



婆媽姑舅的工作日誌

第十屆蹲點台灣

台灣樸門永續發展協會

服務成果報告書

周允蓁、郭宜婷



目錄

團隊成員

蹲點社區

服務日期與事前準備

工作大紀事

工作日誌

幕後花絮與影音連結

成果與省思





團隊成員



郭宜婷

產地 土生土長台北人

星座 公平公正天秤座

背景 大學學的是地理

興趣 看小動物的萌圖

技能點 亂聊天



周允蓁

產地 A字開頭天龍人

星座 橫衝直撞射手座

背景 不務正業修工藝

興趣 人生只有食物好

技能點 吃東西



蹲點社區

野蔓園

野蔓園是實踐樸門永續設計的農場，位在陽明山。提供換攻及農事體驗課程，以及開設樸門相關課程，周末在建國花市（212攤位）販售香草、窯烤麵包以及與民眾交流樸門實踐經驗。



台灣樸門永續發展協會

協會推廣與與大自然互利共生的永續生活方式，並且保留、闡揚傳統生活文化技藝。開設課程以及編輯出版相關樸門之刊物及訊息分享大眾。同時也研發、生產環境友善與人類健康的產品。



8/11(六)
初到野蔓園

8/15(二)
割稻割稻
割稻日

8/17(四)
包米
活動場佈日

8/19(日)
割稻活動-Ta

8/14(一)
破布子製作坊

8/16(三)
打穀打穀
打穀日

8/18(六)
割稻活動-Ta

8/20(一)
豆腐乳裝罐日

8/23(四)
採花椒


8/25(六)
下山日

開始剪片……

8/22(三)
割稻活動-Ta

8/24(五)
製作麵包日



2018/08/11(六) 

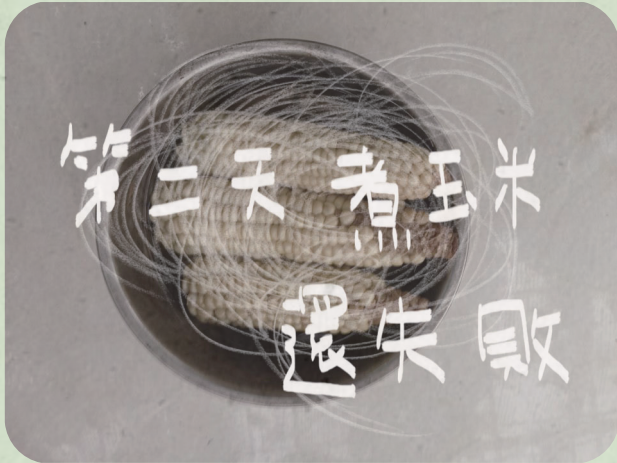
工作事項：
澆花
曬龍眼
扮醬油
整理環境


天真的我想說應該還好吧？電話中提到這裡的水管沒有水管澆要特別小心打開不然會爆水，說時遲那時快在提醒我的那一刻我就把水管弄爆啦！

水流嘩啦啦的留下來，現場的地上瞬間成為汪汪水池。

P s . 不過第一天我們還是完成了澆水的任務，也安頓好了我們接下來的棲身之處。

勞動指數：★★



2018/08/12(日) 

工作事項：

澆花

扮醬油

料理三餐


剛到野蔓園的前兩天，由於老師和小白常常在外工作，我們的功課就是做一些例行工作，以及料理三餐讓自己活下去。

p.s 今天不小心煮到留種玉米啦

勞動指數：★★



清洗破布子
分檢挑出黑掉的部分
加水大灶熬煮
分裝
加入醬料

2018/08/13(一) 

工作事項：

澆花

拌醬油

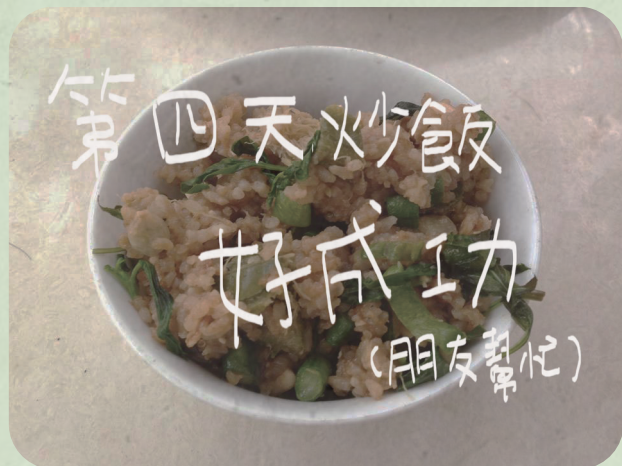
曬龍眼

破布子小助手

整理果樹


有體驗課的媽媽們來這裡做破布子，我們就充當補充人力，除了跟著一起挑檢破布子之外也撿柴補充柴火、整理環境等等。

勞動指數：★★★



「要賺存活的錢，超級容易，
但要好好生活很難。」

by 悠悠

2018/08/14(二) 

