



pe ma he ia !

縣長序

原住民熱情樂觀的形象是眾所皆知的，且原住民族文化及其生態智慧極其珍貴，自姿妙擔任縣長以來，一直為宜蘭縣原住民族重塑自身主體性而打拚努力。

尤其，自 109 年 3 月「宜蘭縣原住民族教育資源中心」揭牌營運至今即將屆滿 2 年，正朝向「全民原教」的方向邁進，主要致力於發展民族教育課程並建立原住民族知識體系。在歷經 11 個月的籌備，我們完成了 3 種宜蘭在地的賽考利克泰雅語、四季泰雅語和宜蘭澤敖利泰雅語以及 2 種秀姑巒阿美語和海岸阿美語共 5 種語言別，分別以「小米」、「gaga」、「文面」、「播種祭儀」、「生活用語」作為題材的繪本，由於繪本具有意義背景情境、建構語言基礎能力、提供情感的抒發、更是經驗習得的教學媒介，並利用瑰麗的圖畫提升藝術感受，可激發讀者從視覺、聽覺和思考幻想的空間裡，獲得閱讀的樂趣，再透過與他人分享討論，進一步建構並深化自身文化素養，以期能主動省思民族文化的延續與發展。

「宜蘭縣原住民族語文化繪本」結合了圖像、藝術、趣味、教育、語言、文化等特性與功用，期盼更多的宜蘭鄉親透過一本本畫出來的書，能更進一步瞭解宜蘭縣原住民族的傳統部落文化與傳統生態智慧，同時使得宜蘭縣原住民族更加確認自我主體性與身分認同、恢復祖靈的榮光、獲得絕對的尊重！

感謝所有參與編輯的校長、主任、老師、專職族語教師、教學支援人員、族語推廣人員、民族文化推廣人員、專業畫家、專家學者們，從文化主題的發想、文本故事的編纂、轉化成精準族語、描繪畫風多樣的圖片等各個階段所付出的心力，因為有你們，讓原住民族未來主人翁身處在滿滿的幸福之中，認同自己的族群且更富有同理心。

宜蘭是一個擁抱多元族群的縣市，未來我們會持續開發縣內各個原住民族相關的教育媒材，也期盼更多原住民族朋友們能共同加入為原住民族語言及文化的永續傳承一起耕耘，讓我們繼續發光發熱吧！

knble'ay cimú ana knwan kryax!

宜蘭縣縣長  謹誌

處長序

閱讀是拓展語言與文化能力的養成方針，親子共讀更是孩子建立親密的家庭生活與人際互動的重要關鍵，因此宜蘭縣政府自 109 年起開始編印原住民族語文化繪本，期盼孩子在族語教學課堂及家庭教育情境中能有實用的閱讀文本可利用。

市面上的族語繪本數量不多，也極少對於單一族語別進行編撰，因此本縣原教中心在 110 年度再次召集縣內的族語教師，包含賽考利克泰雅語、宜蘭澤敖利泰雅語、四季泰雅語及阿美語等語系的族語專業教師共聚一堂，決定要發表八本族語文化繪本。

有述說泰雅族小米文化的《mnanak na trakis 神奇的小米》及《gaga na kmloh trakis 泰雅小米收成習俗》、介紹泰雅族生命禮俗的《cyugal qoyat 三個祝福》及《ke na yutas Yawi 耆老的話》、帶你們進入文面世界的《patas na Tayal 泰雅的文面》以及可愛童趣的《pema he la!(奇幻旅程 - 洗澡)》，阿美族語的繪本則是有關親子教育的《尋找小紅魚 wawa》及促進人際互動的《o widang no mako 我的朋友》。

為了輔助族語教學及推廣原民文化，依往例贈送給原住民籍的學生，也將分送到全縣的圖書館及原住民重點學校，讓繪本教材能幫助我們達成「全民原教」的目標。至今宜蘭縣累積出版到 11 本繪本教材，明年更將研發其他語系的相關教材，逐步讓縣內所有原住民族孩子都能擁有屬於自我族語文化的繪本圖畫書，養成對閱讀的興趣與習慣。族語是文化的靈魂也是民族信仰與共識的載體，現代的原民孩子需要靠更多元的方式學習族語，期盼我們能藉由繪本讓孩子喜歡閱讀並愛上自己的族語文化。

knble'ay cim u ana knwan kryax!

