在峨眉湖畔 遇見 民俗植物

1 大花咸豐草 *p.4* 7 穗花山奈 *p.34*

2 昭和草 p.8

8 月桃 p.38

3 魚腥草 p.14

9 構樹 p.44

4 艾草 p.18

10 台灣天仙果 p.48

5 酸藤 p.24

11 台灣蘆竹 p.54

6 雞屎藤 p.28

12 白茅 p.58

縣長序

峨眉鄉是 鏡淳土生土長的故鄉, 素以湖光山色及「東方美人茶」開名, 雖位處新竹縣界最南端,卻擁有豐富的 自然景觀及人文資產,尤以「獅頭山風



景區、峨眉湖環湖自行車道、十二察休閒農業區、富興茶葉展示中心、天恩彌樂佛院」等最具特色,實屬縣境難得之秀麗瑰地。 鏡淳自出任縣長以來,秉持愛鄉情懷,積極建設鄉里,推動「發現新竹輕旅行」觀光休閒產業,行銷峨眉「茶、桶柑」等農業特色產品,並鼓勵「茶」文創結合美食開發,期能繁榮故里,打造峨眉成為潛力第一之「優質茶鄉」。

隨著知識經濟時代的來臨,爲能促進「地方永續經營」、「社區深根共學」,各類「在地珍貴知識」的承傳、運用及轉化益發顯得重要。「峨眉湖」是新竹縣一處重要生態場域,此次富興國小特別邀請在地生態解說達人走入社區及學校,大手攜小手,共同完成峨眉湖畔民俗植物調查工作,並出版導覽手冊、培育富興國小學童成爲「小小植物解說員」,期能讓在地珍貴知識代代相傳,共同爲保育家鄉環境而努力。

鏡淳冀望新竹縣的每處生態、文化觀光景點均能讓大眾「親近而看得懂」,活化在地的自然環境及人文資產,創造多方多贏機會。期盼透過本導覽手冊之出版,讓更多喜愛大自然的朋友們發現新竹,更企盼家鄉峨眉成爲新竹縣觀光資產新熱點。

縣長邱鏡傳謹識

峨眉湖明日之星:民俗植物

校長 張小萍

教育家杜威曾說:「想要改變一個人,必先改變 環境,環境改變了,人也就跟著改變了」,可見「境 教」在學校是多麼的重要。因爲富興國小擁有得天獨 厚的「茶文化」及「湖畔生態」資源,故得以讓學校 在「生態」特色課程上持續發芽深耕。

感謝教育部及縣政府專案補助此次「學習型城鄉」計畫,讓城眉湖生態課程得以發揚光大,並喚起社區及學校對「在地環境知識」的重視。一群熱心環境教育的家長、老師及志工們,在多次對話激盪下共同築起了富興國小的環境營造工程夢。首先就從隨手可得的「民俗植物」著手,校園裡多了一處「民俗植物園區」,更有幸可以邀請城眉鄉生態導覽達人范振燿先生,帶領著富興國小的同學們從課堂知識的理解到户外田野的調查,孩子們巧妙地扮演起了「小小神農氏」,充分運用五感感官,由親近植物進而活用植物,讓植物也成爲實用的生活知識。

最後本「導覽手册」得以付梓,要特別感謝范振 燿先生、駱明永先生、羅吟軒女士以及許嘉瑜老師、 徐瑞敏老師、邱明顯主任,大家共同陪伴著學生學習 與成長,相信更多「課堂裡沒教的生態知識」已經悄 悄地在學校和社區裡發酵了。



大花咸豐草

學名: Bidens pilosa L. var. radiata Sch.

科名: 菊科 (Compositae) 鬼針草屬 (Bidens)

原產地:琉球·別名:鬼針草

客語名稱:黏人草·閩南語名稱:赤查某

哪裏有:路旁野外隨處可見

民俗用途:

- 成豐草是青草茶重要的原料之一,大花咸豐草加入魚腥草、鳳尾草等(都用曬乾的),一起下鍋熬煮,就是清涼好喝的青草茶囉!
- ■是有名的民間草藥,有清涼退火,疏表清熱、

■摘下將要成熟的果球,可以

拿來當玩具 —— 擲鏢活動!

