

# Utopia



無人

本應挨餓

# 前

生在臺灣的我們擁有很多食物，  
一餐沒一餐的辛苦生活，而我  
式。然而，在世界的另一個角  
民，卻只得希冀著他人的援手

中午的午餐時間，抱怨著「怎  
起彼落。在說出這些話的當下  
已習以為常的溫飽，又是多少難

為此我們選擇了 sdgs 的第二項  
動之前，先從了解有關「飢餓」

# 言

的獲取管道，不需要過著有  
們也早已習慣了這種生活模  
落，某些遭受飢餓之苦的人

麼又是難吃的菜」的聲音此  
，我們或許從未思考過：自  
難民們強烈渴求的「幸福」？

：終結飢餓。在開始付出行  
的議題開始！

# 操作說明：

故事版面操作：

點擊插圖中的物件來瞭解相關議題。

議題版面操作：

按下



返回對應故事

按下  
目錄



前往相關議題總目

▷ 點此直接前往相關議題目錄  
(跳過故事)。



## 「無人本應挨餓」

祈禱，這本是我唯一能為他們做到的事，  
現在的我終能對他們伸出援手。

拯救的不只有災民，還有從前那手足無  
措的我自己。

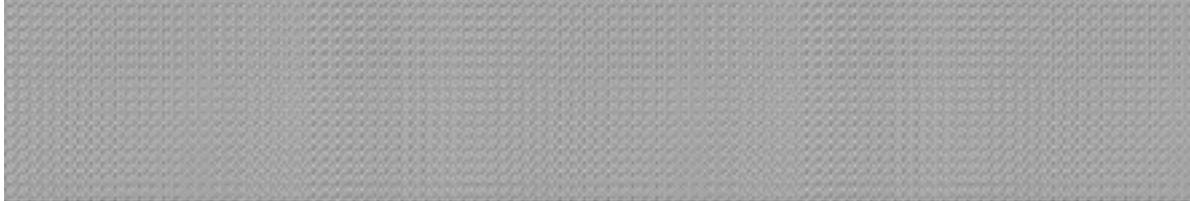


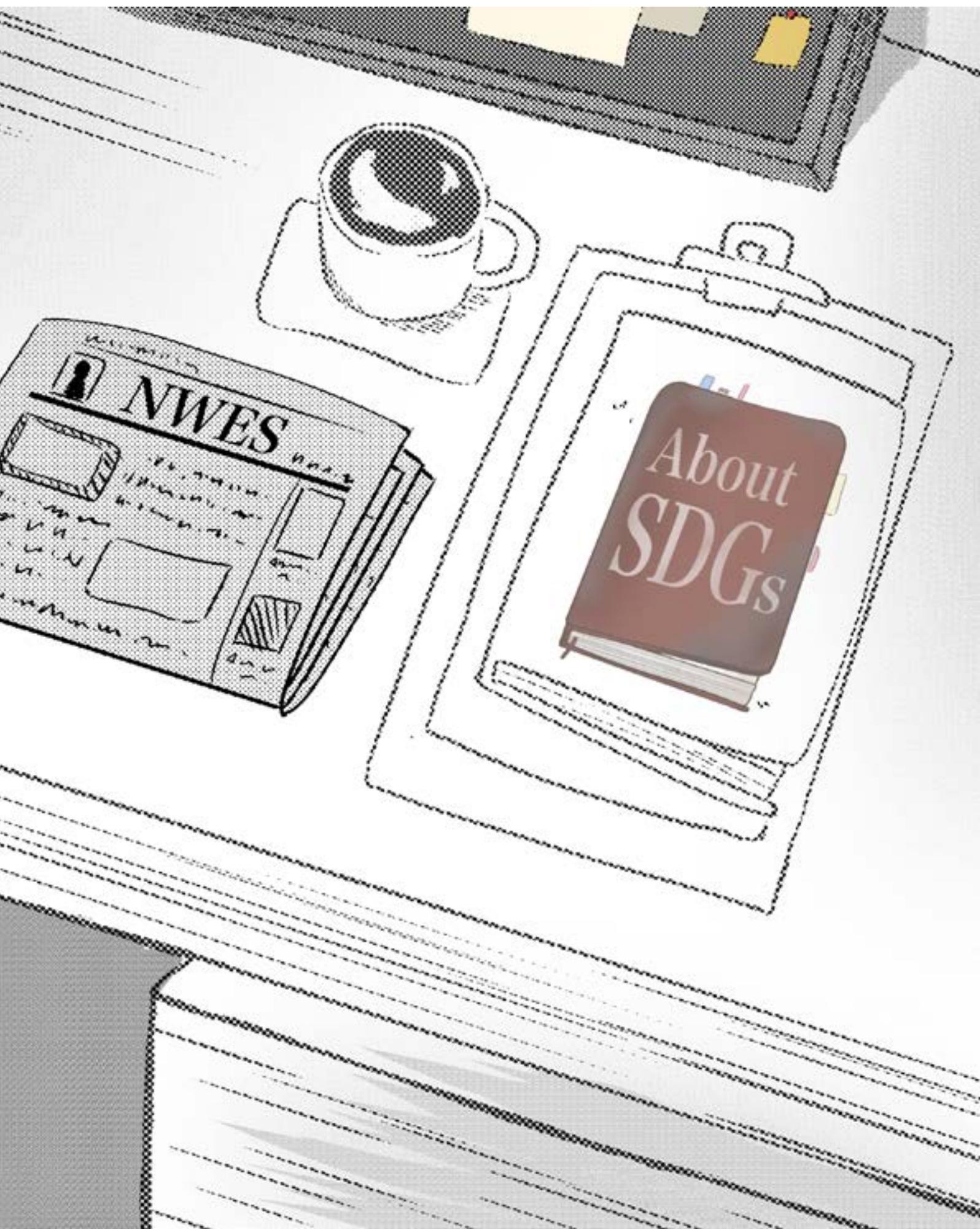
一位坐在辦公桌前的男子在空無一人的辦公室中說：「哈…全球飢餓人口還有近8億人啊…。」