宜蘭縣政府教育處處長 王泓翔 謹誌

編輯的話

「自己的語言，自己學」，學習族語最重要的是認識自己的文化、認同自己的身分；因為語言關係到我們對自身族群與族語的認同，如此一來才能建立正確的觀念，並能產生正確的學習態度。

《ke na yutas Yawi (Yawi 耆老的話)》此繪本，是介紹宜蘭澤敖利族人有關播種的各項祭儀「播種祭儀 Gaga sp'ies cmyus tmubux」，族人長者會利用傳統祭儀部落長者協調(如：時間、日期、地方等)而後決定播種，以去年收穫最好的兩家，各推派一人擔任祭主，以代表部落舉行播種儀式。播種祭期間部落成員都必須回到部落中，非部落成員不可以參加儀式；各家戶內所生的火不可熄滅，也不可借火給其他戶或向其他戶借火，否則 Gaga 會消失或變壞；祭祀中希望小米能夠發芽、豐收；相對於盛大的祖靈祭一樣。藉此教育傳承後代子孫能共同為生計忙碌付出勤勞不懈的泰雅精神。

播種祭鮮少有人聽聞，隨著時代習性的改變，再加上舉辦規模與時節都比不上祖靈祭，近年來播種祭活動漸漸沒落。藉由《ke na yutas Yawi》這本繪本的文字與色彩，體現出泰雅族人播種祭儀的文化樣貌，讓讀者能融入在泰雅族人的生活情境與原民文化。

另外，我們想利用《pema he la! (奇幻旅程 - 洗澡)》這本繪本故事，透過簡單的文字、色彩鮮明的可愛圖像，啟發讀者們學習族語的興趣並輕鬆有趣地學族語；不單單如此，還能讓讀者認識身體部位之族語，也期盼能從說故事來開啟全家學族語之實踐教育，讓自己做最好的示範，並帶動身邊的好友一起學習說族語。

希望我們身邊的家人、朋友們都能以「說族語」為傲，讓我們不再只是為了考試加分才學族語，而是能真正瞭解自己的文化，能夠聽、說、讀自己的族語。族語不僅讓我們能與族人溝通，也象徵我們是原住民的身分，更是我們族群的靈魂，更期盼我們能繼續努力傳承自身的原民文化與語言。

knble'ay cimú ana knwan kryax!

宜蘭縣澤敖利泰雅語教材編輯委員

朱愛美、曹天仁、陳喜兒、周嘉莉、孔欣怡、漪踴芭尚、梁秀蘭、林淑玲

謹誌



ssman kayan la, cyu mtisan alang kya Sayun na.

pungan nya sbka mlawa yaya maha,

SAYUN~ SAYUN~

Uwah Mani Ia!