■摘下頂部的嫩葉,洗乾淨開

水燙一下,再用薑絲、茶油下

鍋炒,就是一道很好吃的「野味」囉!



黏人的鬼針草 鄧慶昱

鬼針草,鬼針草, 為什麼你那麼黏人? 你是不是沾到膠水? 還是黏到膠帶了? 啊! 我知道了, 你是太愛我了,

所以才會一直黏著我。



大花咸豐草看起來一無是處,其實它整株曬乾後可煮成 青草茶,嫩葉可入菜,種子可用來玩射飛鏢遊戲,而花 則可以泡成花茶來喝,帶有一股淡淡蜜香,原來它全身 上下都是寶,上完這堂課,讓我對大花咸豐草另眼相看





昭和草

學名: Crassocephalum crepidioides (Benth.) S. Moore

科名:菊科(Compositae)

昭和草屬 (Crassocephalum)

原產地:非洲、南美熱帶地區。遍布台灣全島山 -----野平地。

別名: 飢荒草、救荒草、飛機草。

客語名稱:昭和草·閩南語名稱:山茼蒿

哪裏有:往水上屋路旁

民俗用途:

■食用:味道有如茼蒿,所以又稱山茼蒿。

■藥用:有健胃整腸的效果,腸胃不舒服,除了

看醫師之外,吃飯時不妨加上這一味!

創意用途:

果實呈球狀,冠毛細絲狀,用嘴一吹種子就隨風 飄揚,既好玩又可幫它傳播種子呢!



老師把昭和草的嫩葉放進保溫瓶裡,再放入熱開水,十分鐘後就把葉子燙熟了,然後加入醬汁就可以試吃,大家都吃得津津有味,以後出去露營時我也可以用保溫瓶來料理昭和草了,大自然超市裡可以吃到天然、免費又美味的野菜,真好!(羅尹辰)







我的植物筆記	 	

p.14魚腥草喜歡長在潮濕的溪邊及日照不 是太強的地方,它也能泡在水中生長 喔!所以算是一種水生植物。 **搓揉葉片會間到強烈的味道,猜猜是** 什麽味道?

魚腥草

學名: Houttuynia cordata Thunb.

科名:三白草科 (Saururaceae) 蕺菜屬 (Houttuynia)

原產地:台灣,中國南方各省。別名: 蕺菜

客語名稱: 狗貼耳·閩南語名稱: 臭臊草

哪裏有:學校民俗植物園圃

民俗用途: ■藥用:清熱利濕,消腫解毒,利尿,抗菌,抗病毒,消炎等。

■食用:嫩葉可食用,煮湯鮮嫩可口,不會有腥

■ 食用:曬乾的可煮魚腥草茶和魚腥草雞湯,是

臭味;嫩葉切碎炒蛋,更是令人欲罷不能。

讓人吃了還想再吃的美味!

創意用途:■魚腥草鳳梨沙拉:鳳梨切片+嫩魚腥草葉片+和風沙拉醬

■魚腥草美白面膜(送給媽媽的最好禮物喔!) 1、將魚腥草(乾)10公克及粗鹽半茶匙放入100C.C. 的水中,然後用大火煮開後,轉小火煮30分鐘, 小火煮約剩30 C.C左右,濾除草渣放涼。2、將壓 縮面膜2張放入草汁中,沾濕敷10分鐘即可。



今天認識了魚腥草,它名字的 由來是因為它的味道很臭,像 魚腥味,但是曬乾之後就不會 臭了,而且還可以煮成青草茶 ,我覺得好有趣!(縣筱晴)

魚腥草 吳乙采

魚腥草,魚腥草, 你是不是喜歡吃魚? 所以弄得一身腥。

魚腥草,魚腥草,你為什麼可以用來煎蛋? 是不是因為你喜歡吃蛋?



