

SDGs

小故事



認識臺北市的 SDGs 英雄

現今，我們人類社會文明高度發展，城市不斷的擴張，然而，當資源不停地消耗，未來的世界是否還能一樣繁華美好呢？

聯合國為了保護現今所生存的地球，提出 **17 項** 永續發展目標 (Sustainable Development Goals, 簡稱 SDGs)，讓各個國家納入執行。聯合國發布一套 " 美好生活目標 " 指南*，將永續發展目標及內容藉由簡單、平易近人用語，融入每個人生活中。身為一個小學生，我們可以做些什麼呢？



* 資料來源：UN 10YFP Sustainable Lifestyles and Education

<https://www.oneplanetnetwork.org/sustainable-lifestyles-and-education/good-life-goals>

SDGs 小故事

希望讓小朋友們知道原來生活中有很多食、衣、住、行都與「永續發展」有關。臺北市與專家討論後，從 17 項目標中挑選 **7 項** 目標，並探索許多有趣的小故事。雖然永續發展聽起來是很難的事情，但它其實可以從生活中做改變。只要每一個人動起雙手改變，我們就可以翻轉未來，讓我們後代子孫可以繼續享有跟我們一樣的資源。



✓ 臺北市優先推動目標

臺北市為了實踐永續發展目標，由永續博士號召了**7位**不同領域的專業英雄們，組成「**永續英雄聯盟**」。



你好！我是**永續博士**

讓我來跟你說明我們居住的臺北市是怎麼做的？還有我們如何一起做呢？



SDG 3



健康與福祉



SDG 3

英雄的使命是什麼？

→ 使我們生活「健康快樂」



「了解並分享保持健康的方法」

「勤洗手、常運動」

「注意交通安全」

「重視心理健康和幸福」

「要求實現全民醫療、人人接種疫苗」

臺北市擁有很專業的醫療資源，然而……

隨著進入高齡化社會，有越來越多阿公、阿嬤需要被照顧，

但每個人的需求都不一樣

他們的照顧需求是不是都能被滿足呢？



將透過社區中的「照顧管理專員及個案管理員」

融合各種長期照顧的資源落實社區照護服務，包含



如此一來，阿公、阿嬤就不一定必須安排到養護或住宿式長照機構，可以在家和孫子一起享天倫之樂，還可以享有溫馨感人的照護服務。

如果發現家中阿公、阿嬤需要被照顧，可以撥打 1966 長照專線或加入臺北市官方 LINE@『臺北市政府衛生局-找小照了解長照』



然而有些阿公、阿嬤 **一個人生活**

沒有人照顧，生活上非常不方便。

例如林奶奶平時走路困難，小孩也都不在身旁，家中的垃圾常擱置一段時間，久了以後垃圾發臭，林奶奶也就過得不健康也不快樂。



好在臺北市請清潔隊、社工和里長定期拜訪獨居的阿公、阿嬤，並且和他們相約收垃圾的時間，透過 **「客製化」**

收垃圾的方式，提升他們的生活品質。

現在林奶奶只要按時於門口將垃圾交給清潔隊收運。



環境變乾淨了，心情自然也變得快樂許多！

小朋友們 你可以做什麼？

我還可以
做什麼？

你們做到了嗎？		有	再加油	完成心得
1	要向阿公、阿嬤保持關心，勇於傳遞我們的愛與照護。	😊	😞	
2	多陪伴阿公、阿嬤聊天。	😊	😞	
3	主動整理家務及生活環境，維持環境清潔。	😊	😞	
4	保持好心情，每天都是快樂的一天。	😊	😞	
5	多洗手，勤運動，維持身體健康。	😊	😞	



SDG 6



水資源與衛生



SDG 6

英雄的使命是什麼？

→ 提醒我們要「愛水節水」、「珍惜水資源」



「了解乾淨的水的重要性」

「不將垃圾或有毒化學物質沖進下水道」

「漏水不分大小」

「刷牙和清洗時節約用水」

「捍衛人們使用乾淨的水和廁所的權利」

臺北市是個被河川和山丘包圍的城市，但是有些不守法的商人及民眾污染了河川。好在，臺北市 SDG 6 英雄集結眾多叔叔和阿姨們，組成「**水環境巡守隊**」，以步行或自行車的方式檢視河川環境狀況，每年巡守超過 100 公里，協助保護我們的河川。



這些水環境巡守隊的志工們除了由社區的叔叔阿姨們組成外，學校裡有些大哥哥和大姐姐也有加入喔！大家共同推動「**水環境教育**」，並帶領各階段學生們一起體驗淨溪、簡易水質檢測活動，讓所有參加的人可以在過程中，思考如何保護水環境。



除此之外，市政府透過建設污水管，將大家產生的污水送到污水處理廠，經過處理達國家標準後排放到河川裡，維護河川環境生態，還生產再生水讓民眾免費取用，可以用來澆花、灑水。



但是污水處理設備需要消耗大量的電力，增加二氧化碳排放，因此市政府透過計算碳足跡*的方法，掌握二氧化碳排放量，污水廠區內藉由**設備操作調整、更換節電燈具、調整冷氣機溫度**等方式，降低碳排放量，讓污水處理廠在處理廢污水同時控管二氧化碳排放。



