

臺北水源特定區環境教育推廣計畫(114-115 年)(2/2)
環境教育體驗課程及活動

坪林野採食曆-秋季野薑花
企劃書

主辦單位：經濟部水利署臺北水源特定區管理分署
執行單位：環榮永興股份有限公司

中華民國 115 年 9 月

一、活動主題

本活動以秋季生長之野薑花為主題，結合北勢溪流域之自然環境、地方植物資源及飲食文化，透過食材認識、實地採集、前處理、料理實作及成果品嚐等方式，規劃具地方特色之食農教育體驗活動。並藉由活動推廣，邀請從事教育、餐飲等相關領域之專業人士，以及對地方食材與食農教育有興趣之民眾共同參與，增進其對在地植物資源之認識，並進一步將相關知識與應用方式融入日常生活及專業實務之中。

此次以坪林生長之野薑花為主題食材，引導參與者實際進入野薑花生長環境，認識其植物特性、生長條件及採集方式，並於採集後進行食材辨識、清潔與前處理。另邀請專業廚師依據野薑花之香氣與食材特性進行食譜設計及料理示範，帶領參與者實際進行料理操作與品嚐。

透過由產地採集、食材處理至料理應用之完整體驗，使參與者理解食材來源、生長環境、處理方式及料理應用，並進一步認識北勢溪流域之地方環境與可食植物資源，深化對土地、食材與飲食關係之理解，落實食農及環境教育之推廣目的。

二、活動說明

本活動規劃以北勢溪流域之自然環境為學習場域，結合水資源教育、環境教育及食農教育等內容，透過現地觀察、植物辨識與採集、食材整理、料理實作及成果品嚐等方式，引導參與者認識流域環境、水資源與地方植物資源之間的關係，並進一步了解自然資源如何在兼顧環境永續之前提下融入日常飲食與生活。

活動初始由專業人員帶領參與者進入坪林地區野薑花生長場域，從北勢溪流域之地形、水文環境、溪流及周邊植被開始進行現地觀察，說明水資源與植物生長環境之關聯，以及良好水域環境、土地利用與地方生態之間的相互影響。藉由實際走入流域環境，使參與者理解水資源不僅關係民生用水，亦與地方生態系統、植物生長、農業生產及飲食文化具有密切關聯。

野薑花採集階段則著重於植物辨識、生長環境觀察、可利用部位及正確採集方式之說明，並納入適量採集、不破壞棲地、不任意採取其他植物及維護溪流周邊環境等觀念，使參與者於實際採集過程中建立對自然資源合理利用及環境保育之基本認識。

完成採集後，進行野薑花之挑選、清潔、整理及前處理，並說明自然環境中的植物轉化為可利用食材所需之處理程序。料理實作部分邀請專業廚師依據野薑花之香氣、風味及食材特性進行食譜設計，並以「野薑花味噌醬油麵佐烤肉」作為本次主要實作料理，由廚師進行料理程序及操作方式說明，再由參與者實際完成食材調製與料理製作。

活動最後安排料理成果品嚐及交流，藉由參與者分享採集、環境觀察及料理實作之經驗，進一步連結「水資源、環境、植物、食材及飲食」之間的關係。透過由流域環境認識、自然資源採集至料理應用之完整過程，使參與者了解水資源與地方生活並非彼此獨立，而是共同構成地方生態、產業及飲食文化的重要基礎，並藉此提升對北勢溪流域環境保育、水資源珍惜及自然資源永續利用之認識。

三、辦理時間與地點

預計於 115 年 10 月 19 日(一)14 點 00 分至 16 點 40 分假坪林活動中心 1 樓辦理。

四、辦理對象

以從事環境教育、食農教育、餐飲、觀光及地方文化推廣等相關領域之工作者為主要參與對象，並開放對北勢溪流域、水資源、自然環境及地方食材應用具有興趣之一般民眾參與。透過跨領域參與方式，期使教育工作者可將相關內容延伸應用於教學與環境教育推廣，餐飲及地方產業相關從業人員則可進一步認識野薑花等地方植物資源之特性與料理應用，並藉由一般民眾之實際參與，提升對北勢溪流域水資源、生態環境及自然資源永續利用之認識。

活動對象原則如下：

- (一)環境教育、食農教育及學校教育相關工作者。
- (二)餐飲、料理、地方農產及食品相關從業人員。
- (三)社區營造、地方創生、觀光及文化推廣相關工作者。
- (四)對北勢溪流域、水資源、環境保育及地方食材議題有興趣之一般民眾。

故優先邀請坪林在地團體、本分署轄區內學校(國、中小)教職員、台北市與新北市轄內社區大學教職員參與，預計 50 人(原則上均需填寫報名表單；報名表單設定為填答 70 人自動關閉，取前 50 位正取，後 20 位備取)。

五、交通方式

活動當日規劃以大客車辦理團體接駁，依序於北水特分署(預計 12:30)及捷運新店站(預計 13:00)設置接駁點，接送參與人員前往坪林活動場域。預計於 13 時 40 分抵達活動場域，預留約 20 分鐘辦理下車、報到、整隊及活動準備，並於 14 時正式開始活動。實際發車及抵達時間將依活動日期、道路交通狀況及大客車上下客條件彈性調整，以確保參與人員得於活動開始前順利抵達場域。

