

宜蘭縣政府環境保護局

【首惜廚師】宜蘭縣惜食料理食譜暨教案甄選 活動簡章-教案組

1. 辦理目的

為推廣社會大眾關注及支持惜食理念，透過惜食教案甄選活動，鼓勵對料理或惜食文化推廣感興趣的人士、環境教育人員、餐飲相關產業廚師、學生、教師、從業人員運用活潑有趣的教案推廣更多人瞭解惜食理念。

2. 指導單位：行政院環境保護署

主辦單位：宜蘭縣政府環境保護局

承辦單位：亞太環境科技股份有限公司

3. 甄選組別：惜食教案組

4. 參加對象及組隊方式

(1) 參加對象：

凡餐飲相關產業廚師、學生、教師、從業人員、對料理或惜食文化推廣感興趣的人士及環境教育人員皆可參加。

(2) 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。

5. 甄件時間：即日起至 6 月 15 日(四)中午 12 時 0 分截止

6. 報名方式

至報名網頁下載報名參賽相關資料。於規定時間內至環保署惜食料理食譜暨教案甄選活動報名網頁 (<https://reurl.cc/d7QZAD>)，各縣市初賽>宜蘭縣>我要報名，點選惜食教案組，填寫報名資料並上傳報名相關資料(請依格式範本填寫)。

7. 甄選內容：

甄選涵蓋 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」之惜食教案，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。

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	- 鼓勵每天至少 1 餐，把點的食物全部吃完。 - 鼓勵善用食材不浪費（如：骨頭熬湯、果皮堆肥）。	
愛地球	- 鼓勵一週一蔬食日，並且做好廚餘分類。 - 鼓勵自備環保杯、餐具、購物袋。	
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。	

8. 甄選規格：

規劃至少 4~8 小時（可分堂、分天）的教案，主辦單位將按參賽者提供的報名文件進行評選。

(1)收件時間：自即日起起至 112 年 6 月 15 日（星期四）中午 12 時 00 分止，以檔案上傳時間為憑，逾期不予受理。

(2)報名資料：需繳交報名表、教學表（教學理念、惜食金句、教學對象、教學目標、教學流程、教學評估、照片等）、作品授權書、法定代理人同意書。

(3)參賽隊伍報名資料符合甄選相關規定者，始進入評選階段。

(4)錄取人數：取前 3 名進行頒獎。

(5)第一名之作品將代表宜蘭縣參與全國賽，得獎人須配合教案試教並拍攝影片。如無法配合，將由第二名代表遞補。

9. 評選方式及項目：

由本局邀集專家學者組成評選小組，召開評選會議。

惜食教案組評分標準

評分項目	佔分比例	評分標準
教學對象描述	10%	分析教學對象特性。
主題性	30%	根據對象的學習需求設計不同主題，惟主題內容須呼應十大惜食行動設計。
教學結構	20%	包含引起動機、開發活動、綜合活動三大部分，考驗教學的氣氛引導、互動性與流暢度。
創意與創新	15%	教學內容、方式、教材之創意程度。
教學評估	15%	學習成效評估，如學習單、前後測、實作等，需呼應學習目標與主題。
完整性	10%	教案內容是否前後呼應及具連貫性。 進入決賽者尚須包含影片拍攝的完整度與品質。

10. 績優獎項及鼓勵：

如參賽作品未達評選小組之評定標準，獎項得從缺。

惜食教案獎勵

名次	名額	獎勵
第一名	1	每組 10,000 元禮券或獎品、獎座一座
第二名	1	每組 5,000 元禮券或獎品、獎座一座
第三名	1	每組 3,000 元禮券或獎品、獎座一座
佳作	2	每組 1,000 元禮券或獎品、獎座一座