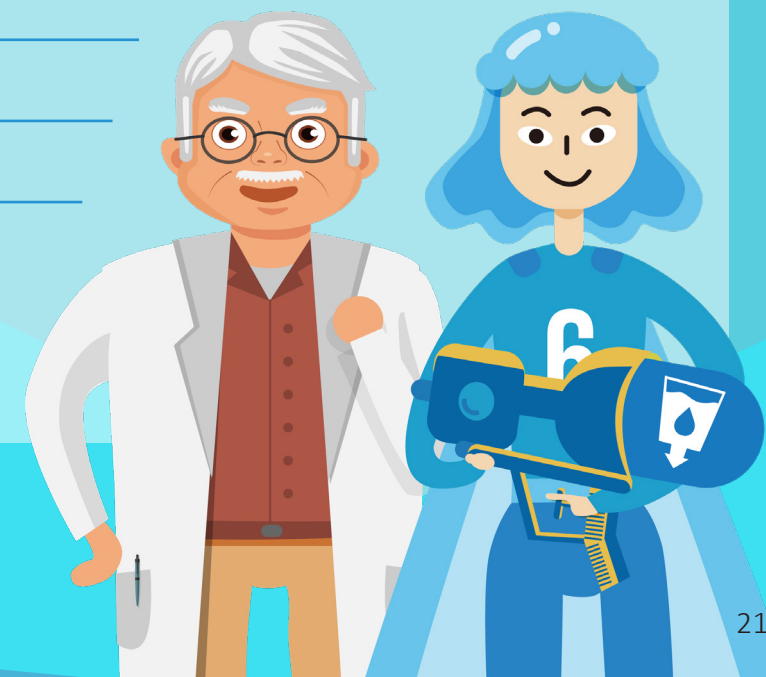
* 碳足跡 (Carbon Footprint) 可被定義為與一項活動 (Activity) 或產品的整個生命週期過程所直接與間接產生的溫室氣體排放量。相較於一般大家瞭解的溫室氣體排放量，碳足跡的差異之處在於從消費者端出發，破除所謂『有煙囪才有污染』的觀念。企業及產業溫室氣體的排放，一般是指製造部分相關的排放，但產品碳足跡排放尚須包含產品原物料的開採與製造、組裝、運輸，一直到使用及廢棄處理或回收時所產生的溫室氣體排放量。

小朋友們 你可以做什麼？

我還可以
做什麼？

你們做到了嗎？	有	再加油	完成心得
1 不可以亂丟垃圾到河川裡。	☺	☹	
2 愛護生活中的水資源，不輕易浪費，隨手關閉水龍頭。	☺	☹	
3 參與水環境巡守隊的活動，學習水環境知識。	☺	☹	
4 告訴家人和朋友節約用水的重要性。	☺	☹	
5 不隨意傾倒未處理的污水進入水槽內（例如廚餘）。	☺	☹	