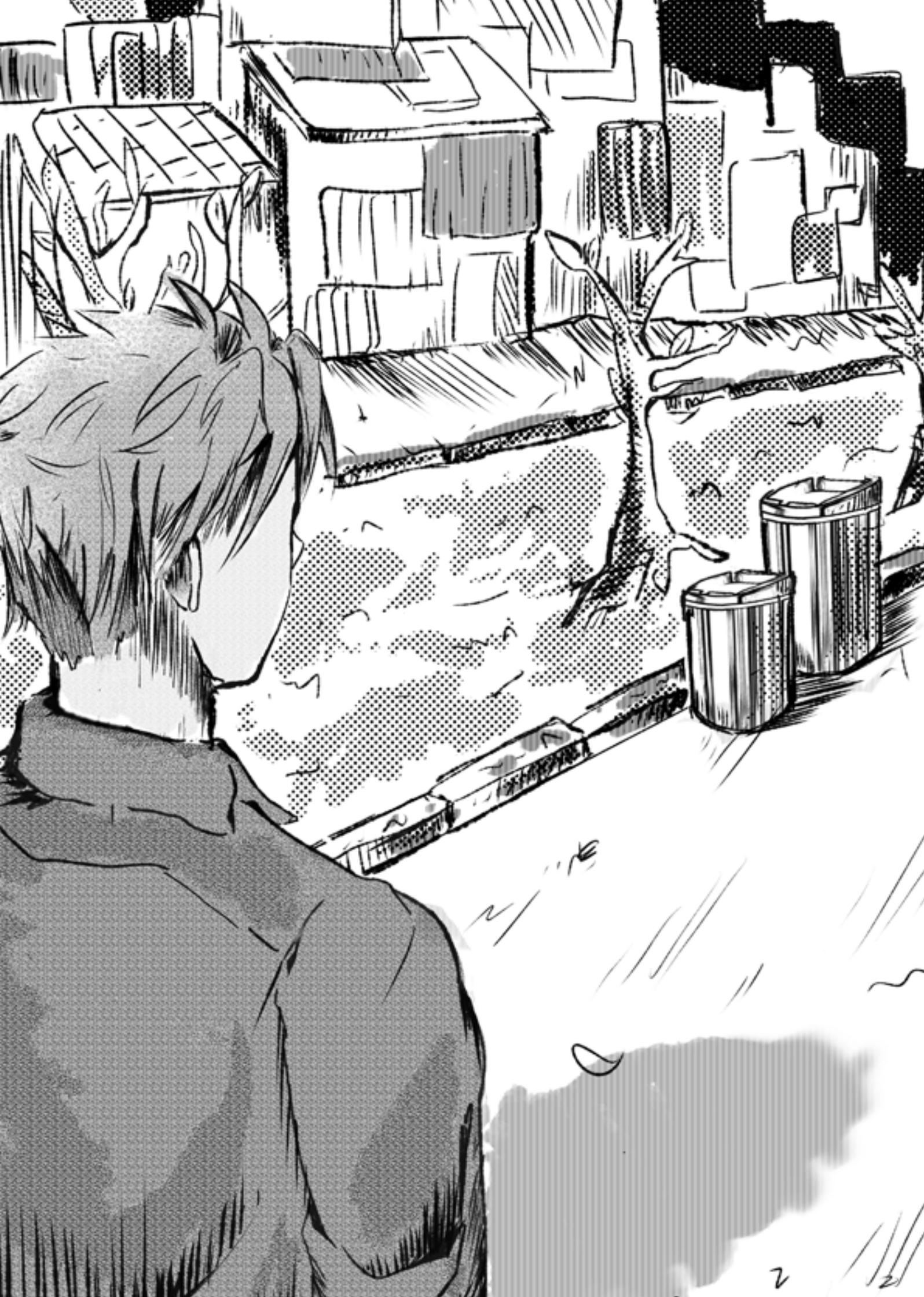
看著報紙上刊登的最新數據，男子嘆氣道：「即使做了這麼多，飢餓人口卻依舊沒有減少…」

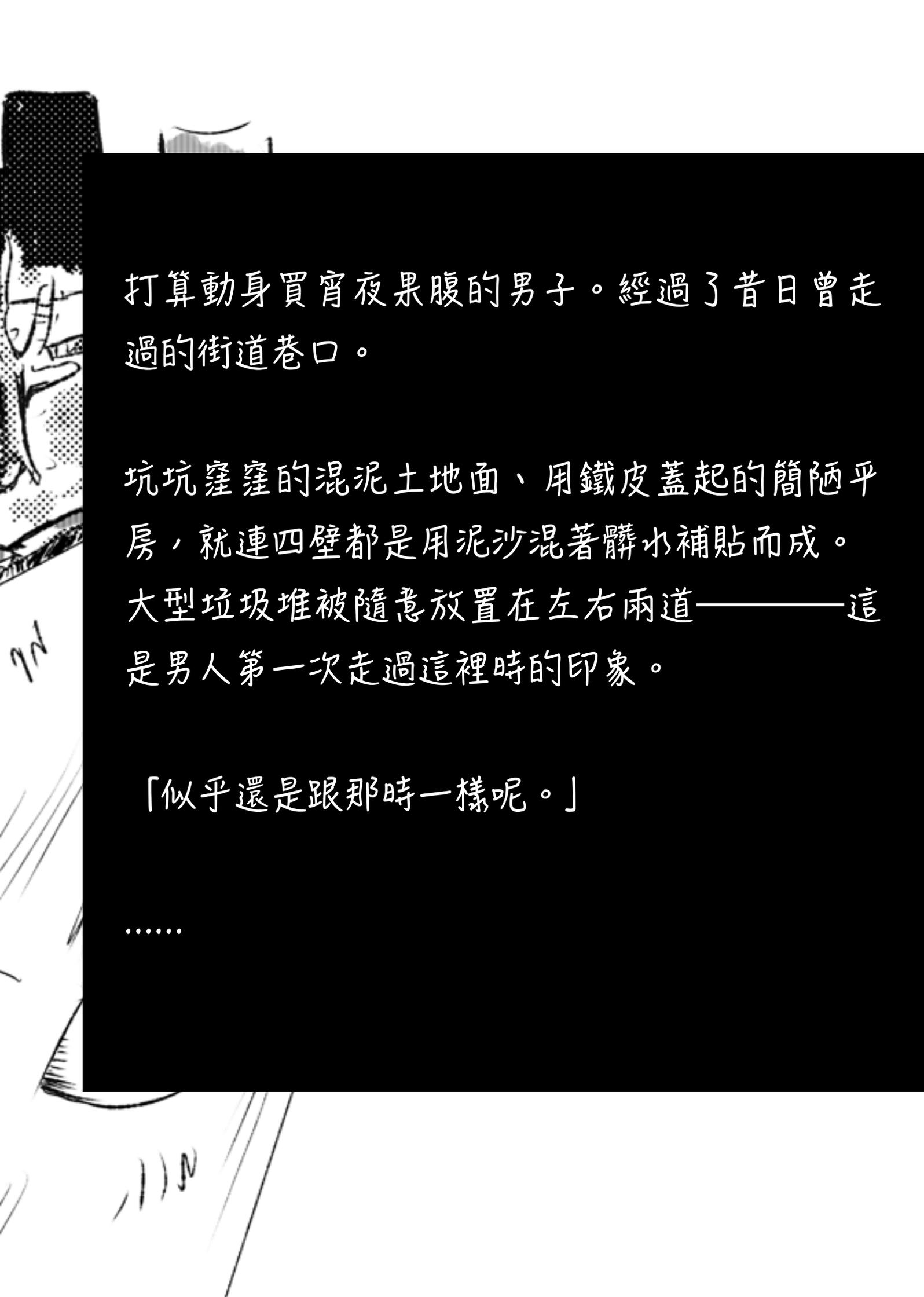
舊日的回憶如昨日剛過般清晰明瞭。泥濘，磚瓦，腐爛的老鼠屍體，交雜著構成了曾經親眼所見的悲劇。

「與其在這裡嘆氣，還不如去買宵夜比較實在！」說著男人便推開了門。









打算動身買宵夜果腹的男子。經過了昔日曾走過的街道巷口。

坑坑窪窪的混泥土地面、用鐵皮蓋起的簡陋平房，就連四壁都是用泥沙混著髒水補貼而成。大型垃圾堆被隨意放置在左右兩道——這是男人第一次走過這裡時的印象。

「似乎還是跟那時一樣呢。」

.....

