

# 2025 嶺東觀光『綠遊饗宴－遊程規劃暨創意菜單設計』競賽簡章

## 壹、競賽名稱

2025 嶺東觀光『綠遊饗宴－遊程規劃暨創意菜單設計』競賽

## 貳、活動宗旨

2015 年，聯合國發布《2030 永續發展目標》(Sustainable Development Goals, SDGs)，全球各地對永續議題的關注日益提升。為推動永續旅遊的實踐，全球永續旅遊委員會 (Global Sustainable Tourism Council, GSTC) 訂定了「永續旅遊目的地準則」，提供明確的標準，引導政府部門、旅遊業者及旅行者共同實踐負責任的旅遊行為，讓旅遊成為促進社會與環境正向改變的力量。

永續旅遊強調旅遊活動應在環境保護、社會共融與經濟發展三方面產生正面影響。聯合國世界旅遊組織 (UNWTO) 也將綠色旅遊定義為透過節能減碳方式進行的旅遊活動，並視其為未來觀光產業發展的重要趨勢。對觀光與旅宿業者而言，落實如減少一次性用品、降低塑膠污染等行動，不僅能強化環保意識，也有助於提升顧客好感，進而呼應全球對永續發展的共同目標。

爰此，嶺東科技大學觀光與休閒事業管理系特舉辦 2025 嶺東觀光「綠遊饗宴－遊程規劃暨創意菜單設計」競賽，期望透過創意遊程與綠色飲食的結合，提升學生對永續旅遊與環保飲食的認知與實踐能力，並培養其於觀光行銷、文化體驗與餐飲設計方面的專業素養，進一步推動永續理念在未來觀光領域的應用與落實。

## 參、活動目的

- 一、**提升永續意識**：強化學生對永續旅遊與綠色飲食的基本認識，理解其與 SDGs 目標之間的連結與實踐方式。
- 二、**促進創意整合能力**：透過跨領域結合遊程設計與菜單開發，培養學生在觀光、餐飲與文化行銷間的整合與創意應用能力。
- 三、**強化實務規劃技巧**：鼓勵學生依據永續原則進行具體可行的旅遊與飲食方案規劃，提升專業企劃與簡報能力。
- 四、**推廣在地文化與永續理念**：藉由設計具地方特色與環保概念的遊程與飲食體驗，強化學生對臺灣在地文化、食材及環境的認同與應用。
- 五、**建立跨域合作與競賽經驗**：提供學生參與競賽、展示成果與與他人交流的平臺，提升團隊合作與自我表達能力。

## 肆、辦理單位

主辦單位：嶺東科技大學民生學院

執行單位：嶺東科技大學觀光與休閒事業管理系

## 伍、企劃書設計內容

### 一、遊程規劃組

1. 參賽對象：高中職在校學生，可跨科系組隊。

2. 參賽組別：參賽隊伍由高中職在校學生組成，每隊人數限 2 至 6 人，且不得跨隊參賽。每隊需請 1 至 2 位老師擔任指導。
3. 遊程天數：遊程安排以 2 天 1 夜 行程規劃為原則。
4. 團員屬性：遊程設計應考量不同年齡層旅客之喜好與需求，並可區分為團體旅遊或小團體包車遊(mini tour)旅客，進行相對應之規劃。路線規劃須以臺中都會區之景點為主，並可針對特定團體屬性進行設計，如畢業旅行、國民旅遊、銀髮族旅遊等，請於企劃中明確說明所設定之旅遊族群屬性。
5. 遊程地點：本競賽限以臺中都會區當地現有之資源與景點為旅遊目的地。
6. 主題內容：以臺中都會區休閒旅遊景點為設計主軸。參賽隊伍需以實踐永續旅遊理念為核心，結合各組自選的臺中都會區景點、特色餐飲及人文歷史風貌等元素，規劃出兼具綠色永續概念與觀光推廣價值的遊程內容，充分展現永續旅遊的魅力與可行性。
7. 遊程規劃元素：提案規劃內容須明確說明行程中的永續作為與實踐力。
8. 例如，行程安排應優先採用環境友善的方式，依據環保與低碳理念規劃旅遊路線，降低環境負荷，維護自然生態景觀，並體驗更深度的在地旅遊模式。具體作法可包括：  
食 — 選擇綠色餐廳  
宿 — 採用環保旅宿  
遊 — 遊覽綠色景點



