

溪山芳鄰—台北生活休閒農場

施能杰

從故宮博物院沿著外雙溪溯溪而上，在至善路三段經碧溪橋轉往內湖的產業道路旁邊，有一座農場，名字就叫做台北生活休閒農場，農場主人是榮獲民國八十四年台北市傑出農民——神農獎的羅富義先生。三公頃的山坡地在羅富義先生精心規劃之下，經營得有聲有色。農場內有層巒疊翠的小森林、潺潺流水的小溪澗、靜謐典雅的品茗亭、溫馨可愛的動物區、果實累累的蔬果區，是一座深具農村特色的休閒與戶外教學活動場地。現在就讓我們進入農場看看可愛動物，並且享受採果的樂吧！

◎可愛動物區

◎兔子：牠是一種怕冷、怕熱又怕濕氣太重的動物，牠們的叫聲很小，喜歡吃青菜和野草，是有趣、可愛的小寵物。

寒冷地區，在夏天時，野兔毛色是褐色，但到冬天就變成白色。

白色毛的兔子眼睛是紅的，牠的眼睛像透視鏡一樣的明亮。不是白毛的兔子，眼睛則是黑色的。

兔子的上唇從中央分成兩部分，由此可看到兩顆銳利的上門牙及兩顆下門牙。銳利的上下門牙，不論多硬的草根都咬得斷。

兔子不喝水就會死，水分就像食物一樣，一定不能少。不過，吃青菜、野草、薯塊的兔子，由於能從食物中獲取水份，比較不需要喝水。

◎天竺鼠：牠的體積不大，價格也很便宜，而且成長得很快，又很會生產，所以常被用來做動物實驗。在家中飼養時要注意，如不想養太多，就要把雄的和雌的分開養，以免繁殖快速，鼠滿為患。

他每天只吃早、晚兩餐就可以。食物包括野草和青菜兩大類。野草如：三葉草、車前草、紅蘿蔔和甘藷。青菜類如：大白菜、甘藍菜、玉米等。

◎雞：雞有許多不同的品種，但不論是哪一種雞，母雞都會生蛋。若要飼養，可直接買小雞回來飼養。

雞每天早上都十分早起，牠會「喔喔叫」，告訴我們已亮了。晚上雞就停在枯枝上睡覺。白天時，他們會在沙石或土堆中尋找小蟲和植物的種子吃。

分辨公雞母雞的方法：公雞有大雞冠，腳後有利距；母雞雞冠很小，腳後沒有距。

◎九官鳥：牠和大形鸚鵡一樣，都善於模仿人話及動物的聲音，頗討人喜歡。由於牠們喜歡淋浴，所以不妨每天給予充分的淋浴。

九官鳥有專用的飼料，如果買不到，可用一般鳥食，在加蚯蚓、紋白蝶幼蟲、香蕉、橘子及蘋果等。

◎孔雀：牠屬於雉科，分布地區僅限於印度、中南半島、印尼和錫南。牠們生活在熱帶森林中，採食穀類、青草、植物球莖、昆蟲、青蛙、蝸牛等為生。羽毛優美，一年換毛一次。

印度孔雀是孔雀中最著名的一種，產地限於印度，可說是印度的「國鳥」。古時候，東方所產的孔雀和象牙、金、銀、絲緞，是極珍貴的朝貢禮物。孔雀和其他雉鳥一樣，雌孔雀的羽色較不明艷，體型比較小，沒有長尾巴。

◎鵝與鴨：鵝是由灰色雁和原鵝經改良而來的。灰色雁的系統在紀元前二千年已被希臘人當做家禽飼養，以歐洲為中心，交配出很多品種；原鵝的系統又叫中國鵝，十八世紀時，從原產地中國，運到歐洲而改良的。

鴨在紀元前四千年的古代以來，人類已有馴養，有食肉用、卵用、裝飾用等目的的改良品種，而且有很多種類。

◎火雞：牠生活在北美洲、墨西哥的草原或明亮的林中。牠的飛翔能力很強，晚上在樹上睡覺，歐洲在五百年前就曾有飼養。家禽的火雞是分布於北美洲到墨西哥的野生種，帶入西班牙而改良出來的品種。

