

循證理論景觀之營造

以臺中場「精緻益康花園」為例

文圖 / 許嘉錦、李志中、蕭政弘、楊宏瑛、林學詩

前言

為推動國內園藝治療產業發展，本場自民國 93 年即投入研究，當時以園藝景觀之營造及帶領活動等技術著手，協助社會福利機構從事園藝治療活動，並採用問卷量表及心理評估呈現試驗結果。自 106 年起，由於國內休閒產業發展面臨瓶頸，且社會亦由高齡化往超高齡化發展，本場將園藝治療結合休閒產業提升服務多元性。希望以科學量化研究來驗證園藝治療效益，以實證景觀營造及教育訓練推廣以扶植休閒與療育相關產業的發展。本文介紹循證理論景觀之營造，所謂「循證」即有科學證據支持的依據，並以本場「精緻益康花園」作為循證理論之營造過程及結果呈現。

庭園的來源與現況

「精緻益康花園」原為本場匡基亭園區，係民國 81 年自台中市區遷場至現址初期所建造，為紀念曾任本場場長及農林廳副廳長的農藝學專家蘇匡基先生之小型庭園。園區位處綜合大樓西北側，主體建物為中國式的水泥涼亭，周邊有葫蘆型的雙口池塘及遍植樹苗，隨時間更迭，樹苗已



圖 1 匡基亭園區於 80 年代初完成樣貌，周邊樹苗仍是新植小樹



圖 2 營造為「精緻益康花園」後同一視角之景觀（紅框顯示舊照片之區域）

成參天大樹，過度的遮光讓大樹下的植物生長不良；每年 2 次的落葉，也使得水池累積黑褐色污泥；缺乏適當植被的池邊步道時時塵土飛揚，植栽層次不明且通風不佳，常有蚊蟲擾人的問題。然而，此處緊臨綜合大樓，為本場同仁與外賓活動的核



圖3 園區營造前週邊林木與綠地較雜亂鬱閉，給人不易親近的感受

心區域，有紀念意義與基礎建設，卻因環境不友善而漸失去緬懷先人旨趣，因此，本場執行 106 年「農業療育自然健康研發計畫」時，於場內劃設 4 處示範場域，本園區乃列為重點優先改善之示範場域。

循證的益康庭園設計原則

景觀的設計本有一套學理、方法與技術，為了提升庭園的益康效益，益康庭園之設計準則與傳統景觀設計略有不同，特別強調營造出的景觀和植物需要能夠和人產生五感的互動，並且提供適當的隱蔽性，供人們休息與沈靜。具健康效益的景觀設計會隨著使用的對象體而有所差異，但共通性原則為：

1. 明確的動線，具有方向性及串連性。
2. 可刺激五感（視覺、嗅覺、聽覺、味覺、觸覺）的景觀或植栽配置。
3. 具備休息乘涼及隱密的設施與空間。
4. 適合園藝操作活動進行的設備與空間。
5. 具注意力恢復力效益的景觀元素，例如水與開闊的視野等。

因此，對於原來園區現址我們進行資源盤點，認為其優缺點如下：

項目	優點	缺點
1. 動線	臨近綜合大樓，易規劃動線	現有動線受阻且不明確
2. 植栽	樹木參天為吸引元素	植栽的色彩與視覺層次不足，缺乏可刺激五感的植栽
3. 休憩與隱蔽	已有可供休息的涼亭及相關硬體	除涼亭外，休閒空間不足，且缺少隱蔽的休息空間
4. 活動空間	庭園方正且地理位置佳	現地空間僅 900 平方公尺，需向外擴展空間，供園藝操作活動設備陳設
5. 景觀元素	保留相當好的泥土地面，且水池提供水元素基礎	樹林過密，地面光照不足而裸露，缺少植被，且光照處有雜亂灌木及高莖雜草管理的問題
6. 生態與解說	生態豐富，有蟋蟀、蝴蝶、螢火蟲、蜻蜓及多種鳥類等動物相	缺少完整資源與植物物候調查及解說牌



