬
油、醬油膏、冰糖、醬色。



鱗片蔗蝦(如下示意圖)

材料：甘蔗、蝦仁、花枝漿、杏仁片、香菜、辣椒、香茅、蒜頭、
鹽、胡椒、雞粉、米酒 t



節錄自 <https://reurl.cc/gMoeKz>

檸檬甘蔗牛奶(如下示意圖)

材料：牛奶 100 CC、甘蔗汁 100CC、檸檬汁 15CC

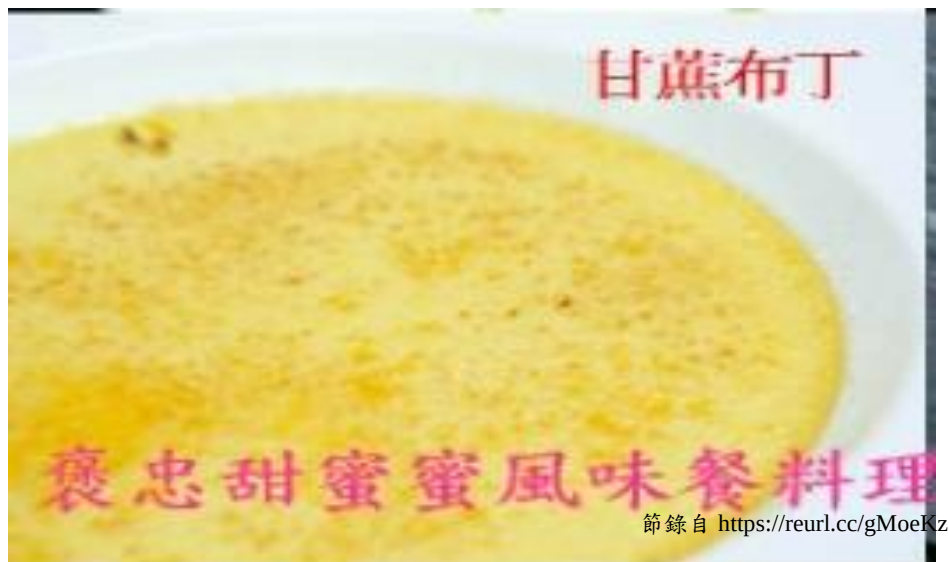
做法：牛奶與甘蔗汁加入冰塊入果汁機打勻，入檸檬汁攪勻即可。



節錄自 <https://reurl.cc>

甘蔗布丁(如下示意圖)

材料：牛奶、鮮奶油、甘蔗汁、糖、全蛋、蛋黃、 香草精少許。



黑糖紅豆腐皮捲(如下示意圖)

材料：豆腐皮、糯米、紅豆餡、黑糖、太白粉、豬油。



頂溪社區

清朝時期因為在虎尾溪(目前稱舊虎尾溪)，而虎尾溪的叫北頂叫溪頂，虎尾溪的北方叫溪頂，村莊命名是這樣來的。以前地有木工師傅(手做很厲害)，還有打鼓的。社區今年要舉辦異國風味餐(結合新住民)，後續也可以做為地方美食，讓新住民發揮的場域。

風味餐：

風味餐的部分有時用西瓜綿，趁西瓜還沒成熟時拔起來醃製，那是社區道地的一道料理，跟虱目魚一起煮，結合在地風味，像是西瓜綿(西瓜)、蒜頭雞(蒜頭)、白玉炒肉絲(蘿蔔、肉絲炒一炒加點紅蘿蔔點綴)，黑甜仔也可以加進來一起料理(龍葵)。

番薯社區

最早為蕃薯寮嬭來開墾(源自大陸)。村子的由來已幾百年了，開始洪月來開墾，原本住在後面的崙仔，暫時搭建草寮，旁邊長了地瓜，後來爬了整個屋子，變為蕃薯寮嬭，而蕃薯寮嬭目前在順天宮，順天宮為庄里的信仰中心。

風味餐：

風味餐(如左示意圖)的部分有炸地瓜、番薯粥、地瓜咖啡、蕃薯餅、冰心地瓜、地瓜球。



瓊埔社區

社區名稱說是以前這裡有烏白老樹，因此這樣命名。地瓜 1 年有 1,200 公頃的種植面積，占全台 20%。地瓜與水稻輪作。

風味餐：

風味餐(如左示意圖)的部分有地瓜拿鐵、地瓜餅、地瓜球。



海豐社區

社區也有生態養殖的示範地，可以體驗農村漁業文化。社區以食魚文化為主。社區會定期舉辦夏令營，附近的小朋友會過來，增加社區活力，當地居民也會很開心，並由當地的銀髮志介紹這邊的文化。社區的產品又以當地志工進行製作。

風味餐：

蔭冬瓜：將冬瓜削皮、切塊、浸鹽水，把水分弄出來後，加入紅糖、豆豉跟其他配方一起醃製起來，裝成一罐一罐。另外還會醃結頭菜、狗尾草雞湯、

鱷魚餐包(土仁摻包):花生粉內餡，花生在當地的發音很像鱷魚，變成鱷魚餐包(如左示意圖)。



拍攝者：黃明俊

三、社區特色料理選集小結

以目前福建、漳、泉州移民過來的社區，當時的飲食文化保留並不多，但惜食文化與態度有保存下來，因為先民來台時大多不是處於較富裕的人家，且大多是來臺開墾土地，養活自己。也因此，對於食材保存就有一定的需求，所以可以發現在各社區發展下，醃製的材料方式，保留較完善。其中海豐社區有一道社區料理，鱷魚餐包，就保留了詔安的荷葉包的樣式，傳到該地便將原本豬肉餡換成花生餡。

在古坑鄉部分社區還保留著過去草藥的文化，但醫療上的用途沒有科學數據為基礎，因此並無特別針對這部分紀錄。開台的先人來此，在未開墾之前，會依賴當地植物資源或是透過狩獵方式取得食物，隨著時代的變動，過去植物漸漸消失，又因為農藥的問題，多數居民並也不太敢食用，在調查過程中依然保留下來的野菜食用文化僅剩下龍葵、豬母乳、燈籠草、野萵、刺萵、狗尾草等。

在社區的植物資源的追溯，少數可考至日治時期，大多社區只記錄到民國前，而在這時期的前後是台灣的黃金時代，農業經濟的發達，在湖內社區早期就是以洋菇聞名，在後來需求跟農作價值的改變可發現社區目前都栽種常見蔬菜、花生、玉米，過去的作物就消失。

在料理的部分，許多社區都是用家常菜，比如花生滷豬腳、蘿蔔燉排骨等，急待融入當地特色。而有些社區會與青農一起合作，如鹿北社區與當地青農，社區提供長場域及招募人員合作，青農提出創意及當地蔬果利用，以麵包為由，採自當地現採蔬果製作，透過工作坊或是體驗窯烤麵包為契機，帶動遊客或居民來社區，了解土地與人的關係及田間管理的成果，最終將美味的蔬果與麵包的融合送至消費者手中，在飲食上也獲得學習。

人生有不同風味，在華南社區，以這種概念與共好的核心思想，推出人生七味餐，人生有時候過得很苦、很甜、很酸甚至過的漫無目的，但一道菜一道故事，將你的心溫暖，在料理中獲得得來不易的休息，為下一次的開始提供動力，且這些風味料理，出自於在地阿嬤的手路菜，是這個世代難以獲得的技藝，且具有當地特色，將雲林的好物透過這種形式推廣出去。

除此之外，對於生態環境的教育也提供一些想法，對於當地長輩來說，信仰是很重要的，與長輩溝通了解後以生態祭典的方式，將宗教文化及環境教育結合，除了保持對上天給予恩惠，也同是以友善耕作經營方式回饋生態，達成里山里海的生活理念。

第六節 食農教育推廣建議

根據目前調查結果，導入食農教育的三面六項進行剖析，即就「農業生產與環境」、「飲食健康與消費」、「飲食生活與文化」三大面向；及其分項分別為「農業生產與安全」、「農業與環境」、「飲食與健康」、「飲食消費與生活型態」、「飲食習慣」、「飲食文化」等，探究各社區於發展食農教育所面臨的挑戰(如表 10)。

一、改善農業生產環境與安全維護

「農業生產與安全」屬於「農業生產與環境」項下，其所屬的學習內容包含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。目前社區於農業生產與安全上，大部分社區皆採用一般傳統的栽植法，種植以大宗作物為主，作物之間會進行輪作讓土地休耕。

其中，有幾處社區採用溫室栽培，如合和社區利用溫室栽培小番茄、洋香瓜等作物；扶朝社區亦有溫室栽培小番茄、芭樂等。少數社區採用友善農法進行栽植，如華南社區利用友善農法栽植咖啡、柑橘類等經濟作物，盡量避免使用過量病蟲害農藥。有些社區並無栽植大宗作物，而以社區菜園的形式供給社區所需，如海豐社區近海，產業多以水產為主。雲林社區於發展食農教育時，以目前農業生產豐富多樣化，導引栽培環境安全以形成民眾健康之基礎，因此，積極改善農業生產環境，與持續安全維護相對重要。

二、推廣友善栽培及技術升級

「農業與環境」屬於「農業生產與環境」項下，其所屬的學習內容包含農業生產與環境、農業與資源永續、社會責任與倫理、全球糧食議題。目前，大部分社區栽植農作物，避免使用除草劑等農藥，如華南社區、雙人厝社區、鹿北社區減少農藥後的環境也明顯感受到生態恢復、陸續也有發現螢火蟲的蹤跡。食用作物方面也採用當季食材以避免使用過量化學肥料及農藥，增加環境負擔，如豐田社區。推廣友善栽培對環境很好，但也有社區像是烏塗社區，因為友善栽培的農產品賣相不好，不好銷售，需要透過其他管道或加強宣傳方式幫忙行銷。

另外，一些社區也有遇到問題，像是常淹水造成植物不適合在當地生長的西鎮社區；屬於大型水菜市場，但常有盤商亂丟廢棄菜葉造成當地環境髒亂；社區附近有大型豬舍，以致空氣不好的扶朝社區，諸如社區環境問題，社區成立巡守隊，或透過政府適時介入加以管控。雲林社區於發展食農教育時，以目前農業生產與環境，推廣友善栽培及導引栽培技術升級，以達成環境永續發展之目標，因此，藉由目前社區環境意識萌發，積極改善農業友善栽培生產環境，與持續推動產業技術升級造福社區民眾。

三、掌握農產品優質來源

「飲食與健康」屬於「飲食健康與消費」項下，其所屬學習內容包含認識食物、飲食的均衡與健康、生命發展階段與營養、飲食與疾病。此部分，像是埤內社區會將種植的有機穀物委託工廠進行五穀粉加工；重興社區利用植物製做成酵素，使用天然的產品，避免化工產品的使用危害人體健康。湖山社區、崙東社區、荷包社區

等會將吃不完的菜蔬進行加工，如製作成菜乾，醃製成醬菜等，以增加儲放時間，避免食材儲放太久造成資源浪費或危及人體健康。

各社區可以認識各農產品得來源，每一個社區有屬於自己得產業發展，消費者需走入社區才能認識這些食材的來源，即屬於它們的故事。雲林農產豐富多樣化，社區於發展食農教育時，以目前產業特色化，導引栽培環境優質化，克服栽培限制因素，以形成持續優質來源之基礎，因此，積極掌握農產品優質來源，與持續發展之重要性。

四、社區飲食消費引導與生活故事連結

「飲食消費與生活型態」屬於「飲食健康與消費」項下，其所屬學習內容包含飲食消費行為、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。一些社區有進行契作，如瓊埔社區、烏塗社區等，在市面上較能夠看到社區產品。大部分的社區現況在於社區缺乏年輕人力的資源投入，以及大眾的飲食消費模式多以外表精緻的產品為主，以致於即使社區生產自身產品，因著通路來源的不確定、沒有華麗的包裝，仍不敢向外推銷，諸如崙東社區、重興社區等，以致消費者的飲食消費仍以都會區為主，投入社區的資源少。

許多飲食習慣，特別是植物的使用方式皆與該社區之社區產業有極大的連結，地產地消，消費者若進入社區，可以在原產地買到最新鮮的農特產品，使得社區得以發揚自身產業特色。因此，雲林農產豐富多樣化，社區於發展食農教育時，以目前產業多樣化，導引飲食消費引導優質生活故事連結，克服產銷限制不利因素，以形成持續優質飲食消費與生活型態基礎，因此，積極在地飲食消費行

為、檢核食品衛生與食品安全制度、提升加工食品的製作與運銷、藉由生活故事連結地產地消、落實綠色消費。

五、優質飲食習慣之養成

「飲食習慣」屬於「飲食健康與消費」項下，其所屬學習內容包含飲食的重要性。各社區飲食習慣多以在地食材為主，或製作成醃製食品以增加儲放時間，一方面有執行社區老人食堂的地方也會提供這些醃製的醬菜分享給社區老人食用，務農的長輩經過社區門口亦會分享剛從田裡出產的新鮮作物。因此，優質飲食習慣易於養成，然而，快速發展工商社會，飲食作息受到嚴重衝擊，速食業興起，高糖油脂影響國人健康，連帶影響國產食材消費量，造成產業沒落之危機。

雲林農產豐富多樣化，社區於發展食農教育時，兼顧產業多樣化，導引栽培環境優質化，為期國人飲食健康與消費刺激生產，應引導國民優質飲食習慣之養成，習慣當地食材消費，養成愉悅的進食、分享與感恩、進餐禮儀，促進於飲食健康。

六、加強飲食文化地景連結

「飲食文化」屬於「飲食健康與消費」項下，其所屬學習內容包含在地飲食特色、飲食與文化的傳承、全球與多元飲食文化。過去的飲食文化、料理製作，目前因社區人口嚴重外流、老化，逐漸失傳，在地特色被同化，但也有少數社區有保留昔時文化，像是華南社區的醬筍、崙東社區的醬菜製作，會因著社區的努力及老一輩流傳下來，使得社區家家戶戶仍持續有進行製作。

雲林農產豐富有助於社區於發展食農教育時，運用目前色區產業多樣栽培與環境限制因素，以形成持續發展之基礎，因此，持續

保存在地飲食特色，尤其長期保存特色風味料理之傳承，協助資源盤點與耆老訪談的紀錄之重要性，甚至於應該啟動影音保存，以延續飲食與文化的傳承，推廣早期在地飲食特色，如學生繪本、實作過程，以保存期風味記憶，創造飲食文化地景連結。

表 10.各社區之食農教育三面六項

社區		農業生產與安全	農業與環境	飲食與健康	飲食消費與生活型態	飲食習慣	飲食文化
華南社區		社區以友善農法種植咖啡、柑橘類等經濟作物，也會採集野菜和竹筍進行加工或烹飪，社區內農民多為長者，農產品由社區幫忙販售	利用友善農法耕作，並配合季節辦理慶典：惜山祭：於春分舉辦，此時萬物復甦，社區以不干擾、不噴藥等方式保護土地，也因此讓螢火蟲順利繁殖；告天祭：於穀雨舉辦，此季節開始準備下雨，告訴老天社區即將耕作並祈求豐收，也是生態旅遊的季節；謝天祭：於立冬時舉辦，是社區感謝老天的祭典	竹筍製成醃醬筍，刈菜製作酸菜，蘿蔔製作蘿蔔乾，菜豆製作酸豆；利用社區附近友善農法特產(好物)，依照七味(酸、甜、苦、辣、鹹、澀/色)及不同鄉鎮特色，其中包含古坑咖啡、柑橘、鳳梨、好蝦罔男的蝦、社區放牧的雞蛋、麥寮的有機麥子、西螺裕鼎興的醬油、崙背的辣椒，加上自然農法的玫瑰花及愛玉，社區風味餐-人生七味餐，透過味覺認識雲林	社區內食農教育中心為學校，學校會邀請農民長輩帶學生認識農田、竹林等，增加不同年齡層互動和普及農業知識，也因此農民更願意將慣行農法改成友善耕作，社區內民眾也會支持社區農產品。利用教育促進不同年齡的交流，增加農民對於友善農法的接受度，並穩固消費群，讓友善農法在此社區可以順利推行	傳統料理多為乾燥、醃漬品，如酸菜、醃醬筍等，這些料理易保存且作物產量大	社區的醃醬筍為特產，幾乎每個家庭都會製作且有不同風味
榮村社區		以蒜頭及花生為主，果樹為芒果為主要作物	蒜頭為社區特產，靠近海的蒜頭較小較辣，靠近內陸處的則較大較貴	蒜頭製成罐頭、蒜頭精、美容產品等，花生製成蒜蓉花生、土豆糖等。社區因豐富的蒜頭產量，有許多加工廠進駐到社區內	因為有家工廠的進駐，增加許多工作機會及資金流動，像是吸引年輕人回流務農、年輕人可以進到工廠上班、年長者可以剝蒜頭	蒜頭多由加工廠加工成蒜頭精、罐頭等產品；花生有製作土豆糖等	社區適合蒜頭生長，並有家工廠的進駐，讓蒜頭產品更加豐富

表 10.各社區之食農教育三面六項(續)

社區	農業生產與安全	農業與環境	飲食與健康	飲食消費與生活型態	飲食習慣	飲食文化
埤內社區	目前作物以蒜頭、玉米、花生為主，少量種植香草植物，如佐手香、迷迭香、薰衣草等，曾大量種植棉花	友善農法目前在推廣階段，還未有穩定銷路，友善農法產品多製成加工品以增加保存期限	蒜頭製成黑蒜、白蒜，也會製作料理，像是蒜頭雞等，社區種植的有機穀物也會委託工廠加工成五穀粉	目前因還在推廣食農教育，由慣行農法逐漸改成友善農法，但因友善農法作物較不美觀，導致友善農法作物滯銷，進而有收支不平衡之現象	蒜頭多製作成黑蒜等產品，可以外銷及再料理	因地理環境適合蒜頭生長而發展出蒜頭相關產品，目前有種植香草植物讓社區料理更加豐富
安溪社區	稻米、花生、玉米、蒜頭等為主要作物，溫室種植蔥、芹菜、香菜等，曾種植番薯、甘蔗	曾經種植番薯、甘蔗等作物，但氣候變遷使得原本作物利潤不高，之後便改種植花生、玉米、大蒜等；溫室種植蔥、芹菜、香菜等作物，常作為教育場所	社區目前主要生產花生及蒜頭，兩種都有嘗試販售加工品但銷量不佳	目前在規劃花生及蒜頭加工品做為社區特色；社區特色是繪本，也有將故事彩繪成壁畫，注重孩童教育	社區曾製作蒜頭油等產品，但因滯銷而停止生產，故目前並無與食農產業連結之食品	曾種植番薯、甘蔗為主，但因氣候變遷而改栽植花生、蒜頭為主
烏塗社區	目前以芋頭、楊桃為主要作物，也有種植果樹及其他作物，如木瓜、玉米等，曾種植芋麻	目前推廣友善栽培，但農產品賣相不好，需要其他管道幫忙行銷；過去此地灌溉水取得困難，須利用籠仔筍竹簍至濁水溪引水，至今演變成搶水節特色活動	社區以芋頭為主要農產品，楊桃次之，多製成楊桃汁(與黑面蔡契作)，曾種植芋麻製成繩子	社區產品多樣，像是與黑面蔡契作楊桃汁，特色是搶水節；友善農業可以改善社區環境但產品往往賣相不佳難以穩定銷售	楊桃製成楊桃汁，也有許多不同農產品	有食用野菜，如龍葵、燈籠龍草等
重興社區	目前以木瓜、小黃瓜、玉米、為主要作物，其他有火龍果、香蕉等，也有栽植黑松等觀賞樹種	以木瓜、火龍果等製作酵素替代農藥、洗碗精、洗衣精等，減少對環境的汙染，製作材料皆由社區提供農民自制，無販售酵素成品	用酵素取代洗碗精及農藥減少對環境的汙染及農藥殘留、化學洗碗精殘留對於人體健康的危害	社區會租借土地給工廠使用，作為社區收入之一；當地人希望有人能指導農民品種改良或是種植技巧增加農產品的競爭力	種植木瓜、小黃瓜、玉米三種為主	自制酵素代替人工合成物後提升生活品質

表 10.各社區之食農教育三面六項(續)

社區	農業生產與安全	農業與環境	飲食與健康	飲食消費與生活型態	飲食習慣	飲食文化
羊調社區	種植蒜頭、花生、水稻、番薯，以前曾種植芝麻	為雲林最好的蒜頭產地，有句俗諺為：全球最好的蒜頭在台灣，台灣最好的蒜頭在雲林，雲林最好的蒜頭在四湖，四湖最好的蒜頭在羊調厝	蒜頭製作蒜頭精、黑蒜頭，還可用在醫學（蒸餾）；花生可製成花生糖、花生油等	農產多被中盤商壟斷，農民生活無保障	社區目前有進駐素食加工廠帶動大豆產業，蒜頭以製成蒜頭精、黑蒜為主	以前社區主要肉品來源是羊，長輩會說到"羊調厝"看羊，至今便成為社區的名子
華山社區	主要作物為竹筍，包括桂竹、甜龍竹、烏殼綠竹等；也有咖啡、茶等作物	社區目前人採慣行農法種植作物，因國家目前推行之政策為借鏡日本，但本國緯度與日本相差甚異，故難以推行目前的友善農業	咖啡與竹子為最有名之產品，如 <u>古坑咖啡</u> 及 <u>華山咖啡</u> ，但社區與政府難以有效溝通不清楚如何配合政府政策；早年有利用竹子纖維及糯米造紙的"打石工藝"，但目前已失傳	社區居民排斥社區公營產業，曾被居民抗議社區公營事業搶客人；銷售咖啡為居民主要產業	咖啡在日治時期是進貢給日本天皇飲用的，梯田多由種茶改種竹子，早期社區周邊很多水稻田，社區為碾米廠，後來才改以竹子為主要產業，如打石造紙工藝	會食用野菜及野味，華山有條華山溪，溪水清澈，居民食用的淡水魚多由此自己捕捉
麻園社區	竹類以烏殼竹為最多，柑橘類以橘子、柳丁為主，也會食用野菜，如狗尾草	社區居民與 <u>里仁</u> 契作，採用友善農法進行栽植，社區竹林中也有諸羅樹蛙的穩定族群	社區飲食多為蔬食，筍子為主要產品，如筍子粥、筍子飯等	居民農產品多由 <u>里仁</u> 販售，柑橘類則多由合作社、中盤商、或由農民自行販售；社區食農教育由一位青年與學校合作，會帶小朋友到果園、菜園上課	社區多為蔬食料理，像是筍子粥、筍子飯等，也有製作醬筍但並未做為商品販售，食用野菜以狗尾草為主，用來製作狗尾草雞湯	有善農法多用於葉菜類，商未完全實施於果樹的栽植上；竹子的生長較快，需要兩年翻土一次
山峰社區	竹筍為主要作物，主要有麻竹、綠竹、桂竹，還有柑橘類、咖啡等作物	社區並無實行友善農法，因社區農作物受法規限制	筍子為主要產品料理，像是醬筍、筍乾等	居民期望食農教育能夠實行，吸引青年回流，讓社區的歷史傳承	社區筍子料理多為醬筍，也會食用野菜，如鼠麴草、蠻大秋海棠等	食用多種野菜；希望透過食農教育改善當地農業
埤麻社區	社區主要作物為馬鈴薯、稻米、紅蘿蔔、白蘿蔔等，曾種植蓖麻	作物皆以友善農法進行栽植	友善農法作物，如越光米，皆有自品牌	居民產品多由農會販售，也居民有自行販售料理	社區農產品多為稻米及馬鈴薯	社區馬多使用鈴薯作為家庭料理

表 10.各社區之食農教育三面六項(續)

社區	農業生產與安全	農業與環境	飲食與健康	飲食消費與生活型態	飲食習慣	飲食文化
湖山社區	有種植多種蔬菜及果樹、竹子，也會採集野菜，鵝仔菜、莧菜等	社區會盡量降低噴灑果樹農藥的量，以咖啡渣等肥料替代化學肥料，種植蔬菜時會與雜草共生，減少蔬菜被害蟲啃食的機會，再翻土後會用火燒雜草以消除害蟲卵等	社區擁有自己的品牌，如度咕呷灶，販售龍眼乾、醬筍、龍眼等；野菜的部分，芥菜製成趴菜；果樹採摘前會放置七天以上確保無農藥殘留，避免吃進農藥	荔枝、鳳梨等水果會外銷日本，不得噴灑過多農藥；社區有配菜公司，當公司需要的菜社區菜園有，社區就會用菜換肉	會食用野菜，社區龍眼乾為特產	社區的理念是盡量減少農藥、化肥等用量，以提升產品品質
潭東社區	花生、番薯為主要作物，也有食用野菜，如龍葵、毛西蕃蓮等	社區會噴灑必要量的農藥提高產量；社區地勢較低，逢雨必淹	社區有進駐花生加工的工廠，產品評價很好也願意配合社區活動，產品包括五香花生等；番薯與 <u>瓜瓜園</u> 契作；用長糯米製成紅龜粿	很多遊客會訂購花生，社區與工廠合作生產；年輕人多到六輕工廠就職，務農因收入少較不吸引年輕人	食物保存多以鹽漬、曬乾為主，如鹹豬肉、高麗菜乾等	花生為社區主要特產；早期社區又名瓦窯，以燒窯產業為主，至今傳統產業逐漸失傳
湖內社區	主要作物有玉米、花生，也有食用野菜，如狗尿菜、豬母乳等	社區採慣行農法	花生炒過後與甘蔗一起食用，可以化甘蔗纖維	社區因對於食農教育部清楚便沒有做食農教育計畫	會食用野菜，炒狗寮菜及白色豬母乳；製作多樣粿，如紅龜粿、花生粿、玉米粿等	曾舉辦花生節、玉米節，以作物為主題製作料理
南和社區	社區生產酸菜，也會食用野菜，如野萵、刺萵等	社區居民多行友善農法，注重生態環境	社區有酸菜工廠， <u>酸菜爺爺</u> ，為私人產業，商品販售也可宣傳社區，酸菜也可以製成不同料理，如鹹菜鴨、草仔粿、芋頭粿	因為 <u>酸菜爺爺</u> 而有記者到社區採訪，進而達到宣傳社區的效果	農產品微酸菜為主	<u>酸菜爺爺</u> 為友善農業回饋社會及環境

表 10.各社區之食農教育三面六項(續)

社區	農業生產與安全	農業與環境	飲食與健康	飲食消費與生活型態	飲食習慣	飲食文化
五塊社區	社區種植水稻、花生、紅蘿蔔等作物；早期有採集野菜，龍葵、豬母乳等；早期有種植芝麻、瓊麻、棉花	社區採友善農法會有環境髒亂、雜草叢生的狀況	料理有地瓜籤、米粉疙瘩、番仔豆、花生豆腐腦、鱷魚包等	社區有做臺灣夢計畫，教小朋友認識作物；曾經有規劃做花生醬、桑葚汁，但前者因無銷售管道、後者因產量太少，目前都無再銷售	居民種植多樣農作物，每家有不同的手路菜(家常菜)	社區飲食多樣，但無法找到特別能代表社區的作物或料理
三結社區	社區以稻米、芥菜為主要作物，也有食用白色豬母乳等野菜	社區採友善農法會有環境美化的效果	以芥菜製成的鹹菜為特色發展料理，如鹹菜雞、刈包等，也有其他產品，如豆腐乳、糯米捲等	食農教育可以將各地區地方特色連結與物流配合	特色餐以鹹菜為主	希望新住民的飲食文化能結合社區特色創出新的社區飲食文化
崙內社區	社區作物有花生、澳洲茶樹、稻米、番薯等，也有食用野菜，龍葵、地瓜葉等	社區內有豬舍導致社區空氣、環境髒亂；稻米以友善農法栽植	花生製成花生糖，也有研發新口味的花生糖，像是加入米香以調整甜度；有中盤商契作稻米與番薯	花生糖製作為高勞力密集高報酬產業，是社區的重要收入來源；社區的養豬戶帶來環境髒亂，導致社區觀光產業難以發展	花生為主要農產品，澳洲茶樹可以製做精油；近年社區青年勞力回流明顯	曾舉辦櫻花祭(羊蹄甲)採花生活動
南平社區	種植花生、稻米、芋頭等，食用野菜有野萵、菜瓜花等	社區尚未發展好食農教育，若未來發展好，社區環境將改善	社區特色料理包括土豆仁膏(花生奶)，將生花生打碎浸泡，脫模，水煮，加入韭菜、蔥酥調味；豬吃萵，即野萵菜加吻仔魚煮成勾芡	社區可運用空間較廣，占地面積較大，適合辦理活動	社區有許多不同家常料理	社區期望發展蘆筍、芋頭、花生為食農文化

表 10.各社區之食農教育三面六項(續)

社區	農業生產與安全	農業與環境	飲食與健康	飲食消費與生活型態	飲食習慣	飲食文化
浦仔社區	種植西瓜、哈密瓜等瓜果類，白蘿蔔、破布子等適合醃漬的作物，野菜有龍葵、豬母乳等	社區友善農法的作物因無農藥會被野生動物食用，社區的做法是就讓野生動物食用"一半回饋給自然，一半自己收"；也會用辣椒水代替農藥	社區會醃漬許多食品，像是高麗菜、白蘿蔔、破布子等；有居民種植哈密瓜，便將其製成火車餅作為伴手禮販賣	社區的觀光為重要產業，醃漬菜品及火車餅作為伴手禮	社區特產有一部份為醃漬食品	因為友善農法讓社區環境變好，青年回流增加社區勞動力
梧南社區	社區種植稻米、番薯、花生等作物，野菜有野茼、茄末菜、豬母乳等；社區以養殖鰻魚為主要產業	非主要發展農業的地方，農業土地取得困難，居民多以養殖鰻魚為主	可以結合當地米食及鰻魚產業；有番薯飯、番薯粥等	社區農業用地取得困難，以養殖鰻魚為主要產業	因當地很多野生楨梧，早期會食用及入藥	社區養殖鰻魚為主，但多為外銷
崙東社區	種植稻米、美濃瓜、白蘿蔔等，野菜有鼠麴草等	在稻米收穫後以友善農法栽植白蘿蔔	白蘿蔔製成醬蘿蔔，芥菜製成趴菜、醬菜等，鼠麴草製成刺殼粿	社區缺乏行銷能力，曾推出醬蘿蔔及醬菜作為產品但因缺乏行銷而停產	會醃漬、曬乾作物以增加保存日期	社區的語言文化因年輕人流而逐漸失傳
西屯社區	稻米與蒜頭輪作，還有栽植蘆筍、玉米等作物，番茄、小黃瓜、美濃瓜等採溫室栽培	農產品加工品皆挑選次級品製成，避免賣相不佳滯銷浪費	花生製成花生糖，蒜頭製成冰醋白蒜	加工農產品並未販售，僅提供社區食堂使用	利用次級品製造加工品減少浪費	利用次級品加工減少作物的浪費是前人留下的傳統理念
大埔社區	種植竹子、柑橘類、鳳梨、香蕉等作物，竹子以麻竹為主	社區的荒地出現螢火蟲、海南蟹等	筍子可以分為：筍丁（頭切成丁）做為肉圓、肉包的餡料；筍管部分做為醬筍、筍片；筍子基部做成筍干、筍子麵產品，與 <u>筍友部落</u> 合作銷售黃金醬筍等產品，竹筍採無毒加工推廣食農教育	因竹筍經濟效益不高，故社區主要推廣加工筍增加農民收益，無毒加工也能提升產品價值	社區以筍子為主要農作物	不只筍子，柑橘類、鳳梨、香蕉也可作為社區特色

表 10.各社區之食農教育三面六項(續)

