

CAMELLIA



~成長目錄~

1. 種植前必做
2. 種子手冊
3. 種植方法
4. 肥料
5. 搭棚
6. 記
7. 時
8. 收成
1. 心得



為甚麼而要翻土？

翻土(耕土/鬆土)是種菜的重要步驟。

原因：①. 讓根呼吸順暢。

土壤壓實後空氣少，根部無法好好「呼吸」。

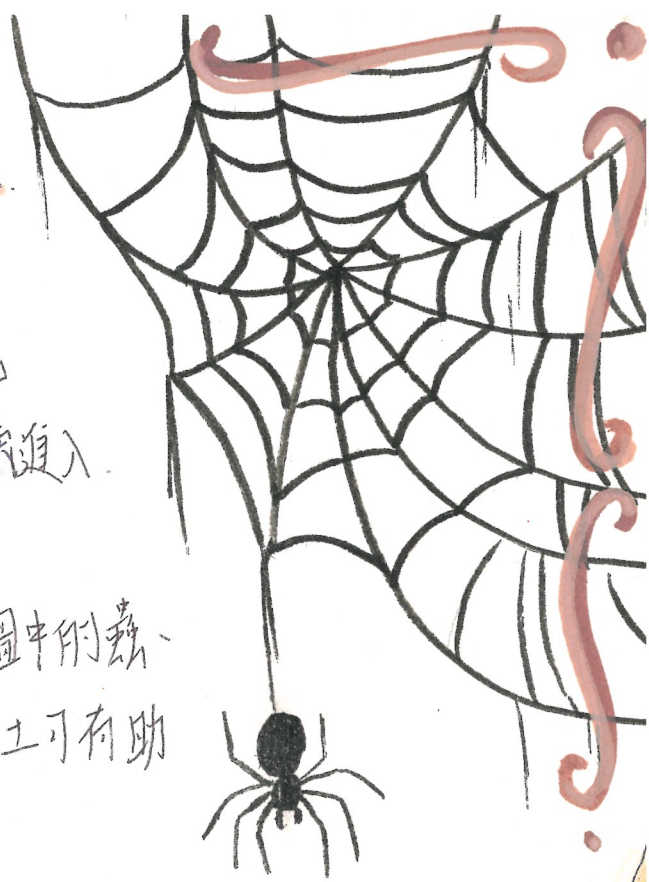
(吸收氧氣) → 翻土增加土壤空隙，讓氧氣進入。

②. 除草、破壞害蟲。

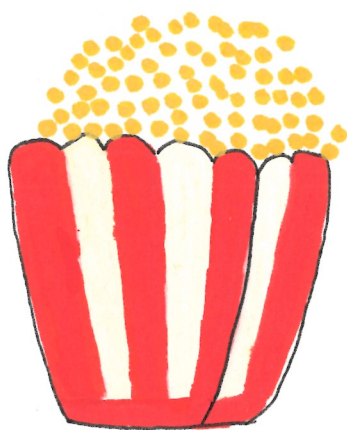
翻土可翻出雜草種子、蟲卵/幼蟲(如圖中的蟲、蚯蚓、蜈蚣)，雖然可能有好蟲，但翻土可有助減少病蟲害。

