



第三期 2025.01

# 亞洲小太陽



創意桌遊

快問快答

永續發展的實踐

大學生如何透過創意推  
廣永續發展

「種」出永續的希望：  
一場綠色冒險的啟程

實踐永續目標的  
完整旅程

# 「種」出永續的希望： 一場綠色冒險的啟程

永續幹部 林明鋐

文/蘇卉蓁

## 地球的呼喚--從暖化中萌發的綠色夢想

可持續發展目標（SDGs）是聯合國於2015年提出的17項全球性發展目標，旨在解決人類面臨的各種挑戰，包括貧窮、飢餓、氣候變遷、環境惡化等。希望透過這些目標能在2030年實現一個更公平、健康、永續的世界。SDG 2中的「終結飢餓」特別聚焦於消除飢餓、實現糧食安全、改善營養以及促進可持續的農業。終結飢餓不僅僅是要確保每個人都有足夠的食物，更是要讓農業能以環保的方式滿足全球人口激增的需求。

擔任亞大服務與學習-永續發展課程幹部的林明鋐同學意識到僅關心氣候變遷是遠遠不夠的，必須採取具體行動來應對。他觀察到現在的大學生缺乏與自然環境真實接觸的經驗，因此決定透過「種植」活動來啟發大家對環境和永續發展的興趣，運用雙手種出甜美的果實來感受永續的樂趣與重要性。

## 播種--生機盎然的永續實踐

在實踐SDG2的過程中，林同學帶領大家一起進行蔬菜種植。為了讓大家了解農業對於食物安全的重要性，他們將學校的一小片空地，重新整地、除草、播種、灌溉，耕作的每個環節都讓學員親自參與，而這片土地成為了他們學習永續與環境保護的最佳場域。

在種植的一學期中大家也隨機進行了許多有趣的實驗，例如：曾經以發酵的咖啡粉施肥，沒想到荒蕪的土地竟然在三週內就迅速恢復生機。這樣的成果讓大家在驚喜之餘，也深刻體會到肥料與土地對於農業的重大影響。透過這些細節，學生們了解到食物並非從天而降，而是經過細心照料和努力才能得來。原本貧瘠的土地經過適當施肥能夠孕育出鮮翠的蔬菜，也讓大家在實踐中學習到要耐心耕耘與人類對土地的責任。

# 「種」出永續的希望： 一場綠色冒險的啟程

永續幹部 林明鋐

文/蘇卉蓁

## 成長的喜悅--從土地到心靈的豐收

隨著時間的推移，大家共同見證了永續課程帶來的豐碩成果。林同學回憶說道：「剛開始時，學生們對這種『又累又髒』的活動充滿抗拒，特別是不願意親手翻土、澆水。但是隨著時間流逝，當他們親眼看到自己種下的蔬菜一天天成長，那種從土地中收穫的喜悅讓一切的勞累變得值得。」

他還分享了一個有趣的小故事：在新學期開始時，一些上學期漏了採收的大陸妹在無人照料的情況下，依然頑強的生長著。這個意外發現讓大家更敬佩大自然生物對於活下去的韌性與毅力，也更讓大家意識到永續與環境保護的重要性。

這一次的種植經歷，是一場教育的實踐。希望通過這項活動，同學不只能學到農業知識，也能理解永續發展的核心理念。他相信，唯有親身體驗，才能真正理解「永續不僅僅是一個環保的口號，而是一種與自然和諧共存的生活方式。」大家一起在這片土地上種下的，不僅僅是食物，更是責任感和未來的希望。在這場綠色冒險中，大家的人生都留下了深刻的印記。

# 快問快答

透過冷知識，更了解SDGs

永續幹部 潘振隆

文/涂思妤

## 畢專使他遇見永續

SDGs是國際化的議題，所以在各類教學中也常常出現，而在了解到永續課程後，振隆發現自己的畢業專題融合了SDGs的理念，所以毅然決然地決定參加永續幹部，他希望通過此活動，能夠促使自己更深入了解SDGs外，也能夠將這些理念融入進畢業專題中，所以在教案的選擇上振隆是以能夠多方面了解SDGs的方式去進行的，像是快問快答。

