



## 2-2 如何挑選適合的香草



### 健康篇

如何挑選健康的香草

### 環境篇

適合居家環境的香草

### 個人篇

符合個人作息的香草



## 暖季香草的光照需求

半日照	半日至全日照	全日照
刺芫荽 魚腥草	薑 薄荷 紫蘇 仙草 甜菊 香蜂草 九層塔 芝麻葉 左手香 貓薄荷	香茅 芸香 辣椒 芙蓉 澳洲茶樹 檸檬馬鞭草 芳香萬壽菊



# 冷季香草的光照需求

半日照	半日至全日照	全日照
香菜 巴西里 細葉香芹	小地榆 芝麻菜 山葵菜 茴香菜 馬郁蘭 奧勒岡 鼠尾草 洋甘菊 蕾絲芥末菜	蔥 酸模 琉璃苣 百里香 迷迭香 薰衣草 金盞花 金蓮花 結頭茴香



## 暖季香草的水分需求

維持土壤濕度	輕微乾燥	耐乾燥
刺芫荽 魚腥草	薑 紫蘇 甜菊 辣椒 薄荷 仙草 九層塔 芝麻葉 香蜂草 檸檬馬鞭草	芸香 香茅 芙蓉 左手香 貓薄荷 澳洲茶樹 芳香萬壽菊



## 冷季香草的水分需求

維持土壤濕度	輕微乾燥	耐乾燥
香菜 芝麻菜 山葵菜 茴香菜 巴西里 細葉香芹 蕾絲芥末菜	酸模 小地榆 琉璃苣 金盞花 金蓮花 結頭茴香	蔥 百里香 馬郁蘭 奧勒岡 鼠尾草 洋甘菊 迷迭香 薰衣草



# 冷季香草



春夏

VS.



秋冬

馬郁蘭

# 全日照香草



半日照

VS.



全日照

薰衣草

# 隨堂小測驗 (練習)



Q1

請列舉健康香草應該具有的2個特徵？



# 隨堂小測驗 (練習)

Q2



請參考九宮格評估表，想想看「鼠尾草」適合怎樣的種植時機和環境？

① 全日照 乾熱	② 全日照 乾熱	③ 全日照 乾熱
④ 半日照 乾	⑤ 半日照 乾	⑥ 半日照 濕
⑦ 半日照以下 乾涼	⑧ 半日照以下 濕涼	⑨ 半日照以下 濕涼

# 隨堂小測驗（練習）



Q3

請寫下自己平日及週末的活動安排，  
並估計每日或每週願意花多少時間從事園藝活動？

# Q1參考答案

---

Ans 1 :

- 沒有害蟲、葉片無蟲孔或蟲糞。
- 無病葉。
- 輕撥一下植株，不會輕易搖晃，確認植物為穩根的狀態。
- 矮胖、莖粗、節間短，代表沒有徒長。

## Q2參考答案

① 全日照 乾熱	② 全日照 乾熱	③ 全日照 乾熱
④ 半日照 乾	⑤ 半日照 乾	⑥ 半日照 濕
⑦ 半日照以下 乾涼	⑧ 半日照以下 濕涼	⑨ 半日照以下 濕涼

Ans 2 :

鼠尾草為冷季香草，喜歡半日到全日的光線，以及乾燥的環境，因此最好是秋天之後種植。

以九宮格評估表為例，可以放在1、2、3、4、5號位置，既有充足光照，又不會過於潮濕。

# Q3參考答案

---

Ans 3 :

爲了讓生活更有彈性，建議將預計從事園藝活動的時間減半。

假設：平日上班，大約晚上8點回到家。平日可利用時間爲每天1小時，週末每天出門半天，週末可利用時間爲每天4小時。

◎平日：可利用時間爲每天1小時，建議調整爲每天半小時，或者每2天1小時較適合。

◎週末：可利用時間爲每天4小時，建議調整爲每天2小時，或者每2天4小時較適合。



購買本課程學員可加入專屬Facebook社團  
（不限購買時間，憑訂單編號審核即可入  
社），社團內可與葛斯交流種植經驗、心  
得；葛斯將陸續新增個別香草植物的完整  
生長記錄，方便您與課程內容對照學習。