翻土時間：種植前 7-10 天。★(不要翻太深 10-20 cm)。

過度翻土可能破壞土壤結構。



種子手冊~



小菜菜

是香港最常見的本土葉菜之一，生長快，口感清甜，耐寒性較強，但香港夏季高溫仍不宜種植。

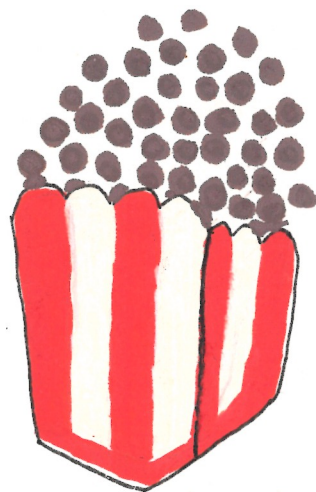
外觀：圓形，細小
發芽時間：3-7天。

通菜

是香港及華南地區常見的葉菜，耐熱、耐濕，生長快速。

外觀：深綠色，堅硬，葉皮厚。

發芽時間：通常5-14天（視溫度及種子新鮮度）。



紅莖菜

是香港及華南常見的耐熱葉菜，葉片紅紫色，口感嫩滑，富含鐵、鈣、維生素C。

外觀：非常細小。

發芽時間：約2-7天（視溫度及種子新鮮度）。

撒播法

首先，在土壤上劃出一條條直線的小溝。
然後，把種子均勻地撒在溝裡。
最後，輕輕蓋上一層薄土。

好處：種子分布整齊，除草/間苗較方便。

通風透光好 → 幼苗能長得較健壯。

適合作物：葉菜類 e.g. (小白菜/菠菜)。

注意!：溝的深度不能太深。

點播法

首先，在土壤上每隔一定距離挖一個小洞。
然後，每個洞放入一至三顆種子。

最後，蓋土壓實。

好處：節省種子，幼苗間距適中。
長大後不需要太多間苗。

適合作物：較大空間的蔬菜 e.g. (瓜類/玉米)。

注意! 洞與洞之間要適當距離。



• 雞屎肥 — 優質有機肥

- 適合通菜、紅莧菜、小棠菜等葉菜

- 高含高氮、有機質高

施用方法：1. 基肥 2. 追肥

1. 基肥：移植前 7-10 天，整地時混入土壤。

2. 追肥：每 15-25 天一次，避開葉片。

★ 注意事項

1) 夏季高溫易發臭 2) 病蟲



• 骨粉 — 有機磷肥

- 促進根系發育、花芽分化與果實生長

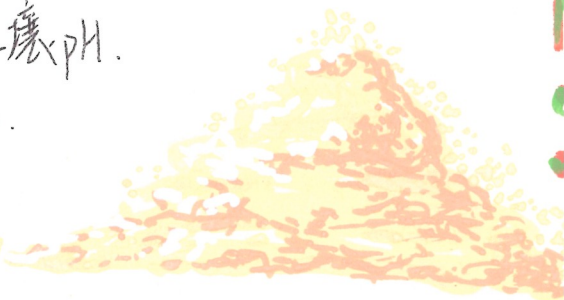
- 適合葉菜

特性：1) 營養高 (高含磷、氮 + 鈣) 2) 能提升土壤 pH

3) 釋放慢 (由適量易導致土壤磷累積)

施用方法：追肥，每 3 至 4 週少量補充

★ 注意事項：1) 不可只用骨粉，因葉菜更高氮



• 液體肥 (橙皮 + 咖啡糖 + 白砂糖) — 發酵液肥

製作步驟：1. 橙皮洗淨切小塊

2. 混合橙皮 + 咖啡糖 + 砂糖

★ 3. 發酵 — 置於陰涼通風處

- 7-14 天

★★ 完月標準：有輕微酸甜味、無腐臭

稀釋比例：1:10 - 1:20

搭棚方法 = [瓜棚] [交叉格子棚]