社區	農業生產與安全	農業與環境	飲食與健康	飲食消費與生活型態	飲食習慣	飲食文化
荷苞社區	社區種植竹子、柳丁、鳳梨等	鳳梨以接菌代替噴灑農藥	筍子中段製成醬筍，鳳梨可製成罐頭或餐點	合作社販賣居民產品；接菌的鳳梨成本較高	鳳梨製成料理	因社區居民多務農維生。無暇處理食農教育
興南社區	種植蒜頭、玉米、香蕉等作物，野菜有燈籠草、油菜花等	目前社區栽植的香蕉無噴灑農藥，其餘作物友在嘗試以無毒的方式栽植	用蒜頭製成蒜頭餅、蒜頭雞等料理	社區缺乏勞動力，難以推行食農教育	蒜頭為主要農產品	影嘗試不同蒜頭料理但都未販售
林子社區	種植稻米	社區土地使用取得困難	社區居民會製作酵素自行使用	稻米皆是交由農會販賣	主要以米為主食	社區居民年長者離世，青年外流，社區居民人數較少
嘉興社區	種植稻米(蓬萊米)，溫室栽培小番茄、洋香瓜等作物，野菜有燈籠草、茄苳子等	社區推行友善農法困難	社區主要作物為蓬萊米及小番茄	小番茄的收益較高	以米食為主，小番茄以販賣為主	社區因向心力、勞動力不足難以推廣食農教育
合和社區	溫室栽培番茄、香瓜等作物，野菜有白色豬母乳、鼠麴草等	以友善農法栽植作物的居民逐漸增加，小辯鵠的數量也在增加	鼠麴草製成刺殼粿，還有加工冬瓜糖、豆仁豆腐等	友善農法食品價格較高；小辯鵠也會帶來觀光收益	以前較多人食用野菜，但目前缺乏人力採收	社區推行友善農法後小辯鵠數量增加
頂溪社區	種植高麗菜、蒜頭、花生等，野菜有鼠麴草、大花咸豐草等	以友善農法栽植菜園	高麗菜製成菜乾延長保存期限，鼠麴草製成刺殼粿	社區教導農民加工農產品，農民將產品交由社區販售，所得部分歸社區所有，增加社區收益	以高麗菜乾作為社區特色料理	社區繪本〈屋頂上的貓〉曾獲獎帶來觀光人潮，虎尾科大學生也以貓做為主題製作故事
堀頭社區	種植 9 種地瓜、玉米、土肉桂等，早期種植野菜有莧菜、燈籠草、紅色豬母乳等	種植地瓜的地方生態有變好；社區環境以養殖漁業為主	不同品種地瓜有不同食用部位；製作不同粿，菜頭粿、刺殼粿、紅龜粿等	遊客可以體驗採收	早期食用多種野菜	居民少以務農維生，多以養殖漁業為主

表 10.各社區之食農教育三面六項(續)

社區	農業生產與安全	農業與環境	飲食與健康	飲食消費與生活型態	飲食習慣	飲食文化
扶朝社區	社區種植花生、玉米等作物，溫室栽培有小番茄、芭樂等，食用野菜有龍葵	社區有豬舍，排放廢水影響環境	社區料理多為葷食，如孵鴨蛋、膨皮湯等。孵鴨蛋：雞、鴨未順利孵化成功的蛋拿去烤；膨皮湯：炸豬皮製成的湯	規劃社區花生作為商品增加社區收入	社區的傳統料理多為葷食	社區尚無與食農教育連結之產品；社區也包容新住民的飲食文化
有才社區	社區種植黑豆、牛蒡、蘆筍為主	社區已實行友善農法及食農教育	黑豆製成黑豆粉、黑豆咖啡、黑豆麵等，豆芽菜製成傳統豆芽菜麵	社區產業缺乏配套銷售措施，如台塑的輔導計畫有推廣種植牛蒡但未有收成及販售的配套措施	傳統泉州料理有豆芽菜麵等，過去有種植西瓜時有西瓜綿料理，目前有研發黑豆相關料理	過去的飲食文化、料理製作目前因社區人口外流及老化逐漸失傳
下涌社區	種植水菜、小白菜等葉菜類，野菜有豬母乳、燈籠草、風打筍(颱風後取斷掉竹竿內白色物)等	社區為大型水菜批發地，會有許多中盤商、農民來販售，集市過後葉子類亂丟導致環境髒亂	水菜為主要作物，高麗菜多為自家製成泡菜，較無葷食料理	水菜為短期作物收成快，許多青年回到社區種植水菜	社區為一水菜集化中心，附近水菜會到此販賣	
西鎮社區	有種植稻米、芥菜，野菜有豬母乳、龍葵、風打筍等	社區因常常淹水不適合植物生長，	社區有五兄弟販售麵粉、意麵、刀削麵等麵食，會有遊客來社區購買	社區不適合作物生長，特產為居民製作的麵粉、麵條	曾以芥菜製作鹹菜，但社區因環境不好，農民多搬離社區了	社區個人產業(麵食)為主；會有劇組到社區取景；因社區常淹水，植物造景便更改為動物雕塑
溝墘社區	社區種植多樣水果蔬菜，如文旦、芭樂、柳丁、茄子、青椒等，野菜有龍葵、豬母乳、過貓等	社區使用慣行農法居多，但目前農藥較貴，愛使用上會減少用量	竹筍製成醬筍，冬瓜製成醬冬瓜，甘蔗製成黑糖	醬筍、醬冬瓜、黑糖只有在社區活動時才有販售，收益不高；社區規畫讓老人也參與食農產業，做一個無彎腰菜園	社區種植青椒、茄子等蟲害較少作物以減少農藥的噴灑	社區規劃年長者共同參與食農教育；曾有武術、合琴等技藝，目前皆已失傳
溪頂社區	種植蒜頭、花生、西瓜等，野菜有豬母乳、龍葵等	社區有務農集養殖文蛤的居民	曾發展蒜頭醋、蒜頭精等產品，但都無發展成產業	因社區老人過多有辦理活動延緩老人失智、提升老人生活品質等	以乾燥、醃漬的食材製作傳統料理	過去較常使用野菜作為料理

表 10.各社區之食農教育三面六項(續)

社區	農業生產與安全	農業與環境	飲食與健康	飲食消費與生活型態	飲食習慣	飲食文化
孩沙里社區	種植稻米、水菜、黃豆、瓜類等作物，野菜有龍葵等	社區有一片花海	社區的西螺濁水米為特產，在日治時期為日本天皇的御用米	社區主要產業為稻米；花海吸引觀光客	米為主要作物	曾以黃豆製成豆皮
雙人厝社區	種植花生、玉米、稻米等作物，野菜有鼠麴草	社區少使用殺草劑，螢火蟲數量豐富	花生製成鱷魚包、花生糖，玉米製成水煮玉米，鼠麴草製成刺殼粿，蒜頭製成黑蒜、蒜頭雞等料理	社區的廟宇會有進香團來進香，帶來觀光人潮；青年回流搭立溫室種植高經濟作物，如小黃瓜、小番茄等	鱷魚包、刺殼粿為傳統料理	長輩的傳統料理社區有進行傳承
豐田社區	種植稻米、芥菜、花生、米豆等	社區加工料理不會汙染環境，且都使用當季食材	社區目前產量最多農產品為米，有販賣粽子、鹹菜、烏仔餅	社區無包裝米販售，和其他社區農產品配合製成料理	過年會製作多種粿，如刺殼粿(鼠麴草)、芋頭粿巧(芋頭)、黑點粿(米豆)	過年、過節、祭祖會有不同的傳統料理以祭拜
蚵寮社區	社區於靠海地層下陷區，淡水較少，無種植大量作物	社區環境無法種植大量作物	社區主要產業為烏魚子及養殖蚵	社區有私人烏魚子加工廠	社區較無農業，僅居民少量種植	社區飲食文化以漁業為主
瓊埔社區	種植地瓜、稻米等	大量種植地瓜減少荒地，增加農地使用率	社區內有 <u>阿甘諸叔農場</u> ，地瓜製成地瓜拿鐵、地瓜球、地瓜餅	農民與社區契作農民收益較穩定，私人農場增加就業機會	以地瓜為主要作物	地瓜與水稻輪作
鹿北社區	種植花生、蒜頭、玉米、小番茄等	社區青農居多，以友善農法栽培，提升自然環境品質	有窯，窯烤麵包是社區特產	遊客可以體驗社區的食農教育體驗，採摘社區水果後到窯客製成窯烤麵包；玉米葉乾燥纖維製成玉米人；花生油豆與黑金剛兩品種輪作，多數被中盤商收購	較常食用黑金剛花生，於過年時	社區青年回流季城社區長輩的傳統技藝，如玉米人等
草嶺社區	種植苦茶樹、竹筍、咖啡、茶等	社區無與食農教育做連結，因社區地幅遼闊，難以資源整合；若採友善農法栽植，可以領取免費肥料	社區因佔地廣，有許多野菜，多不知道植物名	咖啡曾奪冠，吸引觀光客前來，帶動社區經濟	社區有食用野菜的習慣，知道部分野菜的藥用效果	社區流傳許多有藥效的植物，但不會流傳出去因為未被醫學證實

表 10.各社區之食農教育三面六項(續)

社區	農業生產與安全	農業與環境	飲食與健康	飲食消費與生活型態	飲食習慣	飲食文化
樟湖社區	種植大青、馬藍、茶、咖啡等，野菜有山芹菜、山茼蒿、過貓等	社區的作物對於環境影響不大，大青、馬藍、咖啡皆種植於濕冷環境	咖啡過去有獼猴咖啡，但目前無生產	大青、馬藍皆為冷染的材料；曾有民紙工廠以竹纖維造紙	食用多種野菜	社區附近很多藥草
西莊社區	種植玉米、花生、蒜頭、稻米等	社區產業對於環境影響不大	花生多作為花生糖；毛豆曾外銷日本	社區會舉辦活動，像是邀請新住民利用當地食材做出家鄉特色料理，或是以烘焙為主題作為那段時間的社區特色	社區的多樣活動增加社區居民的料理	飲食文化多樣
北溪社區	種植玉米等作物	社區目前有復育馬利筋，為生態做出貢獻	米做成米麵包，玉米的葉子做成手抄紙、花	社區以玉米為主要作物	社區尚未有與食農較育連結之產品	米在每年都有推廣，有玉米節
海豐社區	種植冬瓜、甘蔗、菊花海菜，野菜有龍葵、狗尾草、燈籠草等	社區漁塭較多	社區以食魚文化為主	以銷售文蛤為主；規劃販賣薄荷精油、土豆仁包等產品	以魚類、海產為主	食魚文化
後安社區	種植西瓜、蒜頭等，野菜有龍葵、燈籠草等	主要產業為漁業、海產、養殖牲畜為主	社區多為葷食	規劃魚菜共生模式進行食農教育，配合養殖業進行食農教育體驗	以葷食為主	魚類資源較多
復興社區	種植花生、大蒜、稻米等作物，野菜以龍葵為主	為了增加收益對於環境友善	花生及大蒜為主要作物	過去有嚴重中盤商剝削農民的問題，目前已有處理	社區以花生及大蒜為主要作物	缺乏食農教育指導
番薯社區	種植地瓜、稻米、花生等，野菜有鬼針草	土地取得困難，社區取得土地後配合環境綠美化	地瓜、稻米、花生為社區主要作物	社區內有兩個較有名的店家，"洪番薯農場"以及"阿德的家地瓜瑞士捲"，社區的地瓜咖啡也是和阿德合作才得以順利行銷	地瓜製成多樣食品及發展出社區品牌	有新住民而加入新的飲食文化

第四章、結論

目前，全球進入到貿易自由化與環境氣候變遷時代，造成世界性糧食供應不穩定及價格波動劇烈等影響。因此，藉由農村再生計畫推動，加強對於飲食及農業關懷，培養國民基本農業生產、農產加工、友善環境、食物選擇、飲食調理知能及實踐能力，藉此認識從產地到餐桌、從生產端到消費端等相關知識，培養良好飲食習慣，此為推農教育之核心目標。

完成 51 處社區各階段的分析，包括各社區食農作物使用及各社區食農植物資源的量化分析，其結果顯示 UT 值最高之前十名為草嶺社區、湖山社區、溝墘社區、興南社區、五塊社區、湳仔社區、嘉興社區、合和社區、有才社區、華南社區，這幾處社區擁有相對較多的食農植物資源，對於未來在進行食農教育之發展及實務上的操作方面，能夠提供較多元、多樣的選擇，同時發現社區普遍面臨人口老化、食農資源重疊、地方缺乏創意性、執行食農相關題材後無顯著經濟效益、需要發展技術的輔導及多元化。於社區食農教育推廣規劃上，目前將計畫所調查之 51 處社區進行分類，其中，符合資源盤點型社區共計 21 處，符合食農餐廳型社區共計 22 處，符合食農中心型社區，共計 8 處。將社區分型，將有助於未來食農教育推廣上重要之參考依據。社區料理選集部分，整體社區盤點可發現在飲食上的改變因應時代的變化，產業結構也隨之改變，許多社區都是用家常菜，比如花生滷豬腳、蘿蔔燉排骨等，可持續融入當地特色。於食農教育之三面六項下，大部分社區皆有屬於自身的發展特色，根據分析與檢核，探究各社區於發展食農教育所面臨的挑戰，建議能改善農業生產環境與安全維護，推廣友善栽培及技術升

級，掌握農產品優質來源，社區飲食消費引導與生活故事連結，優質飲食習慣之養成，及加強飲食文化地景連結。

參考文獻

- 林如萍 (2017) 食農教育之推展策略 (一)：學校教育實施之概念架構分析，國立臺灣師範大學產學合作計畫研究報告，頁 28。
- 胡忠一 (2018) 扎根地方學習與自然共存。載於財團法人農村發展基金會主編，共好食代：全方位食農教育行動 (頁 30-41)。新北市：遠足文化。
- 郭城孟 (1997) 臺灣維管束植物簡誌(第一卷)。行政院農業委員會，臺北市。266 頁。
- 楊遠波、劉和義 (2002) 臺灣維管束植物簡誌(第六卷)。行政院農業委員會，臺北市。665 頁。
- 楊遠波、劉和義、呂勝由 (1997) 臺灣維管束植物簡誌(第二卷)。行政院農業委員會，臺北市。352 頁。
- 楊遠波、劉和義、林讚標 (2003) 臺灣維管束植物簡誌(第五卷)。行政院農業委員會，臺北市。457 頁。
- 楊遠波、劉和義、施炳霖、呂勝由 (1998a) 臺灣維管束植物簡誌(第三卷)。行政院農業委員會，臺北市。392 頁。
- 楊遠波、劉和義、彭鏡毅、施炳霖、呂勝由 (1998b) 臺灣維管束植物簡誌(第四卷)。行政院農業委員會，臺北市。431 頁。
- 董時叡、蔡嫦娟 (2012) 農村綠色生活推廣方案規劃研究：食農教育課程規劃設計，行政院農業委員會 101 年度科技計畫研究報告，47-51。
- 裴盛基、淮虎銀 (2007) 民族植物學。上海科學技術出版社，上海市。333 頁。
- 蔡尚惠、江振彰、廖冠茵 (2009) 應用民族植物使用研究之量化方法。生物科學 51(2)：53-68。

- Flora of Taiwan Editorial Committee (2003) Flora of Taiwan Second Edition Volume VI. Department of Botany, National Taiwan University, Taipei, 343pp.
- Martin, G. J. (1995) Ethnobotany : A Methods Manual. Chapman and Hall, London. p. 2-4.
- Harshberger, J. W. (1896) The purposes of ethno-botany. Botanical Gazette 21: 146-154.
- Hoffman, B. and T. Gallaher (2007) Importance Indices in Ethnobotany. Economic Botany 5: 201-218.
- The Angiosperm Phylogeny Group, M. W. Chase, M. J. M. Christenhusz, M. F. Fay, J. W. Byng, W. S. Judd, D. E. Soltis, D. J. Mabberley, A. N. Sennikov, P. S. Soltis and P. F. Stevens (2016) An update of the Angiosperm Phylogeny Group classification for the orders and families of flowering plants: APG IV. Botanical Journal of the Linnean Society 181(1): 1-20.

附錄 1 訪談紀錄

一、雲林縣各社區訪談名單

表 1 雲林縣各社區訪談名單

鄉鎮	社區	姓名	年齡/性別	職分
二崙鄉	崙東社區	廖俊吉	60/男	社區總幹事
二崙鄉	湳仔社區	廖世恭	65/男	社區理事長
口湖鄉	梧南社區	吳榮漢	60/男	社區理事長
口湖鄉	蚵寮社區	林 甬	67/男	社區理事長
土庫鎮	扶朝社區	陳祈然	67/男	社區理事長
土庫鎮	南平社區	陳鳳美	58/女	社區理事長
土庫鎮	崙內社區	許擇和	73/男	社區理事長
土庫鎮	雙人厝社區	黃月清	60/女	社區理事長
大埤鄉	三結社區	徐萬成	53/男	社區理事長
大埤鄉	西鎮社區	唐文卿	72/男	社區理事長
大埤鄉	南和社區	曾碧桑	62/女	社區理事長
大埤鄉	嘉興社區	劉惠榮	48/男	社區理事
大埤鄉	豐田社區	曾鳳珠	64/女	社區理事長
元長鄉	五塊社區	吳麗娟	57/女	社區總幹事
元長鄉	西莊社區	蘇宸禎	40/女	社區理事長
元長鄉	鹿北社區	吳學展	40/男	社區總幹事
元長鄉	湖內社區	陳五郎	80/男	社區理事長
元長鄉	潭東社區	蕭宗獻	68/男	社區理事長
元長鄉	合和社區	蔡宜協	55/男	社區理事長
斗南鎮	林子社區	嚴伙來	70/男	社區理事長
斗南鎮	埤麻社區	沈朝來	73/男	社區理事長
斗六市	湖山社區	林碧芬	55/女	社區總幹事

表 1 雲林縣各社區訪談名單(續)

鄉鎮	社區	姓名	年齡/性別	職分
斗六市	溝墘社區	劉耀升	69/男	社區理事長
水林鄉	番薯社區	吳世明	65/男	社區理事長
水林鄉	瓊埔社區	蘇雅苓	30/女	社區理事
古坑鄉	大埔社區	張和賢	62/男	社區理事長
古坑鄉	山峰社區	湖春安	63/男	社區總幹事
古坑鄉	草嶺社區	劉小姐	52/女	社區理事
古坑鄉	荷苞社區	許瑞珍	52/女	社區總幹事
古坑鄉	麻園社區	劉義群	60/男	社區總幹事
古坑鄉	華山社區	沈漢偉	41/男	社區理事長
古坑鄉	華南社區	賴雅芳	50/女	社區理事
古坑鄉	樟湖社區	林啟顯	66/男	社區理事長
台西鄉	溪頂社區	林錠玉	49/男	社區總幹事
四湖鄉	羊調社區	吳文界	68/男	社區理事長
西螺鎮	下湍社區	曾特掌	62/男	社區理事長
東勢鄉	復興社區	林金生	60/男	社區理事長
林內鄉	重興社區	張再傳	70/男	社區理事長
林內鄉	烏塗社區	曾勝棋	66/男	社區總幹事
虎尾鎮	北溪社區	江炳辛	49/男	社區總幹事
虎尾鎮	安溪社區	林榮輝	76/男	社區理事長
虎尾鎮	西屯社區	翁德隆	61/男	社區理事長
虎尾鎮	埤內社區	許秀琴	50/女	社區理事長
虎尾鎮	堀頭社區	李萬壽	72/男	社區理事長
虎尾鎮	頂溪社區	蘇聖傑	65/男	社區理事長
虎尾鎮	興南社區	蔡順張	63/男	社區理事

表 1.雲林縣各社區訪談名單(續)

鄉鎮	社區	姓名	年齡/性別	職分
麥寮鄉	後安社區	林新發	61/男	社區理事長
麥寮鄉	海豐社區	許築楹	33/女	社區發展協會秘書
莿桐鄉	孩沙里社區	林武文	65/男	社區理事長
莿桐鄉	榮村社區	林忠信	62/男	社區理事長
褒忠鄉	有才社區	程西河	71/男	社區理事長

訪談社區：華南社區(古坑鄉)

姓名：賴雅芳；50 歲；女

族群：漳州人

一、本社區特有植物歷史使用沿革：

社區有阿嬤的菜園，經營方面會依季節進行種植，像之前有種植刈菜；就會製作成酸菜，種蘿蔔就會製作成蘿蔔乾；種菜豆就會製作成很美味的酸豆。社區附近也會有過貓，基本上，看到就會採，也幾乎家家戶戶都有種植；竹筍在使用上，會有醃醬筍，值得一題的是社區的筍子料理很厲害，各家各有不同風味的醬筍，在竹筍的使用上會到用麻竹筍、桂竹筍、孟宗竹(冬筍)。另外較大宗的作物還有咖啡，一年收成一次；橘子、柳丁一年收一次，會於年底收成，橘子收完接著再收成柳丁。

風味餐的部分，社區在發展上有人生七味餐，分別為酸、甜、苦、辣、鹹、鮮、澀，由欣葉集團幫忙發展，融入了不同鄉鎮的特色，其中包含古坑咖啡、柑橘、鳳梨、好蝦問男的蝦、社區放牧的雞蛋、麥寮的有機麥子、西螺裕鼎興的醬油、崙背的辣椒，加上自然農法的玫瑰花及愛玉，進而發展出華南社區的風味餐，一方面透過味覺去認識雲林，一方面也會透過當地當季的食材做變化，像竹筍、咖啡、柑橘類(橘子、柳丁)等，另外，風味餐部分還會加入樹葡萄、愛玉等在地產業入菜，另外也會利用香蕉做為水果盤(七味裡的澀可以用色代替)。

二、社區食農文化特色或亮點：

社區推廣”共好”概念，因此在人生七味餐裡就有加入雲林縣裡的”好物”，這些所挑選的”好物”選用的是友善耕種或是友善農法所栽植而來的產物，諸如，蝦子是源自口湖好蝦問男的蝦子、麥子源自麥寮、酸菜源自於大埤，這些等都會入社區的菜餚，因此沒有主推特定某一項產品做為發展，社區用的是共好的概念，支持友善農耕的作物，透過社區阿嬤們的手轉變為好吃的料理，每道料理皆有屬於它的故事，因此稱為人生七味餐。

三、食農作物是否已發展為社區產業，或與現有產業做連結：

社區有雲林山五村，會為遊客制定一套流程，比如，在這裡待半天、然後到樟湖半天去進行染布(藍染)，抑或是半天到草嶺等。

四、食農產業的發展對社區之環境面、經濟面及社會面之影響？

(一)發展食農產業對於生態環境之影響？(環境面)

社區半天旅遊多半是進行生態導覽，也會有 DIY 手做，是以當季的果實作為拼貼，做為推廣當代環保為理念，並介紹當地的動植物，讓大

家用美學的角度將落花、落果拼貼成藝術品帶回家，其中也會利用農民修枝下來的枝條作為藝術相框的邊框、DIY 等。

(二)針對上述所提及之食農作物現有產業或將來發展成為產業/產品，其產業/產品的價值定位為?(經濟面)

目前的參訪流程已經有架設網站，並有一套客製化行程，看團體的需求來帶領，同時，也會跟社區、學校合作。

(三)食農產業為社區帶來的效益或貢獻為?(社會面)

有申請勞工部的計畫，學校跟社區是一起共好，社區經營起來才會有學生。也會帶孩子進入社區了解社區產業、社區環境及社區的長輩，有多元的合作模式，長輩就會有很多機會跟孩子互動，也會安排認識竹林的課程，由長輩帶領孩子進入竹林進行教學，增加成就感。長輩也會採一些水果讓學校的孩子加菜，也因為這樣的互動，長輩就會嘗試著把慣行農法調整為友善耕種，但友善耕種後要行銷就會比較擔心，因為沒有慣行農法那麼漂亮，會不好賣，但藉由社區幫忙賣，學生家長們就很支持，就不會有賣不出去的問題。社區每年會推三次的生態祭典，因為在推廣環境教育的時候，要跟長輩溝通，後來發現信仰對長輩來說是重要的。一開始由前校長開始，用這個方式辦理生態祭典。在春分的時候辦理惜山祭，正逢驚蟄過後，萬物開始繁殖，因此允許不噴藥，社區的螢火蟲就可以順利的繁殖，也藉由辦理祭典跟老天爺宣示，社區會於這個季節不干擾、不噴藥來保護這塊土地，等到 4 月份穀雨的季節，開始準備下雨了，舉辦告天祭，告訴老天爺我們要耕作了，祈求老天爺保佑豐收，也告訴老天爺這時候是生態旅遊的開始，我們也會好好的愛護土地。等到 11 月份歲末立冬的時候，辦理謝天祭，謝謝老天爺讓我們豐收等的！祭典的話，多會由華山社區和學校這邊一起舉辦，現在會擴大辦理讓支持我們產業的夥伴一起參與，因此會從台北來的人下來一起參與。希望社區和學校能作為一個橋樑的角色接一些生態、長輩慢活的理念推廣出去，怎麼樣過里山的生活，希望都會區可以來學習這樣的理念，並用消費力來支持社區。

五、其他補充

華南社區：雲林最南端的村落。



訪談社區：榮村社區(荊桐鄉)

姓名：林忠信；62 歲；男

族群：漳州人

一、本社區特有植物歷史使用沿革：

最早日本進來社區駐點的時間是 1935 年，社區當初種植一棵大芒果樹，目前仍可以在社區見到此芒果樹的蹤跡。農作物方面，社區是以蒜頭為比較有名，社區這裡的蒜頭比較大顆，靠近海口的蒜頭比較小顆，但比較辣，目前海口的蒜頭濕重如果是 30 元/斤，荊桐蒜頭大概可以到 50 元/斤，也因此目前的荊桐蒜頭很有名，然而社區這裡的種源常常是由海口拿來種的，如果只用社區的蒜頭會不好，附近因此也有衍生出蒜頭工廠，製做一些美容商品、蒜頭精等，蒜頭就收成上，目前 1 年收成 1 次。另外，花生也是社區特色，目前 1 年收成 1 次，可以用來做蒜蓉花生、土豆糖、食用花生等。而香蕉在這兩年來價格也有提高，整條路都種植香蕉的景況隨處可見，但只能種兩年，兩年後要進行土壤改良(土壤裡面有蟲蛀)，不然繼續種植其他東西的話會種不活。目前，社區居民種菜的方式多半是跟著大家有甚麼菜就種植甚麼。

野菜方面，社區附近沒有野菜可以吃，以前種植的一些作物多半是已經被同化後的產物，但是社區有經營一個開心菜園，留給社區老人家自行操作。

美食文化方面會製作一些跟米、蒜頭、土豆有關係的商品，向蒜頭就會拿來製作蒜頭罐頭、土豆拿來製作土豆糖。

二、社區食農文化特色或亮點：

附近蒜頭工廠很有名，有製作蒜頭精，隨之而來附近就會有一些小型工廠，社區的老人家會聚在一起幫忙剝蒜頭。之前辦理食農文化時多半是以蒜頭跟花生來做。像之前有請老師來教學製作蒜頭罐頭和蒜頭酥。

三、食農作物是否已發展為社區產業，或與現有產業做連結：

有，附近的蒜頭工廠。

四、食農產業的發展對社區之環境面、經濟面及社會面之影響？

1.發展食農產業對於生態環境之影響？(環境面)

對生態不太會有影響，會影響的是蒜頭工廠攪拌蒜頭後，蒜頭的鱗片堆在外面很臭，但很多人會拿去做成肥料。

2.針對上述所提及之食農作物現有產業或將來發展成為產業/產品，其產業/產品的價值定位為？(經濟面)

經濟面會有改善，工廠會請人幫忙，年輕人可以來上班(如工廠老闆的孩子)，老人家可以剝蒜頭。像這家蒜頭工廠經營規模大，亦有生技工廠，將蒜頭製作成美容商品和生技產品等。

3.食農產業為社區帶來的效益或貢獻為?(社會面)

附近居民能有工作，增加當地社區的就業機會，像是村裡就有 5-6 間是這間蒜頭工廠的子工廠，社區居民就可以有工作。

五、其他補充

榮村社區：這裡是日本的移民村，因此以前有 14 個很大的日本宿舍，但都被拆掉了。雲林縣這邊有 5 個日本移民村，日本投降後，民國政府收回來改稱為日本移民村，”移民移民”，念久了就變為榮村(台語)，這裡有牆壁紀載這段的故事。在這區也可以發現日本人蓋房子的型態都一排排的。日本人走後，附近的人就進來侵占土地、耕者有其田，後來就把地買下來，因此這裡都不是本地人，都是以外人居多。

這裡有鯉魚穴、是濁水溪跟新虎尾溪的交界。以前地會自己湧出泉源，後來經過廢水排放都汙染了。

另外，社區也有很多年輕人回來種植蔬菜，搭棚子種植蔬菜、水果等。



訪談社區：埤內社區(虎尾鎮)

姓名：許秀琴；50歲；女

族群：福建省

一、本社區特有植物歷史使用沿革：

社區較沒有使用野菜或豆芽菜之類的植物，多半大家的接受度較低就不會使用。目前，社區多以種植香草、多肉為主。在香草作物方面有使用佐手香(有做過藥膏)、迷迭香、玫瑰天葵、薰衣草、甜菊、巧克力薄荷、艾草等，是之前上課時買回來栽植的，社區的長輩看到都很高興。每次使用的量少於一斤，較常使用香草植物做為擺盤。大宗作物上，社區有種植蒜頭、玉米、花生，其中蒜頭有製做成黑蒜頭，假如未來社區想要推廣的話，應是以這些為主。走訪社區，也可以看到附近許多家毛巾工廠，以前這邊是有種植棉花。另外，還有一個特色是社區會利用毛巾工廠廢棄的棉紗加水泥、膠水一起攪拌，像是紙黏土一樣，做成模型，不怕風吹雨打，堅固耐用，技法源自之前上陶土課，常常做的很漂亮，但往往燒回來後就破掉了，因此才想到可以加棉絮使用。

二、社區食農文化特色或亮點：

社區想發展食農文化的話可以利用蒜頭(這裡蒜頭滿多的，可以製成黑蒜頭)、玉米、花生為主。

三、食農作物是否已發展為社區產業，或與現有產業做連結：

社區要推廣產業的話會以蒜頭、玉米、花生為主，目前社區有在發展的產業有花生、五穀粉、黑蒜/白蒜可以煮雞肉，多少都有在賣、有在推廣。五穀粉主要委託這裡的工廠製作，原物料不一定是這邊生產的但也會使用社區的東西，師法自然，以有機為主。

四、食農產業的發展對社區之環境面、經濟面及社會面之影響？

a.發展食農產業對於生態環境之影響？(環境面)

一方面友善農業，一方面也友善社區本身，開發綠場域後，可以自己生產，以後食用方面就不會有農藥殘留。

b.針對上述所提及之食農作物現有產業或將來發展成為產業/產品，其產業/產品的價值定位為？(經濟面)

推廣階段要一直燒錢，東西買了很多，但都銷售不出去，所以都要做成加工品。

c.食農產業為社區帶來的效益或貢獻為？(社會面)

地檢署的義務勞務者會過來協助社區，社區也有在管理義務勞務者，社區也受到義務勞務的績優單位認可。另外，也有青年進入、迴流。目前也有設立關懷據點、延緩失能、健康促進活動、DIY、太極拳、

養生舞等，對社會多少有些貢獻，社區就是盡量推廣、大家可以參與，朝向福利社區化的目標為原則。

五、其他補充

有些審核過程繁複，會造成社區有些不方便，諸如一些理念很大，但社區無法去更改，但還是要努力去做、去執行。

社區目前走到綠色照護，社區有一塊綠色場域，不是種花、種草，而是種植一些可食用香草，一方面因應社區的長青食堂，將花園轉型，變為可食用的香草園圃，而香草的種類是由上課中進行挑選。食堂採用的食材多以在地為主，大多都是香草作物比較多，也會有居民拿菜來分享。

假如之後有進行相關的教育活動，不一定要在建築物內活動，也可以在社區那塊綠場域那裏進行，不受到場域的限制，希望藉由這樣的活動，可以推廣更多。

這裡有發展社區特色餐，但久沒做，因為很忙！以前遊客會在這裡吃，但現在人手沒有很多，不希望志工這樣勞動，不要把他們綁這裡，飲食方面就給外面餐廳去處理，社區要發展自己的特色，不要去競爭這塊大餅。

埤內社區：埤，就是小土堆，以前那個地方有虎尾溪，會淹水，古代的長輩是用小土堆把他圍起來(類似堤防)，然後就是住在土堆裡面，很安全，又可以防盜。



訪談社區：安溪社區(虎尾鎮)

姓名：林榮輝；76 歲；男

族群：福建省

一、本社區特有植物歷史使用沿革：

社區的五穀應該是早期有人帶過來種植或是台灣自古就有了，這裡主要出產的大宗作物有稻米，一年收成 2 次；土豆，一年收成 2 次、玉米，一年收成 3 次，及大蒜一年收成 1 次；菜蔬種植比較少。另外，社區有個小菜園開放給國小的孩子使用，同時，社區有申請台灣夢的基金計畫，所以下午都會有小孩在那塊小菜園耕作，台灣夢的志工負責教小孩子種菜。早期，也有人會種植番薯、甘蔗，一直到後來才開始種植土豆、玉米及大蒜，會有這樣的轉變歸因於氣候及土質等變化，農民會感覺到原本的作物開始沒有利潤，因此改種其他作物。

