

國立臺灣科技大學圖書館
「書香獎勵閱讀計畫」心得報告

計畫案號	113-32	繳交日期	113/05
讀者姓名	吳米彥	單系	位所 化工系所
書名	一起吃到老:澤村貞子半世紀料理日記		
心得	<p>《一起吃到老：澤村貞子半世紀料理日記》不僅是一部料理書，更是一部充滿人情味的生活記錄。澤村貞子用她的文字，讓我們看到了料理背後的故事，感受到了她對生活的熱愛和智慧。這本書讓我明白了，料理不僅僅是滿足口腹之欲，更是一種生活態度，一種愛與關懷的表達。透過她的故事，我們學會了如何在平凡的日子裡，找到生活的美好與意義。這本書的特別之處在於，它不僅僅是一本文字的料理書，更是一部生活日記。澤村貞子在書中記錄了她在不同時代背景下的生活經歷，從戰爭年代的困難時期到和平時期的安逸生活，每一個時期都有著不同的挑戰與感悟。這些日記不僅讓我們了解她的生活軌跡，更讓我們看到了她在面對生活挑戰時的堅韌與智慧。</p> <p>澤村貞子的料理日記中，充滿了對家庭的愛與責任感。她不僅用美味的料理撫慰家人的心，更用她的生活智慧影響著周圍的人。她的料理哲學簡單而深刻：用心選擇食材，用愛烹飪，每一頓飯都是對家人的關愛。這種對料理與生活的態度，讓我們在品味她的文字時，感受到一種樸實而溫暖的力量。</p> <p>此外，書中所展現的日本家庭料理，也讓讀者對日本的飲食文化有了更深的了解。從味噌湯、壽司到各種傳統小菜，澤村貞子用她的筆觸，把這些經典的日本料理帶到讀者面前。她的食譜簡單易懂，讓人不禁想親自動手嘗試。</p>		