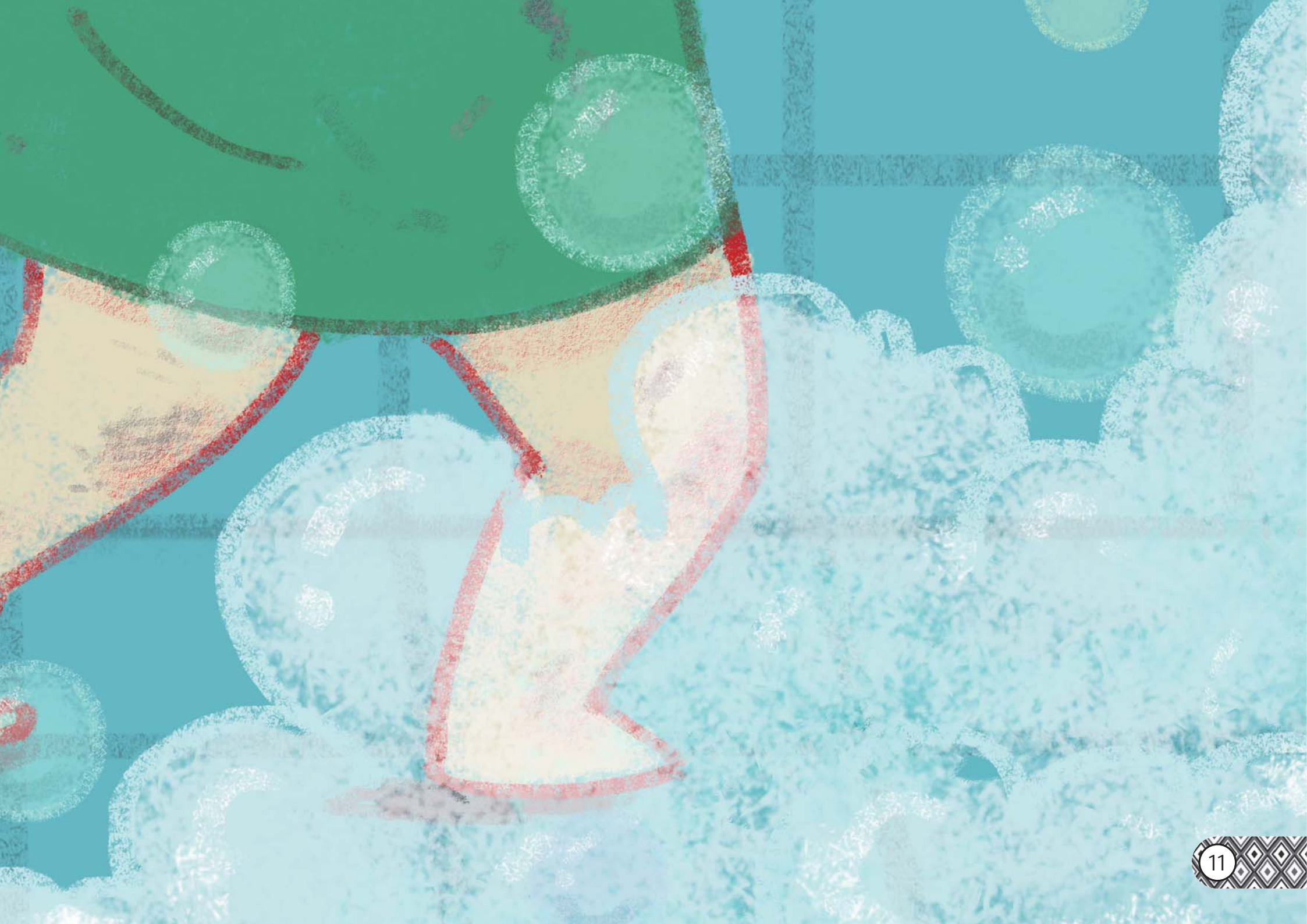


texan nya mcla ci he nya
Sayun haca,
kngun nya mosa sali ga,
s'angun yaya nya.



**nanu yaca,
helaw calay mtenah mosa sali.**

**mcyurus miyuk beh ppman,
t'aring kya yani nyu mspi na pema he la!**





pema 'ba Sayun, 'aring tunux mema la.



