






C 天主教	
	CA 天主教信仰與價值觀
	CB 走進聖母無原罪主教座堂
	CC 聖母無原罪主教座堂的美和聖
	CD 走進鹽田梓
	CE 聖若瑟小堂
	CF 天主教靈修
	CG 客家生活話當年
	CH 祭祖禮儀
✓	CP 鹽耕體驗
	CQ 正念步行
	CR 客家茶粿製作體驗




A	鹽田知多少	體驗活動前
B	走進鹽田	體驗活動前
C	鹽耕體驗	體驗活動
D	分享與總結	體驗活動後
E	參訪體驗活動後的反思與跟進	體驗活動後
F	備忘	

- ⇒  1. 鹽光保育中心是香港唯一可供遊客體驗造鹽過程的中心，有不少遊客都會參與這個體驗活動，老師安排學生參與，最好能預先聯絡中心安排在平日進行，若迫不得已在假日前往鹽田梓，也請在到達後立刻進行活動，盡量減少遊客的干擾。
- ⇒  2. 製鹽活動適合一般學生參與，但所需時間較長，大概 1 小時 30 分鐘，若不是預留了一整天在島上活動，可能會因這活動而未能參觀全個鹽田梓小島。
- ⇒  3. 鹽在學生的心中是微不足道的東西，老師在參訪前，可按預備課的教案，預先為學生引入學習動機，增加學生參與這體驗活動的興趣。

A	鹽田知多少	體驗活動前
----------	--------------	--------------

- ⇒  參學活動前，學生上網搜尋資料，作為「啟疑」及「知識鋪墊」的開始
- ⇒  〈1.我的推介〉適合所有學生；〈2. 我的精選〉適合基礎較佳學生

1. 我的推介

-  1 瀏覽（三個或以上）網頁，了解有關「鹽田梓」的資料。
- 2 選出兩個「好網站」，向同學推介，並略為說明推介的理由。

網頁名稱：	我的推介（一）
網址：http://	
下載日期：	
推介的理由：	

網頁名稱：	我的推介（二）
網址：http://	
下載日期：	
推介的理由：	

2. 我的精選



- 1 瀏覽網頁，了解有關「鹽田梓」的資料。
- 2 選出一個「好網站」，向同學推介，並略為說明推介的理由。
- 3 下載圖片，附上簡單說明，介紹當中可學到甚麼價值觀。

網頁名稱：	我的精選
網址： http://	
下載日期：	
推介的理由：	(圖片)
當中可學到的價值觀：	(圖片)

3. 網站推介

2.

⇒  老師參考資料。

網站推介
香港旅遊發展局：來鹽田梓！走訪老鹽田，聽有溫度的故事_ https://www.discoverhongkong.com/tc/explore/great-outdoor/hong-kong-little-salt-pan-yim-tin-tsai.html
鹽田梓鹽光保中心：鹽田 https://yimtintsai.com/yimtin/
從「鹽」字演變，看古代製鹽文化 https://kknews.cc/zh-hk/history/4oa5bqq.html

