



「跟著24節氣好好吃」-從田間到餐桌的節氣食農學

一、課程理念

本課程以「二十四節氣」為核心,引導認識節氣與農業生產、飲食文化及身體健康的緊密關聯,建立尊重自然節律與珍惜食物態度。



二、課程特色



節氣導讀



時令觀察



養生調理



料理實作

三、授課對象

新竹市各國小三至六年級班級
(以班級為單位申請)



四、課程時間與安排

課程時數：共80分鐘(2節課,每節40分鐘)

星期四：上午 或 下午

星期二：上午 或 下午

星期三：上午

五、課程主題 (自選一個節氣主題)



【春】

立春

雨水

驚蟄

春分

清明

穀雨



【夏】

立夏

小滿

芒種

夏至

小暑

大暑



【秋】

立秋

處暑

白露

秋分

寒露

霜降



【冬】

立冬

小雪

大雪

冬至

小寒

大寒



六、課程費用



講師費：免費(由科學城社大專案支應)

材料費：參與學生每人收取 50 元

優惠：申請班級之班導師一人免收材料費



七、報名與聯絡方式

聯絡電話：03-6663477

(週一至五10:00-18:00)

聯絡人：科學城社區大學 吳主任

掃描右邊QR COD線上申請課程

