

輕鬆擁有自己的小花園 ——辦公桌綠美化

臺北市社區綠化聯盟促進會綠化講師

吳淑均

15

焦點
話題

植物是人類的好朋友，除了提供生存所需的食物外，更可美化生活環境，增進人們的身體與心理健康。曾有科學研究發現在室內種植物可吸收由合成材料家具、清潔劑、殺蟲劑、廚房油煙所散發之氣體污染物，故能淨化空氣並改善室內環境品質。研究也發現，人們看到綠色植物可以使血壓降低，肌肉放鬆，緩解疼痛；而充滿綠意的環境可以刺激人的腦力，增進記憶力，並且降低寂寞感及憂鬱。

忙碌的上班族每天坐在辦公桌前的時間超過八小時，如果可以在桌上放幾盆植物，不但可以美化環境，使人的心情放鬆，更可以增進工作的效率。

要如何在辦公桌上建立自己的綠美化小天地呢？以下告訴大家幾

個訣竅。

要選擇什麼樣的植栽呢？

1. 選擇耐陰的室內植物

室內即使有明亮的照明，所提供的光源仍不足以長期讓大多數的植物維持正常生長，因此必須選擇較為耐陰的植物，以延長觀賞期。偶爾也可以放些應景的或是會開花的植物，雖然這些植物比較不耐陰，放在室內的觀賞期間較為短暫，但是卻可增加趣味性，只要經常更換即可。

2. 要考慮到顏色

室內植物大多是觀葉植物，花朵不明顯，但有些種類的觀葉植物有著漂亮的紅色或黃色斑葉，或葉子的顏色是明亮的淺綠色，這類植物可以增加色彩的變化性，使視覺

的觀感更爲生動。例如暗紅朱蕉、斑葉萬年青、椒草、檸檬黃金葛等都是可以採用的種類。

3. 使用不同型態的植物來搭配

植物除了顏色的不同外，依照外型還可分爲直立型、叢生型、懸垂型、攀爬型等型態，可以選擇不同外型的植物來搭配，甚至於有些仙人掌或多肉植物有著奇特的外觀，這都可以吸引人的目光。通常直立型的植物可放在後方當作背景；而懸垂型及攀爬型的植物可放在較高處垂吊或邊緣處，使空間感延伸；叢生型植物則有填補空間的作用。

由於辦公桌的空間有限，因此不適合放置太大型的植栽，請儘量選擇小巧可愛的小品盆栽來擺放。

盆器與介質的選擇

盆器就像是植物的衣服，人要衣裝，佛要金裝，植物自然也需要適當的盆器來搭配才會漂亮。通常在花市買回來的植栽多半以塑膠盆栽植，爲了增加質感，可另外購買漂亮的容器來換盆。請儘量選擇有排水孔的盆器，比較容易控制澆水

的份量，對於植物的生長較有幫助。一般而言，素燒的陶盆要比上過釉的適合栽培植物。若使用沒有排水孔的容器，應在盆底放一層碎石或發泡煉石，以避免土壤過濕而爛根。

此外，選擇乾淨的栽培介質也是很重要的。介質內含有蚊蟲的卵或是有異味的肥料，會影響人的健康，因此，請購買乾淨的無土介質來栽培，如泥炭土、珍珠石、蛭石混拌而成的培養土就是很不錯的選擇；混拌在培養土中的肥料應選擇乾淨的緩效性肥料，儘量勿使用有味道的有機肥。

至於在病蟲害方面，由於辦公室爲密閉空間，應避免噴農藥。若發現蟲害，可以立刻以清水或稀薄的肥皂水擦拭或沖洗葉片，或是用酒精(酒精加水一比一)擦拭，若情況很糟時，唯一的辦法就是將植物丟棄，再換一棵新的植物。