溫室栽植目前有種植蔥、芹菜、香菜等，也有開放老人家來這裡耕作，藉此機會教導、教育孩子。平常是都是志工在種植，但如果碰到學生上課，就會教學活動。

二、社區食農文化特色或亮點：

以土豆及蒜頭為主，希望土豆能開發成其他產品，但土豆其實已經有很多社區在做在經營；蒜頭的話可以製作蒜頭油跟蒜頭香皂，但難以去推動。

三、食農作物是否已發展為社區產業，或與現有產業做連結：

目前沒有自己的產業，但之前有請人來輔導社區居民製作蒜頭油、蒜頭香皂，但因為成本高、銷路不好，難以推動。

四、食農產業的發展對社區之環境面、經濟面及社會面之影響？

a.發展食農產業對於生態環境之影響？(環境面)

這塊菜園都沒有噴藥，對環境很友善，對生態很好

b.針對上述所提及之食農作物現有產業或將來發展成為產業/產品，其產業/產品的價值定位為？(經濟面)

菜園多半配合學生課程，開放給學生使用及教學，並無收費，因此對於社居產業經濟面的提升相對較弱。

c.食農產業為社區帶來的效益或貢獻為？(社會面)

青年回流從事農務的沒有，但是暑期兒童營，社區裡的大學生都會回來幫忙。這些國小、國中畢業的學生都會繼續回來帶領，目前兒童營已經舉辦 19 年了。早期這裡下午都會有輔導課，並於 109 年有申請到中國信託慈善基金會的台灣夢，來幫助社區這些弱勢的小孩。

五、其他補充

安溪社區:一開始由大陸安溪縣遷移過來，以前稱做安溪寮，嘉義、台南也有類似的地名。這裡的特色是繪本，有十二生肖【鼠】，十二生肖是中華民族幾千年來，為民間流傳之辨別性格、分析功名事業成敗的羅盤，也是社會人生活趣味一部分。本繪本並以第一生肖「鼠」為首，延伸許多曲折離奇、趣味又緊張的故事，展現鼠輩的團結和智慧，希望能夠成為老少咸宜，百看不膩之繪本，目前也利用雇工購料將繪本的故事繪畫在圍牆上。

社區很注重小孩子的教育，因此有繪本的故事、虎科大學生的資源、各樣的資源來幫助社區的孩子成長。



訪談社區：烏塗社區(林內鄉)

姓名：曾勝棋；66歲；男

族群：漳州

一、本社區特有植物歷史使用沿革：

特別生產芋頭、木瓜、酸楊桃，也會栽種玉米、番茄、果樹，但不會栽植太多。酸楊桃主要用來作為楊桃汁使用，當地農民主要與黑面蔡契作(整個林內鄉)。市售的芭樂汁，過去也都是由林內鄉生產的。社區會有食用野菜的习惯，像是會食用龍葵、燈籠草等，小時候會吃，現在比較不會去食用，沒有特別做成料理去發展，過去也會使用苧麻來做繩子，但現在也都消失了。

二、社區食農文化特色或亮點：

社區傾向以芋頭為主，再來會是酸楊桃。另一個亮點是籠子筍，因過去農用時，會去濁水溪趕水，給水用的就是籠子筍，底下放石頭把水引入，後來因為這個文化，有舉辦過幾次搶水節，以增加遊客來社區觀光。

三、食農作物是否已發展為社區產業，或與現有產業做連結：

以芋頭為主，社區產品多樣，大多以農產品為主。

四、食農產業的發展對社區之環境面、經濟面及社會面之影響？

a.發展食農產業對於生態環境之影響？(環境面)

農村需要注意生態，環境才會變好，主要是因為政府推廣有機栽培，但往往農民在操作的時候，農產品外觀較醜，較不會有人來買，而是要有通路去幫助農民行銷。

b.針對上述所提及之食農作物現有產業或將來發展成為產業/產品，其產業/產品的價值定位為？(經濟面)

價位應該會設定與市場一樣，未來推動食農教育價格會較固定。

c.食農產業為社區帶來的效益或貢獻為？(社會面)

鄉村要有人先走，作為模範，大家看到有果效後，年輕人才會回來，與市場接軌，多方面的串聯，因此要具有獨特性，同時能體驗鄉村活動。

五、其他補充

社區組織常常更動、重組，因此會被中斷，使得一些食農教育活動在推廣上無法延續。因此，可以藉由協會來做來承包，才不會因為換了帶領的人而有變動。

烏塗社區由來是因河床有高有低，高的地方有人居住，又沒有地方耕田，後來就引水進入，而引過來的水濁濁的，因此稱為烏塗。



訪談社區：重興社區(林內鄉)

姓名：張再傳；70 歲；男

族群：漳州

一、本社區特有植物歷史使用沿革：

社區這裡有請老師來教居民製作木瓜、火龍果酵素，然後拿去賣。這裡大宗作物有木瓜、無花果、火龍果、香蕉(這裡稱為香蕉腳，是本土的香蕉，現在改名叫重興村，但戶籍事務所仍是寫芎蕉腳)，以前這裡很多香蕉，走出門都是。木瓜、香蕉、無花果、火龍果一年皆採收 1 次、稻米一年採收 2 次、玉米一年採收 3 次，這些產業都是農民自己的事業，目前都是由農會的產銷班來收再出去販售，以前的話不是，需要自己載去宣傳。

種樹的話比較不好賣，像自家女婿種了 700 株黑松，都賣不出去，其中也有羅漢松、龍柏、松柏、黑松、桂花等，起因於以前大陸有在進口，做買賣，這時候種很多，但現在沒有生意。

二、社區食農文化特色或亮點：

希以木瓜、小黃瓜、玉米為主，這三種在這裡種植最多，量比較多，因此採用這三種為主！

三、食農作物是否已發展為社區產業，或與現有產業做連結：

目前沒有，只有在舉辦農村再生的時候，有舉辦過活動(一年一次)，農民可以自由拿出來擺攤、買賣，收益歸農民所有。社區沒有在自己販售，尚未發展為自身的產業。

四、食農產業的發展對社區之環境面、經濟面及社會面之影響？

a.發展食農產業對於生態環境之影響？(環境面)

目前，有農民採用酵素來取代農藥的噴灑，蔬菜有更為美味。

b.針對上述所提及之食農作物現有產業或將來發展成為產業/產品，其產業/產品的價值定位為？(經濟面)

社區的酵素，皆是社區自費買材料提供給社區的居民來操作、使用，因此沒有產品可供販賣。

以前有請老師來教導如何做酵素，後來社區沒有錢就沒辦法繼續做下去。

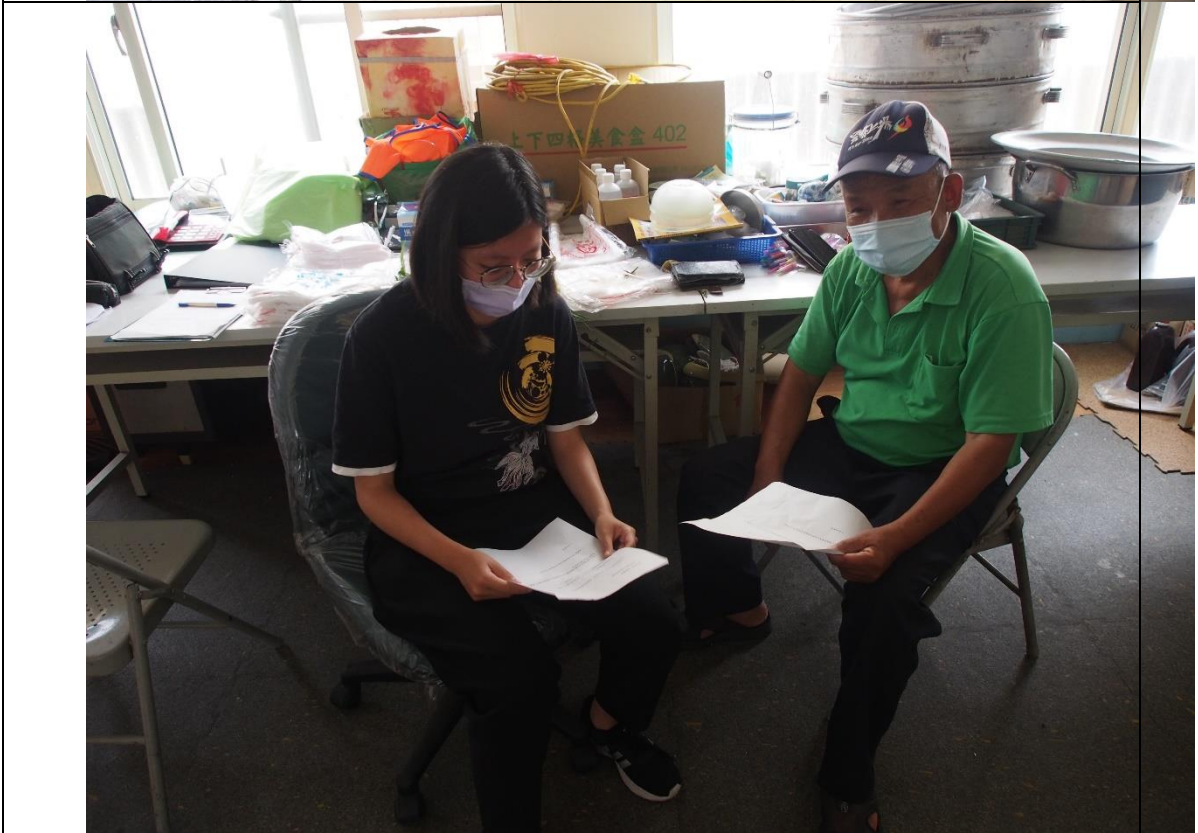
c.食農產業為社區帶來的效益或貢獻為？(社會面)

製作而來的水果酵素，可以用來洗碗、洗鍋子，廚房的任何東西都可以洗，比市售洗衣精還要好用，外面的清潔用品含有化學物質，社區的沒有，都是無毒的，一方面也對環境友善。

沒有化學藥物殘料的酵素或是無毒的栽培，對於整體空氣品質有良好的提升，對社區老人家會比較友善，減少因為空氣汙染對肺部造成的傷害。

五、其他補充

希望可以有老師來教學，未來社區也可以配合一起來做，主要希望能夠透過老師這一邊教導農民怎麼種植漂亮的農場品或是進行品種改良、土壤改良等，讓農產品可以長得更漂亮。期盼種出來的菜能夠與別人相比，農民也能夠有收益。而社區年輕人多半外出工作，因為這裡離工業區很近，社區也會幫忙農民介紹樹或土地給建商作為買賣，以作為農民的經濟來源之一。



訪談社區：羊調社區(四湖鄉)

姓名：吳文界；68 歲；男

族群：福建

一、本社區特有植物歷史使用沿革：

大蒜-約民國 79 年左右 3-4 月進行採收(9-翌年 3 月為生長期，冬天種植)，一年採收一次，主要用來調味、應用在醫學方面(蒸餾拿來使用，但是農會收購是跟中盤商收購，不會直接跟農民收購)，雲林大蒜供應全台 90%以上的量。每次採收量大概 2000 斤/1 分地。花生-歷史約百年，用來榨花生油、製作花生糖，食用用途很廣。4 個月採收 1 次，一年可以種植兩次。社區每次採收量大概 500 斤/1 分地。水稻-糧食作物，或是中盤商收購拿去加工。一年採收一次，每次採收為 1500 斤/1 分地；番薯-社區種植少，大部分在種植盛產區在水林。1 年採收 1 次，較少人種。或是給工廠做成地瓜粉；另外，社區也有少量種植雜糧，老一輩(阿公那輩)也會種植芝麻，但因為費工，現在較少人在種植。

二、社區食農文化特色或亮點：

目前沒有發展社區食農文化特色。芝麻的話，台南的地理環境比較好，比較適合。蒜頭不錯，這裡種植蒜頭的人比較多，可以請政府輔導來做。

三、食農作物是否已發展為社區產業，或與現有產業做連結：

市面上有蒜頭精(雲林農會有在賣，農會有資本因此有發展)、黑蒜頭(之前水保局有來協助社區發展黑蒜頭)。蒜頭對人的身體很好

四、食農產業的發展對社區之環境面、經濟面及社會面之影響？

a.發展食農產業對於生態環境之影響?(環境面)

暫無影響

b.針對上述所提及之食農作物現有產業或將來發展成為產業/產品，其產業/產品的價值定位為?(經濟面)

種植蒜頭，產業發展起來，農民會比較有保障，不被中盤商壟斷。

c.食農產業為社區帶來的效益或貢獻為?(社會面)

做得起來的話，可以銷售出去，社區才會進步。人口才能穩固住在這裡。

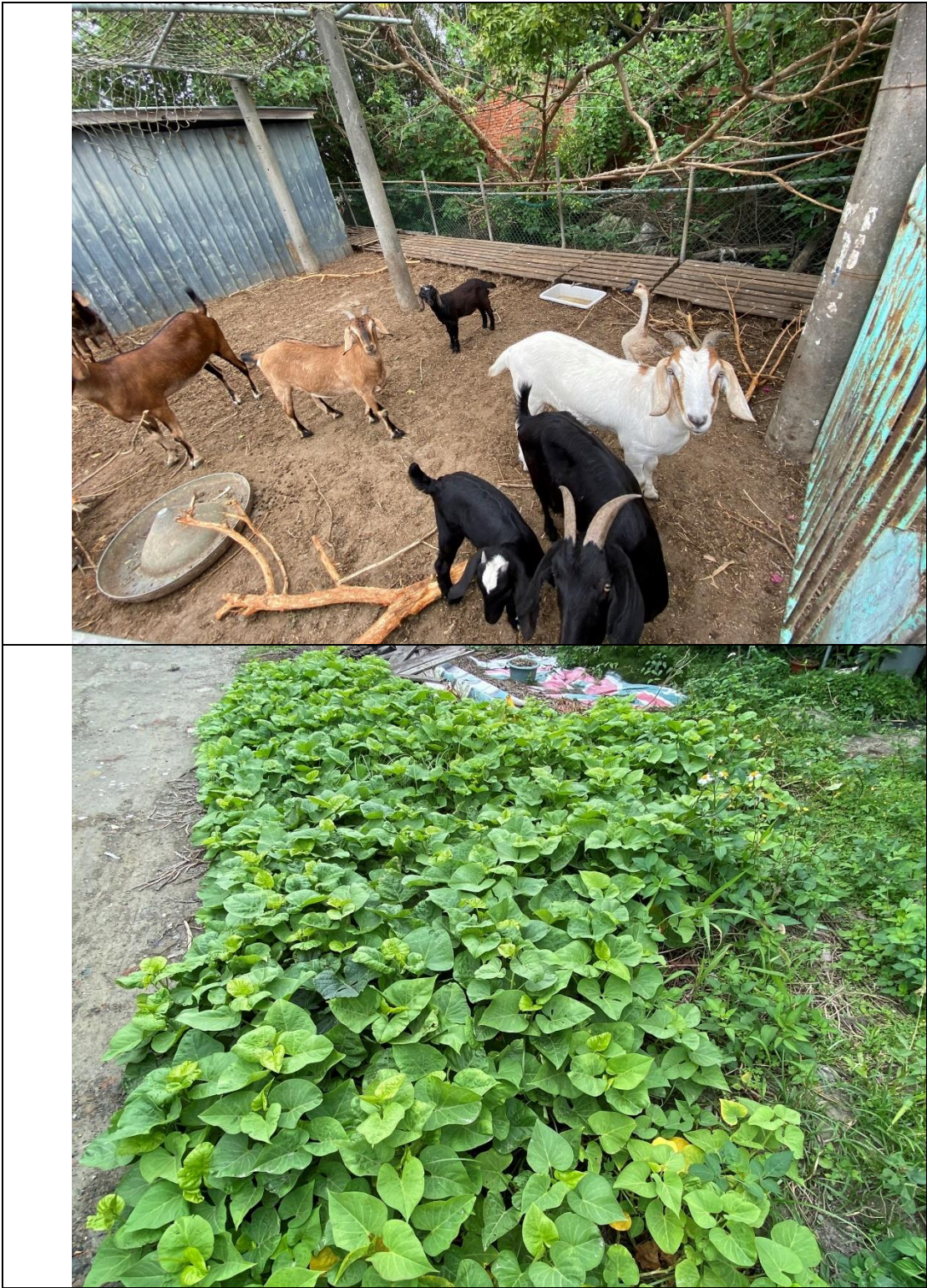
五、其他補充

希望做得起來。目前有素食工廠進駐四湖，帶動大豆產業。之後社區想做一個小據點賣咖啡，收入回饋給社區。目前販售農產品比較沒有出路。

羊調社區：這裡叫羊調厝，因為以前從大陸過來，很難生活，要仰賴地方能做甚麼，以前人需要吃葷、吃油，吃葷，肉的主要來源從魚而來、因此會挖一些魚塢，飼養一些魚，也可以從羊、牛、豬來，但因為牛捨不得吃，牛是幫忙犁田的，而豬是吃餵水，養大以後就可以殺來取用豬油；羊油也是一樣。這裡的羊大多吃蕃薯藤、花生藤就會長大。所以種植花生藤和蕃薯藤對肥或是給羊吃。以前一家養 2-3 隻羊，女兒要嫁出去，回娘家時，長輩就會說阿公那邊有養羊，帶你們到阿公家的”羊調厝”看羊仔，久而久之，羊的家叫羊調厝，念久了就是羊調厝。

而福建先民大約 180 年前來到，骨頭都還在這裡。土豆跟番薯對社區就很有意義。希望未來可以推動社區的名子”羊調厝”，來羊調厝吃羊肉爐。未來會在魚池旁開一家咖啡廳，叫羊調厝，可以給大家唱歌、聚會等。

俗話：全球最好的蒜頭在台灣，台灣最好的蒜頭在雲林，雲林最好的蒜頭在四湖，四湖最好的蒜頭在羊調厝。



訪談社區：華山社區(古坑鄉)

姓名：沈漢偉；41 歲；男

族群：漳州

一、本社區特有植物歷史使用沿革：

社區植物特色主要為竹類資源，其中包含桂竹筍、田籠筍、烏殼綠筍等，另外還有咖啡、茶葉，但這些皆是屬於私人產物。早期作物最主要為咖啡，發展於日治時期，會在台灣進行栽培是為了能夠帶回日本給天皇飲用，主要是為了提振精神，當時其他產業亦有跟著外銷日本，而咖啡後來也停一段時間，雲林在舉辦一鄉一特色時，古坑就率先打出咖啡的名號，拔得頭籌。到了民國 20-30 年代，華山社區附近以種植水稻田為主，而社區是碾米廠，透過汗路扛過去梅山市集。後來，梯田改變為竹子(後來發展竹藝)，主要為食用以及生活用品上的利用，後來才轉為發展金紙產業(當時的做法是用石頭碾碎竹子纖維，然後與糯米作為混合)，因此也發展出獨特的砌石文化，但後來這樣的打石工藝幾乎就沒有傳承了，也沒有人願意承接，而有這樣技術的老人家也都已經往生了，現地也沒有留下材料，目前處於斷層，要再找回來已經很難了。以前食用的野菜大概就是蘋婆跟龍葵的果實，另外華山這邊有條溪叫華山溪，溪底乾淨，以前裡面會有馬口魚、溪蝦跟陸蟹，因此想吃的時候就會到溪底捉。

二、社區食農文化特色或亮點：

這裡文化特色有造紙、咖啡跟竹子，希望以後要發展的話能夠朝向具有社區特色，獨特的產品發展，是外面看不到的且沒有在做的，因為可能大家都有竹類資源，但就是要去思考怎麼變成當地社區的特色。

想要復刻造紙文化(比較可行)or 打石文化，有想過利用造紙做成明信片、起伏卡等，利用當地的造紙技術做成的卡片(有別於傳統式的卡片)來做為祈福使用。

三、食農作物是否已發展為社區產業，或與現有產業做連結：

目前社區還沒有發展產業，但是目前社區狀況就是私人產業很多，因此如果社區要發展產業就會跟社區的私人攤販、餐廳搶生意，會被抗議。之前，社區有嘗試做生意，希望藉此讓社區居民有些可以負責打掃、有些人可以賣點東西，但就是後來被抗議說是在搶客人。因此對地方社區或許很好，但危急到當地業者就會變得不好執行，若發展的屬性不同，大家就可以配合，因此就是要去設計跟溝通，這方面以前有嘗試過跟社區的長輩溝通，但長輩覺得社區在搶客人，最後就沒做了。目前

以發展私人經營為大家可以接受的範圍，但屬於公經營(社區)的話就比較不好接受。

四、食農產業的發展對社區之環境面、經濟面及社會面之影響?

a.發展食農產業對於生態環境之影響?(環境面)

只要是發展經濟作物，基本上是使用慣行農法，如果要執行友善的話也要進行管理，不能放著不管。台灣雖然借鏡日本，但是應該考慮到兩地地理環境、地理位置的差異，去調整為台灣可以做到的部分，台灣靠近赤道，但日本緯度較高，在經營管理上不應該一概而論。

b.針對上述所提及之食農作物現有產業或將來發展成為產業/產品，其產業/產品的價值定位為?(經濟面)

社區有協會在做咖啡體驗，可能類似食農教育，也有一些收入。

c.食農產業為社區帶來的效益或貢獻為?(社會面)

較比較沒有，因為私人業者關係，比較沒辦法發展；青農沒有返鄉，因為當農林經濟無法滿足或維持人的生活品質時就會沒落。

五、其他補充

華山社區：以前蔣中正撤退來台，因為要反攻大陸，在台的很多建設上都用到大陸的名子，以前的長輩有這樣的概念，因此附近也有取名叫桂林、十字關等大陸地名(反共意味深厚)。

希望社區未來能夠結合學校，計畫採用任務性的計畫在社區做出成果，不然一年期的合約，團隊會一直更換，發展上很容易發生斷層。目前，要推食農教育沒有問題，但就是要把社區推廣出來，再來把發展特色做出來，要創造並賦予這樣的特色一個涵義，如此兼顧發展，就會有人想要延續。

雖然社區的咖啡產業有做，而且也類似食農教育的概念，但華山較為尷尬的點在於一開始就被標定為”華山咖啡”、”古坑咖啡”。社區的特色應該由自己進行評估，但當局者迷，會常看不清楚社區應該發展的方向，因此需由外力進行評估。古坑咖啡之所以有名，因為搶在設計的第一案，當一鄉一特色開始發展的時候，古坑咖啡拔得頭籌，因此大家都記得他，因此社區要發展、做食農就要像這樣，利用創新搶在第一案，就絕對不會失敗，因為也無從比較。另外，就是社區不知道該怎麼參與跟配合，最大的問題在於沒有團隊跟有效的溝通。可以的話，水保局要協助，可以發展出一個為社區專門



訪談社區：麻園社區(古坑鄉)

姓名：劉義群；60 歲；男

族群：漳州

一、本社區特有植物歷史使用沿革：

社區在地理環境上較為特別，具有湧泉及配合其土壤特性，社區居民大多栽種柑橘類以及竹筍為主，栽種的方式不是一開始就以有機農作的方式，是配合綠色照顧與蔬食交流，慢慢這邊居民願意進行有機農作。最早也最大片的有機菜園就是福智(目前社區的地有 1/5 為有機栽培)，以提供國小食用，但並非是社區的產業。目前，主要作物有竹筍、芭樂、柑橘類(橘子&柳丁)，每次收成約 800-1000 斤/分，竹子為 300 斤/甲，這邊的竹子是以烏殼竹居多。

在野菜方面，社區滿多人會食用的，尤其是狗尾草，做的雞湯特別好喝，與外面販售的不一樣。

二、社區食農文化特色或亮點：

目前社區以蔬食為導向，也以竹筍或是柑橘類為未來發展對象，在竹子上的料理就是筍子飯、筍子粥等。

三、食農作物是否已發展為社區產業，或與現有產業做連結：

社區目前沒有自己的品牌，社區居民部分會與里仁契作，由里仁將這些農作做成食品販售，過去也有請老師教社區做醬筍但並沒有到產品的模式，除此之外，社區的柑橘類除了中盤商會來收購，合作社及自行產銷也都還不錯，所以目前也沒有特別發展。

四、食農產業的發展對社區之環境面、經濟面及社會面之影響？

a.發展食農產業對於生態環境之影響？(環境面)

目前社區內居民以有機為主，這邊的竹林有諸羅樹蛙出沒，反映出這邊生態對於野生動物來說是很友善的。

b.針對上述所提及之食農作物現有產業或將來發展成為產業/產品，其產業/產品的價值定位為？(經濟面)

如果要到這邊來玩的話，在吃的部分，社區會覺得推出的產品應該定價在 70 或 80 元是較合適的。

c.食農產業為社區帶來的效益或貢獻為？(社會面)

因為大家對有機都有共識所以彼此間會互相交流，達至更好。

五、其他補充

這邊社區的農作比較屬於友善，所以並沒有去認證，但如果要進行到有機的級別就需要去認證，到時會很嚴格，社區會希望竹子廢棄物可以再利用，因為竹子若是長太快會很快鬱閉，要食用時就不好使用，所以約 2 年就會翻土更新，但目前是希望這些竹子廢棄物可以拿來利用，製成竹炭。另外，農產品最主要會受到天氣的影響，去年三、四月沒有下雨，收成就變得很好，今年同樣的時間就一直下，花都被打掉，因此收成不好。這邊食農教育還不是由社區進行推廣，目前以社區一個年輕人與當地國小合作，在產季時走進果園一邊上課一邊採摘的形式。認為未來食農教育的部分可以朝向有機水果的方向，因為蔬菜有機沒有問題，且很多，剩下就是水果部分希望可以達到有機，使生活更健康。



訪談社區：山峰社區(古坑鄉)

姓名：胡先生；63 歲；男

族群：漳州人

一、本社區特有植物歷史使用沿革：

目前會做風味餐的老人家多半屆 70 歲以上的高齡，希望以後能請他們來教導社區，讓社區的老人、小孩可以學習、傳承。社區大宗作物以竹筍為主，主要有麻竹筍、綠竹筍、桂竹筍；另外還有柑橘、咖啡等。竹筍的產業很多，大部分拿來製作醬筍；桂竹纖維可用來造紙，如金紙；以前這裡也有製糖產業。野菜的使用方面，以前則是有使用過艾草、鼠麴草、佛手瓜、巒大秋海棠等，目前都較少用了。

二、社區食農文化特色或亮點：

以在地資源轉變成現代小吃，又不失社區理念的話，目前就是以筍子的產品為主，像是醬筍、筍絲、筍乾等。

三、食農作物是否已發展為社區產業，或與現有產業做連結：

沒有，主要社區的農作有受到法律規範限制開發，因此食農資源並沒著落，雖然有竹筍但還是希望能有其他資源輔助。

四、食農產業的發展對社區之環境面、經濟面及社會面之影響？

a.發展食農產業對於生態環境之影響？(環境面)

會有正面影響，因為透過教育，除了了解耕作更可以認識家鄉這片土地，並可以透過食農教育進行農業耕作上的改革。

b.針對上述所提及之食農作物現有產業或將來發展成為產業/產品，其產業/產品的價值定位為？(經濟面)

永續利用除了實際價值之外，能對於生態上獲得無形的價值，生態不僅變好，社區居住的環境也會更好

c.食農產業為社區帶來的效益或貢獻為？(社會面)

未來年輕人可以回到故鄉，希望透過食農教育吸引人潮後持續創新發展，融合社區文化，拓展在地特色。

五、其他補充

目前社區年輕人外流，競爭低外，主要還是老年人居多，希望有年輕熱情的年輕人可以傳承當地社區的歷史。而山峰國小這邊，目前會一起參與社區活動。山峰社區：以前是原住民部落，清朝時跟原住民買的地。



訪談社區：埤麻社區(斗南鎮)

姓名：沈朝來；73歲；男

族群：漳、泉

一、本社區特有植物歷史使用沿革：

社區較大宗的作物有馬鈴薯，一年收成一次；稻米一年收成一次，每次約 1,200 斤/分；另外還有紅蘿蔔、白蘿蔔、玉米，皆是一年收成一次，因為沒有噴農藥因此收成並不好，而目前生產的馬鈴薯主要提供社區媽媽們作為料理，拿出去賣。另外，以前也會採集蓖麻，拿來榨工業用油。

二、社區食農文化特色或亮點：

社區主要特色有米、馬鈴薯，目前沒有屬於社區的食農文化特色及亮點，主要因為社區沒有多餘的人力可以發展這一區塊，因此也就不太敢動。

三、食農作物是否已發展為社區產業，或與現有產業做連結：

食農作物如越光米及馬鈴薯，皆有發展為自身品牌，耕作方式皆採用友善農耕的方式進行栽培，不噴灑農藥，對環境、生態皆友善

四、食農產業的發展對社區之環境面、經濟面及社會面之影響？

a.發展食農產業對於生態環境之影響？(環境面)

會，像馬鈴薯及越光米採用友善耕做，對環境還是生態面皆有幫助。

b.針對上述所提及之食農作物現有產業或將來發展成為產業/產品，其產業/產品的價值定位為？(經濟面)

社區產品會經由農會販售推銷，也會請外面老師上課，教導社區媽媽製作一些料理，由他們自己出去販售，屬於私人收入。

c.食農產業為社區帶來的效益或貢獻為？(社會面)

青年回流的比例很少，每年皆有跟水保局拿經費辦理產業活化，每年 10 月份也會推廣自家產品。

五、其他補充

社區缺乏人才，因此希望產業活化能持續辦理。目前主要推廣馬鈴薯跟越光米，希望學校團隊能幫忙指導。以前有做過食堂，缺乏人力後，沒有再延續。社區環境衛生做的很好，借鑑之前至阿里山玩回來，社區發展協會共同決議在社區附近都興建木板，改善社區環境，增加美感。埤麻社區：明清時代先民來此，稱他里霧堡，中日甲午戰爭日軍進駐他里霧，境內籌組少壯隊，舉者庄名「大有庄」頭旗抵抗日軍死傷慘重，後來以剿平叛賊為名找尋「大有庄」下落擬毀滅全庄，幸本庄天福

堂上帝顯靈附靈庄民，回答問路日軍斥侯、此庄為華麻庄。日軍兒四周長滿「華麻」信以為真而轉向他處。本社區蒙帝飾公慈悲解救，始得倖免於難，從此更改庄名為「莿麻庄」。



訪談社區：湖山社區(斗六市)

姓名：林碧芬；55歲；女

族群：泉州

一、本社區特有植物歷史使用沿革：

這裡的苗圃栽培都是有機、無毒的，目前夏天只能種植地瓜葉、皇宮菜跟秋葵。土壤質地組成不像外面的地很肥沃，因此社區需要使用有機肥堆肥，農民大多使用茶葉渣、咖啡渣，除非需要施肥，否則社區以草生栽培為主，讓草自行生長。

社區的菜圃從以前種植是以自行食用為主，如秋葵一開始自行栽植，後續才拿到社區種植，地瓜葉也是一樣，皆是理事長回來社區之後，發現公所有施行食農，因此將他擴大，以前是媽媽在種。社區也有配菜公司，如果配菜剛好是菜圃有種植的菜，就會請配菜公司換肉過來，目前菜圃有種過芥菜、芥藍菜、青江菜、大陸妹、高麗菜、花菜、小白菜等。社區的長者會來協助幫忙拔草，澆水的話，社區這裡是引自山泉水來灌溉，無法像外面有大浚可以淹進，種植比較多時，就會用灑水的，會用塑膠管的洞溢出來的水來澆灌。野菜方面，社區也有種植鵝仔菜，是雞、鴨、鵝可以吃，人也可以食用；另外還有種植莧菜，是社區種植之後就使之自行生長，每年皆可收成。

二、社區食農文化特色或亮點：

社區有龍眼、竹筍、醬筍、筍絲、龍眼乾，目前皆有在販售。

三、食農作物是否已發展為社區產業，或與現有產業做連結：

目前醬筍、筍絲、龍眼乾皆有在販售。有屬於自己的社區品牌(參考度咕呷灶)，像今年計畫就有寫到龍眼乾。

四、食農產業的發展對社區之環境面、經濟面及社會面之影響？

a.發展食農產業對於生態環境之影響?(環境面)