B 走進鹽田

體驗活動前

1. 閱讀以下資料

⇒  學生閱讀資料。

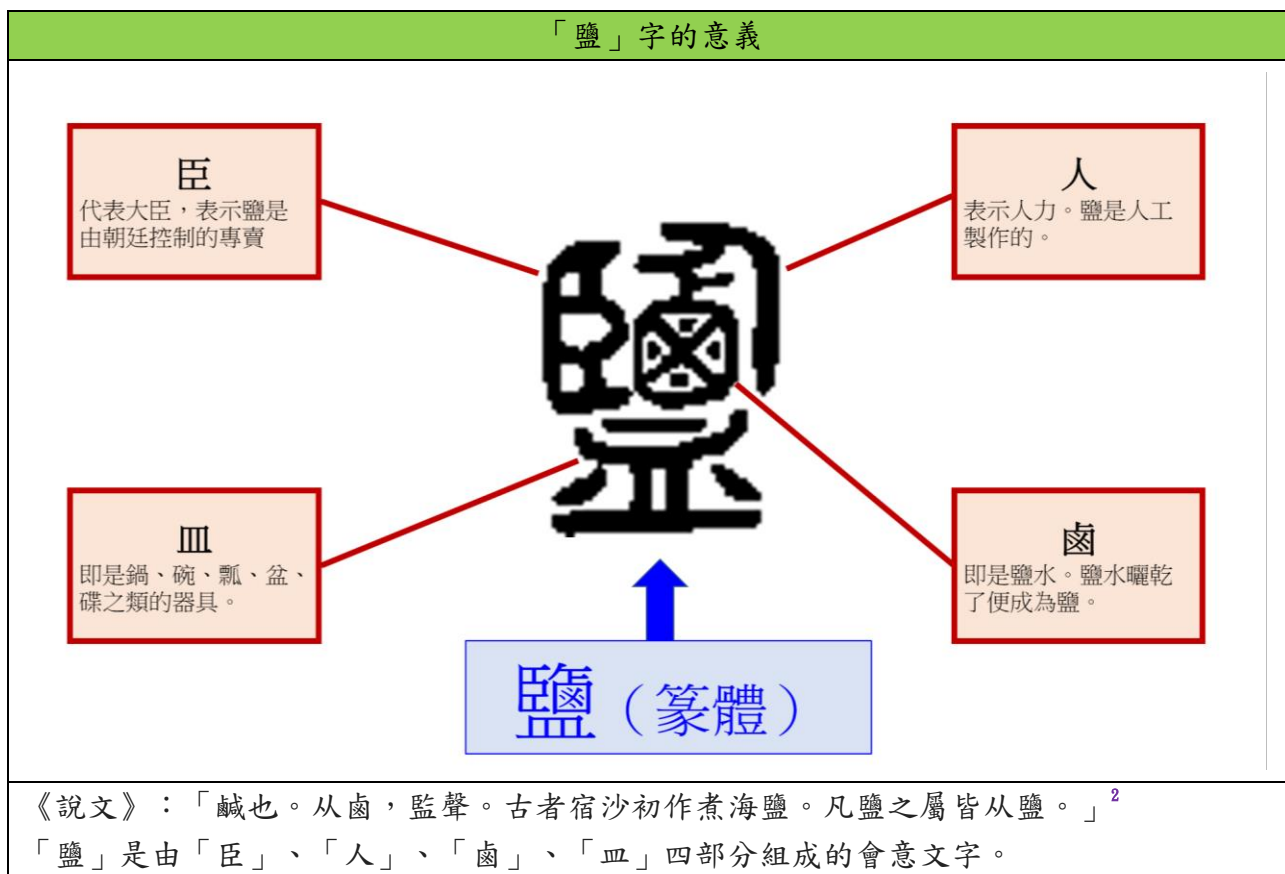


鹽田梓的鹽田



鹽田的位置¹

¹ 陳子良、麥偉德、何榮漢、雷武鐸 (2020)。〈鹽田梓〉，《欣賞宗教建築：體驗學習中華文化、人文素養與靈性追尋》。頁 10。



食鹽小知識

食鹽能產生人類感知得到的鹹味，烹飪和享用食物時常被用來調味，是一種調味劑。鹽含有鈉，是人體必需的其中一項營養素，作為人類所需的電解質和滲透溶質，然而過度食用的話，心血管疾病風險會增加。³

縱觀整個人類歷史，游牧民族以牛、羊肉為主食，肉類、血液和乳汁等動物組織含鹽量一般比植物組織多，無須使用鹽；而農耕民族以穀物和蔬菜為主食，則需在膳食中補充鹽分。因此獲取食鹽等同進入文明社會的標誌。⁴