hi'un nya 'sya snonux nya, masan nya sekeng,





**mimaw, mimaw, texan piyux calay
mlabu yulung wan mlaka mlaka te kayan.....**

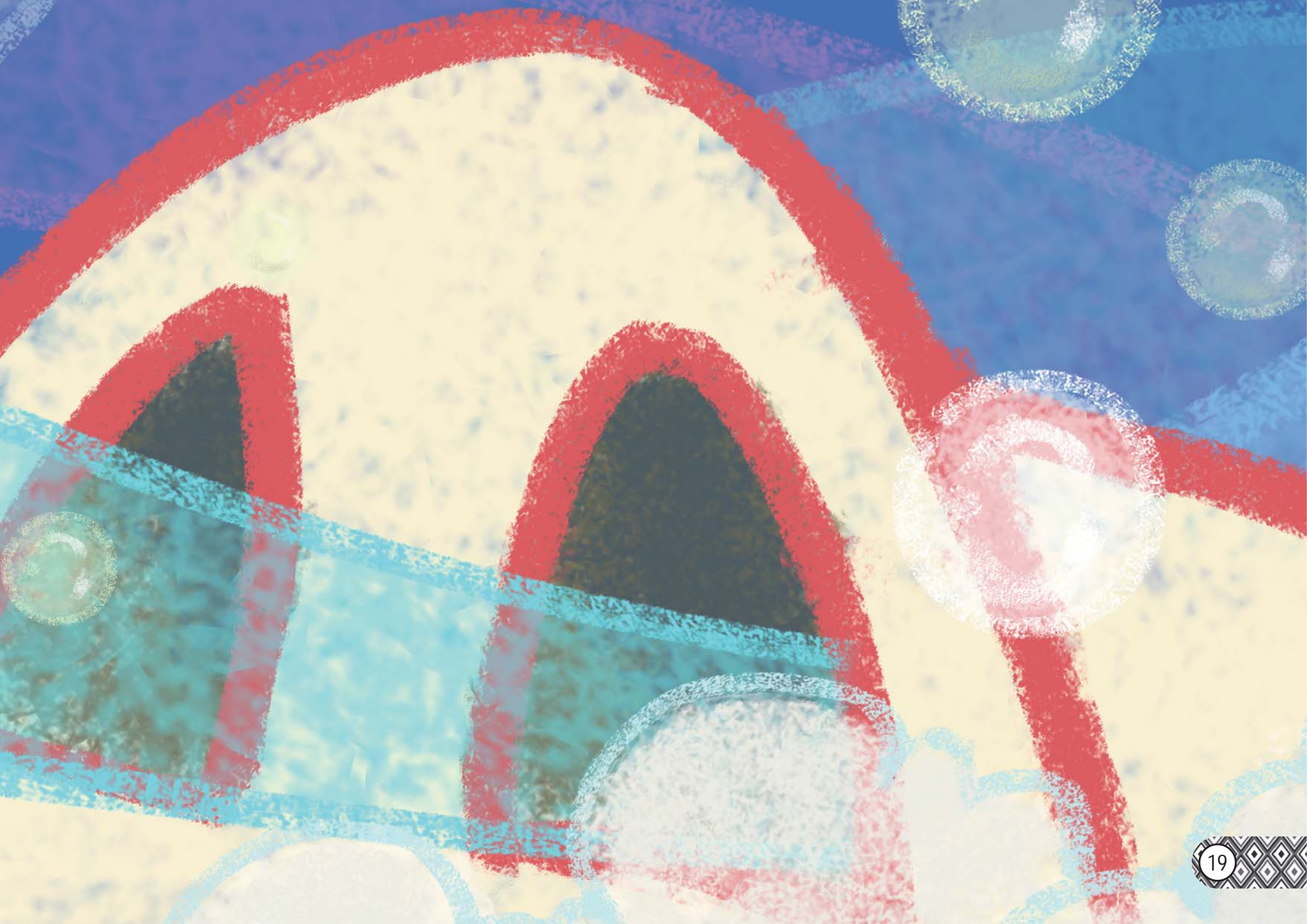


**mema r'eyas, mema r'eyas,
texan nya nanak betunux calay r'eyas nya.**

**mema royi, mema royi,
piyux ci bengah cmyax, cmyax.....**



**mema nguhuw, mema nguhuw,
wayan menas utux kruyux calay na kiyu lkyux.**





**mema n'wa, mema n'wa,
wan nya tnlaman kncbing 'sya na gong.**



**mema papak, mema papak,
pungan nya cyu m'was piyit.**

**mema olu, mema olu,
minutux miray he nya wayan nya
texan kwara alang.**



mema he, mema he, yani 'cyux cyu myugi.



**mema 'ba, mema kamit,
tlubuw bley pongan na 'was.**





**mema muyi, mema kakay,
mkaraw utux utux b'bu na rgyax.**

A colorful illustration of a woman with dark hair and a red headband, wearing a blue patterned sarong, washing clothes in a blue tub. She is using a red wooden mangle. The background is yellow with floral patterns, and there are pink flowers and green leaves scattered around. A hand is visible on the right side, reaching towards the tub.

kugus turu, kugus turu,

Sayun ga mluw 'sya ru mlyut cka tgli kya.

bley ci soka ru cmyax calay texan Sayun.