社區的無毒有機栽培是總幹事小時候學習時流傳下來的觀念，一直都是這樣子操作。小時候爸爸帶給下來的觀念就是：雖然水果樹一定得要噴藥，但如果沒有放置超過七天以上絕對不採收。如有一次因為荔枝有噴藥，爸爸就將每一串都泡過肥皂水，那時候觀念就是自己的孩子會用嘴巴去咬，別人家的小朋友也會，因此我們那時候的荔枝都是外銷日本的。像鳳梨，爸爸種的時候拿去驗都通過。以前家裡種植很多水果，荔枝、龍眼、鳳梨等。因此，我們家都是承襲爸爸的觀念，要無毒、且不加化學肥料，也沒有去噴灑農藥。偏向永續經營，如同社區的草也不噴除草劑，都是等耕耘機、挖土機一來把他弄下去。種植的時候，翻土翻好會用火燒，也把乾草燒掉，或許現在焚燒是不適合，但如果要做無毒的，最基本的像一些蟲卵、草的種子就把它燒掉，如果不做這個動

作，社區無法收成。像蝸牛會跑上來吃、這裡也出現青蛙；樹蛙、蛇(像錦蛇、雨傘節、眼鏡蛇)，生態很豐富，也很多。

b.針對上述所提及之食農作物現有產業或將來發展成為產業/產品，其產業/產品的價值定位為?(經濟面)

如同龍眼乾的販賣是家家戶戶自己烘培，然後遊客要的話直在賣給他，賣的錢不會回到社區，是屬於私人的產業，但是收成的時候大家會一起幫忙撿、拿去烘烤。而大宗專門在賣的有 5 戶人家。遊客來，社區就會幫忙介紹跟誰、跟誰買。

c.食農產業為社區帶來的效益或貢獻為?(社會面)

幫助在地農民銷售自家農產品，不會像以前一樣滯銷。

五、其他補充

1.之前參觀別人的食農，種植小小的一塊，就覺得這樣也稱做食農，做為模範，似乎不大妥。依自身認知應該要能供給社區使用，但如果是要供給用來教育小學生，以一區塊進行經營相對來說比較沒有問題。同時也因為媽媽生病，種植這些菜一方面是為了讓媽媽能喚醒記憶。

2.社區年輕人外流，回鄉的話沒有可以可供吃飯的職業可以做，加上老一輩的人老了。

3.菜圃的管理，社區長輩會過來幫忙。採用草生栽培，作物與雜草一齊生長，這樣的觀念在於有雜草的話，蟲就不會去吃蔬菜的葉子，拔光的話，就會增加蔬菜葉被啃食的機會。

4.之前評審委員有說過食農教育的場所應該要無障礙，讓老人家比較容易走進來，但對於鄉下來講，不大適合，不能一概而論。應該針對某個區塊有不同作法，鄉下做法跟都市作法應該要分開，各自有自己的配套措施，都市的退休年紀可能位於 5-60 歲，但鄉村退休可能可以到 6-70 歲，要他們都做一樣的事情可能不大妥。

5.楓樹湖：湖山社區有三個部落，梅林、咬狗、楓樹湖，傳說嘉慶君遊台灣的時後來到社區，進來是一片的楓樹，後來的人問他到哪裡，回答說有很多楓樹的地方，因此叫楓樹湖；當他到了咬狗社區被狗追被狗咬，因為是被狗咬的地方，因此取名叫咬狗，到了梅林，因為那裏有許多的梅子，因此叫梅林。以前這裡有 2 棵 5-600 年的大楓樹，據說是一公一母，在村莊隨意開門都看的到，後來因為社區的規劃，怪手進來挖，後來挖到樹根，就死掉了(後來 100 年左右有新植楓樹樹苗，那時農再 PK 賽有得名)，更神奇的是，颱風天樹枝斷掉照理來說會打到民房，但是屋頂都沒有打到，後來這些樹枝是自行集中在廣場(以前稱之曬穀場)，

6.食農如果要供餐，種起來至少需要有一定的量，像秋葵可以摘起來冰到一定的量再給社區供餐。另外，社區在芥菜收成時，可以在過年供

給到家家戶戶均分兩顆還有剩，所剩下的收成起來做成趴菜(福菜)，提供給社區滷豬肉，也可以做梅干扣肉。

7.如果搭配教育的話，沒辦法一年四季來這裡看這麼多，社區的觀念就是要讓土地休耕，綠葉在土裡面可以變肥料，近期有著手書寫一個環保署的計畫，樹葉變黃金，以前小時候沒有錢買肥料，都是拿樹葉來當肥料，濁水溪上游那時會把整車的倒出來焚燒，我們小時候就會去撿燒完的灰份回來。因為是樹葉，我們知道那些樹葉對植物是有幫助的。



訪談社區：潭東社區(元長鄉)

姓名：蕭宗獻；68 歲；男

族群：福建人

一、本社區特有植物歷史使用沿革：

社區主要特色產品有番薯、水稻、花生，會以這些種類辦理活動。而風味餐便是以這些作物做為參考，像是米食會製作成肉粽或是紅龜粿。

番薯的部分一年收成兩次，每次收成 1 萬多斤/分，主要與瓜瓜園契作；花生 1 年收成兩次，有分春豆(屬一期作，常被雨水影響，因此收成少)跟冬豆(屬二期作，收得多)，基本上能收到每分地 700 斤就算不錯，社區裡有一間專門炒五香花生的工廠(銷售全省)；水稻一年收成 2 次，第一期算大季，二期作比較少，容易被鳥吃掉，每分地能收成 1,800-2,000 斤。

過去會有食用龍葵的經驗，比也較有人在吃；另外還有燈籠果(目前不大會吃)；刺波(毛西番蓮)，看到時會採集，每次採集一餐的量。

社區裡的人在吃東西很簡單，因為沒有冰箱，皆是用鹽來醃製，包括豬肉、魚肉都是，也因為養豬戶很少，時常會去捕魚，吃不完的時候就用醃製的來作為保存。醃的鹹一點，就可以吃很久。社區農民如果有過剩的高麗菜，亦會曬成乾自己來使用。

二、社區食農文化特色或亮點：

社區主要以花生為主，有一個花生工廠經營的很好，很有特色，吃過的人都讚不絕口。社區有辦活動的時候，工廠都很願意配合。另外就是作粿(用的是長糯米)，紅龜粿為主。地瓜的話主要是契作，會請人來教導製作地瓜球(農村再生當時是希望社區能用這個發展為特色，但是社區年輕人少、老人家都 80 歲以上，因此要經營會很困難。)

土豆可以製作鹹酥(帶殼)、冷凍花生、土豆酥；地瓜可以作地瓜酥、地瓜薯條等，現在人的感受來說，地瓜薯條比馬鈴薯薯條更好吃。

三、食農作物是否已發展為社區產業，或與現有產業做連結：

社區目前沒有發展社區產業，沒有與產業做連結。

四、食農產業的發展對社區之環境面、經濟面及社會面之影響？

a.發展食農產業對於生態環境之影響？(環境面)

目前農作物要進行有機栽作很難，適當的噴藥應該就還好，不至於影響，而且農藥現在很貴，沒有需要，農民不會去噴藥，徒增成本。

b.針對上述所提及之食農作物現有產業或將來發展成為產業/產品，其產業/產品的價值定位為？(經濟面)

有青年返鄉，但回來都是去六輕工作，因為農務工作不是很好賺，工資、材料都漲，但是農民的薪資沒有漲。很辛苦。青年不大願意承接，沒有甚麼利潤可賺。

c.食農產業為社區帶來的效益或貢獻為?(社會面)

很多人會來訂花生工場的花生，當社區有需要時，花生工場會來幫助社區。

五、其他補充

辦各種課程都會在活動中心辦，有 40-50 坪的空間。

潭東社區：就是附近這邊有一個潭，分東、西兩邊，潭東就位於潭的東邊。另外，社區還有另外一個名子，教作瓦瑤。社區這裡早期都在作窯，都是作窯的產業，材料來源是土，要把土底挖起來作窯，但目前產業落後，蓋窯的人很少，都水泥房子，當時也不知道社區要發展，這些窯都沒有保存起來，其他罕見技藝可能就較少，大家多以務農為主。

潭東村的地勢很低，每一年只要下大雨，社區都會淹水，希望水土保持局可以來改善這邊的水利設施，因為只要一下雨，就很難在社區移動。



訪談社區：湖內社區(元長鄉)

姓名：陳五郎；80 歲；

族群：福建人

一、本社區特有植物歷史使用沿革：

民國 50 年左右，社區種植洋菇，當時為了讓社區運作，每個人種多少，就將一部分賣出去的錢給社區做為資金使用。目前，社區種植較多的有玉米、花生、蔥還有少數的大蒜，玉米一年可以收成三次，現在比較熱，兩個月就可以有收成，較冷的時候需要四個月才能收成一次，收成的多寡與自家照顧及管理有關，最多一分地可以收成 3、4,000 斤，最少的話僅有 900 斤；花生一分地可收成 7-8,000 斤；蔥的話最少僅有 7、800 斤，最多的可達到 1,000 斤，大蒜的話不划算，收成時常遇到下雨時，價格不好。

目前社區有食用狗尿菜，會用炒的方式食用，地瓜葉及白色的豬母乳會用炒的。以前生活很困苦，所以三餐都會吃地瓜籤，還有做豆腐的豆阿窟、地瓜做的粉條

二、社區食農文化特色或亮點：

社區會使用玉米跟花生，花生可以炒一炒直接食用或與甘蔗一起吃，據說纖維會化開，可以直接吞進去。

三、食農作物是否已發展為社區產業，或與現有產業做連結：

目前食農作物這方面沒有發展相關的社區產業

四、食農產業的發展對社區之環境面、經濟面及社會面之影響？

a.發展食農產業對於生態環境之影響？(環境面)

目前無這方面的經驗

b.針對上述所提及之食農作物現有產業或將來發展成為產業/產品，其產業/產品的價值定位為？(經濟面)

目前無這方面的經驗

c.食農產業為社區帶來的效益或貢獻為？(社會面)

在這個社區，因為沒有進行過食農教育相關計畫加上對於食農教育沒有很了解，因此食農對社區來說很陌生，也因此並無法針對其生態、經濟及社會進行調查，但可以針對植物資源以及當地特色進行調查，建議未來若要進行推廣可以針對當地古早味進行。

五、其他補充

以前在村莊都是姓吳的人，附近的居民因為朋友想搬來這個村，大家就一起搬過去，因為社區裡面有一座湖，彼此在聊天過程中會用湖內來稱呼，用久了就代表社區，湖本來不是社區的，後來社區覺得有紀念

性就募資把它買下來，現在就剩下 3、4 分地，有部分拿來利用。原先只有下寮社區，後來自己成立一個社區後，口湖鄉就變成 21 個社區。

社區活動：社區居民因為共識不夠，很難帶動，雖然不是讀書人，但我有勇氣且希望社區能以長期發展為目標，因此理事長在任期內，辦了很多活動，也參與農村再生的計畫。社區當時就是舉辦花生節，以花生為主題，製作相關產品，花生糖、花生粿等，大家一起參與，還有玉米節，做玉米粿等，今年要以蒜頭為主題，今年有參與社區 pk 賽，要有得獎才會運作。

下階段農村再生計畫，種些花木，如果可以推薦一些樹種給社區，花漂亮，好種可以用。社區很少年輕人回來，僅有少數年輕人回來，使用無人機幫忙噴藥，但從事農業的很少。



訪談社區：南和社區(大埤鄉)

姓名：曾碧桑；62歲；女

族群：福建人

一、本社區特有植物歷史使用沿革：

社區這邊生產酸菜，有私人企業接手，因此每次都是好幾千噸在採，過去這裡種植了好幾百甲，是為酸菜的故鄉，也有外銷，但都屬私人產業，過去社區有舉辦鄉村菜，做鹹菜鴨等、菜舖、草仔粿、芋頭粿等。野菜方面，過去有些人會吃野萵、蔞萵、龍葵、薯芋、雲南白藥等；艾草也會使用，但是是種來薰蚊的，這邊的作物亦有白蘿蔔及稻子。

二、社區食農文化特色或亮點：

以酸菜為主。

三、食農作物是否已發展為社區產業，或與現有產業做連結：

社區裡有酸菜爺爺，但是屬私人產業。

四、食農產業的發展對社區之環境面、經濟面及社會面之影響？

a.發展食農產業對於生態環境之影響？(環境面)

對於環境生態友善，像酸菜爺爺是友善耕作，因為是個人產業，但可以藉此宣傳社區。

b.針對上述所提及之食農作物現有產業或將來發展成為產業/產品，其產業/產品的價值定位為？(經濟面)

價錢不一定，舉辦酸菜體驗活動

c.食農產業為社區帶來的效益或貢獻為？(社會面)

因有酸菜爺爺，所以會有記者採訪連帶曝光社區，會帶動人潮。

五、其他補充



訪談社區：五塊社區(元長鄉)

姓名：吳麗娟；57歲；女

族群：福建人

一、本社區特有植物歷史使用沿革：

大宗：稻米、花生(黑金剛花生)、紅蘿蔔、地瓜及少量毛豆(農作都是一年兩期，配合節氣)，最主要是早稻(春天)。

早期野菜多以食用龍葵為主，少部分會食用豬母乳，現今很少採摘，因為會有農藥殘留的問題。社區也會種植西瓜，通常較幼的西瓜會製作成西瓜綿，溫室有種香瓜(一株僅能收成一顆)，亦可以製作成香瓜棉，後來漸漸衰微，主要為其他區域也有在經營，經營好幾甲地，社區很難跟人家競爭，所以沒有再繼續種植。以前還有使用的其他植物有油麻(黃麻，會製作成繩子)、芝麻、芎麻、龍葵、燈籠草(炮仔)、狗尾草、茴香跟棉花，現在都消失了。社區雖然有長青食堂，但多數還是由配菜中心配送，沒有特別為長青食堂而種植的蔬菜，但有場域專門給小孩作為教育去了解農作。社區的手路菜有地瓜簽、米粉疙(甜的)、鱷魚包、茴香丸、地瓜丸(實心的)、豆腐腦(花生)、烤花生(整個丟到火堆，控窯)、薄荷油(薄荷製作而成)、番仔豆(放屁豆)、蠶豆(本土較小，用炒的)。

二、社區食農文化特色或亮點：

紅蘿蔔、花生、洋桔梗(東勢及元長、西庄)，這邊雖然有，但要代表社區的植物很難。

三、食農作物是否已發展為社區產業，或與現有產業做連結：

目前沒有，但之前有做花生醬，主要沒有後續規畫及行銷，現在就做給自己吃。

四、食農產業的發展對社區之環境面、經濟面及社會面之影響？

a.發展食農產業對於生態環境之影響?(環境面)

目前社區比較多是雜草及垃圾問題。

b.針對上述所提及之食農作物現有產業或將來發展成為產業/產品，其產業/產品的價值定位為?(經濟面)

未來要自己做桑葚汁但量不多，如果要推廣的話還是會以社區農作為主。

c.食農產業為社區帶來的效益或貢獻為?(社會面)

針對台灣夢計畫的部分，會教小朋友種五穀雜糧。

五、其他補充

希望青年暑假回來帶活動，後續雖有人回來，但參與不多。中年回遊主要都在務農。社區缺人，但希望有志工一起合作。



訪談社區：三結社區(大埤鄉)

姓名：徐萬成；53歲；男

族群：廣東人

一、本社區特有植物歷史使用沿革：

目前社區大宗作物以稻米、鹹菜為主。風味餐沒有特定菜單，目前是以豆子、瓜類、蔬菜為主。野菜方面，要到是山上才有，如果要有就是龍葵、白豬母乳(之前會拿來炒)。

二、社區食農文化特色或亮點：

目前以稻米、芥菜為導向，使用於特色餐，特色餐為鹹菜餐，例如鹹菜雞、掛包、鹹菜豬肉。(鹹菜、芥菜及當地蔬菜，24節氣)，風味餐沒有特定菜單，現在是豆子、瓜類、蔬菜等。

三、食農作物是否已發展為社區產業，或與現有產業做連結：

希望開發豆腐乳、草編藝術、酸菜刈包、按摩棒、糯米捲及風味餐。

四、食農產業的發展對社區之環境面、經濟面及社會面之影響？

a.發展食農產業對於生態環境之影響？(環境面)

社區環境美化。

b.針對上述所提及之食農作物現有產業或將來發展成為產業/產品，其產業/產品的價值定位為？(經濟面)

政府能將地方特色聯結與物流配合。

c.食農產業為社區帶來的效益或貢獻為？(社會面)

村民能有更多空間活動，社區間聯動。

五、其他補充

推動食農教育的時候，若要永續，應要予以社區補助，有助於社區推動經營。新移民的特色飲食也可以拿來使用。

三結社區：由三個部落結合，有團結的意味。



訪談社區：崙內社區(土庫鎮)

姓名：許擇和；73 歲；男

族群：福建人

一、本社區特有植物歷史使用沿革：

社區都在做花生糖跟精油(澳洲茶樹)。以食農來講，以前的人來這裡是種植稻米跟土豆。後來開始種植番薯、甜玉米(都是看自己想種甚麼)直至現在開始有小農種植水菜(速度較快)送往西螺。里長自己也有種植小番茄、香瓜與有機稻，有機作物種類有：山藥、番薯與紅菜頭。未來想栽植有機稻米跟有機花生(很難做，這裡的農地一直都驗不過)目前大宗作物：土豆收成約 500 斤/分；稻米的收成 1 年 1 次，每分地約 15 掛；而過去有在食用的野菜有龍葵與番薯葉。

二、社區食農文化特色或亮點：

土豆可做成土豆糖，這裡的人都在做土豆糖，但各家都有自己的小農市場。社區尚未整合之前有請大家來擺攤，但成效各自有差異，有些人比較會說話，有些人不大會說話，不知道怎麼賣，辦到最後，有些人就會抱怨位置不好等。社區每年會舉辦櫻花祭(羊蹄甲)與採土豆活動。稻米與番薯(有中盤商契作幾百甲)主要為中盤商收購。

三、食農作物是否已發展為社區產業，或與現有產業做連結：

這裡的商品有土豆糖，屬於不黏牙的土豆糖。

花生糖的推廣不錯，希望未來發展米香(米香與土豆結合，以前是米香為主，土豆一點點，社區想將土豆變為主要，比例調高一點，米香少一點，整體甜度下降，吃起來比較不會那麼甜)，希望明年度能用有機米加無毒花生來推廣(未來朝向耕種有機稻米與有機花生為目標)。土豆糖在社區已經推廣 20-30 年了，主要是從農會家政班開始推廣，社區陸續加入，節至目前總共有 30 幾戶在做。

四、食農產業的發展對社區之環境面、經濟面及社會面之影響？

a.發展食農產業對於生態環境之影響？(環境面)

這裡的生態環境不好，因為附近有養豬人家，空氣很不好聞，因此當有人會來社區時，因為社區環境衛生不佳，社區易有味道。另外，社區自己有經營一小塊魚菜共生(利用魚糞去循環)、生態池，但是社區味道實在不好聞。土豆糖產業的發展理論上來說需有有展館來介紹，但因為礙於社區空氣環境，因此不敢讓人來社區。

b.針對上述所提及之食農作物現有產業或將來發展成為產業/產品，其產業/產品的價值定位為？(經濟面)

要有展館吸引遊客

土豆糖的發展，對社區經濟提升很多，做了 3 個月的工作量，可以生活一年，但是這樣工作滿累的。光是庄裡製作土豆糖就需要 40 公頃土豆的量，年利潤百多萬，所以很多人都想去做，但身體都弄壞掉，一天需要工作 15 個小時。

c.食農產業為社區帶來的效益或貢獻為?(社會面)

青農訪鄉，所得增加。青農回來各有發展目標，有幾十位青年回到家鄉來接家族事業

五、其他補充

社區年輕人很多，也有勞動部的人力補助。青農回來(幾十個)都是做自己的事業，承接長輩的事業或是承租。這裡養豬戶很多，環境與經濟無法並重。社區約 2,000 頭豬以上的有幾十戶。



訪談社區：南平社區(土庫鎮)

姓名：陳鳳美；58 歲；女

族群：福建人

一、本社區特有植物歷史使用沿革：

目前大宗作物有土豆，1 年收成 2 次，1 次 7-800 斤；稻子 1 年收成 2 次，每次 1800 斤；蒜頭每年 1 次，1 次 2000 斤；另外還有種植玉米、番茄，但種植很少。以前的話有種植白蘆筍(每天一早就要開始挖，社區很多老人皆都是因為栽植蘆筍，身體壞掉)，因此目前很少人在做，因為也較沒有人力；另外還有土豆仁膏(花生奶)，將生花生打一打，浸泡、脫模、煮、加韭菜、蔥酥、調味；芋頭丸(風味餐)、蔥珠、蘆筍、發粿等。野菜部分以前有吃過野萵(無刺的)、豬吃萵(野萵菜)(勾芡加吻仔魚)、菜瓜花(抹粉來炸)、芋頭梗(炒軟爛)等。

二、社區食農文化特色或亮點：

目前社區要發展食農文化推薦可以發展的有蘆筍、芋仔丸、土豆仁膏

三、食農作物是否已發展為社區產業，或與現有產業做連結：

目前還沒有發展出屬於自身的社區產業，大部分的材料都還是得像農林來進行索取。

四、食農產業的發展對社區之環境面、經濟面及社會面之影響？

a.發展食農產業對於生態環境之影響？(環境面)

未來如果發展的好，社區居民看到覺得不錯，就會詢問，然後跟進一起做，社區環境就會變得很好。

b.針對上述所提及之食農作物現有產業或將來發展成為產業/產品，其產業/產品的價值定位為？(經濟面)

當大家跟著一起做的時候，環境會變得更好，相對的，對於社區的經濟發展會有一定的提升。

c.食農產業為社區帶來的效益或貢獻為？(社會面)

感覺向心力會因此變得更好，年輕人看到就會被吸引回來。另外，老人家也能夠有參與的機會。

五、其他補充

南平社區為縣長的故鄉，地點空間很大，很適合辦理，另外社區也常常在協會團練等。像之前就有國際交流營、縣府在這裡辦理活動



訪談社區：浦仔社區(二崙鄉)

姓名：廖世恭；65 歲；男

族群：福建人

一、本社區特有植物歷史使用沿革：

社區這裡有醃漬菜頭、醃辣椒還有醃破布子、趴菜脯(高麗菜在產季的時候產量很多，便宜到沒人要，所以拿來曬)；客家料理有薑絲大腸。

過去野菜食用方面有龍葵、地瓜葉(這裡種植的地瓜也有很多種，也有日本種的，大概種了兩分地)和豬母乳，以前也有在吃，以前在吃然後現在仍也有食用的有龍鬚菜。

社區供餐的部分，種植的菜主要做為老人供餐或送給獨居者、弱勢團體等，另外老人供餐部分也會由農民主動提供菜，或是到西螺大菜市場買，買菜、買魚肉、豬肉等。

目前大宗作物有高麗菜，一年收成 2-3 次，普通葉菜類：大陸妹 50 天收成、A 菜 50 天收成，每一分地都可以收成好幾箱。稻米每分地可以收成

2,000 公斤(3,333 斤)，一年收成兩次，西瓜、玉米、番薯、蒜頭、稻米也都是一年收成兩次，收成詳細量不詳。社區的風味餐會融入在地番薯葉、茄末菜、菜豆，大家覺得很好吃，疫情還沒來的時候，很多人會來吃飯，就會煮風味餐給他們吃。

二、社區食農文化特色或亮點：

西瓜、玉米、番薯、蒜頭、稻米、哈密瓜

三、食農作物是否已發展為社區產業，或與現有產業做連結：

社區沒有發展產業，也沒有自己的田，多半是別人提供給社區使用，有伴手禮：火車餅(原料是用哈密瓜，哈密瓜這裡有人種，因此社區的標誌曾經有用哈密瓜作為特色。)

四、食農產業的發展對社區之環境面、經濟面及社會面之影響？

a.發展食農產業對於生態環境之影響？(環境面)

沒什麼負面影響，但應該有更好，生物多樣性有進來，吸引很多鳥類(像八哥之類的)來偷吃東西，吃剩的就換社區吃(1/2 農場，一半給大自然，一半社區自己收)

b.針對上述所提及之食農作物現有產業或將來發展成為產業/產品，其產業/產品的價值定位為？(經濟面)

遊客來，社區就會把火車餅拿出來賣，介紹順便推銷，那時收益還不錯很多人會買，醬菜也是，很多人買，收益也不錯。目前疫情關係，人變少了，購買火車餅的人就減少了，

c.食農產業為社區帶來的效益或貢獻為？(社會面)

有一些人會來參觀，問說社區都不噴灑農藥怎麼種的活，生長會這麼漂亮，原因在於社區是用辣椒水來除蟲取代農藥的噴灑。

因為大環境的改變，父母都老了，因此漸漸有年輕人回來承接產業，回來種植水菜，經營的還不錯。

五、其他補充

希望社區這塊食農場域好好規劃，造景能夠加強，看能否吸引更多遊客，希望導覽空間能夠朝向更細緻化的經營，投入社區的內涵，種植多樣化一點的植物或品種，像是番薯和甘蔗可以種植多樣一點的品種。



訪談社區：梧南社區(口湖鄉)

姓名：吳榮漢；60 歲；男

族群：泉州人

一、本社區特有植物歷史使用沿革：

以前有吃過茄末菜(以前拿來養豬的)，是屬於比較簡單的菜，因為當時經濟不大好，所以吃的東西簡單。社區農作多半以種植稻米、番薯、花生居多，稻米 1 年採收 2 次，1 次約 1,000 斤/分；花生 1 年採收 2 次，1 次約 1,000 斤/分；番薯 1 年採收 2 次，1 次約 750 斤/分，也有種植玉米做為飼料使用。社區風味餐的部份，番薯會做成番薯飯、番薯粥。以前小時候吃過的菜色或料理，目前是失傳的，仍有印象的菜有烏莧(野莧，勾芡使用，目前沒有在賣，以前都吃這個)、豬母乳(勾芡使用)、龍葵(拿來炒)、茄末菜(拿來煮番薯粥)。

二、社區食農文化特色或亮點：

社區食農文化的特色多以海鮮為主。

三、食農作物是否已發展為社區產業，或與現有產業做連結：

社區目前沒有這方面的產業，沒有經費可以推廣和經費可以來做。

社區主要的產業就是長青食堂而已，結合鰻魚跟這裡的米食文化。

四、食農產業的發展對社區之環境面、經濟面及社會面之影響？

a.發展食農產業對於生態環境之影響？(環境面)

目前無，社區以養殖鰻魚為主。

b.針對上述所提及之食農作物現有產業或將來發展成為產業/產品，其產業/產品的價值定位為？(經濟面)

目前暫無影響

c.食農產業為社區帶來的效益或貢獻為？(社會面)

目前暫無影響

五、其他補充

長青食堂運作過程辛苦，希望爭取到經費加菜。青年人返鄉少，，長青食堂的志工歲數也以年長。社區附近沒有工業發展，因此大部分的年輕族群都外流去工作，希望有 1.專業團隊來輔導社區、2.土地取得也是一個困難點，沒有合適的地點來進行，另外社區有一棟跟別墅一樣的活動中心。梧南社區：社區這裡是一個大地區叫宜梧社區，分北跟南，北邊叫梧北，社區這邊在南邊叫梧南，也因為早期這邊很多種植宜梧(宜梧是一種藥採)，也是原本就生長在這邊的，社區現在比較少用宜梧，以前很好用，都拿來治病，也有少部分人拿來入菜，但主要拿來用藥，治療發燒等。



訪談社區：崙東社區(二崙鄉)

姓名：廖俊吉；60 歲；男

族群：福建人

一、本社區特有植物歷史使用沿革：

小時候，大家生活節儉，因此，家家門口都會放置一甕醬蘿蔔(利用豆豉醃製，一次醃製一年，可以應用於許多食材上，跟肉、魚加在一起)，味道令人懷念，老一輩都非常想念，包含出門在外的人時常想念的菜頭仔豬肉、菜頭仔豬腳、菜頭仔炊魚等，那個味道就是故鄉懷念的感覺，惟賣向不好，長相黑黑的。前任理事長曾經有想要推動，但很困難行銷，社區這族群雖然懷念，但外面的人，尤其年輕人看到黑黑的可能就覺得賣像很不好，不能夠接受，因此就推銷不出去。醬蘿蔔主要的材料為黑豆(豆伯阿，已經有菌在裡面了)+蘿蔔+鹽一起發酵，發酵就讓豆伯阿的蛋白質跟蘿蔔裡的組織去作用，吃起來甜、甘混合在一起，味道酸甜。長青食堂有保留起來，讓老人家回味，附近詔安客社區多少應該都會有保留。醬蘿蔔在這裡屬於調味料，屬於詔安客口味及特色。社區自己覺得美味，在其他眼中看起來黑黑的可能就不大喜歡。

目前作物以稻子為主，一年兩期，每一公頃可收成 1,800 斤；美濃瓜，目前數量變少，剩幾家在做。1 分地大概 2,000 斤(目前有罔市，但沒有風，比較沒辦法授粉，光是靠蜜蜂不夠，授粉差，但品質較好；也有一些用露天的栽培)；另外還有葉菜類(水菜)。

冬末收成有一段時間，收成農作，菜價好的時候就拿出去賣，收益不好的時候，就曬成乾(花菜乾、芥菜乾)，剩餘的菜曬乾後可以長期保存，風味也較特殊。刺殼粿這邊也有。過去以小麥為主，經濟利益不高就消失了。

二、社區食農文化特色或亮點：

醃蘿蔔(醬蘿蔔)與醬菜都是之前想要發展出來的特色，那時承蒙客委會計劃補助，社區有設計紙盒，東西有做出來，也有做宣傳，大家覺得很好，但就是推不出去。社區這裡的農民，也比較不懂得怎麼行銷。

三、食農作物是否已發展為社區產業，或與現有產業做連結：

以前有醃蘿蔔，發展成商品也有包裝，但是很難推動，沒銷路，沒人願意買。

四、食農產業的發展對社區之環境面、經濟面及社會面之影響？

a.發展食農產業對於生態環境之影響？(環境面)

當初社區想法很簡單，在冬末，長輩稻子還沒收割前，收割時社區會用土鏟放菜頭籽灑進去，等長出來後，取出來醃製菜頭，就是推廣這

種無毒種植拿來賣。菜頭要好吃就是要社區這裡的土質配合冬末。同時也種了高麗菜，也是希望收成後可以曬乾，但後來沒有銷路，就停掉了，原本預計順利進行的話可以申請崙東社區合作社。政府願意投資社區，但沒有人才願意投資。

b.針對上述所提及之食農作物現有產業或將來發展成為產業/產品，其產業/產品的價值定位為?(經濟面)

社區食農就是要結合行銷，但這也是社區最弱的一塊，生產才是社區的強項，但是行銷不好做，目前的話，就是種一種交給中盤商去處理，因此想當方便，現在就是要把後端這一塊拉來社區自己做，利潤會比較高，但行銷需結合庫存，目前社區缺乏人才，沒有資金。要社區來投入這塊，除非有資金進來，有資金才有效果，沒資金就斷路，試想目前，因為農村再生社區產業獲得升級的社區，有多少個。社區很認真在推，但看不大效果。

c.食農產業為社區帶來的效益或貢獻為?(社會面)

目前老人食堂可以作為供餐使用。

五、其他補充

平原地區，下一代如果沒有流傳下去，舉如像是詔安客語與北部客語、南部客語都不一樣。語言消失就會很快。

一次性的活動留下了甚麼?社區又得到了甚麼?種西瓜的人是不是因著這樣的活動西瓜賣得更好。有時候，活動是一定要辦，但辦完後社區得到甚麼。請農民種蘿蔔可以，但行銷的話卻不知道要怎麼行銷。計畫都很好，但是沒有人，社區行銷人才在哪裡，社區計劃提了，課也上了，東西也順利做出來，也去擺攤，但後來卻賣不到幾罐，只要做的話就是浪費錢，因此 2 年後就收起來了。社區特色已經有了，擴大經營卻成為一個難題，社區缺的是年輕一輩，利用他們的來幫忙行銷、推廣。政府願意投入但社區沒人才。

附近有學校可以結合，但社區缺乏經驗、還沒有踏出這一塊，不知道怎麼來合作，社區比較少這一塊，因為一直在思考沒有人、沒有人才怎麼辦。

社區一天有 3 個志工要預備供餐，供給 60 幾個老人，也供應給附近的日托。人力資源需要很多。



訪談社區：西屯社區(虎尾鎮)