## 冷知識打開新世界大門以及問題處理

在永續課程中，振隆以一個關於端午節粽葉處理的小冷知識作為教學範例，從日常生活中的小細節切入，帶領同學們探索環保議題。他提到，端午節過後，許多人會將使用過的粽葉視為廚餘或垃圾丟棄。然而，實際上清潔隊的標準作業程序是將粽葉歸類為一般垃圾，原因在於粽葉的纖維和葉脈相對粗硬，容易損壞廚餘處理設備。通過這個例子，振隆向同學展示如何從日常生活中學習環保知識，並引導他們思考不同廢棄物處理方式對環境的影響，進而理解永續發展的核心概念。

除此之外在課堂中，他也觀察到了一些挑戰，例如同學組隊後經常缺乏明確的方向或意見難以統一。儘管如此，振隆選擇不頻繁干預組隊結果，認為這是命運的安排，因為他們在這過程中學到的經驗同樣重要。不過，他仍會適時提供協助，幫助他們順利完成課題，讓學習變得更有成效。

## 多思考、多探索

除了快問快答的活動外，振隆還有許多其他教案，他希望同學們能通過這些課程，更加自發地去了解SDGs的相關知識，而不是僅僅依賴教師的引導，他強調讓他們自己去探索和實踐，會比單純地在課堂上學習更有影響力。所以他還設計一個作業，讓同學實際計算商品碳排放，從中學習到具體的計算數據和其影響，進而反思自己的消費行為以及對環境的破壞。他的課程框架靈活，提供大方向的指引，鼓勵同學自由探索並提出創新解決方案，這種方式能促進他們主動參與並加強環保意識。

# 永續發展的實踐

永續幹部 林昱誼

文/謝沛宸

## 生活上的觀察轉為行動力

全球暖化的議題讓大多數人對碳足跡並不陌生，然而，永續幹部昱誼卻發現大家對於水足跡不甚了解，甚至一無所知，因此設計了「滴水足跡菜單」，並且透過製作簡易淨水器，加強淨水資源得來不易的概念。而昱誼在選擇教案時看到了台灣黑熊的紀錄片，同時也在思考身為人類的我們該如何去幫助瀕臨絕種的動植物，也希望透過介紹這兩項SDGs可以讓我們對永續發展的議題更加的了解與關注。

## 淨水器實作的體驗與感受

在課程實際執行時，昱誼也介紹到水足跡是用顏色去區分的，分別為綠色水足跡、藍色水足跡、灰色水足跡，它們各自所代表的為農業、家庭廢水和工業廢水。

而在課程中讓昱誼印象最深的是在帶領淨水器的實作過程，由於淨水器沒有很明確地跟實作生說什麼樣的排序會是濾水最乾淨的，所以就是讓學生自由發揮，而材料每組準備的也不同，就會發現組別之間濾水的乾淨程度上的差異，在這整個實作課程中也讓大家體會到，要得到乾淨的水資源是不容易的，所以平時要好好珍惜水資源。

## 從教育上得到的成長與收穫

在帶領實作課的過程中，昱誼分享自己最大的收穫是教課這件事，作為一位教育者要依照學生能吸收了解的方向去調整整個教案的內容，同時也要比他們更加的了解SDGs項目的內容，增加自己的口條能力時，也要設計出讓大家有興趣的實作來吸引他們的注意力。

昱誼也提到能夠帶領同學認識自己感興趣的永續項目和案例，讓他們知道在生活中並不是只有上課或是看娛樂影片，我們也可以多了解台灣和國際的發展趨勢，以及議題對我們的生活有什麼影響是很有意義的，所以最終昱誼才以水資源和陸域生態為主軸設計出一學期的實作課程。

# 大學生如何透過創意 推廣永續發展

永續幹部 林恭介

文/蘇卉蓁

## 意外的機會，改變了人生的方向

林同學談起自己加入永續課程的機遇，他從來沒想過自己會進入永續領域，當初只是因為想應徵的工讀職位沒能錄取，陰錯陽差之下才來到這個崗位，也正是這次機會改變了他的思考方向。當他真正融入了永續課程，對這個領域怦然心動，才全身心地投入永續這個領域中。

