



粒粒皆辛苦 – 食物的珍貴

你知道米是怎樣種植出來嗎？一起閱讀<天賜糧源>第一冊稻米篇，了解農夫伯伯的工作吧！《天賜糧源》第一冊：<http://www.foe.org.hk/giftfromnature1/>

一. 填填看 - 聽聽農夫的心聲

稻田的病害雖不算嚴重，但
最怕_____。
和_____。

稻米需要多少天才能
長成？它的種植期由
_____不等。

我最怕下雨，因為雨水會令穀
粒_____。在大風
大雨下，就連收割都不行，影
響_____。

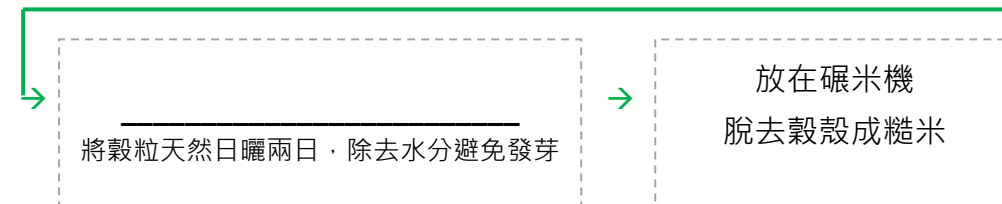
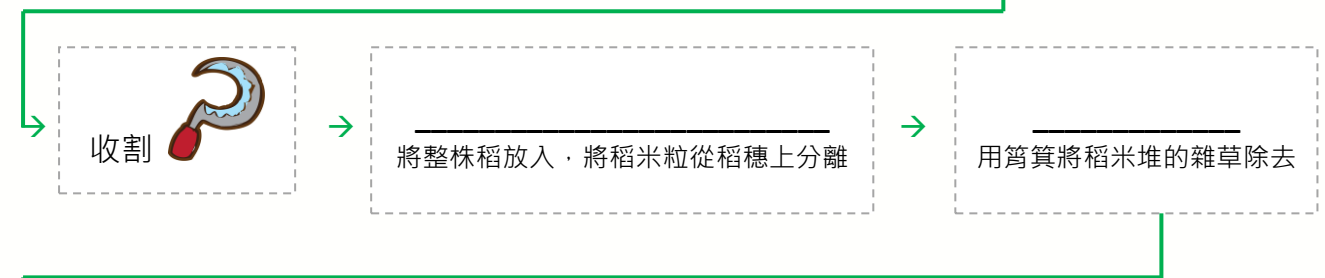
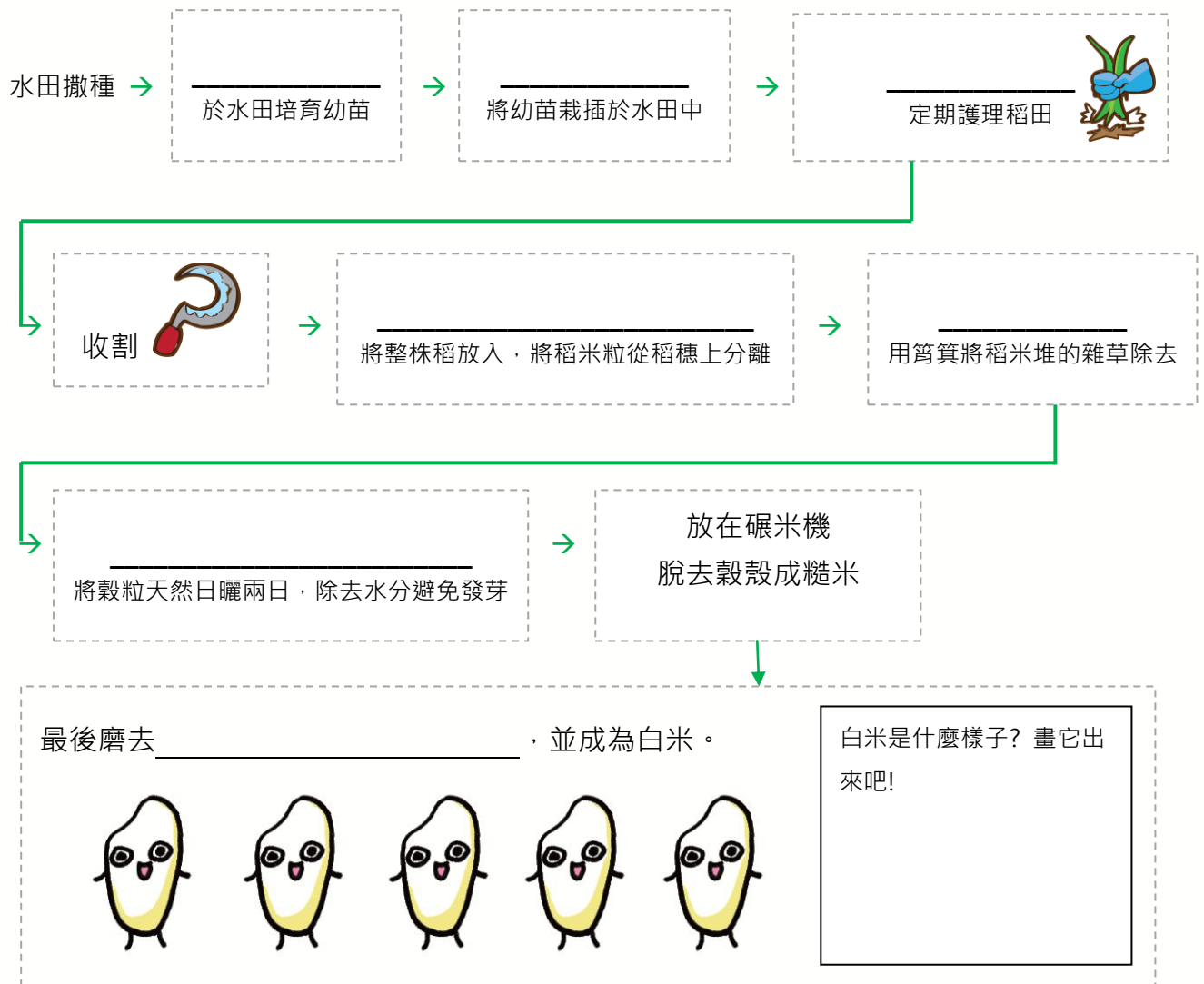
要照顧好稻米，我與太太必
須要定期_____，
因而鍛鍊出強健的體魄。