姓名：翁德龍；61 歲；男

族群：福建人

一、本社區特有植物歷史使用沿革：

早期社區種植蘆筍，一次採集一大籃，主要以蘆筍加工為主。目前社區大宗作物有蒜頭(與水稻輪作)，一年收成一次(冬季時收成，因害怕西風)，一次收成約 2-3,000 斤；蘆筍採收從過年一直到 10 月份皆可採集，無法計算多少斤；玉米的話種植多樣性的玉米，一年收成 3-4 次，每次 1-2,000 斤(晚上 11 點開始採，最好吃)；花生一年可以採收 2 次，在蒜頭採收前種在旁邊，於端午節時可以收成，每次收成 1,000 斤。另外，社區種植了許多的雜糧。基本上各個社區傳統上用的東西都大同小異。

二、社區食農文化特色或亮點：

社區特色很多，有大蒜、玉米、高麗菜、大白菜、地瓜、花生(產量很高)、玉女番茄等；簡易溫室也有栽植瓜果類、番茄、小黃瓜、美濃瓜等。

三、食農作物是否已發展為社區產業，或與現有產業做連結：

有發展農場品包裝與設計，花生糖、冰醋白蒜(蒜頭洗 3 次、高粱醋醃製)、脆瓜等，以提供給食堂使用為主，沒有在販售，但可考慮發展為產業。

四、食農產業的發展對社區之環境面、經濟面及社會面之影響？

a.發展食農產業對於生態環境之影響？(環境面)

對生態環境很友善，不論是冰醋白蒜、脆瓜等皆是屬於次級品再利用，以減少產業生產所造成的廢棄物。

b.針對上述所提及之食農作物現有產業或將來發展成為產業/產品，其產業/產品的價值定位為？(經濟面)

發展這些產業可以增加社區收益，將次級品轉變為有價值的東西，以提升產物知經濟價值，減少浪費。

c.食農產業為社區帶來的效益或貢獻為？(社會面)

社區目前供應食堂 5 菜 1 湯，多元的菜色，老人家如果有其中 2 樣不吃，至少另外 3 樣可以食用。社區對老人照顧妥善，食堂主要供給社區使用。

青年有一些回流社區，回來有規模性的經營農地，或是回來幫忙噴灑農藥。

五、其他補充

社區要有執行能力，才能帶動社區動起來。像是社區的菜園也需要有對策的經營(像是雨水回收系統)年輕人回來購置農地的人很多。

西屯社區：以前這邊很多大屯(沙丘、大土堆)有可能是在十大建設時弄掉的，原本聚落漸漸多人，民國 42 年後才分東、西兩里。



訪談社區：大埔社區(古坑鄉)

姓名：張和賢；62 歲；男

族群：漳州人

一、本社區特有植物歷史使用沿革：

社區風味餐主要有發展以筍子為主的風味餐，以竹筍葉為裝飾，製作船型甜粽，也有開發竹藝品，竹編等產物，竹子變化性很大，用途很廣。大宗作物以麻竹筍為主，在古坑鄉，麻竹產量為全台的 40%。另外種植水果居多，像是 1 年 1 收的柳丁，一分地可收 5,000 斤；橘子，一分地可收 5,000 斤；茂谷，一分地可收 6,000 斤；葡萄柚，一分地可收 6,000 斤；龍眼，一分地可收 6,000 斤。村莊裡認識草藥的人也滿多的，有開闢一處神農藥草園區，以前很多人都會來採草藥，說之前附近的北極殿玄天上帝開藥草給求藥的回去喝，關節不舒服、需要針灸等都會來，但目前不能亂講藥草的療效，因為沒有醫學根據。

二、社區食農文化特色或亮點：

社區食農文化的部分會以筍子為發展特色，其延伸的產物有黃金醬筍及竹藝品。筍子部分可分為幾等分，筍丁(頭切成丁)可以做為肉圓、肉包的餡料、筍管部分拿來做為醬筍、筍片；尾巴的地方做成筍干、筍子麵。另外，柑橘、鳳梨、香蕉也可以做為特色。

三、食農作物是否已發展為社區產業，或與現有產業做連結：

有，目前有與筍有部落合作社發展出品牌商品。像是黃金醬筍

四、食農產業的發展對社區之環境面、經濟面及社會面之影響？

a.發展食農產業對於生態環境之影響？(環境面)

目前社區有螢火蟲、海南溪蟹的出現，代表環境面相還不錯，有些地方荒廢掉後變為自然的棲地。

b.針對上述所提及之食農作物現有產業或將來發展成為產業/產品，其產業/產品的價值定位為？(經濟面)

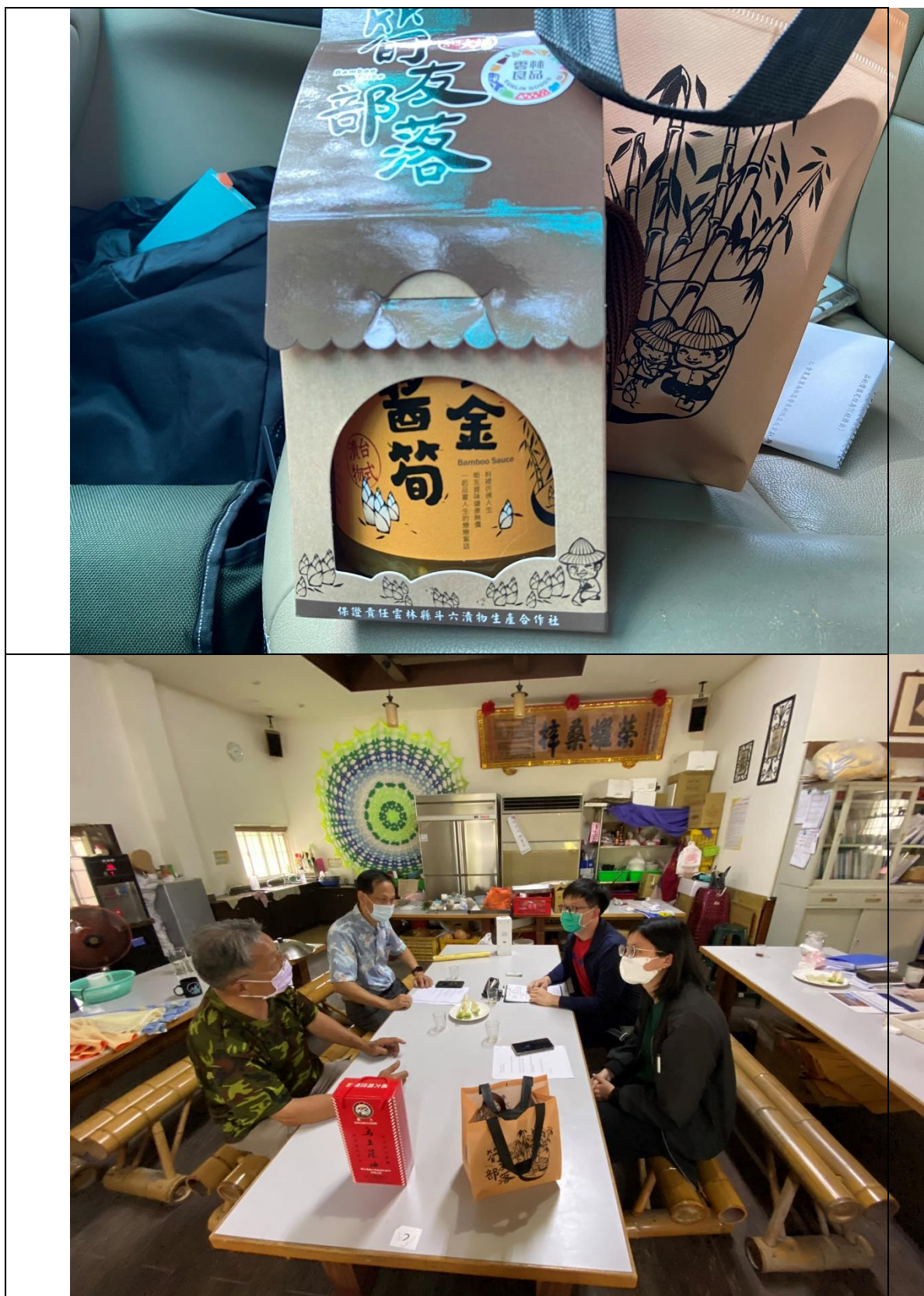
竹筍的經濟效益其實不高，透過加工後才能提升竹筍固有的價值，因此社區主要推動加工筍，希望能藉此提高農民的收益，在製作的過程中不加入二氧化碳，安全、無毒，以做為推廣食農安全。

c.食農產業為社區帶來的效益或貢獻為？(社會面)

可以幫助筍農提高產品的附加價值，藉由筍子的加工製品，延遲保存。增加筍農的經濟收益。

五、其他補充

竹筍在栽種過程中原本就不施以肥料，因此去申請有機認證會不符合成本。目前社區的醬筍偏甘甜，在食農方面力推安全、無毒、高品質。



訪談社區：荷苞社區(古坑鄉)

姓名：許瑞珍；52 歲；女

族群：漳州人

一、本社區特有植物歷史使用沿革：

社區本身務農為主，大宗作物方面，比較多人在種植的主要有筍子、柳丁、鳳梨等，皆是一年收成一次，至於一分地收成幾斤較不清楚。鳳梨有使用有機方式栽種，透過接菌進行，因為大多時間在農忙，並無有其他時間規劃食農教育。風味餐的部分都是住家自己在弄，如果有人來參訪，會有志工幫忙製作，沒有固定的菜單。以前的時候無食用麼野菜，如果有的畫，可能是醬筍。

二、社區食農文化特色或亮點：

社區沒有打算發展食農，以社區大宗作物為主的話就是竹子為主。

醬筍的做法主要取自筍子中圈的部分，接著用鹽來醃製，加糖、豆伯仔等。

鳳梨可以用來製做罐頭或是鳳梨苦瓜等，但目前也慢慢式微，以筍子為最多。

三、食農作物是否已發展為社區產業，或與現有產業做連結：

社區沒有發展自己的社區特色及品牌，目前就是透過荷包合作中心，透過合作社來做以及推廣出去。社區目前有用竹子做醃製品且有販售，以醬筍進行。

四、食農產業的發展對社區之環境面、經濟面及社會面之影響？

a.發展食農產業對於生態環境之影響？(環境面)

社區有農民種植的鳳梨沒有施行農藥，以菌類來代替，對生態環境面很友善而且東西種植起來相對比較好吃，

b.針對上述所提及之食農作物現有產業或將來發展成為產業/產品，其產業/產品的價值定位為？(經濟面)

經濟面向像是鳳梨採用菌類替代農藥的噴灑，這樣的栽培對社區經濟提升其實還好，但就是成本會提升。

c.食農產業為社區帶來的效益或貢獻為？(社會面)

因為社區的居民以務農為主，農忙時間長，沒有多餘時間規劃食農教育，像這個季節都在割筍子，割到 12-13 點都還在忙，因此沒什麼時間。在栽種蔬果中，有居民針對鳳梨栽種的方式採用接菌的進行，防止病蟲害，減少噴藥，成本較高。社區最有名就是一間社區裡的一間柑仔店和桐花公園。

五、其他補充

社區也沒有青年返鄉進來，非常少，大多以在地農民為主而已。



訪談社區：興南社區(荊桐鄉)

姓名：蔡順張；63 歲；男

族群：漳州人

一、本社區特有植物歷史使用沿革：

本身有種植香蕉，是社區的香蕉香蕉產銷班班長。這裡大宗作物以種植水稻為主，然後是蒜頭；其他像是水稻，1 年收成兩次；蒜頭，1 年收成一次；青椒(不分時間)3 個月可以收成一次；玉米 4 個月可收成一次，約 1,500 斤；花生 1 年收成 1-2 次為主；香蕉 10 個月收成(從種植到收成)一次，1 次 5,000 斤，社區目前種植烏龍蕉(現在日本最喜歡的是烏龍蕉)；另外還有牛番茄跟南瓜。野菜部分有油菜花、龍葵、地瓜葉、醃冬瓜(用蔭絲仔，配粥，以前當孩子的時候，阿嬤會醃製給社區吃)、毛西番蓮、燈籠草、土芭樂、油菜花、桑葚(以前會拿來養蠶寶寶)等；目前還會採龍葵、地瓜葉、油菜花等

二、社區食農文化特色或亮點：

社區有很多蒜頭中盤商，以前辦活動的時候有做過以蒜頭為主的活動。這裡以前有請老師來教學，做過蒜頭餅、蒜頭雞、蒜頭皮做成的紙，但都是給社區居民來做，來學習。社區沒有在販售。希望未來能夠將玉米或香蕉做成產品，發展為商品。

三、食農作物是否已發展為社區產業，或與現有產業做連結：

沒有產銷人才可以來負責農作物產銷這一部分。以前有請老師來教學，做過蒜頭餅、蒜頭雞、蒜頭皮做成的紙，但後來一下子就不見了，產業這部分一定要有連續性，打廣告等，不然產品太好也沒辦法銷售出去。

四、食農產業的發展對社區之環境面、經濟面及社會面之影響？

a.發展食農產業對於生態環境之影響？(環境面)

目前自身在種植的香蕉整區都沒噴農藥，目前在嘗試以無毒栽培的方式來培育

b.針對上述所提及之食農作物現有產業或將來發展成為產業/產品，其產業/產品的價值定位為？(經濟面)

目前沒有發展食農產業，因此有無對經濟面的影響不詳。

c.食農產業為社區帶來的效益或貢獻為？(社會面)

目前青年回流的人很少

五、其他補充

社區青年回流的人很少，大部分長者以務農的人居多，而且越來越年長，附近很多廟宇(信仰中心)，目前留存下來的技藝很少，以前有老一

輩的會編織竹簍，但都已經往生了，後來就沒有人會，消失了。以前的植物大多是野生的，如果要孕育作為食農教育的材料，首先要有地，然後要有東西。

社區未來能否推動食農教育目前還處於未知，因為這方面目前訊息接收到的很少，因此需要有人來教學，做推廣。社區推動農再已經五年了，如果要活動有廟前的空間，還有剛蓋好的活動中心。

興南社區：以前叫做下麻園，因為社區這裡有一處叫頂麻園，之所以叫做麻園，是否社區以前常常種植芝麻？但小時候常看到的是黃麻而不是芝麻，所以應該指的是黃麻。以前黃麻就是拿來做繩子(小時候的記憶)。目前叫興南，因為有另外兩處，興北村跟興中村。

有時候，要去推動其實很難，沒有一直持續追蹤，團隊又換來換去，就無法有延續，而且針對不同團隊，標案、專長也不一樣。希望能夠是同一個團隊一直延續下去。



訪談社區：林子社區(斗南鎮)

姓名：嚴伙來；70歲；男

族群：漳、泉州人

一、本社區特有植物歷史使用沿革：

社區特色僅有種植稻子，一年收成可以收成兩次。比較沒有其他特色。未來會想要做老人食堂，還在興建中。推食農的話，可能就慢慢來。以前有活動的時候，藝術世家有位芳太太會做籃子、盒子等編織產品去做販售，目前年紀大了，就不大做了。

二、社區食農文化特色或亮點：

前一任理事長有請人來教學，製作酵素，但皆是做來自己使用的居多，沒有在對外銷售。稻米的話，皆是交由給農會負責處理、販賣，本身沒有在販賣。

三、食農作物是否已發展為社區產業，或與現有產業做連結：

目前沒有發展社區產業，也沒有與現有產業做連結。

四、食農產業的發展對社區之環境面、經濟面及社會面之影響？

a.發展食農產業對於生態環境之影響？(環境面)

沒有這方面的發展，因此沒有想法。

b.針對上述所提及之食農作物現有產業或將來發展成為產業/產品，其產業/產品的價值定位為？(經濟面)

沒有這方面的發展，因此沒有想法。

c.食農產業為社區帶來的效益或貢獻為？(社會面)

沒有這方面的發展，因此沒有想法。

五、其他補充

社區裡的長輩多半已經過世，年輕人都向外跑了，留在故鄉的人很少。另外，老人家倒了之後，志工就變少了！而且要出動社區的人一起參與社區活動，很多時候都請不大動。目前土地取得很困難，老人家很怕土地簽同意後，土地會不見，雖然很努力的在解釋，但就是很難，大部分人還是不願意。因此，目前社區要發展就會面臨沒有人、沒有志工等，另一方面就是土地取得很困難。

社區有派系問題，意見不合就很難進行建設。

村莊有四個部落，分別為藝術世家、國宅、連芳及林子。其中，國宅、藝術世家皆是外地來的；連芳跟林子比較早在這裡。



訪談社區：嘉興社區(大埤鄉)

姓名：劉惠榮；48歲；男

族群：廣東人

一、本社區特有植物歷史使用沿革：

當地社區為第一屆農再社區，以郵筒為特色，目前主要以稻米為主，因為土壤為黏土層，所以在休耕期並無栽種其他農作。現在務農除了種植稻米外，當地稻米會直接送至碾米廠，由碾米廠推出品牌。青年農夫，以溫室栽培為主，栽培小番茄、洋香瓜。

過去有栽植過地瓜葉、水蘿菜（空心菜）、龍葵、絲瓜花、茄苳子、燈籠草、土芭樂、棗子、豬母乳、芋頭心、刺竹、白甘蔗、紅甘蔗、茄菜菜，大多氽燙為主，豬母乳則會以勾芡方式食用，刺竹因颱風吹拂倒下，採白色的部分浸水後苦味去除再用大火炒，稻米，剖竹仔飯，要用材火煮，特色才出來。

二、社區食農文化特色或亮點：

社區會希望以稻米（蓬萊米）、小番茄為推廣，選用稻米是因為當地稻米產量是全台之冠，而小番茄經濟價值較高。

三、食農作物是否已發展為社區產業，或與現有產業做連結：

無，因為當地年輕人太少，村莊人口約8成都是老年人，除此之外因市場成本關係，社區並無打算推出自己米的品牌，因為成本太高，很難推動。

四、食農產業的發展對社區之環境面、經濟面及社會面之影響？

a.發展食農產業對於生態環境之影響？(環境面)

若要推有機或無毒種植不易。

b.針對上述所提及之食農作物現有產業或將來發展成為產業/產品，其產業/產品的價值定位為？(經濟面)

成本太高

c.食農產業為社區帶來的效益或貢獻為？(社會面)

村民向心力不足，經營社區不易，當地主要是信奉馬祖。

五、其他補充

青年人太少，希望未來能推動食農教育，能做就做，不然社區太高齡化了。社區歷史有兩個版本，第一個版本政府遷台，以當地特色來命名，另一個版本是有一任大埤鄉的所長，他喜歡吟詩寫作，將整個大埤鄉的村里名全部重新編寫。



訪談社區：合和社區(元長鄉)

姓名：蔡宜協；55歲；男

族群：福建人

一、本社區特有植物歷史使用沿革：

大宗作物主要以溫室的番茄、香瓜為主，但以前是西瓜為主，現在農人年紀大，就比較少人種。早期會吃龍葵、白花豬母乳，現在較少，最主要因為收入少，所以就比較沒有人在種這些，現在最主要缺少工人收穫，還有做冬瓜糖、土豆仁豆腐、刺殼粿等。

二、社區食農文化特色或亮點：

過去社區有經營有機菜園，提拱給小朋友，因為價格關係，所以後來沒有。

三、食農作物是否已發展為社區產業，或與現有產業做連結：

過去有機農作會連結特色，主要因為價格沒有銷路，就沒有繼續，但現在有年輕人有以這方面為導向，就有起色。

四、食農產業的發展對社區之環境面、經濟面及社會面之影響？

a.發展食農產業對於生態環境之影響？(環境面)

以前就有土豆鳥(小瓣鵝)，開始做友善耕作後，數量就慢慢增加也沒有漸少。

b.針對上述所提及之食農作物現有產業或將來發展成為產業/產品，其產業/產品的價值定位為？(經濟面)

產值無增加，土豆鳥融入觀光或是放入食農中，才會帶來效益。

c.食農產業為社區帶來的效益或貢獻為？(社會面)

友善農作，因蔬果產量少跟外冒不好看，就很難賣。

五、其他補充



訪談社區：頂溪社區(虎尾鎮)

姓名：蘇聖傑；65 歲；男

族群：福建人

一、本社區特有植物歷史使用沿革：

過去採收剩下的高麗菜，有沒有人要，就會直接放在農地上爛，吸引很多蚊蟲，也浪費農民的辛苦，後來社區從理事長開始，希望不要浪費農民的辛苦，就買回來，做成高麗菜乾，也教導志工製成，後來志工、社區都有在做、在賣。社區風味餐目前還沒有開始推動，主要希望透過兒子(青年返鄉回來，也是屋頂上的貓的作者)負責，規劃這裡的吃跟住，未來有遊客來，就可以料理風味餐給遊客吃，也可以在社區住上 1-2 天。

目前大宗作物有大蒜(這裡的蒜頭很辣，之前社區的蒜頭一直無法推銷，先是蔞桐開始推動；後來是我在社區推動成功，遊客來都來買社區的蒜頭，蒜頭和土豆在社區都很有名)，一年採收一次，花生為 12 號花生(在社區很有名，9 號土豆在這裡種不起來。社區這裡種的主要拿來榨油，北港的油豆都來這裡收購)，一年收成兩次，稻米、高麗菜也是可以收成兩次，九層塔跟香蕉是屬於長期作物；蒜頭跟土豆在這裡長得很好，符合這裡的土質。

過去社區有使用龍葵、菜瓜、九層塔、大花咸豐草(以前會用大花咸豐草燒水煮湯)、山苦瓜、燈籠草跟鼠鞠草(用來做刺殼粿)，野菜大多都是拿來炒或是川燙。以前人有在吃，目前較少了，但如果田裡有的話，也會採摘回去種。現在農民會跟社區合作，過去社區在收成農作時常面臨中盤商的剝削，因此來找社區，社區會幫忙推廣。像民 103 年，蒜頭曬乾一斤 12 元都沒人要，後來找社區，社區幫忙買，才很多人買，有一個北部的中盤商(不像這裡的中盤商互相談好價格，剝削農民)也來買，發現這裡蒜頭 3 斤 100 元，覺得很便宜，就來跟農民收購，直接與農民合作，以至於後來北部的中盤商都來這裡買，不久被恐嚇，說不准來這裡收購。北部的中盤商就來找社區協助，歲後就請農民直接載到北部由中盤商收購，避免被恐嚇，也終於解決了這件事，農民的困難才被解決，經濟問題獲得解決(高麗菜情形也是類似像這樣)，農民對社區也才比較了解，知道社區所做的事是為了幫助農民。

二、社區食農文化特色或亮點：

未來以蒜頭、高麗菜乾、花生為亮點推廣。

三、食農作物是否已發展為社區產業，或與現有產業做連結：

高麗菜乾是社區的特色(真的很好吃，微微酸，吃起來不會太酸、太

鹹)，過去就有推廣，民國 100 年時有記者來採訪(當時有給文化處處長吃，原本處長不吃，是總幹事跟他說如果不吃會後悔一輩子，這才吃，結果其他肉都不吃，只吃高麗菜乾，後來建議社區可以朝這方面推廣)，也有體驗如何製作，但尚未推動成為社區品牌，目前有在進行中。推廣方面，會有人自己打電話來訂，未來也可以透果網路平台來操作。

四、食農產業的發展對社區之環境面、經濟面及社會面之影響?

a.發展食農產業對於生態環境之影響?(環境面)

以前很多菜因為沒人買，都丟在田哩，會滋生蚊蟲，因此將他製作成乾，就不會造成環境的汙染及破壞。本身栽培以無毒栽種方式為目標，使作物更自然，以割草、不噴藥使環境更健康，效仿日本農業經營。

b.針對上述所提及之食農作物現有產業或將來發展成為產業/產品，其產業/產品的價值定位為?(經濟面)

有幫助，社區教農民製作，農民將自己做的商品或作物拿來社區販售，賣掉的錢部份給社區(5 元、10 元)，作為社區發展的資金。

c.食農產業為社區帶來的效益或貢獻為?(社會面)

社區幫助農民販售作物、小朋友可以來社區體驗製作高麗菜乾(從一開使整顆高麗菜製作成高麗菜乾)。原本社區老化，有次遊客多的時候，長輩在賣蔬菜，年輕人看到覺得人很多，所以六日都回來幫忙(光是六日這樣賣，賣了 1 萬多元)，因著社區整體環境，租屋、飲食等被吸引回來，都不需要花費自己的，賺到的可以是自己的，因此有 10 幾位青年回來，回來後可以照顧老人，自己又有不錯的收入，又因為社區的繪本得獎，以貓咪為主題代表社區，吸引遊客，帶動當地經濟，青年返鄉，從事農業。

五、其他補充

虎尾鎮有 29 個里，社區比較北邊且位居虎尾溪(舊虎尾溪)上游而稱之。附近有中溪、下溪，社區這裡是頂溪。屋頂上的貓由來是民 92 年的時後有一隻流浪貓，在外面發生感情大肚子了，當時太太在洗衣服，母貓看到覺得，如果我把我的孩子生在附近，而太太在洗衣服，就會發現有一隻貓在叫，後來果不其然，發現貓在叫，就趕快叫兒子把東西翻開，發現有一隻小貓，後來將貓咪送至獸醫那邊治療，然後帶回來。後來，任職社區理事長時期，報名農村再生，上到民 101 年底畢業，有經費，但那時不曉得該怎麼做，有課程就去聽收資料。後來雲林縣有故事繪本比賽，社區就去參加、上課，上到很久只剩我兒子，後來媽媽陪同，畫一個繪本，去雲林縣比賽就得獎了。後來水保局要社區報名雨落空間比賽，虎科大一位老師發現，就來找我，然後就帶學生來社區工作

(大專生回流)，也要社區想一個主題，後來就用貓的元素來講故事。以愛的教育、感恩、尊師重道為教育導向，導入貓的元素。



訪談社區：堀頭社區(虎尾鎮)

姓名：李萬壽；72 歲；男

族群：福建人

一、本社區特有植物歷史使用沿革：

食農之前有塊地址種在社區落羽松那塊地，也製作一個堀頭食農教育的牌子，後來被當地地主拆了，今年想要種在別處，原本有 12 種，後來被拆掉剩下 9 種。這些品種都是由嘉義農試所拿過來種的，目前的品種能取得的只剩下 9 種。以前土地廣且大，在尚未蓋房子之前，有很多野草，老人家種植很多藥草，蓋房子之後空間變小，一些植物像是左手香、莧菜、龍葵、九層塔、燈籠草、豬母乳(紅色)，以前沒有菜的時候會拿來煮，現在較少使用了、那時也有長輩種植大頭菜、花菜，多是種給自己要吃的。

社區也會請老師來教一些料理，如刺殼粿。過年會做年糕(田/鹹)，還有菜頭粿、草仔粿、紅龜粿、刺殼粿(鼠麴草都是老師拿來的)都會做。

目前規劃種植 9 種地瓜，作為未來食農教育所用，分為吃葉子或是吃根莖的部分，有些還有不能吃的。當地作物農民有種植玉米，一年收成 2-3 次；花生，一年收成 2 次；馬鈴薯一年收成 1 次；大蒜 1 年收成 1 次，作物的收成與深受農民管理跟氣候的影響。這些都是農民自給販售，賣給中盤商。

二、社區食農文化特色或亮點：

社區這裡不是以種菜為主，二崙、西螺種菜的比較多。未來規劃種下九種地瓜，主要針對教育及長青食堂所用，後續也有可能推動採摘花生、玉米的活動。社區有一戶人家在養大呷蟹(親近自然的養殖)，剛開始時社區有與他們合作，因為需要社區幫忙，後續就自己推銷，希望以後遊客來的時候可以給遊客體驗採收玉米及花生，花生主要配合節氣，而玉米是常常有的；之後要規劃種植的九種地瓜，會拿來教育社區居民及遊客，像有些是吃地瓜葉，有些是吃地瓜的，量產後也可以給長青食堂使用，結合教學以及供餐。

三、食農作物是否已發展為社區產業，或與現有產業做連結：

目前沒有，希望公所這邊可以提供協助。

四、食農產業的發展對社區之環境面、經濟面及社會面之影響？

a.發展食農產業對於生態環境之影響？(環境面)

希望能有親近自然，朝向友善農作的耕種，原先 9 種地瓜是種在落羽松

林附近，就有發現生態變得更好，鳥類也隨之而來。

b.針對上述所提及之食農作物現有產業或將來發展成為產業/產品，其產業/產品的價值定位為?(經濟面)

那時 12 種地瓜剛種，後來沒拆掉，因此尚未進行到該階段。

c.食農產業為社區帶來的效益或貢獻為?(社會面)

當時地瓜剛好種在落羽松旁邊，遊客很常因當地有落羽松林，被吸引前來參觀，因此也會藉機會讓遊客參觀這 12 種地瓜(可惜後來被拆毀了，希望挪到另一處栽種仍有機會向社區居民、遊客介紹、宣導)，未來希望能成功推廣食農教育，便能吸引人潮，當地也有毛巾工廠，有青年回來，會參與社區活動，也有社區志工前來幫忙。

五、其他補充

社區年紀很大，年輕人都跑去上班，希望能有更多年輕人回來。

社區歷史：早期聽長輩講述，堀頭里住得人很少，附近都是竹管厝，以前還沒鋪柏油路時，家家戶戶養了很多牛，耕種或是運輸都會靠水牛來做，因為地勢較低，所以當牛務農回來，為了讓水牛能夠有效降溫，會開溝讓水牛泡水，以前抽水還沒很嚴重，在草地上挖一個洞，水就會跑出來，水牛就泡在裡面，當牛起來，採在地面(那時候是水泥路)時，整條路就都會有一個又一個洞，從遠方看過去像是一顆一顆的人頭，因此稱為堀頭。

社區這裡種植很多土肉桂，口袋公園也有種，以前有在利用，當時有請老師做精油，但目前沒有。



訪談社區：扶朝社區(土庫鄉)

姓名：陳祈然；67 歲；男

族群：福建人

一、本社區特有植物歷史使用沿革：

目前大宗作物有花生，一年收兩次，一分地大概可以收成 700 斤；甜玉米一年會收好幾次(冬天 70 天採收一次，夏天約 60-65 天採收一次)，一年約有 3-4 次以上的收成，一分約收 800-1,200 斤(落差是因為栽培品種不同)，還會種植一些蔬菜，蔬菜收成不一定，像大白菜從 8 月種到第二年清明，大約可以採收 2-3 次；高麗菜 1-2 菜，生長期長，這兩種菜會受到季節的限制，春、秋、冬在長，不過這些都是當地農民種的，也有青年回鄉種植小番茄、芭樂，都種在溫室裡。過去也有食用龍葵的歷史，偶爾想到會去採。

古早味料理方面：以前環境不好，就會把剩菜撿一撿煮成大鍋菜，裡面有鹹菜鴨肉、貢丸、魚丸、竹筍、烘肉，那個味道特別好，將每一樣都煮起來，再一起加進去煮。另外一種是在孵鴨蛋時，要孵小鴨，結果沒有長出來，長一半(不成形的)的拿來考，不是拿有用的雞蛋是拿壞掉、沒有用的雞蛋；另外就是還有膨皮湯。

二、社區食農文化特色或亮點：

每年都會舉辦風味料理聘請老師來教。未來想以花生為主，將花生商品化，研發出在地特色，因此希望有學校的老師來幫助社區，像學校如果有食品科，希望能透過學校來幫助社區，將在地花生商品化後透過網路行銷或是市場行銷，好讓社區農民或是外配、家庭主婦一起參與研究，以後由他們做義工組成工作隊，藉此這個把農民的東西銷售出去，希望社區能有一點收入來維持社區的開銷，若有經費也可以發放給義工。

三、食農作物是否已發展為社區產業，或與現有產業做連結：

未來希望以花生為主發展為產品，希望以後有學校方面來幫忙，讓社區蓬勃發展。

四、食農產業的發展對社區之環境面、經濟面及社會面之影響？

a.發展食農產業對於生態環境之影響?(環境面)

沒什麼影響

b.針對上述所提及之食農作物現有產業或將來發展成為產業/產品，其產業/產品的價值定位為?(經濟面)

未來將花生產品化後可以增加社區收入。

c.食農產業為社區帶來的效益或貢獻為?(社會面)

有青年回鄉幫忙，社區今年也有招收到一些社員，希望能把社區裡面的農作、產品推廣出去。目前就是請老師來教風味餐，讓志工們可以學習，製作並販售。

五、其他補充

未有執行過食農教育，需要有老師教導，當地有美食製作培訓四年的經歷且有社區美食活動，因此在加以指點後便有機會提出屬於社區的風味餐，但其特色需與社區串聯，目前尚未對食農定義有所了解。另外社區的問題為