在繁殖期以外，雌雄火雞分別生活。行一雄多雌的共同生活，巢是用腳鏟刮地面所做成的淺凹地，一窩可產8～15個蛋，蛋有褐色斑點。雌鳥孵蛋期約28天。

火雞整個身體的結構很適合在密林中鑽來鑽去，牠吃果實、嫩芽、昆蟲和小爬蟲之類的東西。

◎穿山甲（果子狸）：牠是屬於夜行性動物，白天在洞穴裡睡大覺，晚上才出來活動，找東西吃。穿山甲非常喜歡吃螞蟻，牠有一個又長又黏的舌頭，專門用來黏舐螞蟻，首先牠會用前爪抓破蟻穴，再用頭黏食，一會兒功夫便吃光光了！

穿山甲靠尾巴和後腳的力量來攀爬樹木。遇到敵人時，牠會捲曲身體成圓球，逃避敵人的攻擊。

◎山豬：山豬在世界上分布很廣，種類也很多。亞洲南半部和非洲北部地區在叢林地帶，都是山豬出沒的地方。台灣也是產山豬的地方。

山豬的活動時間，大部分都在夜晚出來走動覓食。牠習慣用鼻端犁著地面把土翻開，遇到牠愛吃的樹根就吃樹根，翻到蚯蚓、青蛙或是蛇牠也吃。

山豬是雜食的動物，在牠看來，好像沒有什麼東西不可以吃的，根據觀察結果，山豬吃草、吃掉下來的果子、竹筍、菌類，農作物的穀類、蔬菜、蕃薯、田螺、老鼠、昆蟲等等，胃口都好。

過去台灣的山豬，常常成群結隊到平地偷吃農家的作物，同時也踐踏了農家的作物，使農家受害很大。有一陣子台灣打山豬的風氣很盛，沒幾年的功夫，山豬就快絕跡了。

◎快樂採果區

◎芒果：別名檬果。盛產在台灣嘉義、台南地區。它是具有後熟作用的水果，如果買來的果實尚未成熟，必須放在室溫下使它成熟，等成熟軟化後供食用。它是屬於雙子葉植物，漆樹科的水果。也是長綠的大喬木，

最高可以長到三、四十公尺。

它含有豐富的碳水化合物、維生素A和C，盛產期在夏季。

- ◎橘子：它是橘紅色的，果皮裡含有辛辣的香精油，噴到眼睛會刺痛。果肉是一瓣一瓣的，每瓣中都有計多充滿橘紅色汁液的汁囊，如一到數顆的乳白色種子。果肉含有豐富的維生素A、C和纖維，能幫助消化，並可以預防壞血病。

橘子樹是常綠灌木，可以長到三、四公尺高。它的壽命很長，可以活到八十年以上。橘子的盛產期是冬季，白是白色的，有很濃的香味，可以提煉香水。它也是屬於雙子葉植物。

- ◎荔枝：生長於南北回歸線附近的亞熱帶地區，我國的廣東、福建、台灣等省產量很多。它是常綠灌木，高一丈多，葉為羽狀複葉。

花無花瓣，每年三月開花，花小而多，成圓錐花序，夏季結果，含許多花蜜，故為蜜蜂採蜜來源。

荔枝的營養豐富，有蛋白質、脂肪、維生素B1、B2、C、葡萄糖、早膠、鈣、磷、鐵等，也可作中藥材，可治貧血、胃寒痛等。

荔枝雖好吃，但不易消化，且多吃會上火，因熱量高，肥胖者不宜多吃。

- ◎蓮霧：它是屬於雙子葉植物，淘金娘科的水果。葉子是長橢圓形的，撕開來會散出濃濃的蓮霧味。它是常綠的喬木，高約二到三公尺。

果實外型很像鈴鐺，英文叫他「鈴鐺果」(bell-fruit)，屬於多汁的漿果，表皮含有天然蠟質，看起來亮亮的。

- ◎柚子：別名文旦、柚仔。它屬於芸香科常綠喬木，開白色或淡綠色花。原產中南半島，本省已有數百年栽培歷史。有麻豆文旦、斗六文旦、白柚、紅柚。、產地集中在台南、雲木、南投等縣。