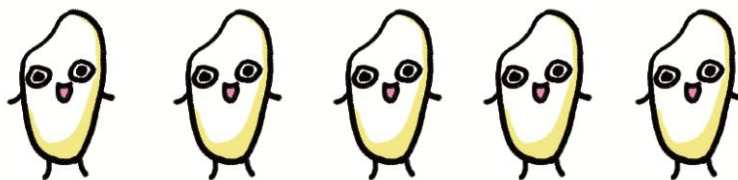


二. 稻米由撒種至收成，再磨成糙米或白米，需要使用大量的人力物力，你認識整個過程嗎？試填填看。（於橫線上填上合適的答案）

脫粒	育苗	插秧	糠層及胚
除草施肥		篩走雜草	曬穀



最後磨去糠，並成為白米。



三. 種植食物不簡單! 除了米, 其他食物都需要長時間才能種植出來。你知道嗎?

品種	種植期
粟米	幾個月至十多個月
菜心	由夏天的 49 天到冬天的 60 至 80
薑	100 至 140 天
花生	70 至 80 天





一碟菜完好端到你面前，需要消耗以下資源：

機器耕種和
運輸用燃料

種植用水
及肥料

烹調用能源

還有...
農夫和家人的
愛心

你，還捨得浪費嗎？



農夫、漁民、畜牧者為我們悉心準備不同的糧食，你曾否想過感謝他們？

就讓我們許下三個「惜食承諾」，一起養成珍惜食物的美德吧！

我承諾

1. _____
2. _____
3. _____