**mhtuw tanux Sayun,
texan nya utux hanray hnapuy na yaya.**





m'es calay kgabi kwara utux sali.



alang 部落



sali 家



texan 看



mema 洗



tunux 頭



r'eyas 臉



royi 眼睛



nguhuw

鼻子



n'wa 嘴巴



papak 耳朵



he 身體



'ba 手



kamit 指甲



muyi 大腿



kakay 腳



mani 吃



kgabi 晚餐

附錄 - 內文華語翻譯

傍晚，莎韻還在部落裡玩耍。(第6頁)

聽到媽媽媽媽大喊：莎韻～莎韻～回來吃飯囉！(第7頁)

莎韻看著髒兮兮的自己，害怕回家被媽媽罵。(第8頁)

於是她迅速地跑回家。(第9頁)

偷偷溜進浴室裡，開始這趟如夢似幻的洗澡旅程！(第10-11頁)

莎韻先洗洗手，從頭開始洗澡囉。(第12-13頁)

她用水將頭髮弄濕，抹上洗髮精，揉搓、揉搓看到很多的白雲，

飛、飛上天……。(第14-15頁)

洗洗臉、洗洗臉，莎韻看到自己非常漂亮的臉。(第16頁)

洗洗眼睛、洗洗眼睛，好多好多星星閃閃亮亮的。(第17頁)

洗洗鼻子、洗洗鼻子，她經過一條長長的山洞。(第18-19頁)

洗一洗嘴巴、洗一洗嘴巴，嚐到甘甜的溪水。(第20頁)

洗一洗耳朵、洗一洗耳朵，聽見小鳥在歌唱。(第21頁)

洗一洗脖子、洗一洗脖子，轉動了一圈她看盡了整個部落。(第22頁)

洗一洗身體、洗一洗身體，像一條魚兒在舞動。(第23頁)

洗一洗手、洗一洗指甲，彈奏美妙的樂曲。(第24頁)

洗一洗大腿、洗一洗腳，爬過一座座山嶺。(第25頁)

刷刷背、刷刷背，莎韻跟著水流進瀑布裡。(第26頁)

莎韻聞起來香香的、看起來亮亮的！(第27頁)

莎韻走出浴室，看到媽媽煮了一桌的好菜。(第28-29頁)

一家人一起開心享用晚餐。(第30-31頁)

pema he la!

書名：宜蘭澤敖利泰雅語

pema he la!

發行單位：宜蘭縣政府

發行人：林姿妙

召集人：王泓翔

副召集人：謝麗蓉、陳芄軒

諮詢：陳香英、曹天民、江明清、林約道

總編輯：白淑滂

編輯委員：林淑玲、孔欣怡、漪踠芭尚、梁秀蘭、陳喜兒、周嘉莉

文字撰稿：陳喜兒、周嘉莉

圖片繪製：楊秀蘭

行政執行：陳秀怡、陳彥志

執編單位：宜蘭縣立南澳高級中學

排版印製：玖樂文創有限公司 02-2100-1578

出版年月：中華民國 111 年 1 月

印刷版次：初版

定價：新臺幣 400 元

GPN：1011100095

ISBN：978-986-5418-79-3

【版權所有 翻印必究】

國家圖書館初版品預行編目 (CIP) 資料

pema he la! / 陳喜兒, 周嘉莉文字撰稿.

-- 初版. -

- 宜蘭市: 宜蘭縣政府, 民 111.01
面; 公分

宜蘭澤敖利泰雅語

ISBN 978-986-5418-79-3(精裝)


863.859

111000175

宜蘭縣原住民族教育資源中心 QRcode



可連結至繪本故事有聲書



特別致謝配音人員

旁白、Suyun：陳喜兒

yaya：林淑玲



ISBN : 978-986-5418-79-3



9 789865 418793

00400