

## | 目 | 錄 |

香草植物栽培簡介 / 陳振義 p.03



常見香草植物栽培特性  
與利用 / 陳振義 p.05



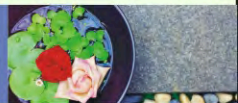
芳香舒壓與養生保健 / 吳秀珍 p.15



美在生活 / 林永發 p.17



香草植物精油萃取技術 / 陳振義 p.19



精油保養乳液DIY / 陳振義 p.21



香草輕食餐盒製作方法 / 吳菁菁 p.23



手札筆記 p.27