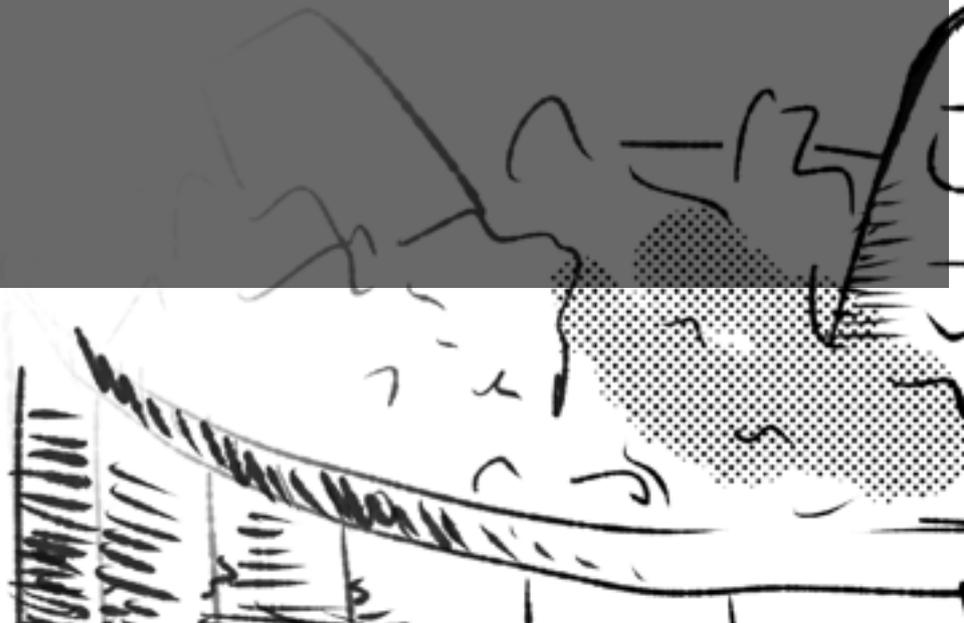


普魯托城某條小巷，一名皮膚黝黑、骨瘦如柴的老人正在匍匐爬行，滄桑的面容上有著一雙無神的眼睛。

老人的右臉有一條刀疤，似乎是因為沒有妥善處理，隱約間還能看到蛀蟲啃食著傷口。但此時的老人並不在乎，因為一條淺棕色的麵包正平躺於麵包店旁的垃圾桶。

這一頓可以抵三天吧。老人心想。

老人加快爬行。







「叻老大，快看看那是誰。」幾名青年經過老人身邊，口中吐著污言穢語。「許久不見，最近過的怎麼樣？」為首青年開口著。

「……」，老人仍然閉口不言，視線停留在遠處的麵包。

見老人沒有反應，為首的青年怒了，「拎北在跟你說話！！！」青年一腳踢在老人本就不富裕腹部上，或許是長年飢餓與營養不良導致的。

老人咳出了血，卻依然不理會為首青年的挑釁

「呸。」老人噴了一口口水在為首青年臉上

「給我扁他！！」一群青年上前拼命地往他身上拳打腳踢。

一段時間後，青年們罵罵咧咧的離開了。

夕陽照映在老人那佈滿腳印的背上，但此時的老人並不在乎，因為有一條淺棕色的麵包正平躺於麵包店旁的垃圾桶。

老人舉起殘肢繼續加快爬行。

踢踏——踢踏，輕盈的腳步聲於小巷中迴響……霎時，一雙稚嫩的小腿出現在老人的面前。

「咦？」小男孩疑惑道，「你怎麼趴在地上呀？」

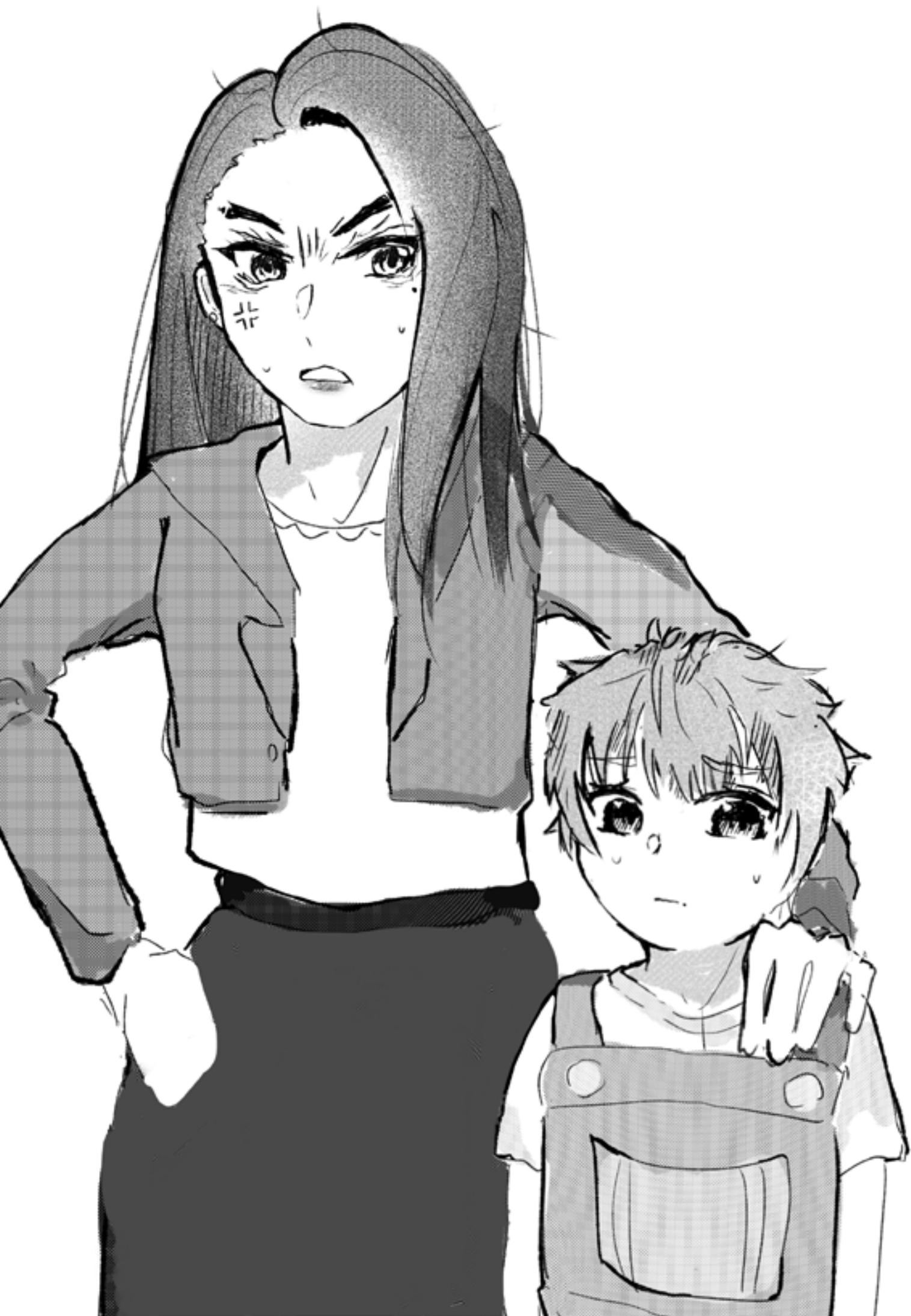
老人看了一眼小男孩的臉，小男孩的臉如同一張白紙般純潔無痕。

天真無邪，如天使般耀眼的笑容，和那一身面料結實的衣服，老人一眼就認出他並不是附近的居民。

「我剛剛聽到這裡有打架聲，就來看看……啊！你受傷了，我馬麻一定可以幫助你！」

小男孩向老人伸出手。





「你是誰?!!」一聲尖銳女聲劃過夕陽西下的緋色天空，隨即一聲撞擊聲傳來，老人緩緩抬起的手被有著尖銳女聲的女人用腳踢開。

「馬麻！」小男孩開心的舉起雙手想要擁抱女人，女人順手把小男孩從地面上抱起並朝著老人反方向退了幾步。

「這裡怎麼會有變態想要誘拐我的小孩！髒東西！他才9歲欸！」女人驚聲喝斥道。

「可是馬麻……他受傷了欸。我想要幫助他……」「你以為為什麼他會在這…這種鬼地方爬行啊?!」

「？」小男孩一臉疑惑的看著他的媽媽，他不理解為何媽媽反應會如此劇烈。

「你以後長大如果不學著怎麼賺錢，以後也會在這種骯髒的地方陰暗爬行!!」女人驚聲尖叫道。

