

科學傳播媒體通路期末學期報告 企劃書

組長：四文四甲 1099163103 王琬晴

組員：四文四甲 1099163129 李允榕 四文四甲 1099163132 吳嘉峰

一、主題：人工添加物指南

二、傳播目的：

透過簡單圖文介紹，讓大眾瞭解日常中常吃進肚裡的人工添加物功能，及攝取過量對身體造成的危害。

三、動機：

有鑑於近來食安問題頻傳，為加強民衆對一般生活中常見食物裡所包含的人工添加物有更進一步的了解，因此想藉由插圖的方式呈現，讓大家更容易深入了解，達到傳播的效果。

四、媒體通路型態：平面媒體，網路媒體。

五、發表方式：投稿報紙圖文專欄、開設臉書專頁。

六、科學內涵：以一天中大眾容易吃到的八種人工添加物來介紹：

1.保色劑(硝酸鹽、亞硝酸鹽):

讓食物增豔不腐壞，易與食品中的胺結合成致癌物「亞硝酸胺鹽」

2. 調味劑(人工甜味劑：阿斯巴甜、硫磺內酯鉀(ACE-K)、糖精、糖醇類等)

改善或增加食品味道與鮮味，味精過敏易致頭痛、上肢麻痺、全身疲倦等暫時性症狀。

3.著色劑(紅色 6 號、7 號或藍色 1 號、2 號、黃色、 β 胡蘿蔔、焦糖色素等):

食物色澤鮮豔、增加賣相，黃色 4 號可能與氣喘、過敏及幼童過動有關。

4.甜味劑(人工甜味劑：阿斯巴甜、硫磺內酯鉀(ACE-K)、糖精、糖醇類等):

有助甜味發揮，食用過多可能會噁心、嘔吐、頭痛。

5.抗氧化劑(二丁基羥基甲苯 (BHT) 丁基羥基甲氧苯 (BHA)):

防止油脂腐敗，避免臭油味，動物實驗長期使用恐增致癌風險，但至今仍有爭議。

6.膨鬆劑(鉀明礬、鈉明礬、氯化銨、酵母粉及合成膨鬆劑 (俗稱發粉) 等):

增加食物空隙，使口感鬆酥，膨鬆劑若含鋁，有健康疑慮。

7.防腐劑(苯甲酸、己二烯酸):

抑制細菌、微生物生長，過多攝取易腹痛、腹瀉、嘔吐，或危害人體肝腎及神經系統。

8.漂白劑(亞硫酸鹽類):

防止食物變色，恐引起蕁麻疹、氣喘、腹瀉、嘔吐

七、訴求對象：

主傳播對象：

1.青少年至青年：

此族群雖為身體機能最佳時期但所以也常忽略了外食對身體的影響，透過此族群常使用的臉書粉絲頁在特定瀏覽頻繁時段上傳達到宣廣效果。

2.外食族群：

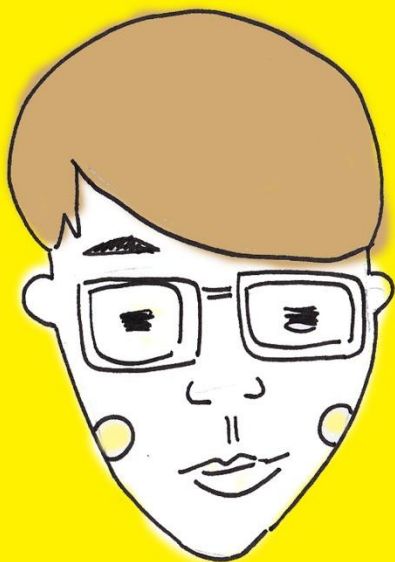
讓外宿常外食的人如大學生或是上班族在飲食選擇上更加的謹慎。

次傳播對象：

6-12 歲：透過可愛的插畫讓小朋友了解加工食物的原料及對人體傷害，從小扎根健康食品的正確觀念。

八、表現手法:由組員親自繪圖，搭配科學數據繪製而成。





“吃早餐是一件很重要的事 從早餐剖析開始”

糖精(甜味劑)

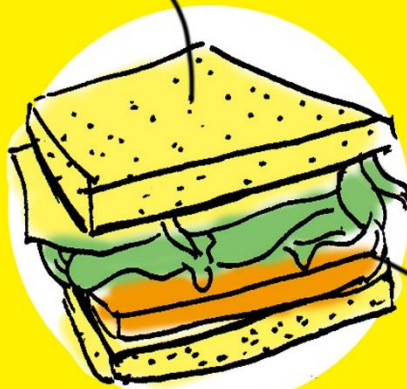
給予食品甜的味覺變化，攝食過量，易引起口乾、胃酸過多等病症。

相關食物:飲料、汽水。

人工香精(十幾種化合物組成)