11. 注意事項：

- (1) 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。
- (2) 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／委辦單位或其他任何第三人，應負一切民刑事責任。主／委辦單位對於任何不實或不正確之資料不負任何法律責任。
- (3) 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。
- (4) 所有入圍決賽隊伍，至少須有 1 位參賽選手參加頒獎典禮。除特殊原因外，不在頒獎現場的獲獎隊伍將以自動放棄獎項處理。
- (5) 獲獎者同意將本活動所撰寫之食譜、教案內容等著作之著作財產權，無償授權與行政院環境保護署、宜蘭縣政府環境保護局及經行政院環境保護署、宜蘭縣政府環境保護局授權之人(單位)使用。
- (6) 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。
- (7) 本活動主辦單位將全程錄影，所有相關彩排及比賽的過程，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。

- (8) 參賽者同意主辦單位得對參賽者及其作品得為拍照、錄影。參賽之食譜、參賽者個人簡介與個人照/廚師照，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）。
- (9) 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 20,000 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，均須依中國民國稅法扣繳 20%稅額。）
- (10) 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。
- (11) 所有參賽作品及相關資料恕不退件，承辦單位留存備查 1 年後得進行資料封存或銷毀。
- (12) 參賽者已滿 20 歲或已取得法定代理人之同意，有權合法參加本活動並領取獎項。若參賽者未滿 20 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。
- (13) 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。
- (14) 本簡章如有未盡善之處，主辦單位保留最終修訂及解釋之權利。

12. 聯絡窗口：

田先生 (03)990-7755#156

林小姐 (03)990-7755#152

附件 1

【首惜廚師】惜食料理食譜暨教案甄選競賽
惜食教案組

參賽編號	(由主辦單位填寫)
參賽作品名稱	
參賽者名單	(若為團體組需填寫所有成員姓名)
報名主題 (須勾選至少 1 項)	☐ 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

附件 2

【首惜廚師】惜食料理食譜暨教案甄選競賽 教案表			
教學理念	(200 字以內)		
惜食金句	(20 字以內，說明金句內涵)		
教學對象	(50 字以內，描述特性與學習需求)		
教學目標	項次	內容說明	
	1		
	2		
	3		
		(本表不敷使用可自行增列)	
教學流程	項次	內容說明/時數	照片
引起動機	1	(1)活動名稱/時數 (2)執行步驟簡述	
開發活動	2-1	同上	
	2-2	同上	
綜合活動	3	同上	

教學評估		
教學附件說明		
項次	名稱	內容簡述
1		
2		
3		

(本表不敷使用可自行增列)

附件 3

惜食教案組 作品授權書	
作品名稱	
授權人	所屬團隊（簽名/蓋章）
被授權人	宜蘭縣環境護局及經本局授權之人(單位)
備註	1. 請以正楷文字詳細填寫。 2. 如 2人（含）以上參賽，授權人請填作品主要代表人。
(1) 茲聲明本作品為授權人自行創作，內容未侵犯他人著作權，如有聲明不實，願負一切法律責任。若有抄襲或不實，本人/團隊同意得由主辦單位取消得獎資格，並收回所得之獎項及獎金，並負一切法律責任。 (2) 授權人同意無償授權宜蘭縣環境保護局及經本局授權之人(單位)使用，得不限時間、地域與次數，以紙本、微縮、光碟或其他數位化方式重製、典藏、發行或上網，提供讀者基於個人非營利性質及教育目的之檢索、瀏覽、列印或下載，或用於廣宣素材（包含廣告、刊物、海報、傳單、報導、電子媒體等平台），以利學術資訊交流與全民推廣。另為符合典藏及網路服務之需求，被授權單位得進行格式之變更。 (3) 本授權為非專屬授權，授權人對授權著作仍擁有著作權。 特此切結為憑，此致 宜蘭縣環境保護局 立授權書人簽章：_____（作品主要代表人） 身分證字號：_____ 連絡電話：_____ 填表日期： 112 年____月____日	

附件 4

**【首惜廚師】惜食料理食譜暨教案甄選競賽
法定代理人同意書**

茲同意本人未成年子女_____（參賽學生姓名）
參加宜蘭縣環境保護局（主辦單位）委託亞太環境科技股份有限公司舉辦之【首惜廚師】惜食料理食譜暨教案甄選競賽。

法定代理人（未成年之參賽人家長或監護人）：（簽章）

姓名：（簽章）

身分證字號：

連絡電話：

住址：

中華民國 112 年 月 日