魚腥草 黄發正

魚腥草,魚腥草,你雖然臭臭的, 但,卻是媽媽的最愛。

你可以做成冰, 還能用來煎蛋, 直是種好食材。

魚腥草,魚腥草,你是我們的救星,你可以變成抗生素,擊退細菌, 讓我們恢復健康。

魚腥草,魚腥草, 你真是大家的好朋友。 魚腥草真是「草如其名」,聞起來有魚腥味,當老師請我們喝魚腥草茶時我還不太敢嘗試,同學們說好好喝後,我才倒來喝,真神奇,臭臭的味道消失了。老師說把葉子加入蛋液中煎來吃,味道一級棒,我也要請媽媽做這一道菜給我吃。(湯雅涵)

以做成面膜來保養臉部,對皮膚很好,也可加在魚漿或肉漿裡做成丸子,相當美味可口, 我也好想吃吃看。(羅尹及)

,不會有魚腥味。魚腥草還可





臭臭的魚腥草 陳芷庭

魚腥草雖然臭臭的, 卻是媽媽們的最愛。 做成面膜可以美白皮膚, 也能煎蛋或煮成茶。 我不知道魚腥草煎蛋好不好吃, 但我覺得魚腥草茶不怎麼好喝, 如果可以做成冰淇淋, 也許我會更喜歡。



艾草

學名: Artemisia indica Willd.

科名: 菊科 (Compositae) 艾屬 (Artemisia)

原產地:台灣、蒙古、朝鮮半島

別名:草蓬

客語名稱:大艾(客家話

"艾"的發音同"蟻")

哪裏有:往水上屋途中

民俗用途:

■藥用:可止血、治頭痛、痛風、皮膚癢等。並可驅蚊蟲、驅邪解厄還可以把艾草拿來做藥草浴。老葉還可製成艾絨,供針灸用。

■食用:艾草的嫩葉搓去肉質部分,留下纖維是 「艾草粄」的重要原料,滋味很好喔!

■五月節(端午節)配合菖浦、榕樹

枝葉掛在門口可避邪。

創意用途:

騰乾的艾草搓成長條,用月桃皮 紫緊可以用來當蚊香,天然又有效!





艾草之歌 陳韻如

艾草啊艾草 我想採你來做客家粄 艾草粄真好吃 我每天都想吃

艾草啊艾草 我可以採下你的葉子嗎? 我想把你泡成茶 與更多人分享

艾草啊艾草 我可以拔下整個你嗎? 我想把你掛在門上 趕走妖魔鬼怪

艾草 彭保璋

我要把你煮成茶,

送給我的媽媽: 我要把你做成粄, 送給我的女朋友。 艾草啊艾草! 請將我對她們的『愛』, 傳送到她們的嘴裡和心裡。



范老師拿出了艾粄請大家品嘗,我看到艾粄上有一絲一絲的綠色纖維,范老師說把艾草拿去煮透放涼,然後用手搓揉,最後留下了艾草的纖維,再和粄混合搓在一起

可口的艾粄了。我輕輕聞了 一下,哇!味道好香,咬了 一口,覺得Q軟彈牙,吃完 後齒頰留香,大家都吃得津

津有味呢! (盧旻歆)

, 拿去蒸了以後就變成美味



范老師摘了些艾草的嫩葉煮了一壺茶請大家喝,還加了 些黑糖下去,我沒有想到艾草茶居然這麼好喝,同學們 都搶著要續杯,不一會兒就被大家喝光了。我回家後也 要請媽媽煮艾草茶,這樣就不用花錢去買飲料喝,更不 用擔心會吃到塑化劑了。(黃采瑄)



我的植物筆記	



酸藤

學名: Ecdysanthera rosea Hook. & Arn.

