食農教育在僑義國小開枝散葉

有機食農教育 人生最美麗的機緣

◎文・圖 / 劉克敏

去年(2018)寫了一本書<入門溪州~外省媳婦愛農鄉 >，對於溪州鄉民抗爭強權、守護水源和土地的始末，有了進一步的認識。也發現家鄉正在醞釀一股改變的向上力量，鄉民們經過抗爭之後，更加珍惜土地，紛紛投入友善耕作，一起為環境而努力。

成為有機食農教育講師

撰寫的過程，了解有機農業即是自然永續的環保概念。巧的是，書寫完了，無意間看到一則訊息「台灣有機食農遊藝教育推廣協會」舉辦

回饋鄉里在僑義國小進行有機食農教育

個人負責室內課程

正安老師負責室外栽種作物實作課程

亭妤老師負責烹飪實作

一年一度的「有機農業推動志工種子培訓營」的活動，基於對有機農業的好奇，我參加了這次培訓營。四次的培訓課程，了解台灣有機農業的需要性及迫切性。承蒙協會前理事長李美雲的厚愛，建議我加入有機食農講師的行列，並於今年九月開始到學校推廣有機食農教育。

進行有機食農教育的第一站，選擇在外子小時就讀的彰化縣溪州鄉僑義國小上課，除了回饋鄉里之外，另一個理由是期許家鄉子弟少用化學農藥和化學肥料，以自然永續方式對待土地。在九月至十一月間，安排了三次有機食農教學，對象是該校的中高年級學生。

僑義國小的有機食農教育

個人負責僑義國小室內簡報教學，另有正安和亭妤兩位講師協助教導學生室外栽種及料理課程。規劃了三次非常緊湊的「農藥的可怕與有機耕作」、「有機生活與堆肥製作」及「食品添加物與作物採收、清洗，實作莎莎醬」等課程。

每次上課配合不同的主題，一節課讓學生們認識有機農業和健康飲食;另一節為室外實作課有種植蔬菜、香草及堆肥製作，透過實作，讓學生們體會農民的辛勤和採收的樂趣。

家住台北士林的我，為了上僑義國小的食農教育課程，每回需要花不少時間往返溪州。記得第二次上課，提早到校，到菜圃看看萵苣是否長大？正好是下課時間，學童們聚集操場或廊下追逐玩耍。有幾個學童往菜圃走來，貼近菜葉觀察很久，然後彎下腰來抓蟲。其中一位手不夠長，乾脆整個身體匍匐在菜畦間，費力的伸直手臂拔除雜草。他們記得課堂上我再三的叮嚀，每天都會到這裡(巡田)。

雖在教育界服務多年，但離開職場將近十年，如今重拾麥克風上台、學習用簡報取代過去的板書，準備昔日專業以外的教材，面對一群吱吱喳喳的小麻雀，內心經常忐忑不安。還好協會裡的夥伴們常為我加油打氣或是給予協助，我也以笨鳥慢飛自勵，走得慢一點，至少是在有機的道路上往前邁進。每次課程結束時候，一張張天真的面孔仰望著我說：「老師什麼時候再來？」或是看到我雀躍大喊:「YA！」的模樣，都成為我前進的力量。

接觸有機農業
投入有機生活

住家頂樓栽種蔬菜多年，菜園不大(十多坪)卻能依時序終年供應不絕。菜園有兩個廚餘桶，每天吞下家中

學童貼近菜葉觀察很久，彎下腰抓蟲，其中一位整個身體匍匐在菜畦間，費力的伸直手臂拔除雜草

產出的菜葉果皮，蔬果發酵流出來的汁液就是菜圃的養分。栽種的蔬菜雖然四時源源不斷，但是瓜果油鹽還是在一般傳統市場補充。自從接觸有機農業後，漸漸了解有機小農的辛苦，不但面臨蟲害肆虐、成本高昂之外，還有消費者嫌貴不買的處境。歷經多年，有機農地面積達8957公頃，好不容易突破百分之一。鑑於此，農委會主委陳吉仲於2019年5月30日指出，期望台灣有機與友善耕作面積於2020年達1萬5千公頃，並能達成有機島的夢想。

有機食農教育隨想

僑義國小最後一堂課，帶領著學生們採收菜園的萵苣，他們仔細地清洗蔬菜，端詳著手中碩大萵苣，居然是一個多月前的小菜苗長大而成。當亭妤老師端出一大鍋的莎莎醬時，學生們已抵擋不住舌尖的誘惑。鮮綠的萵苣葉裏上色彩繽紛的莎莎醬，學生們和老師們開心的品嚐著，教室裡流動著豐收喜悅的氛圍。

一位朋友在學術研究單位工作，多年來嚴謹繁重的研究工作，卻忘情於種植蔬果和蒔花弄草，空閒時總拿著小鏟子，蹲踞在台北的小院。他說：「自己喜愛園藝工作，是因為小學一年級的導師曾經上過農藝課。雖然是六十年前的往事，卻成

採摘自己栽種的葉菜

仔細清洗自己採收的葉菜

為他一生的嗜好與紓壓的媒介。」看見學生們專注聆聽的神情，小心捧著菜苗準備種植，以及大口咬下生菜沙拉的情景，居然連結到我的朋友蹲踞在小院栽種的畫面。

三次的食農教育如一粒種子，悄悄撒在幼小學童的心田，有機觀念何時冒出芽苗，或是變成一股守護土地的力量不得而知，但是我堅定相信「會的」。

僑義國小雖是一所偏鄉小學，全校師生認真熱情，謙和有禮，留給我非常美好的記憶。有一天，手機跳出僑義國小的FB照片，照片裡一群低年級的學童們，圍繞著數個架高的巨大菜盆，聘請校外的老師教導學童們種植菜苗。三個多月前，我們才在這裡撒下了食農教育的種子，無意間看到僑義國小的FB照片，食農教育已在這裡開枝散葉。

因為書寫溪州而認識有機農業，後來參加協會志工培訓而轉任食農講師，這些不同際遇是我的人生最美麗的機緣。

感謝協會、美雲老師和夥伴們在這條有機道路上，相知、相長和相互扶持。也期許自己：追求友善大地、天然有機，為環境永續而努力！■

藉由有機農法的學習 促使下一代對
溪州環境永續的期待