

### (三) 農業生產及農村生活改善

#### • 農民營養保健及家政輔導

為因應農村整體環境的變遷，農村生活改善與家政推廣教育計畫調整為高齡者生活輔導，保健工作，提昇營農婦女能力，本場針對具有改善農村生活，生產環境，農民健康與生活調適等之教育性、服務性之工作。

##### (1) 生活改善

輔導重點著重於訪談、心理調適、意外事件之預防、膳食營養。檢查結果，60%老人罹患慢性疾病，以骨質疏鬆症、高血壓、心臟病等。由計畫顯示，配合飲食控制，改變膳食習慣可獲得改善，其改善率分別為35%至73%之間。

##### (2) 營養保健教育

由檢驗顯示農村婦女健康異常者，以體重過重、尿酸過高、膽固醇偏高或低、痛風為主，與其班員年齡家人勞動產業工作及飲食有關，經輔導後對預防保健知識、烹飪調理技術、飲食設計、預防保健，部份均能實踐應用獲得改善率達30-80%。

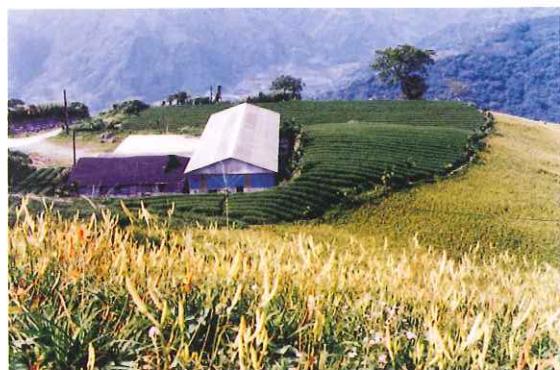
#### • 營造農漁村社區新形象－強化家政推廣教育

以農村生活改善及農業推廣教育為基礎，融合農村實質環境改善，其業務係以軟體為前導，針對高齡者地區居民之迫切性為條件，分別支助農村生活及生產環境之改善，而改善主要工作項目，依社區整體發展觀點，結合生產、生活、生態與傳統文化特色，農村風貌層面，據以宏觀規劃，配合農業推廣教育之推動，實質改善農村高齡者生活環境，提高生活品

##### (3) 提昇營農婦女能力及農村副業技藝研習

為健全推動幫手制度，實施推動鄰里互助或代工換工制度，發展農村婦女人力資源，投入營農行列，紓解農忙高峰期。另加強提供生活資訊，輔導對農業經營管理知識觀念與技術，並將農特品轉換為高經濟商品，創造商機，強化產品分級包裝，提昇品質配合產期辦理展售促銷活動，建立地區產業品牌形象。在推動實務經驗上，東河、長濱農會之月桃、拼布之編織設計有獨特創作，台東、東河農會自家梅加工產品如梅酒、脆梅、甜甘梅，最具經濟實惠。台東、台東地區農會建東、頂寮家政班開發釋迦副產品，黑變果、畸型果加工處理，開發釋迦露、釋迦冰淇淋，深受消費者之認同喜愛，釋迦果樹塑造創作達巧奪天工之境界；關山的米食製作；鹿野農會茶副產品加工利用之創造。

質，促使農村更健康化。



## • 精緻農產品加工與休閒農業結合可行性之研究

依地方自主性計畫為原則，就社區推動為據點，凝聚社區共同意識，以農民日活動，鄉土文化季及產業文化研習為主題，以促使農民村鄉土產業文化之認同，促使農村整體發展，塑照充滿活力的農村生命共同體，達到文化傳統之目標。

(1) 農特產業研習在台東地區農會辦理地方特產加工，傳統手工藝傳承良質米，藥膳料理等研習班。配合產業文化成果展，結合觀光休閒農業辦理香丁採果，親水公園親子活動，增進民眾對產業認知，帶動消費額150萬元。鹿野地區農會產業文化研習班，以茶藝文化認知多元化，開發與利用最具成效，茶副產物加工利用製作茶枕、茶膳、茶餅點。舉辦產業文化成果展配合農特品促銷品嚐活動，並舉辦賞梅、採梅及自然保育知性之旅活動，宣導解說自然生態保育及對產業認知，帶動消費額100萬元，達到寓教目的。太麻里地區農會辦理原住民魯凱、排灣族陶藝創作研究最為突顯。並舉辦釋迦、茶餅品嚐促銷，及金針山之旅活動，宣導休閒農業，每年帶動觀光人潮1,000～2,000人次。