增加香味，食用過多易增加肝腎負擔

相關食物:麵包，蛋糕。



亞硝酸鹽(保色劑之一)

保持肉類新鮮的色澤，食用過量容易引起癌症

相關食物:香腸、臘肉、培根、魚乾等醃製食品。

“吃午餐是一件很活力的事 從午餐剖析開始”



抗氧化劑

防止油脂及其他物質氧化，食用過多容易腹瀉。

相關食物: 冷凍魚貝類、口香糖、泡泡糖。

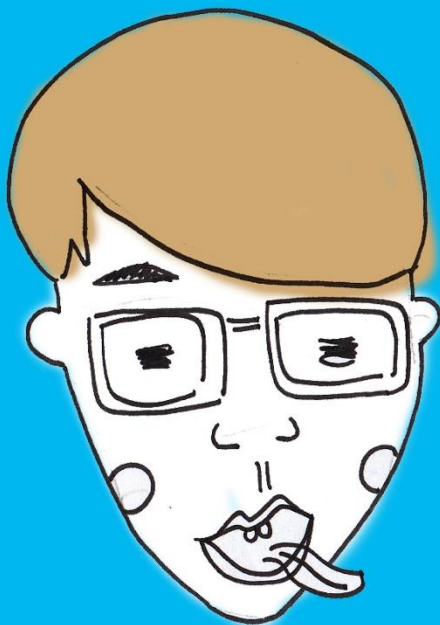


甜味劑

給予食品味覺變化，攝食過量，易引起頭痛、嘔吐。

相關食物: 調味醬油及酸梅等食物。

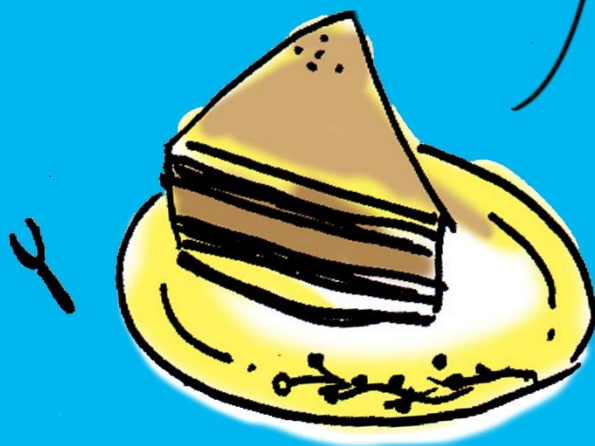
“吃點心是一件很享受的事 從點心剖析開始”



膨鬆劑

增加食物空隙，使口感鬆酥，基本上沒有過量副作用的問題。

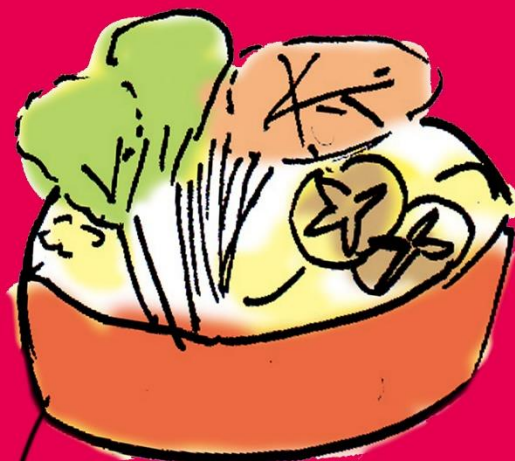
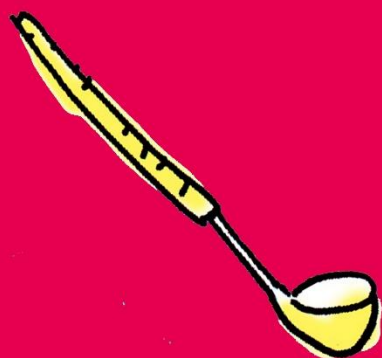
相關食物: 包子、麵包、蛋糕等。



阿斯巴甜(甜味劑之一)

給予食品甜的味覺變化，肝、胃、腎的機能性障礙。

“吃晚餐是一件很滿足的事
從晚餐剖析開始”



漂白劑

使食品褪色，過量食用容易引發呼吸、氣喘、腹瀉等症狀。

相關食物：金針、洋菇、白木耳等。

九、預期成效：

響應近期所播報的食安問題新聞，透過簡單可愛的食安插畫粉絲頁宣傳更能引起大家關注，因為不見得每個人都會詳細的收看新聞內容，台灣人智慧型手機普及率已達 81%，使用 FACEBOOK 的人數更是達到六成，此數據顯示了粉絲頁對台灣的民衆俱有一定的影響力，如果一般民衆都具備了這些常識，相信部分不肖業者也會有所警惕不再把顧客當傻瓜全盤接受他們人工添加物不當的食品。