

# 113 年農業部農糧署『樂活健康園藝六週課』

## 打造幸福綠色城市農場計畫(課程說明表)

補助單位：農業部農糧署

主辦單位：臺灣大學農業試驗場園藝組

協辦單位：財團法人台灣癌症基金會

「園藝」是一種能夠促進身心發展的重要休閒遊憩活動，能帶來健康、營養、養生、紓壓、環保等效果。本課程期能讓上班族、菜籃族、樂齡族等喜歡園藝的朋友們，了解園藝的益處，並深化成生活態度及提升生活品質。本課程特別規劃園藝五感的體驗，從聆聽園藝、親聞園藝、欣賞園藝、操作園藝到品嚐園藝，讓參與者能更深化知識，且能親身體驗，還能將相關園藝成品、材料帶回家繼續照顧觀察，並分享親朋好友們園藝之樂。「園藝活動」，對人類有更多元化的身心靈提升之助益，也是多元的環境教育、食農教育、療育樂活，歡迎有興趣的相關人員，把握機會報名參加！

### 課程說明：

- 上課時間：113年9月25日~10月30日，每週三早上9:00~12:00，為期6週，共計18小時。
- 上課地點：臺灣大學附設農業試驗場園藝分場(臺北市大安區芳蘭路51號)
- 預定課程表：

週次 日期	課程名稱	授課內容	體驗活動	講 師	備註
一、 9/25	都市田園夢想實踐～蔬活開心農場現地實作	農耕工具及農機具使用，蔬菜種苗、耕種技術講解	蔬菜田耕種技術。自種7吋蔬菜盆，含苗種子有機肥(可帶回)。紫蘇梅試吃。	臺大農場園藝組白鈞尹技士、園藝志工隊	自備大型環保袋。防蚊、防曬用品
二、 10/2	園藝療什麼？植物是人類的好朋友～	園藝療癒原理及相關應用、五感農場核心觀念	蔬果生態園區導覽。紓壓香草茶、活力香草茶品飲。療癒系香草漂浮滾珠瓶(帶回)	臺大農場園藝組鐘秀媚技正、園藝志工隊	田間中耕。(戶外田間導覽裝備
三、 10/9	蔬果彩虹益健康，植化素知多少？	蔬果彩虹原則、植化素密碼、健康營養養生法	採收低碳蔬菜、DIY五色蔬果百香果沙拉、創意食農美學讓您現場親作、親嚐	臺灣癌症基金會徐桂婷營養師、園藝志工隊	中耕。備餐具(生菜不吃可帶回)
四、 10/16	環保節水～為地球種一棵植物	環保、節水、堆肥、水耕種植空氣淨化植栽	環保概念毛細現象種植盆栽。綠美化居家室內環境(可帶回成品)。燒仙草品飲。	前農糧署陳博惠技正、動物園研究員、志工隊	田間中耕。大環保袋。寶特瓶。
五、 10/23	中西方保健香草植物及應用	中西香草植物認識、精油萃取、紫草膏原理及製作	精油室參觀。紫冰膏、紫黃膏製作手作(可帶回8ml鐵盒*2)茶梅試吃。	北市產發局綠化教室李玲珍講師、園藝志工隊	田間中耕施肥除草。過程中加熱
六、 10/30	田園採收樂、農業廢棄物再利用	田園採收樂、農廢絲瓜絡香草洗手皂	田園採收(各組帶回蔬菜)。絲瓜洗手皂製作(可帶回)。頒發結業證書(可登環教時數)	臺大農場園藝組黃文君隊長、園藝志工隊	採收。自備剪刀、多個環保袋。

### \*報名注意事項：

- 報名對象及時間：凡對本課程有興趣的成人皆可參加，113年9月3日(二)上午10:00開始報名。一律於『臺大農業試驗場』官網：「服務推廣」→「活動快報」網路報名。

本次對外招收學員名額限30名(候補25名)。報名後2天內需繳費成功始完成報名程序  
(報名後由系統提供專屬之匯款帳號，逾期未繳費，則帳號失效，視同放棄，將由候補者遞補之。後補人員由系統另行通知，務必請留下正確且能收到通知的Email，以免影響自身權益)。

2. 為珍惜資源及使用者付費原則，參加者一次報名可連續參加六週課程，每位酌收1600元材料費，9月10日前報名早鳥價1000元。(本單位開立統一發票，如需抬頭統編先告知，上課報到時領取)，本單位為門禁管制之試驗農場不對外開放，所有學員都要報名成功始得進入園區，恕不接受旁聽及陪同者。
3. 學員除可參加專業講師授課，還能下田種菜及現地各種體驗，並可攜回相關園藝活動成品，品飲園產品，由於試驗田區須預先保留及整地，課程特殊規畫設計全體驗採收，共6週課程，故繳費後恕不退費(請假者可由親友代理出席，活植物材料無法補發)。本課程不足經費由農業部農糧署農再計畫補助辦理。
4. 活動詢問請於上班時間洽:臺大農場園藝組02-33665509。(臺大上班時間為準)
5. 其他未盡事宜，由主辦單位單位解釋為原則，保留課程調整調動之權。