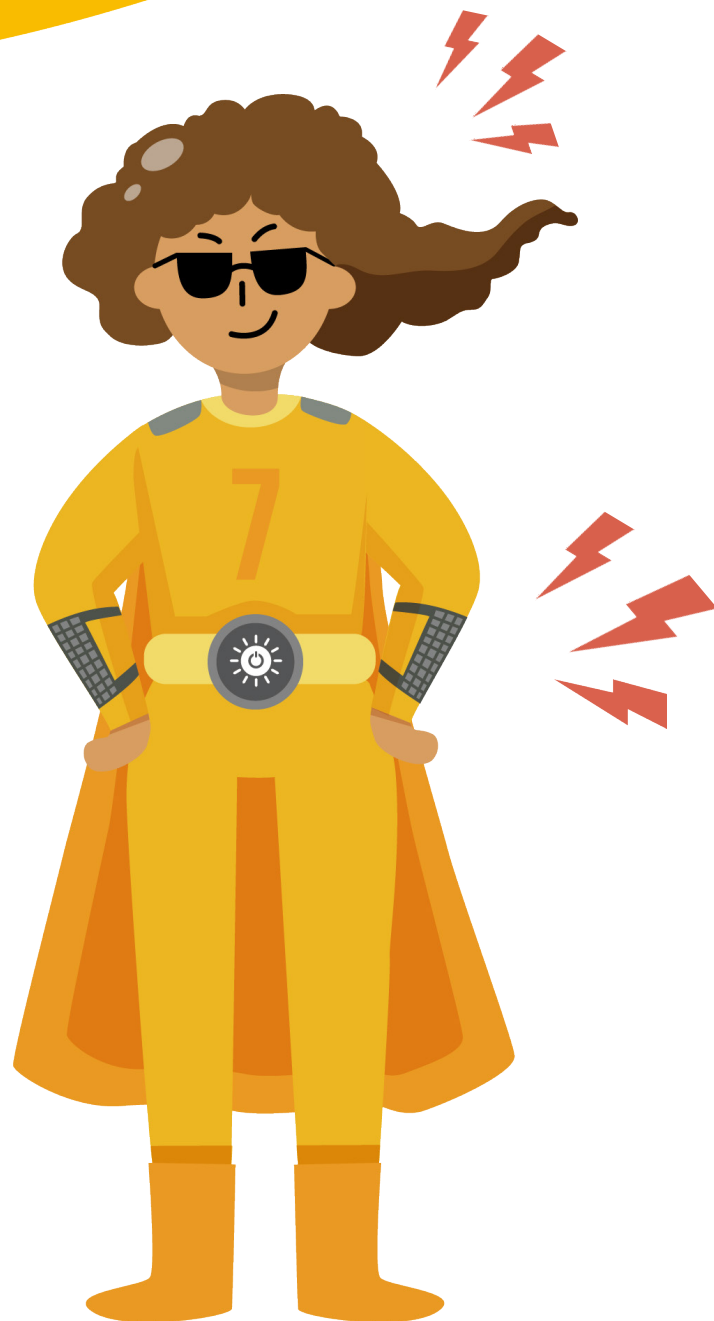
我還可以
做什麼？



SDG 7



可負擔與清潔能源



SDG 7



英雄的使命是什麼？

→ 鼓勵我們「使用乾淨、潔淨能源」



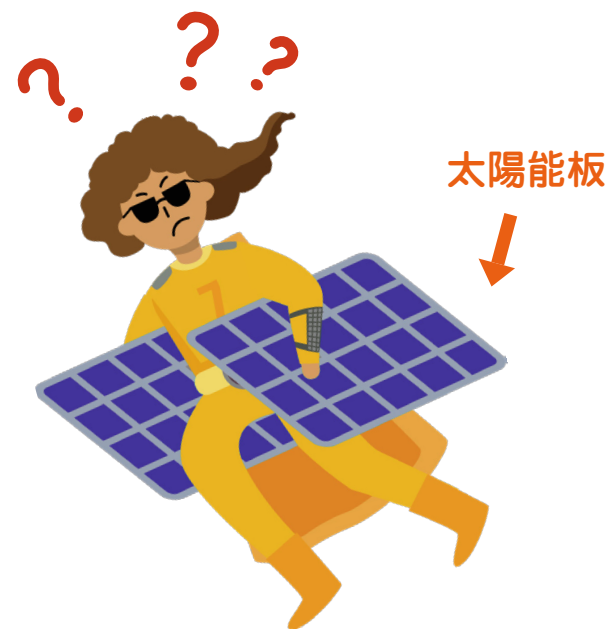
「了解自己使用的能源來自何處」

「能力所及的節約能源」

「使用可再生能源取暖、照明、供電」

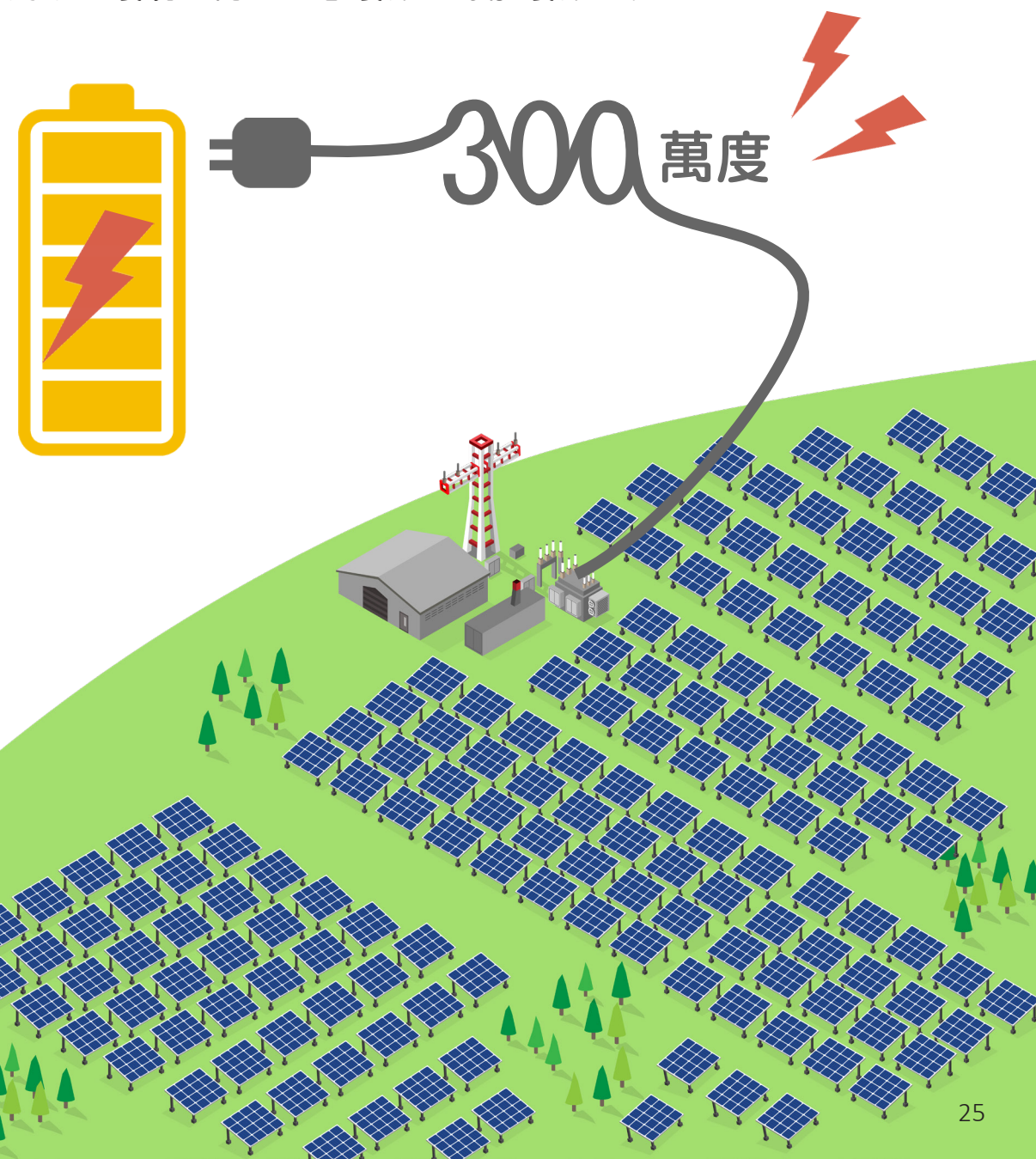
「要求人人用上潔淨、可負擔的能源」

太陽能發電是一個潔淨的能源，除了可以降低空氣污染及二氧化碳排放外，它還是一個永續的發電廠。然而臺北市高樓大廈林立，很多人居住在這裡，所以可以裝設太陽能板的空間很少。



近年市政府在學校屋頂安裝太陽能板，也將曾經是垃圾掩埋場的福德坑環保復育園區及山水綠生態公園，裝設太陽能板，變身成「能源之丘」。

臺北市有 2 座能源之丘，由於腹地廣大，日照充足，每年合計可發電 300 萬度，將近於 1 千個家庭的年用電量，使掩埋場打造為集結環境教育、生態環保的綠能環保示範園區。