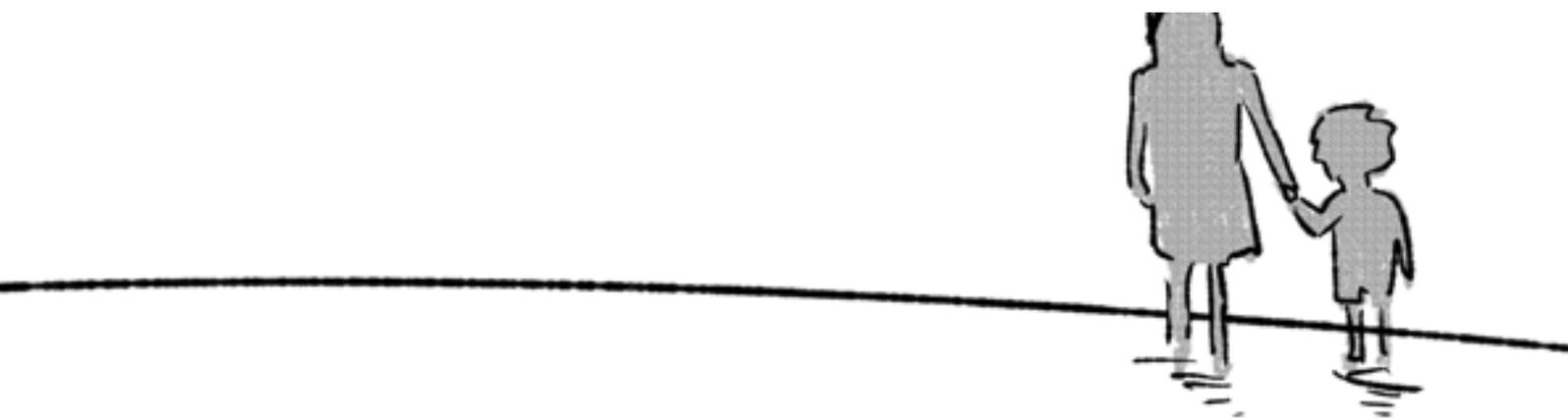
「可是...」 「閉嘴!」 女人教訓道，「還口口聲聲的說要幫助人家，你怎麼不先管好你自己阿!以後我不允許你再亂跑了，整天跟這種過街老鼠講話!」 女人扯著小男孩的手準備拉他離開。

老人聽到彷彿尖銳玻璃碎片的話想要反駁，但已經餓到說不出話了。

「可是.....」 小男孩眼眶泛淚，硬是停下了匆匆離去的腳步。

「他受傷了，我們不是應該幫助他嗎？」





女人一時語塞，只好直接抱起小男孩匆忙離開，離開之前還不忘踹了呆愣原地的老人一腳。

老人想要反駁，但此時的老人並不在乎，因為淺棕色的麵包還平躺於麵包店旁的垃圾桶。

老人舉起殘肢繼續加快爬行。

不知過了多久，老人的手終於夠到了垃圾桶的外緣。

麵包握在手上那厚實的感覺令老人忘記了其骯髒的事實。老人咬了口麵包，雖然口感僵硬，但許久未進食的喜悅讓老人哭了出來。

老人舔了口麵包裡的奶油內餡，雖然經過時間的腐化已經令裡面的奶油變質了，但許久未嘗到其他味道的喜悅還是令老人笑了出來。

「哪裡來的臭乞丐！」一聲厚重的聲音傳來，老人被一記有力地踢腿踢到牆角，手中的麵包隨著衝擊掉進水溝。

「……」，老人瞪大雙眼一臉吃驚地看著來者，來者手上抱著一桶盛滿麵包的籃子，腰間掛著擀麵棍，頭頂帶著高高豎立的廚師帽。

原來是掌管麵包店裡麵包製程的烘焙師。

「哦~原來你想要這個阿。」烘焙師拿起籃子裡面其中一個麵包，老人兩眼發光。

「哦哦？你想要嗎？」說著一臉鄙視的朝老人丟出一塊麵包。老人想要去接，但奈何先前被打斷的殘肢不給力，麵包一毫不差的掉進了水溝。

「哈哈，你還真的以為我會給你麵包啊。」





烘焙師打開水溝蓋，把所有麵包倒進水溝裡，隨即轉身離去。走之前不忘對倒在地上的老人再踢一腳。

「要我把失敗的麵包給一個乞丐？吃屎去吧！這種環境我是一刻也待不下去了，得趕緊把店面遷走……」

「…」老人想要反駁，但此時的老人並不在乎，因為不論經過多久，都沒人願意幫助他。

老人就這樣因為蛀蟲侵蝕和飢餓太久死在街上。

一張傳單隨著一陣微風輕拂死去老人的臉，緩緩降落在老人乾枯的軀幹上，上面印著幾行大字：

**人人平等**

**人人富有**

**普魯托城，**

**人人嚮往的福地**



Food Bank

FOOD  
Donation

REDUCE  
FOOD  
WASTE

We need  
YOUR  
help!