工作事項：

澆花

拌醬油

烘龍眼

去菜園拔菜

陰雨不斷的日子，我們要隨時注意天氣，把醬油缸蓋起來，以及判斷什麼時候要收龍眼。


下雨的時候，相對是比較空閒的時候，就在溫室內做些雜事，那天悠悠來也野蔓園，也陪了我們一整天。

勞動指數：★★



割稻的注意事項：

要蹲下重心放低
抓緊稻穗 刀子往下割
稻子要放整齊
背稻要找到稻梗和肩膀的平衡

2018/08/15(三) 

工作事項：

澆花
拌醬油
割稻
搬稻
打穀

今天是割稻日，
我們大約只有四個人就割完了一大片田，
還以為這樣就結束了，結果大錯特錯，
還得用人力把在梯田上面稻穀都搬到了曬穀場，
路很難走、稻穀很重又很癢，
再加上割稻的時候一直蹲著彎腰，
實在是好累啊～

勞動指數：★★★★★



老爺爺打穀機使用注意事項

- 溫柔對待老爺爺打穀機
- 要用一個固定的節奏踩踏
- 稻梗要抓緊
- 打穀要快狠準、用不同角度

2018/08/16(四)



工作事項：

澆花

拌醬油

打穀


打穀

打穀

一整天我們幾乎都在打稻穀，
應該打了6個小時以上，用阿公級的打穀機，
需要用腳一直一直踩讓滾輪轉動，
滾輪上有很多凸起物，
讓稻梗上的稻穗一直一直被震動再掉到前方的箱子裡。
看起來簡單好玩，但其實是個非常非常耗體力的
工作

勞動指數：★★★★★



2018/08/17(五) 

工作事項：

澆花

拌醬油

曬龍眼

包裝米(秤重、抽真空)

體驗活動場佈


那天除了包米的時候，
其餘都跑來跑去的搬運東西，
整理環境(因為隔天有割稻體驗)，
我們搬木棧板、棚架、打穀機到各個位置，
準備迎接忙碌的明天。

勞動指數：★★



體驗活動的流程

- 介紹野蔓園環境與注意事項
- 割稻 - 搬運 - 打穀
- 午餐時間
- 採買、遊玩時間

2018/08/18(六) 

工作事項：

澆花

拌醬油

割稻

打穀

帶小孩

廚房打雜

曬米

今天小朋友和爸爸媽媽甚至爺爺奶奶一起來體驗割稻畫面超級溫馨，但是其實小朋友的割兩三下就跑去玩了，幾乎都是爸爸媽媽在割，不過也因為沒有來得及做完，下午我們就搬運這些稻子，以及繼續完成打穀的工作，擔任體驗活動的ta大成功，被叫阿姨。

勞動指數：★★★★



2018/08/19(日)



工作事項：

澆花

拌醬油

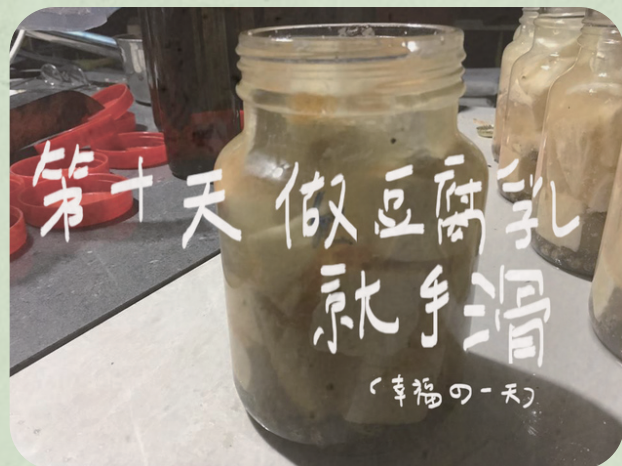
割稻

曬穀

- 使用帆布蓋米的訣竅
- 起風時可能就快下雨了
 - 一人站一角
 - 拉平拉緊
 - 將帆布拉到曬米的外面
(就算下雨也不會流進去)
 - 打穀要快狠準、用不同角度

今天的體驗活動對象是童軍團，本來想說童軍團會很快完成割稻，真的是太天真了，「公主」小孩和家長的勞動力幾乎是沒有呢！留下了很多工作讓我們進行，不過中午休息時間的小確幸，割了一大串香蕉。

勞動指數：★★★★★



豆腐乳製作步驟

- 底層米酒與豆粕、再一塊塊把豆腐夾進玻璃罐
- 在塞好的豆腐縫隙中放上鳳梨
- 最後加上砂糖，等上2哥就可以吃了

2018/08/20(一) 🌧️

工作事項：

澆花

拌醬油

曬龍眼

包裝米

清理打穀機

曬米


剝殼荔枝乾

製作豆腐乳

多樣化發展的一天，做了豆腐乳，還有特別做了自己要買的特製版！

勞動指數：★★



2018/08/21(二) 