果型有球、扁圓形、卵型。果肉有白、黃白、粉紅等。產期集中在8—11月，是中秋節最應景的水果。果肉含豐富的維他命C及P。

◎桃：別名桃子、桃仔、桃樹。屬於薔薇科落葉小喬木。原產我國，傳種至世界各國，本省先民由廣東、福建引入種植，集中在苗栗、台中、南投等縣，桃園縣名為「桃園」卻不產桃。

桃樹有採果和觀賞兩種，採果者有水蜜桃、鶯歌桃、紅桃、早桃、毛桃等。其中以水蜜桃質嫩柔軟汁多，入口生津、汁甜蜜，最好吃。盛產期4—7月。

桃果營養高，吃了有長壽之意，故賀壽以「壽桃」稱之。果皮艷紅色最香甜。

◎番石榴：別名那拔、拔仔。屬於桃金娘科多年生小喬木。葉片單葉對生，具羽狀葉脈，開白色或黃褐色花。4—6月開花，7—9月盛產。

品種有梨仔拔，以彰化縣種植最多；圓仔拔（又名白拔仔），高雄縣種植最多。另有新引進的泰國拔，每顆最重達1公斤，含維他命C僅次於油柑，高居水果第二位。以表皮白綠色、光滑為佳。

◎李子：別名中國李、嘉慶李、李子樹，台語叫做李仔。屬於薔薇科多年生落葉小喬木，本省於二百年前自福建引入，產地分布於中部海拔200—1000公尺山坡地。每年4月至8月是採收期。有紅肉李、桃接李、珍珠李、胭脂李…等品種。

李子的花朵耐寒力強，李樹對土壤條件不嚴。可用種子播植、嫁接法、壓條法等繁殖。除了生食外，可做蜜餞（李仔餸）及造酒。

◎柳橙：又名柳丁、甜橙。果底有凹圓圈如印子，又稱印子橙。屬於芸香科常綠小喬木，原產印度。先民由福建、廣東引入。用嫁接繁殖法。

自開花至採果長達六個月以上。自南投至屏東有種植，其中以中寮、東山、玉井、楠西為主要產地。含豐富維他命A、B、C，果糖甜度達15度左右，比椪柑好吃。以果皮橙黃色、皮薄光滑，中小型果粒為佳。鮮果生食外，打果汁甚佳，為「香吉士」果汁原料。

◎梅樹：它屬於臘梅科，是落葉性喬木，老枝灰褐，新枝多帶鮮綠色或紅

色，主幹直立，可達十公尺，葉鮮綠色，橢圓形，末端是尖的，葉緣有鋸齒，表面帶有細孔，且較為粗糙。葉柄短具有腺體。花瓣是正形，分為五瓣。

梅樹的枝幹挺直，往往樹心腐朽，而外部仍然發育旺盛，形成一個空洞，長些青苔，姿態古拙蒼勁，自古以來，是畫家們最喜歡描摹的。

採種用的梅，花期很短，果實長得很快，並且在青綠時候，就要採下，否則會影響加工製造。梅花姿態清麗，疏影暗香，被喻為百花之魁，且枝幹蒼勁，極富韻緻，挺立在寒風中，其高風亮節，更足珍貴。

◎百香果：每到夏天，各種百香果製的冰品，如百香果汁、百香果雪花、百香果冰淇淋等紛紛出籠，彷彿少了它，夏天都要為之遜色了。

這種酸酸的果子，原產於巴西，引進台灣的時間很晚，大約只有七、八年的歷史；而目前市面上常見的紫色百香果，三年前才由鳳山熱帶園藝試驗所改良成功，可以說是台灣水果中的新寵。

百香果是多年生的藤本植物，有強韌的卷鬚，栽種時必須搭棚架供它攀爬。野生的百香果成熟時，果皮呈暗紫色，栽培種有黃色和紫色兩種。不管黃色或紫色種，它們的果實剝開後，裡面都呈黃色。但這黃色部分並不是果肉，而是保護種子的種衣，也叫假種皮，香味和營養物質都隱藏在這裡。