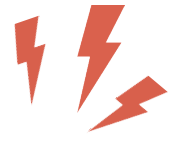


英雄很努力推動太陽能發電給大家使用，小朋友我們可以怎麼幫助他呢？其實我們可以透過減少用電量的方式，讓英雄可以減少發電的壓力。除此之外，大家有沒有發現，當天氣愈來愈炎熱，冷氣需求變高導致用電量大增，看著上漲的電費，媽媽的心情也會跟著不好。

其實我們只要將一顆耗能燈泡換成省電的 LED 燈泡，除了**省下 50% 的用電量**以外，還可以**省下 50% 的電費**，隔壁的小美告訴媽媽耗能燈泡很浪費電，所以她說服媽媽，把家裡全部更換為 LED 燈泡後，不但成功減少了用電量，省下來的電費有一部份還變成她的零用錢呢！



小朋友們 你可以做什麼？



我還可以
做什麼？



你們做到了嗎？	有	再加油	完成心得
1 提醒爸爸媽媽購買有節能標章或一級能源效率的電器產品。			
2 選擇 LED 照明產品並隨手關燈。			
3 夏天冷氣設定 26-28 度，並可以加開風扇。			
4 冰箱儲物 8 分滿，擺設離牆 10 公分。			
5 飲水機加裝定時器或換成快煮壺。			
6 隨手關閉不必要使用的設備電源。			



SDG 11



永續城市



SDG 11



英雄的使命是什麼？

→ 讓我們更「愛護家園」



「結識近鄰」

「要求安全優質的公共交通」

「為緊急災害做準備」

「保護當地樹木、野生動植物和自然區域」

星期六太陽剛升起，小朋友們的假日開始囉！在這一天你可能想去公園、遊樂園、夜市等好多地方玩耍。

生活在臺北市，政府已經建立完整的大眾運輸路網，抵達每一個目的地都可以搭乘方便的**捷運或是公車**，除此之外，搭乘捷運還可以減少開車產生的空氣污染、降低溫室氣體的排放呢！如果購買公共運輸定期票或使用臺北捷運常客優惠方案，就可以用更划算的價格搭車出門郊遊喔！



除了捷運與公車之外，臺北市從 2009 年起開始營運公共自行車 **YouBike**，從乏人問津做到世界第一。在假日時騎乘租賃的自行車，可以感受涼爽的微風吹拂在臉龐，讓每一次的自行車輕旅行，都可以徹底放鬆心靈。



「臺北防災 立即 go」為臺北市首創的圖畫防災手冊，提供給我們認識更多防災及災害的應變方法！包含

1. 發生地震時，應採取避難動作－趴下、掩護、穩住。

2. 颱風來臨前，應與家人加強居家防颱措施，非必要不外出。

3. 火災發生時，勿驚慌並大叫失火了，立即撥打 119 報案，並儘速逃生，逃生過程中要記得隨手「關門」。

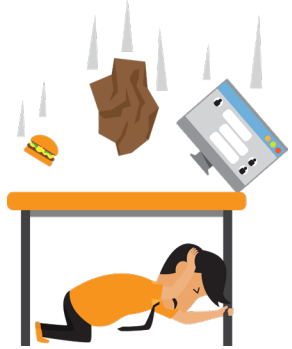
無論是哪種災害事件的發生，切記保持冷靜，保護自身安全！

還有，不要玩火柴、打火機等危險物品，避免製造災害的發生喔！

還有，不要玩火柴、打火機等危險物品，避免製造災害的發生喔！

還有，不要玩火柴、打火機等危險物品，避免製造災害的發生喔！

1. 地震避難動作：趴下、掩護、穩住



2. 居家防颱措施



3. 火災時儘速逃生



4. 嚴禁玩火



另外，為保護市民的居住安全，市政府免費補助臺北市民安裝

住宅用火災警報器

，如此一來，警報器發報後可立即進行滅火、避難逃生、撥打 119 通報，讓

我們居家生活安全再提升。



小朋友們 你可以做什麼？

我還可以
做什麼？

你們做到了嗎？	有	再加油	完成心得
1 多搭乘大眾運輸工具，例如公車及捷運，安全又便利。	😊	😞	
2 騎乘自行車旅行，可以運動又環保。	😊	😞	
3 定期通知爸爸媽媽檢查住宅用火災警報器、滅火器，確保居家安全。	😊	😞	
4 當火災或地震發生時，切記保持冷靜、不驚慌地尋找救援或避難出口。	😊	😞	



