

# 11 君達香草健康世界



尹秋明總監展示香草產品

近幾年來，台灣興起一片「香草」流行風，從北部風行到南部，再由西部蔓延到東部，每處培育香草的農園，都吸引大批遊客探訪，欣賞一大片的薰衣草田，浪漫的紫色花海，瀰漫濃郁的草香，讓遊人陶醉在迷人的氛圍中。

創辦於民國76年的君達休閒渡假中心，轉型農園綠地景觀的香草渡假園區。為提高國人健康休閒之旅遊品質，於民國

89年響應政府的農業轉型政策，開始將園區規劃為一處「香草健康世界」，讓您在休閒渡假之餘，也能獲取更多健康知識及能量的補充，透過情緒管理、芳香療法、生機飲食等課程的講授，以及香草迷宮SPA運動、香草DIY等體驗活動，瞭解「預防」對健康的重要概念，進而提升管理自己的最大財富—「健康」的能力。這處目前在台灣東部地區，堪稱為規模最大，並於91年6月獲得行政院農委會核發全國第一張（編號001）休閒農場執照的香草渡假園區，已於同年8月間正式開幕營運，開啓台灣休閒農業新時代的里程碑。



迷迭香

## 悠閒自然

「君達香草健康世界」地處花蓮縣吉安鄉，巍峨的中央山脈環伺週邊，得天獨厚的地理環境，造就出悠閒自然的渡假空間。總監尹秋明指出，在這片3000坪的香草園區中，廣植薰衣草、迷迭香、薄荷、洋甘菊、天竺葵、馬鞭草、香蜂草、鼠尾草、羅勒等40餘種香



以綠地造景的香草渡假園區



香草精油保養品



薰衣草香草迷宮



萃取香草精油的簡易設備

草植物，尤其精心打造的薰衣草香草迷宮，以營造大自然SPA度假體驗。園區首創香草主題住宿，並結合香草療法、香草培育等體驗，提供風格獨具的香草健康度假環境，是一處除了提供住宿膳食服務，也具有娛樂、健康、休閒、養生等多功能的園區。

尹秋明總監表示，香草植物種植於「光與暗」、「太陽與地球」

之間，從中汲取能源，然後形成碳水化合物、蛋白質和脂肪的微粒，以及極高的抗氧化物質、微量元素等，除具有香氛成份外，還有許多養生的功能，以迷迭香作為舉例，亞洲蔬菜研究發展中心曾研究150種蔬菜類的抗癌效果，發現迷迭香高居第2位，同時發現檸檬香茅所含的dlimonene與geranio，有增加防癌的功能。「君達香草健康世界」以無農藥、無化學肥料的無毒栽培，提供新鮮香草植物的精華—「香草養生茶」，可以調整體質，促進新陳代謝，使人體細胞再生，增加充沛活力，提高免疫能力。

## 芳香洗禮

轉型重新規劃的「君達香草健康世界」，在園區內設有香草花園的設施，提供您在「薰衣草海」中翩翩起舞，在「迷迭香叢」裏盡情享受花田的芬芳，讓香草的迷人魅力，伴隨著微風環繞身旁，一股自然清新的感受，洗滌您全身的煩躁。

特別創設的薰衣草香草迷宮，是源自於15世紀初文藝復興時期，為當時歐洲許多修

道院，均有這類可作為藥草園的庭園，供栽培採收藥草利用，也提供休閒養生的最佳場所。由於香草植物含有豐富的精油成份，精油分子會隨著陽光和微風飄浮在空氣中，經由呼吸系統或皮膚滲透進入人體內，帶動各種生理和心理的反應，使人體達到身心平衡的境界，因此，當您悠遊漫步於香草迷宮時，全身沐浴在充滿芳香精油的空氣中，所有的焦慮煩惱都不復存在，每走完一圈香草迷宮，就好像經過一次完美的身心療程。

尤其在昏晚進行香草迷宮自然SPA之旅，可感受夕陽裏的迷宮花園，挾著夜色燈光及優雅輕柔音樂，輕撫香草浪漫的體態，體驗「迷宮走一圈，生命多一天」的健康人生，這也是「君達」期望您在香草迷宮裏，享受到的最大收穫。

來到「君達」休閒度假，感官隨時充斥著香草的氣息。質樸雅緻的木屋與歐風客房，以薰衣草、迷迭香、玫瑰等不同香草植物來命名，同時展現不同香草植物的芳香。以「薰衣草」客房為舉例，客房內擺放薰衣草盆栽，連香包、香皂、沐浴乳等沐浴用品，也都是薰衣草的產品，讓您置身於屋中，吐息都是淡淡的薰衣草幽香。這些貼心的安排，提供您度假休憩，有著不一樣的享受。尤其清雅簡單的裝飾，以及舒適溫馨的擺設，讓您遠離城市塵囂，充份享受田園怡人的氣氛，將疲憊的身心，完全地紓解放鬆。園區內的餐飲設施，也提供香草料理、香草系列花茶、點心或健康餐點，當微風吹送著花草清香，在一片花香的氣氛中用餐、飲餚，更增添浪漫的情調。

植物的智慧是身體與心靈的自然療法，養生全民總動員將會是21世紀的主流，新鮮香草養生茶是最天然的養生飲料，只要在「君達」身歷其境的走一趟，就能擁有生命多一天的豐富能量。在香草迷宮旁的香草餐廳裏，當您喝下一整口的香草茶時，感覺所有的綠葉似乎都在喉頭間融化，也讓香草的清香、神奇，裝滿您的心靈而幸福安康。

君達香草健康世界：

花蓮縣吉安鄉干城村干城二街95號

(03)8525-225