

綠色消費

相信許多家長在逛超市賣場的時候，會注意到陳列架上的食物標示，開始出現了強調不含基因改造成份的標示或廣告。但是，基因改造究竟是什麼意思？在食品上標示又代表什麼意思？難道不含基因改造成份的食品比較健康？或比較安全？那麼沒有標示的是否就有問題？…一連串的問題，接踵而來，有點好奇，又有點不安。

活動 1 加減成廚

你知道為什麼食物要做成加工食品嗎？你又對加工食品有多少認識？怎樣才能買到安全又衛生的加工食品。

我帶來的加工食品是 _____

我買這樣東西考慮的因素是 _____

食品標示

看一看你帶來的食品包裝上有那些標示，請將它寫在下面的空格。

營養標示：



品名：

成份：

內容物：

食品添加物：

保存（有效）日期：

製造日期：

廠商名稱：

其他：

想一想

1. 我常吃的加工食品是什麼，是在什麼情況下吃它？

2. 回想自己以往的購物經驗你都注意到那些標示的問題呢？



活動 2 食品大變身

什麼是食品添加物？我們喝的橘子汽水有橘子嗎？草莓味道的糖果真的有用到草莓嗎？接下來請同學們睜大眼睛，看清楚這些食品的真相，我們將還原橘子汽水的真相！

橘子汽水作法

材料及器材：

透明玻璃杯1 個 玻璃棒1 支
黃色4 號色素少許 黃色5 號色素少許
碳酸氫鈉少許 檸檬酸少許 砂糖 適量
橘子香精（香橙油）少許（亦可以蘋果、草莓…香精取代）

步驟：

1. 在透明玻璃杯中加入水分滿。
2. 顏色：加入少許黃色4 號及黃色5 號色素，兩者比例約為6：1。並以玻璃棒攪拌調成市售橘子汽水顏色。
3. 香味：加入少許橘子香精及檸檬酸，以玻璃棒攪拌，使得橘子汽水的香味。
4. 甜味：加入適量的砂糖。
5. 氣泡：最後加入檸檬酸及碳酸氫鈉，比例是 1：1，即可得氣泡。

想一想

1.看完實驗後你有什麼想法？

2.下次再選擇這產品時，你會做什麼抉擇？



活動 3 聰明消費者

市面上充斥著許多的黑心食品，基因改造食品，讓消費者不知所措，現在請以小組方式拿出帶來的報紙，試著從報紙裏找出和食品有關的消費新聞，並把它剪下來貼在下方，與同學一起討論。

小組討論的消費案例



案例摘要



可行的處理方式是



認識食品標章

下面是常見的食品標章，請為它寫上名字，並寫出它常見在那些食品上。



這是 _____ 標章
常見在什麼食品



這是 _____ 標章
常見在什麼食品



這是 _____ 標章
常見在什麼食品



這是 _____ 標章
常見在什麼食品



這是 _____ 標章
常見在什麼食品



這是 _____ 標章
常見在什麼食品



這是 _____ 標章
常見在什麼食品



這是 _____ 標章
常見在什麼食品



這是 _____ 標章
常見在什麼食品