科名:夾竹桃科 (Apocynaceae)

酸藤屬 (Ecdysanthera)

原產地: 台灣、印度、馬來西亞

別名:鹽酸仔藤、酸葉藤

客語名稱:酸藤

哪裏有:往水上屋途中

民俗用途:

- ■藥用:酸藤可以入藥,清熱解毒,消腫。治咽 喉痛,口腔破潰,牙齦炎等。

創意用途:

生態解說五感體驗:郊遊時垂手可得的生津解渴聖品,酸溜溜的令人難忘。





酸藤,看名字就知道是很酸的 膝類植物,拿一片葉子放進嘴 巴嚼,噢!好酸!聽老師說若 會暈車的話,可以吃酸藤。沒 想到第二天的校外教學,班上 的李欣真的泡了一瓶酸藤茶, 她說好好喝,害我也好想喝一 □。(熱秀廷)

老師拿酸藤的葉子給我們吃看看,大家皺起眉頭說:「好酸」,老師還說酸藤可以泡茶喝,喝起來的感覺像檸檬茶一樣。下課後,我向老師要了一些酸藤的葉子,泡起了酸藤茶,上體育課口渴時就喝一口,真的就像酸溜溜的檸檬水,解渴喔!(彭煜勛)



雞屎藤

學名: Paederia scandens (Lour.) Merr.

科名: 茜草科 (Rubiaceae) 雞屎藤屬 (Paederia)

原產地:台灣、日本、琉球。

別名:五香藤

客語名稱:雞屎藤

哪裏有:往水上屋途中

民俗用途:

■在民俗用途中,雞屎藤

是具有極佳療效的植物,

創意用途:

- 雞屎藤的嫩莖葉蒸熟後可以食用,原本濃烈的 雞屎味,在經過烹煮後只剩下淡淡的清香可以和 排骨一起燉食。
- ■用嫩葉和芽可以拿來做青草粄哦!



雞屎藤像雞屎一樣臭,但是可以治感冒、頭痛和肚子痛,還可以泡茶來喝,加了黑糖之後很好喝,而且不會臭。(鄧廣弘)





雞屎藤很臭,而且花比葉子還臭,一拔就快把我臭死了,我都快說不出話來了。但是范老師說雞屎藤可以避忌,也可以煮成茶來喝,喝的時候覺得雞屎藤不會臭,但還沒煮的時候很臭。(彭保瑋)

雞屎藤很臭,很像雞屎的 味道,可是煮成茶之後就 不臭了,而且它還可以治 感冒,我覺得好神奇哦! (駱筱晴)



一走進自然教室就聞到一種

臭臭的味道,老師要我們搓

- 一搓雞屎藤的葉子再聞聞看
- ,就是這種臭味,像雞屎一

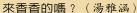
樣,難怪會被叫做雞屎藤。

校長抓了一把花拿來聞,沒

想到比葉子還臭,受不了趕

快跑到外面呼吸新空氣。老師說雞屎藤是避忌植物,把它種在菜園的一個角落,蟲子就不會來了,我發現每樣植物都有它的特色喔! (鍾依軒)

雞屎藤的葉子很臭,聞起來像放屁味,但煮成茶再加些 黑糖下去後,居然一點都不會臭,反而還很好喝呢!老 師說也有人把葉子煮過後加入粄裡頭,跟艾粄很像,不 知道味道如何?會像臭豆腐一樣聞起來臭臭的,但吃起







我	ÈĖ	ı's	J 4		ļ		J		Ē	li	2			-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-			-
														-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-				
-				-	-			-		-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	_	_	_	-	-	-	-	-			
	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-			-
	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-			-
	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-			-
	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	_	_	-	-	-	-	-	-			-
	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	_	-	-	-	-	-	-	-			-
	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	_	_	-	-	-	-	-	-			-
	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	_	_	-	-	-	-	-	-			-
	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-		-	-
	_	_	_	_	_	_	_	_	_	_	_	_	_	_	_	_	_	_	_	_	_	_	_	_	_	_	_	_	_	_	_	_	_	_	_	_			