如何擺設佈置？

爲了善用有限的空間，桌上盆栽可採階梯式擺設，可購買或自行DIY簡易的層架來放植物；或是利

用組合盆栽方式，將數種屬性相似的不同植栽種在同一容器，市面上販售的木製花架可放置三至四盆草花，甚至利用廢棄的魚缸(附燈光)栽培也是不錯的點子。

怎麼照顧植物？

辦公室栽培的植物由於生長條件往往不如室外環境，因此通常生長較為緩慢，甚至呈現負成長而漸漸衰弱，其主要原因不在澆水施肥的多寡，而是在光源不足，因此若能在桌上放置一盞檯燈(請使用日光燈管，勿使用黃色高熱的燈泡)，可以有效幫助室內植物的生長。至於要使用多強的光源及距離植物多近，必須視環境而定。透過觀察植物的生長情況可知道光源是否充足，如果光源不足，植物會有「徒長」的現象，也就是莖節伸長、變細，葉片變小等，這時候就應增加光源，或是把植物墊高一些，以更接近燈管。

由於室內栽培的植物生長較為緩慢，對於養分及水分的需求不大，因此澆水施肥的原則是「寧少勿多」，尤其水分過多常是使室內

植物爛死的主因，請掌握介質七八分乾再澆水的原則。肥料施用應儘量減少，以免過多肥料累積在介質中，造成根系生長不良。另外，應定期(一至二個月)進行「淋洗」，也就是將植物連盆用清水輕輕沖洗，以將累積於介質中的多餘肥料以及植物葉片上的灰塵沖洗掉。

在有空調的辦公室，空氣溼度較低，因此栽種一些喜歡濕氣的蕨類或蘭花類植物時，應偶而用噴水壺噴些水在葉片上，可讓植物看起來更有活力。而要提醒的是，在放假的前一天下班前要先澆足水分，以免放完假後回來，植物就奄奄一息了。

不知您是否發現植物也是有心情和感情的，如果主人比較用心照顧，看起來就比較有精神，容光煥發，而那些缺乏照顧的植物，就顯得沒有生氣，一副苟延殘喘的樣子。

多久該更換植栽呢？

室內植物因種類及栽培環境之不同，可以維持的時間也不盡相同，以筆者辦公室的經驗為例，黃

金葛、暗紅朱蕉、長春藤、萬年青類植栽可維持三個月以上；黛粉葉、粗肋草、椒草、觀賞鳳梨、非洲堇大約二個多月更換一次；而應景的花卉，像聖誕紅、蝴蝶蘭、螃蟹蘭等大約可維持一個多月。

結論

喜愛與植物為伴是人的天性，要在辦公桌上養幾盆小花草其實並不困難，只要有適當的光源，再選擇適當的植栽，並輔以適當的照顧，相信每一個人都可以在自己的桌上創造一處可愛的秘密花園。

附錄



圖一：花市中可購買到許多3.5吋盆栽的觀葉小品，適合擺放在桌上。



圖二：多肉植物類亦很適合辦公室環境栽培。



圖三：空氣鳳梨展現沙漠風情，亦很適合桌上栽培。



圖四：許多小品蘭花有著可愛的花朵，更有淡淡清香，圖為筆者桌上栽培的台灣香蘭。



圖五：非洲堇是少數適合室內栽培的開花植物，從秋季到次年春季會不斷開花。



圖六：十二月份應景的聖誕紅小品可放置於桌前觀賞，觀賞期約為一個多月左右。



圖七：風信子亦可放置於桌前觀賞，觀賞期約為一個多月左右。



圖八：桌上很適合擺放種子森林小盆栽，秋冬季盛產的柑桔類種子可留下來種在小陶盆放在桌上觀賞，圖為筆者桌上栽培的竹柏種子盆栽。



圖九：漂亮的盆器可為桌上植栽增添高貴氣質，圖為觀音蓮栽植於手捏花器中。



圖十：栽植於玻璃瓶中的多肉植物及仙人掌組合盆栽。



圖十一：只要有一盞桌燈，就可以在桌上栽培許多的小品盆栽，圖為筆者辦公桌上的小盆栽。