



嶺南中醫藥文化 · 旅學 · 2024

交流會





聖公會聖多馬小學

負責老師： 賴力恆主任、 梁名慧老師、
李世傳老師、 黃嘉雯老師

活動日期： 10/10/2024-11/10/2024





參加學生名單：

| 班別 | 姓名 |
|----|-----|
| 6A | 周旨允 |
| 5A | 黃雅穎 |
| 5A | 劉嘉晉 |
| 4A | 鄧凱桐 |
| 4A | 梁鈞雅 |

| 班別 | 姓名 |
|----|-----|
| 6B | 陳彥霖 |
| 6B | 唐恩樂 |
| 5B | 陳采穎 |
| 5B | 李子軒 |
| 4B | 周樂信 |

| 班別 | 姓名 |
|----|-----|
| 6A | 張紫涵 |
| 5A | 梁芷瑜 |
| 5A | 李俊熙 |
| 4A | 呂家軒 |
| 4A | 吳泳龍 |

| 班別 | 姓名 |
|----|-----|
| 6A | 劉永諾 |
| 6B | 張曉珞 |
| 5B | 楊子皚 |
| 5C | 蘇臻煜 |
| 4B | 梁凱琳 |

| 班別 | 姓名 |
|----|-----|
| 6C | 陳芍霖 |
| 6C | 鍾子謙 |
| 5C | 黃凱怡 |
| 4B | 李樂曦 |
| 4C | 李熙 |

| 班別 | 姓名 |
|----|-----|
| 6C | 梁詠嵐 |
| 6C | 譚晉安 |
| 5C | 源卓宏 |
| 4C | 廖雅兒 |
| 4C | 廖芷琳 |





豐富的旅學行程





王老吉涼茶博物館

廣東省涼茶養生博物館

華南植物園

中藥分享會



神農草堂中醫藥博物館

廣東中醫藥博物館





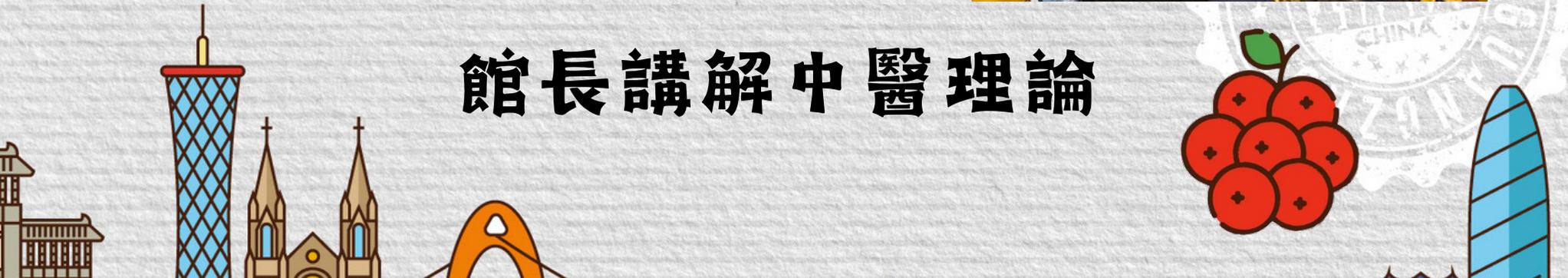
景點介紹和得著



神農草堂中醫藥博物館



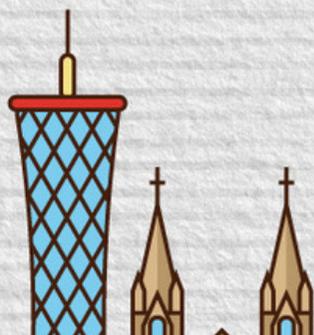
館長講解中醫理論



廣東中醫藥博物館



透過導賞講解和親身觀察
學習中藥特性和形態





在遊學的過程中

學生增加了對中醫藥文化的認識

參觀中醫藥博物館：

- 了解中醫強調整體和預防的醫治概念
- 認識了「陰陽」、「五行」的理論
- 知道了不同的動、植物均可成為藥材
- 有幸親見珍貴藥材



華南植物園



實地考察

了解中藥特性和形態



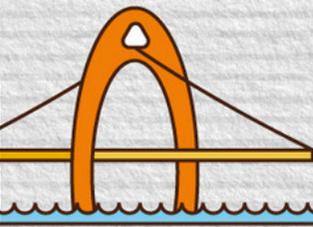
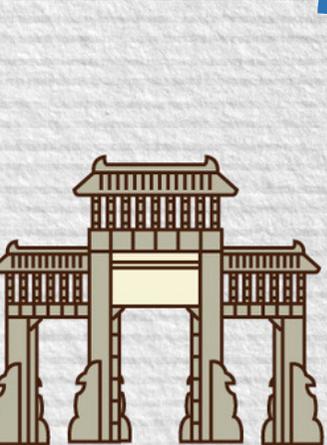


