

食農教育講座 和香草植物做好朋友

文/古金台 圖/徐金科

為提升社會大眾對香草的基礎認識，並推廣食農教育，本場於11月10日辦理「110年食農教育講座-香草班」遠距教學課程，邀請「淡水香草街屋」蔡以倫老師教授學員香草園藝課程及香草茶包製作，共計55名學員參與。本次上課內容精采豐富，老師先以新手常見問題破題，接續介紹影響香草栽種之因素，再來是常見香草植物種類及栽培管理要點，最後分享香草茶包配方及帶領學員操作茶包組裝。參訓學員亦提出香草粉碎、烘乾

及管理各種問題，得到老師詳細的解說，均感受良多。

另於110年11月11日辦理「110年食農教育講座-香草班」，並邀請臺灣大學農業試驗場鍾秀媚老師授課，共計有30名學員參訓。鍾老師帶領學員利用自身的五感來感受香草對生活的助益，學習如何與香草植物成為好朋友。在聽覺上，專心聆聽老師簡報課程，學習香草的各種知識；視覺上，欣賞老師帶來的常見香草植物，練習辨識香草植物種類；嗅覺上，用親聞

香草香味及香草精油嗅吸方式，感受不同香草的香味；觸覺上，自己動手製作香草香囊及療育香草噴瓶，好看又實用；味覺上，嘗試配置不同的花草茶包，進行品飲放鬆身心；最後進行香草滾石葉拓，綜合五感，創作出個人獨一無二的葉拓棉布袋。參訓學員除了增進對香草植物的認識，更藉由行囊滿滿的香草手作，實際體驗香草植物各種不同的利用方式。



110年食農教育講座-香草班學員合照



學員葉拓棉布袋作品