永續(綠色)旅遊行程認定原則(環保署，綠色旅遊介紹)，本計畫永續(綠色)旅遊行程競賽計畫，以二日遊行程安排規劃認定原則安排內容，故請以下表列入行程規劃之標準。

本計畫永續(綠色)旅遊行程競賽計畫，以二日遊行程安排規劃認定原則：

1. 二日行程：行程符合至少選擇 **1** 處環境教育設施場所或生態遊憩場所、至少選擇
2. **1** 間綠色餐廳用餐及至少選擇 **1** 間環保標章旅館或環保旅店住宿。

資料來源：環保署綠色旅遊介紹，[https://www.ecotourtaiwan.com/green\\_travel\\_introduction/](https://www.ecotourtaiwan.com/green_travel_introduction/)

9. 人數規劃：人數規模以小團體包車遊(mini tour)或團體旅遊兩種模式規劃，小團體包車遊(mini tour，使用租賃小型車輛，4-6 人成行)、團體旅遊(group tour，採用甲類遊覽車，設定基本出團人數，最多客容量 43 人。)
10. 遊程型態：遊程需包含括食、宿、行、育、樂、門票、保險等遊程要件，遊程經費不限；但整體須具有合理性，請需編列每人合理估價。
11. 交通工具：以各種安全合法交通工具為主。
12. 住宿安排：以合法住宿機構(**環保標章旅館或環保旅店**)為原則。
13. 風險管理：應考慮遊程執行時的風險預防措施及緊急事件處理機制。
14. 遊程期間：以 2025 年臺中都會區當地現有之觀光資源為設計依據。

參賽內容不得涉及抄襲或沿用已公開之舊作；作品若不符合本遊程競賽主題規定/一稿多投，主辦單位有權取消獲獎資格。

## 二、**創意菜單設計組**

1. 參賽對象：高中職在校學生，可跨科系組隊。
2. 參賽組別：分別以高中職在校學生組隊參加，每組人數以 2~6 人為限(不可跨組參賽)；每隊需至少 1 位指導老師，至多 2 位指導老師。
3. 請參賽團隊以臺中都會區為範圍，結合在地季節特色及傳統習俗，設計一份兼具文化代表性與在地特色的**旅遊團體**菜單。

### 4. 菜單內容要求

主食

主菜

副菜(2 至 3 道，依狀況調整)

湯品或其他配餐項目(如水果、點心等)

5. 營養與健康指引：請依據國人膳食營養素參考攝取量(DRIs)設計菜色，確保餐點營養均衡，符合健康飲食標準。
6. 永續食材運用指引：優先採用由中央農業主管機關認證的在地優良農業產品，藉由減少食物運輸距離(食物里程)，降低碳足跡。菜單應展現臺中都會區當季食材特色，體現綠色飲食與永續理念。
7. 設計重點
  - 文化代表性：反映選定節日的歷史意義及傳統習俗。
  - 季節性：運用臺中都會區當季盛產食材。
  - 營養均衡：依國家健康標準配比蛋白質、碳水化合物、脂肪及其他營養素。
  - 永續性：減少食物里程，優先採用環保包裝與低碳烹調方式。陸、遊程設計企劃書資料規範

三、企劃書須包含封面(含目錄)、企劃規劃與估價等三部分，總頁數以 20 頁為原則，超過頁數部分，不列入評分。

### 一、圖文格式

1. 請以 A4 紙直式橫寫繕打。內文採 12 號字標楷體，標題 14 號字標楷體，行距自訂。
2. 圖片、照片大小不拘。(需註明引用出處)

## 二、企劃書內容應含下列項目：

1. 主題名稱
2. 設計規劃+綠色永續理念與實際作為。
3. 設計內容及成本計算。
4. 特色說明、風險管理、備案措施及其它。

競賽採線上報名並繳交以下資料。

(1)企劃書三份

(2)【附件一】聲明書。

企劃書/聲明書/請以電子郵件寄至 [ltutlmgreen@gmail.com](mailto:ltutlmgreen@gmail.com)，主旨請註明報名「2025 嶺東觀光綠遊饗宴—遊程規劃組競賽」或「2025 嶺東觀光綠遊饗宴—創意菜單設計組競賽」