在遊學的過程中

學生增加了對中醫藥文化的認識

遊覽華南植物園：

- 了解不同中草藥的外形和功效
- 透過視覺、觸覺、味覺感受不同中藥材的特性





廣東省涼茶養生博物館



透過導賞了解涼茶的特性

自製香囊

品嚐不同風味的涼茶





在遊學的過程中

學生增加了對中醫藥文化的認識

參觀涼茶博物館：

- 認識了涼茶的歷史和典故
- 親手用藥臼、藥碾搗藥，自製藥味濃郁的香囊
- 透過品嚐涼茶的滋味，明白不同涼茶的功效



中藥分享會



中醫師分享

自製藥包



在遊學的過程中 學生增加了對中醫藥文化的認識

中醫分享會：

- 不同氣候有不同的飲食
- 秤藥材的方法
- 包藥材的注意事項

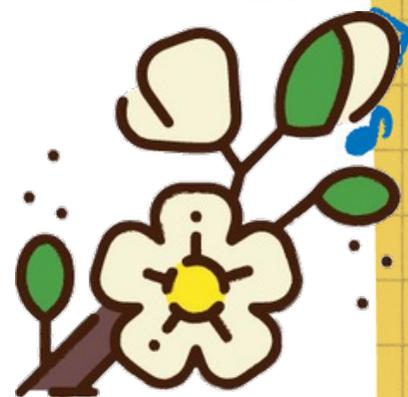




最喜愛的景點——華南植物園



佔地面積大
環境清幽



在欣賞自然風光的過
程中，了解中藥的知
識





旅學感受



賴力恆主任

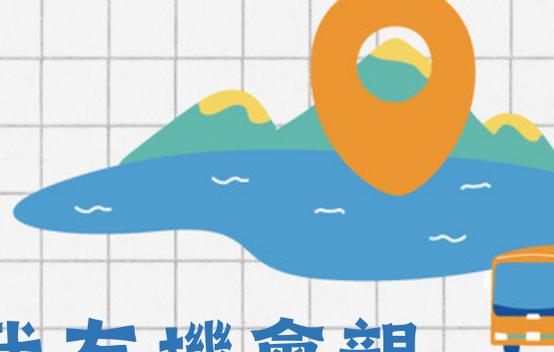


參加「嶺南中醫藥文化之旅」是一個充滿啟發的經歷。

這次旅程讓我深入了解嶺南地區獨特的中醫藥文化，探索了當地豐富的中藥資源。同時，通過專家的講解，我對中醫的理論和實踐有了更深的認識。這次旅程不僅增進了我的知識，也激發了我對中醫藥的濃厚興趣，讓我期待進一步的探索與學習。



梁名慧老師



參加「嶺南中醫藥文化之旅」讓我有機會親身接觸中草藥，這是一個很難得的體驗。

在遊覽華南植物園的過程中，我親自觀察和辨認各種藥材，了解它們的功效和用途。這種沉浸式的學習使我對中草藥的認識更加深刻。



李世傳老師



參加「嶺南中醫藥文化之旅」讓我深入理解中醫的「陰陽」理論。

在專家的引導下，我學習到陰陽的相互關係如何影響人體健康，並且如何通過調和陰陽來達到治療的效果。



LOVE ♥

黃嘉雯老師



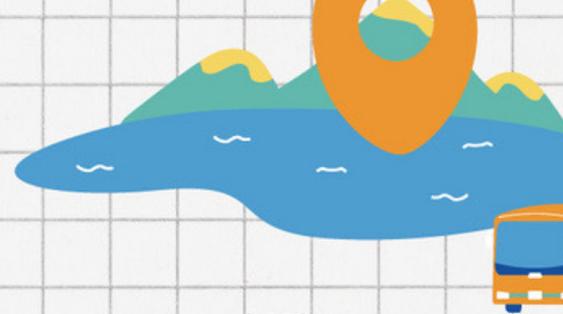
這次的中醫藥文化之旅讓我更深入了解中藥的歷史和理論。

在遊覽的過程中，我們除了可以親眼看見珍貴藥材外，還能透過嗅覺、觸覺直接感受中藥材的形態和特性，對學生及老師而言都是獲益良多的。



LOVE ♥

黃雅穎同學



經過這兩天的遊學團後，我學會了中醫藥的文化，還學了一些中國歷史，令我直到現在還歷歷在目。我也非感謝我能被獲選到這個遊學團，令我更深入地知道中國文化。



LOVE ♥