工作事項：

澆花

拌醬油

割稻

打穀

篩草


場復

去拿棧板們

今天來割稻體驗的小孩是天使！
大家都很認真的割，也很認真搬和打穀，
爸爸媽媽也從旁邊幫忙，而且大家都穿長袖，
沒有一直抱怨蚊子、地髒，
所以老師還特別開了自製汽水請大家喝，
有萬壽菊和薰衣草口味的耶！超酷！

勞動指數：★★★★★



2018/08/22(三) 

工作事項：

澆花

曬龍眼


扮醬油

拔花椒

今天是普通而悠閒的一天，我們花了很多的時間在拍攝野蔓園的空景，和做環境整理，話說今天宜婷上廁所的地方長出香菇了！

勞動指數：★★★



2018/08/11(六) 

工作事項：

澆花

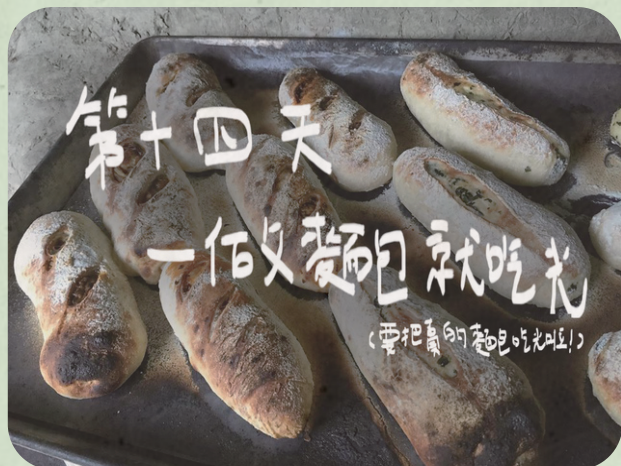
拌醬油

曬稻子

摘花椒


今天有新任務！摘花椒！
沒錯就是麻辣鍋會加的花椒，
殊不知其實他不只麻更是刺啊！
摘他的時候一直被他的刺刺到手，好痛！

勞動指數：★★



窯烤米麵包小撇步

- 加入半熟的米會讓麵包更濕潤有彈性
- 把米用水果機打成泥
- 混入麵粉內、等待麵包發酵
- 開始和麵糰揉成形狀
- 砍柴生火、放入烤爐
- 出爐吃掉他！

2018/08/25(五) 

工作事項：

曬米
澆花
拌醬油
做麵包
撿柴
煮飯
洗豆粕
搬盆栽

今天是做麵包日，

一早就開始備材準備下午作片包，
麵包作為糧食，也是野蔓園的販售火紅產品，
有做麵包的隔天通常都會去花市擺去賣，
聽說銷量很不錯麵包完成後，我們一起搬盆栽到
車上，為明天他們去花市擺攤做準備。

勞動指數：★★★



2018/08/26(六)



工作事項：

澆花

拌醬油

除草

整理環境

野蔓園之友_有機會買到的產品

- 醬油

- 豆腐乳

- 手工日曬米

- 果醬

- 破布子

- 汽水

- 麵包

今天是蹲點的最後一天，
基本的澆花、拌醬油也沒有落下，
臨走前我們用掃的掃了野蔓園的農產加工品，
滿載而歸，促進野蔓園經濟，
花友善環境的錢。之後也會持續購買！

勞動指數：★★



其他參與資訊與影片

蹲點日誌網站：

<https://www.youtube.com/watch?v=faZpgwnNlKw>

參加蹲點．台灣10週年獎比賽「尋找異托邦」紀錄片：

<https://blog.xuite.net/blog.xuite.net619/permaculture>

「寶島聯播網-數位好厝」邊受訪廣播：

<https://www.youtube.com/watch?v=Uo13gKwrnxQ&feature=youtu.be>



成果與省思

在野蔓園的十幾天，每天都過得很充實，也學習到很多，學習製作食物、生活技能等等的，和其他組別可能有些不同，來之前並沒有準備服務方案(教案或活動等等)，當初的想法是入境隨俗，來這邊比照野蔓園原本的換工，以勞力作為可以提供的服務，只不過要多抓緊時間和構思拍片和紀錄。

來了後，我們如預期真的提供了勞力完成每日的工作，不管是一般日常性事物或體驗活動的支援，像是小螺絲釘一樣讓野蔓園運轉順利，也和老師、小白或者來這裡的志工遊客們相處得很融洽開心。

雖然生活上有些不便，不過我們好像也樂在其中，反思自己的生活，同時也覺得這樣的相遇和告別是自在的，我們的在與不在，對野蔓園而言並無差別，但是野蔓園卻給了我們很多有趣的回憶和體驗，讓我們思考什麼是自己想要的生活？思考自己如何和自然更和諧的相處？這些問題都沒有簡單的答案，從野蔓園下山後，對我們而言也不是結束，有點像是重新充電後的開始，我們也會繼續貫徹樸門的精神在生活中的。

真的感謝在這短旅程中，給我們幫助、建議和陪伴我們的每一個人。



END