## 柒、競賽方式

本競賽分為兩階段：一為初賽-企劃書書面審查；二為決賽-團隊上臺簡報。

一、初賽：採取企劃書書面審查。

二、初審結果公告：依據評選標準，「遊程規劃組」與「創意菜單設計組」各擇優錄取 10 組晉級決賽階段。入圍決賽名單將於 2025/11/28(五) 17:00 前公布於本系官方網站：

<https://tlm.ltu.edu.tw>

三、決賽：採取團隊上臺簡報方式。

1. 決賽日期：2025/12/19(五) 13:00-16:30。
2. 決賽地點：嶺東科技大學。
3. 獲選入決賽之隊伍，需上臺以 10 分鐘簡報方式說明企劃規劃與 5 分鐘評審提問。決賽簡報檔案請於 2025/12/12(五) 17:00 前，以電子檔 (.ppt 或.pptx 格式) E-mail 至 [ltutlmgreen@gmail.com](mailto:ltutlmgreen@gmail.com)，逾時繳交即取消決賽參賽資格。決賽當日簡報不得抽換及更改簡報檔案，整體遊程作品內容不得涉及抄襲或沿用已公開之舊作。

## 捌、評分標準

### 一、遊程規劃組

初賽：企劃書書面審查

1. **初賽企劃書提交期限**：2025/11/21 (五) 17:00 前
2. 企劃書完整性(20%)：內容是否包含必要資訊(目的、流程、時間、預算、餐食安排等)，表達是否清晰，格式是否整齊一致。
3. 遊程可行性與合理性(30%)：行程安排是否具備實際執行的可行性，交通動線、時間安排與服務內容是否合理。
4. 遊程具創意及永續性(30%)：是否展現創意構想，並融入節能減碳、環保餐飲、文化永續等永續概念。

5. 與當地觀光資源結合性(20%)：遊程是否有效整合地方景點、文化資源、在地食材與特色，展現地方魅力。

#### 決賽：團隊上臺簡報

1. 入選決賽隊伍簡報繳交期限：2025/12/12（五）17:00 前
2. 遊程設計企劃書之完整性(30%)：簡報企劃內容是否具體完整，涵蓋旅遊行程、餐食安排、永續理念、預算等重點，具邏輯性與整合性。
3. 遊程永續特色與吸引力(20%)：是否有效結合永續理念（如節能減碳、在地文化、低碳飲食等），並具吸引力與文化價值。
4. 遊程簡報設計(20%)：簡報設計是否清楚、有條理，視覺版面是否美觀，資訊傳遞是否有效。
5. 表達臺風、整體專業性及答詢表現(30%)：簡報表達是否自信流暢，團隊默契與分工是否得當，答詢反應是否即時、具邏輯與專業度。

## 二、菜單設計組

### 第一階段：市集參與與企劃書調整

- 活動名稱：嶺東綠色餐飲市集
- 活動日期：2025/11/12（三）
- 活動內容：建議菜單設計組參賽隊伍參與全日綠色餐飲市集活動，透過觀察與實地學習，深入了解永續理念與在地餐飲的實務應用。
- 學習目標：
  - 深入了解菜單設計與實際呈現間的關聯性
  - 強化永續飲食與在地文化的應用實踐
  - 收集回饋、觀察其他參賽者表現，以精進企劃書內容
- 任務要求：

結合市集參與經驗與觀察所得，優化企劃書內容，提升企劃品質與可行性。

### 第二階段：初賽階段(企劃書書面審查)

- 初賽企劃書提交期限：2025/11/21（五）17:00 前
- 內容重點：依據參賽者提交的「菜單設計企劃書」進行評選。
- 評分四大主軸：
  1. 菜單內容完整性與清晰度(25%)：是否包含菜名、食材簡介、成本、售價、餐點分類等必要資訊，內容表達清楚，易於理解與閱讀。
  2. 菜單設計美感與創意表現(25%)：整體版面設計是否美觀、吸引人，色彩、字體與圖像搭配是否具有創意與一致性，視覺效果佳。
  3. 菜單設計美感與創意表現(25%)：整體版面設計是否美觀、吸引人，色彩、字體與圖像搭配是否具有創意與一致性，視覺效果佳。
  4. 與在地特色或主題契合度(20%)：菜單設計是否與所搭配的主題內容或文化特色題呼應，能展現在地特色、文化意涵並強化整體體驗感。