據現存記載，中國是最早人工生產食鹽的國家。而「鹽」字的本意是「在器皿中煮鹵」。⁵

² 香港中文大學人文電算研究中心（2014）。漢語多功能字庫—鹽。取自 <https://humanum.arts.cuhk.edu.hk/Lexis/lexi-mf/search.php?word=%E9%B9%BD>。

³ 維基百科（無日期）。〈食鹽〉。取自 https://zh.wikipedia.org/wiki/%E9%A3%9F%E7%9B%90#cite_note-FOOTNOTEWellerBrigandNuninger2008225-230-11。

⁴ 維基百科（無日期）。〈食鹽—歷史〉。取自 https://zh.wikipedia.org/wiki/%E9%A3%9F%E7%9B%90#cite_note-FOOTNOTEWellerBrigandNuninger2008225-230-11。

⁵ 維基百科（無日期）。〈鹽的歷史—食鹽在東方〉。取自 <https://zh.wikipedia.org/wiki/%E7%9B%90%E7%9A%84%E5%8E%86%E5%8F%B2>。

海鹽的生產方法與過程⁶

生產海鹽一般採用日曬法，就是利用天然環境，築壩開闢鹽田，通過潮汐變化，吸引海水灌池。海水經日照蒸發後會變成滷水，當滷水濃度蒸發至波美 25 度時，就會釋出氯化鈉，亦即是原鹽。以日曬法生產原鹽，優點在於節約能源及成本較低，但是很易受自然條件所限制：若空氣乾燥，日照時間長，蒸發量便大，鹽的產量就高，條件相反則使產量減低。因此，受地理及氣候因素影響，並非所有海岸灘塗都能修築鹽田，曬鹽也不可能在所有季節都做到。

日曬法的工藝，一般分為納潮、製滷、結晶、收鹽四大工序。

1 納潮

為確保鹽業生產過程的正常運行，必須盡一切方法保證原料供應充足，生產原鹽的原料就是海水，納潮實際上就是原料提取過程。現時納潮方式有二：一、自然納潮，即在潮漲時用海水沿引潮溝自然流入；二、動力納潮，即利用軸流泵引入海水，其特點是不受自然條件所限。

2 製滷

制滷在面積廣闊的蒸發池內進行，根據日蒸發量，恰當地掌握蒸發池走水深度，逐步提高滷水濃度，最後濃縮成飽和滷。

3 結晶

透過不斷地蒸發濃縮，海水中的各種鹽類濃度持續增加，直至飽和，就會以晶體的形式析出。在過飽和溶液中保持溶液過飽和度，能使晶體繼續生長。

4 收鹽

利用人工或機械，將長成的鹽收起、堆坨。

2. 完成以下遊戲

⇒  **【GCP 製鹽工序 a】**
< <https://wordwall.net/play/31513/566/617> >



⇒

電子遊戲答案			
製鹽工序 a			
1 納潮	2 製滷	3 結晶	4 收鹽

電子遊戲答案			
製鹽工序 a			
1 納潮	2 製滷	3 結晶	4 收鹽

⇒  **【GCP 製鹽工序 b】**
< <https://wordwall.net/play/31514/391/337> >



⁶ 直觀學機械 (2017)。海鹽的生產，〈鹽的製作過程是怎樣的，有誰真的瞭解?? ?〉。取自 https://www.gushiciku.cn/dc_tw/333028。



