



食物森林



FOOD FOREST



01 簡介

定義

為具高度適應性的混合栽培系統，即一座生產食物的森林，以可食樹木為主體，在單位面積上以堆疊的方式生產最大量的食物，加上其他動植物的活動模擬自然環境所形成的生態系。其樣貌在不同氣候皆不同，可以按照區域特性發展出不同的景觀。

食物森林的七個層次



起源

1970年代的綠色革命，為了解二戰後上升的人口對於糧食的需求，因而採用化肥、農藥與單一栽培的工業化模式耕作。農作收穫量激增，卻造成土壤退化、水資源的污染及枯竭、生物多樣性喪失、糧食安全等議題。為了增進人類社群的防災韌性，樸門主義興起，目的為創造出永續環境概念的系統，於提供產出的同時也能減少維護環境的成本。

1970年代綠色革命

農耕採用化肥、進行品種改良

土壤退化、水汙染、生物多樣性喪失

樸門主義:創造出自給自足並兼顧環境永續的系統

產生食物森林的概念

演變

在野草及雜木改善土壤後，多年後會逐漸被其他植物所汰換，演變為成熟的森林。食物森林則是在人為的設計和汰換下，串連多個可食地景，盡可能使用小面積的土地來滿足人類所需，可能會花上數年的時間。



02 個案及人物

• 個案

1.位於新竹市東區的金城新村，俗稱「將軍村」。隨著將軍村開放圖書資訊園區計畫展開，發展出生活學、修復學、慢食學與大地學等四大學科。其中大地學的部分，除了連結共耕共享之外，還帶入食物森林的概念。用雨水灌溉，化廚餘為酵素，以達到自給自足的目標。經由實作重繫人類與土地的連結，並使役使過度的身心靈被自然重新洗滌，找回自我平衡。

• 人物

2.來自法國的永續生活設計師克萊（Claire Mauquié），因為不喜歡各種生活用品、食物充斥著人工添加物，因此用自己種植的植物製作牙膏，以及發酵氣泡飲。同時，她也加入梧桐基金會，致力於推廣食物森林，其不只能夠減少碳足跡，還能夠為自己的健康負責，希望能藉此使食農教育深入民眾的生活之中。



克萊



製作氣泡水

03 影響

目前食物森林在台灣也獲得許多正面的迴響，不只讓公有地獲得更好的利用，例如：美化市容、淨化城市空氣等，也讓居民在參與的過程中有更深入的交流，最重要的是能夠透過親手種植作物，更了解食物生產的過程和更認識我們種植的作物，重新與大自然建立聯繫，進而更關心我們的生活環境和飲食健康。

04 心得

本學期心得包括：食農與食育，Endnote，將軍村，檔案職涯講座，海報與摺頁製作。每位同學撰寫500字心得，由組長節錄如下，全文詳見展覽手冊封面裡(全文版QR Code)

◆食農與食育：

我平時不太在意這些知識，但是當我看到這些知識的理念後，我覺得應該要了解，吃的食物的來源和製造過程，不外乎是要讓自己更健康，但真正的重點是地球只有一個，我們應該跟地球和平相處，在使用資源時，消耗最少的資源，讓我們的資源利用最大化，如果做得到，才不會製造出無法生存的環境。
(休運二 林育呈)

◆參訪將軍村:

在將軍村圖書資訊開放園區，學到他們對環境永續有很多很好的想法，例如：食物森林、修復學、慢食、永續飲料等，下午到厚食聚落學到木炭的許多妙用，不僅可以除臭、除蟲，還可以做成環保的清潔用品，讓我體會到其實我們每個人只要在生活中改變一些小小的行為，雖然可能會造成一點點自身的不方便，但就可以讓環境有巨大的改變。(中文一 郭奕伶)

◆ENDNOTE:

這次報告讓我學到如何使用endnote, 以及分類資料。我很開心可以跟組員一起討論，一起完成報告，我得到很多同學們跟老師的幫助，我可以感受到團隊合作的重要性，如果有機會，我希望能跟老師、同學們再一次去參觀可食地景，期待這次的報告能達到好的成果。(中文一 祿氏雪玉)

學習軟體使用當天，通過顧老師仔細的教學，讓我們人人都習得了整個使用方法，從頭到尾的能夠自己完成，這堂課雖然很忙，但也很充實。而期中透過書目報告，我也是更熟悉了Endnote 的運用。因為之前也在別科的作業用上，所以大致覺得自己會使用了，但是在這次報告中，又學到了許多新功能，讓我明白，原來我過去所知，只是最基本的。(中文一 黃子純)

◆檔案職涯講座:

我認為我學到的是要找到適合自己的工作，以及興趣也能當飯吃等。與其說選什麼科系，未來就要走某一條特定的道路，我認為這並不正確，就像演講者說的，找到「適合自己的工作」是很重要的一件事，如果工作只是不停的折磨身心，無法帶來成就與滿足感的話，那麼便很難說服自己繼續撐下去，還不如去發展與興趣相關的工作。每個人所走上的道路皆不同，因為機會是由自己創造出來的，端看自己能否掌握時機，並開拓屬於自己的康莊大道。(中文一 王欣渝)

◆海報和摺頁製作:

身為一位文宣，美麗的設計與簡潔的版排設計似乎是必備能力，但，以上我都不具備。我會成為一位文宣是因為我會使用一些設計軟體，向他人的創意借鏡。除此之外我還擁有一位對色彩敏銳的夥伴，和其他隊友提出的意見。最後的成品，是大家想法的匯集。製作文宣品，最重要的便是知道作品需要多大，其實，我對紙的尺寸一點概念都沒有，無法憑空想像紙的尺寸，還好隊友不厭其煩的用A4紙對折比劃給我看，擁有好隊友，大家合作愉快，做事事半功倍。(中文一 何昱萱)