OPEN

FREE  
FOOD



「……或許那一刻便是夢開始的地方吧～」男子輕輕笑著。

「我記得這附近有家麵包店，今晚我想來點香香的麵包。」。男子走到原本應該是麵包店的位置時對於陌生的裝潢感到疑惑，抬頭一看發現麵包店如今已經變成了食物銀行。

「不知道那位老先生後來怎麼樣了……希望他能好點……」

突然間男人的黑皮鞋底下傳來一陣奇怪的觸感，一張泛黃的紙張出現在眼前。

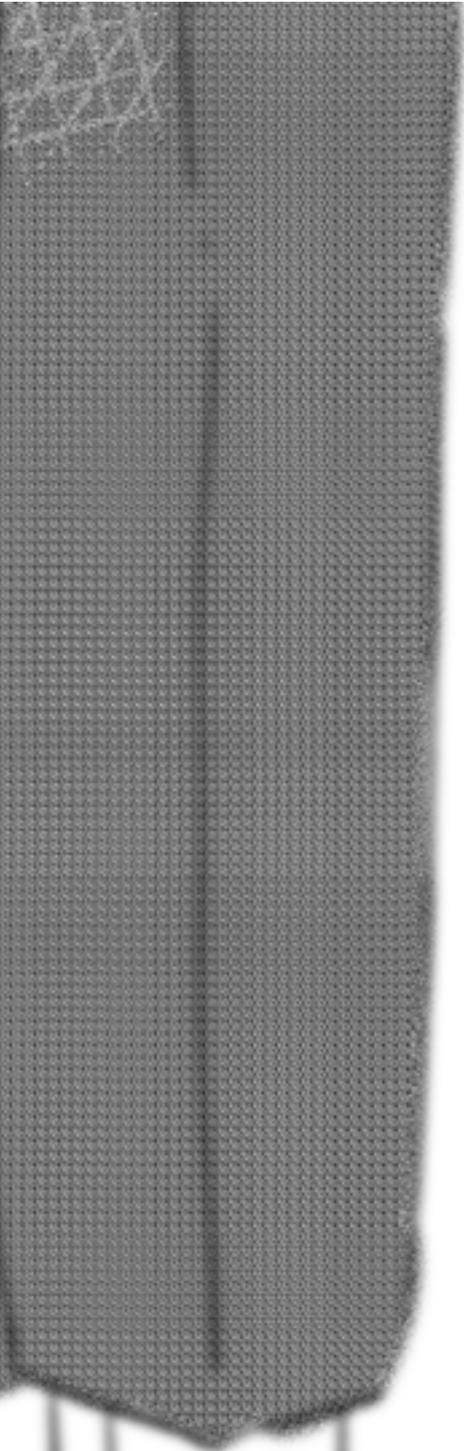
紙上的字大多因為風吹日曬的摧殘已無法辨認，但那大大的「平等」和「富有」卻如此的清晰。

