

113年教育部品德教育徵稿(含影音作品)評選活動
作品報名表

年度	113
作品類別	故事類 -丙組
<p>■本作品(含附件)係本人原創，絕無抄襲或侵犯他人著作權，並從未出版或獲獎。若發現有抄襲或侵害他人著作權之嫌，願意取消得獎資格，並立即繳回領取之稿費及獎狀，一切法律責任由本人自負，如因此造成教育部、國立台灣師範大學或基於其授權而使用本作品之第三人之損害，願負賠償責任。</p>	
品德教育故事類	
故事名稱	剩食危機
作品適用階段	
<input type="checkbox"/> 幼兒園 <input type="checkbox"/> 國民小學 (<input type="checkbox"/> 低年級 <input type="checkbox"/> 中年級 <input type="checkbox"/> 高年級) <input checked="" type="checkbox"/> 國民中學 <input type="checkbox"/> 高級中等學校 <input type="checkbox"/> 大專校院	
主題	
<input type="checkbox"/> 尊重生命 <input type="checkbox"/> 孝悌仁愛 <input type="checkbox"/> 誠實信用 <input type="checkbox"/> 自律負責 <input type="checkbox"/> 謙遜包容 <input type="checkbox"/> 欣賞感恩 <input checked="" type="checkbox"/> 行善關懷 <input type="checkbox"/> 公平正義 <input type="checkbox"/> 廉潔自持 <input type="checkbox"/> 其他	
故事內容	

中午剛吃過午飯，奶奶正想回房間眯個午覺，突然聽到門鈴聲響起，「叮咚！」奶奶急忙起身去開門，邊走邊喊著：「來了來了，哪位啊？」「鄭奶奶，是我陳太太，我拿了一些今天早上市場沒賣完的蔬菜水果來給您。」陳太太在門口說著。奶奶開門請陳太太進來，「這怎麼好意思啊，太謝謝您了，快進來坐喝杯茶。」陳太太說：「您別跟我客氣，這些蔬菜水果都很新鮮，只是長的不怎麼好看，沒人要買，您要是不嫌棄就送您吃吧，我還要趕著去送菜先走了，再見。」陳太太放下蔬果後就離開了。

傍晚真真放學回來，看著一桌子長得奇形怪狀的蔬菜，大聲的嘟囔著：「奶奶，這小黃瓜怎麼長的彎彎的、馬鈴薯外皮上一點一點黑黑的、紅蘿蔔怎麼會長出兩隻腳、洋蔥不但不圓還凹一大塊，還有這連體的番茄，這些蔬菜這麼醜是要拿去丟掉的嗎？」奶奶從廚房裡走出來說：「你別看這些蔬菜長得醜，它們還是可以煮出營養又美味的食物的，今晚就用這些醜醜的蔬菜來煮你最愛吃的咖哩飯吧。」

晚上吃飯的時候，真真一邊吃著美味的咖哩飯一邊開心的跟爸媽說：「你們知道嗎？今天的紅蘿蔔很特別喔，因為它有兩隻腳！」媽媽疑惑的問著：「真的嗎？市場上怎麼可能買的到兩隻腳的紅蘿蔔？」真真開心的說：「是隔壁賣菜的陳阿姨送給我們的。」媽媽說：「原來是賣菜的阿姨送的，難怪會有。」媽媽接著說：『真真，你知道嗎？兩隻腳的紅蘿蔔是所謂的「醜食」，廠商是不會拿出來賣的；外表長得不漂亮，或是太小顆、太畸形，這些賣相不佳不符合「審美要求」的蔬果，廠商都不會上架銷售的。』真真疑惑的問著：「兩隻腳的紅蘿蔔不能拿出來賣，那它會去哪裡呢？」爸爸說：『好一點的會被拿去餵豬、製成罐頭，或是捐贈給食物銀行、慈善機構等，但是，更多的「醜食」是直接被丟進垃圾掩埋場當成堆肥或垃圾處理了。』真真驚訝的大喊：「天啊！這樣豈不是在浪費食物嗎？」爸爸無奈的說：『可不是嗎！現在的農產品從產地開始，一路經過收成、揀選、加工、通路、銷售到消費者手中，在還沒煮成美味的大餐前，每個環節都會被大量丟棄，從產地到餐桌，「剩食」無所不在。』奶奶嘆了一口氣說：「真是暴殄天物啊。」

晚飯後，奶奶拿出一盤水果，真真看到她最愛吃的草莓開心的對奶奶說：『哇，今天有草莓可以吃，太棒了，這草莓長得這麼畸形，跟紅蘿蔔一樣長出兩隻腳，顏色還這麼白，不像一般市場上看的到的紅通通鮮嫩欲滴的心形，這草莓一定又是不能賣的「醜食」，管它外觀長的有多奇形怪狀，我就是要大口大口把我最愛的草莓吃進嘴裡。』真真說完，一口接一口開心的吃著草莓。奶奶說：「這些蔬果雖然外觀長的醜，但是還是很好吃的，現代人物質太充裕了，哪像我們以前想吃顆草莓是多麼困難啊，誰還會在乎草莓長怎樣；可是，現在人只重視食物的外觀，就因為蔬果的賣相不好就丟棄，對糧食越來越不珍惜，不懂盤中糧粒皆辛苦的道理了。」

