



水景

準園——都會區的綠活能量園



休閒農場
Zun Leisure Park
香藥草、健康、歡樂 • Herb, Healthy, Happy

忙裡偷閒來一趟「準園」，也許不能改變都市人勞碌的慣性，但是準園營造出來的驚奇和讚歎，相信激化活力的綠色ATP，會在你我心中騷動好一陣子。

文圖／吳展才 台灣大學園藝所博士後研究員

現代科技發達，資訊的累積和取得早已「天涯若比鄰」，文明環境下的職場人處在同樣的起跑線上，一切的競爭除了比速度之外還是速度。上班族長期壓榨腦力，身體早就脫離了和大自然接觸的機會，衍生出許多慢性疲勞或慢性憂鬱症狀。台北市書田診所家醫科主治醫師即指出，從外在持續性或間歇性疲勞感、睡眠品質不佳、憂鬱感、異常情緒、注意力無法集中、食慾異常等身心症狀，若持續6周以上就是慢性疲勞，身體細胞沒有得到充分的休養，是很多可怕疾病的元兇。

台北後花園 綠活充電站

還記得上一次讓雙眼視角提升至45度仰望和天際線的連接是在什麼時候嗎？尋找都會園外園，不必另費心力規劃和驅車出城，飽受交通折騰，從大台北驅車出發，短短20分鐘內的車程，可來到座落在五股交流道旁之準休閒農場——「準園」。

「準園」之名，是業主為了紀念母親而沿用其名而來。這座蘊含無數綠活能量的綠肺，是一座集休閒、教育、養生、美食等多面向經營的綠活充電站。園區面積3.2公頃，擁有大台北地區外圍獨一無二之萬坪綠草景觀、花架步道、多樣性的野生蘭花區、流水景觀設施、精密溫室中草藥、觀賞植物等，內涵豐富，除一般綠美化，尚有數百種中草藥、香草植物為教育內涵，極度適合都會人來做一趟無痛苦學習之旅，業主經過多年的努力和大眾的殷切期盼下，在正式對外



水景

營運之後，勢必成為大台北地區洗滌都會塵囂之旗鑑指標。

落羽松迎賓 樟樹香醒腦

來到「準園」，從景觀設計、動線布設、香花奇草等，無

不見業主之用心。入口意象以落羽松營造迎賓氣勢，尤其在冬天落葉，更有一種難得在台灣看到的北國風情。林蔭大道為和外界鐵皮工廠作區隔，植以樟樹，假以時日枝葉繁盛後，可形成良好阻隔噪音帶，又能抵抗空氣污染，加上樟樹可散發出一股清新的樟腦香氣，令遊園的客人感受到鄉野的氣息。

順著車道動線行走，由於當初該基地遭由他人傾倒垃圾廢棄物，在進行景觀工程時，設計者將垃圾土化作平均3公尺高之土堤，形成地界將基地包圍起來，巧妙的作出了視線和空間的分隔。車道旁更有許多原始的蕨類品種，著名的台灣原生觀音座蓮、龍骨蕨等都隱藏在這些生態當中。

為了發展園區主題，更從台灣藥草的故鄉台東，嚴選無污染環境所產的香藥草苗於園區內繁殖，創造學習和休憩的價值。講求過度精緻化飲食的都會人，來到準園，可以讓味蕾作不同的嘗試。準園溫室內栽培許多台灣原生種，有「藥王」之稱的金線蓮和霍山石斛。以此二珍貴食材設計的飲食，不但可提高免疫力，霍山石斛更有加強視力保健的功能。

自然交響樂 香草伴手禮

另外，以園區內香草如迷迭香、薰衣草、檸檬香茅等所精釀的能量醋，風味清新，自成一格。準園更有台北縣都市計畫區內首座取得執照之精密溫室，自行繁殖許多園區



水景



中草藥園造景



步道



準園大草坪一景

最新出版

- 第一部 綠色行銷和我
- 第二部 啓程
- 第三部 春花望露
- 第四部 美是幸福的時刻
- 第五部 日頭溪水相借問
- 第六部 阮有一個夢
- 第七部 秋天的心情
- 第八部 風華
- 第九部 溫柔的美感
- 第十部 透明的琥珀
- 第十一部 學習謙卑



綠色行銷和我

定價：300元 邱湧忠博士 著

在資源耗費快速的現代，一種講求自然、健康、簡單的生活態度，逐漸蔚為風尚，於是各種「綠色產品」也應運而生，綠色行銷的重點便是基於環境永續經營的理念，試圖開挖綠色黃金這一塊可貴的資源。



豐年社

台北市溫州街14號 郵撥00059300財團法人豐年社 郵購另加掛號郵資60元

電話：02-23628148分機30或31 傳真：02-83695591



花架水岸一景



步道材料為從中國渡海而來的古磚材料



溫室內亦有多種精緻盆栽



草花帶來熱鬧的氣氛



溫室外觀

植栽之香藥草苗木，也有許多精緻盆栽提供作為伴手禮。值得一提的是，園景中的植栽和生態水系，已發現了幾乎所有平地種的鳥類和昆蟲，雖然成園時間短短不到2年，生態系儼然已具規模。夜間照明採用LED燈光，是一座精緻兼顧節能和景觀的示範園區。在夜間循蛙鳴蟲叫聲步行，聆聽大自然交響樂，尤其每逢月圓之夜出現在景觀水瀑上頭的明月，所謂花好月圓、良辰美景指的大概就是這番景象。

來一趟綠活能量園，不能改變都市人勞碌的使命和慣性，但是準園已營造出都

會後花園中的驚奇和讚歎，相信可以激發許多都會人尋找「綠動」的ATP，不管是大台北熔爐內忙裡偷閒走一趟準園，或是周末假日來個半日遊，相信激化活力的綠色ATP會在你我心中騷動好一陣子。

【園區資訊】

1. 園 址：台北縣五股鄉新五路二段70號
2. 交通資訊
 - A. 自行開車：中山高南下者五股交流道100公尺；中山高北上者五股交流道下左轉前進300公尺
 - B. 公車：台北車站-五股免費交通車至五股市中心，轉搭計程車至園區
3. 電 話：02-2291 3634；2292 2466
4. 傳 真：02-2292-2483



發行：財團法人
獸醫畜產發展基金會

推動台灣 獸醫畜界發展的手

定價：300元

- 四十五年畜牧生涯回顧(汪國恩)
- 台灣養豬事業的昨日、今日與明日(余如桐)
- 台灣養豬的回顧(謝祖澄)
- 台灣獸醫畜產界一位傑出耆老(李崇道、林再春、朱瑞民)
- 我的回憶(邱仕炎)
- 家畜防疫與我(李太珍)
- 台灣獸醫畜產業界之三大貢獻(林再春)
- 訪總統府國策顧問黃崑虎先生(訪問撰文/陳秋麟 校稿/施義燦)
- 李良玉教授(黃慶榮)
- 訪台大獸醫學系名譽教授沈永紹博士(黃詠琳)



豐年社

台北市溫州街14號
郵撥00059300財團法人豐年社
郵購另加掛號郵資60元
電話：02-23628148分機30或31
傳真：02-83695591
地址：台北市溫州街14號