



「蜂狂美味」闖關遊戲 嘉藥在歸仁推廣蜂蜜健康飲食

嘉南藥理大學民生學院餐旅管理系 5 月 27 日上午 10 點，在歸仁區農會府城景觀園藝 12 號倉庫，舉辦「蜂狂美味」健康蜂蜜蔬食大挑戰活動，透過活潑的闖關遊戲，認識蜂蜜的營養並宣導食安與蔬果飲食新觀念，希望透過本次「蜂狂美味」闖關遊戲，提醒國人注重飲食安全，推廣食品健康知識，增加社區樂活，由營養、食安著手，達到健康飲食需求。

民生學院王瑞顯院長表示，蜂蜜被老祖宗當作天然的營養品，對人體具有極佳滋補作用，尤其對老年人更具有良好的保健作用，有「老人的牛奶」之稱。蜂蜜的成分除了葡萄糖、果糖之外，還富含多種人體必需氨基酸及各種維生素、礦物質，是鹼性的天然營養品。近年來受到氣候影響，蜂蜜產量銳減，食品詐欺事件在國內外時有所聞，而蜂蜜更是國際上食品詐欺排行榜中的常客，坊間提供的假蜂蜜及合成蜜利用大量的玉米糖漿、人工果糖、增稠劑、香精，混上色素及香料調配而成，這些合成蜂蜜對人體雖然沒會有立即性的危害，但長期喝假蜂蜜，心血管疾病容易上身，更有害健康了。

養蜂人羅元澤也分享養蜂的技術及如何辨識真假蜂蜜，他說，養蜂要按照節氣來，對於氣候變遷與環境變化更敏感，養蜂人也比一般民眾更重視環境安全、重視環境保育，如附近若有人噴農藥，蜜蜂就有可能會因而死傷。

餐旅系孫靖玲老師與餐旅系學生們共同策畫「蜂狂美味」大闖關活動，期望建立民眾創新樂活飲食新觀念，獲得更多有關蜂蜜營養健康知識，並學習如何搭配在日常生活飲食中。

「蜂狂美味」遊戲第一關「真假鮮」：參與民眾必須品嚐找出真假蜂蜜，然後加入自己喜歡的彩色水果冰塊調製出屬於自己的飲料。第二關 Honey to



嘉南藥理大學 新聞稿

聯絡人：公關出版組林文斌、吳尚怡
電話：(06) 266-4911 分機 1042、1043
E-Mail：box1042@mail.cnu.edu.tw
box1043@mail.cnu.edu.tw

me(塗蜜)，參與民眾須使用蜂蜜在土司上畫出圖案增加食用樂趣。第三關的蔬果大車拼，則由民眾自由搭配五彩繽紛的蔬果，再加上蜂蜜及優格調味，創造出屬於自己風味且獨特的鮮蔬蜂蜜優格沙拉。

此外，餐旅系同學也在王明煌老師、孫靖玲老師帶領下，在校內廚藝教室準備健康膳食，包括大麥四神豬肚湯、南瓜鮮蔬炒米粉，以及蜂蜜千層蛋糕等「健康蔬食餐」，一起送到會場，讓民眾品嚐。

本次活動結合新豐高中與臺南大學附中的「豐附足跡跨校教師社群」、歸仁區農會、府城景觀事業有限公司、財團法人華山社會福利慈善事業基金會歸仁站、歸農棧、振元蜂業等單位協辦，落實社區「在地關懷」，推廣食安健康、創新樂活飲食新觀念，善盡嘉藥的大學社會責任。