## 創意的專案：從笑話中推廣心理健康

林同學說：「在課堂上最讓人感到有趣的專案，莫過於他提出的『講笑話推廣心理健康』計畫」。最初，大家對於他的提案不屑一顧，但是他沒有輕言放棄，而是尋找相關文獻來支持他的想法。經過一番努力，終於證明專案的可行性，成功將它融入課堂的實踐活動中。

這個專案的目標是與聯合國永續發展目標（SDG）中的SDG3「促進健康與福祉」，以及SDG12「負責任的生產和消費」接軌。同學們會在校園中進行實地訪談，透過講笑話，使受訪者放鬆緊繃的神經，進而引導他們深思心理健康的重要性。這個新穎的方式，不光有助於推廣永續發展理念，也讓同學們學會如何在實踐中靈活運用所學。

## 挑戰與收穫：學生的成長與轉變

談及學生們在課程中的成長時，他說：「課程剛開始時，同學們對永續發展的了解十分有限，甚至可以說是『永續小白』，但是隨著課程的展開，同學們不只學到了如何落實SDG的具體措施，還自發性地進行更深入的研究。」

# 大學生如何透過創意 推廣永續發展

永續幹部 林恭介

文/蘇卉蓁

## 多元主題的選擇，提升學生的自主學習

他也分享了一些教學策略，例如：他會讓每個小組選擇一個與SDG相關的主題進行深入研究，並規定每組必須選擇不同的目標。這個策略不僅可以鼓勵同學們挑戰不同的議題，也能使他們更廣泛地接觸和理解永續發展的多個層面。

由於目標不可重複，一些較熱門的永續目標，會引起同學們哄搶。他認為這樣的良性競爭有助於同學們更積極地投入學習，即便面對較為困難的議題，同學們也勇於挑戰，在自學的過程中，不斷加深對於議題的探索與思考，遠遠超過課堂中老師所能教授的深度。

## 課堂之外的啟示：永續發展與實踐結合

他認為能引導同學們將所學應用到實際生活中，是這門永續發展課程最成功的地方。課程不僅止於理論，更重要的是他們學會將這些理論轉化為具體的行動，無論是宣傳心理健康，還是探討負責任的生產消費模式，這些理念為他們在未來社會中，推動永續發展奠定了良好的基礎。

# 創意桌遊

通過利用日常廢棄物製作桌遊

引導學生重新思考資源再利用的價值

永續幹部 林峻鎔

文/涂思好

## 發現浪費並以此為基礎

「浪費」是目前全人類都必須面對的議題，據統計在2023年時全球有13億噸(世界總糧食的三分之一)的糧食被浪費，為此有數十億人付出代價，這些都是一點點累積起來的，而曾在豬排店打工過的永續幹部峻鎔也深刻體會到浪費的嚴重性，特別是在處理大量的廚餘時，還能看到整塊的食物在廚餘桶中，令他開始反思社會對食物和資源的態度，所以選定了SDGs12當作教案的主題，並在做活動時決定將生活中的廢棄物作為桌遊的製作材料，並通過引導同學的整個過程，讓他們重新思考資源利用和環境保護的重要性。

## 廢棄物再利用以及創意與表達的重要

計畫的開始，峻鎔讓學生們使用廢棄的紙盒或是喝過的鋁箔包、鐵鋁罐和牛奶盒等，洗過後剪下能使用的部分，再製作成桌遊，除了飲料罐取得容易、不易有二次利用的機會外，更希望藉此機會向大家傳達「垃圾不只是垃圾，它們也能擁有『重生』的價值。」透過此活動，我們能將這些原本被丟棄的垃圾轉化為充滿趣味的遊戲，讓參與者在遊戲中潛移默化地體會環保的重要性，而在製作過程中，峻鎔還引進了『墊腳石法』，鼓勵學生們跳脫框架，從不同角度思考，設計出獨具特色的桌遊，這種發散性思考不僅能激發學生的創意，也能培養他們解決問題的能力。

此外擺攤活動也是對學生表達能力的一大考驗。雖然大學生經常有報告的機會，但如何將複雜的環保理念以簡單易懂的方式傳達給他人，並激發其共鳴，這才是真正的挑戰。透過向路人介紹桌遊，學生們能更自信地表達自己的想法，提升溝通技巧，這就是峻鎔想讓大家能夠在課程裡學到的事物。