表 1 活動團體接駁車時刻表

預計出發時間	行程	位置說明
12:30	北水特分署發車	臺北市文山區羅斯福路六段 168 號 (景美捷運站 3 號出口，出門左轉步行約 3 分鐘)
13:00	新店捷運站發車	新店捷運站出口新店路側
13:40	抵達坪林活動中心	新北市坪林區坪碇路 6 號
13:40-14:00	下車、報到、整隊及活動準備	-

六、活動內容

以北勢溪流域之自然環境與地方植物資源為基礎，透過現地觀察、植物採集、食材整理、料理示範、實作及成果品嘗等方式，帶領參與者完整體驗野薑花由生長環境至餐桌應用之過程，並將水資源、環境教育及食農教育等概念融入活動內容之中。相關活動內容行程安排如下說明，可參考表 2。

(一) 現地認識與採集

由專業人員帶領參與者進入野薑花生長場域，透過現地觀察認識北勢溪流域之自然環境、溪流水文及周邊植被，並說明野薑花之外觀特徵、生長條件、植物特性及其與水域環境之關聯。

完成基本辨識後，由講師說明適當採集方式及相關注意事項，再由參與者實際進行採集，藉由親身操作建立適量採集、合理利用自然資源及維護生態環境之基本觀念。

表 2 坪林野採食曆-秋季野薑花活動行程

時間	活動行程
14:00~14:10	相見歡及活動說明
14:10~14:50	野薑花生長環境現地認識與採集
14:50~15:00	採集野薑花清洗與整理
15:00~16:00	專業廚師料理示範與操作解說
16:00~16:30	手作野薑花發酵麴醬
16:30~16:40	成果分享與交流
16:40~	賦歸

(二)食材整理與前處理

完成採集後，由工作人員帶領參與者進行野薑花之清洗、篩選、整理及前處理，說明可利用部位及料理前之處理方式，使參與者了解自然環境中的植物轉化為可利用食材所需之基本程序，並建立食材安全與正確處理之觀念。

(三)料理示範與實作

料理課程邀請專業廚師依據野薑花之香氣、風味及食材特性進行料理示範與操作解說，並以「手作野薑花發酵麴醬」作為本次主要實作料理。

透過廚師示範，使參與者了解野薑花於調味、醃製及料理中的應用方式，再由參與者實際進行食材調製與料理製作，將前段採集所得之植物資源實際轉化為料理成果，完成從產地至餐桌之食農體驗。

(四)成果品嚐與交流

料理完成後，由參與者共同進行成果品嚐，並安排交流與分享時間，引導參與者回顧本次從自然環境認識、植物採集、食材整理至料理應用之完整歷程。透過經驗分享與討論，進一步建立北勢溪流域、水資源、自然環境、地方植物與飲食生活之間的連結，提升參與者對地方環境保育、食材來源及自然資源永續利用之認識。

七、活動報名與宣傳

本次活動設計有電子海報宣傳，除主動發函邀請坪林在地青年團體、臺北水源特定區轄區內學校教職員以及臺北市與新北市社區大學參與外，更於本次活動合作辦理單位「採集人共作室」於該單位電子宣傳管道，與臺北水源特定區環境教育學習中心網站宣傳曝光，更提供電子報名系統，提供參與者報名使用。



北勢溪流域
坪林野採食曆

秋季 野薑花

10/19 (一)
14:00~16:40

活動地點
坪林活動中心1樓辦理

交通接駁
當日依序於以下兩站設置接駁點

- 📍 北水特分署(預計12:30)
- 📍 捷運新店站(預計13:00)

時間	活動行程
14:00~14:10	相見歡及活動說明
14:10~14:50	野薑花生長環境現地認識與採集
14:50~15:00	採集野薑花清洗與整理
15:00~16:00	專業廚師料理示範與操作解說
16:00~16:30	手作野薑花發酵麴醬
16:30~16:40	成果分享與交流
16:40~	賦歸

請掃描報名



主辦單位：經濟部水利署臺北水源特定區管理分署
協辦單位：環榮永興股份有限公司/採集人共作室/王家手製—天甜活湯

圖 1、坪林野採食曆-秋季野薑花活動電子宣傳海報

八、預期效益

(一)提升北勢溪流域及水資源環境認識

透過現地觀察與解說，使參與者實際了解北勢溪流域之自然環境、水文條件、植物生長與地方生活之關聯，強化對水資源保育及流域環境維護重要性之認識。

(二)深化環境教育及自然資源永續利用觀念

藉由野薑花辨識、適量採集及棲地觀察等過程，使參與者了解自然資源利用應兼顧生態環境與永續原則，建立尊重環境、不過度採集及維護生物棲地之基本觀念。

(三)落實食農教育與地方食材應用

透過採集、清洗、整理、料理及品嚐等完整流程，使參與者了解食材自生長環境至餐桌之過程，並認識野薑花之食材特性與料理應用方式，增進對地方植物資源及飲食文化之理解。

(四)促進跨領域知識交流與推廣應用

藉由教育、餐飲、環境教育及一般民眾共同參與，促進不同專業領域之交流，並使參與者得以將活動所獲得之環境知識、食材應用及料理經驗，延伸運用於教學、餐飲、社區推廣或日常生活之中。

(五)建立「野採食曆」季節性環境教育與食農體驗模式

結合北勢溪流域之自然環境、地方植物資源、環境教育及料理體驗，建立具地方特色之環境教育與食農體驗模式。未來可依不同季節、植物及地方食材規劃系列活動，透過季節性野外觀察、採集及飲食應用，引導參與者持續認識北勢溪流域之自然環境與地方資源，提升環境教育及食農教育推廣之延續性。