

台北市萬華社區大學 109/2 期

課程名稱:跟著節氣玩花草

教師姓名:蔡秋月

學員姓名:劉香蘭

學習心得分享

我喜歡上秋月老師的課，原先在南港社大上過老師的課，但是這學期南港社大沒有開課，所以追老師的課到萬華社大報名了！

老師安排的課程多元，會用引經據典的介紹花草並認識植物的特性及種植方式，如香草組合植物盆栽；植物在日常生活中的應用，有製作草本抗菌乾洗手液、紓壓花草茶、壓花書籤設計、酸橘子果醬製作及甜酒釀等；跟著節氣做柚仔娃娃和橘皮柚皮酵素清潔劑製作等；還有令人歡喜的手調香水，製作獨一無二專屬自己喜歡的氣味；還有還有最喜歡的校外教學活動，在同一場地觀察植物隨著季節的變化，放鬆心情，享受大自然，將課程搬到戶外進行的感覺很殊勝！

就在「手調香水」課程中在完成獨一無二的香水後，同學們分享兒時記憶中的「香氣」，讓我印象深刻的事，有位同學說起，從前下午放學回家在走入家的巷弄時，

撲鼻而來的是滿條巷子的飯菜香，滿心歡喜回家真好，也喚起自己的回憶，我也有相似的經驗，那是美好的童年生活記憶；另一件印象深刻的事，到萬華區長順老人關懷據點進行長者園藝治療康益活動—建康樂活 花草植物守護我 五色花草茶製作，利用週五上午時間在長順區民活動中心進行，自己是在五望六的年紀，看見大哥、大姐甚至是自己的父母輩的長者，可以建建康康走出家門和人群互動也是另一種幸福。

歡迎對植物有興趣的朋友，一起加入我們的課程吧！

校外教學—香草組合植物盆栽



課程作品集

