

## 【首惜廚師】花蓮縣第三屆惜食教案甄選活動簡章

### 壹、辦理緣起與目的

花蓮縣為推動珍惜食物（以下稱惜食）之環境教育，吸引社會大眾關注並支持惜食理念，特辦理「花蓮縣第三屆首惜廚師惜食教案甄選活動」。

透過惜食教案甄選活動，鼓勵對惜食議題感興趣者，藉由惜食教案將惜食理念推廣給更多學子及社會大眾，向 2050 淨零綠生活邁進，一同開創永續的新食代。

### 貳、辦理單位

- 一、指導單位：環境部。
- 二、主辦單位：花蓮縣環境保護局。
- 三、承辦單位：亞太環境科技股份有限公司。

### 參、辦理時間與地點

#### 一、縣內評比

- (一) 報名期限：即日起至 114 年 5 月 20 日（星期二）中午 12 時 00 分止。
- (二) 評比日期：114 年 6 月 28 日（星期六）
- (三) 評比地點：花蓮縣環境保護局。

#### 二、全國總評比

- (一) 評比日期：114 年 8 月 16 日。
- (二) 評比地點：環境部。

### 肆、參加對象及組隊方式

- 一、參加對象：凡對惜食議題感興趣者皆可參加。
- 二、組隊方式：不限個人或團隊報名參加，若以團隊參賽，成員至多 3 名，惟報名時請以 1 人為代表人報名，勿多人同時報名。

### 伍、報名方式

- 一、報名時間：即日起至 114 年 5 月 20 日（星期二）中午 12 時 00 分止，至環境部活動網站的【花蓮縣環保局專區】，填妥相關報名資料並上

傳，即完成報名程序。（報名網址：<https://www.cherishfood.com.tw/>）

二、注意事項：參賽者可依個人意願，選擇一縣（市）報名，不可重複報名，如有冒名、重複報名或未依前述規定辦理者，經查證且未於報名期限內改正者，將取消參賽資格。

## 陸、甄選辦法

### 一、縣內甄選

（一）甄選主題：以 10 項惜食行動「主動說、可以選、可打包、吃格外、吃全食、吃在地、惜食材、愛地球、愛分享、愛推廣」，規劃設計 2 至 4 節課之教學內容。

（二）教案規格：

1.教案須以 A4 平面直開印製、標楷體 14 號字書寫、英數字以 Times New Roman 書寫，掃描上傳，各階段若有使用任何圖片、照片、影像、音樂，需取得授權許可。

2.教學對象：以中、小學之學生為對象。國小階段每節課 40 分鐘，中學（國、高中）階段每節課 50 分鐘。

3.報名與教案設計表（如附件 1）：含教學理念、教學對象、教學目標、教學流程、教學評量、照片等，教案規劃設計 2 至 4 節課之教學內容。

4.作品授權書（如附件 2）、法定代理人同意書（如附件 3）。

（三）書件審查：參賽隊伍報名資料符合甄選相關規定者，始得進入現場教學演示評比。

（四）教學演示評比：通過資格審查之參賽者，需於評比當日現場進行 10 分鐘內之教案展演，內容涵括教學情境（主題、對象、教學目標）、教學活動說明及試教，可自行準備教具或教材。結束展演後，將由評選小組進行評分，流程說明如下：

1.評比時間：114 年 6 月 28 日（星期六），請依照主辦單位通知之指定時間完成報到，無故未於指定時間完成報到者視同棄權。

2.評比地點：花蓮縣環境保護局。

3.評比將選出第 1 名、第 2 名、第 3 名各乙名以及佳作 3 名進

行頒獎，結果將於 114 年 7 月 6 日（星期五）前進行公告。

4. 評比獲第 1 名之參賽者將由環保局聘請專家委員進行輔導，並代表花蓮縣參加「第 3 屆首惜廚師甄選活動」全國總評比。

5. 第 1 名之參賽者若未能配合輔導以及參賽，將取消其第 1 名資格並由後續名次遞補。

#### （四）頒獎

1. 頒獎時間：114 年 7 月 12 日（星期六）。

2. 頒獎地點：花蓮縣上騰高級工商職業學校。

3. 頒發獎項：惜食教案甄選前 3 名以及佳作 3 名。

### 二、全國總評比

（一）參賽資格：縣內評比之優勝選手。

（二）競賽時間：114 年 8 月 16 日（星期六）。

（三）競賽地點：環境部。

（四）備註：甄選詳情將依據環境部最新公告辦理。

### 柒、甄選內容

#### 一、甄選主題內容說明

以 10 項惜食行動「主動說、可以選、可打包、吃格外、吃全食、吃在地、惜食材、愛地球、愛分享、愛推廣」，涵蓋主題愈多或愈廣、愈有創意、愈能有效提升惜食理念者為佳，如表 1。