圖 4 「精緻益康花園」營造後整體景觀顯得繽紛亮麗而動人

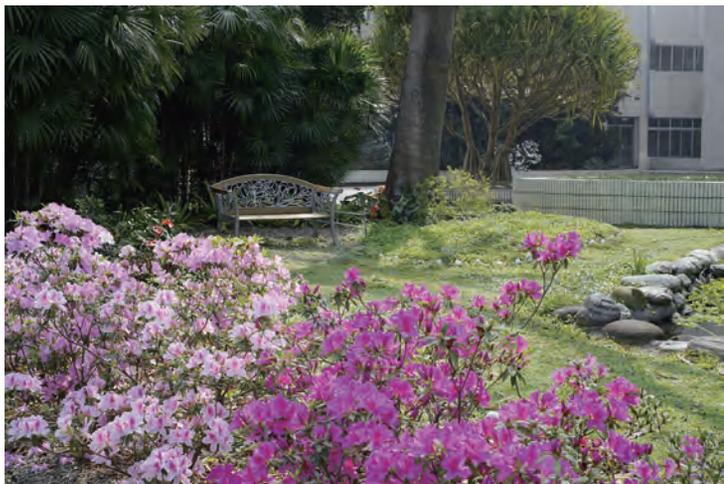


圖 5 坐在舒適的座椅上，欣賞杜鵑盛花及充滿綠意景緻，具有恢復注意力的效益



圖 6 採用經試驗篩選的地被種類進行栽植，以營造細膩的地面紋理



圖 7 原地的大型石塊經重新擺置並配合花草，呈現石材的質地和植物的生命力

庭園的主題性與設計

由於本園區主體架構為具紀念性質的中國式小橋、流水與涼亭之庭園，且面積約 900 平方公尺，硬體設施亦顯得小巧，因此，庭園的主題就保留其中國式基礎，並加入日式精巧庭園的特色，以處處有巧思、植栽色彩豐富、紋理精緻的「精緻益康花園」為發展方向。

設計時，現勘調查與討論多次後，決定保留多數的現地小葉欖仁、樟樹及垂葉榕等大型樹木，但予以適度修整，以增加水池的光照條件，並讓水池的水得以循環流動，提高水質清澈度與水色。其次，是動線劃定與方向性指示設計，使環境給予人歡迎進入的感受。最後，則是依據不同區塊的日照條件，進行地面植栽的更新與

建立。整個園區的營造理念融入尊重生態的理念，為了減少對現地的變動與生態破壞，原場域內的大型石塊僅做適當的移動，杜鵑花等植栽也是由原有植栽進行挖植與重新配置，保留現有的類地壇草、結縷草、銅錢草、紫花酢醬草、豬殃殃等常綠地被及季節性草花，以保存及凸顯其自然多樣性風貌。

循證規劃理論的驗證

本園區自 105 年 12 月規劃開始至完成費時達 2 年，為給予植物適當的生長時間，使環境和植物相融合且生育健康，所以植物種植的間距較寬。當整體環境營造初具雛形時，本場療育研究團隊於 106 年 9 月間進行注意力恢復力量表、注意力恢復測驗卷及生理記錄儀等 3 種評估技術，進行

「精緻益康花園」對本場工作人員的益康效益。結果顯示指出在量表部分，本園區的注意力恢復力、偏好程度、愉悅程度、喚起程度均顯著優於都市環境，表示對受測者而言，花園的心理感受評價是正面的。而測驗的結果顯示，在花園中漫步 3 分鐘即有顯著提高注意力的效果，且較佳的停留時間約為 18 分鐘。至於生理儀的結果亦指出在各項指數，均較都市的對照環境給予人生理的放鬆，因此，依據循證的庭園設計原則所營造出來的「精緻益康花園」確實有助於敞伴其間的人們生理與心理的健康。

未來展望

目前「精緻益康花園」已初步具備療育花園架構，尚需補充適合的自導式解說



圖 8 明確的動線標示，有讓人想親近及引領的作用

系統，如植物名牌及生態故事等等；另外，適地發展的園藝活動亦為園藝療育不可或缺的一環，目前針對花園西側的玫瑰花圃區及茉莉花區規劃為賞花、漫步花廊及DIY活動空間，使得益康花園功能得以完善。未來，在研究方面將深入探討不同型態的景觀對不同族群的益康效益的差異，並探討休閒農場在療育服務的潛力、服務客群及帶領的深入層面等等。

誌謝

本文「精緻益康花園」的構思與營造的成果要特別感謝臺灣大學園藝暨景觀學系張俊彥系主任、逢甲大學李英弘副教授在景觀設計上的指正與建言。並感謝農村發展基金會補助本場進行具療育性地被植物的開發與美國療育考察計畫，使得本園地被植物的運用有了學術研究的基礎。



紫花酢醬草



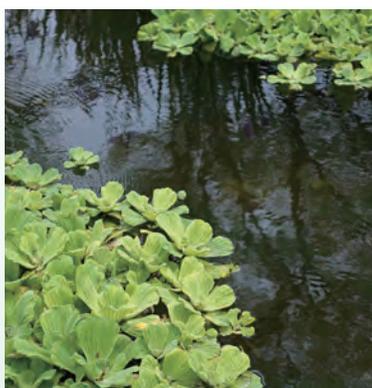
土丁桂



四季秋海棠與觀葉秋海棠



蔓性野牡丹



水芙蓉



鳶尾花

圖9 花園內各種適地適種易於管理且隨四季展現花顏的植栽具視覺的益康效益