

2026「日日五海味」

食魚文化教師及營養師研習活動(高雄場-基礎研習課程)

一、研習內容規劃

1. 食魚文化：知魚懂魚 x 永續海洋

邀請黃之暘教授，以「食魚文化」為核心，從食魚知識脈絡、教學應用到海洋永續觀念，系統性解析食魚教育的推動策略。內容涵蓋從海洋到餐桌的全過程，結合實務教學技巧，全面強化第一線教育人員於食魚教育推廣上的知能與應用力。

2. 寓教魚樂：食魚教育 x 多元教材 x 教具設計

邀請中華民國營養師公會全國聯合會黃翠華副理事長，先以校園為切入點，從營養午餐角度介紹水產品的營養成分，以及如何結合午餐與課程提升學生理解及接受度；並且邀請「2022 魚你相育—食魚教案徵選競賽」得獎者張簡琦麗老師分享食魚文化融入校園課程的實際案例分享及海洋教育的落實；以及邀請魚學社詹佳和，結合本會開發之食魚教育教材，從理念建構、環境永續到互動操作，帶領學員深入探討課程設計思維。引導學員進行教材應用，強化教學現場的實作與創意能力。

二、研習課程流程與內容

- 高雄・基礎研習課程：115年7月1日(三) 08:50-16:00

時間	活動內容	活動說明
08:20-08:50		教師、營養師簽到
08:50-09:00		長官致詞
09:00-10:30	【食魚文化】	知魚懂魚 x 永續海洋 國立臺灣海洋大學 黃之暘 副教授 由專家學者分享，強化第一線教育人員對食魚文化的教學知識與應用
10:30-12:00	【職人帶路】	食魚教育 x 魚你相育 中華民國營養師公會全國聯合會 黃翠華 副理事長 邀請營養師介紹如何將學校營養午餐與課程結合，提升學生對魚料理的認識與接受度。
12:00-13:00		中午用餐/休息時間
13:00-14:30	【寓教魚樂】	魚你相育 x 多元教材 屏東縣立枋寮高級中學 教案設計者：張簡琦麗 教師 請第一線食魚教育推廣之老師，分享教材【翻轉魚生~全身都是寶的臺灣鯛】及第一線教學經驗。
14:30-15:55	【職人帶路】	魚你相育 x 多元教材 魚學社 - 詹佳和 活動企劃 由設計虱目魚分解仔及頭足變身仔之教具設計師，帶領學員探討教材設計及應用思維。
15:55-16:00		活動 Q&A、大合照
16:00-16:30		散場

三、講師簡介

	<p>國立臺灣海洋大學 黃之暘 副教授</p> <p>常獲邀任食魚教育相關講座之主講貴賓，常以食魚文化為主題，分享食魚教育的重要性。從知魚識魚到賞魚，教導大眾建立正確的食魚態度，吃在地、食當令，一起愛護海洋資源愛護環境！專長包含水生無脊椎、觀賞水族、水產養殖等。</p>
	<p>中華民國營養師公會全國聯合會 黃翠華 副理事長</p> <p>中華民國營養師公會全國聯合會於民國 84 年 6 月 10 日依營養師法設立，以聯合全國之營養師公會，增進營養專業知能共謀營養專業發展，促進國民營養、維護營養師權益及提昇營養師地位為宗旨。</p> <p>會員服務領域廣泛，如醫療機構、營養諮詢機構、學校、團體食品供應業、長期照顧服務機構、公共衛生社區領域、營養教育與研究機構等。</p>
	<p>屏東縣立枋寮高級中學 張簡琦麗 教師</p> <p>教案名稱：翻轉魚生～全身都是寶的臺灣鯛 結合之國產水產品：臺灣鯛</p> <p>吳郭魚，在老一輩長者的觀念裡就是臭水溝魚，是一種食用雞糞鴨糞的下雜魚種。其實吳郭魚的適應力強，魚刺又少，是一種優質的蛋白質來源。近年來，在許多養殖業者的努力下，培育出優質化的吳郭魚種，牠們有了閃亮的新名字——臺灣鯛，成為臺灣之光。課程旨帶領學生了解經常出現在餐桌上的魚種，如何從下雜魚種，翻轉成優質且世界聞名的臺灣鯛，認識牠們的養殖環境、魚體結構，並賦予料理廢棄物——魚鱗新生命，製作成藝術品或美味的膠原蛋白果凍。最後，引導學生思考在漁業養殖中，可以有哪些友善環境的養殖方法，並進行分組討論與發表。</p>



魚學社

詹佳和 活動企劃

從歷史、勞動、交易三個面向切入，探索當代漁村現況，並試圖在大溪漁港找到「從認識開始」的破口。透過田野調查，記錄漁業變遷，探討傳統到現代漁法的變化，並理解產業轉型對社區、海洋資源與漁業勞動帶來的影響；並藉由實際參與漁村日常，進入櫻花蝦挑撿、補網、魚販等工作現場，透過身體實作來學習漁業運作的邏輯，建立與漁業工作者的關係，進一步累積可行的行動經驗。