社區有養豬戶會偷排放廢水。扶朝社區以前稱為牛稠子，可能之前養很多牛，社區裡有一頭水牛、一頭乳牛、一頭赤牛做為社區的標示。

新住民參與社區也會提供一些新住民的料理給社區，社區沒有屬於自己的農地，農地都是社員的，是社區裡面的農民的，因此目前沒有社區的產業，才會想說研發花生的產品出來。社區有想要美化環境，想要種一些樹，希望能夠有一些建議給社區來做。農村面臨中盤商的剝削很嚴重。盤商會合作一起商討價格



訪談社區：有才社區(褒忠鄉)

姓名：程西河；71 歲；男

族群：福建人

一、本社區特有植物歷史使用沿革：

食農方面，有與朝陽科大合作，以種植黑豆為主，頭一年種植，價格不錯，原本農民有人跟著一起種植，但到了收成時價格降下來，許多人就退出，不敢種了，剩自己配合計畫栽種。這幾年與朝陽配合農再還有種植甜玉米、土豆，這幾樣雜糧類為主。今年的計畫主要以做黑豆芽菜為主，都在食農教育裡面，另也配合龍岩國小，除了社區供餐，國小內有一塊地自己用來種植有機蔬菜，也配合農會青年。目風味餐方面有推過蔗香鴨肉飯(附近都是甘蔗園，用甘蔗頭來做就很棒!但後來有點走味了)、黑豆豬腳、黑豆粽、醃冬瓜、醃菜頭。野菜方面有食用烏莧菜(無刺)，田裡有就採回來吃；龍葵，通常在冬季一期作在種植之前的休耕時期採摘；黑豆可以收成兩次，但都收一次，第一次很容易遇到下雨，較難採收，就沒種植。目前與農會配合種植越光米。目前一期作種植越光米，二期作種植土豆跟黑豆。黑豆 1 分地可收成 250-300 斤；土豆一年收成 2 次，每分地約收成 700 斤、甜玉米一年收成 5 次(2 個月就可以收成，冬天產量大於夏天)，一分地收成 1,000 斤；牛蒡一年收成 1 次，一分地收成 2,700 斤，蘆筍屬於長期作物一年收成 3 次，1 分地收成 800 斤；還有種植青蔥(夏、冬季都有)，4-5 個月收成一次，可收成兩次，1 分地約 3,000-4,000 斤。過去的料理會醃漬蘿蔔(加蔭絲仔，加豆鼓，裡面有菌)，後來大家外出工作後，都沒有流傳下來；西瓜綿也是，一顆西瓜藤留下一顆，採取剩下的小西瓜加鹽，倒掉後曬乾 2 日後放入甕加豆絲伯阿下去醃漬，另外，菜頭、香瓜也有，後來外出讀書，常常在外，老一輩沒有將這些技術留下來，回來故鄉後，味道都不見了，口味跟以前差很多。以前還有用豆菜仔(泉州特色，豆菜芽麵)，農家都自己種綠豆，綠豆芽自己發，沒有去買，目前因為搶時間，都用買的，製程為綠豆浸泡 2-3 小時，放入米籃，下面放布袋吸水，上面放稻草(不能太厚)；1 斤豆子可以發 10 斤的豆菜芽，每一天都澆薄薄的水。

二、社區食農文化特色或亮點：

目前黑豆的量還不算多，應該就是主推牛蒡與蘆筍(有比較少)，以前種豆子的也很多，後來少了，是目前跟著計劃推，才有種植黑豆。

三、食農作物是否已發展為社區產業，或與現有產業做連結：

牛蒡有跟附近食品工廠簽署契約耕作，它們目前有千斤犁，不像以前都用鉛筆(台語)挖。10 幾年前在種沒有機器可以挖，當時都先淹水再挖

出來，但都會受傷，就無法外銷日本，不屬於社區品牌，就是食品工廠在作，屬私人產業。但跟社區配合不大起來。台朔的輔導計畫也都有推種植牛蒡，但就在推而已，還沒有收成的配套措施，不然其實還不錯。

產業的話目前社區沒有。是有研發黑豆麵、黑豆咖啡、黑豆粉、爆香黑豆，但社區農民沒有這麼厲害，要社區出去賣很難，沒有通路可以，像朝陽的團隊，行銷、廣告、展售等都有了，但社區社區沒有辦法配合販售的時間。

四、食農產業的發展對社區之環境面、經濟面及社會面之影響？

a.發展食農產業對於生態環境之影響？(環境面)

社區在 100 年左右有發展有機，兩年的轉型期，做到最後，如果沒有貨時，產商在追貨，太多時，廠商又說太多了，就要到市場，也因此量足夠時，就要跟傳統的一樣價格，甚至價格要更低，因為社區有機的賣相(貨色)很差，就沒辦法跟其他人比，那時就很常被質疑。雖然有機的要走有機的通路，但工作太忙就做不起來了，怎麼有辦法處理通路的問題。

b.針對上述所提及之食農作物現有產業或將來發展成為產業/產品，其產業/產品的價值定位為？(經濟面)

人沒有進來，不大有經濟面的發展。

c.食農產業為社區帶來的效益或貢獻為？(社會面)

目前就是人沒有進來，社區參與尚沒有熱忠，感覺辦活動都是理事長自己辦理而已，上課完，自己回家做可以，但如果要發展成商業化就很難。

五、其他補充

前兩年有林業計畫，後來不敢再提了，因為最近做溫室，小黃瓜要採收，太忙了，帶頭的人如果不出去，社區的人很難跟著出去。

沒有時間可以配合販賣，銷售問題很大，通路怎麼出來

政府輔導社區很好(包含病蟲還害防制之類的)，但通路方面其實也很需要被輔導，這樣社區才有通路能夠銷售出去。



訪談社區：下涌社區(西螺鎮)

姓名：曾特掌；62 歲；男

族群：詔安客人

一、本社區特有植物歷史使用沿革：

下涌社區譽為水菜的故鄉，這裡開墾種植水菜比較多，以短期作物為主，社區都稱這裡為涌地，涌旁邊三點水，表示收成不好，以前種植稻子比較多，後來轉作為種植水菜，基本上要甚麼菜都有，小白菜、空心菜等大多都是 20 天，短期內可以收成，也因此青農返鄉的人很多，多半會經營網室。新住民進來是做工的居多，所以社區參與還好。過去會有風打筍(以前颱風，會去撿筍子回來煮)、龍葵(黑點仔菜，田頭、田尾都會長)；豬母乳、燈籠草會有，但很少；稻米(目前還有)，一年收成兩次，一公頃可收成 1,200 斤；番薯，以前生活差，收成起來可以吃好幾個月，目前大多都是外來的人種植的；高麗菜，一年可收成 3 次。

二、社區食農文化特色或亮點：

社區前面有浪漫菜園會種植木鱉果、葡萄、木瓜等，也讓長輩種植來使用，社區有 50 幾位居民來這裡吃飯，疫情後剩下 20 幾位，其他的會打包；另外還有琴弦樂活館、竹管厝等，社區都有保留起來，原本比賽要用但沒入圍。長青食堂供餐主要是自己煮，取用葉菜類，有些是農民自己提供(水菜、葉菜類)，肉類就要自己去買，或浪漫菜園提供。

三、食農作物是否已發展為社區產業，或與現有產業做連結：

這裡產業比較沒特色，只有水菜，不然就是高麗菜，比較可以長久經營(主要是家庭式做泡菜，自用為主)，水菜在這裡有一個集貨中心，是一個轉運站，像屏東的也會載來賣。

四、食農產業的發展對社區之環境面、經濟面及社會面之影響？

a.發展食農產業對於生態環境之影響?(環境面)

社區比較不知道，水的話應該是沒問題，都是用地下水，不會有不良影響。會影響主要是菜市場的攤販菜沒賣完會丟大水溝，不是社區的農民，而是中盤商會這樣作，把菜亂丟。

b.針對上述所提及之食農作物現有產業或將來發展成為產業/產品，其產業/產品的價值定位為?(經濟面)

經濟不會影響，都是私有的居多，但有菜的話會回饋社區。也沒有食農場域的部分，因此社區這一方面可能沒有效果，大家比較多顧自己的菜園經營，這裡比較是為了賺錢而不是作公益，經營方面多屬於短期經營，沒辦法長期經營。

c.食農產業為社區帶來的效益或貢獻為?(社會面)

可能比較難帶動得起來，需要慢慢輔導，帶領社區在肥料施用的地

方可以是合理使用肥料、農藥。

五、其他補充

青農返鄉很多(回來做水菜)，因為水菜僅需要 20 天，短期內可以收成，也因此青農返鄉很多。不像高麗菜，屬於比較長期的作物。環境很好，但多半農民是經營個人的事業，很難推動。



訪談社區：西鎮社區(大埤鄉)

姓名：唐文卿；72 歲；男

族群：廣東人

一、本社區特有植物歷史使用沿革：

作物以稻米為主，一年收成兩次。野菜類的相對較少使用，可能就鹹菜(芥菜)，但目前很少，目前多半是商人在種植，社區務農的人老了，不方便種植，商人也都移到嘉義、台南去了。很多都會來社區拍攝電影，也有很多遊覽車會來，社區以前養小白兔、牛、狗，為了紀念，因此後來社區在規劃以動物為主題，也因為當地容易淹水，種花草會淹死，所以社區就有設置多樣的動物作為藝術，很有名氣，來看的人都很開心。過去會使用的植物有芥菜(鹹菜)、麻絲丫(塑膠繩出來就不見了，以前要作麻繩很費力，要經過很多工序)、黃麻(曬一曬攪拌至作草繩，後來塑膠繩出來就漸漸沒落了)、瓊麻(繩子)、豬母乳、龍葵、麻蕒(黃麻的尾端作成麻蕒湯加剝成一塊一塊的番薯)、風打筍(利用刺竹被颱風吹斷的部分拿來川燙)。

以前稻米的粗糠會撒在土裡做肥料，米糠加番薯葉餵豬，加上環境不好，用米麩餵小孩。小吃的部分就是崩米香、崩米丫麩，但現在已經都沒有了。

目前還有在食用的野菜只剩龍葵，豬母乳較少。

二、社區食農文化特色或亮點：

社區有 5 兄弟在經營麵粉、意麵刀、削麵，是專門在做的，社區產業只有麵，目前也有一些義工會做，一些遊覽車來都會買回去，這裡的麵太有名了。其他沒有甚麼產業。因為這裡很常淹水。雖有種植稻子，但收割完，中盤商就收走了。

三、食農作物是否已發展為社區產業，或與現有產業做連結：

社區無意願經營食農產業，社區沒什麼人，年輕人都離開了就剩下老人家，而且社區太容易淹水了，因此，沒有甚麼產業，工廠也就沒什麼人願意開，當地主要是以個人產業(麵食)為主。

四、食農產業的發展對社區之環境面、經濟面及社會面之影響？

a.發展食農產業對於生態環境之影響？(環境面)

淹水嚴重，沒有發展食農產業，無從得知。

b.針對上述所提及之食農作物現有產業或將來發展成為產業/產品，其產業/產品的價值定位為？(經濟面)

淹水嚴重，沒有發展食農產業，無從得知。

c.食農產業為社區帶來的效益或貢獻為？(社會面)

淹水嚴重，沒有發展食農產業，無從得知。

五、其他補充

以前這裡是詔安客，後來附近漳州、泉州的人進來，就彼此同化加上這裡太會淹水，所以很多工廠都關閉，年輕人也沒有回流。

社區歷史舊名叫做西勢潭，早期鄭成功進來台灣，有分三種船，3 枝旗子、2 枝旗子、1 枝旗子，三把旗就代表著沿海有大船，像東石、布袋，兩枝旗子代表港口，如北港、無米樂社區，一枝旗子就是小船，像是社區這裡，所以地方名叫潭底，早期就是陸路運輸跟海陸運輸都有。而這裡是因為靠近山，所以又在西邊稱為西勢。社區無推廣有機農作



訪談社區：溝墘社區(斗六市)

姓名：劉耀升；69歲；男

族群：泉州人

一、本社區特有植物歷史使用沿革：

社區風味餐有饅頭，發展成桂圓饅頭、黑糖饅頭跟布丁。另外，社區有一塊食農教育基地，採用不噴藥經營，多半種植大陸妹、地瓜葉、豆類、空心菜、大同仔(青椒)、茄子等一些好種植，蟲不大會吃的植物。反之，葉菜類的植物比較容易會被吃掉。目前，不大會食用野菜了，因為生活越趨便利、菜的種類越來越多；而且土地噴藥、殺草劑也越來越多；以前社區有在吃龍葵、番薯葉、過貓、龍鬚菜、刺莧(加蒜頭勾芡)、豬母乳(紅色的，吃起來酸酸的，用炒的；白色的，脆脆的，以前較沒東西吃，吃這個配罐頭)、菜豆阿等。屬於古早味的有番薯籤配豆腐乳；曬菜脯做成菜脯蛋；筍絲控肉(種筍的會淹成醬筍)；醬冬瓜(煮鴨肉冬瓜湯)。社區大宗作物有芭樂、文旦、柳丁、稻米，稻子、火龍果、菜瓜、芒果。社區缺乏產銷班，如果有產銷班產量就會穩定。以前筍乾有外銷，現在都被大陸承接去作了。

二、社區食農文化特色或亮點：

社區在執行農村再生時，有在做醬筍、醬冬瓜，也有販售，不過社區沒有機器設備，瓶子在鎖的時候，可能用到鹽，蓋子容易生鏽，是社區須待改進的。另外是自己炒的蔗糖，可以作黑糖饅頭、黑糖蛋糕。

三、食農作物是否已發展為社區產業，或與現有產業做連結：

筍子可以製作醬筍；種植甘蔗可以製作成黑糖。

四、食農產業的發展對社區之環境面、經濟面及社會面之影響？

a.發展食農產業對於生態環境之影響？(環境面)

雖然盡量不要用農藥但缺乏農藥的話很難收成，現在農藥又貴，不過目前的農藥有轉型，因著藥物局、環保局的重視，目前的農藥多半藥物時效短、藥性不強。

食農基地：原本就不噴農藥，因此社區在種植方面多半選擇茄子、青椒等蟲比較不去咬的作物，在這樣的經營之下，因為沒有噴藥對於整體生態環境都很好。食農基地要有機、不噴化肥；另一方面，因為不噴殺草劑，所以都蓋黑布，以恢復自然(有影片可以參考)

b.針對上述所提及之食農作物現有產業或將來發展成為產業/產品，其產業/產品的價值定位為？(經濟面)

醬筍、醬冬瓜、黑糖，對於社區經濟無法提升，並非定點、定時擺攤，主要是有活動需求才配合販賣。

農場方面多以提供食堂蔬食，比較沒有大面積種植。而且長青有時候經費也會不夠，需透過政府補助。

c.食農產業為社區帶來的效益或貢獻為?(社會面)

食農教育的場域可以讓老人家來運動，今年預計作一個無彎腰菜園，將苗圃墊高、自動灑水，目的就是要老人家來運動。目前沒有產業讓年輕人可以回流，如果要種田，需要大量生產，因此需要機器，耗資甚鉅。如果要讓年輕人回流可能就需要透過政府貸款，優惠青年，不然，一台割稻機都要好幾百萬。不像養魚，成本相對低。

五、其他補充

食農是很長遠的，需要專家來輔導。

食農基地是要給社區的人種菜、運動、休閒。別的地方可能有些是租一甲地種菜(主要 for 青年回流)，社區主要是對內，服務老人家。

食農基地如果種很多種菜可以供應給其他的社區。目前社區就是透過政府給的經費一點一滴慢慢地做。社區人少，是斗六第二小莊，只有三條路，500 多戶而已。社區以前有打拳頭(武術)、合琴，但都流失了，因為沒有年輕人來接。以前社區有糖廠，很熱鬧(有繪製一本繪本)



訪談社區：溪頂社區(台西鄉)

姓名：林錠玉；49歲；男

族群：泉州人

一、本社區特有植物歷史使用沿革：

原本農村再生裡面有個計劃，要用塊地做有機農場，後來因為一些原因就沒有蓋了。小時候都吃花生、地瓜長大的。野菜部分有食用龍葵(在鄉下，老人家時常在吃)、地瓜葉、豬母乳(白色的，鄉下人在吃的)。風味餐的部分有時用西瓜綿(使用在地的小西瓜)，趁西瓜還沒成熟時拔起來醃製，那是社區道地的一道料理，跟虱目魚一起煮，結合在地風味，像是西瓜綿(西瓜)、蒜頭雞(蒜頭)、白玉炒肉絲(蘿蔔、肉絲炒一炒加點紅蘿蔔點綴)，黑甜仔也可以加進來一起料理(龍葵)。

二、食農作物是否已發展為社區產業，或與現有產業做連結：

社區目前沒有屬於自己的產業，一般上課就上不完了，而且社區屬於農村社會，農民農忙完畢就會來社區樂齡教育，同時也會推廣食農，活到老學到老，以前觀念不足的、不好的就在社區學習。農村再生時有上過課，當時有人教導製作蒜頭醋、蒜頭精(有一本食譜)，但沒有辦法發展成產業，像這裡還有文蛤，會涉及到冷藏和冷凍、保險問題和食安問題，社區沒辦法有好的設備去儲存這些食物。

三、食農產業的發展對社區之環境面、經濟面及社會面之影響？

a.發展食農產業對於生態環境之影響？(環境面)

目前沒有食農產業，但如果有的話，在地的東西能夠延續，像是地瓜可能經濟價值很低，但是產業出來之後就會有人想要來種，就會有延續，有收入就會有人用，地方特色得以延續，保留地方特色產業。

b.針對上述所提及之食農作物現有產業或將來發展成為產業/產品，其產業/產品的價值定位為？(經濟面)

有人種的話，多少對生活能有幫助。有些產業是要長期、延續，然後要有銷路。

c.食農產業為社區帶來的效益或貢獻為？(社會面)

對社區居民來說會存有以前的記憶，懷念那個味道，說這是阿娘煮ㄟ味、阿娘ㄟ味，那怕是一個米粉，因為以前小時候沒東西吃，吃到這種口味就飽了，很多人都想吃阿娘ㄟ味。

五、其他補充

社區辦活動幫助社區的老人延緩失智和觀念教育，讓來社區的老人家較不容易生病，比較開朗、身體比較健康。

社區大約有 30 位新住民，有老人、年輕人，年輕人在家經營家庭，老人會來活動中心。

希望未來針對食農教育方面，予以社區開班授課，為社區找尋古早味，其次是健康飲食、食品安全，飲食方面的教育來讓社區裡比較沒接受教育或是高齡層的老人家可以知道怎麼料理得健康、吃得健康等，期望食農教育的發展帶給社區老人，安全健康的觀念。以前教育知識缺乏的、不知道的觀念，可以藉著食農教育灌輸社區的老人家，心靈上可以得到滿足，成為療癒身心的食農。目前社區年輕人沒有回流，青年回流需有有吸引力，才會留在社區，鄉下人多半種田，靠天吃飯，比較沒辦法有吸引力，而且附近有六輕，相形之下就不會來這裡。

溪頂社區：清朝時期就在了，因為在虎尾溪(目前稱舊虎尾溪)，而虎尾溪的台語叫「北頂阿」，叫溪頂，虎尾溪的北方，叫溪頂，村莊命名是這樣來的。以前在地有一些木工師傅(手做很厲害)，還有打鼓的，除此之外沒有甚麼特殊文化。社區今年也有要舉辦異國風味餐(結合新住民)，後續有機會也可以做為地方美食或佳餚，讓新住民能夠有發揮的地方。



訪談社區：孩沙里社區(荊桐鄉)

姓名：林武文；65 歲；男

族群：漳州人

一、本社區特有植物歷史使用沿革：

當地社區的獻納米在日治時期進貢日本天皇並指定給皇室貴族食用的「御用米」，經日本人統計結果，這邊的土壤最為肥沃，除了米以外也種植各種蔬菜，在 40-50 年前西螺濁水米相當有名，現今農會也積極推廣在地的西螺濁水米。也曾發生有在地居民到池上遊玩，從池上買了米當伴手禮，最後發現產地居然就是荊桐。稻米在當地，一年可以收成兩次，一分地約可收 2,000 斤；水菜，15-21 天可以收成一次。另外還有種植牛番茄、發展豆皮產品(二級產品)。以前食用野菜的经验有龍葵。

二、社區食農文化特色或亮點：

可以利用社區特色兼具觀光，發展產品和蔬菜體驗，如可食瓜類的介紹，絲瓜與蒲瓜，食農與教育解說。

三、食農作物是否已發展為社區產業，或與現有產業做連結：

目前沒有產業進入，社區主要的產業為稻米。

四、食農產業的發展對社區之環境面、經濟面及社會面之影響？

a.發展食農產業對於生態環境之影響？(環境面)

目前沒有。

b.針對上述所提及之食農作物現有產業或將來發展成為產業/產品，其產業/產品的價值定位為？(經濟面)

帶動遊客，助於社區收益。

c.食農產業為社區帶來的效益或貢獻為？(社會面)

社區有花海吸引民眾，長青食堂使用，開放學校食農教育。

五、其他補充

社區有花海好幾年了。



訪談社區：雙人厝社區(土庫鄉)

姓名：黃月清；60 歲；女

族群：福建人

一、本社區特有植物歷史使用沿革：

社區農產品會製作成相關產品，會請老師來教，社區有位 80 歲長者會做花生糖，也有用花生做鱷魚包，會特別做來販售，有人訂就請社區來一起做。還有會用鼠鞠草製作刺殼粿，很好吃。

大宗作物會種植花生、玉米、水稻及白蘆筍，白蘆筍白天一大早就採收。在夏秋兩季間，並無稻作，可種一些玉米等輪替。社區的特色植物利用方面，鱷魚包是社區老人家小時候會吃的食物，也會用蒜頭製做黑蒜，但還沒有形成產業。

二、社區食農文化特色或亮點：

鱷魚包(土豆仁包)、玉米(水煮玉米，當天現採，遊客愛吃，當地廟宇活動，有香客來會專門給他們吃)、蒜頭有做黑蒜，但費時，花 10 天以上的時間。

三、食農作物是否已發展為社區產業，或與現有產業做連結：

主要是鱷魚參包，黑蒜頭沒有，因為不好處理，社區土雞多，有時就做成蒜頭雞。

四、食農產業的發展對社區之環境面、經濟面及社會面之影響？

a.發展食農產業對於生態環境之影響？(環境面)

社區很少使用殺草劑，所以螢火蟲很多。

b.針對上述所提及之食農作物現有產業或將來發展成為產業/產品，其產業/產品的價值定位為？(經濟面)

有蘆筍、玉米運送至台北賣(當天採集販售)，鱷魚餐包也是，也有在網路上行銷。

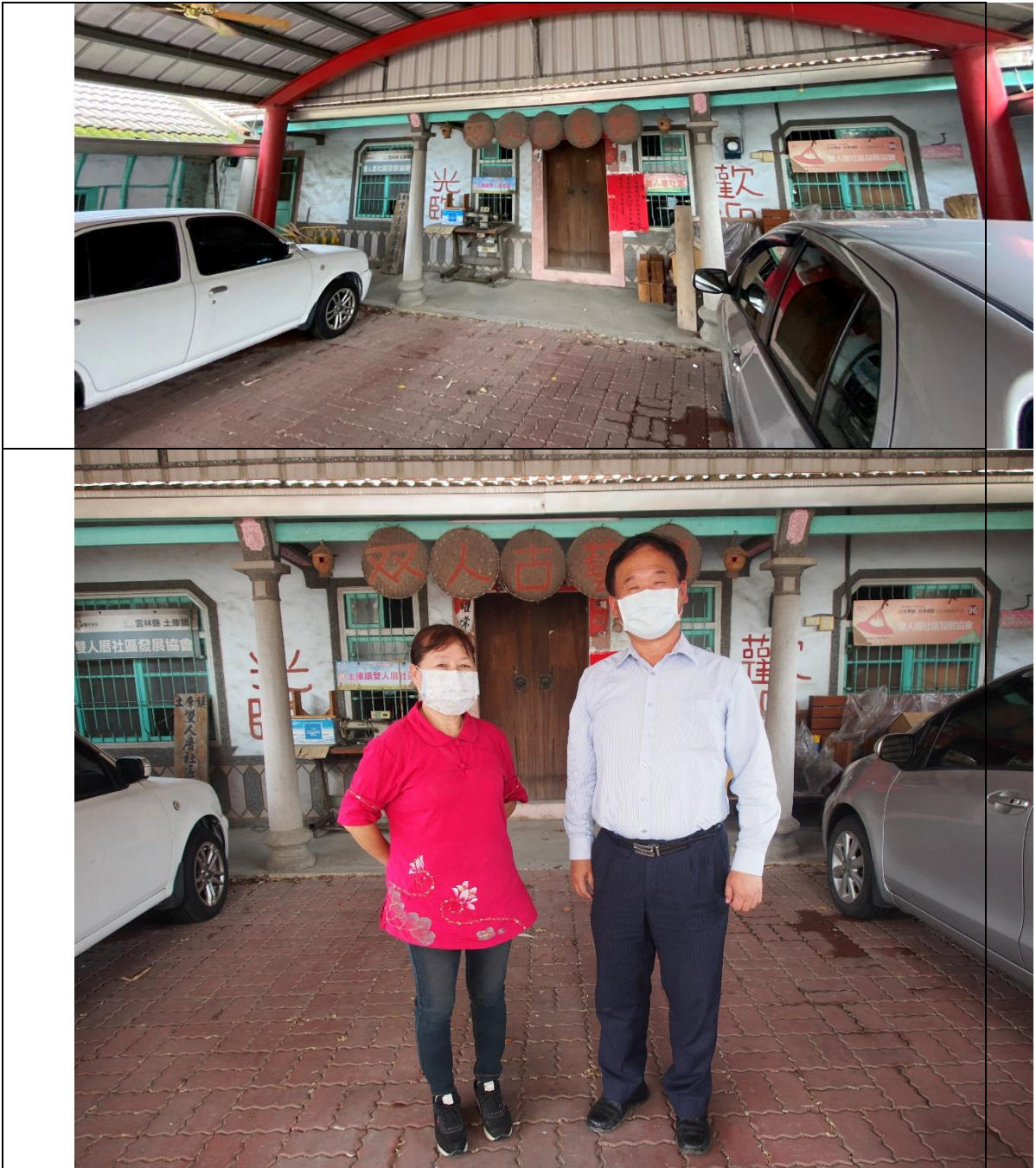
c.食農產業為社區帶來的效益或貢獻為？(社會面)

社區有年輕人回來，搭溫室種植小黃瓜、小番茄等，屬於高經濟作物，還會種西瓜、香瓜。

五、其他補充

不鼓勵二三十年次回到田裡工作。

有做一些花生相關產品，會用花生跟玉米做料理，但東西有了，就是沒有通路銷售。雙人厝社區的由來是兩姓氏融合(黃與蔡結親)合作開發，後來才有其他姓氏參與。



訪談社區：豐田社區(大埤鄉)

姓名：曾鳳珠；64 歲；女

族群：廣東人

一、本社區特有植物歷史使用沿革：

大埤鄉生產的米最多，社區做得起來是因為社區都販賣自己的東西(產品)，把米的產業做鹹飯、肉粽、芋粿巧，這些都是米食。社區這裡米很好，一般在講的西螺米，都拿米袋來社區這裡取米做成西螺米，能成為西螺米跟土質有關係，因為社區這裡土質比較黏，以前常用來做磚塊，這裡的土壤剛好很適合種植水稻，產量又很高。

食用作物裡應該要有包含客家人的元素，社區每一個節日所做的東西都不一樣，像是以前，清明節、端午節、7 月半、重陽節、過年都有各自要準備的東西。拿春捲來說，以前的話不像現在有春捲皮，用的是現在是用社區種的包菜(高麗菜)川燙起來，然後包覆想吃的東西，像是麵之類的，那是 40 幾年前剛嫁過來的時候這麼做，然後拿來祭拜社區的祖先；現在的話就是菜炒一炒、買春捲皮，分開羅列、擺放祭拜祖先。以前都要先包好，現在不用，這是清明節的時候。再來就是端午節的時候就要做肉粽，社區每年通常會在這個時間點送給獨居老人、弱勢、身障。做法很傳統，用土豆、菜脯、珍珠蔥、香菇等做為配料，社區鄉最傳統的，所以很多人喜歡跟我們訂。就是因為賣這些東西，社區才能讓社區的老人有飯可以吃；再來七月半，社區做芋粿巧；九月中元做炊菜頭粿；拜平安的時候就一定會做紅龜，這些都是最傳統的。過年的時候就要做鹹粿、發粿、甜粿，都是照長輩的習慣跟傳統。

社區沒有包裝米可以賣，但有賣肉粽、有賣鹹菜(大埤有名的名產，可以煮鹹菜鴨)、烏仔餅。芋頭的話是從林內烏塗社區拿芋頭，來做在地的西施弄月，芋頭粿巧，吃飯用的米兩份、糯米一份。社區就是以稻米為主，芋頭、土豆由附近社區提供，合作。其中，稻米 1 年採收兩次，每分地可收成 2,000 斤以上；芥菜(刈菜、鹹菜)，以前一次都種好幾甲，現在比較少，芥菜一年收成 1 次，每分地 30,000 斤；70 天以後採收，芥菜心結起來，砍掉拿來曬，做成鹹菜使用，後來比較沒菜做，希望之後有機會拿幾分地來種，拿來做食農教育。社區也有做草仔粿(刺殼粿)，洗一洗、曬乾，要做的時候拿起來煮一煮，然後和粿一起攪拌，鼠麴草路邊都有，現在為了簡單、方便沒有再採，比較多就是做芋頭酥而已；另外就是黑點歸，跟刈菜同一個時間點收成，志工們看到都還會採，遇到就採；另外，有一種米豆，小小顆像米一樣，吃起來像綠豆，我嫁過來的時候，我婆婆還有這樣的風俗，浸泡米豆，然後拿來綁肉粽，現在好

像很少人用；還有花豆、用來煮鹹飯很好吃，種植的期間可以收成很多次，大約 2-3 次，要特別種，量不多，沒辦法種到一分地，要種這麼多要在海口，社區這裡都種在田岸，或是有水的菜圃。

二、社區食農文化特色或亮點：

會推薦芋頭粿巧，西施弄月、肉粽、刈包、水晶餃(裡面有包大埤的酸菜)還有米腸，原本是社區的產業，很費時費工，現在都讓社區的一位婆婆在弄。

三、食農作物是否已發展為社區產業，或與現有產業做連結：

米

四、食農產業的發展對社區之環境面、經濟面及社會面之影響？

a.發展食農產業對於生態環境之影響？(環境面)

沒有汙染，而且都用當季食材來製作，因此沒有影響

b.針對上述所提及之食農作物現有產業或將來發展成為產業/產品，其產業/產品的價值定位為？(經濟面)

產業是社區最大的經濟來源，因為食堂以前都沒有跟縣府請到錢。食堂目前已經做第 9 年了，關懷據點是近期才開始做。目前社區事務很多，年輕人少，幸好有執行長夫婦來幫忙。幫忙建檔等，也因此很久沒種刈菜了。

c.食農產業為社區帶來的效益或貢獻為？(社會面)

幫忙社區老人、關懷他們。

五、其他補充

社區典故，叫豐田社區因為在光復時期，土地肥沃。



訪談社區：蚵寮社區(口湖鄉)

姓名：林還；67 歲；男

族群：泉州人

一、本社區特有植物歷史使用沿革：

社區這邊沒有作物，因為靠海，也因為社區禁止鑿井，所以沒有水就沒有作物，因為地層下陷的關係所以是禁止取水的，只能種植綠肥植物養土。社區有個苗圃，在冬季時會種點蔬菜，不然太熱會種不活，然後提供給長青食堂使用，最常使用的有番茄、玉米，廚房這邊會自己種蔥自己使用。也沒有聽過社區的人會採集野草，因為鄉下地方會亂用藥，所以不會特別去採。

二、社區食農文化特色或亮點：

因為沒有水跟地層下陷，所以沒有作物。

社區有苗圃，提供給長青食堂，比較偏自及自足，不噴藥或輕微，現在主要是烏魚子。

三、食農作物是否已發展為社區產業，或與現有產業做連結：

雖然社區有烏魚子產業，但是是屬於個人事業。

四、食農產業的發展對社區之環境面、經濟面及社會面之影響？

a.發展食農產業對於生態環境之影響？(環境面)