表 1 惜食教案甄選主題

| 主題  | 內容說明                                   | 附註             |
|-----|--|----------------|
| 主動說 | 鼓勵主動說明餐點／食品內容或主動詢問餐點內容，不吃的食物可事先表明。     | 可混合多個主題進行教案設計。 |
| 可以選 | 鼓勵「吃多少，點/買多少」，主動說出份量大小的需求，並可依喜好減少特殊食材。 |                |
| 可打包 | 鼓勵打包吃不完的食物，並妥善存放、盡快食用。                 |                |
| 吃格外 | 不排斥格外品（如：醜蔬果）和即期品；如為即食需求，鼓勵可優先選擇即期品。   |                |
| 吃全食 | 煮飯時，鼓勵將整個食材（如果皆可食）全部入菜食用，來一頓零廚餘的料理。    |                |
| 吃在地 | 自煮時鼓勵優先購買在地食材；外食時鼓勵優先選擇惜食推廣種子店家、綠色餐廳。  |                |

|     |  |  |
|-----|--|--|
| 惜食材 | <ul style="list-style-type: none"> <li>鼓勵每天至少1餐，把點的食物全部吃完。</li> <li>鼓勵善用食材不浪費（如：骨頭熬湯、果皮堆肥）。</li> </ul> |  |
| 愛地球 | <ul style="list-style-type: none"> <li>鼓勵一週一蔬食日，並且做好廚餘分類。</li> <li>鼓勵自備環保杯、餐具、購物袋。</li> </ul>          |  |
| 愛分享 | 鼓勵可將吃不完的食材/食物，趁新鮮與親友分享或捐贈給食物銀行/剩食再利用組織。  |  |
| 愛推廣 | 鼓勵可適時與親友分享惜食理念。  |  |

## 二、評分標準

表 2 惜食教案組評分標準

| 評分項目     | 占分比例 | 評分標準   |
|----------|------|--|
| 主題明確與創新  | 20%  | 主題符合惜食理念與行動，並能有效提升學習者惜食素養。   |
| 內容正確與豐富  | 35%  | <ol style="list-style-type: none"> <li>學習目標與教學方法具體，並切合教學對象。</li> <li>教學架構具備邏輯連貫性；教學後的學習成果及評估能符合教學目標。</li> <li>教學活動之知識、技能內容正確，教案設計內容豐富且具創意性、獨特性，能啟發學習者思考與視野。</li> </ol> |
| 規劃適切與可行性 | 25%  | <ol style="list-style-type: none"> <li>依教學內容需要準備教材教具，且展演得宜、具體可行。</li> <li>教學活動可行性高且易推廣。</li> </ol>   |
| 教學展演     | 20%  | 能掌握基本教學要領，清楚表達且能吸引學習者注意力。  |

## 捌、花蓮縣地方評比績優獎項及獎勵

花蓮縣地方評比績優獎項及獎勵，如表 3。如參賽作品未達評選小組之評定標準，獎項得從缺。

表 3 惜食教案獎勵

| 獎項    | 名額  | 獎勵            |
|-------|-----|---------------|
| 第 1 名 | 1 名 | 獎狀及新台幣壹萬元等值禮券 |
| 第 2 名 | 1 名 | 獎狀及新台幣捌仟元等值禮券 |
| 第 3 名 | 1 名 | 獎狀及新台幣陸仟元等值禮券 |
| 佳作    | 3 名 | 獎狀及新台幣貳仟元等值禮券 |