第二天上學，中午吃營養午餐時，全班同學們一個個都這個不吃、那個也不吃的挑食起來，午餐結束，廚餘桶被倒的快滿出來了，老師生氣的跟同學們說：『你們挑食的壞習慣除了會導致營養不均衡，讓身體發育不健全外，你們不懂得珍惜食物，丟棄太多廚餘，製造大量垃圾，不只浪費食材，龐大廚餘又產生更多污染，已經造成「剩食」危機了；今天回家功課每個人都要找資料，了解什麼是「剩食」，以及如何解決「剩食」的問題，明天上課要報告。』

隔天上學，同學們一改平日悶悶沉沉的氣氛，反而一群群聚在一起熱絡的討論起來，上課鐘響老師走了進來，還沒等老師開口，班長強強馬上舉手搶著先說：「老師，我昨天上網查了許多資料，發現很多剩食的例子，像是餐廳事前準備太多食材，可是生意不好，食材用不完不新鮮了，只能把食材丟棄，這是剩食的來源之一。」玲玲也舉手搶著說：「還有，客人到餐廳吃飯點了太多菜，結果沒吃完，也是只能進到廚餘桶，也是剩食的來源之一。」莉莉聽完也馬上舉手接著說：「還有，媽媽一次買太多食材，冰在冰箱忘記煮，食材最終也是進到廚餘桶或垃圾桶，這也是剩食的來源。」真真舉手接著說：『昨天我家收到很多奇形怪狀的醜蔬果，這些醜蔬果是不會被拿到市場銷售，「NG醜蔬果」因為長的醜就直接被丟棄，這也是剩食的來源。』平常營養午餐都盛一大碗卻總是只吃一小口的臣臣害羞的舉起手說：「我每天吃不完的營養午餐，也是剩食的來源之一。」說完，同學們都哄堂大笑。

聽完同學們你一言我一語的發言過後，老師說：「台灣人每天浪費食物的程度為東亞之冠，這些丟棄的食材，並不會憑空消失，食物浪費造成的不僅僅是糧食危機，還會把地球變成一個巨大的垃圾桶。這些丟棄的食物，從製造到處理的過程中，耗費了巨大的能源，產生諾大的溫室氣體，導致全球

暖化加劇！剩食已成為全世界重大的危機之一了。剛剛很多同學都說了產生剩食的例子，那麼大家有沒有查到什麼辦法可以解決這個危機呢？」瑞瑞馬上舉手說：『我昨天上網查到許多關於解決剩食的資料。最簡單也重要方法的就是要改變我們日常的習慣與觀念；首先要「吃多少、買多少」，在購物前先寫下清單再採買，冰箱不要堆得亂七八糟，要把每一個食材做好管理，不要讓食物放到過期，避免不必要的浪費。第二要「吃多少、點多少」，在餐廳點餐前問清楚餐點份量，避免點太多吃不完，也可以事先請店家調整適合自己的份量，如果真的吃不完，可以打包帶回家，儘量做到零廚餘的飲食習慣。第三要「吃多少、煮多少」，不要偏食、不要挑食，現煮現吃不隔餐，營養又健康。』佳佳也舉手說：『還有，「吃在地、吃當季」，購買國外進口的食物，不僅浪費運輸耗能，也容易因運送不當造成食材損害，增加廚餘與剩食。臺灣一年四季都有不同的當令蔬果，不但新鮮美味，價格也便宜，依時令購買當地當季的蔬果營養又健康。』一向最愛逛超商的華華也馬上舉手接著說：「我知道現在超商賣不完的飯糰、三明治、微波便當、麵包等，一到保存期限，就得面臨被丟棄報廢的命運；為了解決剩食問題，超商有推出打折促銷，目的就是要減少剩食，減少食物的浪費。」

聽完同學們詳細的報告後，老師高興的說：『大家都報告的很好，希望同學們從今天起願意一起來減少食物浪費，從日常生活中，一起落實惜食運動。剩食危機雖然不是一個人或是一個班級在一、兩天內就能解決，但是只要我們大家願意，從自己開始著手一點一滴慢慢做起，每個人都願意盡自己的一份力，讓小至學校，大至世界都能變得更好。減少浪費是一種美德，拯救即將被丟棄的食物是大家應該共同追求的目標，大家齊心協力，為食材的永續發展出一份心力，讓「剩食」變成有意義的「續食」吧。』

臣臣勇敢的站起來說：「我每天乖乖把營養午餐通通吃完不挑食，就是減少剩食、拯救地球的英雄，讓我來做一件讓世界更美好的大事情吧。」說完，同學們都拍手大笑。

啟示

(可列出3-5個啟發性問題供讀者參酌)

- 1、蔬菜水果長的醜，就不美味了嗎？「醜食」的命運就只能進廚餘桶了嗎？廠商可以將這些外表不完美的蔬果，以較便宜的價格出售，或是送給食物銀行等社福團體，不要將其直接丟棄，讓這些「NG醜蔬果」得以發揮它們的價值。
- 2、每日丟棄的龐大廚餘，不只浪費食材，也產生環境污染，造成地球的危機，如何減少食物浪費，最關鍵的是建立「惜食」的觀念，讓我們從自己改變飲食習慣做起，「吃多少、買多少」，「吃多少、點多少」，「吃多少、煮多少」，「吃在地、吃當季」，大家齊心協力，為食材的永續發展出一份心力，翻轉「剩食危機」，讓食物更永續，變成有意義的「續食」。
- 3、營養午餐不挑食，減少剩食，拯救地球。

指導教師相關資料
(得獎後不得更改)

參考資料

TVBS剩食危機TVBS製作團隊

<https://news.tvbs.com.tw/exhibition/world-food-day/2023/index.html>