SDG 12



責任消費與生產



SDG 12



英雄的使命是什麼？

→ 我們能「物盡其用地過更好的生活」



「了解永續發展的循環概念」

「重複使用、修理、回收、分享、借用」

「減少食物浪費、利用剩菜剩飯」

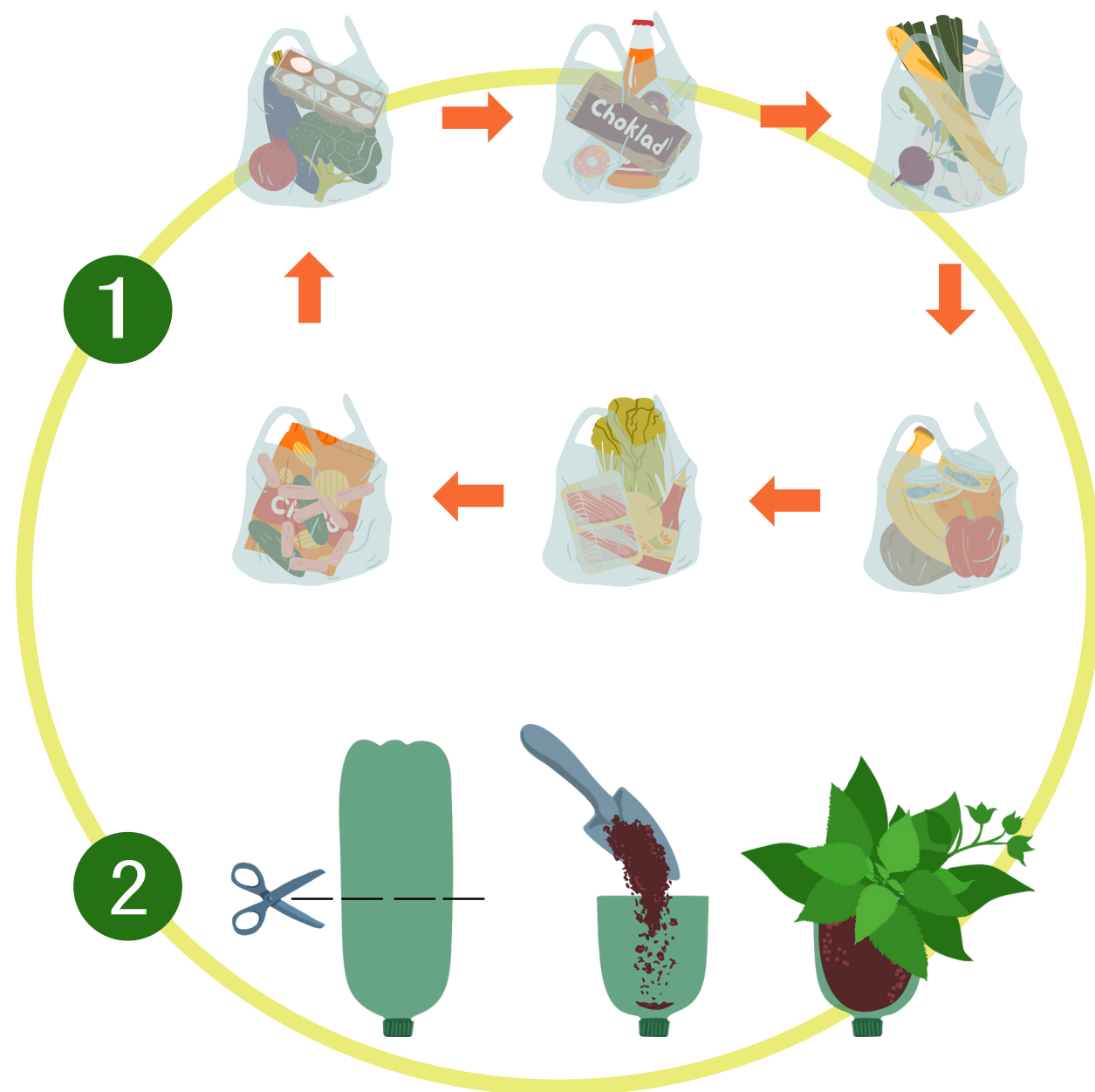
「結交朋友、積累經驗，而非囤積物品」

「要求企業尊重人與地球」

如果有一天你想請爸爸買新的玩具給你，但到了商店時，發現因為原料不足，已經沒有出售玩具了，這時你會怎麼想呢？
假使未來的世界沒有足夠的資源，我們的生活將會受到極大的改變，而我們又該如何讓資源可以永續再利用呢？



例如去買東西時**重複使用塑膠袋**，是不是相當於取代生產新的塑膠袋呢？或者喝完飲料剩下的寶特瓶，除了可以回收再利用成為新的寶特瓶以外，我們還可以讓它變成小盆栽，用來裝土及種植植物，如此一來不但可以節省購買盆栽的花費，更重要的是，省下了本來用來生產盆栽的資源。



市政府推動廢棄物源頭減量，市民倒垃圾時需使用政府販賣的**專用垃圾袋**，販賣專用垃圾袋的收入將會作為處理垃圾的費用。然而，市政府進一步想到，將購物袋和專用垃圾袋兩袋合一成為環保兩用袋，如果買東西時忘了帶購物袋，可向超商、超市與量販店購買，回家將商品拿出來後，這個購物袋也可以當成專用垃圾袋呢。



臺北市也在 12 個傳統市場入口設置「**環保袋循環箱**」，提供忘記帶購物袋的民眾免費索取二手環保袋，減少塑膠袋使用。我們也可將家裡多餘的環保袋捐贈出來，讓家中多餘的環保袋能夠循環再利用，發揮重複使用價值。



小朋友們 你可以做什麼？

你們做到了嗎？	有	再加油	完成心得
1 隨身攜帶環保購物袋。	☺	☹	
2 做好垃圾分類，將可回收的紙類、寶特瓶、鐵鋁罐等另外收集回收。	☺	☹	
3 不挑食，不浪費食物。	☺	☹	
4 自備環保餐具，衛生又環保。	☺	☹	

