



帶來自信力量香蕉新吃法 嘉藥老師報你哉

嘉南藥理大學USR「營造Alia(e)n宜居地」計畫團隊昨(23)日攜手阿蓮社區發展協會在高雄市阿蓮里里民中心帶領里民們製作原住民飲食文化與年長者健康飲食的「銀髮美食—叢林飯包」，為里民們帶來小確幸，一解里民們因新冠肺炎而無法安心出遊體驗不同風俗及特產的限制。

「銀髮美食—叢林飯包」邀請到嘉藥育成中心及食品系陳佳慧老師共同輔導的「U-start 原漾計畫」團隊的「飯飯之蕉工作室」范育綸先生，以太魯閣原住民族傳統美食「香蕉飯」為靈感設計，採用流行元素包裝原住民特色商品，並將產品定位與運動健身文化結合，創造話題性及故事性，古代「勇士」食用香蕉飯帶來力量與勇氣；「運動健身者」食用叢林飯包，帶來自信與力量。

飯飯之蕉工作室范育綸先生表示，叢林飯包富含營養價值與保健功效，非常益於銀髮族群。其中香蕉葉可以抗氧化、賦予香氣；薑黃具有活血、抗發炎、抗氧化功效；蛋白質可提高免疫力、避免肌少症；青香蕉可助安神睡眠，更含有抗性澱粉增加飽足感，透過簡單明瞭的製作教學間接傳達健康飲食資訊，使阿蓮里里民們從做中學學習，不出門也能知天下事。

嘉藥副校長兼研發長張翊峰表示，USR計畫進入阿蓮里已三年以上，嘉藥師生不斷的將藥學、營養及休閒等專業帶入社區，不只是衛教跟陪伴，近幾年來針對老年人的飲食便利性也投入食品科技系的專業，研發創新方便易食用的餐點，希望透過USR計畫的合作讓社區有新知，也讓里民得到更多的生活體驗！