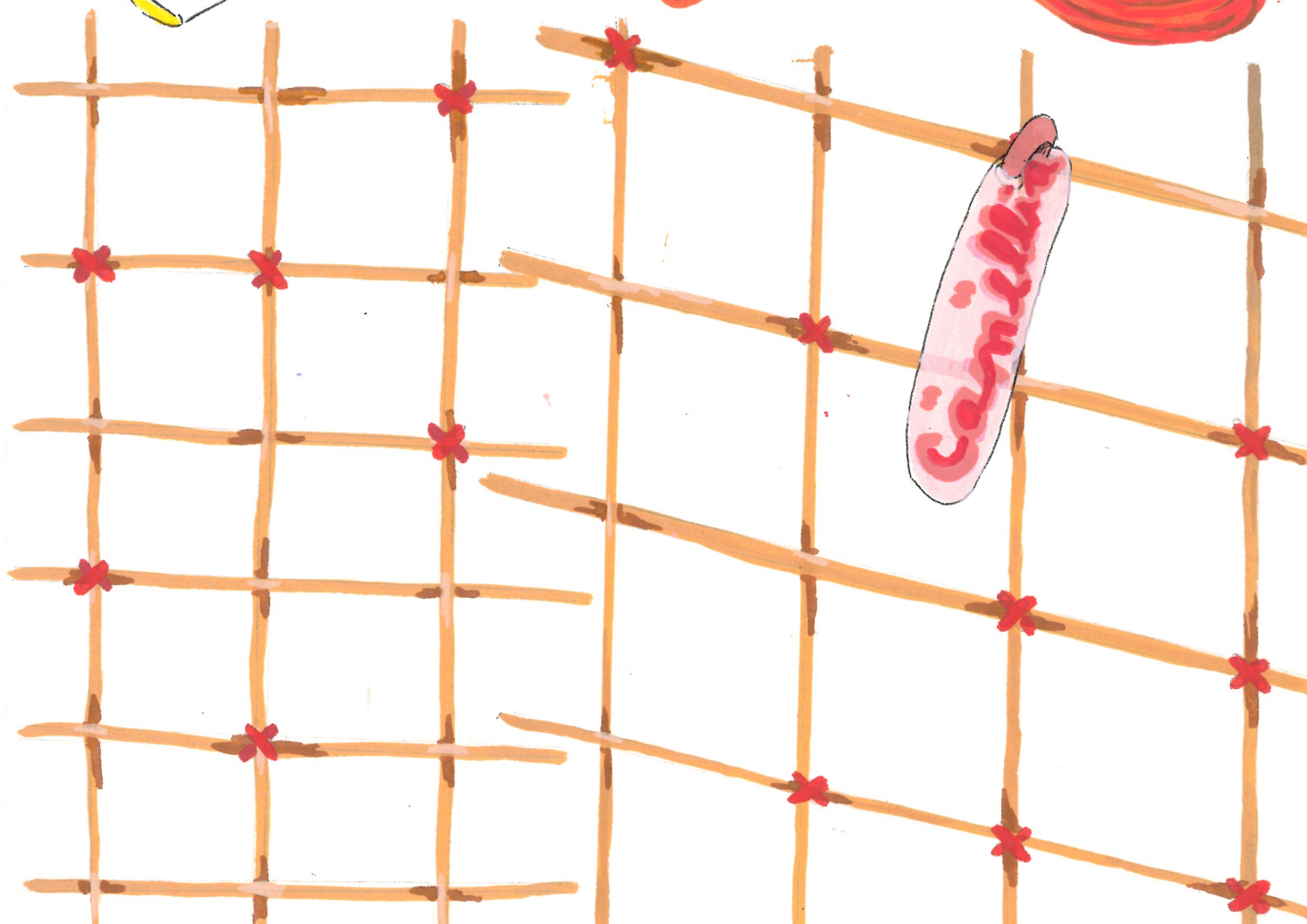
为甚麽要搭棚?

1. 支援攀藤植物 (如青瓜、苦瓜等瓜类)
2. 增加通风透光、减少病虫害、方便採收

搭棚步骤:

1. 打地基: 在土中插入 4-6 根直立主柱
间距 30-50 cm, 埋深 15-20 cm, 固定稳固。
2. 搭横杆: 由下至上, 每隔 20-30 cm 绑一层水平横杆。
3. 交叉固定: 在交叉处用绳子绑紧, 增加稳定性。