- **評審結果：**擇優錄取 10 組入選第二階段。

### **第三階段：決賽：團隊上臺簡報**

1. 入選決賽隊伍簡報繳交期限：2025/12/12（五）17:00 前
2. 菜單設計企劃書之完整性(30%)：簡報企劃內容是否具體完整，涵蓋菜名、食材簡介、成本、售價、餐點分類等必要資訊等重點，具邏輯性與整合性。
3. 永續特色與吸引力(20%)：是否有效結合永續理念（如節能減碳、在地文化、低碳飲食等），並具吸引力與文化價值。
4. 簡報設計(20%)：簡報設計是否清楚、有條理，視覺版面是否美觀，資訊傳遞是否有效。
5. 表達臺風、整體專業性及答詢表現(30%)：簡報表達是否自信流暢，團隊默契與分工是否得當，答詢反應是否即時、具邏輯與專業度

### **玖、參賽獎項、決選獎項**

#### **一、參賽獎項**

鼓勵指導教師帶領學生共同參與本遊程競賽活動，凡經系統報名本活動，並完整繳交參賽聲明書-報名表與「**遊程規劃**」或「**創意菜單設計**」企劃書之團隊，皆提供指導證明。

■ 參賽團隊之參賽者**電子式參賽證明**各乙紙，指導老師**電子式指導證明**乙紙。

#### **二、決選獎項**

經專家委員遴選通過初審之作品，各組依規定參與進入決選現場實地展演，獎項如下。

■ **分組獎項**(第一、二、三名各 1 組；佳作若干組)

第一名：獎金 3,000 元禮卷、指導老師與隊員獎狀乙紙。

第二名：獎金 2,000 元禮卷、指導老師與隊員獎狀乙紙。

第三名：獎金 1,000 元禮卷、指導老師與隊員獎狀乙紙。

佳 作：隊員獎狀乙紙。

#### **拾、競賽活動時程規劃一、報名及繳件方式**

1. 線上報名：即日起至 2025/11/12（三）17:00 截止。請填妥參賽聲明書(附件一)並請加蓋學校系科單位印信後，掃描 PDF 電子檔一併上傳至報名專區，完成線上報名。【**線上報名網址**：<https://forms.gle/mw3zmZubE6CQQzXh7>】
2. 繳交企劃書：報名開放日起至 2025/11/21（五）17:00 截止
3. 初審結果公告：依據評選標準，「遊程規劃組」與「創意菜單設計組」各擇優錄取 10 組晉級決賽階段。入圍決賽名單將於 2025/11/28(五) 17:00 前公布於本系官方網站：  
<https://tlim.ltu.edu.tw>

入選參與決賽，並公告於嶺東科技大學觀光與休閒事業管理系官方網站。

4. 決賽簡報繳交：2025/12/12(五) 17:00 前，逾時繳交決賽簡報即取消決賽參賽資格。
5. 決賽與頒獎：2025/12/19(五) 13:00-16:30 於嶺東科大 競賽會場。
6. 競賽流程：

