

課程名稱 | 親子繪本米食堂

課程屬性 週末學習營

課程編號 1022-3941

授課老師 侯怡慧

最高學歷/ 靜宜大學 外文系(英)

相關學經歷/ 小小繪本大大世界讀書會/親子繪本食堂創辦人

台南社大講師[讓繪本走進你的心][繪本食在好1][繪本食在好2]

鳳山社大講師[夏日好『食』光，親子總『繪』]

其他詳細內容請見：

<http://lovemadeline.nidbox.com/diary/read/7704274>

現職/ 親子繪本食堂創辦人

上課時間 每週日上午09:30-12:20 第一次上課日期 2013年11月03日(星期日)

課程理念



關於這一門課：

1. 為什麼想開這門課？希望帶領學員共同學習甚麼

繪本的閱讀年齡無限，而好食物的攝取更是。

書與食物都必須細細品嚐，才能感受到它的內涵，
努力實踐自給自足的生活的我，
確實感受到當中的美好，
希望在這一堂課的分享中，
能與生活在都市緊湊步調的各位，
透過簡單與慢活的概念增添您生活中的小確幸！

我們將窺見繪本的原貌與真誠，
打開對繪本的認識並享受其間的奧秘之處，
因閱讀繪本而產生的感動，
加上透過食物的饗宴，享受食物真實的味道，
同時間滿足心靈與味蕾的需求。
歡迎新朋友加入我們書與食的饗宴！

2. 修此門課需具備什麼條件？

這門課程的需求很簡單：愛書愛玩愛吃的都歡迎！
只要帶著一顆感恩與開放的心，
讓我們一起邊讀邊說，邊做邊吃！

有孩子的父母親或祖父母皆歡迎！

課程收費為一大人帶一小朋友-含講師費. 場地水電費. 食材費

[小朋友建議年齡為中班以上、國小以下，若您要帶的小朋友是18歲以上的“大朋友”，則須認定為要報名另收費用喔！同一家庭多一人100元]

3. 上課的方式是怎麼進行的？學生可以有什麼收穫？ □

用一種想跟書交朋友的心情，
(主題繪本的介紹, 分享, 討論...)
用最簡單的烘培(烹調方式)重新認識食材，
(當季食材的認識, 包含栽種方式/現場烘培...)
讓每個人都能輕易上手!

每一堂課有不同的繪本並搭配1-2項主菜或點心的製作, 現場享用!

4. 如何取得學分？(評量方式)

1. 個人課堂參與的態度(出席狀況、分享)
2. 團體合作的精神(討論與任務的完成)
3. 期末成果呈現(我的拿手菜/好書分享)。

5. 備註&推薦書目

延伸閱讀書目

**各週書單(將於課堂中增加與補充)

暖身書單

1. 《我的野菜花園》，董淑芬著，城邦出版
2. 《食在自然》，陳惠文著，上旗文化
3. 《烤箱讀書會》，劉清彥著，宇宙光出版社
4. 《旅人的食材曆》，洪震宇/文，劉伯樂/圖，遠流出版社
5. 《媽媽的廚房菜》，林麗琪著，天下文化出版社
6. 《繪本屋的100個幸福處方》，落合惠子著，林佩儀譯，遠流出版社
7. 《廚房裡的秘密》，徐明達著，二魚文化出版社
8. 《自耕自食, 奇蹟的一年:一個低實務旅程的成功實驗》，史帝文·霍普卡蜜兒·金索夫合著，唐勤譯，天下文化出版社
9. 《鄭明進與20個插畫家的秘密通訊》，鄭明進著，積木文化出版社

招生人數 | 14 人 (若非課程特殊需求, 每班招收人數至少 35 人。)

學分收費 | 0 學分 500 元 (1 週課程/一次上課 3 小時)

週次	上課日期	課程主題	課程內容
1	2013-11-03 上午09:30~12:20	親子親近米麥食 堂- 讀繪本作輕 食. 飯春製作	<p>●Q版飯春花製作 上課時間：早上9：20到10：00 「飯春花」是春花在台灣的傳統名字，是過年時祭祀使用的，一般人家都是準備兩碗裝的滿滿的飯，將一對「春仔花」分別插在年飯上稱為「春飯」，用來供奉神明，「春」字的音和河洛語中「剩」字的音相同。「春飯」、「剩飯」發音相近，代表歲歲有餘糧的吉祥之意，也就是希望來年會是個好年頭，家裏的糧食不但多得吃不完，還有得積存的意思！飯春花完成，今天我們將插在包好的飯糰上，祝福大家都有好采頭！〔每年過年還可以拿來應用喔！〕</p> <p>●米麥食堂 上課時間：早上10：00到下午1：00 節氣旅行 霜降篇. 小雪篇 霜降-農夫往往都趕在霜降前收割二期稻作，從米飯故事說起，我們會說幾個食物的生產故事。從洗米開始，學習煮一鍋好飯</p>

，香香的米飯做飯糰，好好享受米食！

小雪-應該是”冬”要進入白色的季節，大地裡悄悄孕育甜美的白玉蘿蔔。讓我們一邊喝著熱熱的關東煮蘿蔔湯，溫暖我們的小手，一邊欣賞三個國家關於「拔蘿蔔」的故事

◎親子共讀文學：

1. 《拔啊，拔啊，拔蘿蔔！》〔作者：阿爾克謝·托爾斯泰 出版社：小天下〕
2. 《大家一起拔蘿蔔》〔作者：林世仁、陳致遠 出版社：和英〕
3. 《好大的蘿蔔》〔作者：阿列克賽·托爾斯泰、內田莉莎子 出版社：樂山文化〕
4. 《南瀛稻米香》

午餐時光：香噴噴飯糰和熱呼呼關東煮

點心時光：小麥練習曲-香噴噴烤餅乾

親子活動設計概念

1. 以24節氣為主題設計，隨著四季更迭，全家總動員一起共賞、共做、共畫與共讀，畫一幅畫、寫一首詩、生活筆記、共享親子天倫樂。
2. 了解台南在地的人、事、物與生活為前提，達到認識家鄉之美。

設計相關的親子活動如：

筆

●節氣旅行 | 霜降10/23 (三)、11/7 (四) 立冬、小雪11/22 (五)