「唉，那位老先生也是聽聞了這幾句口號才來到這裡的嗎……」

一邊思索著，男人的餘光似乎瞄到了什麼——似乎是幾條白骨。頃刻間，多年前遇見的那位老先生可能的下場在男人的腦海中不停翻攪。

「……」男人沒了買宵夜的興致，準備離開時，陰暗的巷口傳出幾道小孩的聲音。

男人回頭一看，發現一名皮膚黝黑、骨瘦如柴的小男孩正在匍匐爬行，男人快步向前直至走到小男孩的面前。







男人微微蹲下，開口道：「你叫什麼名字？」「……」

男孩閉口不言，男人補充道「我是來幫助你的，你可以相信我。」說著伸出了手。

「先告訴我名字好嗎？我帶你去安全乾淨的地方。」不再是天使般耀眼的笑容，而是暖陽一般和煦親切的微笑。

小男孩聲音有些顫抖，但依然細聲的說「……我叫……」

E N D

# ～相關議

關於 SDGs

全球飢餓人口？

SDG2 的目標？

飢餓的定義？

飢荒的原因？

# 題總目錄～

食物浪費

食物銀行

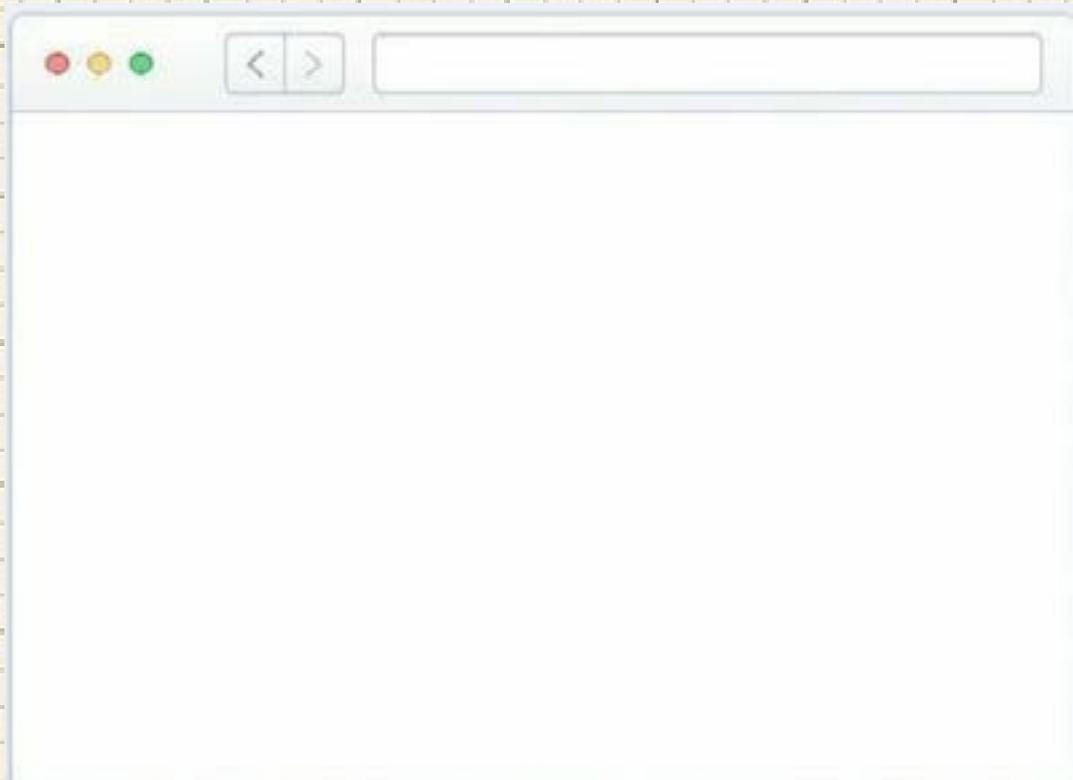
我們能為終結飢餓  
做出什麼

結語

附錄

# 關於 SDGs

SDGs (Sustainable Development Goals) 是聯合國於 2015 年制定的一系列永續發展目標，從 2016 年一直持續進行至 2030 年。共有 17 項大目標，而這 17 個大目標又延伸出 169 個細項目標。大目標可細分成四種面向：治理面向、社會面向（本書選擇的終結飢餓屬於此面向）、經濟面向、環境面向。



**THE GLOBAL GOALS**  
For Sustainable Development



## SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS



### • 何謂永續？

「永續」可視為是一種循環，例如平時生活中的「回收再利用」便是其中一種：讓已經失去功能的廢品有再生的機會，從而達到永續。

在聯合國發表的《我們共同的未來》中定義了何謂永續發展：「既能滿足現在的需求，又能不影響未來後代需求的發展模式。」

永續發展就像讓資源滾動起來，跨越了一代又一代不同的時空，不停流轉。

# 全球飢餓人口？

全球一共有多少人處於飢餓？

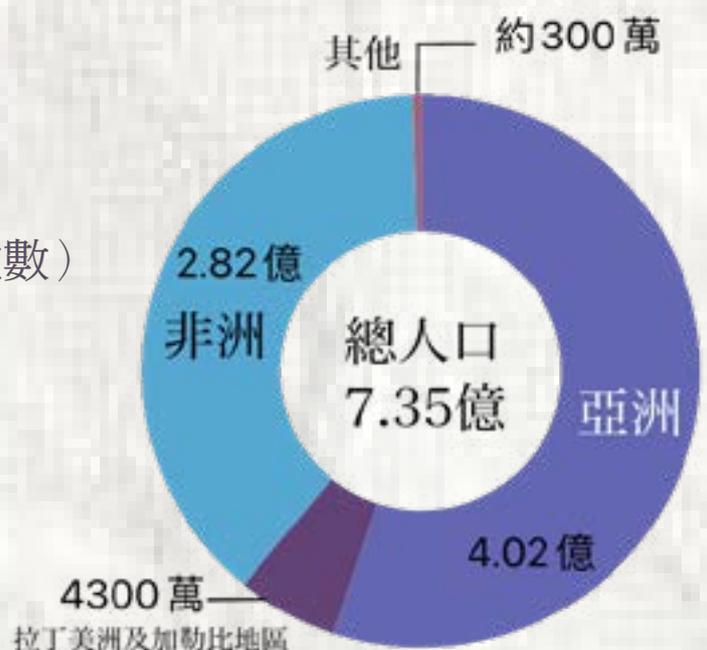
近幾年來由於戰爭，疫情等因素，大幅加劇了糧食危機。預計到 2030 年全球將有 6 億人營養不良。

據聯合國 2023 年發表的報告表示，全球有約 6.91 億至 7.83 億人面臨飢餓，比上次紀錄多了一億兩千萬人。

非洲地區的饑荒人口比例位居世界第一（高達五分之一人口），不過亞洲地區的饑荒人口數量卻位居榜首，共有約 4.02 人面臨飢餓。

（7.35 億為 6.91 億至 7.83 億的中位數）

飢餓人口佔比示意圖 ▶



# 危機下的人們

目錄



返回



2022 GLOBAL HUNGER INDEX



△世界飢餓地圖，以國家飢餓比例為單位。可以看到橘黃色大部分集中於非洲地區和印度。而印度正是全球飢餓人口最多的國家。

非洲飢餓孩童 ▶



# sdg2 的目標？——為了消除飢餓而奮鬥

永續發展目標 sdg2 核心理念為「幫助所有開發中國家及貧困地區**消除一切形式的飢餓及營養不良**」。

“消除飢餓，實現糧食安全，促進永續農業，並在西元 2030 年前消除飢餓。”

這是 sdg2 的最主要發展目標。



# 八項細項目標



- 2.1 確保**所有的人**都能終年取得安全、營養且足夠的糧食。
- 2.2 結束**一切形式的**營養不良。
- 2.3 使農村的生產力與小規模糧食生產者的**收入增加一倍**。
- 2.4 確保**永續的糧食**發展。
- 2.5 維持糧食生產中的**基因多樣性**。
- 2.a 提高鄉村的建設及**科技發展**，並改善開發中國家的**農業產能**。

• 何謂市場扭曲？

意指因政府官方的利益或強制而大量生產商品，即便商品毫無市場需求。這麼做將會造成市場失衡。

# 飢餓的定義？

談起飢餓，我們一定要知道他的意思。

飢 4 一

餓 7 一

飢餓的科學定義為每天攝入少於 1,800 千  
每個人健康生活的最低要求。目前全球約有  
期缺乏食物，減輕體重和身體機能下降時，  
億人口營養不良，預計到 2050 年，將擴增  
為了防範飢餓侵蝕這個社會，我們必須要有



飢餓，意指腹空急欲  
得食的感覺。

卡的熱量，每天攝取 1800 千卡是  
有 8.15 億的飢餓人口。身體適應長  
就會營養不良，而在全球仍有 7.95  
增至 20 億人口。  
有所作為。



# 飢荒的原因？——丟掉剩菜

## 1. 貧困

根據 2023 年聯合國報告，約有七億八千三百多萬餘人正面臨貧困的危機，而主要分布的國家包含但不僅限於撒哈拉沙漠以南的非洲、南亞、東亞及太平洋島國等...，在這些國家之中並不是人人都有錢買得起食物。有趣的是，**貧困人口主要分布地區多落在人口增長最具活力且最為茂盛的地區**。人口增長速度遠遠比不上糧食普及的速度。

## 2. 不平等分配

食物是人類生存不可或缺的要素之一，從躺在搖床至躺在棺材都會需要。根據聯合國統計，至今仍有七億八千萬的人口面臨飢餓，但卻有 $\frac{1}{3}$ 的糧食被浪費。在全球八十億人口中，**有 20 億人超重或肥胖的同時，4.2 億人體重不足**。有些國家



