



「鋤禾日當午，汗滴禾下土。誰知盤中餐，粒粒皆辛苦。」這首著名的憫農詩出自唐代李紳之手，生動刻劃出農夫辛勤耕作的情景和心情。千多年後的今天，生在城市的香港人絕大多數不用接觸泥土，從超市、餐廳就可用金錢換得食物。然而，近年卻有不少人選擇反樸歸真、回歸農田。他們有的全職務農，有的是假日農夫，有的在學校、家中天台等闢地耕種，名符其實深耕細作、遍地開花。你想知道香港農業是一幅甚麼景象嗎？會否想體驗「汗滴禾下土」、「一分耕耘、一分收穫」的滋味呢？

《港農·講農》

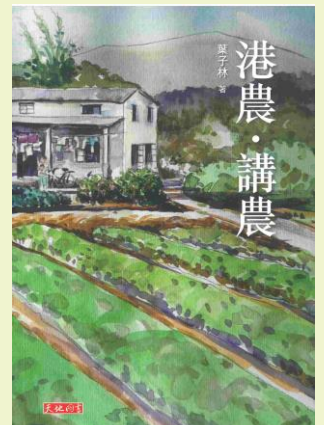
葉子林，是位名字也帶綠意的資深農業從業員。他的父母是新界菜農，自己在農村長大，當過幾年記者，選擇重回農田，多年來管理過菜園、果園、茶園、蜂園等，近年更積極關注本地農業政策，並參與培訓新一代現代農夫、傳授農業知識。

這本書中，他從「香港種植稻米，至少數百年了」開始，將香港的農業發展娓娓道來，還講述全球暖化、種植技術、有機認證、素食文化、永續農業等課題。你以為農夫就只是播種收割？農業其實不簡單。

作者：葉子林

出版：天地圖書，2018

國際書號：9789888258550



作者：陳曉蕾

出版：三聯書店(香港)，2012

國際書號：9789620432170



《有米》

本書的名字是個雙關語——「有米」，在粵語中有「富有、有錢」的意思，緣由顯而易見，因為「米」在中國傳統上，是財富的象徵。作者陳曉蕾認為，香港的「有米」，不一定指城市中的高樓大廈、金融財富，也可以指本港豐饒的自然資源、好山好水、農地果林。

根據統計，香港的整體農地面積有 4,523 公頃，但常耕地面積只得 729 公頃。其實直至 1970 年代，香港還有廣闊的黃金稻田，只是這美麗風景逐漸讓高樓大廈取代；50 年後，有人嘗試再次栽種稻米，他們成功了沒有？就讓這本書告訴你答案，還有一群人在香港「核心價值」以外、追求另一種生活方式的故事。



主題書單

www.hkreadingcity.net



作者：保良局陳守仁小學有機園圃

出版：青森文化·2016

國際書號：9789888380589



《園來自有機》

你的學校有農圃嗎？要種植，不一定需要廣闊的農田。保良局陳守仁小學的一群義工家長，就在校舍天台建立了一個有機農圃，種出的蔬菜更取得有機認證。種植過程中，他們不論是晴是雨、上學還是假期，也要回園圃照顧農作物。

春天紅菜頭，夏天綠莧菜，秋天紫茄子，冬天白蘿蔔——這就是他們努力的成果，一首色彩繽紛的四時蔬果之歌。就來翻開書頁，了解這群培植員從種植瓜豆菜蔬中的得著和感悟，進而思考人與大自然的關係，以及城市生活過度消耗資源的普遍現象。

《魚菜共生——STEM 教學的應用與實踐》

所謂「魚菜共生」，簡單來說就是一邊養魚、一邊種菜。它是「水產養殖」和「水耕法」的結合，原理是把魚的糞便用作蔬菜種植的肥料，蔬菜的根部吸收魚糞中的營養，也同時淨化了養殖水，然後這些水再回流到魚缸，以達至一個自給自足的循環。近年，香港中小學、辦公室逐漸興起自製魚菜共生系統，這本書就介紹了如何在家或學校自製魚菜共生系統，並分享中學、農場、地盤等個案經驗，以及實用的種養秘訣。

本書榮獲第 14 屆「十本好讀」教師推薦好讀（小學）。

作者：黃珮欣

出版：新人才文化·2016

國際書號：9789881396211



一個設計簡單、操作容易
適宜在家園、學校、辦公室建立的種養系統