(2) 鄉土產業文化—東河鄉，梅、晚崙西亞產業文化季系列活動：配合地區農產品之產期，特將地產面、生活面、生態面，設計與產業相關文化活動，配合農業文化成果，帶動社區居民共同參與，彰顯多元化農業發展。在泰源村舉辦梅、晚崙西亞採果品嚐活動，參加人潮達1,500

人，帶動消費額350萬元以上。

(3) 分別由基層農會推廣股依地區特性、需求、實施健全班組織，運用現有家政班場所，按固定時間開班會辦理食品加工及相關講習等訓練活動，積極加強班員的加工與烹飪技巧。鼓勵家政班員參加中餐訓練，取得中餐檢定合格證書，冀能在本計畫內幫助班員開拓新的天空與事業。輔導班組織功能的發揮，建立團隊精神，開發當地特有作物與古早風味的農產品食用法。蘭嶼紅頭：運用蘭嶼當地農特品水芋（芋頭），加工製造「蘭芋薯」。鹿野高台：運用當地特有作物紅竿蔗、牧草、野菜、有機蔬菜、梅子、茶葉等訓練對加工、烹飪有興趣的家政班員製作茶膳、梅子加工、茶類加工製品、以及野菜食譜等各式各樣點心與菜餚。台東岩灣：以當地特產枇杷、釋迦、茶等製作加工製品及各類點心與風味不同各式菜餚食譜。東河美蘭：東河農場為台東地區最大觀光休閒農場，遍地野菜，訓練美蘭當地家政班員，對加工、烹飪有興趣的家政班員製作野菜食譜等各式各樣點心與菜餚。蘭嶼紅頭；已有三次加工試驗，用蘭嶼當地水芋（芋頭），加工製造「蘭芋薯」。鹿野高台；結合訓練當地瑞和、瑞源、景豐三個班有興趣的家政班員運用當地特有作物紅竿蔗、牧草、野菜、有機蔬菜、梅子、茶葉等以加工、烹飪製作茶膳、梅子加工、茶類加工製品、以及野菜食譜等製作各式各樣點心與菜餚二十八樣。台東岩灣、頂寮；分

別在不同產期，當地特產枇杷、釋迦、茶、梅子等製作加工製品及各類點心與風味不同各式菜餚食譜二十五樣。東河美蘭；東河農場為台東地區最大觀光休閒農場，遍地野菜，訓練美蘭當地家政班員，對加工、烹飪有興趣的家政班員製作野菜食譜等各式各樣點心與菜餚二十五樣。

## • 原住民地區家政推廣教育

### (1)高齡者生活改善方面：

輔導各鄉鎮市組織高齡（新）班17班845人。及繼續辦理舊班14班。每班年召開10次以上研習會。灌輸營養保健、心理調適，辦理生化檢驗，就健康問題者協調衛生單位個別輔導。教導各項運動改善慢性疾病增強體能。辦理高齡者休閒運動（槌球）訓練或競賽。

### (2)營養保健班：

計有6班135人，辦理健康檢查了解健康狀況就健康問題個案訂定改善目標（如體重分階段目標改善）。設計各項健康問題改善學習活動課程。灌輸健康問題形成誘因及如何做行為改善知識與技術。辦理成果經驗發表知識交流。

### (3)提升營農婦女能力：

計有19班350人，其目標鼓勵農家夫妻共同參加有關生活改



善、農業技術及經營暨親職教育、婚姻、高齡者照顧、家人溝通技巧等研習活動。結合地方自然景觀、特產（色）人文等資源創造商機。改善生活環境加強環保教育落實綠美化、垃圾減量、創造優美居住環境並具觀光價值吸引遊客為目標。灌輸記帳及成本計算分析、勞務管理、行銷策略、資訊收集等之知識。

### (4)普及高齡者生活改善：

計有11村370人，其目標為以村為單位辦理生化檢驗針對健康有問題協調衛生單位予以個別輔導改善之道。辦理健康講座針對老化衍生慢性疾病、及防治之道。充實休閒育樂設施，倡導正當休閒活動、要活就要動道理。老人生涯規劃教育，輔導建立健康人生觀，早作經濟規劃過有尊嚴人生。