重要事项: 1. 稳定性 2. 环保 3. 安全。



菜園記



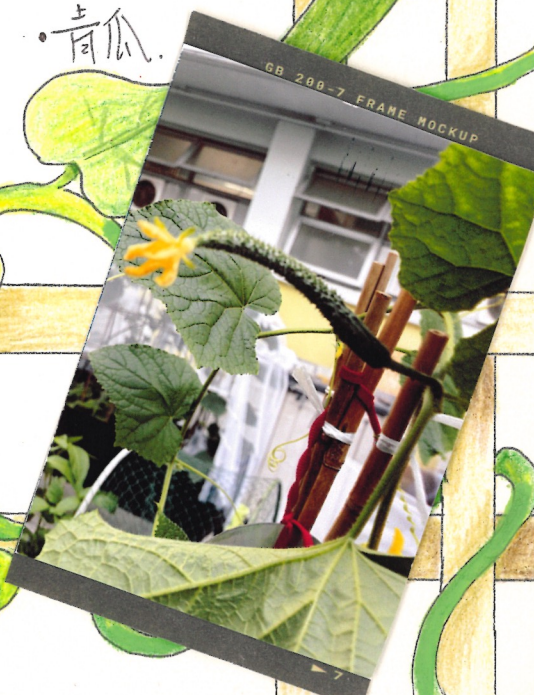
· 辣椒 ·



· 羽衣甘藍 ·



· 青瓜 ·



菜園時光

MARCH

一切從小小的種子開始。
我們為種子們標上標籤。
看着綠芽冒出來時，怕它們不夠強壯。
不過「萬事起頭難，只要肯開始」



APRIL

葉子開始長大變壯，但發現葉子
開始有問題了。有洞、有黃斑，
看起來生病了。
不過那時才第一次真正感受到
照顧的辛苦與緊張..

看著牠也爬起來。
長得健康！
回頭看三月空空的小箱。

MAY

到現在已有多次收成。
滿足感 100% ！！



從種到收





在這次的種植比賽中，我們沒有選擇市售的化學肥料，而是聽從老師的指示，製作了一瓶果皮酵素肥料。在聽老師的講解以及在製作的過程中，我從來都沒想過原來普普通通的果皮也能變為植物生命的養分。透過這一次的種植活動，讓我充分地吸收到一些有關於在日常生中中被丟棄的廚餘或是剩餘的果皮也能被製作成肥料的一些知識從中獲益良多。

透過幫植物澆水的過程中，我學會了細心觀察事物的特質。植物在生長過程中免不了葉子上或會被蟲子蛀過，而為了防止其他健康的葉子繼續被蟲子吃掉，就需要細心觀察，並剪掉已經壞掉的葉子。而這項活動正正就能夠訓練這項特質，並且學會到有關保養植物的相關知識。

lsy





首先，很開心能有幸再次參與
種植比賽，亦學到了新的知
識。我明白了拔苗並不能
助長，反而令幼苗死亡。另外，
普通的果皮也不是一無
是處，通過混合糖、果
皮等，待它發酵後便
可變成液體肥料！ fei



今次嘅種植真係好好玩!!!

睇住啲種子真係有吸收營養
最後結果超有成就感。

起呢次活動，我認識咗唔同對植物
有害嘅昆虫同避蟲方法，超有效！

雖然冇試到食青瓜，不過仍然心意滿足
獲益良多。

期待下一次種植！

Yoyo 瑤





Taking this planting course was such a refreshing escape from my usual routine. I loved learning to nurture our crops using rich, organic fertilizers over harsh chemicals for something much more natural. I vividly remember the process of creating our own fertilizers with my teammates. The pungent smell irritating our noses while we peel off the skin of oranges and banana. That moment, though small and insignificant, is embedded in my mind forever. How we all decided to stay behind showed me the warmth of teamwork and collective contributions. I'm leaving feeling deeply rooted, inspired and wonderfully refreshed.

The moment I tucked in those fragile seedlings into the earth, I felt like I had a new born child. ^{The way} I water them was just like how a mother take good care of her own child. The stem of the cucumber plant was the arm of my child. I gently held my child's arm, warm and delicate. I realized how every farmer, plant lovers perceive the world differently as us. Every green life is a child, every one of them deserves our love.

Helia Sam



社長的話

我玩種植已經玩咗第三年。
但今年個滿足感係最大嘅一年。
可能你個身份不同又或者你
今年個種植過程開心啲。
我哋由三月開始，至到依家依
一刻都仲有收成。



三月，我們由空空的手植箱開始，很多社員可能是第一次接觸。
我們一起播種、翻泥等，那時動作生疏，但每個人都
充滿期待，因為我們相信「只要堅持，那些植物一定會
慢慢長大」。四月，那些葉子長大了，又綠又大，本來是很開
心的，但我們發現部分葉子開始出現病徵，有小洞，當時
是緊張的，連忙找資料，調整種植方法，希望其他葉子
不會受到影響。我深信「遇到困難時的責任，是
一個好好的成長機會」。四月至五月期間，我們有多次的
收成，例如：青瓜、菜菜等，收成的過程讓我覺得一
切的努力，時間也值得。

這個過程不只種出了蔬菜，更種出大家的
耐心、團隊合作和面對問題的態度。

「真正的成長，從來不是一帆風順」。



~THE END~

