

東岸 | MAKOTA'AY

山海 の 日常

好，日常PROFOUND LIFE X 臺北醫學大學原資中心

1

行程內容

旅行地點：

花蓮豐濱 港口

旅行時間：

11/15（六）-17（一）

集合時間地點：

DAY 1 10:00 港口部落

結束時間地點：

DAY 3 13:00 港口部落



2

DAY 1

行程內容

| 登陸東岸！ |



第一天沿著台11線前往臨海的部落，抵達後趕緊換裝！我們要抓緊退潮的時間，一起先去海邊來看有沒有什麼好料。

冬的海跟夏天的不一樣，對依海的港口部落族人來說，大海是冰箱，可以拿肉也可以找菜。



3

DAY 1

行程內容

｜大海的味道-炒海鹽｜

除了在潮間帶找菜，也順便帶回來一些收藏著最濃郁海味的液體：海水，用一點溫度、不斷的翻攪，需要一點時間的等待，來看看以前老人家們的鹽巴怎麼來～



｜食器の做｜

等待海水成為鹽巴的時間，讓我們用最天然的材料來準備今天的容器！可能是大片的葉子或竹子，跟著部落夥伴來一探究竟以前的鍋碗瓢盆～

4

DAY 1

行程內容

| 搭帳、自由時間 |

下午的時光讓大家分組搭帳
剩餘的空白時間就留給各位自由探索～

| 火堆旁晚餐＋議題時間 |



第一天的晚餐由部落年輕人操刀！
晚餐後讓我們為著火，聽一點發生
在這在土地的議題，動動腦！

5

行程內容

DAY 2

｜大港口事件走讀｜

早餐後，第二天的上午我們一起跟著部落夥伴一起，用雙腳走訪在148年前發生過的抗清事件「大港口事件」之地點，用身體走過，認識關於港口部落曾經的傷痛。



｜「美」的味道收集：siraw｜

走讀後，享用簡單的午餐，下午第一件工事一起來學習早期沒有插電冰箱，族人保存食物的其中一種方式～

6

行程內容

DAY 2

| 「美」的晚餐準備 |

今晚的晚餐照慣例需要大家的出力，這次我們用一點不一樣的方式來料理晚餐，找尋石頭，用火的溫度；穿梭在田野找菜，不會是太華麗的一餐，但絕對會有滿滿感動。



| 火堆旁分享 |

最後一晚，還是要生起火～在火邊讓我們來彼此分享這幾日心的感覺吧。

mian zhenmian

7

行程內容

DAY 3

| 部落氏族走讀 |

最後一天我們走進港口部落，穿梭在大街小巷內，來一場部落內的走讀，從氏族ngasaw的眼睛出發，離開前好好認識這裡的故事吧！



| 留給自己一點空白時間 |

午前，我們出發返程，下一次再見！

