

臺灣米倉田中馬拉松低碳 策略之個案研究

- 研究生：蔡懋琳
- 評論人：鄭佳瑞
- Jane 04, 2026

Q&A time

Q&A

目前為止，有沒有老師或同學想先
對懋琳的研
究提問或補充？

研究回顧（一）研究背景、目的與問題

- 這篇研究以「臺灣米倉田中馬拉松低碳策略」為主題，出發點是近年永續發展、ESG、淨零碳排逐漸成為運動賽事的重要議題。作者先從聯合國 SDGs、臺灣永續政策，以及 2024 巴黎奧運的 ESG 實踐切入，說明運動賽事已不只是競技或休閒活動，也逐漸被視為推動永續生活方式、環境教育與低碳轉型的重要場域。
- 接著，研究選擇臺灣米倉田中馬拉松作為個案，原因在於田中馬拉松具有地方品牌、社區參與、在地產業連結與永續轉型的特色。作者想要分析主辦單位在規劃與執行過程中，如何導入低碳策略，以及這些策略在實務上面臨哪些挑戰。
- **研究目的**主要有兩個：第一，瞭解運動賽事推動低碳 / 減碳策略的現況；第二，探究運動賽事邁向淨零碳排的可行性與作法。相對應的**研究問題**是：運動賽事推動低碳 / 減碳策略現況為何？以及運動賽事邁向淨零碳排的可行性與作法為何？

研究回顧（二）研究方法與主要結果

- 在研究方法上，作者採用個案研究法，以臺灣米倉田中馬拉松作為主要研究場域。研究預計透過立意取樣訪談 3 至 5 位利害關係人，包含主辦單位、供應商、廢棄物或清運單位、志工、參賽者與贊助商等不同角色，希望從多方觀點理解賽事低碳策略的實際運作。
- 研究工具包含半結構式訪談、質性主題分析、PESTEL 分析與 SWOT 分析。半結構式訪談主要聚焦在受訪者如何理解減碳或淨零、他們認為最大的碳排來源是什麼、實際導入哪些永續措施、成本如何考量，以及未來還需要哪些資源支持。

研究回顧（三）研究結果

- 研究結果部分，作者整理出幾個主要面向。
- 第一，減碳策略包含源頭減量、熱點管控、界定碳盤查邊界與行為教育。
- 第二，研究指出交通與製作物可能是賽事中重要的碳排來源。
- 第三，在具體作法上，提到公共運輸接駁、製作物減量或替代、補給品在地化、垃圾減量等策略。
- 第四，PESTEL 分析指出政策、預算、社會觀感、科技工具、在地生產與法規標準都會影響賽事低碳轉型。
- 第五，SWOT 分析則指出田中馬拉松的優勢在於在地化與熱情品牌形象，但也面臨跑者滿意度、成本、贊助商行銷導向等限制。

研究亮點：把地方型馬拉松放進低碳轉型脈絡

- 第一，選題具有實務重要性。過去談永續運動賽事時，很多案例會集中在奧運、世足賽或大型國際賽事，但這篇研究選擇田中馬拉松這種地方型賽事，反而更能看到永續策略在基層與地方社區中的實際操作。
- 第二，這個個案本身有特色。田中馬拉松不只是單純的路跑賽事，它和地方社區、農業文化、在地品牌、居民參與都有密切關係。因此，討論它的低碳策略時，不只是討論垃圾減量或交通接駁，也涉及地方認同、社區動員與品牌價值。
- 第三，研究有嘗試連結多種分析工具。作者不只使用訪談資料，也進一步用主題分析、PESTEL 和 SWOT 來整理結果。這讓文章是去嘗試分析「為什麼能做」、「受到什麼限制」、「未來可以怎麼做」。
- 第四，研究有注意到實務中的矛盾。例如低碳措施可能會增加成本，也可能影響跑者滿意度；贊助商雖然重視 ESG，但也可能更在意行銷曝光。這讓文章不是單純歌頌永續，而是有看到永續轉型過程中的現實限制。

Q&A time

Q&A

回顧研究後，有沒有老師或同學想
先對懋琳的研
究提問或補充？

問題一：研究核心是「低碳策略」還是「淨零碳排」？

- 我第一個想提出的問題是，這篇研究同時使用了「低碳」、「減碳」與「淨零碳排」幾個概念，但這些概念其實不是完全相同的層次。
- 「低碳」比較像是一種方向，強調降低活動過程中的碳排放；「減碳」比較接近具體行動，像是減少一次性物資、推動大眾運輸、使用在地食材；但「淨零碳排」則要求更完整的碳盤查、排放邊界設定、減量路徑，以及最後無法避免的排放如何抵換或移除。
- 可是這篇研究的題目是「低碳策略之個案研究」，研究目的與研究問題卻又提到「淨零碳排之可行性與作法」。這會讓讀者有一點不確定：文章主要是要分析田中馬拉松目前有哪些低碳措施，還是要評估它是否真的有可能達到淨零？

問題二：3-5 位訪談者能否涵蓋多元利害關係人？

- 關於研究方法。簡報中提到，研究預計訪談 3 至 5 位利害關係人，但表格中列出的利害關係人類型其實很多，包括主辦單位、供應商、廢棄物或清運單位、志工、參賽者、贊助商等。
- 這些角色對低碳策略的理解可能非常不同。主辦單位可能關心成本與執行效率，供應商可能關心替代物資的可行性，清運單位看到的是垃圾分類與回收成效，跑者則可能在意參賽體驗是否被影響，贊助商則可能更關心 ESG 敘事與品牌形象。
- 如果實際訪談人數只有 3 至 5 位，就需要更清楚說明：到底訪談了哪些角色？哪些角色沒有被納入？如果某些角色缺席，會不會影響研究對低碳策略可行性的判斷？

建議：將「低碳—減碳—淨零」整理成分析架構

- 可以在文獻回顧或研究架構中，先建立一個清楚的概念層次，把「低碳」、「減碳」與「淨零」區分開來。
- 例如可以把田中馬拉松的永續策略分成三個層次：
- 第一層是「低碳理念」，也就是賽事整體想朝向環境友善與永續發展。
- 第二層是「減碳措施」，包括交通接駁、在地採購、物資減量、垃圾分類、補給品調整等具體行動。
- 第三層才是「淨零路徑」，也就是是否有完整碳盤查、是否知道主要排放熱點、是否設定減量目標、是否處理剩餘碳排。
- 這樣整理之後，文章就可以更清楚地說明：田中馬拉松目前可能已經具備不少低碳與減碳實踐，但距離真正的淨零賽事還需要哪些條件。這樣不但不會削弱文章，反而會讓結論更精準。

臺灣米倉田中馬拉松低碳 策略之個案研究

- 研究生：蔡懋琳
- 評論人：鄭佳瑞
- Jane 04, 2026