

綠營號

第二期

今期內容

綠色水上活動推介
動植物研究室，
蜻蜓蝴蝶篇
天然防蟲小貼士
蟲原治有方

珊瑚

只需陽光
不要防曬

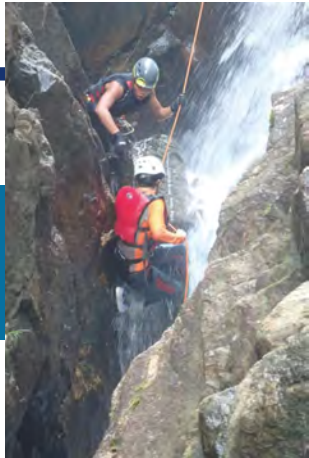
編輯 撰稿及校對

保良局渡假營環保組



保良局北潭涌渡假營
保良局賽馬會大棠渡假村

<http://www.poleungkuk.org.hk/recreational-services.html>



熱點：馬大石澗，屏南石澗

溪降

喜愛挑戰和刺激的朋友可參與溪降活動！溪降屬於歷奇活動之一，需要專業導師的指導及帶領下才可進行。參加者需要以游繩方式由上游下降到下游位置。參加者在活動過程中，除了能鍛鍊自己的膽量、增加自信心，更可以感受溪水迎面撲來的威力！



浮潛

香港的海底世界多姿多彩，想一睹珊瑚及其他海洋生物的美態，可選擇參加浮潛活動。浮潛活動不講究技術，只要穿好及準備足夠裝備，就算不諳水性、沒有潛水牌的人也可玩浮潛。浮潛亦可結合獨木舟活動共同進行，令整個旅程更添樂趣！



熱點：海下灣、橋咀、塔門、東平洲

獨木舟

獨木舟租用人士可以在一邊划獨木舟，一邊欣賞四周環境，享受海上泛舟的樂趣。保良局北潭涌渡假營設有獨木舟河岸生態導賞活動，只要成為我們的營友即可報名預約。



*為免生意外，初學者必須有教練陪同及至少有3隻獨木舟同行。

綠色水上活動 推介

夏日炎炎，是時候外出與陽光玩遊戲了。除了到海灘游泳，大家不妨考慮以下三樣綠色水上活動，渡過一個精彩的假期吧！

提提你

進行戶行活動時請愛護當地環境，記得帶走垃圾，切勿帶走任何「紀念品」，更亦不要隨意將小生物拿上手玩弄啊！

珊瑚

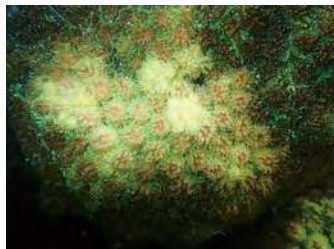
只需陽光

不要防曬

烈日當空，如果沒有適當的防曬，當皮膚接收到來自太陽強烈的輻射時可能會產生病變引致皮膚癌，而且部份防曬產品的成份是對珊瑚有害，會引致珊瑚死亡。為了保護環境，所以選擇適當的防曬產品是非常重要的。

選擇防曬有3個簡單原則

1. 不要選擇噴霧或粉狀的防曬產品
因為此類防曬產品的成份(氧化鋅或鈦)當變為霧狀或粉狀時，很容易就會被肺部吸入並且對人體有害。
2. 不要選擇含有棕櫚酸維他命A、二苯甲酮的防曬產品
由於棕櫚酸維他命A(Retinyl Palmitate)可有效抗氧化，被廣泛使用於化妝品及防曬產品。根據NTP(National Toxicology Program)研究報告指出使用Retinyl Palmitate與增加患癌機會有關。研究發現此物質會於紫外線下被分解成有毒的游離基，加速皮膚瘤形成和病變，增加患上皮膚癌機會。(NTP, 2012) 而二苯甲酮容易令有過敏體質的人產生過敏反應，所以並不建議使用。
3. 保護珊瑚礁，不要選擇含有以下成分的防曬產品
對羥苯甲酸丁酯 (butylparaben, 作為防腐劑之用)，桂皮酸鹽 (octinoxate, 過濾UV)，二苯甲酮 (oxybenzone, 過濾UV) 及甲基亞苄亞基樟腦 (4-methylbenzylidene camphor, 4MBC, 過濾UVB) 以上4種化合物，即使在低劑量的情況下，也會令珊瑚的共生藻體內的病毒攻擊共生藻，令珊瑚白化甚至死亡，而共生藻死亡後會令病毒於四周擴散，令其他珊瑚有更大的機會受感染。