不噴農藥或輕微，但主要是提供給長青食堂。

b.針對上述所提及之食農作物現有產業或將來發展成為產業/產品，其產業/產品的價值定位為？(經濟面)

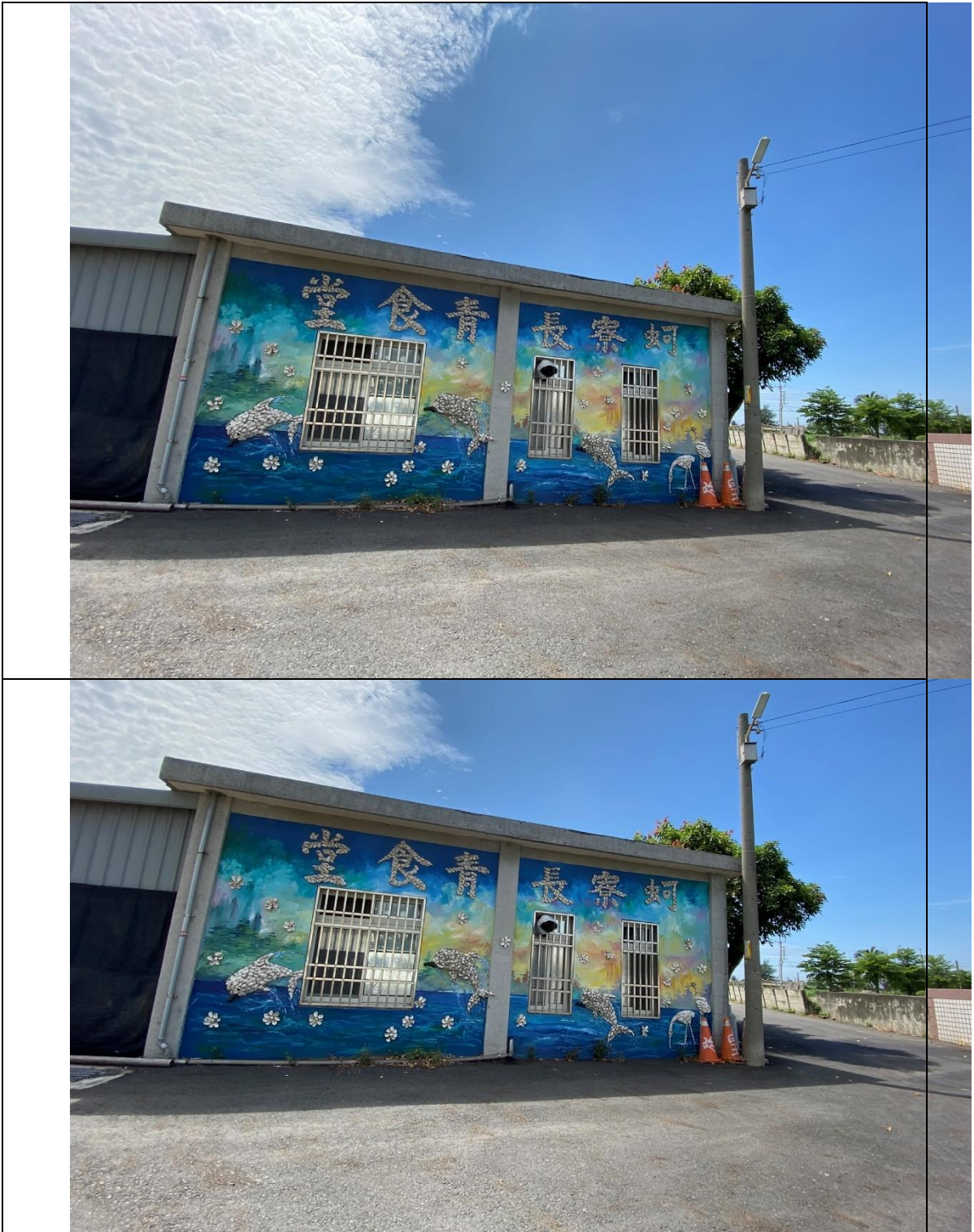
社區的年輕人很多在外地工作，很少有青年人返鄉。

c.食農產業為社區帶來的效益或貢獻為？(社會面)

苗圃蔬菜是提供給長青食堂使用，假日小朋友也會過來活動。

五、其他補充

蚵寮是因為以前養蚵，綁蚵，現在雖然還有繼續養蚵。社區做加工烏魚子很多，為全省最多，過去有到全國產量的 30%。



訪談社區：瓊埔社區(水林鄉)

姓名：蘇雅苓；30 歲；女

族群：漳、泉州人

一、本社區特有植物歷史使用沿革：

地瓜 1 年有 1,200 公頃的種植面積，占全台 20%。地瓜與水稻輪作。社區有發展出很多產品，像地瓜拿鐵、地瓜餅、地瓜球。或是拿來作為觀賞用的盆栽，這部分以買賣、加工比較多。採收期為每年 12 月到翌年 3 月。平均每分地採收 3 頓。

二、社區食農文化特色或亮點：

雖有水稻輪作，但目前就以地瓜為主要發展重點。

三、食農作物是否已發展為社區產業，或與現有產業做連結：

阿甘藷叔農場本身就是。

四、食農產業的發展對社區之環境面、經濟面及社會面之影響？

a.發展食農產業對於生態環境之影響？(環境面)

大量種植甘薯可以減少荒廢的土地，才不會雜草叢生，不會有那麼多雜草，環境衛生或安全性就會提高，因此種植面積提高，用以活化農地。

b.針對上述所提及之食農作物現有產業或將來發展成為產業/產品，其產業/產品的價值定位為？(經濟面)

以一級產業的發展來講，農民會來與社區契作，經濟收入就會相對較穩定。加工方面，社區產業，農場跟阿甘藷叔提供一些就業機會，不論在行銷、加工方面、作業員等工序方能提高就業機會，所以經濟方面會有提升。

c.食農產業為社區帶來的效益或貢獻為？(社會面)

經濟跟社會和在一起說，有經濟的支持，相對的就業市場的人口和回流就會有相當性的助益。

五、其他補充

水林種植地瓜，大家多半是以鄉為特色來做為發展的重點，過去水林種植蘆筍，但是蘆筍的產業目前沒落，才會變為地瓜。沒落的產業要起來，第一點，農村要活化、活用，經濟動脈進來才有用，不然就是在喊口而已。像瓊埔隔壁塢底種很多花椰菜跟高麗菜，以前是種地瓜，但因為目前整個經濟脈絡大家有高麗菜、花椰菜的需求，所以大家目前一直投入在做這些。社區名稱無法考究，老一輩是說以前有一顆烏白那邊，因此這樣命名。以前這邊很多番仔鋪，可能要問公所比較知道。目前已有接水保局計畫和政府單位，已經有幾團來做過食農教育，像是挖

地瓜、進入田區認識地瓜的一些事情，農會要做食農教育也都帶來這邊。



訪談社區：鹿北社區(元長鄉)

姓名：吳學展；40 多歲；男

族群：福建人

一、本社區特有植物歷史使用沿革：

整合目前回鄉青農，運用在社區食農方面。目前蓋了一座窯爐，把自身農場品和小農種的農場品相結合，變成”土”司，意指土裡面長出來的麵包，目前已經執行一年多，多半是透過網路生意，平常時間務農，假日才會開窯。已規劃出社區小旅行，結合三個青農(不只有鹿北社區，也有結合鹿南社區)、三個點，這三個點都在做食農的體驗。利用一日小旅行，像是讓人體驗在番茄園裡採番茄，後續回來製作窯烤麵包，要傳達給社區的是，如何去辨別這些添加物、履歷。目前在做的麵包，也在推粗糙食物，不加添其他的添加物，像是整顆火龍果來，就整顆打入麵包，社區要給消費者是一種選擇權，可以選擇麵包裡面對人體真正有幫助的東西。像是，目前的番茄經營不採用溫室，不”做甜”不添加鉀肥，而是種植在室外，讓番茄散發出自然的甜味沒有特別補充鉀，甜度依然有 10 度左右，對消費者是有交待的。

想要推食農教育基地，利用附近新生國小的鹿北分校，現已經拆校，教室資源已經建立好，附近有木造碾米廠，希望可以變成青農集會所，後面變為食農教育基地。社區這三個青農，分別有管理達人，種植玉米，一年可以高達 3 次(比她父親多，產量也高，因為田間管理得當)；另一位有機達人，種植花生，特別甜，特別好吃；我的部分則是蒜頭，讓參與的人體驗拔蒜頭競賽或是介紹蒜頭小知識，像蒜頭有一段半天蒜，許多人並不曉得，對於小孩開脾很有幫助，活動後以在地的農場品作為獎勵(像是青蔥、冬瓜等)，回來做成蒜頭醬融入麵包、或製作成蒜頭餅等。不希望成為食農中心，不想要有這些頭銜，小型的經營就好，這裡以麵包會友，不是賣商品，所以一周只賣一天。

特有作物：黑金剛花生、蒜頭、小番茄(只有自己種植)

花生以前就有種，後來變品種，覺得黑的比較補，花青素也比較多，後來由油豆改種黑金剛花生。但第一期仍以種植油豆為主；第二期接近過年，大家會吃零嘴，而黑金剛花生含油量較少，吃了比較不會燥熱，所以會選擇種植黑金剛花生，但不好種，因此價錢比較高一點點。這裡較特殊，有製作成為黑金剛花生的牛軋糖。黑金剛花生最大的產區在元長這裡，這裡有土豆鳥(小瓣鵠)，是愛爾蘭的國鳥，每年從西伯利亞來這裡過冬，他不吃花生，但卻農藝在花生田出沒，他都吃蚯蚓，因此成為生態指標，代表這裡的田地是良田，像是元長合和很多。花生大部

分給番仔(中盤商)收走，加工使用，除了過年一部分留著自己加工。土豆的話一年採收兩次；玉米社區種植也很多，每年可以採收 3-4 次，每年大概 9 月會舉辦番麥祭，慶祝玉米的收成祭，沒有推廣，只是想要舉辦活動而已，社區之前有有教人做玉米娃娃，主要是拿玉米的葉子進行乾燥、編織。目前還有這樣的技藝，只是沒有在推廣，目前推廣的是鹿型水撲滿，利用竹子做的；番茄採收，8 月份會種植第一批，中秋節是番茄生長季節，會種植第二批，過年前，大約 1 月份會種第三批，種植範圍不會很大，這三批每分地不會種很大，大概 2 分、1 分半地來種，但收成效益比花生、玉米、蒜頭還好。1 年種 3 分多地，1 千 800 多箱，一箱 12 公斤；蒜頭(中秋節種，清明節收)收成後會種稻子，土地有輪替，不要讓草長起來。像今年歉收，一分地收成不到 2,000 斤。主要使用鱗莖。半天蒜，知道的人才會剪，一般不會特別剪，農村缺工。

附近野菜有龍葵，會煮成龍葵粥，只會在生長季節長。另外就是鼠麴草，做成草仔粿。大概就 1 年 1 次，但都不會特別去採。以前在這裡會種鹹草(藺草)，好像是用來做帽子，另外一個是種植茵陳西阿，以前種植是因為有中盤商來收，後來就沒有人要，就沒種。像地瓜有人契作，才會有人種。

二、社區食農文化特色或亮點：

玉米、蒜頭、花生、小番茄

地瓜可以做成地瓜燒，地瓜蒸熟，餡挖出來，留皮當模子，地瓜餡可以加入奶油、糖或起司，再裝回去，上面刷蛋黃，點黑芝麻，再進去烤。

大蒜：做成大蒜醬、大蒜麵包販賣

以前好幾年前社區推食農，隨著承辦人沒有就荒廢掉了，那時就是有一塊田作示範給附近國小體驗，種植教學收成時來採收，然後社區幫忙代耕，讓孩子可以從頭到尾體驗的到。那時候就是收成以後，直接把玉米水煮來吃。但社區想做到的是可以發展成爆米花、玉米鬚茶、玉米筍料理，希望就是多樣化。像社區自己有作蒜頭酥，蒜頭餅。比新鮮蒜頭作成內餡包在餅裡面。

三、食農作物是否已發展為社區產業，或與現有產業做連結：

主要以窯烤麵包為主，想要以麵包帶來人群，再把人群推到社區裡面。去年主要在練功夫，今年是自我曝光年，像是有社區的島有來介紹社區。

希望能夠利用在地產品作變化，社區最好的地方就是在地農場品，因此傾向開發在地農場品。傳統東西也會去作，紅龜粿、芋頭粿

四、食農產業的發展對社區之環境面、經濟面及社會面之影響？

a.發展食農產業對於生態環境之影響？(環境面)

目前青農務農居多，得到的訊息比以前多很多，而且會去探究為何要這樣施肥等，而不像老一輩只是單純施肥，會去參考很多資料，對自己土壤的永續是有觀念的，顧好自己的土地，土地好，農作物種起來就漂亮。我們目前就是在走這條路，可能是田裡面的生態變豐富了，像社區番茄園裡有白頭翁、鶉鴉(棕三趾鶉)來築巢。良田裡面蚯蚓就會很多。

b.針對上述所提及之食農作物現有產業或將來發展成為產業/產品，其產業/產品的價值定位為?(經濟面)

推廣社區長輩種的田，將販賣的基金投入老人食堂或長青食堂。

c.食農產業為社區帶來的效益或貢獻為?(社會面)

希望青年回流可以照顧家裡的長輩，市場是大家的，青年願意回流，社區社區就願意教。

五、其他補充

社區典故，以前清治末年，北港溪有野鹿出沒，後來馴化，作為經濟動物飼養，販賣鹿皮。口耳相傳就越養越多，依地勢南北畫分兩地，鹿北及鹿南。這裡以前是鋪阿，是最找開始有村莊的，仔細觀察這裡的房子，屋頂有一條中脊，要蓋這個要花很多錢。而糖鋪指的是糖鋪，製糖的地方，現在還留有石輪，用來輾壓甘蔗；另外這裡有榕樹牆，這是在歐洲才看得到，全台只有這裡有，他是交叉，菱形編織。起因是一位老人想法很先進，一開始種植榕樹是要隔離鄰田，不要被汙染，目前想做的是結合旅遊，把人帶到那裏去，因為目前遊客只消費這片牆而已；另外是 132 年的教堂，社區裡唯一一棟外國建築，裡面有神父咖啡，神父會講解教堂故事、泡咖啡；大榕樹(老樹)教室，為食農的體驗場所。水撲滿，每隻都不一樣，目前沒有人推，都隨意畫畫。社區還有老九重葛。希望把自己家鄉曝光出去，這裡很多硬體設施，但欠缺許多軟實力，希望藉由青農為社區做出活化，怎麼把閒置空間活化，變為可以使用的地方，發揮其效益。



訪談社區：草嶺社區(古坑鄉)

姓名：劉小姐；52 歲；女

族群：漳州人

一、本社區特有植物歷史使用沿革：

苦茶樹：清朝時候就有苦茶樹，自己種的或自己長的都有。只用來榨油。另外還有種植咖啡、茶、筍子。野菜部分會食用龍葵：整株煮湯，可以解毒，有出現就採，看要吃多少採多少；地瓜葉：地瓜葉可以抑制大腸癌，以前是貧窮人在吃，現在是養生人在吃，可以有效抑制大腸癌發生，他的有機質跟纖維質很多，有機質抗氧化、抗老化抗癌；纖維質促進腸胃蠕動；高麗菜：吃胃不好；這些都沒有規模經營，一般就種來家庭用，吃多少採多少；刈菜：抑制高血壓；紅菜/紅鳳菜：穩糖、改善抽筋；山芹菜；糯米草：治療骨刺，摘回來洗乾淨，攪拌成汁，宜蘭很有名的紅露酒，溫熱喝進去可以減緩骨刺；破布子：葉子可以改善糖尿病；龍鬚菜；筍子：桂竹筍、孟宗竹筍有兩季，不會冒出土不會長成竹子較冬筍，會冒出土會長成竹子的叫春筍，是因為生長特性不同，而不是看季節，草嶺這裡竹子種類 2-30 種，一年四季都有筍子可以吃，還有箭筍、轆篙竹筍、桂竹筍、綠竹筍、甜龍筍，目前最不好料理但最好吃的是冬筍；麻竹筍、巨竹、葫蘆竹；觀音竹、人面竹，只要是竹，都有的吃。

這裡很多藥用植物，從以前傳承下來有功效，但沒有醫學認證，雖然都有人在用，但不會講出去，因為涉及醫療行為。

二、社區食農文化特色或亮點：

台東那邊有一些餐廳的火鍋，全部的菜都是從山上摘回來的可食用野菜，他們使用的野菜，社區山上其實都有，然後都是免費的，但社區這裡沒有特別發展。這裡的野菜，植物名稱真的太多了，很多不知道名子，就草嶺來講，到處都是可食用野菜也有藥用植物，而且，除非像剛剛說的小火鍋，有人願意投入想做想開發，那他就是用野菜入味，做一些料理，本身並沒有意願，就目前草嶺的餐廳不會想投入這塊，太麻煩了，要做這塊要很鮮明的就是要做這塊，不能在以草嶺原本的風味餐又導入這塊，這樣會很亂，目前社區應該沒有這一塊的需求。

三、食農作物是否已發展為社區產業，或與現有產業做連結：

沒有，草嶺這裡這裡太過分散，應該也不會發展，這裡大部分推廣觀光。像是這裡社區共餐也無法用，分太散了，就連獨居老人的住處也要開車 30 幾分，無法做的起來。如果真要做，大概就咖啡跟苦茶油，這裡的咖啡連續兩年世界冠軍。咖啡、苦茶油副產品比較多。

四、食農產業的發展對社區之環境面、經濟面及社會面之影響？

a.發展食農產業對於生態環境之影響?(環境面)

大部分是正面影響，因為可以提升產能，像咖啡，社區有跟政府申請補助，像示範區有提供非肥料，不過要登記，都是免費的，許多人就願意。

b.針對上述所提及之食農作物現有產業或將來發展成為產業/產品，其產業/產品的價值定位為?(經濟面)

大家看到這裡咖啡連續世界冠軍，要買好一點的咖啡就會過來。

c.食農產業為社區帶來的效益或貢獻為?(社會面)

帶進觀光、農場品有改善，對社區居民提高他們的經濟。

五、其他補充

社區成立早，但以前沒有在運作，民國 100 年，理事長開始上培根計畫、農再計畫，社區開始運作慢慢推廣，讓年輕人看到社區有在運作，願意回來，現在滿多青年返鄉，在這裡開中巴載客人做導覽解說、賣苦茶油或特產。

草嶺：以前這裡很多族群，日本時代有嘉義、雲林管轄，以前草嶺最早叫打貓山頂。這裡有一個峭壁雄風，是順向坡的岩壁，最早有原住民，後來漢人來開墾，原住民躲起來，以前原住民都吃野味，沒有在種植作物，那時的人來開墾就看到整個荒蕪，峭壁整個都是草沒有樹，所以開墾時放火燒，在草嶺有個幽情谷(番仔厝頂)有原住民部落就被燒死，以前那一片都是草，老一輩是這麼說，至於名字真正的由來無從考據。



訪談社區：樟湖社區(古坑鄉)

姓名：林啟顯；66 歲；男

族群：漳州人

一、本社區特有植物歷史使用沿革：

社區約 30 年前左右成立，樟湖這裡有許多藥草，外地人會來採集，民國 102 年農村再生通過以後，因為這裡很多大青、馬藍，那時就在做藍染，也結合植物癌-小花蔓澤蘭來做為染布使用。雲嘉南只有這裡在做染布，這裡大青、馬藍多，像山藥、薯榔直接下去煮也可以。中秋節前後，這裡有黃頭鷺遷徙，社區也有利用藍染製作出黃頭鷺遷徙的意象圖來，黃頭鷺每一隻遷徙都要經過樟湖。社區是用冷製的，自己做染泥，利用大青泡一泡加石灰沉澱，以前 1 公斤的泥賣 800 元，後來賣 1,200 元，因為很少人做，只有社區樟湖在做。所有染布的地方只有社區這個能做冷染，其他像小花蔓澤蘭跟福木，是染黃色的，要做染一定要煮過。社區這裡茶園、樹底下都有大青、馬蘭，而且品質很好。大青採收有固定期間，如果錯了時間，會沒辦法做成染泥，大約兩年採一次，分區域採，今年採這，隔年就不要採，改採那裡，原本政府鼓勵社區來種，但社區就是用分區採，不需要特別種。每年可以做 3-40 公斤，比例約 10 公斤可以做 1 公斤的泥。鄰近國小、團體或社會人士會來做染布 DIY，四月原本有安排四個梯次，後來改三個梯次，因為疫情關係，有一梯次有確診。

野菜類植物有山芹菜、山茼蒿、過貓、龍鬚菜都可以入菜，其他少用、少吃，因為農忙，這裡有種高麗菜。野菜類食用頻率不一定，有看到就採。茶：春夏秋冬 4 次；金萱：收成 6 次(生長快)；烏龍：春夏秋冬 4 次。

一、社區食農文化特色或亮點：

大青、馬藍染布；黃頭鷺遷徙。

產業為主：脆梅製作、茶葉製作、竹林採筍，來這裡讀書的孩子都會有這些體驗，會跟社區結合。社區主要生產桂竹、麻竹、孟宗竹，以前這裡有紙廠，製造冥紙的紙廠，這裡有兩家工廠，採用一年生的嫩竹，加入石灰，以前有石灰窯，多半到山上拿鐘乳石拿來這裡燒，不然以前這裡沒有石灰。向梅山、華山也有做紙，但沒有比社區早，他們之後是用化學把竹子醃爛，用機器下去做。社區這裡以前是用石輪，用牛下去拖，把竹子輾壓爛，才拿來做紙，所以以前這裡是有造紙業的!所以很需要竹子。

二、食農作物是否已發展為社區產業，或與現有產業做連結：

大青、馬蘭

三、食農產業的發展對社區之環境面、經濟面及社會面之影響?

a.發展食農產業對於生態環境之影響?(環境面)

這樣的產業對生態沒有影響，大青、馬蘭需要的環境很濕冷，跟咖啡一樣，我樟湖、荷包山算是很早以前就種植咖啡了。大概 30 年前古坑鄉長謝淑瑤開始推咖啡，那時候華山沒有半家咖啡店，只有地母廟那邊有巴登咖啡，後來社區樟湖這邊，荷包跟樟湖這裡有很多咖啡苗，拿時候很夯，一顆賣 50 元。後來大家知道咖啡長在高山上比較好喝，生長慢、比較純，所以像是草嶺石壁那邊的咖啡常常得冠軍，所以樟湖這裡的咖啡後來就沒有飛揚光大，這裡 30 年前有獼猴咖啡，日本 NHK 有特別來採訪，現在就沒有再做了。染布目前沒有在社區推動產品，以前有，但停擺了四年，要的話要再重新開始，目前只提供給客人 DIY。

b.針對上述所提及之食農作物現有產業或將來發展成為產業/產品，其產業/產品的價值定位為?(經濟面)

目前沒有。

c.食農產業為社區帶來的效益或貢獻為?(社會面)

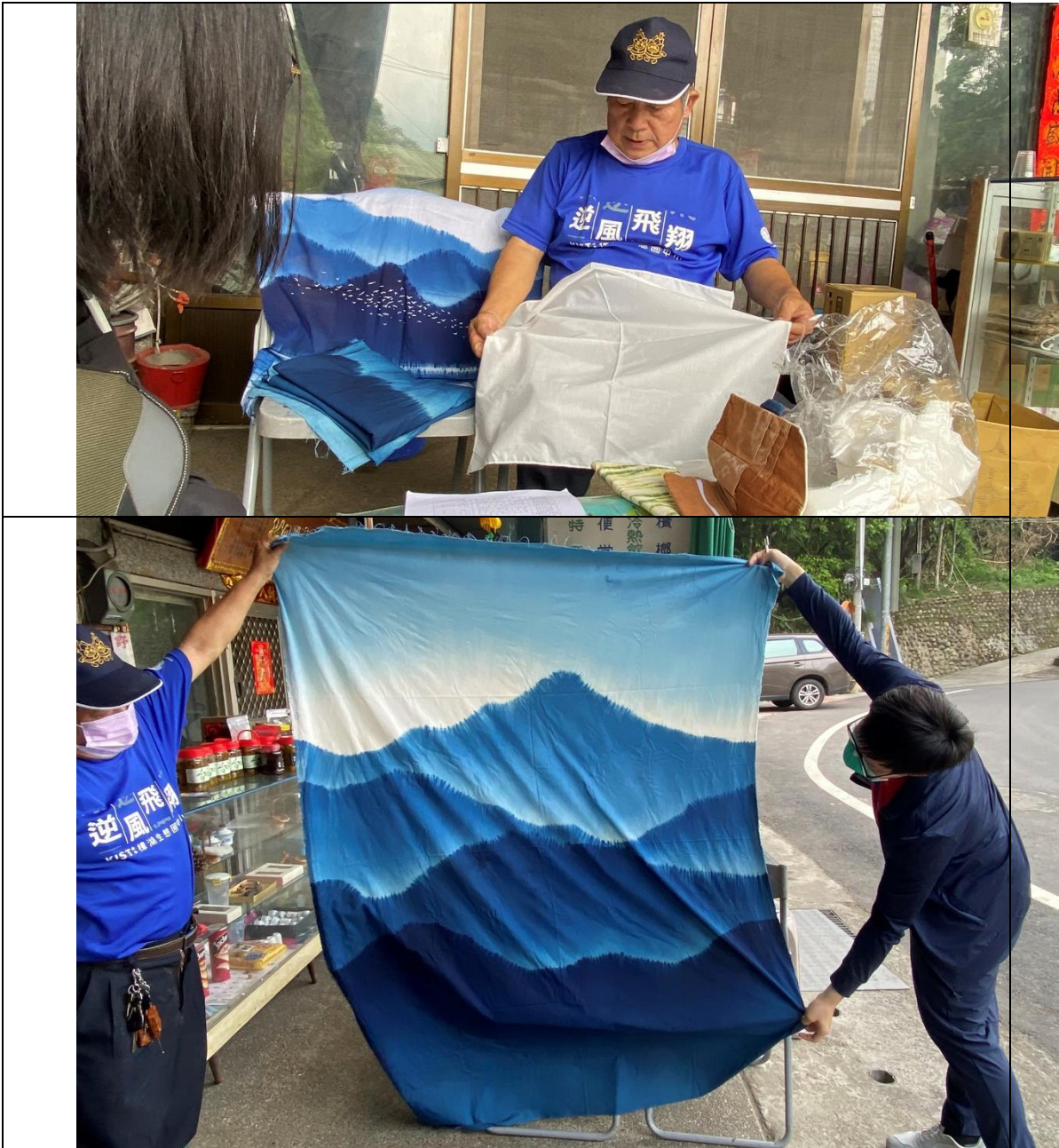
青年有慢慢回鄉經營茶葉，有個年輕人要發展茶葉的包裝，要用茶的纖維發展包裝，可以直接連包裝一起泡。

五、其他補充

樟湖比較多生態步道，沒有較多的開發建設。樟湖風景區這裡有貝殼化石，年齡成大地質教授鑑定是 350 萬至 500 萬年前的產物，整個延伸到萬年峽谷都是貝殼化石。

社區理事長的輪替因為理念不同所以社區的產業也無法延續。所以中間停擺了四年。樟湖由來：200 年前，社區從民 81 年開始。200 年前就有樟湖這個名子，這裡有一座山叫豬母瓦嶺(大的螞蟻巢)，從對面的山看過來很像一片綠色鹽湖，便滿了樟樹，所以叫樟湖。以前這裡也有樟腦寮，現在樟樹很少，以前日本人鋸回日本使用，現在的樟樹多半是種的。

社區未來要發展食農會希望以大青、馬蘭為主。這裡跟大埔差不多，很多竹筍。



訪談社區：西庄社區(元長鄉)

姓名：蘇宸禎；40 初歲；女

族群：福建人

一、本社區特有植物歷史使用沿革：

社區做新住民的活動滿熱絡的，今年執行行動髮妝課程，請老師來教編髮，上一年是教化妝，去年也有一本新住民的異國料理，結合三個社區一起辦理。108 年也有做新住民跟社區居民的食譜。社區的新住民是志工也是幹部。社區去年的農村再生有在附近種植玉米、地瓜葉、蔬菜，當天有讓老人、小孩體驗採收。社區作物以稻米、蒜頭、花生為大宗，也有種毛豆、玉米的。另外也有一個花卉產銷班，之前種植很多洋桔梗，現在轉型種植瓜類，金瓜、豆莢類之類的作物，採用溫室經營。社區以前種植稻子、玉米、花生、番薯，現在另有蒜頭、玉米筍。老一輩沒有使用野菜的经验，選用的是較長期的作物，如玉米：3 次/年；大約 1,000 多斤，主要要看天氣，沒颱風時品質好，有颱風就沒得收；花生：2 次/年，約 600 斤算不錯，產量 3-400 斤也很多。油豆、黑金剛花生都有種植，花生大不部分會跟稻米輪流種。稻+花生 or 稻+蒜頭。蒜頭：1 次/年，2,000 多斤/分；玉米：現在種得少。基本上 1 分地有 1,000 多斤算不錯；稻米：1 年 1,000 多到 2,000 斤/分，看人家怎麼管理

毛豆：2 次/年，毛豆比較自由可以連續種，1,000 斤/分

二、社區食農文化特色或亮點：

社區之前有人來參訪，會跟社區訂土豆糖或黑金剛的土豆，另外也有製作成豆干。這裡也有種毛豆，外銷日本。社區有兩家食品工廠做丸子。還有王朝滴雞精工廠。

三、食農作物是否已發展為社區產業，或與現有產業做連結：

應該是會有正面影響，不大會影響社區，對生態環境應該還好，不是工廠沒有甚麼汙染問題。

四、食農產業的發展對社區之環境面、經濟面及社會面之影響？

a.發展食農產業對於生態環境之影響？(環境面)

產業多半是私人的，對社區影響不大，但有些人種菜會拿來社區分享，

給社區用。社區今年是想往烘焙的路線走，想推烘焙類的產品，做一系列的包裝，烘焙課程在社區已經經營 3 年了，有請社大的老師來教學，長輩們也很喜歡。有請老師幫忙規劃花生、稻米類的產品，主打養生路線。花生的話也很難脫離花生糖類的產品。

b.針對上述所提及之食農作物現有產業或將來發展成為產業/產品，其產業/產品的價值定位為？(經濟面)

目前沒有。

c.食農產業為社區帶來的效益或貢獻為?(社會面)

目前沒有。

五、其他補充

社區之前有 10 年種樹計畫，種植很多樹，像白楊樹、無患子、樟樹之類的。之前有採收無患子拿給長輩清洗。

西庄部落原本附屬為龍岩村底下，龍岩村的西邊後來因為 19 縣才畫分為兩部分，後來社區才獨立出來。這裡有一個荷蘭時期的古井，有 300 多年的歷史。新住民有帶進來七葉蘭(越南在用，他們會種，有帶來社區，會用七葉蘭染色或做涼糕)，拿來染色，辦活動的時候，新住民也會做春捲、芒果米糕、泰國沙嗲，這裡有泰國、印尼、越南跟中國。香料內都從當地買進來或請人寄。想說看能不能把社區的這些樹做一些利用，發展為社區的特色等。

要推食農的話可能就土豆，新住民用的東西在地人比較不會做，可能要學，也許可以利用現有 10 年種樹留下的植物資源，發展出屬於社區的特色。土地屬於工地，是好幾百人持分的，因此社區要做一些硬體上的改變滿困難的，有些居民也已經過世了。公領域持分的人過多就難以施作，是目前社區遇到的困難點。



訪談社區：北溪社區(虎尾鎮)

姓名：江炳辛；49 歲；男

族群：福建人

一、本社區特有植物歷史使用沿革：

主要以推廣玉米為主，當地有舉辦玉米節，利用玉米的葉子，做手抄紙、花，是農作廢棄物再利用。

二、社區食農文化特色或亮點：

以目前社區，玉米還未推廣成品牌或成為社區產業。稻米的部分，社區內有麵包店使用稻米做成米麵包。

三、食農作物是否已發展為社區產業，或與現有產業做連結：

目前沒有。

四、食農產業的發展對社區之環境面、經濟面及社會面之影響？

a.發展食農產業對於生態環境之影響？(環境面)

過去社區就有馬利筋，但發現時比較少，後來發現為樺斑蝶的蜜源植物，就有特別栽種，以復育為主。

b.針對上述所提及之食農作物現有產業或將來發展成為產業/產品，其產業/產品的價值定位為？(經濟面)