穗花山奈

學名: Hedychium coronarium Koenig

科名:薑科 (Zingiberaceae)

蝴蝶薑屬 (Hedychium)

原產地:印度、馬來西亞、喜馬拉雅山。

別名:蝴蝶薑、蝴蝶花、野薑花。

客語名稱:野薑花

哪裏有:水上屋旁

民俗用途:

- ■觀賞及切花:花朶可供植栽觀賞及用於切花。
- ■食用:嫩芽、地下莖皆可食用。
- ■藥用:根莖:消腫止痛。治風濕關節痛、頭痛 -----、咳嗽。

創意用途:



野薑花的葉子可以拿來包粽子,它 的莖味道有一點像阿嬤煮菜的薑, 花萼可以"吸"出像鳥叫和狗被踩 到尾巴時慘叫的聲音。(陳芷庭)

我們老家的田裡有種野薑花,當 野薑花長大開花時,阿公就會把 它帶回家,插在花瓶裡讓大家欣 賞。(黃發正)



漂亮的野薑花 駱筱晴



野薑花,野薑花, 妳為什麼那麼香? 就像噴了很多香水 正準備出去參加宴會的貴婦。

野薑花,野薑花, 妳為什麼那麼像新娘? 白皙的皮膚 配上華麗的禮服, 好像就要出嫁了。



我們疑惑的把花萼放在 嘴巴上,照著老師的講解,不停的吸、吸、吸 ,果然發出了鳥鳴聲, 頓時教室裡就像是一座 快樂的鳥園,許多小鳥

快樂的在唱歌,能吹出啾啾的鳥叫聲,讓我很有成就感,而這一片不起眼的花萼竟能吹出清脆的鳥鳴聲,真是太神奇了。(吳乙庭)

野薑花的莖不僅外型長得像薑,連味道也十分相似,所

它的葉子可以拿來包粽子或用做蒸菜包的襯墊,花萼可吹出蟲鳴鳥叫聲,花更有美白肌膚的功能,聽說煮蛋花 湯時,加入幾朶野薑花,風味更是一級棒,野薑花真是





月桃

學名: Alpinia zerumbet (Persoon) B.L.Burtt & R.M.Smith 科名: 薑科 (Zingiberaceae) 月桃屬 (Alpinia)

原產地:台灣

別名:草荳蔻

客語名稱:月桃

哪裏有:學校花壇及南側圍牆邊

民俗用途:

■月桃種子外圍的膜質假種皮 有香氣,是製作仁丹的原料。

■藥用:種子辛、澀、溫。燥熱袪寒,除痰截瘧

,健脾暖胃,治心腹冷痛、胸腹脹滿。

創意用途:

■月桃成熟種子磨碎後混入 胡椒粉,會有意想不到的口 味喔!





我覺得月桃是一種非常實用的植物,因為它的種子可以做成調味料,也是做成「仁丹」藥的原料之一,把種子放進嘴巴咬開時會有涼涼的感覺,我想「仁丹」吃起來

應該也像這樣涼涼的吧!

月桃的花很美,白底橘紅的顏色像是用油畫顏料塗上去 的,大自然真是奧妙。(李欣)

月桃有另外一個好名字叫「草豆蔻」,而且有一個成語跟它有密切關係喔!那就是——「荳蔻年華」。荳蔻年華的意思是形容年輕未婚的少女青春美麗,而草豆蔻所開的花非常漂亮,就像少女的臉蛋一樣美呢!(吳乙庭)



我	ÈĖ	ı's	J 4		ļ		J		Ē	li	2			-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-			-
														-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-				
-				-	-			-		-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	_	_	_	-	-	-	-	-			
	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-			-
	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-			-
	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-			-
	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	_	_	-	-	-	-	-	-			-
	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	_	-	-	-	-	-	-	-			-
	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	_	_	-	-	-	-	-	-			-
	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	_	_	-	-	-	-	-	-			-
	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-		-	-
	_	_	_	_	_	_	_	_	_	_	_	_	_	_	_	_	_	_	_	_	_	_	_	_	_	_	_	_	_	_	_	_	_	_	_	_			



