

2024 年永續年夜飯計畫

「懂吃懂吃—年夜飯改造行動」徵稿活動

一、活動目的：

臺博館自 105 年起推出「永續年夜飯計畫」，宣導永續海鮮與環境議題，並推廣友善環境消費方式及節慶文化，將生物多樣性保育行動結合環境教育、永續教育，不僅是臺灣再造永續節慶文化的創新作為，更可作為國際博物館社群面對環境變遷議題時的實踐範例。

另，因應「十二年國民基本教育課程綱要總綱」(簡稱 108 課綱)強調學生的自主學習與多元發展，博物館作為重要公共教育場域應提供學子多元學習資源。為呼應 SDG4「優質教育」、SDG13「氣候變遷對策」，以及 2022 年 ICOM 博物館新定義所倡議的「社群參與」和「促進多樣性與永續」，本計畫欲鼓勵能動性最高的學生族群展開節慶飲食習俗的氣候行動，以家庭為單位、因應各種永續餐桌議題與相關行動指標，配合 108 課綱需求規劃講座課程與行動方案，預計相關投稿素材於本館社群平台進一步推廣給大眾。

二、活動內容：

(一) 活動網頁：

https://event.culture.tw/mocweb/reg/NTM/Detail.init.ctr?actId=30130&useLanguage=tw&request_locale=tw

(二) 「懂吃懂吃—年夜飯改造行動」徵稿

1. 宣傳對象：國民小學至大專院校在學生。

2. 投稿說明

(1) 以「年夜餐桌永續量表」檢視 2022-2023 年間自家年夜飯內容的永續程度，完成該量表的評量；評量項目包含：減塑、惜食、減少碳足跡、友善環境食材、傳承在地文化等五項。(評量指標項目表詳下頁)

(2) 以改善的角度規劃 2024 年年夜飯菜單與製作或採買方法，此改造計畫以 250-300 字說明文字與包含 [永續程度自我評量五角圖](#)、年夜飯舊照、2024 年永續年菜示意圖之高畫素影像共 3 至 4 張為投稿素材。

(3) 過年期間須參與國立臺灣博物館「秀出你的年夜飯」臉書串連活動以照片和社群平台貼文記錄實踐情形。

(4) 參加投稿與「秀出你的年夜飯」臉書串連活動之學員可獲得證書乙紙與本館文創商品「臺博系統建築 L 型夾」1 份。

(三) 短講「年年有魚？臺灣年夜飯菜色變遷—以海鮮菜色為例」與「懂吃懂吃—年夜飯改造行動」徵稿說明會

時間	活動項目	備註
活動前半小時	報到	地點： 12/2(六)10:00-12:00 本館三樓自然教室 12/17(日)14:00-16:00 古生物館三樓簡報室
1hr	短講：年年有魚？臺灣年夜飯菜色變遷—以海鮮菜色為例	
40min	「懂吃懂吃—年夜飯改造行動」徵稿說明與過去案例分享	
20min	Q & A	

(1) 費用：免費，但需購票入館

(2) 報名：本館網站線上報名 40 人，現場報名 20 人(活動前 30 分鐘受理)

(3) 參加者核發環境教育時數

(4) 聯絡人：教育推廣組方慧詩、分機 5466

年夜飯永續指標 20 項

I.減塑（4 項）

- 購買裸賣的蔬果、而非有包裝的蔬果
- 購買食材時自備購物袋、而非使用商家提供的塑膠袋
- 自行烹煮或購買現成菜餚時自備容器盛裝
- 享用餐時使用可再使用之餐具、而非一次性餐具

II.惜食（5 項）

- 依照人數與需求，事前擬訂食材或現成菜餚的採購計畫
- 烹調時善用食材的每一部份（蔬果全株利用、全魚利用或全雞鴨利用）
- 當餐內完食整桌食物，或當餐未完食的食物於下一餐以新方式烹調成二次美食
- 多餘的食物（含未使用的食材）分享給親友或社區內有需要的人
- 廚餘量較前一年減少

III.減少碳足跡（2 項）

- 使用臺灣在地食材、減少進口食材
- 自行烹煮的年菜比例較前一年增加

IV.友善環境（6 項）

- 使用認證食材（包含農委會產銷履歷、有機認證、各類永續漁業認證等）
- 使用當季食材
- 使用綠色保育標章認證之食材、保護當地野生動物
- 食用認識的農夫生產的蔬果、且其生產過程已知盡量減少對環境負荷
- 蔬食菜餚比例增加（包含全蔬食年夜飯）
- 食用之海鮮為《臺灣海鮮選擇指南》之綠色物種、或海鮮以蔬食取代

V.傳承在地文化（3 項）

- 包含至少一道菜餚與農曆新年習俗或吉祥話有關
- 包含至少一道菜餚與用在地食材或在地烹煮方式
- 家庭中的晚輩向長輩學習並實際參與烹煮年菜

永續程度自我評量五角圖— 製圖 Excel:

<https://1drv.ms/x/s!Ap8zrh3mMR4tgY1dudt4YfGqF7QRoA?e=nYjVSW>