

從熱愛到實踐：

余孟怡打造與海共生的生活場域

圖、文 / 漁業廣播電臺 許嘉文

在臺灣東北角的鼻頭漁港，夏日總是洋溢著熱鬧與活力，碧海與藍天交織的畫面下，吸引遠道而來的旅人在此駐足流連，沉浸在純樸又迷人的漁村風情之中。獲選為 114 年全國模範漁民的余孟怡表示，當初選擇在這裡開店，正是被人與海岸交織出的獨特景致深深吸引，那種自然與生活緊密相連的氛圍，使她更加堅定地扎根於此，與這片海共譜日常的故事。

與海為伴： 余孟怡的自然記憶與守護之路

談起童年，余孟怡笑說，當時父親常騎著摩托車，載著她和姐姐直奔東北角的海邊。由於父親早年擔任救生員，他總放心讓孩子們在九孔池邊戲水，自己則潛入海中捕魚，或許正是這些記憶，在她心中悄然種下了與海洋緊密相連的種子。

她回憶，十二歲那年，全家移居紐西蘭，在陌生國度中，開始了留學生活。初到異國，生活雖然不易，但余孟怡對自然的熱愛始終未曾改變。從童年在臺灣隨父母走訪山海，到紐西蘭接觸截然不同的自然景觀，讓她逐漸體會海洋與大地的壯闊與細膩，也更加珍惜與自然相伴的成長時光。



余孟怡平時就會在海邊淨灘，她也呼籲到訪的遊客、釣客將自己的垃圾帶走，避免對環境的危害

對海洋的深厚情感，加上國外成長的經歷，讓環境保護的意識在她心中悄悄萌芽。學成歸國後，她從事服裝設計工作，閒暇時與當時的男友（如今的丈夫）騎著重機沿著海岸旅行。

余孟怡說，回到臺灣後才真正發現，這座島嶼既小巧又美麗，從臺北出發，只需要四十五分鐘，就能上山下海、親近自然。然而，在環境保育尚未普及的年代，海邊常堆滿人為留下的垃圾，於是他們總在車上備好黑色垃圾袋，頂著烈日，一點一滴清理海岸，還給大自然原本的樣貌。



余孟怡獲得 114 年度全國模範漁民，並從總統賴清德手中接下獎牌。

從看見污染，到親身守護： 她與海的行動篇章

婚後，兩人考量騎乘重機的風險，逐漸改以親近海洋為主要的休閒方式，經常前往海邊浮潛。某次來到外木山，映入眼簾的卻是被佈滿垃圾的海岸線，美景與污染形成強烈對比，再次觸動他們守護環境的決心。

談及投入淨灘的契機，余孟怡特別提起一段難忘的經歷。某天，她在外木山看見一位來自澳洲的父親帶著兩個年幼的孩子，在沙灘上徒手撿拾垃圾，三人既沒有工具，也沒有垃圾袋，卻依然彎下身，用雙手默默守護著環境。這一幕深深震撼了她，也開始反思：「就連遠道而來的外國人都如此珍惜這片土地，身為臺灣人，又怎能不付諸行動？」

自此之後，她持續在外木山進行淨灘，隨著志同道合的夥伴加入後，人為污染也逐漸減少。她笑說，那種感覺就像上癮一般，讓她不斷想回到海邊付出一點力量，而她的足跡，也從外木山延伸至東北角各處。



上 海邊的垃圾很多時候是會卡在岩石縫中，如果沒有人主動處理，在大自然中很難自動分解，更可能危及海洋生物的性命。
下 余孟怡說，這是前幾天有淨灘的樣子，所看到的寶特瓶多是遊客隨手一丟造成的結果。

余孟怡回憶，有一次潛水來到今日的龍洞攀岩場，眼前的景象讓人難以想像，這個如今熱門的觀光勝地，在數十年前竟曾是垃圾堆積的海域。於是，她主動號召夥伴，一人扛起一袋垃圾，從最基礎的清理做起，讓海岸逐步恢復清澈與生機。

隨著行動的延伸，她與理念相同的朋友約定，在潛水的同時順手清理海中廢棄物，正是這樣一個簡單的念頭，開啟了她投入淨海行動的旅程，也讓守護海洋的行動，從岸上延伸至更廣、更深的藍色世界。



余孟怡在鼻頭漁港開設的 B1 Cafe . 鼻頭 1 號咖啡廳，店內環境舒適，提供旅客休憩的地方。

從看見污染 到親身守護： 她與海的行動篇章

後來，余孟怡認識潛水店老闆，並提議成立環境保護組織，號召更多潛水愛好者一同投入淨海行列。為了讓更多人親身體會環境保育的重要，她進一步成立潛水店，並經營咖啡廳「鼻頭 1 號」，將理念融入日常生活之中。

她表示，開店的初衷正是推廣環境復育與保育，因此店內不提供一次性塑膠製品，桌椅多以回收木材再製而成，沐浴乳、洗手乳與洗髮精也選用對海洋無害的天然產品，盡可能減少對環境的負擔。

疫情初期，因為禁止民眾內用，咖啡店一度面臨零收入的困境，但她依然堅持環保理念，不使用一次性耗材，減低對地球造成負擔。早在循環杯尚未普及時，便已率先實踐，疫情期間的外帶杯也是精心挑選，甚至連吸管都採用天然茶梗製成，貫徹對環境的承諾。



美麗的景色，海上卻漂浮著許多垃圾，余孟怡也號召潛水愛好者，透過淨海行動還給大自然應有的環境。



店內提供鼻頭漁港旅遊地圖，桌椅大多是利用回收的木材再製而成，洗手乳等也是選用對海洋無害的天然產品。

因此像是循環杯，在早期還沒有這樣的觀念的時候，就先行了這樣的概念，疫情時期使用的外帶杯也經過特地挑選，選擇無塑膠淋膜材質使用，連吸管也都選用天然茶梗製成，從一而終對環保的理念。

隨著疫情解封，她觀察到當遊客減少時，海岸的垃圾也隨之減少。這讓她更加積極投入行動，擴大自身的影響力，她與政府及民間單位合作推動環境教育，透過演講與體驗活動，讓大小朋友參與淨灘，並將撿拾的海洋廢棄物轉化為藝術創作，使保育理念深植人心。

她說，如果每個人都能付出自己的力量，無論是加入淨灘淨海，或只是減少一次性用品的使用，即使只是一個塑膠袋，多使用一次、兩次，都是對環境的一份貢獻。

從一段童年與海相伴的記憶出發，到成為投入淨灘、淨海行動的實踐者，再到獲選全國模範漁民的肯定，余孟怡用行動證明，守護海洋並非遙不可及的理想，而是可以在日常生活中一點一滴實現的選擇。她以自身經驗串起人與海的連結，也為在地漁村注入新的價值與意義。未來，隨著更多人加入這股守護的力量，這片孕育無數生命與故事的海洋，將有機會持續展現其原有的純淨與生機，成為世代共享的珍貴資產。



鼻頭 1 號的特色餐點——軟絲造型雞蛋糕 & 富士山冰拿鐵。雞蛋糕的餡料模擬軟絲肚子的墨汁，讓顧客除了能夠品嚐美味餐點，也能拍照打卡。