我還可以
做什麼？



SDG 13



氣候行動



SDG 13



英雄的使命是什麼？

→ 「為氣候變遷改變我們不環保的生活方式」



「了解氣候變遷的解決方法」

「呼籲多用可再生能源」

「多吃蔬果少吃肉」

「多走路、多騎行，少開車」

「支持領導者立即採取對應氣候變遷的行動」

氣候變遷是什麼呢？

簡單來說，原本該下雨的時候卻不下雨，原本該變涼的天氣，卻還是很炎熱，使世界各地常發生各種災害。

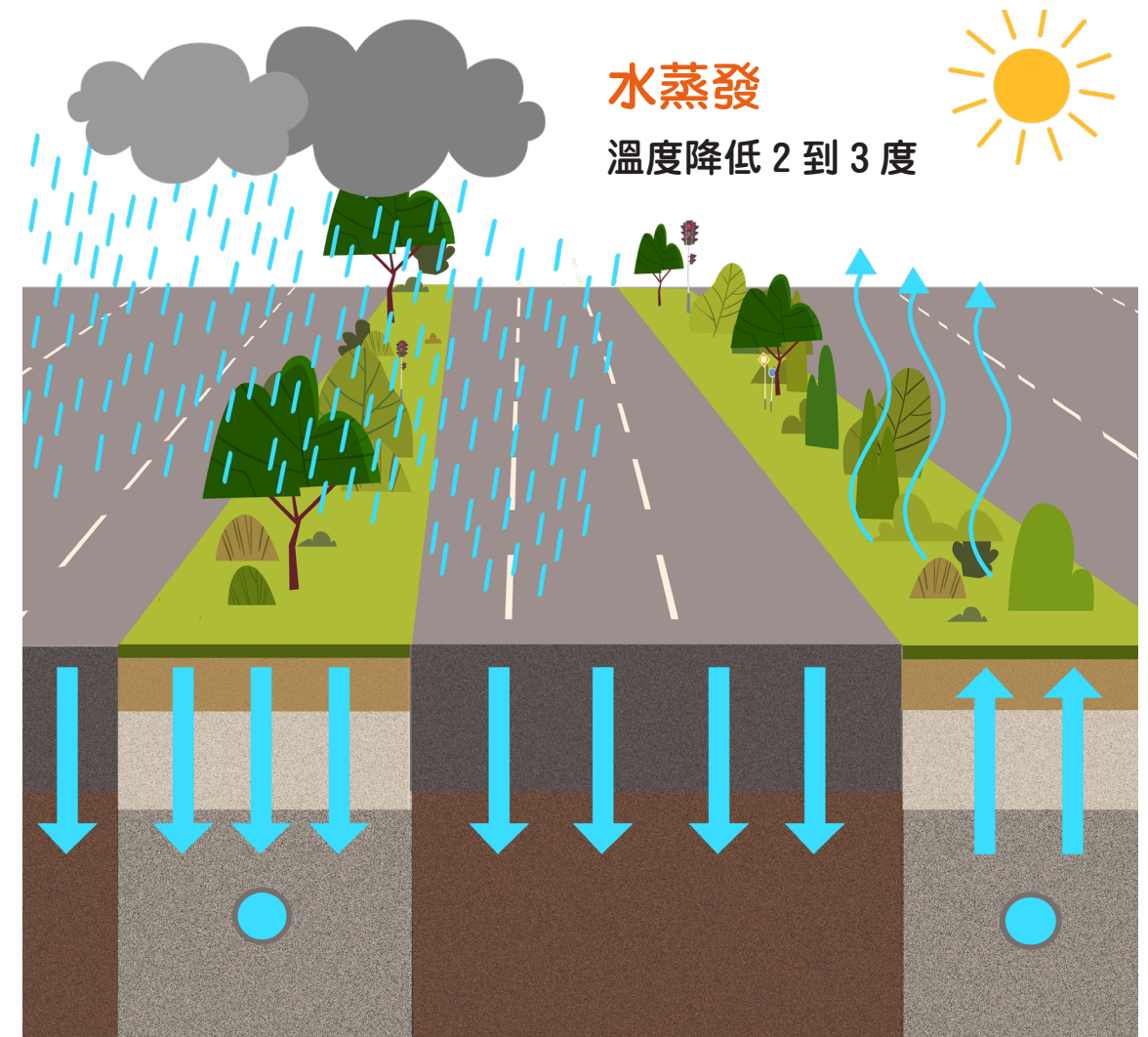
科學家說造成氣候變遷的兇手是空氣中的溫室氣體*變多了，如果可以減少人類排放溫室氣體，就可以減少氣候變遷的影響，我們必須作好對應的準備工作，這些全都是「氣候行動」。



* 溫室氣體包含二氧化碳 (CO₂)、甲烷 (CH₄)、氧化亞氮 (N₂O)、氫氟碳化物 (HFCs)、全氟烴化合物 (PFCs)、六氟化硫 (SF₆)、三氟化氮 (NF₃)