| 競賽流程     | 日期                                 | 備註                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|----------|------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 線上報名     | 公告日起至<br>2025/11/12 (三)<br>17:00 止 | 線上報名網址：<br><a href="https://forms.gle/mw3zmZubE6CQQzXh7">https://forms.gle/mw3zmZubE6CQQzXh7</a><br>並請同步上傳參賽聲明書                                                                                                                                                          |
| 企劃書繳交截止日 | 2025/11/21 (五)                     | 以 E-mail 至: <a href="mailto:ltutlmgreen@gmail.com">ltutlmgreen@gmail.com</a> ，逾時繳交得取消參賽資格，不得異議。                                                                                                                                                                          |
| 初賽審查結果公告 | 2025/11/28 (五)<br>17:00 前          | 決賽名單將公告於嶺東科技大學觀光與休閒事業管理系官方網站 <a href="https://tlim.ltu.edu.tw">https://tlim.ltu.edu.tw</a>                                                                                                                                                                               |
| 決賽簡報繳交   | 2025/12/12(五)<br>17:00 前           | 入選決賽隊伍請於 2025/12/12(五)17:00 前以電子檔 (.ppt 或 .pptx 格式) 檔名請註明：<br>1. 報名「2025 嶺東觀光綠遊饗宴—遊程規劃組競賽」或「2025 嶺東觀光綠遊饗宴—創意菜單設計組競賽」<br>2. 00 組別_主題名稱，例如：綠色旅遊_漫遊嶺東，將減碳行動落實在每一餐<br>3. E-mail 至: <a href="mailto:ltutlmgreen@gmail.com">ltutlmgreen@gmail.com</a> ，逾時繳交決賽簡報即取消決賽參賽資格，不得異議。 |
| 決賽與頒獎    | 2025/12/19(五)<br>13:00-16:30       | 決賽時段：2025/12/19(五) 13:00-16:30，各組上臺簡報展演與評審委員答詢<br>地點：嶺東科技大學 競賽會場                                                                                                                                                                                                         |

#### 拾壹、備註

一、主辦單位保留比賽辦法之修正權，如有異動，悉依主辦單位公告為主。獲入選之隊伍作品智慧財產權，悉歸主辦單位所有。

二、聯絡方式： 嶺東科技大學 觀光與休閒事業管理系  
臺中區嶺東路 1 號 TEL： 分機 3533

Email：[ltutlmgreen@gmail.com](mailto:ltutlmgreen@gmail.com)

承辦老師：謝永茂老師、曾俊奇老師、王宗彥老師

報名連結網址：<https://forms.gle/mw3zmZubE6CQQzXh7>

#### 三、相關活動訊息請參考

本系網頁：<https://tlim.ltu.edu.tw/>

~~本競賽內容及規章主辦單位保有修改之權利~~

#### 四、嶺東科技大學交通資訊

校 址：408 臺中市南屯區嶺東路 1 號 電話：(04)2389-2088

查詢 網 址：<https://www.ltu.edu.tw/p/404-1000-240.php>

#### 大眾運輸

本校位於臺中市區，交通便捷，可經由下列方式到達：

#### 一、搭乘大眾運輸工具

市公車臺中客運 26 路市公車路線圖 ←(經高鐵臺中站)

市公車臺中客運 27 路市公車路線圖  
市公車臺中客運 29 路市公車路線圖  
市公車中鹿客運 30 路市公車路線圖 ←(至本校第二校區 — 寶文校區)  
市公車中鹿客運 40 路市公車路線圖 ←(至本校第二校區 — 寶文校區)  
市公車豐榮客運 328 路市公車路線圖  
市公車統聯客運 56 路市公車路線圖 ←(行駛至新烏日火車站)  
市公車臺中客運 70 路市公車路線圖 ←(經高鐵臺中站)  
市公車臺中客運 72 路市公車路線圖  
市公車中鹿客運 74 路市公車路線圖 ←(行駛至本校第二校區 — 寶文校區及新烏日火車站)  
市公車中鹿客運 89 路市公車路線圖  
市公車中鹿客運 99 路市公車路線圖 ←(經高鐵臺中站)  
市公車臺中客運 290 路市公車路線圖 ←(經春社里)  
市公車捷順交通 357 路市公車路線圖 ←(至本校第二校區 — 寶文校區)  
市公車中鹿客運 358 路市公車路線圖  
市公車中鹿客運 617 路市公車路線圖 ←(經高鐵臺中站)  
市公車中鹿客運綠 1 路市公車路線圖 ←(至本校第二校區 — 寶文校區)  
市公車臺中客運 323 路市公車路線圖

## 二、自行開車

於中山高速公路臺中龍井交流道（即南屯交流道，由北部南下為臺中市第三處出口；由南部北上為臺中市第一處出口）下高速公路後，往龍井方向，於嶺東路口左轉，三分鐘可直抵本校。