電子遊戲答案
製鹽工序 b
正確： 納潮、製滷、結晶、收鹽
不正確：燒沸、漂白、搞拌、除蟲

3. 延伸學習資料

鹽田梓耕鹽簡史
<p>在古代，食鹽是非常寶貴的資源，歷代統治者都會實施嚴格監管，所以鹽田曾被視為「白色金礦」。但今時今日，食鹽可以說是一種非常普遍的調味料。而在香港，鹽田梓仍保存着曬鹽這種傳統工藝。⁷</p> <p>早在十八世紀已有客家人從內地南方一帶移居到香港這位於西貢的小島，並建立鹽田梓村，主要從事農耕、曬鹽、畜牧、捕魚等。「梓」即鄉里，意思為不忘故鄉；加上祖先掌握產鹽技術，開墾鹽田以產鹽維生，鹽田梓的命名由此而來。⁸</p> <p>鹽田梓全島寬五百多公尺寬，海拔最高三十七公尺，潮漲時大片平地被海水淹沒，潮退時，隨着風吹日曬，平地成為了適合製鹽的地方。千辛萬苦來到鹽田梓，陳氏當然希望落地生根，於是居民全面發展製鹽業：開發鹽田、修建水閘、控制海水進出，生產並售賣食鹽到西貢及鄰近地區。</p> <p>以前未發明雪櫃，食物保存有賴用鹽來醃製；加上從事農業及體力勞動的人們經常出汗，需要補充鹽分，所以鹽是食物不可或缺的部份，也曾是一種珍貴的商品所，連海盜也去攻擊和搶掠產鹽的地方。鹽田梓得天獨厚，這片產鹽地造就了村民的安穩生活；加上位置偏遠，政府沒有派人來收取稅項，村民過着與潮汐海水為伍、安居樂業的生活。⁹</p> <p>鹽田梓的人口在全盛時期亦只有一、二百人。上世紀因為鹽價下降，價錢也沒辦法跟來自內地和越南的產品競爭，令島上的村民都放棄曬鹽。到了1920年代，鹽田梓就再看不到任何鹽田。鹽田逐漸變成耕地，並在八零年代改為魚塘。村民多番改變生產方式，但生活依然艱苦。受着時代洪流的衝擊，村民紛紛離鄉別井找尋生計，一部份遷往香港其他地區謀生，一部份移居海外。到了90年代末，整條村已空置，再無人跡。有人把客家人譽為東方的猶太人，說明了他們尋覓生存空間的困難，也代表了強大的職業能力和百折不撓的</p>

⁷ 利奧郊遊 (2021)。西貢鹽田梓 Yim Tin Tsai，〈【香港郊遊】超舒服的避世小島〉。取自 <https://blog.ulifestyle.com.hk/vlog/princeleo/4155860/%E8%A5%BF%E8%B2%A2%E9%B9%BD%E7%94%B0%E6%A2%93yim-tin-tsai-%E9%A6%99%E6%B8%AF%E9%83%8A%E9%81%8A-%E8%B6%85%E8%88%92%E6%9C%8D%E7%9A%84%E9%81%BF%E4%B8%96%E5%B0%8F%E5%B3%B6-%E7%99%BE%E5%B9%B4%E6%AD%B7%E5%8F%B2%E6%95%99%E5%A0%82-%E9%B9%BD%E7%94%B0%E4%BB%94-%E5%A4%A9%E4%B8%BB%E6%95%99%E5%A0%82-%E7%99%BE%E5%B9%B4%E6%A8%9F%E6%A8%B9-%E8%81%96%E8%8B%A5%E7%91%9F%E5%B0%8F%E5%A0%82-%E9%9B%99%E5%AD%90%E4%BA%AD-%E9%B9%BD%E7%94%B0-%E5%AE%A2%E5%AE%B6%E6%9D%91-%E7%8E%89%E5%B8%B6%E6%A9%8B-%E6%BE%84%E6%B3%A2%E5%AD%B8%E6%A0%A1-%E8%A5%BF%E8%B2%A2%E8%A1%8C%E5%B1%B1-%E6%BB%98%E8%A5%BF%E6%B4%B2-%E5%88%A9%E5%A5%A7%E9%83%8A%E9%81%8A%gogogo>。

⁸ 鹽田梓鹽光保育中心 (無日期)。鹽田梓名字從何而來?。取自 <https://yimtintsai.com/home/yttvillage/yttvillagenaming/>。

⁹ Kate Whitehead (無日期)。來鹽田梓！走訪老鹽田，聽有溫度的故事。取自 <https://www.discoverhongkong.com/tc/explore/great-outdoor/hong-kong-little-salt-pan-yim-tin-tsai.html>。