蜻 蜓 蝴 蝶 篇

報喜斑粉蝶

翅膀色彩斑斕，有黑、白、黃、紅四種顏色，看起來像一個活潑的仙子降臨報喜，令人看到都充滿朝氣，心情愉悅。

虎斑蝶

幼蟲從小進食有毒植物，長大成蝴蝶後體內積存了大量毒素。身上看似老虎的斑紋用以嚇退捕食者，你們有被牠嚇倒嗎？

矍眼蝶

本港常見的眼蝶之一，你們覺得牠身上的眼斑像貓頭鷹嗎？原來牠們會利用身上的斑紋嚇走捕食者！

寬邊黃粉蝶

體型細小，翅膀鮮黃色，翅面有黑邊，在本港非常常見。別看牠飛得很慢，牠們的警覺性是非常高的！



學名 *Delias pasithoe*
英文名稱 Red-base Jezebel
攝 Jezebel



學名 *Ypthima baldus*
英文名稱 Common Fivering



學名 *Danaus genutia genutia*
英文名稱 Common Tiger



學名 *Eurema hecabe*
英文名稱 Common Grass Yellow

保良局營地於郊野公園位置，地理環境優越，動植物物種豐富。每逢春夏季，都不難發現多種蜻蜓和蝴蝶在營地間追逐、起舞。現在大家齊來認識可在營地發現的蜻蜓和蝴蝶吧！

來到春夏之際，溫度及濕度開始上升，萬物生長變得快速，渡假村中也出現了
很多不同的小昆蟲，
蜻蜓和蝴蝶在村中開始變得常見，
由於大部份的蜻蜓都只能生活在清潔的水源，所以蜻蜓
可以作為水體清潔程度的生物指標，
長為成蟲的蜻蜓會捕捉蚊子及蒼蠅
等小昆蟲，所以對防治疫病也有
一定程度的貢獻。