糧食產量充足，卻仍有人餓死於街頭。



## 3. 戰爭與衝突

War never changes。隨著科技的蓬勃發展，人類卻改變不了最初的習慣。隨著飛彈如雨落下，建設隨之崩塌，人民隨之逃亡。根據 2022 年聯合國統計，約有 1 億人受到戰爭波及、多達 52 萬人死於戰爭。**戰爭減少糧食的生產量及人民獲取糧食的管道。**

飛彈炸毀基礎建設和房屋，軍隊衝鋒下生靈塗炭。戰爭帶來的只有死亡和苦痛，人民連最基本的人權都不復存在。

# 食物浪費

——被拋棄的必需品

在這生活在這個豐富多元且快速的時代裡，農田與工廠在生產、加工、販售食物這縝密的食物鏈流程中已經浪費了許多食物，何況身為消費者的我們，在烹飪、儲存食物時也會產生浪費。

根據行政院環保署的資料統計，台灣人一年的廚餘量便足足有62萬噸，數量多到甚至可以堆出約一萬棟101大樓，而全球年的浪費量更是接近13億

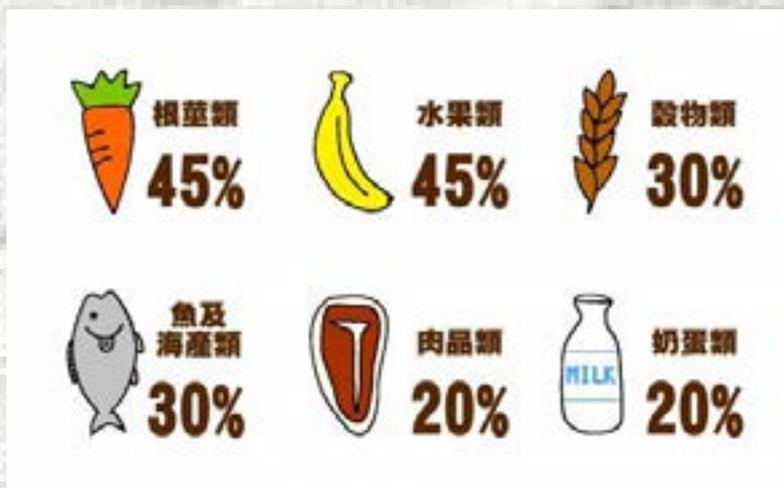
噸，這些廚餘的問題不只有食物浪費，更大的問題在於全球暖化，處理被人們浪費掉的食物就已經造成了大量的溫室氣體。

《ELLE 雜誌》的資料研究表明，有8%的溫室氣體在處理被我們浪費的食物時產生，使用到的淡



水則有 21%，**地球正因為我們浪費食物，而延伸出足以產生極端天氣的蝴蝶效應。**

### ▽不同類型食物被浪費的比率



不只是廚餘，農業生產過剩、配送中受到損傷而**不好看的食物 -- 剩食也經常被丟棄**，我們在超商中選購食品時，往往會挑選相

貌更好的，滿是傷疤的蔬果便容易遭到拋棄，即使風味並無區別，但還是會被其他蔬果比下，超商為了促銷，會為這些剩食專置一個**劣質農產品區**，價格也比其他同樣的蔬果低廉，更多消費者開始注意到他們！

除此之外，許多大陸商家也在店裡販賣「**剩菜盲盒**」，並開始成為小資族的選擇，把未來得及當日售出的食物以**盲盒方式便宜販售**，是全球都可以學習的方法。



# 食物銀行

——讓一個人免於挨餓

對於外觀較為不符合主流審美的食物，商家往往會將它們丟棄，而那些被丟棄的食材並不是不能吃。世界上還是有很多人處於飢餓當中，我們在浪費的同時有人需要那些食物。

我們可以將那些食物捐至食物銀行，讓需要的人以較便宜的價格買到。

作法大致上是接受超市、大賣場、餐廳、麵包店、企業及一般民眾的食物捐贈，篩選後依照食品特性分別配送。並提供飲食、日常用品及衣物等相關扶助，也照顧處在「灰色地帶」的多重

困難家庭。而會員的家人或朋友們也可以「志工」來換取點數，這裡所謂的志工指協助食物銀行幫忙整理物資，經由志工服務的方式，讓弱勢者不只是單純的接受物資，也能為他人服務。





## 實例：安德烈食物銀行

安德烈從小生活在育幼院，長大之後成立了食物銀行，造福社會大眾。如同故事裡的男孩一樣，人生背景並不能決定我們長大後的出路。他們推行了善果計畫，目的是為了倡導「惜食」的重要性，讓他們知道知福、惜福、感恩與分享。

協會也藉由「食物銀行計畫」，提供客製化的「嬰兒、膳糧、素食、長青、專案食物箱」幫助弱勢家庭兒少及長者免於飢餓，另還透過「培鷹計畫」，幫助孩子們適性發展，具備良好的品格操守和正確觀念。

「人溺己溺，人飢己飢」是他們的宗旨。不只有提供糧食，甚至還去救災。目前規模則大到全台皆有據點。

# 我們能為終結飢餓

## 做出什麼？——為社會獻出心臟

### 1. 支持慈善機構和組織

世界上存在不少為了貧困飢餓人口的福祉四處奔波的慈善機構，例如：

**世界糧食計劃署 (world food programme, WFP)** 致力於提供在緊急狀況提供救援並透過食物援助恢復和平與繁榮。



**饑餓計劃 (Hunger Project)** 通過社區自助計畫致力終結全球飢餓。

**The  
Hunger  
Project.**

## 賑濟美國 (feeding America)

: 根據統計，在美國有多達四千四百萬餘人面臨飢餓，賑濟美國致力於改善美國飢餓環境。



### World Food Programme

@WorldFoodProgramme · 6.32萬位訂閱者 · 942 部影片

Assisting over 115 million people each year and operating in over 120 countries and territo... >

[instagram.com/Worldfoodprogramme](https://www.instagram.com/Worldfoodprogramme) 和另外 5 個連結

訂閱



### The Hunger Project

@thehungerproject · 2260位訂閱者 · 118 部影片

We are a global, non-profit, strategic organization committed to the sustainable end of worl... >

[thp.org](https://www.thp.org)

訂閱



### Feeding America

@FeedingAmerica · 5870位訂閱者 · 94 部影片

Feeding America is committed to an America where no one is hungry. We support tens of ... >