構樹

學名:Broussonetia papyrifera (L.) L'Herit. ex Vent. 科名:桑科(Moraceae)構樹屬(Broussonetia)

原產地:台灣、中國南部、日本

別名: 鈔票樹、楮樹

客語名稱:鹿仔樹

閩南語名稱:鹿仔樹

哪裏有:往水上屋途中

民俗用途:

- ■嫩枝葉供做禽畜飼料。
- ■成熟果實可以生食也可以做成果醬。
- ■樹皮製宣紙、棉紙及印鈔票的用紙。
- ■藥用:構樹的皮經過處理後,是中藥材儲白皮
- ; 樹根燉排骨也有強壯筋骨的效用。

創意用途:

- ■剝一段樹皮可以做成可愛漂亮 的卡片,讓我們來試試看!





今天植物課介紹構樹,構樹的葉子 後面有毛,可以黏在衣服上,鹿喜 歡吃它的葉子,所以它又叫作鹿仔 樹。它的樹皮可以作成中藥叫儲白 皮,樹皮不容易扯斷,也可以做成 皮衣呢!(吳乙采)



越變越長的樹皮

老師示範剝構樹的皮,只見老師用美工刀在樹幹上畫一刀,接著用鐵槌敲一敲就「骨肉分離」了。老師繼續用鐵槌敲樹皮,樹皮越變越長,好特別。老師說古人有用這樹皮來做衣服,也有人設計成卡片或做燈罩,好有創意的點子。樹幹脫掉皮衣服後,摸起

來冰冰的、滑滑的,感覺好舒服。(黃羚晏)

構樹又稱做「鹿仔樹」,因為早期的人用它的樹葉來餵

鹿,聽說豬和羊也很喜歡吃。

葉子的背面有細毛,可以把它

黏在衣服的袖子上當作勳章,

也可以玩「貼貼樂」,看誰的

身上被貼上最多葉子就輸了。

(魏秀廷)





台灣天仙果

學名: Ficus formosana Maxim.

科名:桑科 (Moraceae) 榕屬 (Ficus)

原產地:台灣、中國南部

客語名稱:羊奶仔・閩南語名稱:小號牛奶補

哪裏有:校園民俗植物花圃

民俗用途:

藥用:藥用一般是用全株,根莖葉均可食用,可用來燉雞湯,十分可口。有增進氣血循環和改善肌肉痠痛的功用。也可以給剛生過孩子的婦女喝雞湯,有滋補身體的功效。

創意用途:



范老師告訴我們,台灣天仙果的花 長在果實裡,是隱花植物,它又叫 『羊奶仔』,因為果子像羊的 乳房。(吳乙采)



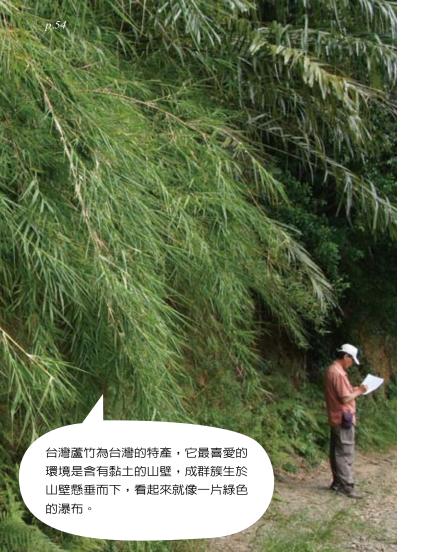


天仙果的客家話叫「羊奶仔」,可 是天仙果一點都不像羊啊!經過老 師解說後我才知道,原來是因為它 的果實樣子很像羊的乳頭。我覺得 它的根聞起來很香,聽說拿來燉雞 湯非常好喝,老師還教我們用扦插 的方式來繁殖,這樣天仙果就會長 更多了。(邱怡方)