## 三、搭乘高鐵

搭乘高鐵由臺中站下，轉搭計程車約 10 分鐘路程至嶺東科技大學。

## 四、搭乘臺鐵

搭乘臺鐵由新烏日站下，轉搭計程車約 10 分鐘路程至嶺東科技大學。

## 五、搭乘臺中捷運

搭乘臺中捷運至 113(南屯站)或 114(豐樂公園站)下，轉搭公車至嶺東科技大學。

捷運站至嶺東科技大學公車路線圖：

捷運南屯站(五權西文心路口)：56 號公車

南屯文心路口：26 號公車

文心南南屯路口：30 號公車

永春東文心路口(永春國小)：70 號公車



**【附錄一】2025 嶺東觀光『綠遊饗宴—遊程規劃暨創意菜單設計』競賽報名表**

|                                                                                                                                                                                             |       |      |        |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|------|--------|
| ● 作品名稱：                                                                                                                                                                                     |       |      |        |
| ● 參賽承辦老師(組長)<br>姓名：                                                                                                                                                                         |       |      |        |
| ● 通訊住址：                                                                                                                                                                                     |       |      |        |
| E-mail：                                                                                                                                                                                     |       |      |        |
| 聯絡電話：(日)                      (夜)                      (行動)                                                                                                                                 |       |      |        |
| ● 就讀學校：                                                                                                                                                                                     |       |      |        |
| ● 就讀系科：                                                                                                                                                                                     |       |      |        |
| ● 指導老師：<br>(請親自簽名)                                                                                                                                                                          |       |      |        |
| 同組隊員姓名                                                                                                                                                                                      | 學校及系級 | 行動電話 | E-mail |
| 2.                                                                                                                                                                                          |       |      |        |
| 3.                                                                                                                                                                                          |       |      |        |
| 4.                                                                                                                                                                                          |       |      |        |
| 5.                                                                                                                                                                                          |       |      |        |
| 備註：                                                                                                                                                                                         |       |      |        |
| 1. 查詢電話：04-23892088 分機 3533<br>2. 電子郵件信箱 (活動專用)<br>E-mail: <a href="mailto:ltutlmgreen@gmail.com">ltutlmgreen@gmail.com</a><br>承辦老師：謝永茂老師、曾俊奇老師、王宗彥老師<br>3. 線上報名截止日期：2025/11/12 (三) 17:00 止 |       |      |        |
| 以下欄位由競賽審查單位填寫，參賽者請勿填寫                                                                                                                                                                       |       |      |        |
| 收件日期：      年      月      日                                                                                                                                                                  |       | 編號：  |        |

## 【附錄二】參賽聲明書

|                                                                                                                                                                                                                   |      |       |       |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|-------|-------|
| 作品名稱：                                                                                                                                                                                                             |      |       |       |
| 企劃特色簡述(200 字以內)                                                                                                                                                                                                   |      |       |       |
| <p>● 參賽者聲明：</p> <p>1. 本人保證已確實了解 2025 嶺東觀光『綠遊饗宴—遊程規劃暨創意菜單設計』競賽簡章之規定，並同意遵守各項規定。本人具結上述各項資料正確無誤，以及參賽作品係本人（團隊）之原創規劃設計，且不曾對外公開發表，如有不實，願自負全部之法律責任。</p> <p>2. 本人（團隊）同意本企畫書及相關內容無條件授權主辦單位使用。</p> <p>● 參賽承辦老師暨所有共同參與者簽章</p> |      |       |       |
| 姓名                                                                                                                                                                                                                | 學校系級 | 身分證字號 | 簽名及蓋章 |
| 1.                                                                                                                                                                                                                |      |       |       |
| 2.                                                                                                                                                                                                                |      |       |       |
| 3.                                                                                                                                                                                                                |      |       |       |
| 4.                                                                                                                                                                                                                |      |       |       |
| 5                                                                                                                                                                                                                 |      |       |       |
| （請加蓋學校系科級單位印信）                                                                                                                                                                                                    |      |       |       |
| 中華民國 114 年          月          日                                                                                                                                                                                  |      |       |       |
| 以下欄位由競賽單位填寫，參賽者請勿填寫                                                                                                                                                                                               |      |       |       |
| 收件日期：          年          月          日                                                                                                                                                                            |      | 編 號：  |       |