[feedingamerica.org](https://www.feedingamerica.org) 和另外 3 個連結

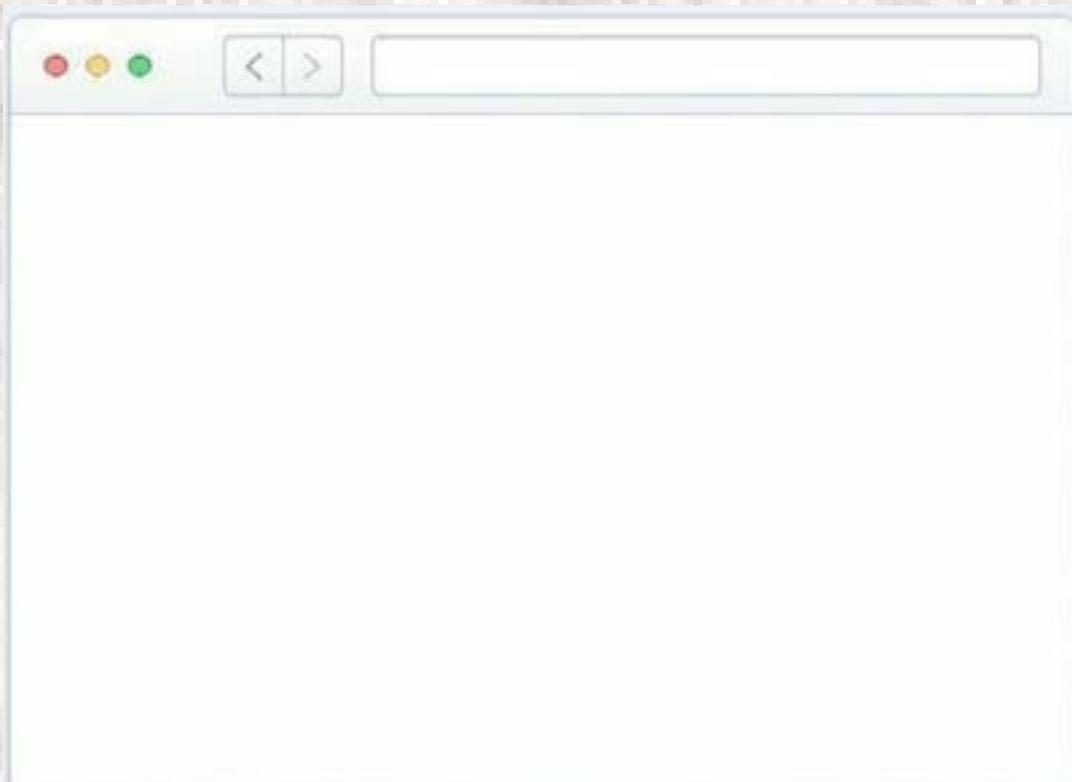
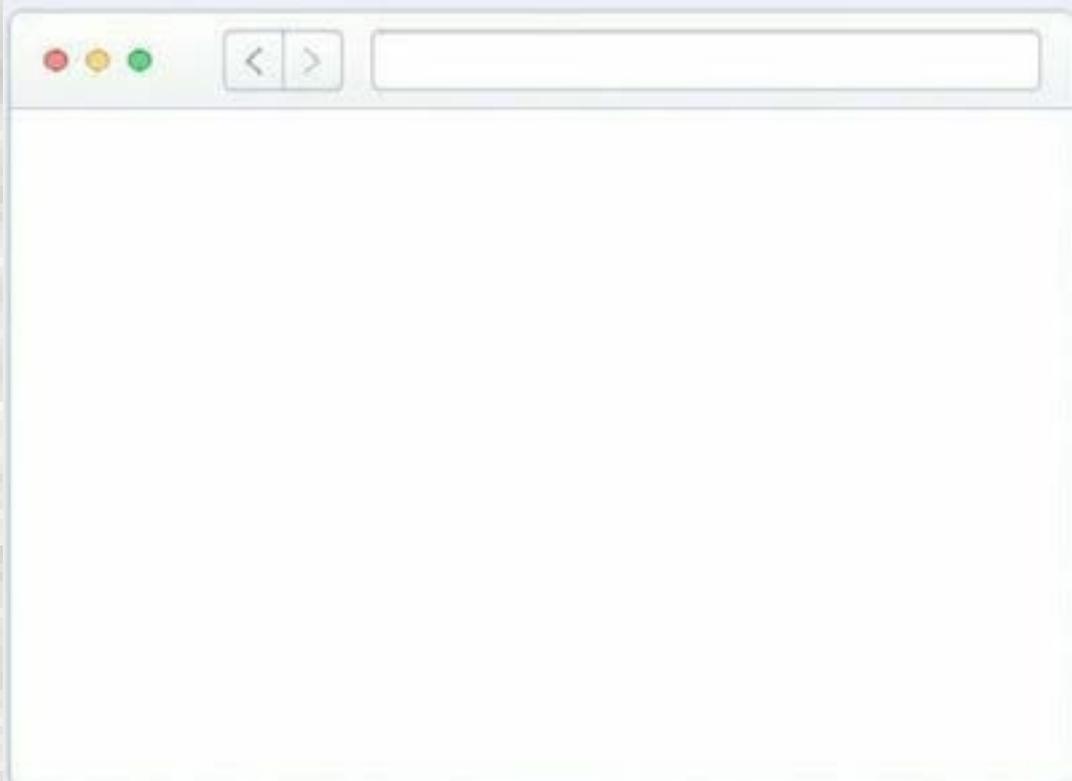
訂閱

## 2. 節約食物

根據 2022 的報告指出，有多達 9 億多的食物被浪費。食物浪費的主因來源包括但不僅限於於分配不均、不當儲存、食物過度烹煮。對此減少食物浪費是減緩飢餓問題的一種方式。**注意購物清單、適量食物製備、妥善保存剩餘食物**，都是減少浪費的方法。

## 3. 支持本地農產品

支持本地農產品可以**減少距離的成本**，進而使包裝的成本下降。支持本地農產品也**能促進本地農業的發展**，進而使其擴大且進步。



# 結語

以上是一則可能發生在世界某個角落的故事。

經過宣導與傳播，相信永續精神能生生不息的傳承下去。讓曾經手心向上的人們也能翻轉手掌，成為護佑人民福祉的一份力。

# 製作人員



Sawa

我們會在沒有黑暗的地方相逢



茅

我們需要的只有決心，因為拼命累積起來的東西絕對不會背叛自己。



eyang

感謝參與人員在支持我寫的故事的同時阻止我腦洞大開到無法挽回



淺眠

念舊的人就像一個拾荒者

# 附錄

工作分配

故事：eyang / 葶

相關議題：Sawa / 葶 / eyang / 淺眠

背景音樂：〈遨遊於星座之間，墜落於塵沙之漠中〉 (by 葶)

插圖：Sawa / 淺眠

排版：Sawa

## 參考資料連結

[https://docs.google.com/document/d/14tU\\_-bU56o1CUnGFkoupunnYqSytPEPWU\\_mPDuYiqok/edit?usp=sharing](https://docs.google.com/document/d/14tU_-bU56o1CUnGFkoupunnYqSytPEPWU_mPDuYiqok/edit?usp=sharing)

感謝  
Thanks for reading  
閱讀!!