天仙果的果實摘下來時會有白色的乳汁,聞起來有一股淡淡的奶味,樣子像羊的乳頭,所以又被叫做「羊奶仔」。老師還告訴我們一個祕密,就是天仙果的花藏在果實裡,把果實剝開後就看得到這小小的花,所以它是隱花家族的成員。 (養糸珍)



手.	犮	É	这	J 4	Ē	[!		J		Ē,	١	3			-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-			-
															-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-		-	-	-		-			
						-	1		-		-	-	-	-	-	-	_	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	_		-	_	-	_	_	_				-
-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-			-
-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-			-	-	-	-	-				-
-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-			-
-		-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
_	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-			-	-	-	-	-				-
-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
-	_	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-		-	-	-	-	-	-				-
-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
-	_	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-			-	-	-	-	-				-
-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
-	_	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-			-
_	_	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	_			-	-	-	-	-				-
-	_	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-			-
_	_	_	_	_	_	_	_	_	_	_	_	_	_	_	_	_	_	_	_	_	_	_	_	_	_	_	_	_	_	_	_	_	_	_	_	_				-



台灣蘆竹

學名: Arundo formosana Hack.

科名:禾本科 (Poaceae) 蘆竹屬 (Arundo)

原產地:台灣固有植物,蘭嶼、綠島亦有分布。

別名:蘆竹

客語名稱:掃把竹

哪裏有:往水上屋路旁

民俗用途:

連同葉片的莖桿,乾燥後 葉片不易脫落,先民用來

製成掃帚,也可作為屋頂覆蓋物。

創意用途:

挖取根莖可製成各種玩偶或

工藝品,看起來很別緻喔!





今天范老師教我們用台灣蘆竹做 小掃把,也可以把它掛在牆壁上 避邪哦! (陳韻如)

范老師教大家用蘆竹做小掃帚,首先 用六或八根蘆竹綁成一小把,一共要 綁五小把,再用兩把綁在一起,每次 加一把綁起來,就這樣把「五兄弟」 綁好在一塊,最後再拿剪刀來修剪外 形,環保掃帚就大功告成了。下課前 ,同學們用它來清掃桌面的垃圾,桌 子馬上就清潔溜溜,真是清理桌面的 好幫手。(盧妥歆)







今天范老師教我們做小掃把

。首先把台灣蘆竹整理好, 每六支綁在一起,綁好五把 之後,再將五把綁在一起, 就完成了。范老師說這把小 掃把可以把桌上掃得很乾淨 ,我想趕快把我的「大自然 掃把」做好。(縣後晴)

蘆竹的根很特別,老師依根部的外型做成外星怪獸,有四、五隻細長的腳,和一凸一凸瘤狀的身體,就像來自外太空的怪獸準備入侵地球,等我收集很多蘆竹的根時,就可以玩一場星際大戰的遊戲了。(彭煜勛)





白茅

學名: Lagurus cylindrica L.

科名:禾本科 (Poaceae) 白茅屬 (Imperata)

原產地:廣泛分布於亞、歐、非

各洲溫帶和熱帶地區

別名:茅草

客語名稱:茅仔

哪裏有:往水上屋途中

民俗用途:

■藥用:曬乾的根莖(白茅根),先民們在炎夏辛苦工作,一旦『熱到』(中暑),常會用曬乾的茅根煮水喝,可以緩解中暑的症狀。

■食用:白茅的嫩芽、嫩莖及嫩花穗皆可生食, 亦可加糖或鹽食用,根莖可像蘆筍般料理食用。

創意用途:

拔些白茅清理乾淨曬乾,葉片會變白,插在花瓶 裡是很好的裝飾品。 老師說白茅可以拿來蓋房子,

古代人做草屋時就是用白茅草

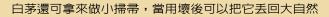
覆蓋在屋頂上,每年都會疊上

新的白茅, 所以屋頂就會越來

越厚,而且茅草堆裡頭還會有

蟲子、蜈蚣、蛇等動物住在那

兒,我聽了覺得恐怖又有趣。



,非常的環保喔! (趙睿承)

