



綠色照顧

園藝活動案例介紹



文・圖/張芯瑜¹、陳明君²

農業部為因應農漁村高齡化，期望將農村的農業多功能性引導至高齡者生活照顧中，108年起擴大輔導相關單位結合農村環境及自然元素，發展農村高齡者綠色照顧及農業療育等工作。故為提升轄內各級農會農業志工有關高齡者陪伴技巧，並強化農村高齡者在地、活躍及健康老化之生活品質，高雄區農業改良場(以下簡稱本場)與高雄市農會於109~112年間分別協同高雄市路竹區、梓官區及林園區等農會共同辦理農村高齡者園藝療育活動方案示範，茲分享廣受長者們喜愛之案例供大眾參考。



場域生態環境踏查，可活化長者肢體功能、紓解情緒壓力及提高對所居住環境的認同感。

活動名稱：植物大千世界～帆布袋敲敲染

服務對象：健康、亞健康高齡者

目的及效益：生理效益(肢體活動、情緒紓解)、社交效益(社交技巧)、智識效益(邏輯認知、藝術體驗)

活動時間：3小時

材料及工具：帆布袋1個、植物葉片、花朵等、橡皮槌1支、廚房紙巾1張、塑膠袋1張

內容操作：

Step1：活動時間0.5小時

帶領長者及農業志工進行上課場域四周環境生態踏查活動，以認識生活周遭中的花、草、樹木等植物，並觀察其植株、花朵及葉片形態與特徵，以體會大自然的奧妙。

Step2：活動時間0.5小時

採集適合的花瓣、葉片為材料，利用敲擊方式，將其汁液及形態拓染到帆布袋上，材料選擇應避免選擇太薄或偏乾的花朵、葉片，因操作時會無法明顯表現；反之花瓣、葉片太厚的材料，因其汁液偏多，較難表現乾淨、清爽的葉色及線條形態。

Step3：(Step3~4) 活動時間1.5小時

取帆布袋內墊塑膠袋(活動結束後可收回以重複使用)以避免汙染未拓染的另一面，取採集之花朵(花瓣)、葉片依個人喜好構圖排列於帆布袋，正面朝上後蓋上廚房紙巾。

Step4：(Step3~4) 活動時間1.5小時

一手固定花朵或葉片材料，一手使用橡皮槌從材料周圍向中心敲擊上方的廚房紙巾，可不時查看拓染狀況，俟整體都拓染上去，即可移除材料再進行下一片材料直至全部完成，完成之作品可噴灑明礬水加強固色。

Step5：活動時間0.5小時

引導長者分享自己及賞析他人的作品及感想。



長者們全神貫注發揮創意操作，個個變身藝術大師。



壓克力顏料彩繪拓印，長者更加隨心所欲動手玩創意。

延伸變化：

1. 花葉材料採集可以請長者於參加活動前預先採集自家中庭院植物，並鼓勵長者與認識的新朋友、老朋友彼此分享取得的材料。
2. 橡皮槌可以雞蛋大小的圓潤石頭替代，請長者自行準備可增加其活動量與參與度。
3. 槌染也可以壓克力顏料彩繪拓印替代，因其具有取得容易、方便操作，乾燥後具防水特性等優點，也可拓印於花盆器上，讓長者更加隨心所欲動手玩創意。
4. Step5也可引導長者分享自家庭院種植的植物、最喜愛或最懷念的植物與經驗故事等……。

園藝療育係透過園藝活動發揮植物的療癒力量，以促進身心健康的休閒活動，具有活化肢體功能、紓解緊張與壓力及促進人格特質朝正向發展的價值。

高齡者隨著退休與老化，常與過去的人際關係網絡產生疏離，農業部希望藉由農漁會結合農村社區在地網絡辦理綠色照顧，除希望照顧到高齡者之身心健康，也鼓勵長者多從家中走入社區，提高對所居住環境之認同感，以發展屬於高齡者的新社交關係。

植物槌染係利用簡單的工具、方法，將生活環境中隨手可得的天然素材製作成實用的家居用品，活動中引導長者認識所居住環境之生態及花草材料採集以親近大自然，透過槌染製作過程發揮美學創造力，在生理效益方面可活化長者肢體功能、紓解情緒壓力；智識效益方面可鍛鍊邏輯認知能力及藝術美學體驗；社交效益方面可增加社交機會，且不需花費太多經費即可達到療癒長者身心靈之效益。