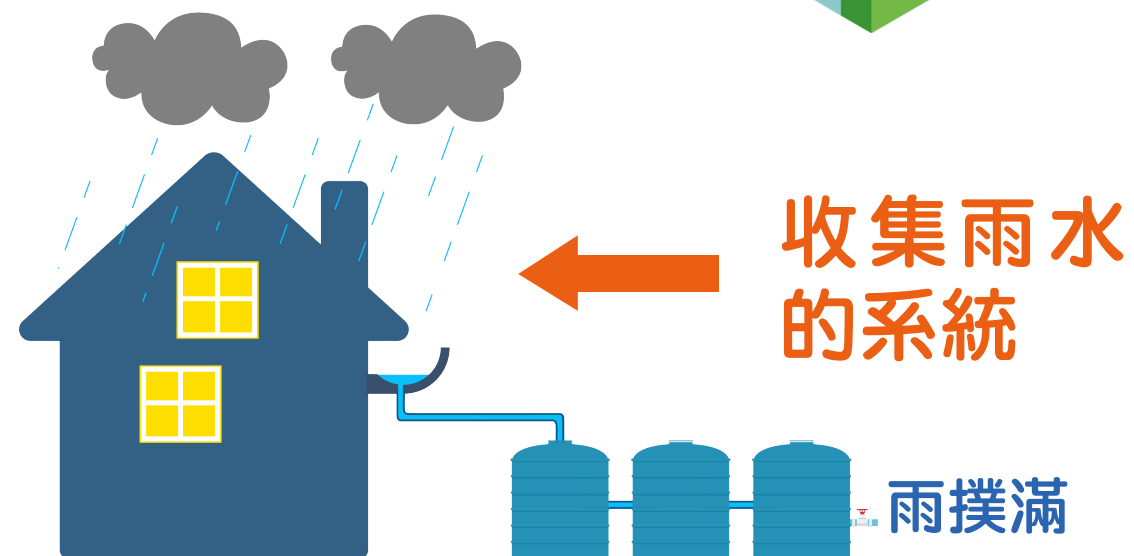
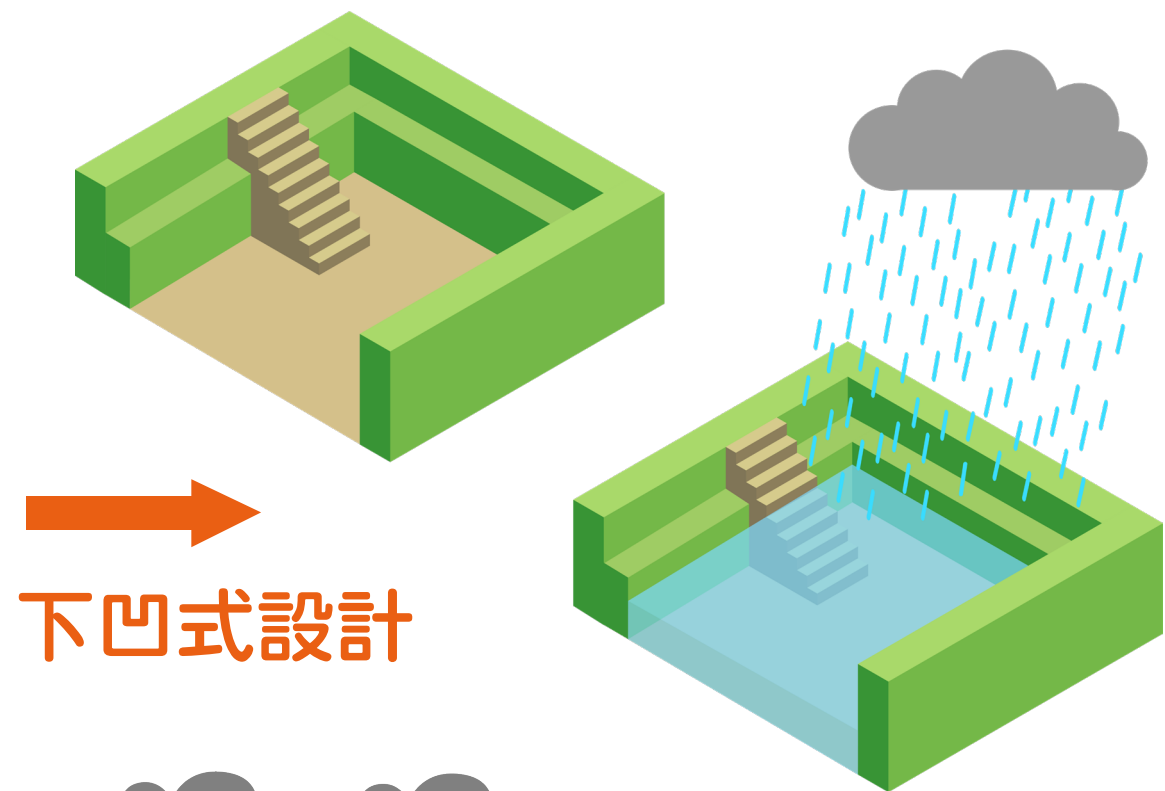
臺北市屬於盆地地形且水泥高樓林立不易散熱，導致都市中心的氣溫變得比市郊更炎熱，科學家稱之為「熱島效應」*。

那我們該怎麼辦呢？這時「水」便扮演重要的角色，因為水的循環、蒸發散可以調節溫度，降低高溫。市政府想到了一個方法，把人行道、公園廣場、停車場、校園等水泥鋪面改成透水鋪面，讓城市像海綿一樣雨天吸收雨水，晴天的時候，水分慢慢蒸發，進行氣溫調節，平均可以降低鋪面周圍 2 到 3 度，中午最熱時最大約可降溫 5 度，如果有很多透水鋪面，就可以幫助城市散熱。



* 熱島效應指人口密集、汽車及冷氣機密度極高的城市，因環境熱污染，促使溫度上升，而高出周圍郊區溫度的現象。

除此之外，臺北市還把一些公園利用地形起伏或是設置雨撲滿收集雨水。如此一來，不但可以留下寶貴的水資源並再次利用，還可以透過水面的蒸發現象降低氣溫，更重要的是當大雨來襲時，可以貯留雨水以減少家門口積水的可能，這些都是市政府執行氣候行動的好解方。



另外，透過**綠化**可以降低都市的高溫，臺北市因為建築物密集，大面積綠化的區域不多，但若利用每棟建築物的屋頂或露台進行綠化，也可降低都市高溫。除此之外，也可以用種菜、種果樹、種香草植物等方式進行屋頂綠化，除了享受屋頂農場樂趣外，頂樓住戶的室內也可以降溫，減少空調使用，降低用電量以及排碳量。



小朋友們 你可以做什麼？

你們做到了嗎？	有	再加油	完成心得
1 支持社區或住家屋頂綠化，降低熱島效應。	☺	☹	
2 多吃蔬菜，選擇一日作為蔬食日。	☺	☹	
3 每月挑選一天關閉房間的燈 1 小時，走出房間和家人聊天。	☺	☹	
4 多到河濱公園散步、山區健行，感受自然。	☺	☹	