05 參考書目

1. 李雅君. (2016). 都市導入可食地景策略與現況探索-以新北市為例. 逢甲大學, Available from Airiti AiritiLibrary database. (2016年)
摘要:了解可食地景之種植者的效益與困難。
2. 許美鳳. (2018). 可食地景、企業社會責任與遊客重遊意願關係之研究-以大 樹休閒農業旅遊為例. 義守大學, Available from Airiti AiritiLibrary database. (2018年)
摘要:討論可食地景、企業社會責任與遊客重遊意願的關係。
3. 蔡純玉. (2016). 民眾參與可食地景行為之研究. 中興大學, Available from Airiti AiritiLibrary database. (2016年)
摘要:氣候變遷造成糧食危機,臺灣開始推動可食地景。

4. 吳振發, 陳思宏, 蔡純玉, & 廖碧勤. (2019). 參與可食地景使用者行為之變化及類型. [Types of Users' Behavior Changes with Participating Edible Landscaping]. 戶外遊憩研究, 32(3), 101-131. doi:10.6130/jors.201909_32(3).0004
摘要:本研究目的在於驗證參與者體驗可食地景栽植過程後,行為是否改變。
5. 知互動下高校校園可食地景設計探究. [Explore the Edible Landscape Design of College Campus Under the Interaction of Perception]. 智能建築與智慧城市(2019年 06), 48-50.
摘要:可食地景結合了農業生產和景觀設計,是具備實驗性。
6. 周慧琮, 上海設計學院, 中., & 中國美術學院 上海設計學院, 上., 200000. (2018). 可食地景——回歸田園式的景觀設計研究. 藝術科技(2018年 02), 144-144.
摘要:研究可食地景在城市公園的可行性與影響。
7. 謝田富. (2018). 試述可食地景在園林景觀中的應用. 綠色環保建材(1), 247-247.
摘要:本研究的重點圍繞著可食地景在園林景觀中的有效應用。
8. 蔣愛萍, 廣州市林業和園林綠化工程建設中心, 蔣愛萍, 劉連海, 廣州市林業和園林綠化工程建設中心, 廣., 510050, & 廣州市林業和園林科學研究院, 廣., 510405. (2016). 可食地景在園林景觀中的應用. [The Application of Edible Landscape in Landscape Architecture]. 廣東林業科技(2016年 03), 98-103.
摘要:說明了可食地景在園林景觀中的應用布局。
9. 陳信甫. (2015.10.30). 超越可食地景 邁向2.0版都市生態農耕.
摘要:介紹田園城市的名詞由來及能帶來的廣大效益。
10. 新北市政府綠美化環境景觀處 (2018/01/29). "可食地景." Retrieved 10/29, 2019. 林宜靜. (2018.04.27). 都市種茶一點也不難!可食地景輔導團吃健康.
摘要:介紹新北市政府綠美化環境景觀處成立的可食地景輔導團。
11. 維基百科. (2019/4/27). 樸門. (<https://zh.m.wikipedia.org/wiki/%E6%A8%B8%E9%96%80>)
摘要:樸門,結合生態、園藝和農業等領域知識。
12. 何嘉浩. (2017/06/15). 【話有機】「樸門」觀點:設計農場,應順應氣候環境 與市場風險
摘要:各種農業操作方法的發展,即處理生態面的永續性。
13. 林曉君, & 邱奕儒. (2017). 「樸門永續設計」理念應用於大學通識環境教育課程之教學實踐. [The Teaching Praxis in the Environment Curriculums of Universities' General Education Applying Permaculture]. 慈濟通識教育學刊(11), 2-38. doi:10.6755/tcjge.201703_(11).0001
摘要:大學生缺乏對環境變遷的理解與行動,為此作了研究。
14. 徐嘉君. (2016). 樸門農法應用於林下作物初探-以臺糖花蓮平地造林試驗地 為例. 林業研究專訊, 23(2), 34-37
摘要:本研究運用樸門農法,建立具資源循環的平地造林農場。
15. 蔡幸樺. (2016). 探討樸門永續設計理念於都市農園之實踐-以新竹千甲為例. (碩士). 中華大學, 新竹市. Retrieved from <https://hdl.handle.net/11296/kwb483>
摘要:本研究探討樸門發展,學理證據,實際案例,和在地實踐。
16. 信軍. (2005). 國外都市農業的實踐及其啟示. [Practice of Urban Agriculture in Foreign Countries and Its Revelation]. 世界農業, 2005(12), 37-39.
摘要:介紹法國、荷蘭、日本與新加坡的都市農業發展。
17. 闕金華, 張洪程, & 萬靚軍. (2003). 城市現代化進程中都市農業發展問題探討. 19(4), 162-165.
摘要:城市化造就了都市農業的模式多樣化、生產技術專業化。
18. 桃園區農情月刊, 戴. J. (2019). 2019都市農業發展論壇-城市科技桃花源 活動報導. (243), 2-3.
摘要:介紹桃園與新竹獲獎的產銷班以及其品牌。
19. admin. (2016.11.28). 市民農園:市民農園成立理念與目的. (<http://www.tfa-leisure-agri.org.tw/modules/news/article.php?storyid=15>)
摘要:有教育性質,讓下一代的孩子們能親近土地。
20. 百度百科. (2013). 都市農業(<https://baike.baidu.com/item/%E9%83%BD%E5%B8%82%E5%86%9C%E4%B8%9A?timestamp=1575110970985>)
摘要:寫出都市農業的特點與分類,闡述發展都市農業的方法。

製作

總編：林育呈 美宣：何昱萱，黃子純
文案：王欣渝，郭奕伶
資料：祿氏雪玉