白茅可以拿來避邪,也可以做成小掃帚來清理桌面,而

且非常耐用。老師還用白茅的莖煮了一壺茶給大家喝,

喝起來有一點點甜甜的、香香的,聽說是消暑的聖品,

大自然的超市真是棒啊! (鍾依瑄)



我的植物筆記	

手.	犮	É	约	J 4	Ē	[!		J		Ē,	١	3			-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-			-
															-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-		-	-	-		-			
						-	1	-	-	-	-	-	-	-	-	-	_	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	_		-	_	-	_	_	_				-
-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-			-
-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-			-	-	-	-	-				-
-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-			-
-		-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-			-	-	-	-	-				-
-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
-	_	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-				-
-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
-	_	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-			-	-	-	-	-				-
-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
-	_	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-			-
_	_	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	_			-	-	-	-	-				-
-	_	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-			-
_	_	_	_	_	_	_	_	_	_	_	_	_	_	_	_	_	_	_	_	_	_	_	_	_	_	_	_	_	_	_	_	_	_	_	_	_				-

我的植物筆記	 -
	 -
	 _

手.	犮	É	约	J 4	Ē	[!		J		Ē,	١	3			-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-			-
															-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-		-	-	-		-			
						-	1	-	-		-	-	-	-	-	-	_	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	_		-	_	-	_	_	_				-
-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-			-
-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-			-	-	-	-	-				-
-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-			-
-		-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-			-	-	-	-	-				-
-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
-	_	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-		-	-	-	-	-	-				-
-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
-	_	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-			-	-	-	-	-				-
-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
-	_	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-			-
_	_	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	_			-	-	-	-	-				-
-	_	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-		-
_	_	_	_	_	_	_	_	_	_	_	_	_	_	_	_	_	_	_	_	_	_	_	_	_	_	_	_	_	_	_	_	_	_	_	_	_				-

我的植物筆記	 -
	 -
	 _

手.	犮	É	约	J 4	Ē	[!		J		Ē,	١	3			-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-			-
															-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-		-	-	-		-			
						-	1		-		-	-	-	-	-	-	_	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	_		-	_	-	_	_	_	-			-
-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-			-
-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-			-	-	-	-	-				-
-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-			-
-		-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-			-	-	-	-	-				-
-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
-	_	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-		-	-	-	-	-	-				-
-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
-	_	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-			-	-	-	-	-				-
-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
-	_	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-			-
_	_	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	_			-	-	-	-	-				-
-	_	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-			-
_	_	_	_	_	_	_	_	_	_	_	_	_	_	_	_	_	_	_	_	_	_	_	_	_	_	_	_	_	_	_	_	_	_	_	_	_				-

在峨眉湖畔遇見民俗植物

指導單位:教育部、新竹縣政府

指導長官:邱鏡淳、邱乾國、徐筱卿

發 行 人:張小萍

撰 稿 人:范振燿、富興國小四甲學生:鄧慶昱、黃發

正、彭保璋、吳乙采、駱筱晴、陳韻如、陳芷庭。五甲

學生:魏秀廷、彭煜勛、趙睿承、羅尹辰、黃羚晏、湯

雅涵、鍾依軒、邱怡方、吳乙庭、邱陵、李欣、黃采瑄

、盧旻歆。

學生指導:徐瑞敏、許嘉瑜、邱顯明

地圖插畫:李冠嫾

植物攝影:范又方

學生攝影:許嘉瑜、溫政斌

美術設計:羅吟軒

審稿:姜信淇

出 版 者:新竹縣峨眉鄉富興國小

地 址:新竹縣峨眉鄉富興村太平街8號

雷 話:03-580-6353

中華民國一〇三年十一月出版