生命引導。對於中國人來說，移居海外是最痛苦的抉擇，他們雖然離鄉別井，但故鄉的情懷始終不變。直到二千年才有人重回島上，希望復修故鄉。由於鹽田是村民們的集體回憶，他們都想一起努力，保留這塊香港唯一的鹽田，由於連最老的村民都不知道鹽場是怎樣的，要重建鹽場談何容易。所以在 2010 年，鹽田梓村務委員會屬下的鹽光保育中心積極研究如何復修鹽田，冀有效保留而且重建鹽田原貌，成為全港唯一修復好的曬鹽場、唯一生產海鹽的地方。這個鹽田活化項目獲得 2015 年聯合國教科文組織亞太區文化遺產保護傑出獎。¹⁰

C 鹽耕體驗

體驗活動

1. 以下是整個體驗活動的過程，請觀看以下錄像片段，並回答簡單問題：

A ⇒  **【CP_Va_納潮 A】**

⇒  **【CP_Va_納潮 B】**

1. 製鹽的第一步，村民建造的堤圍十分重要，他們利用甚麼自然現象來引入海水？

答 潮汐的漲退

2. 每個蒸發池都會有不同濃度的海水在同時進行甚麼？

答 蒸發及沉澱

B ⇒  **【CP_Vb_製鹵】**

1. 露天的鹽池，受甚麼因素影響最大？

答 天氣

2. 滷水池的作用是甚麼？

答 儲存高濃度的海水

C ⇒  **【CP_Vc_結晶 A】**

¹⁰ 鹽田梓鹽光保育中心（無日期）。鹽田，〈景點簡介〉。取自 <https://yimtintsai.com/yimtin/>。

⇒  【CP_Vc_結晶 B】

1. 同學用甚麼來量度海水的濃度？

答 波美度計

2. 結晶池太大，在製鹽過程中會產生甚麼問題？

答 需要很多滴水，但遇着天氣變化，又難以立刻覆蓋或回收。

D ⇒  【CP_Vd_收鹽 A】

⇒  【CP_Vd_收鹽 B】

1. 滴水結晶成鹽時，甚麼因素會影響它的形狀？

答 風

2. 從海水製成鹽的過程中，啟示了我們甚麼道理？

答 看不到的東西，並不表示不存在。

E ⇒  【CP_Ve_製鹽的啟發】

1. 導師提出在製鹽的過程中，看到與我們要除掉壞習慣有何相通之處？

答 海水的雜質慢慢沉澱、清除，正如人的壞習慣也可慢慢除掉

2. 經過多重的過濾、沉澱，鹽田梓製作的鹽與一般所見有何不同？

答 潔白、潔淨

F ⇒  【CP_Vf_製鹽導師的抱負】

1. 從協助介紹製鹽的導師分享中，你認識到他為甚麼投入這項工作？

答 有一份責任，希望村落不再荒廢，能承傳下去


2. 鹽在年青人心目中，已不及老一輩的人那麼重視，但陳先生仍舊希望帶給年輕人對鹽一個甚麼態度？

答 欣賞

D 分享與總結

體驗活動後

1. 學生分享

⇒  整個體驗活動需要個半小時，學生在逐步瞭解製鹽過程時，導師亦會提及不少人生道理，所以老師可在活動後，就下列問題，讓他們寫下感受，輪流分享。

1. 你認為村民為了甚麼，從四方八面回到鹽田梓復修鹽田？

答 可自由發揮，言之成理即可。

2. 透過這次製鹽體驗活動，你對人與大自然之間的關係，有甚麼新的體會？

答 可自由發揮，言之成理即可。

3. 假若你也想在保育鹽田方面出一分力，你會對推廣製鹽活動有甚麼建議？

答 可自由發揮，言之成理即可。

2. 老師解說與總結