百香果的果汁含豐富的蛋白質和維生素，夏天冰凍後再喝，清涼、止渴又開胃，不愧是飲料中的聖品。

台北市士林區溪山國民小學田園教學活動學習單

活動單元	台北生活休閒農場半日遊	適用年級	國民小學四、五、六年級	學習評量	
活 動 內 容					
活動一：動物篇					
1.動物中的十二生肖是指：()					
()					
2.我在台北生活休閒農場中看到了十二肖動物中的哪些動物？					
()					
3.分辨公雞和母雞的方法是：					
()					
4.和大形鸚鵡一樣，善於模仿人話及動物聲音的鳥是：					
()					
5.孔雀是()科的動物；主要食物是：()					
6.穿山甲遇到敵人時，逃避敵人攻擊的方法是：()					
7.孔雀是()國的「國鳥」，分辨雌孔雀和雄孔雀的方法是：					
()					
8.白兔子的眼睛是()色的；不是白毛的兔子，眼睛則是()色的。					
9.兔子缺少()就會死去。					
10.今天我所觀察到的動物，我最喜歡哪一種？為什麼？					
()					
11.為什麼天竺鼠常被用來做動物實驗？因為					
()					
12.穿山甲被抓去當做中藥使用，你覺得好嗎？為什麼？					
()					

活動二：果樹篇

1. 盛產在台灣嘉義、台南地區的芒果，它是具有後熟作用的水果，請問什麼是「後熟作用」？（
它是屬於（
）葉植物，（
）科的水果。也是常綠的大喬木，最高可以長到三、四十公尺。
2. 橘子的果肉具有哪些營養價值？
（
）
橘子樹是常綠灌木，屬於（
）植物。花是白色的，有很濃的香味，可以用來做什麼？
（
）
3. 荔枝的樹葉為（
）葉。花小而多，成（
）花序，夏季結果，含許多花蜜，故為蜜蜂採蜜來源。
4. 荔枝雖好吃，但不易消化，多吃有什麼壞處？
（
）
5. 桃別名桃子、桃仔、桃樹。屬於（
）科落葉（
）木。我們中國人為老人家祝壽，為什麼喜歡用壽桃？
（
）
6. 如何選擇香甜好吃的拔仔（番石榴）？
（
）
7. 李子的花朵耐寒力強，李樹對土壤條件不嚴。它的播種方法有哪些？
（
）
8. 柳橙屬於（
）科（
）木。可用（
）法播種。自開花至採果長達（
）月以上。
如何挑選好吃的柳橙？（
）
9. 歲寒三友是指哪三種樹？（
）
（
）
其中梅樹為什麼成為畫家們最喜歡描摹的樹？
10. 什麼是百香果的假種皮？（
）

三、給合活動：

1. 摘採水果時最好的服裝是洋裝西裝休閒服
2. 今天的「休閒農場半日遊」活動，下列的裝備我都帶齊了嗎？檢查一下：水壺球鞋背包雨具薄長袖衣服手帕、衛生紙防蚊蟲藥品個人常用藥品裝垃圾的塑膠袋照相機活動手冊筆記本、鉛筆、橡皮擦。（以後出門前應先檢查）
3. 今天參觀的台北生活休閒農場，依你的觀察：寒帶溫帶熱帶的水果比較多。
4. 果農爲了避免鳥類、昆蟲來咬食果實，會採取什麼預防措施？
果園周圍圍有細網懸掛假人用塑膠袋套住果實噴灑農藥。
（可複製）
5. 摘採下來的水果，如果不用剝皮的，最好先用水洗乾淨，爲的是避免：
水果上的塵土被蟲鳥咬過有殘餘的農藥。（可複選）
6. 摘採水果應該遵守哪些規則？
（）
7. 台灣現在被列爲保育類的稀有動物有哪些？
（）
8. 珍古德女士是哪一國人？她是國際上知名的保育專家，倡導哪些活動和計劃？
（）
9. 吃狗肉、吃熊膽、熊掌、用犀牛角做藥……對保育工作有什麼影響？
（）
10. 今天的「休閒農場半日遊活動」，我覺得最大的收穫和感想是：
（）