



【扎根農業，全民創造共好食代】

在地實踐

深化魚文化能量

陳惠貞¹

壹、前言

臺灣位處熱帶及亞熱帶區域，土地肥沃且四面環海，陸域及海域動植物物種豐富，奠定臺灣以農立國的基礎。在臺灣經濟發展歷程上，農漁業扮演不可或缺之角色，提供國人就業及豐富的飲食選擇，但隨著工業化發展，西方飲食文化進入臺灣後，現代生活步調加快，國人飲食習慣逐漸改變，快速及方便性成為飲食的優先選擇。但若能深究口中所咀嚼的食物來源及背後隱藏的故事，在品嚐的同時，更能理解與加深對這片土地的感情。

因此，教育扮演重要角色，透過食農教育廣泛探討健康生活的飲食選擇及環境永續議題，包含食魚教育，近年來備受國人重視。鄰近國家日本、韓國也相當重視，日本更是早在 2005 年即通過「食育基本法」。行政院農業委員會（簡稱農委會）除將每月 15 日訂為「食物日」，期望儘速推動食農教育立法，內容包含農產品安全、農產品加工到後端行

註 1：行政院農業委員會漁業署。

銷等，立法後可更有制度地推動食農教育，以提升全民意識；未來將配合學校營養午餐四章一 Q 的政策，融合學校教育、家庭教育及社會教育推廣。在全球化的時代，賣場裡的食物可能來自全世界，建立選擇食物的正確觀念，也是消費者自我保護的一部分。

農委會於本（2018）年 9 月舉辦之全國農業會議，亦有多項食農教育議題，包含推動食農教育運動、提供多元食農教育教材，以及學校午餐應優先使用國產農漁畜產品等結論，顯示全民對於食農教育的重視。漁業署推廣的食魚教育與整體食農教育政策相呼應，近年持續執行國產水產品推廣、開發特色水產品、漁業體驗活動、漁村技藝傳承與食魚教育講座等；另為向下扎根建立食魚習慣，國小學童一直是推動食魚教育的重要對象，除了可從小建立正確的食魚觀念外，也可透過家長與學童的共同學習，進一步將正確的觀念帶入家庭，普及於社會。漁業署近年投入大量資源深入國小校園，進行一系列的食魚教育推廣活動，希望將食魚觀念融入學校教育中一起推廣。

貳、校園食魚系列活動，寓教於樂、輕鬆學習

臺灣是一個海島國家，也是世界上主要漁業生產國之一，近 5 年漁業平均年產量超過 120 萬公噸、平均年產值超過新臺幣 980 億元，無論遠洋、沿近海或養殖魚貨皆種類繁多且品質優良。魚類富含 DHA、EPA 多元不飽和脂肪酸等，為非常好的優質蛋白質來源，但可惜的是國人家庭餐桌上充斥著進口魚貨，如常見的大西洋鮭魚、挪威鯖魚及格陵蘭鱈魚等，對於食材的來源、生產的方式及原貌，反而十分陌生。應加強國人地產地消的觀念，養成吃國產魚的好習慣，以減少食物運送過程的碳足跡。

漁業署為宣導正確的食魚文化，鼓勵國人多食用營養、健康、衛生及安全的漁產品，於 2005 年即輔導臺灣魚食文化推廣協會，針對幼兒園學童設計「魚寶寶教室」，製作生動活潑的動畫宣導影片及教學手冊，並設計健康美味的魚寶寶餐，以幫助國人自小養成正確的食魚習慣。

為了增加民眾接觸漁業產業的機會，於 2007 年設置「全民漁業教室」，推出漁業相關議題的系列活動，如「推廣生態漁業攝影比賽」及「山與海和陽光的對白」生態保育講座等；並透過舉辦「捕對魚、買對魚，才能年年有魚」及「年年有餘，有魚好吃、有魚好選——為什麼漁業需要管理」等專題講座，向民眾說明漁業需全民共同關切之緣由，以使漁業資源能永續利用，藉此吸引各界參與全民漁業教室及魚食文化展示活動。

此外，考量學齡兒童認為漁產品多刺而排斥吃魚，漁業署透過食魚教育推廣活動，將正確的漁業知識等食魚觀念傳達給學童。去年首度與 19 所國小合作，以「小魚貓偵探

團——吃魚趣」為主題，透過生動活潑的行動劇展演認識養殖魚類的活動，讓學童跟著「小魚貓偵探團」，一同探索食魚的奧秘，國小教師與學童熱烈響應且希望能持續擴大舉行。

因此本年度擴大於全臺 30 所國小巡迴辦理食魚文化推廣講座，延續小魚貓行動劇的主題，將沿海漁業知識與四章一 Q 等政策措施融入劇情，使得知識及政策不再呆板無趣，並搭配有獎徵答與闖關遊戲，藉此互動學習、寓教於樂。其中於本年 10 月 1 日在臺北市福星國小辦理活動推廣記者會，邀請農委會黃金城副主任委員蒞臨現場與學童一同參與活動，更親自示範料理當天學校午餐主食——「糖醋三色椒魚排」，透過實際品嚐，帶領孩童快樂學習食魚文化。

去年漁業署也以「小魚貓」為主角，將養殖漁業與四章一 Q 食安知識等，製作成食魚文化動畫，並自去年起以「蠱旅奇緣」為主題，陸續於「未來少年」期刊刊載「到陸地上找海鮮（養殖的海鮮）」、「愛吃魚的秘密（吃魚的好處）」、「大海的海鮮超市（沿海漁業）」與「來自遠方的寶藏（遠洋漁業）」等 4 期的漫畫。

