

# 臺灣歷史與文化 研究刊

二七編

第9冊

臺灣歲時食俗研究

周恬宇 著

國家圖書館出版品預行編目資料

臺灣歲時食俗研究／周恬宇 著 -- 初版 -- 新北市：花木蘭文化事業有限公司，2025.03

目 4+292 面；19×26 公分

(臺灣歷史與文化研究輯刊 二七編；第 9 冊)

ISBN 978-626-424-035-2 (精裝)

1.CST：飲食風俗 2.CST：歲時節令 3.CST：文化 4.CST：臺灣  
733.08 113020175

臺灣歷史與文化研究輯刊  
二七編 第九冊

ISBN：978-626-424-035-2

---

## 臺灣歲時食俗研究

---

作 者 周恬宇

總 編 輯 杜潔祥

副總編輯 楊嘉樂

編輯主任 許郁翎

編 輯 潘玟靜、蔡正宣 美術編輯 陳逸婷

出 版 花木蘭文化事業有限公司

發 行 人 高小娟

聯絡地址 235 新北市中和區中安街七二號十三樓

電話：02-2923-1455 / 傳真：02-2923-1452

網 址 <http://www.huamulan.tw> 信箱 [service@huamulans.com](mailto:service@huamulans.com)

印 刷 普羅文化出版廣告事業

初 版 2025 年 3 月

定 價 二七編 25 冊 (精裝) 新台幣 75,000 元

版權所有 · 請勿翻印

# 臺灣歲時食俗研究

周恬宇 著

## 作者簡介

周恬宇，國立東華大學中文學系學士，國立彰化師範大學國文學系碩士、博士。現為中國國文教師，曾著有《神奇的小花圖作文法：68 個學生，57 個六級分，還能提升思考力》一書。

喜歡探索臺灣各地的節慶習俗和特色小吃，感受地方特色與在地觀光的魅力。臺灣歲時節令的飲食文化蘊含臺灣文化底蘊，不僅體現了對自然的尊重，更展現了傳統「禮敬」價值觀的堅持，與多元包容且獨特的人情味，同時也是臺灣立足於世界，最值得驕傲的軟實力。

研究興趣：飲食文化、民俗文化、小說、臺灣文學等。

## 提 要

本論文《臺灣歲時食俗研究》以歷史研究法、民俗學研究法、以及主題學研究法為主，針對臺灣歲時節令的日常生活、節慶習俗與飲食文化為研究內容，探究臺灣飲食文化之底蘊與美學。

在 2000 年總統大選喊出「愛臺灣」口號以來，「重視在地文化」的議題與飲食文化結合，各地縣市首長著眼開展地方特產，推展在地觀光特色，也使得臺灣美食的美名以「在地特色小吃」揚名國際。

在國際交流日益頻繁底下，臺灣飲食文化也注入不少國際化的元素。相對於臺灣的多元族群結構，飲食文化也呈現出多元性和包容性，臺灣飲食文化的獨特性就體現在不斷的創新和融合之中。

依循歲時節慶的飲食習俗，也是臺灣飲食文化的一大特色。歲時節氣不僅是時間的標尺，也是大自然給我們的生存法則和嚮導，讓我們學習適應自然、尊重自然的生活方式，並以誠敬之心禮敬天地。

面對歲時節令的更迭，「禮敬」思想同時也蘊藏在敬天祭祖的祭儀中。歲時祭祀的飲食儀式，彰顯臺灣人對傳統價值觀念的尊重和堅持，展現了獨特的人情味和文化風情。

本論文以六章節探討：第一章說明撰寫研究動機、問題意識、文獻探討、研究範圍與研究方法。從第二章到第五章，依春、夏、秋、冬四季時序為主軸，探討臺灣四季節氣生活、節慶特殊習俗活動、以及節慶特色飲食，並進一步說明其文化意涵。第六章〈臺灣歲時節慶飲食文化之美〉則是歸納本論文各章論述重點，說明臺灣歲時食俗的文化意涵乃根源於「禮」，造就臺灣人溫柔敦厚的樸實人情味，也帶給臺灣人更寬厚的胸襟兼容並蓄，養成臺灣文化更深厚的底蘊。