

## 新生活運動：戶外教育體驗「芬芳療癒茶香趣」



姚哲輝老師（右）與戶外教育志工分享植物種植及照護技巧（董嘉惠攝）



姚哲輝老師（右）帶領大家前往可食地景區進行實地教學（董嘉惠攝）

【秘書室 文圖 / 董嘉惠】

本院作為國家級的戶外教育推動機構，為積極推廣戶外教育理念，除了在三峽總院區建置「戶外教育實踐園區」為標竿示範園區外，也藉由園區內場域及設施研發多套戶外教育課程，並招募 20 名戶外教育志工一同推動戶外教育，且為持續推廣戶外教育知識及提升戶外教育志工之素質，秘書室協同相關單位陸續舉辦多場戶外教育活動，每場次皆獲得良好反饋。

今年因應「嚴重特殊傳染性肺炎」疫情防治工作，戶外教育活動是在全臺防疫擴大解封之後舉辦，預計進行四場。依此次疫情所衍生出的環境問題及糧食物資搶購等現象，選定「可食地景區」作為這次活動主軸。

「可食地景區」為本院戶外教育實踐園區內重要的場域之一，兼具景觀及可食性，並連結氣候變遷、飲食文化、環境生態及糧食供應等議題，將地景區分為四大區域，分別為耐旱植物區、民俗植物區、野外求生植物區及香草香料植物區，各區植物皆含教學意義且貼近生活，本次特別邀請可食地景區建置及維護諮詢專家姚哲輝老師擔任活動講師，進行一系列的精采課程。

第一場活動「芬芳療癒茶香趣」於 6 月 18 日舉辦，為香草香料植物區的對應課程。香草與香料的應用甚廣，常被使用在烹飪及烘培中，藉由其獨特的香氣提升料理的風味，而繽紛的花朵與香氣，也有舒心放鬆的效果，所以常被運用在茶飲、美容、工藝和醫學等用途，對人類的歷史與文化發展可說影響深遠，現今也成為全球重要產

業之一。姚老師還精心設計了以茶為題材的互動性課程，將園區內種植的香草香料及新鮮水果為配料，由學員們自己動手製作香氣四溢且賞心悅目的香草水果茶。

在製作的同時，姚老師介紹此次使用的香草香料植物，其中包含味道偏重的迷迭香、檸檬香蜂草與艾草，以及帶點苦味的紫蘇和色彩繽紛並散發淡淡花香的繁星花朵等。品完茶香，姚老師帶領大家前往可食地景區，進行戶外實地教學。雖然天氣炎熱，但學員們依然熱情不減，在姚老師深入淺出的專業解說下，讓大家更認識香草香料植物，以及香草香料的用途、食用方式與種植照護技巧。兩小時的活動，既有趣又實用，學員們皆收穫滿滿！

下一場於 8 月舉辦，屆時也將開放名額給院內同仁報名，歡迎踴躍參加！