## 持續關注周遭事物和挑戰自我

最後的成果影片記錄了學生們如何運用廢棄物製作遊戲，也反映了他們對資源浪費問題的理解和思考，使他們能夠體會到資源二次利用的價值，並學會如何減少日常生活中的浪費，這份成果是對峻鎔最大的肯定，更代表著他從服務學習到擔任永續幹部的成長，以及深刻地體會到永續理念的重要性。他將永續視為一場長跑，而非短暫的衝刺，希望能夠帶領大家持續推動，讓永續發展成為我們生活的一部分。

# 實踐永續目標的 完整旅程

永續幹部 孫瑄憶

文/顧承緯

## 從社交初衷到意外收穫

永續發展課程幹部瑄憶曾有過在服學實作課堂中授課的經驗，但她起初並沒想到自己會涉及與永續發展相關的教案。但因為希望積累豐富的人生經驗，瑄憶最終還是選擇了擔任SDGs課程幹部。

她的初衷其實很簡單，主要是想認識更多人，讓社交生活更加多彩，累積經驗反而是其次。然而在真正投入授課後，瑄憶驚喜地發現這門課的教學過程比想像中生動有趣，不僅不覺枯燥，還充滿了許多小趣味。她也意識到，若非當初決定接下這份工作，這些獨特的經驗與見聞可能是她永遠無法體驗到的。

## 以困境為靈感的課程設計

起初，瑄憶原本計畫以「種菜」作為核心活動，然而這一題目在小組分配中已被搶先選走。面對這一情況，她與指導老師深入討論，並從自己曾因雙腳骨折而行動不便的經歷中找到靈感，決定聚焦於「SDG 10 減少不平等」。她設計的課程最終目標是填補馬路上的坑洞，為身心障礙者提供更友善的環境。

# 實踐永續目標的 完整旅程

永續幹部 孫瑄憶

文/顧承緯

## 體驗與實作的創意結合

為了讓學生深入了解身心障礙者在日常生活中的不便，瑄憶設計了模擬體驗活動。同學們輪流戴上眼罩、耳塞坐在輪椅上，進行視覺或聽覺障礙的體驗。推輪椅的學生則需幫助「失能者」走完預設路線。活動結束後，學生們的反饋充滿真實感：「坐輪椅的人需要很大的勇氣，因為看不見真的很可怕。」推輪椅的同學則感受到體力的挑戰：「手很酸，還需要特別小心。」然而，對於聽覺障礙的體驗，因其衝擊較小，學生的反饋也相對有限。

接著，在開始填補馬路坑洞的工程前，由於缺少施工警示工具，瑄憶安排學生分組製作施工告示牌。同學們發揮創意，利用手邊的衣物、夾鏈袋、樹枝、雙面膠、自製再生紙等材料，結合施工路段的實際情況，設計出多樣化的告示牌與施工封鎖線，為課程增添趣味與環保意識。

填補馬路坑洞的實作環節中，學生們先從小範圍、易操作的坑洞入手，學習拌水泥並進行填補。有些小組效率較高，便主動協助進度較慢的組別，形成了彼此支持的合作循環。瑄憶更鼓勵完成任務的學生進行訪談，與其他班級分享自己的經驗與心得，進一步延伸課程的影響力。

## 學生們共同實現永續目標

瑄憶設計的SDG 10核心課程，不僅讓學生們在活動開始前充分了解其初衷，更激發了他們對課程的熱情與投入。能夠在理解理念的基礎上參與實作，無疑是這次課程的一大亮點，也展現了學生們對永續議題的高度共鳴。

活動結束後，原本凹凸不平的道路在學生們的努力下大多得以修復，這些成果充分體現了集體合作的力量。儘管參與人數眾多，但這並未成為阻礙，反而為流程帶來了更多的動力與效率。學生們用行動證明，團隊的凝聚力與熱情，能讓永續發展的目標變得更加觸手可及。

亞洲小太陽季刊 發行人：蔡進發  
總編輯：張少樑  
執行編輯：賴昭吟  
編輯群：蘇卉蓁、顧承緯、涂思妤、謝沛宸  
校園記者：石雅廷、朱于晴、黃郁凱  
美術設計：謝沛宸



課服組Line@



課服組網站