霸王葉春蜓

領域性十分強，會主動驅逐入侵的蜻蜓，特徵為腹部末端附近有像腫脹般的黑色組織凸起。

網脈蜻

常見於池沼湖泊等環境，特徵為紅色身體，深黃色翅膀，下方有無色斑塊，經常停留。

方帶幽蟴

溪流環境中的常見豆娘，特徵為翅膀後方位置有類似黑色方的斑紋。

斑麗翅蜻

翅膀較蝴蝶狹小，特徵為翅膀有琥珀色及深褐色夾雜的圖案，就像蝴蝶一樣美麗。

天然防蟲小貼士

全球暖化，天氣反常！

一年四季也是昆蟲出沒的日子，

而人們最討厭的蚊蟲也活躍起來。

有時候會為家居造成麻煩，

由常見的蚊子飛蟻到近期出現的臭屁蟲，

究竟有沒有方法應對呢？

大多數人選擇噴蚊怕水防蚊，

市面上許多防蚊產品都含有化學成份，或對人體有害。

既然如此，不如嘗試利用天然香草，

製作一個專屬的驅蚊御守，

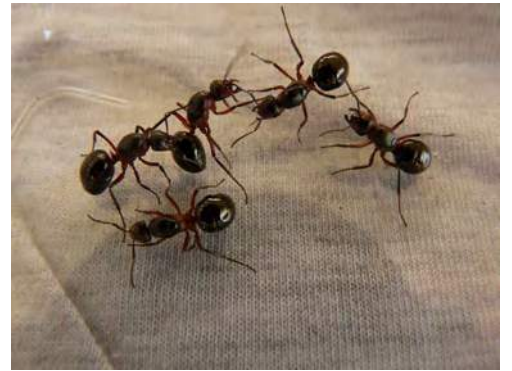
不但簡單易做，又可帶來祝福，

你們趕快試製作一個吧！

螞蟻，
蟻螂

這類型昆蟲由於繁殖速度極快，所以一旦被牠們入侵就難以完全杜絕牠們，但是控制的方法還是有以下幾種：

1. 利用環保殺蟲劑將昆蟲有可能進入的入口都噴灑一次，以減低他們入侵的機會。
2. 妥善收好家中的垃圾，以免成為昆蟲的食物。
3. 不要堆放報紙或紙箱於家中，因為這些東西為他們提供了良好的居所。



蟲原治有方？

飛蟻， 飛蛾

夏季雨天時經常會發現有大量飛蟻入侵家居，而飛蟻實為具有繁殖能力的白蟻，所以應當好好防範牠們，由於飛蟻及飛蛾都有趨光性，因此會被屋內的光源引入家中，以下為解決方法：

1. 安裝有阻光功能的窗簾

此方法可以直接以物理方法阻礙飛蟻入侵家居，而且由於沒有被窗簾阻擋光源飛蟻也不會入內。

2. 於窗外設置光源及於光源下設置水桶，飛蟻誤以為水中倒影為光源，當牠們飛入水內時就不能再進入屋內。



臭屁蟲

最近有市民於晾曬衣服時會發現一連14粒的綠色丸子，而這些就是臭屁蟲的蟲卵，這些蟲卵萬萬不可弄破，因為會發出刺鼻惡臭，解決方法只有用卡紙慢慢的將牠們移走，過程要十分小心以免弄破蟲卵。



香草知多點

蚊蟲天生視力較弱，主要靠氣味來覓食。

這次製作驅蚊御守用薄荷和香茅作材料，全因蚊蟲都不喜愛這兩種香草散發出的氣味。除此以外，不少其他香草都具有驅蚊功效，例如艾草等。



做法

1. 先選取用作底色的顏色紙，剪出長方形後，將兩邊對摺。
2. 把薄荷葉和香茅葉剪碎，然後放置於長方形紙上。
3. 用透明膠紙把中間開口處封好。
4. 把四角往內摺。
5. 對摺並把細繩圈掛在其中一內角，然後用釘書機釘好角位。
6. 最後用另一顏色色剪成正方形，並寫上字句貼在御守，簡單的防蚊御守就完成了！

活動
推介

地質保育大長征（北潭涌渡假營） 林木生態導賞（大棠渡假村）



由導師帶領大家參觀糧船灣
景區的萬宜水庫東壩，
欣賞獨特的地質景觀。
透過導賞員的專業講解，
可認識到香港獨特的地理面貌、
火山岩的特別節理和形成過程，
過程中更可了解香港的地質史。
[需時約3小時]

跟隨導賞員的腳步，
以輕鬆及愉快的心情遊覽
大欖郊野公園，一邊遠足，
一邊觀賞森林中樹木，
用視覺、觸覺、嗅覺等方式
感受樹木。

還可學習各種動植物的習性，
從中了解保育大自然的重要。
[需時約1.5-3小時]



以上活動費用全免，報名方法為填妥有關表格後，請以電郵或傳真至營地
日後活動更加精彩，敬請密切留意！

聯絡及查詢：

北潭涌渡假營：
電話：2792-4302
傳真：2792-0917

賽馬會大棠渡假村：
電話：2478-1332
傳真：2442-3869

網頁：<http://www.poleungkuk.org.hk/environmental-protection-camp/green-activities-in-camp.html>