內容分別介紹我國水產養殖大宗水產品，不只滿足了我們的口腹之慾，更帶來人體所需的營養，並瞭解我國為何會有養殖王國之美譽；另近年來因環境開發、人為活動及自然環境變遷等因素，我國沿海漁業資源有下降之趨勢，為了保育及維護海洋生態資源，透過科學研究的基礎調查資料，推動相關漁業管理措施，包含實施「禁漁期」、「禁漁區」、「漁獲物總量管制」、「漁獲物體型大小限制」、「魚苗增殖放流」等，使漁業資源可生生不息，穩定供應國人優質水產蛋白質來源；臺灣的遠洋漁業技術發達，所有漁



「小魚貓偵探團」話劇表演「長壽村的秘密」。



農委會黃金城副主任委員（右 4）蒞臨推廣記者會，親自示範料理當天學校午餐主食，其中食材由全國漁會免費提供。

業產值中，遠洋漁業就占了 45% 左右，漫畫中以國內飲食中普遍常見的魷魚及秋刀魚為主，講述遠洋漁業知識，並說明推動建立漁船監控系統（VMS），得以掌握漁船捕獲的種類和數量，以符合國際漁業的規定，共同維護世界漁業資源的永續。該等刊物發送 2,600 多所國小運用，提供作為學齡兒童教材，提供簡單並正確的漁業知識。

本年度首度針對國小教師及營養師辦理 3 場次的食魚文化研習活動，藉由專家學者傳授正確的食魚文化觀念、食魚文化觀光工廠的參訪與主廚簡易魚料理等活動，讓教師與營養師更深入瞭解食魚文化，並為學童量身訂作食魚文化教材，且皆建置在漁業署官方網站供國人參考運用，使教師與營養師能於校園教育中自然而然將食魚觀念融入教案。

歷經 2 年的食魚文化系列活動頗受好評，漁業署預計於明年度持續辦理，為食魚文化的傳承盡一份心力，也期望教育界與學童家長繼續共襄盛舉。



今年首次針對國小教師及營養師辦理食魚文化研習活動，藉由專家學者傳授正確的食魚文化觀念。

參、將食魚文化遍及社會各角落

食農教育為農委會未來推動重點工作，已建立食農教育資訊整合平臺，助於提升國人對國產農漁產品之認知、信任及支持，推動全民食農教育運動，讓全民共享優質國產農漁產品及健康飲食。漁業署響應食農教育政策，除上述以學童為對象，建立食魚教育之推動基礎外，在強化全民對國產水產品之支持方面，漁業署近 2 年已辦理營養師、校長及團膳業者等至生產場廠參訪 9 場次、餐廳業者及廚師至產地參訪 2 場次、與「有機緣地」通路合作辦理「時尚優鱻幸福上桌」料理教室 5 場次等，透過不同領域職人交流，引導生產符合市場需求之產品及提升國產食材使用率，並率領國內知名主廚們發揮專業，採用具生產溯源（QR-Code）的白蝦、虱目魚及臺灣鯛等食材設計國小校園午餐，讓食魚教育由餐桌認識起，落實產地消政策，同時引導農漁民調整生產型以符合市場需求。漁業署持續於臺北希望廣場向國人推廣當季當令國產水產品，提高國產食材之使用率，以鼓勵全民參與食農教育活動。

另外，漁業署結合地方風俗民情及特有漁產季節，如屏東東港黑鮪文化季、臺東旗魚季、臺南虱目魚文化季及烏魚產業文化活動等，輔導各區漁會及縣市政府整合相關休閒漁業景點，規劃漁村生活及產業體驗行程，結合觀光與特色漁產品行銷，以點推廣地

方特色食魚文化，擴展至以面進行漁村深度旅遊。同時，漁業署也重視漁會家政及漁村青少年技藝傳承，每年在全臺 39 個區漁會辦理逾百場的漁村技藝培育相關課程、漁村副業培訓課程及家政成果展等，鼓勵漁村社區創造具地方特色及符合環保且可永續經營之產業。另著重漁村青少年技藝傳承推廣，辦理漁村小小漁師培訓營活動，傳承漁師技藝與漁村文化，並增進對海洋保育與永續漁業的認識。

肆、結語

臺灣四面環海，擁有豐富的海洋資源及歷史悠久的海洋文化，依據聯合國糧農組織（FAO）統計，國人近年每人每年食用海鮮約達 24 公斤，因此如何吃魚、如何挑魚、如何料理、魚從哪裡來等知識更顯重要，不僅攸關漁業資源，更與自身的飲食健康息息相關；食魚教育已不侷限於學校教科書，更涉及到在地當季食材的推廣、漁業知識的傳授、漁村文化的體驗、食物來源與食品安全的認知及環境永續的守護等，需積年累月地進行與全民響應。

漁業署期望食魚文化融入全民的日常生活，近年尤其注重以國小學童為對象，強化食品安全、溯源管理與資源永續的概念，持續辦理一系列食魚文化講座，藉由生動活潑的行動劇表演及淺顯易懂的教材，以傳授正確的食魚觀念，包含挑魚的方式、食魚的好處與吃在地食當季的重要性等，進入學校教育，甚至帶入家庭、深入影響社會各層面，呼應農委會邀請全民共同推動「每月 15 食物日」運動——「在地食材當季吃、揪人共食快樂吃、原型食物真好吃、不要浪費食物適量吃」，未來也將是漁業署持續執行的重點政策，並規劃將近年魚市場魚貨不落地與漁船卸魚聲明等重大政策，結合在相關食魚教育資源中，讓消費者端的力量影響生產者端，互相串連、共同實踐。



小魚貓偵探團食魚文化推廣記者會大合照。