



為本土農產找出路，為長者飲食增幸福 銀髮友善食品評選活動後記

文圖 | 畜牧處 程俊龍 · 鄭芳琪

一、前言

2016 年底臺灣超過 65 歲人口已達 310.8 萬人，占總人口比例 13.2%。據國發會推估，2018 年可達 14.5%、343.3 萬人，臺灣將正式邁入高齡社會；到 2026 年則將跨越 20% 門檻，進入超高齡社會，須盡快做好老齡社會食衣住行等方面的準備，以因應高齡長者的需求。而今雙薪家庭下，家庭照顧功能式微，提供可自主照護的長者多樣性飲食與預防保健概念，以及提升需協助照護的長者飲食品質，皆有其必要性。然而，臺灣自 2015 年後 15～64 歲工作人口逐年下滑，在勞動力短缺下，如何快速提供高齡長者合宜的多樣化飲食，在在挑戰飲食產業鏈各環節及異業間的合作與串聯。

臺灣擁有諸多特色農產食材，為擴大食材應用，協助銀髮友善食品產業發展，並自市場導向引領研發與技術應用及升級，農委會委託財團法人食品工業發展研究所（以下簡稱食品所）自 2016 年起邀集臺灣有意發展銀髮產品之食品加工業者，參與銀髮友善食品評選與推廣活動，獲得業者熱烈迴響，計有 170 餘項產品參與評選，顯見臺灣食品業界對高齡長者飲食需求之關注，也顯示人口結構變化下之銀髮產業深具發展潛力。

二、評選過程嚴謹，多面向、全方位推廣

銀髮友善食品評選活動邀請 20 餘位營養、食品、通路、安養照護、咀嚼吞嚥等領域專家組成評選委員會，針對參賽產品之生產品管、營養健康、質地特色、包裝份量、備餐便利性、銀髮友善性及亮點特色等面向深入檢視，至本（2017）年度止 2 年內已評選出 26 項銀髮友善產品，以使用優質臺



灣在地特色農產食材，輔以加工加值轉化產品型態，在營養、風味 / 口感、機能訴求及使用便利性等方面，對銀髮長者飲食極具友善性。

為吸引相關業者及消費者跟進支持臺灣農業，共同推動銀髮產業發展，農委會於 2017 年 10 月 12 日假本會 5 樓大禮堂，辦理銀髮友善食品獲選產品發表記者會，經由多家媒體相關報導，爭取到產品曝光度及消費者重視。後續也請食品所協助獲選產品參與各項推廣活動，包括安排社區、居家、機構長者等進行產品體驗，亦與連鎖零售通路、網路平臺等業者合作媒合與推廣，讓各界更重視高齡長者友善飲食。本年度已有大潤發、全家、樂齡網等通路，加入銀髮友善食品推動行列，將透過門市或網路平臺專區上架銷售，持續共同推廣。

三、聚焦銀髮友善，專家提 6 項建議

農委會鼓勵業者多使用在地新鮮、優質、富含營養與機能成分之農產品開發銀髮友善產品，經活動評選專家總結 6 項建議，可作為開發銀髮友善食品之參考：

- (一) 以營養密度高的農產食材為原料，多以食材原態呈現，盡量減少額外添加機能性素材與人工添加物使用。
- (二) 富含纖維餐食產品宜以含膳食纖維食材為優先，若需額外添加則需慎選膳食纖維種類及分量，避免造成脹氣。



◀ 銀髮友善食品獲選產品發表記者會。

▲ 銀髮友善食品獲選產品。

(三) 質地輔助食品之設計以食材質地均一為要，避免質地差異影響咀嚼吞嚥的安全。

(四) 長者營養熱量攝取普遍不足，產品不宜過分強調低糖、低油、低熱量訴求，如於熱量攝取充足程度與飲食健康程度之間作取捨，則應先滿足前者。

(五) 產品定位 / 宣稱宜與營養標示 / 成分契合。例如：訴求助消化功效之產品，營養標示應有相對應成分或相關證明文件。

(六) 產品包裝及外觀宜考量長者使用操作便利性。例如：易開的包裝設計、易讀之產品說明、字體大小合宜等。

四、農食產業鏈共推共好，加速銀髮食品產業發展

隨著各界對銀髮友善食品認知及需求逐漸升溫，農委會將逐步擴大銀髮友善食品評選審查規則、產品屬性與種類，並鼓勵新產品研發，藉此拓展臺灣銀髮友善食品新產品 / 新市場 / 新服務。未來亦將透過各項計畫資源協助產業發展食品質地規格標準及質地改良技術、推動產業聯盟與社群平臺之互動交流，促進從農產到餐桌之產業鏈合作。

農委會歡迎各界攜手共好，為本土農產找出路，為長者飲食增幸福，共創銀髮友善新世紀。