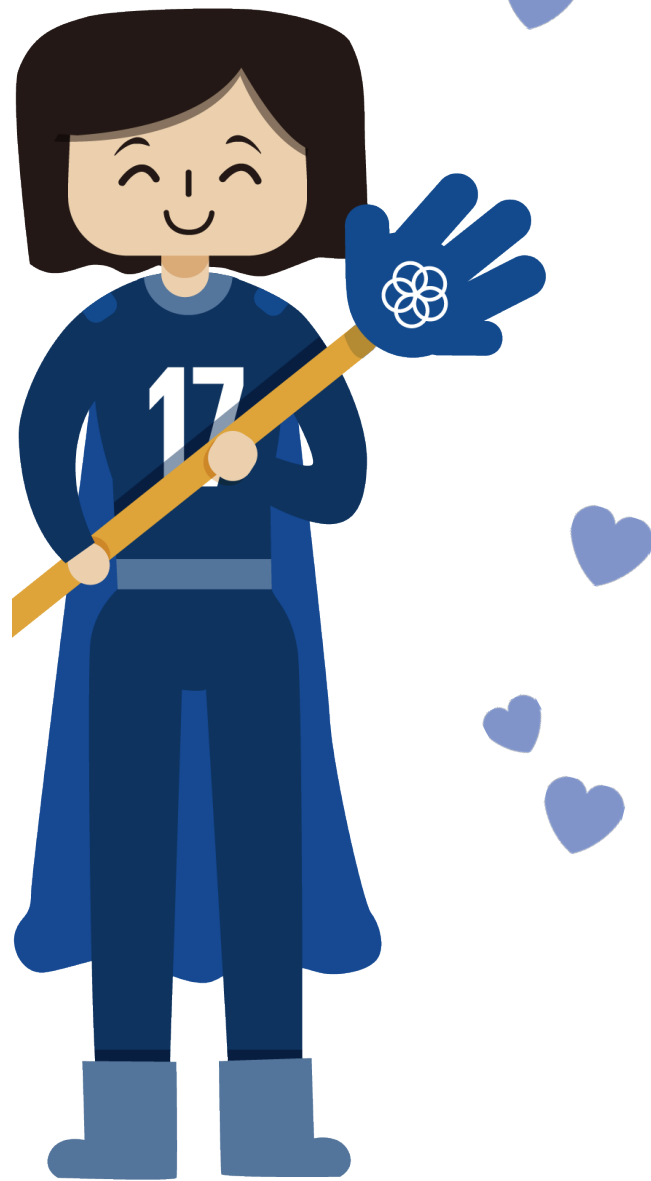
我還可以
做什麼？



SDG 17



永續夥伴



SDG 17



英雄的使命是什麼？

→ 讓我們「團結合作一起動起來」



- 「發現並分享永續發展」
- 「支持將我們團結起來的人」
- 「珍惜已取得的進步」
- 「融入並自願參與社區事務」
- 「推動實現更美好的明天」

「團結」 是 SDG 17 英雄最關鍵的任務。

但為什麼需要團結呢？因為一件事情一個人做可能需要花 10 天才
能完成，但是 10 個人一起做可能 1 天就可以完成了。

除此之外，如果可以蒐集更多人的聲音或想法，並且結合大家的力
量，完成的任務將更符合大家期望的目標。



臺北市在華山大草原附近的中央藝文公園，完成了一個「團結意義
十足」的兒童遊戲場。政府舉辦很多場兒童工作坊，讓很多小朋友
加入，一起設計規劃理想中的遊戲場，更重要的是可以蒐集到小朋
友的遊戲行為以及需求。

過程中小朋友戴上安全帽體驗 **「一日工程師」**
與設計師一同合作討論共同打造理想的兒童遊戲場。



市政府除了和市民一起合作外，也積極與國際其他城市共享及合作，例如臺北市加入世界上最大的地方城市組織 (ICLEI) *，在這組織裡，臺北市與世界其他城市一起討論如何解決氣候變遷，並將執行的各種方法分享給全世界。



* 地方政府永續發展理事會 (ICLEI- Local Governments for Sustainability, 簡稱 ICLEI) 成立於 1990 年，至 2020 年已有超過 124 個國家、1,750 個組織為會員，為全球最大的承諾永續發展之地方政府網絡。
資料來源：<https://iclei.org/en/Home.html>

同時也在全球知名的**碳揭露平台 (CDP)** *

上公開分享我們減碳的執行成果，我們無私的分享各項成果，同時也從國際上其他城市中，獲得很多對市政府有啟發仿效的行動，在未來的哪一天也可能落實在我們的城市中。



* 碳揭露專案 (Carbon Disclosure Project, 簡稱 CDP) 是一個鼓勵企業進行溫室氣體碳排放量公開揭露的非營利組織，且為投資者、公司、城市和地區進行環境衝擊之管理，透過邀請各大企業與地方政府填寫 CDP 設計的問卷，公開溫室氣體排放量，以及處理氣候相關之投資風險和機會的因應策略報告。
詳細資訊如官網：<https://www.cdp.net/en>

小朋友們 你可以做什麼？

你們做到了嗎？	有	再加油	完成心得
1 尋找有共同想法的夥伴，分享自己的 SDGs 小創意並與其他人一起交流。	😊	😞	
2 改變家人，讓家人也一同參與永續發展。	😊	😞	
3 和班上同學團隊合作完成一件事。	😊	😞	
4 加入志工行列，例如和社區志工阿姨、叔叔一起進行里鄰清掃。	😊	😞	

我還可以
做什麼？



地球是我們永遠的美麗家鄉，提供空氣、水、土壤，讓我們快樂的生活著，但是如果我們過度的耗用地球上的資源，讓地球無法復原時，家鄉將不再美麗。

為了我們所居住的地球，「**永續發展**」是我們對這個地球的責任，因此每一個人都可以做到 SDGs。請和我一起加入保護地球的行列，讓我們一起從自身做起。