米在每年都有推廣，有玉米節，友善農業。

c.食農產業為社區帶來的效益或貢獻為？(社會面)

了解玉米的產業及認識耕作流程。

五、其他補充

當地有得過國家環境教育獎，主要作環境教育，生態部分。長青食堂、綠色照護、青年培育基地。期望能夠自主營運。



訪談社區：海豐社區(麥寮鄉)

姓名：許簾楹；33 歲；

族群：惠州人

一、本社區特有植物歷史使用沿革：

社區昔時文化是蔭冬瓜：冬瓜不大挑土質，沙地排水好，可以種，因為種起來會很大一條，煮個湯甚麼的，這個冬瓜其實就比較不行了。因此會把它削皮、切塊、浸鹽水，把水分弄出來後，加入紅糖、豆豉跟其他配方一起醃製起來，裝成一罐一罐。另外還會醃結頭菜，是這裡比較昔時的文化。因為以前沒有冰箱，所以使用這樣的方法儲存食物。利用醃製的方式保存。食用方式就是拿來像菜脯或醬菜一樣使用，把鹽分稍微洗過，拿來炒蛋。

另外，社區有人養鴨跟鵝，也可以用冬瓜醬拿來煮鴨肉。同時，也有製做涼拌海菜，就是日本的菊花海菜。野菜部分，除了會吃龍葵以外，還會用狗尾草做雞湯，用乾的；還有燈籠草，小時候會去採來吃，這邊居民也很愛吃韭菜，會特別去種。其他比較少，因為這邊靠海，主要是以海產為主，但社區會提供一些地，透過抽籤的方式給居民使用，種一些時令蔬果，主要是符合他們的喜好，而且若有盛產他們會給社區，那遊客過來或是單位來訪，社區會以當季蔬果作料理。過去會有薄荷，有工廠會來收這樣，有甘蔗田，台糖會來收，因為這邊是海埔新生地，是屬於鹽鹼地，大多這邊是養文蛤為主。

二、社區食農文化特色或亮點：

無

三、食農作物是否已發展為社區產業，或與現有產業做連結：

這邊魚塭較多，以文蛤為主，然後文蛤對水質很要求，所以如果魚塭水質不 ok，文蛤就會死掉。社區也有生態養殖的示範地，可以體驗農村漁業文化，所以社區以食魚文化為主。要推廣的話會主要以昔時為主，介紹當地文化特色。

四、食農產業的發展對社區之環境面、經濟面及社會面之影響？

a.發展食農產業對於生態環境之影響？(環境面)

文蛤對水質的要求高，會注重水質並改善。

b.針對上述所提及之食農作物現有產業或將來發展成為產業/產品，其產業/產品的價值定位為？(經濟面)

未來會規畫一間雜貨店，賣一些產品，薄荷精油、冰棒、土豆仁包等。

c.食農產業為社區帶來的效益或貢獻為？(社會面)

會舉辦夏令營，附近的小朋友會過來，增加活力，當地居民也會很開心，由當地的銀髮志介紹這邊的文化。社區的產品又以當地志工進行製作。

五、其他補充



訪談社區：後安社區(麥寮鄉)

姓名：林新發；61歲；男

族群：惠州人

一、本社區特有植物歷史使用沿革：

這裡會長龍葵、燈籠草、莧菜、鴨仔菜，這些採集量都少，只有出現時才會去採。蒜頭，一年採收一次，不一定一次採多少斤。社區養殖業的比較多，例如養豬、養魚，祖先來到這裡討海到大陸賣，後來定居，一開始種花生、番薯、稻子、西瓜，後來轉型，因為這裡風大。以前種西瓜還不錯，因為地是砂質地，稻米因為風大會黑掉，後來轉型養殖鰻魚，本麥寮為第一舍，後來就沒有繼續養。然後是蜆，以前的黃金蜆是麥寮出產，黃金蜆不只是金色，有咖啡色、黃、草色其他顏色，早期有人把蜆分顏色開始養，黃色賣到花蓮才有黃金蜆稱呼。黑蜆是外來種，日本來的，那是鹹水，這裡的是淡水。後來養魚，剛開始放黃金蜆會養蛋鴨，撿肥料給蜆吃，後來養豬，一樣撿肥給蜆吃，但後來豬太好賺，蜆就沒落了，後續才養魚，但現在養魚不賺錢，所以就收起來、或養一些蝦子、養鴨，加減賺。對於六輕議題，這裡的漁業反而常被檢驗，相對較安全。這裡剛蓋好農村再生場育，對於食農教育有一個平台未來會開放給小孩體驗摸水池裡的魚跟擱擺阿(做蚵架)。這裡有種蒜頭，但很少，以魚類資源較多。體驗傾向以魚業資源發展為主。

二、社區食農文化特色或亮點：

主要以漁業為主，海產、牲畜。

三、食農作物是否已發展為社區產業，或與現有產業做連結：

可以在岸上種植冬瓜之類的，變為魚菜共生，可以依照季節來種植，像現在可以種植金瓜、菜瓜、菜豆等，也是一種體驗，這裡要體驗可以給孩子摸豬小孩、鴨小孩。或是在體驗池摸魚。

四、食農產業的發展對社區之環境面、經濟面及社會面之影響？

a.發展食農產業對於生態環境之影響？(環境面)

這裡的路會鋪設，環境會變好，才有人注意。

b.針對上述所提及之食農作物現有產業或將來發展成為產業/產品，其產業/產品的價值定位為？(經濟面)

讓社區媽媽、長輩可以來這裡幫忙，賺點小錢。但是這一區農再場育在設計上的植物選擇跟草皮一開始弄得很不好。

c.食農產業為社區帶來的效益或貢獻為？(社會面)

給小孩做體驗

五、其他補充



訪談社區：復興社區(東勢鄉)

姓名：林金生；60 歲；男

族群：晉江縣

一、本社區特有植物歷史使用沿革：

目前種植以花生、地瓜、大蒜、稻米，量比較少了，各種蔬菜都會有，像洋蔥、白蘿蔔等。會取決於上一季的價格影響。一般農民種得都差不多。大部分有特殊的植物可能就是溫室栽培，要銷售到外面。地方特色大概就是蒜頭，有延伸商品就是黑蒜頭。野採的話可以有龍葵，但要看時候，正常來說有要等到農採的時節才会有，其他的並沒有認識這麼多，經常吃的就是龍葵，多半會以間雜大蒜、稻米、地瓜為主，種兩季的人並不多，除了有從台南遷來的基督教聚落有這麼做，在地農民大部分採用間雜的方式。大蒜生育環境較嚴格。另一方面也考慮地利問題，因此農地一般採用間雜。龍葵大部分的人都會採(當農田空閒下來，雨量充足時就會出現，一年採個 2-3 次，一次可能採 2-3 餐的量，有時多採點，因為會有人來噴農藥)。隨著老一倍的凋零，認識野菜植物的人很少。

二、社區食農文化特色或亮點：

雖然不是很特殊，但量比較多一點的，大概就是大蒜跟花生。

三、食農作物是否已發展為社區產業，或與現有產業做連結：

社區沒有產業，只有農耕。

四、食農產業的發展對社區之環境面、經濟面及社會面之影響？

a.發展食農產業對於生態環境之影響？(環境面)

發展的好，生產者直接面對消費者，不經中盤商。直接進入市場跟直接到農田去跟農民買蒜頭，價差會差好幾倍。這樣農民為了收益的緣故，環境相對經營得比較好、較友善，大家才願意來買，對環境面會有改善。

b.針對上述所提及之食農作物現有產業或將來發展成為產業/產品，其產業/產品的價值定位為？(經濟面)

直接面對農民，中間少掉剝削，一定對農民經濟會比較好。

c.食農產業為社區帶來的效益或貢獻為？(社會面)

消費者直接看到生產面，認識到這些東西怎麼來，會對土地產生情感連結，將來如果有需要協助捐款、幫忙時，就會比較容易。

五、其他補充

首先，不知道該怎麼做，未來如果有的話，可以多多輔導社區來做。如果有機會也會詢問農民一起配合來做，因為本身欠缺這方面的知識跟背景。



訪談社區：番薯社區

姓名：吳世明；65 歲；男

族群：本省人

一、本社區特有植物歷史使用沿革：

社區沿革：最早為蕃薯寮壠來開墾(源自大陸)。早期，村子的由來已幾百年了，社區這輩年紀也不大曉得，要參考廟的農民曆。一開始洪月來開墾，原本住在後面的崙仔，暫時搭建草寮，旁邊長了地瓜，後來爬了整個屋子，變為蕃薯寮壠，而蕃薯寮壠目前在順天宮，順天宮為庄里的信仰中心。

番薯：炸地瓜、番薯粥、地瓜咖啡、蕃薯餅、冰心地瓜、地瓜球、葉子也有人吃。一般在冬季收成，過年前收成的地瓜可以儲藏，過年後收成就沒辦法儲藏。一分地收成大概 4,000-5,000 斤，產量不好大概 2,000-3,000 斤。收成的產量主要跟管理的人有關係。

稻米：有的人會製作成米麩、爆米香，但這些產品都是進入加工廠後的事，會有廠商收去，另行製作成商品，現在農民沒有在曬米，因此都是讓廠商收走。通常一年可以採收 2 次，但冬季通常沒人要種，因為產量不好，冬季過後(春季)的季節比較會有人種。另外，如果只有自己種，其他人沒有種的話，自己的田就會很容易被鳥類吃掉，所以，需要有農民一起合作，要種植的時候一起種。一分地大概收成 20 掛，大概 2,000 斤。

土豆：主要在冬季種植，現在已經邁入商業化，通常會直接收成，不曬乾交給工廠，但也有些農民會自己曬。有時價格差時，就會自己曬乾，儲藏，等漲價的時候賣出會有比較好的價格，會整個連殼一起賣掉，另外交給工廠，進行機械化脫殼。收成方面主要一年收成一次，以田地種植而言，最好是一次濕的，一次乾的對田地會比較好。一分地收成約 500 斤，農作物的收成很吃天氣狀況、跟管理的人有很大的關係。

蒜頭：成本太高，比較沒有人種，很少人敢種。種植環境也不大適合。

過去的人有人在吃鬼針草的葉子(外籍人在吃，本地的人很少)

這裡不像山上有野菜，只有附近的外籍新娘會種奇怪的東西在吃。

二、社區食農文化特色或亮點：

這裡要表現的特色，大概就三種，番薯、水稻、土豆。因為社區這裡量少，而且這裡環境能種的不多。主要是現在沒有人(工人)，是很大的問題，這裡年輕人外流很嚴重，大多剩老人家留在社區。年輕人會回來可能就是因為家裡的老人過世，才回來看看。最近有些年輕人回來打拼

則是採用租田的方式，自己經營，或是用無人機灑肥料，或是回來照顧老人家。

三、食農作物是否已發展為社區產業，或與現有產業做連結：

現在有年輕人經營，用溫室種植香瓜、洋桔梗。也有人種植紅龍果在銷售，較差的紅龍果會拿來製作成紅龍果麵。但針對番薯、水稻、土豆這3類在社區並沒有發展為產業，因為需要很高的成本。但社區若有人來參訪，會炸番薯、炒土豆招待這些人，一方面因為沒人手，而且沒有銷路。但目前規劃，社區的食農教育場域後來做起來後，會觀察看看會有多少遊客進來，估計一年遊客大概有多少，後來就能知道要留多少量來做。目前蕃薯村有兩處很有名的網路銷售平台，洪番薯農場以及另外一處阿德的家地瓜瑞士捲，最近很紅，且經營很久，平均一天營業額大概 20,000-30,000 元，目前社區的地瓜咖啡就是與阿德的家合作弄起來的。

四、食農產業的發展對社區之環境面、經濟面及社會面之影響？

a.發展食農產業對於生態環境之影響？(環境面)

土地取得的困難度很高，同意書很難取得，因為地號每個人都要同意。

但是配合綠美化後，對生態環境應該不錯。

b.針對上述所提及之食農作物現有產業或將來發展成為產業/產品，其產業/產品的價值定位為？(經濟面)

對社區應該有幫助，但實際要經營，有個產品出來，會需要有一些設備、經費的支持，因此，並不是那麼容易，跟政府單位申請其實滿有限的，所以這部份其實沒有特別想過。只要環境綠美化做得起來、食農教育場域做起來也就滿足了。

c.食農產業為社區帶來的效益或貢獻為？(社會面)

有人進來社區，多少走一走。這邊有想找另外一個點，希望之後可以發展成為一個番薯店仔，希望可以賣枝仔冰(可以跟嘉義一隻做枝仔冰的店合作)、咖啡、農場品，如炒土豆、番薯(利用社區的在地出產，希望定價不要太高，會比較沒人要買)，和一些比較不會壞掉的東西。可以帶動遊客進來。

五、其他補充

社區經費實在不足，要推動社區發展，實在很需要經費，後續的維護費用也是一大挑戰。



附錄 2 雲林縣食農植物名錄

本名錄中共有 39 科、128 種，科名後括弧內為該科之物種總數。"#" 代表特有種，"*" 代表歸化種，"†" 代表栽培種。中名後面括號內的縮寫代表依照「臺灣維管束植物紅皮書初評名錄」中依照 IUCN 瀕危物種所評估等級，EX: 滅絕、EW: 野外滅絕、RE: 區域性滅絕、CR: 嚴重瀕臨滅絕、EN: 瀕臨滅絕、VU: 易受害、NT: 接近威脅、DD: 資料不足。若未註記者代表安全(Least concern)

蕨類植物 Ferns and Lycophytes

Athyriaceae 蹄蓋蕨科 (1)

Diplazium esculentum (Retz.) Sw. 過溝菜蕨

雙子葉植物 'Dicotyledons'

Amaranthaceae 莧科 (5)

Amaranthus spinosus L. 刺莧 *

Amaranthus tricolor L. 雁來紅 †

Amaranthus viridis L. 野莧菜 *

Beta vulgaris L. 根莖菜 †

Chenopodium serotinum L. 小葉藜

Anacardiaceae 漆樹科 (1)

Mangifera indica L. 芒果 *

Apiaceae 繖形科 (5)

Apium graveolens L. 芹菜 †

Coriandrum sativum L. 芫荽 †

Daucus carota L. 胡蘿蔔 †

Foeniculum vulgare Mill. 茴香 *

Sanicula lamelligera Hance 三葉山芹菜

Asteraceae 菊科 (10)

Arctium lappa L. 牛蒡 †

Artemisia indica Willd. 艾

Bidens alba var. *radiata* (Sch. Bip.) R.E. Ballard ex Melchert 大花咸豐草 *

Chrysanthemum coronarium L. 茼蒿 †

Gnaphalium luteoalbum subsp. *affine* (D. Don) J. Kost. 鼠麴草

Gynura bicolor (Roxb. ex Willd.) DC. 紅鳳菜 *

Lactuca sativa Linn. 大陸妹 †

Lactuca sativa var. *sativa* 本島萵苣

Pterocypsela indica (L.) C. Shih 鵝仔草

Stevia rebaudiana (Bertoni) Hemsl. 甜菊 †

Basellaceae 落葵科 (2)

Anredera cordifolia (Ten.) Steenis 洋落葵 *

Basella alba L. 落葵 *

Begoniaceae 秋海棠科 (1)

Begonia laciniata Roxb. 巒大秋海棠

Brassicaceae 十字花科 (9)

Brassica campestris subsp. *pekinensis* L. 結球白菜 †

Brassica campestris var. *amplexicaulis* Makino 油菜 †

Brassica chinensis L. CV. Ching-Geeng 青江菜

Brassica chinensis L. 小白菜 †

Brassica juncea (L.) Czerniak 芥菜 †

Brassica oleracea Linn. var. *acephala* DC. 芥藍菜

Brassica oleracea var. *capitata* L. 甘藍

Brassica rapa L. 蕪菁 †

Raphanus sativus L. 萊菔

Cactaceae 仙人掌科 (1)

Hylocereus undatus (Haw.) Britton & Rose 三角柱 *

Caricaceae 番木瓜科 (1)

Carica papaya L. 木瓜 *

Convolvulaceae 旋花科 (2)

Ipomoea aquatica Forssk. 甕菜 *

Ipomoea batatas (L.) Lam. 甘藷 *

Cordiaceae 破布子科 (1)

Cordia dichotoma G. Forst. 破布子

Cucurbitaceae 瓜科 (12)

Benincasa hispida (Thunb.) Cogn. 冬瓜 *

Citrullus vulgaris Schrad. 西瓜 †

Cucumis melo Linn 美濃瓜 †

Cucumis melo var. *makuwa* 洋香瓜 †

Cucumis melo var. *saccharinus* 哈密瓜 †

Cucumis sativus L. 胡瓜 †

Cucurbita moschata var. *meloniformis* (Carrière) L.H. Bailey 南瓜 *

Lagenaria siceraria (Mol.) Standl. 扁蒲 †

Luffa cylindrica (L.) M. Roem. 絲瓜 *

Momordica charantia var. *abbreviata* Ser. 短角苦瓜 *

Momordica cochinchinensis (Lour.) Spreng. 木鼈子

Sechium edule (Jacq.) Sw. 佛手瓜 *

Fabaceae 豆科 (7)

Arachis hypogaea L. 落花生 *

Glycine max (L.) Merr. 大豆 *

Phaseolus coccineus L. var. *albonanus* Bailey 花豆

Phaseolus vulgaris L. 菜豆

Pisum sativum L. 豌豆 †

Vicia faba L. 蠶豆 †

Vigna umbellata (Thunb.) Ohwi & H. Ohashi 赤小豆 *

Lamiaceae 唇形科 (6)

Coleus amboinicus Lour. 到手香 *

Lavandula officinalis Chaix. 薰衣草

Mentha canadensis L. 薄荷 *

Mentha x piperita 'Chocolate' 巧克力薄荷

Ocimum basilicum L. 羅勒 *

Rosmarinus officinalis L. 迷迭香 †

Malvaceae 錦葵科 (3)

Abelmoschus esculentus (L.) Moench 黃秋葵 *

Corchorus capsularis L. 黃麻 *

Sterculia nobilis Salisb. R. Brown 蘋婆 †

Moraceae 桑科 (3)

Ficus carica L. 無花果 †

Ficus pumila var. *awkeotsang* (Makino) Corner 愛玉子 #

Morus alba L. 桑樹

Myrtaceae 桃金娘科 (2)

Myrciaria cauliflora (Mart.) O. Berg 嘉寶果 †

Psidium guajava L. 番石榴 *

Oxalidaceae 酢醬草科 (1)

Averrhoa carambola L. 楊桃 *

Passifloraceae 西番蓮科 (1)

Passiflora foetida var. *hispida* (DC. ex Triana & Planch.) Killip 毛西番蓮 *

Pedaliaceae 胡麻科 (1)

Sesamum indicum L. 胡麻 †

Phyllanthaceae 葉下珠科 (1)

Bischofia javanica Blume 茄苳

Portulacaceae 馬齒莧科 (2)

Portulaca oleracea L. 馬齒莧

Portulaca oleracea var. *granatus* Bailey 馬齒牡丹 *

Rhamnaceae 鼠李科 (1)

Ziziphus mauritiana Lam. 印度棗 *

Rosaceae 薔薇科 (1)

Prunus mume (Siebold) Siebold & Zucc. 梅

Rubiaceae 茜草科 (1)

Coffea arabica L. 咖啡樹

Rutaceae 芸香科 (5)

Citrus grandis (L.) Osbeck 柚

Citrus panadisi Macfad. 葡萄柚

Citrus reticulata Blanco. 橘子

Citrus reticulata Blanco × *C. sinensis* Osbeck 茂谷柑

Citrus sinensis Osbeck 柳丁

Sapindaceae 無患子科 (1)

Euphoria longana Lam. 龍眼 *

Solanaceae 茄科 (8)

Capsicum annuum L. 辣椒 *

Capsicum annuum var. *grossum* L. 甜椒 †

Lycopersicon esculentum Mill. 番茄 †

Lycopersicon esculentum var. *cerasiforme* (Dunal) A. Gray 櫻桃小番茄

Physalis angulata L. 燈籠草 *

Solanum melongena var. *esculentum* L. 茄子 †

Solanum nigrum L. 龍葵

Solanum tuberosum L. 馬鈴薯 *

Theaceae 茶科 (2)

Camellia oleifera Abel 苦茶

Camellia sinensis (L.) Kuntze 茶

Urticaceae 蕁麻科 (1)

Gonostegia hirta (Blume ex Hassk.) Miq. 糯米團

Vitaceae 葡萄科 (1)

Vitis vinifera L. 葡萄 †

單子葉植物 Monocotyledons

Amaryllidaceae 石蒜科 (4)

Allium cepa L. 洋蔥 †

Allium fistulosum L. 蔥 †

Allium sativum L. 大蒜 †

Allium tuberosum Rottler ex Spreng. 韭菜 †

Araceae 天南星科 (1)

Colocasia esculenta (L.) Schott 芋 *

Asparagaceae 天門冬科 (2)

Agave sisalana Perrine ex Engelm. 瓊麻 *

Asparagus officinalis L. 蘆筍 †

Bromeliaceae 鳳梨科 (1)

Ananas comosus (L.) Merr. 鳳梨 †

Dioscoreaceae 薯蕷科 (1)

Dioscorea polystachya Turcz. 長山藥

Musaceae 芭蕉科 (1)

Musa sapientum L. 香蕉

Poaceae 禾本科 (19)

Bambusa edulis Carrière 烏腳綠 †

Bambusa multiplex (Lour.) Raeusch. ex Schult. & Schult. f. 蓬萊竹 †

Bambusa oldhamii Munro 綠竹 †

Bambusa stenostachya Hack. 刺竹 †

Bambusa ventricosa McClure 葫蘆竹 †

Dendrocalamus giganteus Wall. ex Munro 荖濃巨竹 †

Dendrocalamus latiflorus Munro 麻竹 *

Dendrocalamus hamiltonii Nees et Arn. ex Munro 版納田龍筍 †

Oryza sativa L. 稻子 †

Phragmites australis (Cav.) Trin. ex Steud. 蘆葦

Phyllostachys aurea Carrière ex Rivière & C. Rivière 布袋竹 †

Phyllostachys lithophila Hayata 石竹 # (DD)

Phyllostachys makinoi Hayata 桂竹 #

Phyllostachys pubescens Mazel ex J. Houz. 孟宗竹 *

Pseudosasa usawai Nakai 包籐箭竹 #

Saccharum sinense Roxb. et Jeswiet 甘蔗 †

Setaria viridis (L.) P. Beauv. 狗尾草

Zea mays L. 玉米 *

Zea mays var. *rugosa* L. 甜玉米 †

附錄 3 期初審查會議紀錄暨回覆辦理情形

項次	審查意見	回覆辦理情形
一	在食農資源盤點上，如何指出社區未來發展可能性及確認地方真正需求。如文化差異(泉州、漳州或客家)上突顯雲嘉特質，或與在地產業、居民生計連結，以及運用雲林特殊性(農業大米倉)來推廣在地生產與消費模式。本計畫如可著手食農教案制定，以及與局內綠飲食結合，可產生更大效益。	謝謝指導 1.藉由訪談過程之受訪者回覆內容(半結構式訪談題綱)，可了解社區未來發展可能性及確認地方需求情況。 2.藉由訪談過程之受訪者回覆(半結構式訪談題綱-社區所屬泉州、漳州或客家，及其所說明之食農資源來源，與運用現況)；後續將整合各社區方向-收攏其在地生產與消費模式。目前發現大部分社區有嚴重文化上融合的問題。較難以凸顯出當時移民的特色。但於少數社區仍極力保留當地的文化特色。如客家族群的醬蘿蔔。 3.計畫主持人擁有多年環境教育法執行的各項推動活動與實施細節之經驗,嘗試連結貴局之綠飲理念，藉以發展我國之食農制度。
二	計畫書所提社區食農作物分析，在應用指數為何 i 值等於 1? 公式又如何應用?有無初步計算案例可供參考?另因調查場域很多，本計畫在人力與時間再予衡酌訪談與資源盤點配置比重。	1.目前，此公式是參考民族植物量化分析，依據江振彰等人(2009)所建議，總用途(UT)、使用價值(UV)及相對重要性(Relative importance, RI)等三種指數，來作為本研究的量化分析，用以了解各個社區使用之食農作物情形，進一步用來了解當地居民與植物資源間的相互關係，或用於比較不同地區(族群)使用植物的特性與習慣。經 40 餘處社區訪談結果，此

項次	審查意見	回覆辦理情形
		應用指數將來會應用於說明社區資源特色，另以問卷詢問是否產業化及社區意願為考量評估依據。 2.調查場域多達 50 處，但經費編列不如預期及項目編列受限，因此會努力執行，而訪談社區有其盤點價值，建請協助。
三	食農教育法案剛通過，本計畫所追求「正確的食農觀念」為何?成果想像?另後續食農推廣程度，以及是否辦理食農教育認證指標檢核、產出認證機制？建議補充說明。	1.正確的食農教育應該要以社區為出發點，連結人文地景，藉由該社區之特有文化，地產地銷，飲食結合當地歷史人文風俗等，其成果希望藉由盤點各社區之食農植物資源、彙整各社區想法以作為後續食農教育法之施行細則參考。目前將現代農業發展過程之崇尚效率與大量生產之經濟制度，直接轉移運用在推廣國民食育領域，似乎少了人文歷史及地方環境之融合，原本教育目標無法深入國民人心，乃至無法改良與崇揚社會道德。 2.由於目前僅為一年期計畫，只能於計畫後期，進行規劃食農推廣歷程，導引食農教育認證指標與檢核體系，因此，後續會收攏訪談問卷，以建立後續食農教育認證指標及產出認證機制。規劃產出認證機制的內容(期待持續辦理完成)。

項次	審查意見	回覆辦理情形
四	請定義「食農作物」以及在全程目標中「稀有食農資源」之「稀有」？本計畫源起中提供為「食農作物」尋根，又提到本土特色作物，此部分必須說明清楚，是本土？還是特色？ 例如屏東有部分社區特色植物是可可，這在計畫中是否為所指「特色作物」？	1.本計畫擬發掘”本土特色植物”，但有鑑於「食農資源」連結人文地景，食農作物舉凡日常生活中大宗作物、與歷史文化種族，不論是當地特色或是本土物種，與居民有所連結之植物，舉凡木本、草本、蕨類都是。稀有植物資源部分，本計畫想要尋找淡忘於歷史洪流、開發建設中，逐漸被社區居民淡忘掉之植物。本土特色方面，符合本土或是社區特色皆符合計畫所需。尋根呼應人文歷史及地方環境之融合，透過教育推動於保護人心而已。 2.建議參考公視”騎單車遊日本”、”我在歐洲市場玩1天”
五	本計畫實施方法與步驟中，(一)提到要訪談「植物使用方法」，包括「植物使用部位、使用頻度、採取數量」，而在(二)「社區食農資源盤點」中，提到社區食農作物使用分析，採取用途分析，是否代表本案不採使用方法分析？在(三)社區食農教育發展與進程規劃中，先提供食農資源盤點計畫，此一盤點是否為了得到各種食農作物使用方法數(或為用途數)？如果是，有關「食農餐桌計畫」中，社區執行過食農資源盤點計畫後，擁有「精進能量」以及「有相關	1.(一)食農作物用途數(UT)以及食農作物之使用方法僅想要分析目前各社區(族群)使用之植物概況，去探索各社區(族群)目前使用概況，有何異同，因此使用方法部分仍會納入。其主要目的在訪談詢問社區怎麼使用某植物.... 2.(二)食農資源盤點除了盤點植物資源，很重要的一部分在於問卷，其設計上會詢問社區意見不僅僅只探討物種的用途數。而社區食農資源盤點主為想要探討、分析各社區使用差異... 3.(三)是評估社區食農教育發

項次	審查意見	回覆辦理情形
	績優事蹟」，如何與食農資源盤點連結？若食農資源盤點是指「食農作物用途數」，那與宣傳及導正食農教育之正確觀念，有何關係或連結？另就(五)檢核食農教育場域認證指標中三個指標，係基於「食農作物盤點」而進行，而「食農作物盤點」又是進行「食農作物之用途數調查」的話，那與此三個指標如何連結？	展與進程規劃所導入評估項目，許多前提無非是提供社區食農發展位階參考，我們有預期社區食農發展量能差異，但著眼於訪談與調查後結果分析,持續關注與指導。 4.同前說明: 由於僅為一年期計畫，將於計畫後期規劃食農推廣程度，導引食農教育認證指標與檢核體系、規劃產出認證機制的內容(我們非常期待持續辦理完成)。
六	本研究很大比重在於調查在地作(植)物及其使(食)用方式並進行鑑定及分析，惟計畫最後目標在於建立農村社區食農教育實施制度，及檢核食農教育場域認證的機制上，建議要強化說明調查鑑定與後續建立制度上之間的關係。	透過盤點植物資源，一方面也了解當地社區特色及所面臨的處境，於後續制度的訂定上會更為客觀。已持續進行多處社區訪談與調查,許多預期結果已有初步呼應與調適發展(請參閱補充資料)，也由調查鑑定(社區食農資源與執行態度訪談)，後續將連結建立制度層面(法規面向)。
七	社區訪談內容包括植物學俗名、使用方式、未來應用等，內容恐非一般社區民眾熟知，如何立意選擇受訪者，收集有效問卷，宜有更完整的說明。	謝謝指導，受訪者部分，目前身分挑選上是以社區理事長、總幹事或社區耆老為主，熟悉社區及社區要發展食農教育與地方領袖意願及想法關係頗深。

項次	審查意見	回覆辦理情形
八	植物採集及鑑定的目的為何？社區常食用的作物多有完整資料(農民購入種子或種苗)，而鮮少人食用的特殊鄉土作物未來推廣性又相對較低，惟此項工作比重又高，建議可多從收集相關文獻取得雲林地區可食用植物(農作物)相關資訊，簡化調查、採集及分析步驟，將資源及時間用以與社區討論規劃食農教育發展建立相關機制。	謝謝指導，目前，整體調查下來，社區在發展上以大宗作物，少部分結合在地歷史、人文。因此，植物採集會改以拍照記錄。誠如委員所述，鮮少人食用的特殊鄉土作物未來推廣性又相對較低，因此多數成為記憶，惟少數社區仍保留當時文化。
九	社區食農教育發展與進程規劃、食農教育場域工作坊，及檢核食農場域認證指標部分，建議要先釐清社區經營食農教育所遭遇的問題，依實際情況規劃不同發展或經營方向(目前直接設定要食農餐桌及食農宣導等工作)，再透過討論及試辦建立模式及指標。	謝謝指導 誠如委員所述，目前團隊依序先釐清社區經營食農教育所遭遇的問題，已廣泛收集社區經營食農教育所遭遇的問題，嘗試以教育發展過程，依實際情況規劃不同發展或經營方向(資源盤點、食農餐桌及食農教育場域)，持續專家研討及規劃。

附錄 4. 期末成效評核審查意見回覆辦理情形

項次	審查意見	回覆辦理情形
一	本研究與食農教育法、地產地銷、創造地方經濟就業具關聯性。雲林縣盤點主力多為地瓜，如何創造獨特性、多元性應提出建議。另本案調查以社區為主題，但是否應以鄉鎮尺度切入食農盤點？	雲林縣沿海沙地主要多為地瓜，為泉漳州族群之共同特色、族群內社區間有共同產業基礎，社區產業確保有多元性；因此開發超越現行政鄉鎮範圍，以族群為宗，社區間多元性為內涵，形成區域亮點。鑒其移民社會，族群尺度切入食農盤點會能保有特色。
二	本計畫研究成果如何提供本會(局)推動應用，以及對應食農教育法6大方針。	本研究透過社區食農教育發展與進程規劃，輔導及獎勵方式協助社區逐次進階成為食農餐廳或食農中心，將食農教育活動落實於生態環境及生活中，增進及提升民眾愛惜鄉土與食農生活，提升優質食農社區的目標。
三	本計畫將雲林 51 個農再社區的飲食及植物進行分析及建議，未來可提供給分局、縣府、社區發展飲食文化參考。	探究各社區於發展食農教育所面臨的挑戰，建議能改善農業生產環境與安全維護，推廣友善栽培及技術升級，掌握農產品優質來源，社區飲食消費引導與生活故事連結，優質飲食習慣之養成，及加強飲食文化地景連結。
四	如要豐富地方食農作物多元性，本案會否建議農村社區繼續維持周邊原農產作物，或轉作提供更多農作物。	建議農村社區繼續維持周邊原農產作物持續發展，社區內保留特色農作生產區，提供更多農作物，豐富地方食農作物多元性。