## 玖、注意事項

一、參賽者報名後，即表示同意遵守本活動所有規則、注意事項及內容規範，如有違反前述任一內容主辦單位將取消其得獎資格。

- 二、參賽者評選當天須出示有貼照片之身分證明文件（身分證、健保卡或護照）供主辦單位驗證與報名人員是否相符，除因突發或不可抗力因素外，不可臨時替換參賽者。
- 三、參賽者保證所有提供之個人資料均為真實且正確，如有不實或不正確之情事，將被取消得獎資格，且如有致生損害於主／承辦單位或其他任何第三人，應負一切民刑事責任。主／承辦單位對於任何不實或不正確之資料不負任何法律責任。
- 四、參賽者須遵守主辦單位的一切安排。如有違反者，主辦單位有權取消其參賽資格及其所獲獎項。
- 五、所有得獎隊伍，至少須有 1 位參賽選手參加頒獎典禮。除特殊原因外，不在頒獎現場且未提前告知的獲獎隊伍將以自動放棄獎項處理。
- 六、獲獎者同意將本活動所撰寫之教案內容之著作財產權，無償授權與主辦單位及經主辦單位授權之人（單位）使用，並配合主辦單位邀請，參與後續惜食環境教育相關推廣工作。
- 七、參賽作品須為自行創作，且無發生侵害第三人著作權利之情事；如有抄襲侵權、或其他違反法令等情形發生，除取消入選資格、追回獎項外，參賽者應負一切相關法律責任。
- 八、本活動主辦單位將全程錄影，所有相關演示及試教的過程，在參賽者簽署「作品授權書及肖像權授權同意書」後，將有可能被運用在主辦單位製作多媒體相關宣傳文宣，參賽者不得異議。
- 九、參賽者同意主辦單位得對參賽者及其作品得為拍照、錄影。參賽者個人簡介與個人照，亦同意授權主辦單位使用（包括製作平面刊物、拍攝影像、新聞稿及網站刊登等）。
- 十、依據所得稅法規定，將開立年度扣繳憑單予本活動獎項得獎者，均須依中華民國稅法規定，由主辦單位代扣應繳稅額後給付，得獎者領獎時需檢附身分證正反面影本、護照或居留證影本（團體創作得獎者，請依報名表填寫主要創作者交付），以便日後扣繳憑單之寄送作業；如得獎者不接受開立扣繳憑單，或未於規定期限內完成相關手續者，視同放棄得獎權利（依所得稅法規定，本國國人機會中獎之獎項價值超過新臺幣 1,000 元，所得將列入個人年度綜合所得稅申報；若獎品價值總額超過新臺幣 20,010 元，中華民國境內居住之個人須就中獎

所得扣繳 10% 稅額；外籍人士不論金額，均須依中國國民稅法扣繳 20% 稅額。)。獲獎作品如為共同創作者，應由共同得獎者自行決定獎勵分配。

十一、所有參賽作品及相關資料恕不退件，主辦單位留存備查 1 年後得進行資料封存或其他相關活動推廣使用。

十二、依據民法規定參賽者已滿 18 歲或已取得法定代理人之同意，有權參加本活動並領取獎項。若參賽者未滿 18 歲，主辦單位有權要求參賽者提供法定代理人書面同意之相關資料。

十三、主辦單位擁有對本活動規則的最終解釋權，並有權修正、更改或刪除相關規定之權利。

十四、如有未盡善之處，主辦單位保留最終修訂及解釋之權利。

#### 拾、聯絡窗口

亞太環境科技股份有限公司：楊專員，(03)822-1911

Email：aetc.109ee@gmail.com

**附件 1：【首惜廚師】惜食教案組報名表**

|  |  |           |             |
|--|--|-----------|-------------|
| 設計者姓名<br>(至多 3 名)  |  | 代表縣(市)    |             |
| 教案名稱   |  |           |             |
| 設計理念   | (300 字內)   |           |             |
| 教學目標   |  |           |             |
| 教學時間   |  |           |             |
| 教學對象   |  |           |             |
| 主題概念<br>(可複選)  | <input type="checkbox"/> 主動說 <input type="checkbox"/> 可以選 <input type="checkbox"/> 可打包 <input type="checkbox"/> 吃格外 <input type="checkbox"/> 吃全食<br><input type="checkbox"/> 吃在地 <input type="checkbox"/> 惜食材 <input type="checkbox"/> 愛地球 <input type="checkbox"/> 愛分享 <input type="checkbox"/> 愛推廣 |           |             |
| <b>教學流程</b>  |  |           |             |
| (請規劃設計 2 至 4 節課之教學內容，自行依需求增列表格列數)                          |  |           |             |
| <b>學習活動</b>  |  | <b>時間</b> | <b>教學資源</b> |
| 引起<br>動機   |  |           |             |
| 發展<br>活動   |  |           |             |
| 綜合<br>活動   |  |           |             |
| <b>學習成效評估</b>  |  |           |             |
|  |  |           |             |
| <b>附件資料</b>  |  |           |             |
| 1.學習單 1 份 2.教學簡報 1 份 3.評量工具 1 份 4.參考資料等<br>(僅為範例，參賽者得自由調整) |  |           |             |