我們知道要重建鹽田梓這個鹽場，完全是村民對祖先一份崇敬，顯示不忘祖先昔日的艱苦貢獻，正如協助介紹製鹽的義工陳先生說，他感到自己有一分責任，希望村落不再荒廢，一直有村民能承傳鹽田梓這片土地的文化。重建鹽場的困難之處，是現存的村民根本沒有人見過昔日的鹽場，更遑論懂得如何製鹽！所以今天能有這個鹽場供人體驗造鹽，實在難能可貴。當然鹽在大家(年青人)心目中，已不及老一輩的人那麼重視，但陳先生仍舊希望帶給年輕人對鹽抱有一個「欣賞」態度。

事實上若從經濟效益而言，這個鹽場已失去價值，重建鹽場，只是希望能保育鹽田梓村，讓其能持續發展、承傳村民曬鹽技藝，為香港提供傳統曬鹽技術的介紹，就這點而言，我相信他們已做到了。

在這次製鹽體驗活動中，可供領悟、反思的地方很多，例如前人利用海水製鹽的智慧，取之自然，用之自然；但有時亦要與環境對抗，調節製鹽方法以應付風雨來襲。有時亦可與大自然為友，觀察到海水蒸發時，將沙泥、雜質進行沉澱，正像人生需要安靜、反省、過濾生活中的雜質。

我相信今天的製鹽，讓我們看到昔日村民的勤勞、對大自然的尊重、對家庭的承擔、對天命的謙卑順服……所領略的一切，已遠遠超出這小小鹽粒所能帶給我們的經濟效益！

E 參訪體驗活動後的反思與跟進

體驗活動後

⇒  參學後的反思與跟進，可以在鹽田梓進行；也可以作為家課，讓學生有多些時間思考與沉澱，才在校內向老師（及同學）報告。

1. 學生個人反思以下問題，並寫下簡單學習筆記

製鹽體驗活動，並不是一種技術的學習，它不會推動你日後個人去造鹽，但透過上述體驗，你體會到前人的智慧以及與大自然共存不屈不撓的態度。這些經驗值得記錄下來，作為日後的提醒。

「知、情、意、行」四層次 ¹¹	
知	回顧在製鹽體驗活動中，你學到了甚麼新的知識？
情	反思在整個活動進行中，那些講述最能觸動你內心，當中有甚麼感受？
意	這種感覺，有帶動你反思現時的價值觀或個人生命的方向嗎？
行	若你感到這些改變，必須以行動去實踐，請你訂定一個短期或長期的計劃去檢視它實踐的情況。

2. 若你有在鹽光保育中心購買一小樽鹽，請放它在你當眼處，時刻提醒自己這一次體驗的經驗，勉勵自己去履行自己所定下的目標。

F 備忘

1. 老師向學生講解事項

1. 製鹽活動的場地會是露天，學生必須帶備雨具或防曬用品
2. 整個活動大概需時 1 小時 30 分鐘，學生必須跟隨大隊，專心聆聽導師講解
3. 整個活動會有導師講解製鹽的過程，同學必須保持安靜，以免影響其他同學聽課

2. 領隊導師老師注意事項

- 1 製鹽體驗活動必須由鹽光保育中心的導師進行講解，老師預先聯絡中心安排導師及商討活動時間。
- 2 若活動在假期進行，安排在早上進行較佳，以避開為數甚多的前來鹽田參觀或體驗的遊客，減少干擾。
- 3 整個活動會由導師全程講解，學生適宜 8 至 10 人一組，若太多人聚在一起，會影響聽課及減少互動機會。
- 4 安排是次活動時，宜留意天氣預測，盡量避免在下雨天進行這活動。

¹¹ 王秉豪、李子建、朱小蔓、歐用生等主編（2016）。《生命教育的知、情、意、行》。新北市：揚智文化事業股份有限公司。

備註：除附有註腳或鳴謝的圖片外，本教材所有圖片均由香港教育大學宗教教育與心靈教育中心團隊拍攝，並可作教材製作用途。