表格若不敷使用，請自行增刪，總頁數請於 20 頁以內。

**附件 2：【首惜廚師】惜食教案作品授權書**

|  |  |    |    |
|--|--|----|----|
| 組別   | <input type="checkbox"/> 料理食譜組 ( <input type="checkbox"/> 分區決賽 <input type="checkbox"/> 全國總決賽) <input type="checkbox"/> 創意教案組  |    |    |
| 作品名稱   |  |    |    |
| 授權人  | 1.   | 2. | 3. |
| 被授權人   | 環境部、花蓮縣環境保護局   |    |    |
| 說明   | <p>本參賽人員（團隊）參加環境部「第 3 屆首惜廚師甄選活動」，就該作品保證及授權如下：</p> <p>1.本參選人員（團隊）保證報名資料均為真實正確，作品（食譜或教案）未侵害或抄襲他人著作、未經刊登、非授權自其他人或單位之原創作品，且未於其他活動重覆參選而得獎。若作品內容涉及侵權事宜、資料填寫不實等情形，經查證屬實，除取消獲獎資格、追回獎勵外，參賽者須自負各項法律責任，與辦理單位無關；若造成辦理單位之損害，參賽者另應負損害賠償責任。</p> <p>2.本參選人員（團隊）同意無條件將活動內所產出之作品（食譜或教案）無償授權予環境部，得將作品複製、重製、數位化等方式進行教育推廣、發表、展示、出版、上網公開或其他非營利目的使用。環境部得以創用 CC(Creative Commons)「姓名標示-非商業性 (4.0 版)」標示授權。</p> <p>3.本授權為非專屬授權，授權人對授權著作仍擁有著作權。</p> |    |    |
| 備註   | <p>1.請以標楷體填寫。</p> <p>2.作品若為 2 人以上之共同著作，全體人員皆須簽署，否則本同意書視同無效，並取消甄選資格。</p>  |    |    |
| <p>此致<br/>環境部<br/>立授權書人（全體人員簽章）：</p> <p style="text-align: center;">中華民國 114 年                      月                      日</p> |  |    |    |



附件 3：【首惜廚師】惜食教案甄選法定代理人同意書

未成年人參加【第 3 屆首惜廚師甄選活動】  
法定代理人同意書

您好：

為了保障貴子弟的權益，請務必詳細的閱讀本同意書之各項內容。

- 1.主辦單位花蓮縣環境保護局委託本單位亞太環境科技股份有限公司（以下稱本單位）辦理「花蓮縣第三屆首惜廚師甄選活動」，因活動相關業務之需求，取得您自由提供的貴子弟個人資料，在個人資料保護法及相關法令之規定下，本單位將依法處理及利用貴子弟的個人資料。
- 2.您所提供以下的個人資料：姓名及聯絡方式（包括但不限於電話號碼或聯絡地址）或其他得以直接或間接識別貴子弟個人之資料皆受本單位保全維護，並僅限於公務使用。
- 3.您同意本單位以您所提供的個人資料確認貴子弟的身分，並與您進行聯絡、提供您本活動之相關資訊。
- 4.您所提供之個人資料，若經檢舉或經本單位發現不足以確認貴子弟的身分真實性或其他個人資料冒用、盜用、資料不實等情形，本單位有權終止貴子弟參與本活動之相關權利。
- 5.個人資料蒐集之特定目的消失或期限屆滿時，本單位將主動或依當事人之請求，刪除、停止處理或利用該個人資料。但因執行職務或業務所必須或經當事人書面同意者，不在此限。
- 6.您瞭解此一同意書符合個人資料保護法及相關法規之要求，具有書面同意本單位蒐集、處理及利用您提供的個人資料之效果。

※簽署即視為您已詳閱並了解本同意書的內容，且同意貴子弟參加本單位辦理之「花蓮縣第三屆首惜廚師甄選活動」並遵守所有事項，謝謝。

參賽者姓名：

法定代理人(監護人) 簽章：

身分證字號：

聯絡電話：

中華民國 114 年 月 日